

网上避静（退修）指引——第五周

导引——罪带来的混乱：令人难以置信的叛逆



我们在过去数周享受和欣赏怎样与我们的
人生目标和谐共处，及被那些能彰显人生
目标的人所启迪。现在我们要来看另一幅
图画。铎尼神父这张相片展示出一个被炸
弹袭击过的波斯尼亚村庄，它象征人类因
抗拒上主和祂对我们、对人类的旨意所带
来的罪恶。

为何我们本周要进入这个课题呢？因为我
们要目睹、要尝试了解**罪**是怎么一回事

——一种对上主的叛逆，是令人难以置信的叛逆。我们不是指一般没有人需负责的「社会不公义」。我们希望能更深层地醒觉到我们的世界正潜藏着向上主的恩宠（恩典）全然的傲慢和匪而所思的对抗。为何要进入这个课题呢？因为我们不曾看清楚罪的真面目。我们这样做是要在耶稣基督为世人的罪恶死而复活的奥秘之中，更深入领会上主的慈爱和祂的怜悯。

所以，本周我们将会见到两种图像：

- ✧ 那些代表着世人的罪恶
- ✧ 主耶稣在十字架上的模样，将我们从罪恶和死亡的威吓中释放出来。

阻碍我们跟上主建立关系的敌对者，祂绝对不希望我们因着对罪恶的了解，揭露罪的真面目，从而加添智慧。虽然我们都是罪人，但这里所指的不是我们**个人的罪**，我们本周之目的，是要重燃我们的文化似乎已经失去的——对罪恶的认知。

在本周，我们会反复回顾历史并想象暴力、无情、不公义、虐待、贪婪、恋栈权力所带出来的每一副图画——即人类对上主的叛逆。这些行为使人类偏离上主，那原来要我们称颂、尊崇和侍奉，并借着万事万物去达至祂旨意的上主。

我们在本周将经历多少次拒绝上主被称颂、被尊崇、被服侍的权利呢？我们又有多少次敬拜其它虚假的神呢？多少次以暴力压迫人性的尊严？我们会经历多少欺诈、不公平、羞耻、腐败呢？我们要感受一下人世间的罪恶所产生的威力，并毫无惧怕地发掘它的领域。

我们的目的不是要批判，也不是要对犯罪的人表达忿怒；我们只是要体验罪恶所代表的**忘恩负义及疏离上主的骄傲**。我们正感受到这种**混乱是多么的错**。

如果没有上主的慈爱和恩慈的回应（即本周引领我们默想的第二幅图像），我们对罪恶的认知会叫我们难以承受。世人的罪已经由耶稣在十字架上以祂的圣体（身体）、圣血（宝血）所洗滌。

让我们以感谢上主浩大怜悯作为每一天的结束。

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，好使我们从中得到最大的收获。

这星期是重要的一周，我们将见到避静（退修）过程的自然进展。这一周的练习是建基在上几周所领受的恩宠（恩典）之上，正如未来的日子将建基于本周的恩宠（恩典）之上。本周，我们要来醒察一些我们平日不曾反省的真相。为着使这周的默想更有果效，这里有一些实际的建议。

留心每一天的开始和结束，这将有助我们每天的专注。当我每天早上起床，穿上鞋子和衣服，用少许时间，默想我今天要获得的恩宠（恩典）：更深入认识罪的真相。我可以这样祷告：「上主，请让我看见和感受到罪恶的严重性，它似乎正统治着我们的世界。上主，我也盼望被弥（祢）那深度的慈爱和怜悯所感动。」在每天的终结，让主耶稣在十字架上的影像来代替那些可怕的影像。每一天晚上，尝试回到这个影像，让它变得越来越真实。也许，我可以默想自己带着感谢的心跟耶稣谈话；也许，我可以默想自己跟已复活的耶稣面对面谈话，就像祂在眼前一样；请求祂向我显示祂手上、脚上和肋旁的钉孔——这是上主慈爱力量的明证。

我们需要花点努力去进入本周的默想内容，但这是有价值的。波斯尼亚恐怖袭击的相片是我们一睹世界上各种令人难以置信（骇人听闻）的罪恶的一道门。我想到历史上所有的战争和暴行皆源自一些领袖或一些人的权力欲。我想到那些无辜的儿童连体验自由和自尊的一点点机会都被剥夺。我想象那些结构性的贪污为人类所带来的沉重代价。我记起有些我所爱的人和朋友成了罪恶的受害者。或许我也经历过好些悲剧——一个照顾者没有怀着爱心去照顾有需要的人，或是被所爱的人出卖。

我的情绪和对工作及家人的态度如何能够不受本周默想所带来的**哀伤**、**义怒**影响？我们就是要这些**哀伤和义怒**唤醒我们的心灵，除去我们的漠视，让我们感受到罪恶的力量。**与此同时**，我们也要感受到上主的响应所发出的大能。这一周的默想不该使我们**沮丧**，反之，它该为我们带来**希望**。

我们只要刻意留心默想本周的重点，我们将获得很大的恩宠（恩典）：让我们向上主恳求恩宠（恩典），好叫我们能够看见世上粗暴和反叛的罪行，也看见上主借着耶稣为世人的罪而死亡所彰显的怜悯和爱。

写下一个你所获得的恩宠（恩典），与其它人分享，把它电邮给其它人，这途径都能够帮助你深化个人的体验。

到了本周中期，我们可以问问自己进展如何。我们可以问：「目睹世人的罪行和邪恶，使我感到困难吗？我有没有感到极度愤怒？当我见到世人的罪行和邪恶，这能够加深对上主之怜悯的感激吗？我会为此感到困难吗？」

给这趟旅程

带着自己的罪或世人的罪去祈祷，必然不会是一个令人欣喜的经验。有人说：「罪恶根本没有新意。」没有人喜欢去留意暴风或战争带来的祸害及破坏。一个人越是感觉敏锐，就越会逃避去看、去想起暴力和仇恨的丑恶。

在我们为罪恶祷告的时候，我们要问的问题是：到底罪疚感是一项恩宠（恩典）或只是一条在边缘上的切线。也许我可以这样说：一幅画会否从它的画框获益呢？很明显，画框应该把人的视线集中在它所规范的东西。当我们留心罪恶所带来的反叛和忘恩负义时，我们要分辨那幅画是甚么，而画框又是甚么？

对于大部份的人，整幅画布被我们的罪填满了，画框象征主耶稣对世界和我们没有明确规范的爱。

对于按着指引祈祷的人，情况却刚刚相反。主耶稣对我们和对世界的爱永远是画的中心。我们越抗拒生活在这份爱的当中、越不信任这份爱，就越发突显主耶稣对我们和对世界的爱。我们的罪是耶稣站在历史画布的中心位置的原因。

家父是一位律师。他律师行的座右铭是：「没有适当的代表，才是最惨痛的伤害。」我们最恶劣的罪行是那些我们抓紧不放、不肯承认，并且不愿意让耶稣带进十字架的罪行。耶稣在十字架上不但代表我们，祂从新引领我们进入祂所爱的世界，并且将这爱的世界赐给我们，作为我们的慰藉。

如果罪疚感是画框，引导我们去体会并接受耶稣赦罪所带来的自由，罪疚感就是真正的恩宠（恩典）。相反，当罪疚感令我们执着，不肯饶恕，它就变成了一条分散人注意上主恩宠（恩典）的切线。我们让罪疚感将灵魂推向自我毁灭的深渊，同时希望上主看见我们的自我惩罚而对我们施以怜悯。这个想法把上主摆在我们生命的外围而不是中心。上主不是一个旁观者，也不是一个艺术的品评者。

依纳爵的灵修呼唤我们回到真正的自由；就是接受上主，让自己被爱——无论是现在的我或是让将来的我。在本周的祈祷，我们可以对自己诚实而不抱着负面的思想吗？

祷文

亲爱的上主：

我现在有点混乱。在过去的四星期，我借着这些美丽的，关于母亲的、儿童的、景物的和快乐的人的相片祷告。在祷告中，我感到爱与和谐。可是本周的相片中只是一个被炸毁过的村庄，

一片颓垣败瓦；就是这样一片荒凉的相片，夹杂在一连串其它相片的调子里；我知道祢存在于爱与和谐中，但祢也在灭亡之中吗？

看着这张相片时，我几乎不知道怎样祈祷。我想为那些失去家人和住所的人祈祷，为那些因此而生活有所改变的人祈祷。我希望这些人能够从祢那里得到支持，在受创伤的生命中，得到一点似乎不可能的平安。

当我再看这相片时，我想到那些远离祢、用这种毁灭的行为伤害自己同胞的人。是甚么事情引致人类会这样对待他人呢？当祢看着我们、祢所创造的人类彼此相残的时候，祢的心情又会如何呢？

我也想到我的家庭。如果我花很多时间来做一份礼物给我的女儿，想着这必定会令她很快乐和讨她喜悦。倘若她对礼物只看一眼，向我道谢，却把它弃置在暗室之中，我的感受会如何呢？我不禁大胆地想，祢会跟我有相同的感受吗？

上主，请帮助我在本周感受到罪——就是对祢的一种拒绝。帮助我突破对正视罪恶的抗拒。开阔我的眼界，使我明白罪恶是甚么，就是我们不懂得感谢祢创造生命，并赋与其目的及意义。我希望鄙视邪恶，就像我弃绝那些伤害自己的事情一样。我希望有敏锐的触觉去辨认出自私的态度是如何毁灭并颠覆祢创造的目的和计划。

当我举目仰望十字架上的祢，请帮助我去感受祢如何拥抱我们的邪恶，把它全都放在祢自己的身上。我要用怎样的心情、怎样的话来跟祢说「感谢」呢？请让我不要忘恩负义，漠视祢那自我牺牲的礼物，把我从罪和死亡的灭亡状态之中拯救出来。

（注意：你可以按照祷文来祈祷，或是以它们作为参考，然后向上主呈献你个人的祷词。）

第五周阅读材料

陶匠手中的泥：

- ✧ 依撒意亚 / 以赛亚书 29:15-16
- ✧ 依撒意亚 / 以赛亚书 45:9-10
- ✧ 耶肋米亚 / 杰里迈亚书 18:1-4,12

上主怎样处理我们的罪：

- ✧ 哥罗森书 / 歌罗西书 2:9-15

祈祷

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，并向祂献呈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)

在预祷 (Preparatory Prayer) 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，我甚愿为这个时刻尽上最好的准备。  
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。

我的生活似乎充斥着忙碌，  
我所追逐的事物，其实并不重要，亦不能存到永远。  
我晓得，倘若我把我的心献呈给祢，  
那我将会跟随着我的新心去做每一件事。

愿我今天的所是，今天所作，  
愿我一切的遭遇，我的反省，  
甚至是我的挫败和缺点，  
都安放在祢掌心之中。

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！

## 圣咏集/诗篇 10

## 圣咏集/诗篇 73

## 感恩经第四式

圣父、我们感谢祢、显扬祢，实在是理所当然的

圣父，我们颂扬祢，因为祢是伟大的，祢以大智大仁创造了万物。祢按照祢的肖像（形像）造生了人类，使人管理世界，统驭万物，事奉祢、唯一的造物主。人虽然违背了祢的命令，失去了祢的恩宠（恩典），祢并没有弃置不顾，任其丧亡，反而大发慈悲，向所有的人伸出援助的手，使寻求祢的人都能找到祢。祢多次与人订立盟约，并借着先知教导众人，期待救恩的来临。圣父，祢爱世人如此之深，时期一满，祢就派遣祢的唯一圣子，作我们的救主：祢因圣神（圣灵）降孕，由童贞玛利亚诞生，除了罪过，度着和我们一样的生活。祢对贫穷的人传布救恩，向被奴役的人宣告自由，给忧苦的人带来喜乐。祢为完成祢的计划，舍生受死，又从死人中复活，摧毁了死亡，再造了生命。

祢为我们死而复活，是要我们不再为自己生活，却要为祢而生活：因此，圣父，祢由祢派遣了圣神（圣灵），作为信友（信徒）的第一大恩，使圣神（圣灵）在人间完成祢的事业，圣化一切。