

牧者心聲

黃幟眉牧師

交功課



2009 年我以唐慕華女士的我在孤單等待作為生命反省的靈修讀物，感謝主，藉著姊妹的分享，透過文字上的思想交流，生命是稍有長進，安穩於神的預備與設計中，當面對自己的陰暗面時，感悟到神的恩典並沒短缺。跟大家分享其中一天的靈修日誌：

「...今天她談到害怕，這是我幾年來最深刻，但又難以啟齒的感受.....可是，這就是我的本相啊，這幾年我盡力讓自己從虛謊中走出來，努力承認自己的害怕，這就是唐慕華於今天所分享的經驗，...是啊，人本來就會害怕，為甚麼他們都說「害怕的人就是沒有信心？」如果我能夠做到「說不怕就不怕」，我就是個不凡的人，有時我認為....這種能力只有在無知的人身上才有。...

在她的分享中，其中一段讓我最為深刻：「基督教既不樂觀，也不悲觀，只是在真實中活著。過份樂觀地看神的介入，會讓神在我們身上的工作擴大至虛假；過份悲觀則會讓信徒沮喪而忘卻了神的恩典與看顧。...」這幾句話是何等真實！過去我曾為著別人過度樂觀而產生的虛假而反感，也會因著自己的過度悲觀而陷於忘記了神的憐憫。...神啊，求你讓我活在信仰的真實中。」

唐慕華因要控制她的糖尿病，二十多年來，每星期都游泳約三里，她說：「...這為我累積了力量和耐力，也提供了讓我禱告和默想的寶貴時間，...這種操練在身體、情感和靈性上都帶給我很大的醫治。」唐氏在這書的附錄-泅泳於詩篇，分享她如何把游泳與靈修結合，她在家中靈修時以詩篇為題材，把詩篇的大綱背景等先看一遍，又記下及背誦有深刻感受的詩句，這些就是她游泳時默想的材料，「...在我游第一個直池時，我思想第一篇詩篇，...在我游第二個直池的時候，我會思想詩篇第二篇，如此類推。」(詳見我在孤單等待頁 308。)

她那「運動靈修二合一」的實踐給了我一個啟發，我也可以效法她(你也可以)，以一卷聖經為研經、默想的主題。我不游泳，也沒有固定的運動方式，不過這並不是重點，重點在於把心思聚焦於一卷聖經，我會保持寫靈修日誌習慣的，把生命的反思記錄下來，藉文字與神對話。

我已選定了「約翰福音」，你也快來定下 2010 的追求目標吧！

