

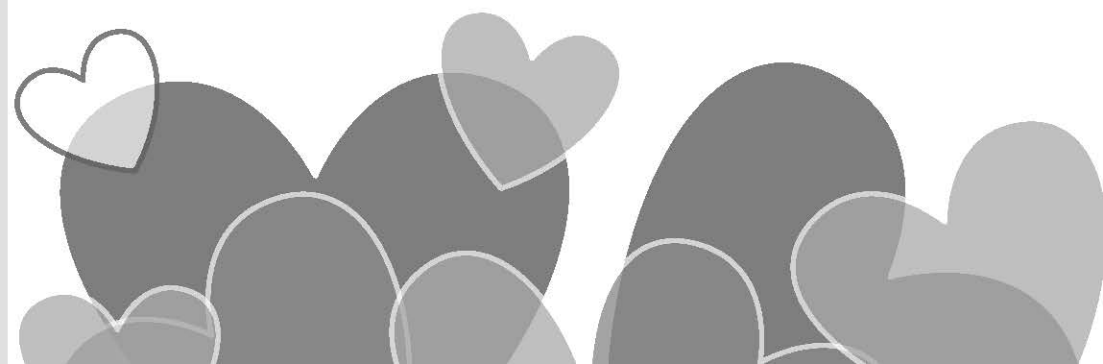


ศ.ดร. เกียรติศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์



# เลือกคู่ ครองรัก

ศ.ดร. เกียรติศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์

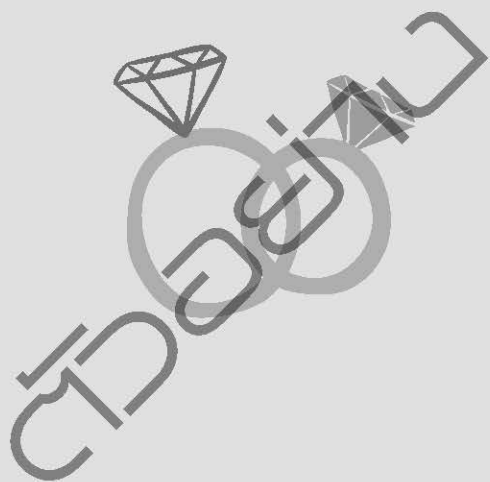




ขอมอบแต่.....

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

.....  
.....





สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537

โดย บริษัท ชัคเชส พับลิชชิง จำกัด

ห้ามลอกเลียนแบบ หรือดัดแปลงส่วนใดส่วนหนึ่งของ  
หนังสือเล่มนี้ รวมทั้งการจัดเก็บ ถ่ายทอด สแกน  
บันทึก ถ่ายภาพ ไม่ว่าในรูปแบบหรือวิธีการใดๆ  
ในกระบวนการอิเล็กทรอนิกส์โดยไม่ได้รับอนุญาต  
เป็นลายลักษณ์อักษรจากทางเจ้าของสิทธิ  
ยกเว้นเพื่อการประชาสัมพันธ์ เท่านั้น

 095-714-8737

ช่องทางการติดต่อ

 @Successpublisher

 Successpublisher

 [www.successpublisher.com](http://www.successpublisher.com)

# เลือกคู่ครองรัก

ศ.ดร. เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์

พิมพ์ครั้งที่ 1 มกราคม 2539

พิมพ์ครั้งที่ 3 กุมภาพันธ์ 2559

พิมพ์ครั้งที่ 2 กุมภาพันธ์ 2541

พิมพ์ครั้งที่ 4 มิถุนายน 2562

ราคา 150 บาท

สงวนลิขสิทธิ์ © ตาม พ.ร.บ. ลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2558

ห้ามคัดลอก ถ่ายเอกสาร หรือพิมพ์ หรือนำไปเก็บในระบบที่สามารถถ่ายเทข้อมูลได้

ไม่ว่าบางส่วนหรือทั้งหมดของหนังสือนี้ โดยไม่ได้รับอนุญาตจากบริษัท ชัคเชส พับลิชชิ่ง จำกัด

จัดพิมพ์และจัดจำหน่ายโดย



บริษัท ชัคเชส พับลิชชิ่ง จำกัด

87/110 ซ.สุขุมวิท 63 (เอกมัย) แขวงคลองตันเหนือ

เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

โทร 02-3814220, 082-6845390

<https://www.facebook.com/Successpublisher/>

สำหรับห้องสมุด

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์.

เลือกคู่ครองรัก.--พิมพ์ครั้งที่ 4.--กรุงเทพฯ : ชัคเชส พับลิชชิ่ง, 2562.

120 หน้า. -- (ครอบครัวแสนสุข).

1. ความรัก--แง่จิตวิทยา. I. ชื่อเรื่อง.

152.41

ISBN 978-616-8198-22-3



หนังสือเล่มนี้มีจำหน่ายในราคาพิเศษ

สำหรับผู้ที่ต้องการซื้อจำนวนมาก

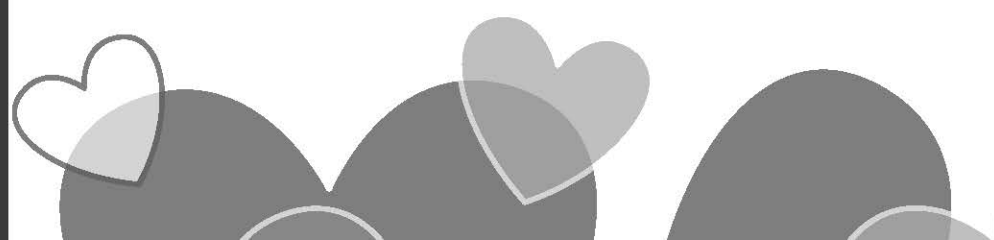
ขอทราบรายละเอียด ติดต่อฝ่ายการตลาด

ชัคเชส พับลิชชิ่ง จำกัด โทร 02 3814220, 082-6845390



## สารบัญ

|                           |    |
|---------------------------|----|
| หลายหลากนิยามรัก          | 1  |
| ไยรักนี้มีปัญหา           | 11 |
| นี่สิ..รักแท้             | 17 |
| บันไดรัก                  | 29 |
| เมื่อรักปักใจ             | 43 |
| ก่อนตัดสินใจเลือกใครสักคน | 59 |
| เรียนรู้ถนอมรัก           | 75 |
| รักสร้างสรรค์             | 83 |
| สู่รักนิรันดร์            | 89 |





หากเราพูดถึงความรักของหนุ่มสาว ดูก่อนถึงสมัยเรียน เมื่อถึงวันวาเลนไทน์ก็จะมอบดอกกุหลาบหรือของที่ระลึกให้กับคนที่เรารัก นั่นคือ เพื่อน ๆ ครู อาจารย์ หรือคนพิเศษสำหรับเรา และในส่วนตัวตัวเอง คิดว่าความรักที่แท้จริงน่าจะหมายถึง การมอบสิ่งที่ดีให้แก่กัน โดยเฉพาะกับคนที่เรารัก ด้วยความบริสุทธิ์ใจ โดยไม่คิดหวังตอบแทนจากเขา

ปัจจุบันดูกันว่ามีคู่รักหลายคู่มีปัญหามากทีเดียว อาจเป็นเพราะว่าสังคมทุกวันนี้มีความเปลี่ยนแปลงอย่าง และเป็นอุปสรรคในการสื่อสารความเข้าใจกันดูกันคิดว่า เราควรจะมีใจกว้างใจในกันและกัน พร้อมทั้งเรียนรู้หลักการทะนุถนอมความรักเอาไว้ให้สดชื่นอยู่เสมอ

หนังสือ “เลือกคู่ ครองรัก” เป็นหนังสือที่น่าสนใจมากเลยคะ ท่าน ศ.ดร.เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ ได้ให้ข้อคิดที่ดีและเป็นประโยชน์ต่อวัยรุ่นหนุ่มสาวที่อยู่ในวัย



แห่งการเปลี่ยนแปลง ภัยที่ต้องตัดสินใจหลายอย่างเพื่อเตรียมตัวสู่อนาคต ข้อคิดของท่านแนะนำด้วยความเข้าใจพวกเราเป็นอย่างยิ่ง เป็นสิ่งที่สามารถช่วยเรามีให้ดำเนินชีวิตไปสู่ความรักจอมปลอมและล้มเหลวในที่สุด เป็นวิธีการที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตและสามารถปฏิบัติจริงได้

ดูก็เชื่อว่าหนังสือเล่มนี้เหมาะมากสำหรับหนุ่มสาวและเพื่อน ๆ ทุกคนที่กำลังสนใจจะเรียนรู้จักเรื่องความรักและเหมาะสมอย่างยิ่งที่จะให้เป็นของขวัญในวันแห่งความรักที่กำลังมาถึงนี้ค่ะ

วิมลเรขา ศิริวารรณ





**“ความรัก”** เป็นสิ่งที่เราทุกคนต่างก็รู้จักและคุ้นเคยเป็นอย่างดี ไม่มีใครเลยที่จะปฏิเสธว่าไม่ต้องการ **“ความรัก”** เพราะโดยตัวของมันเอง คือสิ่งที่ดีงาม มีคุณค่า อีกทั้งยังเป็นตัวช่วยกระตุ้นให้ทุกลมหายใจดำเนินชีวิตอยู่อย่างมีความหมาย

วัยหนุ่มสาว คือ วัยแห่งความสดใหม่ที่ยังไม่ได้ร่ำแดดฝนของชีวิต เป็นวัยแห่งการเรียนรู้จักชีวิต ขณะเดียวกันก็อยู่ในช่วงที่ต้องปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงของสถานภาพที่ต้องไปสู่สถานะหนึ่ง เริ่มเป็นวัยที่จะมองหาทุกสิ่งที่สามารถมาเติมชีวิตให้สมบูรณ์จนเป็นผู้ใหญ่ที่สามารถรับผิดชอบตัวเองได้อย่างดีในทุก ๆ ด้าน

คนเราทุกคนเมื่ออยู่ในช่วงวัยหนุ่มสาว นับเป็นเวลาที่สำคัญมากในการตัดสินใจอะไรมากมายหลาย ๆ อย่าง เป็นเหมือนช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตที่จะต้องตัดสินใจเลือกเดินในวิถีชีวิตทางใด ทั้งด้านการเรียนการทำงาน รวมถึงเรื่อง **“คู่ครอง”** ซึ่งเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก

เพราะการมีคู่ครองที่ดีจะช่วยสนับสนุนเราได้ในทุก ๆ ด้าน ทำให้ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ทำให้เรียนรู้จักชีวิต รู้จักการรับผิดชอบ รู้จักการตัดสินใจ แก้ไขปัญหาแบบผู้ใหญ่ที่ต้องเติบโตในความคิดอย่างแท้จริง ต่างกับการเลือกคู่ครองผิด ชีวิตจะดำเนินอยู่อย่างหมดหวังขาดกำลังใจ เป็นความขมขื่นที่จะเกิดขึ้นตลอดเวลาที่ร่วมชีวิตด้วยกันซึ่งกินเวลากว่าครึ่งชีวิตทีเดียว

นอกจากนี้หากเรารู้จักให้เกียรติอีกฝ่าย และรักษาเกียรติของเราในขณะที่ยังคบกันแบบคู่รัก จะทำให้เมื่อร่วมชีวิตกันจริง ๆ นั้น ต่างก็เห็นคุณค่าของกันและกันมากขึ้น ที่กล่าวเช่นนี้เพราะเป็นเรื่องที่น่าห่วงอย่างยิ่งที่หนุ่มสาวทุกวันนี้ค่อนข้างจะหือหาว และด่วนสรุปตัดสินใจในการคบกันแบบคู่รัก ทำให้เกิดปัญหาบาดหมางกันตลอดเวลาในชีวิตสมรส เพราะไม่ได้เรียนรู้จักกันและกันอย่างดีก่อนที่จะตัดสินใจนั้นเองและเป็นความผิดพลาดอย่างยิ่ง หากถลาลึกไปถึงการเป็นครอบครัว แต่งงานมีชีวิตแบบสามีภรรยา การครองชีวิตรักจะเป็นไปได้อย่างยากลำบากเพราะไม่เคยทำความเข้าใจชีวิตการแต่งงานมาดีพอ การปรับตัวเข้าหากันที่ไม่ลงตัว การคาดหวังจากอีกฝ่ายมากเกินไปจึงผิดหวัง เมื่อไม่ได้รับสิ่งเหล่านี้จะทำให้ครองชีวิตคู่อยู่ท่ามกลางอุปสรรคปัญหามากมาย ซึ่งทั้งสองฝ่ายอาจไม่มีแรงจูงใจมากพอที่จะช่วยกันแก้ไขสิ่งที่เกิดขึ้น เพราะต่างก็หมดความหวังใจในกันและกัน ความรักจึงจืดจางลงในที่สุด การครองรักจึงเป็นการล้มเหลวเพราะผิดพลาดตั้งแต่เริ่มต้น

ปัญหาหลาย ๆ ด้านที่กล่าวมาจะไม่เกิดขึ้นแน่หากเราได้ทำความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ อย่างดี และเดินตามอยู่ในวิถีทางที่ถูกต้อง นับจากการมองเพศตรงข้ามว่าควรมองอย่างไร ควรเลือกคนที่จะมาเป็นคู่รักโดยพิจารณาจากสิ่งใด เมื่อรักแล้วต้องวางตัวอย่างไร การพัฒนาความสัมพันธ์ควรเป็นไปในลักษณะใด และทำอย่างไรความรักที่มีต่อกันจึงจะมีแต่ความสดชื่นสดใสเสมอ เป็นต้น

หนังสือ **“เลือกคู่ ครองรัก”** เป็นหนังสือที่ผมตั้งใจเขียนขึ้นเพื่อเป็นข้อคิดและเป็นแนวทางสำหรับหนุ่มสาวทุกคน ที่ต้องการมีคู่ครองที่ดีที่ไม่ทำให้เราผิดหวัง อีกทั้งยังเสนอเคล็ดลับการรักษาความสัมพันธ์ที่ดีไว้ให้ยาวนานอีกด้วย

จากการค้นพบในหลักการที่ดีหลาย ๆ หลักการตั้งแต่แรกเริ่ม และจากประสบการณ์ส่วนตัว ทำให้ผมภูมิใจที่ประสบความสำเร็จในชีวิตครอบครัว และอยากจะแบ่งปันเชิงเสนอแนะ ให้น้อง ๆ หนุ่มสาวที่กำลังคิดถึงเรื่องนี้ได้พบความสำเร็จในชีวิตคู่เช่นเดียวกัน

ผมหวังว่าหนังสือ **“เลือกคู่ ครองรัก”** ซึ่งเป็นหนึ่งในชุด **“ครอบครัว แสนสุข”** จะเอื้อประโยชน์สำหรับทุกคนที่ตั้งใจเรียนรู้จากบทเริ่มต้นถึงบทสุดท้าย และขอให้ทุกคู่รักประสบความสำเร็จในการครองชีวิตคู่และรู้จักความรักมากยิ่งขึ้นครับ





หากกล่าวถึง “ความรัก”

หลายคนอาจนึกถึง ดอกกุหลาบสีแดงสดช่อโต ๆ

ที่ชายหนุ่มหยิบยื่นให้กับหญิงคนรัก เป็นเหมือนสิ่งแทนความรู้สึกในใจ

พร้อมพร่ำบอกว่า “ผมรักคุณ”

ฝ่ายหญิงรับมาด้วยท่าทีเขินอายบิดตัวไปมาพอมาน

เราเรียกสิ่งที่แสดงออกนี้ว่า “ความรัก”

ชายหนุ่มผู้หนึ่งกำลังรู้สึกเฉื่อยชอแพนลาวแต่งงาน  
จนแล้วจนรอดก็คิดไม่ตก  
ว่าควรขอเจ้าพี่ล่อนหิม



## ร้านรองเท้า

แล้วในวันหนึ่ง  
ขณะที่เขาเดินเล่นอยู่นั้น  
ก็เห็นร้านรองเท้ายู่  
ตรงหน้าจึงคิดจะเข้าไป  
ถอยเกือกใหม่สักคู่สองคู่



แต่ว่า...เลือกไปเกือบครึ่งวันก็ยังไม่ได้คู่ที่เขาชอบใจสักที

จะดูใน  
คูไหน  
ที่เอามาให้ลอง  
มันก็ไม่เข้ากับ  
เท้าผมสักคู่

โอ้-คุณลูกค้า

คุณลูกค้า  
ครับ

ผู้จัดการร้าน

ประทานโทษ  
นะครับผม  
แต่ คุณลูกค้า  
เคยได้ยินมั้ยนึก  
ว่า...

ในโลกนี้จะมี  
รองเท้าที่เหมาะสมกับ  
คนๆหนึ่งมีไม่ถึง10คู่  
หรอกนะครับ  
ดังนั้นรองเท้าคู่ที่คุณใส่อยู่  
ตอนนี้จะเป็นคู่ที่เหมาะสมกับ  
คุณที่สุดแล้วล่ะครับ

เขาจึงกลับไปโดยดี



นายนี้  
ไม่ได้เซ็งจริงเลย

ฮาๆ  
กว่านั้นช่วยชีวิตผม

จากนั้นมา2เดือน

ห้าวหน้า! รับ  
จดหมายครับ

การ์ดเชิญงานแต่งงาน

ขอเชิญคุณผจก.

ขอบคุณที่ทำให้ผมตระ  
หนักว่าในโลกนี้คนที่เหมาะ  
กับผมก็คือผู้หญิงที่ผมรัก  
และเต็มใจคบกับผมมา  
ตลอด2ปีคนนี้

ในโลกแห่งระบบที่ซับซ้อน

ผู้คิดเป็นระบบได้ ย่อมได้เปรียบ

หนังสือเล่มนี้ นำเสนอโมเดลคิดเป็นระบบที่แตกต่าง

Dr. Dan Can Do Systematized Model

...การคิดครบระบบ (Systems thinking)

...การคิดเชิงระบบ (Systemic thinking)

...การคิดอย่างเป็นระบบ (Systematic thinking)

รู้จักให้ครบ เพื่อคว้าผลชัย (outwin) ที่ดีที่สุด

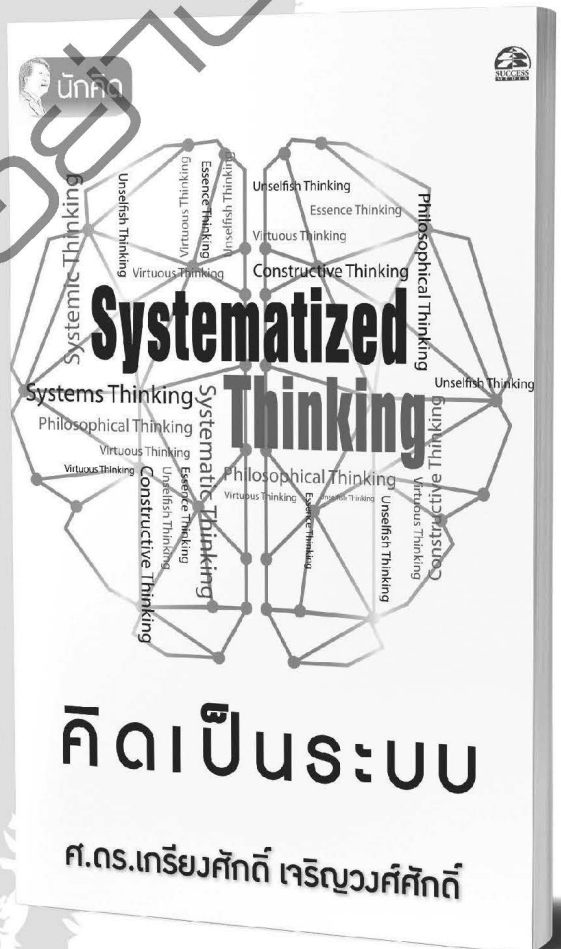
สนใจสั่งซื้อติดต่อ

082-684-5390



Successpublisher

[www.successpublisher.com](http://www.successpublisher.com)



คิดเป็นระบบ

ศ.ดร.เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์

หนังสือเล่มนี้คือหนึ่งในหลาย ๆ เล่ม  
ที่เป็นประโยชน์ต่อหนุ่มสาวผู้อยู่ในวัยแสวงหาความหมาย  
และคุณค่าของความรัก  
หนังสือเล่มนี้ได้แนะนำหลักการและขั้นตอน  
การพัฒนาความสัมพันธ์ได้อย่างละเอียด  
สามารถใช้เป็นแนวทางปฏิบัติได้จริง  
อธิบายเริ่มตั้งแต่ ความหมายของความรักที่แท้จริง  
ขั้นตอนการเริ่มต้นพัฒนาความสัมพันธ์  
การวางตัวต่อกันอย่างเหมาะสมเมื่อเป็นคู่รัก  
การเตรียมชีวิตสู่การแต่งงานควรคำนึงถึงสิ่งใด  
รวมถึงเคล็ดลับแห่งการครองรักอย่างไรจึงจะหวานชื่นยืนนาน  
ด้วยหวังว่า จะเป็นแนวทางให้หนุ่มสาว  
ดำเนินไปสู่ความสำเร็จ  
ในการเลือกคู่ครองรักอย่างแท้จริง



[www.successpublisher.com](http://www.successpublisher.com)

ISBN 978-616-8198-22-3



ราคา 150 บาท หมดกรอบครึ่ง



หนังสือเล่มนี้คือหนึ่งในหลาย ๆ เล่ม  
ที่เป็นประโยชน์ต่อหนุ่มสาวผู้อยู่ในวัยแสวงหาความหมาย  
และคุณค่าของความรัก  
หนังสือเล่มนี้ได้แนะนำหลักการและขั้นตอน  
การพัฒนาความสัมพันธ์ได้อย่างละเอียด  
สามารถใช้เป็นแนวทางปฏิบัติได้จริง  
อธิบายเริ่มตั้งแต่ ความหมายของความรักที่แท้จริง  
ขั้นตอนการเริ่มต้นพัฒนาความสัมพันธ์  
การวางตัวต่อกันอย่างเหมาะสมเมื่อเป็นคู่รัก  
การเตรียมชีวิตสู่การแต่งงานควรคำนึงถึงสิ่งใด  
รวมถึงเคล็ดลับแห่งการครองรักอย่างไรจึงจะหวานชื่นยืนนาน  
ด้วยหวังว่า จะเป็นแนวทางให้หนุ่มสาว  
ดำเนินไปสู่ความสำเร็จ  
ในการเลือกคู่ครองรักอย่างแท้จริง



[www.successpublisher.com](http://www.successpublisher.com)

ISBN 978-616-8198-22-3



ราคา 150 บาท หมดกรอบครีว