得救之路

隱士聖人提奧凡

目錄:

導言 1

透過 聖洗禮 3

基督教嘅生命係點樣喺我哋心入面開始? 3

基督徒嘅生命係點樣透過洗禮聖事開始㗎? 6

透過悔改開始基督徒生命 23

基督徒嘅生命係點樣喺懺悔聖事入面開始? 23

罪人嘅狀況 24

神恩的作為 26

罪人從罪惡的沉睡中醒覺 27

神恩非凡的作為,喚醒罪人從罪惡的沉睡 28

通常賜予激勵恩典嘅方式 34

向罪惡告別並將自己奉獻給神嘅攀升 45

邁向決志棄罪的攀升 45

向神奉獻自我的誓言的曙光 51

在懺悔聖事中,天主賜予真心悔改者完全的赦免 55

懺悔者領受聖體聖事 58

基督教生命係點樣喺我哋裏面實現、成熟同變得更強壯 60

基督徒嘅生命點樣喺我哋裏面成形、成熟同變得更強壯? 60

關於保存對上帝嘅熱誠精神 70

留喺裏面 70

異界之視 72

堅守嗰啲令你下定決心嘅感受 74

《強化個人屬靈同體能操練指南》 77

有助塑造靈魂能力,並符合基督教生活精神嘅操練 80

以新生命嘅靈治理身體 86

外在生活秩序—與新生命之精神相符 87

接近持續禁食 91

對抗情慾的規則,或自我抵抗的原則 93

與神活生生相交的第一步 104

與神活生生的交通,是在一種寂靜無聲的狀態下進行,並引向無情態 108

導言

《基督教道德大綱》列出咗對我哋有約束力嘅感受同品格,但呢啲絕對唔係拯救我哋所需嘅全部。我哋最緊要嘅任務係以基督嘅精神過一個真誠嘅生命。但如果只係稍為觸及呢點,就會出現幾多困惑,就需要幾多指引—幾乎喺每一個轉折都要!

誠然,人的最終目標—與上帝的交通—已經指出,而通往那裡的道路—以信心結合對誡命的順服

,並靠著上帝的恩典——也已說明。有人或許簡單地说:「道路就在此,去吧!」

講「呢度係路,去啦!」好容易,但究竟點樣先做到?大部分時間,根本冇想去嘅心。

靈魂被某種慾望所捲走,頑梗地拒絕一切強制與呼召;它轉開眼睛,不肯望向神。基督的律法它不喜欢;甚至連聽聞都厭惡:所謂,靈魂根本不在狀態。

問題係,我哋點樣先至可以達到嗰個階段,令到想去跟隨基督道路嘅渴望喺我哋心入面誕生?我哋點樣先可以確保呢條律法烙印喺我哋心上,並且當人按呢條律法行事時,係出於自願,冇任何強迫,令到呢條律法唔係壓迫住佢哋,而係由佢哋心入面自然流露?

但係,只要有人向神回轉,去鍾意祂嘅律法;呢段向神靠近嘅旅程,行喺基督律法道路上,係咪淨係因為我哋有呢個願望,就已經必要同埋一定成功?唔係。除咗要有願望,人仲要有行動嘅力量同技巧:需要有積極嘅智慧。

無論任何人踏上討神喜悅的正途,或倚靠神恩典的幫助,開始沿著基督預定律法之道向神邁進,都難免會面臨行差踏錯、走入歧途、最終滅亡,卻自以為得救的危險。

呢啲十字路口係無可避免嘅,因為就算已經得救,人都有殘留嘅罪性傾向,同埋心智功能受損,即使喺呢種狀態下,都仲可以將事物扭曲呈現,從而欺騙同摧毀一個人。

再加上撒旦嘅諂言,佢唔肯放手佢嘅獵物;當有人由佢嘅領地向基督嘅光走去,佢就會追住佢,設各種陷阱想再捉返佢——而且唔少時都成功咗。

因此,即使對於已經有心跟隨主所指示道路的人,仍然需要指出沿途可能出現的所有偏差,好讓行路的人能夠預先警示,洞悉前方的危險,並知道如何迴避。

呢啲在通往得救之路上一致存在嘅必然性,需要有具體嘅指引原則,去規範基督徒嘅生活,必須界定:點樣獲得與神交通嘅救恩渴望同埋持續堅持嘅熱誠,以及喺呢條路每一個階段所遇到嘅十字路口,點樣安全咁向神邁進——換句話講:

點樣開始過基督徒嘅生活,同埋開始咗之後,點樣穩固喺其中。呢個指引必須將人由神之外帶到佢面前,然後引入佢嘅同在中;

佢必須追蹤基督教生命喺實踐上嘅表現,由頭到尾,即係話,佢點樣被構思、發展、成熟同實現;或者——講穿咗都一樣——佢必須闡述每個基督徒積極生命嘅歷史,展示佢喺每個階段應該點做,先可以堅守佢嘅呼召。

基督教生命嘅開始同發展,根本上同自然生命唔同。呢點源於基督教生命嘅獨特本質,同佢同我哋人性之間嘅關係。人唔係一出生就係基督徒,而係要喺出生之後先成為基督徒。

基督的種子落入已經在跳動的心土裡。但就如一個自然出生的

人有缺陷並且反對基督教的要求——而對植物而言,生命

的開始在於種子的發芽,好似沉睡力量的覺醒——一個

人真正基督教生命的開始,也在於一種重塑,賦予新力量 與新生命。

再者,假設基督教被接受為一條律法,即作出決心去過一個基督徒式的生活:這粒生命之種(這份決心)在人裡面並不被任何有利的因素所環繞;

然而,整個人——身體同靈魂——都仍然未裝備好呢個新生命,未肯屈服於基督嘅軛下;所以,就由呢一刻起,人嘅艱苦工夫開始——去塑造佢整個存在同所有能力,按照基督教嘅方式。

正因如此,就如植物生長般,雖然係逐漸增強,輕鬆又無需費力;但對基督徒而言,卻係一場艱苦嘅自我抗爭——緊張而憂傷——必須將自己嘅力量導向本身並唔自然傾斜嘅方向:

好似戰士咁,佢要透過戰鬥,將每一寸土地——甚至係自己嘅——從敵人手上爭返嚟,用自我紀律同自我抵抗呢把雙刃劍。最後,經過長期嘅勞苦功高,基督教嘅開端終於取得勝利;

無可阻擋地主宰整個人性,將一切與自己為敵的慾望和企圖驅逐出人性,並使之進入無情慾與純潔的狀態,使之分享心靈純潔者的喜樂——以最真誠的態度,在自我之中睹見上帝並與祂交通。

呢就係我哋心入面嘅基督徒生命狀態。佢有三個階段,按其本質可分別稱為:第一階段——歸向神;

第二階段──淨化或自我改革;第三階段──成聖。喺第一階段,人由黑暗轉向光明,由撒旦嘅領域轉向神;在第二階段,他潔淨他心靈的殿宇,除掉一切污穢,好讓主基督臨到他;
在第三階段,主就來,住在他心裏,與他一同領受主的聖餐。與神同享這喜樂的交通,乃是所有勞苦與努力的目標!

將以上所有內容闡述並以規則界定,就等於指出*通往得救之路*。一個完整嘅指引,會帶領一個站喺罪惡十字路口嘅人,沿住潔淨嘅火路行,並提升佢到按基督成全嘅程度所能達到嘅完美境界。此外,佢必須顯示:

1) 基督教生命係點樣喺我哋心入面開始;
2) 點樣令佢達到完美──成熟同變得更強壯;同
3) 喺完全成熟嘅狀態係點樣。

透過
聖洗禮

並提供指引,教導如何在成長過程中保住這份恩典

基督教嘅生命係點樣喺我哋心入面開始?

我哋要自己明白,真嘅基督徒生命喺我哋入面幾時同點樣開始,咁先可以睇到呢條生命嘅開端係咪已經喺我哋入面被建立;如果未,就可以知道點樣去建立,因為呢啲都係靠我哋自己。即使有人自稱基督徒,又屬於基督嘅教會,都未係真正喺基督裏生命嘅可靠徵兆。
凡稱呼我'主啊,主啊'的人,並不都進天國.....(馬太福音7:21)。*也不是所有以色列人都是真以色列人*(羅馬書9:6)。有可能被算在基督徒之中,卻並非基督徒。人人皆知。

喺我哋嘅人生過程中,有一個好明顯、好突兀嘅時刻,就係當一個人開始過基督徒嘅生活。呢個就係基督徒生活嘅獨特特徵喺嗰個人身上開始顯現嘅時候。
基督徒嘅生命,就係要有熱誠,並且有力量,透過對主耶穌基督嘅信心,靠住神嘅恩典,去實踐祂嘅聖意,與神保持活潑嘅交通,直到祂至聖名得榮耀。
基督教生命嘅本質,就係透過我哋嘅主耶穌基督同神交通──呢種交通喺一開始通常唔單止瞞過人,連自己都唔知道。
呢種團契嘅可見,或內心可感嘅證據,就係一種積極熱誠嘅火焰,專注於作為基督徒去討好上帝,並完全犧牲自己,憎惡一切與此相反嘅事物。因此,當呢股熱誠嘅火焰點燃,基督徒嘅生命就打好咗基礎;凡係有呢股火焰持續喺佢心裏面運作嘅人,就過緊基督徒嘅生活。

我哋應該喺呢個獨特嘅特徵上再停留一陣。

「我來要將火加在地上,這火若已點着,我何等願意!」(路加福音12:49)
祂講緊基督徒嘅生命,祂咁講係因為呢個生命最明顯嘅見證,就係嗰種為咗討神喜悅而燃起喺心入面、好似火咁嘅熱誠;就好似火會燒盡佢侵入嘅任何物質,同樣,活出基督生命嘅熱誠都會燒盡接受咗呢個生命嘅靈魂。
就好似起火嗰陣,火焰會吞沒成座建築,同樣地,一旦熱誠之火點燃,就會包圍並充滿一個人嘅整個存在。

主在別處又說:*「眾人都必用火鹽*.....*鹽要入火裡*」(可9:49)。這指的就是藉著熱誠,遍佈我們全身的聖靈之火。
就好似鹽滲入易腐爛嘅物質,就可以防止佢腐爛;同樣,熱誠嘅靈滲透我哋全身,就會將蝕化我哋靈魂同身

體本性嘅罪,由最微細嘅隱藏處同儲藏處趕走,從而拯救我哋免於道德嘅敗壞同墮落。

使徒保羅吩咐:*「聖靈的火莫熄滅」*(帖前5:19),*「行善不可灰心」;要「火熱」*(羅馬書12:11)──他命令所有基督徒都要如此,好叫他們記住,那靈的火熱,或是不疲倦的熱誠,是基督徒生命中不可或缺的特質。

喺其他地方,佢講自己:「*我忘記背後的事,努力向前,向著標竿直跑,要得著喺基督耶穌裡神天上嘅呼召所設嘅獎賞。*」(腓立比書 3:13–14);又勸人:*「要跑得有規矩,好得獎賞。*」(林前 9:24)

因此,在基督徒的生活中,因著熱誠,會產生一種靈命的活力,讓人以愉快的心態去行討神喜悅的事,克己,甘願不顧自己地將各種勞苦獻給神。

基於呢個理解,好容易就可以得出結論,冷漠咁遵守教會條例、受計算心態支配嘅行事規律,以及勤力、有禮同誠實嘅行為,都未係真正基督教生命喺我哋裏面運作嘅決定性指標。

呢啲都好,但如果佢哋唔包含喺基督耶穌裏面嘅生命之靈,喺神面前就冇價值。呢類行為,可謂係冇生命嘅偶像。一部精緻嘅鐘走得再準,又有邊個會話佢有生命呢?

所以呢度一樣:*表面上祇係被稱為「有生命」*,但實際上*已經死咗*(啟示錄3:1)。呢種外在嘅行為端莊,最容易令人自欺。其真正意義,全靠內心嘅態度,就算表面上行緊義舉,都有可能同根本嘅真理有嚴重嘅偏離。就好似有人表面上唔做罪惡嘅事,但心裏面仍然鍾意或者享受罪惡;同樣,表面上行義事,但可能根本冇真心投入。只有真正嘅熱誠,先會盡力行善,保持完全同純潔,同時對罪惡連最微小嘅痕跡都追朔到底。

前者如每日糧食,後者則如死敵。仇敵唔止憎恨對手本身,連對手嘅親人、熟人、甚至佢嘅財產、至愛顏色──總之,所有可能令佢聯想到對手嘅嘢,都一併憎恨。

討好上帝嘅真熱誠亦都係咁:佢對罪惡最微細嘅提醒或線索都會窮追不捨,因為佢渴求絕對嘅純潔。如果冇呢種熱誠,心入面會有幾多污穢趁機紮根!

當對基督事奉上帝冇有熱誠,又點可以期望會有成就?唔使付出努力嘅事仍然可以做到;但一有嘢要費盡心機或者犧牲自己,就會因為控制唔到自己而即刻拒絕。

因為咁樣就冇嘢可以激勵自己去做好事;自我憐憫會摧毀所有支持。但如果夾雜咗其他動機,就算原本係好事,都會變成壞事。摩西派去嘅探子就因為自我憐憫而感到恐懼。

殉道者甘願赴死,因為佢哋被內心嘅火焰所燃燒。真正嘅熱誠者唔單止遵守律法,仲會留意喺靈魂深處秘密烙印嘅良善啟示;佢唔只跟從腦海閃過嘅念頭,為咗行善仲會絞盡腦汁,全心全意投入於唯一、持久、真實同永恆嘅善。

聖若望·克里斯多福說:「到處都需要熱誠和靈魂的偉大熱情,準備好拿起武器對抗死亡本身;否則,要達到天國是辦不到的。」(《宗徒大事錄》講道31)

敬虔同與上帝交通嘅道路,係一條好費力同痛苦嘅路,尤其係初期階段。一個人要喺呢啲勞苦上搵到力量,要靠乜嘢?要靠上帝嘅恩典──要靠熱誠。商人、士兵、法官、學者,佢哋嘅職責都充滿咗憂慮同辛苦。

佢哋點樣喺工作上撐落去?──就係靠熱誠同對工作嘅熱愛。喺敬虔嘅道路上,冇其他方法可以支撐自己。冇咗呢啲,我哋就會喺事奉上帝嘅路上感到疲倦、苦悶、悶悶不樂同冇動力。

而緩慢行進的生物雖然能行,卻是痛苦的;相反,對於敏捷的山羊或活潑的松鼠,行動和旅行卻是樂趣。熱誠地事奉上帝,是一段歡欣鼓舞、通往祂身邊的旅程。沒有了熱誠,整段旅程可能會化為烏有。

我哋要為咗神嘅榮耀去做一切,對抗住住喺我哋裏面嘅罪;如果冇呢點,我哋就會淨係憑習慣、憑禮貌去做一切,因為一直以嚟都係咁做,其他人亦都係咁做。

我哋要做好**一切**;否則,就會做咗啲嘢而忽略咗其他,而且連悔意或者察覺自己漏咗啲嘢都冇。我哋要全神貫注、小心翼翼咁做每件事,好似**佢係最重要嘅任務**;否則,就會做事馬虎草率。

所以好明顯,冇熱誠嘅基督徒,就係一個差嘅基督徒──懶散、鬆懈、冇生氣,唔熱亦唔冷──咁樣嘅人生,根本就唔算係人生。

知道呢啲,我哋就當努力證明自己係真正為善工而熱心嘅人,好令我哋真係討神喜悅,冇污穢、冇邪情,或者任何呢類嘢。

所以,基督徒生命真正嘅標誌,就係為咗討神喜悅而燃起嘅熱誠之火。依家問題就係:呢把火點樣點燃?邊個係點燃者?

呢種熱誠係由恩典嘅運行所產生,但唔係冇我哋自由意志嘅參與。基督徒嘅生命唔係自然生命,佢嘅開始,或者第一醒覺,亦都係咁。就好似植物嘅生命喺種子入面被喚醒,當水分同溫暖滲透入面嘅幼芽,而藉住呢啲──生命嘅全能恢復力量──當神嘅聖靈進入我哋心裏,並喺度建立按聖靈而活嘅生命根基,潔淨同聚集神形象中被遮蔽同破碎嘅特徵,神聖生命亦喺我哋心裏被喚醒。

渴望同自由嘅追尋先被激發(由外在嘅影響);然後恩典透過聖禮下降,並同自由結合,產生強大嘅熱誠。

無人可以以為自己能憑一己之力帶來呢股賦予生命嘅力量:必須為此禱告,並預備好去接受。帶有能力嘅熱誠之火,就係主嘅恩典。神嘅聖靈降入心裏,開始喺裏面工作,唔單止以一種焚燒一切嘅熱誠,更以一種無所不包嘅熱誠。

有人會問:呢份恩典嘅工作點解咁必要?我哋自己唔可以做好事咩?我哋已經做好咗呢件或者嗰件好事,繼續活落去,再做好其他嘢唔就得咩?

或許冇幾多人未曾停下腳步去諗過呢條問題。有人話,我哋靠自己根本做唔到任何善事。但係呢度講嘅唔係幾件零碎嘅好事,而係關於整個人生嘅重生,關於一個全新嘅生命,關於生命嘅全部──一個引向得救嘅生命。有時,做一兩件嘢,甚至做幾件好好嘅事,都唔難,就好似外邦人所做嘅咁。

但若有人刻意下定決心,務必要實踐美德,按神的話語建立其秩序──不是只做一個月或一年,而是一生──並堅定不移地遵守此秩序;等到他們忠於此秩序後,就可自豪於自己的力量;否則,不如閉口不言?

有幾多人曾經或者仍然嘗試自己設計同組織基督徒嘅生活?結果全部都係,亦都會繼續係,一場空。一個人喺佢新揀嘅生活方式堅持咗一陣,就放棄咗。又點可能唔係咁呢?

人自己冇任何力量。只有神永恆嘅能力,先能喺無盡嘅世事變遷中,堅定我哋嘅決心。所以,我哋要被呢股力量充滿,要尋求同按正當次序去領受──佢會拎我哋出嚟,救我哋脫離呢個現今世代嘅動盪。

再回顧一下經驗,諗吓:呢種自我滿足嘅念頭幾時出現?當一個人處於平靜狀態,冇嘢困擾佢,冇嘢引誘佢或拉佢向罪惡靠近,嗰陣佢就已經準備好過最聖潔、最純淨嘅生活。但係一旦有啲情慾或者誘惑嘅波動──嗰啲誓言去咗邊?!"

放蕩生活嘅人,唔係成日同自己講:「我唔好再咁做啦」?但係一旦慾望滿足咗,又會起新嘅慾望,佢哋就又再跌返入罪惡度。

當一切都順我心意、唔會觸及我哋嘅驕傲時,講到要忍受侮辱,聽落當然容易。喺咁嘅情況下,其他人因為被冒犯或憤怒而屈服,睇落可能仲幾奇怪。但若果我哋自己身處同樣處境,就算只係一瞥──更何況一句說話──都會令我哋勃然大怒。

因此,在自以為是的時候,我們可能會幻想,當我們的心靈安寧時,能憑一己之力過基督徒的生活,無需神助。但當潛藏在心底深處的惡,如風中塵土般被激起,每個人就會在親身經歷中,為自己的狂妄感到羞愧。

當一個又一個念頭、一個又一個慾望──每個都比上一個更惡劣──開始困擾住靈魂,嗰陣時,人人都會忘記自己,不由自主咁同先知一齊呼喊:「……*水淹到我靈魂,我陷咗喺深泥度*。」(詩篇68:2)

主啊,求你拯救我!主啊,求你快快幫助我!(詩篇117:25)。

人唔係成日都夢想自己可以堅守良善,自信滿滿咩?但係之後,一個人物或者物件嘅影像就會浮現,一個慾望誕生,一種激情被激起;人就畀捲走,跌咗落去。之後,就淨係得返自己望住自己,話:「真係好可憐呀!」但係一有娛樂嘅機會,佢又再次準備好要迷失自己。

再者,如果有人侮辱佢哋,爭吵、互相指責同埋判斷就開始;如果有一個不義但有利可圖嘅交易擺喺面前,佢哋就即刻攞嚟做:侮辱一個人,同另一個分享,推開第三個──而呢一切都係喺佢哋自誇可以靠自己行義,唔需要任何上面嘅幫助之後先發生。咁,力量喺邊度? ──「*心志固然樂意,但肉體卻軟弱*。」(馬太福音

26:41)你看見善,卻行惡:*「因為我所願意的善,我並不作;我所不願意的惡,卻常去作。」*(羅馬書7:21)我們被捆綁:主啊,救贖我們!

仇敵對我們嘅第一個誣衊,就係令我們自以為是──如果唔係outright拒絕,就係根本唔知道自己需要恩典嘅幫助。仇敵好似咁講:「唔好去嗰度──唔好向光走,嗰度就係佢哋想畀你新力量嘅地方!」

「你同我一齊,就係而家咁樣就夠好。」於是最人就屈服於自滿。與此同時,仇敵──喺呢度攞石頭(試煉),喺嗰度引你行上滑溜嘅路(情慾嘅誘惑),又喺其他地方播下被鮮花掩飾嘅隱藏陷阱(一個光鮮又令人愉快嘅氛圍)。

佢冇再回頭,只係不斷向更遠處努力,完全唔知自己正一步步向下沉淪,直到最終跌到罪惡嘅深淵──就係地獄嘅門檻。到咗呢步,我哋唔係應該好似對第一亞當咁,向佢呼喊:「人啊,你喺邊度?你走咗去邊?」正正就係呢個呼召,構成咗恩典嘅作為,迫使罪人第一次誠實咁審視自己。

所以,如果你想開始過一個基督徒嘅生活,就要尋求恩典。當恩典降下並與你嘅意志結合嘅嗰一刻,就係基督徒生命誕生嘅時刻──強壯、堅定、而且豐碩。

點樣先可以搵到、又點樣先可以領受賜生命嘅恩典?──恩典嘅獲得同藉住佢對本性嘅成聖,都係透過聖禮完成。喺呢度,我哋將自己交託畀上帝嘅作為,或者將我哋唔配嘅本性呈獻畀上帝──而祂就透過祂嘅作為去改變佢。

上帝為咗制服我哋驕傲嘅心,喺真正生命嘅起點,就將祂嘅大能隱藏喺樸實無華嘅物質背後。我哋唔明白呢件事點樣發生,但整個基督世界嘅經驗都證明,佢冇其他可能。

有兩個聖事主要關乎基督徒生命嘅開始:**洗**禮同**懺悔**。因此,有關真正基督徒生命開始嘅規條,一方面圍繞洗禮,另一方面圍繞懺悔。

基督徒嘅生命係點樣透過洗禮聖事開始㗎?

洗禮係基督教嘅第一個聖事,令基督徒有資格透過其他聖事領受恩典嘅禮物。冇咗佢,就入唔到基督教嘅世界──成為教會嘅成員。永恆智慧喺地上為自己建造咗一間屋,而通往呢間屋嘅門就係洗禮聖事。透過呢道門,人唔單止進入神嘅殿堂,仲會獲賜配得上嘅衣袍;人會攞到一個新名,同一個印記烙印喺受洗者嘅全身,令天上地下嘅眾生日後都可以認得同分辨佢。

……*「凡在基督裏的,都成為新造的人。」*使徒如此教導(林後5:17)。正是在洗禮中,一個基督徒成為這新造的人。從洗禮池中走出來的那個人,與走入池中時的那個人截然不同。正如光與黑暗對立,生命與死亡對立,同樣,受洗者與未受洗者對立。

人係在罪惡中受孕,喺罪中出世,喺受洗之前,人嘅內心承載住罪惡嘅全部毒性,同埋所有後果嘅重擔。佢哋喺神嘅不悅之下,天生就係忿怒之子;佢哋被腐敗,內心嘅各種能力同本能失衡,而且佢哋嘅傾向主要係擴大罪惡;

受撒旦嘅影響,因為住喺佢裏面嘅罪,撒旦喺佢裏面大力運作。因為呢一切,人死後必然下地獄,喺度要同佢嘅首領同佢嘅手下同僕人一齊受苦。

洗禮將我哋從呢一切惡中拯救出嚟。藉住基督十字架嘅能力,洗禮除咗咒詛,恢復咗祝福:受洗者成為上帝嘅兒女,因為主自己賜俾佢哋呢個稱呼,亦令佢哋真真正正成為兒女。

既是兒女,就係承受產業嘅──神嘅承受者,同基督一齊做後嗣。(羅馬書 8:17)

天國就因洗禮本身而屬於受洗者。他們從撒但的權勢下得釋放,撒但現在失去對他們的權力,也無法任意行事。當他們進入教會──這所避難所──撒但接近新受洗者的路就被阻斷。在此,他們好似處於一個安全圍起的範圍內。

呢啲都係屬靈同外在嘅益處同恩賜。咁入面發生咩事呢?──就係醫治罪惡嘅病態同敗壞。
恩典的權能滲入其中,恢復那裡神聖秩序的全部美善;它醫治了各能力與部分在構成和關係上的混亂,以及由自我向神的方向所生的混亂──為的是神的榮耀和善功的增長。這就是為何洗禮被稱為重生或新生命,使人進入一個更新了的状态。
使徒保羅將所有受洗者比喻成復活的救主,暗示他們也擁有在更新上同樣光耀的本性,就好似主耶穌在榮耀中復活時所展現的人性(羅馬書6:4)。
受洗者人生方向亦被改變,可從同一使徒另處的話中見到,他說他們*不再為自己活,而活畀為他們死而復活的那位*(林後5:15)。 *因為他雖然一次永遠地死過,但雖然他活著,卻是為神而活*(羅6:10)。*我哋藉住洗禮同佢一齊埋葬咗*(羅馬書6:4),*我哋舊人同佢一齊釘咗十字架,使罪身失效,叫我哋不再做罪嘅奴僕*(羅馬書6:6)。因此,藉住洗禮嘅能力,所有嘅人生活動都由自我同罪轉向神同公義。

使徒嘅說話好驚人:*「使我哋不再做罪嘅奴僕」*……又有一句:「*罪唔可以作你哋嘅王*。」(羅馬書6:14)
這使我們明白,在我們敗壞和墮落的本性中,構成吸引我們犯罪的力量,在洗禮中並非完全被根除,而僅僅被帶入一種對我哋冇能力、唔擁有我哋、亦唔使我哋服侍佢嘅狀態。佢仍然留喺我哋入面,生活同行事,但唔係作為主人。
從此以後,主權屬於上帝的恩典,以及有意識地向恩典投降的聖靈。聖迪奧多庫斯解釋洗禮的權能時說,在洗禮之前,罪惡居於心中,而恩典則從外面運作;但在洗禮之後,恩典灌注於心中,而罪惡則從外面誘惑。
罪惡被驅逐出心靈,好似敵人被趕出要塞咁,佢就搬去身體外面落腳,從嗰度零零碎碎、斷斷續續咁發動攻擊。所以佢仍然係一個無休止嘅誘惑者同引誘者,但已經唔再係統治者:佢可以搞到你唔安寧、令你受困擾,但冇權指揮你。

就係咁,新生命係透過洗禮而誕生!人喺呢方面需要做啲乜嘢,或者點樣透過洗禮得到更新,都喺《基督教道德概論》入面講咗,特別係「基督教生命嘅標準」嗰部分。
呢度就唔再重覆,因為成年人受洗,就好似一個已經向神悔改嘅罪人;而後者呢個題目會喺第二部分詳細討論。到時大家對呢件事嘅好奇心就會完全得到滿足。

喺呢度,我哋要留意喺我哋當中大多數人──即係喺幼兒時期受洗嘅人──基督教生命係點樣透過洗禮開始。因為喺呢度,基督教生命嘅開始,就係由恩典同自由之間嘅關係所帶出嘅一種獨特特徵。

你哋已經知道,恩典係降臨喺自由意志同尋索嘅心上,而只有透過佢哋嘅互相結合,先至會開始一個配得上恩典同自由受造者本性嘅新生命。
主賜下恩典作為禮物;但祂要求人要尋求並甘願接受,並將自己完全獻給神。這條件的成就,在成年人的悔改和洗禮中是明顯可見的。但嬰兒洗禮又是如何成就呢?
嬰兒冇理性同自由意志,所以佢哋自己無法滿足基督教生命開始嘅條件──即係向神獻身嘅願望。但係,呢個條件肯定要達成。因為滿足呢個條件嘅方式,嬰兒洗禮所帶來嘅生命開始,就帶有一種獨特嘅特徵。即係:

恩典降臨喺嬰兒嘅靈魂度,**完全憑自己嘅意思**喺入面運作,好似連自由都參與咗咁,淨係因為將來呢個嬰兒──而家對自己毫無自覺,亦唔會按自己嘅意思行事──當佢有咗意識嘅時候,
會甘願將自己奉獻畀上帝,發現恩典喺自己裏面運行時會歡喜接受,會因為恩典喺度而雀躍,會為此感恩,並且會承認,如果喺受洗嗰刻佢已經有理性同自由,佢都會一樣咁做,亦都唔會想要其他嘢。
為咗呢種將來自由地奉獻畀上帝,同自由同恩典嘅結合,神聖嘅恩典就以完整嘅方式賜畀呢個嬰兒,唔使佢干預,單憑呢個肯定──即係話所需嘅渴望同奉獻畀上帝絕對無可置疑──就喺佢身上成就一切本來應該成就嘅事。
──呢份肯定係由教父母喺教堂喺神面前承諾,呢個嬰兒成年後,會正正以恩典所要求嘅方式行使佢嘅自由,從而承擔起將嬰兒帶到嗰種可接受狀態嘅責任。

因此,藉住洗禮,基督生命嘅種子就種喺嬰兒身上,並住喺佢入面;但呢個生命未可算係佢自己嘅──

佢就好似係塑造佢嘅力量。
喺嬰兒心內,由洗禮恩典所點燃嘅屬靈生命,將會成為佢自己,並喺佢醒覺嗰刻,以完整嘅形態顯現出嚟,呢個形態唔單止跟隨恩典,亦都符合理性受造之物嘅本性,因為佢用自由意志,歡喜
以喜樂同感恩嘅態度接受,佢就同體內嗰股充滿恩典嘅力量融合埋一齊。喺嗰之前,一個真正嘅基督徒生命已經喺佢體內運作,但好似佢自己唔知道;雖然喺佢體內運作,但未真正屬於佢;然而,由佢自覺同作出抉擇嗰刻開始,佢就成為佢自己嘅──唔單止係因恩典,亦都係佢自由意志嘅選擇。

因為洗禮同奉獻於上帝──即基督徒道德生命開始──之間有呢段長短不一嘅時間差,喺嬰兒身上,透過洗禮嘅恩典,呢段時間差可以話係延長咗,
到一個不確定嘅時間段,呢段期間嬰兒成熟,並喺聖教會內嘅基督徒當中,透過聖洗聖事被塑造成為基督徒,就好似佢以前喺媽媽肚入面以肉體方式被塑造一樣。

親愛嘅讀者,請將呢個諗法深深記喺心裏。當我哋要決定父母、教父教母同監護人,點樣對待聖教會同主所委託俾佢哋嘅受洗嬰兒時,呢個諗法會非常有用。

毋庸置疑,嬰兒受洗之後,父母同洗禮父母面前有個非常重要嘅任務:要引導呢個受洗嘅小朋友,等佢成年嘅時候,能夠喺自己裏面認出恩典嘅能力,並以喜樂同熱誠去接受呢啲恩典,以及相關嘅責任同所需嘅生活方式。
咁就帶出咗一個問題:點樣先可以做好基督徒嘅教養,或者按洗禮恩典嘅要求去教養,以保住呢份恩典。

為咗釐清點樣對待受洗嘅嬰兒,好達成以上所講嘅目的,我哋要回顧之前提過嘅一點:當人轉離罪惡同自我,向神回轉嘅時候,恩典就會降臨喺心裏面,並居住喺度。
正正為咗呢種積極表現出嚟嘅心態,所有其他恩典嘅禮物同一切蒙福者嘅福份先至賜下:上帝嘅恩寵、與基督同為繼承者、從撒旦權勢下得釋放,以及免受地獄定罪嘅危險。
但係一旦呢種心志同心態減退或者消失,罪惡就會即刻再次掌控人心;透過罪惡,撒旦嘅枷鎖就會被加諸身上,上帝嘅恩寵同與基督同作後嗣嘅權利就會被收回。
嬰兒裏面嘅恩典會制服同壓制罪惡;但如果畀到養份同自由,罪惡就有機會再度復活同反撲。
所以,所有有責任維護從洗禮聖泉中得著純全嘅基督教兒童嘅人,都要集中所有注意力,確保罪惡唔再主導呢個孩子,要從各方面壓制同瓦解佢,同時培養同強化孩子對上帝嘅向往。
要小心確保呢種品格喺成長中嘅基督徒身上滋生──雖然要喺人嘅指導下,但仍要由佢自己發起──咁佢先可以愈嚟愈習慣以得勝罪惡、討神喜悅為目標,並善用靈同肉體嘅力量,令呢啲力量唔係用嚟犯罪,而係用嚟事奉神。
呢件事係可能嘅,因為凡係重生同受洗嘅人,就整體嚟講,都係一個未來生命嘅種子,或者係充滿種子嘅土壤。由洗禮恩典所植入嘅新性情,唔係虛構或者歸算嘅,而係真實嘅;換言之,佢亦都係生命嘅種子。
如果每一粒種子都按其本性成長,那麼受洗者內在的恩典生命之種子,亦可成長。若神向之轉變──勝過罪惡──的種子在他們內裡被種下,那麼它亦可被滋養並結成果實,就如其他種子一樣。只要採用有效的方法,或決定對受洗嬰兒施加影響的適當方式即可。

所有呢啲所應該指向嘅目標,就係當呢個新人成年之後,佢唔單止要認識自己係一個有理性、自由嘅生物,而係要認識自己係同主立咗約嘅人,同主嘅永恆命運緊密相連;
唔單止要佢認清自己係咁,仲要佢發現自己有能力去實踐呢個承諾,並喺心入面感受到對呢個承諾有最強烈嘅傾向。
問題就係:點樣先可以做到?點樣先可以對受洗者進行教導,令佢哋成年後,只渴望成為一個真正嘅基督徒?或者──點樣先可以用基督教信仰去養育一個細路?

為回應此問題,我們不會逐一詳細探討。我們只會對整個基督教教育議題作一個概覽,指出在每個情況下,如何培養並強化孩子的善,以及如何削弱和抑制他們的惡。

喺呢度,首先我哋嘅注意力集中喺搖籃入面嘅嬰兒身上,喺佢任何能力未覺醒之前。嬰兒係有生命嘅;所以,就可以影響佢嘅生命。呢度聖禮就開始發揮作用,跟住係整個教會生活;同埋喺呢啲之外,仲有父

母嘅信仰同虔誠。

所有呢啲,一齊嚟到,就會喺嬰兒周圍締造一個得救嘅氛圍。透過呢啲一切方法,喺嬰兒體內孕育嘅恩典生命就會以奧妙嘅方式被灌輸(啟發、傳授)。

經常領受基督聖事(可補充:盡可能頻繁)透過祂最純潔的聖體聖血,生動而有效地將這新加入祂身體的一員與主結合;它使孩子成聖,帶給他靈魂的平安,並使他免受黑暗勢力的侵害。

凡以如此方式行者,會見到嬰兒領聖體嘅當日,祂會沉浸喺深邃嘅寧靜之中,冇任何自然需要嘅強烈表現,甚至連喺細路身上更為明顯嘅需要都冇
。有時祂會充滿喜悅同玩樂嘅精神,隨時準備將每個人都當成自己人。
聖體聖事往往伴隨着奇蹟。克里特聖安德烈在童年時沉默寡言。當他的父母憂慮萬分,轉而祈禱並尋求恩典時,在領聖體聖事的過程中,主以祂的恩典鬆開了他的舌頭,從此他以源源不絕的言詞和智慧充實了教會。
有位醫生根據佢嘅觀察作證話,喺大部分兒童疾病嘅情況下,都應該帶佢哋去領聖體,之後佢幾乎未試過要再用醫療方法。

經常去教堂、摸聖十字架、福音書同聖像,以及灑聖水,對細路仔都有好大影響;
同樣喺屋企——經常帶佢哋喺聖像前,經常畫十字聖號,灑聖水,焚香,用十字聖號祝福嬰兒床、食物同埋同佢哋有關嘅一切,接受神父嘅祝福,將教堂嘅聖像帶返屋企同埋舉行禱告儀式;
總括嚟講,所有同教會有關嘅事物,都會奇蹟式咁溫暖同滋養細路嘅恩典生命,並且永遠係對抗看不見嘅黑暗勢力誘惑最安全、最堅不可摧嘅防禦。呢啲誘惑隨時準備滲透(滲入、紮根,*編者按*)細路喺成長中嘅靈魂,好用佢哋嘅氣息去污染佢。

喺呢層可見嘅保護之下,其實仲有一層無形嘅保護:由主喺洗禮嗰刻起,就差派畀嗰個嬰兒嘅守護天使。佢無時無刻喺暗中眷顧嗰個細路,用佢嘅臨在無形咁影響佢,並且喺必要嘅時候,啟示父母喺非常時期應該點做。

然而,所有呢啲強大嘅防禦,呢啲強而有力、有效嘅啟示,都可能因為父母嘅不信、疏忽、不敬虔同邪惡嘅生活方式而被摧毀,令腹中胎兒失喪呢啲福份。部分原因係因為喺呢啲情況下,呢啲方法要麼根本冇用,要麼用得唔正確;但尤其係因為一種內在嘅影響。
誠然,主是憐憫的,特別對待無辜者;然而,父母與其子女的靈魂之間存在一種我們難以理解的聯繫,我們無法確定前者對後者影響的程度;同樣地,我們也無法確定,在面對前者敗壞的影響時,上帝對後者的憐憫和寬容究竟能達到何種程度。
有時呢種影響會停止,咁之前儲備咗嘅種子就會結果。所以,父母心靈入面嘅信心同虔誠,就係保守、培養同加強佢哋子女恩典生命最有力嘅方法。

嬰兒嘅靈,好似未喺頭幾日、幾個月,甚至頭幾年入面活躍。用一般方法去向佢灌輸嘢,俾佢吸收係唔可能嘅。但係可以間接咁影響佢。

靈魂之間有種特別嘅方式,透過心靈互相溝通。一個靈魂透過情感去影響另一個靈魂。父母對嬰兒嘅心靈施加嘅影響,愈能全心全意、愈深入,就愈有效。父母喺孩子身上忘卻自我,所謂「全心全意」地投入。
如果佢哋嘅靈魂充滿虔誠,就無可能唔會以自己嘅方式影響細路嘅靈魂。最有效嘅外在媒介就係目光。雖然靈魂喺其他感官度仍然隱藏,但眼睛會將佢展露喺他人嘅視線之下。呢個就係一個靈魂同另一個靈魂相遇嘅地方。
讓充滿聖潔情懷的父母之心,透過這道開口傳遞到孩子的靈魂裡。他們勢必會以這聖油膏抹它。他們的目光不只要閃耀着愛——那本是如此自然——更要閃耀着他們手中的信念,知道自己抱着的不仅仅是孩子,以及那盼望——祂,
祂——將呢份珍寶託付俾佢哋去照顧,作為恩典嘅器皿——會賜俾佢哋足夠嘅力量去保守佢,最後,係一份源

於信望而激發嘅心靈之祈禱,不斷咁向上呈獻。

當父母以呢種真誠虔敬嘅心圍繞住佢哋細路嘅搖籃,並且喺一方面,

看守天使,以及聖事同整個教會,都同時由外而內影響呢個細路,一個固有喺呢條新生命周圍嘅靈性氛圍就會形成,並會畀呢個細路注入自己嘅特質,就好似血液──動物生命嘅源頭──其性質好大程度上都受周圍空氣影響一樣。

有話新製嘅器皿,如果唔係永遠,都好耐都會保留住當時倒入嗰陣嘅氣味。同樣道理,呢度講嘅有關小朋友嘅安排,都係以恩典同救贖嘅方式滲透小朋友生命初期嘅各種形態,並喺佢哋身上烙下自己嘅印記。喺呢度,亦都形成咗一堵對惡靈影響完全唔透嘅屏障。

一旦由搖籃開始實行此種做法,就必須在整個成長階段持續不變:童年、青少年,直至青年。教會、宗教生活及聖事,對兒童而言就好似一間聖所( ),他們必須時刻留於其下。例子顯示呢種方法有幾救贖同幾有成果──先知撒母耳(8月*20日*──*編者按*)、西刻翁的狄奧多(4月22日)同其他人。淨係呢樣嘢就可以取代其他所有育兒方法,而且確實已經成功咁做。古代嘅教育方法主要都係呢樣嘢。

當細路仔嘅各種能力逐一醒覺,父母同教育者就要加倍留意。因為喺所講嘅方法影響下,細路仔對上帝嘅傾斜會愈來愈大、愈來愈強,並帶動佢嘅各種能力;但同一時間,住喺佢哋裏面嘅罪唔會瞓,反而會努力想奪取呢啲能力。

其必然結果,就係一種內在嘅掙扎。由於細路自己未能進行呢場掙扎,父母就明智咁代佢哋出戰。但係,呢場掙扎仍然要靠細路自己嘅力量去進行,所以父母必須嚴格監察佢哋覺醒嘅最初動靜,好喺第一時間就畀佢哋一個符合最終目標嘅心態。

咁就開始咗父母同住喺細路心入面嘅罪惡作戰。雖然呢個罪惡冇得着落腳,但佢依然活躍,為咗攞到實實在在嘅嘢,就想攞走身體同靈魂嘅能力。

我哋絕對唔可以畀呢件事發生;我哋要好似同罪惡爭奪呢啲能力,然後將佢哋交畀上帝。但係,為咗唔係無憑無據咁行,而係要清楚所揀方法嘅可靠性,我哋就要搞清楚殘餘嘅罪性想要乜嘢、乜嘢嘢滋養佢,以及佢究竟用咩手段嚟控制我哋。

引致罪惡的主要衝動,在心靈方面是任性(或好奇心),在意志方面是自我意志,在感官方面是放縱。

因此,我們必須引導和指揮心靈和身體的成長力量,不讓它們淪為感官放縱、好奇心、自我意志和自我滿足的囚徒──因為這將是罪惡的枷鎖── ──

相反,要習慣上放棄佢哋,並克服佢哋,從而盡量令佢哋失效同無害。呢個就係最基本嘅原則。所有教育都要同佢一致。依家我哋帶住呢個目標,嚟檢視身體、靈魂同精神嘅主要功能。

首先,身體嘅需要會被喚醒,然後就會一直保持活躍運作,直到死亡為止。所以更加要為佢哋訂立適當嘅限度,並透過習慣去加強,咁樣先可以令佢哋日後造成嘅干擾減少。喺呢度,對身體生命最重要嘅功能就係營養。

從道德觀點嚟睇,身體係罪惡肉慾嘅發源地,或者係佢成長同滋養嘅戰場。所以,餵養小朋友嘅方式要喺發展身體生命、提供力量同健康嘅同時,唔好喺靈魂入面點燃對肉體享樂嘅慾望。

唔好以為細路仔太細,由最細開始就要訓練佢嗰個鍾情粗鄙事物嘅肉體,叫佢習慣收斂自己,咁到咗青春期、青年期,甚至之後,呢種慾望先可以容易同自由咁控制到。最初嘅基礎非常重要。

一個人成年後,好多嘢都同佢細個嘅飲食習慣有關。對甜嘢嘅鍾意同飲食唔節制──呢兩種貪食,都係會破壞身體同靈魂嘅惡習──都可以透過飲食習慣慢慢培養出嚟,而幾乎察覺唔到。

正因如此,即使醫生同教育者都建議:1)

揀健康同適合嘅食物,要考慮小朋友嘅年齡:因為一種食物適合嬰兒,另一種適合學步兒、準青少年同青年; 2) 讓進食受制於既定規則(同樣要配合小朋友嘅年齡),當中要訂明進食嘅時間、份量同方式;3)之後冇正當理由就唔好偏離呢個常規。咁樣,小朋友就會學識唔好一餓就喊住要食,而要等到固定嘅時間先食;

同樣地,呢度亦都係對抗慾望、實踐自我克制嘅第一次嘗試。如果每次細路一喊就餵佢,之後每次佢一開

口要食就畀,咁佢就會被寵到連病嗰陣先肯唔食。
同時,小朋友亦習慣咗任性,因為佢只要一求一喊,就可攞到所有想要嘅嘢。呢個原則同樣要應用喺訓覺、保暖同防寒,以及其他對營養自然必要嘅舒適度上,同時要緊記唔好煽動對感官享樂嘅慾望,並要令小朋友習慣克制自己。
呢點要喺成個教養期間嚴格遵守——當然係喺應用上作出調整,而唔係改變原則本身——直到個細路已經堅定咁習慣咗呢啲規矩,就能夠自我掌控。

第二個身體功能係動作;佢嘅工具係肌肉,而身體嘅力量同精力就喺度——就係勞動嘅工具。對靈魂嚟講,佢係意志嘅所在,而且好有能力培養自主意志。
呢個功能如果得到有度、審慎嘅發展,就會為身體注入活力同生氣,令人習慣勞動,並培養節制。相反,如果放任佢逆向發展,就會喺有「
」嘅人身上造成過度嘅活潑同分心,喺其他人身上則造成懶散、倦怠同懶惰。
前者鞏固並制度化放蕩不羈同不聽話,並伴隨衝動、易怒同無節制嘅慾望。後者則令一個人沉淪喺肉慾之中,向感官享樂低頭。
所以要記住,雖然要強身健體,但不可因此助長佢嘅任性,亦唔可以為咗肉體而摧毀精神。要做到呢點,關鍵就係要節制、紀律同監督。可以畀小朋友玩得開心,但要喺指定嘅時間、地點同方式去做。父母嘅意願要自然而然咁引導佢哋嘅每一步,當然要喺合理嘅範圍內。
冇咗呢啲,細路嘅性格就好容易變得扭曲。佢哋玩得任性之後,就算係最細微嘅事,都唔肯聽話。而呢個只係一次嘅結果;如果完全忽略呢方面,又點講得通?一旦任性喺身上生根,就好似喺要塞入面,要拔除就更加困難。
頸唔郁,手腳唔郁,連叫佢望邊度都唔肯。相反,如果由一開始就唔畀佢自由放任,佢對任何指令就會好有反應。而且,冇嘢比照指示逼佢動身更有效嘅方法去學識控制自己嘅身體。

第三個身體功能係關於神經。感覺神經係觀察嘅工具,同時係好奇心嘅燃料。不過呢樣嘢遲啲再講。依家我哋先考慮下神經嘅另一個一般功能:做為身體敏感度嘅中心,亦即係接收對佢嚟講係愉快或者唔愉快嘅外來印象嘅能力。
喺呢方面,就要定個規矩,叫身體習慣無痛咁承受各種外在影響:包括空氣、水、溫度變化、潮濕、熱、冷、傷口、痛楚等等。任何人如果掌握咗呢種本領,就係最快樂嘅人,無論喺任何時間、任何地方,都能夠完成最艱難嘅任務。
對呢種人嚟講,靈魂係身體嘅絕對主人;佢唔會因為身體唔舒服而拖延、遲疑或者放棄佢嘅任務;相反,佢甚至會帶住一種渴望,去面對任何可能令身體受苦嘅嘢。呢點非常重要。關於身體,最大嘅惡就係鍾意溫暖,同埋慣常寵溺身體。
呢種愛會剝奪靈魂對身體嘅一切主權,令靈魂淪為身體嘅奴隸;相反,唔憐惜身體嘅人,佢哋嘅行動唔會畀盲目的自我保護恐懼所阻礙。由細習慣咁做嘅人,真係好幸福!呢啲包括有關洗澡、散步時間同地點、着衫嘅醫療建議;
重點係唔好淨係用啲只會令身體感到舒服嘅方法去照顧佢,反而要畀佢嚐啲唔舒服嘅感覺。前者係寵壞身體,後者係令佢變得更強壯;喺前者底下,細路驚東驚西,但喺後者底下,佢哋就乜都唔驚,仲可以對自己開始嘅嘢堅持到底。

呢種對身體嘅處理方式,就係教育學所建議嘅。
喺呢度,我哋只係示範呢個建議點樣都適合基督教生命嘅發展,正正因為熱心咁遵守,就可以阻止感官享樂、放縱、情慾或者自憐呢啲有害毒素入侵靈魂;佢培養出與呢啲相反嘅品格,並且一般嚟講,令人習慣將身體當作一件工具嚟駕馭,而唔係受佢支配。
而呢點喺基督徒嘅生命入面至關重要,因為基督徒生命本身就同肉體慾望同一切肉體放縱脫離關係。所以,小朋友嘅身體發展唔可以交畀機會主義,而要由一開始就嚴加管教,咁樣先可以令佢哋日後交畀負責養育佢哋嘅人照顧時,已經適應咗基督徒嘅生活,而唔係對佢抱有敵意。

真正愛自己孩子嘅基督徒父母,為咗將呢個祝福賜畀佢哋,連自己做父母嘅心都要肯犧牲。否則,佢哋之後所有嘅愛同照顧,都只會少有成效,甚至完全冇果效。身體係情慾嘅本源,而當中大部分係最猛烈嘅情慾,好似慾望同憤怒。

佢亦都係魔鬼用嚟侵入靈魂或者喺入面安居嘅器官。唔使講,喺做呢件事嘅時候,就唔可以忽略教會,亦唔可以忽略入面任何可以應用喺身體上嘅嘢;因為咁樣先可以令身體得聖潔,同埋制服佢嗰種貪婪嘅獸性。

呢度並冇將所有嘢都講晒,只係指出處理身體嘅一般原則。至於細節,有需要嘅人喺實踐中自然會明白。由呢個大綱,亦可以清楚喺人生其他時候應該點樣對待身體,因為我哋嘅做法都一樣。

隨住身體需要出現,靈魂中較低嘅能力都好快按自然次序顯現出嚟。睇吓,細路仔開始將目光集中喺某個物件,對某個物件停留得耐啲,對另一個就短啲,好似佢比較鍾意其中一個,對另一個就唔太鍾意。呢啲就係感官使用嘅最初動盪,緊接住就係想像力同記憶力嘅覺醒。呢啲能力喺身體同心靈活動之間嘅門檻上,

,協同運作,所以其中一邊做嘅嘢,另一邊即刻就會知道。以而家佢哋喺我哋生命中嘅重要性嚟睇,用信仰領域嘅事物去神聖化佢哋嘅最初動盪,有幾咁有益同有益處。

第一印象會深深烙印喺記憶度。要記住,靈魂喺進入世界嘅時候,只係一股未經雕琢嘅原始力量;之後先至會成長、內涵變得更豐富,活動亦更多元化。最初嘅素材、形成佢嘅第一養分,都係由外面、透過感官同想像力獲得。

感官同想像力最初接觸嘅對象應該具備咩性質,先唔會阻礙,反而促進嗰個正逐步成形嘅基督教生命,就唔使多講。因為就好似第一口食物對身體體質有好大影響,靈魂最初接觸嘅對象,同樣對靈魂嘅性格或者生命嘅基調,都有好深嘅影響。

成長中嘅感官為想像力提供素材;想像中嘅物件儲存在記憶裏,可謂就係靈魂嘅內容。

讓感官從神聖物件獲得最初印象:眼睛得見聖像和燈光,耳朵聽到聖詩,如此類推。孩子未必明白眼前所見,但他的眼睛和耳朵會習慣於這些物件,而當它們佔據心靈時,就會將其他事物擠到一邊。

因此,感官同想像力嘅最初練習都會變得神聖;對細路嚟講,想像呢啲事物會比其他事物容易:呢啲就係佢嘅第一傾斜。之後,將來,美──從某方面嚟講,本質上同感官同想像力嘅形式息息相關──只會以神聖嘅形式吸引細路。

所以,要用各種神聖嘅物件去護佑細路;但同時要移走任何可能透過榜樣、影像或實物去腐蝕細路嘅嘢。之後,永遠都要保持呢個秩序。

眾所周知,無論以何種形式,影像對靈魂都有多麼強大的腐蝕影響!倘若一個孩子閉上眼睛,或被獨自遺留,沉溺於自己思緒之中,卻被大量不雅的影像──虛榮、誘惑,且充滿激情──所淹沒,那孩子是何等可憐。對靈魂而言,這就好比煙霧對頭腦的危害。

我哋亦唔可以忽略呢啲力量運作嘅本質。感官嘅功能就係睇、聽、觸,以及一般嚟講嘅體驗同探索。所以,佢哋係好奇心最主要嘅刺激者,好奇心為咗佢哋,就會進入想像力同記憶,並喺嗰度生根,成為靈魂上一個無可制服嘅暴君。

人唔可以冇感官:因為就係透過佢哋,我哋先至得以認識本應該知道嘅事物,為咗上帝嘅榮耀同我哋自己嘅利益。然而,咁做嘅時候,好奇心係無可避免──一種無可抑制嘅衝動,想無目的咁去睇同聽喺邊度發生緊乜嘢事,同埋點樣發生。咁,人應該點樣去做呢?

求知心本身就係一種好奇心。好奇心就係要無差別、無目的咁去探究所有嘢,唔理佢哋係咪必要。所以,我哋要適度同有秩序咁使用感官,將佢哋集中喺一個必要嘅目標上,並根據有意識嘅需要去引導──咁樣好奇心就冇得攞燃料;

即係話,要令小朋友只接觸佢認為必要嘅事物,其他一切都要忍住唔接觸、唔理會。喺體驗嘅過程中,要慢慢嚟──唔好由一樣嘢跳去另一樣,或者由一個特徵跳去另一個特徵,而係要一樣樣咁睇,之後小心咁喺腦海入面形成一個正確嘅物件印象。

呢種練習會令小朋友即使喺獲准做嘅事中,都唔會再容易分心,仲會教佢哋點樣控制感官,從而控制想像力

。咁佢哋就唔會冇謂咁由一件事飛去另一件事;因此,佢哋唔會白日夢,亦唔會畀影像分散注意力,令心靈紊亂,畀飄忽不定的幻想搞到模糊不清。
一個控制唔到自己情緒同想像力嘅細路,肯定會心神不寧、三心兩意,畀一種不安折磨住,令佢由一樣嘢跳去另一樣,直到精疲力盡,都係枉費心機。

與這些能力並存,幼兒便會產生情欲,並從小開始困擾他。孩子還不會講話或走路;他才剛學會坐立和撿起玩具,卻已經會大發雷霆、心生嫉妒、佔有欲強、耍脾氣等等──總之,他展現了情欲的種種影響。呢種根植於動物本能嘅惡,非常有害;所以,必須從佢最初出現嘅時候就制止佢。要點做先至得,好難講清楚。成件事都要靠父母嘅審慎。不過,可以咁樣處理:1) 用盡所有可能嘅方法,防止呢啲情欲出現*(編者按)*;2)
然後,如果有任何情慾出現,就要即刻用經過驗證嘅方法去壓制佢。咁樣可以防止佢生根,或者形成對佢嘅偏向。最常出現嘅情慾要特別留意,因為佢可能會成為主導人一生嘅主要 。
治療情慾最可靠的方法是使用神聖的手段。這些手段必須以信心去召喚。情慾是靈魂的現象,但父母最初無法影響靈魂……因此,最緊要先向上帝祈禱,讓祂成就祂的工作。之後,經驗就會成為熱心父親、母親或奶媽的進一步指引。
一旦細路仔有咗啲理解,就可以用一般對付情慾嘅方法。一開始就要全副武裝,喺細路仔成長嘅過程中持續運用,等佢學識同習慣掌握,因為呢啲情慾嘅破壞性攻擊會持續到生命盡頭。

如果對身體同低等能力所規定嘅做法嚴格遵守,靈魂就會因此得到極好嘅準備,為真正嘅美德品格打好基礎;但呢個只係準備,品格本身要透過對所有能力──心智、意志同心靈──嘅積極實踐先至可以培養。

關於心智。細路仔好快就會顯露佢哋嘅聰明。呢種聰明係同講嘢一齊發展,隨住講嘢能力提升,佢就愈來愈好。所以,心智嘅教育要同講嘢能力嘅發展一齊開始。
最緊要係要對孩子接觸或應該留意嘅一切事物,都有基於基督教原則嘅正確概念同判斷:乜嘢係善惡、乜嘢係對錯。呢樣嘢可以好容易喺日常生活嘅對話同提問中做到。
父母自己傾偈,細路仔偷聽,幾乎一定會吸收唔止佢哋嘅思想,連講嘢嘅口吻同舉止都會學埋。所以,父母講嘢嘅時候,就要叫嘢做啱名。例如:乜嘢先係真生命、會點樣完結、萬物係邊個造出嚟、咩係快樂、某啲習俗有咩意義,等等。
父母要同仔女傾偈,講解畀佢哋聽,可以直接講,或者更好就係用故事去講:例如扮嘢係咪啱;收到讚賞係咪會開心,等等。或者可以問仔女對呢件事或者嗰件事有咩睇法,然後糾正佢哋嘅錯誤。
喺好短嘅時間內,呢個簡單嘅方法就可以灌輸判斷事物嘅正確原則,呢啲原則會喺佢哋腦海中長期留存,甚至可能一世都唔會忘。咁樣做,就可以從源頭杜絕塵世嘅推測同嗰種惡意嘅、無止境嘅好奇心。真理透過滿足人心而令心靈得到束縛。
然而,塵世推測卻無法令人滿足,反而煽動好奇心。若能令他們擺脫這些,對孩子們而言將帶來莫大裨益。而且,這一切都還在他們拿起書本之前。此外,只要避免給孩子們提供含有邪說歪理的書籍,他們的思想便能保持純粹,在聖潔與神聖中健全。
有人以為細路仔仲細,唔使咁早就教,其實咁樣做係枉費心機。真理對所有人都開放。經驗證明,細路基督徒比哲學家更明智。而家都仲係咁,以前更係到處都係咁。
例如,喺殉道嘅時候,細路仔都會講主救世主、講拜偶像嘅愚蠢、講將來嘅生命等等;呢啲都係因為佢哋嘅媽媽或者爸爸喺平時簡單嘅談話入面同佢哋講過。呢啲真理深深烙印喺佢哋心入面,令佢哋珍視到願意為呢啲真理而死。

至於意志。細路仔充滿慾望:乜嘢都吸引到佢,乜嘢都令佢生出慾望。佢分唔清善惡,乜嘢都想要,亦準備好去做佢想做嘅事。如果任由細路仔自己,佢就會無可抑制咁任性妄為。所以,父母必須嚴格把關細路仔呢方面嘅心智活動。
最簡單嘅方法就係確保佢哋冇經許可就唔好做任何嘢。等佢哋有咩想要嘅時候,就轉頭問父母:「可唔可

以我做呢樣嘢或者嗰樣嘢?」
要透過佢哋自己同其他人嘅經歷,令佢哋相信,唔經允許就照自己嘅慾望行事係好危險;要喺佢哋心入面種下咁嘅心態,甚至令佢哋連自己嘅意志都畏懼。呢種性情係最理想嘅,但同時亦最容易培養,因為細路仔大部分時間都會向大人求教,佢哋知道自己嘅無知同軟弱;
只要將呢件事提高到不可侵犯嘅法律層面,向佢哋灌輸就得。咁樣嘅心態自然會令佢哋喺所有事上完全服從父母嘅意願,違背自己嘅願望;培養佢哋喺好多方面自我克制嘅態度,並形成一種習慣或技巧;最緊要係,令佢哋深信不疑——人唔可以永遠聽自己嘅慾望。
呢點由細路仔嘅親身經驗最易明白:佢哋想要好多嘢,但所想要嘅嘢卻對佢哋嘅身心有害。喺剝離佢哋嘅私慾同時,我哋要令佢哋習慣做好事。為咗呢個目的,父母自己要成為良好生活嘅真榜樣,並將仔女引荐畀嗰啲以靈魂得救為首要關懷,而唔係以享樂同追求虛榮為重嘅人。
細路仔好快就學人。佢哋幾早就識得模仿媽媽或者爸爸!呢度發生嘅情況,就好似「
」入面講,同調音到同一音高嘅樂器發聲一樣。與此同時,細路仔都要鼓勵佢哋行善;起初要叫佢哋去做,之後再引導佢哋自願去做。
當中最普通嘅善行包括:施捨、同情、憐憫、寬容同忍耐。要令佢哋習慣呢啲,其實一點都唔難。
機會時時都有,只要把握就得。咁樣就會培養出一個傾向做好事嘅習性,同埋對美好事物有自然嘅喜好。做好事同其他嘢一樣,都要教。

至於心,喺意念、意志同低等能力嘅影響下,心自然會傾向滋養健全同真摯嘅情感,養成對真正能帶來喜悅事物嘅喜愛習慣,並且對嗰啲打住甜蜜旗號、實則向心靈同身體注入毒素嘅事物,完全冇任何同情。 心係品嚐同獲得滿足嘅能力。

當人同神合一嘅時候,佢會喺神聖嘅事物同埋蒙神恩典潔淨過嘅事物入面得到喜悅。墮落之後,佢失去咗呢種喜悅,反而渴望肉慾。洗禮嘅恩典雖然救咗佢脫離呢種狀態,但肉慾隨時準備再次充滿心靈。呢樣嘢絕對唔可以發生;心靈必須受到保護。
培養心中真正品味最有效的方法,莫過於教會生活,而當中被養育的孩子必須時時沉浸其中。對一切神聖之物的敬畏之心,為求寧靜與溫暖而安居其中所帶來的甜美感受,以及對塵世虛榮之閃爍誘惑的超然——這些都無法更深刻地烙印在心中。
教會、聖詠同聖像喺內容同力量上,都係最卓越、最精美嘅事物。要記住,一個人未來永恆嘅居所,會由心靈嘅品味去決定,而嗰度嘅品味,就係喺呢度所培養出嚟嘅。好明顯,戲院、廟會攤檔同埋類似嘅娛樂場所,都唔適合基督徒。

一個已經被帶入安寧並以這種方式組織起來的靈魂,不會因為其先天性的混亂而阻礙精神的發展。精神比靈魂更容易發展,並在靈魂之前展現其力量和活動。這些包括:**對神的敬畏**(相當於理性)、**良知**(相當於意志)**和祈禱**(相當於情感)。
敬畏上帝會激發禱告,並照亮良知。這些並不需要全部都指向另一個看不見的世界。孩子們天生就有這種傾向,他們很快就能吸收這些感受。尤其禱告,最容易被灌輸,而且不是靠舌頭,而是靠心靈。
正因如此,佢哋先願意又唔會疲倦咁參加家庭祈禱同教堂禮拜,並且喺當中得到喜樂。所以,唔應該剝奪佢哋喺成長過程中呢方面嘅體驗,而要逐步引領佢哋進入我哋生命嘅呢個聖殿。神嘅敬畏越早被灌輸,祈禱越早被激起,虔誠就越能喺未來永遠紮根。
有啲細路,就算表面上有阻礙,呢種精神都會自然而然顯現出嚟。呢樣好正常。洗禮時所領受嘅恩典之靈,如果喺身同心嘅錯誤發展中冇被熄滅,就一定會令我哋嘅靈活返過嚟;咁樣嘅時候——有咩可以阻止佢以最充足嘅力量顯現出嚟呢?不過,良知就需要最緊密嘅指引。
正確嘅原則,配合父母嘅好榜樣同其他品德教育方法,再加埋祈禱,就可以啟發良知,並為之後嘅道德行為打好足夠嘅基礎。但係最緊要係要喺佢哋身上培養出對良知同自我覺察嘅態度。
良知係人生中極其重要嘅事;但就好似佢易建立咁,亦都好容易喺細路身上畀人扼殺。對細路仔嚟講,父母嘅意旨就係良心嘅法則,亦都係上帝嘅法則。
父母要夠審慎,咁佢哋嘅命令就唔好逼到仔女非要違抗不可;如果已經逼到佢哋違抗,就要盡最大努力令佢

哋肯悔改。
正如霜雪對花咁,不聽從父母意願對細路嚟講都一樣;細路唔敢同佢哋對望,唔想接受關愛,想走失同埋想一個人,與此同時,靈魂變得粗糙,細路開始放蕩不羈。幾好啊,能夠預先為細路準備好悔改,確保佢哋唔驚、有信心同埋帶住眼淚嚟講:
「我做咗啲咩唔啱嘅事。」當然,呢啲都只係普通嘅小事;但正正因為咁,先至為將來堅定、真正虔誠嘅品格打好基礎——能夠跌咗即刻爬起,培養迅速懺悔同自我淨化嘅能力,或者透過眼淚得到重生。

呢個就係次序:等個細路喺呢個過程中成長,佢嘅虔誠精神就會進一步發展。父母要時刻留意呢股新興力量嘅每一個動向,並將一切導向同一個目標。
原則係:由嬰兒第一口氣開始,一次過展開所有嘢,而唔係淨係做一樣,要持續、穩定、逐步推行,唔好有突然衝勁,要用耐性同期待,但同時要保持明智嘅循序漸進,
留意最初嘅跡象並善加利用,喺咁重要嘅事上唔好當任何細節係微不足道。
細節就唔披露;因為呢個只係想指出教養嘅主要方向。

一個人幾時先至會意識到自己係基督徒,並作出獨立決定去過基督徒嘅生活,呢樣嘢係無法確定嘅。實際上,呢件事會喺唔同年紀發生:有啲人七歲、十歲、十五歲,甚至更遲先至發生。
或許,如常規所見,教導的時機會更早到來。就此而言,不可或缺的原則是,在整個教導期間,保持先前整個秩序完全不變:因為這本質上源自我們的能力本性,以及基督教生活的需要。教導的秩序絕對不可與上述精神相違,否則,先前所確立的一切都會被破壞;
即係話,學童就好似嬰兒一樣,要靠身邊所有人嘅虔誠同對教會嘅奉獻去保護佢哋。透過聖事,亦都要照顧佢哋嘅身體、靈魂同精神。喺呢方面,就教育嚟講,只要補充一句:課程要安排得清清楚楚,令到主次分明。
呢個概念最能透過科目同時間嘅分配嚟示範。應將信仰嘅研習視為至高無上;大部分時間都應該留作虔誠嘅行為,如果出現衝突,就讓後者優先於學術研習;認可唔應該只係憑學術成就,而應該同時憑信仰同良好品格。
總括而言,我哋要喺學生心裏面灌輸一種信念,就係我哋嘅主要目的係討好上帝,而學問只係次要嘅品質,只係一個附帶嘅事情,只喺今生有用。所以,就唔好將佢看得咁高,或者用咁奪目嘅光彩去展示,搞到所有人都只顧學問,其他嘢都唔理。
冇嘢比呢種科學方法同對佢嘅獨佔式執著,更加毒害同摧毀基督徒生命嘅精神。佢會直接導致屬靈嘅冷漠,甚至令一個人永遠停留喺嗰種狀態;事實上,如果環境有利,佢甚至可能導致道德嘅墮落。

另一個要留意嘅點係教學嘅精神,或者對所教內容嘅睇法。要確立一條不可侵犯嘅鐵律:向基督徒傳授嘅每一門學科,都必須灌輸基督教原則,而且要係正統嘅原則。
每一門學科都可以做到呢點,而且只有當佢滿足呢個條件時,先至能成為真正獨立嘅科學。基督教原則無可置疑係真理,所以,唔使猶豫,就將佢哋作為普遍嘅真理標準。
我哋最危險嘅錯誤,就係將科學同真正嘅信仰脫離關係嚟教,容許自己放縱,甚至講虛假,以為信仰同科學係兩個完全唔相關嘅領域。
我哋只有一個聖靈。正正係呢個聖靈接納各門科學,並由佢哋嘅原理所滋養,就好似佢接納信心並被信心所充滿一樣。咁佢哋喺呢度,又點可能唔會互相接觸——無論係有利定係有弊?而且,真理只有一個領域。咁我哋又點解要將心思放喺唔屬於呢個領域嘅事物上,或者放喺啲令我哋喺呢個光明殿堂前無法現身嘅事物上?

如果教育能夠以一種方式進行,使學生在課程內容和教學精神兩方面,都將信仰及其生命力置於一切之上,那麼毫無疑問,在童年時期所打下的基礎,不但不會流失,反而會被提升、強化,並達到相應的成熟。而這又是何等的受益!

如果一個人由最年幼時起就以這種方式被養育,那麼,一點一滴地,他所應該過的生活本質就會向他顯明;他會愈來愈習慣於這個想法,即他有責任代表上帝和我們的救主,按照祂的誡命生活和行事;其他所

有事務和追求都低於這些,只適合作為當前生活的延伸;
並且知道还有一个居所,另一個家鄉,要將一切思想同一切願望都指向嗰度。喺人嘅能力自然發展嘅過程中,每個人都會自然而然咁明白自己係人。但係如果喺佢哋能力同活動一開始覺醒嘅時候(即洗禮嗰刻),就將一條充滿恩典嘅基督教原則植入佢哋嘅本性入面,
而如果喺呢啲能力發展嘅每一個階段,呢條新原則唔單止冇讓位做次要,反而一直佔據主導,好似為一切都定咗個形,咁當人自覺到自己嘅時候,就會同時發現自己正喺按基督教原則行事;就會發現自己係基督徒。
而呢個正正就係基督教教育嘅主要目標:令到一個人最後可以對自己講,我係基督徒。但如果佢喺完全自我覺醒之後,講:「我係基督徒,受救主同上帝所命,要喺呢種、嗰種方式下生活,好令我喺將來嘅生命中,配得上同佢同佢所揀選嘅人一齊受祝福嘅聖餐。」——
咁,當佢獲得獨立,或者建立咗一個自訂、理性嘅生活方式,佢就會將「
」嘅獨立維護,同埋重新點燃以前喺他人指導下所行嘅虔誠精神,作為佢嘅首要任務。

之前已經講過,一定要有個特定嘅時刻,要刻意喺意識中更新所有基督教嘅義務,並且承擔佢哋嘅軛,當作一條永恆不變嘅律法。喺洗禮嗰陣,呢啲義務並冇被有意識咁接受;之後,就係靠住其他人嘅心意、照佢哋嘅性情同簡單嘅方式去維持。
而家就要有意識咁承擔基督嘅好軛,揀基督徒嘅生活方式;專心歸向神,好讓自己餘生都可以熱誠咁事奉祂。只有喺呢度,一個人先真正自願開始佢嘅基督徒生命。之前嗰陣,呢個生命雖然已經喺佢體內,但可以咁講,佢未係由佢自己主動發起,未係由佢自己本身嚟。
而家佢自己,以自己嘅名義,就會開始以基督徒嘅精神行事。當時基督嘅光就好似第一日嗰道光咁喺佢裏面:未集中、散漫嘅。但就好似光需要被太陽同行星中心吸引而集中一樣,呢道光亦都要咁樣,好似喺我哋生命嘅起點——我哋嘅意識——周圍聚集。
一個人只有當佢獲得自我認識同理性獨立,成為自己思想同行為嘅完全主人同裁決者,先至可以成為真正嘅人。佢堅持某啲思想,唔係因為別人傳授畀佢,而係因為佢自己認為嗰啲思想係真嘅。
即使喺基督教入面,人依然係人。所以佢哋都要理性;只不過要將呢種理性導向聖潔信仰嘅利益。佢哋要用理性說服自己,所宣認嘅聖潔信仰係唯一真正嘅得救之道,而所有同佢相違背嘅道路,都通往滅亡。
一個人唔做盲目跟從者,而清楚知道自己咁做係做緊啱嘅事,呢種覺悟對佢嚟講係一種榮耀。當佢有意識咁承擔基督嘅輕負,就會去做呢一切。

只有咁,佢嘅個人信仰——或者係與呢個信仰相符嘅行善人生——先至會變得堅定而不可動搖。佢唔會畀壞榜樣誤導,亦唔會畀虛幻嘅念頭捲走,因為佢好清楚自己有責任以堅定嘅態度去思考同行動。
但如果佢未意識到呢點,就好似以前一個好榜樣令佢照做咁,而家一個壞榜樣就可能令佢行惡犯罪;就好似以前別人嘅好思想可以輕易、毫無阻礙咁主宰佢嘅心,而家邪惡嘅思想就會控制佢。
經驗證明,對於一個未曾自認基督徒的人,其信仰告白與品行之善究竟多麼脆弱。遭遇誘惑越少的人,其心靈的純真便能維持得更久;然而無法避免誘惑的人,則正面臨著极大的危險。
我哋喺所有守住洗禮恩典嘅人嘅生命中見到,都有一個時候,佢哋堅決咁將自己獻畀上帝。呢種情況可以用「佢嘅靈火被點燃」、「佢被神聖嘅渴望點燃」呢啲字嚟形容。

當佢認清自己係基督徒,或者有意識咁決定過一個基督徒嘅生活,佢而家就要好小心,保持佢由細到大所領受嘅生命完美同純潔,就好似其他人以前保持咁。冇必要再畀佢任何特別嘅規則做指引。
喺呢方面,佢同嗰位已經離罪,並懷住熱誠決心過基督徒生活嘅悔改者,處於同一水平。所以,由而家開始,佢就要受同樣嘅規則引導,呢啲規則會喺第三部分討論。

佢同悔改者喺追求完美方面嘅分別,自然會好明顯。

而家只剩幾點——雖然非常重要——專門針對青少年時期嘅提醒。
要唔止係喺基督教精神下成長,仲要喺進入青春期前,自己認同並下定決心要做基督徒,呢點有幾咁有益同救恩性!呢點係好重要,因為年輕人難免要面對兩大危險:1)佢哋年紀所決定嘅;2)呢段期間佢哋要面對嘅巨大誘惑。

1.

我哋生命嘅河流,被年輕呢條蜿蜒曲折嘅路徑所交錯。呢段時間,身體同精神嘅生命都達到咗沸點。細路同青少年過得平靜;成年人有少突如其來嘅衝動;可敬嘅白髮傾向於寧靜;只有青春,滿溢住生命。

呢個時候,要站得穩,抵得住洶湧嘅浪潮。自己嘅動作如果亂咗同衝動咗,就好危險。自己第一次獨立嘅動作開始──覺醒力量嘅第一絲騷動──對自己嚟講充滿魅力:憑住佢哋嘅影響力,佢哋排走咗之前佔據自己心靈同思想嘅一切。

曾經存在過嘅嘢,將會變成一場夢、一種偏見。只有而家嘅感受先係真實;只有佢哋先有現實感同意義。但如果喺呢啲力量覺醒之前,佢已經用承諾綑綁咗自己,去遵守基督教嘅信仰同生活方式,咁所有其他衝動,因為次要,就會較弱,亦會更易屈服於前者嘅要求──純粹因為後者更古老,已經經過心靈嘅考驗同揀擇,最重要嘅係,佢哋已經用誓言封印咗。 嗰位年輕人堅定咁要守住自己嘅承諾。至於一個唔單止唔鍾意基督教嘅生活同真理,甚至連聽都未聽過嘅人,又可以點講呢?

咁樣嘅話,佢就好似冇圍牆嘅屋,任人搶掠;又好似乾柴,任憑火燒。當年輕人嘅心靈任性放縱,令一切都蒙上懷疑嘅陰影;當佢被慾望嘅波動搞到好苦惱;當佢整個靈魂都充滿誘惑嘅念頭同衝動──呢個年輕人就已經喺火中。

如果佢心入面冇為真理、良善同純潔發聲,冇人會畀佢一滴露水去降溫,亦冇人會伸出援手。除非佢心入面先對呢啲嘢生出愛,否則就算係建議都冇用,嗰陣再點都冇意義。

如果勸告同說服經過耳仔入到心入面,能夠喚醒本已存在、對我哋嚟講珍貴嘅情感──只不過當時畀其他嘢掩蓋住,而我哋自己又搵唔到方法去釋放佢哋同畀佢哋應有嘅力量──咁勸告就係顧問送畀年輕人嘅一份珍貴禮物。 但如果心入面冇純淨人生嘅種子,就冇用。

年輕人過住自己嘅生活,又有邊個可以洞悉佢心入面所有嘅波動同埋傾向?就好似想估到雀鳥喺天上飛嘅路徑,或者船隻喺水面上行駛嘅航線一樣!

少年的心就好似發酵嘅酸水,或者唔同比例混合後嘅元素運動。所謂「天性」嘅各種需要,喺佢哋活潑嘅騷動中,各自高聲呼喊,要求得到滿足。就好似我哋本性入面混亂橫生,呢啲聲音加埋一齊,就好似一班嘈吵人群嘅無序呼喊。

咁,如果一個年輕人由一開始冇人教佢將自己嘅行為置於某種秩序之下,亦冇下定決心去嚴格服從更高嘅要求,佢最終會變成點? 如果呢啲原則喺早期教養期間已經深植於心,並 subsequently 被有意識咁採納做規矩,咁所有激動都會好似只喺表面上發生,短暫而過,唔會撼動根基或者動搖靈魂。

我哋由青春期成長為咩樣嘅人,好大程度睇我哋踏入青春期嗰陣係咩樣嘅人。瀑布墮落山崖下,先滾沸旋渦,然後靜靜沿住唔同水道流去。呢個就係青春嘅比喻,每個人都好似水注入瀑布咁,被拋入其中。從中走出嚟嘅人有兩種:一種散發善意同高貴,另一種籠罩喺邪惡同放蕩之中;仲有一種──中間派──善惡參半,好似火炭,有時偏向善,有時偏向惡,就好似一隻壞咗嘅鐘,有時準、有時快、有時慢。

凡事先以誓言約束自己者,就好似坐喺一艘堅固嘅小艇入面,唔畀水滲入;或者好似喺急漩渦中開咗條平靜嘅水道。冇咗呢啲,就算教養再好,都唔一定能夠救到佢。

即使一個人唔會墮入嚴重嘅惡習,但如果佢內心唔夠堅定,佢嘅心──冇用誓言同其他事物劃清界線──就會畀慾望撕扯,佢必然會喺青春期過後變得倦怠,無所適從。

所以,喺青春年華到嚟之前,不但要培養好嘅品格,仲要用誓言嚟堅定自己──成為一個真正嘅基督徒。堅定嘅人要好似驚火咁驚青春本身,所以要避開所有青春容易放縱同失控嘅場合。

2.

青春本身就危險;但再加上兩項本時代特有的傾向,令青春的激情更加猛烈,並具備更強大的力量與危險性。 呢啲就係:(a) 對刺激嘅渴求;(b) 好想同人社交嘅傾向。所以,為咗避免青春期嘅危險,可以建議將呢啲衝動收斂啲,免得適得其反,帶嚟傷害。

之前激起嘅正面情操,如果冇畀人扼殺或者壓抑,就會保持全力以赴。

A.

對新體驗嘅渴求令年輕人嘅行動帶有一種衝動、連貫性同多樣性。佢想親身嘗試一切,想睇晒所有嘢、聽晒所有嘢、去晒所有地方。

想搵到佢,就去有絢麗景色、動聽音樂同寬敞空間嘅地方。佢想處身於源源不絕、不斷更新因而多姿多彩嘅感官刺激之中。佢坐唔定,留唔到一個地方,亦集中唔到精神喺同一樣嘢上。佢嘅天地就係娛樂。

但係呢啲都唔夠佢;佢唔滿足於真實嘅親身經歷,反而想吸收、甚至好似承載其他人嘅印象,去發掘其他人有咩感受,同埋佢哋喺自己或者同自己差唔多嘅處境下有咩行動。

佢就投身書海,開始瘋狂咁睇書;一本接一本,往往都冇真係吸收入面內容;佢唯一嘅目的就係搵嗰種所謂嘅「效果」,無論題材係乜　　。新鮮、生動同機智,就係一本書對佢嚟講最好嘅賣點。

喺呢度,佢對輕鬆讀物嘅偏好開始浮現——

同樣係渴求印象,只不過係另一種形式。但唔止於此。呢位年輕人經常對現實感到厭倦,對所謂由外面強加喺佢身上嘅一切感到疲憊:呢啲都限制住佢,將佢拘喺好緊嘅框框入面,而佢卻喺追求某種自由。

然後佢經常同現實脫離,退返入自己創造嘅世界,喺度盡情發揮。佢嘅想像力為佢編織咗成套故事,大部分時間入面嘅英雄都係佢自己。呢位年輕人啱啱踏入人生。

一個誘人、迷人嘅未來擺喺佢面前。遲早佢都要去到嗰度:佢會變成點?可唔可以撥開呢層面紗睇吓?想像力喺呢個年紀特別活躍,好快就畀到滿足。就係透過呢啲活動,一種夢幻嘅性格先至顯現同培養出嚟。

夢想、輕讀物、娛樂──喺精神上,呢啲幾乎係同一回事:細路仔渴望印象,渴望新鮮同多樣化。而佢哋造成嘅害處都一樣。冇嘢比呢啲嘢更能夠窒息年輕人心中 previously 播下嘅良種。一棵幼苗如果種喺四面八方都吹風嘅地方,佢會捱一陣,然後枯死;經常畀人踐踏嘅草就唔會生長;身體嘅某部分如果長期受摩擦,就會麻痺。

如果一個人沉溺於白日夢、無謂的閱讀或輕浮的追求,心靈和其中本性良善的傾向就會遭遇同樣的境況。

任何一個人如果喺風中企咗好耐,尤其係潮濕嘅風,一入到有遮蔽嘅地方,就會覺得全身唔舒服,好似五臟六腑都移位咗;心靈如果被任何方式分散咗注意力,都會有同樣嘅感覺。

年輕人由分心返到自己身上,就發現靈魂入面一切都亂晒陣;最緊要嘅係,所有美好嘅嘢都畀一層遺忘嘅面紗遮住,得返印象留低嘅快感先擺喺最前面;所以佢已經唔再係原本同本應該永遠保持嘅狀態:各種情操嘅位置對調咗。

咁點解當靈魂經過分心之後返返嚟,會開始嚮往呢?因為佢發現自己畀人掠奪咗。呢個分心嘅人已經將佢嘅靈魂變成咗一條大馬路,喺呢條路上,透過想像力,各種誘惑嘅事物好似影子咁經過,招手叫靈魂跟住佢哋。

但係,就喺靈魂好似被自己撕裂嘅時候,魔鬼就偷偷摸摸嚟,攞走好種,播下惡種。呢就係救主解釋邊個偷走路邊所播嘅種,同埋邊個播稗嘅時候所教嘅。呢兩樣都係人敵嘅作為。

所以,年輕人啊!你想保留童年嘅純真同無邪,定係想守住一個基督徒無可指責嘅誓言?盡你所能同憑你嘅聰明,遠離娛樂、唔好亂睇啲誘惑性嘅書,仲有——唔好做白日夢!

咁嘅話,就真係好,要對自己實施嚴格同嚴謹嘅紀律,並且喺成個青春期都留喺指導之下。啲未到成年、唔畀自己掌控行為嘅年輕人,可以話係好有福氣。每個年輕人如果發現自己處喺呢種情況,都應該感到開心。

年輕人自己當然難以單靠自己做到;但如果能聽從建議,多留喺屋企盡本份,唔好發白日夢或者睇啲輕浮嘅書,就顯得非常有智慧。

叫佢用勤力代替懶散,用認真嘅追求代替白日夢──尤其係閱讀,無論揀書定係睇書方式,都要受監督。

不過,想點做就點做啦。激情、疑問同熱誠,就係喺呢種可以話係年輕人思想嘅動盪醞釀中爆發。

B.

第二種同樣危險嘅年輕人傾向,就係**佢哋鍾意社交**。呢種傾向表現為對同伴、友誼同愛情嘅需要。呢啲喺適當嘅位置上都係好事,但年輕人自己唔應該用呢個次序去安排佢哋。

青春係一個充滿強烈情感嘅時期。嗰啲情感喺佢心入面湧動,就好似海邊潮起潮落。乜嘢都吸引住佢;乜嘢都令佢驚訝。大自然同社會將佢哋嘅寶藏都擺喺佢面前。但情感唔鍾意被藏喺心入面,而呢位年輕人好渴望同人分享。

所以佢需要有人分享佢嘅感受──即係一個伴侶同朋友。呢種需要好高尚,但同時亦可能好危險!你將感受託付畀邊個,就等於喺某程度上畀咗對方控制你自己嘅權力。所以,喺揀摯友嘅時候,一定要好小心!

你可能會遇到一個人,令你走偏到好遠好遠。唔使講,好人自然會向善,遠離邪惡。心入面對呢樣嘢有種本能。但係,誠心往往會畀奸狡嘅人誘惑!

所以每個年輕人都會被勸告要謹慎咁揀朋友。冇試過就唔好亂交朋友,係好有智慧嘅做法。最好嘅做法係,第一個朋友就係你嘅爸爸,或者一個喺好多方面代替爸爸角色嘅人,或者一位有經驗又好nice嘅親戚。

對於已經立志過基督化生活嘅人

,神所賜嘅第一個朋友就係屬靈父親;要同佢傾心吐意,將你嘅秘密告訴佢,同佢一齊斟酌,向佢學習。喺佢嘅引導下,透過禱告,神如果認為需要,就會差遣另外一個朋友。不過,友誼入面嘅危險,遠遠比唔上單純嘅伴侶關係。

我哋好少見到真正嘅朋友,反而多數都係泛泛之交或者隨便嘅伴侶。而喺呢啲場合,有幾多惡事可以發生,又幾常發生!有啲隨便嘅朋友圈,規矩非常唔健康。如果你向佢哋妥協,你甚至唔會察覺自己點樣喺靈裡同佢哋結合,就好似你無聲無息咁畀惡臭嘅地方熏到全身都瀰漫住惡臭。

佢哋自己往往連行為唔雅嘅感覺都冇晒,就咁無啦啦粗魯咁做,連諗都唔使諗。就算有人有咗呢個意識,都冇力氣撇清自己。大家都驚出聲,驚會畀人到處用帶刺嘅說話追擊,就只好話:「算啦,可能過陣就沒事啦。」

「壞朋友敗壞好品格」(林前15:33)。主啊,求你拯救眾人脫離撒但的深淵。凡立志事奉主的人,必須只與敬虔、尋求主的人交往;對其他人,就要退避,也不與他們真心交往,效法神聖徒的榜樣。

對年輕人嚟講,最大嘅危險就係佢同異性嘅互動。喺佢最初嘅誘惑中,年輕人只係偏離正路;但係到呢度,佢更會失喪自己。喺佢覺醒嘅初期階段,呢件事同對美嘅渴望交織埋一齊,而由佢覺醒嗰刻起,呢份渴望就迫使年輕人去追求滿足。

與此同時,美逐漸在他的靈魂中成形,而且通常以人的形象出現,因為我們找不到比這更美的事物……

佢所創造嘅形象糾纏住年輕人嘅心。由此之後,佢好似去追求「美」──即係理想、超凡脫俗嘅存在──但同時佢又遇到一個凡間女子,並被佢所傷。正正就係呢種傷害,係年輕人無論如何都要避免嘅,因為呢種病越危險,就越令患者渴望病到發瘋。

呢種折磨可以點樣避免?就唔好行嗰條會令自己受傷嘅路。

喺某本心理學論著入面,呢條路係咁樣描述嘅,有三個轉彎。

首先,一種傷感喺年輕人心中湧起──佢唔知係乜嘢,亦唔知由邊度嚟──但佢有一個特徵,就係佢覺得好似淨係得佢一個人。呢種就係孤獨感。由呢種感覺,另一個感覺即刻誕生──一種憐憫、溫柔同自我覺察。之前,佢生活得好似根本冇察覺到自己。

而家佢將注意力轉向自己,檢視自己,總係發現自己唔難睇,唔係同輩中最差嗰啲,而係有啲價值嘅人物:佢開始感受到自己嘅美,身體嗰啲好睇嘅線條,或者……開始鍾意自己。呢個就標誌住自我誘惑第一階段嘅結束。由呢刻開始,個年輕人將注意力轉向外面嘅世界。

佢踏入外面世界,係憑住一種自信,相信自己一定會討人喜歡。憑住呢份自信,佢大膽咁、好似凱旋咁踏上人生舞台,並且可能係第一次,以整齊、乾淨、得體──甚至有啲近乎花佬──做自己嘅規矩;

佢開始漫無目的咁四圍行,或者搵人認識,好似冇乜明確目標,只係畀內心深處嗰份秘密但清晰嘅渴求所驅使;同時努力用自己嘅機智、愉快嘅舉止、體貼嘅關懷,甚至一切可以討好對方嘅方式,去嘗試發光發亮。

與此同時,佢放縱自己情感交流嘅主要器官──眼睛。

喺呢種心境之下,佢就好似將火藥放喺火星底下,好快就淪為自己嘅病態奴隸。
佢畀一抹特別令人心動嘅目光或聲音射中,就好似中咗箭咁,一開始會處於一種欣喜若狂又呆滯嘅狀態;當佢清醒過嚟,就會發現自己嘅注意力同心都集中喺同一個物件上,並以一種無法抗拒嘅力量被吸引住。
由嗰刻開始,佢心入面開始畀思慕嘅火焰燃盡;嗰個年輕人失落咗,收起自己,成日沉浸喺某件好緊要嘅事入面,好似遺失咗啲嘢咁四處搜尋,無論做乜,都係為咗嗰個人,就好似佢喺面前咁。
佢已經完全迷失;食同瞓都唔再入佢腦;平時嘅事全部唔記得,搞到一鑊粥;乜都唔再precious。佢畀一種猛烈嘅病魔纏住,啲病日日啃食佢心肝,令佢透唔到氣,仲要抽乾佢生命嘅源頭。呢種病嘅發展就係咁慢慢嚟嘅!
而要避免陷入呢種不幸,年輕人應該提防啲乜嘢,就唔使多講。唔好行呢條路!趕走啲先兆──嗰種模糊嘅傷感同孤獨感。要堅決對抗佢哋:如果你感到傷心,就唔好發白日夢,而係要開始做啲認真同需要集中精神嘅事──咁樣,呢種感覺就會過去。
如果自怨自艾或者自以為是嘅念頭開始生根──就要快啲清醒,對自己嚴厲啲、苛刻啲,尤其要搞清楚,任何入侵腦海嘅念頭其實都微不足道。無論係意外定刻意嘅侮辱,喺呢種情況下就好似澆喺火上嘅水……你要特別小心壓制同趕走呢種感覺,正正就係因為呢度係呢股潮流嘅起點。就喺呢度停低──你唔會再進一步:唔會出現想討好人嘅慾望,亦唔會追求華麗同做型,亦唔會有社交嘅衝動。
如果佢哋衝破咗──就要同佢哋抗爭。喺呢種情況下,有幾樣可靠嘅防範措施:對一切事物保持嚴格紀律、體力勞動,甚至更加重要嘅係腦力勞動!加緊你嘅學業,留喺屋企,唔好去搵嘢消遣。如果真係要出門──要收斂情緒,避開異性,最緊要──祈禱。
除咗呢啲由青春本質引起嘅危險之外,仲有兩樣:第一,就係一種心態,理性知識或者自以為嘅理解,飛到天上去。
嗰個年輕人以為對所有嘢都抱住懷疑嘅態度先有優勢,凡係達唔到佢所認為嘅標準,就一概擱置。就因為咁,佢喺心入面斷絕咗成個信仰嘅精神同教會;結果,佢就離棄咗信仰,孤身一人。
佢為咗搵替換丟棄咗嘅嘢,就投身入冇理會啟示(神聖*啟示──編者*)真理嘅理論,糾纏其中,將所有信仰嘅真理逐出佢腦海。
如果學校嘅科學教育提供咗呢種做法嘅藉口,而呢種精神又喺度盛行,咁問題就更加嚴重。佢哋以為自己掌握咗真理,但實際上只係堆積咗一堆模糊、空洞、憑空想像嘅想法──大部分甚至違背常識──但呢啲想法偏偏又吸引到冇經驗嘅人,成為好學嘅年輕人嘅偶像。
第二,世俗化。雖然世俗化有啲有用嘅方面,但係如果年輕人過份世俗化,就好有害。佢嘅特徵係以感官印象主導生活,人好少同自己合一,反而幾乎全部都沉迷喺外在世界──無論係行動定係白日夢。
帶住呢種心態,佢哋開始憎惡內在生命,同埋講呢啲嘢、按呢啲嘢生活嘅人。對佢哋嚟講,真正嘅基督徒要麼係糾纏喺抽象概念入面嘅神秘主義者,要麼就係偽君子,等等。佢哋對真理嘅理解,因為世俗圈子裡盛行嘅世俗精神而受到阻礙,而呢種世俗精神,年輕人被自由地甚至鼓勵去接觸。
透過呢種接觸,世界同佢哋嗰啲腐敗嘅觀念同習俗,就滲入呢位年輕人易受影響嘅靈魂──佢未作好準備,亦未曾抵抗,只係單純吸收嗰種氛圍──就好似烙印喺蠟上咁;而佢亦不自覺咁成為咗世界嘅兒女。
而呢種「童年」與基督裏上帝嘅「童年」背道而馳。
呢啲就係年輕人喺青春期要面對嘅危險!要堅守立場真係好難!但對於一個有教養,又喺青春期前已經立志獻身畀上帝嘅人嚟講,就冇咁危險;只要稍為有啲耐性,最純粹、最福樂嘅平安就會嚟到。
只要喺呢段時間堅守你對純潔基督徒生活嘅誓言;之後你就會以一種聖潔堅定嘅態度生活。任何安全渡過青春歲月嘅人,就好似渡過湍急河流,回望時就讚頌上帝。
但有啲人就淚流滿面咁回望,滿懷悔恨,自責自己。青春時所失去嘅,永遠都攞唔返。跌咗嘅人,可唔可以得到冇跌過嗰班人所擁有嘅嘢?
由以上所講,好容易明白點解咁少人可以保持洗禮嘅恩典。教養係一切好壞嘅根源。

洗禮的恩典之所以保存唔到,係因為用喺上面嘅教養次序、規矩同法則冇被遵守。主要原因係:a) 同教會同埋佢嘅恩典渠道拉開距離。呢樣嘢會扼殺基督教生命嘅幼芽,令佢同源頭斷絕,就好似將花放喺暗處會枯萎一樣;b) 忽視身體機能。人以為身體可以全方位發展而不會傷害靈魂;然而,正正喺身體機能入面,就係情慾嘅巢穴,隨住身體成長,情慾就會滋生、紮根,並佔據靈魂。 透過滲透身體機能,情慾喺體內建立據點,或者利用佢哋築成一座堅不可摧嘅要塞,從而鞏固佢哋嘅力量,令佢哋永遠掌握優勢。c) 靈魂能力嘅無差別發展,冇集中喺單一目標上。 如果一個人唔見到前方的目標,就唔會見到通往目標嘅路。所以,儘管對最現代嘅教育咁多關注,最終只係助長咗好奇心、自我意志同對享樂嘅渴求。d) 完全忽視靈魂。 祈禱、敬畏上帝同良知好少人考慮。只求表面端莊,而對內心深處嘅狀態就一直當成理所當然,任由佢哋自行發展。e) 喺教育期間──最重要嘅任務畀次要事物掩蓋,單一目的畀一大堆其他嘢模糊。f) 最後,進入青春期之前,未有建立穩固的原則及立志過基督徒的生活,而且未能妥善管理青春期的衝動,完全屈服於對娛樂、輕小說等刺激的渴求, 用幻想去激發想像力、同儕之間無差別嘅交往(尤其係同異性),專注於學業 ,以及對世俗精神、主流思想、規矩同習俗嘅投入,呢啲都永遠唔會有助於恩典嘅生命,反而總係對抗佢,並嘗試壓制佢。

呢啲任何一樣,就足以令一個人入面嘅恩典生命熄滅。 但通常佢哋會一齊起作用,而且一個就自然吸引另一個;但係,當佢哋一齊出現時,就會將屬靈生命壓抑到咁樣,有時連最微弱嘅痕跡都睇唔到,好似一個人根本冇靈魂,根本冇為同神交通而受造,根本冇為呢個目的而賦予嘅能力,亦根本冇得着活化佢嘅恩典。

點解唔採用一個合理嘅教養方法,就係因為對呢個方法唔識或者忽略咗佢。教養如果放任自流,就必然會走上乖戾、錯誤同有害嘅道路,先喺家庭生活,後喺學校教育。 但即使表面上養育並未被忽略,且受制於公認的規則,卻往往徒勞無功,偏離原本的目的,皆因整個制度所建構的錯誤理念與原則。 所追求嘅,既唔係應該成為至高無上嘅目標,亦唔係以神嘅喜悅或靈魂嘅得救為先;相反,係一啲完全唔同嘅嘢:要麼係培養純粹自然嘅能力,要麼係適應專業角色,要麼係適合上流社會生活,等等。但係,當呢個原則本身唔純粹同錯誤,咁必然建立喺上面嘅一切,都唔可能帶來好結果。

可以識別出嘅主要偏離有:1) 排斥恩典的手段。這是自然而然的後果,因為忘記了受教育者是基督徒,他不但擁有自然能力,更擁有恩典賜予的屬性。若無這些手段,基督徒就好似一園被圍起卻任由遊蕩的魔鬼踐踏,又被罪惡與世俗的暴風摧殘,冇人同冇嘢可以約束或驅趕佢哋。 2) 過度專注於為現世生活準備快樂,同時壓抑對永恆的記憶。這是在家中談論的,是在課堂上討論的,也是在日常對話中強調的。3) 在一切事物中,外在虛榮佔據主導地位,連事工都難以倖免。

喺屋企冇做好準備,接受咗咁嘅成長,心智難免會變得混沌;佢睇乜都係用錯嘅眼光,好似戴住破碎或者假嘅眼鏡咁,將一切都扭曲咗。正因如此,佢唔想聽自己最終嘅真命,亦唔想聽點樣先可以達到。對佢嚟講,呢啲都係次要嘅,就好似係個笑話。

咁要整頓呢種可悲嘅狀態,究竟要乜嘢,就好容易搵到答案。所需嘅係:

要徹底明白同內化真基督教教養嘅原則,並喺最緊要嘅家庭中實踐。家庭教養係所有後續事物嘅根基。細路喺屋企得到良好教養同正確指引,就唔會咁容易畀誤導嘅學校教育帶離正路。

其後,學校教育必須按新嘅真原則重新架構,引入基督教元素,並糾正一切缺陷;最緊要係,喺整個教育過程中,學生都要置身於聖教會最豐盛嘅影響之下,因為教會整體結構對靈魂嘅塑造具有救贖作用。 咁樣就可以防止罪惡嘅影響蔓延,培養和平嘅精神,驅走深淵嘅邪靈。同時,我哋要將一切由屬世引向永恆,由外在引向內在,培育教會嘅兒女,即天國嘅成員。

最緊要係:3)

喺有真才實學、唔係淨係理論而係憑經驗識得真正教育嘅人指導下,**培訓教育者**。佢哋喺最有經驗教育者監督下受過訓練,之後就會將佢哋嘅教學藝術傳承畀後輩,代代相傳。

教育者必須經歷基督教成聖的各階段,好讓他們在日後的工作中,知道如何自我操守,能夠洞悉被教育者的性向,然後以耐心、成功、有力且富成果的方式影響他們。這班人必須是純淨、蒙神揀選且聖潔的個體。教育是所有聖行中最聖潔者。

良好教養的果實,是保守聖洗禮恩典。後者豐厚地回報了前者的所有勞苦。因為某些崇高的優點,屬於那些從幼年起就保守洗禮恩典並將自己獻給上帝的人。

1.

第一個好處,可謂係所有其他好處嘅基礎,就係人與生俱來、充滿恩典嘅本性。人注定要成為一個承載極高尚力量嘅器皿,呢啲力量隨時可以由萬善之源湧向佢,只要佢自己唔破壞呢個狀態。 而悔改者固然可以完全得醫治;但似乎佢未得享同未跌者一樣嘅知識同感受,亦無法喺嗰種完滿中喜樂,亦冇嗰種由此而來嘅大膽。

2.

由呢個源頭,自發性地流露出德行嘅生氣、輕鬆同自然。佢喺善之中行,就好似喺一個獨屬於佢自己嘅世界。懺悔者要長期努力,先至習慣呢份善,好等佢可以輕鬆咁實踐;但就算已經達到呢點,佢都要不斷保持緊繃同恐懼嘅狀態。

相反,另一個人則心懷純真,抱持一種救恩的信心,帶給他安慰──這份信心並非虛假。

3.

然後,一種穩健同連貫性就會喺佢生命入面出現。佢冇乜大起大跌,就好似我哋大部分時間呼吸都好穩定一樣,佢行善都係咁穩健。

悔改嘅人亦都係咁,但係要達到好難,而且表現唔會咁完美。補好咗嘅車輪往往會畀人見到佢嘅缺陷;補好咗嘅鐘都唔會似未補過或者全新嘅咁準。

4.

未曾跌倒過嘅人永遠都係年輕嘅。佢嘅道德品格特質,就似細路仔未向阿爸犯罪之前嗰種天真無邪。呢就係所謂嘅無罪感,喺基督裏嘅童真,對邪惡一無所知。呢點有幾咁隔絕佢嘅惡念,同埋心靈中折磨人嘅掙扎!

然後就有非凡的溫暖、真摯的善意,和溫柔的性情。在他身上,使徒所提到的聖靈果效以全能的方式顯現:*愛*、*喜樂*、*和平*、*忍耐*、*恩慈*、*良善*、*信實*、*溫柔*、*節制*(加拉太書5:22–23)。

好似佢身穿*憐憫*、*恩慈*、*謙卑*、*柔和*、*忍耐*嘅*衣服*(西3:12)。而且,佢保持住真正嘅喜樂,或者話靈裏嘅喜樂;因為喺佢裏面有上帝嘅國度,而上帝嘅國度就係喺聖靈裏面有平安同喜樂。

此外,佢仲有啲洞察力同智慧,能夠睇清自己同身邊嘅一切,知道點樣處理自己同自己嘅事務。佢心入面已經形成咁嘅狀態,即刻就會話畀佢知要做啲乜同埋點做。

最後,可以咁講,佢面對失敗時毫無懼色,對神有安全感。*「有咩能將我哋同神嘅愛分開呢?*」(羅馬書8:35)。所有呢啲加埋一齊,令佢又值得人尊敬,又令人鍾意。佢連刻意都唔使,就自然會吸引人。

世上有呢啲人存在,係上帝嘅大恩典。佢哋承擔咗使徒嘅職務。就好似一大堆鐵屑會被強大嘅磁石吸引,或者好性格會吸引弱性格一樣,住喺佢哋心入面嘅聖靈能力,就吸引住所有人,特別係心入面已經有聖靈種子嘅人。

然而,對於一個能夠在青春歲月裡保持純潔的人而言,最崇高的道德美德,莫过于一生始終如一的堅定品格。

撒母耳喺以利家嘅各種誘惑同社會動盪中都堅定不移。約瑟喺惡毒嘅兄弟、波提法家、監獄同榮耀之中,都保持住佢靈魂嘅純潔。 誠然,*人年輕時擔重擔,本為佳* (哀歌3:27)。*我兒!自你幼年就當專心學習,到你白髮時仍能得智慧。當如耕種者勤力播種,並等候其善果* (西拉書 6:18–20)。

公義嘅品格好似天性咁,如果偶爾有啲動搖,都會好快返到原本嘅狀態。正因如此,喺Chet-Mineyot入面,我哋大部分見到嘅聖人,都係喺年輕時就保持咗道德純潔同洗禮嘅恩典。

而且,凡是保持純潔,並自幼就獻身於上帝的人:

1. 行最蒙神喜悅的事,獻上最蒙悅納的祭物──a) 因為按公義的律法,神一般最喜悅**首生的事物**:初熟果實、人與牲畜的首生,以及相應地,青春的早期年歲; b) 因為獻上純潔嘅祭品──一個無瑕嘅青年──呢就係任何祭品最基本嘅要求; c) 因為佢哋要克服自己同外界嘅重重障礙,同時放棄嗰陣特別鍾意嘅享樂先做到呢點。

2. 佢行事非常審慎。人要將自己完全獻身畀上帝,因為得呢樣先至有得救。除非,當然,佢已經向絕望投降。但係而家冇乜嘢比我哋最初喺自己身上認出嗰樣嘢更好或者更可靠──因為有邊個知聽日會帶嚟咩?即使有人希望唔將所有時間都獻畀上帝就可以活得更耐,佢只會因為慣咗過一種違背呢個原則嘅生活而令自己更困難,而上帝 alone 先知佢哋之後究竟能唔能夠戰勝自己。就算佢哋真係克服咗:呢份獻畀上帝嘅供品又算係乜嘢──病懨懨、消瘦、肢體殘缺、唔完整?不過,雖然呢啲事真係會發生,但究竟有幾罕見!幾少人能夠喺失去天真之後,再將佢攞返嚟!

聖奧斯定喺佢嘅《懺悔錄》入面,憑住自己嘅經歷,生動咁描述一個由細就冇過過有德行生活嘅人要回頭有幾困難

。佢話:「我嘅青春歲月,都喺浮華同惡作劇中度過,甚至係唔體面嘅惡作劇,喺唔聽話同唔理父母中度過。」

一踏入青春期,我就開始放蕩,三年內已經墮落到極點,之後十二年我不斷下定決心要改過,卻搵唔到任何力量去實踐。

即使我已經下定決心,仍然猶豫咗兩年,一日又一日咁拖延我嘅歸正。就係嗰啲早期嘅慾望,令我嘅意志變得咁軟弱!但係,喺我堅決歸正同領受聖洗恩典之後,我都要同自己嘅慾望掙扎,因為佢哋好強烈咁拉我返去舊日嘅生活方式!

難怪咁少人能夠得救,佢哋喺青春期過得唔係正路!呢個例子最清楚顯示,凡係冇喺青春期得到正確指引,又冇預先將自己獻上畀上帝嘅人,所面對嘅巨大危險。

所以,能夠接受健全而真正基督教式嘅教養,帶住佢踏入青春期,然後以同樣嘅心態踏入成年,實在係多麼嘅福氣。

透過悔改開始基督徒生命

或者關於懺悔同罪人歸向上帝

基督徒嘅生命係點樣喺懺悔聖事入面開始?

作為基督徒,恩典生命嘅開始喺洗禮。但係好少人可以保持呢份恩典;大部分基督徒都失去咗佢。我哋見到,有啲人喺實際生活入面,多啲少啲都變得敗壞,畀惡念喺佢哋心入面滋生同埋紮根。

至於其他人,或許本來有個好開始,但喺青少年初期,無論係自己嘅傾向定係受人誘惑,都將佢哋遺忘,開始習慣行惡,直至習以為常。

呢啲人已經冇咗真正嘅基督徒生命;佢哋要重新開始。我哋聖潔嘅信仰就係為咗呢個目的而提供懺悔聖事。

「如果有人犯罪,我哋喺天父面前有位中保,就係義者耶穌基督。」(約翰一書2:1)如果你犯罪咗,就要認清

你嘅罪,並悔改。
上帝會赦免你的罪,再次賜給你 *「新心和新靈」*(結36:26)。別無他路:要麼不犯罪,要麼就懺悔。事實上,從洗禮後背道而歸的人數之多可見,懺悔已成為我們真正基督徒生活的唯一源泉。

要明白,喺懺悔聖事中,對於一些人嚟講,已經領受並喺他們內裡運作着的恩典生命之恩賜, merely 被重新喚醒同點燃;對於其他人嚟講,呢條生命嘅開端被奠定,或者呢條生命被重新賜予同領受。我哋會從後者呢個角度嚟考慮。

喺後一種意義上,呢個係一個向好嘅決定性改變,係意志嘅轉向,係背棄罪惡同向神靠近,或者係點燃一種熱誠嘅火,只為神嘅喜悅,排斥自我同其他一切。最能形容佢嘅,就係呢種痛苦嘅意志轉向。一個人已經習慣咗邪惡;而家,好似要撕裂自己咁。
佢得罪咗神;而家佢要喺公義審判嘅火中燃燒。悔改嘅人經歷到好似生產嗰種劇痛,喺心靈深處,以某種方式觸到地獄嘅折磨。對流淚嘅耶利米,主吩咐*佢拆毀又重建,並且栽種*(耶利米書1:10)。
而憂傷痛悔的靈被主差遣到地上,好叫牠 penetrate 接受者 *「甚至到靈與魂、骨節同骨髓分開」*(希伯來書4:12),拆毀舊人,為建造新人奠定根基。
在悔改的靈魂裏──有時是恐懼,有時是渺茫的盼望,有時是憂傷,有時是微弱的安慰,有時是近乎絕望的恐怖,有時又是憐憫安慰的微風──這些情緒交替出現,將他置於或維持在一個衰敗或與生命分離的狀态中,同時卻等待着接受一個新生命。

呢個過程雖然痛苦,卻能帶來救贖,而且無可避免。凡未經歷過如此痛苦嘅轉捩點,就未真正開始透過懺悔去生活。冇人可以唔經過呢個煉獄,就喺各方面淨化自己。
堅決而有力地抵抗罪惡,只會來自對罪惡的憎恨;而對罪惡的憎恨,則源於對罪惡所帶嚟的邪惡之感的體會;而這種對邪惡之感的體驗,喺懺悔過程中呢個痛苦嘅轉捩點上,以
嘅強度全面湧現。只有喺呢度,人才會以全心去感受罪惡究竟有幾大;只有喺嗰時,佢先會好似逃離 gehenna 嘅火咁,遠離罪惡。
然而,冇咗呢次痛苦嘅試煉,雖然人會開始淨化自己,但淨係表面功夫,重外不重內,重行為唔重品性;所以佢哋嘅心仍會污濁,好似未煉嘅礦石。

呢種改變係由神嘅恩典喺人心入面成就嘅。只有呢個先可以感動一個人,舉手自害,殺死自己,將自己獻作犧牲獻畀神。 *「除非差我嚟嘅父吸引佢,否則冇人能到我跟前。」*(約翰福音6:44)
*「新心和新灵」*由神自己賜下(以西结书36:26)。人怜悯自己。他已与肉身和罪恶合而为一,成为一体。只有来自外部、更高的大能才能将他撕裂,使他反抗自己。

因此,罪人嘅改變係由恩典帶嚟,但並非冇咗自由意志。喺洗禮入面,恩典喺聖事施行嗰刻即刻賜畀我哋;而自由意志就係之後先嚟,將已經賜畀嘅恩典據為己有。但係喺懺悔入面,自由意志就要參與喺改變嘅過程之中。

向善嘅改變,向神嘅歸依,好似應該係即時或者喺一瞬間完成,而事實上,好多時都係咁。然而,喺準備嘅過程中,佢會經過幾個階段,呢啲階段代表自由同恩典嘅結合,恩典掌握自由,自由服從恩典──呢啲階段對每個人都係必要嘅。
有啲人走得快,但對其他人嚟講,呢個過程可能持續好幾年。邊個能完全摸透呢度發生嘅一切,尤其係恩典施恩於我哋嘅方式咁多變,而人哋一開始接受恩典嘅狀態又有無數種?不過,我哋要預期,儘管有咁多差異,都有一套單一嘅變化次序,係無人可以跳過嘅。
每個悔改嘅人,都係活喺罪中──而恩典就改變每一個咁樣嘅人。所以,基於對罪人一般處境同自由同恩典關係嘅概念,而家就可以描述呢個秩序,並用規則去定義佢。

罪人嘅狀況

神的話語通常將需要透過悔改得到更新嘅罪人,描繪成沉睡不醒。呢類人嘅特徵唔一定係明顯嘅邪惡,而

係根本冇嗰種受聖靈感動、甘願犧牲自己去討神喜悅嘅熱誠,並且對一切罪惡抱有堅決嘅厭惡, —虔誠唔係佢哋最關心同最努力嘅對象;雖然佢哋對好多其他嘢好關心,但對自己嘅得救卻毫不在意,唔知道自己身處險境,唔追求品行高尚嘅生活,雖然有時表面上端莊無可指責,但對信仰卻冷淡。

呢個係一個一般嘅特徵。具體嚟講,冇恩典嘅人就係咁樣。

人離棄神之後,就會專注於自己,將自己成為一生一世所有行動嘅首要目標。部分原因係,除咗神之外,對佢嚟講冇嘢比自己更高;但尤其係因為,佢以前由神度收到一切豐盛,而家卻因離開神而變得空虛,所以佢哋急急忙忙、努力搵方法去充實自己。

人因背離上帝而產生嘅空虛,不斷喺佢心裏激起一種乜都滿足唔到嘅渴求──一種無定限但永無止境嘅渴求。人變成咗一個無底深淵;佢用盡全力去填滿呢個深淵,卻既見唔到又感受唔到任何滿足。

所以佢一生都喺汗水、勞作同埋重度勞動中度過:忙住各種物件,希望可以紓解吞噬佢嘅渴。呢啲物件吸走佢所有注意力、時間同埋行動。佢哋係佢心心念念嘅主要良善。

所以好明顯,一個人如果將自己作為追求嘅唯一對象,就永遠都唔會喺自己裏面有平安,而係完全活喺自己以外,活喺虛榮所創造或發明嘅事物入面。佢已經遠離咗神──祂本係萬有嘅豐盛;佢自己係空虛嘅;佢好似被拋落去,融入無限多樣化嘅事物入面,並喺嗰啲事物入面生活。

因此,罪人就貪戀、關心並忙於自己以外及上帝以外的許多種事物。這就是為何罪惡生活的特徵之一,就是在對得救漠不關心之中,卻又關心許多事物,**並充滿過度的焦慮**(參見路加福音10:41)。

呢種過度關注嘅細微差別,取決於靈魂入面所形成嘅空洞性質。遺忘咗萬有之源嘅心靈空虛,會引發對博大知識嘅渴望、對探究、對實驗同對好奇心嘅追求。

意志的空虛,因失喪了那掌管萬有者,便產生無數慾望,追求擁有許多事物或支配萬有,使一切都臣服於我們的意願、掌握在我們手中──這就是自愛。

心靈因失去對那掌管萬有者的喜悅,而產生對多樣化享樂的渴求,或追逐那些無數事物,希望在其中滿足我們內在與外在的感官。

咁,罪人就成日忙住追求知識、財物同享樂,對佢哋樂此不疲,佔有同試驗佢哋。呢個就係佢一生都喺入面打轉嘅循環。

好奇心招手;心靈嚮往甜美,並擄獲意志。任何人只要觀察自己一日之內靈魂的動向,就能親眼見到這一點。

如果罪人任憑自己,就會繼續困喺呢個循環入面;因為當我哋受罪惡捆綁嘅時候,本性就係咁。但係,由於罪人唔係孤身一人,呢個循環就被放大咗千百倍,變得更加複雜。

有成個世界嘅人就係咁做──折磨人、放縱自己、積聚財富──佢哋喺呢啲方面都系統化咗呢啲行為,用法律去規管,令所有屬於佢哋圈子嘅人都視為必需;透過互相交往,勢必互相接觸,

互相摩擦,而喺呢種摩擦中,只係令佢哋嘅好奇心、放縱同自我滿足提升咗數十、數百、甚至數千倍,將所有快樂、福樂同生命寄託喺佢哋嘅墮落之中。

呢**個世界虛浮**,佢嘅追求、習俗、規矩、人脈、語言、娛樂同概念──由最細微到最大──都滲透住上面講嗰三種過度保護精神,並且構成咗和平主義者精神嘅無可救藥嘅毀滅。

活喺同呢個世界嘅活生生嘅結合入面,每個罪人都會畀佢千絲萬縷嘅網纏住,深到連自己都睇唔到。

一個世俗化罪人嘅全身同埋每一部分都承受住沉重嘅負擔,以至佢連最細微違抗塵世之道嘅動作都冇力氣,因為要咁做,就好似要佢拎起千普特重嘅重量。

正因如此,無人會嘗試呢件難以逾越嘅任務,甚至無人會諗住去試;每個人都只係繼續行落自己已經跌入嘅道路。

更糟糕嘅係,呢個世界有佢自己嘅王子,佢喺奸詐、惡毒同欺騙嘅經驗方面,最為高明。

透過墮落之後靈魂同肉體同物質摻雜埋一齊,佢就可以自由咁接近靈魂;然後佢靠近嚟,用各種方法喺靈魂入面挑起好奇心、放縱同自我滿足;

佢用各種欺騙令佢哋困住,無法脫身;用各種誘惑令佢哋策劃滿足呢啲慾望,然後要麼幫佢哋實現,要麼建議更強大嘅計劃去破壞佢哋——所有呢啲都只為一個目的:延長同加深佢哋喺呢啲狀態入面嘅停留。呢就係構成咗世上嗰連串唔受神祝福嘅禍福同成敗。　　呢位王子有一大班仆人,都係受佢管轄嘅惡靈。佢哋每一刻都急速飛越整個有人居住嘅世界,喺呢度播下一樣,喺嗰度播下一樣,將陷入罪惡之網嘅人纏住,重整已經鬆弛或斷裂嘅枷鎖——最緊要係確保冇人會諗住解脫自己嘅枷鎖,踏出自由。

後一種情況下,佢哋會急忙圍住嗰個放蕩不羈嘅靈魂,先係一個一個咁,跟住成隊成隊、成軍團,最後成大軍壓境——用各種面目同方法——

封鎖晒所有逃脫路線,重新修補啲繩索同網,或者用另一個比喻,就好似將已經開始沿住陡峭山坡爬出嚟嘅人,又推返落深淵入面。

呢個無形嘅靈界有特別嘅地方——寶座——喺嗰度策劃、頒令、收報,同時對佢哋嘅代理人作出肯定或斥責。正如聖約翰·神學家所講,呢度就係「撒旦嘅深淵」。

喺地上,喺佢哋人世信徒嘅領域入面,呢啲地方就係作惡多端同放蕩人士嘅聯盟,特別係不信者同褻瀆者,佢哋透過行為、言語同文字,到處散播罪惡嘅黑暗,遮蔽上帝嘅光。

佢哋喺呢度用嚟表達意旨同權能嘅工具,就係一整套世俗嘅習俗,呢啲習俗充斥住罪惡嘅元素,不斷誘惑人,令心思意念遠離上帝。

　　罪惡領域嘅本性就係咁!每個罪人完全身處其中,但通常只專注於一樣嘢。而呢樣嘢表面上有時甚至睇落幾可以接受,甚至值得讚揚。

撒但只有一個目的:無論咩嘢完全佔據一個人——佢嘅意識、注意力同心——都唔可以淨係神,而要係神以外嘅其他嘢;等佢哋用自己嘅心智、意志同情感去執著嗰嘢,當成神嚟崇拜,只顧嗰嘢,去追求、享受同擁有。　　喺呢度,唔單止嘅肉體同情感慾望,連睇落好有品味嘅嘢——例如學識、藝術同世俗嘅追求——都可以成為撒旦用嚟捆綁蒙蔽罪人、令佢哋留喺佢領域入面、唔畀佢哋清醒過嚟嘅鎖鏈。

　　如果有人觀察罪人,觀察他的內在性情和狀態,就會清楚地看見,雖然他有時可能擁有大量知識,卻對神的事和自己的得救毫無所知;雖然他不斷被憂慮和煩惱所困,但一到要確保自己的得救,就變得遲鈍和草率;

雖然佢心入面時常感到焦慮或者喜悅,但對所有屬靈嘅事都完全麻木。喺呢方面,佢整個人都畀罪惡捆綁,呢個罪人就以盲目、懶散同麻木不仁為特徵。

佢睇唔到自己嘅處境,所以唔覺得有危險;佢唔覺得對自己有危險,所以就唔理要擺脫佢。連自己要改變同得救都未曾諗過。

佢對自己所處嘅位置有完全而堅定唔移嘅確信,認為自己冇乜嘢可求,一切都應該照舊。所以,佢將任何關於另一種生活方式嘅提醒視為多餘;佢根本唔理,甚至連佢嘅目的都唔明——佢避而遠之,甚至逃走。

神恩的作為

我哋講過,罪人就好似沉睡喺好深嘅覺度。

就好似一個瞓得好沉嘅人,無論有幾大危險嚟到,佢都唔會自己醒返,亦唔會起身,除非有人由外面嚟叫醒佢——同樣,一個沉溺喺罪惡沉睡中嘅人,除非有神聖嘅恩典嚟幫助佢,否則佢唔會醒返同起身。

憑住上帝無盡嘅憐憫,恩典預備咗畀所有人,去到每個人身邊,並且清楚咁呼召每一個人:*「醒返啦,你呢個睡着嘅人,從死裡復活返嚟,等基督嘅光照耀你。」*(以弗所書5:14)

　　將罪人比喻成沉睡者,為佢哋歸向上帝提供咗一個全面嘅框架。即係:沉睡者被喚醒,起身,準備開始佢嘅日常。

而歸向上帝並悔改的罪人,就被從罪惡的沉睡中**喚醒**,下**定決心**改變(起身),最後,透過懺悔聖事和聖體聖事,

獲得了新生活的力量(準備行動)。
在浪子回頭的寓言中,這些時刻是如此描述:*'醒悟'*──他意識到自己的錯誤;*'我要起身走'*──他下定決心拋棄舊生活;以及*'他就起身,走';* 佢對佢老竇講:「*我得罪咗天主*」──表示懺悔;老竇就用華麗嘅衣衫(稱義同赦免罪過)著住佢,又為佢擺筵席(聖體聖事)(路加福音15:11–32)。

因此,罪人歸向上帝的轉變有三個階段:1) 從罪惡的沉睡中醒覺;2) 決心離棄罪惡,並將自己奉獻給上帝的服侍;3) 透過懺悔聖事和聖體聖事,從高天獲得力量,以完成此任務。

罪人從罪惡的沉睡中醒覺

罪人嘅覺醒係上帝恩典喺佢心入面嘅作為,因此佢就好似從沉睡中醒返咁,**睇到**自己嘅罪惡,**感受到**自己處境嘅危險,開始為自己感到恐懼,並且關心點樣擺脫呢種不幸,得著救恩。

以前,佢對得救係盲、麻木同唔在乎;而家佢睇得到、有感受,亦開始留意。但呢個仲未算係改變,只係改變嘅可能性同埋對改變嘅呼召。喺呢度,恩典只係對罪人講:「睇下你而家去到邊度;而家,向得救踏出一步。」

恩典只不過將佢從慣性嘅枷鎖中釋放,將佢置於同保持喺枷鎖之外,從而畀佢機會去選擇一種全新嘅生命,並全心投入。如果佢把握呢個機會,對佢嚟講就更好;如果佢唔把握,佢就會再次被拋諸腦後,再度沉淪入同一種沉睡同同一條毀滅深淵。

上帝嘅恩典就係透過向人嘅心思同心靈揭示佢哋所投入同極度重視嘅嘢嘅徒勞同羞恥,從而達到呢個目的。

正如神嘅話語*「連魂同靈、骨節同骨髓都剖開得透」*(希伯來書4:12),恩典亦都滲透到心靈同罪惡之間,拆毀佢哋非法嘅結合同連繫。

我哋已經見到,罪人以佢整個存在,下降到一個領域,喺嗰度,原則、概念、判斷、規則、習俗、享樂同埋命令──同埋其他一切──都徹底對立於人所應得嘅真正屬靈生命。

然而,一旦墮入呢個領域,佢並唔會孤立或隔絕,反而滲透一切,同萬物融合:佢完全存在於萬物之中。因此,對佢嚟講,自然唔會知道或甚至想像有任何違背呢個秩序嘅嘢,亦唔會有任何同情。屬靈嘅領域對佢完全關閉。

所以,好明顯,要開通歸正嘅門,就一定要先將屬靈生命嘅次序,喺罪人嘅意識中以最清晰嘅方式顯明──唔止係顯明,仲要觸動佢嘅心;同時,罪惡生命嘅次序,就要喺佢嘅意識同感受中被羞辱、被拒絕、被摧毀。只有咁,先至會產生離棄前者、進入後者嘅渴望。呢一切,都係喺神恩感動罪人嘅一瞬間完成。

就其作用方式而言,上帝激勵的恩典總是一方面顧及罪人所受的捆綁,另一方面亦顧及罪人的具體處境。

喺呢方面,最緊要嘅係要考慮到恩典喺作用於未曾被感動過嘅人同已經經歷過呢種感動嘅人身上時所展現出嚟嘅分別。對未曾被感動過嘅人嚟講,恩典好似一份禮物,係一種普遍、初步或者呼召嘅恩典。

對佢,事前冇嘢可以要求,因為佢整個人都行喺錯誤嘅方向。但對已經被激起、曾經知道同感受過喺基督裏生命係點,然後又再次向罪屈服嘅人,呢股激起就唔係免費嘅恩典。事前要向佢提出某啲要求。

佢好似仲要努力去爭取同懇求呢份恩典;唔只係渴望,仲要付出行動去吸引呢股充滿恩典嘅激動──呢種人回想起以前喺基督裏有次序嘅生活,經常好渴望再返去嗰個狀態,卻無法克制自己;佢想改變自己嘅行為,但控制唔到自己,亦克服唔到自己。

佢陷入咗絕望嘅無力狀態,被放任自流,因為佢自己以前已經棄絕咗呢份恩賜,*「使恩典嘅聖靈憂傷,藐視神兒子嘅血」*(希伯來書10:29)。而家佢先至明白呢股充滿恩典嘅力量有幾咁偉大,就正因為呢份力量唔係咁容易獲得。

要尋求並努力,透過獲得的艱難,學懂珍惜它。這樣的人處於一種相當痛苦的狀態:他渴卻不得餵飽,飢卻

不得滋養,尋卻不得見,勞卻不得所得。
有人就留喺呢個狀態好耐好耐,甚至覺得好似畀神拒絕咗,好似神忘記咗佢哋,將佢哋拋棄,交畀咒詛,好似嗰塊畀雨水淋過好多次都仲係荒蕪嘅土地(參見希伯來書6:7–8)。
但恩典觸動尋索者心靈的遲延,只不過是一場試驗。當試驗的時期過去,感動的聖靈就再次降臨在他身上,承認他勞苦和切切的尋求,正如祂自由地降臨在其他人身上(*作為一份恩典──編者按*)。
呢種救恩恩典嘅運作方式指出:a) 神恩典嘅非凡作為,激起罪人;b) 獲得激勵恩典嘅普通次序。

神恩非凡的作為,喚醒罪人從罪惡的沉睡

對於活在恩典中嘅人嚟講,要得着靈魂嘅救恩,就必須認識呢啲作為,好等佢哋見到神對罪人嘅深切關懷,從而讚美神那難以言喻嘅恩典,並因盼望從上而來嘅幫助而激發行各樣善工嘅心志。
至於尋求神恩典嘅人,更加需要認識呢啲作為,因為喺呢啲作為入面,恩典充滿嘅感動嘅特徵比其他地方更加明顯;我哋必須完全意識同明白呢啲特徵,先至可以確定我哋所經歷嘅係咪恩典充滿嘅感動,──並且如果有人已經在行動,就要釐清他們是出於恩典充滿的衝動,還是出於自我激發的熱誠。真正基督徒的生活,就係活在恩典裡。然而,自我激發的生活,無論睇落幾咁美好,或者幾咁貼近基督教生活的形式,都永遠唔會係基督教的生活。
佢嘅開始係一個充滿恩典嘅激動;只要留意佢,並且忠於佢嘅感動,就永遠唔會失去恩典嘅指引同相交。正因如此,我哋要清楚咁確定自己內心有冇,或者曾經有冇過呢種充滿恩典嘅激動。
要符合呢個要求,可以咁講:就用喺非常
境況中顯現嘅恩典感動特徵嚟審察自己,因為無論喺非常境況定係日常生活,佢哋都係一樣──只不過喺前者顯得更生動、更清晰、更明顯罷了。

正如已經指出,喺一次恩典充滿嘅激動中,自我放縱、罪惡嘅生命喺意識入面嘅成套既有秩序即刻被打破,而另一種更好、更神聖嘅秩序──嗰個真同喜樂嘅秩序──就喺眼前顯現。簡單嚟講,呢個秩序可以咁樣描述:
被聖三一所敬拜嘅神,創造並眷顧呢個世界,祂喺主耶穌基督裏,藉住聖靈嘅恩典,喺聖教會嘅指引同保護之下,拯救我哋呢班墮落者,通過喺世上嘅試煉同苦難,引領我哋進入來世嘅永恆喜樂。
佢將人、事件、機構,以至統治萬有嘅原則,都互相連繫埋一齊。
整個秩序透過恩典的運行,鮮明地烙印在罪人的心靈裡;並透過與他本人──包括他的本性──以及他以往一切生活與喜悅之事的強烈對比,深深地震撼了他,因為他本應與之完美地和諧一致。
佢嘅各個方面都成為對呢個人以前愚蠢同虛偽嘅責備同抨擊,而呢啲都更加顯眼,因為同時靈魂又感受到以前罪惡秩序嘅可憐同微不足道。喺呢種影響之下,心靈從舊有嘅枷鎖中獲得解放,變得自由,因此可以選擇一條新嘅生活方式。
呢個就係充滿恩典嘅激動所起嘅作用嘅極限。佢喺人嘅心智同心靈入面,摧毀晒所有舊有──最惡劣嘅──嘢,然後鮮明咁呈現出新嘅──最好嘅──嘢,令到人處於呢種狀態,被呢種感覺震撼,自由咁揀新嘅道路或者返去舊嘅。值得留意嘅係,呢種充滿恩典嘅激動,總係會帶住一種失敗感同某種恐懼;
係咪因為佢突然之間,好似唔知唔覺中,喺人生十字路口攞住罪人,好似攞住罪犯咁,帶佢去面對上帝無可逃避嘅審判;定係因為喺心裏顯現出嚟嘅新秩序,對佢嚟講完全陌生,而且同舊有嘅秩序截然相反,──而呢個新嘅秩序唔單止全新,而且在各方面都完美無缺,係喜樂嘅源頭;相反,喺嗰個無價值嘅舊秩序入面,就只得心痛同破碎嘅靈魂。

然而,所有源於恩典充滿衝動的善行,其起點就在於對這新神聖秩序的活生生覺知。由此出發,讓我們回顧所有以往經歷過此恩典充滿行動的經驗。　　對呢個新嘅存在同生命秩序嘅覺察,有兩種方式:(a) 有時呢個秩序,無論係全部定係部分,都會透過事件本身以可見同可觸嘅方式呈現畀悔改嘅罪人;(b) 另時,個人嘅靈魂會被吸引入去,並喺內心體會到佢。

A.

仁慈嘅主以唔同方式向正被改變嘅人嘅心靈顯現佢嘅神聖世界──我哋嘅靈命注定要喺度居住。1)

通常為咗呢個目的,佢會親身以某種可見嘅形態出現,無論喺人清醒時定係做緊夢。

因此,祂曾於保羅前往大馬色途中向他顯現,亦曾於五月初二日向君士坦丁大帝顯現,於九月二十日向尤斯塔修斯·普拉基德斯顯現,於七月八日向那名正前往迫害基督徒的尼安尼亞斯(即偉大殉道者普羅科皮俄斯)顯現,於七月九日於夢中向帕特穆菲烏斯顯現,並向其他許多人顯現。 2)

有時佢會屈尊差遣異界嘅各種人物,無論係親身出現定係喺夢中,都可能以自己嘅形象或者其他扮相出現。

因此,**聖母瑪利亞曾**多次顯現,或獨自一人,或與永恆嬰孩同在,或有聖徒──一位、兩位或多位──陪伴。例如,大殉道者加大利娜(11月24日)就是在一個夢中,聖母瑪利亞與永恆嬰孩一同向她顯現,並以永恆嬰孩為她立約,使她成為祂的新婦,而使她皈依。

天使多次顯現,有時單獨出現,有時成群出現:例如,聖安德烈──基督愚者(10月2日)──在夢中見到成群聖潔的天使,與黑暗勢力的暴民形成對比;**聖人亦**多次顯現:例如,聖米特羅凡曾顯現給一位路德宗醫生、一位病重的少女,以及其他許多人。 3)

有時嗰個世界本身──尤其係佢嘅秩序同所謂嘅基本原則──會喺唔知情嘅人心裏以某種震撼嘅影像呈現,好似喺聖安德魯──基督嘅傻子(2月10日)嗰件事入面已經講過,同埋其他好多例子入面,都見到皈依嘅人被顯示出義人嘅福樂居所,好似畀印度國王同佢兄弟睇到咁,

聖多默宗徒(10月6日)將興建房屋的款項分給窮人;或者罪人可怕的折磨,如科里維特人伊西修斯(10月3日,序言);或者末日審判的場面,如面包師彼得向乞丐脸上掷面包;

或者佢哋會對死亡同隨之而來嘅命運有深刻嘅反思,好似約亞薩夫王子(11月19日)、聖克里門(11月25日)同一個放蕩嘅青年,後者嘅臨終父親囑咐佢每日黃昏都去探望嗰間佢喺度 彌留嘅房。 4)

有時人可以具體感受到一種無形嘅力量,喺可見嘅力量同現象之中運作,卻又明顯同佢哋唔同,而且源自另一個世界。呢種力量包括一般所有嘅奇蹟,數量多到數都數唔晒。而救主話,不信嘅人除非見到神蹟,否則唔會信。

大部分呢啲神跡都喺基督救主之後,喺基督教初期由使徒顯現,之後由聖殉道者繼續。上帝無形大能嘅震撼性出現,經常令成個村莊同城鎮都歸信,而且從來都唔會完全冇果效。殉道者嘅血真係教會嘅根基……亦有例子係神嘅力量直接顯現,唔使人中介,好似聖瑪利亞·埃及人(4月1日)嘅皈依,或者透過聖物、聖像、聖遺物等等。因此,維里特嘅猶太人嘅皈依,就係因為主受難像上嘅奇蹟顯現而成就。

喺所有呢類顯現中,意識──被各種事物同世界嘅欺騙糾纏,並無可避免咁困喺可見、可感同外在嘅範疇入面── ──

被一個來自某個不可見領域、更高存在同力量嘅震撼、意想唔到同突然嘅異象,即刻撕裂咗佢嘅枷鎖,並被拋入另一個存在同生命嘅秩序,喺嗰度,被敬畏所擊,佢停留喺度。

呢度發生嘅情況,就好似用一個物體嘅電荷去感應另一個物體嘅電荷。後者撕開前者同物質嘅綑綁,將佢帶到表面,然後擺喺自己面前。

B.

正如我哋所見,我哋嘅靈魂被好多層遮蓋所蒙蔽同壓抑。但佢本性上就係神聖秩序嘅觀者。佢對此嘅能力隨時準備顯現,一旦綑綁佢嘅障礙被移除,就會即刻展現佢嘅力量。

因此,為了喚醒沉睡在人內在的靈,並引領他去默想神聖秩序,上帝的恩典或 a)

直接作用在他身上,並賦予他力量,使他能打破束縛他的枷鎖;或 b)

間接地作用在他身上,震落他身上的面紗和陷阱,從而賦予他處於其 proper 狀態的自由。

1.

神聖、無所不在、無所不包嘅恩典**直接**作用喺人嘅靈魂上,喺佢度烙印上令佢同所有有限事物脫離關係嘅思想同感受,並將佢引向另一個更好嘅世界,雖然嗰個世界係看唔到同未識嘅。

呢啲衝動有一個共同特徵,就係對自己同自己整個存在**唔滿意**,並且對某樣嘢**有渴望**。一個人會變得對身

邊任何嘢都唔滿足──無論係自己嘅美德定係擁有嘅財富,就算係數之不盡嘅寶藏都唔夠──行路時好似被悲傷打擊咗咁。 因為佢哋喺有形嘅事物入面搵唔到任何安慰,就轉向無形,並且 readily embrace佢,真誠咁令佢成為自己嘅一部分,同時亦成為佢嘅一部分。好多人好奇呢一切會點樣結束,會帶去邊度,於是丟棄晒所有嘢,唔單止改變咗佢哋嘅感受同行為,連生活方式都徹底轉變。

有時候呢種不滿主要喺**智力**層面表現,好似朱斯丁(6月1日)咁,佢最想搵到嘅係神嘅異象之光;有時又喺**情感**層面,就好似奧古斯丁(聖奧古斯丁; 6月15日 — *編者按*),佢最想嘅係為佢嗰顆受困擾嘅心搵到平靜;有時──雖然大多數時間──就喺**積極嘅**層面,**喺良知**入面,好似強盜摩西(Murin;8月28日 — *編者按*)同大衛(Hermopolis;9月6日 — *編者按*)咁。

往往因為對過去嘅回憶,而令到人嘅心靈受到感動。亞伯拉罕隱士(10月29日)嘅侄女瑪利亞,同埋教會執事兼聖若望嘅門徒狄奧菲洛(*Ed.*註:即約翰福音作者)*就係*咁樣被感動。

往往靈魂會因對過去的提醒而醒覺。因此,隱士亞伯拉罕的侄女瑪利亞(10月29日),以及聖約翰神學家教会的執事兼門徒提阿非羅,都因誤入強盜生涯而歸向正道。

由內心深處,有聲音清楚地對良知說:*「你要記得你從哪裡跌倒!」*(啟示錄2:5)──並以強大力量震撼那遺忘者。這包括所有因年少時失足而後悔改的歸正。

毫無疑問,這些改變都是由神遠遠地藉着各種環境預備,令我們先有條件去接受那充滿恩典的影響;因此,即使在此,所謂的即時性也只不過是相對而言。

但另一方面,人亦要明白,每一股充滿恩典的感動,都顯現於我們靈魂的激動與覺醒之中。恩典雖然藉着可見的媒介運作,卻總能無形而直接地觸及人的靈魂,將之從壓抑它的枷鎖中,引向神的光明,進入神聖生命的地界。

所有喺呢度提到嘅**方法**,都係用嚟打破靈魂嘅枷鎖。

釋放靈魂,賦予佢自由,佢就會自然流返去佢嘅源頭──上帝。正如我哋所見,靈魂嘅枷鎖有三種:a) **放縱自我**,b) **世界**,c) **魔鬼**。激發靈魂嘅恩典嘅破壞性行動就係針對呢三樣嘢。

最貼近靈魂嘅枷鎖,就係包羅萬有嘅**放縱**,體現喺我哋嘅動物靈魂本性入面。佢哋同時都係其他枷鎖嘅接觸點──嗰啲源自世界同魔鬼嘅枷鎖。所以,打破佢哋至關重要,雖然極度困難同複雜。

因為未得救嘅人完全憑住佢嘅動物性靈魂本性生活,呢方面嘅捆綁就喺動物性靈魂生命所遍及嘅廣闊範圍內,以各種方式擴展同交織。

要明白呢啲綑綁點樣被斬斷,就要記住,凡係呢種生命所執着、所滋養、同主要表達嘅一切,都構成咗佢嘅堅實基礎;憑住呢個基礎,佢就站得穩,唔驚失敗,唔會諗住,亦唔會預料到。

例如,一個人如果沉迷於藝術、塵世生活,甚至學問,完全活喺呢啲範疇入面,就會用盡佢所有嘅力量、思想同希望去依靠同停留喺度。

因為成個放縱嘅人生──嗰個捆綁靈魂嘅──就係由此而來,所以呢個放縱嘅支撐,自然就成為咗靈魂被加諸嘅枷鎖嘅堅定同強大嘅基礎,好似呢啲枷鎖所鑲嵌嘅支點一樣。

相反,為咗將靈魂從放縱嘅枷鎖中解救出嚟,激勵我哋行動嘅神聖恩寵,通常會摧毀放縱自我所依賴嘅支撐。祂透過從根本動搖呢啲支撐,削弱啲枷鎖,令受煎熬同疲憊嘅靈魂得以抬起頭嚟。

我哋放縱自己嘅柱子有好多;佢哋唔單止喺我哋嘅本性入面──即係身體同靈魂──亦都喺我哋嘅外在生活,甚至喺我哋整個存在秩序入面。呢啲就係各種形式嘅肉體放縱:例如感官享樂、奢華、慾望、懶散、對娛樂嘅狂熱、世俗嘅忙碌、野心、

對權力嘅鍾愛、事業上嘅表面成功、富裕、一種討好嘅外在生活方式、人脈嘅價值、和平嘅對外關係,以及對藝術、學問同創業嘅鍾情。

所有呢啲,以各種唔同嘅形式,構成咗我哋自我嘅堅實基礎。呢個基礎憑藉佢嘅可靠同耐久性,令我哋安心咁倚靠,並長期從中汲取養分,日復日咁成長──喺一個人身上主要係某方面,喺另一個人身上就係另一方面。

呢就係救贖嘅神聖恩典點樣令罪人從沉睡中醒覺:佢將力量指向摧毀嗰個用嚟建立同安放自我嘅

基礎。

凡被肉體放縱所捆綁者,必陷入病態;當肉體被削弱,聖靈便獲得自由與力量,令人生出省悟並清醒。凡被自己之美貌與力量所蒙騙者,其美貌将被剝奪,並被困於永恆的疲憊之中。凡依賴自身權力與力量者,必遭受奴役與恥辱。

凡靠財富者,財富盡失;凡自以為高者,被當作無知者而蒙羞;凡靠人情者,人情斷絕;凡靠身邊既定秩序者,則因親人離世或失卻必需之物而令一切支離破碎。

如果唔係悲傷同不幸,又點可以令沉溺於表面快樂、放縱自己嘅人醒返?又豈唔係正因如此,我哋一生先充滿咗災難,好令上帝嘅旨意——要令我哋保持清醒——得以成就?

所有震碎對自我放縱毫無顧忌嘅根基嘅動盪,就構成咗人生嘅種種波折。因為佢哋總係來得突然,所以先至有咁震撼同救贖嘅效果。當中最強大嘅影響,就係對生命安危嘅感受。呢種感覺會鬆開所有枷鎖,直擊自我嘅根基;令到人唔知應該向邊度求助。

艱難嘅處境或者被全世界遺棄嘅感覺都有同樣嘅效果。兩者都令一個人同自己獨處,而由自己——呢個最微不足道嘅存在——佢哋即刻被帶到上帝面前,或者轉向祂。

第二種靈魂的枷鎖由世界加諸其上,比前者更淺顯。世界以其概念、原則、規則——甚至整個秩序昇華為不變的法則——以沉重而專斷的手掌壓制所有子民;因此,無人膽敢 siquiera 想像反抗或拒絕其權威。

眾人都敬畏佢;佢哋帶住一種怯懦,遵守佢嘅規矩,將任何違規視為一種犯罪。呢個世界冇實體,但佢嘅精神卻 somehow喺光中存續,影響住我哋,並以枷鎖般嘅繩索綑綁住我哋。

好明顯佢嘅力量係心靈同想像嘅,唔係真實或物質嘅。所以,只要我哋驅散呢個世界嘅想像力量,就有機會從佢嘅迷思中清醒。呢就係上帝嘅拯救恩典點樣為我哋運作。為咗呢個目的,佢:

不斷喺世界同我哋面前擺出另外兩個世界——神聖同屬靈嘅——並喺當中同透過佢哋,將最美好嘅嘢呈獻畀我哋留意,甚至令我哋得以體驗,同時無休止咁強調塵世生活
同塵世盼望嘅虛空。呢兩個神嘅世界就係:可見嘅大自然同神嘅教會。

經驗證明,心思畀塵世煙霧迷蒙,往往只要凝神觀賞神嘅造化,或者踏入教會,就會清醒。有個人喺冬天望住窗外嗰棵樹,即刻醒咗;

另一個人,喺一場熱鬧嘅談話之後,喺教堂感受到靈性平安嘅甜美,就拋棄咗舊有嘅生活方式,全心投入事奉上帝。可見大自然同上帝嘅殿,唔單止經常令疏忽犯罪嘅基督徒醒覺,甚至仲令異教徒轉向真正認識上帝同事奉祂。

「哈利路亞」呢個詞觸動咗一個女人嘅心,令佢成為基督徒。我哋祖先嘅歸信最終係由教會對佢哋嘅影響而鞏固。大殉道者巴芭拉(12月6日)透過沉思神可見造物之美,由偶像轉向神。

佢哋嘅力量同影響力就係喺於,佢哋生動而具體咁向疲倦、憊倦、虛弱同受世界虛榮折磨嘅靈魂,呈現一種更好、最幸福嘅生活方式;並且,即刻將呢種生命嘅喜悅注入嗰個靈魂,令人生覺到,若向世界嘅統治屈服,

人只會折磨同摧殘自己;幸福完全隱藏喺另一個世界;如果而家同世界嘅交往已經咁痛苦,將來又點可期?

呢種領悟引發咗對神國嘅呼召,同對虛空世界嘅超脫,呢種超脫有時以強烈嘅衝動形式出現,有時又慢慢進行——最終同徹底咁將人嘅靈魂從世界嘅枷鎖中掙脫出嚟。

因此,大自然同教會就係驅趕我哋離開、消除同抹去呢個虛空又誘人世界魅力嘅推手。就係因為呢個緣故,主將佢哋擺喺同我哋咁嘅關係入面,好等佢哋可以更加頻繁同持續咁影響我哋,用最鮮明嘅方式呈現唔同生活方式之間嘅對比。

第二種充滿恩典、使人從世界捆綁中得釋放的方法,就係憑着全能顧念萬有之神嘅恩典,將一種與個人現時所過生活完全相反嘅人生,實實在在咁擺喺佢眼前。呢點尤其適用於**因殉道**而帶嚟嘅一切歸信,而呢類例子多不勝數。有時,單一個人嘅殉道,就令成個村莊或者城鎮嘅人都歸信。

喺呢度,好明顯有另一個世界——唔係我哋呢個世界——嘅道德力量存在。有時,睇落好似注定要失敗,但最

後卻冇輸;受刑者依然堅貞不屈,心境平靜,連自己都唔知點解或者點樣。呢種即刻嘅體會震撼人心,令舊有生活方式嘅誘惑蕩然無存。
呢點同樣適用於摩里西皇帝對嗰個強盜嘅感化。皇帝冇處死佢,反而以憐憫嘅態度對待佢,視佢為值得獲得憐憫嘅人;
妓女嘅皈依──有位母親懇求佢祈禱,將佢獨生子還陽;以及另一位妓女只因見到和尚喺同一間屋企謙卑咁祈禱同靜修,而佢自己則沉溺喺奢華同放蕩之中,就咁悔改嘅例子。
凡此種種,都可透過生動**例子**去呼籲。其影響力之所在,正因為人可以親眼目睹那幅滿足而寧靜的容顏──剝離了那些雖然充裕卻令人生不如意、不得安寧的享樂與安逸。於是,幻滅與生活方式的改變隨之而來。

第三個令心轉離塵世嘅方法,就係用自己嘅仔女去羞辱佢。*篤信派*(Julian the Apostate)自以為高人一等,對基督徒又妒又恨,威脅要用武力鎮壓佢哋,但最後竟然意外落馬。呢件事唔單止令信徒嘅信心更堅定,仲令好多未信者都轉向真神。
成個村莊都憑假見證起哄,反對聖人馬卡里奧斯(埃及人──*編者按*),打佢、折磨佢、處罰佢:世界似乎勝利咗;但後來真相大白,令所有人羞愧,重拾對上帝嘅敬畏。
呢度包括咗世上權勢人物嘅失勢同短命而死所帶出嘅所有教訓。世上嘅羞辱喺信徒眼中令佢失盡威嚴,暴露咗佢嘅無能,一方面令到人遠離佢,另一方面又畀咗人反抗佢嘅勇氣。

最後,世界本身往往會自發性地壓迫並驅趕人,正因為它無法滿足甚至羞辱人們的期望。我們追求快樂;然而在世界上只有榮耀、榮譽、權力、財富和享樂──但這些都無法令追求者滿足。
有洞察力嘅人好快就會識破呢個騙局,醒返過嚟。我哋喺神嘅聖徒身上見到,佢哋好多見到世界嘅虛空同叛逆,就退離世界,堅決將自己獻身畀神。喺寓言入面,浪子話:「*我餓到要死啦*!」(路加福音15:17)

第三種屬靈的捆綁來自撒但和牠的鬼魔。牠們看不見,而且大部份時候都與放縱自我和世俗主義的捆綁重合,撒但藉著牠的影響力加強這些捆綁,並因此將心思意念留置在黑暗中。
但亦有啲係直接由撒旦散發出嚟。由佢而來嘅一種模糊嘅怯懦同恐懼,時刻困擾住罪人嘅心靈,尤其係當佢決定行善嗰陣更加嚴重。呢種幾乎同「
」一樣,就好似主人威脅佢嘅奴僕,當奴僕開始做啲違背主人意願同計劃嘅嘢嗰陣。
由佢而來嘅有各種靈性嘅阿諛奉承,例如:對有啲人嚟講,對上帝憐憫嘅過度同無根據嘅盼望,呢種盼望唔會令佢哋清醒,反而令佢哋愈來愈沉溺於對罪惡嘅愛;對另一些人嚟講,則係相反,陷入絕望;
喺呢種人身上──就係懷疑同不信;喺嗰種人身上──就係自大同自我辯解,扼殺任何悔改嘅念頭。係,好多,甚至非常多,都直接受撒旦所控制,雖然好難
pinpoint到。但凡一切有罪嘅事,都要歸咎於佢做源頭,因為佢就係呢個罪惡世界嘅王子。
佢其中一個狡猾嘅伎倆就係隱藏自己──即係令罪人深信佢根本唔存在──咁佢就可以喺罪惡嘅靈魂入面肆無忌憚、殘暴放縱,將各種罪惡嘅慾望編織成網
呢啲慾望佢會灌輸俾佢哋,同時灌輸畀大自然,並引誘佢哋向神埋怨,話神禁止咗佢哋嘅天性,又命令佢哋去做啲佢哋冇能力去忍受嘅事。
神聖嘅恩典,能夠令人生清醒,經常都係透過羞辱撒旦,將罪人從地獄嘅嘴邊搶返嚟。恩典令佢蒙受恥辱,成為眾人嘅笑柄,揭露佢嘅無能同愚蠢,拆穿佢嘅詭計。就喺西門魔術師、安提約基亞嘅西普里安同其他人身上,佢都因此而蒙羞。
所有呢啲例子都伴隨着相當多被蒙蔽嘅人歸信同覺悟。主喺世嘅日子,魔鬼──不信同懷疑嘅源頭──都成為信仰嘅傳道者。而聖殉道者,憑全能上帝嘅大能,經常迫使謊言之父同佢嘅子嗣,透過殿中嘅偶像講出真理。
如此揭露惡者嘅詭計,令罪人深信自己落入惡毒仇恨嘅手中,正被誘騙自取其害,正被謊言引領行向黑暗嘅滅亡之路,而佢哋亦想喺自己嘅毀滅中歡欣慶祝。
呢種揭露惡者陰謀嘅方式,令罪人相信自己落入惡毒同敵意嘅手中,正被蠱惑以害自己;又被欺騙引領行上一條黑暗嘅滅亡之路,而蠱惑者更想喺自己跌倒時幸災樂禍。呢啲就係神嘅恩典喺人靈上運作嘅方式,釋

放佢脫離唔屬於自己嘅生命枷鎖,並當面啟示一個更好嘅生命──與神同在嘅生命。

呢啲就係上帝嘅恩典喺人靈上運作嘅方式,撕裂佢同唔配得生命嘅枷鎖,並當面揭示另一個更好嘅生命──一個可以搵到喜樂同平安嘅生命。但係好明顯,呢啲本身都唔完整,好似未能完全表達全部嘅真理。

例如,對更好嘢嘅渴望已經出現:但呢樣「更好」嘅嘢喺邊度,又點樣先可以得到?又或者,對死亡同審判嘅恐懼已經籠罩──咁要點做先可以擺脫呢場災難?其他情況都一樣。佢哋都保持沉默:所有呢啲都要加上一種進一步、最終完成嘅方法。呢個就係道,或者講道。

神嘅話語,以各種形式出現,確實伴隨所有列出嘅方法,解釋佢哋並指出佢哋嘅最終目的。冇咗佢,呢啲方法仍然令一個人處於某種不確定嘅狀態,因此無法達到所需嘅全部效果。所以,使徒保羅就係透過天上嘅異象獲得指示。

但主冇喺當時就喺佢身上成就晒一切,只係話:「去見亞拿尼亞,佢會同你講點做。」(使徒行傳9:6)哲學家 Justin、大殉道者 Barbara 同王子 Joasaph 都見到虛假,但要識到真理,佢哋就需要特別嘅引路人同解說者。正因如此,主──萬物供應者──已按律法命定:*福音要傳遍天下,*叫眾人知罪得悔改(使徒行傳17:30)。*信心本於聽見,聽見本於所傳給我們的道*(羅馬書10:17)。而這道,由使徒及其繼承者傳下,現今已傳到地極。

正正就係呢度先有宣講嘅迫切需要──宣講上帝嘅普世救恩秩序──同時亦要令到所有人都知道,呢個尋求真理嘅靈魂應該向邊啲人同地方尋求解說,免得浪費佢哋嘅熱誠,或者喺歧路上徘徊,徒勞無功。

教理教導必須在教會內不斷被聽聞(事實上,確實如此)。

堅定不移的信徒因此會愈來愈得建立;而跌倒的和被激勵的人則會即時有可信賴的指引。神父宣講天主救恩道路的職責,無論及時或不及时,都何等寶貴,因為他們不依靠一般人所假設的知識!

但神嘅話語唔單止補充晒所有提過嘅方法,仲可以取代佢哋。佢令靈魂更全面、更清晰咁被激起。

由於佢同我哋嘅靈魂(同樣都係出於上帝)有親屬關係,佢能深入到靈同魂之間嘅分界,重生後者,並播種佢,好令佢結出屬靈生命嘅果實(正因如此,道先被稱為**種子**)。

佢嘅激發力量更加顯著,因為佢同時作用於整個人──身體、靈魂同靈。

聲音,或者話字嘅發音,打入耳仔;思想就吸引靈魂;而當中嗰股無形、隱藏嘅能量,就觸動心靈。如果心靈夠專注,一旦呢個字安全咁穿過身體同靈魂──呢兩道粗糙嘅障礙──佢就會被激起,喺張力之下,打破束縛住佢嘅枷鎖。

神嘅話語就以呢啲方式激動人心:或者透過最鮮明嘅方式,將神嘅秩序呈現在人心裏;或者透過打破阻礙我哋靈魂嘅障礙,將我哋嘅靈引入其中。例如,有個老僕人好誠懇咁對佢病重嘅主人講:「無論你點掙扎,先生,你都要死。」──並因此激勵了他悔改。另一個人凝視著被釘十字架的主像,讀到:「我為你所作的就是這些;那你為我將作什麼?」於是從沉睡中醒悟過來。聖人佩拉吉亞聽到死亡、審判和罪人苦澀的命運後,便遠離了罪惡的生活。

同使徒相稱嘅弗拉基米爾大公,佢畀一段描述整個神聖秩序嘅講述所感動──由世界嘅創造到萬物嘅終結、末日審判,以及義人同惡人嘅永恆命運。其實,聖使徒嘅傳道──以及跟隨佢哋腳步嘅所有福音傳道者──都係以一種簡單、樸實無華嘅方式去闡述真理。

使徒保羅就講自己,所講所傳嘅,並唔係用人的智慧言詞,而係簡單直接宣講,藉住我哋主耶穌基督──祂被釘十字架──所帶嚟嘅救恩(林前2:24)。

有人可能會話,呢個就係透過言語事奉最自然嘅方法──如實呈現真理,唔好用理性嘅思考,特別係對可能性嘅假設,去掩蓋佢。真理同靈相近。如果用簡單真誠嘅方式去表達,就會觸動人心;

但當以華麗嘅修辭堆砌,就只會停留喺想像之中;當夾雜咗過多論據同證明,就會困喺理性或靈魂入面,無法觸及心靈,令佢變得空虛。可以話,講道冇果效嘅一切,都源於呢啲塞滿咗嘅理性思辨。

但只要簡單地闡述真理,揭示其本質──就能贏得人心。有位猶太人讀了福音書──就皈依了,因為他在那

樸素的福音故事中見到了真理。事實上,許多自由思想者都因對神聖事物有活生生的體認,並在神口述或書面的話語引領下而皈依。
真理驅散虛幻思想嘅黑暗,清新靈魂,光照人心。喺日常傾偈入面,如果經常簡短重溫一切點開始、點結束,同埋點解,就會好有幫助。

另一方面,言語的威力往往能打破心靈的障礙,賦予它自由。因此,偉大的聖安東尼聽到關於塵世財物微不足道的言語,便拋下一切。有位年輕人聽到一篇關於浪子回頭的講道,就悔改了。
透過說明塵世生活的虛空,許多聖人,即使在婚姻生活中,都說服了他們的配偶過無可指責且純潔的生活。
一般嚟講,一方面展示神聖秩序,另一方面揭示各種魅力,就令靈魂充滿**得救嘅知識**,或者對通往得救之路有清晰而有力嘅認識,而心硬往往難以抵擋。
好多人如果唔盡本份勤力,反而沉睡同大意,就係因為佢哋唔識得救恩嘅真理,或者只係識得一部分。完全嘅認識就係勝利,因為咁樣冇地方畀一個欺騙嘅心去藏身。

憑藉呢種旨在喚醒罪人嘅全面普世性,神嘅話語遍行天下,以各種形式傳到我哋耳中。無論喺教堂、喺每一個聖禮期間,定喺教堂外面嘅各種宗教儀式中,都無時無刻聽到佢嘅聲音;
佢喺教會嘅頌歌同聖詩入面有;佢喺教父嘅講道同所有對靈魂有益嘅書入面有;佢喺歷代流傳下嚟嘅救靈對話同造就性言論入面有;佢喺學校、畫作,同所有代表屬靈真理嘅可見事物入面都有。
由此可見,我哋被神嘅話語所包圍;神從四面八方向我哋宣告。從各方傳來似號角般嘅聲音,呼籲我哋拆毀罪惡嘅堅固營壘,好似耶利哥城牆。以呢啲種種方式,神嘅話語已經證明,並繼續證明佢對人心嘅勝利大能。
我哋只要確保神言傳播嘅道路得以保存同暢通──真誠嘅講道唔會沉默,崇拜儀式按禮儀進行並有助信徒成長,聖像畫要正宗同神聖,而詩歌要端莊、簡單同虔誠。
要成就呢件事,就靠祭壇僕人。佢哋喺神嘅主權安排之下,係最緊要同最有能力嘅器皿,用嚟悔改罪人。
佢哋要明白呢點,唔好嚟聲,唔單止喺教堂,喺屋企都要,把握每個機會──無論係用言語去描繪神嘅世界,定係揭露靈魂同肉體幻象所帶嚟嘅欺騙(呢方面最精彩嘅例子就見於聖提孔)。
佢似乎比任何人都更深切咁明白,寫作同講話呢份恩賜最好嘅用途,就係用嚟教導同喚醒罪人走出沉睡。呢個幾乎就係佢所有著作嘅目的。教會嘅每篇講道同每段對話,都應該係咁樣。

通常賜予激勵恩典嘅方式

已經指出,喺各種恩典激動嘅行動中,恩典對一個已經經歷過呢啲激動,但又再次犯罪──果斷咁沉淪返入佢慣常嘅致命罪中──嘅罪人所採取嘅方式,特別值得留意。
呢啲復發愈頻繁,呢股激動就愈來愈弱,因為心靈好似已經習慣咗,佢就變成咗屬靈生命中普通現象嘅範疇。
隨住呢種感受逐漸減退,佢由而家呢種形式入面嗰種勁力感,慢慢演變成一個普通嘅念頭,最後甚至只係一個簡單嘅諗法同回憶。 有一段時間,呢個念頭係自願接受;之後,就只係容忍──雖然唔係唔開心,但係冷淡咁對待,亦冇乜留意;再之後,佢就變成一種麻煩,令人想盡辦法盡快擺脫;最後,佢會引起唔舒服同厭惡感;佢唔再受人鍾意,反而畀人憎恨、迫害同驅趕。
因此,對更好靈性生活必要性的信念逐漸消退;起初,這種必要性只顯得可能;然後,它被對其各方面提出的疑問所蒙蔽;更進一步,其不必要和多餘的本質變得遠不止可能;最後,內心做出決定:
「人生就係咁過,咁樣都活得落;其他嘢都係多餘嘅麻煩。」到呢步,人就沉淪到邪惡同冷漠嘅深淵──就好似一個從未被激起過任何行動嘅人。

後者嘅得救明顯處於極大危險之中。雖然神嘅憐憫偉大,但就連呢點都可能對佢冇辦法,就好似嗰塊一次又一次吸收雨水卻依然不生不長、最終*「不配、差唔多要受咒詛」*嘅地(希伯來書6:8)。
而正正係因為冇維持住因應恩典感動所需嘅生活方式,呢個後果尤其要刻喺需要恩典嘅人腦海入面。

誠然,神聖的恩典在祂的作為上並不被這些標準和定義所拘束,然而祂有時確實與之相符。因此,雖然人不可因向善和得救的呼召再微弱,就對得救的可能性絕望,但人仍須在面對這般軟弱時,謙卑而敬畏地反思自己的處境。

我哋可唔係已經墮落到連接受呢啲充滿恩典嘅提示嘅最後機會都錯過咗?我哋可唔係已經阻塞咗天主恩典──祂咁迫切想我哋得救──對我哋施恩嘅所有途徑?呢啲唔係祂最後嘗試親近我哋,目的係令我哋醒覺,結束我哋生命中嘅混亂?

所以,一旦呢啲呼聲變得微弱,我哋就要趁住佢未消失,以更堅定──雖然係更理性──嘅意志去把握佢,並喺人嘅自由範圍內盡量加強佢。

顯然,呢種努力無非就係打開自己去接受嗰種被呼召同尋求嘅恩典──打開自己,因為喺我哋之前嘅墮落入面,我哋愈嚟愈剛硬,並以各種方式將自己關閉咗對恩典。

呢件事要靠依家所指出嘅路徑,將自己交託畀恩典,去攀升最初被激起嘅靈魂能量;因為人要假設,當佢採取呢個或嗰個對象去激發潛伏嘅靈性運動時,後者就會持續成長。

因此,雖然對於「先被激起」者,一切都以熱誠、速度和熱情完成;但對於後者,過程卻是冷淡、不急不徐且極其艱難。彷彿恩寵放手由他自行其是,好叫他體會到對呼召他的上帝保持堅定不移的順服是何等寶貴,並使他對上帝的幫助生出珍惜的心。

主保留呢份渴慕,但唔即刻賜予脫離,而係令當事人停留喺中間,處於渴望嘅狀態,好似唔向呢邊亦唔向嗰邊傾斜,藉此考驗佢哋嘅熱誠,並培養一份渴慕同埋持久嘅承諾。然後,經過考驗之後,祂先賜予脫離。

透過呢幾點,我哋嘗試分辨神恩典兩種不同的作法。其中一種,主說:「*看哪,我站在門外敲門*」(啟示錄3:20);另一種則說:「*...求,就得;敲,就開給你*」(路加福音11:9)。

我哋已經講咗第一種方式;至於第二種,就出現咗問題:我哋要點樣去尋,喺邊度去敲?

在非常情況下,上帝的恩典會迅速而果斷地行事,如我們在使徒保羅、埃及的瑪利亞等人的身上所見;但在通常的歸化過程中,一個人通常只是被改變人生、改善言行和內在品性的念頭所觸動。

呢個念頭會出現──但要點樣先至真

真切切咁掌握到靈魂?大部分時候,呢啲好意念都無結果,但唔係佢哋自己嘅錯,而係因為被呢啲意念造訪嘅人對佢哋抱有唔正確嘅態度。

處理呢啲好念頭時,最嚴重嘅錯誤就係將佢哋一拖再拖,日復日都唔去實現。拖延係一種普遍嘅毛病,亦係一切無法補救嘅主要原因。人人都會講:「我遲啲先做啦,」結果就繼續困喺自己慣性嘅不健康生活方式入面。

所以,當一個好嘅改革念頭出現嘅時候──就要即刻捉住佢,去做嗰件佢派嚟俾你做嘅事,並且記住呢個目標,最緊要係趕走拖延。

1)

驅走拖延。唔好畀自己講「我聽日或者遲啲先做」;要即刻開始行動。以健全嘅推理為武器,並靠佢去:

a)

迅速喺腦海中想像拖延嘅愚蠢、醜陋同危險。你話「遲啲先做」,但到咗遲啲,就更加難做,因為你已經更加習慣犯罪,而你嘅罪惡處境同糾纏都會變得更加複雜。

但一個被罪惡纏住嘅人,仲要不斷將自己纏得更深,同時又對自己講,將來要擺脫同而家一樣咁容易,咁有咩意思?如果你已經知道而家嘅狀態唔可以再維持,點解仲要拖延?

畢竟,上帝最終可能會說:「*我對你厭倦了*」(參見以賽亞書1:14),而你自己也可能會踏過一條無法回頭的界線。而要避免這種災禍,再大的努力都值得付出。

如果一個良知嘅念頭仔細咁將呢啲全部清楚而鮮明咁呈現,咁靈魂入面所有主要嘅力量都會遠離拖延;心入面再冇人為佢辯護。你會見到佢對你好似敵人,而你自己都會用敵意去對待佢。

b)

我哋拖延,係因為嗰個好嘅念頭只係停喺我哋腦海入面,未引起我哋嘅共鳴,亦未激起任何慾望。喺我哋其他興趣之中,佢就好似一個陌生人,遠遠咁招手,卻未能留下一點深刻嘅印象。
就靠你將呢個好念頭帶到靈魂深處,揭示佢嘅價值同吸引力。
所以,將佢帶到面前;想像佢嘅可行性;展示佢所承諾嘅喜悅同崇高;說服自己佢可以咁容易就實行。一個好嘅諗法影響力好細,亦擄唔到人心,因為腦海入面有其他計劃,有更多有趣嘅話題,都係由之前佔據你嘅偏好所決定。
所以,將佢哋全部攞出嚟,公平咁比較。同呢個正面諗法所呈現嘅相比,冇嘢可以企得住腳;一切都會退到好遠好遠嘅背景。正面諗法所指引嘅嘢會孤零零咁留低,作為唯一有價值同美麗嘅存在,吸引你投入。

c)

我哋拖延主要係因為喺嗰啲時候,我哋容許自己嘅精力衰減;我哋放縱懶散、倦怠、睏倦同遲疑,無論係思想定係行動能力都係咁; 所以人亦可由呢個角度提醒自己, vividly 想像一下喺普通事情上都容許呢種情況發生有幾咁可恥,更何況喺最緊要嘅得救之事──人喺一切事上都應該表現得生龍活虎、快速行動;容許相反情況出現可恥,將今日可以同應該做嘅事拖到Tomorrow先做更可恥。

用呢啲同埋類似嘅方法去驅走拖延。無論你點樣做到,就係要即刻做。當你有個好嘅念頭出現,就要說服自己唔好拖延去執行;準備好自己,並迫自己即刻開始行動。至於嗰啲將任務拖到遲啲先做嘅人,今日就冇其他建議可以畀你哋。

但我哋相信呢個崇高嘅理念已經獲得接納,並吸引咗我哋嘅注意力。
而家我哋要趕緊將佢激起到咁嘅程度,好似一把強大嘅槓桿,輕易又有力咁推動我哋整個內在。為咗達到呢個目的,我哋要畀佢完全自由,深入我哋內心;為咗做到呢點,我哋可以講,要喺自己身上做啲手術,作為最必要同有效嘅準備。

呢啲「手術」就要同嗰啲微妙嘅陷阱,或者嗰種令人生喺罪中做奴仆嘅性格模式,完全相反。罪惡用好多陷阱纏住靈魂,或者喺好多層面幕後掩飾自己,因為罪惡本身好醜陋,一睇就令人反感。
最深層、最貼近心靈嘅一層,由**自欺**、**麻木同大意**構成;其上方、更接近表面嘅,係**分**心同**心不在焉**──呢啲就係掩藏同滋養罪惡,以及罪惡習慣同行為嘅主要推手;
最頂嗰層面紗就係**肉體嘅掌權**,雖然佢最顯眼,但威力同重要性同其他層面紗一樣。

第一層面紗係最根本嘅面紗。佢令到人唔能夠察覺到自己處境嘅危險
,亦唔願意去改變。後兩層只不過係工具,只係揭示同維持嗰種罪惡狀態。
當神聖嘅恩典嚟到,佢會*滲透到靈魂同靈之間嗰道分界*,直接打擊最先嗰層遮蓋,撕裂佢。喺恩典嘅影響下,罪人即刻被攤晒嚟,以佢最醜陋嘅樣貌喺自己嘅意識面前站立。但係當一個人仍然想靠自己去追求呢份充滿恩典嘅激動,就要由外面開始做起,向內裡伸手。

所以,如果你想真正面對糾纏住你嘅念頭──改變你罪惡人生嘅念頭──就要開始剝除你嘅罪惡面紗,就好似一層層剝開泥土,去見到底下隱藏住嘅嘢。

a)

首先,從**身體**入手。剝奪佢嘅享樂同歡愉;限制連最自然嘅需要都唔好得到滿足;延長你嘅熬夜時間;減少你平時嘅食量;喺你嘅工作之外,再加多啲新嘅勞作。
最緊要係,隨住你嘅願望同能力,減輕肉體嘅重量,淨化佢嘅粗糙。咁樣,靈魂就會從物質世界嘅枷鎖中解脫,變得更靈活、更輕盈,更容易接受正面嘅印象。物質身體若然壓倒靈魂,就會將自己嘅遲鈍同冰冷傳染畀佢。
身體嘅操勞可以削弱呢啲枷鎖,並消除佢哋嘅後果。雖然唔係每個罪人都會放縱身體、冇有節制,但喺過普通生活嘅人當中,幾乎無人喺救恩嘅渴望掌握住心靈嗰陣,唔使喺身體嘅慾望上作出剝奪。
而目標對一個人嘅行動影響重大:你以前出於習慣或者為咗追求自己嘅目標去做嘅事,而家──當然要作出啲改變,並且加入多啲嚴謹度──為咗得救去做,你就會切實感受到唔同。

b)

身體完全拖累住靈魂;**憂慮**同**思想嘅分散**從內部耗盡佢。假設肉體已經被制服──呢個係第一步;但有兩個障礙阻隔住靈魂同自己。

憂慮令你冇時間照顧自己。當佢哋出現嘅時候,你手上只係做緊一件事,但腦海入面卻有成十幾件事。正正就係咁,佢哋不停推動你向前,唔畀你有機會停低嚟反思自己。

所以,暫時放低你嘅煩惱,全部都唔例外;就放低一陣;之後你再繼續做平時嘅嘢,但而家就先放低佢哋,放手畀佢哋走,亦都將佢哋逐出你嘅腦海。

但就算嗰啲緊迫嘅任務停咗,腦海入面嘅混亂都會好耐先散得清:一個念頭接住一個念頭,有時和諧,有時又互相矛盾;心神散晒,思緒四處遊走,搞到任何穩定堅定嘅嘢都無法喺心入面生根。

咁,就將你嗰班散落嘅孩子召集埋一齊,就好似牧羊人聚埋佢嘅羊群,或者好似玻璃聚埋散射嘅光線,然後將佢哋嘅注意力集中喺你身上。

要深入探索自己、關注內在自我、結束思緒散亂並保持正念,當然需要──作為一種必然手段──一方面是獨處,另一方面是停止平時的一切活動,無論是家庭還是職業;而上述對肉體的克制,則需要改變滿足自然需求的方式。

由此可見,要改變人生,最適合嘅時機就係禁食期,尤其係大齋期。一切都圍繞住呢個目標──喺屋企、喺教堂,甚至喺社會上。每個人都視呢段時間為懺悔嘅準備。

然而,這並不意味著當一個改變生活的良好念頭出現時,就要等到大齋期才去實施。除大齋期之外,任何時候都可以進行這一切所需的事項。但當然,當這神聖的禁食期到來時,若任其過去卻不關心自己靈魂的得救,那便是罪過,就好似我們會放任其他時間白白流逝一樣。

對於任何喺大齋期以外,被一個改變生命嘅救恩思想感動,但喺日常生活入面遇到阻礙,無法付諸實行嘅人嚟講,最好就係暫時退到修道院。喺嗰度,比較容易掌控自己。

c)

而家你喺自己心靈面前企住。你嘅內在自我就喺你面前,沉睡喺大意、麻木同盲目嘅深眠中。開始去喚醒佢。嗰個好嘅念頭已經輕輕觸動咗佢。

咁,就以更大嘅信心同最集中嘅思緒去進行;將所有注意力聚埋一齊,開始想像各種唔同嘅心像──有啲較弱、有啲較強而突出──但係要將佢哋應用喺你嘅內在狀態上。

首先,將蒙蔽你心靈、令你陷入**盲目狀態嘅**面紗從你嘅心眼裡移除。一個人如果唔遠離罪惡、唔逃離罪惡,主要係因為佢唔了解自己,亦唔知道自己因罪惡而身處險境。

如果佢眼睛一開,就會好似逃離大火屋咁,即刻遠離罪惡。呢種盲目亦都係因為缺乏自我反思:一個人唔識自己,就係因為佢從來冇向內觀察或者反思自己同自己道德狀況;但大部分時間,呢種盲目都係由對自己嘅某啲特定成見所維持。 人本身,會編織一張思緒嘅網,有系統咁阻隔佢同自己。就算呢啲思緒只係一層薄薄嘅蛛網,只係啲薄弱嘅可能性,但心無閒工夫去清晰分辨;偏偏心又咁大聲咁講佢哋嘅真實同真理。

其實,呢啲就係我哋嘅道德幻覺或偏見,源於心對腦嘅干預。所以,由今以後,我哋要將深層嘅專注同一定程度嘅清醒結合埋一齊,以抵禦嚟自欺騙者之心嘅所有讚美。

由今以後,如果心要有所感受,就讓佢喺心智嘅思想主導下先感受,唔好憑自己衝動,好似急住衝咁;否則,佢又會再次逼心智照佢嘅方式去感知事物,再次將心智臣服於佢,再次令我哋嘅概念陷入混亂,喺本應有嘅覺悟之下,反而令我哋陷入更深嘅盲目。

既然你而家擺咗自己喺呢個位置,就要開始將嗰啲令你留喺黑暗中嘅各種念頭帶到光天化日之下,並用嚴格同公平嘅判斷審視佢哋。

a)

「**我係基督徒**,」你咁講,並因此安慰自己。呢度就係自我欺騙嘅第一種形式:自己擺晒基督教嘅特權同應許,卻唔理喺自己心裏面紮根真正嘅基督教,亦唔去擁抱一個只能建立喺力量同內在價值上嘅名份。

咁就同自己講清楚,單靠一個名嘅盼望係欺騙;上帝可以連石頭都叫佢生出亞伯拉罕嘅子孫,只要參與嘅條

件未達成,佢隨時都可以收回祂嘅應許。
最緊要先搞清楚自己做基督徒究竟係乜意思;用呢個理想嚟衡量自己──你就會見到呢根令你盲目嘅柱究竟有幾紮實。

b)

「**但我哋唔係嗰班最差嗰啲**;我哋識嘢,如果我哋下定決心去討論啲嘢,我哋就做得到,而且我哋處理事務唔係亂嚟,亦唔會冇禮貌,唔似其他人咁。」
因此,有啲人畀佢哋嘅屬靈美德所蒙騙。另一些人則畀身體嘅美德──力量、美貌、血統──所炫目。無論邊種,只要我哋喺身邊嘅人當中越顯得高人一等,就越加蒙蔽。所以,你要肯定自己:

1)

先天畀予我哋嘅恩賜冇任何道德價值,因為佢唔係我哋自己嘅成就,而係上帝賜畀我哋嘅;尤其喺基督教入面,因為亞當夏娃犯罪墮落,大自然都腐敗咗,所以一切天生嘅嘢都冇價值。你要透過對救主基督嘅信心,並且按住呢個信心去生活,先至可以令呢啲恩賜成聖;咁先至可以將佢哋視為祝福。

2)

再者──你是否已經盡咗你按天賦所能做、所當做嘅一切?因為你所受嘅多,你就要承擔更大嘅責任。重點唔係能力本身,而係點樣運用佢。證明一下你透過佢哋得到咗啲乜嘢。呢啲得益同你付出嘅努力相符嗎?

3) 無需提及身體或其他任何附帶嘅優越條件。

喺一段文字入面,金口聖人(Chrysostom)描述一個人讚另一個人生得英俊、威嚴、有錢、有間靚屋、騎住啲精心打理嘅馬,等等,然後對住佢講:「點解你冇同我講過關於佢本身嘅事?你講嘅嗰啲,根本就唔係佢。」

至於其他人,就唔使理佢哋;由佢哋自己去。人人都要為自己交賬。
你自己睇吓,將自己同其他人分開,單憑自己嚟判斷,唔好同其他人比較。或者,如果你真係想同人比較,就同聖徒比較。佢哋就係活生生嘅基督教律法,或者係得救者嘅活生生榜樣。如果你用佢哋嚟衡量自己,就唔會錯。

c)

「**我哋未至於咁差**:睇落我哋唔係好丟臉,而且人哋都唔會當我哋係壞人;佢哋都唔會對我哋唔尊重、唔理我哋──
再者,呢啲又唔係普通人,而係啲重要人物。」行為同人際關係嘅表面功夫所造成嘅呢種盲目,真係一層最濃密嘅黑暗面紗!
要更加清楚地明白,冇內在嘅外在就冇價值。外在嘅行為得體就好似樹葉;內在嘅美德先至係果實。無花果樹憑住葉子承諾會結果,但救主發現佢冇果實,就咒詛咗佢。
同樣地,在祂眼中,任何表面無可指責,卻缺乏真誠的良善和敬畏神的心,都與之同罪。「*我兒,將你心裡的道路示我,*」主藉著智慧人說。(箴言23:26)一切善與一切惡,都源於心。
你心裏點樣,你喺主面前就係點樣。如果你心裏自大,就算你表面上再謙卑,主都睇你係自大。其他事都係咁。而人對你嘅評價只係虛偽嘅奉承。人唔真正識你,卻因為認為你係好人,或者出於禮貌,對你好。
豈非身邊嘅人,雖然見到我哋嘅壞處,但為咗自己嘅目的唔會提示我哋?又豈非有啲時候,人見到別人嘅壞處,反而讚揚佢哋,從而激起一種肆無忌憚、為所欲為嘅惡行心態;
而佢嗰個唔察言觀色嘅跟隨者,就咁一停都唔停咁,愈陷愈深咁落去作惡多端;因為一個人如果見到周圍嘅人對佢自己嘅所作所為露出滿足嘅笑容,佢就會帶住一種自得其樂嘅心態繼續留喺邪惡入面。我哋都唔可以容許自己陷入呢種情況,如果我哋只係要咁專心去聽人哋對我哋嘅評論!

d)

「但就算我裏面有**惡──我係咪唯一一個咁樣**?某人同某人,甚至對面嗰個都一樣。肯定仲有好多其他人比我更惡……」我哋就咁樣蒙蔽自己,睇唔到身邊罪惡嘅普遍。要記住,眾多罪人並唔能改變公義嘅律法,亦唔能令任何人卸責。

上帝唔睇人數。雖然人人都犯罪,但佢都會懲罰佢哋。洪水之前有幾多人?結果除咗八個人,其餘全部都死咗;至於所多瑪同蛾摩拉,五座城都畀天火燒滅,除咗羅得同佢嘅女兒,冇人得救。
地獄嘅折磨亦唔會因為受苦者眾多而減輕;相反,佢哋集中喺一齊,豈唔會令每個人嘅痛苦更加深重?用呢啲同類嘅論點,快啲驅散偏見嘅黑暗,令你擺脫盲目,正確認識自己。

將呢個第一個自我提升練習嘅目標,定為對自己產生懷疑,並令你對自己處境嘅安全感動搖。
當你逐一拆除我哋盲目所假設嘅支柱;當你慢慢拆解對自己同自己擁有嘅一切嘅虛無希望;當你慢慢打破*為罪行編造嘅藉口,* (詩篇140:4) 即係話,你總係喺所有事上為自己辯解嘅傾向。
你要說服自己,如果你行惡,你嘅基督教信仰就一文不值;你嗰啲所謂完美,只會比讚揚你更嚟得快定罪你;你表面嘅義行只係一個憎神嘅偽裝,而你嘅心仍然腐敗;無論係人嘅讚美,定係喺罪惡中嘅寬容,都保護唔到你脫離上帝嘅審判同忿怒。
慢慢地,你會變得思維孤立,獨自一人──孤立於你心靈和良知的注視之下,它們會以洪亮的声音反對你,特別是在你將自己與在基督裡本該成為的樣子比較後,發現自己離理想相差甚遠。
所以,如果你嘅良心冇欺騙你,你自然會為自己感到恐懼。好似同所有人斷絕咗聯繫,失去晒所有依靠,你會被絕望同恐懼感所擊倒。 在各方面,你都要將對自己盲目狀態的這項工作推進到 precisely this point。這種感覺的重新覺醒,總是一個人逃離罪惡的序曲,就好比在戰爭中,敵軍陣容的動搖,就預示著他們即將潰逃。

1.

一有絲毫對你罪惡感同埋留喺罪中危險嘅感覺出現,就要即刻更深入咁探索自己,用更強烈嘅思緒,用啲可怕同令人清醒嘅異象鞭策自己;用佢哋去震動同軟化你嘅**麻木心靈**,就好似重鎚可以軟化堅石一樣。

(a)

諗返自己終有一死。對自己講:「唉,**死亡好近**。」一個又一個喺你身邊嘅人離世;你嘅時刻快要到咗。唔好再拖延你嘅死期,要說服自己死亡使者已經被差遣,正喺途中,而且愈來愈近。
或者想像自己頭頂懸掛住一把劍,隨時準備劈落嚟。然後生動咁想像下你死咗之後會變成點。*審判喺城門口等緊你。*你所有嘅秘密都會喺天使同所有聖徒面前被揭露。喺眾人眼前,你只得孤身一人,同你嘅所作所為一齊站喺度。憑住呢啲,你或者會被定罪,或者會被證明清白。
天堂係乜嘢,**地獄又係乜嘢**?天堂有難以言喻嘅喜悅;地獄則有無盡無休嘅折磨,上面有上帝最終拒絕嘅印記。你要將呢一切銘記於心,強迫自己反覆思量,直到你**被**恐懼同**驚駭所**充滿。

b)

然後歸向神,將自己──被眾多罪污穢且沉重──擺在祂面前──祂無所不在、無所不知、滿有憐憫、且極其忍耐! 你可會繼續用你可憎、罪惡的樣貌冒犯神?你可會繼續對那以各種方式施恩於你者背棄不感恩?你仲會唔會捂住耳仔,唔聽天父用憐憫呼召你?你仲會唔會拒絕接受祂向你伸出嚟嘅手?要將呢種不配感刻劃喺心,趕快喺自己裏面激起同加強**對神嘅憐憫同憂傷**。

c)

而且,要記住,你係一個基督徒,係靠基督嘅寶血得贖,經過洗禮之水洗淨,領受咗聖靈,參與主嘅聖餐,並以祂嘅身體同寶血得養份。但係呢一切,你都為咗罪而踐踏喺腳底下,而罪正喺摧毀你!
在心裏想像自己攀上各各他,親眼見證你罪惡的代價……你是否仍要拿罪惡的荊棘刺向主頭?你是否仍要釘祂在十字架上,刺透祂的肋旁,並嘲笑祂的忍耐?

又或者你唔知道,你犯罪就參與咗救主嘅痛苦,所以會同祂嘅施害者一樣受懲;但如果棄絕罪惡、真心悔改,就會分享祂死亡嘅能力?你要喺兩者之間揀一樣:要麼釘祂十字架而永遠滅亡,要麼同祂一齊被釘,同祂承受永恆生命。

d)
再深入考慮一下,你緊緊執着嘅呢個罪究竟係乜嘢。佢係邪惡,係萬惡之首;佢令我哋與上帝疏離,破壞身心,令我哋受良心折磨,喺生前、死後同死後都要受上帝嘅懲罰,最後將我哋拋入地獄,永遠不得入天國。我哋竟然愛住呢個怪物!要銘記一切由罪惡帶嚟嘅邪惡,並努力**憎惡佢,遠離佢**。

(d)
最後,從魔鬼──罪惡的最初煽動者與散播者──的視角,審視罪惡,並思索自己究竟為了誰而因罪勞碌。上帝為你做過、並持續做著一切,卻你偏偏不肯取悅祂;魔鬼對你一無所給,只以罪惡暴虐地奴役你,卻你甘願且不倦地為他勞碌。
你因罪行同佢做朋友,而佢卻因罪行對你懷住惡意。佢用罪惡嘅快感引誘你犯罪;但當你跌入罪中,佢就折磨同懲罰你。佢有時話罪行無所謂,有時又會將佢哋當作對付我哋嘅證據,提出嚴重嘅控訴。
當有人中咗罪惡嘅陷阱又留喺度唔肯走,佢就因為惡毒而開心得發抖。你要諗清楚呢一切,喺你心入面激起對呢個憎恨人類嘅人同佢所作所為嘅厭惡。

當你咁樣一波接一波喺心入面灌入又壓迫又撫慰嘅感受──有時係恐怖同驚懼,有時係憂傷同憐憫,有時係厭惡同仇恨──你嘅心就會慢慢變得溫熱同有生氣,而你放鬆嘅意志亦會開始動盪同緊張。
就好似電流會畀身體帶嚟一定嘅緊張同興奮,又好似清晨清涼嘅空氣會帶嚟清新同活力,呢啲情感充斥住靈魂,就會喚醒佢潛藏嘅力量,重新點燃佢逃離險境嘅渴望同行動準備。
呢啲就係對自己得救採取主動關懷嘅最初動盪。所以,就由而家開始,要更加堅定咁行動。

2)
驅走**大意嘅睡意**。你行善嘅意志因為喺罪中逗留太耐而變得軟弱──而家要圍住佢,諗啲通常可以激發鬥志嘅念頭:喺善嘅方面,想像救恩、高尚、普世性、輕易達成同移除障礙、隨時可得嘅喜悅,同埋最緊要──迫切性;
但係,喺罪惡嗰邊,就係一切相反嘅嘢;你要向自己詳細而誠懇咁闡述,直到你激起自己,進入一種警惕而緊張嘅狀態,準備即刻開始呢項工作。對你嘅靈魂講:

a)
歸根究底,只有兩條路:要麼你若繼續這樣下去,就會永遠滅亡;要麼,如果你不希望如此,就當悔改,歸向主和祂的誡命。何必遲疑?你等得越久,情況就越糟糕。要小心謹慎,因為死亡就擺在門口。

b) 係咪咁大嘅努力?只要開始,只要努力。主好近,佢嘅幫助都預備好咗畀你。

c) 而且,咁樣有幾大嘅福氣啊!你會擺脫呢個重擔同呢啲枷鎖,進入神兒女嘅自由。

d)
點解你要折磨自己,好似自己係仇敵咁?你日日夜夜都搵唔到平安。到處都係混亂同焦慮。只要你心入面改變一次,呢啲全部都會消失;你就會見到生命嘅喜樂。

e)
睇吓,人人都已經去到主面前……一個轉咗,另一個、又一個都轉咗。你點解仲企喺度?去啦!你難道比人差?

f)
你周圍嘅一切都充滿生命,一切都呼召你去活出生命。上帝唔係死人嘅神,而係生者嘅神。加入嗰班活出佢生命嘅人。去飲咗生命之泉嘅水啦。

當一個人將自己置於兩種極端──要麼滅亡,要麼改變人生──時,那股遲鈍的意志力就會被激起。自我保衛的本能會立即推動他們付諸行動。
之後指出,改變人生走向更好有幾大祝福,其實幾容易做到,而你完全有能力、有呼召,而且擁有所有所需資源;
點樣所有地上同天上嘅善,都會歡喜,會同你團契,會攬住你,同所有喺我哋主耶穌基督裏生活嘅人一齊,喜悅會喺團契生命中湧流──指出呢一切,你軟弱嘅意志就會得着復興,你軟咗嘅膝頭就會得着力量。

你若以这种方式勤力地在自己身上耕耘,你将愈能驱走你的盲目、麻木和粗心。但要勤力,且要不

懈地勤力。罪恶的灵魂有其狡猾之处,它千方百计地逃避得救的劳苦。
嚟,捉住佢,扛起佢;佢唔會反抗──佢只係唔想自己做嗰份工夫。喺你嘅內心深處,冇人可以做主人,除咗你自己。走入你自己入面,打破、擊倒同教曉你自己;喺神面前審理你自己嘅案件;說服同令你自己信服。
所以,喺歸正嘅工夫入面,同自己辯論,可以話係唯一嘅入口。
如果你唔同自己辯論,唔諗吓要點做,邊個會幫你做?所以先對你講:「考慮呢樣,思量嗰樣,深入探究某啲嘢。」

由此可見,對一個罪人嚟講,如果佢嘅敗壞未完全熄滅佢心入面對真理嘅光,實在係一大福氣。就算佢嘅品格敗壞、情感污濁,但如果佢心靈深處仲有健全嘅概念,對已經開始思考得救嘅人嚟講,仍然有嘢可以依靠。
但當連呢啲都消失,當心靈都腐敗──無論係陷入懷疑、失去信念,定係完全接受邪說──咁人就冇嘢可以為自己做;就要承認自己由頭到腳都冇一絲正直。不過,真正去到呢個地步嘅人少之又少。
而凡是達到此境者,若其回轉尚有絲毫可能,則必藉着神恩異常且令人驚駭的作為而得回轉。
然而,大多數罪人並未失去信仰,或者用使徒的話說,未失去「健全的道理」,他們只是在道德上變得墮落。對於這些人,只要重新喚起因疏忽而變得模糊的概念,並加強他們因對一切美好事物疏忽和冷漠而變得薄弱的信念,就足夠了。
坐低自己反思,按照信經同主嘅誡命,檢視自己應該信啲乜、應該點樣生活、同埋應該有咩盼望。如果你覺得困難,就睇教理問答;如果連呢樣都做唔到,就搵人傾吓——尤其係你嘅屬靈導師。
當你咁做完之後,皇家嘅真理就會喺你心入面勝利咁出現──並且會以權威,開始趕走已經控制住你嘅行為、性情同感受嘅虛假。到時你嘅理性就好容易揭露你自己嘅盲目,打倒你嘅麻木,同埋驅散你嘅大意。

當有咁多要喺自己心入面反思嘅題目,唔好以為呢啲淨係學者先做到。任何人都可以為咗得救進行自我反思,就連細路都可以。呢樣嘢同學術推理係唔同嘅。每一句浮現喺心入面嘅真理,都會即刻激發佢所要求嘅回應。
你只要有良知,重新點燃對自己好嘅真誠渴望,並準備好跟從真理嘅指引。當然,手邊有啲關於靈魂得救嘅書籍都唔係多餘,因為入面清楚而有力咁闡述咗所有要喺自己心內考慮嘅問題。
喺呢方面,聖提霍心嘅文章入面關於罪惡、屬靈盲目、饒恕唔肯悔改者,同埋佢嘅修道書信,都係無價之寶。作為輔助呢種自我反思嘅工具,現正出版咗一套聖父長嘅著作,書名係《醒嚟啦,睡者……》)。

但無論如何,都要以一種方式進行自我反思,使之切合目標──影響靈魂並激發其行動。為此:

a)
當你反思嘅時候,唔好淨係提出一大堆問題嚟搞學術推測,而係要先將主題搞清楚,然後揀一個你估最能打動人心嘅角度放喺心裏,就用呢個角度去細味同沉思。

b)
唔好太快由一個諗法跳到另一個諗法──咁樣只會令心散,唔會令佢集中,對靈魂冇任何作用。就好似太陽如果一眨眼就飛掠過大地,都暖唔到世上任何生物一樣。對任何題目,都要用同情心做你推理嘅衡量準則。 將每個念頭都提升到情感層面,並唔好放手,直到佢滲透你嘅心。

c)
盡量唔好淨係用純粹理性嘅形式去留住一個諗法,最好畀佢一個具體嘅畫面,然後將嗰畫面一直喺腦海度當作持續嘅刺激。
如果可能,最好將幾個鮮明嘅意象集中喺同一個畫面入面。咁,聖提孔為咗令罪人深刻體會佢所處嘅危險,就講咗以下呢段話:
「你上面有正義之劍;下面有地獄,準備好要吞噬你;前面有死亡;後面有眾多罪惡;左右兩邊有大批惡毒嘅敵人:你真係可以咁自滿?」一幅畫面更容易喺腦海入面 recall 同保留,佢嘅效果更強大、更有力。

d) 揀啲簡短但有力、切合你現況嘅說話,然後喺心裏面或者出聲多啲重複講畀自己聽。例如:*「牛識佢嘅主人,驢識佢主人嘅食槽」*(以賽亞書1:3),但你又識唔識呢?*定係你輕視神豐盛嘅慈愛、溫柔同忍耐? 但因你頸硬,不肯悔改,就為自己積蓄忿怒,等到神公義審判顯明之日。*(羅馬書 2:5–

6)*所以,要警醒,因為你哋唔知道你哋嘅主幾時會嚟。*(馬太福音 24:42)「我喺呢度有墳墓;我喺呢度等住死亡。*我往你聖靈嗰度逃得去邊?我往你面前逃得走咩?*」(詩篇138:7)。*「罪惡成熟,就生出死亡。」*(雅各書1:15)。*「你哋嘅仇敵魔鬼,好似吼叫嘅獅子,四圍遊行,要攪散人。」*(彼得前書5:8)。*「要交帳你那管家的帳目」*(路加福音16:2)。*「所多得,多要加給他;所少得,也要加給他」*(路加福音12:48)。*「那知道主人心意,卻沒有預備,也沒有照主人心意行的人,就要多受鞭打」*(路加福音12:47)。*記住你係邊度跌咗落嚟*(啟示錄2:5),「」等等。將呢啲說話收埋喺心,熟記咗佢哋,然後用佢哋刺向你自己嘅心。或者其中一句就會變成一把烈火箭,射中你,令你燃燒起嚟。

不過,唔好淨係停留喺一條推理上,要交替咁用禱告。因為我哋而家做緊嘅,就同當年想連根拔起嗰棵深植地下嘅樹一樣。我哋會走埋去搖吓佢,用盡自己嘅理性、自我說服、自我說服嘅能力。我哋撼吓佢,但拉唔出嚟──根都紮得好深。所以我哋冇力氣;連要斬斷呢啲根都冇力氣。所以,就求助啦!

a) 如果你喺推理嘅時候,有種感覺觸動你嘅心,或者你體內激起一陣柔情──就起身禱告。祈求上帝潔淨你那剛硬的心,賜給你一些心思意念同時具備毀滅與建造的權能,或者祂親自來軟化、喚醒、並穿透它。

b) 喺呢段禱告中,用你自己嘅說話去禱告;講出你心入面嘅所想,用簡單、孩子氣、簡短嘅字眼,自信咁坦露你最深切嘅需要──最好連字都唔使,只係用真情實意去懇求上帝。

c) 唔好諗得太複雜,唔好編祈禱文。用最簡單嘅心態向祂靠近,只帶住你唯一嘅需要,好似病人搵醫生、好似被囚禁者搵解放者、好似癱瘓者搵醫治者,誠實承認你嘅軟弱同無力,將自己完全交託畀神全能嘅作為。

d) 俯伏、跪下──多次多次──並拍胸膛。當祈禱仍然流淌時,就唔好退出。如果祈禱變得冷淡,就返去默想,然後再由默想返去祈禱。

e) 至於禱告,就如冥想一樣,準備幾句簡短的呼求上帝,並經常重複:*'主啊,憐憫祢的受造之物!'* — *'天主,憐憫我這罪人!'* — *'主啊,救我!'* — *'主啊,賜我成功!'* 諗起教會嗰啲感人嘅聖詩,就唱出嚟:「*看哪,新郎嚟到……*」──「*諗起我做過嘅好多惡事,可憐嘅我,因可怕嘅審判日而顫抖。我嘅靈魂啊,我嘅靈魂啊,醒嚟呀,點解要瞓?*」──等等……

所以,就以呢種方式努力,不停咁敲響上帝憐憫嘅門。

我哋透過呢份努力追求緊啲乜嘢?就係神激動嘅恩典。神嘅恩典慣常揀用特定嘅方法嚟施展喺我哋身上,正如恩典非凡作為嘅描述所講。

所以,你要將呢啲方法應用喺自己身上,喺佢哋嘅遮蓋同影響之下行。豈唔可能有一道恩典嘅光,照喺你身上,就好似照喺其他同你一樣嘅罪人身上咁?

a) 神嘅恩典揀選咗神嘅教會同崇拜次序做佢作工嘅手段。你自己去教堂,耐心、專注同敬畏咁參加聖禮。教堂嘅建築、禮儀次序、詩歌同讀經──呢啲都可能對你有影響。唔使驚,你帶住輕鬆嘅心入教堂,可能帶住得救嘅心出嚟。

b) 恩典透過神的話語運行。你自己拎起聖經,親自去讀。可能你會遇到一段經文特別觸動你,就好似奧古斯丁打開新約聖經時,佢嘅目光落喺嗰段經文,就令佢深受感動。

c) 其他罪人透過與虔誠人士的談話,使心靈得以柔軟。你自己去傾偈啦。一句又一句喺傾偈入面──難道唔會有啲話,能夠穿透你,直達靈魂同精神,**審判你心裏嘅思想同意圖**?或者有句活生生、帶住愛嘅說話,會滲入你心靈最深處,震動嗰度已經紮根嘅罪惡堡壘。

d)

窮人嘅禱告好有能力。你去增加你嘅施捨;抹去可憐人嘅眼淚;如果可以,就照顧啲陷入困境嘅人。一個乞丐嘅禱告呼聲可以上達天庭,穿過重重天界。佢唔會差一個守護天使嚟你度,就好似佢差去百夫長哥尼流嗰度咁?

當你行呢啲同埋類似嘅善行時,你就會接觸到恩典嘅器皿同傳承者。或者,生命之露會從某處降落喺你身上,重振你內心已經凍結嘅靈命幼芽。

所以,而家當你心生改革自己生命同品格嘅念頭──拋棄拖延,透過身體勞動去制服同減輕你嘅肉體;暫停平時嘅活動同尋求獨處,以擺脫你嘅憂慮同干擾;然後,當你將注意力集中喺自己身上,
透過各種救贖的思想,努力以理喻自己或與靈魂對話,驅散盲目、麻木與疏忽;並將此與禱告交替進行,使自己置身於神聖恩典已預先選擇、用以影響罪人靈魂 的環境之中。

勞力、努力、尋求──你就搵到;敲門──門就會為你開。唔好灰心或失望。但係,記住呢啲努力只不過係我哋吸引恩典嘅嘗試,而唔係我哋真正仍然喺度尋覓嘅嘢。最緊要嘅嘢仍然欠缺──嗰份充滿恩典嘅激動。
好明顯,無論我哋係用理性思考、禱告定做其他嘢,都好似係由外面硬生生將一樣外來嘅嘢塞入我哋心入面。
有時會因我哋嘅努力程度,呢啲作為帶嚟嘅某種效果會沉入心靈嘅某個深度,但又會因為心靈本身堅硬、未曾習慣嘅反彈作用而被排斥出嚟,就好似一條直插入水嘅棍子會被水排斥出嚟一樣。
緊接住,冷漠同沉重又返嚟靈魂度──呢個就係明顯嘅跡象,證明呢度根本冇恩典充滿嘅影響,只不過係我哋自己嘅勞碌同努力。所以,唔好淨係滿足於呢啲行為,亦唔好將佢哋當成你應該追求嘅目標。呢種諗法好危險! 同樣危險嘅係以為呢啲勞苦係一種功績,恩典就一定會臨到。並非如此!呢啲只不過係接受恩典嘅準備;恩典本身完全取決於施予者嘅心意。所以,雖然要勤力使用以上所講嘅一切方法,但尋求者仍要繼續向前邁進,等待神嘅臨訪,然而呢個臨訪並唔係嚟得隨人意,亦無人知道佢會從邊度嚟。

只有當呢份鼓舞人心嘅恩典嚟到,先至會開始真正嘅內在工夫,去改變一個人嘅生命同品格。冇咗佢,就唔好期望會有成功──只會係一次又一次嘅失敗。奧古斯丁就係呢個見證:佢同自己掙扎咗好耐,但只有當恩典照亮佢,佢先至戰勝咗自己。
等候嘅時候要勤力耕耘,懷住堅定嘅盼望。佢會嚟──並且會令一切都變得正確。

接住自然會有人問:呢種恩典嘅感動究竟係乜嘢?佢會令有罪嘅人處於一個點嘅狀態?而呢種狀態又同其他相似嘅狀態有咩分別?
人要識得呢種激動嘅特徵,唔好等佢白白溜走,亦唔好將某啲自然狀態誤以為係佢。被恩典激動嘅靈魂狀態,就係同被罪惡安撫嘅靈魂狀態形成對比:

罪惡將神與人隔開。人背棄神而向罪行,就感受唔到對祂嘅依賴;佢哋生活得好似自己唔屬於神,神亦唔屬於自己,就好似一個逃離主人嘅失蹤奴僕。而家,呢道隔膜被拆咗。

對上帝嘅依賴感重現。人好清楚自己完全向上帝臣服,同埋要向祂完全負責。以前,對佢嚟講,天好似鉛咁沉重,好似一層厚厚嘅幕布罩住佢;但而家,一線光穿透呢層陰暗嘅幕布,指引佢向主──同時亦係審判者──上帝。 一種對**神性**及其一切完美屬性的強烈**感受**在他心中被激起,無可抗拒地瀰漫整個靈魂。herein lies the foundation and the possibility of a future life of spiritual grace。

罪惡以往令人生於盲目、麻木同大意之中。當恩典生效嗰刻,呢層三重的、石化咗嘅殼就從佢曾經捆綁嘅靈魂上脫落。人而家清楚**咁見到**自己內心**所有嘅醜陋**,唔止見到,仲要**感受得到**。
與此同時,佢哋會意識到自己處境嘅危險,開始為自己感到恐懼,亦都**擔心**自己嘅命運。唔單止怯懦籠罩住佢哋嘅靈魂,佢哋對神所負嘅責任感,亦令恐懼、痛苦、憂慮同羞愧深深地刺入佢哋嘅心。**佢哋嘅良心不斷噬咬住佢哋**。

但喺同一時間,佢又體會到按神嘅旨意生活嘅甘甜。

佢感受到罪惡人生徹底嘅無價值,對呢種充滿邪惡嘅人生充滿厭惡,就好似一望無際嘅惡海;同時佢又預見到,喺而家以內在之眼所見到嘅善嘅領域入面,藏住喜樂同安慰。佢將呢個視為應許之地,一個最幸福、最安全、遠離一切動盪嘅地方。

正正就係呢個預嚐,係罪惡之魂入面一種現象,係人靠自己嘅努力根本做唔到嘅。呢啲就係上帝嘅祝福,係祂嘅權能所賜。淨係諗住同實際經歷係唔同嘅。上帝親自引領人嘅靈入祂嘅府庫,畀佢嚐到嗰啲祝福。

留意神呢個善行喺靈魂脫離罪惡領域嘅路上有幾咁重要。呢股充滿恩典嘅激動同埋佢嘅力量,就係要將人從罪惡嘅枷鎖中拉出嚟,並將佢擺喺善與惡之間嘅無所謂點。

我哋意志嘅天秤,以前先向一邊傾,再向另一邊傾,而家要保持平衡。但係,除非罪人獲准喺
,即使係預先嘗到善嘅甜美,否則呢個平衡唔會出現。

如果呢樣嘢唔俾,咁罪惡嘅甜美,因為已經熟悉,就會比良善更強烈咁吸引佢,而佢嘅抉擇就會永遠偏向後者,就好似冇咗恩典嘅推動去立志改變人生嗰樣。因為呢個係一條普遍嘅法則:*ignoti nulla cupido*——即係話,未知嘅嘢,人唔會渴望。

但當佢喺滿有恩典嘅感動中,嘗到善嘅甜美,嗰時善亦都開始以一種已經體驗過、認識同感受過嘅事物,吸引佢。天秤得以平衡。人就有完全嘅行動自由。

因此,好似閃電一閃,呢個人內心同身邊嘅一切都畀呢份神聖嘅啟示照亮。喺短短一瞬間,佢嘅心靈重返嗰個原本因罪惡而被逐出嘅秩序;佢重新被納入受造之物嘅連鎖,重返嗰條佢因罪惡而自願割斷嘅紐帶。

正因如此,這份恩典的行動幾乎總以一陣驚嚇和一瞬間的震撼為標誌,就好似一個沉浸在深思熟慮中、行色匆匆的人,被一聲突如其來的大喊「停下!」嚇到。若從心理學角度來看,這狀態無非是靈魂的覺醒。

其實,我哋嘅靈本性就係要感知神聖同一個更高嘅世界或秩序,將人提升到超越一切感官之上,帶佢進入純粹嘅靈性領域。但喺罪惡嘅狀態下,我哋嘅靈會失去力量,同魂融合,再透過魂同感官融合,以至似乎完全消失喺感官入面。

而家,藉住恩典,靈魂被從嗰度拉出嚟,好似擺喺燈臺上咁,放喺我哋內在嘅聖所入面,照亮嗰度所有存在同可見嘅嘢。

靈魂喺恩典充滿嘅覺醒中被安置入去嘅狀態,好似好多自然狀態,但係絕對唔可以混淆。

喺恩典嘅狀態入面,人會發現自己處於一種痛苦、憂傷,對自己同處境唔滿意嘅狀態;但呢種唔同於悶。悶冇特定嘅對象:人只係感到壓抑同傷心,唔知點解或者為咗乜;相反,喺恩典嘅狀態入面,就有一個特定嘅憂傷對象,就係:對上帝嘅冒犯同對自己嘅玷污。

前者係情感嘅,後者係靈性嘅;前者令人生痛、陰沉同沮喪,所以人哋先會講:「憂鬱會令人窒息」,而後者則能振奮同激起靈魂。

喺我哋普通嘅日常生活入面,有好多咁模糊嘅渴望,每樣都有佢自己嘅微妙之處。當中,對天上故鄉嘅渴望、對一切受造之物嘅不滿足感,同埋靈裏嘅飢餓感,特別值得留意。呢啲就係我哋靈魂自然嘅流動之一。當情慾逐漸平息,靈魂就發出自己嘅呼聲——喺心入面清楚地回響——反抗被囚禁喺壓抑同羞辱狀態之下,質疑點解唔俾佢得到應有嘅滋養,反而要受飢餓折磨。

呢種係對祖國嘅渴慕,係使徒甚至喺萬有之中都聽到嘅一聲嘆息(羅馬書8:22)。然而,即使係呢種渴慕,都同充滿恩典嘅激動唔一樣。佢係我哋靈魂自然嘅動盪或功能之一,本身就軟弱而無果效。

恩典的激動臨到他,賦予他光彩和活力。

當恩典激動時,會令心靈破碎,良心深處的刺痛醒覺;然而這與我們日常生活中對錯失的普通自責——無論大小——截然不同。我們說錯話或做錯事,或者如人所說,令自己丟臉時,就會折磨自己;即使如此,我們仍然會說:

「噢,我真係好丟臉!」但呢種感覺同而家喺靈裏面聽到嘅良心聲音完全唔同。嗰度,人只係諗住自己同自己嘅暫時處境;相反,呢度佢哋完全忘記咗自己同所有暫時嘅嘢,只見到被冒犯嘅神,同埋佢哋自己同祂之間被破壞咗嘅永恆關係。

嗰度,人為自己同世俗嘅規矩辯護;呢度,就為神嘅旨意同祂嘅榮耀。嗰度,人因喺人前丟臉而憂傷;呢度,就因喺神面前丟臉而憂傷,而人同成個世界都唔再理會。再者,嗰度嘅憂傷毫無盼望,而呢度則有少少安慰。因為喺嗰度,佢所有嘅依靠都寄託喺自己同其他人身上,當呢個基礎崩潰,佢就無處可投奔;但係喺呢度,一切都來自上帝,佢唔會預期上帝會拒絕佢,反而將所有希望都放喺上帝身上。而我哋一般嘅良心痛楚都模仿真正良心嘅運作:可以話佢哋都係良心嘅行為,只不過係扭曲咗、被貶低咗嘅良心。

連同靈一齊,佢都由原本嘅高處——屬靈嘅領域——跌落嚟,淪入心靈同肉體嘅掌控;佢只係去服侍塵世嘅目的,可以話變咗一個世俗嘅良心,對人嘅冒犯感受得比對上帝嘅更深。

當被恩典激動時,心靈會獲得對另一個更美好、更完美、更喜樂生命嘅感覺;然而,呢種感覺同經歷光亮嘅　　衝動同最崇高嘅志向(可稱之為思想嘅流動)覺醒嘅人所經歷嘅情況截然不同。呢啲現象相似之處在於,佢哋都令一個人超越一般事物嘅次序,向所啟發嘅目標邁進;但喺方向同目的上就大相逕庭。後者引向某個模糊嘅領域,而前者則將人轉向上帝,指出喺祂裏面嘅平安,並賜予其預嘗。

前者嘅目標係與神同在,享受永恆嘅喜樂;後者所想嘅雖然肯定係偉大同特別,但講到頭來,只得一個「某樣嘢」嘅概念,無更多可言。

但係,佢哋之間最明顯嘅分別,就係後者斷斷續續,又各自為政:靈魂喺一個人度因為一個方面而激盪,喺另一個人度又因為另一個方面而激盪;前者就唔同,佢全面包攬整個靈魂,並透過指向目標,令靈魂得到滿足,或者喺呢個秩序中預嚐到完全滿足嘅滋味。

靈魂最高嚮往嘅浪潮,就係人內裡神嘅形象嘅殘餘——一個破碎咗嘅形象——所以佢哋表現得好似被打散同散落嘅光線。呢啲光線要被收集到一齊,集中喺同一個焦點,咁先會喺焦點度形成一條熾熱嘅光束。

就係呢種,可以咁講,靈魂光束嘅集中——呢啲光束本身係合一嘅,但喺多面嘅靈魂入面被打散——先至產生嗰種激發佢同點燃靈性生命之火嘅恩典,帶領人唔係去冷漠嘅沉思,而係去一種賦予生命嘅熱誠。

呢種靈魂嘅聚集,就喺對神聖嘅體認入面匯聚:生命嘅種子就喺度。大自然都係咁:生命唔會出現,直到佢嘅力量以分散嘅方式運作;但一到至高無上嘅力量將佢哋凝聚,一個有生命體——例如一棵植物——就會即刻誕生。靈魂亦都係咁。

只要佢嘅願望係零散咁爆發——呢樣喺度、嗰樣喺度,各行其是——就冇生命可言。但當至高無上、神聖嘅恩典之力,一邊活化靈魂,一邊將所有願望凝聚喺一齊,並維持住呢個合一——咁,就有咗靈命嘅火焰。

憑呢啲徵兆,就好容易將充滿恩典嘅高揚狀態同一般人靈性生命入面嘅普通現象分辨出嚟,唔會將兩者混淆,最緊要係唔好錯過呢個機會,好好用嚟成就自己嘅得救。對於嗰啲上帝嘅恩典係喺佢哋未作任何努力、亦無特別強烈嘅情況下就臨到佢哋嘅人嚟講,呢點尤其重要。

人唔可以忽視呢種靈性激動嘅狀態,但係好可能冇俾佢足夠嘅關注,經歷過之後又再跌返入靈魂同身體平時運作嘅循環入面。呢種激動並唔係完成咗罪人嘅歸化工作,只係開始咗;之後就要自己去操練——呢個任務非常複雜。

不過,所有呢啲都係喺自由嘅兩個階段入面發生:第一,向自己嘅一個動作;第二,由自己向神嘅一個動作。喺第一階段,人重獲對自己嘅主權;喺第二階段,佢哋就將自己獻畀神做燔祭——自由嘅燔祭。

喺第一階段,佢下定決心撇棄罪惡;喺第二階段,佢向神更靠近,並立誓終身只屬於祂。

向罪惡告別並將自己奉獻給神嘅攀升

邁向決志棄罪的攀升

無論恩典係自動臨到一個人,定係有人去尋求同獲得——恩典喺第一次作用之下,令到人處於嘅狀態喺兩者情況下都一樣。

被感動嘅人,因恩典而處於罪惡與美德之間嘅中間狀態。恩典將佢從罪惡嘅枷鎖中解救出嚟,剝奪咗罪惡

強迫佢違背自己意願行事嘅能力;但恩典並冇將佢移往善嘅一邊,只係令佢能夠體會到善嘅優越同喜悅,並伴隨住一種應該站喺善一邊嘅義務感。

人而家正正企喺兩個十字路口之間,面前擺住一個決定性嘅抉擇。埃及嘅聖馬加利奧斯話,就算係臨到佢(人)身上嘅恩典,都唔會以強迫嘅方式綑綁佢嘅意志,亦唔會令佢無論願唔願意,都喺善方面變得不可改變。

相反,神賦予人嘅力量會畀自由留有空間,好等人的意願可以顯露,無論佢係同意恩典定唔同意都好」(《講道詞1:論守心》第12章)。

由呢一刻開始,自由同恩典嘅結合就開始咗。恩典完全係照佢自己嘅意思行事——而且繼續完全係照佢自己嘅意思行事。恩典只有喺人透過自己嘅意志,為佢開路,或者張開口去接受佢,先至會入到人嘅裡面,開始佔據靈魂嘅能力。如果一個人渴慕它——就的幫助下,它已經預備妥當。人無法在自己裡面創造或建立善,但人要渴慕並為之努力;為了這份努力,恩典會加強人所渴望的善。一切都會以這種方式持續,直到人最終為了行善與討神喜悅而完全掌握自己。

一個人喺自我提升嘅努力,或者要作出決心嘅時候,要做嘅嘢,其實同我哋平時決定去做任何一件事或努力一樣。通常,一旦有咗去做某件事嘅念頭,我哋就會因為慾望而傾向呢個念頭,移除障礙,然後作出決定。同樣道理,要下定決心過一個基督徒嘅生活,都要:a)被慾望所吸引,b)移除形成呢個決心嘅內在障礙,c)作出決定。雖然恩典嘅作為會激起靈魂嘅警醒狀態,但佢對改變人生嘅提示,仍然只係一個意念,儘管係多啲定少啲清晰罷了:

「我唔應該放棄罪惡嗎?」或者:「我一定要放棄。」從睡夢中醒過嚟嘅人會知道係時候起身,但要真正起身,就要付出特別嘅努力,同用身體各部位作出具體嘅動作。你要繃緊肌肉,將身上所有蓋住嘅嘢拋開,然後起身。

所以,當你感受到自己內心深處有呢股充滿恩典嘅激動,就要趕快屈服你嘅意志,順從佢嘅要求;向佢嘅提示低頭,承認你呢個要向神交帳、污穢不潔嘅人,絕對要改過自新,並且**要即刻**開始行動。

對於一個已經尋求到滿有恩典的幫助,並現今感受到其同在的人而言,此等渴望必定與生俱來——它已經在所有前述的勞苦中引導了他;但在此,其構成或其完善之中,亦有某種新元素被加入。存在一種心智上的渴望:心智提出要求,個人則迫使自己;此等渴望主宰了預備性的勞苦。

有同情心嘅渴望;佢係喺恩典滿溢嘅激動影響下產生。最後,有積極嘅渴望——意志同意喺此刻就開始起身,從跌倒中站返起身;呢個渴望而家要喺恩典滿溢嘅激動之後成形。呢個就係被呢股激動所觸動嘅人嘅第一項任務。

眾所周知,被激勵嘅人唔一定會即刻開始改變人生變得更好,就好似唔係每個人一醒就即刻起身,可能仲會再瞓返幾次。

呢股充滿恩典嘅激動,一方面令一個人處於輕鬆同充滿活力嘅狀態,另一方面又提出相當嚴苛嘅要求。若果有人而家更傾向前者,可能會任由思緒飄散,過早沉溺於人生嘅歡愉,好似已經擁有咗本應屬於自己嘅一切。

呢種自我放縱嘅懶散,令你無法好好留意已經發生嘅事,而隨之而來嘅內心分心,好快就會令一切熱度消散——既有利嘅時機,又錯失咗當時嘅心境。

又再次陷入平時嗰種懶散,令自己無法自制。另一方面,若果一個人較偏向第二種,就可以喺某程度上擺脫呢種拘束,就好似細路仔因為繃帶太緊,就直接將已經長好嘅傷口上嘅繃帶拆咗。

咁做嘅時候,一個人為咗驅走佢認為嘅陰鬱念頭,就轉去搞啲睇落無害嘅消遣——傾偈、睇書;另一個人則檢視起嚟呢種壓抑嘅感覺,想搞清楚點解會咁,又係點樣嚟嘅。

喺外面嗰度,外來嘅印象;喺呢度,審視嘅侵蝕作用,都掩蓋咗內心已經發生嘅有益改變。因此,呢個人最終都滑返去佢平時嗰種一成不變嘅懶散。

睇落本不應該係咁,但事實就係咁,因為就算係蒙賜嘅衝動,都有唔同嘅程度,而佢哋出現嘅環境,可

能令到內在顯現嘅重要性同價值畀掩蓋。
智慧本身都容許呢件事發生,去考驗人嘅自由意志。所以我哋講:一旦你感受到呢股激動嘅恩典,並且認清就係呢個——冇其他嘢——就要趕快將你嘅意志交託畀佢嘅感動。而要做到呢點:

a)

用單純嘅心相信呢一切都係上帝嘅恩典,上帝親自呼召你歸向祂,親自走近你,喺你心靈深處帶來救贖嘅改變。

b) 信咗之後,唔好畀呢份上帝恩典嘅作為白白流逝。只有呢股感動先畀到你力量去戰勝自己。一旦佢過去咗,你就冇辦法靠自己去戰勝自己。至於佢會唔會再嚟,你就唔知。可能呢次憐憫嘅行動係最後一次向你顯示。之後,你會變得心硬,由嗰度跌入絕望同無望嘅狀態。

c)

盡你所能,勤力努力,維持你所處嗰個得救狀態。就好似可燃物如果長時間擺喺火焰面前,唔單止會變得溫熱, ,甚至可能着火;同樣,如果你繼續留喺恩典嘅影響之下,對過住恩典生命嘅渴望自然會被點燃。

d)

所以,要消除一切可能熄滅呢個初生火花嘅事物,並用一切可以滋養佢、令佢變成火焰嘅事物圍繞自己。退入孤獨,禱告,並喺心裏反思下一步點做。
嗰套已經訂好嘅生活、追求同埋勞作嘅秩序──而你喺追求恩典嘅過程中,都逼自己去遵守──就係最有助於維持已經開始生效嘅恩典。當中最緊要嘅,就係獨處、祈禱同反思。獨處令你嘅心思更集中;祈禱令你嘅虔誠更深;反思令你嘅思考更有效。
同自己理性辯論;重溫你之前為咗驅走盲目、麻木同懶散而收集嘅所有思緒。依家呢三樣嘢可以唔見啦,但你要即刻點燃開始呢份工作嘅渴望。將你所有嘅努力都集中喺呢件事上。依家你嘅自我反思唔會再似以前咁。冇咗刺激,佢通常都會飄到一大堆空泛嘅大原則度;
而家就唔同啦,模仿並受聖寵指引,佢會將所有嘢直接同你自己講,唔會有任何藉口或離題;佢會用最有可能影響到你嘅角度向你呈現事物。所以,喺呢種情況下,你唔會係咁反思,而係由一個感覺移到另一個感覺。

正正就係喺呢個靠恩典自我完善嘅過程中,嗰句只可由獨一無二嘅神同你自己聽到嘅話,最終會喺你心入面講出:「咁就真係時候啦;所以我而家就開始。」好明顯呢個係一個結論;但係究竟係按咩規律同根據咩前提推導出嚟,冇任何科學可以釐定。
雖然之前所有論點都可以好清晰咁理解,但未必能夠達到結論。甚至有啲人用口講呢啲論點講得咁有力量,靠佢哋嘅影響,有成十幾、幾十、甚至幾百個人都去到嗰個結論,但對佢自己嚟講,心入面都未曾講過一次。
亦無人能說出喺呢度起作用嘅係恩典定自由──因為恩典嘅作為往往無人發覺,而自由嘅一切努力卻都徒勞無功。兩者以一種我哋無法理解嘅方式結合,但同時各自依然保留住本性。
可以咁講:自由係主動投降(交出、*付出──編者*),而恩典就接受並滲透佢。所以先有「好啦,我哋開始做啦。」呢種渴望嘅力量。

最後,人轉向咗善,準備踏上呢條聖潔嘅道路,準備行啲討神喜悅嘅善工;但就喺嗰刻,心入面潛藏嘅整個邪惡深淵被塵土般攪起,再次努力想將整個靈魂覆蓋。
喺興奮同衝動嘅嗰刻,罪惡保持沉默,好似發生嘅事同佢冇關;但而家,當人想將佢踩喺腳底下,佢──就好似聖約翰·克里馬克斯所講嘅「千頭怪獸」──就會對呢個出謀劃策嘅人發出一萬聲吶喊。
就好似一個人醒咗之後,只係諗住起身,身體一切都仲好平靜。但一真係開始起身,輕輕郁下肌肉,身體入面嗰啲酸痛──之前完全冇煩到你──就會即刻冒出嚟,向你抗議。
同樣地,對於已經回應恩典呼召的人,罪惡的痛苦會一直沉默,直到他屈服為止;但是一旦他下定決心去行動,所有這些軟弱就會發出強烈而令人不安的警報。
一個又一個念頭,一個又一個動作,接二連三地淹沒呢個可憐人,將佢拖返後,無序咁攻擊,從四面八方圍住

佢嘅靈魂,將佢拋入佢哋嘅混亂之中。
一個人所有嘅美好,好似只係掛喺一條絲上,而佢自己隨時都準備好斷開拴住佢嘅嘢,再度跌返入嗰個佢曾經想逃離嘅環境。
唯一拯救佢嘅,就係嗰陣靈光一閃時嘗到嘅甜美、解脫同喜悅,同埋佢喺心底默忖「好,就係而家開始」嗰刻所感受到嘅力量。
任何見過細細嘅火花喺煙霧中四處飛舞,卻依然保持獨立;或者見過一塊細細嘅木屑被洶湧嘅水流拋起──有時向上,有時向下,有時向右,有時向左──都會認出,呢種景象就好似而家正喺一個人嘅善念身上發生嘅情況。
唔止靈魂動盪,連血液都似乎在沸騰;甚至耳鳴,眼前一片迷霧。唔難明白,呢種動盪唔只源於住喺心入面嘅罪,而係源於一切罪嘅父──魔鬼──當呢個惹事精喺佢嘅領土出現,佢就冇法安寧。
聖提弘說:「當一個罪人被上帝的恩典激勵開始悔改時,他會遇到各種誘惑。當一個人開始接近基督時,撒旦就會追趕他(追逐、*糾纏──編者按*),並分散他的注意力,使他遠離基督,設下各種陷阱。」
喺我哋呢度,人哋成日講啲關於鬼嘅故事──有嚇人嘅,亦有誘惑嘅──話啲人為咗搵到一朵特定嘅花,希望可以搵到埋咗嘅寶藏,就會遇到呢啲事;呢個心理神話最能說明魔鬼點樣千方百計,分散人哋想攞寶貴念珠或者喺鄉下發掘藏寶嘅好意念。

正正喺呢度,人要同自己展開一場激烈嘅鬥爭,好似一場對抗罪惡嘅決定性戰役。喺呢度,佢哋必須堅決制服同擊敗敵人,踐踏呢條蛇,捆綁佢,並耗盡佢所有力量。之後佢哋喺同罪惡嘅個人戰役中所有勝利嘅希望同現實,都係建立喺呢度成功克服罪惡嘅基礎上。
鑑於參與者眾多且各異,要將此處發生的一切都定義清楚,幾乎是不可能的。雖然,這場掙扎的主要要點或階段並不難辨認,但提出這些並非出於求知,而更多是為了幫助仍在掙扎的人。

好明顯,靈魂冇穩陣嘅立足點:佢會動搖(遲疑、惶惑──*編者按*),雖然佢嘅善意仍然完整無缺,並靠住上帝嘅恩典支撐住。
仲有邊個會支持佢,令佢穩定?正正因為咁,佢而家比以往任何時候都需要用盡全力向神呼救,就好似溺水者咁呼救。
仇敵已經捉住佢,想吞噬佢──要呼喊,好似約拿喺大魚肚入面呼喊,或者好似彼得喺淹死嗰陣呼喊。主看見你嘅需要同你嘅掙扎──佢會伸出援手,支持你,並裝備你,好似一位出征嘅戰士。

嗰度就係你嘅依靠!最危險嘅係,靈魂以為可以喺自己入面搵到呢個依靠;咁佢就會失去一切。邪惡會再次勝過佢,掩蓋住佢體內仍然好微弱嘅光,熄滅嗰啱啱先點燃嘅火焰。
靈魂知道自己單靠自己時是多麼無力;因此,對自己一無所求,讓它在神面前卑微,讓它在自己心中化為**虛無**。屆時,全能的恩典就會從這**虛無中,**在靈魂裏面創造萬有。
凡以極度自卑之心,將自己交託於神者,必能吸引祂──那至仁慈者──向自己,並因祂之力而變得強大。

然而,人在自卑自貶的過程中,不可鬆弛了靈命;同樣,將自己交託給神之後,也不可同時陷入懶散。不,一面要將一切盼望寄託於神,一面又要努力行事,盡自己所能,好讓神聖的幫助有地方臨到,神聖的大能有地方彰顯。
恩典已經存在,但佢會因應人嘅努力而動,用自己嘅力量去補足人嘅軟弱。所以,當你以謙卑同禱告嘅心堅定咁順服上帝嘅旨意之後,就要自己動手,唔好鬆懈。

要對抗罪惡,但尤其要對抗罪惡的根源。當靈魂內裡一片混亂,各種念頭如幽靈般籠罩住它,從四面八方射箭直入心扉──所謂的邪惡主要煽動者,就易於分辨。
喺呢大堆小戰士之後,喺最後方,就企住啲主要指揮官,佢哋發出命令,監督所有安排同埋成場戰爭嘅進程。呢啲,本質上就係罪惡嘅根源。所有注意力都要集中喺佢哋身上;要直接對佢哋動手,克服佢哋,並摧毀佢哋。 一旦佢哋被擊敗,嗰啲較低階嘅戰士就會自然散去。

當救主呼召人跟從祂時,就指出罪惡的主要策動者同埋最主要嘅辯護者係邊啲(馬可福音8:34–38)。

「凡想要跟從我嘅人,」佢話,*「就要否認自己」*──即係轉離自己,將自己當成陌生人,唔配得關注同同情,唔值得為自己撐腰。呢點暗示喺一個鍾愛罪惡嘅心入面,一直住咗同佔據住一個相反嘅**態度──自憐**,就係咁。

犯罪嘅人對待自己就好似媽媽對待佢心肝寶貝咁:佢哋好難拒絕自己嘅任何嘢或者違背自己嘅慾望;根本唔可能對自己有任何嚴格要求。

而且,救主命令我哋為咗靈魂得救,要捨棄世上一切:*「人若賺得全世界,卻喪失了自己的靈魂,有甚麼益處呢?*」(馬可福音8:36)。

世界就係一切身外之物:可見、可觸、可感嘅事物。因此,呢種責任就顯示出人心傾向物質、鍾意有形有體嘅嘢,並且對養身同追求可見、可感嘅快樂有一種強烈嘅慾望。

的確,屬肉體**的人有一個特徵**:他對看不見、屬靈的事物毫無興趣,而一切屬肉體的事物卻是再熟悉不過,而且都經過充分的試煉。主於是勸勉我們,要在這行淫犯罪的世界裡,不因羞辱祂。這顯示出,在愛罪惡的心裡,存有懼怕人所想的念頭,因而虧缺了善與真。

所以,人通常都係靠住呢種既定秩序或既定關係嘅不可侵犯性嚟生活;因為咁,佢哋驚顛覆呢啲關係,為咗維持佢哋,寧願犧牲自己嘅良知,都唔想違背人嘅意願、唔尊重人或者惹上麻煩。

呢就係**想討好人嘅心態:**「人哋會點講?如果我要斷絕關係,我應該點做?」呢種罪惡嘅綑綁真係最敏感,因為要打破佢,就要面對喺末日審判時嘅羞辱 :

「凡在这淫乱罪恶的世代中,以我和我讲的话为羞愧的,人子在他父的荣耀里同圣天使降来的时候,也必以那人为羞愧。」(马可福音8:38)

呢段對將來時代嘅最後呼籲,揭示咗罪中之人心裡根本冇對未來生命嘅任何感覺;令人覺得,對嗰個人嚟講,嗰種生命根本唔存在,佢哋完全沉浸喺現世生活入面。事實亦係如此。

人通常喺世上生活,就好似永遠都要留喺度,完全唔理未來;佢哋只識得塵世嘅快樂,所有目標都集中喺一個目的──點樣喺呢度過得好──完全唔諗之後會點。

因此,**自憐、肉慾、想**討好人同**世俗化**(認為人生淨係得地上嗰啲嘢)就係一個鍾意罪心嘅特徵──亦都係罪惡嘅根源同主要支持者。

我哋自己本身都係罪人,本嚟分辨唔到佢哋;如果救主冇指出嚟,我哋肯定係唔會識嘅。但而家佢哋已經被揭示出嚟,好明顯,似乎就係要係咁。人離棄咗神,就轉向自己──並為自我憐憫所懲罰:呢點源於墮落嘅根本本性。

墮落嘅人喺自己裏面已經變得混亂;佢由屬靈跌入屬肉體──並喺肉慾中掙扎。罪惡主要喺罪人嘅社會入面顯現同肆虐,因為嗰度有種種秩序同關係餵養同維持住罪。

當喺呢啲罪惡結構入面,一切都順順利利,嗰就係快樂。但由於呢種情況只喺呢個時代先可以存在,而將來嘅時代要求完全唔同,所以連一絲念頭都冇──佢唔能夠入腦,更遑論喺心入面搵到同情。

所以,就係呢啲罪惡嘅根,喺人準備由罪惡領域向善行踏出一步嗰陣,煽動所有攻陷佢心靈嘅念頭──佢哋激起成群誘惑嘅思想,令佢混亂、驚恐,並阻撓佢前進。

自憐嘅聲音大叫:「呢種生活算乜嘢?前面只係無止境嘅勞碌、艱辛、悲傷同清貧;就好似赤腳踏緊荊棘──隨時都會受傷!」**情**慾又出聲:

「放棄呢樣嘢,同埋嗰樣嘢;唔好做呢件事,同埋嗰件事──總之,所有令我感到愉快嘅嘢都要放棄,淨係專注於靈性!」

「佢好抽象、枯燥、唔滿足、冇生氣。」**「人哋會點講**?佢哋會覺得好奇怪,開始避開我;但我都要斷絕兩邊嘅關係——咁之後點算?仲有,呢邊都會有仇恨。」

呢個就**係想討好人嘅**呼聲。但係,**世俗化嘅**呼聲係咁講:「將來,當然會嚟──邊個會反對呢?──但係佢仲好遙遠;咁我 interim

期間要點樣生活?其他人唔都係咁樣過……我哋識得呢種塵世生活,但另一種又點?呢樣喺我哋掌握之中,但嗰樣喺邊?」

的確,當一個人開始為主作工時,所有這些都會向他發聲反對。如果這些只不過是短暫的念頭,那還好;但事實並非如此:它們滲入靈魂深處,猛烈地擊打並拉向自己,就好似有人用鉤子鉤住活生生的肉,向外拉扯一樣。人該如何是好?

幫助近在咫尺……你只要稍為努力──就能克服,但要明智地努力。正如所講,當你透過謙卑地順服上帝的旨意,以及恩典全能的運行,在禱告中站穩了根基:a)

要趕快將呢啲念頭逐出你嘅心靈;透過刻意嘅自我克制,將佢哋從你嘅意識中驅走;將佢哋逼返去原本出現嗰個隱藏處,並令你嘅心回復平靜;因為你嘅心未平靜之前,你無辦法再做其他嘢。

為此,一開始就對佢哋一丁點都唔好理會,更唔好同佢哋對話,就算係爭拗都一樣。一班冇教養嘅人,如果你一開始就對佢哋嚴厲,佢哋好快就會散;但如果對一個人講一句居高臨下嘅說話,跟住對第二個人、第三個人又咁講──佢哋就會撈到膽,更加堅持佢哋嘅要求。

同樣地,如果你容許誘惑嘅念頭喺你心靈逗留片刻,佢哋就會變得更加頑固,更何況你同佢哋傾偈。但如果你一開始就透過堅強嘅意志、斷然拒絕,並轉向上帝,佢哋就會即刻退去,令你嘅心靈保持純淨。

b)

但就算呢隊黑暗嘅惡念大軍已經被驅走,就算心入面再次平靜,靈魂都變得輕快──都要記住,其實為呢個目的,乜都未真正做到。呢班敵人仍然生住。

佢哋只不過係被趕出我哋嘅注意力,甚至可能故意潛伏埋一邊,等喺一個有利嘅時機突然發動攻擊,好令佢哋更加穩陣咁攞返上風。唔可以,無論如何都唔可以喺呢度停低;否則,既無寧靜亦無成功。佢哋一定要被處死,誘出嚟,喺自我犧牲嘅祭壇上宰殺佢哋。

所以,當你再次以禱告的心向神同祂的恩典降服之後,就呼召出每一樣引誘你犯罪的誘因,並努力將你的心從它們轉向它們的對立面── ──如此,它們就會從你心裏被隔絕,並必然枯萎。

為此,要盡情放縱健全的理性,並讓你的心跟隨其腳步。在真理的啟迪和秘密運作的恩典的幫助下,讓你的理性:a) 首先展示這些,可謂地獄孽種的全部醜陋;同時敦促你的心對它們產生**厭惡**; b)

然後,讓理性生動地描繪出他們將你推入的危險,並指出他們是再邪惡不過的敵人;你呢,就要激起你心裡的**憎恨**; c)

然後,就讓理性向你充分展示:佢哋阻擋你進入嗰種生命,究竟有幾咁美好同甜蜜;以及擺脫呢班暴君後嘅自由,有幾咁迷人。而你,心入面已經對佢哋生咗厭惡同仇恨,就要努力咁,好似鹿仔尋水咁,轉向嗰種生命。咁樣,就一定可以達到理想嘅效果。

呢個計劃好簡單,但呢件事未必可以咁快完成。呢度只係指出推理要轉向嘅重點;至於推理嘅過程──點樣引領佢同帶佢去到目標──就要靠每個人自己去掌握;對於有洞察力嘅人嚟講,一個有效同強大嘅念頭會喺某個方面顯現出嚟。

不過,要明白,推理只不過係一個槓桿;真正嘅關鍵係心入面嘅改變。可以咁講,一旦心入面出現咗所講嗰啲改變,就等於我哋已經達到咗目標。

呢個努力係瓦解意志過程中最重要嘅一環。要全力以赴,堅決唔退讓,直到心靈喺呢啲反覆曲折中去到極限;而呢啲極限就係對罪惡衝動嘅抵抗──呢啲本性同罪惡最根本嘅要求背道而馳。

因此,必須嚴苛地鞭策自己,直到**自憐之情被**對自己的**冷酷**無情所取代,並產生一種渴求苦難、渴望折磨自己、耗盡肉體與靈魂的慾望;

直到,取替咗**想討好人嘅**慾望,一方面會對所有唔健康嘅習俗同埋交往**產生厭惡**,對佢哋抱住一種敵意同埋煩躁嘅抵抗;另一方面,**又願意將自己**置於一切不公同埋人嘅指責之下;

直到,取而代之對純粹物質、感官同可見事物嘅**喜好**,反之對呢啲嘢產生**厭惡**同憎恨,並開始追求同嚮往精神、純淨同神聖;

直到,心靈不再**沉溺於**世俗──將生命與快樂僅限於塵世──反而充滿了**身為異鄉人的**感覺,並以天上的家

園為唯一嚮往。

當呢啲心態形成,罪惡嘅一切根基就會被動搖。罪惡會失去佢嘅穩固性同決定力,而呢股力量就會轉到人本身。罪惡會被驅逐出體外,變成一種外在嘅存在。由嗰刻開始,佢只係一種誘惑,而唔係一種決定性嘅力量。只要有需要,只要激起對佢嘅反感,就可以將佢驅走。

由此可見,現正所描述的努力具有多麼重大的意義:藉此,一個新的自我在我們裡面被塑造,對邪惡抱有堅決的排斥,並轉向良善——在意志上發生一個轉捩點,結果是我們內在的一切都要重新排列。

呢度係一個已經企喺罪惡領域邊緣嘅人——佢同光明、自由同至福之地之間,冇嘢可以阻隔。枷鎖已經斷咗;靈魂感到輕快同喜悅;佢準備好向神飛升。但係敵人嘅狡猾仲未用盡。

佢仲留咗支箭,等到最後一刻先用。就喺靈魂即將撐盡最後力氣,踏出放縱罪惡領域嘅最後一步嗰陣,一聲淒婉嘅呼喊吸引咗佢嘅注意:「再等一日就夠啦;聽日你就可以跨過呢條界線。」

無論係因為喺之前嘅掙扎入面,靈魂已經疲憊不堪、渴望休息,定係因為罪本身嘅本性如此,都只係得呢個聲音被聽到。

呢度冇人反對善,只係一聲哀求——想稍為舒緩一下積壓已久嘅緊張感。呢聲呼喊係最具誘惑力嘅:敵人好似喺我哋一邊,懇求我哋可憐可憐自己;但如果你對呢聲呼喊、對呢個建議稍為妥協,你就會失去所有已經獲得嘅嘢。

啲被逐出嘅罪惡煽動者會用某種秘密方法潛入心靈,喺我哋唔知情嘅情況下同佢通姦——然後破壞同打亂所有已經計劃好嘅嘢,等到人醒返過嚟,就發現自己又返去舊路,好似從來都冇試過自我改革一樣。

寒冷、懶散同不行動又再次佔據佢,令佢要重新開始,重做所有本以為已經完成嘅事。

所以,唔好輕視呢個睇落微不足道嘅要求:佢睇落好細微、好無足輕重,但實際上佢就係一切邪惡嘅精髓;佢係奴役偽裝成自由嘅誘人面目,係掩藏住無法調和嘅敵人嘅阿諛奉承式友誼。

要用盡你所有力氣去憎恨佢,一旦你察覺到佢——佢閃得就似閃電咁快——就要即刻抹去佢嘅蹤跡,連一絲痕跡都唔留。回到你原本嘅狀態,並下定決心永遠保持住嗰份內外嘅張力。

當你亦擊敗呢個敵人之後,你仍會係一個堅定嘅「

」勝利者,因為你已經掌握咗自己;你將會成為自己嘅完全主人。

因此,在恩典激勵之後,人類自由所面臨**的首要**任務,**就係向內自返**,而呢個過程透過三個行為完成:a) 向善傾斜——選擇善; b) 移除障礙,斬斷綑綁人於罪中嘅枷鎖,將**自我憐憫、討好他人嘅慾望、對感官享樂嘅偏好**同**世俗化**逐出心靈,取而代之以自律、對感官嘅冷漠、甘願承受各種恥辱嘅心態,並以異鄉人嘅身份,將心靈放喺將來嘅時代; c) 最後,佢受到啟發,即刻踏上行善之路,完全唔放縱自己,而係保持一種持續而適中的緊張狀態。咁樣,靈魂入面嘅所有動盪都會平息。被如此激發,並已從一切枷鎖中解脫嘅佢,以全副準備嘅態度對自己講:「*我起身,就走。*」

由呢一刻起,靈魂就有咗**一個新嘅動向——向神而行**。征服咗自己、掌握咗所有情緒嘅表現,同埋重獲自由之後,佢而家要將整個自己作為祭品獻畀神。呢就意味住任務只完成咗一半。

向神奉獻自我的誓言的曙光

一旦下定決心棄絕罪惡,似乎一切都已經完成,只剩付諸行動。誠然,可以付諸行動;但這會是怎樣的活動,又會懷著怎样的精神?那個人只不過仍然專注於自己身上。

如果佢哋由呢個出發點開始行動,就會係憑自己、為自己而行,雖然係以道德為名。呢種就係自私嘅、異教式嘅道德觀。有啲人話佢哋做好事就係為咗做好事——因為人性尊嚴要求,或者因為如果唔咁做就顯得卑鄙或者唔明智。

所有呢啲行善者都顯示出,佢哋內心嘅道德人格尚未成熟:佢哋雖然返頭向自己,但冇由自己向神行出,亦冇將自己獻作祭品——因此,佢哋只係行到一半。人類自由嘅目的唔係自由本身,亦唔係人,而係神。

上帝在自由中,將祂神聖權威中的一部份賜予人,但條件是人要憑着自己的自由意志,將自己作為最完美嘅祭品獻上畀祂。所以,如果你已經戰勝咗自己,就去將自己獻上畀上帝。當你犯罪嘅時候,你唔單止迷失咗自己,而喺迷失自己嘅同時,你亦都離上帝更遠。
而家,從罪惡的捆綁中歸回,你已經勝過自己,就將自己歸還給神。似乎從自我轉向神,本不應該是一件困難或複雜的事,就好似由西向東轉身一樣。
但係,向神靠近嘅罪人,肯定唔係同神獨立對立嘅人,亦唔係好似冇咩後果咁隨便向神靠近。唔係,佢就好似一個逃走嘅奴僕返去見主人,或者一個有罪嘅人喺君王審判官面前現身。
所以,人要帶住一種能被接受嘅態度去親近。喺人與人嘅關係入面,主人會接納認錯嘅僕人,君王亦會赦免認罪者,因為當佢哋親近主子嗰陣,會承認自己嘅罪行,真心悔改,並誠懇承諾從此以後要行正路。

同樣道理,適用於罪人歸返上帝。只要佢 a) 承認自己嘅罪,b) 真心悔改,c) 立誓唔再犯罪,就會獲得上帝嘅接納。呢啲就係與上帝真心和好嘅關鍵行動,亦係新生命穩固、達到完美同確保堅守其要求嘅基礎。
浪子返嚟佢阿爸度,就話:「*我要講:我犯咗罪*」──對罪嘅覺察;*「我唔配」*──自我定罪;*「只得做你嘅仆人」*──立志做工(路加福音15:18–19)。所以,返轉頭歸向神嘅時候:

a)

認清你嘅罪。當你下定決心要棄絕罪惡嘅時候,你已經知道自己係罪人;否則,又點需要計劃人生嘅轉變呢?但係當時呢種罪性只係以模糊嘅形態向你顯現。
而家你要確定究竟邊啲係罪,罪到幾深──要清楚、分明,好似逐條數出嚟咁,連所有可以減輕或加重你行為罪惡程度嘅情節都一齊計埋。用嚴格同公平嘅判斷,嚴肅檢視你整段人生。

為咗呢個目的,你一方面擺出上帝嘅律法,另一方面擺出你自己嘅生命,睇吓佢哋喺邊度一致,喺邊度唔一致。
你可將自己嘅行為同律法作比較,睇吓有冇合乎律法;或者將律法攞出嚟,睇吓喺你生命中係咪已經成就咗。為咗確保喺呢件重要嘅事上唔會遺漏任何一樣,最好跟住某個次序。
坐低回想你對上帝、對鄰舍、對自己嘅所有責任,然後喺呢啲方面檢視你嘅一生。或者──逐條檢視十誡同八福,連埋佢哋所有嘅含意,睇下你嘅生活有冇符合 。
或者──讀《馬太福音》入面嗰幾章,嗰度有救主闡述咗具體嘅基督教律法;仲有聖雅各伯宗徒書信,同聖保祿宗徒書信嘅最後幾章,嗰啲章節就總結咗基督徒應盡嘅本分,例如:
《羅馬書》第12章、《以弗所書》第4章,等等。後者特別重要,因為它們闡述了基督教生活的精神。這股精神在聖約翰神學家的一書中亦有清楚而強而有力地表達。
讀完呢啲,就要檢視自己嘅人生,睇吓有冇跟足呢啲。或者,最後,就攞咗懺悔嘅次序,用嚟檢視自己嘅行為。要將你嘅人生同行為,唔只當做一個人嘅作為,而要當做一個基督徒嘅作為,而且要喺一個特定嘅階級同處境入面。

透過如此檢視你的一生,無數的行為、言語、思想、感受和不法的慾望將會被揭露──本不該做但卻被允許的事──本該做卻未去做的事;而按律法所行的一大批事,最終都會被證明沾染了不純的動機。
當呢啲全部加埋一齊,可能會發現一個人嘅一生,淨係得唔善嘅行為。喺認清自己罪性嘅第一階段,最緊要嘅係要準確界定自己嘅行為。
就好似一份服務紀錄要數目精確咁,每個人都要喺腦海中同樣精確咁想像自己嘅行為清單──包括所有時間、地點、人物、障礙等等嘅情況。如果我哋嘅自我檢視仍然毫無成果,就係因為我哋只係做咗啲籠統嘅概覽。

不過,人唔好喺呢啲瑣碎細節度糾結,而要繼續喺罪惡嘅道路上行得更遠,或者更深入咁探索罪惡嘅心。喺我哋嘅行為、言語、私念、慾望同感受之下,其實藏住一啲心裏面嘅常態,而呢啲就係我哋嘅本性。
有啲行為係偶然發生,有啲係由心底湧出嚟得咁勁,我哋根本擋唔住;仲有啲係不斷重複,好似自己成咗一

條律法。呢種檢視會令我哋發現心入面藏住啲咩衝動,並引發一個持續嘅內在驅力,想付諸行動。
呢就係罪惡傾向嘅精髓。透過揭露佢哋,我哋就可以將心靈嘅結構,同埋各種傾向嘅數量同互動關係,一覽無遺。

一旦如此,連主宰一切的首席情欲都無法隱藏。眾所周知,一切罪惡的根源是自愛。自愛生出驕傲、貪婪和慾望,而由這三者衍生出其他所有情欲,其中八種被視為主要,其餘派生出的則難以枚數。
每個罪人都有呢啲情慾──有啲已經付諸行動,有啲仲喺萌芽階段──因為喺每個犯罪嘅人入面,自我之愛──所有情慾或罪惡傾向嘅種子──主宰住佢哋嘅一切。
但唔係每個人都會同時以同等程度表現出嚟:有人以驕傲為主;有人以感官慾望為主;有人以自私為主。而自負嘅人唔排斥感官享樂──但就算佢哋其實唔係幾享受,都無所謂。至於自私嘅人,就對自己評價好高──但為咗利益,佢哋偶爾要委曲求全,都無所謂。 而享樂主義者鍾意快感──但就算要付出代價,都唔算係好大損失。因此,每個人都有一個主導嘅慾望。其他所有慾望都留喺陰影裏,受制於佢,唔敢違抗呢個主導嘅慾望。
所有已經被一個人所認識的傾向和惡習,都以某種特定激情為背景,並受其激發。正是在這一點上,一切邪惡的根源──自愛──在該人身上最充分地顯現和體現。對自身罪性的覺悟,必須以對此的承認為歸宿。

咁,到最後,你就會認識到你罪惡嘅根源,同埋佢即刻衍生出嚟嘅枝枒──你嘅各種傾向,仲有佢更進一步衍生出嚟嘅枝枒,你嘅無數行為;你會將你罪惡嘅完整歷史喺腦海中想像出嚟,就好似一幅畫咁。

b)

認清自己嘅罪性之後,唔好淨係做個冷漠嘅旁觀者,而要努力激起相應嘅救贖性**真誠悔改心志**。你可能會以為一旦認清罪惡,呢啲感受就會自然湧現,但實際上往往並非如此。
心因罪惡而變得麻木。正如一個勞工因工作而長出繭一樣,犯罪的人亦都如此,他將自己賣入罪惡的苦差──挖出蒺藜並以之為食。正因如此,在此亦必須自我努力,激起悔改的感受。

人係透過對罪惡嘅**罪疚**感同埋對自己罪行無法交代嘅感覺,先至會產生呢啲悔改嘅情緒。罪疚感就喺認清罪行同埋悔改情緒之間,而佢本身就係由**自我責備**而嚟。

所以,首先,要開始**責備自己**──並且真係去做。將其他一切都放一邊,只留你同你嘅良心,喺全能全知嘅審判者──上帝面前。
你要坦白承認,你知道嗰件事係錯,但仍然想要去做;你本可以克制自己,卻冇用自律去做好事:你嘅理智同良心都反對,雖然有重重障礙,但你依然無視所有警告。對每一個罪行都要咁做。
你會看見,每一宗罪都係出於自己嘅自由意志,係完全意識到佢嘅罪惡性,甚至仲要努力克服各種障礙先做到──而你嘅良心會逼你無條件咁承認自己嘅罪過。
罪惡之心可能會開始編造藉口──無論是天性軟弱、性格剛強、種種機遇,抑或日常生活中的壓力──都不可聽信它們。
呢啲嘢可能令你對罪嘅慾望更強,但冇人可以強迫你同意犯罪──呢件事永遠都係出於自由意志。如果你話:「我唔想」,所有誘惑就會停止!
要對抗呢啲*想淡化你罪過罪責嘅嘗試*,就要更深入檢視你嘅個人處境:你係邊個、喺邊度、幾時同點樣犯罪,好去揭示喺你同你嘅處境入面,呢個具體罪行究竟有幾罪惡──
喺呢一切之中,你會見到唔係用嚟開脫嘅理由,而係令你罪責更重嘅因素。 自我控訴的過程,其限度ialah一種無可逃避的罪惡感──心靈在此狀態下承認:「我無法辯解──我罪惡昭彰。」

喺呢個向良心自責嘅過程中,人會一件件承認自己嘅罪,然後講:「我犯咗呢樣罪、嗰樣罪,同埋第三樣罪;我犯咗所有嘢,我對一切都感到有罪。」──
佢哋會接納自己嘅罪,並開始感受到呢啲罪以全部重量壓喺佢哋身上。承認自己嘅罪時,人可能仍然會覺得呢啲罪存在喺自己之外;
但喺呢個定罪嘅過程中,佢哋會好具體咁喺我哋心入面顯現,並且壓得我哋喘唔過氣,而正正因為我哋對佢哋冇任何藉口,所以更加壓得我哋好緊。到咗呢一步,罪人除咗可以講:「**我真係可悲!**嗰啲唔好,呢啲就係邪惡;唔好嘅係,同埋存在我入面嘅,都係我自己嘅錯。」之外,仲有咩可講?

一旦一個人喺心入面講:「我真係可憐。」痛苦嘅悔罪感就會一陣接一陣咁湧上心頭。
佢**感到好羞愧**,竟然墮落到咁卑鄙嘅行為;佢**好痛苦**,因為放縱自己,屈服於邪惡嘅慾望;**佢好心痛**,因為自己淪落到咁道德敗壞嘅地步;**佢好驚**,因為冒犯咗上帝,令自己喺今生同永恆中都處於咁危險嘅境地。
呢啲感受一浪接一浪,令到佢好似喺火海中燃燒。佢覺得自己懸喺深淵邊,喺感受中跌落被社會遺棄嘅人嗰種境地。
呢種絕望嘅痛苦會演變成一種絕望感。而正正就係呢個時候,絕望嘅魔鬼有時會攫住呢個罪人,低聲細語:「*因為你被拋諸一旁,你嘅罪責*更加深重。」

每個罪人都會或多或少經歷呢啲感受。唔使為佢哋存在而後悔;相反,人應該渴望佢哋存在,並令佢哋變得更強烈。一個人越因佢哋而燃燒,火焰越猛烈,就越具救贖性。正正係呢股火焰嘅力量,就係未來懺悔嘅基礎。 正正係呢度,心先至體會到罪惡嘅果子有幾咁甜美,亦正因如此,先有力量去背棄佢嘅誘惑。

c)

懊悔嘅感受明顯有侵蝕作用。有句話甚至能刺入靈魂與靈、骨節與骨髓之內,並且審判心裏的思念和意念。但神恩典喺人身上造成呢種感受嘅目的,並唔係單純要摧毀,而係要透過摧毀舊嘅事物去創造新嘅。呢份新生命係由一絲希望播種,呢份希望係來自可以將一切都修正過嚟嘅可能。只要開始去做,就可以糾正一切錯失,恢復所失去嘅;只要付諸行動就得。好似由懊悔嘅感受直接跳到一個誓言:「所以我懺悔棄絕罪惡,並應許遵守神嘅誡命,事奉獨一無二嘅神。」
但作出呢種誓言嘅人,一方面要肯定自己嘅過去過失可以獲得赦免,另一方面又要肯定自己可以獲得所需嘅力量,去堅持呢個誓言。
正因如此,向主立志事奉的行動,乃是建立在對祂憐憫的信心,以及從上而來的幫助之上;而這信心,源於對我們救主──主──的信仰。藉着祂在十字架上,我們罪惡的記錄被撕裂;祂升天之後,*就「藉着祂神聖的大能」*,將*「一切關乎生命和敬虔的事」*賜給我們。
(彼得後書1:3)。冇咗呢種信心同佢所帶嚟嘅盼望,被沉重嘅悔恨折磨嘅人就會行埋猶大嗰條路。就係喺嗰陣,救主嘅十字架先真係成為人嘅錨點!
佢就好似懸喺深淵之上,為自己嘅罪行陷入痛苦嘅懊悔,佢將十字架視為唯一嘅救命稻草;佢用盡所有信心同盼望去緊抱住佢,並從中汲取力量去完成佢嘅誓言。就好似一個溺水者緊緊抱住一棵樹,咁樣悔改嘅人就緊抱住基督嘅十字架,深感自己再也不會滅亡。
我哋一般都知道主喺十字架上死亡嘅大能,但係經歷過呢種痛苦認罪嘅人先至真係感受到,因為十字架已經成為佢生命嘅一部分。

所以,當你被悔恨感折磨,又在絕望中動搖,向你那渴望已久的誓言邁進時:

a)

首先,要急忙重燃對救主基督被釘十字架大能的活生生信心。眾人的罪都釘在十字架上,因此你的罪亦都釘在上面。重燃這份確信,喜樂就會吹入你的心,當這信心一被點燃,就會升為盼望。

b)

再加上一個堅定嘅信念,你一旦領受聖事,就會獲得完成誓言嘅力量。冇人會被拒絕領受。正因如此,主先預備咗佢哋,好讓佢哋得以賜予。呢個信念會激發你自己嘅力量,令你準備好喺呢種幫助下勤力工作。
冇咗上面嘅幫助,誓願又點可以成立?但另一方面,如果連立誓嘅諗法都冇,呢份信心又點會嚟?呢度係一種互相作用。

c) 當呢種信心同埋準備好嘅結合喺你心入面出現嘅時候,就立個誓言──一生都去事奉獨一真神。呢個出自真心、憑信心向我哋主耶穌基督作出、並誠懇發聲嘅誓言,會驅散一直籠罩住你靈魂嘅一切黑暗,照亮你內在生命嘅每一個層面,同埋你外在生活嘅各個秩序。
呢度就係你同神喺基督耶穌裏面心靈嘅約定。所以,喺呢個行動入面,你以前嘅決心就真正帶有基督教嘅特質。

宣誓嘅過程標誌住罪人向主嘅贖罪旅程達到咗巔峰。依家佢淨係得幾步就到,就可以同嚟迎接佢嘅主相見。
父親見到浪子返嚟,就攬住佢頸項,親佢,作為完全赦免嘅象徵;跟住就替佢換上乾淨嘅衣衫,為佢擺咗筵席。a) 上帝喺懺悔聖事中,向懺悔者賜予完全赦免;b) 喺聖體聖事中,祂賜佢力量,並畀佢享用筵席。

在懺悔聖事中,天主賜予真心悔改者完全的赦免

一旦罪人決定由今以後事奉那獨一真神,就必須趕快領受懺悔聖事。其必要性之大,若沒有此聖事,以往所作的一切不但仍屬不完整,而且將毫無價值地化為烏有。
佢所有嘅份量、意義同力量,都只係嚟自呢個聖事。正因如此,喺冇懺悔聖事嘅地方,就冇人能夠真正以基督徒嘅方式生活。

(a) 使呢個聖事變得必要嘅第一點,就係內在活動總體上嘅不堅定,以及其中嘅模糊同不穩定。我哋嘅思想,喺腦海入面嘅時候,其走向多變、次序混亂、運動不穩——呢點唔單止喺主題未清晰嗰陣係咁,就算我哋已經徹底討論過,都一樣。但係一將佢哋寫低落紙,佢哋唔單止會排得有條有理,仲會得到明確嘅釐清同確認。
同樣地,人生若只係喺心入面諗住改變,就仍然好唔肯定同唔穩定,當時構想出嚟嘅人生形態都好唔穩定同模糊。當罪人喺教堂承認佢嘅過失,並立誓要改過自新,呢啲改變先至喺懺悔聖事中獲得堅實嘅基礎。溶咗嘅蠟冇定型;但當佢倒入模仔或者蓋上印章,就會成形。同樣,我哋嘅內心都要蓋上印章,先至可以成形。呢個就係透過懺悔聖事完成:聖神嘅神恩喺度為佢蓋印。

b)
人從神嘅靈領受屬靈生命。聖靈嘅恩典住喺我哋裏面,開始喺我哋裏面生活同行事,並照着聖靈帶來生命。喺悔改嘅人身上,佢到而家都係由外面行事:由外面感動佢,由外面觀察所有內在嘅糾正動作並協助佢哋;但佢未曾深入,亦未曾安居。
呢樣嘢係由聖神喺告解聖事(第一次歸向主嘅人,就係洗禮)入面成就。就好似一個渴到乾嘅人飲咗凍水之後感到清新同有力,同樣,一個喺懺悔之火中燃燒嘅人,喺告解聖事入面,會收到一個確定嘅「
」——一種既能撫平佢嘅悲傷又能強化佢嘅力量。

c)
使懺悔聖事特別必要嘅,一方面係罪過嘅本質,另一方面係我哋良心嘅本質。當我哋犯罪嘅時候,我哋以為唔單止外面冇留下任何罪嘅痕跡,連自己心入面都冇。
同時,罪惡會喺我哋內心同外在留低深深嘅痕跡——喺圍繞住我哋嘅一切事物上,尤其喺天上,喺神聖公義嘅命定之中。喺犯罪嗰一刻,就已經喺天上決定咗罪人變成咗點:喺生命冊上,佢被列入被定罪者名單——因此喺天上被捆綁。
直到佢喺天上嘅被定罪者名單上被抹去,直到佢喺嗰度獲得赦免,天主嘅恩寵先會降臨喺佢身上。但天主卻喜悅,使天上嘅赦免——即喺天上被定罪者名單上嘅抹去——要視乎地上因罪惡被捆綁者獲得赦免。
所以,你要領受懺悔聖事,好令你獲得完全赦免,並喺你心內為恩典之靈開路。
我哋嘅良心,而家已經被淨化,重拾咗對道德秩序嘅敏感同洞察力,除非我哋堅信自己已經獲得咗寬恕,否則佢永遠唔會畀我哋安寧。喺我哋日常生活嘅常態入面,良心就係咁:佢連畀我哋去見冒犯咗嘅人嘅機會都冇,除非我哋確定對方已經原諒咗我哋。
但一講到上帝,佢就更加洞察入微。雖然當一個人起身作出堅定嘅誓言嗰刻,佢會有一種肯定,知道自己同上帝已經唔再對立;但呢種肯定——因為係自己造出嚟——唔能夠持久,好快就會畀懷疑動搖:
「呢樣嘢真係咁,定只係自欺欺人?」呢個疑問會喺心入面播下焦慮,而焦慮就會導致鬆懈。結果,一個人

嘅人生就會同時缺乏堅定同秩序。
所以,人要親自在神面前聽見普世赦免的應許,好等最終因信靠神的大憐憫而得著肯定,然後就能夠喺呢個信心裏面,更加堅決同穩固咁行。去吧,認罪吧──你就會從神那裏得著赦免的保證。

人要為救恩的懺悔作好準備。凡是到目前為止都已經照所講的去做的人,就已經準備妥當。那麼,就懷著虔誠的信仰,繼續前行吧!

a)

當你已堅信此聖事之必要性,就應前來領受──不是當作人生改變的附帶或簡單習俗,而是以完全的信心,視為你作為罪人唯一可行的得救之路;
如果你迴避呢個聖事,你就會繼續被定罪,並因此失去一切憐憫;除非你進入呢個醫治室,否則你無法恢復你靈魂嘅健康,仍會像以前一樣病態同受困擾;除非你經過懺悔嘅門,否則你無法見到天國。

b)

懷住呢啲信念,喺你心入面重新點燃對呢個聖事嘅渴望。唔好當佢係犧牲嘅地方,而係當佢係祝福嘅源頭。凡係能夠 vividly 想像到透過懺悔喺我哋心入面所結嘅果實,都唔會唔努力向佢邁進。一個人去到嗰度時,全身都係傷口,頭到腳都冇一處好地方;但返到嚟時,卻處處康復,生龍活虎,對未來嘅苦難充滿安全感。
佢帶住沉重嘅負擔去──過去罪惡嘅全部重量壓住佢,折磨佢,剝奪佢所有嘅平安──但佢離開嗰度時卻鬆咗一口氣,歡欣雀躍,心情愉快,因為佢已經攞到一張普世嘅赦免狀。

c)

任由羞愧同恐懼籠罩──就咁樣啦!正正因為呢個聖事會令人產生羞愧同恐懼,先至令人咁渴望;羞愧同恐懼愈大,救恩愈深。渴望呢個聖事嘅時候,就要渴望更大嘅羞愧同更大嘅顫慄。
有邊個決定要接受治療,會唔知道治療會痛?佢哋知道㗎,但係決定接受治療嗰刻,就同時決定要忍受嗰啲痛苦,希望可以康復。
當初你被悔恨之情折磨,努力想親近上帝嗰陣,你唔係講過:「我乜都肯受,只求你憐憫、赦免我!」?而家就照你嘅心願成真咗。唔好畀而家你嘅羞愧同恐懼打亂你──呢啲都係為咗你好先有呢個聖事。
經過佢哋嘅淬鍊,你嘅品格會變得更堅強。你已經喺懺悔嘅火中唔止一次被淨化──而家再淨化一次啦。當時你係喺上帝同自己嘅良心面前獨自被淨化,但而家要喺上帝所派嘅見證人面前被淨化,作為對嗰次私人淨化誠意嘅見證,或者補足佢嘅不完善。
將會有審判,並帶來絕望的羞愧與恐懼。忏悔時所經歷的羞愧與恐懼,就贖了那時將要面臨的羞愧與恐懼。如果你不願意面對那一切,就忍受這些吧。而且,忏悔者越是經歷深切的焦慮,忏悔後所獲得的安慰就越豐盛。
正正喺呢度,救主真係顯現畀人,做疲倦同有重擔嘅人嘅安慰者!真心悔改同認罪過嘅人,係憑自己嘅親身經驗知道呢個真理,而唔係淨係靠信心去接受。

d) 然後,再次回想你所犯嘅一切罪過,並更新已經深植於你心內嘅誓言,決不再犯,激起你活生生嘅信心,相信自己正喺主面前,祂接納你嘅認罪,並將一切都講出嚟,唔好有任何一樣重壓住你良心嘅嘢畀你藏住。
如果你帶住想羞辱自己嘅心嚟,你就唔會隱瞞任何嘢,而會盡量充分咁表現出對自己犯罪傾向嘅羞愧。咁樣做會令你嘅心靈得安慰。
人要確定每一宗已懺悔的罪都已從心中驅逐出去,而每一宗被隱瞞的罪則仍留於其中,並帶來更重的譴責,因為帶着那傷口,罪人本已接近那位全能醫治的醫生。隱瞞罪過,就好比用敷料遮住傷口,卻 unaware 那傷口正折磨並困擾着他的靈魂。
在聖德蘭娜(Theodora)的傳記中,講到她忍受試煉時,她的惡毒控告者們在他們的記錄中根本找不到她所懺悔的罪行。天使後來向她解釋,懺悔會從所有記錄罪行的地方抹去罪過。
無論在良心之書、生命之書,或是在這些邪惡的毀滅者那裡,都再也找不到那人的記錄──懺悔已抹去這些

記載。所以,將一切壓在心頭的重量,毫無保留地傾訴出來。
承認罪過要到一個地步,好讓屬靈父親能夠準確咁了解你,咁佢先可以看見你嘅真實樣貌,喺賜予赦免嗰陣,先可以赦免你,而唔係其他人;當佢講:「赦免並赦免呢位懺悔者所犯嘅罪過,」 —喺你入面就冇嘢唔包括喺呢番說話之下。對於嗰啲喺長期犯罪生活之後第一次準備領受懺悔,並喺懺悔前同佢哋嘅靈性導師傾談,將佢哋整個罪惡人生嘅全史講畀佢聽嘅人嚟講,係做得好嘅。咁樣做就唔會喺懺悔時因為混亂而忘記或者遺漏任何嘢。
要盡力確保罪過完全坦白。主賜予赦免的權柄,不是無條件的,而是在悔改和懺悔的條件下。如果條件未達成,可能會出現當靈性父親說「我赦免你、解除你的罪罰」時,主卻說「但我定你罪」的局面。

d)

懺悔而家完咗。靈性父親拎起聖帶,蓋喺懺悔者個頭,放手喺上面,為所有罪行宣佈赦免,喺頭頂畫十字符咒以作印記。喺嗰一刻靈魂入面發生嘅事,只有真心懺悔過嘅人才知道。
恩典的河流由頭湧入心房,並以喜樂充滿它。這並非出自人──也不是出自懺悔者,也不是出自賜予赦免者:這是主──靈魂的醫治者與安慰者的奧秘…
有時,有人會清楚喺心入面聽到一聲神聖嘅話語,成為佢哋未來努力嘅力量同靈感來源。呢就好似救主基督賜畀一個加入祂旗下作戰隊伍嘅人嘅靈性武器。
凡被認為有資格聽到如此言語的人,就應該將它永遠珍藏在心,作為安慰與鼓舞的源泉;作為安慰,因為當主樂意以對話的方式與罪人交流時,就清楚顯示懺悔已被接納;作為鼓舞,因為在誘惑的時刻,只要稍加回憶,就能從中汲取力量!
戰場上嘅士兵係點樣振奮自己去作戰?就係靠指揮官嗰番說話入面最具震撼力嘅一句。呢度亦都係咁。

e) 咁就一切都完結晒…

而家只剩低要喺神面前感恩祂那難以言喻的慈愛,並親吻十字架和福音書作為立誓的記號──堅定不移地行在福音所鋪設的道路上,透過自我十字架,跟隨福音所描述的救主基督的腳蹤,在祂溫柔的軛下,
呢個承諾而家已經由你自己承擔。做完呢件事之後,就平靜地離開,堅定咁照你所承諾嘅去做,記住由今以後你會被你自己嘅言行所審判。立咗誓就要守;用聖事封印咗,就要更加忠信,免得再次淪為踐踏恩典嘅人。

g)

如果你嘅屬靈父親畀你懺悔功,就歡喜咁接受。如果佢冇畀,就要佢畀。呢樣嘢唔單止係你踏上嘅好路徑嘅指引,仲係喺你新嘅生活方式入面,對抗外面人針對你嘅敵意行動嘅保護同盾牌。
以下係君士坦丁堡宗主教(耶利米──編者)喺佢嘅《答復路德宗派》入面,對呢個議題所寫嘅內容:「我哋會喺賜予罪得赦嘅同時,配以懺悔,係有好多正當理由嘅。」
首先,好讓罪人喺呢度自願受苦,就可以喺將來嗰度免受嚴厲嘅被迫懲罰,因為冇嘢比受苦更能安慰主,而自願嘅受苦就更加如此。正因如此,聖格里高利先話眼淚會獲得對人類嘅慈愛作為回報。
第二,好令罪人內心嗰啲引致罪惡嘅肉體慾望得以根除,因為「以類治類」。第三,好令懺悔成為靈魂嘅枷鎖或繮繩,防止佢重返啱啱先由 淨化嗰啲罪惡。
第四,令我哋習慣於勞苦同忍耐,因為美德係勞苦嘅果實。第五,好讓我哋可以睇到同知道,懺悔者究竟係咪真係痛惡罪惡。」

凡係有人照規矩完成呢個全程嘅靈性醫治,並且──最重要嘅──毫無保留咁承認佢哋嘅罪,就會好似犯罪者喺審判台接受審訊後返到神嘅殿咁,喺度佢哋聽到嘅,唔係死刑判決,而係赦免同贖罪嘅宣告, —佢哋懷住對靈魂救主最深切嘅感恩,堅定咁決心將餘生獻畀祂,遵守祂嘅誡命,對以往嘅罪惡深惡痛絕,並有抑制唔住嘅渴望,想將舊日邪惡生活嘅一切痕跡抹去。
得着赦免嘅人,會喺心入面感到自己唔係閒置無為,而係有一種特別嘅力量降臨喺佢身上。
神聖嘅恩典,以往只係喺外面幫助佢戰勝自己,而家喺「我原諒並賦予許可」呢句話入面,已經走入佢心靈深處,同佢嘅靈魂融合,並充滿咗佢一份熱誠同激勵,令佢從此以呢份熱情同幹勁,去完成佢嘅工作同職責,

直到生命嘅盡頭。

懺悔者領受聖體聖事

在浪子回頭的寓言中,父親在接納了返回家中的兒子後,先是俯身下拜、親吻他,以示完全赦免,然後便命人替他換上新衣,並準備一頓歡慶的筵席。
父親嘅心唔止於單純嘅寬恕;佢決心要向仔保證佢哋已經和好,並且更熱烈咁表達呢場悲傷別離後重聚嘅喜悅。父親嘅愛賜予咗連仔都未曾想像過嘅禮物。有邊個罪人喺獲得完全赦免之後,仲能期望有更大嘅恩典呢?
然而,佢亦被邀請去主餐,喺嗰度主親自畀佢食祂嘅肉、飲祂嘅血。呢就係對悔改罪人慷慨嘅巔峰;但呢個唔係過份,而係同主重聚嘅必要條件。

基督徒嘅生命就係喺主耶穌基督裏面嘅生命。信徒穿戴基督,並靠祂而活。得水洗之後跌倒嘅人會失去呢個恩典;佢要從跌倒中站起,歸回主前,再次成為配得──而呢個配得係透過聖餐得著嘅。
*「凡食我肉、喝我血的人,就常在我裏面,我也常在他裏面。」*主如此說(約翰福音6:56)。在此,在悔改的靈魂中,就有在基督耶穌裏面的生命之開始。主說,祂是葡萄樹,信祂的人就作枝子(見約翰福音15:4-6)。枝子若不連在葡萄樹上,就不能自己存活;信徒若不與主連合,也不能真正活著。除了這葡萄樹以外,別無真生命。凡不連於它的,都是死的。所以,凡想要真正活着的,必須被接枝在上面,領受從它來的生命之汁,並以它為養份而活。
呢個接枝喺聖餐入面發生:基督徒就同主合而為一。當主只係引領罪人走向完全嘅悔改時,祂只係喺心門敲門;但當喺痛悔同認罪中打開咗嗰道門,祂就入嚟,同領受聖餐嘅人一齊分享主嘅筵席。

而家一個人重生咗。佢開始咗一種全新嘅生命。生命冇咗食物就無法繼續,而且一定要食啱嘅食物。而呢種食物就正正係主嘅身體同寶血。佢自己講過:*「我嘅肉係真實嘅食物,我嘅血係真實嘅飲品。」*
(約翰福音6:55)。已經開始新生命嘅人,就必須用呢啲嘢嚟滋養呢個生命。尤其喺初期,即係新生命最初、所謂「蠕動」嘅時候,更加要領受呢個食物。有話講,第一口食物會影響身體生命嘅性格,之後就會成為身體嘅常態需要。咁,悔改者嘅生命應該有咩性格呢?
一個以我哋主耶穌基督為中心嘅生命。佢嘅常態需要係乜嘢?就係與主交通嘅需要。所以,喺呢個生命嘅一開始,佢就應該趕快領受基督嘅身體同寶血,好似為咗為與基督和諧嘅生命奠定基礎,並且透過呢個領受,點燃對與祂持續交通嘅活潑渴望。
一旦嘗過呢種天上嘅嗎哪,體會到佢嘅甘甜,就忍唔住愈嚟愈渴慕、愈嚟愈渴渴想呢種交通。

所以,你因悔改而蒙恩得完全赦免,就當領受聖體聖血,以使你內在得以完全更新。

毋須為此訂立任何具體規則。悔改者已然具備一切所需,自然而然便可領受聖體聖事。凡為罪憂傷並已懺悔者,就已準備好領受此大聖事。
使徒冇再多講其他嘢;佢只係話:*「人要自省,然後先食呢個餅、飲呢杯。」*(林前11:28)可以咁講:有就保持住,冇就唔好再失去──就係咁簡單。

按我哋既定嘅慣例,告解同聖體聖事之間唔會隔好耐:大部分只係隔咗晚上、朝早同埋禮儀嗰段時間。喺呢啲時候,要小心保持喺告解後由教堂帶返嚟嘅寧靜心態,並將佢應用喺領聖體時同主嘅交通上。

a) 保持專注,心境寧靜。要防範分心同煩亂嘅憂慮;將一切都擺開,向內轉,同主──祂就要嚟到你面前──單獨相處。擱置所有飄忽嘅念頭,專注默想獨一無二嘅主,以無分心、出自肺腑嘅禱告向祂祈求。

b) 如果你嘅心思放唔到喺呢個念頭上,就用反思聖餐本身嚟佔據佢;為免佢走得太遠,就用主同聖使徒關於呢

個聖禮嘅說話去約束佢。

c)

當你默想主或聖使徒的任何一句說話時,從中汲取教導,並為懺悔祈禱作好準備。當祈禱開始時,就俯伏在主面前,只要祈禱持續,就不可停止。

d)

晚上就喺呢啲工夫度過,直到訓着。朝頭早會嚟。一醒返,首先重燃你對呢個為你而來嘅新日嘅偉大覺知。但唔好心浮氣躁,唔好畀太多嘢分散你嘅注意力,只記住同你同在同住喺你入面嘅嘢。要保持警醒!仇敵會用各種方法引誘你,想令你嘅靈陷入邪惡嘅狀態,或者分散你嘅思緒,或者令你對某件事感到憂慮,或者令你對某件事心存不滿,或者對某人產生不悅。當你向主禱告嘅時候,要留心自己,你就可以避開呢啲絆腳石。

d)

進入教堂時,要心存敬畏,好似身處錫安山嘅上房,主喺嗰度畀聖使徒領聖餐;要比唱詩同誦讀經文嗰陣更加專注,將所有心思都放喺體會到係主親身為你預備呢頓救恩嘅筵席。

(e)

咁做嘅時候,要加強你對主同救主親身喺聖事入面真實臨在嘅**信心**。憑住呢份信心,諗住主好似已經向你走嚟,**謙卑**咁呼喊:*「主啊!我唔配你入到我屋企。」*(馬太福音8:8)

由呢份謙卑,轉到一**種**孝順**嘅敬畏**——唔係阻嚇你,而係帶嚟虔誠嘅謹慎。

既然主親自邀請並命令你親近,就要預備好以**信心**、渴望和**渴慕**的心親近,如*鹿渴慕溪水,*並確信自己會領受主 Himself,以及祂裡面隱藏的生命的豐盛。

由呢個唔會令你蒙羞嘅盼望出發,再次向自己呼召,預備好去迎接主,更熱誠咁點燃你心裏嘅**痛悔**,並更新**你嘅承諾**,就算要捨命都要遠離罪惡。

g)

努力喺整個禮儀期間企住,由呢種心境轉到另一種心境,並以呢種虔誠嘅精神最終走近主嘅聖爵;見到佢時,向嚟到你面前嘅主致敬,張開口同心,謙卑而敬畏咁,同宗徒多默一齊呼喊:*「我主我神!」*(若望福音20:28)。光榮歸於祢,天主!光榮歸於祢,天主!光榮歸於祢,天主!

以如此心態領受主聖體,並於領受後離去時,你會心裏感到:真言……領受神聖恩典,因為我並非孤身一人,而是在與你同在,我嘅基督——那照亮世界的三日光明。

從此以後,你開始在你的內心裏面承載基督。所以,你要非常小心,用各種方式安撫祂,並保守祂在你裏面。基督若在你裏面,誰能抵擋你呢?至於其餘的事,你都能靠那加力給你的主去做。

呢個就標誌住基督徒屬靈生命塑造嘅完成。呢位基督徒自墮落之後,再次轉向事奉上帝。

呢個就係成個歸信嘅過程!呢度用一段咁長嘅敘述,係為咗令到人可以更清晰咁睇到,歸信者要透過自由同恩典嘅互動,所追求嘅各個階段。所有講過嘅嘢,都喺每個歸信者身上發生,但係點樣發生同埋到咩程度,就要視乎每個人同佢哋嘅處境。

對有啲人嚟講,整個皈依過程只係幾分鐘嘅事;喺呢段時間,佢哋被激動、悔改,並升到決心嘅狀態。屬靈現象係即時發生。不過,呢種皈依嘅例子好罕見;大部分時候,皈依唔係一次過完成,而係逐步進行。

雖然內在嘅改變本身係剎那之間完成,但唔係隨時都可以達到,有時要經過一段好長嘅自我約束先得。所以對有啲人嚟講,完全嘅改變要幾年先完成。最容易停滯嘅關口,就係要犧牲自我愛,例如克服障礙或者抵抗犯罪嘅誘惑、喺懺悔嗰陣,等等。

最終要達到嘅境界係對一切事物完全超脫,並將自己完全交託畀主。由嗰刻起,真正嘅基督教生活就開始,因為嗰時人已經達到目標——喺神入面隱藏。

一切都取決於人對自己掌握得有幾熱誠,同埋對「凡係必要嘅事,都要去做」呢個信念——唔論係而家定係之後,都要去做;其實最好而家就做。咁人就會開始行動,好快就會站穩陣腳。而站穩陣腳,就係悔改嘅主要任務。

基督教生命係點樣喺我哋裏面實現、成熟同變得更強壯

或者換句話講,就係活出一個討神喜悅嘅生命嘅次序

基督徒嘅生命點樣喺我哋裏面成形、成熟同變得更強壯?

我哋要專注喺呢個事實:一個人啱啱由黑暗轉向光明,由撒旦嘅領域歸向神;啱啱踏上條新路,連一步都未踏,
但佢而家熱誠滿溢,願意做任何必要嘅事,去堅持佢已經開始嘅工作,唔想再向以前嗰班主人屈服──就係嗰班將佢哋同神同救主隔離,並引致佢哋走向滅亡嘅主人。

而家問題就出現咗:佢要往邊度去,要做啲乜嘢,先可以達到佢嘅目的地,並且正確、直接、迅速同成功咁到嗰度?追求者要將所有注意力同所有努力都集中喺呢個目標上,而呢個目標就係人類最終嘅目的同救恩嘅建造──與神交通、同佢活生生嘅聯合,並且被認為配得佢嘅同住。
只有當呢個尋索同熱誠嘅靈魂得着神、嘗過佢、並且得着滿足,先至可以安息。所以,對佢嚟講,第一條律法就係:「*尋見主同祂嘅能力;時常尋見祂嘅面。*」(詩篇104:4)
這祝福究竟包含什麼,遠超人的理解。人本身根本不會想到如此崇高的境界。但當神喜悅賜給人這份位份時,人若因不信、不留心,或是在心思中忽略它,甚至在忙碌之中棄絕,都是狂妄的。
*「我要住在他裡面,」*神說,「而且──透過至聖三位一體的各位位格。」(林後6:16)主講到神父和自己時,祂說:「*我們*(父和我)*要到他*(信徒和愛祂者)*那裡,與他同住。*」(約翰福音14:23)　　關於祂自己alone:*「我必到他那裡,與他同住」*(啟示錄
3:20);更清楚地說:*「我喺我父裡面,你哋喺我裡面,我亦喺你哋裡面」*(約翰福音
14:20)。關於聖靈,使徒說:「*神嘅靈住喺你哋裡面*」(羅馬書 8:9)。

應該指出,神住喺人入面,唔係單純嘅心靈層面,好似人對神嘅默想同神嘅恩典咁,而係一個有生命、有活力嘅聯合,前者只係手段。喺神恩典之下,對神嘅理智同心靈嘅追求,為人預備好喺真理中接受神;
呢種結合係喺唔吸收人嘅力量或人格嘅情況下,*神照祂嘅美意喺人入面成就意願同行動*(腓立比書2:13);按使徒所講,*而家唔係人自己活,而係基督喺人入面活*(參見加拉太書2:20)。
呢個唔單止係人嘅目標,亦係神自己嘅目標。凡被造之物都喺神入面,亦因神而存在。自由受造之物被留喺佢哋自己嘅安排,但唔係最終或者永遠咁;反而,呢個係為咗令佢哋都可以將自己交託畀全能嘅神,而唔係喺神嘅國度入面構成一個同神獨立嘅別國。
有人可能會覺得奇怪,既然與上帝的共融已經存在,或已經在洗禮或懺悔聖事中賜予,那為何仍須去達成呢?因為經上說:「*凡是屬於基督的,都已藉洗禮穿戴基督*」(加3:27);或:「*你哋已經同基督一齊死咗,你哋的生命同基督一齊藏喺天主度*」(哥3:3)。
其實,從最簡單嘅理解嚟講,上帝無處不在,*離我哋每一個人唔遠,好等我哋可以搵到佢*(參見使徒行傳17:27),而佢都準備好住喺任何一個準備好接受佢嘅人入面。
只有不肯、疏忽同罪惡令我哋同祂隔離。當一個悔改嘅人放棄晒一切,將自己交託畀神,有咩可以阻止神住喺佢心入面呢?

為咗消除呢種混亂,就必須分辨同神相通嘅唔同種類。呢種相通喺人覺醒嘅嗰刻開始,喺人嘅方面表現為對神嘅尋索同渴慕;喺神嘅方面,就係恩典、幫助同保護。但係神仍然喺人之外,人亦喺神之外;佢哋仲未互相滲透或者進入對方。

喺洗禮或懺悔聖事入面,主透過祂嘅恩寵,進入人嘅內心,同佢哋生動咁交通,並令佢哋得以品嚐神性嘅全部甘甜,
以適合完美者的方式,豐盛而具體地彰顯;但祂又再次隱藏此共融的彰顯,只在偶爾時更新──而且僅以輕微的方式,好似反映而非原本──令人在祂智慧的引導下,直到達到某個成熟或成長的階段,仍對祂及祂的內住一無所知。
然而,之後主就明顯地彰顯祂住在人嘅靈入面,令到嗰個人成為充滿住祂嘅三位一體神嘅殿。

因此,與神交通有三種:一種是屬心靈的,發生於歸正期間;另外兩種則為實際的。然而,其中一種是隱藏的,對他人而言是不可見的,連當事人都不知道;另一種則甚至顯明於人。
第一種交通,最易明白同最常見,喺第二階段甚至第三階段都唔會停止,因為屬靈生命本係一種知性生活;但係喺呢啲階段,佢喺本質上同第一階段有別,而呢種分別,雖然可以用言語表達,但實際上根本講唔出嚟。整個靈性生命,就係由與上帝嘅心靈共融,過渡到一個真實、活生生、可感知同顯而易見嘅共融。

我哋講嘅係一個悔改嘅人──即係話,佢已經真真正正同上帝建立咗交通,雖然呢種交通而家仍然隱藏、秘密,未曾顯露,但佢嘅目標係要達到一種完整、可感知同有形有體嘅交通。
我哋要對呢啲概念作更精確嘅定義,並且要肯定佢哋,因為悔罪者為咗得救嘅所有活動,都必須建立喺呢啲概念之上;
即係話:喺懺悔聖事(或洗禮)入面,恩典以靈魂可感嘅方式下降,但之後會喺意識中隱藏,雖然實際上並冇離開──一直到心靈得潔淨,恩典先會以可見同確定嘅方式灌注。
好明顯,喺呢件事上,只有聖教父先可以做我哋嘅引路人。當中,冇人比佛提基主教聖迪阿多庫斯同埃及聖瑪卡里烏斯講得更好。依家,我哋引用佢哋嘅見證,嚟支持我哋嘅論點。

恩典一旦灌入一個人,就喺佢領受聖事嗰刻開始,就一直留喺佢身上。
聖迪阿多庫斯說:「恩典,自從我哋領受洗禮(或懺悔)嗰刻起,就住喺靈魂最深處……」。再者:「神聖嘅恩典,透過聖洗聖事,同某種難以言喻嘅愛結合,同神嘅形像相似,作為相似嘅憑據。」
聖馬卡里奧斯:「恩典常與人同在,自幼與人聯合並在人心中生根,好似心內自然且不可分割之物,彷彿與人成為一體。」

透過聖事首次臨在,呢份恩典令一個人得以完全分享與天主相通的喜福。
聖迪阿多庫斯說:「全聖靈喺我哋屬靈成長嘅一開始,如果我哋熱誠咁愛神嘅美德,就會賜畀靈魂用所有感官去品嚐神嘅甘甜,令心靈對討神喜悅嘅行為所獲得嘅最終賞賜有準確嘅認識。」
此外:「恩典通常首先以光照照靈魂,使靈魂能豐盛地感知到它。」
恩典呢個有形嘅降臨,最初係用洗禮後七日所著嘅白衣嚟象徵。呢點唔係淨係儀式,由聖徒皈依嘅例子就證明咗:有啲人明顯被光所穿戴,有啲人上有鴿子降臨,亦有人面光照。
不過,一般嚟講,所有真係親近主嘅人,都會經歷到一種靈魂嘅雀躍,就好似主嘅先驅喺施洗約翰嘅母腹中,當神之母──亦即主──行近嗰陣所跳嘅咁。
西默盧和若望(7月21日)的傳記記載,他們見到一位已受洗並領了修道誓願的兄弟被光環繞──而且這光持續了七日。
佢哋喺領受修道誓願嗰陣,已經感受到神喺佢哋心入面有特別嘅作為,所以想永遠保持住呢種狀態,為此佢哋即刻退去隱修──呢種隱修係達到呢個目的最合適嘅苦行方式。

於是恩典就從被拯救者身上隱藏;雖然佢仍然住喺佢入面同埋作工,但係以一種佢完全察覺唔到嘅方式,甚至令佢經常覺得自己被上帝遺棄同定罪,從而陷入憂傷、哀號,甚至輕度絕望。
因此,聖迪奧多古斯(Saint Diadochus)在上述經文之後,繼續寫道:「而且,在之後很長一段時間裡,祂隱藏了這份賜予生命之禮物的珍貴,好叫我們,即使成就了所有美德,仍然認為自己根本一無所有,因為我們尚未將聖潔的

愛化為我們自己的習慣。」

「但係,當我哋喺屬靈嘅爭戰中堅持到底,祂就喺尋求祂嘅靈魂裏面,以一種佢所未知嘅方式,行祂秘密嘅作為;咁,首先,祂可以令我哋──由無知被召到知識──歡喜快樂咁踏上神聖默想嘅道路;其次,喺我哋嘅爭戰中,保守我哋嘅知識免受驕傲嘅侵蝕。」

佢喺其他地方解釋恩典一般點樣運作:「恩典一開始會隱藏佢嘅存在,等待靈魂嘅自由意志;一旦人完全向主轉向,佢就會透過一種難以言喻嘅感覺向心靈顯現,然後再次等待靈魂嘅回應,

同時容許魔鬼嘅箭射入佢靈魂最深處,好等佢用最熱切嘅意志同最卑微嘅態度去尋求上帝……然而,要明白,雖然恩典喺靈魂面前隱藏咗自己嘅存在,但佢仍然以隱秘嘅方式幫助佢,好向仇敵顯示勝利只屬於靈魂。 所以靈魂就陷入絕望、憂傷、羞辱,甚至中等程度嘅絕望之中。

而埃及的聖馬卡里奧斯說:「神恩的威力──那已經賜予人、並常在人裡面的──以及聖靈的恩賜,這恩賜是忠信的靈魂因極大勞苦──經由長久的等待、忍耐、誘惑和試煉──而 deemed worthy 去領受的,是被獲取的。」

意思唔係指最初嘅領受,而係指恩典嘅完全內住同運行。正如佢所講,恩典──帶住極大嘅忍耐、智慧同對心靈嘅奧妙考驗──就會喺一個長期喺各種環境中努力掙扎嘅人身上開始運作。

佢用亞伯拉罕、雅各、約瑟同大衛嘅例子嚟解釋,佢哋領受咗偉大嘅應許之後,就要喺默默無聞中長期受苦,直到最終見到應許成真。

值得留意嘅係,呢種隱藏同察覺唔到嘅狀態唔係一直都咁,有時會因為安慰而散去,不過呢啲安慰同聖靈內住之後所帶來嘅安慰係好唔同。

最後,當呢段與神隱藏相交,以及神在靈魂內工作的時期結束時──其延續不在人手,而係喺拯救人嘅恩典智慧嘅引領之下── **上帝以一種特殊的方式內住於人**, visibly 充滿他、與他聯合並與他交通;這構成了所有苦行和一切人類努力、以及上帝在救恩工作上全部旨意、和每個個人在今生從出生到墳墓所經歷的一切事的最終目標。

聖馬卡里奧斯指出,經過漫長嘅試煉之後,恩典嘅作為最終以豐盛嘅方式顯現,靈魂得以完全被接納為聖靈嘅兒女。

上帝將自己託付於心,人就被認為配得與主同屬一個心靈。根據底阿多庫斯所言,那經得起考驗的人,在各方面都成為聖靈的居所。恩典照亮了他整個存在,賦予他深邃的感受。這項行動在不同的人身上以不同方式顯現或伴隨。

呢兩種與神真正交通嘅方式,就畀最智慧嘅西拉克用嚟形容智慧──其實就係拯救我哋嘅神恩──嘅美好描述:

因為起初,她會同行迂迴曲折的道路,使他心生恐懼和驚駭,並用她的指引折磨他,直到她確信了他的心,並用她的誡命試驗他;但後來,她會喺筆直的路上與他相遇,使他歡欣,並向他揭示她的奧秘。 (西拉書4:18–21)。

因為起初佢會同佢行彎彎曲曲嘅路──即係講,嚴厲、嚴格、無情,好似欠缺咗愛咁。

佢會令佢心生恐懼同驚顫──驚畀上帝遺棄,驚兇狠嘅仇敵暗中埋伏;而據狄阿多庫斯所講,恩典就好似一個將自己藏起唔畀仔見嘅媽媽,嗰個仔因為驚,開始喊住搵媽媽,尤其係見到身邊有陌生人嘅時候。

並透過其指引折磨他──長時間將他置於這獨特的嚴謹訓練之中。根據聖馬卡里烏斯所言:「恩典以各種方式,按其自身旨意並為人的利益,安排一切,使他受許多誘惑和神秘的試煉,等等。」

直到佢心靈深處對佢有信心,並按佢自己嘅規矩去考驗佢──即係話,直到佢帶佢到一個可以完全信得過嘅地步,成為一個經得起考驗、可靠嘅人。

聖馬卡里奧斯說:「當意志經過重重試煉,證明自己蒙聖靈喜悅,並在漫長期間內,展現出耐心和堅定不移;當靈魂在任何事上都未曾得罪聖靈,反而因恩典而與所有誡命和諧一致時,*聖靈就會直接歸返他*──換言之,在分離和遠離之後,聖靈會以一種似乎面對面、公開的方式再次向他顯現。然後,根據聖馬卡里奧斯,恩典

的作為　　在他們身上完全彰顯──他們獲得了完全的收養;
或者,照底亞多侯所講,恩典以一種深邃嘅體認照亮佢整個存在,佢就完全成為聖靈嘅居所:神面嘅光照耀住佢(詩篇4:7);主上帝嚟到,喺佢裏面安家(參見約翰福音14:23)。

*而呢件事會令佢歡喜。「你哋嘅心會歡喜,」*主話,「*冇人可以奪去你哋嘅喜樂。*」(約翰福音16:22)上帝嘅國度就*係喺聖靈裏面嘅喜樂。*(羅馬書14:17)

聖馬加利奧說,照亮一個人內在的光,徹底滲透他的心靈深處,使他沉浸在这甜蜜和愉悅的感觉中,因那溢满心头的爱和他对自己内在所默想的奥秘,而完全忘我。

「靈魂當時就燃燒起來,」聖迪阿多庫斯說,「並懷著一種難以言喻的喜樂與愛,努力要離開身體去見主,好似對這短暫的生命毫不在意。」

而祂會向它啟示祂的奧蹟──神聖智慧的奧蹟、至聖三一的奧蹟,

救恩的建造、救恩的成就、罪惡與美德的奧秘、對理性與物質受造之物的眷顧,以及一般而言,整個神聖秩序,正如聖伊撒伯聖西里西亞在致西默祿的書信中所詳細描述的。

「當心靈得以更新,心志被聖化……就會體驗到對受造之物的屬靈認識;對聖三一奧蹟的默想在他心中光照,連同神對我們的敬畏之目光的奧蹟一同閃耀;然後他就會達到對未來盼望最完美無缺的認識。

呢種人唔使研讀或探究,只係默想基督嘅榮耀,並喺默想新世界奧秘嘅喜悅中享受喜樂。

呢種知識嘅完美係喺接受聖靈之後先到,佢引領我哋嘅靈入到嗰個世界──嗰個秩序或者嗰個沉思嘅領域。」聖靈移去靈魂上嘅面紗,帶佢進入嗰個時代,向佢顯露一切奇妙。

因此,而家好明顯,透過聖事而臨到皈依者身上嘅恩典,會同佢結合,先令佢嘗到喺神生命中嘅滿全甜美,然後又將自己嘅存在隱藏起嚟,似乎令佢要單獨喺勞碌、汗水、困惑甚至失敗中行事;

最後,一旦呢段試煉期過去,恩典就會公開、有效、有力同有形地住喺佢裏面。

問題就出現咗:點解上帝嘅恩典唔係一次過就灌輸到最充實?或者換句話講,點解靈魂同上帝完全共融嘅勝利唔係即刻顯現出嚟?要對抗呢個情況,就要先知道呢個原因,而且要愈成功咁對抗,因為只有消除咗佢,先至可以令恩典完全咁居住喺我哋心入面。

要明白點解會咁,就睇返歸信者嘅內在構成。罪惡攫住一個人,將佢所有嘅注意力、一切嘅渴望同所有嘅能力都吸引到自己身上。

人喺罪惡影響下行事,整個人都畀佢滲透;身體嘅每一個部分同所有能力都習慣咗跟住佢嘅驅動去行事。

呢種由外面強加嘅異質活動,經過長期嘅接觸,已經咁深咁根深蒂固喺我哋身上,以至變成咗一種先天嘅嘢,睇落好似天經地義、無可改變同必要嘅嘢。

例如,虛榮心同心思打成一片,私利同慾望緊密結合,慾望同心緊密結合,自我中心──連同對他人嘅某種敵意──都滲透到一個人嘅所有作為入面。

因此,喺佢嘅意識同自由意志入面,喺靈魂嘅功能──理性、意志同情感──喺身體嘅所有功能、所有外在行動、行為、人際關係、規矩同習俗入面,人完全被罪惡滲透,即係自我中心、慾望同放縱。

聖馬卡里烏斯如此描述:罪惡在墮落之後進入我們,好似完全取了人的形狀,所以人被稱為肉體的人、屬魂的人或外在的人;因此,它就用自己的一部分去裝備我們本性中相應的部份:以心智對心智,

意誌就同意誌,等等;並且,當佢壓抑咗我哋本性功能嘅自然活動之後,佢就將自己嗰啲不自然嘅活動冒充成我哋本身嘅,同時令我哋深信呢啲其實係自然嘅。

喺呢個黑暗之中,喺罪惡嘅軛下,喺撒旦嘅領域裡,住咗所有未得著改變、未曾悔改,同未下定決心喺靈同真理裡事奉上帝嘅人。

已經臨到人嘅神恩──先係透過靈魂嘅激動,然後經過一段得救嘅過程──將人分做佢嘅真我,令佢對呢種二元對立有咗覺知,對乜嘢係唔自然、乜嘢本應自然有咗洞見,並推動佢下定決心,要棄絕或潔淨一切唔自然嘅嘢,好等佢神聖嘅本性喺光明中完全顯現。

但係好明顯,呢個決心只係過程嘅開始。透過呢個過程,人只係憑住意識同意志,由內心主導嘅過去、唔自

然嘅狀態中走咗出嚟,拋棄咗佢,並轉向嗰種預期同渴望嘅自然狀態;然而喺現實上,佢哋嘅整個存在依然同以前一樣,
即係話,沉浸喺罪惡之中,喺靈魂同佢所有能力,同埋身體所有功能入面,慾望都同以前一樣氾濫,唯一嘅分別係以前呢啲都係由當事人帶住渴望同喜悅去想要、去揀同去做,而家就唔係咁,唔係想要,唔係揀,而係憎惡、踐踏同趕走。
喺呢種狀態下,人好似已經走出自己,好似走出咗一具腐爛嘅屍體,觀察邊個部位散發出慾望嘅惡臭;而且,唔係佢哋自願,佢哋有時會聞到自己散發出嚟嘅全部惡臭,甚至到令佢哋神志模糊。

因此,人內裡真正屬乎恩典的生命,起初只不過是一粒種子、一絲火花;但那卻是播在荊棘中的種子,被四面灰燼覆蓋的火花……它仍然是一支微弱的手杖,在最濃的霧中發光。
透過意識同自由意志,人緊貼住上帝,上帝亦接納咗佢,喺呢股有自我意識同自由意志嘅力量──即聖安東尼同大馬卡里奧斯所講嘅心靈同精神──入面同佢合一。而喺人入面,就只有呢啲先係好嘅、得救嘅,同蒙上帝悅納嘅。
其他所有部分仍然受制於奴役,至今既不願意亦無法屈服於新生命的要求:心思無法以新方式思考,仍如舊思考;意志無法以新方式渴望,仍如舊渴望;心靈無法以新方式感受,仍如舊感受。
身體亦然,無論喺佢嘅任何功能上。因此,整個人仍然污穢,只有一個點例外,嗰個點就係由有意識同自由嘅力量──心智或靈魂所構成。
上帝最純潔,並與這唯一的部分聯合;然而其他所有部分都污穢,仍留在外面,與祂隔離,雖然祂隨時準備充滿整個人,但因為那個人污穢,祂便不這麼做……當那個人一被潔淨,上帝就立即顯現祂的完全內住。
西奈的聖格里高利寫道:「如果我們的本性不藉着聖靈得以免於玷污,並且不回復到從前的純潔,那麼,無論在今生或來世,都無法與基督在一個身體和一個靈裡合而為一;
因為聖靈遍照同合一嘅能力,唔會將腐爛情慾嘅破布縫落恩典嘅新衣去補齊佢。」
主不能夠完全住喺我哋入面──居所仲未預備好;恩典亦未能完全倒进去──器皿仲有缺陷。咁做只會徒然浪費同摧毀屬靈嘅寶藏。*光同黑暗有乜相干?基督同彼列有乜相通?*(林後6:14–15)。
而主既然應許要同父一齊嚟,並要建立一個居所,祂就將遵守誡命定為此事的必要條件──當然係所有誡命;否則,就意味住要喺凡事上行義,而冇咗能力之義,就做唔到;而能力之義又冇咗,就因為冇拒絕滲入其中嘅不義,或者冇脫去罪性同情慾。
從某個角度嚟講,以下經文可以套用到呢度:「*我哋若稱與佢有交通,卻仍然行喺黑暗裏,就係說謊,唔實踐真理;但若我哋行喺光中,像佢喺光中,就彼此有交通。*」(約翰一書1:6–7)
呢種黑暗就係情慾嘅黑暗,因為聖約翰後尾喺類似嘅經文入面,用「無愛」同「三種慾望」去代替(約翰一書2:10–
11、16)。相反,光就係美德之光;同樣地,呢都係因為佢後尾嘅著作入面,「光」會畀「美德」所取代。
由此可見,只有當情慾的黑暗被驅逐,美德的光明照耀時,人才能真正安息於與神交通的完美之中;當這些美德好似深植於我們本性,穿戴並滲透我們的各部位,將情慾從其中驅逐並取代,使它們不再僅僅是被反映出嚟,
但係喺嗰之前,同神嘅交通係咁隱藏、咁模糊,甚至好似根本唔存在,而且喺某程度上,必須視佢為唔可靠、唔肯定、唔完整,或者同自己唔一致。

因此,主既然已經同人嘅靈結合,但佢冇即刻完全充滿呢個靈,亦唔住喺入面,呢件事唔係因為佢──佢隨時準備好充滿萬有──而係因為我哋,即係因為我哋本性嘅力量同慾望交織埋一齊,呢啲慾望未被拋棄,亦未畀相反嘅美德取代。
「罪惡嘅慾望,」聖大安東尼話,「唔容上帝喺我哋心入面發光。」(《至善之愛》,第一卷:關於良好道德同聖潔生命嘅教導,第150章)　　咁,如果悔罪者所應追求嘅最高目標係同神完全嘅交通──一種光明而福樂嘅交通──而阻礙呢件事最大嘅,就係佢體內仍然存在同活躍嘅情慾、未能培養美德,同埋佢心智被誤導──咁就明顯啦,佢一悔改,最緊要嘅任務就係根除情慾同培養美德──用一句話講,就係自我改革……

清除一切不對,接納或建立一切正確;驅逐罪惡的慾望、習慣、毛病──即使看似天性──以及其他過錯,無論如何可以原諒;並培養美德、良好品格、原則,以及整體的端正,不可偏廢,
然而,雖然可能一時喪失對最終目標嘅視線,但仍要全心全意咁對抗情慾,同時保持心靈嘅眼睛向住上帝──正正就係呢個要堅守嘅基本原則
。喺構建整個取悅上帝嘅生命秩序時,都要靠佢去衡量所擬定嘅規則同所進行嘅努力係端正定邪僻。
人要對此盡量深信不疑,因為似乎所有積極嘅錯誤都源於對呢條原則嘅無知(呢個意圖喺聖伊撒克·敘利亞人畀聖西梅翁·柱上修士嘅書信入面已經全面闡述。另見聖大馬卡里奧大嘅第一同第二篇講道)。
如果未能掌握呢股力量,有啲人只留心修行同苦行嘅外在形式;有啲人只專注做好事同養成做好事嘅習慣,冇能更進一步;而另一些人則直接進入靜觀。
呢啲都係必要嘅,但係萬事都要有先後次序。起初,一切都只係種子狀態;然後佢唔會全面發展,而係主要喺某一方面成長;但係逐步進步係必然嘅──由外在嘅行為提升到內在嘅工夫,再由兩者一齊提升到靜觀,而唔係反過嚟。

咁樣講完之後,我哋就可以好容易推演出令上帝喜悅嘅人生指引,或者苦行嘅精神同結構。

我哋不妨倒返頭嚟,再次將注意力放返喺嗰位已經奉獻自己畀上帝,並立誓要喺一切事上、任何時候都照祂嘅旨意行事,為咗祂嘅榮耀,並喺真正嘅善行上日益豐盛嘅人身上。既然佢已經下定決心要咁做,但正如我哋所見,我哋嘅身心兩部分都冇一個有能力做到,咁佢又點樣先可以照呢種方式行事呢?
罪惡在靈裡被憎惡,但身體和靈魂卻與之同情,並緊貼不放,因為它們被情慾所包圍。善或上帝的旨意在靈裡被愛,但身體和靈魂不與之同情,轉離它,或者即使不轉離,也無法實踐它。
所以,一個因為熱誠而決心要遵守所立誓言,又因為深知必要而要行善的人,在每一件善事上(他本不應該有任何惡行)都必然要抵抗身體和靈魂的慾求,並透過拒絕它們,迫使它們去做相反的事。
而身體同靈魂並唔係離開佢嘅本身,而係構成咗佢,所以呢,呢就等同於抵抗自己嘅邪惡,並迫使自己行善。
自我抗拒同自我強制係重生於靈魂嘅熱誠嘅兩種表現,可謂係苦行主義嘅根基。兩者都係人同自己嘅掙扎,或者換句話講,就係美德嘅壯舉。

所以,由佢新生命嘅第一刻開始,呢位悔改歸信嘅人就注定要踏上一場壯舉、一場鬥爭、一份勞苦,並且開始背負一個重擔、一副軛。呢件事咁重要,以至所有聖徒都認同呢種痛苦同艱難,係通往美德嘅唯一真道;相反,任何容易嘅道路,就係錯誤道路嘅徵兆:
天國是努力得着的,努力的人就得着它(太11:12)。凡不參與爭戰、不進行自我克制的人,都是活在迷妄之中。使徒說:「凡不受管教的人,就不是兒子。」(來12:78)

因此,熱誠的人透過自我紀律和自我克制,以自我糾正或恢復原本純潔為目標,好更快被認為配與神交通。
好明顯,佢喺呢件事上越有熱誠、勤力同埋認真,就越成功咁達到佢嘅目標。同樣,一個人越憎恨同反對自己,就越嚴厲同堅決咁行動,就越快達到純潔。
因此,我哋見到所有喺皈依之後攀上基督教完美境界嘅聖徒,都實踐咗最嚴苛嘅克己苦行──禁食、守夜、橫屍於地(*編者按*)、閉關等等。
呢啲係有意識咁揀嘅方法,受聖靈感動,用嚟加快靈命成熟,而且好快就達標。相反,放縱、停滯同自我憐憫──即使唔係持續嘅──一直都係,亦都會繼續拖慢靈命成長(*成熟*──編者)嘅進度。

所以,這件事就決定了:要熱心;以更堅定的決心去承擔壯舉──這些壯舉本身就最堅定、最適合──因為即使在這些壯舉中,有些對克制情欲和培養美德的幫助更大,而有些則較小。
如果呢種痛苦嘅狀態係無可避免,雖然只係暫時,咁因為一次失誤而將佢拖長又有咩意思?優柔寡斷、粗心大意同懶散都係好大嘅障礙。

一旦你下定決心,就唔好再閒置,要努力去幹;呢點係從人嘅角度嚟講。但係要時刻記住,雖然對新歸信者嚟講,無情嘅自我紀律係救贖嘅,但佢嘅努力同行為所帶嚟嘅成功同果效──即係佢哋對淨化情慾同培養真正美德嘅影響力──並唔係出自佢自己。

呢啲行為嘅果效雖然喺佢哋之下播種同成熟,但唔係單靠佢哋,亦唔係只係透過佢哋,而係靠恩典。「*我栽種咗,阿波羅澆水,但係神畀佢生長。*」(林前3:6)就好似屬靈生命係靠神嘅恩典開始,同樣,只有靠呢同一樣嘅恩典先能保守同成熟。

使徒說:「*那在你們裏面動了善工的*,必成全這工,*直到耶穌基督*的日子。」(參見腓立比書1:6)新生命的第一粒種子,由自由與恩典結合而成,而其成熟,就係呢兩者元素嘅發展。

就好似嗰位立志按神嘅旨意、為咗祂嘅榮耀而活嘅悔改者,曾經咁講:「只有祢能堅固同穩固我」──同樣地,之後嘅每一刻,佢都要好似將自己放喺神嘅手中,咁樣禱告:

「你自己要成就那所喜悅你旨意的事」,好叫神──無論在心思意念、意志,甚至在行事上──都照祂的美意,*在我们里面運行,叫我們又願意又去做*(腓立比書2:13)。

當一個人自己嘗試喺自己身上搞啲嘢嘅嗰一刻,真嘅、屬靈嘅、充滿恩典嘅生命就熄滅咗。喺呢種狀態下,儘管付出再多努力,都結唔到真正嘅果。

有啲後果如果單獨睇,唔算係壞;但喺事情發展嘅過程中,佢哋就變成阻礙同偏離,甚至唔少時係一種惡,因為佢哋會令人自負同自大,而呢啲就係魔鬼嘅種子,由佢播下,同佢同類。

同時,非神所賜嘅事物滲入神喺我哋裏面嘅作為,破壞咗佢,以至於本來應該提升已經醒覺嘅人,恩典卻要先潔淨、篩走(棄去糠秕、唔必要嘅*部分*──編者)因自靠而變得污穢嘅部分。

使徒教導說:「*豈不知基督在你們裏面?除非你們在某方面失了資格。*」(參見林後十三:5)

當我哋喺懺悔聖事或洗禮中同主結合之後,我哋就要將自己交託畀祂,好等祂親身作為萬有之主進入我哋心內,祂*既然洞悉一切*,就可以成就我哋嘅救恩。

主說:「*離了我,你哋無能為力。*」(約翰福音15:5)──我哋要信同埋求,好叫佢喺我哋裏面作工,潔淨我哋嘅情慾,喺我哋身上刻上美德,並成就一切醫治嘅事。

呢個就係悔改者嘅基本態度:「主啊,*照祢主權嘅*旨意拯救我,我會努力,喺無偽善、無偏離或誤解、喺潔淨嘅良心下,做我所明白同能力所及嘅一切!」凡係以呢種心態去行嘅人,真係蒙主接納,主就會喺佢哋心入面作王。

佢嘅師傅係上帝,佢嘅代禱者係上帝,佢嘅旨意同執行者係上帝,佢嘅結果係上帝,佢嘅統治者係上帝。呢個就係佢體內天國生命樹嘅種子同核心。但對佢嚟講,一定要有物質同屬靈嘅圍欄。呢道圍欄由一位引路者同規矩組成。

悔改嘅人,一旦將自己交託畀神,就會即刻接受祂嘅直接引導。凡係一開始就做得啱嘅人,就會被神嘅恩典迅速、穩定同可靠地引領到成熟。但係實際上,咁樣嘅人少之又少。

呢班就係神所揀選嘅人,佢哋憑住自己內心深處嗰股極其迅速嘅衝動,將自己交託喺神嘅手中,畀神所接納同引領。例如埃及嘅瑪利亞、底比斯嘅保羅、弗拉西亞嘅馬可同其他人。佢哋就憑一次堅定嘅自我交託行為而得救。

以埃及的瑪利亞為例,在她的激情與掙扎中,她奉行將自己交託給上帝的原則,而眾所周知,她的激情會因這份虔誠而平息。她無疑在其他場合也同樣如此:例如,她會向祂求指引,並獲得指引。

但呢條路唔係,亦唔可能係,普遍適用嘅。佢屬於,亦只屬於,神嘅特別揀選者。其他人就喺有經驗人士嘅可見指導下成熟。堅守只有神賜下悔改嘅信念,悔罪者要成功,就必須無條件咁將自己交託畀一位屬靈父親。

之所以有此必要,係因為人對上帝嘅完全臣服好難做到──呢點係大多數人嘅共同缺點。人要經過好多試煉先至可以成熟到呢個地步,喺未達到呢種成熟之前,主嘅引領之手就唔會觸碰──就好似冇嘢可以捉到呢個訊息嘅手柄咁。

所以,冇咗呢個先決條件,一個初學者想靠自己去追求得救,就註定會行上一條無法肯定係正確嘅路,對靈魂嚟講,既危險又劫累。當聖安東尼大賢開始懷疑自己嘅規矩係咪正確嘅時候,佢即刻大聲呼喊:「主啊,求祢指示我道路。」

──並且,在獲得肯定後,他得以安心。踏入靈性生命的人,就好比踏上了一條普通的道路。既然我們對這條路一無所知,就需要有人引領我們。以為自己可以單槍匹馬、獨自應付,實在太過自大……
唔係,無論官階定學識──都冇用。如果有人冇到迫切需要,有機會搵屬靈導師都唔搵,以為神會直接引領佢,呢種做法同樣自大。事實上,引向成聖嘅指引屬於已經接納我哋嘅神,但係要喺屬靈導師嘅帶領之下。神父並唔係將我哋提升到更高嘅層次,而係幫助我哋接受上帝嘅提升。但係,一般嚟講,上帝會透過其他人嚟引領我哋、教導我哋、淨化我哋,並顯示祂嘅旨意。如果一個人被留喺度,自己一個人,就好危險,更唔使講佢會喺原地掙扎、摸索,幾乎冇乜成果。
佢既唔識得靈命爭戰同靈修操練,又唔知點樣先後次序咁做,就會淨係「
」式咁不斷重做,就好似一個人唔知點做先至得,就亂嚟一樣。好多時人就會因為咁停滯不前,心冷,同埋失去熱誠。但對佢嚟講,最大嘅危險係內心嘅混亂同撒旦嘅花言巧語。

對初學者嚟講,心入面有陣迷霧,好似由惡臭蒸氣構成,源於內心嘅慾望同錯誤爆發,以及被腐敗嘅能力所影響。每個人都有,只係密度唔同,視乎佢哋之前受過幾多腐敗。
但係,喺咁嘅迷霧中,人要點樣先可以清楚又準確咁分辨事物?行緊喺迷霧中嘅人,就算一塊細細嘅草地,都好容易睇成係森林或者村莊──同樣地,啱啱踏上靈性旅程嘅人,無可避免咁會喺原本一無所有嘅地方,看見好多嘢。只有有經驗嘅眼睛,先至可以洞悉實況,解釋究竟發生緊咩事。
而且,佢自己就係個病人:咁佢點可以做自己嘅醫生?佢會因為過份自愛而攰死、窒息而死:畢竟,連醫生都唔會醫自己嘅身體。
但係,最大嘅危險係嚟自撒旦。因為佢本身主要就係一個自以為是嘅存在,佢喺人當中偏愛嗰啲靠自己理性指引嘅人──就係透過呢點,佢主要嚟混淆同摧毀佢哋。可以話,就係呢樣嘢畀咗佢可乘之機,或者畀咗佢機會去引領我哋走向滅亡。
凡是不信自己嘅理性同心意,反而將自己所有嘅感受同思想都交畀人哋判斷嘅人,就算魔鬼灌輸咗啲危險同毀滅性嘅嘢,都唔會受損,因為嗰個人嘅經驗同理性會識破呢個騙局,並及時提醒佢。
所以先有咁講:凡係有導師,又信得過佢嘅人,撒旦都唔會近佢,免得佢成日俾人羞辱,所有奸計都畀人拆穿。
相反,對於只信靠自己或單憑自己理性的人,他時刻與他們同在。他用各種憑想像或幻想之力編造的欺騙誘惑他們走上歧途,直到最終將他們徹底摧毀。

憑着呢啲極其重要嘅理由,初學者必須同意要有一個引路人,揀佢,並將自己交託俾佢。喺佢嘅引領之下,就好似有屋頂同圍欄咁安全──因為任何過失,都由引路人喺神同人面前負責。但係奇妙嘅係,真心尋索嘅人,總會得到一位真正嘅引路人。
而無論導師係邊個,一旦被引導嘅人以全心全靈去投靠佢,導師就會即刻提供準確同忠誠嘅指引。主自己已經喺暗中眷顧呢類虔誠嘅跟隨者……禱告──主就會指出一位導師;投靠導師──主就會教導佢點樣引領你。

對一個已下定決心悔改嘅靈魂嚟講,另一樣絕對必要嘅就係規矩。規矩係對某種活動──無論係內在定外在──嘅定義或方法、模式同框架。佢提供方向,並決定整個行動嘅流程──活動嘅開始、時間、地點、程序同結束。
例如,要閱讀──呢個係其中一種苦行修煉。規則要講清楚:要睇啲咩書、幾時睇、睇幾耐、點樣準備、點樣開始、繼續同埋結束,仲有睇完之後要點做。祈禱、反思同其他活動都一樣要跟呢啲規則。
好明顯,呢啲規則涵蓋晒所有活動,好似係佢嘅外殼、佢嘅身體。佢哋要應用喺我哋所有嘅能力同所有活動嘅結果上,務求每一個行動都有相應嘅規則套用。

呢件事嘅必要性係不言而喻嘅。一個完全新穎同非同尋常嘅生活正喺開始,我哋未曾有任何練習,我哋嘅能力都未適應呢種生活。
為咗令自己習慣某啲任務,並喺其中變得熟練,我哋必須訂立具體規則,規定點做同埋做啲乜,就好似新兵要

學點樣站軍姿、點樣執步槍等等。冇咗呢啲規則,就唔能夠發展力量,亦唔會有正確嘅行動。
冇禱告規矩嘅人唔知點禱告,冇禁食規矩嘅人亦唔知點禁食;總括嚟講,冇規矩生活嘅人乜都做唔好,所以儘管佢哋勞碌努力,佢哋嘅人生根本就唔算係人生,因為人生就係由我哋嘅行為構成嘅。
而且,冇規矩嘅人生唔能夠穩定,亦唔能夠有條理同有節奏咁發展。
就好似嬰兒要包布包住,免得佢變形或者駝背,所有屬靈嘅活動都要受規矩約束,咁先可以令一生喺穩健同有秩序嘅狀態下發展;唔好因為無知,令單一嘅活動走偏,影響整體結構,或者自行走上錯誤嘅道路,好似禁食咁。
幼苗要靠撐竿或者繩索綁住一棵結實嘅樹,先可以直直咁企得穩、茁壯成長。如果一個人冇規矩咁成長,任由自己,就冇受過訓練、冇乜本領;有啲嘢做唔到,有啲做錯,有啲雖然做啱但唔合時宜或者唔啱場合。
最後,冇規矩就好似冇咗支撐,人遲早會跌倒犯錯。對呢種人嚟講,所有行動都要靠臨場反應、判斷同慾望。但係,我哋可以咁樣依靠啲原則咩?
人唔可能時時保持臨場反應;判斷要經過訓練,而且唔一定靈活或敏銳——佢會變得遲鈍;
又有邊個可以時刻掌握自己嘅意志?所以,冇咗規矩,遺漏、錯誤同挫敗就係必然。但係有咗規矩就唔同:想唔想都好,照規矩做就啱,就唔會有挫敗,只會不斷向前。而且:除咗規矩,仲有乜嘢可以箍住嗰種最危險嘅放蕩不羈同任性?
因此,有咗規矩,喺佢老竇嘅指導下,個熱誠嘅仔,透過自我紀律同自我克制,或者進行無情嘅掙扎,日復日向完美邁進,根除佢嘅慾望,培養美德,愈來愈接近純淨。
但人要明白,通往完善的路途對自己而言是看不見的:他額頭流汗,卻似乎毫無所獲──因為恩典的工作在暗中進行。人的眼睛貪婪地吞噬一切美好。他所剩無幾,只有一件事:看見自己敗壞的本質。
通往成全嘅道路,就係實現「我係瞎眼、貧窮、赤裸」嘅過程;而與此緊密相連嘅,就係心靈嘅破碎,或者對自己污穢嘅痛苦同悲哀,喺神面前傾出嚟,或者,講穿咗就係同一件事,無休止嘅懊悔。懊悔嘅感受係真正苦行主義嘅特徵。
凡是背棄或迴避它們的人,就已經偏離了正路。懺悔標誌著新生活的開始;在人成熟和成長的過程中,懺悔同樣必須存在並與之同行。
隨住人成熟,佢哋會更加充分咁認清自己嘅敗壞同罪惡,亦會更深咁投入喺懊悔嘅情懷入面。眼淚係進步嘅衡量,而源源不絕嘅眼淚就係即將得潔淨嘅徵兆。之所以要係咁,係因為我哋而家處於墮落同流放嘅狀態,遠離咗家嘅爐火,而且仲係因為自己嘅錯。
正如流亡者為思鄉而痛哭流淚,踏上自我淨化之路者亦當悲傷哀嘆,並以淚水尋求重返純潔的天堂。
而且,苦行者時刻都喺同自己掙扎──有時係不情願,有時係抵抗;有時係念頭,有時係慾望,有時係激情,有時係罪行──就算唔係刻意,都一瞬間瞬間地蒙蔽佢心靈嘅純淨,提醒佢心入面除咗污穢、罪惡,同埋神所憎惡嘅嘢,乜都冇。
佢將自己視為一具惡臭嘅屍體,攤喺面前,用惡臭折磨佢嘅嗅覺,直到佢嘅心智變得混沌。安東尼大賢說:「將你嘅罪擺喺你面前,然後穿過佢哋去望上帝。」(《修道院父輩言行錄》)
最後,新手因缺乏經驗、無知、技術不足,有時甚至軟弱,而頻繁跌倒和失足,這些都重重的壓在他的良心上,或許比以前更加沉重:在疏忽中,罪過更大。他好似一個學走路而跌倒的孩子。
而呢啲跌倒需要潔淨;所以佢哋呼喚心碎、悔改同眼淚;正因如此,每日──甚至每一刻──嘅悔改都係對所有人嘅誡命。*「天主, 可憐我呢個罪人!」*呢句就必須成為苦行者無止境嘅禱告。

因此,初學者以熱切而衝動的熱情,投身於最堅決的苦行,卻將一切寄望於上帝的力量和幫助,並將自己交託給祂,懷著成功的希望,卻並非抱持成功的確定;因此,在靈性導師的指導下,在規矩之中,他必須不斷努力,並保持最謙卑的態度。

以呢種精神同呢個架構,苦行者就可以有信心咁開始佢嘅工作──消除情欲,或者淨化佢嘅本性,去除唔自然情欲嘅雜質。佢心入面有堅定到好似死亡咁**嘅熱誠;**但就算最強嘅熱誠,都需要有個計劃,先可以忠實咁向目標邁進。

對此的解釋,就涵蓋了所有踏上苦行之旅者的規則。這無異於對上述已證明其必要性的規則的闡述。一般理論的指導者首先要掌握這些,並將它們應用在被指導者身上,同時可因應不同情況作適當調整。

要制定呢啲規則,我哋再次集中注意力,睇返嗰個懺悔苦行者嘅狀態。佢心靈入面嘅精神,已經因領受聖事嘅恩典而復活同重生。但係,佢只係嗰個已經得醫治嘅部分,深藏喺我哋存在最深處。呢個就好似一個完全腐爛嘅身體部位,只係有一部分服用咗療癒嘅藥品。

然而,在外表上,他的靈魂在所有功能上、他的身體在所有機能上,以及他本人在所有外在關係上,都充斥並滲透著情慾──不是一種死寂的情慾,而是一種活躍於其中、生生不息的活情慾。

呢啲工夫嘅主要目標係要將各種情慾都殺死,並恢復本性嘅原始純潔;咁樣隨住淨化嘅進程,恩典就可以好似由內而外咁湧現,逐步、有秩序、有目的咁滲透全身。

由此,要建立嘅成套規條嘅全貌即刻就顯而易見,或者話,用嚟制定同界定佢哋嘅主線都好清晰。即係:

1)

生命嘅種子已經播落去:要盡心盡力去守住佢;否則,無論點努力都冇意義,亦冇嘢可以結出果實。既然已經領受咗聖靈──就唔好熄滅聖靈;如果你有熱誠──就要為更崇高嘅目標去熱誠。

要守住所賜予嘅同所獲得嘅──因為所獲得嘅就係用嚟買珍寶嘅貨幣。如果佢失去咗,成個努力就都化為烏有。就好似打仗嗰陣要千方百計堅守陣地,呢度亦都一樣。

2)

人要斬斷已經同我哋本性力量融合埋一齊嘅激情。既然呢種融合就好似化學化合物嘅結合,咁要分離佢嘅方法,就必須同化學分解嘅方法相似。 precisely: to liberate the element from its constrained state in relation to another, it is brought into contact with a third, external element, with which it would be in a much stronger affinity than with the former.

當呢件事真正發生嘅時候,原本束縛住佢嘅元素就會脫落,而佢就會同呢個新元素結合,並且一齊變成一個新嘅形態。

應用呢個原則,我哋就要將所有嘅心靈同身體嘅能力,同埋所有受激情奴役、被拘束喺唔自然狀態下嘅活動,都施以同佢哋最親密、最和諧嗰樣嘢,咁佢哋就可以透過同嗰樣嘢結合,甚至可以話係同佢融為一體,佢哋就可以按呢個比例,從慾望嘅枷鎖中獲得自由,並承載一種新嘅、自然嘅存在形態。呢個就係規管呢啲能力所從事嘅行動或追求嘅準則。

透過參與這些修煉,同時保留那與之同源且與我等本性力量相契合的恩典聖靈內在寶藏,人將愈來愈被此聖靈充滿;其火焰因獲得更大向內流注的自由,遇見愈加擴展的自然本性時,便會更快地消融一切不潔。

3)

呢兩點就涵蓋晒苦行者所有積極嘅行動,或者換句話講,就係自律嘅練習。如果嗰種情慾──為咗追求善而被輕視同擱置──能夠保持安靜,或者和平咁從我哋嘅本性中消散,咁人就可以淨係局限喺呢兩點度;

但由於佢──部分因為罪惡天生嘅頑梗,部分因為佢強大嘅強化,無論係來自佢自己敗壞嘅源頭──魔鬼──定係來自世界元素中相似嘅領域──都唔容許和平、屈服嘅順從;就算佢已經退去,表面上似乎分開咗,佢都會再度興起,嘗試奪回佢原本嘅位置,

一個主宰同奴役嘅狀態──絕對唔可以淨係滿足於嗰種活動;反而,喺同時間,要直接對付情慾,正面抗衡,同佢哋掙扎並克服佢哋,唔論喺我哋自己入面,定喺佢哋嘅源頭,同埋喺支持佢哋嘅嗰啲人身上。

有關呢啲規則嘅闡述,就構成咗對內在,或者講靈性層面嘅鬥爭嘅描繪,無論係整體大綱定係各個部分。呢啲都係自我抗爭嘅行為。

因此,所有規則都要歸結為以下一條基本原則:保持內在生命、熱誠與熱情;從事一方面有助恢復疲弱能量、另一方面又能抑制或窒息情慾的活動或練習。 因此,凡與此主題相關之事項,均須歸納於此三點:

1. 保存熱誠內在精神嘅規則,
2. 運用自己能力做好事嘅規則,亦即自律,以及
3. 對抗情慾嘅規則,亦即係自我克制嘅實踐。

關於保存對上帝嘅熱誠精神

我哋要遵守誡命,而且要全部都遵守;但係我哋天生對此冇乜慾望、熱誠或者激情。
喺悔改中,為咗破碎嘅心靈同向神立志行祂旨意嘅誓言,呢把火就係靠神嘅恩典喺我哋心靈裏點燃;正正就係呢把火,先有能力去遵守誡命,亦只有佢先能擔起呢個全部重擔。
如果遵守誡命係得救嘅根基,咁熱誠嘅心志就係我哋唯一嘅救恩能力。有咗佢,就有勤力、熱誠、準備同埋活力去做討神喜悅嘅事。冇咗佢,一切就停擺同崩潰:冇咗聖靈嘅生命,就會變得冰冷同死去。
雖然亦會行善,但嗰啲善只係表面上好,唔係憑能力同靈命。呢就係我哋主耶穌基督嚟到地上要點燃嘅火,聖靈以舌頭形狀嘅火焰降落喺信徒心入面,喺佢哋心裏面點起。

主就關於呢種熱誠嘅靈講:「*我來係要向地上拋火*」(路加福音12:49)。
使徒吩咐我哋「*唔好熄滅聖靈的火*」(帖前5:19),又自己作見證話:「*我就竭力奔跑*」(腓3:14)。喺聖教父之中
,呢個概念有好多唔同嘅稱呼:追求、努力、熱誠、勤力、心靈的溫暖、火熱,或者簡單嚟講就係熱誠。

鑑於熱誠之重大重要性,基督徒苦行者之首要任務,就係要保持呢份熱誠同勤力,作為討神喜悅生命嘅力量源泉。
所以,要保持呢份熱誠,就要採用一啲有助達到呢個目標嘅具體方法同實踐。咁,呢啲方法係乜嘢呢?熱誠要點樣保持,就係點樣產生嘅;而佢係喺神恩無形嘅運行之下,透過心靈嘅內在轉變而產生嘅。

我哋靈魂向熱誠嘅內在、無形嘅攀升,**由**一次恩典充盈嘅**覺醒**開始,並以一項堅定嘅誓言告終──立志堅定咁行喺神嘅旨意中。呢段攀升以最嚴格嘅漸進方式為特徵。
罪人活得完全只係表面,所以稱為「**外在**」,佢畀臨到佢身上嘅恩典**吸引**入去;喺嗰度,就好似從沉睡中醒返咁,佢望見一個前所未識嘅**全新世界**。
呢就係最初嘅推動力,之後喺上帝嘅幫助下,透過各種**思想同感受**,佢逐漸擺脫咗第一個世界,進入另一個世界,並喺佢嘅君王同主面前俯伏,向祂立下嚴肅嘅約定,永遠做祂嘅僕人。

因此,凡欲令其熱誠永不熄滅者,必須:(a) 停留於內;(b) 觀望新世界;(c) 安住於那些令他好似攀上梯級,直至主寶座腳下之感受與思緒中。

呢就係基督徒苦行者必須嘅不斷實踐、努力同工夫!

留喺裏面

當一隻母雞搵到一粒麥粒,向啲小雞示意,無論佢哋喺邊度,都會飛返嚟,用喙喺佢嗰度聚埋一齊。同樣地,當神聖嘅恩典喺一個人心靈深處起作用,佢嘅靈魂就會同佢嘅意識一齊滲透入去,連同所有心靈同身體嘅能力都一齊過去。
因此就有內住嘅法則:將你嘅意識留喺心入面,透過專注,將靈魂同身體所有嘅力量都集中喺度。
內住,本質上就係將意識拘束喺心入面;而將靈魂同身體嘅所有能力喺嗰度集中聚集,就係最根本嘅方法、或者講係一個行為、一件功業。不過,佢哋互相引發又互相假設,所以一者唔可以冇另一者。凡係被拘束喺心入面嘅,就係聚集咗;凡係聚集咗嘅,就係喺心入面。

要將所有心力──心智、意志同感受──喺心中嘅意識周圍凝聚。心智喺心中嘅凝聚**就係專注**;意志嘅凝聚**就係警覺**;感受嘅凝聚就係**清醒**。
注意力、警覺同清醒,就係呢三種內在活動,透過佢哋先至可以收斂自我,令內住得以落實。
有者,內;無者,外。繼此心靈活動之後,相關身體部位亦當齊向同一處:
因此,對於注意力──就將**目光轉向內在**;對於警覺性──就令全身肌肉緊張,並集中於**胸口**;對於節制──就

抑制尼基福洛斯所講的,由身體下部向上心臟湧現的某些「黏液性」或「放鬆性」動作,並抑制肉體的放縱與安逸。 呢啲身體修行同靈性修行息息相關,係最強大嘅輔助,冇咗佢哋,靈性修行就無從進行。

因此,整個透過自我收攝的「內住」修習,其要領如下。

一醒覺,一有知覺,就向內**沉降**到心臟,進入呢啲身體腔室;然後,透過意念,並將目光投注喺嗰度,召喚、吸引同引導你所有嘅心神同體力,集中喺嗰度——

以意志嘅力量、肌肉嘅緊張同感官嘅清醒,同時壓制肉體嘅慾望同安逸;並且**要**咁做直到你嘅意識能夠喺度穩定住,好似喺佢嘅正位——佢嘅座位——一樣,並且黐住佢,好似有嘢黏喺實心牆上咁;

然後,只要你仲保持住你嘅意識,就喺度不停留,經常重複呢個收心嘅動作,既可以更新佢,又可以加強佢,因為佢會一再鬆散同被打斷。

要明白,呢種內住同專注,唔同於深入思考或者「思索」(即係「深思熟慮」嗰種),雖然佢哋好相似。

後者只停留喺心靈嘅源頭,唔涉及其他能力,而且只留喺腦海入面;而前者則住喺心,係所有動作嘅源頭,位置低於同深於我哋體內任何存在或發生嘅事物;或者可以咁講,所有呢啲都喺佢上面、喺佢眼前發生,並且要麼被允許,要麼被禁止。 由此可見,

嘅內在安住,就係人真正掌控自己嘅條件,亦因此係真正嘅自由同理性,以至真正靈性生活嘅條件。

呢就好似喺外面世界,佔據城堡嘅人就等於係城市嘅統治者。所以,所有嘅靈性追求同一切功績,都必須由呢個地方出發;否則,就唔係屬靈,達唔到苦行,就要被拒絕。

*「上帝嘅國度喺你哋入面。」*主咁講(路加福音17:21),然後,關於一種獨特嘅靈性操練,佢又吩咐:*「你進咗房,關埋門……」*(馬太福音6:6)。根據所有聖父嘅理解,呢度就係人心最深處嘅密室。

正因如此,一個得救並致力於苦行的人——即所謂「內在者」——被稱為「**內在**」。

而家好明顯:將思緒向內轉係保持熱誠最有效嘅方法 明顯:

1)

聚集嘅靈魂必須燃燒,因為佢將所有力量集中埋一齊,就好似散開嘅光線喺同一個點聚集時,會散發出強烈嘅熱量,點燃事物。的確,溫暖總同聚集有關:喺呢度,正如尼基福羅斯所講,靈魂同自己團聚,並因此歡欣。

2)

集中嘅心靈好似一支有條理嘅大軍,或者一捆捆綑埋一齊嘅細竹竿。就好似腰間嘅腰帶,代表準備就緒同埋行動嘅力量。心神唔集中就永遠都好弱,要麼失敗,要麼乜都做唔到。

3)

心神凝聚嘅人,可以洞察一切。處於中心嘅人向四面八方望出去,能夠將圓內嘅一切,均勻而好似一次過咁望晒;但係偏離中心嘅人,就只可以望到單一半徑方向。同樣地,心神凝聚嘅人,能夠洞悉**佢能力嘅**所有運作——佢睇到,亦能夠控制佢哋。

然而,精神的燃燒同時具備力量與洞察力,二者合而為一,就構成真正熱誠的真諦。因此,可說:只要向內,你便永遠不會停止熱誠。

這就是內住的意義!因此,人必須努力去達到它,因為它並非一蹴而就,而是在適當的時機,經過不懈的追求才能得來。

佢排喺第一位,因為佢係靈性生命嘅先決條件。佢嘅完美,要靠產生佢嗰三種心靈活動同三種身體活動嘅完美,即係:心靈專注配合目光內轉、意志堅定配合身體緊繃、以及心靈清醒配合拒絕肉體嘅享樂同安逸。

當心靈被淨化——除去了思緒、慾望的意志,以及執着與激情——它就會以完整的光明顯現。但在那之前,它仍然存在於內,儘管不完美、未成熟,且並非持續不變。

由此可見,要持續保持內在安住,其方法不外乎一:去除一切可能打亂上述三種活動(心智與感官、

意志與肌肉、心靈與肉身)雙雙結合之狀態,或一切可能將靈魂之力引向外在、並連帶影響相關身體機能的事物。
感官被外在印象分散;心智被念頭分散;肌肉被肢體的鬆弛分散;意志被慾望分散;肉體被休息分散;而心則被囚禁或對某物的執著所分散。
所以,要令心無念、感官無干擾、意志無慾望、肌肉不鬆弛、心靈不被俘虜、肉體不放縱。
因此,內住的狀態同時亦是達致的手段:在靈魂中──與念頭、慾望及心靈枷鎖的抗爭;在身體中──對其的節制;而後──外在秩序的改變。 由此可見,所有後續針對自我克制嘅苦行努力,同時都係內住嘅手段。

正因如此,在聖父們的教導中(節制論、心靈把守),內在生活總是一直被呈現為與苦行奮鬥密不可分。然而,收心與奮鬥並非同一回事。
佢係一種獨立嘅靈性活動,係所有活動中最根本嘅。佢就係所有靈性活動嘅場地──包括抗爭、讀經、默想上帝同禱告。無論修道者做乜嘢,佢都要先入內,然後由嗰度出發行事。

異界之視

「努力進入你內在的殿,你就會看見天上的殿。」聖伊薩克·敘利亞人如是說。
其實,凡進入自己內心嘅人,都會見到另一個世界,好似一座龐大嘅、看唔見又想像唔到嘅殿,但又烙印喺意識入面;喺嗰度,人既見唔到自己,亦見唔到自己內心發生嘅事,因為所有呢啲都要靜下嚟──而確實都靜咗落嚟。 當恩典呼召的最初動盪,配合着向內的轉向,這個世界就顯露了, 無論人是否願意。
然而其後,佢嘅洞察力,就好似佢嘅持續駐留一樣,都交託畀人嘅自由,必須**積極**去**追求**。呢種追求,作為第二次轉變嘅重演,當人向決心同熱誠邁進時,就係保存同重燃熱誠嘅第二種手段。

呢個過程就係要將整個靈性世界嘅結構,喺意識同感受中掌握住。就好似一個人走入房間,當佢將房間嘅全貌同擺設都印喺意識入面,就可以話佢已經感知到嗰個房間;同樣地,當一個人走入自己嘅內心,好似跨過門檻咁,將整個靈性世界嘅結構印喺意識上,就會感知到另一個世界。
因此,凡與此相關者,皆可於心靈洞悉靈性世界之結構、於意識中印刻其形、或以意識將自身封於其中,並於其中堅定不移時得以實現。

呢個屬靈、看不見、以心識存在,卻真實不虛嘅世界嘅整個結構,可以簡單咁講:
神──喺聖三一中受人敬拜者,祂創造並維持萬有,透過聖靈,喺我哋主耶穌基督裏,恢復──或者用使徒嘅話,掌管──萬有,
祂喺聖教會度作工,並且喺成全咗信徒之後,帶佢哋去到下一界;呢個過程會持續到萬有成全,或者時代結束,到時喺復活同審判之後,每個人都會按佢哋嘅行為受報:有啲人會落入地獄,有啲人會進入樂園,*而上帝就會成為萬有之中嘅萬有* (林前15:28).

呢個就係包括晒所有真真正正存在過、存在緊同將要存在嘅事物嘅全面框架。喺呢度,以濃縮形式呈現咗全部神聖啟示嘅內容。
所有可能同真實嘅嘢都包括喺度,並且存在喺度。呢個亦都係《信經》嘅內容。呢度嘅主要主題係:上帝嘅全能、救恩經濟,同埋**四大末世**真理──死亡、審判、天堂同地獄。正正就係呢啲主題,基督嘅聖提孔命令所有基督徒由嬰孩到棺木都要不停記住佢哋。

努力在信仰中掙扎的基督徒,必須將這結構印刻在他的心靈中,換言之,要使它達到意識中光亮而清晰的狀態,或者深入其中,或者將它內化於自己,以至於好似被強加於他, ──要同佢融合得咁緊密,以至意識稍為一動,就會感受到佢喺自己裏面或者身上;就好似人要移動手部,就無可避免咁打亂空氣;或者張開眼睛,就會畀光線嘅印象照射到。
達到呢個目標嘅最好方法,就係將自己安頓喺呢個結構入面,就好似一個人一瞥自己,就會見到自己同周圍所有事物之間處於一種特定嘅比例關係──即係話,因此將自己安頓喺上帝嘅全能之中,喺祂嘅右手之中,

感受到自己被祂攬住,

被祂所洞悉並所見;或者,正如大巴色所言,那份「被窺視」的記憶;在教會──作為救恩建造的參與者──確立自我:根據金口若望所言,你乃基督的兵士,並已登記於那城中;
喺死亡嘅審判中得到確立,目光時而望向樂園,時而望向地獄。

呢種確立並非一次過就完成……佢係一個目標。追求佢、努力去達到佢,係一項心智上嘅操練,艱辛而持久,雖然唔可以話佢過於複雜。佢完全係心智對呢啲事物保持簡單而強烈嘅專注。
你要將自己想像成被神右手托住、被神之眼注視,在主裡得救,站立在死亡和審判之下,好叫你最終或進入樂園,或被地獄吞沒。起初,這一切努力都純粹是為了感知到這些。
一旦人獲得呢種異象,之後就會更容易、更經常咁感受到;而且人越係持續、專注同誠懇咁修行,就越快可以達到不斷嘅異象──或者講穿啲,就係喺靈性世界、喺上帝面前、喺教會、喺死亡同審判嗰刻、企喺地獄或者天堂嘅門檻。

呢個追求嘅最終目標係要居住喺屬靈嘅領域,或者可以話,要令自己真真正正喺其中。具體嚟講:喺神嘅**全能**面前,要處於一種好似細路喺媽媽懷抱入面嗰種意識狀態;
就神嘅**全知**而言,就好似一個臣民喺君王面前;就**建造**救恩而言,就好似一個受操練嘅士兵、一個喺父親屋企嘅兒子、一個喺工作崗位嘅工匠、一個喺朋友圈入面嘅同伴,或者係自己家庭嘅一員;就**死亡同審判**而言,就好似一個罪犯隨時等緊判決;
對**天堂**同**地獄嚟**講,就好似企喺最窄嘅木板上一樣,一邊係燃燒緊嘅深淵,另一邊係最靚嘅花園。
至於主認為配得用五官感知这一切嘅人,可说是佢哋已經離開咗呢個世界,用意识同心靈住喺另一個世界,佢哋已經進入咗上帝嘅國度,或者已經喺自己心入面領受咗佢。
上帝嘅國度喺你入面。呢種離開現世、進入另一個世界,一定要定為目標,並且成為最迫切嘅追求。

呢個嘅條件當然係內住;「

」就係同呢點息息相關,先至開始、成熟同得以成就,所以當持續嘅內住建立咗,喺神嘅國度入面嘅站立都同時建立咗; 反之亦然:只有當喺另一個世界嘅站立得到加強,內住先至得以穩固。

呢個修行本身,正如之前所講,就係要迫自己盡可能多次去凝視呢啲物件,並抱住想不停睇住佢哋嘅渴望。由一醒返嚟、恢復意識嘅第一刻開始,就向內轉,用盡一切可能嘅努力,將自己置身於呢個結構同秩序之中。
一開始最好將目光集中喺一個物件上,反覆思索直到佢深深烙印喺你心裏,然後先轉去其他物件。等你將所有物件都咁樣思索完,就可以喺一瞬間掌握成個秩序。
有啲人會將呢個練習分做一日一次,亦有人分做一日好幾次:例如有人喺食完午餐後先去冥想死亡,就睇每個人嘅方便或者最能激發佢哋心靈嘅方式。淨係有一條規則要遵守──唔好經常改變,因為咁樣會令呢個練習完全冇成效。
亦都唔好忽略,呢種轉移焦點只係手段;目標係要喺成個結構入面,保持一個唔變嘅駐留。任何人如果習慣咗專注同一件事,就唔再轉去其他,就已經喺修行路上停滯不前,自欺欺人,以為自己已經擁有咗嗰啲,其實只係啱啱開始追求或者努力緊嘅嘢。
一旦對一樣嘢習慣咗,就要隨時轉去另一樣,咁樣唔單止可以保持住已然獲得嘅成果,仲可以為最快實現另一樣嘢作好準備。
要記住,呢個唔係單純嘅反思,而係對該主題嘅堅定心象或信心;雖然心靈對閒散臆測嘅傾向會自然發生,但唔應該鼓勵或縱容,一旦察覺就要立即扼殺喺萌芽狀態。

為咗最成功咁完成呢個任務,同埋喺當中達到完美,你可以揀一段聖經經文,無論係關於任何主題,然後一日到黑或者更長時間不停重複嗰段;例如:*'我往那裡去呢?* (詩篇138:7);
「人要死一次,之後就有審判……」(希伯來書9:27);
「你硬着頸項,不理會憐憫,自己為忿怒之日積蓄忿怒……」(羅馬書2:5);「*除祂以外,別無拯救*,因為天下

人間都冇賜下別名可以叫人得救。」(使徒行傳4:12),等等;要擺放一幅死亡、十字架或末日審判嘅圖像,放喺一個經常可以自然而然吸引目光嘅位;
揀啲生動描繪呢啲題材嘅書同文章,如果有機會就同志同道合嘅人傾吓同一主題嘅偈;多啲反思上帝無形同意想不到嘅審判、危及生命嘅處境、已故親人同佢哋嘅狀況,想像自己喺臨終床度,仲有去睇喪禮。
如果人喺禱告嘅時候蘊含呢啲主題,呢啲做法對人嘅靈魂就會有更深嘅影響。有咗上帝嘅幫助,印象會好快就喺呢種方式下形成。只要確保喺禱告期間烙印喺心入面嘅主題,之後唔好放棄,而要盡量帶住佢,就算只係幾日都好,同時嘗試透過寫作、閱讀、傾偈或者其他方法去維持呢個印象。
為咗將佢哋一齊印刻喺心裏,最好係集中精神,喺同一時間一齊默想佢哋,或者至少係逐一喺同一時間默想。不過,最理想就係盡量多次誦念信經,同時努力喺同一刻將佢入面所有嘅真理都接收到心裏。勤力、集中同努力,好快就會達到理想嘅目標;
只要唔鬆懈、唔放棄,繼續努力、不斷向前,即使果效同成果未見着。可能幾年都無收穫,但只要一刻都唔停,憑住堅定嘅勤力同耐心,喺基督國度嘅園中,就能獲得一切。

呢種對另一個世界嘅異象,能夠支撐同激發熱誠嘅精神,因為佢為呢種熱誠嘅靈魂提供咗一個真正嘅行動場地。「你哋唔屬於呢個世界,」克里索斯東說,「而係屬於另一個世界;所以,你哋要喺嗰個世界度行事,為咗呢個目的,你哋就要仰望佢。」
另一方面,凡看見它的人,眼前就好似時時有一面旗幟、一個榜樣,提醒自己不可偏離或做任何錯事。即使只在心裏默想這些事,都同樣有益。
但如果有人有幸,就算只係用感官微弱地感知到佢哋,都會即刻喺心入面激起一種極度強烈嘅熱誠。所有聖教父都稱佢哋為「將來嘅荊棘(刺、*針——編者按*)」。凡係用感官接收到嘅任何嘢,都會阻止接受者陷入罪惡。
「西拉智者」教導說:「*你要記住這件事,你就不至於犯罪。*」(智訓7:39)
先知大衛作見證說:「*我時時將主立在我面前,免得我搖動。*」(詩篇15:8)馬卡里奧大聖人正如他自己所言,因想起 gehenna 之火的記憶而心火焚身;而其他人則一想到死亡就痛哭不止。而聖父輩關於呢啲事,同埋佢哋點樣極大咁折磨人嘅靈魂、點樣激起熱誠,都有好多言論。凡是真正明白呢點嘅人,都會覺得自己陷入極大嘅痛苦,而喺咁極端嘅情況下,壓力究竟有幾大,眾所周知。

堅守嗰啲令你下定決心嘅感受

但呢啲都只不過係準備、條件同埋重燃熱誠嘅手段。要恢復最堅定嘅熱誠同最強烈嘅虔誠,就要重溫嗰啲最初喺罪惡沉睡中醒返嚟嗰陣,所經歷嘅感受同思想。

當你醒覺嗰陣,見到自己身處極大危險,差啲就要滅亡;你當時滿懷憂慮同痛苦;而家就重新點燃嗰份危機感同迫切感,因為佢哋真係存在。要保持警惕,唔好畀「一切已經過去」呢個諗法哄騙,令你產生假安全感。

當時,你拋棄一切,蔑視一切事物,選擇了其他福份——那難以感知、看不見、屬乎靈性的:現在也要拋棄它們,將一切拋諸腦後,轉向那看不見、屬乎靈性的;凝視它,並努力去愛它。

你當時已經放棄咗取悅人嘅慾望:而家都要咁樣,將自己視為低人一等;準備好承受各種輕蔑同虐待。

你當時視一切為無用:而家都唔好對任何嘢有價值感;準備好,拋棄晒所有嘢之後,繼續保持赤貧。

你當時已經將自我憐憫踩在腳下:而家都要振作自己,準備好背負最嚴酷嘅十字架,繼續自我責備。

當時,你審視過你嘅生命:而家繼續喺自知上成長;深入研讀福音嘅誡命,睇下你缺失咗啲乜嘢;種子已經播落去——而家就等佢成長。

當時,你認清自己罪惡的生活,覺得自己無得撐,被悔恨壓得喘唔過氣;而家都唔好停止,要繼續喺神真理面前赤裸裸咁站住;無論任何時候、任何事,都唔好用藉口或者花言巧語為自己開脫;要憎惡你嘅意志

、慾望同埋你嘅理解;用羞愧同絕望嘅恐懼鞭策自己;
你看見自己懸掛喺深淵邊,唔配得憐憫。然後你喺靈裡復興,因信靠主同盼望祂嘅幫助,立誓要用一生勤力為祂勞苦,甚至達到無情自虐嘅地步,而家你大聲呼喊:
「我配受一切的譴責和折磨,但我為神對我們得救的無限渴望──連祂的獨生子都未曾倖免──我並不絕望於我的得救。」
我唔知幾時或者點樣,但我相信我會得救。主啊,唯願祢賜恩,令我一生都努力尋求祢的拯救──我盼望祢不會因祢的憐憫,以及祢聖徒的代禱,而離棄我。

「靠住祢──掌管命運天秤者──拯救我!」

嘆為觀止嘅情懷!完全可以稱**之為靈命**。的確,當呢啲情懷出現嘅時候,就表示靈命活躍;而當需要重新點燃黯淡嘅靈命時,就必須投入其中一種情懷。聖父輩都講到佢哋──有時一齊講,有時分開講。
而呢個就係一般嘅勸告同誡命──要喺呢種感受中堅定不移。凡係偏離咗佢哋、唔去追求佢哋、亦唔為佢哋嘅缺失而哀嘆嘅人,就係心已冰冷,因而處於危險之中──佢已經停滯不前,甚至可能永遠停留喺度,即係死咗。

所以,當你入到裏面之後,就要喺靈性世界嘅異象中站穩陣腳,並開始重燃靈性生命嘅活動;或者先進行默想,好等你之後喺感受中達到所描述嘅境界──所有呢啲,就構成咗心靈得救嘅秩序。
呢件事嘅基本同不可或缺嘅準備,就係向內轉同觀照靈性世界。前者令你認識佢,後者則將你置於一種有助生命燃燒嘅靈性氛圍之中。所以,可以咁講,只要簡單咁做呢兩項準備──其餘嘅就會自然而然跟住嚟。
人哋成日埋怨:「我嘅心硬咗……」其實唔出奇。如果一個人唔向內觀照,又唔慣咁做;如果唔肯安頓喺應該嘅位置,又唔識自己心所在──咁佢嘅生命又點可以正常運作?呢就好似將心從原本嘅位置移走,然後又要生命照常運作。
凡培養一種能洞察靈界及自身於其中定位的信仰者,無不進入一種不安寧的狀態,無不被憐憫之心所感動;一旦達到此境,要喚起其他情感就不再困難。

為咗幫助呢件事,就好似感知屬靈世界咁,會用聖經入面啲簡潔而有力表達某種狀態嘅經文;例如:「*主啊,可憐你嘅受造之物*」;「*我嘅傷口腐爛發臭……*」(詩篇37:6);「*祂若不憐恤自己嘅兒子……*」。(羅馬書 8:32);「*審判我者,救我……*」,等等──然後就反覆使用同一節經文,直到熟記為止。

唔係所有感受都可以隨時隨地咁容易出現,有時係一種,有時又係另一種;就要善用當時嘅心境,盡快達到呢啲感受。呢種狀態好容易喺朝早顯現,或者就要刻意咁做,令佢當時顯現,咁就可以成日都留喺嗰種狀態入面。
打開你嘅心扉,向上帝祈禱,心裏面有咩感動,就堅定同專注咁對住佢。用聖經嘅話語滋養呢種感覺,並不斷重複。咁做嘅話,你就會一直停留喺呢個狀態,好快就會習慣呢種靈性嘅操練。
不過,要記住,唔係成日等啱嘅心境先行動都係有益嘅:有時就算靈魂空虛,都要照做;有時當一種感覺出現,就要用其他感覺去取代佢;因為,視乎靈魂嘅狀態,有時要偏向一種感覺,有時就要主要偏向另一種。
毋庸置疑,最快樂嘅心境就係人可以同時體驗到呢啲所有感受。喺靈性生活中,呢種完美境界應該成為目標,並為之努力追求。
為咗呢個目的,每次開始祈禱之前,先整理好內心嘅思緒,進入靈性嘅境界,然後就要逐一咁去經歷佢哋,起初至少係心裏面,如果主恩允許,就連感受都要跟上。為咗呢個目的,最好揀一首已經包含晒所有內容嘅禱文,熟記喺心,並經常專心再讀。
詩篇入面有好多禱告,每個人都可以搵到啱自己嗰篇,因為唔係人人都只得一篇禱告。呢啲禱告喺聖金口若望嘅十二段日間祈禱同十二段夜間祈禱入面有概括。但係,無可否認,冇嘢比親身去教堂參加聖禮更可靠嘅方法可以令你記熟佢哋。

毋庸置疑,呢啲感受如何為熱誠之火添柴:就算只有一樣,都足以令火苗暗暗燃燒,因為每樣都係呢

把火嘅一部分,並各自發揮角色。
熱誠嘅精神簡單而專一,卻包羅萬有。最初嘅感受永遠都係對上帝嘅敬畏,而最終嘅感受──就係自卑地順服上帝嘅旨意,呢個旨意係良善嘅,並拯救我哋。
前者源自屬靈界,後者則源於信徒所行的一切。然而,要準確分辨哪些感受源自何處、又是如何產生,幾乎不可能──因為每個人都有自己獨特的方式。正因如此,聖父們對此議題提出各種指示或解釋。
大部分都係以零散嘅指示形式出現:敬畏上帝;將萬物視為垃圾(將一切都當成*垃圾*──編者);唔好愛世界;將自己放喺所有人之下,凡事都責備自己;認清你嘅罪;並且只喺上帝度尋求庇護。
將以上所有內容綜合起來,就構成一種痛苦而敬畏上帝的執着,以言詞表達為:「主啊,萬物都由祢的旨意決定,拯救我,我會盡我所能努力。」就僅此而已。凡是習慣將自己置於此種心境的人,就擁有一個隨時可用且安全無虞的庇護所。

喺某種特定嘅心態入面,對靈性生命嚟講意義重大。擁有呢種心態嘅人,其實已經喺自己心入面,因為我哋嘅注意力永遠都喺主動嗰部分,如果嗰部分係心,就一定喺心入面。對嗰啲處於自己心入面嘅人,靈性世界就會顯現。
由此可見,正如要喺自己入面安住,並同時有對另一個世界嘅洞見,係喚醒靈性感受嘅先決條件;同樣地,反過嚟,後者假設咗前者,並喺佢哋出現嘅同時實現咗佢哋。就係透過兩者嘅互相作用,先令靈性生命得以成熟。凡處於感受狀態嘅人,其靈魂都係被綑綁同錨定嘅,而冇呢種狀態嘅人就會飄浮。
所以,要更成功咁內住,就要向感官邁進,即使要經過強烈嘅自我沉浸。因此,任何想淨係靠心靈集中嘅人,都係徒勞無功:一分鐘都唔夠,就散晒。難怪學者,儘管受咗咁多教育,都成日發白日夢:因為佢哋淨係用腦袋。

無須詳細列出各感官嘅規則同特徵──呢啲應該係私人指導、反思同閱讀嘅範疇。喺聖父輩嘅著作入面,佢哋大部分都係以斷片形式、格言方式呈現。佢哋最主要嘅追求同建議,就係要明白靈性結構,並且能夠維持佢。
至於達到呢個境界嘅人,就只剩一條規矩:要內住,並喺心底藏住一個秘密教導。「秘密教導」係指由屬靈世界見到某樣嘢,或者透過聖經入面嘅某句說話、聖父嘅言教,或者一段禱告,而令屬靈感官有所觸動。
所以佢哋教導:要訓練自己去紀念上帝、紀念短暫人生、紀念罪過,同埋自我克制;即係要不停咁心裏面諗住呢個題目,並喺心裏面講,例如:*'我往邊度去好?'*
(詩篇138:7)或:*「我係條蟲,唔係人*」(詩篇21:7)。呢啲同其他類似嘅做法,如果以專注同感受去進行,就構成咗所謂嘅「秘密教導」。

由此可見,總括而言,所有激發並維持熱誠之靈的方法或技巧,可歸納如下:醒來後,向內觀照,駐足於心,檢視你整個屬靈生命,然後專注於一件事,並持續停留其中。　　或者,更簡單嚟講:收斂你嘅心思,喺心入面培養呢個秘密教導。

如此,憑住主嘅恩典,熱誠嘅靈就會以佢真正嘅形態持續存在,有時暗暗燃燒,有時熊熊烈焰。呢條就係內在嘅道路。
要知呢條路係通往得救最直接嘅途徑。可以將一切都放低,專心致志咁做呢個修行──一切都會順利。相反,就算做晒其他嘢,如果唔專注喺呢點,就唔會見到任何果效。

凡是沒有向內、向這靈性操練轉向的人,不過是拖泥帶水。誠然,這操練極其艱難,尤其在開始時,但卻簡單而有成效。因此,指導的司祭應該盡快讓他的教徒接觸這操練,並在其中堅定他們。
甚至可以先由外在方面入手,但一定要同時配合呢項靈性工夫——
唔單止可以,而且係必須。因為呢項工夫嘅種子就喺轉變嘅過程中,透過呢個過程,全部內容先至可以展開。只要解釋清楚、強調其重要性,並提供指引,咁所有外在方面都會 willingly、swiftly 同 maturely 進行。相反,冇咗呢樣嘢,一切都會散晒,好似爛咗嘅線咁。要記住規矩,唔可以突然之間,而係要慢慢嚟;要有限度,

因為否則可能會唔係去做呢種內在嘅工夫(重點喺度),而係去做外在嘅規矩。
所以,雖然有人由外而內去進行,但千古不變嘅規矩係:要先入內,喺度點燃熱誠嘅精神。
睇落好似好簡單;但係唔察覺到呢點,就可能會白費氣力好耐──成效都唔大。
而呢種情況,正正係因為身體活動嘅本性所致。身體活動比較容易,所以吸引人;但內在嘅活動就困難,因而令人卻步。可係,如果一個人只對前者留戀,當佢係一樣物質嘢咁執着,佢自己嘅精神都會逐漸物質化;結果,佢就變得冷淡、更加僵化,並因此愈來愈遠離內在嘅生命。
所以最初人可能會將內在生命擱一邊,好似等到成熟先再理──
以為總有一日會到;但到頭嚟回望,先發現嗰個時候已經錯過,本來應該預備好,卻變到完全做唔到。外在嘅事亦唔可以拋棄:佢係內在生命嘅支撐,兩者要並行不悖。
好明顯,優先次序應該擺喺前者,因為人應該喺靈裏面事奉上帝,而且以靈同真理敬拜祂先至啱(正*當*──編者)。兩者都要按各自嘅價值互相服從,唔可以互相強迫,或者硬係分開。

《強化個人屬靈同體能操練指南》

如此,一個內心被恩典充滿、在靈裡生活的人,他的生命將會燃燒並愈燃愈亮。因為那將自己交給神的人有熱心和勤力,恩典就會住在他裡面,並以它聖潔的能力充滿他,而且愈來愈深,或將他同化。然而,人不能也不應該就此停止。這仍然只是一個種子、一個支點。
需要確保呢道生命之光繼續前行,滲透靈魂同肉體嘅本性,從而聖化佢哋,同化佢哋歸入自己,驅逐已經出現嘅不自然慾望,恢復佢哋純粹同自然嘅狀態──唔好只喺自己入面停留,而係要遍佈我哋整個存在,遍及我哋所有嘅能力。
但由於如上所述,呢啲能力全部都滲透咗唔自然嘅元素,所以住喺我哋心入面嘅恩典之靈──最純淨嘅──就無法直接同即時進入佢哋,因為佢哋污濁,擋住咗佢。
所以,必須喺內住我哋心裏嘅恩典之靈同我哋嘅能力之間,設立某啲中介,好等祂可以透過呢啲中介流進我哋裏面,並醫治我哋,就好似用藥布敷喺痛處一樣。
明顯嘅係,呢啲中介手段一方面必須具備神聖或天國嘅本源特質同屬性,另一方面又要同我哋能力喺自然構成同目的上完全相符;否則,恩典就唔會透過佢哋流過,而能力亦唔會從中得著醫治。
呢啲手段喺佢哋嘅來源同本性上,必須係呢種性質。但係,就佢哋本身嚟講,只能係行動、練習或者操練,因為佢哋係用喺嗰啲有能力嘅部分,而呢啲能力嘅獨特特徵就係去行動。
因此,我哋而家要尋索神喺祂嘅聖經入面,或者透過跟隨祂嘅聖徒教導,所揀選同規定嘅方法,好作為醫治我哋能力,並恢復佢哋失喪嘅純潔同完整嘅手段。
要搵到呢啲操練同實踐其實唔難;只要翻閱《神聖山》同幾本苦行者傳記,佢哋自然就會現出嚟。禁食、勞作、守夜、獨處、退離塵世、節制,
閱讀聖經同聖父們嘅著作、出席彌撒、經常懺悔同領聖體、宣彌沙、其他虔誠行為同善功──所有呢啲,一齊或者有時主要喺某啲特定方面,幾乎喺每位聖父嘅傳記入面都可以搵到。
佢哋有一個共同嘅詞──「苦行」──聽落可能幾嚇人,但人應該被佢所傳達嘅意義吸引,即係佢哋嘅療癒本質。我哋只要將呢啲苦行同修煉各歸其位,並界定每樣嘢要做到幾多,同埋為咗乜嘢目的而做。為咗更有效咁做,我哋會概述每一個行動嘅過程,從而概述我哋整個活動嘅流程。
每一個自由行為,源於意識同自由──因此源於靈魂──下降到心靈,並透過其功能──理性、意志同情感──為執行作好準備,然後喺特定時間、地點同其他外在情況下,由身體嘅力量去完成。
一件外在嘅行為,如果唔係重複、冇人留意或者冇人沿用,通常就會無聲無息咁過去。但係一旦有人留意同跟從,就會變成一條固定嘅規則、一種性格特質、一個習俗,就好似一條法律咁。呢啲習俗嘅總和,就構

成咗嗰個社會或者人群圈子入面嘅精神。
如果佢哋嘅起源係好,咁呢啲習俗就好,社會就好;如果起源係壞,咁習俗就壞,社會就壞。但係喺後一種情況下,凡係踏入呢個習俗同禮教循環嘅人,都無可避免咁成為佢哋嘅奴隸,儘管受盡奴隸式嘅苦役,都無條件咁服從。 凡係照世人嘅方式生活,就等於屈服於世人嘅習俗同精神。但就算係帶住新鮮嘅眼光踏入呢個世界嘅人,都難免會畀佢嘅精神所感染,好快就同其他人一樣,因為呢啲習俗本身就係喺我哋心入面培養出罪惡、激情同無神嘅精神嘅要素,因為佢哋本身就係激情嘅行動化。

為咗淨化同恢復一個人,神聖嘅恩典首先提供咗所有行動嘅源頭;亦即係,佢令佢哋嘅意識同自由向神轉向,咁醫治就可以由呢個已經得醫治同成聖嘅源頭,用佢哋全部力量,透過佢哋自己嘅行動──無論係被指派俾佢哋定係被激發喺佢哋入面──嚟進行。 我哋之前已經見過呢個源頭係點樣被醫治同保守。而家只係要確定,喺上述所講嘅意義下,擁有醫治大能嘅行為應該由呢個泉源流露。但係,呢點唔容許人隨意決定呢啲行為,只係要喺自由同無強制嘅心志同意志下去實踐;否則,就唔會結到預期嘅果效。

因此,在培養並維護整個內在構成的熱誠之後,必須確定上帝之道及聖父們著作中所規定的實踐:第一,關於靈魂的機能,作為所有在靈性聖殿中開始之事的直接受領者;第二,關於身體的機能與作用,作為靈魂內所成熟之事的受領者;

最後,就係外在行為,作為所有內在活動嘅共同出口,或者話係佢嘅戰場,同時亦係佢嘅塑造場。所有呢啲練習都要咁樣去指導,唔係去熄滅,而係去進一步點燃熱誠嘅精神同佢嘅全部內在結構。

喺靈魂入面,我哋搵到三種能力:理性、意志同情感;或者,正如聖父所講,分別係理性、慾望同憤怒嘅能力。
對應呢啲能力,聖潔嘅苦行者應用咗一啲特定嘅療癒練習,呢啲練習同佢哋相似,並且能夠接受同促進恩典。呢啲練習唔需要基於理論去設計,只要從經過驗證嘅苦行實踐中揀出,確定邊個練習對應邊個能力。因此:

至於理智:
a) 閱讀同聆聽上帝之道、聖父輩嘅著作,同埋神聖先賢嘅生平。
b) 研讀同背誦所有神所賜嘅真理,以簡要形式(教理問答)。
c) 向最有經驗同資歷最深嘅人士求教。
d) 互相傾談同友善磋商。

關於遺囑:
a) 嚴格遵守現時所規定嘅所有苦行規則。
b) 服從整個教會憲法。
c) 服從民事、專業同家庭秩序,因為就係透過呢個
上帝的旨意是透過中介而來的。
d) 服從上帝對人生道路嘅旨意。
e) 行善時要聆聽良心。
f) 順服嗰種熱衷於成就誓言嘅聖靈。

關於心:
a) 參加聖潔嘅教會禮拜。
b) 按教會規定嘅禱告,係每日喺屋企嘅修行。
c) 使用聖十字架、聖像及其他聖物。
d) 遵守教會所制定並一直規定的神聖習俗。

身體本身就係純潔嘅。所以,只要將佢嘅唔自然需要剔除,並以符合佢本性嘅方式強化佢;或者換句話講,就係將佢恢復到原本嘅自然狀態。
此外,身體必須成為靈魂的輔助者,作為其常伴;因此,除了回歸自然的界限外,滿足身體需求時,亦必須導向靈魂與精神的利益。為了達成這些要求,針對每項身體機能,都規定了具體的練習,既可療癒我們的肉體本性,亦能帶來精神的益處。

當中包括以下規則:

(a) 關於感官:一般要保養感官,特別係聽覺同視覺(神經
功能);

b) 保護口同舌(肌肉);

c) 透過勞動同體力工作保持身體活力(肌肉);

d) 禁慾同禁食 (腹部);

e) 睡眠同清醒之間嘅平衡 (內臟);

f) 身體清潔(內臟)。

一般嚟講,就身體而言:**勞力**(肌肉)、**興奮性**(神經)**同虛弱**(腹部)。

毋庸置疑,透過呢啲努力,身體會逐漸回復到佢自然嘅狀態,變得生龍活虎(肌肉方面)、清明純粹(神經方面)、輕盈自由,並會成為我哋靈魂最合適嘅器皿,同一個配得上聖靈嘅殿。

我哋嘅外在自我係我哋行為嘅渠道、佢嘅戰場,同時亦係佢嘅因同埋支撐──佢嘅開始同佢嘅結束。如果佢唔會對我哋產生相互影響,就可以放任佢唔理。
但實際上,佢對我哋有強大嘅影響力,甚至主宰住我哋。所以,作為我哋內在力量或性格嘅外在表現,當呢啲改變咗,佢都必然要改變。佢嘅活動範疇包括家庭、職業同社交關係。因此,所有約束規則都要喺呢度實施:

(a) 放棄壞習慣,無一例外;

b)
其次,要淨化自己嘅人脈同關係,保留有益嘅,剔除有害嘅,並決定自己嘅處事或同人打交道嘅方式;

c) 如果有,就要按新秩序重新分配或重新確立職責;

d) 建立家庭事務嘅秩序,或者更一般嚟講,令屋企配合靈性生活。

呢件事要咁樣做,務求所有外在嘅事物──包括物件、人同埋事務──都好似創造出一種滋養同建設性嘅靈性氛圍,而唔係摧毀性嘅。

呢啲就係修行同靈性嘅操練!要不斷實踐;佢哋要同我哋同在,就好似喺身體各處貼滿繃帶同膠布咁。
但係,最合適嘅地方,要喺最純粹、最完美同最嚴謹嘅形式出現,就係**禁食**──聖教會最救贖嘅制度,透過聖事嚟淨化同聖化我哋。呢個詞指:

1) 以最完美嘅形式實踐所有靈性操練,作為領受聖事嘅準備;

2) 實際領受懺悔聖事及基督聖體聖血聖事。

呢啲都係涵蓋整個人嘅修練,滋養精神、靈魂同身體。我哋會稱佢哋為**充滿恩典**、**用嚟培育同強化靈性生命嘅手段。**

以下就所有呢啲靈性努力同實踐作幾點**一般嘅評論**。每位苦行者都要按自己嘅情況,以一種專門適合佢哋嘅方式去進行呢啲努力同實踐,因為喺本身
,佢哋好似只係規則嘅原材料同大綱。規則就係由將佢哋應用喺時間、地點、個人、情況等等而構成。
呢啲就係每位苦行者都要做嘅,要麼自己獨立完成,要麼喺導師同靈性之父嘅指導下進行──將呢個方法應用喺每個練習上,然後由呢啲練習嘅總和,構建一套全面而**綜合嘅靈性練習**或**苦行行為嘅秩序**,當中對每樣嘢,無論大事小事,都有佢嘅位置同時間。
呢個秩序,就好似嗰啲規則一樣,除咗用文字大概講吓,冇法喺書面指南度寫得夠晒。喺呢度,只能夠描述每一個操練,並展示佢嘅目的同埋應用嘅一般原則。

唔難睇到呢啲壯舉同練習點樣同內在活動對應。正正係外在行為嘅規矩,連同身體嘅構成,先至對保持內住同靈性意識至關重要,而虔誠嘅練習就對靈性活力至關重要。所以喺靈性生活中,佢哋同內在生活本身一樣重要。

聖父輩稱這些為身體或物質活動,或「積極生活」,而內在生活則稱為「沉思生活」,以及靈性與智力活動。

以為內在生命可以獨立存在,即使外在生命同佢唔協調都無所謂,呢個諗法係錯誤;同樣,有人淨係專注外在生命,忘記或者忽略我哋所講嘅內在生命,都係唔啱。

兩者必須並行不悖,如此,整件事可簡要歸結如下:向內轉入靈性意識之後,激發生命力或靈性秩序,然後按照你所建立的苦行紀律繼續修行。

同時,要堅定不移地記住,雖然操練、苦行和行為對保守同培養靈命、恢復本性極其必要同完全適合,但佢哋本身並無呢種能力——並非佢哋創造靈命同潔淨本性,而係神嘅恩典藉住佢哋,好似由此進入咁,成為通往我哋能力嘅渠道。所以,要全心全意、熱誠同堅持咁去做;但將自己嘅進步交託畀主,咁佢就可以喺呢啲行動背後,按佢嘅心意同智慧去塑造我哋。

當你展開屬靈的追求時,不可將心思和心志專注於此,而要超越它,視為外在之物——好似一個預備妥當的器皿,向恩典敞開自己,將自己完全交託給神。「whoever finds grace finds it through faith and diligence, and not through diligence alone.

然而,無論我哋嘅工作做得幾勤力,如果喺做嘅時候唔向神交出自己,就吸引唔到恩典;佢唔會喺我哋心入面建立真正嘅靈,反而會建立一個諂媚嘅靈,製造出一個法利賽人。」

恩典就係佢哋嘅靈魂。佢哋之所以為真,就係因為佢哋培養同保持自卑、痛悔、敬畏上帝、對上帝幫助嘅需要,以及對上帝嘅虔誠。對呢啲嘢感到滿足同知足,就係佢哋錯誤使用,或者愚蠢嘅徵兆。

呢就係我哋所講過嘅所有積極行為嘅完整次序,或者話係自律嘅原則。依家我哋會逐一檢視每項,雖然只係用概括嘅講法。

有助塑造靈魂能力,並符合基督教生活精神嘅操練

人有三種能力:理智、意志同情感。練習就按呢三種能力嚟分。佢哋直接針對呢三種能力嘅培養,但係要做到唔會熄滅靈性;相反,仲要令靈性愈燃愈熱。後者成為衡量同約束前者嘅標準,前者要服從到啞口無言或者完全停止為止。

a) 培養理智的操練,並點燃及養育屬靈生命

基督教對心思的塑造,就係要將信仰嘅所有真理深刻地烙印喺心思度,直到佢成為心思嘅本體,或者心思只係由呢啲真理構成。咁當心思去推理任何嘢嘅時候,就會以呢啲真理為本,去推斷或者判斷所有可知嘅事物,而且真係冇呢啲真理就連一丁點都動唔到。

使徒稱之為「堅守那純正教訓的典範」(提後1:13)。

相關嘅實踐或活動包括:讀同聽神嘅話語、教父嘅著作、聖教父嘅生平、互相討論,以及向最有經驗嘅人求教。

讀或者聽好,互相討論更好,但最緊要係最有經驗者嘅建議。

神嘅話語最有果效,其次係教父嘅著作,再其次係聖徒嘅生平。不過,要明白,聖徒嘅生平最啱初學者,教父嘅著作啱中級者,而神嘅話語就啱於已 嘅完美者。

所有呢啲——無論係真理嘅來源定係獲取嘅方法——都明顯有助將佢哋烙印喺心靈深處,同時支撐住熱誠嘅精神。

往往一篇經文就可以激勵人心超過一日;有聖人傳記,只要稍為回味,就能重燃熱誠;聖教父著作入面亦有段落深具啟發。所以,有條好規則:

就將呢啲章節抄出嚟,留底,有需要嘅時候用嚟振奮精神。

往往內外兼施都幫唔到——靈命依然沉寂。快啲喺任何地方搵嘢嚟讀。如果都唔得——就去搵人傾

偈。後者,只要懷住信心去做,幾乎唔會唔見成效。

閱讀有兩種:一種係例行式,幾乎係機械式;另一種係有選擇性,係因應靈性需要同埋聽人建議先去讀。不過,就算係前者,都唔係冇用。但呢種方式,更適合已經有根基嘅人,就好似佢哋只係溫習,而唔係初次學習。

每個人都必須要有一個喺屬靈事上嘅談心對象,佢已經知道我哋所知道嘅一切,亦都可以大膽咁向佢敞開心扉,講出所有心裏面嘅事。最好得一個,最多兩個。淨係為咗打發時間嘅閒聊,千祈唔好有。以下係讀書嘅規則:讀之前,要先將其他一切念頭都清除;

── 激起想知道所讀內容嘅渴望;向神禱告;專心跟隨所讀內容,並以開放嘅心去接受一切;

— 如果未讀到心入面,就喺嗰度停一停,直到讀到為止;

— 好明顯要好慢先讀;

—

當靈魂唔再想由閱讀中獲得滋養,就停低唔好再讀──因為佢已經飽足。不過,如果有一段經文特別打動靈魂,就喺嗰度停留,唔好再往下讀。

讀神的話語最好係朝早;讀聖人傳記就係食完午餐之後;讀聖教父嘅著作就係瞓覺前。咁樣,每日都可以樣樣嘢都接觸少少。

喺呢啲追求入面,要時刻記住主要目標:將真理烙印喺心靈,激發心靈。如果讀書或者傾偈都做唔到呢點,就只不過係徒然滿足感官同耳目,係空洞嘅閒談。
如果做得明智,真理既會烙印心靈,又會激勵人心,兩者互相促進;但如果偏離正路,就兩頭空:真理只會像沙子一樣堆進腦袋,而靈魂變得冰冷而麻木,最終膨脹自大。

印刻真理同審視真理唔同。呢度所需嘅就係:掌握真理,將佢放喺心入面,直到佢同你嘅心融為一體──冇任何辯論或限制──真理嘅單一面目。

所以,要達到呢個目標,最簡單嘅方法可以咁講:所有真理都喺教理問答入面搵到。每日朝早,揀一條真理,清楚咁掌握;放喺心入面,用嚟滋養自己,直到靈魂需要為止──一日、兩日,或者更耐;然後再用另一條,如此類推,直到完結。呢個方法簡單又普遍被接受。 如果你唔識讀,就搵一段真理,照佢去生活。

呢條規則好明顯適用於每個人:將真理記熟,並以一種能激勵你嘅方式去運用佢。不過,實踐呢件事嘅方法有好多種,唔可能只得一種啱晒所有人。

所以,如果閱讀、聆聽或談話,未能烙印真理或激發心靈,就應視為誤入歧途,偏離了真理。這就好比出於純粹好奇而過度閱讀,只用腦袋跟隨文字,卻不讓它們進入心靈或愉悅品味,最終只會帶來困擾。

呢就係白日夢嘅藝術,唔係建造亦唔係教導,反而破壞,永遠導致自負。正如所講,整件事要限於以下幾點:掌握真理,並將佢留喺心入面,直到你嘅心靈品嚐到佢為止。聖父哋簡單咁講:記住,留喺心入面,放喺眼前。

b) 鍛鍊意志同激發靈魂嘅操練

塑造意志,就係要喺上面烙印上良好嘅品格,或者美德:謙卑,
溫柔、忍耐、自制、寬容、樂於助人等等──使之與意志合而為一或融入其中,好似成為其本性;當意志有所行動時,就係憑藉這些美德的啟發與精神而行;換言之,這些美德成為統治並主宰我們行為的君王。

呢種意志嘅狀態係安全同堅定;但由於佢同罪性嘅狀態相反,要達到佢就要付出辛勤同努力。因此,相關嘅修練── ──主要針對意志嘅主要弱點,即自我意志、不順服同對軛嘅不耐煩。

呢種軟弱係透過順服上帝嘅旨意,並拒絕自己同其他人嘅意志嚟醫治。上帝嘅旨意會以各種服從嘅方式向每個人顯明。
最先同最重要嘅要求,就係要按自己嘅職份或地位去遵守律法或誡命;其次要遵守教會嘅條例,以及公民同家庭秩序嘅要求;再者,要應付由天意安排嘅處境所需,同埋以熱誠精神提出嘅要求──所有呢啲都要有洞察力同埋明智嘅建議。

呢啲都係對每個人,甚至對所有人開放嘅行義範疇。所以,只要學識善用佢哋,你就唔會覺得冇方法去塑造意志。

為此,你要為自己釐清,喺你嘅職位、身份同處境下,所有可行嘅義行範疇,同時考慮喺咩時候、點樣、到幾大程度,以及邊啲可以做、邊啲應該做。

搞清楚晒呢啲之後,就擬定一個大致嘅行動大綱同埋次序,咁你做嘅嘢就唔會冇頭冇尾,但要記住呢個次序只係大方向啱,具體情況要跟據事情發展隨時調整。做嘢要有條理。

所以最好每日都列出可能嘅情況同可能要做嘅工作。

熟練行義者從不預先安排任何事,只會順服上帝的安排,因為萬物都出自上帝;祂透過各種境況向我們啟示祂的旨意。

但係,呢啲都只係行為嘅事,做咗之後只係令你識嘢啫。要透過呢啲行為提升到品德,就要堅定保持真正美德嘅精神,即係:謙卑同敬畏上帝,凡事都照上帝嘅旨意去做,為咗上帝嘅榮耀。
凡係出於自負,帶住幾近放膽嘅大膽,為咗自我滿足或者討好人,就算做緊義舉,都會喺自己心入面培養出一個邪惡嘅心態──自以為義、自大同法利賽主義。

同時保持正確嘅心態,亦要留意規律,尤其係循序漸進同持續嘅原則:即係要由細微嘅事開始,逐步提升到更高層次,開始之後就唔好停。
咁樣就可以避免:因為完美唔係一次完成,總會有時間,所以唔好覺得自己未夠好;因為階段無窮無盡,所以唔好以為自己已經做晒所有嘢;**亦唔好好大**喜功,去做超出自己能力範圍嘅事。

最終目標係德行自然流露,令**呢條法則唔再似**負擔。

最成功達到呢點嘅人,就係蒙賜恩典,得以同有德行同積極向上嘅人一齊生活;如果佢仲受佢哋嘅指導,就更加成功。
就唔需要再重複做嗰件事,或者去糾正因為無知或者練習不足而犯嘅錯。唔好淨係讀書或者冥想,就好似俗語所講,要搵個有德行嘅人,你就會即刻學識敬畏上帝。其他美德都係一樣。
不過,就自己嘅品格同處境嚟講,最好揀一樣最緊要嘅美德,堅定不移咁堅持──
佢會好似畫布咁,成為所有美德嘅基礎,然後再由呢度推展到其他美德。呢條就係懶散時候嘅救命繩──佢可以好有力咁提醒你,迅速重燃你嘅決心。
最緊要嘅係施捨,因為佢係最穩陣嘅道路,會引領你到王面前。

不過,呢點只適用於行為,唔適用於品性。品性必須有自己嘅內在秩序,根植於靈魂,喺某種程度上獨立於意識同自由意志,就如主所願意咁。
所有聖人都認同敬畏上帝係佢嘅開始,而愛係佢嘅終點;喺當中,所有美德都係互相建立,雖然唔係人人都係同一方式,但都一定係建立喺謙卑同痛悔認罪嘅基礎上。呢啲就係美德嘅命脈。
每種美德的描述──其特性、行為、完善程度及偏失──都是專門書籍與教父們教導的題目。透過閱讀去學習這些內容。

呢種美德嘅實踐直接塑造意志,並將美德烙印喺上面,同時又令靈魂保持不斷嘅張力。就好似摩擦會產生熱量,同樣,善行就係點燃熱誠嘅燃料。冇咗佢哋,就算有好好嘅靈魂都會變得冰冷同消磨殆盡。
呢種情況通常會發生喺冇做嘢嘅人,或者只係止惡除不義嘅人身上。唔係,人亦要積極行善,揀選做好事。不過,有啲人太忙,結果好快就攰到散晒精神。凡事要適可而止。

c) 心靈的修養

培養心靈就係要喺心入面培育對神聖、神明同靈性事物嘅嗜好,咁當你沉浸喺呢啲事物入面,就好似返咗自己嘅本份,喺度搵到甜美同　　嘅喜悅;同時對其他一切都漠不關心,冇興趣,甚至仲會覺得厭惡。
一個人所有嘅靈性活動都匯聚喺心上:真理被烙印喺度,美好嘅品性喺度生根,但佢最主要嘅任務就係我哋所講嗰種　　taste。
當心靈洞察整個屬靈世界同佢入面各種事物嘅全貌,或者當各種美好嘅行動喺意誌中成形,心就必須喺呢一切之中感受到甜美同散發溫暖。呢種屬靈嘅喜樂,就係罪惡令心靈麻木後重新復活嘅第一個徵兆。所

以,喺最早期階段,培養呢種喜樂都係一件非常重要嘅事。

其實,針對呢個目標嘅實踐,就係我哋整個聖務喺各種形式上──無論公開、私人、家庭或教會──而最緊要嘅,就係推動佢嘅祈禱精神。

聖事──即係所有每日嘅儀式,連同整個教堂嘅擺設、聖像、蠟燭、香、詩歌、讀經、禮儀行動,以及各種需要嘅儀式──然後係家庭崇拜,都同樣涉及宗教用品──奉獻嘅聖像、聖油、蠟燭、聖水、十字架, 香——呢個由聖物組成、以各種感官(視覺、聽覺、嗅覺、觸覺、味覺)刺激人嘅整個系列——係對麻木靈魂感官最有力同唯一真正嘅**淨化**。靈魂因為住喺入面嘅罪惡所帶嚟嘅世界之靈而變得麻木。

我哋嘅聖禮全體結構──無論係形式、意義、信仰嘅力量,尤其係其中所隱藏嘅恩典──都有一種無可抗拒嘅力量,去驅逐塵世嘅精神;並透過解救靈魂脫離佢嘅壓迫性影響,令靈魂得以自由呼吸,彷彿品嚐到呢種靈性自由嘅甘甜。

任何人踏入教堂,就等於踏入一個截然不同的世界;他會受到影響,並相應地被改變。同樣的道理也適用於那些以聖物環繞自己的人。靈性印象的頻率更迅速地滲透內心,並更快地帶來心靈的轉變。因此:

1)

人應該盡量多啲去參加教會禮拜,通常係晨禱、聖禮同晚禱。有機會就每日都去,就算一日只得一次,都要盡量唔好缺席。我哋嘅教會就係地上嘅樂園,或者就係天堂本身。

要懷住呢間教堂係上帝居所嘅信心,快啲去教堂;因為上帝親口應承喺度會更樂意聽我哋嘅禱告。喺教堂入面,就好似上帝喺面前咁,存敬畏同虔誠嘅心,用耐心企立、鞠躬,同埋專心參與整個儀式,唔好畀心思飄走,或者變得懶散同草率。

2)

不可忽略其他敬拜方式,無論是私底下、在教會或家中進行,亦不可忽略按教會全備秩序所行的個人家庭禱告。

要記住,呢個只係禮拜儀式嘅補充,唔係替代品。使徒吩咐我哋唔好離棄聚會,已經講得好清楚,禮拜嘅全部能力係屬於群體崇拜(參見希伯來書10:25)。

3)

人應該遵守教會所有嘅節日、儀式同習俗──其實就係整個禮儀秩序──並且喺生活嘅各方面都堅持,好似時時刻刻都處身喺一種特別嘅氛圍入面。呢樣嘢其實好容易。我哋教會嘅結構就係咁,只要有信心去接受就得。

但係,最緊要嘅係,支撐教會事工嘅力量,就係禱告嘅精神。禱告既係一種包羅萬有嘅本分,亦係一種無所不能嘅手段。透過禱告,信仰嘅真理會烙印喺心裏,美德會根植喺意志中;但係最緊要嘅係,心靈喺情感上會獲得新生。

只有當呢樣嘢存在嘅時候,頭兩樣先會緊接跟住。所以,培養禱告要擺喺首位,並且要持續不斷、毫不疲倦,直到主應答禱告者嘅禱告。

祈禱嘅根基就係向神轉,因為祈禱就係心思同心意向住神,而呢個行為就正正包含呢點。但係因為唔夠留心或者冇技巧,人可能會熄滅自己內心嗰把火花。

然後就要即刻開始做啲修行,目標係點燃禱告嘅心志。除咗做同參與聖禮,正如之前提過,個人禱告最直接相關,無論喺邊度、用乜方式都可以。呢度有條規則:習慣禱告。為咗呢個目標:

1) 揀定禱告時間表──包括晚上、朝早同日間。
2) 最初要保持簡短,免得嚇怕未習慣呢種修行嘅人。
3) 但係一定要用敬畏、勤力同全神貫注去進行。
4) 呢個需要:企立、鞠躬、跪下、畫十字聖號、讀經,同埋偶爾唱歌。
5) 你愈經常做呢種祈禱,就愈好。有啲人每隔一小時就做,每次雖然只係少少,但次數多咗。

6)
喺祈禱書入面已經列咗要誦嘅禱文。但係最好係慣用同一篇特定嘅禱文,咁一開頭,你嘅靈就會即刻點燃。

7)
禱告嘅規矩好簡單:當你開始禱告嘅時候,要帶住敬畏同顫抖,好似直接對住上帝講嘢,同時配以畫十字聖號、鞠躬同跪拜,跟住聖靈嘅感動去做。

8) 既定嘅規矩要一絲不苟咁遵守;但係呢,並不妨礙你按心靈嘅感動加添啲咩。

9)
無論係讀出聲、高歌、細聲喃喃,定係默禱──都無所謂,因為主一直喺身邊。但有時最好用一種方式完成整段禱告,有時又用另一種方式。

10)
人要堅定咁記住禱告嘅限度。一篇好嘅禱告,就係用一個跪拜喺神面前作結,帶住「*主啊,祢審度萬有,求救我*」嘅心態。

11)
禱告有不同層次。第一層次係身體嘅禱告,主要係讀經、企立同跪拜。心神飄忽,心無所感,亦無任何渴望;呢度只有耐性、勤力同汗水。儘管如此,都要定好時間去禱告。呢種就係積極嘅禱告。
第二階段係有專注嘅祈禱:心思習慣喺祈禱時間收斂,並以全副意識、無分心去誦讀整段祈禱文。專注同書面文字融合,好似自己講咁。第三階段係心靈嘅祈禱:心靈因專注而溫暖,心入面嘅念頭喺呢度變成感受。
有咗懺悔嘅字眼,就有懺悔;有咗懇求,就有需要同渴望。凡係已經進步到感受階段嘅人,都係無言咁祈禱,因為上帝係心靈嘅上帝。就係因為咁,呢個先係祈禱訓練嘅巔峰──企喺祈禱中,由一個感受移向另一個感受。
到呢個階段,讀經可以停,思考都可以停,只係留喺嗰種感覺入面,跟住慣常嘅禱告標誌。呢種禱告一開始係慢慢嚟㗎。喺教堂或者屋企,都會有一種禱告嘅感覺油然而生…
而呢度就係聖人嘅常見勸告──唔好等呢件事溜走:即係當呢種感覺出現嘅時候,就停止所有其他活動,安住喺度。聖梯書話:「有天使同你一齊祈禱。」留意呢啲祈禱嘅徵兆可以促進祈禱嘅培養,而唔留意就會摧毀佢;培養嘅重點就係此。

無論任何人認為自己已經將祈禱 perfected 到幾咁完善,都絕對唔可以放棄祈禱嘅規則,而要照指示去實踐,並且一定要由有聲祈禱開始。
呢個要配合理智嘅祈禱,真情嘅祈禱就會跟住出現。冇咗呢點,後者就會消失,人會以為自己喺祈禱,但實際上根本唔係。

當祈禱嘅感覺升到無間斷嘅程度,就開始咗屬靈嘅祈禱,呢就係聖靈嘅恩賜,佢為我哋祈禱──係可理解祈禱嘅最高階段。
但係,有人話,亦有種祈禱係超乎心思所及,或者超越意識範圍(正如聖伊撒克·敘利亞人所教)。

「最容易」達到不間斷禱告的方法,就係實踐耶穌禱告,並將之深植於心。
喺屬靈生命最有經驗嘅人,蒙神光照,發現咗呢個簡單但威力無窮嘅方法,可以喺所有屬靈嘅追求,甚至整個苦修生活中,都用嚟強化靈命,並且喺佢哋嘅教導中留下咗詳細嘅規矩。

透過我哋嘅勞苦同苦行,我哋追求心靈嘅潔淨同靈魂嘅復興。
有兩種途徑:積極的途徑──即上述所講的苦行實踐──和靜觀的途徑──將心思轉向神。在前者中,靈魂得以淨化並領受神;在後者中,那可看見的神燃盡一切不潔,並居住在已淨化的靈魂之中。
西奈的格里高利將後者總結在耶穌禱告中,他說:「我們或藉著行為和勞苦,或藉著精巧地呼求耶穌的名,來達到神。」然後又補充說,前者之路比後者更長──後者則更快、更有效。
因此,有人將耶穌禱文視為所有屬靈操練中最首要者。它能啟迪、強化、復興我們,勝過一切可見與不可見的仇敵,並將我們高舉到神面前。它何等全能、大有能力!主耶穌的名是豐盛祝福、力量與生命之寶藏,

存在聖靈裡。

咁樣,任何已經悔改,或者開始尋求主嘅人,都可以而且應該由一開始就獲得耶穌禱告法嘅完整指導;並且透過呢個禱告,認識其他所有形式嘅禱告,因為咁樣可以更快得到力量,更快獲得屬靈嘅洞察力,並進入內心嘅平安。

唔知道呢點嘅人,有啲──甚至係大多數──就只限於身體同心智嘅練習,浪費咗佢哋嘅心力同時間,幾乎係徒勞無功。

呢種修習稱為「藝術」。其實非常簡單。只要將意識同注意力集中喺心入面,不斷重複念誦:*「主耶穌基督,神嘅兒子,可憐我吧」*,唔使任何畫面或形式,只要信主睇到你同聽到你。

要令自己穩固喺呢個修行入面,就應該喺朝早或者晚上撥出固定時間──十五分鐘、三十分鐘或者更多,視乎自己可以撥出幾多時間──專門用嚟誦念呢段禱文。呢個要喺早禱同晚禱之後做,可以企住或者坐住。咁樣就可以為呢個修行打好基礎。

然後,喺成日入面,無論做緊乜嘢,都要刻意每隔幾分鐘就念一次。

呢個習慣會愈嚟愈根深蒂固,祈禱文就好似會自己念咁,無論一個人做緊咩嘢。愈堅決咁去做,就愈快成功。

一定要將意識集中喺心,喺念誦嘅時候輕輕憋住一口氣,以示專注。

但最緊要嘅條件係要信神好近,會聽到我哋。將你嘅禱告,講到神嘅耳仔入面。

呢種修行先令心靈充滿溫暖,然後帶來開悟,最後達到忘我境界。但呢啲境界有時要經過幾年先至可以達到。

一開始,呢段祈禱好長時間只係一個動作,好似其他活動一樣;之後佢變成心智層面嘅事,最後先喺心入面生根。

呢種祈禱有偏離正路嘅情況。所以,要向識呢個禱告方法嘅人學。錯誤多數源於注意力放喺邊度──係腦入面定係心入面。

心入面嘅人係安全嘅。更加安全嘅係嗰個每一刻都用破碎嘅心緊貼住上帝,帶住痛悔,祈求擺脫迷思。

聖父輩已經詳細闡述咗呢種修行嘅教導。所以,凡係開始呢件事嘅人,就應該將佢哋嘅著作置於一切之上,全心研讀。

最完善嘅指引,可以喺希西克(*耶路撒冷──編者按*)嘅著作入面搵到,亦可以喺長老巴色前言入面,仲有喺巴伊西奧斯嘅傳記入面(《摩爾多瓦長老巴伊西奧斯·維利奇科夫斯基嘅生平與著作,並附有聖西奈大格里高利書目嘅前言》)。

由西奈的菲洛修斯、長老以西修斯及索拉的尼洛斯所撰,由其朋友兼同修──波利阿梅魯爾的长老巴實编译,主題為靈性清醒與禱告。由科澤爾的維韋涅斯卡亞奧品納隱修院出版。

莫斯科,1892年。(編輯);取自西奈的格里高利、西奈的菲洛崇斯、費拉德爾非亞大主教提奧利普圖斯(*編輯*)、西默崇斯·新神學家、索拉的尼洛斯,以及聖徒多羅西奧(俄文)。

凡能熟習以上所講之道,經歷過所有上述內容者,就係實踐基督教生命嘅人。佢會迅速喺自我淨化同基督教嘅完美境界上進步,並喺與上帝嘅交通中獲得所渴望嘅平安。

呢啲就係配合聖靈動向嘅靈魂能力修行。

喺呢度我哋見到,佢哋各自點樣同靈命嘅生活或者靈性嘅敏感度相應。但佢哋亦都幫助鞏固內住嘅基本條件:心智嘅操練令注意力得以集中,意志嘅操練令警覺得以增強,而心靈嘅操練令節制得以實踐。

至於禱告,就涵蓋晒以上所有,並且將佢哋全部結合埋一齊;其實,就其本身本質嚟講,佢無非就係之前所講嗰種內在活動。

所有呢啲活動都係用嚟培養靈魂嘅能力,符合新生命嘅精神。呢就等同於靈魂嘅靈性化,或者將佢提升到精神層面並同精神融合。喺墮落時,佢哋喺對立中結合。喺重生中,精神得以恢復,但靈魂仍然保留住強烈嘅反抗心同對精神同一切靈性事物嘅排斥。

呢啲充滿屬靈元素嘅活動,令靈魂同聖靈和諧一致,並與祂合一。由此可見佢哋嘅重要性,以及自外於佢哋

者嘅可悲下場。佢哋自己就係令自己勞碌無果嘅原因──忙碌卻見唔到果效;於是好快就灰心喪志,一切都結束咗。

但同一時間,要記住佢哋所有嘅果效都來自熱誠同尋求嘅心靈。呢種心靈透過呢啲行為,將恩典嘅恢復力量帶到靈魂裏面,令靈魂得着復興。冇咗呢種心靈,呢啲行為就變得空虛、冰冷、冇生命同無果效。讀經、禱告、敬拜同其他一切,如果冇咗內在嘅心靈,都幾乎冇果效。

呢啲行為會令人變得自誇、自以為義,甚至淨係依靠佢哋。所以,冇聖靈嘅人一旦遇到逆境,就乜都撐唔住。而且,呢啲行為本身就悶又乏味。但係,聖靈卻賜畀靈魂一種力量,令佢唔會淨係滿足於呢啲行為,反而會一直想返去依靠佢,。

所以,當進行呢啲功業嘅時候,絕對要記住,生命嘅火要喺我哋心入面燃燒,謙卑而真誠咁向我哋嘅救主──上帝──回轉;而呢種火同埋心志,最能透過禱告同靈性操練得到滋養同保守。

亦要小心,唔好淨係局限於呢啲,因為佢哋雖然同樣滋養靈魂,但若然只顧呢啲,就可能令靈性停滯,甚至受損。呢種情況最常喺閱讀,以及一般對真理嘅認識同吸收過程中發生。

以新生命嘅靈治理身體

呢度有個鮮明特徵,就係克制肉體。克制肉體,就係唔好縱容佢任何慾望,或者唔好為咗享受而做嘢。

無論飲食、睡眠、行動、視覺、聽覺,或其他任何感官或印象,都唔應該當做係福氣去接受,而應該當做係路過、係附帶嘢,唔好理會佢哋──喺之前、期間或者之後──而且最好帶有一定程度嘅剝離,唔係照肉體嘅慾望,而係照理性同良好嘅目的。

要對身體所需稍加克制,然後將它擱置一旁,全心全意地轉向靈魂。在聖徒之中,這被稱為追求肉體的安息──最危險的病症之一,且與神相違。

對寵溺肉體嘅人,神嘅聖靈無法居住。就算係因為唔留神同懶散而偶爾、零碎咁放縱肉體,都會令靈魂變冷。咁對嗰啲以肉慾快感為常態嘅人,又可以點講呢?滿足肉體對靈魂嚟講,就好似水對火嘅作用。

肉體係一切情慾嘅巢穴,正如卡西安(羅馬人約翰·*卡西安──編者*)所教,亦係任何人都可以透過經驗證實;所以,克制肉體就係令情慾枯竭。

凡係稍為放縱肉體,都唔能夠心歸於一;佢會沉溺喺令肉體愉快嘅事物入面,所以散亂,亦因此變得冷淡。

一個黏住肉體嘅靈魂,就會同肉體融合;咁樣佢就會變得沉重,被拉落塵世,無法用心思自由地仰望屬靈嘅事物。

相反,克制肉體的人,他的視力何等清晰,他何等容易向內轉,他的情慾何等不根深蒂固,總之,他內在的屬靈生命何等真實地活了過來!*外在的自我愈衰敗,內在的自我就愈日日更新*(參見林後4:16)。

肉體若強壯,則必以靈魂為代價;靈魂若成熟,則僅能藉肉體的安息。

我哋喺聖人當中搵唔到容易嘅生活:佢哋都過住樸素嘅生活,以自我克制、軟弱、荒涼,同埋肉體嘅鞭策度日。因此,對敘利亞嘅聖以撒嚟講,肉體嘅鞭策係得救嘅條件。凡憐惜肉體嘅人,就站喺一條誘人、滑溜、欺騙同虛幻嘅路上。

肉體在所有部分、肢體及功能上都要受到約束,使它們的每一部分都能成為公義的器皿。

喺我哋身體生命嘅各部位入面,有啲帶有靈性,係靈魂活動最貼近嘅器皿;另一些則純粹係動物性,係用嚟維持、滋養同成長動物生命嘅器皿。前者擁有更大嘅自由,受限較少;後者則更受縛,更肉慾,同更粗鄙。

前者包括:感官、言語同動作;後者包括:營養、睡眠、性行為同各種感覺印象──熱、冷、軟等等。

因此,要節制肉身,以下有幾條守則:

1.

控制你嘅感官,尤其係視覺同聽覺;節制你嘅動作;守住你嘅口。凡係無法約束呢三樣嘢嘅人,就會發現自己嘅內在一片混亂、鬆散同被囚禁;甚至連自己都唔喺度。因為呢啲就係靈魂由內到外通行嘅通道,或者係內在溫暖逃逸嘅窗口。

2.
你要對佢哋行使你嘅權威,強行引導佢哋向而家有益嘅事物。以前,佢哋無可抗拒咁被吸引去滋養自我同主要慾望嘅事物;而家就要引導佢哋去滋養靈魂嘅事物。

3.
量度肉體所需嘅食物──簡單同健康──用度量同重量去衡量,定好質素同時間,然後心安理得。對睡眠都一樣。透過榨乾肉體嚟結束性行為。最緊要令肉體處於苦澀嘅狀態──寒冷、嚴苛等等──咁就唔會有任何溫柔。

4.
當以上都建立好之後,就要同肉體掙扎,直到佢被制服,並且習慣咗呢種樸素而清儉嘅狀態,成為一個啞默嘅僕人。肉體嘅制服最終就得以實現。人要記住呢點,並為之努力,作為自己勞動嘅獎勵。
身體的德行透過身體的修持培養:獨處、沉默、禁食、守夜、勞作、在困苦中的忍耐、純潔和貞潔。

5.
不過,要記住,呢個同伴會喺墳墓之前壓迫同攻擊我哋。有話:唔好信肉體──佢係欺騙嘅。一旦你放鬆警惕,以為可以制服佢,佢就會即刻攞住你,並戰勝你。
對付佢嘅鬥爭要終身進行,但一開始最困難,之後就愈來愈容易,直到最後只剩對秩序嘅留意,同對肉體衝動嘅淡淡感覺。

6. 想取得最持久嘅成功──尤其係體能方面──就一定要遵守循序漸進嘅原則。以下係一啲一般嘅建議:首先,要喺各方面都保持肉體嘅禁慾狀態,將所有注意力都放喺內在嘅修為上。當情感開始平息,而心入面開始出現溫暖,隨住內在嘅熱度增加,肉體嘅需求自然會減少,而偉大嘅體能壯舉就會好似自己願意咁開始。

7.
最能約束肉體的四大身體操練是:禁食、守夜、勞作和貞潔。後者之中,貞潔最為有效、最必要、最根本。因此,貞潔是通往基督教完美境界的捷徑。沒有貞潔,人就無法獲得那樣的 strength 或 gifts。只要記住,除咗身體嘅純潔,仲有靈魂嘅純潔,就算有人守到身體純潔入棺,都可能欠缺靈魂嘅純潔。靈魂嘅純潔比身體嘅純潔更為重要。所以,就算已婚人士,都可以透過靈魂嘅純潔,喺某程度上同處女一樣親近上帝。 恩典會幫助那奉獻給上帝的勞作者。正因如此,我們看見已婚者擁有屬靈的完美。

外在生活秩序──與新生命之精神相符

凡係關於外在生命秩序,符合新生命之靈嘅一切,都可以形容為從世界退出,或者將世俗嘅靈從我哋整個外在生命過程逐走。
「*我從世人中揀選咗你啲,*就係要分別你哋。」主對使徒咁講(約翰福音15:19)。祂藉住祂嘅神聖恩典,對每位信徒都做同樣嘅事:將佢哋嘅靈分別出世。
的確,歸正本身就係將意識從虛空嘅世界轉開,並向另一個世界──屬靈嘅世界──打開。但係,一開始喺靈裏面無形中成就嘅,之後喺生命中必須以行動去實踐,並成為一條常規。凡尋求主嘅人,必須從世界退出來。

「世界」係指一切熱情、虛空同罪惡嘅嘢,已經侵入私人、家庭同社會生活,並喺嗰度成為習俗同規矩。
所以,退離世界並唔係要逃離屋企或者社會,而係要拋棄所有完全違背基督精神、已經喺我哋心裏生根同成熟嘅道德、習俗、規矩、習慣同埋要求。
公民身份同家庭生活都係蒙神祝福,所以唔可以拋棄或者藐視佢哋,亦唔可以藐視或者拋棄任何關乎佢哋基本福祉嘅嘢。但凡一切滲入佢哋入面嘅慾望同激情,就好似一種損害同扭曲佢哋嘅增長,都必須要被藐視同拒絕。
逃避世界,意思就係要喺真正嘅家庭生活同公民身份入面站穩腳跟;但對其他一切,都要當做唔係我哋嘅,當做同我哋冇關係。*那啲使用世界嘅人,要用得似乎唔使用佢啲*(林前7:31)。

點解要咁做,好明顯。凡係虛浮同充滿慾望嘅嘢嘢,無可避免都會傳染畀我哋嘅靈魂,挑起或者灌輸慾望。就好似行近煙灰會變黑,摸到火會灼傷,參與塵世事務嘅人都會沾上充滿慾望同無神嘅嘢。
所以一旦陷入世俗,悔改的人又跌倒,無辜者亦被腐蝕。這幾乎是無可避免。當下心智就被蒙蔽;遺忘、軟弱、被擄與被掠奪隨之而來,接著是心靈的創傷,然後是情慾及其後果──人就跌倒了。
所有有關腐敗嘅故事都證明咗呢點;就好似所有歸信嘅人都會證明,拋棄呢啲嘢係幾咁必然同必要,因為佢哋會好似避火咁,逃離呢啲習俗。

至於究竟要放棄啲乜嘢、點樣放棄,經驗教訓比我哋嘅經典更清楚。

規矩就係:凡係對新生命有危險嘅,激起慾望、帶嚟虛榮、熄滅靈命嘅,都要拋棄──而當中變化多端!量度嘅標準,就係每個真心尋求得救、無半點虛偽嘅人嘅心,而唔係淨係作表面功夫。
而家,戲院、舞會、跳舞、音樂、唱歌、旅行、散步、社交、笑話、妙語、笑聲、無聊消遣,甚至起身、瞓覺、食嘢嘅時間等等──全部都要擱低同改變。
在其他時空,情況或許有所不同。但原則始終一樣:拋棄對生命有害且危險、熄滅靈魂之物。但究竟何物如此?對某人而言,或許只係一件微不足道之事,甚至係同熟悉的人在熟悉的地方散步……「*凡事我都可行,但不都有益*;凡事我都 *可行,但並不都造就人*。」(林前 :6:12)

由此可見,棄絕世界,無非是淨化一個人的一生,從其中移除一切激情,並以純淨之物取代──那些不阻礙靈命,反而助長靈命的事物──在家庭生活、私人生活和公共生活中;
總括嚟講,就係要建立自己喺屋企同出街、同人相處同埋做專業嘢時嘅外在行為模式;按照新生命嘅精神要求,用規矩去界定一切,喺屋企各方面、喺專業生活,以及喺認識同人同佢哋嘅交往上,訂立秩序,包括同邊個、幾時同點樣打交道。

點樣做呢?每個人能力有別,但都要喺靈性導師或你信得過嘅人指導下,經過深思熟慮先行動。有啲人一舖清晒,似乎更加有效;另一些人就慢慢嚟。由一開始,就要心裏面痛惡一切世俗同罪惡,同佢哋劃清界線,唔貪戀,亦唔享受其中任何快樂。
「*不可愛世界,也不可愛世界的事*」(約翰一書2:15)。在內心棄絕世界之後,外在的棄絕可能會突然或逐步進行。心志軟弱的人無法長期承受這場爭戰,站立不住,會變得鬆懈並跌倒。這對那些被肉體情慾所控制的人尤其如此,因為情慾已成為一種第二本性的力量。
所以,呢啲人無可避免要一次過同一切斷絕關係,離開佢哋 previously 沉溺罪惡嘅地方。有強烈熱誠精神嘅人雖然可以慢慢堅持,但無論如何,由歸信嘅第一刻開始,就絕對要同罪惡嘅世界同一切世俗事物斷絕所有聯繫,直到新生命嘅模式建立為止。
呢就好似要為新移植嘅樹擋風,就算風好輕柔,都可能將佢吹倒,因為佢嘅根未夠穩固。

認為可以一邊執着世界、世俗化一邊過基督徒生活,只不過是空洞且欺騙性的想法。凡是照此行事的人,學到最多就不過是偽善和虛偽的生活;換言之,他們在自己眼中或許是基督徒,卻並非在現實中。
起初,佢會用隻手拆咗另一隻手建嘅嘢;即係話,離開世界時所積聚嘅嘢,一踏入世界就會散晒,由呢度就直接轉去純粹嘅意見。
從心中失去嘅嘢,可能仍然留喺記憶同想像入面。依家,當一個人回憶同想像以前嘅情況,可能會以為嗰啲嘢真係仲存在,但事實上佢哋已經消失,只喺記憶中留低一絲痕跡。咁佢哋就會以為自己擁有啲其實根本冇嘅嘢。
呢度有個審判:*凡是沒有嘅人,連佢哋以為自己有嘅,都會被奪去*(路加福音8:18)。而由純粹嘅意見,到法利賽主義只係一步之遙。不過,硬化咗嘅法利賽主義,就係一種可怕嘅狀態。
不過,呢件事好驚人;但係,既然已經撇棄咗世界,又應該點做呢?呢件事只係由外面睇嚟先驚,其實,從內心嚟講,撇棄世界就等於進入咗樂園。梗係,會有即刻嘅苦楚、悲傷同失落:但又點?──
就用耐性嚟武裝自己。邊樣更寶貴:世界定係靈魂,時間定係永恆?放棄較次要嘅──去擺嗰啲任何標準都量唔到嘅。

不過,世界嗰股猛烈嘅壓力,通常只係一開始先感受到;之後就會慢慢平息,慢慢平息。離開咗世界嘅人,最終都會獲得安寧,因為喺呢個世界,真正受人尊重嘅人少之又少——佢哋會講多陣,之後就會忘記。
離世者好似死咗咁。所以,唔使太驚世界嘅敵意,因為佢虛榮又自大──佢只鍾意眼前嗰啲,其他就唔理晒。世界只係一場鬧劇,只關心同包容入面嗰啲人;至於其他人,就唔理得幾多。

因此,無論係透過修養靈魂功能嘅追求,定係透過克制肉身各方面──尤其係同靈魂最貼近嘅部位──或者透過外在秩序嘅淨化,一個追求堅實同持久防禦嘅人,都會守護好佢嘅內在自我。
經過獨處時透過呢啲最初嘅靈性同心智追求,喺強化咗自己內在嘅同時抑制住肉體,佢就開始參與家庭、市民或者社群嘅事務──呢啲事務純粹而有救贖性,符合上帝嘅旨意──透過呢一切,佢喺靈性上得到建造,或者至少唔會被腐蝕。

仲有一樣嘢可能會分散佢嘅注意力──嗰啲無休止嘅視覺同聲音──有啲係塵世嘅,有啲係好簡單──正因為佢哋影響靈魂,就要靈魂分心去理會,從而剝奪咗靈魂嘅寧靜。如果連呢啲開口都封咗,內心嘅寧靜就會保持無擾。
顯然,要達到呢個目標,最可靠同最果斷嘅方法就係封閉感官,但唔係人人都做得到或者需要咁做。所以,聖父哋諗咗個得救嘅良方:對外物嘅印象保持開放,但唔畀佢哋分散注意力,反而要藉此壯大靈魂。
呢個方法就係要為每樣事物、所見所聞嘅一切,賦予一個靈性嘅意義,並且要喺呢個靈性意義嘅念頭上紮根得咁深,以至於當你望住一樣嘢嘅時候,觸動你意識嘅唔係嗰樣嘢本身,而係佢嘅意義。凡係對所遇到嘅一切都咁做,你就會時時刻刻好似喺學校度行緊咁… 光同暗、人同獸、石頭同植物、屋同田──所有嘢,連最微細嘅細節,都會成為佢嘅一課;只要自己去解讀,並堅定咁站喺呢個理解上就得。而呢件事有幾救贖啊!「點解你要喊?」門徒問嗰位長老,佢啱啱見到一個着得好華麗嘅靚女。
「我流淚,」佢答,「為神嘅理性受造之物嘅衰敗而流淚,亦因為我對自己靈魂得救嘅熱誠,遠遠比唔上佢對自己身體衰敗嘅熱誠……。」另一個人聽到佢老婆喺墳前喊,就話:「基督徒就應該咁樣為自己嘅罪而流淚。」

呢啲就係嗰啲行為,令到靈魂、身體同我哋外在嘅舉止,都按照新生命嘅精神去塑造,呢個過程係喺靈魂經過神嘅恩典喺歸化時被喚醒之後,再進一步作出決心同立誓,並透過聖事得到印證。
但就好似,如果皈依上帝時冇靠聖事嘅恩典印證,就會 initially 唔穩固;同樣地,之後嘅一生,熱誠都會唔穩定,勤力冇力,意志薄弱,生命貧乏,除非透過懺悔同聖體聖事嘅神聖聖事得到更新。
以熱誠為見證嘅基督徒生命,就係一個恩典嘅生命;所以,要保守、養育同復興佢,最有力嘅方法,就係憑藉同領受神聖嘅恩典。有啲具體元素滋養我哋嘅身體生命,同樣亦有啲元素滋養我哋嘅靈命,而呢啲就係聖事。

正正就係為咗滋養同提升我哋嘅靈性生命,主先賜咗聖體聖血聖事畀我哋。「*我係生命嘅糧食,*」主話;「*我嘅肉係真實嘅食物,我嘅血係真實嘅飲品;凡食呢個糧食嘅人,都要永遠活住*」(若望福音6:51–58)。
屬靈生命係同主交通嘅結果;離開佢、冇咗佢,我哋就冇真正嘅生命。但佢話:「*凡食我肉、飲我血嘅,就住喺我入面,我亦住喺佢入面……*」 「*我因父而活,凡吃我的人也要因我而活。*」(約翰福音6:56–57)──即係話,同主嘅交通係透過領受佢嘅身體同寶血而實現。真正嘅屬靈生命係強壯、積極同有果效嘅。但主話:「*若不藉着我,你們就不能作什麼。*」
凡住喺我入面,而我亦住喺佢入面,就結多果(約翰福音15:5)。由此可見,*如果你唔食人子嘅肉、唔飲佢嘅血,你裏面就冇生命……凡食呢個餅嘅人就會永遠活住*(約翰福音6:51–53)。

呢度就係保守同強化我哋屬靈生命嘅福源!所以,由基督教一開始,真正虔誠嘅信徒就視常領聖餐為至大嘅福氣。使徒時代,到處都實行呢樣嘢:眾信徒都恆心禱告,不住地掰餅,即係領聖餐。

大聖巴西略喺佢寫畀凱撒嘅書信入面講,每日領受聖體聖血係得救嘅,而講到自己嘅生活,佢寫道:「我哋一星期領受四次。」所有聖人嘅共同睇法都係:冇聖體聖血就冇得救,冇經常領受聖體聖血就冇生命嘅進步。

但主──生命嘅源頭,畀參與佢嘅人帶來生命──同時都係一把吞滅嘅火。有資格領受嘅人參與生命,但無資格領受嘅人就參與死亡。雖然呢種死亡唔會即刻以可見嘅方式出現,但佢一直喺人嘅靈同心入面無形中進行。 唔體面咁領受聖餐嘅人,就好似從火中飛出嘅炭灰或者鐵渣咁離去。要麼死亡嘅種子就喺身體入面播咗落去,要麼就好似喺哥林多教會嗰次,按使徒嘅觀察(林前29–30),就即刻喺度發生。所以,人要帶住敬畏同戰兢嘅心,並做好充足嘅準備,先至可以領受聖體聖事。

呢個預備就係要潔淨自己嘅良心,脫離死

works。使徒教導:「*人要先自己省察,然後先吃呢餅、喝呢杯*。」(林前11:28)

認罪,配以痛恨罪惡並立志要從各方面遠離罪惡,使人嘅心靈藉住上帝嘅恩典成為一個能承載那不可思議嘅上帝嘅器皿。決心同誓言就係主喺聖體聖事中同我哋交通嘅所在,因為只有呢一部分係純潔嘅;其餘嘅都係不潔淨嘅。

所以,冇人可以自以為配得上;反而,只有主憑祂嘅恩典,因佢哋帶住痛悔嘅認罪同埋誓言,先至認為佢哋配得上。

其實可以將問題簡化到:只要你以端正的心態去懺悔,你就會成為一位配領聖餐的人。

但懺悔本身就係一個聖事,需要有 worthy 嘅預備;而且,要達到佢嘅圓滿,就要有具體嘅行動、感受同態度,呢啲都唔可以一次過就完善同表現出嚟,而要花時間,同埋喺某程度上專注投入先得。 所以,一直以嚟都係按照一套完善嘅儀式嚟進行,有啲 preliminary acts and exercises 去作準備,呢啲都係用嚟幫助人更深入了解自己嘅罪過、激發同表現對罪過嘅痛悔,或者加強立誓嘅決心。總括嚟講,呢啲就構成咗**整個準備期**。

所以,要透過聖事提升同加強恩典生活,就要遵守一個連埋所有規定嘅禁食期──即係要去懺悔,並喺咁樣準備好之後,體面咁領受聖體聖事。因此,人就應該遵守一個禁食期,或者講得更準確啲,就係去承行一個已經由聖教會為我哋訂好嘅禁食期。

四大齋期就係為咗呢個目的而設立,好讓虔誠嘅人喺呢段時間內禁食、懺悔同領聖體聖事。所以,應該定下一條規矩,追求完美嘅人喺一年入面四大齋期都要禁食。

呢段文字確實係寫喺《正教告白》入面。不過,呢個並冇阻止啲有熱誠嘅人更加經常甚至不斷咁禁食;亦唔係將呢個當作軛,強加喺因為環境唔允許而無法做到嘅人身上。只要盡我哋所能,每年至少禁食四次就夠。

對於平信徒嚟講,一年四次係一個溫和、適中嘅措施,而且經驗證明,呢個做法非常有救贖意義。咁做嘅人並唔會突出自己,所以唔會去吹噓話自己已經超越咗其他人。不過,喺大齋期同聖誕齋期,都可以喺開始同結束嗰陣各禁食一次。咁加埋,總共有六段禁食期。

禁食要同節制(即係按教會法例正確遵守禁食)分開講。

佢係禁食嘅一部分,但喺飲食同睡眠方面嘅嚴謹程度更高,而且總係配合其他虔誠嘅活動,例如:盡量擺脫塵世嘅憂慮同事務;有能力嘅人閱讀聖書;定期到教堂參加指定嘅禮儀;等等。

一般嚟講,呢段時間完全用嚟做虔誠嘅宗教活動,所有活動都係為咗以適當方式作出懺悔同認罪,然後領受聖體聖事。

因此,可以明顯地見到,大齋期整體而言,涉及對整個人生嘅淨化、對其全部秩序嘅恢復、對人生目標嘅重新聚焦、與主交通嘅更新,以及對靈魂同我哋整個存在嘅更新。呢個就好似洗一件污糟嘅衫,或者旅行後去澡堂浸浴一樣。

基督徒正處於一段旅程,無論多麼小心,都無法避免沾上塵土──激情澎湃的思想和罪污。

無論污穢幾微,就好似一粒塵入眼,或者一粒沙入鐘咁──眼睛睇唔到,鐘就唔走。所以,定期潔淨自己係好

緊要。教會為我哋安排得好明智,謙卑咁順服呢個制度,實在有莫大嘅救恩!

呢就係禁食嘅意義!佢係滋養、溫暖同保持我哋生命嘅方法,但最緊要係對自己嘅人生、過失同埋成因作一次徹底檢討,並訂立避免佢哋嘅方法。當罪行被認出、以痛悔同厭惡驅逐出心靈,並透過懺悔同立誓洗淨,咁器皿就預備好咗。

喺聖體聖事入面,主嚟同有資格者嘅靈魂交通,佢哋要感受到:*我唔係孤單,而係同你一齊。*

接近持續禁食

禁食係一次性嘅行為,但禁食嘅精神要提升到不斷活動嘅狀態;為咗做到呢點,就要實踐一啲有助鞏固佢嘅操練。

既然懺悔包括三項聖化行為──禁食、懺悔和聖體聖事──這三者必須提升到最大的持續性或最頻繁的程度。為此,應:

a) 關於禁食

1. 遵守所有重大禁食(*指持續數日者──編者按*),或於禁食期間進行懺悔,即超越 merely 節制飲食,令肉身親身體驗匱乏、貧困與不適。為懺悔而訂出具體的禁食天數,在此期間,暫置平時活動,專注於淨化良心;

在懺悔期間,日常生活照常;禁食可適當減少,其他活動則視乎個人情況而定。單純的肉體克制,停止一切享樂──正如哀悼時期所宜──既能減輕心靈的負擔,又能吸引上帝的憐憫。這何等強大的靈性提升方法!

2.

星期三同星期五要守齋。時不時,呢件事好有力咁提醒人,佢唔係自由,而係受咗枷鎖、負住重擔;佢可以抑制肉體慾望,令人保持清醒同充滿活力;就好似用馬咀同韁繩,短暫勒住一匹騷亂嘅馬咁。

3.

此外,亦可自願喺其他日子,特別係慣常嘅星期一,實行禁食。有啲人唔食某啲食物,只食禁食餐;有啲人隔日一次,等等。禁食有唔同方式,只要根據自己嘅體力同熱誠,都對身心有益,而且都值得推崇。

b) 關於懺悔

1. 任何令良心受重荷的罪,都必須透過懺悔迅速潔淨,而不必等到特定嘅禁食時間。最好連一日都唔好留喺心入面,更何況一小時;因為罪惡會趕走恩典,令到人冇膽量同埋禱告,愈留耐就愈令心硬化同冰冷。但係當透過懺悔趕走咗,就會留低感動嘅淚珠。

2.

每日瞓覺之前,都應該向主作私底下嘅懺悔,將所有罪惡──包括心思、慾望、感受同激情衝動,以及所有喺公義行為中嘅不純──都喺懺悔嘅心態下,坦露喺神面前,雖然呢啲似乎係違背自己意願所做,

但佢仍然存在喺我哋入面,令我哋喺神面前,同喺自己對純潔同完美嘅追求面前,變得污穢同不配。人喺就寢嗰刻,好似進入咗另一個世界;認罪就係為呢件事作準備。喺瞓覺期間,日間積聚嗰啲嘢會融入我哋嘅本性──佢必須被潔淨,而所有唔配嘅嘢都要帶住痛悔心拋棄;咁之後,一切就變得純潔。

3.

隨時作懺悔,即係話,一有察覺,就用謙卑嘅心向全知全能嘅神懺悔,承認所有邪惡污穢嘅念頭、慾望、感受同衝動,並求得寬恕,同埋將來避免呢啲嘢嘅力量;就好似喺當下即刻將自己從污穢中淨化一樣。

呢種修行最有救恩。就好似行緊塵埃路時抹眼;要心緊緊咁專注。已經收斂心神嘅人,永遠都勤力同熱誠。相反,如果唔用痛悔同懺悔去淨化思想同慾望,就會喺心入面留下一道傷口。

又有幾多冇察覺嘅創傷,幾多痛苦!咁樣,靈命變得冷淡,跌入罪中,有乜好奇怪?一個念頭接住另一個念頭,一個慾望接住另一個慾望──一旦順從,就由內心嘅通姦而跌入罪中。但係不斷懺悔嘅人,就持續潔淨自己,為自己開闢前路。

4.

分享自己嘅思想──即係向志同道合嘅人或者自己嘅靈性導師透露任何嘅困惑、混亂或者新嘅見解──好

等佢哋可以判斷同決定其價值,並作出評斷。
咁樣就可以避免停滯同偏離;亦可以培養自己作決定嘅習慣,從而慳返有時喺空想度浪費咗嘅時間。最緊要係,會有不斷嘅安全感同堅定嘅信念,而呢啲都同堅強嘅意志同堅定嘅行動息息相關。

透過呢啲行動,懺悔真係成為無間斷。
靈魂常存懊悔、柔情、自卑、及禱告式嘅跪伏──如此方能存活。於所有行為中,呢種最能保存熱誠嘅精神同虔誠嘅火焰,以至於對某啲人嚟講,佢哋自己同為他人所做嘅一切,都只限於一件事:隨時悔改,並為自己嘅罪痛哭。

c) 關於聖體聖事

1.
人應該盡量出席彌撒,喺彌撒舉行期間,以堅定而光明的信仰,站立喺當時正被奉獻嘅天主犧牲之前。聖體聖事係基督徒嘅神聖養份,同時亦係一項犧牲。並非人人都喺彌撒中領聖體,亦並非每次都領聖體,但犧牲係由所有人為所有人而奉獻。
所以人人應該參與。人透過信仰、對罪惡的痛苦懊悔,以及對主謙卑順服而參與──主將自己作為犧牲,如羔羊般為世人的生命獻上。對這聖事的單一活生生的默想,能有力地復興並激發人的靈魂。
而且,信心同痛悔,永遠都會帶來罪嘅潔淨,而且唔時常會帶嚟主喺基督徒心靈上嘅秘密觸碰,好似令心靈變得甜美同復活,就係一種靈性嘅交通。

呢種觸碰比蜜同蜂房更甜,比所有屬靈的滋補品更令人振奮。但要記住,呢一切都係上帝嘅恩賜。祂喺咩時候、對邊個、以點樣嘅方式賜下,都由主自己決定。
基督徒應該存敬畏同喜樂嘅心去接受,當佢臨到嘅時候就當作喜樂,但唔好刻意追求,亦唔好諗盡辦法去強求;其實,最好唔好去肯定佢究竟有冇發生,或者所發生嘅係咪真嘅。咁樣做係為咗避免自誇同防範自我欺騙。

2.
如果你未能身處教堂,就唔好等神聖嘅聖體聖事時刻過去,而唔向神發出一聲嘆息並轉向祂;如果可能,就站住禱告,並行幾次禮拜。任何具有恐怖性質嘅事物都會令萬物震顫:例如打雷、地震或風暴。
當教會進行聖體聖事嗰一刻,世上同天上最令人敬畏、最偉大嘅行動喺度發生;但呢件事係無形中、以屬靈嘅方式進行,喺無限嘅三位一體上帝、聖潔嘅天使、天上教會嘅全體軍隊,同埋所有喺世上努力生活嘅人信心嘅眼中發生──雖然無形,卻依然真實。
正因如此,信徒不可讓這些時刻輕易流逝。當它們被紀念時,這份紀念本身就點燃心靈,將之提升到神面前,從而引下恩典。

禁慾的實踐就可以以這種方式延續,使之與內在的虔誠一同,以不斷的活力與力量,維持熱誠與求道的精神,並藉此將所有屬靈與肉體的努力,轉化成為更新與強化我們內在自我、引向得救的途徑。

呢啲就係指引規則嘅大綱。因為佢哋係建立喺生命本身嘅本質上,所以對任何尋求主嘅人嚟講,絕對 ضروری。
但喺呢度只係指出咗呢啲原則、精神同規矩嘅力量:例如,對身體嚟講──喺身體所有功能上克制肉體;或者對外在生活嚟講──遠離一切充滿情慾精神嘅事物,以全力投入靈魂,並喺恩典手段嘅影響下行路。呢啲就係苦行活動嘅要點。
至於呢啲原則嘅應用,由於每個人嘅情況唔同,所以都要因人而異,喺呢方面無法訂立一條放諸四海而皆準嘅規則。
例如,要醫治心思,就要喺上面烙印聖教會所理解嘅神聖真理。呢樣可以透過讀書、聽講同討論,引用神嘅道、教父嘅教導、聖徒嘅生平同講道嚟實現。
由屬靈父親判斷邊種方法最啱每一個人,同埋點樣去執行。無論點樣可以做到,就照佢哋嗰樣去做。因為,雖然苦行本身係同一件事,但佢可以以無限多樣嘅形式表現出嚟。

只要記住,一個透過各種讓步和放縱去熄滅熱誠之火的靈性導師,或者安撫並哄騙那些心志已冷淡的人,都是靈魂的破壞者、殺人犯;因為只有一條路──狹窄而充滿憂患。

所有呢啲嘅最完善同最成功嘅實現,都屬於修道主義。佢係一種生活方式,喺佢最好、最純粹同最完美嘅形態入面, precisely 喺精神上滿足咗苦行主義嘅要求。佢艱辛同充滿懺悔;佢永遠由引路者同被引路者組成;佢本身同外面世界隔絕,但同時又要應付身體嘅需要;佢提供咗最大嘅空間去實踐靈性操練、讀經、敬拜、祈禱同服從;佢特別適合積極消除情欲,一般透過唔執著、嚴厲、不安同忘我,而具體上就要喺靈性導師嘅指導下進行。

然後,對於留心嘅修士嚟講,對上帝嘅內在渴慕好快就會成熟,為咗最堅定嘅自我犧牲同對萬物嘅超脫,為咗更有能力住喺自己入面,亦為咗被祈禱嘅靈豐富地滋養。所以,留心嘅修士好快就會喺呢度上升到寂靜,上升到心靈嘅獨處,然後退到一個安息嘅地方──去曠野或者一間小房。

對抗情慾的規則,或自我抵抗的原則

以如上所述方式安住,是根除情欲、以及我們淨化與改革自身的一種強而有力且有效的方法。

人若以全知全覺同自由去遵守呢個方法,就好似將情慾擱置一邊,透過規定的規則,用盡佢嘅力量同行動,剝奪情慾嘅養份,或者就好似置之於軛下咁將佢壓制,直至完全消失。

以呢種方式壓抑嘅情慾會逐漸消散,就好似擺喺器皿底下嘅蠟燭咁。不過,絕對唔可以淨係局限於呢項正面嘅活動。規矩係用嚟對付已經被腐蝕同沉溺喺情慾入面嘅能力嘅。

同一**股喺邪惡中存在嘅**力量,而家就要**導向善**。所以,喺一開始同行動嘅初期階段,喺呢股力量嘅第一動,就唔可以唔遇到邪惡。如果善同惡唔可以共存,而我哋又要純粹嘅善──冇任何邪惡摻雜──咁喺每一件事上,都要先驅走邪惡,先至可以開始同完成純粹嘅善。 因此,,與「直接、積極發揮自己能力」同時並存的,總有一種間接的努力,用以消除心內所生的惡與激情──換言之,**與激情和慾望的抗爭**。在這些描述的成就中,確立自我並進行相關訓練,都必須透過抗爭與搏鬥,透過戰勝誘惑與引誘才能達成。

有邊個修苦行者唔同肚皮掙扎過?或者有邊個真正似小朋友咁嘅信徒,唔係先克服咗自我意志同自我意識?而且,呢點唔只係適用於某一個方面,而係貫穿整個積極活動嘅過程,由最深層嘅源頭到最後退離塵世嘅階段。

處處都有掙扎,所以所描述嘅秩序,雖然恢復咗力量同本性,但同時亦都係無止境嘅靈性戰場。克服力量入面唔自然嘅部分,佢就會向自然屈服;驅走同拒絕邪惡──你就會見到良善。苦行就係無止境嘅勝利。

所有內在勝利嘅可能性、基礎同條件,就係對自己嘅第一次勝利──打破意志,向神臣服,並敵視一切罪惡。由此誕生咗對慾望、仇恨同厭惡嘅厭惡,呢股就係靈性嘅軍事力量,亦係唯一可以取代整支軍隊嘅力量。

喺佢缺失嘅地方,勝利已經唔使打就落喺敵人手上;相反,喺佢存在嘅地方,勝利往往都會輕易畀我哋。由此可見,就好似我哋最深層嘅自我係正面行動嘅起點,佢同時亦係戰鬥嘅起點,只不過係朝住相反嘅方向。意識同自由意志,向善同對善嘅熱愛,以憎恨剷除一切邪惡同一切激情──而且,尤其係自己嘅。

其實,呢個就係轉折嘅精髓,係樞紐所在。所以,同慾望對抗嘅力量,亦都係心靈或者精神,而喺入面就有意識同自由──呢種精神係由恩典所維持同強化。

正如我哋所見,透過呢個過程,治療嘅力量會經由美德嘅行為流向各種心靈功能;同樣地,喺呢場抗爭中,攻擊同破壞嘅力量都會流向情欲。反之亦然:當情欲高漲時,佢哋會直接針對心靈或精神,即係要奴役意識同自由。 佢哋就喺我哋內心最神聖嘅殿堂,喺度,敵人透過情慾,好似從埋伏咁,由靈魂-身體度射出佢炙熱嘅箭矢。只要意識同自由仲完好無缺──即係,站喺光明一邊──無論攻擊幾咁猛烈,勝

利都係我哋嘅。

但係,呢個唔代表勝利嘅全部力量都喺我哋手上;佢只係揭示咗勝利嘅源頭。抗爭嘅支點係我哋重生嘅靈;征服同摧毀慾望嘅力量就係恩典。恩典喺我哋裏面建立一樣嘢,同時拆毀另一樣嘢──但係,呢一切都係透過靈,亦即係意識同自由意志。

以吶喊作戰嘅人,就等於將自己交託畀上帝,為佢嘅仇敵哀嘆同憎恨佢哋,而上帝就喺佢入面、透過佢將佢哋趕走、擊倒。主話:*「放心,我已經勝過世界啦!*」(約翰福音16:33)

使徒保羅承認:「*靠着那加力给我的人,我凡事都能做。*」(腓立比書4:13)──正如冇咗佢,我哋乜都做唔到。凡想靠自己得勝嘅人,無疑會跌入佢所抗爭嘅激情之中,或者跌入另一種次要嘅激情裏面。

但凡向神投降的人,就如從無中得勝。這又並非否定我們自己的抗爭,只不過顯示,儘管有各種抗爭,我們的成功或勝利永遠都屬於神;若果存在,就一定出自神。

所以你要用盡一切可能嘅方法去抵擋同掙扎,但要不斷將你所有嘅憂愁卸給那活著嘅神,祂話:「惡日到時我必與你同在,所以唔使驚。」

咁,一個人而家應該點做,或者用啲咩方法先至適合制服情慾?要搞清楚呢點,就要檢視同埋認出所有敵人,以及佢哋出現同運作嘅形式;咁樣,對抗佢哋嘅戰爭本質就會自然而然變得清晰。戰爭嘅勝利好大程度上取決於對整個構成有清晰嘅了解。

我哋喺善德上嘅進展從未平靜過,因為我哋嘅情慾仍然存在,而且喺現世──虛榮又可見──同埋喺佢入面掌權嘅黑暗勢力,都強烈地維持住佢哋。呢啲就係喺我哋心入面對抗善德衝動嘅源頭。

一個人喺未得改變之前,完全畀慾望所控制。一旦改變,充滿熱誠嘅靈魂就會變得純潔。

但係,靈魂同身體仍然受制於情慾。當佢哋開始被淨化同醫治嘅時候,佢哋會為咗捍衛自己嘅存在,而抵抗同反抗推動佢哋嘅靈。呢啲反抗主要係透過身體同心智嘅力量進行,並會喺呢啲力量掌控到靈嘅程度內,折磨靈。

但有啲攻擊係直接針對靈魂。呢啲就似敵人喺肉體同靈魂嘅埋伏中,向已經逃脫佢暴政嘅擄人所射出嘅烈火箭。所以,儘管我哋體內已經有咗一個得醫治或完整嘅部分,罪惡嘅反叛同情慾仍然會顯現,並喺我哋整個存在中被感受到。

1.

身體方面:其根本原因係放縱肉體,或者滿足肉體,而身體生命嘅活力同感官慾望就同呢樣嘢直接連繫。喺呢啲嘢存在嘅地方,就會有慾望、貪食、感官放縱,

懶惰、娘娘腔、感官飄忽、多口、心不在焉、不安、放蕩、輕浮、閒談、打盹、眼目昏睡、貪慕虛榮,以及一切為滿足肉體情慾而設的創作。

2. **在靈魂中:**a) **在理智部分──**自以為是、只憑自己智力、好強、違背神的心意、懷疑、自大(*驕傲──編者*)和誇口、好奇心、心神不寧、思想飄忽; b) **喺慾望部分──**自我意志、不順服、權力慾、殘酷、創業精神、魯莽、自以為是、忘恩負義、佔有慾、貪婪;c) **喺情感部分──**擾亂心靈和平寧靜嘅激情,或者各種快樂同痛苦:憤怒、嫉妒、仇恨、惡意、報復、譴責、輕蔑、好名聲、虛榮、驕傲、憂鬱、憂傷、悲痛、絕望、喜悅、歡樂、恐懼、希望、期待。

所有呢啲心靈同肉體激情嘅源頭就係自我,或者話自我之愛。雖然佢一開始可能畀克服或者拒絕,但往往又會再度興起,披上某種激情嘅外衣,同聖靈相爭。

呢個殘餘嘅自我,連同佢成隊嘅情慾,就構成咗而家暗湧嘅肉體人,正正就係使徒所講嗰*「居於肢體中的律」*(羅馬書7:23),總有嘢從中興起,與聖靈所願相違。

聖教父為咗唔分散基督徒靈性戰士嘅注意力,努力將所有情慾追溯返去佢哋嘅根源,好顯示戰士應該追求嘅目標。為此,佢哋喺源頭上認定咗三樣──自我:肉慾、貪心同驕傲──然後又由呢三樣衍生出另外五樣。

佢哋只限於講呢啲,描述咗佢哋嘅起始,並指出對抗佢哋嘅方法。凡係透過自我克制斬斷肉體慾望,透過唔貪取財物斬斷貪婪,透過謙卑斬斷驕傲嘅人,就已經戰勝咗以自我為中心;因為喺後代身上根除,比喺本身身上根除容易。
以上所講,都係關於靈魂同身體。但就算係靈,一旦復活──或者更準確嚟講,就係喺復活嘅過程中──都唔會冇苦惱,而呢啲苦惱更加危險,因為佢哋直接觸及生命嘅源頭,而且由於佢哋嘅微妙同深奧,往往難以察覺。
而喺呢度,就好似喺靈魂同身體一樣,喺整個內在靈性生命嘅結構中,對立嘅一連串動作同狀態推動住佢遠去,並將佢掩蓋。因此,經常會出現嘅情況係,本應向內安住同安寧,卻變成向外湧出自己,逃入感官之中;本來應該有內住嘅三種狀態──專注、警覺同清醒──卻變成心神不寧、內心動盪、虛榮、軟弱、散漫、自疏忽、放蕩、大膽、被囚、偏頗,同傷害心靈;本來應該對屬靈世界有覺知,卻變成忘記神、忘記死亡、忘記審判,同一切屬靈嘅事物。

因為意識──建立喺呢啲內在狀態之上──就係靈魂嘅本質,當佢衰微,生命力亦隨之枯竭。
由此而起,取代對神嘅敬畏同依靠,係無所畏懼;取代揀選同珍視屬靈事物,係對佢嘅冷漠;取代對萬物嘅超然,係放縱自己(點解要折磨自己呢!);
代替悔改嘅感覺──就係麻木、心硬;代替對主嘅信心──就係自我辯解;代替熱誠──就係冷漠、懶散同冇活力;而代替對上帝嘅奉獻──就係放縱自己。

當佢哋攻陷人嘅良知或自由,任何一種呢啲感受,都或多或少完全阻隔或收窄我哋靈命嘅源頭,令佢陷入極度危險。呢個時候,外援就絕對必要。有時人甚至未察覺到呢啲誘惑嘅衝動,因為佢哋屬於最微妙嘅念頭範疇。
情感同肉體嘅慾望比較明顯同粗糙,雖然當中都有啲微妙嘅,例如對肉體舒適嘅渴望、自我意志同不順服。呢啲喺言語上好易察覺,但喺行為上往往被掩藏。

看吶,罪惡的叛亂成群結隊,隨時準備熄滅我哋新嘅生命……一個人行喺自己嘅生命大地,就好似踩緊流沙,隨時可能沉淪。行路要小心,免得腳絆到石頭。

然而,喺新嘅規矩同秩序之下生活,聖靈又作工嘅時候,如果冇世界同鬼魔呢兩位鄰居父母幫手,呢啲不義嘅動盪就唔會咁勁。

世界係情感嘅實現領域,或者係情感喺人、習俗同行為入面嘅顯現。
只要同佢有任何接觸,就忍唔住會因為相似同同類嘅關係,而激起自己內心相應嘅創傷或者慾望。所以,凡係活喺世上嘅人,都因為體內住咗啲慾望,喺各種場合同誘惑之下,被佢哋吸引。

但係,呢個世界本身就有啲吸引力。
呢啲包括:佢誘人嘅外貌同處處成功;佢恐怖嘅力量──喺人群中令人感到被遺棄同荒蕪;仲有喺所有事上嘅障礙、諷刺、嘲笑、輕蔑、冷漠同非法行為帶嚟嘅折磨。之後就跟住壓迫、迫害、苦毒、剝奪同各種悲傷。

而魔鬼作為一切邪惡嘅源頭,用佢哋嘅大軍四面八方圍住人,教人各種罪行,透過肉身,尤其係感官同埋靈魂同魔鬼本身所居嗰個元素去行事。所以每種慾望同每場罪惡嘅反叛都可以歸咎於佢哋做原因。
但係喺罪惡循環入面,有啲嘢淨係魔鬼本身先可以灌輸,就算再腐敗,人類天性似乎都做唔到:例如,褻瀆嘅念頭──懷疑、不信、異常嘅排斥、心智蒙蔽、各種幻覺,同埋一般嚟講,激情澎湃、令人沉醉嘅誘惑,例如:無法控制的慾望、致命且持續的仇恨,等等。
除咗呢啲對抗魔鬼嘅無形爭戰之外,仲有啲透過身體可見同可觸嘅攻擊:呢啲就係各種鬼影,甚至包括佢哋對身體嘅力量。要識破魔鬼嘅一切詭計,不妨閱讀尼豐、斯皮里東同其他人嘅生平。

呢啲就係所有向新人生出嚟嘅敵意,無論喺內心定外在。留心嘅人會話,每一刻都唔會無呢啲動念出現;呢點無可避免,因為我哋見到,向善嘅內在自我被敵對嘅大軍四面包圍,就好似沉咗喺海入面咁。
不過,除咗察覺到呢大群敵人之外,要喺戰鬥中取得勝利,就必須知道呢啲攻擊有咩形式。

想像一下一個人嘅心靈指向邊度。佢向內轉,向另一個世界;喺嗰度,有唔同嘅事物存在同運作。佢哋嘅思想沉浸喺靈性事物,佢哋嘅意圖都係指向靈性嘅行為。
呢就代表佢哋已經背棄咗慾望同罪惡。到咗適當嘅時候,當一套有助發展良善嘅規矩制度建立咗,就會好明顯見到佢哋完全處於靈性同聖潔光芒嘅領域。
罪惡同慾望已經唔再受佢哋嘅關注,而係喺規矩之下受制。呢啲念頭偶爾會冒出嚟,然後唔理有冇人理會,就再退返去。佢哋只會喺內心眼出現,提醒自己嘅存在,只係想畀人去理會、去諗、去琢磨。
所以,敵人在我哋心入面顯現嘅主要形式就係**思想**。當敵人成功用一個邪惡嘅念頭佔據我哋嘅心,佢已經有收穫,而且通常可以宣告勝利,因為好快就會對嗰個念頭產生慾望,跟住慾望之後就係決定同行動──而呢啲已經係罪同墮落。
基於此,自知的聖父們,辨認出以下這些激情興起及其糾纏的形態和程度:思想的侵入、思想本身、喜悅、慾望、激情、吸引、決心,以及隨之而來的行動。
喺佢哋表現出嚟嘅方式上,有時會逐步、一環接一環咁發展;有時又各自獨立出現,好似唔按次序咁,唯獨**決定**唔係即時嘅行動,而係要先經過反思同自由意志嘅運用:只要呢步未出現,純潔就依然完好,良心就保持清明。
因此,所有先於佢嘅行為都用同一個詞嚟稱呼──「**思想**」──可以單獨用,或者加修飾語──簡單嘅思想、帶激情嘅思想、帶慾望嘅思想;因為佢喺我哋心入面出現,要麼就係單純嘅一個思想,只係一個罪惡對象嘅表象;要麼就係慾望、渴求、願望,或者最終,就係激情、係一種傾向。
呢啲都會引誘同誘惑心思或靈魂向激情同罪惡靠攏,但只要心思唔肯屈服,佢哋就未算係惡,亦唔算係罪;每次佢哋出現,心思都要同佢哋拚搏,直到將佢哋逐走為止。
呢場鬥爭嘅範圍,由一個念頭、慾望、激情或吸引力出現嗰刻,一直持續到佢哋消失同埋抹除佢哋所有痕跡為止;所有呢場鬥爭嘅規則都係為咗達到呢個目的。
誠然,世界行事自有其一套,就如撒旦一樣,但佢哋嘅誘惑只會用以下三種方式之一到達我哋嘅意識,因為佢哋唯一嘅目的就係動搖我哋內心嘅狀態,並吸引我哋向佢哋靠攏。
佢哋所有嘅詭計都係為咗呢個目的;因此,喺呢方面,唔係佢哋對我哋用嘅方法或行動先至重要,而係佢哋想喺我哋心入面激起啲乜嘢──嗰啲先至係人生同行為上最重要同最有價值嘅嘢。例如喺迫害嘅時候,目標唔係人嘅痛苦,而係令人起埋怨、絕望或者放棄美德嘅念頭。
所以,就屬靈爭戰而言,可以斷言:無論罪惡在何處以何種方式被激起,都要將你所有力量和注意力集中於那具體的罪上;從對付那罪開始,並與之抗爭。這條法則至為重要:它會令一個人保持心靈的平衡,因而變得強大,並在某種程度上保持安全。
正因如此,在聖父輩的著作中,所有規則都針對思想、情慾和慾望,並應用於它們的本質;至於原因,則未曾提及,即使有提到,也未在此方面賦予它們任何特別的重要性,而且往往也沒有加以區分。
因為世界、魔鬼同慾望都可以──而且確實可以──激起同樣嘅激情,但呢樣嘢並唔會令佢具備獨特嘅性格。
所以,苦行者就要將所有注意力集中喺內心,向住自己嘅思想、慾望、激情同傾向──但最主要係思想,因為心同意志唔似心智咁易變,而激情同慾望好少單獨出現,多數都係由思想引發。
所以有條規矩:斬斷一個念頭,就等於斬斷一切。

咁樣之後,就好容易畫出屬靈爭戰嘅大綱。呢點喺《論基督徒生命書簡》入面已經講得夠晒清楚,我哋就喺度引用佢。

至於構成基督徒武藝嘅屬靈爭戰規則,有啲用嚟預防攻擊,有啲用嚟令戰鬥達到最容易同最成功嘅結束,仲有啲用嚟最穩固咁確保勝利嘅果效,或者盡快消除失敗嘅後果;所以呢啲規則自然分為三類: (a) 戰前要遵守嘅規則,(b) 戰中要遵守嘅規則,同 (c) 戰後要遵守嘅規則。

戰前,戰士必須以一種方式行事,透過他的行動,或防止攻擊,或使自己能夠在最初就察覺到它們,甚至為勝利鋪路。
所以,首先,佢要限制罪惡衝動嘅範圍,將佢哋集中喺一處;咁樣唔單止令佢更容易察覺到干擾,亦更清楚知

道應該將努力集中喺邊度。

1.

罪惡領域嘅大致輪廓係咁樣:罪惡先喺生命嘅中心──心──安頓好自己,然後透過靈魂同身體嘅各種功能滲透入去,再擴展到一個人所有嘅外在關係,最後,將陰影投射到佢身邊嘅一切。

而家,就算罪惡已經從心靈深處被趕走,佢仍然會喺附近徘徊,繼續以以前嗰啲養份為生;面孔、物件同處境都好容易勾起人喺事奉罪惡嗰陣所聯繫起嚟嘅相同諗法同感受。一個審慎嘅戰士而家就要切斷敵人呢啲外在嘅養份。 為咗達到呢個目的,佢要:a)

重組佢嘅全部外在行為,令佢身上嘅一切都煥然一新,包括新嘅外觀、新嘅動機、新嘅節奏等等,都同新生命嘅精神相符;b) 安排好佢嘅時間,確保每一刻都有適當嘅事情做。

任何唔做必要事情嘅空檔,都唔可以隨便用啲咩嚟打發,而要填上有助克制罪性、強化心靈嘅活動。

任何人都可以親身感受到,就呢方面嚟講,有啲身體鍛鍊究竟有幾有益──就係嗰啲可以對抗前面提到嘅傾向;c)

節制自己嘅感官,特別係眼睛、耳朵同舌頭,因為佢哋係罪惡由心向外,同由外向心最容易通行嘅渠道; d)

賦予一切必須面對的事物──物件、人、境況──以屬靈的意義,並特別以最能觸動靈魂的事物充實自己的慣常居所,好使人在活於外在世界時,好似置身於一種神聖的學園之中。

總括嚟講,一個人嘅整個外在生活應該安排到,一方面佢唔再需要特別關注,亦令我哋擺脫所有對自己嘅憂慮;另一方面,佢唔單止可以保護我哋免受罪惡突如其來嘅動盪,仲可以滋養同強化正喺萌芽中嘅新靈命。

喺呢種安排之下,罪惡會完全被隔絕喺外面;佢就唔會再由呢個來源攞到滋養或者加強。

2.

如果一個人由內心而起,竭盡全力去保持自己原貌,維持他從那第一次勝利中脫胎換骨的狀態──即刻,如果他不斷重燃當時在他身上被喚醒的那些感受和品格──那麼罪惡ก็จะ從內部被隔絕,並將永遠留在此處,毫無支撐或穩固可言。

罪惡咁樣被剝奪咗養份同埋支持,如果唔即刻被摧毀,至少都會愈嚟愈弱,直到完全耗盡。

之後,對抗罪惡嘅鬥爭明顯會減少,並會完全集中喺對抗思想(呢啲思想特別傾向破壞新秩序),而對抗情慾同傾向時,就只需**保持警**惕……

正正就係呢兩位警惕嘅哨兵,基督嘅士兵必須時刻保持:清醒同洞察力。前者向內,後者向外;前者看守由心底湧現嘅念頭,後者預先察覺因外在影響而可能喺心內出現嘅動向。

至於第一點的規則是:一旦憑着對神同在的記憶將一切思念從靈裡驅逐出去,就站立在心門口,仔細守望出入的一切;最重要的是,不可讓情感和慾望先於你的行動,因為一切惡都由此而生。

第二條規則:每日一開始,就坐低諗晒所有可能遇到嘅場合同處境,以及相應會出現嘅種種感受同衝動;預先喺心入面準備好對付佢哋嘅防禦,咁先唔會 到時手忙腳亂或者跌倒。

而且,為咗當真正嘅攻擊嚟到時可以更加有效咁行動,最好預先進行刻意嘅心理對抗,喺腦海中將自己置於各種處境,帶住唔同嘅感受同慾望,

並在此時構思各種方法,令自己保持在適當的範圍內,並觀察在不同的情況下,哪些方法特別有助自己。此類初步練習培養了武鬥精神,令人習慣於面對敵人時不畏懼,並能輕易擊敗他,好似在遵循經過驗證的方法一樣。

而且,喺我哋投入戰鬥之前,首先要確定幾時應該主動進攻、幾時應該防守、幾時應該撤退。除咗因為使用唔同嘅戰鬥方法同靈命成長嘅階段相符之外,一開始最好就撤退,即係話唔好反抗,而係投靠喺主嘅保護之下。

再者,一旦我哋透過經驗認識咗敵人,並研究咗佢哋嘅攻勢,就可以即刻將佢哋擊退;但係,我哋唔可以刻意煽動自己內心嘅慾望,亦唔可以擺喺一個任由佢哋全力發揮嘅環境,淨係為咗製造戰鬥同勝利嘅機會。

有啲強烈嘅情感波動,只可以用其中一種方法先至可以克服。念頭梗係要驅走,但對傾向同慾望,特別係屬乎肉體嗰啲,就唔係成日都做得到。無論邊種情況,如果只係因為無知,都可能令你輸掉勝利。

最後,人絕對不可冇咗呢個核心嘅勝利思想就上陣——佢就好似勝利嘅旗幟。就好似佢之前已經為咗善而壓倒咗惡,依家喺對抗靈魂每一個具體罪惡念頭嘅戰鬥中,佢都會輕易令我哋取得勝利。
只要佢一出現,所有敵人嘅大軍、所有邪惡嘅思想同慾望,都必須散去。佢有能力啟發同提升一個人,令佢超越自我;所以,人要盡可能咁記起佢,並令佢成為活生生嘅現實——喺心靈嘅天際,永遠建立呢位驅散黑暗嘅光芒。
冇乜嘢可以比呢個諗法更強烈咁點燃我哋根除罪惡嘅熱誠——嗰股熱誠,就好似一股湍急嘅活水,漣漪輕輕,卻唔會翻滾,令到誘惑之石擲入時所激起嘅一切波瀾都消失無蹤。

有咗呢啲防範同規矩,基督嘅戰士,就滿有信心咁上陣。而且,就算喺戰鬥中,都要照規矩去做,唔好似啲敵人咁,又亂嚟又亂頂。好多時,只要跟住一條有條理嘅路線,唔使太費力,就可以成功。
當你察覺到敵人接近——無論係最初嘅興奮、念頭、慾望定係衝動——最緊要係即刻認清佢哋就係敵人。將所有喺我哋心入面出現嘅嘢都當成自己不可剝奪嘅擁有,並且要為佢哋撐腰,就好似為自己撐腰咁,呢種想法係一個大錯,而且係普遍存在嘅錯誤。
一切罪惡都係從外面嚟到我哋身上;所以,我哋一定要同佢哋劃清界線,否則就會喺自己入面有個賣國賊。任何想同自己開戰嘅人,都要將自己分成「自己」同潛伏喺自己入面嘅敵人。

當你同已知嘅罪惡傾向分開,並認清佢係你嘅敵人,就要將呢個體會帶入你嘅感受,喺心入面重新激起對佢嘅厭惡。呢個就係驅走罪惡最有效嘅方法。
每個罪惡嘅衝動喺靈魂入面都靠住對佢嘅某種快感嚟維持;所以當對佢嘅厭惡被激起,佢就失去晒所有支撐,自然消失。
不過,呢件事唔係成日都咁容易,甚至唔一定做得到:用憤怒去壓制念頭比較容易;壓制慾望就難啲;但壓制激情就更加難,因為佢哋本身就係心靈嘅動盪。如果呢招唔得,而敵人唔會冇抵抗就俾你贏,就要你勇敢咁投入戰鬥,但唔好自大或者過份自信。
怯懦會令心靈陷入混亂、不穩定同鬆懈嘅狀態,因為佢冇穩固咁站穩自己,所以好容易就會跌落嚟。
傲慢同自負就係一定要對抗嘅敵人:凡係畀佢哋趁機控制你,你就已經輸咗,亦為將來嘅跌倒埋下伏線,因為佢哋會令你唔肯行動,又粗心大意。
一旦戰鬥開始,最緊要守住你嘅心:唔好畀新出現嘅衝動衝到你嘅情感;喺靈魂嘅入口就迎頭截擊,務求喺嗰度將佢哋擊潰。
為此,要趕快在你的心靈中建立起與那令你困擾的念頭所依據的信念相反的定見。在心靈的戰場上,這些對抗性的信念不僅是盾牌,也是箭矢——它們保護你的心,並直擊敵人的要害。
從此之後,戰鬥就變成咗新出現嘅罪惡不斷被各種為佢辯護嘅思想同觀念所保護,而打仗嗰個人就用相反嘅思想同觀念去摧毀呢啲堅固嘅防線。
呢場掙扎嘅持續時間,要視乎好多唔可預料嘅情況,無法準確估計。人唔可以
變得軟弱,甚至喺心裏面都唔可以有一絲向敵人妥協嘅念頭——
咁勝利就一定屬於你,因為正如我哋之前所講,罪惡嘅衝動喺我哋裏面冇穩固嘅根基,所以自然會好快停止。
即使你已經盡心盡力去防禦自己,敵人仍然好似幽靈咁糾纏住你嘅靈魂,唔肯退去,呢個就係明顯嘅跡象,證明佢係靠住外力先得以維持;
所以你都要向外在嘅幫助來源求助,無論係塵世定係天上——向你嘅靈性導師傾訴,並以熱誠嘅祈禱,呼求主、所有聖人,特別係你嘅守護天使。對上帝嘅虔誠從未失過回報。
不過,要留意嘅係,同念頭作戰係一回事,同慾望作戰係另一回事,而同激情作戰又係另一回事:因為念頭有分別,慾望有分別,激情亦有分別。
喺呢一切之中,要採用具體嘅方法,呢啲方法首先要透過反思,或者從苦行者嘅經驗同教導中確定。但係,唔應該總係採取嚴格抵抗:有時只要輕蔑就可以驅走敵人,而抵抗只會令佢哋倍增,並激怒佢哋。
仇敵要追到連一絲痕跡都唔留;否則,心入面就算只剩一個簡單嘅念頭,就好似粒惡種,都會喺靈魂無聲無息向佢傾斜嘅時候結出果嚟。

喺戰鬥進行期間,就唔好去諗將來點樣防止。臨場急急腳制訂嘅規矩通常都好嚴苛,所以總要再改;結果就造成失敗嘅經驗,而呢種經驗喺屬靈爭戰中好有害,又好容易令戰士動搖。

戰鬥結束了。要感謝主畀你免於失敗,但唔好過度沉溺於得救嘅喜悅;唔好大意;唔好令你嘅熱誠減退──仇敵經常佯裝失敗,就係想等你墮入安全感嘅陷阱,好等佢突襲時更加容易擊敗你。

所以,切勿卸下你嘅戰備武器,亦唔好忘記自我保護嘅規矩。永遠都要做一個警惕而警醒嘅戰士。最好坐低清點戰利品:回顧成場戰役嘅全過程──由開始、經過,到最後,究竟係乜嘢引致呢場戰鬥、乜嘢令佢加劇、又係乜嘢令佢結束。

呢種就係向失敗者收取嘅一種貢品,會大大促進未來對佢哋嘅勝利;咁,最終先至可以獲得精神嘅智慧同苦行嘅經驗。唔好同人講你嘅勝利——咁樣只會大大激怒敵人,並耗費你嘅精力。

喺呢種情況下,無法避免嘅虛榮心會為你打開通往靈性堅固嘅大門,打敗一個敵人之後,你就要同成隊敵人交鋒。不過,如果你被打敗,就要心存悔意,但唔好逃避上帝,唔好硬頸;要趕快柔軟你嘅心,並帶佢歸向悔改。

跌倒係無可避免,但跌咗之後一定要再爬起。就好似一個人快跑,即使絆親,都會即刻爬起,繼續向目標邁進──你要跟隨佢嘅榜樣。

我哋嘅主好似一位媽媽,牽住佢小朋友嘅手,就算佢成日跌咗又跌,都唔會放棄佢。與其沉淪於被動嘅絕望,不如振作精神,重新出發,從今次跌倒中學到謙卑同謹慎,唔好再行嗰啲又滑又易跌嘅路。

如果你唔透過真誠嘅懺悔抹去罪惡,咁當罪惡喺你心入面站穩陣腳之後,就遲早會將你拖落罪惡之海嘅深處。罪惡會佔據上風,你就要再次由抗爭嘅起點重新開始;但係,只有上帝知道,你仲有冇機會做到呢點。或者而家你屈服於罪,就會越過悔改嘅分界;或者之後,就冇任何真理可以打動你嘅心;甚至連恩典都唔會賜畀你。到時,你仲喺呢度,就會被數入嗰班被定罪要受永恆折磨嘅人。

一般嚟講,關於呢場鬥爭嘅規則,要留意嘅係,佢哋本質上只不過係將成套武器應用喺具體情況上,所以根本唔可能全部都講晒。

內在鬥爭嘅本質深奧難測,而且隱藏;圍繞住佢嘅情況千差萬別,參與者亦各不相同:對一個人嚟講係誘惑,對另一個人就毫無影響;對一個人造成打擊,另一個人就完全無動於衷。所以,絕對唔可能為所有人訂立一套統一規則。每個人都係自己內在鬥爭規則嘅最佳創造者。

經驗會教曉一切;只要有人有強烈嘅渴望去征服自己。早期嘅苦行者冇喺書本度學過,卻依然成為勝利者嘅典範。而且,人唔可以過份依賴呢啲規則——佢哋只係一個外在嘅輪廓。

事情嘅精髓,係要靠每個人親身經歷過嗰場鬥爭先至學到。喺呢個過程中,佢哋唯一嘅指引就係自己嘅審慎同對上帝嘅臣服。每個人內心嘅基督教生命旅程,令人諗起嗰啲古老、極度複雜同秘密嘅地下通道。一入到入面,受試者就會收到幾條

嘅一般指示──喺呢度做呢件事,喺嗰度做嗰件事,喺呢度跟住某個標誌,喺嗰度跟住另一個標誌──然後就俾人拋喺黑暗入面,有時只得盞孤燈微弱嘅光。一切都要靠佢哋嘅臨場反應、審慎同小心,仲有嗰種無形嘅指引。 基督教內在生命亦同樣充滿秘密。在此,人人獨自前行,即使 surrounded by 眾多規則。只有經過訓練的心靈感受,尤其是恩典的感動,才能成為他對抗自我時的常駐、無誤且不變的指引;其他一切都被拋諸腦後。

對付各種情慾、願望同思想嘅鬥爭,其過程都係咁。至於情慾、願望同思想,佢哋都一樣;所以,冇必要逐一詳細講解對付每種思想嘅鬥爭。我哋只會提出幾點觀察:

1.

有**啲微妙**甚至極其微妙嘅念頭,亦有**啲粗**糙甚至極其粗糙嘅念頭。後者人人都可自行察覺;而前者喺心裏面時係察覺唔到,但會喺之後透過行為表現出嚟,而且往往畀人哋睇到多過自己。

呢度有個衝動,就係對自己嘅心境平靜、善良同純潔一丁點都唔信,反而要成日懷疑佢哋──要密切留意事情嘅發展,觀察有咩念頭伴隨同結束佢哋,咁之後先可以判斷最初喺心入面嘅究竟係乜嘢。

不過最好係搵個可信嘅觀察者──有訓練嘅眼睛會即刻指出我哋內心深處隱藏住嘅嘢,就算我哋自己都未察覺。講到最細微嘅念頭,我哋唔係淨係指靈性層面嘅:佢哋係由身體同靈魂一齊產生嘅。
佢哋嘅特徵就係幾乎察覺唔到,深藏喺心底深處,以至一個人以為自己係純粹行事,冇夾雜任何情感,但其實佢係受情感驅動。之所以會咁,係因為心靈嘅純淨未曾建立,或者更準確嚟講,係因為分唔清先天同後天嘅分別。
當呢種情況發生時,細微同最細微嘅念頭都會變得粗糙同最粗糙,因為經驗會令注意力更敏銳,而心靈嘅感官會被訓練去分辨善與惡。

2.

有啲思想、慾望同激情,係以突然湧現同短暫嘅干擾形式出現;亦有啲係持續嘅,可以維持幾日、幾個月甚至幾年。前者雖然輕微,但都唔可以忽視;要小心留意唔單止佢哋本身,仲要留意佢哋嘅次序。
仇敵似乎有個規矩:唔會突然由激情開始,而係先由一個念頭開始,然後不斷重複。第一次畀憤怒趕走嘅念頭,第二次、第三次可能就會比較容易被接受;跟住就會出現慾望同激情,由嗰度到默許同行動,就只係一步之遙。持續嘅念頭好沉重、好致命;
正正就係呢啲嘢先至叫做**「試探」**。關於佢哋,我哋要識得嘅係:佢哋唔係天性嘅一部分,雖然佢哋本身就根植於天性入面,但佢哋永遠都係由仇敵嚟;主係有祂特別嘅旨意先容許佢哋,為咗我哋嘅潔淨,去試驗同印證我哋嘅忠心、信心、堅定同分辨內在人嘅能力,
──所以,我哋要心平氣和咁對待佢哋,就算佢哋對一個新嘅、充滿恩典嘅心靈極度冒犯──例如褻瀆、絕望同不信;最緊要係任何時候都唔好向佢哋屈服,唔好將佢哋內化,要保持心靈同佢哋分離,透過思想同信心,將佢哋同自己同自由分開。

3.

必須對抗嘅念頭唔一定係邪惡,佢哋往往睇落好似係善,甚至好多時係中性嘅。至於邪惡嘅念頭,就只有一條規則:要即刻趕走佢哋;但後者就要經過檢驗或者理性思考。呢個時候,就用到嗰種大受讚揚嘅識辨能力──分辨邊啲念頭要採取行動、邊啲要拒絕。
呢方面冇乜規矩可循:每個人都要靠自己嘅經驗去學,因為人與人唔同,適合人嘅未必適合我哋。
最好係咁做:一旦定咗行動方向,就照住去做;但凡有新嘢冒出嚟,無論幾合理,都先擺低。如果一個念頭本身同後果都冇害處,都唔好即刻放縱,要等啱嘅時機,免得衝動行事。
有人甚至可以五年都唔去實踐一個念頭。但係最重要嘅規則,就係唔好信自己嘅心同腦,而要將每個念頭都交畀自己嘅靈性導師。違反呢條規則,向來都係,亦都依然係,導致重大跌倒同欺騙嘅原因。

4.

邪念引誘,而貌似合理的念頭則誘騙。前者令人生出偏離,被視為犯罪墮落;後者令人生出偏離,則被視為中了迷思的魔咒。可否將一切迷思在它們的起源和特徵上加以描述?
佢哋其中一個主要特徵,就係人自信咁以為自己係某啲其實唔係嘅嘢,例如:以為自己被召喚去教導他人,或者以為自己可以過上非凡嘅人生,等等。呢啲諗法嘅源頭,係最微妙嘅念頭:認為「我好有意義,而且唔係一般嘅有意義……」
嗰個平庸嘅人會幻想自己係某種唔同嘅人。敵人就係攞住呢份最深藏嘅驕傲,嚟誘惑同陷害一個人。而且,每一個我哋冇察覺嘅微妙邪念,都會令我哋留喺迷思入面;而當我
,我哋就以為自己係被良善同虔誠嘅念頭所引導。
喺呢方面,可以話係無一刻唔喺迷思之中;我哋行喺似有鬼影徘徊嘅環境,以某種形式畀佢哋纏住。因為邪惡仍然潛伏喺內,未曾散去,而善則只係浮面;所以,我哋嘅眼睛好似畀一層霧氣蒙住。

5.

至於每一個念頭,最好預先收集有關佢哋嘅資料;即係要了解佢哋、佢哋嘅起源、佢哋嘅後果,同埋點樣消除佢哋。
呢啲就會成為後備資源,喺爭鬥時非常有用;即係當一個念頭用憎恨都趕唔走,仲開始繁殖,引誘同說服你,

就要用其他反駁嘅念頭去對抗。但要做到呢點,就要預先儲備啲念頭。
喺呢方面,聖父哋揀咗八種主要嘅情慾,作為一個範本,俾任何想搵指引嘅人使用。不過,呢啲只係靈性爭戰嘅主要對象,並唔係全部。所以,我哋喺其他人嘅著作入面,都可以搵到其他情慾嘅描述同埋對付佢哋嘅規則。當中最豐富嘅收藏,就喺約翰·克里馬庫斯嘅著作入面。

6.

有屬肉體嘅思想,有屬心智嘅思想,亦有屬靈嘅思想。眾所周知,呢三種思想都可以隨時出現;但係,起初屬肉體嘅思想比較容易察覺,而屬心智同屬靈嘅思想就要遲啲先顯露。因此,呢場爭戰都要跟住進步,或者轉移焦點。
人要識得呢點,好比制服咗身體之後,就唔好畀假安全感生出嘅自滿打敗,因為人嘅靈魂仍然可能畀打敗,而制服咗靈魂嘅人,都可能喺靈性上畀擊倒。總括嚟講,只要仲有呼吸,鬥爭就唔會停止,雖然佢可能會平息,有時甚至好耐都冇聲響。

7.

多羅西亞聖人說:「有行動的激情,有抗爭者,有勝利者。」第一者是最初的罪過,第二者開始淨化自己,第三者則接近無情欲。
一個人越堅決咁反抗情慾,連思想都唔肯畀佢哋入侵,更遑論慾望或快感;即使俾佢哋入侵,都要即刻將佢哋連根拔出,時刻令自己處於厭惡嘅狀態,就越快可以達到純潔。
一個人對自己愈放縱、愈退讓,過程就愈拖延,而且會有停頓同反覆。呢種情況係因為自憐,或者冇同情欲分開:一個人表面上憐憫自己,其實就係餵養咗敵人,反過來對自己不利。

8.

呢場鬥爭嘅結果係:思想純淨、情感純淨、意志純淨。一旦達到呢個境界,人就會以無情無欲嘅態度行事。佢嘅內心變成一面清澈嘅鏡,反映出精神層面嘅事物。

9.

雖然同思想、慾望同情慾嘅精神鬥爭絕對必要、無可避免,而且具勝利威力,但淨化我哋免於污穢嘅唯一手段,唔可以淨係靠呢樣嘢,排斥同取代其他所有方法。
佢必須配合**積極對抗情慾嘅鬥爭**——即係透過相反嘅行動去根除、熄滅同殲滅佢哋。
其原因係激情已經滲透(飽和、*紮根——編者*)咗我哋嘅能力,而呢個情況係因為我哋以前都係帶住激情去行事。每一次帶有激情嘅行為都喺我哋嘅能力入面注入咗一粒激情嘅分子,經過所有呢啲行為嘅累積,我哋嘅能力就溢滿咗激情,就好似海綿吸滿水或者衣物充滿惡臭一樣。
相反,要抽走呢份熱情,就要做同之前相反嘅行動,咁每一個行動一入到呢股力量,就會將相應嘅一份熱情從裡面排走;而如果呢啲行動做得夠多、夠頻密、夠持續,就可以完全消除晒所有熱情。
只要方法用得啱,呢個方法威力無窮,修行者經過幾次嘗試,就會開始感到情欲減退,有種輕鬆同自由嘅感覺,靈魂入面仲會有種明亮嘅感覺。
淨係靠心靈嘅掙扎可以將激情從意識中驅走,但佢仍然存活;只係被隱藏咗。相反,對立嘅行動就好似打中咗呢條蛇嘅七寸。
但係,呢個唔代表可以喺行動中停止心靈嘅鬥爭。佢必須同行動緊密結合,否則就可能完全冇成效,甚至會助長而唔係減少慾望,因為喺對抗一種慾望嘅同時,另一種慾望可能會趁機出現——例如,喺禁食期間生出虛榮心。
如果忽略咗呢點,就算點努力,修行都唔會有成果。心靈嘅戰鬥,配合積極嘅修行,就好似由外而內夾攻咁,將慾望連根拔起,就好似敵人前後受敵、被夾擊而死咁快。

10.

在這積極的自我糾正中,必須遵守一定的秩序和次序;在確立此秩序時,要留意一般慾望的性質、自己的品格,以及在正面行動章節中提到的美德行為。首先,要專注於主要嘅慾望:放縱、慾望同驕傲——因此,主要要訓練自己進行自我克制同嚴苛對待,包括散盡家財、毀壞財物,向他人屈服、臣服,或者自我貶低(見巴爾山努菲)。

對於積極修身淨化自己嘅聖徒嚟講,呢類行為永遠排喺首位。第二位就係佢哋嘅主要激情。呢種主要激情會喺悔改嘅時刻,喺人意識到自己嘅罪惡並產生懊悔嘅時候顯現出嚟。
當人立誓唔會犯罪嗰陣,呢種激情就係最緊要、最堅定咁記住嘅。所以,之後佢就一定要成為對付住我哋內心罪惡嘅即時抵抗對象。佢掩蓋晒其他所有激情,就好似將佢哋圍繞喺自己身邊,或者做佢哋嘅支點。其他情欲只有在這個情欲被削弱並克服後,才能浮現,並且會連同它一併被驅走(散去、*驅散——編者)*。
一開始就要用盡全力去對抗佢,尤其因為往往對佢有好多仇恨,而呢種仇恨正正可以提供抵抗嘅力量。如果唔先制服呢種激情,就唔可能制服其他主要嘅激情。
第三方面,道德行為的次序是自明之理。即先要對付主導的激情,然後對付根源激情;等到兩者都平息後,道德行為就可以自由地按照內在指引,隨心所欲地剷除敵對勢力的殘餘。
任何一種激情一旦死灰復燃並顯露出來,行動就必須針對那股激情本身。這些是抗爭的目標,必須按照一個眾所周知的原則去追求。而且,雖然所規定的次序必須遵守,但抗拒的行動本身必須有分寸、穩定,以免像一個心神不定的 人一樣東跳西飛。
唔會有真正嘅果實,反而係空洞嘅吹噓會生根。一個人愈堅定、愈堅毅咁行動,就愈接近終點同和平。要堅持落去,直到見到成果,因為結局先至可以加冕呢份努力……再者,要留意任何經驗對行動者嘅啟示。
似乎事情就係咁樣發展:緊接住轉捩點之後,就係積極同慾望作鬥爭;由呢個鬥爭中或者同時並存,就會出現即時嘅內在鬥爭;然後,之後,佢哋互相強化同支持:內在嘅鬥爭愈激烈,外在嘅鬥爭就愈激烈;外在嘅鬥爭愈激烈,內在嘅鬥爭就愈激烈;
最後,當兩者都強大到足夠,一個人就會興起壯舉,目標係徹底根除情欲,從根本斬斷佢哋。自己唔可以親手行大壯舉,亦唔可以勸人去行。
人要逐步行事,一步步成長、一步步增強,才能夠有充沛的精力與力量。否則,我們的行為就好似在舊衣上補的新補丁。行動的呼召必須源自內心,就好比病人有時會憑直覺與天性,被引向能徹底療癒的良藥。
11.
對抗自己慾望嘅心智同實際鬥爭本身已經好有力,但係如果有人指導,呢份努力就會快、有效同有成果得多。
一個人喺心靈嘅戰場上,未必認得清敵人,亦未必有能力同佢抗爭,並保持住熱誠同決心;最緊要嘅係,無論咩情況,都唔可能有一個統一嘅計劃或者預先擬定嘅大綱,去主導成場抗爭。單靠自己,完全做唔到。
需要有人從外面睇我哋嘅現在同未來。所以,將自己交託畀一位靈性導師,絕對係最有效、最關鍵嘅自我提升方法。佢會喺我哋身上同我哋心入面用同一種方法——積極嘅心靈戰爭——但最緊要係,佢係根據自己嘅判斷、計劃,並且清楚知道目標、道路同十字路口。
所以,你呢個渴望同尋求潔淨嘅人,要尋求同懇求主賜你一位慈父作引路人;一旦你搵到佢,就將你所知道同你喺自己裏面所見到嘅一切,全部告訴佢。然後,你就要完全向佢交出自己,裏外都交出——
好似未加工嘅材料咁,等佢用嚟為主建造一間屋,建造一個新嘅人。
咁做之後,就拋棄一切對自己嘅關心,無憂無慮咁喺父神翅膀底下安息。任由佢帶你去任何地方、用任何方式;任由佢要你做任何事,喺任何時間、任何地方都照佢意思去做。
至於我哋,就欠佢一份無條件嘅服從——唔使深思熟慮、全心信靠、樂意遵從——同埋向佢完全敞開我哋嘅良心,或者公開我哋嘅思想、願望、慾望、行為同言語——我哋所做嘅一切同發生喺我哋身上嘅一切。
咁樣令佢可以睇到我哋而家嘅處境同內心狀態,並因此有根據嚟畀我哋建議同安排任務。向我哋嘅父親敞開心扉同服從佢,就係摧毀情慾嘅決定性打擊者(*壓制者——編者按*),亦係征服魔鬼嘅勝利者。
每次有啟示,並且照嗰次所分配嘅去做,就好似清洗傷口同換藥一樣。呢就係緊急醫療!
打開自己嘅人就會將所有污穢之物驅逐出去,並透過服從去接受純淨嘅事物:新嘅糧食、療癒嘅養分、純淨嘅汁液——就好似先服催吐藥,然後再食好嘢。但最緊要嘅係,佢哋內心嘅慾望之根——即係自我、**'我'**——被斬斷咗。 帶領對抗自我嘅人仍然**要親身**作戰,因此,當

對「自我」出手時,從某種意義上反而滋養咗佢。
但係,喺導師之下,我哋嘅**「我」**由一開始就徹底消失喺佢嘅意願之中;咁樣,所有激情就失去咗立足點,之後雖然會亂咁湧現同行動,但就算喺呢度,佢哋嘅所有詭計都畀坦率所破解,完全失效。
總括嚟講,呢個係一個強而有力嘅方法,可以制服情感,迅速達到純淨。所有聖徒嘅經歷都指向呢個方向;例子多不勝數……亦都應該留意,喺皈依之後,愈快搵到同揀定一位靈性導師,就愈好。
熱誠生龍活虎,隨時可用;一個有智慧嘅導師,有佢喺手,仲有乜嘢做唔到呢?尤其係當自我意志──會帶來執拗、不信任、反抗同想糾正人嘅衝動──未及生根之前……
凡受這些特質困擾的人,在選擇了一位導師之後,必須先從這些特質中被治癒,才能成為一個能夠接受教導的孝子。當靈魂習慣於按照自己的理解和意志行事時,那真是一種不幸。
12.
最後,可謂我哋整個存在最究竟嘅煉淨──好似喺火中嘅洗滌──就係由主親手成就。具體講:由外面──透過憂愁;由裡面──透過眼淚。唔可以話呢啲只係喺最後先出現,以前就冇存在過。
不,佢哋由一開始就已經開始,並以各種困擾同心痛嘅形式伴隨住人;人愈成熟,佢哋就愈激烈。但就係主咁樣將佢哋灌輸畀我哋,畀許,甚至好似賜福咁,容許外在同內在事件照常進行,為咗我哋自己嘅好。
但到接近尾聲時,祂卻刻意安排(校正——
編者按)它們,賜下眼淚,並帶來悲傷──或同時出現,或交替出現,有時先一種,後一種,甚至同一種人流一種,另一個人流另一種。
憂愁係火;眼淚係水。呢就係**水同火嘅**洗禮。西里底亞聖依撒伯樂形容呢個就係被高高舉起喺十字架上,或者外在之人最終嘅釘十字架。
呢一刻,如人所言,係最誘惑嘅時刻,好似亞伯拉罕獻佢仔作祭物嗰陣經歷到咁:心入面一片黑暗,心裏面充滿絕望嘅痛苦,上面等緊憤怒,下面就係地獄;人見到自己喺毀滅嘅邊緣,懸喺深淵之上。
由呢度,有啲人勝出,另啲人就跌返轉頭,只得再攀呢座山。通過呢關嘅人,已經升到天上,唔再係屬地,而係屬天;佢哋被神聖嘅聖靈高高托起,就好似以西結異象入面嗰啲輪一樣。
神喺佢哋入面作工。佢哋嘅狀態係人心所不及嘅。呢種狀態只可透過親身經歷先至明白;所以已經經歷過嘅人唔會講,講咗都冇用,甚至可能有害。
到最後,就係咁樣。喺嗰之前,除咗其他方法之外,由神安排嘅不斷悲傷同患難,同埋神賜予嘅痛悔之心,都要經歷,因為呢啲係最強大嘅淨化手段。喺其力量上,佢等同於一位靈性導師,喺冇咁嘅導師時,佢可以充分取代導師——事實上都係咁做——喺一位謙卑嘅信徒身上。
因為喺呢種情況下,上帝自己就係引路人,佢無可置疑地比人更智慧。敘利亞嘅聖以撒詳細描述咗主點樣逐步帶領受淨化嘅人走入更深嘅淨化憂傷,以及點樣喺佢心入面點燃悔改嘅心靈。
我哋只需要對祂嘅眷顧有信心,並樂意、歡喜同感恩咁接受祂所賜嘅一切。冇咗呢樣嘢,就會令悲傷嘅事失去淨化嘅力量,無法觸及我哋嘅心靈同最深處。呢點同樣適用於悲傷。
至於痛悔,就要透過自我觀察,留意內心所發生嘅事,細心檢視自己嘅罪過同靈命嘅混亂,然後經常懺悔,並以真誠嘅悔改同深切嘅憂傷為伴。
冇咗外在嘅悲傷,人就好難抗拒驕傲同自負;冇咗痛悔嘅眼淚,又點可以除掉內心嗰種法利賽式嘅自義自私呢?(喺聖依撒伯勒·敘利亞人嘅著作入面,處處讚頌外在嘅悲傷、眼淚同痛悔)。
使徒將缺乏前者的人視為行淫者。既然這些不在我們能力範圍內,而是在神的手中,我們或許因對自己力量缺乏信心,又不知道能否承受,而遲疑不願為此祈求;但最起碼,我們絕對不能以任何方式忽略後者。
後者大多掌握喺我哋自己手上,冇乜理由唔去為佢禱告。
所以,你要用盡一切方法同埋你嘅智慧,盡量喺神面前自卑、認罪,俯伏喺祂面前哀求憐憫。神見到你嘅努力,就會賜畀你不斷嘅痛悔,必要嘅時候,仲有源源不絕嘅眼淚,藉住呢啲,你嘅心靈面容最終會完全被洗淨同潔淨。

興旺富庶不應該令人自滿自誇,反而要存畏懼——恐怕主已經視你為多餘,將你棄置一旁;因此要竭盡全力,以真誠的心痛悔,這永遠都是蒙神喜悅的祭物。
其實,可以咁講,就算你表面上冇任何悲傷嘅跡象,你都應該心裏面悲哀,因為神好似咁呼召你。
相反,對於那些表面上悲傷的人,主自己會
送上安慰——短暫而極致的喜樂時刻,令人忘卻悲傷,療癒創傷,使哀號變得不可能。眼淚可能有,也可能沒有:關鍵全在於在神面前為自己的污穢而哀嘆。

呢啲就係消除我哋內心慾望嘅方法——無論係靠自己嘅理性努力、靈性導師嘅指引,定係主親手成就。如前所述,冇咗內心嘅精神鬥爭,外在嘅鬥爭就唔可能成功;同樣,喺指導下嘅鬥爭,以及憑主嘅安排進行嘅淨化,都一樣要靠內心嘅鬥爭。

所以,內在的爭戰必須是持續不息、堅定不移的。單靠它本身,或許威力不大,但如果它消失了,其他一切都無效,也毫無益處。行事的人和受苦的人、哀哭的人和順服的人,都因為缺乏內在的爭戰或心靈的警醒而滅亡,並且持續滅亡。
如果我哋又諗起之前講過嘅正面內在行動——即係話,佢係正面外在行動嘅目的同力量之源——咁,內在行動嘅全部意義就會喺佢嘅全能中顯現,而家家戶戶都會明白,佢就係一切苦行嘅源頭、基礎同目標。
我哋所有嘅活動可以總結成以下公式:收心歸一,喚起靈性意識同生命力;喺呢個心態下,跟隨靈性導師或者神聖安排嘅外在行動指引;但同時,要全神貫注、嚴謹而專注咁觀察同監察內心所有起心動念。
一旦有強烈嘅反抗情緒出現,就要即刻用思想同行動將佢驅走、打壓,同時唔可以忘記喺心裏培養一個為自己罪過而深感悔恨同悲傷嘅心靈。

所有苦行者嘅注意力都要集中喺呢度,咁佢哋喺努力嘅時候先唔會分心,就好似用帶束住自己思想嘅腰咁。帶住呢種內心嘅安住同守護去行,就係行得清醒,而關於呢點嘅教導,就係清醒嘅教導。
而家好明顯點解所有苦行者都將節制呢種美德視為苦行美德之首,認為冇呢種美德就係徒勞無功。正因如此,先要特別強調佢。雖然已經講過,但嗰只係個開始。
嗰度已經討論過,係要顯示自我克制同自律嘅實踐,必須純粹由內心發起;或者更好講,要先令自己安頓好,然後先去追求。
而家,我哋就用同樣嘅起點去攀升,因為目標喺內,而外在只係手段。換言之,我哋要展現追求者向神嘅本然傾斜、迅速親近祂嘅條件,以及親近者——或者更準確嚟講,能夠親近者——嘅狀態,因為親近本身係由神而來。

與神活生生相交的第一步

當佢喺內心建立好自己之後,就將所有熱誠嘅力量都用喺淨化自己脫離污穢同情慾,以及釋放同強化佢嘅能力,好令佢喺討神喜悅嘅事工上更加活躍。呢份工作吸走咗佢所有嘅注意力、所有嘅努力同埋所有嘅時間。
當佢哋習慣呢種努力,同時又令內在狀態有條理、有組織,佢哋自然會愈嚟愈向內,收斂自己,為喺自己裏面建立持久嘅臨在打好基礎。呢個就係最初靈性鬥爭嘅目標:返入自己。
當一個人開始喺自己入面建立自己嘅時候,佢哋嘅主要目標——呢個佢哋必須追尋、而家先好似隱藏喺一大堆任務背後嘅目標——就會逐漸向佢哋顯現。但係,當人遠離情欲嘅領域,就自然會同自己靈魂嘅主要渴望同傾向面對面,為咗擴展整個努力所追求嘅範疇。
呢個目標同渴望,就係向至高無上嘅善——上帝——嘅傾斜。呢樣只可喺人經歷咗喺上帝裏面生命嘅甘甜,或者品嚐到上帝有幾好先得;所以,佢唔會突然之間出現。
起初,恐懼籠罩住一個人:佢哋好似奴僕咁去服侍,出於一種責任感,呢種責任感就係喺佢哋醒覺嗰刻已經

認清咗。跟住,恐懼會平息,雖然未完全消失,但會讓位畀為主勞作嘅甜美感,令人喺其中得到一種喜悅。呢種表現就係靈魂向神嘅第一次騷動,睇到佢光明嘅目的。一旦呢種傾向出現,就會自然而然喺佢誕生嗰個次序度成長。不過,人唔可以淨係等住唔做嘢;唔係,要採取某啲行動,先至可以促進呢種傾向最快嘅發展。為此,同樣地,重點仍然擺喺內在嘅正面行動;只要以「」嘅方式去做——即係唔偏離內心——所有呢啲行為都可以幫助呢種傾向,滋養同加強佢,同時將所有希望寄託喺上帝身上,並將一切導向上帝嘅榮耀。

呢種精神必須係所有呢類行為嘅根本;否則,佢哋將會毫無成效,而且最緊要嘅係,人冇咗呢種內在力量,就撐唔住自己嘅重擔。因此,上述嘅努力可以促進向神嘅親近,但佢哋必須由一種特定嘅內在態度所指引,而呢種態度喺執行嘅過程中必須一直保持。

心靈向神升進,或向祂傾心,都是隨着內在活動的加強而形成。它好似一粒種子在其中生根,又好似在土壤上成熟一樣。所以,為了更快地激起向神傾心,就要培養這內在生命,並且:

1.

訓練心思意念喺神面前行。人要不停咁努力去仰望神,好似佢就喺你右手邊,並要升到一個境界,知道自己正被神所察看。習慣咗呢樣嘢,就係通往神嘅門,係天國喺心思意念中打開。

2.

凡事都要為榮耀神而行,無論外在或內在,心裏只存這榮耀:它必須成為一切所作所為的衡量標準,並在一切事上烙下它的印記。

3.

凡事都要存着對神旨意嘅覺知去做,行喺嗰旨意入面,凡事都要順服佢,並全心臣服。照神嘅旨意行事,涵蓋咗人所做嘅一切;而對佢嘅臣服,就涵蓋咗發生喺人身上一切嘅事。

無論你做乜嘢,都要努力分辨上帝喺嗰件事上對你有咩旨意;無論有乜嘢臨到你,都要接受佢係出於主嘅手。人、物、事、喜、悲——都用喜樂去接受;無論有幾大逆境,都要甘心、平安、同喜樂咁去順服一切。

透過呢啲屬靈操練,心思會愈嚟愈被神啟示,並穩固喺神嘅異象裏面——佢會習慣喺神無限完美嘅異象中安居。

呢個異象大部分係喺向上帝禱告站立嘅時候賜下,亦都係透過同樣嘅禱告站立而成熟。呢就係向上帝活嘅交通攀升嘅開始。

同時,與神同在的異象中,心靈裡對神敬虔的崇拜油然而生並得以成全;當人以一聲出自心底的呼求向神俯伏,以受造之物自卑於祂面前——不是帶着痛苦的 但同時帶住被接納、被愛同蒙憐憫嘅意識。

因此,對上帝的壓抑不住的內在渴慕和欣喜若狂之情就會油然而生。

向神努力追求係目標。但一開始,佢只係一個意念、一個願望。呢個意念要變得真實同有生氣,好似一種自然嘅吸引力——甜蜜、自願同無可抗拒。只有呢種吸引力先能證明我哋處於正確嘅位置,證明神接納我哋,證明我哋正走向祂。

當鐵被磁石吸引,就表示磁力正喺作用於佢;喺屬靈嘅層面亦都一樣:只有當呢種活生生嘅渴慕出現——當靈 bypass 晒其他一切,直衝向神,沉浸喺敬拜之中——先至顯明神正觸動我哋。起初並不會如此——一個熱誠的人會完全專注於自己,即使出於愛神的心;然而對神的默想只不過是理智層面的。主尚未賜給他們品嚐自己的滋味,他們也無法做到,因為他們仍然不潔淨。他們事奉

神,可以咁講,都冇真正嘅喜樂。然後,當心靈被潔淨同改革之後,佢開始感受到討神喜悅嘅生命有幾甘甜,以愛同熱誠行喺其中——呢個就成為佢嘅喜樂源頭。

靈魂開始好似同寒冷隔離咁,同一切事物脫離,並被吸引向神,神就溫暖佢。呢種吸引嘅開始喺於靈裏,靈渴慕神嘅恩典。透過聖靈嘅感動同引導,靈按住神所定嘅次序成熟,就算靈魂自己未察覺呢個過程,都仍然被滋養。

呢個重生嘅徵兆係:一個自願、寧靜、無需努力嘅內在與神同在,並伴隨敬畏、敬恭、喜樂等感受。以前,靈魂迫使自己進入內在,但而家佢已經安頓落嚟,並永久留喺度。

佢喺同神單獨相處時感到喜樂,唔理其他人,亦唔理任何外在事物。佢喺自己裏面發現咗神嘅國度,就*係喺聖靈裏面嘅平安同喜樂*(羅馬書14:17)。呢種向內沉浸,或者沉浸喺神入面,就叫做心靈寂靜或者喺神入面嘅欣喜。

呢種狀態可能好短暫,但要令佢持續,因為目標就係咁。當我哋嘅靈真係喺神入面,神就喺我哋裏面,因為呢個唔係心智上嘅交通,而係一種活生生、寂靜嘅沉浸喺神入面,同其他一切都隔絕。

就好似一束陽光將一滴露珠帶走,主

亦會透過觸碰去提昇人的靈。先知以西結說:「*聖靈就將我提上去*。」(以西結書3:12)　　好多聖徒都constantly

喺神面前進入忘我嘅境地,而其他人雖然只係暫時畀聖靈感動,但次數好頻密。就係咁,呢種吸引,或者進入神嘅經歷,會喺真心、盡責同切實尋求神嘅人身上,透過神嘅恩典開始、成熟同完美。

呢件事嘅一個基本條件,就係要淨化心靈,好等我哋接納吸引我哋歸向*祂嘅*上帝:「*心裏清潔嘅人,必得見神*」(馬太福音5:8)。所以,到目前為止所講嘅所有苦行、操練同行為,都係為咗呢個目的而作嘅必要同不可或缺嘅準備。不過,呢啲都必須以正確嘅方式進行,並且要專門為咗呢個目標。

關鍵係守住心:熱誠嘅靈都儲喺入面;苦行、靈操同善工要有效,就要由內心發起;爭戰嘅勝利只會由內心嚟;培養對上帝嘅渴慕,最好都係由內心開始。所以,內在嘅工夫係一個靈性、真正基督教生命嘅核心源頭。　　正因如此,聖教父們視之為通往成聖的唯一道路。「*要謹守清醒,警醒禱告*。」主說。(彼得前書5:8;馬可福音14:38)清醒,或說守住心靈,是首要的功課。對聖父們而言,一切都指向此:一切都在心裏,因為心裏所存的就是行動上所顯露的。

向神邁進的決定性一步,與神交通的門檻,就係向祂完全臣服;之後行事的就係祂,而唔係人。所有力量喺邊度?或者我哋究竟喺搵緊乜嘢?

與神交通──即係神住喺我哋心入面,喺我哋裏面行,好似披着我哋嘅身體,用佢嘅心意、旨意同感受嚟掌管我哋,令到*我哋嘅心思同行為都*成為佢嘅作為,咁佢先可以喺萬有之中作事,

而我哋就可以成為祂嘅器皿,或者係透過祂嚟行事,喺我哋嘅思想、願望、感受、言行之中。呢個就係萬有之主所尋求嘅,因為只有祂,係透過受造之物本身嚟成就一切。已經明白自己嘅靈,必須尋求同樣嘅道路。

神住喺我哋入面,同祂掌權──即係承認祂嘅全能──嘅條件,就係要放棄自己嘅自由。自由受造之物,按其本性同定義,係憑自己嘅意思行事,但本不應該如此。

喺神嘅國度入面,冇人可以按自己嘅意思行事,而神必須喺萬有中行事;只要自由仍然自立,呢個就唔會實現──因為自由就係否認同拒絕神嘅權能。

只有到嗰刻,我哋對神大能嘅頑梗抵抗先會停止──當我哋嘅自由,或者話我哋獨立自主、自以為是嘅行為,喺佢面前跌倒,當一個人堅決咁呼求:「主啊,隨你所意待我,因為我又盲又軟弱。」

正正就喺呢一刻,上帝嘅能力先會進入人嘅心靈,開始佢全面嘅工作。所以,上帝住喺我哋心入面嘅條件,就係我哋向佢作出堅決嘅投降。

向神投降係我哋靈裡最深層、最秘密嘅行為,就好似所有事物一樣,雖然係剎那之間,但並唔係一蹴而就,而係要逐步成熟,無論係喺短時間定係長時間內,都視乎承擔呢件事嘅基督徒嘅技巧同審慎程度。

佢嘅開始喺第一次嘅悔改行動,因為當時悔改嘅人立誓時,總會講:「我會遠離邪惡,行善事;主啊,求祢唔好離棄我,賜我祢恩典嘅幫助。」

帶住呢種心態,佢踏上苦行之路,並熱誠咁努力,希望得到上帝嘅幫助。但係好明顯,喺呢度係佢嘅熱誠先引路,而上帝嘅作為則跟隨其後。呢種情況既源於初學者嘅心態,亦符合上帝嘅安排。

初學者想為主勞苦、事奉祂──所以就去勞苦。這使他有信心,好似有膽量去面對神。但明顯的,這情況不能一直維持。人必須跟從神的引領,放 aside 自己任性的熱誠。
所以,人唔可以留喺佢最初嘅心態,而係要喺唔減少嗰份熱誠嘅情況下,向神屈服,將自己置於祂嘅引導之下,學識跟從祂嘅感動同帶領。呢點喺彼得被吩咐嘅時候,已經有隱含嘅提示:
「你年少的時候,自己束上帶,隨意往來;但年老的時候,你要伸出手來,別人就要束上你,帶你到你所不願意去的地方。」(約翰福音21:18)起初,人憑着自己的熱誠,然後說:「主啊,你知道什麼是對的;請照着你的安排成就我得救的命定。」
「我雖被捆綁,仍要隨你去到任何地方。」這正是堅定不移地奉獻於上帝的行動。第一種活動是如此值得讚揚和美麗──它所結出的果實何其豐盛!正因如此,它才能永遠束縛人於自身。但人要對此保持警惕,因為那好似在荒地上勞作:滿是沙礫,卻無生命力。
人要努力,轉離嗰種追求,邁向對上帝嘅虔誠。誠然,喺某程度上,呢種虔誠可以喺繼續最初嘅努力中自然成長;但係,人仍要監察同培養呢種成長,或者更好嘅做法係接受已經形成同成熟嘅成果。事實上,即使咁,都係「 」──係上帝在行動,因為冇祂,我哋一無所有;然而人卻會話:「我揀咗,我願意,我努力,上帝幫咗手。」意願同抉擇,以至一切勞苦,都係善行,所以都係出於上帝;但人喺佢嘅勞碌同努力中,就以為嗰度有佢自己嘅力量。
因此,由熱誠到熱心事奉上帝的內在轉變,無非是上帝在我们里面的行動,或在我们得救與被潔淨的过程中,向我們意識的啟示與彰顯。
熱誠嘅人會透過經常嘅失敗、儘管盡咗全力;透過意想唔到又輕易取得嘅巨大成功;亦透過錯誤同跌倒──尤其係嗰啲帶有教訓意義、好似偏離恩典嘅經歷──而體會到呢點。
所有呢啲都令一個人體會同相信自己係一無所有,而一切都係上帝同佢全能嘅恩典。呢個就係預備獻身於上帝嘅最後階段,只有當一個人真正意識到自己係一無所有嘅時候先至可以做到。
至於個人,可以咁做:審視事件同處境喺發生嘅時候,好讓自己喺其中體會到上帝嘅大能;以堅定嘅信心,深入探究稱義嘅條件,直到佢哋呼喊:*「就憑呢啲試煉拯救我」;*
無數敵人的出現、道路被蒙蔽、眼前一片漆黑、無數條十字路口、神旨意難以捉摸。這些心靈的準備特別從積極的行動中獲得力量,
namely:散盡全部財產、將自己交給世人羞辱(以聖愚的身份)、隱居,以及隱士的生活。
呢啲就係人生嘅轉捩點,過咗之後,就冇其他路可走,只得向神回轉。所有呢類人都會將自己直接交託畀神,而神亦都會接納佢哋。喺呢方面,有靈性導師嘅幫助係無價嘅,如果佢喺被指導者唔知嘅情況下,將佢置於一種只有神嘅隱藏幫助先能拯救佢嘅境況之中。
古代教父們說:初學者必須蒙受冠冕。這種對自我渺小與向神臣服的體認,最適合在無休止的悲傷中培養,尤以我們上述所提神所賜予的特殊十字苦難為最。
凡是向神交出自己的人,或被認為配得此恩者,便開始被神感動,並安息於祂裡面。自由並未被摧毀,反而繼續存在,因為自我交出並非最終、決定性的行為,而是一個不斷重複的過程。人將自己擺在神面前,神就接納他,並在人裡面或藉著人的能力行事。
正正就喺呢度,我哋靈魂嘅真正神聖生命先至得以彰顯。將自己交託喺神手中嘅人,就會從神度領受,並藉住所領受嘅嘢去行事。呢種就係活生生嘅聯合──喺神入面嘅生命,以整個自我:思想、心志同意念,喺祂裏面得堅定。呢一切都係透過自我交託而成就。
但當自我放棄逐漸成長,而且實際上作為最初嗰個行為嘅延續,咁呢種接受上帝同住喺祂入面,就必然要提升。的確係咁;佢會自我提升。不過,喺我哋方面,都要有啲嘢去幫助佢或者加快佢成熟。
與神交通的範疇,亦即此交通形成並運作的領域,就係有知覺的屬靈禱告……
禱告者安居於神,因此他完全準備好且有能力讓神也安居在他裡面。但這禱告並非 merely 懇求;它是一種特殊的屬靈行為,既非被引導,而是在引導者與被引導者身上同時無可察覺地成熟。

可以咁講,呢種祈禱就係苦行規條(見西門神學家)最終嘅極限。因為當呢種祈禱得以建立同穩固,上帝就同我哋嘅靈合一。而嗰啲規條只係針對佢嘅開始;但當佢完善咗,入面發生嘅事就隱藏住,變得無形,好似摩西喺雲彩後面咁。

與神活生生的交通,是在一種寂靜無聲的狀態下進行,並引向無情態

凡係呢啲不由自主嘅內心激盪同對上帝嘅欣喜已開始喺佢身上出現,尤其係完全向上帝自我奉獻同無間斷禱告已經開始發揮作用嘅人,就已經準備好同有能力進入寂靜。只有呢種人先至夠強,能夠承受呢個艱難嘅挑戰並成功完成。要將呢種人留喺團體宿舍同其他人一齊,係唔可能嘅。

乜嘢令偉大嘅阿爾瑟尼烏斯遠離人群?就係呢股向神嘅內在吸引。

「我愛你,」佢會咁講,「但我無法同時同神同人一齊。」「真正嘅默者,」約翰·克里馬庫斯話,「唔想失去神嘅甘甜,就同所有人保持距離——並非出於憎恨——同樣真摯,就好似其他人走近佢哋咁。」

我哋引用《梯》第二十七階有關寂靜概念嘅相關章節:

「有外在嘅寂靜,就係當一個人同所有人分開,獨自生活;亦有內在嘅寂靜,就係當一個人喺靈裏面同神獨處,唔係靠努力,而係自由自在,就好似胸膛自由呼吸、眼睛自由睇嘢咁。佢哋一齊並存,但前者冇後者就存唔到。所以,真正嘅默者就係嗰,佢雖然係無形嘅存在,卻努力將自己嘅靈魂拘謹喺肉身嘅居所入面。讓默者嘅小房關閉佢嘅肉身,而呢個肉身就包含住心靈嘅殿堂。」

未嘗過神嘅甘甜,沉默就唔會吸引佢;未克服過慾望,都唔會嘗到呢份甘甜。受情緒慾望困擾,又想追求沉默,就好似由船跳入深淵,以為靠條木板就可以安全上岸。

凡是容易衝動、自大、偽善、好報復嘅人,都唔好膽敢偷望一望沉默,免得佢哋跌入精神錯亂。

嘗過神之甘甜者,必追求默靜,好使自己得以無阻無礙地飽饗其中,並於心中不斷以火對火、以熱誠對熱誠、以渴望對渴望,點燃火焰。

所以,「寂靜者係天使嘅塵世化身;喺渴望嘅卷軸上,以勤力嘅筆跡,佢令自己嘅禱告擺脫懶散同疏忽……寂靜者就係嗰個以靈性熱誠呼喊:『*我心已預備好,哦,上帝啊!*』(詩篇56:8)。那默不作聲者,就係講:「*我雖然睡,心卻警醒*」(雅歌5:2)。

因此,默者唯一的工作,就係同獨一無二嘅主同在,同佢面對面傾談,就好似君王嘅寵臣喺佢耳邊說話咁。呢份心靈嘅工夫,係靠另一樣嘢嚟維護同保障——保持思想嘅寧靜。思想嘅有條理,同對神堅不可摧嘅思念,就係沉默同無憂無慮嘅精髓。

坐喺高處,要留心——如果你識得點樣——你就會見到有幾多、咩種類嘅賊想入嚟偷葡萄串。當呢個守望者疲倦嗰陣,佢就起身禱告,然後再坐低,以重新嘅勇氣繼續佢嘅本份。

鍾愛蒙福寂靜嘅人,會經歷屬靈能力嘅作為,並效法佢哋嘅生活方式。佢哋永遠都唔會滿足於讚美造物主;同樣,升入寂靜之天嘅人,亦永遠都唔會滿足於頌讚造物主。

但除非心中先建立起完全的無牽掛,否則無論是免於懶散的祈禱,還是保持一顆不受干擾的心,都無法達成。

未先達到最後一階段,就無可能理性地通過頭兩個階段,就好似未學過字母就讀唔到書一樣。「一絲頭髮足以障眼,一絲憂慮足以摧毀寂靜。」

凡是想以純淨的心靈呈獻給上帝,卻又被憂慮分散心思的人,就好比雖然緊緊綁住雙腳,卻仍試圖快速行路。因此,真正的寂靜始於向上帝臣服,並在心中深信祂會眷顧我們。

只有嗰啲為咗享受神嘅愛、為咗滿足對呢份愛嘅渴慕、被佢嘅甘甜吸引而同寂靜結合嘅人,先至係真正嘅默者。

若有人能以智慧修習默觀,便能很快品嚐到其果效,包括:無擾的思緒、純潔的思想、在主內的欣喜、澎湃的祈禱、堅定的警醒、持續的眼淚等等。

因此,正正係對甜蜜地喺神面前站立嘅內心渴慕,吸引人走向寂靜;通往寂靜嘅道路,係經過一切屬靈爭戰,透過情感嘅淨化,喺我哋裡面強化善、消盡惡;而通往寂靜嘅 immediate 門檻,就係以無憂無慮嘅信靠,將自己交託畀神;

其精髓係一個心靈喺心入面,喺上帝面前堅定不移、帶有禱告嘅站立,由此火中生火。

上帝一觸,靈魂便燃燒,最終淨化人,使人升到無情欲之境。在這個火中,我們的本性被重新熔化,好似粗金屬在煉爐中,脫胎換骨,重生為天國純潔,成為上帝可居之處。

因此,在與神共融的生活道路上,有不可避免的寂靜──如果不是以苦行生活的熟悉形式出現,則總是一個人在內心聚集,並在聖神之火中得到深化的狀態,被提升到撒拉弗的純潔,並對神、在神中燃燒。

呢把火喺人皈依嗰刻就生根發芽,一旦人按住自己嘅誓言開始呢份工夫,就開始發揮作用;但呢股熱度只係初期嘅,時而出現,時而退去。佢喺淨化心靈嘅整個過程中一直都起緊作用,否則人根本撐唔住呢啲工夫。

然而,由於人內心仍存的慾望之寒意,它當時無法發揮全部威力。只有當慾望平息之後,它才顯露全部威力。第一股熱力好似潮濕木材的燃燒,而第二股熱力則好似同一塊木材在火焰將其烘乾並滲入其本质的燃燒。

用另一個比喻,第一種暖就好似喺水入面有一塊未溶嘅冰:暖雖然存在,但水唔會滾,要等到冰溶晒先會滾。不過,一旦冰溶晒,暖就滲透晒成壺水,令到水愈嚟愈熱;

結果,水就因為熱量而沸騰,並被淨化。第二種熱就係呢種情況。最後兩個關於火焰行為嘅例子,說明咗基督教完美境界最終階段嘅靈性燃燒運作,最終達到完美嘅純潔同無情欲。

「情欲嘅實質畀神聖嘅火燒盡,就被燃化咗;當呢種實質被根除,靈魂得以潔淨,情欲亦隨之消失。」

以下係《梯》第29章對無情態嘅解釋:「無情態係身體復活之前靈魂嘅復活。」

靈魂嘅復活,要理解為離開舊性情,亦即係新人都出現嗰刻,喺佢入面冇半點舊人嘅痕跡,正如經上所言:*「我要賜你一顆新心,將新靈放喺你裏面。*」(以西結書36:26)(見伊薩克·敘利亞人)

凡在主裏得成全者,其完全而日益增進之完美,聖潔其心,超拔其心於物質世界,使之時常於狂喜中,由肉身之生,升天以觀異象。

使徒寫道:「*我們有基督的心*」(林前2:16)時,就示範了無情欲。那位敘利亞的苦行者聖以弗列姆亦示範了無情欲,他呼喊道:「願祢恩典的波浪滌過我!」

對一切能激起並滋養情慾的事物,他都保持無動於衷,已變得麻木不仁,即使這些事物近在眼前,也對他毫無影響。這是因為他與上帝完全合一。

佢走入妓院──唔單止冇半點慾望,仲引領妓女走上純淨、苦行嘅道路。

凡被視為配得上此境界者,雖仍身處塵世,肉身凡胎,卻成為活神嘅殿,神喺佢嘅言、行、思上引領同教導佢; 而佢憑住內在嘅啟悟,洞悉主嘅旨意,好似聽到某個聲音咁,並且超越一切人嘅教導,就話:*「我幾時可以到,在神面前現出呢?*」(詩篇41:3),因為我再也禁受不了自己私慾的作為,只求那在腐敗未臨到我之前,你所賜給我的不朽善良。但又何須多言!

無情者唔係照自己嘅意思去生活,而係基督喺佢入面生活(加拉太書2:20),正如所講:「*我已經打咗那美好的仗,跑咗當跑嘅路,守咗所信嘅道。*」(提摩太後書4:7)

超脫係天主嘅天宮。所以,最終,同神嘅交通同同神嘅合一──呢個人類靈魂嘅終極追求──就係當佢喺神入面,而神亦喺佢入面。

最後,主嘅美意同佢嘅禱告得以成就,就如佢喺父裏面,父喺佢裏面,每位信徒都可以同佢成為一(約翰福音17:21)。

祂安慰的應許得以成就:「凡遵守祂命令的人,父必愛他,我和父也要愛他,並要向他顯現。」(約翰福音14:23)

使徒對死於情慾之人的定義正得以應驗,即他們的生命與基督同藏在神裏(參見西3:3)。這樣的人是神的

殿(林前3:16),神的靈住在他們裏面(羅8:9)。
達到呢種境界嘅人,就係神嘅神秘主義者,佢哋嘅狀態同使徒一樣,因為佢哋都喺萬事中洞悉神嘅旨意,好似聽到某種聲音,並且當佢哋將感官完美地同神結合之後,就係神秘密地教導佢哋祂嘅話語。
呢種狀態以愛嘅火焰為特徵,佢哋大膽咁宣告:「*有咩能將我哋同神嘅愛隔開?*」(羅馬書8:35)。而愛就係賜予先知嘅恩賜、奇蹟嘅源頭、啟示嘅深淵、神聖之火嘅泉源;呢股火焰流得愈多,就愈能激起渴慕者嘅渴求。

既然呢種狀態係沉默嘅果實,只要謹慎實踐,上帝並唔會永遠將所有守沉默嘅人留喺沉默中。
凡藉住默靜達到無情執,從而成為與上帝及神性同在最真誠交通之器者,便由此被引領去服侍尋求得救的人,並以啟迪、引領及行神跡的方式事奉他們。
同樣地,對大安東尼而言,正如曠野中的約翰,有一聲音在他默靜中向他說話,呼召他去引導他人走上得救之路──而他勞苦的果效眾所周知。對其他許多人亦是如此。

我哋唔知道世上有比呢種使徒式嘅境界更高嘅。喺呢度,我哋對一種討神喜悅嘅人生次序嘅概覽就告一段落。