

謙卑之梯

Benedict of Nursia
編輯室譯

12 簡樸

11 謹言

10 嚴肅

9 靜默

8 遵守規章

7 自貶

6 知足

5 認罪

4 忍受苦難

3 服從他人

2 履行神旨

1 敬畏神

主後四世紀初，羅馬帝國將基督教立為國教。此事表面上看，是基督教征服了羅馬帝國，但事實上卻是羅馬帝國腐化了基督教。

在此情形下，很多忠貞的基督徒及教會領袖們離開了都市的教會（政教合一的教會），遠避世俗，遁入鄉間及沙漠地區，建立教會及修道院。但是，年代久後，這些教會甚至修道院也逐漸世俗化而極需靈性的復興。在此時刻，諾西亞·本尼迪克(Benedict of Nursia)被神使用，將新的生命帶給當時的基督教世界。將謙卑及對付自我的道理教導當時的教會，這也是今天的教會及基督徒所需要的教導及功課。

請來同登謙卑之梯

聖經告訴我們「自高的必降為卑，自卑的必升為高」。因為自高就是驕傲。詩篇作者說，「耶和華啊，我的心不狂傲，我的眼不高大，重大和測不透的事我也不敢行。」（詩一三一）

我們若要在今生追求謙卑的生命，必需學習攀登雅各的天梯，他看見神的使者上去下來，往上爬（向天）代表謙卑，往下爬（向地）代表驕傲。我們的心若謙卑，我們必定向上爬，向上的每一步都是謙卑之步。了解謙卑之步，就有助於實行與實踐。

1 謙卑之梯第一級：敬畏神

謙卑之梯的第一步，是要我們經常不斷的敬畏神，時常思想神的話和祂的命令。求祂幫助我們遠離罪惡，並使我們越來越就近祂。



2 謙卑之梯第二級： 履行神旨

謙卑之梯的第二步就是拒絕自己的願望而施行神的旨意。主耶穌說：「我從天上降下來，不是要按自己的意思行，乃是要按那差我來者的意思行。」(約六38)我們要效法主的榜樣。

3 謙卑之梯第三級： 服從他人

謙卑之梯的第三步，因著我們對神的愛，我們也要謙卑順服別人。如此，我們就效法保羅所說關於基督的話，「存心順服，以致於死」(腓二8)。

4 謙卑之梯第四級： 忍受苦難

謙卑之梯的第四步是接受使命的擔子，以忍耐面對諸般傷害與痛苦，我們被召原是要持久不變。聖經說：「忍耐到底的，必然得救」(太十22)。

神有時會試驗我們好像熬煉銀子，主耶穌教導我們，人打我們的左臉，右臉也轉過來由他打；人要拿我們的一件衣服，全部由他拿去；人要我們走一里路，我們走二里；被辱罵就向他們祝福。

5 謙卑之梯第五級： 認罪

謙卑之梯的第五步就是對主完全沒有隱瞞。我們必須向主承認一切罪惡的思想與行為。大衛的詩說：「我向你陳明我的罪，不隱瞞我的惡，我說，我要向耶和華承認我的過犯，你就赦免我的罪過。」(詩三十二5)

6 謙卑之梯第六級： 知足

謙卑之梯的第六步是在凡事上知足。無論何種環境總是柔和謙卑，常存知足的心，相信神知道一切，祂與我們同在。

7 謙卑之梯第七級： 自貶

謙卑之梯的第七步是真心承認自己的罪性、罪根、罪行。認同詩篇作者的話：「我是蟲，不是人，被眾人羞辱，被百姓藐視。」(詩廿二6)聖經告訴我們，自卑自貶的人必會了解神的法則。

8 謙卑之梯第八級： 遵守規章

謙卑之梯的第八步是要遵守修道院(教會，神學院)之規章，並效法屬靈長者的榜樣。

9 謙卑之梯第九級： 靜默

謙卑之梯的第九步是言語寡少，學習靜默。聖經說：「你在神面前不可冒失開口，也不可心急發言。因為神在天上，你在地上，所以你的言語要寡少。」(傳五2)

10 謙卑之梯第十級： 嚴肅

謙卑之梯的第十步為嚴肅，讓我們不輕易嬉笑。聖經說：「心中的苦楚，自己知道。心裏的喜樂外人無干…人在喜笑中，心也憂愁，快樂至極就生愁苦。」(箴十四10, 13)

11 謙卑之梯第十一級： 謹言

謙卑之梯的第十一步是說話謹慎得體。「事務多，就令人作夢，言語多就顯出愚昧。」(箴五3)「寡少言語的有知識」。(箴十七27)

12 謙卑之梯第十二級： 簡樸

謙卑之梯的第十二步，我們不單內心單純，外表也要簡樸。無論在何處(在家園、在旅行或事奉主)，要經常保持端莊，不忘記我們的身份。

努力攀登謙卑之梯以上各級，將有助於我們更多領會神的愛並增加信心。我們若不斷努力攀登，就會覺得越來越輕省，最後將不覺費力而成為個人的生活方式。願神幫助你，藉著祂的靈使這謙卑之梯成為你個人親身的屬靈經歷，生命不斷進深，被神使用，完成祂在你身上的使命。☐

(蒙允節譯自《古典靈修》，Richard Foster 編，Harper San Francisco 出版。)