

黄金法则

与人相处的成功之道



课程第一部分：黄金法则

我们将简单地看一看圣经对人与人之间关系的论述。

马太福音22：37-40—耶稣对他说：“你要尽心、尽性、尽意，爱主你的上帝。这是诫命中的第一，且是最大的。其次也相仿，就是要爱人如己。这两条诫命是律法和先知一切道理的总纲。”

马太福音7：12—所以，你们要别人怎样待你们，就得怎样待别人；这就是摩西和先知教训的真义。

约翰福音15：12—你们要彼此相爱，像我爱你们一样，这就是我的命令。

加拉太书5：14—因为全部律法都综合在爱人如己这条命令里面。



爱会去爱谁呢？

上帝的爱能爱任何人，甚至你的敌人！爱生爱，我们爱上帝，是因上帝先爱我们。请上帝将他那凡人无法理解的爱赐给你！



马太福音5：44—只是我告诉你们，要爱你们的仇敌，祝福那咒诅你们的，向仇恨你们的行善，为那逼迫你们的祷告。

哥林多后书5：14—基督的爱支配着我们。

上帝的爱：一切问题的答案！

上帝的爱是一切问题的答案：它能拯救灵魂、宽恕罪过、满足心灵、洁净思想、拯救身体、赢取朋友和使生命变得有价值。它是唯一的真理、道路和平安！

爱不会做对不起邻居的事：不会诅咒他、欺骗他、偷他的东西，或对他撒谎，更不会去伤害他！

爱甚至能防止意外呢！有一次大学演讲就指出，大部分交通事故，都是因为对别的驾驶员缺乏爱和关怀导致的。



向别人显示出爱有很多种方法。让我们讨论一下吧。



原谅

怜悯

充满慈爱和关怀的行动和行为



同情

现在我们来谈一谈，有什么会让你感受到上帝的爱？想一想在你生命中曾发生过什么事，让你确信他爱你，别人也爱你。



化时间去帮助别人

一个温馨的问候

一个微笑

上帝的爱是无止尽、无限制和无界限的。我们表现他的爱的方式也是无穷无尽的！

课程第二部分：十大秘诀

我们刚读过的经文告诉我们，在与他人的关系中，爱是最重要的因素。上帝的爱之黄金法则应支配我们的行动和交往。

现在，我们要谈一谈如何把这一点运用在我们的日常生活中。我们应该怎样把上帝的黄金法则付诸行动？你怎么能与几乎每一个人都相处得来呢？我们每个人都会与熟人、同事、亲戚，偶尔甚至与朋友和亲近的人有过艰难的相处时间。有时我们与自己喜欢的人也会处不来，就是因为我们全都是那么的不同，或发生磨擦……。当然，有些人个性就是乖戾，有些人我们就是处不来。我们显然应该与别人和睦相处，但我们该怎么做呢？

我们将化点时间讨论一些如何以爱的态度与别人建立关系的实用方法。

1. 跟别人说话！

歌罗西书4：6—你们的言语要常常带着和气，好像用盐调和，就可知道该怎样回答各人。

箴言10：11a—义人的口，是生命的泉源。

箴言15：23—应对得体，自觉愉快；合适的言语是多么叫人舒畅啊！

谦恭、仁慈的话语，充满爱心和体贴的言词都显示爱，它们也是在我们身上表现出来的上主的爱。

给别人一个温馨的问候，而不是投以冷漠的目光。一个微笑和一句令人愉快的话，向别人显示出，你对他们有兴趣。

化时间以真诚、关心的态度去回答别人的问题，而不要表现出急迫和匆促，使人觉得受到了轻视，或妨碍了你。

2. 通过礼貌表现爱

你能通过友爱和礼貌向他人表现爱。小小的礼貌能对别人产生多大、多惊人的影响。你以爱和礼貌对待别人，会让别人觉得意义非凡，他们会感激不尽。问问看，当你撞到别人，或从他们面前传递一样东西，或当他们在交谈时，你需要从他们面前经过，这时，你若说声：“对不起”，他们会不会觉得舒坦些。

身为追随耶稣的人，彼此以爱相待，是我们的责任。在小事上对别人表现出礼貌，是向他们表现上主之爱的美好方式。表现出爱，不用做什么大事，其实，真正重要的通常是那些小事。

小小一句话，比如“希望没打扰到你。”“请你……好吗？”“你介不介意……？”“谢谢你！”——这样的小礼貌，就像是每日生活的润滑剂，而且是应有的社交礼仪！

如果你走得太快，停下来，等一等别人，走得慢一点。你在与别人在交谈时，如另一个人向你们走来时，尝试请他加入你们的谈话，并告诉他你们刚才在谈什么。那是个好的礼节。忽视别人或把别人排除在你的活动或会话之外，是件无礼的事，也会伤害别人。

我们全都渴望得到注意。我们希望别人听听我们的想法和意见。每个人内心都有希望被注意到的欲望。如果你不觉得如此，那

我问问你，你被傲慢的侍者冷落，公车过站不停，或店员完全无视你时，你又作何感想呢？



3. 对人微笑

箴言15: 13—
心里喜乐，自然神情愉快。

行动胜过你语言，一个微笑就是在说：

“我喜欢你。
你使我快乐。
我很高兴见到你。”



4. 称呼对方的名字

对几乎每一个人来说，世上最美妙的音乐就是他们的名字！以下是一些帮助你记得别人名字的秘诀：

当你被介绍认识某人时，你大概不会忘记他的脸，至少不会马上忘记，因为他就在你面前。然而，名字就是另一回事了。一个普遍的最令人困窘的事就是你没记住他的名字，或立刻就忘了。

要克服这个问题：

1. 如你不确定自己听没听对，就请对方重复一次。
2. 如你仍有疑虑，不仅请对方再说一次，而且请问如何写那个名字。
3. 马上核对任何不确定的地方。如你让这一刻溜走的话，后来再问对方，就很令人尴尬了——虽然如此，那样做还是比完全不记得要好。

5. 友善和乐于助人

友善、乐于助人、仁慈、慷慨和无私全都是爱。

爱是先求别人的快乐。自私的追求欢乐与满足，是无法带给你真正快乐的；真正的快乐来自于认识上帝，把他的生命带给别人，给他们带去快乐！

丢落的鞋

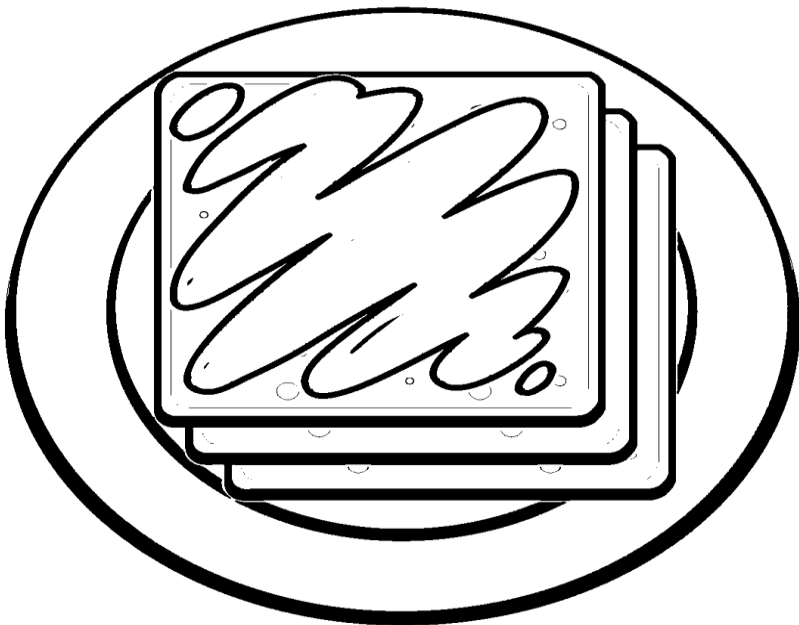
这个故事讲的是圣雄甘地。他站在一节门打开了门的火车车厢的门口，火车正慢慢开出一个印度车站，结果他的一只鞋掉在了路轨上。很快，他把另一只鞋也脱掉，把它丢入路轨。

看到一位乘客脸上不惑的表情，甘地说：“现在一位可怜的人可以找到一双鞋了。一只鞋对他来说没多大用处啊。”

不只去想事情会如何影响我们自己，而且去想它会如何影响别人，真是太美好了。

仁爱万分

有人问一群八岁的男孩，仁爱万分是什么意思？一位小男孩回答说：“如果我饿了，有人给我一片抹了奶油的面包，那就是仁爱；但是如果他们在上面加上很多果酱的话，那就是仁爱万分了。”



6. 关心别人

加拉太书6: 2—你们要互相扶持，彼此分担重担，这样才是遵行基督的律法。

罗马书12: 15—与喜乐的人要同乐，与哀哭的人要同哭。

除非你真的关心别人，除非你愿意分担他的痛苦和帮助他解决问题，否则去注意毫无意义。关心别人，是建立所有深厚而持久关系的基础。

感同身受

感同身受是与别人友好相处的重要品质。感同身受，这个词来自德文Einführung，意思是身处他人境地去感受或与他人一同感受。感同身受就是以另一个人的眼光来看生命，去感受他所感觉到的，以他的观念来理解事物。基督徒受召去感受，去背负他人的重担，当他人快乐时，与他们同乐，当他人感到痛苦时，与他们一起哀哭。

谅解

那是一个清冷的冬天早晨。购物中心的停车场堆满了山一般的初雪。我把车停好，向人行道走去，那是唯一没有积雪的出口。但一辆车恰好就停在了这条被铲过了雪的路口！我必须绕过车子，艰难地趟过及膝的雪，才能走到人行道上。“太不去考虑别人了，”我和其它几个人都有同感。但就在我转过身去踩掉裤子上的雪时，迎面走来了一位拄着双拐，两腿装着矫正器的女士。她艰难地走在光滑的人行道上，一步一步向前挪。最后，她走到路口的车边，挣扎着坐了进去，把车开走了。我在那里站了一会，对自己刚才的想法感到惭愧。在几秒钟内我改变了。我看到了那位女士和她的境况。我突然间理解了！

在与别人相处中绝对不可缺乏的要素，就是理解！没有理解，冷漠、不悦、愤怒、烦恼、冲突、不和就会乘隙而入。

7. 勤于赞美、鼓励和感激

腓立比书4: 8—弟兄们，我还有未尽的话：凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要思念。

几乎每个人都需要鼓励！大部分人，都不会自视甚高，都会感到有些自卑，对自己感到有点失望。因此，鼓励他人就很重要了！

赞美会激励人去实现目标，增添自信，促使他们成长。但有多少朵花没有被给出啊？有多少称赞没有被说出来啊？有多少人，你钦佩他们的某种品质和成就，但却从未说出来？为何不去试一试赞美呢？当你赞美他人时，牢记以下几点：

——要真诚，不要谄媚。真诚只是在寻找别人的优点。如果你真诚地去寻找，你就能找到。

——要明确。不要只是说一个人“不错”或“很好”。找一些明确的事来赞美。



8. 真诚地关心别人的感受

雅各书 1:19 - 我亲爱的弟兄姊妹，请记住：每个人都要快快地听，慢慢地说。

当有人想要告诉你什么事情时，你却不理他或转过身去，这会让人觉得受到了侮辱或伤害，而且没有什么能比这更快的了。当你在讲一个精彩的故事，正好讲到一半时，有人转身离开或打断你的话，开始去说另一个完全无关的话题，这种事发生在你身上多少次？

尽全力的去聆听，意味着把你自己的兴趣、自己的快乐、自己的当务之急放在一边，至少暂时放在一边。在那一小段时间内，全身心地

去聆听对方所说的。你必须把注意力全部集中在他身上，丝毫也不去想别的事情。

9. 避免争论

提摩太后书2: 24—但主的仆人却不可争论，总要待人温和，善于教导，存心忍耐。

雅各书1: 19-20—我亲爱的弟兄们，你们各人要快快的听，慢慢的说，慢慢的动怒。因为人的怒气，并不成就上帝的义。

■ 避免陷入争论

有人说过，在争论中得胜的唯一方法，就是避免争论！

箴言17: 14—争端掀起，就好象洪水缺堤，一发不可收拾，所以，应当在事前止息纷争。



彼得前书3: 8-9—总括来说，你们要彼此同心，互相体恤，亲爱像弟兄，满有温柔，存心谦卑。不要以恶报恶，以辱骂还辱骂，倒要祝福，因为你们就是为此蒙召，好叫你们承受福气。

■智慧的言词，能避免引起争论

箴言15: 1—温和的回答可以平息愤怒；粗暴的言辞足以惹起纷争。

箴言17: 9—饶恕别人的过犯，能促进友爱；总记着旧时的嫌隙，只会破坏友情。

传道书5: 2a—在上帝面前不要冒失发言。

■爱、谦卑、祷告能解决一切问题！

腓立比书2: 3—凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀，只要心存谦卑，各人看别人比自己强。

歌罗西书3: 13—如果有人对别人有嫌隙，总要彼此宽容，互相饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要照样饶恕人。

10. 时刻准备去为人服务

这一点，下一堂课我们会多加讨论，下面的话可以想一想：

约翰福音13: 13-15—(耶稣说：)你们称呼我‘老师，主’，你们说得对，我本来就是。我是主，是老师，尚且洗你们的脚，你们也应当彼此洗脚。我作了你们的榜样，是要你们也照着我所作的去行。

路加福音22: 24 - 26—门徒中间又起了争论：他们中间谁是最大的。耶稣对他们说：“各国都有君王统治他们，他们的掌权者称为恩主；但你们却不要这样；你们中间最大的，应当像最小的；作首领的，应当像服侍人的。”

十大秘诀摘要

1. 跟别人说话
2. 通过礼貌表现爱
3. 对人微笑
4. 称呼对方的名字
5. 友善和乐于助人
6. 关心别人
7. 勤于赞美、鼓励和感激
8. 真诚地关心别人的感受
9. 避免争论
10. 时刻准备去为人服务



以仁爱待人，就是以仁爱待主！当你在小的方面对别人表现出爱，当你向别人表现出小小的谦恭和礼貌时，其实你就是在向上主显示爱，因为他创造了人类，他很爱他们。当你好好照顾他人，向他们显示爱，为他们做充满爱心事，以谦恭和礼貌对待他人时，这也是对上主表现出敬意和尊崇。你就是在对上主表现爱。你就是在告诉上主，你爱他的造物、他的子民，而你想以爱对待他们，不只是为了他们的缘故，这固然也是个好理由，也是因为你爱他。

马太福音 25:40 - 王会回答说，‘我实在告诉你们，你们帮助我最卑微的一个弟兄，就是帮助我了。’

请上主给你所需的爱，并尽力去付诸行动！你可以一天内做几百件事，一些出于爱心而使别人生活变得更美丽的小事。你若按照耶稣“你们要别人怎样待你们，就怎样待别人”的黄金法则去做，你就会变得仁爱和有礼。

当你祈求主帮助你多有一点爱心时，同时也要请他告诉你，可以怎样才能多有一点爱心，然后就从这些实际方面做起。这就像是去实践祷告一样。你做自己该做的部分，他就会把爱放在你心中，很快，做那些有爱心事就变成了习惯。

