

來自祈禱的恩寵

王海瀛

在二〇〇一年，我因為問了一個問題：「怎麼知道祈禱中聽到的聲音是否來自天主？」結果跟著一位耶穌會的神父做了依納爵神操，費時十個月，這個經驗徹底改變了我和天主的關係，也改變了我的人生。我體會到天主聖神在我的生活中帶領我，幫助我找到方向和力量，得到平安和喜樂。之後我繼續用同樣方式祈禱，受益良多。在此我願意把自己的一些美妙的經驗和大家分享。

在這經驗中，我學到祈禱是我們和天主的對話和溝通，是雙向的——有講也要聽。對我們來說，講易聽難。要聆聽，自己的心不但要靜，而且要開放，也就是沒有先入為主的偏見。如果心不靜，就像在很噪雜的地方和人說話，或者像聽收音機時頻率不對，只聽到自己的雜音，聽不到真正想要聽的。如果心中已有自以為是的想法，當然就沒有空間容納別人的意見，即使聽見別人的聲音，也很難真正聽進去，就像耶穌在撒種的比喻中說的，種子落在荊棘中，荊棘會把它窒息，不像種子落在好地裡，能結百倍的果實。（路八 6）

我也逐漸學到，在靈修的過程中，需要慷慨及勇敢。所謂慷慨是捨得把自己的時間給天主。勇敢則是願意面對自己不願意承認的弱點及黑暗的一面。把時間給天主能稱為慷慨嗎？可我們總是太忙了，總是找不出時間安靜坐坐，或翻翻聖經。捫心自問，在我們的生活中，天主排在第幾位呢？我們希望得到天主的恩寵，卻又實在挪不出時間給祂，豈不是自相矛盾？天主的排名由我們決定，要不要分時間給祂也在我們掌握中。別忘了提醒自己，對天主要慷慨大方些。慷慨不易，勇敢更難。我們平時不做傷天害理的大惡，也不會故意去做傷人傷己的小惡，雖不完美，但也算及格的教友。在祈禱中，聖神幫助我們更認識自己，才發現自己真是「只看見你兄弟眼中的木屑，而對自己眼中的大樑竟不理會」的人。（瑪七 3）看到自己的錯誤或弱點，帶著吃驚羞愧後悔的心情，雖然不想承認，也不想面對，但還是得勇敢地接受事實，繼續走下去。如果不先學會完全接受自己——包括自己的優點、平凡與過錯，又怎能接受別人呢？！

在做依納爵神操時，學會用聖經默想默觀祈禱。這方法很適合我的個性。經過祈禱後，聖經章節變活了，那不僅是兩千年前耶穌門徒的經歷，更是我自己的生活心情故事。藉著這樣的祈禱，天主在我的生活中，直接影響改變我的生活，應證了耶穌說的：「我同你們天天在一起，直到今世的終結。」（瑪廿八 20）

二〇〇二年初，我還在橙縣上班。在那之前兩年我雇進一位人員，就姑且稱她瑪麗吧。瑪麗工作能力不錯，但經驗還不夠廣，所以幾個月後，我特別幫她安排了一個小組，讓她可以勝任管理，之後有人說她對前任經理很不客氣，我大吃一驚，因她在我面前都很可親，而且號稱她很感激前任經理，絕對不會對他不友善。後來由於工作單位重組，來了一個新的老闆，把瑪麗升到和我同一階層，從此她便對我非常的不客氣，找到機會，也會當眾給我難堪。她在新老闆面前又是另一副嘴臉，表現得非常友好及積極，讓我覺得無法和新老闆說什麼。我實在很受傷，也很生氣，上班時看到她就心情低落，每天只希望能視而不見。

我覺得這一切太不公平，小人得勢，好人反而沒好報，那裏還能去奉行耶穌的誡命「愛」周圍的人呢！就算要「愛」，這「愛」也不能及於她吧？

有一天早上祈禱時，讀到若望福音二十一章，伯多祿和耶穌愛徒的故事。耶穌預言伯多祿未來將致命，然後對伯多祿說：「跟隨我吧！」，伯多祿轉身看到耶穌的愛徒，就問耶穌說：「主，他怎樣？」耶穌向他說：「我如果要他存留直到我來，與你何干？你只管跟隨我。」我突然領悟了。

伯多祿和耶穌愛徒各有長處，耶穌對他們也各有計畫。伯多祿問耶穌：「主，他怎樣？」切中我心中的大問號。耶穌回答：「與你何干？你只管跟隨我。」也就是主給我的答案。我和耶穌的關係和其他人有什麼關係呢？我要跟隨耶穌嗎？要，就只管跟隨祂。天主要給別人的，無論是貧窮是富裕，高位或低位，健康或疾病，都是天主的賞賜，與我無干？那個我不想見的人，仍是天主的子民，耶穌基督也曾為救贖她而受死。對她的際遇，我不須羨慕嫉妒，也不須心有不平，只管跟隨耶穌基督就好。

我驀然看到自己的愛原來是有條件的，要視別人如何對待我而定，不像天主的愛是無條件的。這也幫助我瞭解，過去因這事所受的痛苦，其實是自築心牢，怨不得別人。當我不怨別人時，聖神已帶領我走出樊籠，重返平安喜樂。這一步看來不難，但若不是聖神帶領，我自知是絕對跨越不出的。來自天主的恩寵，讓我心中豁然開朗，受用終身。

二〇〇二年底，因為聖神的帶領，我開始到羅耀拉大學（Loyola Marymount University）神學研究所選課，為了上學方便，我回到以前的公司工作。藉著祈禱，聖神繼續在我的工作上、教會的服務上引領教導我，這些教導，讓我更認識天主。

記得一次有個重要的會議，有客戶參加，各部門都要報告。我們的小組，老闆要三個人報告不同領域，因我負責測試，是工作上的最後一階段，所以在其他兩人之後上台。他們兩人都是高手，講得非常好，我自知英文不能和他們比，又有口音，所以坐在台下非常緊張，怕比上不足。在沒法可想下，我只有祈禱。祈禱時，突然感覺到聖神的愛充滿我心中，我為那兩位同事講得好而高興感謝，不再為自己擔心。我很驚奇自己心中有這樣的愛，也感覺到我的身體不再緊繃。帶著天主的愛及放鬆的心情，我上台完成報告。之後老闆誇獎我：「為什麼你會擔心呢？你是講得最好的一個。」我為這經驗感謝天主，不是因為老闆的讚賞，而是因為天主的愛幫助我瞭解愛的重要。正如聖保祿所說「我若沒有愛，我就成了個發聲的鑼，或發響的鈸。」（格前十三 1）那感動人心的，是我心中來自天主的愛，不是我的聲音呀！

有一次辦教會籌款活動，我覺得困難重重，自己沒有信心能辦成功，壓力很大。祈禱時剛好讀到若望福音第二章加納婚宴，耶穌把水變酒的故事。在默禱時，我就是婚宴中的僕役，耶穌對我說：「你們把缸灌滿水罷！」然後又說：「現在你們舀出來，送給司席！」我灌進缸的是清水，舀出來的是美酒。在這水變酒的過程中，我領悟一個重要訊息。倒水的是我，但把水變酒的是主。也就是說，我只負責倒水，並不負責把水變酒。有此領悟，我的心頓時變得輕鬆。辦籌款活動也是同樣道理。倒水不難，我只需要把我該做的倒水部份做

好，至於最後結果是水還是酒，就交付給天主吧！中國人的老話，盡人事，聽天命，也是同樣的意思。其實把成敗完全扛在自己肩膀上，是過份抬舉了自己。以後辦活動時，我總是儘力把水灌好，不再患得患失擔心最後的結果。我也和一起辦活動的教友分享這個領悟，讓大家輕鬆些。我們彼此間常說：「倒水吧！」當我們放手讓天主當天主時，結果都超乎我們想像。有天主可以依靠，真好！

有天主的恩寵，並不表示生活中事事如意。記得有次聽到疏效平博士的分享，他讀到出谷紀中「在那一夜要吃肉，肉要用火烤了，同無酵餅及苦菜一起吃。」（出十二 8）時領悟，讀經要靠聖神帶領，再配上生活中的苦菜，才是最好的。在信仰的旅途上，每個苦菜都是讓我們成長，更加認識主接近主的機會。我被人誤解，覺得很痛苦，曾祈禱求主讓我被人瞭解，天主也很幽默，祂的答覆是，祂可以給我祂有的東西，但「被瞭解」這件東西沒法給，因為祂也沒有。我才恍然大悟，耶穌的一生中，總是被誤解，祂也全盤接受。難怪聖方濟的禱詞中有「不求被瞭解，但求瞭解人。」不被瞭解原是一盤不可避免的苦菜，自此以後，即使被人誤解，我也較能坦然接受，同時我也努力求天主幫助我瞭解別人。

我不喜歡被人誤解，更不喜歡被人背叛，誰又會喜歡呢？我以為能做到對別人的榮辱保持「與我無干」的心態，不讓外物影響我追隨耶穌的決定，就蠻了不起了。但天主有祂的計畫，我又怎能置身事外呢？陰錯陽差的，兩年多前換了老闆。新老闆資歷比我淺，又因我是外調進來的空降部隊，所以她無法信任我，我雖然很低調，也儘可能幫助她，但她只會防範我的好意。我瞭解這是因為她沒有安全感，但面對這盤苦菜仍是不知要如何下筷。天主為什麼給我這一盤呢？

為此我常讀若望十三章耶穌為門徒洗腳的故事，每次讀後的感動都有些不同。耶穌為我們立了榜樣，要我們彼此洗腳。聽起來好像不是太困難。但想想，耶穌雖是大能的主，一旦來到人間，就摒棄富貴，與凡人無異。每想到此，我就慚愧自己無法完全放下身段，融入與自己不同的團體裡。再想想，耶穌不僅是為祂的門徒洗腳，門徒中也包括猶達斯。相信嗎？祂為即將出賣祂的人洗腳！這太震撼了。如果是我，會怎麼做？若為人洗了腳他事後卻出賣我，我只好認了，但明知會被背叛却還幫他洗腳，我實在做不到！我相信天主要我划向深處，但要愛得如此無條件真是太難了！我仍在這條崎嶇路上慢慢行走，只是苦菜已不像當初那樣難以下嚥了。天主大概看我已嚐夠這盤苦菜的味道，今年初幫我換了一位老闆。雖然還不知這一盤新菜是苦是甜，但我相信我有依靠、有希望，不會孤單。更重要的是，我看到天主的路就是愛，這一路行來，祂都是在教我如何去愛。

在人生的道路上，有主同行，是最美好的事情；有同伴或團體一起走在主的道路上，彼此扶持，更是錦上添花。願我們共享分享，彼此鼓勵扶持，攜手走向天主的國。（加州橙洛杉磯喜瑞都來稿）