

微话题

# 把老公养成男神，你也可以

在明星界，有不少这样的女人：自己事业不错，老公还是男神。她们无疑是美丽的，但她们之所以能够收获令人艳羡的爱情，靠的却是智慧——那种可以影响和打造一个男人，并且让他甘之如饴的智慧。

## 让他成为一个靠谱的男人

关键词：能力、责任感

造星圣手：寇静

造星对象：张亮

你不需要拯救银河系，只需要培养他拯救银河系的能力，以及让他愿意为你去做这件事。事实上，一旦女人自己能拯救银河系了，还有男人什么事儿呀？这样的老公你又怎能指望他成为“女神的圣斗士”呢？



## 把他变成一个帅气的男人

关键词：外形、品位

造星圣手：维多利亚·贝克汉姆

造星对象：大卫·贝克汉姆

穿什么衣服、化什么妆，体现的其实是你想成为一个什么样的人。所以，一个人一旦改变外形，他的内在也已然发生变化。反之，一个女人想要影响男人，外形也是最容易入手的地方。



## 帮他成为一个智慧的男人

关键词：心灵、精神

造星圣手：安吉丽娜·朱莉

造星对象：布拉德·皮特

就像布拉德·皮特说的：“女人是男人的镜子，你怎样对她，在她身上全部展现无遗。”同样地，我们也能从男人这面“镜子”里看到自己是怎样的妻子：你以优雅与智慧待他，他也必能表现出同样的素质。

## 你也可以把老公变成男神

对待孩子，我们提倡因材施教，调教老公其实也是同样道理。

### 1、为他重塑新的童年——精神分析的启示

众所周知，精神分析注重童年对一个人的影响。而无可否认的是，我们的伴侣无论是生活习惯、服装打扮还是饮食口味上，都烙刻着童年的痕迹。所以，想要把老公变成男神，最重要的就是为他重塑一个童年，改变他在众多事情上的品位与看法。

### HOW TO DO：神奇的“欧巴效应”

新浪网的一项调查显示，男人最喜欢听到女人称呼他们“哥哥”，这大概也是韩剧“欧巴”能够盛行的原因。别小看这个称呼，它让男人找回年少时被小女生依赖的感觉，是主动走向男神的开始。

完成“那些年的事”。人们性格上的执著往往缘于成长中的未完成事件，比如小时候不够强壮、未得到尊重，长大后就容易防御过强或骄傲自负。妻子如果能帮丈夫重造一种童年氛围，让他在婚姻中弥补未完成的遗憾，那么丈夫的性格也会在不知不觉中发生改变。

### 2、让他的优点更加明显——

### 行为主义的准则

行为主义流派创始人华生曾经说过：“给我一打健康的婴儿，在一个由我支配的特殊环境里养育他们，那么不论他父母的职业、种族、才干、爱好如何，我都可以按照我的意愿把他们训练成为任何一种人物——医生、律师、商人、艺术家，甚至是乞丐或强盗。”事实上，他强调的正是通过管理行为从而改变性格的可行性。

### HOW TO DO：让他的强项更强

就像维多利亚让帅哥贝克汉姆变成了足球界最时尚的人，就像寇静让大厨张亮变成了模特圈最会做饭的人，聪明的她们都强化了丈夫的强项，而没有要求他们去发展不擅长的短板。

让你的要求更少。每个阶段只改造一个方面，而不要让他同时陷入众多要求之中。可以从最简单的外表入手——当他因你的改造获得更多好评时，下一步你再想改造哪里，他都会愿意配合。

### 3、给他变得更好的可能——人本主义的态度

当精神分析和行为主义推崇改变的时候，人本主义让我们学会尊重。它强调每个人都有价值，都存在闪光点。而这恰恰是让一个男人变成男神的心理基础——无论眼前这个男人是否完美，认可他、爱他才能让他趋向更好。

### HOW TO DO：不接纳缺点，但接纳本人

你可以批评伴侣的缺点，指出他应该改正的地方。但一定要记住：对事不对人。只有让伴侣感觉到你对他是完全接纳的，他才有勇气和动力去主动地弥补不足。

自己要更好，但不必完美。一个不断前进的女人让人想要追赶，而一个完美的女人却令人却步。在塑造男神的过程中，你应该让自己变得更好，但不必藏起缺点去打造完美形象，那样只会给伴侣太大压力，让他想要放弃。

今日女报微信粉丝“彩蝶飞”推荐分享

## 今日女报官方微信朋友圈美文征集

亲，我们推出了“微信·悦读”版，注意，这些文章可都是来自今日女报官方微信朋友圈的原创或推荐哦！如果你也有让你或深思或感慨的优美短文，或你对国学有独到见解，亦或是你也有亟待与人分享的养生心得；还有你在游历四方时拍下的好看好玩的风景，以及生活中的欢乐场景，都请投稿给我们吧！



投稿方式如下：1、扫描右侧二维码，关注今日女报官方微信，并直接留言投稿；2、您也可以拨打编辑电话 0731-82333706 投稿。我们将在微信平台或报纸上刊登出来，与大家美文共赏。

微国学

## 释迦牟尼最有灵性的四句话

1、无论你遇见谁，他都是你生命中该出现的人。

这意味着，没有人是因为偶然进入我们的生命。每个在我们周围，和我们有互动的人，都代表一些事。也许要教会我们什么，也许要协助我们改善眼前的一个情况。

2、无论发生什么事，那都是唯一会发生的事。

我们所经历的事，不可能，绝不可能是以其它的方式发生，即便是最不重要的细节也不会。并不存在“要是我当时做法不一样……，那么结果就会不一样”。无论发生什么事，那都是唯一会发生的，而且一定要那样发生，才能让我们学到经验以便继续前进。

3、不管事情开始于哪个

时刻，都是对的时刻。

每一件事都正好是在对的时刻开始的，不早也不晚。当我们准备好，准备经历生命中的新奇时刻，它就在那里，随时准备开始。

4、已经结束的，已经结束了。

这是如此简单。当生命中有些事情结束，它会帮助我们进化。要完整享受已然发生的事，最好是放下并持续前进。

你坐在这里，读着这些文字，我相信绝非巧合。如果这些文字触动你的心弦，那是因为你的因缘成熟，你明白没有任何一片雪花会因为意外落在错的地方。

今日女报微信粉丝“黄小米”推荐分享

微宝贝



## 当粪便成了化石后值多少钱

大便也能卖钱？你是不是疯了？没错，在纽约的一个拍卖中心，一坨大便就曾卖出了960美元的高价。哇，真是发财的好点子！

别急着高兴！因为你得保证这坨大便能变成化石，还要保存上千万年，再遇上一个好买主。上述的那坨大便，它的主人是一只生活在一亿三千万年前的恐龙。当然，现在，这坨大便已经成功转型，变成了化石，外观看起来像岩石，内部看起来则像颜色丰富的矿石。至于臭味，早已消失在历史的长河里了。而买下它的小店店主，也成功地自我宣传了一说。

有人说，这是商业宣传……不管再怎么着，这也不过是一坨大便！

此言差矣！

在古生物学家、植物学家看来，粪便化石可是宝贝，他们能从中发掘出好多信息。古生物学家之所以把恐龙分为植食性和肉食性，其重要根据之一就是它们。和很多动物一样，恐龙并不能把吃到的所有食物都消化完，总有一些难消化的变成了大便的一部分。古生物学家把这些化石切开，放在显微镜下观察。如果含有茎或叶，就可以判

定是植食性恐龙拉的了。再与植物学家配合研究，连恐龙吃的究竟是哪一种植物也可以知道得清清楚楚。

印度古生物学家、植物学家就不但从一些恐龙的粪便化石中找到了菌类的痕迹，还发现这些菌类是生长在树上的。而菌类植物是个大家族，它们只会在适宜的温度、湿度下，才能生存。所以，这些化石还说明了晚白垩世的印度是热带与亚热带交替的气候！

古生物学家还曾从一些粪便化石上找到苍蝇留下的孔洞，这说明当时已经有昆虫靠粪便为生，也解释了为什么很少发现那个时代的恐龙粪便化石了——全到昆虫肚里了！

当然，单看粪便还不能断定它们究竟是哪种恐龙拉的，不过，专家有办法，因为在粪便化石出土的同一地层中，一定有恐龙化石出土，根据各种恐龙化石的多少和粪便化石的数量，大致就能推测出来了。

不仅仅远古动物粪便化石有研究意义，现在的动物大便也很有研究价值哦，比如就有人专门追着蓝鲸的粪便跑呢……

今日女报微信粉丝“罗日明”推荐分享

微美文

# 给生命一个助跑的过程

在高原的上空，常常可以见到秃鹫在翱翔。秃鹫又叫座山雕，也被人誉为“神鹰”，是高原上体格最大的猛兽。它们往往栖息在海拔2000~5000多米的高山原上，体重达到7~11公斤。秃鹫张开翅膀后，整个身体有2米多长，能长时间飞翔于空中。

当它盘旋在湛蓝的天空时，它宽大有力的翅膀，似乎连太阳也能遮蔽，你甚至还能听到它的翅膀在空气中“哗啦、哗啦”扇动的声音。

有一次，一个猎人意外捕获一只秃鹫，他把秃鹫关进一个不到一平方米的围栏里。围栏的顶部完全敞开，从围栏里面可以仰视天空。

然而秃鹫处在这样的围栏里，怎么样也飞不起来，只能在围栏里徘徊，做无奈的囚徒。

原来秃鹫虽然雄健有力，能翱翔万里，可它飞上高空之前，却需要一个助跑的过程。它要先在地面上奔

跑三四米，然后才能飞起来。就是这短短的几米，决定了秃鹫是否能翱翔直上，成为一只勇猛的大鸟。而在这个狭小的围栏里，它没有助跑的距离，无法腾空而起。

我们做人又何尝不是如此？许多人一踏上社会就希望一鸣惊人，名利双收地拥有一切。而这样急功近利，不注重人生的积累，是难于起飞的；相反，能不辞辛苦地为自己搭建好助跑的舞台，从而将优势不断发挥，才能逐渐达到事业的巅峰。那么，像秃鹫一样，给生命一个助跑的过程吧，这样，我们的人生就可以飞得更高。

一个人的成长、成熟、成功，其实是一个不断进行积累的循序渐进的过程，人的身上之所以有着无穷大的潜

力，主要是平时积累的缘故。助跑的过程其实就是让自己的潜力得到极至发挥的一种措施，就是为了让自己的跑得更快，跳得更高，跳得更远。相比只要结果而言，助跑的过程可以说是一个漫长的过程，但没有这个过程是不可能最终获得成功的！我们每天都在积累，我们每天都在助跑，因为我们的心中有一个目标。

今日女报微信粉丝“单南”推荐分享

