

解决论断的步骤

“论断”、“批评”好像是人的天性，与生俱来。神所创造的人，没有遵守神的命令，犯错以后，不单没承担错误，反倒互相推卸责任，甚至归咎于神的创造。人的本性以为藉着批评论断的行为可以掩饰自己的问题，保存自我的价值，这是绝对错误的观念。

雅 3: 1-12 指出人的舌头对人产生很大的影响，人口中的说话若只用来论断和批评，只会为自己带来更重的刑罚。作者提醒人必须好好控制舌头，不随意说出伤害人的说话。信主的人的口没有用来颂赞主，而用来咒诅按神形象所造的人，这是不合理的。

下面是解决论断方法的两方面：

一、要做一个胸襟博大的鼓励者

有基督生命的人，要活出耶稣基督的样式，也要有宽阔的胸怀，成为一个鼓励人的人。

鼓励人的人应该具备的心态：

1. 鼓励者应有一颗谦卑柔和的心：不用世人的标准，而是用神的标准来衡量自己。这样，看自己合乎中道，又能够察看到自己的问题所在。拥有这样的心态的人，靠着圣灵，有自省的能力。
2. 鼓励者应有一颗同情仁爱的心：有关心别人生活的热情，对人存怜悯的心肠，不作一个扔石头的论断者。
3. 鼓励者应有一颗善解人意的心：有洞察的能力，懂得理解别人。能够聆听别人心里话，作出適切回应，让对方感受到关心。
4. 鼓励者应有一颗接纳的心：对人多表达包容和体谅，会带给别人有安全感。学效神按着人的本相，仍然全心全意关爱人、接纳人。
5. “所以，你们要彼此接纳，如同基督接纳你们一样，使荣耀归与神。”（罗 15: 7）
6. 鼓励者应有一颗欣赏别人的心：看到神赋予人的价值，不要只看人的缺点，而忽略了人也有很多优点。
7. 鼓励者应有一颗称赞的心：尽量将目光放在积极的因素和事情上，这样可以帮助自己学习去更多称赞人。
8. 鼓励者应有一颗劝勉的心：学习将自己的说话放在神手中，让神使用，来造就和建立别人。
9. 鼓励者应有一颗明察秋毫和智慧的心：看见别人内心深处尚未满足的需要，按着神真理的丰盛给与别人帮助。

二、如何回应别人的批评？

靠着圣灵在我们里面运行，我们就可以得到超自然的能力、也是超出人本性的能力，不去作报复，反用平和的心去面对别人给我们的论断批评。

有圣灵内住就能带给人以下得胜的能力：

1. 我们能够像基督接纳自己一样，去接纳别人。

2. 我们能够在别人论断自己的时候，敞开心门去接受对方很少部份的真理。
3. 乐意去听取对方批评的意见。
4. 能够不为自己辩护地接受批评。
5. 能够称赞论断自己的人。
6. 能够为批评自己的人祷告。
7. 明白到基督徒也会遭遇别人的论断。
8. 视论断批评为神对自己的管教，让自己能够以欣慰和兴奋的心去接受。
9. 明白自己是从神的角度得到评定价值，而不是因人的看法和批评而得到肯定。
10. 对别人的论断的准确性有分辨的能力。

有圣灵的内住，我们才能够靠着圣灵得着超自然的能力，也得着超出人本性的能力，去面对论断和批评。《心灵希望丛书》课程的作者琼·亨特这样说：“论断别人的心态，是内心渴望得到自我价值的表现。论断者之所以贬低别人，是为了感到自己更出色。只是，当你看到自己作为神孩子的价值的时候，当你知道神是何等地爱你的时候，你就会为能够造就别人，而感到满溢，而不是以贬低别人为乐了。”

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”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。