

## 我們要讓天主開心

「一個有聖德的人不會因自己曾得罪天主，而就此與天主相隔絕，他希望有朝一日能獲得救恩，全然地回應天主的聖愛。反之，完美主義者卻唯恐做得不夠好，一心只擔憂天主會生氣。聖德決不是完美主義，儘管有時我們把它們混為一談。」一篇關於基督徒生活的新文章。

2021年9月24日

—— 對於那些一心想要取悅天主的完美主義者，這是個風險

—— 天主自由地愛我們

—— 愛戀中靈魂的奮鬥

—— 瑪利亞的微笑

.....

在西班牙內戰期間，聖施禮華在不同的地方躲藏了幾個月後，決定離開馬德里。他的目的是想去一個不會危及生命安全的地方，以便能重新展開他的使徒活動。於是他和他的兒子們偷渡跨越了比利牛斯山，歷經一段驚心動魄的旅程，平安的抵達中立小國安道爾。然後經過位於法國邊境的露德，轉回到西班牙北部的邦布隆那省，當地的主教熱切地接待了他，並留他在那小住數日。過不久正是1937年的聖誕期，他獨自做了一個避靜。他掙扎的試著祈禱，並寫道：「默

想：刺骨的寒冷。目前，我唯一能清晰的感受著的是個很幼稚的願望 -

『當我的天主父必須審判我的時候，讓祂高興。』然後，一個猛烈的震盪：『耶穌，跟我說幾句話吧！』我重複了好幾遍，對自己的限於孤絕痛心疾首。我向我天上的聖母呼求，

『媽媽！』還有向著護守天使們、還有那些我已經在享受天主恩賜的孩子們，不禁淚如雨下.....還有斷斷續續的祈禱。決策：『在日常生活中，忠於時間表。』」[1]

在這些親密的個人手札中，他熱情地記下他刻骨銘心的情感，靈魂的狀態：酷寒、淚水、燃燒的欲望.....他在祂的大愛中尋求庇護：天父、耶穌、瑪利亞。令人驚訝的是，當他在經歷這麼巨大的外在磨難時，竟然做出一個似乎微不足道的決定：在日常生活中，忠於時間表。毫無疑問的，這是聖施禮華的偉大人格的特徵之一：與天主維持深厚熾熱的關係，同時在日常瑣事上忠誠不二。

## 對於那些一心想要取悅天主的完美主義者，這是個風險

要博取別人的歡心與讓他傷心失望是相反的。既然我們想愛天主，討祂喜歡，我們很自然的害怕令祂失望。但恐懼有時會在我們的腦海和心中興風作浪，這正是我們要極力避免的。此外，恐懼是種消極的情緒，不能成為美滿生活的基礎。「也許這就是為什麼」在《聖經》中，『不要害怕』這句話以各式各樣的形式，總共出現了365次，彷彿告訴我們，天主希望我們一年中的每一天都能遠離恐懼，不再害怕。」[2]

在監督的第一封牧函中，父親警告我們某種類型的恐懼。他激勵我們「展現出基督徒生活的理想，但不可與完美主義混淆，並教導人們如何活出和接受他們自身及他人的弱點；基於天父義子女的關係，每天充滿盼望地操練託付一切給天主旨意的態度，並接受一切後果。」[3]一個有聖德的人不

會因自己曾得罪天主，而就此與天主相隔絕，他希望有朝一日能獲得救恩，全然地回應天主的聖愛。反之，完美主義者卻唯恐做得不夠好，一心只擔憂天主會生氣。聖德決不是完美主義，儘管有時我們把它們混為一談。

通常，我們看到自己一次又一次被自我的激情所左右，我們又犯了同樣的錯，就算想實現最簡單的決心都顯得軟弱無力。我們會生自己的氣，認為天主一定很失望；我們失去了祂仍然愛我們、能真正分享祂的生命的望德，悲傷已沉入我們的內心。在這種情況下，我們要牢記悲傷是敵人的盟友，它阻止我們更靠近天主，反而要讓我們遠離祂。尤有甚者，我們還把憤怒、亂發脾氣和認為是天主對我們的失望都混淆在一起。但是這一切並非來自我們對祂的愛，而來自於受傷的自我，及無法接受自身的脆弱。

當我們讀到基督在福音中的話「成為完美的人」時，我們很想遵循，將生活建基在這勸言之上，但我們卻誤以為耶穌要我們：「把一切事做得完美。」我們甚至會這樣想，如果我們沒能把一切事都做得十全十美的話，我們就無法取悅天主，也不再是祂的正宗門徒。但是耶穌馬上闡明了祂的意思：「你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣。」（瑪5:48）是天主提供我們祂的成全完美，使我們分享祂的天主性：永恆之愛的完美、至高之愛，能「感動太陽和其他恒星的愛。」[4] 同樣的愛，創造了自由生存的我們，「在我們還是罪人的時候，」（羅5:8）拯救了我們。對我們來說，做個成全的人意味著像天主的兒女般的生活，覺悟到我們在天主眼中是無價之寶，意識到自己是這樣美好的一位父親的孩子，決不會喪失希望和喜悅。

若想避開這些完美主義所涉及的風險，我們就該牢記自己是否令天主高

興，並非取決於我們，而是取決於祂。「愛就在於此：不是我們愛了天主，而是祂愛了我們。」（若一4：10）因此，我們絕不可企圖告訴祂，祂該如何掌握我們的生活。我們是受造物，因此必須學習尊重祂的自由，而不是把祂是否該愛我們的事實強加在祂身上。祂已向我們顯示了祂的大愛，因此祂期盼我們的第一件事，就是讓祂以自己的方式來愛我們。

## 天主自由地愛我們

為什麼我們很難理解天主的思緒邏輯？不是已有充裕的例子告訴我們，天父為了讓我們快樂，付出了多少嗎？耶穌不是把毛巾束在腰上，給宗徒們洗腳嗎？

正如聖保祿所寫，天主並沒有憐惜祂自己的兒子，為使我們能享受永遠的福樂。（參羅8：32）祂想以極致的愛，愛我們到底。然而，我們有時不免仍然認為：只有當我們「不辜負祂」，或「達到祂的標準」時，天主

才愛我們。這類想法當然是自相矛盾的。一個年幼的孩子需要去爭取「配得」他父母的愛嗎？實際上，也許是我們急切地在尋找自我，證明我們是「當之無愧」的。也許我們面對的是自己的缺乏安全感；想要在我們的行動中、思緒裡、在對現實的認知中，尋找穩定、固定的參考點。

但我們應該做的就是仰望天主，我們的天父，並憩息在祂的聖愛中。當耶穌在受洗禮和顯聖容時，天主父的聲音告訴我們，祂喜悅祂的愛子。我們已經領受了聖洗，透過祂的苦難，我們也親密地分享著祂的生命、功績、恩典。因此，天父可以高興、喜悅的望著我們。聖體聖事傳達給我們一些喜訊，其中非常明確的一個是天主對我們的情感：祂如飢似渴的想親近我們每個人，祂願天長地久的等待我們，祂渴望我們以親密的愛來回應祂對我們的大愛。

**愛戀中靈魂的奮鬥**

發現天主對我們的大愛是我們去尋找的愛最偉大的動機。同樣地，「福傳的首要原因是我們已領受耶穌的愛，以及體驗到祂的救恩，這經驗催迫著我們更深地去愛祂。」[5] 這些都不是抽象的概念。我們在革辣撒被魔鬼附身的人性例子中可以看到這點，當附魔的人被耶穌釋放後，看到他的村民同伴都拒絕了師傅，於是他「懇求耶穌讓他同耶穌在一起。」（谷5:18）我們在巴耳提買身上也看到，在他的瞎眼被治好以後，「就在路上跟著耶穌去了。」（谷10:52）我們最終在伯多祿身上也看清這點，只有在他意識到耶穌愛他的深度，及他在背叛以後獲得的信任和寬恕時，他才回應了他的召喚：「跟隨我罷！」（若21:19）去發現天主的愛，就是我們過基督徒生活中最強而有力的動機。這就是我們奮鬥的根源。

聖施禮華鼓勵我們從神聖父子之情的角度來思考這個問題：「孩子們，多努力地想在自己父母前表現優秀！君

王的子女們，在他們父王的跟前，多努力地想保持皇家的尊嚴！而你，難道你不知道，你永遠在一位偉大的君王，你的天主父跟前嗎？」[6] 天主的臨在不會讓祂的孩子們充滿恐懼。即使在他們跌倒的時候。祂自己曾用最清楚明瞭的方式告訴我們，儘管我們跌倒，祂也在那等著我們。就像浪子回頭比喻中的父親，只要我們允許祂，祂就迫不及待地前來擁抱我們、親吻我們。（參路15：20）

當我們面對可能使天主傷心的恐懼，我們可以自問：這種恐懼是否令我接近天主與祂合而為一，使我更想念祂？還是，反而讓我把注意力聚焦在自我身上：我的期待、我的奮鬥、我的成就？這種恐懼會導致我在告解時請求天主的寬恕，當我知道祂已原諒我時充滿喜悅，還是讓我失去希望？它是否能幫助我喜悅地重新開始，還是把我封閉在悲傷、挫折、無助感之中，這些奮鬥都是依靠我自己的力量.....以及依靠我得到的「成就」？

## 瑪利亞的微笑

在聖施禮華的生活中發生過的一件事可能幫助我們更清楚地理解這一點。這是有關他內心生活的筆記，他寫下來的原因是為了幫忙他的靈修導師。雖然篇幅有點長，但值得完全的引用：

「每當我謙遜地祈求時，無論我幾點鐘上床睡覺，都屢試不爽。就像今天早上，我從沉睡中醒來，好像有人叫醒了我，我完全確定是起床的時候了，六點差一刻。昨晚，也像往常一樣，我已懇求吾主給我克服賴床惡習的力量，因為，我羞愧的承認，就算這麼小的事，對我來說竟然是件難事。有許多日子，儘管超然的力量已把我叫醒，但我還是呆在床上一段時間。今天，當我看到時間時，我祈禱、掙扎……我還是賴在床上。終於，根據我的鬧鐘（已經壞了一陣子），在六點十五分我起床了。滿懷羞愧，我匍匐在地，承認自己的錯

誤，然後一聲Serviam! (我願服務!)我立刻穿好衣服，開始默想。然後，大約六點半到六點四十五分之間時，我看見，我的親吻聖母(譯者註：他在桌子上放了一個小的聖母態像，他每每進出房間時，慣於親吻她，所以他暱稱她為親吻聖母)的臉上容光煥發，充滿了喜悅，這現象持續了一會兒。我仔細地注視她。儘管她的嘴唇並沒有動，但我相信她在微笑，那對我意義多重大啊。我很平靜地對我的母親說了好多甜言蜜語。」

[7]

他費力的去實現自己的決策，不容諱言的要準時起床，對我們來說有時也是一種掙扎。但他沒有成功。那事讓他感到羞愧。然而，他並沒有把自己的憤怒和羞辱與天主之心的寬宏大量混淆。在那次失敗之後，他看到聖母在對他微笑。當我們把事情做好的時候 - 僅限於把事做好時 - ，我們是不是有偏見，認為自己已博得天主的歡心？為什麼我們把自滿誤認為是天主

的微笑、祂的溫柔和情感？當我們跌倒又再爬起來時，我們有同樣的反應嗎？

我們經常麻煩我們的聖母向我主說些我們的好話：ut loquaris pro nobis bona。有時我們會想像瑪利亞和她愛子之間的對話。在我們的祈禱中，我們也能進入那份親密，試著默觀聖母瑪利亞和耶穌對我們每個人的深愛。

「尋求聖母的微笑不是種虔誠的行為，也不是種過時的多愁善感，而是一種栩栩如生、淋漓盡致的深刻人性關係的表達，這份關係將我們與基督賜給我們作為母親的聖母合而為一。渴望默觀聖母的微笑並不意味著自己被失控的想像力擺佈。」[8] 這席話是本篤十六世在拜訪露德聖母朝聖地時，指年輕的伯爾納黛而說的。在聖母瑪利亞第一次顯現給她時，在表示自己始胎無原罪之前，聖母只是單純的對她微笑。「瑪利亞首先向伯爾

納黛報以微笑，彷彿那是揭示她的奧秘最合適的方式。」 [9]

我們也想看到這種微笑，並生活在其喜悅之中。無論我們的過錯有多嚴重，都無法消除。如果我們再度站起來，讓我們尋找瑪利亞的凝視，必能重新燃起她的喜悅。

.....

[1] 《道路》：Critical-Historical Edition, prepared by Pedro Rodríguez, commentary on no. 746 · p. 880

[2] 教宗方濟各，第33屆世界青年日致辭，2018年3月25日

[3] 范康仁蒙席《牧函》2017年2月14日，8

[4] 但丁(Dante Alighieri)《神曲》天堂篇，第33章

[5] 教宗方濟各，宗徒勸諭《福音的喜悅》2013年11月24日，264

[6] 《道路》265

[7] Andres Vazquez de Prada 《主業團創辦人》第一冊，Princeton，2001，第361頁

[8] 教宗本篤十六世，講道，2008年9月15日

[9] 同上

.....

pdf | document generated automatically  
from <https://opusdei.org/zht/article/women-yao-rang-tian-zhu-kai-xin/> (2026年  
4月2日)