

## 10 สิ่งที่ทำให้คนรักคุณ...!!!

นำเสนอเมื่อ : 3 พ.ค. 2552

## 10 สิ่งที่ทำให้คนรักคุณ



10 Things to make people Love You (first)...

โลกหมุนได้ด้วยความรัก  
และพินาศย่อยยับก็ด้วยความชัง...ความรักจะช่วยปะชุนและถักทอส่วนที่ขาดแห่งให้เต็มครบ  
ขณะที่ความชังจะคอยยื้อผลาญ ยื้อกระชาก สิ่งที่มีไหยิ่งขาดออกจากกัน ทั้งโลกหรือชีวิต

## จึงต้องการความรักเป็นสิ่งเชื่อมประสาน...

### ชีวิตใครคนใดคนหนึ่ง ::

ความรักจะทำให้เขาอิ่มเต็มในตัวเอง มีความนับถือตนเอง ภาคภูมิใจในตนเอง และความรัก (ตัวเอง) จะชักนำให้เขาทำแต่สิ่งที่เป็นคุณประโยชน์ต่อชีวิต ไม่นำชีวิตให้เขาไปในทางเสียหาย

### ชีวิตคู่ ::

ความรักจะทำให้เรารู้จัก "หนักนิดเบาหน่อย" รู้จักแบ่ง รู้จักให้ รู้จักอดใจที่ต้องเผชิญกับสิ่งไม่อยาก

### ชีวิตครอบครัว ::

ความรักจะทำให้เยื่อใยของความเป็นพ่อ แม่ ลูกหรือความเป็นพี่เป็นน้องเหนียวแน่น เป็นแกนให้คนซึ่งแตกต่างกันได้ยึดเกาะ และรู้สึกวามมีอะไรบางอย่างรวมกันอยู่ หรือที่คนทั่วไปสัมผัสได้ผ่านคำว่า "สายเลือดเดียวกัน"

### คนร่วมสังคม ::

ความรักจะทำให้เรารู้จักเห็นอกเห็นใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา และเกิดการร่วมทุกข์ร่วมสุข คำหนึ่งถึงคนส่วนใหญ่ว่าความถูกต้องเป็นสิ่งสำคัญ ความถูกต้องส่วนตัวเอาไว้ทีหลัง จึงเกิดการประนีประนอมและยอมรับในความแตกต่างหลากหลาย ทำให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างเป็นปกติสุข หากคุณสังเกตว่าที่ใดไม่มีเราเขาเป็นสุข...ที่ใดมีเราเขาเป็นทุกข์ ก็ควรพิจารณาตัวเอง

ไม่มีความราบรื่นใดเทียบได้เท่ากับ "การเป็นที่รัก" ของคนอื่น ๆ มี 10 สิ่งที่คนอื่น ๆ จะรักคุณได้ง่ายขึ้น หากคุณมีและทำในสิ่งเหล่านี้ นั่นคือ

### ★ 1. รอยยิ้มจากใจของคุณ

เหมือนต้นไม้ไม่มีดอกประดับต้น ทุกคนทั้งฝั่งต่างก็อยากอยู่ใกล้ๆ รอยยิ้มจึงเป็นความสดใส สวยงาม ที่ต้องมีไว้ดูจูงใจประดับและเป็นเสน่ห์ดึงดูดใจคน ตลอดจนเป็นเครื่องหมายของความผ่อนคลาย ทำให้คนอื่นสบายใจที่จะได้อยู่ใกล้ๆ โดยที่รอยยิ้มนั้น ต้องผลิตดอกออกมาจากความสดใสและความจริงใจไม่ใช่แสร้งยิ้ม เพราะคนที่เห็นรอยยิ้มยอมทราบดีว่าเป็นยิ้มที่มาจากความรู้สึก ยิ้มตามมารยาท หรือฝืนยิ้ม

### ★ 2. วาจาที่เปี่ยมความสัตย์ของคุณ

ความเป็นคนพูดจริง พูดดี พูดแล้วเชื่อถือได้ พูดไม่ไร้สาระ พูดอย่างไม่เชือดเฉือน เหน็บแนม เป็นอีกสิ่งที่ทำให้คนที่อยู่ด้วยสบายใจ เชื่อใจ ผ่อนคลาย และเปิดเผย ยิ่งอยู่ด้วยนานเท่าไร ก็จะยิ่งเทใจให้มากเท่านั้น

### ★ 3. สีหน้าที่ไม่ซ่อนอะไรไว้ข้างหลังของคุณ

มีคำกล่าวว่า **"รู้หน้าไม่รู้ใจ"** เพื่อเตือนให้คนพิจารณาการคบหากับผู้อื่นให้ถ่วงถี่ บางคนหน้าตาดีแต่ใจทราม หน้ากับใจอาจไม่สัมพันธ์กันในแง่ความงาม แต่ในแง่ของความรู้สึก มันสัมพันธ์กันเสมอ เพราะกลามเนื้อบนใบหน้าทำงานด้วยกลไกอัตโนมัติ เป็นไปตามภาวะอารมณ์หรือความรู้สึกจริงๆ ในใจคน ยกเว้นพวกเขียนแครงการเสแสร้งเท่านั้นที่จะสามารถ **"สวมหน้ากาก"** คือปรับเปลี่ยนสีหน้าเพื่อซ่อนอารมณ์จริงๆ ไว้ข้างหลัง ซึ่งแน่นอน คุณคนนี้ไม่มีใครรัก และไม่มีใครอยากคบ จึงต้องฝึกตนไม่เป็นคนซัดสีหน้า มีความจริงใจ ผาเผย เปิดใจ ไม่น่าอย่างใจอย่าง

#### ★ 4. ภาษากายที่สะท้อนความในใจของคุณ

บางคนพูดดี สีหน้าปลอดโปร่ง ยิ้มหวาน แต่ซ่อนอาการไว้ที่การ กอดดอก ระยะเวลาของการยืนคุย มือที่กำลังเกร็ง ตาที่บอกความเบื่อหน่ายออกมา ฯลฯ ฟังรู้สึกได้ว่า มือไม่แขนขา สีหน้า ท่าที ล้วนมีความหมายที่ทำให้คนอื่นสัมผัสได้ถึงความเป็นมิตร ความเป็นคนง่าย ๆ ความเป็นคนระวังระไว หรือพวกไว้ตัว

#### ★ 5. อารมณ์อันคงที่ของคุณ

ไม่มีใครรักหรืออยากอยู่ใกล้คนที่อารมณ์แกว่งไกวจนคาดเดาไม่ได้ว่าจะระเบิดบึ้งบึ้งเมื่อไร หรืออารมณ์ดีตอนไหน วินาทีที่อารมณ์ดี ๆ อย่างนี้จะคงที่ไปจนถึงเมื่อไร ไม่มีใครรู้สึกปลอดภัยที่ต้องอยู่กับคนประเภทนี้ หากจำเป็นจะต้องอยู่ด้วย ก็มักจะอยู่ด้วยความกังวล เกร็ง กลัว และขาดความสุข

ฉะนั้น โปรดระครองอารมณ์ของตัวเองให้คงที่ คงเส้นคงวาแน่นอนค่ะ คนเรามีเวลาเดือดุดาลหรืออารมณ์เสีย แต่ไม่ใช่เสียทุกวัน วันละหลาย ๆ ครั้ง และทุก ๆ ครั้งคาดเดาไม่ได้ว่าเหตุเกิดจากอะไร หมั่นระครองสติเอาไว้ คอยเตือนตนตั้งแต่อารมณ์เริ่มก่อตัว รู้ทันอารมณ์ ควบคุมอารมณ์ และคลี่คลายอารมณ์นั้นให้ได้ในที่สุด อย่าเอาอารมณ์เสีย ๆ ไปกระทบกระเทือนคนอื่น แม้วาเรื่องที่ก่อให้เกิดอารมณ์เสียจะเกิดจากคนอื่นก็ตาม หากจะโต้สวนเพื่อพิจารณาความผิดอันเกิดจากการกระทำที่ชวนให้อารมณ์เสีย ก็ให้โต้สวนโดยไม่มีอารมณ์ (เสีย) เขาไปของเกี่ยว อย่างนี้จะทั้งน่ารักและน่านับถือเลยทีเดียว

#### ★ 6. ความรู้ความสามารถของคุณ

คุณมีความรู้ความสามารถย่อมเป็นที่พึงของคนที่รู้้น้อยกว่า หรือหย่อนความสามารถกว่า ซึ่งแปลว่ามีแค่ความรู้ความสามารถไม่พอแต่ต้องมีความเห็นอกเห็นใจ คอยเอาใจใส่ และให้การช่วยเหลือคนอื่นด้วย

#### ★ 7. น้ำใจไมตรีของคุณ

คนเราอยู่ด้วยกัน ต้องมีน้ำจิตน้ำใจต่อกันบ้าง ไม่มีใครรักคนเห็นแก่ตัว เห็นแก่ได้ ไม่เอื้อเพื่อเผื่อแผ่ น้ำใจไม่ได้แปลว่าต้องมีวัตถุสิ่งของมาแบ่งปันให้ แต่ยังหมายถึงการช่วยเหลือกันในยามฉุกเฉิน การห่วงใยเอาใจใส่ คำพูดที่ดี ที่เป็นกำลังใจ หรือแม้แต่ขอความช่วยเหลือ ช่วยจำหรือเติมพลังใจให้ เท่านั้นก็ชื่นใจนักหนาแล้ว

#### ★ 8. ความดีงามในตัวคุณ

รู้จักตนเอง รู้จักผู้อื่น รู้จักแบ่งปัน และเคารพในกันและกัน  
คือความดีงามขั้นพื้นฐานที่จะนำไปสู่ความดีงามในการอยู่ร่วมกันอีกเป็นร้อยเป็นพันข้อ  
คนที่มีความดีงามในตนเองย่อมดึงดูดคนดี ๆ มาอยู่ด้วย เป็นที่รักและเคารพของคนรอบตัว

## ★ 9. จิตสาธารณะของคุณ

ไม่ใช่แค่ดีลำพังตน แต่ต้องปรารถนาให้ผู้อื่นและสังคมได้รับสิ่งดี ๆ เพิ่มขึ้นด้วย  
จึงต้องพร้อมที่จะอุทิศตัวหรือมีส่วนสร้างสังคมที่แข็งแรง ตามกำลังที่ตนจะสนับสนุนได้ ไม่ว่าจะเป็นกำลังทรัพย์  
แรง ความรู้คำแนะนำ การมีส่วนร่วม หรือความเอาใจใส่ที่จะแบ่งปันหรือทุ่มเทให้ คนที่มีจิตใจเช่นนี้  
ย่อมเป็นที่รักและที่สรรเสริญของทุกๆ คน

## ★ 10. ความยุติธรรมของคุณ

เราต่างเป็นปุถุชนที่อาจเลือกที่รักมักที่ชังได้  
แต่ใครก็ตามที่เอาชนะอารมณ์พื้นฐานข้อนี้ไต่ด้วยการให้ความเป็นธรรมแก่ทุกๆ คน ไม่ว่าจะคนคนนั้นจะเป็นคนใกล้ชิด  
เป็นคนที่ชอบพอหรือไม่ ย่อมได้รับคำชื่นชมและมีคนเคารพรักเป็นนอย่างมาก หลายคนเป็นคนดี  
มีอัธยาศัยไมตรีน่ารัก มีจิตสาธารณะ ทว่าเมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ที่ต้องให้ความเป็นธรรมกลับให้ไม่ได้  
มีความโน้มเอียงไปข้างใดอย่างใดอย่างไม่สมเหตุสมผล ความรักความนับถือที่เคยได้รับก็หายหมด  
คุณคงไม่อยากจะเป็นอย่างนั้นใช่ไหมคะ

ความรัก ไม่ได้มีไว้เพื่อให้ใครรองรับฝ่ายเดียว หากในชีวิตของคุณได้พบใครก็ตามที่มีคุณสมบัติดี ๆ  
ทั้งหลายที่กล่าวไว้นี้ คุณก็ต้อง **"ให้ความรักเป็น"** หมายถึงคุณยอมรับความดีงามของคนอื่นได้ ยินดีชื่นชม  
และให้ความเคารพอย่างที่เขาควรได้ นั่นคือ **"ที่สุดของความน่ารัก"** คือการรู้จัก **"รักคนอื่นด้วย"**