

柔和謙卑的心

參考經文：《傳道書10章1~7節》

如果當權者生你的氣，你不必離開崗位；你若心平氣和，嚴重的過錯也能夠蒙寬恕。（傳道書10章4節）

現代人因生活壓力大，面對家庭、工作、人際關係等問題，有時情緒一來，思考失去理性，講話完全口無遮攔。假若對方不干示弱回嗆，甚至用更惡劣的手段報復，這種缺乏可靠判斷力的意氣用事，往往造成無法收拾的下場。因此，情緒管理可說是21世紀每個人的必修學分。

今天的經文指出，智慧人與愚昧人在面對個人情緒時的不同反應。生活中，每個人都會遇到不同難題與大大小小的衝突。尤其在職場上，若遇到專橫的管理者或無理的老闆向你發怒時，該如何面對呢？智慧人的處理方式是，不要放棄自己的職責，要用冷靜的心與柔和的態度來應對，因為柔和的態度能避免掌權者表現出更大的怒氣，也能將大事化為小事。但愚昧人的做法，可能是憤而離職，或用激烈的手段來抗議。作者的話提醒我們，在職場上若被生氣對待時，我們如果能以心平氣和的態度來應對，而非憤怒回嗆，就會減少很多衝突與勞資糾紛了。

馬偕博士來台灣傳福音時，困難重重，反對之聲不絕，他受盡侮辱與攻擊。

《教會史話》有關馬偕傳教的日記中記載：「1873年3月1日，要從另一條路要返回淡水的路上，遇見一個老阿婆，她正好拿著尿桶踏出門外要去清洗。有人罵我們，又煽動老阿婆用馬桶裡的廢物潑我們，這位老阿婆隨即開口辱罵，從我們後面衝到前面，真的把馬桶裡的糞便朝我們身上潑，我們沒有抵抗，仍舊往前走。」馬偕博士因為清楚他的使命與呼召，謙卑柔和地面對一切謾罵與侮辱，並沒有憤而離開台灣這塊土地。他堅持他對台灣人的愛，最後得到當地人對他的接納與認同。當馬偕博士於1880年首次返回加拿大述職前，當初反

對他、對他潑糞攻擊的艋舺人，是用轎子抬著馬偕遊街、歡送他。

智慧人的高EQ，是我們要學習的。所羅門王在箴言提到：「不輕易動怒的才算聰明；脾氣急躁的只暴露愚拙。」（14章29節）「溫和的回答平息怒氣；粗暴的言語激起忿怒。明智人開口引發智慧；愚昧人發言都是廢話。」（15章1～2節）盼望這些智慧的格言成為我們的幫助，讓我們面對各種情況都能有好的情緒管理，成為智慧的人。

默想：

你的情緒管理能力如何？你會為哪些事生氣？你願意學習像主耶穌一樣柔和謙卑嗎？

祈禱：

賜給人溫柔謙卑的主，我知道靠自己的力量，真的很難做到罵不還嘴的境界，求主幫助我可以控制自己的情緒，成為有智慧的高EQ達人。奉主耶穌的名禱告，阿們。