

外在和內在靈性的自由

2022年9月11日

阮美賢

過去幾年，香港社會經歷了重大變化，不但政治制度改變了，執法和判刑標準也變得陌生，加上社會控制加強了，令香港人不斷在適應新生活。不少香港人感覺到，在新環境之下失去了不少自由，特別是公民自由和政治參與權利，亦是所謂的外在自由，這些自由與民生不無關係。有些人覺得無所適從而無奈地離開家鄉，但亦有人選擇留下來。

筆者參加了一個由勞委會和其他基督徒團體舉辦的七一祈禱會，為香港社會祈禱。當日夏志誠輔理主教分享信息時，指出了基督徒所追求的自由不應止於世上的政治、言論或行動自由，而更應該是靈性的自由。公民自由固然重要，但當世上種種自由都被侵蝕時，靈性的自由反而更凸顯出，更容易被體會。夏主教強調，我們要追隨天父，紮根及聽從祂，這樣就能享有自由，不被世間種種事物所捆綁。這信息實在值得深思。的確，在艱難時刻，加強和鞏固內在的靈性自由異常重要。這樣，即使外在的自由少了，我們也不會因憂慮、恐懼而失去方寸、影響作出正確倫理判斷的能力。然則，如何認識和加強這種內在的靈性自由？

早前，教宗方濟各在公開講話時，亦曾探討基督徒自由的內涵。他認為基督徒的自由是天主給予我們的禮物，是基於耶穌的真理，即耶穌在十字架上的犧牲揭示了天主愛的深度，這種自由是通往幸福的道路。基督的愛使我們自由，又使我們擺脫了自我的奴役。因此，自由是從天主的愛中誕生，並在愛德中成長。

要加強這種內在的靈性自由，我們既要靈性上的操練，亦要倫理方面的操練，兩者是一體兩面。默觀和祈禱可以幫助我們加強與上主的關係並克服恐懼。借用梅頓的觀點，盧雲曾說，我們蒙召成為默觀者，看到上主的臨在。我們被召喚去睜大眼睛觀察，保持清醒、警覺、專注力。一方面，我們需要有與上主靜處的時間，來清理我們的思緒，並看清楚外面的世界。另一方面，我們在俗世生活中默觀，以信仰的眼光觀察世情，以慈悲心和同理心了解和對待人。

成為默觀者意味著揭開那阻止我們在世界中看到上主和認識自己的眼罩，而阻礙我們看見的正是我們的幻象——導致冷漠、暴力、壓迫、仇恨和貪婪的幻象。當我們與上主的關係愈來愈密切，愛的行動便會悠然而生，這亦是一種願意悔改和感恩的回應，是源於我們對上主臨在這個世界上的認識後的自由選擇。它

將使我們與人類日益團結，主動關心人和受造界的需要，這是所有和解的基礎。

以愛為導向的靈性自由涉及我們日常的具體生活。經歷過疫情及社會動蕩和轉變，我們更加發覺到需要彼此扶助和關懷。內在靈性自由使我們更加希望在愛德中回應天主的愛，從不同層面關心社會上的貧窮弱小者，包括勞工階層。正如夏主教在祈禱會中提醒大家，即使外在自由減少了，我們仍然要「選擇靈性、選擇良知、選擇上主」，這樣，才可以活出人性的美善，關懷身邊的人。在炎炎夏日之下，我們不妨多關心辛勞工作的工友，多了解他們在工作上是否得到適當的保障、工作上的尊嚴是否得到肯定，我們以至教會團體又可以為他們再多做些甚麼？

香港天主教勞工事務委員會 供稿