

opusdei.org

監督的牧函（2025年 3月10日）：喜樂

在這封牧函中，主業團監督邀請我們按照聖施禮華的教誨去反思喜樂的一些關鍵層面。

2025年3月10日

目錄

信德的喜樂

論望德，要喜樂（羅12:12）

愛心的喜樂

羅馬，2025年3月10日

我至親愛的兒女：願耶穌為我看顧我的女兒們和兒子們！

1.在這封簡短的書信中，接納了數星期前你們的一位姊妹給我的一個建議，我決定與你們一起——特別是藉由默想聖施禮華的話語——去反思喜樂的幾個層面。

一般而言，喜樂是擁有和體驗美善的成果，而根據美善的種類，喜樂也有不同的強度和持續性。當喜樂不是特定美善經驗的結果，而是一個人整個存在的結果時，通常會被視為幸福。無論如何，最深層的喜樂與幸福是以愛為主要根源的。

現在是世界和教會的艱難時期（而主業團是教會的一小部分）。實際上，以這樣或那樣的方式，所有的時代都有其光明和陰影。這是特別需要培養

喜樂態度的另一個原因。無論在任何時候和任何情況下，我們都可以而且必須保存喜樂，因為這是上主所希望的：「為使我的喜樂存在你們內，使你們喜樂圓滿無缺。」（若15:11）祂對宗徒們說了這句話，並透過他們，對我們所有在他們之後的人說；這就是為什麼「喜樂是天主兒女生命的適當條件」[1]。

相反地，「悲傷是由沒有秩序的愛自己所造成的惡習，而愛自己又不是一個特別的惡習，而是惡習的一般根源」[2]。聖多瑪斯的這句話可能會讓人感到驚訝，如果我們想到，例如，一個心愛的人的離世而帶來的痛苦。其實，這種情況不一定會帶來這種意義上的悲傷，而是痛苦，而痛苦與悲傷並不是同一回事。事實上，普遍的經驗是：並非所有的痛苦或棄絕都會造成悲傷的，尤其是當痛苦或棄絕是伴隨著愛和為了愛而進行的話。因此，一個母親為了孩子所做的犧牲——有時是非常了不起的犧牲——

可能會產生痛苦，但未必會造成悲傷。

「為了追求幸福，你需要的是：一顆戀愛的心，而不是舒適輕鬆的生活」[3]。在我們的父親生命的最後七、八年中，我們在泰瑞園（Villa Tevere）見過他和聽過他的話的所有人，都看到他真的很安心和開心，儘管那幾年他受了很多苦——包括身體上的——尤其是因為教會生活在那幾年所經歷的嚴重困難。

信德的喜樂

2. 藉著恩寵被提升的自然喜樂特別是在與天主的計畫結合時更能彰顯出來。天使向白冷的牧羊人宣佈耶穌誕生的「大喜訊」（路2:10）；賢士再次見到那星時「極其歡喜」（瑪2:10）。最後，宗徒們見到復活了的耶穌時也充滿喜樂（參閱若20:20）。

基督徒的喜樂不是「健康動物」[4] 的簡單喜樂，而是聖神在靈魂中所結出的果子(參閱迦5:22)；它的本性是傾向恆久的，因為它是建基在祂之上，正如聖保祿勸勉我們的一樣：「你們在主內應當常常喜樂，我再說：你們應當喜樂！」（斐4:4）。

這種在主內的喜樂是對祂慈父般的愛的信心所帶來的喜樂：「喜悅是我們孝愛天主，知道我們的天主父以偏愛來愛我們，知道祂支持我們、幫助我們，和寬恕我們的必然後果。要記住，永遠不要忘記：即使你週遭的一切，有時看來是在崩潰，但事實上，沒有任何東西在崩潰，因為天主是不會戰敗的。」[5]

然而，在面對困難或苦難時，我們個人的軟弱會使這種喜樂減弱的，尤其是因為我們現時對天主對我們全能的愛的信心可能減弱了。「一個天主的兒女，一個憑信德生活的基督徒，可以受苦，可以哭泣：他可能有理由感

到痛苦，但不可以悲傷的。」[6] 也是因為這個原因，為了促進——或重拾——喜樂，重新喚起我們對天主之愛建基於信德的信念是很有幫助的，這讓我們能與聖若望一起肯定地說：「我們認識了，且相信了天主對我們所懷的愛。」（若一4:16）。

信德傾向於在祈禱中——以言語或沉默去表達——以這樣或那樣的方式表達自己，而隨著祈禱，喜樂也隨之而來，因為「當基督徒以信德生活時——信德不是單純的言語，而是個人祈禱的現實——天主愛的確信就在喜樂中、在內在的自由中表現出來」[7]。

論望德，要喜樂（羅12:12）

3. 對天主愛我們的信德帶來了極大的希望。這樣，我們也可以理解《致希伯來人書》的斷言：「信德是所希望之事的擔保」（希11:1）。望德的目標是未來和可能發生的好事。而信德讓我們希望的美善——從根本來說

——就是在榮福中與天主確定性結合的完全幸福與喜樂。正如聖保祿告訴我們的，這是「在天上給你們所存留的希望。」（哥1:5）這種確信給了我們安全感，只要我們自由地歡迎達到目標的方法，我們是不會缺乏它們的：只要有必要的話，我們會開始又再開始。

當我們要面對不論什麼形式的天主的旨意而感到不足和無力時，我們甚至可以有「不可能的事的確定」[8]，就像我們的父親在主業團開始時一樣，那時我們根本沒有任何資源，而且所處的社會環境對基督徒的生活是極為敵視的。

4. 我們擁有，我們可以永遠擁有「不叫人蒙羞的望德」，不是因為我們對我們自己或在這個世上的任何事物有任何信心，而是「因為天主的愛，藉著所賜與我們的聖神，已傾注在我們心中了。」（羅5:5）

有時候，各式各樣的困難會讓我們覺得，例如：我們的使徒工作似乎沒有成效，我們見不到我們的努力和祈禱所帶來的成果。但我們清楚知道——而經常更新這個充滿信德的信念對我們是有益的——我們的工作在主內是決不會落空的（參閱格前15:58）。正如我們的父親也向我們保證：「沒有任何東西是會變成失落的」。

希望與喜樂是天主的恩賜，因此聖保祿為每個人祈求它們：「願賜望德的天主，因著你們的信心，使你們充滿各種喜樂和平安，使你們因著聖神的德能，富於望德。」（羅15:13）。

愛心的喜樂

5. 愛天主和愛鄰人與喜樂一起同歸於信德，也同歸於望德。「懂得愛的人有希望找到上主的大愛的喜樂」[9]。

愛的表達方式是多元化的，但恰恰在本質上是一致的：渴求所愛的人之美

善（並在可能的範圍內，盡力去獲得它），以及因知道美善終於來臨時而產生的喜樂。

在愛主的情況下，是否包括為天主渴求祂沒有的美善呢？我們知道，在創造自由的我們時，祂選擇冒給我們自由的風險[10]。我們可以保留天主渴望的東西：我們的愛。在某種程度上，天主的愛的喜樂不只是愛對我們帶來的益處，而也是我們能夠給天主我們的愛的喜樂。

愛作為喜樂的泉源，以特殊的方式表現在對他人的自我交付之上，儘管我們有缺陷，但我們仍努力成為「平安與喜樂的播種人」[11]。如此一來，我們也會因為看到他人的喜樂而感到喜樂，而就像我們的父親一樣，我們可以真真正正地對他們說：「我的喜樂就是你們的喜樂」[12]。

6. 「真正的愛要求一個人要走出自我，交付自我。真正的愛應帶出喜樂，一份紮根於十字架的喜樂」

[13]。最重要的是，因愛天主而產生的十字架，是福樂的泉源。正如吾主所教導我們的「幾時人為了我而辱罵迫害你們，捏造一切壞話毀謗你們，你們是有福的。你們歡喜踴躍罷！因為你們在天上的賞報是豐厚的，因為在你們以前的先知，人也曾這樣迫害過他們。」（瑪5:11-12）。其實，所有的真福都描述了喜樂的根源：「真福帶領你得到喜樂；它們是達到喜樂的途徑」[14]。

有許多原因會使我們失去喜樂，特別是當我們感覺到自己的軟弱和意識到自己的罪過時。但對天主的愛的信德，以及與信德相伴的確切望德是穩定的基礎，正如聖施禮華所言：「悔改的深刻喜樂」[15]。那麼，儘管我們的有限和缺點，在天主的助佑和我們的愛心下，我們也可以「使眾人生活的道路更親切、更容易」[16]。

讓我們祈求天主之母和我們的母親——聖母瑪利亞，她是「Causa

nostrae laetitiae (吾樂之源)」。願她幫助我們時常都喜樂，並在我們生活的所有環境中，成為平安與喜樂的播種人。尤其是現在，在這個希望的禧年，我們特別與教宗方濟各的苦難結合去為此祈求。

你們的父親以所有的溫情去祝福你們。

康仁

版權所有 © 聖十字架和主業監督團

(未經版權所有者明確許可，不得全部或部分複製或播散)

[1] 《書信》13，第99號。如文本未著明其作者，這文本的作者是聖施禮華。

[2] 聖多瑪斯，《神學大全》，II-II，q.28，a.4，ad1。「憂愁是自私的後果」（《天主之友》，第92號）

[3] 《犁痕》，第795點。

[4] 參閱《道路》, 第659點。

[5] 《鍊爐》, 第332點。

[6] 《Las riquezas de la fe (信德的寶富)》, 於1969年11月2日在ABC報發表的。

[7] 同上。

[8] 《書信》29, 第60號。

[9] 方濟各, 《普通觀見》, 2017年3月15日。

[10] 參閱《天主之友》第35點。

[11] 《犁痕》, 第59點。

[12] 《書信》14, 第1點。

[13] 《鍊爐》, 第28點。

[14] 方濟各《講道》, 2020年1月29日。

[15] 《書信》1974年2月14日，第7號。

[16] 《犁痕》，第63點。

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/article/
Jian-Du-De-Mu-
Han-2025Nian-3Yue-10Ri-Xi-Le/](https://opusdei.org/zht/article/Jian-Du-De-Mu-Han-2025Nian-3Yue-10Ri-Xi-Le/) (2026
年1月25日)