

2024 年 6 月 17 日

By Robert J. Tamasy

## 我們都會受到影響 - 但去選擇好的影響

### WE ARE ALL 'UNDER THE INFLUENCE' - CHOOSE GOOD ONES

在駕駛汽車時，最糟糕的情況之一就是被判定為「在酒精或藥物影響下駕駛(driving “under the influence” )」。這通常指的是，駕駛時受到酒精影響或受到某種藥物的控制。然而，我們也可能受到智慧型手機、吃零食時不注意前方路況，甚至與乘客進行過於激烈對話的影響。在駕駛時，允許這些對我們產生不利的影響，理應受到懲罰。

但這不僅局限於駕駛方面。無論我們在哪裡，在工作會議中、銷售拜訪、去健身房鍛練，或在家裡休閒時，我們都會不斷「受到各種不同因素的影響」。問題是，我們允許什麼(或是誰)來影響我們呢？

我們可能會受到同儕的影響 - 那些在不同環境下工作的同事和上司；我們會受到廣告的影響；我們也會受到新聞媒體、電視節目、電影和所聽音樂的影響。或許 21 世紀對我們影響最大的，就是來自於「網絡空間 cyberspace」 - 網際網路上的各種通信方式。

現在有許多人被稱為「網紅 (英文是 influencers，直譯為影響者)」。有些是知名的名人；有些則是普通人，他們透過直播、部落格和社交媒體傳遞信息(不論真偽)，吸引大量追隨者。其中有些影響是好的並且有幫助的，但大多數我們所看到和聽到的事物，充其量只是使人分心，最壞的情況則是具有破壞性。所以，我們該如何控制對我們產生影響的事物呢？

CBMC 國際總幹事克里斯·辛普森(Chris Simpson)如此表達：「製造對人的影響力，是廉價又簡單的 - 就告訴人們他們想聽的話。屬神的影響力則是代價高昂的。當它帶來鼓勵和賦予力量時，同時也會帶出挑戰和指責。」

聖經提供了有用的指導原則，為確定我們應該，接受哪些和避免哪些影響。聖經還提供了如何對他人產生正面影響的原則：

---

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](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://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>

---

**我們應該歡迎的影響。**我們周圍充滿了負面，甚至是有害的影響。我們不必尋找它們 - 它們會自動找到我們。相反地，我們應該主動並有意識地，尋找那些能夠建立並改善我們生命的影響。「弟兄們，我還有未盡的話：凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有什麼德行，若有什麼稱讚，這些事你們都要思念。」(腓立比書 4 章 8 節)

**我們應該仿效的影響。**你周圍有哪些人，讓你的生命和他人的生命變得更好呢？我們應該尋求並向他們學習。我們也應該努力成為，他人的正面榜樣和影響者。「你們在我身上所學習的，所領受的，所聽見的，所看見的，這些事你們都要去行，賜平安的神就必與你們同在。」(腓立比書 4 章 9 節)

**我們應該避免的影響。**有時我們甚至沒有意識到，他人對我們的影響。減緩負面影響的最好方法，是遠離那些到哪裡都會破壞那裡氛圍的有毒之人。「好生氣的人，不可與他結交；暴怒的人，不可與他來往；」(箴言 22 章 24 節)

©2024. Robert J. Tamasy 是企業巔峰：給今日職場從箴言而來永恆的智慧一書的作者。也與導師之心的作者 David A. Stoddard 合著 Tufting Legacies。編輯多本著作包括 Mike Landry. Bob 的書：透過苦難成長。

### 反省與問題討論

第一、當有人在酒精或藥物影響下，駕駛車輛或操作其他設備時，通常會發生什麼情況？這種行為是否可以接受？請解釋你的答案。

第二、請列舉一些日常影響你思維的事物，例如新聞或娛樂媒體、網際網路或社交媒體。它們會對你產生什麼影響？當你每天聽新聞，或者花很多時間在網上或社交媒體上收集信息時，這如何影響你的心態或對生命的看法？

第三、想想你生命中的一些正面影響：那些你期待見到的人是誰？他們是那些你可以依靠並會說「只要隨事說造就人的好話，叫聽見的人得益處。」的人(以弗所書 4 章 29 節)。你如何努力與他們多相處，以受益於他們的影響呢？

第四、當你讀聖經時，它對你有什麼影響？它如何影響你的思維以及你每天的生活方式，無論是在職場還是在家庭？如果你覺得有益，你還可以做些什麼，讓它能夠在你的生命中產生更大的影響呢？

---

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](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://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>

---

### 挑戰思考

花點時間回顧和評估，對你思想和行為影響最大的那些人和事。你覺得這些影響，對你的日常生活和工作是否有幫助和振奮鼓舞？還是對你的日常生活和工作，產生了負面的影響？尋找生活中正面影響的其中一種方法，是通過問責小組，不管是與個人、少數幾個值得信賴的朋友，還是 CBMC 分會的會員。如同希伯來書 10 章 24 節所表達的，我們可以「彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。」如果你已經有了這樣的問責機制，利用它來幫助識別對你影響最大的是什麼 - 以及你對他人可以發揮的影響力是什麼

**備註：如果你有聖經，想閱讀更多相關的內容，請參考以下的經文：**(因篇幅有限，請自行參閱未列出的經文：提摩太後書 3:16-17)

#### 詩篇 119 篇 9-11 節

119:9 少年人用什麼潔淨他的行為呢？是要遵行你的話！

119:10 我一心尋求了你；求你不要叫我偏離你的命令。

119:11 我將你的話藏在心裡，免得我得罪你。

#### 箴言 14 章 12 節

14:12 有一條路，人以為正，至終成為死亡之路。

#### 箴言 15 章 31 節

15:31 聽從生命責備的，必常在智慧人中。

#### 箴言 19 章 20 節

19:20 你要聽勸教，受訓誨，使你終久有智慧。

#### 以弗所書 4 章 29 節

4:29 污穢的言語一句不可出口，只要隨事說造就人的好話，叫聽見的人得益處。

---

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](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://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>

---