

## 嫉妒的定义

嫉妒这词语，在英文里，它同时有羡慕的意思。维基百科解释羡慕，是指到一个人意识到自己的身分、成就和财产各方面，都不及别人，于是，很渴望得到这些物质。另一方面，羡慕也是希望别人，无法得到那些自己想要的物质的一种情感。

嫉妒有两种性质：

一、攻击性嫉妒：绝对是负面的情绪，包含了三种心态。

1. 怨恨别人所拥有的好处或物质，并且渴望自己能够拥有跟别人一样的好处。
2. 贪恋别人所有的，人会用尽计谋，甚至不惜加害于人，渴望从别人手上得到。
3. 拉丁语中表达攻击性嫉妒这个词，是指到“充满敌意地看待”的意思。

从怨恨、贪恋和充满敌意地看待，可以看见嫉妒的程度，是逐步升级，一个比一个厉害。

二、防守性嫉妒：也是一种不可忽视的情绪。

1. 是渴望保护或保持自己所拥有的。
2. 是一种持有欲的表现，以拥有的东西来肯定个人的价值。
3. 在希腊文字的表达，含有“热心的”或“充满愤恨的”意思。

有时，防守性嫉妒是出现在一种正当的契约关系中，因一方的不忠、受到威胁而产生妒忌。举例：婚姻关系里，其中一方不忠，另一方感到嫉妒是可以理解。反映婚姻的约和关系，需要保护和重视。因此，这种防守性嫉妒的情绪评估，要视乎具体情况而定，关键在于如何处理这种情绪。

### 圣经对嫉妒的教导

保罗说：“我为你们起的愤恨，原是神那样的愤恨，因为我曾把你们许配一个丈夫，要把你们如同贞洁的童女，献给基督。我只怕你们的心或偏于邪，失去那向基督所存纯一清洁的心，就像蛇用诡诈诱惑了夏娃一样。”（林后 11：2-3）这里保罗说的愤恨，英文翻出来是嫉妒。他是因为担心哥林多教会信徒，听从假使徒的教导，失去清洁的心。他那嫉妒的心是因着爱而产生的，是一种神圣的嫉妒。

神不能容忍以色列人拜偶像，他对百姓的忌恨，像人谈恋爱，不能容忍恋人去爱别人的嫉妒的心情一样（出 34：14）。背约而生的嫉妒，是属于正确自然的情绪和反应；与一般防守性嫉妒不同。防守性嫉妒是为保住自己利益而出现的愤恨情绪，实在不能与因违约而产生的情绪相比。因立约须要双方都坚持守着，所立的约，一旦被毁，双方都受影响。

两种不同性质的嫉妒的分别：

1. 攻击性嫉妒的情绪，是来自人强烈获取的欲望。防守性嫉妒的情绪，乃是因害怕失去所有而

产生的。

2. 攻击性嫉妒牵涉两方，自己和假想的对象，但防守性嫉妒可能牵涉三方。举例：扫罗忌恨大卫，本属两方面的对立，但扫罗与大卫之间的嫉妒，是来自百姓对大卫的拥戴。扫罗听到别人赞赏大卫，就产生了防守性的嫉妒情绪。

无论是攻击性或是防守性的嫉妒，都不能轻看。两种特性的嫉妒，都会让人陷入罪恶的网罗。嫉妒这种负面的情绪，影响人的思想，无论是人想要获取、或是人为求自保，都会容易让人产生犯罪的行为。人怀着嫉妒的情绪，会渐渐形成愤怒。当愤怒累积到某程度爆发出来，便对其他人完全失去怜悯，心中只有报复的仇恨，结果就引发出对人很大的伤害。如圣经说的那样：“因为人的嫉恨成了烈怒，报仇的时候决不留情。”（箴 6：34）

欢迎来信辅导部 [cc@liangyou.net](mailto:cc@liangyou.net)，回应讨论话题。学员如需要接受辅导服务，请填写在良院网站的“表格下载区”的“辅导申请表格”，辅导部会按着个别情况和需要，安排电话约谈时间。