

教宗公開接見：日行一善即可實現“真正的文化革命”

我們每人每天至少行一項身體或精神上的慈悲善舉，如此簡單的善行，我們就能迎來“真正的文化革命”。慈悲善行是我們與耶穌相遇的機會。教宗方濟各10月12日在聖伯多祿廣場的公開接見活動中如此表示。

2016年10月24日

慈悲如何才能入心呢？我們需在日常生活中具體活出慈悲。教宗方濟各在要理講授中談到身體和精神上的慈悲善工，勉勵我們熟記形神哀矜。教宗說：“我認為，我們可以透過這些簡單的日常行動實現真正的文化革命，一如過去那樣。如果我們每人每天都能做一件善事，世界將發生翻天覆地的變化！”

教宗方濟各曾多次談到日常生活中的聖德。歷史上有許多普通人實行慈悲善舉，因為教會“忠於上主，偏愛弱勢群體”。教宗繼續說：“那些需要我們幫助的人往往是我們最親近的人。我們不必嘗試開創一項事業，只應從最簡單的事做起，這也是上主指給我們的最急迫的事。在這個被冷漠病毒感染的世界，慈悲善行是最好的解藥”。

實際上，許多聖人受人敬仰並不是因為他們成就了大事，而是因為他們傳遞了愛德，例如加爾各答的聖德肋撒。“我們紀念她並不是因為她在世上開辦了很多慈善中心，而是因為她俯身照顧路邊的垂死之人，恢復他們的尊嚴。有多少被丟棄的兒童得到了她的擁抱，有多少垂死之人在她的陪伴和扶助下跨入了永恆的門檻！”

這些慈悲善行彰顯耶穌基督的面容，能讓每個人感受到天主的溫柔。那麼，我們如何才能做慈悲的見證人呢？教宗表明，“我們不要奢望完成一項壯舉或超人之舉。不，不是這樣的。主耶穌為我們指出一條非常簡單的路，做一些微小卻在天主眼中具有巨大價值的舉動；祂也告訴我們這些舉動將是我們接受審判的依據”。

《瑪竇福音》中有一節可以被視為耶穌的遺訓：“凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的”（瑪廿五40）。

除了身體上的慈悲善工，還有七種精神上的善工被稱為七端神哀矜，它們所涉及的問題同樣重要，尤其在今天，因為這些問題常會引起“更大的痛苦”。這七端神哀矜是：解人疑惑；教導愚蒙；勸人悔改；安慰憂苦；恕人侮辱；忍耐磨難；為生者亡者祈求。其中一端還成了俗語：默默忍受令人厭煩的人。教宗說，“這其中包含著深刻的愛德之情”。

因此，我們要在那些需要幫助的人身上認出基督的面容。當有人對我們說：“我好苦惱啊！”我們不能說：‘天主會幫你的，我沒空啊！’我們應該停下來，傾聽他，花時間安慰他，這就是慈悲善舉。這樣做不只是為了他，也是為了耶穌！教宗引用聖奧斯定的話說：“我害怕錯過上主”，也就是說，“上主藉著某一個弱小者從我身邊走過，我卻沒有意識到那是耶穌”。

(© 梵蒂岡電台訊)

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/article/
jiao-zong-gong-kai-jie-jian-ri-xing-yi-
shan-ji-ke-shi-xian-zhen-zheng-de-
wen-hua-ge-ming/](https://opusdei.org/zht/article/jiao-zong-gong-kai-jie-jian-ri-xing-yi-shan-ji-ke-shi-xian-zhen-zheng-de-wen-hua-ge-ming/) (2026年4月10日)