**口播文案：**

不要老怪别人不在乎，你知道吗？要怪就怪自己把别人看的太重。过来人的一点肺腑之言啊，真的，我觉得我们女人过了三十岁以后，最应该做的，真的不是每天想的我要如何才能得到别人更多的爱，对吧？让老公更在乎我。不是的，生活真的很现实的，没有谁离不开谁，你知道吗？也没有谁不会离开谁，别把别人看的太重，也别把自己看得太轻。三十岁以后，我觉得我们最应该做的是什么？一没事，早点睡，对吧？把革命的本钱身体照顾好。二、有空多赚钱。就像有句话说的，这世上百分之九十的事情可以用钱解决，剩下的百分之十可以用钱缓解，钱到位了，你才会发现这个世界有多美好。三、平时多读书，要知己识人。古人云，知己者明，知人者知。你知道的多了，就不会再对身边的人和事充有幻想，这样我们也才能活得更轻松自在。最后借用这个注意的一段话啊，寻棵大树好乘凉，不如自栽自养自乘凉。女人自己强比什么都强，这就是女王。

**标题文案：**

没事早点睡，有空多赚钱，平时勤读书。” 别人不会为你而活，咱只能选择为自己活！