

網上避靜（退修）指引——第五周

導引——罪帶來的混亂：令人難以置信的叛逆



我們在過去數周享受和欣賞怎樣與我們的人生目標和諧共處，及被那些能彰顯人生目標的人所啓迪。現在我們要來看另一幅圖畫。鐸尼神父這張相片展示出一個被炸彈襲擊過的波士尼亞村莊，它象徵人類因抗拒上主和祂對我們、對人類的旨意所帶來的罪惡。

為何我們本周要進入這個課題呢？因為我們要目睹、要嘗試瞭解**罪**是怎麼一回事——一種對上主的叛逆，是令人難以置信的叛

逆。我們不是指一般沒有人需負責的「社會不公義」。我們希望可以更深層地醒覺到我們的世界正潛藏著向上主的恩寵（恩典）全然的傲慢和匪而所思的對抗。為何要進入這個課題呢？因為我們不曾看清楚罪的真面目。我們這樣做是要在耶穌基督為世人的罪惡死而復活的奧秘之中，更深入領會上主的慈愛和祂的憐憫。

所以，本周我們將會見到兩種圖像：

- ✧ 那些代表著世人的罪惡
- ✧ 主耶穌在十字架上的模樣，將我們從罪惡和死亡的威嚇中釋放出來。

阻礙我們跟上主建立關係的敵對者，祂絕對不希望我們因著對罪惡的了解，揭露罪的真面目，從而加添智慧。雖然我們都是罪人，但這裡所指的**不是我們個人的罪**，我們本周之目的，是要重燃我們的文化似乎已經失去的——對罪惡的認知。

在本周，我們會反復回顧歷史並想像暴力、無情、不公義、虐待、貪婪、戀棧權力所帶出來的每一副圖畫——即人類對上主的叛逆。這些行為使人類偏離上主，那原來要我們稱頌、尊崇和侍奉，並借著萬事萬物去達至祂旨意的上主。

我們在本周將經歷多少次拒絕上主被稱頌、被尊崇、被服侍的權利呢？我們又有多少次敬拜其他虛假的神呢？多少次以暴力壓迫人性的尊嚴？我們會經歷多少欺詐、不公平、羞恥、腐敗呢？我們要感受一下人世間的罪惡所產生的威力，並毫無懼怕地發掘它的領域。

我們的目的不是要批判，也不是要對犯罪的人表達忿怒；我們只是要體驗罪惡所代表的**忘恩負義及疏離上主的驕傲**。我們正感受到這種**混亂是多麼的錯**。

如果沒有上主的慈愛和恩慈的回應（即本周引領我們默想的第二幅圖像），我們對罪惡的認知會叫我們難以承受。世人的罪已經由耶穌在十字架上以祂的聖體（身體）、聖血（寶血）所洗滌。

讓我們以感謝上主浩大憐憫作為每一天的結束。

進入本周的實際指引

這裡是一些具體的幫助，去準備我們進入本周的避靜，好使我們從中得到最大的收穫。

這星期是重要的一周，我們將見到避靜（退修）過程的自然進展。這一周的練習是建基在上幾周所領受的恩寵（恩典）之上，正如未來的日子將建基於本周的恩寵（恩典）之上。本周，我們要來醒察一些我們平日不曾反省的真相。為著使這周的默想更有果效，這裡有一些實際的建議。

留心每一天的開始和結束，這將有助我們每天的專注。當我每天早上起床，穿上鞋子和衣服，用少許時間，默想我今天要獲得的恩寵（恩典）：更深入認識罪的真相。我可以這樣禱告：「上主，請讓我看見和感受到罪惡的嚴重性，它似乎正統治著我們的世界。上主，我也盼望被彌（祢）那深度的慈愛和憐憫所感動。」在每天的終結，讓主耶穌在十字架上的影像來代替那些可怕的影像。每一天晚上，嘗試回到這個影像，讓它變得越來越真實。也許，我可以默想自己帶著感謝的心跟耶穌談話；也許，我可以默想自己跟已復活的耶穌面對面談話，就像祂在眼前一樣；請求祂向我顯示祂手上、腳上和肋旁的釘孔——這是上主慈愛力量的明證。

我們需要花點努力去進入本周的默想內容，但這是有價值的。波士尼亞恐怖襲擊的相片是我們一睹世界上各種令人難以置信（駭人聽聞）的罪惡的一道門。我想到歷史上所有的戰爭和暴行皆源自一些領袖或一些人的權力欲。我想到那些無辜的兒童連體驗自由和自尊的一點點機會都被剝奪。我想像那些結構性的貪污為人類所帶來的沉重代價。我記起有些我所愛的人和朋友成了罪惡的受害者。或許我也經驗過好些悲劇——一個照顧者沒有懷著愛心去照顧有需要的人，或是被所愛的人出賣。

我的情緒和對工作及家人的態度如何能夠不受本周默想所帶來的**哀傷**、**義怒**影響？我們就是要這些**哀傷和義怒**喚醒我們的心靈，除去我們的漠視，讓我們感受到罪惡的力量。**與此同時**，我們也要感受到上主的響應所發出的大能。這一周的默想不該使我們**沮喪**，反之，它該為我們帶來**希望**。

我們只要刻意留心默想本周的重點，我們將獲得很大的恩寵（恩典）：讓我們向上主懇求恩寵（恩典），好叫我們能夠看見世上粗暴和反叛的罪行，也看見上主借著耶穌為世人的罪而死亡所彰顯的憐憫和愛。

寫下一個你所獲得的恩寵（恩典），與其他人分享，把它電郵給其他人，這途徑都能夠幫助你深化個人的體驗。

到了本周中期，我們可以問問自己進展如何。我們可以問：「目睹世人的罪行和邪惡，使我感到困難嗎？我有沒有感到極度憤怒？當我見到世人的罪行和邪惡，這能夠加深對上主之憐憫的感激嗎？我會為此感到困難嗎？」

給這趟旅程

帶著自己的罪或世人的罪去祈禱，必然不會是一個令人欣喜的經驗。有人說：「罪惡根本沒有新意。」沒有人喜歡去留意暴風或戰爭帶來的禍害及破壞。一個人越是感覺敏銳，就越會逃避去看、去想起暴力和仇恨的醜惡。

在我們為罪惡禱告的時候，我們要問的問題是：到底罪疚感是一項恩寵（恩典）或只是一條在邊緣上的切線。也許我可以這樣說：一幅畫會否從它的畫框獲益呢？很明顯，畫框應該把人的視線集中在它所規範的東西。當我們留心罪惡所帶來的反叛和忘恩負義時，我們要分辨那幅畫是甚麼，而畫框又是甚麼？

對於大部份的人，整幅畫布被我們的罪填滿了，畫框象徵主耶穌對世界和我們沒有明確規範的愛。

對於按著指引祈禱的人，情況卻剛剛相反。主耶穌對我們和對世界的愛永遠是畫的中心。我們越抗拒生活在這份愛的當中、越不信任這份愛，就越發突顯主耶穌對我們和對世界的愛。我們的罪是耶穌站在歷史畫布的中心位置的原因。

家父是一位律師。他律師行的座右銘是：「沒有適當的代表，才是最慘痛的傷害。」我們最惡劣的罪行是那些我們抓緊不放、不肯承認，並且不願意讓耶穌帶進十字架的罪行。耶穌在十字架上不但代表我們，祂從新引領我們進入祂所愛的世界，並且將這愛的世界賜給我們，作為我們的慰藉。

如果罪疚感是畫框，引導我們去體會並接受耶穌赦罪所帶來的自由，罪疚感就是真正的恩寵（恩典）。相反，當罪疚感令我們執著，不肯饒恕，它就變成了一條分散人注意上主恩寵（恩典）的切線。我們讓罪疚感將靈魂推向自我毀滅的深淵，同時希望上主看見我們的自我懲罰而對我們施以憐憫。這個想法把上主擺在我們生命的週邊而不是中心。上主不是一個旁觀者，也不是一個藝術的品評者。

依納爵的靈修呼喚我們回到真正的自由；就是接受上主，讓自己被愛——無論是現在的我或是讓將來的我。在本周的祈禱，我們可以對自己誠實而不抱著負面的思想嗎？

禱文

親愛的上主：

我現在有點混亂。在過去的四星期，我借著這些美麗的，關於母親的、兒童的、景物的和快樂的人的相片禱告。在禱告中，我感到愛與和諧。可是本周的相片中只是一個被炸毀過的村莊，

一片頹垣敗瓦；就是這樣一片荒涼的相片，夾雜在一連串其他相片的調子裡；我知道祢存在於愛與和諧中，但祢也在滅亡之中嗎？

看著這張相片時，我幾乎不知道該怎樣祈禱。我想為那些失去家人和住所的人祈禱，為那些因此而生活有所改變的人祈禱。我希望這些人能夠從祢那裡得到支持，在受創傷的生命中，得到一點似乎不可能的平安。

當我再看這相片時，我想到那些遠離祢、用這種毀滅的行為傷害自己同胞的人。是甚麼事情引致人類會這樣對待他人呢？當祢看著我們、祢所創造的人類彼此相殘的時候，祢的心情又會如何呢？

我也想到我的家庭。如果我花很多時間來做一份禮物給我的女兒，想著這必定會令她很快樂和討她喜悅。倘若她對禮物只看一眼，向我道謝，卻把它棄置在暗室之中，我的感受會如何呢？我不禁大膽的想，祢會跟我有相同的感受嗎？

上主，請幫助我在本周感受到罪——就是對祢的一種拒絕。幫助我突破對正視罪惡的抗拒。擴闊我的眼界，使我明白罪惡是甚麼，就是我們不懂得感謝祢創造生命，並賦與其目的及意義。我希望鄙視邪惡，就像我棄絕那些傷害自己的事情一樣。我希望有敏銳的觸覺去辨認出自私的態度是如何毀滅並顛覆祢創造的目的和計畫。

當我舉目仰望十字架上的祢，請幫助我去感受祢如何擁抱我們的邪惡，把它全都放在祢自己的身上。我要用怎樣的心情、怎樣的話來跟祢說「感謝」呢？請讓我不要忘恩負義，漠視祢那自我犧牲的禮物，把我從罪和死亡的滅亡狀態之中拯救出來。

（注意：你可以按照禱文來祈禱，或是以它們作為參考，然後向上主呈獻你個人的禱詞。）

第五周閱讀材料

陶匠手中的泥：

- ✧ 依撒意亞 / 以賽亞書 29:15-16
- ✧ 依撒意亞 / 以賽亞書 45:9-10
- ✧ 耶肋米亞 / 耶利米書 18:1-4,12

上主怎樣處理我們的罪：

- ✧ 哥羅森書 / 歌羅西書 2:9-15

祈禱

若我們能以寬大和慷慨的心朝向我們的創造者和上主，以這個態度來進入神操，並向祂獻呈我們所有的意志和自由，那我們的至高者將會按著祂的聖意，為我們安排一切有關我們的事情。我們若能這樣經歷神操，將會得著莫大的益處。(神操 # 5)

在預禱 (Preparatory Prayer) 時，我會懇求上主，我的上主賜我恩寵 (恩典)，讓我所有的意向、行動和工作皆能夠指向稱頌和服務我的至高者。(神操 # 46)

~~~~~

## 每天開始的祈禱

上主，我甚願為這個時刻盡上最好的準備。  
我願意獻上我所有的預備和專注，並守候在祢面前。

我的意向，求祢來澄清和潔淨。  
我的渴望常互相矛盾。

我的生活似乎充斥著忙碌，  
我所追逐的事物，其實並不重要，亦不能存到永遠。  
我曉得，倘若我把我的心獻呈給祢，  
那我將會跟隨著我的新心去做每一件事。

願我今天的所是，今天所作，  
願我一切的遭遇，我的反省，  
甚至是我的挫敗和缺點，  
都安放在祢掌心之中。

上主，我的生命在祢的手中。  
懇請祢容許我，在這一天向祢獻上稱頌！

## 聖詠集/詩篇 10

## 聖詠集/詩篇 73



## 感恩經第四式

聖父、我們感謝祢、顯揚祢，實在是理所當然的

聖父，我們頌揚祢，因為祢是偉大的，祢以大智大仁創造了萬物。祢按照祢的肖像（形像）造生了人類，使人管理世界，統馭萬物，事奉祢、唯一的造物主。人雖然違背了祢的命令，失去了祢的恩寵（恩典），祢並沒有棄置不顧，任其喪亡，反而大發慈悲，向所有的人伸出援助的手，使尋求祢的人都能找到祢。祢多次與人訂立盟約，並借著先知教導眾人，期待救恩的來臨。聖父，祢愛世人如此之深，時期一滿，祢就派遣祢的唯一聖子，作我們的救主：祢因聖神（聖靈）降孕，由童貞瑪利亞誕生，除了罪過，度著和我們一樣的生活。祢對貧窮的人傳佈救恩，向被奴役的人宣告自由，給憂苦的人帶來喜樂。祢為完成祢的計畫，舍生受死，又從死人中復活，摧毀了死亡，再造了生命。

祢為我們死而復活，是要我們不再為自己生活，卻要為祢而生活：因此，聖父，祢由禰派遣了聖神（聖靈），作為信友（信徒）的第一大恩，使聖神（聖靈）在人間完成祢的事業，聖化一切。