

2026年5月27日
聖神默想第12天 謙卑

聖神啊，謙卑的靈魂是怎樣的妝點！那是你的居所靈魂的果實！因著謙卑，無序的欲望才能得到抑制與安撫。謙卑，不常為己，常易滿足，不尋求耀眼矚目，但求承擔你的意願！感恩（你所賜予的珍貴恩賜）與謙卑的果實讓靈魂散發著滿足的光輝，不做作張揚，亦無絲毫傲慢。但，如果關涉到愛，親愛的聖神，愛你，愛人，謙卑的靈魂卻想要做得更好，對信德的追求亦不會稍事滿足。

在謙卑的靈魂內，我們看到了多麼柔和的光！謙卑的靈魂意識到了聖保祿的教導：

“彼此要同心合意，不可心高妄想，卻要俯就卑微的人，不可自作聰明”對所有人都一視同仁。不管社會地位如何，要用自己的方式與卑微的人交往。不要為自己的智慧而沾沾自喜。”（羅 12：16）

謙卑的靈魂清透而單純，不被各種欲望與思想消耗。

但是，聖神啊，怎樣才能謙卑，怎樣才能讓你溫柔的榮耀在我們內運作，讓我們得到滿足呢？

聖神啊，重要的是要明白我們所領受的一切都是恩賜——從天主上智安排中領受的物質與精神的恩賜！我們仍常忙於憂慮對某些事物的擁有權，或念念不忘、或志在必得，總想要保護自己！隱藏的貪婪多麼容易就顯露了出來——在物質財富方面、在榮譽方面、在渴望被承認、被讚揚及被他人關注方面！

但，如果我們學會把一切視為恩賜，學會承認與欣賞，直到我們接受為止，那麼，主啊，我們就能在一切地方看到你的愛在作工！我們就能夠在意他人的權利，甚至有時會為更高的理由放棄自己的權利！

聖神啊，天主已將恩賜賜給各人，我們不能埋葬天主的恩賜——那不是謙卑，而是缺乏理解！我們能夠，甚至應當渴慕聖神的恩賜：

“你們要追求愛，但也要渴慕神恩，尤其是要渴慕做先知之恩。”（格前 14:1）

因此，我們懂得，謙卑並不意味著放棄使我們內在進步的重要事物，並不意味著放棄對天國的侍奉；相反，因著謙卑，我們獲得內在的平靜，不作過度要求，對天主給予的一切際遇心懷感激！