

主業團與身體克己

《達文西密碼》引起了對天主教身體克己這習俗的廣泛注意，主業會彌額爾•巴納神父，答覆有關問題。

2006年6月8日

《達文西密碼》所描繪的身體克己是否正確呢？

《達文西密碼》所描述的血腥克己確實是醜陋的誇張，與現實全然不符。電影製作者明顯的是想營造驚悚的效果，如使用真的苦帶與苦鞭會顯得太

柔弱了。事實上，把它們與守齋相比較，只是引起稍微的不舒適而已，不會流血、不會損傷，不會傷害人的身體健康，也不會造成精神的創傷。如果它會引起任何傷害，教會就不會容許使用的。

主業團成員有否使用苦帶呢？

有些主業團的獨身成員使用苦帶，是一條又小又輕的金屬鏈子，內面有些突出的鉤狀物，鏈子是綁在大腿上，帶起來不舒服——它的用意就是如此——但它不會對人的一般活動造成任何妨礙，亦絕對沒有《達文西密碼》傷口凝血的後果。

苦鞭呢？

與苦帶作用相同，有些獨身成員通常一星期使用一次，一次只有一、兩分鐘而已。再次重申，不會流血，不會傷害，只是有些短暫的不舒適而已。真正的苦鞭是用棉線編成的繩結，而重量不到兩盎司，遠非《達文西密

碼》中狂熱的僧侶用兩隻手的鞭笞。當成員或已離開的成員在電影中看到那僧侶的自虐，他們都捧腹大笑，因為實在是太愚蠢了。

苦帶和苦鞭是主業團發明的嗎？

全然不是。許多世紀以來天主教會已使用苦帶和苦鞭，並守齋和做其他的身體苦行。有許多為人熟識深愛的聖人，譬如聖方濟•亞西西、聖依納爵•羅耀拉和聖德蘭•里修也曾用過。在二十世紀，有如聖比奧神父、真福德蕾莎修女及教宗保祿六世亦使用它們。守大小齋、不吃熱血動物的肉等身體苦行仍是教會規定所有天主教徒需在四旬期中某些特定的日子遵行。

他們為甚麼要做這些克己呢？

補贖和克己是基督徒生活中一小部份，但是重要的一部份。耶穌基督為自己的公開傳教職務作準備而禁食了四十天。克己幫助我們抗拒我們傾向個人舒適的天性，這天性常常妨礙我

們回應基督徒去愛天主及為愛天主而服務他人的召喚。再者，這種主動自願的接受不舒適，是與耶穌基督為了從罪惡中救贖我們，而自願接受的痛苦結合在一起的一種方式。《達文西密碼》中有自虐狂的僧侶為了愛受罪而受罪，實在不能與真正的基督徒克己混為一談。

對主業團成員而言，克己有多重要呢？

儘管《達文西密碼》病態性地將焦點放在克己上，克己的重要性對主業會的成員僅是次要的。對任何天主教徒而言，首要的是愛天主和愛近人。補贖與克己的目標是在減少做人的態度以自我為中心，因而幫助我們增長對天主和近人的愛。主業團的精神是追求信仰與世俗生活的合一，因此它強調微小而非偉大的犧牲，例如當疲倦時仍堅守工作崗位，遵守時間，在飲食上放棄小小的口福，或毫無怨言。

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/article/
zhu-ye-hui-yu-shen-ti-ke-ji/](https://opusdei.org/zht/article/zhu-ye-hui-yu-shen-ti-ke-ji/) (2026年1月
25日)