opusdei.org

## 在信德中同行, 脆弱 使我们能够温柔

教宗强调在基督徒生活中不独 自前行的重要性,这样能揭露 对自己可能出现的误解",并 与人分享自己的真实面目,不 隐藏较为脆弱的方面。

## 2023年1月4日

教宗方济各元月4日上午主持周三公 开接见活动,在要理讲授中继续省思 有关灵性分辨的主题,这是此系列的 最后一次讲解。教宗当天对能帮助分 辨的要素进行了探索,其中之一便是 灵性陪伴。教宗引述《圣咏》的话, 说"祢的言语是我步履前的灵灯,是 我路途上的光明" (119篇)。

教宗开门见山,进入主题说,灵性陪伴的重要性首先在于帮助人"认识自己",这是"进行分辨的一个不可或缺的条件"。教宗解释,自己照镜子并不是总能看到全部,另一个人能告诉我们自己可能看不到的真相。首先,这需要"让人了解自己",包括自己的脆弱。

"脆弱实际上是我们真正的财富,我们在脆弱中变得富有,它是我们众人都必须学习尊重和接纳的真正财富,因为当它献给天主时,就使我们能够温柔、怜悯和去爱。要当心那些不感到自己脆弱的人:他们是冷酷、专横傲慢的人。相反,谦卑的人承认自己的脆弱:他们较能理解别人。可以说,脆弱能使我们有人情味。耶稣在旷野受到三个试探,其中的第一个与

饥饿有关,这不是巧合。这个试探设法窃走我们的脆弱,把它作为一种需要摆脱的不幸,一种成为天主的障碍。相反,脆弱是我们最珍贵的宝藏:事实上,天主为使我们肖似祂,愿意彻底分担我们的脆弱。"

教宗指出,灵性陪伴提供的帮助能"揭露我们对自己的认识及与上主的关系中甚至是严重的误解"。《福音》中有多少实例说明,对一些人来说,与耶稣的交谈成了他们获释放和得救恩的经历,例如撒玛黎雅妇人、匝凯、罪妇、尼苛德摩,以及厄玛乌的门徒。

"在另一个人面前讲述我们的经历或我们正在寻求帮助,让自己内心清晰,将我们心中的许多想法说出来。有些想法经常喋喋不休,令我们不安。有多少次,在黑暗的时刻,这样的想法在我们的脑海中涌现出来: '我全都错了、我分文不值、没有人理解我,我永远不会成功,我注

定要失败',我们经常会想到这些事。这些是虚假和有害的想法,而与他人的交谈则有助于摘掉假面具,这样我们就能感受到,上主爱的和尊重的就是我们这个样子,我们也就能为了祂而行善。"

教宗强调,陪伴者既不取代上主,也不替代受陪伴的人,而是"走在他的身旁",鼓励他审视自己的内心。唯有活出"灵性上的子女和兄弟身分",唯有不单枪匹马,而是"融入一个团体",陪伴才能结出果实。

"正如治好瘫子的福音记述那样(参阅:谷二1-5),我们经常藉著别人的信德而得到扶助和痊愈;有时候是我们自己承担了这个义务,帮助一个兄弟或姐妹。缺乏子女和兄弟的关系,陪伴能产生不切合实际的期待、误解和依赖,让受陪伴的人处于孩童期。"

教宗表明,童贞玛利亚是分辨的导师。玛利亚"说话少,多聆听并默存

心中"(参阅:路二19)。她总是指向耶稣,她的话"你们要作祂吩咐的事"(参阅:若二5),这是对所有基督徒的吩咐。教宗说:"作耶稣所吩咐我们的一切。玛利亚晓得上主向每个人的心灵说话,要求将这话转变为行动和选择。她比任何一个人都懂得这样做,事实上,在耶稣一生中的重大时刻,尤其是祂死在十字架上的临终时刻,都有玛利亚的临在。"

教宗最后强调,"分辨是一门艺术",我们能借此学习在灵性上成长;分辨也是需要经常祈求的"一份天主的恩典"。上主鼓励和扶持我们,在《福音》中我们常看到耶稣的这句话:"不要害怕"(路五10)。"'不要害怕''这也是上主对我们说的话。如果我们信赖祂的话,我们就能走好人生的这盘棋,就能帮助别人。正如《圣咏》所说,祂的圣言是我们步履前的灵灯,是我们路途上的光明"。

## (梵蒂冈新闻网)

## **VATICAN MEDIA Divisione Foto**

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/ zhs/article/Zai-Xin-De-Zhong-Tong-Xing-Cui-Ruo-Shi-Wo-Men-Neng-Gou-Wen-Rou/ (2025年12月11日)