opusdei.org

笑容与喜乐

「展露笑容是一个谦逊的行为。就是说：我接受我自己和我的存有方式，而且我自己拥有份神圣的安寧。」摘自Carlo de Marchi的一篇文章。作者是主业团意大利中南部的区代表。

2018年4月22日

「你不能够哭丧著脸去宣传福音吧！」教宗方济各说了这句颇具挑战性的话并不只是说说而已，作为基督

徒的我们不应当以愁容苦脸面对他人，这也已经不是什麽新鲜的话了。尼采说过：「如果他们要我相信他们的救世主的话，祂的门徒必须向我唱首更动听的歌，让他们看来好像是已得救的人。」

但是，当我们生活在经常处於担忧、工作、小挫折、大痛楚之中时，又如何能有笑颜呢？

第一种笑容是最重要的。圣经上说：「愿上主的笑颜临於你，」以及「上主的喜乐是你的力量，」首先是上主的笑容，伴随著造物主的那份喜乐，祂正默观著每一个受造物，这就是我们内心那份宁静安逸与平安的基础。

但是，笑容会使我们联想到天主，宇宙的主吗？「面对天主这样伟大的爱爱著我们」，我们应当越发使祂发笑才是。」Ray Bradbury故事中的一位人物如此说：「我从来不认为天主是富有幽默感的，」因而有人立刻回应

说：「鸭嘴兽、骆驼、驼鸟，及人类的创造者？噢！来点幽默吧！」

第二种笑容就是面对自我的笑容。就是说：不要忽视我的人性、我的限度，它们未必是缺点，但我不要对它们太过认真。我的造物主爱的是我的原样，如果祂希望我不一样的话，祂肯定会创造一个不一样的我。

「我认为能看到生活上风趣的一面，及其喜乐的幅度是非常重要的，且对事不要太过於悲观。」教宗本笃十六世接著说：「针对我的牧职，也是必要的。一位作家说过，天使能够飞，因为他们不太在意自己。如果我们不认为自己是很重要的，可能我们也会飞呢！」

展露笑容是一个谦逊的行为。就是说：我接受我自己和我的存有方式，而且我自己拥有份神圣的安寧。事事不要太在意自己，因为，犹如G.K. Chesterton所说：「凝重严肃不是一种德行；可说是一个异端，不过是一

个较明智的异端，姑且说凝重严肃是一种恶习；让人陷入严重的、自我的自然倾向或过失，是件相当容易的事，就像为《时代杂誌》写一篇出色的文章，比在《Punch》中写一则美妙的笑话来得容易。因为人自然地就流露出凝重严肃之情，但是谈笑风生却是一种飞跃之美。沉重易, 轻盈难！撒殚就是被重力绊倒的啊！」

第三种笑容就是前两者的结果，以笑脸迎接他人，特别是那些和我们一起生活、工作的人。向他们流露真情，别太在意於可能的错误或衝突。加尔各答的德兰修女领受诺贝尔奖时，带著喜乐的笑容说：「向彼此微笑吧！在你们家里，多花些时间在彼此身上吧！」她的言词震撼了在场的观众。

智慧篇说：「衣著、笑容及走路的姿态，显示出一个人的内心。」

笑容，的确可以成为让人识别基督徒的标记。

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/article/xiao-rong-yu-xi-le/ (2025年12月11日)