

## 网上避静（退修）指引——第十一周

### 爱的邀请：我们的反应

#### 引导



这一周，我们将仔细想想对爱的邀请的反应。从上周的练习中，我们知道如何反应，是取决于我们对邀请人爱得有多深。当听到所爱的人呼唤，我们会说：「好」。尽管我们知道要付出很大的代价，我们依然反应，因为爱总是把我们牵在一起，我们渴望与所爱的人在一起。

本周，让我们的心反应耶稣的呼召，我们可以从上周的【引导】回顾祂的呼召。这呼召是与耶稣一起揭示上主的大能。上主的呼召对每一个人都不同，每一个人都有不同的恩宠(恩典)，上主把

不同的神恩（恩赐）放进我们的心里。每个人所经验的痛苦与危机都是独特的，这些独特的经验塑造出每个人独有的怜悯心，以及与他人共渡苦难的能力。上主的呼召是按着每一个人的年龄、资源和影响别人的能力而发出。我们希望听见的是上主发给个人的独特呼召。

但是，被邀请和反应的机会，对所有人都是一样的。当然，我们的反应是：「好」。不跟随耶稣的生命是不会有真正的快乐。这一周的重点是我们反应的深度——我们的反应是否全心全意？我们不知道我们所说的「好」，将会在今年、明年或是十年以后才去实现。

在某个层面上，我们可以作出「开放式」的反应，即完全献出自己，跟随耶稣进入任何处境。过去数周，我们所经历的恩宠（恩典）及耶稣的爱，可能使我们深受感动，促使我们抵挡内心任何世俗、虚空和自我中心的想法。

或许我们会渴望完全献上自己，与耶稣同在——让自己与众不同，为别人引路——我们这种反应是毫无保留的奉献自己。假如上主拣选了我们，我们不只是表示**愿意追随**耶稣过着贫穷的生活，以及对人类处境的全然接受，更要**真诚地渴望**，如同耶稣一样，完全臣服于天父的旨意。

让相片中这位红云印度学校（Red Cloud Indian School）的老师，代表我们反应耶稣，愿意与祂一起为人服务。使用下面的提示，尤其是本周的【祷文】，考虑与他人分享你本周所获得的恩宠（恩典）。

让表达反应的字句在本周内流动。以后还有很多个星期，让我们在基督的爱中成长，并探索我们奉献的深度。本周我们只是单纯地仔细想想，如何反应自己所得到的恩宠（恩典）。

## 进入本周的实际指引

这里是一些具体的帮助，去准备我们进入本周的避静（退修），好使我们从中得到最大收获。

你想花多少金钱？避静（退修）来到此刻，要默想的问题是：我被上主的爱和怜悯感动有多深？我有多感激祂？我经历耶稣的呼唤有多深？在我心里蕴酿的反应是甚么？

本周第一个建议是，从最简单的反应开始。只说：「好」。练习大声地说，尝试以不同的方式、不同程度的坚信说「好」；感觉怎样呢？

第二项练习是令「好」这个反应更有针对性。我说「好」，是针对在耶稣领受上主的使命里，我会陪伴祂。我以忠于今天我所遇到的一切，来表达我这个意向。

我可能感受到耶稣给我的邀请里，包含着一种**独特**的忠诚。因此，我也许要更明确地说「好」。「好，我愿意付出代价，忠心地与祢同在，就如我对我所爱的配偶忠诚一样。」（或是我所爱的子女，或是接纳工作上困难的挑战，或是饶恕那位亲戚或隣居，或是彻底地对付那自我摧毁的坏习惯。）

我也许感受到，邀请已经伸展到我可以听见呼召的地方，但我还没有反应。我也许要以更开放的态度来说「好」。「好，我愿意在祢爱的方式中与祢同在；我愿意为别人的需要奉献自己，特别是为贫穷的人。」（或是腾出更多时间去参与、去接受邀请，在我的堂区（教会）里侍奉，或为国家建言效劳。）

我的内心渴望以不断增长的爱，反应耶稣的爱。我盼望以更丰富的情感来表达「好」。我可以用个人的、充满爱和温情的、从内心发出的字句来表达。我可以试着表达想和耶稣非常亲近的渴望，甚至我愿意和祂一起经验祂曾经，也是现在，所受到的伤害，就像恋人一般，我想与祂心心相印。我可以练习将我不断增长的渴望大声说出来，或写下来。我所爱的那一位，祂心里充满了挣扎、贫穷和臣服，我想与祂同行的渴望，与日遽增。只有这样，我所答覆的「好」，才可以和渴望与主更亲近的心意相结合。

在未来的日子里，我们会提升对认识耶稣的渴慕，加深与耶稣一起侍奉的亲密关系。在这一周，我们可以让我们的意识，很奢侈地用所有方法，以充满感激的爱来说「好」。

一如以往每周的避静（退修），让我们从起床的一刻开始，就让默想成为生活中的背景，在工作与工作之间做默想，直到我们准备入睡。在工作的空隙之间，如：接电话、去停车场取车、或做任何事情，我可以练习缓慢的、深深的呼吸。这种深呼吸如同我慢慢的、深深的去答覆「好」。练习以这种答覆「好」的反应，充满每天生活的背景，经验在爱的关系中成长，所发出的力量。

## 给这趟旅程

在许多请帖上的「请尽速回覆」字句，意味着发帖人期待着反应。接到邀请以后，我们会考虑是否有时间参加，是否喜欢去？有一些场合，毫无疑问地，我们不想错过参与。

「若你喜欢就请回覆」是上主对我们的呼召。这些呼召常隐藏在许多恩宠(恩典)和阻挠中。「反应」与「反应」是不同的。反应是经过深思熟虑，对有关的要求作出衡量和评估，深入了解我们会从中得到些什么，又要付出多少代价。而「反应」大多是出于一时的冲动。

天主教会每年都会庆祝基督君王节。祂以一个「仆人君王」和「号召的君王」身份，来到我们中间，邀请所有人跟随祂，服侍祂所呼叫的「整个世界」。

依纳爵邀请我们仔细思考，上主以不同方式邀请我们，进入更深的基督国度里。上主创造我们的时候，在我们身上投入各式各样的神恩(恩赐)和才干。神操里面的「君王的召唤」，就是要求我们反应这些神恩(恩赐)，这也是对耶稣的反应。基督要求那些渔夫成为灵魂的渔夫，祂按我们每一个人的独特性和性格作出要求。「因为我给了你这些才干和神恩(恩赐)，我呼叫你做这事。」其实基督的呼召是一个祝福，是对每一个人的才干和神恩(恩赐)的确认。

这一周，我们以「跟随我」这首民歌的旋律和歌词，做祈祷的依据。「无论我到哪里、干甚么、认识谁…牵着我的手，并且说，你会跟随我。」

耶稣要求我们跟随祂，但祂会与我们同在，并通过我们来工作，祂对我们的要求不会超越祂对自己的要求，祂不单邀请我们进入祂的胜利，更邀请我们参与祂以人性的方式所赢得的胜利。

主耶稣邀请我们去仔细思考和反省，这个呼叫的代价，深入了解我们可以得什么。仔细听听那轻柔的邀请，呼叫我们运用上主所创造的，所赐给我们每一个人的神恩(恩赐)。

请记住，我们不可能完完全全、义无反顾地向上主交出我们生命的全部，和我们整个人。伯多禄(彼得)，第一个伟大的渔夫，是最早放下一切跟随耶稣的人，他在三年之内，逐一把所付出的都取回来。有时候，我们愿意把生命的全部放在主的脚前，祂对我们任何时候献给祂的心意，礼物和生命，不论是多么微小，祂都接受。

## 祷文

注：你可以照着祷告，或是以它们作为参考，然后向天主献上你个人的祷词。

亲爱的主：

我深深感受到祢的呼召，当我静静地去体会这个呼召，我意识到生命中有未能满足的渴望，并发现祢轻柔的邀请为我提供了答案。

我知道，也感受到，祢的呼召和邀请，满足了一直被我忽视的空虚及渴望。慈爱的上主，我心深处的空虚只有祢可以填满，只有在那里我才可以与祢同在。

祢的邀请是专为我个人，那么确实地向我发出。当然，我向祢的回应是：「好！」祢在我的生命中显示的忠诚和爱，是如此的深远和广阔，我又怎可以说「不」呢？

我不知道反应「好」，会把我带到哪里。祢的邀请是温柔的，不是令我感到恐惧或焦躁不安的。祢要求我改变生命的焦点，好让我更能活出自己。有时候我会疑惑，祢的邀请会把我带到那里，或会怎样转变我的生命，我感到有一点惧怕，但无论如何，我知道如果我答应祢的邀请，我会更符合祢创造我的意愿，我会变得更实在，更忠于真实的自己。

主，我开始明白，我说「好」所带来的结果并不重要，重要的是我那「好」的回应，是我深切渴望与祢同在，跟随祢，并以祢所显示的方式来侍奉你。

我极其盼望把自己完全交出，完全投入我那个「好」的回应，和祢的怀抱里。主，请帮助我，不要让我对那个「好」的反应感到迟疑。主，让我紧握祢的手，而不是惦记着我的恐惧。

「为过去的一切，感谢祢。为将来的一切，我说：好！」

是的，主，我在这里。我说：好！好！

## 第十一周阅读材料

「我愿意去，请派遣我！」

☆ 依撒意亚/以赛亚书 6:1-8

「甚么礼物能够报答上主赐给我的礼物呢？」

☆ 圣咏集/诗篇 116

「应当欢乐，因你们的名字已记在天上了。」

☆ 路加福音 10:1-8; 17-21

「你比他们更爱我吗？」

☆ 若望/约翰福音 21:15-19

## 祈祷

开始的祈祷（与前一周相同）

若我们能以宽大和慷慨的心，朝向我们的创造者和上主，以这个态度来进入神操，并向祂献上我们所有的意志和自由，那我们的至高者将会按着祂的圣意，为我们安排一切有关我们的事情。我们若能这样经历神操，将会得着莫大的益处。（神操 # 5）

在做预备的祈祷时，我会恳求上主，我的上主，赐我恩宠（恩典），让我所有的意向、行动和工作，皆能够指向称颂和服务我的至高者。（神操 # 46）

### 每天开始的祈祷

上主，我多么祈盼能好好准备这个时刻，  
我愿意献上我所有的预备和专注，并守候在祢面前。  
我的意向，求祢来澄清和洁净。  
我的渴望常互相矛盾。

我的生活似乎充满着忙碌，  
我所追逐的事物，其实并不重要，亦不能存留到永远。  
我晓得，倘若我把我的心呈献给祢，  
那我将会跟随着我的新心去做每一件事。

愿我今天的所是、今天的所作所为、  
我一切的遭遇、我的反省、  
甚至是我的挫败和缺点，  
都安放在你掌心之中。

上主，我的生命在祢的手中，  
恳请祢容许我，在这一天向祢献上称颂！