

## 10 สิ่ง...ที่ทำให้คุณสง่างาม

นำเสนอเมื่อ : 30 ต.ค. 2552

ความสง่างามเป็นแรงดึงดูดใจอย่างดีประการหนึ่ง ซึ่งจะทำให้คุณเป็นที่สนใจ ชื่นชอบใจ และติดตราตรึงใจในความรู้สึกของใครอีกหลายคนได้

ความสง่างามช่วยให้เรามอง โดดเด่น และดูเป็นผู้มีอำนาจ ทำให้คุณมีพลังที่จะโน้มน้าวความสนใจจากผู้อื่นมาไว้ที่คุณได้ หากคุณเป็นผู้หนึ่งที่อยากมีบุคลิกภาพสง่างาม ลองทำตามคำแนะนำ 10 ข้อ ดังต่อไปนี้ดูนะคะ

1. ตัวตรงอย่างเป็นธรรมชาติ

การเดินและการเคลื่อนไหวที่สง่างาม น่าสนใจ และน่ามอง จำเป็นต้องเคลื่อนไหวอย่างผ่อนคลายและเป็นธรรมชาติ โดยมีกระดูกสันหลังทำหน้าที่หลักในแนวตั้ง และไหล่ทั้งสองข้างจะคอยช่วยเพิ่มความสูงเวลาเคลื่อนไหว นั่นหมายความว่า ไหล่ต้องไม่ห่อ หลังต้องไม่งอ แต่ก็ไม่ใช่จะต้องเหยียดหลังตรง ผิงไหล่ เกร็งแข็งอยู่บนดูเหมือนหุ่นโลกา โปรดมองหาระดับความผึ่งผายที่พอดีกับรูปร่างของคุณ ไม่ห่อ และไม่แอ่น ไม่งอ และไม่แข็งทื่อ แลวหมั่นฝึกปรือเพื่อทรงตัวและเคลื่อนไหวในสภาพดังกล่าวเป็นธรรมชาติ นับจากนี้ไม่ว่าทำอะไร ไปทางไหน คุณก็จะดูดี มีสง่า ในสายตาของคนทั่วไปขึ้นมาอีกระดับหนึ่งเลยทีเดียว

2. ไม่เร็ว ไม่ช้า

ความสง่างามขึ้นอยู่กับจังหวะในเวลาที่คุณเคลื่อนไหว ซึ่งจะต้องไม่เร็วหรือช้าจนเกินไป คุณที่เคลื่อนไหวเร็วเกินไป เช่น เดินเร็วมาก หันหน้าหันหลังเร็วมาก พุดเร็วมาก ฯลฯ จะดูเป็นคนร้อนรน หลุกหลิก ไม่สง่า ไม่น่าเชื่อถือ หรือเมื่อมองตามแล้วจะรู้สึกเหนื่อย ในเวลาเดียวกันก็ดูไม่เนียบเข้าเสียจนน่ารำคาญ หรือบางคนก็ฝืดตึง คอยดูขุ่นๆ เร็วกว่าหรืออีกสักหน่อยดีหรือไม่

3. พุดจาดี

ความสง่างามอีกประการหนึ่ง อยู่ที่การเปล่งเสียงของคุณ ซึ่งจะต้องจะฉะฉาน ชัดเจน ไม่เร็วหรือช้าจนเกินไป ไม่ดังมาก หรือเบาจนเหมือนกำลังกระซิบ พลังของน้ำเสียง จังหวะของการพุด และสาระของสิ่งที่พุด หากชัดเจนน่าฟัง และเป็นมิตร จะช่วยเพิ่มความน่าเชื่อถือของคุณมากยิ่งขึ้น จึงต้องพุดให้ฉะฉาน น่าฟัง เสียงทุ้มนุ่มไพเราะ พุดเพราะ มีมารยาท มีอริยาบถ และไม่ใช้น้ำเสียงหรือการพุดเป็นอาวุธที่แทงคนอื่น

4. ไบหน้าที่น่ามอง

คุณคงทราบใช่ไหมคะ ว่าคนเรามองหน้ากันก่อนเป็นครั้งแรก ก่อนที่จะรู้สึกดี รู้สึกสนใจ และรู้สึกเชื่อถือ ไบหน้าที่น่ามอง เป็น “ราคา” ของคุณทุกคน ซึ่งไม่ได้หมายความว่า จะต้องหล่อเหลาราวเทพบุตร หรือสวยสดงดงาม เป็นนางงามจักรวาล ขอแค่เกลี้ยงเกลา สะอาดสะอ้าน และแสดงอาการของความมีมิตร ความตื่นตัว สดใส ออกมาให้สัมผัสได้เท่านั้นก็เป็นพอ

5. ทรงผมที่เข้ากับใบหน้า

ทรงผมเหมือนกับกรอบรูป บางครั้งรูปที่เราวาดหรือถ่ายเอาไว้ ไม่เพอร์เฟกต์ แต่หากเลือกรูปที่รับหรือส่งเสริมกันดีเข้ามามีช่วย ก็สามารถเพิ่มความน่าสนใจให้เกิดแก่รูปหนึ่ง ได้ เช่นเดียวกับใบหน้าของเราทุกคน ที่อาจมีจุดเด่นและจุดอ่อน จุดเด่นสมควรได้รับการเน้น เสริม ให้ทำหน้าที่ดึงดูดอย่างโดดเด่น เช่น ตาสวย ก็ควรแต่งตาให้ยิ่งงาม แล้วลดความเขม่นเขมเตนของริมฝีปากกลง เพื่อดึงสายตาคู่คนไปจุดจ้อยอยู่กับดวงตามหาเสน่ห์ เป็นต้น ส่วนจุดอ่อนก็ควรกลบ ลบ อำพราง หรือหาทางแก้ไข เช่น กรามใหญ่ โหนกแก้มสูง ปากหนา ก็มีวิธีที่จะแต่งหน้าแต่งตาเพื่อแก้ไขข้อด้อยเหล่านั้นให้ดูดีขึ้นได้ โดยเฉพาะทรงผมช่วยได้มาก

6. รองเท้าเสริมความสง่างาม

อย่างน้อยๆ รองเท้าช่วยให้เราดูสูงเพรียวขึ้นได้ แต่ต้องเลือกให้เป็น ขาสั้น ต้นขาใหญ่ ก็อย่าไปใส่ส้นตึก หรือรองเท้าหัวโต ที่เพิ่มความเตี้ยตันให้แก่ตนเอง ขาโปร่งขาาง จะเลือกรองเท้าอย่างไรก็ควรดูที่ความสบายใจสบายเท้า มีน้คง ซึ่งจะไม่เพิ่มภาระให้เราต้องเกร็งขาเกร็งเท้าจนมันยิ่งโกง ยิ่งกาง นอกจากนี้ยังต้องจับคู่ทั้งสี ทรง และความสูงที่เหมาะสมต่อกาลเทศะ ระหว่างรองเท้ากับเสื้อผ้าให้เข้ากันให้ดี ก็จะช่วยเพิ่มความดูดี และความงามสง่าให้แก่ ตัวคุณ

7. แต่งหน้า

หน้าแก่ลม สัน โหนกแก้มสูง ก็อย่าดันทุรังใส่ต่างหูทรงกลมใหญ่ ที่จะช่วยให้สายตาของคุณที่มองเข้ามาจะมีทรงกลมน่ารักยิ่งขึ้น มองก็ยิ่งพบว่ากลมไปหมดทั้งใบหน้า คอยาคอสีน ต้องเลือกต่างหูมาช่วยแก้ไขข้อด้อยให้ลงตัว อาจเพิ่มความยาวให้ใบหน้าด้วยต่างหูห้อยระย้า และเพิ่มความโดดเด่นด้วยประกายแวววาวของหมิ่น ต่างหูมีหลายสี หลายทรง หลายรูปแบบ เลือกให้ดูดี สรรสารก็จะเพิ่มขึ้นเป็นเท่าตัว

8. ผ่าฟันคุด

นิยมกันมาก ไม่ว่าจะหน้าร้อน หน้าฝน หรือหน้าหนาว เขาก็ออกแบบผ่าฟันคุดหลายชนิดให้นำมาเติมแต่งตัวเองให้ทันยุคทันสมัย โฉบเฉี่ยวไล่ไล่ได้มุกยิ่งขึ้น แต่อย่าลืมว่าผ่าฟันคุดหรือเครื่องประดับชนิดใดก็ตามที่จะเพิ่มเติมเข้ามา ต้องเหมาะกับสภาพภูมิอากาศ เหมาะกับกาลเทศะ ไม่เป็นอุปสรรคต่อกิจกรรมประจำวัน และต้องเข้ากับคอตที่ดูดี สั้นหรือยาวระหงของเราด้วย

9. ดวงตา

อย่าให้ดวงตาของคุณเป็นที่ถืองสมของขุนตาปลอม มาสคาร่าที่เกาะหนาเป็นก้อนๆ แล้วแถมด้วยอายแชโดว์หนาเตอะ บางคนยังเพิ่มความประหลาดด้วยเลนส์ตาสีต่างๆ หรือไม่ก็บิกเกียส์ จนตาใหญ่เป็นไซห่าน แต่ดูไร้ประกาย ไร้แวว จนขาดชีวิตชีวา อย่าลืมว่าดวงตาเป็นประตูสู่หัวใจ หากต้องสบตาคอนที่ขบตาหน้าหนักเป็นแผ่นใหญ่ และรุกเรื่อไปด้วยสีส้มของเครื่องสำอางสารพัดอย่าง คนที่มองเขาจะรู้สึกอึดอัด หรือรำคาญ มากกว่าจะรู้สึกดีตราตรึงใจ ตาจะต้องสะอาดสะอ้าน อาจใช้แว่นแว่น เลียบคมได้ แต่ไม่ได้แปลว่าต้องใสอะไรต่อมิอะไรสูงไปมากๆ ปรกกายตาต้องมีชีวิตชีวา น่าสนใจ และเป็นมิตร เพราะไม่ว่าพุด มุง หรือคลุกคลีกันนานไม่นานแต่ไหน ส่วนใหญ่ก็ต้องสบตาคันเป็นระยะๆ ทั้งนี้ หากเขาแต่หลบจู ไม่มองดูตาใคร ไม่สบตา ไม่มีชีวิตชีวา ไม่สื่อสารความรู้สึก ตาก็จะกลายเป็นชนิดที่ไม่เปล่งประกายสีทริภภาพในการเพิ่มความสง่างามไปอย่างน่าเสียดาย

10. รูปร่าง

รูปร่างที่สูงโปร่งสมส่วน จะทำให้ดูปราดเปรียว คล่องแคล่ว เลือกเสื้อผ้าเสริมความสง่างามได้ง่าย ดังนั้นหมั่นดูแลขนาดของรูปร่างที่ดีๆ เอาไว้ ต้องฟิตและเฟิร์มอยู่เสมอ เคลื่อนไหวไปทางไหน ก็อยู่ในสายตาของทุกๆ คนได้ไม่ยาก

อยากดูดี มีสง่าราศี โปรดใส่ใจคำแนะนำทั้ง 10 ข้อนี้ และอย่าลืมนำไปปรับใช้ให้เข้ากับตัวคุณนะคะ ขอให้โชคดี มีสง่าราศีทุกคนนะ

ที่มา ... โพสต์ทูเดย์