

台灣北分團

金秀蓮

團員動態及活動

- (1) 2024/1/27 令堅、海珊的小女兒德璇和郭效凡結婚誌喜，婚禮彌撒在台北聖家堂舉行，由服務團總輔導饒神父主持婚配聖事，許多團員前往觀禮及祝賀，分享新人的喜悅。
～聽說新娘德璇的頭紗，是母親海珊 37 年前的新娘頭紗！



- (2) 2024/2/26 謝詩祥神父新辦公室祝福禮：今天早上 8:30 謝詩祥神父負責的「耶穌會通訊傳播中心及資源開發室」新辦公室在耕莘文教院三樓進行祝福禮，由耶穌會中華省會長董澤龍神父主禮。北分團的僑榮哥、嘉玲姐、祖思姐、巨烘、秀蓮一起參加慶賀，

禮儀莊嚴隆重，充滿喜悅。

慶祝活動中，省會長頒發「感謝恩人狀」給巨烘，因為這間新辦公室的工程由巨烘的歐亞室內裝修工程公司承包，在舊曆年前花兩個星期加緊完工，並在財力上予以大大的奉獻。感謝巨烘的慷慨！我們深感天主的滿滿祝福！。



(3) 例常聚會：北分團每週四晚上 9:00 有線上祈禱會 (Google Meet)；約每兩週有一次讀經聚會，時間是週六晚上 8:00，輪流在幾位團員家中進行，會後有美味的宵夜共融!!! (2024/1/27 在僑榮、嘉玲家，讀經分享結束後，大家共飲熱紅酒+其他，其樂融融!)





會議活動

(一) 大風下午茶

時間：2024/01/13 下午 3:00-5:00

地點：台北市大安區溫州街 84 號 2 樓

主持：陳莉慧

主題：靈修交談

記錄：金秀蓮

閱讀資料：《教宗方濟各 2023 年聖誕子夜彌撒講道》

交談題目：在閱讀教宗此篇 2023 年聖誕子夜彌撒講道中，最觸動我的字句是哪一句？它帶給我什麼光照、感受、祝福、挑戰或邀請？使我的信仰生活有更深的領悟或觸動？請選擇最觸動你的一點，與我們分享喔！

提醒：請以心靈用聖言誦禱的方式閱讀，請學習聆聽聖神藉著你的心的「觸動」向你說的話。

出席：莉慧、秀蓮、緒安、春旭、蓉瑋、若蕎、孝杰(Jay)、莉馨(小馨)

主持人：雖然聖誕佳節已過，2024 新的一年開啟，還是想和大家一起體驗一下「靈修交談」，用靈修交談方式來分享聖誕的意義。

今天靈修交談流程如下：(莉慧 Lily 擔任協調人)

歡迎及提醒 10 分鐘

小組時間 90 分鐘～

- 會前禱 3 分鐘
- 天氣報告 10 分鐘
- 文章默想 5 分鐘
- 第一輪分享 4 分鐘/人
- 靜默 3 分鐘
- 第二輪分享 2 分鐘/人
- 靜默 2 分鐘
- 第三輪分享(一句話或一個圖像) (10 分鐘)
- 回顧 5 分鐘
- 會後禱 3 分鐘-

分享重點：

- 1.聖誕的奇蹟在於「無限的天主為了我們而變得有限」。
- 2.«天下的人都要登記»(路二1)～當皇帝在統計天下的居民時，天主卻悄無聲息地降臨人間。～在這個夜晚，「達味之子」耶穌，謙卑地讓自己也被計算在內。
- 3.祂通過降生成人來尋找我們，祂不是以武力從高處，而是藉著愛從底層推翻不公；不是以無限度的力量猛烈闖入，而是進入我們的局限；不迴避我們的脆弱，卻承擔起這脆弱。
- 4.祂消除罪愆，同時承擔了這些罪；祂不消除痛苦，而將它轉化，不消除我們生活中的問題，卻給我們的生命帶來遠大於問題的希望。祂如此渴望擁抱我們的生命，以至於無限為了我們而變得有限。
- 5.天主行事的方式：關懷、憐憫、溫柔。
- 6.你不是一個數字，而是一個面容；你的名字寫在祂的心裡。～是的，基督不看數字，而看面容。
- 7.～今夜愛改變了歷史。

我們享受了豐盛的小點心+咖啡、茶水

期待下一次的大風下午茶☺ 預計在三月喔！



(二) 北分團一月份月會

時間：2024/01/24 (週日)下午 2:30~4:30

地點：文藻台北辦公室 (台北市大安區溫州街 84 號 2 樓)

主持：金秀蓮

主題：靈修交談

閱讀資料：《基督服務團的理想與基督的正義精神》(單國璽神父 1979)

交談題目：閱讀這篇文章時帶給我什麼光照、感受、祝福、挑戰或邀請，請選擇最觸動你的一點與我們分享。〔提醒: 請以心靈用聖言誦禱的方式閱讀，請學習聆聽聖神藉著你的心的「觸動」向你說的話。〕

流程：2:30~2:35 基督服務團信條

2:35~4:00 靈修交談

4:00~4:30 團務報告

出席：黃鳳梧、孔令堅、陳海珊、潘春旭、王琪、劉巨烘、陳麗如、宋祖思、胡僑榮、劉嘉玲、陳國森、嚴美萍、陳小霞、陳孟柔、金秀蓮、區紀復

※ 歡迎紀復大哥參加！

靈修交談分兩組進行，分別由鳳梧姐和嘉玲姐擔任協調人。

分組如下：

鳳梧姐：令堅、僑榮、麗如、王琪、美萍、孟柔、秀蓮

嘉玲姐：海珊、巨烘、祖思、春旭、國森、小霞、紀復

團務報告：

1. 北分團 2024 行事曆
2. 3/2~3 (六、日) 桃園大溪方濟生活園區四旬期團體避靜事宜
3. 7/26~28 (五~日) 台灣區團年會事宜，訂於新店崇光中學文萃樓舉辦
4. 繳交 2024 團費



註：最近霍大哥帶領香港好友們，組成一旅遊團來台灣觀光，主攻花蓮景點。最後一天由花蓮回程台北時，紅瑋區團長託霍大哥帶一盒惠比須老店的花蓮薯給嘉玲姐，轉交秀蓮分團長，大家已在今天月會中享用！真是幸福！多謝區團長的愛！

(三) 北分團二月份月會

時間：2024/02/18 下午 2:30~4:30

地點：文藻台北辦公室 (台北市大安區溫州街 84 號 2 樓)

主持：金秀蓮

主題：意識省察

講者：黃鳳梧姊妹、王素芳姊妹

流程：2:30~2:35 基督服務團信條

2:35~4:00 鳳梧姐主講「意識省察」、素芳姊妹帶領省察操練

4:00~4:30 生活分享

出席：黃鳳梧、蔡慎明、陳國森、嚴美萍、劉正宇、陳麗琴、劉巨烘、陳麗如、宋祖思、胡僑榮、歐晉德、黃美基、張陳允、簡婉玲、張敏儀、陳小霞、莊筱敏、王素芳、邱美妙、金秀蓮

主持人：「靈修交談」和「意識省察」是我們服務團目前推動團體靈修的基礎「功課」，過去兩年大家已多次操練靈修交談，這次很感謝鳳梧姐和素芳姊妹願意為我們講解並操練意識省察。

鳳梧姐分享～

淺談意識省察

一、 什麼是省察

1. 省察是什麼？省察是一種回顧、是一種祈禱。

– 省察是一種回顧的功夫：

回顧是一個機會讓我和自己在一起聆聽自己、愛自己。

– 省察基本上是跟耶穌一起來看我們的生命經驗，是一種祈禱。

在我們的經驗中耶穌能藉著讀經、彌撒，神父的道理...對我說話；那麼，除了彌撒、聖事，聖經外，耶穌是否也可以用我們日常的生命經驗來跟我們說話？提出邀請？省察，是給耶穌一個機會，更清楚的把那個信息和邀請跟我們溝通。

2. 各種文化對省察並不陌生：

– 中國文化傳統：吾日三省吾身(曾子)

– 西方文化傳統：未經過省察的人生不值得過.....(蘇格拉底)

3. 基督徒靈修傳統中省察的不同方式：

– 專題省察：省察聚焦在某一個行為、某一個方面，某一種態度。

– 良心省察：比較跟罪有關係，多是著重在事情上，是非對錯。

– 總良心省察：看整個的生命而不是看一段時間的行為而已。

– 意識省察：在省察今天的生活時，意識到天主如何臨在其中，以及我們如何回應了天主。著重在關係上。

二、 什麼是意識省察？

- 是每天晚上和天主的 check in.
 - 意識省察的一個圖像：好像是天主在問你：你今天好不好？
 - 祂愛你、渴望與你溝通，祂想和你談談今天的生活。
1. 意識省察是一種祈禱的操練：
 - 主要的不是要完成一件工作，更不是只數算自己做得不好的地方，
 - 是在耶穌愛的凝視中，和祂一起回顧我們生活中的酸甜苦辣。目的是增加我們愛的能力。
 - 重要的是要建立一層關係，跟主的關係。
 2. 操練意識省察祈禱如何幫助我們？
 - 意識到天主是如何在日常中的臨在：祂如何在生活的大大、小小事情上渴望與我們相遇，並覺察自己如何去回應(或逃避)祂；
 - 辨認自己內在的動向：認出什麼樣的人、事、物會幫助(或阻礙)自己回應天主，這樣我們慢慢在未來發生的事件中愈來愈能夠有意識的選擇去接近天主，回應天主，「更」自由的活出自己的生命。
 - 能幫助我們更認識自己真實的內在：情緒、想法、信念、價值觀和需要；並分辨他們對我的影響，愈來愈讓自己走向自由。
 3. 結論：
 - 良心省察：限於道德方面，焦點放在罪上。
意識省察擴大內容：生命經驗(包括罪)，內在推動(神慰和神枯)，情緒，祈禱經驗，人際關係，生活習慣，行為，動機，價值觀，生活中的選擇.....等等。
 - 藉著省察祈禱，分辨成為一個習慣。
 - 漸漸地習慣聆聽耶穌，在我生活中，發現天主在做什麼。

簡單的說就是：意識省察是在省察今天的生活時，因著留意及覺察，意識到天主如何臨在其中，以及我們如何回應了天主。

三、意識省察的操練：

祈禱的準備：進入內室、靜心、品味。

一般操練意識省察的時間是睡前 15 分鐘，但每個人可按自己的狀況換成在早上或中午操練。

意識省察有五步驟，俗稱 **15 字訣**: 謝謝你、光照我、回頭看、療癒我、交給你。

1. 謝謝你：為今天浮現的小確幸(禮物)而感恩(感恩)

- 所感謝的可以是早上起床時的好心情；一杯好咖啡、友善的笑容、體貼的問候、家人或朋友的溫柔，路邊吸引你的小花、柔和的月亮.....
- 停留片刻，品嚐這感恩的滋味。

2. 光照我：祈求天主的幫助(幫助我：祈求光照、求帶領)

在耶穌愛的凝視和光照下讓我看到祂眼中的我：

- 加深我的意識，使我能體驗到祂在我生活中的臨在，祂如何引導我、塑造我。
- 幫助我聚焦到祂要我留意的地方。

3. 回頭看(回顧)：當你回顧你的一天時，注意那些浮現出來的重大(最強烈的)感受，在這些感受中祈禱

- **和耶穌一起**回顧一天生活的經驗(耶穌就坐在你身邊)：

不要給自己壓力，好像一定要回顧到每一件小事情，每次做省察只要跟耶穌看一件事(就已經非常好了).....這時可能會注意到有一些非常強烈的感受升起：它們可能是痛苦的也可能是愉悅的.....
- **跟耶穌一起**選一個最強的感受或者是觸動，試著去命名它，向耶穌表達我的這些感受和經驗。
- 可以**請耶穌和我們一起**探索它的意義(特別是在混亂的經驗中)：
 - ✓ 是什麼引起了這些感受？某種信念或價值觀嗎？還是我的期待或需要？
 - ✓ 這些感受把我帶到哪裡去？它們吸引我更接近天主嗎？讓我覺得更有生命力、更慷慨？和別人更有聯結？
 - ✓ 或是這些感受引導我離開天主？它會令我更自我為中心嗎？更為焦慮？他會引誘我陷入懷疑和混亂嗎？它們會導致我把關係搞得更糟糕嗎？
- 我們可以**問耶穌**，在這感受中祂**如何看我們**，祂願意透過這經驗告訴我什麼？也聆聽祂。

– 有時我們也可以在靜默中跟耶穌同在

4. 療癒我(對禱)：慶祝(喜樂)、哀悼(悲傷、不甘)，或尋求寬恕、醫治

– 今天你要跟誰和好?上主、他人、自己、或大自然?

– 在身心靈各方面有哪裡需要被寬恕、被醫治?或與主一齊慶祝的?

遠離天主->求寬恕；失落->求治癒；接近天主->與主一齊慶祝。

這種「留意和覺察」就是我們生命裡療癒和轉化的啟始。

5. 交給你(展望未來)

– 耶穌邀請你明天如何調整(可能只是微調)自己?

– 有什麼態度和行為可以改變?為的是在明天的日子讓你更自由的回應天主、活出自己的渴望。

– 為了作出這些改變，你需要天主的幫忙嗎?

向耶穌訴說你在明天過日子時最需要的恩典，如：勇氣、自信、智慧、忍耐、果斷和平安。相信耶穌對你的愛和陪伴。

讓天主有機會參與你的未來：不管你明天的日子像什麼，天主都願意跟你在一起。

結束的祈禱和靈修日記

– 最後可以用一個熟悉的祈禱來作為結束，如：天主經。

– 靈修日記：用簡單幾句話記下今天觸動的地方，可視為你靈修日記的一部分；這可以幫助你認出自己的模式以及幫助你學習耶穌和你溝通的方式。

註：與一般文化中的省察不同之處是基督徒靈修傳統中的省察常是與主一起回顧的。

接著素芳姊妹帶領大家實體操練意識省察祈禱





基本情緒感受詞彙表

喜	平靜 輕鬆 開心 舒服 快樂 愉悅 幸福 滿足 感激 信心 溫暖 興奮 驚奇 痛快 熱情 狂喜	怒	不滿 討厭 生氣 不耐煩 生氣 煩悶 惱火 嫌棄 氣憤 仇恨 急躁 憎惡 暴躁 怨恨 憤怒 狂暴
哀	難過 無奈 尷尬 失望 寂寞 挫折 沮喪 無助 憂鬱 傷心 洩氣 委屈 哀痛 孤單 悲哀 茫然	懼	不安 緊張 困惑 擔心 焦慮 憂慮 心慌 混亂 害怕 驚嚇 嚇呆 驚慌 震驚 恐慌 迷惑 恐懼

辨式省察

你是否曾深聽到耶穌的聲音？與祂建立密切的關係？省察是覺悟上主臨在我們內的一種祈禱方法，它能幫助我們覺察到自己在一天之中如何聆聽主的聲音，並對祂的邀請做出什麼回應。

耶穌會的會報聖依納爵相信省察的重要性，然而在生活中發生的當下，我們通常無法停下來作正式的祈禱。因此，他強調保留時間作省察，好使我們與耶穌有活生生的關係。

這種依納爵式的省察與好聖事中的良心省察有所不同，它主要是回顧上主如何臨在我們每天生活的事件中，以及我們在其中的感受。

此外，按時省察會促進我們與耶穌、他人、環境、自己的關係成長，並對自我的整合很有幫助。

我們都喜歡跟自己所愛的人互動，省察正是提供了這樣的一個機會讓我們在愛中與主對話，像是：「謝謝你...幫助我...我愛你...真抱歉...善牧請和我在一起（路23）」...

願你在省察的操練中加深天、人、物、我的關係，在生活中承行上主的旨意。

◎建議你按照會員的5大省察步驟反省，並照之紀錄下來作為你的省察日記。

台北依納爵靈修中心
電話: 02-2864-6400
E-mail: cistapei@gmail.com
地址: 台北市華山路一段22號(靜華文學院)
聯繫搜尋「台北依納爵靈修中心」

省察步驟

在安靜的地方，深呼吸放鬆，可戴上眼罩，靜靜地靜下心來專注祈禱。

1. 回顧你.....
 - 我今天特別想或感激的是.....
 - 我感謝耶穌，祂幫助我在此感恩之中.....
2. 光照我.....
 - 耶穌，請加深我的意識，使我體驗到你臨在我的生活中，領導我，塑造我，幫助我察覺到你愛我留意我的地方.....
3. 回顧看.....
 - 請幫助我回顧，你如何臨在我的生活中，從起初到現在，什麼經驗給我最深切的印象？（我選擇一個事件）
 - 我對此經驗有什麼感覺？（愛慕、懼怕、渴望、害怕等）有神祕或神恩嗎？
 - 耶穌，你願意透過這些經驗告訴我什麼？
 - 我向耶穌表達我的感受，自由提問，聆聽祂，或在靜默中與祂坐在一起。
4. 反省我.....
 - 回顧以上的經驗，我是否發現自己需要耶穌的寬恕或痊癒？
 - 若是，我向耶穌祈求醫治或寬恕...相信耶穌是慈愛的。
5. 交給你.....
 - 耶穌邀請我明天用什麼態度或行為來調整生活？
 - 為明天我最需要什麼恩寵？
 - 主耶穌，當你的恩寵和動力，我才能改變，現在我表我所需要的恩寵.....
 - 耶穌，願你按照你的旨意生活，我把生活的經驗和自己都託付在你手裡。
 - 我願意在一切事上愛慕你，並為你服務。

結束祈禱：我們的天主...



（四）北分團四旬期避靜

時間：2024/03/02 (星期六) 9:30~2024/03/03 (主日) 13:30

地點：桃園大溪方濟生活園區 (桃園市大溪區康莊路 305 號)

主領：方進德神父

主題：分辨

彌撒禮儀：莊筱敏

出席：黃鳳梧、蔡慎明、王琪、金秀蓮、馬允如、莊筱敏、宋祖思、劉巨烘、陳麗如、張陳允、簡婉玲、陳國森、嚴美萍、劉嘉玲、胡僑榮、陳孟柔、歐晉德、黃美基、葉翠雲、陳莉慧、陳小霞

流程：

2024.03.02 星期六	2024.03.03 主日
09:30 報到	07:30 早餐
10:00 歡迎/主題分享	09:00 主題分享
11:30 個人祈禱/靈修輔導	09:45 個人祈禱/靈修輔導
12:30 午餐 午休	11:10 主日彌撒/出靜
14:30 主題分享	12:30 午餐 賦歸
15:45 個人祈禱/靈修輔導	
17:45 彌撒	
18:30 晚餐	
19:45 明供聖體/和好聖事	
20:45 自由時間 就寢	

記錄與分享

首先要感謝王琪再次為我們擔負總務的工作，包括交通安排、餐食+點心+水果訂購、住房分配等等，使大家能全程安心無慮的靜默與學習。

在靈修方面，非常感謝鳳梧姐幾個月前就幫我們邀請方神父，並與方神父討論適合我們團體的避靜主題。在避靜期間也提供團員個人靈修輔導。感恩！

這次避靜的主題是「分辨」，方神父按聖依納爵的神操，分三個子題為我們主講並帶領操練：**1.** 在生活中，分辨基督的聲音，與耶穌一起做決定、**2.** 依納爵靈修：分辨的過程、**3.** 探索神操的「兩旗默想」。

(一) 3/2 上午 主題：在生活中，分辨基督的聲音，與耶穌一起做決定～

有關分辨，若望一書 4:1「可愛的諸位，不要凡神就信，但要考驗那些神是否出於天主」。

方神父首先問大家：

人是否能聽到天主的聲音？上主是否會跟我說話？我如何在日常生活中，認出天主的聲音？天主深深地愛我們每一個人，並渴望與我們溝通。因此主透過多種方式向我們溝通：藉著聖經、教會的教導、個人祈禱、他人的聲音、生活經驗等等。生活中有許多聲音，有

家人、同事、社會和其他的聲音。我如何知道哪一個聲音來自天主？

聖依納爵在他的生命中也有如此的疑問。藉著生命經驗，個人反省和主的恩寵，依納爵發現分辨主基督聲音的一些方法。他渴望把自己所發現的，與他人分享，好讓他人也能在生命中，分辨上主的聲音，並聽到基督的召叫。

分辨的關鍵鑰匙：神慰和神枯～～

神慰一心靈內走向天主的感受或動力。任何在信、望、愛德的增長。一種在主內寧靜、喜樂或平安的感覺。對天主的愛有所增加，不愛受造物本身而只在主中愛它們。神慰有時意味著快樂但不一定。基本上神慰是心內**走向天主**的感受或動力。(神操#316)

神枯一心靈內遠離天主的感受或動力。經驗信德、望德或愛德的欠缺。靈魂的混暗，擾亂，心靈感到怠惰、不冷不熱或遠離天主。使人傾向卑下的事物而不是傾向天主。基本上神枯是心內**遠離天主**的感受或動力。(神操#317)

註：更多神慰與神枯的解說和例子，請參閱 2023 年北分團 10 月份月會記錄。

問題思考～

1. 認出生活中的神慰：

- 在生活中，我什麼時候感覺我跟耶穌在合作？
- 在生活中，什麼增加我內心的信德、望德或愛德？
- 在生活中，什麼幫助我放下不健康的行為？
- 在生活中，什麼使我更靠近耶穌？

2. 認出生活中的神枯：

- 在生活中，什麼使我特別憤怒或挫折，不容易活出愛？
- 在生活中，什麼使我使我過度忙碌或令我不容易與耶穌安靜下來？
- 在生活中，什麼行為令我心感覺空空的或感覺愧疚感？
- 在生活中，什麼令我遠離耶穌或使我不想跟耶穌交談/祈禱？

(二) 3/2 下午 **主題：依納爵靈修：分辨的過程～**

至於分辨的過程，可依循下列的原則與方法，摘要如下：

- 1、先體會上主對我的愛
- 2、我要分辨的問題是什麼？
- 3、平心的態度

4、探索每一個選項，留意哪一個選項最帶給我神慰

5、我要等到什麼時候/階段才去行動？

(上面各點的詳細解說，請參閱 2023 年北分團 10 月份月會記錄)

問題思考～

依納爵式的分辨：留意我的想法和心～留意耶穌

- 反省分辨的過程，跟耶穌一起做決定的方法，什麼吸引我？
- 反省分辨的過程，跟耶穌一起做決定的方法，我覺得最大的挑戰是什麼？
- 目前我需要分辨什麼或做什麼具體的決定？
- 有關要做的選擇，耶穌對我的心意是什麼？

(三) 3/3 上午 主題：探索神操的「兩旗默想」

預備經～

主耶穌基督，我感謝你臨在於我內。現在我把接下來的時間都奉獻給你，求你帶領我的心靈和思想，使我聽到你的聲音，體驗到你的愛，更靠近你。阿們。

兩旗默想～～

人生不應是零合遊戲 (zero-sum game)，非得我贏(得)你輸(失)。

求恩～ 主，耶穌基督求你給我恩寵：

- 1) 認出敵人使用的戰略使我上當，跌倒或遠離天主。
- 2) 認出基督善用的方法使我靠近他，獲得生命或效法他。願我留意耶穌如何鼓勵我按他的聲音生活。(神操#139)

留意撒旦～ 牠向人們拋投羅網、鎖鏈，誘惑他們貪財，再使他們陷在虛榮裡，因而大起驕傲之心。所以第一步是**財富**，第二步是**尊榮**，第三步是**驕傲**。由這三步引人陷入其他一切惡習中。(神操#142)

所以第一階段是以貧窮對財富；第二階段是以輕慢、凌辱對世俗的尊榮；第三階對是以謙遜對驕傲。由這三個階段，引領人進修其他德行。(神操#146)

人類的敵人使用什麼方法令我們遠離上主？

～恐懼：敵人要以害怕帶領生活中的選擇；害怕時把焦點放在耶穌的聲音，耶穌要我們做的選擇 (神操#325)

～秘密：我們面對誘惑或邪惡時敵人不要我們告訴他人；天主的事不怕光，告訴你信任的人、靈修輔導、長上等等（神操#326）

～弱點：敵人知道每人在哪一方面軟弱，並在那邊攻擊；認識自己容易跌倒的地方，容易陷阱的誘惑，先求耶穌的保護和陪伴，儘量避免誘惑的環境（神操#327）

～比較：跟別人比較時，容易往驕傲或絕望的方向；把焦點放在耶穌給你的才能和召喚，別人的成功不等於你的失敗，天主的愛足夠每人得到

～誇張：敵人要我們在憤怒中立刻做決定，比如斷掉人際關係或放棄服務；耶穌邀請我們先安靜，退一步，看大的情況，留意什麼是最重要的，跟耶穌一起做決定

～我們可以留意：每一個項目有負面和正面，比如：不要讓恐懼帶領您的決定，害怕時將焦點放在天主的陪伴和邀請上。

～除了以上的一些例子，你還留意到什麼方法？。。。

問題思考～

1. 反省我們敵人的戰略：

- * 魔鬼鼓勵我做什麼好讓我遠離天主？
- * 生活中我最大誘惑是什麼？
- * 我在生活的哪一方面比較容易對抗天主或跟天主說「不」？
- * 在生活中，什麼事、習慣或人際關係跟天主競爭當我生命的中心？
- * 我們的敵人常與我說什麼話？比如：「你不如別人」或「你的服務沒有用」或「放棄吧」或「你不夠好」或「你又跌倒了，你不會改」

2. 反省耶穌基督的戰略：

- * 耶穌鼓勵我做什麼好讓我更靠近天主或體會耶穌的愛？
- * 耶穌鼓勵我跟誰在一起好讓我更靠近天主？
- * 什麼幫助我體會到天主的臨在？
- * 什麼使我體會深深的平安？
- * 什麼使我的心火熱？
- * 什麼使我效法耶穌或活出耶穌的愛？
- * 耶穌常常與我說什麼？比如：「我與你同在」或「你跌倒了，但我們一起站起來，一起往前走」或「沒有任何困難能勝過我對你的愛」

再想想～

* 耶穌對台灣的社會有什麼夢想？

* 耶穌對基督服務團有什麼夢想？



