

# 認識祂，認識自己 (十一)：耶穌的書 信

「耶穌不希望我們的祈禱成為我們生活裡活動中一個孤立的單元，只有一點點改變我們生活的力量。」

2021年4月11日

—— 想要耶穌想要的

—— 隨著時間而獲得一種認同

## —— 在愛中成長

## —— 愛我們的鄰人

---

西元57年末期，聖保祿寫給格林多的基督徒一封信。外邦人的宗徒意識到那裡有些人並不認識他本人，甚至可能聽說過關於他的謠言蜚語。所以他寫信的重點在於要闡明耶穌福音訊息的傳遞者應具的特徵。

在這個背景下，我們發現聖保祿最美麗的想像之一。他質疑是否需要寄一封推薦信，讓教會團體更瞭解他，而重新贏得他們的尊重。因為他對天主能改變人心的力量充滿信心，他說他真正的推薦信是格林多每一位基督徒的心。聖神藉著聖保祿給他們的訊息，親筆寫在他們心版上：「你們就是我們供職所寫的基督的書信：不是用墨水寫的，而是以生活的天主聖神。」（格後3:3）

我們怎樣才能成為基督的「書信」呢？天主如何一點一滴地改變我們的生活呢？「我們眾人以揭開的臉面反映主的光榮，漸漸地光榮上加光榮，都變成了與主同樣的肖像，正如由主，即天主在我們內所完成的。」

( 格後3:18 ) 聖保祿在這裡向我們展現了聖神轉變我們的「方法」。我們久而久之，就越發肖似基督，彷彿像鏡子一般的反映出祂的榮耀來。這就是我們靈修生活真實的「動力」。

## 想要耶穌想要的

耶穌不希望我們的祈禱成為我們生活裡活動中的一個孤立的單元，只有一點點改變我們生活的力量。在山中聖訓裡，祂告訴我們：「不是凡向我說『主啊！主啊！』的人，就能進天國；而是那承行我在天之父旨意的人，才能進天國。到那一天有許多人要向我說：主啊！主啊！我們不是因你的名字說過預言，因你的名字驅過魔鬼，因你的名字行過許多奇蹟嗎？」

那時，我必要向他們聲明說：我從來不認識你們……。」（瑪7:21-23）這些都是很重的責備之詞。僅僅跟隨祂是不夠的，甚至奉基督的聖名行大事也是不夠的。我們需要更深刻的學習讓我們的生命符合天主的旨意。

這些話的含意對我們來說應該不難理解。由於祈禱是建立友誼關係的途徑和表達的方式，應具有一些古典作者認為適合於朋友之間愛情的特徵：*idem velle* · *idem nolle*，渴望同樣的東西、拒絕同樣的東西。祈禱改變了我們的生活，因為祈禱使我們與基督聖心的憧憬、與祂對靈魂的熱忱、與祂想取悅祂天父的渴望全然和諧一致。否則，如果我們的祈禱不能把我們導向聖保祿所說的與基督的榮耀相似，沒有意識到淺層的祈禱可能只是一種「自助療法」，只是尋求它所提供的平安和孤獨。在這種情況下，祈禱就無法實現它的主要目的：透過與基督真實的友誼來改變我們自己的生命。

因此，真實祈禱的標準絕不僅僅限於它所提供我們的強烈情感及精神享受、或我們所作的決策的多少、或我們達到的專注的程度。相反的，我們的祈禱應該根據改變我們生活力量的多寡，而做出評估——它如何幫助我們逐漸地克服我們所相信的和最終在日常生活中實際所做的事情之間的矛盾之處。

### 隨著時間而獲得一種認同

聖保祿在前往大馬士革的路上受賜與復活的耶穌相遇的奇異恩典，他親自告訴我們，早期的基督徒非常清楚他們祈禱的目的是認同基督。他勸告斐理伯的基督徒，該擁抱基督耶穌懷有的情操，（參斐2:5）他向格林多的信徒保證「我們有基督的心意。」（格前2:16）

單單靠我們自己的努力，是永遠無法獲得與天主之子同樣的「情操」和「心意」的。這確實是我們像耶穌一樣在尋求善行努力的結果，但總是在

適合於友誼之愛的共融情況之下。因此，藉著恩寵，我們敞開自己，與基督的存在方式同化。

因為這是友誼關係的結果，與基督的認同，是祈禱的果實，會隨著時間而增長。聖施禮華說，天主指引靈魂沿著一個「斜坡」向上，一點一點地轉變他們的心，並給他們意志和力量，使他們更圓滿地回應祂的愛。「在這愛的冒險中，即使跌倒了，甚至嚴重跌傷了，也莫須心灰氣餒，只要滿懷痛悔定改之心去辦和好聖事。基督徒並不是神經質的，專事搜集善功錄的人。耶穌基督吾主既為若望的純潔忠貞而歡心，也為伯多祿失足後的痛悔定改而感動。耶穌瞭解我們的軟弱，扶助我們沿著斜坡向祂攀登。祂要我們努力不懈，日有所進。」[1]

在增長天主的愛情和更完滿地與祂認同的時候，我們意識到自己的悲憐——甚至那些深深羞辱我們的——並非是不可超越的障礙，我們就充滿

了希望。我們也充滿了驚訝：怎麼可能聖保祿會大聲疾呼，「沒有任何東西能使我們與吾主基督耶穌在天主之內的愛相隔絕！」（羅8:39）

只有在祈禱中，我們才能明白這些話語的真理是建基於天主的主動倡議。是祂首先尋找我們，並把我們引到祂自己身邊的人。在宗徒若望生命末期，感動地宣稱：「愛就在於此：不是我們愛了天主，而是他愛了我們，且打發自己的兒子，為我們做贖罪祭。」（若一4:10）因此，在我們的祈禱中，我們意識到自己在天主慈愛的手中，我們的愛——對天主之愛的回應，總是不完美的，但有天主之愛走在我們前面並陪伴著我們。默觀那份愛，我們被激勵著去沿著與基督更深刻認同的斜坡向前邁行。

## 在愛中成長

回應我們在祈禱中所尋求的天主之愛，體現在我們渴望改善、體現在我們強烈的嚮往中，就是要讓我們自己

與任何令我們和基督分離的東西分離。也許依循某種頻率，我們受到鼓勵在祈禱中檢視自己的生活，祈求亮光來看清我們任何不適合作為天主子女的條件。我們已經學習訂定具體的決心，總是依賴恩寵的幫助，試著取悅我主，克服生活中使我們與祂分離的理由，即使僅是與祂些微的分離。

我們深知，這種檢視和定決策，並不是我們在靈修生活中戰勝的途徑，而是一種真正人性之愛的途徑。任何想要永遠取悅所愛之人的人都在努力成為最好的人。我們知道天主就我們的樣子愛我們，我們也想就祂值得被愛的樣子愛祂。因此，我們以一種健康的張力，每天戮力奮鬥一點。我們不想掉入為自己的弱點辯護的誘惑中（這是多麼容易犯的毛病！）而忘記基督的死亡和復活已經為我們贏得為征服我們的罪過所需的一切恩寵。[2]

當聖施禮華還是位年輕神父的時候，許多主教都請他為司鐸宣講月退省和

避靜。有些人指控他宣揚的是「關於生命而非死亡的避靜」。[3] 他們已經慣於聆聽關於他們永恆命運的思想論調，所以當聖施禮華長篇大論地講述如何在日常生活中，怎樣始終如一的活出自己的聖召時，他們感到很驚訝。

這反映出主業團使命的一個重要特徵：教導人們如何「實質化」他們的精神生活，防範祈禱在他們的生活中，變成一個獨立和孤立的幅度。正如聖施禮華自己所說：「我希望他們能遠離一種在當時和現在很通常的誘惑：就是度雙重生活的誘惑：一方面，過著內修生活，人與天主關係的生活；另一方面，則過著截然不同的生活，專業的、社交和家庭生活，充滿瑣碎俗務。」[4]

雖然在我們祈禱的時候，我們並不總是能真切地體會到天主的愛（儘管有時我們確實能體會到），但事實上，祂總是在那裡，在我們的靈魂裡行

動。如果我們努力朝向我主所指示我們的某些點上去奮鬥、去回應祂的愛，我們的生活：思想、欲望、意向、行為就會逐漸轉變。我們為別人而言，要成為ipse Christus基督自己，為他們是個「正在經過的基督」。

## 愛我們的鄰人

有一個經師問耶穌說：「師傅，法律中那條誡命是最大的？」耶穌對他說：「『你應全心，全靈，全意，愛上主你的天主。』這是最大也是第一條誡命，第二條與此相似：你應當愛近人，如你自己。全部法律和先知，都繫於這兩條誡命。」（瑪22:36-40）耶穌用這些精簡的話，闡明了對天主的愛與對近鄰的愛之間有著不可分割的結合。在祂復活之後，升天之前，我主想要再次堅持這個教導。當祂在加里肋亞海海岸遇見伯多祿時，耶穌用鏗鏘有力的話語回應了短時間即成

為第一位教宗的愛的承諾：「你餵養我的羊群。」（參若21:15-17）

結合兩條誠命的最終原因，以及需要學習從別人身上去愛基督的原因，伊始於耶穌自己在關於最後審判的強而有力敘述中所闡明的。在那裡我們清楚看到祂與每個人深刻的合而為一：

「因為我餓了，你們給了我吃的；我渴了，你們給了我喝的。」（瑪25:35）正如梵蒂岡第二次大公會議所教導的：「因為天主聖子降生成人，在某種程度內，同人人結合在一起。」[5] 熱愛耶穌而不關愛我們的鄰人是不可能的，也就是沒有學習在我們的鄰人身上愛祂。

真誠的祈禱能引導我們關心他人，特別是那些與我們最親近的人和那些最受磨難的人。祈禱引導我們試著透過一些服務人的小事與每個人和睦相處，即使那些和我們想法不同的人，我們也要在心中大方的接納他們。在祈禱中，我們發現寬恕的力量及如何

去愛別人的亮光，以一種更深刻、更實際的方式，好能克服我們的自私、尋求舒適，或準備以一種神聖的方式讓自己的生活煩雜化。正如教宗方濟各提醒我們的，「為辨明我們的祈禱方式是否正確，最好的方法就是省察我們的生活是否照天主慈悲的啟迪而在轉變。」<sup>[6]</sup>

我們祈禱生活的目標，是要獲得一顆像耶穌那樣慈悲的心，一顆天父之心的完美形象。這顆心是我們與基督認同的明確標誌。

Nicolás Álvarez de las Asturias

---

[1] 聖施禮華《基督剛經過》75

[2] 參聖若望保祿二世《真理的光輝》102-103

[3] 參Andres Vazquez de Prada 《主業團創辦人》第二冊，471-472頁

[4] 聖施禮華《與施禮華蒙席會談》  
114

[5] 梵蒂岡第二次大公會議《論教會在  
現代世界牧職憲章》22

[6] 方濟各，宗徒勸諭《你們要歡喜踴  
躍》105

---

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/article/  
ren-shi-ta-ren-shi-zi-ji-shi-yi-ye-su-de-  
shu-xin/](https://opusdei.org/zht/article/ren-shi-ta-ren-shi-zi-ji-shi-yi-ye-su-de-shu-xin/) (2026年2月7日)