标题：忧虑的女人，为什么气血虚？

开头：相由心生说的是面相来自内心，一个人的容颜是否美丽源自身体内在的平衡和健康。

正文：忧虑的女人往往都气血虚，反应在脸上就是面色萎黄无光，容易长斑，忧伤脾，忧虑过多则伤脾虚，脾主运化，运化不畅，则气血双虚，忧虑是缺乏安全感的表现，安全感取决于我们对所处环境和人生的认知，有些女人的安全感，来自财产，有些来自男人，还有些女人的安全感源于个人能力和价值，无论来自哪里，只要稍有风吹草动便会忧虑，而最强大的安全感来自内心，当心中充满敬畏和感恩，忧虑就会烟消云散，所谓敬畏和感恩则是敬畏天地，感恩众生，从而使心里充满平安气血，顺畅运行反应在脸上则是满面桃花，如沐春风。

结尾：我是xx，关注我分享更多护肤干货，谢谢您，点个小心心