



愛之語

我們每個人都有一種主要的愛之語，也就是說，只有一種愛之語能深入我們的情感。當某人說著我的主要愛語時，我就容易被那人所吸引，因為他能使我的基本需求獲得滿足，也使我感覺被愛；當某人不懂得運用我的主要愛語時，我就懷疑他是否真的愛我，因為就感情上來說，我無從了解那人。

人與人的關係會出現問題，多半是由於你和我只顧運用自己的愛語，卻又想不通對方為什麼竟然聽不懂。就像我對某個只聽懂德語的人說英語，卻納悶他怎麼不瞭解我要表達的意思。因此，如果我們能夠學習使用彼此的愛語來向對方表達，人與人之間的關係必能大大增進。

其實無論是大人或小孩對愛的渴求是我們情感上最深的需要。如果我們感受不到對我們意義重大之人的愛，世界就會開始變得晦暗，而這片灰暗也會在我們的行為上反映出來。愛之語基本上有五種：

1. 肯定的言語：用話語來肯定別人。
2. 精心的時刻：給予某人全副的注意力。
3. 禮物：以送禮物表達關愛。
4. 服務的行動：做某人喜歡你做的事。
5. 身體的接觸：透過身體的接觸感受到愛。

在上述五種愛之語當中，只有一種最能感動我們。要讓你的配偶、你的孩子、你的父母感覺被愛，關鍵就在於找到對方主要的愛之語，並且經常運用。如果彼此常使用對方的主要愛語對他訴說，他的愛槽就會儲滿愛，他會在你的愛中倍感安適，你也會因他的愛而很有安全感。可是，如果你沒有使用他的主要愛語，那麼就算其他四種愛之語你都用了，他還是感覺不到你的愛。有些夫妻真心愛著對方，情感上卻毫無聯繫，問題不是出在他們的愛不夠真誠，而在沒有運用彼此的主要愛語。

神對這五種愛語都很擅長，祂用我們的主要愛語向我們顯明祂的愛。因為在領受與回應神的愛方面，我們也有同樣的傾向。當神使用我們的主要愛語時，我們比較能體會祂的愛；同樣地，我們多半也會用我們的主要愛語來報答神的愛。一個人的敬拜方式或向神表達愛的方式，深受其主要愛語所影響。雖然我們使用不同的方式表達對神的愛，例如有人是高舉雙手讚美神、有人是花時間讀經默想。但是我們對神的愛都一樣真誠，只是我們的主要愛語不一樣罷了。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)



神的愛之語 (一)

神很會運用肯定的言詞作為愛之語。

聖經就是「神的話」，所有來自神的話，無不肯定人的價值。現代的虛無主義思想認為人是毫無價值的，生命是毫無意義的。但是聖經的信息可不是這樣，無論在舊約或新約，神所有明確的吩咐都肯定人的價值，都是神慈愛的流露，並指引人邁向人生至高的目的。

從聖經可以看到神的一項特質，就是神對人說話。神所說的話都在肯定人的價值，用意在於與人建立關係，例如神鼓勵人說：

「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的神。我必堅固你，我必幫助你；我必用我公義的右手扶持你」(以賽亞書四十一章 10 節)

「我知道我向你們所懷的意念是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望」(耶利米書二十九章 11 節)

「我以永遠的愛愛你，因此我以慈愛吸引你」(耶利米書三十一章 3 節)

耶穌來是要把神的愛顯給人看，並為每一個人的過犯獻上自己作贖罪祭，為所有願意回應神的人帶來生命與盼望。從路加福音二十三章 34 節和約翰福音十章 9-11 節記載耶穌所說的話，可以很肯定的看出祂有多愛世上人，祂的愛是無條件的愛。

神大量而且流暢地運用肯定的言詞作為愛之語。聖經從頭到尾所描繪的是一位充滿愛的神，祂用真實、安慰和救贖的話語向世人宣告祂的愛。不過，肯定的言詞並非神惟一的愛之語，還有許多當代基督徒會提出祂們敬拜神、向神表達愛慕的方式並非集中在言語上，而是在精心的時刻。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)



神的愛之語 (二)

舊約聖經描繪神以精心的時刻和亞當、夏娃相處：天晚涼爽時，他們一同在伊甸園散步。這種情形一直持續到亞當、夏娃墮落之後才有了變化，因為他們知道自己辜負了神的愛，所以開始躲避，不敢見神的面。(可參閱創世記一至三章)。

詩篇裡亦多處提及神愛祂所造的人，祂渴望親近他們、花精心的時刻和他們相處。因為神樂意在詩篇作者有需要的時候跟他說話，所以詩人和神很親近。新約聖經裡使徒雅各也談到類似的關係，他說：「你們親近上帝，上帝就必親近你們。」(參雅各書四章 8 節)。

永恆的神渴望以精心的時刻和祂所造的人在一起，這個觀念是基督教信仰獨特的一面。由人的巧思所製造出來的諸神都是遙不可及，人都必須敬而遠之，還得費心安撫，免得惹他們發怒，與神明建立親密的個人關係的觀念是不存在的。

然而耶穌卻指出，三位一體的永活真神—聖父、聖子、聖靈—渴望住在人中間，凡是願意回應神愛的人，神必與他同住。神也應許絕不會撇下他們為孤兒，祂必與他們同在直到永遠。神以精心的時刻表達祂對世人的愛，耶穌也用精心的時刻和祂揀選作使徒的十二個門徒在一起。他們在一起用餐、一起四處巡迴傳道，有共同的經歷與深入的談話，用詳盡的解釋來回答他們的發問，希望這些人能深入體會祂的愛。

對喬治穆勒而言，最重要的一件事就是全心投入讀神的話語並默想，使他的靈在主裡快樂，他的心也因此得安慰、得激勵、受警告、受責備、受指正。同時，靠著神的話語和默想，他的心被提升而體會與主親密的交通。花精心的時刻與神同在是穆勒生命的核心，唯有在這樣的時候，他才能深深感受到神的同在與平安。

如果一個人的主要愛語是精心的時刻，那麼騰出一段不受干擾的靈修時間，對他而言非但不是難事，更是一種喜樂；非但不會增加壓力，反而能解脫他的重擔。精心的時刻是神的五大愛語之一。對許多以精心的時刻為主要愛語的人而言，時空並不能阻隔神的愛。凡是想找精心的時刻跟神在一起的人，都會發現神早就準備好要和他們相見。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)



神的愛之語 (三)

李藤努先生(R.G.LeTourneau)一把賺來的百分之九十都捐出去的人。他一生的特點就是奉獻，跟神有一份愛的關係。回報神是他最樂意的事，而他的快樂更來自透過奉獻為神做工。李藤努如此樂於奉獻令人費解，但是對那些把「禮物」當作主要愛語的人來說，一點也不奇怪。

李藤努認為他是從無意義的生活中被拯救出來進入成果豐碩的人生，這都是因為他與神合作，而且有神作合夥人。他把生命的一切都視為神的禮物，他與神的關係是神賜下的禮物、他的金錢也是神的恩賜，所以要存著敬重和感恩的心去使用。

詩篇第五篇 12 節說：「主啊，因為祢總是賜福給義人，又用祢的愛，像盾牌一樣保護他們」，新約延續了舊約的描述：神是慈愛的神，願意白白的將禮物賜給凡愛祂的人。神愛一切認識祂的人，而且厚賜恩典給人，以表達祂對人的愛。祂賜下物質的禮物，也賜下屬靈的禮物—永生、赦罪、心靈的平安、人生的目的。

從基督教信仰開始發展的那一刻起，每位信靠基督的人都已獲得特別的「屬靈恩賜」，使他們能夠在基督的身體裡執行各自的任務。這些屬靈恩賜包括智慧的言語、知識的言語、信心、醫治人的恩賜、預言的恩賜、辨別靈界真偽的恩賜以及領導才幹等。神賜下這些恩賜是為了「叫人得益處」，使跟隨基督的人得以延續基督的工作，歷兩千多年而不輟。

「禮物」的英文 gift 來自希臘文 charis，意思是「無功而得的恩惠」。神賜給我們禮物，從來就不是因為我們配得，祂只是要表示祂愛我們。神是厚賜恩典的神，祂常常用禮物做為愛之語。對以「禮物」為主要愛語的人而言，神這方面的性情最能激勵他們，因為他們看到神不是罪的審判官，而是一位天父，樂意把赦罪與永生賜給凡接受祂慈愛的人。對這些人來說，付出就是一種生活方式。他們常會以送禮來表達愛神的心，藉由送禮物給別人來反映神在他身上的愛。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)



神的愛之語 (四)

德蕾莎修女--二十世紀「愛的女先知」，毫無疑問地，她的主要愛語就是「服務的行動」。她的工作並沒有事先規劃好的藍圖，只是依據心中的感動就投入，不過目標卻十分清晰：去愛窮人、服事窮人，從他們身上看到耶穌。她說：「神總是讓我看到祂要我去做的事是甚麼」「當我們觸摸那些生病的人和有需要的人，就是在觸摸基督受苦的身體」「我們所照顧和探望、給予衣食和安慰的對象，就是耶穌」。

德蕾莎修女服務行動的核心本質是屬靈方面的，對她而言，耶穌就是她要活出的生命，服事人就是愛神，是到天父那裏去的唯一道路。

當她鼓勵別人加入愛神的行動時，幾乎都是用服務行動來表達。她說：「千萬不要以為奉獻金錢就可以了，金錢不是一切，窮人需要我們手做的工，需要我們心中的愛。愛，豐盛的愛才是我們基督信仰的表現」。德蕾莎修女特別向那些致力追隨她榜樣的人強調「愛人」與「愛神」之間的關聯，她說：「我們的聖召在於全然歸屬耶穌，工作本身算不得甚麼，那只不過是我們向祂表達愛的方式罷了，重要的是你屬於耶穌，是耶穌給你機會用這個方式表達這份歸屬」。

在德蕾莎修女心中，神向我們表達愛的方式就是差遣祂的獨生愛子耶穌來世上，而耶穌則以服務行動的極致來表達愛：為我們的罪付出生命。德蕾莎修女的生命雖然吸引了世人的目光，其實她的動機完全是出於一顆愛耶穌的心。為什麼德蕾莎修女的服務行動，焦點是耶穌而非全能神？耶穌說祂與父神原為一，創世之前即與神同在，祂是從父神那裏來到世上，而且祂清楚指出，祂死而復活會回到父神那裏去。

神很會運用服務行動的愛語。

以色列民從埃及到迦南地花了四十年，這期間他們看到神多次以服務的行動來表達愛。在曠野，神使他們有水喝，又賜嗎哪給他們吃。透過這些服務的行動，猶太民族深深體會神的愛，所以他們寫歷史的方式就是重述神為以色列人所做的大能行動。在猶太人的觀念裡，神是採取行動、有所作為的神，是透過服務行動向凡求告祂的人表達祂的愛，所以他們稱呼神為「大能者 Elohim」。

耶穌在長達三年的服事期間，也做了許多服務的行動。祂醫治病人、使瞎眼的重見光明、平靜風浪、趕鬼，還有三次使死人復活—耶穌行這些神蹟絕非隨興任意而為，而是為了表達祂對人的愛，甚至甘願犧牲生命，為世人的罪受刑罰。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)



神的愛之語 (五)

神運用身體接觸的愛語，無論在舊約或新約聖經都有很多例子。創世記三十二章記載，雅各在返鄉途中向神禱告，在禱告中他遇見一位化身為人的天使來跟他角力，雅各後來看出這位陌生人就是神的使者，便抓住那人求他賜祝福。那人因為必須在天亮前離開，於是「就向他的大腿窩的筋扭了一下，雅各大腿的關節就脫了節」。那人走之前的確留下了祝福，而雅各也將這次的經歷視為與神相遇。他的癱腿證明那不是一場夢，雅各真的被神觸摸了。

仔細考察耶穌的生平，就會看到祂常常使用身體接觸的愛語。馬可福音十章記載耶穌在村莊裡傳道，「有人帶著小孩子來，請求耶穌摸摸他們」耶穌就抱起小孩子，為他們一一按手祝福」。耶穌行神蹟的時候，也常常會觸摸對方。例如約翰福音九章記載祂曾醫好一位生來瞎眼的人，有人問那人：「你的眼睛是怎麼看得見的？」他回答：「有一位叫耶穌的人用泥抹我的眼睛，叫我到西羅亞池子去洗。我照著去做，就看見了。」，馬太福音第八章記載有一個長大痲瘋的來見耶穌，說：「主若肯，必能叫我潔淨了。」耶穌伸手摸他，說：「我肯，你潔淨了吧！」他的大痲瘋立刻就潔淨了。

對於十二位門徒，耶穌也使用觸摸的愛語。有關耶穌觸摸門徒最深刻的一次經歷，是由使徒約翰記載下來的。在約翰福音十三章，約翰描述：耶穌用水盆裝滿了水，開始為門徒洗腳，洗好又用毛巾擦乾。做完之後，耶穌再次講到祂要回到祂的地方去，並且說明方才那個舉動的用意。耶穌在此運用了兩種愛之語：「服務的行動」加上「身體的接觸」。耶穌在這裡扮演了僕人的角色，充滿慈愛地為祂的門徒洗腳，祂雙手的觸摸肯定會讓人疲憊全消，恢復精力。

新約聖經使徒行傳記載了初代的信徒接續耶穌的工作，到處去服事人、觸摸人、使人得醫治。無論是耶穌或門徒的觸摸與醫治，都不只是為了讓人的身體得醫治，而是要證明耶穌的宣告是真實的，為了使人回應神的愛，並與神建立永恆的關係。

大數人掃羅是第一世紀的狂熱份子，曾一心一意要掃蕩宣稱耶穌就是彌賽亞的異端教派。但是當他快到大馬士革時，突然從天上出現一道大光照著他，使他因目眩而跌下馬，掃羅(也就是使徒保羅)顯然被神觸摸了，自此他的人生全然改觀，終其一生都在敦促猶太人和外邦人相信耶穌真的是神的兒子。



靈修生活

在每個世代、每個文化中，神的靈一直不斷地藉著神的愛之語傳達天上來的愛。

無論神用哪種愛語吸引我們到祂面前，那種愛語就是我們向祂表達愛的最自然方式。但是我們跟神的關係不是連上線就好了，而是要跟神繼續發展一份美好的關係。因此，我們不但要學習用五種愛之語領受神的愛，也要開始學習用這些愛之語對大家庭的其他成員，以及大家庭以外的人表達愛。

要記得使徒保羅的話：

「所賜給我們的聖靈，已將上帝的愛傾瀉在我們心中了。」

我們自己無法製造愛，我們愛別人是因為滿有恩典的神已經接納我們進入祂的大家庭，是因為祂愛我們，而我們已經回應祂的愛，才使我們成為祂把愛傳給別人的管道。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)

【備註】

五種基本愛之語：

1. 肯定的言語：用話語來肯定別人。
2. 精心的時刻：給予某人全副的注意力。
3. 禮物：以送禮物表達關愛。
4. 服務的行動：做某人喜歡你做的事。
5. 身體的接觸：透過身體的接觸感受到愛。





找出你的主要愛語

要體會神的愛以及向神表達愛，最自然的方式就是使用你的主要愛語。那麼，怎樣才能找出自己的主要愛語呢？問自己三個關鍵問題：

- 第一 我最常用甚麼方法向別人表達關愛？
- 第二 我最常抱怨的是甚麼？
- 第三 我最常要求的是甚麼？

如果你能回答上面這三個問題，那麼你差不多已經找到你在人際關係中的主要愛語。一旦找出你在人際關係上的主要愛語，就可以假定那也是你與神之間的主要愛語。

如果你想確認一下，可以再問問自己：

- 第一 我最常用甚麼方式向神表達愛？
- 第二 我最常跟神抱怨的是甚麼？
- 第三 我最常跟神求甚麼？

絕大多數的人都可以從以上的問題找到他們的主要愛語，而且會發現主要的愛語，無論用在人際關係或神人關係上都是一樣的。

知道你的主要愛語，對自己和神、和人的關係有甚麼益處？

◎可以使我們更了解自己

如果你知道你的主要愛語是哪一種，那麼你就能了解為什麼你跟神的某部分關係是那麼自然，而且會深深打動你的心。

◎可以使我們更了解和更能幫助人生路上的同伴

如果你知道你的主要愛語，你會更了解那些跟你不一樣的同伴。知道別人採用哪一種愛之語，能幫助你了解那人的靈命狀況，尤其可以幫助你了解你的另一半與神的關係。

耶穌在世上時曾經為一切跟隨祂的人禱告，為他們和天父的合一及彼此合一祈求。然而基督教在過去兩千年來的一大悲劇就是跟隨耶穌的人太會互相批評了，甚至有些批評是針對「敬拜的方式」。其實，我們必須承認，人的心中真的有很多種愛的語言，都是可以用來敬拜神。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)



學習用新的方式表達愛（一）

變化能刺激腦袋，只要改變例行公事，就可以輕輕鬆鬆地使你的腦袋保持積極主動。建議你將這個原則運用到我們跟神相愛的關係上，讓創意化解一成不變的單調，使生命活躍起來。

如果我們只是照著自然的天性，依循平常的作法向神表達愛，那麼我們跟神的關係很可能會變成例行公事。以禱告為例，

如果我們認為禱告應該是：坐下或跪下來、閉上眼睛，然後跟上帝說話。那麼，我們已經把禱告侷限在一套例行公事的範圍了。其實，禱告也可以是：敞開心、睜大眼睛，隨走隨禱告；也可以一邊開車一邊大聲禱告。在真實的敬拜中，我們可以用許多方法來尊榮造我們的主。只要你加上一點創意，就可以發現在五種愛之語裡各種增進你跟神相愛關係的可能性，並且必能使你與神的關係更加豐富。

就讓我們從「肯定的言詞」開始吧！

『感謝』是大家最熟悉的肯定言詞，但多半只會重複運用相同的方式，有口無心。讓我們用更有創意的方式，為神已經賜給我們的禮物表達感恩，為每樣東西一一獻上感謝。除了為物質上的東西感謝神，你還可以花時間好好地為生命中遇到的人、碰到的事一一獻上感謝，也為他們感謝神。還有你周圍的大自然、你身體各部位器官和功能一一向神獻上感謝。要有創意，好好地想，便能「懷著感恩的心進入祂的門」了。

肯定的言詞不單單是感謝而已，還有讚美。詩篇一百篇 4 節鼓勵我們要「帶著讚美進入祂的庭院」。讚美的焦點在於神本身，而感謝則把焦點擺在神所做的事工。用言詞表達讚美，就是在肯定我們所信的神是神聖的、公義的、全能的、慈愛而憐憫的，祂不但是創造主，也是我們的救贖主，是祂使我們得以和祂建立愛的關係，為此我們要讚美祂。

向神表達讚美之情可以借用音樂，也可以不用；可以獨自一人，也可以與其他人一起敬拜讚美；可以在不同地點、用不同的方式來讚美神。聖經的詩篇、詩歌本、敬拜讚美合唱曲等，都可以激發你的創意，用言語和歌唱來讚美神。透過音樂來讚美，可以使你向神訴說的肯定言詞更加豐富。不一定要唱得多好聽，才能運用這些讚美工具，神並不在乎你的音準不準；讚美的重點不在形式，而在內心。你要讓音樂歌詞成為發自心底的讚美之聲，並盡力保持真誠的敬拜。

用肯定的言詞向神表達愛意，可以有數不盡的方式。建議你除了繼續使用過去到現在一直令你受益無窮的方式，同時也要探索其他各種可能性，嘗試用新的方式來讚美神。

（摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書）



學習用新的方式表達愛 (二)

無論你過著哪種生活型態，只要你的主要愛語是「精心時刻」，也真的愛神，你一定會找到一種跟神傾心交談的方式。用不同的時間、地點和方式，都可以讓你藉由精心的時刻好好地跟神表達愛慕，並從中體會神的愛。

例如：一大早家人還沒起床之前，在家裡的一個角落單獨與神相會。在每天與神相會的時間裡，除了讀聖經、把關鍵字句畫下來針對其中內容向神禱告，還可以延伸閱讀相關的註釋書、靈修短文，並且把家人、把擔心的事全部交託給神，求祂賜下智慧引導你這一天的時光。

如果你喜歡走路，與神一起步行非常美好。把聖經經文印在名片背後，走路的時候就隨身攜帶，用名片上的經文跟神說話。讓經文帶領你認罪、幫助你把經文裡的原則運用到生活中，或是為別人代禱。

如果你的生活非常忙碌，沒有辦法每天有靈修時間，也許可以選擇一個禮拜當中最輕鬆的一天，排出時間，好好地安靜在神面前。在家唱詩歌、讀經、閱讀別人的生命見證，向神表達你的敬拜，求祂指引你前面的路。

如果你的工作必須經常出差，你跟神的關係要怎樣培養呢？

每一天的開始和結束都特地撥出一段時間與神交談。早上走出旅館房間前，用十分鐘聆聽神的聲音，也對祂說話，並且在公事包裡擺一本靈修小冊，每天一定會讀經文和默想內容，然後就所讀的跟神交談，同時也把一天要做的事交給祂，求祂帶領。晚上結束一天的工作，吃過晚餐後，找個公園和神一起散步，為那天的事情、家人和朋友禱告。步行後找個地方坐下，讀章聖經並畫重點，再就重點向神禱告。

如果你一天的時間都是滿檔，不妨利用午餐時間與神相會。在現代匆忙的社會中要挪出時間，找個地方或許很難，但有一顆渴望神的心，又以精心時刻為愛語的人，總會找出一個適當的地點和時間。

詩篇四十二篇 1-2 節：「上帝啊，我的心切慕你，就像鹿渴慕溪水一樣。我的心渴慕永活的上帝，我要到甚麼時候才能站在祂面前呢？」這種發自內心的渴慕，引導我們發揮創意，以各種精心時刻的愛語向神傾訴。假如你的主要愛語不是精心的時刻，你也可以使用上面的方式來學習說這種愛語。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)



學習用新的方式表達愛 (三)

以「送禮物」為主要愛語的人，他們最快樂的事，就是能夠成為滿足別人物質需要的管道。不過，以送禮物的愛語向神表達愛意並不僅限於金錢。例如送給人鼓勵的話、為教會某些事工作特別的捐獻，都是送禮物表達愛神的心。

耶穌說過，拿一杯涼水給口渴的人喝也是向神表達愛的方式，而且神一定會注意到的。當其他人需要食物、飲水、衣服和擋風遮雨的處所，我們就提供所需，這也是常見的表達愛神的方式。如果你的主要愛語是送禮物，你可以學習用新的奉獻方式或奉獻不同的東西。只要加點創意就可以更多發揮你的主要愛語，使你對神表達愛的方式提升到更高的層次。

主要愛語是「服務行動」的人，不管本身擁有哪種技能，都會盡可能地用在神的工作上。他們是在效法他們的領袖耶穌—聖經上形容耶穌：「祂周遊四方，廣行善事。」(使徒行傳十章 38 節)。他們不一定都具備純熟複雜的技能，但是他們個個都像工蜂，忙個不停，藉以表達愛神的心。他們志願伸出援手為人服務，把自己的才能用來宣揚神和祂兒子耶穌的愛。例如：

- ▶到各地去為神學院蓋餐廳廚房、為醫療宣教士蓋房子、為興建教會會堂監工、為聖經書院整修教室、為無家可歸的人蓋房子。
- ▶為教會和會友修理水電、為老人和臥病在床的人送愛心飯盒、在施粥場幫忙送餐和做清理工作。
- ▶把家裡廚房當作敬拜場所，做菜做點心招待別人；為聖誕節和復活節表演節目搭建舞台布景。

如果你的主要愛語是服務行動，不妨試試參加宣教活動擔任助教，或在教會、醫院擔任志工。只要你願意去了解各種參與的方法、學習新的表達方式，相信服務的機會是無限多，並且可以提升你與神的關係。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)



學習用新的方式表達愛 (四)

每個社會都有一群所謂的「賤民」也就是「摸不得的人」在第一世紀的巴勒斯坦癲瘋病患和妓女就是這樣的一群人。在現代社會，我們也有一群摸不得的人，有人把罹患愛滋病者，有人把遊民、智能不足者、肢體殘障者…歸入這一類。但是神的愛能斷開這一切人為的障礙，真正愛神的人會願意成為神的代表，去觸摸這些人。例如：

跟他們握手、輕拍他們的肩膀，給他們一個擁抱，跪在他們身旁用手臂環繞他們為他們禱告，都能讓他們看到神愛他們。

對於透過「**身體的接觸**」來表達愛神的人，了解並遵循良好的衛生習慣是非常重要的，尤其是在會傳染疾病的人中間工作時更應該注重個人衛生習慣。我們不能讓毫無根據的懼怕阻礙了我們愛神的心，使我們不敢運用身體接觸來表達愛。

『擁抱』是一種表達愛的方式，住在老人安養院、護理之家…等機構裡的人，特別需要充滿愛心的身體接觸。對於願意用身體接觸來表達愛心的人，他們的態度是十分敞開的。但是我們也應該明白真正透過身體的接觸來表達愛者，必須是為了對方的好處著想。真正追隨耶穌的人絕對不會用身體接觸來傷害別人，而是藉此向人表達神的愛。

人是按神的形象被造，神深愛著每一個人，而你就是祂在地上的代表，身體的接觸不單是一種社交禮儀，更是表達神的愛最有意義的方式。盼望你能學習使用新的愛語而更愛神，作「神的膀臂」環繞許多人的肩膀，並且永保活力。

(摘自 蓋瑞·巧門『天堂愛語』一書)