opusdei.org

戰鬥、親近、使命

(6):「超越你的

心」:痛悔與和解

唯有天主比我們的心更偉大, 因此唯有祂能醫治它,並使它 與自身的最深處和解。「戰 鬥、親近、使命」系列的第六 篇。

2025年11月12日

耶穌所以令當代人著迷的部分原因, 在於祂能醫治那些被視為不治之症的

疾病。上主也引起了人們的極大興趣,因為祂所行的一些奇蹟令人驚嘆,祂講道時展現的力量與獨創性、祂的善良與幽默感,以及祂顯現為制力。與此為所應許的默西亞……但許多人最初接近祂,純粹是因為祂為病患所行的神蹟。傳聞四處流傳:痲瘋病人、癱瘓者、瞎子、聾啞者,以及行動不便者,皆因祂的話語與手勢而得以痊癒。

其實那位神秘的醫牛能醫治身體,是 為了揭示更偉大的能力:醫治靈魂的 能力。耶穌以唯有天主才能成就的方 式帶來和解:祂來醫治我們深處的心 靈。「什麼比較容易?是說:『你的 罪赦了,』或是說:『起來行走 罷!』但為叫你們知道人子在地上有 權赦罪——便對癱子說:『我給你說: 起來,拿起你的小床,回家去 罷!』」(路5:23-24)最重要的 是,上主渴望醫治我們內在的盲目, 那使我們無法察覺祂所賜予一切的盲 目。衪要醫治我們的啞巴,使我們能

說出內心的邪惡;醫治我們的耳聾, 使我們能聽見天主之聲與鄰人的需 求;醫治我們的癱瘓,使我們能邁向 真正的自由;醫治我們的痲瘋病, 真正的自覺不配蒙受永不倦怠尋覓我們 自覺不配蒙受永不倦怠弱,我們 的天主。基督生命的每個時刻, 整治生命的等顯了祂醫治的 渴望。唯有當我們心中尋得相同的 渴望。唯有當我們不再向那位唯一有 醫治能力者隱藏我們的傷口時,痊癒 才變得可能。

## 天主比我們的心更偉大

「這一切都是出於天主,他曾藉基督 使我們與他自己和好,並將這和好的 職務賜給了我們。這就是說:天主在 基督內使世界與自己和好,不再追究 他們的過犯,且將和好的話放在我們 的口中。」(格後5:18-19)最早期 的基督徒團體,或許是基於與周遭嚴 苛社會邏輯的對比,開始理解與天主 及他人的和好是唯有從上而來的恩 賜。他們領悟到:我們無法憑藉懺悔 或補贖的行為「促成」天主的寬恕; 我們只能懷著感恩之心,接受祂所賜 予的無償恩典——那份「恩寵」。

我們可能在不知不覺中,將過度人性化的寬恕邏輯套用於天主的寬恕。對嚴格的法律思維而言,關鍵在於懲罰的賠償、金額的歸還,以及我們盡力為恢復損害之前的平衡狀況所做這種之前的不便取無法彌補過錯的人類的理解性的無聲絕望。「天主的公義有達的無聲經之,認罪的更受懲罰。可是在天主的法庭上,認罪的則獲得寬恕。」[1]

聖若望一書也談到這個令人欣慰的消息,他的話語能使我們充滿平安:「在他面前可以安心;縱然我們的心責備我們,我們還可以安心,因為天主比我們的心大,他原知道一切。」(若一3:19-20)耶穌一再重複說,祂來是要拯救我們,而不是要定我們的罪,[2]然而即便如此,不安的聲音

仍可能輕易在我們內心浮現。微弱的 希望之聲誘使我們放棄,因它無法全 然相信天主能寬恕一切;而驕傲之聲 則無法忍受一再承認自身的軟弱。

秉持同樣的精神,聖施禮華邀請我們 凝視那些親近耶穌的人們,他們深知 無論是肉體或靈魂的痊癒,自己都無 力償還。正是這份覺悟為他們開啟了 真正的靈性生命之門,引領他們進入 恩寵的國度,在那裡,「恩寵」才是 至關重要的: 「你覺得罪孽深重,而擔憂上主不傾聽你嗎?不會的,因為耶穌充滿仁慈。(......)我們再看看,當一位癱瘓的病人被帶到耶穌面前時,聖瑪竇告訴我們的話;這病人待在天主面前一句話也說不出來,而基督被這個人的痛悔和自知微不足道的憂傷所感動,一如往昔立即慈悲地回答:『你放心,你的罪赦了。』」(瑪9:2)[4]

## 主啊,請治癒我隱藏的罪

相信天主永遠會寬恕我們的信念,在聖詠中亦引起共鳴:「我終於向你承認我的罪過,絲毫也沒有隱瞞我的邪惡,我說:『我要向上主承認我的罪孽,』你即刻便寬赦了我的罪債。」(詠32:5)這就是我們接近聖體聖別官,這樣的方式:當我們渴望與耶穌的中字架結合,進入祂慈愛的轉化歷史地爭認自己的罪過:我們一邊捶胸,一邊這樣做,彷彿要喚醒我們的良心。[5]

有人認為這種堅持承認罪過—無論是 有意識或無意識的——可能是心理的失 衡,或是想不必要地加重靈魂的負 擔。事實上,雖然過於嚴苛的傾向會 阳礙內在生命的成長,然而健康的罪 惡感卻才是心靈展翅的必要條件。唯 有當我們認真對待自身的行為時,自 由方能與責任並存。每個靈性成長的 過程,都包含著正面自身行為的現實 檢視,包括那些令我們不安或懊悔的 行徑。我們需要與天主—同審視自己 的思想、言語、行為或疏忽;[6]明白 何處可能傷害了天主與他人(或更糟 糕的是以冷漠相待),以及何處因放 仟雜草在靈魂中滋長而傷害了自己。 唯有真理能使我們自由(參閱若 8:32),尤其是關於自身生命的真 理。

在此過程中,須戒除三種誘惑:首 先,輕描淡寫地減輕罪責,或藉膚淺 的自我反省,或逃避聖神靜候揭示我 們真相的內在靜默;其次,將過錯推 諉於他人或環境,使自己慣常扮演受 害者,或佯裝從未傷害過他人;最後,是看似與前兩者相反卻導向同樣空洞自滿的誘惑:將懺悔的焦點從天主與他人轉移,轉而沉溺於受創的自尊,以及「我又辜負了自己」的自憐。

「但誰能認出自己的一切過犯?求你 赦免我未覺察到的罪愆。更求你使你 的僕人免於自負,求你不要讓驕傲把 我佔有:如此我將成為完人,重大罪 惡免污我身。」(詠19:13-14)健康 的罪疚感的核心不是「神經質的,專 事搜集善功錄」[7]的態度,但那些渴 望探索自身與天主之間隔閡之人,懷 抱著謙卑之心—他們想明白是什麼在 靈魂深處製造與周遭的分裂,又是什 麼阳礙了他們給予與接受愛。我們想 懺悔的並非「不完美」,而是體現在 具體細節中的冷漠與缺乏愛:「我 主,我愛,是否有任何東西在我內傷 害過祢?」[8] 這種態度點亮了引領我 們平靜發現自身真理的光芒,使我們 得以深探內心深處,在那裡天國早已

臨在,正尋求在我們內紮根生長(參 閱路17:21)。健康的罪惡感是我們 渴望更全然歸屬於天主的盟友;更是 催化我們「日後不斷的皈依」[9]的催 化劑,只要我們銘記:沒有祂,我們 一事無成。

## 恢復世界美好的聖事

聖奧思定曾言・「教會是已和好的世 界。」[10] 天主家庭的成長是透過 「使世界與天主和好。那是每個人偉 大的宗徒使命。」[11] 和好聖事正是 這場重建、和平、與寬恕偉大運動的 核心樞紐。此處是我們遠離罪疚的最 佳所在:在此我們領悟,縱然身為罪 人,我們卻不等同於罪。在無條件愛 我們的天父面前,無須隱藏任何事 物。和好聖事助我們面對自身的脆 弱、矛盾與創傷, 並將之呈獻給唯一 能療癒我們的良醫。聖保祿曾懷著無 盡的信德如此做:「我更樂意誇耀我 的軟弱,好使基督的能力覆庇我。」 (格後12:9)

然而這份信德必須與痛悔並存,即心 靈因發現自身之罪惡而承受的煎熬: 「求你把我的過犯洗盡,求你把我的 罪惡除淨,因為我認清了我的過犯, 我的罪惡常在我的眼前。」(詠 51:4-5)天主教傳統通常區分兩種的 痛悔:源於對天主之愛的痛悔—因拒 絕天主聖三之愛(即我們生命中最重 要的位格)而做補贖;以及間接產生 的痛悔,或因理解罪惡造成的傷害及 其靈性後果,或因信賴教會的智慧。 [12] 前者稱之為「完美的痛悔」。藉 此懺悔,天主必赦免罪過,即使是重 罪,惟需定志在可行時立即領受和好 聖事。後者稱為「不完美的痛悔」, 同樣是天主所賜的恩典,開啟靈性旅 程,預備我們領受聖事中的罪赦。懺 悔的行為可銹過簡短的、即興的口濤 在日常中實踐,例如「耶穌,請寬恕 我!」這能喚醒我們內心的悲慟,使 我們更豐盛地領受並分享天主的慈 悲。

《天主教教理》還提醒我們,除了告 解聖事, 這是耶穌赦免重罪的唯一途 徑,我們還能誘過其他不同的方式獲 得罪過的和好。聖經與教父們提及的 徐徑包括:「努力與折人和好、痛哭 己罪、關注折人的得救、請聖人代禱 和實踐愛德,因為『愛德遮蓋許多罪 過。』(伯前4:8)」[13] 然而,教會 仍持續建議辦告解,就算過失比較輕 微。聖保祿六世提醒:「頻繁告解仍 是聖德、平安與喜樂的優越泉源。 」 [14] 聖施禮華教導說:「我願你們每 禮拜以及任何需要時,不要躊躇地去 參加和好聖事(.....)我們可以發現 世界喜樂的一面,看見它從天主的手 中發出美麗誘人的嫩芽,假如我們學 會如何彌補的話,我們可以將世界的 美麗交還給祂。」[15]

頻繁告解有助於淨化心靈,防止我們 對冷漠與抗拒天主之愛習以為常。教 宗本篤十六世曾如此評論:「誠然, 我們總是重複自己的罪過,但我們至 少每週清潔一次我們的家和房間,縱 使污垢如故;為求生活潔淨,為求重新開始。否則污垢雖不可見,卻會日積月累。靈魂亦是如此,就我自身而言:若從不告解,靈魂便遭擱置,最終只知自我滿足,不再明白必須持續精進、不斷成長。耶穌藉告解聖事賜予的靈魂淨化,能使我們的良知更敏銳、更開放,進而助我們在靈性與人格上臻於成熟。」[16]

教宗方濟各寫道:「和好聖事需要再 度成為基督徒生活的中心。」[17] 它 不僅能療癒深重創傷,更是日常信仰 生活的必要盟友:助我們更深認識自 我,親折天主慈悲的心。要立即克服 所有的惡習或傾向實屬不易:恩寵需 時日滋養,方能融入生命歷程。[18] 因此,切勿懷抱不切實際的期望,以 免因自身軟弱, 甚至因恩寵而陷入絕 望。讓我們凝視耶穌,永不停歇地奔 向祂,那位既願意目能醫治我們的 主。靈性生活是「不斷地重新開始、 再開始。再開始?是的。每當你痛悔 時。 ₁ [19]

- [1]聖施禮華《道路》309
- [2]參閱若3:17,12:47
- [3]教宗方濟各,2022年3月25日講道
- [4]聖施禮華《天主之友》253
- [5]參閱羅馬彌撒經書,入門禮儀
- [6]同上
- [7]聖施禮華《基督剛經過》75
- [8]聖施禮華《鍊爐》494
- [9]聖施禮華《基督剛經過》57
- [10]聖奧斯定《講道96》8
- [11]范康仁,2023年10月21日,訊息
- [12]參閱《天主教教理》1452-1453
- [13]同上,1434

[14]聖保祿六世《Gaudete in Domino》52

[15]《天主之友》219

[16]教宗本篤十六世·2005年10月15日·教義講授

[17]方濟各教宗《慈悲的主與可憐的 罪人》11

[<u>18</u>]參教宗方濟各《你們歡喜踴躍吧》50

[19]《鍊爐》384

安德烈斯·卡德納斯·馬圖特 (Andrés Cárdenas Matute)

pdf | document generated automatically from <a href="https://opusdei.org/zht/article/">https://opusdei.org/zht/article/</a> Zhan-Dou-Qin-Jin-Shi-Ming-Liu-Chao-

## Yue-Ni-De-Xin-Tong-Hui-Yu-He-Jie/ (2025年11月21日)