

6.26
MONDAY
詩篇
34

年輕的朋友們，聽我說，我要教導你們敬畏上主。你們要過愉快的生活嗎？要享受長壽康樂嗎？你們的舌頭就不該出惡言；你們的嘴唇也不可撒謊。要棄惡從善，竭力追求和平。（詩34:11-14）

管好自己的嘴

詩篇34篇一首頌讚上主美善的詩歌。詩人感謝上主，因祂使受苦者脫離苦境，讓受困者得到拯救，讓悲傷的人能得到喜樂。字裡行間，詩人也寫出對信仰的體悟與教導，並且肯定人的軟弱和破碎，都能在主裡得著拯救。

在這中間也出現一段對年輕朋友的勸誡，指出若想過平安喜樂的生活，就不要口出惡言或撒謊，追求善良和和平。這就很值得我們省思，或許詩人在過往的困境中，曾經遭遇他人言語的背叛與攻擊，因此他特別有感，能管好自己的嘴是很必要的特質。

如今在社群網路有不少「酸民」，以留言諷刺霸凌別人的為樂，但很多研究指出，酸民通常心理不太健康，因為他們的言論缺乏同理心，思考負面偏情緒化，溝通能力也有問題。無論是面對面或網路溝通，能夠好好說話，使自己與他人都有好的感受，何樂不為，更是蒙主喜悅的。



(在社群網站上，我的言語文字是否有見證?)

美善的上主，求你使我有智慧的說話
與行動。奉主耶穌基督的名祈禱，阿們。

