

Mirador山上的景色

這次 IPD 的訓練營是借用碧瑤市耶穌會退省中心舉行，這座退省中心位於碧瑤 Mirador 山頂之上。前面可以俯瞰碧瑤的景緻，山腰有一些賣紀念品的小攤檔，後面是翠綠的山景，山後景色左右各有不同，左面是層層霧氣由遠而近，右面卻是黃昏落日，餘暉夕照。每逢日落黃昏，窗外的夕陽餘暉總教人沉醉，所以當黃昏舉行彌撒的時候，我總喜歡坐在聖堂後面，一面欣賞窗外的景色變化，一面讚美天主。晚上的夜色又別有一番風味，有時你可以遠眺對面的行雷閃電，亦可仰望天上的繁星，默想一下天主的創造，沒有電視的擾攘，亦沒有電子郵件的催促，一切都是平靜安詳。這裡的夜色與繁華夜市二者截然不同，渾然而成的夜色，沒有造作、沒有重覆，因為沒有重覆，所以教人珍惜，使人藏在記憶之中，回憶又回憶。

課堂上的剪影

在這裡上堂，第一樣要記著的是留心同學們的說話，因為大多數的同學是菲律賓人，他們大多會說英語，但偶然會有一些只會說菲律賓的本地話，我們稱之為“大家樂”語，所以課堂的導師會用英語及大家樂語交替傳譯，一方面大家都要學習忍耐，同時亦要接納對方在學習上的困難，不過我在這裡最欣賞的是同學們的學習態度，在我班裡面有幾位同學都是五十歲以上的老人家，其中一位老婆婆，她已經是多位孫兒的祖母，但仍然來到這裡上課。他們放下工作由老遠的地方來到碧瑤上課，平均要坐八個小時的車程，而且很多是自費參加，相比之下，他們對信仰自我培育的意識比起香港的教友還要強。而且群體的凝聚力很多時候都叫我們汗顏。雖然我們會稱菲律賓是發展中國家，但在信仰表達和深度上，我們也許是發展中的城市。

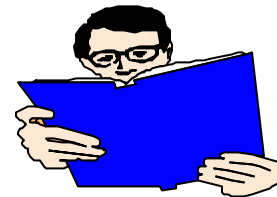
晚上的課外活動

每一晚 IPD 都為學生準備不同的晚會，一方面是文化交流，另一方面是希望同學在學習之餘可以透過活動增進友誼。這些活動晚晚不同，有天才表現晚會、民族文化晚會、IPD 導師晚會，天才晚會是讓學生自由發揮個人才華，菲律賓的同學們，大多數是表演他們的強項——音樂，其中更有不少同學具有舞蹈天份，許多在平日看來平平無奇的兄弟姊妹，在晚會上忽然變成舞林高手，平日沉默寡言，忽然會引吭高歌，叫你有許多意外驚喜。民族文化晚會更加是大會的高潮，連導師們都盛裝赴會，大跳菲律賓傳統舞蹈，而其他同學又會表演特別的項目，令你再三回味。

結語

在菲律賓的學習過程之中使我最深刻有下列三點：

- 1 體驗在不同文化的溝通，學習他們對信仰的表達方式，簡樸無華的敬拜讚美，他們在彌撒之中，以身體語言和歌唱方式，表達出對天主的愛，既簡單亦具體。
- 2 體驗共同信仰內的合一：對兄弟姊妹的開放，坦誠與信任，對朋友無條件的接待，記得我們從碧瑤回馬尼拉的時候，有一位不認識的朋友，凌晨四時在車站等候我們，將我們接載到酒店，使我想起聖經弟茂得前書 5:10 提到接待客旅的態度，信仰不是腦海中的概念，而是生活中的表徵。
- 3 體驗天主在旅途中的看顧：我在平日旅行出門，鮮有說感謝的話，因為很多時會認為是必然的，但這次的學習，叫我說一句「天主，我多謝你帶領我！」整個旅程的交通可以是順暢無阻，時間的配合，以致是對信仰的新體驗，除了感恩之外，我默然。



西灣夜讀

續五月份書評

第二章 心禱 - 耶穌禱文(Jesus Prayer)

第二章是深入探討心禱 耶穌禱文的內容、源流及基本的因素。作者從三方面介紹耶穌禱文何以被稱為「心禱」，一方面是因為耶穌禱文是東方教會的傳統，而「心」亦是東方靈修所關注的層面，同時，「心」在聖經之中亦有其特殊意思，心是通往天主的途徑，體驗天主的臨在。東方靈修稱耶穌禱文為「心禱」，一般是指耶穌禱文這種祈禱最能令人達到「守意於心」的境界。東正教靈修大師衛爾(Kallistos Ware)提出耶穌禱文的四個基本要素，當中包括：重覆誦念短句、具有懺悔的心情、導向單純的祈禱、呼求耶穌聖名，而第四項是最重要的因素，但同時是在發展階段最後出現的一項。關於耶穌禱文的主要效果，作者歸納有三點：1.使思想集中，達致內心的寧靜。祈禱時要面對的問題是精神不易集中，容易分心走意，但耶穌禱文的短句方式能夠克服這一方面的問題，同時由於重複的是短短的一句話，耶穌禱文也能導致內心無念的靜默。2.體驗主的臨在，培養愛心。按十四世紀的靈修大師聖加巴西肋(St. Cabasilas)指出，耶穌禱文與禮儀生活是並肩而行，信徒在藉著領聖體，讓耶穌以聖事方式臨現在自己心中，日間以信心呼求耶穌聖名時，便是讓耶穌以近乎聖事的方式，在自己內延續和加深領聖體時的臨現。3.體驗主的憐憫及治癒的能力。在曠野的靈修傳統之中，格外重視耶穌禱文為抵擋魔鬼的襲擊，他們視耶穌的聖名是堅固的盾牌，可以防禦仇敵的攻擊。另一位希臘北部主教戴亞都古(Diadochus of Photice)則認為每天恆心誦念耶穌禱文，能在人心中產生深刻的變化：讓耶穌本人進入我們的心中，驅逐魔鬼的惡勢力，治癒我們生命中的軟弱。

第三章 聖經誦讀(Lectio Divina)

閱讀及默想聖經的拉丁文術語是 Lectio Divina，這個詞很不容易翻譯，因為文中語帶相關，英文譯作 prayerful reading，意思是具有祈禱氣氛的閱讀，只能表達祈禱的態度，但不能表達閱讀的內容。事實上，divina 一詞可解作「屬於天主的」或「神聖的」這說明閱讀的對象，即聖經，或教父對聖經的詮釋；一方面亦表示閱讀時應有的態度，就是祈禱的心態。中文將其翻譯為「神聖閱讀」。「神聖閱讀」的系統介紹始於十二世紀，由加陶先修會(Carthusian Order)的院長紀果(Guigo II)在他的著作《隱修者的階梯》之中表達出來。基本上可以分為四個步驟：誦讀(lectio)、默想(meditatio)、祈禱(oratio)、默觀(contemplatio)。而近日有人提出加上「行動」(actio)，目的是提醒我們，基督徒的讀經、默想、祈禱等靈修實踐，應結出仁愛的果實，導向服務性的「行動」。亦有學者建議用「傳授」(traditio)作為誦讀的第五部分，表示要把讀經和默想的心得「傳授」給其他人。多默基廷院長則提議用「同情」(compassio)作為第五步，以說明主客消融，互為內在的關係。不過，無論是強調「行動」、「傳授」、「同情」都是指向實踐方面，藉以轉化生命，讓別人體現基督的實在。

後記：

要介紹黃神父的作品，實在是一種困難，因為作者的筆觸清晰，而且理論簡潔，要扼要介紹實在是一項挑戰，在此只好以推薦方式，向讀者推薦，當然更希望的是讀者在閱讀後可以身體力行，將書中的方法在生活中實踐。



編者的話：

謎一樣的生命，不止息的盼望。

有人形容生命是一個謎，要解開這個謎，不同的人會用不同的方法去解答和面對。生命有他的吊詭性，愈是走接近答案，愈是要面對生命的盡頭，內心的起伏都底是怎樣的一回事？是失望、絕望、抑或是積極勇闖、誰人可以回頭再說一句「死亡別狂傲」。，然而妳已經得到了答案，在生命的盡頭，為我們留一個美好的見證，縱使面對疾病的煎熬，仍然無所畏懼。今日你妳已進入永恆的國度，偕同天主在一起，沒有半點哀傷，只留下我們的懷念和追思，翠屏姐(已故教友總會執行秘書)，我們將永遠懷念你的笑容和與你共事的日子，願你安息主懷。

今個炎夏，辦事處有三位同事有機會遠赴菲律賓，參加由菲律賓牧民發展中心主辦，為期兩星期的訓練課程。他們分別報讀不同的課程，不但在上課的日子有所得益，而且在課堂以外，更認識一大班來自菲律賓不同堂區的兄弟姊妹，在學習之餘可以彼此分享信仰的經驗。今期開始邀請他們為大家撰文分享箇中生活及學習的心得。此外，「西窗夜讀」會繼續為我們介紹黃克鏞神父的著作《心靈流溢》。

我在菲律賓 IPD 學習的日子

周秀明

三個人 在途上

六月陽光燦爛的日子，我們一行三人登上航機往菲律賓的碧瑤去，與我們一起參加這次課程的，還有四位來自神恩復興的兄弟姊妹，分別是 Emman、Paul、Grace 和 Cherie，經過兩個小時的飛行，我們平安抵達菲律賓的馬尼拉，由於沒有直航碧瑤的班機，故此，我們要乘坐六個小時的長途巴士往碧瑤 IPD(Institute for Pastoral Development)的訓練營。負責接待我們的 IPD 同工，早已在機場出口等候我們，安排我們到長途巴士站休息。在往巴士站的沿途之中，馬尼拉給我的印象是一個有待發展的地方，不論在街上的建築物，馬路上往來的汽車，路旁行人的衣著，都默默地將貧窮與富裕的差異表達了出來。偶然在車上回望，看了一大班小朋友在街上玩耍，這種情景已經很少在今日的香港街頭可以見到，因為疏離的生活態度早已滲入了香港兒童的生活之中，大多數的兒童是活在父母給他們建構的電子世界之內，很少像菲律賓的兒童可以玩得那麼愉快，擁有一張笑得燦爛的面容。

到達巴士站後，大夥兒進行「長征」前的補給 食晚飯，準備七時登車出發。馬尼拉晚上的街頭，沒有香港夜間的繁華夜市，卻有疏落的人群在街上流連，馬路旁不時有一些人在等候巴士，沿著公路北上一直向著碧瑤奔馳，昏黃的燈光，悠揚的音樂聲不知使我睡了又醒幾次，巴士到達碧瑤的 IPD 訓練營已經是凌晨兩時，好一個疲累的凌晨。