

ถ้าคุณกำลังเบื่ออะไรที่ทำซ้ำๆ อยู่ทุกวัน ...8วิธีที่จะทำให้ชีวิตของคุณ มีสีสันมากขึ้น

นำเสนอเมื่อ : 14 พ.ค. 2552

วิธีที่จะทำให้ชีวิตของคุณ มีสีสันมากขึ้น

8 things make you feel goood

ถ้าคุณกำลังเบื่ออะไรที่ทำซ้ำๆ อยู่ทุกวัน เราขอเสนอ 8 วิธีที่จะทำให้ชีวิตประจำวันของคุณมีสีสันมากขึ้น เพราะปรารถนาให้คุณมีรอยยิ้มหรือเสียงหัวเราะในชีวิตประจำวัน หรืออย่างน้อยที่สุดก็หวังว่าความเบื่อหน่ายที่คุณมีจะเบาบางลงบ้าง ด้วยความจริงใจจาก SHE'S smart



1. ยิ้มให้คนไม่รู้จัก

การยิ้มให้คนรู้จักเป็นเรื่องที่ดี เพราะเป็นการรักษาสัมพันธภาพและปรับอารมณ์เราให้ดีขึ้นทุกครั้งที่ยิ้ม แต่ขึ้นกว่าของมีน้อยคือการยิ้มให้คนที่ไม่เคยรู้จักกันเลย เราจะพบทุกคนที่ยิ้มตอบและไม่เคยยิ้มตอบเรา ถ้ามองในแง่ของบุคลิกภาพเราจะดูเป็นคนเฟรนด์ลีสขึ้นทันที แต่ถ้าไม่คิดถึงเรื่องอะไรสักอย่างแล้วเราจะรู้สึกว่ามันสนุกที่เราได้ยิ้มให้คนอื่นในฐานะเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

Caution : หากกำลังรอรถติดๆ ในที่เปลี่ยวๆ สัมผัสการนี้ไปให้สิ้น!

2. รับโทรศัพท์ด้วยภาษาต่างประเทศ

เวลาเราโทรศัพท์หาใคร คำที่จะได้ยินเสมอคือ "ฮัลโล" หรือ "สวัสดี" แต่ถ้าเราท้าทายคนที่โทร.มาด้วยภาษาแปลกๆ แล้วตามติดด้วยภาษานำอีกสองประโยค เราจะสร้างความครื้นเครงในชีวิตประจำวันให้แกกันไบบาง ส่วนภาษาที่อยากแนะนำว่าพูดแล้ว "มันแนวๆ" คือ ภาษาจีน ภาษาเขมร ภาษาเกาหลี

Caution : ดูหน้าจอยิ้มมันใจ อย่าเพลินจนรับสายแบบนี้กับเรื่องธุรกิจการงาน

3. ลองเครื่องดื่มแปลกๆ

เมื่อเดินเขาร้านสะดวกซื้อคุณมักจะเลือกหยิบแต่น้ำที่คุ้นเคยใช้หรือไม่ ถ้าใช่...ขอแนะนำให้เปลี่ยนมาหยิบเครื่องดื่มที่คุณไม่เคยคิดว่าชีวิตนี้จะดื่มมัน อาทิ เครื่องดื่มบำรุงกำลัง หรือเครื่องดื่มแก้อาการเมาค้าง หรืออื่นๆ ถึงแม้จะไม่ชอบรสชาติของมันเลย แต่เราก็จะได้รู้ว่าในโลกนี้มีน้ำพุดรค์น้อยด้วย

Caution : แต่ถ้ากลายเป็นติดใจขึ้นมา และถ้ามันเป็นเครื่องดื่มบำรุงกำลัง ขอแนะนำว่าห้ามดื่มเกินวันละ 2 ขวด และก่อนดื่มโปรดสังเกตฉลากก่อนดื่มทุกครั้ง (ฮา)

4. เล่นเกมดู

ในทางสรรพสินค้ามักมีมุมที่มีตู้เกมวางเป็นแผง สำหรับผู้ใหญ่อย่างเรามักมองว่าเป็นเรื่องของเด็กๆ และเดินผ่านไป การคิดแบบนี้มันน่าเป็นห่วงเสียยิ่งกว่าหนึ่งในชีวิต เพราะความหลุดร่อนของคุณอยู่ตรงหน้า หากวันไหนไม่ได้พาลูกไปดวย ลองจูงมือสามี (หรือแฟน หรือเพื่อน) เขาไปหยอดเหรียญ 5 เหรียญ 10 สิ่ดู ความเบื่อหน่ายที่มีอาจจะบรรเทาลง

Caution : ถ้าไม่รู้จะเล่นเกมไหน เสนอให้เลือกเกมยิงชอมบี้ก่อนเลยเพราะเราจะได้ใช้ปืนแบบสโลตได้เจ๋งสุดแล้ว

5. จัดดอกไม้ที่แปลกตาใส่แจกัน

การมีดอกไม้วางที่โต๊ะทำงานเป็นเรื่องวิเศษ แต่ถ้าลองหาดอกไม้แปลกๆ หรือสิ่งที่ไม่ควรจะมาอยู่ในแจกันมาประดับ เช่น ต้นหญ้าเล็กๆ ใบไม้พอร์มสวยๆ หรือพืชผักสวนครัว อาทิ ขึ้นฉ่าย สะระแหน่ โหระพา รับรองว่าจะสร้าง Creativity ให้ชีวิตประจำวันของคุณได้อย่างดี

Caution : ต้องดูบริบททางสังคมในพื้นที่นั้นๆ ด้วยว่าถ้าเราใช้ต้นไม้ชนิดนี้แล้วจะตลกหรือไม่

6. เลือกลับบ้านอีกทาง

หากวันไหนไม่รีบหรือไม่เหนื่อยเกินไป ลองเปลี่ยนเส้นทางกลับบ้านดู คุณจะเห็นรายละเอียดของชีวิตที่ต่างไป แต่คุณจะไม่ได้อะไรอะไรเลย นอกจากเปลี่ยนจากเส้นทางเดิมๆ ที่ใช้อยู่ทุกวัน ซึ่งบางทีเส้นทางใหม่อาจจะทำให้เสียเวลาเพิ่มขึ้นเป็นชั่วโมงก็ได้

Caution : ตอนเช้าไม่แนะนำวิธีการนี้ เพราะอาจจะไปทำงานสายได้

7. หัดเขียนหนังสือด้วยมือข้างที่ไม่ถนัด

หากต้องเขียนโน้ตสั้นๆ ถึงใคร ทำไมลองเขียนด้วยมือข้างที่ไม่ถนัดดู เป็นการฝึกสมองอีกซีกที่ดี และยิ่งกว่านั้นมันตลกมาก

Caution : ไม่ควรใช้วิธีนี้เขียนจดหมายสารภาพรักหรือจดหมายอ้อแฟนเด็ดขาด!

8. ใส่ชุดชั้นในน่ารักๆ

ลองซื้อชุดชั้นในลายการ์ตูน ลายลูกไม้สวยสดใส หรือชุดชั้นในสีสะท้อนแสงแวววาว เพื่อที่ว่ายามคร่ำครึตจากงานแล้วไปเซาห้องนอน ทันทึที่ถอดกางเกงหรือกระโปรงสีเข้มเป็นทางการออก คุณจะหัวเราะเบาๆ กับความซุกซนของตัวเอง

Caution : ดูแลความเรียบร้อยของเสื้อผ้าให้ดี เก็บเอาไว้หัวเราะคนเดียวจะดีกว่า