

七樣致命的罪（七之二）怒氣

主講：TJC 整理：羊圈圈編輯小組

正如先知以賽亞書上所記的話，說：「在曠野有人聲喊著說：『豫備主的道，修直祂的路。一切山窪都要填滿，大小山岡都要削平；彎彎曲曲的地方要改為正直，高高低低的道路要改為平坦。凡有血氣的，都要見神的救恩。』（路三 4-6）

這裡施洗約翰提到了，要預備神的國降臨，所以一切的山窪都要填滿。

「山窪」就是指凹陷的地方。

我們要迎接神的降臨，心中有缺欠，需要神補足，比如：我信心不足，要求主加添；愛心不足，也要求主加添，這都是山窪需要填滿；大小的山崗要削平，因為凸出來部分，會阻礙神的國實現，所以我們也要把它削平。

這些都是我們人的罪性，今天我們要討論的是：怒氣。

「怒氣」與「嫉妒」，這兩樣都是會阻礙神國實現的大、小山崗。

彎彎曲曲的地方，要改為正直，這些彎彎曲曲，指的就是人的思想、觀念，必須要改為正直。因此才要用神的話，來修正我們已經有的觀念：價值的觀念、人生的觀念、是非的觀念。這些彎彎曲曲，都要用神的話來弄直，所以要先預備好自己的心，這樣我們就會見到神的國降臨在我們當中。

再來要談「怒氣」，怒氣也是一種會致命的罪。

「你當默然倚靠耶和華、耐性等候他，不要因那道路通達的、和那惡謀成就的、心懷不平。當止住怒氣、離棄忿怒，不要心懷不平、以致作惡。」（詩卅七 7-8）

這裡說的很清楚，要止住怒氣、離棄忿怒，不然的話會因為這樣會作惡。

怒氣有兩種，就是為作惡的心懷不平，就是看到人在世上作惡的沒有惡報，為善卻沒有好報，就開始心懷不平開始發怒，到最後會犯罪，想替天行道，把神的律法，用自己手行出來。

本身沒有犯錯，別人卻對其發怒。

大衛被掃羅追殺時，大衛並沒有犯錯。他沒有犯錯卻被掃羅追殺，如果那時他心懷不平、充滿怒氣，在山洞裡一刀就把掃羅殺死，他有這個機會，但他沒有這樣行。又有一次，掃羅受魔鬼影響，開始攻擊大衛，神又給大衛一個機會，但是大衛到掃羅的營裡面，只是把他旁邊的槍、水瓶都拿走了，也沒有殺掃羅。

如果大衛是被怒氣充滿的人，他早就一刀把掃羅的頭砍下來，這看來也沒有甚麼不對，但大衛知道這樣是不對的，因為掃羅是神的受膏者，神自然會處理。他不能把處裡掃羅的事，從神的手中變成是自己的事處理，如果他殺死掃羅，他就犯罪了，所以，不要心懷不平以致作惡，要止住怒氣，不然你就會作惡。

從錯誤來的怒氣，本身有錯誤，沒有檢討就發怒。

有句話叫「惱羞成怒」。為什麼會惱羞成怒？

「有一日，該隱拿地裏的出產為供物獻給耶和華；亞伯也將他羊群中頭生的，和羊的脂油獻上；耶和華看中了亞伯和他的供物；只是看不中該隱和他的供物；該隱就大大的發怒，變了臉色。耶和華對該隱說，你為甚麼發怒呢？你為甚麼變了臉色呢？你若行得好，豈不蒙悅納？你若行得不好，罪就伏在門前；它必戀慕你，你卻要制伏它。該隱與他兄弟亞伯說話，二人正在田間，該隱起來打他兄弟亞伯，把他殺了。」（創四 3-8）

兩兄弟的獻祭，神看中亞伯的，而不喜悅該隱的獻祭，因此該隱就發怒，他發怒是沒有理由的，完全是被肉體的惡慾所控制。

所以神問該隱：「你為什麼發怒、變臉色呢？」

這個問話，就是神給他機會，要他自己去思想。

然後神又提醒他：「你若行得好，豈不蒙悅納嗎？」

這是神要該隱省察自己，但該隱並沒有止住怒氣，因此，就把亞伯殺了，這是人類的第一個兇殺案，兄弟相殺，就是因為「怒氣」發作，以致於犯罪。

動怒是會受審判的。

「你們聽見有吩咐古人的話，說：『不可殺人』；又說：『凡殺人的難免受審判。』只是我告訴你們：凡（有古卷在凡字下加：無緣無故地）向弟兄動怒的，難免受審判；凡罵弟兄是拉加的，難免公會的審斷；凡罵弟兄是魔利的，難免地獄的火。」（太五 21-22）。

主耶穌把律法，提升到內心的層次，所以不只是外表的行為，不能夠犯罪，神更要看我們的內心。神的標準非常高，若沒有神的恩典，人做不到；不可以殺人，我們都沒有做，但是主耶穌說：凡向弟兄無緣無故動怒的，難免受審判；罵弟兄飯桶、笨蛋的，也會受審判，這樣看來發怒的人，不能成就神的義，神不喜歡。

耶穌對他說：收刀入鞘吧！凡動刀的，必死在刀下。（太廿六 52）

主耶穌在被抓時，彼得很生氣，他想：我的老師沒有做錯事，你們怎麼可以把他抓起來？彼得在未得到聖靈前是相當的血氣，所以他拿起刀，就把大祭司僕人的耳朵削掉了。因此，主耶穌才說這句話。

你若因怒氣動刀，就會死在刀下。雖然彼得是為了主耶穌發怒，但主耶穌也不喜歡他這麼做，因為這個「怒氣」要受神的審判。

若以這個標準來看，我們要面對神的審判的罪太多了！沒有救恩誰能得救？

怒氣會使人的關係破裂。

人與人之間的關係，常是用「愛」來建立的。

這包括了家庭關係、夫妻的關係、兩代之間的關係、兄弟之間的關係。

若我們如果常常生氣，這些關係就會開始出現危機，如果夫妻常對對方不滿、也常常生氣，這個婚姻就非常脆弱，因這裡面沒有「愛」。

愛，就是不輕易發怒，若父母對子女，從早到晚都生氣，我想那個子女長大後，一定是恨不得快點離家，因此，這種怒氣，會使人際關係破裂。

聖經裡記載了拿八，當時大衛在患難當中，需要幫助所以就去找拿八，他們素來是有交情的。想不到拿八不但不幫助，還數落他一番，說了一大堆諷刺的話，有人把這件事告訴拿八的太太亞比該。

亞比該是聰明人，而拿八是一個愚頑的人，還好他娶到了亞比該。

大衛的怒氣發作了，他們的關係已經破裂，於是大衛率領兵丁，拿著刀槍前來，幸好亞比該跑到半路攔截大衛，並說了很多好話，因此大衛怒氣轉消，也免除一場爭戰，所以人的怒氣，到最後會帶來很不好的結果。

發怒就沒有愛。

愛，就是不輕易發怒，這是一個很重要的原則。

有時候，會聽到有人形容另一人，說：「他是很有愛心，但就是脾氣大了一點而已。」聽起來好像是對，但其實這絕對不合理。

就好像我們形容天父說：「天父，祂很愛我們，只是祂脾氣大了一點。」

如果天父真的是這樣的話，我們早就都死光了！

正如詩篇裡說：神若一發怒誰能擔得起呢？神發怒一定有發怒的原因，我們都活在罪裡面，虧缺神的榮耀，但是神一直在忍耐。

耶和華有憐憫，有恩典，不輕易發怒，且有豐盛的慈愛。他不長久責備，也不永遠懷怒。他沒有按我們的罪過待我們，也沒有照我們的罪孽報應我們。天離地何等的高，他的慈愛向敬畏他的人也是何等的大；東離西有多遠，他叫我們的過犯離我們也有多遠。父親怎樣憐恤他的兒女，耶和華也怎樣憐恤敬畏他的人。（詩百零三 8-13）

神有憐憫、有恩典，所以祂不輕易發怒，還有豐盛的慈愛，有時我們對神的瞭解不太對，以為一點小事，神就會生氣，其實神不是這樣，神不輕易發怒。如果神照我們的罪孽來報應我們，我們誰能夠站得住？

如果換我們來當神，你想這世界會怎麼樣？早就被我們滅掉了！

因為在神的眼中，人一點都不可愛，天天得罪祂。

因此發怒就是沒有愛，神就是愛，所以「發怒」神就不同在，因為那裏沒有愛。所以這個家庭生活如果常常發怒，這個家庭沒有神在裡面，因為沒有愛在裡面。

發怒，這個人就是屬肉體的。

情慾的事都是顯而易見的，就如姦淫、污穢、邪蕩、拜偶像、邪術、仇恨、爭競、忌恨、惱怒、結黨、紛爭、異端。（加五 19-20）

這裡說情慾的事情，裡面有一點就是「惱怒」，惱怒是屬肉體的，是被肉體控制，所以不是屬靈的。因此聖經說，屬肉體的人得不到神的喜歡，若常常生氣，你會感覺神離我們很遠，因為被怒氣控制，是屬肉的表現，屬靈的才是屬神的，所以常常發怒的人，跟神的關係就不好。

馬可福音裡記載主耶穌揀選十二個門徒，其中一位門徒約翰，被稱為「雷子」，可見約翰被揀選的時候脾氣很大。有次他跟主耶穌到一個村莊傳道，沒有人願意接待，他就跟主耶穌說：「主啊！祢要我吩咐火從天上降下來嗎？」可見這個人被怒氣所充滿，主耶穌說：「你的心如何，你並不知道。」為何主耶穌講：「你的心如何？」

表面上看起來約翰很公義，因為他們不聽神的話，所以要用火把他們燒掉，事實上那個時候，他並沒有「愛」。主耶穌看到眾人而憐憫他們，因為他們像羊沒有牧人，所以主耶穌是用憐憫取代發怒，但是約翰和彼得一開始，跟從主耶穌時，是用怒氣取代憐憫，所以這是沒有愛，是屬乎血氣的。

但他們到年老時改變很大，屬肉的血氣漸漸消了，反而充滿了愛，所以寫愛寫得最清楚的約翰一書說：「神就是愛」，沒有愛心的，就不認識神，住在「愛」裡面就是住在「神」裡面，就從「屬肉」體變成「屬靈」的。

常常發怒是一種軟弱的表現。

「不輕易發怒的，勝過勇士；治服己心的，強如取城。」（箴十六 32）

這裡說勇士可以攻取一座城，非常有力量，但是能做到不輕易發怒，這個人比勇士更有力量，因為你可以控制你的心；反過來說，人若常輕易發怒，就是一種「軟弱」，就是人沒有辦法控制自己，雖然我的良心知道這是不對，但是沒有辦法控制自己。

保羅在羅馬書第七章，提到自己的痛苦，他不想做的惡，他一直去做，因為肉體裡面有一個惡的慾望，雖然心中有一個「善的律」，那這個「善的律」常常想要做善，但他發現這不是他能做得出來的。這種「惡的律」裡面有一個就是怒氣，如果一個人常常生氣，表示這個人的靈命很軟弱，因為他已經被肉體的惡慾所控制，所以表示這靈裡面很脆弱。看來發怒的結果，沒有一點好處，會引起人犯罪、也會受神審判、使人際關係破裂、在神面前沒有愛，是屬肉體的、是軟弱的，所以發怒這件事情本身絕對不好。

聖經教我們處理發怒的方法，有三個原則：

第一、慢慢動怒

不要一下像火山爆發，慢慢動怒你才可以控制。

第二、不要犯罪

人發怒的第一個罪，就是內心充滿了恨。

第二個罪，就是言語沒有辦法控制，隨便講話。

第三個罪，就是外面的行動表現，所以說生氣不可以犯罪。

第三、不可含怒到日落

有人說冰凍三尺非一日之寒，河裡的冰結了三尺，不是一天很冷就可以結成這麼厚的。家庭生活也是這樣的，夫妻吵到要離婚的，這不是一日之寒啊！不是一天造成的。親戚朋友之間也是一樣，就是生氣到日落了，還沒把它忘掉。

人的怒氣一直積在心裏面，積到一定程度問題就爆出來，一旦爆發關係就完了。

所以我們常常要謹慎，太陽下山了就讓它過去吧！不要再紀念過去的罪，好像我們求神赦免，神就把我們過犯擦掉，不再紀念我們過去的罪，這樣人跟人之間的關係就會有新的關係出現，常常積在心裡面、常常在算舊帳，這個人的關係怎會有新的呢？

一想到人，我們心中就有苦毒，有一種恨在心裡面，這就是沒有愛，他跟神的關係就有問題，所以不要含怒到日落，太陽下山就讓它過去。
怎樣消除怒氣？

第一、要心中安靜

「不輕易發怒的，大有聰明；性情暴躁的，大顯愚妄。心中安靜是肉體的生命；嫉妒是骨中的朽爛。」（箴十四 29-30）

民數記裡記載摩西的一生只發怒過一次，就是被以色列百姓吵到他怒氣發作，所以他拿起杖，就往磐石上打，他這一打就完了！因為神說：「你要『吩咐』磐石流出水來」，他這一打就違反神的吩咐，後來他只能在尼波山上看到迦南地。他曾跟神求說：「神啊！讓我過去看看。」神就說：「罷了！你不要再跟我提這件事。」神讓他看到迦南地，却不給他過去，就是摩西發怒的後果。

他們在米利巴水又叫耶和華發怒，甚至摩西也受了虧損，是因他們惹動他的靈，摩西用嘴說了急躁的話。（詩百零六 32-33）

摩西因為用嘴說了急躁的話。

「急躁」就是內心失去了安靜，人就很容易「動怒」，稍微一件小事、一句話怒氣就爆發，心中安靜這個人才不容易生氣。「心中安靜」從哪裡來？從「神同在」而來。神同在的人，心中都是很安靜、謙卑的，摩西比眾人更謙和，不容易生氣。所以，第一要心中安靜。人跟人吵架時，哪一個人可以先安靜下來，那個人就可以解決問題。但是人在吵架當中，常常要用更大的聲音，把對方壓下來，問題就發生在這裡，因此心中安靜，才是解決怒氣的根本辦法。

第二、就是要充分溝通，使這個怒氣轉消

以法蓮人對基甸說：「你去與米甸人爭戰，沒有招我們同去，為什麼這樣待我們呢？」他們就與基甸大大的爭吵。基甸對他們說：「我所行的豈能比你們所行的呢？以法蓮拾取剩下的葡萄不強過亞比以謝所摘的葡萄嗎？

神已將米甸人的兩個首領俄立和西伊伯交在你們手中；我所行的豈能比你們所行的呢？」基甸說了這話，以法蓮人的怒氣就消了。（士八 1-3）

以法蓮人聚集，到了北方，對耶弗他說：「你去與亞捫人爭戰，為什麼沒有招我們同去呢？我們必用火燒你和你的房屋。」耶弗他對他們說：「我和我的民與亞捫人大大爭戰；我招你們來，你們竟沒有來救我脫離他們的手。」

我見你們不來救我，我就拚命前去攻擊亞捫人，耶和華將他們交在我手中。你們今日為什麼上我這裡來攻打我呢？」

於是耶弗他招聚基列人，與以法蓮人爭戰。基列人擊殺以法蓮人，是因他們說：「你們基列人在以法蓮、瑪拿西中間，不過是以法蓮逃亡的人。」
(士十二 1-4)

這是士師記裡，兩個很有名的例子。在八章以法蓮來與基甸大大的爭吵，因為基甸用戰略打敗了敵軍，得了榮耀。基甸就跟以法蓮人溝通，並且肯定他們的優點，因此以法蓮的怒氣就轉消了，因為冷靜下來溝通，怒氣就沒有了。到了十二章，以法蓮又發生同一個問題，這次由耶弗他來溝通，耶弗他說話並不柔和，所以就爭吵起來，結果那次戰爭，以法蓮人共有四萬兩千人被殺，那就是因為溝通不良，沒有用安靜的心來溝通，所以消除怒氣常常需要溝通。

所謂見面三分情，先坐下來聊聊，怒氣就沒有了，有時看起來很困難的問題，其實也沒有很困難，只需要溝通、只需要聆聽，讓人的不滿有發表的機會，怒氣就解消，人之間的衝突就沒有了。

第三、就是要聖靈充滿

聖靈充滿，就會結出聖靈的果子，聖靈的果子其中有一樣是「和平」。

「和平」就是指人心中平安、平靜，這人就不容易生氣，因為他的心，被神的靈所充滿。再來，我們要有愛心來忍耐。聖靈充滿，我們聽過很多見證，自己也可體驗到，如果我們哪段時間比較注重禱告，那段時間我們說話就會比較溫和，不會很急躁。幾個月前有個弟兄告訴我，說他最近結婚後的體驗，他們夫妻兩人，常常一起讀經、禱告，之後他發現兩人爭吵變少了，這真的很奇妙，神的靈充滿一個人後，就變得很溫柔，心中很安靜，充滿神的愛，用憐憫取代怒氣，所以人際關係就能維持得很好。神應許說祂要來，到現在還沒來，是因為祂寬容，神的愛寬容人，所以有愛心，人就會忍耐就不容易生氣。

主所應許的尚未成就，有人以為他是耽延，其實不是耽延，乃是寬容你們，不願有一人沉淪，乃願人人都悔改。(彼後三 9)

第四、會幫助我們不容易生氣的，就是見識

「人有見識，就不輕易發怒，寬恕人的過失，便是自己的榮耀。」（箴十九 11）

有見識的人，就是有屬靈智慧，就不輕易發怒，因為發怒成就不了甚麼，而且損害很大，所以就不會發怒。在美國公司裡，談判的雙方通常誰先生氣，那方就輸了，真的談判高手絕對不會動怒，你一生氣，就失去了對方。

不輕易發怒的，大有聰明；性情暴躁的，大顯愚妄。（箴十四 29）

所以，有見識不輕易發怒，真正有見識、屬靈智慧的人，不容易生氣，因此常常生氣的就是沒有智慧。