**晒客新异族**

广播前的同学们，大家下午好，欢迎收听今天的晒客新异族，我是XXX

**搭配时刻**

很多妹子表示，多少会受肩膀问题困扰，小小的肩部问题，一旦没解决好，可是会使上半身颜值大打折扣。为解决这个问题，首先你得分清自己是哪种肩型，平肩（完美肩型）、宽肩、窄肩还是溜肩。宽肩妹子的肩膀一般是全身最宽的部位；窄肩妹子顾名思义，肩宽小于臀宽；溜肩妹子一般有明显的肩部斜角，准确判断自己的肩型后，往下看对策吧。

1.宽肩：首选V领、斜肩、竖条纹款，宽肩本身并不可怕，衣架子刘雯就是典型的宽肩，最近简直美霸时装周。可怕的是，你不仅肩宽，还身型微胖，就免不了“虎背熊腰”的嫌疑了。宽肩怎么办呢？首要任务就是从视觉上缩短肩部宽度，V字领、斜肩设计、长项链、伞裙这些能从视觉上拉长身型比例，缩短肩膀的设计都可以尝试。 千万记得：一字肩、横条纹、泡泡袖、荷叶边，尤其是这两年流行的羊腿袖、宽肩设计，统统不要穿！ 宽肩妹子很适合穿西装，特别撑得起来，只是最好把垫肩拿掉，不然会瞬间穿成老干部。

2.窄肩：一字肩、横条纹、荷叶边走起。很简单，窄肩妹子直接尝试宽肩妹子的禁忌单品就好。窄肩妹子其实有一定的身材优势——上半身显瘦嘛。但一旦你有一丢丢胯部宽的问题，窄肩就会放大你的梨型问题，让你看起来像个十足的梨子；加上窄肩一旦穿不对衣服，容易看起来弱不禁风，还是有点儿不完美。窄肩怎么破？看周冬雨就好啦，小黄鸭是典型的窄肩，但有些夸张的礼服她也完全撑得起来，秘诀在于，她的服装常带有荷叶边、蕾丝、一字肩这类夸张的肩部设计，能在视觉上拉宽肩部线条。 挖肩设计对窄肩也是友好的，肩部露肤能弱化窄肩的感觉，甚至到了夏天，窄肩妹子还能毫无禁忌地露出肩部线条，这样做不但没有暴露缺点，反而会弱化肩窄感，可以说是窄肩妹子的专享福利啦。你说荷叶边太过甜美，不够时髦？今年流行的宽肩设计和永远时髦的皮衣、风衣都是为窄肩一族量身定制的。垫肩的点睛，能加重肩膀比例，可以顺利的把你从小梨子组拉到“倒三角”组呢。

3.溜肩。终于说到了妹子们最最关心的溜肩问题，这类肩型最大的难题是很多衣服都撑不起来，一穿露肩衫就露马脚。和窄肩稍有不同，溜肩虽然也要选择泡泡袖、荷叶边这类能加重肩部视觉效果的款式，但一字肩、露肩衫这类服装是切不能要的。 垫肩可以为你加分，溜肩妹子们穿起宽肩西装或阔型肩设计的服装，配合得体的妆发，气场可谓是十足。而且今年流行的复古风宽宽肩设计，也都适合溜肩妹子们哦。

**窍门发现**

**查理·芒格**说：“我这辈子遇到的聪明人，没有一个不是每天读书的。”都知道读书重要，但如何挑选一本好书？怎么读才收获最大？可能很多人都会困惑。

今天给大家介绍一些阅读的小窍门，供大家参考践行。

 阅读，首先要打破对书的敬畏。即使面对大师著作，也不能全盘吸收，而是要把知识拆解、重新加工。读前想一想：我为什么要读书？读这本书我要收获什么？……阅读的最高境界，不是“我注六经”，而是“六经注我”。

2. 不管是做学问，还是日常阅读，最管用的都是基础理论、基本概念。因此要多读经典、反复琢磨，体会大师解决问题的过程。

3. 读经典，一时读不懂很正常。读到能理解的部分，认真品味；不懂的地方，不妨暂且放过，继续往后读。隔一段时间再看，或许能找到未发现的秘密。

4. 要是想搞学问，建议多花时间“啃”经典论文。如果能吃透50篇本行业的经典论文，在所研究的领域就有发言权了。最好有一个学习小组，阅读后一起交流。

5. 读书要有品味。挑选好书的方法一：看书评。好的书评，不仅会浓缩一本书的背景、内容，还会有书评家精当的点评。能助你快速判断、了解一本书的品质，节约时间。

6. 挑选好书的方法二：顺藤摸瓜，多读自己喜欢的作者的书。一般情况下，一流作家的三流作品，也比三流作家的一流作品更好。

7. 挑选好书的方法三：从一本书的参考文献和脚注中，发现“金矿”。

8. 不要刻意追求阅读速度，也不要纠结于阅读后记住了多少细节。特别是对于文学著作，读完后你感触多大、思考多少，才更重要。

9. 交叉阅读。一段时期集中读一个主题的书，但会同时读好几本。一是可以换脑休息，二是可以相互参详印证，激发思想火花。

10. 随手记录。不动笔墨不读书。每一段话，在旁边写上关键词；每一小节，在开头写上内容总结；每一章结束，把自己的感想写下来。同时，总结内容最好用自己的语言重新组织。

11. 建立一套自己的标注体系。比如，精彩的句子下面划道，有疑问的地方打个问号。五角星、三角形、感叹号、圆圈，都能代表不同的意思。这样，再回头看时，你就能快速懂得笔记的类型和内容。读英文书时，这种标注和笔记体系尤为重要。

12. 有张有弛。读一本书，不要匀速去看，而要有急有缓。序言部分要吃紧，尤其作者介绍全书的主要内容和结构时。遇到作者从不同的角度阐释观点时，也要慢下来，多看看他是怎么论证的。

13. 自建索引。把感兴趣的内容按关键词列出来，不要太多，够用就行，随手写在书后面。对以后查找相关内容很有帮助。

14. 为写而读。阅读完后，不管是写读书笔记，还是把书中的内容转述给别人，都是好方法。当然，更高级的方式是：将主题相同的书串联起来。是彼此印证，还是相互批驳？观点如何论证，又孰对孰错？启发自己思考。

15. 推荐多读以下几个领域的书：历史，历史意识让人更准确把握世界；心理，心理学促成更清晰的自我认识；自然科学，启发你处理问题的角度；严肃小说，增强对人性的体察。

16. 最后强调一点：读万卷书，行万里路。不是所有真理都在书里，人情冷暖、世间百态，都是学问。我们还要学会读这本“无字书”。

**趣闻分享**

铲屎官们可能都知道，有一种东西能让自己家的猫主子high上天。这个东西就是——猫薄荷，人称猫界大麻。管你是高冷猫、萌猫、炫酷猫，都一秒打回原形！猫薄荷是一种草本植物，原产地为欧洲和亚洲，一般长在路边。对于猫科动物有刺激作用，能引起它们的兴趣，所以以前马戏团驯兽师会使用猫薄荷让狮子、老虎等大型猫科动物变得温顺听话。这种植物叶子、茎部上的微型鳞茎含有名为**荆芥内酯**的化学物质，一旦鳞茎破碎后，会将荆芥内酯释放到空气中。而这种鳞茎比较易碎~ **荆芥内酯**会影响到猫猫鼻子内的受体，从而刺激感觉神经元，改变大脑多个区域的活动，影响到猫猫的行为和情绪。猫薄荷草对于猫猫们的作用相当于致幻剂，会躺在地上左右打滚或是以面部磨蹭，甚至会像酒醉般在地上发出愉快的咕咕声。请大家自行脑补大个儿狮子或者老虎抱着猫薄荷滚来滚去的情形。

但有别于毒品对人类的百分百影响率，不是每只猫咪都会对猫薄荷有这些兴奋的反应，而且小于三月的小奶猫甚至完全不会有反应。“你...你要对我做什么！我还只是个宝宝！”和毒品还有一点不同的是，猫薄荷不会对猫猫的健康有任何负面的影响。人类吸食毒品后，往往会需要更多的剂量才能产生相同的效果。而猫在猫薄荷旁打滚，并不是为了寻求更多，只是为了表达愉悦而已。所以铲屎官们可以放心地让主子们嗨一嗨。有一些好奇的人类可能要问了，能让猫猫high上天的猫薄荷会不会也能对人类产生类似毒品的作用呢？答案是并不会~其实，早在17世纪人类就已经开始使用猫薄荷了。那时，猫薄荷被用作轻微镇定剂。人们用猫薄荷的叶子泡茶、榨汁或者直接咀嚼它们。0世纪60年代，科学家们发现猫薄荷可以用来驱蚊，甚至比人工制出的驱蚊产品效果还要好。法国化学家**弗朗克-菲利波**还认为，猫薄荷对治疗疟疾有特效。由于猫薄荷有着独特的驱蚊技巧，有些人会在院子里种一些。如果碰巧周围的流浪猫比较多，那么猫薄荷周围——就会长出一 群 猫= =|||这分明是“聚众吸猫现场”啊~ 还有一些朋友会故意逗自家主子玩儿玩儿，总之呢， 主子开心就好！

**乐在武汉**

现在一提到美食不少人第一反应是汉口、武昌、青山，似乎渐渐忘记了这个站在美食链顶端的硚口大佬了。声名突起的网红店起来一个又陆陆续续倒下了，只有硚口这里的那些街坊们嘴里心里惦记的味道，牢牢的站在硚口这片土地上，十几年了不曾改变。无论是桂萍牛杂还是骏骏牛肉粉，随便一家都够吃货们牵肠挂肚一整个月的。但是如果你以为硚口好吃的只有这些，那你就大错特错了!!!

1.中山牛肉粉面

中山牛肉肥肠粉面馆到现在将近开了22年，绝对的硚口老字号。每天就算到了下午3点，也依旧人满为患。中山家的肥肠做的很棒，一口咬下去，没有异味，卤香十足，既不费嚼劲，也不会入口即化丧失口感。牛肉粉也毫不逊色。牛肉煮的烂烂的，浸泡在醇厚微甜的汤头里，再舀上一勺腌菜扔进去，好吃到词穷！

地址： 中山大道22号(近中山医院)

2.夏老五家常菜

最地道的美食，一般都藏在最刁角的地方。这句话用来形容硚口的老店特别恰当。沿着逼仄的长堤街往里走，离桂萍牛杂不远，就会看这家非常到位的小馆子。烧鸭子、烧鸡公，干煸泥鳅...每道菜都值得推荐。不得不说的就是呛虾了，整个武汉也很难找到几家餐馆有这道菜。新鲜的河虾用酒醋和其他调料直接混合，轻轻咬掉虾头，鲜甜的虾肉就出来了，美滋滋啊。

地址： 长堤街265号

3.麻木老地方

可能很多吃货都不知道这家店的存在。别看它家一直在小巷子深处，其实扎扎实实开了20多年，绝对跟桂萍家有得一拼。这里充满了老武汉情怀。一到晚上，来得早的客人熟练地把桌子往巷子里一拖，烟熏火燎中光着膀子，聊天喝酒，妥妥的武汉大排档。份量十足的牛筋牛杂锅里，牛肉紧实，熟烂而不柴，有嚼劲，而牛杂也没有异味，味道纯正。在茴香，陈皮，八角，干辣椒等卤料的大锅熬制下，连白萝卜也浸得通透，一口咬下去，充盈着牛杂锅的汤汁。隔壁全是地道的宵夜小吃，从五六点开始营业，能喧嚣着持续到凌晨两三点..

地址：长堤街硚口公园对面巷

4.集美汤包

这家店的汤包做的确实好吃，汤包皮很薄，感觉似乎都能透过光了，吃起来还很有劲道，汤包的品种比较多，鲜肉汤包十分推荐哦，馅子的分量比较多，食材也很新鲜，味道很赞，特别是那个汤汁简直鲜的舌头都要吞掉了。香菇汤包闻起来很鲜香，香菇的味道也比较浓，他家除了汤包有名之外，老板的生意之道还是很有特色的，有点随意有点拽哦。

地址：硚口区汉口解放大道374附1号(解放大道路南)

好了，今天的晒客新异族就要跟大家说再见了，我是XXX