

## 序言

《一个重大的呼召——决心渡虔敬圣洁的生活》是劳惠廉在三十多岁时写的。其思想虽出于年纪较轻的头脑，然其真知卓见却激荡各种年龄不同的人；其训导虽为文化肤浅的十八世纪英国而写，然对各时代的人却永久常新。在劳惠廉的时代，教会已堕入平庸的状态；信徒的灵性生活幽暗无光。圣公会被操纵在英国政府的手中，主教的选择并不以属灵领导能力为准，而是衡量他在教会与政治时势上是否站立得住，一般来说，教会已失去了十七世纪初叶的热心；在一六八八年，仅有一宗事件，牵涉多位主教和牧师，拒绝向威廉三世宣誓效忠。在这灵性沉睡的时代，深深地需要“决心渡虔敬圣洁的生活”。劳惠廉正是写这种灵性修养文章的人！

劳惠廉生于一六八六年，英国王岩地方的一位富商的家中。自剑桥大学以马内利学院毕业以后，于一七一一年接受教会圣职，并为剑桥大学研究生。在他觉察到自己不能向承继安妮王后的国王乔治一世宣誓效忠，他辞去教会圣职，也因此失去剑桥大学的教职。在一七二七年，他陪同吉本（Edward Gibbon）之子到剑桥为其教师。后来这孩子的儿子却成为著名的历史家，《罗马帝国兴衰史》就是他写的。

在教导年轻的吉本以后，他就在吉本的家中住下，一住十五年，作吉本全家及其友人的灵性导师。在此期间，受他影响的有卫斯理约翰及查理士。虽然卫斯理约翰与劳惠廉，在神秘主义的问题上，持有极大的异见，但仍十分的尊敬他，并且也深受《一个重大的呼召——决心渡虔敬圣洁的生活》的影响。这是卫斯理约翰自己的话：“劳先生文字优美有力，语言活泼充满生机，意念繁衍及（在多方面）感情运用恰到好处。当世没有几人能与之相匹。在他的论文中，有很多篇，必然保持难与相比的英国文字的纯正和份量，又加上健全实际的神圣生活。”

有一位现代研究劳惠廉的学者写着说，“他开始时是一个争论的人，结果是一个神秘主义者。”劳惠廉后来的神秘观念是受到一位“德国充满灵感的鞋匠”——波梅（Jacob Boeme）的影响；不过他从未把虔敬的生活与服务人群的具体工作分开。有一天，他站在伦敦的一间店铺门前。有一个不认识的人问他，“先生，你是劳惠廉牧师么？”他把一个信封，放在劳惠廉的手里，就走入人群里去了。信封内是一张英伦银行的一千英镑的钞票。他就用这笔钱在王岩为贫苦儿童设立了一间学校“以后由二位妇女——一位是劳惠廉知友的寡妇赫庆生夫人（Mrs. Hutchison）；另一位是以前曾被他教过的吉本的妹妹海斯德（Hester Gibbon）——供给费用，发展该校。每年合起来，有三千英镑的收入，使他们能发展在贫苦儿童中的工作。另外，劳惠廉购买了四只母牛，以牛奶供应有需要的邻居。

劳惠廉常称当时代教会的许多信徒为“枯骨”；他们的生活缺乏生命的活力。他们活力的更新有赖于每天灵性的锻炼。最重要的是他们宗教生活的粮，需要每天祈祷的滋养：

“清晨对你来说，是新生活的开始；上帝给你机会，重新步入世界，乃是一件赏心乐事；灵修第一件事应当向上帝献上赞美和感谢，这是非常合适的。……因此要以从死里复活的态度，以新生的喜乐，去迎迓新的一天；以深感上帝善良的情操，去迎迓东升的太阳，相信你已看见一切为着你创造的新境界吧！心中感受这样大的

恩赐，让你的心赞美颂扬这样善良荣耀的创造主。”

《一个重大的呼召》里所论到的祷文及每日灵修，足以成为任何培育灵性更新的主要基础！

曾有人将劳惠廉的时代与第一世纪的基督徒相比。我们也可以把我们的廿世纪与最初跟随耶稣基督的人相比。我们为什么没有像他们一样的虔诚热心？我们为什么不以我们的宗教热心“把世界颠倒过来”？劳惠廉给了这一个答案：“如果你就在这里停下来询问你自己，为什么你没有像初期的基督徒这样的虔敬，你自己的心会告诉你，不是由于你的无知，不是由于你的无能，只是因你无心去做。”他觉得在我们各人里面，有一种“信的意志”，也有一种“求变的意志”。劳惠廉自己是属于高教派的信徒，深深影响了牛津运动的大公复兴；他对于教会基本信仰，从未提出疑问。不过他觉得信仰有必要在道德灵性方面重新理解，以求对人类有所改进。他在一七六一年去世，留下的是对于灵性淡薄的人重要的影响。约翰逊（Samuel Johnson）对于那些阅读他著作并继续受他影响的人所说的话，很值得回味：“我拿起劳惠廉所著的《一个重大的呼召——决心渡虔敬圣洁的生活》，以为是一本味如嚼蜡的书籍（一般这样的书籍，往往都是如此），或是仅值一笑。不过出乎意料，这样的著作，我也难与匹敌。”

无论人在什么地方，在灵性上希望获得指示，以提高他们的生活及时代的环境，他们都会热心地捧读劳惠廉的《一个重大的呼召——决心渡虔敬圣洁的生活》。德国神秘主义的伟大作者胡格尔（Baron von Hugel）给劳惠廉很高的评价。圣公会座堂主任牧师殷期（Dean W. R. Inge）认为他是英国最伟大的散文作家，能把“理智与情感美妙地结合在一起，足以同时激动读者的理性和情感”。在英国，发自卫斯理约翰于一七三八年阿尔德门（Aldersgate）聚会处经验的卫斯理复兴运动，也受到劳惠廉写作的影响。红衣主教纽曼（Cardinal John Henry Newman）受到他的激励。恩德禧（Evelyn Underhill）讲到劳惠廉时这样写：“据我所知，在宗教改革以来的教会里，劳惠廉是英国神秘主义者之中第一流的属灵思想家。他在宗教及写作上，都是非常重要。”劳惠廉对于每一个人——包括你与我——的灵性生活，有许多要说的话！

在劳惠廉的选文中，每篇之后所附祷文，是本书编者所写的。编者希望读者在灵修的方式上得到帮助。

——盖柏乐（Thomas S. Kepler）

## 一、 一个虔敬的人是以上帝为中心

灵修不只是个人或公众的祈祷；但个人或公众的祈祷却是灵修的特殊部份。灵修显示了一种完全交托或献呈给上帝的生活。

因此一个有灵性修养的人，在他的生活中已不再随己意而行，也不再随波逐流；乃是随上帝的旨意而活；诸事以上帝为依归。一切日常生活不离敬畏上帝的心，所行各事俱奉上帝之名，依此而行乃与他的荣耀相符。

我们都能欣然同意，只有上帝是我们祷告的准则与准绳；在祈祷中我们完全仰望他，任何事完全为他而行；我们在祈祷中所采取的方式，所请求的事物，所希望达到的目的，必须要配合他的荣耀。

各人如果能了解祈祷为何要完全虔诚，那么他必会了解在日常生活中也要完全的虔诚。因为其理由非常明显，在祷告和在日常生活中，我们都要仰望上帝，以他为我们生活的准则与准绳。我们生活的种种情况，运用的才能、时间、金钱，如果不遵照上帝的旨意，不能荣耀上帝便是重大的失败，正如祈祷不遵从上帝的旨意一样。我们的祷告为何要遵从上帝的旨意，为何除了要有智慧、圣洁及属天的之外没有其他；理由是我们要使日常生活也有同样的质素，以相同的智慧、圣洁及属天的气质，祷告上帝，向上帝而活。即使我们能作这样的祷告，若不是对上帝的责任、不是在他面前行智慧、圣洁的事，说属天的话，不是为他的荣耀、奉他旨意行事，那么祷告就变得荒谬，就好像妄求翅膀，明知飞翔并不是我们的天赋一样。

### 祷告

永恒的上帝，求你使我今天随时随刻，不再依赖我自己，乃是完全地信靠你。求主使我的热心，能与我周围的人交往，不只是普普通通就算了。求主使我知道，我的祈祷不只是向我自己说话，乃是直接向你沉思谈话。用叩乍的尼哥拉（Nicholas of Cusa）的话，使我在“上帝熟视”之下，你的智慧、力量、慈爱知道我的软弱。叫我不忘记，最大的诫命是爱你；其次的是爱人如己。这是伟大宗教的根与果。求主使我每日更能恒久地“实践上帝的临在”。奉基督之名。阿们。

## 二、善用金钱

一个人为着自己的享乐，不惜浪费他的金钱，他怎样可以在这事上，使上帝喜悦？一个人全心全意地把他的金钱用在毫无用处，毫不实用的奢侈华丽的东西上，把自己和他的马匹披上金衣，那许多敬虔和慈善事业以及其他有意义的事却不去做，这样，他怎样可以在金钱运用的事上，使上帝喜悦？

这好比一个人若想在言语上，要得到上帝的喜悦，却到朋辈那里存心赌咒欺诈，这是绝对不可能的！一切浪费及不合理的挥霍是出于自己，存心不正，所以在用钱的事上，得不到上帝的喜悦，不能归罪于人。

我以动机去解释理财之事，因为从动机可以明白一件事的原委，也因为一个人只能从他自己的内心，明白一件事的真面目。正如仆人知道他自己服事主人的动机，各人也很容易知道自己的一切行动，是否真的要得上帝的喜悦。正如个人很容易说出他的产业是金钱还是土地，每一个人也很容易说出他在使用钱财的时候，是否考虑怎样得到上帝的喜悦。因此没有人可以推托，说是无知，或是没有办法；每一个人知道得很清楚，每一个人都有足够的力量去做。其所以没有果效，乃是因为他没有真正成为基督徒，没有存心在产业的应用上，得上帝的喜悦。

有两个人：一个按时作个人的祈祷及参加公众的祈祷，另外一个却不；其所以不同的原因，并非一人有力量，另一人没有力量；而是一个人在灵修的事上要讨上帝的喜悦，另外一人却不存这样的心。在运用我们的时间和金钱上，也是一样。一个人可以浪费时间，偷懒贪睡，游荡玩耍，把钱乱用浪费。另外一个人应用他的理智和信仰，很小心地分配每天的时间，把钱用在慈善的工作上。其理由并不在乎一人有力量，另外一人没有力量；乃在于一人在运用时间和金钱的事上，存心讨上帝的喜悦——另外一人不存这样的心。

## 祷告

永恒天父，求你赦免我，有时没有遵行你的旨意。在我软弱的时刻，我让群众的喜好，世界成功的炫耀，财富的光彩，左右我的决定。求你饶恕我，别让这样属世的标准，决定我的一生。求主使我从今天起，让你统治我的生命，献上我自己，藉着基督教服务的途径，为你工作。在我祈求你国度降临在地上的时候，求你使我知道，以致此刻接受我们，依照基督的生活方式而活。求主使我让你的怜悯除去我的一切自私和骄傲。求你的恩典帮助我，在紧张苦难的时刻，顺服你的旨意，完成基督在地上的法则。求你使我永远勿忘，当我决意遵行基督的教训时，让我确知你的同在和支持的力量。阿们。

## 二、 整个世界的行动是以上帝为依据

因为整个世界是上帝的，所以整个世界所行的，都是为着上帝。因为全人类与上帝都有相同的关系，因为全人类的能力才华，都是从上帝而来，所以全人类都有责任，利用他们的能力才华，为上帝做事。

因为一切事物是上帝的，所以一切事物，都应当看为属于上帝而加以运用。如果有人妄用地上的事物，专为利己而用，那么就反叛上帝，犹如天使妄用在天上的事物一样；因为上帝是地上一切的主，也是天上一切的主。

一切事物在应用上都有不同，然而它们必须遵照上帝的旨意来应用。

人的工作各有不同，然而他们必须有同一的目标，作为上帝忠实的仆人，依照他们所受的呼召，作成虔诚优良的工作。

这是众人在这世界上一致的任务。不要让世上的妇女们浪费时间在愚蠢和不相称的时髦生活上，不要让男子们全心专注于属世的事务上；不要让有钱的人只满足他们的情欲，渡傲慢放纵的生活；也不要让无钱的人，内心因他们的贫穷，烦躁痛苦；必须要让男的女的，富的贫的，并会督与牧师们，同样采取睿智圣洁的精神，同样放弃虚荣的心，同样注重他们的灵魂，操练自己；不只是因为他们有相同的悟性，是同一位上帝的仆人，也是因为他们都要有同一的圣洁，配去享受他们奉召得来同一的喜乐。因此，一切信徒，无论男女，都绝对必须是追求圣洁的人，在日常生活上也是如此，依照这样合理虔敬的法则，他们得以继续的事奉全能的上帝。

## 祷告

慈悲永恒的上帝，你的灵赐给宇宙生命和合一，你慈爱怜悯的灵也照样把基督徒聚在一起成为一个“可爱的群体”。求主赐我力量，顺服你的旨意。效忠于这一个基督徒团契。在我受到引诱，以金钱名誉为目标的时候，求主叫我记得，追求这样的偶像，会破坏与你和谐的关系。求主叫我记得那稣自己取了仆人的样式；也叫我仰望他作为我的理想目标，求主使我毫不自私地献上我的才能，欢喜地献给这基督徒的群体。求主不要使低级的自我，出卖高级的基督徒自我，常常叫我记得，如果我是忠于我自己的善，接着如夜之随日，我也决不会错待他人，也不会不忠于你。求主帮助我今天试行医治我们群体里那些不像基督徒的地方。奉我们的主基督而求。阿们。

#### 四、在世界上只是异乡客旅

我们活在这世界上，如果能以异乡客旅身分自居，享乐而不致沉迷，把我们所有的行动当作逐步迈向美善人生的途径，是向上帝献上更美的祭物，比任何圣洁属天的祷告方式更好。

我们若能行为谦逊，不亢不矜，言行仪表又能柔和温顺，一心效法基督，则比那些曲膝形式化敬虔的人，更能显出崇敬上帝的心态。人若能甘于朴素，把剩余的施给需要的人，不致无谓的浪费金钱，觉得即使是一个小钱，也是从上帝而来，必须依照上帝的旨意用它；这些人用这种方式赞美上帝，比优美的赞美诗更能荣耀他。

一个人每天用指定的时间，作敬虔而有智慧的祈祷，可说是执行适当的灵修生活；不过他若能无时无刻，在任何地方，作任何事都务求合乎上帝的智慧和圣洁，这样的话，则是最真实、最彻底的灵修。有谁不知道纯洁圣善的生活远较嘴边的纯洁圣善为佳！是的，又有谁不知除了在日常生活上显出纯洁和圣善之外，还有那里可以称得上是纯洁圣善呢？如果这是浅而易见的话，那么做一个圣善的人比做一个圣善的祈祷，更加重要，这是浅而易见的。

因此只有祈祷的灵修，是极不足够的，祈祷只是灵修的最小部份。我们用言语和祈祷赞美上帝，因为这是赞美上帝的一种方法，上帝既然给我们这样的性能，我们就要好好地用它。如果我们与生活其他部份相比，语言不过是很微小的事，祈祷所用的时间也是非常的少；同样，如果与表现在我们生活的其他部份与灵修相比，祈祷的形式及时间，在灵修上只是一件小事。

每一位读者，很容易看见，我无意贬抑私祷或公祷的价值；只不过是指出与虔敬的生活相比，它们只是灵性修养上很小的一部份而已。

#### 祷告

永恒的天父，我知道“成圣须用工夫”，每天要安排时间，单独的安静在你面前，与你亲密交谈。我必须穿梭于繁忙的社交生活与在圣殿里的神圣肃穆。我需要从敬拜的时刻而获得安宁、力量、远象，以致在人群中生活有智慧，在所做的事上有永恒的价值。我更深深的求你帮助，逐渐地达成我所行的每一件事，无论是在圣殿里或是街衢上，无论是在私人的处所或是公共的地方，都是一种虔敬的行动。求你使我能像保羅一样，不住的祈祷。奉主的名而求。阿们。

#### 五、怎样开始清晨灵修

在你跪下祷告的时候，第一件事是闭上眼，稍微安静一下，把你自己置身于上帝之前；那就是说，你用这方法，或采取其他更好的方法，把你自己与一切世上的俗务思念分开，全心全意的体会上帝的同在。

如果这种精神的集中是必须的话——谁能说不？——那么那些时刻匆匆忙忙的人，在灵修上急急的开始，没有充分时间施行，缺乏专心注意。不可能有好的灵修！他们的祈祷，真是嘴巴里的祷文，却不是真的祷告。

一开始，若可能，当在同一处地方祷告；保留那处地方专为灵修之用，其他普通事务，都不在那里做；只有灵修的时候你在那里，其他时候你都不去；保留一间

房，如不可能则一间房的一角专为灵修之用，这样把一处地方分别为圣献给上帝，对于你的心会发生影响，有助你灵修的情操。因为在你的屋里，有这样一处神圣的地方，就好像是礼拜堂或上帝的殿。当你在那里的时候，你是处于信仰属灵的情景中；你独自在那里，使你充满了智慧圣洁的思想意念。在你的心里，你对于自己处所的意念提高了，好似你独自在那里一样。在你的心里，你自己处所的意念，好似你站着靠近祭台；近那地方，你怕你想的或做的是愚蠢的事，因为那里是祈祷，和上帝作圣洁交通的地方。

在你开始祈求的时候，用各种不同表达上帝属性的词汇，这些词汇使你更能体会上帝的伟大和能力。

因此，可以用下列的字眼作开始：哦，一切本体的本体，一切光明与荣耀的泉源，众人 and 众天使的父亲，他普世的灵无处不在，赏赐生命、光明、喜乐，给一切天上的天使和地上一切的受造物，……等等。

这些字眼，代表了上帝的本性，它们多少显示上帝的庄严伟大，足以提高我们心灵的最佳方法，引致敬拜和赞美的行动。

### 祷告

赐恩和圣洁的上帝，今天我谦卑地跪在你面前，求你向我注视。看我是怎样的人，在我这人生的经验中，赦免我那些不应当做的事。我深深地悔憾我做的错事，没有达到的目的。求你加添我能力，使我在今天及以后的日子中，有更高更圣洁的生活。因为你是上帝，你不以你的义怒对待我——如果是的话，我的遭遇将是怎样？我是何等的感激你。因为你的恩典使我忏悔的心获得赦免。你判断我并不依照我的祖先，或是家族的地位，或是职业上的权势；你判断我依照我怎样遵行你的旨意，如同基督的榜样。求你今天整日的保守我追求你，顺服你慈爱的旨意。奉赐能力的基督求的。阿们。

## 六、灵修是人的最高成就

如果你询问孟大纳（Mundanus）及葛拉西（Classicus），或任何在事业上或学问上有成就的人，虔敬是否是人至高的完善，灵修是否是世界上至高的成就，他们的回答必然是“是的！”不然就要放弃福音的真理。

如果要把任何成就与灵修相比，或是想世上一切事务更加卓越，对基督徒来说是荒诞无稽的；正如一个哲学家喜欢餐桌上的肉，远胜于智识的跃进一样。

哲学纯粹致力于研究知识，同样基督教所思想、所意欲、所希冀、所企图的，不是别的，只是要将失落的人，将其人生提升到神圣的层面，养成圣洁的习惯，达成灵修的阶段，合乎进入天国作圣洁的居民。

凡不信基督教有此含意的人可说是不信之徒；凡是能对于价值作出正确的判断的人，就有足够的信心，有健全的心思意念支持他，克服摆在他前路的试探引诱。

一言以蔽之，灵修不是别的，乃是真爱上帝，对上帝的正确了解。

因此，一切足以加强我们对上帝了解的行动，一切能培养和增加我们对上帝爱心的生活方式，都该被视作能帮助我们灵修的方法。

祈祷既是神圣火焰的优良燃料，所以我们必须小心策划，使祈祷发出它全部力

量：诸如施舍，牺牲，常常退修，读属灵书籍，选择适合自己的形式，尽量利用最好的方法，增加时间，以及依时祈祷；改变、改善，以求使我们的灵修适合我们生活的情形，以及内心的状况，

愈空闲的人，就愈能遵守那些虔敬人生的圣洁条例。那些受到其他情况限制使自己无法选择的人，既然只有很少的时间，就必须小心善用这小小的时间。如果能这样做，一定的，灵修肯定会产生虔敬的生活。

### 祷告

伟大的上帝安慰那些遵行你旨意的人，求主使我的生命，时刻显出同情、怜悯、谦卑、纯洁、勇敢的德性；因为这些都是基督徒丰盛生命的特色，也使我们回忆基督的属灵记号。在我尝试挣脱世界贱价和庸俗的诱惑，超越灰心怯懦，在我周围创造一个基督化的环境，求你使我得到鼓励，为那耶稣基督生命所吸引。恳求基督作我灵的主，奥妙地使我觉得和那些从事于使你国降临在地的人，在基督里结合在一起。当我继续与劳惠廉在这团契中想到耶稣基督时，求你使我的思想升高，默念你是我们众人荣耀的父。让我记念你的灵统治整个宇宙；特别记念你的灵统治我的内心，我要顺服你满有恩慈的旨意。阿们。

## 七、基督在十字架上的奥秘

基督教征服世界的伟大，早已蕴藏在基督被钉的奥秘里。在那里，也从那里，他教导所有基督徒，怎样从世界中出来，征服世界，并怎样做才算是他的门徒。一切教义、圣礼，以及福音的建立，只是这伟大奥秘的意义的各种解释及应用而已。

所谓基督教，无他，就是完全的、绝对的、符合基督在十字架牺牲，献上己身的奥秘，所显出的精神。

因此，饮于基督的灵的人，才算是基督徒。这使保罗热诚地表白他自己“断不以别的夸口，只夸我们主那耶稣基督的十字架”。他为什么这样的夸口呢？是否因为基督为他受苦，免了他自己受苦？不，并非如此。这是因为作为基督徒的，蒙召光荣地与基督一同受苦，在责骂蔑视之下，向世界死，正如他死在十字架上一样。保罗随即接着说：“因这十字架，就我而论，世界已经钉在十字架上；就世界而论，我已经钉在十字架上。”你看，这是他夸耀十字架的原因，因为他蒙召到达死的地步，被钉十字架，向世界死。

这样你可以看到圣经是多么明显地要我们知道，我们赐福的主代表我们，以我们的名而行事且受苦，把我们连在一起，要我们像他一样行事和受苦。

为着这原因，这位圣洁的耶稣，论到他的门徒，也是论到所有一切真实的信徒，说：“他们不属这世界，正如我不属这世界一样。”因为凡真信基督的人，都与基督同受苦难，同钉十字架，一同死亡，一同复活，在生活上不再有这世界的气质，乃是把他们的生命与基督一同藏在上帝里面。

这是与世界分离的状态；也是各阶层的基督徒当行的。他们必须放弃世界的一切气质，接受另外一种生活的统治，表明他们真实地与基督同钉、同死、同复活。所有基督徒都必须要有这灵性上的大转变，在基督里成为新造的人，正如基督必须受苦，被钉，复活，以成就拯救我们的方法。

## 祷告

伟大的上帝，一切人类之父，我对我自己的奥妙，凛然起敬；当我想到耶稣基督的时候，更是充满了惊叹。他的一生充满了慈爱、赦免、谦卑、勇敢、信心，锲而不舍地鼓励我，在各种生活的情境，活出最好的生活。我感到他奇妙的生活及他宝贵的教训很玄妙，最后他死在十字架上更是玄妙。像他这样的一位，为什么三十多岁就死了？当我思量“这奇人在他的十字架上”，我知道他的死有它的道理，由始至终都信靠你，这力量举我向上，把我朝向至善。当我想到他死亡的回应就是复活，我似乎有了十架的答案。我看到人受到恶待，像基督当时所受的一样，你就帮助他达到至善的目的。求主使我的生命“与基督藏在上帝里面”。奉他的名而求。阿们。

## 八、谦卑是灵魂最高贵的状态

思考怎样在你的心里，充满爱上帝和爱邻舍的心，然后以养成爱心的气质为重，把养成更有学问的学者和更有风度的君子置于次要的地位。真正的信仰不是别的，而是正确纯朴的人生，因此它喜欢并要求实践简单朴实的生活。避免一切浮华的装饰，炫耀的家私。在你的家里，只要布置着合乎一般利便所需的简单家俱。不要用尽你财富的所有，去布置你的家，只要依照你实际所需的就够了。

要轻视并憎恨世上的荣耀，因为这种荣耀只是人的愚昧。它是最大的陷阱，以致出卖你的良心。

在各样事上，要谦卑；因为这是人的灵魂最高贵的状态；这会使你的心和情感朝向上帝，和充满向人温柔慈爱的每一种气质。

因此，让每天成为谦卑的一天；不要自视太高，要垂顾你周围软弱有缺欠的人，遮盖他们的弱点，爱他们的长处，鼓励他们的德性，供给他们的需要，兴旺时与他们同乐，患难时与他们同忧，接受他们的友谊，忽视他们的无情，赦免他们的恶毒，作仆人的仆人，屈尊降卑，在最低微的人中，做最低微的事。

追求自己的纯洁和完全，除此之外，别无他求，没有别的意愿，只按理及按信仰去行一切的事，这样你心里就得喜乐，知道上帝无所不在，并看见你所做的一切。谦卑最大的试炼是向你年龄相若、地位相似、生活情况相同的齐辈，显出谦卑的行为。因此，你要小心你对于这些人，心里发出的动向。让你以真实无伪的爱对待他们。放弃一切企图把你的齐辈，放置在你之下的意欲；也不要向那些把自己抬高，把你放在下面的人发怒。如果他们骄傲，这是由于他们不良的气质，要怜悯他们，或许由于你的谦卑温柔，使他们得到了医治。如果你的谦卑，对于他们毫无作用，那么对于你自己，必有很大的益处。

## 祷告

永恒的上帝，你是人在困难时刻的坚固堡垒，求你给我勇气，主持公义。赦免我有时追求群众的拥戴，没有遵行你的旨意。求你帮助我，不把自己作为我人生的中心，而把你作为我人生的中心；这样，我便不会考虑到人的意见和成见。为你而活，遵行你圣洁的旨意，是人生最重要的目的。我愿以此目的而活，因此得以不受人们不公正的斥责束缚。求你使我的行动、思想、言语，在可敬及公正的事上，作出如基督般的贡献。奉指示我们人生正确道路的耶稣基督之名而求的。阿们。

## 九、互相代祷产生圣洁的友谊

就是这圣洁的互相代祷，能把基督徒提到相亲相爱的景况，远超过一切受称颂和羡慕的人间友谊。当这种互相代祷的精神，再行实施在世界上；当基督教再次显现以往的能力，抓住人的心，那么这圣洁的友谊会再度流行人间，基督徒也会再成为世界上不可思议的人物，因为在他们之间显出了超乎寻常的爱。

在上帝面前，不住的互相代祷，诚心的祈求他赦免世人的罪，照顾赐福给他们，以他的灵启发他们，给他们永久的福乐，是在人心最神圣的属灵操练。

因此，每天跪下祈祷，庄重毫不草率地实行这种灵修，以你为自己祈求的方式，久暂、强烈、和热心，为他人祈求；你发现一切狭隘不良的情操不见了，你的心扩大慷慨，以前只求自己的快乐，现在却喜欢与人同乐。

因为凡每天向上帝祷告，求众人在天上得享快乐的人，也因此心里期望他们在地上也得享快乐，并且以他们的乐为乐。如果你祈求上帝使各人在永恒里享有至高荣耀的喜乐，而耿耿于怀，不愿见到人在短暂的人生中，获得上帝微小的赐与，这几乎是一件不可能的事。

一面为一位病人在上帝面前祈求，使他恢复康健，在世长寿，一面却嫉妒医生，依症投药，这是何等的希奇和不合情理！

一面为你的邻舍在上帝面前祈求，获得他至高的怜悯与恩典，一面却嫉妒他在人间所有微不足道的财富，也是一样的希奇和不合情理。

如果你惯于将你的心郑重地置于这神圣的互相代祷上，你已经做了好多工作，剔除怨恨嫉妒，自然地以众人之乐为乐。

一般为众人的代祷，已自然的产生影响，更何况有些情形需要我们特别关顾的事，这样特殊的代祷更有所得益呢！

### 祷告

伟大的主，众人的父，当我想到世界各处你儿女的需要，我求你的国度快快地降临各处。让我看每一次新的机会，是对我的同胞担负起新责任的时候，让各人为众人祷告，众人为各人祷告，一切的互相代祷，都是朝向你，依赖你。求你赐给我智慧能力与你同工，实现我代祷的事项。我求你给我智慧，认识如果我祈求你的国度降临往世上，我必须每天在周围接触的人中，活出天国的样式。奉教导我们祷告说“你的国降临；你的旨行在地上，如同行往天上”的基督之名。阿们。

## 十、灵修是高贵智慧人的表记

因此，灵修是伟大的和高贵的智慧人的最大表记；它显示心灵最高的知识；只有盲目无知，追求虚幻的人，没有灵修。

如果人的心里想，世上的君王比上帝伟大，我们就认为他是一个可怜无知的人；大家都认为这种思想，是最愚蠢的事。

不过如果一个人想，向有权力的君王效忠，比向上帝效忠重要，这是否足以证明，他是一个可怜、无知、盲目的人？

一般人岂不是都是这样？他们想一切其他事务比灵修生活更好、更重要、更有智慧。

所以不论我们从那个角度考虑，都可以明白灵修是使人灵性升华的最大判断，渴求灵修就是渴求知识的明证。

在异教的世界里，伟大的人物，如毕达哥拉斯（Pythagoras）、苏格拉底（Socrates）、柏拉图（Plato）、埃披克提忒（Epictetus）、安托奈那（Marcus Antoninus）等，他们的伟大，都出自于虔敬的精神。

他们心里充满了上帝；他们的智慧和深思，可以救人脱离世界的虚空和情欲的奴役，使他们所行，一切从上帝那里来的，不久又将回到他那里一般。

一个虔敬的人，能善用他的理智：他看穿世界的虚幻，发现他本性的腐败，和他情欲的盲目。他的生活遵行非一般人所能见到的律例；他进入属灵的境界；他比较最重要的事，把永恒的和暂时的分辨出来；他宁愿选择死后在上帝面前得称为大，而放弃活着享受世界上最大的福乐。

虔敬的人，充满了这种伟大的思想；他们的生活依照这些高贵的反省，他们的行为依照原则规律，只有理智能够了解、羡慕、和喜爱。

没有其他能与伟大的虔敬相比，更能显出他具有伟大的智慧，提高他在一般庸俗的人之上，且明白宣告人心的英雄果毅。

如果你忖度一个人是圣徒，或是一个虔敬的人，你已把他的地位提高至众生之上，犹如一位哲学家远在动物之上一样。

最后，勇敢和豪气是声势浩大的字眼，似乎表示英雄气概；不过谦卑虽然似乎在虔敬中表示最低下、最微小的部份，却是高贵和勇敢的心的确据。

因为谦卑要面对敌人，与世上的勇敢相比是更大，交战更频繁，攻击力更强，对自己的承受更重，受苦更深，需要更大的勇气支持下去。

## 祷告

至圣的上帝，你是超乎我能了解的，你在遥远晨星歌唱的地方，却又近在我的身旁，比自己的呼吸更近。一切都是从你而来。如果没有你的慈爱、能力、智慧，就没有宇宙，或我寄居的星球。让一切在我里面的都赞美你。因为我不过是人，有许多关于你的事，我不能了解；也因为我不过是人，我必须敬拜你，以发挥我一切的潜能。求主使我日常的生活，紧紧地与虔敬的荣耀模式系连在一起，正如亚西西的法兰西斯（Francis of Assisi）一样，以人生为上帝的自现。求耶稣基督的灵每天藉着我发出光辉，奉他的名祈求。阿们。