

微话题

假如婚姻只有五年期限，你选择怎么过

和朋友聊天，突发奇想：如果将婚姻法一改，将终身的婚姻改为五年之约。每一场婚姻只有五年，五年到了，彼此的承诺便子虚乌有。有想继续婚姻的，可再签一个五年之约，不想继续的，也不用沸沸扬扬闹上法庭，原先的婚姻自然化为废纸。果真如此，这样的婚姻会如何？朋友们听了兴奋不已。

一个说：这样多好啊，我们家再不会有争吵了，讥讽啦，抱怨啦，责骂啦，我也都可充耳不闻。反正就五年，忍忍不就过去了嘛。

一个说：哎呀，那我可要注意了。要减肥，让自己变得更加漂亮，不然到时成了黄脸婆，还怎么找啊！

年轻的说：嗯，那我就不用像现在这样挑来挑去的，差不多了就结婚，如果相处得来就继续在一起，相处不来，五年后大家拜拜，我还有选择的机会。

还有一个打趣道：要真这样，社会也就太平啦。包二奶的，找情人的，一夜情的，统统不需要啦。也就五年时间啊，到时候对方要不要自己还指不定呢！哪有心思去外面找。

最后那个朋友感叹道：唉，真要这样，婚姻该多么美好啊。每一场婚姻都只是短短的五年，为着珍惜，大家都会相互容忍，相互关爱，沟通也会更好，五年之后，又可重新享受新婚的祝福。虽然妻子还是那个妻子，丈夫还是那个丈夫，心理上却是一个全新的婚姻。这样一直到老，可真像童话中的公主王子一样，恩恩爱爱一辈子啊！

突然之间，大家默然。原来我们挥霍婚姻，只是因为认定它会永恒。如果有一天，它真的要离去，我们是否还来得及去珍惜。生命有多长，长不过三位数，我们有必要终日抱怨吗？婚姻有多长，长不过两位数，我们有必要彼此埋怨吗？

老套地借用广告大师大卫·奥格威的话：活着的时候要尽情快乐，因为我们是要死很久很久的。因此，在婚姻里相逢的男女，别扔掉爱情，别轻易放弃他（她）。

珍惜现在，因为在下一世，我们再难重逢。

今日女报微信粉丝“朱讯”推荐分享。



微生活

慎喝：女生不可不知道的 8 款失身酒

酒吧是青年人社交的主要场所之一，留学欧洲和北美的人应该体会得尤其深刻。面对如此鱼龙混杂的场合，女人要做到时刻提高警惕，保护自己。

尤其是面对各种貌似友好的邀酒行为，我们在预知自己酒量的同时，也要避免喝一些高度的烈性酒，下面就列举一些俗称的“失身酒”。

姐妹们，如果不是特别熟识信任的朋友邀杯，建议不喝为妙～

1 蓝莓茶 (Blueberry Tea)

它的味道会让人以为是一般的茶味勾兑酒，殊不知它可不是贵妇们的下午茶，而是表面上看来是热茶的温热调酒。

2 新加坡司令 (Singapore Sling)

以琴酒调出的“新加坡司令”鸡尾酒，是热带地区的流行酒款。比起其他 7 款酒来说，这款酒的点击率不是很高，所以容易被忽略，敬请小心。

3 长岛变身酒系列

时代变迁，祖父级别的“长岛冰茶”也有了第二代、第三代，先是添加波本威士忌，之后再加白兰地，血缘关系越来越复杂，更在世界各地繁衍出不同后代。

4 血腥玛丽 (Bloody Mary)

伏特加，其中波兰产的 Spirytus，酒精浓度为 96 度，据说只浅尝一口，嘴唇就会瞬间发麻、脱水；但它的口感最接近水。

5 爱尔兰之雾 (Irish Mist)

爱尔兰威士忌兑水加冰块，再佐以一片柠檬，

成了爱尔兰之雾。所以请不要因为喜欢上这种爱尔兰之雾协调的口感就贪杯哦，它绝对会让你体会什么叫极度眩晕。

6 长岛冰茶 (Long island Iced Tea)

经典鸡尾酒、更是经典失身酒，两杯之后保证在公众场合失去分寸。这么说好了，胆敢点此酒的人应该知道自己的酒量，虽然它是看似乖宝宝的勾兑酒，没有花哨的装饰。

7 自由古巴 (Cuba Libre)

此酒是由产自加勒比海区国家古巴的朗姆酒加可乐调制而成。调制自由古巴的朗姆酒口感复杂，因为由蔗糖提炼，骨子里非常热情且带点甜美，但是它又可以纯粹到有超高酒精度。

8 玛格丽塔 (Margrete)

来自墨西哥的龙舌兰调制的玛格丽塔，个性热情而鲜明，气味浓烈且带点生涩，适合刚从啤酒进阶的人尝试。有些喝惯了啤酒的女生，不要也把这个当啤酒喝哦。

今日女报微信粉丝“何生明”推荐分享。



扫二维码，关注今日女报微信，有惊喜哦！

微养生

多吃葡萄吧！你不知道它究竟有多好

如今正是葡萄采摘的季节，我们告诉你，多吃葡萄哦，这个对人体的好处真是数不清啦！

1 葡萄能比阿斯匹林更好地阻止血栓形成，并且能降低人体血清胆固醇水平，降低血小板的凝聚力，对预防心脑血管病有一定作用。

2 葡萄中的葡萄糖、有机酸、氨基酸、维生素对大脑神经有兴奋作用，常食对神经衰弱和过度疲劳者也有益处。

3 长期吸烟者可多吃葡萄，葡萄既可帮助肺部细胞排毒，又具有祛痰作用，可缓解吸烟引起的呼吸道发炎、痒痛等症状。

4 葡萄汁对体弱的病人、血管硬化和肾炎病人的康复有辅助疗效可以帮助器官移植手术患者减少排异反应，促进早日康复。直接饮用葡萄汁还有抗病毒的作用。

5 想保持身材健美的人们应知晓的是，葡萄是吃了不容易发胖的水果。女性每天食用十来颗含有大量维生素的新鲜黑葡萄或绿葡萄，既能达到减肥目的，又有益于心血管健康。

6 葡萄干为营养食品，适合于虚弱体质者食用，能开胃增进食欲，并有补虚止呕、镇痛等功效。

7 葡萄的抗癌作用尤其明显。研究表明，在那些种植葡萄和吃葡萄多的人群中，癌症发病率也明显减少。这主要是因为它含有一种抗癌微量元素（白藜芦醇），可以防止健康细胞癌变，阻止癌细胞扩散。这种在葡萄皮和葡萄籽含量丰富的白藜芦醇，是葡萄中最主要的成分，是抗氧化的绝佳食物。所以吃葡萄不吐葡萄皮是科学的。

今日女报微信粉丝“肖金恩”推荐分享。

涨姿势

来看看你家男人还剩下多少活着的“小蝌蚪”？

兄弟们嘿咻的时候，估计都不希望小蝌蚪找到他们的妈妈。但“生孩子”这事儿是人类延续的基石，一旦上升到人类繁衍的高度，这个话题就必须重视起来了。在某些层面上来说，这个“软实力”要比性能力更重要，而全世界各国男人，都会多多少少被这个问题所困扰。

●法国：该国男性精子存活率：74.5%

今年早些时间，法国《费加罗报》的一份报道显示，法国男性的精子量呈现逐年下降的趋势，且 16 年来精子浓度下降了近三分之一。人们相信，农药、杀虫剂的泛滥，以及肥胖问题，是精子浓度下降的主要原因。

●莱索托王国：该国男性精子存活率：83%

听名字你也许不知道莱索托在哪儿，但在地图上却很好认。它就是那个完全被南非环绕的小国，也是地球上最大的国中之国。但就是在这个曝光率很低的小国里，出了一件大奇事：一名 15 岁的姑娘口吞精子之后，竟然怀孕了！这并不是小姑娘撒的谎，因为她天生阴道畸形，也就是常说的石女。但因为胃穿孔了，精液直接从胃脏钻进了腹腔，最后摸索了半天，游到了子宫，并奇迹般地怀上了孕！连胃酸都不怕的精液，你说活性得多高？

●德国：该国男性精子存活率：69%

德国环境基金会曾在全国范围内开展了一项精子质量调查，发现在过去的 40 年里，全国男人的精子状况均有明显下降，重工业城市汉堡甚至下降了 70% ！在某些城市中，超过一半男性的精子浓度低于世卫组织的底线，也就是每毫升 2000 万个。

●英国：该国男性精子存活率：72%

英国有一句谚语：腰带越长，皮带越短。一项研究表明，因为吃得太多，2030 年会有超过一半的英国男人成为胖子。而另有一项研究表明：肥胖者的精子质量也会变差。阿伯丁大学吉亚瑟教授通过分析 5000 多名苏格兰男子的精子样本发现：60% 的胖子精液浓度过低，而且精液异常几率高达 40%。特别是到了夏天，精子活性会变得更差。

●日本：该国男性精子存活率：70%

工作压力大，AV 产业链丰富，日本男人的精子质量明显好不了。更不用说前两年那里还出了一场核电站大爆炸，辐射导致的精子问题更是让这个民族雪上加霜。也正因如此，日本人普遍对人工授精持接受态度，但问题是即便是捐赠者的精子合格率也只有 30% 不到。

●巴西：该国男性精子存活率：71%

如果说中国人有个难兄难弟，那肯定是巴西。这是一个各方方面都和中国很像的国家，呃……除了足球。所以那里的男人也和我们的生活方式很像：工作狂、嗜酒，同时还特别爱吃加工过的肉制品。变胖之后，输精管被阻塞的概率会大大升高，当精子“出关”的时候，原本活性高的精子也会变得很疲惫，而且酒精对精子活力也有普遍的遏制作用。

●美国：该国男性精子存活率：78%

美国人“器大好”是公认的，但他们的精子活性质量并不是很高。一项来自《美国环境》的报道指出，美国人的精子活性正呈现逐年下降的趋势，主要原因是习惯了把电子设备“贴裆”放置。

●中国：我国男性精子存活率：72%

固本索源是老祖宗们一直在研究的课题，但到了我们这一代，似乎精子质量进入了空前严重的滑坡时期。据统计，中国男人的精子质量正在以每年 1% 的比例逐年下降。而且在工业化程度高的地区，下降速度更快。

今日女报微信粉丝“亚妮”推荐分享。