

## อยากลืม...เธอ

นำเสนอเมื่อ : 2 เม.ย. 2552





**ใครที่เพิ่งจะผิดหวังกับความรัก และอยากจะลืมคนรัก  
วันนี้เดลินิวส์ออนไลน์มีวิธีลืมคนรักมาฝาก...**

- นึกว่าเหตุที่ต้องลืมเขาเพราะอะไร คงไม่ใช่ส่วนดีของเขาแน่ ๆ
- หลังจากนั้นให้พยายามย่ำความคิดนั้น เพื่อจะไม่ให้เกิดความ  
อาลัยอารมณ์เขามากไป
- พยายามหลีกเลี่ยงการเจอเขาแบบตัวต่อตัว  
เพราะเกิดเขาผลอมาทำดีกับเรา เรายังไขว่ไขว แต่ถาเขามากกับแฟน  
จะดีมาก จะได้ซ้ำที่เดียว
- หลีกเลี้ยงไปซ้ำที่เดิม ๆ ที่เคยไปกับเขา
- หากิจกรรมที่ต่างจากเมื่อคบเขา เช่น  
เขาและเราชอบฟังเพลง ป๊อป ให้เปลี่ยนใหม่ มาฟังเพลงร็อกแทน
- อย่าทำให้ตัวเองว่าง ให้อยู่กับเพื่อน ๆ เข้าไว้  
จะเป็นช่วงหนึ่งเท่านั้น หลังจากนั้น จะสามารถอยู่คนเดียวได้ ไม่ต้องห่วง
- ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ เช่นลงเรียนเพิ่ม ไปเรียนทำขนม  
ไปเรียนร้องเพลง ฯลฯ จะได้มีโอกาสเจอเพื่อน ๆ ใหม่ด้วย
- อย่านั่งมองท้องฟ้าตอนเย็น ๆ เพราะมันจะเหงามาก  
เคยมีคนพบวบบรรยากาศตอนเย็นคนจะอยากฆ่าตัวตายมากที่สุด
- อย่านั่งมองฝนตก เหมือนถ่ายมิวสิกวิดีโอ  
เพราะจะยิ่งทำให้อยากร้องไห้
- อย่าหาเรื่องกินจนอ้วน  
เพราะมันจะทำให้คุณหมดความมั่นใจไปกว่าเดิม

**ใครที่อยากลืมคนรักได้เร็ว ๆ  
ก็ลองนำวิธีที่แนะนำไปปฏิบัติตามกันดูได้.**

ขอขอบคุณเนื้อหาข่าว คุณภาพดี โดย: หนังสือพิมพ์เดลินิวส์