

谦逊是世界及教会的 和平之源

教宗方济各在周三公开接见活动中就恶习与德行的主题进行了最后一次的省思，谈论谦逊的美德：它是傲慢的一大对手，「救我们远离魔鬼，以及沦为其共犯的危险」；谦逊「引导一切回到正确的尺度」。

2024年5月23日

教宗方济各5月22日在圣伯多禄广场主持周三公开接见活动，就恶习与德行的主题展开第20次要理讲授，探讨谦逊的美德。他提到童贞圣母玛利亚谦逊的卓越榜样，概述了从「内在渺小」所结出的许多果实。

「弟兄姊妹，谦逊是一切。它救我们远离魔鬼，以及沦为其共犯的危险。谦逊是世界及教会的和平之源。哪里少了谦逊，那里就有战争，就有纷争和分裂。天主在耶稣和玛利亚身上赐给了我们好榜样，叫我们得到救恩和幸福。」

谦逊是傲慢的一大对手

虽然谦逊不在四枢德和三超德的行列，但它是「基督徒生活的基础」。教宗指出，谦逊是傲慢的一大对手。

「骄傲与傲慢使人的心灵自我膨胀，让我们看起来比原本的样子更高大；谦逊则是引导一切回到正确的尺度：我们是美妙却有限的受造物，有优点

也有缺点。《圣经》开篇就提醒我们，我们是灰土，将来还要归于灰土（创三19）。『谦逊』一词其实源自于灰土（humus）。尽管如此，人的心中经常浮现无所不能的痴心妄想，非常危险！这给我们造成很大的危害。」

从渺小感涌出的诸多美德

若是要远离「傲慢的魔鬼」，「恢复适当的尺度」，只需要停下来「默观星空」，开拓视野，意识到「我们周遭和在我们内的奥秘」。教宗表示，谦逊的人「在内心守护着『自己很渺小』的这个观念」，也就是耶稣在真福八端中所说的「神贫的人」（玛五3）。

「那是真福八端的第一端，因为后续几端的基础即在于此：事实上，温良、怜悯、心里洁净都出自于内心那份渺小感。谦逊是进入所有美德的大门。」

圣母坚实的谦逊

福音展现出谦逊与神贫恰恰有如「一切的泉源」。教宗强调，天使的报喜发生在加里肋亚这个穷乡僻壤，那片土地不起眼到连人们都说：「从纳匝肋还能出什么好事吗？」（若一46）尽管如此，「世界正是从那里重获新生」，从「一名不为人知的少女：玛利亚」那里。全能的天主受到她的「卑微渺小的吸引」；当我们接受自己的卑微渺小时，天主也受到我们这份卑微渺小的吸引。

教宗最后总结道：「我们可以想像，圣母也经历过艰难时刻，在那段日子里，她的信德在黑暗中前行。然而，她的谦逊从不因此而动摇，在圣母玛利亚内，谦逊是坚实的美德：她永远卑微渺小，总是毫无矫饰，从来没有野心。」

(梵蒂岡新聞網)

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/Qian-Xun-Shi-Shi-Jie-Ji-
Jiao-Hui-De-He-Ping-Zhi-Yuan/](https://opusdei.org/zhs/article/Qian-Xun-Shi-Shi-Jie-Ji-Jiao-Hui-De-He-Ping-Zhi-Yuan/) (2026年
1月30日)