

聚會連結：<https://www.facebook.com/kcbc.baptist/videos/1350276205486870/>

講題：基督是主，與己與人結連，(特別與未信者結連)

講員：余德淳博士

記錄：張慶運弟兄

校對：高葆華同工

人與人結連，簡單來說就是從陌生人身上找出與你相似的地方，例如性格、談話方式、坐姿等，不單可克服一些不熟絡的感覺，更可從別人身上看到自己。今天的講題是「基督是主，與己與人連結。」美國有某些作家曾指出，與人相遇的時間可決定我們將會結識哪一類人，例如大清早或深夜在街上行遊，你可分別結識到一些晨運或夜遊人士，但重要的是，你的行為將決定誰會留下成為你的朋友！以上我會以十點作為總結彼得後書 1:5-11，經文提及：你要有信心、德行、知識、節制、忍耐、虔敬，愛眾人的心和愛弟兄的心，但前提強調的是要份外殷勤！

Do your best to improve 與人相處，最後會得到一個豐實的獎勵，進入神的國！今天我將以實務為出發點，學習如何與人連結。我是基督徒，每次出席各種場合，完成一些心理輔導或講座之後，總會有人要求我介紹一間教會，因為他們自稱抑鬱，需要人的幫助。對我而言實在為難，當然最好就是強調每間教會都很好，但我也要反問自己，我會怎樣作出介紹呢？教會能否歡迎和接待這些陌生來賓，並與他們交心結連？這也是我的一個挑戰！

20年前我應吳宗文牧師要求，開辦一個「**Befriended Course**」課程：如何與人成為好朋友！這些年來我體會到基督徒如何能結交非信徒並作好朋友，我會歸納為兩段，和大家分享一些具心理學元素的洞見。剛才從彼得後書 1:5-11 中，我們可看到一些曙光；不過即使在心理學方面能找到「解釋」，但卻未足以「解決」！例如要以忍耐待人，這點大家都是明白的；但當真的要去忍耐別人時，卻是難以做到！我們心中需要有一種力量，去支撐我們所欠缺的，但這只能從神而來：與人連結的能力，不是從人而來的。我們可以「做分析」，但卻「做不來」！

(一) 人際感染力自評

1/ 預備好的付出者

「你們要份外地殷勤」彼得後書 1:5 上，是一個預備好的方法！「殷勤」可以是一個很功利的字眼：對方要為我做甚麼？例如他要殷勤地對待顧客(我)，令顧客(我)得益。但經文所說的份外殷勤，是指：我能夠給予對方甚麼！金錢？學問？或是其他？今天，金錢買不到的是關心！記得一位女醫生曾對我患病的父親說：「伯伯，你就當幫我一個忙，不要吃這些東西了！」由受益者轉為給予者，就是作了一個真正預備好的付出者。我們要以養成這種習慣行動作為開始！

2/ 融入四種關係

i/ 未熟悉：先說「請問貴姓？／未請教姓名？」

ii/ 熟悉：跟着要如何接續開場白呢？可嘗試在雙方關係上尋找一些話題，例在如生活喜好上。人若願意在某些事情花上他最多的時間，這就是他的價值觀。

iii/ 親密：進一步對人的期望，甚至會為對方作出犧牲，為要對方好。

iv/ 有意義的關係：在教會中有意義的就是我們能遇見上帝，不會孤單，是上帝與我們在困難、患病、疫情中同行，這是一種心靈連結的關係。

能融入這四種關係中，由未熟悉到熟悉，由親密到有意義，才能有進步。有些人選擇離開教會，可能是他未能融入在親密到有意義的關係中，因而感到失望，恍如身處在一般的社交環境中而非在教會中。如這屬實，那就需要我們一起好好反省！

3/ 把握連結過程：

「陌生」可以是一個高度激發「好奇心」的時刻。話題方面可以海闊天空，目的就是能彼此認識。但若是只有單方面的熟悉，會容易墮入一個陷阱：一方的健談，最終只會造成反效果，不能產生連結的關係。所以我們特別要把握交談的過程，留意聆聽的重要，雙方都分別要有時間去表達一己的想法及分享自身的經歷！

4/ 中度情感表達：

情緒的表達，猶如電台播放日間年青人時段的節目和夜間柔和時段的節目，兩者需要有所分別，重要的是學習如何掌握「中度」的情感表達。若你說話柔和，不妨可加快一些速度。從年幼到今天，說話的方式和速度應已成為你的習慣，改變的確會有點難度。但若能掌握中度的情感表達，就會較易令人覺得你很有誠意，且能聽得明白，對方亦因而會作出相應的調整，配合你的情感表達。

5/ 引導更多回應資訊

引導及回應關乎你能否繼續與人交談下去。有好奇心地去作出回應，以及對問題提一些看法，勝於自問自答。人與人相處最好就是有「feedback」：你最深刻的，對我、對你的感受會如何？這是心理學上所說的「士氣」，能讓雙方感到互相鼓勵！

6/ 牢記對方的名字

可用對方說過的特別字眼作為連結記憶，一再重複名字或記下一些他很珍惜的字眼，例如經常說到「曖昧」，容易讓你對他作出記憶聯想。另外，對方的名字可能是父母對他一生不尋常的期望，最好在結尾時可請教對方名字的一些意思，當然我們也需要為自己的名字預先作出一些回應的預備！

7/ 避免不停談論自己

要留意誰才是主角。我們的任務是要對方覺得你對他的生命經歷有興趣！若只談自己，就會造成反效果，危險就會出現。解決辦法只有認錯：我說得太多了，不好意思，下次要提點一下我，因為我覺得和你談話很重要！候做到這點，也可避免對方對你有所誤解，或不願意再交談下去！

8/ 把握進深關係的話題

可以在向對方傳福音之先，分享一下你的背景：「你知道是甚麼最吸引我成為教會接待新來賓的關顧大使？」這樣做，其實你在不知不覺間就已向他傳了福音，這就是對上帝的虔敬！是來自你對於人我的一種態度，是一個很好的見證。

9: 連結成深入交往

若非能與人深入交往，就難以明白對方的困難和痛苦。假如我們能將對方的處境記在心裏，為他禱告，並在下次見面時，重提他所面對的難處，或喜怒哀樂，對方的生活就成為兩人之間的話題，這可使對方感受到我們的誠意。「深入交往」就在乎這一刻。東拉西扯，無法將話題延續下去，就不能與人連結！

10/ 真誠關心事情發展

一個人願意進入教會，其實都是神所安排的。你愈關心他，愈會找到上帝帶領他的意義！關心不在乎座位距離的遠近，這是心靈上的交通！一個聚會可以有幾百至千人以上，其他人對你的意義又是什麼？所以不要以為我們今天學習接待是浪費時間，實在是上帝給予你的一個禮物，你也是主角之一！

二) 與人結連的關鍵

1/ 投標概念 (Bid)

人際溝通上重要的形式是微笑及主動對話，若缺乏了就表示對這些投標視而不見，關係將會岌岌可危。對方期待你的微笑，會不介意你的牙齒是否美觀，重要是你帶給對方的那一份親切感！記着一點，每個人都是上帝所喜悅的。若你作週會主席，要以微笑歡迎新來賓，這是你生命上的光榮，接棒交予上帝去帶領他，與神同工！

2/ 兩種誤區：

i/ 不交往一段日子仍是平穩

人與人關係只有向上或向下，不會停留在中間。幾個月不聯絡，關係其實是在向下，是你不覺得而已。

ii 對方沒有聯絡我，我也不好打擾他

一個藉口就是他沒空，我也不便去接觸他。以今天的科技，和十數年前比較已大不相同，聯絡的成本又快又平宜，最佳方法可以為他代禱及繼續跟進他。

3/ 第一次邀約

要以方便對方為先，不要以自己的時間、地方作首要考慮。「方便邊個」當然就是對方，不是我們。若然每次以方便我們為先，對方就會卻步，不願再被約見面。最佳的約見地方可以是學校或在對方家的附近。

4/ 避免沒深度的自白

雖然有生活層面的真誠自白，但如果沒有深度，亦可能會令對方卻步。要作好準備，

讓對方感受到是被樂意接待的，是備受尊重的。千萬不要令對方感覺你是在「辛苦地」與他見面，反要讓他知道你已預留足夠時間與他傾談，話題亦不要留於表面。

5/ 避免過度分享

不要邊想邊說，這會容易離題。另外，我們那持續不斷的說話聲也會使對方疲累。別忘記要問對方「你認為如何？」讓他有機會回應，漸次分享，這同時也可幫我們進一步認識對方及了解他的改變。

6/ 說感受的效果

這會存在壓力，帶來兩種極端：緊張或沉悶。如何緊張、如何沉悶是兩組很好的話題，互相傾訴雙方的情緒感覺，也可舒緩壓力，表情也變得豐富。

7/ 控制怒氣

人很容易讓憤怒控制自己。有 63% 人際關係的憤怒來自別人對自己做出了一些錯事，包括埋怨、指責或整蠱等。曾有一個例子，當某人和朋友談話超過半小時後，不自覺地有些憤怒的表現，但其實本身並沒有憤怒的意思。如遇這種情況，便要小心避免讓對方視你為容易憤怒的人，並會將情緒發洩在得罪你的人身上，祈禱求神幫助！馬丁路德·金的名句「憤怒仍然尊重」是很好的提醒。

8/ 坦誠說困擾

「報喜不報憂」。不要以為對未信朋友只應談感恩的事，即使我們經常如此。畢竟人的心情可以變動不居：下雨天亦可以有陽光，快樂與不快樂會同時存在。傳道書七章 14 節如是說：亨通要喜樂，患難要思想。笑中有淚，淚中有笑，這就是人生。若只注重「我是多麼好」，會令對方尷尬，以為他自己一無是處，會感到無地自容。因此，我們可與對方分享個人困擾的事，並盼望着神的帶領，等候神的回應，這是你屬靈的考驗及機會。將信仰不同的層次、不同的體會與對方分享，其實也可引起他對你信仰的興趣和注意！

9/ 移情能力考驗

讓對方的感受「成為」自己曾經有的感受，無分彼此。有着同理心，分享記憶中你也曾有同樣的遭遇、困惑和辛苦，但同時可表達自己面對同樣處境時的不同心態，如何經歷走過這一段不平凡的路，並且表達對神的感謝！希望他亦能擁有這樣的信仰，能夠跨過艱難，得著喜樂！這屬於非一般的傾談，會使對方對教會有正面的看法，真的是與外面世界有所不同——有知識、節制、忍耐、虔敬，愛眾人的心和愛弟兄的心。這些就是你願意「學像基督」，學習祂的樣式，是神首要我們的學習！

學像耶穌，將福音傳開，使人看見你不再是一個普通人，是被耶穌改變了的人。願我們都是獨特的人：上帝看人，也能改變一個人！

願將我一生從神而來的學習，傳給有志服侍他人的朋友！