opusdei.org

節德與自制(二)

「自制能力越強,越能盡力服務天主和鄰人,並在今生獲得最大的平安與喜樂。」

2015年12月22日

節德與自制(一)

青春期是培養節德的好時機。青少年 思想逐漸成熟,適於灌輸德行的觀 念。德行的培養,需要把行為與動機 內化為習慣,以自由的選擇,落實在 良善正直的行為。年紀再小一點的孩 子當然也能培養好習慣,但是,只有 當理解力和情緒上較成熟時,才能探討自己行為的意義,並評估所造成的 結果。

有些行為,在年輕人看來可能流於形式,有些空泛,或對舉止的規範,視為禁令。這種時候,一定要向青少年解釋規範的原因。歸根結底,我們要給青少年理由,為什麼節制是值得的。跟他們解釋節制的必要 (譬如放棄娛樂活動,為能專心唸書),是成功之道,但是這種解釋沒有說服力。雖然講得有道理,強調的重點離現實還太遠,對年輕人來說,無法引起他們即時的興趣。

讓他們體會到節德在此時此地就很吸引人,是比較有效的方法。提出一些坦蕩的理想,像是:對有需要的人伸出援手、做一個忠實的朋友等等,灌輸大愛到他們心裡頭。有所節制並能自我控制的人,最能夠幫助別人,這點一定要讓青少年明白。那些能做自己主人的人,越能盡力服務天主和鄰

人,並在今生獲得最大的平安與喜 樂。

尤其,青春期是培養自制和節制的好時機。人逐漸成長,感受到生命中的種種可能,出於本能的好奇心也漸漸萌發,因為他開始掌握自己的未來會。 渴望能經歷並嘗試身邊所有的機往。 這種渴望,發展成為對自由的嚮往。 這個年紀的年輕人,想要無拘無束。 因此任何有關課表、秩序、預算等不的事情,都可能讓他們覺得是「不合理的要求」。

因為商業利益的導向,人們大力鼓吹 這類自由的看法,在現今的社會太常 見了。

家長面對這種情況,不要對惡劣的大環境感到不堪重負;反而應振作精神,思考新穎的應對方法,把道理說清楚,陪伴孩子找尋內心真正的自由,耐心陪伴,並多替孩子們祈禱。

通望幸福的竅門

西方社會中,大多數的廣告訴求對象是年輕人,他們的購買力在過去幾年 迅速提升。潮流變化極為迅速,新品牌層出不窮。有時候,「擁有」某品牌的某項商品,好像就能得到小團體的包容。讓人感到被接納,被當作自己人,可是這樣的被包容,並不是建立在他的本質上,而只是因他擁有什麼,和他外表的樣子而已。

青春期的消費行為通常不是出於想擁 有的欲望(較小的孩童比較常有這種 欲望),而是只想在同儕間表現出個 人的特色、獨樹一幟。

除了上述動機之外,在消費社會中, 人們往往不滿足自己原有的物品,因 而不斷想嘗試更新的商品。這種需求 可以在年年推陳出新的電腦產品和汽 車上看出,想要最新款的手機、某品 牌的明星商品,儘管可能買了就放著 不用不穿、最新的CD、電影、電動等 等,都只是想擁有。隨波逐流地從消 費行為得到滿足,然而最終失去了掌握自己衝動激情的能力。

很明顯地,不能把一切後果都歸罪於 廣告和環境,肩負養育責任的大人更 是要留心。父母和所有與培育相關的 人,經常要思考如何教育孩子,是很 有助益的,因為教育這件大事,關係 到後人的幸福,甚至影響到社會公義 與和平。

有的一切,包括食物,都是禮物,應 好好善用。

父母當然都希望盡可能地供應孩子的需求,別的小孩有,也想讓自己的小孩有,包括自己從前沒有的,現在也特別希望給自己的孩子。不過,父母親應當適可而止,並教孩子不要做比較,也不要看別人有什麼就想要,以免孩子養成物質化的心態。

現今社會充斥著評量、分級、統計數 據等,容易激起人們的好勝心,想跟 **调圍的人比較。不過,天主從不比** 較。衪說:「孩子!你常同我在― 起,凡我所有的,都是你的。」[1]在 天主眼中, 每個人都是獨一無一, 都 是袖愛的孩子,每個人都能從袖那得 到同樣的滿意、深愛與重視。所以, 能幫助我們教育孩子何謂幸福的一個 關鍵:讓自己和孩子都明白,我在天 父的家中,總有容身之處;我得到這 份愛,因為我就是我,身為兒子或女 兒,雖然我們本質個性不一樣,但我

們都平等。父母若落實這精神,因材施教,讓每個孩子得到不同的待遇, 因為每個孩子都是獨特的。[2]

此外,節制的訓練不只限於一味的禁止,而是採取正向的教育方法。例如說,幫助孩子瞭解如何運用自己合作,就有的,衣物、玩具等。孩子任什麼樣程度的責任人的實際,就該有什麼樣之。落實,與一個人的實際,不隨便抱怨偶爾的不足,培養與於照顧他人的慷慨之心。

聖施禮華曾愉快地回憶起他的父親, 即使經濟狀況不好,他依然樂於賑濟 窮人。在家庭中營造環境,活出這些 事,關注的焦點是在人,而非事物。

懷抱世界

「在一切事上務必要謹慎。」[3]聖保 禄宗徒這樣簡短地訓誨弟茂德,這句 話適用在任何場合時間。不是為了某些特別被召喚的人,也不是只為了能讓父母教訓孩子,而是父母和教育人員應盡的責任。父母和教育人員應理解其中意義,並應用在不同年齡、人物和各種場合。應用時必須謹慎明智、考慮周全,並徵詢意見,好能做出最適當的決定。

這樣看來,不應給予孩子過多物質, 因為人要先學習管理自己的東西,才 能學會節制,好像金錢,聖施禮華曾 勸父母親們:「父母過分的溺愛,養 成孩子軟弱的個件。有時不是父親 寵,就是母親愛,不然就是祖母疼。 有時甚至三個人分別地、偷偷地給孩 子綫花。孩子可從狺暗地裡的溺愛, 喪失靈魂。所以,應該先講好,不對 孩子吝嗇,而是決定讓孩子擁有多 少:能夠管理多少,自制能力有多 少。不要給孩子太多錢,除非他們自 己有本事賺錢。」[5]我們必須教孩子 如何管理金錢、用理性去購物、講電 話要有節制,每個月看帳單,要能明 白,消費不應該僅因消費的快樂而去 做。

金錢只是其中一個例子。有時候,同樣的情形也會出現在時間的運用上。 將時間適當地花在娛樂、嗜好、運動等等,讓我們過有節制的生活。節制 使我們的心靈自由,讓人能專心處理 困難但重要的工作,例如讀書。節制 幫助我們豐富人生,不再以自我為中心,花些自己的時間給家人和朋友,或是為了有需要的人出錢出力,這麼做,對孩子們來說也是很好的培養,從他們還小的時候就可以開始了。

緩和好奇心,培養樸實(羞恥心)

「節制使靈魂更清醒、更謙遜、更能 明白事理,節制使人更謹慎,而謹慎 之所以吸引人因為它代表明智的節 制。」[6]聖施禮華如此強調節制的效 果,這些效果跟謹慎這項特殊的德行 相關,而謹慎恰是端莊與樸實(羞恥 心)的特徵。「樸實(羞恥心)」與「端 莊」為節德來說是不可或缺[7],因為 這個德行的另一部份正是性方面的節 制。「羞恥心(樸實)保護人及人愛情 的奧秘。在愛情關係上要求忍耐及滴 度;要求男女之間的授與及許以終身 的條件得以滿足。羞恥心(樸實)亦是 端莊。它告訴人對衣著的選擇。當有 不健康的好奇心出現的危險時,知所

保留或緘默。羞恥心(樸實)就是審慎」[8]。

如果從孩提時代就開始訓練他們的意 志力, 等到面臨狀況時, 他們就能自 然的謹慎,幫助他們以真正人性的方 式去理解「件」這件事。不過,對兒 子來說,父親扮演特別重要的角色, 就像母親對女兒一樣重要。父母必須 與孩子建立互相的信賴,當孩子能理 解時, 跟他解釋人性愛情的美好。如 同聖施禮華所說:「爸爸一定要在這 方面下功夫,要做兒子的朋友。如果 爸爸還沒有跟兒子提過,有一天兒子 一定也會好奇,問到生命的起源等問 題。大人可以理解兒子的這種好奇 心,但有時卻不太健康。如果兒子去 問一個無恥的朋友,以後他也許會以 厭惡的眼光看著自己的父母。 1

「但如果從小仔細照顧他們,你們才 知道甚麼時間是合適的,在祈禱以後 用正直的口吻,告訴孩子生命來源的 真相。這麼做,孩子會跑向自己的母 親,擁抱她,認為她真是太好了。孩子會親吻你,並說:『天主真好,讓我的父母分享奇妙的創造力量。』即使他知道的不夠多,不會這麼說,但是他能感受到。並且,他會明白你們之間的愛情不是骯髒,而是神聖的愛情。」[9] 如果我們不逃避孩子自然而然產生的問題,並用孩子能理解的方式回答,這件事就容易多了。

節制飲食的情形也一樣,是基本而重要的教育。光言教是不夠的,父母必須以身教告訴孩子,「注視著不該渴望的東西是不妥當的。」[10]如果留心照顧家庭,家中氣氛定能讓人感覺像納匝肋之家一樣。

現今社會普遍對人的「性」行為,認為是庸俗的,所以父母應該特別留意電視、網路、書籍和電動遊戲。並不是要培養孩子對媒體產生「懷疑的恐懼」,而是要善加利用,進行機會教育,告訴孩子要如何正面,並以批判的眼光運用它們。我們要永遠勇於拒

絕那些傷害靈魂的東西,以及錯誤傳達人類價值的東西。「從一開始,孩子就嚴格的見證父母的生活。也許你們這些做父母的沒察覺,但孩子評斷所有的事,有時候孩子會認為你們做的不對。家庭環境的確影響孩子,好的或壞的影響都有可能。」[11]

然而,留意孩子身處的道德環境,還 稱不上是節制的教育。節制的確是基 督徒生活不可或缺的一部份,但節德 的培育絕不僅是「避惡」—讓人善度 恩寵的生活。節德是以對自己有利的 前提來節制享樂。所以,教導孩子如 何適當地運用自己擁有的工具和方 法,是非常重要的。

即便是一家人一同觀賞電視,但不分 青紅皂白的選台,家庭環境都可能遭受破壞。更糟的是每個房間都有一台電視,讓每個人把自己關在房間,看自己想看的節目。手機和電腦也更可能讓人戒不掉這自私的習慣。

很明顯,父母和教育者都警醒地運用這些東西,才能以身作則。如果父母花許多時間看電視,無論什麼節看,不但給孩子形成錯誤的示範,不但給孩子形成錯誤的示範,因為孩子看到父母更為孩子看到父母的其也,所有是有人,願意成為眾生靈的僕人更大的榮人,願意成為眾生靈的僕人更大的榮耀,地上和天上的榮耀。」[13]

節德讓我們以自身的心力去服務近 人,去愛人,走向通往幸福之路。聖 奧斯定在人生中堅定地奮鬥,抵抗放 縱的誘惑,他寫道:「讓我們思考 德的意義,它使我們在主愛中純潔 德的意義,它使我們在主愛中純潔 正直。慾望讓人設法離開天主的節德、 正直。慾望讓人設法離開天主的節德 及律法,也就是離開幸福。而節德是 真理的住所,默觀和親近地擁有它, 保證我們幸福。沒有節德,人將糾結 於巨大的錯誤和悲哀之中。」[14]

J. De la Vega, J.M. Martin

- [1] 路 15:31.
- [2] 參閱聖施禮華, 犁痕, no. 601.
- [3] 弟後 4:5
- [4] 羅 12:2.
- [5] 聖施禮華在聚會中的談話,巴塞羅那(IESE),1972年11月27日.
- [6] 聖施禮華, 天主之友, 84.

- [7] 參閱天主教教理, 2521.
- [8] 天主教教理, 2522.
- [9] 聖施禮華在聚會中的談話, Enxomil High School (Oporto), 1972年10月31日.
- [10] 聖額我略, Moralia, 21.
- [11] 聖施禮華在聚會中的談話, Pozoalbero (Jerez de la Frontera), 1972年11月12日.
- [12] 天主教教理, 2524.
- [13] 聖施禮華, 鍊爐, no. 1045.
- [14] 聖奧斯定, The Morals of the Catholic Church, ch. 19.

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zht/article/jie-de-yu-zi-zhi-er/ (2025年12月13日)