

## 5 วิธีเพื่อเป็นผู้หญิงที่น่ารัก

นำเสนอเมื่อ : 21 ก.ย. 2552

### 1. ช่างมัน ฉันไม่แคร์

เชื่อว่าจะไม่แคร์ไปเสียทุกเรื่อง แต่ต้องการให้คุณเลิกแคร์กับเรื่องไม่เป็นเรื่องต่างหาก สมมติว่าคุณขับแท็กซี่โกงเงินทอนคุณไป 3 บาท จนสามวันผ่านไปคุณก็ยังจำหน้าคนขับแท็กซี่คนนั้นได้ อย่างนี้ผู้หญิงน่ารักไม่พึงปฏิบัติอย่างยิ่งคะ เรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่พอจะมองข้ามได้ก็ปล่อยให้ผ่านไปเถอะ อย่ามัววิตกให้อารมณ์มัวหมอง ทำลายความสดใสบนใบหน้าเสียเปล่าๆ เลย

### 2. นิ่งเสียตำลึงทอง

ถ้าคุณรอบตัวคุณกำลังไวยวาย หงุดหงิด หรืออะไรก็ตามที่ไม่เกี่ยวกับคุณเลย ก็ไม่มีประโยชน์อันใดที่ผู้หญิงน่ารักๆ จะต้องแสดงน้ำใจไมตรีโดยการกระโดดเข้าไปร่วมวงวิพากษ์วิจารณ์หรือแสดงอารมณ์ร่วมไปกับเขา สู้เป็นฝ่ายอยู่นิ่งๆ รับฟังจะดีกว่า เพราะนอกจากไม่ต้องทำร้ายสุขภาพจิตของตัวเองแล้วการรับฟังอย่างเงียบอาจเป็นวิธีแก้ปัญหาที่ดีและเป็นสิ่งที่คุณรอบข้างของคุณต้องการมากที่สุดก็ได้

### 3. นินทาไกลเหมือนเทน้ำ

ยิ่งเทก็ยิ่งมัน น้ำยิ่งกระจัดกระจายเลอะไปหมด ดีไม่ดีจะเประาะมาถึงตัวคนพูดด้วย การนินทาลับหลังเป็นสิ่งต้องห้ามอย่างยิ่งของผู้หญิงน่ารักนะคะ เพราะขณะที่คุณกำลังนินทา คนรูมวงรวมทั้งตัวคุณเองก็อาจจะไม่แน่ใจว่าสักวันหนึ่งจะตกเป็นเหยื่อของการนินทาบางหรือเปล่า แต่ผู้หญิงเรารวมกลุ่มกันที่ไรเรื่องนี้มักจะหายาก ถ้าคุณคิดจะเลิกก็เริ่มต้นง่ายๆ ด้วยการเตือนสติตัวเองว่า นี่ฉันกำลังจะนินทาแล้วนะ และชวนเพื่อนเปลี่ยนเรื่องคุยดีกว่า ทำอย่างนี้บ่อยๆ เขาคงก็จะเลิกได้ แล้วกลุ่มของคุณก็จะเลิกตามไปในที่สุดด้วยคะ

### 4. หยุดคิด เสียบ้าง

ไม่ใช่หยุดแล้วคิดนะคะ แต่ให้หยุดความคิดบางอย่างเสียบ้าง โดยเฉพาะความคิดแบบเปิดศึก ไม่ว่าจะสงครามกับตัวเองหรือคนรอบข้างทันทีที่เริ่มคิดให้ติดเบรกด่วนเลยคะ สมมติคุณกำลังคิดว่า ไม่มีใครทำความสะอาดที่นี่เลยหรือไง ความคิดนี้ยังไม่อันตราย แต่ถ้าคุณเริ่มคิดต่อไปว่า ฉันเป็นคนเดียวที่ทำทุกอย่างที่นี่ใช่ไหม ฉันเบื่อเต็มที่แล้ว จนถึง ฉันเกลียดที่นี่ ฉันเกลียดทุกคน นี่แหละคะความคิดที่จะทำลายทั้งอารมณ์ จิตใจ และความน่ารักของคุณ

### 5. เบื่อคนบน

นับว่าเป็นโชคดีถ้าคุณรู้ว่าตัวเองเป็นผู้หญิงที่ไม่ชอบการบน แต่บางคนก็มักจะพูดว่า ทำไมคนโน้นคนนี้ขีบน เมื่อไหร่จะหยุดเสียที นาเบื่อจริงเชียว รูตัวไหมละว่า ถ้าคุณยังไม่เลิกบนต่อเรื่องที่คนอื่นบน คุณก็จะกลายเป็นคนขีบนที่น่าเบื่อเหมือนกับพวกเขาเหล่านั้นแหละ

ไม่ใช่เรื่องเกินกำลังไปใช่ไหมคะ สำหรับการหยุดทบทวนและเปลี่ยนแปลงอะไรบางอย่างเล็กน้อย  
สักห้าข้อที่ว่า...เพียงเท่านี้คุณก็จะกลายเป็นผู้หญิงที่นาร์กมีเสน่ห์กว่าเดิมอีกหลายเท่าเชียวนะ

ข้อมูลจาก อ.ส.ม.ท