

如何做智慧的抉擇?



Ecclesiastes

傳道書十 4-7

# 一. 憤怒

## 1. 憤怒的本質

情緒是人生命的一部分，而憤怒的情緒，也是人性的一部分，情緒有正面和負面之分，憤怒、焦慮、沮喪等情緒大都是犯罪性的、負面的，也是最侵蝕生命的，如果我們懂得處理這些情緒，必能享受更豐盛和美滿的生命。

## 有研究報告指出

人發怒十五分鐘所消耗的體力，等於勤奮工作一天所消耗的，此外，憤怒還會傷害我們的神經系統；再者，人發怒時也不能處理從環境而來的挑戰。所以懂得處理憤怒，是這時代的人很需要學習的一種智慧。

# 發義怒必須具以下條件:

1. 是不自私的, 不是只為發洩自己的情緒; 乃是為了神的公義, 或是為別人抱不平的。
2. 不是為了報復。
3. 焦點必須放在需要對付的行為或是事情上。
4. 目標清楚。
5. 發義怒必須克制, 不要一發不可收拾, 不能講一些傷害別人的說話。



# 亞里士多德說：

「任何人都可以發怒，這是容易的，發怒而有正確的對象，又能在合宜的時候，用正確的途徑抒發怒氣，這就不容易了。」

## 2. 憤怒的處理

十 4

掌權者的心，若向你發怒，不要離開你的本位，因為柔和能免大過。

# 「溫柔」

一字是指馴服，正如野獸原本是充滿破壞力的，但經過訓練後，被馴服為有用的家禽，化破壞力為建設力。信主的人經過操練，變成屬靈的君子淑女，這就是聖經所講的溫柔，也就是勝過憤怒的驗方。

# (一) 有同情人的美德

一個溫柔的人要有同情心、同理心，能站在得罪你的人的立場看事物



## (二) 有約制的能力

箴言十六章32節：

「不輕易發怒的，勝過勇士，治服己心的，強如取城。」克制約束的功課是很重要的。

## (三) 有靈活的品格

主耶穌心裡柔和謙卑，以賽亞書五十三章預言，祂被釘十字架時，如羊被牽到宰殺之地，被凌辱而沒有反抗；然而在祂潔淨聖殿，或是嚴責法利賽人時，卻給我們看見祂發義怒的一面。

# 雅各書一章 19節

要快快的聽，  
慢慢的說，  
慢慢的動怒。

## 二. 怎樣做智慧抉擇

### 5-7節

我見日光之下，有一件禍患，似乎出於掌權的錯誤，就是愚昧人立在高位，富足人坐在低位。我見過僕人騎馬，王子像僕人在地上步行。

# 三個作人生抉擇的原則：

1. 按照神的旨意抉擇，羅馬書十二章 1 至 2 節這樣教導：

(1) 將身體獻上，當作活祭

(2) 將思想奉獻給神

(3) 將自己的意願奉獻給神



# 三個作人生抉擇的原則：

2. 按照聖經清楚的教導抉擇

聖經清楚禁止的，我們不能作，而聖經清楚吩咐的，我們必須遵守。

# 帖撒羅尼迦前書四章 3 至 5 節

神的旨意就是要你們成就聖潔，遠避淫行，要你們各人曉得怎樣用聖潔尊貴，守著自己的身體，不放縱私慾的邪情，像那不認識神的外邦人。

# 三個作人生抉擇的原則：

## 3. 按照愛心的原則抉擇

羅十三 8

凡事都不可虧欠人，惟有彼此相愛，要常以為虧欠，因為愛人的就完全了律法。

### 3.按照愛心的原則抉擇

(1)愛神:

願意凡事尋求榮耀神


(林前十 31 「所以你們或吃或喝,無論作甚麼,都要為榮耀神而行」)

## (2)愛別人:

### 願意別人得造就

(林前十 23~24 「凡事都可行，但不都有益處，凡事都可行，但不都造就人，無論何人，不要求自己的益處，乃要求別人的益處。」)





很多時候，基督徒害怕作錯  
誤決定，特別在聖經沒有清  
楚吩咐的事情上，更顯得掛  
慮徬徨。

然而，正如陶恕所說，只要存  
著愛神愛人的心，所作的決  
定都是美好和正確的。

# 結論：

傳道書十章 4 至 7 節講出了生活上兩方面的智慧：就是情緒的處理和道德的抉擇；

而溫柔乃是勝過憤怒的驗方。

三個作人生抉擇的原則：

1. 按照神的旨意抉擇，
2. 按照聖經清楚的教導抉擇，
3. 按照愛心的原則抉擇。

# 挑戰與遵行:

1. 也許你是一個常常不容易控制自己情緒的人, 可否你從今天起, 禱告求神賜你溫柔馴服, 學習好好處理自己的情緒, 以致它不再帶來破壞和傷害。
2. 人生有許多大大小小的抉擇, 可否從今天起, 當你要做抉擇時, 先從「愛神」和「愛別人」的角度去考慮, 並運用神所賜給你更新了的理性, 去察驗神的旨意, 作出合神心意的抉擇呢?