

2026年9月20日

“谦逊：天主花园里珍贵的花朵”

今天，按照传统礼历，我们默想五旬节后第十七个主日的读经。

厄弗所书 4:1 - 6

弟兄们：我这为主被囚的人，恳求你们，生活要与你们蒙召的恩宠相称，怀着各样谦逊、温良与忍耐，以爱德互相包容，努力在和平的联系中，保持圣神的合一。只有一个身体，一个圣神，正如你们蒙召，同怀一个希望；只有一个主，一个信德，一个洗礼；只有一个天主，众人的父，他超越万有，贯彻万有，且寓于万有之内。

这位向外邦人传扬福音的宗徒，为了基督身陷囹圄，他劝勉信友团体，生活要配得上自身蒙召的身份。这是一份极为深刻的劝勉，要求我们要在天主面前，反复省察自己的生活。如此，我们才能够避免因遗忘这份告诫，而陷入种种轻率与浮躁。

当然，这并不是说，我们做一切事都要紧绷心神，小心翼翼，生怕犯下半点过错。这样的心态，有违天主子女享有的自由，也会消减生活的喜乐。圣保禄的劝勉，指向的是敬畏天主这份恩赐——不愿做任何冒犯上主的事；同时也指向虔敬的恩赐——努力取悦那位召叫我们的天主。若我们能意识到：我们的生命，更不用说我们的基督信仰，都是得自天主的礼物，就能够稳稳扎根于谦逊之中；谦逊对我们蒙召生命的健康成长，至关重要。

正因如此，我们敬爱的宗徒保禄，将谦逊列为首要应当修务的德行。

谦逊绝非卑躬屈膝，也不是像奴隶一般故作顺从。它首先是清楚、坦然地承认：我们的存在本身，以及维持生命所需的一切恩宠，全部都是领受而来。每一个人，都曾经是母胎中弱小无助的生命，对自己的诞生没有半点功劳。认清这项事实，应当成为我们生活的基调。倘若有人因为明白这一点，就觉得自己一无是处，那他应当知道：他的存在本身，就是天父爱的作为。这才是我们真正的尊严：我们是被天主所爱的受造物。我们若能深深领会这两层道理，谦逊自会结出果实。

接纳并活出天主为我们安排的现实，会使谦逊更加深厚。下一步，我们要明白：正是天主，划定了我们这份托付于祂手中的生命，应当如何开展。祂赐下自然法则，也颁布诫命，来规范我们的生活；这些同样是赐予我们的礼物。承认并遵守这一切，又是对现实的顺服，表明我们自身并不掌握通往真生命的钥匙。

对救赎奥迹的体悟，能够进一步深化我们的谦逊。救赎同样是一份礼物！人无法靠自己挣脱邪恶的枷锁，摆脱死亡与罪恶，人需要一位救主。当我们认清这一点，谦逊连同感恩，就会在我们灵魂扎根更深。上主没有任凭我们受自身的软弱、恶念与自我中心摆布；反而以无可比拟的谦逊，降卑来到我们这里，在十字架上救赎了我们（参阅斐理伯书 2:6 - 8）。

当我们思索自身蒙召的使命时，这项德行会放射出更加璀璨的光芒。和其他一切恩典一样，这份召叫并非我们配得，而是天主白白赐予。我们不再仅仅是祂的受造物，更蒙召做祂的子

女，要在世上为祂的爱作见证。为完成这份召叫，我们依旧需要祂源源不绝赐下的助佑与恩宠。当我们满怀感恩接纳这一切，谦逊就在我们内继续成形。于是，我们甘愿顺服天父，赞颂祂的伟大与良善。

由此，我们可以读懂并实践圣奥斯定的话：谦逊就是顺服在上者，真正的伟大便由此而来。相反，骄傲自我高举，终必蒙受屈辱（参阅路加福音 14:11）。

我所叙述的这条通往谦逊的道路十分简单：就是认清、接纳天主所安排的现实。在我看来，这是一条人人可以走的自然路径。谦逊就在人内心的隐秘之处慢慢滋长，终成为上主花园中那朵珍贵的花。这份谦逊又会激励我们竭尽全力，守护天主托付给我们的一切，以此为祂的天国作出我们的贡献。至于超出我们能力范围的事，自有上主照管。愿祂在万事之中受赞颂！

注：本主题也在下面这份默想中展开论述：

<https://www.youtube.com/watch?v=SB1a3LO - ObQ>

新礼弥撒当日福音默想：<https://cn.elijamission.net/2023/08/23/>