

99วิธีเติมรักให้ไม่จาง

นำเสนอเมื่อ : 1 มี.ค. 2552

วิธีเติมรักให้ไม่จาง

อภพลอกซาไปนิดแต่คงไม่สายเกินไปกว่าจะเอาอะไรดีๆ มาฝากกันเช่น กลยุทธ์สร้าง "ความรัก" แบบ วิธีเหล่านี้ มันเข้าท่าดี นะคะ

1. จงใช้ทั้งสมองและความรู้สึกในความรัก พุดง่าย ๆ ก็คือความรักจะต้องใช้ทั้ง IQ และ EQ ผสมผสานกันไปไม่มีสูตรสำเร็จตายตัว ถ้าเราใช้สมองในความรักมากเกินไป อาจทำให้ชีวิตรักเต็มไปด้วยสาระ (ลวนๆ) ทำอะไรก็มีแผนการ มีเหตุผล มีคำอธิบายร้อยแปด ชีวิตรักแบบนี้ มักขาดความอ่อนหวานและพานจะทำให้หึงหวงเสียกันไป แต่ถ้ามหาใจอารมณ์ความรู้สึกมากเกินไปก็อาจทำให้ขาดเหตุผล ชีวิตเหมือนอยู่ในความฝัน มันชงอ่อนหวาน ออบอุ่น แต่อย่าลืมว่า เมื่อคลื่นอารมณ์จูนไม่ตรงกัน อาจทำให้กลายเป็นคนไม่มีสมอง ทำให้เกิดความเข้าใจผิดกันได้ง่าย
2. ซื่อสัตย์และเปิดเผยกับคนรัก ความรักควรเกิดขึ้นบนพื้นฐานความเข้าใจและไม่ระแวงซึ่งกันและกัน เมื่อรักกันแล้วควรซื่อสัตย์ต่อกัน จริใจไม่โกหก ทุกฝ่ายได้ฝ่ายหนึ่งเริ่มโกหก ก็เหมือนกับกำลังรื้อฐานของความรักให้เกิดความอั่นแอ่น จนในที่สุดจะทำให้ลายมิตรูปภาพและความรักที่มีอยู่ที่พังครืนลงมาได้ นอกจากนี้ ยังควรเอาใจเขามาใส่ใจเราด้วยการคิดอยู่เสมอว่า เราอยากให้เราปฏิบัติต่อเราอย่างไร ก็ควรปฏิบัติต่อเขาอย่างนั้นเช่นกัน
3. คิดว่า "ความรัก" "ไม่มีวันเพอร์เฟค" อย่าคิดว่าเมื่อเรารักใครสักคน เขาจะเป็นเหมือนอย่างที่เราคิด และเพอร์เฟคไปทุกอย่าง เติร์มใจเอาไว้บ้างว่าเขาอาจจะ "มีข้อเสีย" ซึ่งบางทีอาจจะดีต่อคุณก็ได้ นอยๆ จงเปลี่ยนวิกฤตเป็นโอกาส ด้วยการคิดงบบวก "เขาทำอย่างนี้ก็น่ารักเหมือนกันนะ" เราไม่ควรคาดหวังทุกอย่างจะราบรื่นตลอดไป แม้นคนที่กำลังรักกันแทบจะกลืนกินก็ยังมีข้อขัดแย้งหรือไม่ลงรอยได้ "ลึนกับพื้นความเห็นขัดแย้งกันบางทีอาจถือว่าเป็นสีสันในชีวิต" อย่าท้อแท้เมื่อเกิดความเข้าใจผิดหรือขัดใจกันต้องปรับตัวเขาหากัน
4. รักคือการเรียนรู้ เมื่อคนสองคนรักกันก็ควรเปิดใจต่อกันและพร้อมที่จะเรียนรู้กันและกันไม่ใช่พองอคติปัญหาต่างคนต่างหันหลังให้กัน กลายเป็นขมขื่นกับขุน หรือชิงก็ราชาก็แรง "ไม่ได้อันไหน" ต้องหันหน้าหากัน พุดคุยอธิบายถึงปัญหาที่เกิดขึ้น ไม่อย่างนั้นรอยร้าวเล็กๆ จะเริ่มปริจนอาจร้าวลึกและแตกเป็นเสี่ยงๆ ได้ ในที่สุด
5. รักคือความเข้าใจ ไม่ว่าจะรักใคร่ที่หม้อข้าวยังไม่ดำ หรือรักเก่าที่อยู่กันมานาน คู่รักจะต้องมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน นอกจากเข้าใจชีวิต เข้าใจอารมณ์แล้ว ยังต้องเข้าใจความรู้สึกนึกคิด โดยเฉพาะเราไม่ควรนำเอาความสำเร็จของคนอื่นมาพุดเปรียบเทียบกับคนที่เรารักดีกว่า "ทำไมไม่เป็นอย่างนั้น" "ทำไมไม่โตอย่างเขาบ้าง" เพราะจะทำให้เขาคิดตันและรู้สึกท้อใจความสามารถของคนรักและให้กำลังใจต่อกัน อย่ายุดตัดพ้อหรือตอว่าโดยมิตคิด
6. หาดูจบการร้องของตัวเอง วิธีที่ง่ายที่สุดคือการถามเพื่อนที่สนิทว่า คุณมีจุดเด่นที่นำประทับใจ หรือจุดอ่อนตรงไหนบ้าง จะได้นำไปพัฒนา ปรับปรุงตัวเอง ไม่ควร เอาจุดบกพร่องของอีกฝ่ายมาปัดกันการปรับปรุงแก้ไข จุดบกพร่องของตนเอง เพราะการที่คุณปรับตัวของคุณก็จะมองกลับมาหาจุดบกพร่องของตัวเองเช่นกันเรียกว่า win-win ทั้งสองฝ่าย
7. อย่าแสดงความรักไม่พอใจอีกฝ่ายต่อหน้าบุคคลอื่น เก็บอารมณ์กันนิดเซฟอารมณ์กันหน่อย โดยเฉพาะเมื่อคุณอยู่ต่อหน้าคนอื่น คุณไม่ควรแสดงอารมณ์ที่จะทำให้อีกฝ่าย "เสียหน้า" หรือเกิดความอับอาย เพราะผลที่ตามมาคือมีการมีปากมีเสียงกันในภายหลัง เก็บความรู้สึกไม่พอใจเวลานั้นไปเคลียร์กันที่บ้านดีกว่า จีบเขาคูยกกันด้วยเหตุผล ไม่ควรใช้อารมณ์เป็นอันขาด
8. ดูแลกันและกัน อย่าลืมนดูแลสุขภาพของคนที่คุณรัก ไม่ว่าจะรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การใช้ชีวิต ฯลฯ แม้ว่าจะเป็นเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ไม่ว่าจะปวดหัวตัวร้อน ไปจนถึงการตรวจสุขภาพประจำปี แต่ไม่ใช่จุกจิกจู้จี้จนคู่รักรำคาญละ
9. ให้ความสำคัญกับความรัก อย่ามัวทำงานจนลืมความรัก และคนที่รักเป็นอันขาดเพราะจะนำไปสู่ปัญหาชีวิตคู่ หาเวลาอยู่ด้วยกัน พุดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน อาจไปดუნหนึ่ง ซุปปิ้ง หรือทำกิจกรรมที่ทั้งสองคนรวมกัน นอกจากนี้ ยังต้องหาเวลาพิเศษในการเติมความรักให้แก่กัน เช่น ไปรำลึกความหลังในสถานที่ที่ทั้งคู่ประทับใจ ออกไปท่องเที่ยวในบรรยากาศสุดโรแมนติกที่ต่างจังหวัด ไขช่วงเวลาอันเก็บเกี่ยวความทรงจำดีๆ ที่ทำให้ทั้งคู่มีวันนี้

+++++*****

รักกันให้นานๆ มากๆ และ อย่า ทำร้ายกันด้วยเหตุอันไม่จำเป็นจะเกิดนะคะ
ขอให้มีความสุขทุกคนคะ



Create
Date : 23
กุมภาพันธ์
2552

Last
Update :
23
กุมภาพันธ์
2552
20:15:10
น.

[1 comment](#)

i want you to do for me

Collection of romantic love tips and advice to spice up your romantic relationship or have your bond tighten even more. These romantic tips will help you make days that you will remember. Scroll down to see the 99 ways to love your Mate.

99 Ways to Love Your Mate

Hug them.
Write a love note.
Call them at work just to say "Hi."
Give them a foot massage.
Tell them a joke.
Caress them with slow gentle strokes.
Go for a walk with them.
Send them a "happy gram."
Admit your mistakes.
Say: "I love you."
Indulge a whim.
Listen to them talk about an interest of theirs.
Be trustworthy.
Instead of complaining, tell them what you would prefer.
Look at them when you're in a discussion.
Send flowers.
Compliment something they did.
Offer to help.
Ask them to show you how to do something.
Call when you are going to be late.
Take them out to dinner.
Write them a poem about how special they are.
Cut out a cartoon they'll enjoy.
Ask them what they'd like sexually.
Go shopping together.
Take an afternoon drive.
Cuddle.
Put your arm around them in front of others.
Take them out on a surprise date.
Do something they want to do.
Listen.
Plan a candle light dinner.
Look at old photos together.
Serve them breakfast in bed.
Hold hands.
Share sexual fantasies.
Do a work project together.
Rub their back.
Take a shower together.
Carry their photo in your wallet.
Go away together for a weekend holiday.
Kiss them.
Smile more when you look at them.
Go for a bicycle ride together.
Surprise them with "special" attire.
Plan a picnic lunch.
Read something together about how to have a better relationship.
Repeat what they say before answering.
Say "Good morning" first.
Ask if they have a few minutes first before interrupting.
Send them a card.
Surprise them with a gift when it's a non-holiday.
Cook them a favorite meal.
Try a new restaurant.
Ask them how they feel.
Let them know when you are proud of them.
Ask for their opinion.
Turn on some romantic music.
Dedicate a song to them.
Send them a balloon bouquet.
Watch a sunset together.
Play a game together.
Have them teach you something they know.
Tell them they have the night off.
Go to a movie they select.
Ask them for a hug.
Wear some new cologne.
Discuss future plans with them.
Ask if you can help when they look sad.
Ask them about their dreams.
Meet them for lunch.
Enlarge a scenic photo of a place you've shared.
Give them a gift certificate for their favorite store.
Tell them what you like about them.
Buy them a new perfume.
Take them to a scenic spot.
Send them a gourmet gift basket.
Send them a joke card.
Let them know when you've thought of them during the day.
Buy them a toy.
Compliment them to their friends.
Bring them a thirst quenching drink.
Tell them when they look attractive.
Send them a post card.
Invite them to a secret rendezvous.
Give them a massage.
Take a lesson with them.
Look at photos together of when you met.
Plan a vacation with them.
Listen openly to their opposing opinion.
Buy them a new piece of jewelry.
Watch a TV show they like with them
Write them a letter.
Listen to music with them, such as an old favorite.
Whisper sweet nothings in their ear.
Tell them what you like that they do.
Give a head massage.
Invite them to a concert.
Let them know you care.