



靈修之旅

● 龍維欣牧師

靈修是可以很生活化的。身旁的事物都可以成為我們靈修的材料。「看」「天上的飛鳥」和「想」「野地的百合花」都引帶我們回到天父的身邊和領受主的教導。耶穌用門徒看得見的事物向他們講說天上的事，這些事物成為具有屬靈意義的象徵。只要我們願意多「看」和多「想」，聖靈必會引領我們進入真理，從生活中體驗神的同在。

我家住沙田，教會在東涌；一週最少六天乘坐 E42，這是每天返教會必經之路。沿途有山、有水和美麗的花草樹木，對我來說它是一個旅程。沿途不少地點成為我靈修、默想和反省之地，它更是我的靈修之旅。當有「靈修」新發現時，自然雀躍非常；即或沒有新發現，每日重複的經歷，也成為美好的「屬靈操練」。誠意選出其中數點和大家分享：

由大圍上山不久，巴士要穿越城門隧道，城門隧道中間有一段路是要用半空天橋接駁的。那裡別有天地，是兩個山頭間呈 S 字形的不算闊的空間，兩旁是峭壁，壁上長滿了青翠樹木，谷底是石澗和綠草，風景有點像台灣花蓮的橫貫公路，很有氣勢。此處是城門水塘水滿時的去水口，下接城門河。如連續下大雨（如紅雨等），從巴士望向右方遠端，即可見一幅雄偉壯觀的「大瀑布」。在橫過這橋的短瞬間，我體驗偉大的創造主，卻又居住在卑微的人心中的那份恩情。當我進入這個幽靜「空間」的時候，我同時是親身進入了「神

人團契」的心靈「空間」之中，那是何等寶貴的經歷。但願我的心靈常有此「空間」，並且願意進入這「空間」與主契合。

面向天橋的左方看去，在再次進入山洞的山坡上，差不多與車頂平行的山崖上湧出小瀑布來，因為可從近處觀看，它也是非常壯觀。當然雨季時，瀑布更具聲勢；乾燥時，水流較少。但無論天氣如何乾旱，瀑布從未停止過流水。它是我私人的「隱基底泉」，它向我保證主永遠是我的供應，是我一生的避難所，是我乾旱地中的綠洲。

車在進入青馬大橋前，左邊有一個船塢；主要是一個浮塢。須要入塢的船隻，總不會漂亮的；長期被海水衝擊、侵蝕，油漆剝落，船身長滿了鏽，毫無光彩，有些船底更長滿了寄生物，到處負傷累累的樣貌。但在工人悉心的清潔、噴灑、剷除、燒焊和修補下，船隻開始露出生機。船隻不斷更新，一日比一日美觀，最終以全新面貌再展人前。心裡為這船的「重生」非常興奮。這船塢提醒了我要誠實檢視自己，真誠勇敢面對自己的錯失和傷痕，歡呼迎接從主而來的醫治和更新。是的，我們真的需要像船隻般定時入塢，接受修理、醫治和更新。

浮塢船身呈 U 狀浮在水面上，船隻如要入塢時，浮塢先要沉降到水中，以至船隻可以進入它



的腹中，當浮塢再升起成乾塢時，船隻就可安然接受修理。這真是一幅很美麗的圖畫，它向我描繪出主對我的「俯就卑微」，它把「祂本有神的形像，不以自己與神同等為強奪的；

反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子就自己卑微，存心順服，以至於死，且死在十字架上」所表達的大愛活現在我的眼前，繪在我的心中。

過橋時，常看見三數隻超級貨輪在進出港口，在它們的船頭總會發現一隻細小的領航船在前領路。我看見心裡會很舒服，因為在領航船的帶領下，大貨輪可以很安全地進出港口。同樣我在大牧者基督耶穌和聖靈的引導下，我總不會迷失方向。問題是我是否願意順服主的杖、主的竿和聖靈微聲的帶領呢？

最後，青馬大橋提醒我，主是我們的「福音橋」，唯有藉著祂，我們才可以離開黑暗進入光明。每次過橋時，我心常被提醒，主同樣差遣我們每天要成為帶領別人歸主的「福音橋」。

深願我們每時、每刻活在主的同在中。阿們。

（作者為東涌堂牧師）

好靈性的表現

● 滕近輝牧師



- 一、「回答柔和，使怒消退」（箴十五 1）
- 二、「同心合意……讚美神」（徒 26, 47）
- 三、「聖靈所結的果子，就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。」（加 5, 22, 23）
- 其中仁愛為主，喜樂是仁愛的笑容；和平是仁愛的言語；恩慈是仁愛的手；良善是仁愛的心；信實是仁愛的簽字；溫柔是仁愛的眼睛；節制是仁愛的腳步；知道在何處應該止步。正如中國人所說：「君子止步」。
- 四、「靠主常常喜樂。我（保羅）再說：你們要喜樂。」（腓 4, 4）
- 五、「愛人如己」（太 19, 19）
- 六、「恆切禱告」（歌 4, 2）
- 七、「你們當以基督的心為心：祂本有上帝的形像，不以自己與上帝同等為強奪的；反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式；既有人的樣子，就自己卑微，存心順服，以至於死，且死在十字架上。」（腓 2, 5, 8）
- 八、「彼此相愛」，主耶穌說：「我賜給你們一條新命令，乃是叫你們彼此相愛；我怎樣愛你們，你們也要怎樣相愛。你們若有彼此相愛的心，眾人因此就認出你們是我的門徒了。」（約 13, 34, 35）
- 九、「效法基督」（羅 15, 5）
- 十、「追求和睦」（羅 14, 19）
- 十一、「你們彼此同心，效法基督耶穌，一心一口榮耀上帝……」（羅 15, 5, 6）
- 十二、「以恩慈相待……彼此饒恕，正如上帝在基督裡饒恕了你們一樣。」（弗 4, 32）
- 十三、樂意幫助人：「馬其頓和亞該亞人樂意湊出捐項給耶路撒冷聖徒中的窮人。」（羅 15, 26）
- 十四、「在善事上聰明，在惡事上愚拙。」（羅 16, 19）
- 十五、「彼此體恤」（彼前 3, 8 上）
- 十六、「存慈憐謙卑的心。不以惡報惡……倒要祝福。」（彼前 3, 8, 9）
- 十七、「彼此饒恕」（弗 4, 31）
- 十八、「光明的子女」——「從前你們是暗昧的，但如今在主裡是光明的，行事為人就像光明的子女。」（弗 5, 8）
- 十九、「光明所結的果子就是一切良善、公義、誠實。」（弗 5, 9）
- 二十、「愛是恆久忍耐，又有恩慈；愛是不嫉妒；愛是不自誇，不張狂，不作害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，不喜歡不義，只喜歡真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。愛是永不止息。」（林前 13, 4, 8）
- 二十一、「如今常存的有信，有望，有愛這三樣，其中最大的是愛。」（林前 13, 13）
- 二十二、「你們該效法我，像我效法基督一樣。」（林前 11, 1）
- 二十三、「你們務要警醒，在真道上站得穩，要作大丈夫，要剛強。凡你們所作的都要憑愛心而作。」（林前 16, 13, 14）

（作者為本會榮譽主席及牧師長）