

Review

“愛情銀行” (Love Bank) 的觀念

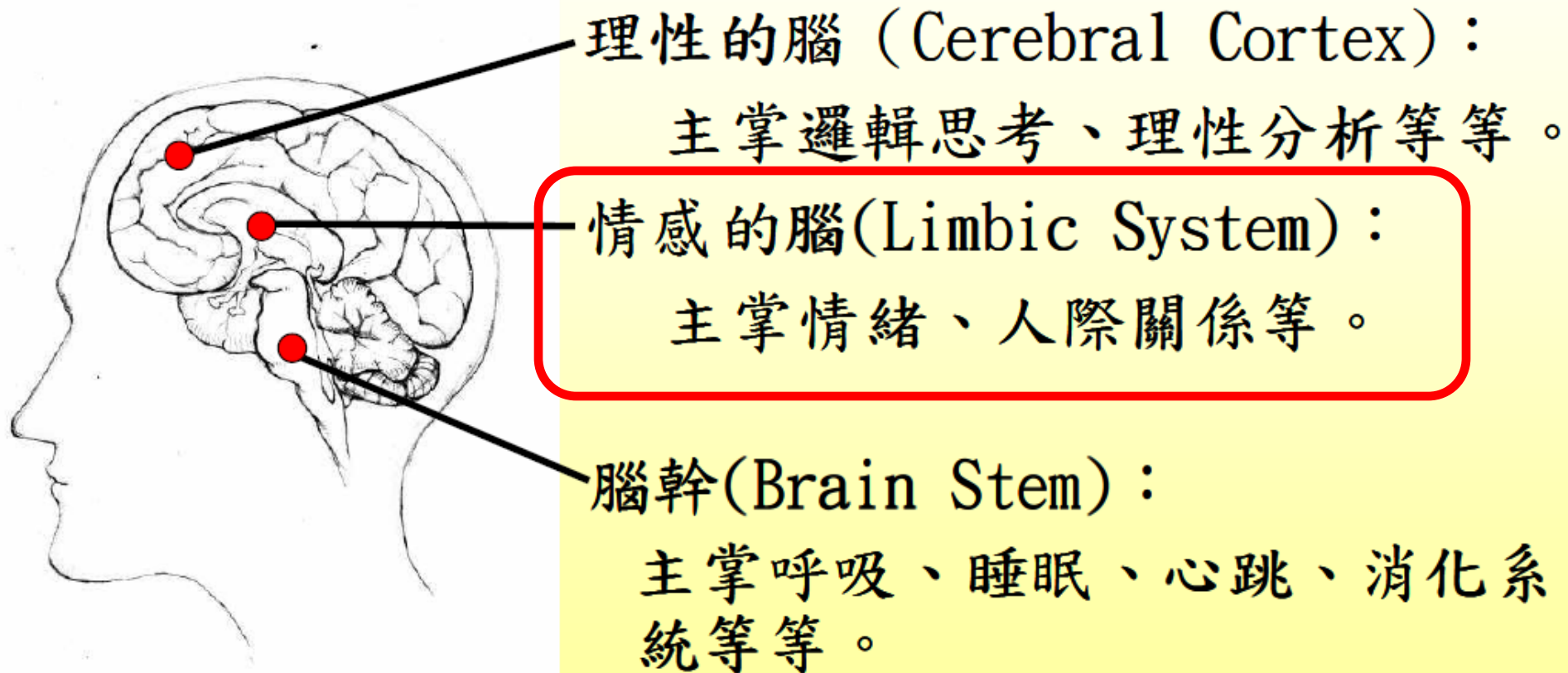
- ▶存款：讓對方開心，覺得被欣賞，肯定，或感受到愛

五種愛的語言

- ▶肯定的言語 Words of Affirmation
- ▶珍惜的相處 Quality Time
- ▶精心的禮物 Gift
- ▶服務的行動 Acts of Service
- ▶身體的接觸 Physical Touch

人腦的三大部位

根據Maclean(1964)的研究





Video

How Neurons Work Made Simple ~ An Animated Guide

<http://www.youtube.com/watch?v=vyNkAuX29OU>

A blurred background image showing a man and a woman looking at a laptop screen together. The man is on the left, and the woman is on the right. They appear to be in a collaborative work or learning environment.

Video

Neurons Growing

http://www.youtube.com/watch?v=CunUD_jlPbE

A blurred background image showing a man and a woman looking at a laptop screen together. The man is on the left, leaning forward, and the woman is on the right, resting her chin on her hand. The overall tone is warm and collaborative.

分享存款經驗與感受



親密之旅 第二課

智慧存款：

了解愛的語言，建立愛的帳戶

(下)

一.有效存款

了解對方愛的語言

- ▶ 心裡愛 ≠ 對方能感受到你的愛
- ▶ 愛是可以學習, 也是需要學習的

Video

(了解對方愛的語言的重要)

一.有效存款 (cont.)

存一進百的秘訣

- ▶ 依所好 - 對方“愛的語言”
- ▶ 依所缺 - 對方最渴望得到的
(路得記 2:11-13)
- ▶ 依時機 - 對方遇危機, 最有需要的時候
(約翰福音 8:1-11)

Video

(在對方最有需要的時候存款)

一.有效存款 (cont.)

存款 - 肯定的言語

- ▶ 最容易做的; 立竿見影
- ▶ 中國人最欠缺的

Video

(黃博士夫婦互相存款)

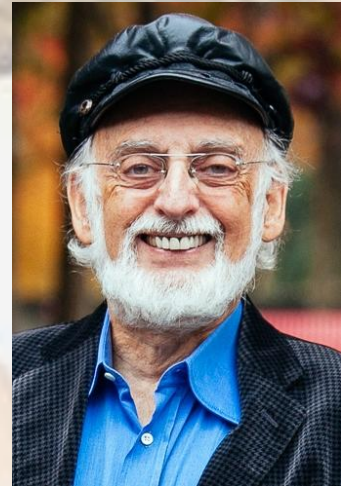
二. 愛在彼此思維空間中

Dr. John Gottman: Love Map

在離婚邊緣的夫妻, 幾乎完全不知道對方心中在想些什麼

你知道你所愛之人的喜好及內心世界嗎?

你們作丈夫的, 也要按情理和妻子同住.
(情理原文作知識) - 彼得前書 3:7



二.愛在彼此思維空間中 (cont.)

- ▶ 最喜歡的食物
- ▶ 最討厭的食物
- ▶ 最喜歡的電影
- ▶ 最喜歡的音樂
- ▶ 最喜歡的書籍
- ▶ 最好的朋友
- ▶ 最討厭的人
- ▶ 最喜歡做的事
- ▶ 最討厭做的事
- ▶ 童年的一個快樂的回憶
- ▶ 童年的一個痛苦的回憶
- ▶ 最近發生快樂的事
- ▶ 最近所憂愁的事
- ▶ 一個深切的期盼或夢想
- ▶ 一件你做了會讓他很開心的事

三.存款的困難

可能去愛一個你恨的人嗎？

你們倒要愛仇敵，也要善待他們，並要借給人不指望償還。你們的賞賜就必大了，你們也必作至高者的兒子。因為他恩待那忘恩的和作惡的。(路加福音 6:35)

你們要給人，就必有給你們的。並且用十足的升斗，連搖帶按，上尖下流的，倒在你們懷裏。因為你們用甚麼量器量給人，也必用甚麼量器量給你們。(路加福音 6:38)



(homework)

1. 額外注意對方所做, 值得你感謝的事
2. 每週至少做一次互相存款