

^_^...25 วิธี Take Care ความรัก...^_^

นำเสนอเมื่อ : 2 ต.ค. 2552



25 วิธี Take Care ความรัก (i DO)

ความรักทำให้ชีวิตมีความสุข ใครที่มีความรักและได้รับความรักตอบ ย่อมเป็นความสุขของชีวิต ในทางตรงกันข้ามหากรักที่เคยสร้างสุข กลายมาเป็นหมตรัก ชีวิตย่อมเป็นทุกข์ ความรักที่มีจึงต้องดูแลอย่างดี เพื่อให้ความรักนั้นไม่จากไป ดังเช่น 25 วิธี ต่อไปนี้...

1. อย่าเงินที่จะบอกรัก
2. จดจำรายละเอียดของอีกฝ่าย เช่น ชอบทานอะไร ชอบฟังเพลงแนวไหน กิจกรรมสุดโปรดคืออะไร แล้วหยิบยื่นสิ่งเหล่านี้ให้เสมอ
3. โรแมนติกอย่างรู้กาลเทศะ เลือกสถานที่ให้ถูกที่ เลือกเวลาให้ถูกเวลา เรื่องโรแมนติกใครก็ชอบ แต่ความพอเหมาะพอดีก็สำคัญ
4. ให้เกียรติกันและกันเสมอ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

🌸 5. อย่าปล่อยให้อารมณ์โกรธอยู่เหนือความรักที่มี นึกถึงเรื่องดีๆ ที่เขาเคยทำให้ จะช่วยให้อารมณ์โกรธหรืออารมณ์ชั่ววูบเบาบางลง

🌸 6. เมื่อมีปัญหาควรใช้เหตุผลในการพูดคุย เป็นเรื่องธรรมดาที่คนสองคนจะมีเรื่องขัดแย้ง แต่ถ้าทั้งคู่พร้อมที่จะปรับตัวเข้าหากัน ปัญหาทั้งหลายก็จะกลายเป็นเรื่องเล็ก

🌸 7. ปล่อยให้อีกฝ่ายมีเวลาเป็นของตัวเอง การเกาะติด ควบคุมมีแต่จะทำให้ความรักจืดจางได้ง่าย ปล่อยให้อีกฝ่ายไปเที่ยวกับเพื่อนบาง รวมทั้งพยายามให้ตัวเองมีโลกส่วนตัวบ้าง จะได้ไม่ยึดอัดเซนกัน

🌸 8. พุดกันตรงๆ โดยเลือกใช้คำพูดที่ไม่ทำร้ายจิตใจ

🌸 9. มีขอบเขตในการปรับตัว แน่แน่นอนว่าต่างฝ่ายทั้งเราและเขาต่างต้องปรับตัวเข้าหากัน แต่ควรมีขอบเขต ไม่ใช่มยอมเปลี่ยนแปลงให้เป็นแบบที่อีกฝ่ายต้องการทุกอย่าง จนไม่เหลือความเป็นตัวของตัวเอง เพราะไม่มีใครสามารถเปลี่ยนตัวเองเพื่อคนอื่นได้ตลอดเวลา

🌸 10. ห้ามโกหก ผลลัพธ์ที่ร้ายแรงของการโกหกคือ ต่างฝ่ายจะไม่สามารถเชื่อใจกันได้อีก

🌸 11. อย่าคาดคั้นหาคำตอบจากอีกฝ่ายยังไม่พร้อม การดึงดันให้รู้เดี๋ยวนี้ ว่าทำไม? เพราะอะไร? จะเอาอย่างไร? เป็นการกดดันอีกฝ่ายอย่างไม่มีประโยชน์ หากอยู่ในสถานการณ์ตึงเครียด ควรลองถอยออกมาหนึ่งก้าว ทำให้ทั้งสองรอนกว่าทั้งสองฝ่ายจะพร้อม แล้วค่อยคุยกันใหม่ก็ยังไม่สาย

🌸 12. ดูแลตัวเองให้ดูดีเสมอ

🌸 13. ไม่ควรคาดหวังกับความรัก เพราะเป็นเรื่องความรู้สึกของคนสองคนที่เอาแน่นอนไม่ได้ และไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัว อย่าคาดหวังว่าอีกฝ่ายจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ จะทำนั้นทำนี้ให้ เพราะถ้าผิดหวังจะเสียใจทั้งสองฝ่าย ควรปล่อยให้เป็นไปตามธรรมชาติ

🌸 14. ห้ามพุดถ้อยคำหยาบคาย จะทะเลาะกันรุนแรงแค่ไหน ก็ห้ามด่าทอกันเสียๆ หายๆ

🌸 15. ซื่อสัตย์และไว้วางใจกัน

🌸 16. หาสิ่งของที่ต้องดูแลร่วมกัน เช่น เลี้ยงสัตว์ ต้นไม้ หรือกิจการเล็กๆ เพื่อสร้างความผูกพันระหว่างสองคน

🌸 17. ให้โอกาสอีกฝ่ายแก้ไขข้อผิดพลาด กับคนที่เรารักก็ต้องให้อภัยและให้โอกาส

🌸 18. อย่าอายุที่จะขอโทษ

🌸 19. หากิจกรรมสร้างสรรค์ทำร่วมกัน เช่น ชวนกันเล่นกีฬา ไปดูงานศิลปะ เพื่อให้ความรักสดใส และได้พบสิ่งใหม่ๆ

ในชีวิต

🌸 20. นึกถึงความรู้สึกของอีกฝ่ายเสมอ อย่ามัวแต่คิดว่าทำไมอีกฝ่ายไม่เข้าใจเรา นอกจากจะไม่มีประโยชน์แล้ว ยังทำให้เป็นคนขี้น้อยใจอย่างไม่มีเหตุผล

🌸 21. รู้สึกดีกับสังคมที่อยู่ ทั้งพ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน เพื่อยกระดับจิตใจและทำให้ภูมิใจในตัวเอง

🌸 22. อย่าปิดกั้นโอกาส เปิดตัวเองให้รู้จักกับคนใหม่ๆ เพราะการได้รู้จักคนที่หลากหลาย จะทำให้รู้คุณค่าคนใกล้ตัวและรู้จักตัวเอง

🌸 23. รู้จักใช้ภาษาภายในการสัมผัสร่างกายของอีกฝ่าย เช่น จับมือ ลูบหลัง เพราะสามารถสื่อความในใจได้ดีกว่าคำพูดในหลายโอกาส

🌸 24. คิดถึงอนาคต แต่อย่าพูดบ่อยจนกลายเป็นการควบคุมผู้ก้มัต พูดในจังหวะที่เหมาะสม ให้รู้ว่าอีกฝ่ายอยู่ในแผนการอนาคตของกันและกัน

🌸 25. รู้จักรักตัวเอง เพื่อให้สามารถรักคนอื่นได้เช่นกัน

ขอขอบคุณข้อมูลจาก i DO

ขอขอบคุณภาพประกอบจาก Glitter.kapook.com

<http://women.kapook.com/view5319.html>



<http://www.naronk.org/uboard/show.php?Category=thai&No=2584>