

2026年5月11日

By Rick Boxx

接受稱讚的試煉

BEING TESTED BY PRAISE

你是否曾覺得自己正在接受試煉？我們傾向於將試煉與逆境聯繫在一起，認為必須面對重大的艱難或巨大的挑戰才叫試煉，而試煉的內容則是關於我們如何應對這些挑戰。但還有另一種形式的試煉，是我們許多人從未考慮過的，那就是：稱讚的試煉。當事情進展順利，人們開始告訴我們，我們多麼有才華、工作做得多好，或者沒有人能像我們那樣有所成就時，我們會如何反應呢？

請考慮以下範例：當麗莎作為新的部門主管到職時，團隊感到非常興奮。在前任主管因多次的性格衝突與部門績效受挫而離開公司後，每個人都鬆了一口氣。為了迎接這個改變，他們稱讚麗莎，她帶著極高聲望到任，希望她能成功地讓團隊恢復正常。

但麗莎有足夠的經驗知道，僅僅表現得比前任更好，並不足以解決部門面臨的挑戰。她明智地意識到，一旦她開始做出讓事情重回正軌，所必須作的艱難決定時，那些不請自來的奉承，很可能會隨之消失。

人的「自我」 - 我們的自我價值感和重要性，是非常脆弱的。正如批評會迅速讓我們感到挫敗，並導致我們質疑自己的價值一樣，稱讚也會使我們膨脹，導致我們開始對自己的評價，高於應有的程度。事實上，這正是使徒保羅所警告的：「我憑著所賜我的恩對你們各人說：不要看自己過於所當看的，要照著神所分給各人信心的大小，看得合乎中道。」(羅馬書 12 章 3 節)

每天我們都能看到一些領袖正做了保羅說不要做的事 - 對自己的評價過高。對做好工作並成功達成目標感到自豪並沒有錯。然而，當自傲佔據主導地位，而我們開始相信自己比別人更好，將他人視為不那麼重要或無足輕重時，問題必然會接踵而至。我們甚至可能覺得，有必要讓別人知道我們多麼看重自己。

香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd)

地址：香港上環禧利街2號東寧大廈11樓1102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>

我們希望在工作中確實得到稱讚、誇獎和表揚。問題在於，我們將如何接受和處理這些稱讚呢？舊約箴言中的兩節經文直接談到了這一點。

箴言 27 章 2 節說道「要別人誇獎你，不可用口自誇；等外人稱讚你，不可用嘴自稱。」和箴言 27 章 21 節「鼎為煉銀，爐為煉金，人的稱讚也試煉人。」

一位擔任多年雜誌編輯的朋友告訴我，這些經文如何幫助他對工作保持正確的觀點。他說，在他和他編輯團隊對刊物的內容與設計，進行了重大調整後，人們開始告訴他，他們多麼欣賞這本雜誌時，這確實令人振奮。但他決定時刻提醒自己，是神將他放在那個位置上，賜予了他所需的技能與經驗，並提供了一個才華橫溢的團隊，來支持他的工作。

對我們所做工作的肯定是令人欣慰的。但我們絕不能忘記，我們所成就的一切，最終應歸功於主，稱讚也應歸於祂。

@2026 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、前一次你覺得自己正接受試煉是什麼時候？當時的情況是如何，你又是如何反應的呢？
- 第二、你會如何描述被稱讚的試煉是什麼意思呢？你曾經歷過嗎？如果有，是以什麼方式呢？
- 第三、為什麼當試煉以逆境的形式出現時，我們比較容易察覺，但當好事發生在我們身上，或者我們所做的事情，得到認可與肯定時，卻不那麼容易察覺呢？
- 第四、當你聽到別人誇耀自己的成就或取得的地位時，你有什麼反應？請解釋你的答案。

挑戰思考

本週花點時間思考你對誇獎或稱讚的反應。你會主動追求這些嗎？當你的工作沒有得到認可時，你會感到被輕視或不悅嗎？能夠以適當的方式應對稱讚可能是需要禱告的事，求神賜給

香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd)

地址：香港上環禧利街 2 號東寧大廈 11 樓 1102 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>

你正確的態度。最好能與你的 CBMC 分會、問責夥伴、導師或信任的朋友討論此事，談談驕傲與謙卑如何影響你履行工作職責的方式，以及他人對你的看法。

備註：如果你有聖經，想閱讀更多相關的內容，請參考下面的經文：(因篇幅有限，請自行參閱未列出的經文：箴言 16 章 5、18 節、箴言 18 章 2 節、箴言 25 章 6-7 節、箴言 29 章 23 節)

箴言 11 章 2 節

11:2 驕傲來，羞恥也來；謙遜人卻有智慧。

箴言 15 章 33 節

15:33 敬畏耶和華是智慧的訓誨；尊榮以前，必有謙卑。

箴言 21 章 24 節

21:24 心驕氣傲的人名叫褻慢；他行事狂妄，都出於驕傲。

箴言 22 章 4 節

22:4 敬畏耶和華心存謙卑，就得富有、尊榮、生命為賞賜。

馬太福音 11 章 29 節

11:29 我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裡就必得享安息。

彼得前書 5 章 5-6 節

5:5 你們年幼的，也要順服年長的。就是你們眾人也都要以謙卑束腰，彼此順服；因為神阻擋驕傲的人，賜恩給謙卑的人。

5:6 所以，你們要自卑，服在神大能的手下，到了時候，他必叫你們升高。

香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd)

地址：香港上環禧利街 2 號東寧大廈 11 樓 1102 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>
