

為什麼又是她了

——談嫉妒

文/Chia 圖/張祈真



身為神所愛的子女，蒙神的帶領與保守，有神作為我們最堅固的盾牌，這本身已經是一個無法超越的優勢了。

「為什麼又是她了？」這個疑問已經在茜茜的腦海裡迴盪了無數次，羨慕、無奈、惆悵，甚至帶了一點……嫉妒？

一直以來，茜茜總是最受大家矚目的焦點——課業好、信仰也好，會彈琴、會吹長笛、會畫畫、會跳舞，還會打籃球，堪稱十八般武藝樣樣精通呢！成績校排第一、演講比賽第一、運動會百米短跑第一，身為「第一名」的代言人，茜茜時常受到師長和同學的讚美：

「妳是我教過最聰明的學生了！」

「哇，妳什麼都會，根本是女神了吧！」

「哎呀，不用想了啦，這次一定又是茜茜第一名！」

茜茜已習慣於周圍的讚美與吹捧，彷彿帶著閃耀的光環，旁人都顯得黯淡無光。

「我就是第一，沒有人比得上我了吧！」

上了高中，進入新環境。小芸的出現，就像一顆比月亮耀眼千萬倍的太陽，升起、破曉，打破了月亮孤芳自賞的皎潔夜空。太陽出現的地方，月亮便顯得微不足道。茜茜第一次嚐到了黯淡無光的滋味。



小芸比茜茜更聰明，她奪走了茜茜萬年第一的寶座，而茜茜彷彿盡再多努力，都永遠差那麼一點點距離。只要有小芸參加的比賽，茜茜就沒有拿第一名的機會；她輕鬆地「空降」在茜茜頭上，不費吹灰之力擋住了茜茜通往冠軍寶座的路。小芸也是個活潑開朗、待人和善的人，既有禮貌又謙虛，像強力磁鐵般吸引了許多同學圍繞在身旁——就好像，以前的茜茜。

茜茜難以理解，為什麼會有從來不在計畫內的變數出現，打亂了她心中構築的美好世界。身為基督徒不是應該被神祝福的嗎？為什麼會輸給一個未信主的女生？少了身旁的讚美聲，茜茜宛如失去了一部分的自我。看著完美得毫無缺陷的小芸，茜茜覺得自己被那無懈可擊的完美擠壓得越來越小——不，甚至已經成為了空氣般被人忽視的存在了吧！被奪走的關注、被搶走的頭銜，從高空墜入谷底的心痛侵蝕著茜茜的心靈。

「妳可不可以從我的世界裡消失？」

茜茜好氣憤，小芸憑什麼奪去她原本擁有的一切，卻又若無其事地出現在她眼前？而自己為什麼這麼輕易就喪失了自信呢？

茜茜不自覺地在談話間提起自己風光的往事，卻讓同學們開始感到厭煩，與她漸行漸遠。茜茜很清楚地知道，一切都和以前不一樣了。不單只是周遭的人事物，就連「自我」也崩塌了。

每次看到小芸、和她說話的時候，小芸一如既往地親切且人見人愛，而茜茜表面上掛著笑容，內心卻懷著嫉妒。明知道這是不好的行為，茜茜卻控制不了心中的羨慕，一點一滴變質成了嫉妒。

和品行端正的小芸相較之下，隨之而來的愧疚和自卑在心底沉積，越堆越高，嫉妒也越來越深，使她陷入了惡性循環的泥淖中無法自拔。茜茜開始逃避小芸以及和小芸有關的一切，只為了得到一絲喘息的空間；嘴角，卻沉重得再也提不起來。

有一次上課，老師請每一位同學稱讚班上另一位同學的優點。果不其然，對小芸的讚美如暴風般一再吹寒茜茜的心。

「我很欣賞茜茜，身為基督徒的她總是很有愛心，而且她星期六整天都待在教會，還可以把所有的事情都完成得這麼好，我很佩服。我也很羨慕她有這份信仰，讓茜茜看起來很開心，都沒有煩惱。」

茜茜愣了愣。回過神來，冰冷的心被一股突如其來的暖流包圍，長久以來的忌恨和自卑融化了，化作潛潛淚水。她從未想過，自己在小芸眼中竟是如此正向的人。奇妙的是，茜茜這次不再因羨慕小芸而貶低自己；相反地，嫉妒在剎那間煙消雲散，束縛已久的心因小芸的肯定而得到釋放。

以前，看著遙不可及的小芸，茜茜對於她擁有自己所缺乏的而感到不安；現在，茜茜願意放下驕傲的面具，由衷欣賞小芸的優點，也試著肯定自我，兩人更因此變得熟悉。

茜茜這才知道，小芸並不是毫無缺點——她也不滿意自己總是事事要求完美、給自己太大的壓力，所以很羨慕有信仰可以倚靠的茜茜。與其排斥缺點，和茜茜不同的是，小芸選擇先學習接受它的存在，再設法逐漸改變，藉由一次次的調整，更加接近自己喜歡的模樣。

羨慕和比較依然會在內心徘徊，但茜茜不再以嫉妒填補缺口，而是以欣賞的態度追求更好的自己。比起先前相信自己永遠都是第一的驕矜狂妄，如今已願意承認「人外有人」而不減損自信心，茜茜覺得心靈更加富足——對呀，她是她；而我，也是我。

X X X

讓茜茜跌入谷底的絆腳石是什麼呢？是嫉妒。

嫉妒，最原始的樣貌是「羨慕」。

羨慕原是幫助我們成長的動力，例如以利沙羨慕老師以利亞，能得到神的力量幫助先知的工作，因而求得「願感動你的靈加倍的感動我」，最終也真的蒙神賜福，倚靠祂的大能大力行了許多神蹟奇事。

「羨慕」在聖經中也是一個美好的詞，作詩的人說：「我羨慕祢的訓詞；求祢使我在祢的公義上生活！」（詩一一九40）；保羅說要「羨慕善工」，要我們因羨慕而積極為主做工；「他們卻羨慕一個更美的家鄉，就是在天上的」（來十一16），說明了古聖徒羨慕天家，懷著盼望堅守道理。由此可見，羨慕可以驅使我們前進，是成為美善的力量。

試想，為什麼羨慕會變質成嫉妒呢？因為我們在面對更優秀的人時，缺乏正確的心態。文中的茜茜因為從小習慣於周遭的讚美，產生了「沒有人比我更好」的錯覺，卻在遇到更強勁的對手小芸時，失去了自信，進而產生嫉妒。事實上，茜茜原先的自傲僅來自於旁人的稱讚，因為對自己沒有清楚的認識，當讚美的聲音消失，就如同聚焦的鎂光燈熄滅，便無法散發出自我的光芒了。

然而，我們真的知道自己的優勢是什麼嗎？小芸羨慕茜茜有著堅定的信仰，這是茜茜從未發現的優點，先前她甚至還不斷抱怨：「為什麼會輸給一個未信主的女生？」

我們，是否有身為基督徒的自覺呢？

惟有你們是被揀選的族類，是有君尊的祭司，是聖潔的國度，是屬神的子民，要叫你們宣揚那召你們出黑暗入奇妙光明者的美德（彼前二9）。



這是我們很熟悉的經節，但我們卻時常忘記自己的身分，甚至害怕告訴別人自己就是基督徒。耶利米先知說：「祢的言語是我心中的歡喜快樂，因我是稱為祢名下的人。」身為神所愛的子女，蒙神的帶領與保守，有神作為我們最堅固的盾牌，這本身已經是一個無法超越的優勢了。

神又是如何看待嫉妒的呢？箴言說：「心中安靜是肉體的生命；嫉妒是骨中的朽爛」（箴十四30）。在保羅書信中記載的各種不義行為，總少不了嫉妒；聖經中以嫉妒出名的人物，最後往往也是以悲劇收場。

最出名的兩個例子，莫過於該隱和掃羅了。該隱因為神沒有看中他的祭物，犯下了人類歷史上第一起謀殺案。神曾對他說：「你為什麼發怒呢？你為什麼變了臉色呢？你若行得好，豈不蒙悅納？」當我們確實做得不比別人好時，是以什麼心態去面對呢？是全盤否認別人的努力、拒絕承認自己不如人的逃避心理，還是坦誠面對自己的疏忽，並盡力在下次改進呢？

掃羅是一國之君，卻沒有寬宏的氣度，只因婦女們「掃羅殺死千千，大衛殺死萬萬」的唱和聲，便發怒不悅，從此怒視大衛。這也讓魔鬼有了趁虛而入的機會，使他一生在憤怒和愧疚中擺盪，最終以自盡收場。嫉妒會使人失去理性，甚至鑄下大錯，喪失靈命。


那麼，究竟要以什麼心態去面對比我們優秀的人呢？

首先，必須知道每一個人都是獨一無二的，都是神呵護至極的寶貝。你的才能與個性皆是神親手塑造的，所以，「我們各人蒙恩，都是照基督所量給各人的恩賜」（弗四7），應當「各人要照所得的恩賜彼此服事，作神百般恩賜的好管家」（彼前四10）。每個肢體都有自己的功用，各司其職，彼此幫補，才能合而為一，成為完整的身體。

再者，「清楚認識自己」顯得非常重要。當別人擁有我所欠缺的優點，我能察覺；同樣地，我也擁有別人所沒有的長處。了解自己的優缺點並建立自信，可以避免我們在比較中迷失自我。

最後，要保持心裡柔和謙卑。有了自信心，也不要自視甚高，謙卑才是神所喜悅的。柔和謙卑的態度，讓我們放低姿態，能看見並欣賞別人的優點，進而激勵自己向他人學習。

耶和華啊，現在祢仍是我們的父！我們是泥，祢是窯匠；我們都是祢手的工作（賽六四8）。

神的工作是沒有缺陷的，願你在肯定自己、欣賞別人中，成為更好的自己。 

問題討論：

試著列出自己的10個優點（也可以問問身旁的人），並比較看看兩者眼中的你有何異同。