

主业会与身体克己

作为天主教会的一部份，主业会遵从教会所有的教导，包括那些关于补赎和牺牲的。

2006年3月27日

教会对于克己的教导建基于耶稣基督为了爱人类，而以自愿接受痛苦和(祂的「苦难」) 这方式去救赎世界这事实。基督徒被召叫去效法耶稣的大爱，而且包括参与祂救赎的痛苦。因此基督徒被召叫去「死於自我」。教会指定一些克己—守大斋和避免吃热血动物的肉—作为四旬期的补赎。从

教会的历史中可以看到有些人感到被召叫去承担更大的牺牲，例如经常守大斋或使用有毛的袖衫、铁鍊或鞭打。许多获教会清楚确认为圣德榜樣的人，我们可从他们的生活中看到这些克己，例如圣方济·亚西西、圣德兰·亚维拉、圣依纳爵·罗耀拉、圣多默·莫尔、圣方济各沙雷氏、圣若翰·维雅纳、圣德兰·里修及德兰修女。无论如何，主业会所实践的克己著重於每天的牺牲，亦不是像达文西密码 那樣歪曲和夸张的描写。

教宗若望保禄二世：「我们必须看这些补赎的动机：是为了爱天主和罪人的皈依。但不幸地，我们这时代沒有做补赎的习惯。」（圣週四写给司铎们的信，1986年3月16日，No.11）

2003年新天主教百科全书：「克己。一个人刻意地抑制自己的自然冲动，为要使它借著服从在信德光照下的理智而更加获得圣化。耶稣基督要求任何希望跟随祂的人作这樣的牺牲（路

9:23)。因此克己，圣保禄所称为把肉身同邪情和私慾钉在十字架上(迦5:24)的，已成为属于基督的人的一个特别标记。」

所有神学家都同意克己为得救是必须的，因为人强烈地倾向三仇的凶恶，就是世俗、肉身和魔鬼。如果人不抗拒它们，就一定会陷於重罪。希望拯救自己灵魂的人，最低限度必须逃避有可能令自己犯大罪的近因。这种逃避本身已牵涉到一些克己。除了这些因人本身的情况而产生的克己，教会因见及福音重复的坚持，便加上了其他规范让信眾遵守。一个例子是守大小斋的法令。而那些为了某些原因被免去遵守这些规定的，会被忠告他们有责任去履行一些其他的克己作为替代。

那些寻求进一步得到基督化完美的人，必须比普通信徒做更多的克己。基督以背负十字架作为紧紧跟随祂的人所要付出的代价(路14:27)，因此，

从早期的基督徒时代，许多人以克己的生活来效法主，那些达到宏大圣德的人们经常有感去效法祂所受的痛苦。但为了防范自我欺骗做大克己的危险，他们被忠告应将所有补赎提呈给明智的神师来核准。 **圣经(思高)**：

「谁若愿意跟随我，该棄絕自己，天天背著自己的十字架跟随我」 (耶稣，路9:23)。「如今我在为你们受苦，反觉高兴，因为这样我可在我的肉身上，为基督的身体—教会，补充基督的苦难所久缺的。」(哥1:24)。 **天主教教理(1996)**：「**联合於基督的祭献，我们能使我们的生活成为献给天主的祭献。**」(No.2100)「走向完美的道路是通过十字架。沒有牺牲、沒有属灵的战斗，就沒有圣德可记。灵性的进步要求灵修功夫与克己，这些会逐渐引领人生活在真福的平安与喜乐中。」(No.2015)

教宗保祿六世：「然而真正的痛悔不能夠不考虑肉身的修行……自从亚当犯了罪后，肉身与灵性会有相反的慾

望，如果我们想到人性的脆弱，肉身克己的需要便很清楚地显明出来。身体克己不是任何形式的禁慾，也没有意味著谴责肉身，后者是天主子降下而取了的形体。反之，克己的目标是要‘解放’人。」1966年2月17日使徒工作宪章Paenitemini。

真福教宗若望二十三世：「除非建基於补赎，没有一个基督徒能在完美方面成长，或基督宗教可以获得活力。因此我们的使徒工作宪章官式地宣告第二次大公会议的召开，並推动信眾要为这宏大活动以祈祷和其他基督徒德行的行为做堪当的属灵準備时，我们加上了一个警告要他们不可忽略自发性的克己。」1962年7月1日通諭 Paenitentiam Agere (实行内在和外在补赎的需要)。

佐敦·欧文(Jordan Aumann) O.P.:
「天主圣宠中最惊人奇妙的，就是所有人借著基督的奥体亲密地团结一致。天主接受一个在恩宠中的人为了

另一个人的救恩或为一般的罪人而奉献给祂的痛苦。借著基督的伤口，以坚信和热爱而作奉献给公义的天主的痛苦，它的救赎的力量是无可估量的。当每样方法都失败时，仍然可以依赖著痛苦去使带罪的灵魂获得救恩。有次一位司铎悲叹他的堂区教友的冷淡和他自己涸竭的热忱，亚尔斯堂区司铎(圣若翰·维雅纳)对他說：

『你有讲道吗？你有祈祷吗？你有守大斋吗？你有厉行节制吗？你有睡在木板上吗？除非你做了这些事，否则你没有权利抱怨。』」《灵修神学》(伦敦Sheed and Ward, 1993, 第172页)

要评定达文西密码所描述的克己，可参看在Catholic Herald所刊登维斯康辛州麦迪逊城的罗伯·莫连鲁(Robert Morlino)主教的评语。

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/article-24/](https://opusdei.org/zhs/article/article-24/) (2026年3月11日)