

從《愛的喜樂》勸諭看夫婦的成聖與掙扎

賴煜清

婚姻是一個召叫，天主透過這種生活方式召叫男女去愛、成長和成聖。夫婦藉著彼此間的共融及孕育生命，實踐基督徒的使命。但現今的婚姻家庭所遇到的挑戰前所未有，究竟夫婦如何在生活跌跌碰碰的掙扎中成長，以達至成聖？教宗方濟各《愛的喜樂》宗座勸諭給了我們甚麼啟發？

方濟各在 2013 年就任教宗後，先後在 2014 年及 2015 年召開兩次世界主教會議，最後在 2016 年 4 月發表了《愛的喜樂》——論家庭的愛宗座勸諭來總結兩次主教會議的成果。勸諭共用了九章三百二十五段來闡釋他對現今婚姻家庭的看法和建議的解決方向。如果有人認為天主教會對婚姻家庭的看法太過「離地」，那麼《愛的喜樂》勸諭則有助我們「腳踏實地」，尤其是對夫婦在婚姻中的成聖，勸諭實在有很大的啟發，並澄清一些誤解及提供一些可行的建議（給夫婦、父母及教會）。

婚姻是一個成聖的召叫

「天主因著愛而造了人，也召叫人去愛；這是整個人類最基本和與生俱來的聖召。天主這樣造了男女，他們互相的愛情成為反映天主對人類絕對和永恆之愛的肖像」（《天主教教理》1604 條）。每個召叫都是由天主主動，召喚人向前走近那愛的根源——天主本身，普遍的召叫是指天主對所有人的基本召叫。到耶穌來臨時，耶穌更直接地召叫萬民成為他的門徒（瑪 28：19）。為

夫婦們，天主正正召叫我們走一條成聖的道路，在夫婦生活中不斷向祂邁進，來反映天主對人類永恆的愛。

勸諭中的夫婦成聖

在勸諭的首和尾，已經給了度婚姻生活的夫婦們很大的啟發和安慰，雖然在過往的教會文件也有些提及，但個人覺得不及勸諭清楚、有系統、有時代感和同理心。

教宗首先在第 7 段說：「家庭呈現的不是問題，而是呈現了契機」，我好像在黑暗的隧道中見到一線曙光，眼見離婚、再婚、未婚同居、家庭破裂等多不勝數的問題，原來也可以「轉化」成契機。婚姻問題可以是「危」，也可以是「機」，視乎我們怎樣處理。另外，教宗在勸諭最尾的 325 段總結說：「沒有一個家庭是完美的，也沒有一個家庭一開始就已經是完備的」，自己看到後有一種「如釋重負」的感覺。多年的婚姻生活，總不是無風無浪，一帆風順，夫妻不和（不是反目成仇那種！），與孩子衝突並不罕見，自己總會不斷問為什麼？為什麼我對天主的愛不能化成在家庭中的愛？啊！原來沒有一個家庭是完美的！我心底裡的完美家庭根本不存在。承認和接受自己家庭的不完美正正是邁向夫婦成聖的第一步！

講到不完美，勸諭就用救恩史中的不完美家庭來作開始，第一章「從聖言看家庭」帶我們回到聖經的世界：「聖詠 128 篇所呈現的美好畫面，並不否認整本聖經遍布了一個令人難過的事實：痛苦、邪惡、暴力使家庭四分五裂，摧毀家庭成員之間生命和愛的共融。」（#19）我們看到的人性是那麼真實和醜惡，但也阻止不到天主對人類的那份憐愛和慈悲。

第二章「家庭的現實和挑戰」帶我們回到現今社會，教宗分析婚姻和家庭問題的根源：「『高舉個人本位且重視財富和享樂的文化，使家庭成員之間互相排斥和侵犯。』除此以外，我還要加上現今急促的生活節奏、壓力、社會和勞工的架構等，因為這些都是妨礙人們作出持久抉擇的文化因素。」(#33)個人本位使人更自我中心，這使我反省到每次與太太的「不和」，都是歸咎於對方的錯所做成，雖然不會宣之於口，但心裡總有這把聲音迴盪著，留待下次「反擊」。

「我們講論婚姻時，往往就像只堅持其生育義務，而忽略婚姻的結合意義、在愛德上增長的呼召，以及互相扶助的理想等。我們就婚姻提出的神學理想，有時候過於抽象，甚至是空言，遠離現實家庭面對的真實處境和實際可能性。這樣將婚姻過度理想化，尤其是當我們未能喚起人們對天主恩寵的信賴時，將無法使婚姻更令人渴望和更具吸引力，反而弄巧成拙。」(#36)

面對婚姻問題，要避免抽離現實，祇講婚姻的理想境界，但也要避免祇從人性的角度處理，天主的恩寵永遠超過我們所期望的。婚姻是召叫夫婦們在愛德上日漸增長及互相扶持，在婚姻聖事中，夫婦雙方才是聖事的施行者，而不是主禮神職人員，正正要表達出夫婦要彼此成聖對方的使命。但當夫婦遇到困難時，我們是否過於依賴人性的方法（如輔導，心理治療等，雖然不否認有其用處）而忽略了天主的恩寵？或走到另一極端，單靠祈禱神修善工來「解決」夫妻問題？

跟著教宗在第三章「藉耶穌認識家庭的聖召」中，回憶起兩位前任教宗對婚姻家庭的訓導。「聖若望保祿二世在他討論人與人之愛的要理講授、他的《致家庭書》，並特別在其《家庭團體》宗座勸諭中，特別對家庭作出論述。在這些文件中，教宗把

家庭定義為『教會之路』。在論述夫婦之愛時（參閱：《家庭團體》13），他描述夫婦怎樣藉著彼此相愛，領受基督的聖神，實踐成聖的召叫。」（#69）夫婦們不要忘記婚姻聖事的恩寵首先是「為使夫婦間的愛情更趨完美」（#89）。「教宗本篤十六世在《天主是愛》通諭中，探討男女之愛的真貌，並指出這愛只有在被釘十字架之基督的愛內，才能呈現其全貌（參閱：《天主是愛》2）」（#70）即是夫婦之間的愛要學習被釘在十字架上的基督。

曾經聽說夫婦的愛是一種「殉道」的愛，是每日彼此為對方「殉道」。教會中的精修聖人也是在生活中以不同的方式，特別效法耶穌基督與基督親密結合；他們以不流血的方式，將自己祭獻給天主，成為生活中的殉道者。耶穌也要門徒天天背起十字架跟隨他。為夫婦來說，也就是不斷死於自己，這份愛就是甘心情願地為對方「做那些自己不喜歡做的事及不去做那些自己喜歡做的事」。在結婚初期，自己很喜歡放工後躺在梳化看電視，舒緩工作上的疲憊，當太太「請」我幫忙煮飯，真的一萬個不願意起來！由最初被迫去做（否則後果自負！），到慢慢體會到太太也是同樣帶著疲累之軀，我實在沒理由自己獨自享受。這是個轉化和學習謙卑的過程。「天主紆尊降貴、降生成人，祂的愛總是在人生旅途陪伴我們，並藉其恩寵，醫治和轉化心硬的人，引導他們沿著十字苦路，回到起初。」（#62）

教宗在第四章「婚姻之愛」的首部份，深入闡釋聖保祿宗徒在格前十三章中對愛的描繪。勸諭的名稱為《愛的喜樂》，所以愛是整份勸諭的中心，究竟愛是甚麼？夫婦們因著愛而結合，可能也因著愛而傷害對方。「『愛』是今天最常用，也最被濫用的一個字」（#89）夫婦對愛又有多少的理解？夫婦們可以逐一反省

自己對配偶的愛，問問自己：對著配偶，我有多含忍？我有多慈祥？我有多嫉妒？我有多誇張？我有多自大？我是否經常作無禮的事？我是否祇求己益？我是否經常動怒？我是否圖謀惡事？我是否以不義為樂？我有多與真理同樂？我有多包容對方？我有多相信對方？我有多盼望對方？我有多忍耐對方？這些便是夫婦走成聖之路的路標！藉著這些路標，夫婦慢慢地共同踏上成長和成聖之路。

「事實上，這強大的愛乃聖神所傾注，反映了基督與世人牢不可破的盟約；祂徹底交付自己，且死在十字架上，使這盟約達至高峰：『主傾注的聖神賜給我們新的心，使男人和女人能夠彼此相愛，如同基督愛了我們一樣。夫婦之愛達到他們內心所指向的圓滿——夫婦的愛德。』」（#120）太太最近上聖經學院普及課程，和我分享了堂上神父說「當我們在彌撒中看到聖體被擘開時，我們的生活有否同樣被擘開？」當你真的愛一個人，你是否體會到被擘開？

聖德蘭修女曾說過：「我發現了一個矛盾現象：愛到會痛，就再無痛楚，只有更多愛。」但我們愛配偶時，當愛到傷痛時（真正愛一個人，是很易受對方傷害），會傾向停止去愛來逃避傷痛（這或可解釋高企的離婚率），決定在這成聖（十字架苦路）之路停止前行。但教宗卻鼓勵我們夫婦：「家庭們，前進吧！繼續前進！天主所應許的，總是超過我們所期待的。我們不要因自身的限度而灰心喪志，甚至放棄追求天主已應許給我們的圓滿的愛與共融。」（#325）

「婚姻是寶貴的標記，因為『當一男一女舉行婚姻聖事，他們可說是「反映」了天主；天主在他們身上銘刻祂的輪廓，以及祂的愛不可磨滅的本質。婚姻有如彰顯天主對我們的愛的聖像

畫。事實上，天主也是聖父、聖子和聖神三位的共融，在永恆中完美地合而為一。這正是婚姻的奧祕：天主使夫婦倆在實質上結為一體。」這在日常生活中產生具體的效果，因為夫婦「藉此聖事，獲賦予一個真實和特有的使命，以至他們得以從簡單平淡的事物著手，使基督的愛成為有形可見的——祂愛了教會，並繼續為教會捨棄祂的生命。」」（#121）

所以夫婦們在日常生活所遇到的簡單平淡事物，也可以幫助他們邁向成聖之路，「反映」天主聖三在他們身上的圖像。比方夫婦在預備過節時一同開心地到街市買食物，丈夫喜歡新鮮雞有雞味，太太則嫌貴，吃冰鮮雞也沒有大分別，雙方可能為這「小事」爭持不下，彼此都認為自己有理，這事例還可以套用在千百個婚姻生活例子中。其實雙方也有各自的理由，買不買雞祇是表面上的原因，太太可能要看著家中的經濟，不能隨便浪費，丈夫則見希望透過食物（縱使貴一些）來安慰妻子日常持家的辛勞。家不是一個講理的地方，是一個講愛的地方，因此彼此交談是很重要的。

交談的重要

勸諭指出「為在婚姻和家庭生活中，體驗和表達愛，並使愛日趨成熟，交談是很有效的方法，也是不可缺少的。然而，這需要經過長時間的努力鍛鍊。」（#136）「應慣於重視對方，這是指認清對方的價值，並確認他有存在、自主思考和獲得幸福的權利。即使你必須表達意見，也不要輕視他的說話和想法。這背後的信念就是每一個人都有其貢獻，因為他們都有不同的人生經驗，以不同的觀點理解事物，亦有其憂慮，並具備其他的技能和洞見。我們應看清對方的真貌，他的憂慮有何價值，他的說話

（即使是口出怒言）有何意義。因此，必須設身處地為對方著想，了解他心底的想法和他嚮往的事物，並從他所熱衷的事物著手，展開進一步的交談。」（#138）

婚姻生活是夫婦二人共同的生活，也不是單一方獨自走成聖的路，更不是雙方各自走成聖的路，好像鐵路的路軌一樣永不交接。如果雙方都是信徒的夫婦，更要在信仰中相遇，讓天主聖神的愛火在彼此心中燃燒。如果彼此步伐不一致，無論是信仰，自我認識，愛的能力上，又沒有深入的交談（因為怕會傷害對方，而避而不談），這樣長時間缺乏深入的溝通，會容易令彼此的婚姻關係像水一般清淡。雖然不致於離婚，但雙方一碰到可能會引起衝突的情境便會慣性地閃避，婚姻生活祇是盡責做好夫妻和父母的角色而已，這或可解釋到退休後的離婚率上升的趨勢。天主更樂意夫妻走近對方，透過深入的溝通交談，走進彼此的心靈深處，與祂相遇，讓祂成為他們婚姻中的「第三者」。

從聖馬丁夫婦看成聖之路

他們是教會內第一對同時被封聖人的夫婦，很多人會聯想起是因小女兒聖女小德蘭的緣故，又或是五個在生女兒全部進了修會，但我想更基本的是他們如何透過樸實的婚姻和家庭生活，以言以行，特別是身教，養育他們的子女（全部共有 9 個，但祇有 5 個女兒活下來）。其實，他們沒有做過驚天動地的大事，祇是默默地養育子女，以致經歷喪失子女的悲痛，經濟緊絀，教養困難，這些和大部份父母有著相同的經驗。成聖之路原來祇要在日常每天的簡單生活中依賴天主及回應祂的召叫。從他們的傳記中可以看出，他們在信仰上特別倚賴天主，也深深種入子女的心靈

上。馬丁夫婦雖然很忙，家裡經濟環境也不是很富裕，但在主日也堅持要守安息日，全家享受大自然及天倫之樂。

另外，和香港大部份雙職父母一樣，聖馬丁夫婦也要一面工作，一面照顧小孩。澤莉說：「我同她們玩，如一個女孩一樣。但我有緊急的刺繡工作要完成，為將枉費的光陰追回，只好工作至深夜一點鐘。」父母給子女最寶貴的禮物是所付出的時間，縱使是一點點的時間。但現在有不少父母，在地鐵上自己低頭只顧看手機，年幼子女在身邊好像沒有人照顧一樣。更甚者是將手機或平板電腦給子女玩，這些「電子奶咀」雖然可使小朋友乖乖地安靜數分鐘，但已埋下將來沉迷電子產品的種子，日後當父母要收回，將會做成莫大的親子衝突。聖德蘭修女說過：「現在的人似乎都非常趕時間，急於爭取更大發展、更多財富，諸如此類，以至小朋友沒有時間給父母、父母沒時間給對方。如此家庭，是世界紛亂之源。」

聖馬丁在給妻子聖澤莉的信中下款說：「你的丈夫，你的真朋友，一生愛你的」。

「夫婦之愛是『最偉大的友誼』，僅次於那使我們與天主結合的愛。夫婦的結合具備了友誼的所有特點，亦即尋求對方的益處、彼此依存、親近、溫柔和平穩，而且像朋友一樣經相處而變得相像。」（#123）夫婦在彼此心靈中存著這最珍貴的友誼，才可共同扶持，走這條「沒有完結」的婚姻成聖路。

夫婦靈修路

「婚姻聖事是為夫婦的成聖和得救而賜給夫婦的，『藉這聖事的標記，他們彼此相屬的關係是一個真實的圖像，呈現基督與

教會的關係。因此，夫婦關係是恆久的標記，時刻提醒教會那發生在十字架上的事；夫婦藉這聖事分享救恩，而且為對方和他們的子女而言，他們是救恩的見證。」」（#72）

所以成聖和得救很有關係，夫婦一步步地在婚姻中與天主相遇，每日在跌碰中透過配偶認識自己多一點，好像汽車輔助鏡一樣，幫助我們看到自己（不願意或不能看見）的盲點。每次有意見不合時，當時肯定是怒火難平，但事後當平心靜氣時，各自可以看看和反省當時自己的心靈究竟發生了甚麼事，為甚麼一件「小事」（通常引起的都是芝麻綠豆的事）會令自己那麼大的反應，和平時的自己很不一樣！內觀過後，和配偶深入交談，最好是雙方事先有默契，對方說話時，自己完全專心聆聽，不要作聲，待對方講完了自己的感受，自己才開始分享，最後一起向主祈禱和謝恩。

「婚姻破裂的原因之一是對婚姻生活期望過高。當發覺現實比想像有更多局限和問題，解決方法不是草率和不負責任地決定分手，而是把婚姻看作成長的過程，夫婦都是天主的工具，協助對方成長。每一個人都可以改變、成長和發揮其潛能。每個婚姻都是一段『救恩史』，總是從軟弱開始，並因著天主的恩賜，以及我們充滿創意和慷慨的回應，而逐漸發展為更堅固和寶貴的現實。相愛的男女最偉大的使命，就是協助對方發揮其男性或女性特質，協助對方成長就是幫助對方塑造其身分。因此，愛是一門藝術。事實上，夫婦在遇上困難時，依然可以再次感到驚歎，以開放的態度重新互相了解，猶如他們初遇的時候。在每一個新階段，夫婦依然彼此『塑造』。愛使人互相尊重，並以藝術家的耐心——傳承自天主的耐心——彼此寬待。」（#221）

我和太太在天主的時間和計劃裡，八年前參加了一個六日五夜的夫婦靈修營。在此之前，我們結婚了二十年也從未一起參加任何夫婦靈修培育活動，祇有彼此各自參加有興趣的信仰培育活動，慢慢地覺得彼此間的距離（包括信仰上）好像越來越遠（雖然心裡也是愛對方及家庭）。這六天的經驗讓我們重新發現那在婚姻歲月中與我們同行的天主及彼此找回對配偶那份初心的愛，我更看到了自己的驕傲和自我中心，造成對太太的傷害，並求寬恕。婚姻需要雙方共同攜手向主邁步向前，縱使在每天的足印上有不少的沙石，這條成聖之路由每天無數的小事情編織而成，交錯著痛苦與希望、仁愛與犧牲。

「家家有本難唸的經，要面對各式各樣的挑戰，但這也是家庭生活苦中帶甜的一部分。應幫助夫婦體會到危機未必會削弱他們的關係，反而會使夫婦結合的美酒提昇、沉澱及醇化。每個危機都讓夫婦『上課』，學習更親密地共享人生，或至少發掘婚姻生活新的意義。夫婦關係不應陷入惡性循環，每況愈下，或只是得過且過，不求改善。反之，當夫婦把婚姻視為責任，必須排除萬難，那麼所有危機都是一個契機，讓夫婦可一起品嚐上等好酒。應協助夫婦面對可能出現的危機，接受挑戰，視之為家庭生活的一部分。」（#232）

「經驗告訴我們，許多婚姻危機透過適當的援助和恩寵修和的力量，都能找到理想的解決方法。懂得寬恕別人和感受被別人寬恕是家庭生活的基本經驗。」（#236）「修和是一門費勁的藝術，需要恩寵的扶助，親友慷慨的合作，有時甚至需要外援和專業輔助。」（#236）「逐漸地，藉著聖神的恩寵，夫婦的聖德在婚姻生活中有所增長；他們也參與了基督的十字架的奧祕，讓十字架把他們的困難和痛苦轉化為愛的奉獻。」（#317）「當夫婦

體會到不能佔有對方，而且對方有個更重要的主人——他唯一的主，這時夫婦之愛便達至最大的自由，獲得健康的自主空間。唯有天主才能擁有伴侶最個人和隱私的祕密，也唯有祂可佔據其生活的中心。與此同時，神修應合乎現實，其原則就是夫婦不要以為對方可完全滿足自己的需要。這需要內在的割捨。夫婦應各自為他們與天主的關係，劃出一個專屬的空間，這不僅有助他們醫治共同生活所帶來的創傷，也使他們在天主的愛內找到生命的意義。我們應每天依靠聖神達到這種內心的自由。」（#320）「夫婦為彼此而言，是天主聖愛的反映；這愛藉著說話、目光、援助、撫摸和擁抱，給對方安慰。」（#321）

「上主臨在於真實具體的家庭，臨在於他們所有的痛苦、掙扎、喜樂和每天的抉擇當中。家庭之愛的神修是由無數真實具體的舉動所構成。各種形式的奉獻和相通使家庭的共融日趨成熟，天主也藉此找到祂的寓居之所。這樣的奉獻「兼備神性和人性的特質」，因為它滿載天主之愛。最終，婚姻的神修是關係的神修，而且充盈著天主之愛。」（#315）「認真活出的家庭共融是日常生活中真正的成聖和靈性成長之道——與天主親密結合的途徑。事實上，家庭生活要求的手足之情和團結共融有助人心更加開放，因而得以與上主更圓滿地相遇。家庭非但不應使人分心，更是登上與天主默契結合頂峰之途」（#316）

最後，教宗這份勸諭給我們夫婦們很多啟發和反省，甚至是「無微不至」的建議，多講「請」「謝謝」和「對不起」，他也勸夫婦們要耐心和仔細閱讀此勸諭。婚姻生活真的是天主召叫，是一條沒有終結的成聖之路，當我們越去愛對方，我們越有能力繼續去愛，因為愛是無限的，愛來自天主。「上主臨在於真實具體的家庭，臨在於他們所有的痛苦、掙扎、喜樂和每天的抉擇當

中。」(#315)「在巨大的人性限度中邁出一小步，較諸表面安逸而終日不求上進的生活，更為悅樂天主。」(#305)

讓我們用教宗方濟各撰寫的聖家禱詞來彼此共勉：

《聖家禱詞》

耶穌、瑪利亞、若瑟，我們在你們身上默觀真愛的光輝；
我們以信賴之心投奔你們。

納匝肋聖家，求使我們的家庭成為共融的場所和祈禱的晚餐廳，

真正的福音學校和小型的家庭教會。

納匝肋聖家，求使家庭永遠不再有暴力、封閉和分裂；

凡受傷和失足的人盡快獲得安慰和痊癒。

納匝肋聖家，求使我們眾人意識到家庭神聖而不可侵犯的特質，

家庭在天主計劃中的美善。

耶穌、瑪利亞、若瑟，
請俯聽、垂允我們的祈禱。

亞孟。