

台灣區團

季紅瑋

各位家人：

這一季台灣區團各分團依然豐富又熱忱地承行天主的旨意，其中服務團靈修推動小組有兩件式值得跟大家分享。

1. 鳳梧姊於 1/26-1/31 在靜山安排了完整四天的個別輔導式避靜，參加者有：紅瑋、芯瑋、黛麗、憶蘇四人，避靜結束後黛麗以「無題」為題撰寫靈修心得。
2. 靈修交談協調人群組開始閱讀《什麼是聖依納爵靈修》一書，並以靈修交談的方式定期分享心得。其中心怡和惠敏兩位姊妹將這本小書的靈修感觸與大家分享，讓大家先睹為快。

❖ 避靜心得

無題 劉黛麗

黎明前的黑暗～火在燒

黎明前的天空是最黑暗的，收斂心神，留意內心的動態；虔心地、輕輕地、緩緩地張口一字一句反覆誦唸，「上主，求你不要放棄你的作品」。(參閱詠 138：8)。一陣鼻酸，傷痕隱隱作痛，心在淌血……

那「創造」你的，……那「形成」你的上主這樣說：「你不要害怕！」(參閱依 43：1)。祢！有能力「創造」、祢！有能力「形成」的上主，為何遲遲不舉起大能的右手打擊罪惡，彰顯公義……我氣得說不出話來，內心充滿憤怒、沮喪、哀怨……

祂來了，都給解釋了

看。立。敲。開。進。坐。(參閱默 3：20)。耶穌來了，把全部經書論及他的話，都給解釋了。(參閱路 24：27)。有如走在厄瑪烏之路顯現給二徒，並以憐憫的目光看著我，使我生硬的心暖和起來了，恐懼、失望、委屈、傷心逐漸消散……

逝者如斯，不捨晝夜

祂是「愛著的愛」，是他用仁慈以及愛情給你作了冠冕(詠 103：4)。回顧個人生命的恩寵，大學以前，上主指派家人陪在我身邊，使盡全力來愛我，使我不愁吃穿、衣食無缺，盡情享受校園生活，與同窗契友，情逾手足，成為莫逆之交。完成學業之後，天主親自陪伴我，無怪乎一路走來，平步青雲，心想事成，即使我還不認識祂。是他賞賜你一生幸福

滿盈，是他使你的青春更新如鷹(詠 103：5)。我沉醉於追求自我實現，正如老鷹專注於獵物一般，不可自拔；世界本該以我為中心，所有人都得順應我的觀點和需求來滿足我。正當我志得意滿，意氣風發的時候，天主巧妙地牽起我的手，領我進了堂，俯首接受聖洗聖事，成為祂的羊。至此生命轉了個大彎，有如火車錯軌，眼前的風景全變了樣，舌尖上的滋味也變了調，味蕾間迴盪著苦澀與酸楚。也正是這個時候，我才懂得抬起頭定睛祂！我的眼開了，認出「是他赦免了你的各種愆尤，是他治愈了你的一切病苦」(詠 103：2、3)，而一切病苦正是我生命中最美好的禮物。

東方之既白

耶穌陪我一起回到童年眷村裡，滿是熱騰騰、香噴噴佳餚的時刻；我與老爸和弟妹們站在一起，大聲向老媽說聲「謝謝，辛苦了！」耶穌又陪我一起回到風華正茂，慶祝金榜題名、功成名就的時刻；睜大眼睛環顧四周，有那麼多人真心愛著我，為我鍛鍊及培養指點江山的能力，我要真心誠意地向他們道歉、道謝、道愛！儘管曾經漠視傲嬌、自以為是，上主不離不棄，你鑒察了我，也認清了我：我或行走或躺臥，你已先知，我的一切行動，你完全熟悉。你將我的前後包圍，用你的手將我蔭庇。這是超越我理智的奇事，也是我不能明白的妙理。無論我飛向日出的東方，或若住在海洋的西方，你的雙手仍在那裡引導著我，你的右手還在那裡扶持著我。(參閱詠 139：1-10)。因我始終都是你鍾愛的女兒，你總是懷著無與倫比的耐心，以慈悲的目光及溫暖的臂膀憐愛著我，就如等待「浪子回頭」一樣……



看啊！我已把你刻在我的手掌上，你的城牆時常在我的眼前。(依 49：16)

窗外的樹梢搖呀搖，聖神的風吹呀吹～

平安幸福·歲月靜好

後記：2024年1月26日至31日在靜山靈修中心，鳳梧姊帶領依納爵個別輔導式避靜，特予記錄心得1篇，並向鳳梧姊致敬與致謝，同時感謝紅瑋、憶蘇、芯瑋的陪伴。

2024年2月14日聖灰禮儀

❖ 團體靈修小組《什麼是聖依納爵靈修》專欄

那愛著的愛 張心怡

在主日天上課的早上，剛結束課程，享受片刻的寧靜。突然看到好姊妹 Line 訊息「心怡好，主日平安，鳳梧姊帶領的靈修推動小組，今年閱讀什麼是依納爵靈修？一書，邀請妳惠賜閱讀心得一篇，好刊載於季刊，與團員分享我們的信仰生活點滴。謝謝」。當下有些感受跑出來，原本平和的心境，掀起了一波漣漪。有一些不安(有四項功課要繳交，有兩項是十人與五人的團體作業)，有一些混亂(不知要從何處著手?)不知所措，突然想起書中的敘述「耶穌是在戰壕中的君王，祂與我在一起」當姊妹提出了這邀請，我是否能依靠這位與我一同作戰的君王？我是否能和耶穌哥並肩作戰，去打拚，並且不怕弄髒與受傷？看來姊妹這個邀請，是耶穌的邀請！

「世界上的一切都是因為天主的愛而受造，因此它們成了禮物的一部分而被賜給我們，好使我們能更容易地認出天主，也更容易地向祂還愛」(p19)天主的愛是無條件的，主並沒有說「如果你遵守我的命令，我就愛你。」也沒有說「你去羅馬朝聖，我就愛你。」癱腿的依納爵在病床上開始明白，天主的特質是主動積極的愛，並且意識到天主透過自己，在日常生活中人和事，與天主來往。經過了四天，開始提筆寫這分享，首先感謝主藉由分享文章，並光照我這幾天的生活，現在我回頭看，留意主如何與我同在？回到四天前的「不安」感受中，那最不安與最不能掌控的團體報告，居然提前完成了(其中一位大忙人居然主動協助並修改，完成報告)，而混亂不知所措的感覺，只停留在被告知的當天。當決定要交託給主時，覺得有目標和價值的感受，並與其他人和耶穌都成了「夥伴」。

分享一個剛遇到的情境。這幾天全台灣媒體報導，幾乎會放上「粉紅超跑—白沙屯媽祖」。早晨，我坐往北上的火車，唸著光明玫瑰經請聖母轉禱，到了楠梓，有位戴著黃帽，拿旗子背包的「香燈腳」在我對面坐下，玫瑰經快唸完之際，這位媽祖信徒移動位置，到我身旁。祈禱結束的我，細細的觀察這位香燈腳，依他的裝備看來才成為香燈腳不久，他盯著手機媽祖路徑圖，再切換直播畫面。我猜他要決定要在哪處下車？因為粉紅超跑沒有固定路線。下火車後的我，回想剛剛畫面，主和我一起嗎？才剛祈禱完的我，怎麼被吸引到別處？但我突然有個感覺：我的聖母和他的媽祖，在我們的祈禱中相遇、相處！

當我學著讓自己的生活，不是只聚焦在我，而是轉向天主，和耶穌一同在阻礙、破裂、分裂的戰壕中奮鬥，讓自己能更為自由和更有選擇的能力，走向天主。並讓天主在我內不斷的深化，我成為祂所愛的人，才可以回應「那愛著的愛。」

「生命、工作和愛的視野」及「天主是愛著的愛」讀書心得 李惠敏

有別於以往對依納爵靈修的接觸主要是認知分辨、祈禱操練等，讀了此書前兩篇的描述，讓我意外的第一次感受到依納爵靈修的核心精神是天主那麼溫柔的「愛著的愛」。而由嘉玲姊及鳳梧姊提出的「本團神恩關聯圖」圖像宣告中的第一句即是「我們(服務團)是一群被基督的愛所召叫的人所組成的團體」。依納爵簡單又敏銳的「留意」天賦，讓他能特別覺察自己心靈的動態，進而生命發生了戲劇性的改變及皈依。於嚴重的腿傷療養期間，讀了基督傳及聖人故事而深受感動，不僅了解天主是愛，更是深刻感受到既真又活且愛的天主。而這天主「愛著的愛」的感動是依納爵改變的機制及革新的動能，真讓我感動不已。

天主「愛著的愛」也讓我領受到療癒的恩典。天主藉由這「生命、工作和愛的視野」及「天主是愛著的愛」兩篇文章的閱讀默想，幫助我如何在低谷、困難、甚至挫敗中仍然「留意」天主的愛，也覺察到天主的愛是奇妙的現在分詞，主動，正在進行的「愛著的愛」—“God is love loving”。祂透過我的身心靈及日常生活中的人事物與我不斷來往，關鍵是我如何留意、感受祂愛的臨在。感謝天主恩賜「愛著的愛」這療傷止痛的良藥，也祈願創傷癒合結成的傷疤能成為服務工作的勳章。

愛的視野中提到「愛的表現重在行動」及「愛在於分享…給予」，而這正是我們服務工作的團體神恩；工作的視野是與耶穌一起工作，與忙碌不斷又辛苦勞作的天主一起行動，也成為服務神恩的激勵與寬慰。陪伴的大專同學會上學期雖然面臨長期休會的困境，但我深知屏聯分會是天主的團體，祂自會照料。這學期有位本校資工系三年級的學生願意認識信仰並已開始慕道，感謝天主分會又復活了。分享信仰過程中，雖然自知沒有神學相關專業培訓，但我的「秘密武器」是「天主是愛著的愛」。在內容的準備及聚會分享中，特別「留意」也感受到天主的光照引領及愛的臨在。週四一天在學校從早忙到很晚，雖然有點累，但與主一起工作，有著很深的平安及安慰。

生命的視野是《神操》一書的「原則與基礎」—愛我們的天主創造我們，並願我們分享其生命，而我們愛的回應就是讚美、崇敬並事奉天主。以前曾經覺得天主無所不在，處處都在，卻又看不見，聽不著。現在因著這兩篇文章，讓我學習依納爵的「留意」策略，也真的感受到天主「愛著的愛」是神妙的現在分詞，積極主動且正在進行。祈願天主恩賜我們常能留意、感受天主「愛著的愛」的恩寵，以及革新、療癒、服務工作等所需的恩典，為能以愛還愛，讚美、崇敬並事奉天主。