

ฉลาด

ดีกว่า

สวย

*Independent
Woman*

และความฉลาด
ทำให้ผู้หญิงได้ทุกสิ่งที่ต้องการ

แอล นีโลบล

ฉลาด

ดีกว่า

สวย

*Independent
Woman*

แอล ปิลาบ

ฉลาดดีกว่าสวย

โดย แอล นิโบล

ราคา 155 บาท

สงวนลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2562

ห้ามลอกเลียนแบบไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้นอกจากจะได้รับอนุญาต

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

แอล นิโบล.

ฉลาดดีกว่าสวย.--กรุงเทพฯ : เพชรประกาย, 2563.

208 หน้า.

1. จิตวิทยาประยุกต์. I. ชื่อเรื่อง.

158

ISBN 978-616-441-879-0

จัดพิมพ์โดย



สำนักพิมพ์ KNOW HOW

ในเครือบริษัท เพชรประกาย จำกัด

81 ถนนเสรีไทย แขวงมีนบุรี

เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0 2540 5535 # 103 โทรสาร 0 2540 5568

Homepage : <http://www.phetpraguy.com>

พิมพ์ที่

บริษัท เลิฟแลนด์ลิฟเพรส จำกัด

969 ถนนพระยาสุเรนทร์ แขวงบางชัน

เขตคลองสามวา กรุงเทพฯ 10510

จัดจำหน่ายโดย



บริษัท อมรินทร์ บิ๊ค เซ็นเตอร์ จำกัด

108 หมู่ที่ 2 ถนนบางกรวย-จตุรนต์ ตำบลมหาสวัสดิ์ อำเภอบางกรวย นนทบุรี 11130

โทรศัพท์ 0 2423 9999 โทรสาร 0 2499 9222, 0 2449 9500-6

Homepage : <http://www.naiin.com>

คนนั้นก็หล่อ

คนนี้ก็รวย

คนนั้นก็นิสัยดี

ใครต่อใครต่างก็เข้าคิวเอาใจคุณกันยกใหญ่

มีความสุขใช้ไหมล่ะ: ตอนที่ฝันนะ

ต่อไปนี่มันจะไม่ใช่แค่ความฝันอีกต่อไป

พอ กันที่

กับการต้องเดินตามกันคนอื่นต้อยๆ

หมดเวลาแล้ว

กับการรอคอยพรวิเศษจากนางฟ้า

แล้วสาว ๆ จะได้ว่า

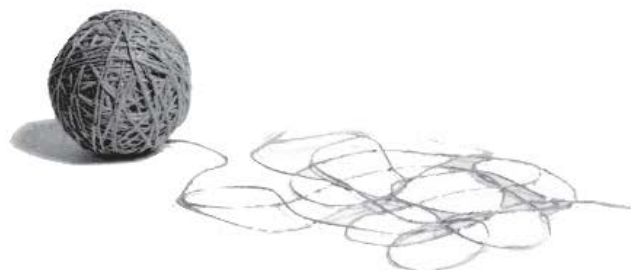
การใช้ชีวิตแบบไม่ถูกใครควบคุมนะ

มันเจ๋งขนาดไหน

ได้เวลาที่สาว ๆ ต้องลุกขึ้นมาปฎิวัติตัวเอง

เป็น Independent Woman

สวย เร็ว เช็ด หยิ่ง และไม่รอผู้ชายแล้ว



สารบัญ

Part 1 ตัวตนของสารบัญ 10

คุณลักษณะที่ดีของ Independent Woman 11

1. สาย 12
2. รวย 18
3. นฉลาด 28
4. มีเพื่อนดี 36
5. มีงานดี 42

Part 2 นอกไม่เลือกแม่เลย 58

ติตเรตาร์ทรวจจับผู้ชายที่ใช่ 59

1. ทำไมจึงเจอแต่ผู้ชาย “ห่วยๆ” 60
2. ระบุให้ชัด ใครคือผู้ชายที่ใช่ 70
3. ออกตามหาผู้ชายที่ใช่ 74

เช็กความซัวร์ ตัวจริงหรือมั่วนิ่ม 78

1. ชายจริงหรือแค่สัตว์จำแลง 79
2. อนาคตรุ่งเรืองหรือรุ่งริ่ง 87
3. เคล็ดไม่ลับจับโกหก 91

Part 3 จัดการกับความรัก 98

วางกับดักผู้ชาย 99

1. วิธีใช้มารยาทหญิงอย่างเนียนๆ 100
2. จะรู้ได้อย่างไรว่าเขาสนใจ 110
3. เหตุผลที่เขาไม่เล่นด้วย 118

คุมเกมรักให้อยู่หมัด 122

1. ทำตัวเหมือนตอนที่เขาจีบเราวันแรก 124
2. ปฏิเสธบ้าง 130
3. มีความคิดเห็นของตัวเอง 133
4. อย่าปล่อยตัว 135
5. รักอย่างมี "สติ" 140

Part 4 รักเราไม่แก่เลย 144

รักอย่างไรไม่ให้ "แก่" เร็ว 145

1. พุดและฟังกันให้มาก 146
2. ทำให้เหมือนวันแรกที่รักกัน 157
3. ปรับตัวเข้าหากัน 160
4. ไวใจซึ่งกันและกัน 163
5. โรแมนติกบ้างอะไรบ้าง 166
6. แกล้งเง่ให้เป็น 173

Part 5 ไม่มีเขาเราก็อยู่ได้ 178

เมื่อรักไปไม่รอด 179

1. ร้องไห้เสียให้พอ 180

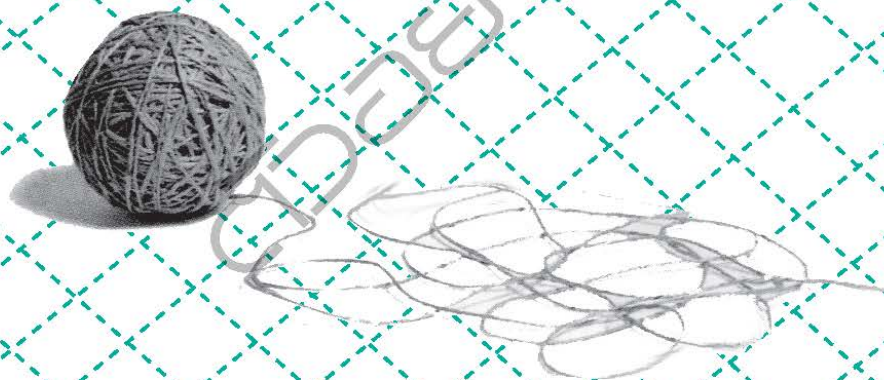
2. ปล่อยาว 182

3. หาดัวช่วย 185

4. รักตัวเองให้มาก 190

5. เก็บความผิดพลาดเป็นบทเรียน 192

บทสรุปสาวมั่น 196



הוצאת ספרים

Part 1

ตัวต้นของนางนั้น

คุณสมบัติของ

Independent Woman

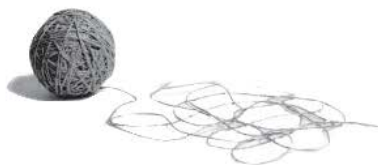
Independent Woman คืออะไร

Independent Woman หรือเรียกสั้นๆ ว่า ID.woman แปลตรงตัวได้ว่า ผู้หญิงที่เป็นอิสระ ไม่ขึ้นกับใคร ซึ่งก็คือผู้หญิงที่สามารถพึ่งพาตนเองได้ ไม่ต้องพึ่งพาคนอื่น ตามแบบฉบับของสาวมั่นที่สวย เร็ด เซ็ด หยิ่ง และไม่ต้องง้อผู้ชายนั่นเอง

แล้วทำไมจึงต้องเป็น ID. woman ละ

หากอยากอยู่รอดในสังคมที่เต็มไปด้วยสวและมลภาวะเช่นนี้ จะมีแค่ความสวยหรือความฉลาดอย่างเดียวไม่ได้หรอกนะสาว ๆ จำเป็นต้องมีครบทั้งสมอง เงินทอง หน้าที่การงาน ญาติมิตร และที่สำคัญต้องมีซูเปอร์ฮีโร่สุดหล่อที่จะคอยรับ รัก พิทักษ์คุณสาว ๆ จากสิ่งไม่พึงประสงค์ทั้งปวงด้วย นั่นคือเหตุผลที่ว่า ทำไมคุณจึงต้องเป็น ID woman ให้ได้ อาจดูเหมือนยาก แต่ไม่เกินความสามารถแน่นอน แคพลิกหน้าต่อไปหนทางสู่การเป็น ID. woman ก็ใกล้ขึ้นอีกก้าวแล้วละ

1. สวย



คุณสมบัติแรกของ I D. woman

คือต้อง “สวย”

“แล้วถ้าเกิดมาไม่สวยล่ะ”

อ๊ะๆ อย่าพูดแบบนี้ค่ะ คำว่า “ไม่สวย” ไม่เคยมีอยู่ในพจนานุกรมของผู้หญิงนะคะ เพราะขึ้นชื่อว่า “ผู้หญิง” ย่อมมีความสวยอยู่ในตัวด้วยกันทุกคน บางคนสวยน่ารัก บางคนสวยเฉี่ยว บางคนสวยซ่า บางคนสวยเท่ บางคนสวยมีเสน่ห์ บางคนสวยน่ามอง แล้วแต่บุคลิกของแต่ละคน ส่วนจะสวยมากหรือสวยน้อยนั้นแล้วแต่ความสามารถเฉพาะตัวว่าใครจะสามารถดึงความสวยออกมาโชว์ได้มากกว่ากันต่างหาก ซึ่งก็ต้องอาศัยเคล็ด (ไม่)ลับเพียง 3 ข้อง่ายๆ ที่ใครก็สามารถทำได้หากมีความตั้งใจจริงมาเค้นความสวยให้โลกอึ้งด้วยกันนะคะ

1.1 ขยับ

ผู้หญิงขยัน = ผู้หญิงสวย สมการง่าย ๆ ที่เป็นจริง ผู้หญิงที่ขยันดูแลตัวเอง ไม่ปล่อยตัว ไม่ว่าจะอายุเท่าไร หรือมีลูกกี่คน แล้วก็ตาม คือผู้หญิงที่สวยและดูดีอยู่เสมอ

การดูแลตัวเองก็สามารถทำได้ง่ายๆ อย่างการทาครีมบำรุงผิวทุกเช้าค่ำ ทาครีมกันแดดทุกเช้า หาเวลาออกกำลังกายเป็นประจำ ทานอาหารที่มีประโยชน์ รู้จักแต่งหน้าแต่งตัวให้ตัวเองดูดี หากมีเวลาก็มาส์กหน้า หมักผมสักหน่อย อาจดูเหมือน “เยอะ” แต่ทั้งหมดนี้เป็นเรื่องที่ทำได้ง่าย ๆ ในเวลาเพียงไม่กี่นาที สบาย ๆ อาจต้องตื่นเช้าขึ้นสักหน่อย ทำอะไรเร็วขึ้นอีกนิด แลกกับความสวยที่ได้มานับว่าคุ้มมากเลยละ

1.2. มีสติ

สาว ๆ คงงกกันละสิว่า “สติ” ไปเกี่ยวอะไรกับความสวย ความงาม เกี่ยวสิจ๊ะ เกี่ยวมากด้วยละ หากสาว ๆ มีสติ สาว ๆ ก็จะระลึกได้ว่าสิ่งใดที่ควรทำ และสิ่งใดที่ไม่ควรทำ

เริ่มจากเรื่องง่าย ๆ ใกล้เคียงก่อนเลย อย่างเรื่องการทาครีม บางคนสืมหาคครีม แรก ๆ สืม 1 วัน ต่อไปสืม 2 วัน ทำไปทำมา เลยเลิกทาเสียอย่างนั้น ซึ่งปัญหานี้จะหมดไปหากสาว ๆ มีสติ

สาว ๆ รู้ว่า การนอนดึกหรือการอดนอนจะทำให้หน้าโทรม ผิวไม่สวย แต่สาว ๆ หลายคนก็ยังคงนอนดึก หากสาว ๆ มีสติอยู่กับตัวก็จะสามารถบังคับใจตัวเองให้เลิกเล่นอินเทอร์เน็ต เลิกแชต เลิกดูละคร แล้วไปเข้านอนตั้งแต่หัวค่ำได้

เรื่องของ สุ ร า ของมีนเมา
และสิ่งเสพติดทั้งหลายสาว ๆ ก็จ
ะรู้สึกได้ว่าไม่ ค ว ร เข้าไปยุ่งเกี่ยว
เพราะนอกจาก ผ ล เ สี ย ที่เกิด
กับร่างกายแล้ว ยังทำให้ ค ว า ม
ส ว ย ของสาว ๆ ล ด ลง อีกด้วย

อย่างเรื่องยาลดน้ำหนัก หรือยาที่โฆษณาว่าทานแล้ว
สวยต่าง ๆ ก็เช่นกัน หากสาว ๆ มีสติอยู่ครบก็จะสามารถตระหนัก
ได้ว่ายาเหล่านั้นนั้นทานแล้วได้ผลจริงตามที่โฆษณาหรือเปล่า หรือ
เป็นเพียงการโฆษณาเกินจริง

การมีสติอยู่กับตัวตลอดเวลาจะช่วยให้สาว ๆ ไม่เห็นแก่
ของราคาถูกที่ช่วยให้สวยได้เพียงชั่วคราว แต่ทำให้หน้าเน่าตลอด
ไป สติจะช่วยให้สาว ๆ คิดไตร่ตรองอย่างรอบคอบก่อนจะทำ
อะไร และที่สำคัญสติช่วยให้สาว ๆ สวยจริงได้

1.3. รอยยิ้ม

ไม่เชื่อก็ต้องเชื่อล่ะว่ารอยยิ้มของสาว ๆ นี่ล่ะ ที่เป็นตัว
ไม้ตายเด็ดสุดในการกุมหัวใจของหนุ่ม ๆ

“ยิ้ม” เป็นวิธีง่าย ๆ ที่ทำให้สาว ๆ สวย น่ารัก และดู
ดีขึ้นได้เป็นเท่าตัว

“ยิ้ม” ทำให้โลกสดใส ทำให้อารมณ์เบิกบาน แม้แต่
ตอนอารมณ์ไม่ดีหรือเครียด รอยยิ้มก็ช่วยให้อารมณ์ดีขึ้นได้

“ยิ้ม” ทำให้ใครๆ ก็อยากเข้าใกล้ สาวๆ คงอยาก
ทำความรู้จักกับคนที่ยิ้มเก่งมากกว่าคนที่เอาแต่ทำหน้าบึ้งอยู่
ตลอดเวลาใช่ไหมล่ะ หนุ่มๆ ก็คิดเหมือนสาวๆ นั้นล่ะ จึงไม่น่า
แปลกเลยที่คนที่มีรอยยิ้มอยู่บนหน้าเสมอจะเป็นคนที่มีแต่คนรัก

รู้แบบนี้แล้วสาว ๆ ช้องน ชู้หงุดหงิดที่ชอบทำหน้าบึ้ง
เป็นประจำก็เลิกบึ้ง เลิกบูดได้แล้ว

มาฝึก **ยิ้ม** ให้ติดเป็นนิสัยกันดีกว่า รับรอง
ว่ารอยยิ้มจะช่วยเพิ่มความสวยงามน่ารักให้สาว ๆ ได้อีก
จนเต็มแม็กซ์เลยล่ะ

2. รวย



ทุกวันนี้เงินเป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งในชีวิต ไม่ว่าจะทำอะไรก็ต้องใช้เงิน ดังนั้นหากสาว ๆ อยากรเป็น ID.woman หรือสาวมั่นแบบที่ไม่ต้องพึ่งพาใครละก็ สาว ๆ จำเป็นต้องมีเงินเป็นของตัวเองนะจ๊ะ

เริ่มจาก...

2.1 รู้จักหาเงิน

แน่นอนว่าเงินไม่ได้มาจากเวทมนตร์วิเศษ หรือพรจากนางฟ้า หากอยากได้เงินสาว ๆ ก็ต้องทำงาน

ใครว่าเงินหายาก หากตั้งใจจริงไม่ว่าอะไรก็สามารถทำเงินให้คุณได้ ลองนึกถึงสิ่งที่คุณชอบหรือสนใจสิ

หากคุณชอบวาดรูป ช่างประดิษฐ์ประคอย คุณอาจลองเพนท์เสื้อ ทำเครื่องประดับหรือของกระจุกกระจิกขาย

หากคุณกล้าแสดงออก ชอบพบปะพูดคุยกับผู้คน อาจ
ลองหางานแนวฟรีตี้ เอ็มซี พิธีกร ดีเจ หรือวีเจต่างๆ

หากคุณชอบถ่ายรูป อาจรับจ้างถ่ายรูปรับปริญญา หรือ
Pre-wedding ต่างๆ

ทบทวนตัวเองให้ดีว่าชอบและสนใจอะไรบ้าง อยาก
ทำงานแบบไหน แล้วหางานที่คุณชอบโดยพิจารณาจากความน่า
สนใจ รายได้ สวัสดิการที่เหมาะสม และที่สำคัญต้องเป็นงานที่
สุจริต

มาเป็น **I D. w o m a n** ที่หาเงินใช้เองได้โดยไม่ต้อง
แบมือขอเงินใครกันนะคะ