

## 天主教教理

### 第十課

1431. 內心的懺悔是徹底重新釐定整個生活的方向，回頭並全心皈依天主，停止犯罪，棄絕邪惡，對我們所曾犯的惡行感到厭惡。同時，內心的懺悔需要有改變生活的渴望和決心，期待天主的仁慈，信賴祂恩寵的助佑。這樣，隨著心靈的皈依，產生具有神益的悲痛和憂傷，即教父們所稱的靈魂或精神上的苦痛(*animi cruciatus*)，和心靈的痛悔(*compunctio cordis*)。

### 痛悔

1451. 在懺悔者的種種行為之中，首先是痛悔。痛悔是「內心的傷痛和厭惡所犯的罪過，並且立志將來不再犯罪」。
1452. 如果痛悔是來自那愛天主在萬有之上的愛，則稱之為「完美的」(上等)痛悔(愛德的痛悔)。這樣的痛悔赦免小罪；如果悔罪者下定決心盡快接受告解聖事，那麼，這樣的痛悔也能赦免大罪。
1453. 所謂「不完美的」痛悔(或「下等痛悔」)，也是天主的恩賜，聖神的推動。這樣的痛悔是由於考慮到罪惡的醜陋，以及害怕受到永罰和其他懲罰的威脅(因害怕而發的痛悔)。當良心如此受到震撼，遂能引發內心的轉化，在恩寵的推動下，被引導完成懺悔的過程，藉「聖事」而獲得罪赦。然而，只有「不完美的」痛悔，並不能赦免重罪，但這樣的痛悔使人作好準備經由懺悔聖事，而得到罪赦。

接受這聖事前，宜先在天主聖言的光照下，**省察**自己的良心。為此，可在福音和宗徒書信的倫理教導當中，找到最合適的章節，如：山中聖訓、宗徒的教誨等。

2015. 走向完美的道路是通過十字架。沒有犧牲、沒有屬靈的戰鬥，就沒有聖德可言。靈性的進步要求靈修功夫與克己，這些會逐漸引領人生活在真福的平安與喜樂中：

上升的人，總不停止前進，周而復始，藉著永無終期的開始，前進不息。

上升的人，想望那已經認識的事物，總不停止。

1846. 福音是在耶穌基督內，天主對罪人慈悲的啓示。天使向若瑟宣告說：「你要給祂起名叫耶穌，因為祂要把自己的民族，由他們的罪惡中拯救出來」(瑪 1:21)。感恩祭、救贖的聖事，也是這樣：「這是我的血，新約的血，為大眾傾流，以赦免罪過」(瑪 26:28)。