

战斗、亲近、使命

(3) : 一切都是我们的 的，一切都是天主的

任何运动都需要努力，但它也带来享受并开启新的可能性。基督徒生活也是如此：在战斗和挣扎中，我们可以享受与上主同在，跟祂一起成长并面对新的挑战。

2025年10月8日

「你们已经成为新的受造物，并穿上了基督。看这白衣，作为你们基督徒尊严的外在标记。在你们的家人和朋友的懿德善行感染下，将这尊严毫无玷污的带到天国的永生中。」[1]从古代起，教会就已有为新领洗者穿上白衣的传统，以外形表达他们与基督结合的喜悦，让祂在我们之内生活。[2]洗礼的名称和行动都反映了这个现实：baptizein 是「浸入水中」的意思，因为透过这件圣事，我们进入三位一体的生命，就像把海绵放在水里，在它不失去自身的同时，与所浸入的水也合而为一。因此，这是「天主的存在与我们的存在相溶相合，我们沉浸在圣父、圣子和圣神三位一体的天主之中；正如在婚姻中一样。男女两人成为一体，成为一个新的独特的现实，具有新的独特的名称……」[3]从洗礼的那一刻起，照顾这新生命就成为日常的任务，需要持续的灵修战斗。正如圣经所告诫的：「我儿，你前去服事上主时，应固守正义与敬畏，并应预备你的心承受试探。使你

的心居正不偏，坚忍不拔；应侧耳听取明智的言语；在灾难中，不要慌张。应静心等待天主的照顾，与天主保持联系，总不要离弃他，好使你至死充满幸福。」（德2：1-3）

出发点：天主无条件地爱我们

在我们的洗礼中，天主总是告诉我们，无论发生什么事，祂永远爱着我们原本的样子。这个信念是我们内心旅程的起点；没有它，我们就会走错路，因为在这场竞赛中，重点不是靠自己赢得什么，或是向任何人证明什么，而是自由地生活，享受天主的爱。圣若望写道：「我们认识了，且相信了天主对我们所怀的爱。」（若一4：16）跟随新约的这些话，圣施礼华说：「我们必须让这些信仰的真理时时充满着自己的灵魂，以期潜移默化，幡然更新。进而体认到天主爱我们！创造天地万物的全能者爱着我们！」[4]

同时，天主的恩宠并不会取代我们的智力和坚持的努力：「我们个人能有成圣的坚定信念固然是天主的恩赐，但在我们人事方面也该勤奋努力，不能一味采取被动。」[5]的确，藉由恩宠，使我们的生活具有超越自己可能的价值，但恩宠绝不会取代本性：反之，它需要与之合作。可以说，在我们的生活中，一切都是我们的，同时，一切都是天主的。「在持续不断的日常小事上，无论是愉快的或痛苦的、可预见的或不可预见的，每时每刻都有一连串实际的恩宠提供给我们。（……）渐渐地，祂与我们之间建立起对话，这就是真正的内修生活。」[6]

因此，如果我们仅用「挣扎」或「战斗」这类字眼来描述人内心所展开的行动，就未免过于简单化了。从我们自身里外遇到阻力的角度来看，好似战斗的经历，然而，一旦把它融入生活整体的框架中时，即可看见它不过只是活动、运动、活力和成长的一部

分而已。纵观任何生物发展的这些面向 — 包括另一部分与环境威胁或困难抗争拼斗相关的 — 往往更成功地展现出生命内在的可贵与尊严。

要看风景，而不只是看地面

登山者和高海拔自行车手都深知要集中专注力和合理分配能量的必要性；因此，他们前进时，往往几乎只能一心一意地专注于地面，而无法抬起头来欣赏四周随着他们的前进而开阔的全景，那就未免太遗憾了。进而思及在灵修战斗中，我们也可能遇到类似的情况：我们常过于专注在克服某些劣根性，或只看到获取某种美善的代价。因此，我们有必要抬起头来放眼关怀四周，以免忽略我们人生路上可砥砺心志的大好良机。

「你不可为恶所胜，反应以善胜恶。」（罗12：21）圣保禄这样写道，圣施礼华喜欢将其总结成「以浩瀚充沛的善良，淹没邪恶。」[7]基督徒的奋斗，与其说是一场对抗罪恶的

战争，不如说是努力滋養天主从领洗开始即赐给我们的超性生命。举个例子，如果我们在某个场合，决定把最好的一份留给他，我们可以将这种克己视为对抗自私的奋斗，或视为对事物不执着的练习；但更佳的是，我们可以把它视为扩大心胸、成长爱心、宽容、超脱等德能的奋斗。同时这并不是出于个人内心追求完美的渴望，而是源自基督至仁至慈的心，我们想为他人而活。

这两种有关基督徒不同战斗的聚焦方式，也与两种制定改善目标的决策有关。在这个意义上，与其提出「不再犯这错误」，不如抬起头来、凝视着地平线，并肯定我们确实想要做的事，成效可能更加丰硕。有一句古典格言说：「凡事都要朝向结局看」 *In omnibus respice finem*；或者用更通俗的说法，「先从为什么开始」。如果我们生活中想要着眼于目标，往往需要从具体情况中抽离，花时间反思，与天主分享我们的神往。这样我

们会看得更清楚：我们会意识到，关键不仅是一个直接的目标、一场具体的小战斗，而是我们对天主恩宠的开放，对天主使我们成为「另一个耶稣」，*alter Christus* 的开放。

挣扎就已是爱

「孩子们，我们爱，不可只用言语，也不可只用口舌，而要用行动和事实。」（若一3：18）的确我们也曾用各种宣言或承诺来肯定爱，但后来却因缺乏行动而否认时，就没有人会感受到真正的被爱。因此，透过我们的每一个决定，我们都在回应耶稣对伯多禄的问题：「你爱我吗？」（若21：16）「基督徒的生活，」主业团监督写道，「满怀主动积极和随时乐意被差遣的精神，自由的回应我主的提问。」[8]我们每一回克服自私的念头；每一次努力在某个美德上成长，以便更好地服务他人；每一次选择谦卑，而非对他人夸张自我，我们都是在无言地告诉天主：我爱你更多。

圣施礼华曾经在某个年末做总结时，写道：「这是我们在世上的命运：为爱而战斗，直到最后一刻。」[9]为爱而战斗，绝不仅是简单地在战斗外表加上爱的动机：「你在祈祷中，同吾主谈心时，恍然大悟：战斗就是以爱还爱的同义语。于是你祈求能有更强大的爱心。」灵修战斗比胜利更必要，因为那里有奋斗—灵修的奋斗，那里就有内修的生活。这就是我主要求我们的：以事实来表现爱主的心愿，在每天的小事情上表现出来。」[10]战斗的目的是将挣扎转化为爱：我为什么战斗，为谁战斗。这些答案塑造了战斗本身；它们成为灵修生活跃进的基础。

阅读圣人的生活，我们可能会想象灵修战斗是英雄们拼命到极限的奋战，需要巨大的内在力量、非凡的勇气去面对的艰难任务。圣人因而会显得像是表演某种圣德「体的金牌得主」，是一般普通人无法达到的。[11]然而，这种印象并没有捕捉到圣人秘密

的本质;在最终—以及旅程的每一刻—重要的是来自于天主的爱情。「即使是殉道，其伟大也不是来自坚韧不屈的行为，而主要来自妙不可言英勇的爱德行为。早期教会前三个世纪的迫害确实是勇气的时代，英勇刚毅的时代，但更是对天主炽热之爱的时代。」[12]

有时，对安稳过度的渴望可能导致我们想量化我们的奋斗，想衡量我们的进步，好像在面对一个改善体能的个性化训练。当然，做出改进的决心是绝对重要的，想在多方面超越自己、做出成绩，但所有这些不见得是我们旨在确保进步的标志。圣施礼华说，

「圣德，不是每天要做更困难的事情，而是每天要以更大的爱心去做。」[13]要结出灵修果实不在于做艰矩的事情，而在于以爱回应天主先对我们的爱;圣德「不意味着一个人靠自己做了伟大的事情，而是在其生活中，出现了他没有靠自己做的事实，因为他整个身心灵让天主进入，并使

自己可被用于天主的工作。」[14]因为一切都始于天主的无偿意愿，祂赐给我们洗礼和在我们内基督徒生活的恩典，我们可以理解圣经告诉我们的：「这样看来，蒙召并不在乎人愿意，也不在乎人努力，而是由于天主的仁慈。」（罗9：16）

我们知道所有圣德的工作都始于神圣的激励，是天主启动了祂的工作，祂也将完成它：这标志着我们对灵修战斗的理解。我们不是想向天主「赚取积分」以便我们值得祂的爱：无论如何，祂不断地将自己给予我们。「教会一再教导说，我们不是靠我们的作为或努力成义，而是仗赖上主的恩宠，是祂采取主动。（……）且友谊无限地超越我们，不能由我们靠自己的作为换取，只能是天主出于爱，主动赐给我们。（……）一如我们应活出至高的爱的诫命一样，因为这个真理源自福音的核心，召叫我们不仅要在理智上接受它，也要使之成为源源不绝的喜乐之源。」[15]

像运动一样

最好从哪里开始、再重新开始？或在灵魂的哪个具体战线上开始这场奋斗？尽管答案是因人而异，但是有一个好的线索可以是：尽量找出我们个人目前最大的缺点，因为它往往与我们的生活方式密切相关。例如，如果我的个性非常强势，这种倾向极有可能退化为粗鲁的态度；或者，如果我的个人特征是宽仁善良，但隐含的缺点却可能是软弱或胆怯。首先，战斗要专注于排除与对天主的爱相反的一切（即大罪），其次是那些拦阻我们爱主和爱他人的一切（即小罪），最后也总是，我们爱得不够、不冷不热。因而要克服自己的弱点，就需有一个完整的生活计划，圣尼各老 St. Nicholas of Flue 即将其浓缩为几节诗句：「我主，我的天主，从我身上拿走使我远离祢的一切。我主，我的天主，请赐我使我更接近祢的一切。我主，我的天主，求祢释放我，让我完全奉献给你。」[16]

圣施礼华喜欢将这种奋斗比作运动：

「克己的奋斗不是消极的、令人厌恶的，而是喜乐的肯定。是一种运动。」[17]任何运动都需要努力，但透过与他人的互动、新的经验和超越自己的喜悦也会带来享受……同样，经过一点训练，我们可以开始在灵修奋斗中与我主度过美好的时光。因而，我们不仅不把客观的困难看作是障碍，反而视为我们在天主内突破自我的机会。如果我们把接受困难视作挑战，它们就不会扰乱我们。这也会改变我们看待身边的人的态度，特别是那些我们认为难以亲近的人：「不要说：『那个人令我难以忍受。』要想：『那个人在圣化我。』」[18]

运动训练中的一个关键因素是一致性。伟大的胜利不是一天赢得的。有时需要许多尝试。「运动员要持之以恒，优秀的运动员会花大量时间训练和准备。单以跳高跳远为例，他就必定要一次又一次地尝试。」[19]小小的进步，伴以坚韧和毅力，最终导致

成功。从这个意义上讲，制定小而具体的决心并坚持不懈地实践，往往比制定未能实现的伟大目标更为有效。此外，在灵魂的斗争中，我们必须依赖时间，不断重新开始，以谦逊和创意重新做决心，需要多少次就多少次。爱的回应往往需要花一生漫长的时间逐步地加以实现完成。

就像运动一样，在灵修生活中，失败也是游戏的一部分。经上曾言：「一个罪人悔改，在天上所有的欢乐，甚于对那九十九个无须悔改的义人。」

（路15：7）因而我们可以深信即使微小的胜利和「重新开始」，总比拿些不费力就顺利达成的目标定能令我主更加喜悦。我们今后还有更多事情要做，绝不能只推托在胜利之后才能有条件继续前进。固然胜利是值得回味的，但必须体认：每次跌倒再爬起来，都是要感谢天主并汲取新力量的时刻。我们也绝不能忘记，在这场斗争中，我们并不孤单。就像运动员一样，我们周围有天主安排的人，帮助

我们训练和超越自己。我们可以依靠信仰内兄弟姊妹的祈祷和支持、还有那些先我们而去，并在天堂帮助我们的人、以及我们的护守天使和圣母玛利亚。

[1]儿童洗礼仪式

[2]参罗13：14;迦2：20

[3]本笃十六世，2012年6月11日，圣言诵读

[4]圣施礼华《基督刚经过》144

[5]同上，176

[6]R. Garrigou-Lagrange，《内修生活三个时期》第一卷，184页以下

[7]圣施礼华《犁痕》864

[8]范康仁蒙席，2018年1月9日《牧函》5

[9]圣施礼华《与主对话》137

[10]圣施礼华《十字苦路》第三处，2

[11]若瑟拉辛格《让天主工作》。原文翻译载于《罗马观察报》2002年10月6日。可搜寻www.opusdei.org

[12]R. Garrigou-Lagrange, 《内修生活的三个时期》，第一卷，167

[13]圣施礼华, 讲道笔记 (AGP, P10, n. 25) , qtd. by E. Burkhart and J. López, *Vida Cotidiana y santidad en la enseñanza de san Josemaría*, Rialp, Madrid 2013, vol. II, pg. 295

[14]若瑟拉辛格《让天主工作》2002年10月6日《ABC》

[15]方济各《你们要欢喜踊跃》52、54、55

[16]这个祈祷可以在, 例如, 圣若望保禄二世于1984年6月14日在圣人墓前所诵的祈祷中找到。圣施礼华以类

似的话语祈祷：「主，凡使我与祢分离的，求祢将其从我身上分离！」

(参A. Vázquez de Prada, 《主业团创始人》，Rialp, 马德里, 2003年, 第3卷, 第462页)

[17]圣施礼华《炼炉》169

[18]圣施礼华《道路》174

[19]圣施礼华《与主对话》51

玛利亚·舍格胡贝尔 (Maria Schörghuber)

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/Zhan-Dou-Qin-Jin-Shi-
Ming-3-Yi-Qie-Du-Shi-Wo-Men-De-Yi-
Qie-Du-Shi-Tian-Zhu-De/](https://opusdei.org/zhs/article/Zhan-Dou-Qin-Jin-Shi-Ming-3-Yi-Qie-Du-Shi-Wo-Men-De-Yi-Qie-Du-Shi-Tian-Zhu-De/) (2026年2月12
日)