

越人性，就越神性 (十七)：信任的溫柔力量

真誠的信任能釋放出深藏在每個人內心的潛能；鼓勵我們在為他人服務的過程中，孕育自我的特質，讓我們能自然和諧地成長。

2023年10月21日

改變外觀

讓天主進入

信任呼喚信任

加強、治癒、鼓勵的話

沒有任何男女是個孤立的絕句。「我們都是一首共同合寫出來的神曲。」
[1]人類歷史的精華，幾乎是由個人故事與親情、手足之情和友誼交織而成。由於他人的關愛，我們的心開始跳動。在我們的人生道路上，我們會受與我們偕行的人的鼓勵、安慰，當然也會受傷。我們依賴他們，他們也依賴我們；可是這並非我們需要認命的事，如同原罪帶來的後果一般；反之，因為我們是按照天主的形像被造而成結構的一部分。

儘管我們在社會中的生活，有時看起來像是一種瘋狂的衝刺狂奔，逼迫我們唯獨關心自己；然而另一面，我們

心裡很清楚，只有在我們與他人的關係中、在我們的相互依存關係中，我們才能夠活出自我。只有當我們準備好走出自己的時候，我們才能真正找到自己。那些充分發現這一現況的人不再認為自己的局限性阻礙了他們的快樂。反之，他們才開始將與他人的關係視為拓展自己有限世界的「橋樑」。^[2]事實上，並不是每個人在同樣的程度上都有如此的覺醒。因此，在相同的社會地位、教育和性格等條件下，人們生活的方式卻可以截然不同，這取決於他們之間關係的特性：有些人，迷失在孤獨的人群中；有些人，則一直受到陪伴，也一直在陪伴他人。

改變外觀

耶穌於在世生命的末刻，對祂的宗徒說：「我稱你們為朋友。」（若 15:15）完美的真天主和完美的真人，在祂入世與他人生活在一起的歲月中，是我們期待學習成為真人的榜

樣。我們在祂與十二宗徒第一次會面時，已經看清這一點。耶穌與他們每個人建立了一種友誼和情愛的關係，隨著他們對彼此瞭解的增長，這份關係也越來越牢固，以致於祂的心向他們完全敞開。福音的讀者都知道那些即將成為教會支柱的人的局限和缺陷。祂自己更是清楚地看到。畢竟聖言的話語是富於創意的。祂充滿愛意的眼神不斷地堅強、激勵著他們，因為那是一種充滿信任的眼神。那些粗魯的們徒知道自己是被揀選的、被愛的，他們比任何人都更膽大地敢希望自己更快地成熟，因為他們看到了我主對他們的信任。當我們意識到天主是多麼愛著我們時，同樣的渴望也發生在我們自己的生活中。儘管我們經常談論信賴耶穌的重要性，但我們切莫忘記，最能有力改變我們的是祂對我們的信任。因此，我們的信仰正在成熟的一個明顯跡象，便是我們在天主對我們的信任中找到更堅定的支撐。

讓我們追憶一下在耶穌的十字架下，那位不離不棄、始終忠於祂的那位門徒。年紀輕輕的他，勇氣和毅力究竟來自何處？也許我們可從他在福音中提到自己的方式尋到蛛絲馬跡：「耶穌所愛的門徒。」若望在被耶穌的厚愛中，發現了自己的身份。從那兒他產生了新的力量及開闊的心，致使他的忠誠不二成為可能。若望在最後晚餐的記述裡向我們展示他是如何透過他的信任，而深入耶穌的心懷。由於信任，使我們能夠汲取遠比僅靠理性所獲得的知識更為深邃。

就如同祂進入宗徒、祂朋友的生活裡一樣，天主也急於進入我們的生活。我們與祂的友誼也能迅速加深，並擴大我們愛的能力。耶穌非常尊重我們的自由，並為我們提供了祂的友誼；深藏在友誼中的信任，揭示了在祂眼中我們是誰。^[3]為了在自由中成長，並具成效地行使我們的自由，我們需具有相當的自信；最重要的是，這份安全感乃基於知道祂這樣一位（又真

又活的神) 有承諾於我們。這樣的信念才使我們有可能成長，因為當我們發現難以行善、當我們似乎無法戰勝自己時，天主對我們的信任加強了我們對自己的信任。真誠的信任可以釋放出深藏在每個人內心的潛能，這些潛能通常被埋沒在自尊低、或害怕失敗的情況下。它鼓勵我們在服務他人的過程中，發展我們的特質，並使我們能夠自然和諧的成長；因而使我們有能力做得更多更好。

耶穌就是這樣熱愛屬於祂的人。祂知道自己揀選了誰。祂比任何人都更瞭解他們—甚至於比門徒自己本身更瞭解自己—並冒著依賴他們的風險。祂知道他們能走多遠，並依賴時間和每個人的回應，帶領他們一步一腳印地前進。祂並不急著將他們塑造成祂內心的渴望，因為祂深知這是一門需要耐性的藝術。祂是一位好老師，知道如何像朋友一樣的「浪費」時間。祂用真感情贏得了屬於祂的人，並通過祂的耐心和理解，使互相瞭解變得更

輕鬆容易。這種愛情的方式，如此神聖也同時如此人性，在師傅和祂的門徒之間建立了真正的友誼，使他們渴望回應，並激發出他們最好的一面。

讓天主進入

我主「關心你的快樂、成功、情愛，也關心你的憂慮、痛苦和失敗。」[4]這就是為什麼我們需要充滿信心地對祂敞開心扉、與祂分享我們的一切、且無話不說。當我們真心信任一個人時，我們就可毫無顧慮的摘下我們經常戴著保護自己的面具，因為現在它對我們來說，似乎已一無是處。我們感到自由自在、無所畏懼地做自己。這份信任使我們能夠揭示自己的真相，並給予我們巨大宏偉的内心自由。既然我們已知道沒有比基督更坦誠的友誼了，我們就能大膽放心的讓祂深入我們靈魂的「內室」。試問難道我們還要把祂留在外面的候客室，也就是我們接待客人的地方？

隨著友誼的增長，我們很自然地想給祂看自己生活的每個角落：我們工作的地方，祂會在我們寂靜的努力中注視我們；我們放鬆的地方，祂會激勵我們的夢想。我們也向祂展示儲藏室，裝滿了各式各樣的東西，有用的也有不少無用的，還有些待修補的。如果我們讓自己被祂看透、如果我們打開燈，祂就能照亮室內最黑暗的角落，幫我們認清需要整理之處。祂會非常俐落地著手改善，而最難能可貴的是祂的眼神，絕不是一種判斷、令人恐懼的，而是灌注希望的；一種增強和提升的愛的表情，深具創意和救贖的表情。

信任呼喚信任

人性的愛，若以其最佳的表達方式，就是向我們訴說著天主的愛。譬如在友誼中體驗到信任的激勵力量，發現有人真正相信我們，激勵我們展現出最好的自己。當我們開始意識到天主在以這種方式看待我們時，我們也必

須嘗試像耶穌那樣看待他人，向祂學習如何成為我們周圍人的亮光。體驗天主對我們的信任，以及我們對天主的信任所帶來的能翻轉生命的價值，表明我們應當向許多人提供這種幫助。

「天主經常利用真正的友誼，去執行祂救贖的工作。」^[5]好朋友之間的相互信任往往是天主用來幫助我們有此心願卻不敢獨自面對的窘境。如果我們有幸擁有真正的朋友、那些真心想對我們有益的人、那些希望我們成為更幸福的人，我們也就敢向他們敞開心扉的私密角落。最終我們常會體驗到自己的內心世界，因分享而豐盛。

當信任感存在時，我們就不會擔心對方會看到我們的弱點和掙扎，我們甚至會迫不及待地和他分享我們的計劃和夢想。我們深知愛我們的人會幫助我們克服自己的局限，並防止它們成為障礙。在人類給予和接受的動態

中，「給予自己」意味著分享我們的獨特性，確確實實地展示我們自己的真面目。這樣做雖給了我們很大的自由，但首先卻需要努力的放下我們自己的身段。我們必須願意向他人顯露自己的真相，即使知道這也許會讓我們變得脆弱。信任呼喚信任，被傷害的風險絕對比不上真正去愛和讓自己被愛的收穫。

加強、治癒、鼓勵的話

信任是任何成功關係的基礎，能使人在個人心靈和專業上有所成長，即整個的培育歷程。因此，當我們有意幫助別人時，我們首先要注重傾聽、理解和支持。但實際上，需要更多、遠不止於此。信任他人能讓我們樂觀地看著他們、相信他們的潛力、對他們能夠成為什麼樣的人抱有希望，因此我們也渴望在他們的奮鬥中幫助他們。

聖施禮華寫道：「以我主的榜樣為榜樣，你需要以寬廣的胸襟理解你的手

足，對任何事情都不要感到驚訝，且真正地愛他們...。成為一個有人情味的人，你就會知道如何包容他人的小缺點，並始終以做母親的慈心，去重視其可取之處。」[6]

這並不意味著我們對現實視而不見，看不到他人的局限和缺陷。我們如果真正的愛他們，我們總希望他們變得更好。在瞭解、關愛他們的同時，友誼和手足情誼將我們團結在一起，使我們能夠及時警告他們可能沒有意識到的危險，或是對他們起初可能不理解的事情，提出建議。我們將陪伴他們去發掘隱而未見的美善。[7]唯有對人真誠的情感才能使自由和信任的氛圍成為可能，這體現在於我們清楚地向他們解釋何以需在某特點上奮鬥的必要性，讓他們感受到我們在他的努力中陪伴著，而不是強其所難的行為。「靈修導師的作用是幫助人想要—深刻、真正地想要—實現天主的旨意。」[8]

有時，當我們試圖幫助一個似乎不在傾聽的人時，我們會被那個人不想聽的偏見左右，而不進一步去幫助他。我們永遠不該忘記，大家都是脆弱的，生命歷程除了教會我們許多新鮮事外，當然也還會有需要一段時間才能癒合的傷口。由於這些陰影而造成的痛苦並不少見，可能會導致某人設置隔離屏障，保護自己免受可能更嚴苛的痛苦，但這也使他們難以重新獲得繼續成長所需的信任。

加強、治癒、鼓勵的話語是最有效的話語。只有用信任的態度、真誠的情懷，我們才能與他人建立深厚的聯繫，我們的話語才能有天主的恩寵和祂的創造力，成為祂愛的體現，並有助於治癒那些傷口。「天主深刻的瞭解我們每個人，也瞭解我們的苦難，祂總是以溫柔的眼光凝視著我們所有人。就是讓我們向我主學習，以同樣的目光看待每個人、體諒每個人...，設身處地為他人著想。」[9]我們必須有耐心，用愛播種信任，透過一些小

細節，表現出我們真誠的情懷。天主希冀我們彼此需要，祂通過特定的男女在人類歷史中發揮作用，指望我們每個人互相幫助。

任何對他人有責任的人都應該意識到，凡是想提供解決方案或答案時，總是冒著些風險。有時，幾乎是在不知不覺中，當我們想說服對方採用自己的方式，為獲得最佳結果時，我們總以為定能幫助對方。然而，培訓的任務絕不是讓對方成為我們想要他的樣子。須知試圖讓他人符合預定的模式，不但不能為他人開闢新的視野；反而會使他們陷入無法滿足某些期望的挫敗感之中。

最良好的培訓是讓對方在天主的幫助下，成為他/她自己生命的真主角。任何希望在這項工作中有所作為的角色，是陪伴他們、並幫助他們增長自我知識，藉著提出好的問題引導他們思想，提供線索，而非僅提供答案，即使這樣更加費力。一旦他們發現了

更廣闊的視野，並懂得為自己設定目標時，就更易獲致成效，因為源自於內心的信念。儘管需要更長的時間，來達到一個人想要的「結果」，這種努力也會幫助這個人以穩定和自尊自重的模式生活。在我們自己的境遇中非常頻繁地體驗到這一點，將使我們始終重視個人的主動性，及培養個人的信念。

信任產生於天主之愛的氛圍中，天主的愛是有耐心的，不動怒或怨恨，而是凡事包容，凡事相信。（參格前13:4-7）一個具有這種愛的人，定會成為師表、一個堅定的參考點、一種溫柔的力量，能帶領他人走得比看起來更長遠。當我們尊重他人的生命的「聖地」時，我們勢必會收到意外的驚喜！聖神可以幫助他們成為最好的自己。如果我們對他們能成為什麼樣的人抱有無限希望；如果我們深信天主賜予他們的恩典和一切好處，我們就會給他們送上飛翔的翅膀。

[1]聖施禮華《基督剛經過》111

[2]參閱《天主教教理》1937

[3]參閱聖詠8:5-7：「世人算什麼，你竟對他懷念不忘？人子算什麼，你竟對他眷顧周詳？竟使他稍微遜於天神，以尊貴光榮作他冠冕，令他統治你手的造化。」

[4]聖施禮華《天主之友》218

[5]范康仁《牧函》2019年11月1日，5

[6]聖施禮華《書信27》35

[7]參閱范康仁《牧函》2023年2月16日，3-6

[8]聖施禮華《書信26》38

[9]范康仁《牧函》2023年2月16日，15

Carmen Córcoles

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/article/
Yue-Ren-Xing-Jiu-Yue-Shen-Xing-Shi-
Qi-Xin-Ren-De-Wen-Rou-Li-Liang/](https://opusdei.org/zht/article/Yue-Ren-Xing-Jiu-Yue-Shen-Xing-Shi-Qi-Xin-Ren-De-Wen-Rou-Li-Liang/)
(2026年1月23日)