

聖經真理簡介 (17)

謙卑

美德中的美德

李國慶 著

要在主面前謙卑，
他就使你們高升。

雅各書 4:10

施恩的神，懇求禱改造變化我們，要我們效法基督的榜樣，不高舉自己，不輕視他人，總是存著謙卑仁愛的心，終身服侍，彰顯禱的榮耀。讚美神，阿們！

目錄

第一章 謙卑的意義.....	1
第二章 驕傲和謙卑.....	8
第三章 耶穌的謙卑.....	15
第四章 怎樣做個謙卑人?.....	20

第一章 謙卑的意義

要在主面前謙卑

1. 親愛的朋友，你對「謙卑」一詞有什麼理解？甚麼是謙卑？謙卑的意義是怎樣的？一般人的理解是，人與人相處要客氣平易，不要冒犯別人，不要驕傲自誇，要溫順柔和，取中庸之道，謙卑的意義大致就是這樣。

但基督徒的謙卑有更深層的意義。基督徒生命的大原則，就是要在神面前接受自己是被造物，承認自己生命完全依靠創造主。人要感到自己的不足，需要神的眷顧保守；有這樣的需要，他就自然而然地有謙卑心態。知道自己的微小，認識自己的絕對依賴，人要謙卑地祈求神給他各種恩賜，然後又在領受所有恩澤和祝福時，恭敬地將一切榮耀歸給祂。謙卑的意義，可以說就是在神面前找到正確的位置。

謙卑對基督徒有特殊重要性。神的屬靈恩典有一特色，就是並不給予那些認為不需要的人，但大大賜給那些有需要的人。人要得着神的幫助，先要認識自己的軟弱無能。謙卑的人知道自己缺乏，向神祈求，就會領受祂的大恩；不斷仰望神，就會得祂的充滿。

我們蒙神大恩得救的罪人，當然想取悅神和領受祂的祝福，想靈命得提昇，屬靈光景得豐盛。要得到這些益處，我們需要過謙卑的生活，因為聖經多次說明，神賜恩給謙卑的人、祝福謙卑的人。

對基督徒來說，謙卑是領受神的祝福和成功靈命的關鍵。

雅各書 4：10 要在主面前謙卑，他就使你們高升。

「美德中的美德」

2. 謙卑被基督徒譽為「每一個美德的根源」，「所有美德的中心」，和「美德中的美德」。亦有人說，聖靈果子的九個美德，都是從謙卑的土壤長出來的。對基督徒來說，謙卑是一個重中之重的

美德。

謙卑不是輕看自己，而是少看自己；不是睇小自己，是少睇自己。謙卑不是錯誤地低估自己，認為自己一無事處、毫無價值；而是在神前面承認受造物的地位，自己力量不可恃，願意倚靠神。謙卑是不單只從自己角度看自己，亦從神角度看自己。

謙卑不是叫人有自卑感，不是妄自菲薄，而是叫人有自知之明，有正確的自我評

估，不要自視過高。謙卑的人不會自我貶抑，有低落的自我形象，因為他是神創造物的冠冕，是照著祂的形像創造的；他的永恆生命是何等寶貴，是重價買來的。他也不會自高自大，因為他知道自己是一個腐爛敗壞，應去地獄的罪人。活在真理中，基督徒有正確的自我形象，不會自卑或自大；這兩者都是自我的一體兩面，都是出自自我中心的心態。

謙卑是一個榮耀非凡的美德，但它的意義不容易理解，現在讓我們學習神的話語，關於謙卑的教導。

詩篇 149:4 因為耶和華喜愛自己的百姓，他要用救恩當作謙卑人的妝飾。

伊甸園的罪

3. 聖經的教訓說，人是神所造之物，從出生至永恆，人的生命和福樂完全都是依靠神。他一生所擁有的都是神的恩典，他是屬於神的，所以他應該終生忠心服侍及榮耀神。

人的主要罪行就是不承認他受造之物的地位，尋求脫離神的管轄，想做自己「生命的主人，靈魂的主宰」。這是極不謙卑、極為驕傲的行為。這個就是人類第一宗罪的根本意義。

在伊甸園裏，撒但透過蛇去誘惑女人，去吃善惡樹上的果子。撒但給亞當夏娃這驕傲的意念：吃了分別善惡樹的果子，他們就能像神一樣，知道善惡。這個誘惑的意思是，他們可以自己訂立善惡的道德尺度；無須依靠神，可自行判斷和決定行為的好壞；換言之，蛇誘惑人去作自己的神。這驕傲意念，就使他們違背神的禁令，吃了禁果，犯罪墮落。

一作者解釋說：「重點不在於夏娃會擁有善惡的知識，而是她會給善惡定義，為自己決定什麼是對或錯。這就是罪的本質：我們篡奪了全權神的位置。」(Gary Inrig, *True North*, 頁 57)

創世記 3:5 因為神知道，你們吃的日子眼睛就開了，你們就像神一樣知道善惡。」

神最憎惡的罪

4. 神最憎惡的罪就是驕傲，因為驕傲的人會叛變，會尋求獨立，他會否認神給他的一切恩典，從而奪取神的榮耀。驕傲會令人不能信神，斷絕和神的交通，因為他想做自己的神。神不會救驕傲的人，會任由他面對審判和懲罰，因為他將神的恩典拒之門外。

相反地，謙卑是「每一個美德的根源」，因為謙卑的人會在神面前自卑，接受神的

管轄。這樣，神就可以進入他的生命，改造變化他，給他種種屬靈恩典。所以謙卑和驕傲就決定人的生命歸宿、永恆福祉。

雅各書 4:6 但是他賜更多的恩典，正如經上說：「神抵擋驕傲的人，但賜恩給謙卑的人。」

就當捨己

5. 謙卑的意思是人承認受造之物的地位，承認他完全依靠神，他需要服從和服侍他的主人。謙卑的人會摒棄、消除自我，令自己成為一空空的器皿，去彰顯神的榮耀。謙卑的人知道自我是神和人之間的重大障礙，會阻礙神進入他的生命，會使他的靈命窒息。

所以耶穌說，我們要捨己。我們不要為滿足自我和自私慾望而活，而是要為遵從神的意旨、崇拜和服侍神、榮耀神和以神為樂而活。我們要向自己死，向耶穌活；不是為滿足自己的野心和貪婪而活，這是謙卑生活的基礎。

馬太福音 16:24 於是耶穌對門徒說：「若有人要跟從我，就當捨己，背起自己的十字架來跟從我。」

自我殲滅

6. 自古至今，所有聖賢都同意，謙卑和摒棄自我是基督教美德的中心。約翰·衛斯理，循道會的兩個創辦人之一，很有智慧地說：「真正的謙卑是一種自我殲滅；這就是所有美德的中心。」

蓋恩夫人，十七世紀法國潛修者，亦說：「所有神在基督徒裏培養的恩典，都是從自我的死生長出來的。」

施洗約翰是耶穌的先驅者，亦是聖經人物的謙卑典範，他說他就是給耶穌解鞋帶也不配。他以下的經典名言是眾人皆曉的。

約翰福音 3:30 **他必興旺；我必衰微。」**

你們就不能做甚麼

7. 南非牧師慕安德烈說：「真正的謙卑是，在神的光裏，我們看到自己不是什麼，又自願捨棄、摒棄自我，好讓神成為我們的所有。」

謙卑的人懂得生命之道，是要專心仰望神，忘記自己。

另一位作者寫道：「真正的謙卑不僅意識到我不是什麼，而且認識到神是一切。它承認我不能單靠自己，但神能令我堅定和堅強。謙卑看到，除了基督，我什麼都不

能做，但在基督裡，我可以完成任何神為我設計的事情。」（Iain M. Duguid, *Daniel*, 頁 71）

約翰福音 15：5 我就是葡萄樹，你們是枝子。常在我裏面的，我也常在他裏面，這人就多結果子，因為離了我，你們就不能做甚麼。

存謙卑的心與你的神同行

8. 奧古斯丁有一至理名言，他說：「若然你問我，什麼是神的行為方式，我會告知你，第一是謙卑，第二是謙卑，第三是謙卑。不是因為沒有其他的準則，但是若然我們所做的一切不以謙卑為先，我們的努力是不會有成果的。」

這確實是非常符合聖經的教導，因為神對人類的要求之一，據先知彌迦的著名金句所說，就是存謙卑的心與祂同行。

彌迦書 6：8 世人哪，耶和華已指示你何為善。他向你所要的是甚麼呢？只要你行公義，好憐憫，存謙卑的心與你的神同行。

第二章 驕傲和謙卑

撒但的驕傲

9. 之前我們見到，驕傲是人在伊甸園墮落的根本原因(見上第3段)。在人墮落之前，撒但亦是因驕傲而淪為魔鬼天使。神創造了一天使叫路西法，他顯然是最高的天使長，是明亮之星，完美的典範，智慧充足，全然美麗(結28:12)。但他渴望與神一樣，與神同等，他的驕傲就使他自我崇拜，背叛神，變成了邪惡的撒但。他自己想要像神一樣，他亦誘惑夏娃去想像神一樣。

撒但的墮落，惹來神的審判，永恆燒着的火湖是神為他和他的使者所預備的，是他們將來的份[分]。

以賽亞書 14:14 **我要升到高雲之上。我要與至上者同等。**

該隱的嫉妒

10. 很多人類的罪行，都是源自自我和驕傲。讓我們看看嫉妒這個例子：嫉妒是見到他人有較好的景況、更高的成就，因他人勝過自己，而心生妒恨的心理狀態。人察覺他人的際遇，比自己的優越，就懷有冷漠和敵視的情

感。但若然我們沒有自我，沒有驕傲，別人怎樣優勝卓越，別人享有的美好際遇，又與我何干呢？它們怎能影響我，令我感不愉快或心中不忿呢？

該隱是亞當的長子，他見到耶和華看中了他弟弟亞伯和他的供物，卻看不中自己和自己的供物，就非常生氣。該隱嫉妒亞伯給神更好的供物時，無疑他是充滿自我，充滿驕傲。因為他的嫉妒，他就殺了他的弟弟，犯了人類第一宗謀殺罪，亦是第一宗殺害兄弟的罪。

創世記 4:8 該隱與他弟弟亞伯說話。二人正在田間時，該隱起來攻擊他弟弟亞伯，把他殺了。

建造巴比塔

11. 亦是因為驕傲，人就企圖在巴比建造一座城和塔，建至「塔頂通天」，想直通天堂，好使他們可揚名。他們想推舉人的能力、人的功績，想留芳萬世，就犯下對神有敵意的惡行。他們被驕傲沖昏頭腦，幼稚地以為人手所建的塔能觸及天。

神從創世時給人的吩咐，是要人「生養眾多，遍滿這地」(創1:28, 9:1, 9:7)，然

而人就是不遵行神的旨意，不要分散，偏要聚在一處。

因為人的高傲、狂妄和無知，他以為單憑他的超卓能力，就可到神那裏去。結果神變亂了人類的語言，將他們分散在全地上，他們的計劃失敗。

一次又一次事實證明，高傲自大、驕傲自誇是種種罪惡的根源。

創世記 11:4 他們說：「來，讓我們建造一座城和一座塔，塔頂通天。我們要為自己立名，免得我們分散在全地面上。」

國王的驕傲

12. 在聖經裏，神懲罰驕傲人的例子比比皆是。在所有世人中，由於他們所擁有的權力和威嚴，國王是最容易感到自豪的。

在摩西的日子，埃及的法老是世上強國的獨裁君王。因為他的自高自大，他不認識神，斗胆問摩西耶和華是誰，為什麼他要服從祂？因為他的傲慢和悖逆，神用十大災害來審判和懲罰他和他的國民：

法老說：「耶和華是誰，要我聽他的話，讓以色列人去？我不認識耶和華，也不放以色列人走！」（出 5 :2）

大衛王是合神心意的僕人，但他因一時驕傲，下令約押元帥調查人口，因為他想知道他有多少兵力。於是，耶和華降瘟疫給以色列，使七萬人喪命：

自早晨到所定的時候，從但直到別是巴，百姓中死了七萬人。（撒下 24:15）

猶大王烏西雅一生行耶和華眼中看為正的事，蒙神眷顧作王五十二年。晚年時却因自覺強盛，就心高氣傲，以致敗壞。他不是祭司，卻要親自在香壇上燒香，干犯耶和華的殿。結果耶和華降災於他，他染上癩瘋，直到離世：

烏西雅王患癩瘋直到死的那日（代下 26:21）。

希西家王敬畏神，經歷神的拯救和醫治，後來卻因心裏驕傲，將他寶庫中的一切寶物，都顯給巴比倫王所差來的使者看。因為他炫耀自己的財富，就惹來神的審判：

耶和華說：『看哪，日子將到，凡你家裏所有的，並你祖先積蓄到如今的一切，都要被擄到巴比倫去，不留下一樣；（王下 20:17）。

在新約時代，希律王因為驕傲自大而猝死。有一天，當他穿着皇袍，從他的寶座

發表演講，群眾給他一個站立的鼓掌。因為他接受了它，但沒有給神榮耀，神的天使就懲罰他被蟲咬至死：

希律不歸榮耀給神，所以主的使者立刻擊打他，他被蟲咬，就斷了氣。(徒 12:23)

末世的驕傲

13. 聖經一早預言，最終，世界末日臨近的時候，人的特性就是充滿自我、自誇和狂傲。我們若察看現今世代的人的極為自私傲慢行為，就知道世界末日會很快來臨。

在這驕傲猖獗的世代，謙卑的美德是何等的缺乏。驕傲是萬惡之根，謙卑是眾德之源；罪人的自然驕傲心態，只有聖靈栽培的謙卑品格才能防治。

提摩太後書 3:2 那時人會專愛自己，貪愛錢財，自誇，狂傲，毀謗，違背父母，忘恩負義，心不聖潔，

罪惡的根源

14. 古時的偉大聖賢都深切明白，驕傲的危險和力量。奧古斯丁認為它是「罪惡的根源」。聖方濟各認為它是屬靈第一號敵人。魯益師稱它為「屬靈癌症」，又說「驕傲引至所有其他罪行：它是完全與神對敵的心態」。斯

托得認為：「驕傲是最大敵人，謙卑是我們好朋友。」

一牧師給驕傲這定義：「驕傲就是當罪人渴望得到神的地位，和拒絕承認他們對神的依靠。」難怪神「憎惡」驕傲。神的話語令我們毫無疑問知道，祂對驕傲的心和自負的態度極之反感。

箴言 16：5 凡心裏驕傲的，為耶和華所憎惡；擊掌保證，他難免受罰。

我算不了甚麼

15. 驕傲的對立面和「解藥」就是謙卑。因為驕傲認為自己比別人更優越或更重要，謙卑卻認為別人比自己更優越或更重要。所以要克服驕傲這罪行，就必須實踐謙卑這美德。使徒保羅勸導我們，要常常看別人比自己強（腓 2:3）。

但怎樣可以做得得到？這是否會是假謙卑？我們有時很明顯比別人強，又怎樣可以常常看別人比自己強？很多虔敬信徒都異口同聲說，可以做得得到。若然我們在尋求神的時候，已失去了自己，自己已經不是什麼，我們就可以做得得到。一作者說：「看自己時是看自己的短處，看別人時是看別人的長處；這樣，就能『看別人比自己強』。」

若然我們靠著神的恩典，做到摒棄自我，讓神成為我們的一切，就真正可以看別人比自己強，因為自己已算不了什麼！

很多聖經人物都認為自己不是什麼，不配得神的恩惠。

亞伯拉罕，上帝選民的始祖和信心之父，認為自己只是「塵土灰燼」，不配向神祈求：「看哪，我雖只是塵土灰燼，還敢向主說話。」（創 18:27）

摩西是舊約的屬靈巨人，他問自己，「我是甚麼人」，認為自己不配做神的先知：「我是甚麼人，竟能去見法老，把以色列人從埃及領出來呢？」（出 3:11）

大衛是合神心意的僕人，以色列人的王，但他也想「我是誰」，他自覺不配領受神的許多恩惠：「主耶和華啊，我是誰，我的家算甚麼，你竟帶領我到這地步呢？」（撒下 7:18b）

使徒保羅是早期教會的一大支柱，十三本聖經書卷的作者。他為耶穌受苦受難，最終更為義殉道，但他認為自己「算不了什麼」：雖然我算不了甚麼（林後 12:11b）。

第三章 耶穌的謙卑

降尊為人

16. 宇宙的創造者在一小村，很卑微、毫不光彩、不為人知的環境出生。祂被布包起來、放在馬槽裡，因為客店裡沒有地方，連一張小床都沒有。祂低微的出生，屈尊就卑，降生在一個尋常百姓，木匠的家裏，在卑陋的拿撒勒長大，就是典範一生的謙卑開始。

作為人子，祂遵從神的意旨，順服地上的父母；生活簡樸，身無長物；受約翰洗禮，履行全部的義；為罪人受刑罰，饒恕祂的逼害者；一言一行、一舉一動，都是柔和謙卑。

道成肉身是一極為屈尊、謙卑的行為。耶穌降尊為人，捨棄神的尊貴，成為人類的僕人。祂甚至順從祂所創造的人，被他們釘在十架上。

路加福音

2:6 他們在那裏的時候，馬利亞的產期到了，

2:7 就生了頭胎的兒子，用布包起來，放在馬槽裏，因為客店裏沒有地方。

我憑着自己不能做什麼

17. 耶穌多次在約翰福音說：「我憑着自己不能做什麼」(5:19, 30; 8:28)。神可以經耶穌完成救贖的工作，就是因為祂認為自己不能做什麼。因為祂沒有自我，所以祂是一個完全適合彰顯神的榮耀的空空器皿。

耶穌並沒有任何與神意旨不符的個人期望或野心。祂一生的目標就是侍奉和榮耀神；祂毫不注重個人的舒適安逸、愉快享樂。最終，祂是依照神的意旨為人類捨命。

約翰福音 6：38 因為我從天上降下來，不是要按自己的意願行，而是要遵行差我來那位的旨意。

謙和地騎著驢

18. 耶穌是萬王之王、萬主之主，配得以大榮耀、大能力駕雲降臨，但當祂進入耶路撒冷被稱為王時，只騎著低微的驢駒子。驢是謙卑的動物，不驕傲、不奢華，耶穌透過騎著謙卑的動物來表現出祂的謙卑。

但是祂第二次回來時，就會截然不同，祂將會騎著一白馬，充滿權能和榮耀，打敗敵人，凱旋歸來，建立祂的國度。

撒迦利亞書 9:9 錫安哪，應當大大喜樂；
耶路撒冷啊，應當歡呼。看哪，你的王來到
到你這裏！他是公義的，並且施行拯救，
謙和地騎著驢，

為門徒洗腳

19. 吃最後晚餐的時候，耶穌起來，脫掉
外衣，把一條毛巾綁在腰上，把水放
進一個盆裏，然後，祂開始洗門徒的
腳，並用束腰的手巾擦乾他們。我們
永不會洗別人的腳，但我們的主屈尊
地去這樣做，甚至洗祂敵人猶大的
腳。連這位為了錢財而出賣老師的卑
鄙小人猶大，祂也一樣虛懷服事。祂
甘心情願這樣做，是出於祂的謙卑性
格，更為祂的門徒樹立榜樣。

耶穌是全能的神、宇宙主哉，但祂倒虛自
己，在世上祂是一卑微的僕人，是最謙卑
的人。

約翰福音

13:4 就離席站起來，脫了衣服，拿一條手
巾束腰，

13:5 隨後把水倒在盆裏，開始洗門徒的
腳，並用束腰的手巾擦乾。

願你的旨意成全

20. 我們從耶穌釘十字架前在客西馬尼園的
禱告，可見祂對神的順服。祂是完全

捨己，完全遵從神的旨意，所以雖然祂恐懼喝神的忿怒的杯，祂仍然祈求要成就神的旨意。

耶穌俯伏在地上，以一完全順服的姿勢和態度禱告。在福音書我們見到，祂總是為別人祈求，這是祂第一次為自己祈求。

祂在客西馬尼園三次禱告，第一次禱告時的用字和第二次的不同；第一次祂求神說：「你若願意，求你將這杯撤去」；第二次卻說：「這杯若不能離開我，必須我喝，就願你的旨意成全。」這表示第二次禱告時，祂已勝過祂的恐懼，已辨識和謙卑地接受了神的旨意，祂必須喝掉那承載神對我們罪的烈怒的苦杯。

馬太福音 26:42 他第二次又去禱告說：
「我父啊，這杯若不能離開我，必須我喝，就願你的旨意成全。」

且死在十字架上

21. 耶穌在世最偉大的謙卑行為，就是為我們的罪受死，死在十架上。釘十字架是一種最殘酷、最羞恥、最痛苦的酷刑，是當時羅馬人用於奴隸和重犯的死刑。

就是因為耶穌的謙卑，我們才得到救贖。因為祂的謙卑，以溫柔的心忍受眾人的欺

凌，一言不發，順服於父，甚至接受最可怕的死亡，一個釘十字架的慘痛死亡。

祂降卑受辱，為人類犧牲捨命，作多人的贖價。願祂的大愛和謙卑激勵我們，去活出彰顯祂榮耀、流露祂恩典的生命。

腓立比書

2:7 反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子，

2:8 就謙卑自己，存心順服，以至於死，且死在十字架上。

父啊！赦免他們

22. 當耶穌正經歷釘十字架的苦痛和羞恥，和死亡的苦楚時，在祂最危急、最黑暗的時刻，祂沒有忘記關心別人，甚至祂的敵人，更為他們代禱。耶穌無疑是人類最謙卑的人，祂總是把別人放在第一位，是謙卑的完美典範。只有一個毫無自我的人，才可以在這情況下，還能說出以下這一句充滿愛和無我的說話。

之前祂教導我們要為敵人禱告，現在正處於水深火熱中，祂自己為我們樹立榜樣。

路加福音 23:34a [這時，耶穌說：「父啊！赦免他們，因為他們所做的，他們不知道。」]

第四章 怎樣做個謙卑人？

認識神的無比偉大

23. 謙卑是如此重要，當然我們都想做謙卑的人。但是如何可以獲得這叫人景仰的美德？我們可以做些什麼來擁有這個「美德中的美德」，這個「所有美德的根源」？在這裡，我想和各位分享一些聖經給我們的指示，教導我們怎樣去學習做謙卑的人。

首先，若然我們認識和思索神的無比偉大，就會覺得自己很卑微。神是宇宙的創造者、天地的主、生命作者。祂是永恆無盡、至高無上、可頌可畏、施行奇事的永生神，祂的偉大無法測度。祂是全能全知、全智全善的神。祂是萬有之首，擁有國度、權柄和榮耀；尊大、威嚴和力量都是祂的。

有這樣無比偉大的神，人怎能不在祂面前謙卑？

一作者寫道：「啊，我的讀者們，當神真正是在我們面前時，『我』就陷入微不足道！但是只有當我們專心致志祂的完美——祂的無窮、祂的威嚴、祂的無所不能——自我才會被遺忘。」(Arthur W. Pink, *The Life of David*, Vol. 1, 頁 220)。

歷代誌上 29:11 耶和華啊，尊大、能力、榮耀、勝利、威嚴都是你的；天上地下的一切都是你的；耶和華啊，國度是你的，並且你為至高，為萬有之首。

聖哉！聖哉！聖哉！

24. 在聖經的故事裏，每次人見到神的少許榮耀，人就覺得自己很渺小。以賽亞是上帝選民的先知，神的僕人，他可能有一個很好的自我形象，但他瞥見過神的聖潔之後，就察覺到自己是一個很污穢的罪人，他的自我形象就完全被粉碎了，他即時宣佈自己有禍。之前他宣告他的同胞因為他們的罪行有禍，現在他知道他和他們都是一樣有禍，因為他見過神的榮耀。

一作者寫道：「謙卑並不僅是感覺微小和無用——好像自卑感。它是感覺到神是多麼偉大和榮耀，並有鑒於此而察看自己。」

以賽亞書 6:5 那時我說：「禍哉！我滅亡了！因為我是嘴唇不潔的人，住在嘴唇不潔的民中，又因我親眼看見大君王——萬軍之耶和華。」

深思十字架的意義

25. 救贖全是神的恩典，是一份禮物，不是我們可以賺取、我們應得的。我們所有的儀式、獻祭、服事、善行或任

何功德都毫無救贖意義，惟獨是耶穌在十字架上的救贖大工救了我們。

神的獨一兒子，為我們的緣故成為卑微的人子，被掛在木頭上，受盡羞辱，流出寶血，痛苦地死去，洗盡我們所有的罪污，給我們光明榮耀的新生命。

想到我們一生最大的得着，我們的得救，在天堂的永生，人在這宇宙可得到的最大獎賞，是一個我們不能賺取的禮物，而全是神的恩賜，我們就不能不謙卑。越是深徹認識耶穌給我們救贖的恩典，對自己的評估就越是真實，就越為謙卑。

以弗所書

2:8 你們得救是本乎恩，也因著信；這並不是出於自己，而是神所賜的；

2:9 也不是出於行為，免得有人自誇。

認識自己

26. 有一牧師給謙卑這個定義：「謙卑就是考慮到神的聖潔和人的罪性，我們誠實地評估自己。」真正的謙卑，是懂得從神的角度察看自己。

若然認識神的偉大屬性之後，又認識到自己的敗壞罪性和全然墮落，我們就會醒覺，實在是極為羞恥，沒有什麼可以值得驕傲。我們就會找到在神面前應有的位

子，因為我們都是一群屬靈貧民、屬靈乞丐，天天向神犯罪，欠祂數之不盡，不能償還的屬靈巨債。

認識自己是從認識神開始。謙卑的人深深知道，正如一牧師說：「在己，他一無是處；在神，他應有盡有。」

耶利米書 17:9 「人心比萬物都詭詐，壞到極處，誰能識透呢？」

向神認罪

27. 認識自己的最佳方法就是不斷檢討我們的言行。我們都不能符合神的要求，都虧缺了祂的榮耀。耶穌的受難告訴我們，我們罪的嚴重程度，要神獨生子的寶血作為贖罪的代價。得知這真理使我們自知不配，就會變得謙卑。

每天將我們數不盡的種種罪行向神承認，會提醒我們自己的罪性和軟弱。我們需要不斷在神面前自卑，天天祈求祂的饒恕。

人要進入神的國需要悔改，而認罪是悔改的重要一步。一個人自以為義，就不懂得認罪悔改，以為自己不需要耶穌的救恩，結局就是永遠沉淪。

約翰一書 1:9 我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。

將一切的憂慮卸給神

28. 我們越是知道自己多麼需要神、多麼依靠神，就會越是謙卑。我們生命裏所有的好處，都是從祂而來。神是生命、愛、光和所有美善的泉源。從出生到永恆，我們的福樂、我們的一切，都是完全依靠祂。

在撒但的世界，自給自足是一眾人羨慕的美德，但在屬靈世界，它是一致命的罪行。謙卑的人不靠自己，聖經規勸我們要在神面前自卑，又教導我們自卑的方法，就是依靠神，將一切憂慮卸給祂。將一切憂慮卸給神，不是軟弱而是謙卑的表示。

彼得前書

5:6 所以，你們要謙卑服在神大能的手下，這樣，到了適當的時候，他必使你們升高。

5:7 你們要將一切的憂慮卸給神，因為他顧念你們。

生命的奇蹟

29. 每早起床，讓我有這樣的第一個思維：神今早給我生命的能量和活力的榮耀！讚美神！

整天我都要謹記，我擁有的一切都是來自神的手，包括我的生命和氣息、健康和力量、家人和朋友、工作和事業、及財富和享樂。神不斷供應給我空氣和陽光、飲食和住屋、以及其他生命必需條件，我感激不盡。

每晚我進入夢鄉之前，讓我有這個最後的思維：今晚神將會給我睡眠的恩典，在全能神的手裏我必然安穩。讚美神！

詩篇 4:8 我必平安地躺下睡覺，因為獨有你—耶和華使我安然居住。

培養感恩的心態

30. 我們需要培養感恩的心。我們應感謝神是我們的創造者、生命作者、供應者、幫助者、保護者、保守者、拯救者、救贖者。神是我們一生之主和救世主。神是我們的主人，亦是我們的恩人。神豐富的美善滲透我們生命的每一部分，令我們充滿感恩之情。

我們認識到，神創造天地萬物，給我們生命，從出生直至永恆，祂關愛我們，滿足我們的需要，賜我們無盡恩典。我們要抱有感恩的心態和人生觀，活出感恩圖報的生命。一個充滿感恩的心，亦是一個謙卑的心。

感恩的心態教導我們學懂謙卑，因為它提醒我們，神的極其偉大和我們對祂的完全依靠。它給我們的自我正確評估，使我們銘記神的無窮性和我們的有限性。

每一美好的事物，都是從祂而來的祝福，我們不可自吹自擂、驕傲自誇；我們萬萬不可說，我們的成就是靠自己的能力得來的，因為能力是祂給我們的。

申命記

8:17 你心裏說：『這財富是我的力量、我手的能力得來的。』

8:18a 你要記得耶和華——你的神，因為得財富的能力是他給你的，

慢慢言語

31. 與人交談，我們不要太急太快地去表達、強調自己，要耐心、謙卑地聆聽別人，聽取別人智慧。我們不應堅持推廣己見，強人接受我們意見比別人的優越，要聽從雅各的勸喻，快快地聽、慢慢地說。

一些信徒經常在人們面前作見證，講述自己親身經歷。但要小心，常常滔滔不絕、喋喋不休講及自己的信主過程、心路歷程、生平事跡，可能不是榮耀神的德行，而是榮耀自己的罪行。

生命要以神和他人為中心，不是以自我為中心。我們要少想自己，多關心別人。耶穌是最謙卑的人，越是謙卑就越像祂，越是驕傲就越像撒但。

雅各書 1:19 我親愛的弟兄們，你們要明白：你們每一個人要快快地聽，慢慢地說，慢慢地動怒，

服侍

32. 我們要跟隨耶穌的榜樣，做一群謙卑的僕人，去服侍別人，不是要被服侍；要將生命焦點放在別人身上，謀別人的福利，而不是只顧自己私利，成就自己的抱負。多多服侍就會令我們忘記自我，成為謙卑的人。

聖經的價值觀和世界的不同，真正的偉大不是被人服侍，而是像耶穌一樣服侍他人。

腓立比書

2:6 他本有神的形像，卻不堅持自己與神同等；

2:7 反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子，

2:8 就謙卑自己，存心順服，以至於死，且死在十字架上。

生命的短暫、無常

33. 生命是短暫、無常、轉瞬即逝的。我們今天還在，但明天就可能不在，因此聖經經常將人和一些虛無飄渺的事物比較，包括「虛幻」、「雲霧」、「草」、「花」、「一陣去而不返的風」、「草上的花」等。經常思索生命的短暫和無常，會令我們心感謙卑。

若然你此生運程不錯，雖然沒有信靠神，但是家庭、健康、財富、榮耀兼而有之，你亦要仔細想想，生命是有限的現實；地上生命瞬息渺茫、鏡花水月，人人都終有一天必死無疑！

有人說：「死亡的數據令人印象深刻，每一人中必有一人死。」死會使所有的事業成就、妻財子祿，都變成毫無意義，會埋葬我們的驕傲。

聖經的詩人忠告，這輩子年日如夕陽一樣隨時消逝，如草一般很快枯乾。地上生命總有一天會到盡頭，我們千祈不要忘記時間的短暫、生命的無常。

詩篇 102：11 我的年日如夕陽，我也如草枯乾。

禱告使我們謙卑

34. 禱告是實踐謙卑的最好方法，因為禱告時，我們承認神的偉大和我們的渺小。我們把一切的需要擺在祂面前，將一切憂慮卸給祂，我們肯定對祂的依靠。禱告越多，我們就越是謙卑。

有些信徒更有禁食禱告的好習慣。當我們剝奪身體的需要，讓自己感到身體虛弱，在神面前自卑時，自我就會減少，聖靈的同在就會增加。

禁食是否定自我的行為，在聖經裏是「刻苦己心」的同義詞。大衛在詩篇中多次禁食，在神面前自卑。

詩篇 35:13 至於我，他們有病的時候，我穿麻衣，禁食，刻苦己心；我所求的都歸到自己身上。

心靈貧窮的人有福了！

35. 最後，若然我們常常因神誇耀，謙卑地將一切榮耀歸給祂，我們就可漸漸讓祂掌管生命，做到摒棄自我。我們要承認神的全能力量、至大尊榮、極美大德，恆常讚美祂，稱祂為大。天天高舉祂的名，就會有忘我的熱衷。神在我們生命的地位越是顯赫，自我就會越是渺小。謙卑的人不斷仰望

神，就忘掉自己；專注神，就不專注自己。

除了承認神的偉大，又要承認自己的不足。基督徒的人生格言就是：心靈貧窮的人有福了！意思是，在神面前，承認我們是一群敗壞不堪，應去地獄的罪人；承認我們欠神不能償還的罪債，靈裏的貧窮和破產；我們一無所有，神是我們的一切；因為我們的罪性和罪行，有破碎的靈，憂傷痛悔的心；我們自知不足、虛懷若谷；這樣的人就必可承受神的國度。

親愛的朋友，這是神的話語的忠告，請聽罷！

馬太福音 5：3 「**心靈貧窮的人有福了！因為天國是他們的。**

經文引自《和合本修訂版》，版權屬香港聖經公會所有，蒙允准使用。

感謝我好友黃廣鴻弟兄贊助這小冊子的印刷費，張添來弟兄校對。

版權所有© 2023 李國慶。出版日期 2023 年 9 月。此福音冊子免費贈閱，歡迎索取。

作者簡介：李國慶弟兄，職業律師，教會執事，亦是在職傳道人。他著有一系列福音及末世預言冊子，包括：《福音》、《快樂》、《耶和華是我的牧者》、《復活》、《阿爸父！》、《耶穌釘十架》、《神恩浩大》、《神的憐憫》、《讚美神！》、《神愛世人》、《耶穌的回來》、《倒數開始》、《核武大戰》、《反猶太主義》、《末日大決戰》、及《敵基督》等。

他亦有建立：(1) 一個 YouTube 頻道，名為「末世預言-福音頻道」，及 (2) 一個網站，名為「末世預言-福音網站(網址：<https://www.khleepreacher.com>)；恆常用它們傳播神的大憐憫福音。

