

# 敬虔的丈夫

## 第十三章 丈夫决心要谦卑服侍

你可能会想，作为一个丈夫，我到目前为止已彻底降卑了。但是，我的朋友，这不可能！谦卑这个话题，我们永远不会谈得过多。相信我，我们只不过是刚触及到谦卑这个主题。

我们可以这么说，要想长成基督耶稣要我们长成的身量，谦卑是不可缺少的一个特质。没有谦卑，人就不会归向神；没有谦卑，我们就不会爱主至深；没有谦卑，我们就不能成为基督的感人见证；没有谦卑，我们就不懂得如何爱妻子、服侍妻子；没有谦卑，我们就不能成为敬虔的带领者；没有谦卑，我们就不能享受神赐给我们的那种肉体亲密；没有谦卑，我们就不知如何恰当地与人交流；没有谦卑，我们就不能化解矛盾；没有谦卑，我们就不能正确地对付他人的罪，甚至连自己的罪也不能抵挡。总而言之，我们必须拥抱谦卑，活出谦卑，才能真正长成神定意叫我们长成的式样。正是基于这个原因，神借着保罗劝诫我们：

我为主被囚的劝你们：既然蒙召，行事为人就当与蒙召的恩相称。凡事谦虚、温柔……

(弗 4:1-2)

### 谦卑的敌人：骄傲

我们若心存骄傲，就不能谦卑下来。骄傲与谦卑是对立的，是神看为最可憎的罪之一。

凡心里骄傲的，为耶和华所憎恶，虽然连手，他必不免受罚。(箴 16:5)

骄傲是一种常见的罪。它到处泛滥，用许多方式展现自己。我们可能很不愿意承认，每一个人内心都有骄傲，无一例外。我们需要面对的问题不是“我也有骄傲吗？”，而是“我的骄傲藏在哪里？”，以及“我到底有多骄傲？”。人的倾向都是过多地为自己着想，过多地体贴自己。宣教士贾艾梅（Amy Carmichael）曾说过：“过多思考自己的人正是缺乏思考的人。”骄傲证实了你里面存在愚蠢和幼稚。作家查尔斯·斯温多尔（Charles Swindoll）也说过：“世上最小的包裹，是一个人的故步自封。”神对骄傲的人是这样评价的：

你见自以为有智慧的人吗？愚昧人比他更有指望。(箴 26:12)

骄傲是“一切罪恶之根”。虽然骄傲到处泛滥，但令人困惑的是，近些年，论及骄傲的书却是少之又少。你如果想大量阅读关于骄傲的题材，可以看一下清教徒的文学作品。

纵观整本圣经，你可以看到人有因着地位骄傲（太 23:6），因着能力的骄傲（代下 26:15-16），因着成就的骄傲（但 4:22），因拥有财产而骄傲（提前 6:17；太 6:19），因具备知识而骄傲（赛 47:10），因学问而骄傲（林前 8:1），因属灵恩赐而骄傲（路 22:24），自以为义的骄傲（罗 10:3），因受人尊重和喜爱而骄傲（加 1:10），甚至因自己的超自然经历而骄傲（林后 12:7）。我们的肉体很容易骄傲。骄傲是魔鬼很容易利用的网罗。清教徒汤姆·华森（Thomas Watson）曾说，“骄傲是灵性的烂醉；它像酒直接灌进了脑子里，使人腾空欲飞。骄傲是偶像崇拜之罪，而崇拜的就是他自己。”有些人用属灵的言词和行为去掩盖他们内心的骄傲，但骄傲依旧在那里。

## 圣经中的相关词汇

关于骄傲，希伯来文用了六个不同的词，这些词的含义是，“抬高”、“高高在上”、“放大”、“自以为是”或是“自我叛逆”。在希腊语中，关于骄傲的词可以分成两类：第一类所表达的意思有“一个人拉长或伸长脖子”（即感觉自己终于获得了成功或成就而不可一世）、“放大即自我膨胀”、“傲慢”；另一类所传达的意思是“盲目”、“目空一切”，甚至有“被烟包围”的意思。纵观整本圣经，不管是希腊文还是希伯来，我们发现整本圣经把骄傲的人定义为自视极高的人。他们自以为卓尔不群，高高在上，但其实，他们是瞎子！他们被骄傲弄瞎了眼睛，看不见神的真理，有时甚至看不到简单的现实。伟大的清教徒理查德·巴克斯特（Richard Baxter）曾说过：“大多数人很难觉察到自己的骄傲，所以他们口中斥责别人的骄傲的同时，内心常珍藏着自己的骄傲。”圣经中“骄傲”的同义词有：“虚荣”、“自负”、“夸口”、“狂妄”、“高傲”、“自以为是”、“自我膨胀”、“心高气傲”、“讥诮嘲讽”和“自我中心”。

## 圣经中的相关例子

圣经从未告诉过我们说“行了，你太小瞧自己了”或“你现在需要多想想自己”；相反，神给了我们很多故事和警示，恰恰是让我们不要如此。就本质而言，整本圣经都在教导我们要远离自我中心，远离自行其是。圣经中描述骄傲的例子不胜枚举。骄傲之罪的最佳案例是描述撒旦的。他质疑神、否认神的教导，说出了每一个骄傲之人内心的潜台词（创 3:1-5）。乌西雅侍奉神许多年，神使他亨通、出名、强盛，“但是他既强盛，就心高气傲，以致行事邪僻，干犯耶和华他的神”（代下 26:16）。尼布甲尼撒则因狂妄毁了他自己的生活，后来他在至高者面前谦卑自己，颂赞神是“能将行动骄傲之人降为卑”的那一位（但 4:37）。伯沙撒不但不从他父亲那里吸取教训，反而抬高自己，不尊崇神，以致被骄傲毁灭（但 5:18-30）。在《路加福音》18章10-14节中，法利赛人的祷告不蒙垂听，是因为他们觉得自己位高权重，自以为义。圣经中，其他被骄傲所毁灭的人包括扫罗王（撒上 18:7-9）、希律王（徒 12）和丢特腓（约叁 9）。

神给我们这么多的警告，提醒我们远离自我提升和自我服侍的欲望。骄傲常导致的后果是，让人或忘记神，或想凌驾于神之上。神凭着他一贯的信实，用以下经文揭示出骄傲是

毁灭性的罪：

骄傲在败坏以先；狂心在跌倒之前。(箴 16:18)

凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀，只要存心谦卑，各人看别人比自己强。各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。(腓 2:3-4)

## 骄傲的定义

人骄傲起来，眼睛只盯着自己。这是自我崇拜的一种表现形式。看一个人是否骄傲，最简单的方法是：他认为自己是一切美善、正义、一切值得称赞之事的源头；他还认为自己是成事者，靠着他自己，能成就任何有价值的事，他理应是所有事物的施恩者。就本质而言，他们认为所有的事物都应该源于他们，经由他们，归与他们并为他们存在。骄傲导致一个人会与他人起争竞，特别是与神争竞。骄傲总想居首位。汤姆·华森曾经说：“骄傲想把神废弃。”这句话形象地描绘出人的狂妄。

然而，世上也有另一些人，整天被自怜所缠累，被挫折感所淹没，他们又如何呢？其实，这不过是骄傲的变种。他们是骄傲这枚“硬币”的背面。这种人实在太过于关注自己了。神赐给他那么多的美好恩赐和天赋，他无动于衷，不知感恩；相反，他耿耿于怀的是他自己为何得到这样“不公”的待遇，为什么他不如别人“同样的好”。自怜的人急切地想要作个好人，但这不是为了神的荣耀，而是为他自己。他们想凭着自己的能力做事，也借机向人展示他自己的能力 and 手段，为要得人的尊崇。他要每个人都为他服务，喜欢他，赞同他。当他的想法得不到满足时，这个骄傲的人就会退缩到内心深处，患得患失，陷入恶性循环。以自我为中心的人常会哀叹自己未能如愿（位高、受人尊重），而且还觉得自己根本不存在骄傲，谬莫大焉。总结以上的分析，我们便知道，骄傲的人认为生活应当是围着他自己转的——他的快乐，他的成就，他的价值。由此，我们可以归纳出骄傲的定义，来帮助自己评估自己的意念和行为。骄傲是：

唯我独尊的心态(主人心态,而不是仆人心态):关注中心是自己、服务对象也是自己；

所追求的目的是自我实现、自我提升；心中怀有的欲望是操控一切、利用一切为自己得益。

## 骄傲的表现

如上所述，骄傲之罪会导致人漠视一切。这就是为什么我们常常很难发现自己骄傲，却很容易看到别人骄傲的缘由。以下是骄傲的一些典型特征，帮助我们即刻扫清迷雾，识别

自以为义。

1. 抱怨神、论断神。骄傲的人在困境中会想：“我为神做了这么多，看看神是怎么对我的。”（民 14:1-4、9、11；罗 9:20）

2. 遇事总缺少感恩的心。骄傲的人总觉得他们享受一切的美善是理所应当。因此，他对于得到的东西，从不知感恩，甚至还会抱怨说他们本该得到的应比现在的更好才对。这种人很容易挑剔苛责，怨言不断，永不知足。骄傲的人既不感谢神，也不感谢人。（代下 32:25）

3. 爱生气。骄傲的人也常是爱生气的人。他们生起气来可能是火山喷发，也可能冷漠退缩，不理别人；或给人脸色看，或自己焦虑沮丧。这样的人常常生气的原因是他们感觉自己的“权利”或期望没得到满足。（太 20:1-16）

4. 总看自己比别人好。骄傲的人往往趾高气扬，居高临下。他们很容易感到厌烦，对人与人的差异毫无包容之心。（路 7:36-50）

5. 对自己的地位、恩赐、能力自视过高，自我膨胀。许多骄傲的人对自己有着非常离谱的判断。他们需要得到现实生活的好好教训。他们需要听听这句话：“若是当初神没有给你，你今天有什么？”（林前 4:7）

6. 定睛于自己恩赐和能力上的欠缺。有些骄傲的人还没有品尝到骄傲的味道，原因是他们常常在贬低自己。但这也是骄傲的凭据，因为这些人常常以自我为中心，只想抬高自己。“我可真倒霉”，这种态度表面是自怜，背后是骄傲。（林前 12:14-25）

7. 完美主义。有些人力求每件事都做得尽善尽美，其动机常常是为了得到别人的赞许。他们这样做，或许可以使他们自我感觉良好。不管出于什么原因，这种行为是典型的自我服侍，也是骄傲。完美主义者的根本问题是小题大做，吹毛求疵。（太 23:24-28）

8. 喋喋不休。骄傲的人之所以常常说起来没完，是因为他们总觉得自己要说的话比别人的更重要。言多语失，我们的话太多时，罪就不可避免了。（箴 10:19）

9. 过多地谈论自己。骄傲的人常常在与人交流时控制话题，自吹自擂。藉与别人分享他的个人成就、良好品质之名，行夸夸其谈、炫耀自己之实。（箴 27:2；加 6:3）

10. 要么单打独斗，要么操控一切。对有些骄傲的人来说，在别人手下工作，服从别人的权柄，是极其困难的事。他们要做自己的主。他们可能会说，“我不需要任何人”或者“我不需要对我的信仰和教义负责”。这种人既顽固又任性，只有把别人羞得无地自容才高兴。他们可能还会说：“这就是我，没办法。”（林前 1:10-13；弗 5:21）

11. 太关注别人对自己的看法。有些骄傲的人太关注别人怎么看他。他做出的许多决定，都基于顾虑别人可能有的想法。有些人一辈子都在寻求得到别人的赞同和尊重。关注别人对你的看法，或者试着给别人一个好印象，都是为了讨人的喜悦，而不是为了讨神的喜悦。（加 1:10）

12. 容不得别人的批评。骄傲的人面对别人的批评会非常痛苦。这样的人不能容忍别人指出自己不完美、有缺点这样的事实。他们不能面对、接受真实的自己。（箴 13:1）

13. 缺乏受教之心。许多骄傲的人似乎什么都懂，好像是超人。他们怎么能从别人身上学东西！他们能把谁放在眼里？（箴 19:20；约 9:13-34）

14. 冷嘲热讽，伤害、羞辱别人。骄傲的人往往很不友善。他们贬低别人，通常是为了抬高自己。他们往往耍小聪明，借着开玩笑的方式来贬低别人，还为自己开脱说：“我就是这样的人。可不是故意的哦。”（箴 12:18、23）

15. 不愿意服侍人。骄傲的人不愿服侍人，因为他们从不懂得为人着想；有时候，被哄着才愿意去服侍。一旦没有赞扬，他们就不想再继续了。在服侍中，服侍动机的错误有个

最明确的标志，那就是想得人的称赞。（加 5:13；弗 2:10）

16. 没有怜悯之心。骄傲的人很少关心人。除了自己的想法和追求，他们再想不到还有什么别的事让自己牵挂。（太 5:7； 18:23-35）

17. 强词夺理、自我辩解、怪罪他人。你常常会听到一个骄傲的人这样说，“你是说这是我的错吗？”或者“好吧，那你呢？”（创 3:12-13；箴 12:1）

18. 拒不认错。骄傲的人会为自己的错误找出一大堆借口，比如，“我当时累了”、“那天我过得很糟”。（箴 10:17）

19. 从不请求别人的原谅。骄傲的人很少承认他们的罪或请求别人的原谅。他们或被骄傲蒙蔽了双眼，看不到自己的罪，即使他们知道自己错了，但为了面子，也不会谦卑下来，开口请求原谅。（太 5:23-24）

20. 缺少合乎圣经的祷告。大多数骄傲的人很少祷告，甚至从不祷告。他们即便祷告，也仅为自己求，而不是求神的旨意或为他人的需要代求（路 18:10-14）。

21. 不尊重权柄。骄傲的人常会厌恶别人对他发号施令。人们常以为这是顺服方面存的问题，而事实上，问题在于骄傲。不顺服恰恰是内心骄傲的必然流露。（彼前 2:13-17）

22. 不请自言。骄傲的人从不管是否被邀请发言，总是急不可耐地将自己的喜好和观点一吐为快。他们很难把自己的喜好或意见藏在心里。另外，他在表达这些个人喜好，时通常不考虑别人的感受。（腓 2:1-4）

23. 淡化己罪。骄傲的人尤其会觉得他们自己的罪没什么大不了的。他们认为自己的罪很少，而别人罪却很多。（太 7:3-5）

24. 夸大别人的罪和缺点。对骄傲的人而言，功劳是自己的，问题总是别人的。他们常在背后议论别人的罪，抓住不放，添油加醋。（太 7:3-5；路 18:9-14）

25. 对人缺乏耐心、轻易动怒。骄傲的人认为自己安排好的轻重缓急顺序，坚决不能改变，一旦计划被打乱，他们就会生气。（弗 4:31-32）

26. 嫉妒和羡慕。骄傲的人若没享受到别人得到的好处，便很难为别人获得成功或祝福感到由衷喜悦。（林前 13:4）

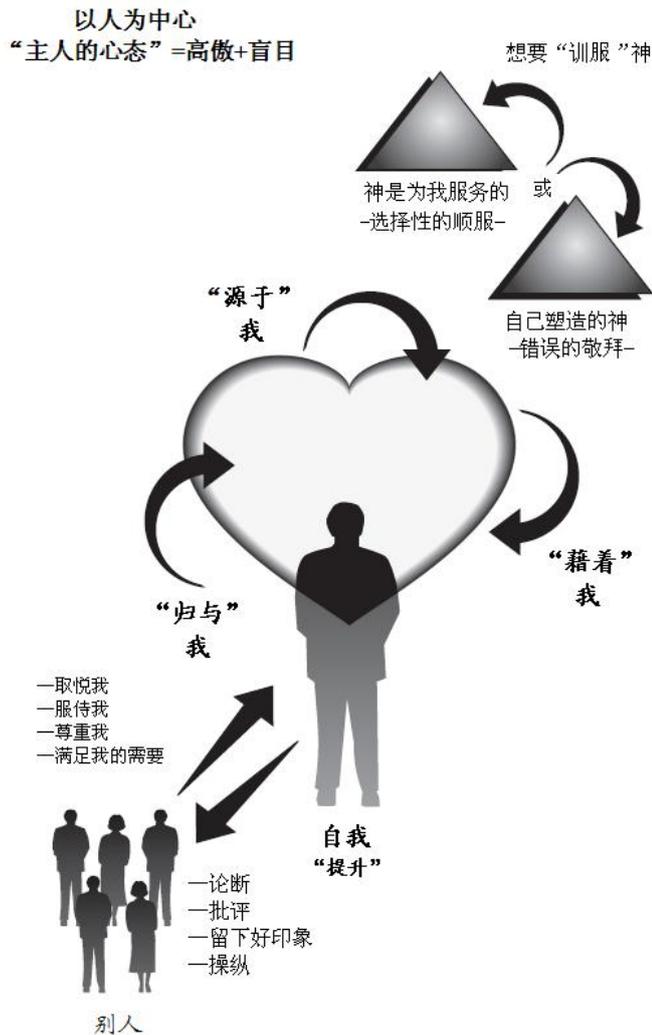
27. 利用别人。骄傲的人常把人看做可供他利用的工具。他们的关注点不是服侍人，而是坐享其成，似乎世上的每件事都是为了他，也因为他才存在的。（太 7:12；腓 2:3-4）

28. 文过饰非，自欺欺人。骄傲的人会采取一切手段，掩盖自己的罪和过错。（箴 11:3；28:13）

29. 吸引大家的注意力。骄傲的人可能会试着用各样的手段，如奇装异服、古怪行为、叛逆举动或哗众取宠地谈论自己的问题等方式，吸引众人注意，成为焦点人物。（彼前 3:3-4）

30. 缺少亲密的人际关系。骄傲的人通常不需要亲密的人际关系，他们觉得人际关系带来的麻烦远超过自己得到的好处。他们觉得自己完全可以自给自足，万事不求人。（箴 18:1-2；来 10:24-25）

我们可以用以下的图画方式来描述骄傲的定义和表现：



## 谦卑的特性

如果说骄傲是一种普遍流行的罪恶，那么谦卑就是一种濒临灭绝的美德。谦卑很少见，因为谦卑不是人与生俱来的。只有拥有圣灵的基督徒才能学会谦卑。我们越是学着谦卑，我们的生命就越会发生改变。正如骄傲是万恶之根，谦卑是万德之本。

旧约圣经里有几个单词译成谦卑或谦逊，大部分所指的是向下弯腰或俯伏的动作。这就是我们应该在心里要做的动作。新约圣经用了两个词形容谦卑，一个词的意思是奴隶般的，在底层的，趴在地上的；另一个词的意思是温柔的，温和的或者顺从的。在希腊文化中，这是两个非常负面的概念，然而基督却把它们显为美德。

## 我们最伟大的榜样

圣经中关于谦卑的榜样不胜枚举，当然，我们最伟大的榜样是基督耶稣。基督来到地

上本身就是奇妙的谦卑之举。我们试想基督在天上所拥有的一切——荣耀、尊贵、完全的敬拜和威严，然后再来看看在《腓立比书》2章6-8节中基督是如何谦卑自己的：

他本有神的形像，不以自己与神同等为强夺的，反倒虚己，取了奴仆的形像，成为人的样式。既有人的样子，就自己卑微，存心顺服，以至于死，且死在十字架上。

耶稣形容自己“心里柔和谦卑”（太 11:29，钦定本圣经）。当然，他知道什么时候要为了神的荣耀，口气强硬，严肃劝诫（太 23），但他的心里是真正谦卑的。基督在世上的时候，尽管自己是神，他还是完全顺服于天父的旨意（约 4:34；8:28-29）。他全心全意去荣耀神（约 17:1、4），成了众人的仆人，并教导他的门徒要如此行（约 13:3-17）。

因为人子来，并不是要受人的服侍，乃是要服侍人，并且要舍命，作多人的赎价。（可 10:45）

耶稣的立场与人们通常的想法截然不同。当今社会认为，为首的、被高举的人，才是最伟大的。然而，在耶稣看来，谦卑服侍的人才是最伟大的（可 10:43-44）。这就意味着，在神的眼中，骄傲的人是最末尾的。耶稣的生活与当今世界倡导的价值观正好相反。圣经真理向我们显明，我们应当采取基督的立场，而不随从这个世界的标准（罗 12:2）。

基督曾展现了很多谦卑的行为，其中，最伟大的就是为门徒洗脚（约 13:1-17）。虽然他是神，但他腰系仆人的毛巾，去清洗人脚上的污垢。你可能觉得人不可能做到比这更卑下的事了。然而，基督接下来的谦卑服侍更让世人难以想象，那就是为了你我这样的罪人忍受痛苦与死亡。既然全能的神愿意如此降卑，在生与死中服侍所有的人，我们就更应该愿意把自己摆在比别人低的位置上了。让我们也拿起“毛巾”和“洗脚盆”吧！

## 圣经中的其他例子

圣经中其他关于谦卑的例子比比皆是。当罗得要和亚伯拉罕分地时，亚伯拉罕让罗得先挑选最好的地（创 13）。圣经中说摩西“为人极其谦和，胜过世上的众人”（民 12:3）。施洗约翰承认自己就是给基督解鞋带也不配（路 3:16）。耶稣的母亲玛利亚完全顺服于神的旨意，说：“我是主的使女，情愿照你的话成就在我身上”、“我心尊主为大……因为他顾念他使女的卑微”（路 1:38、46、48）。还有，那个税吏捶着胸，祷告说：“神啊，开恩可怜我这个罪人！”（路 18:13）在新约众多关于谦卑的例子中，使徒保罗也算得上一个伟大的例子。他告诉以弗所教会的长老，说“我始终服侍主，凡事谦卑，眼中流泪”（徒 20:18-19）。保罗还称自己为罪人中的“罪魁”和“圣徒中最小的”（提前 1:15；弗 3:8）。在神的面前，保罗对自己有一个正确的认识。他说：

深哉！神丰富的智慧和知识。他的判断何其难测！他的踪迹何其难寻！谁知道主的心？

谁作过他的谋士呢？谁是先给了他，使他后来偿还呢？因为万有都是本于他，倚靠他，归于

他。愿荣耀归给他，直到永远。阿们！（罗 11:33-36）

## 谦卑的定义

一个人若是谦卑的，他就会以神、以他人为中心，而不是以自我为中心，甚至当他关注别人时，也是出于爱神和荣耀神的动机。他们无需博得别人的认可或赞同，跟神、跟人，都没有争竞。他们不需要提升自我，因为他们知道自己已经得着了赦免，与此同时，他们知道神的爱已倾倒在他們身上，这是人本不配得、神既赐予就永不收回的大爱。因此，谦卑人的目标是高举神，是鼓励他人，他们“不再为自己而活，乃是为替他们死而复活的主活”（林后 5:15）。从这些真理中，我们可以总结出谦卑的简单定义：

**具有基督的心（仆人心态）：关注神，关注他人，竭力追求让神的名得荣耀、被尊崇，**

**并愿藉着神所赐的一切，在一切事上，荣耀他，讨他的喜悦。**

## 谦卑的表现

谦卑的人的生活跟骄傲的人迥然不同。在谦卑方面，你给自己的生命打多少分？你可以根据以下特征衡量自己的谦卑程度。

1. 认得出神的性情、全然信靠。谦卑的人照着神自己启示的认识神，并时常效法神的品格。正因如此，谦卑的人比骄傲的人更信靠神。即便在试探中，他们也会感谢神，感谢他提醒自己是多么需要他，也感谢神在试炼中一直加给自己的益处。（诗 119:66）

2. 正确看自己，知道自己没权力去置疑或论断至高、完全的神。谦卑的人知道神是创造者，而自己是神的造物。他们知道自己根本没有资格去论断神和神的作为，而且知道他们所信的这位神拥有完全的智慧。神随己意行事，所以这些事对他们来说也是最好的。（诗 145:17；罗 9:19-23）

3. 定睛于基督。谦卑的人把基督视作自己的生命和自己的初爱。除基督以外，他们再没有什么别的人或物是他们非有不可的。他们每天会和基督亲密交谈，常常敬拜他。（腓 1:21；来 12:1-2）

4. 祷告合乎圣经、持之以恒。谦卑的人乐意敬拜神，他们意识到自己要完全仰赖神授予的大能方可成事。约翰·欧文（John Owen）曾说：“我们若不深信自己一无所有，就不能从基督得力。”他们看自己为缺乏的，所以常常祷告。（帖前 5:17；提前 2:1-2）

5. 对神赐予他们本不配得的恩惠和慈爱，充满了感恩之情。谦卑的人认为自己实在配受地狱永刑。他们因神赦免了自己许多的罪，对神充满极大的感恩之情。（诗 116:12-19）

6. 对别人感恩戴德。谦卑的人常常感谢神，也感谢人。他们不期待自己得什么，所以对所得到的任何东西，都心存感恩与赞美。（帖前 5:18）

7. 温柔与忍耐。谦卑的人追求的是效法神，他们不定睛于自己的缺乏上，而是愿意像神爱他们那样去爱别人。他们愿意等待，不轻易发怒。（西 3:12-14）

8. 不高看自己。谦卑的人知道自己内心的罪性。他从不把自己看得比别人好。不管对那个人是谁，他都真这样看待自己。他知道若是没有神，他很容易犯下最严重的罪。他会同意百福特（John Bradford）所说的：“唯独因着神的恩典，我才能进天国。”（参罗 12:16；弗 3:8）

9. 恰如其分地看待自己的恩赐和能力。谦卑的人既不会哀叹他们不如别人那样有恩赐，也不会夸大自己的能力。（罗 12:3）

10. 善于倾听。谦卑的人认为别人话比自己的更重要。他对别人感兴趣，所以会虚心请教、认真聆听。他并不在乎面子。（雅 1:19；腓 2:3-4）

11. 除非为造就人、使人得益处，他不在背后议论人。谦卑的人会在背后称赞别人，而不会贬损诽谤。他只有出于帮助别人的目的，才表达负面信息。（箴 11:13）

12. 甘心乐意地顺服，听从掌权者。谦卑的人首先会完全顺服神，然后会顺服权柄。（罗 12:1-2；13:1-2）

13. 先人后己。谦卑的人甘愿把别人放在自己前面，而不是先顾念自己的权利。（罗 12:10）

14. 感谢别人的批评或督责。谦卑的人认为别人的督责是对他们有益的，认为这很可能是神藉他人之口教自己一些功课。（箴 9:8；27:5-6）

15. 有一颗受教的心。谦卑的人认识到他们不是万事通，即使当他们知道自己做得对时，也愿意思考别人的意见和建议。（林前 4:7）他们也知道神可以使用任何人来教导他们，因为在《民数记》22章 22-35节中，神甚至用一头驴去教训巴兰。谦卑的人心里有许多他钦佩、尊敬的人。

16. 总是致力于建树别人。谦卑的人经常鼓励别人。他们会用恰当的话语造就别人，从不挖苦贬损别人。（弗 4:29）

17. 谦卑服侍。谦卑的人始终寻找各样机会去服侍、帮助别人。别人不想做的工作，他们自愿去做。当然，谦卑的丈夫尤其愿意服侍他的妻子。（加 5:13）

18. 敢于承认错误。谦卑的人会说：“我错了，你是对的，谢谢你告诉我。”（箴 29:23）他们这样说时并不感觉窘迫。

19. 主动原谅别人、也主动寻求别人的谅解。谦卑的人会很快原谅别人，因为他们知道自己蒙了神多少赦免之恩。他们也不会羞于开口请求别人的原谅，因为他们想要成为“使人和睦的人”。（西 3:12-14）

20. 将离罪悔改当作自己的生活方式。谦卑的人会每天请求神的赦免，且采取行动、致力于发生改变（约壹 1:9；提前 4:7-9）。

21. 严以律己，宽以待人。谦卑的人经常反思自己的罪，而不是思考别人的罪。他们更重视对付自己的罪，而不是追究别人的罪。（太 7:3-4）

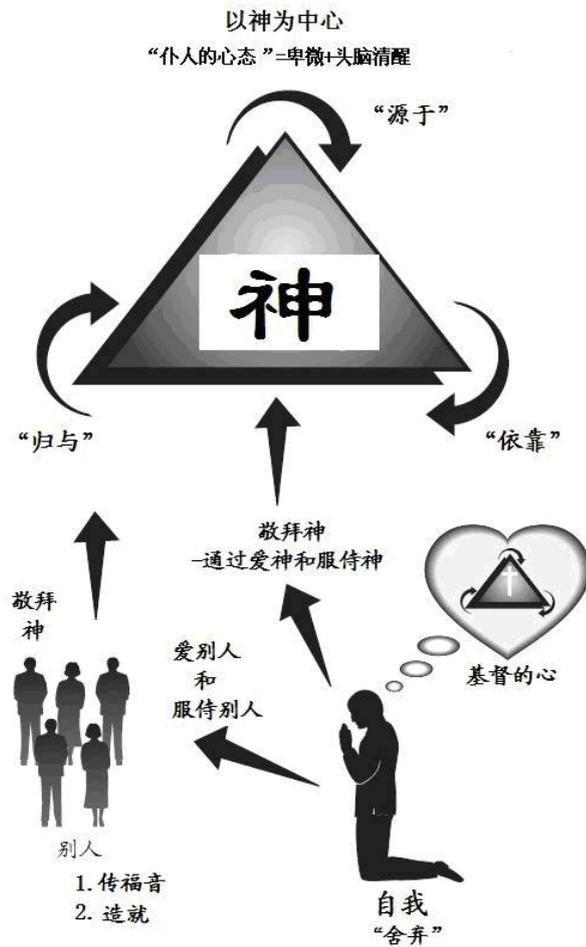
22. 真心地为别人高兴。当别人遇到好事时，谦卑的人会与别人一同喜乐，因为他们知道神已经赐给了他们无限的祝福，同时也会为自己所缺少的更加信靠神。（罗 12:15）

23. 开诚布公地展露真实的自己。谦卑的人能够开诚布公地面对自己需要成长的地方。他们在悔改的过程中，自己承担责任，也会请别人帮助。他们知道自己需要弟兄姊妹。（腓

3:12-14; 加 6:2)

24. 拥有亲密的关系。谦卑的人拥有很多知心朋友和心爱的人，因为他们待人友善，爱人如己。(徒 20:31-38)

我们可以用下图来描述谦卑的定义和表现：



千里之行，始于足下

那么，我们如何从骄傲转变为谦卑呢？首先，我们必须在神面前降卑自己。圣经新约这样告诉我们：

故此，你们要顺服神。务要抵挡魔鬼，魔鬼就必离开你们逃跑了。你们亲近神，神就必亲近你们。有罪的人哪，要洁净你们的手；心怀二意的人哪，要清洁你们的心。你们要愁苦、悲哀、哭泣，将喜笑变作悲哀，欢乐变作愁闷。务要在主面前自卑，主就必叫你们升高。

(雅 4:7-10)

没有谦卑，我们就不可能有真正的悔改（改变）。换句话说，我们必须在神面前谦卑自己，然后才能每天活在谦卑中。我们要以谦卑的心学习谦卑。开始的时候，谦卑是对圣灵工作的回应，一旦我们在神面前真正谦卑以后，就可以通过如下方式（靠着神的恩典）来保持谦卑。

保持谦卑之道：

1. 借着祷告，求神帮助你“脱去”骄傲，在你的内心种植谦卑。
2. 经常研读诗篇和先知书，学会仰视神，敬畏神，也对自己有合宜的认识。
3. 学习耶稣（他在地上时的榜样；特别是学习福音书中的例子）
4. 询问熟悉你的人：你与他们相处时在哪些方面显出骄傲。
5. 花很多时间敬拜神（比如赞美，祷告，读经和默想）。
6. 操练“神在圣经中列出的各种关系”的原则（参见附录三）。
7. 在思想和动机层面，努力做到“脱去”骄傲，“穿上”谦卑。
8. 在人际交流层面，努力做到“脱去”骄傲，“穿上”谦卑。
9. 在行为举止层面，努力做到“脱去”骄傲，“穿上”谦卑。
10. 立定心志，让谦卑成为你的生活方式（腓 2:3）。

在本章结束前，让我们以图表的形式复习我们在这一章所学的信息：

态度	骄傲	谦卑
目前状态：	普遍流行	濒临灭绝
相关词汇：	高高在上的，被高举的，盲目的	低下的，弯腰的，清醒的
心态（态度）	自我：主人	耶稣基督：众人的仆人
美善的源头：	源于我	源于神
美善的方式：	通过我	通过神、依靠神
美善的目标：	归与我	归与神
荣耀：	自己强夺的	神赐予的
信心：	自给自足的	以基督为满足
对待他人：	有条件的、情感交易 （看不起）	无条件的、牺牲的（首选的） ● 救恩 ● 成圣

### 得以谦卑与保持谦卑

我们应该非常清楚，没有谦卑，我们就不能成为合神心意的丈夫。同样，倘若一个人没有先认识到自己在哪些领域存在着骄傲的罪，他也就不能“穿上”谦卑。任何一种罪的背后都存在骄傲，在争竞和争辩背后尤其如此（箴 13:10）。若你们的婚姻矛盾不断，你就必须

让自己远离骄傲的态度和表现；若你们在婚姻中总是个人至上（各做各的），那就说明你们双方都缺乏谦卑的彼此服侍。

我们在《雅各书》中看到“神阻挡骄傲的人”（雅 4:6）。这意味着，神会主动与骄傲争战，为的是要将我们的心意夺回（结 14）。雅各还说：“神爱安置在我们里面的灵，爱到嫉妒的地步”（雅 4:5，和合本修订版）。丈夫们，你们若是属神的，却又不愿对付自己的骄傲，神就会亲自对付你们的骄傲。他会这样做，因为他爱你，也因为他造了你，是为了让你荣耀他。司布真认为：“每个基督徒都会面对一个选择：要么主动谦卑，要么被神降卑。”

对于谦卑的人，神应许赐恩给他们（雅 4:6）。约翰·麦克阿瑟说：“谦卑创造了一个空间，让神的恩典来填满。”当我们正确看待自己与神、与他人的关系时，就会彰显出神的荣耀。保罗在《歌罗西书》中告诉我们：“所以你们既是神的选民，圣洁蒙爱的人，就要存……谦虚……的心”（西 3:12）。然而，心存谦卑不会一蹴而就，骄傲之罪也不会一击即亡，我们要每天治死骄傲。清教徒牧师托马斯·布鲁克斯（Thomas Brooks）告诫我们说：“得以谦卑，保持谦卑。”

---

以上内容摘自《敬虔的丈夫》（*The Exemplary Husband*），斯图尔特·斯科特著，郑方杰、杨小隆译，本文经授权合法使用。