

甚麼是真實的關係？

單元一

「真實」的英文是authentic，這個形容詞可以用來描述人或物件。谷歌定義authentic為「真實的、真正的、可靠和可信的、沒有假冒和抄襲」。曾經有台灣朋友拜託人在香港機場買「真正的港式奶茶」，真正的港式奶茶當然是香港道地製造的啦，那種口味是無法仿冒的。

當我們形容一個人是真誠和真實（authentic）的時候，他必定是裡外一致的。當他感到開心時會笑，難過時會哭，並很容易由衷地將自己完全表達出來，而不會只向人展現單一面的個性或內心。

一個人能如此流露真實的情感，必須對自己有所認識，能接觸到自己的內心，那一刻他究竟是想笑、想哭，還是不想說話，他會感受得到，而且能自由地表達出來。

認識內心真正的感受和需要, 是一個旅程；能夠遇上真實的友誼, 也是人生一個莫大的祝福。

此刻，你知道你內心的感受嗎？祝福你在真實關係中發現自己，也能叫彼此的生命更加充實！我們會陸續在這個系列分享真實關係是甚麼，並探討如何活出真實的生命。

