



保证

@伤感言:我无法保证给你一段完美的感情,没有争吵,没有分歧。但我能保证只要你坚持,我定会不离不弃。



下午两点刷牙可提神

@深圳商报:英国国民医疗服务机构数据表明,人的精力水平约在下午2点16分降至最低。如果此时离开办公桌刷牙,会让你马上精神起来。需要提醒的是,进食后30分钟内不要刷牙,否则会伤害牙釉质。此外,刷牙还会降低食欲,抑制吃零食的欲望。

人有时真的“越看越好看”

@中国妇女报:美国哈佛大学心理学系的最新研究发现,看对方时间越长,会越觉得对方有魅力,第一印象很可能会有改观。研究人员解释,这种效应是缘于人们对面孔的知觉加工过程,注意时间延长,会影响到大脑更高层次的感知功能,进而对他人的吸引力进行重新判断。

饭后吃梨可大量排出体内致癌物质

@江西晨报:研究人员发现,饭后吃个梨或喝杯热梨汁,积存在人体内的致癌物质可以大量排出。调查结果显示,吸烟或者吃烤肉等在体内聚集的强致癌物质多环芳香烃,在吃梨后会显著降低,特别是喝了加热过的梨汁后。

早上洗个澡一天都精神

@江干发布:一日之计在于晨,一个美好的早晨会让你精力充沛一整天,而其中的秘诀,就是“洗个澡”。早上,洗澡能让人重新焕发生机,开启大脑。如果说咖啡因是一种精神兴奋剂,那么稍凉些的洗澡水也有同样的作用。早起洗个澡能完全“冲”走睡意,让你精力充沛。

红糖颜色越深钙铁含量越高

@生命时报:红糖能健脾暖胃,是滋补身体的佳品。但市面上的红糖种类繁多,怎样才能挑到优质的红糖呢?哈尔滨医科大学附属第四医院营养科专家郑东明指出,红糖颜色越深,其钙、铁等营养物质的含量就越高。此外,好的红糖粗细均匀,干燥而松散,不结块,不成团,没有杂质。

早喝蜂蜜午饮茶

@39健康网:1.人一夜睡眠,体内大部分水分已被排泄或吸收,因此清晨空腹喝一杯蜂蜜水,既可补充水分又能增加营养,对老年人还能促进排便。2.睡前喝一杯凉开水比喝蜂蜜水更利于养生保健,因为蜂蜜含糖不宜每晚睡前喝。3.午休后喝一点淡茶水值得提倡,可解除午饭油腻,提神投入工作。

不巧

@你听她说:都说人一辈子得有两次冲动,一次是奋不顾身的爱情,一次是说走就走的旅行。只是,你对他奋不顾身的时候,正好赶上他说走就走。

Feel

@顶好阅读:喜欢上你,并不是你长得好不好看的原因,而是你在特殊的时间里给了我别人给不了的感觉。

定时

@少女心事收藏:最难过的是遇到了,得到了,又匆忙地失去。然后在心底留了一道疤,它让你什么时候疼,就什么时候疼。

别太用力

@光阴信箱:如果遇上的那个人是对的,定无需花费那么多技巧辛苦维系。若一段感情要很小心很努力,那终究还是会失去。别让自己太累,太用力的爱情,往往太容易失去生命力。

墙

@致前任的情书:你走不进那个人的心里,不一定是你不够努力,而是那个人也不断在加固心里的那堵墙。

假装我们还相爱着

@寄存处:生活或许本来就无聊透顶,干脆假装大树河流山川我们去看过,假装世界各地的冒险我们体验过,假装大喜大悲也终究平淡过,假装我们还相爱着。

