

## 《献上今天》打开心窗说亮话：沟通篇

### 第4讲：论断的心态

在我们的生活中可能常常会遇到一些“挑剔专家”，很善于并且乐于发现别人的缺点，然而在这种挑剔和纠错的言行当中，常常会给人带来伤害，而非造就。这样的伤害会磨去别人的自信，使人情绪低落、沮丧。神要求我们对自己的言语负责，有智慧的人不会过分论断和批评，因为这样的话语本身也无法彰显神的心意。

我们也常常说“不可论断”，这其实不只是说实际说出来的话，而更是直指我们的心态。那什么是“论断的心态”呢？举个例子，比如在网球、羽毛球、排球等等的体育赛事中，都需要裁判，裁判是被邀请担任的，也是备受尊敬的，因为裁判象征着比赛的公正和评判的准确，并且很多比赛的裁判还需要坐在一个很高的椅子上，一个原因是为了视野更好，另一个原因则是表明那是裁判所坐的位置，被授予裁判职责的人才有权力坐在那个位置。然而，喜好论断，常有论断心态的人，其实本身并没有真正的“裁判”这样的身分，也没有评判公正、准确的殊荣，却自顾自地站到一个高地上去大喊着别人的失误。如果在真正的体育赛场中，这样的行为不要说不会受人尊重，甚至大概会因为“扰乱秩序”的缘故而被保安抓起来。

我们当中的任何一个人，都有可能因为把目光盯在别人的短处上，而发生论断的心态。那么到底为何人们会有这样论断的心态呢？若从心理学层面来说，论断的心态倾向跟个人孩童时代的模仿和孩童时代的心灵创伤有关。大多数情况下，爱挑剔的习惯是由于有些孩子生长在一个充满着论断批评的气氛中，他们更加容易论断别人。当这些孩子感受到被人拒绝，被激起怒气、心中充满惧怕，压力增大的时候，就会常常显露这种批评论断的心态。除了成长在论断的氛围中会使孩子有样学样以外，许多孩子在自尊心受到打击的言语中，他们也会把批评别人作为自己的防身武器，因为当自己感受到那种被指责的痛苦时，就会“反击”，将这样的痛苦的模式转移到其他人身上，那些被伤害的人也会转而变成伤害人的一方。那么，当熟练了这种论断批评的方式以后，到青少年和成年时代，批评和论断则会作为掩盖错误、误导真相的烟幕，常常会通过批评别人的方式，试图将别人的注意力从自身的缺点转移到别人的缺点上，从而让自己看上去很完美。如果你想更加知道自己是不是一个习惯使用论断烟幕的人，那以下的问题或许可以帮助你更加认识自己。你可以问自己，你是否：

1. 私下里认为自己比别人强？
2. 常还未了解事实就猜疑别人？
3. 对于一些攻击进行报复？
4. 故意借开玩笑伤害别人？
5. 嫉妒别人成功？
6. 把自己的责任推卸给别人？
7. 掩饰自己的不满情绪？
8. 反抗和抵制权威？
9. 贬低别人，抬高自己？
10. 放任自己的“完美主义”情节，而使自己锦上添花？

若你发现以上这些问题都有自己的真实写照，那我们便需要多加注意了。因为这些根植于人性中的错误观念，影响着我们自己的言行，更影响我们与他人的关系。当论断别人，将过失和责任都推给别人的时候，这好像会让我们暂时有一种满足感：这似乎满足了爱的需要——因为错的不是我，别人仍然爱我；也满足了自我价值的需要——因为错的不是我，而我指出了别人的问题显得我更加有价值；同时好像也满足了安全的需要——因为我不用害怕被指责而不被爱。然而，这些由批评别人而来的假性满足感，似乎短时间内让人感受到自己的重要性和权威，但这却显示出那种需要扭转的根深蒂固的错误观念：

“当我指出别人的过错时，这就能抬高自己的价值；只要我是‘正确的’，那我就有权利论断他人。”

但是，正如罗马书 2:1 所说：

“你这论断人的，无论你是谁，也无可推诿。你在什么事上论断人，就在什么事上定自己的罪；因你这论断人的，自己所行却和别人一样。”

这也就是告诉我们，应该意识到——当我们挑剔别人的毛病是，就是在定自己的罪。

我们要知道：我不需要去为自己申诉或者去批评别人，因为神按照祂的计划和旨意创造了我，我的存在本来就有重要的意义。因为基督住在我里面，祂向我倾注永不止息的怜悯，而我要因着祂的仁慈勉励其他人。

在生活中，我们都需要一些“打磨”，但并不需要心灰意冷沮丧消沉。当面对批评的时候，我们需要保持一个开放的心态，如果对方的批评是真实的揭示了我们需改进的一些具体层面，那我们真的要学习不为自己狡辩地来接受批评，并且能够为那批评我们的人祷告。而对于我们自己的言语，则要常常以雅各书 3:1-12 来告诫勒住自己的舌头，不做言辞凿凿的批评家，而要成为一个胸襟博大的鼓励者，培养自己柔和谦卑的心，看到自己的不足，也关心别人的需要；也要让我们学习有欣赏称赞的心，看到神赐给每个人的价值，对积极的方面给予赞许；最后更要有一颗接纳仁爱的心，让人有被接纳的安全感，而我们才可以成为福音的管道和真理的见证。

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。”