



## 我該讓誰來決定我的行為？

著名專欄作家哈理斯(Sydney J. Harries)和朋友在報攤上買報紙，那朋友禮貌地對報販說了聲謝謝，但報販卻冷口冷臉，沒發一言。

「這傢伙態度很差，是不是？」他們繼續前行時，哈理斯問道。「他每天晚上都是這樣的，」朋友說。

「那麼你為甚麼還是對他那麼客氣？」哈理斯問他。

朋友答道：「為甚麼我要讓他決定我的行為？」

一個成熟的人握住自己快樂鑰匙，他不期待別人使他快樂，反而能將快樂與幸福帶給別人。



每人心中都有把「快樂的鑰匙」，但我們卻常在不知不覺中把它交給別人掌管。

一位女士抱怨道：「我活得很不快樂，因為先生常出差不在家。」她把快樂的鑰匙放在先生手裡。

一位媽媽說：「我的孩子不聽話，叫我很生氣！」她把鑰匙交在孩子手中。

男人可能說：「上司不賞識我，所以我情緒低落。」這把快樂鑰匙又被塞在老闆手裡。

婆婆說：「我的媳婦不孝順，我真命苦！」

年輕人從文具店走出來說：「那位老闆服務態度惡劣，把我氣炸了！」

這些人都做了相同的決定，就是讓別人來控制他的心情。

當我們容許別人掌控我們的情緒時，我們便覺得自己是受害者，對現況無能為力，抱怨與憤怒成為我們唯一的選擇。我們開始怪罪他人，並且傳達一個訊息：

「我這樣痛苦，都是你造成的，你要為我的痛苦負責！」此時我們就把一重大的責任托給週圍的人，即要求他們使我們快樂。我們似乎承認自己無法掌控自己，只能可憐的任人擺佈。這樣的人使別人不喜歡接近，甚至望而生畏。

但一個成熟的人握住自己快樂的鑰匙，他不期待別人使他快樂，反而能將快樂與幸福帶給別人。他的情緒穩定，為自己負責，和他在一起是種享受，而不是壓力。



保祿吩咐我們：

「你們在主內應常常喜樂，

我再說：你們應當喜樂！

你們的寬仁應當叫眾人知道：主快來了。

你們什麼也不要掛慮，

只在一切事上，以懇求和祈禱，懷著感謝之心，

向天父呈上你們的請求；這樣，

天主那超乎各種意想的平安，

必要在基督耶穌內固守你們的人思念慮。」(斐 4:4-7)



你的鑰匙在那裡？在別人手中嗎？快去把它拿回來吧！

愛的反面不是仇恨，而是漠視且不關心。

Love changes everything.

這篇文章希望你能體會到它的涵意。其實我們身處的地方，不論是環境、人、事、物都很容易影響我們的情緒起伏，可是千萬別忘了！！不要因為他人的一句話，而在意太久哦！！



資料來源：<http://www.theology.org.hk/sharing/stories/story33.htm>