

专家支招

# 解决让女人闹心的事



**1.你总是忍不住翻他手机,看看又有女人给他发短信了……**

你总是很担心,自己在变老了,可是年轻女孩一茬又一茬,围绕在他的身边。他的女学生、女下属、女同事总是那么像狐狸精!他的手机一响,你就烦躁。

**专家支招:**“妞,跟自己说,丫绝对找不到比我更好的了!”

与其担心他会出轨,不如让他开始紧张你。把主动权掌握过来,就算结婚了也要成为辣妈,既要有正宫范儿,又要有妖精的魅力,身边永远有异性朋友。不要永远围绕着男人转,让男人觉得你很有魅力,他才会更为紧张你担心你。

**2.你爸妈嫌他工资比你低,学历比你低,身高比你低;你的朋友嫌他品味有点低,笑点有点低……**有时候,连你自己都觉得跟他在一起,脊梁有点低。

他真的是超级平凡,超级不起眼。老爸、老妈、你的朋友,没有一个说他出色。他总是众人嘲笑的重点。他从来不服气,只是笑着自嘲,默默握着你的手。你想,他怎么那么窝囊,那么让你提不起气……

**专家支招:**“你为什么跟他在一起呢?跟他在一起你不是很放松吗?”

工资低,你饿着了吗?学历低,你无法和他沟通吗?身高低,影响你们接吻了吗?品味低,他们就品味高了?笑点低,那不是常常能开怀大笑?

想想你当初为什么喜欢他?和他在一起,你最开心的是什么?这些是其他人带来的吗?新鲜都是他们说的,幸福才是自己能感受到的。

**3.你一看电影、电视剧,就会去关注幸福的将婚女主角,扳指头算算她多大了。一比自己小,你就开始叹气:“哎,世界上怎么没有她男朋友那样的好男人呢?”**

你快30了,或者30+了,但是个人问题还没有解决。刚刚春节回家,被众亲友数落了一个遍。

但是,你认为,真的不是你自已不努力,而是好男人太少。你看电视剧、电影、爱情小说,你觉得那里面的女主角都比你幸运,她们都能找到深爱自已、不顾一切为自已付出的好男人。这样的男人却从来没有在你的生命里出现过……

**专家支招:**“你怎么知道自己运气不好?你坐在家,不去试试,运气不会落下来的。”

你没看那么多电视剧,那么多书,30多、40多的离异带着拖油瓶的姿色平平女,都能遇到高富帅哭着喊着给她花钱呢。你怎么知道自己没那么好运气呢?

**4.A嫁的是CEO,B嫁的是三套房,C嫁的是太子党,我真不想去参加好姐妹的聚会……**因为我家那个是经济适用男。

读书时,你一直觉得自己和死党姐妹们都差不多:有相似的品味、有相似的爱好的、有相似的生活经历……但是现在呢?她们都比你过得“好”。原因归结起来,就是她们有一个有财力、有权势、有家世的男朋友/老公。看看自己,你的男友/老公那样普通,你什么也指不上他。

你慢慢和她们的话题少了。你觉得自己和她不是一个阶层。你有时候都不愿去见她。看着她们过得好,你心里酸酸的……

**专家支招:**“无聊同学的聚会之类的活动,该不去就不去。你的经济适用男给你的温暖劲儿,她们哪里懂!”

有的时候,无聊的同学聚会之类的活动,该不去就不去,与其看她们跟那显摆半天最后买单,要么去洗手间,要么钱包不好找,还得你这个家里只有经济适用男的人掏钱包最快……还不如在家,老公孩子看八卦电视访谈呢。

**5.你打开微信朋友圈:A在晒旅行照,B在酒吧搂着帅哥自拍,C在晒厨艺,你抑郁了……**因为你晒的总是一台电脑加上一句“MD,老娘又在加班!”

你总是抱怨加班,抱怨公司太剥削人,影响了你和男友的约会,真想马上撒手不干了!

**专家支招:**“姑娘,请想想那些想加班都没机会加班的失业大军吧!”

你有豪富爸妈能养着你吗?你有能力自己开公司吗?你除了上班,还有什么生存技能吗?没有?那好吧,你还是乖乖上班,努力加班吧。想想那些想加班都没机会加班的失业大军。

**6.闺蜜又来约我吃饭了。她又要给我看她的高帅富男友、大钻戒、LV手袋、豪华旅行照、探戈舞会留影、与明星的自拍……**我的生活真苍白!

你本来好好过着自己小日子。但是,总有一个特别好的闺蜜,一见你就说:“我最近真晕头转向的。男友在北京圈了块地,处处要我找关系,都没时间出来和大家聚了……”“亲爱的,不是我最近不见你啊,我真是特别忙。你看李冰冰去好莱坞,全要我去安排,真的是好忙啊……”“妞,你可不知道,我最近累死了。我们家那谁带我去一趟欧洲,一直在买东西,行李都差点运不回来了。你看这个Chanel的包,在那边买可便宜了……”总之,就是生活得五光十色,宛如偶像剧。

你想,怎么你的生活就那么两点一线,缺乏刺激,缺乏色彩呢?

**专家支招:**“越是闺蜜,越较劲,这是人之常情。人人都有郁闷,那就不算个事儿。”

为什么真正的亿万富豪住城堡、开飞机都刺激不到你,而她住个大房子、开辆兰博基尼,你就郁闷至死?其实我们知道,越是闺蜜,越容易较劲。这是人之常情。你的想法很正常,其实人人都有这样的郁闷。人人都有郁闷,姐们,那就不叫郁闷。就算开兰博基尼的,也有人开私人飞机呢。

**7.她没你能干、她什么都不会,为什么领导这么喜欢她?这一定是潜规则!**

你觉得你在公司里最勤勤恳恳,任劳任怨,简直就是劳模。但是没想到,上司却视而不见,天天表扬她。她工作经历不如你,错事一大堆,几乎什么都不会。

你总想,她也就只是比你漂亮点,她甚至还没你漂亮,她只是比你抛媚眼而已,她只是比你不要脸而已。她一定是靠潜规则才上位的。

**专家支招:**“被潜规则是有代价的,潜规则也是很辛苦的。别人的路不一定更好走。”潜规则也是有心理成本的。别认为别人的路好走,自己的路就难走。(据爱美网)

法国女性的诱惑高招



你怎样做会令他欲火燃烧?是一个销魂的眼神,还是一句意味深长的话,又或是一个俏皮的微笑?你是否尝试让他在两秒之内就为你而疯狂?参与法国《女性》网调查的这些女性的绝招,或许能让你的魅力指数上一个台阶。

**1.给他热情的亲吻。**方法一:轻轻地靠近他,温柔地摸索他的身体,轻咬他的耳朵,他立即会意识到你的行动意味着“我想要你”,这是简单却又行之有效的方法。

方法二:热烈的吻,不是浅尝辄止的吻,而是充满热情的舌吻,这个方法让他体会到你们蠢蠢欲动的欲望。

**2.激起他的无限想象。**方法一:躺在床上准备入睡时,取出一本浪漫小说,为他读读其中充满情色和欲望的段落,不到两页,他就可能兴奋起来。

方法二:以性感的方式吃冰淇淋、酸奶或者巧克力,用手指轻蘸这些食品,用舌头慢慢地舔着手指和嘴唇,表现得很自然,很无辜的样子,一切就水到渠成了。

方法三:做家务时,穿一件他喜欢的衣服,不穿内衣,穿条可以衬托臀部曲线的裤子,在弯腰或者活动时露出性感,额头微微渗出的汗水都会让他禁不住想抱抱你。

**3.发挥内衣的魔力。**方法一:只要身材够火辣,不用穿吊带袜,渔网丝袜或者其他性感内衣,只要在洗澡后穿一件纯白色的三角内裤,外加一个小衫就足以。

方法二:如果你是内衣控,当老公回家后,每天都变换样式给他惊喜,或性感,或可爱,或神秘,让他沉醉于你的百变和魔力之中。

方法三:备件桑蚕丝睡衣。这的确是一件秘密“武器”。因为丝绸有柔软光滑的触感,又不会起静电。坐在他怀里,让他触摸自己温润而柔滑的肌肤,一切就顺理成章了。

**4.唤醒他的感官。**方法一:变换使用香水,带给他新鲜感和兴奋感。有些时候在身上涂抹乳液,或者洒点古龙水,就会立刻激起他的兴奋反应。

方法二:吃饭时,充分发挥手指的作用。用干净温柔的手指喂他烤肉、蔬菜沙拉、小点心,在满足食欲的同时提高了情趣。尤其在品尝美酒时,纤细而白嫩的手让红酒衬托得更美,会让他热血沸腾。

方法三:睡前给他做套按摩。用带有镇静香味的柔滑乳液抚摸他的肩膀、胸肌以及整个身体,让他身心平静放松,喜悦从心而生。

方法四:睡前,偷偷溜进厨房,拿奶油在身上画幅画,如内裤形状,对他说,这是百分百可食用内裤,开饭啦!这些类似的妙招可以让他从视觉、触觉和嗅觉上陷入你的诱惑之中。(据《生命时报》)

## 男人这样喝酒预防癌症还能长寿

世界癌症研究基金会一项研究表明,每日适量饮用低度酒可降低罹患癌症风险。这一研究结果刊登于基金会会刊。很多癌症病人最终并非死于癌症本身,而是并发症所造成的,如并发症心血管病等。癌症病人适量饮酒可以减少并发症,提高生存质量,延长生命。此外,适量饮酒也可以作为日常生活中预防癌症的好方法。

**喝酒能防胃癌**

一般认为,食物中蛋白质的含量低,营养较差,新鲜蔬菜和水果缺乏,容易得胃癌。此外,情绪忧郁,时生“闷气”,也是一种因素。假如适量或少量饮酒,并伴佳肴,营

养水平必然提高,饮酒消忧畅意,解除情绪上的疙瘩。这是防胃癌的良好方法。

**喝酒能防食管癌**

食管癌,一般也是营养不良所致。饮酒美食,也可预防。治疗食管癌的某些药物也需用酒制作,或在药中加酒,以利药效达到癌肿部位。食管癌常吞咽困难,如饮一些蛇胆酒,可以改善症状,也可用酒调玉枢丹咽下,减缓吞咽之苦。

**饮酒可以预防淋巴瘤**

科研人员对来自美国、英国、瑞典和意大利的1.5万人的9项研究分析表明,饮酒者较之不饮酒者患非霍奇金淋巴瘤的风

险要低约27%。美国国家卫生研究院的林赛·莫顿说:“我们对酒精消费和罹患非霍奇金淋巴瘤的风险进行的综合研究表明,饮用含酒精饮料的人比那些不饮酒的人患非霍奇金淋巴瘤的风险要低。”

此次研究发现,饮酒者患非霍奇金淋巴瘤的风险都会降低,而与他饮用的酒精饮料的类型、饮酒量的多少、饮酒时间的长短无关。

世界癌症研究基金会说,虽然研究结果仅涉及肠癌,但可以认为饮用低度酒可能也会减少罹患乳腺癌、肺癌、食道癌、口腔癌等癌症的风险。(据凤凰健康综合)