



與聖方濟·沙雷氏談心

內心是一切行動、工作的根源。如果內心有耶穌基督，
外表行為很快就會顯示出來。活出基督吧！—— 聖方濟·沙雷氏

■文·圖片提供／保得（鮑思高慈幼會修生，現於輔仁聖博敏神學院攻讀神學）

天主用祂的恩賜傾注謙卑的心。真正靈修生活的基礎，不能缺少謙卑。真正的謙卑，是承認天主白白恩賜，並要為此感恩天主。

實踐美德 培養我心似主心

「跟我學吧！我是良善心謙的。」（瑪11：29）這句話是耶穌親自的邀請，謙卑的心需要學習與磨練，配以恩寵，則越見穩固。我們要變得謙卑，「不要試圖摧毀驕傲，而要通過實踐謙卑變得堅強。」對聖方濟·沙雷氏來說，謙遜就是自我對真理的承認和接受。耐心、溫柔、謙遜等，有人認為是小小的德行而加以忽視；其實，這些是偉大的美德，聖化我們每天的生活。聖方濟·沙雷氏在這些德行身上看到了巨大的力量，可以塑造我們的生活和人際關係，更能改善與天主的關係。

謙遜和溫柔是人的內在力量，這種力量也會流進人的耐心和自制力之中，對聖方濟·沙雷氏來說，「沒有什麼比溫柔更有力量，也沒有什麼比真正的力量更溫柔。」謙遜和溫柔常被視為被動的、欠缺自信的，或是自我貶低的態度；其實，一位溫文爾雅的人，既謙虛又能保持一份溫柔，去表達自己，易於與人建立關係；他們不會咄咄逼人，也不會傷害他人，也不必因為自己的一些失敗或缺點而責備、埋怨或推卸給他人，有自我檢討和反省能改善自己的能力。他們可以自立，接受自己的不完整，也願意接受別人的意見和想法。

根據聖方濟·沙雷氏的想法，任何人在任何時間和任何情況下都可以實踐的美德。溫和、謙遜、甘於卑微、愛德、待人親切和善、服從，這些都是相當務實的，在生活中有多多練習的機會。有幫助於我們培養我們的心，讓我們的心更靠近天主，肖似祂，愛祂所愛的，做祂所做的。

自由抉擇 熱愛天主無保留

年輕的聖方濟·沙雷氏受到當時預定論思潮的影響，為他的信仰帶來危機，但他始終相信，我們能完全自由地作出選擇和行動，皆因我們是按照天主的肖像而被創造的，而且天主從不侵犯祂賜予的自由。世界上的罪惡都是出於人類自由意志的選擇，但這自由意志也讓我們能夠像天主一樣去愛，無牽無掛和毫無保留地去愛。

聖方濟·沙雷氏在《論愛的真諦》說：「我們的自由絕不被聖寵所強迫，就算在強力的天主默感中，人的意志是絕對自由的，不受任何束縛和限制。聖寵是如此優雅，它從不傷害我的自由意志，絕無一絲強制的痕跡。聖寵的目的非為壓服，而是誘導及賺取人心。聖寵的作用是『有力和溫柔的』。」

與主交談 與主心合而為一

聖方濟·沙雷氏將「心」視為歸依的源泉，這靈修方式是專注於精神上的神貧和隱藏在內心深處的阻礙，此阻礙使我們無法使內心更自由。我們對聖德的追求，不應該讓我們放棄生活中的責任，反而，生活應該成為我們的核心，並明顯地反映出內心深處歸依的果實。因此，我們要忠實地完成我們生活中要盡的責任，這樣一步步地培養，我們的內心會更自由，能開闊內心一片的天地，能迎接天主的來臨。

人的內心渴望著天主，而天主也渴望人回應祂，與祂交談。這就是愛的動力，而其中的目標就是天人合一。聖方濟·沙雷氏於《論愛的真諦》中提到「要與天主交談，並聆聽天主在內心深處的說話。」他以這份彼此渴望所形成愛的動力，來聯繫天主和人的關係，是密切的，是有深度的。這內心的愛之動力可看到四種幅度：天主通過基督的心朝向人的動力、人的心朝向天主的動力、人的心與天主的心結合，以及人的心在神聖的友愛關係中之結合。

天主的愛是我們所有愛的源泉，在祂和我們之間的愛情故事中，祂是永遠的主動者。因此，耶穌基督的心是愛的動力的起點，亦即基督的愛是我們的愛的標準，當我們去愛的時候，我們最佳的愛的模範就是耶穌基督；祂是愛是最徹底的，祂的愛是為了全人類的，祂的愛是無條件的。「沒有人比這更大的愛情了。」（若15：13）由此可見，天主的愛，在被釘在十字架的耶穌基督身上，得到最深刻的啟示，對於聖方濟·沙雷氏來說，耶穌基督是「愛」的最佳老師，而加爾瓦略山是真正的「愛的學校」。

基督之心 撫傷慰苦傳聖愛

我們可以想像一下，被釘在十字架上的耶穌基督在自己懷中，親吻、輕撫著祂的傷口，說著：「這裡是我的希望，這裡是我幸福的活泉，這裡是我靈魂的心，這裡是我心的靈魂。沒有什麼能使我與祂的愛相隔絕。我抱著耶穌，在祂把我帶到安全的地方之前，我不會讓祂走的，我緊緊地抱著祂。」

以上的想像的表達，是聖方濟·沙雷氏寫給聖婦方濟·尚達爾（St. Jane Frémyot de Chantal）一封信的部分內容。當時她非常傷心和害怕，於是聖方濟·沙雷氏寫信給她，讓她想像自己正在親吻基督身上的傷口。

基督受傷的一面聚焦在祂的聖心。這裡是聖方濟·沙雷氏帶給她尋得安慰之處。聖婦尚達爾的生命中經歷很多悲傷和痛苦，她的丈夫很早就去世了，留下她和4個孩子；另外，她的公婆當時也對待她很刻薄。聖方濟·沙雷氏

用以下的話給她安慰，「耶穌完全知道妳的感受。耶穌的心也被恐懼刺穿，然後再被長矛刺穿。當一切似乎都要停止了，耶穌死了，其屍體被士兵所戲弄；然而，故事在此刻才剛剛開始，就是復活的開始，愛的勝利的開始。基督受了傷的心的祕密有兩個部分，第一部分是受傷的人在受傷的基督內找到了陪伴，第二部分是痛苦不是全部的，因為基督的心被刺穿後，得到了永恆的榮耀，遠超一切痛苦。當妳受傷時，是一個新的開始。聖神的恩賜與平安，永遠都在妳的心底；將這顆珍貴的心放在救世主被刺破的一面，並將妳的心與這位君王的心連繫在一起。」

加爾瓦略山是真正的「愛的學校」，也是我們信仰的中心。這就是為什麼基督被刺透的心是我們幸福的源泉。聖方濟·沙雷氏表示，沒有救主的愛的死亡和沒有救主的死亡的愛，都是不愉快的情況。愛與死在情感中是如此相互關聯，以至於心中都缺一不可。如果我們讓基督的愛進入心裡，祂的死就會隨之而來。當我們在愛中與祂結合時，我們無法避免體驗到我們自己的心是被同情的、被認同的、被接納的；而長矛刺穿，就是長矛殺死了我們心中所有不是愛的東西。

基督的心與我們的心不可分割，要緊緊的跟耶穌的心連合在一起。《鮑思高慈幼會會憲》寫著：「基督是我們的模範，祂的心就是慈幼會精神的泉源。」（11）我們相信基督是我們的模範，我們效法祂的心，我們在祂心內成長，我們在祂的心內共融，我們在祂的心內結合。

最後，我們以聖方濟·沙雷氏所寫的〈奉獻耶穌聖心禱文〉，作為於6月特敬耶穌聖心，也提醒我們，時刻都記得要回到基督的心中。

願妳的心永遠住在我們心中！

願妳的血永遠在我們靈魂的血管裡流動！

哦，我們心中的太陽，

祢以祢的美善之光賦予萬物生命！

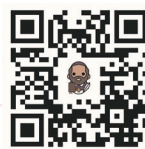
主耶穌啊，除非祢的心增強了我的力量，否則我不會去！

願耶穌的心成為我心的君王！

讚美上主，感謝上主。

阿們。

（全系列完）



▲歡迎瀏覽紀念
聖方濟·沙雷氏