作者：威廉·珀金斯 William Perkins，改革宗天主教徒

译者：何奇伟

不要轻看那诚实待人的美德，因为平安的良心与你待人接物的谦恭真诚彼此并行。因此，你当留心不要将那些人们在日常生活中所随意说出的谎言和誓言视作正常。无论在言语还是行为上，不要与任何人发生争竞。无论对方的品行如何，你都要按着礼节，温温和和地待众人。在与他人相处中要忍耐对方的缺乏、弱点、急躁、莽撞、自我中心、爱挑剔等等之类的问题，宽容地面对他人身上的这些问题，仿佛你未曾意识到它们一样。不要以恶报恶，而当以善报恶。在世人眼中，你的吃喝穿着都当有合宜的样式，因为它们将向人们见证何为敬虔，同时它们也是你内心充满主恩的外在记号。除了在善事上勇于争先外，不要在任何事情上与他人争竞。在自己的邻人同事中，你要习惯于去尊荣他人，而非去得他人的称赞。留心自己说过的话，定意去做一个言出必行的人。不要让别人把你看得高过你自己内在真实的光景。无论是行善，还是接受他人的善行，你在与他人一切的交往中都要拒绝任何剥削、欺诈的行为。