

24. August 2025

天主内的内心治愈（九）

昨天，我开始谈及“潜意识的治愈”。在进一步深入这个主题之前，我想引用《圣咏》19篇中的一节：“谁能明察自己的过犯？求你清除我隐而未现的过错。”（《圣咏》19:12）。虽然此处指的是涉及罪责的过错，但我们可以改编这些话语，将其作为向主的祈求：“求你救我脱离那些我未曾察觉的锁链。愿它们不再辖制我！”

以下例子将帮助我们理解我所说的“潜意识的治愈”是什么意思。

几年前，我在东欧波罗的海小国拉脱维亚时，在与一群信友交谈中，注意到他们眼中有着深深的忧伤。我坦率地问他们为何如此悲伤。起初，我没有得到回应。

由于我对拉脱维亚的历史有所了解，知道这个国家在纳粹占领和苏联共产主义时期遭受了巨大的苦难。我问在场的人，那段岁月在他们灵魂中留下了哪些影响。他们或许从未问过自己这个问题！然而，他们给出的两个答案深刻揭示了现实。

第一个是：“我们心存猜疑。”第二个是：“我们觉得自己毫无价值。”

这个例子表明，尚未得到治愈的负面经历会在潜意识中留下印记。这些人没有意识到，这些负面感受在很大程度上可能是他们所遭受的纳粹和共产主义占领的后果。这两种敌视天主教的政治和意识形态体系，惯用间谍手段，并将占领区的人民视为低等人。因此，若这段艰难岁月未能被克服，它继续影响大部分民众，尤其是老年人，在他们的灵魂上留下深深的伤痕，直至今日，这是合乎情理的。

我们必须具体了解其后果。或许我们认识一些有自卑感或心存猜疑的人。或许我们自己也有这样的感受，这些感受主要体现在我们与他人的交往中。在这种情况下，人际关系缺乏必要的自由，大大限制了我们交往的自然性。

那么，天主提供了什么样的治愈过程呢？

首先，我们应当意识到那些困扰我们灵魂的创伤和错误观念（比如“你毫无价值”）。我们可以求主向我们揭示它们。一旦识别出问题，我们可以在祈祷中将其献给天主，并求圣神治愈我们。但即便我们不知道问题的根源，我们也可以简单地求主救我们脱离所有束缚我们内心的锁链。

就拉脱维亚的情况而言，受影响的人们必须努力重拾信任，要知道现在的情况已然不同，他

们周围不再有会背叛和告发他们的间谍。猜疑的情绪必须被理性所克制，要记住情况已不复从前。更重要的是，他们必须被圣神所触动，使猜疑消融，取而代之的是一种以对天主的信赖为支撑的积极人生态度。

至于自卑感，我们必须深刻内化这一点：我们的价值在于被天主渴望、爱顾和救赎。这一点至关重要！如果我们没有意识到这一确定性，如果它没有渗入我们的情感，那么我们会依赖他人对我们的看法和他们的喜爱。即便人们待我们不好，我们的价值也来自天主，而非他人。阅读并内化那些告诉我们在天主眼中我们何等宝贵的圣经经文，将有助于我们从这些情结中得到治愈。

我举这个例子是为了阐明我所说的“潜意识的治愈”是什么意思。

在日常默想的有限范围内，我只能建议你们求主也进入你们的潜意识，治愈所有仍需治愈的东西。或许到那时，那些束缚我们、使我们负重的事物会显露出来。若真如此，我们必须有意识地将其带到主面前，求圣神触动它。然后，主或许会打破那些仍在束缚我们的锁链——即便我们未曾察觉它们的存在——并赐给我们更自由的表达，作为被基督救赎的人。我明天会回到这个话题，再做进一步阐述。

当日福音默想：<https://en.elijamission.net/no-false-safety-3/>