

寻找合适约会对象的指导—罗加怡老师

约会时，人很容易被表象误导、被欲望引诱，最后走到死胡同里。因此，为约会明确订下原则，会帮助自己避免在约会中建立不健康的关系。

一、约会的原则

1. 确定并写下约会的原则，贴在当眼处以作提醒。
2. 与可靠的人分享自己的原则，请对方监督自己。
3. **建立友谊，而不是性关系。**
4. 选择和自己有着**相同道德准则**的朋友相处。
5. **避开**那些会使自己不能坚守正确准则的活动。
6. 有**选择**地听音乐、上网、看电影、录像、电视。
7. 没有他人**在场**时，不要去约会对象住的地方。
8. 不要和喜欢背后说是非的约会，否则，不久他们就会说自己的是非。
9. 维护约会对象的名誉。
10. 学会对自己的对象说“不”，这样，自己才能对神说“是”。

二、约会需要注意的事项

1. 约会中的情侣，**要认识彼此的感情是真爱还是迷恋**。要是仓促地约会和结婚，没有寻求神心意，等待足够的时间，那么就可能仅仅是被幻想中的爱迷惑。**感情往往需要经过不少挑战，才达致成熟阶段**；但处在幻想中爱的迷惑的情侣，就会很容易失去耐心，变得容易冲动。因此，进行约会的人，必须留意下面一些重点。

- a. **不要过分注重浪漫**，也要注重友谊。并且，要明白约会的益处和危险。
- b. **不要撒谎**。如果不想接受对方约会的邀请，请直截了当地告诉对方。若住在家里，**要学习尊重父母的权柄和意见**。
- c. **不要把爱和欲望混为一谈**。在约会中，要行出基督教的价值观念。
- d. **不要和非基督徒约会**。要相信神为自己所做的计划。
- e. 不要含糊其辞，尽早**澄清自己的标准**。

2. 面对约会，人往往想着以最好的一面示人；但经过悉心刻意的打扮，却又不是真实的一面。所以，**约会也有一些要留意的技巧**。

- a. 约会前，男女双方为约会有清楚的安排和商讨。
- b. 约会**地点不宜选偏僻的地方**，保护双方的安全和避免情欲试探。
- c. 约会要**准时**。
- d. 约会**不宜太晚结束**。
- e. 双方都要以**真诚的心**来交往，达致彼此认识。
- f. **穿着纯朴整洁衣饰**，不宜过分隆重的妆扮。
- g. 约会过程中，**保持适当的距离**，不能有亲密的身体接触。

3. 约会中的情侣，**对身体的接触要保持敏感态度**，长时间的接吻会激起难以控制的欲望。因此，在约会过程中，男女双方都应该敞开心怀，讨论所遇到的试探，然后定好界限，以便在约会中保持纯洁。

圣经说：“少年人用什么洁净他的行为呢？是要遵行你的话。”（诗 119：9）

文章参考：

琼·亨特著。张宇栋等译。《相爱：重建心灵的港湾》，心灵希望丛书。海口：海南，2010。

欢迎来信辅导部 cc@liangyou.net，回应讨论话题。学员如需要接受辅导服务，请填写在良院网站的“表格下载区” / “下载资料”的“辅导申请表格”，辅导部会按着个别情况和需要，安排电话约谈时间。