

《跟祿脚踪》第二十单元：重视关系（下）

第 79 讲：沟通在人

要义：金句

若是能行，总要尽力与众人和睦。（罗 12:18）

精义：撮要

多沟通总好过封闭不前。

引子：例子 / 故事 / 新闻 / 见证 / 人物等

传播焦点

1. “贵人搭桥，智者连心”

义人所结的果子就是生命树，有智慧的必能得人。（箴 11:30）

<https://cdn-news.org/news/11726>

一个有智慧的人才能够得着人心，能力并不等于智慧，有些人自身的专业能力很好，但却没有与人相处的智慧，他能够把事情做得很好，却没办法得着人心，但是，往往“人”才是事情成功的关键，有智慧的，必能得人。

2. 无声胜有声？

无声是一种至高的境界

<http://www.epochtimes.com/b5/16/9/25/n8334745.htm>

“别有幽愁暗恨生，此时无声胜有声”出自于唐朝大诗人白居易的《琵琶行》，原句是“冰泉冷涩弦凝绝，凝绝不通声暂歇。别有幽愁暗恨生，此时无声胜有声。”

大意是说，另外流露出一种潜藏在内心深处的愁恨，这时候没有声音，却比有声音的更激动人心。这两句诗描绘了余音袅袅、余意无穷的艺术境界，“无声”呼应“声暂歇”，“于无声处听惊雷”，在“无声”中，白居易和琵琶女处于生命的一种沉寂状态，是对人生的一种思考。种种复杂感情都融于“无声”中，这是一种至高的境界。

后人常用“此时无声胜有声”形容不用语言表达，所要表达的意思全部都显露出来了。表面是形容琵琶弹奏达到了非常高深意境。而实际上结合全文来看，形容的是一种幽怨和深深思念的感情达到沸点时，没有任何语言或音乐可以形象的描述出来，唯有留下一段空白让人细细品味。如同柳永的“执手相看泪眼，竟无语凝噎”以及苏轼的“相顾无言，唯有泪千行”等名句，都是“此时无声胜有声”的形象批注。纵有万语千言，不若相对无言。

真正的好人不会花言巧语，能言善辩的人未必就是好人。君子之交也是心与心的交流，过多的语言交流其实都是累赘，无言的交流才如天地共存的默契一样，源源不断，地久天长。

3. 沟通须主动

《沟通的智慧》，江林月娇

http://julia4christ.org/Faith/JFcommunicate_wisdom.html

表达的艺术

赞美行为而非个人 / 容套话须说得恰到好处 / 面对称赞说声谢谢 / 有欣赏对手的雅量 / 批评且须看关系 / 批评也可很悦耳 / 时间很重要 / 注意场合 / 批评外有正面的建议

倾听的艺术

谈到“沟通”，人们最先想到的是“说话的艺术”。然而，“听的艺术”并不亚于“说的艺术”，懂得说的人也常常是懂得听的人。简言之，成功的沟通不仅会说，更是会听。雅各书说：“你们各人要快快的听，慢慢的说……存温柔的心领受那所栽种的道。”（雅 1:19、21）旧约圣经中也说：“未曾听完先回答的，便是他的愚昧和羞辱。”（箴 18:13）可见圣经早就指出聆听的重要。倾听的要旨在于了解一个完整的故事或事件，首要的态度是专注和用心。倾听技巧至少包含以下五大面向：

- 参与交谈互动：察言、观色、询问并适时插入问话，让对方感受到你是专心的。
- 认同他人经验：尊重对方的感受，发出一些认同的话，如“听起来很重要”或“我感觉到你十分看重此事”等。
- 邀请对方表达：“能不能请您多说明一点有关……”、“我想听听你对这件事的看法”等，当然，如果对方离题了，你可以说：对不起，让我们回到正题，好吗？
- 综合归纳总结：若对方已说了不少话，你可以做个小结论，问对方是否是这个意思。
- 提供开放空间：为了不让对方无话可说，可采取开放式意见或建议，例如“看来你很不高兴，是什么事让你不高兴呢？”尽量使用“是什么（what），避免使用“为什么”（why）。

4. 沟通讲尊重

生命沟通

最后，还有一种沟通，也是最重要的沟通，那就是“生命的沟通”。

基督徒在沟通时，毫无保留地分享耶稣基督在自己身上的恩典，甚至将自私和软弱暴露人前，这是最深层的沟通，这种沟通着重于内容而非技巧。

然而，技巧可帮助人改善沟通的艺术，使人学习更好地理解人、尊重人和爱人；尤其遇到棘手问题时，换一句话表达意见，使人际关系更加顺畅，生命更加丰盛。

基督徒相信“圣徒相通”，这是以整个生命，将个人优缺点都呈现在他人面前。正如圣经把每一位伟人的优缺点全都摆列出来，其生命透过圣灵能与众圣徒相互沟通，是最真实、具有无穷感染力的沟通。

诗人大卫一句“我的心平稳安静，好像断过奶的孩子在他母亲的怀中。”（诗 131:2）让忧思气质的我，惊羨于他内心宁静安稳之源。

上帝是爱，祂也是爱的源头。上帝造人为要与人建立爱的关系，也是你我被造崇高的目的。

我深知神渴望与人沟通，2004年6月赞美之泉出版的第九专辑——深触我心，《深深爱你》一曲流露出我对上帝最深层的爱慕：

“我生命中最渴望的一件事，切慕你，单单寻求你；

用我全心全意，用我全力爱你，敬拜你让你荣耀充满全地。

深深爱你，耶稣，我爱你超越生命中一切。

哦！我爱你，耶稣。”

当向主耶稣倾心吐意，表达内心对上帝的爱意与感恩；在灵交中感受圣灵同在的平安与喜乐，让天父上帝绵延不断的爱如春雨沛临。

生活应用

你们各人要快快的听，慢慢的说……存温柔的心领受那所栽种的道。（雅 1:19、21）

反思默想

我的心平稳安静，好像断过奶的孩子在他母亲的怀中。（诗 131:2）

听众回馈

未曾听完先回答的，便是他的愚昧和羞辱。（箴 18:13）这金句有助沟通吗？