

越人性，就越神性

(十七)：信任的温 柔力量

真诚的信任能释放出深藏在每个人内心的潜能;鼓励我们在为他人服务的过程中，孕育自我的特质，让我们能自然和谐地成长。

2023年10月21日

越人性，就越神性 (十七)：信任的
温柔力量 ([收听普通话录音](#))

改变外观

让天主进入

信任呼唤信任

加强、治愈、鼓励的话

没有任何男女是个孤立的绝句。「我们都是一首共同合写出来的神曲。」
[1]人类历史的精华，几乎是由个人故事与亲情、手足之情和友谊交织而成。由于他人的关爱，我们的心开始跳动。在我们的人生道路上，我们会受与我们偕行的人的鼓励、安慰，当然也会受伤。我们依赖他们，他们也依赖我们；可是这并非我们需要认命的事，如同原罪带来的后果一般；反之，因为我们是按照天主的形象被造而成结构的一部分。

尽管我们在社会中的生活，有时看起来像是一种疯狂的冲刺狂奔，逼迫我们唯独关心自己；然而另一面，我们心里很清楚，只有在我们与他人的关系中、在我们的相互依存关系中，我们才能够活出自我的。只有当我们准备好走出自己的时候，我们才能真正找到自己。那些充分发现这一现况的人不再认为自己的局限性阻碍了他们的快乐。反之，他们才开始将与他人的关系视为拓展自己有限世界的桥梁。^[2]事实上，并不是每个人在同样的程度上都有如此的觉醒。因此，在相同的社会地位、教育和性格等条件下，人们生活方式却可以截然不同，这取决于他们之间关系的特性：有些人，迷失在孤独的人群中；有些人，则一直受到陪伴，也一直在陪伴他人。

改变外观

耶稣于在世生命的末刻，对祂的宗徒说：「我称你们为朋友。」（若15：15）完美的真天主和完美的真人，在

祂入世与他人生活在一起的岁月中，是我们期待学习成为真人的榜样。我们在祂与十二宗徒第一次会面时，已经看清这一点。耶稣与他们每个人建立了一种友谊和情爱的关系，随着他们对彼此了解的增长，这份关系也越来越牢固，以至于祂的心向他们完全敞开。福音的读者都知道那些即将成为教会支柱的人的局限和缺陷。祂自己更是清楚地看到。毕竟圣言的话语是富于创意的。祂充满爱意的眼神不断地坚强、激励着他们，因为那是一种充满信任的眼神。那些粗鲁的们徒知道自己是被拣选的、被爱的，他们比任何人都更胆大地敢希望自己更快地成熟，因为他们看到了我主对他们的信任。当我们意识到天主是多么爱着我们时，同样的渴望也发生在我们自己的生活中。尽管我们经常谈论信赖耶稣的重要性，但我们切莫忘记，最能有力改变我们的是祂对我们的信任。因此，我们的信仰正在成熟的一个明显迹象，便是我们在天主对我们的信任中找到更坚定的支撑。

让我们追忆一下在耶稣的十字架下，那位不离不弃、始终忠于祂的那位门徒。年纪轻轻的他，勇气和毅力究竟来自何处？也许我们可从他在福音中提到自己的方式寻到蛛丝马迹：「耶稣所爱的门徒。」若望在被耶稣的厚爱中，发现了自己的身份。从那儿他产生了新的力量及开阔的心，致使他的忠诚不二成为可能。若望在最后晚餐的记述里向我们展示他是如何透过他的信任，而深入耶稣的心怀。由于信任，使我们能够汲取远比仅靠理性所获得的知识更为深邃。

就如同祂进入宗徒、祂朋友的生活里一样，天主也急于进入我们的生活。我们与祂的友谊也能迅速加深，并扩大我们爱的能力。耶稣非常尊重我们的自由，并为我们提供了祂的友谊；深藏在友谊中的信任，揭示了在祂眼中我们是谁。^[3]为了在自由中成长，并具成效地行使我们的自由，我们需具有相当的自信；最重要的是，这份安全感乃基于知道祂这样一位（又真又活

的神) 有承诺于我们。这样的信念才使我们有可能成长，因为当我们发现难以行善、当我们似乎无法战胜自己时，天主对我们的信任加强了我们对自己的信任。真诚的信任可以释放出深藏在每个人内心的潜能，这些潜能通常被埋没在自尊低、或害怕失败的情况下。它鼓励我们在服务他人的过程中，发展我们的特质，并使我们能够自然和谐的成长;因而使我们有能力做得更多更好。

耶稣就是这样热爱属于祂的人。祂知道自己拣选了谁。祂比任何人都更了解他们—甚至于比门徒自己本身更了解自己—并冒着依赖他们的风险。祂知道他们能走多远，并依赖时间和每个人的回应，带领他们一步一脚印地前进。祂并不急着将他们塑造成祂内心渴望的渴望，因为祂深知这是一门需要耐性的艺术。祂是一位好老师，知道如何像朋友一样的「浪费」时间。祂用真感情赢得了属于祂的人，并通过祂的耐心和理解，使互相了解变得更

轻松容易。这种爱情的方式，如此神圣也同时如此人性，在师傅和祂的门徒之间建立了真正的友谊，使他们渴望回应，并激发出他们最好的一面。

让天主进入

我主关心你的快乐、成功、情爱，也关心你的忧虑、痛苦和失败。」[4]这就是为什么我们需要充满信心地对祂敞开心扉、与祂分享我们的一切、且无话不说。当我们真心信任一个人时，我们就可毫无顾虑的摘下我们经常戴着保护自己的面具，因为现在它对我们来说，似乎已一无是处。我们感到自由自在、无所畏惧地做自己。这份信任使我们能够揭示自己的真相，并给予我们巨大宏伟的内心自由。既然我们已知道没有比基督更坦诚的友谊了，我们就能大胆放心的让祂深入我们灵魂的「内室」。试问难道我们还要把祂留在外面的候客室，也就是我们接待客人的地方？

随着友谊的增长，我们很自然地想给祂看自己生活的每个角落：我们工作的地方，祂会在我们寂静的努力中注视我们；我们放松的地方，祂会激励我们的梦想。我们也向祂展示储藏室，装满了各式各样的东西，有用的也有不少无用的，还有些待修补的。如果我们让自己被祂看透、如果我们打开灯，祂就能照亮室内最黑暗的角落，帮我们认清需要整理之处。祂会非常俐落地着手改善，而最难能可贵的是祂的眼神，绝不是一种判断、令人恐惧的，而是灌注希望的；一种增强和提升的爱的表情，深具创意和救赎的表情。

信任呼唤信任

人性的爱，若以其最佳的表达方式，就是向我们诉说着天主的爱。譬如在友谊中体验到信任的激励力量，发现有人真正相信我们，激励我们展现出最好的自己。当我们开始意识到天主在以这种方式看待我们时，我们也必

须尝试像耶稣那样看待他人，向祂学习如何成为我们周围人的亮光。体验天主对我们的信任，以及我们对天主的信任所带来的能翻转生命的价值，表明我们应当向许多人提供这种帮助。

「天主经常利用真正的友谊，去执行祂救赎的工作。」^[5]好朋友之间的相互信任往往是天主用来帮助我们有此心愿却不敢独自面对的窘境。如果我们有幸拥有真正的朋友、那些真心想要对我们有益的人、那些希望我们成为更幸福的人，我们也就敢向他们敞开心扉的私密角落。最终我们常会体验到自己的内心世界，因分享而丰盛。

当信任感存在时，我们就不会担心对方会看到我们的弱点和挣扎，我们甚至会迫不及待地和他分享我们的计划和梦想。我们深知爱我们的人会帮助我们克服自己的局限，并防止它们成为障碍。在人类给予和接受的动态

中，「给予自己」意味着分享我们的独特性，确确实实地展示我们自己的真面目。这样做虽给了我们很大的自由，但首先却需要努力的放下我们自己的身段。我们必须愿意向他人显露自己的真相，即使知道这也许会让我们变得脆弱。信任呼唤信任，被伤害的风险绝对比不上真正去爱和让自己被爱的收获。

加强、治愈、鼓励的话

信任是任何成功关系的基础，能使人在个人心灵和专业上有所成长，即整个的培育历程。因此，当我们有意帮助别人时，我们首先要注重倾听、理解和耐心。但实际上，需要更多、远不止于此。信任他人能让我们乐观地看着他们、相信他们的潜力、对他们能够成为什么样的人抱有希望，因此我们也渴望在他们的奋斗中帮助他们。

圣施礼华写道：「以我主的榜样为榜样，你需要以宽广的胸襟理解你的手

足，对任何事情都不要感到惊讶，且真正地爱他们...。成为一个有人情味的人，你就会知道如何包容他人的小缺点，并始终以做母亲的慈心，去重视其可取之处。」 [6]

这并不意味着我们对现实视而不见，看不到他人的局限和缺陷。我们如果真正的爱他们，我们总希望他们变得更好。在了解、关爱他们的同时，友谊和手足情谊将我们团结在一起，使我们能够及时警告他们可能没有意识到的危险，或是对他们起初可能不理解的事情，提出建议。我们将陪伴他们去发掘隐而未见的美善。[7]唯有对人真诚的情感才能使自由和信任的氛围成为可能，这体现在于我们清楚地向他们解释何以需在某特点上奋斗的必要性，让他们感受到我们在他的努力中陪伴着，而不是强其所难的行为。「灵修导师的作用是帮助人想要—深刻、真正地想要—实现天主的旨意。」 [8]

有时，当我们试图帮助一个似乎不在倾听的人时，我们会被那个人不想听的偏见左右，而不进一步去帮助他。我们永远不该忘记，大家都是脆弱的，生命历程除了教会我们许多新鲜事外，当然也还会有需要一段时间才能愈合的伤口。由于这些阴影而造成的痛苦并不少见，可能会导致某人设置隔离屏障，保护自己免受可能更严苛的痛苦，但这也使他们难以重新获得继续成长所需的信任。

加强、治愈、鼓励的话语是最有效的话语。只有用信任的态度、真诚的情怀，我们才能与他人建立深厚的关系，我们的话语才能有天主的恩宠和祂的创造力，成为祂爱的体现，并有助于治愈那些伤口。「天主深刻的了解我们每个人，也了解我们的苦难，祂总是以温柔的眼光凝视着我们所有人。就是让我们向我主学习，以同样的目光看待每个人、体谅每个人...，设身处地为他人着想。」[9]我们必须有耐心，用爱播种信任，透过一些小

细节，表现出我们真诚的情怀。天主希冀我们彼此需要，祂通过特定的男女在人类历史中发挥作用，指望我们每个人互相帮助。

任何对他人有责任的人都应该意识到，凡是想提供解决方案或答案时，总是冒着些风险。有时，几乎是在不知不觉中，当我们想说服对方采用自己的方式，为获得最佳结果时，我们总以为定能帮助对方。然而，培训的任务绝不是让对方成为我们想要他的样子。须知试图让他人符合预定的模式，不但不能为他人开辟新的视野;反而会使他们陷入无法满足某些期望的挫败感之中。

最良好的培训是让对方在天主的帮助下，成为他/她自己生命的真主角。任何希望在这项工作中有所作为的角色，是陪伴他们、并帮助他们增长自我知识，借着提出好的问题引导他们思想，提供线索，而非仅提供答案，即使这样更加费力。一旦他们发现了

更广阔的视野，并懂得为自己设定目标时，就更易获致成效，因为源自于内心的信念。尽管需要更长的时间，来达到一个人想要的「结果」，这种努力也会帮助这个人以稳定和自尊自重的模式生活。在我们自己的境遇中非常频繁地体验到这一点，将使我们始终重视个人的主动性，及培养个人的信念。

信任产生于天主之爱的氛围中，天主的爱是有耐心的，不动怒或怨恨，而是凡事包容，凡事相信。（参格前13：4-7）一个具有这种爱的人，定会成为师表、一个坚定的参考点、一种温柔的力量，能带领他人走得比看起来更长远。当我们尊重他人生命的「圣地」时，我们势必会收到意外的惊喜！圣神可以帮助他们成为最好的自己。如果我们将他们能成为什么样的人抱有无限希望；如果我们深信天主赐予他们的恩典和一切好处，我们就会给他们送上飞翔的翅膀。

[1]圣施礼华《基督刚经过》111

[2]参阅《天主教教理》1937

[3]参阅圣咏8：5-7：「世人算什么，你竟对他怀念不忘？人子算什么，你竟对他眷顾周详？竟使他稍微逊于天神，以尊贵光荣作他冠冕，令他统治你手的造化。」

[4]圣施礼华《天主之友》218

[5]范康仁《牧函》2019年11月1日，
5

[6]圣施礼华《书信27》35

[7]参阅范康仁《牧函》2023年2月16
日，3-6

[8]圣施礼华《书信26》38

[9]范康仁《牧函》2023年2月16日，
15

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/Yue-Ren-Xing-Jiu-Yue-Shen-
Xing-Shi-Qi-Xin-Ren-De-Wen-Rou-Li-
Liang/](https://opusdei.org/zhs/article/Yue-Ren-Xing-Jiu-Yue-Shen-Xing-Shi-Qi-Xin-Ren-De-Wen-Rou-Li-Liang/) (2026年2月22日)