

當愛情遇上婚姻 - 4A 級超班愛情培育法

愛情 - 一個叫人多麼雀躍和嚮往的名詞，不論甚麼年紀都願試它一試，交往一段時間後，感情進展得「咁上下」，年紀又有番「咁上下」，雙雙結婚去，誰不知愛情的戶口不會自動轉賬至婚姻，彼此若不再在感情的聯名戶口上存款，缺乏培育親密關係，終有一日會在繁忙生活的磨損下，驟然發現情感戶口已透支。要享受愛情，更希望感情長青，以下建議一個 **4A 級超班愛情培育法**：

Be Adorable – 在愛人面前保持可人的外表及可愛的個性

相處越久，雖然內在美如態度、談吐、舉止、性格等真的較外表重要，但外在美也不容忽視。不論婚前婚後，保持長久吸引力是 **Keep** 住新鮮感的秘訣。你今日打扮了沒有？

Be Accountable – 在愛裡負起當負的責任，作個靠得住的人

每個人都有當負的責任，在愛的關係裡更是如此；答應對方要作的事要「準時交貨」，未能完成的要提早知會；說回家吃飯就要準時出現，答應孩子去海洋公園就要言出必行，千萬不要說時「天下無敵」，幹起來却「有心無力」。這負責任的態度是建立互信關係的基石。對夫妻關係、親子關係同樣受用，放諸四海皆可！

Be Adaptable – 為生活轉變常作調整和適應

有謂：「變幻才是永恒」。婚姻是發展性的互動關係，會不斷改變和調整。在瞬息萬變的世代，人與事常常在變：個人因素包括工作北移、轉工、失業、升職、工時長短、居住地點、加薪減薪、身份或人際關係變化如在職變全職主婦，從夫妻變為人父母、從在職青年變學生，親人患病或離世；或社會因素如沙士、禽流感等等，不論是有計劃或突如其來的轉變，都會加添生活壓力，良好適應性有助減低焦慮，穩定情緒及順利過渡艱難或轉變中的日子。

Be Available – 為愛人隨時効力

怎樣才能讓對方知道自己對他/她的愛？為他沖杯奶茶、買件糕點、打理家務、清洗了一籃子「烏糟」衫褲、對方需要被聆聽和了解時送上忍耐的耳朵、需要安慰鼓勵時送上安穩的肩膊，方法隨處可拾…… 總之在對方需要你時，隨時効力。總括一句：花心思、花時間，除此之外，別無他法。

婚姻是一條不歸路。為使人更了解婚姻的真義，給未婚者有更佳的預備，給已婚者更明白他們所遇到的問題，可盡早尋求改善方法，本中心攝製一輯「當愛情遇上婚姻」的 VCD 免費送贈給有興趣人仕，歡迎附回郵信封來函索取，詳情請參閱本期通訊。