

## 忍耐的功課

參考經文：《箴言16章31～33節》

忍耐勝過威力；自制強如奪城。(箴言16章32節)

2017年，台灣資深徐姓藝人在錄綜藝節目時，因另一名藝人脫口而出一句「輸不起」，而激怒他連罵對方髒話。該影片被外流至網路，引起譁然。而被罵的藝人也自覺受到屈辱，又自錄影片上傳網路，尋找安慰。該事件短短幾天引起社會大眾關注，演藝圈的是是非非再添一筆。但人們更在意的是，資深徐姓藝人有必要為節目遊戲中的一句話，無法忍耐怒氣到狂飆對方髒話嗎？事後雙方雖有和解，卻多少對兩人的名聲及演藝工作造成負面影響。

反觀我們本身，是否也曾因被人誤解、心情不好、身體不適等，忍不住情緒而勃然大怒，使在場者感到莫名奇妙、無所適從？但有時，發怒是合宜的作為，特別當事情開始往壞的方向發展，上帝無法忍耐人們繼續犯錯時，就會發出義憤，讓人知道有地方已經出錯了，必須有所改進並做出正確行動。

在舊約中，上帝多次對詭詐、極壞的人心忍無可忍，不得不用強烈發怒的方式，使人們學習教訓，回轉歸向祂。人有上帝的形像，自然承襲這項具有破壞性的改變能力。只是，人們不像上帝，往往無法有效控制怒氣，特別是自覺遭到不公平待遇時，總是忍耐不住怒氣，一時失去判斷力，就會做出無法挽回的憾事，令人惋惜。為此，箴言作者提醒我們忍耐的功課：「忍耐勝過威力；自制強如奪城。」（16章32節）

我們都希望有成功美滿的人生，但若只是順從自己的私心、情慾，則永遠無法得到滿足，不滿足且貪婪的心勢必為自己帶來敗壞，長期惡性循環下，只會讓我們無法走到上帝所要給我們的應許之地。

人生總是起伏不定，但是當我們下定決心回轉歸向上帝時，要相信上帝是我們的掌權者，我們只需謙卑順服上帝的旨意、做出正確行動，因為上帝明白我們所經歷過的忍耐，必不讓我們吃虧。所以，別輕易讓怒氣或其他情緒牽著我們走；相反地，我們應當依靠上帝，讓絆腳石成為邁向美好人生的墊腳石。

---

默想：

適時宣洩情緒是好的，但應該想想發洩情緒的行為是否合乎上帝心意，從中學習忍耐的功課，不輕易發怒、甚至遷怒。

祈禱：

主啊！願祢的聖靈指教我們，讓我們看見自己的軟弱出自何處，學習忍耐，幫助我們克制私心情慾，順服祢的旨意，為基督活出美好的見證。奉主耶穌的名，阿們。