耶稣的爱的话语

# 成功与人相处

无法与别人一起生活和相处，我们的生活会变得多么乏味呢！人是那么有意思，那么耐人寻味和可爱。尽管与之相处有时是难事，但是，你与别人相处得怎样，会对你与他们的快乐产生极大的影响。

没有人比耶稣更了解人，也没有人能像他那样帮助你去建立成功的人际关系。他握有打开每一颗心的钥匙，他想要跟你分享这些钥匙。现在，你向主学习的机会到了！

本书中55则来自耶稣的简短信息，将使你对人产生一种全新的看法，并将为你提供一些可靠而又可行的方法，帮你建立更快乐、更有价值的人际关系。

# 聲明

本書中所有經文均來自《和合本》、《當代聖經》、
《現代中文譯本》和《聖經新譯本》。

# 目录

序言 ..... 1
人生大学 ..... 3
从你做起 ..... 9
与人为善 ..... 15
在家中 ..... 21
在工作场所 ..... 27
智者为政 ..... 35
发挥极致 ..... 42
竭诚尽力 ..... 48
避免常犯的错误 ..... 54
向主学习 ..... 61
结语 ..... 68

# 序言

一位批评耶稣的人曾用这样一个问题来试探耶稣："老师，律法上的诫命，哪一条是最大的呢？"耶稣回答说："你要尽心，尽性，尽意，爱主你的神。　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22：36-40）

另有一次，耶稣稍微变换表述方式对门徒说："所以无论何事，你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人。"（马太福音7：12）耶稣的这条训诫现在通常被人称为"黄金法则"，也许你已猜到，这一法则正是成功与人相处的秘诀和本书的主旨。

生活有时是艰难的，而最困难的地方通常在于与人相处。你的人际关系怎样，极大地影响着你人生的光景。也许你是百万富翁，或是你所在领域的精英，但如果你还没有做上帝的爱的器皿，让他使用你去使你周围的人生活得更好，并允许他在这一过程中不断改造你，你就失去了生命中一件最美好的东西。

下面这些来自耶稣的信息，当然不可能包含成功与人相处的一切堂奥，但却足以帮你建立良好的人际关系。此外，在这些信息之源，即耶稣那里，还有着更为丰盛的储备呢！耶稣希望能和你开通一条私人热线，好为你所面临的每个问题提供完美而又个人的答案。你同样能够直接从耶稣那里领受这一切。任何人，只要相信他，真诚地聆听他，然后凭信心承认他们在心里或脑海里"听到"的，就是耶稣的话语，那么耶稣就会亲自对他们说话。

向耶稣敞开心，接受他的爱与生命的话语，你就会拥有更为成功的人际关系和更快乐的生活。

# 人生大学

# 四个标准

人性当中有一个奇怪的倾向：那些通常对周围造成积极影响的人，往往担心自己的人际交往能力；而那些通常对周围产生消极影响的人，恰恰却意识不到自己的实际情况，甚至还会自我感觉良好呢。结果，许多最需要改善的人，就在不断地重复同样的错误，可他们若能认识到自己问题的话，就会加倍努力去改正了。为了避免出现这种情况，人应该时常评估一下自己的人际交往技能。

不过，也不能单凭自己的判断。要以我在圣经中的教导为标准，来衡量你与他人的关系。圣经对人际关系给予了大量的论述，学会运用圣经的建议，永远都是最明智的选择。我所说的“运用”，不仅是承认圣经为你揭露出来的个人弱点，而且还要做出必要的改变。

然后，是求问我的看法。因为我爱你，希望看到你与他人成功相处，所以，我会坦诚地将你需要改变的社交倾向或习惯告诉你。

征求那些你所敬重和信任的人对你的看法，也是明智的。这需要谦恭的态度，不过，你却能获得宝贵的真知灼见。

要获得对你人际交往能力的全面评判，你需四样俱全：你自己的评判，我的评判，圣经的建议，他人的评判。希望积极的反馈能激励你，负面的反馈能促你努力改善。当然，这也不是个一劳永逸的过程，但只要你愿意接受这四个方面建设性的批评，你的人际交往技能就将会炉火纯青。

# 欣然接受改变

你是固步自封呢，还是说你会欣然接受改变？你欢迎别人的建议吗？你愿意学习和尝试新事物吗？如果别人找到了更好的方法，你愿意因此做出改变吗？

重复使用老方法，总比改变容易得多，至少乍看上去是这样。改变，需要付出时间和精力，但好的改变，从长远看，总是值得的。你不应拒绝改变，但也不能走另一个极端，为改变而改变。

有些事情永远不会改变——我对你的爱，我在圣经中的基本诫命和应许——但在其他领域，我喜欢改变。环境会变。人会变。你也会变！我不喜欢事情变得僵滞。我喜欢革新与进步，而我希望你也能喜欢。要会变通。随新事物而改变，与我一道前进，如此，我和别人就会感到更容易与你合作。

你如何知道某个改变是否是好的呢？最保险的方法是求问我，征求我的同意。我可以帮助你识别好的改变，避免你走弯路。一个新主意若得到了我的祝福，你为之付出的努力就会获得回报。

## “三人行，必有我师”

每个人都至少有一个优点或技能可供学习，聪明人则会去寻求它。有些人的优点很明显，可有些人则深藏不露，需要你吸引出来。圣经上说：“人心怀藏谋略，好像深水。惟明哲人，才能汲引出来。”（箴言20：5）

有时，学习并不是集中在获取他人的某种技能或知识，而只是单纯地与他人在一起，汲取那人的优点，如信心、耐心、乐观、对他人的爱和关切等。

你还可以向孩子学习。圣经上说“在天国里的，正是这样的人（孩子）”（马太福音19：14），“你（上帝）从婴孩和吃奶的口中，完全了赞美的话”（马太福音21：16）。小孩子凭着他们的天真和单纯的信心，有时候能成为最有深度的老师。

你甚至还可以从别人身上学到不做什么、不可以做什么、为什么不要步其后尘。俗语说，聪明人从自己的错误中学习，而智者则从别人的错误中得到启迪。

如果你学会怀着“三人行，必有我师”的心态来看待人，你就不仅能学有所得，还将更有可能专注于他们身上你所敬重的品质，从而与他人建立更牢固、更有意义的关系。

# 设身处地，为人着想

理解他人，正确对待他人，关键在于设身处地、为人着想。为了更好地理解你，我来到世上时，把自己放在了你们的位置上，取了你们的样式。我亲历了生活的艰辛：疲劳、饥饿、病痛、孤独、沮丧，以及你所经历的其他一切。如此，我现在才能真正地感受你所感受的，以你所需的方式来帮助你、安慰你。

设身处地，也是理解他人的关键。当然，你不可能像我一样完全改变自己的处境，而你也不必这么做。你只需想象自己是在他人的处境中。

打个比方，在请别人做一件你认为简单易做的事情之前，先考虑一下那人是否也同样这么认为。当有人心情不好，不像往常那样有效率时，想一想会是什么原因造成的呢。这要比想当然地认为别人和你想的一样更为稳妥。

西谚有云：“穿上别人的鞋子走上一里路”，如果这样做，在需要时，你就会更加善解人意，并会相应地调整你的期望或表达方式。此时，别人也会意识到你已预先考虑了他们的需求或担忧，考虑到了他们的缺点，这将有助于你们相处和合作得更好。同理心催生精神的合一，这是一桩何其美妙的事！

# 失败乃成功之母

有的人会对自己的过失和毛病视而不见，或矢口否认，骄傲成了他们的绊脚石，历史上这样的例子屡见不鲜。如果他们能谦虚地承认自己的过错，事情也许会是另一番景象。

你呢？你是掩饰自己的过错呢？还是会勇敢地承认错误？相信我，如果你勇于认错，大多数人会更加尊重你。当然，可能有人会就此抓你的“小辫子”，利用你的谦逊，但那是他们的问题，并不表明你性格软弱。

最终决定你的价值的，是你的性格。证明你性格的，不是轻易的成功，而是你如何在跌倒后重新站起来，继续尝试。正视失败，且继续努力，同时也能激励他人不要放弃。

从失败中汲取教训，失败就成了前进的阶梯。失败会使你重新审视自己的计划和方法，从而为今后的成功铺平道路。如果那些成功人士在第一次失败时就裹足不前，人类今天可能仍生活在石器时代呢！你难道不庆幸他们从失败中汲取教训吗？你难道不愿也这样去做吗？

# 从你做起

# 你的“招贴画”

你的脸就是你人生大路旁的招贴画。它是你与他人无言的交流，是你首要的也是最有力的“广告”。

许多人并不注重他们的“招贴画”是否传达正确的信息。他们不论是忧虑还是哀愁，脑子里想什么，统统写在脸上。他们的省思和压力难免不对周围的人产生消极的影响。除了他们最知心、最忠诚的朋友之外，那些消极的信息足以拒人于千里之外。不过，也有的人不论经历什么，都能保持开朗乐观，他们有一副能吸引人的愉快面容。

所以，如果你想交朋友和保持你与他人的友谊，务必让你的脸传递出振奋人心的积极信息。集中力量保持愉快的面部表情，显现出你的信心、乐观、和善、亲切、关心以及生活的快乐，而不是一副随时会因环境而变或显示当下心情的面部表情。

你会说，说得倒轻巧，最好是等到生活中的麻烦有如乌云压城时再看吧。这，就是你藉着祷告把问题带到我面前来的又一个充分理由——我可以帮助你从我的角度来看待问题，给你解决方案，以信心代替惧怕，用赞美驱走哀叹。那时，你的脸上就会显示出积极的内在情感来。

# 寻找光明一面

希望每一天不论境况怎样，你都能顺利过日子吗？秘诀如下：在每一境况中寻找光明的一面。我知道，这要求很高，但我总会将那些光明之处显现给你。比如，当你下班回家，筋疲力尽，仍要为家人准备晚餐，或当你妻子准备晚餐，你帮助照看孩子时，不妨停一下，为你拥有一个家而感谢我。任何困难或失意都有它积极的一面。

如果你总是沉湎于事情的阴暗面，那就停下来！挑剔和消沉于事无补。你也许认为自己有点顾影自怜也无妨，但这样做只会拖累别人，到头来反而令你感觉更糟。而你若祈求我帮助你乐观地看待“坏事”，我就会带你走出阴霾。

今天的世人已太消极和愤世嫉俗。你不可能扭转世界的局势，但你能把握自己的人生观，不容自己怀有这等心态。务必坚定你的心，善加利用不利的情形，你就会使自己的小世界变得更加快乐，且会吸引更多的朋友，因为人们通常会为积极乐观的人所吸引。因为你必会对周围的人造成影响，因此，你最终影响的范围也许会远超你的想象呢！

# 心灵之窗

眼睛既接收信息，也传递信息——它是强大的心灵交流工具。人们甚至在未你开口之前，就已先从你的眼中读取信息了。在目光接触的霎那，眼睛就已将你表露无遗。四目相对的瞬间，也是灵魂相接之时。在那密切而脆弱的瞬间，双方就开始了最初的精神交流，并基于此而有意无意地对对方做出评判。

眼睛能传达理解、同情、赞许或反对、鼓励或阻拦、支持或怀疑、挑战或服从等等无数信息。一个眼神可以如炮弹爆炸，也可以像温柔的爱抚。眼睛能穿透灵魂、挖掘最深处的秘密，也能将他人冷落一旁、仿佛他们不存在。

当别人想得知你的看法时，他们会看你的眼睛。当他们想知道你是否说真话时，他们会留意你的眼睛是否和你的嘴唇表达一致的信息。不同语言的人之间主要用眼睛进行交流，因为眼睛是人类灵魂世界共同的语言。

我是世界的光。让我的光通过你的眼睛里散发出来吧。

# 启动良性循环

背后说人并没有什么不好，只要你说的都是“好话”。

你对他人的议论很可能会传到那人的耳朵里，所以你要遵循一个原则：凡不能当着他们的面说的话，也不要在他们背后说。这不是虚伪；而是你希望他人怎样对待你的错误与错点，你就怎样对待他人的错误与缺点。

有时，尤其当你做管理者的时候，你可能需要与别人讨论某个人的问题，然而，你可以本着尊重的原则，不去贬低那人。当你必须提到负面问题时，要尽量用正面的事情来平衡（每个人都有闪光之处）。并且，如果你能不时提醒自己：你讨论那人的目的是为了帮助他/她，这样，你的讨论就会保持更加积极的论调，而你也更有可能达到目的——造成积极的改变。

你知道吗？你向别人表现出的友善和体贴，总有一天会回到你身上。这是一条属灵的法则，就像自然法则一样千真万确：种瓜得瓜，种豆得豆。尊重别人，你就会赢得他人的尊重。

不仅如此，你的好行为还会影响他人。也许不会立竿见影，但只要持之以恒，你就能够为你所在的小圈子带来一缕天堂之光。这完全有可能——它可以从你开始。

# 宽恕从神而来

宽恕的能力是上帝赋予人的一个伟大能力。宽恕是上帝神性和本质的一部分，当你运用这一能力时，你就呈现出了神的性情。宽恕的能力让你挣脱了凡人的狭隘。

宽恕，对大多数人而言，都是最困难的选择之一，尤其当对方“不配得到宽恕”的时候。它之所以困难，是因为它并非出于人的本性。人的本性嗜好报复与惩罚。然而，人为何要受制于自己的本性呢?

我来到世间，带来宽恕，救赎人脱离罪恶，更拯救你摆脱人性的辖制。在接受我作为你的救主时，你就获得了一定量的超人性。在接受我之后，让多少超人性控制你的生活，则完全取决于你自己，它会通过你的选择体现出来。我的本性中最突出的一点便是乐于宽恕，因此，你是否快快宽恕别人，足以表明你是否在让我的超人性掌管你的生命。

那得罪你的人是否值得宽恕，这并不是最重要的。最重要的是你要做得对。没有人配得宽恕。人若犯错，就应受到公义的审判，但宽恕比公义更伟大；公义属人，而宽恕属神。

宽恕得罪你的人，如同你的天父宽恕你一样。

与人为善

## 作你弟兄的守护人意味着……

- 把他的幸福放在第一位；
- 支持他；
- 在他背后永远只说好话；
- 决不闲言碎语，散布有关他的谣言；
- 帮助他作出正确的选择，成为一股积极的力量，帮助他维护真理、抵制诱惑；
- 希望他能够获得最好的，并尽你所能帮助他得到；
- 总是愿意聆听他的心声；
- 凭着爱心说真话，即使你知道这可能会令人觉得受伤；
- 不批评他或将他标签；
- 造就他；
- 帮助他实现目标，发挥潜能；
- 以再三祷告过的方式为他提供建议；
- 决不对他放弃；
- 带领他到我的话语中寻找问题的答案；
- 你愿意他怎样待你，你就怎样待他；
- 不武断地下结论，多花时间理解他，与他进行深层沟通；
- 当别人敌对他时，维护他；
- 当他跌倒时，扶起他；
- 竭力去做他所需要的榜样；
- 让你自己成为我传递爱的工具。

# “勿以善小而不为”

当有人为你做了些特别的事情时，你难道没有被人所爱的感觉吗?

你也可以这么做，我指的并不只是在特别的场合为特别的人送上一件礼物，尽管这也不失为一件好事。我指的是你可以随时为人去做的小事，且不为别的，只因为你关心他们。这些小事对你而言可能不费吹灰之力或不足挂齿，但对那些需要的人却意义非凡。一些体贴的表示，尤其在出人意料的时候，可以让人心情豁然开朗，因为这等于你在告诉他们“你真特别！”

仁爱始于家庭，但不应局限于家庭之内。努力去向更多人传达你给予自己家人的那种爱和体贴吧，然后你将会看到它所带来的变化。对那些你常常见到却不真正了解的人——收银员、服务生、修理工、接待员等——表达关心。问一问他们的健康和家人情况，或者他们一天过得怎样，并报以得体的回应。比如为他们的背疼或生病的孩子祷告，并在下次见面时询问情况有何进展。记得在朋友生日时送上特别的祝福。当同事有结婚周年纪念日时，可以在工作上为他分担一些，好让他能早点回家——这还能让他的妻子高兴呢！

我可以告诉你无数你能为别人做到的小事，去让他们觉得自己很重要。你还在等什么呢?赶快行动吧！

# 传递好心情

你你是否曾因碰到一个心情糟糕的人，结果导致你一天都很郁闷？那也许是公交车上的一个乘客，或商店里的一个顾客，总之，是一个你平时甚至不会留意的人，然而，这个坏脾气、不考虑别人感受的家伙却让你一整天都心情不好。

那么，你还有没有相反的经历：你的心情一天都很灿烂，之后你意识到，这都是从遇到一位对你特别友善的人之后开始的？也许是因为她对你微笑，或是他捡起你掉落在地上的东西并递给你，或为你开门——举动虽小，却对你的一天造成了积极的影响。

每个人都会造成影响。你的态度和心情时时刻刻反映在你的一言一行中，并注定会影响到他人。你对周围的人通常是造成怎样的影响呢？

想一想那些让你一天都有好心情的人和事，并有意识地以同等方式去对待别人。那时，你将不仅让他人拥有好心情，你还将发现自己也更快乐、更乐观了。

# 要搭桥，莫筑墙

有人说，人之所以孤独，是因为他们筑围墙，而不是搭桥梁。这话千真万确！

人大都有些自私。人天生先为自己着想，把自己的需求和欲望摆在第一位。人很容易沉湎于自己生活中的各种问题，然而，你一旦这么做，就等于将自己排除在生活中许多精彩的人和事之外了，从而导致更大的问题。

可当你向别人提供帮助，与别人建立联系的桥梁时，它也许会为你的生活带来一些问题和纷扰，然而，这些都是值得的，因为它会为你带来温暖、友谊、爱和种种祝福。这是一种相互体贴，你需要为之付出精力、耐心和毅力。桥梁不可能凭空而出，而且有时候别人还不一定乐意你往他们的方向搭桥呢。但如果每个人都抱着先考虑自己的心态，只筑墙，不搭桥，世界就会变得孤独难耐。

搭桥，始于祷告。祷告祈求爱与理解，祈求我帮助你在其他方面作出必要的改变。当你开始考虑别人的需求时，桥的框架就成型了。接下来，你每次为那“难接近”之人奉献出一点自己时，桥都会愈加牢固。第一次过桥，你不知道它能撑多久，你在桥那端会遭遇什么，因此会需要一些勇气，然而，一旦你这么做了，你必会为此而高兴。因为我会祝福你的每一个无私举动，奖赏你迈出的每一步。

# “阳光”使者

你不能让雨天出太阳，但你却能改变周围人的心情。

人在温暖、晴朗的天气通常会比在雷雨天感到更愉快。同样，你若散发出灿烂的“阳光”和愉快的情绪，也可温暖人、鼓励人。可你若是愁云惨淡，就很可能会制造一个“压力系统”，让周围的人一天都“乌云密布”，乃至“阴雨绵绵”。

所以，无论你走到哪里，都要把温暖、愉快的气氛带到哪里。让你的快乐“阳光”洒在周围人的身上，用你的快乐感染他们。在你感觉不到快乐的时候，比如你遭遇问题、压力很大、生活的天空“阴云密布”时，祈求我驱散乌云，用我的爱的阳光照射你。

我所在之处，总是阳光明媚。我随时可让和煦的阳光照在你面前，但愿你能沉浸其中，并将它反射到他人身上。让我们一道来营造温暖、晴朗的天气！

# 在家中

# 爱心之家

爱，富有创造力，在家庭中，爱的神奇便体现在它能带来无私的奉献、帮助家庭成员彼此积极相待。人人都希望被理解、接纳，上帝所造的家庭就是这样一个可以充满理解和接纳的地方。

然而，如果你不小心，家庭中也会出现爱的敌人。常见的有父母与子女的分歧、兄弟姐妹间的对抗，除此之外，还有则更为隐蔽，因而也更危险——自私、懒惰、冷漠、挑剔、唠叨、身在福中不知福、消极地揣测对方、贬损和讥讽，等等。这些常常都是由表面上无害的小事引起，如找借口不提供帮助，为小事争吵，玩笑似的贬低和讽刺，然而，除非你意识到这些都是对家庭中的爱和团结的侵蚀，否则，它们将会演变成坏习惯，对你的家庭造成极大的破坏。

仅仅分开争执的双方，制止讥讽，或敦促偷懒的人干活，问题并不能得到彻底解决。那只是“治标不治本”，问题的根本在于缺乏爱。治疗缺乏爱的唯一方案便是爱本身。因此，你要祈求我将更多的爱带入你家里，并与我一道努力。如果你祈求我在你们每个人心中填满对他人的尊重和欣赏，我一定会做到，然而，通过友爱的思想、言语和行动去培养爱，则要靠你们自己。

# 婚姻三角形

婚姻是心与心的结合，是二人合为一体。对那些乐意作出必要牺牲（有时确实需要作出牺牲 ）的人而言，这一结合极其美妙，且会带来极其美好的回报。二人要成为一体，双方必须都愿意给予、改变。男人必须献上自己，成为他妻子所期望的丈夫，同样，女人也必须舍弃原先的自我，成为她丈夫所期望的妻子。这是一种自我牺牲的爱，是最牢固、最幸福婚姻的基石。这样的爱从哪里来？只能从我而来。

你可以将你的婚姻想象成一个三角形，你二人是这个三角形的两个底角，我是顶角。当你们沿着三角形的边向我——爱之源——靠近时，你们也会彼此更近。你们若想彼此拥有更多的爱，更亲近，就要向我攀爬。

你们与我越亲近，就有越多的爱与他人分享；而与人分享的爱越多，人们就越被你们和我所吸引；先从最亲近的人开始——你们的孩子以及其他家庭成员，然后逐渐扩大。如我所言，婚姻是美妙的，它带来美好的回报，它是这样美好，以至牺牲也再不成其为牺牲了。

# 以身作则

为人父母向来都不容易，所幸所有的父母从“上任”第一天起就有一个大慰藉：在这个世界上，没有任何人比你的孩子更爱你、仰赖你。这是养儿育女这项浩大工程中的重要成分。尽管孩子是上帝赐予的礼物，可他们仍是“半成品”。将他们培养成充满爱、负责任的成年人，是你们的职责。

孩子对你的爱和尊重是天生的，却并非一成不变的。它会因你与他们的互动方式而逐日增加或减少，所以，不可辜负他们的信任。要成为孩子会骄傲地跟随的榜样。

如果你希望孩子外向活泼、真诚关心他人，你自己就要这样做。如果你希望他们不自私，你就要不自私。如果你希望他们诚实，你就应诚实。如果你希望他们乐观、擅于解决问题，就应让他们看到你积极应对人生的挑战和挫折。如果你希望他们能爱我、敬仰我，真心与我相连，你自己就应与我有密切的关系——与我同行，读我的话语，践行我的教导。如果你希望他们有感恩之心，就应在生活中处处感谢和赞美我的慈爱。

如果你在孩子成长期为他们树立了正确的榜样，不论你们或他们将来遭遇什么，那些爱与尊重的纽带都将牢不可破。他们会成为令你们和我都引以为荣的成人。将来你回天家时，你就会听见我说：“做得好，你们这又良善又忠心的父母！”（改自马太福音25：21）

# 在爱中开始新的一天

要帮助你的亲人每天有个好的开始，最可靠的方法就是爱。你可能会觉得，说得倒轻巧——因为那时你不过刚睡醒而已！然而如果你祈求得到这所需的额外精力并作出尝试的话，我想你会有意外的惊喜。因为给予爱，你就会得到爱！

吃早餐时，不要一句话都不说，或眼盯着盘子、报纸、麦片盒看，可以共同数算上帝的祝福。你们相信我会垂听祷告，我爱你们，我会在这一天为你们成就美好的事情，此时也可为此献上感恩。读一段圣经。为彼此祷告，为你们当天可能面临的不同问题祷告，然后从我的话语中获取你们所需的每一场胜利的应许。

让我的灵充满你！我是爱和光，我的力量永无穷尽，对我来说，凡事都有可能。在每日清晨向我支取这爱，你和亲人就将从容应对这一天可能遇到的任何挑战。

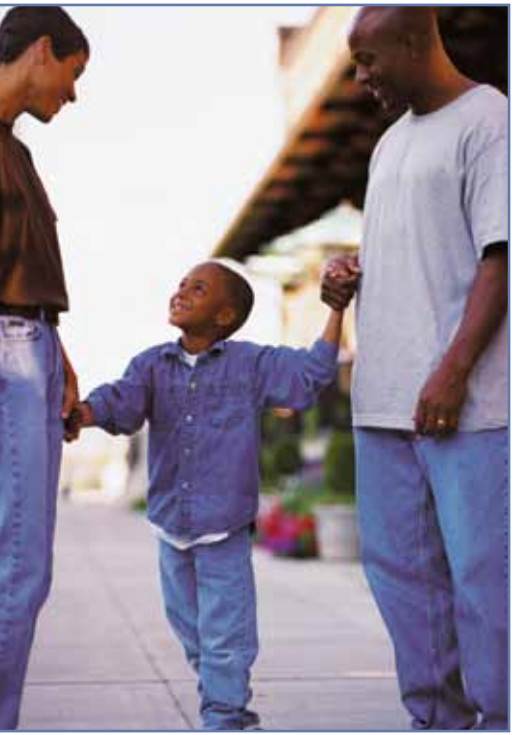
你们在清晨共度的短短几分钟，也是彼此鼓励的好时机。告诉她，她看起来何等美丽动人；告诉他，你相信他在学校一定会表现很好。道别时，相互拥抱、亲吻，让对方知道“真盼着快些见到你！”

在爱中开始新的一天，爱将一整天伴随你。

# 把我算进去

如果你希望家庭更美满、生活更幸福，这便是秘诀：无论你做什么，都把我算进去。我指的绝不是僵硬、死板、严肃的宗教仪式！你会惊讶地发现我有多么有趣。把我算进去的好处不胜枚举，我在此仅列出三项：

一. 我有无穷无尽的主意。我与我父共同创造了这个世界，你必须承认，我们造得相当不错！你不认为我能告诉你有哪些有趣的活动可以让你们一起去做吗？



二. 我理解你。你遇到的问题，无一不是我曾帮助别人解决过的，因此，当你一开始遇到问题时，就来向我求助吧。

三. 更多的爱。爱，岂不正是你最希望你的婚姻所具有的吗？我就是爱，我在哪里，哪里就有爱。圣经说，我的面前有满足的喜乐，我的右手中有永远的福乐（诗篇16：11）。

我有那么多爱可以赐给你和你的家人，超乎你的想象和你所能承受的。只要祈求，你随时随地都可以得到。我随时在恭候，你只消说："耶稣，感谢你做我们的一家之主。求你此刻与我们同在，祝福我们所要做的。"

# 在工作场所

# 得胜的团队

如果一支球队中每个球员都争着做前锋、进球，而不愿把球传给别人，情形会怎样？这支球队必是一盘散沙。一支得胜的球队，其队员必各司其职，不抢风头。他们尊重教练和队友，懂得团队合作的重要性。他们努力对彼此和整个球队表现出信心，以维护团队高昂的士气。

一个好的老板应像一支好球队的总教练一样，能够将一群具有不同技能和个性的人组成一支具有凝聚力和高效的团队。他懂得如何发挥手下的才能，如何激励他们每一天都做到最好。他知晓每个员工的优势和局限，并将他们安排在恰当的职位上，让他们人尽其才。他懂得如何培养和激励士气。他尊重团队中的每一名成员，而不只是团队中的明星，从而赢得他们的尊重。他激发团队的活力和自信。当团队取得成功时，他让所有的成员共享成果与荣耀。

竞争无处不在。如果没有团队合作，对抗就会占上风，如果你学会与人合作，就有可能共赢，同享胜利成果。

# 间接的压力

有些人在压力下可以支撑一阵子，有的人则不行，压力立刻就会把他们击垮。尽管有人在高压、超强刺激的条件下能有卓越表现，但大部分人还是做不到的。

如果你是一个风风火火的人，就需要知道周围的人会很受你的快节奏和压力所影响，尤其当你处于管理或领导职位时，更是如此。压力能伤害元气，即便是间接的压力。当环境轻松、平稳时，工作效率一般会更高。

你见过这样的场景吗 ？——一群鸟、羊、牛或马，当其中有一个紧张不安或烦乱时，这种情绪会很快传给其它同伴，最后导致整群四散奔逃。类似的情况也会发生在工作场所。人们彼此影响。因此，不妨问一问自己，你对别人造成的是什么样的影响？当然，最好是问我。我不但会指出你的问题所在（如果有的话），还会让你显示出平和、积极的心态来。

# 心的改变

人们可以感觉得出你是否喜欢他们，如果你不喜欢，尽管你所说的、所做的都无可挑剔，你们之间仍旧可能会感觉别扭。当然，你应当尽量与每一个人友好相处，但假如你要与你不太喜欢的人共事时，就必须要建立一种更为积极的关系。

你可能觉得，改善情形的唯一办法就是别人改掉那些你不喜欢的行为，但这几乎不可能，除非你先改变你对他们的态度。你也许觉得这不可行，因为你觉得自己不喜欢他们，无疑是有道理的。然而，这也正是你需要我帮助的地方。

如果你真心希望改善关系，在你祈求我帮助的那一刻，我立刻就会开始做工。我会帮助你像我一样以爱和理解来看每一个所谓“刺儿头”。改变一定会发生，且要先从心开始——从你的心开始。我将帮助你真正去感激那人，从而彻底改变你们之间的关系。当他们感觉到你态度改变时，他们对你的态度也会好转。不信的话，不妨试试看！

# “按公平断定是非”

生活就是一系列大大小小的判断。“我同事告诉我的是实情吗？”“我能相信这个广告商所说的吗？”几乎每日，你都得对某些情形作出判断，而你的观点和决定通常都会对相关的人造成影响。这其中也许没有什么风险，你的观点也未必是最终结论，然而它还是会造成一定的影响，就像西方司法系统里的地方法官。

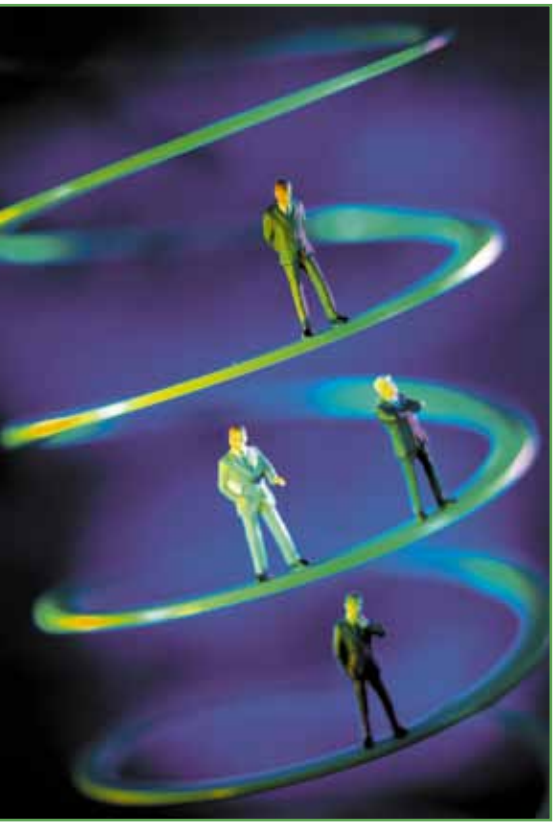
我曾对那些批评我的人说：“不可按外貌断定是非，总要按公平断定是非。”（约翰福音7：24）什么是“按公平断定是非”呢？是公正、诚实、以适用于特定情况的规则来判断，有时需要“透过现象看本质”，看到人的内心和真正动机。

在下结论之前，务必保持中立，了解各方说法。掌握的信息越多，你就越有可能正确判断。

当然，即便是一些看起来很小的事情，在下结论之前，最好也要跟我商量。记住，我是洞悉一切、无所不知的最高法官，是我将在末日审判世界，因此，我很清楚如何做出正确的判断。

# 端正的灵

生活有时看起来会是不公平的。你可能想不明白你觉得某人资格不如你，却落得比你好。这种想法在工作中尤其普遍。同事们有的得到美差；有的晋升得比你快；有的享有更好的工作条件；有的比你更聪明、干活利落；　有的与老板关系更好。别人总有让人羡妒之处。



如果你有类似感觉，真相又如何呢？这就看你认为什么是成功。如果你能理解并真的相信——你来到这个世界，不是为了一路往上爬，而是来爱我，爱你周围的人，那么，当别人似乎待遇更好或升迁时，你就不会如此嫉妒或沮丧。

无论你在工作中忙什么，问自己这样一个问题："我今天如何爱上帝、爱人？"然后将我给你的回答付诸行动，你就将会在最重要的方面取得成功。你会获得永恒的奖赏，世俗的偏狭将离你远去。你将受"端正的灵"所激励。

今天，世人很在乎言行得体，避免冒犯他人，然而"端正的灵"更胜一筹。灵里端正，就会去关心、体贴他人，为他人付出，不是出于社会惯例，而是出于爱。

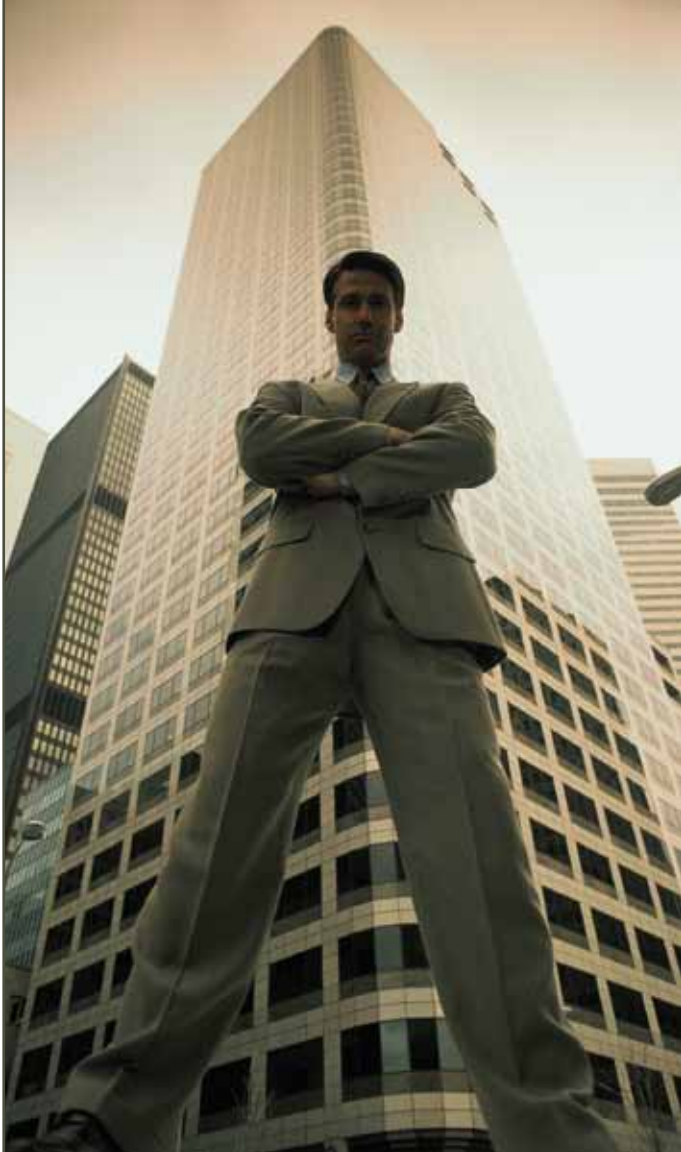
# 放下自我

非强者不能放下“自我”这个重担。

许多人背负着沉重的“自我”。他们希望别人认为自己好，有时还以为只有贬低别人才能达到这一目的。这真让人感到悲哀，生活本不应如此，特别是当你处于高位的时候。

当人们敬重你时，你本有绝好的机会帮助他们发掘潜能。但是，如果你事必躬亲，刚愎自用，就无法令他们感觉到自己的重要性和能力，感觉不到自己受尊重。你固然想作出正确的决断，取得成功，但这不必以牺牲他人为代价。如果你总是在公司会议上唱主角，自以为是，你就会发现这不仅会挫败同事的创造性和努力，也会使他们不乐意去贯彻你的思想。

放下“自我”，也给周围的人“减负”。



# 凭着爱纠正他人

几乎每个人有时都需要纠正他人。不论错误大小，纠正对于双方而言都是令人尴尬和不舒服的。纠正的一方担心对方会抵制、不满，或认为不该自己去纠正他，而被纠正的一方则满可以感到难堪。

接受纠正是件让人感到羞愧的事。大多数人都尽量避免犯错，因此，犯错时——尤其是影响到别人的严重错误，或会被人知道的错误，他们的自尊心就会受到伤害。如果你提醒自己这一点，并且在纠错前祷告，我会告诉你怎样让对方更容易接受。

首先，换位思考。假如犯错的是你，你希望别人怎么对你呢？如果这其中有误解，或是情有可原，你不希望别人对你做出无罪假设或给你解释的机会吗？你难道不会因自己不被当面质问，从而避免处于尴尬境地而心怀感激吗？

向我祈求，我就会赐予你适宜的言辞，帮助你以友爱、体贴的方式去纠正。那时，需要被纠正的人就更有可能接受你所说的，不大可能会再犯同样的错误，你的目的也就达到了。

# 智者为政

# 打破条条框框

你若是一位主管、经理、或团队领导，就应鼓励属下想一想如何把事情做得更好。在说出你的观点之前，倾听他人的看法，不仅能鼓励他们独立思考，还会使团队获得更多快乐、团结和进步。

诚然，并非每个新观点都是好的，然而，有些最好的观点是从不太好的观点中酝酿出来的。没有什么比断然否决更能扼杀创造力，所以，要尊重每一个观点，即便眼下不需要它。

你的属下是你最宝贵的资产，而他们最大的潜能就体现在集思广益，对此，你应多加鼓励。

所谓“打破条条框框”不过是创造性思维的另一种表述方式。而且，就连这种表述本身也富有创意，“条条框框”是个很形象的描述。邀我加入你的团队吧，我能让你不仅打破思维的“条条框框”，还能获得超凡的主意。

# 避免消极比较

几乎没有什么能比消极比较更快、更彻底地让人志气消沉。假如有人说："你为什么就不能像珍一样？"或"小强向来都是这样做的，"听的人能听得出，说话的人是在嫌自己不够好。

你这样比较可能是出于好意，比如试图让对方有所改善，但结果常常事与愿违，导致对方灰心沮丧。他们甚至可能会怨恨那些被你拿来做"榜样"的人，或更加拒绝改变，以捍卫自己的尊严或个性。

要记住，没有两个人是完全一样的。就算具有类似背景、教育、经历的人，他们也是彼此不同的个体，从而可能以不同的方式处理问题。

最好的方法，就是在提建议时避免提及别人。不妨试一试这么说："你那样做很好，但你有没有考虑这样做呢？"或"我知道你一贯都是这样做的，但我们可否试试来点新花样？"

# 知无不言，言无不尽

人人都想在诸事上享有话语权，其实，事情本来也应如此。我很想知道你的心愿和建议，很多时候，我也采纳你的建议。这正是祷告的一大内容——你将你的需求和愿望带到我面前，假如我认为它是好的，我就会接纳。当有人希望他们的诉求被倾听时，你也不妨将心比心。

打个比方，你有个同事总是心怀不满，爱发牢骚。如果有人认真倾听，或许会发现他还真有些不错的想法呢。抱怨结不出好果子，他的方式显然不正确，但或许那是因为他觉得没有人理他。只要他依然闷闷不乐，这种情绪就会继续传染发酵，可如果你花时间，让他知无不言，言无不尽，或许能帮助他变得积极而又富有建设性呢。你和其他同事也许还会惊喜地发现，他还真有两下子。

# 共同决策

大多数人都喜欢挑战，喜欢寻找更好的做事方式。很少有人喜欢被别人指挥来指挥去。要想赢得人们合作，最快、最好的方法就是请他们参与决策过程。

当人们参与其中时，他们会更加卖力、更为愉快、更有效率。每个机构都需要一个领导者作最终决定，但一个优秀的领导者绝非独裁者；他（她）集思广益，尊重他人的意见和观点。领导者或许不同意或否决下属的意见，但至少会让大家充分发表看法。

当人们知道自己的想法得到充分的尊重和考虑、自己亲自参与决策过程时，他们就更乐意执行决策。

# 当众表扬，私下训诫

对于当众犯下的错误或会影响到别人的错误，当事人也许有必要公开承认或道歉，不过，这并不意味着应当场受到纠正或致歉。通常，最好的做法是等一等，先征求我的意见，然后私下里纠正那人。

要记住，你应对事不对人，你的目的是要帮助那人不再犯同样的错误。人们通常天生会害怕犯错的后果，但他们不应害怕被纠正。“训诲的责备是生命的道。”（箴言6：23）人们通过纠正来学习和成长。所以，如果你的训诫合理而又得体，你其实就是在帮助那人。

为了使纠正能达到理想的效果，你还应对犯错者表现出信心，让他相信你依旧尊重他，你知道他以后会做得更好。最后以积极、乐观的语调收场。当然，如果你过去曾对他表现出信心，你的鼓励就更容易让人相信。因此，作为铺垫，你应养成发掘人们优点的习惯，让他们知道你欣赏他们的长处。谁知道呢？或许你的公开表扬就能让他们少犯很多错误呢！

# 补救的机会

犯错让人难为情、泄气，尤其当后果波及他人时。当人们知道自己的错误伤害了别人时，通常会感到内疚，希望能补救、挽回。而这正是他们最需要信任的时候。下次，当你身边有人犯错时，记住这一点。尽量为那人提供补救的机会。

有人犯错时，我们往往很容易作出消极回应，使那人感到难过。但如果你寻求我，我会帮你采用更为仁慈的方式。当犯错误的人真的感到愧疚，想要补救时，给他机会，这并不显示出你软弱，而是大度。

人的成败，通常与别人对其所表现出的信心大小有关。如果他感到别人认为他会失败，他常常就会无法很好地发挥潜能。他会觉得："努力有什么用？大家都已经认为我是个失败者了！"但如果别人能对他表现出信心，哪怕有时要忽略他的弱点，原谅他的错误，这也将鼓励他再接再厉，做得更好。他们会希望自己不辜负人们对他们的期望。

# 发挥极致

# 埋藏的宝物

人人都有内在美，有属神的一面。你不能一眼就发现它，并不意味着它就不存在。无论你在哪里，无论你是谁，你的面前都有宝物。千万别被外表蒙蔽了双眼。

比如晶洞，它外表就像普通的石头——有时即使是巨石，仍不过是石头——通常混在旷野的石头堆中。实际上，英文的“晶洞”（geode）一词来自希腊文的“geoides”， 意为“土状”，因为晶洞实在和周围的土壤很相像，但对于一双训练有素的眼睛来说，它可不是一块普通的石头。寻宝人和地质学家们知道，那石头中蕴藏着大自然的奇妙，当它被剖开后，你将为之大为惊叹。

有经验的人会小心翼翼地将石头锯成两半，露出它内部光彩夺目的晶体，如紫水晶。在锯开之前，他通常无法确定内里的情景，唯有怀着热切的期待，凭着高超的技巧来操作，便能有幸第一个目睹石头内的奇美。

今天，你会去发掘别人的内在美吗？穿透那石头般的外表，或许需要些细心的功夫，但谁又能说出你将会发现怎样的美呢！

# 赞美的神奇力量

赞美具有一种真实存在、使人奋发向上、力量倍增的精神力量。当你赞美我时，你会促使我去为你做工。当你赞美别人时，你就在精神上鼓励他们、扶持他们。赞美能创造奇迹！

当你赞美我的时候，它会使你、我变得更亲近。当你赞美、欣赏别人的时候，你们彼此间的距离也会被拉近。赞美使人感觉被爱、被需要、被注意。

当你看到某人的长处时，那很可能是我让你发现的，因我希望你能去赞美他（她）！不要吝惜你的表扬和赞美！就算你之前说过许多遍，再来一遍也无妨。别担心别人会听腻——几乎没有人会听腻。

你所称赞或欣赏的，不必是了不起的事。实际上，你更应该去关注小事，因为正是这些细节通常不为人所注意。假如你觉得自己不够敏锐、发现不到什么值得说的，或是不懂得该怎么说，只管问我。当我告诉你答案时，你只管说。不要害羞或骄傲。

世界上无人不需要他人的称赞。当你尽情地表达你的欣赏之情时，你就成了我向那人传达爱的渠道。祈求这种赞美的恩赐吧，然后养成随时表达真心赞美的习惯。

表达赞美的另一个妙处就是：你赞美得越多，你就越快乐，因为懂得赞美就是懂得感恩。越赞美，你就越感恩、喜乐。赞美所带来的良性循环确能让你大吃一惊！

# 寻找闪光之处

要想透过别人的短处，看见他们的潜能，需要有信心和乐观。这是一种很多人本可以向我求取的恩赐。

你越寻找人们的闪光之处，你就会有所发现。正如人们所说的："你说他好，他就会很好；你说她漂亮，她就变得漂亮。"如果你抱有积极的态度，显示出你对某人有信心，那人就很可能会努力去达到你的期望。

如果你盯着某人的坏习惯或坏脾气不放，就可能"一叶障目，不见森林"。反之，也同样——你若能着眼于某人的长处，即便是一个，你也将会发现他更多的优点。

也许一个人的优点和缺点的比例是1:20，但人人都有闪光点。如果你一时想不起，慢慢来。努力去寻找那些值得赞扬的地方，不论与那人的错误相比，这些地方有多么微不足道。或者你若是找不到，可以请我或别人帮助你。执意赞美那人身上的那一个优点，你就将会使他（她）更多的优点显露出来。不久，他（她）的优点就会多过缺点，而你们的关系也将变得更为积极和有成效。

一旦你在一个人身上找到了闪光之处，你就会更容易在其他人身上也有所发现。这种做法会令别人喜欢你。很快，人们就会觉得你是个积极、快乐、令人愉悦的人。

# 助人成功

无论在什么领域，要获得长进，都需要有挑战，有为之奋斗的目标。人们需要超越已有的成就，在这一方面，你能够提供帮助。

许多人被错误和失败击垮，以致放低目标，或干脆放弃尝试。至此，他们几乎就注定了走不了多远。但此时若有人对他们表现出信心，勉励他们不应受制于昨日的失败，就能激励他们再次尝试。

这就像帮助婴儿学习迈出第一步。你知道他在学会走路之前会跌倒无数次，但你相信他迟早能学会，你希望看到他成功，因此你鼓励他。你积极地鼓励他，激励他的信心，好让他不断尝试。当他遭遇困难时，你会帮他一把，在他跌倒时，你会把他扶起来。

这同样要有爱。如果你爱别人，你就会希望能给予他们成功所需的一切鼓励与帮助。

# 培养信心

人人都需要有自信，相信和知道自己能对他人有所贡献。你可以与我一道帮助人们获得这种自信，方法如下：

树立自信如同盖楼，需要时间、耐心、合适的建材。万丈高楼平地起，一栋坚固的建筑物需要有坚实的基础。自信的建材有很多种——表扬、鼓励、欣赏、接受、佩服、信任、祷告，以及最重要的——爱。

手边要时刻备有充足的建材，以便随时使用。当你看到别人身上值得表扬的地方，不要吝惜你的赞美之辞。当有人做得好，表扬他。当有人为你做了些事情，感激他。当你看到有人在艰难地对付新任务或棘手的任务时，表示出你对他的信心。当你发现有人袖手旁观时，积极地让其参与进来。

小心去建造，因为没有什么比成功更能促进自信，也没有什么能比失败更快、更彻底地摧毁自信。你对他人的期望应因其需求和能力而有所不同，当他们做得不错时，要予以表扬。不要强迫，或操之过急。求我告诉你他们接下来需要你在哪方面提供帮助，并求我继续在他们的生命中做工。

竭诚尽力

# 践行黄金法则

我曾告诉门徒："你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人。"（马太福音7：12）如果人们谨守这条简单的法则，很多问题都可以得到解决！这么做不仅是正确的，还是聪明的。当你这样做时——即便一开始会受伤，最终却会得到更多爱，更多美好的祝福。你愿人们怎样待你，你就怎样待人，当你的生活和性格都遵照这一法则时，人们必定会以尊重和友善回报你的善良。然而，这首先得从你做起。

每一天，你都有传递善意的机会。你每天都会遇到一些选择：是为自己着想呢，还是为别人考虑。有时候，这是个艰难的选择，尤其当别人待你不公时。你可能觉得他不配得到爱、仁慈或牺牲，然而，我说的不是"别人怎样待你，你就怎样待人。"我的法则远超乎世人对公平的理解。我希望你境界更高。对善者友善，这谁都能办到；对不善者友善，却更显胸怀，也更为我所祝福。

# 倾听

沟通和对话最重要的技巧之一，就是倾听。人们喜欢那些理解、尊重他们、专心听他们诉说的人，无论他们说的什么——酸甜苦辣、悲欢离合。通常，人们并不想寻求答案或建议，只是想抒发一下感情，享受能够被人理解、共情的满足感。你的倾听本身就是高度的肯定。

如何成为一名优秀的倾听者呢? 以下是一些窍门：

- 全神贯注地倾听说话人，要有适当的眼神接触，在听的时候，不要做别的事情或眼看别处。
- 除了倾听所说的话，还要聆听其心声。留意说话人的表情和肢体语言。
- 适当回应，表示你在用心听——可以点头，或说“那很有趣”、“我明白了”等等。
- 问些问题，能打开更多“话匣子”。
- 需要时，让说话人进一步说明。
- 不要打断，在你评论对方或发表自己观点前，确保对方已说完。如果你没有把握对方是否说完，可以询问。
- 避免做这样的评论“你应该这么做……”或“如果我是你的话，……”除非对方明确地要求你的建议。

如果你能证明自己是一名优秀的倾听者，那么，当你需要倾诉的对象时，别人也会回报你。

# 献上自己，正如我为你舍命

我曾说过："人为朋友舍命，人的爱心没有比这个更大的。"（约翰福音15：13）你可能以为这是最高的牺牲——舍己救人，这当然是爱的极致。不过，平日生活中也有别的时候需要你"为朋友舍命"——为别人而牺牲自己的愿望或幸福。

无论何时何地，以何种方式，只要有机会，总要奉献。可以是一个安慰的眼神，一个温暖的微笑，一对倾听的耳朵，一双援助之手。行善，默祷，鼓励人，不辞辛劳地帮助人。当有人跌倒时，俯身搀他。将我的爱传递出去。

即便有困难，即便自己受伤，也要奉献。献上你的时间。无偿、不求任何回报地奉献。为遭受挫折的人献上耐心，对需要理解的人献上同情。拥抱那需要安慰的人。做我的臂膀、我的手、我的口，好让我通过你去爱别人。

一视同仁地去爱，爱那不可爱的，让你的爱遮掩他们的过失和缺点，总是相信他们，对他们充满希望。不要间断，不限于一种方式，好让人们晓得我是何等地爱他们。

"你们要给人，就必有给你们的……因为你们用什么量器量给人，也必用什么量器量给你们。"（路加福音6：38）

# 爱的奇迹

我向我的儿女——就是那些内心接纳我的人——所要求的，乃是奇迹。我要的是热情、牺牲的爱。人天生要自我保护、追逐私利、自我满足，把个人需求放在第一位。然而，在“爱”上，我的儿女却有一个极大的有利条件，因为我已经除去了他们与生俱来的私心，重塑了他们的心智，使他们可以按照我的吩咐去爱人。

我告诉我的首批门徒：“你们若有彼此相爱的心，众人因此就认出你们是我的门徒了。”（约翰福音13：35）那时，我的门徒彼此相爱，引得世人惊讶、瞩目。在人们都以自我为中心的今天，这样的爱就更为难能可贵了。人们大都已经抛弃了无私的爱。然而，这种爱的缺失只会令我儿女们的爱更为闪亮！每当你将我的爱付诸行动，你就会变得越加像我，人们也因此更多地看到我，而不是你。他们晓得这爱并非出于这个世界，不免会问：“你从哪里得到这样的爱？我怎样也能得到呢？”

我知道，这样的爱大大超越你的本性。如果你要凭自己的力量去爱，很快就会筋疲力尽、心灰意冷。而我是爱之源。我就是爱，从我这里你可以得到从未有过的爱。“你们祈求，就给你们。”（马太福音7：7）如果你为所需的爱祷告，并愿意将其付诸行动，我就会将我的爱大大地赐给你，使你知道，你也是这奇迹的一部分！

# 爱不是一味付出

有些善良人极其热心，每当看到有人需要帮助，就会毫不犹豫地上前。热心助人、富有同情心，固然是好品质，但也要注意切合实际。助人也要讲究“度”，不可因此忽略了自己的主要职责，或因此累倒，乃至放弃。为了避免过度，你需谨慎，并为你的善行祷告。

你的时间和精力有限，因此要明智地付出。当遇到可能耗费很多时间、精力的情形时，务必先寻求我的看法，否则，可能会深陷其中，事倍功半，而无暇顾及近旁更需要你的人或事。如果你“透支 ”自己，也不可能支撑太久或起到很大作用。

记住，有的时候人们奋力挣扎，尽管你能帮他们，我却认为他们最好是依靠我来战胜困难。或者，也许我认为还有人比你更能帮助他们。有时，这有点令人难以接受，然而，在某些情况下，你最好是不插手，而只是祷告。

看到别人的需求，只表明我有可能让你来帮他。但你应在行动之前询问我，因为或许我有更好的计划呢。

# 避免常犯的错误

# 有魔力的字眼

一声“对不起”，几乎能够结束任何争执或人际问题。你可能仍认为自己有理，但如果你至少为争执或双方的摩擦而道歉，双方就会很容易和解。及时道歉是最聪明的做法。

说声“对不起”并非总是那么容易。只有关心他人的强者才能勇于认错，尽管不少人认为这是软弱的表现。当然，我不是让你一味退让，不论什么情况都道歉。那确是性格懦弱的表现。当你与人发生争执或犯了错误时，你能认识到自己错，并且勇于承认、道歉，对我来说，这是强者的象征。

不过，有个词却能让“对不起”的修复魔力瞬间荡然无存——“但是”——当你在“对不起”之后加上这个词时，就表明你仍然固执己见，想让对方改变看法。这绝不是消除分歧的方法！说声“对不起”需要有谦卑的精神，只要你真心道歉，魔力就会显现！

# 生活中的三类人

挖苦、讥诮、奚落，似乎“风靡全球”。某种程度上，人们已对“刻薄”习以为常，但在我看来，这么做的人很卑劣。这些人通常以为打趣别人就能讨人喜欢，贬低别人就能抬高自己，实际上，他们总有一天会自食其果。

和这类人相近的，是搬弄是非、说长道短的人。这类人通常用诚实可靠的外表去遮掩他们的顽劣。诚实固然很好，但以它为幌子，去中伤别人，则是彻头彻尾的欺骗。这些自以为在抬高自己的人，到头来结果会恰恰相反。

假如你和以上两类人有所相像，不要灰心——求我帮助你改变。有些人根本不屑于流言蜚语和冷言冷语，你应向这些人学习，做另一类人。有个简单的原则可以让你从今以后开始得胜：消极的意念来时，不要作声。也许有一段时间，你会觉得无话可说，但是等到你感到有话可说的那一天，你所说的将是胜者之言！

# 生气离危险仅一步之遥

我的使徒保罗曾在他的书信中援引诗篇4：4，说："生气却不要犯罪。"（以弗所书4：26a）紧接着，保罗告诫我们："不可含怒到日落。"（以弗所书4：26b）他晓得生气是人的本性，即便能做到"生气却不犯罪"，生气仍然容易导致犯罪，因此最好避免。在英文中，"生气"（anger）与"危险"（danger）仅差一个字母。生气是一种极其危险的情绪。

你可以对不公义、邪恶的事情义愤填膺，这时，生气并是不犯罪。不过，大多数情况下，你的怒气并没有这么高尚、无私的动机，因此，若不及时消解，就有可能让你犯罪，而罪的工价就是灵里的死（罗马书6：20-21）。它会使你无法享有我赐生命的灵，会剥夺你的喜乐和平安，毒害你的友谊。不正义的愤怒，结不出好果子。

"不可含怒到日落。"在一日将尽时，不妨反省一下自己。假如心中存有怒气等负面情绪，撇下，清空。可以祷告，祈求我驱除它们。然后与你先前所生气的对象道歉和好。

# 开诚布公

如果你认为有人误解了你，或对你的言行存有疑问，不妨与那人开诚布公地谈一谈。及时消除误会，不要任凭怨愤郁积，或导致双方关系破裂。如果误会确实存在，双方都会高兴它得到澄清；如果并没有什么问题，对方也会欣赏你的坦诚和关切。

虚心地开诚布公，几乎总能拉近人们的距离。它或许解决不了燃眉之急，却能增进双方间的理解和尊重，为将来问题的解决和成功做铺垫。

当然，要想取得理想的效果，你必须愿意听对方把话说完，不管这过程有多痛苦及你如何不赞成对方所说的。当对方感到你愿意倾听，通情达理，并愿为自己的过错道歉时，对方也很可能会作出同样的反应。

# 告别怨恨

怀恨在心没有任何好处。怨恨使相关的人消极，时间越长，损害越大。所幸，澄清问题永远都不会太晚。

多数人并不希望伤害别人，尽管有时好像并非如此。怨恨通常是误会的产物。人们因误会而经年累月彼此疏远，实在令人遗憾，因为这些误会，即便只有一方能多一点爱和理解，也能很快澄清。

不计前嫌，需要宽大的胸怀和谦卑的姿态。首先，你要在我面前谦卑下来，祈求我除去你心中怨恨的毒瘤，使你在内心真正地宽恕对方。当你这么做时，我不但会应允你的祷告，还会让你能在对方面前谦卑下来，祈求他宽恕你先前对他怀恨在心。

# 不打断别人

很多人总认为，谈话时，自己总比对方有更高明的话要说，或者我应该称之为训话，而非谈话。

人们越来越不讲礼貌，打断别人说话就是其一。他们越来越以自我为中心，几乎人人都认为自己要说的最重要、最有道理。假如他们能偶尔回头听一下自己说的，我想大多数人只会觉得难为情。

改变可以从你自己开始——做一个不插话的人。如果在交谈当中，你从不打断对方，你就能赢得别人的钦佩和欣赏。你也更可能从交谈中受益，避免误解。

“未曾听完先回答的，便是他的愚昧和羞辱。”（箴言18：13）这就是那些常常插话的人的结果，他们妄下结论，恰恰显示出自己的愚蠢，而非智慧。有智慧的人，则是先听完再发言。

# 向主学习

# 我的成功秘诀

当我取了人的样式时， 我的肉身也和你们的肉身一样有限。我一次只能身处一地，侍奉一小群人。我的一天也同样只有24小时，也要像你一样吃饭、睡觉、照顾自己。我要在短短几年时间内传讲天国的福音和训练门徒，而我的肉身却和你们的一样局限。

尽管凭着肉身，我能做的如此有限，但我知道，借着祷告，与我父在一起，我能够在灵界中开始做工，因为真正的工作由我父来完成，所以成就的也更多。我的天父必须策划事情。他必须先安排奇迹的发生，然后还必须做奇迹。因为我借着祷告与天父保持密切联系，我得以将我的挂念和压力都交卸给他，而他则能够告诉我他想要成就的事，和我应该如何最有效地运用我有限的时间和力量来行事。这也就是我如今想要为你做的事。

人生成功的秘诀，包括成功的与人相处之道，就在于与我相连，顺从我的旨意，被我的灵充满。而要做到这些，就要祷告。非常简单！

# 为他人花时间

人很容易满足于只做个好人就行了，而把全部心思放在自己的小世界上。毕竟你已经有很多工作要做，很多义务要尽，且已经感到力不从心了，因此，没有时间帮助别人也不足为怪。

当年我在世上时，也是非常忙，尤其是公开侍奉那段时间。我只有三年半时间来完成使命，但我仍然为他人花时间，甚至包括一些别人认为不值得我为之花时间的人。我让孩子们到我面前来，在井边与撒玛利亚妇人交谈，我看到撒该在树上，就问他可否到他家中住一晚。我还曾个别鼓励过许多人，那些谈话数不胜数，看起来也不过是些日常的交谈，没有记载在福音书中，然而，每一次谈话都对某人的人生带来了极大的影响。如果连我都能时不时停下手头的工作，向周围的人表示一点爱心、友善和理解，你同样可以做得到。

当你在小事上表现爱心时，我会更多地将我的爱倾注给你，使你有更多爱可以给予和享受。你将发现，你的“额外”给予并不是牺牲，我会给你更多灵感和祝福来补偿你，而你为之花时间的那些人也同样会回报你。

# 传递信心，不是负担

太多职责和繁重的工作可能会让你感到喘不过气来。你自然的反应往往是加倍努力，加快步伐，但这时，你忙碌的心态就会阻挡我的爱、平安和信心之灵，使之无法显露。从而使你身上不堪重负的灵，也压在了周围人的身上。

这就是我在世上传道时，发生在马大（马利亚和拉撒路的姐姐）身上的事。马大试图做个尽职的女主人，结果差点被强加给自己的压力所累垮。而马利亚只是欢喜地坐在我身旁，听我说话，学习生命的道。我欣赏马大的爱和热心，但认为马利亚更容易相处。马大总想凡事做到尽善尽美，一旦看到别人没像她那样努力，就会很不耐烦（路加福音10：38-42）。

当你烦躁、忧虑、不堪重负时，你向其他人传递的就不是信心与爱，而是压力、忧虑、负担。然而，没有人需要这些东西！

别人可能会欣赏你所付出的（通常是对他们有益的事），但他们更乐意看到你快乐、放松，凡事交托给我。我也乐意看到你这样！

# 爱不是虚伪

当你对自己不太欣赏的人或觉得“不够格”的人表现爱和体贴时，你就是在用我的爱去爱他们，我的爱超越世人的爱。这比只去爱你感到亲近的人，更能显出我的爱。这不是虚伪、表里不一。正相反，这是你践行“爱人如己”这条诫命的表现。你是在遵行我的话，是在让我的爱推动你去行善。

即便你可能不大喜欢某人，却不能让这种个人喜好妨碍你传递我的爱。我的爱是给所有人的，无论那人有多坏，或距离我的爱有多远，我希望你能帮助我传递这爱。你也许不觉得自己有这样的爱，可我有。通过你向他们表示爱和理解，你就在将我的真爱传递给他们。

当你毫无偏袒地去爱时，你就成了一条更好的传输我的爱的管道。

我不但会祝福那些你表达爱与关心的人，我还会祝福你。当你不顾个人好恶，坚持传递我的爱时，这些爱最终会回流到你身上。你还能体会到做我爱的使者、遵行我旨意的满足感。慷慨地去爱，你能获得更多我的爱，收获更多爱的果实。

# 谦卑之人，我以他们为友

谦卑的人或许无法到达社会的上层，但却更有可能拥有真正成功的生活，因为他更有可能在最重要的事情上取得成功。他总是默默行善，而我总是奖赏这样的行为。他还能赢得别人的爱与尊重，因为他的谦卑显示了他对别人的爱与尊重。他总把别人的幸福放在第一位，人们看在眼里，也要效仿。

谦卑与人的本性相悖。人天生想夸耀自己的天资、能力和成就，好像自己很了不起。他希望自我感觉良好，赢得别人的尊重，然而，结果却极少如愿。或许他当时会感觉良好，但人们很快就厌倦了他的骄傲。

正如箴言书16：18所言："狂心在跌倒之前。"骄傲的人活在对跌倒、被揭露、被羞辱的恐惧中。而谦卑的人却没有恐惧，因为他不会跌倒——他在自己的眼中本就是卑微的。

我总欢迎谦卑的人，他们是我的伴侣和朋友。将来他们在天国见到我时，会感到像回到了家一样，立刻就融入了进来，因为天堂就是为谦卑的人而设的！

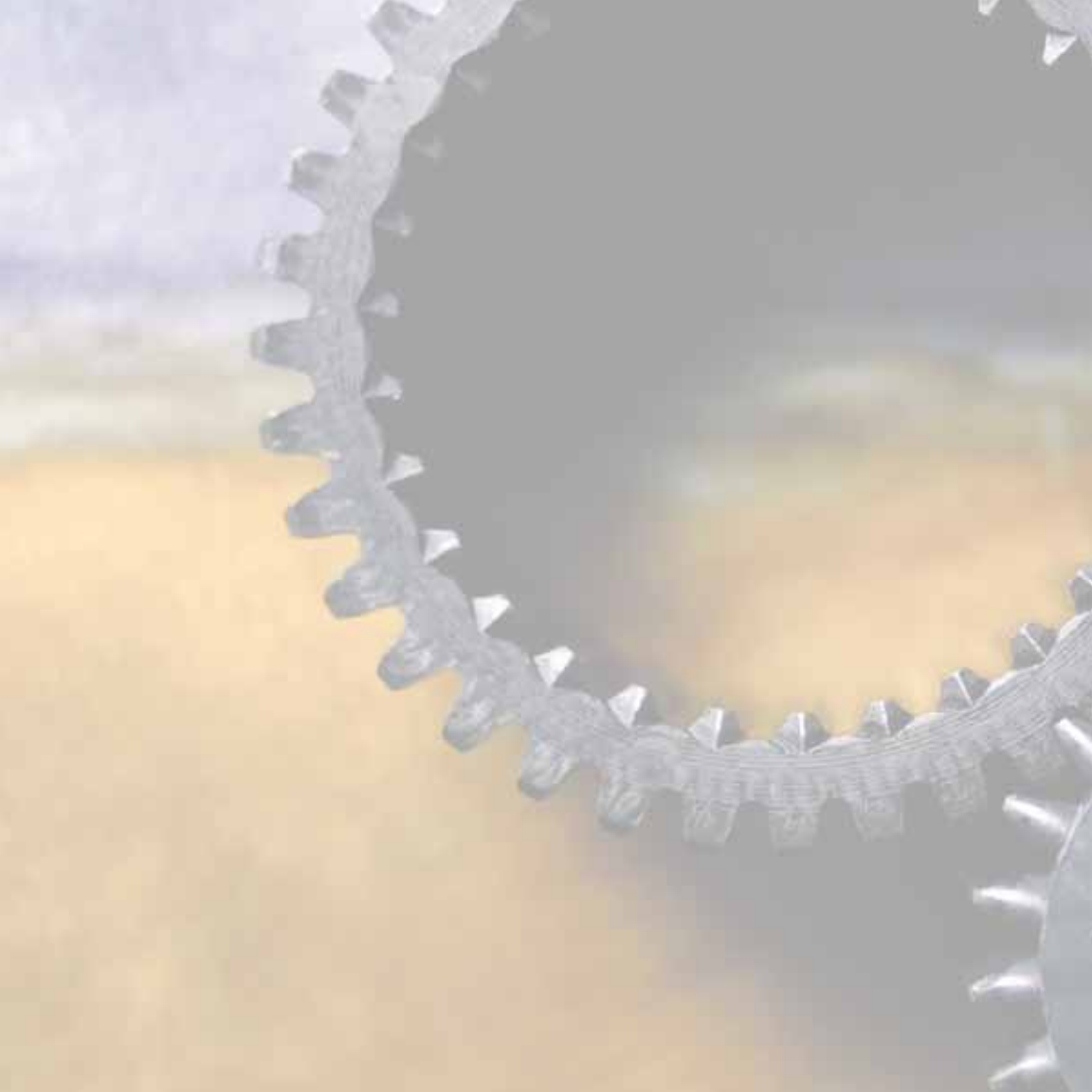
# 共同的账户

如果有人告诉你："你中了一百万美元！今天已经存进你的银行账户了！"你会如何反应？当然是欢呼雀跃！你会恨不得告诉每一个人，然后你打算怎样花这笔钱。你会想着这笔钱能带给你的舒适和享受，然后怎样用一部分来帮助别人。

可是，你知道你能支配的比一百万还多吗？当你接受我做你的救主时，我就已把你的名字加到了我在天国的银行账户上。现在，凡属我的，也都属于你！而最重要的是，你有着取之不尽、用之不竭的属灵资源，能让你在每一方面都过得更好，且不论你自己享用多少，与周围的人分享多少，这些资源都绰绰有余。"你们白白的得来，也要白白的舍去"（马太福音10：8）。

你如何能得到这些祝福呢？通过从我们共同的天国账户中支取。只需藉着祷告来到我面前，支取我的爱、平安、解决方案、供应、满足等等。然后将这些祝福传递给他人。将那永不朽坏的真正财富和天国礼物送给人们，乃是建立和维持友谊的最可靠办法。

# 结语

如果你还未经历耶稣在本书中所表达的那种爱，可能是你还未接受他做你生命的救主，还未获得他永恒的生命与爱。耶稣现在正谦卑地等候在你心门外，等你邀请他进入你的生命。他说："看哪，我站在门外叩门。若有听见我声音就开门的，我要进到他那里去，我与他，他与我一同坐席。"（启示录3：20）此刻，你可以真心地如此祷告来接受他：

亲爱的耶稣，感谢你为我舍命，使我能够得到永生。请宽恕我的一切过错和没有爱心的行为。洗尽我的一切罪恶，帮助我做得更好。我需要你的爱来充满我的心、满足我的心。我需要你为我预备的充满属天喜乐的生命——不论今天，还是将来在天国。耶稣，我打开心门，请求你进来。感谢你聆听并应允我的祷告，感谢你让我分享你的爱，并让我成为他人生命中的祝福。阿门。