

## 一人一句愛情金句 - 傳媒朋友篇

你可能聽他的電台節目，看她的劇集，讀她的小說，欣賞他自彈自唱，為他電影的捧場…私底下，他們對愛又有怎樣的理解和看法？

### 傳媒人快必 - 愛很弔詭。當失去，才感受到甚麼叫愛

愛對我來說是一樣很弔詭的東西。有人說愛是要無私的奉獻，但其實愛別人的時候也希望從對方身上獲得很多東西。包括父母對子女、子女對父母、男對女、男對男、女對女、女對男，和朋友的愛也一樣。你付出愛的同時，你也希望得到對方的愛。但我覺得最奇怪最奇怪的是，最最最大的愛便是當你失去的時候，你才感受到甚麼是愛。

### 唱作歌手林一峰先生 - 以互相尊重為大前提

古今中外基本上沒有人可以解釋愛，如果我能夠告訴你何謂愛，相信我可以獲頒諾貝爾獎。但關係便可以解釋。只要兩個人之間互相尊重，所有事均以互相尊重為大前提，甚麼也可以解決。要記住，不為現在，是為將來。

### 唱作組合at17 - 美好的愛情需要健康的身體和健康的心靈

懂得愛，愛得喜。潔身自愛，凡事也不需要衝動。

真正的愛情是不會令你受傷，令你受傷害的一定不是美好愛情本身。得到美好愛情是需要健康的身體和健康的心靈。千萬勿為一棵樹放棄整個森林。要對自己好，才会有更多更好的人和戀愛來臨。

### 藝人陳啟泰先生 - 除了懂得享受對方為你付出的愛，也要懂得付出才是懂得去愛

愛對我來說，可以說是生命中最重要事情。無論夫妻間的愛、朋友之間的愛，又或是家人之間的愛。要懂得愛，除了懂得享受對方為你付出之外，也要懂得如何付出。這才是一份負責任的愛，才可以令愛得到平衡和滿。

### 流行文學作家深雪小姐 - 識得愛自己，才有能力愛其他人

我認為最偉大的愛情故事全都由自己愛自己開始。要懂得愛自己，好好建立自己，才有能力去愛其他人。此外，我認為愛情有命運性。甚麼叫命運性？就像中國人所說的緣份，你如何認識你的伴侶？那段愛情的強弱？和緣份的長短？其實也是一種命運。所以愛情是不能勉強的。

### 導演/影評人翁子光先生 - 由生活細節去體現愛

我覺得愛是很難用三言兩語去蓋括的。我的看法是愛很多時由本能出發，但我們亦會透過思考去把它提昇、提鍊。假若過程中太偏重於感覺，我們會變得魯莽。但如果太相信理性，則容易變得計較。因此，我認為我們必須經常保持自覺，並時刻思考應如何對待自己所愛的人、觀察所愛的人的需要。這是我們必須每日不間斷地進行。每天我們也應該思考待人接物之道，由生活細節去體現才是最大的愛。

## 思考問題：

你最認同以上哪一個對愛的看法？哪一個最能打動你？



上述的看法，為你帶來什麼愛的新啟示？

懂得愛 愛得喜

請寫下屬於你自己的愛情金句：

## 甚麼才是真正的愛情呢？

愛並非只是兩個人互相吸引，走在一起，共享甜蜜時光這般簡單。

當真正愛一個人時，你會花時間去了解和關心對方，處處為對方著想，並願意為對方作出承諾。相愛的人可以坦然和真實的對待自己，受到應有的尊重，有安全的感覺，雙方或自我都會感覺良好，相處時充滿甜蜜和樂趣。

戀人關係雖然親密，但亦容許有自己的空間，有自己的生活和發展步伐，享有個人的興趣。當遇上問題時，可以共同商議解決，有爭論時也可以說出自己的意見和看法。

健康的戀愛關係基於平等、尊重和互信，雙方都願意為對方付出；相愛的人能一起互相扶持成長，彼此都處於愉悅中，能感受到和諧、幸福及溫暖，也會珍惜對方。愛不是要去佔據和控制對方，而是樂於見到對方快樂和成長。

戀愛需要用心去感受，亦要我們不斷學習與戀人相處。

愛情雖然是人生的重要部份，但絕不代表所有。我們要學習在工作、健康、興趣、友情、親情等元素中取得平衡，並先要懂得愛惜自己及身邊的親朋好友，才有能力去愛。

家計會青少年心性教育運動之「一人一句愛情金句」：請瀏覽性教育網頁 [www.famplan.org.hk/sexedu](http://www.famplan.org.hk/sexedu)