opusdei.org

战斗、亲近、使命

(4): 「不要叫圣神

忧郁」: 不冷不热

冷淡 (不冷不热) 是心灵的疾病, 致使天主的事总会在我们眼中生厌, 我们甚至可能说服自己: 真正的生命是在其他的地方。

2025年10月17日

圣经中记载天主的第一个也是最著名的显现之一,是当上主的天使在曷勒

布山上以荆棘中的熊熊火焰向梅瑟显现。「梅瑟远远看见那荆棘为火所焚烧,而荆棘却没有烧毁。梅瑟心里说:'我要到那边看看这个奇异的现象,为什么荆棘烧不毁? 』」(出3:2-3)天主是爱,是永不减弱的爱的新火焰,不会随着时间的流逝,而只留下还在冒烟的木柴。 祂的爱永恒燃烧着,给那些被祂拥抱过的人带来温暖和光明。 因此,天主对梅瑟说:「我是自有者。」(出3:14) 祂是爱,是忠实而永远活着的爱。 透过按着祂的形象造了我们(参创1:

27) , 祂已经注定我们要得到这样的 爱: 我们的心再也无法缺少祂的爱而 生活。 我们需要的是燃烧的爱, 会随 着时间更新和成长。

也许我们都有过这样的经验: 兴冲冲地欲重返我们曾经住过的房子, 一个我们曾经爱过、付出过和接受过爱的地方。 但万万没想到——回到那里, 竟发现它已空旷荒废, 甚至成了废墟。刹时一阵怀旧的痛楚就隐隐的刺透我

们的心。当我们的爱变得冷淡甚至消失时,也会发生类似的情况。 毕竟它曾经承诺过永恒的喜乐——那曾是我们的一切,而如今却化灰燼,这是多么令人伤悲啊! 一位名作家很恰当地表达了这一点: 「这是很可怕的,当你说『我爱你』,对方却大声的回应『什么?』时」[1] 便全然知晓「冷肾是怎么一回事。 就是一份曾经让心灵欢乐、让生活光鲜亮丽的珍贵爱情,却几乎被耗损到即将熄灭的地步。 那肯定令人失望至极、无言以对了!

慢动作的死亡

所谓情感的要冷却,当然是针对曾经被点燃过、曾经爱恋过的人而言。这就是为什么冷淡对刚刚才奉献心灵的委身者说来并不危险,因为他们的爱情才萌芽而已,有些天真。然而,冷淡对任何已经燃烧过了一段时间、用情颇深者来说,是真正危险的。这并非是突然的死亡,而是一种几乎察觉

不到进展的疾病:慢动作的死亡,就像登山者所谓的「白色死亡」,是酷寒和疲惫的致命混合,身体逐渐失去了反应的能力,最终屈服于甜美但却致死的睡眠。

有关冷淡的观念, 在教会的灵修历史 中很早期就出现了。 早在第三、四世 纪, 奥利振和庞提古的依华格略提到 「懒散」acedia (akedia) — 灵魂 中一种厌恶和懒散的状态,它不会在 旭日东升时出现, 而是当太阳已经走 了相当长的一段距离时, 即在日正当 中阳光高照时出现。 他们受到圣咏91 篇的启发,因此使用了「正午的魔鬼/ 癲疾 | 说法。 [2] 「懒散 | acedia字 面的意思是疏忽、冷漠。 虽然随着时 间的推移,一些作者把它与「冷淡」 tepiditas区分开来, 然而, 其实这两 个字指向于同一个心态而言: 「爱德 的冷却,因疏忽和懒惰而变得浑 浊。 | [3] 一种因疏忽而破坏了奉献 的心愿,因为「爱德不能闲置」;[4] 它决不可能休假。

关于冷淡蔓延的危险性,真福欧华路曾经使用过特别铿锵有力的字句:

「不冷不热者必然会觉察到自己认知 美善的能力逐渐变得模糊,同时开始 在寻找讨好自我的东西。 在这样的状 态下,自私和骄傲的渣滓及腐败在灵 魂中囤积。 随着它们的沉积,逐渐给 人的行为带来的味道。 如果不及时阻 止这种邪恶, 连最卑劣的欲望, 都会 被那些不冷不热的腐烂所玷污,而且 变得越来越强烈。 于是寻求补偿的欲 望兴起了: 连面对最轻微的要求或牺 牲时, 都会出现愤怒: 没有直正的理 由就会抱怨: 谈话变得空洞或自我中 心(……)。 在克己和节制方面屡屡 失败。 可谓感官被唤醒了,并伴随着 剧烈的惊吓。 同时爱德变得冷淡,以 致能直正坚定地畅谈天主的使徒热情 也消失了。1[5]

这就是冷淡的过程。 逐渐地, 悲伤进入灵魂并使一切变得昏暗: 曾经充满心灵的人事物现在却显得毫无意义, 而思考方式也变得非常世俗。 冷淡扭

曲了灵性的光明面,使之厌恶天主的事;甚至开始说服自己,「真正的」生活是在别的地方。基于自己的经验,圣奥思定写道:「我觉得这并不奇怪,对于病者的味觉来说,令他厌恶的面包,反而令健康者感觉美味;对于有眼疾者来说,痛苦的光线,反而令健康者愉悦。」[6]

一个人怎么会达到这种状态呢? 一个 充满活力的情爱怎么会变得如此冷淡 呢?我们可以说,这始于对憧憬的幻 灭,也许是由于某些失望和困难,导 致人失去早期步调的坦率和热情。 心 境的转折可能相对地没有被注意到, 但它却穿透了灵魂。 这个人开始削减 他给天主的时间, 因为生活规范感觉 像是累赘的义务; 他停止梦想也停止 为福传使命奋斗,也许是由于环境的 不友善, 或是因为看到极少的成果而 沮丧。 「我们都从经验得知,有时候 一项仟务不会带给我们期待的满意, 成果很少,改变很慢,我们都禁不住 日益倦怠。 然而,出自倦怠而暂时放 低手臂,跟从此放手不管并非一样。 这放手的缘由来自长期惯性的不满和 灵魂枯干的懈怠。」[7] 这种不满逐 渐使心降温, 「借着舍弃, 藉着冷 漠, 借着在检视自己日常行为时的漠 不关心。 今天我们遗漏这个,明天不 重视那个、无缘无故地忽略一个克 己、开始苟同缺少直诚的言行…… -点一滴的我们越来越习惯于令天主不 开心的事物,却未能透过审视自己, 将它们扭转过来,因而人就会走上不 冷不热的道路。 在漫不经心的良心省 察的缝隙中, 寒意会渗入, 最终冻结 灵魂。」[8]

天主敲我们心灵的门

在默示录的开篇,有一些可能因其严厉的程度而令人惊骇的话:「我知道你的作为:你也不冷,也不热;巴不得你或冷或热!但是,你既然是温的,也不冷,也不热,我必要从我口中把你吐出去。」(默3:15-16)接下来的句子,也许就不是那么耳熟

能详,但有助于我们理解天主何以必 须用这些惊人的话语来表达: 「因为 你说:我是富有的,我发了财,什麽 也不缺少: 殊不知你是不幸的,可怜 的, 贫穷的, 瞎眼的, 赤身裸体 的。| (默3:17) 这咄咄逼人之气 势,可能给人对冷淡者太过苛刻的印 象,实际上却让我们窥见了天主的 心。上主严厉的口气是为了帮助他们 理解自己的处境, 类似于福音中的另 一比喻, 那个富人在丰收后, 对自己 说: 「我的灵魂哪! 你存有大量的财 物,足够多年之用,你休息罢! 吃喝 宴乐罢!"(路12:19)他的错误 是为自己积蓄财宝、「而不在天主前 致富的」(路12:21) 他没有意识 到自己只专注于自己,必然会走向毁 灭之路。

在默示录的严厉话语之后,则是充满 父爱关怀的其他句子,充分显示天主 不仅没有对我们绝望,反而尽可能的 来改变我们的心: 「我给你出个主 意: 你要向我买用火炼好的黄金,为 使你富有,也买件白衣穿上,为不显露你裸体的羞耻,又买点眼药,抹在你的眼上,为使你能看见。 凡我所疼爱的人,我要谴责他,管教他; 所以你应当奋发热心,痛悔改过! 看,我立在门口敲门,谁若听见我的声音而给我开门,我要进到他那里,同他坐席,他也要同我一起坐席。 」(默3:18-20)

天主迫切的要把我们从这悲怜的状态中提升出来; 祂敲我们灵魂的门, 因为祂要我们回到与祂的亲密关系中……但祂需要我们尽自己的本分之外, 且能重新燃起我们心中对祂的爱火。

预防和治疗冷淡

「请你们为我们捕捉狐狸,捕捉毁坏葡萄园的小狐狸,我们的葡萄园正在开花啊!」(雅2:15)当我们丧失对天主的敏感度、信任沦为疏忽时,冷淡就在灵魂中扎根。 我们可能无法向我主献上完美无瑕的圆满,然而我们可以对祂有更多些体贴和专注。 当

我们意识到自己对祂不好或缺乏爱心时,痛悔是这种体贴的一部分。我们必须注意小事细节,并为我们对爱的抗拒而感到悔恨。比如因为忙碌而省略或延迟祈祷、因优先考虑自己的事而晚餐迟到、因懒惰而推迟服务、或对某人摆出一副苦脸。……即便对这些看似微小的事,发痛悔之情,也能点燃灵魂,使我们重新开始。「重新开始,重新开始。就我而言(我想你们也是如此),每天不断的重新开始,每小时,每次我发痛悔时,我都再次重新开始。」[9]

之前,我们提到过培养省察态度的必要性,这关乎对天主和对自己的坦诚。 [10] 这产生了对那些陪伴我们走向天主的人的坦诚; 一种充满顺从的坦诚,让自己被挑战,从而保持我们爱的活跃。「真诚和冷淡是互相排斥的仇敌。 因此,真诚的人找到力量去战斗,并避免极其危险的冷淡途径。」 [11]

当我们与人分享对天主的爱时,这份 爱也将保持青春活力,并不断获得更 新。圣施礼华曾经说过,「当煤炭无 法点燃时,正是冷却的标志,几乎完 全变成了灰燼。」[12] 确实,当我们 的心不再渴望着他人亲近天主,甚至 连他们门愿与我们同行而燃烧也无动 于衷,这正是我们已陷入沉睡的征 兆。但有一种治疗方法能唤醒我们: 「忘记你自己。但愿你的雄心壮志, 只为你的兄弟们、只为人灵、只为教 会。一言蔽之,只为天主而存 在。【[13]

宽宏大度是对抗冷淡的另一种伟大的解药。 这意味着将我们生活中最优质的和最珍贵的奉献给上主。 圣若望告诉我们, 当耶稣在伯达尼时, 「玛利亚拿了一斤极珍贵的纯『拿尔多』香液, 敷抹了耶稣的脚, 并用自己的头发擦干, 屋里便充满了香液的气味。」(若12:3)最好的香液, 就是我们最大的财宝, 和最好的时间, 应该是专为上主的。 反之, 当我们发

现自己带着苛刻的心打算盘,好像犹 达斯一样,批评她花在耶稣身上的一 切都是浪费,这便是一个坏兆头:

「为什么不把这香液去卖三百块『德纳』,施舍给穷人呢?」(若12:5)后来,犹达斯以奴隶的价格出卖了主人……(参玛26:15)。牺牲、胜利和克己—无论大小—都将从我们内心开始点燃,帮助我们避免冷淡的危险。提醒我们的心灵,尽管如此脆弱,仍能怀抱伟大的爱:「主啊,求祢使我如白雪,/为世人的欢欣;/如泥土任祢手塑,/如烈火燃燎祢的爱情。」[14]

所有这些治愈的方法可以总结为圣保禄一句感人的话:「不要叫天主的圣神忧郁。」(弗4:30)圣神在我们内塑造耶稣的工程是永不休止的,祂要求我们对祂的启示做出迅速而温顺地回应。在祂的庇护下,我们的生活将获得那种使命感,与冷淡的算计或平庸毫无关连。相反地,它将使我们勇于答复圣召、不避艰险:「那些选

怪以耶稣为终牛典范的人, 不再白行 选择立足之处; 他们会顺从召叫者的 指引,前往被派遣之地。他们甚至不 会自主地选择时机。 所居之屋不属己 有,因教会与世界皆是他们使命的广 阔天地。 他们的财富在于让我主居于 其生命中心, 除此之外不求别 物……。 因在主内寻得喜乐, 他们因 不满于平庸生活,而燃烧着见证与触 及他人的渴望。 他们热爱冒险与启 程,不拘泥于既定的轨迹,而是敞开 心胸, 忠实追随圣神指引的道路。 与 其勉强度日, 他们更欣然传扬福 音。| [15]

在我们母亲的生活中没有任何冷淡的污点。 如果使荆棘燃烧的烈火象征天主的临在,那么荆棘本身也代表圣母玛利亚本人,因圣神—天主爱火的临在而发光,但没有被烧毁: 「你犹如显示给梅瑟的荆棘一样燃烧,但没有被烧毁。 在火中熔化,你从同一火中汲取力量,永远保持炽热。」[16] 我们求她帮助我们对天主的爱永远燃烧

着; 「愿对圣母的热爱,能把你那份隐藏在冷淡的灰燼中的德行余燼,吹燃为熊熊的火焰。」[17]

[1]J. D. Salinger, Raise High the Roof Beam, Carpenters & Seymour: An Introduction, Edhasa, Barcelona, 1986, p. 80

[2]参见E. Boland, "Tiédeur", Dictionnaire de Spiritualité, vol. 15, c. 918. Cf. Ps 91 (90): 6: 「你不必害怕黑夜的惊骇,或白天飞来的箭矢;或在黑暗中流行的瘟疫,或在中午肆虐的毁灭。」

[3]范康仁《在福音的光中》 Scepter, New York, 2021, pg. 68

[4]圣奥思定, In Psalmum 31 enarratio 5

[5]真福欧华路, 1980年1月9日《牧函》31, (《家书》II, 275;AGP, library, P17)

- [6]圣奥思定《忏悔录》VII, 16章22 号
- [7]教宗方济各《福音的喜乐》277
- [8]真福欧华路,1976年12月8日《牧函》8(《家书》II,116;AGP,library,P17)
- [9]圣施礼华《与主对话》29
- [10]参见圣施礼华《书信1》34
- [<u>11</u>]圣施礼华, 1941年12月8日《指示》122
- [12]圣施礼华,摘自Crónica, 1973, pgs. 640-641 (AGP, library, P01)
- [13]圣施礼华《犁痕》630
- [14]E. de Champourcin, Presencia a oscuras, Rialp, Madrid, 1952, pg. 21 (our translation)

[15]教宗方济各,2016年7月30日讲 道

[16]参见St. Amadeus of Lausanne, Homilies in Praise of Blessed Mary(Sources Chrétiennes, 72), III, 313-317

[17]圣施礼华《道路》492

José Brage

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/article/Zhan-Dou-Qin-Jin-Shi-Ming-4-Bu-Yao-Jiao-Sheng-Shen-You-Yu-Bu-Leng-Bu-Re/ (2025年12月3日)