

微话题

她想坐在宝马车里哭，我就得给她让座？

我在一家知名国际连锁美容院做美容小姐。过去的两年间，给一个叫艾笑的顾客做美容是我最喜欢的工作之一。她总是妙语连珠，一个小时的时间，一眨眼就过去了。

当然，我喜欢她，还有一个很重要的原因，就是她出手极为大方。

她开着一辆红色的雪佛莱，有时，会有一个男人开着宝马来接她。

一个周五的晚上，我又看到那辆宝马等在美容院门前，可是艾笑并没有来。我趁做美容的间隙打探，想知道宝马到底是接谁。一个小时后，我看到了邓红——她是我们店的资深VIP，据说，她老公是房地产商，身价过亿。邓红上了那辆宝马。平时她是开Q7的。

因为那辆宝马，此后我对邓红和艾笑格外留意。我很好奇，她们与“宝马”之间到底是什么样的关系。有一次，邓红刚做完美容离开时，恰巧与艾笑在大堂里擦肩而过——事实证明，她们并不相识。

周二的这一天，艾笑有些闷闷不乐，我也就不说话。中间，她接了一个电话，是她的朋友打来的，我只听艾笑说：“我跟他三年了，这么一直耗下去，我就成黄脸婆了。”“看来，只好让他老婆知道这件事情了。”

又是周五，是邓红来做美容的日子，我找借口说第二天有急事要请假，跟她的美容师换了班。

邓红做美容总是带朋友一起的。她们的对话悉数落到我的耳朵里。

邓红说：“我就用一句话，把那小姐噎得半天不出声。”

朋友问：“你咋说的？”邓红笑着说：“我说，哦，我算算啊，你应该是第十八个打这样电话的女孩子。他啥时答应跟你结婚，你再打我电话吧，我不会换号的，等你哦。”

又是一阵笑声。

朋友说：“邓红，你真不生气啊？”

邓红说：“我生得过来吗？习惯了，都觉得像看笑话似的。她想坐在宝马车里哭，我就得给她开门让座啊！”

朋友问：“那你跟老李说这事没？”老李应该就是邓红老公。“说了。我说，你以后再找小三儿，找点懂事的，别老让我们给她打电话，我也不是你的小三儿办事处。”

这时，两人已经笑得喘不上气了。

“老李听了，觉得又好气又好笑。男人天生就是贱，你越把这事当回事，他越来劲。你根本不放在心上，他自己先觉得无聊了。”邓红若有所思地说。

那天，邓红塞给我100元的小费。她对她的朋友说：“当年，我跟老李也像他们那样，一起吃了很多苦。这些苦都长在骨子里了，



谁想往外摘，也摘不出来。”说这话时，邓红眼圈红了，我也很想哭。邓红拍了拍我的肩膀，没有说什么，和她的朋友一起下楼了。

其后的两个月里，艾笑每次来美容院都比上一次更焦躁——直到她的身边出现一个开着斯巴鲁的“高富帅”。

笑容又重新回到了艾笑的脸上。作为同龄人，我看得出来，她由内而外地开心。

后来艾笑又来过几次美容院。每次都是那个男人陪伴，他很慷慨地为她付了接下来一年的费用——假如不知道这只是一场戏，我们都要被感动了。

再后来便不见了艾笑的踪影。

邓红依然在我们这里做美容。据她的美容师传来的消息是：邓红的招数很管用。艾笑主动跟老李提出了分手，请求老李对她的过去守口如瓶。她要跟那个男人一起去北京，去一个没有过去的地方，重新开始。

据说邓红是这样为这件事作结的：“这样骗她是不道德了一些，可她不想不劳而获在先。我想，经历了这场恋爱，她应该会重新做人吧。这样也算是帮了她。”

.....

女人的脸呈现给这个世界的，不应该是化妆品，而是幸福。

今日女报微信粉丝“刘芳”推荐分享

微养生

99%的人不知道 火锅其实要这么吃

锅里煮着红彤彤的锅底，涮上各式各样的肉菜，再喝上一两瓶啤酒或者冰饮料，整个冬天的寒冷都仿佛在火锅的热气中消失殆尽。但在这种饮食方式背后，却隐藏着健康隐患。广西营养学会副理事长马力平教授告诉我们，不少人在痛快吃完火锅之后，身体上会出现这样或那样的问题，统称“火锅病”。

火锅病主要包含以下几种：由于火锅温度高、味道重，吃完后有人就会出现“上火”的症状，主要是口舌生疮、牙龈肿痛等，有时还会烫伤口腔或食道；火锅味道鲜美，各种动物内脏、海鲜都是下火锅的好食材，尿酸较高的人会在吃完火锅后引发痛风，脚趾等关节动弹不得；吃一口热菜、喝一口凉啤酒或者凉饮料，当时的舒畅换来的可能就是肠胃的不适，很容易引起消化不良，引发胃炎或肠炎；还有一些性急的人，不等动物内脏、肉类、海鲜煮熟就匆匆入口，很可能将一定数量的致病寄生虫吃到肚子里，引发肠胃疾病。

那么，究竟应该怎样在大快朵颐时还能吃得健康呢？马力平表示，吃火锅可以分六步走。

1 避免选择过辣、过油的锅底。
四川的红油火锅近几年在北方特别流行，但过油过辣的锅底并不适合干燥的北方，容易引起身体上的不适。所以，在北方吃火锅最好选用清汤，爱吃辣的人可以在自己的小料碟中加入适当辣椒增加风味。现在不少餐馆推出的滋补类、番茄类的锅底就是不错的选择。



2 涮菜前先吃点主食。
在吃肉和蔬菜前，可以先吃一些淀粉类的食物，比如土豆、红薯等。这既能控制自己的食量，还可以保护肠胃。

3 三口蔬菜一口肉。
很多人都会觉得，吃火锅不知不觉中会吃太多，此时可以给自己一个限定，比如吃三口蔬菜再吃一口肉，限制高脂肪食物的摄入，特别对于本身就血脂偏高的人来说，更应如此。

4 尽量别喝冷饮。
白酒、冷饮都是肠胃的大忌，若加上滚烫的火锅，更会加重对肠胃的刺激。所以，在饮料的选择上，可以点豆浆、酸奶等以保护肠胃。

5 涮菜时间要到位。
特别是肉类、海鲜，一定要煮熟后再吃。普通肉类要煮10分钟以上，鱼类海鲜要煮15分钟以上，毛肚、鸭肠等内脏要烫5分钟左右，脑花这种则需要10分钟以上，蔬菜类的1—2分钟即可，以免破坏其营养。

6 老人、慢病患者更要注意。
尿酸偏高的人应注意少吃火锅，特别要避免喝火锅的汤底；血压高的老人在选择锅底和小料时，都要清淡，太咸、太油的别吃。

只要注意以上几点，就能在寒冷冬日享受温暖火锅的同时，也让自己的身体更加健康，让家人和朋友在聚会吃火锅的时候，远离“火锅病”的困扰。

今日女报微信粉丝“张双”推荐分享

微美文

两道题就会让你知道谁爱你，看完沉默了

上课了。老教授面带微笑，走进教室，对同学们说：“我受一家机构委托，来做一项问卷调查，请同学们帮个忙。”一听这话，教室里轻微的一阵议论：问卷？比上课有趣多了，问卷表发下来，同学们一看，只有两道题。

1、他很爱她。她细细的瓜子脸，弯弯的娥眉，面色白皙，美丽动人。可是有一天，她不幸遇上了车祸，痊愈后，脸上留下几道大大的丑陋疤痕。你觉得，他会一如既往地爱她吗？

A、他一定会 B、他一定不会 C、他可能会

2、她很爱他。他是商界的精英，儒雅沉稳，敢打敢拼。忽然有一天，他破产了。你觉得，她还会像以前一样爱他吗？

A、她一定会 B、她一定不会 C、她可能会

一会儿，同学们就做好了。问卷收上来，教授一统计，发现：第一题有10%的同学选A，10%的同学选B，80%的同学选C。第二题呢，30%的同学选了A，30%的同学选B，40%的同学选C。

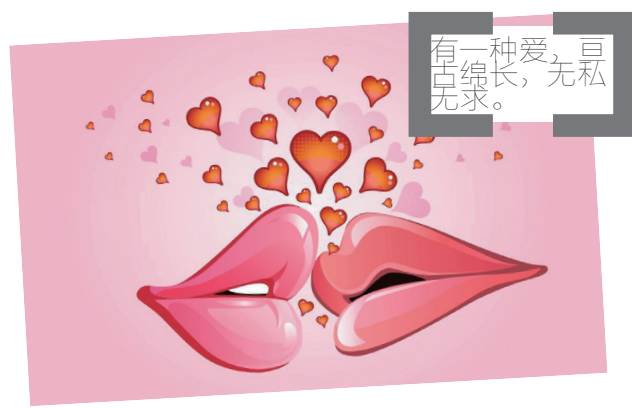
“看来，美女毁容比男人破产，更让人不能容忍啊！”教授笑了，

“做这两道题时，潜意识里，你们是不是把他和她当成了恋人关系？”

“是啊。”同学们答得很整齐。

“可是，题目本身并没有说他和她是什么恋人关系啊？”

教授似有深意地看着大



家，
“现在，我们来假设一下，如果，第一题中的‘他’是‘她’的父亲，第二题中的‘她’是‘他’的母亲，让你把这两道题重新做一遍，你还会坚持原来的选择吗？”

问卷再次发到同学们的手中，教室里忽然变得非常宁静，一张张年轻的面庞变得凝重而深沉。几分钟后，问卷收了上来，教授再一统计，两道题，同学们都100%地选了A。

教授的语调深沉而动情：“这个世界上，有一种爱，亘古绵长，无私无求，不因季节更替，不因名利浮沉。这就是父母对子女的爱啊！”

今日女报微信粉丝“柳柳”推荐分享



扫二维码，关注今日女报微信，有惊喜哦！