

2025年2月26日

心灵洁净之路（一）

注：由于患病，接下来几天暂时中断若望福音默想，转而聆听三天心灵洁净系列。内在的连接是可以建立的，我们在若望福音中看到了敌对的犹太人封闭的心，所以，检查我们的内心吧，将内心交由天主净化总是好的

### 馬爾穀福音 7:20-23

**耶穌又說：“凡從人裏面出來的，那才使人污穢，因為從裏面，從人心裏出來的是些惡念、邪淫、盜竊、兇殺、姦淫、貪吝、毒辣、詭詐、放蕩、嫉妒、譏謗、驕傲、愚妄：這一切的惡事，都是從內裏出來的，並且使人污穢。”**

內化這段福音對於靈修進步不可或缺。無論強加給自己多少實踐與犧牲，無論遵循多少規則，無論踐行了多少重要的使徒工作，如果不由內在努力，天主的愛就很難在內心生長。這裏可以很好地運用聖保祿的名言：若沒有愛，我就成了個發聲的鑼，或發響的鉞(格前 13:1)。事實上，心靈的淨化意味著在愛中成長。

內化這篇經文，首先包括意識到我們內心真的住著主耶穌所說的惡。這應當讓我們提高警惕，擺脫一切自我的幻想。一開始發覺自我內心的真實，可能會感到痛苦。但是，主讓我們看得如此清楚，是因為對祂而言，我們已不再盲目，不忽視自己的深淵是非常重要的。”你們都要聽我，且要明白！”主說。

承認自己傾向於惡，是健康的現實主義，正如天主教教理所教導的（《教理》，第 402-403 號），決不會使我們走向宿命論或認命。相反，能防止我們陷入自我幻想，防止某種“自我聖潔”。

相反，正確的自知是呼召我們轉向能給賜給我們一顆新的心的一位（參厄 36:26）。在祂的助佑下，我們能夠配合，好讓天主的恩寵將我們形塑成祂的肖像和模樣。

我們以主耶穌在今天的福音中提到的第一種罪為例：惡念。此外，我們還可以加上相應的感受。

怎樣才能克服惡念？

有人認為他們已經發現了一種方法，即“正向思考”。當然，這其中可能包含好的意圖，想要把黑暗與消極的東西擋在外面，但從某種程度上來說，這仍然是人為的，很難淨化惡念的根源。

首先，要認清惡念的本質。對於跟隨主的人來說，這應該並不困難。福音是一盞明燈，讓我們能夠藉著福音認識內心；聖神在我們內的臨在，也會提醒我們天主的聖言（參若 14:26），並在淨化心靈的過程中成為我們的老師。

但是，在第一階段，已經出現了一個巨大的障礙——驕傲。驕傲不允許我們真正走上這條道路，不願意承認自己有不好的想法，甚至為惡念辯解。從靈性角度來看，這尤其是一個逐漸令人盲目的嚴重問題。驕傲就像個頑固的看守，甚至不允許人自知。

這樣的驕傲代表什麼，可以是一個單獨的問題。它可以僅僅是一種自高自大；或者，在最壞的情況下，是一種路西法式的傲慢；或者也可以是一堵保護的長牆，想維護自己的不安全感，因為也許在內心深處藏有根深蒂固的自卑。如果是這樣，在面對內心的惡時，自己所建立的虛假的自保安全感就會崩塌，而這正是自己想要避免的，因為我們明白自己承受不了，從而會墮入虛無。不幸的是，這裏缺少對慈悲的天主的信任，祂並不是為了羞辱我們而讓我們看到自己的黑暗，而是用祂的臨在去穿透黑暗。

留心以下幾點：獲得一顆純潔的心的第一步是要願意無畏無懼地察覺自我陰影，也就是要認知並承認來自內心的惡念；必須始終牢記，這發生在慈愛的天父面前，天父希望帶領我們走出黑暗，進入祂奇妙之光者的榮耀（參伯前 2:9）。

未完待續……

文章導覽