

三月書介

《寧靜源》—給你的退修指引

作者：希芙 (Margaret Silf)

翻譯：石彩燕

出版：基道書樓(2005年7月初版)

售價：港幣58元



作者簡介：

希芙(Margaret Silf)原任職於電腦行業，耶穌會神父訓練她為一位伴人禱告者，現從事全職寫作，並且致力推動退修及信仰反省，同時擔任屬靈指導的工作。她英國紐克郡出生及成長，現居斯塔福德郡，已婚，育有一女，著作有：Close to the Heart: A Practical Approach to Personal Prayer, At Sea with God: A Self-guided Spiritual Retreat等。

退修、避靜這些字眼，是教友經常掛在口邊的名詞，(為了方便介紹，我們以下用退修來代替避靜)不過，講論的人多，但思想箇中意義的人比較少，好些時候我們參加堂區舉辦的退修活動或許會抱一份聽道的心態去參加，又或者是想「靜一下」，離開一下繁雜的都市，讓自己可以喘氣，不過，難道退修只是一種尋求喘氣的空間嗎？希芙(以下簡稱作者)在她的著作起首，提醒我們重新校正這份心態，退修不是一種逃避，相反，退修是一份新的啓迪，一份新的屬靈經驗。

作者將這本書分成四個部份。第一部份是討論到不同人及不同的生活方式，並且建議我們怎樣安排適合自己的退修形式，書的內文將不同形式的羅列出來，也許有些是我們意想不到的，例如藉錄影帶體驗來默想退修、寧靜日的退修、「順道走訪」式的退修、寧靜園的退修、在街上退修、週末出外的退修……等，同時間，作者亦建議我們反省那一種退修方式適合我們。每種退修方式都用粗體字印出，我們可以在第四部份的小百科裡面，參考對照相關的資料。

第二部份談及「難以啓齒的問題」這裡嘗試回應一些退修者經常遇到的問題，例如：退修是否一種縱容自我中心？是否一種洗腦？家人提出反對？不是虔誠的教友可以參加？我對個人獨處有困難，如何處理？當然，這些問題都是非常個人和主觀的，一些人會不以為然，不過，亦是一些渴望在靈性生命上尋求突破的人會碰到的內心掙扎，作者嘗試回應這些問題，讓參加退修的人得到釋懷。

在第三部份裡面，作者為準備參加退修的人預備一些退修前的提醒，這些忠告不但讓我們充分利用退修的時間，而且在回家以後都可以延續這份經驗，特別在物質上運用及安排上，確是好好的提醒。

第四部份以小百科的形式出現，在這部份裡面為讀者提供指南、使我們知道不同退修方式會達到什麼果效。

最後一部份是記述不同人士參加退修後的心聲，他們的宗教經驗及退修前後的改變，或多或少都讓我們對退修有新的了解。信仰不單在知識上求進步，生命的體驗同樣是重要，當前教會內多是知性上的灌輸，對傳統價值逐漸遺忘《寧靜源》是一本好的導引，重新喚醒我們對退修的關注。書的尾頁還附上本地天主教及基督教退修營地的資料，看完這本書以後，希望找地方來退修的讀者，不妨參考一下。



教區教友培育辦事處通訊

2006年3月號

香港西灣河大石街一號李宏基牧民中心

電話25606622 圖文傳真25690188

網頁：<http://www.dolf.org.hk>

編者的話

三月份的期刊共有三篇文章，第一篇是從盧雲神父的作品翻譯反省教會對出版事業的問題，希望這一點分享可以刺激大家關注教會的出版事業。第二篇文章是透過近期一件家庭悲劇反省生命與死亡的關係，四旬期即將開始，讓我們好好默想一下基督死亡與復活對於我們有什麼關係。最後一篇是書籍介紹，今期為大家介紹一本靈修書籍，名為《寧靜源》，對於靈修書籍有興趣的讀者就不容錯過。

數慧眼英雄還看今朝

拜讀二月廿六日公教報關神父在他的專欄中介紹盧雲神父，讀後頗有感受，因此提筆回應一下。關神父在文章之中，稱讚盧雲神父是一位備受推崇的牧者，但備受推崇的原因，並不在於他放棄所謂高薪厚職或是知識份子的身份，而是盧雲神父確了樹立了作者牧者的形象，而且身體力行，因此無論是外教人抑或是教內的兄弟姊妹，都能夠在他身上感受到一份被牧養的感覺。其中一點最重要的是在他的作品之中經常表現出一份人性，通俗一點就如昔日某廣告的口號：「唔扮野，做自己。」無論是好是醜，盧雲神父都毫不掩飾，這是他可貴之處，他認識自己的軟弱，他毫不諱言有人性缺欠的地方，然而，他敢於表達亦敢於面對，故此，得到廣大讀者的愛戴。我們中文讀者有幸閱讀到盧雲神父的作品，始於台灣光啓出版社，即是現在光啓文化事業的前身，第一本出版的作品是《負傷的治療者》(1982)，後來該書由基督教的基道出版社於1998年6月15日重新出版。

在關神父的文章之中，對基督教的出版界將盧雲神父的作品翻譯過來，稱譽有加，認為他們有慧眼，懂得欣賞盧雲的作品。在此筆者要問一下，為何獨是他們慧眼識英雄，難道香港天主教教區之內就無此慧眼，無翻譯人才可以將這些作品移譯過來，以饗教內兄弟姊妹久渴逢甘的心靈？再者，盧雲神父的作品本應由天主教的出版社印製，只是種種原因，又或是版權問題、金錢問題、市場考慮等等原因，以致最後由基督教的出版社付梓出版。盧雲神父的作品差不多全部翻譯過來這話還可以說得過去，但是內容上是否忠於原著就有待商榷？而某些涉及到神學觀點的作品，例如涉及到教會傳統、修會傳統、聖像和聖事這些敏感題材，基督教的朋友都是不會沾手，我們中文讀者就因他們的「慧眼」選擇而無緣拜讀了。說這些話不是在抽關神父的後腿，而是帶出一個培育的癥結，就是對文字工作和教友信仰培育的盲點，目下所見的培育方向，都是以課程、講座作為主導，上至聖神修院神哲學院、夜間宗教學部、聖經學院、下至由教友自資組成的團體、無不是以「言」載道。唯神學得救。無怪乎每年一度的香港書展，天主教教會的好書推介來去都是那些舊作品，相對其他宗教界的攤位，相形見絀，閱讀風氣其實極需要有一個文化生態來培養。昔日宗教改革者借助古騰堡活字印刷技術，文以載道，掀動整個歐洲文化思潮，小小一具印刷機器竟有如此威力，當時的宗教改革者有此慧眼，洞悉文字威力，深遠流長，得以名垂千古，然而，五百年後教會之內，具此慧眼又有何人？

「死去」「活來」

望子成「龍」是每一位父母對子女的冀望，對他們嚴加管教，期望培養出品學兼優的孝子，將來貢獻社會和國家，這是人之常情。父母愛子之切，相信已為人父母能深刻地體會到管教子女的苦與樂。可是，現今社會是不能接受欠缺理性的教導，這也不符合福音中「愛」的精神。

福仔是一名個性活躍的兒童，因為母親一時氣憤，貫以體罰的形式來懲戒他，把他鎖進在皮篋內靜思已過，最終因缺氧導致腦幹細胞死亡，多種器官功能衰竭，返魂無術了。當父母在醫院得悉兒子危殆，母親悲痛不已，不斷喊叫親子的名字，這骨肉分離之情比千刀萬剮在身上更痛心入骨，旁人看見此情此景也忍不住淚水，心中慨嘆「早知今日，何必當初呢！」。由此可見，這對父母是非常疼痛自己的兒子，只是教子心切，失去了理性而引致這場悲劇。縱然他們已感到後悔和自責，但仍須接受法律的制裁，對家中的親人有莫大的打擊和哀傷，這個傷口並非一年半載能治癒。生命只是在一剎那間便流逝不返，沉默地離去，不發半言道別，死亡對活著的人帶來了天昏地暗的場景。

從以下的一事中，可看到痛失家人朋友時的無奈及悲傷；耶穌也曾遇過這一情景，他的好朋友拉匝祿因病而逝世（若11:17-44），他的家人朋友爲此而哭泣不已，耶穌對已逝的朋友和悲痛的家人也動了慈悲之心，憐憫之情，心神也爲此而傷感難過，不禁流下淚來（若11:33-34）。耶穌的悲傷之情是有感而發？還是別有啓示？這啓示能否幫助我們面對死亡和逆境？能否幫助我們衝出天昏地暗的環境？

「哭泣」是人性情感的抒發，人們大都是爲死亡而哭泣的，瑪利亞和瑪爾大爲了拉匝祿之死而哭泣，雅依洛的親人朋友爲女兒的死亡而哭泣（谷5:39），白冷城的母親哭泣喪子（瑪2:18），耶穌的門徒爲師傅的逝世而哀號哭涕（谷16:10），瑪利亞在耶穌墳前痛哭失去了耶穌的遺體（若20:11），婦女在十字架苦路上爲耶穌捶胸痛哭（路23:27），人們視死亡爲一個終結永別之時刻，分離帶來割裂的痛楚；耶穌的哭泣並非僅僅因群眾的傷心而感同身受，而是更深層對生命的理解和體會，甚至爲了我們眾人仍留在黑暗中而流下淚來。

群眾爲拉匝祿失去了肉體上的生命而悲嘆，「拉匝祿在墳墓裏已經四天了……已經嗅了」（17、39節）指出肉身的腐朽，在猶太人的傳統上，人死後三天，肉身已腐化，再沒有復生的希望。雖然瑪爾大埋怨耶穌太遲到來，但對耶穌的信心沒有絲毫減退「我信你是默西亞，天主子」（27節），但仍未能完全明白耶穌是一個怎樣的主，耶穌指出自己乃是「生命之源」、「生命的主宰」（25節）。耶穌不但爲自己所愛的拉匝祿失去生命而流淚，爲群眾的悲傷而流淚，爲即將把自己交出所受的苦和死亡的洗禮而流淚，爲婦女們在十字架下和墳前痛哭而流淚，不僅如此，他所流的淚全因爲了那群心腸剛硬不肯悔改的人，他們不能接受他無上的權威，不能接受他是「復活」和「生命」的天主。耶穌爲此叫拉匝祿復活，證明給眾人他是主宰生命的天主，凡生者、死者都必在他的權下。他以威嚴的語氣命令拉匝祿從死者中起來，他身上仍「纏著布條，面上還蒙著汗巾」（44節）反映出死亡是束縛了真正的自由，耶穌命人「解開他，讓他行走罷」（44節），不但彰顯耶穌的慈愛，而且顯示只有「他」是「那一位」（28節）才能從死亡的束縛中解放人，給人真正的自由。他不僅恢復拉匝祿的肉性生命，而且立時消除了四周的憂愁慘霧，眾人從悲傷哭泣成了現在的喜悅—「你們的憂愁卻要變爲喜樂」（若16:20）。雖然拉匝祿恢復了生命，但他並不能

超越血肉之身，最終他也要面對肉身的死亡。不過，他在基督的召叫中已成了「新人」（哥3:10），舊有的生活和作爲已成了過去，他將以新的生命來爲耶穌作見證，以生命影響生命，使更多的人從基督的呼喚中甦醒過來。拉匝祿的復活是耶穌復活的預像，他擁有超性的生命和永存不朽的身軀，超越了血肉的限制，他要把這超性的生命賜給我們眾人，使我們成爲「新人」，這新人是「是照創造他者的肖像而更新」（哥3:10），眾人在基督內孕育出「憐憫的心腸、仁慈、謙卑、良善和含忍……彼此擔待，互相寬恕」（哥3:12-13），他已我們奪得了這賞賜，只要我們「悔改信從福音」（谷1:15）。

死亡是跨往復活的門檻，一切悲痛、哀傷、憂愁皆是通往永生之路的必經站。我們的生命在世上是否能閃爍燦爛地照亮別人？這全是我們自己決定，耶穌並不爲自己的苦難和死亡而哀痛，只哀痛於人們的心腸剛硬不肯悔改，讓自己生活在黑暗中步向滅亡，「人若在黑夜行路，就要碰跌，因爲他沒有光」（若11:10）。耶穌是「光」（若1:4），是照耀眾人的光，「人若在白日行路，不會碰跌，因爲看得見這世界的光」（若11:9），所以，我們不希望喪亡，便要效法「蕩子回頭」比喻中的蕩子，勇敢地承認錯誤，決意悔改，回歸父家（路15:11-32）。耶穌至愛的宗徒伯多祿，曾因爲人性上的軟弱而三次否認耶穌而內疚不已，他面對自己的罪行淒慘地哭泣起來（路22:62），由此可見，「罪」使我們活於悲痛中，除非悔改否則人不能脫離罪的枷鎖。耶穌對爲他痛哭的婦女說：「你們不要哭我，但應哭你們自己和你們的子女」（路23:29）；以及法利塞人對耶穌心硬和起殺機（谷3:5），耶穌深深地感受到不悔改的人，終必滅亡難以獲得救恩，也因此而爲他們悲傷。耶穌自己是在黑暗中燃點起第一道的花火，璀璨了黑夜的星空，追隨他的人是否應延續這花火，不斷在黑暗中照耀世界，直至黎明的到來呢？

福仔的母親爲了挽回彌留之際的兒子的生命，她不斷呼喊兒子的名字，雖然母親是生育者，但她的呼喚是不能把兒子起死回生，生命在剎那間流逝，留不住，找不了，追不到，只有好好珍惜生命還在的時候，除非我們宣稱：「耶穌是主」（格前11:3），他不但呼喚拉匝祿的名字叫他起來，而且他自己是「從死者中實在復活了，做了死者的初果」（格前15:20），「死亡」對他及對跟隨他的人已再沒威脅，保祿書信中強調死亡在勝利中被吞滅了，「死亡！你的勝利在那裡？死亡！你的刺在那裡？」（格前15:55），耶穌基督已爲我們罪人承受了那一根「刺」，那枝長槍已狠狠的刺透他的肋膀，流出血和水來（若19:34），那根死亡的刺就是我們的罪過（格前15:56），流出的「血」已清洗了我們眾人的罪惡，流出的「水」滋潤了我們的生命，在我們內成爲「湧到永生的水泉」（若4:14）。耶穌已爲我們在沙漠中開闢了一條平坦的道路，只要我們願意跟隨他的步伐，願意地進入他的生命，他會教我們甚麼是真正的生命，創造一個和諧的世界，那麼，天國便離我們不遠了。