

## 网上避静（退修）指引——第二十周

### 旷野中的诱惑

#### 引导



最大的自我揭露，莫过于将自己面对的诱惑显露人前。在这一周的默观祈祷之中，耶稣向我们揭示祂在哪些事情上挣扎过。随着我们越来越渴望认识耶稣，我们对祂的感情越来越深厚，我们渴望在耶稣的使命中与祂同在，这份渴望成为一股巨大的吸引力，牵引着我们了解耶稣的挣扎。当耶稣向我们揭示祂自由地奉行上主旨意的心路历程，我们知道耶稣了解我们对追求心灵自由的渴望。

本周的默观祈祷有几个重要的元素，帮助建构我们的反省。

*耶稣没有逃避引诱。事实上，是上主的圣神（圣灵）引导祂到荒野（旷野），去面对这些恶魔的。*

**耶稣先禁食，祂要使自己清贫、做好准备、警醒及饥饿。**

**耶稣要面对祂的自我认同问题。对祂的引诱是有关「祂的为人」及「祂是谁」的试探。**

**耶稣要运用祂个人的力量，为祂自己迎战诱惑，而不是为别人。**

自由就是要在面对诱惑时，能运用个人的力量，释放自己。恶魔总是将焦点放在我们的饥渴和惧怕饥饿上。重视自我使我们不能自由地为别人献出自己。福音告诉我们，耶稣明白这种诱惑，祂学习以上主的话做慰藉，这样祂就可以自由地被擘开成为我们的食粮。

要真正自由，我们就要检视自己，有没有运用上主所赐的能力去吸引他人。运用所得的神恩（恩赐）去操控别人，是一个悲剧。当我们只是渴望得到别人的注意、肯定及被他人喜欢和接纳，我们的内心是空虚的。耶稣面对过这些诱惑，祂选择拒绝自大地运用祂的神恩（恩赐），祂选择了自由。祂的首选是将自己献给上主，纵使祂为此变得不受欢迎，对他人没有吸引力，甚至被拒绝，祂仍然可以欣喜地接受，只要能帮助祂成就祂的使命 -- 侍奉世人。

对自由的渴望使我们渴望得到自己王国。我要搜集、成就、获得甚么？我要如何才能被别人认可，并肯定自我价值？耶稣知道这些诱惑，祂选择生活在以下的祷文所代表的自由里：「国度、权力及荣耀全是祢的，从现在直到永远。」善用以下的帮助，支持这一周的默观祈祷。在本周的每一日，这些诱惑和耶稣所选择的自由，可以成为我们意识的一部份。当我们对耶稣的爱不断增长，我们在基督的自由里与祂同在的渴望也同时增长。

## 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。

开始这一周的默想是容易的，请先阅读玛窦（马太）福音和路加福音中记载有关耶稣所受的诱惑，接下来，把这些经文放在一旁，当我们默观耶稣被引诱的奥迹（事件）时，最重要的是要进入思考这些事迹的意义。

我们可以问：我被引诱的时候会发生甚么事情？这将有助于我们的反省。面对引诱的时候，某部份的我是否真的也很想要这些诱惑我的东西？不管那诱惑是吃一大包薯条，或是一整盒巧克力，还是一些更严重的事情。「想要或渴望」和「内心坚信这是于我无益」两种信念，正在进行一场拉锯战。耶稣在饥饿中被引诱去把石头变成麩包，这是什么意思呢？这不只是轻率地运用神奇能力的诱惑，这当中必定涉及内心的挣扎。

在本周工作之余的时间，我们可以反省，当耶稣渴望满足自己，祂经历的内心挣扎究竟是怎么一回事，有甚么具体的、个人的例子在脑海里浮现？

我们可能要在繁忙的日程中，腾出一些时间作个别祈祷。通过想像，默想一个场景，见证耶稣被引诱的经过。我可以成为场景中的一个角色，发现自己因为对主的钦佩和爱情而感动，因为主所赐予的自我启示恩典而被触动。我可以用这种方式反省每一个诱惑。

在这星期的默想中，我们可以通过避静（退修）中曾经运用过的默想模式获益。早上起床时，我可以集中注意本周的主题及今天渴望得到的：就是那位以祂的生命来爱我，而我也对祂的了解和爱越来越深的耶稣，今天，我渴望从祂哪里得到更深的顿悟。

本周的每一天，我不只可以运用工作以外的时间，反省耶稣被引诱的影像，还可以仔细想想这些奥妙的事件，是如何在我每天的生活中发生。假如耶稣真的跟我一样被诱惑，我可以通过自己每天遇到的诱惑，更具体的反省耶稣面对的诱惑，并进一步认识祂的心境和性格。每次当我感到被诱惑而动怒，或变得愤世嫉俗、渴望操控别人、不愿意跟他人合作、不诚实、待人不公、冷漠甚至自私，我就可以明白耶稣的内心感受。

最后，每晚临睡前，我可以用短短的时间，以自己的话语，表达我的感激，就像朋友间的交谈——说出我的感受，并向主提出我的渴望。

## 给这趟旅程

这一周，我们与「聆听中的耶稣」一起祈祷。过去一周，我们看到因为祂的受洗，使大家认识祂是基督，祂听见天父公开宣称祂是上主所钟爱的。

在玛竊（马太）福音，耶稣的洗礼发生在第三章结束时。玛竊（马太）以耶稣聆听诱惑者的一幕作为新一章的开始。依纳爵也采用同样的次序。因耶稣已听到天父任命祂的声音，所以祂可以自由地面对那出于非任命或不可信的邪恶的诱惑。

我们进入默观的场景去观看和聆听自己、魔鬼邀请的吸引力、以及耶稣单纯的自我接纳。耶稣不只是拒绝了诱惑，祂更诚实地接纳了自己。我们觉醒到财富、权力和渴望控制他人的吸引力，这些都是我们寻找和表达「脆弱的自我」的不同方式。依纳爵给予那些愿意跟随耶稣的人一个经验，拒绝来自物质和社会认可的任何虚假身份。耶稣听到并相信了上主，祂在生命中实现了对天父的信任，成就了天父亲口说「耶稣是谁」的旨意。

本周，我们一边祈祷一边看着魔鬼试图指责耶稣的情形，那是一场充满张力的辩论，它鼓励我们要忠实地面对自己内心的张力，因为我们对上主认为「我们是谁」的意识十分脆弱。邪恶的那一位不断地制造假象，以挑战我们的尊严、接受主的任命及其神圣性。我们都接受了基督的洗礼及祂的尊严，同时我们也听到另一种声音，不断要我们背弃那个上主所创造和基督所祝福的「我」。

当诱惑者离开，我们可能听到耶稣因心灵得到释放而喘一口气。也许那是感恩的祷告，以及因祂清楚知道自己是谁，而能平静的表达对主的信任。耶稣知道诱惑者会在祂的生命中以不同的方式出现，祂接受任命的洗礼会不断的受到挑战。我们可能看见耶稣独自在歇息，但祂并不孤单，祂开始体验自己与天父的结合——一个绝对不需要把石头变成饼来证明的事实。

透过神操的默观祈祷，依纳爵邀请我们要怀着信心，在上主的爱护中前行，而不是依赖神迹和证据作旅途上的拐杖。我们被召叫参与的朝圣之旅是艰辛的，是违反世俗的生活方式和我们对地图、路标和保证的渴求。这一周，我们要耐心地祈祷，并仔细观看耶稣有意地转向我们，邀请我们拾起脆弱的生命，进入祂和我们的未来。

## 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。

亲爱的耶稣：

祢是多么的人性化！感谢祢邀请我与祢一起面对诱惑。在这脆弱的时刻，能与祢同在，我深受感动。我知道祢经过四十天没有进食，祢必定饿了，但是魔鬼提议祢把石头变成饼，并非单纯的要祢行出神迹，那是关于祢在饥饿的时候，如何抵挡能满足即时需要的诱惑。祢要按照上主的旨意终止禁食，而不是回应一个世俗的动机（填饱肚子）。

祢需要搏斗的是更大的诱惑，就是要祢光荣（荣耀）自己。魔鬼邀请祢做的，看来并不是甚么坏事，魔鬼承诺给祢权力和光荣（荣耀），要证明自己，迫使人们视祢为一个有能力和重要的人，这是多大的引诱！

我看着你在挣扎，起先你告诉自己这是一件好事情，可增进你的事奉，让你接触更多的人。但是你知道要停下来，把诱惑带到上主、你的父、你生命的源头跟前。当你谦恭地祈祷，你知道自身的光荣（荣耀）不是你想要的，你渴望有足够的自由，免于自我陶醉，你最深的渴望是事奉上主，你绝不可能接纳权力和尊崇——除非这是从上主而来的。

亲爱的朋友，我怎样才可以从你学习到这样的力量？我有多少次向诱惑低头，并在做决定的时候，只顾满足自己、逃避羞辱、或被视为成功的渴望，而不是遵从上主对我的旨意？帮助我只渴望事奉上主，请把我从成就和被褒奖的陷阱中释放出来，让我感受到自由的喜乐。

随着我对你的认识加深，我渴望更加酷似你，追随你的生活。感谢你的友谊，感谢你与我同在，并如此深入的邀请我。

## 第廿周阅读材料

「撒殚（撒但）试探祂」

☆ 马尔谷/马可福音 1:12-13

「圣神（圣灵）领耶稣前往旷野」

☆ 若马窦/马太福音 4:1-11

「魔鬼用尽了各种试探后，就离开了耶稣，再等时机」

☆ 路加福音 4:1-13

## 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，并守候在你面前。我的意向，求你来澄清和洁净。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！

**救我们免于凶恶（脱离凶恶）——主祷文**