

戰鬥、親近、使命

(3) : 一切都是我們的，一切都是天主的

任何運動都需要努力，但它也帶來享受並開啟新的可能性。基督徒生活也是如此：在戰鬥和掙扎中，我們可以享受與上主同在，跟祂一起成長並面對新的挑戰。

2025年10月8日

「你們已經成為新的受造物，並穿上了基督。看這白衣，作為你們基督徒尊嚴的外在標記。在你們的家人和朋友的懿德善行感染下，將這尊嚴毫無玷污的帶到天國的永生中。」[1]從古代起，教會就已有為新領洗者穿上白衣的傳統，以外形表達他們與基督結合的喜悅，讓祂在我們之內生活。[2]洗禮的名稱和行動都反映了這個現實：baptizein 是「浸入水中」的意思，因為透過這件聖事，我們進入三位一體的生命，就像把海綿放在水裡，在它不失去自身的同時，與所浸入的水也合而為一。因此，這是「天主的存在與我們的存在相溶相合，我們沉浸在聖父、聖子和聖神三位一體的天主之中；正如在婚姻中一樣。男女兩人成為一體，成為一個新的獨特的現實，具有新的獨特的名稱……」[3]從洗禮的那一刻起，照顧這新生命就成為日常的任務，需要持續的靈修戰鬥。正如聖經所告誡的：「我兒，你前去服事上主時，應固守正義與敬畏，並應預備你的心承受試探。使你

的心居正不偏，堅忍不拔；應側耳聽取明智的言語；在災難中，不要慌張。應靜心等待天主的照顧，與天主保持聯繫，總不要離棄他，好使你至死充滿幸福。」（德2:1-3）

出發點：天主無條件地愛我們

在我們的洗禮中，天主總是告訴我們，無論發生什麼事，祂永遠愛著我們原本的樣子。這個信念是我們內心旅程的起點；沒有它，我們就會走錯路，因為在這場競賽中，重點不是靠自己贏得什麼，或是向任何人證明什麼，而是自由地生活，享受天主的愛。聖若望寫道：「我們認識了，且相信了天主對我們所懷的愛。」（若一4:16）跟隨新約的這些話，聖施禮華說：「我們必須讓這些信仰的真理時時充滿著自己的靈魂，以期潛移默化，幡然更新。進而體認到天主愛我們！創造天地萬物的全能者愛著我們！」[4]

同時，天主的恩寵並不會取代我們的智力和堅持的努力：「我們個人能有成聖的堅定信念固然是天主的恩賜，但在我們人事方面也該勤奮努力，不能一味採取被動。」[5]的確，藉由恩寵，使我們的生活具有超越自己可能的價值，但恩寵絕不會取代本性：反之，它需要與之合作。可以說，在我們的生活中，一切都是我們的，同時，一切都是天主的。「在持續不斷的日常小事上，無論是愉快的或痛苦的、可預見的或不可預見的，每時每刻都有一連串實際的恩寵提供給我們。（……）漸漸地，祂與我們之間建立起對話，這就是真正的內修生活。」[6]

因此，如果我們僅用「掙扎」或「戰鬥」這類字眼來描述人內心所展開的行動，就未免過於簡單化了。從我們自身裡外遇到阻力的角度來看，好似戰鬥的經歷，然而，一旦把它融入生活整體的框架中時，即可看見它不過只是活動、運動、活力和成長的一部

分而已。縱觀任何生物發展的這些面向—包括另一部分與環境威脅或困難抗爭拼鬥相關的—往往更成功地展現出生命內在的可貴與尊嚴。

要看風景，而不只是看地面

登山者和高海拔自行車手都深知要集中專注力和合理分配能量的必要性；因此，他們前進時，往往幾乎只能一心一意地專注於地面，而無法抬起頭來欣賞四周隨著他們的前進而開闊的全景，那就未免太遺憾了。進而思及在靈修戰鬥中，我們也可能遇到類似的情況：我們常過於專注在克服某些劣根性，或只看到獲取某種美善的代價。因此，我們有必要抬起頭來放眼關懷四周，以免忽略我們人生路上可砥礪心志的大好良機。

「你不可為惡所勝，反應以善勝惡。」（羅12:21）聖保祿這樣寫道，聖施禮華喜歡將其總結成「以浩瀚充沛的善良，淹沒邪惡。」[7]基督徒的奮鬥，與其說是一場對抗罪惡的

戰爭，不如說是努力滋養天主從領洗開始即賜給我們的超性生命。舉個例子，如果我們在某個場合，決定把最好的一份留給他人，我們可以將這種克己視為對抗自私的奮鬥，或視為對事物不執著的操練；但更佳的是，我們可以把它視為擴大心胸、成長愛心、寬容、超脫等德能的奮鬥。同時這並不是出於個人內心追求完美的渴望，而是源自基督至仁至慈的心，我們想為他人而活。

這兩種有關基督徒不同戰鬥的聚焦方式，也與兩種制定改善目標的決策有關。在這個意義上，與其提出「不再犯這錯誤」，不如抬起頭來、凝視著地平線，並肯定我們確實想要做的事，成效可能更加豐碩。有一句古典格言說：「凡事都要朝向結局看」In omnibus respice finem；或者用更通俗的說法，「先從為什麼開始」。如果我們生活中想要著眼於目標，往往需要從具體情況中抽離，花時間反思，與天主分享我們的神往。這樣我

們會看得更清楚：我們會意識到，關鍵不僅是一個直接的目標、一場具體的小戰鬥，而是我們對天主恩寵的開放，對天主使我們成為「另一個耶穌」，alter Christus 的開放。

掙扎就已是愛

「孩子們，我們愛，不可只用言語，也不可只用口舌，而要用行動和事實。」（若一3:18）的確我們也曾用各種宣言或承諾來肯定愛，但後來卻因缺乏行動而否認時，就沒有人會感受到真正的被愛。因此，透過我們的每一個決定，我們都在回應耶穌對伯多祿的問題：「你愛我嗎？」（若21:16）「基督徒的生活，」主業團監督寫道，「滿懷主動積極和隨時樂意被差遣的精神，自由的回應我主的提問。」[8]我們每一回克服自私的念頭；每一次努力在某個美德上成長，以便更好地服務他人；每一次選擇謙卑，而非對他人誇張自我，我們都是在無言地告訴天主：我愛祢更多。

聖施禮華曾經在某個年末做總結時，寫道：「這是我們在世上的命運：為愛而戰鬥，直到最後一刻。」[9]為愛而戰鬥，絕不僅是簡單地在戰鬥外表加上愛的動機：「你在祈禱中，同吾主談心時，恍然大悟：戰鬥就是以愛還愛的同義語。於是你祈求能有更強大的愛心。」靈修戰鬥比勝利更必要，因為「那裡有奮鬥—靈修的奮鬥，那裡就有內修的生活。這就是我主要求我們的：以事實來表現愛主的心願，在每天的小事情上表現出來。」[10]戰鬥的目的是將掙扎轉化為愛：我為什麼戰鬥，為誰戰鬥。這些答案塑造了戰鬥本身；它們成為靈修生活躍進的基礎。

閱讀聖人的生活，我們可能會想像靈修戰鬥是英雄們拼命到極限的奮戰，需要巨大的內在力量、非凡的勇氣去面對的艱難任務。聖人因而會顯得像是表演某種聖德「體操的金牌得主」，是一般普通人無法達到的。[11]然而，這種印象並沒有捕捉到聖

人秘密的本質；在最終——以及旅程的每一刻——重要的是來自於天主的愛情。「即使是殉道，其偉大也不是來自堅韌不屈的行為，而主要來自妙不可言英勇的愛德行為。早期教會前三個世紀的迫害確實是勇氣的時代，英勇剛毅的時代，但更是對天主熾熱之愛的時代。」[12]

有時，對安穩過度的渴望可能導致我們想量化我們的奮鬥，想衡量我們的進步，好像在面對一個改善體能的個人化訓練。當然，做出改進的決心是絕對重要的，想在多方面超越自己、做出成績，但所有這些不見得是我們旨在確保進步的標誌。聖施禮華說，「聖德，不是每天要做更困難的事情，而是每天要以更大的愛心去做。」[13]要結出靈修果實不在於做艱鉅的事情，而在於以愛回應天主先對我們的愛；聖德「不意味著一個人靠自己做了偉大的事情，而是在其生活中，出現了他沒有靠自己做的事實，因為他整個身心靈讓天主進入，

並使自己可被用於天主的工作。」

[14]因為一切都始於天主的無償意願，祂賜給我們洗禮和在我們內基督徒生活的恩典，我們可以理解聖經告訴我們的：「這樣看來，蒙召並不在乎人願意，也不在乎人努力，而是由於天主的仁慈。」（羅9:16）

我們知道所有聖德的工作都始於神聖的激勵，是天主啟動了祂的工作，祂也將完成它：這標誌著我們對靈修戰鬥的理解。我們不是想向天主「賺取積分」以便我們值得祂的愛：無論如何，祂不斷地將自己給予我們。「教會一再教導說，我們不是靠我們的作為或努力成義，而是仗賴上主的恩寵，是祂採取主動。（……）且友誼無限地超越我們，不能由我們靠自己的作為換取，只能是天主出於愛，主動賜給我們。（……）一如我們應活出至高的愛的誡命一樣，因為這個真理源自福音的核心，召叫我們不僅要在理智上接受它，也要使之成為源源不絕的喜樂之源。」[15]

像運動一樣

最好從哪裡開始、再重新開始？或在靈魂的哪個具體戰線上開始這場奮鬥？儘管答案是因人而異，但是有一個好的線索可以是：盡量找出我們個人目前最大的缺點，因為它往往與我們的生活方式密切相關。例如，如果我的個性非常強勢，這種傾向極有可能退化為粗魯的態度；或者，如果我的個人特徵是寬仁善良，但隱含的缺點卻可能是軟弱或膽怯。首先，戰鬥要專注於排除與對天主的愛相反的一切（即大罪），其次是那些攔阻我們愛主和愛他人的一切（即小罪），最後也總是，我們愛得不夠、不冷不熱。因而要克服自己的弱點，就需有一個完整的生活計劃，聖尼各老 St. Nicholas of Flue 即將其濃縮為幾節詩句：「我主，我的天主，從我身上拿走使我遠離祢的一切。我主，我的天主，請賜我使我更接近祢的一切。我主，我的天主，求祢釋放我，讓我完全奉獻給祢。」[16]

聖施禮華喜歡將這種奮鬥比作運動：「克己的奮鬥不是消極的、令人厭惡的，而是喜樂的肯定。是一種運動。」[17]任何運動都需要努力，但透過與他人的互動、新的經驗和超越自己的喜悅也會帶來享受……同樣，經過一點訓練，我們可以開始在靈修奮鬥中與我主度過美好的時光。因而，我們不僅不把客觀的困難看作是障礙，反而視為我們在天主內突破自我的機會。如果我們把接受困難視作挑戰，它們就不會擾亂我們。這也會改變我們看待身邊的人的態度，特別是那些我們覺得難以親近的人：「不要說：『那個人令我難以忍受。』要想：『那個人在聖化我。』」[18]

運動訓練中的一個關鍵因素是「一致性」。偉大的勝利不是一天贏得的。有時需要許多嘗試。「運動員要持之以恆，優秀的運動員會花大量時間訓練和準備。單以跳高跳遠為例，他就必定要一次又一次地嘗試。」[19]小小的進步，伴以堅韌和毅力，最終導

致成功。從這個意義上講，制定小而具體的決心並堅持不懈地實踐，往往比制定未能實現的偉大目標更為有效。此外，在靈魂的鬥爭中，我們必須依賴時間，不斷重新開始，以謙遜和創意重新做決心，需要多少次就多少次。愛的回應往往需要花一生漫長的時間逐步地加以實現完成。

就像運動一樣，在靈修生活中，失敗也是遊戲的一部分。經上曾言：「一個罪人悔改，在天上所有的歡樂，甚於對那九十九個無須悔改的義人。」（路15:7）因而我們可以深信即使微小的勝利和「重新開始」，總比拿些不費力就順利達成的目標定能令我主更加喜悅。我們今後還有更多事情要做，絕不能只推託在勝利之後才能有條件繼續前進。固然勝利是值得回味的，但必須體認：每次跌倒再爬起來，都是要感謝天主並汲取新力量的時刻。我們也絕不能忘記，在這場鬥爭中，我們並不孤單。就像運動員一樣，我們周圍有天主安排的人，幫助

我們訓練和超越自己。我們可以依靠信仰內兄弟姊妹的祈禱和支持、還有那些先我們而去，並在天堂幫助我們的人、以及我們的護守天使和聖母瑪利亞。

[1]兒童洗禮儀式

[2]參羅13:14；迦2:20

[3]本篤十六世，2012年6月11日，聖言誦讀

[4]聖施禮華《基督剛經過》144

[5]同上，176

[6]R. Garrigou-Lagrange，《內修生活三個時期》第一卷，184頁以下

[7]聖施禮華《犁痕》864

[8]范康仁蒙席，2018年1月9日《牧函》5

[9]聖施禮華《與主對話》137

[10]聖施禮華《十字苦路》第三處，2

[11]若瑟拉辛格《讓天主工作》。原文翻譯載於《羅馬觀察報》2002年10月6日。可搜尋 www.opusdei.org

[12]R. Garrigou-Lagrange，《內修生活的三個時期》，第一卷，167

[13]聖施禮華，講道筆記(AGP，P10，n. 25)，qtd. by E. Burkhart and J. López，Vida Cotidiana y santidad en la enseñanza de san Josemaría，Rialp，Madrid 2013，vol. II，pg. 295

[14]若瑟拉辛格《讓天主工作》2002年10月6日《ABC》

[15]方濟各《你們要歡喜踴躍》52、54、55

[16]這個祈禱可以在，例如，聖若望保祿二世於1984年6月14日在聖人墓前所誦的祈禱中找到。聖施禮華以類

似的話語祈禱：「主，凡使我與祢分離的，求祢將其從我身上分離！」

（參A. Vázquez de Prada，《主業團創始人》，Rialp，馬德里，2003年，第3卷，第462頁）

[17]聖施禮華《鍊爐》169

[18]聖施禮華《道路》174

[19]聖施禮華《與主對話》51

瑪利亞·舍格胡貝爾（Maria Schörghuber）

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/article/
Zhan-Dou-Qin-Jin-Shi-Ming-3-Yi-Qie-
Du-Shi-Wo-Men-De-Yi-Qie-Du-Shi-
Tian-Zhu-De/](https://opusdei.org/zht/article/Zhan-Dou-Qin-Jin-Shi-Ming-3-Yi-Qie-Du-Shi-Wo-Men-De-Yi-Qie-Du-Shi-Tian-Zhu-De/) (2026年1月22日)