

opusdei.org

监督的牧函（2025年 3月10日）：喜乐

在这封牧函中，主业团监督邀请我们按照圣施礼华的教诲去反思喜乐的一些关键层面。

2025年3月10日

目录

信德的喜乐

论望德，要喜乐（罗12：12）

爱心的喜乐

罗马，2025年3月10日

我至亲爱的儿女：愿耶稣为我看顾我的女儿们和儿子们！

1.在这封简短的书信中，接纳了数星期前你们的一位姊妹给我的一个建议，我决定与你们一起——特别是藉由默想圣施礼华的话语——去反思喜乐的几个层面。

一般而言，喜乐是拥有和体验美善的成果，而根据美善的种类，喜乐也有不同的强度和持续性。当喜乐不是特定美善经验的结果，而是一个人整个存在的结果时，通常会被视为幸福。无论如何，最深层的喜乐与幸福是以爱为主要根源的。

现在是世界和教会的艰难时期（而主业团是教会的一小部分）。实际上，以这样或那样的方式，所有的时代都有其光明和阴影。这是特别需要培养

喜乐态度的另一个原因。无论在任何时候和任何情况下，我们都可以而且必须保存喜乐，因为这是上主所希望的：「为使我的喜乐存在你们内，使你们喜乐圆满无缺。」（若15：11）祂对宗徒们说了这句话，并透过他们，对我们所有在他们之后的人说；这就是为什么「喜乐是天主儿女生命的适当条件」[1]。

相反地，悲伤是由没有秩序的爱自己所造成的恶习，而爱自己又不是一个特别的恶习，而是恶习的一般根源“[2]。圣多玛斯的这句话可能会让人感到惊讶，如果我们想到，例如，一个心爱的人的离世而带来的痛苦。其实，这种情况不一定会带来这种意义上的悲伤，而是痛苦，而痛苦与悲伤并不是同一回事。事实上，普遍的经验是：并非所有的痛苦或弃绝都会造成悲伤的，尤其是当痛苦或弃绝是伴随着爱和为了爱而进行的话。因此，一个母亲为了孩子所做的牺牲——有时是非常了不起的牺牲——

可能会产生痛苦，但未必会造成悲伤。

「为了追求幸福，你需要的是：一颗恋爱的心，而不是舒适轻松的生活」[3]。在我们的父亲生命的最后七、八年中，我们在泰瑞园 (Villa Tevere) 见过他和听过他的话的所有人，都看到他真的很安心和开心，尽管那几年他受了很多苦——包括身体上的——尤其是因为教会生活在那几年所经历的严重困难。

信德的喜乐

2. 借着恩宠被提升的自然喜乐特别是在与天主的计划结合时更能彰显出来。天使向白冷的牧羊人宣布耶稣诞生的「大喜讯」(路2: 10)；贤士再次见到那星时极其欢喜(玛2: 10)。最后，宗徒们见到复活了的耶稣时也充满喜乐(参阅若20: 20)。

基督徒的喜乐不是「健康动物」[4]的简单喜乐，而是圣神在灵魂中所结

出的果子（参阅迦5：22）；它的本性是倾向恒久的，因为它是建基在祂之上，正如圣保禄劝勉我们的一样：

「你们在主内应当常常喜乐，我再说：你们应当喜乐！」（斐4：4）。

这种在主内的喜乐是对祂慈父般的爱的信心所带来的喜乐：「喜悦是我们孝爱天主，知道我们的天主父以偏爱来爱我们，知道祂支持我们、帮助我们，和宽恕我们的必然后果。要记住，永远不要忘记：即使你周遭的一切，有时看来是在崩溃，但事实上，没有任何东西在崩溃，因为天主是不会战败的。」[5]

然而，在面对困难或苦难时，我们个人的软弱会使这种喜乐减弱的，尤其是因为我们现时对天主对我们全能的爱的信心可能减弱了。「一个天主的儿女，一个凭信德生活的基督徒，可以受苦，可以哭泣：他可能有理由感到痛苦，但不可以悲伤的。」[6] 也是因为这个原因，为了促进——或

重拾 —— 喜乐，重新唤起我们对天主之爱建基于信德的信念是很有帮助的，这让我们能与圣若望一起肯定地说：「我们认识了，且相信了天主对我们所怀的爱。」（若一4：16）。

信德倾向于在祈祷中 —— 以言语或沉默去表达 —— 以这样或那样的方式表达自己，而随着祈祷，喜乐也随之而来，因为「当基督徒以信德生活时 —— 信德不是单纯的言语，而是个人祈祷的现实 —— 天主爱的确信就在喜乐中、在内在的自由中表现出来」[7]。

论望德，要喜乐（罗12：12）

3. 对天主爱我们的信德带来了极大的希望。这样，我们也可以理解《致希伯来人书》的断言：「信德是所希望之事的担保」（希11：1）。望德的目标是未来和可能发生的好事。而信德让我们希望的美善 —— 从根本来说 —— 就是在荣福中与天主确定性结合的完全幸福与喜乐。正如圣保禄

告诉我们的，这是「在天上给你们所存留的希望。」（哥1：5）这种确信给了我们安全感，只要我们自由地欢迎达到目标的方法，我们是不会缺乏它们的：只要有必要的话，我们会开始又再开始。

当我们要面对不论什么形式的天主的旨意而感到不足和无力时，我们甚至可以有「不可能的事的确定」[8]，就像我们的父亲在主业团开始时一样，那时我们根本没有任何资源，而且所处的社会环境对基督徒的生活是极为敌视的。

4. 我们拥有，我们可以永远拥有「不叫人蒙羞的望德」，不是因为我们对我们自己或在这个世上的任何事物有任何信心，而是「因为天主的爱，藉着所赐与我们的圣神，已倾注在我们心中了。」（罗5：5）

有时候，各式各样的困难会让我们觉得，例如：我们的使徒工作似乎没有成效，我们见不到我们的努力和祈祷

所带来的成果。但我们清楚知道——而经常更新这个充满信德的信念对我们是有益的——我们的工作在主内是决不会落空的（参阅格前15:58）。正如我们的父亲也向我们保证：「没有任何东西是会变成失落的」。

希望与喜乐是天主的恩赐，因此圣保禄为每个人祈求它们：「愿赐望德的天主，因着你们的信心，使你们充满各种喜乐和平安，使你们因着圣神的德能，富于望德。」（罗15:13）。

爱心的喜乐

5. 爱天主和爱邻人与喜乐一起同归于信德，也同归于望德。「懂得爱的人有希望找到上主的大爱的喜乐」[9]。

爱的表达方式是多元化的，但恰恰在本质上是一致的：渴求所爱的人之美善（并在可能的范围内，尽力去获得它），以及因知道美善终于来临时而产生的喜乐。

在爱主的情况下，是否包括为天主渴求祂没有的美善呢？我们知道，在创造自由的我们时，祂选择冒给我们自由的风险[10]。我们可以保留天主渴望的东西：我们的爱。在某种程度上，天主的爱的喜乐不只是爱对我们带来的益处，而也是我们能够给天主我们的爱的喜乐。

爱作为喜乐的泉源，以特殊的方式表现在对他人的自我交付之上，尽管我们有缺陷，但我们仍努力成为「平安与喜乐的播种人」[11]。如此一来，我们也会因为看到他人的喜乐而感到喜乐，而就像我们的父亲一样，我们可以真真正正地对他们说：「我的喜乐就是你们的喜乐」[12]。

6.真正的爱要求一个人要走出自我，交付自我。真正的爱应带出喜乐，一份扎根于十字架的喜乐 “[13]。最重要的是，因爱天主而产生的十字架，是福乐的泉源。正如吾主所教导我们的「几时人为了我而辱骂迫害你们，

捏造一切坏话毁谤你们，你们是有福的。你们欢喜踊跃罢！因为你们在天上的赏报是丰厚的，因为在你们以前的先知，人也曾这样迫害过他们。」（玛5：11-12）。其实，所有的真福都描述了喜乐的根源：「真福带领你得到喜乐；它们是达到喜乐的途径」[14]。

有许多原因会使我们失去喜乐，特别是当我们感觉到自己的软弱和意识到自己的罪过时。但对天主的爱的信德，以及与信德相伴的确切望德是稳定的基础，正如圣施礼华所言：「悔改的深刻喜乐」[15]。那么，尽管我们的有限和缺点，在天主的助佑和我们的爱心下，我们也可以「使众人生活的道路更亲切、更容易」[16]。

让我们祈求天主之母和我们的母亲——圣母玛利亚，她是「Causa nostrae laetitiae（吾乐之源）」。愿她帮助我们时常都喜乐，并在我们生活的所有环境中，成为平安与喜乐

的播种人。尤其是现在，在这个希望的禧年，我们特别与教宗方济各的苦难结合去为此祈求。

你们的父亲以所有的温情去祝福你们。

康仁

版权所有 © 圣十字架和主业监督团

（未经版权所有者明确许可，不得全部或部分复制或播散）

[1] 《书信》13，第99号。如文本未着明其作者，这文本的作者是圣施礼华。

[2] 圣多玛斯，《神学大全》，II-II，q.28，a.4，ad1。「忧愁是自私的后果」（《天主之友》，第92号）

[3] 《犁痕》，第795点。

[4] 参阅《道路》，第659点。

[5] 《炼炉》，第332点。

[6] 《Las riquezas de la fe (信德的宝富)》，于1969年11月2日在ABC报发表的。

[7] 同上。

[8] 《书信》29，第60号。

[9] 方济各，《普通觐见》，2017年3月15日。

[10] 参阅《天主之友》第35点。

[11] 《犁痕》，第59点。

[12] 《书信》14，第1点。

[13] 《炼炉》，第28点。

[14] 方济各《讲道》，2020年1月29日。

[15] 《书信》1974年2月14日，第7号。

[16] 《犁痕》，第63点。

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/Jian-Du-De-Mu-
Han-2025Nian-3Yue-10Ri-Xi-Le/](https://opusdei.org/zhs/article/Jian-Du-De-Mu-Han-2025Nian-3Yue-10Ri-Xi-Le/) (2026
年3月4日)