

生活需要返璞归真

轻装上阵才能行稳致远



陷入消费漩涡的现代人,被这个花里胡哨的世界裹挟前行。手机上装满了各式操作复杂的软件、衣柜里塞满了各色衣裙、收藏夹里永远躺着花样百出的减肥方法、刚收到的工资仅够填补上个月的消费支出……然而常穿的衣服也就那么几件,点赞再多的减肥方法也不及管住嘴迈开腿。返璞归真后的生活如同扒去了花里胡哨的外衣,当事物回归本身,以往的一团乱麻反而找到了头绪。

形形色色的软件篇

一键解决“内存焦虑”

中国互联网信息中心发布的报告显示,15-19岁的网民群体人均手机App数量为83个。央视网也以此作了一个调研,叫“你手机里常用的App有多少个?”事实上,很多人的手机屏幕上都被各式不常用到的App占据,大多数人一边抱怨内存不够,一边不愿花时间清理这些“鸡肋App”。与其花钱换手机,不如帮手机养成“易瘦体质”。

琳琅满目的衣柜篇

找到属于自己的风格

“明明一柜子衣服,却总觉得没衣服穿”,这大概是困扰很多人的难题。如果把柜子里的衣服都摊到床上,十有八九会被自己的衣服数量惊呆,甚至发现原来有很多衣服都没怎么穿过……与其让不常穿的衣服塞满衣柜,不如找到自己的风格,去繁就简,让衣柜里的每一件衣服都成为经典单品。

花里胡哨的包装篇

去掉过度包装看本质

随着生活水平提高,商家除了在产品本身下功夫,更是在包装上大开脑洞,各式精美礼盒令消费者眼花缭乱。然而,一些商品为了吸睛存在过度包装,一些礼盒包装堪比“套娃”。看多了花里胡哨的包装,才发现一个质朴的纸袋或许更让人省心,也更容易让人看清里面东西的本质。

花样百出的减肥篇

都不如管住嘴迈开腿

春节刚过,积攒下的肥肉已经呼之欲出,于是减肥又成了热门话题。刘畊宏、郑多燕、8小时减肥法、HIIT、生酮……即使网络上的减肥方法花样百出,一键收藏也并不能让人拥有曼妙身材。再多的方法论,如果只是纸上谈兵,身上的肥肉也还是纹丝不动,不管什么方法,都得管住嘴迈开腿,并且坚持才行。

五花八门的消费篇

尽全力挣脱消费罗网

无意间点进直播平台,主播的花式带货让你的手指不由自主地点击了购买按钮。随之而来的是接二连三的快递信息、堆积如山的快递盒子、不断积灰的闲置品……结果刚收到的工资仅够填补上个月的消费支出。或许,我们需要的物品并没有那么多,不过是陷入了消费的网中。(据《城报》王梅娟)

鸡汤

所有发生的事情,都是为了引导我们认识自己,越早知道自己是谁,就越早活出价值和意义。

你可以讨厌某种东西,但你必须允许它的存在和别人喜欢它。

有的人像极了一些摊位上的草莓,只把好的一面展示出来,背地里其实都快烂透了。

要适应这个世界的温度,不论季节还是人心。

曾经我热衷于教育别人,后来我发现,管好自己比教育别人要靠谱得多。

让安全感和快乐来源于自己,才会有源源不断的安全感和快乐。

其实你现在的迷茫和纠结,就像是现在你还没买好米,就在担心煮出来的米饭到底好不好吃了。

以前总觉得自己是独一无二的,但是经历过打磨之后,我发现我也是不起眼的那一个。

时间证明不了什么,两年三年五年十年,任何人在任何时候分道扬镳都很正常。

爱的想象实在盛大,有多少人因为想象在一起,又因为终于了解选择分手。在你失望时,先想一个问题,你到底爱的是这个人,还是爱着你对他的想象。

段子

问:你有什么不敢让父母知道的事儿?

答:父母都不知道,我还能让你知道吗?

人类的三大错觉:微信有人找我,感觉最近瘦了,总会有一个人懂我的!

我对公司有多重要?

申请加薪时:“公司没你一样转!”

申请休假时:“你休了,这些工作谁来做?”

大家一定要记住一个基本规律,量变会引起质变,就是说如果买一件衣服不能让你开心,那就买两件。

我和朋友要出去玩一定会内心挣扎,主要是懒得出去,想把时间延后,但是一旦出去了就会感觉很开心,下次还要出来玩,但等到了下次又会重复第一步。

如果你确实没朋友,那就去对喜欢的人表白,对方会提出和你当朋友的。

问:这辈子有没有男人为你拼过命?

答:有,外卖小哥。

很难想象不舍得睡觉和热爱睡觉的状态是同时出现在一个人身上的。

对于那些苗条的人所说的“我忘记吃东西了”真的完全无法理解。我在吃午饭的时候已经在想晚饭要吃什么了。

恋爱不公开就像打出租车的时候,我明明已经坐在了车上,而司机却不把“空车”的牌子熄灭,我很迷惑地问司机为什么这样,司机却说生活不容易,看看能不能碰到拼车的。