

## มีอะไรดี ๆ ในการใช้ชีวิตคู่..

นำเสนอเมื่อ : 28 ธ.ค. 2551

..คิดว่าปีใหม่นี้.....

น่าจะมีการวิวาทเกิดขึ้นหลายคู่ทีเดียว...ม่อนได้นำบทความดี ๆ เกี่ยวกับการใช้ชีวิตคู่มาให้ท่านดูนะครับ..

### 10 ขั้นตอนการใช้ชีวิตคู่ที่ดี

#### 1. เป็นตัวของตัวเอง และยอมรับในสิ่งที่เขาเป็น

อย่าพยายามเปลี่ยนคนรักของคุณให้เป็นในสิ่งที่เขาไม่ได้เป็น แฟนคุณอาจจะไม่ได้สวยเหมือนนางงามหรือหล่อเหมือนนายแบบ ขอให้รักในสิ่งที่คนรักของคุณเป็น ยังมีอีกหลายสิ่งอีกมากมายในตัวคนรักของคุณ ซึ่งมากกว่าสิ่งภายนอกที่ตาของคุณมองเห็น

#### 2. มีอะไรต้องพูดกัน

สำหรับคุณผู้ชาย อาจจะไม่เข้าใจว่าทำไมต้องพูดต้องเล่าทุกสิ่งทุกอย่าง ซึ่งบางทีคุณคิดว่ามันไร้สาระซึ่งต่างจากผู้หญิง อยามัวนั่งเดาความรู้สึกของอีกฝ่าย แต่ให้เรียนรู้ที่จะพูดและแสดงออกว่าคุณรู้สึกอย่างไร เพื่อที่จะทำให้อีกฝ่ายเข้าใจว่า คุณกำลังรู้สึกอะไร ต้องการอะไร ทำไมคุณถึงอารมณ์ไม่ดี หรือแม้แต่วันนี้ที่คุณอารมณ์ดีเนี่ย เป็นเพราะอะไร เมื่อคุณไม่ต้องการหรือหยุดที่จะถ่ายทอดบอกเล่าความรู้สึกของคุณให้กับอีกฝ่ายได้รับฟัง นั่นเป็นจุดเริ่มต้นของการสิ้นสุดของความรัก

#### 3. หากิจกรรมทำร่วมกัน

ข้อนี้ง่ายมาก หากิจกรรมอะไรก็ตามที่ทั้งคู่ สามารถทำด้วยกันแล้วมีความสุข กระทำร่วมกัน คุณอาจจะนั่งดูทีวี หรือไปเดินเล่นจูงมือกันในทางสรรพสินค้า สวนสาธารณะ ตามแต่รสนิยมของทั้งคู่แล้วก็ต้องรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา หรือเรียกว่าเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน โดยคุณผู้หญิงนานๆที ก็ลองนั่งดูรายการฟุตบอลรายการโปรดของแฟนคุณ เปลี่ยนบรรยากาศ สวนคุณผู้ชายก็อาจจะลองไปเดิน shopping เป็นเพื่อนแฟนคุณดูสักครั้ง แทนที่จะไล่ให้แฟนคุณไปช้อปปิ้งกับเพื่อนของเธอ อาจจะทำให้ทั้งคู่เข้าใจอารมณ์ของกันและกันมากยิ่งขึ้น การที่ทั้งคู่ใช้เวลาไปกับเพื่อนของคุณมากกว่ากับแฟนของคุณ นั่นอาจจะเป็นสัญญาณอันตรายบงบอกกว่า ความสัมพันธ์ของคุณกำลังสั่นคลอน

#### 4. พบกันคนละครั้งทาง

ถ้าหากแฟนหนุ่มของคุณกล้าที่จะโยนเสื้อตัวโปรด ขาดๆ เก่าๆ แต่คุณไม่ชอบของเค้าทิ้ง คุณก็ไม่ควรจะโกรธตาเค้าขอร้องให้คุณเก็บกวาดห้องให้เรียบร้อย ความสัมพันธ์ที่สมดุลและแนบแน่นต้องประกอบไปด้วยการให้และการรับ เพราะฉะนั้นจงเรียนรู้ที่จะพบกันคนละครั้งทาง

#### 5. แสดงความรักของคุณให้เค้ารู้

ลองซื้อดอกไม้ ขนม หรือน้ำหอม ให้กับคนที่คุณรักอย่างสม่ำเสมอ แม้ว่า你会คบกันมา 5 ปีแล้วก็ตาม มันจะทำให้คุณรู้สึกดีที่ได้แสดงความรักแก่คนที่คุณรักอย่างสม่ำเสมอ นี่เป็นการบริหารความสัมพันธ์ของคุณ แม้ว่า你会คบกันมานาน หัดเอาใจใส่ในสิ่งเล็กๆน้อยๆ ของคนที่คุณรักและแสดงให้เขาเห็นว่า คุณใส่ใจ อาจจะเป็นเรื่องอาหารไม่สบาย ขนมที่เขาชอบ หรือสีโปรดของเขา สิ่งเหล่านี้ เรารับรองว่าถ้าคุณลองทำ ความรักของคุณจะเพิ่มขึ้น จนใครๆอิจฉา

## 6. ให้เกียรติซึ่งกันและกัน

หยุดเล่นและหัวเราะเยาะปมด้อย หรือขบขันรูปร่างในตัวเอง ถ้ามันเป็นสิ่งที่คุณเคยชินที่จะทำ ลองไตร่ตรองดูว่า เขาหรือเธออาจไม่คิดว่าเป็นเรื่องตลกด้วยก็ได้ ถ้าหากว่าเขามีปมด้อย ตรงความเตี้ยของเขา คุณก็ควรจะหยุดปรายชมคนตัวสูงๆ ที่บังเอิญเดินผ่านเข้ามา รุ้มียวนั้น เป็นการทำลายความมั่นใจและความรู้สึกของเขาโดยตรง ความรักเป็นเรื่องของการให้เกียรติซึ่งกันและกัน และเคารพความรู้สึกของกันและกันตลอดเวลา

## 7. ลืมความหลังเก่าเสีย

หยุดพูดถึงเรื่องเก่าๆ  
ไม่มีใครหรอกที่อยากจะพูดถึงและนึกถึงเรื่องที่เศร้าหรือเรื่องผิดพลาดในอดีตของตัวเอง รู้จักให้อภัยและเลิกขุดคุ้ยขอผิดพลาดของกันและกัน ให้อดคิดเป็นเพียงสิ่งที่ผ่านไป สิ่งที่สำคัญที่สุดคือ ปัจจุบันมากกว่า

## 8. เลิกนิสัยขี้อิจฉาของคุณ

เราพบบ่อยๆว่า ทุกคนมีความรู้สึกไม่ปลอดภัย และระแวงในช่วงต้นของความสัมพันธ์ แต่อย่าเปลี่ยนความรู้สึกไม่ปลอดภัยและระแวงมาเป็นความอิจฉา วิธีทดสอบว่าคุณเริ่มอิจฉาก็คือ คุณเริ่มที่จะตรวจสอบกระเป๋าใส่ของหรือของส่วนตัวของเขา นั่นแหละ ใช้อยู่ คุณกำลังระแวงเขาอยู่ ความอิจฉา หรือความขี้อิจฉาก็เหมือนกับยาพิษที่ค่อยๆ ทำลายความรักและความสัมพันธ์ของคุณ ไปทีละเล็กละน้อยโดยที่คุณไม่รู้ตัว เพราะฉะนั้นจงเชื่อมั่นในตัวคนรักของคุณ ความรักจะต้องมีความมั่นใจเป็นพื้นฐาน

## 9. ฝึกเป็นคนรักษาคำพูด

ถ้าคุณเป็นคนชอบผิดนัดและผิดสัญญา ถึงเวลาแล้วที่คุณจะต้องจับเข่าคุยกันให้รู้เรื่อง หากว่าคุณคิดว่า你会จะมีคนรัก คุณก็ควรจะให้คำสัญญาแก่คนรักของคุณ และพยายามอย่าทำให้เขาผิดหวัง ถ้าหากเป็นเรื่องที่ไม่สุดวิสัยจริงๆ เพราะมันจะทำให้เขา รู้สึกแยเมื่อคนรักของคุณต้องรอคุณทานข้าว แล้วคุณไม่มา ถ้าหากว่าคุณไม่สามารถทำตามสัญญา ก็อย่าสัญญา เพราะว่าเมื่อไรก็ตามที่คนรักของคุณ เริ่มที่จะรู้สึกว่า เขาไม่มีความสำคัญต่อคุณสักเท่าไร นั่นอาจเป็นสัญญาณว่าคุณได้สูญเสียเขาคนนั้นไปแล้วก็ได้

## 10. จงซื่อสัตย์ต่อตนเองและคนรักของคุณ

ความซื่อสัตย์ที่เราหมายถึงคือ การอธิบายความรู้สึกของคุณอย่างตรงไปตรงมาแก่คนรัก อย่าปิดบังความรู้สึก ถ้าคุณรู้สึกว่าเขาทำให้คุณรู้สึกเจ็บปวด หรือโกรธเคือง จงบอกเขา อย่างไม่ต้องอาย ถ้าหากว่าคุณไม่สามารถที่จะรักษาความซื่อสัตย์ต่อคนที่คุณรักได้แล้ว ใครละ ที่คุณจะรักษาความซื่อสัตย์ด้วยความรักคือการให้คำซื่อสัตย์ซึ่งกันและกัน ในทางตรงกันข้ามความสัมพันธ์ที่ไม่ได้อยู่บนพื้นฐานของความซื่อสัตย์ ก็อาจจะไม่ตรงกับความสัมพันธ์ที่คุณได้ทุ่มเทไป

เคล็ดลับอีกวิธี ที่สามีไม่มีวันเบื่อหน่าย...เหมือนมนตราสะกดใจ ให้หลงใหลมีรั้วล้อม คลิกเดี๋ยวนี้!!

<http://yim-health.blogspot.com>

<http://submit-submit.blogspot.com>

<http://submit.iblog.co.th>