opusdei.org

## 心灵陷入黑暗时要寻 求耶稣, 祂总会答复

教宗建议我们在神枯中不要逃避,因为缺少感受,我们就会缺乏人情味。神枯是生命成长的良机。

## 2022年11月16日

神枯是教宗方济各以分辨为主题的第 八次要理讲授的主轴。教宗于11月16 日在例行的周三公开接见中阐明,神 枯意味著「心灵陷入完全的黑暗悲 伤」;它可以是成长的机会,因为我 们「如果缺少健康的不满、悲伤」, 如果缺乏「健康的独处能力」,恐怕 会「始终停留在事物的表面」,无法 深入其核心。

「神枯激起『心灵撼动』:一个人感到哀伤时,仿佛心灵摇摆不定;此时,他提高警觉,保持警惕和谦逊,而这能保护我们不随风起舞、任性妄为。这些是在生命中、在灵性生命中进步的必要条件。完满的宁静假若『一尘不染』、毫无情绪,而且以此作为选择和行为举止的标准,那么我们就会缺乏人性:我们不能不关心感受,作为人类,感受是我们人性的一部分。」

一个摒弃感受的人,会冷漠地看待他人的苦难,无法接受我们的磨难。教宗指出,「这不是生活。这有如活在实验室里,为了不沾染上微生物、不生病而自我封闭」。

相反地,「健康的急切不安」会是个关键的推动力,能成为人生的转折

点。奥斯定、富高等圣人都是如此。 教宗指出,其代价是要下定决心、奋 勇向前。这一点人人都做得到,这是 我们大家为了走出冷漠状态所付出的 代价。

再者,神枯也邀请我们白白付出,不 只为了满足个人情绪而采取行动。

「神枯状态为我们提供成长的机会。 我们要把握良机与上主、与所爱的人 展开一段更成熟、更美好的关系」, 一段不光是互通有无的关系。

教宗解释道,正如我们从小跟父母索要东西时,是出于自身的喜好;同样地,我们向上主祈祷求恩时,通常也没有真正地以上主作为考量。这就是当初围绕著耶稣的许多人「求治愈,求援助物资,而非只求与祂同在」。

然而,恰恰是与基督同在,才是「进入一段真实、诚恳的关系的美好方式」,而且这样的关系涵盖了个人的人性、磨难和孤独。教宗表示,基督渴望与我们彻底分享祂的生命。我们

应该学著「不带其它目的」地与上主 同在,一如我们与自己深爱的人们同 在那样,我们渴望更加认识他们,因 为与他们在一起多么美好。

「灵性生命不是我们随意运用的技巧,不是由我们规划的内在『幸福』项目。不,这是与生活的基督的关系,无法被我们分门别类。因此,神枯是清晰明确地反对那把天主当作一种建议、纯粹投射我们的欲望的经验。」

这也显示出祈祷深不可测的结果:事实上,「那些以往常让我们激动不已的经验和圣经章节」,可能会掀不起一丝涟漪;同时,人们避之唯恐不及的经验、相遇和经文,例如十字架的经验,有时也会出乎意料地带来平安。

教宗强调,神枯教导我们「在困难前」绝不该灰心丧志,却要秉持决心、在天主圣宠的助祐下迎头应对。 当我们内心不停有声音劝我们放弃祈 祷时,我们要学习揭穿试探者的面 具,或是只要「反其道而行」即可。

## (梵蒂冈新闻网)

## VATICAN MEDIA Divisione Foto

pdf | document generated automatically from <a href="https://opusdei.org/zhs/article/Xin-Ling-Xian-Ru-Hei-An-Shi-Yao-Xun-Qiu-Ye-Su-Ta-Zong-Hui-Da-Fu/">https://opusdei.org/zhs/article/Xin-Ling-Xian-Ru-Hei-An-Shi-Yao-Xun-Qiu-Ye-Su-Ta-Zong-Hui-Da-Fu/</a> (2025年12月12日)