opusdei.org

# 若一切感到厌烦且无 意义,需要"在信德 中忍耐"

懒惰"是一种非常危险的诱惑",几乎屈服于"一种死亡的意愿"。一旦出现这种情况,就需要"依靠耶稣",恒心抵御。

2024年2月16日

耶稣"来到门徒那里,见他们睡著了,便对伯多禄说:'你们竟不能同

我醒寤一个时辰吗?醒寤祈祷罢!免陷于诱惑;心神固然切愿,但肉体却软弱。'"(玛廿六40-41)这是教宗方济各2月14日主持周三公开接见活动开始时诵读的《玛窦福音》的段落。当天是四旬期首日,教宗省思的题目是"懒惰",属于"恶习与德行"的系列要理讲授。

## 懒惰,一种非常危险的诱惑

教宗首先解释,懒惰一词来自希腊 文,意思是"缺乏关心"。一个人如 果"懒散、怠惰、淡漠",我们就说 他懒惰。教宗说:"这是一种非常危 险的诱惑。谁若成为它的牺牲品,就 好像被一种死亡的愿望压垮那样:对 一切感到厌烦;与天主的关系变得乏 味;甚至那些最神圣的行为,那些曾 经使他内心炙热的行为,现今在他看 来似乎毫无益处。"

## 生活失去意义

为了进一步说明懒惰的含意,教宗提到隐修士埃瓦格里乌斯(Evagrio)所描述的懒惰人的行为: "……阅读时,懒惰的人常打哈欠,很容易被睡意所征服,他揉揉眼睛,搓搓手,把眼睛从书本上挪开,盯住墙壁;然后又把眼睛回到书本上,继续读一会儿……;最后,他低下头,把书本放在头下,进入轻轻的睡眠。"

教宗表示,在这个描述中让人隐约地看到一些接近抑郁症的情况。"的确,对于那些处于懒惰状态的人来说,生活失去了意义,祈祷变得枯燥无味,各种奋斗似乎毫无意义。即使年轻时我们也曾充满激情,现在看来是不合逻辑的,是无法使我们幸福的梦想。如此一来,我们随它而去,分心、不思考似乎是唯一的出路"。

## 治疗方法是"在信德中忍耐"

那么,哪些是治疗懒惰的切实方法? 教宗从灵修导师那里汲取经验,指出 最有效的方法是"在信德中忍耐"。 教宗说:"虽然在懒惰的驱使下,人的愿望是'到别处去',逃避现实,但必须有勇气留下来,在我的'此时此地',在我的现状中,迎接天主的临在。"

## 依靠耶稣,在信德中抵御和坚持

教宗表示,懒惰想摧毁我们生活在当下的简朴的喜乐,要我们相信"一切都没有意义,不值得关心任何事或任何人"。如此一来,许多人因为懒惰而放弃了已经走上的"向善之路"。可见,这是一种严重的诱惑,就连圣人也曾经历过,必须予以战胜。

"这些圣人圣女教导我们,在忍耐中穿过黑夜,接纳信德上的贫乏。他们建议,在懒惰的压制下,要保持较小程度的承诺,设定较为能够实现的目标,但同时要抵抗得住、要坚持,依靠耶稣,祂在我们受诱惑时绝不舍弃我们。"

## 四旬期,内在更新的时机

公开接见活动结束前,教宗方济各在 问候操意大利语的信友们时,谈到当 天开始的四旬期,将重点放在和平 上。教宗说:"让我们善用这段时 间,作为皈依和内在更新的时机,聆 听天主圣言、关爱需要帮助的兄弟姐 妹、热切祈祷,尤其为在世界上获得 和平的恩典而祈祷。"

## (梵蒂冈新闻网)

#### VATICAN MEDIA Divisione Foto

pdf | document generated automatically from <a href="https://opusdei.org/zhs/article/Ruo-Yi-Qie-Gan-Dao-Yan-Fan-Qie-Wu-Yi-Yi-Xu-Yao-Zai-Xin-De-Zhong-Ren-Nai/">https://opusdei.org/zhs/article/Ruo-Yi-Qie-Gan-Dao-Yan-Fan-Qie-Wu-Yi-Yi-Xu-Yao-Zai-Xin-De-Zhong-Ren-Nai/</a> (2025年12月17日)