

第十四章

七十個七次

衝突是生命的一部分，有些是國家之間的，有些是群體之間的，有些是個人之間的。無論它潛伏在那裏，都不是美麗的景象。一般而言，它都會留下受害者。有時受害者會死亡，有時他們會受到虐待和壓迫，有時衝突會導致分離和痛苦，憤怒和仇恨。儘管衝突在我們當中並不是無名的惡習，但處理衝突的方法往往是無效的。

方濟人和所有基督徒一樣，都蒙召叫去尋求寬恕之道。這在福音中，是顯而易見的。耶穌清楚知道寬恕的必要性，他意識到人會發生衝突，否則就沒有必要強調寬恕。寬恕，是來自福音的呼喚。

「你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們的；但你們若不寬免別人的，你們的父也必不寬免你們的過犯。」(瑪 6:14-15) 伯多祿問到慷慨地寬恕七次的問題時，耶穌這樣回答說：「我不對你說：直到七次，而是到七十個七次。」(瑪 18:22) 在教導門徒如何祈禱時，耶穌這樣結論說：「寬免我們的罪過，因為我們自己也寬免所有虧負我們的人。」(路 11:4)

伯多祿就被詛咒的無花果樹作出評語時，耶穌強調祈禱必須要有信德後接着說：「當你們立着祈禱時，若你們有甚麼怨人的事，就寬恕罷！好叫你們在天之父，也寬恕你們的過犯。」(谷 11:25-26) 另一次耶穌邀請人用新的方式去看事時，包括了這個聲

明：「所以，你若在祭壇前，要獻你的禮物時，在那裏想起你的弟兄有甚麼怨你的事，就把你的禮物留在那裏，留在祭壇前，先去與你的弟兄和好，然後再來獻你的禮物。」(瑪 5:23-24)福音的話無須多作演繹，寬恕是生活的一部分，為福音人是必要的。

生活景況

下列是一些容易滋生衝突的情況：

一位在康復中的嗜酒徒，留意到堂區的司鐸經常喝啤酒。由於害怕可能會發生的事情，他遂播散司鐸喝醉酒的故事：「我看到他喝醉了，手裏還拿着啤酒。」於是，這個謠言被流傳開來。它是可信的，因為消息來自一個過來人。雖然不是真的，但人們仍然相信。司鐸和這名男子，該如何解決由此產生的衝突和情緒呢？

丈夫經常在公司工作到很晚，他的妻子因此非常沮喪。她很難相信他有那麼多工作要做，懷疑他在胡混。結果導致爭吵，然而丈夫堅決否認指控。過了一段時間，他想到既然自己無論如何都會被指責，倒不如來個弄假成真。夫妻之間的這種矛盾，該如何解決？

從外表看，這對夫妻似乎是完美的配偶。但事實

上，他們之間幾乎沒有任何交流。他們無法互相分享自我，因而彼此疏遠。有時，他們嘗試利用性交作為拉近關係的手段，但起不了作用。他們之間的憤怒和怨恨不斷加深，把情緒發洩在孩子身上，孩子無辜地承受父母的憤怒。這樣的衝突，該如何解決？

一名在俗方濟人已有半年多沒有出席聚會，參議會未進行任何對話的情況下，就發出一封信，通知他如果繼續缺席，可能會被開除。這位在俗方濟人面對這樣的威脅大感憤怒，向參議會發出一封憤怒的信，退會的可能性已經出現。參議會接到信件，怒不可遏。這位在俗方濟人帶着對這種在俗方濟會生活方式的苦澀感受，退出了會團。怎樣解決這樣的衝突？

修道團體內的一場爭吵，引起一場不祥的沉默。每個人都小心翼翼，希望事件能夠平息。兩位不和的修女互相迴避，卻利用各種卑鄙的手段來貶低對方。表面上好像沒有甚麼，骨子裏卻藏有控制和報復手段。團體表現得若無其事，散心時間成了令人恐怕爭吵再度爆發的時機。沒有人知道問題在那裏，但每個人都在受苦。這種衝突如何解決？

在管教孩子方面，母親和父親有不同的看法。一方過於寬容，讓孩子隨意做他們想做的事情。另一方太嚴格，要求孩子遵守規矩，如果不遵守就會懲罰。這個問題，導致夫妻之間爭吵不休。在這種情況下，該怎麼辦？

這個孩子在早年，受到性、情緒及身體的虐待侵犯，都是孩子信任的人幹的好事。孩子感到內疚和羞恥，覺得自己很骯髒。孩子後來才慢慢明白，發生在自己身上的可怕事情。他有一種憤怒和痛苦的感覺，再難相信任何成年人。仇恨的情緒在他內日益增長，苦澀始終伴隨他左右，侵犯者毀了他的一生。這些內心的傷痛，該如何治癒？

一個家庭努力地互相關愛，所有成員都以自己為家庭的一分子而感到自豪。他們在社區十分活躍，參與許多委員會以幫助他人。他們的信仰和行為，具有一種正直感。在毫無徵兆下，其中一個孩子因車禍而突然喪生。家人都驚呆了。為甚麼天主要這樣對他們？為甚麼會發生這種事？他們究竟做錯了甚麼？他們對天主的憤怒，醞釀成苦澀和退縮。人要怎樣才能原諒天主？

這名女子一向都自視為「受害者」類型。任何事情出錯時，她就認為是自己的錯。她對個人的價值感很低，常常貶低自己，認為自己一無是處。她當然也會犯錯，但無論誰是罪魁禍首，她都自動承擔責任。她憎恨自己，希望自己是另一個人。她夢想遷往他方，但即使她搬離了，同樣的模式也會再次出現。自我憎恨和憂鬱，常伴她的左右。她要怎麼才能學會原諒自己？

堂區信徒對新任的司鐸有分歧的評價。有些人欣賞他新穎的觀點，這些觀點讓他們用新的眼光，去審視自己的信仰及實踐。有些人則認為司鐸正在引導他們，走上一條否定傳統信仰的道路。有時，對於司鐸的爭論，會就甚麼是允許的和甚麼是不允許的，演變成口頭爭吵。信友間互相指責，有人指責對方信仰薄弱，容易被任何新奇的想法所欺騙；有人指責對方過於落後時代，看不到行列要朝甚麼方向走。堂區已四分五裂，人不再互相交談，且拒絕尋找任何中間立場。寬恕如何可以進入這個信仰團體？

為基督徒的生活來說，寬恕極為重要。在俗方濟人看到自己處在充滿衝突的地方，需要學會寬恕，否則會永遠忍受痛苦、仇恨、憤怒和責備。這些因素，並不能打開與耶穌親密關係的大門。如果不解決這些問題，我們將永遠無法享受天主賜給我們的自由。

值得考慮的想法

我們面臨的寬恕問題，不僅是針對某一個特定的傷害，而準備作出一次性的寬恕。身為在俗方濟人，要培養一種心智和心靈的態度，具有常備的寬恕。我們不僅相信人類是天主的子女，也根據這種信念行動。出於這個原因，即使是敵人也會是考慮的因素。我們知道人會失敗，意識到衝突不僅是可能的，而且是很可能發生的。承認自己的人性，可以讓我們擴大

忍耐力。我們知道有時自己就是問題的所在，需要努力改變自身令別人煩惱的事。

我們鼓勵一種具有生命意識的成長，從而改變我們對衝突的反應，使之賦予生命。我們可能會感到傷害或痛苦或憤怒或憎恨，但應減弱對這些感覺的容忍度。我們要更有效地處理它們，繼續生活下去，而不是火上加油。

在俗方濟人亦無法擺脫衝突，但我們的生活方式要求我們不斷改變對衝突和傷害的反應。如果站在對方的立場，可以讓我們對衝突有不同的看法。它可以激發解決問題的渴望，不僅是為自己，也是為別人。基督在被釘十字架之日所說的話，會一直縈繞在我們的心頭：「父啊！寬恕他們罷！因為他們不知道他們做的是甚麼。」（路 23:34）

試探索一下，我們生命的各個角落。對傷害自己的人，我們多麼容易變得冷漠。對挑戰自己的人，我們多麼容易與他們疏離。對帶給自己痛苦的人，我們多麼容易提出譴責。對傷害自己所親愛者的人，我們多麼願意反擊。對揭露自己缺點的人，我們多麼容易作出防衛。轉變的過程，需要我們既放棄又接受。我們放棄那些損害生命的事物，接收那些有益於生命的事物；放棄那些帶來黑暗的事物，擁抱那些為生活帶來新光的事物。

在俗方濟人不祇要寬恕他人，更要成為寬恕的人，這是我們身分的一部分。「在這世界上，任何一位犯了罪的兄弟，不論犯罪多重，如果他尋求你的憐憫，在他注視過你的眼睛以後，總不可讓他得不到你的憐憫就離去。如果他沒有尋求憐憫，你就要問他是否願意得到憐憫。如果他以後在你眼前犯罪千次，你要愛他超過愛我，好能引領他歸向主；你並且要常常憐憫此類不幸者。」（《致某會長書》9-11）

寬恕過程的要素

1. 為獲得你所需要的幫助祈禱，以便能夠寬恕，並要保持一種擺脫不寬恕的渴望。
2. 承認需要寬恕，接受自己在衝突中所呈現的真相。準備好開始一個過程，放下憤怒所帶來的力量，以便接受真相，擺脫逃避和否認。
3. 承認你心中的痛苦、憤怒或憎恨，如果有這類的情緒，就不能否認它們的存在。重點在於你希望保留它們，還是要擺脫它們。個人的誠實能夠使我們認識到，心懷憤怒、痛苦或憎恨並不能增進我們的和平。我們要做一個務實的方濟人，自己處理這些問題。
4. 我們不僅關心自己的和平，也關心敵人的和平。

天主要我們寬恕，這是基督徒所應做的。就去實行罷。

5. 自我反省幫助我們意識到，自己在衝突中扮演有甚麼角色。我們找出是甚麼導致我們自身的問題，然後努力去改變善。
6. 我們祈禱並請求天主幫助，讓自己能克服憤怒並開始和好的進程。有時我們能夠做的，祇是自言自語說：「我寬恕某某人」。我們可能不確定我們是否真有此意，但必須要開始，否則仍然會深陷不寬恕的沼澤。
7. 和好不是單獨一個人所能做到的，我們可以從內心原諒，但和好需要對方持有同樣的願望。儘管如此，我們仍然懷有嚮往，尋求為和好做準備的方法。同時，我們繼續讓自己擺脫不寬恕帶來的負擔。

你們當愛你們的仇人，當為迫害你們的人祈禱，好使你們成為你們在天之父的子女，因為他使太陽上升，光照惡人，也光照善人；降雨給義人，也給不義的人。你們若祇愛那愛你們的人，你們還有甚麼賞報呢？稅吏不是也這樣作嗎？……所以你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣。(瑪 5:44-46,48)

不寬恕是聖德整全成長的障礙，它違背了天主希望我們整全的願望。內心深處的不寬恕，不會讓我們在生命中向聖神的功能開放。除非是小事，握手言和通常並不能解決問題。如果我們否認有甚麼不妥當，動亂就會變成潛伏性；如果我們缺乏寬恕的渴望，心中就會充滿挫折而不是療癒。

寬恕的另一個層面，是我們接受天主、別人甚至自己的寬恕。美國著名精神科醫生卡爾梅寧格（**Karl Menninger**）說，在精神病院裏，97% 的病人認為天主不會寬恕他們。並不是每個有這樣想法的人，都被關進精神病院。在天主的愛面前，我們的罪過顯得微不足道。認為自己所犯的罪，比天主所能原諒的還要多，是一種虛假的驕傲。如果你有這樣的垃圾想法，就該把它丟棄。

有時候，我們需要別人的幫助才能獲得寬恕。童謠這樣唱：「國王所有的馬和所有的人，都無法把矮胖子（**Humpty Dumpty**）拼回原形。」要知道，你可以把事情重新整理好，別讓自己變成一個矮胖子。你是天主所愛的，天主想要從你的生命中移除不被寬恕的重擔。天主有寬恕的德能，他樂意寬恕，你還在等甚麼？

寬恕並不表示我同意與我發生衝突的人的觀點，我所做的是要消除雙方關係中的傷害。衝突的因素可能仍然存在，但有了寬恕，就可以自由地處理這

些問題，而不必承受苦澀、憤怒和仇恨的負擔和痛苦。如果我們逃避採取行動去寬恕或接受寬恕，未解決的衝突就會蔓延，變得比生命更嚴重。

我們或許會想像自己被不寬恕纏住，但耶穌要我們解開纏繞，他有辦法實現這一點。他使那在犯姦淫時被抓到的婦女脫離罪惡，使伯多祿不再衝動地相信自己不會辜負耶穌，使我們不再覺得必須贏得每場戰鬥和衝突，他提供了寬恕和自由的方法。

傷害會發生

以下的故事，講述一個來自貧窮修女團體的一位修女。她前往探望重病的母親，結果母親去世了。長上答應前來支持這位悲痛的修女，並親自和幾位修女駕車，展開一段漫長的旅程。但是那輛破舊汽車在途中壞了，那位悲痛的修女徒勞地等待其他修女的來臨。修女們因為太窮困，決定不告訴她汽車壞了的消息，原意是不想增加她的負擔。這令到喪母的修女非常傷心，誤解是傷害的根源。

有時候，我們在尋求寬恕的途徑時，會再度遭受打擊。如果錯是在你，可能需要容許對方向你發洩。堅持這個進程，不要讓別人的反應，成為你寬恕的障礙。愛的力量比恨的力量更強大，要堅持下去。

有些人以受傷為藉口，因別人的背叛帶來太大的痛苦，決定不允許任何親密關係進入自己的生命，再也不容許自己接近別人。這樣的決定毫無生命力，我們需要有足夠的明智，再次使自己變得脆弱。

當自己愚蠢的決定帶來傷害和痛苦時，不要責怪天主。不要期望他會按照你的需要重新安排一切，讓一切都變得美好。要面對自己並做出必要的改變，責怪他人並不能緩解內心的痛苦。

寬恕的益處

- * 寬恕使我們擺脫不寬恕的負擔和痛苦，帶來一種平安的感覺。
- * 寬恕帶來一種平安的精神。
- * 寬恕可以緩解我們內在的緊張，讓我們的身體減低痛苦和憤怒的壓力，有機會變得更健康。
- * 寬恕幫助我們將能量轉化為正面的用途，憤怒和不寬恕則會耗費大量的能量。
- * 寬恕幫助我們擺脫內心的混亂，可以自由地變得積極和有創造力。

* 寬恕使人更自由地成為締造和平者。

* 寬恕帶給我們新的觀點去看待生活和他人。

願我們的主耶穌基督的天主和父，仁慈的父和施與各種安慰的天主受讚揚，是他在我們的各種磨難中，常安慰我們，為使我們能以自己由天主所親受的安慰，去安慰那些在各種困難中的人。(格後 1:3-4)

在俗方濟會會規

第 7 條

他們因「補贖兄弟姊妹」的召叫而團結一致。他們受到福音動態德能的推動，透過徹底的內心改變，即福音所謂的皈依，使自己的見解與生活表現與基督同化。由於人性的脆弱，這皈依必須每天進行。

在這條更新的道路上，和好聖事是天父憐憫的特恩標誌和恩寵的源頭。

注釋

方濟人在追隨福音的過程中，必須避免任何精英主義的精神。我們並不比其他人更好，也沒有一些內幕的秘密知識讓我們比別人更優秀。我們的個人態度，要像那位稅吏的祈禱：「天主，可憐我這個罪人罷！」（路 18:13）我們承認自己多麼需要耶穌。我們絕非精英群組，深明自己皈依的需要。

這一章有關寬恕的討論，讓我們深刻地體認到自身對和好與悔改的需要。如果我們想要有一個徹底內

在皈依的持續經驗，就需要面對自己是罪人的現實。**會規**呼籲我們，思想和行為要符合基督的思想和行為。我們審視自己的生活時，會意識到自己尚未圓滿地擁有這種充滿基督精神的認同。

如果不寬恕可能發生，那麼對福音的忠信也同樣可能發生。如果我們能夠因流言撕裂別人，也能認識到改變這種行為的必要性。如果我們可以為了利益而欺騙和不誠實，或扭曲事實來掩蓋我們的失敗，亦可以學習符合耶穌福音的方法。不需要是一位天才，就能發現自己需要皈依。

當我們接受和好聖事時，是以需要悔改的罪人身分而來；在我們領畢聖事時，知道自己是需要悔改的罪人。特別的是，我們也認識到主令人難以置信的慈愛寬恕。我們慶祝的是耶穌寬恕方式的奇妙，聖事所慶祝的，不是我們的罪過而是主的愛。這樣的經驗，促使我們更深切地悔改及每日的皈依。即使我們處於最糟糕的境地，當耶穌接受我們時，也會是我們生命進一步皈依的催化劑。

如果我們獲得寬恕，亦被召叫去施予寬恕。不義僕人的比喻，揭示了天主對一個獲寬恕卻拒絕寬恕同伴的僕人的回應(瑪 18:23-35)。福音是直言不諱的，如果我們拒絕原諒，我們就要面對很大的麻煩：「如果你們不各自從心裏寬恕自己的弟兄，我的天父也要這樣對待你們。」(瑪 18:35)。

和好聖事是個人的聖事，也是團體的。當個人承認自己的罪並努力每天悔改時，團體亦會受益。受到冒犯的人會獲得道歉，拒絕人的態度轉變為接受人的態度。那些傷害和撕裂名譽的話，現在找到了用愛來肯定和應對的方法。這可能是私人事件，但這次與耶穌的相遇，是整個團體的投入。任何的個人改變，都會影響團體。

在路 22:31 及接下來的經文中，我們讀到了伯多祿否認主的故事，和耶穌對伯多祿的失敗所說的話。令我印象深刻的是，在伯多祿背叛之前，耶穌已看穿他的弱點。伯多祿說自己永遠都不會否認主，耶穌就告訴他，在雞叫之前他將三次否認認識耶穌。

但在這一切發生之前，耶穌所說的話提醒我，當耶穌看到我們的失敗時在他心中的想法。他為我們祈禱，邀請我們在康復後去堅強他人：「西滿，西滿，看，撒殢求得了許可，要篩你們像篩麥子一樣。但是我已為你祈求了，為叫你的信德不至喪失，待你回頭以後，要堅固你的兄弟。」（路 22:31-32）。這些話給了我何等的希望：耶穌為我們祈禱，理解我們，寬恕我們。他邀請我們去堅強我們的兄弟姊妹，這件聖事經常帶有團體的色彩。

當我們知道到人性的共同弱點時，就較不會去評判他人。當我們避免精英主義時，就會意識到我們與

所有人之間的共同人性聯繫。當我們從心裏認識福音時，就會找到愛別人的方法。當我們發現在愛方面的缺失時，就會學到更好地表達自己的愛。當我們需要寬恕並得到寬恕時，就會懂得寬恕他人。

和好聖事，處於我們人性的核心。在失敗、捶胸和呼喊「天主，可憐我這個罪人罷」(路 18:13)的過程中，我們聽到耶穌向我們訴說他愛我們的聲音。和好聖事確實「是天父憐憫的特恩標誌和恩寵的源頭」(在俗會會規第 7 條)。

方濟人焦點

聖方濟愛貧窮夫人，他對天主信賴的意識是眾所周知的。他發現自己和那些沒有權力，生活在社會邊緣的人在一起，很是自在。他和平凡人在一起感覺很舒服，因他們的伴同而獲得很多能量。沒有物質的負擔，讓他們更欣然地回應天主的愛。

但方濟也清楚表明，他不會忽視或批評富人和那些過着奢華生活方式的人。剛好相反，他警告兄弟們，不要評斷或批評富人和那些受財富所累的人。號召他們忠於履行管家的職責，是天主的工作。兄弟們對待這些人，應該把他們視為兄弟姊妹。福音不容忍逆向的精英主義，將窮人變成聖人，將富人變成罪人。

依據方濟的思維，每個人都是罪人，都需要救贖。每個人都需要以福音為優先，避免讓過度的財富束縛自己的心。方濟的追隨者被召叫，透過純樸地接納每一個人，來吸引他們信仰耶穌。方濟人應該多行善事，及盈溢傳播好消息的方法。

方濟訓勉兄弟們說：「你們既然宣講和平，你們的內心更必須有和平。任何人都不可被你們激怒，或因你們而跌倒。反之，人應因你們的溫良，被你們引導至和平及善意，仁慈及和睦。我們的蒙召，是治癒創傷者，團結失散者，將迷途者領回家。我們看到許

多好像是魔鬼兒子的人，將會成為基督的門徒。」(《三友》58)

在俗方濟人，是心靈向所有人開放的人。從紙上談兵，這聽起來非常好；在實際上，卻不是這麼簡單。我們意識到有些人是多麼令人討厭，有些人從來不參與並幫助做這項事工，有些人喜歡接受但從不付出，有些人的想法和意見與我們截然不同。當我們聽政客的言論，會發現他們的話難以置信。當我們憤怒地拒絕對某些階層人士提供協助時，就會顯露出我們的種族主義或性別歧視的態度。

方濟呼籲我們應對富人的心態，要延伸到我們生活中所碰到的每個人。我們不會和每一個人都親近，這從人性的角度是不可能的，甚至是不健康的。但我們是蒙召去盡力愛我們的近人，方濟人的生活呼召我們讓這樣的愛得以實現。

我們所生活的世界，似乎有很多人一心想摧毀它，以宗教為藉口殺害他人。我們的這個世界，關心自我和成功多於正義和仁愛，競爭比合作與協作更有價值。我們務求用對身體的尊重，來取代對身體的放縱。我們期望一個視人人能享用食物比人人擁有炸彈更重要的世界，一個視犧牲比囤積更普及的世界。

簡而言之，在俗方濟人有機會為我們的世界及其人民，提供賦予生命的替代方案。雖然我們更傾向於

幫助貧窮和無助的人，但沒有任何人會在我們的愛心範圍之外。現在正是讓你的光芒照耀的時候。

問 題

1. 有甚麼衝突影響你的生活？你如何處理？
2. 選擇本章中的一個或多個衝突場景，並給出解決方案。
3. 請描述方濟人為了處理衝突和傷害而形成的思想和內心態度。
4. 方濟對寬恕有甚麼看法？請加以描述。
5. 和好聖事有甚麼價值？
6. 寬恕會帶來甚麼重要的後果？對你來說那一些是最重要的？

聖經閱讀與反思

- * 請閱讀路 7:29-35。
- * 這事件與你的生活有何關聯？我們能夠讓所有人都滿意嗎？在處理這種情況時，這篇經文有甚麼啟發？

本章結束