

Fr. Henry 的道理(二)

如何實踐福音

要跟隨耶穌，我們要認識祂，祂的意願和祂的訓導。這些將成為自己的一部份。

但每個星期日只參與一次彌撒，這怎樣幫助我更愛天主呢？

神父說，我們可以預早一星期讀了下星期主日的兩篇讀經和一篇福音，把它們的內容分開段落和重點，特別選擇一點來實行。

如何實行這教導呢？我們可以在一星期內的星期一和四把這點聖經實行在一個人身上，星期二和五實行在一個地點中，星期三和六實行在一個活動中，這樣不論我們或言或行，都把實踐福音放在首位，好像耶穌在加納婚宴變水為酒一樣，令我們的靈性生活重於物質生活。

當下個主日來到時，我們已有實踐福音的「經驗」，那時再讀主日的讀經時，便可留心聆聽天主究竟在這個星期日有甚麼說話和靈感對我說的了。

可能我們在下星期仍然想實踐上一個星期的福音，但神父說我們要學習控制自己，每個星期都改變自己要實行的重點。這樣當我們天主教

的彌撒禮儀過了三年後，我們已完成了一個循環和階段了。

神父問，我們如何活得更美麗呢？我們有多少隻眼睛呢？

神父答道：我們除了肉身的兩隻眼和眼鏡之外，另外還有兩隻眼。

即是說，戴眼鏡的人有六隻眼了。我們肉身的眼很容易只看別人的錯失和短處，這樣只會造成仇恨、分裂和不快樂。神父說，我們要用額上的另外兩隻眼來看，並記著兩個字，就是「超越」(GO BEYOND)。我們用這對額上的眼，常常可以看著耶穌。耶穌都接受每個人，然而我是誰，竟敢拒絕和排斥身邊的人呢？

神父常強調天主的臨在，在一個人的腦裡，通常有一個坐位，但有兩個人要坐上去，一位是「P」(問題)先生，另一位是「G」(天主)。當P問題先生坐鎮時，就有憂慮或暴力，但當天主坐鎮時，就有天堂。

神父以聖經中的約伯做鼓勵我們的說話。約伯說：「上主賜的，上主收回。願上主的名受到讚美！」。讓天主的話活在我們的腦中(Head)，心中(Heart)，和手中(Hand)，這是三個H的道理。

神父也說，我們常有兩隻鬼來煩擾，一個是「P」(Past)「過去」，一個是「F」(Future)「將來」。神父教我們把「過去」交托奉獻給天主，再把「將來」用信賴來倚靠天主。耶穌臨死時把自己的靈魂交在天主手

裡，我們也可以把自己的問題交在天主手裡。因為我們是活在「當下」(Now) 的時刻，我們是在此刻享用天主給我們的美好事物呢。這就是美麗和快樂的生活了。

另外，我們每個人也可以實行「P/E/P」，就是「Praise/Encouragement/Protect」，(讚美/鼓勵/保護)。當我們讚美別人，鼓勵別人，和保護別人時，這個世界不是更美麗嗎。

我們如何生活在天主的臨在中，與天主結合呢？請參閱前一篇有關一杯咖啡的道理。

P.S. 訓練的三個步驟：

(一) 給受訓者一個訊息

(二) 由受訓者實行

(三) 實行至完美的境界