

「五種愛之語」的解說

真誠的愛能激發正面的反應。我們說「我們知道「某某人很愛我」,就是內心深處感覺到真誠地關心我們。

每個人都有一種主要的愛之語,能觸碰到我們最深層的情感。可以思想哪一種是最能教我們感動。愛之語共有五種:

愛之語一:肯定的言語

愛之語二:接受禮物

愛之語三:服務的行動

愛之語四:精心的時刻

愛之語五:身體的接觸

發現你的愛之語

1. 觀察你的行為

你最常用什麼方式向人表示愛與欣賞?若你常鼓勵人,肯定的言語或許就是你主要的愛之語。因為你希望別人這樣對待你,不自覺地就用同樣的方式對待他人;若是你喜歡拍背、握手,你的愛之語應該就是身體的接觸;不管有沒有特別理由,你都喜歡送東西給人,接受禮物也許是你的愛之語;要是你常邀請朋友到家聚會,你的愛之語也許就是精心的時刻。如果你是那種會主動找事做的人,或許服務的行動就是你的愛之語。

2. 留意你對別人的要求

如果你常聽到自己問別人:「我穿這件衣服好不好看?我的報告你滿不滿意?你認為我做對了嗎?」那你最愛的就是肯定的言詞。我們對別人的要求,常會洩露自己心底的需求。

3. 傾聽你的抱怨

牢騷會透露出我們心靈深處的痛,也同樣洩露出你的愛之語。只要有人用那種語言向你表達愛痛苦就智消逝,你也會有被愛的感覺。

透過三種自我觀察的方式,你或許能發現自己主要的愛之語。倘若有兩種語言在你心裡份量相等(得分相同),那很有可能你是「雙聲帶」,如此一來,別人會比較容易滿足你情感的需要。

結論:

五種愛之語的整體概念在於:學習之及了解對方的語言,而非使用你自己的語言。對方是否能夠感受到愛才是重點。“我們愛,因為神先愛我們。”,因為人的愛是有限需要從神那裡才有源源不絕的愛,讓我們有能力去愛人。