


## 16 ข้อเพื่อชีวิตรักลงตัวภายใน 9 เดือน

นำเสนอเมื่อ : 3 ก.ค. 2552


  
ภาพจากอินเทอร์เน็ต

  
แน่นอนว่าคงมีหลายคนที่ยรักกันมานานแต่เมื่อตัดสินใจแต่งงานกัน หม้อข้าวยังไม่ทันดำก็มีเหตุให้ต้องหมัดรักกันไป ซึ่งในวันนี้ทีมงาน Life and Family ขอเสนอเคล็ดลับจากบุคคลที่เคยผ่านประสบการณ์ชีวิตหลังสละโลดมาแล้วหลายครั้งเพื่อเป็นแนวทางต่ออายุรักให้นานและมั่นคงมากกว่าเดิม

ซึ่งเรื่องราวที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ตรงของ **พวงเมลา ฮิลล์ เนตเดิลตัน** ในนิตยสารเรด บุก ซึ่งรวบรวมความผิดพลาดจากชีวิตสมรสของเธอ ได้กลายเป็นบทเรียนและอุทาหรณ์ให้คนอื่นได้เป็นอย่างดี เพื่อไม่ให้พวกเขาก้าวพลาดอย่างที่เราเคยถลำมาแล้ว

ทั้งนี้เธอเขียนได้เคล็ดว่า **“ทุกครั้งที่คุณแต่งงาน จินตนาการว่า มันหมายถึงการผูกพันตลอดกาล แต่ที่ใหม่ได้ จินตนาการว่า และผ่านการแต่งงานแล้ว 4 ครั้ง หลังหย่ามา 3 หน”** จากประสบการณ์หย่ามา 3 หนนี้เอง ทำให้เรียนรู้ถึงเคล็ดลับที่จะใช้ชีวิตคู่ อย่างมีความสุขสักที จะได้อะไรบ้างมาเล่า ซึ่งเคล็ดลับที่เป็นประโยชน์แก่คนอื่นมีดังนี้

  
ภาพจากอินเทอร์เน็ต

  
**1. อยู่เปลี่ยนเขา แต่เปลี่ยนตัวคุณเอง** ถ้าเขาทำอะไรให้คุณไม่พอใจชนิดรับกันไม่ได้จริงๆ ลองบอกสิ่งนั้นให้เขาฟัง แต่อย่าใช้น้ำเสียงโมโหโกรธาหรือดั่งทหาจะราวี

**2. อยู่ตามใจตัวเองมากเกินไป** บางครั้งคุณจำเป็นต้องปฏิบัติไปตามกฎของคนที่คุณรักบ้าง ไม่ควรทำอะไรตามแต่ใจตัวเอง และอย่าลืมว่า คุณกำลังใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน ไม่ใช่เป็นโสเภณีอีกต่อไปแล้ว

**3. จูนทัศนคติเข้าหากัน** ไม่ว่าคุณจะมีความเป็นตัวเองสูงมากน้อยเพียงใด ถ้าต้องอยู่กับใครสักคนขึ้นมา คุณต้องรู้จักปรับเปลี่ยนทัศนคติ, ความคิดและการแสวงหาความสุขแบบเดิมๆ มาเป็นในลักษณะที่ผู้ชาย 2 คนทำร่วมกันได้แล้วจะรู้ว่า ชีวิตยังมีเรื่องสนุกให้ตกตวงไปพร้อมๆ กันอีกหลายอย่าง

**4. ดูแลตัวเอง** ระวังอย่าอยู่เสมอว่า คุณเป็นคนควบคุมชีวิตของตัวเอง จะทำสวยหรือไปรยเสน่ห์ให้เขาหลง ก็ขึ้นอยู่กับคุณเองนั่นแหละ ว่าจะหมั่นทำตัวเซ็กซี่หรือปล่อยเป็นพะไลไมนาชวันมอง

**5. แบ่งปันซึ่งกันและกัน** เมื่อตัดสินใจลงเรือลำเดียวกันแล้ว ทั้งคู่ก็ควรคุยถึงเรื่องที่ดีและไม่ดี ให้กันและกันฟังอยู่เสมอ ไม่ควรเก็บเรื่องใดเรื่องหนึ่งไปคิดอยู่เพียงคนเดียว หรือมีความลับปิดบังกัน

**6. ดูแลใจ** บางครั้งก็ต้องเป็นหมอม (จิตแพทย์) ที่รักษาเรื่องบาดหมางระหว่างกัน

**7. พูดให้น้อย ทำให้มาก** หมายถึงหมั่นแสดงความรักต่อเขา และควรคำนึงอยู่เสมอว่า คำพูดกับการสัมผัสนั้นแตกต่างกันโดยสิ้นเชิง ดังนั้นการที่คนสองคนได้กอดกันบ้าง หรือสัมผัสเพื่อให้อีกฝ่ายสบายใจและแสดงความรักที่มีต่อกันบ้าง ก็เปรียบเสมือนชูรสชนิดหนึ่งที่ทำให้รักไปจำใจ

**8. รักในข้อบกพร่องของคนที่เรารัก** นั่นคือทั้งสองฝ่ายควรยอมรับและให้เกียรติในความเป็นตัวของเขา อีกทั้งเข้าใจและรู้จักให้อภัยไปพร้อมๆ กันด้วย

ภาพจากอินเทอร์เน็ต



**9. เรื่องเล็กๆอย่าทำเป็นเรื่องใหญ่** ทำให้ได้ว่า ผู้ชายไม่ชอบเรื่องหุยมหิมของภรรยาเหมือนกันทุกคน

**10. เข้าใจธรรมชาติ** ผู้ชายจะต่างกันในเรื่องการเอาใจใส่ภรรยาที่อาจดูน้อยกว่าเมื่อเทียบกับการที่ผู้หญิงจะใส่ใจดูแลสามี ซึ่งสิ่งนี้ก็เป็นธรรมชาติที่ผู้หญิงควรทำความเข้าใจอีกประการหนึ่ง

**11. ปล่อยวางกับเรื่องหุยมหิม** อย่ากังวลกับเรื่องจุกจิกมากเกินไป เช่น บางคู่แม่แต่ยาสีฟันยังใช้คนละยี่ห้อ จึงเสนอวิธีคลี่คลายปัญหาข้อนี้เสียทั้ง 2 ยี่ห้อนั้นแหละ จะได้ไม่ต้องพะวงว่า ควรซื้อยี่ห้อไหนดี

**12. ไร้ความงี่เง่า ไร้ความรำคาญ** ถ้าจำเป็นต้องมีปากเสียงกัน ให้เลือกทะเลาะในเรื่องที่ฉลาดๆ หน่อย อย่าลืมนำความคิดเห็นต่างกันไม่ได้หมายความว่า เราไม่รักกัน

**13. ปัญหาหมักมีทางออกเสมอ** คนที่ต้องใช้ชีวิตร่วมกัน ไม่ว่าจะเจออุปสรรคใดๆก็ตาม ควรท่องไว้ว่า ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น มักมีทางออกสำหรับข้อขัดแย้งทั้งปวงเสมอขอแค่ขอยุติคิดขอยุติทำ และคอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

**14. ให้เกียรติกันและกัน** อยากรักกันนานๆ ควรปฏิบัติต่อกันอย่างให้เกียรติและนุ่มนวล

**15. อย่าवादฝันถึงครอบครัวในฝัน** อย่าสับสนว่า ชีวิตสมรสจะเหมือนการออกเดท เพราะมีอีกหลายอย่างที่ถูกต้องพึงฝึอุปสรรคร่วมกัน

**16. อย่าออกคำสั่งบ่อยเกินไป** ไม่ว่าจะสามีหรือภรรยา การที่มาใช้ชีวิตร่วมกันควรมีน้ำใจให้กันและกัน อย่ามัวแต่ออกคำสั่ง ชี้นิ้วตลอดเวลา เพราะคงไม่มีใครชอบให้คนอื่นมาชี้นิ้วสั่งทุกครั้งไป

และนี่ก็เป็นเพียงส่วนหนึ่งของเคล็ดลับดีๆจากผู้หญิงคนหนึ่งหวังว่าครอบครัวที่สมบูรณ์และอบอุ่นจะเพิ่มมากขึ้นเพราะการแบ่งปันเคล็ดลับที่สามารถนำไปใช้ได้จริงค่ะ

เรียบเรียงข้อมูลบางส่วนจาก <http://www.rimnam.com/>  
<http://www.manager.co.th/Family/ViewNews.aspx?NewsID=9520000074158>