

心靈之道

A Way Of The Heart



教宗全球
祈禱網絡

台灣

教宗全球祈禱網絡(祈禱福傳會)的靈修內容和培育計畫是一種心靈的學校(A school of the heart)。這途徑是以九個步驟引領我們認同耶穌的想法、內心和計畫。每一段聖經和引文，都在訴說天主對我們每一個人和全體人類的無限愛情，我們應該在祈禱的靜默和敬畏中領受它們，因為它們說的是我們與祂的歷史。我們被邀請去活出一份與死而復活的基督個人性的愛的盟約，並每天慷慨地隨時待命，當祂的使徒與祂一起在其使命中合作，我們被派遣為教會服務，也被派遣去使天主慈悲的愛臨在這世界。接下來的幾頁主要在給教宗全球祈禱網絡(祈禱福傳會)及其內在的路徑一個統合的願景，邀請我們參與這個世界性的祈禱網絡。

心靈之道

A Way Of The Heart

羅馬，2014年1月16日

目錄

1. 在起初已有愛----- - 3 -
2. 人心，不安又需索無度----- - 4 -
3. 在一個破碎的世界裡----- - 4 -
4. 父派遣子來拯救----- - 5 -
5. 他稱我們為他的朋友----- - 6 -
6. 基督在我們內----- - 7 -
7. 我們與祂一起奉獻生活----- - 9 -
8. 一個慈善的使命----- - 10 -
9. 一個關注人類需要——祈禱和服務的全球網絡----- - 11 -

1. 在起初已有愛

- 我愛妳，我永遠愛妳…（耶 31:3）
- 婦女豈能忘掉自己的乳嬰？初為人母的，豈能忘掉親生的兒子？縱然她們能忘掉，我也不能忘掉你啊？看哪！我已把你刻在我的手掌上…（依 49:15）
- 愛就在於此：不是我們愛了天主，而是他愛了我們，且打發自己的兒子…（若壹 4:10）
- 祂於創世以前，在基督內已揀選了我們。（弗 1:4）
- 任何受造之物，都不能使我們與天主的愛相隔絕，即是與我們的主基督耶穌之內的愛相隔絕。（羅 8:39）

我們信仰生命中的最初也是最長存的話，就是天父永恆的愛，這是祂持續不斷對我們說的話，也是我們在祂為我們所做的一切事上，每日所探求的——我愛你。「天主是愛」（若壹 4:8），這是祂的本質；祂不能不愛我們。「愛」永遠是天主注視我們的方式，無論我們生命的歷程如何——即使我們因為罪而遠離祂，祂的愛是毫無條件，永不撤回的，這是我們靈修之道的原則與基礎，我們的生命始於祂的愛，也因祂的愛而持續，而有朝一日將回歸那愛。意識到祂的愛，讓我們能真正的去以愛還愛。

2. 人心，不安又需索無度

- 天主，你是我的天主，我急切尋覓你；我的靈魂渴慕你，我的肉身切望你，我有如一塊乾旱涸竭的無水田地。（詠 63:2）
- 上主我由深淵向你呼號，我主，求你俯聽我的呼號！（詠 130:1）
- 神貧的人是有福的，因為天國是他們的。（瑪 5:3）
- 你藏在何處？愛人，獨留我呻吟？…（聖十字若望，靈歌）
- 因為你創造我們是為了你，我們的心得不到你，就不能安息在你的懷抱中，便搖搖地不會安寧。（聖奧斯定，懺悔錄）

我們渴望幸福，並以各種方式尋求它，天主給了我們慷慨去愛和生活的能力，但很多時候，我們仍覺得貧乏和迷失，背負著挫折和深切渴望的重擔，無法解決我們的個人危機，並找到內在的平安。為那些在追尋、有靈性需求的人，和那些渴望在內心接受耶穌基督的人，在此引介的是一條信仰、祈禱與生活之道。它是一條謙遜的道路，我們內心的軟弱將不是阻礙，而是我們最大的資產，因為我們要遇見的是一位親近窮人的天主。

3. 在一個破碎的世界裡

- 天主看了他所造的一切，認為樣樣都很好。（創 1:31）
- 因為我的人民犯了雙重的罪惡：他們離棄了我這活水的泉源，卻給自己掘了蓄水池，不能蓄水的漏水池。（耶 2:13）

- 他們必由這海走到那海，由北至東，去尋求上主的話，卻尋不到。
（亞 8:12）
- 醒來！我主，你為什麼依舊沉睡？起來！你不要永遠把我們拋棄。你為什麼掩起你的慈顏，不顧我們的痛苦和辛酸？（詠 44:24-25）
- 祂來到了自己的領域，自己的人卻沒有接受祂。（若 1:11）

我們充滿讚嘆地默觀世界之美，以及人類心智在歷史中所完成的偉大事功。但是，我們共享的世界也因痛苦的矛盾，造成死亡和苦難而傷痕累累。生命和愛心往往被暴力和自私所窒息，弱小者和弱勢的人被強權者所壓迫，自然資源消耗殆盡，有太多的悲傷和孤獨。然而，在為和平與正義的呼聲中，我們聽到了天父的聲音，呼喚我們歸向祂，我們離開了主的道路與祂為人類的計畫。

4. 父派遣子來拯救

- 看哪！我要行一件新事，如今即要發生，你們不知道嗎？（依 43:19）
- 我看見我的百姓在埃及所受的痛苦，聽見他們因工頭的壓迫而發出的哀號；我已注意到他們的痛苦。所以我要下去拯救百姓脫離埃及人的手…（出 3:7-8）
- 是我教了厄弗辣因邁步，雙臂抱了他們…是我用仁慈的繩索，用愛情的帶子牽著他們。（歐 11:3-4）

- 天主在基督內使世界與自己和好，不再追究他們的過犯。（格後 5:19）
- 聖神也扶助我們的軟弱。（羅 8:26）
- 天主竟這樣愛了世界，甚至賜下了自己的獨生子。（若 3:16）
- 因為人子來，是為尋找及拯救迷失了的人。（路 19:10）

天父並沒有將我們遺棄在這破碎的世界裡，祂曾藉先知們多次以不同的方式談到祂的愛，最後藉著祂降生成人的聖子耶穌基督對我們說話（參希 1:1）。在祂內，天父將我們的歷史融入祂自身的歷史中，以恢復祂的創造並治癒我們受傷的人性；在祂內，為我們捨棄其生命而天父從死者中復活的那一位，已經赦免了我們的罪；在祂內，天主慈悲的愛顯示出來，決意來拯救我們。與祂同在，我們即便在苦難和困難當中，學會認出天主聖神在這世上的工作，帶來更新。

5. 他稱我們為他的朋友

- 你不要害怕！…我以你的名字召叫了你，你是我的。…你在我眼中是寶貴的，是貴重的，我愛慕你。（依 43:1,4）
- 耶穌上了山，把自己所想要的人召來，他們便來到他面前。他就選定了十二人，為同他常在一起，並為派遣他們去宣講，稱他們為宗徒…（谷 3:13-14）

- 我不再稱你們為僕人，因為僕人不知道他主人所做的事。我稱你們為朋友，因為凡由我父聽來的一切，我都顯示給你們了。（若 15:15）
- 伯多祿轉過身來，看見耶穌所愛的那個門徒跟著，即在晚餐時靠耶穌胸膛前…（若 21:20）
- 看！我同你們天天在一起，直到今世的終結。（瑪 28:20）
- 因此，凡由他而接近天主的人，他全能拯救，因為他常活著，為他們轉求。（希 7:25）
- 誰願跟我來，吃喝穿戴，都跟我一樣；還該和我一樣，白天工作，夜間警惕…（聖依納爵，神操 93 號）

耶穌稱我們為他的朋友，並邀請我們與他建立個人性且親密的愛的盟約。他仍然活著為我們代禱，積極吸引我們到他跟前，他視我們為他聖心的珍貴寶藏。與他的友誼會使我們以他的眼光來看世界，我們將一起分享他的苦與樂，而我們也將與他一起為我們的弟兄姐妹們貢獻心力。他常與我們同在，直到今世的終結。

6. 基督在我們內

- 到那一天，你們便知道我在我父內，你們在我內，我也在你們內。（若 14:20）
- …我們要到他那裏去，並要在他那裏作我們的住所。（若 14:23）

- 你們住在我內，我也住在你們內…正如父愛了我，同樣我也愛了你們；你們應存在我的愛內。（若15:4, 9）
- …所以，我生活已不是我生活，而是基督在我內生活。（迦2:20）
- 你們不知道，你們是天主的宮殿，天主聖神住在你們內嗎？（格前3:16-17）
- 至於你們，應把從起初所聽見的，存留在你們內；如果你們從起初所聽見的，存留在你們內，你們必存留在子和父內。（若壹2:24）
- …並使基督因著你們的信德，住在你們心中。（弗3:17）
- 我們眾人反映主的光榮的，…都變成了與主同樣的肖像（格後3:18）

天主因對我們無止境的愛，渴望居住在我們的心中。耶穌在臨終時將這個令人驚奇的許諾留給他的門徒，他要居住在我們每個人的心裡。聖保祿見證說：他生活已不再是他生活，而是基督在他內生活。這是聖神在我們的信仰生活中，帶領我們朝向的視野，祂設法讓基督徒在身心靈都與基督一致。這是我們所渴求的，我們以一顆謙遜的心來乞求，我們知道透過我們自己的努力絕對做不到。我們相信與基督的同心同意是以聖體聖事的特恩賜給我們，基督透過祂的聖體與聖血把自己給予我們，將我們的心塑造成為祂自己的聖心，所以我們可以成為祂，行動如祂。

7. 我們與祂一起奉獻生活

- 聖神也扶助我們的軟弱。（羅8:26）
- 這個窮寡婦比所有向銀庫裏投錢的人，投得更多，…這寡婦卻由自己的不足中，把所有的一切，全部的生活費，都投上了。（谷12:43-44）
- 耶穌拿起餅來，祝謝了，擘開，遞給他們說：「這是我的身體，為你們而捨棄的。你們應行此禮，為紀念我。」（路22:19）
- 看，上主的婢女，願照你的話成就於我吧！（路1:38）
- 所以弟兄們！我以天主的仁慈請求你們，獻上你們的身體當作生活、聖潔和悅樂天主的祭品：這才是你們合理的敬禮。（羅12:1）
- 看，我已來到，為承行你的旨意。（希10:9）
- 主，請祢收納我的全部自由、我的記憶、我的理智，和我的整個意志。凡我所有，或所佔有，都是祢所賞賜的；我願完全奉還給祢，任憑祢隨意安排。只將祢的聖愛，和祢的聖寵，賞賜給我，我變心滿意足，別無所求了。（聖依納爵，神操 234 號）

接近基督將使我們為他人付出生命，如同基督所做的。我們學習儘管自己是軟弱和有限的，我們的生活還是可以對別人有益。知道自己是被愛、被揀選，且祂住在我們內，會使我們有尊嚴，充滿感恩，並使我們能以使徒性隨時待命的態度，去奉獻我們自己的生命，以回報在我們生命中所領受的眾多美善。自私與懶惰會使天主在我們內的工作徒勞無功，我們要抗拒它們並以此來做奉獻。祂邀請我們慷慨地順從祂的召喚，如同納

匪肋的瑪利亞所做的。祂並不想沒有我們的參與，而去拯救我們或改變這世界。即使我認為自己的奉獻沒有意義，但它還是能對別人有所幫助的，因為耶穌曾捨身為我們死在十字架上，而天父將我們的奉獻結合到祂聖子的生命和聖心中。當我們在耶穌身旁，我們也會更接近世界的苦難，而我們要努力地去回應，如祂所做的。我們透過自我奉獻的祈禱，告訴天父我們準備好要與祂的聖子合作，同時我們向聖神謙遜地祈求，不再阻撓祂在我們內的工作。我們經由聖體聖事以非常特殊的方式被激勵與滋養，因我們在其中看到基督對天父的完美奉獻，這是我們自我奉獻的表率。

8. 一個慈善的使命

- 他派遣我向貧苦的人傳報喜信，治療破碎了的心靈。（依61:1）
- 對一切窮人不要轉面不顧，這樣天主也總不會轉面不顧你。（多4:7）
- 你們該懷有基督耶穌所懷有的心情。（斐2:5）
- 耶穌動了憐憫的心，就伸手撫摸他，向他說：「我願意，你潔淨了罷！」（谷1:41）
- 上主的神臨於我身上，因為祂給我傅了油，派遣我向貧窮人傳報喜訊。（路4:18）
- 設想天主三位俯視滿佈人類的世界廣大區域（聖依納爵，神操102號）[...] 先看地面上的人，形形色色各不相同，衣服不同、態度不同；有的是白種，有的是黑種；有的享受和平，有的正在

戰爭；有的哭，有的笑；有人生病，有人健康；有的在生，有的在死。（聖依納爵，神操 106 號）

天主，耶穌與我們的父，希望我們內並透過我們——祂的使徒，使祂的慈善臨在這世界。我們受邀讓我們自己擁有天父對人類慈愛的眼光，並與耶穌基督的聖心一起行事，我們以不同的方式與祂的聖子，一起被派遣到人類生活的邊緣之處，我們被派遣到人們遭受不公義的地方，去幫助治癒和支持心靈破碎的人。即使我們身體會受限於疾病，即使我們覺得沒有能力改變社會不公平的結構，我們還是要參與這項使命，使天主慈悲的眼光看向我們的弟兄姊妹。因為我們自己曾蒙受慈悲之恩，所以我們可以把它傳給別人。我們跨越教會的界限，因為耶穌的神就在有慈悲仁愛的地方。透過祈禱和具體作為，我們可以使不同文化、宗教傳統的人，就是那些對聖神開放的人，聚集在一起，並努力減輕那些最需要幫助者的痛苦。

9. 一個關注人類需要——祈禱和服務的全球網絡

- 他們日夜總不緘默；提醒上主的人哪！你們總不要休息！你們也不要讓他休息，…直到正義顯現有如光明，她的救恩燃灼有如火炬。（依62:6-7, 1）
- 亞巴郎近前來說：「你真要將義人同惡人一起消滅嗎？假如城中有五十個義人，你還要消滅嗎？[…] 上主答說：「假如我在索多瑪城中找出了五十個 [或四十個，或三十個，或二十個，或十個] 義人，為了他們我要赦免整個地方。」（創18:23-33）
- 這些人同一些婦女及耶穌的母親瑪利亞並他的兄弟，都同心合

意地專務祈禱。（宗1:14）

- 你們也就成了活石，建成一座屬神的殿宇，成為一班聖潔的司祭，以奉獻因耶穌基督而中悅天主的屬神的祭品。（伯前2:5）
- 此後，主另外選定了七十二人，派遣他們兩個兩個地在祂前面，到祂自己將要去的各城各地去。（路10:1）
- 願你們平安！就如父派遣了我，我也同樣派遣你們。（若22:21）

教宗全球祈禱網絡(祈禱福傳會)是一個世界性的祈禱網絡，為教宗每月祈禱意向而服務。這些意向表達了教宗在今日世界所關心的事，這些事被視為是目前對人類和教會的挑戰。我們希望以這些意向指引我們在那個月的行動和祈禱。

這個網絡是由那些無論何時何處隨時待命，願意透過他們每天自我奉獻，而在基督的使命中合作的人所組成的。使命的召喚是熱火，使我們成為使徒，從天父的心被派往世界的心。

在來自不同國家和文化，以及不同靈修家族中，天主教徒首先受邀成為這個網絡的一分子。教宗全球祈禱網絡(祈禱福傳會)將這種多元的豐富用於服務教會的合一。其他人也以不同的方式受邀參加這個網絡：在教宗意向中所隱含的挑戰，使我們開放與其他基督徒，以及其他為世界的大愛和正義工作的人合作。