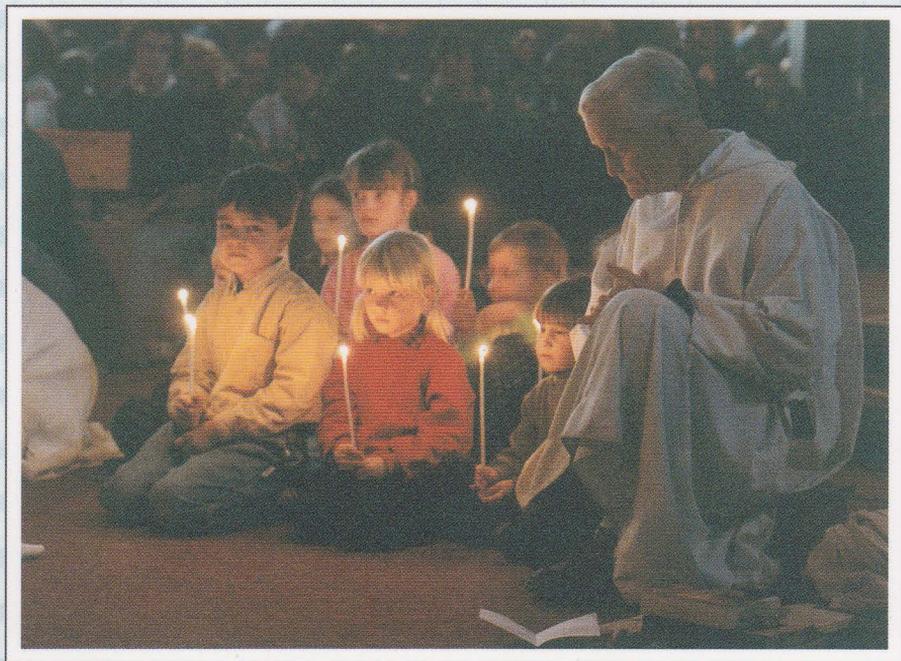


# 心靈 平安之源

---

Brother Roger 著  
山 岩 譯





# 心靈平安之源

Brother Roger 著  
山 岩 譯

---

光啓出版社 發行

# Peace of Heart in All Things

---

Meditations for Each Day of the Year

By Brother Roger  
translated by Immaculata Lee

Copyright : ©1996 Ateliers et Presses de Taizé  
71250 The Taizé Community, France  
Chinese copyright : ©1998 Kuangchi Press, Taipei

## ❖ 目 錄 ❖

序		
一月	1	
二月	13	
三月	25	
聖週與聖神降臨節(五旬節)		36
四月	39	
五月	51	
六月	63	
七月	75	
八月	87	
九月	99	
十月	111	
十一月	123	
十二月	135	
聖經中有關來自信德的信心與心靈平安的章節		147
給天主的信——譯者		154
註：	156	

# 序

本書是為那些渴望在一切中維持心靈平安，並生活在喜樂、簡樸、慈憫中的人們而寫的。

藉著非常簡短的文句，有時候甚至只是幾個字而已，便足以帶我們回歸生命重心，並使我們能夠在時光流逝中鍛鑄內在的自我。

僅需幾個字，我們便能在每一時刻向基督祈禱：「在你內有心靈的平安。」  
當幻滅的沮喪佔據了我們，腳步變得沉重不堪；當某種屬於人性的、善的希求，甚或是對天主的渴求，從我們的生活中消失，我們最深層的內心便冰封凍結了。

我們可以自在地接納心靈的平安，但也可能對它視而不見。當前路受阻於重重事件因而視野模糊不清時，心靈平安就變得更加不可得了。

我寫下這些文字，為了讀者，同時也為我自己。

耶穌，請成為我們的平安。你從未要我們經驗精神頹喪的混亂不安。當我們了解，一切都決定於我們對你的愛的信賴時，我們便聽見你的呼召：「藉著聖神，給你自己一顆在讚美的光彩中，自由接納一切事物的心。」

【一月】

■

❖ 一月一日

凡走在「邁向天主」的旅途上的人，都是從一個開始到另一個開始。你也能像他們一樣，勇敢地跟自己說：「重新開始！將氣餒拋諸腦後，讓靈魂活起來！」嗎？

❖ 一月二日

生命中雖然會有必然的打擊，甚至動盪不安，但是耶穌基督在。他總是跟我們說：「即使在你們經歷最嚴苛的苦難時，我都會在你們的絕望之下……也潛在你們的希望內。」

❖ 一月三日

耶穌，我們心靈的明燈！你從死者中復活後，就不斷地走近我們。無論什麼情況，你總是等著我們，還跟我們說：「凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來，我要使你們安息。」（1）

❖ 一月四日

為那些覺察聖若望的人而言，最令他們著迷的是瞥見了他明晰的洞察力：「天主是

愛」(2)。而且，「基督降世不是來審判世人，反而是藉著他——復活的救主，使世上的每一個人獲救並與主修和。」(3)

#### ❖ 一月五日

抒解人類的痛苦是福音的中心思想。「凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做。」(4) 每當我們和緩了他人的磨難時，就是為主基督而做的，我們與他相遇了。

#### ❖ 一月六日

雖然你們覺得自己的信德好似很薄弱，但是否仍準備心靈以迎接福音的光耀？「黑暗在光中照耀，黑暗絕不能勝過他。」(5)

#### ❖ 一月七日

眾人的天主！祢從不勉強我們，但祢將祢的平安之光存放在每個人內，藉那光的照耀，我們的挫敗與喜悅都能在祢內尋得深奧的意義。

### ❖ 一月八日

許多國家的「垂死之家」是具體有形、找得到的，然而西方文化中的「垂死之家」則是無形無象的。兒童與青少年因被棄養而掛上了一輩子的標籤，他們心靈深處因缺乏愛、因破碎的關係而大受影響。有時候他們孤寂得有如槁木死灰，自覺彷彿身處漆黑全無燈塔的海上；有些人甚至陷於喪失一切生存欲望的絕境。人被拋棄的各類情況難道不是時下生命中最深的重創嗎？

### ❖ 一月九日

應在所有的事件上保持心靈平和、寧謐與喜悅。基督之前的幾世紀，有位信友已經這麼祈禱了：「我的靈魂只安息在天主內，因為我的救援只由祂而來。」（6）而且基督也在福音中向我們保證：「我把平安留給你們，我將我的平安賜給你們。你們心裡不要煩亂，也不要膽怯。」（7）

### ❖ 一月十日

一位基督徒思想家尼尼微的依撒格（Isaac of Nineveh），在基督之後的六世紀就滿懷熱火地寫了下面的句子：「天主能做的就是恩賜祂的愛。」那些了解這明晰事實的

人會自問：「我如何能通傳如此堅實可靠的希望給他人呢？」

❖ 一月十一日

聖神，基督愛的氣息！你在我們靈魂深處鑲嵌了信德。這信德就像一股澎湃的信賴之念，不可勝數地在我們的生命過程中一再重現。它可能只是單純的信任行為，但單純得人人都樂意歡迎它。

❖ 一月十二日

願我們藉著從內湧出的活水而煥然一新。能遠離塵囂、安靜幾天是對的。從前的信者厄里亞，啟程找尋一處能聆聽天主的地方。他爬上位於曠野的一座山，剎時暴風雨交加，大地開始震動搖晃，又燃起熊熊烈火。厄里亞知道天主不在這些自然的爆發中；天主絕不會是地震與自然災害的作者。

之後，一切趨於平靜，吹起輕柔細微的風聲，於是厄里亞蒙住自己的臉，進而了解：天主的聲音在寧靜的氣息中也能使人了解。（8）

❖ 一月十三日

我們團體的一些弟兄已在孟加拉 (Bangladesh) 住了很多年，與最貧窮的人分享生命。其中的一位曾寫道：「在一次颶風過後，鄰居問我們：『為什麼全是災難呢？我們真的得罪了天主嗎？』」其實，讓他們痛苦加劇難耐的，是一種隱約的恐懼：這些都是來自天主的懲罰。

天主絕不會致使懼怕、身心靈極苦或災難。祂參與了那些經歷不可解的苦難之人的痛苦，而且在輪到我們參與時，也使我們有能力去抒緩他人的痛苦。天主既不希望有戰爭、地震，也不希望有意外災難的傷害。天主與此毫無關係，祂是無辜的。

#### ❖ 一月十四日

一則清明的福音見解在長期蒙塵後，開始發光：即使認不出復活基督，他還是在——「與人人合一，絕無例外」。 (9)

#### ❖ 一月十五日

萬愛的天主，當我們的心靈在每件事上懷持著信德時，祢以福音的清新充滿我們。

#### ❖ 一月十六日

能將以下祈禱當成是自己禱詞的人，一定喜樂不已：「主基督！你知道我是誰；我心不對你隱藏任何事。你懂，因你也曾經為人。」而當內在的自我被推往許多不同的方向時，我飢渴的心靈不禁祈禱：「請讓我善度以你——耶穌主基督為磐石的生活；請使我的願望與渴慕合而為一。」

### ❖ 一月十七日

如果某些女人、男人、年輕人及小孩子，未曾在人類的大家庭淪落到最壞情形時，挺身而出，挽救時局。那麼，今日我們會在那裡呢？他們並沒有說過：「順其自然吧！」他們超越了人與人、種族與種族及各種宗教信仰間的藩籬，以信任的態度彼此相待。他們的生命證實了人不是為絕望而受造的。

### ❖ 一月十八日

教會不停聆聽、療傷與和好時，就是她最光亮耀眼的時候，那是一種愛、憐憫、安慰的共融，也是復活主基督光亮的影子。

不冷漠，不自我防衛，從各式各樣的嚴苛中釋放出來，教會能使謙卑信德的信心直直地照耀人的心靈。

❖ 一月十九日

耶穌，我們的喜樂！藉著你恆常的內居，你引領我們獻出自己的生命。就算我們忘了你，你還是愛我們，並賜予我們你的聖神。

❖ 一月廿日

從宗徒、童貞聖母及第一批的信眾開始，就呼籲人類度簡樸與分享的生活。福音喜樂中之一就是要大家越來越崇尚簡單的心靈，心靈簡單就能過簡樸的生活。

❖ 一月廿一日

簡樸並不表示選擇了冷峻嚴苛、不仁慈、評斷他人未走同樣道路的生活。如果簡樸生活變成悶悶不樂的同義詞，又怎麼能領我們進入福音？簡樸的精神透過寧靜喜樂及心靈愉悅的記號而四射。簡樸精神邀請我們以手上僅有的少許作安排，並佈置成自然界簡樸之美。

❖ 一月廿二日

透過我們奉獻自己的生命，復活主基督渴望我們能使他人覺察到在我們身上有火熱

## 與聖神。(10)

無論，我們如何軟弱，都不窒熄這火，不窒熄聖神(11)。愛的奇蹟將在他們內爆裂出火花；而來自信德的謙卑信賴之念亦能如星火燎原傳給他人。

## ❖ 一月廿三日

耶穌，我們的信心，你的福音帶來了如此美好的希望，使我們願意為終身跟隨你而獻出自己。然後，這不可抗拒的問題油然而生：我們喜樂的源頭在哪裡？它就在平安內、在滿溢無限美善的心靈內。

## ❖ 一月廿四日

有個泰澤小孩某天說：「我父親離開了我們，我從來沒有見過他，但是我還是愛他，而且在夜裡，我為他祈禱。」不知道為什麼，這孩子就是活在滿心美善的奇蹟中。

## ❖ 一月廿五日

凡以一顆簡單心靈尋覓和好的人，都能走過各種硬如頑石的困境，正有如初春的溪水在結冰的地上闢道，鑽流而過。

❖ 一月廿六日

一位來自 Bucarest 的東正教神學家 Stani Ioae 神父，曾因自己的信仰而入獄，他所寫的話真是一針見血，最好能牢記心中：

我曾在自己同鄉的身上找尋天主，繼而在書本、概念中尋覓，但是既未帶來平安，也未帶來愛。有一天，當我讀到教父的著作時發現，藉著祈禱有可能真的與天主相遇。我漸漸體會到天主離我很近，祂愛我，而且因心中充滿了祂的愛而能對他人開放；也了解愛是一種與天主、與他人的共融。倘若缺乏這種共融，一切都只是憂傷與悲痛。

❖ 一月廿七日

聖神，奧祕的臨在！祢將我們沈浸在取之不竭的美善中，藉著這美善謙虛信賴的生活在我們內開花結果……我們的心靈變得開朗愉快。

❖ 一月廿八日

為了愛別人而自我控制，能使我們覺醒。不讓自己受制於情緒及易受幻想誇大的看法和感受，也許這就是為自己及他人得享心靈平安的代價。

## ❖ 一月廿九日

當黑暗與疑慮襲擊你時，為什麼不保持點距離呢？這不過是間歇性的懷疑，不會有其他的。為什麼看自己有如乾涸之地呢？當祂的朝露——清晨的露珠出現時，你靈魂的沙漠如久旱逢甘露。

## ❖ 一月三十日

我們的內心是否有恐懼、懷疑或寂寞的深淵？歡欣罷！讓靈魂喜悅罷！來自心中憂慮的深淵呼號另一深淵，即祂（12）的憐憫——取之不盡用之不竭的深愛。令人驚訝的是：信賴近在咫尺，而我們卻常常不自覺。

## ❖ 一月三十一日

基督耶穌！每當我們自以為落寞孤單時，你就在那裡。就算內心有些許你到底不在的疑慮，你也不會少愛我們一點。因著你，主基督，我們願意鼓起勇氣冒險。所以，我們側耳傾聽你的話：「誰若為我的緣故喪失性命，必要獲得性命。」（13）

【二月】

■

❖ 二月一日

沒有什麼比得上一張歷盡一生的悲傷與喜樂、衝突與內在平安的臉龐更美的了。

❖ 二月二日

瑪利亞與若瑟獻耶穌於聖堂時，兩隻鴿子是他們僅有的祭物（1）。而我們不是基督的窮人，找尋祂時，是否也如此摸索前行呢？主基督的雙眼是否也特別關注我們內的軟弱呢？

❖ 二月三日

平安的天主！祢並不要我們心存憂慮，而要我們有顆謙虛悔改的心。這心中的那份信心，能使我們將自己的過失交託給祢。然後，我們藉著內心寬恕之光，漸漸找到心靈的平安。

❖ 二月四日

許多基督徒在祈禱中找到了擔當責任的勇氣。他們將自己沈浸在基督特有的活泉內，而冒信德之險。

## ❖ 二月五日

有一天，聖女大德蘭 (Saint Teresa of Avila) 與十字聖若望 (Saint John of the Cross) 一起用餐，侍者送來了葡萄。

十字聖若望說：「有許多人沒得吃，所以我不吃。」

而聖女大德蘭卻說：「正好相反，我要吃一點，好讚美天主造了如此美味的葡萄。」

## ❖ 二月六日

憐憫人的天主！藉著祢的福音我們發現衡量自己的是與非，是行不通的。重點在於來自信德的謙卑信賴，我們因著這份信賴得以看出天主的純真，並明白「天主所能給予的就是祂的愛」。

## ❖ 二月七日

在不安情境中還敢這樣說的人是有福的：「我好像隻在荊棘樹叢中引吭高歌的小鳥」。(2) 福音難道沒有邀請我們迎接聖神進入我們心靈中仍存孩童心境的一隅嗎？

❖ 二月八日

你如果跟隨主基督的足跡，就不需驚訝他所說的話：「手扶著聲而往後看的，不適用於天主的國。」（3）他竭誠邀請你將苦楚、懊悔，以及一切腐蝕永恆承諾的事物都棄諸腦後。這聲「是」的承諾會昏昏入睡嗎？它不能保持你終生覺醒嗎？

❖ 二月九日

我們是否曾經認為自己已經放棄了主基督？他可是從來不曾放棄過我們。我們是不是覺得已經放棄他了呢？他在啊！這是我們永遠也意想不到的，也超越了我們所能想望的。

❖ 二月十日

耶穌，我們心靈的喜樂！自你復活，你的光就在我們內照耀。儘管我們軟弱、一無所有，但還是要告訴你：「我們雖未曾見過你，但還是愛你（4），而且願意全心全靈地愛你。」

❖ 二月十一日

當怯弱阻礙了你們懇求寬宥，為什麼不勇敢地改以無需言語的肢體動作？伸出你們的手，好讓其他人在上面畫個寬恕的標記——十字架。

#### ❖ 二月十二日

祈禱賦予我們能力，讓我們發現靈魂得以憩息的地方，並且揭示了人肉眼看不見的事實：基督藉著他神祕的臨在，時時與我們同在。即使是顆被磨難所擊潰的心靈都能再度詠唱起：「你的慈悲造訪了我。」

#### ❖ 二月十三日

噢！主基督！你與每個人結合為一，絕無例外。你從死者中復活之後，還療癒了靈魂隱密的傷痛。為每個人而言，這心靈無限美善的大門是敞開的；透過這樣的愛，我們的生命逐漸更新。

#### ❖ 二月十四日

在東南亞一次戰爭接著一次戰爭的年代裡，住在泰澤的我們深受一位天主的僕人的影響，他來自越南。返鄉前，他站在我們中間說出了以下的禱詞，但不久即慘死於家

鄉。

我害怕自己的恐懼；

唯恐離祢而去，上主！

我害怕自己的恐懼；

唯恐無法持守至終。

請別忘記我為祢而活；

請賜予我將整個生命奉獻給祢的恩寵，

請賜予祢的愛，好使我與祢合而為一。

### ❖ 二月十五日

愛的共融就是基督的身體，他的教會。有時言行不一者自有方法進入這愛的共融中，但引起了許多苦楚。我們會因此而逃避這樣的共融？不，絕不！我們所能做的就是向它跑去，如果必須從世界的末端，也要飛奔而去。並分辨這份臨在的奇蹟——復活基督的臨在。

## ❖ 二月十六日

關於童真精神和按照福音的簡樸去生活，一點也不天真幼稚。以上二點與洞察力分開，都需要成熟與無限的勇氣。不但不會使人過於簡單化，更深切地具有敏銳的眼光。

## ❖ 二月十七日

耶穌，我們的平安！你總是藉著聖神來到我們內，而在我們靈魂的最深處總有令人讚嘆的臨在。我們的禱詞也許貧乏至極，但你在我們內為我們祈禱。

## ❖ 二月十八日

疑慮具有腐蝕性，它會使人沮喪、陷入谷底，但總是有道光從上俯射。晦暗並非死寂的夜，也不是漆黑，不致淹沒我們整個生命。主基督的光仍能穿透它。

## ❖ 二月十九日

「耶穌的話好像是一封以我不懂的語言所書寫的、非常老舊的信」的這個意念，在我們翻開福音時，會在心中泛起。因為這些話的作者是愛我的主基督，所以我努力去明

白其中的涵意。而且我會在生命中，將我所能懂的那一點點付諸實行。

#### ❖ 二月廿日

聖神！我們心靈深處有一個渴望，就是透過祢而認識內在的自由；這份自由對我們的生命非常重要，它能打開通往心靈春天的甬道。

#### ❖ 二月廿一日

孩子帶給我們的喜樂何其大呀！誰能適切地描述他們所能傳達的？他們甚至反影出隱而不見的共融。

#### ❖ 二月廿二日

一些東方教會的基督信徒深愛以耶穌的名祈禱，簡單地覆誦耶穌的名字。為某些人而言，這就表示了一種完滿的共融。世界各地其他的基督信徒大都不停地這麼祈禱：「耶穌基督！請勿讓我的黑暗與你說話，請讓我歡迎你的愛。」或重複說著古老的禱詞：「別讓任何事煩擾你們，有主就心滿意足了。」又或者，他們時時刻刻向基督祈求：「在你內有心靈的平安。」而他們也在渴望中找到了平安。

## ❖ 二月廿三日

願意以整個生命跟隨基督的人，不會不知道自己有許多軟弱。信德似乎在生活中消逝時，他們會想起福音中的這番話：「到我跟前來，你們必要找得你們靈魂的安息。」

(5)

## ❖ 二月廿四日

生命的救主！你不希望任何人心靈痛苦。你來了！在我們內發光，照耀了人類苦難的奧秘，也因而開啟了與天主親近的道路。

## ❖ 二月廿五日

心靈受了創傷或屈辱時，信靠天主就能找到平安，無需片刻停留在那些他人冒犯或苛待你的情境中。

## ❖ 二月廿六日

生命中有各種抉擇是直接來自福音的教導，如：寬恕、修和或掙扎著保守忠信。這都是因為基督的緣故而選擇的，也代表我們了對他的愛。

❖ 二月廿七日

基督死後二世紀，一位信友寫道：「天主的召叫為基督徒非常重要，也使他們無法從中逃脫。」（6）從什麼逃脫呢？從信德之活泉粹出的責任中逃匿。

❖ 二月廿八日

人類的天主！當我們以感恩的心將自己交託給祢時，祢帶領我們遠離了疑慮。而且還藉著我們所過的生活，使我們充滿希望地與他人交往。

❖ 二月廿九日

沒有寬恕，沒有修和，人類的未來還有什麼希望呢？而且基督徒沒有了修和，還有未來嗎？

【三月】

■

### ❖ 三月一日

科學與信德被視為相對立的兩面，彷彿必須選擇其一相互對抗，我們的生命深處頗受此影響。以努力獲得的智識來超越默想中逢遇的天主是行不通的。

### ❖ 三月二日

我們不在任何人的額頭上貼標籤，是多麼警醒的事啊！譬如：「焦慮」、「驕傲」、「忌妒」等字眼與人相向，不會沒有後果的，人會輕易冒險假想，或找諸多理由來證實這種判斷。在心中對他人定型，會癱瘓他們整個人格的提昇。

### ❖ 三月三日

基督耶穌！你從起初就在天主內（1）。你降臨人間與我們共同生活時，就使我們能輕而易舉地獲得信德的謙卑信賴。終有一日，我們會說：「我屬於基督，我是屬基督的。」

### ❖ 三月四日

有些基督徒聽見別人說他們的信德是虛幻的，或只是一種無意識、似嬰兒心態的臆

測投射時，就完全失去了方向。疑慮會潛入靈魂內，但是無需恐慌，內在的自由會從疑慮中開啟一條通往信靠的路徑。福音也總是告訴我們：「找！找就找到，千萬別讓你內的火熄滅了。」

### ◆三月五日

我們的生命是否曾經一度枯槁？基督一直在找尋我們，我們每次驚見他時，都有如首度謀面。他即使當時被拒，也絕不排斥繼續與我們比肩同在。

### ◆三月六日

復活的基督！有你偕行，我們從一個發現到另一個發現。當我們努力尋找你要我們做什麼時，就是向聖神開啟了自己的生命。而聖神在我們內成就了我們根本不敢想望的事。

### ◆三月七日

不是每次的祈禱都能傾流大量的愛給基督。熱誠蒸發時，有時「不是復活主基督離我而去，而是我自己缺席了」的事實也就日趨明顯了。

◆ 三月八日

即使年紀輕輕的孩子也能有信靠基督的經驗。偕孩童前往一處祈禱的地方，與他或她站在聖像前，這孩子的生命將被這無形臨在的熱光所溫暖。火燄已經點燃，不久即將在承受恩寵者的心中燃起。

◆ 三月九日

為快樂而快樂，終將成空。心靈平安與寧和的喜悅，將被賦予那些因愛基督而獻出自己生命的人。

◆ 三月十日

生活的天主！祢在基督的聖心中埋葬了我們的過去，而且將照料我們的未來。

◆ 三月十一日

福音從未召叫我們憂鬱，也絕不以悲觀來揣度人類；正好相反，它喚醒了一種平安的喜悅。

## ❖ 三月十二日

為某些人而言，天主是這麼的閃耀奪目，以致於他們看不見，瞎了雙眼，而且還自認是不可知論者。他們所認識天主的就是祂的沈默。

## ❖ 三月十三日

在一切事上心靈平安。我們的心靈平安將平靜安詳之感傳遞給周圍的人，心靈平安帶來寧謐的喜悅。這是喜樂的源頭之一。

## ❖ 三月十四日

基督耶穌！你曾在十字架上說過：「父啊！寬赦他們罷！因為他們不知道他們做的是什麼。」（2）我們與你同禱，而你，引領我們說出這樣的禱詞：「父啊！原諒我們罷！我們有時候不知道自己也傷害了別人。」

## ❖ 三月十五日

有件事我們永遠不會完全明白：既然軟弱的我們就像陶製的瓦器，天主又為什麼仍召叫我們成為基督希望的傳播者？因為「這光來自天主，並非出於我們」（3）。

### ◆三月十六日

「天主所能做的，就是賜予祂的愛。」天主為什麼特別要求我們委身於祂呢？多麼令人驚訝的發現呀！火在靈魂內燃燒，祂的憐憫重新喚醒了我們心靈中心那永不磨滅的良善。

### ◆三月十七日

聖神！祢的愛是一團火，我們的祈求雖然好似沒有回應，但是在我們還不明究理時，與祢共融的這份愛已經成就於我們內了。

### ◆三月十八日

凡在旅途上，從一個開始到另一個開始，與主耶穌基督度共融生活的人，無需過於注意自己進步或退步了。因為福音不分晝夜地在他們生命深邃處播種，並使種子發芽、成長（4）。

### ◆三月十九日

當我們受到外在的磨難、疾病或令人憂愁的消息影響時，福音的喜悅會遠離我們的

生活嗎？

對處在人生極度痛苦中的人來說，福音的喜悅是可以回復的。它是慰藉。我們的生命將重新定位，福音會改變我們的人生。

### ◆三月廿日

耶穌，我們的平安！你給我們派遣了你的聖神，就像你復活後為門徒賜下聖神一樣。祂就像一團火光，永遠不說「夠了」（5）。

### ◆三月廿一日

連涕泣之谷也能成為一處活泉（6）。更何況我們是自由的，可以充滿詩意地看待人與事……自由地瀏覽塵世永無止境的生命曙光。

### ◆三月廿二日

社會變遷越來越快，經常生活在與世隔絕的老一輩，將被迫面對一些棘手的狀況。他們也需要憐憫，有時甚至需要安慰。在我們大步向前的同時，該當如何，才能不把老人家猛地投入困擾的深淵中呢？

❖ 三月廿三日

當天主的沈默露出了端倪，安息於祂內已是一條到達那塊綠洲的途徑。在那兒，祂解除了我們的口渴。

❖ 三月廿四日

全人類的天主阻止我們挖掘那「不能蓄活水的漏水池」(7)。我們願意將自己交託給祂，將我們的煩擾與整個生命奉獻給祂。

❖ 三月廿五日

當我們的整個生命以「是」來答覆福音的召叫時，有時候不禁質疑：「我們該如何保持信德呢？」這句「是」頗吸引人，但同時也很駭人，而且會因懷疑而躊躇不前。但是有一天，我們會驚喜地發現自己已經上路，踩著基督的足跡了：聖神早已將這句「是」，安穩地植入我們生命的深奧處。此時，我們即能體悟瑪利亞的答覆：「願照祢的話成就於我罷！」(8)

❖ 三月廿六日

心靈的沙漠的確存在。但是，也許比我們想像中的少啊！聖神——護慰者豈非親臨於我們每個人的嗎？

### ❖ 三月廿七日

回頭張望曾受過的傷，或磨蹭在失敗的挫折中，都會徹底麻痺我們靈魂的本質。一旦重新開始，聖神即有機會成就這項奇蹟：祂使我們自由；祂清除了我們的過去，引領我們走向愛。

### ❖ 三月廿八日

聖神，安慰之神！一次次轉向祢的人是多麼快樂啊！我們將自己託付於祢時，甚至無需言語，我們及其他人生命中的渴慕都能在福音中找得答覆。

### ❖ 三月廿九日

應像孩子吹走一片乾癟樹葉般，驅散轉眼即逝的憂慮。

不要讓掛慮縈繞而揮之不去，彷彿手中緊握著荊棘樹枝。拋開它，讓基督來照料你

❖ 三月三十日

不論我們在何處，復活主基督總是持之恆地找我們。當他說：「來！跟隨我！」  
(10) 時，我們可聽見了他的敲門聲？

❖ 三月三十一日

基督耶穌！當誘惑驅使我們離棄你時，你在我們內祈禱，勸告我們活在你的光中，  
而不要留在黑暗中。

## 聖週與聖神降臨節（五旬節）

### ❖ 聖週四

受十架苦難的前一天，耶穌在革責瑪尼的莊園，他前往祈禱。他要求我們正如要求門徒一樣：「你們留在這裡同我一起醒寤祈禱罷！」（1）

### ❖ 聖週五

當我們定睛凝視被釘在苦架上耶穌的臉時，我們願意告訴他：「世人的救主！你知道你生命中的挫折與艱辛，儘管受苦受難，卻未抱怨任何人（2）。只要跟隨你，我們就背得起自己該背的十字架（3），況且還有你同我們一起背負！」（4）

### ❖ 聖週六

基督耶穌走過人類最悲慘的處境。他甚至去探望那些在世時一點都不認識他的亡

者。

### ❖復活主日

耶穌，我們的喜悅！有你同在，我們就能找到寬宥。這是股清涼流動的水，讓我們渴慕天主的實有，也使我們認出了你以復活上主的面貌臨現。就好像杏樹在春天的陽光下含苞花開，你甚至讓我們靈魂的荒蕪處綻放出花朵來。

### ❖聖神降臨主日

耶穌，我們的平安！我們對祈禱所知實在有限，但是我們還記得你的話：「我要派遣聖神到你們這裡來，祂是護慰之源，將永遠與你們同在。」（6）

【四月】

■

#### ❖ 四月一日

基督如果沒有復活，今日就不會臨在我們身邊。那麼，他就只是人類歷史上一位特殊不凡的人物而已，我們絕不可能在他內尋得共融，也不可能透過祈禱與他分享了。

#### ❖ 四月二日

為跟隨基督的人而言，心靈的喜悅與平安是舉世無雙的珍寶。害怕恐懼與掛慮不安會危害來自信德的信心。

#### ❖ 四月三日

天主，我們的父親！我們記得一位信友跟耶穌說過的謙卑祈禱：「上主！我信，但請你補助我的無信罷！」（1）當這份不信任滯留在我們內時，是祢的仁慈扶持了我們的信德。

#### ❖ 四月四日

凡年輕時不論精神上，甚或肉體上經歷過死亡迫近的人，其自我的深沈處首先需要治癒。孩提或青少年時代所充滿的試煉，能釀生為福音冒險所需要的勇氣。信心就近在

咫尺……

#### ❖ 四月五日

有時候我們竟會這麼問基督耶穌：「……我內心究竟發生了什麼？為什麼最近我向的恆心耐力竟變得後繼無力呢？我既然在找尋你，怎可在不是福音本意的聯想中戀戀不去呢？請告訴我為什麼吧！」

#### ❖ 四月六日

祈禱時，如果發現人類的語言幾乎無法表達我們最深的生命時，無需驚慌。沈浸在祈禱中的靜默，我們的身、心、靈都能在天主內獲得休息。

#### ❖ 四月七日

耶穌，我們心靈的喜樂！你就在我們的身邊，既像個可憐的人，卻又是復活的主。你要我們成為活力充沛熱誠的人，而不是冷漠的人。每次我們一與你疏遠，你就立時邀請我們與你保持親近，要我們緊緊地跟著你。

#### ❖ 四月八日

耶穌復活的那天晚上，他的兩個門徒正前往一處名為厄瑪烏的村莊，他來到他們面前，但門徒並沒有認出復活的基督正與他們同行（2）。

在我們的生命中，也常有失去因著聖神而認出復活主基督與我們同在的情況。但即使沒有任何跡象徵兆，不論認不認得他，他都在。

#### ❖ 四月九日

如果我們能好好了解，在單純的信德中，死而復活的主基督就是共融。他來，不是為開創一種新的宗教，而是賦予每個人在他內、在他的教會內共融的這份奧蹟。

#### ❖ 四月十日

基督愛的氣息！你使我們與先我們而去的人共融，有時彷彿他們就近在身邊。他們已與神面面相觀，而你，要我們隨著他們的足跡，準備心靈以迎接你明亮的光輝。

#### ❖ 四月十一日

多少男男女女認為自己做得不夠，有負於託付他們的人！如此即判斷了自己，他們

是否因疏離而忘記了聖若望的話：「縱然我們的心責備我們，我們還可以安心，因為天主比我們的心大。」（3）

#### ❖ 四月十二日

誰能了解孩子們因家庭破碎、被遺棄，而背負了一輩子標記的無辜的身心之痛？誰能了解那些被迫生活在不堪忍受之孤寂中的成年人？誰會奔來陪伴他們？

#### ❖ 四月十三日

天主要我們活出基督的標記。那些委託者能在我們身上找到出自信德之信心的影子嗎？但是無私無我之心出言起行時有需要靜悄悄的，就讓福音燃燒的火花來轉化罷！

#### ❖ 四月十四日

基督！你給了我們一切，你恩賜我們你的生命和寬宥，那是永遠也不會離開我們的。而我們卻結結巴巴地答覆：「基督！你知道我愛你（4），也許並不如我所願意的那樣，但是我真的愛你。」

❖ 四月十五日

有時候，難道即使受試煉煎熬的心，不能找到活出復活奧蹟所引領而來的平安喜樂嗎？接踵而至的苦痛臨頭時，一定會心碎，但不致於變得冷酷無情，麻木不仁。

❖ 四月十六日

當人直覺捕捉到事物的宏博之美時，但整個人會覺得被懾住，雖然這只不過是片面的。默想豈非是一種內在的開放，能使人整個生命被吸引入奇妙的愛內，被生活的天主的無限至美所懾？

❖ 四月十七日

萬愛之源的天主！祢隨時歡迎我們。而我們為什麼還期待自己的心靈被更新，好能度在祢內扎根的生活呢？因為祢恩惠了我們和緩與療癒傷痛所需的一切。

❖ 四月十八日

一位來自孟加拉 (Bangladesh) 的信眾，提到他周遭那些一點也不認識主基督的人時說：「你們靠近火堆時，自然覺得溫暖；而當天主的愛火在我們內時，儘管我們不明

究理，這愛火也能光照就在我們四周的近人。」

#### ❖ 四月十九日

耶穌在世時需要有人跟他說：「你知道我愛你。」他三次問了伯鐸（伯多祿）相同的話：「你愛我嗎？」（5）主基督也問我們每個人這完全一樣、互古常新的問題：「你愛我嗎？」並且要求我們關注他所託付給我們的人。

#### ❖ 四月廿日

心靈內在的寧靜與平安，絕對撲滅不了這直接來自福音、召叫人類團結關懷的呼喚。

#### ❖ 四月廿一日

聖神，神祕的臨在！祢在我們內呼起使靈魂舒暢的柔和之風。而發生了不可預期的事：我們再次從懷疑中踏上旅途，邁向祢光耀的面容。

#### ❖ 四月廿二日

「那裡有愛，那裡就有天主同在。」我們如果什麼也感覺不到，無需浪費時光擔心憂慮，因為那裡有慈愛寬恕，哪裡就有天主同在；祂圓滿地在那裡。

#### ❖ 四月廿三日

當被自卑的情緒攻擊時，我們終有一天會驚訝地了悟：滿全之路不在威名顯赫的天恩內或非比尋常的才華中，而是在生活的愛德之中。

#### ❖ 四月廿四日

耶穌，我們的喜樂！單純渴慕你的臨在就是信仰的開始。而日復一日，深藏於我們內的渴慕將使活水泉湧出，一洩不止：良善謙美、忘我無私，以及由內居之聖神而發的內在的和諧。

#### ❖ 四月廿五日

有些人面對福音的召叫會陷於懷疑的困擾，不禁自問：「我的信德夠嗎？」然而我們的信德不能創造天主，我們的懷疑也不能終止天主的實存。

## ❖ 四月廿六日

為追隨基督的人而言，寬宥是福音中最令人難以置信、也最不可或缺的美德。在我們的生活中心，一顆慈悲為懷的心靈已經近乎奇蹟了。

## ❖ 四月廿七日

黑暗中，我們將走向水泉，活水由我們的深邃處噴溢而出，解除我們的飢渴。人的靈魂也可能如此嗎？喜樂的神祕心跳是不可言喻的。

## ❖ 四月廿八日

復活的耶穌！我們的心靈有時候對你呼喊：「我當不起你到我心裡來，只要你說一句話，我的靈魂就會痊癒。」（6）你的福音在我們生命的中心照亮了我們，你的聖體聖血是你在我們內的臨現。

## ❖ 四月廿九日

在似乎失去了跟隨基督的衝勁時，我們還是能將自己交託給聖神，將一切委任於祂。

總有一天，我們的靈與魂會再像塊乾涸之地般地渴慕他……縱然忘記了他，還是繼續愛慕他。

#### ❖ 四月三十日

心靈的消沈憂鬱比平和安詳更容易感染嗎？某些人處事悲觀小題大做，企圖獲得相當的權威。但如此做法豈非放棄了福音的寶藏？哪一項寶藏？那份令人讚嘆的愛。

【五月】

■

## ❖ 五月一日

以信德的信心生活的人是有福的，因為他們要看見天主！（1）他們怎麼看得見祂呢？他們像瑪利亞一樣謹慎專注，「把一切默存在自己的心中」（2），並以心靈的眼睛來看天主。

## ❖ 五月二日

永恆的天主！祢知道人類的語言幾乎無法表達我們想與祢共融的渴望。但是祢仍賜予了我們生活在祢內的恩寵。新的一天——信靠的一天，太陽再度東昇。

## ❖ 五月三日

四世紀的米蘭大主教盎博羅削（Ambrose），看到一些基督徒積聚自己的財富而深表關切，他寫道：

受造的地球是共有、屬於每個人的。大自然不認識富有的人，她的孕育貧窮者。你們並不是將自有的財物施捨給貧窮者，只不過是將屬於他們的部分歸還給他們，因為你們所據為已有的卻是世人所共有的。

## ❖ 五月四日

身負脆弱和光輝、空虛深淵和圓滿，人注定永遠不會掉進絕望的黑暗。縱然在處處磨難痛苦的生活中心，也能瞥見希望。

## ❖ 五月五日

耶穌，我們的心靈之光！我們願意與你親近，絕不在旅途中放棄。而且漸漸知道自己的軟弱時，不預期的泉源會在我們內出現。我們怎能拒絕這份由你而來的內在活力呢？

## ❖ 五月六日

你只愛那些愛你的人嗎？甚至不需要福音的引導，幾乎所有的人都做得到這一點。但是基督召喚你愛人，甚至愛那些傷害你的人，並為他們祈禱（3）。

## ❖ 五月七日

我們常關注建設人類大家庭，又怎可忽略當今世界竟有這麼多肖似「受苦僕人」的人（4）。他們受盡屈辱、虐待，有著沒有受人注目的儀容，然而他們卻擔負了我們的

病苦。

#### ❖ 五月八日

我們祈禱時分心了，怎麼辦？這其實沒什麼好擔心的，天主非常清楚我們的渴求，祂比我們還了解我們自己的意向，也知道我們生命深底處潛伏了什麼。我們在祈禱中所遇的困難，天主早已知曉（5）。

#### ❖ 五月九日

基督耶穌！即使仍在信德的隱晦之中、即使仍看不見你（6），我們還是相信你。你將我們從沈睡中喚醒，召叫我們進入你的光輝明亮中。

#### ❖ 五月十日

面對著古老與新近的分裂，基督徒之間以愛的修合豈非更形迫切？而且基督的召叫，又有誰能拒絕呢？我們怎能遺忘他說的「快快和好，絕不遲延」呢？

我們的心夠大嗎？想像空間夠開闊嗎？有足夠的愛火得享福音之徑：生活得像個和好的人，連一日也不拖延嗎？

## ❖ 五月十一日

你切慕跟隨復活主基督，並問究竟是什麼徵兆使自己知道已經與他相遇了。你能否明白他早已活在你生命的深處、活在你的心底嗎？還需要去感受他的臨在嗎？

## ❖ 五月十二日

基督耶穌！你不是來審判這世界，反而希望每個人能透過你——復活的上主而獲救、與主和好（8）。而且當寬宥之愛因福音之光點燃時，儘管是顆被試煉痛苦團團圍困的心靈，也能再度復甦。

## ❖ 五月十三日

福音向我們保證復活主基督將永遠與我們同在（9）。我們可以請求他：「請指示我們道路。」而他回答：「我在這裡。」我們於是跟他說：「你知道我的祈求，就像孩提時的禱詞一樣。」渴慕完全單純的祈禱一直都存在我們內。

## ❖ 五月十四日

不是盲目屈從，而是一種來自內心深處的信靠：將自己委身於聖神，將自己心靈的

重擔再再交託給生活的基督。

### ❖五月十五日

要屈從於嚴峻的事件嗎？不，只是首肯罷了。而且有時甚至可以藉著如此的考驗去建立內修生活。

### ❖五月十六日

基督耶穌！你絕不會使我們沮喪、失去平衡，只剩下鬱悶與傷痛。相反地，你使我們實現共融，甚至與你親密結合。雖然或有試煉，但最重要的是有了你的愛，這愛使我們回復了元氣。

### ❖五月十七日

我們應該因未能時時刻刻想著天主，而憂心忡忡嗎？七百年前，一位來自德國萊茵河西部地區（the Rhineland）的基督徒名叫邁司特·依克哈特（Meister Eckhart）寫道：

轉向天主……並非意謂必須時時刻刻想著祂。那是不可能的……更何況也不是最好的事。人類不會滿足於一位只是意念中的天主，因為當這想法消失時，天主也會跟著消失無蹤……。天主超越一切人的思想，而且天主的實存永不消逝。

#### ❖五月十八日

基督的影像在我們內，無需特別探究其因。世上有這麼多人活出基督的聖善而不自知，而且他們可能也不敢相信這事實。這樣也比較好。

#### ❖五月十九日

人人的天主！我們活在這種因純潔無知而承受不可理喻的苦難所困的世界中，怎能為福音作證？憑藉我們活出的生命，請讓我們彰顯基督的憐憫。

#### ❖五月廿日

選擇跟隨基督就是沿著單獨的一條路前行，而非同時走好幾條路。我們如果想同時跟隨基督及自己，是否會流於追逐自己的影子呢？

## ❖ 五月廿一日

許多老一輩的人為了下一代而絕對付出、全然無私；他們聆聽，因而卸下了他人滿筐的焦慮。依照福音上的教導，代父母是主賜的百倍報賞。

而年輕人可以為那些不再充沛活力的老人家做不少事：探望他們、協助他們裝飾或維護他們的家……

## ❖ 五月廿二日

一九七〇年代，社會動盪不安，間有基督徒的自覺意識受創傷之情事，有些人因而再也無法復元。無數的判決已成往事；無數的嚴厲言語業已表達，這重重的壓力甚而導致許多人不再相信他們曾遵以生活的價值。在泰澤，我們說：「基督徒不該是『憂慮之主』，而是『信心之僕』。」

## ❖ 五月廿三日

復活的耶穌！你一噓氣，聖神就臨於我們（10）。我們願意說：「唯有你有永生的話，除了你——復活主基督！我們還能投奔誰呢？」（11）

## ❖ 五月廿四日

愛這個字常被濫用。愛說來容易，而活出寬恕之愛卻完全不是那麼回事。

## ❖ 五月廿五日

我們在天國將會有多麼多的發現啊！我們會驚異地碰到那些原不認識基督，卻不知不覺依賴他而生活的人。

## ❖ 五月廿六日

復活的基督！你的聲音透過福音使人聽起來很柔和。你告訴我們：「何須憂心？唯有一件事是必要的（12）：就是對我的話及聖神常保一顆關注聆聽的心。」

## ❖ 五月廿七日

內在自我為懊悔所吞噬時，想重建自我必定困難重重。留在天主內，留在默想中，等待道路的開啟，邁出決定性的一步：接受自己的挫敗、接受自己的軟弱、接受自己的有限。爾後，這看似索然無味的會重新恢復美味。而且心靈的平安將融入生命中。

## ❖五月廿八日

凡依靠基督的人都會與他相遇。

為基督而生活即意味著選擇了有時候會招惹麻煩的生活，而不是自我隱退反省的生活。

## ❖五月廿九日

耶穌，我們的喜樂！我們一旦明瞭你愛我們，我們就會感到安慰，甚至改變自己。我們問你：「你期待我做些什麼呢？」你藉著聖神回答：「別讓任何事困擾你，我在你內祈禱；勇敢地奉獻你的生命。」

## ❖五月三十日

祈禱有時候是一種簡單的等待；等待啟開前進的路徑及內在執著的幻滅。基督與我們一樣，也必須經歷等待的煎熬。

## ❖五月三十一日

信德既未要求我們消滅人的慾望，也沒要我們讚揚它，只是將它聚攏成一種更大的

切望：渴慕天主。

【六月】

■

## ❖ 六月一日

「我住在你內。」（1）儘管心靈毫無感受，儘管有些人幾乎不敢期待，但是感恩祭使基督的這句話成真了。

## ❖ 六月二日

每個生命的救世主！跟隨你就是選擇去愛，而絕不讓自己心硬。你要我們認識福音的喜樂，而當我們的生命深處被一片烏雲遮住時，還有一條向前邁進的道路開放著——即泰然自若的信心的道路。

## ❖ 六月三日

廿世紀中葉，出現了一位名叫若望的人，他出生於義大利北部一戶貧窮的農家。當他宣告召開梵二大公會議時，那位老人家——若望廿三世所說的話有如水晶般剔透。那些話可使愛的共融——教會得以改觀。以下就是這些話中的光輝：

我們不會試圖找出誰錯或誰對，只說：讓我們和好罷！

最後與他會面時，我們泰澤團體的三名成員與他共處，明白若望廿三世多麼深切地希望我們對自己團體的聖召的未來放心。他以雙手做了個圓圈，解釋教會是由越擴越大的同心圓所組合而成的。與其常憂心忡忡，不如以平安的心靈前行，這樣，重要的不是已成就了嗎？

#### ❖ 六月四日

我們也能像那些人因著信德、以開放之心與四周的人和平相處嗎？為此而努力的人，聖神的恩賜將永不匱乏。

#### ❖ 六月五日

基督耶穌！眾多的孩子與年輕人因大人的棄養而被刻上了一輩子烙印，他們就像這個世界的陌生人一樣。其中有些甚至自問自己的生命是否還有任何意義。

而你向我們保證：「每次你們減輕無辜者的痛，就是對我基督而做的。」（2）

#### ❖ 六月六日

地球上存著傷人身的暴行，包括戰爭、酷刑、謀殺……還有其他更難以捉摸的暴行

隱匿在奸詐的手法下、在懷疑中、在不信任中、在屈辱中，以及在未實踐的諾言中……

在天主內沒有殘暴，天主派遣基督來並非為控訴我們，而是召叫我們歸向祂；  
不是來責備我們，因為祂愛我們。

#### ❖ 六月七日

藉著寬宥，天主在基督聖心內埋葬了我們的過去，使我們生命中隱晦不見的傷痛得以抒解。

當我們能將生命中所有的重擔向天主表白，以及將因他人的判斷而使自己陷於重壓之下時，光就會照射在我們內在的陰影上。知道自己被天主傾聽、了解、原諒是平安的泉源，此時此刻我們的心神即開始獲得了醫治。

#### ❖ 六月八日

在我的印度籍代女瑪利·書納里 (Marie Sonaly) 五歲時的某天，我們發現了一幀被藏起來的聖母抱小耶穌的小聖像。這幀聖像所顯示給我們的意義卻極其深遠。它象徵一位母親的歡迎，我們可以體會她的母親，就像已進入永生的每一位母親一樣，繼續歡

迎我們與聖母瑪利亞——耶穌的母親。

### ❖ 六月九日

耶穌，萬愛之愛！你的憐憫是無限的，我們渴慕你。你說過：「為什麼你們這樣膽怯？是我，不要怕！」（4）

### ❖ 六月十日

是火使我們對天主說聲「是」而持續終身是火。基督來之前的世紀，耶肋米亞先知已明白了這一點，他氣餒時曾說：「我不再想念天主，不再以祂的名發言……」，但時候到了，他即再度提筆時寫道：「我的心中就像有火在焚燒，蘊藏在我的骨髓內，我竭力抑制，亦不可能。」（5）

### ❖ 六月十一日

縱橫大地都有女人、男人、年輕人以及孩子們挺身而出，在人類大家庭各種各類的分裂中，作修和的酵母。只要他們充滿信心，就擁有一切所需去退卻暴力及仇恨的浪潮；去使沈陷於懷疑與失意中的人恢復勇氣，及支持美好人類的希望。我們現在是他們

中的一員嗎？或將來會是他們中的一員嗎？

#### ❖ 六月十二日

祢是每一個人的天主，祢透過聖子基督生命的光照，讓我們瞥見祢神祕的臨在（6）。我們能因他而認識祢，而且祢早已使此確切地深印在我們內了：「祢的愛不是空話，它首先是憐憫。」

#### ❖ 六月十三日

在我們祈求但看似無事發生時，是否就得不到應允呢？不，即使是乾燥不毛之地，即使是生命矛盾之處，愛火也能穿透。

完全信靠天主，一切的祈禱都能實現，但也許不是我們所期待的……天主豈不是以更宏博的愛來答覆我們（7）？

#### ❖ 六月十四日

孩子們會因家庭中的緊張關係，以及大人當面所給予的開導而受創傷。他們會覺得被拒絕，而在心中吶喊「別放棄我」的哀求。

大人常不禁心生疑問：這孩子怎麼啦？是不是在學校、街上或其什麼地方受了委屈？有誰能幫助他們從深深影響他們思想情緒的空虛之中找到方向呢？

聆聽一個孩子或青春期的少年時，必須謹慎機敏，以免加深他們的傷痛。

### ❖六月十五日

基督絕不要我們互相批判，福音強調內心沈默的重要性，縱然面對那些陷我們於困境、使我們痛苦的人，也要保持緘默。

### ❖六月十六日

聖神！在任何情境下，我們都願意以一顆簡樸單純之心來迎接祢。祢首先藉著心靈聰敏，使我們滲透領悟祢的生命在我們內的奧秘。

### ❖六月十七日

福音記載，耶穌從死者中復活後說：「我把我的平安賜給你們。」（8）並非賜予我們毫無內心掙扎的生命，他要我們明白心靈平安首先來自懷有慈悲的心腸。

## ❖ 六月十八日

當你離基督耶穌還很遠，並且躊躇不前時，他已經在等你了。而且口中說著這句令人不勝驚眩的話：「我已在你內注入了我的喜悅。」（9）

## ❖ 六月十九日

生命的救主！即使我的心中充滿了矛盾，仍聽得到你的聲音。你告訴我們：「放開點！」（10）而當我們無言以對時，會發現祈禱其實只要一個字就夠了。

## ❖ 六月廿日

音樂藝術有時候能表達我們無法以言語述盡的禱詞，譬如巴哈（Bach）的協奏曲能讓我們領悟人向主懇祈的感情，竟達到罕有的強度。因此而揭開了隱藏在聖經中的天主的帷幕。

## ❖ 六月廿一日

人的感情可以是十分敏感的，一旦它敏感到如荊棘包裹時，聖神之熱火都能深深燒至苦毒的根源。

## ❖ 六月廿二日

今天，當一些極具資格的科學家，在他們的研究中覺察到了一種不可預測的要素後，決定論的世紀即日趨謙和。人類的歷史不只是一連串的因果關係。是否也能留點空間讓天主出乎意料的干預呢？而每一個人的生命莫非也是如此嗎？

## ❖ 六月廿三日

天主，我們的父！我們願意全心全意全力愛祢（11）。但祢知道我們心中層層的抵抗力，請祢恩賜勇氣讓我們跨越這些牆堵，勇於一次又一次地更新我們奉獻自己生命的承諾。

## ❖ 六月廿四日

基督降生成人之前，洗者若翰已直覺到：基督不是只為某一小群人，而是為所有的人而來。這是福音喜訊中令人振奮的訊息。（12）

## ❖ 六月廿五日

凡以信德之信心生活的人是有福的！他們將發現這影響最深遠的奧秘：復活主基督

永遠的臨現。有時候，天主的恩賜似乎很棒，而我們卻覺得很糟！祂賜予了我們難以想像的恩惠：基督和聖神來了，無可抗拒地寓居於我們的心中。

### ❖ 六月廿六日

信德在某些地方日漸薄弱，因著信德的衰敗，人心亦日益空虛，致使各式各樣的狂熱宗教趁勢竄出。因而這個問題不停地盤懸於我們心中：當基督永續臨現的標記消失時，我們該如何因應？

### ❖ 六月廿七日

基督耶穌！請保佑我們：當我們遭受了不可理喻的無辜之痛時，你撫慰了我們的心神。

### ❖ 六月廿八日

在公元二世紀，依納內（Irenaeus），一位第三代的基督徒明確堅信人共融在基督內的真實。他寫下了這幾句話：「天主的光輝見於活生生的人；而人的生命是瞻仰天主。」

## ❖ 六月廿九日

超越我們所企望的忽然出現了……我們對此是否夠醒覺：在奉獻自己的生命時，我們的身分得已造就。終有一天，天主忽然賜予我們從不敢奢望的。滄茫幽暗之路、暗淡無光的漫漫長夜隱沒在我們身後；陷於絕境的種種情況及掙扎，不但不挫弱我們，反而能幫助我們成長。

## ❖ 六月三十日

「愛你們的仇人，善待惱恨你們的人……為毀謗你們的人祈禱。」（13）只要明白了基督的這番話，我們必能在內心的曠野中找著方向。

【七月】

■

❖ 七月一日

復活主耶穌！請賜我們一顆堅定不移的心，好能對祢終心到底。而且我們如果自問：「可能嗎？」時，你的福音開啟了我們的雙眼，使我們看見了你的滿全之愛；它是寬容的；它是內心的光。

❖ 七月二日

信靠天主向前邁進，最好固守福音的一些實相，且一讀再讀、反覆思量：

在一切事上保持心靈平安、喜樂、單純及慈悲。

天主已將你的過去葬於基督聖心內；而你也在祂內忘卻了曾蹂躪你心靈的悲痛。

❖ 七月三日

我們會否因懷疑突然侵襲我們而大驚小怪？可不能讓它使我們停滯不前呀！基督在世時，縱然就在門徒身邊，他們還是不禁懷疑。他對其中的一位門徒說：「那些沒有看見而相信的，才是有福的！」（1）

## ❖ 七月四日

為了傳播基督給他人，有那些光明比常常寬恕他人和對人無限美善的生活更顯得晶瑩剔透？與人修和的生活得以日復一日具體地活出來。

## ❖ 七月五日

世人的天主，我們渴望聽祢說：「起來！讓你們的靈魂活起來罷！」我們未曾選擇黑暗或氣餒，而是期待迎接讚美的光輝。

## ❖ 七月六日

屬靈的價值在許多國家如果沒有受到質疑，泰澤團體就不會展開一連串的籌組工作來歡迎接待不只是北歐、東歐、南歐的年輕人，還有許多從非洲、拉丁美洲及亞洲各地遠道而來的年輕人。

在泰澤山丘看到這些年輕人的臉龐，我們知道他們都是帶著攸息相關的問題而來：基督要我做什麼？如何才能在他內找到自己生命的意義？他們並非全然了解，就盡力跟隨基督。而他們的尋找始自「天主怎麼可能就是我生活的一切呢？」的憧憬。

為我和泰澤弟兄們來說最重要的，以祈禱和聆聽回饋所有人的信任，而不是以靈修

輔導者自居。

任何年齡的人不是都需要有人聆聽、都需要受到彷彿是人生首次遭受到的「意義的震撼」嗎？

#### ❖ 七月七日

若望廿三世時，在君士坦丁堡 (Constantinople) 有另一位基督的見證聖者，雅特納哥拉宗主教 (Patriarch Athenagoras)。我曾前往拜訪他，最後道別時，這位主教站在門口，做了聖祭禮儀中舉揚聖體聖血的手勢，並說出這些字句：「要緊記，這杯爵和擘餅，沒有其他的解決方案了。緊記著！」

#### ❖ 七月八日

一位公元一世紀的信友寫道：「你們什麼也不要憂慮。」(2) 憂慮使我們遠離基督，當我們將這些憂慮付託於他時，他會讓我們發現這個事實：「你們的力量是在於寧靜和信賴。」(3)

#### ❖ 七月九日

耶穌，萬愛之愛！你一直居於我內，而我卻總忘了你。你內居於我心之靈深處，而我卻到處找你。我遠遠地與你保持距離時，你依然等著我。現在，我可以勇敢地對你說：「復活主基督！你是我的生命。」

#### ❖ 七月十日

自由是人心存有的一種深不可測的渴慕，像極了最華麗的錢幣，自由同時擁有另外一面。如果習以自我為中心的方式傷及他人的自由，這又是那門子的自由呢？自由與寬恕及修好是秤砣不離緊緊相扣的。

#### ❖ 七月十一日

需要運用多少的靈修技巧、多少的關注，才不會讓對天主的恐懼感入侵孩童的心靈！

「天主是愛。」（4）如果生命扎根於天主內的意思是害怕懲罰，那麼福音的喜訊將有何意思？

#### ❖ 七月十二日

每個年齡階段，都需要時間成熟。為什麼對自己這麼沒耐心呢？從一個開始到另一個開始能啟開一條超越沮喪而向前邁進的道路。

#### ❖ 七月十三日

復活主基督！當我們純粹渴慕期待你的愛時，火苗在我們的靈命深處一點一點地燃起。被聖神煽動後，這愛火起初可能十分微弱，但驚人的是它持續不斷地燃燒著。

而且在我們了悟你愛我們時，來自信德的信心即變成了我們自己的歌。

#### ❖ 七月十四日

讓復活的基督內居於我們，而且就深切地活在現時現刻……他的話如此清晰明白：「今天，我願意住進你家中。」（5）就是今天，不是明天。

#### ❖ 七月十五日

傳播信仰復活的主基督給他人，現成可用的答案有什麼用呢？願我們的生命閃耀著福音之光！

## ❖ 七月十六日

祈禱能藉著靜止幻想而達到空靈之境嗎？祈禱時，各種影像及形象頻頻閃入思維中。我們驚異發現自己處於如此的情況後說：「我的思緒紛亂，心神渙散。」而福音回答：「天主比我們的心大。」（6）

## ❖ 七月十七日

聖神！我們在祢內尋得了慰藉，基督藉此而充盈我們的生命。祢的臨現是賦給每個人的……而且我們意識到最重要的已在我們內完成了。

## ❖ 七月十八日

雖然人不能輕而易舉地一讀就領會這句話，但是否需要讓基督的話質問我們：「誰若因愛我而奉獻自己的生命，就會找到它（7）」呢？

我們如何才能找得到呢？在實實在在的全神貫注中，在實實在在的純良純善之心內。此時基督自己將變成我們的生命。

## ❖ 七月十九日

夜越來越深時，祂的愛是一團火。而灰燼下淡紅色的餘炭卻爆出了火花，連人過往的荊棘也燒了起來。

◆七月廿日

沒有比人的深情深愛崩潰更痛苦的事了，有時候這顆心根本不知陷於在何處。常為保護它少受些苦而變得硬繃繃。

基督被拒絕時，並未抗辯！這就是我們所追隨的基督。

◆七月廿一日

耶穌，你是我們的平安！如果我們的口舌保持緘默，心靈卻聆聽你的話語，也和你說話，你會跟我們每個人說：「只要有一點點的信德，就足以做到將自己單純地交付於聖神的生命。」

◆七月廿二日

杜斯妥也夫斯基（Dostoyevsky）讓我們窺得他心內根深蒂固的疑慮，但是他對基督的愛並未因此動搖：「我的『賀三納』業已通過疑慮的嚴酷考驗。」

他的疑慮就像精鍊純化的火，開啟了一條使基督肖像穿透融入他內的甬道。

### ❖ 七月廿三日

永生的天主！我們知道也好，不知道也好，祢的聖神是我們內心之光。祂光照了靈魂的陰鬱，穿透了內在的黑暗，以無形不可見的臨現方式充盈其內。

### ❖ 七月廿四日

幾乎人人都希望過著沒有矛盾與衝突的生活，但是當基底被搖撼時，還有比滿心憐憫更好的辦法嗎？這分憐憫甚至能使我們為詆毀我們善意的人祈禱。

### ❖ 七月廿五日

跟隨基督的召叫使我們面臨二選一——即選擇一切或烏有，其中絕對沒有中庸之道。縱然不自覺地陷入猶豫不決的五里雲霧中，但當他說：「來，跟隨我，我將領你到活水之湧泉旁（8）」——福音之活泉」時，我們寧願聽信於他。

### ❖ 七月廿六日

耶穌，我們的平安！你從不捨棄我們。聖神總是開敞著一條前展的大道，就是一條投入天主懷抱如掉進深淵一樣。我們會因此而不禁驚嘆：原來這些深處並非一道黑暗的深淵，而是天主——憐憫與純潔無瑕的深處。

#### ❖ 七月廿七日

許多人已遠離教堂，但有些人即使是獨自一人，仍不斷在聖堂祈禱，我們也是其中的一個嗎？有時，只要一個人開始就足夠了，為的是有一天其他的人能來接續。

#### ❖ 七月廿八日

隨著歷史的演變，有一天，成群的基督徒發現他們就這麼不明究理地分裂了。

今天，為更多與分裂無關的無辜基督徒而言，顯示心胸更開放的標記，並好好活出福音的喜悅，不是當務之急嗎？這是一種苟日新，日日新的心已修和的生活。

#### ❖ 七月廿九日

世人的天主！祢知道我們渴望成為祢臨在的影像；祢恩賜了一切所需，使我們能讓那些祢交託給我們的人，善度美好的生活。

## ❖ 七月三十日

很多人在極度的孤寂中結束了自己的生命。我們會不會有時候在年邁的老太太及老先生身上發現一種深沈的寂寞呢？他們認為自己一事無成。是不是必須等到了另一世界，才能明瞭天主在他們內就是一切了呢？

## ❖ 七月三十一日

天主為什麼不制止人類的行惡？祂已創造我們為自由人；天主是愛，而愛絕不勉強人接受的。

【八月】

■

## ❖ 八月一日

基督耶穌！我們在找尋你的臉龐，只要你看一眼，就足以驅散我們的悲傷與憂慮。依靠你，我們就能督促自己現在、未來及永永遠遠都踩著你的足跡。

## ❖ 八月二日

每天清晨醒來，我們如果讚頌復活基督之情充盈我們的心靈……在單調無味的日常生活中，從內心冒出一股活力將顯示出隱藏於我們內的渴慕。

## ❖ 八月三日

在現階段的歷史上，基督徒的關注遍及了全世界的苦痛，這是一種史無前例的良心覺醒。有比過去更多的人關心人權，以及物質資源方面的公平分享。也有越來越多的人接近被大地遺忘了的人，為他們尋找解決及因應之道。他們知道信仰不會使我們成為不負責任的人。

## ❖ 八月四日

耶穌，我們的喜樂！你希望我們保有純潔之心，像是一種春暖花開的心境。如此一

來，現實生活中的複雜煩擾就不會那麼麻痺我們。你告訴我們：「不要掛慮！你即使只有少之又少的一點點信德，我——基督還是與你同在。」

#### ❖ 八月五日

有些病患或老人家為什麼憂心地說：「我沒有為他人做任何事」呢？他們難道忘了天主接納了他們的祈禱？並會找到意想不到的事，祈求的實現。

#### ❖ 八月六日

福音改變了我們的生命：基督藉聖神進入我們內，甚至穿透了我們自主意志難以控制的互相作對的內在勢力。他在我們內注入了他面容的反影，使困擾我們的事物得以「改觀」。

#### ❖ 八月七日

聖神！哪裡軟弱，祢就在那裡吹拂。在我們心內被灰燼壓伏的活潑和仁愛祢點燃熊熊的火燄，而我們的心靈即使滿布恐懼與晦暗，也能透過祢而轉換成新生命的曙光。

❖ 八月八日

為了將氣餒棄諸於後而發現新希望，我們需要許多「生活的聖像」，以見證信德的信心。

❖ 八月九日

依據福音所述，有一天耶穌跟門徒說：「你們讓小孩子到我跟前來，天國正是屬於這樣的人。」（1）基督本身豈不是特別易受單純的心靈所理解嗎？

❖ 八月十日

在一段對話進行過程中，我們被反駁了，對方甚至粗魯無禮。此時可以將對方呈託於聖神，我們將因此而找到心靈的平安。儘管大方自然地這麼做，不必讓他們知悉。

❖ 八月十一日

耶穌，我們的平安！

我們為什麼在歸向你的路上持續前行？因為人在天主面前變回自己的原面貌。我們在等待你生命的氣息，它能透射入我們生命的深處。

## ❖ 八月十二日

在這個時代的轉換點，世界上的某些地區是信仰的沙漠地帶。然而，同時也有一群信眾生龍活虎地滿盈著福音的活力，善度一種有清新氣息的團體生活，他們有本事移動了環繞著他們四周漠不關心的大山。

## ❖ 八月十三日

遇最重要的事隱沒在眼前，我們尋找的熱忱更形持久，為了向著唯一真實邁進：天主在我們內就是擁有一切了。

## ❖ 八月十四日

所有活人的天主！我們因著祢的福音，而對曾經經歷過被遺棄、施暴、迫害、放逐的人更富憐憫之情。祢召喚我們安慰祢所託付予我們之人的苦痛。

## ❖ 八月十五日

不是世上權勢之人有權改變這個世界。童貞瑪利亞可曾想過她的一生對人類大家庭的未來會這麼重要？世上有許多像她一樣謙卑的人，都在為和平共融的道路而準備。

❖ 八月十六日

儘管提供了充裕的物資所需，父母卻能因著種種原因而不著家。有如浪子的比喻，一位紐約的年輕人即說：「我們家不是兒子浪跡天涯，而是父親離家出走。」

❖ 八月十七日

在聖神內一而再地重生，就是無論在什麼年紀都會重新發現福音就像第一次閱讀時那般清新……然而，每一天為天主而言都是今天。

❖ 八月十八日

聖神！我們在祢內發現自己永不孤獨。再者，在我們將自己交付給祢時，即明白祢在我們的渴慕中注入了新的動力。

❖ 八月十九日

源自福音的節慶精神並非興奮欣快。而是熱忱，但非過份用力表達……卻是在一切事上寧靜喜悅。

## ❖ 八月廿日

大約基督之前的九世紀，在一次大饑荒期間，一位住在匝爾法特（Zarephath）村莊的女人看見了天主的人厄里亞向她家走過來。所有的食物就只剩下一點麵粉及油，但是這個寡婦毫不遲疑地接待他，並以她僅有的為他做了三張餅。就在此時無法預料的事發生了……麵粉及油竟未耗盡。（2）

這比喻難道不是針對我們個人的生活嗎？我們也幾乎未有存糧，就以僅有的一點，卻能過超乎我們所奢望的生活，而且亦將罄不淨盡。

## ❖ 八月廿一日

耶穌！你是我們心靈的明燈，你在我們的人性軟弱處注入了易得的渴慕——渴慕你的臨在。雖然常常不明究竟，但我們願意基於福音美好的希望而生活，在其內尋得再出發的活力。

## ❖ 八月廿二日

每個人都渴望被愛及愛人。福音提醒我們不要變得自我封閉，不是沒有道理的。一旦有人聆聽自己，因心靈挫折及現在過去所受創傷而引起的障礙都將逝去。讓人聆聽自

已是靈魂治癒的開始。

信靠的氣息將油然而生……邁向自由的大門亦將敞開。

### ❖ 八月廿三日

目不識丁的人與飽學之士也好，他們的信仰都是對天主懷有一分謙卑的依恃之情。假如信仰變成了在神修上自命清高、裝腔作勢，只會走進一條死胡同。

### ❖ 八月廿四日

你渴望追隨復活的基督。什麼樣的標記使你確知與他相遇了呢？當你倚近他時，內在的衝突並未令你心硬，反能領你走向他那愛的活水泉。

在這內在的更新中，有關破壞靈魂至深處的一切、一事無成的自憐及孤獨感等，再也無法阻礙我們前行。何況一條新路業已成形：它總是引領我們從憂慮中轉向信賴天主。

### ❖ 八月廿五日

世人的救主！你啟開了我們的雙目，讓我們看見你憐憫的奧妙；你的憐憫治癒了我

們的心靈。當你跟每個人說：「來！跟隨我，你將在我內尋得安息。來罷！」時，我們即明白了你的召喚。

#### ❖ 八月廿六日

聖神有如在我們內燃點的火、一種內心的火燄。就讓祂的靈感鮮活起來，生活頓時變得多彩多姿。

#### ❖ 八月廿七日

夜變得陰沈嗎？讓我們仰望復活基督的光亮，「直到天亮，晨星在我們心中昇起的時候」（3）。然後一種不知不覺的內在轉變，也就是我們生命的改造將終生不斷地持續下去。

#### ❖ 八月廿八日

基督內居了！我們需要預備自己的心靈好捕捉福音的真實嗎？光是以人的理智想捉住福音的真實是極困難的。

基督之後四世紀，一位名為奧斯定的非洲籍基督徒寫道：「基督在你內，他的寓所

就在那裡。向他訴說你的祈禱，但無需好似他在遠方般地大聲喊叫，他就在你內心的至深處。」（4）

#### ◆八月廿九日

聖神，復活主基督之神！在我們轉向祢的當刻，祢使我們跨越了心靈的曠野。因著祢的寬恕，「祢消除了我的罪過，有如清晨的霧氣」（5）。那裡找到基督的自由，哪裡就有愛的讚嘆。

#### ◆八月三十日

如果我們團體沒有在貧窮的南半球的各洲，我和兄弟們又怎能安然地住在西方呢？

每當想起一些弟兄正參與那裡極度貧困的生活時，我們知道他們這樣奉獻自己是福音所燃燒的氣息。縱然在遙遠的他方，也能穿透我們的聖召。

#### ◆八月三十一日

凡懂得愛的人，必定知道如何與基督一同受苦。生命處處有祥和之美。

總會失望臨頭、臥嘗苦楚的一天，意外事故會使心靈的平安化為烏有。但是，每一天也都期待基督的來臨。每當考驗帶來的種種苦果都不能中斷推動人趨向圓滿的動力時，人就過了充實的一天。

【九月】

■

### ❖ 九月一日

沒有什麼比過去所受屈辱與創傷的記憶更根深蒂固的了，這樣的記憶衍生懷疑的態度，有時候還持續好幾世代。然而，福音的寬宥卻能使我們超越這些記憶。

我也像某些人一樣，能盡全力抑制原有的或新生的各式各樣的不信任嗎？

### ❖ 九月二日

所有活人的天主！請祢使我們有能力將自己交付於祢的靜默與愛內。在人性上來說，將自己交付給祢，著實不易。但是，祢涉入了我們生命的極深處，而且意願我們享見一道希望之光。

### ❖ 九月三日

祈禱如果為了更切實際而日趨世俗化，那麼通傳無形臨在的謙卑標記也許會因此而消逝。結果呢？我們生命深處的某角落是否會因此而不再有那麼多的觸動？

### ❖ 九月四日

初對主說聲持續終生的「是」時，或許有人為的錯誤，可是聖神的火不會燒盡它

嗎？這把火進而顯揚福音中的召叫：「沒有比捨掉自己性命更偉大的愛情了。」（1）

### ❖ 九月五日

在既是我們深愛，又是我們的扶持者過世時，心中的痛楚可想而知，這種試煉會暗中掘蝕我們的希望。要重新發現那份依恃的信賴及心靈的平安，對自己有時候需要極大的耐心。

我們真的會變得這麼脆弱而令到心靈深之處需要安慰嗎？基督遣發了聖神——安慰之神。而這種生離死別的的痛苦會轉化成一種極神秘同時又不可或缺的共融。

### ❖ 九月六日

耶穌，我們心靈的喜樂！每當我們彷彿覺得不能達到你的期望時，你不是已經回應我們了？你邀請我們愛人，如同你愛了我們一樣（2）。

### ❖ 九月七日

為了基督而努力活在眾人之中的人，會不會傾全力勇於一再寬恕呢？那是極致之愛。

### ❖九月八日

童貞聖母謙卑的信靠天主，並未將耶穌據為己有，她將耶穌獻給了全世界。而該我們奉獻的時候，我們願不願意將天主的恩賜獻出來呢？

### ❖九月九日

祈禱領我們開往無限共融的境地。聖父、聖子、聖神無始無終的實有是無法量度的。經常都是在我們對永恆臨在的基督——復活上主有了如此領悟後才說：「所以囉！他原來無時無刻都在；就是他啊！」

### ❖九月十日

聖神，內心的光明！不論在我們開心的日子，或是經歷痛苦試煉的生活中，你都是瑩光四射。日光彷彿殆盡時，祢的臨在還持守不離；這光錘煉我們內在的自我，使我們能一次次地重新出發，向前邁進。

### ❖九月十一日

雖然教會的春天遲遲不來，但聖神已經容許它的花朵在癡癡等待的人心中含苞待

放。天主會拒絕讓我們的曠野花開綻放嗎？

### ❖九月十二日

將默觀中的焦點對準天主，是否能讓我們從例行公事的陰沈、無可奈何的單調中釋放出來？因著福音的滲透，如此的默觀也能瞻仰到心靈內的珍寶，已被無限的美善所暖  
和了。

### ❖九月十三日

史實中的某些時期，基督徒在分享上特別靈敏。西元四世紀時，金口·聖若望 (St. John Chrysostom) 寫道：「爭吵與戰爭的爆發，是因為有人想將屬於大家的資源據為己有；大自然好像在人類有意使用『你的』、『我的』等冷酷字眼，並在天主原  
造合一的地方播下分裂的種籽而變得怒氣沖沖。『你的』、『我的』這些都是毫無意義  
的字眼。」

### ❖九月十四日

生活的天主！如果發生了有礙信德的事件，我們為什麼要憂心忡忡呢？與祢臨在於

安詳沈默之中已在祈求，祢對我們全知全曉。即使是聲聲的嘆息都會變成一種謙卑的禱詞。

#### ◆九月十五日

誰能找到使孩子們與年輕人信靠基督的方法呢？牽起一個小孩的手，到聖堂內一起安靜祈禱……他或她會被天主的神祕喚醒。一份信德的直覺，不論多麼的微弱，就算很快就被淡忘，但在未來生命中必將頻頻再現。

孩提時代未被喚醒的信仰會在我們的心中留白；為填滿這片空白，人心自然飢不擇食，有時甚至汲納某些與天主或基督格格不入的宗教狂熱因素。

#### ◆九月十六日

有時候，我們期望立即可見的徵兆與標記。但為什麼又向遠處眺望那就近在咫尺的？我們無法辨識福音中閃爍跳躍的光芒嗎？這光早已在我們的心中冉冉升起。（3）

#### ◆九月十七日

沮喪的重擔壓迫著你幾乎就要放棄基督了，你會不會重返心中之心那片內在最隱

密、「天主就是一切」的綠洲？再度想起基督的召喚時，你會不會以你的生命予以一種讚嘆、心服口服的答覆？

#### ❖ 九月十八日

憐憫人的基督！我們勇敢地告訴你一切事。請讓我們能以如孩提時的說話方式與你交談。

#### ❖ 九月十九日

有一天，基督祝福了五個餅，並且無一例外地分給每一個人（4）。這個古老的故事，提供了靈感，使基督徒發現了一種歡迎接待他人的舉措：把祝福過的餅分給所有的人，包括那些因著各種不同的原因而無法領聖體的信友與非信友。

這種謙卑的舉措是否領我們深深默思教會的母愛，這母愛啟發並鼓舞人寬廣開放，並反影出共融的奧秘。

#### ❖ 九月廿日

基督絕不會讓我們在一生的歲月中，頻頻跌入失望的深淵，他會一再賜予新的活

力……這就是春天的氣息。我們每人最好向它開窗！

### ❖九月廿一日

許多人因著奉獻自己的生命而益近基督的聖善，他們聽見基督對每一個人說的話：「來，跟隨我吧！」誰會以「我現在有其他事待辦，稍後再跟隨你」來答覆此召叫呢？

### ❖九月廿二日

永生的天主！祢在我們內開啟了與祢共融的大門，繼而也啟開了聖言的氣息。而且我們明白刻列在石頭上祢的愛的旨意，不是嚴苛的律法，而是寫在我們心頭上活潑的愛德。(6)

### ❖九月廿三日

有人常問我們：為什麼這麼多的年輕人會到泰澤來？我們如何回答呢？事前我們毫無準備迎接他們，但年復一年，我們仍不禁驚訝讚嘆。

從泰澤創立之初，我們就明白，有必要與新一代的年輕人在彼此信任下生活。我們樂於見此信任能力在年輕人間擴展，它是一支槓桿，協助突破標誌著廿世紀末人類間互

信的危機。

我們有時候也會自問，我們所提供的款待是否太過粗淺、寒儉？而我們發現懷著一顆簡樸之心及極少的資源，卻能實現那種過去看似不可能的、富福音精神的款待。

#### ❖ 九月廿四日

我們生命的基礎就是為了迎接天主、基督及聖神的愛。一切豈不是都由這份信任而湧出嗎？

#### ❖ 九月廿五日

在每個人內都存一份不知素，甚至有份不知從何而來的疑慮。然而在我們生命的深處，聖神卻在我們內祈禱，遠超我們所能想像的。而且終有一天，這些內在的罅隙將被沈浸在寧靜中的祈禱所填滿。

#### ❖ 九月廿六日

基督耶穌！你曾為人，你知道人多麼渴望內心的平安。我們的魂靈懇求你：「賜予心靈平安！」而在我們心內的晦暗中，你點燃了你的寬恕及憐憫的火燄、一把永不熄滅

的火。

### ❖ 九月廿七日

今天，這愛的共融即基督的身體、他的教會，豈不是進入樸實無華的時刻嗎？也許它的信譽得失攸關；在世界某些地方，有史以來，從未有這麼多的人由信仰中脫離。

### ❖ 九月廿八日

一位生活在一千六百多年以前的基督徒，聖奧斯定留給後代的一些話語大大開啟了福音之門。他為了走向基督而奮力掙扎，因年輕時候的行徑而受苦。他對自己誠實至極，有時也對自己失望至極。有一天他終於寫下這些話：「你如果渴望看見天主，就已經有信德了。」

### ❖ 九月廿九日

凡生活在真福一端「簡樸單純的人是有福」（7）的人，基督允諾予以福音無可比擬之光的照耀。而簡樸單純萌生一種完全無法預期的平安喜樂。

## ❖ 九月三十日

耶穌！我們心靈的平安！你在福音中間：「你們說我是誰？」（8）你是那位孜孜不倦找尋我們的人。你在世時，生命深處亦曾大受感動，你為你所愛之人的死而拭淚（9）。為基督你而言，愛是由心靈無限的至美至善之中展現的。

【十月】

■

## ❖十月一日

謙卑的祈禱人人可為。單純地與基督懇切交談，使我們終有一天能與他同行。保祿宗徒當時已有所悟而寫道：「我們不知道當如何祈求，但聖神的內居扶助了我們的軟弱，代我們轉求。」（1）

## ❖十月二日

大地各民族，而不光是對一小撮人，賦於同等的信任，自然開出一條和平共處之道。每個國家都有少數異常瘋狂的人，他們如果掌了權，極可能使老百姓捲入憎恨和戰爭的漩渦。因此，最重要的是當少數領導者引發了世人無法置信的殘暴行為時，我們不該羞辱該國的百姓。

我們是否清楚地知道，沒有任何一個人的罪疚比其他重——這樣的事不但現在不存在，而且將來也不會有呢？

## ❖十月三日

耶穌，我們的平安！你使我們在信德的信心搖擺不定的地方，成為你福音的傳播者，而且引領我們去親近那些被疑慮麻痺的人。

## ❖ 十月四日

有不可勝數的基督徒，為了在愛的共融——教會中，做和平的締造者，而經歷著內心的掙扎，有時甚至忍受痛苦。面對有損共融的流弊時，他們並非天真幼稚，他們本來大可批判某些人強硬不知變通的態度。但他們不容許自己被曳往那個方向，反而努力保持沈默，而且全心全靈的愛人。表達自己的期待時，也小心翼翼地盡量不挖掘深坑以致造成人與人之間更大的隔閡，想盡辦法激勵我們能活得如已經修和的人。

## ❖ 十月五日

信靠基督這訊息是不能藉各種爭辯的方式通傳的。自以為以不惜一切代價的規勸，就能使對方信服，到頭來反而引起他人憂慮，甚至恐懼。

## ❖ 十月六日

那些說：「我為天主而活」的人是有福的！那些將生命的意義汲自天主晶瑩清澈之活泉的人是有福的！

## ❖ 十月七日

世人的天主！我們渴慕祢聖神的氣息；祂使活水之清泉湧出，那是福音的喜悅之泉。

#### ❖ 十月八日

面對殘忍暴行或良心折磨時，困擾我們的問題不禁油然而生：「天主如果是愛，邪惡又是打哪來的呢？」

無人能解釋邪惡的原因。福音中，基督參與無辜者所受不可理解的苦痛，甘願與他們一起受苦。祂降臨人間無非是使每一個人都能知道他或她被天主所鍾愛？

#### ❖ 十月九日

許多年輕人在孩童時期已被遺棄，造成了內心的空虛，他們期望能填滿它。當他們的深處因枯寂而哀嚎時，這「我的生命有任何意義嗎？」最根本的問題自然而然地從內浮現。為某些人來說，他們飢渴地向前狂奔，不斷的奔跑，彷彿因此能找著一位父親、一位母親……誰能了解他們呢？

#### ❖ 十月十日

基督耶穌！不論喜樂日子或憂鬱的日子，我們都想走到你的泉水旁。你藉聖神發言，與我們說話，我們將傾心聆聽你那生生不息、滿溢仁慈之愛的聲音。

#### ❖ 十月十一日

經驗了接二連三的沮喪，基督徒在最鬱悶的時刻，除了將自己拋入深不可測的深淵——那來自信德活泉之希望外，還能做什麼呢？

#### ❖ 十月十二日

宇宙初開之前，永恆常生中，基督早已在天主內了。自降生成人，他就是永生不息的聖言（2）。他以貧苦人的身分住在我們世人之中；死而復活後，他藉著聖神內居在每個人內。

#### ❖ 十月十三日

我們不謀個人的利益而寬恕他人，譬如：為了改變其他人而寬恕。若然如此做的话，就變成計謀；與福音無私之愛毫不相關。我們是因基督才寬恕的！

寬恕的意思甚至是不想知道寬恕後，對方會怎麼運用這寬恕。

#### ◆十月十四日

耶穌，我們的喜樂！因為你的寬宥中滿溢著信任，心靈得享平安是可能的，而且一定。你的福音告訴我們：「為什麼憂煩？憂煩並不能改變什麼。」（3）

#### ◆十月十五日

祈禱的本質不但永遠不會改變，還容以各種不同的表達方式。

有些人極其沈靜的祈禱；有些人則絮絮叨叨說個不停，聖女大德蘭（Saint Teresa of Avila）曾寫道：「我與上主說話時，常不知自己在說什麼。」也有人與他人同禱時感到天堂的喜悅在人間，心滿意足。

#### ◆十月十六日

我們是否聽信直接來自福音針對我們的召叫：「不要熄滅聖神的火光（4）」呢？我們是因著聖神的氣息而保有原來的自我，我們能否體會聖神就在我們內工作，激勵我們，帶我們出離黑暗，領我們走入光明呢？他為我們的生命深處重新定位；而我們也在心中之心，發現了那屬於自我的一部分，依然牢靠與堅定不移。

## ❖ 十月十七日

聖神！你揭開了在某些情況下可能遮住我們眼目的面紗，讓我們看見天主的仁慈是無邊無際的。而我們拒絕善度寬恕生活的固執亦將因此而化解。

## ❖ 十月十八日

路加福音以門徒叩首至地的行禮作結（5）。他們在這樣的情境中呈現了人類最原始的肢體語言的祈禱，象徵了自身生命沈默的奉獻。

## ❖ 十月十九日

在不明究理的情況下，不也常逢遇老前輩為年輕人的信靠天主備妥了前進的方法嗎？一位來自波羅的海諸小國的年輕人說：「我們如果能成為信者，能在泰澤生活，都是因為我們的祖母；她們大多數人都被迫多年離鄉背井。她們之所以能在流放的他鄉繼續生活，靠的就是信德；她們都是簡樸的女人，無法明瞭受這麼多苦的原因。有些已經回鄉，她們是率誠、沒有悲痛的。今時今日為我們而言，她們都是聖人了。」

## ❖ 十月廿日

在教會的共融上，選擇基督可導致作出必不可少的捨棄，譬如：放棄主使他人的權力。

### ❖ 十月廿一日

天主，我們的父！祢從未停止尋找那些遠離祢的人。藉著祢的寬宥，祢在我們的手指戴上那浪蕩子所戴的戒指，喜慶歡欣的戒指（6）。

### ❖ 十月廿二日

你是否已經遺忘復活基督的臨在？那不足奇；將自己委順於他，跟他說幾句話，表達一則意向……而且無論在哪裡：街道上、工作場所或家中，你都找得到他。

### ❖ 十月廿三日

在事情做也做不完，會議像細胞分裂般地開也開不完的忙碌生活中，如果突然爆發緊急事故，復活主基督會不會予以最令人驚異的扶持？無論何種年紀，天主都會在我們內心召喚我們依靠祂。

## ◆十月廿四日

透過人的臉龐，尤其淚水與痛楚使其益加清明時，就更可能從其中瞥見基督面容的影像。

## ◆十月廿五日

聖神，天主愛的氣息！我們如果祈求，我們如果信賴祢，那是因為祢引領我們發現了這令人驚喜的事實：「天主既未在我們內製造害怕，亦未製造憂愁。天主所能做的就是愛我們。」

## ◆十月廿六日

祈禱是攪動人心，挖覺心田，面對大部分人類所受的一切惡行以及種種困難，也不會昏昏沉沉，視而不見。一股寧靜的力量，人可從祈禱中汲取慈悲為懷的充沛活力。

## ◆十月廿七日

在身為基督徒的生命過程中，我們可以逾越而從一個開始到另一個開始。但若沒有從深藏不露、不可觸摸的共融——隱而不見的聖神臨在處汲取活力，這樣的過程就會殆

盡。

### ❖ 十月廿八日

如果難以忍受單調的祈禱，那麼與他人祈禱之美就是內在生命無可比擬的助力。經由簡短的話語、讚美詩、聖歌，都能傳達一種樸實及寧謐的喜悅。

### ❖ 十月廿九日

耶穌，萬愛之源，在我們生命耕翻之土上，你撒下來自信德的信心。剛開始只是一粒小小種籽，但這信德的種籽將在我們內茁壯，成為最顯明的福音事實；它維持心靈那用之不竭的美善。

### ❖ 十月三十日

天主懂得人類所有的各式語言。祂明白我們的話語，也了解我們的沈默。有時候，靜默不語就是祈禱。

### ❖ 十月三十一日

在人類大家庭發生史無前例的苦難之際，文明與科技的諸多可能，可以抒緩其中的痛苦，也可以終止饑荒。

雖然他們不可或缺，但單靠這些能力是不夠的。倘若有一天我們清晨一覺醒來，發現所生活的社會，是一個功能齊全又高科技的社會，然其信德之信心、心靈的智慧及彼此修和的飢渴卻已經被滅絕無蹤了。那麼，人類大家庭的未來將會如何呢？

【十一月】

■

◆十一月一日

生生不息的天主！我們為那些不可勝數、在今生致力於和平、信仰與修和之見證的男男女女、青年及小孩讚美祢。

隨著世世代代眾多見證基督者的芳蹤，由宗徒們和童真瑪利亞一直到今時今日的人，求祢賜予我們日復一日在內心預備對信德的奧蹟賦予信心。

◆十一月二日

相信復活的奧蹟能使我們明瞭信眾之間的共融，不會因死亡而終止。

我們可以在純潔的心靈中，要求那些比我們先進入永生、我們所鍾愛的人「為我祈禱；與我同禱」。他們還在世時，他們的祈禱就支持了我們；在他們亡故之後，我們怎能不依靠他們呢？

◆十一月三日

誰會為了獲得自己個人的幸福而選擇一個團體度修道的生活？不，此路絕不為此。

在團體中快樂嗎？當然！而且當所有跟隨基督的人都毫無例外地同心合意，團體生活即變成一種喜樂的訊息，即使在最痛苦的時刻亦然。

## ◆十一月四日

聖神，護慰之神！我們的心靈渴望被一種平靜詳合的信德所穿透。因著祢光芒的照亮，我們瞥見了自己生命的奧祕，靈魂的幽暗亦因此而被驅散了。

## ◆十一月五日

我們已經在聖神的洗禮中，永遠穿上了基督，因而天主可以跟我們每個人說：「你是我的愛子，我因你而喜悅。」（1）

在第十世紀時，一位名叫聖西默盎（Saint Symeon）曾寫道：「基督會走向每一個人，而且彷彿他只獨獨關心那一個人。」

## ◆十一月六日

有些人在經驗到內在的空虛時，不禁懷疑：「天主究竟在哪裡？」（2）難道從死者中復活的基督不是留在每個人——即使是那些不認識他的人的身邊嗎？不是每個人都被天主之神所造訪了嗎？

## ◆十一月七日

基督耶穌使我們不忘記這一點：如果「信、望、愛」是我們生存的根基，其中首要的是「愛」（3）。你還告訴我們：「我，基督愛你們，這才是心靈平安之泉源。」

#### ◆十一月八日

現今在各個角落的基督徒，也許比從前更關懷所居住的地球。為使其更適合居住，他們願意承負起某些責任，且常是些特定的責任。更令人驚訝的發現是，這些都是由沒自信仰之活泉之愛才有的作為。

#### ◆十一月九日

你是否正經歷這時刻，當一切事都似乎枯槁乾涸？在這種看似死寂、無事發生的情況下，即使兩手空空，一朵荒漠之花也能綻開。

#### ◆十一月十日

萬物的救世主！懇請你讓那些尋求你的人得享喜樂！你在福音中告訴我們：「我知道你的困苦與貧窮，其實你是富足豐盈的。」（4）被什麼豐盈了呢？你已被潛藏在生命深處的活水泉所充滿。

## ❖ 十一月十一日

基督知道我們有時為了活得晶瑩剔透，內心要進行劇烈的爭戰。這種內在的掙扎是一種我們愛他的記號。

但我們的生命不是持續的掙扎。信德是天主賜予的恩惠，絕不勉強人。當我們接受福音的喜訊時，聖神會常常帶給我們超乎我們所期許的——心靈的平安，以及幸福。

## ❖ 十一月十二日

我們要為復活主基督時時刻刻愛我們而讚美他！即使我們感覺不到，或幾乎感覺不到他持續性的臨在，也要高聲讚美他。

## ❖ 十一月十三日

奇妙臨現的復活主耶穌！你從來不希望我們受痛苦，你為我們穿上了你的平安。當天主的喜悅從天降臨時，即能感動靈魂的深處。

## ❖ 十一月十四日

每天來泰澤參與祈禱禮儀的孩子們中，有一天來了一對兄妹。這個小女孩全神貫

注，雙手交疊，口中念念有詞。男孩則將雙手拱在眉眼之間，保持靜默。不論有無話語，他們的臉上與姿勢都表達了內在生命的優美。

#### ❖ 十一月十五日

「在絕望中還懷著希望」（5），只要仍然向信德之活泉前行，即使信眾不那麼龐大，他們也能改變人類歷史變遷的方向。

#### ❖ 十一月十六日

祈禱沒有技巧，也沒有什麼方法可以達到內在的寧靜。我們的祈禱如果只是結結巴巴地訴說，也沒有什麼關係。我們不是基督的窮人嗎？

#### ❖ 十一月十七日

生活的天主！不論我們的祈禱多麼貧乏可憐，我們仍然懷著信心尋找祢。而祢的愛在我們的猶豫、甚至是懷疑中鏤刻了一條向前的通道。

#### ❖ 十一月十八日

福音談到一位少年正在尋找天主的愛的旨意。他前來問耶穌，耶穌回答他說：「你還缺少一樣：你去變賣你所有的一切，施捨給窮人，然後來跟隨我。」然而少年面帶愁容憂鬱地走了（6）。他為什麼走了呢？因為他內缺乏奉獻自己的自由。

### ❖ 十一月十九日

「耶穌，我的心靈之光！請別讓我內的黑暗與我說話。」聖奧斯定寫這禱詞時的直覺是這樣的：當我們內在的黑暗邀約我們同它談話時，這可不是與復活主基督交談，而是與自我內在的傷害及來自於他人的傷害對話。它會引我們往何方去？原地踏步而已！

### ❖ 十一月廿日

天主，我們的天父！請讓我們時時記得祢愛我們。而當我們明白沒有什麼可以將我們與祢分開時，這份信賴之情即為我們開啟了一條向上通往滿盈平安的喜樂之路。

### ❖ 十一月廿一日

各種聖像都可以提昇祈禱的美，他們就像扇扇得以一窺天主實相的窗扉。

許多藝術家的手使我們瞥見福音的光芒，他們曉得如何將天主的奧秘呈現在我們的

眼前。

❖ 十一月廿二日

宗徒伯鐸在世時親眼目睹了耶穌，但是以他以來自信德的高度實際精神，清楚知道：「我們雖然沒有見過他，卻愛慕他；雖然我們如今仍看不見他，還是相信他。」然後又繼續寫道：「並且以不可言傳和充滿光榮的喜樂而歡躍。」（7）

❖ 十一月廿三日

我們是否也在傳播新未來美好希望的行列中？有誰會為此而預先準備在引發仇恨與殘暴的地方，締造達成各種和好的途徑？有誰會在那些經驗不足的地方支持各種自由？

❖ 十一月廿四日

憐憫人的基督！你使我們轉向你……而內在的光即在我們的心中冉冉升起（8）。

然後我們可以以此話語祈禱說：耶穌！你是我的喜樂、我的希望、我的生命。

❖ 十一月廿五日

那些信靠復活基督的人是有福的，這份信心將永不磨滅，也耗不盡。

### ❖ 十一月廿六日

基督不會讓我們變成已成功抵岸的人。他保存我們親近他，就像敞亮天空的春天、使人甦醒的春天。

### ❖ 十一月廿七日

耶穌，你是我們心靈的喜樂！你的福音向我們保證：天主的國就在我們中間（9），而且那一道單純及純潔無瑕的門扉會在我們內敞開。

### ❖ 十一月廿八日

有一天耶穌說了嚴厲的話：「有些人把沉重而難以負荷的擔子捆好，放在他人的肩上，自己卻不肯用一根指頭動一下。」（10）

### ❖ 十一月廿九日

為回應基督召叫並承諾終生，你最好預備自己持守忠信。我們內在所鑄的人性將被

善心所塑造，這善心不是因話語即能滿足的虛幻之愛，而是一種如海闊天空般寬廣的心地。

❖十一月三十日

有些父母眼見他們的孩子遠離自己經常祈禱的地方時，心中憂慮不已。但他們長大後擔負重要的責任時，這曾有過的最寶貴的信仰不會重現嗎？孩提時代所瞥見的信靠天主的娟美純淨的花朵，是永遠也不會失去的。它那香氣卻無形地瀰漫著整個靈魂。

【十二月】

■

❖ 十二月一日

凡回應福音召叫的人，會拒絕視任何人為仇人（1）。他們在默默的祈禱和愛中找到了充裕的自由，甚至能原諒那些曲解他們意向的人。

❖ 十二月二日

神妙臨現的聖神！祢滲入了我們生命的深處，洞悉我們的渴望。祢知道我們的意欲，就是想透過無限美善的心靈通傳祢的愛和憐憫。

❖ 十二月三日

我們對福音的了解儘管少之又少，它還是在我們中間發光。我們對聖神的感知儘管有限，祂還是我們的活力。我們對感恩祭儘管領會不多，它是基督的臨在，住我們內。

❖ 十二月四日

在了解死亡並非終結後，我們的心靈找著了平安。死亡開啟了一條新生之路，天主親自前來迎接我們與祂共享永生。

我母親老年時曾經心臟病發；當她再度開口說話時，她說：「我並不怕死，因為我

知道我信靠的是誰……但是我熱愛生命。」而在她臨終的那天，她輕聲地說：「生命真美……」

### ❖ 十二月五日

天主並未要求我們在祈禱中創造奇蹟，這是超乎自己的能力，但是天主確使我們在極單純中將自己奉獻給祂。而聖神建議我們說這句簡潔的話語：「基督！你要我做什麼？」

### ❖ 十二月六日

在人生的困難中，一條從黑暗通往基督之光的道路永遠敞開著。這就好像基督沿途照亮我們當時所走的路，也好像他的光隨著我們的腳步，光照了在我們內福音的其中一項奧祕。

這奧祕是什麼？就是使我們準備今天、明天、以及整個一生都對祂有信心。

### ❖ 十二月七日

萬愛的天主！祢召喚我們將生命植基於祢。即使我們離開了祢，祢仍藉著祢的聖神

臨現。祢在我們內的臨在不只是一時半刻，而是時時刻刻。

### ❖ 十二月八日

童貞瑪利亞在奉獻的奧祕上啟發世人。一位波多黎各 (Puerto Rican) 女人在兒子以整個生命答聲「是」，願意將自己交託給天主時，寫下以下的話語，她體會到了這點：

當我領會你對天主完全的愛時，我想到了童貞瑪利亞，身為母親的她同意天主一切的計畫。當天主正推動在我兒子身上的計畫時，我又能如何呢？我不能拒絕天主，不給祂原本就屬於祂的孩子。雖然你是我唯一所有，但因著天主對我們的愛，我們願意將一切奉獻給祂。

### ❖ 十二月九日

火燄是聖神令人驚異的臨現。縱然是一團蒼白昏暗的微光，也自會驟然在內心熊熊燃燒起來。即使在我們覺得不知道如何祈禱時，它仍然持續燃燒著。

## ❖ 十二月十日

有些福音中的話是獨特的。這些話語能代代相傳傳到我們這一代，難道不是奇蹟嗎？聖保祿宗徒說「你們已經與基督一同復活了」（2），就是最好的例子。

雖然我們都死於肉身，但我們每個人的復活已經在今生今世展開了。當這個信念變得難以領悟時，我們可以對天主說：「請不要看我僅有的小小信德，但賜我能依靠祢整個教會的信德，以及許多為祢而生活的卑微人所見證的無可比擬的信德。」

## ❖ 十二月十一日

復活主基督！你藉著聖神內居於我們的心靈中，你深入我們內枯槁貧弱之地，你還開展了一條大道，人走在其中無任何事情是嚴重可怕的，除非喪失了慈悲的心懷。

## ❖ 十二月十二日

現今許多人不得不生活在噪音中，一天幾次片刻的安靜，是絕對不可或缺的。當我們與他人共禱時，這段安靜的片刻同樣具有其不可估計的價值。

獨自面對天主持守在寧靜中，不可以塑造內在的生命嗎？透過長時間內在的靜默，我們留居在聖神的臨現中，即使當時似乎無事發生，但這種在聖神內的憩息，可以讓我

們不論在每天所作的日常決定或在人生的重大決定上，反覆醞釀。

### ❖十二月十三日

祈禱並不需要超人的力量。一些諸如輕柔的嘆息聲、孩童的禱語，都能令我們警覺。天主沒有給基督的窮人啟示那些世間強人所無法即時理解的嗎？（3）

### ❖十二月十四日

我們越單純地分享我們的所有，為付託於我們的人來說，越覺生命受人歡迎。簡樸使我們以極少東西便能好好歡迎接待他人。

### ❖十二月十五日

聖神！祢讓我們在簡單的祈禱中觸到了基督的心，祢吸引我們走向他的聖善。接近他就會聽到他召叫我們每一天活得像是過天主的今天。

### ❖十二月十六日

我們的口舌不願意出聲祈禱時，為什麼強迫自己非說出來不可呢？心與智不需要言

語也能配合得很好，而且一切天主都知道。

#### ❖ 十二月十七日

那些被召叫傳福音或當眾大聲祈禱的人可以跟自己說：「希望你的祈禱與話語永不隱含以天主之名的恐嚇。」天主是愛。祂絕不會利用恐懼勉強人歸向祂，即使基督遭受虐待，祂也不會恐嚇任何人（4）。

#### ❖ 十二月十八日

聖神，安慰之神！我們常常被內在的孤寂所籠罩。而祂總是在我們內激發足夠的信德，使我們意識到基督願意釋放我們的心靈，他在處處為我們著想。

#### ❖ 十二月十九日

「首肯同意」，許多人從年輕時就將此視為自己的座右銘。他們都同意，從那些幾乎無法理解的情況中，將一切的憂慮呈託給基督，似乎是唯一的出路。而且天主持守人活在一種能更新靈魂的天真無邪中。

❖ 十二月廿日

我們所跟隨的基督是誰？

他是賜予我們這基本事實的那一位：過與他度共融生活。從死者中復活後，他就在今天、明天、永永遠遠都與我們同在。在他內，這喜樂之活泉將永不枯竭。

❖ 十二月廿一日

有些人被「天主教是沈默的」這種感覺困擾不已，彷彿祂的臨在完全在於我們的感覺。然而，即使所有顯明的共鳴均褪去，天主還是扎扎实實的臨在。

❖ 十二月廿二日

萬愛的天主！我們常常忘記聖神熾熱地臨現於我們內，但是祢深知人性的境況，祢也知道我們是多麼的健忘，就算是最基本、最重要的也會淡忘。而祢使我們單純地守在祢的臨在中，謙卑的靜候。

❖ 十二月廿三日

心靈自由的召喚早已在我們生命的深底處揚起。這自由中有詩；它能使我們在諸多

的瑣事上找到喜悅，如：風吹搖曳的樹梢、空中閃耀多變的彩光、一頓有我們所愛的大人小孩一起參與的親密簡餐。

#### ❖ 十二月廿四日

我們生命的每個夜晚如果都能變成聖誕夜，由內發散著光的夜晚……

#### ❖ 十二月廿五日

耶穌，童貞瑪利亞之子！你在聖誕節賜予了我們福音的喜訊。凡聽見的人，凡歡迎這些聖神的禮物的人，會在日間或守夜時發現，雖然信德極小，甚至幾乎完全沒有，卻擁有了一切。

#### ❖ 十二月廿六日

天主不知如何讓人理解祂，而親自以既貧窮且謙卑的身分來到世界上。基督耶穌如果不曾與我們一起生活，天主仍是高不可攀、不可親近的。耶穌透過自己的人世生活，讓我們看見了天主。

❖ 十二月廿七日

如果真的可能徹底了解人心，令人驚訝的是，可能會在其內發現人默默期待主的臨在。

若望福音中，有一段對這種期待的回應：「你們中間站著一位，是你們所不認識的。」（7）他不總是在我們中間嗎？這位我們認識甚少的基督。

❖ 十二月廿八日

天主認為人「因孩提時受創的那天真無瑕而受祝聖的」。我們對此了解多少呢？

❖ 十二月廿九日

耶穌，我們的喜悅！你在福音中告誡我們說：「你們仰觀天空的飛鳥，觀察田間的百合花，你們不比他們更貴重嗎？憂慮什麼呢？」（8）

❖ 十二月三十日

我們從一個開始到另一個開始時，如果都能準備好自己，在迎接每個新的一天都能像是要歡迎獨特的一天一樣……

復活的主基督跟每一個人說：「我永遠都不會離開你。」（9）

❖ 十二月三十一日

一旦回顧過去的日子，我們的生活就會充滿悔恨，活力也會隨之耗竭。

在一切事上保持心靈的平安、寧靜的喜悅。聖神已在耶穌聖心內埋葬了我們的過去，祂會照管我們未來的一切。

## 聖經中有關來自信德的信心與心靈平安的章節

約伯在受苦時說：「我確知道為我伸冤者還活著，我的辯護人要在地上起立。我的皮膚雖由我身上脫落，但我仍要看見天主。」（約十九25、26）

我的靈魂只安息在天主內，因為我的救援是由祂而來。

我的靈魂，你只安息在天主內，因為我的期望全是由祂而來。

百姓，你們應常向祂表示依靠，該在祂面前吐露你們的心竅：

因為天主確是我們的避難所。（詠六十二2、6、9）

上主富有憐憫和正義，

我們的天主仁愛無比；

上主保護誠樸的人，

我若軟弱，祂必救助。

我的靈魂，你回到你的安息。（詠一一六5-7）

上主，我的心靈不知驕傲蠻橫，

我的眼目不知高視逞能；

偉大驚人的事，我不想幹，

超過能力的事，我不想辦。

我只願我的心靈，

得享平靜與安寧；

就像斷乳的幼兒，

在他母親的懷抱中，

我願我的心靈在我內，

與那幼兒相同。（詠一三一1-2）

因為吾主上主，以色列的聖者這樣說過：「你們的得救是在於歸依和安靜，你們的力量是在於寧靜和信賴。」（依三十15）

誠然，我知道我對你們所懷的計畫——上主的斷語——是和平而不是災禍的計畫，令你們有前途，有希望。（耶廿九11）

上主說：「我要賜給你們一顆新心，在你們五內放上一種新的精神，從你們的肉身內取去鐵石的心，給你們換上一顆血肉的心。我要將我的神賜於你們五內。」（厄三十  
六26-27）

耶穌說：「凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來，我要使你們安息。」（瑪十一  
28）

當風浪顛簸著門徒的船時，耶穌跟他們說：「放心！是我。不必害怕！」（瑪十四  
27）

耶穌跟門徒說：「你們中誰能運用思慮，使自己的壽數增加一寸呢？如果你們連極  
小的事還做不來，為什麼要思慮別的事呢？」（路十二25-26）

耶穌跟門徒說：「我還與你同在的時候，給你們講論了這些事；但那護慰者，就是父因我的名所要派遣來的聖神，祂必要教訓你們一切，也要使你們想起，我對你們所說的一切。我把平安留給你們，我將我的平安賜給你們。我所賜給你們的……你們心理不要煩亂，也不要膽怯。」（若十四25-27）

33）耶穌跟門徒說：「我跟你們講了這一切，是要你們在我內得到平安。」（若十六

聖保祿寫道：「天主的國在於義德、平安以及在聖神內的喜樂。」（羅十四17）

聖保祿寫道：「求祂依照祂豐富的光彩，藉著祂的聖神，以大能堅固你們內在的人，並使基督因著你們的信德，住在你們心中，叫你們在愛德上根深蒂固，奠定基礎，為使你們能夠同眾聖徒領悟基督的愛是怎樣的廣、寬、高、深，並知道基督的愛是遠超人所能知的，為叫你們充滿天主的一切富裕。」（弗三16-19）

聖保祿寫道：「凡事要謙遜、溫和、忍耐，在愛德中彼此擔待，盡力以和平聯繫，

保持心神的合一。」（弗四 2-3）

聖保祿寫道：「從前你們原是黑暗，但現在你們在主內卻是光明，生活自然要像光明之子一樣。」（弗五 8）

聖保祿寫道：「如果你們在基督內獲得了鼓勵，愛的鼓勵，聖神的交往，哀憐和同情，你們就應彼此意見一致，同氣相愛，同心合意，思念同樣的事，以滿全我的喜樂。」（斐二 1-2）

聖保祿寫道：「你們在主內應當常常喜樂，我再說：你們應當喜樂！你們的寬仁應當叫眾人知道：主快來了。你們什麼也不要掛慮，只在一切事上，以懇求和祈禱，懷著感謝的心，向天主呈上你們的請求；這樣，天主那超乎意思的平安，必要在耶穌基督內固守你們的心思念慮。」（斐四 4-7）

聖保祿寫道：「你們該如天主所揀選的，所愛的聖者，穿上憐憫的心腸、仁慈、謙卑、良善和含忍；如果又有人對某人有什麼怨恨的事，要彼此擔待，互相寬恕；就如主

怎樣寬恕了你們，你們也要怎樣寬恕人。在這一切以上，尤該有愛德，因為愛德是全德的聯繫。還要叫基督的平安，在你們的心中作主；你們所以蒙召存於一個身體內，也是為此，所以你們該有感恩之心。」（哥三12、15）

聖保祿寫道：「至於那凡俗的空談，務要躲避，因為這些空談，多使人趨於不敬（遠離天主）。」（弟後二16）

耶穌的門徒雅各伯寫道：「人受誘惑，不可說：『我為天主所誘惑』，因為天主不會為惡事所誘惑，祂也不誘惑人。」（雅一13）

耶穌的門徒伯多祿寫道：「你們雖然沒有見過他，卻愛慕他；雖然如今你們仍看不見他，還是相信他；並且以不可言傳，和充滿光榮的喜樂而歡躍。」（伯前一8）

聖伯多祿寫道：「他受辱罵，卻不還罵；他受虐待，卻不報復，只將自己交給那照正義行審判的天主。」（伯前二23）

聖伯多祿寫道：「將你們的掛慮都託給祂，因為祂必關照你們。」（伯前五7）

耶穌的門徒若望寫道：「孩子們，我們愛，不可以只用言語，也不可以只用口舌，而要用行動和事實。在這一點上我們可以認出，我們是出於真理的，並且在祂面前可以安心；縱然我們的心責備我們，我們還可以安心，因為天主比我們的心大，祂原知道一切。」（若壹三18-20）

聖若望寫道：「天主是愛，那存留在愛內的，就存留在天主內，天主也存留在他內。……在愛內沒有恐懼，反之，圓滿的愛把恐懼驅逐於外，因為恐懼內含著懲罰；那恐懼的，在愛內還沒有圓滿。」（若壹四16b、18）

## 給天主的信

譯者

至美至善的天主聖三！祢是萬物的根源，我生命的磐石。祢一步步地引領我，不因我的有限不足而不愛我、不肯定我、拒絕我，反而全然接納我的一切好與不好，使我日益了悟所謂的「磐石」——失了您，我即一無所有、一無所是。

天主！藉著這本《心靈平安之源》，祢啟發我、教導我，讓我經驗了祢的大愛，而賦予我足夠的能力從自我的「我」中出走，參與了別人心中的「我」，雖仍不甚明瞭但已能稍微抓住「合一」與「共融」的涵意。彼此相愛從相異中尋求共融而合一於主內，是多麼不容易！自我的抽離，又需經過多少十字架的試煉呢？但是只要信靠祢，凡事皆可能。主！我願全心感謝讚美祢！

文中強調的「單純無瑕之心」、「簡樸的生活」、「大地共享」、「來自信德的信心」等正是祢的福音中極重要又令人雀躍的奧秘。我知道唯有走進這奧秘的光環之中，才有機會與祢相遇。然而我卻總是忘記這奧秘就近在咫尺，甚至正如書中所言祢的神就

在我心的中心。我恟惶不安地瞎闖亂竄，唯恐您已遠去，驀然回首才恍然，原來是我走遠了。其實您在，一直都在。

天主！我知道自內湧出的活水將洗淨我的罪污，那光會照亮前行的路。只要有祢同行，縱然走過死蔭的幽谷，我亦將毅然前行。天主！請賜予我時刻仰望祢的心與定睛注視耶穌的能力。阿們！謹此

願光榮歸於您及聖子及聖神！

您鍾愛的女兒

山岩 敬上

一九九八年十月廿七日

## 註：

## 一月

- 1、瑪十一 28 | 19
- 2、若壹四 8、16
- 3、參若三 17
- 4、瑪廿五 40
- 5、若一 5
- 6、詠六十二 1 | 2
- 7、若十四 27
- 8、參列上十九 9 | 13
- 9、論教會在現代世界牧職  
憲章廿二 2

## 二月

- 10、參瑪三 11
- 11、得前五 19
- 12、參詠十六 7
- 13、瑪十六 25
- 1、參路二 22 | 24
- 2、若望廿三，《靈心日記》，光啟。
- 3、路九 62
- 4、參伯前一 8
- 5、瑪十一 28 | 29

6、《致狄奧尼書》

### 三月

1、參若一 1 | 3

2、路廿三 34

3、參格前四 7

4、參谷四 27

5、箴三十 16

6、參詠八十四 6

7、耶二 13

8、路一 38

9、參伯前五 7

10、默三 20；谷十 21

### 聖週與聖神降臨節

1、參瑪廿六 38

2、參伯前二 23

3、參瑪十六 24

4、參瑪十一 28

5、參伯前三 18 | 20；四 6

6、參若十四 16、26，十六 7

### 四月

1、谷九 24

2、參路廿四 13 | 35

3、若壹三 20

4、參若廿一 15 | 17

5、若廿一 15 | 17

6、參瑪八 8

### 五月

1、參瑪五 8

- 2、路二19、51
- 3、參瑪五44
- 4、參依五十三2 | 4、7
- 5、參羅八26 | 27
- 6、參伯前一8
- 7、參瑪五23 | 24
- 8、參若三17
- 9、參瑪廿八20
- 10、參若廿22
- 11、若六68
- 12、參路十43

## 六月

- 1、參若六56
- 2、參瑪廿五40
- 3、《致狄奧尼書》

- 
- 4、谷四40，六50
  - 5、耶廿9
  - 6、參若十四9
  - 7、參若壹五14 | 15
  - 8、若十四27，廿19 | 21
  - 9、參谷一11
  - 10、谷七34
  - 11、參路十27
  - 12、參路三6、18
  - 13、路六27 | 28

## 七月

- 1、若廿29
- 2、斐四6
- 3、參依三十15
- 4、若壹四8、16

5、路十九 5

6、若壹三 20

7、參路九 24

8、參依四十九 10

八月

1、瑪十九 14

2、參列上十七 7 | 16

3、伯後一 19

4、聖奧斯定，《懺悔錄》

5、參依四十四 22

九月

1、若十五 13

2、參若十五 12

3、參伯後一 19

4、參瑪十四 13 | 21

5、參路九 59 | 62

6、參耶三十一 33；格後三 3

7、瑪五 3

8、瑪十六 15

9、參若十一 35

十月

1、羅八 26

2、參若一 1 | 10

3、參瑪六 27

4、得前五 19

5、參路廿四 52

6、參路十五 22

十一月

- 1、谷一 11
- 2、詠四十二 3
- 3、參格前十三 13
- 4、默二 9
- 5、羅四 18
- 6、參谷十 17 1 22
- 7、伯前一 8
- 8、參伯後一 19
- 9、參路十七 21
- 10、瑪廿三 4

## 十二月

- 1、參瑪五 44
- 2、哥二 12
- 3、參瑪十一 25
- 4、參伯前二 23
- 5、參斐四 4
- 6、參若十四 9
- 7、若一 26
- 8、參瑪六 25 1 34
- 9、參瑪廿八 20

## 本社誠徵基本訂戶

成爲基本訂戶，就不必費時傷神到書屋來找書、買書，本社每出一本新書，隨即寄送到府上，並附上享有七五折優待的郵政劃撥單，您方便時走一趟郵局，即可安然享受精神食糧。我們每月都有新書（元、二月及七、八月合併發行）。一年平均可有廿本書陪伴您，令您愈感生活之充實。

成爲基本訂戶，手續簡單。一通電話留下大名及通訊處就可以了；如果不是個人訂閱而是團體訂閱，則請留團體名稱及負責人大名。

聯絡電話：（〇二）二三六八四九二二

心靈平安之源 / Brother Roger 著 ; 山岩譯. -  
- 初版. -- 臺北市 : 光啓, 1998[民 87]  
面 : 公分  
譯自 : Peace of heart in all things :  
meditations for each day of the year  
ISBN 957-546-355-2 (平裝)

1. 天主教 - 祈禱 2. 冥想

244.3

87015372

## 心靈平安之源

一九九八年十二月初版

◎ 版權所有・翻版必究 ◎

著 者 : Brother Roger

譯 者 : 山岩

准 印 者 : 台北總教區總主教 狄剛

出 版 者 : 光啟出版社

地 址 : 台北市(100)辛亥路一段24號

電 話 : 編輯部(02)2367-1750 門 市(02)2367-6024

發行部(02)2368-4922 傳 真(02)2367-2050

郵政劃撥 : 0768999-1 (光啟出版社)

登 記 證 : 行政院新聞局局版北市業字第94號

發 行 者 : 甘國棟

E-mail : kcpress@tpts4.seed.net.tw

光啟出版社網路站 :

中文網址 : <http://www.tec.org.tw/kc>

英文網址 : <http://www.tec.org.tw/english/kc>

版面編排 : 蔡戀蕊

承 印 者 : 永望文化事業有限公司

地 址 : 台北市師大路170號3樓之3

電 話 : (02)2368-0350 2367-3627

定 價 : 160元

當紊亂的社會、紛擾的生活，使得我們的步履沉重而不知所從之際，又怎能發現人類美好的希望，甚至體驗到希望在天主之內呢？

泰澤團體的創始者羅傑兄弟，提供一整年中每天作一段簡短默想的材料，這些雋永的智慧短語，足以終身反覆咀嚼、細細省思，而日復一日地回歸生命的真實，心靈的平安。

ISBN 957-546-355-2 \$160



205219