# 猪八戒减肥

来源：网络 作者：浅唱梦痕 更新时间：2025-05-16

*猪八戒成功护送唐僧取经后，回到了自己的家乡——高老庄，过上了衣食无忧的生活。他天天随心所欲地吃喝玩乐，大鱼大肉，而且从来不运动，一个月后，已经完全变了样……　　猪八戒的体重从五百斤一下子猛增到了九百斤，他长出了三个下巴，满身肥肉像要雪崩...*

　　猪八戒成功护送唐僧取经后，回到了自己的家乡——高老庄，过上了衣食无忧的生活。他天天随心所欲地吃喝玩乐，大鱼大肉，而且从来不运动，一个月后，已经完全变了样……

　　猪八戒的体重从五百斤一下子猛增到了九百斤，他长出了三个下巴，满身肥肉像要雪崩一样，走起路来地动山摇，肚子比孕妇的还要大得多，耳朵又肥又厚，脚粗的像大象腿，每走一步路都非常困难，连家里为他特别定制的大床也被压散了架，家里的小门也被挤破了，只好换成了大门。大家劝他减肥，他却不屑地说：“有什么关系呀？反正我现在是神仙了，什么事都不用做，胖点有什么？”说完，又继续埋头吃包子。

　　又过了几天，猪八戒吃过午饭后正满意地缩在沙发上打盹。突然门外响起了敲门声，猪八戒站起来一摇一晃地跑去开门，发现地上放着一封信。八戒花了好大劲才弯腰捡起了信，原来是从天庭寄来的，上面写着邀请众仙去参加蟠桃会的事。猪八戒高兴极了，蟠桃会可是百年难遇的啊！可以品尝到各种美味，还可以见到心仪已久的嫦娥妹妹，多好！可他一看反面，立刻傻了眼，反面清清楚楚地写着：体重超过五百斤者，不得入内！猪八戒心想：为了参加蟠桃会，我只能减肥了。但是离蟠桃会只差一个月了，怎么办呢？唉，真麻烦！

　　这时，他想到去找孙悟空求助。八戒腾云驾雾，飞了起来。谁知由于太重，飞到一半时差点掉下来，他只好抓紧云朵继续向前飞，好不容易撑到了花果山。猪八戒一落地，就急匆匆地跌跌撞撞向水帘洞跑去，还大声喊着：“猴哥！猴哥！”孙悟空听到师弟的声音，连忙出来迎接，看到八戒这幅摸样，吓了一跳，问：“你这是怎么了？”猪八戒答道：“没什么，就是太胖了，这不正想办法减肥吗？”孙悟空埋怨道：“你这呆子，又在暴饮暴食，这毛病怎么还没改掉？”八戒忙说：“所以我来找你，让你帮我想个办法减肥呀！”于是，猪八戒的减肥历程开始了……

　　第一步，练习跑步，每天跑十圈。猪八戒最受不了的就是这个了，才刚跑完半圈，就已经大汗淋漓了，但他没有泄气，心想不减到五百斤以下不罢休！

　　第二步，节食，不许吃太多饭！这个对于猪八戒来说实在太难，有好几次嘴都碰到食物了，但还是强忍住放了回去。

　　第三步，跳跃，跳高、跳远、跳绳，样样都得来。猪八戒听见后对孙悟空说：“猴哥，你让我干这些事还不如让我跳楼、跳河呢，妈呀！”

　　一个月后，猪八戒觉得自己不太可能成功，走到铁秤一称，四百九十八斤！好险啊，差点就减肥失败了！猪八戒骄傲地挺起胸，迈开大步向天庭走去……

　　老师评语：文章用诙谐的语言向我们讲述了猪八戒减肥的整个过程。把神仙的生活凡人化，同时也告诉我们一个道理：做什么事情都要持之以恒，才可以迈向成功的阶梯。整篇文章读来轻松，幽默，生动。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn