《爱主》课程

第六课-在神面前谦卑自己的心

2023年8月

重点摘要

- 我们敬拜的神，祂是谦卑的。
- 神呼召我们效法祂谦卑的榜样。
- 谦卑带来智慧、财富、尊荣和长寿。
- 骄傲是基于缺乏安全感的恐惧。骄傲是不信靠神。
- 谦卑并不是要把自己贬低，或被别人践踏。
- 谦卑是关于信靠和服从神，并且治死我们的恐惧。

网上观课

原文

欢迎来到《爱主》课程第六课，我们讨论什么是谦卑在神面前。

让我们首先邀请神，借着这一课亲自向我们说话。现在我们一起祷告。如果你在某一点上需要更多的时间，可以点击暂停。

首先，让我们因为神完美的属性，和在我们身上的旨意，献上感谢。

其次，请告诉神关于你最近所受的压力，并祈求祂的帮助和指引。

让我们放下我们的罪担。首先承认我们所犯的罪：悖逆神和得罪其他人；并求神的饶恕。

其次，请承认别人冒犯我们的罪，并且奉耶稣的名饶恕他们。

然后，让我们求神洁净和开启我们的心，领受祂的教导。

最后，请复述这些话：「奉耶稣的名，我止息一切不是从神而来的纷扰和声音。阿们。」

让我们开始今天的课堂。在神面前谦卑我们的心是什么意思？

温柔的人有福了！因为他们必承受地土。《马太福音》第*5*章*5*节

这是耶稣在登山宝训的八福时所做的应许之一，就是那些温柔谦卑的人，可以继承整个土地。

骄傲来，羞耻也来；谦逊人却有智慧。《箴言》第*11*章*2*节

谦卑的人是受教、思想开放、顺服和合作。他们往往是快乐和感恩。他们并不顽固，也不自以为知道什么是最好的。因谦卑带来智慧。

他必按公平引领谦卑人，将他的道教训他们。凡遵守他的约和他法度的人，耶和华都以慈爱诚实待他。《诗篇》第*25*篇*9-10*节

当我们在神面前谦卑自己的心时候，祂就会慈爱而信实地教导我们行祂的道路，并引导我们做祂眼中看为正直的事。

因为耶和华喜爱他的百姓；他要用救恩当作谦卑人的妆饰。《诗篇》诗*149*篇*4*节

这就是祂将会如何为谦卑的人带来胜利。神希望我们变得像祂一样。

你知道神自己是谦卑吗？

1. 至高无上的祂，谦卑自己俯下身来关注我们生命的每一个细节。 |《诗篇》第*113*篇*5-6*节：「谁像耶和华—我们的神呢？他坐在至高之处自己谦卑，观看天上地下的事。」
2. 耶稣甚至放弃祂在天国无限的富足，诞生降临成为有限的人，并与我们分享祂的财富。 |《歌林多后书》第*8*章*9*节：「你们知道我们主耶稣基督的恩典：他本来富足，却为你们成了贫穷，叫你们因他的贫穷，可以成为富足。」
3. 耶稣来背负我们的重担，让我们的灵得到安息。 |《马太福音》第*11*章*29*节：「我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得享安息。
4. 耶稣的谦卑是一个辉煌榜样。祂来是为了服事人，不是被人服事。 |《马可福音》第*10*章*45*节：「因为人子来，并不是要受人的服事，乃是要服事人，并且要舍命作多人的赎价。」
5. 耶稣与不同的人士交往，包括那些被社会鄙视的人。 |《马可福音》第*2*章*16*节：「法利赛人中的文士（有古卷：文士和法利赛人）看见耶稣和罪人并税吏一同吃饭，就对他门徒说：他和税吏并罪人一同吃喝么？」
6. 此外，耶稣也向我们展示如何服从天父的旨意来顺服权威者。 |《腓立比书》第*2*章*8*节：「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。」

你认为自己是一个谦卑的人？你怎样评价自己？让我们来看圣经怎么说，以便根据神的话语来检查自己。

1. 第一，我们会不会服从权威人士和其他人？ |《彼得前书》第*5*章*5*节:「你们年幼的，也要顺服年长的。就是你们众人也都要以谦卑束腰，彼此顺服；因为神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人。」
2. 第二，我们会不会跟那些被别人看不起的人交往？你有没有抽时间来陪伴他们？ |《罗马书》第*12*章*16*节:「要彼此同心；不要志气高大，倒要俯就卑微的人（人：或作事）；不要自以为聪明。」
3. 第三，我们是不是看别人比自己更强？ |《腓立比书》第*2*章*3*节:「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。」
4. 第四，我们是否包容别人的缺点和过失，而不是埋怨并向他们施加压力，要求他们按照我们的愿望改变？ |《歌罗西书》第*3*章*13*节:「倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。」
5. 第五，我们是不是经已饶恕那些在言语或行为上冒犯我们的人？我们是不是仍然坚持着怨恨？ |《歌罗西书》第*3*章*13*节:「倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。」
6. 第六，我们是不是彰显神的怜悯、恩慈、温柔和忍耐的好榜样？ |《歌罗西书》第*3*章*12*节:「所以，你们既是神的选民，圣洁蒙爱的人，就要存（原文作穿；下同）怜悯、恩慈、谦虚、温柔、忍耐的心。」
7. 第七，我们乐意接受劝告和纠正，或是变得自我防御和感觉被冒犯？你是不是倾向于把评论视为针对个人？ |《箴言》第*15*章*32-33*节:「弃绝管教的，轻看自己的生命；听从责备的，却得智慧。敬畏耶和华是智慧的训诲；尊荣以前，必有谦卑。」

现在来看看，你有没有自信地说，神会认为你是个谦卑的人？

圣经告诉我们，骄傲的人会：

1. 不服从权威
2. 不与卑下的人交往
3. 不重视他人高于自己
4. 不包容别人的过失
5. 不饶恕被冒犯
6. 不施怜悯、恩慈、温柔、忍耐

7. 不欢迎指正

骄傲使我们不爱别人、不乐意从别人身上学习、不反思自己和不肯寻求帮助。

但他赐更多的恩典，所以经上说：神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人。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。《雅各书》第*4*章*6-7*节

圣经提醒我们在神面前要谦卑自己，并抗拒邪恶。因为撒但是骄傲的，当我们变得像魔鬼般骄傲，神会直接反对我们，而不是帮助和赐福给我们。这是十分重要的，是我们不应该掉以轻心的事情。

耶和华虽高，仍看顾低微的人；他却从远处看出骄傲的人。《诗篇》第*138*篇*6*节

神看顾谦卑的人，但远离骄傲的人。你有没有感到神远离你？原因是不是神认为你太骄傲？

务要在主面前自卑，主就必叫你们升高。《雅各书》第*4*章*10*节

因为骄傲使人自高自大，我们误会谦卑是要人贬低自己，但这不是正确的。神没有意思要拆毁祂自己的创造物，或让别人践踏我们。祂渴望使谦卑的人得荣耀！

敬畏耶和华心存谦卑，就得富有、尊荣、生命为赏赐。《箴言》第*22*章*4*节

神的话语告诉我们真正的谦卑和敬畏神，会带来财富、尊荣和长寿。敬虔的敬畏神意味着我们高举祂的道路、祂的旨意，或是祂的意见，胜过于我们、或其他人的道路、旨意或意见。

他们却不听从，竟硬着颈项，效法他们列祖，不信服耶和华—他们的神，《列王纪下》第*17*章*14*节

敬虔的谦卑是意味我们高举神到祂应有的地位，并全心信靠祂。圣经告诉我们骄傲的人是硬着颈项，顽固地不肯信靠神。他们会抗拒圣灵。

骄傲只启争竞；听劝言的，却有智慧。《箴言》第*13*章*10*节

神的话语还告诉我们，那里有纷争，那里就有骄傲。骄傲由于缺乏安全感而来，我们努力用自己的力量，去克服我们的恐惧和羞辱，而不是信靠和转向神。骄傲使我们停留在自我努力的地步；敬虔的谦卑使我们处于安息的状态，因为我们全心信靠主。然而，什么阻止我们信靠神？

你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，…不要自以为有智慧；要敬畏耶和华，远离恶事。…他讥诮那好讥诮的人，赐恩给谦卑的人。」《箴言》第*3*章*5*节，*7*，*34*节

一个普遍的原因，是我们不认识神的真实性。我们是无知和遭受不信之苦。另一个常见的原因是，因为我们仍坚持我们的恐惧。恐惧使我们陷入自我防御的状态。恐惧驱使我们保卫自己的原则，而不是全心全意信靠神。

我们会认为自己是有自信的人，但内心仍隐藏着恐惧。这些恐惧是所有人共有的。没有人能够免疫。例如，我们害怕

1. 感到被遗弃
2. 感到被指责
3. 感到孤独
4. 感到羞耻
5. 感到被遗忘
6. 感到被羞辱
7. 感到无助
8. 感觉微不足道
9. 感到被忽略
10. 感到痛苦
11. 感到压力
12. 感到不公平的对待
13. 感到被排斥
14. 感到脆弱

让我们在这里放慢脚步，记录我们自己内心潜意识的恐惧。你对那一项产生共鸣？它们是否触动你一些感觉？这些恐惧怎样继续操控你的人生？如果你需要更多的时间，请在这里点击稍停。

欢迎回来。你是否意识到你甚至可以将恐惧重新包装成你的人生目标？

例如，如果我们害怕被拒绝，我们就会觉得需要取悦所有人。看起来我们是一个人见人爱，但现实生活中，我们连自己都不知自己是谁，因为我们奴役自己去讨好其他人的意见。

或许我们曾许下内在誓言，永不暴露自己的弱点，不会在人前哭泣，以免遭人的排斥。这样，我们就剥夺了自己与别人建立真实关系的机会。

或者我们认为说真话或与别人分享福音是太危险，有机会令别人离开我们。

假如我们害怕被离弃，我们或许会把恐惧重新包装，告诉自己我们不再需要任何的人，我们只要靠自己就能够坚强起来。

又或许我们自己怀疑别人的动机，因为我们会猜想他们总有一天会离开我们。

在某些情况下，我们甚至会决定在其他人离开我们之前先切断关系。

假如我们恐惧孤独，我们可能会把恐惧重新包装，我们会更积极忙碌于不同的事情，就像过着一个充满正能量而富有成效的生活。

有些人利用性或金钱只是为了维持关系。

亦有其他的人选择建立一个属于自己的家庭，因此他们看似永远不会再孤独。

假如我们恐惧失败，我们或许会决定不惜代价追求成功，甚至不惜牺牲我们的人际关系。或者我们可能会成为完美主义者，甚至不明白为什么把事情做好是如此重要。

我们也许会对自己的孩子，及他们可能会犯的任何潜在错误，变得过度焦虑。我们没有给他们自主学习的自由，反而整天操控他们的行为。

对失败的恐惧还可以导致拖延心态，我们试图避免任何看似有点挑战性并且可能不会成功的事情。

我们希望这些例子可以告诉你，心中隐藏的恐惧，是如何令你陷入一个挣扎和焦虑的景况。我们必须治死我们的恐惧，并在神面前谦卑自己并服从祂。否则，我们的恐惧将继续掌管我们的人生。

所以，你们要自卑，服在神大能的手下，到了时候他必叫你们升高。你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。《彼得前书》第*5*章*6-7*节

神的话语告诉我们要在祂的大能之下谦卑自己，因为祂看顾我们，所以我们应该将担忧和顾虑全交托给神。我们都必须从自己的恐惧和不信中回转过来。

让我们一起来诵读《诗篇》第25篇。预备，开始:「耶和华是良善正直的，所以他必指示罪人走正路。他必按公平引领谦卑人，将他的道教训他们。凡遵守他的约和他法度的人，耶和华都以慈爱诚实待他。」(《诗篇》第25篇8-10节）

「谁敬畏耶和华，耶和华必指示他当选择的道路。…耶和华与敬畏他的人亲密；他必将自己的约指示他们。我的眼目时常仰望耶和华，因为他必将我的脚从网里拉出来。」（《诗篇》第25篇12，14-15节）

假若你曾留意到你没有信靠神，和在神面前谦卑，这是一个机会请求祂的饶恕。让我们一起祷告。

1. 首先，让我们求神饶恕我们不信靠祂。
2. 其次，让我们承认自己的恐惧，逐一列出来。
3. 现在是时候放弃我们的恐惧和不信靠神的借口。
4. 让我们感谢神的慈爱和信实。
5. 让我们也丢弃我们因恐惧而制定的理想人生。
6. 现在，请承诺服从神，包括祂的话语和祂的灵。
7. 最后，请祈求圣灵坚固你，帮助你服从和信靠神。

我们为你认罪和重新承诺而赞美神。

这是神所说：「因为那至高至上、永远长存（原文是住在永远）、名为圣者的如此说：我住在至高至圣的所在，也与心灵痛悔谦卑的人同居；要使谦卑人的灵苏醒，也使痛悔人的心苏醒。」（《以赛亚书》第57章15节）

谦卑人必因耶和华增添欢喜；人间贫穷的必因以色列的圣者快乐。《以赛亚书》第*29*章*19*节

愿你在良善、完美的天父面前谦卑自己时候，充满喜乐。从你所有的重担和恐惧释放出来，因为耶稣基督就在你身上显现了。选择在神面前谦卑是每一天都要操练的功课。我们的犯罪本性会随时试着重夺回我们控制权。这需要天天的治死。

以下是本课的两条反思问题和一个见证。请你在小组讨论前预备好你的答案。我们祷告你会借此蒙福。下次再见。

反思时刻

1. 你发觉在哪些人身边最难保持谦卑？
2. 请求问圣灵启示你的原因。

请观看这一课的见证

个人笔记