

# 成為自己生命的掌控者

一系列新的，反思怎樣培養出堅強的基督徒品格的文章。聖若望保祿二世曾說：「所有男女都有著去編織自己生命的任務」，創造一件大師級傑作。

2016年7月9日

「我要求你成為未來世界的建造者，為一個更美好的世界而工作。親愛的年青人，不要成為生命的旁觀者，而是參與者。耶穌沒有保持旁觀，祂把

自己全情投入。不要成為旁觀者；要如耶穌一樣全情地投入現實的生命裡。」[1]以上教宗方濟各對年青人所說的話，立時也帶出了他自己提出的問題：「我們該從那裡開始？從那裡？就是從你和我！你們每一位，再一次在靜默中，問問自己：「如果我一定要由自己開始，確實地是該從那裡著手呢？」你們每一位，該打開自己的內心，好等耶穌告訴你從那裡著手。」[2]要成為世事的主角，首先要成為自己生命的主角。我們要有掌控自我的能力。

## 自由和受制約

要掌控自己的生命，需要認識到，雖然我們的性格受到社會和家庭環境的影響，但它並非是有決定性的。我們因遺傳和體質而有的天生本能也是一樣。只要有意志，這些出自本能的行為也可以受到一些合乎情理的規範所影響和支配。

我們性格得到鍛鍊的程度，在於我們行使自由，因我們的行為不只改變我們的狀況，也形成我們存在的方式。雖然有時我們並不察覺到，但是經常重複的行為，會使我們養成一種習慣，和面對現實時所採取的態度。所以當我們要解釋我們一些不由自主的反應時，不要說：「我本來就是這樣的，」我們通常要承認：「是我自己使我成為這樣的。」

我們的生命取決於一些通常很難控制的因素：例如家庭關係的質素，我們成長過程中的社會環境，和在某方面限制了我們的疾病等等。雖然很多時候，我們不能妄顧或解除這些限制，但是我們一定可以藉著面對這些因素而改變自己的態度，特別是如果我們知道一切事物都受到天主的眷顧。

「重要的是牢記這一點：耶穌的教誨，並不是專為特權階層人士而做的，祂來是向我們啓示天主無所不容的博愛。天主博愛全人類，祂要所有的人都來愛祂。」 [3] 在任何情況

下，就算是有很大的限制，我們都可以為天主和我們的近人奉獻愛德的行為，無論它看來是多麼微小的。誰知道，在痛苦中的一個微笑、奉獻給我主、與十架合一的苦難、耐心地接受那些微小的煩惱和挫折，是有多大的價值！沒有什麼可以抑制這無窮盡的愛，這種愛，比苦難、寂寞、遺棄、背叛、誹謗、身體上和精神上的苦難、怎至死亡本身都更為強烈。

## 自己生命的掌控者

人的自由，也帶給我們責任去發掘自己的天資、德行和技能，並為此而感恩，並藉此結出豐厚的果實。但我們永不要忘記的是，那潛伏在我們內心深處的，是天主恩賜。它牢牢地塑造成為我的基督徒品格。其中最顯著的，就是我在受洗時所領受那極妙的神性父子關係，藉著它，天父在我身上看到祂聖子耶穌的肖像。這個肖像，雖然因我只是一個有限的受造物而並不完美，但是透過堅振聖事、修和聖事

中所得到的轉化我的寬恕，和聖體聖事而漸漸變得更為清晰。

從這些由天主手中所得到的恩賜開始，無論你喜歡與否，每一個人都成為自己生命的掌控者。套用聖若望保祿二世的話：「所有男女都有著去編織自己生命的任務。某程度上，他們要將它化成藝術創作，一件大師級的作品。」<sup>[4]</sup>我們是自己行為的主人。「上主在起初就造了人，並賦給他自決的能力。」<sup>[5]</sup>如果我們願意，那能夠在一切風浪和困境中牢牢掌握自己生命的舵柄的人，正是我們自己。

我們是自由的。這一個醒覺可以帶給我們一些不安：我的生命會把我變成怎麼樣？但最重要的是它帶來了喜樂。「天主在創造我們時也賦予給了我們自由。祂是冒著風險和危機的。祂要一段真實的，出自真正有決擇的歷史事實，而不是虛構的故事，或是一種遊戲。」<sup>[6]</sup>在這種歷險中，

我們並不會孤獨。首先，我們依靠天主的助佑，祂給了我們一個使命。其次，我們依靠家人和朋友，甚至是在我們的生命中偶爾出現一次的人。要成為自己生命的掌控者，我們並不否認，我們在很多方面都要依靠他人。並且，由於明白到這種依靠是互惠的，所以我們也可以說大家是互助的。自由並非等如自滿。如果我們不運用自由去承擔一些寬大的偉業，我們的自由便是沒有意義的。自由的用途，就是無私的奉獻，或是說，真正的自由，意味著無私的奉獻。

## 每個人在生命中的道路

聖施禮華經常回憶起他在西班牙內戰後不久於華倫西亞(Valencia)的布哈索特(Burjasot)所看到的一幅海報，寫上他在講道時常說的一句話：「讓每一個行乞的旅人都按自己選擇的路線前行。」每個人，都要按自己的方法，去回應自己的召叫所付帶的確實要求。「你可以靠右、靠左、或蜿蜒

前行，徒步或騎馬。在通往天國的路線上前進，有千萬種不同的方法。」

[ 7 ] 每人都是自己生命中必須的成聖歷程的主角。我們要在自己的氣質和品格的每一方面都留下一個特別的標記，盡力永遠不要被週圍的情況牽著走。

「作為天主的子女（而不是奴隸），我們自由地跟隨天主給我們勾畫出的路線。我們享受著天主賜給了我們的行事自由這一禮物。」 [ 8 ] 與自由（一個人的尊嚴的標記）連在一起的，就是知道我們是天主所創造而帶來的責任。每個人都是天主的夢想。當我們體驗到天主無條件的愛時，我們的回應，就是這個夢想成真的時候了。天主的愛，確認了我們的自由，並藉著祂的恩寵，自由得以提升至意想不到的頂點。

## 同行在路上

在天主的計劃中，生命是用來分享的。天主信靠人與人之間的互助。我

們每天都不時地經歷到，只靠自己，是不能得到最基本和緊急的需求。沒有人可以完全獨立存在的。更深一層來說，每一個人都覺得者需要對別人開放自己的生命，去給予和接受愛。

「沒有人是孤立地生活的。沒有人是獨自地犯罪的。沒有人是獨自而得救的。別人的生活不斷地影響我的生活：我所想的、講的、做的和得到的。同樣，我的生活也影響別人的生活，無論是好的或是壞的影響。」

## [ 9 ]

這自然的對他人開放自我，在天主的救贖計劃中得以表達至頂點。當我們誦唸信經時，我們宣認諸聖的相通，這一在聖教會的中心的信條。所以在靈修生活裡，我們必需意識到，要多依靠那些在我們和天主的關係中有著不同角色的人的幫助。我們從父母和傳道員的教導中獲得了信仰。我們參與教會神職人員施行的聖事。我們從教會內的兄弟姊妹（他們也為我們代禱）尋求靈修忠告，等等。

知道了我們在基督徒的生活上有伴同行，使我們充滿喜樂和平安，但也未減少我們對爭取成聖的努力。雖然我們不時地接受他人的指導，但是我們的角色並不止於此。聖施禮華在談論靈修生活時說：「忠告並不免卻個人的責任。」他並總結說：「靈修指導，應當旨在培育男女各人屬於自己的基督徒標準。」[ 10 ]

雖然確認了別人的協助是必須的，我們亦要意識到，在靈修生活中，是天主透過他們傳遞祂的光和力量給我們。這使我們，當那在我們基督徒生活中扮演重要角色的人為某些原因而沒有出現時，有信心在成聖的路上繼續前行。如此，相對於這些人，這些我們非常感激，並以基督的心去愛的人，我們也享有極度的精神上的自由。

## 無條件地去愛

基督徒都知道，個人的滿全，來自對這位我們的創造者，救贖者和聖化者

的天主的愛完全地和自由地自我奉獻。從無數聖人的經驗中我們學習到，要我們得到的各種恩惠能開花結果，我們必須對天主的恩寵開放。他們讓天主進入自己的生命，喜愛地順從天主的旨意，正如聖母天使報喜時所作的「堅定的回應：願照你的話，成就於我吧！Fiat！這就是自由最佳的果實：運用自由，作出選擇天主的決定。」 [11]

當一個人選擇天主時，他是將自己的理想和精力投放在生命中最有價值的地方之上。他實現了自由的最終意義，就是不只是揀選這個或那個，而是將生命奉獻於一些偉大、確實的使命。將自己的才幹獻出來追隨基督，雖然有時需要摒棄其他的選擇，但是它會帶來真正的喜樂， [12] 以及在世上和永生的百倍賞報。 [13] 這也反映出高層次的內在成熟，因為只有那些有深厚個人信念的人才能交付全心：「我選擇天主，是因為我自願，而不是因為任何的壓迫。」 [14]

## 把過去，現在和未來托付在天主手中

揀選了天主的人靈，在任何的苦難中都能獲得內在的平安。我知道我所信賴的是誰。 [ 15 ] 這句說話表達出聖保祿在面對無數困難時，仍然滿懷信心地忠於自己作為外邦人的宗徒的召叫。那些將生命扎根於天主的人，獲得了一個不可動搖的保障，使他們也能為他人而獻出自己：不管是為使徒原因而守獨身的，或是過婚姻生活的，或是遵循其他基督徒生活方式的。這是橫跨過去，現在和未來的自我奉獻，就如聖施禮華的祈禱：「我主，我的天主：我把我的過去，現在或未來，小事或大事，一點兒或許多的東西，世俗的或永恆的事，都托付在你的手中。」 [ 16 ]

沒有人可以改變過去。但天主知道每一個人過去的事的真正意義。在修和聖事，祂可以寬恕任何罪過，並在祂的兒女的生命中恢復這些事情的和諧。一切事情，甚至是我們所犯的錯

誤，都是為我們獲得益處的，[17]只要我們依賴天主的仁慈，並且藉著祂的恩寵，努力在今天多些體驗天主的臨在。這樣，我們可以滿懷信心地展望未來，因為我們知道，我們在熱愛我們的天父的手中。當我們在天主的手中時，無論我們在跌倒或站起來時，也是在天主的手中！

揀選天主，即是接受祂的邀請，在祂的協助下寫出自己的傳記。我們謙遜地承認我們的自由是一個恩賜，和眾人一起，運用它來實踐天主交托了給我們的使命。而我們會喜樂地體會到，祂的計劃超越一切我們的期望，正如聖施禮華曾經告訴一位青年所：「讓恩寵帶領著你！讓你的心飛翔！...寫下你自己的短篇故事：一個包含了犧牲和勇毅的故事。藉著天主的恩寵，你的夢想將會遠遠不及將來出現的現實。」[18]

[1] 教宗方濟各，2013年7月27日致詞。

[ 2 ] 同上。

[ 3 ] 《基督剛經過》 , 110 。

[ 4 ] 聖若望保祿二世 , 《給藝術家的信》 , 1999年4月4日 , 2 。

[ 5 ] 德15:14

[ 6 ] 聖施禮華 , 《信仰的豐饒》 , 1969年11月2日在馬德里ABC報刊登的文章。

[ 7 ] 聖施禮華 , 1945年2月2日書信 , 19 。

[ 8 ] 《天主之友》 , 35 。

[ 9 ] 教宗本篤十六世《在希望中得救》通諭 , 2007年11月30日 , 48 。

[ 10 ] 《與聖施禮華蒙席對話》 , 93 。

[ 11 ] 《天主之友》 , 25 。

[ 12 ] 瑪19:29

[ 13 ] 同上

[ 14 ] 《天主之友》 , 35 。

[ 15 ] 弟後1:12

[ 16 ] 《十字苦路》 VII , 3 。

[ 17 ] 參閱羅8:28 。

[ 18 ] 聖施禮華 , 1974年6月29日聚會筆記 。

---

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/article/  
cheng-wei-zi-ji-sheng-ming-de-zhang-  
kong-zhe/](https://opusdei.org/zht/article/cheng-wei-zi-ji-sheng-ming-de-zhang-kong-zhe/) (2026年2月21日)