# 爱的阶梯

圣·伯纳德

## 简介

本篇着作写于1126至1141年之间，是圣·伯纳德为答覆他的至友－－教廷秘书长爱买利克枢机所提出的问题：为什么与如何爱神。

为何爱神？为神自己，因为神首先爱了我们(第一章)。

不论是基督徒或非基督徒，凡设法认识自己的人，都可以得到有关自己「尊位」的「知识」，从而进一步获得应有的「德性」，促使自己寻找这种「尊位」的来源。可见，至少从原则上说，在每一个人心中，存在着一种本性的爱神的爱(第二章)。

事实上，信徒爱神的理由，建立在基督身上；基督逾越节神迹，证明了祂对人的爱，一种只有在天国才能完满的爱(第三章)。

信徒爱神，是《雅歌》中所说新郎的左右手，就是藉着「记念过去」，「想望将来」，同时又寄托于预感的「实现」(第四章)。

如何爱神？既然神在造人类时，把人托给了祂自己，又在救赎人类时，把人还给了祂自己，所以人对神，有双重义务，而且是双重毫无折扣的义务。爱神的惟一限度，是没有限度(第五章)。

有限的人，当然不可能靠贡献自己，相称地报答神无限的爱；我们虽不能按神应得的程度爱神，但至少应尽我们所能的去爱祂(第六章)。

名符其实的爱，固然不寻求任何私利，但爱不会没有报酬。恶人追求有限的财富，藉以寻找幸福，但有限的事物，永不能满足他的愿望；信徒反而把自己的愿望寄托于神。神是我们愿望的最终目的，同时又是我们的创造因、形成因和我们的报酬，为此必须先找到神，然后才能寻求神(第七章)。

说明了为何该爱神，和如何爱神，圣．伯纳德开始描述，人爱神的进程，自爱的起点直至爱的终点。人爱自己，是爱的第一级，不过爱自己必须以爱别人的爱相平衡，不然势必陷入个人主义。爱别人，已经包括了爱神的开始(第八章)。

接着跨上第二级，为得到神的助佑，而爱神；然后升到第三级，爱神不谋任何私利(第九章)。

最后达到第四级，除神外，别无所爱，连自己也不爱。经验证明，这样的爱，不可能长久，只能是一瞬即逝的爱；在这些特赐的短暂时刻，人似乎脱离了自身，只生活于神。当人只为神而爱神时，人的意志完全结合于神爱自己的意志。这两种意愿的结合，形成了真正的「属神化」。不过，属神化只能在来生完全实现。到那时，灵魂完全解放，与光荣的肉身，重新合为一体(第十章)。

肉身是灵魂忠信的仆人，除非肉身同享幸福，灵魂不可能单独获得完满的幸福(第十一章)。

## 序言

名为明谷院长的圣·伯纳德，致书于至可敬的伟人爱买利克，罗马教会的执事枢机兼秘书，恭祝：「活于主内，死于主怀。」

你惯常要求于我的，是祈祷，而非解答什么问题，但我确认，二者为我都不相宜。我的专责职务确实是祈祷，但我的生活却非如此。至于谈到解决问题，我自认知识才疏。为解答重要问题，需备智慧与天才。我承认我很喜欢你所要求的是神性的而非肉体的，但这也理当由知识广博者来充任。因为无论博学多才者，或知识浅陋者，都惯于推辞所请，此外又不易知道究竟是由于才疏，或羞于发言而加以推辞。如果不是因为工作加于的服从，你当接受我的贫乏，而不要以我为哲人，缄口不言。实在我也不敢应许回答一切问题。但若你只要求那一件事：论爱神，我要照主所赐的，尽量答覆。因为没有比谈这个更甘饴，更稳妥，听来更有意义的。至于其他问题，留为哲士达人吧！

## 爱的四个阶梯

## 爱的第一级：为自己而爱自己

一、爱自己的爱

爱是人秉自本性的，四种情欲之一。这四种本性众所周知，不必一一列举。不过按正理而论，本性必须最先运用于认识、事奉本性的创造者。为此耶稣基督声称人第一条最大的诫命是爱神：「你要尽心、尽性、尽意爱主－－你们的神。」(太二十二37)由于人的本性是脆弱的，必须有一种急需，强迫他完成这项最重要的诫命。可见爱，是属于血气的，在一切事物之前，首先为自己而爱自己。保罗以下的话正是这个意思：「但属灵的不在先，属血气的在先，以后才有属灵的。」(林前十五46)所以爱不是给人定的一条诫命，而是刻在人本性深处的一种秘密印记，如保罗所说：「从来没有人恨恶自己的身子」。(弗五29)

二、不爱近人(邻舍)，不可能真爱自己

由于上述的爱往往表现过分，超出了需要的范围，随着情欲，无节制的要求，疯狂地任意奔放，于是主耶稣为人制定了第二条诫命约束这种过份：「其次也相倣，就是要爱人如己。」(太二十二39)这是非常公正的。共有同一本性的人，共享同样的恩典，特别是与本性俱来的恩典，岂不是十分合理吗？如果有人不但把照顾别人的需要，甚至讨抱别的欢心，看作是自己的额外负担，他应该首先努力，抛弃自己欢心的事，不然势必违反法律。我希望每个人都能随心所欲，享受自身的欢乐，只要他能以同样的心情对待别人。(林前九27)

一个人的为人，最大的规律是有一种生活和行动的法则，约束节制自己的贪欲，不教它滥用本性的能力，驱使灵魂顺从－－肉体的情欲，以致丧亡。他当把自己本性的能力，和与自己同类的人，共同分享，难道这不比被肉欲所利用，更正当、更值得称赞吗？

你若能听从理智的建议，「我是攻克己身，叫身服我。恐怕我传福音给别人，自己反被弃绝了。」(林前九27)又按照保罗的教训，「只要有衣有食，就当知足。」(提前六8)自然不会感到，克服妨碍灵魂得救的肉体情欲，有多大困难。我也不相信，把从敌人手中夺回的东西，交给与你相似的人，为你有什么难以割舍之情。你若把用于取乐的事物抽出来，用以解决弟兄的需要，你的爱不但是有节制，而且合乎正义。只要你的爱是慷慨的，与别人相通的，自然就能改变性质，由以前属血气的，变为合于理性的。

但是，你若把财物分给别人，而你自己却因此缺乏生活必需品，在这样情况下，你想应该怎么办呢？使徒雅各在他的书信中向你指出：「你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人，也不斥责人的神，主就必赐给他。」(雅一5，诗一四五16)

毫不能怀疑，无限慈爱的神，既然赐给许多人可有可无的事物，决不会拒绝赐给极端困难的人生活必需品。何况为了对这项真理提出更确切的保证，耶稣在福音中许下，谁若放弃不必要的财物，热爱近人(邻舍)，必然可以得到生活所需：「你们只要求祂的国，这些东西就必加给你们了。」(路十二31)宁可淡薄节制，不要使肉身受罪恶的压迫，这正是摆脱罪恶的奴役，寻求神的国和祂的恩典的具体表现。把你从本性得来的天赋，与你同一本性的人共同分享，也正是寻求公义。(太五6)

三、不爱神不可能爱近人(邻舍)

为使爱近人(邻舍)达到完全合乎正义的境界，必须以爱神作为这种的动机。的确，不在神中爱近人(邻舍)，如何能有纯正的意向？除非先爱神，如何能在神内爱近人(邻舍)？所以爱神必须超过在神内爱近人(邻舍)。神是一切美善的根源，也是我们爱祂的原因，其中道理显而易见。神既创造了人的本性，自然得由神维护这种本性。人是藉神之手出自虚无，没有神的扶持，绝不能存在，因此要保持人的本性，必须由付给他最初存在的神，经常助佑。

为避免受造之物缺乏自知之明，不致把受自造物主的恩赐，归功于自己，神超越的智慧出于拯救人的目的，允许人遭受种种逆境及灾难，直至筋疲力尽，勇气全消，而不得不投奔神，仰赖祂的救援。及至被神慈爱之手，由灾祸中救出，人才认识到荣耀神，完全合乎公义，如诗篇所说的：「并要在患难之日求告我；我必搭救你，你也要荣耀我。」(诗五十15)与禽兽同属血肉的人，除爱自己之外，本来不知道爱其他事物，现在藉着荣耀神，开始为自己的利益爱神，因为他凭本身的经验体会到，只要在神内，他无所不能，没有神的扶助，自己一无所能。这种体验，为人最有利。

## 爱的第二级：为自己而爱神

人以经验开始爱神，不过这只是为个人本身的利益，不是为神而爱神。这时，你认识到你仰赖神的恩典能做什么，谨防得罪神，在一切患难中，维护你的神，不能不说是一种智慧的表现。可是当你在生活中，经过许多痛苦与折磨，每次投奔神，每次得到祂仁慈的救援，你虽心如铁石，若看到救你的大恩主，如此慈悲为怀，从此以后，你定当不再只为自己的利益，而要为神而爱神。(罗五3-5)

## 爱的第三级：为神而爱神

事实证明，人生活中，一连串的悲惨遭遇，迫使人不断向神祈求，步步向神靠近。在你越来越靠近神时，自然从内心尝到祂的滋味，体验出神对爱祂的人，是何等慈祥。我们尝到神的这种甘饴滋味，往往产生很大的力量，吸引我们纯心爱神，比自身需要催促我们的力量大。在这样的吸引下，我们将如撒玛利亚居民，向那个给他们报告弥赛亚来临的妇人一样说：「现在我们信，不是因为你的话，是我们亲自听见了，知道这真是救世主。」(约四42)我们有更正当的理由，向我们的肉身说：可怜的肉身，你要知道，我们不再是由于需要神的扶佑，才爱神，而是因为我们亲自尝到了，经验到了，神是充满温情厚意的神。

遇有急需，我们的肉体是很善于说话的。肉身得到好处，会高高兴兴述说它体验到的快感。但是尝到了神慈爱的人，更急于向别人表达自己的幸福心情，自不难遵守爱近人(邻舍)的诫命。真爱神的必然结果，是爱属于神的一切事物。他们的爱是纯洁的，自然很容易服从纯洁的诫命，如彼得所说：「你们既因顺从真理，洁净了自己的心，以致爱弟兄没有虚假，就当从心里彼此切实相爱。」(彼前一22)合乎公义的爱，不可能不高兴遵守公义的律法。

此外，因为这样的爱不谋私利，不希望报酬，自然会使人心情舒畅。这样的爱是纯洁的，因为不但表现在口头上，而且表现在行动上和真理中。这样的爱合乎公义，因为是如何领受，如何交还，毫不走样。本着公义发出的爱，不可能改变被爱的方式，为此将竭尽全力还爱。耶稣并没有寻求自己的利益，只寻求我们的利益，或更恰当地说，只寻求我们本人。为此爱耶稣的人，也不寻求自己的利益，只寻求耶稣的利益。诗篇上说：「你们要称谢耶和华，因祂本为善，祂的慈爱永远长存。」(诗一一八1)可见颂赞神，并不是因为神施恩于人表现了祂的美善宽仁，而是因为神本身美善宽仁。只有这样做，才称得上真正为神而爱神，不是为自己的利益爱神。不过许多人并没有这样做，而是如诗篇所说：「他活着的时候，虽然自夸有福(人若利已，人必夸奖你)。」(诗四十九18)由此可以证明，爱的第三级，是达到为神本身而爱神。

## 爱的第四级：只为神，才爱自己

有幸达到爱的第四级的人，只为神才爱自己！大卫王怀着这样的心情说：「你的公义，好像高山。」(诗三十六6)的确，这样的爱，以高度而论，恰似一座山，正如「你们多峰多岭的山哪，为何斜看神所愿居住的山，耶和华必住这山直到永远。」(诗六十八16)「谁能登耶和华的山？」(诗二十四3)「但愿我有翅膀像鸽子，我就飞去，得享安息。我必远游，宿在旷野。我必速速逃到避所，脱离狂风暴雨。」(诗五十五6-8)「我寄居在米设，住在基达帐棚之中，有祸了。」(诗一二○5)

### 体验纯洁的爱

但是血肉之躯，泥土之器，何时能明了这些奥妙？何时能爱极而超拔，因爱主而陶醉，直到忘却自我？当人的灵魂，消失了自我，除神外，将不再有其他思念。这时他完全联合于神，与神同有一个心灵。到最后，他可以和大卫王一样说：「我的肉体，和我的心肠衰残，但神是我心里的力量，又是我的福分，直到永远。」(诗七十三26)谁今生能有幸感觉到如此心情，即便是偶而一次，转瞬即逝，定然可以称为圣人和有福之人。但愿在某种程度上，消失了自我，犹如自身不存在，或感觉自我皆空，如己归于虚无，这样的境界已非尘世所有，真可谓达到了神居民的福地。(弗二6)

假如有人在今世有幸踏入了这样的境界，即便如我们方才所说，即是转眼一瞬间，邪恶败坏的世界，必将嫉视他的幸福。当代的人将恶意攻击他，该死的肉身像重担一样，拖累着他，生活的需要纠缠着他，自身的软弱与腐败不容他安静，特别是扶助弟兄的任务，不可避免地强迫他，离开这个境地，他不得不重新返回旧人，走以前过来的老路，他将满怀委屈地，与以赛亚先知同声呼号：「耶和华啊，我受欺压，求你为我作保。」(赛三十八14)或同保罗痛哭：「我真是苦啊！谁能救我脱离这取死的身体呢？」(罗七24)

### 愿你的旨意行在地上，如同行在天上

其次，按照圣经上的教训，神创造一切事物，都是为祂自己，所以受造物终究有一天，必须符合造物主这个旨意。不过，从现在起，我们就应当抱有，完满神意愿的希望与情怀。既然神创造万物，是为了自己的荣耀，我们当然也和其他任何事物一样，只能为爱神，在这个世界上生活或存在，也就是说，只能为完成祂的旨意，不能为寻求我们个人的满足。为此，我们的欢乐，不当是发现自己痛苦的结束，或幸福的开始，而当是看到神的旨意在我们身上，经由我们完成。这正是我们神在圣经中所祈求的：「愿你的旨意行在地上，如同行在天上。」(太六10)

啊！多么纯洁神圣的爱！多么舒心惬意的爱！有了这样的爱，人意志的着眼点是何等纯正，何等无私！何况意志愈纯洁，愈无私，更不残留任何私有物混杂其间，那自然愈令人舒心惬意，感觉到除神的事理外，别无他物。人达到了这种地步，才确实可谓，完全成圣化；就如一滴水，滴在酒桶里，完全失去了自己的存在，同时变成了酒的颜色与气味；又如一块铁，被水烧透，改变了自己的特性，完全吸取了火的特性，简直成了一团火；又如空气被日光照射，从任何角度看，都是光华的，无异于光的本身，不再是被光线穿透的气体。人的全部意志，在享受属天幸福的人身上，以无可表达的形式被熔化，自身消失，转变成神的意志。

的确，假如不是这样的情况，假如这时在人身上，还存着他本人的某种事物，如何能真实地，肯定神是一切人的一切呢？不错，人的本体，这时仍然存在，然而是以完全不同的状况存在，是存在于另一种光荣，另一种能力中。但是，这样可喜的变化，什么时候实现呢？谁有看到这种情况的幸福？谁又能享受这样的变化？我何时能把神的仪容面睹？「那时我心向你说，耶和华啊，你的面我正要寻求。」(诗二十七8)怎么？我决见不到你的圣殿？

### 我期待肉身的复活

「你要尽心、尽性、尽意，爱主－－你的神。」(太二十二37)这条爱的诫命，我确实知道，但今生决不可能达到尽善尽美。人在世上不能脱离肉身，所以人的灵魂被迫思念自己的肉身，必须以生命及感觉的种种活动，不停地维护它，直到摆脱了日常生活的纠缠，才能赖神有行道能力，完全坚定地爱神。其中道理不难明了，因为人活着的时候，不得不照顾肉身的软弱与痛苦，不能把精力完全集中于神。时刻思念神，与神相结合，可说是人力所不及的。

爱的第四级，既然不可能藉人的计划与努力达到，但必须由神的大能，作为一种礼品，愿意赐给谁就赐给谁，所以人不应企图占有这种境界，或更好说，在这种境界中，被神所占有。只有在肉身变成了不死的灵体，享受到极终的完善，排除了一切干扰，全部附属于神，灵魂才可以轻而易举地，迈这最高的一级。到那时，人再不为感觉的快乐所牵制，也不再受生活艰难的压迫，得以运用全部思想与力量，奔向神的福乐。

不过，我们是否有理由相信，殉道圣人，当他们胜利凯旋的肉身，还在世时，已经荣获此种特恩？无可怀疑，这些完美的灵魂，具备极大的爱，方能如此轻弃自己的肉身，安心忍受惊人的酷刑。强烈的痛苦，虽然有时可以使他面容上，悲痛万分，但却不能动摇他们的坚定信念。不过他们现在既已脱离肉身，沉浸于永福的海洋，何必再谈他们当时的情况？

圣·伯纳德《论爱神》第八章至第十章(On Loving God: De Diligendo Deo－Bernard of Clairvaux )