

網上避靜（退修）指引——第二十週

曠野中的誘惑

導引



最大的自我揭露，莫過於將自己面對的誘惑顯露人前。在這一週的默觀祈禱之中，耶穌向我們揭示祂在哪些事情上掙扎過。隨着我們越來越渴望認識耶穌，我們對祂的感情越來越深厚，我們渴望在耶穌的使命中與祂同在，這份渴望成爲一股巨大的吸引力，牽引着我們了解耶穌的掙扎。當耶穌向我們揭示祂自由地奉行上主旨意的心路歷程，我們知道耶穌瞭解我們對追求心靈自由的渴望。

本週的默觀祈禱有幾個重要的元素，幫助建構我們的反省。

耶穌沒有逃避引誘。事實上，是上主的聖神（聖靈）引導祂到荒野（曠野），去面對這些惡魔的。

耶穌先禁食，祂要使自己清貧、做好準備、警醒及飢餓。

耶穌要面對祂的自我認同問題。對祂的引誘是有關「祂的爲人」及「祂是誰」的試探。

耶穌要運用祂個人的力量，爲祂自己迎戰誘惑，而不是爲別人。

自由就是要在面對誘惑時，能運用個人的力量，釋放自己。惡魔總是將焦點放在我們的飢渴和懼怕飢餓上。重視自我使我們不能自由地爲別人獻出自己。福音告訴我們，耶穌明白這種誘惑，祂學習以上主的話做慰藉，這樣祂就可以自由地被擘開成爲我們的食糧。

要真正自由，我們就要檢視自己，有沒有運用上主所賜的能力去吸引他人。運用所得的神恩（恩賜）去操控別人，是一個悲劇。當我們只是渴望得到別人的注意、肯定及被他人喜歡和接納，我們的內心是空虛的。耶穌面對過這些誘惑，祂選擇拒絕自大地運用祂的神恩（恩賜），祂選擇了自由。祂的首選是將自己獻給上主，縱使祂爲此變得不受歡迎，對他人沒有吸引力，甚至被拒絕，祂仍然可以欣喜地接受，只要能幫助祂成就祂的使命 -- 侍奉世人。

對自由的渴望使我們渴望得到自己王國。我要搜集、成就、獲得甚麼？我要如何才能被別人認可，並肯定自我價值？耶穌知道這些誘惑，祂選擇生活在以下的禱文所代表的自由裡：「國度、權力及榮耀全是祢的，從現在直到永遠。」善用以下的幫助，支持這一週的默觀祈禱。在本週的每一日，這些誘惑和耶穌所選擇的自由，可以成爲我們意識的一部份。當我們對耶穌的愛不斷增長，我們在基督的自由裡與祂同在的渴望也同時增長。

進入本週的實際指引

這裡是一些具體的幫助，去準備我們進入本週的避靜（退修），好使我們從中得到最大收穫。

開始這一週的默想是容易的，請先閱讀瑪竇（馬太）福音和路加福音中記載有關耶穌所受的誘惑，接下來，把這些經文放在一旁，當我們默觀耶穌被引誘的奧蹟（事件）時，最重要的是要進入思考這些事跡的意義。

我們可以問：**我**被引誘的時候會發生甚麼事情？這將有助於我們的反省。面對引誘的時候，某部份的我是否真的也很想要這些誘惑我的東西？不管那誘惑是吃一大包薯條，或是一整盒巧克力，還是一些更嚴重的事情。「想要或渴望」和「內心堅信這是於我無益」兩種信念，正在進行一場拉鋸戰。耶穌在飢餓中被引誘去把石頭變成麪包，這是什麼意思呢？這不只是輕率地運用神奇能力的誘惑，這當中必定涉及內心的掙扎。

在本週工作之餘的時間，我們可以反省，當耶穌渴望滿足自己，祂經歷的內心掙扎究竟是怎麼一回事，有甚麼具體的、個人的例子在腦海裡浮現？

我們可能要在繁忙的日程中，騰出一些時間作個別祈禱。透過想像，默想一個場景，見證耶穌被引誘的經過。我可以成為場景中的一個角色，發現自己因為對主的欽佩和愛情而感動，因為主所賜予的自我啓示恩典而被觸動。我可以用這種方式反省每一個誘惑。

在這星期的默想中，我們可以透過避靜（退修）中曾經運用過的默想模式獲益。早上起床時，我可以集中注意本週的主題及今天渴望得到的：就是那位以祂的生命來愛我，而我也對祂的瞭解和愛越來越深的耶穌，今天，我渴望從祂那裡得到更深的頓悟。

本週的每一天，我不只可以運用工作以外的時間，反省耶穌被引誘的影像，還可以仔細想想這些奧妙的事件，是如何在我每天的生活中發生。假如耶穌真的跟我一樣被誘惑，我可以透過自己每天遇到的誘惑，更具體的反省耶穌面對的誘惑，並進一步認識祂的心境和性格。每次當我感到被誘惑而動怒，或變得憤世嫉俗、渴望操控別人、不願意跟他人合作、不誠實、待人不公、冷漠甚至自私，我就可以明白耶穌的內心感受。

最後，每晚臨睡前，我可以用短短的時間，以自己的話語，表達我的感激，就像朋友間的交談——說出我的感受，並向主提出我的渴望。

給這趟旅程

這一週，我們與「聆聽中的耶穌」一起祈禱。過去一週，我們看到因為祂的受洗，使大家認識祂是基督，祂聽見天父公開宣稱祂是上主所鐘愛的。

在瑪竇（馬太）福音，耶穌的洗禮發生在第三章結束時。瑪竇（馬太）以耶穌聆聽誘惑者的一幕作為新一章的開始。依納爵也採用同樣的次序。因耶穌已聽到天父任命祂的聲音，所以祂可以自由地面對那出於非任命或不可信的邪惡的誘惑。

我們進入默觀的場景去觀看和聆聽自己、魔鬼邀請的吸引力、以及耶穌單純的自我接納。耶穌不只是拒絕了誘惑，祂更誠實地接納了自己。我們覺醒到財富、權力和渴望控制他人的吸引力，這些都是我們尋找和表達「脆弱的自我」的不同方式。依納爵給予那些願意跟隨耶穌的人一個經驗，拒絕來自物質和社會認可的任何虛假身份。耶穌聽到並相信了上主，祂在生命中實現了對天父的信任，成就了天父親口說「耶穌是誰」的旨意。

本週，我們一邊祈禱一邊看着魔鬼試圖指責耶穌的情形，那是一場充滿張力的辯論，它鼓勵我們要忠實地面對自己內心的張力，因為我們對上主認為「我們是誰」的意識十分脆弱。邪惡的那一位不斷地製造假象，以挑戰我們的尊嚴、接受主的任命及其神聖性。我們都接受了基督的洗禮及祂的尊嚴，同時我們也聽到另一種聲音，不斷要我們背棄那個上主所創造和基督所祝福的「我」。

當誘惑者離開，我們可能聽到耶穌因心靈得到釋放而喘一口氣。也許那是感恩的禱告，以及因祂清楚知道自己是誰，而能平靜的表達對主的信任。耶穌知道誘惑者會在祂的生命中以不同的方式出現，祂接受任命的洗禮會不斷的受到挑戰。我們可能看見耶穌獨自在歇息，但祂並不孤單，祂開始體驗自己與天父的結合——一個絕對不需要把石頭變成餅來證明的事實。

透過神操的默觀祈禱，依納爵邀請我們要懷着信心，在上主的愛護中前行，而不是依賴神蹟和證據作旅途上的拐仗。我們被召叫參與的朝聖之旅是艱辛的，是違反世俗的生活方式和我們對地圖、路標和保證的渴求。這一週，我們要耐心地祈禱，並仔細觀看耶穌有意地轉向我們，邀請我們拾起脆弱的生命，進入祂和我們的未來。

禱文

註：你可以照著禱告，或是以它們作為參考，然後向天主獻上你個人的禱詞。

親愛的耶穌：

祢是多麼的人性化！感謝祢邀請我與祢一起面對誘惑。在這脆弱的時刻，能與祢同在，我深受感動。我知道祢經過四十天沒有進食，祢必定餓了，但是魔鬼提議祢把石頭變成餅，並非單純的要祢行出神蹟，那是關於祢在飢餓的時候，如何抵擋能滿足即時需要的誘惑。祢要按照上主的旨意終止禁食，而不是回應一個世俗的動機（填飽肚子）。

祢需要搏鬥的是更大的誘惑，就是要祢光榮（榮耀）自己。魔鬼邀請祢做的，看來並不是甚麼壞事，魔鬼承諾給祢權力和光榮（榮耀），要證明自己，迫使人們視祢為一個有能力和重要的人，這是多大的引誘！

我看著你在掙扎，起先你告訴自己這是一件好事情，可增進你的事奉，讓你接觸更多的人。但是你知道要停下來，把誘惑帶到上主、你的父、你生命的源頭跟前。當你謙恭地祈禱，你知道自身的光榮（榮耀）不是你想要的，你渴望有足夠的自由，免於自我陶醉，你最深的渴望是事奉上主，你絕不可能接納權力和尊崇——除非這是從上主而來的。

親愛的朋友，我怎樣才可以從你學習到這樣的力量？我有多少次向誘惑低頭，並在做決定的時候，只顧滿足自己、逃避羞辱、或被視為成功的渴望，而不是遵從上主對我的旨意？幫助我只渴望事奉上主，請把我從成就和被褒獎的陷阱中釋放出來，讓我感受到自由的喜樂。

隨着我對你的認識加深，我渴望更加酷似你，追隨你的生活。感謝你的友誼，感謝你與我同在，並如此深入的邀請我。

第廿週閱讀材料

「撒殫（撒但）試探祂」

✧ 馬爾谷/馬可福音 1:12-13

「聖神（聖靈）領耶穌前往曠野」

✧ 若馬竇/馬太福音 4:1-11

「魔鬼用盡了各種試探後，就離開了耶穌，再等時機」

✧ 路加福音 4:1-13

祈禱

開始的祈禱（與前一週相同）

若我們能以寬大和慷慨的心，朝向我們的創造者和上主，以這個態度來進入神操，並向祂獻上我們所有的意志和自由，那我們的至高者將會按著祂的聖意，為我們安排一切有關我們的事情。我們若能這樣經歷神操，將會得著莫大的益處。（神操 # 5）

在做預備的祈禱時，我會懇求上主，我的上主，賜我恩寵（恩典），讓我所有的意向、行動和工作，皆能夠指向稱頌和服務我的至高者。（神操 # 46）

每天開始的祈禱

上主，我多麼祈盼能好好準備這個時刻，我願意獻上我所有的預備和專注，並守候在你面前。我的意向，求你來澄清和潔淨。我的渴望常互相矛盾。

我的生活似乎充滿著忙碌，
我所追逐的事物，其實並不重要，亦不能存留到永遠。
我曉得，倘若我把我的心呈獻給你，
那我將會跟隨著我的新心去做每一件事。

願我今天的所是、今天的所作所為、
我一切的遭遇、我的反省、
甚至是我的挫敗和缺點，
都安放在你掌心之中。

上主，我的生命在你的手中，
懇請你容許我，在這一天向你獻上稱頌！

救我們免於凶惡（脫離兇惡）——主禱文