10 สัญญาณ สื่อสารแห่งรักแท้....มีให้แก่กันและกัน

นำเสนอเมื่อ : 15 เม.ย. 2552

ใครจะรักจะชัง ช่างเถิด แต่ลองเปิดใจบ้าง สู่ลู่ทาง สร้างความรัก

วัยและประสบการณ์ทำให้คนมีนิยามของ "รักแท้"แตกต่างกันไป
บางคนก็ว่ารักแท้ไม่เคยอาศัยอยู่บนโลกมนุษย์

บางคนก็ว่ารักแท้คือรักที่กำลังรักอยู่ยามนี้
บางคนก็ว่ารักแทหาเอาได้ตามเตียงทุกเตียง แต่มีนักจิตวิทยาได้ให้

องค์ประกอบของรักแท้สำหรับให้
คนพิสูจน์ความรักหนนั้นของตนว่า ... มันเป็นรักแท้ขนานแท้..
รักแทแบบปลอมปน ... หรือรักแท้ที่ปลอมสนิท
.....ลองตามไปดูใจซิครูครับ

1. ต้องมีความรู้สึกถึงความสุขเมื่ออยู่ใกล้คนๆ นั้น
เมื่ออยู่ด้วยกันก็จะมีความสุขมาก ไม่เคยเบื่อที่มีเขาอยู่ใกล้ๆ
และเมื่อยามที่เขาห่างไกลไม่ได้เห็นหน้า ก็จะรู้สึกเหงาๆ และคิดถึงเอง
ไม่ใช่พอเขาหันหลังให้ยังเห็นชายเสื้อแว่บๆ
ก็แทบจะตีปีกโลดเต้นดีใจแล้ว

2. ต้องให้ความเคารพนับถือคนๆ นั้น ถ้าจะรักใครสักคน
แล้วตั้งหน้าดูถูก ไม่เคยให้ความเคารพ ใครอื่นจะเคารพคนๆ
นั้นของเราเอง และการที่ได้รักใคร กับคนที่ใครๆ เขาดูถูกกัน
มันจะเหลือความภูมิใจในคนๆ นั้นสำหรับเราได้ยังไง

3. ต้องรู้สึกว่าคนๆ นั้นเป็นที่พึ่งได้
เมื่อเกิดวิกฤตการณ์ขึ้นในชีวิต ก็มั่นใจว่าเขาจะอยู่เคียงข้าง

เพื่อคอยช่วยเหลือ ไม่ใช่ว่าเรากำลังจะตกตึกอยู่รอมร่อ
ก็ไม่ยื่นมือเข้ามาช่วยฉุด

4.
ต้องเชื่อมั่นว่าถ้ามีปัญหาใดๆเกิดขึ้น...ความสัมพันธ์ยังก้าวต่อไป
ไม่ว่าจะรุนแรงแค่ไหนสัมพันธภาพก็ยังคงดำเนินต่อไป
เพราะคนเรายอมผิดพลาดกันได้ ถารู้จักอภัยกันมันก็อยู่กันทน
ไม่ใช่ผิดหนเดียวก็ถีบสง

5. ต้องเข้าถึงความต้องการ อารมณ์ และความรู้สึกของคนๆ นั้น
อย่างถ้ารู้ว่าชอบจะอยู่คนเดียวตามลำพังบางก็ควร

เปิดโอกาสได้อยู่กับตัวเองด้วยความเต็มใจ
ไม่ใช่เปิดโอกาสอย่างกระเง่า กระงอด

6. ต้องมีความรู้สึกต้องตาต้องใจในสรีระของคนๆ นั้น

ไม่ว่าจะต้องเสน่ห์ในความเป็นหญิงกำยำ
หรือในความล่านจนขึ้นเงาวับบนหัวเขา
มันก็มีส่วนในความรักเหมือนกัน

7. ต้องรู้สึกว่าเราสามารถจะพูดคุยกับคนๆ
นั้นได้ทุกเรื่องอย่างเปิดอก
สามารถที่จะขุดความรู้สึกส่วนลึกในหัวใจขึ้นมาพูดได้
ไม่ใช่ต้องปิดบังความรู้สึกส่วนนั้นไว้
เพราะกลัวว่าถ้าพูดออกมาแล้วเราจะ
อับอายหรือไม่ก็กลัวว่าเขาได้ยินแล้วจะผงะหงายแล้วเดินหายไปจากชีวิต

8. ต้องรู้สึกว่าคนๆ นั้นเป็นบุคคลที่มีคุณค่า ถ้าไม่มีเขาสักคน
ชีวิตของเราจะรู้สึกถึงความสูญเสีย
ไม่น้อยกว่าความรู้สึกที่เราสูญเสียสิ่งที่มีค่าไป

9. ต้องรู้สึกเต็มใจที่มีส่วนร่วมกับคนๆ นั้นในหลายๆ ด้าน

เป็นต้นว่า ความคิด อารมณ์ ความทุกข์ และเวลาสุข

แต่ไม่ใช่ร่วมกับเขาไปหมด จนเขาไม่เหลือความเป็นตัวของตัวเอง

10. ต้องรู้สึกอยากมีส่วนร่วมอยากรับฟังทุกอย่าง ไม่ว่าสิ่งนั้นมันเป็นสิ่งที่ดี หรือเป็นสิ่งที่ทุกข์ ที่เรียกว่า รวมทุกข์รวมสุข เพราะคนที่ต้องการแต่จะรวมสุข นั่นหมายถึงว่าคุณไม่ได้มีรักแท้กับคนๆนั้น

.....

ถ้ามีครบทุกข้อดังที่กล่าวมา ให้ถือว่ากำลังมีรักแท้โดยสมบูรณ์ แต่ถ้าขาดไปสักข้อสองข้อ ก็ให้โมเมว่า

ยังเป็นรักแท้อยู่.....

แต่ถ้ามีเพียงหนึ่งหรือสองข้อในจำนวนทั้งหมดที่กล่าวมา

ก็จงอย่าพยายามหลอกตัวเอง ว่ารักนี้เป็นรักแท้

เพราะไม่เช่นนั้นทั้งสิบคนที่คบอยู่จะเป็นรักแท้ไปหมด...

.....

ปิดท้ายด้วย”จะรักใคร ชอบใครให้ดูใจตนก่อน สอนใจตนบ้าง หากเวลารักจาง ไม่มีทางทำลายใจ”