

10 เคล็ดลับเติมความซาบซ่านสุดแสนง่าย

นำเสนอเมื่อ : 12 มี.ค. 2552

10 เคล็ดลับเติมความซาบซ่านสุดแสนง่าย



ไม่ต้องใช้ความพยายามให้มากมายอะไร คุณก็สามารถทำให้ชีวิตรักของคุณอ่อนหวานและซาบซ่านขึ้นได้ ด้วยการกระทำที่แสนง่ายดายนเหลือเชื่อต่อไปนี้

ไม่ต้องรอจนกระทั่งถึงวันวาเลนไทน์ เพื่อให้หวานใจของคุณได้รู้ว่า คุณแคร์เขามากแค่ไหน เพราะคู่รักที่มีความสุขที่สุดมักใช้เวลาในการแสดงออกซึ่งความรักต่อกันและกันตลอดทั้งปี ลองทำตามเคล็ดลับ 10 ประการต่อไปนี้ เพื่อเติมเต็มชีวิตรักของคุณด้วยความเอาใจใส่เล็กๆ น้อยๆ และพิธีกรรมส่วนตัวที่จะทำให้คุณสองคนแนบแน่นกันยิ่งขึ้น และทำให้ทุกวันของคุณเป็นวันสุดพิเศษเสมอ

1. สัมผัสเขาให้บ่อยที่สุดเท่าที่จะทำได้ วางมือลงบนขาของเขาย่างอ่อนโยน เวลาคุยกับเขา ใช้ปลายนิ้วมวนผมของเขาเล่นๆ หรือแตะเบาเขาเบาๆ เวลาเดินผ่านเขา จับมือเขาไว้วามเดินด้วยกัน เบียดต้นขาของคุณกับต้นขาของเขาขณะที่นั่งอยู่ใกล้กัน จัดเสื้อให้เขาก่อนออกจากบ้าน บีบเขาเบาๆ เวลาที่เขาขับรถอยู่ การกระทำเสียงดังกว่าคำพูดเสมอ คุณอาจบอกใครสักคนว่ารักและภูมิใจที่ได้อยู่กับเขานับพันครั้ง แต่มันจะไม่สามารถส่งสารออกได้อย่างรวดเร็วเท่ากับการจับมือเขา เวลาที่เขากำลังจะออกจากบ้านไปทำงาน หรือยongเขาไปทานหลังเขาและสวมกอดเขาเอาไว้ มันเป็นการแสดงออกเล็กๆ น้อยๆ ที่ทำให้ความเป็นหนึ่งเดียวกันของคุณเข้มแข็งขึ้น

2. เติมความวาบววมให้สภาพแวดล้อมของคุณ อย่ารอโอกาสพิเศษที่จะหรีไฟให้สลัว จุดเทียน ฉีดน้ำหอม หรือจุดเทียนกลิ่นเช็กช้อย่างเช่นวานิลลาหรือจัสมีน แต่สร้างบรรยากาศแสนวาบววม เช่นนี้เป็นประจำ

3. ขอให้เขาแปรงผมให้คุณ มันเป็นการกระทำที่ง่ายมาก แต่ก็ผ่อนคลายและกระตุ้นความรู้สึกพร้อมกับทำให้คุณรู้สึกได้รับการเอาอกเอาใจ ขอให้เขาใช้เวลาแปรงผมคุณอย่างอ่อนโยนและอย่างช้าๆ หรือผมจากรากจรดปลายที่ละส่วนๆ จนกระทั่งเส้นผมของคุณเรียบลื่นและเป็นเงางาม

4. เปลี่ยนจากการกอดเป็นการนวดหลังและคอ การกอดไม่เคยไม่ดีพอ แต่ทุกครั้งที่มีโอกาสลองเปลี่ยนมาเป็นการนวดเขาดูบ้าง นวดหลังหรือต้นคอของเขาอย่างช้าๆ และอ่อนโยนในยามที่เขาเพิ่งกลับจากที่ทำงาน มันจะเป็นประสบการณ์อันแสนมีความสุขที่ทำให้เขาอยากตอบแทนคุณให้มากกว่า

5. เปิดเพลง ทุกคนรู้ว่าดนตรีสามารถทำให้เกิดอารมณ์โรแมนติกได้ แต่บางเสียงก็วาบววมกว่าบางเสียง เมื่อคุณได้ยินเสียงดนตรีที่มีเสียงเบสหนักๆ เช่น เร็กเก้หรือละติน คุณจะรู้สึกถึงแรงสั่นสะเทือนที่ร่างกายส่วนล่าง และแรงสั่นสะเทือนเหล่านี้คือสิ่งที่จะทำให้คุณตื่นตัว และอยากที่จะขยับเขยื้อนร่างกายในแบบที่เช็กชี่

6. ป้อนผลไม้ให้แกกันด้วยมือ เลือกผลไม้ที่รสชาติชุ่มฉ่ำ มีกลิ่นหอมหวาน เช่น กีวี ทับทิม มะเฟือง หรือมะม่วง คุณจะได้ลิ้มรสชาติของน้ำหวานจากผลไม้ที่ติดอยู่บนมือของกันและกันด้วย

7. อ่านบทกวีด้วยกัน บทกวีโรแมนติกที่มีการอ่านเป็นจังหวะจะโคน มีผู้บอกไว้ว่ามันเป็นเสียงเดียวกับเสียงเต้นของหัวใจ แต่ถาการอ่านออกเสียงทำให้รู้สึกเหมือนกำลังทำอะไรง่ๆ ก็หัวเราะออกมาเลย การหัวเราะไม่เพียงแต่เช็กชี่ มันยังเป็นการเพิ่มเอ็นดอร์ฟินในร่างกายที่ทำให้มีพลังวังชาและความคึกคัก และยังทำให้สมองของคุณหลังเซโรโทนินที่เป็นสารต่อต้านความรู้สึกหดหู่ จึงทำให้คุณมีชีวิตชีวาและพร้อมที่จะคึกคักเสมอ

8. เมื่อขึ้นเตียงตอนกลางคืน อย่าลืมที่จะสัมผัสร่างกายของเขาตรงไหนสักแห่ง ถึงแม้ว่าคุณจะไม่คิดที่จะมีอะไรกันต่อไปก็ตาม มันให้ความรู้สึกอบอุ่นและแนบชิดกันยิ่งขึ้น

9. โยนรีโมททิ้งไป แทนการคว่ำรีโมทมาเปิดทีวีโดยอัตโนมัติ หันมายึดนโยบายไม่ดูทีวีสัปดาห์ละหนึ่งวัน จากนั้นก็ใช้เวลาเหล่านั้นในการพูดคุย กายกอดกัน เพื่อเป็นการกระชับความสัมพันธ์ให้แนบแน่น

10. เปลือยกายนอน ถ้าปกติคุณต้องใส่ชุดผ้าสาลีนอน ก็เริ่มเปลี่ยนที่ละเล็กละน้อย อาจเป็นแค่เสื้อยืดสักตัวแล้วก็ค่อยๆ ลดลงจนเหลือแต่ร่างกายเปล่าเปลือย สัมผัสของเนียนเนื้อกับผ้าปูที่นอนให้ความรู้สึกอันวาบววม และเนื้อที่แนบกับเนื้อของคนใกล้ตัว ก็เป็นความรู้สึกแสนหวานแสนโรแมนติก ไม่ว่าคุณจะแค่นอนกายกอดกันเฉยๆ หรือจะมีอะไรต่ออะไรต่อไปก็ตาม



ตัดตอนมาจาก www.kapook.com

"วัฒน์"

