

# 人际关系 2

## 我是谁？你是谁？祂是谁？

人与人相处，带着很多元化的情感和心理状态。例如：信任、满足、兴奋、羡慕、轻松、景仰、欣赏、期待，或是保留、不信任、警觉、轻视、敌视、埋怨、恐惧、紧张、竞争、妒嫉、受压等等。以上种种，很大部份牵涉着你的安全感、自信心和你对自己及他人的看法和感受，更深远的更源自你的人生观。

自卑是人性的通病，更是这个充斥残酷竞争的都市世界的副产品

- 自卑源自有条件的爱/比较
- 自卑是「没有足够的安全感」
- 自卑者的渴求与行为
  - 被重视
  - 出位、好胜、比较
  - 结果：压力，挫败和放弃
  - 不满足，以至寻找代替品以填补没有安全感的空间

自卑严重破坏人际关系。如何可以克服自卑感？

### A. 用神的眼光看自己

1. 明白神创造独特的人
  - 你是神宝贵的儿女
  - 神甘心用重价把你赎回来
2. 了解自己的独特之处
3. 接纳自己的独特之处
  - 我是与别不同的
  - 我有不及别人之处，也有过人之处
  - 我有需要突破和成长
  - 我要接纳我不能改变之处
  - 我不需要与人比较

### B. 用神的眼光看他人

1. 任何人都是神宝贵的创造
2. 了解他人的独特之处
3. 人人都值得尊重，因为人人都是神的儿女
4. 神尊重人人的独特性和自由意志
5. 学习尊重每一个人的选择
  - 每一个人都从一个个抉择中学习，不论好与坏
  - 每一个人都要为他选择的负责

## C. 主是我的靠山

### 1. 神看顾你的一切

- 诗 56:4 我倚靠 神，我要赞美他的话；我倚靠 神，必不惧怕。血气之辈能把我怎么样呢？
- 来 13:6 所以我们可以放胆说：主是帮助我的，我必不惧怕；人能把我怎么样呢？

### 2. 神有最好的计划

- 相信神与你同行，参与你的群体生活和人际关系
- 用信心与人相处
- 亚伯拉罕礼让罗得

### 3. 没有惧怕

- 没有比较，不须出位，活出最自然的我
- 从主得平安