

2025年10月15日

圣人传

“阿维拉的德兰：寻道者之光”

凡关注追随基督内在灵修之路的人，很快便会接触到阿维拉的德兰——1970年，保禄六世教宗将她册封为“教会圣师”。

德兰于1515年3月28日出生，是堂·阿隆索·桑切斯·德·塞佩达第二次婚姻中的第三个孩子。她自幼便被视为虔诚的孩童，父母常通过让她阅读适宜的书籍、聆听圣道宣讲（尤其关于敬礼圣母及圣徒传奇的内容），鼓励她坚守信仰。

1531年，16岁的德兰被父亲送往阿维拉的奥斯定会修道院接受进一步教育，却因患病，在18个月后不得不离开。

1535年11月2日，她进入阿维拉的加尔默罗会“圣母领报修道院”——当时院中共有140位修女。一年后，她发初愿；次年，她完成终身圣愿的宣发。发愿之后，一种内在的喜悦充盈她的心灵，且从未离她而去。

疾病伴随了这位圣徒的一生，而一场严重的疾病，最终借着圣若瑟的转祷得以痊愈。

德兰愈发深入地领悟到“内在祈祷”的真谛，并开始践行这一灵修方式——这或许是受方济各会会士弗朗西斯科·德·奥苏纳著作的启发。但彼时，她在修道院的生活尚未完全以天主为中心。她曾这样描述这段时期：“我的灵魂处于全然疲惫的状态。即便它渴望摆脱那些已养成的坏习惯，这些习惯却仍搅得它不得安宁。”

然而，上主在她已踏上的灵修之路上，赐予她更深的皈依。她见证道：

“有一天，我走进祈祷室，看到一幅为敬礼而供奉的圣像——那是为院中庆祝某个节日而摆放的。圣像上的基督遍体伤痕，那份神圣的感染力深深震撼了我的内心，因它清晰展现了祂为我们所承受的苦难。想到自己对这些伤痕几乎毫无感恩之心，我内心的情感汹涌澎湃，仿佛心都要被撕裂。我泪流满面地俯伏在祂面前，祈求祂赐我力量，让我从此再也不冒犯祂。”
（《自传》第九章）

这次皈依彻底改变了圣徒的生命，周围的人都能清晰察觉。她从一位专注于自身救恩的修女，转变为一位致力于他人救恩的引领者。在天主的指引下，德兰的灵修生命不断成长，她的教导与生命见证，至今仍是寻道者的一盏明灯。

在这场内在生命的转变中，她领受了上主赋予的使命——创办一座修道院。

“一次领圣体后，上主陛下催促我全力以赴完成这项使命，并给予我美好的应许：这座修道院的建立不可拖延；它将为祂成就极大的事工；修道院要以‘圣若瑟’为名；祂会亲自在一扇门守护我们，圣母则在另一扇门守护；基督将居住在我们中间；这座修道院会如星辰般绽

放耀眼的光芒。”(《自传》第 32 章第 11 节)

今日，我们怀着感恩之心回望她所创办的众多修道院，祈求它们不被试图掌控修道院的现代思潮所侵蚀——这种思潮已然渗透部分修道院。愿德兰在异象中所见的“守护者”，守护加尔默罗修会!

若不提及她的灵修教导，对这位圣徒的简要介绍便不算完整。《心灵堡垒》(又译《Interior Castle》)或许是她最广为人知的著作，书中她将灵魂比作一座城堡，天主在其最深处设立宝座，并详细描述了灵魂迈向与天主合一的历程。在此，我们简要探讨《心灵堡垒》中的前三个“居所”(灵修阶段)：

通过祈祷与默观，人进入第一个居所，学习与天主共处。在这一阶段，认识自我与谦卑是重要的陪伴。但此时的居所中仍充满“喧嚣”，世俗的事物不断侵入。德兰列举了其中一些：对财物的追求、忧虑、对声望的渴望、放纵无度与忙碌操劳。因此，第一个居所仍处于相当昏暗的状态。

那些持续回应“内在生命”召唤的人，会进入第二个居所。在此，人必须坚毅地抵抗世俗的诱惑，经历艰难的斗争。但靠着天主的助佑与坚定的信仰，人定能得胜。

进入第三个居所后，第二个居所中的艰难斗争便会过去。人会在内在生命中喜乐，并乐意退隐祈祷。但此时存在一种危险：因已克服斗争，便渴望从天主那里获得特殊的恩宠。在此阶段，人必须警惕“灵修骄傲”，避免认为自己已取得很大进步——否则便会变得固执，不愿受教。谦卑是此处明智的指引：人不仅要舍弃世俗的财物与诱惑，还需放下对天主赏报的任何索取之心。

当人走过前三个居所后，便已做好准备，使天主能按祂的旨意，向人启示超性的真理。但这些始终是天主的恩赐，而非人的功绩。关于后续的灵修阶段，我们将另作探讨。

今日福音反思链接：<https://en.elijamission.net/2021/10/13/>