opusdei.org

管教人的情感

「基督徒的倫理學並不認為人性的情感是有害的, 反而重視它的發展與引導,因為它在人生的喜樂中扮演著重大角色。」

2015年4月17日

有一些人性的感受,自古以來就被視為不妥,特別是那些會減少,或否認,人性自由的感受。羅馬及希臘的斯多葛派學者們,都強調自我情感管控。許多古代的宗教和東方的思想學

派也是如此。 這些學派的教導是,若想了解人的真相(做個真正的自我,

「成為你自己」)·最好的方法就是控制或壓抑自己的感受。的確,許多充滿智慧的傳統也強調,不羈的感受及欲望,可能會凌駕人的自由。看來前人已從經驗中得知,人心深處有著相互對立,時常自相衝突的力量。

這些傳統又都提及人由慾望所產生的 焦躁。它希望理智能遏止人的慾望, 使人藉由謹言慎行去達至和平。它相 信人能夠藉此找到內心的自由的希 望,這自由不是教人各走各路,而是 人人該當面對的挑戰。每個人都需是 學習自我主宰,以理性為依歸。 學習自我主宰,以理性為依歸。 學習自我主宰, 人們漸漸將此道稱為德性,隨之 而來的是喜樂與幸福,和充滿祥和的 生活。

心靈的皈依

基督徒的倫理學認為人的情感的亂子 是起因於原罪。人心成然能攀至高 貴、英勇及聖德 · 但是它也有可能倫 為卑鄙下流、違反人道的本能。

耶穌強而有力地呼求我們內心和慾望的皈依:「你們一向聽說過:『不可姦淫!』我卻對你們說:凡注視婦女,有意貪戀她的,他已在心裡姦淫了她。」[1]

基督的教導是對人的內心皈依的恆常呼喚。善人從自己心中的善庫發出善來,惡人從惡庫中發出惡來,因為心裡充滿什麼,口裡就說什麼。[3] 祂多麼重視內心的純潔:「你們在人前自充義人,但是,天主知道你們的

心。」[4] 違反道德的舉止源於慾念在心裡的不當滋長。因此,正確地管教人的情感是十分重要的。

基督徒的倫理學,並不認為人性的情感是有害的,反而重視它的發展與引導,因為它在人生的喜樂中扮演著重大角色。要適當地引導情感,首先要做心靈淨化的工作。因為人的心靈淨做心靈淨化的工作。因為人的心靈。改正過來。聖施禮華曾寫道:「主,我不求你拿走我的感受,因為我可以利用它來事奉祢,但求你淬鍊它。」[5]

管教人的情感,必需植基於人性的尊嚴,對人性予以尊重。這是梳理感受最佳的方式,以使人的情感特質更趨成熟。我們獲得幸福與聖德的程度就有賴於在這方面的成效。

感受與德性

每一種人的情感,均能促進某些行為而同時又限制著另些行為。因此,情

感能促進或限制生活的心理及心靈層面的健康,亦能促進或限制德性的實踐及價值觀的落實。切記:忌妒、自私、驕傲和懶惰確是某些德性的缺乏,但也是意味著正確地管教情感的缺乏。所以,實踐德性,就是培育人心的教育,反之亦然。

人時常忘記,感受是一種強而有力的 人性本質,為善或惡,為促進或限制 我們的行為。因此,人可能會疏於 練它,也許是由於錯誤地認為感感受 智,終乎是難以駕馭的。有談, 智 出於把感受與情感混為一談,問是因 為知道管教感受需要良好的事,因而 過 知道管教感受需要良好的事,因而 知道管教感更良好的事,因而 知道管的必要性。

感受塑造著充滿酸甜苦辣的人生。要 圓滿一個幸福富足的人生,我們不能 忽視感受的重要。「為了追求幸福, 你需要的是:一顆戀愛的心,而非舒 適輕鬆的生活。」[6] 幸福要求人引導自己的心靈,而這不是一件容易事。但是,每一個人都能疏導他的感受。我們不可陷於宿命的心態,認為感受是幾乎無法改善或無法培育的。我們也不應認為每一個人都有了一個既定了的方向:是慷慨或妒嫉、是變觀或悲喜悅、是熱情或冷漠、是樂觀或悲觀,猶如一切都是命中注定,無法改變的。

的確,情感包含與生俱來的,難以掌握的一部份。然而,我們有著能產生深遠影響的家庭、學校、文化和信仰。更重要的是,我們可以依賴天主的恩寵,及個人的努力,去改進、加強自我的品性。

立善表、高要求、多溝通

引導情感時, 善表能起很大的作用。 從父母身上, 孩子學會同情他人的痛苦、諒解他人、幫助有需要的人。我 們在不知不覺中, 從四周的人中所學 習的,和在我們的記憶中生根的,就 是這些情感。

除此,良好的溝通,在一個開放的氛圍裡,是不可或缺的。家庭環境應該培養親密感,鼓勵每一個成員能有信心地表達自己的情感,和家人分享,並接受指導。孩子們對表達自己的情感不應該是難於啟齒的,相反,我們要鼓勵他們忠實、熱情地表達自己所遇到的快樂或煩惱。

陶成的力量

介於感受和行為之間,還有重要的一 步。譬如說,有時個人內心充滿恐 懼,卻也能表現英勇。體驗憎恨,卻 也能寬恕。我們的「自由」介於感受 和行為的中間。感受如何去被接納, 接納後又如何產牛行為,在於個人自 己的決定。一個決定是否成熟,一方 面取決於做決定的當下有沒有以智德 來考量,另一方面,也取決於以往的 陶成, 及在決定的當下, 是否有展現 出勇德。所以,個人在生命的過程 中,都塑造了他自己的「感受的方 式」, 進一步再形成行為的模式。一 個膽小的人,在遇到某些刺激時就產 牛懼怕。久而久之,每當遇到同樣的 刺激時,他的反應就是懼怕,以至洮 跑。狺種習慣就成為他情感的一部份 了。相反地,如果他能克服這種恐 懼,往後遇到同樣的情況時,就算他 仍會感到恐懼,他仍然會勇敢以對。 這就是德性的表現。

歸根究底,雖然我們無法改變天生的 遺傳,也無法扭轉迄今已經接受了的 培育,然而,藉著陶成培育、個人努力,和天主的恩寵,我們可以確信每個人都能夠有所改變,並變得更好。

感受與道德教育

教育應著重道德的成長,而非僅止於 知識的增長、意志的鍛鍊和感情的穩 定。健全的感情教育,應培養人能夠 在行善時感到快樂,在作惡時感到難 過。我們得幫助年輕人去追求真是值 得追求的東西。

我們內心存有使我們傾向於行善的感受,也存有威脅我們的道德生活的感受:「我願意的善我不去行,而我不願意的惡,我卻去作。」[7] 我們應該好好地教育自己的感受,使我們對能夠帶來幸福和諧的事感覺很好,對相反的事則感覺很不好。

初期的基督徒對人性的感受態度是很正面的。聖保祿對斐理伯人說:「你們該懷有基督耶穌所懷有的心情。」 [8]天主教教理也強調,將我們的情感 投入聖化的奮鬥中。「人在道德上的 完美,不僅在於人為意志所驅使而向 善,也靠感性對善的慾望,一如聖詠 所說:『我的心靈以及我的肉身,向 生活的天主踴躍歡欣。』」[9]

有情感作為可靠的指引,活出德性和 獲得聖德就會變得更容易。無論如何,就算是一個具有良好成長背景的 人,他要行善通常也需要超越自己, 有時還得付出很大代價。但是,以善 為準的行為總能使人生更加豐富。相反地,選擇惡行就是欺騙自己,使自己最終走向複雜又不幸的生活。人人都被召喚,於此世及死後都過得幸福快樂。「我每天更加相信天堂的福樂,是為那些懂得如何在世上快樂生活的人。」[10]

內心的自由

管教情感能引導我們走向正直的道德 行為。 我們做好本分,並不是因為規 定、壓力,或被迫,而是因為它會帶 領我們朝向完滿幸福的人生,去獲得 真正的自由。

A. Aguiló

- [1] 瑪 5:27-28.
- [2] 谷 7:21-23.
- [3] 路6:45.
- [4] 路 16:15.
- [5] 聖施禮華, 鍊爐, 750.
- [6] 聖施禮華, 犁痕, 795.
- [7] 羅 7:19.
- [8] 斐2:5.
- [9] 天主教教理,1770.
- [10] 聖施禮華, 鍊爐, 1005.

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zht/article/guan-jiao-ren-de-qing-gan/ (2025年11月20日)