

- 6 耶和華扶持謙卑人，將惡人傾覆於地。
- 7 你們要以感謝向耶和華歌唱，用琴向我們的神歌頌。
- 8 他用雲遮天，為地降雨，使草生長在山上。
- 9 他賜食給走獸和啼叫的小烏鴉。
- 10 他不喜悅馬的力大，不喜愛人的腿快。(詩篇 147:6-10)

年歲愈長，人就更注重健康。長壽卻不健康，生活素質就不好，或要得人照顧。這是自然。

靈命愈長，人就更要學謙卑。靈性保持健康，謙卑主前不可少，常從聖靈感動。這是超然。

近日在良友電台錄播「同研經，學謙卑」，就多向聖經中不同人物學習。

施洗約翰那八字真言「祂必興旺，我必衰微」(約翰福音 3:30)，馬利亞的「我心尊主為大，我靈以神我的救主為樂」(路加福音 1:46-47)，都是默想佳句。

詩人說：「耶和華扶持謙卑人，將惡人傾覆於地。」這表明惡人本質是沒有謙卑，不為主扶持，反遭傾覆。我們一切的服侍，若動機不純、高抬自己、心儀偶像，是否也是屬惡，不為主所成全？

讚美的生命，多親近自然，多向耶和華歌唱，用琴向神歌頌，或更促發感觸生命有限渺小，嚮往神恩賜的復活生命，人就更怡然自在，謙卑下來啊！

詩人體會神「不喜悅馬的力大，不喜愛人的腿快」，也在提醒：慢下來也屬謙卑表現。人不再以自己的勇力、急快步伐為先，這是「速度特快者」當有的警覺吧。

對我而言，「慢下來」真是謙卑的操練。人總是要「快、快、快」，或是很爽快，但在主面前並非謙卑事。真是：自己知道自己事啊！

主內一聽眾對於談謙卑的節目，留下了反響，他引述曾聽說過的教導：「說謙卑，談得多，亮麗也不管用，謙卑就如同氣泡，一持手上就破穿。多談謙卑，不如活劃行動更好。」

願我們都行出謙卑來！新年新服侍，主祐謙卑人。