opusdei.org

灵性陪伴

在教宗方济各的宗座劝谕《福音的喜乐》中,他提醒我们灵性陪伴或灵性指导对基督徒生活的重要性。

2025年7月8日

天主子女在基督内的手足陪伴

走向圣德

自由和责任

参考书目

「今天,我们比以往更需要具有陪伴他人经验的男女,他们基于经验、熟悉陪伴的过程,当中要有谨慎、体谅、耐心以及对圣神的顺从,因而能保护羊群,免受狼群所侵而各奔东西。」(《福音的喜乐》171)教宗方济各用这些话提醒我们灵性陪伴对基督徒生活的重要性。

圣化我们的是圣神:耶稣基督是我们的模范;透过恩宠,圣神是塑造者。」[1]无论谁练个人的灵性指导,他都是天主的「工具」,是祂使之成长的(参阅格前3:7-9)。我们必须让「天主的恩宠和神师使你成器,那麽,渴望成圣的人,才能转化为基督的形象。」[2]那份恩宠是参与耶稣基督的生命,祂在圣体圣事中「使我们成为一心一意,(宗4:32)一个心,一个灵魂,使我们成为一个家庭,一个教会。」[3]

1. 天主子女在基督内的手足陪伴

当一个人在灵性生活中前进并注意到 上主要求他更大的振奋时,寻求灵性 陪伴是很合理的。从神学上讲,我们 可以说这是为了与基督认同,使我们 的邻人成为另一个耶稣。这是每一个 基督徒都能合法地获得灵性咨询帮忙 的真正原因。这也就是活在持续寻求 天主的性情中,活在深信要取悦祂的 愿望中。有一种内在的冲动要求我们 更多,但不是以效率的顺序(做很多 事情),而是让天主来执行给自己 看。[4]

将教会视为家庭是灵性陪伴的关键之一。在这种基督徒友爱、在家庭的氛围中,用父母亲的心去爱人,每个人都能受到帮助去寻求、找到和热爱基督。[5]

关于灵性指导,《天主教教理》提醒「圣神赐给一些信徒智慧、信德和辨别的恩典。」[6]这些恩赐可以在司铎中找到,也可以在未受祝圣的信徒中

找到—男女修道者、平信徒。 事实上,与人进行灵性指导是平信徒可以行使其普通司祭职的方式之一,这使他们能够「藉祈祷和补赎,藉言行和榜样来帮助他人归向天主。」[7]

因此, 灵性陪伴是一个以洗礼为基础 的现实,是领洗后的自然发展,也是 一项具体的使徒工作。 事实上,当你 阅读圣施礼华关于友谊和信心的使徒 工作著作时,在灵性指导中能发现这 是一个教友以生活见证为前提的福传 使命, 这种见证是通过日常生活中的 普诵情境自然展现出来的: 「当人们 看到我们过着与他们同一样的生活 时,他们会问:'你们为什么这样快乐 呢? 你们从哪里获得力量, 能克服白 私白利和好逸恶劳呢? 是谁教导你们 体谅别人, 度美善的生活, 并为他人 服务而忘我牺牲呢? 』 这样, 就到了 为他们揭开基督化生活秘诀的时刻 了。我们与他们谈天主,谈基督,谈 圣神, 以及谈圣母玛利亚的事理。这 时,我们要以笨拙的言辞,去传达那

由圣宠注入我们灵魂深处的天主圣 爱。」[8]当然,所有这些都假设:无 论谁承担灵性指导的任务,他都应符 合灵性成熟、审慎、慎言、有亲和力 和培训等适当条件,因为在灵性指导 中所给的建议,不是出于自己的经验 和意见,而是出自教会的信仰。

2. 走向圣德

「要走向上主,我们总是需要一个向 导,一些对话。 我们不能仅仅凭自己 的反思来做到这一点。 | [9] 灵性导师 的作用是支持圣神在心灵中的运作并 给予平安,着眼于自我奉献的恩赐和 使徒的果实。[10]因此,他的工作将 我们引入福音,其中「每一件事,每 一重点, 都是一点一滴聚集而成的, 让你肯定它能活现干你生活的每个情 节里。」[11]灵性指导有助于发现福 音对每个灵魂说什么, 并帮助我们以 自我奉献的回应来反应。「它对每个 人都是有效的(...),建议你去寻求 一位好的灵修导师, 他能陪伴每个人

深刻的认识自己,并引导他与主结合,使他的存在越来越符合福音。」 [12]当我们好好地接受灵性指导时,它会引导我们以基督和祂爱的信息(参若13:34)来面对自己的生命。并在圣经的光照下,倚靠圣神的行动,看见天主在自己生命中的手。

「灵性指导者的功能,| 圣施礼华教 导说,「是打开视野,培养准则,指 出障碍及克服的适当方法, 并纠正进 步中的扭曲或偏差, 总是鼓励——永远 不失去超然的目光,是种乐观的肯 定,因为每个基督徒都可以说他依赖 神圣而能应付一切(参阅斐4: 13)。 | [13]随着信、望、爱的成 长,我们个人得到帮助,并持续地与 天主交往, 诵常藉着生活规划。 这 样,祈祷(口祷和心祷)、规律的告 解、参与圣体圣事—基督徒生活的真 正核心—以及熟悉圣经,导致对存在 意义的更深理解,对天主爱的认识, 自我认识的改善以及为所有灵魂服务 的渴望。

圣施礼华建议,在灵性指导中,总应该包括真正灵性成长所必需的三个要点:信德、纯洁和召叫。[14]这个三部曲与《宗徒大事录》中描述第一批基督徒生活中所坚持的相关,他们「专心听取宗徒的训诲,时常团聚,擘饼,祈祷。」[15]信仰涉及使徒的教义[16]、纯洁与圣体圣事的饼酒相关联:勤领圣体帮助我们保持心灵的纯洁,并保护贞洁的宝藏。祈祷,是对召叫我们的天主圣言的回应,是忠于自己的圣召必不可缺的。[17]

「基督徒的信仰与召叫影响我们的整体存在,而不只限于局部。」[18]因此,与家庭生活、工作、休息、社交生活、政治等相关。 尽管这些领域与灵性指导的主题并没有直接关连,然而,在避免所有不相干主题的同时,灵性指导必须提供洞察和建议,以便每个拥有自由和责任感的人,坚守天主教信仰和道德,做出适当的决定,了解事实全貌,并让天主的光照亮一个人的全部生活。 从这个角度来看,

灵性指导旨在促进合一的生活,[19]这导致在一切事物中寻求天主和爱祂,并以基督徒召叫所暗示的使命意识活出我们的整个存在。 灵性指导有助于每个信友在基督内、通过圣神、作为天父子女的成长过程:它帮助人们喜悦地发现基督的形象和大爱,以及跟随祂所要求的一切。

3. 自由和责任

一个人在灵性上陪伴他的另一个兄弟,提供他无私和正直的意见,同时尊重他的人格,不但不取代他的自由,也不取代他的责任。正如圣多玛斯·阿奎纳所写的,「天主的子女被圣神自由地推动,出于爱;而不是奴隶般地,出于恐惧。」(《驳异大全》IV, 22)于是圣施礼华这样总结:「只有当我们爱,我们才有全然的自由。」[20]每个人都是一个奥秘:「在每个灵魂中都有一个微妙的深

度,只有天主才能穿透。 | [21]而每

个人都有责任要支持从圣神—我们灵 魂的牧者—那里得到的启发。 [22]

灵魂牧者的任务是「帮助每个人正视 生活对他的要求, 发现天主对他有何 具体的期望,同时,又绝不限制他基 督徒良知所且有的神圣的独立性和责 仟感。这种做法和精神是奠基于奠重 启示直理的超越性,以及对个人自由 的爱护。也可以说,这种做法和精神 是植根于对现实的认识, 就是历史尚 待确定的, 它会因人的抉择而转变, 而天主尊重这一切。 | [23]圣施礼华 也指出, 「为了在每个人所拥有的职 业或岗位中达到基督徒的完美,信友 需要接受培训,让他们知道:如何在 天主的临在中, 以真诚的虔敬和教义 去管理自己的自由。」[24]因此,灵 性指导的建议旨于启发智力, 加强自 由。 有时,这种真理的传达要以坚毅 的态度进行。「真正的细腻和真正的 爱德需要触及核心, 尽管这要求非常 严苛。 | [25]进行的方式总应该是精 致细腻, 尊重每个人特有的节奏。

受到灵性陪伴的人,必须有愿意接受 帮助的开放态度。 因此,有必要记住 「谦逊,是修德励性道路上的真 理。 | [26] 谦逊最重要的表现之一是 真诚, 有时必须是「赤裸裸的坦 诚」,[27]即灵魂深处事物的表达, 没有修饰或委婉的。 灵性指导具有充 满信赖的谈心的特征。[28]因此,正 如指导/陪伴时千万不可「强迫任何 人,我试着鼓励每个人亲近上主,尊 重每个灵魂,因为他们各具特质。| [29]接受的人让「天主的恩宠和神师 去做他们的工作1。如果灵性指导不 是建立在这个基础上, 「雕琢, 但塑 造出来的耶稣形象, 将永远不会在渴 望成圣的人身上出现。 | [30]这需要 有相当规律性的对谈。

在这个手足互信的领域中,尝试顺从 所听到的话语是合乎逻辑的,在天主 面前,其话语被认为是圣神的真光。 因此,人们可以谈论对灵性指导的服 从,但要记住服从不只是一个单义的 概念(参阅《神学大全》II-II, q. 104)。在灵性指导中,一个人不是 因他被迫而遵循另一个人的建议,也 不是因为他知道另一个人有更多的经 验或知识,而是因为他深知,借着后 者的话,天主照亮并给他建议。 很多 时候,灵性指导的建议不全是钜细靡 遗的,而是鼓励我们反思,关键是要 在祈祷中面对上主。 事实上,接受者 要权衡所听到的意见,并做出决定, 确信自己已从建议中获得启发,但这 需要经过个人的深思熟虑和意志力的 运用。

选择为善的自由与相应的个人责任是不可分离的。「每个人都有他自己的样子,每个人都必须按照天主造他的样子和天主引导他的方式受到对待。『对一切,我就成为一切,以拯救所有人。'(格前9:22)没有万灵药。但有必要去教育,要为每个灵魂奉献它所需要的时间,用中世纪僧侣的耐心一页一页地完成一本法典;使人人成长,培养良心,使每个人都感受到

他或她的个人自由及其相应的责任。」[31]

参考书目

Collationes.org 中的文章: 指导灵魂 的艺术

ESPA, Fulgencio《依靠我》 Palabra出版社,马德里2017年

FERNÁDEZ-CARVAJAL, Francis 《风浪中:成为灵性指导者》2012 年,纽约Scepter出版社

DERVILLE, Guillaume, 「灵性指导」条目。《圣施礼华辞典》布苟斯, Monte Carmelo -施礼华历史研究所, 2013年, 339-345页

[1]1956年8月8日《书信》37: AGP, series A.3, 94-1-2

[2]《道路》56

[3]《会话》123

[4]参阅Fulgencio Espa, Cuenta conmigo, 33, Palabra, Madrid 2017

[5]参见《道路》382

[6]《天主教教理》2690; 参见1435、 2695

[7]《基督刚经过》120

[8]同上, 148

[9]本笃十六世,2009年9月16日一般 接见演讲

[10]参见《道路》62

[11]《炼炉》754

[12]本笃十六世,2009年9月16日一般接见演讲

[13]1956年8月8日《书信》37: AGP, series A.3, 94-1-2 [14]参见《犁痕》84;《天主之友》

[15]宗2:42

[16]参见《会谈》73

[17]参见《炼炉》297和789

[18]《基督刚经过》46

[19]参见《基督刚经过》10; 《喜乐 与希望》43

[20]《天主之友》38

[21]1956年8月8日《书信》37: AGP, series A.3, 94-1-2

[22]参见《基督刚经过》174

[23]《基督刚经过》99

[24]《会话》53

[25]Andrés Vázquez de Prada《主 业团创办人》vol. 2, p. 320 [26]《犁痕》259

[27]《炼炉》127

[28]参见《道路》64

[29]《天主之友》249

[30]《道路》56

[31]1956年8月8日《书信》38:: AGP, series A.3, 94-1-2

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/article/Ling-Xing-Pei-Ban/ (2025年 11月19日)