

2016年，我們聖荷西教區再度鼓勵各個堂區重新開始另一次的更新運動。這次我們華人團體在歐神父帶領下，願意再次讓聖神更新我們的教會團體。

國際更新協會在2006年開始對於更新運動的主題做了調整，資源上有更完整的配套，也有更完善的服務和支援。這次更新的主題是『起來！和基督一起共融』。仍舊分為五季。第一季：「基督在我內」，第二季：「悔改和皈依」，第三季：「跟隨基督的腳蹤」，第四季：「心靈的更新」，第五季：「傳給人」。從這次的主題可以看出更新運動的重點已經轉移到要和耶穌基督建立個人親密的關係。這是國際更新協會成立四十年來本身的更新，這五季的靈修和小組分享包含了我們和聖父、聖子和聖神的互動，希望從而建立親密的關係，這才是基督信仰的最堅實基礎。無論生命遭遇何等的困境，才有能耐屹立不搖，也才能領受屬天的福份，就是心靈的平安和喜樂。

談到和耶穌基督建立個人親密的關係，理論上來講，我們天主教友應該是在所有基督信徒當中，最容易又最自然不過的事，因為我們有和好聖事和聖體聖事。事實卻不然，你有幾次聽到教友們會說，耶穌基督是我個人的救主？瞻仰十字架時，你會不會想到耶穌基督的苦難和自己的罪有什麼關係？「基督寶血為眾人傾流以赦免罪過」，常是停留在祭台上的禱詞，和我們的生活少有關係。我們常是行禮如儀，內心卻很少被觸動。

什麼是更新運動？為什麼我們團體要再一次的推行？「更新」與其說是一種運動，勿寧說是一種「陶成過程」(Formation)，希望藉著這個陶成方法幫助我們不只是認識基督，更是和祂建立起親密的關係，更喜愛讀聖經、祈禱和領受聖事，進而樂意出來服務並且為主做見證。

至於用什麼方式來陶成呢？整個陶成的過程可以分為五個階段，持續兩年半的時間來做。每個階段有六週的時間。鼓勵教友們報名參加，按地區，或是其他同質性，組成許多10到12人的小組。每週聚會一次，圍繞著指定的主題做讀經分享，每個主日的彌撒講道也配合同一的主題。此外還有其他的活動來配合，務使教友們在每一個階段的信仰生活都能夠集中在同一主題來反省。

2016年十月初我們開始第一季的主題：「基督在我內」。有六週的時間思想這個主題，首先我們意識到是在主內相聚，認識耶穌基督是我們創傷的治癒者，是偉大的心靈導師，是悲天憫人的天主，是我們當中的聖言，耶穌基督就是住在我內，祂極其願意帶領我們善度一個圓滿的生命，也不斷地在邀請我們。

2017年春四旬期，我們會進入第二季，這一季的主題是「悔改和皈依」。悔改是進入信仰的先決條件，只是明白道理還不算信，先有認罪悔改才是開始，渴望新生命才會瞻仰基督，有永生的盼望才能讓我們超越世上的苦難，皈依基督才是我們安身立命之所在。

2017年秋，我們將進入第三季，主題是：「跟隨耶穌的腳蹤」。既然我們認定耶穌是道路、真理、生命，唯有祂才有永生，我們不跟祂，那又跟誰呢？起來，跟隨耶穌吧！不要再三心兩意了。

2018 年春，我們進入第四季，主題是：「心靈的更新」。當我們決定跟隨耶穌，就要死於罪惡，活於天主，心靈要讓天主聖神轉化，生命要重新被塑造，從今以後，我活不是在我活，而是基督在我內活。

2018 年秋，最後一季，主題是：「傳給人」。當我們感受到福音帶來的深沉平安雋永的喜樂，我們自然就想將福音傳給別人，不必耽心傳給誰？怎麼說？天主聖神自會帶領。想想我就是天主給世界獨一無二的禮物，不是我來傳，那又是誰？

我認識一位信教多年的朋友，太太和他本人都不幸罹患癌症，太太先去世，他還在抗癌的路上。這幾年他常提到他從小領受的信仰對他遭遇的苦難毫無用處，他們夫婦病中充滿憂慮恐懼和失望。我無法安慰，只能陪伴，幫點小忙。我也認識一位教友，早年喪父，中年喪偶，最近又喪子，心靈仍然祥和稱謝，愛主愛人。有人在教會裡，安靜本份，專務己事。有人在教會裡外，熱心福傳，隨時見證，喜樂洋溢。你嚮往什麼樣的信仰生活？

起來！和基督一起共融。           （本文曾登載在 2016 九月聖城通訊）