

福音靈修

李健康

聖經是我信仰和生活的基礎，但聖經作者並非活在今日的世代，所以它不能提供具體的答案，直捷了當地回應今時今日的倫理、道德，以至政治和經濟等挑戰。為此，我讀聖經時，特別著重福音，希望深入認識耶穌，能以他的判斷，作為我的判斷。

我結婚三十年了，對太多方面的認識，恐怕連她的父母也不及。從她的言論和彼此溝通，我知道她對不少政治、經濟和倫理的見解。就算出現新的議題，在她未表達意見前，我已經心中有數，能估計她的看法，雖不中也不遠。我想，若能透過福音，多認識耶穌，即使福音不能提供具體的答案，回應當代的挑戰，我也能較有信心地作出合乎耶穌心意的判斷。

最近學到嘉勒四個階段的靈修方法，也幫助我整理一套以耶穌為核心對象，為我適用的靈修方法，姑且稱為「福音靈修」：

1. 凝視他 (Gaze)

為了深入認識耶穌，不能不對他生活的背景，包括當時的地理、政治、宗教、社會文化各方面有充份的掌握，這樣才能明白他言行的真實意思，對他有較立體的認識。所以，學習希臘文、以不同的釋經方法來研讀福音，明白耶穌的一言一行，是凝視他的第一步。

2. 想念他 (Consider)

年輕時告解神父曾教導我，常常意識到耶穌就在

我身旁，便較容易抗拒誘惑。經過多年與身旁的耶穌對話、祈求和感謝，他不再只是我的守護神，免我陷於誘惑；他已是我價值觀的基礎，行事的準則，心靈的投靠。

3. 默觀他 (Contemplate)

與耶穌同行，特別是在祈禱時，我感到自己的不足，跟他相距太遠，願意放下自己的固執和自私，向他開放自己，請他更新、改造，以他的胸懷跟隨他。我想這就是默觀他 (Contemplate)，與他同一心意 (in one mind)。

4. 效法他 (Imitate)

內心的改變，與耶穌同一心意，自然能身體力行地效法他，不過心神固然切願，往往肉體卻是疲乏；此外，一時的心火，不足以應付人生長途的挑戰，所以我每天會為自己祈禱，求主耶穌幫助我效法他的聖心，在我肉體疲乏時，面對困難和考驗時，仍有愛的力量，愛主愛人，堅持到底。

這幾年在天主教聖經學院上課，並在伉儷會推動研讀聖經，教學相長下，我找到合適自己的福音靈修，也希望在「學習年」繼續與大家共享，透過聖言，深化要理。

早前「細讀福音——馬爾谷」是起步，所以較著重新約時代的背景，繼後研讀路加福音，將特別欣賞作者的編輯，凸顯天主的慈愛，領略福音的靈性意義。

