

2023年6月5日

By Rick Boxx

美好言語的驚人力量

The Amazing Power Of Pleasant Words

我的妻子凱西有個習慣，她會主動停下來感謝那些穿著軍裝或警察制服的人士，表達他們為社會做出的貢獻。最近，她也開始對餐廳的服務生做同樣的事情。我注意到，近來許多餐廳員工似乎都感到工作負荷過重帶來的壓力，這給了凱西更多機會運用她鼓勵人的恩賜。

當她感謝一位服務生的服務後，凱西通常會發現一些值得讚揚和鼓勵他們的地方。等我們離開的時候，凱西已經交了一個新朋友，而她的新朋友也都得到了鼓舞和充滿喜樂。

你有沒有做過類似的事情？或者你是否曾經受惠於別人，以類似方式表達的善意？如果世界各地的企業和組織，都積極倡導並鼓勵「以話語表達來鼓舞他人」這樣的理念，且不限於少數的特例，你能想像這世界會發生什麼變化嗎？

現今的職場環境，充斥著人手嚴重不足的問題，員工們經常感受到極高的壓力。沮喪、挫折、憤怒和焦慮是許多工作環境中最常見的情緒。令人遺憾的是，目前普遍存在的理念，似乎是「如果你沒有壞話可說，就乾脆不要說。」

然而，在我們工作的地方並非必然要如此。今天就是我們每個人採取主動，向他人傳遞一些美好言語並鼓勵他人的好日子。或許我們無法改變整個職場環境，但我們可以在自己工作時，和醒著的時間所在的地方，做出改變。以下是舊約聖經的箴言書，所提到關於「美好言語」的驚人力量的一些內容：

許多人正在經歷的痛苦，可能不僅僅是身體上的。從外表上看，許多人似乎過得不錯。當被問到：「你好嗎？」時，他們甚至可能回答：「我很好。」但是其實，內心深處，他們常常帶著沉重的痛苦，和承受著相當大的情感傷痛。「喜樂的心乃是良藥；憂傷的靈使骨枯乾。」(箴言 17 章 22 節)

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港上環禧利街 2 號東寧大廈 20 樓 2004 室 Tel: (852) 2805-1923

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格

<https://www.cbmc.org.hk/file-download.html>

美好言語（良言）具有近乎藥物般的療效。我們所說的話，有時會產生比我們所能想像的，具有更大的好處。「人心憂慮，屈而不伸；一句良言，使心歡樂。」(箴言 12 章 25 節)「良言如同蜂房，使心覺甘甜，使骨得醫治。」(箴言 16 章 24 節)

食物滋養我們的身體，而鼓勵的話語可以滋養我們的情感。或許比以往任何時候，職場中的人們更迫切地需要肯定、鼓勵和真正的理解。「義人的舌乃似高銀；惡人的心所值無幾。義人的口教養多人；愚昧人因無知而死亡。」(箴言 10 章 20-21 節)

我們的話語可以和我們的工作一樣重要。在職場上，我們通常根據我們所做工作，可見和有形的成果來衡量績效。但我們彼此表達的話語，對我們的影響，可能更具有無法衡量的價值和重要性。「人因口所結的果子，必飽得美福；人手所做的，必為自己的報應。」(箴言 12:14)

@2023 版權所有，經許可改編自 "UBN 誠信時刻"，關於職場工作中信仰議題的評論。UBN (非常規企業聯盟) 是一個服務小型企業界的國際性職場信仰事工。

反省與問題討論

第一、你能想到一個在你情緒特別低落的時候，別人給你的美好言語讓你振奮起來的時刻嗎？那對你來說是什麼樣的經歷呢？

第二、你有沒有嘗試過自然地給別人鼓勵的話語呢？對你來說，這樣做容易還是困難？為什麼你會這麼認為呢？

第三、你覺得如果職場上努力提供一個更正向的環境，包括使用真誠的肯定和鼓勵的話語，會有什麼不同？尤其是在你工作地方呢？

第四、你可以如何以身作則，無論是在工作、在餐廳，還是在一般的日常生活中，都使用肯定和鼓勵的話語影響他人？你現在能想到一個特定的人，他可以從你的鼓勵而受益嗎？

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港上環禧利街 2 號東寧大廈 20 樓 2004 室 Tel: (852) 2805-1923

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格

<https://www.cbmc.org.hk/file-download.html>

備註：如果你有聖經，想閱讀更多相關的內容，請考慮下面的經文：

箴言 10 章 32 節

10:32 義人的嘴能令人喜悅；惡人的口說乖謬的話。

箴言 12 章 18 節

12:18 說話浮躁的，如刀刺人；智慧人的舌頭卻為醫人的良藥。

箴言 15 章 1、4 節

15:1 回答柔和，使怒消退；言語暴戾，觸動怒氣。

15:4 溫良的舌是生命樹；乖謬的嘴使人心碎。

箴言 16 章 21 節

16:21 心中有智慧，必稱為通達人；嘴中的甜言，加增人的學問。

箴言 17 章 27 節

17:27 寡少言語的，有知識；性情溫良的，有聰明。

箴言 18 章 20 節

18:20 人口中所結的果子，必充滿肚腹；他嘴所出的，必使他飽足。

箴言 20 章 15 節

20:15 有金子和許多珍珠（或作：紅寶石），惟有知識的嘴乃為貴重的珍寶。

箴言 22 章 11 節

22:11 喜愛清心的人因他嘴上的恩言，王必與他為友。

由香港工商基督徒協會（CBMC Hong Kong Ltd）逢週一發放

地址：香港上環禧利街2號東寧大廈20樓2004室 Tel: (852) 2805-1923

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格

<https://www.cbmc.org.hk/file-download.html>
