

主題六：「患在有身」（普及班 G01 組學習的成果）

編輯：G01 組長 Dominic Chow（2025 年 4 月 3 日）

—— 學員們與組長互動的分享 ——

《了解神聖》網上課程第二部分的第一課：「患在有身（理論）」

組長：各位同學，我重溫了夏神父有關「了解神聖」第二部分課程的第一課：「患在有身」（理論）的講學。

大家都應該記得上個學年的課程內容是比較廣博，艱深難明，包括：天文學、科學、哲學等等的寶貴資料，讓我們大開眼界。不過，聽過夏神父今個學年第一課之後，其內容好實際，且貼身，是有關我們的身體。

由於我們的身體是有形可見的肉體，因此在生活上就有衣、食、住、行的各種需要。因為人有各種肉身的需要，所以亦帶來不少煩惱、擔憂。《患在有身》正是要探討如此貼身的問題。

為我們基督徒而言，身體固然是生活在俗世（凡俗）中，不過，天主創造人卻賦予人一個神聖的身體。聖教宗若望保祿二世的《身體神學》就給我們詳細講解身體與神聖的關係。

我期待看到大家對今課「患在有身」（理論）篇的見解及分享。

Canny 組員：以下是我看了身體神學 3（做男做女篇）Christopher West 視頻的分享：

視頻指出「身體揭露了奧秘，身體使無形的變為可見」，透過基督的「道成肉身」使無形的變為可見。身體教導我們為什麼上主是新郎？為什麼教會是新娘？奧秘就是新郎給出種子，送禮物給新娘，也是新娘敞開接受禮物，孕育那禮物並生出來，「愛就在於此：不是我們愛了天主，而是祂愛了我們，且打發自己的兒子，為我們做贖罪祭。」（若望一書 4:10）這正是為什麼這意象不得任意定義，我們不能將它顛倒過來，不能說上主是新娘，我們是新郎，那會改變一切。上主永遠是新郎，因為是祂發動贈予的，祂永遠是愛和禮物的給予者，我們是新娘，因為我們所有人，無論男女，我們必須首先敞開接受上主的愛，只有這樣，我們才能孕育愛並生出愛。當我們說新郎和新娘時，是想表明造物主和受造物之間的區別，並不是說男人是神聖的而女人不是，男人和女人同樣是受造物，這就是為什麼在這個比喻中我們同樣是新娘，我們全部都被呼召敞開接受上主的禮物。耶穌亦常與天父交往，在天父前領受愛，天父將愛給基督。基督將愛無條件地交付給我們，我們必須先像新娘一樣接受那份愛，然後我們才可以與他人分享那份愛。我們無法把我們沒有的東西給出去，這是「我們是新娘」的原因。耶穌賜給我們的新命令就是：「你們該彼此相愛，如同我愛你們一樣。」（若望福音 15:12）

聖經常以「婚姻」、「夫妻」關係來比喻神人關係，(創世記 2:18-25)記載了上主設立了人類的第一段「婚姻」，祂創造了一男一女並將兩人親密地聯結在一起，目的是使人理解祂與人的關係就如同夫妻關係一樣。

耶穌基督捨己且深情地選擇教會成為他的新娘，「你們作丈夫的，應該愛妻子，如同基督愛了教會，並為她捨棄了自己。」(厄弗所書 5:25)，故不論是男性或女性都應被上主深深吸引著，與基督的關係都應像夫妻關係那般親密。基督最在意的就是信徒與祂的婚約，我們身為信徒的是祂的心上人，是祂由始至終的心意，時刻思念和愛慕的，祂等待我們預備好自己，好能成為祂榮耀的新娘，永遠與祂在一起、永不分離。我們應時常懷著無比期待的心情，等待那一天到來，即基督第二次降臨的時候。那時我們將與我們的新郎基督聯結在一起。在此之前，我們仍然忠信於祂，並且與祂救贖的所有人一同說："主耶穌，你來罷！"(默示錄 22:20)。

但願我們能一起向此標竿直跑吧！

組長： Canny，感謝妳同大家分享《身體神學》之「做男做女」篇，妳的分享十分好！

論天主做人(做男做女)，創世紀這樣說：「天主於是照自己的肖像造了人，就是照天主的肖像造了人：造了一男一女。」(創 1:27) 天主祝福他們說：「你們要生育繁殖，充滿大地，治理大地，……！」(創 1:28a)

天主所造的男人和女人都是尊貴且聖潔的，因為人是由天主按照自己的肖像而造成的。且看，上主訓示梅瑟說：「你告訴以色列子民全會眾說：你們應該是聖的，因為我，上主，你們的天主是聖的。」(肋 19:2) 而且，「因為天主是愛。」(若一 4:8b) 所以人(男人和女人)與生俱來就有「愛」的特質。這份「愛」是神聖的，並能夠延續天主創造人的計劃。因為天主祝福了人，所以人要生育繁殖去繼續天主的創造。

夫婦結合具有天主賦予人延續祂造人計劃的使命。「為此人應離開自己的父母，依附自己的妻子，二人成為一體。」(創 2:24) 而且，夫婦的性愛關係是神聖的，因為「當時，男女二人都赤身露體，並不害羞。」(創 2:25)

不過，由於原祖父母妄用本身的自由，選擇自己離棄天主，就因此而失落一切聖德、恩寵與福樂。「患在有身」也就由此而起。原本男女赤身露體，並不害羞，也不會令人產生邪念。可惜，失去聖德和恩寵的人，在罪惡氛圍下，就會做出敗德的事情。

組長： 各位同學，「患在有身」這個課題好有意思，它讓我對人的身體有更深層的體會。

老子說：「吾所以有大患者，為吾有身，及吾無身，吾有何患？」（道德經第十三章）我還記得，在學習「了解神聖」網上課程第一部分有關「神聖的空間」的時候，夏神父已經同我們講解過老子這番言論。

這個「有身」的「身」字，可以至少有兩個解法。「有身」即是有個身體、軀體。由於身體需要空間去維持這個生命，因此「我」所有的問題，就是出於因為「我」有這個空間。另外一個解釋，說：「有身」個「身」就是有「自我」。「我」就是因為「有我」；如果「無我」的話，那就世界大同了。因為有自私的出現、有自己顧自己的想法，所以就產生那麼多困難。若然，「我」什麼都無，又無「軀體」、又無「自我」的話，那麼，「我」就什麼問題都無了。

老子所言，乃基於人的「身體」及人的「自我」生來就要面對好多問題。我們從創世紀得知，人有那麼多問題，原因是原祖父母背離了天主，而淪落到如此下場。天主譴責了蛇（魔鬼），「後對女人說：『我要增加你懷孕的苦楚，在痛苦中生子；你要依戀你的丈夫，也要受他的管轄。』後對亞當說：『因為你聽了你妻子的話，吃了我禁止你吃的果子，為了你的緣故，地成了可咒罵的；你一生日日勞苦才能得到吃食。』」（創3:16-17）

孟子對此有積極性的建議，他視那些「患在有身」的問題是「磨練」，對人有益。他認為：身體上受磨練，心靈上受磨練，均能夠堅定人的意志，能夠使人從逆境中改正，能夠在困境中激發作為。故此，逆境有利於人生長。

「故天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，行拂亂其所為，所以動心忍性，曾益其所不能。人恒過，然後能改；困於心，衡於慮，而後作；征於色，發於聲，而後喻。入則無法家拂士，出則無敵國外患者，國恒亡。然後知生於憂患而死於安樂也。」（節錄《孟子：告子下》）

聖伯多祿和聖雅各伯兩位宗徒更鼓勵我們，要以喜樂的心去面對逆境的試煉。

「親愛的，你們不要因為在你們中，有試探你們的烈火而驚異，好像遭遇了一件新奇的事；反而要喜歡，因為分受了基督的苦難，這樣好使你們在他光榮顯現的時候，也能歡喜踴躍。」（伯前4:12-13）「我的弟兄們，幾時你們落在各種試探裏，要認為是大喜樂，因為你們應知道：你們的信德受過考驗，纔能生出堅忍。」（雅1:2-3）

的確，「患在有身」是個事實。不過，耶穌卻告訴我們另一個事實，就是「福在有身」。

「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。哀慟的人是有福的，因為他們要受安慰。溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。饑渴慕義的人是有福的，因為他們要得飽飫。憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。心裏潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主。締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女。為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。」（瑪5:3-10）

「患在有身」的問題，就是「放不下」：有、無、生、死、捨、別、離。因此，解決「身體」的問題就是要「放下」，放下對物慾的追求，及放下自我的私心。若果我們誠心去實踐耶穌有關真福八端的教導，我們就能夠改變「患在有身」的厄運，而獲得真正的福樂。

以上是我對「患在有身」（理論）的個人看法，也請大家分享你們的寶貴意見。

John 組員：當我看到患在有身這個課程主題時，除了聯想到衣食住行之外，我還聯想到人類命運的生老病死，和與生俱來的心理反應的七情六慾。作為人類，我們除了在衣食住行上、在七情六慾上猶有些許的影響力外，我們幾乎沒有生老病死的掌控權。顯然很多時候我們的身體不能夠隨心所欲，可以自主，而是受到許多外在因素影響與外部條件限制而作出被動反應的身體。

王志楣在她的文章《從有身到無身》說：人往往被是非善惡、生死成敗所迷惑障蔽。這是因為我們過分地將自我放在成敗得失的方程式中。若要達成從有身到無身的超越，我們就需要發展觀無的思維認識和虛靜的修養工夫。以佛學觀點來討論患在有身這個話題，佛教認為人身是沒有常恆自在的主體。亦即是說我們的個人感知和意識都是主觀的。這主要是因為人身不外乎是形質、感覺、觀念、行為、意識所結合而成，色、受、想、行、識合稱為五蘊，佛教強調五蘊皆空，要心無掛礙，亦因為無掛礙，就可以無有恐怖。

以老莊學說來討論患在有身這個話題，老子認為形軀的本性是向外的、不知止的，宜在官能上做到知足知止：知足不辱，知止不殆，可以長久。亦即自然合宜、適可而止，倘若過分過量則會影響行為品德。人類是群居的，為了人與人之間能順利合作、個人與社區能和諧共處，一切的個人主觀、自由、行為在一定程度上均被社會群體約束。所以我絕對認同二十世紀德國哲學家伽達默爾(Hans-Georg Gadamer)的論點：人不是主體，人是一個物我沒有區分的統一現象。人只有讓出自我意識的主宰性，才能避免與別物對立，回到與萬物合一或與存有同遊的原始統一之中。

從哲學角度轉到基督宗教信仰角度來說，當耶穌召喚宗徒時，他們的回應在福音書中被描述為捨棄一切，這表現出與世俗物質財富完全分離，是一種毫不關心的超然。宗徒的捨棄一切包括放下自我，轉向天主，是內心的轉化。此外我認為無論是瑪竇福音第五章的山中寶訓、真福八端，或者是路加福音第六章的平地聖訓，兩者都是耶穌基督敦促我們去發展心靈空間的真理，同時也是我們素情自處應有的生活態度。在生命旅程上能做到不以物喜，不以己悲，就可以對生命中一切的起落成敗坦然自若。不為外物或內心羈絆，能夠對得失不在乎，也就能寵辱不驚，這固然是一種灑脫，亦是信仰上的一種修為。

組長：John，感謝你從佛學觀點、老莊思想、西方哲學，以及基督宗教信仰的不同角度去看「患在有身」這課題。你的分享十分好！

的確，人對於生活所需的「衣、食、住、行」尚可以處理，不過，面對生、老、病、死的情況就不能掌控，而感到無奈。你因此而想到：佛教強調五蘊皆空；老子認為形軀的本性是向外的、不知止的，宜在官能上做到知足知止：知足不辱，知止不殆，可以長久。

佛教強調五蘊皆空。佛教所指的「空」，並非是「空無」、「虛無」或「沒有」。其實，「空」代表恆定，代表不變。五蘊皆空，即是色蘊、受蘊、想蘊、行蘊、識蘊都達到恆定不變。「空」是透過「無我」的觀念而被了解。

天主教有一位靈修大師聖十字若望。「空無的理論」是他的靈修與神秘思想之核心。「空無」是聖十字若望靈修的基本特徵；就是空無到一切只為耶穌基督。從基督信仰的立場，「空無」是一種靈修方法，從天主而來的能力，而並非只是修煉而來的工夫。

Ada 組員：我的分享：患在有身

生命是一個過程，由「生存」直至「死亡」，每個人都會死去，但死不足懼，因為我們將生命歷程分為七十，八十，甚至一百年，如果我將這個生命歷程縮短在一天之間，一天就是生死的轉變，在這轉變之中，我們要保持內心的平穩，注視永恆不撓的生命方向，所以，一天的生死，也是一天的修煉。

我們必須增強自己的信心，信賴生命的主宰，在人生路上，不論困難還是容易，好還是壞，順還是逆，苦還是樂，我們知道在冥冥之中，天主就在你心裡，賜下恩寵，扶持你，這就是我們的良心。良心幫助我們了解到生命的生機，在生機之中，我們能夠了解這個時代，是沒有道德的時代，還是有道德的時代，是沒有愛的時代，還是有愛的時代。在這個無道德的時代，我願意注入新生的救恩。這是天主所賜的。在這個無愛的世代之中，我願意注入愛情的服務，讓所有人都感受到你存在的美好。因為你的存在，會帶給人祝福，而非詛咒。亦為這個時代，揭示道德的真、善、美，這就是我們對生命的認同，讓自己能無悔一生。

在信仰上，我們會說是天主的愛，幫助我們找到生命依歸的歷程，發自心中的信仰和信賴，為我們揭示生命中的盼望。人永遠都要有盼望，如果沒有盼望的話，也只會放縱自己，甚至將自己放在失望之中，盼望將我們放在希望之中，尋找永遠的真理，使生命在其依歸的歷程之中，走向更可愛的永恆，這就能與我們的主相合為一。

自覺、自強、自律、自愛，都能幫助我們找到生命的智慧，更幫助我們在生命之中，增廣見聞，然後立定好的志向，培育生命，不要讓物質控制自己，反而，使我們在內心的聖德之中，提升自己，成為生命的主人，將生命放在希望之中，確立生命的方向，才是我們生命的開始。

組長：Ada，謝謝妳的分享！

「患在有身」是出自老子所說：「人之大患，在吾有身。」由於人有個身體，因此有物質上的需要，如：衣食住行，去維持生活。這個身體還有種種的慾望，要不斷的去滿足它，而產生好多問題。最終，身之大患就是要面對死亡。面對死亡的最大爭扎就是「放不下」：有、無、生、死、捨、別、離。

對於身體面對死亡的大患，妳說得好：「每個人都會死去，但死不足懼，因為我們將生命歷程分為七十，八十，甚至一百年，如果我將這個生命歷程縮短在一天之間，一天就是生死的轉變，在這轉變之中，我們要保持內心的平穩，注視永恆不撓的生命方向，所以，一天的生死，也是一天的修煉。」

然而，人恐懼死亡是因為「放不下」，而想盡辦法去延長生命，繼續擁有。其實，生命的長短並不是最重要，而是貴乎於活出「豐盛的生命」，那怕只是短短的一天。無論是一百年，或是一日，相對永恆而言，都只是一瞬間而已。

要活出「豐盛的生命」，不是靠自己的力量，而是來自天主的恩寵。信、望、愛三德能夠幫助我們去獲得「豐盛的生命」。

「患在有身」是既定的事實，無可避免。不過，以不同的心態去面對「患」的問題，就會活出不一樣的生命。因此，身為基督徒，我們必須要恆常祈禱，祈求天主增強我們的信德，信賴上主在不同的境況：無論環境順逆、疾病健康，都一直陪伴著我們走這人生路。祂不斷安慰我們，並賜給我們在內心深處的平安。

在人世的旅程中，身體不斷地面對著各種現實困難的磨練。我們要以充滿希望的望德，把目光注視著永恆的家鄉，而不被現世的困苦阻擾我們向永恆的福樂邁進。

愛德的果實是喜樂！且看，德蘭修女過著簡樸清貧的生活，傾注一生為窮人中最貧窮的人服務，使他人受苦的身體得到尊嚴。她的生活經驗教導我們將愛化為實際行動，從單純的服務中獲得完滿的喜樂。

Teresa 組員：蒲松齡的聊齋誌異：因鬼魂沒有身體，卻努力尋找可依附的。

老子的道德經第十三章：人有了身體，卻為身體而煩惱、憂慮。雖然看似矛盾，兩者卻不能欠缺。

耶穌死而復活，降生成人，基督信仰中人不能只靠自身努力。依賴並信靠天主的助佑，使人由「我本一無所有，竟成一無所缺。」

所以，我們不為某一方面的不足而放棄。如夏神父在課堂開始時的教導，我們信仰不相信鬼神，但也可在聊齋誌異的故事中，發現可得的益處。

組長：Teresa，謝謝妳的分享！

我們好感恩天主讓我們透過夏神父的講學，引導我們更深入去明白真理。夏神父通常都以

一些非宗教及跨宗教的資料來廣闊我們對基督信仰的視野。那不只是可以鞏固我們的基督信仰，而且也幫助我們在福傳上與人交談。

雖然聊齋誌異的內容是人構思出來的故事，但是鬼魂的確是存在的。天主創造人並賦予人同時存在於身體及靈魂。當人離世的時候，靈魂就與肉身分離。靈魂是精神體，不像人的身體，是無形可見的。

蒲松齡的聊齋誌異表達一個真理，就是鬼魂沒有身體。身體可貴在於有形可見，且有自由意志和七情六慾的情感，去與別的身體交往。難怪故事中的鬼魂也羨慕人的身體，而努力去尋找一個能夠依附之有形可見的身體。

老子提出「患在有身」的言論，乃從人的生活中體驗出來的。故此，道德經第十三章指出：「人有了身體，卻為身體而煩惱、憂慮。」那並無矛盾之處。

人自原祖父母墮落之後，就變成一無所有。不過，基督道成肉身，以祂的聖死戰勝死亡，使人重獲新的生命。耶穌死而復活，更使人死後獲得身體復活的希望。基督的救贖是天主無條件地賜給人的。由此，「我本一無所有，竟成一無所缺。」

Lucia 組員：分享

這了解神聖課程的第二部份，單看那些標題「患在有身」，「穿金戴銀」，「飲飽食醉」，「走馬看花」，「出入平安」就己很感興趣。會說些甚麼呢？

第一單元「患在有身」，雖說是理論，但覺其實己有反思在。中文簡單的這四個字，竟能包含有這麼多有意義的東西在內。「身」一身體，肉身一是物質，有它「維身的」的需要，也是「自我」；抽象的「自我」需要有物質的「肉身」來去表達，也正因為是物質，就會有其煩惱，會擔心，會有遭到危險的可能，因而會「愁」。那究竟這個會煩惱會憂心會發愁的身體，它的意義何在？

老子說「吾所以有大患者，為吾有身，及吾無身，吾有何患？」（道德經第十三章）但我們就是「有身」了，有「自我」了，那基督徒該持一個甚麼樣的態度來看待自己的肉身，積極地抑或消極地？

若望宗徒說「聖言成了血肉，寄居在我們中間」；希伯來書說：基督一進入世界便說：『犧牲與素祭，己非你所要，卻給我預備了一個身體…於是我說：看，我已來到！…天主！我來為承行你的旨意。』（希 10:5-7）

基督既取了我們人性成為血肉降生成人，由此可見，肉身一定是好的，是神聖的。

教宗若望保祿二世在身體神學中這樣說：

「人出現在有形可見的世界，是天主的恩賜最卓越的表達，因為人自身之內隱藏著交付的向度。」交付，就是完全的向對方開放，基督降生成人—「無限」成為「有限」；然後—「你們大家拿去吃，這就是我的身體」—「有限」分沾到「無限」。成為基督奧體肢體的我們，由「凡俗」成為「神聖」，「身體的受造是為把自創世以來便隱藏在天主內的奧秘轉落到世界這個有形可見的現實之中，從而成為這奧秘的標記。」（身體神學 19:3-4）

如此，基督徒對於自己的身體與自我，就該要把「患在有身」的觀念轉化成「念在有身」吧！

組長： Lucia，謝謝妳十分好的分享！

「了解神聖」課程的第二部分的標題真的好有趣：「患在有身」、「穿金戴銀」、「飲飽食醉」、「走馬看花」、「出入平安」；驟眼一看，標題好世俗化。不過，其實夏神父要講的，是更深層的基督信仰。其內容不但能夠深化基督徒的信仰，也廣闊地培育傳道員更了解天主教教理，從而幫助慕道者去認識基督信仰。

那五個主題都與身體有關。身體有別於肉身；「身體」不只是個「肉軀」，且有「自我」。這個可朽壞的肉軀及狹隘的自我，往往帶來身體好多麻煩，「患」就在於此。

人的肉身是可朽壞的。不過，基督為救贖世人，甘願屈尊就卑，「聖言成了血肉，寄居在我們中間」。（若 1:14a）因此，基督分沾了我們凡俗的身體，我們也能夠分享祂身體的「神聖」。

我們藉著聖洗聖事成為基督的肢體，也藉著聖體聖事領受主的身體與主相合。我們因此而由「凡俗」成為「神聖」。「患在有身」的我們，因與基督的結合而成為天主的子女。

Margaret 組員：「吾所以有大患者，為吾有身，及吾無身，吾有何患？」是老子的道德經第十三章主要討論對自身和外物的執著帶來的困擾。這裡的「患」可以理解為疾病、煩惱或困擾，「有身」則指的是擁有物質性的身體。如果能做到無身，不把自己看得太重，就能避免憂患。

孟子是儒家思想，老子的道家思想。兩者哲學基礎不同，觀點可能有些差異。孟子並未否定「身」的存在，而是將「身」納入道德實踐的框架，將憂患轉化為成德動力。

聖教宗若望保祿二世的《身體神學》則是深入探討身體與靈魂關係、強調男女身體結合神

聖性的重要神學著作。這三者雖然各自獨立，但在某種程度上也相互關聯，共同構成了對人類生命和存在意義的深刻思考。

天主是無形的，祂是愛，祂創造萬物，一切都是好的，在第六天祂創造了人，天主又從他身上取了一條肋骨做了一個女人，彼此陪伴，彼此有愛，彼此奉獻，彼此結合。天主的奧妙由祂創造人的身體章顯出來，有愛，奉獻，結合，這都是快樂的，興奮的。天主看見自己「所造的一切，認為樣樣都很好」。（創：1:31）。上主按照自己的肖像做了我們每一個人，本來面目都是好的，每個人出生時都擁有上主恩賜及能量，可惜外來環境的困擾變成了阻礙，好的變成壞了。

組長： Margaret，謝謝妳很好的分享！

我們好多時把「身體」和「肉體、肉身」作為可互換的說法。其實，「身體」與「肉體」是有分別的。人的「肉體」是「身體」的物質，因此需要物質，如衣食住行，來維持生命。「身體」不單只有「肉身」，且有自由意志的思想，是一個具有靈性的位格。故此，「身體」不只有物質上的需要，且有七情六慾，有精神上的需要。可以講，人並非是擁有身體，而就是「身體」，「身體」就是人。

「患在有身」的「有身」指的是「有個身體」，也可以解釋為「有自我」。「身體」的確有「衣、食、住、行，及生、老、病、死」之患。因為「身體」有「自我」的意識，人就會把自己看得很重，從而產生榮辱感。人注重榮辱才是大患；若然，人能夠達到榮辱不驚的「無我」境界，身之患就無法纏繞人了。

基督信仰，相信人不只是有「肉身」，而同時有靈魂。因此人是個有靈之物，就是「身體」。由於天主按祂的肖像做了人，因此人這個「身體」是神聖的。人是天主的肖像，那肖像更是指向「聖言成了血肉」的基督。

《了解神聖》網上課程第二部分的第二課：「患在有身（反思）」

組長： 各位同學，這是我對「患在有身」在信仰生活上的反思標題：《患在有身，焉知非福》

以下是我的分享內容：

關於身體，聖教宗若望保祿二世這樣說：「身體 — 唯有身體 — 能夠使那不可見的屬精神和屬神的成為有形可見的。身體的受造是為把自創世以來便隱藏在天主內的奧秘轉落到世界這個有形可見的現實之中，從而成為這奧秘的標記。」（身體神學 19:4）由此可見，身體是尊貴的。既然如此，何以「患在有身」呢？從創世紀得知，由於原祖父母濫用了自由，因此令人招致「患在有身」的命運。在我的人生中，我真的感受到自己「患在有身」這個事實。不過，我慶幸天主賜給我基督信仰，讓我能夠藉着基督，偕同基督，並在基督內去面對及解決「患在有身」的種種問題。

身體要面對的大患，就是死亡。不過，基督信仰卻給我一個非常積極的想法：「患在有身」，焉知非福！福從天降，「於是，聖言成了血肉，寄居在我們中間。」（若 1: 14a）基督道成肉身，祂的身體是天主的自我交付，為救贖人類。「由於聖言成了血肉，取了真正的人性，基督的肉身就有了局限，因此基督人性的外貌可被『描繪出來』（迦 3:1)。」（天主教教理第 476 號）那麼，取了真正人性的聖言，也就要面對「患在有身」的厄運。祂也經歷了人世間的痛苦及死亡。可幸，「基督自死者中復活，以祂的死亡戰勝了死亡，把生命賜予死者。」（天主教教理第 638 號）因此，「我們『可朽的肉身』（羅 8:11) 也將重獲生命。」（天主教教理第 990 號）「天主竟這樣愛了世界，甚至賜下了自己的獨生子，使凡信他的人不至喪亡，反而獲得永生。」（若 3: 16）為此，我要感謝天主！

無疑身體需要有物質來維持生命。不過，當人得到衣食住行的基本需要後，是否知足，還是仍然貪得無厭，不斷地去追求更多的金錢財物及名利權勢呢？常言道：「知足者，貧亦樂；不知足者，富亦憂。」這話源自老子《道德經》中所說：「禍莫大於不知足。」當人不知足的時候，就會出現不少禍害。知足就能「放下」，放下對物慾的追求，及放下「自我」的私心。人不知足，是因為受不住物慾的誘惑。且看，耶穌怎樣退卻魔鬼的誘惑：

耶穌充滿聖神，由約但河回來，就被聖神引到荒野裏去了，四十天的工夫受魔鬼試探；他在那日期內什麼也沒有吃，過了那日期就餓了。魔鬼對他說：「你若是天主子，命這塊石頭變成餅罷！」耶穌回答說：「經上記載：『人生活不只靠餅。』」（路 4: 1-4）

耶穌說：「人生活不只靠餅」。這句話隱藏著一個事實：就是身體是需要物質的，但物質並非是唯一的需要；精神上（靈性上）的滿足比物慾的滿足更為重要。耶穌好明白我們的需要，於是就把祂自己的身體給了我們作食糧，這為我們是多大的福分。主耶穌說：「你們拿去吃罷！這是我的身體。」（谷 14: 22b）「我是生命的食糧。」（若 6: 48）「誰吃我的肉，並喝我的血，必得永生，在末日，我且要叫他復活，因為我的肉，是真實的食品；我的血，是真實的飲料。誰吃我的肉，並喝我的血，便住在我內，我也住在他內。就如那生活的父派遣了我，我因父而生活；照樣，那吃我的人，也要因我而生活。」（若 6: 54-57）感謝主耶穌藉着聖體聖事，讓我能夠與祂完全結合，足矣！

中國唐代佛教禪宗六祖惠能說：「菩提本無樹，明鏡亦非台，本來無一物，何處惹塵埃。」惠能大師這首詩好有啟發性。若然我能夠放下「自我」，達至「無我」的境界，那麼，人間的一切世俗事務就無法纏繞我。講到「無我」的境界，天主教有一位靈修大師聖十字若望，他的靈修與神秘思想之核心是「空無的理論」。聖十字若望靈修的基本特徵，就是「空無」到一切只為耶穌基督。這樣「空無」的能力是來自天主，而並非只是修煉而來的工夫。的確，若果我能夠「空無」到一切只為耶穌基督，吾身何患之有？祈求天主賜給我「空無」的能力。

人生不如意事常八九，故此，人必須要以積極的心態去面對。諺語：「吃得苦中苦，方為人上人。」孟子對「患在有身」也有其積極性的建議，他視之為「磨練」，對人有益。他

認為：身體上受磨練，心靈上受磨練，均能夠堅定人的意志，能夠使人從逆境中改正，能夠在困境中激發作為。故此，逆境有利於人成長。「故天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身，行拂亂其所為，所以動心忍性，曾益其所不能。人恆過，然後能改；困於心，衡於慮，而後作；征於色，發於聲，而後喻。入則無法家拂士，出則無敵國外患者，國恆亡。然後知生於憂患而死於安樂也。」（節錄《孟子：告子下》）

身為基督徒，我不要怕吃苦。因為我要面對的艱難困苦，與耶穌為我這個罪人所承受的痛苦，實在是微不足道的。我願意把我要面對的艱難困苦交予主耶穌，作為呈獻給天父的禮品。耶穌以「真福八端」（參閱瑪 5:3-10）指引我從「患在有身」的處境走向完美的境界。若果我誠心地去實踐耶穌有關「真福八端」的教導，我就能夠改變「患在有身」的厄運，而獲得真正的福樂。

總結：

我能夠轉化「患在有身」為「福在有身」，全憑信望愛。

信德：信賴上主在不同的境況都一直陪伴著我走這人生路。祂不斷安慰我，並賜給我內心的平安。

望德：令我的目光注視著永恆的家鄉，而充滿希望。

愛德：讓我能夠將自己交付於人，而結出喜樂的果實。

我深信「患在有身」是每個人都要面對的問題，大家必定在信仰上有所反思。期待看到大家的寶貴分享。

Canny 組員：《孟子》（節錄）歐陽修

天將降大任於斯人也，必先苦其心志，勞其筋骨，餓其體膚，空乏其身.....的聯想
我欣賞在 2/22 的分享中 Maria 姊妹不屈不撓的精神，她的人生因身體的原故，自少患有小兒麻痺症，已產生了好多問題，但她卻能夠坦然去接受所發生的事，並相信是天主的安排。她認為領洗是天主的恩賜，能夠將生命的困難一一減低，雖然身體為她帶來了種種遭遇，但仍然好感恩。

她令我想起有位基督教的弟兄，他在 2024 年初確診患上胰臟癌，本不想用手術，但主卻帶領他轉折後在醫院做了手術，之後做化療，昨天剛全部完成了。

他在見證中不單感謝主給他醫治，而更要感謝的，就是主賜給他這個病！因為他相信人的靈魂在這世上，是要經歷和學習，而來此世時，主已替我們安排好。

他引以為傲的，就是在無論多困難，多沮喪，瀕臨絕境，都沒有怨主一句，事實上至今仍深信，主給他這些經歷都是另一個高潮的開始。他的動力，就是來自聖經上的 3 句話：凡事相信，凡事盼望，凡事謝恩。（帖 5 章 16-18）

弟兄深信主絕不會給我們不好的，他也發現，我們活在這世上，不是單要經歷肉體上的生活經歷，而是要通過在世的生活，鍛鍊人的靈魂，而主是引導著我們一起經歷，祂給我們安排的事，無論是肉體喜不喜歡，都是給靈魂的歷煉和學習，而人生原來最重要的事，就是學習和經歷。

在這整個過程中，他全然是很平安，沒有任何擔心，他和妻子全然交託。他正正是一位希望的朝聖者，透過：磨難生忍耐，忍耐生老練，老練生望德，望德不叫人蒙羞，因為天主的愛，藉着所賜與我們的聖神，已傾注在我們心中了。
(羅 5 章：3-5)

組長：Canny，謝謝妳的分享！

Maria 姊妹和那位基督教的弟兄經歷疾病的磨練，依然信靠天主；他們遇到逆境仍然信靠天主的態度，那是值得我們學習的。

我都相信是天主安排他們渡過疾病磨練的難關，因為天主的安排都是美好的。至於他們得到的疾病，我就不會說是天主的安排，因為慈愛美善的天主是不會加害於人的。倒是人遇上逆境，天主則會藉此讓人從磨練中激發望德。正如保祿宗徒說：「我們連在磨難中也歡躍，因為我們知道：磨難生忍耐，忍耐生老練，老練生望德，望德不叫人蒙羞，因為天主的愛，藉着所賜與我們的聖神，已傾注在我們心中了。」(羅 5:3-5) 且看，約伯所遭遇的災難並非來自天主，不過，天主容許魔鬼去試探約伯。最後，「上主賜給約伯以後的福分，遠勝過以前所有的。」(約 42:12)

Ada 組員：我的反思：第二份功課，與你分享

「欲知來世果，今生作者是」，這是一句佛家的名言。意思是我們想知來生會是怎樣的，今生怎樣做人便可知一二了。也是因與果的關係。我們可以在聖言裡找到我們的一些信仰概念來表達很類似的勸告。

好多時候我們以為靠攏有錢或有權勢的，不願意聆聽良心或良知聲音的人，他們的無知會令他們錯過獲得幸福的機會。就是幸福來了也認不出來，因為他們的心只懂得追求那些讓他們得到短暫快樂的事物，而非那些能夠帶給他們真正幸福的事情。假如在人群中只得你一個是成功快樂的人，你以為你真的可以幸福地在這世界中生活嗎？

所以，若果我們對永生沒有寄望，只是執着於自以為在今世的偉大成就，就是對基督有寄望都是只為了今世可以過得開心如意，那麼我們就真是可憐的人。既可憐又愚蠢，因為我們完全錯誤地投入自己的心，好像痴痴地愛錯對象似的。

基督的死亡不是只為我們的今生今世。他摧毀了的是沒有永生可能性的死亡，正是要讓我

們能夠幸福地活在永恆的來生中，因此死亡只是通往永生的門口。如果我們的目光和心志祇會執着於那一口氣或那些(一時的璀璨)，甘願放棄那真正精采的永恆呢？

我們可在瑪竇福音裏的耶穌，祂要面對猶太人，路加福音裏的耶穌卻較多面對外邦人。所以這位耶穌在下山後就在平地教導外邦人要怎樣面對他們生活中坎坷和要怎樣小心面對順境中的陷阱。生命中有高有低是平常，不用介懷爭取現世的高處，反讓自己忘記更重要的來生。

當我們只是為了令自己變得更強大，更有優勢而把阻礙我們達到這個目標的一切人和不同的生命除掉，不理會福音教導的公義或這些人和受造界應有的尊嚴，恐怕我們在今生後更可能面對永遠的失敗和痛苦。那是因為我們已選擇把自己從眾生的關係中切割出來，那麼在來生我們又怎能和他們永遠活在一起呢？

若果我們的心是在追尋美善的真理和超越自我的愛，今生的苦痛反會讓我們更有內心的自由，有心志和有福地準備永恆的來生。

因苦痛教會我自身的有限，人生在世本來就是不完美。我們可以全然地依靠的不是今世的人與物，而是在永恆中啟示自己給我們和完美地愛著我們的主。

再美麗的外表，最後還是得腐朽，唯一美麗的靈魂能永恆的繼續在天國，聖化這個世界。

組長：Ada，謝謝妳對「患在有身」這主題作人生的深切體會和反思！

「患在有身」在於人太過著重去追求現世的物慾、榮華富貴、名譽地位及權勢，滿以為那是人生最大的快樂和目標。

其實，人生苦短，終歸一死。故此，人不應該只是執迷於現世的享受，而捨棄了更重要的永生福樂。

「耶穌對他們設了一個比喻說：「有一個富人，他的田地出產豐富。他心裏想道：我可怎麼辦呢？因為我已沒有地方收藏我的物產。他遂說：我要這樣做：我要拆毀我的倉房，另建更大的，好在那裏收藏我的一切穀類及財物。以後，我要對我的靈魂說：靈魂哪！你存有大量的財物，足夠多年之用，你休息罷！吃喝宴樂罷！天主卻給他說：糊塗人哪！今夜就要索回你的靈魂，你所備置的，將歸誰呢？」（路 12:16-20）

John 組員：觀看深化班學員的反思報告的課堂錄影後，我想淺談一點患在有身這個辭的患字。我將患解釋為障礙，患在有身就等同障礙來自自我的意思。在默想中，我看到那阻礙我親近天主的羈絆，正正是來自個人的自我執念。每當我心充滿著自我的時候，我的心就已經沒有空間給天主了。能夠放下自我，淘空自己、謙虛自己，心才可以真正轉向天主。既是潔淨內心，也是保持屬靈覺醒的操練。

七罪是天主教教義對人類惡行的分類。對我來說，自己最必須克服的弱點是自我執念，這其中包括驕傲、虛榮、自尊心。我意識到自己固執的、主觀的成見只會遮蔽我對耶穌的注視，亦醒覺到每當耶穌說話時，我都必須倒空自己，為主耶穌騰出空間，全神貫注地細意聆聽。倒空一詞是借用斐理伯人書第二章所記敘的古希臘語 Kenosis (κένωσις) 的動詞形式，在基督神學中，Kenosis 是指耶穌使自己空虛。

此外我也想簡略地談談患在有身這個辭的身字。然而這不單獨是肉體的身，亦是非肉體的自我意識、精神意志的身，由主觀思想、心智、感受、記憶、經歷所組成的身。耶穌四十天在曠野受到撒旦的試探，除了身體需求的考驗外，還接受了思想與意志的挑戰。耶穌克服了肉身上和精神意志上的考驗，定然可以說耶穌無患有身，不為身所困。套用福音的教導，就是以祈禱和禁食以作克己、自我約束、擯棄自身的追求，並且謙讓自己的個人意志，去遵行天父的旨意。主禱文祈禱有七個祈求，其中一項是：願祢的旨意奉行在人間。這句禱文強調遵行天主的意願，而不是自身的意志。

組長： John，謝謝你對「患在有身」的「患」與「身」作信仰生活上的默想及反思分享！你的分享非常好！

的確，「身」不只是「肉體」，也是「自我」。你將「患」解釋為「障礙」是恰當的。因為「患在有身」並非單純是「肉體」得不到滿足的障礙，更甚是「自我」阻礙人去親近天主。

Kenosis 的概念正好抵抗「自我」的障礙。Kenosis 確切的含義因神學家而異。爭議較少的含義是，耶穌貶抑自己，聽命至死，且死在十字架上，並鼓勵基督徒同樣願意服從天主的旨意，即使是要付出重大的個人代價。

聖保祿宗徒鼓勵我們說：「你們該懷有基督耶穌所懷有的心情：他雖具有天主的形體，並沒有以自己與天主同等，為應當把持不捨的，卻使自己空虛，取了奴僕的形體，與人相似，形狀也一見如人；他貶抑自己，聽命至死，且死在十字架上。為此，天主極其舉揚他，賜給了他一個名字，超越其他所有的名字，致使上天、地上和地下的一切，一聽到耶穌的名字，無不屈膝叩拜；一切唇舌無不明認耶穌基督是主，以光榮天主聖父。」（斐 2:5-11）

你提到「七罪宗」：驕傲、慳吝、嫉妒、忿怒、迷色、貪饕、懶惰。其實「驕傲」是原罪的禍根，使人墮入「患在有身」的惡果，並入死亡之路。

你亦提及主禱文《天主經》的七個祈求。《天主經》是耶穌教導我們向天父祈禱的完美禱文。此禱文關乎我們同天主的關係，也關乎「吾身」之生命及與罪惡的搏鬥。

「在天主經中，前面三個祈求以天父的光榮為對象，就是他的名的顯揚，他的國的來臨和他的旨意的奉行。後面四個祈求向天父呈現我們的願望。它們是關於生命，為的滋養它和治療它，也是關於我們與罪惡的搏鬥，為的克服它。」（天主教教理第 2857 號）

Lucia 組員：承接著上次患在有身理論的分享，我嘗試從把「患在有身」的觀念轉化成「念在有身」這方面來作些反思。

1. 神父在一開始就給我們看 Pando 樹-四萬幾棵樹都有同一的 DNA，見到一棵樹就見到森林，拍打一棵就整個樹林都感震動。令我想起那首「道之道」的歌，「我拿著一碗飯，嗅到了田中的穀香，拿著一張紙，看到了原野的風光，聽到一句話，獲悉了人間的辛酸喜樂。走著一山道，聽到了人的永恆步伐。抱著一嬰孩，擁抱了人類的生命，拾起一粒沙，看到了宇宙的縮影。」

同樣，人是天主的肖像，有著一樣的 DNA，整個人類是一體，一榮俱榮，一損俱損。因此保祿宗徒說：眼不能對手說：「我不需要你；」同樣，頭也不能對腳說：「我不需要你們」（格前 12:21），原罪令到「一切受造之物都一同歎息，同受產痛。」（羅 8:22）都好像那個頸上被大小石頭拖著而只餘下一個空框架的人身雕塑。出路在那裏？就在道成肉身的主基督身上。

2. 「肉身」，是指人的軟弱和可朽性，也就是本課主題的「患」。但基督的降生受難與復活，令我們對「肉身」的「需要」有了一個全新的認知：人身的「患」，原來可以是人生命的一個轉捩點來的，消極的如在生命的打擊中可猶如毛虫之破繭成蝶；積極的猶如於飢餓時在一碗飯中「嗅到了田中的穀香」而悠然興起原來「粒粒皆辛苦」的覺悟，從而對儘管並不認識的「別人」多了一份感恩情，而這份「感恩情」會打開自己生命的視野，會對生命不再那麼苛刻，會懂得「放下」。紅樓夢中的「好了」歌說得真好，想要「好」，就要「了」，不願「了」，就「不」好了。

3. 我們對基督賜予的救恩，回應的態度豈不也要一樣？要努力的把「患」在有身的觀念轉化成「念」在有身。如果真感恩，就要「捨」，要「死於自我」，要放下，要不執著；就要「為道日損，損而又損。」（道德經 48）如此，在天主的日子到來時，我們的肉身就會復活—生命就得以延續及圓滿。

組長：Lucia，謝謝妳對「患在有身」所作的信仰生活上的反思分享！妳把「患在有身」的觀念轉化成「念在有身」的分享非常好！

是的，人是天主的肖像，故此，人人都有著出自天主的 DNA。更好說，天主使人成為基督的肖像；因為「聖言成了血肉，寄居在我們中間。」（若 1:14）為基督徒，聖保祿宗徒告訴我們，說：「你們便是基督的身體，各自都是肢體。」（格前 12:27）這樣，各肢體都具有基督的身體之 DNA。

人身之「患」是咎由自取，那是由於人離棄天主而造成的惡果。不過，人真的意想不到，由於人身有「患」，因此而得到天主賜予「道成肉身」的基督之救贖恩寵。「患在有身」就此而轉變成「念在有身」。正如夏神父所言：「念在聖言成為血肉；基督徒百無禁忌，只要跟隨基督的降生、死亡、復活。」

Margaret 組員：在寫對「患在有身」的反思，人之所以感受到憂患與痛苦，根源在於對「身體」的執著與依附。老子主張「無身」，並不否定身體的存在，而是超越身體的認同，破除肉體的執著和私慾的束縛，轉向與“道”合一的整體性存在。

聖若望保祿二世「身體神學」不僅是人類之社會、心理與行為理論建構，是在呼籲人在身體中發現天主的臨在，並以整全的生命活出愛的真諦。天主創造人是「照自己的肖像造了人，」（創 1: 27）。人受造時的身體（男女互補的合一）本質上是「天主肖像」的體現，反映了三位一體的共融。他曾經總結時說過“人只有真誠地奉獻自己，才能找到自己。”但是，當人充分發揮這種真實性的天賦會是什麼樣子呢？若然，我們拒絕時，人性會發生什麼變化呢？

聖若望保祿二世以《創世紀》為基礎，分析「原始孤獨」（人意識到自己是獨特存有）、「原始合一」（男女結合）與「原始赤身無羞」（罪前的純真關係）等主題，揭示人性在救恩史中的定位。藉著基督的化身、死亡和復活，祂救贖了靈魂並聖化了人類身體的尊嚴。我們的身體是「聖靈的殿」（哥林多前書 6:19），應該活出復活的生命。

組長：Margaret，謝謝妳就「患在有身」的反思寫了十分好的分享！

是的，「無身」並非否定身體的存在，而是擺脫「自我」的束縛。

天主按自己的肖像造了人，造了一男一女，並使二人成為一體。當時，男女二人都赤身露體，並不害羞。（參閱創 2:21-25）男女的結合是愛的共融，那是天主的肖像，正是反映三位一體的天主內在的共融。天主是「愛」，是一個「愛的團體」。在原始純真無邪的愛內，男女二人即使是赤身露體，並不害羞。