

2024年4月8日

By Robert J. Tamasy

有控制感，是現實或是假象？

FEELING IN CONTROL – REALITY OR ILLUSION?

你準時到達工作地點，心思已經開始規劃今天的行程：會議、截止日期、具體的任務，甚或是你想開始或終於完成的方案。你覺得自己已完全在控制之中。直到你發現事實並非如此。

生活和工作中一個可以「確定」的事，就是事物的「不確定」。正如蘇格蘭詩人羅伯特·伯恩斯(Robert Burns)所觀察到的，「即使是最周詳的計畫，也會偏離控制」(The best-laid plans of mice and men often go astray)。換句話說，所謂的「墨菲定律」告訴我們，如果某事有可能出錯，那它就一定會出錯。正當我們開始認為自己控制了一切時，環境可能會促成與導致，證明我們完全不行。

作為一名記者，我已多次體驗到這個艱難的教訓。在我職業生涯的早期，當我在一家報社工作，並以為已經完成了頭版版面的設計時，我接到一個緊急通報，就在剛才發生了一起悲劇性的校車事故。送報紙去印刷的截止時間即將到來，但我知道我又不能忽視這個突發新聞。突然間，一切似乎都失去了控制。幸好，在那時，一位經驗更豐富的主編來救了我。

之後，當我成為一名雜誌編輯，有很多次我們計劃刊登的文章沒有被使用，我們必須迅速轉向計劃 B。這樣的情況打消了我能夠「掌控一切」的念頭。在我成為基督徒並發現了禱告的力量之前，我的第一反應總是恐慌。即使是在我職業生涯的後期，感覺失控總是令人不安的。

將我的生命交給基督後，證明了在許多方面產生的轉變。其中之一是學會如何處理那些，不可避免的失去掌控時刻。實際上，我背下的第一段聖經經文，就直接與這一觀點有關。箴言 3 章 5-6 節，我將其視為我的「人生金句」：「你要專心仰賴耶和華，不可倚靠自己的聰明，在你一切所行的事上都要認定他，他必指引你的路。」

我有時候會在不熟悉的地方掙扎地找路。我手機上的全球定位系統(GPS)就成為一個非常寶貴的工具。但是生活和工作，並不會提供地圖或 GPS，來指引最佳的方向。這就是為什麼，即使我無法理解神正在做什麼，或是祂要帶我去哪裡，信靠神的引導變得如此重要的原因。以下是我學到的一些原則：

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 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>

認定對上帝的倚靠。在我們的計劃和行動中，將上帝放在首位並倚靠祂，這對我們不迷失方向至關重要。「你當倚靠耶和華而行善...又要以耶和華為樂，他就將你心裡所求的賜給你...你當默然倚靠耶和華，耐性等候他;」(詩篇 37 篇 3-7 節)

倚靠上帝的指引。在旅行時，知道何時該下公路出口，何時該留在主要道路上是很重要的。在我們的人生道路上，即使是在職場也是如此。「人心籌算自己的道路；惟耶和華指引他的腳步。」(箴言 16 章 9 節)

記住上帝掌管未來。我們的計劃，常因不知未來何去何從而失敗。憑著信心，知道上帝掌管一切可以帶來幫助。「...我知道我向你們所懷的意念是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望。」(耶利米書 29 章 11 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、有些人被形容為「控制狂」，希望感覺到自己能控制到，哪怕是最細微的細節。你會如何形容自己對於需要有控制感的程度呢？

第二、想想一兩個情況，當時事情似乎進行得很順利，你感覺自己掌控了一切，但突然之間你發現事實並非如此。你是如何應對的呢？

第三、你能意識到無論自己如何努力，生活中總有些事情，是無法被控制的嗎？你覺得有這種想法有何好處或正面影響呢？請解釋你的答案。

第四、對上帝的信念與信心如何幫助應對，似乎失控的時刻呢？這是否僅意味著聳動肩膀，接受所有發生的事情，還是意味著更多呢？

挑戰思考

在接下來的一週裡，花點時間思考「控制」的感覺對你有多重要，它會如何影響你對待工作的方式呢？如果你發現自己感到焦慮或擔心，超過你認為應有的程度，花些時間禱告，向上帝尋求智慧和力量，減少對當前情況的依賴。找一位朋友，或是一位你在 CBMC 分會或 Forum 的會員 - 來相互問責。

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，請參考以下的經文：(因篇幅有限，請參閱未列出的經文：箴言 19:21、箴言 21:1、30-31)

箴言 20 章 24 節

20:24 人的腳步為耶和華所定；人豈能明白自己的路呢？

馬太福音 6 章 25-34 節

6:25 「所以我告訴你們，不要為生命憂慮吃什麼，喝什麼；為身體憂慮穿什麼。生命不勝於飲食嗎？身體不勝於衣裳嗎？

6:26 你們看那天上的飛鳥，也不種，也不收，也不積蓄在倉裡，你們的天父尚且養活他。你們不比飛鳥貴重得多嗎？

6:27 你們那一個能用思慮使壽數多加一刻呢（或作：使身量多加一肘呢）？

6:28 何必為衣裳憂慮呢？你想野地裡的百合花怎麼長起來；他也不勞苦，也不紡線。

6:29 然而我告訴你們，就是所羅門極榮華的時候，他所穿戴的，還不如這花一朵呢！

6:30 你們這小信的人哪！野地裡的草今天還在，明天就丟在爐裡，神還給他這樣的妝飾，何況你們呢！

6:31 所以，不要憂慮說：吃什麼？喝什麼？穿什麼？

6:32 這都是外邦人所求的，你們需用的這一切東西，你們的天父是知道的。

6:33 你們要先求他的國和他的義，這些東西都要加給你們了。

6:34 所以，不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就夠了。」

腓立比書 4 章 6-7 節

4:6 應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。

4:7 神所賜、出人意外的平安必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。15:16 不是你們揀選了我，是我揀選了你們，並且分派你們去結果子，叫你們的果子常存，使你們奉我的名，無論向父求什麼，他就賜給你們。

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>
