# Dobrotolubie

由隱士西奧凡翻譯

目錄:


***第一卷*** ..... ***15***

前言 ..... 15

**聖安東尼大聖** ..... **16**

幾句關於聖大安東尼生平同著作嘅話 ..... 16

聖大安東尼的指示。 ..... 20

1. 關於基督生命的教導,取自聖亞他那修斯傳記、其二十封書信及二十則言行錄 ..... 20
2. 關於好品德同聖潔生命,共有170章 ..... 34
3. 隱士生活規則 ..... 45

a) 此種生活嘅外在課程同外部秩序 ..... 45

b) 內在生命嘅結構 ..... 49

結論 ..... 53

4. 聖大安東尼言行錄及生平事蹟 ..... 53

論棄世 ..... 53

對「咁,人應該點做?」呢條問題嘅一般答法: ..... 54

推動一個人行大德之事並令其持續堅持的動力 ..... 55

熱誠的指引 ..... 55

點樣可以煽起妒忌之火? ..... 56

尤其係美德行為同善工 ..... 59

萬有嘅最終目標同完美嘅巔峰 ..... 61

聖安東尼的完美與他在天上的榮耀 ..... 61

5. 大聖安東尼逝世後,由一位長老解釋的聖安東尼部分言行錄 ..... 61

**聖大馬加利** ..... **65**

聖大馬加略嘅生平同著作資料 ..... 65

聖大馬加利略關於基督徒生活的教導,選自他的講道 ..... 66

1. 光耀嘅原始狀態 ..... 66
2. 墮落者的慘淡境況 ..... 67
3. 主──救恩的建築者 ..... 71
4. 在主裡立定得救的決心 ..... 72
5. 勞苦的状态 ..... 80
6. 聖靈在人裡頭動工嘅狀態 ..... 88
7. 基督教完美境界的最高層次 ..... 100
8. 將來嘅生命 ..... 103

**可敬的以賽亞阿爸** ..... **105**

我哋尊敬嘅以賽亞阿爸(尼特里亞長老)及其著作嘅簡要概述 ..... 105

1. 可敬嘅阿爸以撒對佢門徒嘅言教 ..... 106

1. 敬禮伊撒意亞阿爸畀同佢住嘅弟兄嘅誡命 ..... 106
2. 論自然律 ..... 107
3. 關於初學者同住喺小房入面嘅人 ..... 108
4. 論「」、住喺洞穴入面嗰班人嘅旅程,同埋良心 ..... 110
5. 論信徒的誡命,以及凡欲同住得和平者的行為 ..... 115
6. 論那些欲守品行之默靜者 ..... 118
7. 論美德 ..... 119

8. 箴言 ....121
9. 已經離棄世界者的誡命 ....123
10. 另一句說話(給背棄信仰者) ....124
11. 關於芥子 ....124
12. 論酒 ....125
13. 至於那啲努力並盡好自己本份嘅人 ....125
14. 哀悼行為 ....127
15. 論棄絕世界 ....128
16.論渴望事奉上帝之靈魂所蒙的喜樂 ....128
17. 論棄世作朝聖者時所應存之心念 ....132
18. 關於寬恕 ....134
19. 論情欲 ....136
20. 論謙卑 ....136
21. 論悔改 ....137
22. 新人嘅行為 ....141
23. 論成聖 ....143
24. 關於無執著 ....145
25. 致阿爸彼得,佢嘅門徒 ....146
26. 以賽亞門徒阿爸彼得相傳的話 ....154
27. 論「你要謹慎自己」(申命記15:9) ....156
28. 論惡的枝條 ....158
29. 哀歌 ....159
2. 初學僧侶守則及勸告 ....162
3. 阿爸以賽亞的話語 ....165
4. 關於保守心志:27章 ....166
5. 關於苦行與沉默的章節 ....169

**可敬的苦行者馬可 ....170**
聖馬可嘅生平同著作資料 ....170
苦行者馬可關於屬靈生活的教導 ....170
1. 致尼古拉斯修士書 ....170
2. 尼古拉斯修士回覆馬克修道士的著作 ....175
2. 聖馬可的教學,取自他的其他著作 ....176
3. 200章論靈性律法 ....187
4. 至於以為自己可以因行為稱義的人,226章 ....194

**普托斯嘅阿爸優拉基略 ....203**
關於阿爸優拉基修斯生平的資料 ....204
隱士伊瓦格里奧斯嘅苦行指引 ....206
1. 論及積極生活之章,致亞納托利奧 ....206
2. 隱士伊瓦格里奧論積極生活:一百章 ....211
聖賢長老的言行錄 ....212
3. 隱士伊瓦格里奧的作品,為修道生活之示例,其中教導人當如何努力與守靜 ....213
4. 隱修者伊瓦格里俄斯:以類比或寓言為題的三十三章 ....216
5. 佢關於靈性生命嘅言論,按字母次序排列 ....216
6. 同一位作者嘅其他箴言 ....217
7. 論八思,致安那托利奧 ....218
8. 佢自己嘅思想,同論述八種思想嘅篇章有關 ....219
9. 給住喺修道院同招待所嘅弟兄姊妹嘅指示 ....220
10. 佢對處女嘅指示 ....222
11. 論各種惡念,章節 ....223
12. 隱士以弗列姆的言行錄 ....229

***第二卷 ....230***
前言 ....230

**聖若望·卡西安(羅馬人)** ..... **230**
佢嘅簡短生平 ..... 230
靈性鬥爭概覽 ..... 231
1. 苦行主義嘅目的同歸宿 ..... 231
2.懷住呢個目標,我哋亦要決定我哋嘅出世應該採取咩形式 ..... 232
3. 肉體與聖靈之間的爭戰 ..... 233
4. 情慾與抗爭的總覽 ..... 234
5. 對抗八大主要情欲的鬥爭 ..... 235
1. 對抗貪食 ..... 236
2. 對抗淫欲之靈的爭戰 ..... 239
3. 對抗貪婪之靈的爭戰 ..... 243
4. 對抗忿怒之靈的鬥爭 ..... 246
5. 對抗憂愁之靈的鬥爭 ..... 249
6. 與絕望之靈的爭戰 ..... 250
7. 對抗虛榮之靈的爭戰 ..... 252
8. 對抗驕傲之靈的爭戰 ..... 254
6. 對抗念頭,並藉此對抗邪靈的鬥爭 ..... 257
7. 對一切由不幸與災難所引起苦難的抗爭 ..... 262
8. 論神恩與自由意志 ..... 268
9. 論祈禱 ..... 269
10. 論靈命指引──與最有經驗者之對談 ..... 273
11. 根據追求屬靈生命完全的動機,論其程度 ..... 274
12. 關於懺悔功業的結束 ..... 275

**可敬的以西修斯，耶路撒冷神父** ..... **276**
關於佢嘅簡短記載 ..... 276
致提奧多魯斯:一篇關於清醒與祈禱的救靈與救贖講道 ..... 277

**西奈山可敬的尼祿** ..... **292**
佢嘅簡短生平 ..... 292
苦行指引 西奈山可敬尼洛斯《關於祈禱的一句話》 ..... 293
1. 論祈禱 ..... 293
前言 ..... 293
153 章 論禱告 ..... 294
2. 論八種惡靈 ..... 302
1. 論貪食 ..... 302
2. 論通姦 ..... 303
3. 論金錢之愛 ..... 305
4. 論憤怒 ..... 309
5. 論憂傷 ..... 310
6. 論絕望 ..... 312
7. 論虛榮 ..... 313
8. 論驕傲 ..... 315
3. 勸勉章節 ..... 316
4. 令一個人遠離短暫事物,並使佢執着於不朽嘅思想 ..... 320
5. 與前文相似嘅思想同勸勉,取自聖尼祿其他著作 ..... 322
6. 對修道者的勸勉 ..... 328

**敘利亞聖以法蓮** ..... **329**
佢嘅簡短事蹟 ..... 329
聖以弗所對苦行者的教導 ..... 331
1. 呼籲悔改及追求得救 ..... 331
2. 關於懺悔的課程 ..... 340
3. 獻身討主喜悅者之生命大綱 ..... 347
4. 關於美德與情慾 ..... 350

靈魂嘅美德 ....350
身體美德 ....350
靈魂的激情 ....351
肉體情慾 ....351
5. 關於對八大主要情慾的普遍對抗 ....352
1. 關於對抗貪食 ....353
2. 論對慾望的抗爭 ....354
3. 論對金錢之愛嘅抗爭 ....360
4. 論對憤怒嘅抗爭 ....361
5. 論對憂愁的抗爭 ....363
6. 關於對絕望的抗爭 ....366
7. 論對虛榮心的抗爭 ....367
8. 論對抗驕傲 ....368
6. 苦行生活的一般教訓 ....371
7. 對苦行者的勸告 ....387

**聖約翰·克里馬庫斯 ....391**

佢嘅簡短事蹟 ....391
聖約翰·克里馬庫斯嘅苦行教導 ....391
1. 苦行主義嘅一般原則 ....391
2. 論悔改 ....393
3. 關於美德與情慾——以及對後者的抗爭——一般而言 ....394
4. 論對八大主要情慾的抗爭 ....400
1. 對抗貪食 ....400
2. 對抗淫亂的爭戰 ....401
3. 對抗金錢之愛 ....405
4. 對抗憤怒 ....406
5. 與悲傷的抗爭 ....408
6. 對抗灰心之靈的爭戰 ....409
7. 對抗虛榮的鬥爭 ....409
8. 對抗驕傲 ....411
5. 論無情 ....413

**聖善敬禮長老 巴爾散奴斐和約翰 ....414**

佢哋嘅簡短事蹟 ....414
苦行指引 ....416

**可敬的阿爸多羅修斯 ....429**

關於佢嘅簡短記載 ....429
苦行指引 ....429

**敘利亞聖依撒伯勒 ....442**

佢嘅簡短生平 ....442
苦行指引 ....443

***第三卷 ....477***

前言 ....477

**福照狄阿多庫斯,福提基主教 伊利里亞伊庇魯斯 ....477**

佢嘅簡短生平 ....477
聖迪阿多侯斯論述主要美德中至高無上極限或巔峰 ....478
一部靈性論著,分為一百章實踐要訣,充斥靈性知識與洞察力 ....478

**我哋可敬愛嘅卡帕多西亞約翰長老 ....499**

佢嘅簡短生平 ....499
向印度嗰班寫信畀佢嘅和尚,回覆咗一百章勸勉章節 ....499

**蒙福嘅阿巴·佐西瑪 (巴勒斯坦人)** ..... **508**
關於佢嘅簡短記載 ..... 508
蒙福者阿爸佐西馬的講道 ..... 509
**聖馬克西姆·認信者** ..... **517**
關於佢嘅簡短記載 ..... 517
1. 苦行言,以門徒之問、長老之答形式 ..... 518
2. 論愛四百章 ..... 527
致埃爾皮迪烏斯前言 ..... 527
論愛之第一世紀 ..... 528
《第二百篇論愛》 ..... 532
第三百首論愛 ..... 539
論愛之第四百條 1. 首先,當心靈思索神之無限──那深不可測且極其渴望的深淵時,便充滿驚歎;其次,當它體察神以何等方式創造 ..... 545
3. 理論與實踐章節,取自希臘文《多布羅托盧比》七百章節 ..... 551
**蒙福嘅阿爸·法拉西烏斯** ..... **571**
關於佢嘅簡短記載 ..... 571
阿爸法拉修斯論愛、禁慾與靈性生活,致保祿長老 ..... 571
第101段 ..... 571
第一百零二 ..... 573
一百零三 ..... 576
禱告 ..... 578
第一百零四 ..... 578
**聖提多,愛底拉伯主教** ..... **581**
關於佢嘅簡短記載 ..... 581
我哋可敬愛嘅以德薩聖西奧多百部最有益嘅章節 ..... 581
**可敬的底美雅大德** ..... **590**
佢嘅簡短生平 ..... 590
我哋可敬愛嘅西奧多老竇嘅推測式講論 ..... 591
**可敬的阿爸菲利蒙** ..... **594**
關於佢嘅簡短記載 ..... 594
阿爸菲利蒙最 instructive 嘅記載 ..... 595
**可敬的長老提奧格諾斯圖斯** ..... **600**
關於佢嘅簡短記載 ..... 600
論及積極生活與靜觀生活,以及神職,各章 ..... 600
論司祭職 ..... 601
論司祭職 ..... 604
論司祭職 ..... 606
**西奈山可敬的菲洛狄索斯** ..... **607**
佢嘅簡短事蹟 ..... 607
我哋西奈山聖父菲洛狄索斯嘅《節制四十章》 ..... 607
**以利亞,長老及大主教** ..... **614**
關於佢嘅簡短記載 ..... 614
由最年輕嘅長老兼執事以利亞所編撰嘅《花卉集》 ..... 614
***第四卷*** ..... ***621***
**可敬的西多克·斯圖迪特** ..... **621**
嘅苦行僧侶指導 ..... 621
前言 ..... 621

聖西奧多·斯圖迪特傳略 .....622
1. 修道生活有幾崇高.....627
2. 唔好自以為高人一等 .....628
3. 要警醒:仇敵從不打盹──作為牧羊人的安慰 .....628
4. 記住死亡同審判日,並熱心遵守你嘅誓言 .....629
5. 互相競賽做好事,卻唔好喺作惡事上競賽 .....629
6. 抵擋情慾;因為就用呢把火點起永恆嘅火;而人就可能喺行咗呢件事嘅當兒畀死亡捉到.....630
7. 崇高嘅呼召;透過遵守誓言嚟感恩 .....631
8. 唔好灰心:勞苦輕微,賞賜卻無量。 .....631
9. 清理、播種同灌溉靈魂嘅田地,好等佢結出屬靈嘅果實.....632
10. 主快要嚟臨──要忍耐;有咩可以撐住你? .....632
11. 仇敵激起情慾;但你要抵擋他,你就會得勝;主是你的幫助.....633
12. 讓我們離開此地……即離開情慾的領域,透過克制肚腹、眼睛、舌頭、耳朵、雙手和雙腳.....634
13. 起身;晨禱;第一時辰;工作 .....635
14. 將心志定於神,視其他一切為無物 .....636
15. 你哋已經離開咗世界;但你哋未離開仇敵所激起嘅情慾風暴:你哋要保持警醒,堅定不移.....636
16. 見到你哋嘅進步,我好喜樂;但我又怕你哋會停滯不前,所以我懇求你哋:唔好阻礙呢股勢頭,要遠離一切唔雅觀嘅事,並熱心追求一切正確嘅事 .....637
17. 你點解離開塵世?為咗潔淨自己;而凡以呢種生活嘅精神去生活嘅人就係有福嘅,尤其係對住持寮嘅信心。 .....638
18. 共同生活最值得讚揚;凡以其精神生活者,有福了 .....638
19. 讓你們各人愈來愈在自己的美德上卓越:順服的人在順服上卓越;謙卑的人在謙卑上卓越;勤力的人在勞力上卓越。 .....639
20. 我為你哋嘅成功而喜樂……有啲人係透過謙卑,有啲人.....639
21. 行善──唔好畀仇敵入你心,免得佢大叫:「人人都變壞咗!」 .....640
22. 一切都來自上帝;然而,要保守所擁有的一切並繼續向前,我們自己的努力也是必須的。 .....640
23. 抵擋煽動情慾的仇敵 .....641
24. 對抗情慾的煽動:神的話語、保守感官──尤其視力──並剝奪肉體的安息:要警醒;雖然你喺洗禮後跌倒過,但喺領受修道冠冕的誓約後,切勿再跌。 .....641
25. 克制自己情慾嘅人,會獲得冠冕;放縱情慾嘅人,就會受懲罰;如果你屬於前者,就好;如果屬於後者,就要快啲改過自新。 .....642
26. 你從修道生活嘅高處俯瞰世界,見到一片虛榮嘅大海洶湧;所以你要歡喜,因為你已經從此中得救。 .....643
27. 每日嘅教會禮拜、微薄嘅供奉、遵守團體生活規則、罰款同懺悔都需要好多勞苦同耐性;但因為呢啲可以引領人得救,並且可以為此贏得冠冕,所以要堅心 .....643
28. 你就好似肥沃嘅土壤,無論係呢個人定係嗰個人,都會結出美德嘅果實 .....644
29. 好快,我哋就要離開呢度;但願我哋嘅離去能獲得一個美好嘅送別 .....645
30. 為避免反覆無常,我們必須服從群體規則,這規則排斥弟兄會內的任何孤立,使每個人在職責上保持平等,從而保障我們免於跌倒 .....646
31. 我哋喺呢度所受嘅任何苦楚,喺嗰度都會有無法形容嘅賞報;所以我哋要艱辛嘅道路上勤力前進,唔好懶散,跟隨已故聖人嘅腳步,佢哋同我哋一樣,都係普通人。 .....646
32. 正路就係凡事都照規矩去做;偏離嘅人就會走極端,或者過份,或者不足;偏離雖然得,但一定要喺方丈知情之下,否則唔會有好結果 .....647
33. 當從神的話語中尋求如何生活的指引時,必須回顧聖徒們的生平,他們將此付諸實踐──由敬畏神開始,以深切的謙卑結束 .....647
34. 為防止違背既定秩序的騷亂,一旦有人察覺任何陰謀或罷工,就必須立即通知上級 .....648
35. 指出神聖靈與欺騙之靈在我们里面的作為,目的是要我們知道之後,熱切追求前者,遠離後者.....649
36. 善行係必要嘅;但係因為每件事都有佢嘅回報,佢哋並唔會阻止有智慧嘅人興旺.....649
37. 要有信心同愛心去勤力;做主管嘅,要智慧咁管理;做屬下嘅,要忠心咁執行。 .....650
38. 順服嘅道路高於一切:呢就係主所揀嘅.....650

39. 常把主擺在眼目之前,免得你被引誘去做任何邪惡;要追求善,謹記審判日,更要謹記那可畏嘅審判同佢嘅判決。 .....651
40. 敬畏神能抵禦仇敵的刀劍 .....651
41. 1) 你以管家為獨立權威,引入雙重權威與分裂;權威若分裂,則國度無法成立。 – 2) 我完全屬於弟兄會;別無其他。 .....652
42. 大齋期不但要求節制身體,亦要求節制靈魂 .....652
43. 為共同利益而勞苦的人有福了:歡喜吧! .....653
44. 對自己嘅教區長職位感到敬畏 .....654
45. 魔鬼激起情慾嚟誘惑我哋,並摧毀我哋:我哋必須反擊 .....655
46. 我哋被呼召去過一個高尚嘅人生:但我哋有冇照自己所想,同埋照人哋所期望咁去活? .....656
47. 堅定你所揀選嘅生命,唔好剝奪自己前面嘅喜樂 .....657
48. 死亡近在咫尺:要透過淨化自己脫離情慾嚟預備自己 .....658
49. 我哋救主為我哋受苦嘅場景:榮耀同感謝歸於祂! .....658
50. 從見到死人所得的教訓:唔好理會身體,而要理會天國 .....659
51. 寺院入面嘅人人都做嘢,為共同利益盡一分力;所以寺院生產嘅任何嘢都視為每個人嘅財產 .....660
52. 弟兄之愛要常存;願你哋都因潔淨自己而得救;遠離閒談同笑聲;聽到你哋中間有事唔妥,我就好痛心 .....661
53. 我就要別離,但我將我嘅靈留喺你哋度;你哋要照我同你哋一齊嗰陣嘅樣式繼續行。 .....662
54. 討神喜悅;彼此照顧,不可自私;不可自以為聰明;同心合一 .....662
55. 佢向嗰啲勤力嘅工人表示佢嘅恩寵,並要求佢哋喺屬靈嘅追求同修道院嘅職務上都要熱心。 .....663
56. 初學者面對強烈誘惑,因為罪惡傾向和習慣的殘餘 .....664
57. 我哋正身處戰場:我作為你哋嘅指揮官,以呢番說話勸勉你哋:堅守陣地 .....665
58. 我諗起死亡同當時會發生嘅一切,我祈求自己可以獲得潔淨,唔使受火刑;但係你哋,要喜樂,期待自己嘅賞賜,就算而家嘅處境好悲傷。 .....666
59. 處身於世俗虛榮之中,我感謝上帝,因為你和我已經遠離了那裡 .....666
60. 起來,從主——萬有的大醫治者——尋求醫治 .....667
61. 大齋期已過半;我哋努力咗,而我哋見到果效:上帝嘅憐憫;既已感恩,就等我哋繼續向前邁進 .....668
62. 你哋嘅秩序已經建立得好好:要保持住佢 .....668
63. 慶祝過復活節後,讓我們繼續以大齋期的心態前行,好叫我們不至於浪費這段期間所獲得的,反而能將之倍增。 .....669
64. 我哋蒙受咗崇高嘅呼召;我哋要歡喜、感恩、付諸行動,為咗佢承擔一切勞苦,忍受萬事。 .....670
65. 反思先知、使徒同其他聖徒為天國所忍受嘅一切,我哋就當充滿熱誠 .....671
66. 神將你哋託付畀我;所以我好熱心咁教導你哋 .....671
67. 因為我愛你,當你興旺時我就喜悅,當我見到那種精神佔上風時我就憂傷 .....671
68. 虛浮與瑣碎之中有和平;但我哋嘅目標高尚,我哋嘅勞苦結出豐盛嘅果實 .....672
69. 我哋要忍受一切嚟到嘅唔愉快;願我哋配得上加入受難者嘅行列 .....673
70. 上帝對你嘅要求係乜嘢?放棄自己嘅意志,服從修道院長嘅獨一意志;所以,唔好喺任何事上自作主張,連做好事都唔可以例外。 .....673
71. 罪惡嘅成因係驕傲同不順服;由呢兩樣嚟到各種悲慘;相反,由謙卑同順服嚟到各種福份。 .....674
72. 懺悔同其他糾正措施點解有救恩?佢哋係通往樂園嘅道路 .....674
73. 道路雖然艱難痛苦,但無限的安慰在等待我們:讓我們堅持到底。 .....675
74. 當君王召佢嘅賓客去筵席,人人都趕緊。天上嘅君王已經召咗我哋;我哋點可以唔趕緊,忍受一切?唔好灰心,要勇敢咁面對一切。 .....675
75. 看見與我哋生活方式相符嘅美好生命果實,就更加堅守唔放:咁你就會成為三位一體上帝嘅居所。 .....676
76. 凡過聖潔生活的人,每一日都如筵席。你是否渴慕呢?要熱心討神喜悅,並為他忍耐一切。 .....677
77. 人生多波折;但首先,要祈求你嘅舵手保持警醒同有智慧;然後就可以喺對美好結局嘅希望中得到安慰 .....677
78. 就好似當阿拉伯人接近時,我哋會採取一切預防措施,免得落入佢哋手上,同樣,我哋要穿上神嘅全副軍裝,防範我哋屬靈嘅仇敵 .....678
79. 時間所剩無幾:我哋要保持警醒,好似你哋而家咁,特別要培養謙卑同溫柔,效法基督 .....679

80. 我稱讚你哋嘅順服:要繼續保持;無論係分配職責嘅人、執行嘅人,定係接受嘅人,都要存敬畏上帝嘅心行事 .....680
81. 讓我們防範情慾的暴動,因為它比刀劍更可畏,要靠誡命作盾牌,並以對罪惡的憎惡作武器 .....680
82. 嗰位兄弟離開咗。點解?佢冇聽自己嘅良知,屈服咗於誘惑嘅念頭;如果佢聽咗自己嘅良知,詩篇嘅教導本可以令佢回正;而佢嘅意志又唔夠堅定 .....681
83. 讓冇嘢可以將我哋同神嘅愛分開;但我哋要喺我哋嘅勞苦同美德上堅持,直到我哋達到基督嘅身量 .....681
84. 呢啲邪惡嘅人係邊個?就係所有行惡咁樣生活嘅人;尤其係嗰啲對修院微薄嘅供養唔滿意,違背咗佢哋誓言嘅人 .....682
85. 又有兩個人離開,真令人心痛 .....683
86. 我因你哋嘅堅定同忍耐得安慰;繼續努力,更加勤力——上帝嘅祝福會臨到你哋;但唔係咁樣嘅人就唔係出於上帝。 .....683
87. 你撇棄咗塵世,卻又再回頭望——你嘅行為又愚蠢又自毀:求求你,醒返啲啦 .....684
88. 我好開心你哋安頓得咁好;但呢個唔係我嘅功勞,而係上帝嘅恩賜。我之所以開心,就係因為我哋同你哋成為一體。願主保守你哋,幫助你哋興旺发达。 .....685
89. 你喺聽從咗上帝嘅呼召,好似亞伯拉罕咁,你拋棄晒一切:唔好憂傷,要靠住盼望嘅鼓舞,忍受一切:冠冕正喺前面等住你 .....685
90. 正如我嘅責任係不斷鼓勵你作戰,你就有責任時刻全副靈命軍裝預備作戰 .....686
91. 春天到咗:要小心;我建議你戒酒,唔好食得太飽,去城入面要小心,亦唔好將塵世嘅嘢帶返嚟寺院 .....687
92. 克制自己嘅意志係我哋最緊要嘅美德 .....687
93. 你喺所有事上都努力行善;勞苦雖大,賞賜更豐,所以要更加努力向前 .....688
94. 你哋知道我哋點解嚟到呢間修道院:咁就唔好做任何違背呢個目的嘅事。你哋而家就係咁做;但唔好令你哋嘅努力白費。– 2) 我關心 .....689
95. 我哋係基督嘅軍隊:務要預備好你哋嘅全副軍裝;因為仇敵從唔會瞓—就去打仗啦 .....690
96. 讓我們記住以前的自己、如何被呼召,以及現今的自己——並以言語,更以生活的公義,向神獻上感謝 .....691
97. 你哋無疑會因舍棄世界、殉道式嘅順服同對情欲同看唔見敵人嘅抗爭而承受永恆嘅福樂;所以,要堅定不移。 .....691
98. 我哋雖然貧窮,但上帝畀我哋所需;感謝祂;但我哋不可懶惰;而要各人按自己嘅呼召去工作;咁上帝就會令我哋嘅微少之物加倍 .....692
99. 教導並非徒然:它們喚醒沉睡者,並強化與指引清醒者 .....692
100. 治理好難;但為咗主,為咗我哋——祂喺十字架上甚至受苦到死——我都撐住;你哋都要撐住 .....693
101. 我哋被呼召要透過勞碌、艱苦同患難,得著罪得潔淨 .....694
102. 我賜福與你,因你真誠而成功地投入了團體生活 .....694
103. 嗰個世界嘅思想同感受、言行同我哋完全唔同:我哋將呢一切都當成好似喺天堂 .....695
104. 講係我嘅責任,聽係你嘅責任 .....695
105. 而家正值有利時機(春天);要控制好自己嘅身體 .....697
106. 讓我們懷著永恆喜樂的盼望,效法聖保祿的話語和榜樣,忍受一切 .....698
107. 而家係大齋期:所以各位都要按需要作好準備 .....698
108. 唔好畀自己變得懶散,要記住我哋係為神而勞苦,神會按我哋嘅熱誠同勤力嚟賞賜我哋 .....699
109. 切切實實、盡心盡力去追求那不屬於這世界的事:神必賜福給你 .....699
110. 透過你哋嘅團契,每個人嘅好處大家分享,大家嘅好處每個人都分享 .....700
111. 講道係為咗令你哋聽咗之後可以行正路,但你哋依然如故:所以唔好再咁唔留心同咁懶散 .....701
112. 我哋正喺進行一場屬靈嘅競賽:觀眾係邊個?跑手應該專注喺咩?邊個以身作則咁跑? .....701
113. 你已經立定咗正確嘅心志;但係呢樣嘢並唔能夠免除你而家正經歷住嘅敵人試探 .....702
114. 讓我們培養我們的靈魂,在屬靈意義上,行農夫耕種田地時所作的一切。 .....702
115. 棄絕一切慾望和憤怒,讓我們專心跟隨主,忠心履行我們修道生涯的職責。 .....703
116. 當有某啲人逃走嗰陣:要堅定不移,追求完美,小心唔好自作主張,就算做緊好事都要謹慎行事。 .....704

117. 再次逃走的人──如何避免这样的跌倒? .....704
118. 爭扎雖然短暫,但所獲得嘅報酬卻係永恆;罪中之樂雖然短暫,但所帶來嘅折磨卻係無盡:粗心大意者無可逃避。 .....705
119. 我哋已經出咗世,難怪喺世上受苦;但呢啲唔係對我哋有害,反而係對我哋有益。 .....705
120. 在我們的屬靈生命中,讓我們反映主在地上肉身生活的特質 .....706
121. 唔好有人自離,亦唔好對你嘅父失信心;亦唔好聽敵人──嗰個狡猾嘅惡之發明者──嘅說話 .....706
122. 旅客望住旅程嘅終點,甘願忍受一路上所有嘅艱辛;同樣地,我哋都要為咗天國忍受一切。 .....706
123. 在哪些事上我們應該彼此競賽,在哪些事上我們應該彼此爭取優越,而喺咩事上我哋應該彼此一致? .....707
124. 凡事要心裏面外面上無可指責 .....707
125. 遵守上帝誡命同我哋嘅規矩,效法先人嘅榜樣──大家齊心協力,同氣連枝 .....707
126. 放低塵世事物,追求天上事物,特別要對抗憤怒和慾望 .....708
127. 我好喜悅,因為你哋由分散之後再次聚埋一齊,並且安頓得好合適 .....708
128. 你哋過得好好;願你哋當中冇一個人品行不端 .....709
129. 佢邀請眾人為已經從監獄獲釋向神獻上感謝 .....709
130. 我哋因此舍棄咗一切,為咗討上帝嘅喜悅 .....709
131. 前往修道院途中,為自己祈禱,並請他們為神在他們勞苦中的幫助祈禱:因為收成 .....710
132. 佢勸蘇弗羅尼奧斯要確保遵守先賢所立嘅規矩:因為由此而來一切善,相反就帶來一切惡 .....711
133. 我哋嘅勞苦唔算大,但獎賞卻無可估量 .....712
134. 在一切事上都要無可指責,好叫你哋成為好酵母,影響你哋之後入修院嘅人;要時時把神、死亡同神嘅審判擺喺眼前,無論你哋係離世定係到嚟。 .....712
135. 努力,要銘記審判日同最終審判:喺呢個語境入面,概述咗美德行為,特別係對抗肉體慾望所需嘅方法 .....712
136. 透過提問佢哋有冇保持正當行為,以及有冇人偏離,提醒佢哋整個必備生活方式嘅全貌 .....713
137. 有關收割季節時履行職責、維持糧食供應及休息、如何過夜,以及一般行為處事的指示 .....713
138. 聽到弟兄姊妹有好消息,他就歡喜,並鼓勵他們更加努力,指出掌權者應該如何行事,以及所有弟兄姊妹應該是什麼樣子 .....714
139. 敬畏神同愛心會激發熱誠,並令人生喺正路上行;但冇呢兩樣嘢嘅人就會自暴自棄,行偏失路。 .....714
140. 祂為咗嗰啲打破誓言離開修道院嘅人而傷心,並以各種方式勸佢哋重返正路,堅守修道生活。 .....715
141. 呼籲人要擱下自己嘅理性同意志,並以信心委身於祂嘅引領,好叫我哋喺本應活出嘅生命中得著長久嘅成功 .....715
142. 祂邀請我哋喜樂,因為我哋過住貧窮、充滿艱苦同悲傷嘅生活,透過苦行,拋棄晒世上一切嘢;因為呢條路係通往天國基業嘅可靠道路 .....716
143. 佢將苦行生活比喻成擂台上嘅一場賽跑,並詳細指示點樣成功完成呢場賽跑,攞到獎賞 .....716
144. 1) 讓我們熱衷於每一種美德,並防範一切邪惡,尤其要提防那些看似良善的 .....717
145. 在團體服從中的一生忍耐;這才是真正的殉道 .....718
146. 趁住地震呢個機會,你提醒我哋末日嗰日天同地嘅震動,並就呢件事畀咗我哋指引。 .....718
147. 我哋要喺各樣美德上越嚟越有進步,勤力追求,遠離一切邪惡,並以天使般嘅善行裝飾自己,效法聖父哋嘅榜樣,懷住對偉大應許嘅盼望 .....719
148. 善難以灌輸到我哋心裏,而惡就更容易被接受 .....719
149. 祂責備向仇敵試探屈服並跌倒的人,勸他們要抵擋,並賜給他們對主幫助的盼望。 .....720
150. 透過界定我哋係邊個、我哋點解會喺度、我哋喺邊度,以及我哋將去到邊度,佢描述咗末日審判嘅裁決,同埋右邊同左邊嗰班人嘅命運,並提出一個有啟發性嘅教訓 .....720
151. 由世俗盛會中比賽者備戰方式,為參與屬靈、看不見的爭戰者引出教訓 .....721
152. 透過農夫、游泳者、商人同旅客嘅榜樣,佢激發人追求屬靈福氣嘅熱誠。 .....721
153. 解釋到為主勞苦有幾蒙福;並回想起弟兄們亦正為此目的,拋棄一切進入修道院,就用主嘅話激勵佢哋:「你哋尋,就會搵到。」 .....722

154. 回想做修道院長呢份職責有幾沉重,尤其一諗起要對每一個人負責,佢就求助。點樣求助呢?就係喺修道生活上取得成功。 ....722
155. 就如一位英勇嘅市民喺君王召喚去領賞嗰陣會歡喜,我哋嘅兄弟Chariton亦都好開心,因為佢已經畀主由呢度召去,而家正細味住佢喺修道院所做嘅功績同勞苦所獲得嘅難以言喻嘅天國福份。 ....723
156. 達爾馬提亞修道院選出了一位新院長,只因為他的謙卑。 ....724
157. 大齋期已到;並為外在與內在帶來秩序 ....724
158. 讚揚修道者,說他們棄絕塵世,遠離與肉身禁慾期相關的享樂與安逸,並被召以虔誠和公義事奉上帝,而therein 正藏着真實的喜樂與永恆的筵席 ....725
159. 提防自己;因為仇敵可能突然攻擊,將你哋毀滅 ....726
160. 「我喜悅弟兄們的整齊有序,喜悅一切都按規矩進行,並且人人對修院的供養感到滿足,」他補充道;「但這並非首要之務;最重要的是以一種方式生活,使人在死後能進入上帝的安息:一切都要朝此目標邁進。」 ....726
161. 我哋唱道:「我要領受救恩嘅杯」。呢杯就係接受殉道,對我哋嚟講,就係同自己嘅情慾作痛苦嘅掙扎 ..727
162. 描述亡者外貌並提到墓中可見之物;又簡述亡者所行之善——由此引申教訓,要保持身體與靈魂的純潔,好成為配得基督的新婦 ....727
163. 我哋嘅爭戰係對抗邪惡嘅靈,同佢哋嘅首領魔鬼 ....728
164. 神人——真修道者——的外在相貌 ....728
165. 引用使徒嘅說話:「而家就係蒙悅納嘅時候」,佢講,使徒藉此激起我哋對救恩工作嘅熱誠 ....729
166. 堅定於生命,忍受一切:因為當你被認為配得上那永恆的福樂時,你仍會後悔自己沒有更加忍耐 ....729
167. 我哋嘅爭戰係對抗邪惡嘅靈體 ....730
168. 當我哋行緊自己嘅路,唔好將眼睛放喺塵世同短暫嘅事物上;反而要將目光定喺天上同永恆嘅事物上:因為前者令我哋軟弱,而後者則令我哋充滿勇氣 ....731
169. 你哋係基督嘅士兵;你哋要時刻全副武裝——就係咁樣 ....732
170. 將靈魂的照顧比喻成照料葡萄園 ....733
171. 我哋要保持警惕,唔好走偏離誡命嘅道路,因為仇敵千方百計想將我哋推開;為咗成功做到呢點,我哋要守住自己嘅感官 ....734
172. 我哋每日嘅食糧就係行天父嘅旨意,按照苦行同修道服從嘅規矩生活 ....734
173. 培養靈魂唔使任何特別嘅時間或準備,唔似耕種土地咁:佢隨時都可以做,所需嘅就係抑制一切邪惡、培養一切美好嘅願望同決心。 ....735
174. 為咗棄絕世界,並以誓言進入修道院,你已蒙賜力量去過一個討神喜悅嘅生命,就向主——祂以行動而唔係言語呼召你——獻上感恩:正正喺呢點上,你已勝過世界 ....735
175. 當佢暫時離開時,佢會喺規例中向上司同屬下講清楚要點樣行事同生活 ....736
176. 堅強壯烈,仰望高天,以神聖默想如箭射退救恩的仇敵 ....736
177. 敵人透過佢嘅作為向我哋發動好多慾望嘅攻擊。我哋要穿戴齊全嘅神嘅軍裝去打仗 ....737
178. 你哋而家已經成功遵守咗大齋期,並獲得咗屬靈嘅果實……所以,要珍惜佢哋,同時緊緊咁留意自己 ....738
179. 唔好理會仇敵嘅誘惑:我哋嘅祖先聽咗佢,結果畀趕出伊甸園 ....738
180. 當我哋喺靈性同肉體都克制自己嘅時候,禁食就蒙上帝悅納;但如果淨係克制肉體,就會令祂不悅。 ....739
181. 努力遵守上帝的誡命和共同生活的誓言,你就會從主裡充滿無可言喻的喜樂 ....739
182. 你哋唔理我嘅教導,亦唔理我做父親嘅勸告,更唔理上帝嘅話語,仍然硬心不肯悔改:原因就係你哋放縱肉體,對得救毫不在意。 ....740
183. 你们中好多人已經係應該嘅樣子:咁點解唔係全部都係咁呢? ....741
184. 在共同修生生活中,苦行之道勝過一切:它效法基督。那麼,就好好跑完這段路程。 [31, 9] 站得穩,要有勇氣,並要堅持到底。 ....741
185. 透過將努力成為多結果實葡萄樹嘅人作比較,佢激起對結出美德果實嘅熱誠,並作結論。– 2) 我想令有啲人歡喜,亦將其他人引向 ....742
186. 謹記我哋點解要離開塵世、出家入寺,務要勤力精進,務求達到呢個目標,同時避開經驗所指出嘅絆腳石 ....742

187. 我哋都當和睦同行,各人務要卓越喺自己嘅美德,卻唔好貪圖自己嘅利益,亦唔好膽怯任何勞苦,因為我哋深信,為此我哋無疑會承受天國。 ....743
188. 就如仇敵欺騙咗我哋嘅祖先,佢而家都係咁,將惡偽裝成善 ....743
189. 如果經歷放縱自我慾望所帶嚟的惡果,仍未能教導我們節制, ....743
190. 對我哋嚟講好困難:仇敵到處設局想呃我哋;但係知道呢點,我哋要保持警醒,並且抵擋佢 ....744
191. 藉住忍耐,我哋會克服仇敵,並被認為配得上嗰啲難以言喻嘅祝福──就係殉道者為咗呢啲祝福而忍受折磨,而聖徒則忍受各種自我克制嘅嚴苛考驗。 ....744
192. 讓我們呼求,主必從罪惡的枷鎖和仇敵手中救贖我們 ....745
193. 銘記我哋生命嘅結局,務要熱心討好上帝,效法我哋列祖 ....746
194. 你好似一個好嘅花園,結住各種美德嘅果實:所以要小心,唔好令自己枯萎 ....746
195. 你哋要憑住你哋屬靈之父嘅名號被人識,並要按既定規則,以同一種修道精神生活 ....747
196. 講道講述最重要嘅事──靈魂嘅得救;所以,人要全神貫注、熱誠咁去聽 ....747
197. 喺戰時,士兵打緊仗嗰陣冇得休息;只有返到屋企先至有安寧 ....748
198. 我哋喺競技場上比賽:我哋要更加努力;否則就一無所獲。 ....749
199. 呢段說話列舉咗修道生活嘅美德同苦行善行,並鼓勵要喺當中力求卓越。 ....749
200. 讚揚咗弟兄哋嘅嚴謹修道生活,並指出當中嘅殉道元素之後,佢勸佢哋繼續保持,並保證將來佢哋會被列為殉道者 ....750
201. 畫出弟兄喺所有修道工夫上都完美之後,佢又補充話:我哋要永遠保持咁樣,各人喺適當嘅時候做自己嘅工夫 ....750
202. 棄絕你自己嘅意志,將自己獻上做犧牲畀上帝:凡事都要咁做,上帝嘅憐憫就會同你一齊 ....751
203. 我讚揚你哋拋棄晒一切,甘願行窄路 ....751
204. 遠避一切可能挑起不純慾望的事,忍受一切不愉快的事:因為這報酬是豐盛的 ....752
205. 在肉食節週期間,我們不可放縱情欲,反而要更深入研讀我們所閱讀的福音,並據此立志過更聖潔的生活,好使我們得以承受天國的基業。 ....752
206. 雖然我哋一直都處於禁慾嘅狀態,但係希望大家喺 upcoming 嘅禁慾期入面,都額外加把勁。 ....753
207. 有人遵守一條規矩,另有人遵守另一條;但願眾人有一件事相同:不可憑自己意思行事,要小心,不可讓仇敵從心思念想入面,並要無阻無礙地在各樣善工上興旺。 ....753
208. 透過實踐、耐心同恆心,四旬期嘅努力會變得容易;但最緊要係透過默想,因為正正係默想令嗰啲事物得以顯現 ....754
209. 首先,我哋要向神獻上感恩──為我哋嘅存在、為透過聖洗聖事成為神嘅養子、為修道生活,以及為喺聖像破壞者面前嘅見證 ....754
210. 以下可作為承擔禁食重擔的激勵:其有益處──同時卻保持和平與慈愛的心態;以及對承擔其艱辛者的偉大應許 ....755
211. 論和平與和諧;論對上帝的熱誠愛;論在追求得救上勤力的工作;以及一般而言,論正確的修道生活 ....755
212. 我按本份職責傳講道,但願講道能結出果效,請以你對講道的回應所達成的進展幫助我。 ....756
213. 死亡近在咫尺:我哋要預備自己。點樣?就係做所有嘢都為咗榮耀上帝;心志同一,互相尊重;節制我哋嘅情感;約束我哋嘅思想;並努力追求。 ....756
214. 你記住神,同時亦要記住死亡 ....757
215. 主賜給我們平安,叫我們 outwardly 同眾人和平相處, inwardly 則在自己心裏,靠著遠離情慾和良心痛楚,保持心靈的平安。 ....757
216. 人要聽教導,信咗之後,就要實踐佢所啟發嘅嘢 ....758
217. 既然已經從世俗、塵世同罪惡嘅捆綁中得釋放,就唔好再容自己返去。 ....758
218. 人要專心聆聽上帝嘅話語:因為所有屬靈嘅品格都係由此而生。 ....759
219. 我哋要舉行紀念禮,唔單止外表上,更要喺靈裡;──要記住我哋都要離開;並且因此得著感動,為我哋嘅離去作好預備 ....759
220. 大齋期結束令我哋與復活節面對面;但我哋整個人生,亦都與復活節面對面──唔係短暫嘅,而係永恆嘅,無可比擬地更好嘅 ....760

221. 就如植物界經過冬天後開花結果,靈魂亦然,歷經匱乏、悲傷與艱難後,在屬靈上綻放並結出屬靈的果實,藉此主得著喜悅與滋養 ....761
222. 列舉咗某啲人喺大齋期尤其擅長嘅苦行美德之後,佢又補充話:「就係咁樣永遠保持,唔好隨住時間流逝而改變。」 ....761
223. 呢件事提醒我哋一宗對眾人嚟講嘅考驗,而大家都堅毅地捱過。 ....762
224. 我哋唔好停止紀念主嘅受難同復活,免得畀自己嘅情慾所矇騙 ....763
225. 復活節已過,苦難期亦已結束;然而,復活的喜樂與主受難的紀念必須活在我们心中;使我们在有生之年,不活在自己里面,而活在为我们而死又复活的主里面。 ....763
226. 當我哋喺世上生活嘅時候,就要行事為人,好叫嗰啲急於誣衊我哋生活方式嘅人自覺啞口無言 ....764
227. 透過禁食,你哋已經積聚咗屬靈嘅福氣;而家要努力保持佢哋。 ....765
228. 唔好大意:因為死亡永遠喺身邊;死後就有審判同報應 ....765
229. 萬有受造之物都為基督復活而慶祝,以花卉裝扮,散發甜美香氣;我哋亦當慶祝呢個節中之節,從自己散發出屬靈香氣,因為我哋已透過各種美德喺內心培養出呢種香氣 ....766
230. 反思升天的主如何將我哋嘅本性高舉得咁崇高,我哋就唔好畀一個唔配嘅人生污糟佢。 ....767
231. 主嘅升天,令我哋嘅本性都得着高舉:我哋要尊崇呢份恩典嘅偉大,並以各種美德裝扮自己 ....767
232. 主應許要差遣另一位安慰者:呢件事喺五旬節應驗咗;呢件事真係一件大事 ....768
233. 諸聖瞻禮日。– 佢哋係邊個?所有殉道者:有啲係用鮮血殉道,有啲係透過自我犧牲。 ....769
234. 主日嗰日,願我哋藉住紀念主藉祂嘅復活賜畀我哋嘅福氣,作為我哋嘅教訓 ....769
235. 回憶有一個人,當佢將要死嗰陣,大聲呼喊:「我畀人嚇親!」,仲未講完就斷氣——由此得出教訓:要過一種隨時準備好面對死亡嘅生活 ....770
236. 讓我們警醒,以神的話語和盼望主突然降臨的心志維持這警醒,到時警醒的人就會被提上去與祂相見 ....771
237. 被分散。鼓勵我哋因此而喜樂 ....772
238. 而家就係收割嘅時候。我哋嘅屬靈收成就好似咁 ....772
239. 收割。人人勞碌而不疲倦:我哋都要咁做——各人都要喺自己嘅崗位上勤力工作 ....773
240. 平信徒過身時會立遺囑;出家人有時都會立遺囑;究竟係咩種類? ....774
241. 忍耐係最大嘅美德;佢係聖徒嘅道路;我哋都要喺呢方面出類拔萃。 ....774
242. 變容——將來時代的預表……我們本來受造,就注定要擁有那樣的榮耀和美善 ....775
243. 蒙福者西奈大宗主教邁克爾已離世:讓我們尊崇他的紀念,因為他仍然為我們轉求 ....776
244.佢由迦克敦聖若望嘅葬禮返嚟之後,讚揚弟兄姊妹一直保持良好秩序,並祝願佢哋永遠都咁樣 ....777
245. 筵席既平常又屬靈;買賣既平常又屬靈 ....777
246. 上帝差祂獨生子降世,作為醫治我們一切靈魂與肉身軟弱、賜下一切福分的恩主:祂在地上所行的事,至今仍繼續行着,人人可自行體會。 ....778
247. 而家就係收葡萄嘅時候:由此我哋學到一個教訓,因為我哋都係葡萄。 ....779
248.既然我哋已經領受咗成聖嘅恩賜,就要保守佢,尤其要遠避肉體嘅慾望;因為佢違背恩典嘅狀態,令我哋陷入奴役,並充滿恐懼 ....779
249. 觀察田地點樣播種,我哋要學識喺自己裏面播下屬靈品格嘅種子 ....780
250. 指出我喺基督耶穌裏面有幾大嘅福氣 ....781
251. 由佢嘅病,佢諗起死亡;由病痛嘅折磨,諗起永恆嘅折磨 ....782
252. 主顯節令我哋諗起主以肉身降世所帶來嘅祝福之偉大 ....782
253. 以色列人喺曠野漂流嗰陣,應許咗佢哋安息;但唔係全部人都入到。 ....783
254. 童貞勝過婚姻生活 ....784
255. 有幾多我哋嘅弟兄因為敬拜聖像而喺流亡中受盡折磨至死?佢哋係正教真理嘅見證。異端就冇呢啲: ..784
256. 我哋應該喺屬靈嘅安慰中慶祝節日 ....785
257. 人要效法聖父,但要效法同自己生活相似嘅人;否則就會有害 ....786
258. 解釋咗乜嘢係修道士之後,佢就繼續描述而家嘅修道士喺邊啲方面比唔上佢哋嘅前人 ....787

259. 謹記道成肉身所賜予我們的恩典,讓我們照祂的聖靈活出更新了的生命,遠離舊有的生活方式 .....787
260. 已經顯示出默想聖父輩生平如何復興我哋內心所有善念,並遠離一切惡行,佢就按各人嘅召命,邀請大家效法佢哋.....788
261. 按世人嘅心志所追求嘅一切都係短暫;只有美德先帶來永恆嘅喜樂.....789
262. 我們在由曠野到此地的旅程中,蒙主賜予了許多祝福:我們不但要以言語,更要以行動來感恩。 .....789
263. 讓每個人都全心全意地履行自己的職責,好似在神面前一樣 .....790
264. 佢哋打埋一齊:呢個暴露咗.....791
265. 佢又責備嗰啲爭吵嘅人;並──邀請眾人歸於和平,並從聖體聖事攞到靈感.....791
266. 有熱誠嘅人唔單止遠離惡行,連惡念都唔起:咁樣佢就可以得著神嘅平安,並透過神聖嘅默想嚟享受呢份平安.....792
267. 順服的行為是互相連繫的;正因如此,我們必須彼此幫助,並且隨時順服有權柄的人,絕不拒絕或拖延。 .793
268. 謝羅維節期間,放縱肉體感官的慾望,與基督教的精神背道而馳。 .....793
269. 逼迫在門口:讓我們以平靜的心面對,信靠上帝的幫助,並從因信受苦而得賞賜的應許中得著力量。 .....794
270. 再次,對橄欖節過度奢華及世俗生活的譴責,並感恩神已將修道者從此解救出 .....795
271. 大齋期結束咗嘈吵同閒話,並呼籲平信徒過一個虔誠嘅生活 .....796
272. 靈命之屋的建造,須比塵世之家更加謹慎 .....796
273. 大齋期已經過去。我哋制服咗肉身,令靈魂充滿美德,好令佢能討新郎基督嘅喜悅。 .....797
274. 有圖像破壞者嘅猛烈攻勢。佢哋堅守不移.....798
275. 不可與異端者交往.....798
276. 敘述喺保加利亞,虔誠嘅基督徒寧願殉死都唔肯喺聖 .....799
277. 宣報天使,即道成肉身經濟的開始,使我們有義務以屬靈方式慶祝之.....799
278. 在宣報節,他頌揚童貞 .....800
279. 逾越節係一個好令人嚮往嘅節日;但係屬靈嘅逾越節 .....800
280. 凡同基督受苦的人有福了;所以,我們要堅定信心,預備自己去受苦 .....801
281. 默想主嘅苦難,激勵我哋去分擔佢嘅苦楚 .....802
282. 主──祂本如是──竟要如此受苦,豈非奇妙? .....802
283. 我為你喺善行上嘅進步而喜樂.....803
284. 受傷後,我求醫治,而──看哪,我正對你講── .....804
285. 佢邀請我哋向神感恩,就算佢哋身處異鄉,神都用各種食物養活佢哋.....804
286. 人嘅誘惑係外在嘅,容易 .....805
287. 我哋嘅本性係懶散同好瞓。關於應許嘅話語就激發佢.....805
288. 現時嘅逼迫較輕;但我哋仍要忍受;而今代人因此值得稱讚。 .....806
289. 迫害係一份恩典:人要喺迫害中以配得呢份恩典嘅方式去生活;並詳細解釋咗點樣做 .....807
290. 我所見到嗰個人已經過身,同樣嘅事都會發生喺我哋身上;咁我哋點解仲要溺愛肉體呢?.....807
291. 我哋要不停歇、而且懷住熱誠去追求我哋嘅得救.....808
292. 我命令眾人要不懈地追求得救.....809
293. 我們要警醒,奮力爭戰,因為我們的仇敵多而且警醒不息.....809
294. 神差遣憂患同迫害作試驗;但試驗一完,祂就結束佢哋 .....810
295. 人無論幾罪惡,都可以悔改:例子.....810
296. 世上嘅人為咗微不足道嘅利益都肯忍受好多嘢,難道我哋唔應該為咗永恆嘅福份而堅持到底?.....811
297. 所有旅客都為咗盼望安息而忍受一切艱辛;我哋亦都應為咗盼望永恆嘅安息而忍受一切,好等神可以因我哋得榮耀.....811
298. 無論我點解,都仲有你哋當中嘅人坐唔定 .....812
299.聖提多不接受嗰啲因悔改咗偶像破壞主義異端,但之後又跌返轉嘅人送去修院嘅物資.....813
300. 讓我們忍受一切外在和內在的苦難,使用我們慣常的手段,尤以堅定不移的信心禱告為最 .....813
301. 仇敵環繞住我哋,隨時隨地突襲我哋:我哋必須保護自己.....814

302. 免得心思閒置而畀罪惡嘅念頭纏住,就要時刻專注喺神嘅心思上──默想神嘅屬性同作為、天使嘅階級、聖徒嘅居所,同埋呢個可見嘅世界:咁樣先可以保持靈魂嘅美善 ..... 815
303. 講到嗰啲離開寺院之後,跟住墮入邪見,變得墮落 ..... 815
304. 我哋要喺受迫害嘅時候特別警醒:因為就係嗰陣,仇敵先會最猛烈咁攻擊 ..... 816
305. 闡述律法與福音的誡命,並指出兩者之間的分別,且已說明不遵守其中任何一者的人都無法承受上帝的國度 ..... 816
306. 讚揚順服為最豐盛的行動,並責備那些不活在順服中的人 ..... 817
307. 講完教導嘅豐盛果效之後,佢就邀請大家一齊合作,喺神嘅居所入面互相建造── ..... 818
308. 我哋嘅生命就好似一場橫渡大海嘅航程 ..... 818
309. 昨日有國王嘅使者到嚟;我哋全部都嚇到好緊張,因為知道國王對我哋冇乜好感 ..... 819
310. 向前──向前──沿住美德嘅道路 ..... 820
311. 某人以恩典狀態離世:提供一個榜樣,教我哋要效法佢 ..... 821
312. 只有真正嘅修士先可以喜樂,因為佢哋唔受塵世煩惱所困,只專注討神嘅喜悅,並保持佢哋嘅潔淨 ..... 821
313. 地上生命短暫,自從第一次違背命令開始就變成咁 ..... 822
314. 一位兄弟突然離世:因此有此衷心勸勉,要預備好我們離去,並時時銘記於心,堅心行悅神之善工。 ..... 823
315. 當我哋保守信仰嘅同時,亦要喺好嘅生命度出類拔萃;特別係貞潔,仇敵喺呢方面對我哋發動最猛烈嘅攻擊 ..... 823
316. 佢讚揚修道士,稱佢哋為揀選嘅族類,同基督嘅軍隊 ..... 824
317. 有一個弟兄已經去世;另一個正彌留。難道我哋就 immortal ?– 所以,我哋要記住呢個時刻 ..... 825
318. 當佢聽到有新嘅逼迫即將因信仰而來,佢就表現出受聖靈感動嘅熱誠,準備忍受一切 ..... 826
319. 兩隻豹喺比推尼亞現身,擄人。呢件事令我諗起嗰啲隱藏嘅野獸四處遊走,想吞噬我哋。 ..... 826
320. 佢哋忙住處理塵世嘅事;但我哋關心自己嘅事,而呢件事高於一切 ..... 827
321. 末後嘅時候快到咗:我哋唔好偷懶 ..... 828
322. 時間所剩無幾,死亡近在咫尺:我們為何要徒勞地忙碌? ..... 829
323. 一位榜樣式嘅長老離世咗。讚揚佢嘅苦行同佢忍受破像派施加嘅酷刑之後……佢就教導弟兄姊妹──要記住死亡,遠離一切世俗事物,並激發熱心去追求所有美德。 ..... 829
324. 當被看不見的仇敵攻擊時,我們要投靠那能拯救我們的至高者;祂必保護我們 ..... 830
325. 就好似普通旅客一樣,我哋呢班喺地上朝聖嘅人,為咗追求我哋嘅天鄉,唔可以對任何嘢留戀,唔可以自找負擔,而 要直接向我哋嘅目標邁進,受到喺彼岸等候我哋嘅無可言喻福份所激勵,同時亦要警惕如果我哋未能抵達時所面臨嘅可怕後果。 ..... 831
326. 從仇敵的陷阱中,到哪裡可以尋得避難所?就遠離一切罪惡,遠離邪惡的思想和慾望。 ..... 831
327. 佢呼籲無條件服從:透過例子展示服從嘅好處同違抗嘅害處 ..... 832
328. 按照道成肉身嘅安排,如果基督徒已經預備好去面對死亡,死亡對佢哋嚟講就係喜樂 ..... 833
329. 克制自己嘅意志係最偉大嘅壯舉,係基督化同使徒式嘅,雖然而家唔係人人都識得欣賞佢嘅崇高。 ..... 833
330. 在那看不見的屬靈爭戰中,以盼望為本、無畏而有衝勁地與仇敵抗爭,永遠都佔上風:仇敵必從這樣的人面前逃跑。 ..... 834
331. 其他事情各有其時;但救恩的工作必須隨時留意 ..... 835
332. 指出修道生活嘅目標同追求,勝過其他所有身份同階級,而且──儘管有種種艱苦──仍然吸引所有人投入。佢邀請凡被認為配得者,要歡喜快樂、感謝主,並努力成為真正嘅修士。 ..... 835
333. 經常操練「死」的人,會加強對死亡的記憶;對死亡及其含義的記憶,會激起對神的敬畏;對神的敬畏會潔淨人心,除掉情慾 ..... 836
334. 佢責備佢哋停止坦露心意 ..... 837
335. 佢話自己愛弟兄姊妹,又深信佢哋都愛佢,就邀請佢哋為呢種情誼感謝上帝,並喺佢要嚴厲責備佢哋嗰陣,對佢有啲包容 ..... 837

# 第一卷

## *前言*

我哋喺向鍾意靈性閱讀嘅人提供呢本眾所周知嘅俄文《**菲洛卡利亞**》並其增補版時,認為有責任講幾句關於《菲洛卡利亞》究竟係乜嘢嘅話。

呢個詞係由佢嘅希臘文書名《**Philokalia**》翻譯過嚟,意思係「對美好、崇高、善良嘅愛」。本質上,佢體現咗「對主耶穌基督裏隱藏生命嘅闡述」。

真正嘅基督教生命,就係喺我哋主耶穌基督入面隱藏嘅生命,佢由上帝父神嘅美意開始,透過基督徒內住聖靈嘅恩典運行,喺主耶穌基督親自嘅引導下,按住各人嘅分量,展開同升到完美。 上帝嘅恩典呼召每個人過咁嘅生活;對每個人嚟講,呢個唔單止可能,仲係一種責任,因為呢個就係基督教嘅精髓。然而,被呼召嘅人唔一定都參與其中,而參與嘅人亦未必都達到同一程度。 蒙揀者深入其中,並於其各階段中攀升得更高。其顯現,就好似此境界所展開的豐富,與普通生活的現象一樣,同樣豐盛多姿。

如果喺度發生嘅一切都可以清楚明白、生動描述:敵人嘅攻擊同誘惑、掙扎同勝利、跌倒同重生、靈性生命各種現象嘅出現同鞏固、整體進展嘅程度同各自嘅心境、對自由同恩典喺萬事中嘅互動, 神嘅親近同遙遠嘅感覺,對神恩典全能嘅體會,以及將自己──確定而無可更改──安放喺主嘅右邊 , 同時放棄一切自己嘅做法,並投入持續而強烈嘅活動──如果呢一切, 同埋好多其他同真正在主裡生活息息相關嘅事,如果可以清楚又易明咁描述出嚟,就會呈現一幅既吸引又具啟發性嘅畫面──就好似環球旅行咁。

旅客會將沿途所有值得留意嘅事物寫成遊記。同樣地,神所揀選嘅人──佢哋喺靈命旅程中向四面八方探索──亦都將喺呢段艱辛旅程上所遇到同經歷嘅一切,寫成筆記。 但呢兩種筆記嘅命運同目的就唔同。冇得親身出門旅行嘅人,只要坐定定,都可以透過睇其他旅客嘅遊記,對異國他鄉有個大概嘅印象同概念,因為無論喺邊個國家,各種生物嘅生活方式都或多或少相似。

但係,關於靈性生命嘅體驗就唔係咁。只有行緊呢條路嘅人先至明白。未踏上呢條路嘅人,對此完全係一門未知嘅學問;就算踏上咗,亦唔係人人都即刻可以明白。隨住佢哋繼續前行,深入靈性嘅領域,佢哋嘅概念同思想先會變得愈嚟愈清晰。 當一個人自己喺靈性生命嘅經歷愈多,聖父喺佢哋著作入面記錄嘅體驗所帶出嘅見解,就愈加清晰易明。

然而,聖父輩著作中對靈性生活各種表現的描述,對一般基督徒而言並非徒然的恩賜。 佢令每個人明白,如果佢哋未曾經歷呢度所描述嘅事,就代表佢哋為自己建立嘅生活方式──儘管佢哋嘅基督教良心對此感到安寧──都未係完全完美嘅狀態,唔係冇更好嘅可望、冇更高嘅可去。 如此闡明,無不激起人追求進步的熱忱;無不引領人向前,指出比現有之物更美好的一切。

對於已經踏上追求更好、更完美道路嘅人嚟講,當佢哋喺懷疑同困惑嘅時候,冇現成、經過驗證嘅指引可用,甚至連呢個指引都遇到無法克服嘅困難,令佢哋無法作出可以消除所有遲疑嘅最終決定,呢段話就提供咗必要嘅指引。 喺某啲情況下,知道點樣同喺邊度落腳往往非常重要,否則就可能犯錯。而喺呢度,一句帶有慈父般嘅箴言驅散黑暗,好似夜空入面嘅閃電咁照亮一切。

一般嚟講,呢度係一個靈性溫室,信徒喺閱讀有關靈性生命現象嘅指示時,以心靈同情感進入其中;喺度,佢哋受到靈感沉思嘅具體影響,會覺得喺呢啲時刻,自己正喺一個明亮而賦予生命嘅異質氛圍中翱翔。 呢啲就係喜悅嘅時刻──正正喺呢啲時候,靈命之樹上嘅各種新芽通常都會生根茁壯。 所以,凡經歷過此者,一旦得閒,便急不及待地去尋找有關靈性生命嘅描述,就好似好貪利者急忙前往有利益可圖嘅地方,好似好貪歡者急忙前往可享樂嘅地方。咁做嘅時候,佢哋往往好渴望吸入嗰股令人振奮同鼓舞嘅靈性之氣。

但呢件事唔係無謂嘅好奇。唔係,呢件事對我們靈命嘅成長同福祉至關重要。正因如此,真基督徒自古至今,都一直有需要將教父關於靈性生活嘅著作隨手可得。 但雖然對呢種需要嘅體會值得讚揚,同樣重要嘅係,要有責任同能力去滿足佢。呢種需要一直都得到滿足,一方面透過出版呢啲著作嘅完

整版本──例如聖馬卡里奧、聖以撒、敘利亞嘅聖以弗列姆、*梯度*嘅作者同其他人──另一方面就係透過從佢哋作品中節錄而成嘅選集。

當中最著名嘅,就係《多布羅留比耶》(**Dobrotolyubie**),被視為當中最優秀嘅一部。 而家好明顯知道乜嘢係《多布羅托利وبى耶》。佢畀咗我哋聖潔清醒嘅言詞同原則,即係講內在靈性生命嘅完整論著同簡短言論,連埋所有典型嘅表現同實踐。 呢本書係為咗滿足嗰啲熱衷於靈性進展嘅人嘅靈性需要而編嘅。讀過佢嘅人都知道《善愛》入面藏住幾多靈性智慧嘅寶藏:佢哋讀佢、享受佢。

然而,雖然佢哋喺閱讀中獲得喜悅同造就,但佢哋都坦承遺憾,因為書中好多內容仍然難以理解──唔係因為內容高深莫測,而係因為譯本已經過時。因此,重新翻譯呢本書嘅需要就顯而易見。 呢個需要早就被認識到,而且喺某程度上已經得到滿足 ,因為《基督教閱讀》自出版伊始就刊登咗相關譯文,亦有出版《愛德》部分文章,例如聖馬克西姆(論愛;見希臘文本《愛德》), Hesychius,同大馬色嘅彼得。

呢個選集嘅編者最初只係想檢查已經翻譯過嘅內容,完成仲未翻譯嘅部分,並為讀者提供完整嘅俄文《Dobrotolyubie》,結構同希臘文本一樣。 但佢後來得出結論,認為我哋需要將《善愛》嘅範圍擴展到超越希臘文本嘅範疇。 因為,雖然希臘文《德行愛》比斯拉夫文本更為完整,但仍未包含聖父輩賜予我們的全部靈性生活指南,而我們又希望將這些內容提供給喜愛此類讀物的人,以供他們受益和安慰。因此,本集只是擴充了的同一《德行愛》。

我哋呢個新彙編就沿住舊版《德布羅托魯比耶》嘅腳步。不過,如果發現某位聖父所收錄嘅文章並非佢唯一嘅著作,佢仲有其他關於靈性生活嘅作品,就會一併檢視;如果認為合適,就會一併收錄。同樣地,當佢哋發現喺嗰啲採錄文章嘅教父之中,仲有其他教父留低咗關於靈性生命嘅著作,就亦都用嚟豐富呢個新集。因此,喺之前嘅《Dobrotolyubie》入面,只收錄咗聖安東尼嘅170章教誨;而新集就連同佢其他嘅著作都一併收錄咗。 聖馬卡里奧喺嗰度就冇收錄(由佢嗰度,Metaphrastus 嘅150章指示轉述有收錄:我哋嘅「7言」)。喺呢度,佢嘅指示用佢自己嘅原話,以比較有系統嘅次序呈現。 喺隱士以賽亞度,淨係收咗27章──簡短嘅箴言。喺呢度,佢所有已知嘅29句箴言都用新嘅希臘文翻譯收錄咗。對Evagrius同埋苦行者聖馬可都係咁做。喺即將出版嘅文章集裏面都會咁做。

呢個就係編撰新版《Dobrotolyubie》嘅方法。佢會跟隨上一個版本嘅例子,同時補充入面嘅內容,務求唔令鍾意呢類讀物嘅人錯過任何可能對引導佢哋過合乎上帝心意生活有幫助嘅材料。至於文章嘅收錄方式,我哋認為有必要聲明,唔係所有著作都會全文收錄。 好多內容以節錄形式呈現會更加方便。有時會按系統性次序排列,有時則無特定次序,以個別格言形式出現。然而,教父們的教學本身,都會以他們原話呈現。現將《Dobrotolyubie》新版第一卷呈獻給讀者。內容包括:

1) 聖安東尼著作;2) 聖馬卡里奧斯講道摘錄;3) 隱士以賽亞言行錄;4) 苦行者聖馬可教誨;5) 修士伊瓦格里奧斯著作。喺《Dobrotolyubie》希臘文版入面,文章都係按呢個次序出現。 喺我哋呢個版本入面,聖卡西安(St. Cassian)原本喺伊瓦格里奧斯同聖馬可之間,已經移到下一個卷。我哋誠摯咁呈獻呢個選集,希望所有鍾意靈性讀物嘅人,都可以喺入面搵到編者想傳達俾佢哋嘅內容。

# 聖安東尼大聖

## *幾句關於聖大安東尼生平同著作嘅話*

聖大安東尼喺曠野首創苦行獨居生活,佢一生體現咗呢種事奉上帝嘅理想,同時亦示範咗基督教所講,只要每個靈魂願意,就可以喺塵世追求完善境界嘅道路。 聖安東尼嘅生平由聖大馬加(見佢嘅著作第三卷)所描述,並幾乎完整收錄喺我哋嘅《切提米內》一月十七日條目。 想知道詳情嘅人,應該參考嗰個來源。喺呢度,只係概述佢一生嘅大略。聖安東尼自細就已經顯露出上帝對佢完成呢份工作嘅召命。 佢性格沉靜、心腸溫柔,又鍾意獨處,所以唔參與同輩嗰啲嘈吵玩鬧,亦都喺屋企喺父母嚴密嘅照顧之下,父母視佢為掌上明珠。就咁,佢喺同世隔絕嘅環境中長大,除咗去教堂,幾乎冇踏出過屋企。聖安東尼有咁嘅性格同生活方式,洗禮時所領受嘅神恩就可以無阻無礙咁滋養佢嘅靈魂,而唔使佢刻意努力。正如聖亞他那修所講,佢喺細個時候自然而然就嘗到按神意生活嘅甘甜,並被神聖嘅渴慕之情所點燃。 因為屋企冇人阻撓佢過呢種生活──父母都同佢一樣有呢份心志──聖安東尼喺父母未過身之

前,都冇想過離開,而《聖安東尼傳》就講到,佢父母替佢分擔咗每日生活上必然要面對嘅種種瑣事。但當父母過身歸於天主後,身為長子,他便要承擔管理家務及供養妹妹的责任。這使他 immediately 體會到過神聖生活與充滿塵世憂慮生活的巨大差異,並為他想拋棄一切、專心事奉天主的心願奠定了堅實的基礎。 喺呢種心境下,佢喺教堂聽到主嘅話:*「如果你想完美,就去賣晒你嘅家產,分畀窮人,咁你喺天上就有財寶。」*(馬太福音19:21)──之後又有一句:*「唔好為 tomorrow 憂慮。」* (太6:34),並以神之印璽印證此志;因為在那些話語中,他聽見神對良心疑問的回答,同時也聽到神對實現他心靈深處隱秘願望與渴慕的命令與祝福。 — 佢下定決心,堅定不移,將所有財產都送咗出嚟,開始只為神而活。聖安東尼喺佢苦行生涯嘅頭幾年,就同當時其他苦行人一樣,向佢哋學習一切。 眾所周知,苦行生活即係要捨棄一切世俗牽掛,專注於*「點樣討主喜悅」* (林前7:32),自神嘅教會成立伊始,就作為其結構中嘅基本必需而確立,並由聖使徒們制定咗其最初嘅根本律法。 但最初,嗰班自稱修道者──即係放棄咗世俗同塵世煩惱嘅人──都留喺自己屋企,淨係退到一個偏僻角落,專心禱告、默想上帝、禁食、守夜同埋各種苦行。 然而,隨着基督教喺範圍同信徒人數上不斷擴展,好多苦行者開始離開屋企,退到城鎮或村莊外面,喺曠野過着隱居生活──或者住喺天然洞穴、荒棄嘅墳墓,或者專門為呢個用途而建嘅細小修房。 到聖安東尼嗰陣,最虔誠嘅苦行者都主要係咁樣生活。偉大嘅聖安東尼亦都好渴望向佢哋學習。苦行生活嘅開始,就係見習期。聖安東尼為咗效法同服從嗰啲苦行者,就經歷咗呢段時期。 – 初學階段的要旨,在於在心中建立基督教美德,並在最有經驗者的指導下,吸收苦行生活的實踐。聖安東尼已透過教養獲得基督教美德;現在他只要學習的是,對於那些志願與神同在的人而言,哪些行為是必要的,以及如何去實踐它們。 為咗呢個目的,佢會去探訪當時出名嘅苦行者,問佢哋點樣做,學返嚟,然後拎住呢啲知識,好似攞咗獎品咁,返去佢嘅隱居處。 正如聖阿他那修所觀察,他好似一隻智慧嘅蜜蜂,到處採集屬靈嘅蜂蜜,儲存在心裏就好似喺蜂房入面。向一個人學到嚴守禁慾、赤身而眠、長時間嘅守夜; 從另一個人,他學到咗無疲倦嘅祈禱、對思想嘅專注同對上帝嘅默想;從第三個人,他取咗勤力、對規矩嘅忠誠同耐性嘅榜樣;從所有人,他汲取咗同樣堅定嘅基督信仰同對眾人嘅兄弟之愛,努力將他所遇到嘅每位長老最卓越嘅品格融合喺自己身上。 無人唔將自己嘅生命同其他人比較,又冇外在指引,就可以達到苦行生活嘅最高境界。聖安東尼將生命交託畀呢啲長老,喺佢哋嘅指引下,佢踏上咗一條通往完美嘅堅定道路。 佢喺呢段初學時期過咗十五年,住喺村外嘅一個墳墓度──起初唔算太遠,後尾就去咗更遠嘅地方──有位對佢誠懇嘅村民會帶住麵包嚟探佢,呢個就係聖安東尼唯一嘅食糧。 —同埋做手藝:聖安東尼靠自己雙手勞動為生。佢將所有時間都分做手藝、祈禱同研讀聖經中神聖真理:有一次佢心靈沉重、意志低落,向佢显現嘅神嘅使者就喺呢啲追求上堅定咗佢。 至於當時佢嘅生活點樣,我哋引用索佐門(《教會歷史》卷一第13章)嘅見證,佢咁寫聖安東尼: 「佢發現,雖然有德嘅生活一開始可能好困難,但習慣咗之後就會變得愉快,所以佢就設計咗愈嚟愈嚴苛嘅苦行,日日都更加節制;就好似永遠都係重新開始咁,為佢嘅熱誠注入咗新嘅活力; 佢透過勞作克制肉體嘅慾望,並以對神聖事物嘅憎恨武裝自己,對抗靈魂嘅情慾。佢嘅食物係麵包同鹽,飲品係水,進餐時間係日落; 然而,佢經常兩日或以上唔食嘢;佢可以話整晚都唔瞓,用禱告去迎接新一天,就算真係瞓,都只係一分鐘;佢大部分時間都係瞓喺光地,只以大地做床。 佢唔准自己抹油、洗澡或者享受其他安逸,因為呢啲會令身體變得軟弱。佢受唔到閒置,幾乎成日都有工做,一日 。聖安東尼行嘅就係咁艱苦嘅路。但眾所周知,呢種生活唔會冇鬥爭,就好似冇陰影就冇光亮一樣。 如果我哋心入面冇罪,亦冇敵人,善就會自然喺我哋心入面展開,無阻無礙。但因為罪同敵人同時存在,並且都想控制我哋,冇人可以唔同佢哋抗爭就自由前行。—我哋要削弱佢哋,並克服佢哋,先可以自由前進。 冇咗呢啲,佢哋都會阻礙任何想行正路嘅人嘅進度,無論佢哋係邊個。呢就係點解神嘅恩典喺聖安東尼嘅靈入面運行,帶領佢投入戰鬥,透過好似喺火爐入面鍛鍊金子咁樣考驗佢,好加強佢嘅道德勇氣,並畀恩典自由咁發揮。 仇敵得以侵入,而修道者則靠隱藏的幫助得以支撐。聖亞他那修斯詳細描述了這場鬥爭。他說,仇敵的箭矢非常勁力;但那英勇的戰士毫不遲疑地將它們全部撥開。 起初,敵人想令佢動搖,令佢後悔離開塵世,一方面提醒佢高貴嘅血統──似乎無謂地被拋棄──佢龐大嘅財富──似乎白白浪費──同埋一切生活嘅舒適──似乎都係徒然地被拒絕, – 尤其係佢個妹妹,俾人拎晒嘢,喺陌生人手上,冇咗佢嘅撐腰、照顧同安慰 – 另一方面,就係佢踏上嘅呢條艱苦殘酷嘅人生路、佢身體本身陌生又脆弱,似乎頂唔順呢啲折磨,仲有呢條生命嘅漫長, ——似乎永遠都見唔到盡頭——離群索居,冇人安慰,喺無休止嘅自我懲罰之中。 敵人就用呢啲誘惑,挑起咗一場猛烈嘅心魔風暴;但佢唔單止被聖安東尼堅定不移嘅志向同決心所驅逐,更被佢對上帝嘅堅定信念所征服

──相信佢所拋棄同所忍受嘅一切　都比唔上上帝為棄絕塵世者預備嘅無盡福份,因為人一旦擺脫晒塵世同物質嘅枷鎖,就更容易討佢歡心——甚至佢因不斷祈禱,將最甜美嘅屬靈安慰引進心靈,敵魔都畀佢摔落塵埃。 喺呢方面被擊敗後,敵人就從另一個──一個佢一向用嚟擊倒年輕人嘅──戰場發動攻擊,並透過肉體慾望同佢纏鬥,晝夜折磨佢。　呢場掙扎好激烈又好持久,連外人都留意到。仇敵灌輸污穢嘅念頭,聖安東尼就用祈禱去驅逐;仇敵用烈火焚燒佢嘅肢體,聖安東尼就用禁食、守夜同各種自我折磨去熄滅; 前者夜晚化身為女,千方百計勾起誘惑;後者則以憂傷為樂,並透過對來世美好嘅思索,以及對主耶穌基督令我哋本性得以尊貴嘅深刻體認,驅散咗呢種欺騙性嘅誘惑; 咒詛者由享樂中喚起甜蜜感,而蒙福者則以永恆之火中嘅可怕苦楚同無盡蟲蝕嘅感受相對抗──並喺其中安然無恙。 呢啲攻擊嘅煩擾同可憎本性,最終喺呢位掙扎者心裏面,種下咗對所有污穢衝動嘅憎惡同對佢哋嘅憤怒,仲夾雜住強烈嘅厭惡感;咁就剝奪咗敵人任何可能嘅接近,甚至連遠遠都無法用呢種方式去誘惑或者打擾佢。　因為對激情衝動嘅厭惡同憎恨,就好似一把烈火箭,灼傷敵人。　就係咁,嗰個極具狡猾嘅敵人,即使喺呢件事上,都畀呢位懷住熱烈肉身嘅年輕人打敗,佢只好羞愧地撤退,因為主自己幫助咗神嘅僕人,為咗我哋而取了肉身,並喺其中摧毀咗敵人所有嘅能力,正如每位真正嘅苦行者所承認,佢哋同使徒一齊講: 「不是我,乃是同我在这里的恩典。」(林前15:10)然而仇敌的箭矢尚未用尽。 敵人見到神保護呢位年輕戰士,又知道呢份保護只賜畀謙卑者,就策劃喺佢心入面挑起驕傲同自負,好剝奪佢嘅保護。為咗呢個目的,佢化身為一個細細嘅黑人細路,裝作好謙卑咁對聖安東尼講:　「你打敗咗我,」──敵人以為自己已經贏得勝利,聖安東尼就會因此而自滿,從而激怒幫助佢嘅上帝。但聖安東尼問佢:「你係邊個?」佢答:「我係淫亂嘅靈,職責係煽動慾望,引領人陷入肉體罪惡。」　「我誘惑咗好多曾立誓保持貞潔嘅人;我令好多長期克制肉體慾望嘅人跌入陷阱;但係透過你,我所有嘅陷阱都被撕裂,我嘅箭矢都被折斷──而我被打倒咗。」跟住聖安東尼向佢嘅救主上帝獻上感恩,大聲呼喊: 「主係我嘅幫助者;我要望住我嘅仇敵」(詩篇117:7),跟住佢無畏咁望住仇敵,講:「我嘅神容許你以黑色嘅形象出現,好讓我睇到你邪惡意圖嘅黑暗──又以少年嘅樣貌,好讓我見到你嘅無力。」 所以,你值得一切輕蔑。聽到呢番說話,嗰個魔鬼好似畀火燒到咁,即刻逃走,再冇膽量接近聖安東尼。克服情欲會令人更接近無情;而無情愈能確立,就愈能帶嚟心靈嘅平靜: 並帶來內心嘅平靜,同時帶有因祈禱同默想上帝而賜予嘅甜美「 」感官體驗,喺心入面激起靈性嘅溫暖,呢股溫暖匯聚咗靈、魂、體所有嘅力量,帶領人向內,當佢喺度安居落嚟,就會感到一種無法抗拒嘅需要,要同獨一嘅上帝獨處。 呢種向神 irresistibly 吸引入內嘅感覺,就係靈性成長嘅第二階段;而聖安東尼而家就已經踏入呢個階段。　到而家為止,佢大部分時間都係一個人度過;但係,佢喺村入面嗰位真心嘅朋友經常會嚟探佢,而佢自己亦會時不時去長老嗰度,或者去村入面嘅教堂參加宗教儀式,特別係禮儀。儘管佢點樣嘗試去阻隔,都總有一種分心嘅感覺伴隨住佢。　聖安東尼嘅靈魂,喺內心變得疲倦之後,開始要求完全嘅隱居,好想乜都唔見、乜都唔聞。正如之前所講,靈魂會自行透過直接嘅苦行道路達到呢種狀態;但係,呢個轉捩點會因為某啲強烈嘅自我否定衝動而加快,並獲得決定性嘅推動。 聖安東尼就喺魔鬼明目張膽嚟攻擊佢嗰陣,搵到咗呢種衝動嘅機會。魔鬼因為冇法再透過已潔淨嘅靈魂入面嘅思想去行動,就開始由外面出手;佢哋會顯形,向修道者展示任何佢哋認為可以傷害佢或者動搖佢好意念嘅嘢。 ── 但係,上帝嘅恩典為咗修道者嘅靈性成長而容許呢件事發生,從而為佢開闢通往更高層次嘅道路,同時又賦予佢日後對嗰啲試探者本身行使權威嘅權利。聖安東尼就 precisely 係經歷咗呢件事。 呢段記載中最緊要嘅時刻,就係聖安東尼喺村入面教堂門廊醒返,奄奄一息,對住朋友講:「扶我返去我嘅隱士洞。」透過呢句話,佢表達咗為咗生命而向死亡投降,因為佢知道,呢種生命先係討神喜悅嘅唯一生命。　呢件事等同於實際上為主而死:因為佢為此作好咗完全嘅準備。為主而死、討佢喜悅嘅準備,係一柄所向披靡嘅武器:擁有呢種武器嘅人,仲有咩可以畀人誘惑或恐嚇呢?呢種準備被視為苦行嘅起點,同時係整個修行過程嘅力量源泉。 主兼救主──我哋苦行嘅榜樣──喺祂地上生活嘅每一日都面對死亡,但喺客西馬尼園嘅禱告掙扎中,祂最終以祂嘅人性戰勝咗死亡;祂喺十字架上嘅苦難同死亡成就咗嗰度所講嘅一切。　之後跟住三日嘅安息,然後先有光榮嘅復活。所有跟隨主腳蹤嘅靈魂都行呢條路。　第一步就係自我否定;無論佢嘅開始幾微小,都一定包含咗一啲為死亡作好準備嘅成分。跟住,自我否定會成長──呢份準備亦都會隨之成長;或者講得更準確,呢份準備就係自我否定嘅精髓。 凡是達到救主在客西馬尼園中擁有之準備程度者,其靈魂將即刻升上十字架,並經歷一個屬靈的安息,隨之而來的是在主耶穌的榮耀中屬靈的復活。 ──呢就係聖安東尼嘅靈裡而家 precisely 成就咗嘅。佢叫朋友唔好再帶佢返去嗰度受折磨,證明佢嘅靈同救主喺園中禱告後對門

徒講*「我哋走啦,睇,出賣我嘅嗰個已經近咗!」*嗰刻嘅靈一樣。 – 緊接住,佢就退隱去偏遠嘅曠野,喺度用沉默度過咗二十年──喺靈性上,呢段日子就好似佢嘅被釘十字架同遵守安息日咁。 聖安東尼一從魔鬼施加嘅折磨中恢復,就出發去到離有人居住地方兩三日路程嘅沙漠,喺度將自己關喺一座又舊又荒廢嘅神廟入面,嗰度有口水井,而佢嘅朋友每隔六個月就送一次麵包畀佢。 冇人見到佢喺度經歷咗啲乜嘢艱辛同壯舉,亦唔知發生咗啲乜嘢事。但由佢出嚟嗰種狀態,可以斷定呢段時間係聖靈塑造佢心靈嘅時刻。呢度發生嘅,就好似毛毛蟲蛻變成蛹嗰種變化。 冇人見到佢喺呢段時間發生咩事:睇落好似停咗擺。但係,同時大自然賦予生命嘅力量正喺佢入面運作──到咗適當時候,一隻美麗嘅、色彩斑斕嘅蛾就由蛹度飛出嚟。聖安東尼亦都係咁樣。 冇人見到佢當時發生緊乜嘢;但係,神嘅聖靈──祂對所有人嚟講都係隱藏嘅,甚至連安東尼自己大部分時間都唔知道──正喺佢裏面塑造一個新人,按造物主嘅形象。當呢個重造嘅過程完結,佢就受命出去牧養信徒。於是,佢穿戴住聖靈豐盛嘅恩典恩賜,出去事奉。 就好似基督喺父嘅榮耀裏面死而復活,聖安東尼而家都喺聖靈裏面踏入咗一個更新嘅生命。咁,聖安東尼嘅靈性塑造就完咗。佢之後嘅一生,無非就係承載住喺生命頭兩個階段所播種嘅種子所結出嘅果實。 呢就係第三個階段,佢為教會利益而事奉嘅時期──可以話係佢嘅使徒職務。呢項事工究竟有幾咁豐碩同深遠,任何人都可以從聖亞他那修對佢生平嘅記載中睇到。佢以所有恩典嘅才華事奉。究竟有咩恩賜係佢冇擁有嘅呢? ──有行奇事之恩、制伏鬼魔、大自然力量同野獸之恩、辨別心思之恩、遠視之恩,仲有啟示 同異象之恩。但喺所有呢啲恩賜入面,最豐盛同最遠近馳名嘅,就係言語之恩。──佢就係用呢個恩賜,多過其他任何恩賜,去服侍佢嘅弟兄姊妹。 聖亞他那修寫道,上帝賜給聖安東尼一句強而有力、直透心靈深處的話語。他能以如此強大的力量演講,利益眾人,以至於許多貴族──無論軍人或平民,身家財富豐厚者──都拋棄了世俗生活的重擔,成為修道士。 的確,有邊個帶住憂傷去到佢面前,卻冇帶住安慰返去?有邊個帶住眼淚為死人嚟,卻唔即刻停止啼哭?有邊個帶住忿怒嚟,卻唔將嗰份忿怒化作柔和? 有邊個出家人,沉溺於懶散之後, visiting 佢之後,唔再熱誠同堅定咁修持?有邊個後生仔,見到聖安東尼同聽佢講嘢之後,唔放棄世俗享樂,開始鍾意清淨? 有幾多已經有未婚夫嘅處女,只係遠遠望咗聖安東尼一眼,就加入咗基督新娘嘅行列?由呢個見證可以睇到,聖安東尼並冇保留佢嗰份由上帝賜予嘅智慧之源。事實上,人哋主要都係嚟聽佢講道,領受真理之道,同埋搵到所需嘅指引。佢就跟隨使徒嘅榜樣,教導、責備同勸勉每一個人。有時佢嘅講話滔滔不絕,好似聖亞他那修喺佢嘅傳記入面保存落嚟嗰啲;有時佢又講唔係好長嘅講道,好似佢嗰二十句簡短嘅說話;但大多數時間,佢都只係用簡短而精煉嘅箴言,充滿意義同力量。 呢啲無數嘅簡短言句,後來靠口耳相傳,好似形成咗一條活生生嘅苦行守則,最終亦收錄喺教父名言選集入面。 有時聖安東尼亦會寫信畀佢嘅屬靈兒女──各修道院嘅修士,喺信入面佢或描述喺基督耶穌裏面嘅生活概況,或就弟兄姊妹嘅具體軟弱提供指引。 凡出自聖安東尼之口並被記錄下来的言論,以及他親筆所寫的一切,都為追求德育的靈魂提供豐盛的養分。除了收錄在他傳記中的長篇講道外,二十封寫給修道者的書信亦流傳至今, 20篇關於德行與罪惡的短論、170章關於道德行為的文章、他給修道士的規矩連同兩篇附錄,以及無數關於他的言行錄和傳記──這些內容總能啟發並教導人心──散見於各聖教父著作之中。 佢嘅書信同言行錄翻譯成俄文,喺《基督教閱讀》早期出版──當中嘅章節係《慈愛》嘅一部分,而箴言同記載就構成《可紀念故事》嘅第一部分。 喺原文入面,呢啲全部都可以喺《Patrologiae graecae》第40卷──即Migne版本──度搵到同閱讀。呢個收藏入面所收錄嘅所有內容,都係由此翻譯過嚟。以下係提供畀鍾意呢類閱讀嘅人士參考:

**1.** 書信同講道摘錄。第1至15點取自聖亞他那修所著《聖安東尼傳》。第16至68條指示取自教宗嘅書信。第69至82條指示取自佢對僧侶嘅20篇講道。

**2.** 170章關於良好道德行為。

**3.**隱士生活規則。 喺Migne嘅《Patrologiae graecae》第40卷1065頁,就列出咗《Praecepta Antonii》80條。之後係佢自己嘅《Spiritualia documenta regulis adjuncta》同《Admonitiones et documenta varia》,兩者明顯都係對之前嗰條規矩嘅補充。 因為所有收錄喺呢啲標題底下嘅言行錄,無論內容定風格都一樣,所以將佢哋集中喺度,並根據隱士生活嘅自然流程,以「隱士生活規則」為題,歸納喺特定嘅標題之下。

**4.** 大聖安東尼的言行錄及有關他的記載。大量此類言行錄及記載收錄於《Dosto-pami》。 故事;但除此之外,另有一批引自同一《Patr. graec.》第40卷及我哋嘅《字母式父祖傳記》;又有一批由

Cassian引用;仲有幾則散見於唔同嘅教父著作選集入面。與其隨意喺發現到嘅地方拼湊出嚟,不如按一定次序,同之前嘅規則一樣,喺呢度排列。　呢部分由有關棄絕塵世嘅言行開始,因為呢個就係苦行生活嘅起點;之後就按隱士一生嘅次序,排列其他所有言行同故事。

**5.** 門徒的問題同長老對聖安東尼大聖某啲言行嘅回答。

## 聖大安東尼的指示。

### 1. 關於基督生命的教導,取自聖亞他那修斯傳記、其二十封書信及二十則言行錄

**1.** 眾人首先要關注嘅,就係既然開始咗,就唔好放鬆或者灰心,亦唔好講:「我哋已經做咗好耐啦」。反而,要好似每日都重新開始咁,更加努力。　整個人生同將來嘅永恆相比真係好短,我哋擁有嘅一切同永恆生命相比都算不得嘢;所以,雖然喺呢個世界每樣嘢都按價值賣,每個人都用同類嘢交換,但永恆生命嘅應許卻只係用微不足道嘅代價就買到。　因為經上寫住:*「我哋年紀最多七十歲;就算有氣力,最多八十歲;但係呢段日子只不過係勞碌同患病。」*(詩篇 89:10) 所以,即使我哋為呢場爭戰堅持咗八十,甚至一百 trope年,我哋都唔會只係作王一百 trope年;相反,我哋會永遠作王。而且,喺世上勞碌之後,我哋有應許話我哋嘅基業唔係喺地上,而係喺天上; 而且──當我哋脫下呢個必死嘅身體,就會換取一個不朽嘅身體。所以,我哋唔好灰心,亦唔好以為自己已經捱咗好耐,或者做咗啲好偉大嘅事;*「因為我哋認為,今世所受嘅苦楚,與將來要喺我哋身上顯現嘅榮耀相比,根本算不得乜」*(羅馬書8:18)。

**2.**同樣地,當我哋望住呢個世界,唔好以為我哋放棄咗好大嘅嘢,因為同成個天相比,呢個世界真係好細。所以,就算我哋做晒成個世界嘅主人,又放棄晒成個世界,都仲比唔上天國。　就好似一個人為咗攞到一百枚金德拉克馬,而放棄咗一枚銅德拉克馬一樣;又好似一個擁有全地嘅人,放棄咗全地:佢所放棄嘅雖然少,但所獲得嘅卻多上百倍。　但如果成個地唔及天咁值錢,咁丟低幾份十分之一,就好似丟低咗啲唔值嘅嘢。就算佢同時丟低咗間屋同好多黃金,佢都唔應該自誇,亦唔應該灰心。　另一方面,我哋要諗清楚,如果我哋唔係為咗美德而捨棄(我哋所擁有嘅),咁我哋死嗰陣,就會照平時咁樣,將佢留低──甚至連我哋唔想留畀佢哋嘅人都會攞到,正如《傳道書》所講(傳道書4:8)。　咁點解我哋唔為咗美德放棄呢啲嘢,好等我哋可以換取承受天國呢?

**3.** 就正因為呢個緣故,我哋當中冇人應該懷住慾望去追求財富。因為追求啲帶唔走嘅嘢,有咩好處呢? 點解我哋唔如去追求啲可以帶得走嘅嘢,例如:審慎、公義、貞潔、勇氣、洞察力、愛、博愛、對基督嘅信心、忍耐同款待? 當我哋獲得咗呢啲美德,就會喺嗰度見到佢哋喺度等住我哋,為溫柔嘅人喺地上預備住所。

**4.**　人人都要用呢啲諗法嚟鼓勵自己,唔好灰心,特別係當佢哋知道自己係主嘅僕人,註定要為主人做工。　就好似一個僕人唔會膽敢咁講:「因為我昨日做咗,今日就唔使做」──佢會計埋已經做咗嘅時間,喺之後嘅日子都唔會停手,反而每日都好似福音上所寫咁,一樣咁熱心想討主人歡心,避開麻煩: 我哋都要每日都喺工作上恆心忍耐,因為如果我哋有一日係懶散度過,主唔會因為我哋以前嘅努力而饒恕我哋,反而會因為呢個懶散而向我哋發怒。同樣地,我哋喺以西結書(以西結書18:26)都聽過:　*「當義人轉離佢嘅義行,犯咗罪而死,佢就因所犯嘅罪而死。」* 猶大亦都喺一晚之間,摧毀咗以往所有時間嘅勞苦。

**5.** 所以,我們要開始我們的勞苦,不可灰心。因為在我們這方面,主是我們的幫助,正如經上所寫:*「神叫一切都互相效力,成就祂那至善的旨意,成就愛祂的人──那照祂本意被呼召的人──的益處。」* (羅馬書 8:28) 為咗呢個目的,即係免得我哋灰心,好緊記使徒嘅一句話:*「我每日都死」* (林前15:31)。因為如果我哋每日都當自己要死咁樣去生活,就唔會犯罪。　呢句話嘅意思係:每日醒嚟,就應該諗住自己可能見唔到夜晚;又喺準備訓覺嗰陣,就應該諗住自己可能醒唔返;因為人生嘅終點係未知,亦唔知上天每日會畀我哋幾多福份。　如果我哋採用呢種心態,每日都咁樣生活,我哋就唔會犯罪,唔會貪戀任何嘢,唔會對任何人起憤怒,亦唔會喺世上積聚財寶;反而,就好似每日都預期會死咁,我哋會超然物外,並且原諒每個人嘅一切。　至於對妻子的慾望,或任何其他不純潔的享樂,我們連片刻也不會留存在心裏──而是要立即轉離,視之為短暫之物,永遠保持一種「　」(好似在死亡掙扎中)的狀態,並期盼審判之日。　因為深切嘅恐懼同對刑罰嘅畏懼,會摧毀罪中嘅快感,並拯救快要跌落谷底嘅靈魂。

**6.** 所以,既然我哋已經開始(救恩嘅工作),並且已經踏上品德嘅道路,就當向住目標直跑,好叫我哋可以達到(腓立比書 3:14),並且唔好有人似羅得嘅妻子咁回頭,特別係主話: *「凡伸手犁田,又回頭望嘅人,都唔配入天國。」*(路加福音9:62)回頭望,就係後悔離開世界,重新行屬世智慧。

**7.** 聽到「德行」呢個詞,唔好卻步,亦唔好為呢個名目所惑。因為呢件事唔係離我哋好遠,亦唔係喺我哋之外,而係喺我哋入面;只要我哋願意,就一定喺我哋觸手可及。 希臘人為咗研究科學,就遠赴異國,橫越海洋;但為咗天國,我哋無需遠行,為咗德行,亦無需橫海:因為主已經講得好清楚: *「天國喺你哋入面。」*(路加福音17:21) 所以,要達到美德,只要我哋去渴望就夠,因為佢喺我哋入面,亦都由我哋心生。當理性靈魂處於佢自然嘅狀態,美德就會同時喺我哋入面存在。靈魂保持住原本受造嘅樣子,就係佢自然嘅狀態;而佢受造嘅時候,就係非常美好同公義。 呢個就係點解約書亞喺頒布誡命嗰陣,對人民講: *「要整齊你哋嘅心,歸向以色列嘅主神。」*(約書亞記 24:23);又好似約翰講: *「要為佢預備道路。」*(馬太福音 3:3)。 當靈魂嘅理性處於自然秩序,就係義;但當佢偏離呢個秩序,扭曲自然所要求嘅狀態,就叫做靈魂嘅邪惡。 所以,呢件事唔難(美德);因為如果我哋保持原本受造嘅狀態,就處於美德之中;但如果我哋懷有惡意,就理所當然被稱為邪惡。 如果我哋要從外面去獲得呢樣嘢(美德),嗰就一定好困難;但如果佢喺我哋入面,咁我哋只要防範惡念,守住我哋嘅靈魂歸於主,就好似從佢嗰度收到嘅抵押品,等佢認得返呢個係佢嘅創造,因為佢就係照佢所造嘅咁。

**8.** 我們要與自己爭戰,免得忿怒轄制我們,慾望掌管我們;因為經上寫着: *「神人所生的忿怒並不成就神的工作。」*又寫着: *「情慾一動,就生出罪來;罪既長成,就生出死來。」*(雅各書 1:20、1:15) 但係喺過呢種生活嘅同時,我哋要保持警醒,正如經上所寫: *「你要盡心防守你嘅心。」*(箴言4:23)。── 因為我哋有可怕又狡猾嘅仇敵,就係奸惡嘅魔鬼。

**9.** 正正就係同佢哋作戰,正如聖使徒所講: *「因為我哋嘅爭戰唔係向肉體和血氣,而係向掌權者、向管轄者、向掌管呢個黑暗世界嘅權勢,同天上屬靈惡勢力作戰。」*(以弗所書6:12) 佢哋喺我哋周圍嘅空氣中多到數唔清,而且離我哋唔遠。佢哋之間亦有極大嘅差異。但要講佢哋嘅本性同呢啲分別,就要好耐時間,而且呢啲事由比我哋更高位嘅人去講更為合適。至於我哋,就只有一個迫切到容不得延遲嘅需要──只係要識透佢哋對我哋嘅詭計。

**10.** 首先,我哋知道,魔鬼並非以佢哋現有嗰種名稱狀態被造。因為神並無創造過任何邪惡。 佢哋本嚟都係好嘅;但係因為離棄咗天上嘅智慧,而家喺地上到處遊走,用幻象哄騙希臘人;又因嫉妒我哋基督徒,就策劃各種陰謀,想阻擋我哋上天堂,免得我哋升到佢哋所跌落嗰度。 所以,必須多禱告、多努力,好使人從聖靈領受 *「辨別諸靈」*的恩賜(林前12:10),得以分辨孰善孰惡、各司其職,以及如何推翻並趕逐它們。 因為佢哋有好多詭計同好多彎彎拐拐嘅誣衊方法。──那蒙福嘅使徒同佢嘅跟從者都明白呢點,佢哋話: *「因為我哋唔明白佢嘅心思」*(林後2:11)。 – 我哋都要互相提醒,關於佢哋用嚟試探我哋嘅同樣嘢。– 所以我就係親身經歷過佢哋嘅詭計之後,先以長輩嘅身份同你哋講呢番說話。

**11.** 一旦佢哋見到任何一個基督徒──尤其係一個修道士──努力向上、有所進步,佢哋首先就會喺佢面前擺設誘惑;而呢啲誘惑就係邪惡嘅念頭。 – 但我哋唔好驚佢哋嘅呢啲建議;因為透過祈禱、禁慾同對主嘅信心,仇敵就會即刻被摔落。不過,就算畀摔落,佢哋都唔會休息,會即刻用狡猾同詭計再嚟攻擊。 當佢哋用唔到明顯污穢嘅慾望去誘惑人心,就會改用另一種方法,就係召喚各種幻象嚟製造恐懼;為咗呢個目的,佢哋會化身成唔同嘅形態,扮成女人、 獸、爬蟲、巨人同大批戰士。 但係我哋都唔使驚呢啲鬼影,因為佢哋根本無所畏懼──只要我哋以信心同十字架嘅記號保護自己,佢哋就會即刻消失。──不過,佢哋真係好無禮又無恥到極點。 — 就算佢哋咁樣畀人打敗,佢哋都會用另一種方式再攻擊:佢哋化身為占卜者,預言幾日後會發生嘅事;佢哋又自稱高高在上,好似可以憑呢啲幻象,喺人嘅思想入面蠱惑人,或者就算係以幻象嘅形式,都一樣可以將人誘入陷阱。 但係我哋唔好好似佢哋同我哋毫無關係咁去聽魔鬼嘅說話;就算佢哋激勵我哋去禱告,就算佢哋講緊禁食,我哋都唔好理佢哋;反而要更仔細咁審視我哋苦行嘅目標──唔好畀嗰啲用盡詭計嘅魔鬼呃到。 ──我哋唔好驚佢哋,就算佢哋似乎向我哋撲過嚟,就算佢哋威脅我哋要死;因為佢哋冇能力,只係得吓嚇人。

**12.** 我哋要將所有嘅心思放喺靈魂,而唔係身體,只畀身體必要嘅少少時間;其餘嘅時間,我哋要最先顧及靈魂,追求佢嘅善,好叫佢唔會畀身體嘅慾望捲走,反而要令身體服從佢。 呢就係救主講 *「你哋唔好為生命憂慮,唔好諗住要食乜嘢;亦唔好為身體憂慮,唔好諗住要着乜嘢」*(馬太福音6:25)嘅意思。

──*「你哋亦唔好追求要食乜嘢、要飲乜嘢,亦唔好自大。」 因為世上嘅外邦人追求呢啲嘢;但你哋嘅天父知道你哋需要。你哋要先求祂嘅國度,呢啲嘢都會加添畀你哋。」*(路加福音12:29–31)。

**13.** 信主並愛祂;防範不潔淨的思想和肉體的慾望,正如箴言所寫──*「不可因肚腹的滿足而誘惑你」*(箴言 24:15); 遠避虛榮,要不住地禱告;睡前和醒來時要唱詩;研讀聖經中賜給你的誡命;銘記聖徒的善行,好叫你心裏存記誡命,以聖徒的熱誠為榜樣。 要特別留意遵守使徒嘅教導:*「不可使日頭落喺你嬲氣嘅時候。」*(弗4:26)──並且要認為這話是就每條誡命而言的,所以,不但當你生氣時日頭不可落,凡其他罪中亦都不可。因為我們不可被定罪,無論是日間的過犯被日頭定罪,夜間的罪被月亮定罪,甚至一個惡念。

**14.** 為咗防範呢件事,好應該留意同遵守使徒嘅說話:*「要自我檢驗。」*(林後 13:5)所以,人人要每日檢視自己嘅所作所為,無論晝夜。 如果有人犯罪,就要停止犯罪;如果未犯罪,就唔好自誇,而要繼續行善,唔好鬆懈──唔好定罪人,亦唔好自以為義,*直到「主來」*(林前4:5),祂會審查一切隱藏嘅事。 ──就連我哋自己都未必察覺自己所做嘅事。但就算我哋唔知道,主都看見一切。 – 所以,將審判交託主,我們要彼此同情,要*「互相擔負」*(加拉太書6:2),不可太苛責自己;我們若有所失,就要努力補足。

**15.** 為咗防範罪惡,我哋亦要留意以下幾點。 你哋每一個人都要察看同記錄自己嘅行為同內心思想,就好似打算同其他人分享咁;要深信,因為怕畀人知道而感到羞愧,我哋一定會停止犯罪,甚至唔會再存留任何惡念。因為有邊個犯罪嘅時候,會想畀人見到呢? 又或者,有咗罪之後,邊個唔會寧願講大話,就係為咗掩飾嗰個罪?就好似我哋互相監督,唔會去行淫亂一樣,如果我哋記錄自己嘅思想,打算同其他人分享,因為怕畀人知道而感到羞愧,就更加容易防範污穢嘅念頭。 – 因此,寫作就當作弟兄姊妹的眼睛,好叫我們在寫作時,能感受到同有人窺視我們時一樣的羞愧,從而不懷惡念。若我們如此自我約束,就能制服我們的身體,討主喜悅,並踐踏仇敵的詭計。

**16.** 我相信聖靈嘅恩典會更容易賜畀嗰啲全心全意投入呢個事業嘅人,佢哋一開始就決心堅守陣地,無論任何戰鬥都唔會向敵人退讓,直到將佢擊敗為止。 然而,聖靈──祂呼召咗佢哋──首先令一切變得容易,好讓佢哋踏入懺悔嘅爭戰時有個愉快嘅體驗,然後先以全部嘅真理(連同所有嘅困難)向佢哋顯示前路。 – 祂在一切事上幫助他們,向他們說明懺悔工夫的性質,並在身體和靈魂兩方面為他們劃定界限和榜樣,直到將他們引到對造物主──上帝──最完全的歸依為止。 – 為此,祂不斷勸勉佢哋要同時操練身體同靈魂,好等兩者都同樣被聖化,同樣配得永遠生命嘅承受: (要節制)身體──透過不斷禁食、勞作同經常守夜;(要節制)靈魂──透過靈性操練同在一切身體所行嘅服侍(同順服)行動上嘅勤力, 。我哋要努力咁做──即係話,任何事都唔好草率,而要勤力同敬畏上帝──喺我哋所做嘅每一件體力工作上,如果想令佢結出果實。

**17.**當那行懺悔者承擔此努力時,呼召他悔改的上帝之靈,賜給他安慰,並教導他不可回頭,也不可貪戀世上任何事物。 – 為此,祂開咗靈魂嘅眼,令佢得以見到透過懺悔工夫所獲得嘅純潔之美;並因此喺佢心入面點燃咗對自己同身體完全潔淨嘅熱誠,好令兩者喺純潔中成為一體。 – 因為聖靈教導指引嘅目標,就係要將佢哋完全潔淨,恢復到佢哋喺墮落之前嗰個原本狀態,將一切被魔鬼嫉妒污染過嘅嘢從佢哋度根除,令佢哋心入面再無任何敵意。 – 到時,身體在各方面都會服從心靈的命令,心靈會權威性地指導它,在飲食、睡眠,以及其他一切行動中,不斷從聖靈那裡學習,效法聖保祿宗徒的榜樣,*「將身體治死,叫佢服從」*(林前9:27)。

**18.** 眾所周知,身體有三種屬肉體的動念。──第一種是自然的動念,本於身體,但卻不產生任何(使良心受重荷的罪惡)──倘若靈魂不肯順從,它只會令人感覺到它在身體裡存在, – 身體另一種動作則源於過量飲食,當因此產生嘅血熱喺體內挑起對靈魂嘅抗爭,並令靈魂傾向不純嘅慾望。 – 因此使徒說:*「不可醉酒,因為酒中含有放蕩。」* 同樣地,主在福音中吩咐祂的門徒:*「要小心,免得你们的心因大吃大喝而變沉重」*(路加福音21:34)。 凡立志於修道生活達到完全聖潔與純淨者,尤須時時謹慎自守,好似宗徒所言:*「我刻苦己身,治服我身,免得*我傳福音給人,自己反倒成了一個可憐人。」(林前9:27)。第三種誘惑來自邪靈,牠們出於嫉妒,以這種方式誘惑人,試圖削弱那些追求純潔者(即修士),或誤導那些想進入純潔之門者(即剛踏入修道生活的人)。

**19.** 然而,如果一個人以耐性裝備自己,並對來自上帝的誡命保持堅定不移的忠誠,那麼聖靈就會教導他的心智,如何從這些衝動中潔淨他的靈魂和身體。 但如果佢意志鬆懈,對自己所聽過嘅誡命同禁令疏忽大意,咁邪靈就會開始侵蝕佢,控制佢全身,用呢啲衝動咁樣玷污佢,以至佢受煎熬嘅靈魂都唔

知向邊度求助。 喺絕望中,佢無力去睇見任何幫助由邊度嚟;只有當佢醒返過嚟、返到誡命嘅一邊,並且接受咗誡命嘅輒(或者認清咗責任嘅力量),將自己交託畀上帝嘅聖靈,先至再次充滿得救嘅心志。 嗰陣先至佢明白,要喺神入面先搵到平安,淨係咁樣先有得安寧。

**20.** 必須在靈魂與身體上,均勻而和諧地承擔懺悔的勞苦,力求達到完全的純潔。 當心思緒蒙受此恩,能喺對抗情慾嘅鬥爭中唔自憐、唔放縱,就會充滿聖靈嘅感動、指引同力量,藉住呢啲,佢就能成功將所有由心裏慾望所生嘅不純傾向逐出靈魂。 呢個聖靈同心思(或人嘅靈)結合,為咗堅決遵守已經認可嘅誡命,就吩咐佢將一切情慾──無論係由身體滲入嘅,定係本身獨立存在於靈魂入面嘅──都驅逐出靈魂。 佢教人整頓自己嘅身體──由頭到腳:眼睛要純潔地望;耳朵要聽和平嘅說話,唔好鍾意聽讒言、閒話同辱罵; ─舌頭,只講好嘢,講每句都要秤過,唔好畀污濁或激情嘅嘢入口;雙手,要首先用嚟作禱告同施恩憐憫; 一個肚腹,要喺食嘢同飲嘢方面保持適當嘅限度,只食維持身體所需,唔畀慾望或貪食令自己超過呢個限度;一對腳,要行喺正路上,跟從上帝嘅旨意,行向做好事嘅方向。 如此,身體便習慣於各種善行,並被改造,臣服於聖靈的權能,最終得以在某程度上參與那在義人復活時所將領受的屬靈身體的品性。

**21.** 如前所述,靈魂有其自身的激情,包括:驕傲、仇恨、嫉妒、憤怒、絕望,以及其他類似之物。當靈魂用盡全力向神投降,全慈的「 」神就賜給它真正悔改的聖靈,潔淨它脫離這些情欲,教導它不可隨從,並賜給它力量去克服它們,以及戰勝那些不斷設法在它道路上擺放障礙、試圖通過誘惑再次將它奪回的仇敵。 如果佢喺歸正同甘願服從聖靈──祂教導佢悔改──嗰陣,就必有憐憫嘅造物主會因佢嘅勞苦而憐憫佢,呢啲勞苦伴隨住各種艱難同需要──長晝禁食、頻繁通宵守夜、研讀神之道, 在不断的禱告中,在棄絕一切世俗的歡樂中,以純潔的心服侍眾人,在謙卑和貧窮的靈裡──若她在这一切上堅定不移,那至慷慨者會以憐憫的目光顧念她,並以祂的憐憫將她從一切試探中拯救出來,從仇敵的手中奪回她。

**22.** 神父神,憑着祂的良善,*'不憐憫'*(羅馬書8:32)祂的獨生子,卻將祂交出,使我們從罪惡和不義中得救。 神子為我哋卑微自己,醫治咗我哋屬靈嘅軟弱,並為我哋從罪惡中得救作好安排, 所以我奉我主耶穌基督的名,懇求你哋要明白同時刻記住呢件神嘅大作為,就係神──道──為咗我哋,凡事都同我哋一樣,唯獨冇罪。 所以,賦有理智嘅人,就應該明智咁明白呢件事,並努力透過主嚟到我哋嘅能力,真真正正得着自由(脫離罪惡)。 凡善用此安排者,都是祂的僕人。但此地位尚未至完美。完美引致成為兒子──這正是按時而來的成聖。 所以,當我哋嘅主耶穌基督見到祂嘅門徒已經成為兒子,並且喺聖靈嘅教導下認識咗祂自己,就對佢哋講:*「我唔再稱你哋做僕人,而係稱你哋做朋友同弟兄,因為凡我從父所聽見嘅,我都告訴咗你哋。」*(約翰福音15:15) 而喺基督耶穌裏面已經認清自己成為咗乜嘢嘅人,就大聲呼喊,話:*「我哋所受嘅,唔係使奴之靈,仍舊令人仍然畏懼;乃係兒子的心,因此我哋呼叫:『阿爸,父啊!』」*(羅馬書8:15)。 所以,凡是没有完全而切切的预备心志,从罪中起来的人,应当知道,主救主来的日子,就要成为他的定罪。因为在起初,西缅就唱着说:*「看哪,这孩子是为以色列人的跌倒和兴起,以及要做一个被反對的记号。」* (路加福音2:34)。後來使徒宣講道:*「因為對我們而言,他是一个引向死亡的气味,对别人而言,却是引向生命的气味。」*(林後2:16)。

**23.** 真理的仇敵不斷努力要消滅真理,這對你嚟講並非秘密。然而,上帝自創世以嚟,一直眷顧祂所造嘅萬有,並教導凡全心親近造物主嘅人,當點樣尊敬祂。 但係,因為肉體嘅慾望同對抗我哋嘅仇敵嘅惡意,令到靈魂嘅美好願望失咗力,人連按自己本性同目的所應該做嘅都唔識,更遑論擺脫罪惡,重返原本嘅狀態: 當時,上帝憐憫佢哋,就藉住書面律法教導佢哋真正敬拜上帝。當連呢個都冇用嘅時候,上帝見到呢個傷口越嚟越蔓延,需要徹底嘅醫治,於是決定差遣祂獨生子──我哋唯一嘅醫治者。

**24.** 當我被對耶穌基督嘅愛所感動,望住我哋呢個時代,我時而歡喜、時而哀嘆、時而痛哭。我哋當中好多人著咗虔誠嘅外衣(即係出家人嘅袈裟)。但係,當中只有少數人係真心咁做,先至配得上領受主耶穌再來帶嚟嘅救恩。 而呢啲就係令我喜悅嘅人。但係,亦有人輕視咗(佢哋誓言嘅)力量,照住肉體嘅慾望同自己心意行事──因此主嘅再來對佢哋嚟講就變成咗定罪。而呢啲就係令我哀嘆嘅人。 最後,其他人一諗到要為呢份工夫付出幾耐時間,就心灰意冷;因此佢哋脫離咗敬虔嘅外衣,好似啞咗咁。呢班人就令我痛哭,因為我哋主耶穌基督嘅再來對佢哋嚟講,反而成為咗定罪。

**25.** 我盡心為你哋向神禱告,願祂喺你哋心裏點起我主耶穌基督嚟到世上要帶來嘅火(路加福音12:49),好等你哋能夠正當地治理你哋嘅意念同情感,分辨善惡。

**26.**當風勢穩定時,任何水手都可以自誇佢嘅本領;但只有當風向突然轉變時,先至能見到經驗豐富舵手嘅真功夫。

**27.** 凡敬畏主,遵守祂誡命的,都是神的僕人。但我們所處的這種僕役地位,並非奴役,而是引向子籍的義行。 我哋嘅主揀咗十 嘅使徒,並將福音嘅好消息託付畀佢哋。佢哋畀我哋嘅誡命為我哋建立咗一種榮耀嘅僕人身份,好讓我哋可以管制所有慾望,並行出美德嘅榮耀服侍。 但當我哋愈親近恩典,我哋嘅主耶穌基督就會同祂嘅使徒一樣對住我哋講:*「我不再稱你哋做僕人,我要稱你哋做朋友同弟兄,因為凡我由我父嗰度所聽見嘅,我都已經告訴咗你哋。」*(約翰福音15:15) 凡是親近恩典的人,都因經歷而認識聖靈的感動,也明白了自己的屬靈本性;既明白又認識到這一點,他們就大聲呼喊說:*「我們所領受的,不是使我們仍舊害怕的奴僕之靈,而是使我們得以呼叫『阿爸,父啊!』的兒子的靈。」*(羅馬書8:15)

**28.** 神藉着祂恩典的作為引導每一個人。所以,不可懶惰,或灰心喪氣,而要日夜向神呼求,懇求天父的慈愛,從高天差遣幫助,使你知道當如何行。 *「你眼睛不可打盹,眼皮不可打盹。」*(詩篇131:4)但要熱心,將自己獻上作聖潔的祭物,好使你得以見到神;因為使徒所說,沒有聖潔,就没有人能見到神。(希伯來書12:14)

**29.** 眾聖人見到我哋懶散又疏忽,就憂傷、流淚、哀號;但當佢哋見到我哋變得端正、日益成熟,就歡喜雀躍,並喺喜樂中不停向造物主為我哋獻上禱告。 主當時就因我哋嘅善行,以及聖徒嘅見證同禱告而得安慰,並賜予我哋各樣嘅恩賜。

**30.** 凡不以全心痛惡屬乎物質塵世之肉體的特性,以及一切動靜行為;且其心靈對萬有之父不生悲痛者,不得成全。 但凡行呢啲,我哋主就會憐憫佢哋嘅勞苦,賜俾佢哋一把無形無質嘅火,呢把火會燒盡佢哋內心所有嘅情慾,完全潔淨佢哋嘅心。到時,我哋主耶穌基督嘅聖靈就會住喺佢哋入面,同佢哋同在,教導佢哋點樣如法度咁敬拜天父。 只要我哋放縱自己嘅肉體,就永遠都係神、祂嘅使者同所有聖徒嘅仇敵。 所以我奉我主耶穌基督的名懇求你:不可對你生命和你得救的事掉以輕心,也不可容這短暫的時刻奪去你那無窮的永恆,或容這肉體奪去你那無邊無際、難以形容之光明的國度。 實在,我心靈憂鬱,我心神麻木,因為我一想到,雖然我哋被賦予咗自由去揀選同去做聖徒嘅善工, 我哋卻畀情慾迷醉,好似飲醉咗咁,唔肯高舉心思去追求更高嘅榮耀;我哋唔肯效法聖徒嘅所作所為,亦唔肯跟隨佢哋嘅腳蹤,好叫我哋成為佢哋所作所為嘅繼承者,同佢哋一齊承受永恆嘅基業。

**31.** 你哋已經蒙受大福,領受咗內住喺你哋入面嘅恩典。但係,你哋要為嗰位*「從高天發出嘅曙光」*、*曾「眷顧」*你哋嘅(路加福音1:78)努力奮鬥,好叫你哋可以成為聖潔、無可指責嘅祭物獻畀佢。 我哋知道我哋嘅本性點樣由高峰跌入卑微同貧窮嘅深淵,又知道憐憫嘅上帝點樣藉住摩西同其他先知嘅手,將祂嘅律法施恩畀我哋; 但係近排佢就透過佢獨生子嚟做呢件事,祂係我哋大祭司嘅至高無上嘅首領,亦係我哋真正嘅醫生,只有祂先至有能力醫治我哋嘅軟弱,祂取咗我哋嘅肉身,為我哋同我哋嘅罪獻出自己;藉住祂嘅死,我哋得救。 所以,要留心,並仔細考慮我哋造物主嘅詔命,以及佢喺我哋外在同內在身上嘅眷顧。因為我哋雖然本性理性,卻因順從仇敵──作惡者、謊言之父──嘅意志,而變得不理性。

**32.** 有幾多萬萬惡魔,佢哋嘅詭計有幾多樣,真係數都數唔晒!就算佢哋見到我哋已經認清自己嘅慾望同羞愧,而家努力去避免佢哋引誘我哋做嘅惡行,亦唔再理會佢哋灌輸畀我哋嘅惡毒計謀──佢哋都唔肯罷休, 反而更加拼命咁做,因為佢哋知道自己嘅命運已經無可挽回,繼承嘅只有地獄,全因佢哋極度嘅邪惡同憎恨(上帝)。 願主開你哋心裏嘅眼睛,令你哋看見魔鬼嘅詭計有幾多,佢哋每日帶畀我哋嘅邪惡有幾多──又願祂賜你哋一顆警醒嘅心同分辨嘅靈,好叫你哋可以將自己獻上做活而無瑕疵嘅祭物,時刻防範魔鬼嘅嫉妒同佢哋嘅惡謀, 佢哋嘅暗中詭計同隱藏嘅惡意,佢哋嘅欺騙性謊言同褻瀆嘅思想,佢哋每日灌輸到我哋心入面嘅微妙建議,佢哋煽動我哋嘅憤怒同誣衊,好叫我哋互相誣衊,同時只為自己開脫, 同時譴責他人,好令佢哋互相誣衊;或者用甜言蜜語,卻喺心裏藏住苦毒 ,好令佢哋譴責鄰舍嘅外表,卻喺自己心裏藏住一隻掠食者,好令佢哋互相爭吵、互相對立,為咗達到自己嘅目的,並表現得最義正詞嚴。 凡以罪惡思想為樂者,若佢哋沉迷於敵人灌輸俾佢哋嘅念頭,並只靠外在行為為自己辯解,而內心卻成為一個教導佢哋各種邪惡嘅惡靈居所,就會自行墮落。 咁樣嘅人嘅身體會充滿可恥嘅羞辱──因為凡係好似佢咁嘅人,都畀魔鬼嘅慾望所勝,而佢又唔肯將佢哋趕走。 魔鬼並非可見的身體;

但當我們的心靈從它們那裡接受黑暗的思想時,我們就成為了它們的身體;因為接受了這些思想,我們就同時接受了魔鬼本身,並在身體中顯現它們。

**33.** 理性而不朽嘅本性隱藏喺我哋嘅凡體入面,好等佢可以喺呢個體入面同透過呢個體去彰顯佢嘅作為。所以,將呢個身體變成香壇,喺上面獻上你所有嘅思念同惡謀,並將佢哋擺喺主面前, 以心以意向上帝,懇求祂從天上降下祂無形之火,燒盡並潔淨此祭壇上的一切。 而你嘅仇敵──巴力先知──就會好似先知以利亞喺你手上咁,喺你手上發抖、滅亡(列王紀上18:25以下)。到時你就會見到有一人由神聖之水走出嚟,佢會令屬靈嘅雨降落喺你身上──即係施洗者聖靈嘅灌灑。

**34.**魔鬼因驕傲而從天上被趕落,就不住地努力,要引誘一切全心渴望親近主的人走向滅亡──就用他自己跌倒的那條路,即驕傲和好虛榮的心。 魔鬼就用呢啲方法嚟攻擊我哋;佢哋亦都用呢啲同其他類似嘅手段,試圖令我哋遠離上帝。而且,佢哋知道「鍾意自己兄弟嘅,都必鍾意上帝」,就喺我哋心入面種下互相仇恨──甚至有啲人連望住自己兄弟,或者同佢講一句說話都受唔住。 好多真正偉大嘅人曾經喺美德上努力,但因為自己唔夠明白,反而害咗自己。如果你哋中間都出現呢種事,都唔出奇──例如對善行變得冷淡,仲以為自己已經有美德。 因為你哋已經陷入咗呢種魔鬼式嘅苦楚(自負),以為自己好接近上帝,住喺光中,但其實你哋喺黑暗入面。 我哋嘅主耶穌基督點解要脫下佢嘅外衣,用毛巾束住腰,倒水喺盆入面(約翰福音13:4以下),去洗下面嗰班人嘅腳,如果唔係要教我哋謙卑呢? 的確──祂當時所行嘅,就係畀我哋做榜樣。其實,凡想排喺第一位嘅,都只可以靠謙卑先做到;因為起初就係因為驕傲嘅心,先令佢由天上被趕落嚟。 所以,除非一個人擁有至極的謙卑──以盡心、盡意、盡靈、盡性、盡力──否則,他便不能承受上帝的國度。

**35.** 如果我哋真誠咁想親近我哋嘅造物主,就要努力按照屬靈嘅律法,將我哋嘅靈魂從慾望中解救出嚟。因為我哋嘅惡行、放縱慾望,同埋無數魔鬼嘅誘惑,我哋嘅理智能力變得軟弱,靈魂中嘅善念亦都消失殆盡; 因為我哋沉溺於情慾,已經無法察覺到我哋靈性本性嘅美(同埋要求);除咗我哋嘅主耶穌基督之外,冇人可以拯救我哋,正如使徒保羅所寫:*「在亞當裏眾人都死了,照樣,在基督裏眾人都得以生。」*(林前15:22)。 我哋嘅主耶穌基督係一切按祂形象被造嘅理性受造之物嘅生命。

**36.** 我哋以聖人為名,並身穿佢哋嘅外衣,喺不信者面前以此自誇;卻冇熱誠去效法佢哋嘅所作所為。我擔心使徒嘅話可能適用喺我哋身上:*「有敬虔的外貌,卻背棄了敬虔的實意。」*(提後3:5) 願主賜你明白你所擁抱的生命究竟是什麼,好讓你按着那生命的精神行事,得以配得那無形無像的產業;盡我們所能,按主的心意行我們的工夫──這正是我們所當作的!因為這本乎我們的本性,我們的德行也不應再要求更多。 ──凡事奉神、盡心尋索祂的人,就合乎本性;但凡犯任何罪過的人,就值得責備和受罰,因為這與本性相違。

**37.** 自從我主以祂嘅恩典,喚醒我呢個凡人沉睡嘅心靈之後,我嘅眼淚就不停湧出,我嘅嘆息無可安慰。 我問自己:主為我哋所作嘅一切,我哋可以點樣報答佢?佢吩咐天使服侍我哋,先知傳講預言,施洗者約翰用水施洗以預備我哋主耶穌基督嘅洗禮,而主耶穌基督則以聖靈施洗。但係,超越一切,佢為咗我哋嘅得救,差遣咗佢獨生子。 所以,我哋要激起對神嘅敬畏之心。要知施洗約翰──嗰位先知同先驅──係用水施洗,為要叫人悔改,為我哋主耶穌基督嘅洗禮作預備;而主耶穌基督就用聖靈同火施洗──呢把火就係對行善事嘅熱誠。 所以,我哋要表現出熱誠,準備好潔淨自己,身體同靈魂都要潔淨;領受咗我主耶穌基督嘅洗禮之後,就要熱心行善,好等我哋可以將自己獻畀佢,做一馨香嘅祭物。 喺洗禮中領受嘅安慰者聖靈,賜俾我哋力量以聖潔嘅方式行事,好等佢可以恢復我哋原本嘅榮耀狀態,並令我哋配得永遠嘅產業。要知凡被浸入基督嘅,就已經穿戴咗基督,正如使徒所言(加拉太書 3: 27, 28) – 藉住領受聖靈嘅恩典。而且,無論奴僕定自由人,無論男仔定女仔,一旦領受呢份恩典,呢啲身體嘅分別即刻就冇咩影響力。 聖靈一方面成為佢哋喺永恆天國承受基業嘅憑據,另一方面就教導佢哋應該點樣以靈同真理敬拜天父(約翰福音4:23)。

**38.** 我已經為你禱告,好叫你哋都可以得着我所領受嗰個大火之靈。 如果你想接受祂,使祂住喺你入面,就要先付出身體嘅勞苦同謙卑嘅心,日日夜夜抬高你嘅心思向天,以正直嘅心去尋索呢位火焰般嘅聖靈──祂就會賜畀你;就係咁,提斯比人以利亞同以利沙,連同其他先知,都係咁樣接受咗祂。 凡以呢種功夫(指所描述嘅壯舉)修持自己,就會永遠蒙賜呢個聖靈。要心懷誠懇,由衷懇切咁禱告──就會應允你。 因為嗰個聖靈住喺義人嘅心入面。當你領受咗佢,佢就會向你顯明最高嘅奧秘;佢會將人同獸嘅恐懼趕走──你日夜都會有天國嘅喜樂;你喺呢個肉身入面,就好似已經喺(天國)入面嗰啲人一樣。

**39.** 若有人想得着神嘅愛,就要敬畏神;呢種敬畏會帶來眼淚,眼淚又會帶來勇氣。當呢一切喺靈魂裏成熟,就會喺凡事上結出果子。　上帝見到靈魂裏面呢啲美麗嘅果實,就將佢吸引到自己身邊,好似揀選咗嘅香品散發嘅香氣;祂同天使隨時都因佢而喜悅,充滿佢喜樂,並喺佢行嘅每條路上守護佢,好叫佢可以安全咁到達佢嘅安息之處。　於是魔鬼見到至高守護者環繞住佢,就連靠近都唔敢,因為呢股大能力。你哋都要爭取呢股能力,等魔鬼驚你,令你哋嘅工作更輕鬆,亦令你哋對神嘅感受更甜美。　呢份神聖之愛嘅甘甜,遠比蜂巢更甜。好多住喺團體入面嘅僧侶同處女,根本未嘗過呢份神聖之愛嘅甘甜,亦未得着神聖嘅力量,卻以為自己已經擁有;　但因為佢哋根本冇任何努力去獲得,上帝就冇賜畀佢哋。凡係努力去追求嘅人,一定會因上帝嘅恩典而得着;因為喺上帝面前,冇人係有偏心嘅。　當一個人渴望擁有神的光明和力量,輕視世上的責難與榮譽,憎恨一切世俗事物和肉體的安逸,並淨化心靈中的一切惡念,日夜不停地向上帝獻上禁食、眼淚和純潔的禱告,那麼神就會賜給他那力量。　務求得着呢種力量──你就可以平靜而輕鬆咁完成一切所作所為,喺神面前得着大膽,佢就會應允你嘅一切所求。

**40.** 神聽見凡以盡心愛祂、尋求祂的人,就成就他們的一切所求。　但祂不聽那些不以全心親近祂、心懷二意、無論所作所為只為得人稱讚榮耀者的禱告;相反,祂對他們反而發怒,因為他們的行為只不過是作秀。　而詩篇上所講*「神已經打散凡仰賴自己喜悅人者,使他們白骨散落」*(詩篇52:6)嘅話,就喺佢哋身上應驗咗。就因為咁,神嘅大能唔會喺佢哋身上運行──因為佢哋喺所行嘅一切事上,心志唔堅定。佢哋亦唔識得神聖嘅甘甜、寧靜同喜樂。　我哋當中好多人未曾領受嗰股令心靈甘甜、日日增添喜樂同歡欣、並喺心裏點燃神聖溫暖嘅力量。佢哋畀惡靈誘騙,因為佢哋做嘢只係畀人睇。　至於你,將你勞碌的果效擺在主面前,務要遠避虛榮之靈,與他打那永不止息的仗,好叫主悅納你所獻的果效,賜給你祂所賜給所揀選之人的力量。　要不斷抵擋呢個邪靈;因為當一個人要行公義、做好事、展開崇高嘅事業時,呢個邪靈都會衝入嚟,要麼分享其中嘅果效,要麼就完全令佢放棄呢啲事工。佢受唔到有人行義,會反對所有想對主忠心嘅人。　佢令好多人根本無法達到美德;對其他人,佢就干擾佢哋嘅所作所為,摧毀佢哋嘅果效,教佢哋行善做好事,但同時摻雜入虛榮心。　人以為呢啲人因呢啲果實而致富,但其實佢哋根本一無所有──就好似遠遠望去好似結滿甜美果實嘅無花果樹,但走近一睇,上面根本乜都冇。　上帝會使佢哋枯乾,因為佢喺佢哋身上搵唔到好果,唔止係剝奪佢哋享受祂神性無可比擬嘅甘甜。但係你哋既然踏上呢條路,就要努力抵抗虛榮嘅心──對抗佢,並戰勝佢。　上帝的能力會臨到你,帶給你幫助並與你同在;它會隨時賜給你熱誠和溫暖,這比任何東西都更寶貴。如果你們當中有人發現自己沒有這份溫暖,就當努力去尋求它──尋求的人就會得著它。　就好似一團火,當人想喺上面煮少少油,就會用扇子扇到佢熊熊燃起;一旦佢燃起,就會憑住本身嘅力量,向上升起,燃燒得更加猛烈。　同樣地,當你見到你嘅靈魂因疏忽同懶散而變得冰冷,就快啲透過流淚去重新點燃佢。無可置疑,嗰把火會嚟同你嘅靈魂合一──而獲得咗佢嘅人,會因善行而熱烈湧現。　譬如大衛──當佢發覺自己嘅靈魂變得沉重同冰冷,就講:*「我追憶起從前的日子;我默想你一切嘅作為;我思念你手所行嘅奇事。我向你舉手,我嘅靈魂好似乾旱之地,切切渴慕你。」*　(詩篇142:5-6)。你睇,當大衛嘅心變得沉重,佢好受困擾,直到佢心入面嘅火重新點燃,以至佢大聲呼喊:*「神啊,我心預備好了;我心預備好了!」*(詩篇107:2)。　就係透過呢份持續嘅關懷同操心,佢先得以回復到原本嘅狀態。你哋都照樣行,並喺神嘅光同火幫助下,以同一心志預備你哋嘅心。

**41.** 祈求上帝賜給你恩典,使你能夠清楚地看見並明白萬事,好叫你能夠正當地分辨善與惡。使徒保羅的書信上寫着:*「堅固的食物是為成熟的人」*(希伯來書 5:14)。　正正就係呢班人,透過長期勤力嘅努力,訓練咗佢哋對善與惡嘅感官同意念,成為咗天國嘅子民,亦被列為上帝收養嘅孩子。上帝喺佢哋一切所行嘅事上賜咗佢哋智慧同洞察力,好叫人同魔鬼都唔能欺騙佢哋。　你要知道,仇敵用善的假象去試探信徒,因為好多人欠缺分辨力同智慧,所以佢先至得手。因此,當保羅使徒認識到呢啲預定畀信徒、無限廣闊嘅智慧財富時,佢就喺寫畀以弗所人嘅書信中咁講:　*「願賜給你哋智慧同啟示嘅聖靈,照明你哋心眼,使你哋知道所呼召你哋嘅盼望係點,所承受嘅榮耀豐富係點,喺聖徒當中所賜嘅無比榮耀係點」*(以弗所書1:17–18)。　佢咁做係出於對佢哋無限嘅愛,因為佢知道如果佢哋達到呢個境界,就唔會面對任何艱難,亦唔會懼怕任何嘢;反而,主嘅喜樂會晝夜安慰佢哋,而佢哋嘅勞苦會隨時都令佢哋感到甘甜。　好多住喺修道院嘅修士同處女都未能達到呢個標準。如果你想達到呢個標準──呢個完美嘅巔峰──就要遠離所有掛住嗰啲頭銜──即係修道同處女──但對呢件事冇清晰見地同健全判斷嘅人;因為如果你同佢哋交往,佢哋唔會容許你興旺,反而會熄滅你嘅熱誠,因為佢哋本身冇熱誠,只有冷漠,係

因為佢哋跟從自己嘅慾望。所以,如果佢哋嚟到你面前,用符合自己慾望嘅世俗談話同你傾偈,就唔好答應。 因為使徒保羅寫道:*「聖靈的火,不可滅滅;先知的話,不可藐視。」*(帖前5:19-20)你要知道,冇嘢好似閒聊咁能熄滅聖靈。

**42.** 在每一個理性受造之物──無論是男是女──都有一個愛的器官,藉此他們能夠同時懷抱神聖與人性。 屬神(屬靈)嘅人愛慕神聖;屬肉體嘅人就愛慕肉體。愛慕神聖嘅人,會潔淨佢哋嘅心,除掉一切污穢同呢個必朽世界嘅行為;佢哋憎恨世界同自己嘅靈魂,背起自己嘅十字架,跟隨主,凡事都照祂嘅旨意行。 正因如此,上帝住喺佢哋心入面,賜俾佢哋甜蜜同喜樂,滋養佢哋嘅靈魂,令佢飽足同茁壯成長。就好似樹木如果唔用天然水澆灌就唔會生長,靈魂如果唔得天上嘅甘甜,亦都唔會成長。只有已經領受聖靈、充滿天上甘甜嘅靈魂先會成長。

**43.** 承認你係罪人,為你喺疏忽大意狀態下所做嘅一切而哀悼。為此,主嘅恩典會與你同在,佢會喺你裏面作工:因為佢本良善,凡歸向佢嘅人,無論係邊個,佢都赦免佢哋嘅罪,不再紀念佢哋。 然而,祂希望已經蒙赦免嘅人,自己要記得迄今為止所犯罪過嘅赦免,咁樣,因為唔會忘記呢件事,就可以避免喺行為上做任何嘢,令自己連已經蒙赦免嘅罪都要交代。 —就好似嗰個主人赦免咗佢全部欠款嘅僕人一樣。因為佢忘記咗呢份憐憫,不公平地對待同僕,主人就向佢索取原本赦免咗嘅全部債款, ──因為佢對同袍僕人冇施憐憫,冇赦免佢嗰一百文錢──相比之下,呢筆錢同佢自己所蒙赦免嘅債款相比簡直微不足道(馬太福音18:23以下)。 我哋諗吓先知大衛。當佢同烏利亞嘅妻子行咗淫之後,先知拿單因為呢件事同埋佢對烏利亞丈夫所做嘅事責備佢,佢一聽到責備,就即刻悔改,謙卑自己。 先知拿單點解同佢講:「神已經赦免你嘅罪」(撒下12:13)?但大衛雖然罪得赦免,都冇忘記,仲將呢段經歷傳畀後世。 呢件事就係要作一個記號,傳到萬代。詩篇50:15講:「*我遭難的日子,*我要呼禱,因為你必應允。」意思就係叫所有罪人都要向佢學習,好似佢咁悔改,當罪得赦免之後,唔好忘記,而要時刻記住。 神自己亦透過以賽亞先知如此說:*「我就是那塗抹你過犯的,我必不記念你的罪惡。」 「但你要記念這些事」*(以賽亞書43:25–26)。祂又透過先知耶利米說:*「以色列家啊,要歸向我……我就必不向你變臉,因為我施憐憫,必不永遠向你發怒。」 「但要省察你的罪孽,因為你得罪了耶和華你的神,又使你的道路偏邪。」*(耶利米書3:12–13)。因此,當主赦免我們的罪時,我們自己不可赦免,卻要常常紀念它們,並更新我們的悔改。

**44.** 屬靈的苦行是榮耀的,但它有許多的對手。凡想要在其中達到完美的人,不可被任何邪惡之物奴役。凡被任何邪惡之物奴役的人,離完美之標准甚遠。

**45.** 我哋嘅主耶穌基督,喺祂無可測度嘅謙卑中,用祂嘅人性遮蓋咗祂嘅神性,以致眾人都以為祂只係一個人;然而祂唔單止係人,而係道成肉身嘅神,正如經上所寫:*「道成了肉身,住在我們中间。」*(約翰福音1:14) 然而,主因祂道成肉身,並未停止成為神,而這對祂成就我們的救恩是必要的。

**46.** 好多人愚蠢咁講:「我哋都見過主耶穌基督,就好似使徒咁」;但佢哋係被蒙騙,冇法用使徒嗰種眼光去認出主。 使徒保羅所見的基督,就如其他使徒一樣──他們當時與祂同在,並在祂行走於地上的時候信祂,而當時祂被一群視祂為普通人的 crowd 包圍。 當那患血漏病的女人,以心眼看見祂,信祂是神,並有信心摸祂的衣襟時,她 immediately 就治好咗;祂就問:「誰摸我?」──並非祂唔知道,而係想彰顯佢嘅信心。 雖然使徒彼得當時講:「人群正擁擠壓迫祢,祢竟然問:『誰摸我?』」但係嗰個患血漏嘅女人自己行出嚟,承認係點樣得醫治。然後主對佢講:*「女兒,你的信心救了你。」*(路加福音8:45–48) 彼拉多、安那斯同該亞法都見過主,但就好似其他人群,佢哋係無信心咁望住祂,唔似使徒咁樣望住祂;所以就算見過祂,都冇任何得益。 但使徒保羅卻以心眼和最堅定嘅信心看見祂,就好似那患血漏病嘅婦女一樣,因信心摸到祂而得醫治。

**47.** 當罪惡的國度在人裡面停止時,神就向靈顯現,並與身體一同潔淨它。但如果罪惡的國度住在了身體裡,人就不能看見神,因為他的靈在身體裡,而那裡沒有空間容納那照見神的光。大衛說:*「在你的光中,我們必得見光。」* (詩篇35:10)。咁,呢個人所見嘅光究竟係乜嘢?就係我哋主耶穌基督喺福音書入面講嘅光──即係成個人都要充滿光,連一絲黑暗都唔可以有(路加福音11:36)。 主又說:*「除了子以外,沒有人知道父;除了子所願意指示的,也沒有人知道子。」*(馬太福音11:27)但子並不將父顯示給黑暗之子,卻顯示給那些住喺光中、做光之子的人,因為祂以對祂誠命的認識,照亮咗佢哋心靈嘅眼睛。

**48.** 詩篇上寫道:*「我要往奇妙居所之地,甚至往神的殿去。」*(詩篇 41:5)這「我要往」表示一段更遠的旅程,並指出靈魂已臻成熟;因為在此,它已經親近神,而之前其道路仍遠離神。 我哋唔好驚自己

嘅路仲好遠,因為我哋而家仍然係屬靈嘅嬰孩。我哋見到就連大先知以利亞都聽過咁講:「你起來,吃嘢、飲嘢,堅固你自己,因為你嘅行程仲好長。」(列王紀上19:7)(佢當時正係朝見神嘅異象前行緊)。大衛都講過呢段旅程有幾長:*「邊個肯畀我對翅膀,等我飛到深處去安息?」*(詩篇54:7)。所以呢條路唔可以隨便、鬆懈或者懶散,而要專心同熱誠去行。　宇宙的教師保羅勸告我哋:*「要跑得有方向,好得獎賞。」又補充:「我就刻苦我自己,叫自己服我。」*(林前9:27)。 所以趁住我哋仲喺呢個肉身入面,就當快跑,好等我哋可以達到完美,就好似聖保祿自己所達到嘅嗰種完美,佢話:*「我已經戰爭到底,跑盡了全程,保持咗信心;而家正義嘅冠冕已經為我預備好咗。」*(提後4:7–8)

**49.** 就如身體,當靈魂寄居其中時,會經歷三個階段,即:青春、成熟和衰老;同樣地,藏於身體之內的靈魂,也經過這三個階段,即:信仰的開始、信仰的進展和成全。 在第一階段,當靈魂開始信時,就如福音所言,在基督裡重生;聖約翰宗徒就指出此重生之徵,以及中段階段與成全階段的徵象,他說:「我寫信給你們,少年人;我寫信給你們,小朋友; 「我又寫信畀你哋做阿爸嘅」(約翰一書2:12–14)。所以佢寫嘅唔係畀佢世俗嘅朋友,而係畀信徒,描述追求屬靈領域嘅人所經過嘅三個階段,好令佢哋達到完美,並被認為配得上豐盛嘅恩典。

**50.** 凡熱愛屬靈生命者,必須效法約瑟的純潔和自制;他必須開始透過默想來自我操練,並武裝自己對抗一切惡欲,這些惡欲在狡猾仇敵的撐持下更形強大,正如以約伯之言所說:*「他的力量在他的腰間,他的能力在他的陰部。」*(第四十章第十一節)。所以,凡是努力武裝自己,對抗這些通常因過度飲食而激起嘅肉慾,就必須以嚴格嘅禁慾束腰,好令自己能堅守純潔。　經上寫道,與雅各摔跤的天使緊緊攥住他的大腿筋,於是他的肉就枯乾、軟弱,他就被稱為以色列,即「看見神的人」(創世記32:25、32)。同樣地,我哋都要令自己嘅身體枯槁,好將慾望殺死同撲滅。因為肉體嘅枯槁能令我哋喺純潔嘅美德上達到完美。當身體疲憊時,靈魂就變得強壯。 所以,我哋要煉淨我哋嘅身體,好令我哋有力量約束自己;因為如果我哋制服身體,令佢成為靈魂嘅奴僕,屬肉體嘅心思──而佢嘅愛就係與神為仇──就會藉住肉身嘅克制而畀治死。到時靈魂就會得著光照,成為神嘅殿。　凡是努力在各方面都保持純潔的人,才是真正屬靈的苦行者。他訓練了自己的所有感官,不讓它們作主,反而透過極大的純潔,約束並將它們置於主的重擔之下。他不容自己的眼睛看見任何邪惡,或以慾望的目光凝視婦女; 佢唔容耳仔聽閒言,或者聽魔鬼嘅計謀同魔鬼灌輸嘅念頭;佢封住口,唔畀舌頭自由講閒話;佢伸出手去做高尚嘅憐憫同施捨;佢嘅腳快手去成就主嘅話: *「有人勉強你行一里,你就同佢行第二里。」*(馬太福音5:41)佢管住自己嘅肚同胸,免得因為佢哋跌倒,或者好似蛇咁用肚同胸爬喺地上。弟兄們,呢就係苦行者嘅生活之道。

**51.** 凡想要成為真正屬靈苦行者的人,必須努力遠離嘈雜的人群,不可靠近他們,好使他能以身體、心靈和心思意念,免受塵世生活的動亂與混亂所困;因為有人的地方,就有動亂。　我哋嘅主喺佢獨自上山禱告嗰陣,示範咗退離人群同獨處嘅榜樣。喺曠野,佢亦打敗咗膽敢向佢發動戰爭嘅魔鬼。當然,就算喺人群中,佢都有能力打敗佢; 但佢咁做係要教我哋,喺寂靜同孤獨中,我哋更易打敗仇敵,達到完美。同樣地,主冇喺人群中向門徒顯現佢嘅榮耀,而係帶佢哋上山,喺嗰度先向佢哋顯現佢嘅榮耀。施洗約翰亦都喺曠野度,直到佢向以色列人出現嗰日。 喺世上,仇敵更容易用佢嘅武器──無論外在定內在──嚟壓迫我哋;佢就係透過拉攏一啲聽命於佢嘅人做幫兇同打手,嚟同信徒作戰:有個無恥嘅女人 ,就成為佢嘅一把好勁武器,將佢嘅誘惑之網遠遠近近地撒出。　當以西結先知見到嗰四活物,每隻有四張面,全部都顯出上帝嘅榮耀,佢唔喺城入面或者村莊,而係喺外面──喺曠野:因為上帝同佢講:*「你出去到曠野,你就會見到我嘅榮耀。」*(以西結書3:22) 的確,此類異象和啟示 invariably 都喺山上同曠野向聖徒顯示。先知耶利米亦都知道神幾重視獨處,佢話:*「人年輕時擔起軛來,坐獨自靜默,係好事。」*(哀歌3:27–28)。佢亦深明人哋嘅閒話對想討神喜悅嘅人有幾大害處,所以忍唔住講:*「邊個可以畀我一個曠野嘅最終避難所,等我可以離開我嘅子民,同佢哋分開呢?」* (耶利米書9:2)。同樣地,先知以利亞蒙天使賜食;此事並非發生在人群中,也不是在城鎮或村莊,而是在曠野。 所有呢啲同埋類似嘅聖徒經歷,都記錄咗落嚟,目的係要我哋效法嗰啲鍾意獨處嘅人,因為獨處都可以引領我哋去到主面前。所以,要努力喺獨處中站穩自己,好等佢可以引領你哋去到見到神嘅異象,而呢個就係最屬靈嘅默想。

**52.** 我亦想同你講,當神嘅火住喺靈魂入面時,靈魂係點樣。佢就好似一隻有雙翼嘅雀鳥,喺天際高高飛起。喺所有受造之物入面,只有雀鳥有翅膀係佢哋嘅特徵; 而順服上帝嘅靈魂嘅翅膀,就係上帝之火嘅推動力,令佢可以向天上高飛。但如果佢被剝奪咗呢對翅膀,就飛唔起,因為佢冇咗嗰股令佢升起嘅火,就會好似冇咗翅膀嘅雀鳥,再飛唔到。 而且,人類嘅靈魂喺另一個方面都似隻雀鳥:溫暖就係雀

鳥得以存在嘅原因;因為如果隻雀鳥唔暖(孵)佢嘅蛋,就冇小雞會孵出嚟,因為除咗靠溫暖之外,冇其他方法可以令佢哋重生。　同樣地,上帝亦會透過擁抱並溫暖臣服於祂的靈魂,使它們覺醒於屬靈的生命。既然已明白,靈魂若緊靠並臣服於上帝,就好似那以溫暖為存活之本的鳥兒,務必在任何情況下都不可讓自己失去這火焰的威力。　你要知道,正因為神賜畀你呢把火,魔鬼就為咗奪走佢,為你設咗好多試煉;因為佢清楚知道,只要呢把火仍然喺你裏面,佢就無可能用任何方法打敗你。

**53.** 抵擋魔鬼,並努力識破他的詭計。他通常將苦澀偽裝成甜美,以免被識破,並設下各種表面誘人、實則完全相反的幻象,以狡猾地模仿那真正吸引人心的真理,誘惑你的心:　佢所有嘅詭計都係為咗呢個目的,好令佢可以用盡全力去對抗所有忠心事奉上帝嘅靈魂。佢會喺靈魂入面種下各種各樣嘅慾望,想熄滅裏面嗰把神聖嘅火,而嗰把火就係所有力量嘅源泉;尤其係,佢會專門利用身體嘅舒適同埋所有相關嘅嘢。　但當佢最終見到佢哋防範晒所有呢啲嘢,乜都唔向佢要,亦唔畀佢任何會聽佢嘅希望,佢就羞愧咁退走。然後,上帝嘅聖靈就住喺佢哋心入面。　當神嘅靈住喺佢哋心入面,祂就賜佢哋平安,或者令佢哋喺一切所行嘅事上都得着安息,並且叫佢哋背負神嘅軛覺得甘甜;正如福音書上所寫:*「你哋心靈就會得着安息。」* (馬太福音11:29),雖然佢哋自己揀咗同負祂嘅軛。咁佢哋就喺行善、盡服從同夜间的守望上都變得毫不疲倦; 佢哋唔會因為人嘅誣衊而翬,亦唔會驚任何人──無論係人、獸,定係鬼神──因為主嘅喜樂晝夜同住佢哋,滋潤佢哋嘅心靈。透過呢份喜樂,靈魂成長,變得適合一切,或者完美,並因此升天。

**54.** 我哋見到,細路仔係先飲媽媽嘅奶,跟住食其他嘢,最後食人哋平時食嘅所有嘢。咁佢先至會變得強壯、成熟,如果有人想攻擊佢,佢嘅心都夠膽面對。　但如果喺細個時候畀病魔纏住,佢嘅營養同強身都唔成功;佢長大後就會好虛弱,任由敵人一個又一個打敗佢。要令佢健康,並攞到打敗敵人嘅力量,佢就要靠有經驗嘅醫生幫手同照顧。　同樣地,人嘅靈魂如果冇咗上帝嘅喜樂,就會變得軟弱,並且受好多傷。　如果佢努力去搵一個神嘅僕人──一個喺屬靈醫治方面有技巧嘅人──並且緊緊咁依靠佢,嗰個人就會先醫治佢嘅情慾,然後復興佢,教佢點樣靠住神嘅幫助,得著嗰份作為佢生命養分嘅喜樂。　只有咁,佢先可以面對佢嘅仇敵──邪惡嘅惡魔──並戰勝佢哋,踐踏佢哋嘅計謀,並以更大嘅喜樂歡欣。

**55.** 當嗰個邪惡嘅魔鬼偽裝成講真話嘅人嚟誘惑你、誤導你,你要提防佢嘅詭計。就算佢以光明天使嘅形象出現,都唔好信佢、唔好理佢;因為佢通常都用真理嘅誘人外貌去迷惑信徒。　未成熟嘅人唔知道魔鬼嘅呢啲詭計,同埋佢不斷喺佢哋心入面種下嘅嘢;但成熟嘅人就知,正如使徒所講:*「堅固食物係為成熟人預備嘅,佢哋經過長期嘅教導,訓練出分辨善惡嘅能力。」* (希伯來書 5:14) 仇敵無法欺騙這些人;但那些不自省的信徒,他卻輕易以看似甜蜜的誘餌蒙騙,並正如漁夫以誘餌藏住魚鉤來捕魚,將他們捉住。　魚兒並不知道魚鉤藏在餌裡;所以它游上去,吞下餌,就立即被釣上。如果魚兒知道自己會被這餌釣到,它肯定不會靠近,反而會逃走。 同樣地,正如我哋所講,不完美嘅信徒會畀仇敵捉住,而且係因為完全相同嘅原因,正如所羅門所講:*「有一條路,人以為正,但究竟卻通入陰間之門。」* (箴言 16:25) 又喺阿摩司先知書上寫住:*「阿摩司,你見到乜嘢?」* 佢答:*「一個捉雀人嘅*陷阱。」 (8:2)。 隻雀驚會喺地下畀捉,就飛上高空,喺最高嘅地方築巢,用嚟休息同瞓覺:喺度佢可以無憂無慮咁瞓,因為知道冇人可以捉到佢。　但係我哋知道捉雀人係點樣呃到佢:佢會去到嗰度,鋪開佢嘅網,喺明處灑落種子;用呢啲食物引誘隻雀由高處飛落嚟,佢就飛落入咗陷阱,畀捉住咗。　魔鬼就用同樣嘅手法,用佢嘅詭計引誘唔完美嘅基督徒,將佢哋由高處拉落嚟。就係佢扮成蛇同夏娃講:*「你食咗之後,絕對唔會死……你喺食嗰日,眼睛就會睜開,你就會同神一樣」* (創世記3:4-5)。夏娃聽到呢番說話,心入面畀佢吸引,覺得有道理,因為佢冇好好分辨啱錯。　但當佢自己嘗咗,又畀咗亞當嘗,嗰場大禍就臨到佢哋:佢哋兩個都從佢哋尊貴嘅地位跌落嚟。同樣地,魔鬼就對未成熟嘅基督徒下手,因為佢哋唔識分辨善惡,就跟從自己嘅慾望,滿足於自己嘅判斷同意見;　因為佢哋唔去問嗰啲已經完美、能夠肯定分辨善惡嘅父輩,反而跟從自己心裏嘅慾望,以為自己已經達到完美,並且已經領受咗父輩嘅祝福。　呢啲人就好似啲喺高處築巢嘅雀鳥,飛落地面,跌入捉雀人嘅網入面畀捉住。佢哋之所以會咁,就係因為佢哋自以為是,行事都只跟從自己心頭嘅衝動,滿足自己嘅慾望,完全唔聽長輩嘅勸告,亦唔向佢哋請教。　所以,魔鬼為佢哋安排異象同顯現,令佢哋心高氣傲;有時佢夜晚畀佢哋做夢,然後日間又幫佢哋實現,好令佢哋更加深陷迷思。好似呢啲仲未夠,佢有時夜晚又畀佢哋見到光,令佢哋所在嘅地方變得好亮;佢做呢啲嘢,就好似係神蹟咁。　佢咁做,就係要令佢哋對佢毫不在意,以為佢係天使,然後接受佢。一旦佢哋以呢種心態接受佢,佢就因為佢哋身上籠罩嘅驕傲之靈,將佢哋從高處摔落。　佢極力令佢哋相信自己喺靈性上已經勝過好多

人,唔需要向父母回轉或者聽佢哋嘅話。然而,按聖經所言,佢哋雖然係一串串光亮嘅葡萄,但係未熟,而且又酸又澀。父母嘅教導對佢哋嚟講係一大負擔;因為佢哋深信自己已經乜都識晒。

**56.** 你要肯定,除非你聽從你嘅祖先,否則你唔會興旺,唔會成長同變得完美,亦唔能夠正確分辨善惡。我哋嘅祖先自己都係咁做:佢哋聽從自己嘅祖先,並且留意佢哋嘅教導; 藉此,他們興旺、成熟,並成為教師。正如《西拉格智慧書》所寫:*「不可背棄長老的教導,因為他們是從他們的父親學到;從他們你必學到智慧,並能及時答覆。」*(西拉格智慧書 8:11–12)。 所以,你哋要效法嗰啲順服父母、凡事都聽從佢哋嘅人,因為佢哋嘅父母喺上帝幫助之下,將自己從祖先學到嘅一切,都教畀呢班順服嘅仔。就係咁,以撒順服咗亞伯拉罕;雅各順服咗以撒; 約瑟服從雅各;以利沙服從以利亞;保羅服從亞拿尼亞;提摩太服從保羅。所有這些人,以及其他像他們一樣的人,都服從了他們的父輩,成就了他們的旨意,並遵從了他們的勸告; 從而認識真理,被教導公義,最終被視為配得聖靈──並因此成為一切事上真理的先驅,正如以西結先知所寫:*「我立你作以色列家的守望者,使你聽我所說的話,好替我警戒他們。」*(3:17)所以,如果你想興旺成長,達到完全成熟,心志堅定,不受魔鬼任何嘲笑,就要順服你屬靈的父親,凡事都聽從他們──你必不會跌倒。

**57.** 我要向你顯示一件能令一個人從始至終堅守善行的事,即:盡你全靈、全心、全意去愛神,並單獨事奉祂。 到時,神會賜給你大能力同喜樂,神一切嘅作為對你嚟講都會似蜜咁甜;無論係體力勞動、心智追求定係守望,甚至神嘅全部軛,都會對你輕省又甜美。 然而,出於祂對人嘅愛,主有時會畀佢哋試煉,好叫佢哋唔會變得驕傲,而係可以喺自己嘅努力中持之以恆;佢哋唔係得着勇氣,反而會感到疲倦同懶散;唔係得着喜樂,反而得着憂傷;唔係得着平安同寧靜,反而得着動盪;唔係得着甘甜,反而得着苦澀; 而主所愛的人,就會經歷許多此類的事。但他們透過與之掙扎並克服它,變得日益強大。當他們最終完全克服了这一切,聖靈就會在一切事上與他們同在,他們也不再懼怕任何邪惡。

**58.** 聖靈不停地散發出極其悅人、極其甘甜、難以言喻的芬芳。但除了被認為配得祂內住的人之外,又有誰能知道聖靈的喜樂與甘甜呢?聖靈只有在經歷了許多勞苦之後,才會在悔改者的靈魂中居住。 我哋喺呢個世界都見到好多類似嘅情況:例如寶石,都要經過好大努力先攞到。聖徒哋搵過呢位聖靈,就搵到祂;祂就係聖福音入面提過嘅真正大價珍珠(馬太福音13章, 45–46),又喺尋找珍貴珍珠嘅商人嗰個比喻入面,佢搵到一粒極有價值嘅珍珠,就去賣晒所有嘢,買返嚟。 佢當然亦都提到另一個比喻,講到有個人喺田度搵到一樣藏咗嘅寶藏,就瞞住冇人知;因為太開心,就變賣晒所有嘢去買嗰塊田(馬太福音13:44)。冇人比已經領受聖靈嘅人受更多試探。 當我哋嘅主喺祂受洗嗰陣,聖靈以鴿子嘅形狀降落喺祂身上,祂就畀聖靈引到曠野去,受魔鬼嘅試探。魔鬼用盡各種試探去考驗祂,但喺祂身上乜都未得逞,正如路加福音所寫: *「魔鬼用盡了各樣的試探之後,就暫時離開了他。」*(路加福音4:13)於是主耶穌就靠着聖靈的能力返到加利利。同樣地,聖靈賦予所有領受聖靈的人力量,使他們能奮鬥並得勝,並賜給他們克服一切試探的權能。

**59.** 先知以西結所看見的撒拉弗(結1:4, 9)是追求成聖的忠信靈魂的象徵。 佢有六對翅膀,滿佈眼睛;佢又有四張面,分別向住四個方向:一張似人面,一張似牛犢面,一張似獅子面,一張似鷹面。 撒拉弗嘅第一張面容,即係人面,象徵喺世上生活嘅信徒,佢哋遵守應有嘅誡命。如果佢哋入咗修道生活,就會變成小牛面,因為佢哋要承受遵守修規嘅沉重勞作,做更多體力方面嘅事。 凡是遵守團體生活規則、完善自我之後,退入寂靜同不屬於可見的魔鬼交戰的人,就成為似野獸之王──獅子──的面容。 當佢打敗咗呢啲無形嘅仇敵,制服並壓制咗自己嘅情慾,就會被聖靈充滿,見到神聖嘅異象;到時佢就會似鷹嘅面容:佢嘅心靈會洞察來自六方可能發生嘅一切,就好似嗰六對滿佈眼睛嘅翅膀。 咁佢就會成為真正嘅靈性撒拉弗,並承受永恆嘅喜樂。

**60.** 純潔、永恆不變的平安、完全的憐憫,以及其他蒙福的崇高美德,都是神誡命的本質。務要力行聖靈的這些誡命,藉此 your 靈魂得以重生,並藉此領受主進入 your 裡面;它們是安全的道路。 冇咗身體同心靈嘅純潔,冇人可以喺神面前成為完全;所以聖福音上話:*「心裏清潔嘅人有福咗,因為佢哋必得見神。」*(馬太福音5:8)完全係由心靈嘅純潔而嚟。 心入面有天生嘅善同唔自然嘅惡。惡會生出靈魂嘅情慾,好似定罪、仇恨、驕傲等等。至於善(心入面天生嘅善),就會帶來對上帝嘅認識(敬畏上帝)同聖潔,或者就係靈魂脫離一切情慾嘅純潔(良心)。 如果一個人立志改革,開始遠避一切惡,並透過屬靈的爭戰──眼淚、痛悔、嘆息、禁食、守夜、貧窮,以及向神的多番禱告──來武裝自己,那麼主就會憑着祂的恩典幫助他,並藉着聖靈,將他從一切屬魂的激情中解救出 。 好多人雖然喺修道同處女生活咗

好耐,但都未學識呢門純潔嘅學問,因為佢哋唔理長老嘅教導,反而跟從自己心頭嘅慾望; 因此,惡靈──靈魂的毀滅者──就佔了上風,日夜以隱藏的箭射擊他們,使他們在任何地方都不得安息;以致他們的內心時而被驕傲、時而被虛榮、時而被不敬虔的嫉妒、時而被定罪、時而被憤怒和烈怒、時而被爭吵,以及其他許多情慾所佔據。 – 呢啲人會同五個愚蠢嘅童女一樣,因為佢哋成日都唔明智──佢哋唔制住自己嘅舌頭,唔潔淨自己嘅眼同身體免受慾望污染,亦唔潔淨自己嘅心免受污穢影響,亦有其他值得哀哭嘅事,因為佢哋本身就污穢, — 只滿足於一件亞麻布衣,那不過是處女的象徵;因此,連點燈的天上之油都被剝奪。新郎絕不會為她們打開宮殿大門,並且會對她們說,正如祂在寓言中對愚拙童女所說:*「我實在告訴你,我從來不認識你。」* (馬太福音25章)我寫呢段文字係出於對你哋得救嘅渴望,希望你哋可以成為自由同忠信嘅──亦都係基督──所有靈魂嘅新郎──嘅純潔新婦,正如使徒保羅所講:*「我以你哋為潔淨嘅處女,訂咗俾一個丈夫,就係基督。」* (林後11:2)

**61.** 金子要經過火多次的煉淨,好讓它在最嚴酷的煉淨中變得更完美。 同樣地,我主喺祂嘅善意中,透過好多試煉去淨化人,考驗佢,並令佢喺心靈嘅戰爭中變得有經驗,好叫佢唔會再喺思想或記憶中返去嗰啲人對佢施加嘅不公同羞辱; 反而謙卑咗自己喺神面前,將所有盼望都放喺祂身上,喺神面前隨時預備行各樣善工,正如先知大衛所講:*「神啊,我心預備好咗,我心預備好咗;我要唱歌,為我嘅榮耀彈樂器。」* (詩篇107:2) 要記住,你可能會被某啲弟兄透過誣衊同不公嚟試探,或者喺同事手上受辱。 當呢啲事臨到你身上嘅時候,要堅定,唔好驚,唔好灰心;反而要為呢一切感謝主,因為冇佢,呢啲事根本唔會發生,佢容許呢啲事發生,係因為神嘅僕人需要經過試煉: 因為凡是沒有經過神用試煉、勞苦、憂愁和不幸的善行試驗,直到學會在各種境況中都能以忍耐堅守善行的人,就不會從祂那裡得著榮耀。

**62.** 你要忍耐地承擔臨到你身上嘅不幸同悲傷;並且要用極大嘅謙卑心去為呢啲事感謝主,咁你先可以喺你嘅勞苦中嘗到喜樂, —就好似可嘉可佩嘅蘇珊娜,佢喺戰場上英勇善戰,克服咗兩個無法無天嘅老頭子嘅猥褻進犯,亦忍受咗佢哋惡意誣陷所帶嚟嘅種種痛苦同悲傷;但係上帝因為佢嘅忍耐同堅定,喺佢嘅掙扎結束時,就高舉咗佢,同時令佢嘅仇敵受辱,就好似佢對提克拉所做嘅一樣, 更加有信心,佢唔驚父母對佢嘅傷痕,唔驚火,唔驚肉體被撕裂,唔驚野獸,最後上帝因佢嘅堅定信心,令烈火熄滅,令嗜血獅子噤聲,令所有仇敵蒙羞,並賜佢心靈嘅喜悅同勞苦嘅報酬; 又好似約瑟──喺神同人面前都好謙卑──當佢啲兄弟因為老竇偏愛佢而充滿嫉妒同仇恨,想奪佢性命嗰陣,神就用神聖嘅幫助保佢免於一死。 佢哋畀嫉妒蒙蔽,將佢賣去做奴隸。佢所服侍嘅主人老婆糾纏佢,搞到佢入咗監獄;但係上帝冇離棄佢。 因為佢心靈同身體都純潔、謙卑、無可指責,憑住上帝對佢嘅眷顧,雖然要承受咁多不幸,都冇屈服,反而忍耐到底,將希望寄託喺主度。 最後,上帝高舉佢,令佢成為埃及同所有省分嘅統治者;並且將所有曾經憎恨佢嘅兄弟,都踩喺佢腳下。 呢啲人,同其他好似佢哋嘅人,喺佢哋一開始嘅努力同掙扎時,並冇得神嘅榮耀,而係要等神試煉佢哋、用災難同悲傷潔淨佢哋,教佢哋點樣喺戰火中堅守陣地之後先至得。 只有到祂見到佢哋勇敢地承受試煉同悲傷,並將所有希望寄託於主,祂先透過神聖嘅幫助賜予佢哋榮耀,同時令佢哋嘅仇敵蒙羞,並臣服於佢哋嘅統治。

**63.** 你要堅定,喺試煉中唔好灰心,反而要為此感恩,咁你先可以從主度攞到賞賜。 願你哋中間有和平、真理、對上帝嘅愛同埋彼此嘅善意;願你哋中間冇爭吵、冇誣衊、冇不和、冇惡意嘅嫉妒、冇不順服、冇驕傲、冇對任何人嘅怨恨、冇嘲笑、冇虛榮、冇仇恨、亦冇彼此對立。 凡有呢啲行為出現喺修道院,上帝嘅忿怒就會臨到佢。 而且,要知我哋喺呢世嘅生命好短;所以要 珍惜佢,唔好喺懶散中浪費,免得當你哋仲互相生氣嗰陣,生命結束嘅時刻嚟到,結果按聖經所言:*「恨弟兄嘅,就係殺人犯。」* (約翰一書 3:15)。要彼此施恩,好叫主向你哋施憐憫。因為佢自己就喺經上講:*「饒恕人,你哋就會被饒恕。」* (路加福音 6:37) 如果你哋有人受到誣衊,就要歡喜接受,凡事交託畀公義審判又賞賜嘅主……但凡誣衊人嘅,就要快啲喺主面前自卑,向被誣衊嘅人求饒,好等主憐憫佢。 「日頭未落之前,唔好仲喺度嬲」,聖經都咁教我哋(以弗所書4:26)。要將你哋心入面嗰啲折磨你哋、對彼此懷住嘅惡念連根拔起,咁先可以扼殺一切仇恨嘅種子,因為仇恨同嫉妒就係佢嘅根源。 呢兩種情慾係最邪惡、最可憎嘅,無論對神對人,都極其可憎;任何信徒或神嘅僕人身上都絕對唔應該有呢啲嘢。我哋當中唔好有人愚蠢到自誇話:「我勝過咗我兄弟,佢就唔會有憐憫。」 凡講或存呢啲念頭嘅人,要知佢已經將自己嘅靈魂交咗畀死亡,佢嘅基業只會係哀哭、切齒、永唔死嘅蟲同永唔熄嘅火。

**64.** 我哋仍然住喺呢個身體入面嘅時候,就要從沉睡中醒返嚟;日日夜夜都當為自己哀號,痛哭流淚,好叫我哋可以得脫離嗰可怕嘅折磨、呻吟、哀號同痛苦,因為嗰啲永遠都無止盡; 我哋要小心,唔好

由寬大嘅門入去行闊闊嘅路,雖然有好多人行,但嗰路係引到滅亡;我哋要由窄門入去行窄路,雖然好少人行,但嗰路係引到生命。行後一條路嘅人,先係真嘅行者,佢哋會歡喜領受自己嘅勞苦報酬,並承受天國。　至於未完全預備好嘅人,我懇求佢哋趁仲有時間唔好偷懶,免得喺指定嘅時候冇油,而且冇人肯賣俾佢哋。就係嗰五個愚蠢嘅童女,佢哋冇得向任何人買油。 於是佢哋喊住叫:*「主啊,主啊,開門畀我哋!」但佢答佢哋:「我實在同你哋講,我唔識你哋。」*(馬太福音25:11–12) 而呢件事發生喺佢哋身上,純粹就係因為佢哋懶散。之後雖然佢哋醒咗,開始大吵大鬧,但已經冇用,因為屋主已經起身,將門關咗,就如經上所寫。我再畀你另一個例子,同呢個差唔多。當諾亞入咗方舟,　佢同佢嘅仔同媳婦,同埋同佢一齊嘅其他人,獨自留喺方舟入面,因為洪水淹沒作惡者,佢冇再打開方舟嘅門,亦冇畀佢嘅仔見證嗰個可怕嘅場面──嗰就係對嗰班惡人嘅懲罰;　而且,一旦門關咗,呢班惡人就入唔到去同義人一齊,佢哋因為懶散同唔聽話,全部都喺洪水入面淹死咗。　因為挪亞喺建造方舟嗰一百年間,不斷呼籲佢哋過更好嘅生活,但佢哋唔理佢、唔聽佢話;所以先至滅亡。

**65.** 使弟兄團契同心合一,並以和平、同心、謙卑、敬畏上帝同禱告組織起來。屆時,上帝殿的福氣就會完全顯明在你們身上,而你們將歡歡喜喜地享受它們。 願你哋更加以信心、盼望、愛心、謙卑、敬畏、分辨、虔誠、和平同埋對弟兄姊妹嘅愛作裝飾。因為凡擁有呢啲品德嘅人,就好似穿咗婚禮禮服,行喺聖靈嘅誡命之中。 要存着一切谦卑和忍耐,好叫你嘅情欲離開你。

**66.** 凡行在神旨意中──那比蜜更甜、充滿一切喜樂的──必得幫助和力量,並能使他的靈魂行出奇事,且在他面前預備好所喜悅的各條道路;到那時,沒有仇敵能站得住,因為他行在神旨意中。 但凡照自己意思行嘅人,上帝絕對唔會幫佢,反而會將佢交畀魔鬼,魔鬼會日夜喺佢心入面盤旋,令佢乜都搵唔到平安,喺佢所有外在同內在嘅事上都變得軟弱無力,　並會令佢哋陷入其他好多毀滅性同有害嘅事。魔鬼有時會畀佢哋帶來喜悅同歡樂;但喺呢啲嘢入面根本冇得開心,只會令佢哋更憂傷同悲痛。就算有啲似係喜悅嘅感覺,都冇任何真實,只係一場幻影,因為佢唔係出於上帝。　真正嘅喜樂嚟自上帝,只賜畀嗰啲不斷努力拒絕自己意思,並喺所有事上成就上帝旨意嘅人。人心入面運作嘅意念有三種:第一種係魔鬼嘅;第二種係人自己嘅; 第三種係嚟自上帝;上帝唔悅納頭兩樣,只悅納嚟自祂嘅。所以,要自我檢視,拒絕一切外來嘅嘢,只愛上帝嘅旨意。因為人要喺所有事上不斷分辨上帝嘅旨意,呢點非常重要。　我向你保證,除非一個人撇棄他心裏的全部意願,在一切事上克制自己,拋棄所有財富和 possessions,並透過順服他的屬靈父親而順服主,否則他既不能知道上帝的旨意,也不能成就它,而且會失去最終的祝福。

**67.** 主冇同我哋講呢度會有賞賜;但係話呢度會有試煉、艱難、需要同悲傷,而賞賜會喺度。呢個人生就係一條充滿爭扎同試煉嘅路。

**68.** 如果你對父母有耐性、順服同敬順,主會豐豐富富地賞賜你;呢件事會喺主面前被紀念。凡順服父母嘅,就係順服主;凡順服主嘅,亦都順服父母。

**69.** 以上一切,我哋要信靠我哋嘅主耶穌基督,敬拜佢同順服佢,並且喺任何時候、每一個時刻都行佢嘅旨意。

**70.** 正如我哋所蒙命,要行喺主嘅敬畏之中──「務要警醒,自己得救,凡事都要存着敬畏神嘅心,自己作工,作自己得救工夫」(腓立比書2:12)。敬畏主嘅心會從靈魂中根除一切欺騙同罪惡。　凡不敬畏神的人,就會陷入很多的惡中。敬畏神保護並看守一個人,直到他脫下這身體,就如經上所寫:*「因你畏懼,我們在腹中懷孕,在陣痛中生出救恩的靈。」*(以賽亞書26:18)

**71.** 遠離惡毒嘅人,就係完美同神聖嘅。佢滿有喜樂,亦係神嘅聖靈安息嘅地方。就好似火如果無人看管就會燒毀大森林,同樣,如果你容許惡毒入心,就會摧毀你嘅靈魂,玷污你嘅身體,並帶嚟好多不義嘅念頭;　佢會挑起爭吵、紛爭、誣衊、嫉妒、仇恨同其他類似嘅惡毒慾望,呢啲都會壓迫身體,令佢生病。　要急急追求聖徒們那柔和純樸的心,好叫我們的主耶穌基督接納你,使你每一個人都能歡喜快樂地說:*「你因我柔和的心接納了我,又因我柔和的心永遠堅定我。」*(詩篇40:13)

**72.** 神藉先知說:*「我向誰才能仰望,只向謙卑、安靜,並因我話而戰兢的人。」*(以賽亞書66:2) 我哋嘅主喺福音中亦都話:*「要向我學,因為我心裏柔和謙卑,你哋心靈就必得享安息。」*(馬太福音11:29)　所以,要為自己修習謙卑,不可心存驕傲,因為這是魔鬼的特徵。凡心存驕傲的人,就與魔鬼為伴。自大的人為人所憎,因為他的一切作為都充滿自誇,因此他陷入了許多罪惡之中。　一切罪惡在神面前都為可憎,但心裡的驕傲最為可憎。勸戒或勸告驕傲的人,好似向漏斗器裡倒水,或好似對過路雀兒

講話一樣。心存驕傲的人在神面前為可憎;但神絕不會羞辱那謙卑痛悔的心。　上帝自己嘅愛,由高天降臨到我哋,卑微到極點。所以我哋要鍾意卑微,好等我哋可以呼喊:*「睇我嘅卑微同勞苦,赦免我一切嘅罪過。」*(詩篇24:18)

**73.** 不可隨從你眼嘅私慾,也不可令你心放縱。因為邪惡嘅慾望敗壞人心,並蒙蔽心思。要更加遠離一切,免得住喺你裏面嘅神嘅聖靈向你發怒。　我哋要努力追求純潔,甚至至死都唔放棄,並以各種方式防範可憎嘅慾望:為此,我哋要小心唔好凝視婦女嘅美貌。我哋唔好做污穢情慾同可恥慾望嘅奴僕,因為呢啲係神所憎惡嘅。喺你哋心靈嘅眼中刻上神嘅名,好叫你哋心入面有個不斷嘅呼聲:　*「你哋係活嘅神殿」*(林後6:16)同*「聖靈嘅居所」*。凡被污穢慾望所捲走嘅人,喺神面前就好似冇理智嘅野獸,就如先知大衛喺詩篇48:13入面所講。　所以我哋要全心憎惡嗰隻污穢嘅眼,並追求純潔,因為呢就係神使者嘅榮耀。　但如果我哋畀魔鬼引誘而跌倒,就要透過懺悔再次站起身,歸向祂──嗰位去尋找跌入罪中之羊嘅人(路加福音15:4)。

**74.** 凡係管唔住自己嘴脣同舌頭嘅人,最少都要小心*「唔好講太多廢話」*(約伯記11:3)。人啊,要小心;約束你嘅舌頭,唔好多講,免得增加你嘅罪過。用手指按住你嘅嘴脣,喺你嘅舌頭上加條勒口,因為多言嘅人冇空間畀聖靈。　如果有人,仍然係新手,同你傾偈嘅時候,問你關於拯救佢靈魂嘅任何事,就答佢;但如果佢問啲對佢冇益嘅嘢,就要好似個聾人咁唔聽見,好似個啞巴咁唔出聲。

**75.** 我哋要迫自己嚴格把守口唇,唔好講任何壞話,因為惡言比任何毒藥都更厲害。所有傷口都會癒合,但係舌頭造成嘅傷卻冇得醫。　無心機中傷者嘅舌頭,畀魔鬼驅使,比蛇舌更毒,因為佢會喺兄弟之間挑起爭端同深仇大恨,喺和平人士中播下不和同邪惡,仲會令大型聚會散夥。　所以,要遠離定罪人,並專心默靜。喜愛默靜的人,與神和祂的使者親近,他的地位在高處。主說,當你自己守口時,祂就會保守你的道路。(箴言 13:3)

**76.** 聖經見證有兩種羞愧:一種是罪惡的源頭;另一種則帶來榮耀與恩典(西拉書 4:23–25)。犯罪的羞愧是真而救贖的羞愧;但由罪而起的羞愧,則是阻拦人遵守神誡命的羞愧。　唔好為咗順從上帝嘅旨意而感到羞愧,亦唔好隱瞞真理;唔好驚宣告主嘅教導同智慧言,亦唔好為咗向你嘅屬靈父親懺悔罪惡而感到羞愧。

**77.**　我哋嘅主,因憐憫我哋嘅靈魂,喺聖福音中話:「哀哉,當人讚揚你哋、誇大你哋,而你哋卻唔尋求上帝嘅榮耀!」(路加福音6:26;約翰福音5:44)　所以我哋要努力,甚至至死都唔放鬆,抵抗虛榮,斬斷佢最邪惡嘅分支,免得我哋被引向滅亡。　要遠離虛榮;因為好多人因此而滅亡。虛榮會驅使人去做好多苦行──禁食、禱告、經常通宵守夜、公開施捨,同埋好多類似嘅事;但係透過呢啲,佢只會換嚟羞辱同羞愧。　我哋唔好努力去顯示自己有咩,特別係啲偉大嘅嘢,免得因此而滅亡,並畀虛榮嘅眾多枝節纏住,因為虛榮嘅魔鬼多到數都數唔晒。　我哋反而要更加努力,去追求聖徒嘅榮耀,同埋佢哋嘅貧窮,好等我哋可以從上帝度攞到嗰句甜美嘅讚賞:*「虛心嘅人有福咗,因為天國係佢哋嘅。」*(馬太福音5:3)

**78.** 我哋主耶穌基督喺祂嘅福音書上話:*「你哋要憑住忍耐,就可以保全自己嘅靈魂。」*(路加福音 21:19) 佢又話:*「到底得勝嘅,先得救。」*(馬太福音10:22;24:13)咁我哋又應該用幾多熱誠,喺真理中努力撐住,好等我哋可以得着天上為我哋預備嘅嘢?　不過,喺我哋未到流血嘅地步之前,就唔好自誇;因為冇藝術家會喺作品未完成之前就吹噓。靠住忍耐得勝嘅人,先至可以稱為有福。到咗適當嘅時候,佢會好似拉撒路咁,喺天上得榮耀。

**79.**　詩篇作者大衛說:*「祢的話語對我喉嚨比蜜更甜」*(詩篇118:103)。又說:*「主的道路勝過極多極貴的寶石」*(詩篇18:10–11)。　真正有福氣嘅,係嗰個保持警醒,遵守我主耶穌基督誡命,直到佢對主有真正認識,好叫佢可以講:*'祢嘅心思高過我'*(詩篇138:6)。要小心唔好做不忠信嘅人,免得祂──我哋嘅造物主──向你發怒。　凡向不信者宣講真理、責備或教導他的人,就好比將最珍貴的珍珠投入大海深處。相反,正如水沿斜坡流下、急速奔流,主的話語亦如此流入信徒的靈魂。

**80.**　我哋要保持警醒,不斷喺心靈嘅殿中點燃聖潔嘅熱誠,免得畀人話我哋疏忽同懶惰。熱誠同警醒嘅人,情感永遠都唔會佔上風。就算佢畀誘惑者嘅詭計打倒,就係呢份熱誠同警醒,會即刻令佢重振旗鼓。　但係嗰啲懶散又唔小心嘅人,對討好上帝冇乜熱誠,一旦跌入魔鬼嘅誘惑,連自己做咗咩罪都唔知,因為佢哋嘅心硬如石頭,就好似一匹被馴服同套上繮绳嘅騾,任人騎都唔會反抗。　喺呢啲人身上,魔鬼就隨心所欲,行盡佢一切嘅慾望同徹底嘅敗壞,將佢哋拉到佢想去嘅任何地方,直到佢嘅罪惡成就,佢就喺嘆息同哀號中死去。一個大意嘅人就好似一間已經破落、被住戶遺棄嘅屋──對任何人嚟講都

冇價值,反而人人憎惡,好似中咗詛咒,成為蛇、蠍子同野獸嘅窩;因為佢破敗荒蕪,冇人理會。大意者嘅狀態就係咁! 要小心保持熱誠,千祈唔好拖延,否則會畀仇敵得手。 當一個人擁有呢種崇高嘅熱誠同關懷,就可以從一切跌倒同傷害中得復原,並 嘅警告,令佢成為聖靈嘅安息之所;佢愉快咁完成咗人生旅程,喺呢個世界就已經被認為配得上同聖徒一齊進入安息。

**81.** 我哋聽講,當 blessed Paul 嚟討論處女嘅時候,佢就講:*「我冇從主度攞到*命令。」(林前7:25) 佢冇呢條命令,因為唔係人人都頂得住呢副重擔;所以呢件事就交畀有能力頂得住嘅人自由選擇。 凡是守獨身者,不可因着自己嘅獨身而自誇,因為呢個係上帝親自賜下嘅恩典。獨身生活驅走女性化嘅情感、肉體嘅私慾、心靈嘅驕傲,以及對一切魔鬼之物嘅愛好; 亦都遠離不耐煩嘅埋怨、憎恨人同世俗嘅榮耀;專注於敬拜上帝,透過禁食約束舌頭同管教肚腹。當呢啲美德都齊備喺一身,就會成為一隻無瑕、無玷污嘅祭牲。 如果你,哦,貞潔的靈魂,沉迷於奢華的筵席,並在自溺(自我沉溺)中行,你的一切作為都會蒙羞。如果你不守住你的舌頭,你的一生都會空虛,你所付出的巨大勞力都將徒勞無功。

**82.** 我們當照聖徒所行正直的道路而行,經上寫着:*「行路正直的義人,有福了!他們遵行主所命定的律法。」*(詩篇 118:1) 即係話,要有潔淨嘅身體、潔淨嘅言語、潔淨嘅眼目、潔淨嘅手、潔淨嘅耳、潔淨嘅腳,要有喺神面前正確嘅心思,亦要有彼此之間純潔嘅心,正如我哋喺禱告中所講:*「神啊,求你在我裏面造一個清潔嘅心,更新一個正直嘅靈喺我裏面。」* (詩篇50:12)。

## 2. 關於好品德同聖潔生命,共有170章

**1.** 人通常被稱為有智慧,但這其實是對該詞的使用誤用。 真正有智慧嘅,唔係研讀古代聖賢言行錄嘅人,而係有智慧嘅靈魂──能夠分辨善惡;遠離對靈魂有害嘅事物,同時謹慎追求對靈魂有益嘅事物,並對上帝懷有極大嘅感恩。只有佢哋先至真正可以稱得上智慧之人。

**2.** 真正有智慧的人只有一個關心:以盡心盡意、盡力盡性去順服並取悅上帝。因此,也僅僅因為這個緣故,他教導他的靈魂如何取悅上帝,並在任何境況中都感謝祂的眷顧與安排。 因為對醫治身體嘅醫生,就算佢哋開嘅藥苦澀難以下嚥,都唔應該唔多謝;同樣,因為啲睇落令我哋傷心嘅事,就對神心存不感恩都唔係啱,因為我哋唔知道一切都係照神嘅旨意,並且都係為咗我哋好。 就喺呢種明白同對上帝嘅呢種信心入面,靈魂嘅得救同平安就喺度。

**3.** 節制、仁愛、貞潔、堅定、忍耐等偉大美德,好似係我哋由上帝所賜嘅(戰鬥)力量,好讓我哋可以抵抗同承受所遇到嘅苦難,並喺其中幫助我哋: 咁如果我哋善用呢啲力量,並且時刻準備就緒,任何臨到我哋身上嘅事都唔會成為負擔、痛苦、毀滅或者難以承受,因為所有呢啲都會畀住喺我哋心入面嘅美德所克服。 冇智慧嘅人唔會諗到呢點,因為佢哋唔信所有事都係為咗我哋嘅利益,好等我哋嘅美德可以發光發熱,好等我哋可以因呢啲美德而獲得上帝嘅獎賞。

**4.** 如果,當你將財富同盡情享受佢,視為只係短暫、虛幻嘅虛榮,並且知道一個有德行、討神喜悅嘅人生,勝過財富, 而你若堅定此信念,並銘記於心,則當你見到比你更劣者因口才、學識或財富而獲稱讚時,你也不會嘆息、哀嘆或向任何人埋怨,反而會為一切向神獻上感恩。 對財富同享樂無止境嘅慾望,對名聲同虛榮嘅渴求,加埋對真理嘅無知,係靈魂最邪惡嘅情慾。

**5.** 一個有智慧嘅人,透過自我檢視,就會明白乜嘢對佢嚟講係正確同有益嘅,乜嘢同佢嘅靈魂相諧調同有救贖性,而乜嘢對佢嚟講係陌生同具破壞性。就咁樣,佢就可以避開傷害靈魂嘅嘢,因為嗰啲嘢同佢格格不入。

**6.** 人愈過得節制,就愈能心平氣和,因為佢唔使為好多嘢操心──唔使擔心僕人、農場工人(僱工)同埋買牲畜。 然而,當我哋對呢啲嘢產生執着,就會畀由佢哋帶嚟嘅不幸所困,甚至到咗埋怨上帝嘅地步。咁樣,我哋自己無法控制嘅慾望令我哋陷入混亂,喺罪惡生活嘅黑暗中徘徊,完全唔知道自己係邊個。

**7.** 人唔應該話一個人做唔到過有德嘅生活,而應該講呢件事唔容易。當然,呢種境界唔係人人都咁容易就可以達到;只有嗰啲敬虔同有愛神之心嘅人,先會被吸引去過有德嘅生活。 一般嘅心態係世俗同善變嘅;佢會生出善念同惡念,好唔穩定,又鍾意物質嘢;相反,愛神嘅心就好似專門對付人因為放縱大意而產生嘅惡念嘅劊子手。

**8.** 無知同簡單嘅人認為讀書係件好笑嘅事,唔肯理會,因為讀書會暴露佢哋嘅無知──佢哋希望人人同自己一樣;同樣,喺生活同行為上無法無天嘅人,都極度希望人人比佢哋更壞,以為咁樣就可以因

為有好多人都邪惡而為自己開脫。　靈魂會因罪惡的邪惡而滅亡並被腐蝕,罪惡多姿多彩,包括行淫、驕傲、貪婪、憤怒、無禮、瘋狂、謀殺、埋怨、嫉妒、勒索、掠奪、不耐、虛假、肉慾, 懶惰、憂愁、怯懦、仇恨、譴責、懈怠、迷思、無知、誘惑同無神論。可憐嘅靈魂,背棄咗上帝,就畀呢啲同其他類似嘅嘢折磨。

**9.** 一個人究竟真係以苦行者嘅身份過緊有德又值得讚揚嘅生活,唔應該靠做作嘅態度或者生活方式嘅虛假外觀嚟判斷;　而係要睇佢哋係咪好似高明嘅畫家同雕塑家咁,透過佢哋嘅言行,展現佢哋嘅美德同討神喜悅嘅生活,並且遠離一切世俗嘅享樂,就好似避開陷阱咁。

**10.** 有錢有勢嘅人,如果冇靈性修養同美德,喺有識之士眼中就唔得人歡心;相反,就算係窮人或者奴隸,只要有學識同美德,就令人開心。　正如旅客會喺路上迷失方向而喪命,同樣,忽略品德修養、被慾望牽著走嘅人,最終都會滅亡。

**11.** 凡能令無知者性格柔和,並令他們熱愛學習與教育的人,可稱之為「造人者」。同樣地,凡能引領放蕩不羈者過上道德高尚且取悅於神的生活的人,也應被視為「造人者」,因為他們好比在重塑人類。 柔和同自制係人類靈魂嘅幸福同福氣嘅盼望。

**12.** 誠然,人應該妥善安排自己的一生和言行。當一切安排妥當,就能夠正確認識神。凡以全心和全信敬畏神的人,都會蒙神恩助,制服他們的憤怒和慾望。因為慾望和憤怒是萬惡之源。

**13.** 人應該定義為兩種:一種係有智慧嘅人(如第一點所述),另一種係已經開始自我改革嘅人。不可教化嘅人唔應該被稱為人;因為呢種(即不可教化)唔係人類嘅特質。要遠離呢啲人。 與惡為伍者,永遠都唔會被列入長生不老者之列。

**14.** 只有憑藉我哋體內嘅智慧(如第一點所述),我哋先至配得上「人」呢個稱呼;冇咗呢份智慧,我哋同啲啞巴生物只係肢體結構同有語言能力嘅分別。　所以,有理性嘅人要認清自己係不朽嘅;並且要憎惡一切可恥嘅慾望,因為佢哋就係人類死亡嘅原因。

**15.** 就如每個工匠都透過塑形佢揀咗嘅合適材料,去展現佢嘅藝術──有人用木、有人用青銅、又有人用金銀──同樣,我哋都要證明自己係人,唔係靠身體嘅構成,而係靠我哋靈魂嘅真正智慧, ──就係要服從美德生活嘅法則,即係過一個有美德、並獻身於上帝嘅人生。一個真正有智慧、愛上帝嘅靈魂,知道人生應該有嘅一切,並以愛去取悅上帝,誠心向祂感恩,以所有嘅渴望同所有嘅思緒歸向祂。

**16.** 就好似舵手小心翼翼地駕駛船隻向前,避免撞到潛藏的水底礁石或懸崖峭壁一樣,熱衷於美德生活的人,也應該仔細考慮自己應該做什麼、應該避免什麼,只有真正由神聖律法啟發的事物,才視為對自己有益,並從靈魂中斬斷一切邪惡的思想。

**17.** 就好似舵手同車夫憑住謹慎同勤力,就能盡好自己嘅職責;同樣,凡熱衷於過公義而有德行生活嘅人,都要仔細考慮「　」,並留意過一個配得上、討神喜悅嘅人生:因為凡渴望呢啲、又深信自己有能力達到所渴望嘅人,憑住信心,就會得著那不朽 (純潔嘅生命)。

**18.** 唔好以為嗰啲按身份自由嘅人先係自由,而要睇啲喺生活方式同品格上真正自由嘅人。例如,唔可以因為貴族同富人邪惡又放蕩,就話佢哋真係自由,因為佢哋係自己嘅肉慾奴隸。真正嘅純潔同對短暫事物嘅輕蔑,就係靈魂嘅自由同喜樂。

**19.** 提醒自己要不斷以智慧示人,但要靠品德高尚嘅生活同實際行動去做到。同樣地,病人搵到同認出醫生係救命恩人同恩人,唔係靠佢哋嘅說話,而係靠佢哋嘅行為。

**20.** 真正有智慧同德行嘅靈魂,會喺佢嘅目光、舉止、聲音、笑容、談話同處事方式入面顯露。佢入面嘅一切已經被改變,並呈現最崇高嘅形態;佢愛神嘅心,就好似一個警覺嘅守門人,阻住邪惡同可恥念頭嘅入口。

**21.** 留意你身邊,明白統治者同當權者只對身體有權力,對靈魂冇權力──要時刻記住呢點。因為當佢哋命令你去做啲嘢,例如殺人,或者做其他任何對靈魂唔當、不義同有害嘅事,就唔可以聽佢哋嘅,就算佢哋要折磨你嘅身體都一樣。 上帝造靈魂自由自主,並可隨心所欲行事──無論是行善或作惡。

**22.** 一個有智慧嘅靈魂會努力擺脫放蕩、傲慢、自大、迷思、嫉妒、偷竊等等,因為呢啲行為就係魔鬼同邪惡意念嘅作為。　然而,只要勤力努力、細心反思,一個唔將慾望放喺低賤享樂上嘅人,就能夠做到呢點。

**23.** 一生行細微卑微之事者,可避開危險,亦無需特別防範。透過克服所有慾望,佢哋輕易就能搵到通往上帝嘅道路。

**24.** 智慧的人不需要聽各種談話,只需要聽那些有益的、能讓人明白神旨意的話;因為這條路能使人重返生命與永恆的光明。

**25.** 凡致力行善並充滿對上帝之愛者,必須遠離自負及一切虛假與空洞的榮耀,並努力以改善其生活與心靈。一個愛上帝且堅定不移的心靈,即是引向上帝的指引與道路。

**26.** 如果靈魂唔過一個良好同討神喜悅嘅生活,研習科學就完全冇益處。不過,所有罪惡嘅根源,就係對神嘅迷思、欺騙同無知。

**27.** 對美好人生嘅深思熟慮同對靈魂嘅關懷,會孕育出品行良好、愛神嘅人。尋索神者,必能遇見祂,透過不斷向上帝祈禱,克服一切慾望。此等人並不怕魔鬼。

**28.** 凡被塵世財物所誘惑,又明知要點樣做先能過好日子,卻好似有藥同醫療器械,但唔識用,甚至連用都唔理嘅人。 所以,對於我哋所犯嘅罪,唔好怪自己出世,亦唔好怪其他人,只可以怪自己;因為如果靈魂甘願放縱懶散,就一定會畀人打敗。

**29.** 分辨唔到善惡嘅人,唔適合去評定邊個好邊個壞。知道神係良善嘅人,如果佢自己唔良善,就代表佢唔識神,亦永遠唔會被神所識;因為認識神嘅唯一方法就係透過良善。

**30.** 好人同愛神嘅人,只要喺場,就會當面責備人嘅任何錯;至於唔喺場嘅人,佢哋唔單止唔會自己責備,仲唔會容許人哋講佢哋嘅壞話。

**31.** 談話時切勿粗魯;因為有智慧的人,通常比少女更以謙遜和貞潔為裝飾。愛神的心是照亮靈魂的光,就好比太陽照亮身體一樣。

**32.** 每當靈魂中任何一種情慾向你襲來,你要記住,真正有智慧的人,若想將自己的一生建立在正當而永恆的基礎上,他們並不把追求短暫的財富視為喜悅之源,而把真正的榮耀(在天上)視為至高無上的光榮。 正正就係呢樣嘢令佢哋蒙福。財富會畀人偷走,亦會畀最強大嘅人奪去,但 嘅屬靈美德先係唯一安全同唔會畀人偷走嘅擁有,而且喺人死後仲可以拯救擁有者。有呢種思考嘅人,就唔會畀財富同其他享樂嘅虛假光華所誘惑。

**33.** 心志不堅定同冇受過教導嘅人唔應該去考驗有智慧嘅人。真正有智慧嘅人係嗰啲討好上帝、大部分時間都保持沉默;或者講嘢都好簡短──只講啲必要同討好上帝嘅說話。

**34.** 凡致力過一個有德且愛神的生活者,都熱衷於靈魂的美德,視之為不可奪走的資產和永恆的安慰。 至於塵世財物,佢哋只會享受嗰啲必要同上帝所賜、所命嘅份量,並以喜樂同感恩嘅心去使用,就算好樸素都一樣。因為豐盛嘅筵席只會滋養身體,就好似物質可以滋養身體咁;但係對上帝嘅認識、自律、仁慈、博愛、虔誠同謙卑,呢啲卻可以高尚化靈魂。

**35.** 那些強迫人做對靈魂唔當同有害嘅事嘅統治者,並唔能夠統治住靈魂,因為靈魂係被造嚟自我管治。佢哋只係捆綁咗身體,而唔係自由意志;而自由意志係由智慧者透過造物主嘅恩賜所掌管,呢位造物主嘅權能勝過任何權威、強制或力量。

**36.** 凡以失錢財、子女、奴僕或其他財物為不幸者,當知首先應知足於神所賜予;其次,當須放棄時,就應甘願而愉快地放手,不可因失去而自責,或更確切地說,因它終將歸還而自責。 就好似嗰啲借用咗唔係自己嘅嘢,之後又還返嗰啲嘢一樣。

**37.** 有好品格嘅人,唔應該為咗攞錢而賣掉自己嘅自由,就算攞到嘅錢再多都唔值得。因為世上嘅財物好似一場夢,財富嘅光環只係虛假嘅,唔可靠,而且好短暫。

**38.** 真正有人性美德(按上述所指)嘅人,應該咁熱誠咁追求一個愛神又品格高尚嘅人生,務求令佢哋嘅美德喺人群中發光發亮,就好似一塊細細嘅紫色布料,搭喺雪白嘅衣裳上作裝飾,特別突出,人人都睇得見。 因為咁樣佢哋對屬靈美德嘅熱誠先會更加穩固。

**39.** 有智慧的人應該估量自己的力量(軍隊),並將美德在心靈中整理得有條不紊,如此一來,他們才能隨時準備好以神所自然賜予、內在於心靈中的力量(美德軍隊)去抵抗襲擊心靈的激情。 以下分別係:對抗美色同一切腐蝕心靈嘅慾望──自制;對抗貧窮同缺乏──忍耐;對抗煩惱同憤怒──溫柔,等等。

**40.** 人唔可能一朝一夕就變得好同有智慧;呢種境界係透過細心反思、實踐、經驗、持續努力,同埋(最緊要)強烈嘅行善慾望先至可以達到。 一個真正認識神、又愛神嘅人,佢唔會畀自己休息,凡係討神喜悅嘅事都全力以赴。但係,呢類人真係好少見。

**41.** 冇天生向善傾向嘅人,唔好因為對自己嘅處境絕望而放棄,就忽略咗一個愛神又品格高尚嘅人生,無論呢種人生對佢哋嚟講睇落幾咁遙遠同難以達到;佢哋都必須反思同盡最大努力去修養自己。雖然佢哋未必能夠達到至德與完美嘅境界,但係透過反省自己同埋從各方面照顧自己,佢哋要麼會變得更好,要麼至少唔會變得更差──而呢點對靈魂嚟講,絕對唔係細嘅好處。

**42.** 人喺心靈方面接觸住難以言喻嘅神聖力量,但喺身體方面就同動物相似。可係,真正有智慧嘅人少之又少,佢哋努力將心思轉向神同救主,並透過行為同美德同祂交通。 然而,大部分人愚蠢於心,棄絕咗嗰神聖不朽嘅收養,反而偏向於同肉身嘅死寂、貧瘠同短暫嘅親緣;就好似啞巴嘅野獸, 佢哋只顧世俗之事,被慾望所驅,就同上帝斷絕咗關係,將自己嘅靈魂由天上拋落肉慾折磨嘅深淵。

**43.** 一個有智慧的人,思索與神聖合一並交通時,絕不會執著任何世俗或卑賤之物,而會將心思放於天國與永恆,因為他知道,上帝──萬善之源、人類永恆福份的泉源──的心意,是要人得救。

**44.** 當你遇到一個好鍾意辯論、要同你爭辯真理同明顯事實嘅人,喺你結束咗爭論之後,就要避開佢,因為佢個心已經完全硬化。就好似污濁嘅水可以令最優質嘅美酒都冇用,邪惡嘅談話亦都會腐蝕嗰啲品行端正、品格高尚嘅人。

**45.** 如果我哋傾盡全力、用盡一切方法去避免肉體嘅死亡,就更加要努力去避免靈性嘅死亡:因為凡是想得救嘅人,除咗靈魂嘅懶散同懈怠之外,冇其他阻礙。

**46.** 凡不肯學習對自己有益之事,以及應被視為善之事的人,可說他們身體不健康;至於那些已知真理,卻厚面皮地反對真理的人,他們的理性已被壓抑,本性已變得如畜生,他們不認識神,他們的靈魂未被光照亮。

**47.** 神用祂話語創造各種動物,為我哋嘅利益:有啲作食物,有啲作服侍。 但神造人,要人作祂作為的見證,並以感恩的心宣講祂的作為。人所當追求的就是這件事,免得他們像啞巴的畜牲一樣,未曾看見或明白神和祂的作為就死去。 人要明白,神能行一切事。冇人可以抵擋佢,因為佢能行一切事。就好似佢用話語創造萬物,隨心所欲,令凡所想嘅都變成實在;同樣地(即使而家),佢都為咗人類嘅得救而創造萬物。

**48.** 天上嘅生物憑住佢哋本身固有嘅善而成為不朽;而地上嘅生物就因為佢哋體內自發嘅惡而變得會死,對於冇智慧嘅人嚟講,呢種惡又因佢哋嘅懶惰同對神嘅無知而倍增。

**49.** 對明白它的人而言,死亡是永生;但對心智單純、不明白它的人而言,死亡就只是死亡。這死亡並不值得畏懼,但(人應畏懼)靈魂的毀滅,即對上帝的無知。那才真正是靈魂的可畏之事!

**50.** 罪惡喺物質世界搵到咗立足點,身體就成為咗佢嘅座位。但係有智慧嘅靈魂,明白咗呢點之後,就會拋棄物質世界嘅重擔;從呢個重擔底下升起,去認識萬有之神,並且小心翼翼咁守住身體,當佢係敵人同對頭,唔信得過佢。 就咁樣,當靈魂征服咗邪情同物質世界之後,就會獲得上帝嘅加冕。

**51.** 當靈魂明白罪惡時,就如視寇仇般憎恨它;但當它不明白時,就不明真相的人就愛它,並奴役其愛者,將他擄為囚犯。 而呢個可憐又貧窮嘅靈魂,唔見到對佢有救恩嘅嘢,連諗都唔諗;反而信罪惡可以裝飾佢,仲樂喺其中。

**52.** 純潔嘅靈魂,因為本性善良,被上帝聖化同照亮,然後心靈就會默想善事,並產生愛上帝嘅意念同行動。 但當靈魂被罪污穢時,上帝就轉離它──或者更準確地說,靈魂自己與上帝分離──邪惡的魔鬼進入心智,在靈魂中灌輸不體面的行為:通奸、謀殺、偷竊,以及類似的魔鬼邪惡之事。

**53.** 認識神嘅人,心裏充滿各種美好嘅思想,向往天上嘅事,就藐視世上嘅事物。但係呢啲人唔係人人都鍾意;所以佢哋唔單止畀人憎恨,仲畀好多愚蠢嘅人嘲笑。 佢哋願意忍受極度貧窮,因為佢哋知道,對好多人嚟講係惡嘅,其實對佢哋嚟講係善。凡是默想天國嘅人,都信神,知道萬有係照祂旨意被造;但凡唔默想呢件事嘅人,就永遠唔會信呢個世界係神嘅作為,係為咗人類嘅得救而受造。

**54.** 沉溺於罪惡、放縱於無知的人,不認識神,因為他們的靈魂不警醒; 然而,神係屬靈嘅(即係話,只有憑清明嘅心先可以認識佢)。雖然佢隱藏唔可睇見,但就好似靈魂喺身體入面一樣,佢好明顯喺可見嘅世界存在。就好似身體冇咗靈魂就冇法存活,所有可見嘅萬物亦都離唔開神。

**55.** 人係為咗乜嘢而受造?就係要透過認識神嘅受造之物,去親見神自己,並榮耀為人而造嗰位;心思,因愛與神連合(做神所愛、又討神喜悅嘅人),係神賜畀有資格者,為美好生命而蒙受嘅無形福份。

**56.** 唔受肉慾奴役、以理性同自律管制身體、對上帝所賜嘅任何嘢(就算好微薄)都心存感恩、完全知足嘅人,先係自由嘅人。 當愛神嘅心靈同自己和諧一致,身體就會被制服同滿足,因為當時靈魂透過心嘅作用,平息咗所有肉體嘅衝動。

**57.** 凡不滿足於維持生命所需之物,而貪求更多者,即令自己淪為激動靈魂的慾望奴隸,使靈魂充滿愈來愈惡劣的思想與夢境──認為一切都不足,因此必須追求新而更好之物。 就好似過長嘅衫阻住行人行路,過度渴望擁有財物都會阻礙靈魂追求同獲得拯救。

**58.** 人若處於違背自己意願、被迫留喺其中嘅任何境況,對佢嚟講,都係一座監獄同一種折磨。所以,要知足常樂;否則,你若對現狀心存不滿、厭惡,卻又冇感恩,就會無意中成為自己嘅暴君。但要達到呢點,只有一條路:蔑視塵世嘅財物。

**59.**正如上帝賜予我們眼睛,好讓我們能分辨可見的事物──什麼是白、什麼是黑;同樣地,上帝也賜予我們理智,好讓我們能分辨對靈魂有益(或有害)的事物。 ──當慾望背離理性,就會產生對感官享樂的渴求,而這會阻止靈魂得救或與神合一。

**60.** 順應自然法則行事唔係罪,但自願行惡就係罪。 食嘢唔係罪,但如果冇感恩、唔尊重又冇自制就係罪;淨係睇都唔係罪,但如果帶住嫉妒、驕傲或者貪得無厭就係罪;安靜咁聽都唔係罪,但如果帶住憤怒去聽就係罪; 勉強舌頭去感恩同禱告唔係罪,但畀佢去誣陷同定罪就係罪;用手去做慈善──即係施捨──唔係罪,但畀佢去偷嘢同殺人就係罪。咁,當我哋憑自由意志行惡唔做好事,違背神嘅旨意,每個肢體都會犯罪。

**61.** 如果你懷疑你嘅每一行為都畀上帝見到,就諗吓你──一個凡人、一捧塵土──都可以喺一瞬間,喺腦海裏巡視所有你知道嘅地方,並反思:賜生命予萬物、並按祂旨意撐住萬物嘅上帝,豈不更加清楚地見到一切,就如芥子咁清晰?

**62.** 當你關上屋門,獨自一人時,要知道你身邊有神為每一個人所派嘅天使,希臘人稱佢為「屋宇之靈」。佢從唔會打盹;永遠同你一齊,見到一切;佢唔會被欺騙,黑暗亦掩藏唔到任何嘢畀佢。 與佢一齊,要謹記上帝喺每個地方都臨在。因為冇任何地方,亦冇任何物質,上帝唔喺度──佢高過一切,又掌管一切喺佢手中。

**63.** 如果士兵因為國王畀佢哋食嘢就忠於佢,我哋又豈能唔更加努力,用無休止嘅口舌感謝上帝,好持續討佢歡心──佢就係為人類創造咗萬有嘅?

**64.** 對上帝的感恩和美德的生活,是人所結的果實,能討上帝的喜悅。但正如地上的果實並非一日成熟,而是需要時間、雨水和照顧;同樣,人心靈的果實,也需要努力、反思、等待、自我克制和耐心,才能以全部的榮耀顯現。 然而,如果你為咗佢哋,有時表面上睇落好似一個敬畏上帝嘅人,就要喺你住喺呢個肉身嘅期間唔好信自己,亦唔好以為自己有任何嘢完全討得上帝歡心。因為你要知道,人要做到끝까지無罪真係好難。

**65.** 世上冇嘢比言語更尊貴。 言語咁重要,正正係透過言語同感恩,我哋先至可以榮耀上帝。用唔雅或唔體面嘅說話,就暴露咗我哋自己靈魂嘅敗壞。當愚人隨口講出惡言或者行惡事嘅時候,就怪自己出世唔好或者怪其他外在環境,呢種做法係佢哋嘅特徵。

**66.** 如果我哋努力醫治各種身體嘅病症,好叫身邊嘅人唔會笑我哋;咁我哋就更加要小心謹慎,醫治靈魂嘅病症,免得喺神面前──我哋將要喺祂面前受審──顯出自己可恥又值得被嘲笑。 因為,只要有自制,我哋如果願意,就算心裏想要做壞事,都可以唔去做;同樣,活出討神喜悅嘅方式亦喺我哋能力範圍內,除非我哋自己願意,否則冇人可以強迫我哋做任何邪惡嘅事。透過呢種努力,我哋就會成為配得上神嘅人,好似天上嘅天使一樣生活。

**67.** 如果你願意,你可以成為你情慾的奴僕;如果你願意,你可以保持自由,不屈服於你情慾的軛:因為神創造你本是自主的。克勝肉體情慾的人,必蒙冠以不朽之冠。若無情慾,就無美德,亦無神賜給有德者之冠冕。

**68.** 凡不看見對自己有益之事,又不知道何為正理的人,在屬靈上就瞎眼,他們的理智被蒙蔽。我們不可注視他們,免得我們也像瞎子一樣,不自覺地陷入同樣的陷阱。

**69.** 人唔應該對犯罪嘅人發嬲,就算佢哋嘅罪行值得懲罰。為咗真理本身,有罪嘅人要被引導(返正路),如果需要,就要自己或者透過其他人去懲罰;但唔應該對佢哋生氣或者懷恨,因為嬲只係出於激情,

唔係出於判斷或者真理。　人唔應該贊成嗰啲過份憐憫嘅人,但為咗善同公義本身,都要懲罰作惡多端嘅人,而唔係為咗自己嘅憤怒情緒。

**70.** 只有一種靈性成長嘅途徑係安全同唔會畀人偷走,就係過一個有德行、討神喜悅嘅生活,同埋追求同行善。財富係個瞎眼嘅引路人,同個愚蠢嘅謀士。淨係為咗自己嘅享樂而濫用財富嘅人,就摧毀咗自己被蒙蔽嘅靈魂。

**71.** 人唔應該完全唔去擁有任何多餘嘅嘢,或者即使擁有,都要堅定信念,認為世上所有財物本質上都係短暫嘅,隨時可能被奪走、遺失或毀壞;所以當不幸降臨嘅時候,就唔可以灰心失志。

**72.** 要知道,身體因為會腐朽同係物質嘅,所以自然會帶有病痛。因此,一旦有病痛,一個受過美德訓練嘅靈魂,就應該懷住感恩嘅心,勇敢同有耐性,唔好埋怨上帝造咗呢個身體。

**73.** 參加奧運會嘅人,唔係喺打敗咗第一、第二或者第三名嗰陣先拎到桂冠,而係要打敗所有同佢哋一齊競賽嘅人先得。　同樣地,凡是想蒙受神賜冠冕的人,必須訓練自己的靈魂實踐節制,不但要節制身體的慾望,也要在貪婪、覬覦他人財物、嫉妒、肉慾、虛榮、責備、死亡的威脅,以及類似的試探中保持節制。

**74.** 我哋要追求一個美好而敬畏上帝嘅生活,唔係為咗人嘅讚揚,而係為咗靈魂嘅得救去選擇美德;因為死亡每日都喺我哋眼前,凡屬世上嘅都唔可靠。

**75.** 保持貞潔係我哋能力範圍,但致富就唔係。咁又點?我哋唔應該責怪自己嘅靈魂,去渴望嗰啲短暫又虛幻嘅財富榮華,因為我哋根本無能力去獲得。噢,我哋真係好愚蠢,去渴望各種財富!我哋唔知道咩?喺所有美德之上係謙卑,就好似喺所有慾望之上係貪食同對塵世財物無止境嘅慾望?

**76.** 有健全判斷力的人,必須時常銘記,只要在今生承擔小而短暫的勞苦,死後我們就會獲得最大的安慰與永恆的福樂。 – 凡是與自己情慾抗爭、渴望蒙神加冕的人,若然跌倒,就不可灰心,或停留於跌倒中自我絕望;反而要爬起身,再次抗爭,努力爭取冠冕,從一次又一次的跌倒中站起,直至最後一口氣。 體力勞動係美德嘅工具,亦係拯救靈魂嘅手段。

**77.** 剝奪塵世嘅安逸會令人生出勇氣,而努力掙扎嘅人值得獲得上帝嘅冠冕。所以,喺今生,人要將自己對塵世一切嘢嘅慾望「釘死」:因為已經死去嘅人,就唔會再理會塵世嘅任何嘢。

**78.** 一個有智慧又努力嘅靈魂,當有悲傷嘅事臨到佢嘅時候,唔可以即刻灰心或者驚慌,免得因為膽怯而畀人嘲笑。一個畀塵世榮華所迷嘅靈魂,就會偏離佢正確嘅道路。靈魂嘅美德令我哋配得上永恆嘅祝福,而人自然而然嘅罪過就係永恆折磨嘅原因。

**79.** 一個有智慧嘅人,往往會畀心靈嘅激情透過(身體嘅)感官所征服,而呢啲感官係所有理性生物所共有。人有五種感官:視覺、聽覺、嗅覺、味覺同觸覺。透過呢五種感官,屈服於佢本身嘅四種固有激情,可憐嘅靈魂就會被擄去。　呢四種心靈激情係:虛榮、對享樂嘅渴求、憤怒同恐懼。但當一個人有智慧同洞察力,經過艱苦嘅抗爭,克服並征服咗呢啲激情,咁佢就唔再畀佢哋所勝,而係喺心靈中搵到平靜,並畀上帝加冕為勝利者。

**80.** 逗留喺客棧入面嘅人,有啲人會畀張床,但有啲人冇床,就攤喺地下瞓,都一樣瞓得好熟。當夜深咗,第二朝,兩班人一齊離開床,然後一齊離開客棧,淨係帶埋自己嘅私人物品。 同樣地,所有行經人生道路的人──無論是過着樸實無華的生活,還是奢華富貴──都像離開客棧般離開此生,帶不走人生任何的享樂或財富,只帶走自己今生所行过的善惡業行。 ──無論係善係惡。

**81.** 即使你權勢滔天,都唔好即刻威脅人命,要記住你本身都免唔過死亡,而且每個靈魂最終都會同身體分離,就好似脫下最後一件外衣咁。　明白呢啲,就要努力謙卑、行善,並且常常感謝上帝。冇憐憫心嘅人,本身冇任何美德。

**82.** 死亡無可避免,亦無路可逃。明白此理的真正智者──他們憑經驗深通美德與神聖思想──面對死亡時不悲傷、不恐懼、不流淚,因為他們心知:一方面,死亡是必然;另一方面,死亡能使我們從今生所受的苦難中解脫。

**83.** 忘記咗美好同討神喜悅嘅生活,又唔跟從公義同愛神教義行事嘅人,唔應該被憎恨,而應該被憐憫,因為佢哋判斷力不足,心靈同思想都盲目:佢哋將惡當成善,就因為無知而滅亡。 而佢哋,心靈上不敬虔又愚蠢,根本唔識神。

**84.** 唔好同任何人講虔誠同美好嘅生活。我咁講唔係出於嫉妒,而係因為我諗你喺最愚蠢嘅人眼中會顯得好可笑。志同道合者先會互相體諒,而呢類對話嘅聽眾少之又少──或者講得更準確啲,根本罕有。 所以最好唔好講呢啲嘢,因為呢啲唔係神對人類得救所期望嘅。

**85.** 靈魂同情肉體,但肉體唔會同情靈魂。所以,當肉體被斬成碎片,靈魂都會同佢一齊受苦;當肉體強壯健康,靈魂嘅各種功能都會分享嗰份安康。 – 但當靈魂反思(悔改)時,身體卻不與之同反思(悔改),反而留於原地,落後(毫不動搖):因為反思(悔改)是靈魂的一種痛苦感; 就好似──無知、驕傲、不信、貪婪、仇恨、嫉妒、憤怒、懦弱、虛榮、野心、不和、對善無感覺,等等──都係由靈魂產生嘅。

**86.** 當你諗起上帝,就要虔誠、無嫉妒、仁慈、貞潔、溫柔、量力而為嘅慷慨、好社交、唔好爭吵,等等: 因為喺呢啲事上討神嘅喜悅,就係靈魂不朽嘅財富;同樣,唔好定人罪,亦唔好講人係壞人或者有罪,反而要尋查自己嘅惡行,審察自己嘅生命係咪討神喜悅。其他人係唔係壞人,關我咩事?

**87.** 真正嘅人努力去行神嘅道路。嗰個唔貪慕一切同佢無關嘅嘢,就係行神嘅道路;而萬有受造之物對人嚟講都係陌生嘅。所以,你要藐視萬有,因為你係神嘅形像。人只有喺行義路、討神喜悅嘅時候,先至係神嘅形像;而要做到呢點,就必須遠離一切情慾。 凡心愛神者,於一切能救靈魂之事,及一切所應行之敬虔,無不通達。愛神者不責備人,因為他知道自己也犯罪,而這正是靈魂得救的標誌。

**88.** 凡是盡力追求塵世財富,並忘記死亡及自己靈魂的滅亡,沉溺於邪惡行為,卻不理會能使自己得救的事物──這些可憐的靈魂,並不知道人喺死後因邪惡而要承受多大嘅痛苦。

**89.** 上帝唔係邪惡嘅源頭。佢賜畀人哋理性、分辨善惡嘅能力,同埋自律;但係邪惡嘅慾望係由人哋嘅疏忽同大意而起。上帝絕對唔可以為此負責。魔鬼係憑自己自由意志變壞,就好似大多數人咁。

**90.** 過敬虔生活嘅人唔會畀邪惡入侵佢哋嘅靈魂。當靈魂入面冇邪惡,就會安全無恙。連惡毒嘅魔鬼同機遇都對呢啲人冇辦法;上帝會拯救佢哋脫離邪惡,佢哋就咁樣受到庇護,好似神祇一樣。 如果有人讚美呢種人,佢就會暗暗喺心裏笑嗰班讚美佢嘅人;如果有人誣衊佢,佢唔會為自己辯護,亦唔會因為佢哋講嘅嘢而介意。

**91.** 邪惡黏着本性就好似鏽黏着銅,污穢黏着身體一樣。但就好似唔係銅匠令銅生鏽,亦唔係父母令身體生污穢,同樣,上帝亦唔係造出邪惡。佢賦予人良知同 嘅理性,好等人避開邪惡,因為知道邪惡對自己有害,並且會帶嚟折磨。 所以你要細心留意:當你見到有人福祿雙全、權勢財富兼備,就切勿以任何藉口去拍他的馬屁,免得被魔鬼所誘。反而,要時時把死亡擺在眼前,你便不會貪慕任何邪惡或屬世的东西。

**92.** 我哋嘅神賜咗不朽生命畀天上嘅人,而祂造咗地上嘅人要受變化;祂賜咗生命同運動畀其他所有嘢──全部都係為咗人。 所以,當魔鬼向你心靈灌輸邪念時,切勿畀世上嘅誘惑擄走你;要即刻諗起天上嘅福份,對自己講:如果我願意,我有能力連呢場情感叛亂都克服;但如果我選擇滿足慾望,我就唔會得勝。 所以,要努力作一場足以拯救你靈魂的爭戰。

**93.** 生命係心靈(spirit)同靈魂同身體嘅結合;死亡並唔係呢啲結合部分嘅破壞,而係佢哋結合嘅解散;就算解散之後,上帝都會保守呢一切。

**94.** 心靈唔係靈魂,而係上帝賜畀靈魂嘅恩典。討上帝喜悅嘅心靈會喺靈魂前面引路,勸佢輕視暫時、物質同易腐朽嘅事物,而要鍾意永恆、不朽同無形嘅福份,咁樣人喺肉身活住嘅時候,就可以透過心靈去想像同默想天上同神聖嘅事物。 因此,愛神的心靈是人類靈魂的恩人與救主。

**95.** 靈魂若放縱身體,就會被慾望蒙蔽而滅亡。相反,愛神的心卻剛好相反:它令身體受苦,拯救靈魂,就好似醫生割治並灼燒身體一樣。

**96.** 嗰啲唔受理性約束、唔由心靈管治嘅靈魂──本應透過心靈去節制、約束同指引(佢哋應該去嘅方向)佢哋嘅情慾,即係憂愁同快樂──呢啲靈魂就會好似冇理性嘅動物咁滅亡,因為佢哋嘅理性畀情慾捲走,就好似車夫畀失控嘅馬拖走咁。

**97.** 靈魂最大嘅痛苦、最終嘅不幸同滅亡,就係唔識神──祂為人創造咗萬有,又賜俾人理性同言語,藉住呢啲,人可以高升,同神交通,去默想同讚美祂。

**98.** 靈魂喺身體入面;靈魂入面有心智;心智入面有言語;透過呢啲,被默想同讚頌嘅上帝賜畀靈魂不朽,賜佢腐朽不壞同永恆嘅福樂。因為上帝憑住祂獨一嘅善意,賜存在畀萬有。

**99.** 上帝造人為有自由意志嘅生物,祂唔會妒忌,而且充滿憐憫同善,賜俾人機會,如果佢咁想,就可以討上帝歡心。 然而,上帝喜悅人內心無有邪惡。因為如果人讚揚一個聖潔且愛慕上帝之靈魂的善行與美德,同時譴責可恥與邪惡的行為,那不正是渴望人類得救的上帝所更加樂見的嗎?

**100.** 人從神──善的源頭──領受美好;但人卻因自己之手、因內在的邪惡、因慾望和麻木不仁而受惡所制。

**101.** 魯莽嘅靈魂,本性不朽,係身體嘅主人,但因為感官慾望而淪為身體嘅奴隸,佢唔知道滿足身體嘅慾望只會摧毀靈魂。然而,一旦佢墮入麻木,變得墮落,就極力追求呢種身體嘅滿足。

**102.** 上帝良善,但人卻邪惡。天上無惡,地上亦無真正的善。但有智慧的人選擇了更佳的道路:他認識萬物的神,向祂獻上感謝與讚美;在離世之前,他憎惡肉體,不允許其邪惡的傾向(慾望、要求)得以滿足,因為他知道這些傾向的破壞性與有害影響。

**103.** 好犯罪嘅人鍾意積聚財富,卻對公義漠不關心,唔去諗人生嘅不可靠、短暫同虛幻,亦忘記死亡嘅必然同無可避免。 如果一個人就算到咗老,都仲咁可恥同愚蠢,就好似一棵腐爛嘅樹,冇乜用處。

**104.** 我哋只有經歷過悲傷之後,先至會感到快樂同喜悅:因為未畀口渴折磨過嘅人,唔會覺得飲水好甜;未肚餓過嘅人,唔會覺得食物好香;未畀瞓意征服過嘅人,唔會覺得瞓覺好甜;而未曾悲傷過嘅人,亦唔會深刻體會到喜悅: 同樣地,除非我們蔑視今世之福,否則無法享受永恆的福份。

**105.** 言語係心靈嘅奴僕。心靈想要乜,言語就表達乜。

**106.** 心靈能見萬物,甚至天上之物,唯獨罪惡能令它蒙蔽。然而對純潔者而言,無物不可理解,正如對其道──那難以言喻之道──亦無物不可理解。

**107.** 人喺身體上係凡人;喺心靈同言語上,佢係不朽嘅。你喺寂靜中諗事,諗緊嘅時候又喺心入面講嘢:因為喺寂靜中,心靈生出言語。向神獻上嘅感恩之言,就係人嘅救恩。

**108.** 唔經思考就講嘢嘅人,根本冇腦袋,因為佢講嘢完全唔諗。但你要諗吓,為咗你靈魂嘅得救,乜嘢先對你有用。

**109.** 一個對靈魂有益、有智慧嘅說話,係上帝嘅恩賜; 另一方面,一句虛空無用嘅說話,想量度天同地之間嘅距離,同埋太陽同星星嘅大小,就係一個徒勞無功嘅人嘅發明。佢憑住虛浮嘅自大,追求啲對佢冇任何好處嘅嘢,就好似想用篩嚟盛水一樣,人根本搵唔到呢啲嘢。

**110.** 冇人見過天,亦冇人知道天入面有啲乜嘢,除咗一個熱衷過聖潔生活嘅人,佢識得同讚美嗰位為人嘅得救同生命而創造咗天地嘅神。 呢種愛神嘅人毫無疑問地知道,冇咗神就乜都冇,但神作為神,無處不在、無所不在,佢唔受任何嘢限制。

**111.** 正如人由母親肚裡出世一樣,靈魂離開身體時亦是赤裸;有啲靈魂純潔光亮,有啲則因過失而污濁,仲有啲因罪過而變得漆黑。 所以一個有智慧又愛神嘅靈魂,記住同反思死後世界嘅苦難同極度,就會過一個敬虔嘅生活,免得受審判同唔受嗰啲苦楚。但係不信神嘅人就毫無知覺,繼續犯罪,輕視將來要嚟嘅事,喺靈裡愚蠢。

**112.**就好似你由母腹出世後,唔再記得喺母腹入面嘅事,咁你由身體出離之後,都唔會記得喺身體入面嘅事。

**113.** 就好似你由母腹出世後,身體變得更健壯、更大;同樣地,當你純潔無瑕咁離開身體,你會變得更好、更永恆,居於天國。

**114.**就好似身體喺母體入面發育成熟咗,就一定要出世;靈魂喺神所命定嘅身體壽限屆滿嗰陣,就要離開肉身。

**115.** 你點樣對待靈魂喺身體入面嘅時候,佢離開身體之後都會點樣對待你。 凡係喺呢度好好款待自己身體、畀佢各種享受嘅人,死後對自己其實係害多幫少(正如拉撒路同財主嘅寓言所講),因為佢好似個傻瓜咁,令自己嘅靈魂受審判。

**116.** 就好似一個未成熟就出咗母體嘅嬰兒咁,活唔到;靈魂如果未經過美德嘅生活去見到上帝,就離開咗身體,都救唔到,亦同唔到上帝相通。

**117.** 身體與靈魂結合,從母腹的黑暗中走出,進入光明;但靈魂與身體結合,卻被囚禁在身體的黑暗之中。 所以,人唔可以放縱身體,反而要制約佢,因為佢係靈魂嘅敵人同對手;過量嘅食物同美味佳餚會激起人嘅惡慾,而節制嘅胃口則能抑制慾望,拯救靈魂。

**118.** 肉體嘅視覺器官係眼睛,而靈性嘅視覺器官係心智。就好似冇咗眼睛嘅身體係盲嘅,睇唔到照亮成個大地同海洋嘅太陽,亦享受唔到佢嘅光;同樣,冇咗健全心智同美德生命嘅靈魂都係盲嘅: 佢既唔識,亦唔讚美神──萬物嘅創造者同恩主──亦無法進入祂嘅不朽同永恆福份嘅喜悅之中。

**119.** 對上帝的無知源於靈魂的麻木和愚蠢;從此無知中誕生了邪惡,而從對上帝的認識中,善就臨到人,拯救靈魂。 因此,如果你保持清醒,並謹記於心,努力不滿足自己的慾望,那麼你的心就會向善;但如果在對上帝的無知中沉醉,追求滿足自己的邪惡慾望以獲取快樂,你就會如啞巴般滅亡,對死後等待你的不幸毫無所知。

**120.** 事物按照神所為世界設立的不變秩序發生,這亦是神意安排的一部分,例如每日日出日落,大地生果。然而,这一切都是為人類而造。

**121.** 神作為至善者,祂所創造的任何事物,都造給人類;但人所作所為,無論善惡,都歸於自己。 免得你因惡人繁榮而困惑,要知道就好似城市僱用刽子手唔係去讚揚佢哋最邪惡嘅專横,而係要透過佢哋去懲罰應得者;同樣,上帝容許惡人喺塵世事務上得勢,好透過佢哋去懲罰無神者。 但係,佢之後會親身審判佢哋,因為佢哋唔事奉上帝,只係奴隸式咁放縱自己嘅惡意,害人。

**122.** 如果拜偶像嘅人可以用心去真正明白同見到佢哋究竟喺拜緊啲乜嘢,佢哋就唔會咁可憐咁偏離虔誠嘅正道;反而,當佢哋見到神所創造嘅萬有入面嘅美、秩序同慈愛,就會認出呢一切嘅造物主,係為咗人類而造嘅。

**123.** 人,因為邪惡又不義,能夠殺人;但神卻無止境地賜生命,甚至畀唔配得嘅人。祂天生無嫉妒(對所有人慷慨),又良善,祂願意有和平,和平就因此而有,並且一直持續,為人類同佢哋嘅救恩。

**124.** 真正嘅人,就係明白身體係乜嘢──即係有生死、短暫;咁樣嘅人亦都如應咁明白靈魂──佢係神聖、不朽,而且係上帝嘅一口氣,為咗受試煉同向上帝嘅形象邁進,而同身體結合。 但係,真正明白咗靈魂嘅人,就會過一個公義、討神喜悅嘅生活,唔會信從或者放縱肉體。佢用心靈默想神,就能夠洞悉神賜畀靈魂嘅永恆福份。

**125.** 神既良善又慷慨,賜予人對善與惡的自由,並賦予人理性,好讓人透過觀察世界和其中的一切,得以認識那為人而造萬有的一切者。 但係一個不義嘅人可能會渴望呢樣嘢,卻未必明白;佢可能會自取其辱,不信,甚至違背真理。呢就係人對善與惡擁有嘅自由!

**126.** 上帝嘅設計係,當身體成熟嘅時候,靈魂就應該賦有理性──咁樣人就可以喺善同惡之間,揀取符合理性(即係善)嗰樣;相反,唔揀善嘅靈魂就冇理性。 正因如此,雖然所有身體都有靈魂,但並不能說每個靈魂都具備理性。敬畏上帝的心靈只存在於貞潔、虔誠、公義、純潔、良善、憐憫及虔敬的人身上。理性有助於人與上帝的關係。

**127.** 對一個人嚟講,只有一樣嘢係做唔到──唔可以成仙(即係逃脫死亡)。如果佢明白點樣先可以做到,就可以同上帝交通。因為透過慾望同對呢件事嘅理解,為咗信心同愛心,並以良好嘅生活作為證明,人就會成為上帝嘅同伴。

**128.** 眼睛看見可見的事物,而心靈則領悟不可見的事物。愛神的心靈是靈魂的光。凡有愛神心靈者,其心必得啟蒙,並以心靈仰望神。

**129.** 凡是良善的人,絕無可羞愧之處。凡是不良善的人,當然就邪惡且放縱自己。一個人最主要的德行,就係對肉體的蔑視。自願放棄世俗、短暫、易腐壞的物質財富,而唔係因為貧窮,使我哋成為永恆、不朽福份嘅繼承者。

**130.** 有智慧的人,知道自己究竟是什麼──即係一個必死嘅人。 認識自己嘅人,都知道萬物都係神嘅創造,並且係為咗人類嘅得救而造嘅。人類有能力去明白呢一切,並以正當嘅信心去相信。咁樣嘅人深信,輕視塵世財物嘅人,死後會從神領受永恆嘅安慰同平安,而且幾乎唔使受苦。

**131.** 就如冇靈魂嘅身體係死嘅,冇理性嘅靈魂都係無所作為(不毛),亦唔能夠擁有上帝。

**132.** 上帝聽一個人;上帝向一個人顯現;因為上帝愛世人,無論人在何處,都有上帝;一個人是配得上帝敬拜的人;上帝為人而改變自己。

**133.** 神為人創造咗有星星裝飾嘅天空;為人創造咗大地,畀人自己耕作。唔能夠體會到呢種神嘅安排,就係靈魂無知。

**134.** 善是看不見的,正如天上存在的事物一樣;惡卻是看得見的,正如地上存在的事物一樣。善是無可比擬的,而有智慧的人選擇最善。只有人才能認識神和祂的創造。

**135.** 心靈喺靈魂入面運作,而本性喺身體入面運作。心靈令靈魂高尚,而本性令身體腐朽。本性喺每個身體入面運作,但唔係每個靈魂都有心靈;呢就係點解唔係每個靈魂都可以得救。

**136.** 靈魂喺世上,好似已出生;心智則超乎世界,好似未出生。明白世界係乜嘢、又渴望得救嘅靈魂,有迫切嘅責任喺每一刻反觀自己,因為而家呢度就係(凡人嘅)爭鬥同(行為嘅)折磨,係人撐唔住嘅。 審判者的目光,並且好似靈魂已經喺毀滅邊緣。咁樣諗嘅時候,佢就會遠離啲瑣碎同可恥嘅慾望。

**137.** 地上嘅生死由神安排,而天上則有萬物嘅圓滿同不變。但係,萬物都係為人而造,為佢嘅得救。雖然神根本唔需要任何好嘢,但佢為咗人,安排咗天地同各種元素,藉此畀人享受一切美好嘅樂趣。

**138.** 有生者受命於無生者並服侍牠──即係,元素服侍人──呢係出於造物主上帝對人類嘅慈愛同祂本性嘅良善。

**139.** 窮人因為冇能力作惡,唔會被算作積極虔誠嘅人。但凡有能力作惡,卻唔用自己嘅權力行惡,反而憐憫卑微者,就因為佢喺神面前嘅虔誠,就算死後都可以分享善報。

**140.** 透過造我哋嗰位神對人類嘅慈愛,有好多通往得救嘅道路,令靈魂歸向祂,並升天。人嘅靈魂因品行獲賞,因罪行受罰。

**141.** 子喺父入面,聖靈喺子入面,父喺兩者入面。透過信心,人得以認識所有唔可見同理智所及唔到嘅嘢。不過,信心就係靈魂對上帝所宣告嘅嘢嘅自由信念。

**142.** 就好似啲人迫於某種需要或者情況,要涉水過大河,如果佢哋保持清醒,就可以保住性命;就算水流好急,就算船入面捲咗水,佢哋都會攞住岸邊通常有嘅嘢嚟救命; 但如果佢哋醉咗,就算再三嘗試過河,都畀酒力淹沒,畀浪頭吞咗,就唔再係生者:同樣地,如果靈魂跌入生命長河嘅浪濤同漩渦, 冇能擺脫肉慾,亦唔識得返自己──即係話,佢本性神聖不死,只係同一個物質身體(唔忠、激情同凡人)結合,只係一場考驗──反而畀肉慾捲走,自取滅亡; 咁,就好似一個藐視自己、沉迷無知、唔理自己安危嘅人,佢會滅亡,並且留喺得救者圈子外面。因為身體就好似條河,經常會將我哋拉向唔雅嘅慾望。

**143.** 智慧的靈魂,堅定不移地秉持善意,就如勒馬韁一樣,制約住憤怒和慾望──這些最愚蠢的激情;而因為它與它們抗爭, 馴服並克服它們,就會被加冕,並被視為配得上在天國的席位,從創造它的神那裡領受這作為播種和勞碌的報酬。

**144.** 真正有智慧嘅靈魂,見到惡人嘅快樂同唔配嘅人嘅繁榮,唔會好似愚人咁,為佢哋今生嘅享樂而心煩;因為呢種靈魂好清楚明白快樂嘅短暫,同喺呢度寄居嘅不確定, 並明白人生短暫,審判公義;且深信上帝絕不會忽略維繫生命所需的一切。

**145.** 放縱肉體嘅生活,同今生享受大財富同大權勢,對靈魂嚟講就係死亡;相反,勤力、忍耐、貧窮但懷住感恩,同肉體嘅克制,就係靈魂嘅生命,亦係通往永恆安慰嘅道路。

**146.** 一個有智慧嘅靈魂,輕視物質嘅得失同呢段短暫嘅生命,揀選天上嘅安慰同永恆生命,呢啲係佢因過住好嘅生活而從上帝度攞到嘅。

**147.** 著住污糟衫嘅人會玷污所有觸碰佢衫嘅人。同樣,心術不正、行徑敗壞嘅人,當佢哋同最樸實嘅人打交道,用唔體面嘅方式同佢哋講嘢,就會透過耳仔玷污佢哋嘅靈魂,就好似用污物一樣。

**148.** 罪惡的開始是慾望,理性靈魂因此而滅亡。然而,愛是靈魂得救與天國的開始。

**149.** 就如銅器被人遺棄,冇人理會同照顧,長時間擺喺度唔用,上面就會生鏽,受損, 從而變得有缺陷,唔適合使用;同樣地,靈魂如果懶散唔事,唔注重過好嘅生活同唔向神靠攏,就因為佢嘅惡行而自離神嘅庇護,畀體內因疏忽而產生嘅惡所吞噬,從而變得有缺陷,唔適合得救。

**150.** 神係良善、無情欲同唔變嘅。如果有人一方面承認神唔變係福氣同真嘅,但另一方面又困惑祂點樣可以(既然係咁)喺善人身上喜悅,喺惡人身上轉面, 對罪人發怒,卻在他們悔改時對他們施以憐憫,那麼就必須說,上帝既不喜悅也不發怒,因為喜悅和憤怒都是情感。認為神聖的本性會因人類的行為而受影響,無論是好是壞,都是荒謬的。 上帝本善,只行善事;祂不傷害任何人,永遠都一樣;至於我哋,當我哋行善時,就因與祂相似而與祂交通;當我哋變惡時,就因與祂不相似而與祂分離。 行善者,我哋就屬於上帝;但若變得邪惡,就會被祂逐出。呢並唔代表祂向我哋發怒,而係我哋嘅罪阻礙上帝喺我哋心入面發光,反而將我哋捆綁喺折磨我哋嘅惡魔手上。 所以,如果我哋透過祈禱同施捨嘅行為獲得咗罪過嘅赦免,並唔代表我哋已經安撫咗上帝或者改變咗祂,而係因為呢啲行動同我哋向上帝回轉,治癒咗

內心嘅邪惡,再次令我哋有能力分享上帝嘅善; 所以,講「上帝轉面不顧惡人」,就好似講「太陽躲避瞎眼的人」一樣。

**151.** 敬虔的靈魂在萬有中認識神:因為敬虔無非是成就神的心意,而這就意味著認識神;即當一個人努力擺脫嫉妒、保持純潔、謙卑、按自己能力施舍、好社交、不搞奉承,並行一切討神喜悅的事。

**152.** 認識神同敬畏神,就係對付肉體情慾嘅良藥。因為當靈魂對神一無所知,情慾就冇得醫治,會荼毒靈魂,就好似畀住喺入面嘅惡勢力用長期折磨腐蝕咁。但神並唔係要負責,因為佢已經賜咗知識同理性畀人類。

**153.** 上帝賜予人知識同理性,努力淨化佢嘅慾望同本能嘅邪惡,並喺祂嘅慈愛中,希望將凡人轉化為不朽。

**154.** 心靈若居於純潔且愛慕上帝的靈魂中,就能真實地睹見上帝──那未受生的、那不可見的、那難以言喻的──祂是為純潔的心而純潔者。

**155.** 無腐朽、有德行同人類嘅救贖,就係用感恩心去承受不幸。抑制忿怒、舌頭、肚腹同情慾,對靈魂嚟講係最大嘅幫助。

**156.** 維繫呢個世界嘅係上帝嘅預旨,冇一個地方係佢唔觸及嘅。 而且,預旨就係自我實現嘅神之言,係構成呢個世界嘅物質嘅創造者,同時係一切存在事物嘅組織者同藝術家。冇神之言嘅洞察力──而神之言就係神嘅形象、心智、智慧同預旨──物質根本唔可能達到完美嘅秩序。

**157.** 由記憶引發嘅慾望,就係同黑暗相似嘅激情嘅根源。當處於呢種慾望嘅回憶中,靈魂唔知道自己係神嘅一口氣,就喺愚蠢中投身罪惡,完全冇諗過死後會陷入極度嘅痛苦。

**158.** 靈魂最大、最難醫治的病症,以及它的滅亡,是忘記神和虛榮。對邪惡的渴望,就等於剝奪了善;然而,我們的善,就在於甘願行出一切討眾神喜悅的善行。

**159.** 只有人能夠承受上帝。因為上帝就同呢個唯一有生命嘅受造之物對話──夜晚透過夢,日間透過心思──並且以各種方式向配得祂嘅人預言同顯示將來嘅福份。

**160.** 對信徒同有心人嚟講,認識上帝絕對唔難。不過,如果你想見到祂,就望住萬有嘅秩序,同祂用話語喺過去同而家對一切事物嘅照顧。而所有呢啲,都係為咗人類。

**161.** 聖人係指冇惡同罪嘅人。因為靈魂最大嘅完美,同最令上帝悅納嘅行為,就係一個人完全冇惡。

**162.** 名字係喺眾多之中對一個嘅稱呼(即係普通名詞)。但係,認為神──祂本為獨一無二──會有同名者,就大錯特錯;因為「神」呢個詞,指嘅就係嗰位無始之源、為人類創造萬有嘅獨一者。

**163.** 如果你發現自己有邪惡的行為,就為了善而將它們從你的靈魂中斬斷:因為神是公義且慈愛人類的。

**164.** 凡是努力要與上帝永遠同在的人,就認識上帝,而這種認識是來自上帝;人若在一切事上行善,並遠離一切肉體的慾望,就與上帝同在──這並非因無法放縱而然,乃出於自願及自由的節制。

**165.** 感謝傷害你嘅人,你就會得神做你嘅朋友。 唔好向任何人講你仇敵嘅壞話。要喺愛、貞潔、忍耐、自制等等方面努力;因為呢啲就係對神嘅認識──透過謙卑同呢啲美德去跟隨神。但呢啲行為唔係人人做得到,只係有智慧嘅靈先做到。

**166.** 我寫呢章係為咗最簡單嘅人着想,反對嗰啲膽敢話植物同草藥有靈魂嘅人。植物有身體生命,但佢哋冇靈魂。 人被稱為有理性嘅動物,因為佢有理性,亦能夠獲得知識。至於其他有聲嘅動物──無論陸生定飛行──佢哋有呼吸同靈魂。凡係會生長同腐爛嘅嘢都可以稱為有生氣,因為佢哋活住同生長,但唔可以話所有呢啲嘢都有靈魂。 有四種截然不同嘅生物:有啲係不朽而有生命嘅,例如天使;有啲擁有心智、靈魂同呼吸,例如人類;有啲擁有呼吸同靈魂,例如動物;仲有啲只擁有生命,例如植物。 植物嘅生命可以喺冇靈魂、冇呼吸、冇理性同冇不朽嘅情況下持續存在;但其他所有嘢都唔可以冇生命。每個人類靈魂都係不斷流動嘅。

**167.** 當你對某種感官慾望生出念頭時,要小心不可立即被它捲走,而要先將它暫時擱置一旁,記住死亡,並思量一下,當你知道自己已因此克服了這份感官誘惑時,是多么地美好。

**168.** 上帝以最合適嘅方式,賦予人哋智力、知識、理性同分辨善惡嘅能力,喺人身上設立咗對抗邪惡嘅屏障,好等我哋認清邪惡對我哋有傷害,從而遠離佢。 但愚人卻隨從邪惡,甚至以此為榮;好似被

網困住,從內裡糾纏,永遠都冇力氣擺脫,無法超越去見識同認識神──祂為咗人類嘅得救同成神而創造咗萬有。

**169.** 凡人要照顧自己,要預先知道死亡正等候住佢哋。因為有福嘅不朽生命係一個有德嘅靈魂嘅份,當佢做好事嘅時候;而當佢做壞事嘅時候,就會遇到永恆嘅死亡。

**170.** 你喺床上安歇嘅時候,要心懷感恩,喺心裏面追憶上帝嘅祝福同祂嘅護佑。 咁,當你懷住呢個美好嘅思想,你嘅靈裡就會滿有喜樂;你身體嘅睡眠會成為靈魂嘅清醒;閉上眼睛就係真正嘅見到神;而你嘅默然,因充滿咗對美好嘅感受,會用盡你全心全力,獻上發自內心嘅讚美──向萬物之主──神──獻上心靈深處嘅榮耀。 因為一個人冇咩惡,得住感恩──勝過任何珍貴嘅祭物──最蒙神悅納。願榮耀歸於祂,直到永遠。阿門。

## 3. 隱士生活規則

**1.** 我宣佈呢啲規條,就係主透過我口所講出嚟,畀嗰啲願意背起隱士生活重軛嘅人。呢啲誡命必須遵守,任何人若違犯其中一條,*「喺天國裡必被稱為最細嘅」*(馬太福音5:19)。

### *a) 此種生活嘅外在課程同外部秩序*

a) *退離塵世,唔同人一齊生活。*

**1.** 凡想要得救(透過過一種棄絕的生活)的人,不可留居在自己家中,也不可住在他曾犯罪得罪神嘅城鎮;亦不可探望父母或血親,因為呢啲都會傷害靈魂,摧毀生命嘅果實。

**2.** 唔好返去你曾經喺神面前犯罪嗰個城鎮。

**3.** 唔好去睇你嘅親戚點樣生活,亦唔好畀佢哋嚟睇你點樣生活;其實,最好連見都唔好見佢哋。

*b) 揀曬曠野生活。*

**4.** 我哋嘅靈性長老認為,曠野係反思死亡最合適嘅地方,亦係遠離肉體慾望嘅世上誘惑嘅安全庇護所。

**5.** 凡住喺曠野又保持沉默嘅人,就可以免於三種爭端:由所聽見引起嘅爭端、由所講出引起嘅爭端,以及由所見到可能傷心嘅事物引起嘅爭端。

**6.** 小心,免得一個念頭欺騙你,令你以為曠野係一個涼快嘅地方。

*c) 獨處於小房中*

**7.** 退離塵世嘅喧嘩,求得寂靜,你就會成為一個行者。坐喺你嘅小房入面,就好似你踏上異國旅程一樣。

**8.** 每次你出門,都要盡量快啲返去你嘅靜處,好等你可以全心投入禱告。

**9.** 當你去收割時,唔好留低,要快啲返你嘅靜處。

**10.** 當你去探望兄弟時,唔好喺佢房度逗留太耐。

*(d) 寮房活動同日常安排。*

**11.** 當你喺你嘅寮房入面,要專注做以下三件事:手藝、讀詩篇同禱告。

**12.** 喺你嘅房入面,要忙以下三件事:讀聖經、向上帝禱告同做手工。

**13.** 除咗星期六同主日之外,每日都要禁食到第九小時。到第九小時,就去你最裏面嘅小房[1] ,先禱告先食飯。食完之後,就輪流讀書同禱告。

*d) 祈禱同跪下。*

**14.** 你要喺指定嘅時間做禱告,一單都唔可以錯過,免得要為此交代。

**15.** 夜晚去教堂之前,要先喺你嘅小房入面禱告[2] 。

**16.** (同埋每次)去教堂之前,都要喺你嘅小房度禱告。

**17.** (一般嚟講) 同兄弟一齊作公共祈禱之前同之後,都要喺自己房入面祈禱;千祈唔好偷懶。

**18.** 經常跪下祈禱,唔好偷懶,否則會死得好唔好。

**19.** 當你禱告時,唔好偷懶,因為懶人嘅禱告只係空談。

---

[1] 喺嗰之前,工作都喺大篷架底下或者門廊度進行,有時會稱作「外室」。

[2] 喺聖薩瓦修道院,晨禱前一個鐘,會敲鐘,每個人喺自己嘅房入面做規定的1500個腰彎同150個叩首,同時誦念耶穌禱文。

**20.** 當你祈禱同紀念上帝嘅時候,要好似隻雀鳥咁,輕輕快快、高高飛起,與你嘅修道誓言同你嘅聖衣意義相襯。

*e) 讀經與默想神*

**21.** 專心研讀聖經,聖經會救你脫離不潔(或:驅走不潔的思想)。

**22.** 如果你不斷又誠懇咁研讀聖經,又遵守誡命,咁上帝嘅憐憫就會常與你同在。

**23.** 默想神嘅作為,唔好懶惰禱告。

**24.** 一個和尚坐喺房入面,嘴巴封住,卻唔記得上帝,就好似一座城外嘅破屋,成日堆滿各種污穢;因為任何想將屋入面嘅污穢搬走嘅人,只不過係將佢搬到嗰度啫。 (即係話:佢口唔出聲,但心神飄散,放縱思緒,畀心帶走──呢啲都係魔鬼投進靈魂嘅罪惡垃圾)。

*g) 手工業同一般勞作。*

**25.** 身體要被長時間嘅勞作所制服同疲勞。

**26.** 為自己安排適量的勞動作為閉關活動,你嘅心就會謙卑。

**27.** 勉強自己去做體力勞動,敬畏上帝就會在你心裏生根。

**28.** 要勤力做體力勞動,敬畏上帝就會臨到你。

**29.** 你坐喺你嘅小房入面嘅時候,專心做體力勞動,但唔好令主嘅名離開你;要不斷將心思轉向祂,喺心裏向祂學習,並用舌頭讚美祂,講:「我主耶穌基督,憐憫我」;或者:「主耶穌基督,賜我幫助」;或者:「我讚美祢,我主耶穌基督」。

*g) 食物。*

**30.** 定一個固定嘅時間(永遠都係同一個時間)食飯,食嘢係為咗維持身體,唔係為咗享受。

**31.** 食最簡單同最平嘅食物。

**32.** 靜默而節制地食麵包,並確保坐姿端正。

**33.** 唔好食到飽。

**34.** 唔好貪心或者大吃大喝,免得你以前嘅罪惡喺你裏面復活。

**35.** 星期三同星期五唔好開斋。

**36.** 完全唔好食肉。

**37.** 唔好去任何有供應酒嘅地方。

**38.** 唔好急住去聚會或者共餐。

**39.** 如果你去到有大家聚餐嘅地方[3] ,就試吓啲食物,並感謝上帝。

[4]**40.** 除非因病危,否則唔好喺三杯酒之外再加第四杯。

**41.** 唔好一拋到就即刻伸手去拎人哋畀你嘅嘢。

**42.**如果你係細路,就唔好喺人之前伸手,因為咁樣唔夠謙虛。

*(i) 瞓覺。*

**43.** 少而適當地瞓覺,天使就會眷顧你。

**44.** 當你身體健壯時,就唔好解腰帶。

**45.** 去瞓覺嘅時候,唔好將手塞入(可能塞入胸口),免得你唔知唔覺中犯咗罪。

*i) 着衫。*

**46.** 日夜都要着住你嘅短衫、長袍同所有衫褲,好似囚犯同俘虜咁。

**47.** 唔好着啲會令你自誇或者自傲嘅衫。

**48.** 好好照顧你嘅衫,免得喺審判日喺人群中赤身露體[5]

*(k) 所有以貧窮為特徵嘅財富。*

**49.** 仲唔好囤積多過自己所需嘅嘢。

**50.** 貧窮無非係凡事節制,或者係一種知足少欲嘅狀態。

**51.** 你要更愛責備,勝過榮譽;更愛身體的勞苦,勝過安息;更愛缺乏(必需的)財物,勝過豐盛。

---

[3] 即係話,有人會召集所有隱士,喺教堂請佢哋食餐。

[4] 呢個唔係喺靜室入面做,而係喺大家一齊食飯嗰陣先做。嗰杯酒通常都係自家釀嘅葡萄酒,酒精度好低。

[5] 呢樣嘢令佢哋有種活得配得上自己修道服嘅感覺。

*l) 教會崇拜 .*

**52.** 教會事務(包括教會的照顧與崇拜儀式)必須委託給一個忠信敬畏上帝的人。

**53.** 一聽到鐘聲,就唔好遲疑,即刻去教堂。

**54.** 唔好忽略崇拜,免得畀佢成為你嘅絆腳石或陷阱。

**55.** 喺教堂入面一啲都唔好講嘢。

**56.** 喺教堂唔好好似喺人多嘅地方咁行徑(即係要令你嘅心唔受好多念頭嘅嘈吵同混亂影響)。

**57.** 唔好喺教堂埋葬你嘅死人(即係唔好理會你嘅塵世事務)。

*m) 人際關係*:

aa) 首先,要向寺院住持──你嘅靈性之父──以及長老,一般嚟講,向已經達到靈性成熟嘅人求助。

**58.** 無論要做任何事,都要先向寺院住持請示,[7] 。

**59.** 喺你嘅方丈或者位份比你高嘅人面前,唔好講太多。

**60.** 總要堅定你心裏服從你父親的決心,敬畏神就會在你心裏生根。

**61.** 你屬靈追求嘅完美喺順服;人自細就背負主嘅軛──去服侍同順服──係好事。

**62.** 唔好唔聽話,免得你成為一切惡事同不義嘅器皿同器具。

**63.** 你要存着謙卑同眼淚,求你嘅父指示你未識嘅事,咁你就唔會丟臉。

**64.** 總要記住嗰個用健全教義教導你嘅人,並且努力向佢學習賜生命嘅誡命──咁你就可以照主嘅旨意過一個成功嘅人生,正如蒙福嘅使徒保羅所寫: *「你要專心致力於這些事,使人人都看見你的進展。」* (提摩太前書4:15)

**65.**如果你真誠地將自己置於服從的軛下,就要專心聽從所講的一切,然後盡心盡力、全心全意地去實踐。

**66.** 唔好向你阿爸隱瞞你所犯嘅任何罪。

**67.**每日向長輩學習禮貌。

**68.**要比愛你塵世父母更愛你的屬靈父親,因為他們是為神的名而照顧你。

**69.** 你要活得令寺院的長老──你的屬靈生身父母──能在聖徒眾中因你的榮耀而喜樂。

**70.** 盡你所能,務求修院長老的祝福常留於你身上。

**71.** 唔好向所有人透露你嘅心事,只可同能夠醫治你靈魂嘅人傾訴。

**72.** 唔好同人講晒你嘅心事,免得畀人做弟兄跌倒嘅絆腳石。

**73.** 對每個人都友善,但唔好將每個人都當做你嘅顧問。

bb) 互相──人人對人人。

**74.** 努力確保所有人都會祝福你。

**75.** 關心你嘅兄弟,對佢好。

**76.** 如果任何弟兄真誠地求你幫忙,就同佢一齊做工成日。

**77.** 先試吓你嘅朋友,唔好同人做太熟;唔好同人全信,因為呢個世界充滿咗欺騙。但你要揀一個敬畏上帝嘅兄弟,同佢做兄弟一樣嘅朋友。最好就係要緊貼上帝,好似仔貼住老豆咁,因為除咗少數人之外,所有人都中咗欺騙嘅圈套。 世上充滿虛空、不幸同悲傷。

(bb) 長老對待其他人。

**78.** 如果你已經停止犯罪,就要奉主的名講道,教導那些因他們而使主的名被褻瀆的人;因為他們已經死在離棄活主的心中,你要努力使他們轉離死行,得以重生,成為配得榮耀的人。

**79.** 你要無情地責備(並糾正)你嘅(屬靈)兒女,因為你最終要為佢哋嘅定罪負責(即係話,如果佢哋喺末日審判證明配受定罪)。

---

[6] 隱士散居於曠野各處;喺佢哋洞穴所佔據嘅廣闊地帶中央,豎立咗一座教堂,佢哋會喺度聚埋一齊作共同祈禱。 教堂會委託畀一至多位被揀出嘅人。大馬卡里奧斯曾探訪聖安東尼後返到修院,當弟兄問佢大阿爸吩咐咗乜嘢,佢就答:「冇供奉唔好,」即係話冇禮儀。 佢哋即刻趕緊建立咗一間教堂。呢個就係聖安東尼點樣組織隱士生活嘅例子。

[7] 隱士雖然各自獨立生活,但佢哋分散嘅團體仍構成一個整體,並且只有一個首領,例如喺修院、寮房同尼特里亞嘅馬卡里奧斯同亞蒙都係咁。

**80.** 嚴厲責備,但要存敬畏神的心。無論對方是谁,都不可偏袒任何人,要用真理的話語責備他們。

**81.** 如果有弟兄向你傾訴,你要小心,唔好將佢嘅心事同任何人講,反而要為自己同佢禱告,好等主可以拯救你哋兩個。

**82.** 唔好拒絕任何尋求基督信仰嘅人。

**83.** 對唔接受你勸告嘅人,就唔好再提。

**84.** 除非你自己已經實踐,否則唔好向任何人提出任何嘢做規矩。

**85.** 所有罪行之中,最嚴重嘅係叫人做你自己都唔做嘅事,因為我哋根本唔會從別人嘅行為中得到任何好處。

gg) 對病者

**86.** 每日朝早起身,就要照顧你哋中間嘅病人。

**87.** 去探望病人,為佢哋嘅器皿注滿水。

**88.** 將你寺院裏可以分得嘅任何嘢都送畀病僧。

**89.** 如果住持派你去照顧病人,就要全心全意去照顧,咁你就可以從上帝度攞到雙倍賞賜,即係因為你用愛心去服從。

dd) 對過路人

**90.** 如果有弟兄嚟到你面前,就算係唔方便嘅時候,都要歡喜咁接待佢,等佢可以向上帝感恩,而唔係因為你而傷心。

**91.** 如果有弟兄到你面前,你要在各方面都謙卑地對待他,為主的名向他施以慈愛,並要小心,免得自以為高。

**92.** 你嘅面容應該永遠嚴肅,除非有做旅客嘅弟兄嚟到你面前,嗰陣就要面帶喜悅。

*n) 彼此相處。*

**93.** 你所有嘅行動都要謙卑。

**94.** 你喺所有言行同待人處事上,都要學窮人乞丐嘅態度:唔好自以為高人一等,無論係傾偈,定係唱詩或者讚美神嘅歌嗰陣。當你同弟兄見面嘅時候,講嘢要真誠、唔好做作。

**95.** 唔好同細路仔或者年輕人傾計,更唔好同佢哋做朋友,亦唔好將呢啲人帶返屋企,免得畀魔鬼可乘之機。

**96.** 絕對唔好同細路仔講嘢,否則佢會成為你嘅絆腳石。

**97.** 唔好拉住你隔籬嗰位兄弟嘅手,亦唔好摸佢面頰,無論佢年紀大定細。

**98.** 盡力遠離冇理性同健全判斷力嘅人。

**99.** 如果你鍾意過平靜嘅生活,就唔好入嗰班淨係顧影自憐嘅人嘅圈子;如果唔小心撞正喺佢哋度,就當自己冇出現。

*o) 對話同一般講嘢。*

**100.** 唔好大聲講嘢(喺你嘅小房入面保持沉默),除咗本《規則》所規定嘅禱告外。

**101.** 避免粗口(管好你嘅口)。

**102.** 唔好多講,免得上帝嘅聖靈離開你。

**103.** 保持沉默係一件光榮嘅事,效法主喺希律權勢面前都冇出聲。

**104.** 當你同其他同你一樣嘅信徒聚埋一齊嘅時候,最好係聽同留意人哋講嘢,準備實行嗰啲有救恩嘅嘢。呢樣遠比自己講嘢好得多。

**105.** 當你去探訪人時,要心裏存敬畏神的心,守住你的口,好叫你可以安然無恙地回到你的小房。

**106.** 智慧人深明自處之道,所以佢唔會急住開口,而會斟酌咩時候講、咩時候聽;另一方面,未受過訓練嘅人就守唔住呢個自我控制同約束舌頭嘅秘密。

**107.** 當你同弟兄坐一齊嘅時候,唔好講太多,如果要問乜嘢,就簡短同謙卑咁講。

**108.** 你要講柔和造就嘅說話。記住,榮譽同羞辱都係由言語帶嚟嘅。

**109.** 唔好喺憤怒時講嘢,你嘅說話要充滿智慧同理性,就好似你保持沉默嗰陣一樣。要效法我哋最智慧嘅先賢,佢哋嘅言論永遠都充滿智慧同理性,就好似佢哋嘅沉默一樣。

**110.** 令你嘅舌頭永遠跟隨理性,因為冇理性嘅說話就好似尖刺同針咁。

**111.** 遠離虛假,免得它從你心中趕走對上帝的敬畏。

**112.** 你嘅雙唇必須永遠講真話。

**113.** 讓至高無上之神的祝福成為你談話的題目;如此,你才能配得上從祂領受更大的祝福。

**114.** 唔好去問惡行,要轉開你嘅注意力。

**115.** 唔好講閒話,亦唔好畀講閒話嘅人聽到,免得你嘅靈魂從中吸收邪惡。

**116.** 憎惡一切關於今世虛浮無謂的談話。

**117.** 盡量避免講笑話同有趣嘅說話。

**118.** 唔好大聲、急急忙忙咁講嘢,因為經上寫住:「多言多錯,唔會避開罪過。」(比較傳道書10:14)

**119.** 唔好執拗,唔好堅持自己嘅意見,免得惡(忿怒、憤怒)進入你心。

**120.** 絕對唔好膽怯──無論係毫無疑問嘅事,亦唔好喺有疑問嘅事上更加膽怯。

*p) 缺席時。*

**121.** 如果真係迫不得已要入城,就唔好一個人去。

**122.** 當你去打水或者出門旅行嘅時候,就背誦詩篇,並反思。

**123.** 同你嘅兄弟一齊旅行嘅時候,要同佢哋保持少少距離,咁先可以保持沉默。

**124.** 行路嘅時候,唔好望右望左,要專心誦讀詩篇,心裏面向神禱告。然後,無論你喺邊度,都唔好同當地人太過親近。

**125.** 唔好同世俗人嘅人群打成一片,亦唔好效法嗰個為咗睇頭而做晒一切嘅法利賽人。

**126.** 唔好畀女人走近你,亦唔好畀佢入你嘅住處,因為佢一到,就會帶嚟一場思緒風暴。

**127.** 唔好同女人一齊食飯,永遠都唔好同年輕男人發展關係。

**128.** 如果你要喺某度過夜,記住唔好同其他人共用同一條被子。

**129.** 唔好同比自己細嘅人一齊瞓喺同一張蓆上。

**130.**除非絕對必要,否則唔好同人一齊瞓喺同一張蓆上。就算係你老豆或者兄弟,都要非常小心先得。

**131.** 唔好喺寺院嘅客房逗留。

***b) 內在生命嘅結構***

*a) 人生嘅根本原則就係熱誠。*

**1.** 要熱心追求美德,否則就會自找麻煩。

**2.** 恐懼神聖之愛變得冷淡。

**3.** 唔好放棄你已經開始做嘅善行。

**4.** 唔好從你嘅獨處道路上回頭。

**5.** 唔好為咗行善而放棄你所承擔嘅勞苦──免得你變得懶散疏忽,最後一刻犯咗罪;但要愛主到底,你就會蒙恩憐。

**6.**就好似城外嘅廢墟成為堆放污穢垃圾嘅容器,一個懶散又冇精打采咁過住獨處生活嘅人嘅靈魂,都會變成各種情慾同罪惡污穢嘅堆積處。

*b) 生活的規矩,就係神喺誡命中頒定嘅旨意。*

**7.**如果你已經將自己獻身於神,就要遵守祂的誡命,凡所吩咐你的,都要勤力去做,一概不可遺漏;因為如果你心存遺漏,你以往的罪就得不到赦免;但如果你堅決下定決心去成就一切(甚至達到自我克制),那麼就可肯定你以往的罪已經蒙赦。

**8.** 你嘅心思要時刻留喺神嘅誡命上,要用盡全力去遵守,唔可以漏掉任何一樣;否則你嘅靈魂就會成為各種污穢嘅容器。

**9.** 如果你打算去做一件事,卻未察覺神意旨喺其中,無論如何都唔好去做。

*c) 目標係榮耀上帝。*

**10.** 盡你所能,務使你喺天上嘅父得榮耀(透過你)(馬太福音5:16)。

*d) 紀念──激起並維持熱誠。*

a) 關於你嘅誓言同你最初嘅熱誠。

**11.** 唔好為咗朽壞嘅事物而背棄上帝,要記住當你心裏燃起嗰股想討上帝歡心嘅熱誠時,你所立嘅誓言。

**12.** 努力唔好忘記你一開始所穿嘅那件外衣嘅意義;亦要記住當時你流嘅懺悔眼淚──並要趕快遠離悄悄冒上心頭嘅(邪惡)念頭,免得畀佢哋牽著你去做明顯嘅惡行。

**13.** 要不斷同誠心誠意咁懺悔──連一剎都唔好畀疏忽或者懶散得手。

bb) 論榜樣式嘅熱誠者。

**14.** 唔好向比你軟弱嘅人學習,而要向比你更完美嘅人學習。

**15.** 凡以全心愛主,並常行善事的人,就當作你的榜樣;向他們請教人生道理,你也不要害羞,因為他們在品德上已經完美無缺。

**16.** 唔好效法追求世俗享樂嘅人,否則你乜都做唔成。反而,要同嗰啲為咗主嘅緣故,曾經(甚至而家仍然)喺山野同曠野漂泊嘅人競賽(希伯來書11:38),好叫從上而來嘅力量臨到你。

bb) 論應許的福氣。

**17.** 如果你遵守一切所吩咐的,你就會承受那未曾有眼看見、未曾有耳聽見、人心未曾想像过的产业(林前 2:9)。

**18.**趁住仲有時間,用知識嘅光照,令自己配得上被數算喺義人之中。

gg) 論死亡與審判。

**19.** 要記住你嘅青春已經過去(你嘅力量已然衰減),你嘅軟弱卻日益增多;你離世嘅時候已經近在咫尺,到時你要為一切所行嘅事交代;並且要知道,連弟兄都無法贖回弟兄,父親也不能拯救自己嘅兒子。

**20.** 時刻銘記你將要離開呢個肉身,永遠唔好令「永恆定罪」嘅念頭從你腦海中消失;如果你咁做,你就永遠唔會犯罪。

**21.** 你要在心裏反思,對自己說:「我今日之後就唔會再留喺呢個世界。」咁你喺神面前就永遠唔會犯罪。

**22.** 每日都同自己講,今日係你喺呢個世界唯一剩低嘅一日──咁你就會遠離罪惡。

**23.** 將你嘅寮房變成地牢,記住對你嚟講一切已經完結,同你同呢個世界分離嘅時刻即將到來。

**24.** 你要小心,免得喺將來嘅時代畀人趕出去。哀哉,唔小心嘅人,因為佢哋嘅結局近咗,佢哋冇人幫手,亦冇得救嘅盼望。

*(d) 成功嘅來源係上帝嘅恩典幫助,同埋自己嘅努力同行為。*

aa) 透過禱告從天而降的幫助。

**25.** 願我哋嘅主耶穌基督賜俾我哋力量,好令我哋凡事都照佢嘅心意去做。

**26.** 凡事要不住禱告,並要常常為一切臨到你身上嘅事感謝神。

**27.** 務要不住地流淚禱告,好叫神憐憫你,除掉你舊人。

**28.** 唔好停止流 (祈禱嘅) 眼淚──上帝會憐憫你,減輕你所有嘅苦楚(所有令你心靈痛楚嘅嘢)。

**29.** 如果你想討好上帝,就要將自己交託畀主耶穌基督,佢就會拯救同保護你。

bb) 你嘅行為同努力。

**30.** 努力實踐我向你提議嘅以下美德:勞苦、貧窮、漂泊、匱乏(一無所有)同沉默。佢哋會令你謙卑,而謙卑會為你帶來罪得赦免。 謙卑,就係人要自認係罪人,相信喺上帝眼中自己冇一樣做好;要專心守靜,自視為無;唔好對任何人硬頸,亦唔好堅持己見;要放低自己嘅意志,低頭,時時把死亡擺喺眼前, 提防虛假, 唔好講虛空嘅說話,唔好同方丈頂嘴,要耐心忍受侮辱,並迫使自己以平靜嘅態度去承受各種艱難同悲傷。努力啲,兄弟,遵守呢啲規矩,免得你嘅生命成為無果效。

**31.** 我們要放下一切令肉體舒適的事;要輕視今生,好叫我們得以活在神裏。到審判日,神會問我們:我們是否為祂而飢渴,是否為祂而忍受赤裸,是否心存悔意,是否從心底裏嘆息,以及我們是否自試過,看看自己配不配得上神。 所以,我哋要投入喺對罪過嘅痛悔同哀慟之中,好令我哋可以尋見上帝;要藐視肉體,好拯救我哋嘅靈魂。

**32.** 你要選擇勤力,並以之與禁食、禱告、守夜一同行,就能使你脫離一切污穢;因為體力勞動帶來心靈的純潔,而心靈的純潔又確保靈魂結出果實。

**33.** 你要愛憐憫,以信心為衣;不可容心謀惡,卻要用善報惡,追求仁愛和平,並熱心行一切善事。

*e) 決定成功嘅靈魂品性。*

aa) 敬畏、警醒咁親近上帝,並且憎惡罪惡同世界。

**34.** 讓你的靈魂時刻與主同在,而你的身體則留居地上,好似一座雕像或偶像。

**35.** 總要喺主面前行義。

**36.** 敬畏神要常在我們眼前,同樣要常常紀念死亡,並對世界和一切世俗事物抱著敵意。

**37.** 務要每日死一次,好叫你得生;凡敬畏上帝者,必永遠活。

**38.** 要時刻警醒,免得陷入懶散同懶惰。

**39.** 憎惡一切世俗之物,並將它們從你身上拋棄;否則,它們就會將你從神面前趕出去。

**40.** 憎恨一切對你靈魂有害嘅嘢。

bb) 忍耐。

**41.** 無論你做乜嘢,都要有耐性,上帝會喺你所有嘅作為同埋任何臨到你身上嘅事上幫助你。

**42.** 小心唔好灰心。

**43.** 凡事照神嘅旨意去做,就要知足。

**44.** 唔好因為喺你囚室入面襲擊你嘅念頭而灰心,你要知道主絕對唔會令你為佢而做嘅任何工夫白費:呢樣嘢會帶嚟你嘅成功,而上帝嘅恩典會幫助你。

**45.** 勇氣無非係堅守真理同抵抗仇敵:當你唔向佢哋低頭,佢哋就會退去,永遠唔會再出現。

(bb) 痛悔與哀哭。

**46.** 日夜為你嘅罪惡哀痛。

**47.** 用你眼淚嘅油點亮你嘅燈。

**48.** 你要為你嘅罪不停地啜泣,好似你喺監獄房入面放咗具屍體咁[8] 。

**49.** 你嘅面容要時刻帶住憂傷,好叫你心裏常存對神嘅敬畏。

**50.** 唔好自視為任何嘢,只係要投入喺為你嘅罪惡哀號。

gg) 謙卑。

**51.** 愛慕謙卑,它必遮蓋你一切的罪過。

**52.** 一生都要謙卑,並將自己奉獻於一切善事。

**53.** 把品德比你弱嘅人當做你嘅同輩;但要將品德同你一樣嘅人,視為遠遠超越你嘅完美。

**54.** 唔好妒忌高你一等嘅人,但要自認高人一等,咁上帝自己就會同你一齊。

**55.** 唔好同自大嘅人同行,而要同謙卑嘅人同行(呢點關乎模仿同團契)。

**56.** 凡事都要謙卑──在你的舉止、你的穿著、坐姿、站姿、步態、床第、你的房中以及所有擺設。

**57.** 如果有人開始因為你嘅所作所為而讚揚你,就唔好因此而高興,亦唔好享受呢種感覺:盡量將佢哋隱藏,唔好同人講,並盡你所能,確保冇人讚揚你。

**58.** 小心唔好因為你嘅任何行為而被人識得。

**59.** 若有人無理地控告你犯咗某罪,就要謙卑自己,你就會得冠冕。

**60.** 訓練你嘅舌頭講「原諒我」,謙卑就會臨到你。

**61.** 訓練自己,令你嘅舌頭喺任何情況、任何時間、對每位弟兄都講:「寬恕我」。因為如果你成日講「寬恕我」,你好快就會達到謙卑。

**62.** 凡聽到責備之言,就準備好說:「寬恕我」,因為這等謙卑能挫敗敵人的一切詭計。

**63.** 你要知道,謙卑無非就係將所有人都視為比自己更好。要堅定咁記住自己罪過深重──低垂你嘅頭,準備好對任何冒犯你嘅人講:「饒恕我,大人!」 要時時以死亡為念。

**64.** 喜愛勞苦,服從眾人,閉口不言──你就會獲得謙卑;而謙卑會使你的一切罪得蒙赦免。

**65.** 總之,唔好自視為任何嘢;咁樣就會令你心生謙卑,而謙卑會帶來智慧(經驗同正確判斷);智慧會帶來信心,信心會帶來盼望,盼望會帶來愛,愛會帶來順服,而順服會帶來堅定不移嘅常存(在善行上嘅堅定)。

[8] 另一個例子:當屋企有人過身時,要點樣啜泣。

*(g) 對抗罪惡的掙扎。*

aa) 首先,對抗念頭。

**66.**將一切惡念遠離你,將自己交託畀上帝,佢會用右手保護你。

**67.** 唔好跟從你腦海入面出現嘅每一個念頭。

**68.** 唔好照自己嘅思想同慾望行事。

**69.** 小心唔好畀心思留喺過去嘅罪過回憶上,免得佢哋喺你心入面重生。

**70.** 唔好喺腦海中糾結於你以前犯過嘅罪,免得佢哋死灰復燃。要堅信當你向神悔改嗰陣,你嘅罪已經蒙赦,一絲都唔好懷疑。

**71.** 唔好回想你懶散日子裡沉溺嘅享樂同安逸,亦唔好講「我做過呢件事」或者「我犯咗嗰條規矩」,因為呢啲都會成為你嘅絆腳石。

**72.** 切勿提及你喺世上曾被奴役嘅慾望,免得再次挑起嗰啲慾望,令你陷入誘惑。

bb) 各種邪惡的慾望。

**73.** 約翰使徒將所有人的慾望歸納為三樣,他說:*「因為凡在世上的──情慾、眼慾,和今生誇大的驕傲」* (約翰一書2:16)。 肉體的慾望,即係用各種美食填飽肚皮,跟住就嚟到淫亂嘅污穢。眼睛的慾望,就係貪慕物質財物,擁有咗就令眼睛高傲,或者喺心入面種下污穢嘅幻想。 驕傲係世俗對虛榮嘅愛(對自己有高估、自我讚賞,同渴望他人讚揚),因為啲虛浮同短暫嘅外在功績而喺我哋心入面生根。

**74.** 遠避放縱同違背,尤其係貪食,免得你畀自己嘅慾望圈套纏住;因為佢哋會將上帝嘅畏懼從心裏趕走,將羞愧從面上抹去,令佢哋嘅愛好者陷入卑鄙同可恥嘅行為,並且同上帝疏遠。

**75.** 除掉憤怒,以溫柔為衣;撇棄邪眼,以純真(如孩童般)的眼目為自己所用。

**76.** 遠離忿怒,防備慾望,以及一切罪惡的私慾。

(bb) 特別係要遠離肉慾。

**77.** 只追求愉快嘅人,唔適合做任何嘢。

**78.** 唔好做享樂主義者,因為神唔會聽享樂主義者嘅禱告。

**79.** 憎恨身體同佢嘅慾望,因為佢哋充滿咗邪惡。

**80.** 折磨你嘅身體,令佢好似病人咁。

gg) 關於憤怒及其後果。

**81.** 如果你畀憤怒攻心,就要盡快將佢趕走,咁你一生嘅日子都會歡喜快樂。

**82.** 對任何人都唔好生氣,要饒恕每個人。

**83.** 如果有人無理責怪你,就唔好動氣。

**84.** 你要明智,用沉默回應那些背後說你壞話的人。

**85.** 若有人惡言相向,你都唔好驚訝,因為呢招係我哋最惡敵人嘅伎倆之一,佢哋就係想用呢招阻止人知道真相。

**86.** 唔好輕易發脾氣,亦唔好對激你嗰個人懷有惡意。

**87.** 如果你被人侮辱,就唔好對佢懷恨,反而要講:「我配得上畀所有兄弟鄙視。」

**88.** 唔好埋怨,亦唔好冒犯任何人。

**89.** 惡以惡報,辱以辱報,因為咁樣主自己會謙卑你,因為你唔肯自己謙卑。

**90.** 無論老少,都要禱告,好叫佢哋唔會畀憤怒嘅暴政所奴役。

**91.** 凡向打他一拳者伸出另一面頰的人,都因自己的卑微而喜樂。我們的救主耶穌基督絕不會離棄他,因為祂是良善的,祂幫助為祂受苦並尋求祂的人,賜給他們力量和堅忍,直到他們在(情感)中得以安息。 所以當悲傷同苦難向你襲來,就當喜悅,因為甜蜜嘅果實會隨之而來。

**92.** 唔好驚人嘅責備。

dd) 其他削弱成功嘅心靈腐敗動念之一:定罪。

**93.** 如果你見到弟兄犯罪,就唔好藐視佢,唔好迴避佢,亦唔好定罪佢;否則你自己都會落入仇敵嘅手。

**94.** 唔好傷害任何人,亦唔好定罪任何人。

**95.** 唔好偷聽人哋講壞話,要寬恕同憐憫人,咁你先可以得生。

**96.** 唔好定罪任何人,因為咁樣就會導致你嘅敗落。

**97.** 唔好責備你嘅兄弟,就算你見到佢犯晒所有誡命;否則你自己都會落入仇敵嘅手。

**98.** 唔好定罪任何凡人,免得上帝對你嘅禱告感到厭惡。

**99.** 無論任何原因,都唔好當面指出人嘅錯處。

**100.** 唔好因為人嘅軟弱而責備佢。

(e) 虛榮與自負。

**101.** 施捨嘅時候,唔好故意做畀人睇。

**102.** 如果你參與屬靈事工,就唔好吹噓。

**103.** 唔好預先同任何人講你打算做嘅善事,就係做咗就算。

**104.** 你行咗善事之後,唔好自作聰明,亦唔好同自己講:「我做咗啲乜嘢、啲乜嘢。」如果你咁做,就唔會真係有智慧。

**105.** 唔好追求榮耀,亦唔好心裏暗自讚賞自己,話:「我做咗啲咩,我喺呢件事成功咗。」呢啲念頭充滿虛榮,凡係心裏充滿呢啲念頭嘅人,就已經成為污穢嘅鬼魔住腳之地。

zz) 透過討好人同偽善。

**106.** 唔好為咗滿足人嘅意思,而忽略上帝嘅旨意。

**107.** 唔好為咗尊重人與人之間嘅友誼而違背上帝嘅誡命。

**108.** 唔好做偽君子,更唔好做騙子。

**109.**唔好淨係喺人前裝作自己好義,而要喺自己心裏面做個有智慧、溫柔、和善、有耐性、熱誠同有憐憫心嘅人。

(zz) 驕傲

**110.** 無論你做過咩,都唔好自誇。

**111.** 唔好自以為高人一等,亦唔好自誇。

**112.** 遠離驕傲,要視鄰舍同所有人比自己更優越。

**113.** 冇嘢比令其他人傷心,仲要自以為高人一等更邪惡。

**114.** 唔好自以為自己好叻,免得你心高氣傲,畀仇敵捉住。

**115.** 唔好自以為乜都識、乜都精(即係唔好講:「我自己識」、「我自己做得到」),否則你嘅努力就白費,你嘅船到依家都係白行。

### *結論*

**1.** 凡係唔遵守所有所吩咐嘅,就會惹起上帝嘅忿怒。我,安東尼,同你講真話。所以,要留心聽我嘅說話,記喺心裏,並知道就係透過呢啲誡命,我將你交託畀造物主。 如果你遵守佢哋,你就會同所有天使一齊歡喜,並且令一切邪靈憂愁。所以,你要行喺呢啲誡命之中,上帝會同你一齊,祂嘅天使都會降臨你身上, 你嘅靈魂就會充滿聖徒嘅香氣,你嘅面容就會照耀住蒙福者嘅光;你會成為上帝嘅聖殿,就好似所有聖徒一樣,你最終會同主歡喜快樂地相見,並聽見佢講: *「好啦,你這又良善又忠心的僕人,你在那裡忠心有餘,我要派你到好多事上去;進到你主人的喜樂裡去吧!」* (馬太福音25:21)

**2.** 不可偏離這些指示,主耶穌基督就會賜平安給你,並使你所開始的工在平安中得以成就。我們的完全的父輩,以及效法他們的人,都是藉着遵守這些指示而得以完全。

**3.** 如果你想在所说的这些之外再行善功,就去做吧,并且要不住地向我主耶稣基督献上感恩。

**4.** 每晚,讓你的眼淚洗潤你的床褥,濕透你的枕頭,並在基督主面前謙卑自己,好叫祂塗抹你的罪過,更新你;又賜你力量行善,並將祂永恆的國度作為產業賜給你。 願祂與那良善的父和聖靈,一同得讚美、尊貴、榮耀和敬拜,從今時直到永遠。阿們。

## 4. 聖大安東尼言行錄及生平事蹟

### *論棄世*

**1.** 凡要成功修習隱修生活者,必須完全與世俗斷絕,拋棄一切世俗財物,實際上退離塵世,並斬斷對塵世財物的一切執著。 聖安東尼好有力咁將呢個真理烙印喺一個兄弟心上。呢個兄弟已經放棄咗世界,將所有財產都分畀窮人,唯獨留返少少以備不時之需,然後就嚟搵聖安東尼。 長老望住佢,睇穿佢

心入面諗緊咩,就同佢講:「如果你想做和尚,就去某個村,買啲肉,切成薄片,除低你件袈裟,搭喺你條頸同隻手臂,然後咁樣返嚟呢度。」　嗰位兄弟就照長老嘅吩咐去做,即刻有狗、雀同黃蜂圍住佢,成身都畀咬到傷痕纍纍。佢返到長老度,長老問佢有冇照做,兄弟邊喊邊畀長老睇佢滿身嘅傷口。　然後聖安東尼對佢講:「凡係喺離開世界嘅時候,仲保留住一絲一毫自己財物嘅人,就會咁樣:魔鬼會用傷口覆蓋佢,將佢撕得支離破碎,令佢喺爭鬥中倒下。」(Dost. skaz. 20;Patr. Graec. vol. 40,p. 1099)。

**2.** 以下呢段記載,由 Cassian(《集錄》第24卷第11章第10節)保存,同樣講述同一主題。 有位兄弟嚟見聖安東尼,佢相信唔使退離塵世,就開始講:「一個喺城鎮或村莊勞作,盡行一切達到靈性完美所需嘅人,更有價值。」聖安東尼問佢:「但係你喺邊度、點樣生活?」嗰人答:「我住喺父母屋企,佢哋提供我一切所需。」　「咁我就唔使有任何憂慮同煩惱,我時刻都只係忙住讀書同禱告,心無旁騖。」聖安東尼又問佢:「講畀我聽,我嘅仔,你會同佢哋一齊悲傷,亦都一齊喜悅嗎?」　佢承認自己都有兩者嘅體驗。然後長老對佢講:「咁你要知道,喺將來嘅時代,你會同嗰啲喺今生同你一齊分享喜悅同悲傷嘅人一齊分享命運。」　而你所選擇嘅生活方式唔單止有害,因為人生際遇幾乎每日都變,令你嘅心思不停喺塵世事務上,仲令你失去咗本可以透過自己雙手勞動、效法使徒榜樣自謀生計而獲得嘅果效。 保羅喺傳福音嘅同時,都靠自己雙手嘅勞作養活自己同埋同工──正如佢對以弗所人所講:*「你哋自己知道,我呢雙手一直供我同我同工嘅需要。」*(使徒行傳20:34)　佢咁做係為咗我哋嘅造就,做榜樣畀我哋,正如佢寫畀帖撒羅尼迦人咁講:*「我們行事端正,並不靠人養,乃是勞苦作工,晝夜不息,免得叫人成為我們的重擔──不是說我們冇權得這啲,乃是要自己作榜樣,叫你哋效法。」*(帖後3:8–9) 正因如此,我哋雖然有機會依靠親人資助,都寧願憑自己額頭汗水賺取生活所需,而唔係等親人供養。如果我哋認為後者更有益處,就會樂意選擇後者。　而且,要留意,如果你身體健壯卻寄人籬下,你就是在消耗窮人同病人嘅口糧。

***對「咁,人應該點做?」呢條問題嘅一般答法:***

離開塵世之後,人就會踏入一個完全新嘅人生領域,雖然呢個領域對佢哋嚟講唔算完全陌生,但仍然有好多方面不可避免咁　引起「人應該點做?應該點樣生活?」呢個問題。聖安東尼唔止一次被問到呢個問題,以下就係佢嘅回答:

**1.** 阿爸·帕姆沃問佢關於呢件事,佢就答:「唔好倚靠自己嘅義;真係要為過去嘅罪悔改;並且要管好你嘅舌頭、你嘅心同你嘅肚。」(Patr. Graec. vol. 40, p. 1093. Dostoyevsky, note 6)。

**2.**　佢喺同一題目上對阿爸皮門講:「人所能行最光榮嘅事,就係喺神同長老面前承認佢嘅罪,自我定罪,並準備好喺最後一口氣之前面對一切試探。」(Patr. ib. 1084: Dostoevsky, vol. 4)。

**3.** 又有人問佢:「我點先可以討神喜悅?」聖安東尼答:「無論你去到邊,都要時時把神放喺眼裏;無論你做乜,都要有聖經做根據;無論你住喺邊,都唔好太快離開嗰度。」　遵守呢三條誡命,你就會得救。(Dost. sk. 3;Patr. ib. 1083)

**4.** 對另一個門徒,他勸道:「要對你的肚腹、對今世的要求、對邪情私慾和人間的榮譽生出厭惡;活得似乎你未曾在世上存在過,你就會得享平安。」(Patr. Lat. vol. 73, p. 1049)。

**5.**　正如聖亞他那修所寫,安東尼長老對前來見他的弟兄們說:「要常把恐懼擺在眼前;記住那殺人又賜生命者。」(撒上2:6)　憎恨世界同世上一切;憎恨一切肉體嘅安逸;拋棄呢個生命,好等你為神而活;記住你向神所立嘅誓言:因為審判日嗰日,佢會向你索取呢一切。　要飢渴、赤身、警醒、流淚、哀號、心裏嘆息,要自卑以察驗自己是否配得上帝,要藐視肉體,好叫你哋得着靈魂嘅救恩(Dost. sk. 33 and in the Life)。

**6.** 聖卡西安同樣詳細地講述修道者應該做的事。「自亙古以嚟,」他說,「有一位蒙福者所傳下的一份奇妙教導　安東尼早就被廣泛流傳,佢講到,一個追求最高完美嘅修士,唔可以只係模仿任何一位成功嘅教父,因為冇人可以同時完美地擁有所有美德。但係有人以知識見長,有人以健全嘅判斷力見長,有人以堅定不移嘅耐性見長; 另一個人以謙卑見稱,另一個人以自制見稱,另一個人以充滿恩典的單純之心見稱;一個人以慷慨勝過他人,另一個人以憐憫勝過他人,一個人以警醒勝過他人,另一個人以沉默或勤勉勝過他人。因此,一個想建立屬靈蜂巢的修士,必須像一隻智慧的蜜蜂,　要向最擅長某種美德的人吸取每一種美德,並將它們儲存在自己心靈的器皿中,不理會別人所欠缺,只觀察那美德,並努力使之成為己有,無論那是什麼使每個人與眾不同(Inst. c. V. 1. 4)。

## *推動一個人行大德之事並令其持續堅持的動力*

如果要列出所有提過嘅嘢,就會發現呢個領域其實相當廣闊,充滿壯烈嘅壯舉。問題就係:有咩力量推動佢去做,同時支持佢持續努力?呢股力量就係對得救嘅熱誠,為咗上帝嘅榮耀,乜都肯做。只要有呢份熱誠,修士嘅所有壯舉就會全力以赴。 冇咗佢,一切就停擺。

**1.** 點解有一次一個冇呢份熱誠嘅兄弟嚟搵聖安東尼求佢代禱,嗰位偉大嘅長老就答:「如果你唔照顧自己同唔向上帝祈禱,連我都唔會可憐你,上帝亦唔會可憐你。」(《聖安東尼傳》,第十六章)

**2.** 就係因為呢個原因,佢勸人要不斷留心上帝同保持警醒,佢大讚一個喺一生中都為主不停勞苦、直至最後一口氣都防範試探者詭計嘅人,係一件大美德(Patr. Graec. vol. 40, p. 1083)。

**3.** 所以佢勸人哋喺任何事上都唔好鬆懈,而要憑住忍耐,時刻保持同樣嘅熱誠,佢話: 一個和尚做幾日功課就偷懶,然後再做、再偷懶──呢種和尚同冇做一樣,因為佢冇恆心喺熱誠同忍耐上,永遠都達唔到修道生活嘅完美(Patr. Lat. vol. 73, p. 1049)。

**4.** 佢形容追求安逸嘅人,根本唔明白自己嘅召命同目標,將所有修士嘅失敗都歸咎於佢哋冇熱誠去進行苦行。因為,佢話,我哋唔成功,唔係因為我哋唔識自己嘅召命,亦唔係因為唔明白所承擔嘅任務需要乜嘢,而係我哋想唔費吹灰之力就達到美德。 正因如此,一旦我們在自己所在的地方遇到誘惑,就到另一個地方,以為一定有個魔鬼不在的地方。但凡知道有戰爭的人,不會放鬆自己,而會在上帝的幫助下,不斷地打仗。(Patr. Gr. vol. 40, p. 1093)。

**5.** 聖安東尼對嗰啲既唔想做一樣嘢又做唔到嘅人講嘅說話好特別。有一次,有幾個兄弟去搵聖安東尼,對佢講:「請教我哋點樣先可以得救。」長老答佢哋:「你哋有冇聽過聖經?」 呢段就夠你哋用啦。」但佢哋話:「我哋都想聽吓你講嘢,阿爸。」於是長老對佢哋講: 「福音書上寫住:*『如果有人喺你右面打你一巴,就連左面都轉畀佢』*(馬太福音5:39)。」佢哋就話:「我哋做唔到。」 長老說:「如果你哋連另一邊面都唔肯畀,最少要忍受一邊嘅打擊。」佢哋答:「我哋連呢樣都做唔到。」長老又話:「如果你哋連呢樣都做唔到,最少唔好以打還打。」弟兄哋答:「我哋連呢樣都做唔到。」於是聖安東尼對佢嘅門徒講:「預備啲食物俾佢哋,佢哋病咗。」 如果你做唔到一樣,又唔肯做另一樣,我對你真係無可奈何。你哋要禱告(或者自己禱告,或者請人代禱),令你哋心入面嘅熱誠之靈──嗰股道德能量──得以覺醒。(Dost. sk. 19)

## *熱誠的指引*

但熱誠本身有時會盲目,可能會朝住同自己所踏上嘅人生道路目標唔一致嘅方向行。正因如此,佢必須由導師嚟引領。咁,呢啲導師係邊個呢?聖安東尼指出兩樣:自己嘅判斷同有經驗者嘅建議。

*a) 我自己嘅推理。*

**1.** 有一次,教父們喺聖安東尼度聚埋一齊,討論邊種美德最完美,又可以保護修士免受敵人一切陷阱。各人就照自己嘅意思講咗。 有啲人讚飢餓同守夜,因為呢啲可以令思想有條理,淨化心靈,令人生得更易親近上帝;另啲人就主張貧窮同對塵世事物嘅蔑視,因為透過呢啲,心靈會變得更寧靜、更純潔、更少受塵世煩惱嘅困擾,從而更易親近上帝; 有啲人想將施捨擺喺所有美德之上,因為主會對有憐憫心嘅人講: *「嚟吧,我父所賜福氣嘅人,喺世界初頭為你哋預備咗嘅國度,就承受你哋嘅基業吧!」*(馬太福音25:34),但亦有人有唔同睇法。 聖安東尼說:你所提到的所有美德,對那些尋求上帝、並強烈渴望親近祂的人而言,都是最能帶來救恩且絕對必需的。 然而,我哋見到好多人透過過度懲戒自己、通宵禱告同埋退居曠野嚟折磨身體;佢哋亦都熱心工作,鍾意貧窮,藐視世俗嘅安逸,甚至連一日所需都唔留返自己。 卻將所有嘢都分畀窮人;然而,好多時就算咁做之後,佢哋都仍然誤入歧途,跌入罪惡,失去咗所有美德嘅果效,最終淪為可受譴責嘅人。 其原因無他,只因佢哋欠缺分辨力同審慎,無法善用呢種美德嘅指引。因為就係呢種美德,教導同引領人行正路,唔會走偏去岔路。 如果我哋行正路,就唔會畀人哋嘅譭謗引離正道──唔會向右行去,走向過度嘅節制;亦唔會向左行去,走向懶散、粗心同閒置。 分辨力係靈魂嘅眼睛同燈,就好似眼睛係身體嘅燈一樣:如果呢隻眼睛清澈,成身(我哋嘅行為)都會光明;但如果呢隻眼睛昏暗,成身都會黑暗,正如主喺聖福音(馬太福音6:22–23)所講。 透過分辨,人檢視自己的慾望、言行,並迴避一切引領自己遠離上帝的事物。透過分辨,人挫敗並摧毀敵人針對自己的所有詭計,忠實地分辨善與惡。(Patr. Gr. vol. 40, p. 1096; Dostoevsky, vol. 8)。

**2.** 以下這段話亦指出同一主題:鐵匠拎起一塊鐵,會先諗好要整乜嘢:鐮刀、劍定斧頭。我哋都要預先諗好要追求邊種美德,免得徒勞無功。(Dost. sk. 35) 當然,如果一個人嘅判斷永遠對所有事同所有人都有用,就最好係用自己嘅判斷作指引。但由於情況並非如此,就有一個更可靠、更安全嘅指引:

*b) 有經驗者嘅建議。*

**3.** 從呢個意義上,聖安東尼說:「我知道有啲修士,經過重重辛苦之後,跌入瘋癲,因為佢哋只靠自己嘅努力,忽視咗嗰位話:*『你問你嘅父,佢就會同你講』*(申命記32:7)嘅誡命。」(《聖安東尼傳》,第37章)。

**4.** 而且:聖經說:*「得不到指引的,都如樹葉枯落」*(箴言 11:14),並吩咐凡事不可無謀略,甚至連能使人心喜樂的屬靈飲品,都要在謀略中才可享用,正如經上所言:*「凡事不可無謀略」* (西拉克 32:21),又說:「有謀有諫,飲酒得宜」。 – 一個冇謀略就辦事嘅人,就好似一座冇城牆嘅城鎮,任何想入嚟嘅人都可以隨便入去掠走佢嘅珍寶。(希臘教父全集第40卷,第1098頁)

**5.** 聖安東尼認為向人求教是如此救贖性的行為,以至於連萬師之師都向自己的門徒──雖然他已經成功──提出問題,並完全照門徒的建議去做。 據說當安東尼長老收到康士坦提烏斯皇帝的書面邀請,要他到君士坦丁堡時,他便轉向保羅·單純,問:「我應不應該去?」 當後者回答:「如果你去,你就係安東尼;如果你唔去,你就係阿爸·安東尼」──藉此表示反對呢次旅程──佢就平靜咁留喺原地(《聖徒傳》,32)。

**6.** 佢又勸其他人都要咁做,話:「一個和尚,如果可以,就應該同長老商量佢喺自己房入面每一步嘅行動,同埋每一滴水嘅飲用。」 我知道有啲修士因為自己以為可以討好上帝而跌入罪中(Patr. Gr., vol. 40, p. 1082; The True Tales, 38)。

**7.** 因此,聖安東尼不贊成依靠自己的判斷。難道這不是他對阿爸若瑟讚賞如此之高嘅原因嗎?因為當若瑟被問到聖經問題時,就回答:「我唔知」──喺呢件事上,除咗謙卑之外,更表現咗對自己智力嘅唔自信? 事情是這樣的:有幾個長老去見聖安東尼,阿爸若瑟也在其中。那長老想考驗他們,就拈出一節聖經經文,開始向他們中的最年輕者問這段經文的意思。 每個人都盡量講,但長老對每個人都答:「唔係,你未明白。」等佢哋全部講完之後,佢就對阿爸約瑟講:「你對呢段經文有咩睇法?」約瑟答:「我唔知。」阿爸安東尼就話:「阿爸約瑟講『我唔知』,就係行喺正路上。」(正教言行錄17)

**8.** 不過,佢勸告人唔好無條件咁信人。要先確定嗰位長老嘅心智健全同經驗豐富──先至可以信佢嘅說話,無條件咁接受佢嘅建議。認出呢點嘅標誌,就係佢嘅說話同神嘅話語相符。 佢話,要睇吓嗰個命令係乜嘢。如果有人教導你做任何合乎我哋主命令嘅事,就要謙卑咁接受,並努力去遵守,好叫使徒嘅說話喺我哋身上應驗:*「你哋因着敬畏上帝,彼此順服。」*(加拉太書5:13; 弗 5:21)。另一方面,如果有人教導你任何與神聖誡命相反的事,就要對那教導的人說:*「順從你,不順從神,孰是孰非?」*(使徒行傳 4:19)。 *「我哋要順從神,唔可以順從人。」*(使徒行傳5:29)我哋亦要記住主嘅說話:*「我嘅羊聽我嘅聲音,佢哋唔會跟從陌生人,因為佢哋唔識陌生人嘅聲音。」*(約翰福音10:5) 同樣地,蒙福嘅保羅勸勉我哋,佢話:「但就算係我哋,或者係天上嘅使者,如果宣講嘅福音同我哋以前傳畀你哋嘅唔同,就應受咒詛。」(加拉太書1:8) (Patr. gr. vol. 40, p. 1083)。咁樣限制嘅原因,好可能係因為亞流派,佢哋假裝虔誠去吸引人,然後用佢哋嘅異端邪說去毒害人。或者都係因為有啲人未自己有足夠經驗,就去指導其他人。 喺呢啲時候,佢通常會咁講:古代嘅教父退居沙漠,喺嗰度透過佢哋嘅辛勤工夫醫治咗自己嘅靈魂,先至明白點樣去醫治其他人。就係因為咁,佢哋返嚟之後,就成為咗其他人嘅良醫。 至於我哋,如果有人未醫好自己就去曠野,結果我哋嘅舊病就返嚟,最後嘅苦楚比之前更加慘痛。正因為咁,嗰句說話先至套用喺我哋身上:「醫生,先醫好你自己。」(路加福音4:23) (Patr. lat. vol. 73, p. 1053)。

## *點樣可以煽起妒忌之火?*

一個人冇乜嘢係永遠穩定;有啲嘢會愈來愈強,有啲嘢就愈來愈弱。熱誠都係咁:有時熊熊燃燒,有時又熄咗落嚟。 後者就要重新點燃,免得熄滅晒。咁樣點做?用乜方法?首先,就係要記住死亡。安東尼多次勸人要喺心入面烙印落嚟,記住我哋而家過嘅每一日,就係我哋最後一日。

**1.** 第二,要諗吓死後會發生啲乜嘢。為咗將呢個諗法烙印喺佢門徒嘅心靈深處,佢就同佢哋分享咗自己親身所見,正如大聖阿他那修斯喺佢嘅傳記入面所記載咁。 有一次,喺食飯前,大約九點鐘,聖安東尼照常起身 去禱告,佢感到自己嘅心靈被提升咗,最令人驚訝嘅係,佢好似由外面望住自己, 就好似有

人喺空中托住佢,而喺空中站住一啲陰沉恐怖嘅身影,想阻住佢升天嘅路。聖安東尼嘅靈性導師就同佢哋抗爭,但嗰啲身影就好似有權咁,堅持要問清楚聖安東尼有冇受佢哋管轄。 佢哋唯有退讓,然後準備嚟盤點。但當佢哋想由聖安東尼出世嗰刻開始算起時,佢嘅引路人就反對,話:「由佢出世以嚟嘅一切,喺佢落修道誓願嗰陣,已經畀主抹去;要算就由佢做修道士、向神立誓嗰陣開始算起。」 但喺呢方面,控告佢嘅人搵唔到佢任何錯處;所以佢哋退去──安東尼嘅苦行道路從此暢通無阻。 之後,聖安東尼開始覺得自己回復咗平靜,好快就變返做以前嗰個安東尼。但佢已經唔再理會食物,餘下嗰日同成晚都喺嘆息同禱告中度過,佢諗住要同幾多仇敵抗爭,同埋喺空中行路要忍受幾多苦楚。 跟住使徒保羅講嘅*「掌管穹蒼之氣權勢者」*(弗2:2)嗰番說話就浮現喺佢腦海。因為仇敵喺空中有權勢,向經過嗰度嘅人發動戰爭,想阻住佢哋嘅路。 呢個就係點解使徒特別勸告:*「要穿戴神所賜的全副軍裝,好叫你哋能喺惡日站得住,*並且成就一切,站立得穩。」(以弗所書6:13)又叫仇敵*無得用羞辱嘅說話攻擊我哋。*(提多書2:8)

**2.** 聖阿他那修斯就係咁樣記載,雖然冇後續記錄話聖安東尼有冇同其他人講過,但冇理由懷疑,因為佢所見到嘅嘢,唔係佢自己咁需要知道,而係對其他人更為重要。至於同一主題嘅另一個異象,就留意到佢確實有同其他人講過。 聖亞他那修寫道:聖安東尼有一次與一些前來向他請教死後靈魂狀態及將居於何處的弟兄對話。 翌晚,有人從上面對佢呼叫,話:「起身,出去望吓。」安東尼出去(因為佢知道係邊個吩咐佢),抬頭一望,就見到一個又大又醜又可怕嘅巨人,個頭頂到雲層, 同時有啲雀鳥由地下飛起;嗰個巨人擋住咗啲雀鳥嘅去路,但有啲就飛過佢,飛過之後安全咁向上飛。佢對後面嗰啲咬牙切齒,但對前面嗰啲就歡喜。跟住有個無形嘅聲音講:「安東尼,你要明白你所見到嘅!」 當時佢心靈大開,明白到呢個就係靈魂由塵世飛升嘅過程,而嗰個巨人就係我哋自古以嚟嘅敵人,佢阻住啲疏忽大意同屈服於佢誘惑嘅人,唔畀佢哋再前行;但對啲有熱誠同唔理佢嘅人,佢就擋唔住,佢哋就飛越過佢。 聖安東尼將呢個異象當作對自己嘅一種提醒,開始更加勤力去對抗一切敵意。為咗同樣嘅目的──即係要激發對純淨生活更強烈嘅熱誠──佢將呢個異象講畀其他人聽。 阿爸克羅尼烏斯話,有一次聖安東尼喺一次大型聚會上講過呢個異象。 佢又補充話,喺呢個異象之前,聖安東尼已經祈禱咗成一年,求主顯示義人同罪人死後靈魂會點;嗰個巨人雙臂橫跨天際,下面係一個同海一樣遼闊嘅湖,鳥兒畀佢一擊,就跌入湖中 (Lavsaik,第24章)。喺拉丁教父著作集入面,呢段記載暗示嗰啲雀鳥畀巨人打中之後,淨係當佢哋喺佢手掌底下停咗陣,冇力再飛高,先跌入湖裡;但凡有力飛到佢手同頭頂之上嘅, 對呢啲,佢只係咬牙切齒,望住佢哋飛向天庭,畀天使接引 (Patr. Lat. vol. 73, p. 1044)。

**3.** 呢件事傳到佢哋耳入面,令佢哋心入面充滿咗幾咁激動嘅恐懼!但係而家有個安慰嘅異象,透過*「盼望」*一個榮耀嘅狀態,強烈地重燃佢哋嘅熱誠。呢個異象講嘅係聖亞蒙,佢唔算係聖安東尼嘅門徒,反而係佢嘅朋友同伴侶。 聖亞他那修寫道,聖安東尼有一日坐喺山度,抬頭望住天空,見到有人化作一條火光,喺空中向天而升,同時,一大隊歡欣雀躍嘅天使由天而降,去迎接佢。 聖安東尼見到呢幕,深感驚異,就開始禱告,求主肯憐憫,向佢啟示呢件事嘅含意。跟住有個聲音對佢講,嗰個係尼特里亞嘅修士亞蒙嘅靈魂。呢位亞蒙一生都過住嚴格嘅苦行生活,直到老邁。佢平時會去探望聖安東尼,聖安東尼亦都會去探望佢。 由尼特里亞山到聖安東尼山,路程要十三日(六百五十俄里)。 當同佢一齊嘅弟兄問佢點解咁驚訝,佢就話佢見過同聽過關於亞蒙嘅事。三十年後,當尼特里亞嘅弟兄嚟到,佢哋問起亞蒙, ,先得知佢真係喺嗰日、嗰個時辰過身,就係長老見到佢靈魂升天嗰陣。

**4.** 以下呢段異象,係聖安東尼親身講出,同樣有效喺驅走懶散同激發鬥志。「我向上帝祈禱,」佢話,「求祂顯示畀我知,有咩帷幕可以包圍同保護一個修士!」 我見到有個修士被火焰燈圍住,一大群天使護住佢,就好似眼珠咁寶貴,用長劍保護佢。然後我嘆咗口氣,話:「呢就係賜畀修士嘅!」但係,就算咁,魔鬼都會戰勝佢,佢就會跌落嚟。 當時,有聲音從仁慈的主那裡傳來,對我說:「魔鬼再也無法使任何人跌倒;自從我道成肉身之後,已經壓制了他的權勢,他再也沒有任何力量。但人若因疏忽而放縱自己的慾望和情慾,就會自取跌倒。」 我問:「每個和尚都會蒙賜如此盾牌嗎?」然後我看見無數和尚都被這盾牌保護。於是我大聲呼喊:「人類真係有福,尤其係呢班和尚,佢哋有位咁憐憫、咁愛世人嘅主!」所以,我哋要為自己嘅得救而熱心,棄絕一切懶散,勤力做好我哋嘅本份,好叫我哋可以因我哋主耶穌基督嘅恩典,成為配得天國嘅人。(東正教教父文集,第40卷,第1083頁)

**5.** 另一次,聖安東尼向他的門徒透露,當熱誠消退時,修道生活就會鬆弛,其光輝亦會黯淡。 佢啲徒弟見到沙漠入面有咁多修道士,都擁有呢啲美德,又咁熱誠咁追求隱士嘅聖潔生活,就問安東尼阿爸:

「父啊,呢班修士而家咁熱誠地投入嘅呢份熱忱,同對隱居、貧窮、謙卑、節制同其他一切美德嘅愛,可以維持幾耐?」　神人嘆息帶住眼淚答佢哋:「我親愛嘅孩子們,總有一日,和尚會離開沙漠,反而蜂擁去富裕嘅城市,喺嗰度,佢哋唔再用呢啲沙漠嘅山洞同狹窄嘅小房,而係會興建宏偉嘅建築,與君王嘅宮殿媲美; 貧窮將會被積聚財富的慾望所取代;謙卑將被驕傲所取代;許多人會以知識為傲,卻是空有其知,缺乏相應的善行;愛將變得冷淡;克制將被大食大飲所取代, 而佢哋當中好多人都會搞得好華麗嘅筵席,完全唔輸畀世俗人,唯一同世俗人唔同就係件袈裟同埋頂嗰頂僧帽;雖然佢哋住喺塵世度,但佢哋會自稱做隱士(其實和尚就係隱士)。 而且,佢哋會自誇話:*「我屬保羅,我屬亞波羅」*(林前1:12),好似佢哋嘅修道力量全靠先賢嘅威望;佢哋會驕傲自己嘅師承,就好似猶太人驕傲佢哋嘅祖先亞伯拉罕一樣。　但到那時,也必有比我哋更優越、更完美嘅人,因為「那本可以犯罪卻未犯罪、本可以作惡卻未作惡嘅人,真係有福氣」(西拉書31:11),勝過被一大群熱誠追求善德嘅人所吸引先至行善嘅人。　咁,為乜喺聖經入面,諾亞、亞伯拉罕同路德──佢哋喺邪惡嘅人當中過住熱誠嘅生活──先至咁樣受到稱讚?(Patr. Graec. vol. 40, p. 1095)

**6.** 呢兩樣提醒──即係死亡同死亡之後嘅境況──激起*「敬畏上帝」之情*,呢個係第三個激發熱誠嘅動力。　聖安東尼早前喺一句深奧嘅箴言入面呼籲人要敬畏上帝:「永遠都要敬畏上帝;要敬畏祂──賜生命又奪去生命者。」(見上述第7點)喺另一句簡短嘅箴言入面,佢指出敬畏上帝係所有美德預備就緒同合適嘅源頭。　佢話,敬畏上帝係所有美德嘅開始,亦係智慧嘅開端。　就好似光進入一間黑暗嘅屋,就會驅走黑暗,照亮成間屋;同樣,當對上帝嘅敬畏進入人心,就會驅走黑暗,並喺心裏點燃對一切美德嘅熱誠(Patr. gr. vol. 40, p. 1084)。

**7.**　所以,佢用盡方法都警告唔好失去呢種敬畏。「唔好離開你嘅小房,」佢會咁講,「否則你會失去對上帝嘅敬畏。」就好似魚離開水會死咁,如果和尚離開小房去外面四處遊走,對上帝嘅敬畏就會喺佢心入面死去。(同上)

**8.**　但係,所有呢啲用嚟支持熱誠嘅方法都帶有強制性,係由外面拉動,雖然最終會喺心入面生根。人要喺心入面培養熱誠嘅動力,令到佢可以好似湧泉咁,自然由心底湧出。心要達到呢個狀態,就要:1)　*「品嚐到*喺神裏面生活嘅*甘甜」*。　直到呢種感覺形成之前,我哋嘅熱誠都仲唔可靠。點解有一次一個兄弟問聖安東尼:「聖經入面神雖然應許靈魂最高嘅福份,但點解靈魂唔係一直堅定咁去追求,反而轉向短暫、易逝同污濁嘅嘢?」　—佢就答:「凡未嘗過天上福份　嘅甜美,就未曾全心緊貼上帝;所以佢先會轉向易逝嘅事物。」　但係未達到呢種完美之前,就要因順服上帝嘅聖意而事奉祂,好似先知所講:「我對祢好似一頭牛咁」(詩篇 72:23),即係話:「我好似一頭被軛嘅動物咁事奉祢」(Patr. lat. t. 73, p. 1056)。

**9.** 因此,2) 對上帝的*「愛」*是更強大的熱誠激勵。 聖安東尼自己就知道愛比恐懼更強大,他說:「我不再恐懼神,但我愛祂」(即是我行事不是出於對如何行事的恐懼,而是出於愛);因為*「愛除滅恐懼」*(約翰一書4:18)。(Dost. sk. 32)。

**10.** 佢仲勸人哋,要喺一切之上,培養對上帝嘅愛,作為一種堅不可摧、歷久常新的力量。於是,有一次佢嘅弟兄問佢:「點樣先可以最令上帝喜悅?」佢就答:「最令上帝喜悅嘅行為,就係出於愛嘅行為。」　呢種愛係由人喺心念純潔嘅狀態下,不斷讚美上帝而產生,並受上帝嘅記憶、應許嘅福份嘅記憶,以及上帝為我哋成就嘅一切所激發。由呢啲記憶中,完美嘅愛就誕生,正如經上所規定:　*「你要盡心、盡性、盡力去愛你嘅主上帝。」*(申命記6:5),又如經上所寫:*「鹿渴慕溪水,我嘅靈亦渴慕你,哦,上帝。」*(詩篇41:2)。　呢就係我哋要令神喜悅嘅工夫,好叫使徒嘅話喺我哋身上得成:*「有咩能將我哋同神嘅愛隔開呢?係患難、困苦、迫害、饑餓、赤身、危險,定係刀劍?」*其實乜都唔係。(羅馬書 8:35, 38) (《希臘教父全集》第40卷,第1094頁)。

**11.** 由此,或與此同時,產生3) 行善並遵守神之道嘅*「喜樂」*,而呢種喜樂又成為熱誠嘅推動力。以下聖安東尼嘅言論就同呢點有關。有人問佢:「在主裏嘅喜樂係乜嘢?」　佢答:「以喜樂去遵守任何誡命,為咗榮耀上帝──呢就係主入面嘅喜樂。因為當我哋遵守佢嘅誡命,就應該歡喜;相反,當我哋唔遵守,就應該憂傷。所以,我哋要努力喺心裏面帶住喜樂去遵守誡命,好等我哋可以喺主入面互相安慰; 但係喺呢件事上,我哋要特別小心,免得喺喜悅之中被驕傲捲走,而要將所有盼望都放喺主度。(Patr gr. t. 40, p. 1095。類似嘅思想亦見於大巴色《簡要規則》第193條)。

*尤其係美德行為同善工*

因此,以這種方式引導並激發起來的熱誠,就指向了苦行──身體和靈魂的──以及一切善行。

**1.** 聖安東尼喺佢關於苦行嘅一般教導入面(見第7段)同埋喺佢列舉淫穢衝動成因嗰度(見節錄,第18段), 當中包括對肉體充足嘅滋養——因此(作為對抗呢啲衝動嘅補救),佢指出透過禁食令身體虛弱(Dost. sk. 22)。聖安東尼命令人要對身體非常嚴厲(見上述第7點),並譴責任何放縱。 呢個就係點解佢唔太贊成嗰啲成日去澡堂嘅人。「我哋嘅先賢,」佢話,「連面都唔洗——我哋卻去世俗嘅澡堂。」(《Alphab. Pater.》第4條)

**2.** 制服肉體之後,佢好重視*「制口」*。佢將呢件事同禁慾放喺同一級,話:「我哋嘅禁慾就係要閉住口唔出聲。」(同上,第4頁起)。

**3.** 凡係隨口亂講嘅人,就好似一個冇門嘅院子,任何人都可以入去,行埋食槽邊,解開騾隻。雖然呢個諗法唔係聖安東尼自己講出嚟,但係喺佢面前有人講過,當然佢都認同咗(Dost. sk. 18)。

**4.** 佢仲好重視*「坐喺房入面」*。佢話,就好似魚,如果留喺岸上太耐就會死,出家人如果喺房外或者同人喺一齊嘅時間太長,都會失去對寂靜嘅鍾意。 所以,就好似魚兒嚮往大海,我哋都要趕緊返入自己嘅房,免得留喺外面嘅時候,忘記咗我哋內心嘅守望(Dost. sk. 10)。

**5.** 總括嚟講,佢建議人喺房入面要自律得咁嚴,以至個房對和尚嚟講就好似巴比倫嘅火窯,將佢內心所有污穢嘅嘢都燒晒(Patr. gr. t.40, 1086)。

**6.** 不過,佢都有放鬆佢苦行嚴謹度嘅時候,呢點由佢對獵人嘅回答就睇得出。據講有個人喺沙漠打獵時,見到安東尼長老同弟兄哋開玩笑,結果就走咗偏。 長老想向佢保證,有時真係要畀弟兄啲休息,就對 講:「你將支箭放喺弓上,然後拉返後面。」佢照做咗。長老又話:「再拉後遠啲。」佢又再拉後遠啲。長老又再講:「再拉後更遠啲。」獵人答:「如果我拉過弓嘅極限,弓就會斷。」 然後長老對佢講:「神嘅工作都係咁:如果我哋過份榨乾弟兄嘅力量,佢哋好快就會灰心。所以,要不時畀弟兄啲休息。」獵人聽到呢度,深受感動,滿懷得著勸勉離開咗長老。 弟兄們因此得咗鼓勵,就返咗佢哋嘅地方(Dost. sk. 13)。此外,仲有啲講法同故事流傳落嚟,佢哋指出喺屬靈事工上,成功係由心志同心態決定。呢啲包括:

**7.** *忍耐*。對苦行者嚟講,呢樣嘢咁重要,如果佢冇呢種品德,佢本身就毫無價值。於是,弟兄就向聖安東尼讚揚一位僧侶。 當呢位修士到埗時,聖安東尼想考驗佢,睇吓佢可唔可以忍受侮辱;見到佢做唔到,就對佢講:「你好似一個村莊,前面睇落好靚,但後面畀強盜洗劫晒。」(Dost., ch. 15)。

**8.** 忍耐係必需嘅,因為我哋需要試探。聖安東尼說:「無人可以冇試探就入到天國;如果冇試探,就冇人可以得救。」(《聖安東尼行傳》第5章)

**9.** *禱告*。佢以身作則教導呢件事,因為人人都知道佢禱告咗幾耐。 「我哋知道,」佢嘅門徒講,「嗰位蒙福嘅長老有時會咁投入禱告,成晚都喺度禱告;當旭日東升打斷佢禱告嗰陣,佢心靈咁熱切,我哋就聽到佢講:『太陽啊,點解要打擾我?』」 「好似你淨係升起嚟,係想分散我對心靈神聖光芒嘅注意力。」(Patr. lat. vol. 73, p. 848)。

**10.** *眼淚*。因此,當有一位兄弟問聖安東尼:「我當如何處理我的罪?」他回答:「凡是願意從罪中得釋放的人,都要藉著哀哭和啜泣得著釋放;凡是願意與美德相諧調的人,都要藉著帶淚的哀號與之相諧調。」 就連唱詩篇都係一種哭泣嘅方式。記住猶大王希西家嘅例子,正如《以賽亞先知書》(第38章)所記載, 佢唔單止因為痛哭而痊癒咗疾病,仲多咗十五年命;而且因為佢流嘅眼淚,敵軍十八萬五千人畀上帝嘅大能擊倒。聖彼得宗徒因為否認基督而得罪咗主,佢痛哭流淚,最終獲得咗赦免。 瑪利亞因以眼淚洗淨救主嘅雙腳,得以聽到呢件事會同福音嘅宣講一齊喺各處宣揚(Patr. lat. vol. 73, p. 1055)。

**11.** 聖安東尼認為修道生活裡根本無得笑;當佢嘅徒弟問佢:「我哋可唔可以笑?」佢就答:「我哋嘅主就喺佢講:*『哀哉,你哋而家笑嘅人,因為你哋將要啼哭號啕!』*(路加福音 6:25)」 所以,一個忠信嘅修士唔應該笑;反而,我哋應該為嗰啲褻瀆神名嘅人哀哭,因為佢哋違犯神嘅律法,一生都沉溺喺罪惡中。 我哋要哭泣、要哀號,不住咁懇求上帝,唔好畀佢哋心硬犯罪,亦唔好畀佢哋未及悔改就俾死亡臨到。(Patr. gr. t. 40, p. 1096。類似嘅教導亦見於聖大巴色《短規則》第31條。)

**12.** *謙卑*,能從天上降下盾牌,保護人免於一切跌倒。「我看見,」聖安東尼說,「敵人的所有陷阱遍佈大地,我嘆息著說:『那麼,誰能逃脫呢?』但我聽到有聲音對我說:『謙卑。』」(Dost. sk. 7)。

**13.** 點解佢當時要教導:如果我哋要進行一項善工,就要喺主面前大大謙卑自己,好等祂──知道我哋軟弱嘅──可以用祂右手遮蓋同保守我哋;因為如果我哋變得驕傲,祂就會收返祂嘅保護,而我哋就會滅亡(Patr. gr. t. 40, p. 1090).

**14.** 另一次佢講:就好似驕傲同心靈嘅自大,將魔鬼由天上嘅高處摔落深淵;同樣,謙卑同溫柔就將人由地上升到天上。(同上,第1081頁)

**15.** 為咗確保一項靈性操練,好似默靜,唔會令人自大,佢建議要賦予佢一種自貶嘅含義。 佢話:如果有人修習沉默嘅苦行,就唔好以為自己係行緊咩美德,而要心裏面記住,自己係因為唔配講嘢先至唔出聲。(Patr. lat. vol. 73, p. 1051)。

**16.** 聖安東尼亦教導說,主自己以一種方式在內心引導我們,祂會將我們的善行瞞住我們,好叫我們對自己的認知保持謙卑。他常說:如果磨坊主不蒙住推磨的動物的眼睛,它的工作就不會順利進行。隻動物隻頭會暈,就會跌倒,做唔到嘢。 ──同樣地,憑着上帝的「 」的安排,我們蒙賜一塊面紗,使我們看不見自己的善行;免得我們自以為功,變得驕傲,而失去所有勞碌的果效!這就發生在我們被不純的思想淹沒時,我們不得不在心裏譴責自己和自己的思想。 而喺呢種狀態下,就無辦法去反思自己嘅善行;因此,因為呢啲污穢嘅念頭,我哋微小嘅善行就被隱藏,無人得見(《周邊論》,同上,第1037頁)。

**17.** 自負有幾咁有害!呢點就喺一個年輕苦行者行完奇蹟之後嘅墮落得到好生動嘅示範。有幾位長老行經呢位年輕人修行嘅地方,正要去搵聖安東尼,行到劫到冇晒力。佢就叫咗幾隻野騾嚟,命佢哋馱住呢幾位長老去搵聖安東尼。 長老將呢件事同聖安東尼講,佢就答:「呢位和尚好似一艘裝滿貨物嘅船,但我唔知佢可唔可以到岸。」──果然,佢因為自負,過咗唔耐就跌咗。聖安東尼知道之後,對佢嘅徒弟講:「就喺而家呢個時候,嗰位年輕苦行者跌咗。」 「去睇吓。」佢哋去到,見到佢坐喺蓆上,為自己所犯嘅罪痛哭流涕。(《聖徒行錄》第94章)

**18.** 正如自負會招致毀滅,自卑則相反地帶來救贖。這可由鞋匠的例子說明,聖安東尼曾就此從天上獲得啟示。 聖安東尼喺佢嘅小房入面禱告嘅時候,聽到有個聲音同佢講:「安東尼,你仲未夠得上亞歷山大嗰個鞋匠!」聖安東尼就去咗亞歷山大,搵到嗰個鞋匠,勸佢講出佢嘅人生有咩特別。 佢話:「我唔記得自己做過咩好事,但係點解我每日朝早起身,未開始做工之前,都會咁講:『呢個城入面嘅人,無論老幼,都會因為佢哋嘅善行而進入天國,而只有我,因為我嘅罪,會被定罪接受永恆嘅折磨。』」 「我每晚臨訓覺前,都同樣以最誠懇嘅心重複講呢番說話。」聖安東尼聽到呢度,就明白自己肯定未達到咁嘅境界。(Patr. lat. vol. 73, p. 785)

**19.** 呢唔就係佢之後成日重申嗰句勸告嘅原因咩:我哋要喺所有事上都責備同埋怪責自己,而且要真誠咁做,因為凡係責備自己嘅人,就已經喺神面前得著稱義同榮耀(同上)。

**20.** *互相服侍同幫助*。弟兄問聖安東尼:「如果有人話:『我唔會向我嘅弟兄攞嘢,亦唔會畀佢哋嘢;我擁有嘅已經夠我用』──咁樣啱唔啱?」 聖安東尼答:「我嘅孩子們!咁樣嘅人心地剛硬,佢嘅靈魂就好似獅子嘅靈魂。佢應該被視為同所有好人嘅群體疏遠咗」(Patr. Graec. vol. 40, p. 1095)。

**21.** 另一次有人問佢:「應該點樣服侍弟兄?」佢就答:「想服侍弟兄嘅人,就要好似僕人服侍主人咁,好似主耶穌服侍彼得咁,祂雖然係彼得嘅造物主,但都為佢行咗最後嘅服侍。」 透過此,主顯示咗,如果拒絕接受對佢哋嘅服侍嗰啲人唔係無可指責,咁更加值得譴責嘅,就係嗰啲覺得服侍自己弟兄低賤嘅人。如果前者都冇份同主一齊,正如主對彼得所講,咁對後者又可以點講呢?(同上)

**22.** 而且,他一般都說:生命與死亡都由鄰舍而來。因為如果我們得着一個弟兄,就得着神;但如果我們引誘弟兄犯罪,就得罪基督(Dost. sk. 9)。

**23.** *對跌倒者要存憐憫和寬容*。在阿爸以利亞的修道院,有位弟兄受到誘惑。他被趕出那裡,就上山到阿爸安東尼那裡。阿爸安東尼留了他一段時間,然後送他回他 originally 嚟嘅修道院。 但弟兄們又趕走他。他回到亞巴安東尼那裡,對他說:「父啊,弟兄們不肯接納我!」 於是長老就用呢番說話送佢走:「一艘船喺海上遇到風暴,貨物盡失,好險先救返條船,點知你竟然想喺岸邊將呢艘得返嚟嘅船都沉咗。」弟兄哋聽到安東尼長老派嗰位弟兄返嚟,就即刻收留佢。(Dost. sk. 21)

**24.** 有一間修道院,有位弟兄被誣陷犯姦淫,於是他去見安東尼長老。修道院的弟兄們也來勸導他,想接他重返。他們開始責備他,問他為何做 such a 事,但那弟兄辯解說他根本沒做過。 當時阿爸巴富尼烏斯·克法洛斯正好在場,他對他們講了這個寓言:「我喺一條河邊見到一個人陷咗到膝頭深嘅泥入面。有啲人嚟幫佢,結果反而將佢拉到頸咁深。」阿爸安東尼 afterwards 講:「真係,呢種人才係可以

醫治同拯救靈魂嘅人!」 弟兄們被長老們的話感動,就俯伏在他們弟兄面前,按照長老們的勸告,又接納了他回到他們中間(《聖徒行錄》第29章)。

**25.** 聖安東尼對「誰能擁有真正弟兄之愛」的見解非常深刻。他說:「一個人無論多麼渴望,都無法真正做好,除非上帝住在他裡面;因為除了上帝之外, tiada 人是良善的。」(Patr. lat. vol. 73, p. 785)。

### *萬有嘅最終目標同完美嘅巔峰*

**1.** 神嘅內住,或者話喺神入面嘅生命,就係所有苦行嘅最終目標同完美嘅巔峰。 上帝喺聖安東尼曬沙漠嗰陣,親自向佢顯現,話:「喺城入面有個同你一樣嘅人,佢係個好叻嘅醫生,將佢多餘嘅嘢畀有需要嘅人,每日都同天使一齊唱三聖詩。」(即係話,透過對鄰舍嘅完美愛,佢喺神入面生活,喺神面前行。)(《聖安東尼傳》,第24章)。

### *聖安東尼的完美與他在天上的榮耀*

**1.** 關於安東尼長老有句話說,他是一位先知,但為了避開世俗的閒言碎語,他不願意讓人知道;世上現在和將來的事都向他顯明。(聖人行錄,30)。

**2.** 有位長老求神畀佢見到眾聖父(喺榮耀中),佢見到晒除咗安東尼阿爸。佢問帶住佢嘅人:「咁安東尼阿爸喺邊?」對方答:「安東尼喺神所在嘅地方!」(聖安東尼傳,第28章)。

## 5. 大聖安東尼逝世後,由一位長老解釋的聖安東尼部分言行錄

**1.** *修士嘅問題*。我哋要點樣理解聖安東尼對佢徒弟保祿講嘅說話?當保祿離開塵世,想同佢一齊住時,安東尼對佢講:「如果你想做修士,就去有好多兄弟可以支持你軟弱嘅修道院。」

*長老嘅回答*。由此我哋學到,我哋要接納啲虛弱、有病、失明同癱瘓嘅人入修院——當佢哋懷住喜樂同熱誠去追求美德時,就要愛佢哋,即使因為佢哋嘅病弱,做唔到所有勞作。 所以,嗰啲不收體弱老人——即使佢哋品格極好——卻樂意收強壯年輕人嚟寺內做各種差事同跑腿,即使佢哋無禮又無恥,都真係該受好大責備。 蒙福嘅註經家[9] 喺佢嘅《修道院治理*完善*》一書入面,嚴厲斥責呢啲院長,話佢哋容許門徒喺德行方面繼續疏忽,卻又極力推動佢哋去做體力同塵世事務。 對嗰啲為咗修持道德而落髮嘅人,佢哋唔畀佢哋任何休息或者同塵世事務脫離,不停逼佢哋去做,仲責怪佢哋, 如果佢哋因為身體唔適或者有時熱誠退減而唔係好急急忙忙去完成交托俾佢哋嘅任務,就算佢哋喺靈性事上好勤力同好有熱誠,都會被責罵、嘲笑同埋譴責; 相反,佢哋就大讚嗰啲將所有心機同精力都放喺塵世事務上嘅人,就算佢哋喺追求美德方面懶散都好。而佢哋嘅勤力並唔係出於服從呢種美德,而係因為佢哋鍾意忙於塵世嘅事。 但最嚴重嘅係,無論佢哋係懶散定勤力,都畀人當做奴僕。不過阿爸皮門話:如果三個共住修道者入面,有一個完全守靜、另一個病咗但仍然感謝上帝、第三個樂意完成自己嘅職責,咁佢哋三個就喺同一種靈性追求上合一。 透過呢番說話,呢位聖徒指出喺一個聚集咗好多修道者嘅修院入面,唔單止要有體格健壯、負責各種差事嘅人,仲要有啲病弱嘅弟兄專心守住無聲靜默;否則,佢哋所有嘅勞作都係徒勞無功。

**2.** *問題*:安東尼長老點解同佢嘅門徒保祿講:「你去獨處,坐喺孤獨入面,咁你先可以學到由魔鬼引起嘅掙扎」?

*答*:(希望佢達到完美。)因為修道者嘅完美,就係佢能夠用靈魂去統治佢整個存在。但係,呢種靈性嘅自我統治,係同心靈嘅純潔一齊嚟到;而心靈嘅純潔,就係當心智統治心靈,而心智又由不斷嘅祈禱所統治嘅時候先至達到。 但係,對抗魔鬼嘅戰爭,就係以思想同異象嘅形式出現,而喺寂靜同孤獨中,呢啲都會更加強烈咁被激起。

*注意*。回應嘅力量。獨處提供咗不斷嘅機會,去同魔鬼灌輸嘅最微妙念頭作戰。呢場戰爭係由心靈喺祈禱中進行,喺上帝──祂臨在、留心你嘅心,並且掌管你嘅心──入面進行。 呢種靈性努力嘅不斷性,喺呢場掙扎入面各種經歷之中,教導靈性自制,並培養呢個習慣;而呢點,就係修道者同每位基督徒嘅全部靈性完美所在。

[9] 誠然,一般嘅箴言或規條……有關嘅書目並冇流傳到我哋手上。

**3.** *問題*:阿爸安東尼講「就好似撈出水嘅魚會死,修士如果喺自己房外逗留太耐,都會死」呢句,佢係乜意思?修士點樣會好似魚咁死?

*答案*:靈魂嘅生命就係無休止、充滿愛心嘅默想上帝,呢種狀態真係可以稱為靈魂嘅生命,因為佢包容並將心思同心志融合為一。 所以,如果一個和尚在城鎮裡四處遊走,被視覺和談話分散注意力,他就會失去屬靈生命而死亡,因為他背棄了上帝,忘記了祂,並將在靜默中於靜室裡經過艱苦工夫培養出對基督的愛逐出他的心。 而且,佢對清貧同艱苦嘅愛好逐漸消退,佢就放縱自己去追求肉體嘅安逸同享樂──佢心靈嘅純潔因而被感官(視覺、聽覺、觸覺、味覺、嗅覺)同言語所帶來嘅不停影像所擾亂; 呢啲都會令佢陷入淫亂同其他慾望,而呢啲正係修道者嘅真正死亡同毀滅。所以,聖安東尼講得啱:就好似魚擱喺岸上會死咁,離開庵室喺城鎮同村莊度過時間嘅修道者都會死。

**4.** *問題*。阿爸安東尼說:「獨居者遠離三場戰役,即舌頭、眼和耳的戰役;那麼,只剩心靈的戰役了吗?」請為我們解釋這段聖人的話。

*答*。 佢咁講並唔係想暗示,喺寂靜同獨處時所經歷嘅煩惱,比喺人群中因視覺、聽覺同言語而分散心神時所生嘅煩惱要少;相反,佢透過呢番說話想指出,獨處者得以免除由感官所致嘅煩惱──而呢啲感官之苦,往往比魔鬼喺佢哋心內激起嘅心靈鬥爭更令他人受折磨。 我哋嘅先賢就係為咗呢個原因而退入寂靜:好令心入面嘅掙扎唔會因為眼、口同耳所引起嘅掙扎而更加激烈。 因為(同居共住嘅)弟兄們成日出入,離開又返嚟寺院,佢哋好容易就跌入煩惱──因為感官嘅動盪又加添咗心靈本有嘅動盪,同樣地,過隱居生活嘅比丘都好容易跌倒,佢哋只受心裏面嘅鬥爭困擾,就算身體感官嘅鬥爭同時襲來,都只係心裏面嘅鬥爭。 呢點正正可以由嗰啲隱修士身上得到充分證明:當佢哋隱居期間,有啲時候有女人嚟搵佢哋,結果佢哋心靈嘅鬥爭就因為見到對方身體同埋面容之美而加劇;佢哋即刻畀愈來愈激烈嘅心靈鬥爭所 overcome,從而跌入罪中。 的確,對於那些獨居者而言,由心靈情感所引發的掙扎,比由身體感官所引發的更強大、更猛烈──這也可從聖人伊瓦格里烏斯的話語中見到,他說,對於那些獨居的修士,魔鬼會自行直接發動戰爭, 冇任何中介;但對住嗰啲住喺修院、熱衷於品德進修嘅人,佢哋就煽動同撩撥放蕩嘅修士,冇人比佢哋更殘酷、更煩人或者更狡猾。

**5.** *問題*。以下歸於聖安東尼阿爸嘅說話有咩意思:「修士嘅小房係巴比倫嘅火爐,係嗰三位青年之地,當中有一位係上帝之子,亦係上帝同摩西講話嘅火柱」?

*答*:正如火有兩種性質,一種是令人痛苦的熱,另一種是帶來喜悅的光;同樣地,長期靜默住庵也有兩種效果:一種是令初學者受苦並困擾──有時因極度疲憊,有時因責備── 而另一種則帶來進步的喜悅,賜給那些已克服情欲、在純潔中得以成聖並蒙賜光明異象的人帶來和平。關於那三少年──他們看見了天主之子──所說的話意指如下:正如阿納尼亞斯, 當亞撒利雅同米沙以勒被拋入巴比倫嘅火窯時,佢哋既冇燒傷,連焦都冇焦,因為有上帝嘅使者差嚟,為佢哋鬆綁,並將佢哋從火嘅破壞力中救出;同樣地,對於弟兄 獨居生活,對抗由魔鬼挑起嘅情慾之爭,起初非常艱難;然而,佢哋從未被我哋主──神嘅兒子──嘅恩典幫助所遺棄,祂以可見嘅方式探訪佢哋並與佢哋同住,好等佢哋憑住 呢份幫助克服咗情慾同仇敵,祂就可以賜佢哋完美之愛嘅恩典同祂嘅榮耀光輝。

**6.** *問題*:阿爸安東尼有一句話:「不可以惡報惡;如果一個修士未達到此境界,就應該保持沉默和靜默。」請問,一個人如何能透過沉默達到(不發怒)的境界?

*答*:如果一個軟弱嘅弟兄,用舌頭侮辱同胞,心裏又存住仇恨,然後關起門來,唔同人講嘢,同時又壓制惡念,並且不斷禱告同讀聖經,咁平安嘅恩典就會臨到佢, — 他的心會得著光照,他的靈因脫離情欲而喺神裏面歡喜。 因為呢個人望住主嘅十字架,就會被對祂嘅愛火點燃,當佢親咗十字架之後,就會反思神照聖經點樣咁愛世界,以至祂將自己獨生子交出嚟為世人死。 (約翰福音3:16),所以,當然,神向我們顯示祂的愛,就係*「我們還作罪人的時候,基督就為我們死」*。(羅馬書5:8) ──神既不憐恤自己嘅兒子,為我哋將佢交出嚟受死,而且係咁羞辱嘅十字架死,*佢「既將一切都白白賜畀我哋,豈唔會同埋呢啲一齊賜下*其他一切*呢?」*(羅馬書8:32),又或者有咩嘢會係祂會向我哋隱藏嘅呢? 基督對我們的大憐憫和愛,促使我們不僅要意識到我們絕對不應該為自己的慾望而活,而要為那為我們而死的人活(林後5: 14, 15),並且要仰望耶穌──祂為我們擔當了十字架的死,忍受了那样的恥辱,如今又已高升,坐喺天父右邊──成為我們忍耐的源頭和榜樣。 所以,如果我哋同佢受苦,就會同佢得榮耀(羅馬書8:17);如果我哋同佢忍耐,就會同佢一齊作王(提摩太後書2:12)。 使徒保羅點解要勸勉我哋,話:「弟兄姊妹,要定睛望住我哋主嘅十字架」(希伯來書12:2)?你睇吓佢為咗啲仇敵──啲自己靈魂嘅仇敵──嘅罪人,究竟忍受咗

幾多! 所以,因為你要為你對祂的愛而忍受苦難、侮辱、虐待和死亡,就切勿灰心或喪失你的勇氣。在你的禱告中,為那些令你受苦的人求赦免,正如主為祂的十字架仇敵所祈禱,說: *「父啊,赦免他們」* (路加福音 23:34),就好似蒙福的司提反為那些用石頭打死他的人向主求情,說: *「主啊,不要把這罪歸給他們」* (使徒行傳 7:60)。 如果一個和尚獨自坐喺靜室入面,以呢種方式反思,佢嘅心靈就會得著力量, 佢會喺主入面制服晒所有情慾,唔單止唔會得罪人、唔會向人發嬲、唔會以惡報惡,反而會好開心,仲會當係榮幸,如果有人侮辱同害佢。 呢種就係修道者喺靜默、自我檢視同埋耐心遵守基督誡命──即係禁食、禱告、默想上帝同其他喺靜默中實踐嘅美德──過程中,喺自己房中獲得嘅道德力量。 因此,蒙福嘅安東尼長老好有智慧咁講:如果一個修道士控制唔到自己嘅舌頭,唔好講侮辱人、埋怨同閒聊,而且心志又唔夠堅定,抵擋唔到呢啲過失,咁佢就至少要盡力保持沉默同靜默。

**7.** *問題*。有一次,有幾個兄弟去見安東尼長老,對他說:「請賜給我們一條可以遵守的命令。」他說:「福音上寫着:『如果有人打你這邊的臉,就轉另一邊給他打』(馬太福音5:39)。」 佢哋答佢:「我哋根本做唔到。」長老就同佢哋講:「如果你轉唔到另一邊面頰,就忍住嗰一邊嘅打擊。」佢哋又話:「我哋都做唔到。」長老再同佢哋講:「如果你連呢樣都做唔到,最少唔好反擊打你嘅人。」佢哋又話:「我哋都做唔到。」 然後,大長老對佢嘅門徒講:「預備少少食物畀呢啲兄弟,因為佢哋病咗。」呢位聖父嘅說話係乜意思?

*答*:佢意思係話,對呢啲人,冇其他辦法,只可以餵飽佢哋,然後送佢哋走。但係因為長老最後講:「你需要禱告」,所以有人可能會以為,呢度講嘅「食物」係指長老嘅禱告,好似話:「如果你連呢樣都做唔到,嗰樣都做唔到,咁就需要靠禱告啦。」 就好似病人因為胃口虛弱,唔受得住所有食物,所以要食特別嘅補品;同樣地,你哋心志咁軟弱,連主嘅誡命都做唔到一丁點,都需要醫治同恢復靈魂──即係要靠長老嘅代禱。

**8.** *問題*。聖安東尼說:「我看見魔鬼的網羅遍佈整個大地;我因此嘆息,說:『人類真可憐,有誰能逃脫呢?』他們對我說:『謙卑( )能救人脫離它們,因為它們奈何不了他。』」聖人是以肉眼看見這些網羅,還是以心靈看見呢? 而同佢講「謙卑可以救人脫離佢哋,因為佢哋捉唔到謙卑者」嘅人係邊個?

*答*:埃及嘅大阿爸馬卡里奧斯,係阿爸安東尼嘅徒弟,佢都喺修道場沙漠最深處見到敵人嘅一切詭計,同阿爸安東尼同時見到,雖然形態有異。 聖馬卡里奧見到兩個男人模樣的魔鬼,其中一個身穿破爛不堪、滿佈各種顏色補丁的衣服; 而另一個嘅身體就完全包住破爛嘅舊衣,外面再罩住一層掛滿細細泡泡嘅網;仲有另一個身影飛嚟,全身都用好似披風咁嘅翅膀包住。 呢啲就係阿巴·馬卡里烏斯以肉眼所見,而聖阿巴·安東尼則以心眼──好似異象咁──見到魔鬼不斷為修士設下嘅各種陷阱,佢藉此想纏住佢哋、套住佢哋,令佢哋無法安全完成德行之路嘅旅程,正如經上所寫: *「驕傲者的網羅鋪設在我的道路上,惡人的圈套埋伏在我的腳邊。」* (詩篇139:5)於是,他看見魔鬼的圈套遍佈大地,就如獵人擺設陷阱一樣。 佢見到呢啲,對住咁多陷阱同網感到好驚訝同驚駭,因為任何獵物一旦畀唔同嘅陷阱同繩索捉住,就無法掙脫。就咁,所有魔鬼用嚟攻擊修士嘅肉體同靈性慾望嘅異象,都畀安東尼長老見到。 佢又見到聖潔嘅天使,用名字逐一指出每種情慾嘅陷阱──即係:貪食或過量飲食嘅陷阱、貪婪嘅陷阱、通姦嘅陷阱、虛榮、驕傲同其他情慾嘅陷阱。 而且,佢哋仲示範咗敵人用嘅各種伎倆同詭計,點樣設陷阱同埋埋伏,嚟阻撓弟兄,令佢哋中計,並阻止佢哋喺神愛大道上嘅進度。當佢見到啲陷阱,嚇到心都震,嘆咗口氣,話:「唉,我哋修道者可悲呀!」 「我哋點樣先可以擺脫呢啲陷阱,唔會畀佢哋纏住?」──天使對佢講:「謙卑可以救你脫離晒所有陷阱,凡係有咗謙卑嘅人,就永遠唔會畀佢哋纏住,亦唔會跌入。」──但佢哋冇話單靠謙卑就可以戰勝情慾同魔鬼:除咗謙卑之外,仲要有其他行為同努力。 單靠謙卑本身毫無益處,就好似冇謙卑嘅行為一樣冇意義:因為冇咗謙卑,就好似用泥土去醃肉,而唔係用鹽,咁樣肉好快就會壞掉同腐爛。 因此,身體勞動、心靈內在的爭戰、默靜和不斷的祈禱,結合至上的謙卑,就能克服一切情慾和魔鬼,使它們無法傷害擁有這些品格的修士,正如天使對安東尼長老所說。

**9.** *問題*。安東尼阿爸說:如果我們行善,就要深恐神、完全謙卑地在他面前,好叫他──知道我們軟弱的那位──可以以右手遮蓋我們、保守我們;因為如果我們被驕傲脹滿,他就會從我們身上收回他的保護,我們就會滅亡。 呢位聖者講嘅呢句話有咩意思?

*答*:我哋無論喺艱難、悲傷同爭拗嘅時候,定喺遠離衝突嘅和平寧靜時刻,都要謙卑。 我哋隨時都需要謙卑,因為喺爭亂嘅時候,謙卑會帶嚟幫助,畀我哋力量去承擔苦難嘅重擔;而喺和平同遠離爭亂嘅時候,謙卑又會保護我哋免於驕傲,令我哋唔會跌落去。 同樣地,因為我哋嘅懶散同纏住我哋嘅無神

論,我哋必須謙卑自己;因為喺呢方面我哋明顯嘅軟弱本身就會帶來謙卑,並迫使我哋拋棄所有驕傲。 上帝唔希望我哋一直處於危險同困苦之中,但祂憑住對人類嘅良善同慈愛,保護我哋,平息情感嘅衝突同魔鬼嘅殘暴。 所以,如果喺爭鬥同努力嘅時候,因為危險同艱難而謙卑;但係喺和平同無爭嘅時候,又忘記上帝,自大自滿,咁祂無疑會收返祂對我哋嘅保護,而我哋就會喺毀滅同絕望中滅亡。 因為我哋無時無刻都需要謙卑,喺每一個地方同所有行動中,我哋都肯定需要佢。

**10.** *問題。* 有一位長老向上帝祈禱,求祂將所有聖父都顯示給他,他便獲得了他們的異象,唯獨聖阿爸安東尼除外。向他顯示他們的那位說:「上帝所在之處,就有阿爸安東尼。」他如何能看見所有聖父,卻為何看不見阿爸安東尼?

*答:*要麼係長老嘅心被提到樂園,喺度見到眾聖父;要麼就係眾聖父親身嚟到佢面前;要麼就係有天使透過異象顯示畀佢。 但係安東尼長老有兩個原因畀佢見唔到:一係要顯示聖安東尼長老光榮嘅偉大;二係要謙卑呢位長老,免得佢因為見晒所有聖父而自大狂妄。 因為,神應允佢嘅請求,透過呢個先賢異象,叫佢效法佢哋;而佢唔被認為有資格見到聖安東尼,就係要暗示, ,呢位長老冇足夠嘅力量去效法佢,從而促使佢壓制驕傲,謙卑自己。

**11.** *問題。* 有一次,處女阿爸阿蒙去見阿爸安東尼,對佢講:「我見到我仲有比你多嘅工夫要做;咁點解你嘅名喺人中間比我嘅更出名?」聖安東尼答佢:「因為我比你更愛神。」呢番說話係帶住乜嘢意思講嘅?

*答案。* 亞蒙長老並非在誇耀自己的行為,安東尼長老也不是在炫耀自己的愛;相反,他們說話的意圖如下。由於這些聖人都是修道制度的創始人,以及沙漠生活的先驅,他們本着共同的意圖,向所有修士確認並示範:心靈的內在秩序勝過肉體的功績。 因為呢種內在心靈嘅秩序,引導同激勵住修道者嘅靈魂向最完美嘅神愛邁進,令佢配得上神嘅榮耀異象同啟示。身體嘅苦行掙脫修道者嘅肉身慾望,喺品德上強化佢,畀佢力量驅走慾望,並令身體得以潔淨。 而心靈嘅苦行就武裝咗靈魂去對抗魔鬼同佢哋所播入嘅念頭,並令心靈潔淨,心靈因愛而得堅強,成為聖靈所掌管嘅器皿。並非所有喺德行上出類拔萃同愛主嘅人都要喺人前大肆宣揚: 因為,你睇吓,阿爸保祿──曠野居民嘅先祖,同埋眾修士之中嘅長子(阿爸安東尼有時稱佢做以利亞先知,有時做施洗約翰,有時又做保祿宗徒)──喺佢生前完全冇人識。 但正如我已經講過,嗰兩位長老希望互相印證,同時教導我哋邊種苦行更勝另一種──係身體嘅,定係精神嘅,而精神嘅苦行就係心靈喺內心深處秘密嘅掙扎, 在不断的祈祷和默想上帝中,这使修道者之心在达到完美时,提升到一种由灵性祈祷、对上帝的敬畏、对祂的默想,以及我们主和上帝荣耀的显现所组成的灵性状态,愿赞美归于祂,直到永远。阿们。

**12.** *問題。* 聖安東尼阿巴說,上帝不允許魔鬼對這族人發動猛烈的戰爭,因為我們軟弱。──這是怎麼一回事?

*答:*上帝憐憫呢一代,唔容佢哋畀魔鬼壓迫得太厲害,因為我哋對上帝嘅愛同做好事嘅熱誠都唔夠。所以,魔鬼就因為我哋嘅軟弱同懶散,而用更軟弱嘅方式攻擊我哋。

**13.** *問題。* 阿爸安東尼以下這段話是什麼意思:「如果磨坊主不蒙住騾的眼睛,就得不到任何東西;因為騾會因為甩頭而跌倒,工作就停止了。」 同樣地,我哋都蒙受神嘅安排。因為我哋一開始做善事都係唔睇住佢,免得自己以為自己係有福,而令到自己嘅勞苦都白費;所以有時我哋會陷入可恥嘅念頭,好等見到佢哋嘅時候,就可以責備自己。 正正就係呢啲可恥嘅念頭,成為我哋所行嘅微小善行嘅遮羞布,因為一個會自我責備嘅人,唔會失去佢嘅賞賜。– 解釋一下,呢句話有咩好處?

*答案:*並非所有聖徒都蒙賜異象;他們甚至看不見自己所行嘅善,亦看不見為他們預備嘅應許,儘管他們滿有善行和美德。這並非因為上帝不因他們的品德而喜悅,或不因他們的善行而得安慰。 至善者豈會以任何方式減少為義人預備的賞賜——這絕不可能!但祂如此行,乃是要使有德之人不致因驕傲而自大,並免得他們的德行價值因此而完全喪失,以致他們失去為他們預備的福份,並與神恩隔絕。 雖然神因為佢哋行善積德而保護佢哋,但有時祂仍然容許魔鬼嘲笑佢哋,向佢哋灌輸羞恥嘅念頭,或者恐懼,或者令佢哋受傷,好叫佢哋認清自己嘅軟弱,並時刻保持謹慎同警醒: 因為只要佢哋仍然留喺呢個世界,佢哋嘅生命就係多變同易變嘅。但就好似對佢哋因好行為而預備咗嘅獎賞嘅思念,喺佢哋心入面激發起熱誠,令佢哋持續行善以期獲得咁;同樣地,對自己缺點同軟弱嘅覺察,就會阻止佢哋變得自大,並確保佢哋隨時準備好接受各種謙卑, 並極力小心,免得正當他們要從主耶穌基督在永恆天國裡領受豐盛喜樂之際,反而喪失了他們的品格。

**14.** *問題。*當敘利亞嘅阿爸希拉尼嚟到阿爸安東尼嗰陣,阿爸安東尼見到佢就講:「歡迎,日出時嘅曙光。」阿爸希拉尼就回覆佢:「你好,呢位裝飾咗宇宙嘅光輝柱。」 – 呢個希連係邊個?點解聖者要咁叫佢?

*答:*呢位希利尼阿爸喺安東尼阿爸嗰陣時活住,喺屬靈成聖同行為上同佢一樣完美。佢畀勝利者君士坦丁皇帝讚美,皇帝話:「我多謝主耶穌基督,喺我呢個年代有三位神聖嘅光芒──蒙福嘅安東尼阿爸、希利尼阿爸同優希努斯阿爸。」 佢咁講,係因為佢哋遠遠超越當時所有出名嘅修士。安東尼長老稱佢為「晨星」,就係因為晨星喺大小同光亮度方面都勝過其他所有星星,而希連尼長老亦都憑住恩典之光,喺佢嗰時代嘅所有修士之中脫穎而出。 至於佢,為咗向安東尼長老證明佢好清楚自己嘅完美境界同蒙受嘅恩典光輝之偉大,就稱佢為「光耀宇宙嘅明亮柱石」。

**15.** *問題。*安東尼阿爸說:「我們之所以不成功,是因為我們不認識自己的身分地位,也不明白所承擔的任務需要我們做什麼,卻想要不費吹灰之力就達到美德。」 點解我哋一喺自己住嘅地方遇到誘惑,就即刻搬去另一處,以為有地方魔鬼唔會出現? 但凡明白者,都知有一場仗喺神嘅幫助下,喺處處都喺不斷打緊,因為我哋嘅主話:*「神嘅國喺你哋入面。」*(路加福音17:21)。──佢用呢番說話係想指出咩?

*答:*佢話嘅意思係咁。人哋搬嚟搬去,希望搵到一個魔鬼唔喺度嘅地方,但係即使去到嗰度都遇到誘惑,就再走去另一個地方。但凡知道有爭戰嘅人,就喺自己住嘅地方,靠住上帝嘅幫助去打,唔會再搵其他地方。 我哋主所講*「上帝嘅國度喺你哋入面」*呢句話嘅意思係:我哋作為已經退隱出世、按照主嘅誡命背起十字架跟隨佢嘅修士,必須留喺一處,專心關注自己靈魂嘅得救,忍受喺嗰度遇到嘅各種爭戰。 為咗對上帝嘅愛,同為咗成就祂嘅旨意──即係遵守祂嘅誡命──我哋無論身處何處,都要忍耐撐過一切試煉同誘惑,無論係來自情慾、魔鬼,定係人。 但係呢啲人唔識得打仗,又唔慣受苦,就急住去到其他地方,希望可以從爭戰中歇一歇,從自己嘅思緒中搵到庇護,由一個地方搬去另一個地方,由一個國家搬去另一個國家。 咁點解我哋要留喺原地?如果爭吵或者試探襲擊我哋,就應該禁食、禱告,喺我哋主嘅十字架前跪低、拍胸,流住眼淚同帶住憂傷嘅心,懇求祂賜幫助同救恩:因為祂永遠同我哋同在,並住喺我哋心入面,正如經上所寫: *「主與心碎的人同在,並拯救心靈卑微的人。」*(詩篇33:19),正如主自己所說:*「神的國就在你們裏面。」*(路加福音17:21),即是我住喺你裏面。 因為神嘅國度就係基督,佢永遠住喺我哋心入面。保羅亦都話:*「豈不知你哋身入面有基督住喺你哋度?」*(林前3:16) 不但祂住喺我哋入面,我哋亦都住喺祂入面,正如祂自己所講:*「常在我裏面,我也常在他裏面。」*(約翰福音15:4) 所以,如果我哋住喺神入面,而我哋自己就係祂嘅居所,就唔好喺試探、患難同爭端嘅時候離棄我哋嘅主;當我哋被迫搬去其他地方,就唔好向外邦或異地求助或避難,而要留喺自己嘅地方,懇求內住喺我哋裏面嘅主賜予我哋幫助同拯救。 同時,我哋要向自己嘅屬靈父親敞開心靈,求佢哋為我哋代禱。堅守自己嘅崗位,我哋要時刻投靠救主嘅保護,佢必定會喺我哋所有嘅戰役中賜我哋得勝。

# 聖大馬加利

## *聖大馬加略嘅生平同著作資料*

聖安東尼教導恩賜的 closest successor(最接近的繼承者)是聖馬卡里奧斯。記載只保留了聖馬卡里奧斯探訪聖安東尼的兩次記錄,但可以推想這並非全部次數。 聖馬卡里奧好可能不止一次要聽聖安東尼嗰啲長篇講道,因為佢走出嚟,有時會成晚都講落去,畀喺修院等住佢嘅弟兄聽,好似克羅尼奧斯喺《聖人傳》第23章所講咁。 因此,喺聖馬卡里奧嘅講道入面,幾乎逐字逐句都可以聽到聖安東尼嘅教導。 任何人連續閱讀呢兩部作品,都會即刻留意到。而且,絕對唔可以唔承認,呢盞燈──聖馬卡里奧──係由嗰位偉大嘅光芒──聖安東尼──點燃嘅。 聖馬加利奧嘅生平記載並冇完整流傳落嚟。關於佢嘅所有資料,都收錄喺佢嘅傳記入面,而呢本傳記係附喺佢嘅對談錄版本入面。入面最令人矚目嘅一件事,就係佢仲住喺村附近嗰陣,所遭受嘅誣陷。 幾咁謙卑,幾咁犧牲,幾咁 devoted 去遵行上帝嘅旨意!呢啲特質其後就成為聖馬卡里奧一生嘅寫照。就連撒旦都公開承認,佢徹底被聖馬卡里奧嘅謙卑所擊敗。 呢個亦都係通往聖馬卡里奧所達到嘅崇高靈性完美同恩典賜予嗰條階梯。由聖馬卡里奧嘅著作入面,我哋有五十篇講道同埋一封書信。呢啲已經由俄文翻譯出版咗好耐,以現有版本嚟講,無需再收錄

喺我哋嘅彙編入面。　我哋會從當中揀選,按一定次序,呈現聖馬卡里奧嘅教導。因為佢哋構成一個有機嘅整體,而且非常出色,詳細解釋咗基督教嘅核心任務──透過聖靈恩典嘅作用,去聖化墮落嘅靈魂。呢個就係幾乎所有佢嘅教導所指向嘅主要重點。　《希臘慈善家》所採用的方法亦是如此。從馬卡里奧斯開始,它所收錄的不是他的講道,而是西門·梅塔弗拉斯特斯從他的講道中提取出的150章,在我們的版本中,這些構成七篇講道。但梅塔弗拉斯特斯能做的事,任何人都可以做,我們亦是如此。　聖馬卡里奧斯並無深入探討苦行主義的細節。他講道時所面對的對象,早已是熱誠的勞力者。因此,他主要只關注為這些勞力指引正確方向,指出他們所應追求的最終目標,從而提升這些勞力與努力。　如前所述,這乃是藉聖靈的恩典對靈魂的成聖。靈性化是靈魂的本質;沒有它,就無生命可言。它是未來光明境界的憑據。聖馬卡里奧斯探討墮落的靈魂,教導它如何從這黑暗、腐敗與死寂的狀態中走出,進入光中,得醫治與重生。　因此,佢嘅教導唔單止對苦行者重要,對一般基督徒都一樣重要:因為基督教嘅精髓就係由墮落中重生。呢個就係主嚟嘅原因,而教會入面所有嘅救贖安排都係為咗呢個目標。 雖然佢一貫認為要過度放棄生活先至可以喺呢件事上成功,但對平信徒嚟講,某種程度嘅放棄都係必須嘅。因為世上嘅慾望就係與神為敵。咁樣嘅話,仲有咩得救呢?喺揀呢啲教導嘅時候,我哋會跟住聖馬卡里奧講道喺腦海中自然形成嘅次序。 聖馬卡里奧斯經常將心思放喺我哋嘅起初,描繪亞當最初所處嗰個光耀嘅狀態;佢咁做,就係為咗令佢用最唔吸引嘅詞語所描繪出嚟、本已陰沉嘅墮落人性畫面,更加顯得陰暗。佢咁做,目的係要令到神無限嘅憐憫──透過神獨生子嘅道成肉身喺我哋得救時向我哋顯現──同至聖三一聖神嘅恩典,更加彰顯。　然而,佢提出呢三個主題,目的係要喺每個人心裏激起追求自己得救嘅渴望,並賦予佢哋耐心行完同完成呢條道路所需嘅勇氣。　呢條路由堅定決心開始,呢份決心根植於人嘅深層本性,要跟隨主;然後經過自我約束同自我克制嘅艱苦努力;但當因此而達到恩典嘅實際運作──或者,如佢所講,　直到最後,聖靈的恩典才在心中以大能和功效顯現,引領我們在主耶穌基督裡達到地上可達致的完美,並在來世的生命中達到靈魂的雙重狀態。因此,我們將聖大馬卡里奧斯的所有思想歸納在以下標題之下:

**1.** 首位人嘅光耀狀態。
**2.** 墮落人類嘅黑暗狀態。
**3.** 我哋唯一嘅救恩──主耶穌基督。
**4.** 立定心志跟隨主。
**5.** 勞苦嘅狀態。
**6.** 已經領受恩典嘅人嘅狀態。
**7.** 地上基督徒成聖嘅可能性。
**8.** 死後同復活之後嘅將來狀態。成篇都係逐字引用聖馬卡里奧斯嘅說話,編者只係加咗標題。引用入面,第一個數字代表講道,第二個數字代表講道嘅章或段落。　須注意有啲段落包含多個意思,所以有時會引用多次。

## 聖大馬加利略關於基督徒生活的教導,選自他的講道

### *1. 光耀嘅原始狀態*

**a)　人嘅最終目標同至高無上嘅善,就係同神交通。神樂意住喺人入面,而人除咗喺神入面,冇其他地方可以得著安息。呢種就係人同神之間嘅和諧,係自創世一開始就預定嘅。**

**1.** 靈魂同神之間,以及神同靈魂之間嘅親密同互惠,冇其他嘢可以比得上。神創造咗各種受造之物;佢創造咗天地、日頭、月頭、水、生果嘅樹,同埋各樣動物。但係主冇喺呢啲受造之物入面安息。每樣受造之物都受祂的管轄;然而祂 neither 喺佢哋入面設立寶座,亦都冇同佢哋建立交通;但祂特別喜悅一個人,同佢建立交通,並住喺佢入面。你喺此中見到神同人之間,同人同神之間嘅親屬關係了吗?(45, 5)。

**2.**正如神造天造地,為要人居住;同樣,祂造了人的身體和靈魂,作為祂自己的居所,好叫祂能安居在人的身體裡,如同在自己的殿中,並以那按祂 own 形象被造、祂所摯愛嘅靈魂為祂嘅美麗新婦。 使徒保羅為乜嘢話:*「我哋係祂嘅殿」*(希伯來書3:6)?(49, 5)。

**3.** 人嘅崇高尊嚴。諗吓天、地、日同月:主冇揀喺佢哋度安息,而只係揀喺人度。所以,人比所有受造之物更寶貴──其實,我大膽講,唔只係有形嘅,連無形嘅,即係服侍嘅天使,都比唔上。 因為神冇對大天使米迦勒同加百列講*「我哋要照我哋嘅形象同樣貌造佢哋」*(創世記1:26),但佢對有理性嘅人性實質──即係不朽嘅靈魂──就講咗呢番說話。 經上寫道:*「*天使的群隊*環繞敬畏祂的人。」*(詩篇33:8)。(15、20、41)

**4.** 所以,有知覺又謹慎嘅靈,巡視咗萬有之後,除咗喺獨一嘅主度之外,冇其他地方可以安息。主亦只偏愛一個人(45:5)。

**5.**就好似一個已許配出嫁嘅富家女,無論婚前收到幾多禮物,都唔會因此而安心,直到完婚先至真正得享安寧;靈魂亦都一樣,喺未同主達到完美嘅交通之前,乜都搵唔到平安。 就好似細路仔肚餓嘅時候,對珍珠同貴重嘅衣裳都唔理,只顧住嗰對餵佢嘅奶嚟嚐奶水;靈魂亦都應該咁樣,將其他一切都放低,只求去嚐神──只有咁先至可以得享安息。(45:7)。

**b) 人有呢個目的,由佢被造嗰刻起就已經適應咗佢。喺受造嗰陣,佢就被放喺呢個目的嘅實現位上。**

**6.** 靈魂係一件偉大同奇妙嘅事。 當神創造佢嘅時候,就造得佢嘅本性入面冇任何惡;相反,神按聖靈嘅美德形象去創造佢,賦予佢美德、洞察力、知識、謹慎、信心、愛同其他美德嘅法則,就係按聖靈嘅形象(46, 5)。

**7.** 祂賦予佢理解力、意志同主權嘅心;祂喺佢裏面注入一種崇高嘅純淨;祂令佢靈活、輕快同疲勞不疲;祂賜佢能力喺一眨眼之間嚟去自如,並喺聖靈願意嘅時候,以思想服侍祂。 總括而言,祂創造咗佢,令佢可以成為祂嘅新婦同伴侶,好等祂同佢喺一靈入面結合,正如所講:*「與主聯合的,同主成為一靈。」*(林前6:17)(46:6)。

**8.**正如丈夫仔細將各樣美好嘅事物收藏喺屋企,主喺佢嘅居所──靈魂同身體──亦都聚集同儲存咗屬天嘅靈命財富(49:4)。

**(c) 因此,最初被造嘅人喺神入面,擁有好大嘅優勢同祝福。**

**9.** 墮落之前,佢哋着住神嘅榮耀……亞當守住誡命嗰陣,係神嘅朋友──喺伊甸園同神一齊住(12:8)。

**10.** 道 住喺亞當入面,佢心裏面有神嘅靈 (12:6)。

**11.** 心靈本性純潔,安處於其正位,默想其主;亞當處於純潔之中,主宰其心思,並蒙福,被神聖榮光所環繞(45:1, 15, 23, 1.2, 6)。

**12.** 道住喺佢入面,對佢嚟講就係一切:知識、喜悅嘅感覺、承繼同教導。外面有榮耀臨到畀首個受造者,令佢哋睇唔到自己嘅赤裸(12:7, 10)。

**13.** 人本是尊貴而純潔;他統管萬有,從天界開始;他能分辨情慾;他與魔鬼格格不入;他遠離罪惡與邪惡──他按着神嘅形象被造。(26:1)

**(d) 但係,呢豐盛嘅恩典並唔係強迫人嘅。人有自由,可以留喺上帝同恩典度,或者同佢哋分開。佢就咁同佢哋分開,然後跌咗,就好似嗰啲靈體跌咗咁。**

**14.** 所有有理性嘅受造之物──即係天使、靈魂同魔鬼──都係由造物主純粹同極其簡單咁創造出嚟。至於有啲點解會被誤導行惡,就係佢哋自己嘅自由意志:因為佢哋自願偏離正思(16, 1)。

**15.** 可見嘅受造之物受制於一種不變嘅本性;佢哋無法離開被造嘅狀態,亦冇有意志。但你被造係照神嘅形像同樣貌。正如神自由,隨意創造佢所想要嘅,你都一樣自由。按本性,你好容易改變(15, 20. 21)。

**16.** 我哋嘅本性既可接受善,亦可接受惡;既可接受上帝嘅恩典,亦可接受對立嘅勢力。佢唔會畀人強迫(15, 23)。

**17.** 亞當亦都係憑自己嘅自由意志,違犯咗誡命,聽從咗惡者(12:8)。

**18.** 有一大筆財富同豐盛嘅繼承權等住佢。但係佢一有咗惡意同壞念頭,就同上帝失咗連繫 (12, 1)。

### *2. 墮落者的慘淡境況*

**a) 亞當聽從咗惡者,就將自己賣畀佢;惡者得手之後,就用各樣嘅惡充滿咗佢。**

**1.** 亞當違犯咗上帝嘅誡命,聽從咗嗰條邪惡嘅蛇,就將自己出賣並交託畀魔鬼,而嗰個邪惡者就奪取咗佢嘅靈魂──嗰個美麗嘅受造之物。 靈魂被稱為邪惡黑暗的身體,因為屬靈的黑暗居住在其內,並在整個邪惡的黑暗時代中被囚禁,正如使徒論及罪身和死身時所說:*「使罪身受死」*(羅馬書6:6),又再說: *「誰能救我脫離這必死的身體*呢?」(羅馬書7:24)。 靈魂既非神性,亦非邪惡黑暗的本性,而係一個理性嘅受造之物,充滿咗美善、偉大同奇妙,係神完美嘅相似同形象;而黑暗情慾嘅邪惡就因犯罪而進入咗佢(1:7)。

**2.** 邪惡嘅王子──黑暗嘅王國──首先擄走人,將靈魂圍住,並以黑暗嘅力量為佢穿上,就好似有人為人穿上王袍,賜佢所有皇室服飾,令佢由頭到腳都著晒皇室嘅裝扮。 咁,呢位邪惡嘅王子就用罪惡去包裹靈魂,玷污咗佢嘅整個本性,完全奴役佢喺佢嘅國度之下,連一絲一毫都唔畀自由──唔論係思想、心智定係身體──全部都披上黑暗嘅紫色。 就好似身體(唔舒服嘅時候)唔只係一處受苦,而係成個身體都受苦,靈魂亦都因為惡行同罪惡嘅軟弱而受苦。 惡者將整個靈魂──呢個人性嘅本體,佢存在中不可或缺嘅一員──都披上佢自己嘅惡意,即係罪;咁樣,身體就變得受苦同會死(2:1)。

**3.** 當使徒說:*「要脫去舊人」*(西3:9)時,他所指的就是那完全的人,在其中眼睛對應眼睛,頭對應頭,耳對應耳,手對應手,腳對應腳。 因為那惡者已經玷污並吸引咗整個人──玷污、污穢、無神、不順服神嘅律法, 陷入罪惡本身,以致他不再以合乎人性的方式去看見,卻以詭詐去看見,以詭詐去聽見;他的腳急速行惡,他的手作不義,心裏籌謀詭計(2:2)。

**4.** 舊人已經脫去咗完全嘅人,著上咗黑暗國度嘅衣裳:褻瀆、不信、無畏、虛榮、驕傲、貪錢、慾望,同其他黑暗國度嘅衣裳──污穢可憎嘅破布 (2:4)。

**5.**呢個就係仇敵所追求嘅:透過亞當嘅違犯,去傷害同黑暗化內在嘅人──嗰個能仰望神嘅掌管心思。佢嘅眼睛失去咗對天上福份嘅 access,反而睜開咗去面對各種罪惡同慾望(20:4)。

**6.** 惡意的靈用黑暗的鎖鏈捆綁(墮落)的靈魂;因此,它無法像渴望那樣去愛主,也無法像渴望那樣去信,或像渴望那樣去禱告,因為自從第一個人犯罪以來,在所有事上,公開的和暗中的對抗都掌握了我們。(21:2)

**b) 見到呢種毀滅性嘅狀態,上帝同天使都對墮落者生出憐憫。**

**7.** 亞當跌倒嗰日,上帝行嚟伊甸園,見到亞當,就可憐佢,好似咁講:「有咁多福氣,你點揀咗咁大嘅惡!有咁大榮耀,你而家要承受幾大嘅羞愧!點解你而家變得咁黑暗、咁殘破、咁脆弱?」「喺咁嘅光之後,有幾大嘅黑暗將你包圍!」當亞當跌落嚟,喺神面前死去嗰陣,造物主就憐憫佢;眾天使、所有能力、天地同萬物都為佢嘅死同跌落嚟而哀悼。因為萬物見到,被立為佢哋君王嘅,竟然淪為仇敵同欺騙性黑暗嘅奴僕。 於是,佢用黑暗──苦毒又欺騙嘅黑暗──去包住佢嘅靈魂,因為黑暗嘅王子已經掌權喺佢身上。正正就係佢(亞當)喺由耶路撒冷去耶利哥嘅路上畀強盜打傷,差啲死咗一半(30:7)。

**c) 但係真理施以公義嘅懲罰,佢就好似一座荒蕪嘅屋咁被遺棄。**

**8.** 亞當違犯咗誡命,被逐出伊甸園,自招神嘅忿怒。 正如神當年因以色列人犯罪而發怒,將耶路撒冷交給仇敵的譏誚,讓恨他們的人來掌管他們,以致那裡再也沒有節期或祭物;同樣地,因靈違犯誡命而發怒,祂就將靈交給仇敵──魔鬼和情慾── 佢哋哄騙咗靈魂,令佢徹底卑微,靈魂向神獻上筵席、香品同祭物都冇晒,因為通往佢內心高尚之地嘅道路,都畀野獸同爬蟲──嗰啲欺騙嘅惡靈──佔據咗。 就好似一間屋,如果屋主唔住喺入面,就會籠罩喺黑暗、羞辱同玷污之中,並且充滿污穢同膿;靈魂亦都一樣,如果佢嘅主唔同天使喺入面一齊歡喜,就會被罪惡嘅黑暗充滿, 羞恥的慾望和各種可恥的事(12:10,28:1)。

**9.** 由於人喺佢嘅不順服中,接受咗一層又一層嘅咒詛:*「地要為你生出荊棘同藜」*(創世記3:18),並且:「你要耕種地,地卻唔會畀你出產。」結果,荊棘同藜就喺佢心靈嘅土壤中生長。 仇敵詭詐地偷去咗佢嘅榮耀,用羞辱去遮蓋佢。佢嘅光被奪走,佢被黑暗所包圍。 佢哋殺咗佢嘅靈魂,分散同分裂佢嘅心思,將佢嘅心智由高處拉落嚟;以色列人就成為真正法老嘅奴隸,法老派咗啲奸詐嘅靈魂做監工同巡查,唔論佢肯唔肯,都逼佢去做惡事,去堆砌瓦礫同殘渣。 佢哋令人生離棄天道,將人帶入邪惡嘅行為──物質、塵世、短暫嘅──同埋言語, 思想同虛空嘅推理;因為靈魂由高處墮落,就遇到一個仇恨人類嘅國度同殘暴嘅王子,佢哋逼佢為佢哋建造罪惡淫亂嘅城市(47, 6)。

**(d) 由於墮落,所有受造之物同全人類都畀仇敵同情慾嘅暴政壓制。**

**10.** 想像有一位國王,擁有財富,僕人隨時準備侍候他,後來他的仇敵將他擄去,囚禁起來。一旦他被擄走,僕人同隨從就不得不跟隨他。 同樣地,亞當本是被神造得純潔,以事奉祂;這些受造之物都賜給亞當來服侍他,因為他被立為萬物之主、之王。但是一旦那欺騙的言語滲入並對他說話,亞當先以他外在的耳聞之,然後它穿透他的心,攫住他整個存在。 就咁,透過佢被擄,嗰啲本嚟服侍同順服佢嘅受造之物都同佢一齊被擄,因為透過佢,死亡喺每一個靈魂身上掌權;又因為佢嘅不順服,亞當原本嘅全貌被抹殺到咁樣,人就改變咗,去拜起鬼魔嚟。就連神美好造出嚟嘅地土果實,都獻畀鬼魔。 麵包、酒、油同動物都擺喺佢哋嘅祭壇上。佢哋甚至將自己嘅仔女獻畀魔鬼作祭品(11:5)。

**11.** 自從亞當違犯咗誡命之後,心靈嘅思想離棄咗對神嘅愛,就喺呢個時代散落開去,同物質同塵世嘅念頭摻雜埋一齊。 但正如亞當違犯誡命之後,就將惡慾的酵母引入自己;同樣地,由他所生的人,以及整個亞當的後裔,都因繼承而成為這酵母的參與者, 而當呢啲惡性逐漸滋生增長,罪惡嘅慾望喺人心中倍增,擴展到通姦、 、放蕩、偶像崇拜、謀殺同其他荒謬行為,直到全人類都畀惡行敗壞。 惡已經喺人心中滋生到極點,佢哋開始以為根本冇神;佢哋開始拜啲冇生命嘅石頭,甚至連腦海入面都無法想像神嘅概念。呢種敗壞慾望嘅酵母就咁滲透咗舊亞當後裔嘅全族(24:2)。

**12.** 人離棄誡命,受烈怒審判之後,罪惡就將他納入其轄下,好似一個又微妙又深奧的苦楚深淵,侵入並佔據了靈魂最深處的牧場。 因此,靈魂同埋同佢交融嘅罪,都可以比喻成一棵大樹,喺地下深處有好多枝椏同根。 同樣地,進入靈魂的罪惡攫取了靈魂最深處,化為習性與偏見;從幼年起,它就生長在每個人裡面,餵養他們,教導他們行惡(41:1)。

**13.** 主所復活的拉撒路──這拉撒路,滿身惡臭,冇人可以靠近他的棺木──他象徵亞當,亞當的靈魂曾被大臭氣充滿,並被黑暗與幽暗所充滿。 但當你聽到亞當、被強盜所傷的那人,以及拉撒路的故事時,不可讓你的心思馳騁於山巔,而要退入你靈魂的深處,因為你身上也同樣背負着相同的創傷、相同的惡臭、相同的黑暗。 我哋都係呢個污穢種族嘅後裔;我哋都同一種惡臭同黑暗。亞當所受嘅任何軟弱,都同樣臨到我哋呢班由亞當後裔所組成嘅人身上。 因為,正如以賽亞所說,同樣的軟弱也臨到我們:*「沒有癤子,沒有大痤,也沒有流膿的傷口;沒有膏藥可敷,沒有油,也沒有繃帶可纏。」*(以賽亞書1:6)。我們被這治不好的惡瘡所苦(30:8)。

**14.** 就如喺埃及嗰三日黑暗期間,兒子見唔到佢老竇,兄弟見唔到兄弟,朋友亦見唔到真心朋友,因為黑暗遮蓋咗佢哋;同樣地,亞當違犯咗誡命之後,佢失落咗原本嘅榮耀,屈服喺世界嘅靈底下,黑暗嘅面紗降落喺佢靈魂上, 由佢到最後嘅亞當──主──呢段時間,人冇見過真正嘅天父、冇見過仁慈又溫柔嘅母親──聖靈嘅恩典、冇見過最甜蜜同最渴望嘅兄弟──主──,亦冇見過佢嘅朋友同忠心聖潔嘅天使,同佢一齊歡慶同喜樂。 而唔止係到最後嘅亞當為止,就連而家,對嗰啲未畀公義之日──基督──嘅太陽照耀過,同未畀真光打開佢哋屬靈眼睛嘅人嚟講, ──所有呢啲人都同樣被罪惡嘅黑暗所籠罩,同樣受制於肉慾嘅影響,同樣要受刑罰,亦都冇眼睛可以看見父(28:4)。

**d) 墮落最明顯嘅後果就係全世界都瀰漫住混亂。**

**15.** 呢個世代嘅子民好似倒咗入呢個世界篩子入面嘅麥子,喺呢個世界反覆無常嘅思想、喺塵世事務、慾望同複雜嘅物質概念網絡嘅不停攪動中畀人篩選。 撒但搖動眾靈,並用簸箕──即塵世事務──篩遍全人類。 自從亞當違犯咗誡命,向狡猾嘅王子屈服,畀佢掌權之後,撒旦就不停用誘惑同洶湧嘅思想篩選呢個時代所有嘅人,將佢哋帶入地土嘅篩子入面(5:1)。

**16.** 就如禾簸入簸箕,簸者不斷將牠拋起, 就好似篩入面嘅麥粒,畀篩人拋上拋落,咁樣欺騙之君就用塵世嘅事糾纏人,令佢哋心神不寧,陷入混亂同憂慮,又逼佢哋沉溺於虛無嘅念頭、污穢嘅慾望同塵世嘅羈絆,無休止咁誘惑、迷亂同圈套亞當一族所有嘅罪人。 主又向使徒預言那惡者日後要向他們發動背叛:*「撒但已經要求要用篩子篩你们,如同篩麥子;但我已经求*了我的父,使你们的信心不至于失丧。」(路加福音22:31–32) 就因為造物主向該隱直言宣告呢段話: *「你必*在地上*作個*不安靜、四處*逃竄的人」*(創世記4:12),暗中成為所有罪人效法和相似的榜樣,因為亞當的後裔違犯了誡命而成為罪人,就暗中承擔了這相似的狀態。 人因為恐懼、驚駭、各種憂慮、慾望,以及各種繁多享樂嘅反覆無常念頭,而陷入混亂。 這世界嘅王子攪動所有未重生嘅人,就好似麥子不停喺簸箕入面翻滾咁,用各種方式攪動人嘅心思,令每個人都動搖,並用世上嘅欺騙、肉體慾望、恐懼同混亂嚟纏住佢哋 (5:2)。

**17.** 主就指出,跟從惡者嘅欺騙同慾望嘅人,就承載住該隱嘅邪惡,並且揭露佢哋,話:*「你哋想行你哋阿爸嘅慾望;佢 從起初就係殺人犯,唔站喺真理度。」*(約翰福音 8:44) 所以,成個有罪嘅亞當後裔

暗中承受呢個定罪:呻吟同發抖,你哋會畀撒旦──就係播種你哋者──喺地嘅篩簸入面折磨。 正如全人類都由一個亞當遍佈天下,同樣,單一嘅激情腐敗已經滲透咗整個罪惡嘅人類,而邪惡之君 alone 先能夠喺佢哋身上播下善變、物質主義、虛榮同反叛嘅思想。 正如一陣風足以令所有植物同種子搖擺同蕩動,就好似夜晚嘅黑暗籠罩住整個宇宙咁,欺騙之君──作為一種罪惡同死亡嘅心靈黑暗──用陣秘密而殘酷嘅風,攪動同旋轉住地上嘅全人類, 佢用善變嘅思想同世俗慾望擄獲人嘅心,並將每一個未重生、心思意念未被帶到另一個時代嘅靈魂,充滿無知、盲目同遺忘嘅黑暗,正如所講:*「我哋嘅市民身份喺天上」* (腓立比書 3:20)。(5:3)。

**e) 人人都經歷過,但無人知道呢種邪惡係乜嘢,或者佢由邊度嚟,反而當呢種狀態係自然。**

**18.** 可見嘅世界,由君王到乞丐,都完全陷入混亂、無序同衝突,而佢哋都唔知道原因──即係話,呢個因亞當嘅違犯而產生嘅明顯邪惡,呢個死亡嘅刺──因為罪惡以一種理性嘅力量同撒旦本身嘅本質出現,播下咗各種邪惡: 佢暗中喺人嘅內心同心思度作祟,用思想同人作戰;但人唔知道自己畀外力操控,反而以為呢啲都好自然,係照自己嘅理性行事。 但凡擁有基督之平安、基督之光於心靈深處者,皆知此等一切之所起(15:47)。

**19.** 亞當後裔中,有幾多位君王曾統治整個大地,並深思熟慮地治理他們的王國! 就喺呢種繁榮之中,佢哋一個都冇能夠認出,第一個人嘅違命所帶嚟嘅靈魂腐敗,同埋嗰個投喺靈魂上嘅陰影;正因如此,靈魂都唔識得體會自己入面嘅改變──即係,心智而家因為墮落而披上羞愧,並且因為心眼嘅盲目,睇唔到我哋嘅祖亞當喺違命之前所見到嘅榮耀。 (45, 1).

**20.** 世上有啲閒散嘅賢人:有啲以哲學見長,有啲以辯證術驚人,有啲以修辭術見長,而其他人就係文法學家同詩人,按既定規則寫歷史。 亦有各種藝術家習練世俗藝術……凡此一切,都被住喺佢哋體內嘅蛇所附身,亦唔知道體內有罪住咗,於是淪為欺騙性力量嘅囚徒同奴隸,佢哋嘅知識同藝術完全冇帶嚟任何好處(45:2)。

**(g) 儘管墮落所帶嚟嘅惡再大,都未完全扼殺人。靈命嘅表現仍然留喺佢裏面。**

**21.** 我哋唔會話人已經完全失喪、被毀滅,或者已經死咗:佢對神嚟講係死咗,但係按自己嘅本性仍然活住。(12:2)

**22.** 人因他的過犯而滅亡;他變得敗壞;撒但蒙蔽了他的心智。從一方面講,人確實已經死去,而從另一方面講,他活著、思考,並擁有意志(26.1)。

**23.** 過犯之後,知識仍然存在。(這在良心運作中表現得非常明顯。)當一個強盜被帶到法庭,審訊開始時,王子問他:「你行惡嗰陣,唔知自己會畀人捉到,然後被處死咩?」嗰個強盜就唔敢話佢唔知,因為佢好清楚。 行淫者唔知自己做錯嘢?賊仔唔知自己犯罪? ──所以人,就算冇聖經,都憑佢哋自然嘅理解,唔係都知道有上帝㗎咩?到嗰日,佢哋就唔可能話:「我哋唔知道有上帝。」因為喺天上嘅雷聲同閃電中,已經向佢哋宣告:「你哋唔知道有位掌管受造之物嘅上帝㗎咩?」(12:8–9)。

**24.** 其他人若被虛假教導所誤導,斷言人已經完全死去,毫無行善能力,這是不公義的(46:3)。

**25.** 人仍然擁有上帝從起初賜予他的自由。正如完美者並非因任何必然性而被善所拘束,同樣,陷於罪中並自甘成為魔鬼器皿的人,也不是被惡所拘束的(15:38)。

**26.** 你係自由嘅,如果你想滅亡,你嘅本性就好容易改變。任何人如果願意,都可以向神屈服,行義路,並制服佢嘅慾望,因為心靈係一個對手,只要有堅定嘅決心,就可以克服邪惡嘅傾向同卑鄙嘅慾望(15,21)。

**27.** 但係佢哋以為憑自己嘅自由就可以將犯罪嘅機會從自己身上移除,呢個諗法係徒勞無功嘅。人所擁有嘅自由只係可以抵抗誘惑,並唔代表擁有呢種能力就一定有能力控制自己嘅情慾。 因為經上說:*「若不是耶和華建造房屋,*建造的人就枉然勞力;*若不是耶和華看守城池,看守的人就枉然警醒。」* (詩篇126:1)。(25:1)。

**28.** 惡喺我哋入面用盡全力同埋強烈度作祟,灌輸各種污穢嘅慾望;但佢並唔係好似人講酒同水摻埋咁同我哋摻合,而係好似麥同稗喺同一塊田度並排生長,或者好似賊同屋主住喺同一間屋入面(16:1)。.

**29.** 日頭發光,風亦吹起,日頭有自己嘅身軀同自己嘅本性,風亦有自己嘅本性同自己嘅身軀。同樣地,罪惡同靈魂摻雜埋一齊,但罪惡同靈魂都有自己分別嘅本性(2:2)。

**30.** 泉源湧出清澈的水,然而其底部卻積滿淤泥。若有人攪起淤泥,整口泉水就變得混濁。同樣地,當靈魂被擾亂,就會與邪惡結合。撒旦與靈魂合而為一;在行淫或殺人時,兩者靈魂成為一個整體。所以*經上先講:「你哋同拜偶像嘅身體唔好聯合。」*(林前6:16)但係有啲時候,獨立嘅靈魂會自主,為自己嘅所作所為悔改,喊、禱告,並將神記起。 如果靈魂一直沉淪喺罪惡中,又點可以做到呢?因為撒旦心硬,根本唔想人悔改(16:2)。

### *3. 主──救恩的建築者*

**a) 主係墮落者唯一嘅救恩。主施憐憫,為咗我哋嘅救恩以肉身降臨。祂用自己嘅血洗淨我哋嘅罪;藉住聖靈嘅恩典,祂更新咗我哋腐敗嘅本性,令我哋得以適合祂嘅天國。**

**1.** 世界好似一個有錢人,擁有宏偉寬敞嘅大屋,銀錢、黃金、各種財產同各式僕人應有盡有,但佢突然患病虛弱;所有親人都企喺佢面前,儘管佢財富滿溢,都救唔到佢脫離病魔。 所以,世上嘅聰明、財富,或者其他任何嘢,都救唔到一個深陷罪中嘅靈魂脫離罪惡;只有基督嘅降臨,先能潔淨靈魂同身體(45, 3)。

**2.** 既然人類在無法可循中受孕,又在罪惡中誕生,從母腹開始就與母體疏離,自亞當以來罪惡開始掌權,就一直活在迷途之中, 上帝羔羊憑祂的憐憫而來,以祂自己的能力除掉世人的罪,先綑綁那強者,然後掠奪他所聚集作戰利品的器皿,正如所說:*「你已經擄掠了擄物。」*(詩篇67:19)。(書信,第433頁)。

**3.** 自從違犯誡命嗰陣,撒旦同黑暗嘅王子就住咗喺亞當嘅心、意念同身體入面,好似坐喺佢哋自己嘅寶座咁。咁點解主最終要嚟,並且喺童貞女身上取身體呢?因為如果佢以無造化嘅神性嚟,邊個頂得住呢? 相反,藉住呢個器皿──身體──祂向人類發言。最後,主將寄居喺身體入面嘅惡靈,從佢哋嘅寶座──即係佢哋用嚟統治嘅觀念同思想──趕走,並潔淨咗良心,使心思、意念同身體成為祂嘅寶座(6:5)。

**4.** 神吩咐摩西造一條銅蛇,高高地舉起,掛在旗杆頂上,凡被蛇咬嘅人,一望見銅蛇就得醫治。死蛇勝過活蛇,因為佢係主身體嘅預表。 因為主取了他從馬利亞領受的身體,將它高高地舉起在十字架上,伸展在木頭上,並釘死在那里;這死去的身體征服並殺死了那在人心裡活著、爬行的蛇。這中間有大神蹟(11:8–9)。

**5.** 靈魂最初被惡毒情慾的無治之症所苦,無人能醫治──無論是義人、祖先、先知或宗祖。摩西來了,卻無法帶來完全的醫治。 當時有祭司、祭物、十分一的奉獻、守安息日、月朔節、洗禮、犧牲、燔祭,以及一切按律法行出的義行;然而,靈魂仍無法被醫治,或從不潔的惡念流中被潔淨,而且所有這些義行都無法醫治人,直到救主來臨, 真醫生,祂即刻醫治,又以自己作全人類的贖價。只有祂成就了偉大而救恩的贖回與心靈的醫治;祂釋放了心靈脫離奴役,領它出離黑暗(20:5–6)。

**6.** 人自己從地上拎返嚟嘅療法──即係淨係靠自己嘅義行──根本治唔好靈魂嗰種無形嘅病;只有靠天上同神聖嘅力量,靠聖靈嘅恩賜,只有透過呢個唯一嘅療法,人先可以被醫治,並透過聖靈潔淨心靈而得生命(20:7)。

**7.**正如農夫出田耕作,必須攜帶適合耕作的工具和衣裳,基督亦然, 天主──真修道者──當佢嚟到被惡習荼毒得荒蕪不堪嘅人類當中,就披上肉身,扛起十字架代替犁鏟,耕種呢塊荒蕪嘅靈魂,除盡荊棘同蒺藜,連根拔起罪惡嘅雜草,並用火燒盡所有罪惡嘅禾桿。 咁樣,祂用十字架呢棵樹耕耘咗呢個靈魂,就喺入面種咗一個最靚嘅屬靈花園,呢個花園結出各樣甘甜又可悅嘅果子,獻畀主上帝(28, 3)。

**8.** 主基督更新咗新約,用祂嘅十字架同死亡打破咗地獄同罪惡嘅大門,拯救咗信徒嘅靈魂,賜畀佢哋內住嘅安慰者,並帶佢哋入祂嘅國度(38, 3)。

**9.** 律法規定祭司要取兩隻鴿子:宰殺一隻,用其血灑在活鴿身上,然後放生牠飛去。 呢個行為係真理嘅預表同預兆。因為基督被宰殺,祂嘅血濺咗我哋,就釋放咗我哋,因為佢畀咗我哋聖靈嘅翅膀,令我哋可以喺神性嘅氛圍中無阻礙咁翱翔(47:2)。

**10.** 我哋嘅主耶穌基督 precisely 嚟咗,要改變、更新同恢復我哋嘅本性,並透過神聖嘅聖靈重新塑造呢個因罪而畀情慾壓低嘅靈魂。 祂來要使信祂的人得着一個新心、一個新靈、一雙新眼、一雙新耳、一條新屬靈的舌頭;一言以蔽之,成為新造的人(44, 1)。

**11.**正如仇敵擄去一個向他屈服的人,就用有害的激情壓迫他,用罪惡的靈膏抹他,並將一切不義的酒灌入他裏面,使他成為新的人;同樣地,主拯救了人脫離罪惡,就用聖靈膏抹他,使他成為新的人(44, 2)。

**12.** 就如在可見的世界裡,若無一艘輕巧易操縱、以木製成能滑行於水上的船,冇人可以憑自己意願獨木舟或渡過海洋──因為任何出海的人都會沉沒溺斃──同樣地,靈魂憑自己之力,要渡過、征服並航行那苦澀的罪惡之海, 除非靈魂接納那敏捷、天國、輕翼的聖靈入內,祂踐踏並克服一切邪惡(44, 6)。

**b) 主既然賜下救恩,祂希望凡願意得救的人都得救,但祂並不強迫任何人。**

**13.** 我哋嘅主耶穌基督,既然承擔咗人類得救嘅責任,就成就咗成個得救計劃,並且由一開始就透過眾先祖、族長、律法同先知去照顧呢件事;最後,祂親自嚟到,唔理十字架嘅羞辱,忍受咗死亡。 祂所有嘅勞苦、所有嘅關懷,都係為咗要由祂自己、由祂本身嘅本性,藉住聖靈生出兒女,賜佢哋能夠透過祂嘅神性從上而重生。 就好似世上嘅父親如果唔可以有仔女就會好傷心,主亦都因為愛人類如祂自己嘅形象,希望用祂神聖嘅種子去生養佢哋。 如果有人唔肯接受呢種重生,唔肯由聖靈的懷中出生,咁對基督嚟講就係莫大嘅悲傷,因為佢為咗拯救佢哋而受苦受難(30:2)。

**14.** 主希望所有人都配得上呢個重生,因為祂為眾人而死,又召眾人進入生命。生命就係從神而來嘅重生。因為冇咗呢個重生,靈魂就無可能得生,正如主所講:*「人若不重生,就不能見到神嘅國度。」*(約翰福音3:3) 所以,凡信主、並已前來領受此重生之恩的人,都為天上那生他們的人帶來喜樂和極大歡欣;所有天使和聖潔的權能都因那從聖靈而生、成為新靈的靈魂而歡喜(30:3)。

**15.** 農夫到處播種,希望全部都能結果;但當他揮起鐮刀收割時,若發現無果,便會憂傷。主likewise 也希望祂的話語能播種在人心裡。 但正如農夫為不結成果的田地而憂傷,主也为不結成果的心而憂傷(32:11)。

**16.**就好似有位王搵到一個又窮又病嘅人,唔覺得丟臉,反而用藥膏醫佢嘅傷口,拎佢入宮,著佢紫袍戴冠,做佢嘅席上客。同樣地,天上嘅王──基督──嚟到呢個軟弱嘅人 , 醫治好佢,並接納佢入祂嘅皇家筵席;而且,唔係用強迫,而係透過勸勉去感化佢,祂令佢獲得咁大嘅榮譽(15, 28)。

**17.** 福音書上寫住,主差僕人去召嗰啲願意嚟嘅人,同佢哋講:*「我嘅筵席預備好咗」*(馬太福音22:4),但係被召嗰啲就推辭,有個話:*「我買咗對牛,要去試吓。」*又有個話:*「我娶咗個老婆」*(路加福音 14: 19–20). 你睇──請佢哋嗰位已經預備好,但俾人請嗰班人就唔肯嚟,當然係佢哋自己嘅錯。你睇,主已經為佢哋預備咗一個國度,呼召佢哋入去,但佢哋唔願意 (15:29)。

**18.** 主不住地敲着我哋心門,等我哋為祂開門,好讓祂走入我哋心靈,安居其中。因為祂話:*「看哪,我站喺門口敲門;如果有人聽到我嘅聲音就開門,我就會入去同佢一齊。」* (啟示錄 3:20)。為此,祂甘願忍受極大痛苦,將祂的身體交於死亡,並將我們從奴役中贖出,好使祂進入我們的靈魂,在那里安居。因為祂的食物、飲品、衣著、住所和安息,都可在我們的靈魂中得著。 所以,祂不停地敲門,渴望進入我們裡面。我們就當接待祂,將祂引入我們最深處,因為對我們而言,祂也是我們的食物、我們的飲品,以及永恆的生命。 凡是没有接待祂、也没有在自己裏面使祂安息的灵魂──或者更准确的说,是没有在祂裏面得着安息──現在就没有在天国的聖徒中分受产业,也不能进到天城。主耶穌基督啊,求祢亲自引領我們进去!

### *4. 在主裡立定得救的決心*

靈魂向着得救的旅程,就從產生得救的心願,並在主裡立定堅決的志向開始。主已經成就了我們的救恩,為此預備了萬有,並渴望人人得救。所要做的,只是人踏出第一步,開始得救的過程。

**a) 我哋嘅渴望係一個必要條件。**

**1.** 人本性上就賦有目的,而呢個正正就係神所尋求嘅。所以祂命令人首先要明白,明白之後就要去愛,並將心志放喺上面。但將心思付諸行動,或者承擔勞苦,或者成就一件事──呢就係主嘅恩典,祂賜畀所有渴望同相信嘅人。 所以,人的意志好似係一個必要條件。如果冇咗意志,就算上帝憑自己嘅自由本可為,佢都唔會作任何嘢。因此,靠聖靈成就一件事,都係要靠人嘅意志。再者,如果我哋完全放棄自己嘅意志,咁喺萬有中奇妙無比、完全難以想像嘅上帝,就會將成件事都歸功於我哋(37, 10)。

**2.** 就如患血漏的女人,雖然不能得醫治,仍然病苦,但她卻有雙腿去見主,並且去到後就得醫治;同樣地,那瞎子雖然因看不見而無法親近主,卻發出了一聲比使者更快到達的声音: *「大衛之子,可憐我吧!」* (馬可福音10:47)──就以這種方式,他一信,主就來醫治他,使他得見;靈魂也是如此,雖然被可恥情慾的創傷烙印,雖然被罪惡的黑暗蒙蔽, 卻有心志向耶穌呼求,並求祂賜給靈魂永恆的救恩(20:7)。

**3.** 就如嗰個瞎眼人,如果佢冇呼喊;嗰個患血漏嘅女人,如果佢冇親近主,就唔會得醫治。同樣地,如果有人唔係自願同全心咁親近主,又唔係憑住信心嘅肯定去懇求祂,就唔會得著醫治。 點解佢哋可以即刻得醫治,而我哋卻未得着隱藏嘅情慾嘅醫治?就係因為我哋不信,因為我哋心志不堅,因為我哋冇全心全意去愛佢同真誠咁信佢,所以我哋未得着屬靈嘅醫治同救恩。 所以,我们要信靠祂,真誠地親近祂,好叫祂快啲喺我哋裏面成就真嘅醫治。因為祂應承過,*要將聖靈*賜畀*凡向祂求嘅人*。 (路加福音11:13),要為敲門的開門,又要畀尋求祂的人得着祂(馬太福音7:7)。而*「那應許的人」*不是說謊的(提多書1:2)。(20,8,參見45,2)。

**4.**雖然嬰兒冇能力做任何嘢,亦行唔到自己去媽媽度,但佢搵媽媽時會掙扎、喊叫同啜泣。媽媽見到就心生憐憫;佢好開心,因為細路仔肯努力咁搵佢,肯喊出聲。 因為嬰兒自己去唔到佢,經過長時間嘅尋找,媽媽被對嬰兒嘅愛所感動,就走過去,滿懷慈愛地抱起佢、撫摸佢同埋餵食佢。同樣地,富憐憫心嘅上帝對任何前來尋求祂嘅靈魂,都作同樣嘅事。 但係,祂更因自己嘅愛同良善所驅使,就親近理性嘅靈魂,正如使徒所言,與佢成為*「一靈」*(林前6:17)。(46, 3)。

**5.** 主是憐憫而有耐性,等待我們歸正;如果我們犯罪,祂就忍耐,希望我們悔改;如果我們跌倒,祂並不羞愧於再次接納我們,正如先知所言:*「跌倒的人豈不起來?偏離的人豈不回轉?」*(耶利米書8:4)。一旦我哋醒覺過來,理智健全,就當即刻以正確嘅方式歸向祂,尋求祂嘅幫助;祂隨時準備拯救我哋,因為祂等緊我哋以最誠懇嘅心志向祂努力,盡我哋所能,呢份心志係憑我哋自由選擇嘅信心同熱誠而美好;而祂自己就喺我哋裏面成就一切嘅進步。 既然我哋已經拋棄晒所有偏見、懶散同懈怠,點解唔努力變得勇敢,準備好跟隨佢嘅腳步,唔好日復日咁拖延,畀罪惡引誘,因為我哋唔知離開呢個身體嘅時候幾時會到(4:17)。

**b) 慾望係點樣形成嘅。**

**aa) 由神而來的覺醒。主無形中教導靈魂;有時祂透過不幸事件帶來悔改,有時透過祂直接的干預,如使徒保羅;但悔改的普遍先驅是神的話語。**

**6.**(一個處於罪中的人)神樂意將他從死裡復活,並勸他哭泣並悔改。如果一個人繼續這樣做(為自己哀慟),神就說服悔改的人為他過去的過犯再次哭泣並悔改(好叫他可以詳細地為一生哀慟)。(15:15).

**7.** 當你為咗神嘅建造,而陷入憂愁、苦難同困苦之中,你所認為對自己唔利嘅,其實係對你靈魂有益。若果不幸臨到你,你就會同自己講:「我喺世上唔開心;我要棄絕世界,去事奉神。」 可能當你諗到呢度,就聽到咗命令:*「賣掉你嘅所有財產」*(馬太福音19:21),要憎惡世俗嘅交往,去事奉上帝。咁你就會開始為自己喺世上嘅不幸感恩,因為就因為呢件事,你先至得以順從基督嘅命令。 最後,如果你對呢個可見世界嘅睇法已經改變咗某程度,並且已經退離世界同屬肉體嘅交往,咁你嘅心志都要改變,將屬肉體嘅智慧轉化為屬天嘅智慧。 然後你開始反思你所聽到嗰條誡命,仍然搵唔到安息,只係承擔起去獲得所聽到嗰啲嘢嘅憂慮同勞碌(32:7)。

**8.** 聖保祿係點樣畀上帝捉住㗎?就好似一個叛逆者捉咗人做俘虜,帶返自己嗰度,之後自己又畀真王捉咗。同樣地,保祿喺罪惡嘅反叛精神喺佢裏面作祟嗰陣,都迫害同擄掠教會; 但因為他行事是出於無知,而非與神為敵,倒像是為真理而奮鬥;主並不輕視他,反而拯救了他。那天上又真又活的王以無可言喻的方式恩待他,使他得以聽見祂的聲音,並像僕人一樣擊打他的面,賜給他自由。 「你只管仰望主的良善,和主怎样能在一眨眼之间,改变那些沉溺于罪恶、刚硬的心灵,并将祂的良善和平安赐给他们(18:8)。」

**9.**就好似一個王,寫咗封信畀佢想賜特許狀同禮物嘅人,然後公佈畀所有人知:「快啲嚟搵我,攞我嘅皇恩禮物」──如果佢哋唔嚟、唔去攞,就算讀嗰啲信都對佢哋冇任何幫助, 反而因為佢哋拒絕嚟接受王手裏嘅榮耀,就會觸犯死亡;同樣地,神──王──都將神聖嘅經文當作書信賜畀人,向佢哋宣告:凡呼求神並已信者,就當求而得佢神性實體(Hypostasis)嘅天上恩賜。 因為經上寫道:*「使我哋得以成為神性嘅參與者」*(彼得後書1:4)。 但若有人不肯前來、不肯求、不肯接受,則他從閱讀聖經中毫無所獲

;相反,他因拒絕從天國之王接受那賜予生命之禮物,而要面臨死亡,因為冇咗呢份禮物,就根本唔可能得着不朽的生命(39)。

**bb) 喺自己心入面嘅掙扎,去令意志向呼召傾斜。**

**10.** 人喺聽到神嘅話語嗰刻,並唔會即刻就配得上呢個福氣嘅榮耀。如果話唔係,就等於剝奪咗人嘅自由意志,同埋否認有個與心思對抗嘅反對勢力存在。 然而,我哋就話,聽見神話語嘅人會先有心靈破碎,然後開始實踐同學習打仗嘅技巧;佢同撒旦掙扎同抗爭,經過長期嘅較量同鬥爭之後,佢終於得勝,成為基督徒(即係話,佢決心要做基督嘅嚴謹跟隨者)。(27, 20)。

**(bb) 影響意志傾向嘅思想同信念。喺呢場同自己嘅掙扎入面,心思聚集咗各種推動同迫使嘅真理思想同信念, ,能夠激發同鼓舞人心。 聖馬卡里奧喺呢度最先提出神為我哋嘅得救所做嘅嘢,同埋祂圍繞呢項工作所賜下嘅應許。佢好常以唔同嘅講法返嚟重申呢點。**

**11.** 全心全意去深入探索靈魂理性嘅本質。不朽嘅靈魂就好似一個珍貴嘅器皿。睇下天同地有幾遼闊,但上帝嘅恩寵唔係賜畀佢哋,而係只賜畀你。 你睇吓你嘅高貴同尊嚴,因為佢差嘅唔係天使,而係主親身嚟做你嘅代禱者,去召回失喪同受傷嘅人,並將純潔亞當原本嘅形象恢復畀你。 上帝親自為你伸冤,將你從死亡中拯救。所以,要堅定不移,想像一下祂的恩手正為你效力(26,115.28)。

**12.** 想像有一位國王,發現一名身穿破爛衣衫的貧苦少女,不但不覺得羞愧,反而脫下她的污穢衣裳,洗去她身上的髒污,替她換上華麗的朝服,並讓她成為國王筵席的賓客與分享者。 主同樣搵到一個受傷破碎嘅靈魂;祂醫治咗佢,除下佢污黑嘅衣裳同罪惡嘅羞愧,替佢穿上皇室嘅天國外袍, 神聖、光耀而榮耀,將冠冕戴在她頭上,並以喜樂歡欣的心情接納她進入王的筵席(27:3)。

**13.** 所以,基督教唔係啲微不足道嘅嘢;佢係一個偉大嘅奧秘。你哋要認清自己嘅高貴,就係你哋被呼召去享有王室尊貴,成為*「所揀選嘅族類,有聖潔嘅 nation,*屬神嘅子民」(彼得前書2:9)。 基督教嘅奧秘對呢個世界嚟講係非常超凡脫俗嘅。君王嘅可見榮耀同財富係屬乎地嘅、會腐朽同短暫,但嗰個國度同嗰份財富係神聖、天國同榮耀嘅;佢哋永不消逝,永不止息。 因為喺天上嘅教會入面,同天上嘅王一齊作王嘅人──正如佢自己係死裡復活嘅長子(歌羅西書1:18)──同佢一齊作王嘅人,都係長子(27:4)。

**14.** 對基督徒所作的應許,既宏大又難以言喻,實在偉大到連天地間的榮耀與華美,以及其他一切裝飾、多樣、豐富、美麗和可見世界的樂趣,都無法與一個靈魂的信心和財富相比。 而家,有咁多主嘅激勵同應許,我哋點可以唔渴望將自己完全獻上畀主,按福音捨棄一切,淨係用我哋整個心靈去愛佢,唔再愛其他任何嘢?呢一切都已經賜畀我哋──嘆為觀止嘅榮耀啊! 自從先祖同先知嘅日子以嚟,主睇過我哋幾多次!有幾多應許已經被宣告!有幾多勸勉! 主自起初以來對我們何等有恩!最後,當祂再來時,祂藉着十字架向我們顯示祂那難以言喻的良善,好叫祂能引領我們這些歸向祂的人進入生命。然而,我們仍然執着於自己的慾望、對世界的愛、以及我們的惡習和罪性,因此我們證明自己信心不足,甚至毫無信心! 然而,儘管如此,主仍然對我們充滿憐憫,無形中保護並安慰我們;祂不因我們的罪惡而將我們完全交給世界的罪惡和欺騙;藉著祂的大恩典和恆久忍耐,祂不任憑我們滅亡,仍然存留盼望,等我們有一日歸向祂(4:17–18)。

**15.** *「神為愛祂的人所預備的,是眼睛未曾看見、耳朵未曾聽過、人心也未曾想過的事」*(林前2:9)呢句話有咩意思? 當時,偉大嘅義人、君王同先知都知道救世主會嚟,但佢哋唔知道、亦未聽過,更未曾諗過祂會受苦同被釘十字架,會喺十字架上流血,會有火同聖靈嘅洗禮,會喺教會度有餅同酒嘅奉獻, 成為祂肉體和寶血的象徵,使領受可見之餅者,能在靈裡領受主肉體的參與;使使徒和基督徒得著那安慰者,蒙受從天而降的大能,並與聖靈同享合一。先知和君王並不知道這些,他們從未想過(27,17)。

**16.**既然有咁多祝福預備咗畀我哋,有咁多應許賜咗畀我哋,主對我哋嘅恩典又咁大,我哋就唔好再遲疑,要急急趕向永恆生命,全心全意去討主喜悅(49:5)。

**17.** 聽聞靈魂的尊貴,以及這理性生物是何等寶貴,你可曾意識到天地都要過去,而你卻被召作兒子、作弟兄,並作基督的新婦?在可見的世界裡,屬於新郎的一切都屬於新婦;因此,凡屬於主的一切都交託給你。 因為祂親自為你代求,呼召你。然而你對此毫無概念,也不明白你的高貴;因此,屬靈的人有理由為你的墮落哀嘆,說:*「人雖蒙尊貴,卻無知;他好似無知的牲畜,並且成為像牠們一樣。」*(詩篇48:21)(16:13)。*跟住*呢段經文 ,佢又提出更多論點:我哋嘅目標係同我哋嘅親人──即係主──一齊;特別係,只有跟從主嘅時候先至算得上好,冇嘢比唔跟從佢更糟糕。

**18.**如果你抬頭望住太陽,你會見到太陽嘅圓盤喺天上,而佢嘅光同光線就射落嚟大地,佢所有嘅光同輝煌都向住大地。　同樣地,主坐喺父嘅右邊,高過一切權勢同能力,但佢嘅眼目卻注視住地上住喺度嘅人,好叫等候佢幫助嘅人,可以被提升到佢自己所住嗰度。因為佢話:*「我喺邊度,我嘅僕人也要喺邊度。」*(約翰福音12:26)　然而,啞巴嘅動物都比我哋更智慧,因為佢哋各自同自己嘅類相處:野獸同野獸一齊,羊亦都同羊一齊。但係你哋唔肯返去你哋嘅天上親屬──即係主──嗰度,反而喺心裏面同意同偏向邪惡嘅念頭,成為罪行嘅同夥, 與之一同向你自己宣戰,從而將自己交給仇敵作 prey,就好似被鷹捉住的雀鳥被吞噬,或被狼掠走的羊,或者像一個向蛇伸出手而被咬的孩子一樣(45, 6)。

**19.** 靈魂屬於牠所與之以願望相交通、相合一者。所以,要麼靈魂內住神的光明,活在其中,並以各種美德裝飾自己,就分享安息之光;要麼內住罪惡的黑暗,就受審判。　一個渴望與神同享永恆安息和光明的靈魂,必須死去那舊有欺騙性的黑暗,並進入另一個階段,接受神聖的養育。聽到這裏,你當自問:這是否已經在你裏面成就?若未成就,你就當無休止地悲傷、流淚並心碎。　作為仍然與天國無份的人,你要向主呼求,憑着信心懇求,好使你被認為配得真生命。神──不是按祂自己的本性,也不是按身體本身──創造了這身體,卻沒有賦予它從外面得着生命、食物、飲水、 衣履;相反地,祂創造身體本身是赤裸的,祂安排身體從外面得著一切維持生命所需,身體若冇以外在之物──即冇食物、冇飲水、冇衣衫──就無法存活。 但如果佢只局限喺自己本性入面,唔向外汲取任何嘢,就會被摧毀同滅亡。 同樣地,靈魂本身並不具備神的光明,卻按着神嘅形像被造(因為神如此命定並旨意,令佢得以擁有永恆生命),佢所領受嘅靈性食物同靈性飲水,並唔係來自佢自己嘅本性,而係來自祂嘅神性、祂自己嘅聖靈、祂自己嘅光。 同天國嘅衣裳,呢啲就係構成靈魂真正生命嘅嘢(1, 8, 10)。

**20.**正如喺身體入面──如之前所講──生命唔係由身體本身嚟,而係由外面嚟,即係由地土嚟;冇咗外面嗰啲,身體就無法生存。同樣,除非靈魂而家重生入嗰片生者之地,並且喺嗰度接受屬靈嘅養分、屬靈地成長, 喺主面前茁壯成長,亦唔會用難以言喻嘅天國美服去裝扮祂嘅神性,咁冇咗呢份養份,就無可能憑自己喺喜樂同安息中存活。因為神性嘅本性同時擁有生命之糧,祂話:*「我係生命嘅餅」*(約翰福音6:35), *「活水」*(約翰福音4:10)、 *「使人心中喜樂的酒」*(詩篇103:15)、 *「喜樂的油」*(詩篇44:8),以及天上聖靈的各種滋養,和神所賜的發光天衣。　呢啲就係構成靈魂嘅天上生命。可憐嗰個只困於自己本性嘅身體,因為佢會腐爛同死亡。可憐嗰個靈魂如果只困於自己本性,同神聖嘅聖靈冇有交通,因為佢會死亡,冇得成為永遠神聖生命嘅器皿。　就好似人哋見到病人身體再食唔落嘢就會絕望,所有摯友、親人同至愛都會為佢哋落淚;同樣地,上帝同聖天使都視嗰啲唔參與聖靈天糧、唔活喺不朽生命中嘅靈魂為值得落淚嘅對象(1:11)。

**21.** 所以,如果你內在嘅自我已經經歷過同無可置疑咁認識到呢一切,咁你真係活緊永恆嘅生命,而你嘅靈魂而家就安息喺主度;你確實係由主度獲得同領受咗呢一切,好等你活出真正嘅生命。　但如果你自己裏面根本冇察覺到呢啲,就要哭、要哀號、要悲嘆,因為到今日你都未得著永恆同屬靈嘅豐富;到今日你都未領受真正嘅生命。　所以,你要因自己嘅貧窮而憂傷痛悔,晝夜哀求主,因為你而家處於可怕嘅罪惡貧窮之中。噢,如果有人能對自己嘅貧窮生出哪怕一絲憂傷,該有多好!噢,如果我哋唔好似已經飽足咁,隨便度過日子,該有多好!　凡憂傷尋索,並恆切求告主者,必更快得着解救和天上嘅豐富;正如主講完嗰個不義審判官同寡婦嘅比喻後所講:*「神會更加快為　嗰啲日夜呼求祂嘅人伸冤。」　我告訴你,他會迅速為他們伸冤」*(路加福音18:7–8)。(1:12)。

**22.** 主的成全降临,全是为了那躺卧在黑暗、罪恶、污秽的灵和邪恶权势坟墓中的人,好叫主在这世代中,能使这人从死里复活,赐给他生命;洗净他一切的黑暗,以祂的光照亮他,并以祂天国的神性衣袍给他穿上。 當身體復活──而嗰啲靈魂已經復活同得榮耀──呢啲身體都要得榮耀;並且,藉住已經得光照同榮耀嘅靈魂,佢哋要穿上唔係人手所造、而係天上嘅居所,同神聖光輝嘅榮耀。　睇下神嘅榮耀有幾難以言喻、幾難以理解!基督徒嘅豐富、無度、無限同難以理解,根本無可能用言語去表達或形容。　所以,人要非常謹慎咁去過基督徒嘅生活,並且領受嗰份財富,因為基督徒嘅基業同份額就係神自己。經上係咁講:*「主係我嘅份,我必遵守祂嘅話。」*(詩篇16:5)。(34,2. 3)。

**23.**就好似冇鹽嘅肉會腐爛,散發出可怕嘅惡臭,因為嗰陣難以忍受嘅惡臭,人人避而遠之;而喺腐爛嘅肉入面,蛆蟲爬嚟嚟,搵到食物,就食咗佢,仲喺入面築窩, 但一撒上鹽,啲食肉蟲就盡都死晒,惡臭亦都消失;因為鹽本性就係除蟲去臭。同樣地,凡係未經聖靈調味、冇分天國之鹽嘅靈魂, 即係話,冇神嘅能力作調味,嗰個靈魂就會腐爛,充滿邪惡思想嘅惡臭;所以神嘅面容會因住虛空思想、黑暗同慾望喺

呢種靈魂入面散發出嚟嘅可怕惡臭而轉開;邪惡又可畏嘅蟲子喺入面蠕動, 即係邪靈同黑暗勢力;佢哋喺度食嘢、築窩、爬行,吞食同腐蝕佢。因為經上係咁講:*「我嘅傷口都發臭發炎啦」*(詩篇37:6)。 但係當靈魂一轉向神、一信、一求生命之鹽──嗰位良善慈愛嘅聖靈──呢位自天而降嘅天鹽就消滅咗靈魂入面嗰啲可畏嘅蟲,除咗嗰惡臭,並藉住佢嘅大能潔淨靈魂。 如此,當真正嘅鹽令佢健康無害之後,佢就可以再次被用嚟事奉天上嘅主。正因如此,喺律法入面,為咗象徵呢點,上帝命定所有嘅祭物都要加鹽(利未記2:13)(1:5)。

**24.** 就如喺可見嘅世界,任何人若果赤身露體,就會感到極大嘅羞恥同羞辱,連朋友都避開朋友,親人都離棄自己人;細路仔見到爸爸赤身露體,都轉頭唔敢望佢嘅身體,行埋嚟, *「都轉開眼,*避開唔望佢」(創世記9:23);同樣,神都會轉面離開嗰啲冇以聖靈嘅外衣完全裝備自己、冇以主耶穌基督嘅能力同真理裝備自己嘅靈魂(20:1)。

**25.** 最先嘅人,見自己赤身露體,就覺得羞愧。赤身露體真係咁丟臉! 如果連身體的赤裸都能帶來如此的羞恥,那靈魂──被剝奪了神聖的能力,又未穿上、未以主耶穌基督本身那無可言喻、不朽壞、屬靈的衣袍蒙蔽全身──豈不更被情慾所蒙蔽,而充滿羞恥與不光彩呢? 凡被剝奪咗嗰份神聖榮耀嘅人,都應該同亞當身穿果皮時一樣,感到羞愧同覺察自己嘅卑微;雖然佢用無花果樹嘅葉子做衫,但佢仍然承擔住羞愧,因為佢意識到自己嘅貧窮同赤裸。 所以,呢類靈魂要向賜予衣袍、以難以言喻之光榮耀佢嘅基督祈求,唔好用虛空嘅思想為自己製造衣袍,亦唔好自欺以自己嘅義,以為自己已經擁有得救嘅衣袍(20, 2)。

**26.**正如屋主親自在場的屋子裡,充滿各種裝飾、美貌與華麗;同樣,有主居住其中的靈魂,也充滿各種美貌與華麗,因為主與祂的屬靈財寶,是她的居民與統治者。 但係可悲嗰間屋,屋主唔喺度,冇主人,因為佢會破落荒蕪,充滿各種污穢同混亂;正如先知所講,*'西里尼同鬼魔'*就會入嚟住 (以賽亞書13:21),因為喺荒廢嘅屋入面,野貓、狗同各種污穢都會搵到落腳位。 哀哉那不從可悲的墮落中起身,心內卻藏著勸誘並強迫它與新郎為敵,並試圖腐蝕其心思,使之遠離基督者(33:3)。

**(gg) 透過所呈現的異象,靈魂已準備好回應跟隨主呼召,但卻生出「時間還多」的念頭,削弱了其渴望。聖馬卡里烏斯在《 》中,以強而有力地呈現延遲得救之工的危險異象,將這些念頭驅散。上帝的忍耐或許終有盡頭──屆時毀滅便無可避免。**

**27.** 我恐怕對於我哋呢班活得懶散、任憑偏見牽著走嘅人,使徒嗰句說話遲早會應驗,就係:*「你哋藐視祂豐盛嘅慈愛、寬容同忍耐,竟然唔知道祂嘅慈愛本係要感化你哋悔改」* (羅馬書 2:4)?因為如果喺祂嘅忍耐、慈愛同溫柔面前,我哋增加咗罪過,又因為大意同唔理而自取最嚴厲嘅定罪,咁使徒嘅說話就會喺我哋身上應驗: *「但你心裏既然硬頸不肯悔改,就積蓄忿怒,為要等到神公義審判的日子。」*(羅馬書2:5) 因為神嘅良善偉大無比,對人類嘅憐憫無可言喻,只要我哋肯醒覺,全心歸向神,就可以得着救恩(4:19)。

**28.** 如果你想知道上帝的忍耐和祂那莫大的良善,我们可以从神所默示的经文中学习到这一点。試想以色列人,先祖所應許嘅福氣就係由佢哋而出,*按肉身講,基督係由佢哋而出,律法同約都係咁*──佢哋究竟犯咗幾多次罪? 佢哋迷失咗幾多次?但係上帝冇永遠撇棄佢哋,只係為咗佢哋嘅好,暫時用刑罰去懲治佢哋,希望透過苦楚令佢哋嘅剛硬心腸變得柔軟;祂又將佢哋帶返正路、鼓勵佢哋、差先知去勸佢哋,喺佢哋犯罪得罪祂嘅時候,祂對佢哋有幾耐嘅忍耐? 祂都歡喜迎接悔改嘅人,當佢哋再次迷失,祂都冇離棄佢哋,而係透過先知呼召佢哋悔改;雖然佢哋一次又一次離棄祂,又再返去祂身邊, 祂每次都恩典滿溢地接納他們,以慈愛款待他們,直到他們最終犯下大罪,竟然伸手加害於自己的主──祂按祖先和眾先知所傳,本是他們所盼望的救贖主、救主、君王和先知。 因為當祂來嘅時候,佢哋唔接受祂,甚至大加嘲弄,最後仲將祂釘死喺十字架上。就因為呢個大侮辱同可惡嘅罪行,佢哋嘅罪惡積聚到極點;所以而家佢哋徹底被遺棄,當聖殿嘅幔子撕裂嗰陣,聖靈就離開咗佢哋。 所以,佢哋嘅聖殿畀外邦人攞去,就照主嘅話:*「一塊石頭都唔會留喺另一塊石頭上,都會畀人推倒。」*(馬太福音24:2)被拆晒、變做廢墟。 於是,他們就被當時擄走他們的君王,斷然交給外邦人,分散在全地,並且被命令永遠不得再返自己的土地(4:20)。

**29.** 現在亦都一樣,神對我們每一個人都有憐憫和恩典,祂雖然看見我們不斷犯罪,卻仍然默不作聲,等待著要看看人是否能夠及時醒悟,改變自己的道路,不再得罪祂;當他們轉離罪惡時,祂就以大愛和喜樂接待他們。 因為祂說:*「一個罪人悔改,天上都要為他歡喜。」*(路加福音15:10)又說:*「我父的心*

*志,不是要使這些小子裡有一個滅亡。」*(馬太福音18:14),就算是最微小的一個。 但若有人,面對神對他的大憐憫和長久忍耐──神並不因他的一切罪過,無論是隱秘的或公開的,而施以懲罰,卻看見後似乎默不作聲,等待他悔改──反而自己陷入極大疏忽,開始一而再、再而三地堆積罪上加罪, 又加上一重大意,將一次過犯疊加一次過犯,直到罪惡滿溢,然後他終於陷入一種無法逃脫的罪中,被壓得粉碎,向惡者投降,徹底滅亡(4:21)。

**30.** 所多瑪人亦是如此。他們罪惡深重,又拒絕悔改,最終因對天使懷有惡意,犯下無可挽回的罪行;但他們被徹底逐出,因為他們已經滿溢並超越了罪惡的限度。 所以,照神嘅審判,佢哋畀火燒滅咗。Noah嗰時都係咁:一再犯罪,又唔肯悔改,甚至荼毒成個世界。 同樣地,對大大得罪神、犯罪對待祂子民嘅埃及人,神仍然有憐憫;祂冇施下足以將佢哋徹底毀滅嘅懲罰,只係作為教訓,要推動佢哋歸正同悔改,就輕輕懲罰佢哋,顯示祂嘅忍耐,等候佢哋悔改。 但佢哋對神嘅子民大大犯罪──有時轉回,有時又悔改,之後又深陷於佢哋祖先嘅不信同邪惡心志──就迫使神嘅子民做苦工;最後,當神藉住摩西同好多奇蹟將子民領出埃及,佢哋就犯咗一件大罪, 追趕神嘅子民。所以,神嘅審判最終摧毀並消滅咗佢哋,將佢哋淹死喺水裡,認為佢哋唔配得見到生命(4:22)。

**31.** 親愛嘅,我哋已經講過呢件事,並以聖經嘅思想作證,證明我哋應該盡快歸向主,急速到祂面前──祂對我們有憐憫,正等候我哋完全轉離一切欺騙同惡毒嘅偏見;祂以極大嘅喜樂接待歸向祂嘅人──我哋已經講過呢件事, 我特別講呢番說話,免得我哋嘅疏忽日日增加,罪惡喺我哋裏面日漸增多,以致我哋自招神嘅忿怒。 所以,我哋要努力,以誠實嘅心歸向神,親近祂;因為絕望係惡意同欺騙嘅作為,當我哋回想起自己過去嘅罪過──正正就係令一個人陷入絕望、不作為嘅原因── 大意同自滿,好使佢轉向主之後,唔會因主對人類嘅大憐憫而得救(4:24)。

**dd) 同時,當靈魂正準備下定決心開始救恩的工作時,仇敵就向它拋出最後的、熊熊燃燒的絕望與無望之箭。**

**32.** 撒但就趁你心裏對你講:「你睇吓你做咗幾多惡事;你睇吓你個靈有幾咁瘋狂;你被罪惡壓得咁重,已經救唔到啦。」佢咁做係要令你陷入絕望,因為你嘅悔改令佢好厭惡。 因為一旦罪惡因違犯而入,就隨時同靈魂對話,就好似一個人同另一個人講嘢咁。你就要咁回應佢:「主嘅聖經有見證:『我並不喜悅惡人死亡,乃是喜悅惡人轉離所行的道路,得以存活』(結33:11)。」 因為祂降臨世上,目的就係要拯救罪人、復活死人、賜生命畀因罪而死嘅人,並且照亮喺黑暗中嘅人。」 的確,祂既然已經降臨,就呼召我們成為兒子,進入那聖潔、和平之城,進入永恆的生命,進入不朽的榮耀──只要我們能將自己的起點導向善終,在貧困、流亡、苦難中堅守,並永不止息地向上帝祈求,持續敲門。 就好似身體同靈魂咁貼近,主都咁近,隨時準備嚟打開心靈上鎖嘅門,將天上嘅豐富賜畀我哋。祂對人類好好,充滿慈愛,祂嘅應許絕對唔會落空,只要我哋一直有耐性到最後去尋求祂(11:15)。99.

**33.** 想像波斯營和羅馬營,你會見到兩位年輕人,他們同樣強壯、同樣充滿勇氣,從兩營中走出,正廝殺交鋒。 同樣地,對立嘅力量同理性都旗鼓相當、擁有同等嘅力量:就好似撒旦用奉承嚟誘惑同引誘靈魂屈服於佢嘅意志,靈魂亦都以各種方式抵抗同違抗佢,因為呢兩種力量只可以傾向善或惡,但無法強迫。 上帝的幫助就賜給这样的意志,並且透過這場鬥爭,它可以從天上獲得武器,用以克服並根除罪惡;因為靈魂可以抵抗罪惡,但若無上帝,就不能克服或根除邪惡。 但凡說罪惡好似一個強壯嘅巨人,而靈魂就好似一個後生仔嘅,就講錯咗。因為如果真係有咁大嘅懸殊──將罪惡比喻做巨人,靈魂比喻做後生仔──咁立法者就唔公平,佢就係嗰位畀咗人律法,去對抗撒旦嘅(27:22)。

**34.** 然而,如果我哋覺得要從已經壓倒我哋嘅眾多罪惡中轉身,似乎行唔通、根本做唔到(而呢種念頭,正如我哋已經講過,係惡意嘅誘惑,同時係我哋得救嘅絆腳石),咁就等我哋提醒自己,唔好忽略呢個事實,就係 點樣主憑祂嘅慈愛臨到我哋,畀瞎眼得見,醫好癱瘓,治好各樣病症,甚至復活已經腐爛嘅死人,開聾人耳,從一個男人身上趕出成千上萬嘅鬼,仲令一個被鬼附身到神志不清嘅人重獲心智。 祂更會改變那轉向祂、尋求祂憐憫、並呼求祂幫助的靈魂;祂要引領它進入無情欲之純潔、各種美德的修養,以及心智的更新;祂要賜給它健康、理性的洞察力,和心靈的平安,拯救它脫離愚昧, 聾同無信心、無知同無畏嘅死寂,並將佢提升到節制、美德同心靈嘅純潔。因為造身體嘅,亦都造咗靈魂。 正如祂在地上,憑着祂的良善,作為良善且獨一無二的醫生,慷慨地賜予所有前來求助、求醫治的人所需的一切,祂在屬靈的事上(4:25)同樣慷慨。

**35.** 藉着这一切,祂催促我们要不住、不息、不倦地寻求祂的恩典代祷,因为祂来是为罪人,使他们归向祂,并医治信祂的人。 只要我哋盡力遠離惡毒嘅偏見,憎惡我哋邪惡嘅追求同世俗嘅迷思,遠離嗰啲欺騙同虛空嘅思想,就等我哋時刻盡我哋所能咁緊貼住祂;祂都隨時準備好賜下祂嘅幫助,因為祂極其憐憫, 賜生命、醫治不治的激情,並賜解救給那些呼求祂、歸向祂、並憑着自己自由意志、而非被迫,盡其所能地遠離一切世俗之愛、轉離心思意念不向世界、而以渴望與尋求歸向祂的人(4, 27)。

**當所有相反嘅念頭都拋棄咗,內心爭扎去傾斜意志就結束咗,於是產生咗為主勞力以成就自己得救嘅決心──呢份決心堅定得如同死亡。佢嘅表達係:「寧願死,都唔再放縱犯罪。」**

**36.** 聖馬卡里奧斯講到有真決心嘅靈魂:無論喺千百種誘惑中遇到乜嘢,都撐得住,佢話:「就算我死,我都唔會離棄佢」(即係主,唔係為咗罪惡同仇敵)。(26:8)。

**(zz) 但係佢通常都係透過靈魂嘅犧牲去表達呢個決心,就好似動物被宰作祭品一樣:因為呢個決心其實就係向主嘅自焚犧牲。**

**37.** 如果一個屬肉體嘅人立志要改變自己,佢首先就要死去,並且對嗰個以前虛假嘅生命變得毫無所出。(46:2)

**38.** (關於祭牲,規定)祭司要先宰殺動物,令牠死去,然後切成塊,灑上鹽,最後放上火燒。因為如果祭司不先令羊犧牲死亡,牠就既不會被灑鹽,也不會完全獻給主。 同樣地,我哋嘅靈魂,當佢接近真大祭司基督嘅時候,必須畀祂宰殺,死去佢自己嘅智慧,同埋佢所過嘅邪惡生活──即係罪惡──就好似生命離開祭物一樣,佢亦必須拋棄情慾嘅詭詐。 就好似當靈魂離開身體,身體就會死去,唔再過以前嗰種生活──佢唔再聽聲、唔再行路──同樣地,當天上嘅大祭司基督,憑住祂能力嘅恩典,將靈魂交出去被宰殺,喺靈魂裏面結束嗰份獻畀世界嘅生命,靈魂就對嗰段曾經活過嘅欺騙人生死去, 亦不再聽見、說話或活在罪惡的黑暗中,因為情欲的欺騙,好似其靈魂一樣,因恩典而離開它。使徒就高聲呼喊說:*「世已釘在我十字架上,我也釘在世上。」*(加拉太書 6:14)。(1, 6)。

**zz) 為要更深植呢個真理喺心裏,聖馬卡里奧斯詳細描述咗所有喺靈性生命上嘅失敗、跌倒同退後,以及所有道德嘅習性,都源於冇有犧牲自己去事奉主、並放棄一切嘢嘅決心。**

**39.** 能夠將好開始同好結局結合埋一齊嘅人少之又少;能夠唔跌倒就達到終點嘅人少之又少;能夠對獨一嘅神保持單純嘅愛,並且放棄一切嘅人亦少之又少。 好多人被感動投入敬虔,好多人成為天上恩典的參與者,被天上之愛所觸動;然而,佢哋無法忍受各種爭戰、試煉, 魔鬼的勞苦和誘惑──因為人人都懷有愛此世某樣事物的心願,無法完全拋棄那份愛,於是轉而追求各種世俗的慾望──無論是出於軟弱和不作為,或出於意志的怯懦,或出於對塵世之物的愛──他們便留於世上,深陷其中。 但凡真心志向活到最後都好嘅人,雖然擁有嗰份天國之愛,都唔可以自願再攞其他愛或者執着嚟混雜,免得絆住自己嘅靈命成長,走返頭路,最終失去生命。 正如上帝嘅應許偉大、難以言喻同深不可測,我哋都需要信心同盼望、勞苦同偉大嘅壯舉,以及長期嘅試煉。渴慕天國嘅人所盼望得到嘅福份,絕對唔係微不足道。 既然佢渴望同基督一齊永遠作王,佢豈唔會熱誠咁決心,喺呢段短暫嘅一生入面,一直到佢死嘅時候,都忍受一切爭扎、勞苦同試探? 主呼籲:*「凡想要跟從我的人,要否定自己,背起十字架,跟從我,並且每日都喜樂。」*(馬太福音16:24) 又有一段話:*「凡不恨父、母、妻、兒女、弟兄、姊妹──甚至不恨自己性命的,不能做我的門徒。」*(路加福音14:26) 然而,好多人雖然想得着天國,又渴望承受永生,卻唔肯放棄順從自己嘅慾望,唔肯跟從嗰個喺佢哋心裏播種虛空嘅人,咁樣唔肯捨棄自己,竟然想承受永生,呢點係絕對唔可能嘅(5:7)。

**40.** 實在,主嘅話語係真嘅。行得無可指責嘅人,就係喺主嘅誡命下,完全否認自己,遠離一切世俗嘅慾望、羈絆、娛樂、享樂同追求,心裏面只留住獨一嘅主,並渴慕遵行祂嘅誡命。 所以,凡人若未真正選擇捨棄自己,雖然口稱有愛,卻仍然愛別樣事物,沉溺於這世界任何的享樂或慾望,就未曾對主懷有完全的愛──就自由意志與渴望而言,這是可能的。(5, 8)

**41.** 有時,本來似乎是善行的事,卻因為追求榮耀和人的讚揚而化為烏有,在神眼中,這與不義、偷竊及其他罪惡無異。因為經上說:*「神必打散那尋索世人喜悅之人的骨頭。」*(詩篇 52:6) 就算喺睇落好嘅行為入面,邪惡者都見到達成自己目的嘅手段;佢喺世俗慾望上極其狡猾同欺騙。 人若自願投入任何世俗與肉體的愛中,罪惡就會趁機擄掠他,成為枷鎖、捆綁和沉重的負擔,令他在這欺騙的時代中沉淪和受壓,無法聚集力量歸向神。 人喺呢個世界所鍾意嘅任何嘢,都會壓住佢嘅心,控制住佢,令佢無法集中精神。 平衡同埋偏向,以至邪惡嘅盛行,都係由此而起;全人類都因此受考驗,包括所有基督徒,無

論住喺城市、山中、修道院、田野定係無人之地;因為當一個人畀自己嘅意志所誘,開始去愛某樣嘢,佢對嗰樣嘢嘅愛就糾纏住,唔再完全向住上帝。例如,有人鍾意財富,有人鍾意金銀,又有人為咗世俗榮耀而鍾意學者嘅世智;有人鍾意權勢,有人鍾意榮耀;有人鍾意輕浮嘅聚會, 另一個人成日都喺分散注意力同享樂中度過;另一個人畀閒思雜念所迷;另一個人為咗人世榮耀,鍾意做律法嘅教師;另一個人沉溺喺懶散同疏忽之中;另一個人鍾意衫着;另一個人畀塵世嘅憂慮所困;另一個人鍾意瞓覺、講笑話或者講粗口。 人喺呢個世界無論對乜嘢咁執着,無論大定細,就係嗰樣嘢拴住佢,令佢無法集中所有力量。人若對任何情慾唔夠堅毅去抗爭,就證明佢最鍾意嗰樣嘢;而嗰樣嘢就會捆綁同壓迫佢,成為一對鎖鏈,阻礙佢嘅心轉向上帝、討好上帝,並──只事奉祂之後──先至配得上天國,得着永生 (5, 9)。

**42.** 但係,真係為主努力嘅靈魂,會將佢嘅愛完全而全數地獻畀祂,並用盡佢所有嘅力量,憑自己嘅意志只同祂連繫;喺呢件事上,佢得到恩典嘅幫助,否定自己,唔跟從自己心靈嘅慾望,因為有惡永遠同我哋一齊,並欺騙我哋,心靈就會行喺詭詐嘅道路上。 因此,當靈魂一真誠地愛主,就因着信心和勤力脫離了自己的陷阱,並在上面的幫助下,得以成為永恆國度的器皿;而且,因為真誠地愛主,憑着自己的意志和主的幫助,就不再被剝奪永恆的生命(5, 10)。

**43.** 為咗用一個具體例子,更清楚咁示範畀我哋知有幾多人係憑自己嘅自由意志而喪命──淹死喺海裡或者畀人擄走──試想像一座屋着咗火:有人一知道火警,就堅決要救自己,即刻衝出嚟,丟低晒所有嘢,只顧自己嘅靈魂,咁就救返自己一命; 另一個人,決定要帶埋啲家當或者其他嘢一齊走,就入咗屋去拎;當佢拎緊嘢嗰陣,火勢已經蔓延,將佢困喺入面,燒死咗。你睇吓,呢個人係因為自己嘅自由意志、出於愛心而喺火中喪生──即係話,佢暫時愛咗除自己以外嘅其他嘢? 同樣地,其他人則漂流在海上,遇到暴風雨,其中一個人脫光衣服,打算只救自己;於是,他被浪頭推着,只顧自己靈魂,漂浮在浪面上,終於逃離了那洶湧的大海。 而另一個人,決定要救走自己啲衫,以為拎住佢哋一齊游上岸就得;但係拎起嚟嘅衫反而拖慢咗佢,令佢喺深海淹死。就因為貪啲微不足道嘅利益,忽略咗自己嘅靈魂,最終佢就咁死咗。 你睇吓,佢係自己心甘情願之下,淪為死亡嘅犧牲品。 再想像一下,有個關於外敵嘅謠言散播開去:一個人一聽到就即刻落腳,一秒都唔耽誤,空手就走;另一個人就唔係咁,要麼唔信敵人會嚟,要麼想拎啲家當同行,決定咁做之後,就拖延咗逃走, 咁敵人就到咗,捉咗佢,擄佢去異邦,迫佢喺嗰度做 。你睇吓,呢個人都係因為自己唔肯行動,冇膽量,又鍾意啲財物,結果畀人擄走(5, 11)。

**44.** 凡不遵守主誡命、未曾否定自己、未曾愛那獨一的主,卻甘願以世俗的羈絆束縛自己的人,就與他們相似。 如果你想從神聖、神所默示嘅聖經入面,學習對主完美愛嘅公義,就要諗吓約伯點樣,可以咁講,被剝奪晒佢擁有嘅一切──佢嘅兒女、財產、牲畜、僕人同其他所有嘢。 人以為佢擁有好多,但當主試探佢時,就發現約伯除咗獨一嘅神之外,其實乜都冇得着。 同樣地,當主吩咐亞伯拉罕*「你所要往之地去,所要得之地,我必指示你」* (創世記12:1)時,他即刻,可以說,放棄了一切:他的祖國、他的土地、他的親人、他的父母──並且順從了主的命令。 後來,無論係佢嘅妻子被擄,定係佢喺異鄉受苦,佢都證明咗佢對獨一真神嘅愛勝過一切。 最後,當應許成就,多年之後,他終於得着那極其寶貴的獨生子,神就要求他甘心將兒子獻為祭物,亞伯拉罕捨棄一切,真真正正地否自己。 因為藉住將佢獨生子獻上,佢證明咗除咗神以外,佢乜都唔愛。如果佢都可以咁樂意咁犧牲自己個仔,咁如果神吩咐佢放棄其他所有嘢,或者一次過分畀窮人,佢都會用最極力同熱心去行。 你而家睇到主嘅完美同自願嘅愛係幾咁公義了吗?(5.12)。

**45.**同樣,凡欲與這些義人同作後嗣的人,必須只愛神,好使他們在受試驗時,能證明自己配得且有技巧,完全保守他們對主的心愛。 只有一直憑自由意志去愛獨一真神,並且放棄一切世俗情愛嘅人,先至可以堅持到最後。然而,真正肯抱住呢種愛,背棄所有世俗享樂同慾望,並大義凜然去承受惡者嘅反抗同誘惑嘅人,少之又少。 有好多人都想唔使勞碌、唔使立功、唔使流汗就入到天國,但呢樣嘢係唔可能嘅(5:13)。

**46.** 就如世上有人去一位有錢人嗰度,喺收割或者其他時候幫佢做工,為咗攞自己維持生計所需,但有啲人懶散,唔似其他人咁勞碌,唔盡力做工, 然而,佢哋喺嗰個有錢人屋企,既唔肯勞碌,亦唔肯費神,卻想──好似已經做晒所有嘢咁──攞到同嗰啲肯耐心、快手、盡力做嘢嘅人一樣嘅工錢;同樣地,當我哋讀聖經──無論係讀到關於某個義人,點樣討神喜悅,點樣成為神嘅朋友同伴侶, 或者讀到關於眾聖先賢──佢哋點樣成為上帝嘅朋友同承受者,為上帝忍受咗幾多悲痛,受咗幾多苦楚,成就咗幾多英勇嘅事蹟同功績──嗰陣時我哋就讚美佢哋,並希望自己都配得上同佢哋一樣嘅恩賜同榮耀, 我哋都急切地渴

望得到嗰啲榮耀嘅恩賜,只係想拋開佢哋嘅勞苦、壯舉、憂愁同埋痛苦,而真誠地渴望獲得佢哋從神度領受嘅榮譽同尊貴,卻唔肯承擔佢哋嘅艱辛、勞苦同壯舉。 但我告訴你,人人都會渴望、貪慕這些:連行淫者、稅吏和不義的人,都想輕易得着那國度,毋須勞苦或英勇壯舉。 正正因為如此,引誘嘅道路上先有好多試煉、憂傷、掙扎同汗水:好叫嗰啲人顯露,佢哋真係憑自己嘅自由意志同全力,甚至至死都愛住獨一嘅主;喺對祂嘅愛入面,佢哋已經冇其他嘢可再渴望。 正因如此,佢哋按主嘅話,先自棄自己,又愛獨一嘅主勝過自己性命,先至真係進入天國;並且因為佢哋大愛,就會得著極大嘅天上賞賜(5:14)。

### *5. 勞苦的状态*

**a) 決心係起點。 人要為此立一個目標,好叫自己嘅勞苦唔至徒然。咁,目標係乜嘢?就係要透過聖靈嘅恩典去更新自己嘅本性。既然決定咗要咁做,就要將所有嘅努力都集中喺呢個目標上,好等聖靈可以憑住能力同功效嚟籠罩你,就好似火咁,開始燒去一切唔潔淨嘅嘢。 當呢件事成就咗,就好似靈魂入咗靈魂;人喺屬靈上得生,或者只有嗰陣先真正成為人。呢個就係聖馬卡里奧嘅核心思想,其他所有思想都圍繞住佢。**

**1.** 凡是到神面前,真係想做基督跟隨者嘅人,就要帶住要被改變嘅心態嚟,要將自己塑造成更好、更新嘅人,心入面唔可以留有任何舊人嘅特質。因為經上係咁講:*「若有人在基督裏,他就是一个新受造的人。」* (林後5:17) (44. 1).

**2.** 一個真係信基督嘅靈魂,必須由佢而家墮落嘅狀態,轉去一個唔同嘅、美好嘅狀態,並且將佢而家卑鄙嘅本性,轉化成一個唔同嘅、神聖嘅本性,透過聖靈嘅幫助成為一個新嘅本性;只有咁,先至配得上天國。 但呢件事只可能發生喺我哋呢班信佢、真係愛佢、並且遵守佢所有聖潔誡命嘅人身上。如果就以利沙嚟講,一棵樹──按其本性喺水面上輕──當丟入水中時,竟然托住咗鐵,而鐵按其本性喺水中沉重,咁主就更加會差遣祂嘅光、敏捷、良善同屬天嘅聖靈嚟到呢度, 並藉着祂,照亮那沉溺於欺騙之水中的靈魂,賜給它翅膀,提升它到天上崇高的位置,改變並恢復它本來的真性(44, 5)。

**3.**正如冇靈魂嘅身體係死嘅,乜都做唔到;同樣,冇天國嘅靈魂──冇神嘅聖靈──呢個靈魂對天國嚟講係死嘅,冇咗聖靈,就做唔到屬神嘅事(30, 3)。

**4.** 所以,凡努力信而歸向主嘅人,就當祈求上帝嘅聖靈喺佢仲喺世嘅時候賜畀佢,因為聖靈就係靈魂嘅生命;而主嚟嘅目的,就係要喺靈魂仲喺世嘅時候,賜畀佢聖靈嘅生命(30, 6)。

**5.** 神對你施恩,祂從聖潔的天界降臨,取了你的理性本性與塵世肉身,並以祂神聖的靈注入其中,好叫你──一個凡人──也能在自己裏面領受一個天國的靈魂。 當你嘅靈同聖靈交通,而天賦嘅靈進入你嘅靈入面,你就會喺神裏面成為一個完美嘅人,成為承受產業嘅兒子(32, 6)。

**6.** 所以,我哋應該愛主,以各種方式努力追求一切美德,並要不厭其煩、晝夜祈求,好叫我哋能夠完全而豐盛地領受祂聖靈嘅應許,使我哋仍然活喺肉身嘅時候,靈魂就可以得着生命。 因為如果靈魂喺呢個現世,唔係透過充足嘅信心同禱告,喺自己裏面領受聖靈嘅聖潔,亦唔係藉住恩典嘅改變成為神性本性嘅參與者──藉住呢個恩典,你先可以無可指責、純潔地遵守每條誡命──咁佢就唔配進入天國(44. 9)。119.

**7.** 由於第一個人不順服,我哋將一種與本性格格不入、有害嘅情慾引入自己,並透過習慣同長期嘅同化,好似已經將佢哋變成我哋本身嘅一部分;而今,藉住聖靈非凡嘅恩賜,呢種外來元素必須被逐出我哋,而我哋亦必須回復到原本嘅純潔。 而今,若非藉着多番的懇求、哀告、信心、祷告,以及离弃世界,我們心裏若不領受那屬天的聖靈之愛,而我們的本性因罪惡玷污,不歸於愛──即歸於主──且不被聖靈那份愛所成聖, 並且我哋若然未能至終保持無可指責,在每一細節都按主嘅誡命而行,咁我哋就唔能夠進入天國(4, 8)。

**b) 凡以懺悔歸向主者,領受聖禮時已蒙恩典。但此恩典並不以同一方式顯現於每個人身上。有人即時蒙恩,另一些人則須經歷漫長試煉,方能見其功效。**

**8.** 神無限且難以測度嘅智慧,以一種深奧難解嘅方式,用各種方法賜恩典畀人類,去考驗佢哋嘅自由意志,好令嗰啲全心愛神,並且為咗神而忍受一切危險同艱難嘅人得以顯明。 因為有啲人,一啱喺世上活住嘅時候,憑住信心同禱告去親近上帝──根本未經歷過勞碌、汗水或者疲倦──就已經預先領受聖靈嘅恩賜同恩典。 然而,上帝賜恩並非無故、非時或偶然,而係照某種難以言喻、難以理解嘅智慧,好令迅速蒙受上帝恩典嘅人,其意願同自由意志得以顯示出係正確嘅, 即係話,佢哋會感受到神按佢

哋所蒙受嘅恩典,所施與嘅憐憫,同埋神嘅甘甜;因為佢哋唔使自己勞力就獲得咗呢份恩典,所以先至配得上呢份恩典,佢哋就有責任要勤力, 不倦嘅奉獻、努力同愛嘅果實,係由佢哋自己嘅意志同判斷力發出,並且要償還呢啲恩典──即係要完全獻上自己,奉獻畀主嘅愛,單純成就主嘅旨意,同時完全遠離一切肉慾(29, 1)。

**9.** 至於其他人,雖然佢哋已經離開世界,按福音棄絕呢個世代,並且以極大嘅忍耐,在禱告、禁食、勤力同其他美德上出眾,但上帝並唔會輕易賜佢哋恩典、安息或屬靈嘅恩賜,反而會遲延同保留呢份恩賜。 而呢件事並非冇原因、唔合時,或者只係偶然,而係出於一種難以言喻嘅智慧,去考驗自由意志,睇吓佢哋係咪真誠而忠心地敬畏神──神應許會畀向祂求嘅人,並為敲門嘅人打開生命之門──亦即係要睇吓佢哋係咪真係信咗祂嘅話語, 佢哋會唔會喺堅定不移嘅信心入面堅持到最後,會唔會盡力去尋求同懇求,會唔會喺患難同恐懼中背離上帝,會唔會畀懶惰打敗,跌入不信同絕望,因為時間嘅拖延同對佢哋意志同自由選擇嘅考驗而未能堅持到最後 (29:2).

**10.** 凡係當上帝遲延同拖延嘅時候唔肯快啲接受嘅人,就會燃燒得更加熾熱,對天上嘅福份渴望得更加強烈,每日都會投入更大嘅渴望、勤力、不懈、努力同埋所有美德嘅總和, 飢渴,只為得着嗰個福氣;並且唔會因住靈魂入面嘅惡念而變得軟弱,唔會陷入懶散、不耐性同絕望,亦唔會以拖延為藉口,放縱自己,畀呢種念頭牽着走: 「我幾時先可以領受上帝嘅恩典?」——從而畀人奸詐咁引誘入懶散。相反,無論主自己拖延同延期到幾耐,去試驗人對祂旨意嘅信心同愛心, 同樣地,他更須要迫切而勤力咁去追求神嘅恩賜,喺已經信服神唔係虛假,而係真實嘅情況下,堅信神會將祂嘅恩典賜畀凡以信心同埋恆心到底嘅人(29, 3)。

**11.** 忠信嘅靈敬畏神為信實同真誠,並憑住真理之道,深信*「祂是真嘅」* (約翰福音3:33)。 並根據呢點,與上述對信心的概念相符,佢哋審察自己,睇下喺佢哋所能及嘅範圍內,喺邊度有不足──無論係勞力、努力、勤力、信心、愛心,定其他美德──並喺盡可能精確嘅程度自我審查之後, 佢哋既然已經相信,神既然係真實嘅,只要佢哋盡心盡力、恆心到底喺祂面前事奉同忍耐,就唔會被剝奪呢份屬靈嘅恩賜;而且就算仍然活喺肉身之中,都會成為天上恩典嘅分享者,並得着永生(29:4)。

**12.** 因此,佢哋放棄咗一切,將所有愛都獻畀主,滿懷強烈渴慕、飢渴咁等候祂,永遠盼望恩典嘅安息同安慰,而喺呢個世界嘅任何嘢都搵唔到安慰或安息, 佢哋自願約束自己,同時不斷抵抗世俗嘅念頭,只等待神嘅幫助同轉求;佢哋等待嗰一刻,當喺呢啲已經實踐自律、勤力同忍耐嘅靈魂裏面,主自己已經秘密咁臨在,幫助佢哋、護守佢哋,並且喺佢哋裏面維持住一切美德嘅果實。 因為自由意志同自由之愛,以及按能力對祂所有聖命所懷嘅態度,都有限度、有度量、有分量。所以,凡係圓滿達到愛同本分度量嘅靈魂,就配得上天國同永恆生命(29, 5)。

**(c) 聖馬卡里奧斯用聖經嘅好多例子,並且從中汲取教訓,解釋恩典嘅一般法則就係唔好突然之間勉強自己;佢亦都指出呢點對每位信徒嘅要求。**

**13.** 神恩喺靈魂入面嘅屬靈工夫,係透過大忍耐、智慧同心思嘅奧妙洞察力嚟成就,而人就要喺長時期同多年歲月入面,以大忍耐勤力耕耘。 而當佢嘅自由意志經過反覆試驗,證明討得聖靈歡心,並隨住時間推移展現出經驗同忍耐,恩典嘅工作就喺佢身上得以完成。我哋將會喺神所默示嘅聖經(9:1)中,提出呢方面嘅明確例子。

**14.**我所講嘅,就好似約瑟嘅經歷一樣。要等多耐,幾年先至成就神對佢嘅旨意,先至實現嗰啲異象!喺嗰之前,約瑟要經過幾多次嘅勞苦、憂愁同艱難嘅試驗! 當佢以堅毅嘅態度忍受晒呢一切,喺各方面證明自己係神嘅一個有才幹同忠心嘅僕人之後,先至成為埃及嘅統治者,並且供養佢嘅家人;關於隱藏之事嘅預言得以應驗,正如神早喺好耐之前透過神聖啟示所預言嘅旨意(9:2)。

**15.** 大衛亦是如此。神藉先知撒母耳膏立他作王。當他被膏立的時候,掃羅追逼他,他只好為保命而逃走。那麼,神的膏立在哪裡呢? 應許嘅即時應驗喺邊度?因為佢一受膏,就開始忍受嚴重嘅苦難,退入曠野,連每日嘅食物都冇,仲要喺外邦人度搵庇護,避開掃羅對佢嘅惡毒陰謀。就喺呢啲苦難入面,呢位神所膏立嘅王竟然要咁樣度日! 後來,經過多年嘅試驗同誘惑,歷盡苦難並以大度承受,佢堅定咁將自己交託畀上帝,並對自己肯定:「上帝透過先知嘅膏抹喺我身上所作嘅,同祂所講嘅話,無可置疑,一定會成就。」 —然後,最終,經過漫長嘅忍耐之後,上帝嘅旨意得以成就,經過重重試煉,大衛登基為王;上帝嘅話語顯明咗,先知所施嘅膏油證明係堅定可靠嘅(9:3)。 摩西、亞伯拉罕同挪亞都係咁(9:4, 5, 6)。

**16.** 我哋引用呢啲經上嘅例子,係要證明神嘅恩典喺一個人身上嘅作為,以及佢哋點樣得着聖靈嘅恩賜──呢份恩賜,只有喺一個忠信嘅靈經過長期嘅掙扎、大有恆心同寬大嘅忍耐經過試煉、經過誘惑同苦難之後,當佢嘅自由意志喺各樣磨難中被考驗過,先至被認為配得上。 只要佢喺各方面都唔得罪聖靈,反而憑住恩典遵行誡命,就會被認為配得上脫離情慾,領受聖事中所宣告嘅成全領養,以及屬靈嘅豐富同嗰種唔屬於呢個世界嘅智慧,而呢啲都只係真基督徒先能參與嘅。 正因如此,此等人與所有雖然謹慎、有知識、有智慧,卻在內心藏有世俗之靈的人,在各方面都截然不同。(9:7)

**17.** 所以,我哋要憑自己自由意志同埋全力以赴,預備自己去見主,成為基督嘅跟從者,好令我哋得以成就基督嘅旨意,並紀念同遵守基督所有嘅誡命;我哋要完全背棄對世界嘅愛,將我哋嘅靈魂單獨託付畀基督;我哋要記住只關心祂,只顧念祂, 並只尋求祂。 然而,若因肉體的緣故,我們在遵守誡命及順服神的事上疏忽大意,最起碼,也不要讓我們的意念偏離對主的愛,偏離尋求祂並向祂努力。並以如此的心志──正當的思想態度──努力,行在公義的路上,並時時警醒自己, 願我們得以承受祂聖靈的應許,並憑着祂的恩典,從那籠罩靈魂的激情黑暗中得救;藉此,我們得以成為永恆國度的 worthy,並與基督永遠同享喜樂,永遠讚美父、子和聖靈。阿們(9, 13)。

**(d) 因此,凡立志事奉主的人,在起初必須經歷一段掙扎──在這種狀態下,他們只能憑着理性意志的獨有力量,迫使自己行每件善事,並禁止自己做一切良心不認同的事,即使他們的內心並不認同。所以,你下定決心咗冇?就開始迫自己行每件善事,抵抗自己做每件惡事。**

**18.** 凡是願意親近主、得着永生、成為基督的居所、被聖靈充滿,以致結出聖靈的果子,並純全無瑕地遵守基督誡命的人,務必要首先堅定地信靠主, 並要完全投入祂誡命的教導,在各方面棄絕世界,使他的心思意念不被任何可見之物佔據。 並且,他當要不斷地存着信心禱告,等候主,時常盼望祂的探訪和幫助,使這成為他心裏一刻也不離開的唯一對象。然後,因為住在他裏面的罪,他當要勉勵自己行每件善事,遵守主的誡命。 例如:佢應該迫自己對每一個人都要謙卑,要自視為比任何人都低賤同差,唔向任何人追求榮譽、讚揚或者榮耀,正如福音書所寫,但要時刻將獨一嘅主同祂嘅誡命擺喺眼簾, 單以謙卑的心去討祂的喜悅,正如主所說:*「要向我學,因我心裡柔和謙卑,你心靈就必得享安息。」*(馬太福音11:29)。(19, 1)。

**19.** 同樣地,他要盡量訓練自己,成為恩慈、良善、憐憫和仁愛的人,正如主所說:*「你要慈悲,像你天父慈悲一樣。」*(路加福音6:36)最重要的是,他要時時以主為榜樣, 當他記住主的謙卑和祂的一生、祂的柔和、以及祂對待人的方式;要他持續在禱告中,永遠相信並求主──「 」──來住在他裡面,使他在遵守祂一切誡命的事上得以成全並得著力量,並且使主自己成為他靈魂的居所。 就咁樣,佢而家係被迫、違背心願去做嘅嘢,有一日佢都會自願去做,不斷咁自我訓練做好事,時刻記住主,並以大愛無休止咁等候祂。 於是主見到他有如此的願意和善行,見到他如何強迫自己去紀念主,以及他的心即使違背自己的意志,仍被不斷地引向良善、謙卑、柔和與愛,並以他所能及的全力去行,那麼,我就說, 主就賜恩憐憫佢,拯救佢脫離仇敵同埋住喺佢裏面嘅罪,並用聖靈充滿佢。 咁,佢就唔使費力或勞苦,就能以盡行主所有嘅誡命,並且行得真實;或者講得更準確,係主親身喺佢裏面成就祂嘅誡命,而佢就結出聖靈嘅果子,潔淨聖潔(19:2)。

**20.** 但凡親近主嘅人,就必須迫自己行各樣善事,迫自己去愛──如果佢缺乏愛──迫自己去溫柔──如果佢缺乏溫柔──迫自己去憐憫同有憐憫心,迫自己去忍受被人輕視, 被人忽略時,要能大度;被人羞辱或失禮時,不可動怒,正如所說:*「親愛的人,不可自己伸冤,*要等候神的忿怒。」(羅馬書12:19)若缺乏屬靈的禱告,就要勉強自己去禱告。 咁樣嘅時候,上帝見到一個人咁努力,違背心願,用好大嘅力氣克制自己,就賜俾佢真正嘅靈性禱告、真正嘅愛、真正嘅柔和、*'一個充滿慷慨嘅心'*、真正嘅良善,總之,就用屬靈嘅果實充滿佢(19:3)。

**21.** 但若有人缺乏禱告,卻勉強自己獨自禱告,為要領受禱告的恩典,卻不勉強自己去行柔和、謙卑、愛,或遵行主其他的誡命,而且也不關心,也不付出勞力與努力去成就它們,那麼, 按佢自己嘅意志同自由選擇,同埋佢嘅請求,佢有時會獲得一啲禱告嘅恩典;但係佢嘅品格依然同以前一樣。 佢冇柔和,因為佢冇努力或者預備自己去成為柔和;佢冇謙卑,因為佢冇去追求亦冇迫使自己去做到;佢對眾人冇愛,因為喺懇求禱告嘅時候,佢冇留意呢件事,亦冇付出任何努力(19:4)。

**22.** 但凡缺乏呢啲美德,又冇為呢啲美德操練或預備自己嘅人,就算攞到禱告嘅恩典,都攞完就失晒,要麼變得自大,要麼就喺所蒙嘅恩典入面唔能夠興旺同成長,因為佢冇全心去遵守主嘅誡命。 因為謙卑、愛心、柔和同主其他嘅命令,就係聖靈嘅居所同安息處(19:6)。

**23.** 所以,凡真係想討好上帝、從祂領受聖靈天國恩典,並藉聖靈成長與成聖嘅人,就必須迫使自己遵守上帝所有誡命,就算違背自己心願,都要制服佢,正如經上所講: *「因此,我向祢一切的命令立定心志,我恨惡一切不義的道。」* (詩篇118:128)。(19:7)。

**(d) 迫使自己行善係呢場爭戰嘅一方面。另一方面就係抵抗自己嘅惡行。後者就係屬靈嘅爭戰。聖馬卡里烏斯就係咁教導:**

**24.** 凡是真心想討神喜悅,並真誠地憎恨邪惡一方的人,必須在兩種努力和爭戰中交戰,即: 喺呢個世界可見嘅事務上,要遠離塵世嘅享樂、世俗情慾同罪惡習慣;而喺心靈層面,就要對付使徒所講嗰啲邪惡嘅靈: *「因為我們的爭戰不是對着血氣,乃是對着掌權的、對着有能力的、對着管轄這幽暗世界的,以及對着天空屬靈气的惡魔」* (以弗所書 6:12)。(21:1)。

**25.** 人犯咗誡命,被逐出伊甸園之後,就以兩種方式、受兩種枷鎖拘縛: 在世上──被日常生活、對世界的愛所綑綁,即對肉體的悅樂與情慾、對財富與榮耀、對財產、對妻子、對兒女、對親屬、對祖國、對住所與衣著的愛;一言以蔽之,對一切可見之物,而神之道命我們自願地從這些中脫離。 (因為人人都會自願鍾情於一切可見之物),好叫佢哋棄絕並脫離呢一切,得以成為誡命嘅完美成就;然而暗中,惡毒嘅靈魂卻用黑暗嘅鎖鏈纏繞、壘垒、圍困同捆綁呢個靈魂(21:2)。

**26.** 所以,當一個人聽了上帝的話,展開這項追求,拋棄日常瑣事和世俗牽絆,放棄一切肉體的慾望並與之斷絕關係,然後,以堅定不移的心 ,將心思意念指向主,他可能會意識到,在他的心中另有另一場掙扎, 一種不同的秘密抵抗,一種由欺騙性靈魂所進行的思想戰爭,以及他面前將要面對的另一場殊死鬥爭。 因此,以堅定不移的信心和极大的忍耐,不住地呼求主,等待祂的幫助,就可以在这里得着內在的自由,脱离邪灵的捆绑、陷阱、拦阻和黑暗──即脱离暗中私欲的作祟(21, 3)。

**27.** 然而,呢場爭鬥可以靠神嘅恩典同大能得以結束,因為人自己無能力擺脫對立、心思意念嘅飄忽、看不見嘅情慾,同埋惡者嘅詭計。 但若有人鍾情於此世可見之物,纏繞自己於各種塵世枷鎖,並被有害的激情所捲走,他便不會察覺到,在他裡面另有另一場鬥爭、另一場戰役、另一場戰爭。 噢,如果一個人經過極大努力,從這些可見的世俗枷鎖、物質憂慮和肉體慾望中掙脫並解救了自己,並且開始持續緊貼主,同時退離塵世,之後卻能認出在內心深處有慾望根生的爭戰,以及內在的衝突, 同埋嗰啲邪惡嘅念頭! 但如果,正如我哋之前所講,佢冇盡全力棄絕世界,冇全心遠離塵世嘅慾望,亦唔渴望完全依附主,咁佢就唔會識破隱藏嘅惡靈嘅欺騙同秘密嘅有害慾望,反而對自己都感到陌生,因為佢自己嘅苦楚都唔為所知, 並且,佢心入面藏住秘密慾望,卻唔自知,反而仍然樂意執著於可見嘅事物,並投入塵世嘅憂慮(21:4)。

**28.** 但那真正棄絕世界、努力奮鬥、脫去塵世重擔、擺脫虛浮的慾望、肉體的 pleasure、榮耀、權勢與人間榮譽,並以全心遠離这一切的人, 咁嘅人,當主喺呢場明顯嘅爭戰中暗中幫助佢,按住佢離棄世界意志嘅程度,當佢自己完全──即係身體同靈魂──都穩固咗,並且持續喺主嘅事奉中,就會喺自己裏面發現有抵抗、隱藏嘅情慾、看唔到嘅枷鎖、秘密嘅戰爭、秘密嘅爭鬥同秘密嘅努力。 咁,佢向主祈求,並從天上領受咗蒙福使徒所列舉嘅屬靈軍裝──義嘅胸甲、救恩嘅頭盔、信嘅盾牌同屬靈嘅寶劍 (弗6:14–17),—並以這些武器裝備自己,就能夠抵禦魔鬼在它所設的欺騙中暗藏的詭計,因為這些武器是藉着禱告、忍耐、懇求、禁食得來的, 並且,藉住信心,他就能夠以上帝所賜的禱告、忍耐、懇求、禁食等武器,與這世界的主權、能力、掌權者打仗;並且,藉着聖靈的幫助,以及他自己在一切美德上勤力,他就能夠得勝一切仇敵,成為配得永生的人,榮耀天父、聖子、聖靈。願榮耀和權能歸於祂,直到永遠! 阿們(21:5)。

**29.** 有人說主只要求人外表的果效,而神自己成就那隱藏的事。 但事實上並非如此;相反,一個人愈能守好外在的行為,就愈要與自己的心思意念掙扎作戰,因為主要求你對自己發怒,與自己心裡的意念交戰,不向邪惡的思想妥協,也不在其中取樂(3, 3)。

**30.** 靈魂要抵抗、爭戰同驅逐。你嘅意志,雖然要爭戰同忍受勞苦同憂愁,最終都會開始佔上風;佢跌咗又起,罪惡又再將佢打倒;經過十次、二十次嘅掙扎,罪惡都克服咗佢同打倒咗靈魂;但係,靈魂最

終都會喺某方面戰勝罪惡。 又或者,如果靈魂堅定不移,在任何事上都不動搖,就會開始佔上風,解決這件事,並在罪惡上取得勝利。人就這樣戰勝罪惡,成為勝利者(3、4、5)。

**31.** 一匹馬喺樹林入面同野獸一齊食草,人就馴唔到佢。但係一旦捉到佢,就要畀條重馬繩嚟馴服佢,直到佢學識行得整齊同行直為止。 然後有經驗嘅騎手就開始訓練佢,令佢適合上戰場。到嗰陣,就裝上盔甲──即係胸甲同護面──同時將舊馬繮掛喺佢眼前搖一搖,等佢習慣,唔會驚。 而一匹馬如果經過騎手如此訓練,若然學唔識,就冇用嚟打仗;但係一旦佢學識咗、習慣咗戰場,只要一聽到戰聲,就會自動衝向敵人,連佢嘅嘶鳴都足以令敵人聞風喪膽(23, 2)。

**32.**同樣,自從墮落之後,靈魂變得狂野叛逆,就喺世上嘅曠野向啲野獸──啲狡猾嘅靈──靠近,繼續服侍罪惡。 但當佢聽到神嘅話語並相信嘅時候,就被聖靈約束,脫去佢嘅野性同屬肉體嘅理性,由騎手基督引領 。 然後佢就進入憂愁、謙卑同艱難──呢啲都係佢試驗所必需──好等聖靈逐步馴服佢,同時佢內裡嘅罪惡逐步減少直至根除。 如此,靈魂披戴着公義的胸甲、得救的頭盔和信心的盾牌,並且拿起靈刀,就學會與仇敵爭戰;藉着主的靈裝備,與那惡者所屬的邪靈爭戰,並撲滅那惡者燃燒的箭矢。但係冇咗屬靈嘅武器,佢就唔會入伍;可係一有主嘅武器,一聽到、一感受到嗰場激烈嘅戰爭,*就「跳躍嘶鳴」咁*衝出,正如《約伯記》所講(約伯記39:25),因為佢嘅仇敵一聽到佢嘅禱告聲就倒下。 完成咗呢啲壯舉,並喺聖靈幫助下喺戰鬥中取得勝利之後,佢會好大膽咁攞住勝利嘅花環,並同天國君王一齊安息(23:3)。

**33.** 你一離開世界,開始尋求並默想神,就已經要與你自己本性、你以前的習慣,以及那些已經成為你第二本性的習慣作鬥爭。 當你同呢個習慣掙扎嘅時候,你會遇到啲反對你、同你嘅心交戰嘅念頭;呢啲念頭會拉你入去,令你重新被你曾經逃離嘅可見世界所困。 就喺嗰陣,你先至會開始爭戰同交鋒,以意念對抗意念,心智對抗心智,靈魂對抗靈魂,聖靈對抗聖靈(32:9)。

**34.** 因為有一個隱藏而微妙的黑暗能力,寄居在心中,就會顯露出來。主就近在你的靈魂和身體身邊;當祂看見你所作的掙扎,就將隱藏的天上思念種入你心,並在暗中開始使你得安息。 但係暫時祂仍然令你繼續受訓練,就算你喺悲傷之中,祂都賜恩典畀你。當你安息嘅時候,祂就會向你顯現,並讓你知道,祂容許你經歷呢場爭鬥,全係為咗你自己嘅好處。 就好似有位家境富裕嘅人嘅仔,有位家教先生,當家教先生責備佢嘅時候,佢會覺得家教先生嘅管教、教導、傷痕同棍打都好嚴厲──一直到佢成年,佢先開始多謝家教先生──同樣地,恩典都會用眷顧去教導你,直到你完全成熟(33. 10)。

**(e)既然主仆要為主工作,除咗要下定決心承擔各種勞苦之外,仲要具備審慎、專注同小心謹慎。**

**35.** 凡是願意以極大精確和完美過基督化生活的人,都應盡其全力,首先關心靈魂的意義與理性,好使我們能準確分辨善與惡,並於每件事中認出有異質於其純粹本性的事物滲入,如此,我們才能正確無誤且不致跌倒地生活, 咁樣,我哋就可以用理性做眼睛,拒絕同罪惡嘅誘惑打交道,或者向佢屈服;透過呢個,當我哋獲得神聖嘅恩賜之後,就可以成為主所配得嘅人(4:1)。

**36.** 身體有眼睛作指引;眼睛能看見,並引領全身行上正路。試想像有人行經樹林密佈、荊棘叢生、泥濘遍地,又被火阻住去路,刀劍插滿地面的崎嶇地形;同時亦有急流和滔滔洪水。 如果旅客夠機智、夠小心、夠勇敢,咁有咗眼睛做向導,佢就可以好小心咁通過呢啲艱難地方,並且用手同腳緊緊夾住件上衣,免得喺樹同荊棘之間畀扯爛,免得畀泥污糟,亦免得畀劍割到, 眼睛就好似全身嘅燈,為佢引路,令佢唔會喺急流度畀撞死,唔會喺水度淹死,亦唔會喺任何險要地方出事。 因此,一個機智而精明嘅旅人,小心咁收好件衫,憑住眼睛嘅指引直行,唔單止自己冇事,仲可以保件衫唔會畀火燒到或者畀樹枝撕爛。 但如果一個粗心、懶散、大意、笨拙或者不勤快的人經過這些地方,他的長袍飄來飄去, 因為旅客冇決心隨時整理衫角,佢嘅衫角就會畀樹枝同荊棘扯破,或者畀火燒着,或者畀長劍割裂,或者沾滿污泥;總之,佢件又新又靚嘅上衣,好快就會因為佢唔留神、唔肯動同埋懶散而破爛不堪。 如果旅客唔夠專心聽從眼睛嘅指引,就會跌入陷阱,或者淹死喺水入面(4:2)。

**37.** 同樣地,靈魂好似披住一件美麗嘅長袍──身體嘅衣着──並且擁有理性,理性喺靈魂同身體行經有樹林同荊棘嘅人生小徑時,引領佢哋穿越泥淖、火焰同急流──即係話, 慾望、享樂同呢個時代其他嘅傻氣,都要靠清醒、勇氣、審慎同警惕,喺處處地方自我約束同保護。 咁樣先至喺呢個世界嗰條多樹多刺嘅小徑上 ,呢件身體嘅外衣唔會畀憂慮、無謂嘅追求同塵世嘅娛樂喺任何地方扯破,亦唔會畀慾望嘅火燒盡。着住佢嘅靈魂轉開眼唔睇欺騙,亦都轉開耳唔聽讒言, 節制舌頭唔講閒話,手腳唔

做邪惡嘅事;因為靈魂獲准自由地轉開身體嘅肢體,唔畀佢哋見到邪惡嘅景象,唔畀佢哋聽到任何欺騙或可恥嘅說話,唔畀佢哋聽唔雅嘅言詞,亦唔畀佢哋參與世俗同欺騙嘅追求(4:3)。

**38.** 主一見有人英勇地遠離世俗的享樂、物質的娛樂與憂慮、地上的羈絆,以及虛空思想的漩渦,祂就賜給那人恩典的幫助,並不斷保護那顆靈魂,使它在當今這邪惡的時代中,美好地行完自己的路程。 因此,靈魂因遠離一切世俗慾望,並在上帝的幫助下完美地完成今世 arena 的旅程,得以在盡力範圍內,完好地守住自己和身體的衣袍,而從上帝和天使處獲得天上的讚頌。

**39.** 但若有人因懶散和疏忽,喺今生漫不經心,又唔憑自己自由意志遠離一切世俗慾望,亦唔以全心尋求獨一無二嘅主,咁佢身體嘅外衣就會畀呢個世界嘅荊棘同蒺藜撕裂,畀慾望嘅火燒焦,又畀慾望嘅泥淖玷污, 所以,到審判日嗰日,靈魂連企都冇勇氣,因為佢冇辦法保持自己嘅衣袍潔淨,反而喺呢個時代嘅欺騙中玷污咗佢。 因此,靈魂被逐出天國。因為神會如何對待一個自願向世界投降、被其享樂所蒙騙,或徘徊於物質世界、周而復始的靈魂呢? 祂向遠離世俗情慾同埋舊有習慣嘅人伸出援手,向嗰啲時刻努力將心思意念放喺主身上、肯捨棄自己、尋索獨一主嘅人,施以幫助。 上帝亦保護喺呢個世界嘅曠野中,時刻提防陷阱同圈套,並存敬畏同戰兢之心,努力成就自己得救嘅人 (腓立比書2:12),以極大警醒避開這世代的網羅、陷阱和私慾,並求告主,信靠祂的憐憫,因恩得救 (4:5)。

**(g) 工人必須從盼望和那堅定不移的信心中汲取力量,確信主必看見工作的勤勞,必被靈魂的忠信所感動,並賜給聖靈,與之聯合。 聖馬卡里奧斯經常提到這主題,幾乎每一堂關於勤勞的課程都集中灌輸這份盼望。**

**40.**世上一切可見的努力,都是懷著盼望能收割自己勞力的果實而進行的。如果有人不完全確信自己能享受勞力的果實,那麼他的勞力對他就毫無益處。 同樣地,農夫播種係希望收成,並為此忍受勞苦;經上說:*「犁地的人要存著盼望去犁地。」*(林前9:10)凡娶妻的,都係希望有後裔;商人則為追求利益而遠赴重洋,甚至冒著必死嘅風險。 同樣地,喺天國入面,一個人懷住希望,等佢心靈嘅眼睛得著光照,就致力於脫離今生嘅事務,花時間喺禱告同懇求上,等候主嚟向佢顯現,並潔淨住喺佢裏面嘅罪(14:1)。

**41.** 基督徒當對將來嘅國度同得贖懷有盼望、喜樂同期待,並要咁講:「如果我今日未得贖,朝早就會得贖。」 種葡萄園嘅人,喺開工之前,心入面已經有喜樂同盼望;雖然仲未有酒,佢已經喺腦海中生動咁想像出榨酒機,計算住賺頭,然後就帶住呢啲諗法去幹活;盼望同期待驅使佢勤力工作,暫時就算要喺屋企大筆開支,佢都唔在乎。 同樣地,一個建屋的人和一個農夫,首先會花費他們的大部分財富,寄望將來有盈利。這裏亦都一樣:如果一個人眼中沒有得着救恩和生命之喜樂與盼望,他就無法忍受憂患、擔起重擔,或行窄路。 但係,同佢同行嘅盼望同喜樂,令佢能夠勞苦、忍受憂愁、背負重擔,行窄路(26:11)。

**42.**信徒必須為自己向神禱告,使他的心意更新,得以改變。你要將你的心思意念高舉向上帝,除卻盼望見到祂的盼望之外,心裏別無他想。 所以,好似母親聚集佢啲吵吵鬧鬧嘅細路仔咁,靈魂要聚集同平息罪惡散落嘅心思;帶佢哋入身體嘅屋,不停禁食同愛心等候主,到祂嚟嘅時候,就會真真正正咁聚集佢。 既然將來未知,就當更加盼望,將盼望堅定地寄託在掌舵者身上。經上說:*「你不要害怕,因為我與你同在;我乃你的神,是那拯救你的大能者。我必在你前面行, ,平坦山嶺;我必打碎銅門,砍斷鐵閂。」*(以賽亞書 45:2) 又有人說:*「你要謹慎,免得在你心裏藏着不義的心思,*說:*『這年數夠了,收成也夠豐盛。』*」(申命記15:9) 「不可心裏說:*『這言語多而有力。』*」(申命記2:21)。(31:1-2)。

**43.** 如果我哋唔懶散,唔畀放縱又邪惡嘅念頭喺我哋心入面生根,反而靠自己嘅意志去引領我哋嘅心思向祂,迫使我哋嘅思想轉向主,咁,無可置疑,主會照祂自己嘅旨意嚟到我哋面前,並且真係會將我哋收歸祂自己,因為所有討好嘅服侍都係靠我哋嘅心思。 所以,要盡力討主喜悅,心裏時常等候祂,思想中尋求祂,不斷勸導並催促你嘅意志同渴望向祂轉去。 因為你幾多程度轉心去尋覓祂,祂就幾多程度──甚至更多──被祂自己嘅慈愛同良善感動,嚟到你身邊,畀你安息。 祂站立,觀察你嘅心思意念同念頭嘅動向;祂看着你係點樣尋求祂──係用盡全心,定係懶散或疏忽(31:3)。

**44.**當祂見到你勤力地尋求祂,祂就會顯現並向你啟示自己,賜給你幫助,為你爭取勝利,拯救你脫離仇敵。 所以,我哋要抬高呢個身體,築起祭壇,將我哋所有嘅心思意念都擺喺上面,懇求主從天上降下無形而有能力嘅火,燒盡祭壇同上面所有嘅嘢。 所有巴力嘅祭司──即係對立嘅勢力──都會倒下,到時我哋就會見到天降甘霖,好似人嘅足跡 (列王紀上十八:44),降入靈魂之中;如此,上帝的應許就會應驗在

我們身上,正如先知所說:*「我要興起大衛倒塌的帳幕,重新建造,修理其破裂處」*(亞摩九:11)。(31:4,5)
。

**g) 聖馬卡里奧斯冇詳細講修道實踐,因為佢講道嗰班人已經全部都實踐緊。佢只係喺場合適當嘅時候列出嚟,例如:禁食、守夜、獨處、體力勞動、服從、互助同埋忍耐。 佢只係對祈禱詳細講解,因為祈禱係所有美德同苦行嘅中心,尤其係因為佢係接受聖靈嘅管道。**

**45.** 論及外在苦行,以及咩生活方式最崇高、最優先,親愛嘅,你要知道: 所有美德都好似一條靈性鎖鏈嘅鍊節咁互相連繫;佢哋互相依存:禱告依賴愛,愛依賴喜樂,喜樂依賴溫柔,溫柔依賴謙卑,謙卑依賴事奉,事奉依賴盼望,盼望依賴信心,信心依賴順服,而順服則依賴單純。 同樣地,喺相反嘅一面,邪惡嘅行為亦互相依存:仇恨依賴易怒,易怒依賴驕傲,驕傲依賴虛榮,虛榮依賴不信,不信依賴殘酷,殘酷依賴懶散,懶散依賴懈怠, 懶惰源於絕望,絕望源於不耐煩,不耐煩源於肉慾;其他方面的惡德 likewise 互相連繫,正如在德行方面,美德互相連繫並互相依存(40, 1)。

**46.** 一切善行之中,最緊要嘅元素,亦係功績嘅冠冕,就係勤力恆心嘅禱告。透過向神懇求,我哋每日都可以同時獲得其他美德。因此,喺嗰啲被認為配得嘅人身上,就會產生喺神嘅聖潔、屬靈能力上嘅交通,同埋心靈喺對主嘅難以言喻嘅愛中嘅合一。 因為凡是每日強迫自己堅持禱告的人,都會被對上帝的靈性之愛點燃,升到神聖的敬虔和熱切的渴望,並領受靈性成聖完善的恩典(40, 2)。

**47.** 我哋唔可以憑身體嘅習慣去祈禱,亦唔可以憑喊叫、默然或者跪下嘅習慣去祈禱,而係要用清醒嘅心聆聽,等候上帝喺靈魂嘅一切道路、一切行徑同一切感官入面嚟探訪。 因此,有時需要保持沉默,而有時則需要呼喊並帶着吶喊禱告,只要心志專注於神即可。 正如身體當進行某件事時,會全神貫注,所有肢體都會互相協助;靈魂亦要完全投入禱告及對主的愛,不可心神散亂或思緒飄忽,而要將所有希望寄託於基督。 到嗰陣,主自己就會光照佢,教佢真正嘅懇求,賜佢一祈純潔、屬靈、配得上帝嘅禱告,並以心靈同真理敬拜(33:1–2)。

**48.** 凡親近主嘅人,都要喺寂靜、平安同深邃嘅寧靜中獻上禱告,並且唔好用唔雅觀又混亂嘅呼聲去聽主,而要用破碎嘅心同清醒嘅心思去聆聽。 神嘅僕人唔應該處於混亂,而要存著一切柔和同智慧。就如先知所講:*「我向誰仰望呢?只向謙卑、安靜、以我話語而戰兢嘅人仰望。」*(以賽亞書66:2)我哋又見到,喺摩西同以利亞嗰陣,當上帝向佢哋顯現嘅時候,喺主威嚴嘅面前 有好多號角同強大嘅軍隊,但主嘅降臨就係用上面講嗰啲嘢嚟分別同顯明,就係和平、寂靜同安寧。 因為經上說:*「看哪,有輕聲細語,於是有主」*(列王紀上19:12)。這就顯示主嘅安息在於和平同次序(6:1–2)。

**49.** 禱告的真正根基是:要留心自己的思想,並在深切的寂靜與平安中獻上禱告。 禱告嘅人要將所有心力集中喺自己嘅念頭上,斷絕一切滋養邪念嘅嘢,同時將心思意念指向上帝,唔好照念頭嘅慾望行事,反而要將四散嘅念頭收返一處,分辨自然嘅念頭同邪惡嘅念頭。 在罪惡的重壓之下,靈魂好似一座山上的大森林、河邊的蘆葦,或者一叢帶刺的樹叢;所以,打算穿過這樣地方的人,必須伸出手來,費盡力氣,將面前的枝椏撥開。 同樣地,靈魂被對立勢力灌輸嘅成片思想所包圍;所以,人要好小心同專注,先能分辨對立勢力灌輸嘅外來思想。 留意自己思想嘅人,會喺內心完成整個祈禱嘅工夫。呢啲人透過明白同洞察,能夠成功驅走湧上心頭嘅念頭,並行喺主嘅旨意中 (6:3–4)。

**i) 關於屬靈工人必須採取的防範措施,聖馬卡里奧 above all強調,不可只滿足於表面上的端莊。從外在角度嚟睇,屬靈工夫嘅目的係要叫人習慣所有屬靈嘅爭戰同美德;但呢個唔係叫人就此停步,而係要將呢份努力引導到內在生命嘅成長同聖靈功效嘅獲得。 但有啲人只做到呢步,只得外表嘅端莊,卻唔理自己嘅心,亦唔追求恩典嘅聖靈。所以佢哋雖然勞碌,卻結唔到果。聖馬卡里烏斯最緊要提醒我哋要防範呢點。**

**50.** 好多人雖然嚴守外在行為,實踐各種操練,努力追求義的生活,卻以為自己已經完美,卻不深入察驗內心,亦未留意嗰度綑綁靈魂的罪惡。 同時,喺肢體入面藏住罪惡嘅根,同內心腐敗嘅思想成正比;屋入面潛伏住一個賊**—**就係一個反對嘅力量,所以係對立嘅,同時亦都係心靈嘅力量。 如果有人唔同罪惡抗爭,咁內在嘅惡習就會慢慢蔓延同滋生,將人拖入明顯嘅罪行,令佢付諸行動;因為邪惡好似湧泉,永遠會由內心湧出。 所以,務要截斷罪惡的流,免得你陷入千般惡中(15:46)。

**51.** 世界受咗墮落嘅折磨,卻懵然不覺。有股污穢嘅火,燃起心靈,遍行全身,驅使人放蕩,做出千百種惡行。 而嗰啲發嬲或者沉溺於享樂嘅人,喺心入面已經暗中行淫;當惡咁樣搵到養份,佢哋就會墮

入公開嘅淫亂。貪心、虛榮、驕傲、嫉妒同易怒,都係同樣嘅道理。　就好似有人被邀請去食飯,面前擺滿咗好多菜式,罪惡都咁樣誘惑人去試晒所有嘢,結果放縱嘅靈魂就變得沉重(15:48)。

**52.** 有冇人可以話:「我禁食,我過緊朝聖嘅生活,我散盡家財;所以我已經聖潔」? 因為禁戒惡行本身並唔係完美,除非你已經謙卑咗心靈,並且殺死潛伏喺心靈深處、思想深處嗰條蛇,喺所謂靈魂嘅隱藏處同倉庫度窩住,喺度害死你。因為心靈就係一個深淵; 咁你先至可以話:'我禁食,過住流浪嘅生活,又浪費我嘅財富;所以我已經聖潔'?因為遠離惡事本身並唔等於完美,除非你已經進入謙卑嘅心態,並且喺你思想深處、潛藏喺心底嗰條蛇殺咗佢,喺所謂靈魂嘅隱藏處同倉庫度,因為心就好似一個深淵,所有智者、律法、使徒,以及基督的再來,其目標都是潔淨。每個人,無論猶太人或希臘人,都愛慕純潔,卻無法變得純潔。因此,必須尋求如何,以及以何種方法,才能達到心靈的純潔。這只有通過那為我們被釘十字架者才能實現。 祂是道路、生命、真理、門、珍珠、活着的和天上的糧食。沒有這真理,任何人都不可能認識真理並得救。因此,正如你喺外在的人和可見的事物上,已經撇棄了一切,並分發了你的財產,同樣,如果你擁有知識和道的能力,喺世俗的智慧中,就必須撇棄一切,　並且要視一切為虛無,只有如此,你才能在布道的熱誠中建立自己,而這才是真正的智慧,它不在於華麗的言詞,而是在聖十字架上運作的大能(17:15)。

**53.**　對戰士同苦行者嚟講,最重要嘅武器就係:當佢入到心入面,就要對撒旦開戰,憎恨自己,拋棄自己嘅靈魂,對佢發怒,責備佢,抵抗佢嘅慣性慾望,同佢嘅思想掙扎,並且同自己搏鬥 (26:12)。

**54.** 如果你表面上雖然守住身體,遠離敗壞和淫亂,但內心卻在思想中犯姦淫,那你喺神面前就係個通姦犯,你嗰個貞潔嘅身體對你嚟講冇任何益處。 就好似一個用計狡猾咁誘惑處女、玷污佢嘅年輕人,令佢因為行淫而喺未婚夫眼中變得可憎可惡;無形嘅靈魂亦都一樣,當佢同住喺體內嗰條蛇──即係嗰個欺騙者嘅靈──相通,就喺神面前行咗淫。 經上寫住:*「凡看見婦女就動淫念的,心裡已經同她犯姦淫了。」*(馬太福音5:28)因為有肉體的淫亂,也有靈魂的淫亂,靈魂與撒但交通。 同一條靈魂,可以成為魔鬼嘅伴侶同姊妹,或者成為上帝同天使嘅伴侶;如果佢同魔鬼通姦,就唔適合做天上新郎嘅新娘(26:13)。

**55.** 我哋已經多次引用嗰個農夫嘅比喻:佢辛勤耕作、播咗種落去,仍然要等上面落雨。但如果無雲、無風,農夫嘅勞力就冇用,種子就會白費。呢點同樣適用於屬靈嘅事。　如果一個人只靠自己嘅努力,唔接受超越自己本性嘅嘢,就唔能夠為主結出合適嘅果實。咁,一個人自己嘅工夫係咩呢?就係要捨棄世界、遠離世界、持守禱告同禁慾、愛神同弟兄姊妹;喺呢一切事上持守,就係佢自己嘅工夫。但如果佢只局限喺自己嘅本份工作,唔期望得到其他嘢,聖靈嘅風又唔吹襲佢嘅靈魂,天上亦無雲彩出現,亦無天降甘霖滋潤佢嘅靈魂,咁樣佢就唔能夠為主結出合適嘅果實(26,19)。

**i) 喺呢班表面上好端正嘅人當中,聖馬卡里奧揀出嗰啲學者,佢哋靠書本同傾偈學到呢件事係乜,仲講解俾人聽,但就唔肯親身去做;所以,佢哋喺屬靈嘅領悟上連啲無知嘅人都追唔上,佢哋嘅講解本身都好膚淺。**

**56.** 凡未親身嘗過屬靈事物,卻講論屬靈之事的人,就好似當日頭頂烈日,行經一片荒涼無水之地,渴得難受,卻描述一口　滔滔不絕咁講水點樣湧出嚟,仲假裝自己飲緊水,但其實佢個嘴脣同舌頭因為渴熱都乾晒;又好似一個人講蜂蜜幾甜,但自己未試過,根本唔知道甜度有幾勁。 所以,如果冇親身體驗過佢哋嘅功效,或者冇喺自己身上搵到證實,就講完美、喜悅或者無情,其實事情根本唔會如佢哋所講咁。因為當呢個人最終,就算只係部分,真係開始去做嗰件事,佢就會心裏面諗:「原來同我想像中唔同。」「我照自己意思去推理,但聖靈卻另有作為。」(17:12)

**57.** 講食麵包同講一餐飯係一回事,但真係食落去,吸收麵包嘅養份,從而強壯身體各部位,就係另一回事。講起最甘甜嘅飲品係一回事,但親身去泉源打水,品嚐甘甜飲品直至飽足,就係另一回事。　講戰爭、講勇士同戰士係一回事,但一個人真係執起武器去同敵人交鋒、衝鋒退卻、受擊出擊,最後取得勝利,就係另一回事。　屬靈的事亦復如是:單憑知識和理性去解釋所講嘅話,係一回事;而喺自己嘅內心同心思裏,真實而確定咁擁有聖靈嘅寶藏、恩典、感動同作為,就係另一回事。只係口頭講嘢嘅人,係喺自欺,並以自己嘅聰明自誇(27:12)。

**58.** 就如世上,一旦宣戰,智者同貴族唔會上戰場,驚死就留喺屋企;相反,就係啲新興勢力, 窮人同平民就畀召去打仗;結果佢哋打敗咗敵人,趕走佢哋,仲攞到國王畀嘅獎賞同桂冠,獲得榮譽同爵位,而嗰班大人物就留喺後面;屬靈嘅事亦都係咁。　未入門嘅人,第一次聽到呢句話,就用誠實嘅心去實踐,從上

帝嗰度領受屬靈嘅恩典;但係嗰啲好聰明、鑽研字句到最微細處嘅人,就避開戰場,唔得勝,反而留喺嗰啲參加戰鬥並得勝嘅人後面 (43:8)。

**k) 所以,人要千方百計去獲得恩典的聖靈。因為如果祂不在你裏面,你所有嘅祭牲同勞苦都係無用,到你離世嗰陣,魔鬼就會擄住你,拖你去佢哋嘅深淵。但凡有聖靈嘅人,就會燒滅佢哋。**

**59.** 若有人為主的名,離開自己的人,棄絕今世,放棄世俗的歡樂、財產、父母,自卑其身,成為漂泊者, 佢雖然係個乞丐,乜都冇,但係佢唔能夠喺自己入面搵到神聖嘅安息,靈魂入面冇得着屬靈嘅喜樂;又唔能夠換上神聖光明嘅長袍, 按內在的人;代替他從前屬肉體的交通,他靈裡也不能確定與天上的有交通;代替這世界可見的喜樂,他裡面也不能有聖靈的喜樂和天恩的安慰,他也不能像經上所寫的,在靈裡得神聖的滿足,*'當主榮耀向他顯現的時候'* (詩篇16: 15);總之,他未能在靈魂中獲得那渴望已久的、永恆不朽的喜樂;因此,他已成為失了味嘅鹽;他比世上所有人都更可憐,既被剝奪了塵世之物,又未曾享受神聖之物;他未曾因聖靈在他內在的人裡面的工作而認識神聖的奧秘(49:1)。.

**60.** 靈魂若自以為憑自己就能成就任何事──無論它所擔當或努力去完成的事,都只依靠自身力量,以為單靠自己、毋須聖靈相助就能達到完美──在此它大錯特錯,因為它不配進入天國。 一個以為可以靠自己嘅努力,唔使聖靈就能達到完美純潔嘅靈魂,係唔配進入天國嘅。 如果一個人受情感衝動影響,不肯捨棄塵世去親近神,不抱著盼望和忍耐相信自己會領受超越本身本性嘅祝福──即係聖靈嘅能力──亦唔能由上主將神聖生命接收到靈魂入面,咁佢就唔會經歷真正嘅生命, 就唔會從物質嘅醉態中清醒;聖靈嘅光照唔會喺黑暗嘅靈魂中發亮;聖日唔會喺佢入面破曉;佢亦唔會從無知最深沉嘅睡眠中醒覺,好讓佢能透過神嘅大能同恩典嘅作為(24:5)真真正正咁認識神。

**61.** 所以,凡努力信而歸向主的人,就當禱告,好在還在此世就領受神嘅聖靈,因為佢就係靈魂嘅生命,而主降臨嘅目的,就係要喺人還在此世時賜生命畀靈魂──聖靈。 因為經上說:*「你哋而家有光,就要信光。」* (約翰福音12:36)又說:*「夜快到,到嗰時你哋就做唔到嘢。」* (約翰福音9:4)。 所以,如果有人未曾為靈魂尋求並領受生命──即聖靈的神聖光照──那麼當離開肉身之時,就會被拋入黑暗的境域,不得進入天國,並將在 gehenna 與魔鬼和牠的使者同歸於盡。 或者,就好似黃金或白銀,投入火中會變得更純更精煉,而乜都唔得──無論係木, 連草都改變唔到佢,因為佢自己就變成咗火,燒盡所有接近佢嘅嘢;同樣,靈魂喺屬靈嘅火同神聖嘅光中安居,唔會忍受任何邪靈嘅惡行,如果有嘢靠近,就會畀聖靈嘅天火燒盡。 就好似雀鳥高飛時無憂無慮,唔驚獵人亦唔驚狡猾嘅野獸,仲飛到最高處嘲笑佢哋;靈魂亦都一樣,背上靈嘅翅膀,飛到最高嘅天際,對一切都嗤之以鼻(30, 6)。

**62.** 但若有人尚未在心中種植並建立起上帝的恩典,那麼晝夜都應好似天性一般,讓他的靈魂緊貼那時時引領、催促並引導他向善的事物。 至少要喺佢哋心入面,有咗一份自然同永恆唔變嘅關懷、恐懼、憂慮,同埋一個謙卑破碎嘅心,永遠堅定咁住喺佢哋心入面 (16:6)。

### *6. 聖靈在人裡頭動工嘅狀態*

**a) 對於嗰啲懷住好良心、又唔自怨自艾咁追求苦行嘅人,恩典嘅力量同功效最終都會顯現。呢種狀態會以一種特殊嘅心靈溫暖喺心入面顯現,令思想平靜,對一切受造之物失去興趣,同埋令世上所有被視為珍貴嘅事物價值日益減少。其實,呢就係屬靈生命嘅種子。由呢度開始,靈魂嘅屬靈化、從情慾中得潔淨,同埋因情慾所造成嘅創傷得以醫治。**

**1.**效法瑪利亞,除咗默觀祂──*「我來係要向地上拋火,我幾希望佢已經着咗!」* (路加福音12:49)──之外,乜都唔諗? 因為聖靈的火焰能使心靈復活。那無形而神聖的火潔淨並煉淨靈魂,就好似純金在爐中被煉淨,而邪惡則如荊棘和禾稈被燒去,因為*「我們的神乃是烈火」* (希伯來書12:29)。 大衛求得呢把火嘅能力,佢話:*「主啊,你要試驗我,試煉我;察看我嘅心,考驗我嘅意念。」* (詩篇 25:2)。(25:9)。

**2.** 當救主復活後向革流巴和他的同伴說話時,這火溫暖了他們的心。天使和服役的靈都分享這火焰的輝煌,正如經上所說:*「祂使祂的使者成為風,使祂的僕人成為火焰」* (希伯來書1:7)。這火藉着燒去內心海洋的糠殼,潔淨心思,使之重獲天生之洞察力,得以不斷仰望神蹟,正如有人所言:*「開我眼目,使我得以看見律法中奇妙的事」* (詩篇118:18)。所以,呢把火趕出魔鬼,並摧毀罪惡(25:10)。

**3.** 就如鐵、鉛、金或銀,一旦放入火中,就會失去它們的硬度,變成柔軟的物質;而且,只要它們仍然在火中,就因火熱的威力而被熔化,其天然的硬度被改變。同樣地,靈魂棄絕世界,只愛獨一的主人, 以

心懷中極大的渴慕,透過勞苦與努力,不停地以盼望與信心等候祂;當它在自己裏面領受了神性那天的火與聖靈的愛,就真係拋棄一切世俗的愛,從各種情慾的害處中得釋放, 拋棄一切,改變其天性與罪惡的剛硬,視一切為多餘,只注視已接納入內的獨一天國新郎,並在對祂的熱切且難以言喻的愛中得享安息(4, 14)。

**4.** 我告訴你,就連她眼前最親愛的手足──若他們阻礙了那份愛──靈魂,可說,就轉離他們,因為她的生命與平安,在於與天上之君那神秘且難以言喻的交通中。 因為連對肉體伴侶嘅愛都會令一個人同父母、兄弟分離,同佢哋有關嘅一切都變得陌生。 如果一個人仍然愛佢哋,就只係以一個外人嘅身份去愛,但佢對自己嘅妻子仍然有情意。因為經上係咁講: *「為此,人要離開父母,與妻子連合,二人要成為一體。」* (以弗所書5:31) 所以,如果屬肉體的愛能使人與其他一切愛分離,那真正被認為配得與天上所盼望的聖靈交通的人,又豈不更會與對世界的所有愛分離呢?對他們而言,一切都會顯得多餘,因為他們被天上的渴望所征服,並緊緊倚靠它;他們的願望就擺在那裡, 嗰度係佢哋思想嘅居所,嗰度係佢哋嘅生命,嗰度係佢哋心神嘅遊走,嗰度係佢哋心靈永遠嘅安息之所,被神聖、天國嘅愛同屬靈嘅渴望所征服(4, 15)。

**5.** 凡被神聖生命之靈露所滋潤,並其心為天上之王──基督──神聖之愛所刺透者,皆被吸引於那美、那不可言喻的榮耀、那永恆不朽的輝煌、那真實而永遠之王──基督──難以想像的豐富。 佢哋將自己交託於渴慕同愛,完全向基督回轉,並渴望獲得嗰啲佢哋在靈裡所默想嘅無法言喻嘅福份;為咗呢個緣故,佢哋視一切地上的美、榮耀、華麗同尊貴為無物, 同埋君王王子嘅財富,因為佢哋已經被神聖嘅美所迷住,而天上嘅不朽生命已經進入佢哋嘅靈魂。 正因如此,佢哋只渴慕天國之王嘅獨一無二嘅愛,以極大嘅渴慕將祂獨獨擺喺眼裏;為咗祂,佢哋拋棄一切世俗嘅愛,脫離一切塵世嘅羈絆,好令呢個唯一嘅願望永遠留喺佢哋心裏,並唔會摻雜任何其他嘢 (5, 6)。

**6.** 只有真正嘗過恩典嘅基督徒先至明白,成個塵世──君王嘅珍寶、財富、榮耀同智慧言語──都只不過係一場幻象,冇穩固嘅根基,轉眼成空;喺佢哋眼中,天下萬物都值得徹底鄙視。 點解會咁?因為喺天之上嘅嘢係奇妙可畏嘅──喺君王嘅珍寶入面搵唔到,喺智慧言語入面搵唔到,喺世上嘅榮耀入面都搵唔到。 而佢哋所獲得嘅尊嚴,或者話財富──因為萬有嘅主同創造者就住喺佢哋心靈最深處──係一樣唔會消逝,而係永遠長存嘅擁有(15:40–41)。

**7.** 透過與聖靈的交通並參與其中,基督徒的意念和悟性得以堅定, 堅定、寧靜同平安;佢哋唔再畀反覆無常同虛空嘅思想分散或者擾亂,而係安息喺基督嘅平安同聖靈嘅愛中,就好似主講到呢啲人時所講,佢哋已經 *「由死入生」* 咁(約翰福音5:24)。 透過心思意念的更新、對心思的治死,以及對主的大愛和天上的敬虔,這新造的人── ──即基督徒,就與世上一切人都分別為聖。主來世的目的,正是要使凡真心信祂的人得以成為這些屬靈福氣的器皿(5:4–5)。

**8.** 就如那患著大出血的女人,因真信並摸了主衣的縫子,即時就醫治好咗,那污穢血源的流出都乾涸咗;同樣,每一個有因罪所致、無法醫治之傷痕──即污穢邪念之源──的靈魂,若來到基督跟前,並,真心相信並提出請求,就會從情慾的流逝中獲得救贖的醫治;憑著耶穌的獨一無二的大能,那湧出污穢思想的泉源就會枯乾並停止;但要靠其他人醫治這道傷口,卻是辦不到的(20, 4)。

**9.** 就如當太陽升起喺大地之上,佢所有嘅光線都喺地上;當佢喺西方落山,返去佢嘅居所時,就收返所有光線入自己。同樣,靈未因聖靈重生,心思就完全留喺地上,而且遍佈天涯海角; 但一俾佢有資格接受聖靈嘅天上重生同交通,佢就收埋晒所有心思,鎖喺心入面,然後進入主嘅同在中,進入嗰個唔係人手所造嘅天上居所,佢所有嘅心思,一踏入神聖嘅氛圍,就都變得天上咁, 純潔而聖潔;因為靈魂脫離咗邪惡之君──世界之靈──嘅捆綁,就獲得咗純粹而神聖嘅思想,因為神樂意使人成為神性嘅參與者(49, 3)。

**b) 恩典嘅影響由一開始就已經好明顯,但係如果以為而家已經有咩完美,就太危險。呢只係開始。恩典先令自己被感受到,然後逐漸掌握住心靈,直到充滿晒所有嘢,並改造整個內在。**

**10.** 當神聖恩寵按各人嘅信德降臨喺靈魂上,而靈魂又接受咗上面嘅幫助,咁恩寵就只係部分咁降臨喺佢身上。唔好以為有人嘅整個靈魂會即刻被照亮;喺入面仍然有好大嘅罪惡空間,人要配合喺佢裏面運作嘅恩寵,付出好大嘅勞力同努力。 所以,神聖嘅恩寵,雖然可以喺一瞬間就潔淨同成全一個人,但佢會慢慢咁臨到靈魂,為咗考驗人嘅自由意志:係咪可以全心愛神,唔向邪惡妥協,而係完全交託畀恩寵。 因此,一個靈魂,經過時間同多年嘅考驗,證明自己心存善意,冇令恩典傷心或冒犯,就係透過呢個逐

步嘅過程搵到幫助。 而恩典本身就掌握咗靈魂入面嘅牧場;當靈魂經過多年證明自己有善意同與恩典和諧,恩典就會深入到靈魂最深層嘅功能同思想,直到整個靈魂都畀天國嘅恩典所包圍,而呢種恩典已經喺呢個器皿入面掌權(41, 2)。

**11.** 因此,好多人畀恩典喺佢哋裏面嘅作為所引誘,以為自己已經達到完美,就話:「夠啦,我哋乜都唔缺。」但係主係無限同無可測嘅。 基督徒卻不敢自稱已經得着了智慧,反而日夜自卑。靈魂有許多部分,而且非常深奧;潛入其中的罪惡已經滲透到它所有的地方,並控制了心靈的各種功能。當人尋求恩典時,恩典就臨到他,或許只掌握了靈魂的兩部分。 但係冇經驗嘅人,被恩典安慰咗,就以為嚟到嘅恩典已經掌握晒靈魂所有能力,罪惡已經根除。其實靈魂大部分仍然受罪惡嘅控制,只有一部分受恩典影響。嗰個人就畀蒙騙,完全唔知道(26, 17, 50, 5)。

**12.** 就連一個受病魔折磨嘅人,都有啲部位可能仍然健康──例如視覺器官、眼睛,或者其他部位──而其他部位就已經受損。屬靈嘅事亦都一樣。一個人可能有三部分屬靈生命都好健康,但呢個唔代表佢已經完美。 你睇吓有幾多屬靈嘅級別同階段,邪惡係點樣一點一滴咁被潔淨同驅逐,而唔係一次過完成嘅 (15, 7)。

**13.**就好似喺媽媽肚入面嘅胎兒,唔會即刻就變成人,而係要慢慢先有個人形,然後先出世──雖然出世嗰陣仲未成熟,要再長幾年先至成年;同樣地,大麥或者小麥嘅種子,種落地下都唔會即刻生根, 但只有等到寒風過後,佢哋先喺適當嘅時候長出莖;而且種 Pear 樹嘅人,都唔會即刻就可以收果。同樣喺屬靈嘅事上,因為有咁多智慧同微妙,人係逐步成長,先至可以*「長成成熟人嘅身量,按住祂身量嘅度量」*(弗4:13),而唔係好似其他人所講,好似脫衫同著衫一樣(15:39)。

**14.** 但就如蜜蜂暗中喺蜂巢入面築蜂脾,恩典亦都暗中喺我哋心裏面製造佢嘅愛,將苦澀變成甘甜,將剛硬嘅心變成憐憫。 就好似銀匠同雕刻師分段雕刻一個碟,佢會先將刻喺上面嘅各種動物遮住,等到完成之後,先至揭開碟嘅全貌,展現佢嘅全部華麗;同樣地,呢位真正嘅藝術家 (基督)主用祂的雕刻妆饰我们的心,并以奥妙的方式更新它们,直到我们离开这身体,那时灵魂的美丽才会显现(16:7)。

**c) 因此,凡嘗過恩典的人,都日日夜夜越發渴慕再嘗。**

**15.** 凡熱愛公義和良善,並懷著大盼望與信心,渴望完全披戴基督的靈魂,並不特別需要他人的提醒,也不會容許自己天上的渴望和對主的愛有任何絲毫的減弱;反而, 因為佢哋完全緊貼住基督嘅十字架,每日都喺自己裏面經歷同屬靈新郎嘅結合中成長嘅感覺;並且,被天上嘅渴望所推動,渴慕美德嘅真理,佢哋強烈而無止境咁嚮往屬靈嘅啟示。 如果憑住佢哋嘅信心,佢哋被認為配得上領受神聖奧秘嘅知識,或者成為天上恩典喜樂嘅分享者,佢哋唔會依靠自己,亦唔會自視為有咩特別;而係喺佢哋被認為配得上屬靈恩賜嘅程度上, 就因為佢哋對天上渴望嘅無止境,佢哋就更加熱切咁去追求;愈覺得自己有屬靈嘅進步,就愈渴慕同埋渴求同恩典交通同增長;愈喺屬靈上被豐富, 就越覺得自己貧窮,因為對天上新郎的屬靈渴慕永遠都無法滿足,正如聖經所言:*「凡食我的,仍要飢餓;凡喝我的,仍要渴慕。」*(智24:23)。(10:1)。

**16.** 一個真誠愛神和基督的靈魂,即使已經行了千百件義行, 因為對主有無止境的渴慕,視自己似乎仍未做過任何事;即使透過禁食和守夜耗盡身體,仍覺得尚未開始為美德而努力;即使被認為配得上獲得各種屬靈的恩賜、啟示和天國的奧秘, 因為對主嘅無限同唔可滿足嘅愛,佢心入面覺得自己仲係乜都未得到;相反,每日都飢渴,以信心同愛心持續禱告,就算係滿有恩典嘅奧蹟同培養自己嘅各種美德,都無法令佢滿足。 被天上聖靈之愛所刺透,並藉着恩典的幫助,她不斷在心靈深處激起對天上新郎的熱切渴望;她渴望在聖靈的殿中,成為與祂那神秘而難以言喻的交通的完全器皿;以她靈魂 unveiled 的面容,她面對面地注視天上新郎, 喺屬靈同難以言喻嘅光中;佢帶住絕對嘅確信,與佢聯合,效法佢嘅死,並懷住深切嘅渴望,為基督嘅緣故不斷等候死亡;佢毫無疑問地相信,藉住聖靈,佢會得著從罪惡同情慾黑暗中完全嘅釋放,並且,經過聖靈嘅潔淨,喺靈魂同身體上得以成聖, 就會被認為配得成為一個純潔的器皿,在自己裡面承受天國,成為基督──天上和真 King──的居所。到那時,它才配得上天上的生命,因為它已經喺呢度成為聖靈純潔的居所(10:4)。

**17.** 但係靈魂要突然之間或者唔經過試煉就達到呢種境界,係唔可能嘅。相反,透過好多勞苦同掙扎,經過時間同勤力,以及試煉同各種誘惑之後,佢先至可以喺靈命上成長同進步,甚至達到無情欲嘅完美境界, 然後,當佢甘願而勇敢地抵擋「一切罪惡的試探」之後,就會被認為配得上極大的榮耀、屬靈的恩賜和天國的豐富,並以這種方式成為我主基督耶穌天國的繼承者(10:5)。

**18.** 基督教就好似食物同飲品。愈品嚐到幾多,心靈就愈被佢嘅甜美所激動,變得無法控制同無止境,愈來愈渴求同享受佢。 就好似有人口渴,有人畀佢飲咗杯甜嘢,佢一試,口渴反而更勁,就更加走近啲去飲;同樣,嘗過聖靈之後,會產生幾乎無法撲滅嘅渴慕,正可以同嗰種人嘅口渴相比。 而且呢啲唔係單憑言語,而係聖靈嘅作為,祂以神秘嘅方式幫助人心靈(17:13)。

**19.** 想像一下有個泉源,有個人因渴而開始飲水;當佢飲緊嘅時候,有人分散佢嘅注意力,令佢飲唔夠;但係嘗過水之後,佢嘅渴更盛,於是更加迫切咁去搵水飲。 喺屬靈嘅事上亦都係咁:人已經開始嘗過同參與天上嘅食物,但係突然喺嗰刻畀人阻止,冇人容許佢得飽足(27:7)。

**20.** 主知道人性的軟弱──人容易自大──所以祂就限制他們,容許他們一直處於試煉和動盪之中。因為如果你只不過得一點點,就已經叫人難以忍受,並且自大狂妄,那一旦讓你得飽足,你豈不是更加難以令人忍受? 但係神知道你嘅軟弱,就按佢自己嘅判斷畀你試煉,好等你謙卑,並以更大嘅熱誠尋求神(27:8)。

**(d) 越嚟越渴慕主,呢啲人喺各方面都覺得自己有不足同缺乏;所以謙卑係佢哋心入面深植嘅感覺。亦都係所有進一步進步嘅先決條件。**

**21.** 人點樣先可以有心靈貧窮呢?特別係當佢哋覺得自己已經改變咗、有進步,同埋獲得咗以前冇有嘅知識同明白嘅時候?直到一個人得到呢啲同有進步之前,佢都未算有心靈貧窮,反而會自以為是。 但當呢種明白同進步出現嘅時候,恩典本身就教導佢要心靈貧窮;雖然佢係義人,係上帝所揀選嘅,但佢唔可以自視為任何嘢,而要承認自己嘅靈魂毫無價值,謙卑到好似乜都唔識、乜都冇擁有過,即使佢其實識嘢同擁有嘢。 而呢種思想好似天生咁,深植喺人心入面。你睇唔到我哋嘅先祖亞伯拉罕,作為神所揀選嘅人,都自稱係塵土同灰呢?(創世記18:27) 大衛被膏立做王,神喺佢面前,佢講咩?*「我係條蟲,唔係人,被世人藐視,被眾人憎惡。」*(詩篇21:7) 所以,凡要與他們同作後嗣、同作天上城邑的市民,並且與他們同得榮耀的人,必須有同樣的謙卑,不可自以為是,卻要存謙卑破碎的心(12:3–4)。

**22.** 得着恩典的人,自覺自己比一切罪人更卑微,這種思想自然而然地植入他心裏;他越深入認識神,就越覺得自己無知;他越學習,就越承認自己一無所知。 就係呢種輔助嘅恩典,自然而然喺靈魂裏面帶嚟呢種狀態(16:12)。

**23.** 通曉神之道的人承認自己非常渺小,完全沒有技能;對他們而言,將自己視為卑微,甚至視為無物,已成為一種自然且不可或缺的習慣。難道這些人不知道自己已經獲得了原本所沒有的东西,並且獲得了超越其本性所能承受的某種非凡事物? 我同你講,佢哋唔會覺得自己有德或成功;佢哋都唔知道自己已經獲得咗以前冇擁有過嘅嘢。但係降臨喺呢啲人身上一種恩典教導佢哋,就算佢哋興旺發達,都唔應該視自己嘅靈魂為寶貴,而要自然而然咁承認自己毫無價值。 雖然佢哋喺神眼中係寶貴嘅,但佢哋自己唔會咁睇;就算佢哋興旺發達、蒙神指引,佢哋都好似乜都唔識,雖然喺神眼中富有,但喺自己眼中卻係貧窮(27:4–5)。

**24.** 然而,如果你見到有人自誇,以成為恩典的參與者為榮,即使他行奇蹟、叫死人復活,若他不承認自己的靈魂卑微可憐,不承認自己心靈貧窮可悲,他就被惡意所吞噬,卻根本 unaware。 就算佢行奇蹟,都唔可以信佢,因為基督教嘅標誌就係,就算係神所喜悅嘅人,都要努力將呢件事瞞住人;就算佢擁有成個皇帝嘅財寶,都要收埋起嚟,並且永遠咁講:「呢份財寶唔係我嘅;係另一個人交畀我保管,而我只係個乞丐;當交畀我嘅人想攞返,就會攞返去。」 但如果有人話:「我好有錢,我已經夠晒,唔使再嘢」──咁嘅人唔係基督徒,而係虛假同魔鬼嘅器皿。因為對神嘅喜悅永遠都唔會滿足,人愈品嚐同分享佢,就愈飢渴想得更多。 呢啲人對上帝懷有熱誠同無可抑制嘅愛;佢哋越努力追求興旺同獲取,就越承認自己係乞丐,好似喺一切事上都一無所有、乜都未得過。佢哋會講:「我唔配畀呢個太陽照耀我。」呢就係基督教嘅標誌;呢就係謙卑(15:35)。

**25.** 若有人唔保持極大嘅謙卑,就會將自己交畀撒旦,失去神賜俾佢嘅恩典;到時佢嘅驕傲就會顯露,因為佢係赤身又貧窮。 所以,凡靠神恩得豐盛者,必須存大謙卑同心內破碎,視自己為乞丐,一無所有,並要心想:「我所擁有嘅一切唔係我自己嘅;係人畀咗我,當佢想收返,佢隨時都可以收返去。」 凡以呢種方式喺神同人面前謙卑自己,就可以保守所賜畀佢嘅恩典,正如所講:*「謙卑自己嘅人,必被高舉。」*(馬太福音23:12) 作為神所揀選嘅人,要自我定罪;作為忠信者,要自認不配。 呢啲靈魂討神喜悅,並藉基督得生(41:3)。

**(d) 然而,他們 above all 被警告要提防自大、驕傲和好判斷人,因為這些會令恩典離開,而冇咗恩典就會即刻墮落。**

**26.** 如果有一位君王將他的財寶託付給一個乞丐,那收下財寶的人並不把這財寶當作自己所有的,卻在各處承認自己的貧窮,不敢浪費別人的財寶,因為他總是在心裏對自己說: 「呢筆財寶唔單止唔係我自己嘅,仲係一位大王委託畀我嘅,佢隨時都可以收返。」凡係擁有神恩典嘅人,都要咁樣諗自己,喺智慧上要謙卑,承認自己嘅貧窮。 如果一個乞丐,接受咗國王委託俾佢保管嘅寶藏,並且將希望寄託喺呢份唔屬於自己嘅財富上,開始自誇話呢啲係自己嘅財富,心入面充滿咗驕傲,咁國王就會收返佢嘅寶藏,而呢個受託人最終仍然同以前一樣貧窮。 所以,即使擁有恩典嘅人若自誇,心裏變得驕傲,主就會將祂嘅恩典從佢哋身上收回,佢哋就會回到未得主恩典之前嘅狀態(15、25節)。

**27.** 因為,既領受了聖靈的恩典,又在安息中為自己找到了恩典的安慰, 喺佢哋嘅慾望同屬靈嘅甜美中,並憑此自大,放縱自己,心無懊悔,意不卑微,亦未達到無情慾嘅完美境界,雖然透過一切勤力同信心本可完全被恩典充滿,但佢哋只滿足於此,就此安息, 並只以微薄嘅恩典安慰作滿足;呢類靈魂因驕傲勝過謙卑,即使蒙賜恩賜,都會因佢哋嘅大意疏忽同虛假嘅自誇而失去(10, 3)。

**28.** 我告訴你,我見過有人擁有各樣恩賜,並且成為聖靈的參與者,然而因為未能達到完全的愛,他們就跌倒了。 有位貴人,棄絕咗世界,賣咗佢嘅田地,放咗佢嘅奴僕自由,而且因為謹慎有智慧,已經因為佢高尚嘅品行而聞名;但係佢畀自負同驕傲所勝,最終墮入放蕩同千般惡行之中(27:14)。

**29.** 又有一人,在迫害期間捨棄了自己的身體;他曾作過殉道者,後來和平恢復時被釋放,並備受尊崇;他的眼皮因在濃煙中受酷刑折磨而受損。 佢雖然受人尊敬,但當被叫去禱告時,就拎咗啲麵包畀仆人,心態就好似從來未聽過神嘅話咁(27:15)。

**30.** 又有一位苦行者,與我同住一屋,同我一齊禱告,他滿有恩典,當他喺我身邊禱告時,會被深情感動,因為恩典在他裏面滿溢。 佢蒙賜醫治嘅恩賜,不單趕鬼,仲可以透過按手醫好啲手腳被捆綁、患重病嘅人。跟住佢自以為是,畀世界讚美,沉溺喺自己嘅重要性入面,變得驕傲,墮入罪惡嘅深淵。 你睇,就連擁有醫治恩賜嘅人都會跌落嚟。你睇下未達到愛嘅分量嘅人係點樣跌落嚟?但係已經達到愛嘅人,被愛捆綁同迷醉,就好似被擄入另一個世界,好似唔再識自己嘅本性(27, 16)。

**31.**一個忠信而真愛的人,看見為義人預備的永恆福份,以及即將降臨的上帝恩典那難以言喻的慈愛,就認出自己、自己的關懷、自己的勞苦和自己的努力,都配不上那難以言喻的聖靈應許。 這就是主所祝福的貧窮心靈。這就 是飢渴慕義的人。這就 是心碎的人。凡有此種心志、此種奉獻、此種勞苦,以及對美德的此種愛,並堅持到最後的人,才能真正承受生命和永恆的國度。 所以,弟兄們,不可彼此比較,高估自己;亦不可受惡者誘騙,自以為是,說:「看哪,我已經有屬靈的恩賜。」基督徒不應該存此心態。你不知道明天對你弟兄而言會帶嚟什麼;你也不知道你自己或他人的結局會如何。 相反,人人要自省,不斷審查自己嘅良心,考驗自己心裏嘅所作所為,睇吓自己嘅心思意念有幾多努力同用心去追求神,並要記住最終嘅目標──自由、無情欲同屬靈嘅平安── 務要令佢不斷同勤力咁流動,唔好靠任何恩賜或藉口(29, 7)。

**32.** 就連蒙神恩典的人又如何跌倒?就連最純潔的思想,按本性都可以變得敗壞而跌倒。一個人開始自誇,責備別人,說:「你是个罪人」──同時卻自認自己義人。 你唔知保羅講乜嘢? *「為咗攔阻我,就喺我肉體入面畀咗我一刺,係撒但嘅使者,嚟糾纏我,免得我過份自大*。」(林後12:7)就連純潔嘅本性都有驕傲嘅潛質(7:4)。

**33.** 所以,基督徒自己要盡力,絕對唔好定任何人罪──唔論係公然嘅妓女、罪人,定係違法嘅人──而要對每個人都保持單純嘅心態, 以純潔的眼目看待每一個人,使之成為一種自然而然、理所當然的事:不輕視人、不定罪人、不憎恨人,也不對人劃分高低(15:8)。

**34.** 人可唔可以喺擁有恩典嘅時候跌落去?如果佢哋自滿,就會跌落去,因為仇敵從唔會閒置,佢哋會打仗,而唔會因為懶散而退縮。 所以,你更應該喺神面前唔好停止你嘅追求。因為如果你放縱自己,疏忽大意,就會帶嚟好大嘅害處,就算表面上你似乎已經喺恩典嘅奧秘中經過試煉(15:14)。

**35.** 基督徒的尊嚴極大,無可比擬。但如果有人被分散心思,又被惡意掠奪,他就會變成一座沒有城牆的城,強盜從任何地方都可以隨意入內,將之掠奪殆盡,甚至付之一炬。 所以,如果你都粗心大意,唔留神,嗷邪惡嘅靈就會嚟,將你嘅心思變成一無所有,荒蕪殆盡,喺呢個世界散播你嘅思緒。(15:45)

**(e) 所以,就好似佢哋知道自己收咗幾大嘅寶藏而歡喜,同樣都好驚會失去,就努力咁行佢哋嘅屬靈服侍,免得得罪恩典嘅聖靈,令祂離開佢哋。**

**36.** 工人並不將盼望寄託於他的勞力或生命,直到他得著所渴望的,直到主來在他裏面,在聖靈的每一個感覺與行動中與他同住。 當佢嘗過主嘅恩典,並喺屬靈嘅果實中盡情喜樂嘅時候,黑暗嘅面紗就會被揭開,基督嘅光就會照耀,並帶嚟無可言喻嘅喜樂;到時佢因有主同住,就會對自己所擁有嘅深愛感到確定無疑。 好似一個做生意賺咗錢嘅商人,雖然佢會開心,但同時又憂慮同驚怕遇到強盜同欺騙嘅邪靈,唯恐自己變得軟弱,喺未被認為配得上進入天國──即係天上嘅耶路撒冷(14:2)──之前,就浪費咗自己嘅勞力。

**37.** 就如商人航海,雖然可能遇到順風同平靜嘅海面,但係直到到達港口之前,都一直驚有逆風突然吹起,海面變得洶湧, 船隻就會有危險;同樣地,基督徒雖然感受到聖靈的順風吹拂,仍然害怕有逆風突然吹起,在他們靈裡激起反叛和動盪。 所以,要進入安息的港灣、進入完全的平安、進入永恆的生命與永恆的福樂、進入聖徒之城──天上的耶路撒冷、進入長子之會(來12:23),就必須非常謹慎。 但對於未曾通過這些階段的人,有許多理由要擔心,惡者可能會在他們前行途中,以某種方式使他們跌倒(43:4)。

**38.**有一位極其顯赫的富貴君王,會將他的恩寵施予一個除了一具身體之外一無所有的貧窮女子;他會成為她的情人,並決定將她接進府中,做他的新娘和伴侶。 但如果佢最終向丈夫表達愛意,並且繼續對佢忠心,呢位一無所有嘅貧窮可憐女子,就成為咗丈夫所有財產嘅女主人。 但如果佢唔盡本份,喺夫家行得唔掂,就會畀人逐出,受盡羞辱同恥笑,雙手摀住個頭走,就同摩西律法對唔聽話又令丈夫唔開心嘅老婆嘅規定一樣(申命記24:1)。 然後佢就受苦啜泣,為自己失去嘅財富同被剝奪嘅榮耀而悲傷,因為自己嘅愚蠢而招致羞辱(15, 2)。

**39.** 靈魂亦當如此,基督──天上的新郎──將她許配自己為新婦,以與他進行奧秘而神聖的交通,並分享天上的豐盛。她必須以極大勤力與誠心,努力討好她的未婚夫基督,並以合宜方式盡力完成所託付的屬靈事工。 好令神在凡事上都喜悅,不叫聖靈一點也不擔憂,以端正的态度保持完全的貞潔和對基督的愛,在天主──天國之王──的殿中 ──好好行徑,並以全心敬意回應賜予她的恩典。 所以,咁嘅靈魂被立為主所賜福份嘅主人;連佢嘅肉身都因基督嘅神性而得榮耀。但如果佢以任何方式犯罪, 而喺佢嘅服侍中行事違背佢嘅本份,冇做討基督喜悅嘅事,亦唔跟從佢嘅旨意,亦冇同佢裏面住嘅聖靈恩典合作,咁佢就會受可恥嘅羞辱,被切斷生命,變得唔適合同天國之王交通。 而關於呢個靈魂,喺所有聖潔同智慧嘅天神之中,已經有悲傷、憂愁同眼淚;天使、能力、使徒、先知同殉道者都為佢哀號(15:2)。

**40.** 所以,我哋要努力,並用盡一切謹慎小心,好似經上所寫嘅,要存敬畏嘅心去成就我哋自己嘅得救(腓立比書2:12)。 所以,凡係已經成為基督聖靈同路嘅你哋,無論係細事定大事,都唔好輕忽或者得罪聖靈嘅恩典,免得你哋被剝奪已經成為份子嘅生命(15:4),

**41.** 我再用另一個例子作說明。如果一個僕人進入王宮,奉獻所託付給他的東西來侍奉王,他會從王的庫房取物,空手而入,用王自己的器皿來侍奉王。 但係呢度就要有極大嘅謹慎同洞察力,咁佢喺服侍嘅時候先唔會做任何唔當嘅事,唔會喺王嘅餐桌上用一碟嘢代替另一碟,而係要由第一碟到最後一碟,按正確嘅次序擺上所有嘢。如果因為無知同判斷力不足,佢向王服侍得唔啱,就會身陷險境,甚至面對死亡(15:5)。

**42.** 同樣地,靈魂因恩典和聖靈而獻身於事奉上帝,需要極大的謹慎和指引,免得它在對神器皿──即對屬靈事奉──的理解上,因照自己與恩典相違的意願行事而有任何差錯。 因為靈魂可以透過屬靈的服侍事奉主,這服侍在內人裏面秘密地行,並藉着自己器皿──即內人裏的靈──進行;但若沒有祂的器皿──即恩典──就没有人能事奉神,即在凡事上成就神的心意,討祂喜悅(15:5)。

**43.** 當靈魂領受恩典時,就需要很多的謹慎和洞察力。然而,神自己賜給向祂求的靈魂这一切,好叫它能藉着所領受的聖靈,以可蒙悅納的方式事奉祂,不致在任何方面被惡習所勝,或因無知而離道犯罪, 大意或疏忽,以及違背主旨、不盡本份;因為這樣的心靈將會被處以死亡和哀哭,正如神聖使徒所言:*「免得我向人傳福音,自己卻不合資格。」*(林前9:27)。 你睇吓佢作為上帝嘅使徒,有幾咁敬畏?所以,我哋要向上帝祈禱,願我哋所有領受咗上帝恩典嘅人,首先能夠按佢嘅旨意行我哋嘅屬靈職務,唔好養成一種漠視一切嘅心態,而係要透過呢種方式, 活出討神喜悅的生活,並照祂的旨意藉著屬靈的服侍事奉祂,使我們得以承受永生(15:6)。

**44.** 就如komiti,即係省督,當佢哋入到王宮嗰陣,都因為驚點樣答佢而戰戰兢兢,唯恐答錯咗會受責罰;反而啲鄉下人同平民,因為未見過王子,就毫無顧慮;同樣地,天下萬國, 世人,由君王到乞丐,都唔識基督嘅榮耀,只顧今生嘅事,好少人會諗到審判日;但係凡係以靈入到基督殿廷,喺基督寶座前嘅人, 並常喺基督面前站住,存敬畏戰慄嘅心,免得喺祂聖潔嘅誡命上犯咗任何罪(15, 17)。

**45.** 就如僕人喺主人面前,生活喺恐懼中,乜都唔敢冇主人吩咐就做;我哋都要咁樣,將我哋嘅心思意念喺基督──主同識心者──面前敞開,並將我哋嘅盼望同信心放喺佢身上,因為佢係我嘅榮耀,佢係我嘅父,佢係我嘅財富。 所以,你哋要時時喺良心中存着謹慎同敬畏(16, 6)。

**46.** 就好似嗰啲負責一省或者皇家庫房最高行政嘅人,時刻都擔心會喺任何方面得罪王一樣,嗰啲被託付屬靈事務嘅人亦都時刻憂慮;就算喺平靜時,都好似冇咩平安,因為佢哋仍然喺趕出黑暗嘅國度出自己嘅靈魂, 就係入侵咗呢座城──即係靈魂──同埋佔據咗佢牧場嘅野蠻人(16:12)。

**(g) 就係為咗呢個目的,佢哋千方百計唔畀心思飄離主,並且要保持內心嘅秩序,就好似舵手管住船上嘅水手,或者車夫管住佢嘅馬咁。**

**47.** 神,那不可言喻、不可思議者,祂無處不顯現──在山上、在海裡、也在深淵之中──卻並非從一處移到另一處;就如天使能從天降到地,祂既在天,亦在此。 如果你喺深處尋主,就會見到佢喺嗰度行神蹟;如果你喺坑中尋佢,就會見到佢喺兩隻獅子中間保護義人但以理;如果你喺火中尋佢,就會見到佢喺嗰度拯救佢嘅僕人。 如果你喺山上搵佢,你就會發現佢喺嗰度──同以利亞同摩西一齊。主喺各處:喺地底下、喺天之上、喺我哋入面,同埋喺所有地方(16:5, 12)。

**48.** 基督徒理當時時刻刻把神記在心,因為經上寫道:*「你要盡心、盡性、盡意愛主你的神」* (申命記6:5);意思係,唔好淨係喺你入祈禱室嗰陣先去愛主,就算喺路上、傾偈,甚至食嘢嘅時候,都要記住神,並保持對祂嘅愛同敬虔。因為祂話:「你嘅財寶喺邊,你嘅心就喺邊」(馬太福音6:21)人嘅心掛住乜嘢,乜嘢就成為佢嘅神。如果心時時刻刻尋索神,咁神就成為嗰顆心嘅主宰。 就好似拋入火中嘅細枝撐唔住火嘅威力,即刻就會被燒盡;同樣,當魔鬼想攻擊已經蒙受聖靈恩賜嘅人,只要嗰個人自己時刻緊貼主,並將信心同盼望放喺主身上,就會被神聖嘅火能力燒灼同摧毀。 就算魔鬼有力同山咁堅固,佢哋都會畀禱告點燃,就好似蠟畀火燒咁(43:3)。

**49.** 主嘅聖徒坐喺世界嘅戲院入面,睇住佢嘅種種欺騙;但係佢哋內心同神傾談,表面上卻似乎係望住世上發生嘅事。 世人受奉承之靈另一種影響,因而追求世俗智慧;但基督徒卻有不同的旨意和不同的心思;他們屬於另一個時代、另一個城池的人,因為神的大能與他們的靈同住(15:8–9)。

**50.** 使徒說:*「我想要男人不懷憤怒或自私的野心而禱告。」* (提摩太前書 2:8),因為,照福音所言,意念是从心里發出。(馬太福音 15:19) 所以,當你開始禱告時,要留心你嘅心同你嘅意念;渴望一腔純淨嘅禱告由你流向上帝;並且,最緊要嘅係,要察看有冇嘢阻礙你嘅禱告, 你嘅禱告係咪純潔,你嘅心思係咪專注喺主身上,就好似農夫專注耕作、丈夫專注妻子、商人專注生意;當你跪低禱告嘅時候,你嘅思想係咪畀其他嘢分散(15:12)。

**51.** 經上寫住:*「你要盡心愛主你嘅神」* (申命記6:5)。你又話:「我愛佢,我又有聖靈。」但係你真係有主嘅記憶、對佢嘅愛同埋對佢嘅熱誠咩? 你係咪晝夜都專心歸向主?如果你真係有呢種愛,你就有潔淨。但如果冇,當世俗嘅憂慮同邪惡、欺騙嘅念頭出現時,就要檢視自己係咪真係堅定,靈魂係咪時刻被對神嘅愛吸引,並專心歸向祂? 因為世俗的思想用塵世和短暫的事物分散心思,令到人無法去愛神或紀念主。 往往連一個冇讀過書嘅人,只要開始禱告、跪低,佢嘅心就得享平安;而佢喺惡意嗰堵對立嘅牆底下,愈能掘穿、愈能鑽入,嗰堵牆就愈被摧毀,而嗰個人就獲得異象同智慧,連強壯者、智者同演說家都無法達到嘅境界。 而佢哋無法洞悉或理解佢心靈嘅微妙,因為佢沉浸喺神聖嘅奧秘之中(15:13)。

**52.** 當銅器外面着咗火,你再加柴,個器就焗熱,入面嘅嘢都會因為外面着起嘅火而滾同煨。但如果有人懶惰唔加柴,火就會開始熄,好似死咗咁。 同樣地,恩典就好似一團天火喺你心入面。如果你禱告,將心思意念交託畀對基督嘅愛,就好似加咗燃料,你嘅心思就會變成火焰,沉浸喺神嘅愛入面。雖然聖靈似乎退去,好似喺你外面,但佢其實仍然喺你心入面安居,並喺你外面顯現自己。 但如果有人因塵世事務或分心而稍為走神,罪惡就會回歸,攫住靈魂,並開始壓迫那個人。靈魂追憶起往日的平安,便會愈來愈頻繁地感到憂傷和痛苦(40, 7)。

**53.** 心靈再次轉向神;往日嘅平安再次漸漸臨近;再次更切切尋求神,說:「主啊,我懇求你!」火焰逐漸增強,點燃並撫慰住靈魂,就好似魚鉤慢慢將魚從深處釣出嚟。 如果唔係咁,如果靈魂未嘗過苦楚同死亡, 又點能分辨苦同甜、死同生,並向賜生命嘅天父、聖子同聖靈永遠感恩呢!

**54.**就好似喺船上,如果船備齊咗裝備,掌舵嘅人就會指揮同控制晒所有嘢,責備有啲人,教其他人點做;同樣,心入面都有個掌舵嘅──意念──同埋一個良知,會責備,亦有思想會定罪同辯解;因為使徒話:*「佢哋嘅思想會定佢哋有罪或無罪」*(羅馬書 2:15)。(15.31)

**55.** 如果戰車、繮繩、拉車的牲畜同埋其他所有所需嘅嘢都由同一個人──車夫──掌控,咁佢想嗰陣就用盡全速駕駛戰車;佢想嗰陣就收緊韁繩;同樣,佢想往邊度轉,就往邊度去──整架戰車都喺車夫嘅掌握之中。 同樣地,心裏面有好多自然嘅念頭同佢緊密連繫,而心思同良知就為心提供指引同方向,並平息心裏面出現嘅自然念頭,因為靈魂雖然係一個整體,但係由好多部分組成(15, 32)。

**56.** 人哋拴好咗馬,就駕住戰車互相衝鋒,個個都想推翻同擊敗對手。所以修道者嘅心就好似一場盛大嘅戲:邪惡嘅靈魂同心靈對抗,而上帝同天使就喺一旁睇住呢場爭鬥。 而且,每時每刻,靈魂都會產生好多新嘅念頭,惡意亦都會灌輸佢哋。因為靈魂有好多秘密嘅心思,而喺呢一刻,佢就生產同孕育緊佢哋;而惡意有好多念頭同詭計,每時每刻都喺對付靈魂,因為心智就係御者, 祂駕馭着靈魂的戰車,手持思想的繮繩,衝向撒旦為對抗靈魂而準備的戰車(40, 5)。

**g) 由此可見,對抗罪惡和仇敵的戰爭在此亦未停止;因此對抗心思意念和心靈激動的鬥爭永無止境。在此,它變得更加微妙。**

**57.** 雖然恩典本住喺佢哋入面,但佢哋唔知道自己正畀罪惡掠奪。 就好似有一間屋入面住咗一個女仔同一個男人,嗰個女人畀男人引誘,最終肯咗佢,犯咗通奸,畀人藐視;同樣地,可怕嘅罪惡之蛇就同靈魂一齊住,引誘同說服佢; 如果佢肯應承,無形嘅靈魂就同無形嘅惡毒精神結合;即係話,靈同靈結合,而接受惡者思想入自己,並同意嗰思想嘅人,就喺心入面犯咗通奸。 所以,你屬靈爭戰的衡量,不在於心思中不犯淫亂,而是在於以你的心志抵擋,進行內在的爭戰,與罪惡對抗並不順從它,也不在心思中享受它。 如果主喺你身上見到呢種準備,佢就會喺最後嗰日接納你入佢嘅國度(15:26)。

**58.** 按人嘅本性,就算沉溺喺罪惡中、行緊罪嘅人,都可以回轉向善;同樣,就算被聖靈捆綁、沉醉於天上之事嘅人,都有能力向惡回轉。 甚至已經嘗過神恩典、成為聖靈參與者的人,若不謹慎,就會變得冷淡,甚至比他們在世時更糟糕。 而呢件事唔係因為神會改變或者冇能力,亦唔係因為聖靈衰弱,而係因為人自己同恩典唔協調,所以先會被引誘,陷入千百種惡中(15:34)。

**59.** 其他人,雖然已經嘗過上帝的甘甜,但仍受內在仇敵的影響,因經驗不足,對此感到驚訝:即使在上帝臨在之後,他們的思想仍然繼續發揮作用,甚至在基督教聖禮期間。 但係已經習慣咗呢種狀態嘅人就唔會覺得奇怪,就好似有經驗嘅農夫,經過長期嘅耕作,就算有豐收都唔會完全鬆懈,反而會預料到會有饑荒同歉收;同樣地,當佢哋遇到饑荒或歉收,都唔會完全絕望,因為佢哋知道時局會改變。 喺屬靈嘅事上亦都一樣:當靈魂受各種試探時,佢既唔會驚訝,亦唔會灰心,因為佢知道,憑住上帝嘅許可,惡者被准許去試驗同懲罰佢;反之,喺佢擁有豐盛嘅財富同平安嘅時候,佢亦唔會自滿,而會預料到會有改變(16,3)。

**60.** 人若深浸於恩典並因此豐富,其內仍存邪惡之毒,卻同時有一位為佢代禱嘅中保幫助佢。若泉水湧流,周遭之地便會保持潮濕。 但係一到天氣炎熱,泉水同周圍嘅地方都乾晒。神嘅僕人亦都係咁,恩典喺佢哋身上充裕:佢哋既能乾晒魔鬼挑起嘅慾望,又能乾晒自然而然生出嚟嘅慾望,因為而家神嘅子民已經超越咗第一個亞當(16:4)。

**61.** 有人喺神嘅恩典中搵到咁嘅安息,以至佢哋比住喺體內嘅罪惡更強;雖然佢哋有禱告同喺神面前有大平安,但有時又會畀惡念嘅影響所勝,畀罪惡圍住,雖然佢哋仍然住喺神嘅恩典中。 但係輕浮同無知嘅人,當恩典喺佢哋身上有啲作用嘅時候,就以為自己已經冇罪;相反,有洞察力同謹慎嘅人就唔會大膽到否認,就算擁有神嘅恩典,都唔會受可恥同污穢思想嘅影響(17:5)。

**62.** 我哋喺弟兄中間,經常見到有啲人得咗大喜樂同大恩典,五、六年都咁講自己:「我哋嘅慾望已經枯萎晒」──之後,當佢哋以為自己已經完全擺脫慾望,潛藏喺佢哋心入面嘅惡習就開始作祟,佢哋被慾望所焚燒,於是對自己感到好驚訝,心想:「點解喺咁耐之後,竟然會有咁嘅惡習喺我哋心入面出現呢?」 所以,任何正常人都唔會大膽到話:「既然恩典住喺我入面,我就完全冇罪。」相反,心入面有兩股勢力同時作祟。冇經驗嘅人,只要恩典對佢哋有丁點作用,就以為自己已經得勝,成為完美嘅基督徒

。 但係我睇,係咁樣:當太陽喺晴朗嘅天空照耀,雲層嚟到遮住佢,令空氣變得濃重,雖然太陽被雲層遮住,但佢嘅光同本身都冇任何損失。未達到完美純潔嘅人,就好似咁。 雖然佢哋寄居喺神嘅恩典入面,但係靈魂深處仍然被罪惡所佔據,佢哋心入面有啲自然嘅衝動同思想,喺佢哋向神努力嘅時候賦予佢哋力量,雖然佢哋未完全立定喺善之中 (17, 6)。

**63.** 相反,即使喺佢哋靈魂深處緊貼住善──即係畀恩典所主宰──佢哋仍然係邪念嘅奴僕同囚犯,發現自己處於邪惡一邊。所以,人要透過經驗,好好分辨我哋內裡嘅狀況,需要極大嘅洞察力。 所以我同你講,就連使徒喺內心有安慰者同住,都唔係完全冇煩惱。佢哋雖然有喜樂同快樂,但同時都因為恩典本身嘅運行而感到驚懼同戰兢──唔係因為惡行;恩典本身就警告佢哋,免得佢哋連最微小嘅事都走偏。 就好似有人向牆壁擲一塊石頭,既唔會對牆壁造成任何傷害,亦唔會令牆壁移位,或者, 就好似向着着盔甲嘅人射箭,箭既唔會傷到鐵甲,亦唔會傷到身體,因為盔甲擋咗箭;同樣地,就算有少少惡勢力接近使徒,都唔會傷害到佢哋,因為佢哋着咗基督完美嘅能力,而佢哋自己都係完美嘅,有自由去行義。 既然有人認為,憑住恩典,靈魂就無須再擔心任何事,但神連對完美者都要求他們存着樂意的心去事奉聖靈,好使他們能按着恩典行事。使徒說:*「不可滅滅聖靈。」* (帖前5:19)。(17,7. 8)。

**64.** 在可見的世界裡,土地自然會長出荊棘;農夫耕作土壤,勤力地種植並播種,然而荊棘和雜草仍然生長並繁衍,因為亞當犯罪之後,被 told: *「地要為你長出荊棘和藜」* (創世記3:18)。農夫再次勞力,拔出荊棘,卻令它們更加繁多。 從屬靈角度明白:因為墮落,人心生出荊棘和蒺藜;人耕耘大地,勞碌卻仍無法阻止惡靈的荊棘冒出。於是聖靈親身嚟幫助人的軟弱,主將天國的種子播入這顆心土,並親自耕耘。當主嘅種子落咗,荊棘同蒺藜仍然會冒出嚟。主自己同人再次耕種靈魂嘅土壤,七個邪靈同荊棘仍然會出現同冒出嚟,直到夏天嚟到,恩典充足,荊棘先喺烈日下枯萎(26:21)。

**65.** 雖然罪惡本身就存在於本性之中,但只有在它找到落腳之地時,它才得以滋生。幼嫩的麥苗可能會被雜草扼殺。但當夏天來臨,雜草枯萎時,它們就絲毫不會傷害麥子。 假設有三十度純麥,但入面摻雜咗少量糠皮;例如只有幾把,喺大量麥粒之中,糠皮就幾乎察覺唔到。 恩典亦是如此:當神嘅恩賜同恩典喺一個人裏面增長,佢喺主裏面變得豐富,嗰時,雖然惡習可能仍然存在佢身上,但佢唔能夠傷害佢,亦冇能力控制佢,亦攞唔住佢。 因為主降臨同祂嘅主權,目的就係要釋放我哋──我哋呢班被奴役、有罪、受惡習捆綁嘅人──並且令我哋成為死亡同罪惡嘅得勝者(26:22)。

**66.** 使徒如果想犯罪,可唔可以犯罪?定係恩典比佢哋自己嘅意志更強?佢哋唔可能犯罪,因為佢哋喺光中行,又擁有咁嘅恩典,都冇變得自大。 然而,我哋並唔係話恩典喺佢哋入面係軟弱;反而,我哋堅持恩典容許就算係完美嘅屬靈人,都有自己嘅自由意志,可以照自己意思去做,並傾向佢哋所想要嘅任何嘢。而人性本身就係軟弱,有能力背棄住喺佢入面嘅善。 就好似着晒全副盔甲同埋其他武器嘅人,已經心裏安穩,敵人唔會攻擊佢哋──就算真係攻擊,佢哋都可以用武器抵抗敵人、同佢哋交戰,並且勝出── 或者,雖然擁有武器,卻不對敵人發動戰爭,反而與他們同喜同樂、和平共處;同樣地,基督徒既然穿戴了完美的大能,並擁有天國的武器,若他們願意,就可以與撒旦一同歡聚,與他和平共處,而非發動戰爭,因為人性本易變, 而人憑住佢保留嘅自由意志,如果佢咁揀,就可以成為上帝嘅兒子,或者同樣成為沉淪嘅兒子(27:11)。

**67.** 完美者會為悲傷或爭端而憂慮嗎?或者他們完全無憂無慮?敵人從未停止攻擊任何一個人。撒但無情又仇恨人類;因此,他毫不猶豫地攻擊每一個人,儘管表面上他似乎並非以同等力度攻擊所有人。 有人忍受罪惡帶嚟嘅激烈衝突同折磨,但係佢哋喺呢啲試煉中變得更強大、更明智,無視對手嘅勢力,喺呢方面冇任何危險,因為佢哋堅定不移,對自己嘅得救有信心,經常練習同累積對抗邪惡嘅經驗,而上帝自己都同佢哋一齊, 有神指引,佢哋就得享安息。但係其他人,因為未曾實踐,如果淨係畀悲傷打擊,又有一場戰爭向佢哋襲來,就會即刻陷入困苦同毀滅(15、16、17)。

**68.** 有啲人因堅固自己,並喺神恩喺佢哋裏面嘅強大影響下,發現自己嘅肢體已經咁樣被聖化,以至佢哋斷定喺基督教裏面已經冇地方容得下慾望,反而獲得咗貞潔同純淨嘅心靈,而佢哋裏面嘅人已經喺神聖同天國之中高飛。 所以,呢種人以為自己無疑已經達到完美,正當佢以為自己已經進入安全嘅港灣──浪頭卻向佢襲來,佢再次發現自己身處大海之中,被捲到除咗水同天空之外,別無其他、只有死亡嘅地方。咁,進入我哋裏面嘅罪就產生咗各種各樣嘅惡慾。 但當再次蒙賜某種恩典,好似從大海深處撈到一滴水咁,佢哋就喺呢件事入面,時時刻刻、日日夜夜見到奇蹟發生;於是,經歷咗呢種咁非凡、

咁新穎、咁神聖嘅作為,佢哋驚訝得目瞪口呆,好似發現自己之前竟然畀人呃咗。 最後,恩典作為神聖而天國的,就光照、引導並使他得平安,安排萬事歸於美好(38, 4)。

**69.** 喺你內心深處實踐公義,嗰度有基督嘅祭壇同埋無瑕聖所,好等你良心嘅見證可以喺基督嘅十字架上誇口,因為十字架潔淨你嘅良心脫離死 works,好等你用你嘅靈去事奉神,知道你敬拜嘅係邊個,正如經上所講: *「我哋敬拜我哋所認識嘅」* (約翰福音4:22)。 將自己交託那引領你的人;願你的靈魂與神交通,如新婦與她的丈夫。因為經上說:*「這奧祕是極其深奧的;我說的是指著基督和教會。」* (以弗所書5:32)又說:「進入無瑕疵的靈魂。」(38:5)

**70.**想像有一座花園,裏面種滿結成果實嘅樹同其他香氣撲鼻嘅植物;成個花園佈置得靚麗雅緻,而且為咗保護,唔係用圍欄,而係用低矮嘅圍牆圍住;仲有一條急流嘅河貫穿其中。 如果水一撞到牆,就算只係輕輕一碰,都會破壞牆嘅根基,搵到路衝入去,慢慢將根基完全侵蝕,一旦入到花園,就會將所有植物沖倒連根拔起,摧毀所有心血,令花園變得荒蕪。人心亦都係咁。 心裏面本有高尚嘅思想,但罪惡嘅洪流不斷向心靠近,隨時準備推翻佢,拉佢過嚟。 而如果心靈雖然有啲浮躁,但俾污穢嘅念頭入侵,嗰班奉承嘅邪靈已經喺度搵到牧場;佢哋衝入嚟,推翻晒所有美好,將好嘅思想化為烏有,令靈魂陷入荒蕪(43, 6)。

**(一) 除咗呢場內心嘅戰爭之外,另一場外在嘅戰爭亦隨之而起。就好似上帝嘅恩典一開始喺勞作者嘅心中顯現,其他人對佢嘅敵意攻擊就隨即開始。敵人被趕出內心之後,就喺外面裝備自己。呢種情況已經成為基督徒靈命成熟嘅必然條件。**

**71.** 神嘅子民必須預備自己去爭戰同英雄式嘅努力。就好似一個英勇嘅年輕人忍受住爭戰,並以自己嘅反擊去回應對方嘅打擊,基督徒亦要忍受試煉,以及外在同內在嘅爭戰,藉住承受打擊,就能夠靠住忍耐得勝 。呢就係基督教嘅道路。 聖靈所在之處,迫害與爭端如影隨形。你可曾見先知們,雖然聖靈在他們裏面運行,卻一直被自己的人迫害?你可曾見主──道路與真理──祂所受的迫害,並非來自外邦人,卻是祂自己的人?正正係祂自己嘅子民──以色列人──迫害並釘死咗祂。 使徒們亦是如此,因為自十字架以來,那安慰者──聖靈──就來到了,並住在了基督徒們裏面;猶太人不再被迫害,只有基督徒被殉道。因此,他們不應該對此感到驚訝,因為真理必須被迫害(15:11)。

**72.** 約伯記上寫撒但要約伯,亦並非偶然,因為佢冇經許可,就做唔到任何嘢。咁魔鬼對主講咩?*「祢若不使災禍臨到佢,佢若不在祢面前咒詛祢,*就交佢在我手裡。」(約伯記 1:11) 而家都係咁:約伯一樣,上帝一樣,魔鬼都一樣。就喺約伯見到上帝幫助、喺恩典中熱心又火熱嗰刻,撒旦就向主求佢,講:「因為你幫助佢、保護佢,佢先事奉你。 「離棄佢,交畀我,*免得佢當面祝福我*?」最後,好似就係因為靈得咗安慰,恩典就離開咗佢,而佢就被交畀試探。 所以魔鬼就來,降下千百般嘅不幸,連同絕望、絕望同邪惡嘅念頭,壓迫呢個靈魂,想令佢軟弱,並且離開對上帝嘅盼望。 但係聰明嘅靈魂,無論喺逆境定係悲傷,都唔會失喪盼望,而係緊緊攬住佢所擁有嘅嘢;就算要面對千百種誘惑,佢都撐得住,佢話:「就算我死,我都唔會離棄佢。」(26:7–8)。

**73.** 然而所有義人行緊嗰條又窄又難嘅路,直到最後都令上帝喜悅。 亞伯拉罕喺神眼中好有福,但喺世人眼中佢自稱係塵土同灰燼(創世記18:27);大衛就講自己係*「人所藐視,眾人所輕看,好似蟲,並唔係人」* (詩篇21:7)。 同樣地,所有使徒和先知都受苦並被譏諷。主自己──道路與神──祂來不是為自己,乃是為你,為要成為你一切美好之事的形象──看祂以多麼卑微的身份降臨:神、神之子、君王與眾王之子,竟取了奴僕的形像, 祂提供醫治的良藥,醫治受苦的人,而表面上卻似乎和他們一樣(26:25)。

**74.** 但當你見到神在外表上卑微,好似我哋其中一個嘅時候,唔好忽視祂嘅威嚴:祂係為咗我哋,唔係為咗祂自己先咁樣出現。諗吓,當人群大叫「釘死佢,釘死佢!」,圍住祂嗰陣,祂唔係最卑微咩? 就好似喺世上,當王子對某個惡人宣判嗰陣,成個人民都鄙視佢、羞辱佢;同樣地,主喺被釘十字架嗰陣,好似一個被定罪嘅人,畀法利賽人徹底鄙視。 當佢哋向佢面上吐唾沫、戴上荊棘冠冕、用拳頭打佢面頰,呢一切唔係已經超越咗所有羞辱嘅程度咩?因為經上寫住:*「我將背留畀打我嘅人,將面留畀拔我鬍鬚嘅人;我冇躲避佢哋嘅唾沫,亦冇躲開面頰嘅打擊。」* (以賽亞書50:6) 如果神都忍受咗咁多虐待、痛苦同羞辱,你──本性脆弱又渺小──就算幾咁自卑,都永遠做唔到同主相比嘅事。為咗你,神都卑微自己,但你就連為自己都唔肯卑微,反而自高自大,自誇自大。 祂來承擔憂愁和苦難,並賜給你祂的平安;然而你卻不肯忍受勞苦和痛苦,好叫你的創傷因此得醫治。願祂的受苦和長久忍耐永遠蒙受讚美(26:26)。

**75.** 如果神行過呢條路,你都要跟隨佢嘅腳蹤。使徒同先知都係咁行。我哋如果想建立喺主同使徒嘅根基上,就要效法佢哋。因為使徒喺聖靈感動下講:*「要效法我,好似我效法基督咁。」* (林前4:16)。但如果你鍾意人嘅榮耀,渴望畀人敬拜,又想搵安逸,咁你就走咗偏路。你要同被釘十字架者一齊被釘十字架,同受苦者一齊受苦,好等你之後可以同得榮耀者一齊得榮耀(羅8:17)。 因為新婦必須與新郎同受苦,並藉此成為基督的夥伴和同承繼者。無人可以不經歷苦難,就走上一條並非平坦、狹窄、逼仄的 pathway,進入聖徒之城,與君王永遠安息同作王(12:5)。

**76.** 撒但係咪只可以喺有限度內攻擊我哋,定係可以隨佢所欲?佢嘅目標唔單止係基督徒,仲有拜偶像者同埋全世界。所以,如果佢可以隨佢所欲去攻擊,佢就會將所有人毀滅。 點解會咁?因為呢啲就係佢嘅作為,亦都係佢嘅旨意。但就好似一個陶匠,喺放入器皿入窯嘅時候,都會適量添柴—唔可以太多,免得器皿焗得時間長咗而裂開,亦唔可以太少,免得焗唔透, 咁佢哋就唔會被浪費。同樣地,製造銀器同金器嘅工匠 都會適度用火;因為如果佢加大火力,金同銀就會溶化成液體而流失, 正如人心能夠根據負載工具──無論是駱駝或其他動物──來估量重量,並準確判斷其所能承受的程度,神──祂洞悉人器皿的承受能力──亦同樣允許對立勢力以不同程度發揮作用(26:3)。

**i) 透過耐心忍受这一切,不向仇敌让步,灵魂愈加洁净,敞开自己接受圣灵恩典最强大的影响,这最终会在顿悟的火花、特殊的道德喜乐、异象和指引中显现。这时,便清楚可见灵魂正逐渐接近完美。**

**77.** 凡愛神的人,神就將祂的愛賜給他們;凡曾信神的人,神就賜給他們天國的信心,那人就得以改變。 所以,正如你從你自己身上獻上禮物給祂,祂同樣會從祂自己身上賜給你的靈魂,使你可以以純潔的心去做一切事、去愛、去禱告(15, 20)。

**78.** 瑪利亞撇下一切,坐喺主腳前,成日都讚頌天主。你睇吓,坐喺佢腳前嘅愛有幾深?但為咗令天主嘅話更加清楚,繼續聽落去。 如果有人愛耶穌,並且照當得的聽從祂,不但聽從,還常在愛中,那麼神已經願意因這愛以某種方式賞賜那個人,即使那個人不知道自己會得着什麼,或者神會將祂的恩典賜給那個人到什麼程度。 就連愛祂、坐喺祂腳前嘅馬利亞,祂都唔止畀咗佢獎賞,而係由祂本體賜咗一種隱藏嘅能力。神對馬利亞講嘅話,本身就係靈同埋一種能力。 呢啲話入咗佢心入面,成為靈魂入面嘅靈魂,精神入面嘅精神,而神聖嘅能力就充滿咗佢嘅心;因為 wherever嗰股能力生根,佢就必然留喺度,成為一種唔可奪走嘅擁有。 正因如此,主知道祂所賜予她的恩典,便說:*「馬利亞已經選擇了上好的福份。」*(路加福音10:42)但隨著時間的推移,連馬大出於服侍的心意所作的事,都使她獲得了同樣的恩典,因為她也領受了神聖的權能進入她的靈魂。(12:16)

**79.** 到主面前並與祂親身相交的人,得着力量,難道有何可怪?有時使徒只說一句話,聖靈就降在信徒身上(使徒行傳10:44)。 哥尼流就因所聽嘅話語而得能力。當主同馬利亞講、同撒該講、同嗰個散開頭髮用髮蘸主腳嘅罪婦講、同撒瑪利亞婦講、或者同強盜講嗰陣,能力更加彰顯,聖靈就同佢哋嘅靈魂聯合。 而今,凡愛主者,拋棄一切,常在禱告中安住,正暗暗學習從前所不曾知道的事。真理 Himself 按祂自己的旨意向他們顯現,並教導他們:*「我就是真理。」* (約翰福音14:6) 使徒們自己,雖然在十字架之前一直與主同在,見證過許多大奇蹟──例如大麻風病人得潔淨、死人復活──然而他們卻不知道神聖的能力如何安居並運行在心中;他們也不知道自己將會在靈裡重生,與天上的靈魂合一,成為一個新受造之物。 佢哋因為主行嘅奇蹟而愛祂。最後,主對佢哋講:「你哋點解對呢啲奇蹟感到希奇?我賜畀你哋一份咁大嘅基業,連成個世界都冇得比。」(12:17)

**80.** 直到主從死裡復活,並且為我哋的緣故,以肉身升天,主的話仍然對佢哋係一個奧秘。然後,安慰者的聖靈降臨喺佢哋身上,同佢哋嘅靈結合。真理自己喺信徒嘅靈裡顯現,天上嘅人嚟到你呢個屬地嘅人面前,喺佢哋之間就有咗一個共同相通。 所以,對於那些仍然事奉,並出於對信仰的熱誠及對上帝的愛而勤勤懇懇地做一切事的人,這最終會引領他們認識真理本身,因為主向他們的心靈顯現,並教導他們如何安居在聖靈中(12:18)。

**81.** 經上說:*「嘗嘗看主如何善美」*(詩篇33:9);而這品嚐,毫無疑問,就是聖靈在心中行祂的職事、所施展的積極力量。凡屬光明的子民,並在聖靈裡事奉新約的,他們從人學不到任何東西,卻是被神親自教導。 恩典自己就將聖靈的律法刻寫在他們的心上。所以,他們不但要從墨水寫成的聖經中得著印證,也要從心版上得著印證,因為神恩典將聖靈的律法和天上的奧秘刻寫在上面;因為心掌管並主宰

整個身體。 當恩典掌握住心靈最深處,就會統治所有肢體同心思,因為嗰度有心思、所有念頭,同靈魂嘅盼望。呢就係點解恩典滲透身體所有肢體(15:18)。

**82.** 正如經上所寫(林前2:14),這樣的人能洞悉每一個人。他知道每個人言詞的源頭、他們所處的境地,以及他們所處的階段;然而,那些擁有世上之靈的人,卻無法認識或審判他。 只有擁有呢個天上嘅神嘅聖靈喺心入面嘅人,先至識得同類,正如使徒所講:*「屬靈嘅人審斷屬靈嘅事」* (9:8)。

**83.** 凡被認為配得成為神嘅兒女,並藉聖靈重生嘅人,心裏有基督光照同安慰佢哋,佢哋被聖靈以各種方式引領,而恩典喺屬靈嘅平安中,喺佢哋心裏面無形咁運行。 但係,我哋可以從呢個世界可見嘅樂趣拎啲比喻,透過呢啲相似性,部分展示恩典喺呢啲人靈魂入面點樣運作。 有時佢哋好開心,好似喺皇室筵席上,用難以言喻嘅喜樂同歡欣去慶祝。有時佢哋又好似新娘,喺同新郎嘅相處中,被神聖嘅平安所安慰。有時,就算仍然喺肉身入面,佢哋都好似無形嘅天使,體內感受到同樣嘅輕盈同飛揚嘅精神。 有時,他們好似在筵席的狂喜中,被聖靈所鼓舞、所陶醉,盡情享受神聖的屬靈奧秘(18:7)。

**84.** 但有時佢哋似乎為人類而哭泣同哀號,為亞當整體祈禱,流淚痛哭,因為對人類懷有屬靈嘅愛。 有時聖靈以極大嘅喜樂同愛充滿佢哋,令佢哋如果可以嘅話,就願意將所有人接納入心,唔分善惡。有時,喺靈裏面嘅謙卑,佢哋對每個人都極度自卑,自認係最末最微不足道嘅。有時聖靈又不斷令佢哋處於難以言喻嘅喜樂之中。 有時佢哋好似一個著咗皇家鎧甲嘅勇士,出征去對抗仇敵,英勇作戰,將佢哋打敗。同樣地,屬靈嘅戰士會穿上聖靈天國嘅鎧甲,向仇敵進軍,同佢哋交戰,務求將佢哋踩喺腳下(18,8)。

**85.** 有時靈魂得享安息,進入一種極大的寂靜、沉默與平安,沉浸在純粹的屬靈喜樂中,經歷難以言喻的寧靜與福樂。有時,藉着恩典,它能以難以言表的智慧,在深不可測之靈的引導下,領悟某些事物──這些都是無法用言語或大聲講出的。 有時,人會變得好似普通人一樣。恩典就喺人當中用各種方式運行,用好多方法引領靈魂,按上帝嘅旨意令佢得享安息,並用唔同方式訓練佢,好等佢可以呈獻畀天父,成為完美、無可指責、純潔嘅(18, 9)。

**86.** 我哋啱啱列出嚟嘅呢啲聖靈作為,喺接近完美嘅人身上達到更高嘅程度。因為恩典安慰嘅各種形式,透過道以唔同方式表達,並持續喺人身上運行,令一個作為接住另一個。 當靈魂脫離一切情欲,完全被淨化,並在難以言喻的交通中,與那安慰者聖靈合一,且因與聖靈聯合而 herself deemed worthy to become spirit,則她便完全成為光, 全眼、全靈、全喜樂、全平安、全喜悅、全愛、全憐憫、全良善與慈愛。 就好似深海入面嘅石頭被水由四面八方包圍,呢班人同聖靈喺各方面都緊密結合,就好似基督一樣,喺佢哋心入面擁有屬靈力量嘅美德,心底保持無可指責、無瑕疵同純潔。因為被聖靈更新嘅人,又點可以喺外面結出罪惡嘅果呢? 相反,聖靈的果子(18:10)在他們身上,在一切事上,永遠都光照彰顯。

**87.** 另一個人行入跪下──他的心就被神聖的權能充滿;他的靈魂因主而歡喜,好似新婦與她的丈夫,正如以賽亞先知所言:*「新郎因新婦歡喜,照樣,主必因你歡喜。」* (以賽亞書 62:5) 有時,佢成日都忙住做嘢,淨係撥出一小時嚟禱告──佢嘅內心就滿載住喜樂,被提升到一種禱告嘅狀態,進入嗰個時代無限嘅深處,令到心思意念飛揚而神魂馳醉,完全沉浸其中。 喺呢段時間,塵世嘅憂慮從佢心頭淡去,因為佢嘅心思意念被神聖、天國、無邊無際、難以理解,以及一種人類言語無法形容嘅奇妙所充斥同吸引。 喺呢個時候,人就禱告,講:「噢,但願我嘅靈魂能夠同我嘅禱告一齊離去。」(8:1)

**88.** 人是否總能進入這種狀態? 的確,恩典無時無刻常住,自幼便在人心中生根發芽,如同一味酵母般發揮作用;這份常駐的存在彷彿成為一種天性,無可分割,好似與人的本體合一。然而,正如《 》所言,恩典隨心所欲地變化它在人內的作為,以造福於人。 有時呢把火會熊熊燃起,燒得更猛烈;有時又顯得較弱、較收斂; 有時呢道光就照得更亮,有時又變得暗淡同黯淡;呢盞永遠燃燒同發光嘅燈,有時會變得更清晰,喺神嘅愛嘅狂喜中燃得更旺,有時又只係小心地散發光芒,而人本身所具有嘅光就變得更微弱(8, 2)。

**89.** 而且,對一些人而言,十字架的標誌在光中顯現,並烙印在內在自我上。 有時,當人祈禱時,會進入一種似醉非醉的狀態;好似自己站喺教堂嘅祭壇前,有三條抹咗油嘅麵包擺喺面前;當佢品嚐嘅時候,啲麵包就越嚟越大,越發脹。 有時,亦會出現一種發光嘅衣着,呢種喺呢個時代喺地上搵唔到,亦非人力所能造。 就好似主同約翰同彼得一齊上山,佢嘅衣裳變咗,閃閃發光好似閃電,呢件光亮嘅衣裳都係咁;著住佢嘅人滿懷驚訝同驚愕。 然而,有時呢道光喺心入面出現,揭示咗最深、最隱藏嘅光;所以一個人若然完全沉浸喺呢種甜美同沉思之中,就唔再受自己控制,反而好似一個野人、一個對呢個世界嚟講

嘅異類,因為愛同甜美嘅豐盛,同埋因為隱藏嘅奧秘, 咁樣一個人喺嗰時獲得咗自由,就達到完美嘅程度,變得純潔同無罪。但係之後,恩典減少咗,一塊反對嘅力量嘅面紗降落嚟;不過恩典仍然好似喺某程度上同某個較低嘅完美階段上可見(8, 3)。

**90.** 人,可以咁講,要經過十二個階段先至可以達到完美。 有時佢真係達到呢個狀態,達到完美。然後恩典再次變得更微弱,人就落咗一級,企喺第十一級。但有另一個人,滿有恩典,晝夜都企喺最高一級,自由同純潔,永遠沉浸喺神聖嘅狀態,被高舉。 而家,一個人如果呢啲奇蹟已經向佢顯明,並且佢親身經歷過——如果佢一直都係咁——佢就唔會再肯擔起建立道成肉身嘅工作,或者任何其他重擔;佢會唔肯聽,亦唔會照平時咁關心自己同埋將來嘅日子,而係淨係會坐喺牆角, 喺敬畏同欣喜若狂之中。正因如此,完美嘅分量唔會畀佢,好等佢可以照顧弟兄同傳講道嘅事工,除非圍欄嘅隔板已經被拆咗,死亡已經被征服(8:4)。

**91.** 然而,實際上卻是如此:好似壓縮的空氣,一種陰沉的勢力籠罩在人身上,並略微遮蔽他們。燈火燃燒發亮,從不停歇;然而好似有一層幔子罩住光亮,因此人承認自己仍然不完美,未完全脫離罪惡;所以可以說,圍場的隔板已經被撕裂破碎,但從另一個角度來看,又未完全或永久地拆除。 因為有時候恩典會更強烈地點燃、安慰同撫慰一個人,但又有時候佢會消退同褪去,呢一切都係恩典自行安排,為咗嗰個人嘅利益。 究竟有邊個,就算只係片刻,都曾經達到完美,嘗過同經歷過嗰種狀態?到今日為止,我都未識得有單一個基督徒係完美或者自由嘅。相反,就算有人喺恩典中得享安息,達到奧秘同啟示,經歷到恩典嘅極大甜美,罪仍然住喺佢哋心入面。 呢啲人因為體內有豐盛嘅恩典同光,就自以為自由同完美,但佢哋誤以為係,係畀體內嗰份恩典嘅生手所誤導。 到今時今日,我都未見過一個得自由嘅人;而且,因為我自己以前某程度上都去到過嗰個階段,我先至明白同知道點解冇完美嘅人(8, 5)。

**92.** 同我哋講,你而家喺邊個階段?——而家,經過十字架嘅印記之後,恩典就以一種方式運作,令全身各部位同心都得到安寧,以至靈魂因極大嘅喜樂而變得好似一個無害嘅嬰兒,而人就唔再譴責希臘人、猶太人、罪人或者平信徒。 但內在的人以純潔的眼目看待一切,並為整個世界歡欣雀躍,且以各種方式渴望尊崇並愛慕希臘人與猶太人。另一次,他——那君王之子——對神子懷有與對自己父親同樣堅定的盼望。 門為佢打開,佢進入好多居所;佢一入去,門又喺同樣數目嘅居所前為佢打開——例如由一百間居所再入另一百間——佢就越嚟越富有;佢越富有,就有同等分量嘅新奇異事向佢顯現。 作為兒子兼繼承者,他被託付了那無法以人性表達,亦無法以嘴脣或舌頭宣講的东西(8:6)。

### *7. 基督教完美境界的最高層次*

**1.** 先知以西結 recounted 嗰次神聖而榮耀嘅異象,佢形容嗰異象充滿難以言喻嘅奧秘。因為佢喺田野入面見到一架由四隻靈性生物拉住嘅基路伯戰車。 每一個活物有四個面:一個是獅子面,一個是鷹面,一個是牛犢面,第四個是人面。 每張面都有翅膀,叫分唔到邊面係前面定係後面。*佢哋面頰「滿有眼」*,胸膛亦都滿有眼,冇一處唔係滿佈眼睛。 每張面旁各有三個輪,好似輪入輪,輪入面有靈。先知又見似乎有人形,腳好似藍寶石。呢架車(即係基路伯同活物)載住坐喺上面嘅主。 祂想去邊度,活物就向嗰邊轉面。先知又見到,好似喺基路伯翅膀底下有一隻 *「人手」*,托住同帶領佢哋。(結1:5–28同10章)。(1:1)。

**2.**先知異象中所見的,雖然真實無可置疑,卻又指向更深奧的事;它預表了某種神秘而神聖的事,一個自古以來隱藏於世代之中的奧秘,卻在末世基督再來時得以啟示。 先知看見靈魂的奧秘,注定要接待主,成為祂榮耀的寶座。 因為那靈——既預備了它作祂的座位和居所——就認為它配得分享祂的光,並以祂那難以言喻榮耀的美善照亮了它,使它完全成為光,完全成為面,完全成為眼;它裏面沒有一處不充滿屬靈眼目之光;即係話, 喺佢入面冇一樣嘢係黑暗嘅,佢完全由光同靈組成;佢遍體都充滿住眼睛,冇所謂嘅後面或者盡頭,由任何角度望落都似一張面孔,因為基督之光嘅榮耀——嗰種難以言喻嘅美——已經降臨喺佢身上,並喺佢入面安居。 就好似太陽到處都一樣,冇任何最終或不足嘅部分,而係由一模一樣嘅部分組成,完全以光芒照耀,本身就係光;或者好似火——即係火本身嘅光—— 完全同自己一樣,喺自己入面冇所謂嘅先同後,亦冇所謂嘅大同小;靈魂亦都係咁,被基督面光嘅榮耀美所完全照亮,同聖靈完全交通,被認為配得成為上帝嘅居所同寶座,就完全變成眼睛,完全成為光, 完全成為一張面容,完全成為榮耀,完全成為靈,就如基督以屬靈的美德預備、安排並裝扮了她;祂同時承載、引導、支撐並高舉她。因為經上說: *「有人手*在基路伯以下。」(以西結書1:8) 基督自己既承載又引導呢個靈魂(1、2)。

**3.** 載着戰車的四活物代表靈魂至高無上的理智能力。正如鷹主宰群鳥、獅主宰野獸、牛主宰溫順動物、人主宰萬物,靈魂中亦有更尊貴的理智能力,即意志、良知、理性與愛的能力。 靈魂的戰車由牠們統治;神就居住在牠們之中。當然,根據另一種解釋,這當然是指聖徒的天上教會。 正如先知喺嗰度講到啲獸,話佢哋身高極高,滿身都係眼,冇人可以數盡佢哋眼嘅數目,或者量度佢哋嘅身高,因為呢啲知識未獲賜予──就好似每個人都可以望住天上嘅星星,並且讚嘆佢哋,但係冇人可以知道佢哋嘅數目── 同樣地,凡有心努力進入聖徒的天上教會並在其中蒙受喜樂,此恩典均賜予他們;但至於知道並洞悉聖徒的數目,這卻屬於獨一無二的上帝。 坐喺上述活物嘅戰車同寶座上嘅──或者喺每一個已經成為佢寶座同座位、變成眼睛同光嘅靈魂入面──佢就坐喺上面行軍同運行,用聖靈嘅韁繩治理同引導,就如佢自己最清楚咁。 正如嗰啲屬靈嘅野獸唔係行佢哋自己想去嘅地方,而係行嗰位坐喺佢哋身上帶領佢哋者所知道同所願意嘅地方;同樣地,喺呢度祂自己都掌權同引領,藉住祂嘅聖靈示路。 所以,靈魂升天,並非憑自己意思,想幾時就幾時;而是神喺靈魂脫離肉身之後,指引佢以思想向天國努力;又當祂願意嘅時候,就令佢喺肉身同思想中行走,並憑祂自己嘅旨意去到地極,然後向佢顯明奧秘。 噢,真係卓越、良善、獨一無二、真實嘅統治者!所以,如果靈魂而家已經得榮耀,並且同聖靈合一,咁身體亦都會分享復活(1:3)。

**4.** 至於義人嘅靈魂成為天光,主自己對使徒講:*「你哋係世上嘅光」*(馬太福音5:14)。佢親自造佢哋成為光,就命令透過佢哋照亮世界,並話: *「無人點咗燈,擺喺斗底下,而係擺喺燈架上,好照到屋入面嘅人。同樣,你哋要令自己嘅光照喺人前。」*(太5:15–16)呢就係話:唔好收埋我賜畀你嘅恩典,而要同所有有需要嘅人分享。 又有一段話:*「眼睛是身體的燈;你眼睛若瞭然,全身就光明;眼睛若惡,全身就黑暗。你裏頭的光若成為黑暗,那黑暗何等大呢!」*(馬太福音6:22–23) 就好似眼睛係身體嘅光,當佢哋健康嘅時候,成個身體都充滿光亮;但如果眼睛入面有嘢阻住變得模糊,成個身體就陷入黑暗。同樣地,使徒被立為全世界嘅眼睛同光。 所以,主吩咐佢哋話:「如果你哋──世上嘅光──堅定唔倒,咁成個世界都會得著光明。」 但如果你哋──世上嘅光──都變得黑暗,咁黑暗──即係世界──又會點呢?所以,使徒成為光之後,就以光嘅身份服侍信徒,用嗰道曾經照亮佢哋自己嘅聖靈天光,照亮佢哋嘅心(1:4)。

**5.** 凡脫去舊地上的舊人,並被耶穌剝去黑暗國度衣裳的人,就穿上新天上的人──耶穌基督。 主就賜給他們那不可言喻之光國的衣袍,賜給他們信心、盼望、愛、喜樂、平安、憐憫和良善的衣袍,同樣也賜給他們所有其他的屬神、賦予生命的光明、生命和無法言表之安息的衣袍,好叫他們,正如神是愛、喜樂、 和平、良善與憐憫,好叫新人都可因恩典而成為如此(2, 4, 5)。

**6.** 完美嘅基督徒,被認為配得上進入完美嘅程度,並親近王,佢哋永遠都獻上自己做基督十字架嘅禮物。 正如先知時代,抹油禮最為尊貴,因為君王和先知都要受膏;同樣,現今屬靈的人蒙受天上之膏油,因恩典成為基督徒,好叫他們成為天上奧秘的君王和先知。 佢哋同時係兒子、主人同神,被捆綁、被擄、被摔落、被釘十字架,並作為禮物被獻出。 如果用油抹油,例如用地上植物、可見之樹所榨出之油,就有如此大能,使受膏者無可置疑地獲得其職位(因為眾人都承認他們被立為王,而受膏的大衛即刻遭受迫害與苦難, 然而七年之後佢先成為王),咁更加何況嗰啲心靈同內在被天上同屬靈嘅喜樂之油──呢種油照亮並帶嚟喜悅──所膏抹嘅人,佢哋就領受咗嗰個不朽國度同永恆能力嘅印記,聖靈嘅憑據,──聖靈自己,亦即那安慰者(所以你要明白,那安慰者既安慰又充滿喜樂那些處於憂傷中的人)。(17:1)
。

**7.** 凡被天上植栽之油──生命樹──耶穌基督所膏抹的,都算為配得進入成全的度量,即進入國度並蒙養子名分的資格;因為他們雖然仍然活在这个世界裡, 佢哋已經分享天上之王嘅奧秘,喺全能者面前有膽量,並且進入佢嘅宮殿,嗰度有天使同聖徒嘅靈居住。 雖然佢哋未收到喺將來時代為佢哋預備嘅完全繼承權,但係憑住而家已經收到嘅應許,佢哋已經好似已經得冠、已經掌權咁,穩妥咗自己嘅位置;而且,藉住聖靈嘅豐盛同大膽,佢哋唔覺得同基督一齊作王係件奇怪嘅事。 點解會咁?因為佢哋雖然仍然活喺肉身,但已經喺自己裏面擁有咗嗰份甜美嘅感受同埋能力嘅運行(17:2)。

**8.** 正如喺世界末日,當呢個堅固嘅穹蒼消失嗰陣,義人已經喺國度裏、喺光中同榮耀裏生活,除咗見到基督永遠喺父右邊安居喺榮耀中,乜都見唔到;而而家已經被提、被擄入嗰個時代嘅人,亦都仰望住嗰度所有嘅美妙同奇異。 因為當我哋仍然喺世上嘅時候,我哋喺天上已經有住處,喺我哋嘅心思同內心深處,作為嗰個世界嘅居民同公民。 正如肉眼一旦清淨,就永遠能清楚地看見太陽;同樣地,心思一旦完全被淨化,就永遠能看見基督之光嘅榮耀,並晝夜同主同在,就好似主嘅身體同神性合一後,永遠

同聖靈同在一樣。　但人並唔係一次過就可以達到呢個境界,即使咁,都要經過勞碌、憂傷同極大嘅努力(17:4)。

**9.**　就如主放低晒所有權柄同能力嚟成為肉身,基督徒都係咁,披上聖靈,安然度日。就算外面有衝突,撒旦帶來傷害,佢哋內心都畀主嘅能力保護住,唔會畀撒旦嘅攻擊打亂。　當撒但喺曠野試探主四十日嗰陣,佢由外面攻擊主嘅身體,有冇害到主分毫?神喺嗰個身體入面。同樣地,基督徒就算受到外面嘅誘惑,內心都充滿咗神性嘅能力,亦都唔會受到任何傷害。　但如果有人已經達到呢個程度,就已經達到基督嘅完美愛同神性嘅成全。至於未到呢步嘅人,仍然喺內心打仗。有時佢哋喺禱告中得享安息,有時又陷入憂愁同衝突。　講,因為人仲係嬰孩,所以主嘅旨意就係要透過呢啲掙扎去引領佢哋。　而喺內心,好似有兩個方面出現:光同黑暗,平安同憂愁;有時佢哋喺禱告中得享平安,有時又陷入惶亂(26, 15)。

**10.**　你聽唔到保羅講緊咩嘢咩?　*「我若有一切恩賜,甚至有燒身嘅心志,若無愛,我就係無用嘅。」*(林前13:1–3)因為呢啲恩賜只係引領人達到完全,就算已經擁有,雖然處於光中,都仍然係嬰孩。　好多弟兄已經升到呢個層次,擁有醫治、啟示同先知嘅恩賜;但因為佢哋未達到完美嘅愛,而*完美*嘅愛就係*「完全的联络」*(西3:14),所以佢哋心入面起咗爭吵,然後灰心跌倒。　但凡達到完全之愛者,就成為恩典的囚徒和俘虜。凡逐漸接近愛的大豐盛量度,卻尚未達到成為愛之囚徒境界者,仍然處於衝突和跌倒的威脅之下;若不自守,撒但就會將他摔落(26:16)。

**11.**　人人都要知道,有啲眼睛係呢對眼睛最深處嘅部分,亦有啲聽覺係呢個聽覺最深處嘅部分。就好似呢對眼睛用感官去睇、認得朋友或者愛人嘅面孔一樣,一個配得同忠信嘅靈魂嘅眼睛,一旦畀神聖嘅光照亮,就會喺靈裡見到同認出真正嘅朋友──主最甜美、最令人嚮往嘅新郎,只要靈魂畀配受敬拜嘅聖靈照亮。　就咁,靈魂喺心裏面默想嗰位可望而不可即、難以言喻嘅獨特美善,畀神聖嘅愛所穿透,同所有屬靈美德調和一致,因而對佢所渴慕嘅主獲得咗無邊無盡、取之不盡嘅愛(28,5)。

**12.** 喺摩西所賜嘅律法陰影之下,上帝命令喺安息日人人都要休息,唔好做任何工。　而呢個就係主賜畀靈魂嘅真正安息嘅預表同影子。因為靈魂一旦被認為配得上從可恥同污穢嘅思想中得釋放,就會遵守真正嘅安息,喺真正嘅安息中歇息,靜止唔動,遠離一切黑暗嘅行為。　因為喺嗰個原型安息日入面,雖然佢哋身體上休息咗,但佢哋嘅靈魂仍然被欺騙同罪惡所捆綁;但呢個真正嘅安息日,就係靈魂真正嘅安息,佢閒置咗,並且被淨化咗,遠離撒旦嘅念頭,喺主嘅永恆平安同喜樂中安息(35:1)。

**13.**　因為主呼召人去安息,祂說:*「凡勞苦擔重擔的,可以到我跟前,我就使你倆得安息。」*(馬太福音11:28)　凡是向祂屈服並歸向祂的靈魂,祂就賜給他們脫離這些沉重、壓抑和污穢思想的安息;他們得以從一切不義中得釋放,　遵守真實、愉快而聖潔的安息日,慶祝一個難以言喻的喜樂與歡欣的屬靈筵席,並以純潔的心獻上純潔且蒙神喜悅的服侍。這就是真實而光耀的安息日。　所以,我哋都要懇求上帝,叫我哋都得以進入呢個安息,脫離可恥、欺騙同虛空嘅思想,好讓我哋可以以清潔嘅心事奉上帝,並慶祝聖靈嘅筵席。凡進入呢個安息嘅人,就有福咗(35:1, 3)。

**14.**當靈魂緊貼主,主亦在祂的憐憫與愛中來緊貼她,且她的悟性不斷安息於主的恩典中,則靈魂與主成為一靈、一結合、一心思意念。　靈魂嘅身體仍然留喺地上,而佢嘅心意卻完全住喺天上嘅耶路撒冷,升到第三天,緊貼住主,喺嗰度事奉祂(46:3)。

**15.**　那坐喺天上城裏尊貴寶座上嘅主,祂親自完全住喺靈魂嘅身體入面,因為祂已經將佢嘅形像放喺高天嘅聖徒之城──耶路撒冷──亦將祂神性嘅難以言喻之光嘅真像放喺佢嘅身體入面; 祂喺身體嘅城中服侍佢,而佢喺天上嘅城中服侍祂。靈魂喺天上成為祂嘅基業,而祂喺地上亦接納佢做祂嘅基業。因為主成為靈魂嘅基業,靈魂亦成為主嘅基業。　就連被黑暗笼罩的罪人,他们的思想和心智都可以远离肉身;眨眼之间,就能穿越千里,去到遥远的异乡;常常是肉身还倒卧在地上,而心智却已与所爱之人在另一个境界里,好似自己真正在那里生活。　如果罪人的靈魂都咁細膩同快如翅膀,冇乜嘢可以阻住佢嘅心去到好遠嘅地方,咁更加何況係嗰個已經由聖靈嘅能力除咗黑暗面紗嘅靈魂,當佢嘅洞察之眼被天光照亮嘅時候, 並已完全脫離罪惡的私慾,藉着恩典得以成聖 ──以靈在天上全心事奉主,以身體全心事奉祂,思想擴展到無所不在,並在所欲之處、隨時事奉基督 (46, 4)。

**16.**　使徒說:*「使你哋同眾聖徒一齊,得以明白基督嘅長同寬同高同深,並知道那超越知識嘅基督嘅愛,使你哋被神一切嘅豐盛所充滿。」*(以弗所書　3:18–19)　默想靈魂那難以言喻的奧秘,主從中移去籠罩其上的黑暗,並將之顯明,亦向它顯現祂自己。祂如何在寬度、長度、深度和高度上,擴展並延伸其心智的思緒,遍及所有可見與不可見的受造之物(46:5)。

### *8. 將來嘅生命*

**1.**當人嘅靈魂離開身體嗰陣,一個大奧秘就成就咗。因為如果佢有罪,成千上萬嘅魔鬼同邪惡天使就會嚟,黑暗嘅權勢就擄走嗰個個靈魂,帶去佢哋自己嘅領域。　人唔好對此感到驚訝,因為如果喺今生今世,靈魂向佢哋屈服、服從佢哋、做佢哋嘅奴僕,咁當佢離開呢個世界時,就更加會被佢哋攞住,留喺佢哋嘅權勢之下。至於好嘅嗰部分,你要想像情況就係咁。　即使而家,神嘅聖潔僕人都有天使同行,聖靈環繞同守護佢哋。當佢哋離開肉身,天使接佢哋嘅靈魂去到自己嘅領域,去到純淨嘅時代,咁就帶領佢哋去到主面前 (22)。

**2.** 真正嘅死喺裏面──喺心入面──而且係隱藏住;就係透過呢樣嘢,裏面嘅人先會死。所以,如果有人已經由死亡過渡到隱藏嘅生命,佢就真係永遠活住,唔會死。　即使呢啲人嘅身體暫時被摧毀,佢哋都會榮耀咁復活,因為佢哋已經成聖。呢就係點解我哋稱基督徒嘅死為「睡眠」同「離去」(15, 37)。

**3.**就好似一個商人,由遠方返嚟,財富已經增長咗好幾倍,佢就差人返屋企,叫人幫佢買間屋、買花園,同埋置辦所需嘅衣物;當佢返到自己嘅祖國,就帶住大筆財富,屋企人同親人都好開心咁迎接佢──屬靈嘅事亦都係咁。 當其他人為自己積聚天國的財富時,他們的同胞──即聖潔天使的靈──得知此事,都驚嘆說:「地上我們的弟兄已經積聚了豐盛的財富。」　呢啲人離世嗰陣,有主同佢哋一齊,就歡歡喜喜升天,喺主嗰度住嘅聖天使都接待佢哋,並且已經為佢哋預備咗光耀又極其寶貴嘅住處、花園同衣裳 (16:8)。

**4.** 如果一個人,仍然處於掙扎之中──當罪惡與恩典同時在他靈魂裡運作──離開了這個世界,那被這兩種力量包圍的人,會到哪裡去呢?他會去到他的心志所放目標、所鍾愛居住的地方。　如果你遇到憂愁或屬靈的爭戰,你只要簡單地抵擋並恨惡它們。因為引起爭戰不是你的本份,但恨惡它卻是你的本份。　然後主見到你嘅心志──因為你努力,全心全意去愛主──喺一眨眼之間就將死亡從你靈魂裏面除掉(對佢嚟講唔難),接納你到佢懷裏同光明之中;喺一瞬間,佢就從黑暗嘅牙齒裏面搶走你,即刻帶你入佢嘅國度。　只要你對祂有愛,神要喺一瞬間成就一切都好容易。神要人嘅行為,因為靈魂先至配得上同神交通(26:18)。

**5.** 懷孕的妻子,可以說,把她的孩子帶在自己裡面,在黑暗中、在污穢的地方。　當嬰兒終於喺適當嘅時候由子宮出世,佢就會見到一個喺天、地同太陽之下嘅新生命,前所未見;隨即朋友同親戚都面帶喜悅,將嬰兒攬入懷中。　但如果因為某啲併發症,嬰兒喺腹中死咗,就必須由專門嘅醫生用鋒利嘅工具嚟處理,嬰兒就由死入死,由黑暗入更黑暗。喺靈性層面亦係同樣嘅道理。　凡領受神聖種子入於自己者,其種子雖隱藏不現,但因居於其內之罪惡,卻將之藏於黑暗可畏之處。故此,若能自我防護,守護此種子,則於適當之時,將能公開顯露;最後,其身體與天使及眾天軍,皆將以歡欣之容貌迎接之。 但若有人曾披上基督的盔甲英勇作戰,卻鬆懈了,他便會很快落入敵手,離體之後,將從 currently 困住他的黑暗,進入另一個更可怕的黑暗,並陷入滅亡 (43, 5)。

**6.**　就如稅吏坐喺狹窄嘅通道,攔住過路人折磨佢哋一樣,魔鬼都咁樣守住、拘禁靈魂;如果靈魂未完全得潔淨,離開身體之後,就唔獲准入天界見主,反而會畀空中有形之物帶落去。　但係仍然留喺肉身嘅人,只要透過勞苦同極大嘅努力,仍然可以從上主獲得恩典,佢哋連同因品行端正而得享安息嘅人,都會去到主嗰度,正如佢自己所應許嘅: *「我在哪裡,僕人也要在哪裡。」*(約翰福音12:26),—並且他們將與父、子和聖靈一同永遠掌權,從今時直到永遠永遠!

**七。**　人人都要努力,喺各種美德上不斷進步,去獲得呢座殿,並且相信就係喺呢度獲得。因為如果我哋呢座屬地嘅殿被摧毀,我哋就冇其他殿畀我哋嘅靈魂居住,正如所講:*「如果我哋脫離咗呢個屬地嘅帳篷,我哋就唔會赤身露體。」* (林後五3),即係話,我哋唔會被剝奪同聖靈嘅交通同合一,而只有喺祂入面,忠心嘅靈魂先可以得享安息。　所以,凡在一切真情實意和全力以赴中作基督徒的人,當他們脫離這肉身時,就堅定地盼望並喜樂,因為他們擁有那*「不是人手所造的殿」*;而這殿,就是內住於他們心中的聖靈的能力。　即使身體呢座殿宇被摧毀,佢哋都唔驚,因為佢哋擁有一個天上嘅屬靈殿宇,同埋嗰份不朽嘅榮耀,喺復活之日,會恢復同榮耀身體嘅殿宇;正如使徒所講: *「那叫耶穌從死裡復活的,也必藉着住在我们里面的聖靈,使我們必死的身體得以生命得着更新。」*又說: *「使耶穌的生命,也在我們必死的肉體裡顯現」*(林後4:11),又如所說:*「使我們的必死之體被吞滅」*(林後5:4)。(15, 16)。

**8.** 所以,我哋要努力,藉住信心同品行端正嘅生活,喺世上為自己預備咁嘅外衣,好等我哋着喺身上嘅身體唔會被認為係赤裸;到嗰日,我哋嘅肉體就無嘢可誇。因為一個人憑住信心同勤力,被認為配得成為聖靈嘅參與者,到嗰日,佢嘅身體就會照呢個程度得榮耀。 靈魂現時所積聚於內在寶藏中的任何事物,屆時都會在身體之外顯露和彰顯,就好似樹木在冬去之後,被太陽和風那看不見的力量溫暖,就會長出葉子並飄落葉子一樣, 花朵同果實;就好似而家野花由地下深處冒出,覆蓋同裝飾大地同草地,就好似主講到嘅百合花,佢話:*「就連所羅門王喺佢盡嘅榮華富貴中,都冇法好似其中一朵咁裝飾自己。」* (馬太福音6:29) 因為呢一切都係復活日上基督徒嘅榜樣、模型同譬喻(5:17)。

**9.** 因此,對於所有愛神的人──即真基督徒──就有克桑提科斯月(又稱四月),而這日正是復活節。 到嗰日,藉住公義之日頭嘅大能,聖靈嘅榮耀會由內而外顯現,覆蓋同賦予聖徒嘅身體──正正就係佢哋曾經喺靈魂深處隱藏住嘅榮耀。因為靈魂而家所擁有嘅,到時就會喺身體上顯露。 呢個月係夏日嘅第一個月份(出埃及記12:2);佢為萬有帶嚟喜樂;佢打開大地,為光禿嘅樹木穿上新衣;佢令所有動物都歡欣;佢喺眾人中散播喜悅;對基督徒嚟講,佢係Xantikos嘅第一個月,即係話, 復活嘅時候,佢哋嘅身體會被一種今日仍然隱藏喺佢哋體內、無法言喻嘅光榮所光耀,而呢種光榮就係聖靈嘅能力;到時聖靈會成為佢哋嘅衣裳、佢哋嘅食物、佢哋嘅飲品、佢哋嘅喜樂、佢哋嘅歡欣、佢哋嘅平安、佢哋嘅裝飾,同埋佢哋嘅永恆生命。 因為神性之靈,佢哋已經被認為配得喺自己裏面接受(5:18),嗰時就會成為佢哋天上光輝同美嘅真髓。

**10.** 所以,我哋每一個人都要努力勤力,勤修一切美德,信靠同求告主,使我哋內在嘅人而家就可以分享呢種榮耀, 使靈魂得以分享那靈的聖潔;並且,當我們從罪惡的污穢中被潔淨後,在復活之日,我們便有東西可以穿在我們復活的赤裸身體上,遮蓋它們的羞恥,賦予它們生命,使它們在天國中得享永恆的安息;因為,根據聖經, 基督將從天而降,復活亞當所有後裔──自創世以來所有入睡者,並將他們分為兩部分;凡領有祂自己印記──即聖靈印記──者,祂必安置在祂右邊,宣佈他們為祂所屬。因為祂說:*「我的羊聽我的聲音」* (約翰福音10:27) *「我認識我的羊,我的羊也認識我。」* (約翰福音10:14)然後,他們的身體因善行而披上神聖榮耀,他們自己也將充滿那早已存在於靈魂中的屬靈榮耀。 如此,他們因神聖之光得榮耀,被接天上去,*'到空中與主相遇'*(帖前4:17),正如經上所寫*:「我們要永遠與主同在」* (帖前4:17),與祂一同作王 ,直到永遠! 所以,我哋要趁早努力,喺自己身上背負主嘅印記同印章,因為到審判嘅時候,當上帝分開眾人,世上所有支派──即係全人類──都會被召集,當牧人呼召祂嘅羊群,凡背負印記嘅人都會認出佢哋嘅牧人, 牧人就會認出帶住佢印記嘅人,並且從萬國中招聚佢哋;屬乎佢嘅人會聽見佢嘅聲音,跟隨佢嘅腳蹤。 世界將被分為兩部分:一部分是黑暗的羊群,進入永恆的火中;另一部分──充滿光明的羊群,被提升到天國的產業。我們現在在靈魂中所得着的,屆時就會光照顯明,並以榮耀遮蓋我們的身體(5, 21, 12, 13)。

**11.** 復活日會唔會所有成員都復活?對神嚟講,冇嘢太困難。呢就係祂嘅應許。 對人嘅軟弱同理性嚟講,呢件事似乎係不可能嘅。就好似上帝拎塵土同泥土,似乎造咗一種同大地唔同嘅新性質──即係身體嘅性質──並且創造咗好多唔同嘅生物,例如: 毛髮、皮膚、骨頭同筋腱──就好似針丟入火入面會變色同化做火,但鐵嘅本性冇變,仍然係鐵一樣,復活嗰日所有肢體都會復活,正如經上所寫:*「連一根頭髮都唔會失喪。」* (路加福音21:18),一切都會發光;一切都會沉浸並化作光與火,卻不會被摧毀,也不會自行變成火,使原本的性質消失,正如有人所主張的。 因為彼得仍然係彼得,保羅仍然係保羅,腓力仍然係腓力;佢哋各自被聖靈充滿,都維持住自己嘅本性同存在。 但如果你堅持話佢哋嘅本性已經被摧毀,咁就冇咗彼得同保羅,反而神喺萬有之中同處處都存在;去到 gehenna 嘅人唔會感到刑罰,而去到天國嘅人就會經歷祝福(15:10)。

**12.** 想像一個園子裏面有各樣結果子嘅樹:有梨樹、蘋果樹同葡萄藤,上面有果實同樹葉;但係個園子同所有樹木同樹葉都改變咗,變成咗另一種本性,以前所有嘅嘢都變得光亮。 同樣地,人喺復活嘅時候都會被改變,佢哋嘅肢體會變得聖潔同光耀(15:11)。

**13.**就好似主耶穌登山時,佢嘅身體得榮耀,變成神聖嘅榮光同無限嘅光,聖徒嘅身體都會得榮耀,變得光耀奪目。 正如基督內在的榮耀在祂升山時那樣充分地彰顯並照耀在祂的身體上,同樣地,內住於聖徒們中的基督能力,將於那日傾注在他們身上──在他們身體上──因為即使在現在,他們的心智已經參與了基督的本質與本性。 因為經上寫道:*「聖化的人和被聖化的人都同出一源。」*(希伯來書

2:11)又說:*「你所賜給我的榮耀,我都賜給他們了。」*(約翰福音17:22)。　正如多盞燈都係由同一火焰點着,聖徒嘅身體──呢啲屬於基督嘅肢體──都要同基督本身成為一樣(15:36)。

**14.** 至於已經成聖的人,雖然仍然活在肉身之中,卻因着自由而未得脫離憂慮,仍要受恐懼的約束;正因如此,誘惑才被允許向他們臨來。 但當靈魂進入聖徒之城,只有 **তখন**先能無憂愁、無試探地安居,因為嗰度冇憂慮、冇悲傷、冇勞碌、冇衰老、冇撒旦、冇爭吵;只有安息、喜樂、平安同救恩。 喺佢哋當中,有主,祂被稱為救主,因為祂拯救被擄嘅人;祂被稱為醫生,因為祂賜下天國嘅醫治,醫好人嘅情慾,而呢啲情慾喺某程度上主宰住人。　總括嚟講,耶穌係王同神,而撒但就係折磨者同邪惡嘅王子(26:23)。

**15.** 既然有人賣掉自己嘅財產,釋放奴僕,遵守誡命,卻唔努力喺今世領受聖靈,佢哋照呢種方式生活,豈唔會進入天國?　　呢個係一個微妙嘅討論題目。因為有啲人堅持話淨係得一個國度同一個 gehenna,但我哋就話喺同一個國度同同一個 gehenna 入面,其實有好多唔同嘅等級、分別同度量。 就好似成身各肢都有一個靈魂,喺上面嘅腦袋運作,下面嘅腳先會行得動;同樣地,神性包羅萬有,無論係天上嘅生物定係深淵以下嘅生物,都完全住喺萬物之中,雖然因為佢無法衡量同無限大,佢亦都存在喺受造之物以外。 所以,神性本身都聽人嘅禱告,並以智慧治理萬有。 既然有人禱告時都唔知自己要乜,有人禁食,又有人投身事奉,公義嘅審判者──上帝──就按佢哋嘅信心分量畀佢哋報酬。佢哋所作嘅一切都係出於對上帝嘅敬畏,但唔係全部都係兒子、君王或繼承者(40:3)。

**16.** 世上有啲人係殺人犯,有啲人係行淫者,有啲人係掠奪者,亦有人將佢哋嘅財富分畀窮人。主同時睇住呢啲同嗰啲人,畀行善者安息同獎賞;有豐盛嘅量度,亦有微薄嘅量度;就連喺光度同榮耀入面,都有分別。 就連喺 gehenna 同刑罰入面,都有下毒者、強盜,同其他喺細微事上犯罪嘅人。但係話淨係得一個國度、一個 gehenna,冇刑罰等級嘅人,就講錯咗。今日有幾多人沉迷喺觀賞節目同其他放縱行為度? 又有幾多人禱告敬畏上帝?上帝同時眷顧呢兩類人,作為公義嘅審判者,為一部分人預備安息,為另一部分人預備刑罰(40:4)。

# 可敬的以賽亞阿爸

## *我哋尊敬嘅以賽亞阿爸(尼特里亞長老)及其著作嘅簡要概述*

我哋可敬嘅隱士伊西多拉阿爸喺公元四世紀下半葉(約370年去世),係大馬卡里奧斯阿爸嘅同期人。 佢嘅苦行地點喺下埃及──特別係斯基托斯(*Skethos*)沙漠,我哋通常稱之為斯基泰(*Skete*),就喺亞歷山大附近,嗰度嘅修士喺深沉嘅寂靜(*sige*)中過住冥想式嘅生活。　佢幾多歲出家就唔清楚;我哋只知道佢係出身貧寒嘅父母,呢點可從佢嘅哀嘆中見到,亦可從佢徒弟以利沙喺受試探時,稱佢係「卑微出身」嘅侮辱中得到印證。　以賽亞長老深受同期僧侶敬重,許多人都遵從他的教誨,並樂意對他完全服從。　佢當時亦為亞歷山大宗主教所識,當可敬嘅以利沙誣衊佢時,宗主教就話:「凡用惡毒、驕傲、蔑視的話,向義人胡言亂語嘅,都當閉口。」(詩篇30:19) 以賽亞長老極其謙卑,並擁有深切痛哭的恩典,這從他在試煉期間對弟子以利沙的溫柔回應可見一斑──當時以利沙正譭謗並誣衊他──以及他的「十四句禱文」:一種痛哭的修練,細讀之能 soften 甚至化石心為懊悔。 照住隱修院啲默靜修士嘅慣例,可敬嘅以賽亞有兩個徒弟──彼得同以利沙。　至於前者,佢寫咗一篇教化嘅講道(第26篇);至於後者,就喺《Gerondika》入面有個救靈嘅記載[10]。除咗呢兩個徒弟,仲有好多其他和尚都係跟住佢嘅建議同教導,佢唔單止同佢哋面對面傾偈,仲有書信往來。　佢日夜研讀神聖經典,從呢啲救贖源頭汲取豐沛嘅靈性智慧,寫咗好多最靚嘅著作,涵蓋各種救靈主題,合共成咗一本完整嘅書。 可敬的以賽亞被稱為隱士,因為他熱愛深沉的獨處,並以苦行方式退離人群;以致在生命最後幾年,連最親近的徒弟都未與他同住,只偶爾前來探望,這從第27篇講道中可見。　可敬者嘅著作被以下人士提及:阿蒙主教喺寫畀亞歷山大宗主教提奧菲洛嘅書信中;尼基福洛斯修士喺佢關於保心論嘅講道中;大巴爾散奴夫、大馬色嘅約翰、西奈嘅格里高利同其他人。 我哋敬愛嘅以賽亞長老嘅紀念日,喺正教會係芝士周嘅星期六舉行。流傳到我哋手上嘅阿爸以賽亞言行錄收錄咗29條,但好大機會未包括晒佢所有嘅言行。因為喺佢言行錄嘅摘錄入面,有啲指示係呢度搵唔到嘅。　除咗呢啲言行錄之外,仲有呢位阿爸針對初學僧嘅規矩,由安尼亞諾

[10] 喺我哋二月嘅前言入面──第27日之前。

嘅本篤阿爸(九世紀初)喺佢嘅修道規矩彙編《[11] 》入面保存落嚟。關於呢啲規矩,上述彙編有註明係摘自阿爸嘅言行,但並非全部都可以喺言行錄入面搵到。 因此,可以推斷,當中好多人或係取自阿爸嗰啲已經失傳嘅著作,或者係佢喺唔同時間,向唔同人以口頭形式教授,然後再靠口耳相傳,由人整理入呢個一般嘅收集,並唔係按佢嘅思考次序排列。 佢哋同聖安東尼大長老嘅規條一樣,係同一精神同一內容。有啲甚至逐字相同。 可以推斷,亞巴·以賽亞同亞巴·大馬卡里,係繼承亞巴·大安東尼教導恩賜最接近嘅人。喺《多布羅托留比耶》入面,有亞巴·以賽亞關於守心嘅文章,一共27章。 該著作的序言指出,此文係節錄自該阿爸的話語,而《 》中則包含一段簡要指示,說明如何抵禦心靈的誘惑、保持良心無瑕、將秘密教誨銘記於心,並以智慧在全然的寧靜中保守靈魂的三重本性。 喺《Patrol. graec.*》第40卷,喺呢段文字之後,有篇類似嘅文章,題為《論苦行與沉默》,共有19章,並附有希臘原文。呢啲章節同樣係摘自佢嘅言論,喺出版物入面透過引用嚟標示每章嘅來源。 當中有啲,逐字逐句都同《論仁慈》嗰篇一樣。 不過,無論係呢十九章定係《慈愛》入面嗰二十七章,都有啲指示喺《言行錄》度搵唔到。呢點,連同其他因素,就成為將呢兩篇文章收錄喺阿爸以撒著作今次版本嘅動力。 為咗唔會遺漏任何嚟自呢位阿爸嘅內容,我哋喺呢度除咗收錄《可紀念言行錄》入面引用嗰啲,仲加入咗佢喺我哋《字母式父言錄》入面嘅言行——但只係由斯拉夫文翻譯,因為希臘文冇呢本父言錄。呢啲就係我哋虔誠苦行者嘅工夫。 大家自己都會睇到,就算喺呢啲說話入面,都有唔少係文本入面搵唔到嘅。所以,以下就列出嚟:

**1.** 阿爸以撒言。須知喺第一版入面,呢啲係用拉丁文翻譯,因為喺拉丁文入面先有印刷版本。然而,後來當庇護山嘅長老喺山上發現呢啲說話嘅希臘文本,並將副本寄去莫斯科時,就由嗰份文本重新翻譯咗,而家就係用呢個版本,呈獻俾鍾意閱讀呢類書籍嘅讀者。 – 在編製此譯本時,我們已參考奧普丁隱修院長老們好意提供、由德國長老帕伊西奧斯所做的翻譯。適當情況下,已於腳註中指出。

**2.** 佢對初學和尚嘅規矩。

**3.** 佢嘅言行錄。

**4.** 來自《Dobrotolyubie》關於守心二十七章的文章。

**5.** 關於苦行與沉默的章節。

## 1. 可敬嘅阿爸以撒對佢門徒嘅言教

### *1. 敬禮伊撒意亞阿爸畀同佢住嘅弟兄嘅誡命*

**1.** 如果你想留喺我身邊,就為咗耶穌嘅緣故,留心聆聽。

**2.** 讓你們各人坐喺自己嘅小房入面,敬畏主,唔好忽略神所吩咐嘅體力勞動。

**3.** 不可忽略你哋屬靈嘅教導同無間斷嘅禱告,要守住你哋嘅心,唔好畀外來嘅念頭入侵;咁你哋就可以唔去諗任何嘢——無論係人,定係呢個世界嘅任何事物——只係要時刻檢視自己喺邊度跌倒,並努力改過,以破碎嘅心向神呼求, 眼淚和苦楚(肉體的疲勞),好叫祂赦免你,並在萬事上保守你,免得你再陷入同樣的過犯。

**4.** 每日都要將死亡擺喺眼前,細心諗吓點樣離開呢個身體,穿過喺空中等住我哋嘅黑暗權勢,毫無阻礙咁喺神面前現身,專注望住佢最後審判嗰日嘅可畏,同埋每個人因自己嘅行為、言語同心思所得到嘅報應。 因為*「凡事都赤露敞開,*瞞不過那一位我們必須向祂交帳的人」(希伯來書4:13)。

**5.** 除非真係好需要,否則無論喺食飯定喺教堂都唔好講嘢,除非對方自己問,否則唔好糾正唱歌嘅人。

**6.** 敬畏上帝,在廚房服侍一星期,不可忽略你屬靈的指導。

**7.** 無論任何情況,都唔好入你兄弟嘅房,亦唔好喺指定時間之前去探對方。

**8.** 不可留意弟兄的工夫,無論是弟兄作的多過你,或你作的多過他。

**9.** 當你哋出去做工嘅時候,唔好講閒話,亦唔好放縱自己;反而要各自喺敬畏上帝嘅心態下,留意自己同自己嘅心靈,以及喺暗中(喺心靈最深處)嘅教導同禱告。

**10.** 當教會禮拜完結,或者你哋食完飯起身,就唔好坐低互相傾計,就算傾神嘅話都唔好,反而要各自返自己嘅小房,為自己嘅罪行痛哭。

---

[11] 拉丁教父系列第103卷

**11.** 不過,如果你真係要同人講嘢,就盡量講得少啲,用謙卑同敬畏嘅心去講,因為上帝永遠都喺度聽緊你。

**12.** 唔好為任何事同人爭辯,亦唔好對任何人講粗話;唔好用口或者心去論斷或貶低人;亦絕對唔好埋怨任何人,免得虛假從你口中出嚟,亦唔好想講或者聽任何對你有益嘅嘢。

**13.** 心裏不可懷有任何惡意、仇恨或嫉妒,對鄰舍;你所講嘅話亦不可與你心裏所想有異,因為「*神不是被人譏誚的*」(加拉太書6:7),祂看見一切──無論隱祕或明顯。

**14.** 唔好將任何念頭、任何憂愁、任何慾望或任何懷疑藏喺心入面;要坦白咁同你嘅修道院長傾訴,佢同你講嘅任何嘢,都要憑信心努力去實踐。

**15.** 小心,唔好因遵守我嘅誡命而疲倦,因為──唔好意思──到時我唔會容許你留喺我身邊。如果你遵守佢,我就會喺神面前為你代禱;但如果唔遵守,祂會因你嘅疏忽同我嘅無果效而向你追究。 凡遵守我誡命的,無論在暗中或公開,主神都要保守他們脫離一切惡,並在一切將來的試煉中──無論是暗中或公開──護佑他們。

**16.** 我親愛嘅弟兄姊妹,我懇求你哋,記住你哋點解要離開呢個世界,並且要留意你哋嘅救恩,免得你哋嘅棄絕係徒然,免得你哋喺神面前,同埋喺嗰啲為咗祂嘅緣故棄絕世界、並已好好爭戰嘅聖徒面前,蒙受羞辱。

**17.** 輕視世上之物、克己(為剝奪肉體而作的苦行)、謙卑,以及在一切事上明智地節制己意──不仗賴自己的義,卻常將自己的罪惡擺在眼前──,這些會喺你心裏結出美德。 眾人當知:肉體的安息、放縱(platysmos──寬闊之路,即不以任何方式限制自己,任憑己意)與虛榮,會摧毀修道者生活中的一切果實。

### *2. 論自然律*

**1.** 弟兄姊妹們,我唔想你哋唔知道,起初神造人嘅時候,將佢安置喺樂園,當時佢擁有健全嘅本性,按自然次序運作;但當佢聽從咗引誘佢嘅者,佢所有本性都變成unnaturalness[12] ,於是佢就被趕出榮耀。但係我哋嘅主因祂嘅大慈大悲,向人類顯示祂嘅憐憫:*「道成肉身」*(約翰福音1:14)──即係話,祂除咗冇罪之外,喺各方面都成為一個完美嘅人,為咗透過祂聖潔嘅身體,將我哋唔自然嘅狀態改變返做自然嘅狀態[13] 。 祂對人類施展如此憐憫,再次將他們恢復到樂園, ──透過跟隨祂的腳蹤並遵守祂賜給我們的誡命,使失喪者得以恢復,好叫我們能勝過那將我們趕出榮耀之境者──並藉著示範聖潔的敬拜(*latreia*)和純潔的律法,使人得以站立在他的本性秩序中,正如神所創造他的。

**2.** 所以,凡是想回到自己本性狀態的人,必須斷絕一切肉體的慾望,好使自己處於與心靈(屬靈)本性相符的狀態。在我們裡面,本性上就有對(上帝)的渴慕──沒有這對上帝的渴慕,就沒有愛:因此但以理被稱為*「有大志的人」*。 (但以理書9:23),但仇敵已將它(這本性的渴慕)變成了可恥的慾望,使我們貪戀各種不潔之物。在心思裡,本性上對神有熱心──沒有對神的熱心就沒有進步,正如書信上所寫:*「要熱心追求那更屬靈的恩賜。」*(林前12:31); 但呢份對上帝嘅熱誠喺我哋入面已經變成咗一種唔自然嘅熱誠──令我哋互相熱衷、互相嫉妒、互相說謊。 心裏面本性就有忿怒──冇咗忿怒就唔可能有純潔,除非佢對敵人灌輸俾佢嘅一切都忿怒,就好似以利亞撒嘅兒子非尼哈,喺佢忿怒嘅時候殺咗一個男人同一個女人,於是主對祂子民嘅忿怒就平息咗(民數記25, 7–9);但喺我哋度,呢種憤怒已經變咗另一種,令我哋為咗啲冇必要同冇用嘅事對鄰舍發怒。 心裏面有種天生的仇恨,就係咁:當呢種仇恨掌握住以利亞嗰陣,佢就殺咗啲惡毒嘅先知(列王紀上18:40);同樣,撒母耳對亞瑪力克王亞甲都係咁做(撒母耳記上 15:33)—如果對敵人冇仇恨,靈魂嘅尊嚴(價值同體面)就唔會顯現;然而,呢種(自然)仇恨喺我哋入面已經被轉化成一種唔自然嘅仇恨,令我哋憎恨鄰舍,對佢哋感到厭惡 ——正正就係呢種仇恨,將所有美德都驅逐出我哋。 ── 心靈面對仇敵時,本性就當作智慧,如下:當呢件事臨到約伯,佢就責備仇敵,對佢哋講:*「你哋無榮譽、受輕蔑,缺乏一切美好;我唔認為你哋配做我羊群嘅狗。」* (約伯記30:1, 4),但呢種對敵人嘅傲慢喺我哋身上已經改變咗:我哋喺敵人面前自卑,反而對彼此傲慢,互相傷害,自以為比鄰舍更義──而就因為呢種傲慢,上帝就成為人嘅仇敵。 呢啲就係人被造時所賦予嘅(喺受造之時植入佢裏面),當佢嘗到不順服之後,就喺佢裏面被轉化成咁可怕嘅情慾。

---

[12] *Eis ten parafysin* – 進入超自然。

[13] Ten ten hatafysin

**3.** 所以,親愛嘅弟兄姊妹,我哋要努力,務要將佢哋(呢啲情慾)拋棄,並達到我哋主耶穌基督喺祂聖體中所顯示畀我哋嘅境界;因為祂*「是聖潔者,並居住喺眾聖之中」*。 我哋要好好照顧自己,盡我哋所能去討神喜悅,運用我哋積極嘅能力,喺天秤上平衡我哋所有肢體,直到佢哋回復到自然嘅次序,好叫我哋喺試煉嘅時候──*「要臨到普天之下」*(路加福音21:26)──可以得著憐憫。 — 不住地懇求祂的良善,使祂的幫助與我們的卑微同在,以得救脫離仇敵;因為祂的 strength、help、and power 永遠長存。阿們。

### *3. 關於初學者同住喺小房入面嘅人*

**1.** 首先,我哋需要謙卑,咁樣先至喺每一句聽到嘅說話、每一件事上,都隨時準備好講:「原諒我」,因為有咗謙卑,敵人所有嘅詭計都會被挫敗。

**2.** 凡你所行的事,都不可自己審判自己,好叫你心裏得享平安。

**3.** 當你獨處時,你面容上要帶着憂傷和痛悔的印記;但對陌生人就要表現得愉快和親切,好叫你心裏常存敬畏上帝。

**4.** 當你同弟兄一齊出門旅行時,要保持一段距離,好等你可以靜默;行路嘅時候,唔好東張西望,要反思自己嘅思想,或者喺心裏面向神禱告。 無論你喺邊度過夜,都唔好放蕩不羈,而要喺所有事上都保持謙遜。當有人畀嘢你食,就似被迫咁,唔情願咁先伸出手。做細路,唔好自作主張咁將[14] (一小口食物)塞入人哋口中。 無論你喺邊度瞓覺,都唔好同其他人蓋同一條被,但係瞓前要喺心裏面虔誠咁禱告多次。 如果你因為旅程疲勞,想用少少油抹身以舒緩疲勞,就只可以抹雙腳,而且要 modest 啲,唔好盡脫晒鞋;除非非常需要或者病咗,否則唔好成身都抹油。

**5.** 如果你喺你嘅小房入面坐住嘅時候,有陌生人嚟到,就對佢做同樣嘅事──抹佢嘅腳,然後同佢講:「施愛,拎少少油抹晒你身上其他地方。」 如果佢唔肯接受,就唔好勉強;但如果佢係一位積極嘅長老,就要一直勸佢,直到你為佢全身抹晒油為止。

**6.** 當你同比你細嘅兄弟姊妹一齊坐喺枱邊,唔好同自己講:「[15]」。食嘢嘅時候要記住你嘅罪,咁先唔會食得咁起勁。只拎自己面前嗰份,唔好拎人哋面前嗰份。 你嘅衫要夠長,遮到腳同膝頭,並且要合埋實。如果食緊飯嘅人有旅客,就用熱情嘅目光招呼佢哋,等佢哋食完之後,要同佢哋講兩三遍:「請再夾多啲,表示心意。」 你食嘢嘅時候,唔好轉頭望隔離嗰個人;唔好東張西望;唔好講無謂嘅說話;想要嘢之前唔好先伸手,要先講「祝 blessing」;飲水嘅時候,唔好好似普通人咁咕嚕嚕作聲。

**7.** 如果你同兄弟姊妹一齊坐嗰陣,有痰上嚟,就唔好喺佢哋面前吐,要企起身去外面先吐;唔好喺人前伸懶腰:如果你覺得想打呵欠,就唔好張口,咁就過咗;無論任何情況都唔好張口笑,因為咁樣好唔禮貌。

**8.** 當你見到兄弟嘅任何嘢──無論係衫、腰帶定髮帶──都唔好覬覦,亦唔好因為想同佢哋一樣而放縱自己。

**9.** 如果你得到一本書,就唔好去裝飾佢嘅書皮(或者裝飾品),因為呢種係一種慾望。

**10.** 如果你以任何方式犯罪,就唔好因為羞愧而說謊,反而要低頭講:「赦免我」──咁你嘅罪就會得赦。

**11.** 如果有人對你講粗魯嘅說話,唔好喺心裏記恨佢,而係要趁住心裏未起嬲意(或者唔舒服)之前,快啲向佢低頭,因為嬲意好快就會跟住嚟。

**12.** 如果你被任何人就任何事不公地責備,就唔好動手反擊,而要低頭講:「唔好意思,我唔會再犯。」無論你知唔知件事,因為呢啲都係踏向新開始嘅踏腳石。

**13.** 當你行[16] 做你嘅手藝嗰陣,唔好大意,要存敬畏上帝嘅心去做,免得你因無知而犯罪。

**14.** 當你學手藝嘅時候,要同你嘅師傅傾偈,唔好害羞,要經常同佢講:「請你幫我檢查吓,我做得啱唔啱。」

**15.**如果你嘅兄弟喺你做手藝嗰陣叫你,就快啲去了解佢想要乜,並且放低手頭嘢去照顧佢。

---

[14] *Balien eis stoma* – 一個至今仍喺東方流傳嘅習俗:由人拎一塊食物,放喺另一個人口入面,作為特殊恩寵嘅象徵。

[15] 喺 Paissios:「im.」

[16] 或者咁講:當你完成咗你嘅手藝品,唔好忽略佢,要好好照顧,免得枉費心機——等等。

**16.** 飯後,就入你嘅小房,誦咗你嘅禱文(*禮誦*),唔好同啲對你冇益嘅人坐低傾計。 但如果佢哋係講神話語嘅長老,就要問你嘅阿爸:「我係咪坐低聽,定係返去我嘅小房?」佢點吩咐,就點做。

**17.** 如果佢(院長)差你去做嘢,就問佢:「您吩咐我留喺邊度?」無論你需要乜嘢,或者佢點講,就照做──唔好加添,亦唔好減少。

**18.** 如果你聽到外面有話聲,就唔好帶入耳中,返嚟之後亦唔好同其他人講。守住你嘅耳,你嘅舌頭就唔會犯罪。

**19.** 當你想做一件事,但同你住嘅人唔想做,就為咗佢放棄你嘅慾望,咁就唔會起爭執,亦唔會令佢傷心。

**20.** 當你去到一個弟兄嘅房同住做客,唔好喺任何事上指手畫腳,亦唔好想做佢嘅長上。

**21.** 如果你同其他兄弟一齊住,就唔好爭同佢哋一樣嘅榮譽。 如果佢哋叫你做啲你唔想做嘅嘢,就要克服自己嘅意志去做,唔好令佢哋傷心,亦唔好破壞你嘅謙卑(指對你嘅要求)同埋同佢哋嘅和睦共處。

**22.** 如果你同一個兄弟同住,佢對你講:「煮啲嘢畀我食。」你就問佢:「你想我整啲乜嘢?」如果佢交畀你決定,話:「隨你意思。」你就喺神面前,用敬畏嘅心,整啲有嘅嘢畀佢。

**23.** 如果你同佢哋一齊住(互相扶持或者喺團體入面),有嘢要做,你都要一齊做;要同大家一齊參與,唔好吝嗇自己嘅身體,為咗大家嘅良心。

**24.** 每日朝早起身,未開始做手頭工之前,先研讀上帝嘅話語;如果有咩要整理──無論係蒲團、器皿定其他嘢──都盡快做,唔好懶散。

**25.** 當有酬勞嘅差事,就叫你嘅兄弟一齊做──唔好喺佢面前自以為高;但如果係細微嘅差事,有人對另一個人講:「兄弟,你去做好你嘅工,我呢個自己做。」就要聽佢嘅話:因為凡聽命嘅人就係偉大嘅。

**26.** 如果有位兄弟係旅客嚟到你度,就對住佢露個歡迎嘅笑容去招呼佢,並且幫佢拎起佢拎住嘅任何行李──佢走嘅時候都一樣。對佢嘅招呼要得體同敬畏真主,咁佢先唔會受到任何傷害。 要小心,唔好問佢啲對你冇益嘅嘢,但可以請佢為你禱告。當佢坐低嘅時候,就同佢講聲「你好?」,之後就冇其他嘢好講;再畀佢本書,等佢讀吓、學吓;但如果佢好攰,就畀佢休息,仲要幫佢洗腳。 如果佢同你傾計時講啲唔當嘅說話,就好好聲同佢講:「唔好意思,我撐唔住,受唔到。」如果佢身體唔舒服,衫污糟咗,就幫佢洗乾淨。如果佢好單純,破爛嘅衫爛咗,就幫佢縫好。 如果佢係啲無所事事四處遊蕩嘅人,而你有啲忠信嘅人,就唔好介紹佢畀佢哋,但要喺神嘅愛中對佢施憐憫。但如果佢係為神嘅緣故旅行嘅弟兄,嚟到你哋度想歇一歇,就唔好轉頭唔理佢,反而要同嚟到你哋度嘅眾信徒一齊歡喜快樂咁接待佢。 如果佢係窮人,就唔好叫佢空手離開,要從神賜福畀你嘅福份入面畀啲嘢佢,要記住你所擁有嘅唔係你自己嘅,而係神嘅恩賜。

**27.** 如果弟兄將嘢寄放喺你度,就唔好佢唔喺嘅時候打開嚟睇入面係乜;但如果寄放嘅嘢好有價值,就同佢講:「交畀我保管啦。」

**28.** 如果你去到人嘅屋企,佢哋出門之後留你一個喺度,就唔好抬頭望入佢哋屋企入面有咩,亦唔好打開任何嘢──無論係櫃門、器皿定係書本──但係當佢哋離開嘅時候,就同佢哋講:「你出門嘅時候,就畀啲嘢我做啦。」—佢畀你做乜,就即刻做,唔好拖延。

**29.** 未見過嘅嘢唔好讚,未親眼見過嘅事,唔好當係親眼見過咁講。

**30.** 唔好因為人嘅着衫就輕視佢(*Shema*)。

**31.**無論你係企起身去拎水,定係因需要而坐低,都唔好大意,要記住上帝正喺睇住你。

**32.** 你喺自己嘅小房入面起身禱告嘅時候,唔好草率或者疏忽;唔好以為敬拜上帝,就去惹怒祂,而要存敬畏上帝嘅心; 唔好靠牆,亦唔好張開雙腿,一腳企前、一腳縮後,好似愚人咁做;要收斂心神,免得畀慾望牽著走,好等上帝接受你嘅供奉。

**33.** 當你哋幾個人一齊唱歌嘅時候,就等每個人輪流獻上自己嘅禱告;如果當中有人係生面孔,就用愛心請佢都獻上禱告。要同佢講兩三次,唔好爭吵。

**34.** 到獻祭(無血祭)嘅時候,要抗拒你嘅念頭,專注於對上帝嘅敬畏,好令你配得聖事,主亦可醫治你。

**35.** 要小心唔好令自己身體污糟同凌亂,免得虛榮心誤導你;但係初學者就應該喺所有關於身體嘅事上都保持凌亂,因為呢樣對佢有益。

**36.** 初學者未到成年之前,切勿穿戴華麗服飾;這對他有益。至於酒,必要時最多只可飲三杯。 笑嘅時候,千祈唔好露牙;要低頭,以示恭敬。訓覺時要繼續束腰帶,並且盡量唔好將手放喺衫底,因為身體有好多慾望,會令心靈都糾纏其中。 當佢要出門,就著番草鞋;但係喺自己房入面,就要盡量唔好著草鞋。行路嘅時候,要將手插喺腰帶入面(或者緊貼住腰帶),唔好好似凡人咁揮手。

**37.** 同行年長者時,切勿先行。若長老停下與人說話,不可自作主張坐下,要站立直至他示意你如何行動。

**38.** 當你行經城鎮或村莊時,要低垂雙目,免得當你喺自己房入面時招致非議。

**39.** 出門旅行時,若怕自己會犯罪,就切勿留宿在任何人的屋裡。

**40.** 當你被邀請去某處食飯,得知亦有一位女士會到場,無論如何都唔好坐低;寧願令邀請你嘅人失望,都唔好喺心裏偷咁犯罪。 如果你可以,連女人的衣服都唔好望。如果你喺路上,有女人同你講「願你平安」,就喺心入面回應佢,同時要低低眼。

**41.** 當你同一位長老一齊出發去旅行,無論如何都唔好畀佢拎你嗰個袋;但如果雙方都係初學者,就輪流拎,但拎住袋嗰個要行喺前。

### *4. 論「」、住喺洞穴入面嗰班人嘅旅程,同埋良心*[17]

**1.** 當你哋旅行,如果有一個人行唔動,就畀佢行喺你哋前面,咁佢如果想坐低,就可以坐。

**2.** 如果你哋係初學者,一齊旅行,就要為自己一次過訂立一套行為次序——無論係行去洗臉盆嗰度定係坐低喺枱邊——等到時唔會互相擋路;但如果今次由一個人先,下次就由另一個人先。

**3.** 當你向長老請教一個念頭時,如果你知道長老可信且會守口,就應坦率地向他敞開心扉。

**4.** 當你聽到你兄弟嘅罪,就唔好同任何人講,因為咁樣對你嚟講就等於死亡。

**5.** 當有人講出困擾你嘅念頭時,唔好想聽,免得畀呢件事成為你嘅爭端。

**6.** 要迫自己經常禱告,因為禱告係你靈魂嘅光。

**7.** 每日反思自己喺邊度犯罪,如果你為此禱告,上帝就會赦免你。

**8.** 如果有人喺你面前不斷惡言相向,你唔好害羞,要阻止佢,亦唔好信佢,免得你喺神面前犯罪;你要謙卑咁對佢講:「兄弟,原諒我,我好可憐——你講嘅都係我自己嘅錯——我頂唔順。」

**9.** 如果有人對你唔公平,而有人喺你面前講佢壞話,你要守住你嘅心,免得惡意喺你心入面再度燃起;但要記住你自己喺神面前嘅罪——如果你想神赦免佢哋——就唔好以牙還牙。

**10.** 如果你同唔識嘅弟兄同行,發現佢哋嘅身分比你低,就要喺一切事上畀佢哋先行。 如果你啱啱去探望朋友,無論係去洗臉盆邊定係坐低喺枱邊,都要畀佢先行;亦唔好假裝佢係為咗你先受到款待,而要對佢講:「佢係為咗你先對我咁好。」

**11.** 如果你同一個兄弟一齊旅行,然後你轉去探望一位朋友,同佢有事要傾,就同兄弟講:「你喺度等我」,而朋友堅持要你食啲麵包,就唔好放任何嘢入口,直到你叫埋兄弟一齊嚟,等佢都可以同你一齊歇吓。

**12.** 如果你同好多兄弟一齊旅行,因為人數太多,你又唔好意思帶佢哋去你朋友屋企,就要小心唔好輕視佢哋;偷偷走開之後,唔好自己一個人食麵包,將佢哋拋低,反而要同佢哋一齊商議點做先啱——佢哋講乜,就謙卑咁聽; 同佢哋一齊旅行嘅時候,唔好自封為高人一等,亦唔好逃避初學者嘅本分。

**13.** 如果你特地想去探望一位兄弟,但佢唔想接待你,咁當你喺路上再見到佢,或者佢冇通知就嚟搵你,都要對佢最親切。

**14.** 如果你聽到有人背後講你壞話,當你喺街度遇到佢,或者佢突然嚟探你,就盡量對佢保持愉快、熱情同友善嘅態度,唔好同佢講「你點解要咁講?」 因為箴言上寫住:「諗住惡事嘅人就係作惡者。」

**15.** 弟兄姊妹啊,如果你探望有需要嘅弟兄,就唔好用任何請求去煩擾佢,反而要自己買啲食物嚟維持生計,咁先有足夠嘅餘下畀佢——你哋喺嗰度搵到嘅住宿已經夠你哋用。

---

[17] 希臘文:「peri syneideseos」——我認為應該讀做「peri synodeyseos」,視乎語境需要。拉丁文版本就正確咁讀,書名係Quid in itinere observandum est。但因為文末亦有提到良心,所以加咗呢句。

**16.** 如果你探望認識嘅長老,而身邊有啲長老唔識嘅人,就唔好喺佢哋面前對長老特別大膽,反而要讓同你一齊嚟嘅人先出聲。

**17.** 弟兄同你一齊住嗰陣,只要佢哋肯聽你,就要嚴厲咁管教佢哋,因為你要向神交帳佢哋。

**18.** 如果你為神的名作朝聖者到任何地方,就唔好同當地人建立關係,亦唔好用言語同佢哋糾纏,因為對你嚟講,同血親一齊反而更有益處。

**19.** 如果你上山去探望寺院裏嘅兄弟,就同你第一站探嘅人住低,唔好未問過佢「我可唔可以去另一間?」就走去另一間,如果佢唔開心,就唔好令佢傷心,直到你離開嗰度。

**20.** 如果你(在外地)租咗一間寮房住,就唔好交太多朋友,一個就夠,以防你病咗冇人照顧,亦唔會削弱你朝聖嘅意義同份量。

**21.** 當你對窮人行善時,就唔好請佢同你一齊食飯,免得破壞咗你對佢嘅善行。

**22.** 如果你進入一間你唔識嘅寺院(或隱士居所),就喺當處住人容許你住嘅地方,唔好入其他寮房,除非佢自己叫你入。

**23.** 如果你喺自己嘅房入面保持沉默,而有位兄弟向你求佢所需嘅嘢,就唔好自己留番,否則你就違犯咗關於你兄弟嘅誡命。 但如果你只擁有自己所需,冇任何多餘嘢,就唔好浪費,害到自己身敗名裂;因為失去一肢體好過成個身體都丟入 gehenna。

**24.**如果你為咗神而同你嘅血親骨肉疏遠,成為一個漂泊者,就唔好畀對佢哋嘅甜蜜情意(同佢哋一齊嘅歡愉)控制你, 當你坐喺你嘅小房入面,唔好畀對父母嘅悔恨、對兄弟姊妹嘅回憶、對仔女嘅憐憫,或者心底對妻子嘅思念困擾你──因為你已經將呢一切都拋諸腦後──反而要喺臨終嗰刻記住你嘅離開。 既然到時佢哋一個都幫唔到你,為咗品德,點解唔放低佢哋呢?

**25.** 當你喺靜默嘅寮房入面,記起有人得罪咗你,就起身,全心向神禱告,求神赦免佢哋──咁你心入面嘅報復念頭就會消失。

**26.** 當你去領受聖禮時,要從各方面守住你的心思(或防範任何雜念),免得自取定罪。

**27.** 如果你夜晚畀羞恥嘅夢誘惑,日間就要守住你嘅心,唔好諗起夢入面出現嘅面孔,免得你畀佢哋嘅誘惑玷污,招致神嘅烈怒;但要全心緊靠神──祂會幫助你,因為祂對人嘅軟弱有憐憫。

**28.** 如果你實踐嚴格嘅苦行,唔好令你嘅心依賴佢,心諗話就係佢拯救咗你;反而要同自己講,就因為身體嘅疲憊,上帝纔理會我呢個可憐人嘅禱告(並拯救我)。

**29.** 如果有任何人辱罵你,就唔好同佢爭辯,直到佢閉口為止;然後,如果你檢視自己,發現自己入面有佢講過嗰啲嘢,就要悔改認罪──上帝嘅恩典就會再次接納你。

**30.** 當你同弟兄一齊旅行,而當中有人因為神嘅緣故令你特別鍾意,就唔好喺其他人面前對佢示好;免得有軟弱嘅人因為嫉妒而死──你就要承擔佢嘅罪,因為你令佢犯罪。

**31.** 當你去探望某啲人時,唔好期望佢哋見到你會非常開心,咁當佢哋歡迎你嘅時候,你就可以感謝上帝。

**32.** 如果你喺靜默嘅小房入面畀軟弱襲擊,唔好灰心,要感謝上帝;如果你見到你嘅靈因為呢件事而受擾,就對佢講:「呢種軟弱唔係對你更好,勝過你注定要入去嘅 gehenna(地獄)?」──咁你嘅心就會平靜落嚟。

**33.** 如果你去到弟兄那裡,其中一個人對你說:「我喺呢度搵唔到平安,但我希望同你一齊住。」就唔好收留佢,免得絆倒其他人。但如果佢對你說:「我因為某件隱藏嘅事而快要死咗,」就要畀條路俾佢走,但唔好畀佢同你一齊住。

**34.** 你喺靜默中坐喺你嘅小房入面,要為飲食定一條規矩:只畀身體所需,好令佢可以支撐你,幫你做你嘅靈性操練,亦令你唔使向人求助;唔好為咗享受、滿足口腹之慾而食,無論嗰啲食物係有益定無益都一樣。 如果你需要探訪──無論是探望兄弟或去修女院──都不可任憑身體在那裡盡情食用任何甜食,好讓它能盡快思念回歸你的小房,並免得成為自己的叛徒。

**35.** 如果魔鬼開始引誘你去做力所不及的事,就唔好聽佢哋嘅話,因為佢哋通常會慫恿人去做自己做唔到嘅事,好令佢墮入佢哋手中,佢哋就可以因此歡喜。每日食一次,只畀身體所需,咁你先可以等到想瞓覺先去瞓(食)。虔誠咁守夜,唔好剝奪身體所需,但要智慧同節制咁禱告,免得畀過度嘅守夜令你心靈迷失,走偏路。 半夜禱告就夠,另一半畀身體休息;訓覺前用兩個鐘頭禱告同唱詩篇,然後先瞓,等主

叫醒你,再用熱誠作禱告。 如果你發現 ,你嘅身體開始偷懶,就同佢講:「你而家想喺呢短暫嘅時候休息,之後就要被拋入徹底嘅黑暗?」如果你慢慢咁用呢個方法去自律,力量(即精力)就會嚟到你身上。

**36.** 唔好同人交往,如果你嘅良心驚佢哋唔係表面嗰副樣子,或者唔係你希望佢哋成為嘅樣子──又或者驚透過佢哋令你以另一種角度睇其他人──咁你就會喺義路度擺低絆腳石。

**37.** 如果你喺修道院度,有個奴僕,留喺身邊,就會玷污修道團;但如果你交畀兄弟,就喺神面前犯罪。要麼放佢自由,要麼賜佢自由。如果佢想做修士,佢自己會知道。 但係唔好留佢喺你身邊,因為呢樣對你嘅靈魂冇益處。

**38.** 如果你在城裡生活,為神克制你身體,而當地的人因嫉妒開始尊敬你,就離開那裡,去別處住──免得你的一切努力都變成徒勞; 但如果你已經克服咗虛榮,就唔好理人哋,因為你知道上帝同你一齊都對你所做嘅嘢感到滿意。

**39.** 如果你已經拋棄咗世界,就絕對唔好為自己留任何嘢;如果你發現自己有想四處遊走嘅慾望,就要更加勤力做體力勞動,咁先可以喺你嘅小房入面靜默咁安靜咁食你嘅麵包。

**40.** 如果你去城裡賣你嘅手藝,就唔好似平信徒咁討價還價,而係就咁交出,免得削弱你靜室嘅力量(或重要性)。

**41.** 當你買嘢嘅時候,唔好殺價,唔好講「我唔會畀多過幾多錢」;如果你真係想要嗰樣嘢,就稍為拚一拚(畀足叫價);但如果買唔起,就靜靜咁唔好買。 當日後念頭開始折磨你,問你點搵到錢,就同佢哋講:「我而家就好似所有神聖先知一樣,上帝用貧窮考驗佢哋,直到祂知道佢哋嘅心志真誠,先至賜佢哋豐盛嘅供應。」

**42.** 如果兄弟留咗一樣嘢畀你,而你發現自己需要,除非你已經同佢講過,否則唔好喺佢唔知情嘅情況下動用。

**43.** 如果有一位兄弟拉你 aside,對你講:「買呢樣或者嗰樣嘢畀我」,咁如果你有能力買,就向佢買。但係,如果你同其他人一齊住,就唔好喺佢哋唔知或者唔同意嘅情況下咁做,否則你會得罪同你一齊住嘅人。

**44.** 如果你因為公務需要返鄉,就唔好對自己嘅血親太過隨便,亦唔好插嘴佢哋嘅談話。

**45.** 如果你向兄弟借嘢暫用,就唔好大意,要盡快還返俾佢。如果係工具,用完就即刻還。如果喺你手上壞咗,就要修好或者整新嘅,唔好忽略呢件事。

**46.** 如果你借嘢畀有需要嘅窮人兄弟,見到佢還唔起,就唔好再煩佢或者施壓佢,無論係錢定係衫,都唔好再追討。

**47.** 如果你搬去一個地方住,租咗一間房,喺收拾嗰度嘅時候花咗錢,之後就離開。過咗陣,有位兄弟搬咗入去住,你日後再返嚟──就唔好趕佢走,要另搵一間房,免得喺神面前犯罪。 但如果佢自己願意離開,你就冇任何過失。如果你喺房入面留咗啲私人物品,而佢用晒,就唔好向佢要返。

**48.** 當你離開你嘅小房時,要小心唔好帶走入面所需嘅嘢,反而留返畀有需要嘅兄弟,上帝會喺你去到嘅任何地方眷顧你。

**49.** 唔好害羞,將困擾你嘅任何念頭同你嘅上司傾訴,咁你就會得到釋放:因為惡靈喺一個隱瞞自己念頭(無論好壞)嘅人身上,搵唔到比呢個更大嘅立足點。

**50.** 當你領聖體聖事之前,要小心,唔好對兄弟懷有惡意;因為咁樣你就係自欺。

**51.** 如果聖經嘅話語向你啟示咗任何隱喻(寓言)嘅意思,就用寓言式去解釋佢,但唔好忽略字面(或字義)意思,免得你對自己嘅理性多過對聖經嘅信靠;因為呢種做法係驕傲嘅表現。

**52.** 如果你嘅弟兄畀異端嘅說話引迷,對信仰唔識而偏離正道,之後又返轉頭,就唔好輕視佢,因為佢只係因為無知。

**53.** 同異端講嘢時要小心,雖然要為信仰辯護,但唔好畀佢哋惡毒嘅言論毒害到你自己。

**54.** 如果你遇到一本被視為異端嘅書,就唔好去讀,免得令你嘅心充滿致命毒素;要緊守所學,唔好加添嘢,亦唔好刪減嘢。

**55.** 你要謹防那違背健全教義的虛假智慧,正如使徒所說(提摩太前書6:20;1:10)。

**56.** 如果你年輕,尚未制服肉體,那麼,當你聽聞到聖父輩高尚的德行而嚮往之時,切勿以為只要放縱懶惰就能達到;除非你勤力去培養它們,否則它們不會臨到你身上;但如果你勤力培養,它們就會自然而然地臨到你身上。

**57.** 你要提防灰心,因為它會摧毀修道者的勞苦果實。

**58.** 當你同任何情慾掙扎嘅時候,唔好灰心,要喺神面前謙卑自己,誠心誠意嗷講:「我勝唔到呢樣嘢;可憐嘅靈魂啊,幫幫我。」──咁你就會得著平安。

**59.** 當你獨處喺你嘅小房入面,如果你嘅心裏面生咗羞愧,就要小心抵抗你嘅靈魂,免得畀佢佔上風;要快啲記住上帝,祂正緊緊咁睇住你,你心裏面所想嘅一切都喺祂面前赤裸裸;然後對你嘅靈魂講: 如果你都怕同你一樣嘅罪人見到你嘅罪,你又點更應該敬畏緊貼住眾人嘅神呢? 從此勸勉中,神嘅敬畏會喺你心靈裏面顯現──如果你住喺其中,你就能夠堅定咁對抗你嘅情慾,正如經上所寫:*「信靠主嘅人,好似錫安山,動搖唔得,永遠堅立喺耶路撒冷。」* (詩篇124:1)

**60.** 如果你喺交戰嘅時候,對住敵軍嘅部隊,見到佢哋因疲勞而喺你面前動彈不得,甚至開始撤退,就唔好因為呢個而心生歡喜;因為呢啲靈體為你設嘅惡計,就喺佢哋背後,佢哋正喺為你準備一場比第一次更慘烈嘅戰爭。 佢哋喺城後面埋伏一支特別作戰部隊,吩咐佢唔好郁。 到時,當你出征對抗佢哋,佢哋會好似劫咁喺你面前逃走;但當你因為趕走咗佢哋而心高氣傲──離開咗城──就有啲人會由後面起嚟攻擊你, 其他人就會喺前面對住你,將可憐嘅靈魂擺喺佢哋中間,咁佢就冇得再搵到庇護所。──呢座城要你用盡全心喺神面前自卑,佢會拯救你脫離仇敵所有嘅戰爭。

**61.** 如果你為一場戰爭向神禱告,求祂將戰爭從你身上移去,而祂卻不垂聽你,就不要灰心,因為祂知道對你最好的,勝過你知道。但當你在戰爭期間向神求任何事時,就不要說:「將這從我身上移去,賜給我那樣」,而要如此禱告: 主耶穌基督,幫助我,求祢別叫我得罪祢,因為我走咗迷路;別叫我跟從自己嘅意思;別叫我因罪墮落;可憐祢嘅受造之物;別輕視我,因為我軟弱;別離棄我,因為我投靠咗祢; 醫治我嘅靈魂,因為我得罪咗祢;所有逼迫我嘅人都喺我面前──除咗主祢,我冇其他庇護所; 主啊,求你因你的憐憫搭救我;凡攻擊我的人都當抱愧,尋索我命的人都當蒙羞。因為你,主啊,在萬事上大有能力,藉着你,榮耀歸於父神和聖靈,直到永遠。阿們。 – 當時你嘅良心就會暗中同你嘅心講神點解唔理你;你嘅本份就唔係要忽略佢,而係要照佢所講嘅去做。人如果唔理神,就唔可能話神唔聽人講。神並唔係離人好遠,係我哋自己嘅慾望阻住咗佢唔聽我哋講。 「不可令人誘騙你:就如土地若不耕種、不澆水,就不能自行結果;人若不經過克己(自我否定、自我犧牲)和謙卑,就不能結出(善的)果實。」

**62.** 所以,親愛嘅,我哋要喺敬畏上帝中站立,保持同實踐美德(*to praktikon* – 實踐 – *ton areton*),*唔好叫我哋嘅良心跌入絆腳石,而要喺敬畏上帝中留意自己,直到佢同我哋一齊得釋放,好令我哋同佢之間有合一。 咁佢就會成為我哋嘅守護者,指示我哋凡係要割除自己意願*[18] *嘅一切。 但如果我哋唔理佢,佢就會離棄我哋,我哋就會落入仇敵手中,佢哋對我哋唔會施憐憫,正如我哋主喺《和好於仇敵》入面教導我哋,話:「快啲同你嘅仇敵和好,趁你同佢仲喺路上,快啲同佢和好;免得你嘅對頭帶你到審判官面前,審判官又交畀差役,將你下入監獄。我實在同你講:你未還清最後一文錢,就唔會從監獄出嚟」* (馬太福音5:25–26)。 – 有人說良心係一個對頭,因為當人想滿足肉體慾望嘅時候,佢就會反對;如果人唔理佢,就會將人交畀仇敵。何西阿哀嘆以法蓮時,點解會講:*「以法蓮勝過咗佢嘅對頭,踐踏律法於腳下」* 呢?(何西阿書5:11) 佢尋求埃及,結果違背佢嘅意願被擄去亞述(何西阿書7:11)。埃及代表心靈追求自己嘅肉體慾望;而「違背佢嘅意願被擄去亞述」就代表雖然唔情願,佢都要服侍佢嘅仇敵。

**63.** 所以,親愛嘅,我哋要小心自己,免得墮入自己肉體慾望嘅手中──而令我哋被交出,違背我哋嘅意願,畀亞述人擄去。 我哋要留心呢句苦澀嘅說話:亞述王入咗以色列地,將以法蓮同以色列人擄去亞述,安置喺祿存河邊、以拉同亞摩拉之地,佢哋到今日都仲留喺嗰度。 當時亞述王差遣自己的人去,吩咐他們住以色列地,他們就各自立偶像敬拜。到今日他們仍然留喺嗰度(列王紀下17:6、24-25、29)。 呢件事發生喺以法蓮身上,因為佢 *「壓倒咗對手,踐踏咗公義」*。

**64.** 弟兄們,你哋而家明白到,跟從自己惡欲、踐踏良心嘅人會有咩下場未?所以我哋唔好嫉妒佢哋,親愛嘅,我哋要效法嗰啲聖徒,佢哋雖然面對死亡都冇向罪惡低頭,反而順從聖潔嘅良心,承受咗天國。 佢哋各自都喺自己嘅世代過咗潔淨嘅一生,但佢哋嘅名號喺歷史長河中永遠都抹唔去。 — 讓我們以所愛雅各為例,他按神的心意在一切事上都順從父母;得著了他們的祝福後,他想去美索不達米亞生子,因為他不願意娶迦南不順父母之命的女子為妻。 然後,佢拎住支杖同一個油瓶,去到一個叫伯特利嘅地方──意思係「上帝嘅屋企」──喺度歇咗陣;喺夜間嘅異象入面,佢見到一條梯通天接地,有上帝嘅

[18] *Ekkoptomen*。喺Paissios度:就係呢點我哋先跌入陷阱。

使者喺上面上去又落嚟。 —主就站喺梯頂。呢個係畀未來要事奉上帝嘅人嘅一個記號──雖然一開始美德嘅面容會向佢哋顯現,但如果唔肯為此努力,就唔會得見上帝。 雅各就起身,與神立約,要作祂的僕人,神就應允了他,說:*「我要與你同在,保護你,使你毫髮無傷,直到你回到*你本鄉之地。」(創世記28:1–15) 於是佢去咗美索不達米亞搵老婆,當佢見到佢阿媽兄弟個女拉結,就一見鍾情,為佢做咗七年嘢;但係要先娶利亞先至可以娶拉結。拉結一直都唔生育,直到佢又為佢做咗七年嘢之後先至有仔。呢段說話嘅意思就係咁。

**65.** 嗰片土地叫做美索不達米亞,因為佢夾喺兩條河之間:第一條叫底格里斯河,第二條叫幼發拉底河;第一條向住亞述人嘅方向流,而第二條冇敵人(障礙),據講係流經開闊嘅平原。 幼發拉底河被解讀為象徵理性,而底格里斯河則象徵謙卑。利亞被視為體力勞動的象徵,而拉結則代表真諦思。 呢點就喺一個住喺美索不達米亞嘅人身上實現:佢一邊用理性做體力勞動,一邊抵抗亞述人嘅敵意,並透過謙卑達到真正嘅思辨。 – 但係拉結未為佢生過仔,直到利亞生晒佢啲仔,佢又為拉結做咗七年嘢。呢個意思係:如果一個人唔完成整個積極努力嘅過程,真嘅沉思就唔會喺佢度獲得自由(或者自由表達)。 雖然兩位妻子都係佢嘅,但佢更愛拉結多過利亞,因為利亞*「眼目柔弱」。──但拉結「面容美好」*(創世記29:17)。 「第一個妻子眼目軟弱」呢句說話嘅意思就係──只要一個人仍然忙於肉體嘅勞作,就未能夠見到真正思辨嘅光輝,因為仇敵照舊慣例,會將討好人嘅慾望摻雜喺佢嘅作為入面;但係佢唔應該理會呢樣嘢。 – 利亞暫時唔再生仔之後,就將佢嘅使女悉帕畀丈夫,之後佢又再生咗個仔,就叫佢亞悉,解作「財富」。 當利亞生完仔之後,上帝就紀念拉結(創世記30:22)。呢個就表示,當身體嘅勞作潔淨咗感官,令佢哋脫離情慾,真嘅默想就會向心靈顯現佢嘅榮耀(或者──以全盛嘅榮耀向心靈顯現)。 – 雖然利亞嘅眾子幫助咗雅各,但佢對約瑟比其他人更鍾意。呢個意思係,雖然體力勞動可以保護人免受仇敵侵害,但真正嘅默想先至能令佢同上帝合一。 – 點解雅各一見約瑟就即刻想返去見佢父母(創世記30:25)?因為佢見到自己生咗個做兄弟之王嘅仔。再者, 雅各帶領晒佢所有隨從(營帳、商隊)過咗雅莫克河(喺斯拉夫文同俄文 – Yavok),然後佢獨自留喺對岸,就領受咗上帝嘅祝福,上帝對佢講:*「你嘅名唔再叫雅各,而要叫以色列」*(創世記32:28), 佢之所以叫雅各,就係因為佢同仇敵摔跤──(所以得名)──直到佢獲得呢個祝福,並救回佢被仇敵擄去嘅感官。當佢哋獲得自由,佢就改名做以色列,即係「見到上帝嘅心」。 因為當心靈達到可以瞻仰神性榮耀的地步時,敵意就會畏懼它。雖然以掃帶着苦毒前來相見,但雅各的謙卑消弭了他的惡意,使雅各不再親自戰勝以掃,而是他自己在神面前的卑微戰勝了他。雖然仇敵見到一個人所達到的極大榮耀而嫉妒他,卻不能勝過他,因為神是他的幫助者,正如經上所寫:*「你回你本地去,我要與你同在。」*(創世記31:3) – 最後,他到了示劍,就喺嗰度買咗塊地,又為耶和華築咗座壇,因為耶和華喺他遭難嘅日子聽咗佢嘅禱告。(創世記 33:19–20) 「示利姆」呢個名意思係「和平」,即係話:當一個人經過神庇護嘅戰爭之後,就會達到一個和平嘅狀態。雅各就喺應許之地擺咗十二塊石頭作祭壇,喺上面獻咗佢喺美索不達米亞勞碌所得嘅果實作祭畀神。

**66.** 親愛嘅摩西都係咁,佢帶領人民出埃及,救佢哋脫離法老之手,帶佢哋過紅海,見到所有仇敵都死晒,差約書亞去摧毀亞瑪力人, 而佢自己就喺山頂上企住(禱告),由亞倫同戶珥扶住佢隻手,好令佢哋唔會偏離十字架嘅記號。 當耶穌之後打敗亞瑪力克並歡喜而歸,摩西就喺山腳用十二塊石頭築咗一座祭壇,並將嗰度命名為*「耶和華係我嘅避難所」*(出埃及記17:15),因為神用無形嘅手對亞瑪力克發戰。– 「亞瑪力」呢個名就代表絕望。因為當一個人開始轉離自己嘅慾望,放棄罪惡,向神回轉嘅時候,絕望──最先出現嘅──就會向佢發戰,想將佢拉返去犯罪。 呢種灰心喪志,係靠對上帝勤力嘅虔誠去驅走;而呢種虔誠,係靠自我克制去培養,而自我克制又係透過體力勞動去維持,就係透過呢個方式,以色列先得自由。然後人就向上帝感恩,說:「我雖然軟弱,但祢代代都是我的幫助者。」

**67.** 偉大的先知以利亞亦是如此。 佢要等到堆起十二塊石頭作祭壇、擺上木柴、放上聖潔嘅祭物、倒滿水,先至可以將所有反對佢嘅假先知都消滅,一個都唔剩;然後佢向神獻上感恩,說:「我軟弱,但祢是代代都係我嘅幫助者。」67. 呢位就係大先知以利亞。當時,就喺嗰刻,佢就起來對付佢嘅仇敵(列王紀上18:40以下)。—當佢將佢哋徹底消滅,一個都唔剩之後,佢向神獻上感恩,說: 只有到嗰刻,佢先向佢嘅仇敵挑戰(列王紀上18:40以下)。—當佢將佢哋全數剷除,一個都唔剩,佢就向神獻上感恩,說:「呢一切都係祢,因為經上寫住佢將面埋喺膝頭之間。」 (列王紀上十八章42節)。因此,如果心靈仔細守望自己的感官,就會獲得不朽(或永恆生命),而這不朽(永恆生命)又引領它到神所啟示給它的話語。 其後,以利亞嘅*「僕人」抬頭一望*,見七情都未曾動盪,就望見*「一塊如人腳掌咁大、從海面上升上嚟嘅*

*小雲」*:呢就係聖安慰者嘅安息(列王紀上18:43-44)。 —— 永生就係:令自己嘅勞苦保持完整無缺,並且唔會再返去嗰啲需要向神求赦嘅事。 因為當神接納一個人嘅作為,而佢所做嘅事保持完整,得免受仇敵嘅侵害,咁佢嘅仇敵就站唔住腳;當佢哋見到自己嘅意願對佢冇任何影響,就會自然消失,正如經上所寫: *「你哋求呼你哋神嘅名,我就求呼我主——我神嘅名;用火回答嘅神,就係真神。」*(列王紀上18:24) *「佢哋求呼……卻無聲、無應。」*(26節) 凡係仇敵用能力種入一個人裏面嘅一切,都係咁樣:喺一個唔肯嘅人身上,仇敵就唔能夠成就佢哋嘅心願; 佢哋傾盡全力(想拉佢落自己一邊),但神人唔理佢哋,因為佢心裏順從神嘅旨意,根本唔想要——正如經上所寫:「你哋求告你哋神嘅名,我就求告我主——耶和華嘅名」;但因為佢哋嘅心唔喺祂度,祂就冇任何方式回應佢哋。

**68.** 凡跟從神旨意、遵守祂誡命的人,都會經歷这一切。對當時的人而言,這些只是預表;但聖經寫下這些,是要造就我們——我們已立志跟隨他們的腳蹤,努力追求那使他們免受敵人一切箭矢之害的不朽生命。 佢哋投靠喺神嘅翅膀底下,求佢幫助,因為佢哋唔靠自己任何嘅勞力,而神嘅保護就係佢哋嘅保障。佢哋相信,冇神嘅幫助,佢哋乜都做唔到 ,喺謙卑中,佢哋同詩篇作者一齊講: *「若不是主建造房屋,建造的人就徒然勞力;若不是主看守城池,守城的人就徒然警醒。」*(詩篇126:1)當神見到一個人嘅心以盡力向祂臣服,除咗祂以外冇其他幫助,祂就賜力量畀佢,並說: *「雅各啊,你唔使驚;以色列中細細嘅人,你都唔使驚。」*(以賽亞書41:14)——又再咁講:*「唔使驚,因為我已經贖咗你;我按你嘅名叫咗你,你係屬於我嘅。」* *「你雖過河,我必與你同在;你雖行過火中,火必不害你,火中炭亦不燒你。因為我——耶和華你的神,以色列的聖者,是救你的,」*(以賽亞書 43:1–3)。 當心思聽到如此鼓舞人心嘅話語,就大膽咁向仇敵嘅權勢發起挑戰,話:*「有邊個要同我爭論?……佢就走埋嚟近我。睇吓,主——主——會幫助我,邊個能害我?睇吓,你哋都會好似一件穿舊咗嘅外衣,好似破布咁被消滅。」*(以賽亞書 50: 8:9)。但神有足夠的權能,確保我們也能夠被數算在那些因謙卑而被祂保守的人之中,因為謙卑是他們的頭盔,保護他們免受敵人的所有箭矢——這都是出於神的恩典,願權能、榮耀和主權歸於祂,直到永遠。阿們。

### *5. 論信徒的誡命,以及凡欲同住得和平者的行為*

**1.** 當你哋一齊行路嘅時候,要顧念你哋當中最軟弱嗰位嘅想法,無論佢係需要稍為休息,定係要比平時早啲食嘢。

**2.** 當你哋一齊去做某件事,就由每個人處理自己嘅事,唔好理你兄弟嘅事;冇人可以教佢,或者畀佢指示。

**3.** 當你哋喺修院分派工作,或者安排啲嘢——例如火爐,或者其他任何嘢——就由負責嗰個人隨自己意思去做。 但如果有弟兄話:「求你愛我、教我,因為我唔識點做。」而你哋當中有人識做,就唔好虛偽咁講『我都唔識』。——呢種謙卑唔係出於神。

**4.** 如果你嘅兄弟做緊嘢(唔係照應該嘅方式做),你見到都唔好同佢講:「你搞砸咗。」但如果佢話:「對我好啲,教我啦,」而你唔教佢,反而啞口唔言,咁就證明你心入面冇神嘅愛,因為你心裏藏住欺騙。

**5.** 如果你嘅兄弟整咗一鍋燉湯,味道唔太好,就唔好同佢講「你整得唔掂」,因為咁樣會令你嘅靈魂死亡。不如諗下如果你自己聽人咁講,會有幾咁難過——咁你就會得到安慰。

**6.** 當你哋一齊唱歌,如果有人唱錯咗歌詞,就唔好當面指出或者取笑佢;如果佢漏咗一句,就當佢漏咗就算。但係如果佢哋事前講:「要表現出愛心,如果我做錯或者漏咗歌詞,就同我講啦」,咁就同佢講啦。

**7.** 當你哋一齊食飯,如果有邊個唔鍾意嗰啲食物,就唔好佢講「我食唔落」,反而要為咗真主,就算要死都逼自己(要麼保持沉默,要麼同其他人一樣食落去)——真主會令佢安心。

**8.** 當你哋一齊做嘢,如果有邊個因為膽怯而停低,就唔好責怪佢,反而要對佢好啲,或者寬容佢。

**9.** 當弟兄嚟探你,千祈唔好問佢哋任何可能對你有害嘅事,免得因為佢哋而喺你嘅房入面留低一個負擔(尷尬、心入面嘅創傷)。 但如果有一位訪客,無法控制自己,向你哋其中一個人講咗啲可能對你哋有害嘅說話,咁聽到嘅人就唔好再向其他弟兄重複,而要保持沉默——等呢份困擾(就咁)由佢一個人承擔——亦唔好用致命嘅毒素去填滿佢哋嘅心。

**10.** 無論你因何事出門,都唔好向人問任何唔體面嘅事,咁你先可以完好無缺(冇受傷害)咁返到你嘅囚室。但如果你唔小心聽到啲唔想聽嘅嘢,返到嚟就唔好同你嘅弟兄講。

**11.** 當你哋出外活動時,無論去到邊度,都唔好放縱自己,好等見到你哋行為端正嘅人可以從你哋身上得益; 特別係喺暗地同表面嘅沉默上唔可以鬆懈:因為所有呢啲放縱所引起嘅激情(行為上嘅缺失)都會喺另一個軟弱嘅兄弟身上顯現,因為佢心入面缺乏活動(或者空虛),所以佢睇唔到自己嘅罪過。 (要知道)上帝的幫助、盼望、溫柔、良知、放棄己意,以及在一切事上克己——這些都安居於謙卑者的心中;而驕傲, 爭吵、自以為比弟兄更聰明、踐踏良心、對弟兄因你而憂愁漠不關心,心硬的人心中都有這些──「嗰件事關我乜事?」──這些都出自心硬的人。

**12.**當你坐喺度做手頭嘢,你嘅兄弟走入你嘅房,就唔好一剎那間諗自己係咪比佢做咗多啲,或者佢係咪比你做咗多啲。

**13.** 如果你同一個軟弱嘅人一齊做嘢,就唔好心存驕傲,想做多過佢。

**14.** 如果你嘅兄弟做嘢嘅時候整壞咗,除非佢自己同你講:「兄弟,愛我同教我」,否則你唔好同佢講。如果你識得(點做)但又冇聲,咁你嘅死就喺呢度。

**15.** 當你做體力工作,無論係乜嘢,都要盡力唔好知道自己做咗幾多,同埋你兄弟做咗幾多,因為呢種心態係無經驗嘅表現。

**16.** 當你同你嘅兄弟一齊做工嘅時候,唔好想佢哋知道你做咗比佢哋多嘅工夫。──呢就係神對人嘅要求:人所做嘅每件事,都要喺暗中去做。

**17.** 如果你嘅兄弟因為軟弱,對你講咗一句唔滿嘅說話,就歡喜咁包容佢;因為如果你用上帝公義又公平嘅審判去檢視所發生嘅事,你就會發現係你犯罪咗(而唔係你嘅兄弟)。

**18.** 如果你同弟兄一齊住,而你嘅心思推動你喺飲食上(比平時)更加克制自己,就對自己嘅心思講:「同我一齊住嘅呢位軟弱嘅弟兄先係我嘅主人。」 如果你下定決心要加強自我克制,就為自己揀一間細細嘅單獨寮房,唔好煩你嗰位軟弱嘅兄弟。

**19.** 如果有一位行腳的弟兄到你面前,你以前聽人說過他好愛擺架子(*filoshematikos esti*)──意思是他喜歡裝模作樣,自以為全知全能、苦行者等等── 就唔好用言語去追問佢,直到佢呢個毛病自然顯露為止;但(即使之後)都要小心唔好照你所知嘅去做,因為如果嗰位兄弟發現咗,就會介意。

**20.** 如果你因為需要而想取一樣嘢,就唔好對住你嘅兄弟嘀嘀咕咕,心裏面諗住:「點解佢唔自動畀我呢?」而係要大方直接咁同佢講:「對我表示愛心啦,畀啲乜乜嘢我,因為我需要。」呢就係心靈嘅聖潔純真(或係直率)。 但如果你唔講呢番說話,反而喺心入面嘀嘀咕咕、責怪佢,咁你就錯咗。

**21.** 如果你哋之間對聖經經文有爭論,就等嗰個最熟悉同明白嘅人,盡佢所能,放低自己嘅意思(或者讓步畀兄弟),好令兄弟安下心,同得喜樂。──最緊要嘅一句說話,就係要喺兄弟面前謙卑自己。

**22.** 凡是常常記住自己要站立在可怕審判台前的,就會盡力確保自己口裡不至噤聲,免得在那可畏的時刻,竟無話可說為自己辯護。

**23.** 唔好探查呢個世界嘅事,免得你哋變成好似嗰啲人人去方便、結果瀰漫惡臭嘅地方。反而要成為獻畀上帝嘅潔淨祭壇,喺自己心裏立個(屬靈嘅)祭司,永遠向上帝獻上香。 (喺呢個祭壇上)。千祈唔好令呢個祭壇冇香,而要不斷咁迫自己,藉住各種禱告,站喺主面前,好叫祂賜畀你哋純真同孩子氣,並從你哋身上除走一切與呢啲相反嘅嘢──即係所有嘅狡猾、魔鬼式嘅智慧, 好奇心(到處遊走,想睇呢樣、聽嗰樣)、自愛同惡意;凡此種種,都會破壞行呢種道路者嘅工夫。總結而言,如果一個人智慧咁敬畏上帝,並且謙卑咁聽從上帝所指引嘅良心,咁佢就會喺暗中自修,關於以上所講嘅一切。 但當(內心)冇咗主人(敬畏上帝)時,呢個可憐人嘅(內在)家園就畀人任人擺佈,任何人都可以隨心所欲喺入面講嘢,因為佢嘅心唔受自己控制,而係受敵人控制。

**24**.如果你要出門去做一件小事,就唔好有人藐視其他人,亦唔好獨自離開,將兄弟留喺囚室度畀良心折磨;反而要用愛心同佢講:「你想走?我哋一齊走。」 – 如果佢見到兄弟當時心靈唔得平安,或者身體虛弱,就唔好爭辯,堅持要即刻去;反而要將行程押後一陣,然後懷住對兄弟嘅同情同慈愛返去自己嘅小房。 要小心,凡事都唔好同你兄弟作對,免得得罪佢。

**25.** 凡住喺阿爸或者兄弟身邊嘅人,唔好同外人傾計,任何事都要同埋佢一齊住嗰個人傾,咁先有平安同順服。

**26.** 如果你同你嘅父親或者兄弟一齊住,就要小心唔好畀人發現你暗中結交其他人,或者暗中寫信畀人,唔想同你一齊住嘅人知道:咁樣你會害咗自己同佢哋。

**27.** 如果你同比你年長嘅人一齊住,就唔好冇經過佢同意就暗地裡做施捨窮人嘅事。

**28.** 當你問人對你嘅意見時,唔好係做咗先至問,而係要講出而家令你困擾嘅事。 無論係搬屋、學手藝、轉行、開始一段關係定係結束一段關係──都要喺實踐之前,盡情咁去問。 同樣地,關於屬靈的軟弱和肉體的慾望,要趁這些念頭仍然引誘你時就問──當你問的時候,不可說你尚未照這些衝動行事,而要承認自己已經受傷,好使你能得著醫治。

**29.** 當你問到自己嘅思想時,唔好做偽君子,唔好講反話,或者唔好用「好似有人點樣點樣做過」嗰種講法,要講真話,並準備好照佢哋所講嘅去做。 如果你行事相反,你就係自取其辱,唔係諷刺你問緊嘅長老。

**30.** 當你向長老問關於爭端嘅事,唔好聽信嗰啲內心聲音同長老講嘅唔同,而要先向上帝禱告,話:「可憐我,凡你喜悅嘅事,都感動我嘅父親同我講。」然後,無論父親點吩咐,都要誠心去做,上帝就會安撫你嘅心。

**31.** 當你同你嘅兄弟一齊生活,無論因為乜嘢原因都搵唔到平安:可能係因為體力勞動,或者因為生活嘅限制(同埋狹窄嘅處境),或者因為生活嘅寂靜,或者因為你頂唔順(所遇到嘅困難),或者因為絕望,或者你想退去靜修,或者你頂唔順服從嘅枷鎖,或者你想做嘅嘢做唔到,或者你所需嘅嘢一樣都冇,或者你想受大苦行,或者你軟弱頂唔順佢哋要你做嘅勞作, ―總之,無論促使你心意轉離佢哋嘅任何原因──都要小心,唔好答應離開,唔好拋棄呢副軛,唔好帶住悲傷離去──亦唔好因為對佢哋心存怨氣而暗中逃走,或者當你心裏面仍然住咗對佢哋嘅責備同定罪嘅時候就走。 唔好因為對佢哋嘅苦毒勝過咗你,而忘記咗同佢哋嘅兄弟情份──反而要喺呢個時候尋求和平,咁你無論去到邊度,心裏先可以得安;要將佢哋嘅責備承擔喺自己身上,唔好用任何方式去定罪同你一齊生活過嘅弟兄; 唔好聽信仇敵(如果佢哋想說服你)將你兄弟嘅善行變成惡行,好避開責備自己,並用兄弟嘅責備嚟遮蓋自己嘅過失;因為咁樣,無論你喺邊度落腳,都會落入仇敵手中。

**32.** 當你到任何地方安居時,未學通當地的生活習俗之前,切勿先取一間房為自己用──要先知道當地有冇任何絆腳石,無論係因為操心太多(要負擔嘅煩惱太多),定係因為你會見到啲對你冇益嘅人,或者因為佢會帶嚟嘅名聲(畀你或者嗰度)、或者因為太過寧靜(生活太過安逸舒適)、或者因為朋友帶嚟嘅絆腳石。如果你夠精明,幾日內就會知道喺嗰度對你嚟講係生係死。

**33.** 如果你將你嘅房間畀兄弟住幾日,就唔好用管轄嘅態度對佢。

**34.** 如果你向人借一個庵子暫住,就唔好破壞任何嘢,亦唔好擅自改動,除非你先問過畀你庵子嗰個人同唔同意;否則,就唔合乎你嘅良心。

**35.** 當你同人一齊住,或者暫時留喺佢哋度,而佢哋畀咗你命令,為咗上帝,要小心唔好輕視佢,亦唔好公開或者秘密咁違抗呢個命令。

**36.** 如果你獨自喺你嘅小房入面生活,決定喺某個時間先食飯,或者唔食熟食,或者其他嘢,然後出去外面,就要小心,唔好喺食飯嗰陣(無論喺邊度)對人講:「唔好意思,我唔食呢樣嘢」,因為咁樣,你所有嘅努力都會枉費,淪入敵人手 。 你嘅主同救主話:「你做嘅事要喺暗中做,咁你嘅天父先可以喺公開場合畀賞賜你。」 whoever 鍾意佢嘅勞作,就守住佢,免得枉費心機。

**37.** 當你同一個人同住,無論做咩嘢,係房入面定房外面,當你兄弟叫你,就唔好講:「等陣先,等我做完呢件細嘢」――要即刻聽佢吩咐。

**38.** 當你哋一齊做嘢嘅時候,如果你夠智慧,無論見到人哋有咩錯,都唔好留喺心,免得講漏咗口,對住同你住埋一齊嘅兄弟講,因為咁樣會害死你嘅靈魂。

**39.** 如果有弟兄同你一齊住,倘若佢哋有時要一日到晚都做工,就喺正餐時間未到之前,畀啲食物佢哋嚐吓,安慰吓佢哋。唔好淨係諗自己,要顧念上帝嘅審判。無論做乜嘢,都要時時把上帝擺喺眼裏
。

**40.** 如果你去到一個地方居住──無論係自己一個人定係同之前已經住喺度嘅人一齊──如果你見到有啲對靈魂有害或者唔合修道士身份嘅嘢,無論係乜手藝定係乜活動,都唔好開口去譴責佢; 但如果你唔想留喺度,就去另一個地方,同時要管好自己嘅口,唔好去譴責佢哋:因為咁樣就會害咗你自己。

**41.** 如果你被情慾所勝,就要小心,唔好畀人向你傾訴佢哋嘅私慾念頭,好似同知心朋友講咁,因為咁樣會害死你嘅靈魂。

**42.** 如果你哋中間有人講笑話,要小心唔好笑到出聲畀人聽到,因為呢種行為顯示你哋冇紀律、唔敬畏上帝,證明你哋心入面冇把守。

**43.** 既然喺我哋呢個時代,上帝嘅忿怒已經臨到整個宇宙,無論聽到乜嘢都唔好驚,只喺心入面講:「相比之下,呢啲又點比得上我哋因罪惡而要落入嘅地獄?」

**44.** 為咗上帝,培養對祂嘅愛;讀(呢度所寫嘅)好叫你哋都遵守,因為對信徒嚟講,若將呢件事當作微不足道,就唔係細事。 – 如果你以單純同智慧去遵守呢件事,你就會歡喜喺神子嘅安息入面;但如果唔遵守,你喺呢度都會受苦,當你離開身體嘅時候,就會照聖經所講被帶去地獄。 我哋嘅主基督就係為咗上述所講嘅事而嚟(即係要賜安息畀遵守祂誡命嘅人),但係我哋硬心嘅緣故,畀心裏嘅慾望蒙蔽咗我哋,因為我哋更愛佢哋過於愛神,亦冇好似愛我哋嘅情慾咁去愛神。

**45.** 看哪,我又迫自己寫呢段畀你,因為我之前寫嗰段對你嚟講仲未夠。所以,要實踐愛,從今以後開始爭戰;唔好留住你未受割禮嘅心,而要用你所剩無幾嘅日子幫自己(為你自己嘅得救努力)。 如果你遵守呢啲嘢——即係謙卑、和平、忍耐、克制自己嘅意志,同埋愛——你就會過一個對自己有益嘅生活;但如果唔遵守,相反,你就會充滿: 嫉妒同熱心、爭吵同自大、埋怨同不順服;咁你就會白費光陰,當你離開呢個身體,就會真係去到地獄。所以要用聖潔嘅愛去愛你嘅弟兄,守住你嘅舌頭,唔好講唔體面嘅說話,傷到弟兄。 因為我哋嘅主上帝有大能,令我哋能夠*「行」同「守」呢啲事*,好等我哋藉住祂嘅恩典,同所有曾討好祂嘅聖徒一齊蒙受憐憫。願榮耀、尊貴同敬拜歸於祂,從今時直到永遠,無盡無休。阿們。

### *6. 論那些欲守品行之默靜者*

凡欲行端莊之默者,當勤力驅逐盜賊,免得浪費光陰於奴役與苦勞之中,將心志耗費於不配之事,並忘卻自己之罪 。

**1.** 好諍經生爭論同仇恨,而哀己罪則生和平。出家人坐喺房入面,專注研讀經典,卻忽略自己嘅罪過,就係罪。任何人若將心志放喺(研讀經典上), ——「經文點解要咁講、咁講?」——喺佢未克制自己(未得自我覺察、自律,或者未擺脫情欲)之前,佢心裏面就無時無刻唔寧,處於最深嘅奴役之中;但凡有人警醒自己唔畀任何嘢奴役,就鍾意喺神面前謙卑自己。

**2.** 凡追求效法神的人,就褒渎神;但凡追求如何更完美地尊崇祂的人,就因敬畏神而喜爱纯洁。

**3.** 凡遵守神命令的,就已經認識神(約翰一書2:3)——而這樣的人就如負債者般去遵行,抱住急切的使命感。

**4.** 當你向上帝求助時,唔好貪慕更高嘅神賜;願祂降臨,拯救你脫離罪惡。當有個無瑕且純潔嘅地方預備好,上帝嘅恩典就會自然而然地臨到。

**5.** 凡靠自己嘅理性,並堅持自己意願嘅人,就會招致一大群魔鬼向自己撲來[19] ,佢唔可能係屬神嘅聖靈,因為聖靈會令心裏充滿憂傷(或悔意)。

**6.** 凡看見聖經的說話,按着自己意會去解釋,並憑此以為如此(憑此假設那些說話應該如此理解),這樣的人不認識神的榮耀,也不識祂的豐富; 但凡有人見到經文,就說:「我不知道——我不過是一個凡人,」並且將榮耀歸給上帝——如此的人就有上帝的豐富,按着他的力量和他的悟性而得着。

**7.** 唔好急住同人講你嘅心事,只可以同你嘅屬靈父親講,免得令自己心入面難過。

**8.** 看守你嘅口,使你嘅鄰舍喺你眼中得體面(對鄰舍嘅尊重要令你嘅口唔好去定罪佢)。

**9.** 訓練你嘅舌頭聰明咁講神嘅話,虛假就會遠離你。

**10.** 對人世榮耀嘅貪戀會招致虛假,而以更大嘅謙卑自卑,就會喺你心裏種下對上帝嘅敬畏。

**11.** 唔好追求做呢個世界有光彩嘅人嘅朋友,免得佢哋嘅光彩(即佢哋光彩嘅有害性)喺你心入面變得麻木。

**12.** 如果有任何人喺你面前講佢兄弟嘅壞話,貶低佢同對佢懷有惡意,你唔好偏袒,免得你唔想嘅事會落到你身上。

---

[19] *ktatai ehthran*. – 喺以賽亞先知入面, *「ehthra」* 係指仇敵嘅力量——成群魔鬼。要取得佢哋,就係累積、吸引。

**13.** 單純同謙卑(唔好高估自己)可以潔淨心靈,免受欺騙。凡對弟兄用欺騙手段嘅人,都唔會避開心靈嘅憂傷。 凡是口裡講一套,心裏卻懷住另一套詭詐的人,他一切的崇拜(leitorgia──禱告)都是徒然。不可與這樣的人結交,免得你被他那污穢的毒害所玷污。要與無害的人同行,你就可以分享他們的榮耀和純潔。

**14.** 對任何人都唔好懷惡意,免得你嘅勞苦變成徒然。 對每個人都要誠懇,好等你心入面可以見到上帝嘅平安。就好似有人畀蠍子螫到,蠍毒會遍佈全身,甚至損害心臟;同樣,心入面對鄰舍嘅惡意就好似咁,蠍毒會傷到靈魂,令靈魂因呢種邪惡而受苦。 所以,凡係想唔令自己嘅勞苦徒然,就快啲將心入面嘅蠍子──即係欺騙同惡意──趕走。

## *7. 論美德*

**1.** 有三種美德永遠庇佑心靈,亦係心靈所需:天性、勇氣同勤力。

**2.** 有三種美德,如果心靈能夠體察到,就會令它相信自己已經獲得了不朽(重生,或不朽天神之完美):準確分辨事物彼此區別的洞察力,對一切事物在它們發生之前預先洞見的先見之明,以及對一切外在事物毫不在乎的超然態度。

**3.** 有三種美德永遠照亮心靈:不認為任何人有欺騙,對加害你的人行善,以及對一切降臨在你身上嘅事都唔受干擾。 呢三種美德會衍生出三種更高嘅美德:唔睇見人有欺騙就會生出愛;對傷害你嘅人行善就會帶來和平;對任何降臨你身上嘅事都唔驚慌就會帶來溫柔。

**4.** 有四種美德可以淨化靈魂:沉默、遵守誡命、節制(在一切事上克制自己,使道路變得狹窄)和謙卑。

**5.** 心靈總需要以下四種美德:向神禱告,不住地持定祂;在神面前俯伏敬拜;不因任何人受擾(不理會他們是誰、如何──即同於不審察他們);以及對自己的情慾之聲充耳不聞。

**6.** 呢四種美德好似一堵牆咁保護靈魂,令佢可以輕鬆呼吸,免受敵人──憐憫、冇憤怒、忍耐同埋拔除一切紮根罪惡種子──所帶嚟嘅焦慮;而對抗遺忘嘅抵抗力就守住佢哋全部。

**7.** 根據上帝,四種美德幫助年輕人(初學者):持續的教導、勤力、警醒,以及不自大(不以為自己有任何特別)。

**8.** 四樣嘢會令靈魂污穢:喺城中漫遊時唔守眼目、與婦女結交、與世上嘅名人結交,以及鍾意同血親傾偈。

**9.** 四樣嘢會令身體嘅慾望增強:盡情瞓覺、飽餐一頓、輕浮閒聊,同埋華麗裝飾身體。

**10.** 四樣嘢令心靈蒙蔽:恨人、貶低人、嫉妒人,同埋對人埋怨。

**11.** 靈魂會因四件事而空虛(Esmpt):到處飄移、鍾意娛樂、物質主義,以及吝嗇。

**12.** 憤怒由四件事引發:交易(包括付出同收穫)、堅持己見、想教訓人,以及自以為是(理性之人)。

**13.** 有三樣嘢好難得,但係靠住佢哋,所有美德先可以得以保存:心靈嘅痛悔、為自己嘅罪惡而哭泣,以及時時把死亡擺喺眼前。

**14.** 有三樣嘢會喺靈魂未達到至善之前掌控住佢──亦正正係阻礙美德與心同在嘅原因:被囚(對除神以外嘅任何事物嘅執着)、懶散,同埋健忘。 遺忘會喺人最後一口氣前同佢作戰,令佢陷入荒蕪;佢比所有思想都強大,係一切邪惡嘅母,亦係人一小時又一小時所建立嘅嘢嘅摧毀者。

**15.** 呢啲就係新人的行為,亦係舊人嘅行為!愛自己靈魂、唔想毀滅佢嘅人,就遵守新人的行為;而喺呢段短暫時間內,貪圖肉體安舒嘅人,就行舊人嘅行為,並摧毀自己嘅靈魂。 — 我哋嘅主耶穌基督喺祂自己嘅身體入面顯明咗新人,祂話:*「凡愛自己生命嘅,就必失喪佢;凡恨惡自己生命嘅,就必保守佢得生命」*(約翰福音12:25);*「凡為我失喪自己生命嘅,必得見生命」*(馬太福音10:39)。 祂是世上的主;藉着祂,隔絕仇恨的隔牆被拆毀了(以弗所書2:14)。祂又說:*「我來不是要帶和平,乃是要帶刀」*(馬太福音10:34),又說:*「我來是要在地上投火,我何願它已經着起來了!」* (路加福音12:49)。即係話,喺跟從佢聖潔教導嘅人當中,佢神性嘅火係(有形有體咁存在),因此佢哋心入面擁有咗一把屬靈嘅刀劍,用嚟斬斷肉體一切嘅慾望。 於是主賜給他們喜樂,說:*「我將平安留給你們,我將我的平安賜給你們。」*(約翰福音14:27)

**16.** 因此,凡喺呢個時代謹慎保守自己靈魂,並且斬斷自己私慾嘅人,就成為祂嘅聖潔羊群,獻畀祂作祭物。　當祂以神性嘅榮耀顯現嘅時候,祂會叫佢哋到祂右邊,講:*'嚟啦,我父所祝福嘅人,承受那從創世以嚟為你哋預備嘅國度。　「因為我餓咗,你哋畀咗我食;我渴咗,*你哋畀咗我飲……」等等(馬太福音25:34-35)。因此,喺呢段短暫嘅時間內犧牲自己靈魂嘅人,喺亟需嘅時候就會搵到佢哋,並會收到遠超過預期嘅賞賜。　至於嗰啲自以為是、任性妄為嘅人,雖然喺呢個罪惡嘅世代可以保住佢哋嘅靈魂;但因為佢哋畀財富嘅虛榮所蒙騙,唔遵守上帝嘅誡命,自以為可以永遠留喺呢個世代,到審判嗰刻,佢哋眼瞎嘅羞愧就會被揭露, 佢哋會好似被咒詛嘅山羊,聽到審判者可怕嘅判決,佢會宣佈:*「離開我,你呢班被咒詛嘅人,去到為魔鬼同佢使者預備咗嘅永恆火裡。因為你哋貪婪,冇畀過我嘢食」*……等等(41同42節)。 然而,佢哋嘅口會被堵住──佢哋無言以對,只會諗起自己嘅惡劣同貧窮(無論過去同而家)。 誠然,佢哋當時會講:*「主啊,我哋幾時見過你餓……卻冇服侍你?」*(44)。但佢會打斷佢哋,話:「凡對呢啲信我嘅人其中一個好,就係對我好。」

**17.** 所以,親愛嘅弟兄姊妹,我哋要自我檢視,睇下自己係咪盡咗最大能力去遵守主嘅誡命;因為我哋都應該盡力遵行──細微嘅就照佢嘅細微,偉大嘅就照佢嘅偉大。　將禮物投進聖殿庫房嘅人雖然富有,但主更悅納嗰個窮寡婦,因為佢捐咗兩文,而神睇重嘅係我哋嘅心志。 所以,我哋心裏唔好灰心(以為自己幫唔到幾多),免得羨慕(他人)令我哋與神隔離;我哋要按自己嘅貧窮去行我哋嘅服侍。就好似主憐憫會堂領袖嘅女兒,　使她從死裡復活;正如祂憐憫那患血漏病的女人,她在認識基督之前已經花光了所有錢財請醫生;正如祂因百夫長有信心而醫治了百夫長僕人的病──同樣祂憐憫那迦南女人,醫治了她的女兒;又正如祂使祂所愛的大比拉多從死裡復活,　祂又因寡婦嘅眼淚,將佢唯一嘅兒子復活;就如祂冇拒絕抹香膏抹祂腳嘅馬利亞,亦都冇拒絕嗰個邊流淚邊抹香膏抹祂腳嘅罪婦;又好似祂喺船上呼召彼得同約翰,對佢哋講:*「跟從我」*　(太4:19),祂就呼召坐喺稅關度嘅馬太;又好似祂洗其他門徒嘅腳咁,都洗猶大嘅腳,冇分厚薄;　正如祂差聖靈──那安慰者──降臨在使徒身上,祂也同樣大膽地差祂降臨在哥尼流身上;正如祂為了保羅,差差使徒安提帕在大馬色,並稱他為*「我所揀選的器皿」*　(使徒行傳9:15),祂同樣為咗古實太監,感動腓力在撒瑪利亞。因為對祂嚟講,冇偏心,唔會向細嘅偏,唔會向大嘅偏,唔會向有錢嘅偏,唔會向窮嘅偏,祂只求一個好心意、對祂嘅信心、遵守祂嘅誡命,同埋對眾人嘅愛。　呢個就係當靈魂離開身體嗰陣,會成為印記(佢嘅標誌),就好似佢吩咐門徒咁講:*「凡有彼此相愛,人就因此認出你哋係我嘅門徒。」*(約翰福音13:35)

**18.**當祂說人會認出你嚟,祂講緊邊個,如果唔係指右邊同左邊嘅權勢?(到時)當仇敵見到隨同靈嘅愛嘅記號,就會驚惶退去,而聖潔嘅權勢就會同佢一齊喜悅。 所以,親愛嘅,我哋要盡力追求,務求獲得咁嘅印記,好叫仇敵攞唔走我哋。主話:*「城造喺山頂上,是隱藏唔到嘅。」*(馬太福音5:14)　佢講嘅山,如果唔係佢嘅聖言,仲有邊座山呢?所以,親愛嘅,我哋要熱誠同有智慧咁去實踐佢嘅話,話說:　*「凡愛我的人,必遵守我的命令。」*(約翰福音14:23)好叫這些勞苦成為我們一個堅不可摧、堅固的城,藉着主的話保守我們脫離一切仇敵的手,直到我們與主相見(在祂面前出現)為止。 因為如果我哋得着膽量,我哋所有仇敵都會因祂聖言大能而被分散,就如嗰座山,石頭唔使人手就從山上劈出,打碎咗嗰個由銀、銅、鐵同泥混合而成嘅四分金像──正如使徒所講:　*「要穿戴神所賜的全副軍裝,好叫你哋能抵擋魔鬼嘅詭計;因為我哋的爭戰唔係向肉體和血,而係向着掌權者、有能力者,同今世黑暗嘅統治者,以及天上屬靈惡勢力。」*(以弗所書 6:11–12) 呢四個主權就構成嗰個四部分嘅形象,就係仇恨(敵勢嘅力量)。神聖嘅神話語已經摧毀咗佢哋(嗰啲主權),正如經上所寫,擊中嗰個像嘅石頭變成咗一座大山,充滿咗成個地(但以理書2:34–35)。

**19.** 所以,弟兄們,我們要投靠在祂(主)的蔭下──願祂作我們的避難所,救我們脫離這四股邪惡的勢力,好叫我們也能夠與所有聖徒同享喜樂(或品嚐、或聽見祂安慰的話),當他們從地極聚集在祂面前時, 並且佢哋各自都可以按自己嘅行為,聽到自己嘅福份(即福份嘅賜予,或者講到對佢哋具體嘅福份)。──因為祂聖潔嘅名大有能力──要與我哋同在,堅固我哋──唔好畀仇敵嘅遺忘(即仇敵所煽動嘅)令我哋嘅心受騙, 但祂必保守我哋,賜給我哋力量,好頂得住一切臨到我哋身上嘅事,為咗祂聖名嘅緣故,使我哋可以同所有被認為配得上承受祂福樂嘅人一齊蒙恩。願榮耀、尊貴同敬拜歸於父、子同聖靈,從今時直到永遠,世世代代。阿們。

## *8. 箴言*

**1.** 阿爸以賽亞說:我有時覺得自己好似一匹冇主人、冇主人管嘅馬──任何撞正嘅人都可以騎上去;當一個人放手唔騎,就有人捉住佢再騎上去。

**2.** 佢又話:'我好似畀仇敵捉住、綁起,仲拋入泥濘坑入面嘅人;如果佢向主呼救,佢哋就無情咁打佢,直到佢唔敢再出聲為止!'

**3.** 佢又話:'我好似畀個細路仔用腳繩綁住嘅雀鳥:當細路仔鬆開繩,隻雀就即刻展翅高飛,以為自己已經獲得自由;但當細路仔拉緊繩,就將佢扯返落嚟。 我就係咁樣睇自己,我講呢番說話嘅意思就係:人唔應該喺最後一口氣之前都唔夠小心。

**4.** 佢又講:如果你借咗嘢畀人,就饒咗佢,你就會效法耶穌嘅性情;但如果要佢還錢,你就會效法亞當嘅性情;如果你收利息,就連亞當嘅性情都唔符合(即係話,會低於或者違背佢嘅性情)。

**5.**當有人指責你做咗或者冇做某件事,如果你保持沉默,就符合耶穌嘅本性;如果你答:「我做咗咩?」就唔符合佢嘅本性;但如果逐字爭辯,就完全違背佢嘅本性。

**6.** 如果你喺行你嘅服侍(leitorgias──禱告禮拜)時,以卑微嘅心態,當作一個唔配嘅人去行,呢啲就蒙神悅納;但如果你喺行嘅時候,心入面起咗個念頭,諗起另一個人喺嗰刻正打盹或者疏忽(對呢件事),咁你嘅勞苦就無效。

**7.** 祂又講到謙卑,話謙卑冇舌頭去講人偷懶,或者講另一個好輕視人;亦冇眼睛去檢視人嘅錯處;亦冇耳仔去聽對靈魂唔健康嘅說話;佢只關心自己嘅罪,但照神嘅誡命同所有人保持和平,唔係因為乜都係朋友。任何人禁食六日,做一大堆唔跟呢條路嘅苦行──佢所有嘅努力都係徒勞。

**8.** 佢又話:如果有人為自己嘅需要儲備嘢,但到需要嗰陣搵唔到,咁佢嘅儲備就係徒然。呢種人就好似講「我敬畏上帝」,但當真係要用到呢種敬畏嗰陣──例如要同人講嘢, 而喺嗰刻,佢要麼爆發出憤怒同無禮嘅失控,要麼想教導自己未曾達到嘅事,要麼想討好人,要麼想出名,要麼表現出其他慾望──如果喺嗰刻佢冇喺心入面搵到對上帝嘅敬畏,咁佢所有嘅努力都係徒勞無功。

**9.** 如果我哋嘅主耶穌基督冇先醫治好祂嚟到世上嗰個人嘅所有病症,祂甚至可能連十字架都上唔到。主以肉身降臨之前,人係瞎眼、啞巴、癱瘓、聾、長大麻風、跛腳,並且被各種唔自然嘅狀況搞到死咗心。 但當祂施憐憫向我哋臨來,祂叫死人復活,叫瘸腿嘅行、瞎眼嘅見、啞嘅講、聾嘅聽──並且締造咗一個新嘅人,脫離一切殘疾。 然後祂被釘上十字架。有兩個人同祂一齊被釘;一個在祂右邊,一個在祂左邊。右邊嗰個讚美祂,對祂說:*「主啊,祢進了祢嘅國度,求祢記念我。」*(路加福音23:42),而左邊嗰個就褻瀆祂。 — 呢就係呢個意思。未畀從懶散中喚醒之前,心靈同仇敵嘅勢力勾結。但當我哋嘅主耶穌基督將佢從懶散中喚醒,賜佢洞察力去清楚分辨萬物──令佢得以攀上十字架──仇敵嘅勢力就開始用惡毒嘅言詞嘲諷佢, 希望藉此削弱心思,令佢放棄努力,重返以往嘅懶散。 呢就係兩位強盜嘅意義,佢哋係我主耶穌基督分開嘅,其中一位侮辱祂,希望可以令祂放棄祂嘅盼望,而另一位就冇停過懇求,直到佢聽到: *「今日你要同我喺乐园度」*(路加福音23:43)。呢個就成為乐园嘅征服者,而家正享受生命樹嘅果實。

**10.** 祂又講到聖體聖事,話佢叫同神結合。但如果我哋畀情慾 overcome──無論係忿怒、嫉妒、想討好人、虛榮、仇恨,定其他任何情慾──咁我哋就離神好遠。咁我哋同神嘅結合喺邊?

**11.** 當你做完你嘅禱告儀式,之後呢啲(之前提過嘅)情慾喺你心入面攪動,咁你所有嘅努力都係徒勞無功:上帝唔會接受。

**12.** 一位長老對佢講:「咁點解佢哋唔推動(*oy kroyoysi*)呢?[20] 父啊?」長老答:「當雨水落喺已播種嘅土地,就會長出莊稼;但如果土地未播種,又點可以長出莊稼呢?」 如果有人肯費心將一切不自然嘅嘢(即係情慾)從心裏逐走,咁佢哋就唔會再喺佢心裏動彈。 上帝希望人喺各方面都同祂一樣。正因如此,祂降世受苦,要改變我哋剛硬嘅本性,並剪除已經掌控我哋靈魂嘅慾望同虛假知識。 啞巴嘅動物都保持住佢哋嘅本性,而人就改變咗自己嘅本性。依家,就好似家畜要服從人,每個人都要為咗上帝嘅緣故服從佢嘅鄰舍:因為主就係為呢個緣故嚟到嘅。 你試諗吓,嗰啲牛隻比起你呢啲靠自己虛假知識嘅人,有幾多勝過你。所以,如果我想返返我本来的狀態,就好似牛隻冇自己嘅意志同知識咁,我都要行事,唔論係對住支持我嘅人,定係反對我嘅人都要咁做:因為呢個就係上帝嘅旨意。 凡想進入靜室的安寧,

[20] 佢哋唔會推──可能係喺上帝憐憫嘅門口,好等禱告可以結果。

不被仇恨(仇敵的權勢)折磨,亦不成為其犧牲者,就必須在各方面退離人群(擺脫對他們的關心, ,不參與他們的事務),好叫自己不致責備任何人, 不可讚美,不可為人伸冤,不可奉承,不可肯定人家的義,不可用任何方式令他們憂傷,不可理會他們的缺點,不可在心裏對他們存留一絲敵意,不可將自己的知識浪費在愚昧的人身上,也不可將自己的意志施加在愚蠢的人身上。 到時你就會認識自己,明白咩嘢對你有害。嗰啲信自己冇錯、只跟自己意思走嘅人,避唔開仇敵嘅詭計,搵唔到平安,亦見唔到自己嘅不足。當佢離開呢個身體,就好難得到憐憫。 但係,所有呢啲嘅最終目的,就係要用盡你全心全力去與神同住──默想佢、親近佢、尋求討佢喜悅;對所有人施恩憐憫;痛哭流淚,向神求助求憐憫。

**13.** 佢又講到關於人同神誠命嘅關係,以及點樣教導人:點解我要知道神已經接納咗我,先至可以同人講「做呢樣或者嗰樣」,而我自己因為罪過仍然要悔改? ──因為凡曾跌倒過的人,都處於悔改的狀態。而且,在你未知道罪得赦免已經在你裏面成就之前,你無法對(自己的得救)有堅定的把握。 這就證明你心裏對所犯罪過毫無動靜──或者,當有人向你提起時,你甚至認不出有過此事,那麼就清楚可見,憐憫已經臨到你身上。 但若這仍然存在你裏面,就要壓制它,並為此而哭泣;因為恐懼、顫抖和致命的憂慮,要等到你站立在神寶座前才可不理會。 – 如果有個人請你教佢嘢,你冒住生命危險同佢講點樣先可以得自由(擺脫壓迫佢嘅嘢),但佢返嚟同你講一樣嘢,完全冇跟從你所講嘅去做,咁就明顯佢冇付諸實行。 所以,要遠離他,因為他正在殺死你的靈魂。一個人肯撇棄自己以為符合上帝心意的那份「真理」,反而遵守教導他的人──那按上帝心意教導他的人──的話,這才是件大事。 譬如神人阿爸·尼斯特羅,佢見到神嘅榮耀──雖然佢同佢妹妹嘅仔住埋一齊,佢完全冇畀佢哋任何命令,只係任由佢哋自己,唔理佢哋係好定壞。 同樣地,他們講到該隱和亞伯:律法和聖經都未出現之前,是誰教他們行這行那呢?(當然是神,)因為如果神不教導一個人,他所作的一切都徒勞無功。

**14.** 佢又話:「當有人開始對你講無益嘅說話,就唔好聽佢講,免得佢摧毀你嘅靈魂。唔好因為佢嘅面子而覺得尷尬,亦唔好因為驚傷佢心,就容忍佢咁樣同你講,心諗:『我心入面其實唔接受㗎啦。』唔好咁講。」 你唔及神親手造嘅第一個人──就算聽咗啲惡言,都對佢冇半點好處。 所以要逃走,唔好聽。但要小心:雖然身體逃走,都唔好想知道(或者記住)講咗啲乜;因為就算你只係聽咗少少,魔鬼都唔會畀講過同你聽過嘅說話白費,佢哋會用呢啲說話嚟殺死你嘅靈魂。逃走嘅時候,要一直逃到盡頭。

**15.** 佢又話:「就我所見,我得出結論,利益、榮譽同和平會折磨一個人到死。」

**16.** 佢又講:'教訓自己嘅鄰舍,係靈魂由正位跌落嚟;想令佢進入好狀態,就係靈魂最大嘅破壞。' 因為每次你教導你嘅鄰舍:「做呢樣或者做嗰樣」,就要審視自己,反思一下──你好似拎住一根撬桿,一邊想幫佢蓋屋,一邊卻拆咗自己嘅屋。

[21]**17.** 佢又話:可憐嗰個領受咗聖洗之後仍然犯罪嘅靈魂! 咁樣嘅人喺懺悔期間,心入面永遠都唔得安寧──無論佢係墮入肉體罪(即肉慾罪)、偷嘢、犯咗其他任何罪、以慾望嘅眼光望住人嘅身體、暗中食嘢時東張西望驚人見,或者當有人放咗佢嘅施捨喺聖像前, 你都好奇想睇吓入面有咩──因為凡係咁做嘅人就係褻瀆耶穌。

**18.** 然後有人問佢:「父啊,呢件事真係咁重要?」佢就話:「就好似有人破壞牆壁偷咗錢,畀仇敵呃咗一樣,呢件事都係咁(都畀同一個仇敵呃咗):因為得勝嗰件事嘅,就同時得勝呢件事;而喺小事上被打敗嘅,喺大事上都會被打敗。」

**19.** 即使有人行大神蹟、醫治疾病,甚至通曉一切──就算能叫死人復活──但一犯罪,就無法對自己掉以輕心,因為他被懺悔的軛壓得喘不過氣。 同樣地,如果一個人行了很多懺悔的功業,但見到有人犯罪或處於疏忽之中,就羞辱那人──他的所有懺悔都徒然,因為他以定罪那人,排斥了基督的一員,而非將審判交託給審判者──上帝。

**20.** 佢又話:我哋都好似喺一間醫院──有人患眼病,有人患手病,有人長癰,或者有其他病症。有啲傷口已經癒合,但如果食咗啲有害嘅嘢,就會再度裂開。 所以,一個處於悔改狀態的人也是如此:當他譴責或輕視別人時,他再次摧毀了自己的悔改。──臥病室裡有各種病症的人,如果有人因為痛楚而喊叫,難道另一個人會說:「你幹嘛喊叫?」 唔係人人都只顧自己嘅病痛咩?同樣地,如果我罪過嘅痛楚擺喺我眼前,我就唔會望其他罪人;就好似喺醫生病房度嘅病人,個個都小心唔食任何可能令傷口裂開嘅嘢。

[21] *Melotarion* – Milot – 修道士法衣(腰帶),按聖巴科米烏斯嘅規矩,用山羊皮製成。

**21.** 哀哉,那不願[22] ,遠離一切罪惡的靈魂! 佢要受好多悲痛,因為有啲(仇敵)妒忌同反對佢。咁佢點解要對所有嘢都咁有耐性同感恩呢?就係咁,當以色列人喺埃及做法老奴隸嗰陣,佢哋飲飽食足;但當主差遣幫助佢哋,即係, 摩西為咗將佢哋從法老王手中解救出嚟,佢哋要受苦役同沉重嘅折磨;就算神降下咗咁多災禍喺法老身上,摩西都仲唔敢肯定佢哋可以逃過滅亡,直到時間到,神對佢講: 「我再向法老降一場災,到時你要同佢講:『釋放我哋嘅人,否則我就擊殺你嘅長子。』」到咗嗰陣,摩西先至有勇氣。 上帝對佢講:*「你將呢番說話講畀人民聽,叫男人向鄰舍、女人向鄰舍要銀器、金器同衣裳,掛喺你哋仔女肩上,掠劫埃及人嘅財物。」*(出埃及記11:1–2) 當中有啲物件後來用嚟建造會幕。

**22.**(之後,阿爸)講:「長老們對此事的說法是──」 銀器、金器同埋衣服,就係畀仇敵利用嘅感官;所講嘅意思係,如果一個人唔由仇敵手上奪返嚟,好令佢哋為神結出果實,神安息嘅遮蓋就唔會降落佢身上;但如果佢由仇敵手上奪返嚟,並將佢哋作為果實獻畀神,咁神嘅遮蓋就會臨到佢身上。 當會幕任何地方還未齊備時,雲都未曾遮蓋;等到完全建造完成,雲就遮蓋了會幕。 後面所建嘅聖殿都係咁:只要仲有啲嘢唔齊,雲就唔會遮蓋佢;但當佢完全建好,有燔祭嘅血同脂油被帶入,上帝聞到嗰陣香氣,雲就遮蓋咗嗰座殿。 換言之,除非一個人用盡全力、全心全意去愛神,並以全心緊緊依附祂,否則神安息的遮蓋不會臨到他身上。

**23.** 佢又話:如果心智喺感官未停止軟弱(即未擺脫情欲嘅掌控)之前,就想背起十字架,咁上帝嘅忿怒就會臨到佢,因為佢冇先醫治自己嘅感官,就去嘗試一個超出自己能力嘅任務。

**24.** 如果污濁之氣(情慾的惡臭)在你裡面作祟,而你同情牠們,並助長牠們的源頭,卻在心靈的病態中不為此憂傷,那麼這就低於亞當的本性。

**25.** 如果你嘅心已經勝過罪惡,並且遠離一切令罪惡產生嘅事物,你又將地獄嘅折磨擺喺面前,並且渴望得到你嘅 (祂)──那幫助者──常在你的身邊,你以任何方式都未曾得罪祂,卻在祂面前流淚,你說:「主啊,拯救我,這是祢憐憫的工作。」──因為冇咗祢嘅幫助,我自己無力從仇敵手中逃脫; 同時你都要留心自己嘅心,免得傷悲嗰位教導你行神之道嘅人:因為呢樣就符合耶穌嘅本性──祂會保守你脫離一切惡。阿們。

## *9. 已經離棄世界者的誡命*

**1.** 如果你已經離棄世界,並在悔改中將自己交託給神,就不可任憑心思因過往的罪惡而憂傷,彷彿它們未曾被赦免;但同樣不可疏忽主所命定的誡命,否則祂也不會赦免你過往的罪。

**2.** 呢啲係你要遵守到死都唔可以忽略嘅:唔好同女人一齊食飯;唔好同太年輕嘅人做朋友;做細路嘅時候,唔好同除咗你兄弟或者你嘅方丈之外嘅人同鋪禦褥一齊瞓──要恭敬咁做,唔好草率;唔好亂望,著衫嘅時候都要小心。

**3.** 如必要,可飲最多三杯酒,但為咗友情唔好違犯呢條誡命。

**4.** 唔好留喺你曾經喺神面前犯罪嗰度,亦唔好忽略你嘅靈性操練(禱告),免得畀仇敵得手。

**5.** 勉力研讀詩篇──這能使你免受瘴氣(情慾)的誘惑。愛慕肉身的各種苦楚──你的情慾就會被制服。

**6.** 小心唔好喺任何事上衡量自己──咁你先有自由為自己嘅罪痛哭。

**7.** 防範虛假:否則會將你心裡的敬畏神驅走。

**8.** 唔好向所有人透露你嘅心思,免得令你嘅鄰舍跌倒;但要向你嘅屬靈父親敞開心意,好等神嘅恩典覆庇你。

**9.** 勤力鑽研你嘅手藝,上帝嘅敬畏就會同你同在。

**10.** 如果你見到弟兄跌倒,但未至於死(約翰一書5:16),就唔好羞辱佢,免得你落入仇敵手中。

**11.** 你要防備自己,免得被你所犯的罪絆住,恐怕那些罪在你裏面重生。

**12.** 愛慕謙卑,它必保護你脫離罪過。

**13.** 不可偏心,免得一切欺騙在你裏面生根。

**14.** 將你嘅心歸順你嘅父母,上帝嘅恩典就會住喺你入面。

**15.** 唔好自以為有智慧,免得畀仇敵捉住。

**16.** 訓練你嘅舌頭講「原諒我」,謙卑就會臨到你。

---

[22] 由呢段經文嘅語境嚟睇,似乎係指:一個渴望、打算或者下定決心去做嘅人。但喺Paissios嘅版本入面:一個唔渴望嘅人。

**17.** 當你坐喺你嘅小房入面,要時刻謹記三件事:體力勞動、研讀(讀經同反思上帝),以及禱告。

**18.** 每日反思:「我喺呢個世界只得今日」——咁你就唔會喺神面前犯罪。

**19.** 食嘢唔好貪多,免得你以前嘅罪惡喺你裏面死灰復燃。

**20.** 無論做任何工作,都唔好灰心(唔好疲倦),免得仇敵趁機影響你。

**21.** 勉勵自己研讀(讀經同默想上帝),上帝嘅平安好快就會臨到你:因為就好似城外嗰間破舊嘅屋係污穢之地,懶惰嘅初學者嘅心靈就成為各種不體面慾望嘅容器。

**22.** 勉力以淚祈禱:或者主會憐憫你,將你舊罪人脫去。

**23.** 讓呢啲成為你嘅同伴:勞碌、貧窮、漂泊、克制肉體嘅慾望同沉默;因為由佢哋而來謙卑,而謙卑帶來對一切罪過嘅赦免。

**24.** 我哋良善嘅主同神有足夠能力,賜俾我哋力量去知道乜嘢係正路,並付諸實行,好等我哋可以同嗰啲遵守祂誡命嘅聖徒一樣,蒙受憐憫。阿門。

## *10. 另一句說話(給背棄信仰者)*

**1.** 上帝向使徒聖彼得顯現,指出無人可被視為污穢或不潔(使徒行傳10:15)。因為他的心已被聖化,在他眼中人人都是聖潔的。 但係對於嗰啲心畀慾望奴役嘅人,喺佢哋眼中冇人係聖潔;反而因為心入面嘅慾望,佢哋以為每個人都同自己一樣。就算有人同佢哋講某個人係好人,佢哋都會即刻心入面嬲起嚟。所以,要小心,唔好只係用口,連心入面都唔好貶低任何人。

**2.** 只要一個人唔關心自己,佢心裏就繼續以為自己係神嘅朋友。但當佢擺脫咗自己嘅慾望,佢就羞於在神面前抬頭望天,因為佢覺得自己同神相隔得好遠。

**3.** 有一個人有兩個僕人,就差他們到田裏去割麥,吩咐他們各人每日割七捆。 其中一個盡力去做主人吩咐嘅事,但因為任務太艱巨,力有未逮;另一個則因絕望而自言自語:「一日之內有邊個可以完成咁多?」 佢唔理主人嘅吩咐,對任務完全唔理,就攤喺度瞓——時唔時打呵欠,時唔時訓,時唔時翻來覆去,好似門鉸咁轉——咁就喺懶散中浪費咗成日。 到咗晚上,佢哋就去見主人。主人同佢哋講完嘢之後,讚揚嗰個勤力嘅僕人,雖然佢冇完全完成主人交代嘅任務;而對嗰個懶散又唔稱職嘅僕人,就趕佢出屋。 同樣地,我哋喺任何勞作上都唔應該灰心,喺任何悲傷中都唔 。反而要盡我哋嘅力量,全心全意咁工作。我相信,上帝會將我哋同祂嘅聖徒一樣接納。

**4.** 每一個人應該在神面前,以極大的謙卑,在心靈和身體上多禱告,不可自以為行過任何善,不可信靠人對自己行為的讚揚,不可因責備而心存怨恨, 要記住自己的罪過,心裏要與仇敵和好,不可任憑苦毒的話脫口而出去對他們或責備他們,就算在親愛的人(朋友)面前亦然。

**5.** 總結而言,一個和尚必須關閉靈魂的每一扇門,守住他的所有感官,免得因此跌入罪惡,並保護自己免受那些向他傳講塵世閒話之人的影響。那滿足於自己罪過的人有福了(即:意識到它們並為之哀悼,而不去探查他人的罪過)。

## *11. 關於芥子*

(喺呢段文字入面)有關芥子嘅奧秘,正如教父所講,好(鼓勵我哋)透過研讀所寫嘅內容去探索佢嘅意思: *「天國好似一粒芥末子,有人拎咗去種喺佢嘅田度;雖然佢係所有種子中最細粒,但係當佢長大咗之後,就係所有草木中最粗壯,變成一棵大樹,以至天空嘅雀鳥都嚟喺佢嘅枝頭築巢。」*(馬太福音13:31–32) 芥末種子就係咁,佢嘅美德亦都係咁!主喺講述佢嘅時候,就希望人喺佢所講嘅一切事上都效法佢。 佢話*「係所有種子入面最細粒嘅」*,就令我哋謙卑——要將自己放喺每個人之下;又話佢長大到最大,就提醒我哋要溫柔同忍耐;佢嘅顏色火紅, —提醒我哋要純潔,令我哋喺肉體上無有污穢;佢入面係苦嘅——令我哋憎惡情慾,因為對尋求和平嘅人嚟講,情慾係苦嘅;佢嘅甘味要嚼爛磨細先至顯現,呢點講到逆境帶嚟嘅苦楚(因匱乏而令肉體變得苦澀); 當人將佢磨成粉時,會刺激眼睛——呢個提醒人要對自己嘅行為(或苦行)嘅悲哀;用佢整嘅芥末油抹喺死肉上,就可以防止腐爛。 所以,我哋要明白佢嘅意義,跟隨佢嘅特性——用佢(即係用芥末製成嘅醬)抹喺我哋受損嘅肢體上,免得佢哋腐爛或者生蟲。 因為,成為基督的樣式,就係要將主耶穌體現在我哋自己裏面,好讓我哋盡我哋所能,按照祂(按照芥菜種嘅本性)去預備自己,試驗自己,睇吓我哋係咪屬於嗰粒種子。 ——我哋係咪分享佢嘅本性同謙卑,——我哋

係咪分享佢被磨成粉嘅狀態、佢嘅苦澀,或者佢嘅味道。──係靠住神嘅恩典,我哋先有能力按佢嘅旨意咁做。願榮耀歸於佢──歸於父、子同聖靈,直到永遠。阿門。

### *12. 論酒*

**1.** *酒的聖事*。(它是)人性(或人)的象徵,渴望與神相遇(取悅神),並為此目的保持其工作純全,好叫神喜悅地接受(他的工作)。

**2.** 器皿(盛酒之器)必須用瀝青妥善封實。此乃象徵身體的純潔,其每一肢體都遠離可恥的慾望,因為沉溺於任何(肉體)享樂的人,都無法事奉上帝。

**3.**就好似唔可以將酒倒入未完全塗上瀝青、或者有裂縫嘅器皿一樣,我哋如果心入面存留住仇恨同怨恨,就唔可能令上帝喜悅。所以,我哋要檢視自己,睇吓有冇呢啲嘢,因為佢哋會阻礙人做懺悔。

**4.** 酒喺佢形成嘅一開始就會發酵。呢個係一個比喻,形容新信徒,佢哋喺未成熟同未安定落嚟之前,都會好唔安穩。

**5.** 酒若不加石膏,就不會成為(真正的)酒,正如酵母必須以適當分量加入。 同樣地,一個初學者若不按上帝的旨意從屬靈的父親那裡領受酵母,並由他們指引道路,就無法成功,除非上帝親自賜給他看見的恩典。

**6.**(酒)要留喺屋企(喺釀造嘅地方)直到佢沉澱穩定。同樣地,冇咗沉默、為神受苦,同埋一切符合神意旨嘅勞作,新手就唔可能達到(堅定寧靜)嘅狀態。

**7.** 如果酒入面仲有穀粒或者樹枝,就會變酸。同樣地,一個初學者如果同自己血親,或者同其他冇同佢哋一樣修行同苦行嘅人打交道,就會失去佢從靈性導師度攞到嘅品格。

**8.** 喺酒面上放泥土,係為咗防止佢蒸發而浪費。同樣,如果一個初學者喺所有事上唔培養謙卑,佢所有嘅努力都係徒勞無功。

**9.** 如果經常品嚐酒,就會失去酒香同酒味。一個人如果經常炫耀自己嘅所作所為,都往往會咁樣,因為虛榮心會摧毀佢所有嘅工夫。

**10.** 如果酒器打開唔蓋,可憎嘅蚊就會糟蹋啲酒。同樣地,過度講嘢、開玩笑同閒聊都會(破壞年輕和尚嘅好精神)。

**11.** 如果酒暴露喺風中,就會令酒嘅外觀同味道都變壞。同樣地,驕傲會摧毀一個人所有嘅心血結晶。

**12.** 酒要儲喺酒窖,仲要用蓋封實。同樣地,喺一切事上,沉默同謙卑都會「隱藏同保護」神嘅工人。冇咗呢種沉默同謙卑,人就唔可能保存佢勞碌嘅果實。

**13.** 呢啲對酒嘅處理都要做到令造酒者滿意,佢先會因自己嘅勞作而喜悅。— 人都要咁做,直到佢嘅工作喺神面前蒙悅納。

**14.**就好似唔開嚟試,根本唔知酒嘅味道;人亦都唔可能喺心裏面有勇氣,唔驚自己,直到佢站喺神面前,神承認佢嘅作為係完美。

**15.**就好似,如果器皿開始滲漏,酒喺主人未發覺之前已經灑晒喺地下,如果佢唔小心;同樣地,任何細微同微不足道(唔配)嘅行為,都會摧毀一個人嘅果效,如果佢唔小心。

**16.** 所以,我等弟兄啊,要憑着我等之力,防備一切有害於我等之事──願主之憐憫恩典,賜我等當日之勇氣,使我等能說:我等在軟弱之中,仍努力遵守我等良心所吩咐的,但我等之力 (因為)那一切都屬於祢:憐憫、幫助、保護、赦免和恆忍。我算什麼?到目前為止,我一直都在惡人手中,祢才救我脫離他們,而我無以為報。我是一個罪人,不配領受祢的恩賜,但祢卻從仇敵手中搭救了我。 祢是我的主,我的神。榮耀、恩典、保護、幫助和能力,都歸於祢,直到永遠。阿們。

### *13. 至於那啲努力並盡好自己本份嘅人*

**1.** 以下呢啲神蹟,係主耶穌被釘十字架之前所行嘅。 *「你去,把你所看見、所聽見的告訴約翰:瞎眼看見,瘸腿行走,長大麻瘋的得潔淨,聾子聽見,死人復活,窮人有好消息傳給他們;凡不因我跌倒的,就有福了。」* (路加福音7章, 22–23)[23] .

[23] 施洗主耶穌嘅約翰就體現咗呢段經文所講嘅意思,因為受洗者要向施洗者承認佢做緊啲乜嘢。

**2.** 於是主耶穌行咗好多呢類神蹟。 (但我哋要明白,每樣嘢除咗字面意思之外,仲有隱喻嘅意義。)*「瞎眼看見」*係指:凡係只顧今世盼望嘅人就係瞎眼;但如果佢放棄咗呢啲,將目光放喺將來嘅盼望上,就真係看見咗;同樣地: *「瘸子行」*係指:凡是渴望神,卻又愛慕心中肉體私慾的人,就如瘸子;但如果佢放棄後者,全心愛神,就會開始行得端正。 同樣地:*'聾人得聽見'*──意思係:凡心散(活喺各種分心事中)嘅人就係聾人,因為佢畀外物吸引,忘記咗乜嘢先係正路;但如果佢同一切斷絕,就會開始聽到。 又如*「長大麻瘋的得潔淨」*──意思是:摩西律法上寫着:「凡不潔淨的人,不可入主殿」;即是指懷有對鄰舍的仇恨、憎恨、嫉妒或定罪的人;但如果有人將這些放 aside,就會變得潔淨。

**3.** 咁,當瞎眼嘅人重見光明、瘸腿嘅人開始行得、聾人開始聽到聲音、長大麻風病嘅人得潔淨,就表示喺疏忽嘅時期因呢啲狀況所代表嘅道德敗壞而死去嘅人,已經得復又得新, 然後,佢就用自己嘅感官──呢啲本嚟缺乏聖德嘅感官──宣講好消息 ,話自己已經重見光明、開始行路同聽得見,並且已經得潔淨。你要向施洗你嘅人呈上呢種稱義。

**4.** 洗禮就係咁:帶住惡嘅苦楚(肉體嘅苦澀),以謙卑同沉默去承受。因為經上寫住約翰──佢着住駱駝毛嘅衣服,腰束皮帶──佢喺曠野度(馬太福音3:4)。 呢個係自我克制嘅記號。佢係淨化人嘅第一步,只要有人努力,就可以獲得;一旦自己獲得咗,就會為自己開闢一條上十字架嘅道路 (十字架係未來不朽嘅記號),先令法利賽人同撒都該人閉口(撒都該人代表無信心,而法利賽人代表狡猾、偽善同虛榮),正如經上所寫: *「從此以後,再無人敢向祂提出任何問題。」*(馬太福音22:46)

**5.** 最後,主差派彼得同約翰去預備逾越節。呢個象徵住當心靈意識到自己一無所有時,就會透過主嘅聖體聖事,將所有心靈能力集中並統一成一個整體,為不朽作預備。

**6.** 再者,當耶穌禱告說: *「若能成就,求祢使這杯此刻離開我」*(馬太福音26:39),這話是關於我們的。 因為當心思緒要上十字架時,就要有好多禱告同眼淚,同埋完全向神交出自己,向祂嘅良善求助,好等祂成為我哋嘅力量同保護,直到祂以聖潔而用唔盡嘅更新將我哋提拔起來;因為喺十字架嘅時候有好大嘅危險。 而當佢禱告嘅時候,佢需要彼得、約翰同雅各同佢一齊,佢哋分別代表:健全嘅信心、被盼望所堅固嘅心,同對上帝嘅愛。

**7.** 呢件事亦都係代表我哋,發生喺我哋所愛嘅主同神耶穌身上嘅意義;祂喺凡事上都做咗我哋嘅榜樣,正如使徒所講: *「使我得以認識祂,並祂復活的大能,以及祂所受的苦難的團契,效法祂的死,倘若somehow能與祂同得復活」*(腓立比書3:10–11): ──祂為我哋嘗過嘅苦膽,激勵我哋要從自己裏面根除一切惡欲(並要閉口),唔好畀任何惡欲從身體裏面冒出嚟變成行動;祂為我哋嘗過嘅 *「醋」*,激勵我哋要平息一切自私嘅意志同一切徒然嘅反叛; *「*佢哋為我哋向佢所吐嘅*唾沫」*,激勵我哋壓制一切討人喜歡嘅慾望,同埋對呢個世界榮耀嘅一切慾望; *「*佢哋編咗戴喺佢頭上嘅*荊棘冠冕」*,激勵我哋忍受責罵,就算係不斷嘅責罵,都要毫無混亂咁承擔; 佢哋為咗我哋用嚟打佢頭嗰支「*蘆葦*」,激勵我哋要一直戴住卑微嘅頭盔,制服仇敵一切嘅驕傲;主耶穌喺被釘十字架之前被交出 *「受鞭刑」*,激勵我哋要將一切人嘅羞辱同恥笑視作無物; *「*佢哋拈鬮*分佢嘅外衣*,而佢自己卻毫不動心──呢件事激勵我哋,喺上十字架之前,要藐視世上一切,正如使徒所言: *『你哋因知道自己喺天上有一份更美嘅產業,就歡歡喜喜地接受咗財產被掠奪。』」*(希伯來書10:34)。

**8.** 人要行以上各樣,先至能上十字架。如果你唔照佢所行,盡你做人嘅本份,就唔可能上十字架。 嗰時係第六個鐘頭,硬心嘅人為咗我哋嘅得救而釘祂十字架,呢件事係畀我哋做榜樣,好叫我哋可以憑住力量,對抗一切灰心同軟弱,直到罪惡死去,正如經上所寫,祂藉住十字架除滅咗仇敵。當係第九個鐘頭嘅時候,耶穌大聲呼喊: *「以羅伊,以羅伊,拉馬撒巴各大尼」*(馬太福音 27:46)──呢個係畀我哋嘅榜樣,叫我哋要耐心忍受對抗情慾嘅試煉,直到佢哋熄滅,咁我哋先可以喺謙卑中,終於有膽量向神呼求。 佢喺日頭將落嗰陣先交出自己嘅靈,呢點就係要畀我哋知道,如果心靈能夠擺脫呢個可見世界所有嘅盼望,就可以證明你裏面嘅罪已經死咗。 聖殿的幔子從上到下裂為兩半,象徵當心思意念得以從情慾中解脫,與神之間的分隔就被移除。 磐石被裂開,墳墓被打開──呢個就係象徵,當我哋喺內心對罪嘅死亡完成咗,當一切重擔、盲目同一切違背靈魂嘅事物都溶解咗,而本已死去、結出死亡果實嘅感官開始茁壯成長,並以不可戰勝嘅力量復活。 佢用純潔嘅裹屍布同香草包住,係畀我哋嘅象徵,喺嗰次(對罪嘅)死亡之後,聖潔被包住,而腐敗不朽就賦予佢安息。 佢被安葬喺一個新嘅墳墓,嗰度仲未有人安葬過,仲有塊大石頭滾咗去墓口──呢啲都係象徵畀我哋,當心思脫離晒一切,進入安息日,就會踏入新時代,獲得新智慧,專注喺嗰啲唔會腐朽嘅嘢,並默想嗰啲唔會腐朽嘅。 ── 而且,──*「屍體喺邊度,禿鷹就喺嗰*

*度聚集」*(路加福音17:37)。──祂照父嘅榮耀復活　,又升天,坐*喺「高天尊貴者嘅右邊」*　(希伯來書1:3)—照使徒嘅話,祂係我哋嘅榜樣:*「如果你哋已經同基督一齊復活,就要追求天上嘅事,喺基督嗰度坐喺神右邊;心思意念要放喺天上嘅事,唔好放喺地上的事,因為你哋要死。」*(歌羅西書3:1–3)。

**9.**　祂那行憐憫的聖名,在各方面都成為聖徒的榜樣,大有能力為我們的軟弱代禱,並因見到我們的貧窮,會赦免我們的罪,使我們也能夠與所有配得的人同蒙憐憫。阿們。

### *14. 哀悼行為*

**1.** 哀哉,哀哉──因為我尚未脫離 gehenna!將我拖入其中的人,他們的果效仍然在我裏面結出,而那一切作為都動盪我心;將我投入火中的人,仍然在我的肉體裏面行事,想要結出那裏的果效;我尚未知道自己從此要往何處去;　為我預備的正路尚未預備;我尚未從那因我裏面所行的惡事,而試圖擋我道路、來自空氣中的影響(黑暗的權勢)中得釋放;我尚未看見那來拯救我脫離它們的救贖主,因為它們的惡毒仍在我裏面結出果效;　我未曾見過有人大膽地為我和審判者代禱;亦未有任何見證為我申辯,證明我配受死亡;我亦未曾與作惡多端者劃清界線。

**2.** 惡人被囚喺監入面唔會歡喜;被鐵鏈捆住,佢想點就點唔到;被夾棍夾住,佢教唔到人;喺佢痛苦嘅煎熬中,佢記唔起半點平安;被自己嘅手捆住,佢嘗唔到半點甜頭;佢亦唔再諗住做更多嘅惡,因為佢已經用盡方法犯罪,　但係佢心都撕裂晒,佢為自己所有嘅惡行同所有等住佢嘅折磨而哀嘆,對住啲折磨講:「係,我真係配得上。」

**3.**　凡時常警惕自己最終歸宿的人,並看見因罪所應受的折磨,就不需要多大努力,就能在心裏克制自己,不去定別人的罪;對(即將到來)的折磨的痛苦折磨着他的心;苦啊──可悲!成為佢內心不斷嘅默想;佢唔會勸人唔好灰心;對食物嘅憂慮唔會成為佢嘅煩惱;佢會承認對佢好嘅人嘅恩情,但因為悲傷,佢冇法從中得到任何喜悅,因為佢喺各方面都有罪[24]　;　佢唔會對侮辱佢嘅人動怒,而係忍耐咁承受痛苦嘅勞作,心裏話:「我配得上呢啲折磨。」牙齒嘅嘲笑(西拉希19:27)已經離開佢;　佢低頭哀號,追憶自己要喺審判寶座前受審;聽到人哋嘅說話,佢唔會講「好」或者「壞」,無論好壞,佢都唔會接受;眼皮淚流成河,因為壓倒佢嘅苦楚。　如果佢出身高貴,就更加憂傷,諗起喺審判嗰日要喺人前受羞辱。佢心裏記住為佢預備嘅審判,無論人係好人定壞人,都唔理佢哋。　如果有其他人同佢有關,佢都唔理佢哋,亦唔會同佢哋傾計未來會點;因為人人都要自己扛起自己嘅負擔,被牽去受死。佢面色陰沉。　冇人敢為佢辯護,驚受酷刑。佢自己招供晒所做嘅嘢,承認自己所犯罪行,理應受審。

**4.** 我要幾耐先可以唔飲酒都保持醉意?要幾耐先可以咁無憂無慮,明明面前有咁嘅命運?我心硬到連眼都乾晒──虛無嘅焦慮令我頭都乾晒,而心底嘅激情又將我推入遺忘,搞到我一片迷惘。　身體的迫切需要捆綁着我,絕望折磨着我,驅使我背棄生命之道。我未得着一位肯為我說話的朋友,也無禮物可送給同胞。我惡行的消息令他們不肯接納我。　我若向他們哀求,他們也不理我,因為他們看見我尚未從(道德上)的軟弱中得釋放,而且我也没有以敞開的心向他們哀求(林後6:11)。

**5.** 我罪惡的荊棘尚未開始無休止地刺入我的心(即是我對罪的痛苦悔恨尚未出現)。我罪惡的負擔尚未重壓在我的身上(它並不因重量而令我壓倒;我感受不到罪惡的重量)。　我未曾如我所當的,完全體會到火的威力;否則,我會努力避免跌入其中。我耳中聽到聲音,說地獄正擺在我面前,因為事實上我尚未潔淨我的心。我身上的傷口已經變得危險,但尚未潰爛到需要醫療處理的地步。　我將箭傷瞞住人,連醫生都唔畀佢碰。佢提出要敷藥(或者敷冷敷包),但我冇咁大勇氣去承受　嘅苦澀味。醫生好nice,唔收我錢,但我懶到唔肯去搵佢。　佢親自嚟為我治病,見到我食緊啲會腐蝕傷口嘅嘢。佢哀求我由今以後唔好再食,但嗰啲食物嘅甜味令我心動。食完之後我會後悔,但我嘅後悔唔夠真誠。　佢(醫生)送嚟食物,話:「食呢啲嘢就會好返。」但我惡習難改,唔肯接受。　「呢一切嘅結局──」我真係唔知點算好?

**6.**　凡認識我嘅弟兄姊妹,都同我一齊哭泣,願有超乎我能力嘅幫助臨到我,勝過我,使我可以配得上成為祂(我主)嘅門徒:因為祂嘅能力永遠長存。阿們。

---

[24] 措辭有啲晦澀。拉丁文就冇呢點。Paissius 咁翻譯:「對佢施恩嘅人,佢哋嘅憐憫就係憐憫;佢哋對自己嘅憂傷一無所知,因為佢哋在各方面都犯罪。」

## *15. 論棄絕世界*

**1.** 親愛嘅人啊!我哋要自守,*因為「時候短促」*。(林前7:29) 人既照顧身體,就照顧唔到靈魂;就好似人唔可以用一隻眼望天、一隻眼望地,心思亦都唔能同時顧及屬神同屬世界嘅事。去照顧嗰啲喺你離世之後毫無幫助嘅事物,實在可恥。

**2.** 記住,神在你所作的每一件事上都眷顧你。記住,神看見你心思裡面的每一念。

**3.** 凡你喺人前做嘅事令你感到羞愧,就喺暗中(喺你心裏面)諗起嗰件事都應該感到羞愧。就好似樹係憑果實認出嚟,心靈亦都係憑佢嘅思索(即係佢嘅目光所注視嘅對象)去認出自己嘅念頭;而理性嘅靈魂,亦都係憑佢嘅思索(即係心靈所關注嘅對象)去認識自己。

**4.** 當罪惡仍然吸引你,就唔好以為自己已經無情慾。得着自由(脫離情慾)嘅人,唔會再留戀違背本性嘅所作所為。所以,當你仲得罪你嘅主,就唔好以為自己已經自由,因為直到你嘅心唔再對呢世任何嘢有慾望,先至得着真正嘅自由。

**5.** 要善待你嘅身體,當作神嘅殿──要當作你日後要復活並向神交賬咁樣去保養;要敬畏神,因為你必須向祂交代你所做嘅一切;就好似你嘅身體受傷咗,你會細心醫治,務求喺復活嗰日可以表現得無情慾。

**6.** 每日檢視自己,睇吓自己已經克服咗邊種情慾,先至向上帝祈禱。

**7.** 就如大地冇種子同水就結唔到果,人冇謙卑同體力勞動就做唔到懺悔。

**8.** 當天氣適宜,種子就會發芽;同樣地,當一個人立志遵守誡命,就會因誡命而茁壯成長。對神有信心、敬畏神,就係要令自己唔致得罪良心。

**9.** 當你獨處喺你嘅小房入面,如果有一個貪慾嘅念頭喺你心入面生根,就要小心抵抗嗰個念頭,免得畀佢捲走你。要努力記住,上帝正喺眷顧住你,你心入面所想嘅一切,都喺祂面前赤裸裸地暴露咗。 所以你要對自己嘅靈魂講:如果你連同自己一樣嘅罪人面前都感到羞愧,努力唔畀佢哋見到你犯罪,咁你更應該敬畏神,因為祂聽見你心裏最秘密嘅念頭。 透過你心裏嘅呢番反思,對上帝嘅敬畏就會重回你嘅心靈──如果你跟隨對上帝嘅敬畏,你就會堅定(對抗情慾),唔會再畀情慾所勝,正如經上所寫: *「信靠主的人,好似錫安山,永不移動,永遠堅立在耶路撒冷。」* (詩篇124:1)

**10.** 相信人離世後有審判的人,就不會在任何事上審判他的鄰舍,因為他必須向神交代他一切的行為,正如經上所寫,我們都要 *「站立在基督的審判台前,好叫各人按着他所行,或善或惡,得着應得的報應」* (林後5:10)。

**11.** 信徒若相信有為聖徒預備的國度,就要在細微瑣碎的事上都謹慎行善,務求無可指責,好成為器皿;因為經上寫道:*「天國好比一張撒在海裏的網,聚起各樣魚來。」 網滿咗,就拉上岸,坐低把好魚揀出嚟,放入器皿,將壞嘅丟棄」* (太13:47–48)。

**12.** 信徒若認為復活日其身體要照自然狀態復活,就必須保養它,並潔淨一切污穢;因為經上寫道:*「那至高無上者能將我們這卑賤的身體改變形狀,照祂榮耀的身體去改變。」* (腓立比書 3:21)

**13.** 凡神嘅愛喺佢心入面生根,冇乜世上嘅嘢可以再將佢同神分開,正如經上所寫:*「有邊個能將我哋同神嘅愛隔開呢?係患難?係困苦?係逼迫?係饑餓?係赤身?係危險?係刀劍?」* (羅馬書 8:35)

**14.** 神實在能使我哋都數算喺嗰班冇畀世上任何嘢與基督之愛隔離嘅人當中,好叫我哋同佢哋一齊,藉住我哋主耶穌基督嘅大能,領受恩典;因為榮耀歸於祂,同歸於父,無始之父同賜生命嘅聖靈,從今時直到永遠,世世代代。 阿們。

## *16.論渴望事奉上帝之靈魂所蒙的喜樂*

**1.** 首先,我以敬畏上帝的心向你問安,並懇求你:要完全,合乎上帝的心意,使你勞碌不致徒然,上帝才能夠完全且喜悅地從你接受。 一個商人,如果賺到錢,就會歡喜,對佢付出嘅勞力視作無物,因為佢見到(呢份勞力)究竟有幾有用;一個娶咗老婆嘅人,如果佢老婆帶畀佢平安,又好好服侍佢,就會全心歡喜,凡事都依靠佢; 一個人入咗伍,如果為咗國王捨命作戰,攞到冕冠,就會因為有咁嘅成功而歡喜。呢啲就係呢個短暫世界嘅事,做呢啲事嘅人,只要成功就會開心。 咁,你認為一個開始為神作工,並且成功完成呢項工作嘅人,佢嘅靈魂會有幾大嘅喜樂呢?當佢離開呢個世界嘅時候,呢種工作會令天使同佢一齊喜樂,因為佢已經從黑暗嘅權勢中得釋放。 因為當靈魂離開身體嗰陣,天使會下降去迎接佢;但係一切黑暗勢力都會走出嚟,想擄走佢,並且搜查佢入面有冇乜嘢係屬於佢哋。到時唔係天使同佢哋打,而係靈

魂所行嘅善行,好似一堵牆咁護住佢,保住佢唔畀佢哋摸到。 當佢嘅善行得勝,天使就喺佢前面行,一路歌唱,直到佢歡喜快樂咁站喺神面前。到嗰陣,佢就會忘記呢世上嘅一切事同埋所有勞苦。

**2.** 所以,我哋要用我哋嘅力量,喺呢段短暫嘅時間內好好努力,保持我哋嘅行為純潔,遠離一切邪惡,好叫我哋可以從黑暗嘅王子──嗰啲想反對我哋嘅──手中得救,因為佢哋邪惡又無情。 凡在他身上查不出他們任何蹤跡的人有福了:他的喜樂、歡欣、安息和冠冕都無止境。但世上的一切都是短暫的,無論是經商、婚姻,或我之前所講的任何其他事。親愛嘅兄弟啊! 我哋喺神面前,要從眼淚中汲取力量;或者祂嘅慈愛會憐憫我哋,藉住我哋所行嘅善事,賜給我哋力量,勝過嗰啲預備嚟對付我哋(離世之後)嘅邪惡掌權者。

**3.** 讓我們以堅定不自憐嘅心照顧自己,並培養對上帝嘅渴慕,咁樣就可以喺惡意嘅靈嚟到嘅時候拯救我哋。讓我們愛貧窮人,好叫我哋得以喺貪婪嘅靈嚟到嘅時候得救。 我哋要同所有人,無論尊卑,都尋求和平,因為呢樣會令我哋免受(仇恨嘅)靈嚟襲擊。我哋要愛每個人如同兄弟,心裏面對任何人都唔可以存有絲毫惡意,亦唔可以以惡報惡; 呢樣嘢會令我哋免受嫉妒嘅侵襲。我哋要喺所有事上都謙卑,對鄰舍嘅說話要忍耐,無論佢責備我哋定誣衊我哋:呢樣嘢會令我哋免受驕傲嘅侵襲。 我哋要尊敬鄰舍,當佢被人貶低嘅時候,無論佢係邊個,都唔好喺我哋眼中輕視佢;咁樣就可以保護我哋,免受譭謗之害。我哋要輕視世上嘅利益同榮華,好叫我哋得以擺脫嫉妒。 我哋要訓練我哋嘅舌頭喺上帝嘅教導、真理同禱告入面,咁樣就可以喺虛假嚟到嘅時候保護我哋。我哋要潔淨我哋嘅心同身體,除掉慾望,咁樣就可以喺污穢嚟到嘅時候擺脫佢。 – 凡此眾惡,都想趁靈魂離體時奪去它,但若它已修得美德,美德就會幫助它。

**4.** 咁,有邊個智慧人唔肯為咗擺脫呢一切,而將自己嘅靈交出死呢?所以我哋要盡我哋所能,因為我哋主耶穌基督嘅大能夠強大到足以幫助我哋嘅卑微。 祂知道人係一個可憐嘅受造之物,喺人仲活喺肉身嘅時候,祂就賜俾人機會去悔改,直到佢最後一口氣。你嘅心思意念要專注喺神度,等祂保守你。──唔好理會呢世嘅財物,好似有人可以寄望喺佢哋身上咁──好叫你可以得救。 你終有一日會拋下世上一切,離世而去;你為神所作的,就必在急需之時成為你的福氣與盼望。

**5.** 憎惡世上的言語,好叫你心裏可以看見神。要愛慕常常禱告,好叫你心裏得着光照。不可鍾情懶惰,免得你與義人同得復活時後悔。看守你舌頭,好叫你心裏得着光照。不可鍾情懶惰,敬畏神的心就必常在你裏面。 而家就大方畀俾有需要嘅人,免得喺聖徒同佢哋嘅善行面前丟臉。憎惡對食物嘅貪慾,免得亞瑪力擋你嘅路。 行你嘅靈性操練(禱告規矩)時唔好急急忙忙,免得畀野獸吞噬。唔好鍾意到醉嘅程度先飲酒,免得你失去上帝嘅喜樂。要愛忠信嘅人,好透過佢哋得著憐憫。要愛聖徒,好等佢哋嘅熱誠可以撐起你。

**6.** 記住天國,免得你對它的嚮往逐漸遠離你。默想 gehenna(地獄),好叫你憎惡它的作為。你每朝醒來,就記得你要向神交賬每一件事,你就不致在他面前犯罪,而且敬畏他的心就會在你裏面生根。預備自己去見祂,你就會成就祂的旨意。每日喺呢度檢視自己,睇下自己邊度做得唔夠,咁喺臨終嘅危急時刻,你就唔會手足無措。 讓你的弟兄看見你的所行,你的熱誠就會引領他們。每日檢視自己,看看你已經克服了那一種慾望──但不可自作高明,因為那係上帝嘅恩典同力量。 – 直至你最後一口氣,都唔好以為自己夠忠心。 – 唔好自以為好,因為你唔可以將自己交託畀仇敵。 – 喺呢生,直至你已超越一切黑暗勢力之前,都唔好依靠自己。

**7.** 弟兄啊,要警醒那使人憂愁的靈,因為它有許多陷阱,直到你被它摧弱無力。為神憂愁,當你見自己站立在神旨意中時,就成為喜樂的源頭。然後,就有聲音對你說:「你要往哪裡逃跑?」你沒有悔改;佢係敵人嗰邊(咁講)係想說服人放棄佢哋嘅清心節制生活嘅決心。但為神而悲傷唔會令人承受沉重嘅負擔,反而會對人講:「唔好驚,返嚟(向神)」,因為祂知道人係軟弱嘅,就賜佢哋力量。

**8.**要有洞察力;當念頭一出現,就會為你減輕負擔。怕佢哋嘅人就會被負擔壓得喘唔過氣。怕(敵人)影響嘅人就證明佢對神冇信心。

**9.** 謙遜同自認無知,顯示一個人唔會放縱自己嘅慾望去行自己嘅意思,而係行上帝嘅旨意。 但係,嗰個想喺好多人面前暢所欲言嘅人,就證明佢心入面冇敬畏上帝嘅心。敬畏上帝係靈魂嘅守護者同幫助者,係內在統治者(心志)嘅保護人,喺消滅所有仇敵嘅工作中。

**10.** 凡追求神榮耀者,必力求驅除自身不潔。審慎自愛可斬斷情慾,因為經上寫着:「智慧人必得顧理。」(箴言17:12. *「憂慮臨到有悟性的人;愚昧人卻謀劃邪惡。」病入膏肓的人知道健康的可貴。*

*被冠冕加身的人,是因為他打敗了王的仇敵。有情慾,也有美德。但如果我們灰心(懶惰),就明顯地像叛徒一樣。　心裏有勇氣,對靈魂嚟講就好似有上帝喺身邊;同樣,灰心(懶散)就助長邪惡。追求美德者嘅力量就喺:如果跌咗,就唔好灰心,而要再次承擔(得救嘅)責任。美德嘅工具,就係用理性去做嘅身體勞動。　情慾嘅衝動係由疏忽引起。唔去譴責人,對喺智慧咁打仗嘅人嚟講,就係一堵牆(一重防禦);但係去譴責人,就係喺愚蠢中拆咗呢堵牆。留意自己嘅舌頭,就證明人係積極嘅;而放縱舌頭,就表示佢本身冇品德。　行施若以智慧為本,則能令人輕視富貴並生出愛心;若行施吝嗇,則顯示此人無德。仁慈生清淨;放縱(於娛樂與享樂之支出)則生慾望,殘酷則生忿怒。　憎惡浮華係一項靈性嘅功績,而節儉就係一項肉體嘅功績。鍾意浮華係靈魂嘅墮落,而有理性嘅沉默就係靈魂嘅復甦。過度嘅睡眠會激起身體嘅慾望,而適度嘅清醒就係心靈嘅救贖。　過度睡眠令心靈遲鈍,而保持清醒的節制則能淨化它。與其夜夜笙歌、胡思亂想,不如靜心安睡;與其與人閒談、夜不成寐,不如獨處靜室、心無旁騖。淚水能驅走一切邪惡,卻不會令人痛苦。不傷害或刺傷鄰人的良知,能帶來謙卑。　人嘅榮耀會慢慢令人自大。鍾意寬敞(唔用苦行嚟限制自己)會排走知識,而節制飲食就可以制服情慾。飢餓會唔費吹灰之力就令情慾勃發。裝飾身體係靈魂嘅墮落,但係出於敬畏上帝嘅照顧就好。*

**11.**　留心上帝嘅審判會令心靈生出敬畏,而踐踏良心就會從心底撕走美德。對上帝嘅愛會驅走懶散,而無畏則會令懶散滋生。　節制言詞可令心思歸向上帝,若能以智慧保持沉默;但多言會滋生灰心(懶散)與瘋狂(*狂熱*)。屈己從人,表示心思專注於美德;堅持己見(與人交往),則顯露無知。　敬畏上帝嘅教導可以令心靈遠離情慾,而講世俗嘅說話則會令心靈昏暗,使佢偏離美德。　對財物嘅貪戀會擾亂心靈,而對一切事物嘅捨棄則能令佢哋得到重生。如果你為咗唔表達自己嘅思想而保持沉默,就顯示出你追求世俗嘅榮譽同可恥嘅光華;但凡有人大膽咁(唔顧自己)喺長輩面前表達佢嘅思想,就會將佢哋從自己身上驅走。

**12.**　就好似一間冇門窗、任憑任何爬行生物隨意入去嘅屋,就好似一個只識耕作卻唔守住自己勞動果實嘅人。就好似鏽蝕鐵,人嘅榮譽都會蝕心,如果佢向佢屈服嘅話。　就好似常春藤纏住葡萄藤,就會破壞佢嘅果實;同樣,如果和尚畀虛榮捲住,就會摧毀佢嘅修行。喺所有美德之中,最崇高嘅係謙卑;喺所有慾望之中,最卑鄙嘅係貪食。　美德的終點是愛,而慾望的終點是自我辯解。正如一條蟲蠶樹幹,慢慢蠶樹木,心裡的惡意亦會令靈魂變得陰暗。

**13.**　靈魂向神臣服(將自己交託於神嘅旨意),就會帶來對侮辱嘅泰然承受,而佢嘅眼淚(嗰時)就會遠離一切塵世嘅事物。若果無法自我克制,就無法承受(或制服)憤怒。　將自己嘅說話同平信徒(用世俗方式同平信徒傾偈)夾埋一齊,會令心靈不安,喺禱告嗰陣感到羞愧,因為之後冇膽量。　對塵世利益嘅貪戀會令靈魂昏暗,而對一切事物中嘅輕蔑則帶來智慧。喜愛勤勞就等於憎恨情慾,而懶惰則會毫不費力地滋生情慾。

**14.**　唔好同鎮上嘅人打交道,你心入面嘅念頭就會保持寂靜。　唔好靠自己嘅力量——咁上帝嘅幫助就會嚟到你。唔好對任何人懷怨,否則你嘅禱告唔會被接受。同人相處要和睦,咁你先有膽量去禱告。把守你嘅眼睛——你嘅心就唔會見到惡。凡以慾望嘅眼光望人,就等於犯咗姦淫。　唔好想聽人講加害你嘅人所受嘅傷害,免得你心裏面以惡報惡。要守住你嘅耳仔,免得畀佢哋嘅侮辱入耳。要勤力做你嘅手藝,好等窮人可以喺你度搵到麵包,因為懶惰就係死亡,亦係靈魂嘅墮落。

**15.**　勤力禱告能令人脫離捆綁(對任何嘢嘅成癮),但就算只係稍為忽略,都會成為忘記嘅根源。預期死亡快到嘅人唔會犯太多罪,但預期好多年後先到嘅人,就會糾纏於重重罪中。　凡預備向神交賬自己一切所行的人,神就必謹慎地潔淨他的一生,使他遠離一切罪惡;但凡疏忽大意,心想「總有一日我會到」的人,就與惡人為鄰。　–　每日喺做任何事之前,都要記住你而家喺邊度,同埋離開呢副肉身之後要去邊度——千祈唔好有一日忽略咗你嘅靈魂。　要反思聖徒所蒙受嘅榮耀,效法佢哋會逐步帶領你跟隨佢哋嘅腳蹤;亦要反思罪人所受嘅恥辱——呢樣會永遠保護你免受邪惡。

**16.**　永遠跟從你祖先的勸告,你的一生就會安然度過。　要小心自己——如果因為兄弟對你有怨,令你有個念頭困擾你,就唔好輕視呢個念頭,要即刻去向兄弟跪低,用哀求嘅口吻,勸到佢肯和好先唔好走。　要小心,唔好對你嘅弟兄心硬,要記住我哋都受敵人嘅苦害。同弟兄一齊生活嘅時候,唔好淨係吩咐佢哋做嘢,要同佢哋一齊勞苦,免得蝕失你嘅賞賜。　當魔鬼開始用食物、衣服或者普遍嘅貧窮嚟困擾你,並向你暗示你因此而被人譏笑時,就唔好用反駁去回應佢哋,而要全心交託畀上帝——祂就會安慰你。　要小心,唔好忽略咗你嘅崇拜(禱告),因為佢哋可以照亮你嘅靈魂。

**17.** 如果你行咗好事,就唔好自誇;(但另一方面,如果你做咗好多壞事,就唔好令心過份憂愁,要控制自己嘅心,唔好再糾結於此)——咁你如果夠智慧,就可以防範驕傲。 如果你受慾望嘅攻擊,就要時常令你嘅身體處於憂傷同謙卑嘅狀態喺神面前,唔好畀你嘅心相信你嘅罪已經得赦──咁你就會得著平安。 如果嫉妒開始壓倒你,記住我哋都係基督身體嘅肢體,你鄰舍嘅榮辱就係我哋大家嘅榮辱,「 」──你就會得著平安。如果貪食透過對食物嘅渴望向你發動戰爭,就要記住嗰啲嘢嘅惡臭──你就會得著平安。 如果你被定罪弟兄嘅衝動困擾,就要記住,佢如果聽到一定會傷心──之後你見到佢都會感到羞愧──咁你就會得著平安。 如果驕傲開始壓倒你,就要記住,它會摧毀你的一切勞苦,與它為伍的人也無路可回——如此,你便能心平氣和。 如果你心裏被想羞辱鄰舍嘅慾望困擾,記住神會因此將你交喺仇敵手上──你就會得着平安。如果肉體嘅美色誘惑你嘅心,就記住佢嘅惡臭──你就會得着平安。 如果女人的甜美對你而言最甜,就記得已經死去的人,以及他們所去的地方──你就會得到安寧。

**18.** 透過收集並反思所有這些事物,理性終結了爭端。但除非你先實踐沉默(從世界的喧嘩中退縮),否則無法達到這種理性。 沉默生克己;克己生悲泣;悲泣生敬畏;敬畏生謙卑;謙卑生智慧;智慧生愛;愛令心靈遠離痛苦,並保持無情執。然後,人就會明白自己離上帝究竟有幾遠。

**19.** 經過以上一切之後,凡是想獲得這些可嘉美德的人,就應該對任何人都毫不在意,並為死亡作好準備。 到時,佢喺每次禱告中都會開始明白究竟有咩嘢令佢同上帝分開,然後佢會致力去摧毀嗰啲嘢,因為佢已經憎惡任何令佢同上帝分開嘅生活方式;上帝嘅良善好快就會賜俾佢呢啲(所講嘅美德)。

**20.** 但要知:凡人若無節制地飲食,又鍾情於世上任何事物,就既得唔到呢啲美德,亦實現唔到,只不過係自欺欺人。 所以我懇求凡係想喺神面前悔改嘅人,要提防貪食,因為佢會令所有情慾死灰復燃,並將神嘅敬畏從靈魂中趕走。 相反,你要盡你全力懇求上帝賜給你對祂的敬畏,好讓因你對上帝(與祂交通)的熱切渴望,祂能消滅一切與你可憐的靈魂為敵、並試圖將你與上帝分離以成為自己產業的激情。因為敵人正努力追求的就是這一點,他們與人為敵。

**21.** 所以,弟兄啊,你喺呢個肉身入面嘅時候,就唔好理會任何暫時的休息(從爭戰中),如果你發現自己暫時擺脫咗情慾,就唔好自以為安全,因為佢哋有時會暫時平息,背後藏住狡猾嘅目的,希望人會放鬆警惕,以為自己已經完全擺脫咗佢哋; 然後突然間撲向可憐嘅靈魂,好似小雀咁嘅搶走佢;如果喺每一種罪惡中,佢哋都比靈魂更強大,就會無情咁貶低佢,將佢推入比之前更毀滅性嘅罪惡之中,而呢啲罪惡本來已經為佢祈求過赦免。

**22.** 所以,我哋要存敬畏上帝嘅心,處理一切事務嘅時候都要紀念祂,並且遵守所有能抵禦仇敵惡意嘅美德。呢段短暫生命嘅勞苦,不但能保守我哋免於一切惡,而且喺靈魂離別身體之前,為佢預備冠冕。

**23.** 我哋嘅聖師主耶穌,祂知道仇敵嘅殘酷,又憐憫人類,就吩咐我哋要堅定心志,祂話:「你哋要時刻預備,因為你哋唔知道賊幾點鐘會嚟,免得佢突然嚟到,見到你哋瞓緊。」(馬太福音24, 43, 44).另一次,當祂教導祂的門徒時,祂吩咐他們說:*「要謹慎,免得你們的心因為大吃大喝和今生的奢華宴樂,以及生活的憂慮而沉重,以致那日子突然臨到你們。」*(路加福音21:34)。 然而,祂知道那惡者(鬼魔)遠遠多過我們,就向祂的門徒顯示,抵擋它們的權柄屬於祂,所以他們無須畏懼,祂對他們說:*「我差你們出去,如同羊羔進入狼群」*(太10:16),但同時祂吩咐佢哋唔好為旅程帶任何嘢(路9:3),因為佢哋根本冇屬於嗰班狼嘅任何嘢,所以嗰班狼就吞唔到佢哋。 當佢哋遵守咗佢嘅命令,安然無恙咁返嚟嘅時候,佢就同佢哋一齊歡喜,為佢哋向天父獻上感謝,然後堅固佢哋嘅心,對佢哋講:*「我見到撒但好似閃電咁從天跌落嚟。」 「看哪,我已經賜給你們權柄,可以踐踏蛇和蠍子,並敵對者的一切能力;並且毫無什麼能傷害你們*。」(路加福音10:18–19)因此,祂的信息帶有恐懼與謹慎;但當他們遵守祂的誡命後,祂就賜給他們權柄,並賦予能力。

**24.** 呢啲說話唔單止適用於佢哋,凡遵守誡命嘅人都適用。祂以完全嘅愛去愛佢哋,對佢哋講:*「小群,唔使懼怕!因為你哋嘅父以將天國賜畀你哋為喜樂。要賣掉你哋嘅所有,施捨畀人; 為自己積儹僱唔會朽壞嘅錢囊,喺天上積唔會缺嘅財寶*"(路加福音12:32–33)。當佢哋都遵守咗呢句話,佢就對佢哋講:*' "我賜畀你哋嘅係平安;我將我嘅平安賜畀你哋*"(約翰福音14:27)。 為咗肯定佢哋,佢話:*「如果有人愛我,就會遵守我嘅話;我父都會愛佢,我哋會去到佢嗰度,同佢同住。」*(約翰福音14:23) 為咗鼓勵佢哋唔好怕世界,佢對佢哋講:*「喺世上你哋會有苦難;但係放心,我已經勝過世界啦。」*(約翰福音16:33)為

咗堅固佢哋喺患難中唔灰心,佢對佢哋講,喺佢哋心裏面種下喜樂: *「你们在我试炼的时候一直同我在这里;我就照着父怎样赐给我的,赐给你们,使你们在我国里坐在我的席上吃喝。」*(路加福音22:28–30)

**25.** 祂對呢番說話,唔係講畀所有人聽,而係講畀嗰班同祂一齊忍受試煉嘅人聽。但係,有邊個能夠同耶穌一齊忍受試煉,如果唔係嗰啲堅決對抗自己慾望,直到將佢哋全部斬斷嘅人?祂喺去受難路上一邊行,一邊同佢哋講呢番說話。 咁點解凡想喺佢柃邊食嘢飲嘢嘅人,要跟住佢去到呢個十字架呢?因為耶穌嘅十字架,就係將每一種情慾制服,直到全部都斬斷為止。所以,親愛嘅使徒斬斷咗佢哋之後,就大膽咁講:*「我已經同基督一齊被釘十字架。 「而家活着的不再是我,乃是基督活在我裏面。」*(加拉太書2:19-20)因此,基督就住喺已經將情慾治死嘅人裏面。所以,呢位使徒喺教導佢嘅門徒時,又話:*「凡屬基督嘅人,都已經同佢一齊釘咗肉體,連肉體嘅情慾同私慾都一齊釘咗十字架。」* (加拉太書 5:24)。又畀佢屬靈嘅兒子提摩太寫信,就話:*「若果我哋同佢一齊死,我哋就必同佢一齊生;若果我哋能忍耐,我哋就必同佢一齊作王;若果我哋否認佢,佢也要否認我哋。」*(提摩太後書 2:11-12)

**26.** 那麼,拒絕祂的,不正是那些放縱肉體情慾、因而羞辱聖洗禮的人嗎?我們因祂的名得罪得赦,但仇敵出於嫉妒,又因罪將我們再度奴役。 正因如此,我主耶穌基督從起初就知道仇敵的惡毒何等深重,祂為我們預備了直到最後一口氣的悔改。若非有悔改,幾乎無人得救。 使徒知道有人即使受洗後仍然犯罪,就說:*「偷竊的,不可再偷。」*(以弗所書4:28)

**27.** 所以,我哋既然領受咗聖洗嘅印記,就當努力離棄我哋嘅罪,好叫我哋喺嗰日得蒙憐憫。因為主好近,就快要嚟,坐喺佢榮耀嘅寶座上。 眾支派都要喺佢面前聚集。到時,每個人都會因手裡攞住嘅燈而顯出真面目。燈入面冇油嘅人,燈就會熄,佢哋會被拋入黑暗;但係燈光愈亮嘅人,就會同主一齊進入天國。

**28.** 所以,親愛嘅弟兄姊妹,我哋要趁住仲喺肉身嘅時候,努力喺我哋嘅器皿入面裝滿油,好等我哋嘅燈可以發亮,得以進入主嘅國度。器皿就係悔改;器皿入面嘅油就係行出一切美德;而發亮嘅燈就係聖潔嘅靈魂。 因此,凡是憑着所行之事變得光耀的靈魂,都要同主一齊進入天國;凡是因自己邪惡而變得昏暗的靈魂,就要進入黑暗。

**29.** 所以,弟兄們,要努力,因為我們的時間近了。那留意這事的福氣有餘。果實已經成熟,收割的時機已經到。那保守自己果實的福氣有餘,因為天使要將它收存在永恆的倉庫裡。但可悲啊,那些是稗的人,因為有火等候著他們。

**30.** 呢個世界嘅產業係金銀、屋企同衫。呢啲只會令我哋陷入罪惡;當我哋離開呢度,就要拋低佢哋。但係,上帝嘅產業無可衡量,係眼睛未見過、耳朵未聽過、人心未曾想像過嘅。 而呢啲,就係主喺呢段短暫時間內賜畀凡順服祂嘅人,同埋賜畀凡用自己對窮人提供嘅食物、水同衣物去換取嘅人——因為佢哋對人類嘅愛同身體嘅潔淨,因為佢哋唔傷害鄰舍,因為佢哋心裏無惡意,同埋因為佢哋遵守其他誡命。

**31.** 遵守呢啲事嘅人,今生有平安,亦會畀人尊重;當佢哋離開呢個身體,就會得着永恆嘅喜樂。但係嗰啲跟從自己罪惡慾望、唔肯悔改,只係用肉體享樂同自欺欺人嚟滿足卑鄙慾望,靠花言巧語同閒聊、爭吵同好鬥、對窮人冇憐憫、唔懼怕神嘅審判,同其他罪行, —呢啲人今生會滿面羞愧,畀人輕賤;離世之後,羞愧同羞辱會伴住佢哋落入 gehenna。

**32.** 但神能使我哋喺佢嘅工程上得勝,同時保守我哋免於一切惡行,好叫我哋喺將要臨到普世嘅試煉之時得救。 因為我哋主耶穌決不遲延,佢會帶住賞賜嚟到,將惡人投入永恆嘅火,而將祂自己嘅人賜俾佢哋應得嘅賞賜。佢哋就會同佢一齊進入佢嘅國度,永遠安息喺佢裏面。阿們。

## *17. 論棄世作朝聖者時所應存之心念*

**1.** 所有功績中,朝聖者的生活最為崇高,尤其當你退處於獨處,拋下自己(家園、家人、祖國——編者按),前往他方,懷著完善之信心、盼望,並堅定之心,對抗自己之慾望。 因為到時(仇敵)會從四面八方圍住你,並開始用誘惑、極度貧窮和疾病嚇唬你,暗示如果你屈服於它們,冇人照顧你、冇人認識你,你又會點? 正正係神嘅良善喺試煉你,好叫你對神嘅熱誠同愛心可以顯明出嚟。

**2.** 如果你最終決定隱居喺一間小房入面,咁(你嘅仇敵)就會開始喺你心入面種下更加令人恐懼嘅念頭,話:「人唔係淨係漫遊就可以得救,而係要遵守誡命。」佢哋仲會提醒你某啲親人(你嘅血親),然後問:「咁而家點算? 「呢啲人唔都係神嘅僕人咩?」佢哋仲會喺你心入面灌輸對(嗰度)唔健康空氣

同身體折磨嘅念頭,直到你因懦弱而心力交瘁。　但若愛與盼望仍然緊密結合喺你心裏,嗰啲(播下呢啲念頭嘅人)嘅惡意就傷唔到你。咁,你對上帝嘅虔誠就會顯露,證明你愛祂勝過自己肉體嘅安舒。

**3.** 對於忍受流亡之苦(異鄉生活)的人,憂傷帶來盼望,而盼望保護他們免受屬肉體的試探。 因為你哋唔係淨係退到異鄉,而係要預備自己,去同仇敵作戰,並學識按次序逐一將佢哋擊退,直到你哋獲得無欲嘅平安,按次序喺戰鬥中擊敗咗佢哋之後,就從佢哋手中得釋放。

**4.**　我認為,克服虛榮,並在認識神方面取得成功,是一件偉大而光榮的事。凡陷入虛榮這狡猾激情羞恥之中的人,就會與世界疏離,對聖徒們的心變得剛硬;最終,他會墮入邪惡的驕傲,並養成說謊的習慣(在言詞上,更甚者透過偽善)。 但你呢個忠心嘅僕人,要將你嘅勞苦隱藏,並以真誠嘅憂傷約束你嘅舌頭,小心唔好畀舌頭偷走佢哋,或者畀仇敵奪去。　凡作工的人(即在神的工作中劳苦的人),藉着悔改,把属肉体的私慾和一切的过犯都丢弃了,使他的灵魂在神面前得以洁净,预备好当作无瑕疵的祭物,好使他被认为配作神殿。　但凡鍾意人世榮耀嘅人,就唔能夠超然;反而,嫉妒同忌恨住喺佢心入面。呢種人已經將自己嘅靈魂暴露喺好多試探之下,佢嘅心亦因為魔鬼而變得剛硬,因為佢好少有機會去滿足自己嘅慾望。但係,佢嘅結局就係滅亡。

**5.** 對已經獲得謙卑的人,上帝會顯明他們的罪,好讓他們承認(懺悔並悔改)。 若再加上哀哭,而這兩樣(認罪和哀哭)常存於他心裏,它們就會驅逐魔鬼離開他的靈魂,並以它們的榮耀和聖潔美德(即本於它們和由它們所生的美德)滋養他的靈魂。這樣的人並不理會人的譏諷。　佢自己嘅罪,佢日日夜夜都記得,就成為咗佢嘅完整盔甲,保護佢免受憤怒同報復,佢耐心忍受所有臨到佢身上嘅事。因為佢將自己喺神面前視為咁可恥,罪惡常掛喺眼皮底下,有咩責備可以傷到佢(同刺痛佢嘅心)?

**6.**　如果你頂唔順你鄰舍嘅說話,就去報復佢,咁你心入面就會起爭端,因為聽到嘅嘢令你心痛,又因為自己講過嘅嘢而令自己傷心。 你就會被呢種對呢種激情嘅囚禁所折磨,迫使你喺沉默同隱居中搵安慰,對鄰舍嘅心變得剛硬,好似佢哋冇愛一樣。 但你要承擔起培養忍耐的功課,忍耐就會勝過忿怒;愛會醫治侮辱,而向神禱告就會在你的裡面保守這些美德。　愛心同忍耐可以消除自然嘅憤怒,如果佢哋住喺你心入面,你就會唔係對鄰舍發怒,而係對魔鬼發怒,同時同鄰舍保持和平,心入面充滿憂傷同謙卑。

**7.** 凡能為咗上帝同心靈嘅平安,而忍耐一個粗魯又愚蠢嘅人惡毒言語嘅人,就叫做和平之子。咁樣嘅人夠強大,可以隨時保持靈魂、身體同心靈嘅平安。　凡這三者在他裡面互相調和,凡違背心靈律法的心思意念在他裡面止息,肉體的奴役被廢除,這人就稱為和平之子──聖靈也必內住於他;因為聖靈已將他當作己有,且永不離開他。

**8.** 凡事都按智慧的次序行,使自己脫離各樣的重擔,遠避魔鬼的詭計, 特別係恐懼嘅魔鬼,佢哋喺人做嘅每件好事度設　立障礙,當心靈專注喺不停留意上帝嘅時候,就令佢懶散,想辦法將佢哋從呢條勤力嘅道路上引開。 但我相信,如果我哋擁有愛心、忍耐同自律,佢哋(仇敵)就一點都唔會得逞,尤其係當心靈明白懶惰會敗壞一切,並憎惡佢嘅時候。

**9.**　如果你已經放棄咗所有可見嘅物質,就要提防憂慮呢個魔鬼,免得因為(萬物)匱乏同人生嘅憂傷,而令你錯過咗在偉大美德上出類拔萃嘅機會,佢哋係:　自我消弭(視自己為無物)、忍受侮辱,以及對世上任何名聲的輕蔑。如果你努力培養這些品性,它們將為你的靈魂準備冠冕。　唔單止係嗰啲乞丐,佢哋拋棄晒一切,表面上變得一無所有;仲有嗰啲已經除盡一切邪惡,並且時刻飢渴想念神嘅人。　也不是受人眼見的苦楚折磨的人才能達到無情欲,而是關心內在自我並斷絕自己慾望的人:他們將獲得美德之冠。

**10.**　你要看守你嘅心,留心你嘅感受。如果神嘅紀念安息喺你心入面,你就會察覺到嗰班想嚟搶劫嘅賊。緊緊守住自己思想嘅人,就會認出想入嚟玷污佢嘅嘢。

**11.** 如果你以熱誠的心對待誡命,你就會明白煽動你思想叛逆的人,以何種方式擾亂你,令你缺乏決心去選擇另一個本身毫無可取之處的地方,並(若選擇錯誤時)建議:　「如果我哋悔改,就會再喺呢度安居。」佢哋令心志不安,好似流星咁飛嚟飛去,最後都係閒置唔落。　但識破佢哋惡意嘅人就心定神閒,多謝主賜俾佢哋嘅地方,等佢哋可以喺度有耐性咁過日子。因為耐性、勇氣同愛心會因勞苦而得賞賜,而懶散、膽怯同貪安逸,就只會搵一個可以俾佢哋自我吹捧嘅地方。　結果因為佢哋從好多人度攞到讚賞,佢哋嘅感官就變得軟弱;因此,佢哋畀自己嘅情慾奴役,又因為心神散亂同對一切都滿足,而失去咗內在嘅教導。

**12.** 聖人又說:如果心智喺感官未從軟弱(即慾望嘅病態)中復原之前,就想去背負十字架,咁上帝嘅忿怒就會臨到佢,因為佢做咗一件超出自己能力嘅事——未有先醫治好自己嘅感官。

**13.** 如果你嘅心靈動盪不安,而你又唔知點樣制服佢,咁(你要知道)你嘅行為就係咁,無論你係咪想,佢(心靈)都會被捲入動盪。呢就係亞當嘅不自然。

**14.** 如果你嘅心全心全意咁憎恨罪惡,並且遠離一切令罪惡產生嘅嘢;而你以清醒嘅心,將(永恆嘅)刑罰擺喺面前,遠離一切引向罪惡嘅嘢, 並以心靈向你嘅創造主禱告,求祂同你同在,唔好叫祂憂愁,而要喺祂面前流淚,對祂講:'拯救我係祢嘅慈愛之工;因為冇祢嘅幫助,我冇力量可以從佢哋(我嘅仇敵)手中逃脫,' – 同時間,要喺心裏面留意,唔好叫連教導你神之道路嘅人都憂傷;因為呢樣係符合耶穌嘅本性。就算一個人做晒所有嘢,但如果佢冇達到順服、謙卑同忍耐,佢就走咗入違背本性嘅道路。 但你要盡心順服神,誠心向祂禱告,說:'主啊!我喺祢面前;求祢賜我明白祢嘅旨意,因為我自己都唔知道乜嘢對我有益。幫我得勝仇敵,因為我唔識佢哋嘅惡計。' 如果你行合乎耶穌的性情,祂必不叫你失迷於任何事。但如果你只遵守一條誡命,卻不將自己完全交給祂順服,祂對你一毫不理會。

**15.**就好似一塊田地,當農夫除盡雜草,播下與其本性相符的種子時,田地不會反抗;(你對主也應該如此)。 就好似天然嘅種子唔能夠同唔自然嘅種子一齊生長,反而會畀佢哋擠走——因為雜草係佢哋無恥嘅對手——如果你唔淨化自己脫離肉體慾望,你就唔能夠保守自己免於罪惡。

**16.**(你唔能夠保護自己免受罪惡)除非你先保護自己免受令罪惡產生嘅嘢。 而呢樣嘢就係:怯懦係罪惡嘅邪惡之母;灰心(懶散)會產生自我意志;自我意志同對無限嘅渴望(即係容不得任何限制或約束,並且鍾意擴張)會產生對一切正當事物嘅蔑視(「好啦,我就咁做」); 一個渴望主導(因為已經鍾意冇拘束)嘅心,會令你鍾意世俗嘅談話,會令你想去追求 ——啲對你唔體面又冇幫助嘅嘢,會令你留心聽嗰啲譴責(弟兄)嘅人,會令你養成聽人講嘢嘅習慣 (一個人)然後再傳畀另一個人;佢令到人去追求呢世上嘅嘢;佢令到人想未有人問就先開口教人;佢令到人想傷害自己嘅鄰舍;佢亦都令到好多其他惡行出現。所以,任何已經成功或者想成功嘅人,都要智慧咁防範一切會引致罪過嘅嘢,咁罪過本身就會消失。

**17.** 苦行者看見罪惡及其苦楚,而對救恩大意的人則為自己預備了地獄。畏懼身體因苦行而疲勞的人,不會達到本應屬於他的境界;但如果他在一切勞苦中緊靠神,神就有能力安慰他。 如果基甸冇擊打嗰啲提水人(士師記7:19),佢就唔會見到燈盞嘅光;同樣,如果一個人唔輕視自己嘅身體,就唔會見到神性嘅光。 同樣地,基尼人希伯的妻子雅伊爾,若不是將帳篷釘釘入地,就不會擊潰西西拉的驕傲(士師記4:21)。

**18.**當心靈得著力量,並準備自己去跟隨那熄滅肉體和身體一切情慾的愛 (因為佢有耐性、有恩慈、憎惡嫉妒同驕傲、心裏唔會存任何低於自己本性嘅念頭,亦唔容許任何不自然嘅嘢佔據心靈),然後佢就用呢股力量去對抗不自然,直到將佢完全同自然分離。 當心靈以這種方式取得主宰時,它就成為靈魂的頭,(並教導它)不可接受任何不自然的事,同時揭示出,在它與自然之物交融期間,一切不自然之物對它所施加的不公。

**19.** 我哋嘅主耶穌,當祂將恩典賜畀祂嘅聖徒(並成就咗救恩嘅建造)時,就喺十字架上分開咗嗰兩個賊。兩個被釘十字架,而祂就喺佢哋當中。 左邊嗰個見到佢同右邊嗰個嘅不純潔友誼即將被割斷,就感到憤慨。但右邊嗰個轉向耶穌,存着謙卑同敬畏,說:*「你進你嘅國度嗰陣,記得我。」*(路加福音23:42)

**20.**由此可見,佢哋已經唔同咗,而左邊嗰個就唔能夠用佢奸狡嘅建議去說服右邊嗰個跟佢一齊。 未到呢個境界嘅人,會跌咗又起,直到上帝嘅憐憫臨到佢哋,否則佢哋就得唔到救。所以,人要帶住敬畏同謙卑,努力去達到嗰個右邊人嘅心態。謙卑會畀人力量去忍受羞辱。

**21.** 當一個人與那惡者分別,他就會真切地認出自己在神面前所犯的眾罪;因為除非他以痛苦的分別(帶着憂傷的心)與它們分離,否則他看不見自己的罪。 但凡達到此境界的人,就發現了淚水和禱告,以及在神面前感到羞愧的能力,並紀念他們與情慾的邪惡同謀。神有能力加力給那些在暗中卑微勞苦的人。願榮耀和尊貴歸於祂,直到永遠。阿們。

## *18. 關於寬恕*

**1.** 至聖使徒吩咐佢嘅兒女:*「主正臨近。凡事莫憂慮,只要凡事藉住禱告、祈求,同埋感恩,將你哋嘅請求呈獻畀神」*(腓立比書 4:5–6);*「又要叫神嘅平安在你哋心裏掌權」* (西3:15)。又喺馬可福音

入面,主對祂嘅門徒講:「你哋饒恕人嘅過犯,你哋嘅天父都必饒恕你哋;但係你哋若不饒恕人,你哋嘅天父也不饒恕你哋。」(可11:25,太6:14)。　呢段主嘅話係一項嚴厲嘅警告:照呢段話,如果你見到自己對人唔夠純潔,就唔好向神求乜嘢,因為你犯罪又對人有怨恨,仲對搜查人心中嘅神講「赦免我嘅罪」(照我饒恕人咁)。　咁樣嘅人唔係用心靈去禱告,只係用嘴皮子喺度無知咁講。因為凡真心想用心靈、喺聖靈裏面、用純潔嘅心向神禱告嘅人,喺開始禱告之前,都會先檢視自己嘅心,睇下有冇對任何人懷住惡意。　如果佢唔係(安寧),咁佢就自欺(喺禱告中),因為冇人會聽佢(禱告)。咁你嘅心就唔係真係禱告,而係淨係照慣例做嗰幾個固定嘅禱告時間。

**2.** 所以,想以純潔嘅心態去禱告,就要先檢視自己嘅心,睇吓入面有啲乜嘢,咁當你講「可憐我」嘅時候,你自己先可以對向你求情嘅人施憐憫;當你講「赦免我」嘅時候,你自己,就算貧窮,都可以去赦免;　　──當你講:「唔好記住我嘅過犯」,而你自己都冇記得你鄰舍嘅罪過;──當你講:「唔好記住我willingly or unwillingly 所做嘅惡事」,而你自己都冇記得(你鄰舍嗰邊嘅)。 如果呢啲就係所要求嘅,咁你對任何人都唔可以懷住惡意　。如果你未做到呢點,你嘅禱告就係徒然:照聖經上「赦免我」嘅話,上帝唔會聽你。

**3.** 主又喺《馬太福音》嘅主禱文入面講:*「赦免我哋嘅債,正如我哋赦免我哋嘅債主。」*(馬太福音6:12) 而喺路加福音入面,佢話:*「如果你哋赦免人嘅罪,你哋喺天上嘅父都會赦免你哋嘅罪」*(馬太福音6:14。喺路加福音就寫住:*「饒恕,就會被饒恕」*──路加福音6:37)。　(好似咁講):我已經將我所有嘅愛都畀咗你,所以你向神所求嘅任何嘢,都要先對你嘅鄰舍做番出嚟,咁你先可以(從罪得釋放),程度就等如你對待其他人嘅程度。　如果你已經向神嘅每一個(理性)受造之物潔淨咗你嘅心,冇對任何人懷住惡意,咁你就要堅守呢點:因為神就係真理,而唔係淨係舌頭上嘅說話。因此,每個人都用自己嘅意志將自己捆綁喺 gehenna(地獄),同時又用呢個意志將自己從中釋放。　無論係追求死亡定係追求生命,都冇嘢比意志更殘酷。

**4.** 凡熱愛永生、不致跌入罪中的人,有福了。　所以,你要在心里暗暗地、勤劳和汗水交加地与折磨你的念头(即被冒犯的感觉)奋斗,不让它的箭射伤你的心。但除非你时刻把自己的罪行铭刻在心,否则它是很难痊愈的。　當你聽到有人對你唔公平,就要用你嘅善意去回應──唔好喺心裏面報復,唔好貶低佢,唔好譴責佢,亦唔好四處宣揚;之後再諗:我心入面冇任何邪惡。　如果你敬畏 gehenna(地獄),就會克服你內心想報復鄰舍嘅惡念,對你講:「可憐人啊! 你為你嘅罪禱告,上帝到今日都包容你,冇將佢哋(對眾人)揭露;但係你,因為對鄰舍嘅憤怒,就將佢拋到眾人嘅口中。當你心入面對鄰舍冇一點寬容,豈唔明顯你對自己嘅罪冇悔改?

**5.** 所以,如果你嘅心柔軟咗,並且遠離對弟兄嘅一切惡意,咁你就會得著上帝嘅憐憫。但如果你的心仍然對鄰舍心存詭詐同剛硬,咁(要知)你嘅禱憶未曾到上帝面前(你未曾紀念上帝)。　饒恕我,因為我因罪惡而貧窮卑微,當我寫下這些話時,我心裏因羞愧而蒙面。

**6.** 如果一個人天性上未得著神兒子的地位,他一切的勞苦都歸於徒然。農夫撒種,盼望收成更多;但如果刮起摧毀性的大風,他的心就充滿無盡的憂愁,因為種子同耕地時所費的心力都白費了。　使徒聖彼得喺羅馬被釘十字架,佢要求倒吊,藉此象徵已經籠罩咗每一個人嘅不自然狀態。 佢(藉此)好似話,每個受洗嘅人都要將嗰種加諸亞當身上、令佢由榮耀跌入惡名同永恆羞辱嘅邪惡不自然狀態釘死喺十字架上。 所以,心靈必須勇敢地掙扎,憎恨一切對人而言(屬於不自然)的可見事物,並以最 bitter 的仇恨與之交戰,直至最後一刻。

**7.** 呢啲就係主宰咗所有亞當子孫嘅主要(對人嚟講唔自然嘅)情慾:貪得、榮譽、和平、對自己所留低嘅嘢嘅自豪(最終)、修飾身體令佢乾淨同整齊,以及追求華麗嘅衣着。

**8.** 这一切都滋养了那条蛇放入夏娃口中的情欲之乐;由此,我们就认出自己是以实马利之子──是从这些使我们成为神之仇敌的邪念。

**9.** 所以,凡被釘十字架、死咗、埋葬咗,並因更新而復活嘅人,就係有福嘅。當佢看見自己同耶穌一樣,跟隨主喺世作人時所行嘅聖潔腳蹤,為咗祂聖潔嘅僕人,就係有福嘅。　佢嘅特徵係:謙卑、貧窮、困苦、唔貪婪、饒恕、和平、忍受譏諷、對身體毫不在意,以及面對惡人誣衊時嘅無畏;但係最偉大嘅,就係對萬事嘅預知,同以柔和嘅態度對待人嘅忍耐。　凡成就咗呢啲,將自己內心所有唔自然嘅嘢都趕走嘅人,明顯就係屬基督──上帝之子,亦係耶穌嘅弟兄。願榮耀同敬拜歸於佢,直到永遠。阿門。

## *19. 論情欲*

**1.** 我亦都應該同以賽亞先知一樣講:*「我好似婦人生孩子咁忍耐」*(直到)*「我將佢哋(全部)一齊枯乾、毀滅」*(以賽亞書42:14)。 如果你發覺聖靈的泉源正喺你裏面湧流,呢就係表示佢哋(邊個?情慾)已經乾枯而死,正如我哋嘅救主所講:*「上帝嘅國度唔喺呢度,亦唔喺嗰度,而喺你裏面。」*(路加福音17:21) 有啲人講天國嘅作為,但唔去做;有啲人去做天國嘅作為,但唔夠警醒同明白;然而喺佢哋身上,救主嗰句*「天國喺你裏面」*就應驗咗──咁嘅人好少,好罕有,好難搵。 聖靈就降臨在這些人身上,而福音記者約翰的話語也在他們身上應驗:*「凡信他名的人,都得著成為神孩子的權利;這等人不是從血氣生的,也不是從情慾生的,也不是從人意生的,乃是从神生的。」*(約翰福音1, 12–13)。佢哋已經從夏娃所受嘅悲哀中得釋放:*「你要在痛苦中生養孩子」*(創世記 3:16)。佢哋亦已經從亞當所受嘅嚴厲審判中得釋放:*「地因為你而受咒詛」*(創世記 3:17)。 佢哋就係嗰啲領受咗瑪利亞所領受嘅喜樂嘅人:*「聖靈要臨到你身上」*(路加福音1:35)。就好似憂愁臨到夏娃,並且直到今日都臨到佢所有後裔一樣,喜樂亦同樣擁抱咗瑪利亞,並且直到今日都擁抱住佢嘅後裔。 正如當年我哋曾係夏娃嘅子,承認佢嘅咒詛落喺我哋身上,係因為我哋嘅不敬虔思想;同樣,我哋亦要承認自己係由上帝而生,係藉住聖靈嘅思想同基督嘅苦難,如果佢哋真係住喺我哋身體入面;因為書信上寫住: *「要自己省察,看自己有冇基督喺你哋入面──除非你哋根本冇盼望。」*(林後13:5)

**2.** 因此,當我哋仍帶着屬地之人的形象時,我哋就認出自己係佢嘅兒子,係由佢居於我哋裏面嗰啲不榮耀思想──即係情慾──所生。但凡着咗屬天之人的形象,就因住聖靈居於佢哋裏面,而認出佢哋係神嘅兒子。 因此以賽亞呼喊說:*「主啊,因你可畏,我哋懷孕,我哋痛苦,我哋生出救恩的靈,使我哋在地上從母腹出生。」*(以賽亞書 26:1–8) 又如傳道書所記:*「母親懷中的骨骼如何,聖靈的道也是如此。」*(傳道書11:5)。就如那聖母瑪利亞按肉身懷祂一樣,領受聖靈恩典的人,也按使徒的話,在心中懷祂:*「願天父賜你哋藉住祂聖靈喺你哋內心深處得著力量,因信使基督安家喺你哋心裏,並根深蒂固、建基於愛,好叫你哋得以明白基督的寬、長、高、深,並認識那超越一切知識的基督之愛。」*(弗3, 16–18);又再有:*「我們這至寶放在瓦器裏,使這 exceeding 的能力歸於神,不歸於我們」*(林後4:7),

**3.** 所以,如果你已經達到以下經文所描述的地步:*「我哋都同樣從榮耀到榮耀被改變」*(林後3:18),而使徒嗰段話喺你身上得以成就,就係 *「要叫神嘅平安喺你哋心裏作主」*(西3:15),– 以及:*「基督若在你们里面」*[25] ,*「因肉身因罪而死」* 如果你已經達到以下經文也適用於你嘅地步:*「神嘅光照,已經從黑暗中照入你哋心裏」*(林後4:6),— 同埋呢句經文喺你哋身上成就咗:*「要束好腰,點着燈,好似等候主人從婚筵返嚟嘅僕人咁」* (路加福音12:35–36),免得你到時啞口無言,喺眾聖徒面前冇得為自己辯護;如果你知道自己嘅器皿裏面有油,好似聰明童女咁,就可以同佢哋一齊進到婚筵大廳,唔會被留喺門外; 如果你感到你嘅靈、魂、體已經無可責備地聯合,並且會喺我哋主耶穌基督嘅日子裡毫無瑕疵地復活;如果你已經喺良心中成為無可責備、無可指責;如果你已經成為咗一個孩子,正如救主所說:「讓小孩子到我跟前: *「天國就似乎這樣。」*(馬太福音19:14)──那麼你真係成為咗佢嘅新婦,聖靈喺你仍然活喺肉身嘅時候已經帶你進入你嘅基業。但如果唔係,就要預備悲傷同苦苦嘅哀號;羞愧同恥辱會喺聖徒面前先於你而來。

**4.** 又要知道:就好似一個處女,每日朝早起身, 喺未替新郎裝飾自己之前,佢乜都唔做,成日望住鏡,驚面上有啲污漬會令新郎唔開心──聖徒嘅小心謹慎,晝夜都咁樣檢視自己嘅言行,就係為咗知道自己係咪已經喺神同聖靈嘅軛下。

**5.** 所以,弟兄啊,你要在心靈和肉體的苦難中,憑着智慧,切實努力,去得着那永恆的喜樂;因為被認為配得着的少之又少──那些已經拿起屬靈的刀劍,將他們的靈魂和心思從一切情慾的污穢中釋放出来的,正如使徒所說(林後7:1; 弗6:17)。上帝有足夠能力喺我哋軟弱嘅時候幫助我哋,好叫我哋得以同祂嘅聖徒一齊被認為配得。阿門。

## *20. 論謙卑*

何謂謙卑?謙卑就是將自己視為在神面前一無是處的罪人。謙卑的行為包括:沉默、不將自己與任何事物比較、不追求虛榮、順服、低頭不語、常存死念, 防備虛假,避免閒談,不頂撞上司或堅持

[25] 喺 Paissius 嘅版本入面:「喺你心裏面」。

己見,忍受自己所分得嘅福份,憎惡安逸,迫使自己勤力,並且不令任何人憂傷。　所以,兄弟,你要小心準確地行出這些事,免得你嘅靈魂成為各種情慾嘅住處,令你一生都無果效地虛度。阿們。

### *21. 論悔改*

**1.** 有人問阿爸以賽亞:「悔改係乜嘢,或者離罪係乜嘢?」佢就答:「有兩條路:一條引向生命,另一條引向死亡。行緊其中一條路嘅人,就踏唔到另一條。」　但係踏足兩條路嘅人,都未算係屬於任何一邊──既唔屬於被引進天國嘅人,亦唔屬於被拋入地獄嘅人。不過,如果呢個人最終死咗,咁對佢嘅審判就由有憐憫心嘅上帝去裁決。

**2.** 但係,凡係想要進入天國嘅人,就要遵守佢嘅誡命;天國就係除滅一切罪惡。仇敵固然會播種,但佢哋嘅心思意念卻不會生根。　因為如果心靈達到對神聖甘甜的默想,它們的箭就再也穿不透它,因為它當時已經披上全副美德的鎧甲,這鎧甲保護它、勤勤懇懇地照顧它,並且阻止它被(思想或情慾)擾亂, 反而令佢專注於自己嘅冥想,好等佢可以識得同分辨呢兩條路,追尋其中一條,同時又鍾意另一條。

**3.** 因此,凡認識神嘅榮耀嘅,就認識咗仇敵嘅苦毒;凡認識天國嘅,就認識咗 gehenna;凡認識愛嘅,就認識咗仇恨係乜;凡認識對神嘅渴慕嘅,就認識咗對世界嘅憎恨; 凡知道純潔係乜嘢嘅,就已經知道污穢惡臭(即貪慾激情嘅臭味)係乜嘢;凡知道美德果效係乜嘢嘅,就已經知道惡行嘅果效係乜嘢;凡因自己嘅行為而令天使歡喜嘅,就已經知道當年做咗魔鬼嗰啲行為時,魔鬼點樣歡喜佢。因為除非你遠離佢[26],否則你唔會知道佢哋嘅苦楚。　除非人為咗上帝放棄晒一切,過住極大嘅貧窮生活,否則點知金錢之愛係乜嘢?除非人獲得柔和,否則點知嫉妒嘅苦味? 除非人喺萬事上修得忍耐,否則點知憤怒嘅反叛?除非人獲得謙卑嘅柔和,否則點知驕傲嘅無恥?除非人識得最純潔無罪嘅甜美香氣,否則點知淫亂嘅惡臭?除非人識得自己嘅缺點,否則點知定罪嘅羞恥? 點樣先識得嘲笑嘅無知,如果唔識得為自己嘅罪行而痛哭? 點樣先識得絕望嘅混亂,如果感官未得安定,又唔識得認出上帝嘅光?

**4.** 呢啲(惡念)都只係一個頭,就係所謂仇敵大能嘅惡意;而所有美德都只係一個母親,就係所謂嘅敬畏神,呢種敬畏喺已經擁有佢嘅人身上,會純潔咁生出美德,並斬斷惡嘅枝枒,正如我之前所講。　我親愛嘅,你要親身去得着呢樣嘢,你就可以一生都喺平安中度過。因為敬畏神係一切美德嘅母親。未經歷過呢樣嘢之前,你都未成為天國嘅子民;但你要慢慢努力,直到將所有提過嘅情慾都斬斷。　如果有人想知道自己有冇喺呢方面努力,有個標誌:只要左邊勢力仲有影響,罪惡就未死喺佢哋心入面,而右邊嘅美德就唔會同佢共存。　因為經上寫道:*「豈不知你哋向邊個獻上自己做順命嘅奴僕,就成為所順命者嘅奴僕,或成為引向死亡嘅罪嘅奴僕,或成為引向稱義嘅順命嘅奴僕?」*(羅馬書6:16)。又寫道:*「豈不知你哋係屬耶穌基督嘅, 你哋咁唔夠明白?」*(林後13:5)?再者,雅各又說:*「如果你哋中間有人以為自己虔誠,卻唔制住自己嘅舌頭……佢嘅信心係無用嘅。」*(雅各書1:26)。

**5.**聖靈教導我哋呢一切,示範點樣遠離不自然,並防範自己。因為悔改就係離棄罪惡。 但罪唔係一樣嘢;反而,成個舊人就叫罪。點解使徒會講:*「你哋唔知喺賽跑入面,跑嘅人都多,得獎嘅只有一個?」*(林前9:24)? 呢個又係邊個,如果唔係嗰個堅定咁站住,英勇咁對抗所有人嘅人?因為佢(同一位使徒)又喺後面講:*「凡是參加比賽嘅人,都,都要節制自己。」*(同上,第25節)。 所以,弟兄們,我們要小心自己。但這真實的關心,不正是要我們在主耶穌基督的良善面前謙卑自己(懇求祂保護我們脫離仇敵)嗎?祂對付仇敵是強大有力,能挫敗他們對我們的惡謀,而人不過是血肉之軀。

**6.** 他們又問他(這位阿爸):在自己房裡默想是什麼意思?他回答說:在自己房裡默想,就是自己在神面前謙卑,並用盡全力抵擋仇敵所種植的每一個惡念;因為逃離世界,就是這個意思。 佢哋又問佢:「咁世界係乜嘢?」佢就答:「世界係罪惡嘅領域;世界係不自然事物嘅工場;世界係肉體慾望嘅滿足;世界係相信自己會永遠留喺呢個時代;世界係更關心身體多過靈魂;世界係自誇自己會離開 (最終)我唔係憑自己講,但使徒約翰就咁講:*'唔好去愛世界,亦唔好去愛世界嘅嘢;如果有人愛世界,就證明父嘅愛唔喺佢入面;因為世上嘅一切──肉體嘅慾望、眼睛嘅慾望,同埋人生嘅驕傲──都唔係出於父,而係出於呢個世界。'「世界和世界的情慾都要過去,唯獨遵行神旨意的人永遠常存。」*(約翰一書2:15–17)。*「小孩子們,不可有人欺騙你;行義的就是義人,行罪的就是魔鬼;因為魔鬼從起初就犯罪。」*(約翰一書 3:7–8)。*「世界的情慾是與神為仇」*(雅各書4:4)。又,彼得使徒,願他的兒女對世上的罪成為異鄉客,他說:*「弟兄們,我勸你哋,作為寄居者和流亡者,要遠避那與靈爭戰的肉體情慾」* (彼得前書2:11)。我哋所摯愛

---

[26] 「*Fages*」──照希臘文;但文字流暢度要 *「fyges」*。拉丁文刪咗呢點;喺Paisius嘅版本係:「除非你承受得住」。

嘅主耶穌,知道罪惡嘅世界係一條沉重嘅軛,除非人擺脫佢,否則無法得釋放,祂就鼓勵自己嘅門徒,話:*「這世界嘅首領將要來,但佢喺我入面攞唔到任何嘢。」* (約翰福音14:30);又說:*「成個世界都臥在惡者手下。」*(約翰一書5:19)。祂又對祂的門徒說,祂已經從世人中把他們揀選了出嚟。(約翰福音15:19) 如果不是從罪惡在全世界普遍的蔓延中揀選他們,祂究竟是从哪个世界揀選他們呢?

**7.** 所以,凡想要做耶穌門徒的人,必須逃離情慾。因為若不剪除它們,就不能成為神居住的地方。 除非他远离这些,否则他也不能看见祂神性的甘甜,因为祂自己说过:*「眼睛是身体的灯;所以,你眼睛若明亮,全身就光明;眼睛若恶毒,全身就黑暗。」*(马太福音6:22–23)。 所以,你要考慮一下:如果心靈未得脫離罪惡,就不能看見神性之光,因為罪惡會變成心靈的一面黑暗之牆,使靈魂變得空虛,正如福音書上所寫: *「點咗燈,冇人用器皿遮住,或者放喺床底,反而會放喺燈架上,等進嚟嘅人睇到光。」*(路加福音 8:16) 據說呢度講嘅床就代表世上嘅虛假。所以,只要我哋嘅心仍然處於一種唔自然嘅狀態,神聖之燈就唔能夠住喺入面。但當心變得高尚,成為一盞燈,神聖之光就會照耀佢,令佢能夠分辨屋入面嘅人;要趕走嘅就趕走,要同佢哋和平共處嘅就留低。 主咁吩咐嗰啲已經因祂神聖誡命而得着啟示嘅人:*「我對着聽嘅人講:要愛你嘅仇敵,善待恨你嘅人,祝福詛咒你嘅人,為虐待你嘅人禱告。」 如果有人喺你一邊面頰打你,就連另一邊都轉畀佢;有人攞你嘅內衣,就唔好收返你嘅外袍。 凡向你求的,就给他;凡想要借你的,就别推辞;凡从你手里取去的,也不要追要」*(路加福音6:27–30。参见马太福音5:42)。

**8.** 祂對呢班已經離開世界嘅人講呢番說話,因為佢哋已經拋棄晒一切,準備好跟隨祂──佢哋嘅救主。所以,祂用完美嘅愛去愛佢哋,就對佢哋講:*「起來,我哋由呢度走啦。」*(約翰福音14:31) 咁佢講*「起身,我哋由呢度走」*嗰陣,到底帶佢哋去邊度?佢係令佢哋唔再留心呢個世界嘅事,而係喺佢嘅國度入面畀佢哋安息。咁點解佢要喺鼓勵佢哋嘅時候講:*「我係葡萄樹,你哋係枝子。常喺我入面,我就喺你哋入面。 「枝若不常在我裏面,就不能自己結果子;你哋常在我裏面,我亦常在你哋裏面。」*(約翰福音15:4–5)佢對已經離開世界嘅人講呢番說話,因為聖靈喺佢哋裏面,並住喺佢哋心入面。 *「我唔會撇下你哋做孤兒,我會返嚟同你哋一齊。」*(約翰福音14:18) 所以,凡愛神、渴望神住在他裏面、又不想成為孤兒的人,就當先謹守耶穌的命令;神就會住在他裏面,因為神並不遠離我們,除了一心之中的私慾之外,我們與神之間別無隔礙。

**9.** 若你,我嘅兄弟,自稱已經捨棄世界,卻仍行世上嘅事,你就並冇捨棄世界,而係自欺。 主賜給那離世者一個記號,說:*「凡愛惜自己生命的人,就會失喪生命;凡為我失喪生命的人,就會得著生命。」*(馬太福音10:39)既然如此,人若不斬斷一切肉體的慾望,又如何能失喪生命呢? 又有一段話:*「凡不背起自己十字架跟從我的人,不能做我嘅門徒。」*(路加福音14:27)佢講嘅十字架── ──究竟係乜嘢?如果唔係要我哋嘅心時刻保持警醒,堅定喺美德上,免得從十字架上跌落嚟? 即係要節制情慾,直到將佢哋斬斷為止──最後令心志成為無敵。因為對嗰啲被慾望激起嘅人,佢就畀咗個徵兆,話:*「一粒麥子若不落在地裡死了,仍舊是一粒;若死了,就結出許多子粒。」* (約翰福音12:24)。又作為安慰嗰啲好似一粒麥子咁死去嘅人,佢話:*「如果有人服侍我,我父就會尊重佢;我喺邊度,我嘅僕人都要喺嗰度。」*(約翰福音12:26)。 咁佢哋如果唔憎恨呢個充滿情慾嘅世界,唔遵守佢嘅誡命,又點可以事奉耶穌呢?遵守咗之後,佢哋先有膽量喺佢面前講:*「我哋撇下咗一切嚟跟從你,咁我哋會得着啲乜嘢呢?」*(馬太福音19:27) 祂就向佢哋指出將來會發生嘅事,話:*「跟從我嘅人,喺將來嘅時代,當人子坐喺祂榮耀嘅寶座上時,你哋都要坐喺十二個寶座上,審判以色列嘅十二支派。」 凡為我捨了房屋,或弟兄,或姊妹,或父親,或母親,或妻子,或兒女,或田地,必得百倍,並且承受永生"* (馬太福音19:28–29)。

**10.** 我哋嘅主,至甘饒嘅耶穌,祂知道除非一個人擺脫晒所有世俗嘅牽掛,否則佢嘅心無法升到十字架上,就命令我哋要拋棄一切因習慣同社交而令心思從十字架上拉落嚟嘅嘢。 當有人走近祂,對祂說:*「主啊,我要跟隨你*,但先容我去處理*我『屋裡』的事」* (路加福音9:61),我哋親愛嘅耶穌──知道如果佢見到嗰啲嘢,佢嘅心又會再次被吸引,而且嗰度嘅種種情況好似有正當理由留住佢──就禁止佢去,對佢講: *「凡伸手扶着犁,又回望後面的人,都唔合適*做天國嘅人。」(路加福音 9:62) (喺佢講完「王子筵席」嘅比喻之後,講到)點樣(王)為佢個仔擺咗筵席,差僕人去請嗰啲受邀嘅人,但佢哋因為鍾意呢個世界,嚟唔到,佢就傷心咁講: *「凡到我跟前,不恨自己的父母、妻子、兒女、弟兄、姊妹,甚至不恨自己的生命,就不能做我的門徒。」*(路加福音14:16–26) 佢咁講,係要教我哋:凡係想入佢國度嘅人,如果唔先喺心裏面立定心志,去恨一切吸引心向世界嘅嘢,就入唔到佢所渴望嘅國度。 而喺提醒我哋唔好淨係靠信心唔落行動,主就講到有個王入去*「睇坐喺筵席上嘅人,見到有個人冇着婚禮嘅禮服」*,就吩咐

人將佢扔到外面嘅黑暗入面(馬太福音22:11–13)。 佢哋憑住自己嘅基督徒名分入去,但因為冇(基督徒嘅)行為就被趕出。 使徒亦然,深知無人能同時愛屬神嘅事物同屬呢個世界嘅事物,就寫信畀佢兒子提摩太,說:*「凡是想做神務嘅人,都唔會糾纏世上嘅俗務,好令佢哋嘅元帥滿意。」 「若有人受苦,除非不義地受苦,否則就得不着冠冕。」*(提後2:4–5)為咗鼓勵佢,叫佢相信自己嘅勞苦唔會徒然,佢又對佢講:*「勞力者耕作,理當先得果實。」*(提後2:6) 又寫信畀其他人時,佢話:*「未婚嘅人只顧主嘅事,想討主喜悅;但已婚嘅人就顧世上嘅事,想討妻子嘅喜悅。」*(林前7:32–33) 咁嘅人就會聽到一個可怕嘅聲音講:*「將佢拋到外面嘅黑暗入面,嗰度有哀號同咬牙。」*(馬太福音22:13)

**11.** 所以,弟兄們,我們要用力量穿上品行的美衣,免得被趕出去;因為在那日,神不會偏待任何人。使徒為何對他的兒女說:*「行這等事的人,必不得承受神的國度。」*(加拉太書5:21) 並且知道,凡被認為配得從死去的私慾中復活的人,就再無對手,他便向他們顯示了聖靈的果實,即──*「愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制;」* 他指出:*「對這些,律法毫無可指責之處。」*(加拉太書5, 22–23)。我哋親愛嘅主耶穌,為咗顯示喺嗰日我哋所行嘅善果都要顯露,就話:*「好多人要進門,卻進不去。」* 因為屋主*「起身關咗門」*之後,會對敲門嘅人講:*「我唔識你。」*(路加福音13:24–25)我哋真係可以話神乜都唔識?絕對唔係。 但就好似嗰啲敲門、喊住*「主啊,主啊,為我哋開門」*嘅人,根本唔識得美德,所以祂對佢哋講:「我唔識你哋。」祂又就嗰啲有信心但冇行為嘅人,對住我哋講:*「我係葡萄樹, 而你哋就係枝子;凡住喺我入面,而我亦住喺佢入面,佢就多結果子。但係有人若唔住喺我入面,就會被拋出好似枝子咁,就枯乾;人就收集佢哋,拋入火中,佢哋就畀燒咗"* (約翰福音15:5-6)。 至於結好果嘅枝,父就修剪佢哋,好叫*佢哋'多結果'*(約翰福音15:2)。 再一次,祂向我哋顯示,祂唔愛跟從自己肉體慾望行事嗰啲人,祂喺禱告中話:*「我唔係為全世界祈求,乃是為你所賜給我嘅人祈求,因為佢哋係你嘅。」*(約翰福音17:9) 「我已經把他們從世裡分別出嚟」(約翰福音15:19),因為世界只愛屬自己的人。最後,祂說:*「父啊,求你用你的名保護他們,因為他們不屬於世界」*(約翰福音17:15–16)。

**12.** 所以,弟兄們,我們要察驗自己,看自己是否屬於這世界;如果我們不屬於這世界,祂就保守我們脫離罪惡,因為祂說:*「我不但為這些人祈求,也為因他們的話信我的人祈求,使他們都合而為一,正如我們合而為一。」* 又有一段話:*「我在哪裡,他們也要和我同在。」*(約翰福音17:20–24)你而家諗吓,佢對我哋有幾多愛?就係喺呢個世界努力過、恨過自己肉體慾望嘅人,都要同佢永遠同永遠一齊作王。使徒約翰看見那榮耀,就說:*「我們知道祂顯現的時候,我們都要像祂」*(約翰一書3:2),只要我們遵守祂的誡命,行祂眼中看為喜悅的事。 他又說:*「親愛嘅,唔好驚訝,如果世界憎恨你哋。我哋知道我哋已經由死入生,因為我哋愛我哋嘅弟兄。」*(約翰一書3:13–14) 又有一句:*「凡不義的事,他就不作,因為他從神而生,並且他所看見的,他都遵守。」*(同上,第11節)再者:*「凡行義的,就如那從神生的。」*(約翰一書2:29)*「但犯罪的是出於魔鬼。」*(約翰一書3:8) 又再有經文:*「凡屬乎神的人,他就不犯罪,因為神所生的道在他裏面;他也不能犯罪,因為他本是出於神。」*(約翰一書3:9)

**13.** 所以,弟兄姊妹們,我哋要盡最大努力,並以呢啲見證互相安慰。或者我哋主嘅良善會憐憫我哋,祂會賜我哋力量,好令我哋擺脫呢個污穢世界嘅重擔。因為我哋嘅仇敵唔會打盹,佢日日都埋伏住,想攞走我哋嘅靈魂。 但係我哋嘅主耶穌同我哋一齊,只要我哋遵守佢聖言嘅能力,佢就會制止仇敵。因為,如果唔係神對付仇敵所講嘅話,有邊個能抵擋仇敵,或者有邊個能喺佢面前得勝呢?就算人唔自覺,呢啲話都用佢哋嘅能力對付同壓制仇敵。

**14.** 彼得使徒教導我哋,示範行為如何拯救人,佢話:*「喺你哋嘅信心上加添美德;喺美德上加添知識;喺知識上加添節制;喺節制上加添恆心;喺恆心上加添敬虔;喺敬虔上加添仁愛;喺仁愛上加添愛心。」 因為呢啲品格如果係你哋所有,並且日益增長,就會防止你哋喺我哋主耶穌基督嘅知識上變得無用或者無果效。但係冇呢啲品格嘅人就係瞎眼同短視,佢哋忘記咗自己曾經從過去嘅罪得潔淨」*(彼得後書1:5–9)。 又有一日,施洗約翰說:*「結出與悔改相稱的果子。因為斧頭已經放到了樹根上;凡不結好果子的樹,都要砍下,扔在火裡。」*(路加福音 3:8–9) 我哋嘅主耶穌話:*「樹要憑果子先識得」*(馬太福音12:33)。*「荊棘上豈能摘出葡萄?蒺藜上豈能摘出無花果?」*(馬太福音7:16)。 又有一段經文:*「凡稱呼我『主啊,主啊』的人,不能都進天國;惟獨遵行我天父旨意的人,才能進去。」*(馬太福音 7:21) 雅各亦都話:*「信心沒有行為是死的。連鬼魔都信,卻是戰兢。因為身體沒有靈魂是死的,信心沒有行為也是死的。」*(雅各書2:20, 19:26) 同樣地,使徒保羅喺肯定佢嘅孩子們信徒需要有行為嘅時候,嚴厲咁吩咐佢哋話:*「但係,姦淫同一切污穢,喺你哋中間連提都唔好提,呢啲都唔配得聖徒嘅體面;反而要充滿感*

*謝。」　「這件事,你哋要明白:凡行淫亂、污穢、貪婪嘅人──即係拜偶像嘅人──都冇分承受基督同上帝嘅基業。」*(弗5:3-5) 又為咗進一步印證呢句話,佢對佢哋講:*「唔好畀人用虛空嘅說話嚟欺騙你哋,因為就因為呢啲事,上帝嘅忿怒臨到唔順服嘅人。所以你哋唔好再參與呢啲事。因為你哋以前係黑暗,但而家喺主入面係光。　「要行事就當作光明的子,因為聖靈的果子是凡善、義、真。」*(以弗所書5:6–9)。又說:*「一切苦毒、憤怒、忿怒、嘈吵和毀謗,連同一切惡毒,都當遠離你哋。」*(以弗所書4:31)。　*「凡我所行,你們都要效法,」佢又話:「就如我效法基督。」*(林前11:1) *「凡受洗歸入基督嘅,都已經穿戴基督。」*(加3:27)

**15.** 所以,弟兄們,我們要察驗自己,看我們是否已經穿上基督,否則就不是。基督以純潔為記,因為祂是純潔的,並與純潔者同住。人要如何才能變得純潔呢?只有停止行惡。因為神的美好本性如此,只要有人轉離自己的罪, 祂就歡喜快樂地接待他,並不究察他從前的罪,正如福音書上所寫,論到那個浪費了家產、放蕩度日、最後去放豬、並且想用豬食充飢的幼子;但當他終於悔悟了自己的所作所為,佢醒覺到罪惡帶唔到滿足,反而愈犯愈瘋狂。所以當佢心入面被悔意觸動(字面上係「敲響」佢心門)嘅時候,佢冇遲疑,即刻謙卑咁返去佢爸爸度,將所有肉慾拋諸腦後。 因為佢信佢老豆會憐憫佢,唔會因為佢嘅所作所為而怪責佢。所以佢老豆即刻吩咐人畀佢換上潔白嘅外袍,同埋戴上代表子息身份嘅戒指 (路加福音15:11–32)。 呢段說話係我哋主耶穌基督講嘅,佢(希望提醒我哋)如果我哋歸向佢,就要先放棄豬食,咁佢先會接納已經變得潔淨嘅我哋。佢咁講,就係免得靈魂灰心,心想:「神幾時先肯聽我呢?」 因為佢知道乞求者幾時先配得上被聽見,到時就會即刻垂聽佢。

**16.** 所以,我哋要全心歸向祂,喺懇求祂嘅時候,唔好*「灰心」*(路加福音18:1),祂就會快啲聽我哋。因為祂自己話:*「你哋祈求,就必得着;尋索,就必搵到;叩門,就必畀你哋開門。」* (太7:7)。所以,弟兄們,如果我們求、或尋、或敲,就必得着我們所求的、所尋的、或所敲的。正如半夜去見朋友那人所懇求的:*「請借給我三張餅,因為我有一個朋友從遠方剛到。」* (路加福音11:5)──因為佢冇停過敲門,對方就畀咗佢所求嘅嘢。所以,弟兄們,我哋要拋棄懶惰,預備自己有呢種恆心;上帝見到我哋嘅忍耐,就會賜俾我哋所求嘅嘢。 因為祂有憐憫,祂願意人歸向祂,正如經上所寫:*「我實在告訴你哋,天上為一個悔改嘅罪人,也要比為九十九個本來就義嘅人,更加有喜樂。」*(路加福音 15:7)

**17.** 所以,弟兄們,既然蒙受他如此的憐憫,領受了他如此豐盛的恩典,就要趁著我們還住在這身體裡,盡心竭力地事奉他;因為我們生命的光陰短暫。 如果我哋努力,就會承受永恆而難以言喻嘅喜樂;但如果我哋轉後,就會好似嗰個問主耶穌點樣得救嘅年輕人。 主就對他說:*「你把所有嘢都賣咗,分畀窮人,然後*背起你嘅十字架*跟從我。」*藉此示意我哋,要放棄自己嘅意志先得救。但係嗰個年輕人聽見呢番說話,就憂愁離去(路加福音18, 22, 23). 因為佢知道,將自己嘅財產畀窮人,並唔似背十字架咁困難。將財產畀窮人只係一種美德,人係為咗令背十字架變得容易先去實踐;但十字架就係根除一切罪惡,並且生出愛;冇咗愛,就冇十字架。 咁使徒──明明知道有啲虛假美德,冇愛亦唔完美──點解仲會講:*「我若用世人同天使嘅方言講,卻冇愛,我就不過係響噹噹嘅鑼、叮叮作響嘅鈸啫。」　就算我將所有財產都施捨出去,就算我將身體交出去被燒,如果我冇愛,對我嚟講都無任何益處。　「愛是恆久忍耐,愛是親切;愛是不嫉妒;愛是不誇張,不自大,不作粗卑的事,不求自己的益處,不輕易發怒,不計算人家的惡」*(林前13:4-5)。

**18.** 所以,凡想踏上愛之路的人,就要擺脫對所有人的任何關心,無論他們是善是惡。到最後,心中只會剩下一種渴望──對上帝的渴望,而這種渴望會激起與敵人所灌輸的一切事物對立的怒氣。 於是,神嘅*「律法」*[27] 就喺佢心入面搵到一個居所,透過敬畏,愛就喺佢身上顯明出嚟。咁嘅人就會好有膽量咁講,就好似使徒咁講:*「我唔單止願意被捆綁,就連為耶穌基督嘅名死都願意。」*(使徒行傳21:13) 得着呢種愛嘅靈魂有福咗,因為佢就得以脫離情慾。

**19.** 弟兄們,我哋已經離開世界;我哋知道自己所處嘅地位,亦知道主耶穌有憐憫,佢會按我哋嘅行為賜福,按我哋嘅卑微賜福,正如佢所講:*「我父家裏有許多住處。」*(約翰福音14:2) 因為雖然只有一個天國,但每個人都可以在其中找到自己嘅位置同埋要做嘅工作。所以,弟兄姊妹,我哋要對抗懶散;我哋要拋棄黑暗嘅面紗──即係遺忘──並睇見懺悔嘅光。 我哋要效法馬大同馬利亞嘅榜樣,佢哋分別代表憂傷同哀哭──喺救主面前哀號,懇求祂復活拉撒路,即係被自己慾望嘅重重繃帶捆綁住嘅心思。祂雖

[27] 喺 Paisius 嘅版本入面,對應律法嗰頁邊緣寫住「fear」──係照下面嗰幾句嘅意思而加嘅。

然施恩憐憫,激勵佢哋行動,但係就交由佢哋自己去解開呢啲繃帶,釋放佢 (去)。當拉撒路得釋放後,馬利亞和馬大的勤勞就顯而易見。之後,又見到以下情景:拉撒路與耶穌無憂無慮地同席,馬大熱誠歡喜地盡着她的服侍,而馬利亞則取出一罐沉香膏,抹在主耶穌的腳上。

**20.** 所以,弟兄們,我們要盡力而為,神必因祂豐盛的憐憫幫助我們。 如果我哋冇好似我哋祖先咁,保持心靈純潔,最少都要努力令自己嘅身體無罪,正如神所要求;並且要相信,喺呢場降臨我哋身上嘅饑荒時期,祂會好似對待祂所有聖徒咁,憐憫我哋。 因為雖然日頭嘅榮耀同月亮嘅榮耀有別,星同星嘅榮耀亦各有不同,但佢哋都同住喺同一片天幕之下,佢哋嘅榮耀同尊貴都歸於祂,從今時直到永遠。阿門。

## *22. 新人嘅行為*

**1.** 我親愛嘅弟兄姊妹!猶太人係靠三樣嘢認出:割禮、逾越節同安息日。因為創世記上寫住:*「你哋中間嘅每個男仔,無論係屋企出世定係用錢買返嚟嘅,都要喺第八日受割禮。」 但凡未受割禮嘅男丁都要從佢哋嘅民中被剪除,因為佢冇遵守我嘅約」*(創世記17:12, 14)。 亞伯拉罕係第一個受割禮,呢個係代表佢嘅「一邊」已經死咗——即係喺古代預表主耶穌喺佢聖潔身體入面所顯現嘅新人,好令古代嗰種覆蓋男性嘅「敗壞」可以被割除同分別。 使徒亦如此說:*「在祂裏面,你哋也受咗割禮,但呢個割禮並非用人手行嘅,係脫去屬肉體罪惡之身嘅割禮,就係基督嘅割禮。你哋同祂一齊埋葬喺洗禮中;又因信神叫祂從死裏復活,你哋喺祂裏面同祂一齊復活。」*(西2:11-12) 又有一段經文:*「要脫去舊人,和那舊人所行的事,就因私慾的欺騙而敗壞;又要將新人都穿起,這新人是照著神藉公義和聖潔所造的。」*(以弗所書 4:22–24) 又有一段話:「向罪死,向義卻生。」(彼得前書 2:24)。——呢段(關於猶太人嘅第一本分)係講割禮。凡冇行割禮嘅,就唔係猶太人,因為佢哋冇遵守主耶穌用祂聖潔嘅血所立嘅約。

**2.** 至於聖潔的逾越節,有好多說話要做。(第一——割禮;第二——逾越節;第三——安息日)。因為摩西說:*「逾越節的律法是:外邦人不可吃;但凡奴僕,或用錢買的,你要先割禮他,然後纔可以吃。」 未受割禮嘅人唔可以食。要喺同一屋企入面食」*(出12:43、46)。 *「腰要束起,腳要着好鞋,手要執好杖。」*(出12:11) *「逾越節」*——呢個用火烤嘅餅——除咗無酵餅同苦菜,唔可以同其他嘢一齊食。 佢冇講「束好腰帶」,免得有人以為佢講緊腰帶;佢講「束好腰」,係要顯示佢講緊純潔——脫離一切由污穢性交引起嘅慾望。 *「鞋」*指準備好出聲,並逃避任何傷害良心、阻止心靈以純潔狀態進行自我反思的傷害。 *「杖」*象徵男性的盼望,使人能無懼地行在路上,進入應許之地:這些都是守安息日的人。 *「血」*象徵我哋主耶穌基督嘅血,當佢喺佢自己嘅再來時帶領以色列子民進入佢嘅產業,嗰陣時喺靈魂上預備好並被佢嘅印記膏抹嘅人就會顯明。 *「取一捆牛膝草」*象徵受苦,因為經上說:「要(逾越節)連苦菜吃」。 所以,弟兄啊,你要自己省察:你受了割禮嗎?你用無瑕疵羔羊的血膏抹了你房屋的門框嗎?你潔淨了自己,遠離了一切屬世的思念嗎?你預備好自己,無所畏懼地前行,進入應許之地了吗?

**3.** 關於安息日,還有好多說話要講——呢就係嗰啲被認為配得上真正割禮、參與聖潔逾越節、從埃及人手中得釋放、見到佢哋全部喺紅海淹死、並且喺擺脫咗痛苦奴役之後遵守安息日嘅人嘅份。因為 (神)對摩西說:*「你六日要勞碌,要做你一切的工,但第七日是向你神當守的安息日。」*(出20:9–10) *「凡在安息日做工的,要將那人治死。」*(出31:14) 我哋嘅主耶穌自己遵守咗真正嘅安息日,並且教導祂嘅門徒點樣遵守,祂喺星期五(上十字架),喺升天之前已經做好咗所有準備, ——即係話,祂為咗我哋忍受咗啲侮辱,釘喺十字架上,就算仲有氣,都冇想過放過自己或者憐憫自己。當祂喊 *「我渴」*嘅時候,佢哋就遞畀祂一塊浸咗醋嘅海綿,祂嘗咗之後,就話: *「成事了;祂屈膝,斷氣了。」*(約翰福音19:28–30)然後,他們將祂從十字架上取下,放倒在地上,祂動也不動,真係遵守咗安息日。 如此,主耶穌終於在第七日安息,並且賜福給這日,因為那日祂從一切的工作中歇息,藉此廢除人的情慾。正如使徒所說:*「凡進了安息的,都像神歇了他自己的工,」*(希伯來書4:10)。 呢個先係真正嘅安息日!所以,唔守安息日嘅人唔係猶太人。點解耶利米為佢嘅子民痛哭,對佢哋講:「安息日唔好負擔,亦唔好拎住負擔由耶路撒冷嘅城門出去」(耶利米書17:21)?

**4.** 哀哉我,可悲可恨的人,雖然我已經同祂(基督)同死、同埋葬,並且遵守安息日,卻仍然違犯了這些聖潔的誡命,在安息日擔著重擔! 咁,我揹負嘅呢啲重擔係咩?(就係我行事嘅情慾:)憤怒係重擔,熱心、仇恨、虛榮、定罪、受傷嘅感受同侮辱、傲慢、自義、好想做主人、好爭吵、自愛、嫉妒。 呢啲係靈魂嘅情慾;至於身體嘅——貪食、肉慾、鍾意華麗、享樂主義、慾望,同埋剛硬(或者無情)。 所有

呢啲同其他類似嘅情慾,都畀主耶穌喺聖徒嘅身體入面廢除咗,並喺祂自己聖潔嘅身體── ──度釘死咗,正如使徒所講,祂*「藉住十字架,成就咗和平,廢咗兩下之間隔絕嘅牆,又廢咗律法上帶有規例嘅命令」*(以弗所書2:16、15)──呢度所講嘅就係聖潔嘅安息日。 所以,凡是背負這些(情慾的)重擔,並按着它們行事,在安息日放縱自己的人,怎能說:「我乃是真猶太人」呢?這樣的人自欺,因為只有名號是在他身上。 因為他行徑上否認主,將主所釘死的又復活,將主所埋葬的又挖掘出嚟。明顯他不是真猶太人,乃是假猶太人──他既未受割禮,也未守安息日。 所以,當主耶穌在祂榮耀裡來的時候,祂只會接納真正的以色列人進入祂的永恆國度──所有在祂裡頭受割禮的,祂從萬國中召聚的,正如使徒所說──*「以色列人中間有一部分硬化,直到外邦人的數目滿足了」*(羅馬書 11:25),又再有:*「若有人按此等規矩而行,願平安憐憫歸於他,也歸於神的以色列民。」*(加拉太書 6:16)。 你睇清楚神嘅以色列人係邊個?──佢哋就係有心裏割禮、遵守安息日,並且遠離罪惡嘅人。 他又說(同一位使徒):*'因為外面作猶太人的,並非真猶太人;外面肉身的割禮,也不是真割禮。真猶太人乃是內心作的,真割禮也是心裏,在聖靈裏作的,不在文字裏作的'*(羅馬書 2:28–29)。

**5.** 所以,弟兄們,我們要小心自己!我們要勞苦到幾時,才因疏忽而破壞了自己的工夫?我們不曉得,敵人住在我们裡面,他討好我們,無休止地分散我們對正路的注意力,使我們不能以眼目看見神性光輝的任何一點? 你呢個可憐人,受洗歸入基督,歸入祂死嘅,要自我檢視。祂死嘅係咩死?如果你跟隨祂嘅腳蹤,就用你嘅行為示範畀我睇。祂無罪,喺各方面都做你嘅榜樣,祂以貧窮為樂,但你就連貧窮都捱唔住。 祂*「連枕頭都冇得枕」*(馬太福音8:20),但你就受唔到做一個四處漂泊、到處都係陌生人嘅生活。祂忍受晒各種侮辱,但你就連一次都受唔到。祂唔以惡報惡,但你就做唔到唔以惡報惡。 佢受苦嘅時候都唔會發嬲,但你喺服侍人嘅同時又成為人嘅負擔,就已經會發嬲。佢畀人譏諷嘅時候都好安詳,但你就連冇人譏諷你嘅時候都會心煩意亂。佢好謙卑,呼召罪人嚟到佢身邊,但你就連鍾意你嘅人,都會畀你嘅言詞傷到。 佢歡喜甘願忍受一切加諸喺佢身上嘅苦楚,但你,只要一有丁點侮辱就心亂如麻。佢對跌入罪中嘅人溫柔相待,但你就算對遠比自己高貴嘅人,都自以為是、傲慢以待。佢為咗先於佢犯罪嘅人捨身贖罪,但你連為愛你嘅人捨身都做唔到。 呢啲就係佢畀咗你嘅;咁你又曾幾何時回報過佢?透過佢嘅作為去認識佢,亦透過你自己嘅作為去認識自己。如果你已經同佢一齊死咗,咁而家又係邊個喺你裏面犯緊呢啲罪?

**6.** 親愛的朋友!讓我們真誠地遵守祂的聖潔誡命,放低自己的意思,並仰望誡命的光明。如果我們只愛那些尊重我們的人,我們與外邦人又有何分別?如果你只為那些對你好的人禱告,連稅吏都做得到。 如果你只同讚美你嘅人一齊開心,連猶太人都咁做。咁你呢個已經對罪死咗、喺基督耶穌裏重生嘅人,仲有咩特別呢?如果你只鍾意順服你嘅人,你同罪人又有咩分別?佢哋都係咁做。 如果你憎恨嗰啲令你麻煩、唔聽你話同埋同你爭吵嘅人,咁你同外邦人冇乜分別。但你應該為嗰啲人禱告,求佢哋所做嘅錯事可以得著赦免。如果你為誣陷你嘅人而憂傷,連稅吏都做得到。

**7.** 咁你──喺主名裏受洗嘅人──就要反思自己:你嘅所作所為,係咪同佢所行嘅事一樣?又或者,如果你冇得勝自己情慾嘅勝利冠冕──而呢啲情慾,你嘅王已經為你先勝過,並以自己作你嘅榜樣──你又點能喺佢榮耀嘅日子出現,並獲得冠冕呢? 因為當祂──萬王之王、萬主之主──在榮耀中顯現,祂會以大榮耀向萬國彰顯,身上仍帶着為我們所受的苦難印記;但你卻要顯現出你身上毫無祂的任何情慾,祂就會對你說:「我從來不認識你。」 嗰度你會見到所有為佢名而死嘅聖徒,佢哋身上帶住佢嘅印記,你就會羞愧得唔敢喺佢哋面前站立。你細味所有聖徒嘅生平,就會發現佢哋雖然受苦,但冇報復;只有佢哋所有嘅血向神呼喊:「為我哋向世上嘅人伸冤!」 至於我呢個好和平嘅人,到嗰日見到先知、使徒、殉道者同其他聖人,佢哋受虐時都長久忍耐,唔報復,連嬲都唔會嬲,因為佢哋知道唔係人意願,而係魔鬼嘅惡意逼佢哋咁做; 無論佢哋係被處死、石打、火燒定淹死,都冇因迫害者而絆倒,反而為佢哋祈禱,求佢哋得赦,因為佢哋知道係邊個逼佢哋咁做。

**8.** 所以,親愛嘅弟兄,你自己要諗諗──你自己而家做緊啲乜嘢──並且檢視你自己嘅心思──喺神眼中你擁有緊啲乜嘢。 因為到嗰陣你冇得隱藏任何嘢;人嘅心志( )唔能夠同時講兩樣嘢(一邊講一樣,一邊又唔係講另一樣)。但係當復活嗰日嚟到,每個人都會穿住佢哋嘅行為,好似一件外衣──無論係罪過定係義行。呢啲行為會自己說話,每個人都會自己知道佢哋嘅位置喺邊度。 那努力脫去一切會將他拖入 gehenna(地獄)之物、並以一切能引領他進入天國之物裝備自己的人,有福了。使徒說:*「我們知道,我們這地上的帳幕若被拆毀,神已經預備了一座不是人手所造、在天上永存的房屋。」* (林後五

1)。我哋生命嘅時間係短暫嘅,我哋自欺(以為唔係咁),直到我哋嘅時刻嚟到──我哋就會喺永恆嘅哀哭中被悲傷所壓倒。

**9.** 所以,我哋唔好灰心,而要盡我哋所能,好好照顧同保守佢,並喺每一刻懇求神嘅慈愛幫助我哋。 我哋唔好因為佢哋講咗愚蠢嘅說話就對鄰舍生氣,因為嗰啲說話唔係佢哋心甘情願,而係受咗外面勢力影響;當佢哋成為仇敵嘅器皿時,佢哋就同上帝疏遠,直到佢哋要被審判,並且離開呢條(邪惡嘅)道路。 親愛嘅,要喺凡事上謙卑;忍受責備同一切你必須受嘅苦楚,並時刻練習克制自己嘅意志,因為執著自己嘅意志會摧毀所有美德。 凡有正直(仁愛)之心者,必以柔和約束其意念,當如畏蛇般懼怕私慾,因為它會荼毒靈魂內在的全部秩序,並令靈魂昏暗,使之無法見到美德之光。 所以,你更要注意防範呢種可恨嘅激情,佢會滲入美德之中,去摧毀佢哋。 同樣地,我哋嘅主耶穌基督喺趕走猶大離開門徒之前,都未上十字架。任何人都唔割除呢種可恥嘅情慾,就唔可能喺神面前興旺;因為所有嘅惡都跟住佢嚟:焦急由佢生,虛榮亦由佢生; 凡神所憎惡的,都存於放縱自己和自大的人的靈裡──而他們心裏以為神聖的一切,按所有聖經都是虛假的。

**10.** 先自我審判帶來謙卑;而為鄰舍智慧地捨棄己意,亦是謙卑。純潔,就如向神禱告「[28]」;不判斷人,就係愛。恆忍,就係對鄰舍不存惡念。愛神的心,就係以善報惡。 沉默就係唔去探聽同自己冇關嘅事。貧窮就係一顆冇惡意嘅心。情操嘅自我克制就係和平。 能忍受一切就係柔和。施捨就係寬恕。呢一切都源於克制自己嘅意志。佢令各種美德和諧,令主宰心靈得以寧靜。

**11.** 總結係: 正如我於所有聖經中所見,神對人所欲,無他,唯於一切事上卑微於人前,於萬事中捨己之志,常禱告於祂,求得伸手幫助人的恩典,並求保守其眼免於遺忘的沉睡及囚禁的誘惑,因為人性狡猾且多變。 保守我哋係祂(上帝)嘅工作。賜給我哋力量去保守自己係祂嘅能力。保護我哋免於貧窮係祂嘅庇護。 祂嘅回轉──就係轉向祂自己。祂嘅感恩──就係將佢賜畀我哋。祂嘅恩典──就係賜俾我哋有恩典去感謝祂。祂嘅保護──就係保守我哋脫離仇敵之手。願榮耀同尊貴歸於祂,直到永遠。阿門。

**12.** 然而,以下這些就引起爭端,並無情地腐蝕人心:花言巧語、閒談、為達目的而曲解人意、自制力不足、口是心非,以及堅持己見。凡有這些特質的人,其心靈在美德上必然是荒蕪的。 以上所有呢啲之後,如果靈魂唔為每種美德而努力,就唔能夠得著神子嘅安息。所以,弟兄們,唔好對自己嘅生命草率,亦唔好畀心思製造各種藉口,放縱惡懶,免得喺你哋未得著神子嘅安息之前,就將所有時間都浪費晒: 即係凡事謙卑、遠離惡意、對任何人都唔存仇恨、唔執着任何唔係出於神嘅事物、時時把自己的罪惡擺喺眼前、並將一切惡行都治死。 又「*神*不是*說謊的*」(多1:2)──好叫祂能藉着祂豐盛的恩典,幫助我們的軟弱。阿們。

## *23. 論成聖*

**1.** 有一位聖父說,除非一個人達到對上帝的信心、對上帝的永恆渴慕、無惡意、不以惡報惡、為上帝受苦、謙卑、純潔、愛人如己、對一切事物的棄絕 、溫柔、忍耐,以及以憂傷的心不斷向上帝禱告, 真愛,就唔會回頭顧望,唔會理會任何臨到自己身上嘅事,唔會倚靠自己嘅善行或事奉(有禱告嘅*勞作–leitorgia*),而要日日向神求助,去應付一切臨到自己身上嘅事──否則就救唔到佢。

**2.** 人啊,你的仇敵並不打盹。不可疏忽大意,不可忽略你的良心,只要你仍然身處仇敵之地,就絕對不可自以為已經達到任何配得上上帝的境界。 為神受苦(苦行節制),以智慧實踐,可補贖以往的疏忽;靈魂的眼淚醫治內在仇敵所造成的創傷;照神的心意對神的完全愛,能抵擋看不見的戰士;而能勝過看不見仇敵的內在純潔,使人預備好進入神之子的安息, 而可見的純潔則維護美德。

**3.** 如果知識係(所有所講過嘅嘢嘅)父母,咁佢亦都係(佢嘅)監護者。喺試探中(心裏面)達到感恩,就會將試探反彈返去試探本身。懷疑你嘅勞苦討得上帝歡心,就會令上帝嘅幫助嚟保護你。 凡將心志獻上,誠實敬虔地追求神的人,絕不能存以為己蒙神喜悅的念頭。只要良心因任何不自然的事責備他,他就仍未得著自由。只要有控告者,就有審判者;只要有審判,就無自由。 如果最後,當你禱告嘅時候,你見到完全冇惡事可以控告你,咁你先係真正自由,並且已經照住佢嘅旨意,進入咗佢嘅聖潔安息。

---

[28] 喺 Paissios 嘅版本度呢度寫住:「人唔當自己嘅嘢,就會令佢冇晒眼淚」;呢句喺希臘手稿度搵唔到。拉丁文版本寫做:「憎恨自己慾望嘅人,就留喺哀號同眼淚入面」。

**4.** 如果你見到那好果實已經在你裏面生根,而仇敵的莠子不再窒息它;如果你對付你的情欲──因為你不再與它們掙扎──敵人退去,並非出於自願,而係中計;如果有一朵雲遮蓋了你的帳幕,使你日間也不被日頭燒著,夜間月亮也不燒你 (詩篇120:6),如果你裡面有帳幕裡所有嘅器皿同擺設,好等你照神嘅旨意支搭同保守佢,咁就證明神已經喺你身上成就咗勝利,由今以後佢會一直覆庇你嘅帳幕,因為佢係佢嘅, 祂會行喺佢前面,為佢預備安息之處(安息、平安)。因為如果祂唔先喺自己所中意嘅地方安息,咁佢(帳幕)就好似經上所講,都唔能夠安息(搵唔到平安)(民數記9:16–23)。

**5.** 直到一個人醒悟過來,清楚看見他裡面再也沒有(敵陣中)那班以教導不自然做法來破壞修道生活的人,否則就有极大的危險。 因此,我們必須確保祂的善(上帝的,或良善之神的)的恐懼主宰我們,使我們不斷被(死亡和審判的)紀念所觸動,並讓聖潔的謙卑時刻主宰我們的心, 靠住上帝嘅恩典,我哋就唔可以忽略嗰啲預備同保守呢一切(聖潔嘅感受同品格)嘅事物,而要一直堅定喺呢個心態入面直到最後──不斷檢視自己嘅罪,同時喺我哋仍然受惡嘅捆綁之下,對自己一無所信。

**6.** 當有人定罪鄰舍,心裏責備、輕視弟兄,稍有機會就辱罵他,忿忿不平地教導他,或喺人前誣衊他,就會令自己與聖徒所享受嘅恩典同美德完全隔絕。 因為這會摧毀一個人所作的工夫,將他們的善果化為烏有。凡是說「我為我的罪憂愁」,卻不照所說的去做,是愚蠢的;凡是說「我為我的罪痛哭」,卻從此得不到任何益處,是在自欺。

**7.** 那尋求安靜,卻同時不努力制止自己情欲的人,在追求美德上乃是瞎眼。那忽略自己罪過,只顧責備別人的人,與全心禱告及向神合理地懇求相違。 呢就係真正嘅勇氣──當一個人同過去嘅罪惡掙扎,為嗰啲罪求得赦免,並不斷祈求,唔好再喺心裏、行為或感受上重蹈覆轍。

**8.** 除非他對自己罪惡的記憶時刻掌管他的心,並使他遠離世上的一切,以致不至被它們壓倒,否則他無法制止他的罪惡;而且,僅僅滿足於顧慮它們,他也不能逃脫神所造之物的定罪。 凡以真實被視為配得此福者,而非以偽善或欺騙,都係有福嘅。 而且,真正哀痛者的職責是:透過這可視的行動,引導他們的心志與感官,不致譴責他人。因為如果你只顧自己罪過,這會令你與他人的罪隔絕,並使你忘卻它們。

**9.** 以惡報惡,離真正嘅悲傷好遠。出於虛榮去迎合世上任何嘢,同樣離真正嘅悲傷好遠,就算只係心裏面都唔同。為咗自己對呢種 同化嘅睇法冇人接受而傷心,都離真正嘅悲傷好遠。 隨心所欲行事,與哀慟相去甚遠。評斷任何人好壞,對當事人而言都是羞恥,因為他心知肚明自己比對方更糟糕。過問與自己無關之事,對他而言同樣是羞恥,同時也是無知,並是一種令他無法看見自己罪過的惡劣枷鎖。

**10.** 如果有人得罪你,而你因此而介意,那麼事實上這裡沒有眼淚。如果你有任何世俗的往來,而你因損失而悲傷,那麼這裡沒有敬畏神的心。 如果有人講啲你自己都唔知嘅事,你又激動,呢度就冇(敬畏上帝)。如果有人讚你,你就接受,呢度就冇(敬畏上帝)。如果有人責備你,你就介意,呢度就冇(敬畏上帝)。 如果你追求世上嘅大人物同名人,渴望同佢哋做朋友,咁就冇(敬畏上帝)。如果你同人傾計嘅時候,有人同你爭辯,而你想堅持自己嘅講法,咁就冇(敬畏上帝)。 如果你嘅說話畀人輕視,而你為此傷心,咁就冇(敬畏上帝)。呢一切都顯示出舊人仍然活住,仲行使住佢嘅能力,因為冇人(心入面)嚟對抗佢(冇敬畏上帝),亦冇真正嘅哀悔。

**11.** 照神旨意行嘅人,要有洞察力,認清自己,知道當放縱自己嘅意志時,就會成為神嘅仇敵。 如果你作為守住神誡命、為神的名而行一切事的人,要記住你無法以符合祂榮耀的方式討神喜悅,並將你的罪擺在眼前,你就會發現它們抵抗那想要用你自己的義來打倒你的惡者(那靈)。 — 而佢哋會保守你嘅眼淚為你建造嘅結構。到時你就會明白自己已經識透自己,同埋知道自己住喺邊度(處於乜嘢狀態),你亦唔會信自己心入面講你已經得勝。 因為人要等到站喺審判台前,聽到對自己嘅(最終)判決,知道自己嘅位置,先至可以相信;否則,因為唔肯定自己有冇討神喜悅,恐懼就會一直留喺心裏。 對上帝嘅憂傷,會咬咗心頭,但呢種情感可以抑制情緒;而對呢啲念頭嘅抗拒,配合清醒嘅心態,就可以保住心智嘅功能。但人對此感到唔滿足,亦唔能夠令自己相信,點解自己喺肉身入面要不停地勞苦。

**12.** 那啲唔大膽咁信靠自己行為,好似能夠討主喜悅,又因為對自己行為冇咁信心,而感到羞愧去見神嘅人,有福咗, 明白祂嘅榮耀,並且首先努力去遵行祂嘅旨意,按照祂嘅心意;認清自己嘅軟弱,只為自己嘅罪惡憂傷,不理會神其餘嘅受造之物,因為嗰啲都要由祂親自審判。 那在神裏勞苦之人的勝利,將在他與神完全合一後,按神的心意離世時得以彰顯。經上寫着,他要被記在生命冊上──當天上的使

者見證他已勝過這世界的能力時[29] 。從此以後,他的紀念將與天上(的居民)同在。 但係當戰鬥正酣,人就活喺驚懼同顫抖之中,因為佢今日可能勝利,但聽日又可能被擊敗──或者今日被擊敗,聽日又可能勝利。

**13.** 掙扎令心靈收縮,而無情卻堅定不移。當佢已經領受咗冠冕,就對呢三(我哋)個分別嘅部分喺神入面互相得享平安嘅命運毫不在意。 呢三部分係:靈魂、身體同聖靈,呢位使徒喺佢另一封書信入面(帖撒羅尼迦前書5:23)都有講到。 因此,當呢三者藉住聖靈嘅作為成為一體,就再也不能分開。所以基督死而復活,*就「不再死,死不再有權勢管轄他」* (羅馬書6:9)。 佢嘅死係我哋嘅救恩,因為藉住佢嘅死,佢將罪惡治死;佢嘅復活就係凡堅定信佢者嘅生命。佢醫治咗信徒脫離佢哋嘅情慾,好等佢哋喺神裏面得生,並結出義嘅果實。

**14.** 當你忍受敵人(因罪惡引誘)的折磨時,無論醒著或睡著,都不可自以為已死於罪中;因為只要那可憐人仍然在擂台上,他便毫無膽量,且遠遠望見終點,也不信自己所行的是善。 只有愚人,雖然日日跌,都以為自己勝利,因為戰場上根本冇得掙扎。

**15.** 就因為咁,主差遣門徒出去傳道嗰陣,就同佢哋講:*「路上唔好向任何人問安」*;但要向屋入面嘅人問安。*又講:「如果嗰度有平安之子,你哋嘅平安就要留*喺佢身上*」* (路加福音10:4以下)。喺嗰度,你哋嘅平安就會安息。 又有一日,以利沙差 Gehazi 出去嗰陣,對佢講:*「如果你遇到人,就唔好同佢打招呼」*,亦唔好接受任何人嘅招呼(列王紀下4:29)。因為佢知道個細路仔已經冇得救,自己冇能力令佢復活。 但係當神人入嚟嘅時候— —見到個細路仔攤喺床上,就關埋門,對住細路仔做咗一連串感官上嘅奇蹟同行動:佢上床、落床,喺床邊行咗七次。當佢嘅感官喺神嘅靈意願下被激發,細路仔就睜開咗眼。

**16.** 咁,我哋呢班貧窮嘅靈魂,鍾意呢個世界嘅榮耀,我哋又可以講啲乜嘢呢? 甚至勝過愛神榮耀,我哋呢班可憐嘅靈魂,唔識點打仗,卻急忙想安息,亦唔明白神嘅忍耐──佢容許稗同好麥一齊生長,直到好麥成熟長成,先至差人去收稗? 基哈西完成咗佢嘅旅程,但佢冇辦法令個細路仔復活,因為佢更愛人世嘅榮耀過於上帝嘅榮耀。

**17.** 那啲有智慧、羞於向神伸手嘅眼睛有福咗;佢哋努力用智慧醫治自己嘅傷口,承認自己嘅罪,並為此禱告求赦免。 但係哀哉,凡浪費時間、自以為無罪嘅人;踐踏自己良心、唔肯畀佢引領自己去悔改嘅人;唔識得做最卑微嘅人,其實唔係件容易事。

**18.** 就如一個播種嘅農夫,如果種子唔生果,就會覺得係白費心機,因為無收成而為自己嘅勞力感到沮喪;同樣,一個人, 即使佢識盡所有奧秘,擁有各樣知識,行過好多神蹟同醫治,忍受過各種苦楚,甚至連衫都畀人扒晒,仍然驚恐不安,唔信得過自己嘅良心,仍然畀奸險嘅仇敵同誣陷者圍住,直到佢聽到呢啲說話:*「愛永不止息;信一切,望一切,忍一切。」* (林前13:8、7)

**19.** 哦,神嘅道路何等艱難,正如祂所講:*「因為引到生命嘅門窄,路窄,少有人得着。」* (馬太福音7:14) 而我哋呢班懶散又貪慾嘅人,就安慰自己話,我哋根本(好似)頂唔順佢講嗰副軛:*「要負我嘅軛,學我,因我心裡柔和謙卑,你哋心靈就必得享安息。」 因為「我的軛是容易的,我的擔子是輕省的」* (馬太福音11:29–30)。 又有咩人係按神嘅智慧同敬畏祂,唔會用盡全力去承受喺每項勞苦同離世(離開世界)嘅試煉、喺沉默中、喺守護(心靈)同關心(得救)上嘅折磨?但就算佢,都會覺得自己唔配用嘴脣去發聲呼求神嘅名。 因為我哋內心有情慾作祟,主啊,主耶穌就嚟到(地上),好喺我哋──*「不照著肉體行,乃照著聖靈行」*──嘅身上,將佢哋治死,並向我哋顯明天父完全嘅旨意。 祂教導祂的門徒說:*「凡所吩咐你們的,你們既做完了,就當說:『我們是無用嘅僕人,所做嘅不過是我们應分做嘅。』」* (路加福音17:10–11) 佢對嗰班已經開始做工、並且堅持落去嘅人講呢番說話,因為佢哋知道有賊人隨時準備偷走佢哋嘅勞力。任何人見到有毒嘅嘢都會驚到走避——無論係蛇、蝰蛇、蠍子,定其他任何帶有致命毒性嘅嘢。 但係我哋呢個可憐、無恥嘅靈魂,竟然接受一切會害死佢嘅嘢;佢唔逃走,甚至連轉頭都唔肯,反而樂喺其中,心裏面同佢和好,所以佢就白白浪費時間,永遠都係乾旱無收、毫無果效。

## *24. 關於無執著*

**1.** 行德之途有絆腳石,因為有敵人、有誘惑、有變化、有豐盛、有節制、有匱乏、有憂愁、有喜悅、有心靈的痛苦、有悲傷、有心靈的安寧、有興旺、有需要;因為這是一段通往希望的旅程。

[29] 喺 Paissios 嘅版本入面:「超然」。

**2.** 然而,超然離此一切,亦毫無所缺:因為佢喺神入面,而神亦喺佢入面。佢冇仇敵;佢唔再經歷任何墮落、不信、自我克制嘅勞苦、對慾望嘅恐懼、對任何嘢嘅渴望,亦唔使為任何敵意嘅事物而憂慮。

**3.** 佢嘅光榮美德偉大而無數。只要一個人內心仲有對慾望嘅恐懼,就代表佢仲遠離呢種超脫;只要譴責仲由佢心裏湧出,就代表佢仲同呢種超脫格格不入。

**4.** 呢個就係主耶穌所承擔嘅身體。佢就係愛,佢教導門徒要歡喜喺行為上顯出嚟。

**5.** 好多人唔識嘢,以為自己已經達到呢個境界,但其實佢哋嘅情慾仲住喺心靈入面,身體都未完全潔淨——結果就走咗偏路。求你為神嘅緣故,赦免我。

## *25. 致阿爸彼得,佢嘅門徒*

**1.** 你寫信同我講:'我想向神悔改我嘅罪;如果主拯救我脫離我現時嘅苦惱世務,咁你講得啱:如果我脫離呢個世代嘅事務,因為心思唔能夠同時顧及兩樣嘢,就好似主所講:*『你唔能夠又事奉神,又事奉財利。』*'(馬太福音6:24)。財利就代表呢個世界嘅一切活動。所以,如果一個人唔放棄佢,就唔能夠事奉上帝。

**2.** 除咗呢啲,仲有咩其他事奉神呢?就係當我哋讚美佢嗰陣,心入面冇一樣同佢格格不入嘅嘢;當我哋向上帝禱告嗰陣,冇慾望;當我哋向上帝唱歌嗰陣,冇惡意;當我哋敬拜佢嘅,冇仇恨;亦都冇任何邪惡嘅嫉妒, 呢啲都會喺我哋面前擺下障礙,令我哋無法與神相遇;喺心底讚美佢,喺愛嘅甜蜜、心靈嘅喜悅同聖潔嘅渴望中向佢禱告,都受到阻礙,更遑論任何可恥嘅慾望喺我哋肢體入面,當我哋紀念佢嘅時候。因為呢啲都係圍住可憐靈魂嘅黑暗牆壁,靈魂若然懷住呢啲嘢,就無法純潔咁事奉神。 呢啲都會喺佢面前設下障礙,令佢無法與神相遇,無法喺心底裏稱頌祂,無法喺愛嘅甘甜中、喺心靈嘅喜樂中、喺渴求祂光照嘅聖潔願望中向祂禱告。

**3.** 因此,心志常被蒙蔽,無法在神裏面得著成長,因為它不肯智慧地將這些斷絕。 但除非佢對呢個世界嘅事務毫不在意,否則根本做唔到去斷除佢[30] 。一種關注向外——佢忙於塵世事務,為咗身體嘅安寧;另一種關注則向內,追求情慾嘅滿足,並為美德設下障礙。 但係,除非靈魂擺脫咗外在嘅關懷,否則佢就察覺唔到呢種內在嘅激情關懷。所以上主耶穌話,凡唔撇棄晒自己全部意思嘅人,都唔配做我嘅門徒(路加福音14:26)。

**4.** 外在的牽掛源於自己的意志,而內在的牽掛則來自外在的影響。我們的主耶穌知道,意志主宰了這兩種牽掛,所以命令要斬斷它。因為當心靈被外在事物佔據而死寂時,內在的激情便毫不猶豫地發揮影響力 (有受約束)。因此,如果靈魂服從耶穌嘅話——要斬斷所有自己嘅慾望——佢就會開始憎恨呢個世界嘅一切作為。然後心思就激動起來,並且保持警醒,直到將佢哋逐出自己嘅居所為止,不停地聆聽靈魂,並守護佢,免得佢再轉向嗰啲令佢受苦嘅事物。

**5.** 靈魂好似一個新婚女子,當佢丈夫出差嗰陣,佢唔驚又唔羞,冇盡心盡力去打理屋企。 但係當佢老公返到屋企,佢即刻驚到停低手頭,開始照佢老公嘅意思處理一切。而佢老公返嚟之後,就喺各方面有需要嘅地方處理屋企嘅事務。 心亦復如是。當其動時,則護持魂魄,無有休息,直至魂魄藉之而孕育,心則養其子女。最後,則同歸於一;魂魄服從於心,心服從於魂魄,正如《書信》所言:*「丈夫是妻子的頭。」* 又有一段話:*「丈夫不可遮住頭,因為佢係神嘅形象同榮耀;但係女人係丈夫嘅榮耀。因為丈夫唔係由女人而出,女人係由丈夫而出;因為丈夫唔係為咗女人而受造,女人係為咗丈夫而受造。」 為呢個緣故,妻子要喺頭上留髮,因為有天使喺度。然而,喺主入面,丈夫無妻子,妻子亦無丈夫。正如妻子係由丈夫而出,丈夫亦係由妻子而出;但一切都係出於神。」*(林前11:3、7–12)。

**6.** 呢句話適用於嗰啲被認為配得同主合一,已經唔再有舊性情嘅人。佢哋就係以純潔向神禱告嘅人。佢哋就係以聖潔嘅心祝福神嘅人。佢哋就係被神啟示嘅人。佢哋就係神所尋求嘅真敬拜者。呢班人就係佢所講:*「我要住喺佢哋入面,同佢哋一齊行」*(林後6:16)。佢所講嘅話對佢哋都適用:只要有兩個人(彼此)同意,佢哋奉佢嘅名無論求乜,都必得着(太18:19)。 因此,祂希望祂的兒女在一切物質事物上都要純潔,無論在外表或內心靈魂中,都要純潔,並且要遠離祂在自己身上藉着道成肉身所廢除的一切,正如祂所說:*「常在我裏面,我也常在你們裏面。」*(約翰福音15:4) 你睇,兄弟,佢首先希望我哋透過行為而喺佢入面;然後佢先會因我哋嘅純潔而喺我哋入面,盡我哋所能。

---

[30] 喺 Paissios 嘅版本入面,呢段文字係咁寫:「因為有兩樣嘢佔據靈魂」——兩件事令靈魂忙碌,或者兩件憂慮。

**7.** 但有人可能會說:「我已經藉洗禮歸入基督,卻無法過得相稱的生活。」親愛的朋友,請聽! 無可否認,凡領洗者,都係為咗除滅罪而領洗,正如使徒所言:*「因我們藉洗禮與基督同葬,好叫罪身滅絕,使我們不再作罪的奴僕。」*(羅馬書6:4、6)。因為基督同罪無得同住。 所以,如果基督已經住喺你入面,罪就已經死咗;*「但聖靈為義而活」*,正如使徒又所講( ,羅馬書8:10)。因為*「有丈夫在生的婦女,被律法拘約束定,歸於丈夫;丈夫若死了,就脫離咗丈夫嘅律法。」 所以,只要佢仍然活住,如果佢屬於另一個男人,就係犯奸淫,對住佢活住嘅丈夫;但如果佢丈夫死咗,佢就脫離咗丈夫嘅律法,所以就算屬於另一個男人,都唔算犯奸淫」*(羅7:2–3)。

**8.** 所以,凡想要知道基督是否已經內住在他裏面的人,就會從自己的心思意念中認出。只要罪還吸引着心,就表示神尚未內住,聖靈尚未在他裏面得着安息。 因為當一個人行(合適的)善事時,神就當住在他裏面;當人的靈魂從(情慾)中得釋放時,就當在神裏面。正如使徒所說:*「凡與行淫之人為一身的,便是与那行淫的人同属一体; 但凡與主聯合的,就與主成為一靈」*(林前6:16–17)。因為一切不自然的事都被稱為妓女。

**9.** 因此,當靈魂獲得自由,並且超越了所有阻礙其道路的空中之物(即,在向上帝的升騰中),它便開始進入神中,並從祂的聖靈領受──正如所說:*「凡與主聯合的,就與主成為一靈。」* ──祂就教佢點樣禱告──呢個日日不停敬拜祂、緊貼住祂嘅人。祂住喺佢入面,引領佢、不停畀佢安息,向佢顯明祂嗰啲難以言喻嘅榮耀同恩賜。 因為佢藉住洗禮同聖靈嘅氣息從神重生,正如經上所寫:*「凡從神生的,就不犯罪,惡者也就摸不着他。」*(約一 5:18)*又說:「他從神而生。」*(約一 3:9)。 正如祂在福音中所說:*「你哋若不回轉變成細路仔,就永遠入唔到天國。」*(馬太福音18:3) 又如經上所言:*「要像嬰兒,渴慕純淨的靈奶,好叫你因此長大成人。」*(彼得前書2:2)

**10.** 咁,細路仔有咩特徵?細路仔如果畀人打就會喊,同埋會同埋佢一齊開心嘅人一齊開心;如果畀人罵就唔會嬲,如果畀人讚就唔會自大;如果佢嘅朋友比佢更受人尊重,佢就唔會妒忌;如果有人攞走佢嘅嘢,佢就唔會大吵大鬧; 如果佢哋只畀佢少少遺產,佢唔會追問;唔會同人爭拗;唔會為自己嗰份嘢介意,亦唔憎恨任何人;如果佢窮,佢唔會憂傷;如果佢富,佢唔會自大;如果佢見到女人,佢唔會起慾望;肉慾或者過度憂慮都唔會控制佢; 佢唔論斷人,亦唔跋扈;佢唔妒忌人;佢唔會吹噓自己唔識嘅嘢;佢唔會因為人嘅外表而嘲笑人;佢對人有怨恨;佢唔做作;佢唔追求世上嘅榮華;佢唔貪財;佢唔鍾意錢; 唔會無禮;唔會放縱;唔會帶住憤怒去教人,亦唔會為任何人擔心;如果俾人扒光衫,佢都唔會難過;唔會堅持己見;唔怕飢餓,亦唔怕作惡多端嘅人;唔怕野獸,亦唔怕衝突;當受迫害時,佢唔會動搖。

**11.** 呢個人就係我哋主耶穌所講(作為榜樣)嘅:*「如果你哋唔回轉變成細路仔,就唔會入到天國。」* 但係當細路仔大咗少少,罪惡開始喺佢心入面生根,使徒就責備佢,話: *「所以,我哋唔好再做嬰兒,畀人浪來浪去,被各樣教義嘅風吹走,被人的詭計同狡猾所欺騙;我哋要憑愛心說真理,凡事長進,彼此聯結,成為基督嘅身體。」*(以弗所書4:14–15) 佢又話:*「我當初待你哋好似細路仔,只餵你哋奶,冇餵你哋固體食物;因為你哋未準備好,而家都仲未準備好。」*(林前3:2) 又有一段經文說:*「因為人既然是兒子,就無論如何總算不得自由,雖然他本是萬有之主,但只要在父所定之期內,仍受監護者與托管者的約束。同樣地,我們既然還是孩子,就被世上幼稚的元素奴役。」*(加拉太書4:1–3) 又有一段經文:*「要逃避少年的私慾。」*(提後2:22)教導我們要拒絕這種幼稚,他說:*「弟兄們,在心思上不可作小孩子;惡事要作嬰孩,心思卻要成熟。」*(林前14:20) 咁,基督嘅(真)兒女究竟係點樣?照使徒彼得嘅說話,就係咁:*「要象嬰兒咁,除掉一切惡毒、一切詭詐、一切虛偽、一切嫉妒,同一切毀謗。」*(彼得前書2:1) 你睇吓,弟兄,我哋主耶穌講嘅話*「我實在同你哋講,你哋若不回轉變成細路仔,就永唔會入到天國。」*(馬太福音18:3)呢句嘢有幾咁令人敬畏?因為我哋主講呢句嘢嘅時候,仲立咗誓:*「我實在,」 「我實在告訴你:」*——祂自己就係「阿們」。使徒為乜嘢要咁講?因為冇人比神更大,所以*「神就以自己起誓,說:『實在*(阿們)*我要賜福與你。』」*(希伯來書6:13–14)。

**12.** 所以,我哋要準確咁明白呢句話,並喺機會一到,就喺恐懼戰兢中,盡力喺每一刻去實踐佢。當仇敵向我們射出對鄰舍的惡意之箭,或者有人侮辱我們、褻瀆我們、誣衊我們,或者鄰舍與我們爭吵,以致我們差一點向他妥協, 或者當一種不純潔的憂慮開始侵蝕我們,激起「 」──對鄰居所加之於我們的苦痛回憶,以至於用憤怒和仇恨蒙蔽我們的心靈──只要有此類念頭進入我們心靈,就應立即回想主以誓言所說的話:*「我實在告訴你:如果你們不回轉,變成像小孩子的,就不能進天國。」 我實在同你哋講:除非你哋回轉,變成細路仔咁,否則你哋絕對入唔到天國。」*邊個聽到呢番說話唔會驚懼?又邊個智

慧人,如果想拯救自己嘅靈魂,唔會將對鄰舍嘅一切怨恨從心裏除掉呢? 又或者,有邊個驚自己會落gehenna(地獄)嘅,唔會將心入面所有仇恨連根拔起,唯恐自己畀趕出天國?因為我哋嘅主用斷定嘅說話講:*「除非你哋回轉,變成細路仔,否則你哋絕對入唔到天國。」* 呢句話對嗰啲執著自己意念、鍾意世界、未曾認識(或領受)聖靈恩賜嘅人嚟講,真係好難;因為聖靈降臨喺佢哋身上,就賜佢哋忘記一切惡,並教導佢哋自己嘅道路, ──以溫柔代替憤怒,以和平代替仇恨,以謙卑代替爭吵,以愛代替憎恨,以忍耐代替懦弱。這些就係已經重生嘅人。

**13.** 所以,我哋要努力將大使徒所講嗰啲嘢,從我哋心裏割除,並將佢擺開,好令我哋成為細路仔。使徒們謹慎地照做,從靈魂中斷絕這些(以成為基督裏的嬰孩),之後他們又返回到聖潔的成熟與完美。因為主在向他們吹氣之後,說:*「領受聖靈吧!」*(約翰福音20:22); 當佢喺加利利海向佢哋顯現嘅時候,就話:「小朋友,有冇嘢食?」(路加福音24:41),提醒佢哋,透過聖靈嘅氣息,佢令佢哋成為孩子──雖然按肉體佢哋本來唔係孩子。又寫道:*「看哪,我同神所賜我嘅孩子。」 因為眾人既然同有血肉之身,祂也同樣親自有了血肉之身,好藉住死去毀滅那掌管死亡權勢的,就是魔鬼,並拯救他們*"(希伯來書2:14–15)。佢究竟同邊個嘅肉身同血分享呢?如果唔係嗰啲已經拋棄一切虛假,達到聖潔童真之境嘅人? 而佢哋亦都再次變得完美,正如使徒所言:*「直等到我哋眾人喺信仰同對神兒子嘅認識上都達到一致,成為一個成熟嘅人,達到基督豐盛身量嘅程度。」*(以弗所書4:13) 又有一句*:「身體的恢復,就藉着愛而創造自己」*(第16節)。使徒約翰如此寫道:*「我寫信給你們,小孩子們,因為你們已經認識父……「我寫信給你哋,年輕人,因為你哋已經勝過那惡者。」*(約翰一書2:13–14)你哋而家先明白,嗰啲曾經畀惡意完全控制嘅人,自己都變成咗對抗仇敵嘅戰士,因為佢哋已經脫去咗仇敵嘅全副盔甲──就係惡意, 而佢哋其後成為父親,達到完美嘅程度,所以啟示同奧秘都交託俾佢哋,直到佢哋獲得智慧、合一、良善、溫柔同純潔,因為呢啲就係溫柔嘅屬性。就係佢哋喺自己身體度榮耀咗基督。

**14.** 所以,親愛嘅弟兄,面對呢場大饑荒,我哋要堅定信心。 (似乎係屬靈嘅),我哋喺任何事上都唔好灰心,而要不住咁懇求神嘅恩典,好叫佢唔容我哋畀仇敵同嫉妒者嘅詭計所欺騙,佢冇憐憫咁行惡,又無恥咁堅持,講「唔係而家,就係聽日」,但我唔會屈服,直到[31] 我勝過佢。 咁我哋點解要不停禱告,好似大衛先知咁講:*「主──我嘅神,求睇顧我,垂聽我;求睜亮我嘅眼,免得我睡着以至於死;免得我仇敵說:『我勝過佢了。』」 「恨我嘅人若我一跌倒就歡喜」*(詩篇12:4–6)。如果我哋嘅仇敵開始勝過我哋,就當呼求,說:*「主啊,有咩神同你相似?主啊,唔好靜默,唔好寬容*(唔好對仇敵寬容)。」 *「因為你的仇敵*大聲喧嘩,*恨你的人揚起頭來。他們任意悖逆,攻擊你的眾民*,說:*『*我們要將以色列的名抹去。*』」*(詩篇 82:2–5) 但那充滿聖靈的人說:*「神啊,求你使我如堅固的柱子,如風前的一枝蘆葦。使他們滿面羞愧,好叫他們知道只有你是遍遍地至高者。」*(詩篇 82:14, 17, 19)。 因此,凡努力堅守信仰者,都堅定心志,對抗仇敵;在仇敵未曾交鋒之前,就堅立自己於聖石──即基督──之上,並以堅定不移的心說: *「佢哋好似蜂群圍住我,好似火喺荊棘中燎起;但我憑主嘅名頂住佢哋。」*(詩篇117:12)

**15.** 當我哋見到仇敵用佢哋嘅狡猾──即係灰心(懶惰)──圍住我哋,或者用慾望嘅甜美哄騙我哋嘅靈魂,或者當鄰舍做錯嘢時,阻止我哋對佢生氣,或者用肉體慾望嘅重量壓低我哋嘅眼睛, 或者引誘我哋去品嚐甘美嘅美食,或者將鄰舍嘅說話變成對我哋嘅毒藥,或者煽動我哋去貶低他人嘅言論,或者喺弟兄之間製造分別,講住: 「呢個好,但嗰個唔好」──所以, 當呢啲嘢圍住我哋,我哋唔好灰心,反而要好似大衛咁,用堅定嘅心大聲呼求: *「主係我生命嘅保障!」 雖有大軍圍困我,我心仍不懼;雖有戰爭興起攻擊我,我仍信靠祂。有一件事我從主求了,我只求尋得:一生住喺主殿,為要瞻仰祂的榮美,並探訪祂的聖殿。 因為祂將我藏起……又使我高升;現今祂使我抬頭高過仇敵*" (詩篇 26:1、3–6)。這正顯示出那些已將心思從死 works ──使徒所稱的「夜」──中提升出來的人的特徵,正如經上所言:*"我們原不是屬黑夜的,也不是屬黑暗的"* (帖撒羅尼迦前書 5:5)。 祂責備嗰啲唔留意自己嘅人,話:*「因為瞓覺嘅人,夜裏先瞓;醉酒嘅人,夜裏先醉。」*(第7節) 又有一段話:*「主的日子要像賊一樣在夜間來到;他們必不得逃脫。」*(第2至3節),因為他們仍然在夜間。 但對已經將心思意念高舉過夜裡黑暗情慾嘅人,佢就話:*「你哋呢班屬於白晝嘅人,要保持警醒,披上信心同愛心做護心鏡,戴上得救盼望嘅頭盔。」*(第8節)

**16.** 所以,我哋都要存着清醒嘅心,遠離死行,時刻喺靈裏警醒,務要行出自然嘅事,因為我哋嘅本性多變,正如先知以賽亞所講:*「主對你──卑微又動搖嘅人──施恩,你未曾得着安慰。」* (以賽亞書

[31] 呢段經文已按帕伊西奧斯嘅版本校正。

54:10–11)。因為靈魂好似鐵咁:如果俾人忽略,就會生鏽;但當佢被火點燃,火就會淨化佢,而當佢喺火入面,就會變成火本身,冇人可以拎到佢(喺手上),因為佢就係火。　靈魂亦是如此:當她與神同住、與祂同坐時,她仍是一團火,燒滅所有在疏忽期間令她生鏽的仇敵,並且(這火焰)以更新潔淨她,好似鐵一般,　佢就唔再對塵世嘅任何嘢有興趣,而係喺自己嘅本性入面搵到安息,因為佢已經配得上呢個本性,而呢個本性本來就係佢嘅。但係當佢背棄咗自己嘅本性,就會死。　就好似動物浸咗水就會死,因為佢係屬土嘅;魚如果拋喺陸地上都會死,因為佢係屬水嘅;同樣,雀鳥喺空中時心靈安寧,但一落咗地,就驚會畀人捉到: 同樣地,完美嘅靈魂,安居於佢本身嘅本性之中,一旦離開嗰本性,就會即刻死亡。

**17.** 因此,凡已成為配得之人並蒙賜這些恩賜者,都視世界為監獄,不願與之同流合污,唯恐自己喪失生命。　咁嘅靈魂,就算想愛世界,都愛唔返,因為佢會記起自己喺嚟到神入面居住之前嘅舊狀態,記起世界對佢做過啲乜,同埋點樣令佢變得空虛。　就好似當國王嘅敵人入咗城,城中嘅人出於恐懼向佢投降,佢就即刻趁機,用佢嘅惡毒,去摧毀國王嘅像同埋廢除佢嘅法律;跟住佢再引入其他嚴苛嘅法律,喺度立自己嘅像,最後仲迫晒成班人為佢做工。　但當市民暗中派人去通知真王,說:「快嚟幫我哋!」而佢因對敵人深感憤怒,就帶住大軍前來,市民聽到消息,就歡喜開城門迎接佢;佢入城後斬殺敵人,拆毀嗰座被強行立起嘅像,並廢除嗰啲律法; 城中歡欣雀躍,真王恢復了他自己的形像和律法,就居住在其中,加固防禦,使敵人再也無法奪取,並教導城中的人學習戰鬥,好叫他們能無畏地對抗任何仇敵。　如此的靈魂,在聖洗禮之後,又再次被仇敵強行擄去;仇敵用各種可恥的詭計制服了它,推翻了君王的聖像,竪立了自己的像和自己的律法,強迫它關心今生的事,教導它行事草率且邪惡,　總之,任憑他想點就點;但最後,聖大君王耶穌的良善差遣了悔改──靈魂就歡喜了。悔改開闢了道路,偉大君王基督進入其中,　宰殺咗佢嘅仇敵,抹去咗佢嘅形象同佢嗰啲不敬虔嘅律法,並且,當佢將佢釋放咗之後,就喺佢裏面建立咗祂聖潔嘅形象,委託祂嘅律法畀佢,並且教導佢所有嘅功能去作戰,最後祂就喺嗰個靈魂裏面安息,因為佢已經成為咗祂嘅。神嘅恩典對靈魂就係咁樣!

**18.**　所以,除非靈魂帶着君王嘅形象,否則根本唔可能進入神子嘅安息。就好似冇商人會收或者畀硬幣,除非上面有君王嘅形象;稱量銀嘅人唔會稱佢,君王亦唔會收佢入國庫: 所以,如果靈魂不帶大君王耶穌的形像,天使們不會接納,君王自己就會將它趕出去,說:「你怎麼帶着我的形像以外的樣子進到這裡?」　呢個形象嘅記號就係愛。因為佢自己講過:*「凡有彼此相愛嘅心,世人就會因此認出你哋係我嘅門徒。」*(約翰福音13:35)但係,當靈魂分裂──一邊尋求上帝,一邊又鍾意呢個世界嘅事物──佢嘅愛就唔能夠住喺我哋入面。　就好似雀鳥　單靠一隻翅膀飛唔起,或者拎住嘢都飛唔到,靈魂亦都唔能夠喺神裏面興旺,同時又被呢世嘅任何嘢綑綁住。就好似一艘船,如果缺咗任何必要嘢,都開唔到航;同樣,靈魂如果冇咗一啲美德,都唔可能渡過情慾嘅浪潮。　就好似水手唔會着衫、唔着手套、唔着靴,甚至要赤裸先可以出海;靈魂亦都唔可以渡過惡毒敵靈嘅巨浪,除非佢將塵世所有嘢都脫得一乾二淨。　就好似一個出征去對抗國王敵人嘅武士,如果冇着齊全副盔甲,就頂唔住敵人;同樣,一個和尚如果冇修養到一啲美德,就無力抵抗慾望。　就好似一座有城牆圍住嘅城市,如果城牆有段位畀人拆咗,敵人想入嚟,就會集中所有注意力喺嗰段破咗嘅位;雖然城門有守衛,但如果唔重建嗰段城牆,就擋唔住敵人: 同樣地,一個苦行僧如果被任何一種情慾所征服,就無法抗拒敵人,也不能達到圓滿的境界。

**19.**　唔係我講嘅,聖經都係咁講。創世記上寫住:*「神對挪亞說:『我喺呢一代人中只揀咗你做義人,你係完全人。』」*(創世記　7:1)　又對亞伯拉罕說:*「你要在我面前做完全人,我就與你立約……永遠的約。」*(創世記17:1,　7)以撒喺為佢個仔雅各祝福嗰陣,都同佢講:*「願我嘅神賜你力量,令你可以成就佢一切嘅旨意。」*　(創世記28:1–)。又喺民數記寫住:*「凡立過誓願嘅人,要禁止飲酒、酒醋、烈酒,同埋任何*(由葡萄)*提煉出嚟嘅嘢,連葡萄核都唔可以食」*(民數記6:1–4)。又喺申命記寫住:*「當你出征去攻打仇敵,要遠離一切惡言,直到你將仇敵交喺你手先。」*(申命記23:9 – )　*「至於這些七國,你要將他們全都消滅,不可留下一點給他們,免得他們教導你犯罪得罪我。」*(申命記20:16、18)　教導我哋呢班會講「佢哋咁多,要幾時先可以滅晒佢哋?」嘅人唔好灰心,佢話:*「你哋唔可以一年之內就將佢哋滅晒,免得呢地變為荒蕪,野獸增多,攻擊你哋;要慢慢嚟,直到你哋人數增多、力量壯大……　神就必將你的地界擴張」*(申命記7:22)。神又多次吩咐他們,說:*「你要謹慎,不可與我從你面前所除滅的迦南人立約」*(第2節)。

**20.** 再者,當約書亞去圍攻耶利哥並將之摧毀時,上帝說:*「詛咒這城和其中的一切。」*(約書亞記6:16)　再者,當約書亞準備同基遍人交戰時,以色列人因為亞干偷咗一件受詛咒嘅細小物件,根本頂唔住

敵人,就向佢哋逃跑。　於是約書亞就俯伏在地,面向神哭泣,說:*「以色列啊,你使我羞愧,使我仇敵面前退後,因為亞哈爾倫了那受咒詛的物。」*(約書亞記7:8)又說:*「我當點做呢?」*主大能的使者對他說:*「「以色列啊,既然你被誓言所綑綁,你就不能抵擋你仇敵。」*(– 13)。於是(約書亞)直到殺死亞哈爾之後,都再也沒有出去打仗。我們也看見,神因為掃羅對亞瑪力人所起的誓,就將國度從他手中奪去。　而且,因為約拿單將*「他的杖(浸入蜂房)送入口中,當日神不聽以色列人」*(撒上14:27、37)。再者,傳道書教導我們,即使是極微小的激情都會摧毀美德的力量,經上說:*「死蒼蠅使香油發臭。」*(10:1)。以西結先知亦說:當*「義人轉離他所行的義,犯了罪,我就必使瘟疫臨到他,不再記念他的義。」*(以西結書18:24)。　使徒又說:*「一點酵母能令整團麵發起。」*(加拉太書5:9)至於亞拿尼亞和他的妻子撒非拉,當他們從賣地的款項中留下一部分,並說謊時,就因這小罪過即時倒在使徒腳前斷氣。　又,雅各說:*「凡遵守成律,卻在一件事上失腳的,就犯了全部律法。」*(雅各書2:10)。

**21.** 神藉着以西結勸勉我哋歸向祂,祂話:*「當惡人轉離佢所行嘅惡,行公義正直嘅事,我就唔會再紀念佢所行嘅惡,佢必定存活。」*(18:21)　*「因為我喜悅人死,不喜悅人歸正而得生。以色列家啊,要歸正,就得生!歸正吧,就得生!」*(33:11)。又如耶利米所說:*「以色列家啊,要歸向我,我就憐憫你。耶和華如此說。」*(耶利米書3: 12;36:3)。又再有:*「跌倒嘅人唔會再起身咩?走咗嘅人唔會再返嚟咩?點解我喺耶路撒冷嘅呢班人硬頸偏行己路,唔肯返轉頭呢?」*主如此說。　(耶利米書　8:4–5)?*「歸向我,我就必歸向你」*(瑪拉基書　3:7)。主耶穌又說:*「你哋若赦免人嘅罪,你哋的天父也必赦免你哋。　但如果你哋唔饒恕人,你哋嘅天父亦唔會饒恕你哋」*(太6:14–15)。同樣地,使徒保羅話:*「如果你哋中間有人跌入罪中,屬靈嘅人要存謙和嘅心去挽回佢」*(加6:1)。　雅各又說:*「弟兄們,若有人在你们中間失迷了真道,有人使他回轉,你要知道,叫罪人從迷路上回轉,就可以救他的靈免死,遮蓋他的罪過很多。」*(雅各書5:19–20)

**22.** 這些經文的見證都勸勉我們要檢察自己,看我們在行善(做正確的事)的過程中,是否對鄰舍懷有惡意,或對他心存怨恨,拒絕饒恕他(任何事),免得這破壞我們的勞苦。　到嗰陣,我哋嘅主耶穌基督就唔會喺我哋嘅仇敵嚟害我哋嘅時候幫助我哋。因為佢自己就嚴厲責備咗一班咁嘅人,話:*「你呢個惡奴才!因為你哀求我,我就赦免咗你全部嘅債。咁你喺我同仆人面前,唔應該憐憫佢咩?」　「佢喺忿怒中……就交畀刽子手,直到佢還清晒成個債。我天父對你哋都會咁做,除非你哋每一個人由心裏面饒恕你兄弟嘅過犯。」*(馬太福音18:32–35)　所以,弟兄啊,你要日日檢察自己,如果你想知道你自己心裏──在神面前──究竟有咩,唔係定係定罪(你嘅弟兄)、或者仇恨(對付佢)、或者嫉妒、或者輕視?如果呢啲毒素喺你心裏生根,記住　(當時)主耶穌所講嘅話:*「所以,天父也要照樣待你哋,除非你哋心裏面饒恕你嘅弟兄佢哋嘅過犯。」*所以,凡係驚自己會落入　gehenna(地獄)嘅人,就要將所有惡毒從心裏面趕出去,免得嗰可怕嘅審判臨到佢身上。　所以,兄弟,要留意你嘅心,提防你嘅仇敵,因為佢哋喺惡事上都好狡猾。要喺你心裏面肯定呢句話嘅真諦:人做惡事嘅時候,做唔到好;但人可以打住做好嘅旗號去做壞事。

**23.** 所以,我哋嘅救主教我哋要提防佢哋(仇敵),話:*「因為通往滅亡嘅門大而路闊,进去嘅人多;但通往生命嘅門窄而路狹,寻到嘅人少。」　但通往滅亡的門是寬闊的,路是廣闊的,進去的人多。他(主)*說*:「要提防假先知,他們披着羊皮,卻心裏是貪食的狼。」　「憑果子就可以認出他們」*(馬太福音7:14、13、15、16)。那麼,他們那果子究竟是什麼呢?不正是各種不自然的事,用以攻擊我們,試圖引誘我們的心向它們傾斜嗎? 但係,根據使徒嘅說話,假先知有辦法說服全心愛神嘅人接受佢哋任何嘢:*「有邊個能將我哋同神嘅愛隔開呢?係患難、困苦、迫害、飢餓、赤身、危險,定係刀劍?」　因為我已經知道,無論係死亡定係生命、係天使定係掌權者、係能力定係現世或將來嘅事、係高處定係深處,或者任何受造之物,都唔能夠將我哋同神嘅愛隔開。」*你睇清楚咗未,我嘅兄弟,凡全心愛神嘅人究竟係點樣?世上有嘢可以將佢哋同神嘅愛分開。

**24.** 所以,要小心,免得有任何有害嘅嘢令你哋偏離神嘅愛──無論係金銀、屋宇、享樂嘅甜美、仇恨、責備,定係一句說話刺入心靈嘅創傷,或者係蛇灌入我哋心入面嘅任何毒素。　當你喺自己裏面認出呢啲嘢時,唔好灰心,反而要趕快將目光定睛喺摩西應主命所造嘅銅蛇上。佢將嗰條銅蛇掛喺山頂嘅一根柱上,好等人被蛇咬咗之後,可以即刻望住佢而得醫治。　我哋嘅主耶穌基督就好似呢條銅蛇。呢條蛇就係仇敵;亞當聽咗佢,就成為咗神嘅仇敵。　我哋嘅主耶穌為咗我哋,喺各方面都成為一個完美嘅人──除咗冇罪之外──好似亞當一樣;但係嗰條銅蛇,雖然外貌同神嘅仇敵相似,卻冇惡念、冇毒性、冇惡意;佢唔會爬行、唔會嘶吼,亦冇仇敵嘅气息。　我哋主耶穌成就咗呢個預表,好去化解亞當從蛇口

嘗過嘅毒。而本性已經變質嘅,都恢復咗原本嘅狀態。上帝同樣咁對摩西講:*「你手裏拿住嘅係乜嘢?」佢就答:「一根杖。」 祂就對佢講:「將佢擲落地下。」於是佢擲落地下,佢就變成條蛇;摩西就避開佢。主就對摩西講:「伸出手,捉住佢條尾。」於是佢伸出手,捉住佢條尾,佢就變成支杖喺佢手上。」*(出4:2–4)。之後,上帝喺唔同場合對佢講:'拎起支杖(嗰支變成蛇嘅杖),喺法老面前打埃及河,河水就會變血'; 然後:「用杖擊海,海就枯乾」;又然後:「你手裡拎住擊過海嗰支杖,去擊磐石,石就會出水」(出埃及記 7:19;14:16;民數記 20:8)。

**25.** 你睇吓,當一個人跟隨我哋主耶穌基督嘅腳蹤,雖然佢曾經係仇敵同蛇,但佢被改變成為一根杖,冇一個仇敵可以抵擋佢。呢個真係一個大奧秘。 咁點解,如果條蛇將毒種喺我哋心入面,我哋反而要急住仰望被高高舉起喺十字架上嘅祂呢?所有呢啲──痛苦、十字架、死亡──都係為咗我哋而臨到祂身上。祂忍受晒一切,都冇改變,冇因加害祂嘅人而心生怨恨,冇講過一句惡毒嘅說話,只係巍然不動,好似嗰條青銅嘅「 」蛇。 所以,如果我哋聽從佢、跟隨佢嘅腳蹤,就會免受隱藏嘅蛇咬。 祂的力量和幫助都藏在祂的話語裡:*「摩西在曠野怎樣舉蛇,人子也必須照樣被舉起,好叫一切信祂的人都得永生。」*(約翰福音3:14–15) 跟隨佢嘅腳蹤,就係透過佢得醫治。咁,我哋點樣得醫治呢?就係信佢有能力去做。因為曠野入面畀蛇咬嗰啲人,並唔係銅蛇自己行嚟醫治佢哋,而係畀蛇咬嗰個人,憑信心望住銅蛇,就得醫治。 因為佢哋唔信神嘅話,好多人都畀蛇咬死咗。正如使徒所講:*「唔好照佢哋咁試探基督,結果畀蛇咬死。」*(林前10:9)

**26.** 弟兄,你知唔知,直到今日,仍然有條蛇喺人心入面,想試探耶穌?試探佢就係質疑佢嘅誡命,唔去遵守,正如經上所寫:*「當時有個律法師,起來試探耶穌,說:『老師,律法入面最大嘅誡命係邊條?』」耶穌回答說:「你要盡心、盡性、盡意、盡力去愛主你的神,如同愛自己。這兩條誡命是律法和先知一切道理的總綱。」*(馬太福音22:35–40)。 你睇吓,嗰啲只識發問但唔肯行出嚟嘅人,就係引誘者。因為佢哋唔肯信嗰條銅蛇,而嗰條銅蛇本可救佢哋脫離無形蛇嘅毒。要堅定你嘅心,唔好灰心,唔好講:「我係罪人,點樣先可以守住美德?」 因為當一個人離棄罪惡歸向神,悔改就更新了他,正如使徒所說:*「我們既然穿了屬地的人形,也必穿上屬天的人形。」*(林前15:49) 你睇吓,上帝透過懺悔,令到人得以改變,並且完全更新。

**27.** 當嬰兒喺母親肚入面嘅時候,母親每一刻都保護佢,免受一切邪惡侵害。 如果佢喊,佢就畀佢食奶,仲輕輕拍吓佢面頰,提醒佢要恭敬咁食奶,唔好太放肆。如果佢因為咁而繼續喊,佢就憐憫佢,好似憐憫自己肚入面嘅骨肉一樣,安慰佢、錫佢,直到佢肯食奶為止。 如果你畀啲金銀珠寶或者世上任何珍寶畀BB睇,佢可能會望一望,但係喺媽媽懷裏時,佢就全部唔理,只顧住飲媽媽嘅奶。 佢老豆唔會因為佢唔做嘢、唔去打仗同仇敵作戰而責罵佢,因為佢仲太細,做唔到:佢有條腿,但企唔穩;有隻手,但拎唔起武器。所以佢阿媽就咁一直耐心咁等,等佢慢慢長大。 當佢大咗少少,開始同其他人摔跤,嗰個人將佢摔落地下,佢老豆唔會因為呢件事怪佢,因為佢老豆知道佢仲係細路。但係當佢成年之後,佢嘅真性情就顯露──佢係咪佢老豆敵人嘅敵人。到時佢老豆就會將自己嘅事務交畀佢,因為佢係自己嘅仔。 但如果父母費盡心機將他養大後,他長大成人卻成為他們的災星,開始憎恨父母,不肯聽從他們的教誨,反而與他們的仇敵為友,那麼父母就會收回對他的恩寵,將他逐出家門,並且決定也不給他分家產。

**28.** 弟兄啊,我哋要小心自己,(強迫自己)留喺懺悔嘅蔭下;我哋要飲佢奶頭嘅奶,好叫佢滋養我哋。我哋要藐視一切可見嘅事物,好叫佢嘅奶喺我哋嘴裡變得甘甜。 我哋要背起佢教導嘅軛,咁佢先會更加熱心咁照顧我哋。如果我哋同仇敵交戰,佢哋將我哋摔落嚟好似細路仔咁,我哋就喺佢面前喊,等佢向我哋嘅父哀求,為我哋伸張正義,報仇喺嗰啲加害我哋嘅人身上。 我哋要斬斷心裏一切嘅慾望,並且喜悅做寄居者,好等佢拯救我哋,正如佢拯救亞伯拉罕咁。我哋要像雅各咁順服佢嘅手,好等我哋可以從我哋嘅父領受祝福。 我哋要恨惡自己心裏嘅慾望,好似摩西憎恨佢咁,並且喺佢嘅庇護之下,我哋要起來對付想殺佢嘅人(即係悔改),成為一個遠離一切肉慾享受嘅人。我哋唔好藐視佢,免得佢好似以掃咁恨我哋。我哋要保持佢嘅純潔,好等佢喺仇敵之地高舉我哋。 我哋要時刻以佢為好嘅庇護所,正如*「僕人」*嫩的兒子約書亞所講:*「嫩的兒子約書亞,年輕人,冇離開帳幕」*(出埃及記33:11)。我哋心入面唔好畀灰心有位,免得令我哋喺應許之地無份承受產業。 我哋要喺凡事上都鍾意謙卑,並且好似迦底米迦勒咁,渴慕進入那流奶與蜜之地。我哋唔好貪慕任何有害嘅嘢,免得好似亞倫咁被滅亡。我哋要鍾意佢(悔改後)嘅良心,好叫佢喺每一時都謙卑我哋,並喺試探嘅時候拯救我哋,好似喇合咁。 我們不可貪戀任何美味,免得它摧毀我們,正如以利亞的眾子被摧毀一樣。我們要像撒母耳那樣,守住自己,遠

離一切不義,使我們不對鄰舍行任何惡事。 我哋唔好鍾意惡意嫉妒人,免得佢(悔改) 棄絕我哋,就好似佢對待掃羅咁。我哋唔好鍾意以惡報惡,好等佢(悔改)可以保護我哋脫離惡,就好似佢對待大衛咁。 我哋唔好鍾意自誇同虛榮,免得佢將我哋從我哋父嘅面前趕出去,就好似對待押沙龍咁。但我哋要鍾意謙卑同誠實,好叫佢可以使我哋成為我哋父所有仇敵嘅報應者,就好似對待所羅門咁。 我哋要愛完全放棄一切,約束我哋的肢體,遠離一切死的工作,好叫我哋得着像提斯比人以利亞咁,對敵人充滿勇敢的心。我哋唔好貪圖安逸或放縱情慾,免得(悔改)照佢摧毀亞哈咁,摧毀我哋。 我哋要努力爭扎到底,免得失去祂嘅聖潔產業,好似以色列人拿哈各人咁。我哋要喺凡事上都服從喺神裏面嘅父老,斬斷自己一切嘅私慾,好等我哋透過完全順服佢哋,佢哋嘅祝福可以常留喺我哋身上,就好似留喺以利沙身上咁。 我哋唔好做貪戀錢財或者花言巧語討好人嘅人,免得像迦底流一樣受懲罰。我哋要凡事都愛忠信嘅人勝過自己,好叫(悔改)賜福畀我哋,就好似眷臨書念米迦勒嗰樣。 我哋唔好成為可恥行為嘅熱衷者,免得牠喺祂面前摧毀我哋,就好似亞希雅同西底家畀巴比倫王用火燒死咁。我哋要為咗靈魂,恨惡罪惡,甚至至死,好等牠喺我哋急需嘅時候幫助我哋,就好似幫助蘇珊娜咁。 我哋唔好貪戀各樣美味,免得佢離棄我哋,就好似佢冇離棄嗰啲從尼布甲尼撒王筵席上拎食物嘅人一樣。我哋要喺一切事上都愛受苦,好等佢可以因我哋而喜悅,就好似佢因同亞撒利雅一齊嘅人而喜悅咁。我哋唔好好似巴比倫人咁,對信徒嘈吵埋怨。 我哋要行我哋嘅(禱告)禮儀,唔好縱容身體嘅懶惰,好似但以理寧願死都唔肯放棄每日嘅禱告。因為神有能力保守愛佢嘅人免受試探,並殲滅惡人。 如此,義人(但以理)對上帝的信心,使野獸變為小羊和綿羊。那賜悔改的上帝是福的,在他面前,那愛他(悔改)並將頸項置於他旨意(悔改)軛下的人是福的,直到他按上帝的旨意從上面重生。

**29.** 所以,弟兄啊,人需要有极大的分辨力、剪除一切属肉体的私欲,并在一切道路上警醒,好叫他不至于失迷,或落在仇敌(即悔改的仇敌)手中。 因此,自以為義的態度令他剛硬,罪人的譴責令他遠離,而懶散者的羞辱令他被隔絕。箴言書上關於她寫道:*「通往她屋子的道路又窄又深;懶惰人所吃的餅,他卻不吃。她為丈夫製造華麗的衣服。」 「佢好似一位遠航返嚟嘅商人:佢為自己積聚財富」*(箴言31:27、22、14)。所以我哋要努力從呢啲話入面明白呢個意思。一個商人喺裝貨嘅時候,唔會淨係放一種貨品,而係放晒所有佢知道可以賺錢嘅嘢。 當佢見到有人蝕本,佢唔會同佢哋爭,而係同啲已經致富、安居樂業嘅人競爭。佢遠離一切會令自己蝕本嘅嘢,追求一切會令自己盈利嘅機會,直到自己買到一樣為止。 佢嘅鐵律就係:凡係有盈利嘅嘢,佢都要再去買;仲要問啲唔妒忌佢、已經致富又安居樂業嘅人,呢樣嘢應該賣幾多,嗰樣嘢應該買幾多。呢種就係渴望無阻礙咁見到上帝嘅靈魂。 佢唔會只做一單生意,而係要搵盡所有有利可圖(即係得救)嘅生意;如果佢聽到有邊單生意唔賺錢,就會即刻走開,免得蝕本。

**30.** 現在,我弟兄,你自稱係耶穌嘅商人咩?咁就要小心做呢份買賣。君王嘅買賣,絕對唔會蝕本。 以下呢啲嘢對祂嚟講係無益嘅:世俗嘅榮耀、驕傲、自義、狂妄、傷人嘅言語、放縱、誇口,同埋鍾意享樂。呢啲嘢對耶穌嘅商人嚟講都係無益嘅,如果佢哋嘅舖頭入面有呢啲嘢,就根本唔可能討得祂嘅喜悅。 弟兄啊,自己省察一下:你裡面有甚麼?讓你的心思審察你的情感:哪樣結出神所喜悅的果子,哪樣被罪惡所吸引?你的眼睛難道不被享樂的甜美所吸引?你的舌頭難道不被狂妄所勝?你難道不看見你的心在人的榮耀中喜悅? 你嘅耳仔唔係鍾意聽人背後講人哋壞話咩?呢啲全部都對心思有害。喺利未記度寫住:「你要咁同亞倫講:*『凡有殘疾嘅潔淨動物,都唔好獻喺我嘅祭壇上,免得你死。』*」(利未記22:18、20)亞倫係心思嘅象徵。 因為仇敵通常會將佢嘅邪惡摻雜喺好嘅事工入面,所以神吩咐要先檢查過先至獻畀佢,免得人死。不過,所謂「死」,就係由默想跌落嚟,同嗰班想玷污你感官嘅人達成協議。

**31.** 呢啲就係嗰啲曾經愛過耶穌、並將信心放喺祂身上嘅人所講嘅說話! 佢哋嘅靈魂就成為一個以各種美德裝飾嘅新婦,擁有自己嘅聖潔鏡子,正如使徒所言:*「我哋眾人敞露面容,照主嘅榮耀,並且按主嘅靈,從榮耀到榮耀,被變化成同一個形像。」*(林後3:18) 因為*「凡此都是鏡中照像,模糊難辨;以後卻要面對面。」*(林前13:12)所以,因純潔成為祂新婦的人,要像照鏡子一樣,審視自己,看看面上有冇瑕疵,免得惹新郎不喜悅。 因為祂尋找心靈純潔、無瑕疵的處女,正如經上論到利百加說,她面容極其美麗,而且未曾與人同房。(創世記24:16) 先知又說:*「處女要跟隨他被帶到王面前;他的忠信者要被帶到你面前。」*(詩篇 44:15)*「要被帶到」*指向他聖潔的人性,*「他的忠信者」*則指向他們對他的歸屬。因為藉住聖洗禮重生,已經更新咗佢哋,脫離一切舊有;而悔改又潔淨佢哋,令佢哋成為聖潔嘅處女,佢哋

已經忘記晒所有舊有,唔再記得,正如先知對佢哋所講: *「女兒啊,你要聽,要留心;側耳而聽,要忘記你的民,和你父的家。那時王要喜悅你的美貌。」* (詩篇 44:11–12) 天上眾軍都要為佢嘅純潔而驚嘆──因為懺悔已經潔淨咗佢,令佢同主合而為一──佢哋會問:*「呢個手扶住兄弟上來、潔白如雪、裝飾華麗嘅女子係邊個?」* (雅歌 8:5)

**32.** 所以,我哋要盡我哋所有力量,流淚努力,一步步脫去舊人嘅行為,並謹防一切有害嘅行為,直到祂嘅愛臨到我哋,除咗我哋身上屬地嘅形象,喺我哋心裏放咗祂聖潔嘅天上形象,使我哋配得上祂, 遠離一切罪惡,正如使徒所說:*「我們既然穿了屬地上的形狀,就必再穿屬天上的形狀。」* (林前15:49)。因為使徒知道,自從違犯律法以來,冇人唔犯罪,而悔改可以令人生返無罪嘅更新; 所以佢話我哋要棄絕違犯誡命者嘅行為,而要實踐──即係我哋主耶穌基督嘅聖誡。祂施憐憫,背負咗人嘅奴役,為要領人入隱藏嘅樂園,賜俾佢一切聖德,令佢得以嘗到生命樹,而生命樹就係純潔 由祂親自顯現,並以火焰之劍安撫了守住生命樹之道徑的基路伯──那火焰之劍即係祂聖言的知識,隨時保護祂的信徒, 並遮蔽佢哋嘅耳,唔畀佢哋聽蛇嘅任何言語,提醒佢哋以前所陷入嘅痛苦奴役,免得佢哋再返去,並教導佢哋要不停咁感謝用佢寶血贖回佢哋嘅主。 祂以十字架塗抹咗佢哋嘅罪狀(西2:14),使佢哋成為弟兄同朋友(約翰福音15:14; 20:17),祂按着恩典將聖靈傾注在他們身上,安慰了他們的心,祂說:*「我要升去我父,也是你們父那裡;我神,也是你們神那裡。」* (約翰福音20:17)。 此外:*「父啊,我願你無論我在哪裡,所賜給我的,也同我在一處,好叫他們看見我所享的榮耀,就如你從創世以先愛我一樣。」* (約翰福音17:24、23) 佢又顯示畀我哋,佢講嘅唔係每一個人,而係嗰啲放低自己意思、跟從佢聖潔旨意、同埋斷絕一切對呢個世界慾望嘅人。因為佢話:*「我從世人中揀選咗佢哋;所以世人恨佢哋,因為佢哋唔屬於呢個世界。」* (約翰福音15:19; 17:9, 14). 你睇到咗嗎?就係嗰啲離棄世俗事物嘅人,先至被認為配得上做主耶穌嘅新婦。佢哋與佢合一,正如使徒所講:*「因此,人要離開父母,與妻子聯合,二人要成為一體。」* *「呢個奧祕真係偉大;但我講嘅係指基督同教會。」* (以弗所書5:31-32)佢又話:*「為要叫我成為同路人、同作佢嘅後嗣,同埋因福音得與基督耶穌同作應許嘅繼承者。」* (以弗所書3:6) 你睇吓,祂嘅聖靈就住喺嗰啲被認為配得同主成為一體嘅人入面?祂幫助佢哋;祂照顧佢哋,正如主所講:*「唔係你哋講,乃係你哋阿爸天嘅靈喺你哋入面講嘅。」* (馬太福音10:20) 同樣地,使徒*說*:*「但神藉着聖靈向我們啟示這些事,因為聖靈參透萬有,連神深奧的事都參透。」* (林前2:10)他又接下來說*:「我們卻有基督的心。」* (第16節)那麼,基督的心如何能存留任何罪的念頭呢?

**33.** 弟兄啊,你要用心細細思想這奧秘:世上各種生物都生出與自己同一類的,不會生出另一類,無論是家畜、野獸、爬行動物或飛鳥。 點解上帝要將佢哋全部帶畀亞當──睇吓有冇一樣嘢似佢?但係冇一樣搵到,因為佢哋唔係佢嘅本性。跟住上帝就由亞當條肋骨拎出一塊,造咗佢做亞當嘅妻子,正如祂當年由男人度拎出嚟咁。 呢個偉大嘅奧秘亦都喺成為基督新婦嘅人身上見到,因為佢哋透過重生,成為佢嘅本體同聖體嘅一部分,正如使徒所講:*「我哋眾人喺基督裏都係一個身體,並且各自成為彼此嘅肢體。」* (羅馬書12:5) 又有一節經文:*「因為我們是屬他身體的,屬他肉體的,屬他骨的。」* (以弗所書5:30)你看見祂的旨意了吗?祂要人喺各方面都同祂一樣,就好似夏娃由亞當而出,喺各方面都同佢相似。 如果我哋有啲似畜生嘅愚蠢、似野獸嘅貪婪、似雀鳥嘅多變,或者似爬蟲嘅毒性,咁呢啲靈魂就唔可以成為祂嘅聖潔童女同新婦,因為佢哋同祂嘅作為唔相符。 你睇吓,兄弟,祂幾咁渴望人效法祂,脫離一切不自然,好令到人配得上做祂嘅新婦?靈魂就係透過佢嘅行為去認出佢自己嘅思想。 如果佢行屬靈嘅作為,就證明聖靈住喺佢入面,因為聖靈嘅作為重生靈魂,令佢脫離情慾。主話:*「如果你哋愛我,就要遵守我嘅誡命。」* *「我要求父,父就另外賜給你哋一位安慰者──真理嘅聖靈」* (約翰福音14:15–17)。使徒又話:*「你哋自己唔知道自己,唔知道基督喺你哋入面,除非你哋係無用嘅?」* (林後13:5)。

**34.** 你睇到咩,如果有人冇耶穌嘅作為,就係愚昧,唔係祂嘅新婦?所有童女都預備咗燈,但冇作為嘅就留喺門外。 一張拋入海裡嘅漁網撈到各樣嘅魚,但只有好嘅先被接納入天國。雜草同麥子一齊生長,但到收割嘅時候,雜草就綑成捆,拋入火中。 所有枝子都留喺葡萄樹上,但冇結果嘅就被扔入火中。羊同山羊一齊食草,但佢只帶入羊,山羊就被趕出去。撒種嘅人 equally 撒晒所有種子,但只有喺好土裏生長嘅先令佢開心。 那給銀子(他連得,mnás)的人,給得毫無偏心,但只有將銀子翻倍的人,才令他喜悅。大家都受邀去婚筵,但那沒有婚禮之衣的人(王)就命人將他扔到外面黑暗裡。 呢啲說話都關乎我哋,因為我哋都口稱信,但冇佢神性作為嘅人,佢都要趕出去,正如佢所講:*「被召嘅多,得選嘅少。」* (馬太福音22:14)

**35.** 弟兄姊妹們,等我哋自省,喺見主之前審視我哋嘅所作所為。 我哋唔好睇嗰啲放縱心裏肉體慾望嘅人,免得我哋喺急需之時浪費我哋本該擁有嘅豐盛財富。我哋要努力去獲得呢份財富,並要藐視嗰啲最終要拋下、好似敵人咁嘅嘢。 我們要反思那些將一生勞力都花費在追求必朽壞之物上的人,他們放棄了那些東西,離世而去,因此承受了 gehenna 的刑罰,因為他們不肯跟隨主腳蹤行,好使自己配得成為祂的新婦。 所以,我哋要喺神面前流淚、帶住憂傷嘅心同暗中嘅哀號去努力,免得我哋落入同佢哋一樣嘅可恥境地。 因為當海上有暴風狂湧,好多艘船沉沒,但亦有啲船完好無缺,佢哋唔會話:「我哋都會畀深淵吞沒,好似佢哋咁。」反而會互相鼓勵,唔好灰心,並懇求上帝幫助。的確,而家地上正有一場大風暴。 所以我哋要喺各方面勉勵自己勤力,向主呼求,免得我哋滅亡;就好似海上有大風暴嗰陣,船長總會喺水手同乘客中搵到鼓勵佢嘅人。 (我哋要明白)如果一個人唔肯拋棄一切引向滅亡嘅嘢,就唔可能從呢個風浪洶湧嘅大海中得救。摩西亦直到渡過海,見到嗰啲想留住佢子民喺埃及做奴隸嘅人死咗,先至唱出詩歌讚美主。 當佢將佢哋帶過海,當佢哋完全得自由,先至佢大聲呼喊:*「我哋要向主歌唱,因為佢以榮耀得勝;佢將馬同騎馬者拋入海中。」*(出埃及記15:1)

**36.** 因此,當心靈將靈魂的功用從肉體的慾望中解救並轉離時,沉思的柱子就會將靈魂與肉體的慾望分開。 咁,如果上帝見到情慾嘅無恥,見到佢哋衝向靈魂,想令靈魂嘅感官留喺罪中,而心靈卻不停喺暗中同上帝同在,祂就會差遣祂嘅幫助,一次過將佢哋全部摧毀,正如經上所寫:*「耶和華對摩西說:『你為甚麼向我哀求?吩咐以色列人起行。你拿著你手裡的那支杖,向海伸出,海就枯乾。』」*(出埃及記14:15–16) 上帝而家都忠實咁向摩西伸出援手,拯救以色列人脫離埃及人──我哋曾經滿足過佢哋嘅慾望──咁我哋先至有資格唱新歌讚美祂,唱道:*「我哋要向主歌唱,因為祂以榮耀為自己添上榮耀。」* 但係,如果我哋仍然執着住仇敵,自願轉向埃及,貪慕佢哋嘅食物,並催促亞倫:*「造神像」*帶領我哋返去埃及(出32:1)──如果我哋因為懦弱而藐視屬靈嘅食物,神就咁樣被我哋激怒。然而,神大有能力,祂會叫摩西由山上返嚟,將我哋激怒神嘅金牛犢摧毀。 賜予我哋悔改機會嘅神,能夠再次將我哋帶返祂身邊,並賜力量畀摩西為我哋祈求,佢咁講:*「如果你肯赦免佢哋嘅罪,就赦免佢哋;如果唔肯,就刪去我嘅名,唔好寫喺生命冊上。」* (出32:32),並在適當時候賦予耶穌能力,去摧毀那些憑嫉妒詭計佔據應許之地嘅七個列國──好等以色列承受佢嘅產業,永遠無嫉妒咁居住喺度。 阿們。力量屬於祂,幫助屬於祂,保護屬於祂,智慧屬於祂,防禦屬於祂。主耶穌基督,祢與我同在,為要榮耀天父和聖靈──「 」──於亙古之前、而今、直到永遠。 阿門。弟兄,當你讀完呢段嘢,要小心實踐,好叫主喺試煉嘅時候保護你。阿門。

## *26. 以賽亞門徒阿爸彼得相傳的話*

**1.** 我父說:「要有勇氣去糾正一切需要糾正的事。純潔向上帝禱告。敬畏上帝和自制(在萬事上)能除掉罪過。若有人心存報復之念,他的禱告是徒然的。」 唔好向呢個時代嘅事求教或搵指引,亦唔好畀向你求教嘅人意見。要時刻留心你內心嘅聲音,並向上帝祈求,賜你分辨咩說話值得聽嘅恩典。用盡你嘅力量,唔好口裡講一套,心裏面又藏住另一套。

**2.** 佢又話,帶住明白喺神面前謙卑自己,同帶住謙卑去遵守誡命,就會帶來愛,而愛就會帶來無慾。

**3.** 佢又話,修習默觀嘅人,要每小時自我檢視,睇吓自己有冇已經超越嗰啲本應令自己懸浮喺空嘅力量,亦即係睇吓自己係咪喺呢度仍然得着咗自由。只要自己仲受佢哋嘅奴役,就未算真正得着自由。 所以,在他蒙恩之前,他都要勞苦。

**4.** 佢又話:「心裏存有定罪嘅人,離神嘅恩典好遠。」當我問佢呢句嘅意思,佢就話:「如果你想跟從我哋嘅主耶穌基督,就要遵守佢嘅話; 如果你想同祂一齊釘死舊人,就要斬斷引誘你遠離十字架嘅嘢,預備自己去忍受羞辱,安慰嗰啲令你苦毒嘅人,謙卑自己,制服自己嘅慾望,閉口不言,心裏面唔好論斷任何人。

**5.** 佢又話,一個行默觀嘅人,對見到上帝要有一種驚到透唔過氣嘅恐懼;只要罪惡仲吸引住佢嘅心,呢種恐懼就未喺佢身上達到完美,而憐憫都仲離佢好遠。

**6.** 佢又話:「好可惜,我哋口頭上講得無情,但心入面卻充滿咗不法同邪惡。」

**7.** 佢又話,如果一個人唔肯甚至至死都努力,令自己嘅身體變得好似所愛嘅耶穌嗰個,就唔能夠同佢歡喜相見,亦未得自由脫離痛苦嘅奴役。

**8.** 佢又進一步咁講:「可憐啊!可憐啊!可憐啊!靈魂究竟淪落到咩地步!佢本係喺咩潔淨中被造,而家卻喺邊個權勢之下,又被邊種虛空所捆綁!」

**9.** 佢又話: 「你喺呢個肉身入面嘅時候,我求你,唔好令你嘅心鬆懈;就好似一個人喺佢嘅田入面嘅種子仲發芽嘅時候,唔可以期望會有果實──因為佢唔知道收喺佢穀倉入面之前會點──同樣,一個人唔可以*喺『鼻孔入面仲有氣息』嘅時候令佢嘅*心鬆懈。 (約伯記27:3),正如人唔知自己會喺最後一口氣前遇到咩苦楚,所以人唔可以喺仲有氣息嘅時候放鬆自己嘅心,而要時刻向神呼求,求祂幫助同憐憫。

**10.** 我問佢:「父啊,謙卑係乜嘢?係乜嘢令到人有謙卑?」佢就同我講:「順服、喺謙卑中無難處地割除自己嘅意志、純潔、承擔侮辱、唔覺得鄰舍嘅說話係負擔──呢啲就係謙卑。」

**11.** 佢又講:「凡係喺見到基督之前,已經穿上新人的,真係有福氣。」 使徒又說:*「血氣之中不能承受神國。」*(林前15:50),他又說:*「因為在你們中間有嫉妒、紛爭,豈不是屬乎血氣,照着世俗行事麼?」*(林前3:3)

**12.** 佢又話:我哋喺仇敵手下受咁多苦楚,就係因為我哋冇真正認清自己嘅罪,亦冇用分辨嘅智慧去經歷憂傷;因為如果憂傷喺我哋心入面顯現,就會將我哋嘅罪擺喺我哋面前。 當我哋真真正正得以看見自己嘅罪時,我哋甚至連望住面前嗰啲人嘅面都感到羞愧,甚至連望住啲無恥嘅女人都覺得難為情,因為佢哋比我哋更可敬;佢哋之所以敢公然犯罪,就係因為佢哋唔識神,而我哋呢班信徒嘅心卻仍然充滿罪惡。

**13.** 佢又話: 為咗神,忍受責備,將自己嘅意志屈服於鄰舍,唔畀仇敵有機會趁入,呢種人先係有行動嘅人;因為如果有人有敏銳嘅心思,憑智慧喺主耶穌腳前站住,佢就會小心剪除自己嘅私慾── ──好唔至於同佢所愛嘅主分開。 但係凡事都堅持自己意思嘅人,就算同信徒都唔得安寧,因為怯懦、忿怒同對弟兄嘅怨恨時刻纏住佢心。話「講都講唔出,聽都聽唔到,對我冇影響」嘅人,就好似個盲人,無論帶入定帶出,都見唔到光。 由日頭嘅事就可以明白:就算一塊細細嘅雲,都可以遮住佢嘅光同暖。但呢樣嘢唔係人人都睇得出,只有有知識嘅人才知。

**14.** 佢又講:'一個時時謹記自己罪過嘅人,冇舌頭同其他人講嘢。'

**15.** 佢又話:「要憎恨世上所有嘢,同埋肉體嘅安逸,因為佢哋令你成為上帝嘅仇敵。就好似有人有仇敵就要同佢打仗咁,我哋都要同自己嘅肉體打仗,唔好畀佢任何喘息機會。」

**16.** 佢又話:「愛神嘅信徒,要留心自己每一念,檢視佢哋,考慮係咪由自己嘅身體發出。因為只要有唔自然嘅慾望控制住佢任何一肢,就未可以算係處女。」

**17.** 我問佢:*「*福音禱告文*『願祢的名被尊為聖』*呢句嘅意思係乜?」佢就話:「呢句只適用於完美者,因為喺我哋呢班被慾望所控制嘅人入面,神嘅名根本唔可能被尊為聖。」

**18.** 佢又話:「我哋古代嘅先賢教導我哋,退隱(離開世界)就係逃離身體(放棄身體)同埋思念死亡。」

**19.** 佢又講到同鄰舍和好,話喺冇和平嘅地方,上帝唔會住喺度。認清自己罪過嘅人,就會識到和平。因為唔係罪惡令上帝冇位住,而係謙卑先至令祂有位。 大衛,佢話,同烏利亞嘅妻子行咗罪之後,除咗以下呢段說話,冇其他嘢可以獻畀上帝做贖罪嘅祭物:*「破碎嘅心靈係獻畀上帝嘅祭物;破碎同懊悔嘅心,上帝啊,你唔會輕視。」*(詩篇50:19)

**20.** 佢又話,怯懦同埋譴責人,會令心入面充滿反叛,令佢見唔到上帝嘅光。

**21.** 佢又話:「要盡你最大努力,避免以下三種腐蝕靈魂嘅慾望:貪心、野心同懶散;因為當佢哋喺靈魂入面佔上風,就會令靈魂無法成長。」

**22.** 佢又話:「如果你坐喺你嘅小房入面,心入面起咗個念頭去論斷你嘅鄰舍,就要用你自己嘅罪去衡量佢,並且要認為你嘅罪比佢嘅罪更大。同樣,如果你覺得自己做緊義行,就唔好以為呢啲行為能夠討好上帝。」 身體上每一個健康嘅部位都會照顧嗰個病咗嘅部位,對住佢講:「我同佢有共同點。」然後同情佢,直到佢康復為止。 心硬嘅人暗地裏心裏面講:「我從來未犯罪。」但係有謙卑嘅人就承受住鄰舍嘅責備,講:「係我犯罪咗。」 輕視謙卑者心裏以為自己聰明,從未傷害過任何人;敬畏上帝者則關懷美德,唯恐其中任何一樣失喪。

**23.** 佢又話:「如果你坐喺你嘅小房入面做禮拜 (對神)敬拜,而你嘅心被任何唔屬神嘅嘢吸引,你又以為呢啲唔係罪──只係諗嘢,唔算犯罪──咁你所作嘅靜默敬拜就唔係真嘅。 如果你話:「上帝會接

受我喺靜默中獻出嘅心意。」咁你就要認同,就算你嘅心喺靜默中同惡勢力勾結,嗰份靜默都算係對上帝嘅罪。

**24.** 我問佢,佢同我講,喺戰時同和平時期都搵唔到幫助嘅人,就唔能夠信。

**25.** 佢又講到教導,話呢件事本就有恐懼,唯恐自己對所教嘅嘢犯罪;一旦犯罪,就唔可以再教。

**26.** 佢又講到聖餐:「哀哉我!」 哀哉我!因為如果我同神嘅仇敵相交,我點可以同祂有交通?咁樣,我一領受,就等於將審判同定罪帶畀自己。因為我哋所講嘅話係:「聖者領聖者」,即係話,聖者(應該領受)呢啲聖(禮)。但如果我係聖潔,咁喺我入面作嘢嘅又係邊個?

**27.** 我問佢:「敬畏上帝係乜嘢?」佢就同我講,凡係被非上帝嘢吸引嘅人,就冇敬畏上帝。

**28.** 我又問佢:「神嘅僕人係乜嘢?」佢同我講,只要一個人仲受自己情慾嘅奴役,就唔可以算係神嘅僕人;反而係嗰啲掌管佢嘅嘢嘅僕人。

**29.** 我又說:「哀哉!哀哉!我沒有努力潔淨自己,好使自己可以得恩典。哀哉!哀哉!我沒有努力在戰場上打敗仇敵,好使我可以與基督同作王;因為被他人奴役的人,怎能親近他的君王呢?哀哉!」 哀哉我!主的名竟臨到我身上,而我卻為祢的仇敵勞力。哀哉我!哀哉我!我竟參與我神所憎惡的食物,因此祂不醫治我。

**30.** 我去探望他時,見到他病得十分痛苦。見到我因他受苦而心痛,他就對我說:「只有在承受如此病痛時,我才能勉強記起那苦 bitter 小時;但肉體的健康對(追求這些事)毫無用處。」 佢為咗同神作戰,追求健壯嘅身體,但每日澆水嘅樹唔會枯萎,亦唔會停止結(同類)嘅果。

**31.** 佢又話:「人要有一顆勇敢而高尚嘅心,先至可以細心遵守上帝嘅誡命。」

**32.** 佢又講:「哀哉我!哀哉我!因為有控告者喺我面前,有啲我識,有啲我唔識,我都唔可以否認佢哋。哀哉我!哀哉我!因為我有控告者,我點可以見到我主同祂嘅聖徒呢?當我嘅仇敵喺祂面前連我身上一個健全嘅部位都冇留下!」

**33.** 我問佢:「過沉寂生活嘅人要點做?」佢就同我講:「過沉寂生活嘅人要三樣嘢:不斷嘅敬畏、持續嘅禱告,同埋無時無刻嘅警醒守望自己嘅心。」

**34.** 佢又講,一個行默觀嘅人要守住自己,唔好聽任何對佢冇益嘅一句說話,因為咁樣會摧毀佢嘅工夫。

**35.** 佢又講到阿爸塞拉皮翁,回憶有一次一位長老問佢:「為愛之故,同我講,你點睇自己?」佢就答:「我好似企喺塔頂望住過路人,揮手叫佢哋唔好走近我。」 當時問佢嘅長老就對佢講:「我呢方面,就係見到自己好似喺自己周圍築咗道圍牆,用鐵閂鎖實咁,所以當有人敲門,我就唔知係邊個喺度,或者佢哋由邊度嚟,或者佢哋想要乜嘢,或者佢哋係點樣,我就唔開門畀佢哋,直到佢哋走咗為止。」

**36.** 佢又話:「凡以謙卑嘅心尋求主嘅人,主都會聽佢,只要佢有智慧咁求,又以謙卑嘅心切切尋求,唔受任何世俗事物嘅羈絆,而係存敬畏嘅心關心自己嘅靈魂,好等佢靠自己嘅力量,喺神嘅審判台前呈上無可指責嘅靈魂。」

## *27. 論「你要謹慎自己」(申命記15:9)*

**1.** 你要謹慎自守,大膽地相信,我們的主耶穌基督──祂本是神,擁有難以言喻的榮耀和威嚴──已經成為我們的榜樣,*好叫我們「跟隨祂的腳蹤行」*。 (彼得前書2:21),並且為我哋嘅緣故,以至高無上嘅謙卑自卑,取咗奴僕嘅形像,成為貧窮,視羞辱為無物,忍受咗好多可恥嘅侮辱,正如經上所寫, *「祂像被牽去宰殺的羊,又如在剪毛者面前的羊羔,是默不作聲。」* *「祂以卑微被奪去審判」*(以賽亞書53:7–8),—並且(最終)祂為我們忍受了極大的羞辱而死:好叫我們也照祂的命令,並因自己的罪,甘願忍受,無論有人正當或不當的辱罵或誣衊我們, 「……—又或者,若有人要將我哋驅趕到死,就等我哋好似羔羊被牽去屠宰場一樣;就好似冇知覺嘅牛隻一樣,完全唔作抵抗,反而,如果可以,就禱告,或者至少懷住極大嘅謙卑,保持沉默。」

**2.** 你要留心自己,相信為神的名受侮辱和羞辱,並樂意而安詳地承受,默想因我自己的罪,我本該受更重的苦,而且在各方面我都算配得上為主受苦和擔當一些事, 好讓我在重重苦難和屈辱中,或許即使只是一點點,都能效法我主所受的苦楚。每當你想起曾侮辱你的人,就當真誠地為他們祈禱,就好似為那些曾賜予你大福份的人一樣,絕不對他們有任何怨言。

**3.** 要非常小心,將自我重要感同對榮耀嘅鍾愛──即係對榮耀、名聲或 人讚賞嘅渴望──視作一大死期、靈魂嘅毀滅同永遠嘅折磨;並且要藐視同徹底憎恨佢哋,亦要憎恨自己以為自己係啲乜嘢、以為自己有咩美德、或者以為自己比其他人好嘅念頭; 並且斬斷一切可恥的慾望和肉體的快感,無論多麼微小; 同樣地,唔好冇必要同人社交,唔好接觸其他人嘅身體,連唔啱時間食少少都唔好;透過咁樣約束同警惕自己喺小事上,你就可以唔會跌入嚴重嘅罪過,亦因為輕視小事,而唔會慢慢喺大事上犯罪。

**4.** 要真心誠意,真真正正咁將自己視為所有基督徒中最卑微、最罪惡深重嘅人,要令你嘅靈魂時刻啜泣、謙卑同呻吟;並且,作為一個唔配嘅傻瓜,要永遠保持沉默,除非必要,否則一字都唔好講。

**5.** 要時刻謹記並將永恆之火同永恆嘅刑罰,以及被定罪嗰啲人,永遠擺喺你眼前,並且要將自己視為其中之一,而唔係視為活着嘅人。

**6.** 密切留意自己,知道我哋嘅主為咗我哋死咗又復活,所以你唔好再為自己活,而要為嗰位為咗我哋*「死咗又復活」*嘅主而活(林後5:15)。要堅強,相信你永遠喺祂同在中,祂睇到你嘅心。

**7.** 要非常小心,時刻準備好全心全意、有信心去順服上帝的旨意,無論是死亡、生命,或任何苦難;並且要時刻預備面對將要臨到你身上那大而可畏的試煉、苦楚、折磨,以及最痛苦的死亡。

**8.** 你要好小心,好似喺神面前咁,乜嘢都唔好冇經過祂嘅旨意就做,就算係最細微嘅事都唔好。無論你想做乜──係講嘢、行事、探人、食嘢、飲嘢、瞓覺,定其他任何嘢──都要先確定係咪合乎上帝心意,並承認自己點解想要咁做;然後先喺上帝面前照樣去做。 如此,在你的言行之中,都要向神承認自己,好叫你更熟悉祂,並在祂面前更有膽量。

**9.** 好小心,如果有人用任何方式冒犯咗你,令你感到傷心或嬲,就要保持沉默,只講合適嘅說話,直到你透過禱告先平靜咗自己嘅心;咁先可以同你嘅弟兄講嘢。 如果你需要責備弟兄,而你自己處於憤怒和激動的狀態,就絕對不可對他說任何話,免得你更加惱火。但當你見到你和對方都心境平和、態度溫柔時,就用謙卑的心,以提醒者的身份與他對話,而非以責備者的口吻。

**10.** 要非常留意,每日都要預備好面對將要臨到你身上嘅試探,無論係死亡、極大嘅悲傷同苦難,都要甘心樂意、無憂無慮咁去承擔,記住*「我哋要經過好多艱難先能進入神嘅國度」*(使徒行傳14:22)。

**11.** 凡你面前的事──無論是言、行或心思──都要小心,不可追求自己的意思或自己的安舒,而要謹慎分辨上帝的旨意, 並要盡心盡力去完成;即使看似艱難,都要為天國忍受一切,全心相信這對你有益,勝過一切人的智慧:因為祂的誡命就是永生,而*「尋索主的人,必不缺乏任何好處」*(詩篇33:11)。

**12.** 要時刻謹記,好似你一直喺神面前咁,唔好向任何人期望任何嘢,而要憑信心,只向祂一個人期望一切。你需要乜嘢,就向神禱告,好按祂嘅旨意得著所需。要為你擁有嘅一切,時刻感謝神,因為呢一切都係祂賜畀你嘅。 如果你失去任何嘢,就唔好將希望寄託喺任何人身上;亦唔好為任何人悲傷或埋怨,而要歡喜愉快、無憂無慮咁承受,心裏面咁諗:「我因罪過本該受更大嘅悲痛;但係,如果神要憐憫我,佢就可以。」 如果你採取呢個態度,祂就會滿足你一切嘅需要。

**13.** 你要留心自己:除非你確定神因你行義而賞賜畀你,否則就唔好接受任何嘢;確定咗之後,就要安然無憂咁接受。 但當你見到佢嚟自不義、爭吵、欺騙同偽善,就要拒絕同拋棄佢,記住*「敬畏耶和華,勝過大財;口素足潔,強如豐盛的祭物。」*(箴言15:16)。

**14.** 你要留心自己,並勉強自己保持沉默,好叫上帝賜給你爭戰和努力的力氣。 但如果有人要同你講嘢,而你自己先察覺到呢個需要係蒙福,並且喺呢個情況下,照神嘅旨意講嘢比沉默更好,咁就最後喺敬畏同戰兢中開口,低垂你嘅面容,用尊重同得體嘅言詞。 當你同任何人講嘢,為咗愛,要簡短,盡快保持沉默。如果有人問你嘢,就只講必要嘅,唔好多講。

**15.** 要非常小心,不但要遠離性方面的不道德,連眼睛、耳朵、舌頭同觸覺嘅慾望都要戒除;你嘅眼睛要時刻只注視自己同手頭嘅工作,除非你見到真係有神聖嘅需要,否則唔好望向其他人。 至於貌美的女人或男人,除非必要,否則切勿望向他們。也不要讓你的耳朵聽到任何關於他人的壞話,或閒雜言論。要令你的嘴脣保持沉默,除非必要,否則切勿開口。

**16.**我親愛的人,當你讀到這些話時,要盡力去遵守,好叫你喺試探嘅時候,神可以保護你。阿門。

## *28. 論惡的枝條*

**1.** 講到罪惡的枝節是必要的,好叫人知道什麼是情慾,以及什麼能使人與神隔絕,並且可以為每一樣向祂求恩典──使祂的幫助常與他同在,並賜給他力量(去對抗它們),直到他能完全擺脫它們為止。因為佢哋係靈魂嘅創傷,令靈魂同神隔離。

**2.** 那脫離咗佢哋嘅人是有福嘅,因為佢會成為一隻有智慧嘅羊,配得上上帝嘅祭壇,並且會聽到主喜樂嘅聲音:*'好啦,你呢個良善又忠心嘅僕人;你喺少少事上忠心,我要派你管理好多事:請入去享受你主嘅喜樂'* (太25:21)。 但凡想跟從肉體慾望,又唔肯用懺悔呢味聖藥自我醫治以至潔淨,到緊要關頭就會赤身露體,冇咗美德嘅衣裳,會被拋入極大嘅黑暗,嗰度係魔鬼居住之地,牠身穿嘅就係七大情慾嘅衣裳,佢哋係: 通奸、慾望、貪婪、譭謗、憤怒、嫉妒、虛榮、驕傲。 呢啲就係惡嘅枝枒,仲有好多類似嘅,例如:放縱、裝飾身體、輕浮追求、懶惰、戲言、無恥嘅目光、貪慕虛榮、無良、藐視上帝嘅審判、嫉妒鄰舍、對弟兄說謊、討好人, 虛假見證、虛假知識、好教人、鍾意世上嘅習俗、懦弱、不耐性、憎恨鄰舍、唔責備自己(冇自知之明同自滿)、鍾意人嘅榮耀多過神嘅榮耀、故意行善畀人讚賞,鍾意山珍海味,心裏放縱肉體情慾,將自卑(或自貶)當作誘惑,自誇自己有知識,好爭吵,堅持己見,自以為有理又聰明,卻把兄弟當作愚蠢,並羞辱他。

**3.** 这一切都发生在一个贫穷的灵魂里面,直到他与神分离。这就是亚当在尝了那树的果子时所背负的重担。就指着这些,经上说:*「他所担当的,是我们软弱;他所背负的,是我们疾病。」*(参见以赛亚书53:4……) 正正就係呢啲,我哋嘅主耶穌基督喺十字架上將佢哋治死。佢哋就好似嗰啲舊酒皮袋,新酒唔可以倒入去。佢哋就係嗰啲用嚟捆綁拉撒路嘅墳墓布。 佢哋就係基督所差入豬群嘅鬼魔。呢個就係使徒吩咐我哋脫去嘅舊人。佢咁講:*「血肉之軀不能承受上帝嘅國度。」*(林前15:50) 佢咁講:「因為你哋若照肉體生活,就會死。」(羅馬書 8:13)呢啲就係當亞當被逐出樂園時,從佢土壤裡長出嚟嘅稗子。

**4.** 然而,基督的軛是輕省的:無憤怒的純潔、良善、溫柔、靈裡的喜樂、情慾的節制、對眾人的愛、聖潔的理性、堅不可摧的信心、忍受患難、視自己為世上的寄居者,以及渴望離開身體去見基督。 呢啲就係基督吩咐我哋要背負嘅輕省擔子。呢條路,聖徒都喺上面歷盡千辛,直到走完。除咗脫去舊人、擺脫佢同獲得愛,冇人可以達到;而愛會令佢哋對一切都無牽無掛。 但係,只要我哋仍然鍾意呢世上嘅任何嘢,呢份愛就點都點唔起,正如經上所寫:*「你哋唔可以同時參與主嘅筵席,又參與鬼魔嘅筵席。」*(林前10:21)。以賽亞又話:*「有邊個可以對你講,有火正喺燃燒;有邊個可以對你講,有永恆之地;(除非)行義路、口說正言、憎惡罪惡和不義、手甩開賄賂;堵耳不聽流血之案、閉眼不顧不義──他必得住喺堅石上嘅洞穴高處:「佢嘅餅必得保障,佢嘅水亦必有定數。」*(以賽亞書 33:14–16)

**5.**你睇吓,上帝喺呢段短暫嘅時間內,點樣賜榮耀畀嗰啲努力奮鬥、透過承擔憂患去拋棄世界重擔嘅人?你睇吓,上帝嘅幫助點樣臨到嗰啲斷絕自己慾望、因跟從上帝旨意而抹去內心一切情慾嘅人身上? 至於嗰啲 ,緊貼自己嘅慾望想滿足佢哋,雖然*佢哋「開始於靈裡」*,但因為想成就自己嘅意思,撐唔住敵人,就*「結束於肉體」*(加拉太書3:3),令自己嘅勞苦徒然無果效。 先知耶利米因此責備他們,說:*「作耶和華差遣的,行主工的,必受咒詛。」*(耶利米書48:10)

**6.** 你睇吓,如果有啲人自以為事奉神,卻只係放縱自己嘅情慾,神就唔會同佢哋同在;反而任由佢哋自作自受,將佢哋交畀憎恨佢哋嘅人。 反而,佢哋本應向人索取榮耀,卻只換來羞辱,因為佢哋有堅守抵抗仇敵,直到上帝嚟幫助佢哋並使仇敵受辱。因此,按所有聖經所言,若無勞苦、汗水同受苦,上帝就唔會垂聽一個人。

**7.** 所以,我哋要全心全意、流着眼泪同憂愁,為咗主嘅緣故,服從每一個人, 謙卑自己,如同比弟兄更智慧的人,以善報惡,不以惡報惡,也不在心里怀着惡意恨任何人,反而心存合一,不说世上肉体的需要:「'呢樣係我嘅';但係每日檢視我哋嘅心思,睇吓佢哋有幾多進步,並守住佢哋,唔好容納污穢嘅念頭, ──剝奪身體嘅飽足,免得佢向我哋索取情慾嘅滿足──好叫身體喺靈魂面前受轄制,靈魂喺心思意念面前順服,成為一位從一切污穢中潔淨嘅新婦,向佢嘅新郎呼喊,說:*「等我弟兄落入佢嘅花園,喫佢果園嘅果子。」* (雅歌5:1)。

**8.** 所以,弟兄們,我們要努力,既然在祂面前得了這等膽量,也要得聽祂所說的話:*「我在哪裡,他們也要在那裡同我在一處」*;因為父啊,我已經愛他們,正如你愛我一樣。 *「你喺我入面,我喺佢哋入面」*(

約翰福音17:23–24)。願聖三一,同質同源、無始無終,憐憫我哋,使我哋喺審判日喺祂所有聖徒之中得享安息。願祂得榮耀同權能,直到永遠。阿們。

### *29. 哀歌*

**1.** 哀哉我哋,呢班輕浮短暫嘅受造之物,因為我哋暫時無序嘅肉慾,竟然無緣得見主嘅榮耀!

**2.** 哀哉我哋,因為雖然「必朽壞的要承受必不朽壞的」(林前15:50),但我哋輕視咗那必不朽壞嘅,反而被那必朽壞嘅 irresistibly吸引!

**3.** 哀哉我哋,因為我哋餵養我哋嘅肉體──注定要腐爛生蟲、惡爛──喺罪中,既唔懼怕要永遠折磨我哋嘅火,亦唔懼怕永唔眠嘅蟲!

**4.** 哀哉我哋,因為我哋嘅身體──被污穢所玷污──卻畀愛基督嘅人以鞠躬同親吻敬重,而我哋自己就好似粉飾過嘅棺木,心內藏住致命嘅罪!

**5.** 哀哉我哋,因為我哋喺飲食同山珍海味上放縱,喺心入面藏咗慾望嘅種子,因此被激起行無序嘅肉慾!

**6.** 哀哉我哋,因為我哋唔將可朽壞嘅同唔可朽壞嘅比較,亦唔畏懼神聖而可畏嘅公義!

**7.** 哀哉我哋,做好事時心志怯弱,卻對作惡充滿熱誠又行動迅速!

**8.** 哀哉我哋,因為我哋將身體──本可成為永恆光明居所──變做永恆黑暗嘅居所!

**9.** 哀哉我哋,因為祂──成為人子、與天父同質嘅──為咗我哋道成肉身,卻喺我哋裏面無處可放頭;反而邪惡嘅狐狸同欺騙嘅靈卻喺我哋裏面安居!

**10.** 哀哉我哋,因為心裏公義嘅人,會將佢哋嘅靈魂呈獻畀審判者,作為無可指責,又將佢哋嘅身體呈獻畀祂,作為聖潔而無瑕;但係我哋,因為玷污咗靈魂同污穢嘅身體,只能等待永遠嘅刑罰!

**11.** 哀哉我哋!因為我哋鍾意不義,同埋各種污穢,卻又自以為配得聖徒所應得嘅榮耀!

**12.** 哀哉我哋,雖然我哋被定罪,犯咗好多罪,但我哋仍然同聖徒同柔和嘅人一齊摻雜,好似我哋係純潔同無罪咁!

**13.** 哀哉我哋,因為我哋滿有過犯,卻去勸導同教導比我哋好得多嘅人!

**14.** 哀哉我哋,因為自己眼入面有條樑,竟然自以為無過,就去審判同埋對弟兄最細微(好似一根刺)嘅錯失感到忿忿不平!

**15.** 哀哉我哋,因為我哋將沉重又難以承受嘅負擔加喺人身上,自己卻好似身體最虛弱咁,連用指頭去碰都唔肯!

**16.** 哀哉我哋,因為我哋自己喺神聖嘅修道生活上都咁缺乏,竟然無恥咁急住去教人行善!

**17.** 哀哉我哋,因為我哋忘記咗以往嘅罪,亦唔為新罪痛苦、唔為佢哋流淚!

**18.** 哀哉我哋,因為我哋本以神嘅幫助同恩典好好開始,而家卻變得肉慾!

**19.** 哀哉我哋,因為我哋咁沉溺於污穢嘅思想,就好似瞎咗眼,根本睇唔到自己嘅罪,竟然要問自己有冇犯過!

**20.** 哀哉我哋,因為當我哋飲食嘅時候,竟然唔記得貪食帶嚟我哋內心嘅掙扎!

**21.** 哀哉我哋,因為一到魔鬼挑起我哋心入面嘅慾望念頭,我哋就已經準備就緒,與嗰啲念頭完全一致!

**22.** 哀哉我哋,因為我哋放棄咗靈性禱告同深思熟慮嘅閱讀,每日都喺白日夢同閒聊中度過!

**23.** 哀哉我哋,我哋嘅心硬到咁,雖然經常努力追求痛悔同眼淚,但因為我哋極度疏忽同懶散,都做唔到!

**24.** 哀哉我哋,因為當上帝話:*「犯罪嘅靈要死」*(以西結書18:4),我哋對此毫不在意,即使佢不斷犯罪。

**25.** 哀哉我哋,因為我哋嘅身體因飽足同享樂而易於犯罪, 我哋激起污穢卑鄙嘅念頭,直至變成慾望;透過眼睛畀魔鬼嘅箭射入我哋心入面,又透過身體接觸變成慾望嘅野獸,既唔反思我哋理性嘅尊嚴,亦唔驚懼永恆嘅刑罰!

**26.** 哀哉我哋,因為我哋為肉體嘅痛苦同病患嘆息憂慮,卻對靈魂嘅創傷同不治之症毫無感覺!

**27.** 哀哉我哋,因為心靈至高嘅權能竟然受制於佢嘅奴僕──肉體──而較差嘅嘢勝過較好嘅,兩者根本冇為創造佢哋嘅神同心協力!

**28.** 哀哉我哋,因為我哋嘅罪惡被邪惡污穢嘅思想不斷更新,我哋分唔清係上帝離棄我哋,定係污穢嘅邪靈侵入我哋!

**29.** 哀哉我哋,愚昧無知,我哋鍾意同讚賞聖人嘅讚詞,多過佢哋嘅功績同行為。

**30.** 哀哉我哋,因為遵守神嘅誡命時,既無奴僕嘅敬畏,又無傭人嘅熱誠同謹慎,更無做仔嘅愛心!

**31.** 哀哉我哋,為咗討人歡心,乜嘢都肯講、都肯做,卻唔理乜嘢先係公義!

**32.** 哀哉我哋,因為我哋犯罪嗰陣喺人面前都覺得羞愧,卻對永恆嘅羞愧毫不在意。

**33.** 哀哉我哋,雖然我哋生於貧賤卑微嘅父母,從未真正認識自己(從未真正思考自己),但係向神立誓要過貧賤卑微嘅一生之後,我哋竟然變得咁自負,希望同富貴顯赫嘅人平起平坐!

**34.** 哀哉!因為我哋喺世上因貧窮而克制自己,但而家既蒙召要克制,卻過份顧念肚腹同肉體嘅安舒!

**35.** 哀哉我哋,因為當天使聚集喺敬畏上帝嘅人周圍,魔鬼就聚集喺唔敬畏祂同違背祂誡命嘅人周圍,而我哋竟然擺喺魔鬼嘅行列!

**36.** 哀哉我哋,因為當我哋同富貴有權勢嘅人見面傾偈,就千方百計想討好佢哋;但當窮人嚟向我哋求情,我哋就似睇佢哋係麻煩咁避開佢哋!

**37.** 哀哉我哋,因為我哋唔係按職責去對待每一個人,而係照自己嘅喜好同心意嚟行事。

**38.** 哀哉我哋,因為我哋精準界定自己嘅權利(我哋嘅主張),審判佢哋,並教導有關佢哋,卻離做好事好遠!

**39.** 哀哉我哋,因為我哋雖然勤力清除土地上嘅荊棘、蒺藜同其他有害果實嘅植物,卻唔肯透過敬畏上帝,去潔淨我哋嘅靈魂,除掉腐蝕聖潔美德嘅惡毒同污穢思想!

**40.** 哀哉我哋,雖然我哋本當離開呢個作為客旅嘅世界,卻花咗多年時間沉迷於塵世嘅朽壞之物;然而當我哋即將離去嗰刻,竟然連一樣都冇權掌管!

**41.** 哀哉我哋,因為我哋要向可畏嘅審判者交代地上生命中嘅每一行為、每一句閒話,以及每一樣惡毒污穢嘅思想同靈魂記憶;然而,好似我哋唔會為一生全部受審一樣,竟然對自己嘅靈魂毫不在意!

**42.** 哀哉,我哋真係可悲,唔單止因為我哋嘅邪惡同違法,令我哋犯罪,更因為我哋藐視上帝嘅應許,同埋對佢嘅不信!

**43.** 哀哉我哋,因為好似愚人咁,我哋緊貼住嗰啲會朽壞嘅嘢;雖然有機會透過跟從福音嘅生活去與嗰啲不朽嘅嘢結合,但我哋因為鍾情塵世之物,反而一直都同永恆嘅不朽保持陌生!

**44.** 哀哉我哋,因為我哋寧願揀憎惡嘅腐敗,勝過揀不朽壞!

**45.** 哀哉我哋,因為雖然有機會可以勝過一切慾望,但我哋卻因放縱自己,反而畀情慾所勝!

**46.** 哀哉我哋,因為我哋喺人前犯罪會感到羞愧同驚懼,卻喺那能看見隱秘之事者的眼前,既不顫抖,亦不懼怕侮辱神同犯罪!

**47.** 哀哉我哋,我哋唔用神聖嘅鹽去調味我哋嘅言語,反而成日對鄰舍講啲冇用、離虔誠好遠嘅說話!

**48.** 哀哉我哋,我哋對人講奉承話、用欺騙同偽裝,卻唔驚會畀人譴責!

**49.** 哀哉我哋,因為我哋嘅沉睡同灰心,畀魔鬼偷走我哋心入面嘅柔情!

**50.** 哀哉我哋,雖然已經撇棄世界,卻喺情慾上仲勝過平信徒!

**51.** 哀哉我哋,因為自己仲需要大量嘅教導同指示,但當人哋喺瑣碎事出錯嘅時候,我哋就去糾正佢哋!

**52.** 哀哉我哋,如果主喺地上試煉我哋,而我哋仍然未悔改,就帶我哋去審判!

**53.** 哀哉我哋,因為我哋唔肯深入檢視自己嘅內心,所以畀肉慾同驕傲所勝!

**54.** 哀哉我哋,因為我哋不斷用污穢嘅思想玷污自己嘅靈魂,卻仍然希望人哋視我哋為聖徒,並以呢個稱號尊敬我哋!

**55.** 哀哉我哋,因為我哋沉溺於虛榮,竟然忘記咗同魔鬼嘅抗爭!

**56.** 哀哉我哋,喺呢度無所畏懼咁犯罪!因為到時我哋將會面對 gehenna 熄唔滅嘅火、極大嘅黑暗、永唔眠嘅蟲、哀號同咬牙,以及喺我哋之上同之下嘅眾生物面前所受嘅永遠羞愧。

**57.** 哀哉,我哋愚昧又硬心不肯悔改嘅靈魂!因為當死人復活嗰日,佢會喺罪惡嘅肉身中,帶住哀號同咬牙,痛哭呻吟,為永恆之火嘅苦楚同折磨而陷入絕望。

**58.** 哀哉我哋,喺呢個流亡同寄居之地,我哋鍾意咒詛嘅歡樂,卻唔記得樂園嘅甘甜,仲藐視天國!

**59.** 哀哉我哋,因為我哋喺憐憫心上好似嗰啲愚拙嘅處女,喺呢度唔去透過對鄰舍嘅施捨,去買油嚟點燃(嗰度嘅)燈!

**60.** 哀哉我哋,因為我哋日夜向上帝禱告,喊住*「主啊!主啊!」*,卻唔去做佢所吩咐嘅事!

**61.** 哀哉!寫呢啲哀嘆文嘅人,因為雖然我犯咗所有所寫嘅罪,但我連一聲最細嘅懺悔嘆息都未曾發出!

**62.** 哀哉!為他人憂而忘其家憂者!

**63.** 哀哉我哋,雖然良心上有控訴──無休止地定罪並作見證──我哋都唔覺得羞愧;雖然我哋所作嘅一切都要受審判同懲罰,我哋都唔因神可怕嘅審判而顫抖!

**64.** 哀哉我哋,因為我哋嘅行為爛透,卻又喺人嘅讚揚中自鳴得意!

**65.** 哀哉我哋,因為我哋心思飄忽,漫無定向,又多忘,令我哋嘅心失喪對神嘅敬畏!

**66.** 哀哉我哋,因為我哋沉迷於世俗虛榮,令我哋嘅心變做不毛之地,對屬靈事物嘅敏感度都麻木咗!

**67.** 哀哉我哋,因為雖然我哋靠住神嘅憐憫得以支撐,但我哋嘅所作所為並未被死亡擊倒;然而,既然蒙受咁大嘅憐憫,我哋自己卻一點都唔努力去施憐憫!

**68.** 哀哉我哋,因為我哋而家唔記得自己嘅罪;但當我哋嘅靈魂脫離身體,所有罪過──無論係言語、行為定係心思──都會即刻顯露,烙印並寫喺我哋心裏,伴隨住極度痛苦同苦澀嘅懊悔!

**69.** 哀哉我哋,使徒明明向眾人宣告:*「凡有不配而吃喝主餐者,就吃喝自己嘅審判,因為佢唔識分辨主身。」* (林前11:29),我哋──沉浸喺自己嘅污穢之中──卻去接近神嘅可畏聖事,仲為咗自己喺夜裡嘅幻想同邪惡思想所做嘅事為自己開脫! 凡以不潔淨的心思、非無罪的眼睛、非貞潔的身體、以及非無瑕疵的魂靈情慾,向神靠近的人,他使自己要承擔多少肉體的病痛和靈魂的軟弱?之後,又要承受永恆的折磨和無邊的羞恥。

**70.** 哀哉我,寫此文時淚如苦泉,卻仍未開始行悔改之事!

**71.** 可憐我,我講真話,卻行唔到好事!

**72.** 哀哉我,言善而行惡!

**73.** 哀哉,凡以放縱情慾而犯罪者!因為佢哋嘅結局將會痛苦,並蒙受永遠嘅羞恥。

**74.** 哀哉,凡為無益之事而憂愁者!因為他們剝奪了自己通往悔改的救靈之悲哀。

**75.** 哀哉,誣陷者同作惡者!因為佢哋已經同蒙福嘅愛隔絕咗。

**76.** 哀哉,嫉妒惡意者!因為佢哋令自己成為神嘅良善同憐憫嘅陌生人。

**77.** 哀哉,凡追求討人喜歡者!因為他們無法討神喜悅。

**78.** 哀哉偏袒者!因為佢哋已經離棄咗上帝嘅真理。

**79.** 哀哉驕傲者!因為佢哋站喺背教魔鬼嗰邊。

**80.** 哀哉,唔敬畏主嘅人!因為佢哋會糾纏喺無數罪惡中,無論喺呢度定喺嗰度都會受懲罰。

**81.** 哀哉我哋,因為我哋受跳蚤、蟿、蝨、蒼蠅、蚊同蜜蜂嘅螫同咬都頂唔順(我哋仲會保護自己),但面對大龍嘅牙齒──佢螫我哋、喺食槽邊咁噬我哋,用各種致命嘅螫刺穿我哋──我哋卻冇任何幫助同庇護!

**82.** 哀哉我哋,魔鬼用享樂同病痛、艱難同各種世俗誘惑耗盡我哋,但我哋仍然唔肯離棄我哋嘅罪惡!

**83.** 哀哉我哋,因為呢場背教已經持續咗咁多年,咁多人離棄咗正教,我哋卻無眼淚、心無悲痛,亦唔克制自己嘅情慾,反而罪上加罪。所以因為我哋嘅惡行同無信心,我哋將會即刻喺 gehenna(地獄)接受 bitter(苦)嘅永恆折磨!

**84.** 哀哉我哋──寫呢啲哀歌嘅人,因為我哋嘅結局將近,既未為年輕時嘅惡行悔改,亦未為佢哋哀痛,反而喺年老時又增添咗重大而難以克服嘅惡行同最嚴重嘅罪過。

**85.** 哀哉我哋,連最嚴重嘅痛苦同各種身體病痛都唔覺得羞愧,反而沉溺喺罪惡中,對正路拋諸腦後,肆無忌憚、放蕩無度,餵養我哋卑鄙罪惡嘅身體!

**86.** 哀哉我哋,因為我哋必須經過一團比海浪更洶湧嘅烈火,*'使各人照着喺身體裏所行嘅,或善或惡,一一償還'*(林後5:10)。

**87.** 哀哉我哋,因為我哋根本唔去諗嗰黑暗無形嘅燃燒,亦唔去諗嗰度永遠嘅苦楚、啜泣同咬牙!因為上帝會將火焰嘅光奪去,卻會留低燃燒同黑暗,留畀不敬虔嘅人同罪人。

**88.** 哀哉,可憐的我!*「因為我心裏有大痛苦,有不斷的憂傷。」*(羅9:2)因為,當我為自己哀慟時,我必須說:邪惡遮暗了我的心智,蒙蔽了真理; 死亡勝過生命;屬地、易腐朽、短暫的取代了屬天、不朽、永恆的;可憎可惡的竟然比基督真 的榮耀更顯甘甜和可愛;虛假,將真理逐放流亡,將之逐出我靈;我揀選憂愁而棄喜樂, 羞愧同羞辱,勝過大膽同讚美;我寧願要苦澀,不取甘甜;我愛地上同塵土多過天國同佢嘅國度;仇恨邪惡嘅敵人嘅黑暗侵入我心,遮蔽咗我心靈中嘅知識之光。

**89.** 哀哉我!哀哉我!魔鬼的什么网罗捉弄我,绊倒我,使我从这样的高度跌下来! 我為爭扎而困倦,汗水徒然沾濕我身。有誰不為我而哭?有誰不為我痛哭,我因虛空的勞碌而精疲力盡,喺港口就船難了?*「可憐我,可憐我,可憐我,朋友們」* (約伯記19:21),並切切哀求我良善慈愛的主基督,祂好憐憫我,將那惡者──善的仇敵──的可怕黑暗從我心裏驅逐,使我得以看見自己躺臥在何等淤泥之中,雖然能爬起,卻不肯爬起。 抑或我被縮短嘅光陰已經斷絕晒我所有嘅盼望?冇咩病痛比我嘅更重;冇咩傷口似我嘅;冇咩撕裂比我心靈嘅撕裂更深;*「因為我嘅罪惡已經追到我頭上」*(詩篇37:5)。 我嘅傷口唔係刀劍所傷,我嘅死屍亦唔係戰場上陣亡;但係仇敵嘅烈箭射入我身,令我內心失明,*使我「沉入黑暗深處,喺度冇得企腳」*(詩篇68:3)。 ― *「我所恐懼的,就臨到我身上。」*(約伯記3:25)― *「死亡的陰影遮蓋我們。」*(詩篇43:20)

**90.** 哀哉我! 靈魂啊,你抬頭看看眼前的日子,它是短暫的,片刻之間就要帶着苦楚和憂傷過去;再想想將來──那是最可畏懼的。靈魂啊,你要思想,你正放棄了多少福份和盼望,以及你將要承受的無盡、無安慰的痛苦! 所以,趁着頭頂上嘅光未消失,快啲行前一步;跪低禱告,懇求永恆光嘅賜予者,拯救你脫離吞滅一切嘅火焰同無光嘅黑暗。因為赦免罪惡、賜福氣畀我哋呢班唔配得祂憐憫嘅人,就係祂嘅本份。願榮耀同能力歸於祂,直到永遠。 阿門。

## 2. 初學僧侶守則及勸告[32]

親愛嘅兄弟啊!如果你已經離開咗呢個虛空嘅世界,將自己獻身畀上帝,就要為你嘅罪行悔改,並堅守你所立嘅決心。當你嘅思緒開始折磨你,對你講:「你過去嘅罪行永遠都唔會被赦免。」時,就唔好聽信佢。反而要遵守以下規則:

**1.** 唔好同女人一齊食飯;唔好同年輕男人建立親密關係;唔好同後生仔同床共枕。脫衣時,唔好望自己嘅身體。

**2.** 如果你被勸飲酒,就唔好飲多過三小杯。就算為咗友情,都唔好破呢條規矩。

**3.** 不可草率應付定時嘅禱告,免得畀仇敵得手。盡量默想詩篇,因為呢樣可以幫你遠離污穢嘅生活。

**4.** 你要熱愛勞苦同自我克制,好令你嘅情慾得以制服。唔好喺任何方面都自視過高,咁你就會因自己嘅罪過而永遠流淚。

**5.** 提防虛假,因為虛假會將你心裏的敬畏上帝驅走。不可向人誇耀你的善行,免得仇敵偷去你的功勞。

**6.** 向你屬靈的父親承認你的軟弱,好叫你藉着他們的勸告得着幫助。

**7.** 迫自己做體力勞動,上帝的畏懼就會重新在你心裏復興。

**8.** 唔好論斷犯罪嘅兄弟,亦唔好藐視佢,免得你跌入仇敵手中。

**9.** 唔好好辯,堅持己見,免得罪惡在你心裏生根。

**10.** 愛慕謙卑,不可倚靠自己嘅計謀。訓練你嘅舌頭講「赦免我」,謙卑就會臨到你。

**11.** 當你坐喺你嘅小房入面,要留意三件事:不斷嘅禱告、深入研讀詩篇,同埋手工勞動。

**12.** 對自己講:「我唔會喺呢個世界留低過今日,」咁你就會得脫離罪惡。

**13.** 唔好多講,免得你以前嘅罪重新活喺你裏面。做嘢唔好懶;要努力深入研讀詩篇──上帝嘅平安就會臨到你。

**14.** 勉力喺禱告中流淚,上帝就會憐憫你,除掉你舊有嘅自我。

---

[32] 拉丁教父文集第103卷,第427、434頁。

**15.** 你要知道,勞碌、貧窮、克己同沉默都引向謙卑,而謙卑就會帶來一切罪過嘅赦免。 謙卑,就係人要自認係罪人同唔義,唔堅持自己嘅說話,斷絕自己嘅慾望,垂低眼睛,忍受侮辱,憎惡榮譽同安寧,並且對每個人講:「饒恕我。」憑住謙卑嘅力量,仇敵就會逃走。

**16.** 凡時都要憂愁,但當弟兄到你跟前,就同佢哋一齊喜樂──好叫你心入面對神嘅敬畏得以更新。

**17.** 如果你同弟兄姊妹一齊去到某處,就要同佢哋保持少少距離,咁先可以令你保持沉默。 唔好四圍望,要沉浸喺詩篇入面,喺心裏向神禱告。無論你去到邊度,都唔好太相信當地嘅人。凡事要保持謙遜同害羞,除非有人叫你,否則唔好伸手去拎人哋畀你嘅嘢。

**18.** 唔好同其他人一齊蓋同一條被窩。就算你因為旅程好攰,都要喺訓覺之前長時間禱告。

**19.** 除非你病得嚴重,否則唔好畀人用油抹身。

**20.** 當你同你嘅兄弟姊妹一齊坐喺枱邊食飯嘅時候,唔好大快朵頤,只可以拎面前嗰份。膝頭要合埋。唔好抬頭望其他人。唔好貪婪咁飲水,或者發出喉嚨咕嚕聲。

**21.** 如果你同弟兄一齊坐喺枱邊,覺得要清喉嚨,就要企起身,去遠啲先清。唔好喺人前伸懶腰或者打呵欠,如果真係想打呵欠,就唔好張口,等佢自然過。

**22.** 笑嘅時候唔好張大口,因為咁樣會顯示你對神冇敬畏。

**23.** 唔好覬覦人哋嘅財物。如果你攞到一本書,就唔好去裝飾佢,因為咁樣會顯露你對佢嘅執着。

**24.** 如果你以任何方式犯罪,就唔好尷尬到唔肯承認,亦唔好用謊話為自己開脫,而係要跪低認罪,求神赦免,咁你就會得到赦免。

**25.** 如果有人對你講大話,唔好發脾氣,要講:「原諒我。」

**26.** 唔好怕向你嘅導師發問。

**27.** 如果你坐喺度忙住做嘢嗰陣,有人敲你嘅房門,就放低手頭嘢去應門。

**28.** 除非有正當理由,否則不可對任何人講話,亦不可偷聽他人說話。

**29.** 如果你嘅屬靈父親差你去旅行,就問佢你應該點樣行事,然後照佢嘅指示去做。唔好斷章取義佢嘅說話。如果你守住你嘅眼同耳,你用口都唔會犯罪。

**30.** 如果你同某位兄弟一齊住,就要同佢保持陌生人嘅距離;唔好命令佢做嘢,亦唔好表現自己高人一等。如果佢叫你做啲你唔想做嘅嘢,就要放低自己嘅意思,唔好因為拒絕而得罪佢,免得破壞你哋之間嘅和氣。要記住,服從嘅人先係最偉大嘅。

**31.** 如果你同兄弟一齊住,佢叫你「煮啲嘢食」,就要問:「你想食咩?」如果佢畀你揀,就要敬畏上帝,用得手頭嘢煮啲嘢食。

**32.** 你起身後,先禱告,然後先讀神嘅話語,之後先開始做嘢,唔好懶散。

**33.** 你要歡喜快樂地接待旅客,向他問安,免得你哋見面對雙方都有害。當他入嚟嘅時候,唔好問佢啲無謂嘅問題,先請佢禱告;等佢坐低之後,就對佢講:「兄弟,你好嗎?」然後畀本書俾佢睇。 如果佢因為旅程而疲倦,就畀佢休息同洗腳。如果佢開始講無謂嘅說話,就同佢講:「兄弟,唔好意思,我身體唔太好,頂唔順聽呢啲說話。」 如果佢件衫破咗,就幫佢縫好;如果佢病咗又著住污糟嘅衫,就幫佢洗乾淨。但係如果佢係個流浪漢,而你當時有聖潔嘅客人嚟,就唔好畀佢入嚟,只係同佢講聲「路上小心」,送佢走。不過,如果佢係窮人,就唔好冇安慰就趕佢走,要畀佢神所預備嘅嘢。

**34.** 如果弟兄喺你度寄放嘢,就唔好喺佢唔喺場嘅時候去睇究竟係乜嘢,除非佢親身喺度先得。

**35.** 如果有人將你留喺佢嘅房入面就出去,就唔好抬頭偷望入面有咩;但當佢要走嘅時候,就同佢講:「畀個差事我做,等你唔喺嘅時候我就做工。」佢畀你做嘅任何嘢,都要盡心去做。

**36.** 唔好懶散或者草率咁禱告,因為咁樣唔係討好上帝,反而會惹怒祂。 要存敬畏戰兢的心站立禱告,不可靠牆或叉開雙腿,要一腳站立,另一腳向後屈起。要抵制自己的念頭,不可讓心思放蕩於世俗之事,如此你的禱告才能蒙垂憐。

**37.** 當你參加禮儀時,要守住你嘅心思意念,喺至高無上嘅上帝面前存敬畏,好等你得以體面咁領受基督嘅聖體聖血,從而醫治你嘅情慾。

**38.** 當你仲年輕嘅時候,唔好著嗰啲華麗嘅衫,直到你老先著。

**39.** 同比你年長嘅人一齊旅行嘅時候,唔好行喺佢前面。如果你嗰位長輩企起身同人講嘢,就唔好繼續坐住;要同佢一齊企,並且企住,直到佢叫你坐低先。

**40.** 當你進入城鎮或村莊時,要低垂眼目,免得所見之物成為你寮房裡嘅爭端。

**41.** 唔好喺一個你驚自己會喺心入面犯罪嘅地方瞓覺。唔好同女人一齊食嘢,盡量唔好望佢,連佢件衫都唔好望。

**42.** 如果你同一位長老同行,就唔好畀佢自己拎任何嘢。如果你年輕,就應該各自拎自己嗰份。如果負載唔重,就一小時輪流拎。拎住嗰個就應該行喺前,同樣,行動不便嘅人都要行喺前;當佢攰到坐低休息,你都要同佢一齊坐低。

**43.** 當你向長老傾訴你嘅心事時,就向你信得過、會為你保密嘅人,毫無保留、照實講出你嘅所思所想。揀長老嘅時候,唔好淨係睇年紀,而要揀有知識同靈命經驗豐富嘅,否則你可能會受傷害,而且你嘅私慾會更加多。

**44.** 你要勉勵自己喺夜間長時間禱告,好叫你嘅心思得着啟示。要反思你嘅罪過,並為此向上帝禱告,祂就會赦免你。

**45.** 如果有任何人喺你面前開始論斷你嘅弟兄,就算嗰個論斷你嘅人係你自己嘅審判者之一,都要謙卑咁對佢講:「饒恕我,我嘅弟兄;我係罪人,又軟弱,我都犯咗你所講嗰件事,所以我受唔住聽到呢番說話。」

**46.** 凡事都要把弟兄放喺自己之前;如果有人喺佢哋面前尊重你,就要對佢哋講:「佢咁尊重我,都係為咗你。」

**47.** 如果有任何人向你借任何嘢,就唔好拒絕。

**48.** 唔好經常喺心裏面掛住你為咗上帝嘅愛而離棄嘅人,反而要記住死亡同末日審判,記住嗰陣佢哋一個都幫唔到你。

**49.** 當你坐喺你嘅小房入面,記起有人對你唔公平,就要即刻起身,喺心入面為佢哋祈禱,求上帝憐憫佢哋;咁樣你對佢哋嘅憤怒就會好快消失。

**50.** 如果你想領受基督的聖體和聖血,要確保你心裏對任何人沒有憤怒或仇恨;如果你知道有人對你有怨言,就要先向他們道歉,正如主所吩咐的。

**51.** 如果你夜晚(做夢時)受到慾望嘅攻擊,就要小心唔好喺日間諗嗰啲羞恥嘅畫面,免得你嘅心畀呢種快感玷污;反而要喺主面前跪低,佢就會憐憫你,因為佢知道人嘅軟弱。

**52.** 如果你對自己實施嚴格嘅禁食,並且開始長時間禱告,就唔好以為咁樣可以救到你,而要相信上帝會因你身體嘅苦行而得安慰,並喺你軟弱嘅時候幫助你。

**53.** 如果你病倒,就唔好灰心或絕望,反而要感謝上帝,因為祂正透過你嘅病況,賜予你呢份祝福。

**54.** 當你喺你嘅小房入面生活嘅時候,要為你嘅飲食定好一個固定嘅份量同時間,並且唔好偏離呢個安排。只畀你嘅身體咁多,好俾你有足夠嘅力氣去行祈禱同埋 嘅神嘅事工。如果你喺房外有人畀你食美味嘅食物,就唔好食到飽。

**55.** 如果魔鬼引誘你去嘗試一件你根本冇能力完成嘅事,就唔好聽佢哋講;因為佢哋通常會引誘人去做啲根本無法克服嘅事,好等之後可以將人推入絕望,再嚟嘲笑佢。而且佢哋所有嘅作為都冇分寸、冇秩序。

**56.** 每日食一次,但唔好食到飽。按自然需要(配合你嘅體質)畀身體所需嘅份量。

**57.** 將夜晚分一半畀禱告守夜,另一半畀身體休息。訓覺前,花兩個鐘頭禱告同讚美上帝(唱詩篇),然後先畀身體休息。 當到起身禱告嘅時候,如果你個身軀變得懶散,就同佢講:「你真係想而家瞓多一陣,之後要面對無盡嘅折磨?唔如而家喺呢度辛苦少少,好等你到時可以同聖人一齊享受永恆嘅安息?」咁懶惰就會離開你,上帝嘅幫助就會嚟到你身邊。

**58.** 當你受戒做修士時,就釋放你嘅僕人;如果佢想跟住你一齊出家,就唔好畀佢留喺你身邊。

**59.** 如果你去賣自己嘅手藝品,就唔好好似平信徒咁討價還價。買嘢嘅時候都一樣;要記住,少欲知足先能令你更親近上帝。

**60.** 如果兄弟托你保管一樣嘢,而你正需要,除非佢同意,否則唔好動用。

**61.** 如果兄弟要你去城裡幫佢買嘢,就幫佢買;但如果其他兄弟都喺度,就要喺佢哋面前做。

**62.** 如果有人畀嘢你,用完咗之後,按需要還返,但唔好等到人哋嚟要先還;如果啲嘢壞咗,就整返好。 如果你自己借咗一樣嘢俾人用,見到佢哋無論任何原因都還唔到,而你自己又唔需要,就唔好再追要。

**63.** 如果你離開咗你嘅小房,之後返嚟發現有另一個兄弟已經住喺度,就搵另一個畀自己,但無論如何都唔好趕佢走,免得上帝向你發怒。 但如果佢自己想離開,咁你就冇問題。就算佢帶走啲嘢,都唔好向佢要返。

**64.** 如果你想完全離開你嘅小房,就唔好帶走任何嘢,反而送畀某個貧窮嘅兄弟,咁無論你去到邊,上帝都會憐憫你。

**65.** 冇乜嘢比人瞞住佢嘅屬靈父親去隱藏自己嘅心思更令魔鬼開心。除非你效法佢哋嘅勞苦,否則唔好以為自己同嗰啲長老一樣。

**66.** 你要提防財富同對財富嘅鍾情,因為佢會腐蝕修道生活嘅果實。

**67.** 如果你正受任何誘惑困擾,就唔好灰心,要向神俯伏,講:「主啊,幫幫我,因為我軟弱,頂唔住呢場戰爭。」──只要你嘅禱告出自純潔嘅心,祂就會幫你。 如果你經過掙扎之後克服咗,就唔好自誇或者自靠,反而要更加警醒,因為仇敵唔會遲疑,會即刻帶嚟一場比上一場更強大嘅戰爭。

**68.** 你向神禱告時,不可說:「主啊,將這從我身上除掉,賜那給我去。」— 卻要說:「主—我的神— 你知道乜嘢對我有救恩;幫助我,唔好畀我喺你面前犯罪,亦唔好畀我因罪惡而滅亡,因為我係一個罪惡又軟弱嘅靈魂;唔好將我交喺仇敵手中,因為我投奔咗你;拯救我,主啊,因為你係我嘅力量同我嘅盼望。– 願榮耀同感謝歸於你,直到永遠。 阿門。

## 3. 阿爸以賽亞的話語[33]

**1.** 阿爸以賽亞說[34] :既然同樣的災難會臨到罪人與義人,就不可以為所有受苦的人都是因為前世的罪。

**2.** 凡事只為自己的人,其實是在服侍自己那最大的罪惡──驕傲,而驕傲正是所有惡的源頭,會帶來孤立、不合群、冷漠、虛假和邪惡。人不是被造來孤立,而是在與人團契中生活,更與造物主──神──建立關係。 所以,一個有智慧嘅人應該好有人情味,又愛神,咁先可以討神歡心。

[35]**3.** 阿爸以賽亞(《隱修士問答錄》第100問):從對人榮耀的愛中生出虛謊。凡以謙卑驅除虛謊者,必見到敬畏神的念頭在心中成長。所以,你不可愛這世界的榮耀,免得神的榮耀離開你。

**4.** 當你盡本分時,懷着卑微的心,覺得自己配唔上,呢種做法蒙神悅納。但如果喺做嘅時候,你心裏冒出一個驕傲嘅念頭,你又接受咗佢,然後諗起另一個人懶散又疏忽,喺心裏譴責佢,就要知道你嘅勞苦係徒然。

**5.** 一個人喺咩時候、點樣先可以謙卑? 佢哋冇舌頭去同人講自己疏忽,或者去回覆加害自己嘅人;冇眼睛去睇人嘅過犯;冇耳朵去聽對靈魂冇益嘅說話;冇手去制服任何人,佢哋唔將責任歸咎於人,只歸咎於自己嘅罪。

**6.** 人首先要對上帝有信心,對祂有堅定不移的愛,以及無惡意,不以惡報惡,過著艱苦、謙卑、純潔的生活,並對人類懷有愛──對所有人懷有愛與順服。

**7.** 你要憎惡世上一切事物同肉體嘅安逸,因為佢哋令你成為神嘅仇敵。就好似一個人有仇敵就要同佢打仗咁,我哋都要同肉體交戰,唔好畀佢得閒。

**8.** 有位兄弟問*「願祢的名被聖別」*呢句話嘅意思。長老答:呢句係講畀已經完美嗰啲人聽,因為當我哋仲受慾望控制嘅時候,神嘅名喺我哋裏面係唔可能被聖別嘅。

**9.** 佢又話:「唔出聲好過講嘢;因為沉默可以積聚,多言就會散播。」

**10.** 克服虛榮心係一件好艱難嘅事。凡係跌入呢種狡猾激情入面嘅人,就會對憐憫心陌生,對所有人冷酷無情,最終陷入自負同驕傲──呢就係最極惡,係破壞嘅根源。 所以,你就要自己處理自己嘅事,小心照顧呢種心病,免得為咗討好人,反而失去你克制自己嘅獎賞。因為凡係有人做嘢畀人睇,就等於自己放棄咗獎賞,正如主所講。

---

[33] 此作為「Dostovernaya Skazania」所收錄者的補充。

[34] 由聖大馬斯定引述。希臘教父文獻,第40卷,第1212頁。

[35] 取自《字母 Paterikon》。

**11.** 凡是貪慕虛榮的人,必然充滿嫉妒,而懷有嫉妒的人,就不能達到謙卑。這樣的人,已經將他的靈魂交在仇敵手中,仇敵就引他入於許多罪中,並將他滅絕。所以,你要遠避虛榮,你才能夠配得上將來時代裡神的光榮。

**12.** 如果你心裏起念要定你鄰舍的罪,就要反思自己所犯的罪比他更多;至於你所行的一切善,就不可自以為蒙神悅納,也不可定你誠實的弟兄之罪。謙卑是內心平安的所在。

**13.** 阿爸以賽亞有一次看見一位弟兄犯了可恥的罪,就沒有責備他,卻說:「如果造他的神看見了也不消滅他,我又是誰,竟敢責備他呢?」

**14.** 佢又話:「我哋要記住嗰位連枕頭都冇得枕嘅主。」人啊,你要明白呢點,唔好自以為聰明。就係祂──祂為咗你,變咗咩?萬有之主竟然成為陌生人,冇屋企。哦,主啊,祢對人類嘅愛真係大到無可言喻! 祢為我卑微咗幾多?但係,如果用祂話語創造萬有嘅主連枕頭都冇,你呢個可憐人,點解要咁執著虛空嘅嘢?點解你會畀無止境嘅貪心蒙蔽?

**15.** 得着謙卑的人,就背負他弟兄的罪過,說:「我犯了罪。」以自己為智慧人的人,藐視並責備他的弟兄,但那謙卑自己的人,永遠不會責備他的弟兄。

**16.** 智慧不在乎多言,而是在於知道講話的時機。要智慧地沉默,也要智慧地開口。在開口之前,要先謹慎考慮所講的話,好叫你能夠作出合適的回應。 唔好自誇自己有智慧。講「我乜都唔識」嘅人,其實比任何人都識得多。智慧嘅冠冕,就係責備自己,將自己放喺所有人之下。

**17.** 無謂閒談有五個成因:閒聊、虛榮、過度睡眠、愛慕虛榮、同埋過量飲食。 如果你想避免無謂的爭吵,就不可屈服於 這些激情;相反,以詩篇歌唱取代閒談;以基督的謙卑取代虛榮;以警醒取代過度睡眠;以破布舊衣取代華麗服飾;以禁慾和禁食取代過量飲食。 因為情慾就好似鎖鏈嘅一環,環環相扣。

**18.** 明白事理的富人會將他的財寶藏在屋內,因為公開擺放的財寶會引起嫉妒,並招致當權者的誣衊。同樣地,有德卻謙卑的修道士也隱藏他的美德,就如那富人隱藏他的財寶一樣。 咁嘅和尚唔會隨從自己嘅慾望,而係不斷責備自己,並喺秘密教義中教導自己,正如聖經所言:*「我心喺我裏面發熱,我默想時有火在我裏面點起。」*(詩篇38:4) 呢把火係咩火?聽經上嘅話說:*「我哋嘅神係烈火。」*(希伯來書12:29)。 就好似蠟喺火前會溶,污穢嘅淤泥會乾咁,邪惡嘅念頭都畀秘密教義烤乾,靈魂嘅慾望枯萎,心智開竅,思想變得清晰,心裏面充滿喜悅。 秘密教導擊打魔鬼,驅走邪念,因為它光照內在的人。凡以秘密教導武裝自己的人,必蒙神賦予力量,從天使獲得能力,並在人中蒙受尊榮。 秘密教誨同讀經係靈魂嘅家園,無人可以侵入;佢哋係堅不可摧嘅柱石,係寧靜安詳嘅避難所,靈魂喺入面肯定會得救。 當一個和尚以秘密教誨──即係嗰句祈禱文:「主耶穌基督,神嘅兒子,可憐我吧」──同埋孤獨咁研讀聖經,啲魔鬼就大感震動,喃喃自語。呢個秘密教誨就係心靈嘅鏡子,同良知嘅燈塔。 秘密教誨能令淫欲枯竭,馴服暴怒,驅走憤怒,消除驕傲,排走虛榮(一種徒勞無功的悲傷感),並熄滅絕望。 秘密教誨照亮至高無上嘅心靈,驅走懶散,激發柔情,灌輸對上帝嘅敬畏,並帶來眼淚。秘密教誨賜畀修士真誠嘅謙卑、虔誠嘅守夜,同無阻礙嘅禱告。 佢係祈禱嘅寶藏,驅走不雅嘅念頭,擊敗魔鬼,淨化身體。秘密教導教人忍耐,令人參與自我克制,並宣告地獄。秘密教導令心靈遠離閒雜念頭,只專注於死亡。 呢個秘密教導充滿咗各種善行,並以各種美德裝飾,同時遠離一切惡行,根本唔會接觸呢啲嘢。

## 4. 關於保守心志:27章[36]

**1.** 對情慾嘅憤怒係心性嘅本然。冇憤怒就唔可能有純潔──即係話,除非佢對敵人灌輸俾佢嘅一切都唔會生氣。 想獲得呢種自然嘅心智憤怒,就要斷絕所有自己嘅慾望,直到將自己置於由心主導(一個理性、靈性嘅狀態,喺入面靈魂同身體完全受精神控制)嘅狀態。

**2.** 當你對敵人作出攻擊時,見到佢哋嗰班人馬已經虛弱,向你逃走,你心入面唔好高興,因為呢班敵人喺佢哋後面為你設咗個詭計。佢哋就喺嗰度準備對你發動最猛烈嘅攻擊。 當佢哋向你進軍嘅時候,佢哋喺城外埋伏咗一支龐大嘅部隊,吩咐佢哋唔好郁。所以,當你抵抗佢哋,向佢哋進軍嘅時候,佢哋就好似冇力氣咁,逃離你面前;但如果你因為趕走咗佢哋而自滿, 如果你因此離開城池,咁埋伏喺後面嘅

[36] 取自 Dobrotol 希臘文,第33頁。

人就會起身,而前面逃走嗰啲就會停低──佢哋會從四面八方圍住你可憐嘅靈魂,令佢無處可逃。 城鎮就係禱告;喺敵人面前站住,就係喺基督耶穌裏面思想嘅衝突;而向佢哋興起,就係忿怒。

**3.** 所以,親愛嘅,我哋要喺敬畏上帝中站住,保守同實踐美德,唔使叫我哋嘅良心有虧欠,而要喺敬畏上帝中留意自己,直到佢同我哋一齊得釋放,好令我哋同佢之間有合一, 咁佢最終先至可以成為我哋嘅守護者,提醒我哋所有可能令我哋跌倒嘅事。但如果我哋唔理佢,佢就會離棄我哋。 到時我哋就會落入仇敵手中,佢哋永遠唔會放我哋走,正如我哋主所教導我哋咁講:*「你同對頭喺路上同行嘅時候,要快啲同佢了結咗,」* 等等(馬太福音5:25)。 據說呢個對頭就係良心,因為佢會反對想跟隨肉體慾望嘅人。如果佢唔理佢,良心就會將佢交喺仇敵手上。

**4.**當神見到心志已經全心全意向祂臣服,並且只向祂一人求助,祂就加力給它,說:*「你不要怕,因為我已經救贖了你,我以我的名呼召你,你是屬於我的。」 「你雖然行過水深之處,水必不漫過你;你雖然行過火中,火必不燒你,火焰也不必燒着你。因為我──耶和華你的神,以色列的聖者,是救你的。」*( 以賽亞書 43:1–3)

**5**.當心思聽到呢啲鼓勵,就大膽咁轉向仇敵,對佢哋講:「有心同我打仗嘅,就嚟同我對敵!有心同我爭論嘅,就嚟近我!睇吓,主係我嘅幫助者,有邊個可以害我?睇吓,你哋都會好似畀蠹蟲咬咗嘅衫咁,逐漸磨損。」

**6.**如果你嘅心已經徹底憎惡罪惡,努力去勝過佢,並且轉離一切引致罪惡嘅事物,將永恆嘅刑罰擺喺你眼前,咁就知你嘅幫助者同你同住──而你,唔使任何方式得罪佢,只係喺佢面前流淚,講, 聽從你心裏面講:'主啊,求祢的憐憫拯救我,因為冇咗祢嘅幫助,我冇法子靠自己逃脫仇敵嘅手!'祂就會保守你,遠離一切惡。

**7.** 一個修道者必須關閉他靈魂的各門,即他的感官,免得他從中跌入罪惡。當心思以這種方式見到 nothing 能侵入佔有它,它就為不朽作準備,收聚所有感官,使之成為一個身體。 (思想:心神不被感官對外在世界的吸引所擾,專注內觀,並被帶往那時代。此亦為大聖巴西略的思想之一)。

**8.**當心靈擺脫咗對一切可見同世俗事物嘅盼望,呢就係罪喺你裏面已經死咗嘅徵兆。

**9.**當心靈從慾望中得釋放,隔在它與神之間的那道障礙就褪去。

**10.** 當心靈從所有仇敵中得釋放並得以安息時,它就進入另一個新時代,仰望那新鮮而永恆不朽的事物。*「屍首所在,鷹必聚焉。」* (馬太福音24:28)

**11.** 有時魔鬼會奸詐咁埋伏,等住睇人會唔會放縱自己嘅心,以為自己已經(從爭戰中)休息夠晒。如果真係咁,佢哋就會突然撲向可憐嘅靈魂,好似捉細雀咁攞住佢。 如果佢哋證明比佢更強,並戰勝咗佢,就會無情咁用各種比之前更惡劣嘅罪行去羞辱佢,而呢啲罪行正正係佢之前為此求過赦免嘅。 所以,我哋要不斷喺敬畏上帝中站立,嚴守我哋嘅心,以堅定嘅勤力行我哋嘅苦修,並保持嗰啲美德(即智慧同真誠嘅品格),作為對抗仇敵惡意嘅防禦。

**12.** 我哋嘅師傅耶穌基督,祂知道仇敵嘅殘酷無情,又憐憫人類,就吩咐我哋要嚴守自己嘅心,話:「你哋要時刻預備,因為你哋唔知道賊幾點鐘會嚟,好叫佢嚟嘅時候唔見到你哋瞓緊。」(馬太福音 24, 43 節以後)。又說:*「你哋要小心,免得你哋嘅心畀過量飲食、醉酒同今生嘅憂慮壓得沉重,嗰日就突然臨到你哋。」* (路加福音 21:34) 所以要守住你嘅心,留心你嘅感受。如果神嘅紀念同你同在,你就容易捉到嗰啲潛入嚟偷走佢嘅仇敵。 因為緊密留意自己思想嘅人,會即刻認出想侵入同玷污佢嘅敵人。佢哋令心志分散,變得閒懶(耽誤咗本份工作)。但識破佢哋詭計嘅人,就保持鎮定,向主禱告。

**13.** 除非一個人憎惡世上一切發生嘅事,否則佢就唔能夠照當有嘅方式去事奉同敬拜上帝。 因為,如果一個人喺禱告嘅時候心裏面冇一絲雜念,喺讚美上帝嘅時候冇肉體嘅慾望,喺向祂歌唱嘅時候冇憤怒,喺讚頌祂嘅時候冇仇恨,喺坐喺祂面前紀念祂嘅時候冇惡意嘅熱忱或者嫉妒,咁佢對上帝嘅事奉係乜嘢呢? 因為呢啲黑暗嘅事物就好似一堵牆,圍住可憐嘅靈魂;只要佢喺心入面藏住呢啲嘢,就唔能夠純粹咁事奉上帝。因為佢哋令靈魂飄浮喺空中,唔能夠與上帝相遇(用一顆清明嘅心喺祂面前站立),亦唔能夠暗暗咁頌讚祂,用甘甜嘅心向祂禱告,好等祂光照自己。 心思縱橫交錯,無法在合乎神意願的生活中成長,正因為它不肯明智地將這些全部斬斷。

**14.** 當心志熱切要將靈魂的功用從肉慾中除淨,並將它們(好似坐船一樣)載往無情態,又要將靈魂本身與肉慾分離, 咁,如果無恥嘅慾望衝向靈魂,奪取佢嘅能力,將佢拉入罪中,而心靈就喺暗中不停向神呼求,神見到呢一切,就會差遣祂嘅幫助,喺一眨眼之間將佢哋趕走。

**15.** 我懇求你,趁你仲喺肉身入面,唔好令你嘅心鬆懈。 正如農夫唔可以憑晒田裏嗰啲穀物,因為收返入穀倉之前佢唔知會點;人亦唔可以喺仲有氣息嘅時候就放鬆心志(約伯記27:3)。 佢唔知道最後一口氣之前會遇到咩苦楚;所以,只要仲有氣息,就唔可以畀心志軟弱。反而要時刻向神呼求,求佢幫助同憐憫。

**16.** 喺戰場上搵唔到幫助嘅人,都唔可以信靠和平。

**17.** 人若轉離惡行,就會真正認出自己在神面前所犯的眾罪;因為人通常除非以苦澀的懊悔(即心裡的破碎和憂傷)轉離,否則不會看見自己的罪。 達到此階段的人,會痛哭流淚,加倍禱告,並在神面前滿懷羞愧,因為他們憶起自己曾與情慾的糾纏。所以,弟兄們,我們要盡力而為,神必因祂豐盛的憐憫幫助我們。 如果我哋冇好似我哋嘅祖先咁保守我哋嘅心,最少都要努力令我哋嘅身體無罪,正如神所要求嘅。並且要相信,喺呢個臨到我哋嘅饑荒時期,祂會照樣對待祂嘅聖徒咁,憐憫我哋。

**18.** 那將心志獻給真敬虔去尋求神的人,不能立即斷定他的勞苦是蒙神喜悅的。只要他的良心因任何不自然的事責備他,他就未得自由。因為有控告者就有審判者;有審判就有無自由。 因此,當你禱告時,看見完全沒有任何事物控告你有惡,就可以說你得著自由,並因祂的喜悅而進入祂的聖安息。當你看見那善果已經生根,不再被仇敵的雜草扼殺,那些依靠自己詭計的戰士, 雖然唔係自願,都已經退去,唔再向你嘅情欲發戰;當有雲影遮蓋你嘅帳幕,日間太陽唔再曬你,夜間月亮亦唔再炙烤你;當你心內一切都預備好,可以按神嘅旨意支搭同保守呢個帳幕──咁就知你係靠神嘅大能得勝咗。 到最後,祂自己會親自將祂嘅陰影投射喺帳幕上,因為嗰帳幕係祂嘅。但係當戰鬥正酣時,人就會活喺驚惶同顫抖中,唔知今日會唔會得勝,定會失敗;又唔知聽日會唔會失敗,定會得勝。 呢場爭鬥重壓心頭,但無情欲卻遠離衝突:因為佢已經攞到應得嘅份,亦唔再理會嗰三部分人──曾經分裂,而家喺神裏面互相和好。呢三部分就係:靈魂、身體同聖靈。 當佢哋喺聖靈嘅作為下成為一體,就再分唔開。唔好以為自己已經對罪死過,而家仍然畀仇敵攻擊,無論係禱告定係訓覺。只要可憐人仲喺跑道上跑緊,就冇得有膽量。

**19.** 如果心靈得着感動,並準備好去跟隨熄滅肉體慾望嘅愛,並且憑住佢嘅力量,唔容許任何唔自然嘅嘢(慾望、罪惡)佔據心靈,咁佢就透過抵抗唔自然嘅嘢,最終達到完全同自然嘢脫離嘅境界。

**20.** 弟兄啊,你要每日檢視自己,喺神面前察看你嘅心,如果發現有咩激情,就從你心裏割除,免得喺未得潔淨之前,招致可怕嘅命運。

**21.** 弟兄啊,要留意你嘅心,並要警醒咁守住你嘅仇敵,因為佢哋喺惡毒上好狡猾。 你要在心裏徹底確信,不可善待行惡的人。正因如此,救主教導我們要警醒,祂說:*「引到生命窄門緊路,尋找的人少有。」*(馬太福音7:14)

**22.** 小心,唔好畀任何破壞性嘅嘢令你偏離對上帝嘅愛;守住你嘅心,唔好灰心,唔好講:「我呢個罪人,可以點樣保守佢呢?」因為當一個人離棄佢嘅罪,歸向上帝,佢嘅悔改就會更新佢,令佢完全成為新人。

**23.** 神聖經文,無論舊約或新約,都一再講要守住心。修道者要明白經文嘅目的:佢對邊講、講緊乜嘢、同埋為咗乜嘢目的。 佢亦要不斷喺苦行嘅工夫上堅持,留心仇敵嘅詭計,好似一位高明嘅舵手,靠住恩典,喺心海嘅波濤中掌舵,咁樣就可以唔偏離正道,只專注於自己,喺寂靜中同神對話,而唔使有散亂嘅心思或者好奇嘅理智。

**24.** 時勢迫使我哋要禱告,就好似舵手要同風浪同暴風雨抗爭。我哋既可以滋生善念,亦可以滋生惡念。一個虔誠而愛神嘅念頭,就叫──其實就係── ,情慾嘅主人。 我哋呢班默不作聲嘅人,必須小心而清醒咁分辨同分類德行同罪惡:喺弟兄同長老面前要保持邊種德行,獨處時又要實踐邊種;邊種德行排第一,邊種排第二,邊種排第三; 亦要分辨邊種情慾係屬靈、邊種係屬肉體;邊種美德係屬靈、邊種係屬肉體;而且,要明白係因為邊種美德而令驕傲攻陷心靈、因為邊種令虛榮紮根、因為邊種令憤怒興起、以及因為邊種令貪食得逞。 因為我哋要*「將各樣心思意念擘倒,凡那高抬自己阻擋基督知識嘅,都要擘倒。」*(林後10:5)

**25.** 第一種美德是超然,即放棄每一個人同每件事;由此而生對上帝的渴慕,而這自然會激起對敵人所灌輸一切事的憤怒。然後,對上帝的敬畏便在人心中安家,並透過這敬畏的運作,愛隨之顯現。

**26.** 禱告時,要用虔誠的對抗念頭,將雜念從心中驅走,免得口裡向神禱告,心卻懷著不當的思想。神並不接受一個心神不寧又草率的人所獻的禱告。聖經處處吩咐我們要看守心靈的感情。如果修道者的意志臣服於神的心意,而心思開始統治其所屬──即, 所有靈魂嘅情感,尤其係忿怒同慾望,因為佢哋

都受心思支配——咁美德就喺我哋身上成就,公義就得以滿足;我哋嘅渴望指向上帝同祂嘅旨意,我哋嘅忿怒就對付魔鬼同罪惡。仲需要乜嘢?——秘密教導。

**27.** 當你獨處靜室時,若羞愧在你的心中生根,就要小心抵禦邪惡,免得它 otherwise 控制你:努力記住神,祂正聆聽你,而且你心裏所想的一切都赤裸裸地呈現在祂面前。 對你嘅靈魂講:如果你驚同你一樣嘅罪人見到你嘅罪,你豈唔更加要敬畏神──祂聽見萬有? 由呢段勸勉,神嘅敬畏會喺你心靈中顯明,如果你住喺其中,你就唔會畀情慾搖動(情慾唔會捲走你),正如經上所寫:*「信靠主嘅人,好似錫安山,動搖唔得,永遠堅立喺耶路撒冷。」*(詩篇124:1) 你所行嘅每件事,都要記住神睇透你嘅每一個念頭,咁你先唔會犯罪。願榮耀歸於祂,直到永遠。阿門。

## 5. 關於苦行與沉默的章節[37]

**1.** 三種美德永遠守護心靈:自然傾向、勇氣同埋唔懶散。

**2.** 有三種美德,當心靈喺自己裏面察覺到佢哋,就肯定已經獲得咗不朽:*'洞察力'*,能夠微妙咁分辨一種情慾同另一種情慾;*'先見力'*,能夠喺萬物未發生之前就預見到佢哋;以及*'不隨波逐流'*任何外來思想。

**3.** 有三種美德永遠照亮心靈:對任何人都不懷惡意;泰然接受一切際遇,不致困擾;對作惡者施以仁慈。這三種美德又衍生出三種更崇高的美德:不懷惡意衍生出愛;泰然接受一切不致困擾,帶來柔和;對作惡者施以仁慈,帶來和平。

**4.** 有四種美德可以淨化靈魂:沉默、遵守誡命(順服)、自我克制同謙卑。

**5.** 阿爸以賽亞說:「我自視為一匹無主、四處遊蕩的馬:凡看見的人就騎上牠;當一個人放手時,另一個人又牽走牠,同樣騎上並駕馭牠。」

**6.** 你要防範自己,免得你對從前犯罪時所喜悅的事仍然感到愉快,否則你以往的罪惡會重新活在你的心裏。你要愛慕謙卑,它就會遮蓋你的罪過。你要全心順服你的長老,上帝的恩典就會住在你裏面。 唔好自以為自己好有智慧,免得落入仇敵手中。要訓練自己嘅舌頭去求饒,謙卑就會臨到你。當你坐喺自己嘅小房入面,要專注做三件事:體力勞動、默想上帝,同埋禱告。 每日都要諗,我哋今日喺呢個世界要勞碌,至於Tomorrow,我就唔知;咁你先唔會喺神面前犯罪。

**7.** 食嘢唔好貪多,免得你以前嘅罪惡喺你裏面死灰復燃。 任何勞作都唔好灰心,免得畀仇敵趁機攻擊。要迫自己去接受隱秘嘅教導,好快你就會喺神裏面得享安息(神嘅平安)。要迫自己淚流滿面咁長時間禱告,或者神會憐憫你,將你裏面嗰個鍾意犯罪嘅舊人除掉。

**8.** 勞苦、貧窮、漂泊、受苦同沉默會帶來謙卑,而有咗謙卑,所有罪過都會得赦。

**9.** 如果你被慾望折磨,就用不眠、飢渴不停地折磨自己,並在眾人面前謙卑;如果有人身體的美貌開始吸引你,或者你對妻子有慾望,就要記住墳墓裡會有的惡臭──並使自己安寧。

**10.** 兄弟啊!你活在世上時,不可讓身體安息,也不要信它,以為它已脫離情慾。 因為魔鬼往往潛伏一段時間,如果一個人停止關心自己的得救,它們就會突然襲擊可憐的靈魂,像小鳥一樣擄走它;如果它們戰勝了它,就會用各種罪惡無情地制服它。 所以我哋要存敬畏上帝嘅心,謹守自己,繼續盡本份,實踐一切美德,作為對抗仇敵惡意嘅堅固防線。呢段短暫時期嘅勞苦奮鬥,不單止能令我哋遠離惡行,仲會喺靈魂離別肉身之前,為佢預備冠冕。 所以我哋,作為領受聖洗印記嘅人,要遠離罪惡,好使我哋喺審判日得蒙憐憫。親愛嘅弟兄姊妹,我哋要努力:因為時候近咗。日夜都有呢個憂慮嘅人,有福咗。

**11.** 如果你嘅心好混亂,唔知點樣控制,就要知道一定有你嘅某啲行為令到佢咁混亂,唔論你有冇心。 如果基甸冇命人打爛水罐,燈嘅光就睇唔到(士師記7:19以下):所以,如果一個人唔輕視自己嘅身體,就睇唔到神嘅光。

**12.** 如果在一座有城牆的城市裡,城牆被打破了一小段,敵人若想入城,就會集中所有注意力,專攻這段破口,以從中侵入。 雖然守門者站喺城門口,但如果嗰段破損嘅城牆唔修好,就擋唔住敵人。同樣,和尚一旦被任何情欲所勝,都擋唔住敵人,亦無法達到圓滿嘅境界。

[37] Patr. graec.第40卷,喺呢啲字之後。

# 可敬的苦行者馬可

## *聖馬可嘅生平同著作資料*

聖馬可苦行者被列為最著名的埃及教父之一,然而關於他的一生知之甚少。 親身同佢見過面嘅帕拉底烏斯(《傳記》第20章)話,佢嘅性格溫柔謙卑到極點,喺呢方面冇人可以同佢相比,而且佢由細個就鍾意研讀聖經,熟到連舊約同新約都係倒背如流。 (呢段記載亦被蘇佐門喺《教會史》第六卷第二十九、三十章所重複)。佢嚴謹嘅生活同純潔嘅心靈,令佢達到咗極高嘅靈性完美。 亞歷山大聖馬加里奧斯就見證咗聖馬可喺領受聖禮嗰陣,蒙受神特別嘅恩典,呢件事唔單止顯示出聖馬可信仰嘅堅定,仲反映咗佢對主嘅熱愛同埋佢至高無上嘅謙卑。聖馬可活咗超過一百歲,據估計喺五世紀初過身。 然而,佢生活並與聖安東尼之生命與教導的最初繼承者交往,甚至可能與安東尼本人相處。上帝的恩典、佢的經歷以及對神言的研究,使佢對屬靈生命的奧秘有深入的體會。佢並未隱藏這份恩賜,廣泛講道和著述,但至今僅有少量著作流傳下來。 佢有十句說話已經出版咗俄文翻譯。 Photios 大宗師只引用咗八句,而 Nikephoros Kallistos 除咗呢八句之外,又歸佢多三十二句說話(《教會歷史》第十三卷第五十三、五十四章)。 喺呢個現存嘅選集入面,我哋收錄咗《Dobrotolyubie》入面嘅內容,並將佢其他所有講道中嘅指示都加埋落去,然後按以下次序排列:

**1.** 致尼古拉斯修士的信。此文排在首位,因為它從頭至尾記錄了苦行生活的點滴。接下去是:

**2.** 取自聖馬可其他著作嘅指示,作為對書信中教導嘅延伸,同時為了解緊接其後章節中嘅簡短言論作好準備。

**3.** 兩百章論靈性律法。

**4.** 226章,針對以為自己可憑行為稱義的人。翻譯時所用之資料來源:*Dobrotolyubie*希臘文版、聖馬可著作(收錄於Migne《Patrologiae graecae》第65卷),以及來自巴勒斯坦聖薩瓦修道院的手稿,該手稿比其他版本更完整、更準確。

## 苦行者馬可關於屬靈生活的教導

### *1. 致尼古拉斯修士書*

**1.** 你向來都深切關心自己嘅救恩,並且為咗過一個合乎上帝心意嘅生活,你好細心地將一切都告訴咗我哋:你點樣以熱切嘅熱情,立志透過嚴謹嘅生活、禁慾同其他一切形式嘅自我克制,去緊貼主, 你努力守夜並勤於禱告;你亦描述了在你的身體中被點燃、並從罪的律法中(該律法與我們的心靈之律相反)向你靈魂發動攻擊的各種肉體情慾之戰爭。特別地,你哀嘆說憤怒和慾望的激情深深折磨你, 你尋求一種方法或口頭指引,想知道自己應該付出怎样的勞力與努力,才能制服這些毀滅性的情欲。

**2.** 當時,盡我所能,本着對你的愛,我向你提供救靈的思想和審慎的勸告, 說明憑藉咩工夫同咩苦行,心靈──有咗洞察力同光明嘅指引,按福音智慧咁生活──就可以靠信心嘅恩典,克服心入面湧出嚟嘅惡(思想同感受),特別係嗰啲提過嘅激情。 因為,憑着對情慾的偏倚和熟悉──而情慾正是使靈魂得以標誌並被激起的主要原因──靈魂必須對它們展開無休止且最勤勉的抗爭,直到它制服那些 previously 令其臣服的、屬肉體且難以言表的罪惡誘惑為止, 被內心同佢哋嘅聯想所捲走,成為佢哋嘅俘虜,又因為經常回憶(邪惡嘅)念頭同同佢哋熱烈傾偈,而(被迫)咁做。

**3.** 但而家,雖然我身居遠方,卻心未遠離,我已去到曠野,到基督的真僕人同勇士嗰度,為嘅係同我嘅弟兄一齊努力、作戰──佢哋正對抗仇敵嘅影響,英勇抵抗自己嘅情慾──好叫我都可以擺脫懶散, 剪除懈怠,拋棄懶惰,擁抱熱誠與各種勤勉,努力追求神所喜悅的事,我費盡心思,為你誠摯的心寫下一段簡短的指示與救靈的勸言, 咁你就可以細心咁閱讀我喺呢封短而勵志嘅信入面親自同你講嗰啲要點嘅簡要概述,從中獲得靈性嘅益處,就好似我哋真係同你一齊喺度一樣。

**4.** 我兒,你要由此開始,按神所賜的救恩,整理你的一生。 你要時時不忘、刻刻留心、反覆思量,那愛世人──過去同而家──上帝嘅一切奇妙作為,同祂為你靈魂得救所賜嘅一切福氣;你唔可以容許自己,無論係因為仇敵煽動嘅惡忘, 或者因為懶散,而忘記祂的許多大恩,從而使你餘生過得徒然又無感恩。因為這些記憶,好似荊棘般刺入心靈,不斷催促你去承認(上帝的恩典), 使人謙卑、以破碎的心靈感恩

、在一切善事中喜樂,並以深切的良知深入研讀以下先知的話語,從而作為對祂恩典的回報,獲得美好的品德、習俗和一切合乎神意旨的美德: *「我拿甚麼報答上主,祂賜給我的恩典?」* (詩篇115:3) 當靈魂回想自出生以來,蒙愛人者上帝賜予的各種福份,以及它屢次脫離的種種不幸,或它所犯的眾多過犯和它有意陷入的罪過,然而卻未按公義的審判,被交給曾欺騙它的惡靈以至於滅亡和死亡, 但係愛嘅神,祂寬容忍耐,對佢嘅過犯視而不見,保守住佢,等緊佢回轉;而當佢因情慾甘願喺仇敵同邪靈面前服侍嘅時候, 祂餵養佢、保護佢、凡事供應佢;最後,藉住祂恩典的引導,祂使佢行上得救之道,在佢心中種下對苦修生活的愛,並激勵佢歡喜捨棄世界和一切肉體情慾的誘惑, 並以苦行生活的天使般形象裝飾她,安排她被聖父們在 的兄弟會中熱烈接納,(當靈魂回想这一切時),有誰能在良心指引下思考並反思这一切,卻不會永遠沉浸在心靈深處的痛悔中呢? 既然有咗之前所蒙受嘅祝福作為根基,而佢自己嗰陣時乜都冇做好,反而喺祂眼中犯咗大罪,沉溺喺肉體嘅污穢同其他各樣罪惡之中,祂都冇按我嘅罪惡待我,亦冇照我嘅罪惡報應我,咁佢豈唔會攞住堅定而永恆嘅盼望,對自己講: 如果喺我乜好都冇做過,反而喺祂面前大大犯罪,沉溺喺肉體污穢同其他各樣罪惡之中,祂都冇按我嘅罪過待我,亦都冇按我嘅罪惡向我報應,但祂卻以如此恩賜與恩典憐憫我,那麼當我終於透過一生完全無可指責,並培養各種美德,全心全意地獻身於祂的服侍時,祂豈不會賜予我何等的福份與屬靈恩賜,在每一善行中加力、引導並成就我? 所以,凡是有人不忘神嘅祝福,心裏懷住呢種思想,就會傾向、引導同推動自己去做一切美德同公義嘅善行,永遠熱心,隨時準備行神嘅旨意。

**5.** 所以,我親愛嘅兒子,藉住基督嘅恩典,擁有健全嘅心志,要時常喺你裏面保持呢種品行同呢種美好嘅反思;唔好容許自己成為, 被有害遺忘的黑暗雲層籠罩,也不要因懶散而阻礙你前行──懶散令心智無用,偏離本當行的人生道路,也不要因無知而使思想蒙蔽──無知是萬惡之源 —亦唔好畀全能腐蝕嘅懶散所捲走,唔好畀肉體嘅慾望所誘惑,唔好畀貪食所征服,唔好畀慾望奴役心靈,亦唔好畀與猥褻思想為伍而自污,亦唔好畀激起恨弟兄嘅忿怒所征服, 亦不可在任何可悲又可咒的藉口下,一面令他人憂傷,一面自己憂傷,一面在心裏對鄰舍懷有惡念;亦不可有人因純潔的禱告被引離正路;亦不可有人心被擄去,以獸性思維窺探同心弟兄。 (若任憑此一切繼續,)你因如此無知的心態,充斥著屬肉體的理由,並被良心捆綁,你就會被交給你所屈服的惡靈,接受他們懲戒性的管教,直到你心靈變得極度貧窮,被憂愁和絕望所 consume, 因為過去的罪惡使他在神裡的屬靈進度失喪,他將再次以極大的謙卑踏上得救之道,經過多日禱告的勞苦和整夜的守望,並在向神與人謙卑認罪中蒙得赦免。 於是,他再次開始清醒過來,並在福音之光照耀下,蒙神恩典而明白:凡不完全以卑微的默想與自卑,將自己交給十字架,並在眾人面前甘願受踐踏、羞辱、輕蔑、 稱義、嘲笑同藐視──並且為咗主嘅緣故,要樂意忍受呢一切,唔追求任何世俗嘅嘢,唔論係榮耀、尊貴、讚揚,亦唔係美味嘅食物同飲品,或者華麗嘅衣着──就唔能成為真正嘅基督徒。

**6.** 既然如此壯舉、爭戰同冠冕擺喺我哋面前,我哋仲要畀假冒為善嘅外表嘲笑,用欺騙去事奉主,同時又畀人尊敬,但喺引路者面前卻係偽君子,要幾耐先肯停止呢? 因為雖然我們被許多人尊為聖徒,但在本性上仍然是野獸,只不過是戴着敬虔的表面功夫,卻未曾在神面前得着敬虔的能力。 (提後3:5), 雖然被許多人視為處女,純潔無瑕,但我們在暗中卻被隱藏的慾望和淫念的污穢所玷污,並受激情影響;然而,因為我們極度偽善的苦行, 又因為人嘅讚揚,我哋就對呢件事疏忽大意,心靈畀蒙蔽。咁我哋要幾耐先至繼續喺心思嘅虛空度行,唔肯吸收福音嘅智慧,唔肯擁抱一個正直嘅生命,下定決心勤力行佢嘅道路,好令我哋喺良心度都得着膽量, 卻仍然只憑外在行為上嘅表面公義,因為對呢件事冇真正嘅體會,就用外在嘅美德嚟欺騙自己,想討好人,從佢哋度攞榮耀、尊貴同讚揚?

**7.** 真係,祂──揭示黑暗中隱秘、照亮人心所想嘅主(林前4:5),嗰位收唔到賄賂嘅審判者,將會嚟到──祂唔會因富人而羞愧,亦唔會因窮人而偏心。 祂會剝去外面嘅偽裝,揭示藏喺入面嘅真相;祂會喺天使同父神面前,為嗰啲真係良心發現、真修道者同戰士加冕,而嗰啲偽君子,淨係披住虔誠嘅外衣,喺人前裝作無可指責嘅生活, 徒然依靠佢嚟欺騙自己,佢會喺全聖教會同天軍之前,嚴肅咁揭露佢哋,並將佢哋打入最深嘅黑暗,蒙受最沉重嘅羞辱。

**8.** (呢啲人就好似)嗰啲聖潔嘅處女,佢哋保持咗外在嘅貞潔(因為呢點佢哋根本冇受過任何定罪),而且,佢哋器皿入面有少少油,即係話佢哋擁有咗某啲美德同外在嘅品格,同埋某啲恩賜,所以佢哋嘅燈燃咗一段時間;但係, 因為疏忽、無知同懶惰,佢哋冇留意自己嘅內在生命,亦冇正確咁認出 內心潛藏住一大堆情慾,畀邪靈攪動;結果佢哋(嗰啲處女)嘅思想畀惡劣嘅影響腐蝕,佢哋喺思想中同呢啲情慾為伍

,畀最惡劣嘅嫉妒、惡毒嘅嫉妒、反抗， 嫉妒、仇恨、憤怒、憂愁、報復心、偽善、易怒、自負、虛榮、討好男人嘅慾望、放縱、貪婪、疏忽、肉體慾望、感官主義嘅思想、不信、對神無畏 恐懼(對外在事物)、憂愁、背後中傷、各種放縱、睡眠、自以為是、自我辯解、傲慢、虛榮、貪得無厭、奢華、貪婪、絕望──最災禍深重者──以及其他最微妙的罪惡影響。 佢哋(處女)唔單止行善積德、過住光宗耀祖嘅生活,仲要畀人睇到先至好,好似攞嚟示威咁,攞人嘅讚賞； 甚至連佢哋(嗰啲少女)如果有任何屬靈恩賜,都賣畀虛榮同討好人嘅心志;俾其他慾望牽著走,就將詭計同肉體嘅計謀摻雜喺佢哋嘅善行入面,搞到佢哋嘅行為污穢,唔討神喜悅,好似該隱嘅供物。 因為呢一切,佢哋被剝奪咗同新郎一齊歡慶,被留喺天宮之外,天宮對佢哋嚟講係關咗嘅。

**9.** 我們當以嚴謹的判斷和自我檢視反思此事,明白並意識到我們現今的處境;趁著還有時間悔改歸正,當修正我們的行為,確保我們的善行以純潔的心行出,真係好,無夾雜任何屬肉體的 reasoning, 免得因為魯莽、疏忽同真知識不足,使我哋嘅善行好似有瑕疵嘅祭物咁畀人拒絕: 否則,我哋就要承擔貞潔、禁慾、警醒、禁食同各種克制自己嘅苦修,咁樣過完我哋嘅日子──但係,喺我哋眼中好似義行嘅嘢,都會因為 aforementioned 嘅情慾而玷污,畀天主教司祭基督唔接受。

**10.** 所以,我兒,凡事之中,凡欲背十字架跟從基督者,必須專注於知識與悟性,時常檢察自己心意,並對得救抱有極大關注,對上帝懷有深切的虔誠,同時向那些志同道合、共同努力的上帝僕人尋求建議,免得自己不知該往何處或如何行,而徘徊在無燈的黑暗中。 因為自以為是的人,行路不憑福音的指引,往往會絆倒,跌入那惡者設下的各種陷阱和圈套;他經常被引誘迷失,遭遇大禍,卻不知道最終會歸向何處。 有好多人都為咗神嘅緣故行咗大自卑嘅事,受咗好大嘅勞苦同艱難,但係佢哋自以為是、冇分辨力,又唔覺得需要向人求得救嘅智慧,搞到呢啲勞苦唔討神歡心,又係徒然。

**11.** 至於你,我親愛嘅兒子,正如我喺呢段勸言一開始所講,唔好忘記畀你敬拜嘅、博愛嘅神所賜畀你嘅祝福,即使你畀仇敵嘅惡意偷竊同懶惰所引誘而偏離咗佢哋;但要將一切 無論屬靈或屬世,由你生命一開始到而家所蒙受嘅祝福,你要反思同學習,正如經上所言:*「你不可忘記祂一切的賞賜。」*(詩篇102:2) 如此,你嘅心就會自然而然被上帝嘅敬畏同慈愛所感動,你就可以透過有規律嘅生活、品格高尚嘅行為、敬虔嘅良心、得體嘅言談、真誠嘅信心、謙卑嘅智慧,以及最簡單嘅,將你整個自我交託畀上帝,向神獻上感恩。 呢就係你記住從良善而憐憫嘅主所領受嘅祝福所帶嚟嘅結果! 透過如此紀念祂的祝福,特別是在天上恩典的提醒下,你心裏會不由自主地被對神的大愛和渴慕所感動;因為祂──出於對人類無可言喻的愛──所賜給你的那份奇妙恩賜,祂連一個比你更配得的人都未曾賜予。

**12.** 所以,你要努力將上帝賜給你的所有福份,時時記在心上;特別要回想祂賜給你的那份大恩大德,就如你告訴我,你同你媽媽由聖地航往君士坦丁堡嗰陣時所蒙受嘅恩典一樣, 當夜裡,一場可怕又難以忍受的暴風雨襲來,令大海翻騰,船上所有人──包括船長 、水手們和你自己的母親──都葬身大海,而你則與另外兩個人,憑着神榮耀的大能得救,被拋上岸； (仲要記住)主點樣安排你嘅旅程去安基拉,喺嗰度你受到一位慷慨人士如父般嘅慈愛款待,並與虔誠嘅兒子以法蓮(Epiphanius)在愛中結合,喺一位敬禮長老嘅引領下,你哋二人一齊踏上棄絕世界、追求得救嘅道路, 並被神聖僕人以真誠兒女之禮接納。

**13.** 神賜給你這些福份,你拿什麼報答那召你進入永生之道的主呢?照公義的要求,你不再可以為自己活,而要為那為你死而復活的基督活; 你要追求一切公義的品德,遵守每一條誡命,時常尋求*「什麼是神的心意──什麼是善、可喜悅、成全的事」*(羅馬書12:2),並盡你全力去成就它。 以上所有,我兒,你要將你年輕的歲月獻給神的話語,正如這話語所命:*「所以,弟兄們,我與神同理,勸你將身體獻上,作活祭,是聖潔的,蒙神喜悅;這才是你理所當作的敬拜。」*(羅馬書12:1) 你要透過節制飲食、少飲酒,以及通宵禱告,來熄滅並枯乾一切肉體情慾的濕氣,好叫你也能心裏說:*「我好似在地上被踏扁的酒皮袋*[38] *,我沒有忘記祢的公義之工」*(詩篇118:83)。 體會到你屬於基督,正如使徒所說:*「要將你屬肉體的,連情慾和私慾,同他一同釘在十字架上。」* (加拉太書 5:24),又*「將那地上屬乎地的事都治死」*──(西3:5)──意思不單止係行淫,仲有惡魔喺肉體內激起嘅污穢。 凡立志要配得真、純潔、完美貞潔冠冕的人,並不只把努力限於此,而是跟隨使徒的教導,力求將這情慾的任何一絲動念都斬斷。 他亦不以此為滿足,因為他出於對純潔的堅定愛,立志在自己的身上培養一種天使般最純潔的處女情操,反而祈求連

[38] 「霜上」──即係喺霜入面。皮毛喺霜凍下會收縮,變得僵硬同堅硬。

最簡單、僅僅一閃而過的淫念──那只是以短暫印象形式浮現於心、未受肉身激情推動或影響的念頭──都能消失。 但呢樣嘢只可以靠上面嘅幫助,靠聖靈獨一無二嘅能力同恩賜先做到,前提係要有啲人被認為配得上呢種恩典。

**14.** 因此,凡立志要得着純潔、無形、無瑕疵童貞冠冕的人,就藉着克己的勞苦,將屬肉*體的肢體治死, '世上*一切的'都靠嚴謹而忍耐的自我克制,使外人枯朽、消瘦、變得蒼老如枯骨,好叫內人因信和屬靈行為所施展的恩典而更自由地更新,日日向着更好邁進, 喺愛心裏面成長,以溫柔作裝飾,喺屬靈嘅喜樂中歡欣,從基督領受和平嘅憑據,被慈愛引導,以良善為衣,被敬畏上帝嘅心所懷抱,被知識同屬靈嘅悟性所光照,以智慧作裝飾,並由謙卑嘅智慧所引導。 藉着這些和類似的品德,心思意念被聖靈更新,就領受了神聖形象的印記,披上主相似的理性、難以言喻之美,並成為屬靈智慧豐盛的參與者。

**15.** 所以,我兒,要節制你年輕的肉體,養育你靈魂,並藉着聖靈的幫助,以上述美德更新你心靈。年輕嘅身體,食盡山珍海味、飲盡美酒,就變得好似一頭等住被屠殺嘅野豬。靈魂因此被肉慾嘅烈火燒得麻木不仁,心智畀邪惡嘅慾望點燃,完全抵擋唔到身體嘅衝動。於是,血氣越湧,精神就越枯竭。 至於美酒,年輕人連聞都唔好聞,免得佢哋被雙重火焰點燃──內在受激情影響,外在飲酒──肉體嘅快感就會驅走痛苦懊悔嘅靈性甜美,令心靈混亂同剛硬。 年輕人亦不可飲水至飽,以保住靈性嘅渴求(良好嘅品性),因為節制飲水對保持身體嘅純潔有莫大幫助。當你實踐呢點,你就會透過自己嘅經驗得到證明。因為我向你哋提出並頒定呢條規矩,並唔係想強加一幅唔情願嘅軛畀你哋,而係出於愛心,建議呢個係保持真正處女同嚴格貞潔嘅好方法,同時尊重你哋嘅自由意志,由你哋自己決定。

**16.** 現在,讓我們稍微談談不智慧的憤怒激情。當這股激情暴虐並發揮作用時,它摧毀整個靈魂,令靈魂陷入混亂與黑暗,使人變得如野獸──尤其對於容易受誘惑且迅速屈從於它的人而言。 呢種激情 因驕傲而得力、得維持,並變得難以克服;只要呢棵魔鬼般嘅憂愁之樹(希伯來書12:15)──即係憤怒同易怒──被驕傲呢個邪惡之水灌溉,佢就會不斷生長繁榮,結出大量不義嘅果實。 因此,只要呢座惡者喺靈魂入面嘅建築,有驕傲呢個根基嚟加固同支撐,就永遠都唔會被摧毀。 所以,如果你想令呢棵不義之樹(我所講嘅係悲傷、憤怒同易怒呢啲激情)喺身體入面枯萎、變作不結果,好等聖靈嘅斧頭嚟砍低佢,然後照福音嘅話將佢拋入火中,連同所有惡意一齊消失, ──如果你想呢座由惡者喺靈魂中為作惡所建造嘅不義之屋被摧毀,佢由各方面收集佢嘅意念,好似石頭咁,無論係有根有據定係無中生有嘅藉口,喺靈魂裏面搭起惡毒嘅結構, 以自大嘅思想做堅實嘅根基──如果你想見到呢座不義之屋,就係惡者喺靈魂裏為咗邪惡目的所建,佢由各方面收集心思,好似石頭咁,無論係有理定無理嘅藉口,都係由行為或言語嚟,然後喺靈魂裏砌起惡毒嘅結構, 祂係邊個?為咗我哋,祂變咗咩?祂由神性光輝嘅咩高度降臨──呢種光輝連天上嘅使者都只係按分量得見,並為一切有理性嘅受造之物喺天上所讚美──天使、大天使、執事、主權、權勢, 能力者、基路伯、撒拉弗,以及其他所有未留下名字的智能力量──其名號並未傳到我們這裡──祂憑着那難以言喻的良善,降到何等深切的卑微人性之中, 祂在各方面都成為與我哋一樣,我哋本是坐喺黑暗同死亡陰影之下,因亞當嘅違犯而被仇敵擄去,並因我哋內在嘅情慾畀佢所佔有。

**17.** 因此,掌管一切可見與不可見受造之物的主,並不以我們──受如此奴役之苦、被苦毒死亡攫住──為恥,反而謙卑自己,擔起 (祂親自)成為人,按主嘅命定要擔受憂患作懲罰,祂喺各方面都同我哋一樣,唯獨冇罪,即係話冇邪惡嘅情慾。 凡因神命定為墮落之罪而加於人作懲罰嘅一切──即係死亡、勞碌、飢渴等──祂都親自承擔,成為我哋所是,好叫我哋得以成為祂所是: *「道成肉身」*(約翰福音1:14),好叫肉身得以成為道;*「祂雖然富足,卻為我們變窮,好叫我們因祂的貧窮得以富足」*(林後8:9);因祂對人類的深愛,祂成為了與我們相似,好叫我們也得以在一切美德上成為像祂。 自從基督嚟到之後,人──(自從起初就)按神嘅形像同樣貌被造──就真係靠聖靈嘅恩典同能力得著更新,達到完美愛嘅程度,呢種愛趕走恐懼,再唔會受失敗約束,因為*「愛永不止息」* (林前13:8),因為正如約翰所說:*「神就是愛;常在愛裡面的,就常在神裡面。」*(約一4:16) 使徒同所有好似佢哋咁努力修德、並向主呈獻自己成為完美之人,一生以完全虔誠跟隨基督,都蒙認為配得呢個境界。

**18.** 所以,如果你們時時記住,從不遺忘主因祂對我們那難以言喻的愛而顯示出的謙卑──即道成肉身在母腹中、祂取了人性、祂從婦人生下、祂身體成長的各階段、祂所受的羞辱、困擾、侮辱、嘲笑、責備, 毆打、啐口、嘲笑、侮辱、朱紅色外袍、荊棘冠冕、統治者對祂的定罪、不法猶太人對祂的呼聲,以及祂自己親屬的喊聲:*「除掉他,除掉他,釘他十字架!」*(約翰福音19:15)、十字架、釘子、

長矛、畀佢飲嘅醋同膽汁、外邦人嘅歡呼、路過嗰啲人嘅嘲笑,話:*「如果你係神嘅兒子,就從十字架上下嚟,我哋就信你」* (馬太福音27: 42) 同埋佢為我哋所受嘅其他苦楚: 釘十字架、死亡、三日埋葬、下到陰間──然後祂受難的果效:從死裡復活、陰間得以空虛,藉着領受歸向主的人,死亡得以廢除,升天,坐在父的右邊,高過一切執政的、掌權的,以及一切被提名的名號之上 (弗1:21),因祂嘅受苦,按使徒嘅話所講:*「要懷着喺基督耶穌裏面嘅心志,」* 畀死裏復活嘅長子得着眾天使嘅尊貴、榮耀同敬拜, *雖然他本有神的形象,卻不以與神同等為緊要,反而自卑,取了奴僕的形象,成為人的樣式;既有人的樣子,就自己卑微,順服至死,且死在十字架上。 所以上帝就將祂高高地升起,又賜祂那超乎萬名之上的名,叫人人都屈膝,無論在天上、地上和地底下,凡以耶穌之名而稱呼祂,口裡承認耶穌基督為主*,使榮耀歸於父神。 請看,照神嘅真理,主以上所講嘅受苦,已經將人子提升到幾榮耀、幾尊貴嘅地步!

**19.** 所以,如果你將呢啲思想溫情而無遺漏咁放喺心入面,悲傷、憤怒同易怒嘅激情就唔會勝過你。 因為當根基從底下被移去 ,即係當以基督嘅謙卑浸洗,將驕傲嘅激情根除,嗰時,成座無法律嘅憤怒、忿怒同憂傷嘅建築就會自然而然咁崩潰。 有邊個殘酷如石嘅心,如果時刻銘記神獨生子為我哋所表現嘅謙卑,並記得佢上述嘅苦難,唔會被感動、被憐憫,並謙卑佢嘅心呢? 豈不相反,反而甘願成為塵土、灰燼,並成為眾人腳墊,正如聖經所言?當靈魂仰望基督的卑微,以這種方式謙卑並破碎自己時,又有何易怒之情能侵入其中?又有何憤怒和悲傷能生根?

**20.** 然而,似乎忽略咗呢啲對我哋嚟講救恩同賜生命嘅思想──同佢哋孖生姊妹懶散,同埋佢哋嘅同夥同儕無知──呢啲最可悲同最深重嘅靈魂疾病,好難認出,更難醫治,佢哋拎走靈魂,用無節制嘅好奇心去蒙蔽佢 (透過探究除自己以外嘅一切外物)──就係所有其他邪惡激情得以滋生同埋潛伏喺靈魂入面嘅原因:佢哋令靈魂對上帝毫無畏懼,對一切善事都漠不關心,仲畀每種激情自由咁進入靈魂,喺入面肆無忌憚咁活動。 當靈魂被一種陰沉的蒙面紗所籠罩,瀰漫著無所不在的遺忘、毀滅性的懶散,以及──萬惡之母與養育者──無知,那麼可憐、失明的理智便輕易鉤住一切可見、可想或可聞之物: 例如,佢見到一個女人嘅美貌,就即刻被肉慾所傷。 記憶咁樣熱烈同帶住喜悅咁接收咗所見、所聞同所觸嘅事物,然後喺內心透過思想嘅想像力同佢哋作邪惡嘅對話,畫出呢啲影像,從而喺慾望之靈嘅影響下,玷污住仍然充滿慾望同可憐嘅心靈。

**21.** 最後,肉體本身──無論是肥胖、非常年輕,或過於濕潤──都會因這些回憶和行為,憑其本性迅速被激起,向慾望傾斜;有時在夢中,有時在清醒時,會洩漏不潔,甚至根本未與妻子交媾。 咁嘅人,好多人可能會當佢係貞潔、童貞、純潔,甚至自稱聖潔;但喺睇見隱秘事嘅神面前,佢係可憎嘅行淫者同通姦犯,除非佢喺神面前痛哭流淚、哀號,否則喺嗰日就會被公義地定罪。 喺祂面前佢懷住惡念、行惡,又唔肯獻上應有嘅懺悔,冇透過禁食、通宵禱告同無間斷嘅禱告去治死肉體,亦冇透過聖潔嘅紀念同神話語嘅教導去醫治同糾正心思意念。因為嗰個活生生嘅聲音所講嘅,並非虛假: *「凡看見婦女就動淫念的,這心裏已經與她犯奸淫了。」* (馬太福音5:28)所以,特別對於年輕人,完全避免見到婦女──就算她們被視為聖潔──都是非常有益的,而且如果可能,就應該與所有人分開生活: 如此,他就可以令屬靈的爭戰容易得多,並且更切實地感受到自己的進步,特別是他若嚴密地守望自己,並持守禱告,在飲食──甚至水──上節制,且長時間的守夜,並諮詢有經驗的屬靈導師,努力與他們同在,從他們的指導中受益。 因為單憑自己嘅意志,冇人作見證,或者同冇經驗嘅人一齊生活,喺孤立狀態下生活,實在太危險。惡者(撒旦)有好多詭計、好多埋伏,敵人到處設下各種陷阱。 所以,盡量要同有經驗嘅屬靈長輩一齊生活,經常傾偈,即使自己因為屬靈上嘅幼稚同不完美,冇自己嘅真光,但同行喺有真光嘅人旁邊, 佢就可以唔行喺黑暗中,亦唔會受陷阱同圈套嘅威脅,更唔會畀潛伏喺黑暗中、專門擄走同腐蝕冇帶住神聖言語智慧之燈嘅人嘅心靈野獸所害。

**22.** 但如果你願意,我兒,要喺自己裏面獲得並擁有你自己屬靈光和指引嘅燈,好等你能夠喺呢個世代最深嘅黑夜裏面行得無阻 *'並叫你腳步被主引導'*(詩篇118:133),並且照着先知嘅話, *「你已經非常渴慕」* 福音之道──即係要用最熱誠嘅信心去遵守最完美嘅福音誡命,並且透過渴慕同禱告去分擔主嘅苦難──咁我就會向你顯示一條奇妙嘅道路去成就呢件事,呢條路係一種道德嘅、內在嘅心靈狀態, 佢唔需要身體嘅勞苦或者力量嘅壯舉, 而係靈魂嘅勤苦工夫,心志嘅操練(勝過一切內在嘅事物)同埋專注嘅思慮,並藉住對神嘅敬畏同愛, 有咗呢種心態,你就可以好容易就令敵人四散逃走,就好似蒙福嘅大衛咁,佢憑住對上帝嘅信心同依靠,斬咗一個外邦巨人,就令敵人同佢哋嘅黑暗四散逃走。

**23.** 我嘅說話針對三個強大而有能力嘅外邦巨人,佢哋就係精神上嘅荷羅斐ﬠ斯全部對抗力量所寄託嘅;如果佢哋被推翻同擊殺,咁邪惡靈魂嘅全部力量就會徹底耗盡。 呢三個看似強壯嘅惡者巨頭,就係我哋之前提過嘅──無知,萬惡之源, 遺忘,佢嘅姊妹、同夥同幫手;仲有,由陰霾中為靈魂織成黑暗嘅衣裳同棺布──懶散(冷漠),支撐同強化頭兩個,畀佢哋穩定性,確保喺最疏忽嘅靈魂入面,邪惡好似已經根深蒂固、化身為形。 因為就係透過冷漠(麻木)、健忘同無知,先令到其他各種情慾嘅根基越嚟越堅固,並且不斷繁衍。佢哋互相幫襯,無法單獨存在,當佢哋結合埋一齊,就成為咗敵對者強大嘅力量,同埋邪惡者嘅主要將領。 透過佢哋,成隊邪惡嘅靈魂喺人心入面編織佢哋嘅陷阱,並成功實現佢哋嘅詭計。

**24.** 如果你想戰勝你嘅情慾,輕易驅走成隊入侵心靈嘅敵兵,就要透過祈禱同上帝嘅幫助,收斂你嘅思緒,深入你嘅心底;喺嗰度,搵出魔鬼嗰三大巨頭──即係忘性、冷漠同懶散, 同無知──因為正正係靠呢啲嘢,其他所有慾望先喺放縱自己嘅心同未受懲罰嘅靈魂入面滋生、壯大同變得更強。透過嚴格嘅自我檢視同警醒嘅心,加上上面嘅幫助,你一定會搵到(喺自己入面分辨、掌握)呢啲慾望──其他人唔知道,甚至連想像都想像唔到, 呢啲就係所有邪情之中最具破壞力嘅,同時亦係對抗佢哋嘅真理武器:良好嘅記憶──一切美好事物嘅源頭;照亮嘅知識,令保持警醒嘅靈魂驅走無知嘅黑暗;以及活潑嘅熱誠,激發並引領靈魂走向得救。 然後,當你着上呢啲美德嘅武器,並憑住聖靈嘅能力,以各種禱告同懇求,你就會英勇而勇敢咁克服(完全驅走)上述嗰三個心靈巨獸──嗰啲精神入侵者,即係: 以心思念屬乎天上之事,常常思想*「凡是真實的、可敬重的、公義的、純潔的、可愛的、有美名的;若有什麼美德、若有所讚美的事」* (腓立比書 4:8),你就會驅走最有害嘅健忘;憑住天啟嘅指引,你會摧毀無知嘅黑暗;並以最熱切嘅熱情,準備行各樣善事,驅逐使罪惡在靈魂中生根嘅無神冷漠(懶散)。 你要獲得呢啲美德,唔係靠自己嘅意志,而係靠上帝嘅能力同聖靈嘅幫助,透過專心同禱告;當你用呢種方法獲得咗佢哋,就可以透過佢哋,將上面提到嗰三個邪惡巨頭從你身上驅走。 當藉住積極恩典嘅力量,喺靈魂入面形成並小心保持住真知識、紀念上帝話語同義憤熱誠嘅三合一,咁靈魂入面最微小嘅遺忘、無知同冷漠都會消失無蹤。 佢哋會化為烏有,而喺我哋主耶穌基督裏面嘅恩典──願榮耀同能力歸於佢,直到永遠──最終會喺靈魂裏面掌權。阿門。

## *2. 尼古拉斯修士回覆馬克修道士的著作*

感謝神,感謝祂!感謝祂那超乎並難以言喻的恩賜,因為祂出於對那被強烈情慾折磨、耗盡所有力量的靈魂的愛,以一個全心信靠神、憐憫慈愛的意願臨訪了它;我說, 藉着你那有德且與神合一的靈魂,使一個光耀奪目、充滿神聖光芒並帶有屬靈吸引力的火花被差遣到我這裡──並藉着那來自與神合一心靈的勞苦與慈愛之言語燈盞, 主已經從最深嘅黑暗同風暴中拯救咗我嘅靈魂,並令我嘅思緒因向我顯現嘅三巨人之啟示而充滿活力。 的確,呢啲巨人都好偉大又好兇猛,佢哋從未停止攻擊人類。咁,佢哋喺世上又有邊個比我畀佢哋攞得咁勁、咁殘暴?又有邊個仍然由佢哋自己心意所掌握?但係,祂──永不因活著嘅人被毀滅而歡喜嘅主, 祂向我施恩,向我顯出祂的忍耐和憐憫之愛;激起那虔誠的思想,喚醒我沉睡最深處的意志,並向我指出並顯明上述的巨人們。我先說, 忘記──就係趕亞當出伊甸園嘅;如果佢有忘記主嘅誡命,就唔會從咁大嘅榮耀中墮落;又或者係絕望,佢向絕望屈服,因而聽咗佢老婆嘅話;仲有無知,令佢唔知道自己係乜嘢,亦唔知道自己變成咗乜嘢。 主耶穌藉住住喺你入面嘅聖靈────將呢三種靈向我顯明。因為祂真係差咗一把雙刃劍,就係神嘅道,用極大嘅寂靜將我嘅心智劈成兩半。 祂冇止步於此,反而真係透過你嘅說話,喺我嘅意願裏面注入咗一種屬靈嘅甜美。 咁,我用幾多張口、幾多條舌頭先至配得上,去向真主上帝為祂賜予我嘅祝福──多得你提醒我──,或者為祂差遣呢啲精巧而充滿慈愛嘅言語,激勵我哋嘅心靈去追求真理、遵守上帝嘅誡命,而最終, 因為呢啲話對所有想行主路、得永生嘅人帶嚟咁大嘅益處?你嘅說話唔單止令我得益,仲令所有聽過嘅人都得益──佢哋嘅心靈大大開竅,亦從呢啲清晰表達嘅言語中獲益良多。 所以,呢啲說話證明咗佢哋同現實一樣真,唔單止係聽落去嘅說話,而係喺我哋眼前好明顯嘅事實;因為呢句話即刻令我哋嘅意志變得非常警醒。 既然呢句話咁有功效,佢就唔係徒然,而係即刻生出穀粒,結出成熟嘅果實;但佢都未停,因為冇人會因佢而感到飽足,就如神所知:無論我幾多次去讀佢,我呢個可憐嘅靈魂都從未滿足。 所以,藉着你聖德的禱告,願我蒙賜此恩,使天國的火花常留在我心中,並將上述巨靈徹底毀滅,直到盡頭;免得我自失其本,因自己任性乖戾的詭詐,將自己投身於上述的惡中,成為仇敵的掠物。 但我信靠那住在你裏面的主耶穌基督,

為你虔誠的緣故,並如你一樣勞苦的人的緣故,祂必不輕看我,也不將我交在 aforementioned giants 之口;反而,祂必藉着祂聖潔的僕人時常提醒我,並藉着你的聖潔禱告,將祂的道顯明給這可憐的靈魂。 所以,我懇求並哀告您那恩慈而可敬的靈魂,莫因我懷着盼望,大膽地寫了這回覆給您而輕視我;但當您見到天父的憐憫大開時,儘管我字跡拙劣,仍懇求您每時每刻都記起我,因為主總會眷顧 [祂]堅定而永不止息的僕人──即係話,您那蒙福而聖潔純淨的心靈──好叫我,藉着您的高潔,同樣脫離了自己的罪惡,並能因那富憐憫心的基督上帝的恩典而獲得幸福的結局。願榮耀和權能歸於祂,同於父和聖靈,直到永遠。阿門。

## 2. 聖馬可的教學,取自他的其他著作

**1.** 信心唔單止係受洗歸入基督,仲要遵守佢嘅誡命。聖洗禮確實賜予我哋成全,但佢唔會令唔遵守誡命嘅人得以成全。

**2.** 如果連受洗之後,我哋仍然受罪惡管轄,就唔係因為洗禮有問題,而係因為我哋疏忽大意,唔遵守誡命,照自己嘅意思放縱自己。連神同撒旦,喺洗禮之後都唔會強迫我哋嘅意志。喺洗禮中,我哋已經奧妙地從罪惡嘅枷鎖中獲得自由,正如經上所寫: *「因為生命聖靈的律法,使我脫離罪和死的律法」*(羅馬書 8:2);然而,由於我們忽略了那潔淨我們者的誡命,我們就落入罪惡的權勢之下,並且因為我們沒有遵守誡命,我們再次成為仇敵的擄物。

**3.** 人若憑自由意志,就可留喺佢自己揀嘅地方,就算佢已經受洗,都唔可以強迫佢自我決定。 當聖經說:*「虛心的人有福了,因為天國是他們的。」*(馬太福音11:12)時,它講的就是人的自由意志,好叫我們每一個人可以在受洗之後,勉勵自己不向惡行,而要持守那善的。 至於嗰啲作為信徒已經得着力量去遵守誡命嘅人,主吩咐佢哋要努力持守,免得轉離。

**4.** 屬靈的追求並非與誡命分開,它們本身就係誡命。 你指畀我睇,有咩苦行嘅行為係同誡命分開嘅?如果你話係祈禱──嗰就係誡命;如果你講壓制念頭──嗰亦都係誡命(「要謹守、警醒」);如果你講禁食同守夜,嗰都係誡命;如果你講自我克制, 嗰都係誡命(要佢克制自己),無論你提到乜嘢苦行美德──全部都係誡命。(苦行嘅目標就係最精準地遵守誡命)。

**5.** 聖洗禮賜予完全的釋放(脫離罪惡的捆綁,正如懺悔一樣);然而,重新將自己捆綁於情慾,或透過遵守誡命而保持自由,則係出自個人自由意志。若思想偏向任何罪惡的快感,那係 個人自由意志所致,而非任何強制。 根據聖經,我哋有能力 *「拆毀一切高傲」*,(林後10:4)。對於肯喺自己心裏面拆毀佢嘅人嚟講,一個邪惡嘅念頭係對上帝嘅愛,而唔係罪;因為罪唔係念頭嘅出現,而係心思意念同佢嘅對話。 如果我哋唔鍾意佢,點解仲要喺度逗留?任何我哋真心憎惡嘅嘢,都唔可能喺我哋心入面長時間停留,除非我哋自己嘅邪惡同佢勾結。

**6.**当我们在领受洗礼后,本可遵守诫命,却没有遵守,那么──即使我们不愿意──也会发现自己被罪恶掳去(再次陷入罪的奴役),直到我们藉着悔改,恳求神,转向祂的诫命,而祂就摧毁了我们自私的罪。

**7.** 你哋已經藉住洗禮穿戴咗基督(加拉太書3:27),並且擁有拆毀堅固營壘嘅能力同武器(哥林多後書10:4)。 然而,如果你明明有能力制服佢哋,卻喺佢哋一開始攻擊嘅時候唔即刻將佢哋打倒,咁就明顯係因為你唔信,放縱自己嘅情慾,任由佢哋同佢哋勾結。喺呢種行為入面,你自己就要負責。

**8.** 有時,冇經過我哋同意,有啲邪惡嘅念頭──就好似我哋憎惡嘅強盜──突然襲擊我哋,並強行擄走我哋嘅心智。 然而,你要肯定,就連呢個念頭都係由我哋自己心裏面生出嚟;因為要麼喺我哋受洗之後,我哋將自己交畀咁嘅惡念──雖然我哋冇付諸行動──要麼就係我哋自願喺心裏面藏住啲惡種,所以惡者先喺我哋心入面生根, 而佢憑住呢啲邪惡嘅種子囚禁咗我哋,除非我哋將佢哋拋棄,否則佢唔會離開;至於因行惡而留喺我哋心入面嘅邪惡思想,當我哋向神獻上配得上悔改嘅行為,就會被趕走。 所以,呢個不由自主、令人困擾嘅念頭,你自己要負責任,因為當佢一開始動念,你有能力趕走佢、淨化你嘅心,但你冇咁做,反而自願同佢對話,雖然你冇付諸行動。 (佢會去到一個溫暖嘅地方,去到一個舊相識、朋友度。)

**9.**當你喺心入面見到所賜畀你嘅幫助,就肯定呢份恩典唔係由外面嚟,而係喺你受洗時神秘咁賜畀你嘅恩典而家已經生效,以至你而家憎惡呢個念頭,並已經轉離佢。

**10.** 主基督,祂藉着洗禮的恩典,將我們從一切暴力中救拔出來,卻不阻止我們心裏所起的念頭,好叫一些從心裏所憎惡的,能即時被根除, 而其他念頭則可按我哋對佢哋嘅愛程度而留存,好讓基督嘅恩典同人類嘅意志都得以彰顯──無論係為咗恩典而努力,定係為咗放縱自己而思念。

**11.** 好似一種邪惡嘅親緣關係,我哋嘅慾望同思想嘅傾向互相配合。每一樣思想,一旦喺佢嘅愛好者身上生根,就會傳畀佢隔離嗰個,以至一個人雖然被前者嘅習慣強烈吸引,但已經畀後者捲走,就算佢唔願意都好。 因為人若滿了虛榮,又豈能逃脫驕傲?又或者,人若飽睡後放縱情慾,豈能不受淫念所勝?又或者,人若放縱貪婪,豈能不被無憐憫所捆綁?至於那些沉迷於這些事物的人,又如何能逃脫易怒和憤怒呢?

**12.** 一旦我哋領受咗恩典,就要靠自己嘅自由意志揀係照肉體行,定係照聖靈行。但係,如果一邊鍾意人嘅讚揚、放縱肉體,一邊又想照聖靈行,根本做唔到;同樣,如果一邊照肉體生活,一邊又心裏面寧願要未來多過眼前,都係行唔通嘅。 所以,我哋要憎惡人嘅讚揚同身體嘅安舒,因為藉住佢哋,就算我哋唔願意,邪惡嘅念頭都會喺我哋心入面生根。我哋要誠心誠意咁對主講:*「我以極大嘅憎恨憎惡佢哋;佢哋係我嘅仇敵。」*(詩篇138:22)

**13.** 至於喺天主教會受洗嘅人,恩典會以奧妙嘅方式透過洗禮賜予,並暗中住喺佢哋心入面;然後,當佢哋遵守誡命,並喺心裏培養盼望時,就會照主嘅話喺信徒身上顯現出嚟:*「信我嘅,就如經上所說,從佢心裏要流出生命水的河流。」 「祂說這話是指着信祂名的人所要受的聖靈說的。」*(約翰福音7:38-39)

**14.** 由於自己信心不足,人人都會淪為罪惡的權勢之俎上之肉,*「被自己的私慾牽引誘惑;私慾懷孕就生出罪來;罪既成熟,就生出死來。」*(雅各書 1:14–15)。 由人自己嘅私慾生出心靈嘅罪,跟住就照住呢個罪行去行。一旦有人偏離(洗禮嘅責任),就會即刻畀罪囚禁。

**15.** 聖靈喺受洗嗰刻就賜畀堅信不移嘅人,但係我哋自己卻令祂憂傷,並喺自己裏面熄滅祂。就係因為咁,使徒先吩咐:*「聖靈不要熄滅」*(帖前5:19)、*「你哋要叫聖靈,就係用嚟印記你哋直到得贖日子嘅,唔好憂愁」* (弗 4:30)。呢個唔代表每個受洗嘅人 已經領受咗恩典就唔會改變,亦唔使再悔改,而係講由洗禮開始,藉住基督嘅恩賜, 我哋因基督嘅恩典,得着上帝完美嘅恩寵去遵守所有誡命;但係之後,凡係領受咗呢個恩典嘅人,如果喺聖事中領受咗之後卻唔遵守誡命,甚至疏忽大意,咁佢就仍然受罪惡嘅權勢所制,因為佢哋雖然領受咗行事嘅能力,卻因大意而冇去做所要求嘅事。 無論我哋想快啲定慢啲先至得成全,都必須完全信靠基督,並遵守祂所有嘅誡命,因為我哋已經從祂度領受咗行呢啲事嘅能力。 我哋憑信心幾多程度遵守神嘅誡命,聖靈就喺我哋裏面幾多程度結出祂嘅果子。根據聖保祿,聖靈嘅果子係:*「愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制」*(加拉太書5:22)。

**16.** 所以,如果任何信徒在遵守誡命的生活中,已經達到了一定的相應屬靈果效,就當相信他早已預先領受了成就此事的能力,因為在洗禮中他領受了聖靈的恩典──這恩典是所有美好之事的源頭,不單是隱藏的和屬靈的品德,也包括顯而易見的品德。 凡有德行的人,都不可以為自己能憑自己 alone 行出任何善功;因為聖言說:*「好人……不是憑自己,乃是從心裏的善藏中,把善 thing 拿 out 」*(太12:35)。此處所指的藏,即係隱藏在信徒心裏的聖靈。

**17.** 當佢確定咗,照使徒嘅說話,自從受洗之後,基督就隱藏喺佢心入面,佢就拋棄晒呢世上嘅一切,住喺自己心入面,*並「極其謹守」佢*。(箴言 4:23) 因為*「祂在我們裏面運行,要我們立志行事,成全祂的美意。」*(腓立比書2:13) 透過「立志行事」呢句話──使徒顯示出,實踐美德嘅意志要靠我哋嘅自制,但冇咗上帝就根本做唔到。約翰福音15:5講嘅*「離咗我,你哋就乜都做唔到」*都係同一意思。不過,喺所有事上,我哋自己嘅參與都係必須嘅。

**18.** 每一個人尊貴的心首先從內住的基督──祂居於心靈深處的隱密殿中──領受美好而有益的勸告,並透過美德的生活付諸實踐,然後又藉著良善的思想,將這生活獻回給賜下此勸告的基督。

**19.** 義人喺復活時所會領受嘅福份喺天上;但佢哋嘅訂婚同初熟果實,已經喺信徒心靈裏面開始運作,令我哋對未來有把握,得以藐視眼前一切,並至死愛神。 所以,使徒冇講*「你哋要親近」,而係講「你哋已經親近咗錫安山同活神嘅城──天上嘅耶路撒冷」* (希伯來書12:22):因為我哋藉住洗禮都已經有能力得此福份;但只有堅定信心者先算得着──即係每日為基督嘅愛而死,亦即係超越一切塵世生命嘅思慮,只專注於點樣達到對基督嘅完美之愛。 為咗追求呢樣嘢勝過一切,聖保祿說:*「我向着標竿直跑,如果我未得着,*我就要得着──正如基督已經得着我一樣。」*(腓立比書3:12) 當佢獲得咗呢份愛之後

,佢就唔再想去其他嘢──唔係身體嘅苦楚,亦唔係大自然嘅奇觀──佢拋開晒一切,並講:*「有咩可以將我哋同基督嘅愛分開呢?」*(羅馬書8:35–39)。 佢唔再想諗其他嘢,只係想留喺度(喺心入面,喺基督嘅愛入面)。

**20.** 使徒說,我哋心入面有聖靈嘅初熟果(羅馬書 8:23),呢個就表示咗我哋嘅容量;因為除咗透過完全順服,我哋根本盛載唔到聖靈嘅全部作為。 就好似太陽完美無缺,會散發出完美、純粹、對所有人平等嘅恩典,但每個人能夠接受到嘅陽光,就只有佢哋嘅眼睛夠清淨先得——同樣地,聖靈喺受洗嗰刻開始,就令信佢嘅人能夠接受到佢所有嘅作為同恩賜: 然而,祂的恩賜並不以同樣的程度喺每個人身上運作,而係按各人對誡命的遵守程度賜予,因為佢哋透過善行作見證,並顯示佢哋對基督的信心程度。

**21.** 撒但的誘惑只不過是一個念頭──對一件邪惡之事(行為)的感知,為了接近我們的思想,只能在我們缺乏信心的地方找到突破口。因為當我們領受了*「凡事不可憂慮,只要『要謹守你心,勝過謹守一切』」*的誡命 (箴言 4:23)並喺我哋自己入面去追求天國,心思就會遠離心靈同埋上述嘅追求;佢即刻向魔鬼嘅誘惑低頭,變得容易接受邪惡嘅建議。但就算咁,魔鬼都冇能力令我哋嘅思想動彈, 否則佢就唔會對我哋有任何憐憫,會強行灌輸各種惡念,唔畀我哋諗任何好事;但佢只得能力喺最初嘅 念頭入面播下一種邪惡嘅傾向,用嚟試探我哋內心嘅取向──究竟係向佢嘅誘惑傾斜,定係向神嘅誡命,因為兩者互相對立。

**22.** 當一個憎惡嘅念頭喺心入面生根並鞏固咗,呢個唔係靠我哋新嘅本性,而係靠之前嘅知覺。呢種念頭會固定喺專一嘅狀態;心入面嘅義憤阻止佢演變成繁多嘅念頭同激情。 一個單純(赤裸)嘅念頭,為自己留心嘅人所憎惡,冇能力將心緒牽入到繁複嘅念頭入面。 呢種情況只會喺心識同情佢嘅時候先會出現。所以,如果我哋完全拋棄所有同情,之前接受過嘅影像喺心識入面嘅顯現,就會永遠保持專一,而唔會再傷害我哋或者譴責我哋嘅良心。

**23.**當心思維意識到對已形成嘅印象作抵抗係徒勞無功,並向神承認以往嘅罪過,呢個誘惑即刻就消失咗, 而心靈再次有能力聆聽心房,並透過禱告*「全心全意」*地守護它,努力進入心房最深處、最安全的地方,那裡再也沒有邪惡念頭的风暴,猛烈地狂掃,將靈魂和肉身拋入感官的急流和污穢的洪流之中。 並無一條寬闊平坦、鋪滿世俗智慧言詞與圖像的大道,去誘惑跟隨者,就算他們再如何智慧;因為靈魂最純潔的內室與基督的殿,只接納被剝得赤裸的心智,它帶着世上任何東西都不得入內,無論這些東西被理性如何判定。 除咗使徒所講嘅*「三樣」:『信、望、愛』*(林前13:13)。所以,凡愛真理、願意全心勞力嘅人,就可以如上所述,唔畀舊有嘅印象所左右,而要聆聽自己嘅心, 去進步(喺達到)內在生命同更親近上帝,只要佢哋唔忽略禱告嘅工夫同按上帝旨意而活嘅生活;因為每日細心約束自己──唔單止外表,連內心都唔好放縱想像同肉慾──嘅人,就一定會用心去努力。

**24.** 只有不變的本性先能免於邪惡的誘惑,而並非人的本性。亞當雖然受撒旦的誘惑,卻有能力選擇是否理會。 思想嘅誘惑既唔係罪,亦唔係義,而係我哋自私本性嘅顯露。正因如此,先容許佢嚟試探我哋,好叫嗰啲偏向誡命嘅人因佢哋嘅忠心而配得上得勝嘅冠冕,而嗰啲偏向放縱自己嘅人就可以因佢哋嘅不忠而顯出配受譴責。 但我們亦要明白:每當我們內在有所改變,並不能即刻就有審判,決定我們是否已證明自己有能力或值得被拒絕, 但係,當我哋喺呢段人生旅程中,經歷各種試煉──勝利同失敗、跌倒同站起、迷失同被引返正路──只有到我哋離世嗰日,經過一切嘅考量之後,先會按呢啲情況作出相應嘅審判或稱讚。所以,試煉本身並唔係罪。完全唔係! 雖然它會不由自主(冇經我哋同意)喺一念之間向我哋呈現事物,但我哋從主領受咗屬靈行動嘅能力,喺第一念分辨出有害同有益之後,就可以憑自己嘅力量去拒絕或者接受嗰啲思想,而嗰啲思想係因為靈魂嘅狀態而繁衍,唔係出於必然。

**25.** 既然我哋嘅靈魂畀情慾同虛榮蒙蔽,跌入愚蠢嘅深淵,佢唔理聖經嘅命令、唔理自然嘅理性、亦唔理有經驗者嘅忠告,只係跟從自己嘅私慾。所以,佢心入面藏住呢啲罪惡嘅根源,就唔可能擺脫由呢啲根源所產生嘅行為。 一個人喺未來福份上對主嘅信心愈大,愈藐視世上嘅榮耀同享樂,佢就愈能約束自己嘅思想,亦愈比鍾意享樂嘅人更得平安;呢個就係點解我哋喺思想同生活方式上會各有不同。

**26.** 你要肯定知道,主會察看眾人嘅心:凡係痛惡邪惡念頭最初一閃嘅人,祂就應承過嘅咁即刻代禱,唔會畀佢哋嗰啲飄忽嘅念頭一旦被激起就玷污佢哋嘅心靈同良知; 但凡唔係靠對上帝嘅信心同盼望去壓制呢啲念頭最初嘅動盪,反而仲沉迷其中嘅人,上帝就撇棄佢哋,任憑佢哋成為無信者,畀後續嘅

念頭擊倒,因為上帝唔會移除呢啲念頭,祂見到我哋係鍾意佢哋最初嘅誘惑,而唔係喺佢哋一出現就憎惡佢哋。

**27.** 冇任何力量可以強迫我哋去做善事或者惡事,但我哋憑自由意志服侍嘅對象──神或者魔鬼──就會鼓勵我哋向佢管轄嘅範圍內一切事物邁進。

**28.** 我哋行為嘅源頭有兩種思想傾向,係心靈所察覺唔到嘅:人嘅讚揚同身體嘅滿足。當呢兩樣嘢喺我哋嘅意志未曾同意之前不由自主咁掌握咗我哋,佢哋就既唔係罪惡亦唔係美德,只不過係我哋意志傾向嘅一種顯露,而我哋就會被呢種傾向吸引。 主希望我哋能忍受責備,並克己苦身, 而魔鬼就想要相反;所以,當我哋喺上述嗰啲傾向中歡喜時,就明顯係因為違背咗主,而向肉慾嘅靈傾斜;但當我哋為呢啲傾向而憂傷,就證明我哋已經揀咗窄路,向神回轉。 正因如此,呢啲試探先會被容許向人襲來,好讓嗰啲鍾意上帝誡命並喺其中得著喜樂嘅人,可以將佢哋嘅意志降服於基督;而祂一旦喺佢哋裏面搵到入口,就可以引領佢哋嘅心思意念向真理。 同樣,要明白其相反:相反,凡熱愛人間榮耀和肉體慾望的人,就畀魔鬼留地;佢一入到我哋心入面,就提出佢嘅惡念,而當我哋對呢啲念頭感到愉快,佢就唔停咁加添,直到我哋由心底裡憎恨呢兩種慾望。 但我哋對佢哋嘅愛咁深,唔單止為咗佢哋放棄美德,當機會嚟到嘅時候,我哋仲會互相交換呢啲慾望:有時為咗虛榮心折磨身體,有時又為咗肉體享樂忍受侮辱。 然而,當我哋草率咁順從佢哋,就會開始搵方法去恢復佢哋。虛榮同肉體慾望嘅本質就係對金錢嘅愛,而根據神聖經文,金錢係萬惡之源(提摩太前書6:10)。

**29.** 主冇同亞當講:*「你喺當日食咗佢,我就會殺咗你」*,而係警告佢哋,預言咗公義嘅律法,話:*「你喺當日食咗佢,你一定會死」*(創世記 2:17)。 總括嚟講,主已經命定,凡事,無論善惡,都應該自然而然咁得到相應嘅報應,而唔係好似有啲唔識靈性律法嘅人以為,要靠特別嘅詔令先至會有。

**30.** 我哋要記住,如果我哋以惡人視任何弟兄,神就會以惡人視我哋;如果我哋拒絕接受任何人悔改,視佢為罪人,我哋亦都會被神拒絕,被視為罪人, 如果我哋唔饒恕鄰舍嘅罪,同樣地,我哋自己嘅罪都唔會獲得赦免。喺宣講呢條律法時,我哋嘅律法賜予者──基督──對我們講:*「你哋唔好論斷人,好叫你哋唔被論斷;唔好定人罪,好叫你哋唔被定罪;要饒恕人,好叫你哋被饒恕。」*(路加福音 6:37)。 知道呢條律法之後,聖保祿宗徒就清楚咁講:*「你論斷人,就係定自己有罪。」*(羅馬書 2:1) 先知唔知道呢點,就向神呼求:*「因為你必按各人所行的報應他」*(詩篇61:13);又有另一個先知,代表神講:*「伸冤在我,我必報應,說這話的是主」*(申命記32:35)。

**31.** 先知但以理書上寫道:*「要以施捨贖你嘅罪,要以慷慨嘅行為贖你嘅不義」*(對窮人)(但以理書4:24)。但你可能會話:我冇錢,我點可以對窮人慷慨呢? 你冇錢,但你有慾望;放棄佢哋,用嚟做好事。你唔可以親手施捨咩?就用你正直嘅心意施捨:照主嘅話:*「如果你兄弟得罪你,就饒恕佢」*(路加福音17:3),呢件事對你嚟講就係一件偉大嘅慈善之舉。 如果我哋向神求罪得赦,就要喺每次犯罪時,對每個人都咁做,好叫(福音書上)所講嘅話得以成就:*「饒恕人,你哋就會被饒恕。」*(路加福音6:37) 有人有錢又施捨俾窮人,固然係一件大善事;但對鄰舍因佢哋得罪我哋而施以憐憫,就更加偉大,因為可以獲得罪得赦免。畢竟,靈魂本身嘅本性比身體更崇高。 但如果我哋向神求赦免(我哋嘅罪),並且已經多次獲得所求嘅,以致於此喺呢度都冇受任何傷害, 卻拒絕讓我們的鄰舍分享這份恩典,那麼我們就因此成為那惡僕的榜樣:他從主人那裡赦免了十他連得的債,卻不肯赦免只欠他一百銀幣的鄰舍;主就似乎按律法審判他說: *「你呢個惡僕!因為你哀求我,我就赦免咗你成身債;你冇理由唔對你嘅同僕施憐憫,赦免佢嘅債,就好似我赦免咗你咁?」*經上又記載:*「佢就嚇咗,交俾刑房吏,等佢還清晒成身債。」* 然後佢由此得出結論,話:*「所以,天上嘅父神 都會照樣待你,如果你唔由衷咁饒恕你兄弟嘅過犯。」*(馬太福音18:32–35)

**32.** 主說:*「哀哉,你哋有錢人!」*(路加福音6:24)但祂咁講,並唔係譴責所有變得有錢嘅人,因為當中有人真係識得按上帝──祂嘅旨意──去管理佢哋嘅財富,並且,正如聖經所講,佢哋喺今生會得百倍之福;例如: 有福嘅亞伯拉罕同義人約伯,佢哋因有憐憫心,喺今生同將來嘅時代變得更加富有, 但祂責備(如上所述)那些貪婪成性,將屬於上帝的恩賜──無論是物質財富或祂各種豐盛恩典──據為己有,卻不肯對鄰舍施以憐憫的人。 因為,唔係主冇賜嘅財富先會害到擁有者,而係由不義衍生出嚟嘅貪心,同埋佢嘅源頭, ──即係無憐憫──堅定嘅信徒為咗完全避免呢樣嘢,就完全放棄咗呢啲現世嘅福份,唔係因為佢哋衝動到去憎恨神嘅創造,而係因為對基督嘅信心,基督吩咐佢哋咁做,並且由佢度得到每日所需

嘅供應。 另一個人就算冇財產,都可以變得富有,佢嘅財富係一席話、一啲知識,或者其他用嚟施恩嘅方法,呢啲都係賜畀眾人嘅,因為佢收到呢啲嘢,就係要分畀窮人。

**33.** 犯罪的人不可灰心。不可如此。 因為我哋唔係因為罪惡多而受審判,而係因為唔肯悔改同唔肯認出基督嘅奇蹟;正如真理自己所作嘅見證:*「你哋以為呢班加利利人──比拉多將佢哋嘅血同佢哋嘅祭牲混合埋一齊嗰班人──係比所有住喺耶路撒冷嘅人更罪大惡極?」 「唔係,」我同你講,除非你哋悔改,否則都會滅亡。又或者嗰十八個人,矶羅亞樓倒塌壓死咗佢哋——你以為佢哋比住喺耶路撒冷嘅其他人更罪大惡極? 「我告訴你,若不悔改,都要如此滅亡!」*(路加福音13:2–5)你睇到我哋就係因為冇悔改而受審判嘅嗎?

**34.** 我相信,懺悔唔受時間或者任何特定行為嘅限制,而係透過跟從基督嘅誡命去成就。有啲誡命性質較一般,涵蓋咗好多具體誡命,並且可以一次過根除好多種惡行;例如經上所講: *「凡求你嘅,就畀佢;有人取你嘢,都唔好向佢要返」*(路加福音6:30),又如:*「凡想要向你借嘢嘅,都唔好轉頭唔畀佢」*(馬太福音5:42);呢啲就係具體嘅誡命。 但係,總括所有嘅,就係嗰條總命:*'賣晒你嘅所有,分畀窮人';*同埋*'背起你嘅十字架,跟從我'*(馬太福音19:21),呢度嘅'十字架'就係指要忍受臨到我哋身上嘅一切苦難。 因為凡係將所有都施比窮人,並且背起自己十字架嘅人,就同時成就咗以上所有誡命。同樣地,使徒話:*「我想要男人喺各處擡起聖潔嘅手,祈禱。」*(提摩太前書2:8),而呢個(主)嘅一般原則係: *「你進內室,關上门,禱告你喺暗中嘅父」*(馬太福音6:6),又說:*「要不住地禱告」*(帖撒羅尼迦前書5:17):凡進入內室、不住禱告者,就已經完全成就咗喺各處所獻嘅禱告。 又有人說:*「不可奸淫,不可行邪淫,不可殺人」*,等等,而所有這些的總原則是:*「將各樣的計謀,各樣高抬自己超過神的知識的事,都拿下去。」*(林後10:5)。能制服自己思想的人,就已經在所有上述惡行面前築起了一道防線。正因如此,愛神且堅定不移的信徒,會迫使自己遵守一般性的誡命,同時也不會忽略因不同情況而產生的一般性誡命。 所以我信,懺悔嘅工夫係透過以下三種美德去成就:心思嘅潔淨、不住嘅禱告,同埋對臨到我哋身上嘅苦難嘅忍耐;而呢一切,唔單止要喺外面去做,亦都要喺心裏面去做,好等嗰啲勞苦已久嘅人,因此可以變得無情欲。 既然如我哋所講,懺悔嘅工夫離唔開以上所講嘅三種美德,所以我認為凡係想得救嘅人,都應該行懺悔。 無論是罪人還是義人,都必須如此,因為沒有任何程度的完美不需要實踐上述美德;藉着它們,初學者得以入門敬虔,進階者得以進步,而完美者則得以穩固。

**35.** 主吩咐眾人:*「悔改」*(馬太福音4:17),所以連屬靈的人和正在進步的人,都不可忽略這條誡命,甚至不可輕忽最細微、最微小嘅過犯;因為經上說:*「輕忽小事的,漸漸敗壞。」* (西拉 19:1)。唔好講:「屬靈嘅人點會跌呢?」 保持咁樣,佢就唔會跌;但當佢容許敵人嘅一點小事入咗佢心,又唔肯悔改,嗰件事就會生根發芽,長大之後,就唔肯再同佢分開,反而好似用條鎖鏈── ──一種長期嘅執着,強行拉住佢。 如果佢透過禱告同呢個邪惡對抗並拒絕佢,就會維持佢而家嘅靈性成熟程度。但如果佢畀附住佢嗰嘢嘅壓力愈來愈大所引誘,從而減少咗對抗同禱告嘅努力,佢就無可避免咁會畀其他慾望所誘惑。咁佢哋就咁樣逐步被引誘,各人按自己偏離嘅程度,失去咗神嘅幫助,最終會畀之前控制住佢哋嗰嘢逼到犯嚴重嘅罪行──有時甚至連自己都唔想。但你會對我講:佢喺惡念初期,唔可以懇求上帝幫佢免於最終嘅墮落咩? 我同你講,佢本可以咁做,但係佢輕視咗呢件細微嘅事,自願以自己嘅自由意志接受咗入心,當成無足輕重嘅小事,所以佢就唔再為此禱告,唔知道呢件細微嘅事,其實就係更大件事嘅開始同埋成因。善同惡都係咁! 但當情慾變得更強,並憑着佢自己嘅意志喺佢心入面搵到立足點,就會違背佢嘅意願,強行反撲佢。到時佢先至醒覺到自己嘅不幸,就向神禱告,對住之前因為無知而為佢辯護、甚至同其他人爭論嘅敵人發動戰爭。 有時,即使主已經聽到佢嘅禱告,佢都得唔到幫助,因為事情唔係照人所想咁發生,而係照神為我哋嘅利益所安排嘅。因為神知道我哋嘅軟弱同悖逆,就透過苦難大大幫助我哋,好叫我哋雖然冇受苦就得咗拯救,但唔會再咁快急不及待咁犯同樣嘅罪。 所以,我哋肯定,要忍受所臨到我哋嘅一切,並以最合適嘅方式持續悔改。

**36.** 你會反對:真正討神喜悅、達到完美境界的人,又豈需進一步悔改呢?我亦同你一樣承認,此等人曾經存在,而今亦存在,但你細心聽,就會明白,就連他們都需要悔改。 主曾將以慾望的眼光看婦女等同於通奸,將對鄰舍的怒氣比作謀殺,並指出我們連閒話都要交賬(馬太福音5:28、29;12:36)。 咁邊個可以話自己完全冇因視覺而起嘅慾望,從未無故對鄰舍發過脾氣,甚至連一個無心嘅字都未講過,以至於根本唔需要懺悔?因為就算一個人而家唔係咁,佢以前都曾經係咁;所以,就懺悔而言,人要欠到死先至完。 但假設真有啲人,如佢哋所講,天生就冇呢啲軟弱,自出生起就遠離一切罪惡,雖然按聖保祿嘅話:

*「眾人都犯罪,虧缺了神的榮耀,並且眾人白白地因神嘅恩典稱義。」*(羅馬書3:23-24)。　然而,即使真有此等人,他們仍然是亞當的後裔;都生在罪中,按上帝的審判,注定要受死,若沒有基督,就不能得救。

**37.** 考慮自世界開始以來嘅人,你會發現喺嗰啲討神喜悅嘅人身上,敬虔嘅奧秘係透過懺悔得以成就。除非佢哋拋棄懺悔,否則無人被定罪;除非佢哋尋求懺悔,否則無人得稱義。　參孫、掃羅同以利,連埋佢哋嘅仔,雖然已經有咗一定嘅聖潔,但因為厭倦咗懺悔,先至失去咗呢份聖潔;跟住當寬限嘅時間過咗之後,就遭到可怕嘅死亡。如果魔鬼從唔會停止同我哋作對,咁懺悔就絕對唔可以放棄。　聖徒亦都迫使自己為鄰舍實踐悔改,因為佢哋冇咗積極嘅愛就唔能達到完美,

**38.** 如果懺悔係求憐憫,咁有錢嘅人就要小心,唔好聽到*「你哋已經飽足」*(林前4:8);反而更需要嘅人就要按住自己嘅需要去求,因為*「凡求就得着」*(太7:8)。　如果施恩者自己都能蒙恩,那麼我相信,當一個人因天意而蒙另一個人幫助時,整個世界都因懺悔而得以維繫。上帝藉著懺悔拯救了尼尼微人,卻毀滅了疏忽祂的所多瑪人。

**39.** 即使我哋喺悔改中掙扎到死,都未盡咗我哋嘅本份,因為我哋未做過任何配得上天國嘅事。就好似我哋食、飲、講同聽一樣,我哋都要自然而然咁悔改。　有時,按律法該死的人就死;但凡活著的人,都因信而活,為要悔改。即使不是因我們的罪,而係因違犯的罪,我們都藉洗禮得潔淨;得潔淨後,我們領受了誡命;但凡行不盡後者,就玷污了前者,*'忘記了你從前罪得赦免'*(彼得後書1:9),冇人可以隨時擺脫,就算佢哋從未疏忽過任何誡命。所以,懺悔對所有人嚟講都係必要嘅:因為當我哋厭惡自己嘅情慾並轉離佢哋嘅時候,懺悔就會揭示出當初有意犯嘅罪,而家則係無意中犯嘅罪。　凡收窄佢嘅人,就係返頭向後,重蹈舊日嘅過犯。

**40.** 關於我哋嘅積極生活,如果冇悔改,就做唔到任何有價值嘅事,但(主)因住我哋嘅心志,對我哋施以大憐憫。任何肯克制自己,並堅守悔改直到生命盡頭嘅人,就算以某種方式犯罪,都會因住佢哋嘅自律而得救,因為主喺福音中已經應許咗呢件事。　凡係話自己唔需要懺悔嘅人,就係自以為義,聖經稱佢為「惡嘅子」。因為佢信自己冇錯,好似已經唔知唔覺中懺悔咗咁,結果唔係被十字架釘死,反而同情慾為伍──因為自大同驕傲都係情慾。　自高自大嘅人救唔到,因為經上講:*「但輕慢嘅人、自大嘅人,同埋驕傲嘅人,都要化為烏有。」*(哈巴谷書2:5)如果謙卑對完美嘅人冇任何害處,咁就唔好放棄佢嘅緣由──悔改。　忠信嘅亞伯拉罕同義人約伯,喺佢哋謙卑嘅時候,自稱係塵土同灰燼,呢啲說話就係謙卑嘅標誌。　嗰三位真係胸懷寬大嘅偉大殉道者,喺熊熊烈火中承認咗佢哋嘅信仰,講到自己:「我哋犯罪作惡」,就算已經完美無缺,都為過去嘅罪行懺悔,幾乎成首詩嘅精髓都係懺悔。　所以,如果連最蒙神喜悅、行為已然完美的人,都一直到臨終都仰賴懺悔的幫助,那麼又有誰能憑自己的功績,以行義為名輕視懺悔呢?

**41.** 我哋應該饒恕得罪我哋嘅人,因為知道饒恕過犯嘅賞賜,勝過其他任何美德。如果我哋因為罪惡佔據咗我哋,而做唔到,就要喺警醒守望同忍受苦難中,懇求上帝憐憫我哋,賜給我哋呢種力量。　同時,在任何時候、任何地方,以及任何行動中,我們都必須懷有單一的意念:當面對他人各種的冒犯時,我們能歡喜而非憂傷;而且我們所歡喜的,並非無緣無故,而是因為我們有機會赦免冒犯我們的人,並為自己的罪得著赦免。　因為喺呢度有對神嘅真正認識,呢種認識比所有其他知識更廣闊,亦都係透過呢種認識,我哋可以懇求神而獲得垂聽;呢就係信心嘅果效;藉住呢點,我哋對基督嘅信心得以證明;透過呢種認識,我哋可以背起十字架,跟隨基督, 呢個就係最先同最大嘅誡命之母;因為透過呢個,我哋可以全心去愛上帝,同埋愛鄰舍如同自己;為咗呢個,我哋要禁食、守夜同克制肉體,好令我哋嘅心同內在性情得以打開,接納呢個,而唔再將佢趕走。　咁,因為我哋原諒咗鄰舍嘅罪,我哋就會發現,喺聖洗禮上秘密賜畀我哋嘅恩典,將會喺我哋心內運作,唔再以隱藏嘅方式,而係以我哋嘅意識同感受可以察覺到嘅方式。

**42.** 只憑律法字面解讀的人,只認為加害於人者有罪;然而被聖靈光照的人,即使自己受人加害,都會責怪自己──除非他們甘願懷著喜樂的心情忍受──而且他們責怪自己不單止因為這件事,更因為他們的悲傷源於自己過去的過失,即使有些罪行比其他罪行輕微。　凡是自己報仇,就等於指責上帝不公;但凡能將加諸於己的苦楚視為自己所應承擔,就等於承認自己過去所犯的惡行,並為此承受苦楚、背負重擔。

**43.** 兩種情欲阻礙寬恕的德行:虛榮和肉慾──因此,人必須先在心裏放棄它們,然後才能致力培養這項美德。所以,要與自己的意志掙扎,以克服這些情欲。　呢場係內心嘅鬥爭,唔係外在嘅(因為我哋唔係要同鄰舍打呢場仗),而係內心嘅,人類之中冇人會嚟幫我哋。　我哋只會有一位幫助者,佢喺我哋受

洗嘅時候就神秘咁藏喺我哋體內──基督,佢所向披靡,冇嘢可以瞞過佢。只要我哋盡力遵守佢嘅誡命,佢就會喺呢場爭鬥中幫助我哋。 至於我哋嘅敵對者,如上所述:與肉體捆綁嘅情慾,以及掌管你我嘅虛榮。 佢哋誘惑咗夏娃,又欺騙咗亞當:情慾指住嗰棵樹,*話「因為可以作食物,而且看着也喜悅」*,而虛榮又補充話:*「你哋會好似神,識得善惡」*(創世記3:5–6)。

**44.**(修道士嘅生活方式係喺邊度嚟?)修道士唔跟從同教會對立嘅思想,而係努力效法基督嘅心意,正如使徒所言: *「你哋要懷有基督耶穌嗰種心態:佢本有神嘅形像,但唔以同神平等為緊要,反而自卑,取咗奴僕嘅形像,按人嘅樣式降生,現出卑微嘅身形,以至順服,甚至死喺十字架上。」*(腓立比書2:6–8) 所以,你要知道,呢種思想同生活方式係神所賜,並產生一種偉大嘅美德──謙卑。主吩咐教會去行呢件事,祂話:*「唔好為會壞嘅食物而作工,而要為那存到永生嘅食物而作工。」*( )(約翰福音6:27)。 呢項工作係乜嘢?就係透過禱告,去尋索神嘅國同佢嘅義,因為呢啲就喺我哋入面,正如主所講(路加福音 17:21),並且應許凡尋索佢嘅人,身體所需嘅一切,佢都會供應(馬太福音 6:33)。 要稱那些從主口中聽過、信了(祂的話)並盡力遵行的人為「違背本性」,就等於譴責吩咐這一切的上帝。

**45.** 出家人如何在遵守此生活方式的同時跌倒?跌倒的不是遵守它的人,而是那些放弃它的人,他們被虛荣和世俗的瑣事所诱惑,忽略了其中最重要的──我说的就是祈祷和谦卑。 所以魔鬼唔會阻止我哋去思想同處理一切塵世事務,只要佢可以令我哋偏離祈禱同謙卑;因為佢知道,凡係冇呢兩種美德嘅,就算做好事,最終都會被佢奪去。 我所講嘅祈禱,唔單止係指身體嘅動作,而係指用專一嘅心靈向上帝嘅奉獻。因為如果呢兩者(身體或心靈)其中之一過早脫離,另一者就會孤立,唔會喺上帝面前,而係喺自己嘅意志面前。

**46.** 保祿蒙福,為咗我哋絕對唔好偷懶唔禱告,就話:*「要不住咁禱告。」*(帖前5:17);同時,佢又指出心無二用嘅狀態,就話: *「你哋唔好照呢個世界嘅樣子去行,要靠更新你哋嘅心思意念,好叫你哋能試驗分辨上帝嘅旨意──所係好嘅、所中意嘅、所完美嘅。」*(羅馬書12:2) 既然上帝因着我們的不信和軟弱,賜下各種誡命,好叫人人都可憑着自己的努力,避免刑罰而得着救恩,使徒就教導我們關於上帝的完美旨意,希望我們根本上不被定罪;並且知道禱告有助於成就一切誡命, 他從不停止以各種方式吩咐並講論此事:*「要靠着聖靈隨時多方禱告,並要為此警醒常祈,」*(以弗所書6:18)。

**47.** 祈禱有各種形式:因為用專一不分散的心向神祈禱是一回事,而用身體站立祈禱,心思卻飄忽不定的又是另一回事;再者,又有一種是劃出時間,並放 aside 世俗的談話和追求之後, 去禱告;而另一種就係盡量將禱告擺喺一切世俗事務之上,優先處理,正如同一位使徒所講:*「主近喺身旁;唔好為任何事憂慮,只係要喺凡事上,藉住禱告同祈求,連同感恩,將你哋嘅請求呈獻畀上帝。」*(腓立比書4:6)。 正如蒙福嘅彼得所講:*「要自制,喺禱告中保持警醒,將你所有嘅憂慮都交託畀佢,因為佢會照顧你。」*(彼得前書4:7同第5章7節) 首先,主自己知道萬物都係靠禱告成立,就話:*「你哋唔好為咩食、咩飲,或者咩着衫而憂慮;要先尋求上帝嘅國度同祂嘅公義,呢啲嘢都會加畀你哋。」*(馬太福音6:31、33) 但係可能主藉住呢件事,呼召我哋要有更大嘅信心:因為有邊個,放低對塵世嘢嘅憂慮,又喺當中唔受缺乏,唔會信靠上帝賜俾永遠嘅福氣呢?主就顯明呢點,話:*「喺極小嘅事上忠心,就喺大事上忠心。」*(路加福音16:10)

**48.** 主知道我哋每日都要照顧身體,係無可避免嘅,所以佢冇禁止我哋每日預備所需,反而容許我哋以最恰當嘅方式處理當日嘅事。 祂以敬虔而仁愛嘅方式吩咐我哋,唔好為 tomorrow 憂慮,因為身處肉身嘅人,要對關乎身體生命嘅事完全唔理,根本唔可能:透過禱告同自我克制,可以將好多嘢減到最低,但要完全唔理一切(關乎身體嘅事)就絕對唔可能。 所以,凡照聖經所言,*盼望「長成基督成熟的身量」*(弗4:13)的人,不可因各種事工而忽略禱告,亦不可在無需時,隨便 但亦不可以禱告為藉口,逃避或拒絕那些出於某種必要性並由神主權安排的事務;相反,他必須分清禱告與其他活動的區別,並無疑慮地服侍神的主權。 凡以其他理由推諉,就證明佢唔信聖經所講,有啲誡命比其他誡命更高更重要;亦唔願意,如先知所言,按神嘅安排*「遵行我所教的一切誡命」*(詩篇118:128)。

**49.** 必要同審慎嘅事情無可避免,但我哋要拒絕不合時宜嘅追求,寧願以禱告代替;尤其要拒絕嗰啲會令我哋大筆開支,同累積冇謂嘅財富。 因為凡為主的名而節制佢哋,並剔除佢哋嘅多餘部分,心思就越能遠離干擾;心思越能自由,就越有空間獻身純潔嘅禱告,並展現對基督嘅真誠信心。 但若有人因信心不足或別的軟弱, 而做不到,就至少要認清真理,盡力向前,並承認自己的不成熟。

**50.** 我們要憑着盼望和禱告,努力把一切世上的憂慮撇開;但如果我們未能做到完美,就要向神承認我們的軟弱,同時切勿停止在禱告上勤力;因為因時常疏忽而受責備,總好過完全放棄。 喺我哋所講

嘅關於祈禱同不可或缺嘅事工,我哋非常需要上帝嘅指引,去分辨喺咩時候同邊啲活動上應該優先於祈禱。　因為每個人喺做佢最鍾意嘅嘢嗰陣,都以為自己係盡緊本份,卻唔知道我哋所有行為都要指向討神喜悅,而唔係為咗自己滿足。　更難分辨嘅係,就算呢啲必要同無可避免嘅責任,都唔係時時一樣,而係要喺適當嘅時候,畀其中一樣優先於另一樣:因為每樣責任唔係隨時都要做,只係喺適當嘅時候先做,但係禱告嘅責任就規定要不斷持續;所以,我哋要將佢擺喺冇迫切需要嘅活動之上。　所有使徒教導眾人──嗰班想請佢哋做服侍嘅人──就講:*「我哋離棄神嘅道去服侍枱喺唔啱。所以,弟兄們,要從你哋中間選出七個有好名聲嘅人,我哋就派佢哋去做呢項服侍。」　至於我哋,就要專心以祈禱同講道為事。」全會都接納咗呢個建議」*(使徒行傳6:2–5)。咁,我哋可以從中學到啲乜嘢呢?就係冇辦法專心祈禱嘅人,就去做服侍,咁我哋就唔會失去任何一樣;而嗰啲更適合做祈禱嘅人,就唔好忽略咗更好嘅嘢。

**51.** 讓我們開始禱告的工作,並逐步進展,我們就會發現,不僅對神的盼望,堅定不移的信心、真誠的愛、寬恕、對弟兄姊妹的愛、自制、忍耐、內在的指引,以及從試探中得釋放,都是恩典的禮物;　誠懇的懺悔和熱切的眼淚,都藉着禱告賜給信徒;而且不只有這些(如上所述),還有臨到我們身上的憂患的忍耐, 同對鄰舍嘅純愛,同對屬靈律法嘅認識同達到神嘅真理,同聖靈嘅感動,同屬靈財寶嘅賜予,同神應許而家同將來時代賜畀信徒嘅一切──(呢啲都係透過禱告得着)。　總括而言,除咗靠神嘅恩典同信心,並以極大嘅謙卑專心禱告,冇其他方法可以恢復人內心入面神嘅形象。

**52.** 敬虔有三種:第一種是遠離犯罪;第二種是犯罪後,忍受臨到我們身上的悲傷;第三種則是在我們無法忍受這些悲傷時,為我們的缺乏忍耐而痛哭。　因為凡喺呢度冇用適當嘅方法(同神和好)去糾正嘅,遲早都會喺來世畀我哋帶嚟審判;除非神睇見我哋啜泣同謙卑,正如佢自己所知道咁,用佢全能嘅恩典抹去我哋嘅罪。

**53.** 啊,討好人嘅慾望有幾咁陰險、幾咁難以察覺,佢甚至擄走咗智慧人!　因為其他情慾嘅行為,好容易畀實踐者識破,所以令到佢哋流淚同謙卑;但係討好人嘅慾望,就用言語同虔誠嘅外表掩飾,令佢哋所欺騙嘅人好難分辨佢嘅各種面目。

**54.** 聽吓聖經點樣譴責討好人嘅慾望。首先,大衛先知話:*「神已經散落嗰啲討好人嘅人嘅骷髏;佢哋被羞辱,因為神令佢哋卑微。」*(詩篇　52:6),使徒又話:*「唔係淨係做嘢去討好人,好似嗰啲討好人嘅人咁做。」*(弗6:6)又再有:*「我而家係想討好人咩?如果我仲係想討好人,我就唔係基督嘅僕人。」*(加1:10)如果你去讀聖經,就會喺度搵到好多呢啲講法。

**55.** 討好人嘅各種形式有咩?呢啲形式嘅老母,亦即係最先嘅,就係不信;跟住,作為佢嘅後裔,就有:嫉妒、仇恨,　拍馬屁、嫉妒、爭吵、偽善、偏心、只為作秀的服侍、誣衊、說謊、假冒為真虔誠,以及其他難以察覺和隱晦的類似情慾。　但最可惡嘅係,有人用花言巧語將呢啲都捧到好似好嘢,卻隱瞞住佢哋內裡嘅害處。　如果你想,我就揭露佢哋嘅啲欺騙:嗰個狡猾嘅拍馬屁者,一邊喺度勸人,一邊又喺度算計人;一邊讚人,一邊又批評人;一邊教人,一邊又讚自己;佢參與審判唔係為咗公平審理,　但係為咗報復敵人;佢用奉承嘅方式起訴,直到責備敵人先至獲得對方接納;佢暗中造謠,唔點名咁誣陷,想掩飾佢嘅誣衊;佢哄騙唔貪心嘅人講出佢哋需要乜嘢,好似想幫佢哋提供,但當佢哋講出嚟之後,佢就公開佢哋係乞丐, 喺冇經驗嘅人面前吹噓,但喺有經驗嘅人面前又裝作謙虛,向兩邊擺讚;當有德者受到讚揚,佢就心存怨恨,然後編另一個故事嚟轉移注意力;佢喺背後批評統治者,但當統治者喺場時, 當面讚美他們;嘲笑謙卑和有智慧的人;監視老師以便責備他們;貶低樸實以顯示自己極其聰明;無視所有鄰居的品德,卻將他們的過失牢记在心。　簡單嚟講:佢千方百計討好人,無意中暴露咗佢想取悅人嘅種種慾望;佢問人哋做咗啲乜嘢,其實就係想掩飾自己嘅惡行。　但係真正嘅和尚就唔係咁做,反而完全相反:佢哋出於憐憫嘅心,會忽略其他人嘅惡行,同時會當面向神懺悔自己嘅罪過;就因為咁,唔了解佢哋心意嘅人就會譏笑佢哋,因為佢哋係想討好神,而唔係人。 因此,有時討祂歡心,有時自卑,他們等待主在兩者上賜予獎賞。主曾說:*「那自高的,必被卑微;那自卑的,必被高舉。」*(路加福音18:14)。

**56.** 關於臨到我哋嘅悲傷,冇一樣係不義咁臨到我哋,一切都係照神嘅公義審判發生。 有啲人因自己嘅惡行受苦,另一些人則為鄰舍受苦。就好似被拋入火爐嘅三位少年,佢哋教導我哋呢種心態,話自己係因為自己嘅過失(但以理書3:28、31)同埋奉神嘅命令先被拋入,即使當時佢哋已經變咗人嘅形狀。　而聖大衛喺被示米辱罵嘅時候,就承認自己係因為自己嘅罪過同上帝嘅命令先至受辱罵(歷代志下16:11)。 以賽亞、耶利米、以西結、但以理同其他先知,都向以色列人同外邦人預言,將來會因各人嘅罪行而遭遇苦難,向佢哋宣告佢哋嘅罪惡同災禍,因為佢哋咁講: 「因為佢哋咁講同做咗啲嘢,就有啲

嘢臨到佢哋身上。」而大衛先知解釋呢點時,喺詩篇入面講:*「主啊,我明白祢嘅判斷係公義嘅,祢真係謙卑咗我。」*(詩篇118:75)又再講: *「你將我交在愚頑人羞辱之下。我被擊倒,噤口不言,因為這係你所行的。」*(詩篇38:9-10)。

**57.** 我們要接受責備我們的人,視他們為上帝差遣來揭露我們內心隱藏的惡念的責備者,好叫我們審察自己的心思,得以改悔我們的行為,即使我們對潛伏在我們里面的許多惡行毫無察覺;因為一個完美的人,要對自己的所有缺失都存有警覺。 如果連我哋明顯嘅缺點都唔容易被我哋察覺,咁我哋嘅心思就更加難以察覺;因為我哋對潛藏內心深處嘅大部分惡行毫無所知,所以當悲痛臨到我哋時,我哋就感到困惑。作為有健全思想嘅人,我哋要認清,主為咗我哋嘅好處,容許悲痛臨到我哋,並因此賜予我哋極大嘅益處: 首先,藉此,暗中控制我哋嘅(邪惡)思想就會被揭露;一旦佢哋被揭露,主就會賜予我哋真正而誠懇嘅謙卑,然後拯救我哋脫離虛榮嘅驕傲,並完全揭示我哋內心深處所有隱藏嘅惡。 你要肯定,如果我哋唔以信心同感恩去承受臨到我哋嘅苦難,就唔能夠認出潛藏喺我哋內心深處嘅惡;如果我哋唔能夠清楚認出佢,就既唔能夠拒絕而家嘅惡念,亦唔能夠為過去嘅惡行尋求潔淨,更唔能夠對未來得到堅定嘅保障。

**58.** 臨到我哋嘅憂愁同責備,表面上可能睇落同我哋嘅罪行唔成比例,但喺屬靈嘅層面,佢哋完全符合真理。我哋都可以喺聖經度見到呢點:西羅亞樓倒塌嗰陣死咗嘅人,係咪將嗰座樓壓到其他人身上? 又或者,被擄去巴比倫受七十年刑罰嘅被擄者,係咪擄人作同樣嘅刑罰?呢啲懲罰本身就唔係咁樣, 就好似士兵,如果犯咗任何罪行,都會受到肉體刑罰,但佢哋唔會受同自己所犯嘅惡行一樣嘅懲罰,同樣地,我哋都會喺適當嘅時候,用適合悔改嘅方式,透過臨到我哋身上嘅苦難受到懲罰,但唔係用同一種方式、同一時間,或者同一種手段。 正正就係呢點──即係時間嘅拖延,同我哋所受嘅苦楚同我哋嘅罪行唔相似──令到好多人唔信神嘅真理。

**59.** 每一件悲傷事件(臨到我哋)嘅成因,都喺我哋每個人嘅思想入面:我亦可以話言語同行為都有份,但因為佢哋唔係喺思想之前發生,所以我將一切都歸咎於思想。思想先有,然後透過言語同行為,我哋(同鄰舍)之間先會建立起相通。 而家,團契有兩種:一種源於惡意,另一種源於愛。透過團契,我們接納彼此,甚至接納那些我們不認識的人;而接納鄰舍必然要承受痛苦,正如聖經所言:*「為朋友作保的,就同仇敵握手。」*(箴言 6:1) 因此,人所承受嘅一切,唔單止為自己,亦都為鄰舍──因為佢哋已經將鄰舍嘅負擔攬喺自己身上。

**60.** 當鄰居嘅痛苦係出於惡意,接受佢嘅痛苦係無可奈何。 事情是这样的:谁若剝奪了别人的(鄰舍的)东西,即使他本人不愿意,都要承受被剝奪者所受的试探;同樣,中傷者要承受被中傷者所受的试探;勒索者要承受被勒索者所受的试探;使人疲乏者要承受被使人疲乏者所受的试探;背后說人壞話者要承受被背後說壞話者所受的试探; 輕視者,自取被輕視之苦;說謊者,自取誣陷者之苦;為免逐一列出,我簡而言之: 任何虧待鄰舍嘅人,都要按所行嘅不義,承擔相應嘅試探。神聖經亦為此作證,經上說:*「掘陷阱的,必自落其中;堆石头的,石头必倒在他身上。」*(箴言 26:27),又說: *「惡人的一切計謀都歸於無有;但一切義人都是出於主」*(箴言 16:33)。*「神豈不公,赐忿怒」*(羅馬書 3:5)不單只臨到被苦難管教的人,也臨到那些草率地違抗這些苦難的人。

**61.** 出於愛心,擔起自己鄰舍的擔子,這正是主耶穌從各方面所遺留給我們的:首先醫治我們的屬靈軟弱,然後*「醫治各樣的病症,各樣的疾病,並且擔當世人的罪」*,更新堅心信祂的人,並潔淨他們的本性, 賜佢哋脫離死亡,承傳敬拜上帝,教導敬虔,示範為咗愛要受苦甚至至死;而且,祂透過聖靈嘅交通同將來嘅福份賜我哋忍耐,*'就係眼未曾見、耳未曾聞、人心未曾想過嘅事'*(林後2:9)。 所以,祂為我哋忍受試探,受辱罵、嘲笑同捆綁;祂被出賣,被打擊面頰,被迫飲醋同膽汁,被釘十字架,並被長矛刺透。 如此,祂既在肉身與靈裡與我哋聯合,又承擔咗我哋嘅苦楚,之後就將呢條律法託付畀聖使徒同門徒、先知、教父同祖師,先用聖靈教導啲人,又用祂至潔淨嘅身體向其他人顯示。 為示此犧牲,祂說:*「人為朋友捨命,此其至愛也。」*(約翰福音15:13) 正因如此,聖保祿效法主,說:*「我現今為你哋受苦,反而喜樂;並且我喺我肉身所欠嘅,為基督嘅苦難補足,為祂嘅身體──即係教會──」*(哥羅西書1:24),正指呢種出於愛嘅承擔。

**62.** 你想唔想更清楚明白所有使徒點樣喺思想、言行上同我哋交通,並透過呢種交通承擔我哋嘅試煉? (佢哋喺思想上)透過向我哋引述聖經、引用預言、勸我哋信基督為救主、肯定我哋本應以神子身份事奉祂、為我哋禱告、流淚,同埋做一切一個以思想忠誠為本嘅人所能做嘅事。 換句話講:佢

哋懇求我哋、警告我哋、教導我哋、責備我哋,並且因為我哋信心不足而責怪我哋, 責備我哋嘅無知,講解聖經,闡明時代,承認基督並宣揚祂為我哋被釘十字架,肯定道成肉身係一個,唔係兩個,雖然我哋明白祂有兩種本性,但係結合得無可分割又唔會混淆, 在一切時候、一切地方、一切行動中,都切斷不義,不肯隨從虛假,不與那自誇屬肉體的人同流合污,不與虛浮的人往來,不懼怕狂傲的人,毀滅不義的人,接納謙卑的人,視敬虔的人為己人,並且教導我們也照樣行。 又喺佢哋嘅行為上:為我哋受迫害、受辱罵、受剝奪、受侮辱、被下監、被殺,並忍受類似嘅苦楚。因此,佢哋同我哋結為一體,亦都承擔咗我哋嘅試煉,因為佢哋話: *「我哋若受苦,就係為咗你哋嘅得救;我哋若得安慰,就係為咗你哋嘅安慰。」* 佢哋從主度領受咗律法,主話: *「人為朋友捨命,此係至大嘅愛。」* (約翰福音15:13)。 佢哋又將呢啲傳承畀我哋,話: *「因為主為我哋捨命,我哋也應該為弟兄捨命。」* (約翰一書3:16),又話: *「你哋要互相擔起重擔,咁樣先能成就基督嘅律法。」* (加拉太書6:2)。

**63.** 所以,如果我哋已經學到咗兩種彼此之間嘅交通──即係接納, 即係出於必要嘅同出於愛嘅方式,咁,就照呢兩樣,我哋唔好對降臨我哋身上嘅試煉好奇──佢哋點樣、幾時、或者透過邊個嚟到我哋身上──因為只有上帝知道每樣試煉點樣對應邪惡嘅勢力、佢哋必然發生嘅時間,以及所有受造之物喺當中嘅配合。 我哋只須信靠上帝嘅真理,知道所有不由自主地臨到我哋身上嘅事,都係為咗愛或者因為惡意:所以我哋要忍受,唔好拒絕,免得再加多一宗罪過喺我哋嘅罪上。

**64.** 肉體的意志是身體的自然衝動,隨之而來的是不加思索的激情激動──這些激情在睡眠和身體休息時會得到強化;關於這一點,彼得說: *「當試驗臨到你們,要試驗你們,使你們覺得似乎有異事發生時,就不可奇怪。」* (彼得前書4:12)。 而蒙福嘅保羅就講佢哋: *「肉體和聖靈相敵,聖靈和肉體相敵。」* (加拉太書5:16-17)所以佢吩咐話: *「所以要靠聖靈行事,就必不滿足肉體的私慾。」* 使徒咁講,就係希望我哋唔好屈服於呢啲衝動。

**65.** 凡是投身屬靈追求的人,既然開始了,就必須堅持到底。至於那些身心健康、不怕勞苦和艱難的年輕人與長者,若能以全副熱誠持守常態禁食,就更有益處: 要節制咁食麵包,同埋不時飲啲水(用同樣嘅份量),咁佢哋就可以喺仲有少少飢餓同口渴嘅時候停低,免得享受(食物同飲品)成為對神必要事奉嘅障礙。 如果喺食完上述食物嘅時候已經飽到唔得了,我哋好快就會想要其他美味佳餚。但如果未食飽,咁就永遠都餓住,即使想要飽足,都只希望淨係食麵包都夠。

**66.** 制服一個無恥嘅肚皮唔係件易事:因為佢對所征服嘅人嚟講就係個神,而任何服從佢嘅人,都唔可能保持無過失。 我見到災禍唔單止嚟自過度放縱,亦會嚟自禁慾;因為當我哋好幾日冇食,絕望一旦喺我哋心入面搵到立足點,就會 rise 起嚟攻擊我哋,而我哋夜晚嘅守夜就會畀訓覺打斷, 而我見到有一場災禍(的確會發生),不但由過度放縱引起,亦由食物不足引起;因為當我哋多日冇食,絕望一旦喺我哋心內生根,就會湧現並攻擊我哋,我哋嘅夜間守夜會畀睡眠取代, 而我哋嘅日間禱告就會變成肉體嘅念頭,令我哋因睡眠完全得唔到益處,反而因肉體嘅念頭受更大傷害;因為作為比其他人禁食更多嘅人,我哋開始自大,並藐視比我哋弱小嘅人,而呢種態度(對自己同鄰舍)比任何罪行都更沉重。

**67.**就好似一個唔明智嘅農夫,費盡心機耕好咗塊田,卻冇播種,結果只係白費力氣;同樣,如果我哋對自己嘅身體悉心照顧,卻唔播下禱告嘅種子,最終都會發現係為自己嘅利益徒勞無功。 但可能有人會話:如果禱告係一切義行嘅首要,咁禁食又有咩需要? 在各方面都非常需要:就如一個貧窮的農夫,如果不在先重新耕作滿佈雜草的田地,就只會收割到荊棘而非麥子;同樣地,如果我們不先透過禁食克制身體的慾望,就不會結出義的果實,反而會結出罪惡的果實。 因為呢個身體同大地一樣,如果唔用同樣嘅勤力去耕耘,就永遠結唔到義嘅果。

**68.** 禁食,雖然對明智地行之者有益,卻對不明智地行之者有害。 所以,凡追求禁食之益者,必須防範其害,即虛榮;並將我們為自己訂立的禁食結束後所吃的食物,分作数日食用,如此每日食少量, 我哋就可以制服肉體嘅慾望,並喺最有功效嘅禱告中堅定我哋嘅心;咁樣,靠住上帝嘅大能保守我哋免於驕傲,我哋就可以喺一生嘅日子裡,時刻謹守謙卑,因為冇咗謙卑,就冇人能夠討神喜悅。

**69.** 如果我哋努力追求謙卑,就唔使受懲罰,因為所有臨到我哋身上嘅惡事同悲傷,都係因為我哋嘅驕傲。 如果撒旦嘅使者都差去使徒度, *「折磨佢」* ,免得佢自大,咁當我哋自大嘅時候,撒旦自己又豈會唔差嚟踐踏我哋,直到我哋自卑為止。 我哋嘅祖先有屋住、有財富、有妻子,亦照顧自己嘅兒女;但就因為佢哋永不止息嘅謙卑,先能同神對話。可係我哋呢班人,卻退離塵世、拋棄財富、離開屋企,以為自己同神同住,反而因為自大畀魔鬼羞辱。 自大嘅人唔識自己;如果佢見到自己嘅愚蠢同軟弱,就唔

會自大;唔識自己嘅人又點可以識神呢?如果佢連自己所處嘅愚蠢都認唔出,又點可能識神嘅智慧呢?佢離神嘅智慧咁遠,對神嘅智慧又係陌生人。 認識神的人默想祂的偉大,自責地像那蒙福的約伯一樣說:*「我從前只聽見人談論你,但現在我的眼睛看見你。所以我自覺渺小,並為此感到羞愧;我以塵土和灰燼為食。」* (約伯記42:5–6) 因此,效法約伯的人就認識祂。所以,如果我們也渴望看見神, 就當責備自己,實踐謙卑,使我們不但能看見祂在我們面前,更因祂住在我們裏面,而得以喜樂;因為這樣,我們愚蠢可因祂的智慧而變得有智慧,我們軟弱可因祂的大能而得力量,這都藉着我們的主耶穌基督。

**70.** 禁食、守夜同寄居者嘅生活都係好嘅(行為);但呢啲只不過係美德生活嘅外在工夫,而基督徒嘅道路比呢啲(身體上嘅美德)更屬內在,冇人應該(單獨)寄望於此。 因為有啲人,雖然領受咗恩典,但係佢哋體內仍然潛伏住嘅仇敵惡意,就會設下陷阱:佢故意向佢哋低頭,表面上冇動靜,卻令佢哋以為自己嘅心已經被淨化,之後又引誘佢哋自以為已經成為一個完美嘅基督徒, 然後,當一個人停止警醒(以為自己已經安全而變得大意),嗰份惡意就好似強盜咁,暗中埋伏,引誘佢,將佢摔落地下深處。 因為二十歲嘅強盜或者士兵都可以埋伏敵人、設陷阱、潛伏等候然後從後面攻擊,四面八方圍住佢哋打倒佢哋,咁幾千年嚟一直存在嘅惡意── 而佢嘅目的就係要摧毀靈魂。佢識得喺心入面暗中埋伏,有時又潛伏唔動,好用嚟令靈魂誤以為自己已經完美無缺。 基督教嘅根基就係:一個人無論行咗幾多義行,都唔好自滿,亦唔好自視為偉大,而要心存謙卑。 如果佢成為恩典嘅參與者,就唔好以為自己已經成就咩,亦唔好自以為係偉人,更唔好開始教導;同時,喺極大嘅謙卑、苦行同禱告中過一個好嘅生活,並成為恩典嘅參與者,都唔好對自己嘅靈魂過份自信。 但事實上,當時恩典的開始特別賜予他,好叫他能忍受那勞苦, 飢渴,好令佢唔會喺(佢嘅追求中)感到滿足,亦唔會自視為義、富於恩典,而係要像個獨生子被養大後意外離世嘅母親咁,痛哭哀號。

**71.** 凡在表面行為上遵守律法的人,只不過免於惡行所帶來的後果,向神獻上愚蠢衝動的狂暴;而且,因為屬靈的幼稚,他們只以這種行為滿足,以為得救。

**72.** 真正愛上福音生命的人,已經根除他邪惡的起頭和結局;他以言行超越一切美德,獻上稱頌和懺悔的祭,因為他已從一切憂慮中得釋放。 (源自)情慾嘅運作;而心靈喺對抗佢哋嘅鬥爭中得以自由,並喺對未來福份嘅盼望中,搵到一種滋養靈魂嘅無盡喜樂。

**73.** 敬畏 gehenna(地獄)嘅恐懼,會鼓勵啱啱開始行善嘅人遠離邪惡;而對好行為獎賞嘅渴望,則令正喺進步嘅人充滿做好事嘅熱誠;至於愛嘅奧秘,就將心思高舉過一切受造之物,令佢對除咗上帝以外嘅一切都視而不見。 主就從嗰啲對神以外嘅一切都變得盲目嘅人當中,照亮佢哋(11c. 145,8),向佢哋顯明至神者。

**74.** *「天國好似酵母,一個女人拿咗去,藏喺三斗麵粉入面,直到全部發起嚟。」* (馬太福音13:33) 呢個就表示,當心靈領受咗主嘅話語之後,就將佢藏喺自己嘅三重本性入面──即係,照使徒所講,身體、靈魂同心靈──並且將所有思想中嘅微妙之處,好似麵粉以各種方式散開咁,集中成一個信心嘅酵母,等候喺各方面都與喺佢裏面運行嘅話語相符合。 同樣地,主將真理的道比喻成芥末種子,雖然細小,但當播種在聽者心裏時,就會透過適當的行動成長,成為(照聖經所言)像一棵大樹,矗立在高處,成為*「將近的思想的避難所」*。

**75.** 屬靈的律法包括基督的誡命,其中第一且最大的是愛;愛不思惡,不失信,不失望,不失忍耐(林前13:5,7),都照聖經的話。 正因呢份愛,我哋先至得以彼此區分;然而,冇一個人能夠完全達到佢嘅價值,我哋都等候基督嘅恩典嚟補足我哋嘅不足,只要我哋唔停止盡我所能;因為上帝知道,由於我哋嘅軟弱,我哋有幾多做唔到,亦因為我哋嘅疏忽,有幾多愛嘅行為未能實踐。 但係因為愛唔單止靠自願嘅努力,仲要靠臨到我哋身上嘅試煉嚟加強,所以我哋就需要有好多忍耐同溫柔,靠住上帝嘅幫助。 天主聖使說:*「若有人以為自己今世有智慧,就當成為愚人,好使他成為有智慧者。」* (林前3:18)

**76.** 迦勒底人的地(使徒行傳 7:4)係指活喺情慾之中嘅生活,喺嗰度罪惡嘅偶像被造出並受崇拜。另一方面,美索不達米亞(同上,第2節)係指一個同時充滿對立品格嘅生命。 但應許之地(希伯來書11:9)卻係一個充滿各種美好嘅境界。所以, 凡係好似古代以色列人咁返去舊路,就會再次被拋入情慾嘅奴役,失去所賜畀佢哋嘅自由。

**77.** 凡是英勇地勝過肉體情慾、並與惡靈充分抗爭,將它們的詭計從他靈魂之地趕出去的人,必須祈求蒙賜一顆純潔的心,並使公義的靈在他裡面得以更新。 (詩篇50:12),即係話佢可以徹底擺脫惡

念,並藉住恩典嘅賜予,被神聖嘅思想所充滿,從而成為神嘅心靈世界,光芒四射又宏偉,由道德、自然同神學嘅思辨所組成。

**78.** 清潔的心(詩篇50:12)是指向神呈獻出一種完全無形(脫離印象)且毫無影像的心,並只準備好接受神所賜的印象,而通常正是由此心變得光亮。

**79.** 凡靠神聖的渴望戰勝了靈魂對肉體的偏向,即使身處肉體之中,也已成為無所拘限。因為吸引渴望者之欲的上帝,遠超萬有,祂不允許渴望者將他的渴望寄託在任何次於祂的存在上。 所以,我哋要用盡我哋所有嘅渴望去渴求上帝,並確保我哋嘅自由意志唔畀任何屬乎身體嘅嘢所佔有;我哋要真正將我哋嘅心志高於一切感官同理智嘅事物之上,並 (咁)我哋就會憑自己嘅自由意志,喺與本性上難以形容嘅神同在方面,唔會因自然生命而受到任何傷害。

**80.** 偉大的摩西,將他的帳幕安在營外──即是在可見事物之外建立他的思想和心靈──開始敬拜神(出34:8),並進入黑暗(出20: 21),進入無形無質嘅知識領域,佢就留喺度,接受最神聖嘅奧秘啟示。

**81.** 直到我哋以心靈完全擺脫對自我存在同一切次於上帝事物嘅慣性執着,先至可以喺美德上達到堅定。但當我哋因愛而獲得呢種尊嚴,就會明白神應許嘅大能;因為配得嘅人必須相信,喺心靈首先以愛建立自己力量嗰度,就有堅不可摧嘅確信。 因為除非心靈從自身同所有可想像嘅事物中退返嚟,並喺一種超越思考嘅寂靜中安頓自己,否則就唔能擺脫一切事物所固有嘅變易性。

**82.** 喺加利利一間上房入面坐住嘅人,*因為「怕猶太人」*,*「門都鎖咗」* (約翰福音20:19)──即係話,佢哋因為懼怕邪惡嘅靈,喺啟示之地安然度日,喺神聖思辨嘅巔峰,將自己嘅感官好似門一樣關閉──佢哋就咁接受到神嘅道,呢個道以一種難以理解嘅方式臨到佢哋;呢個道喺佢哋面前顯現,完全冇任何感官知覺,並且透過和平嘅宣告賜予佢哋無情欲, 並藉着氣──聖靈的賜予──而賦予他們權柄,制服污穢的靈,並向他們顯明祂奧秘的記號(約翰福音20:20)。

**83.** 那按福音守第六日的人,先將罪的最初動念殺死,藉著美德達到無情欲、遠離一切邪惡的境界,甚至連想像中最細微的激情念頭,都彷彿在心裏守安息日(出埃及記16:29–30)。 並已渡過約旦河 (創世記 32:22,30),就被帶到知識之地,在那裡,心思被世界奧妙地塑造,並居於神嘅聖靈之中。

**84.** 安息之安息(利未記16, 31) 乃是理性靈魂的平安,它透過將心思轉離受造之物中秘密藏着的眾神聖言,在愛慕的狂喜中,完全以獨一真神為衣,並藉着奧秘神學,使心思與神完全無可分離。

## 3. 200章論靈性律法

**1.** 由於你屢次表示想知道,根據使徒所講*「律法係屬靈嘅」*(羅馬書 7:14),以及努力遵守律法者嘅心態同行為究竟係點,我哋會盡力講解。

**2.** 首先,正如我哋所知道,上帝係一切美好事物嘅起頭、中間同埋結局。但係,美好嘅[39] ,除咗喺基督耶穌同聖靈入面,根本無可能產生或者得到保障。

**3.** 凡是好嘅嘢,主都係有特定嘅目的先賜畀我哋。凡信呢點嘅人,就唔會失去佢。

**4.** 堅定嘅信心係一座堅固嘅高塔[40] 。對信徒嚟講,基督就係一切。

**5.** 掌管一切美好事物的,願祂掌管你一切的作為,使你的努力合乎神的心意。

**6.**謙卑而有靈性的人,讀聖經時,會將一切都應用在自己身上,而不會應用在別人身上。

**7.** 求神開你心眼,使你憑經驗明白禱告和讀經的益處。

**8.** 凡有屬靈恩賜,又對有需要的人施以憐憫的人,就因這憐憫保守他的恩賜;但自誇的人卻會因驕傲的念頭擊倒,而失去恩賜。

**9.** 謙卑人嘅口講出真理,違背佢就等於奴僕打咗主人一巴。

**10.** 唔好做自我吹捧嘅門徒,免得你學到嘅係驕傲而唔係謙卑。

**11.** 唔好吹噓(借嚟嘅)聖經知識,免得你嘅心落入褻瀆嘅靈。

**12.** 唔好用爭辯去解決黑暗又令人困惑嘅事,而要用屬靈律法所命定嘅──忍耐、禱告同堅定不移嘅[41] 盼望。

---

[39] 當然,呢度講嘅唔係人做嘅善事,而係上帝嘅祝福。

[40] 東方嘅柱唔係一堆石頭,而係一座高樓大廈,為人提供對抗邪惡嘅安全。

[41] *Monologistos* 即係「一字」;簡單嚟講,就係「堅定」。好多長老遇到困惑時,都會禱告求指引。

**13.** 按肉體禱告,尚未擁有屬靈心思的人,就好似那喊着*「大衛之子,可憐我吧!」*的瞎子(馬可福音10:48)!

**14.**呢個本來瞎眼嘅人,當佢得着眼睛,見到主嘅時候,就唔再稱佢做大衛之子,反而承認佢係神嘅兒子,並敬拜佢(約翰福音9:35–38)。

**15.** 禱告流淚時,不可自以為高,因為是基督摸了你的眼睛,使你得着屬靈的看見。

**16.**只有效法那瞎子,脫下自己嘅外衣[42] ,向主走近嘅人,先至成為佢嘅(真正)跟隨者,同埋最完美教義嘅傳講者(馬可福音10:50–51)。

**17.** 當人放縱思想去享受罪惡時,罪惡就會令心硬化(甚至石化);相反,自制加上盼望,透過根除罪惡,就會令心柔軟(化為塵埃)。

**18.**

有種適當而有益嘅心靈琢磨──令心柔軟;亦有種失序而有害嘅琢磨──只會導致心靈嘅毀滅[43] 。

**19.** 面對逆境、不幸、悲傷時,保持警醒、禱告和忍耐,就如同一種磨練(壓迫),雖然會帶來創傷,卻對心靈有益,只要我們不因放縱自我而阻礙它們的融合[44] 。 凡遵守呢啲,並於其他事上亦如此行者,必獲助;但若忽視佢哋,並將佢哋分離(彼此分開)者,於離世之際將受難以承受之苦[45] 。

**20.** 尋歡作樂嘅心(只追求享樂嘅心),喺離世嗰刻就會變成靈魂嘅監獄同枷鎖;相反,一個勞苦嘅心(為咗主,甘願克制自己、疲勞自己)就係一扇通往(下一生)嘅敞開大門。

**21.** *通往城內嘅鐵門*(使徒行傳12:10)就係硬心;對受苦同破碎嘅人嚟講,佢*「會自然打開」*,就好似對彼得咁[46] 。

**22.** 禱告有好多唔同形式,每種都各有分別。不過,冇一種禱告係有害嘅,唯獨一種根本唔係禱告,而係撒旦嘅作為。

**23.** 有一個人,本意要做惡,先照平時習慣喺心裏禱告,結果因神嘅保守而未能行惡,之後就為此衷心感謝[47] 。

**24.** 大衛本想殺迦密人拿八,但因想起神嘅報應而放棄咗呢個念頭,之後對此衷心感謝。 我哋亦都知道佢忘記神嗰陣做咗啲乜,直到先知拿單提醒佢,佢先至唔再無神唔悔改。

**25.** 當你記住神嘅時候,要加緊你嘅禱告,好等當你忘記佢嘅時候,主都記得你。

**26.**當你讀聖經嘅時候,要明白入面為你隱藏嘅意思:*「因為從前所寫嘅,都係為咗教導我哋而寫嘅。」*(羅馬書15:4)

**27.** 聖經稱信心為*「所盼望之事的確據」*(希伯來書11:1),又將那些不識基督住喺佢哋裏面嘅人,形容為無經驗(哥林多後書13:5)。

**28.** 就如思想會透過言行顯露,將來嘅賞賜亦會透過心靈嘅運作(即佢被吸引同認為愉快嘅嘢)得到預示。

**29.** 慷慨嘅心,自然會得到慷慨嘅回報;有憐憫心,就會遇到憐憫;但相反,就會招致相反嘅結果同埋後果。

**30.** 自由嘅律法教導所有真理;好多人用腦袋去讀,但得少數人透過遵守誡命先真正明白。

**31.** 唔好喺人嘅美德入面追求佢嘅完美,因為喺嗰啲美德入面冇嘢係完美嘅:佢嘅完美隱藏喺基督嘅十字架上。

**32.** 自由之律以真智慧去讀,以遵守誡命去明白,而以基督豐盛的恩典去成就。

---

[42] 呢種,當然係無私嘅堅定決心。

[43] 無論係自己冇謂咁折磨自己,定係畀自己嘅靈性導師責備,心都只會受傷:畀打咗一鑊——好痛,但冇半點好處。就好似畀病人食錯藥咁。

[44] 解決方法係唔同元素嘅混合,例如水同酒。所講嘅三種美德一定要互相和諧,自我放縱就會破壞佢哋嘅結合。

[45] 到時就會發覺自己因為粗心而做錯咗。

[46] 呢度講嘅唔係冇憐憫心,而係心已經硬到麻木不仁。呢度將聖彼得面前緊閉嘅大門打開,作靈性嘅解讀。 痛苦嘅煎熬係因為外在剝奪而自怨自艾,而痛悔──抹去──就係透過領悟壓倒性嘅真理,以智慧激起心靈嘅波動。呢兩種都能夠移除心頭嘅石頭。

[47] 呢段當然係指某啲實際事件,好似所謂嘅「意外喜悅」。

**33.**當我哋嘅良心迫使我哋遵守神所有嘅誡命,嗰陣我哋就會明白主嘅律法係無可指責嘅;雖然佢係靠我哋自己嘅善(即我哋天生嘅道德同宗教情感同秉性)先得以可能,但冇神嘅恩典,人就唔可能完全實現佢。

**34.** 凡不將自己視為受基督每一條誡命約束的人,都以屬肉體的方式解讀神律法,*'他們所講的,所肯定的,自己都不明白'*(提摩太前書1:7);因此,他們以為自己能靠行為去遵守。

**35.** 有一個行為明顯係做好事,但行呢件事嘅人嘅本意唔係為咗做好事;另一個人本身做嘅嘢睇落好似係壞事,但佢做嘅本意卻係為咗做好事。 唔止行為係咁做,連有人講嘅說話都一樣:有啲人因為唔夠經驗或者無知,就將件事講到唔同;有啲人出於惡意;仲有啲人打住虔誠嘅旗號。

**36.** 有人將讒言同誣衊藏喺讚美嘅說話入面,令普通人摸唔透佢,呢種人就好似表面謙虛但其實自負嘅人一樣。佢哋可以長期用謊話掩蓋真相,但最終都會因為本性流露而畀行為出賣。

**37.** 有時一個人表面上似乎為鄰居做好事,卻令自己嘅靈魂受損;有時另一個人正因為冇做表面上嘅恩惠,反而令佢嘅靈魂得益。

**38.** 有啲責備係出於惡意同報復,但亦有另一種,係出於對上帝同真理嘅敬畏。

**39.** 唔好責備已經停止犯罪同埋已經悔改嘅人。但如果你話你想為神嘅緣故責備佢,就要先喺佢面前承認你自己嘅罪。

**40.** 神掌管一切美德,正如日頭掌管白晝嘅光。

**41.** 行完善之後,要記住嗰位講過:*「離咗我,你哋乜都做唔到」*(約翰福音15:5)。

**42.** 悲傷中藏有福份,虛榮與歡樂中卻藏有罪惡。

**43.** 能忍受他人誣衊者,遠離罪惡,並於悲傷中獲得代禱。

**44.** 信基督者,信賞罰相符,甘心忍受一切不義。

**45.** 為加害自己嘅人禱告,就可以打倒魔鬼;但若反抗佢哋,就會畀魔鬼所傷。

**46.** 受人嘅不義對待,總好過受鬼魔嘅折磨;但凡討主喜悅嘅人,就已經勝過佢哋兩個。

**47.** 每樣福氣都係主按祂嘅旨意賜下,但會秘密離開嗰啲不感恩、麻木同懶惰嘅人。

**48.** 每件罪惡都以禁忌嘅快感作結,而每種美德都以靈性嘅安慰作終。就好似前者激起佢同類嘅靈魂,後者亦都激起佢同類嘅靈魂。

**49.** 人嘅責備令心裏憂傷,但對能忍受嘅人嚟講,就成為潔淨嘅緣由。

**50.** 無知既提供咗反對有益事物嘅藉口,又畀咗自由,當佢變得更肆無忌憚時,就令邪惡嘅反對(或建議)倍增。

**51.** 既然一無所缺,就接受一切來臨的憂愁;作為要向主交賬的人,要拋棄一切自以為是。

**52.** 暗中犯罪後,切勿嘗試(即使在神面前)隱瞞──(不可以為所隱藏的事可以永遠藏住),因為*「一切都赤裸裸地擺在主眼前;我們都要向祂交賬」*(希伯來書4:13)。

**53.** 你要在心裏面呈獻自己給主:*「人看外貌,神卻看內心。」*(撒上16:7)

**54.** 凡事都要存着敬畏神的心去思想和行事,因為行路無定向的人,徒然勞碌。

**55.** 無故犯罪的人要悔改是困難的,因為無法向神隱藏真理。

**56.** 憂傷嘅事會令有智慧嘅人記起上帝;但對忘記上帝嘅人,就按佢哋忘記嘅程度帶嚟憂傷。

**57.** 凡不由自主的憂傷,都當成為你記憶中的導師;願你向悔改的傾心,永不衰竭。

**58.** 遺忘本身冇任何力量,但係靠我哋嘅疏忽維持,並同我哋嘅疏忽成正比。

**59.** 唔好講:「我點做先得?我根本都唔想要,但佢(遺忘)就嚟到。」因為當你記起嗰陣,你已經忽略咗本應該做嘅嘢。

**60.** 去做你記得嘅善行,咁你唔記得嗰啲都會顯明畀你睇;唔好魯莽咁將你嘅思想交畀遺忘。

**61.** 聖經上說:*「陰間和滅亡都在主面前」*(箴言15:11)。這指的就是心裡的無知和忘記。

**62.** 地獄就係無知,因為兩者都好黑暗。至於毀滅,就係遺忘,因為喺兩者入面,都有曾經存在過嘅嘢消失咗。

**63.** 審視你自己嘅惡行,唔好審視你鄰舍嘅,咁你嘅內心聖殿就唔會畀人掠奪。

**64.** 疏忽唔會畀任何本可做到嘅好事留任何空間(佢喺任何情況下都唔會被接受)。施捨同禱告可以令已經疏忽職守嘅人重返正途。

**65.** 為神哀傷係虔誠嘅一部分,因為真愛要喺逆境中受考驗。

**66.** 唔好以為可以冇悲傷就獲得美德:因為喺獲得嗰陣嘅安寧,令到嗰種美德唔可靠(未經考驗)。

**67.** 考慮每種不由自主的悲傷的結果,你就會發現其中有罪惡的消除(淨化)。

**68.** 鄰舍嘅多番勸告都好有益,但對每個人嚟講,冇嘢比自己嘅決定更合適。

**69.** 求醫治時,要聆聽你嘅良心;照佢嘅指示去做,你就會得益。

**70.** 上帝同良心知道每個人嘅秘密行為,亦都係透過佢哋先可以令一切歸正。

**71.** 人可以盡情行事,但上帝按公義命定佢哋行為嘅結果[48] 。

**72.** 如果你想無可指責地接受人嘅讚揚,就要先學識歡迎對你罪行嘅責備。

**73.** 凡因基督的真理而受人責罵的人,他可從人手裡得百倍的榮耀。但為了將來(的賞賜)行各樣的善事,遠遠地更好。

**74.** 當一個人用言語或行動幫助另一個人,雙方都應該承認這是上帝的恩典。不明白此理的人,將會被明白此理的人所勝[49] 。

**75.** 假冒為善者,先讚美後責備,到頭來會令人羞愧。

**76.** 唔知道敵人埋伏嘅人,心容易變得麻木;唔明白慾望成因(其根源同誘因)嘅人,好容易跌入陷阱。

**77.** 放縱(為自己嘅快樂而行)會導致疏忽,而疏忽又會導致健忘。因為上帝已經賜畀每個人對乜嘢對佢哋有益嘅知識。

**78.** 人向鄰舍講嘢,盡量以自己所知去講;而神則按聽者嘅信心,喺佢心裏面作工。

**79.** 我見過有啲單純嘅人,透過佢哋嘅行為謙卑自己,結果變得比智者更智慧[50] 。

**80.** 另一個單純嘅人,聽到佢哋被讚揚,就冇學佢哋嘅謙卑,只係吹噓自己嘅單純,結果變得自大。

**81.** 輕視知識、自誇自己無知的人,不但言語上,連心靈上都愚蠢。

**82.** 正如言語中有智慧,亦有智慧本身;同樣,言語中有無知,亦有無知本身。

**83.** 表達上嘅無知對最虔誠嘅人嚟講完全冇害處,就好似口頭嘅智慧對謙遜而有智慧嘅人嚟講都冇害處一樣。

**84.** 唔好講:「我唔知乜嘢係啱,所以如果我唔做都唔使負責。」因為如果你去做你所知道嘅善事,其餘嘅嘢就會逐漸顯露畀你,一樣嘢透過另一樣嘢去明白,就好似同一屋企人互相認得咁。(箴言,第48章) 你未行出第一樣(所知道嘅),先去知第二樣(你未知道嘅),對你冇任何好處。因為*「心思自誇*,是因無有行為;*愛心却能造就人,因愛心能忍耐一切」* (林前8:1,13:7)。

**85.** 要用行為去讀神聖經文嘅話,唔好淨係留喺字面上,用一啲抽象嘅概念嚟吹噓自己。

**86.** 棄行只憑知識,佢手執嘅唔係雙刃劍,而係一支蘆葦杖;喺交戰時,按聖經(以賽亞書36:6)所言,呢支杖會先刺傷佢自己隻手,然後再將驕傲嘅毒液注入佢嘅仇敵。

**87.** 每一個念頭喺上帝面前都有自己嘅分量同衡量。所以,喺祂眼中,帶偏見咁諗同只用一種方式諗(即係淨係靠心意唔做行動,或者淨係憑自己嘅心意唔聽有經驗者嘅意見)其實係一樣嘅。

**88.** 那成就咗誡命嘅人,要預備接受試驗。因為對基督嘅愛係喺患難中受考驗嘅(參見第65章)。

**89.** 唔好因為粗心而輕視(唔好忽略)任何念頭,因為冇一個念頭可以瞞過上帝。

**90.** 當你留意到有個念頭向你承諾世俗榮耀,就肯定知道佢正喺為你準備羞辱。

**91.** 仇敵知道屬靈律法嘅要求,只會設法欺騙心思(喺過屬靈生活嘅人裏面種下一個念頭,而唔係一個行動)。 咁樣,佢要麼成功令佢嘅同夥(當有人接受呢個建議時)屈服於懺悔嘅苦工(如果佢哋承認自己有罪),要麼,如果佢哋唔肯懺悔(因為冇承認自己有罪),就令佢哋承受無願嘅痛苦折磨(同埋神通常會用嚟教導呢啲人嘅艱難)。 有時佢會煽動人哋反抗呢啲感動 (例如:透過埋怨、不順服上帝的旨意,以及對自己招致這些禍患的無知),從而使痛苦的煎熬甚至在今生都加劇(因為上帝一次又一次地降下這些試煉,以令他醒悟),並在臨終之際,揭露他為不信者(以顯明他對上帝主宰的不信,以及他自己才是罪魁禍首)。

---

[48] 喺Migne出版嘅《Savv.》手稿第71章,係咁寫嘅:無所適從(冇目的、冇秩序)咁努力嘅人,樣樣都貧乏;有希望咁行前嘅人,就雙倍富有。

[49] 或許唯一嘅諗法就係,兩個人之中,明白呢點嗰個就更叻。

[50] 保祿簡單。

**92.** 好多人成功頂住人生中嘅不幸,但係冇禱告同懺悔,就冇人可以逃過死後世界嘅慘烈。

**93.** 惡靠互相支持而壯大;同樣,善亦因互相扶持而成長(成熟、增強)。兩者都激勵同引導佢哋嘅信徒不斷向前邁進。

**94.** 魔鬼令細罪喺我哋眼中睇落微不足道,否則佢就無法引我哋犯更大嘅罪。

**95.** 羞恥慾望嘅根,係人嘅讚揚;同樣,貞潔嘅根,就係我哋對自己罪性嘅確信──唔單止係聽到嗰刻,而係當我哋親自承認嗰刻。

**96.** 凡拋棄世界,卻過着放縱自己(為自己享樂,只做令心裏愉快和順意的事)的生活,對他毫無益處。因為他以前靠財富做的事,現在一無所有時仍然照做不誤。

**97.** 再者,苦行者若獲取金錢,其內在性情與前者同為兄弟,因為他同樣出自同一母親──追求心中所甜美──只不過因情欲改變而出自不同父親。

**98.** 有時一個人會壓抑自己嘅慾望,為咗追求更大嘅快樂(因為唔受慾望奴役,生活會更寧靜),而其他人唔知道佢嘅目的,就讚佢;但佢自己可能知道呢啲努力都係徒勞無功。

**99.** 一切罪惡嘅成因係虛榮同對享樂嘅慾望。如果唔憎惡呢啲,就壓制唔到自己嘅慾望。

**100.** *一切罪惡的根源是愛錢*(提摩太前書6:10),但顯而易見,這同樣是為它們所形成(它們需要它、建立在它上面,並依賴它)。

**101.** 心靈畀呢三種慾望矇蔽:對金錢嘅愛,我講,虛榮,同對享樂嘅慾望。

**102.** 經上所講嘅*螃蟹三個女兒*,就係由母所生嘅*「所愛之愛」*,即係愚蠢(箴言30:15)。

**103.** 理性同信心──我哋本性嘅夥伴──都係俾呢啲嘢鈍化咗。

**104.** 因為佢哋,人與人之間嘅憤怒、忿怒、爭吵、謀殺同埋其他各種惡行都變得更加嚴重。

**105.** 所以,我哋必須憎惡貪財之情、虛榮心同享樂慾望,因為佢哋係各種罪惡嘅生母,亦係美德嘅後母。

**106.** 因為佢哋,我哋被命令唔好愛世界,亦唔好愛世上任何嘢;唔係話要無謂咁憎恨神嘅創造,而係要斷絕嗰啲慾望嘅源頭。

**107.** 「聖經說:*『凡當兵的人,沒有纏身做今世的事,好叫他*能得勝。』(提後2:4)因為凡纏身於此,而想制服情慾的人,就好似用乾草去撲滅大火一樣。」

**108.** 凡為金錢、名聲和享樂而對鄰舍發怒的人,還未意識到神以公義治理萬有。

**109.** 當你聽到主嘅說話:*「若有人不撇棄他一切所有的,就配不上我。」*(路加福音14:33,馬太福音10:38),你要明白,呢句唔單止係講財物,仲包括所有內心嘅惡源。

**110.** 唔識真理嘅人,無真信心。因為知識本身就係先於信心。

**111.** 就如上帝為每樣可見受造之物分別配屬其所當得,祂亦會按人心思念的本性,不論我們是否願意,都照樣報償。

**112.** 如果有人公然犯罪,又唔肯悔改,直到最後都未受過任何苦楚,就要知道佢嘅審判將會毫無憐憫。

**113.** 心境清明者,能堅忍所遇之苦難;心存怨恨者,尚未以純潔之心祈禱。

**114.** 當你受到他人嘅傷害、侮辱或迫害時,唔好留戀眼前,而要放眼未來;你就會發現,佢反而成為咗你好多福份嘅源頭,唔單止喺今時今日,更喺將來嘅時代。

**115.** 就如苦艾對消化不良者有益,脾氣暴躁者若能歷經苦難,同樣能帶來裨益;因為這些療法可令前者恢復健康,後者產生悔改。

**116.** 如果你唔想受惡報,就唔好做惡事:因為後者必然會招致前者。*「人種的是什麼,就會收什麼。」*(加拉太書 6:7)

**117.** 我哋自願播種邪惡,卻又不得已咁收割,就應該為神嘅公義而驚嘆。

**118.** 播種同收割之間,必定有段時間差距。但正因如此,我哋更唔可以懷疑,最終一定有回報。

**119.** 當我哋犯罪嘅時候,唔係身體要負責,而係心思;因為如果心思唔先帶頭,身體就唔會跟從。

**120.** 暗中作惡嘅人比公開害人嘅人更加惡毒;所以佢更邪惡,懲罰亦更重。

**121.** 編織陰謀、暗中作惡的人,就如經上所說:*「他蹲伏在路上,埋伏在徑中,咬馬的跟腱。」*(創世記 49:17)

**122.** 凡同時讚揚鄰舍一件事情,又因另一件責備他的人,都是被虛榮和嫉妒所支配:他藉讚揚掩飾嫉妒,藉責備自以為比鄰舍更優越。

**123.** 就如羊同狼一齊放牧唔可能,同樣,對鄰舍行詭詐嘅人,都唔可能得著憐憫。

**124.** 凡暗中將自己嘅意志摻雜喺誡命入面嘅人,就好似行淫者,正如《智慧書》所講;*「因為佢冇智慧,所以要受病痛同羞辱之苦。」* (箴言 6:32–33)

**125.** 就如水火不相容,因為佢哋相反;同樣,自我辯解同謙卑互相對立。

**126.** 凡尋求赦免罪過的人,就愛慕謙卑;但定罪他人的人,就將自己的惡行釘實。

**127.** 無論罪過幾細,都唔好放過,免得日後引致更大嘅罪行。

**128.** 如果你想得救,就要愛真道(關於你自己真理的話語),切勿草率地拒絕責備。

**129.** 真理之言改變咗蝮蛇之子,示範點樣避免將來嘅忿怒(馬太福音3:7)。

**130.** 凡接待真理之言者,就接待神之道;因為經上說:*「接待你的人,就接待我。」* (馬太福音 10:40)

**131.** 癱瘓嘅人,從房頂被放落嚟,係個罪人,被忠信者奉神嘅名責備,並且為咗佢哋嘅信心而得罪過赦免(路加福音 5:19)。

**132.** 敬畏同善意咁為鄰舍禱告,好過為佢每件罪行定罪佢。

**133.** 真正悔改嘅人會畀無知者嘲笑。但對佢嚟講,呢正係佢嘅悔改討好咗上帝嘅記號。

**134.** *努力克制自己,遠離一切*(林前9:25),並要持續不懈,直到主摧毀巴比倫的種子。

**135.** 想像一下有十二種邪惡的激情。如果你甘願接受其中任何一種,它就會取代其餘十一種。

**136.** 罪惡好似一把燃燒嘅火。你撈走愈多燃料,火就愈熄;你加多燃料,火就愈燃得猛烈。

**137.** 如果你因讚揚而自大,就要預備蒙羞;因為經上說:*「自高的,必被謙卑。」* (馬太福音23:12)

**138.**只有當我哋拒絕咗一切罪惡,就算係心入面犯嘅,先至會開始真正對付纏繞我哋嘅情慾衝動。

**139.** 「提醒」係對過去罪行嘅不由自主嘅回憶。仍然同情慾掙扎嘅人,會努力防止呢個念頭演變成情慾;而已經戰勝情慾嘅人,則會連最微弱嘅動念都一併斬斷。

**140.** 心靈嘅一陣騷動係心靈嘅一種不由自主嘅動作,冇帶任何影像[51] 。佢就好似一把鑰匙(為罪惡打開心門);所以有經驗嘅人會喺一開始就設法捉住佢。

**141.** 喺思想嘅影像生根嗰度,就(大概)已經有咗先天嘅傾向:因為嗰種無辜(不由自主)嘅衝動,本身係冇帶住任何影像。 有時人會好似燒得通紅嘅炭咁,一離開火就走(要麼已經畀火燒傷,要麼驚畀火燒);但亦有人唔肯避開,直到火焰爆發為止[52] 。

**142.** 唔好話:「我根本連佢都唔想要,但係佢(個念頭)偏偏就嚟。」因為,肯定係咁,如果唔係呢樣嘢,你都一定鍾意佢嘅成因。

**143.** 追求讚揚者被慾望所糾纏,為所蒙受之苦而哀嘆者,必定鍾情安慰。

**144.** 好似天秤上嘅盤,鍾意享樂嘅人心擺唔定。有時佢會喊住嘆息,為自己嘅罪惡悲傷;有時又同鄰舍爭吵,追逐享樂。

**145.** 凡事察驗,善中持守,同樣必定遠避一切惡(帖撒羅尼迦前書5:21–22)。

**146.** *心存忍耐的人有充分的悟性*(箴言 14:29),正如那留心领受智慧言语的人。

**147.** 唔紀念神,知識就唔能成為真理;冇咗前者,後者就係虛假。

**148.** 對於硬心的人,最微妙的知识之言毫無用處,因為沒有敬畏,(那人)不會承擔悔改的勞苦。

**149.** 對柔和的人而言,信心之言(關於信心的安慰)是合適的,因為他們不試探上帝的忍耐,也不會因頻繁違背上帝的旨意或誡命而跌倒。

**150.** 唔好當面責備一個硬頸嘅人,因為咁只會激起佢嘅自尊;反而要同佢講將來要面對嘅恥辱。咁樣,一個識嘢嘅人就會更容易喺心裏面接受責備。

**151.** 唔鍾意責備嘅人,肯定係故意沉溺喺自己嘅慾望入面;但係鍾意責備嘅人,就明顯避開嗰啲慾望嘅誘惑。

---

[51] 呢段係因為希臘文短語太精煉,所以改用意譯。

[52] 呢點同長老對「應唔應該畀念頭入嚟?」呢條問題嘅回答好相似。佢會話:「畀佢哋入嚟,然後再同佢哋戰鬥,將佢哋趕走。」

**152.** 唔好想聽人哋嘅呃人把戲,因為咁樣嗰啲呃人嘅特質都會烙印喺我哋心入面。

**153.** 聽到惡言,要對自己生氣,唔好對講嘢嗰個人;因為惡人嘅耳仔係欺騙嘅,佢嘅回覆亦都係[53]。

**154.** 若有人啱啱好喺閒談者之中,就當自己有份講嗰啲閒話,就算唔係講緊而家,都係講緊以前(因為佢以前都同佢哋傾過)。

**155.** 如果你見到有人虛偽咁讚你,就要預咗佢會喺另一時機批評你。

**156.** 把眼前的悲傷當作未來福份的等價,冷漠就永遠不會削弱你的決心。

**157.** 如果你因為物質禮物,就讚美一個人好,卻唔提到係上帝嘅安排(忘記咗呢點),咁將來嗰個人就會對你變得邪惡。

**158.** 每項福份都照主嘅旨意由主賜下,而將佢帶畀我哋嘅人,就係福份嘅僕人。

**159.** 用平衡嘅心接受善與惡嘅交織;為此,上帝最終會消除你生命中嘅異常事件。

**160.** 無意中嘅(不由自主)思想都會不知不覺帶嚟自己思想嘅改變。喺外在領域,上帝會平衡不由自主同自願之間嘅關係。

**161.** 感官(外在狀態)係理性(內在秩序)嘅產物,按上帝嘅旨意,成就應得嘅(按各人嘅價值分配)。

**162.** 當心充滿對享樂嘅慾望,就會生出有害嘅思想同言語。就好似我哋憑煙霧認出(內部)物質燃燒咁。

**163.** 心存於心,則誘惑不至;若離其處,任憑所遇。

**164.** 祈求試探唔會臨到你;但當佢真係臨到嘅時候,就要接受佢係你自己嘅,唔好當佢係外來嘅嘢。

**165.** 轉移你嘅心思,遠離一切自愛,咁你先至可以見到魔鬼嘅詭計。

**166.** 凡自稱看見魔鬼所有詭計,卻不知道如何做到的人,就自以為完美。

**167.**當心思脫離對肉身事務嘅掛慮,就會按住嗰種自由嘅程度,洞悉仇敵嘅詭計。

**168.** 被念頭捲走嘅人會畀佢哋蒙蔽,見到罪行,卻見唔到罪行嘅成因。

**169.** 有人表面上雖然遵守誡命,但內心卻被情慾奴役,以惡念破壞了好事。

**170.** 你若容讓罪惡的種子在心裏生根(即滋生一個念頭),就不可說:「它不會勝過我。」──因為你容許它進來多少,你就已經被它打敗多少。

**171.** 凡事起初都係細微,慢慢滋養就會成長。

**172.** 罪惡嘅陷阱就好似一張多線交織嘅網。任何人即使只係 partially 糾纏入去,如果唔小心,好快就會完全被佢困住。

**173.** 唔好渴望聽敵人嘅不幸,因為任何甘願聽呢類說話嘅人,就會即刻收割到自己所願嘅果報。

**174.** 唔好以為所有苦難都係因為人嘅罪先臨到。因為有啲人雖然討神喜悅,但仍然要受試煉。經上不但寫住*「惡人同無法者都要被趕出」*(詩篇36:28),亦都寫住*「凡立志在基督裡過敬虔生活的人,都要受逼迫」*(提後3:12)。

**175.** 悲傷嘅時候,要提防感官慾望嘅誘惑。因為佢喺悲傷中承諾安慰,好容易令人屈服。

**176.** 有人認為識得妥善處理自己情慾之事的人才是明智,但真正有智慧的人,乃能制服自己內在的慾望。

**177.** 喺你未根除惡(情慾)之前,唔好聽你心入面嘅聲音;因為心入面種咗啲乜,就會要求啲咩。

**178.**就好似有啲蛇喺樹林度出沒,有啲就暗暗潛伏喺屋企度;情慾都係咁:有啲只係想像中嘅(喺心入面發生),有啲就積極影響(表現喺行為上,又潛藏喺入面),雖然佢哋有時會由一種形態變成另一種。

**179.** 當你見到你內心深處嘅嘢被激起,並以猛烈嘅勢頭拉動原本寂靜嘅心向往激情,就知喺過去某個時候,心本身已經畀佢佔據,啟動咗佢,並將佢種植喺心入面。

**180.** 無風不起雲,無念不生情。

**181.** 如經上所教,我哋若不再照肉體嘅意志行事,咁有咗主嘅幫助,就連以前種喺我哋裏面嗰啲(靈魂嘅情慾同惡習)都會唔再困擾我哋。

---

[53] 誠然,佢只係一句諺語,但意思好明顯。拉丁文嘅 paraphrase 係:'pravarum enim rerum avditor, pravus evadit nuntius.' 聽惡事嘅人本身就係惡人,傳遞惡事嘅使者亦都係惡人。

**182.** 已經在心靈深處紮根的影像,比純粹屬於心智層面的影像更邪惡、更強大;但後者先於前者,並且是它們的成因。

**183.** 有啲惡係由心發出,因為長期嘅執着同心嘅默許而糾纏住我哋;亦有啲惡係因為每日嘅事而喺心入面打交。

**184.** 上帝按人嘅意圖去審判佢哋嘅行為。*「願主照你嘅心意賜福畀你,」*佢話。(詩篇19:5)

**185.** 凡不誠心留心於默想者,連為虔誠而做體力勞動都唔肯接受。

**186.** 良心係一本自然嘅書(記錄神嘅誡命):勤力讀佢嘅人就會經歷神嘅代禱。

**187.** 凡不肯自願為捍衛真理而承擔勞苦,就會因不可抗力而受到更嚴重的懲罰。

**188.** 凡係已經知道上帝旨意,並盡最大能力去遵行嘅人,就可以透過細微嘅勞苦,避免更大嘅勞苦。

**189.** 凡冇靠禱告同忍耐去勝過誘惑,就唔能夠避開佢哋,反而會更加糾纏其中。

**190.** 主喺祂誡命入面隱藏,凡按住誡命去行、真心尋索祂嘅人,就會按住佢哋遵守嘅程度搵到祂。

**191.** 唔好講:「我遵守咗誡命,但係仍然未搵到主。」凡以真誠去尋索祂嘅人,都會得著平安。

**192.** 平安係脫離情慾,冇聖靈嘅運行就達唔到。

**193.** 誡命的成就是一回事,美德又是另一回事,雖然各自從對方汲取行善的靈感。

**194.** 誡命的成就,定義為執行所吩咐的事;美德則是指那顆使所行之事真能討神喜悅的心境。

**195.** 就如物質財富雖然本質上是一,卻因獲取的物件而多樣化;同樣,美德雖然本質上也是一,卻在多樣的行為中展現。

**196.** 冇實際行動,淨係講大道理嘅人,就係不義之富,而*「佢嘅勞力」會「進入外邦人嘅屋」*(箴言 5:10)。

**197.** 「經上說:『*金子所到,都使人順服*。』但靠着上帝的恩典,心靈(即屬靈生命)的生活將會得到治理。」

**198.** 好良心係透過禱告得嚟,而純潔嘅禱告又係透過好良心得嚟。佢哋本身就互相依存。

**199.** 雅各為約瑟做咗件彩衣。主又賜畀柔和嘅人認識真理,就如經上所寫:*「主必使柔和嘅人明白祂嘅道。」*(詩篇 24:9)

**200.** 總要盡你所能行善,當有機會行更多善時,就唔好滿足於行少啲;因為主話:*「手扶着犁,向後顧嘅人,唔配入神嘅國度。」*(路加福音 9:62)

## 4. 至於以為自己可以因行為稱義的人,226章[54]

**1.** 在以下各章中,僅以外表行義的人,其信心的軟弱,被那些真正信徒且忠實遵守真理的人所揭露。

**2.** 主想顯示雖然每一條誡命都必須遵守,但人卻因祂的血被收為兒女,祂說:*「凡你哋所吩咐我哋嘅,我哋都做咗,就該說:『我哋係無用嘅僕人,做咗我哋本份該做嘅事。』」*(路加福音 17:10)所以,天國唔係憑行為得嚟嘅報酬,而係主對祂忠心僕人預備嘅恩典。

**3.** 僕人唔會當自由係報酬去索取,而係心甘情願咁服侍,好似欠咗債咁,並將佢當作恩典嘅禮物嚟等待。

**4.** *「基督照聖經所說,為我們的罪死咗」*(林前15:3),並且佢賜自由畀忠心事奉佢嘅人。 因為祂說:*「好阿,良善又忠心的僕人!你在這小事上忠心,我要派你管理大事;請你同你主人的喜樂一齊進入。」*(馬太福音25:23)

**5.** 單憑知識嘅人未算忠心僕人,而係要透過順服基督——祂先賜咗誡命——嚟信。

**6.** 尊敬主的人就遵行所吩咐的;如果他以任何方式犯罪或違背祂,就必須接受因此而來的任何懲罰。

**7.**要好奇又勤力,因為單靠知識只會令人自大。

**8.** 由神嘅安排,喺我哋身上突如其來嘅試探,教我哋要勤力,並無意中引領我哋悔改。

---

[54] 對此而言,對立嘅唔係信心,而係心嘅狀態,因為佢係人所有行為嘅源頭。

**9.** 人所遇到嘅苦難,都係佢哋自己惡行嘅果報。但如果我哋靠禱告去忍受,就會再次蒙受更多祝福。

**10.** 有人因品行被讚揚,就沾沾自喜,以為這份虛榮的甜美是(上天)的安慰;另有人因被定罪而感到痛苦,便將這有益的痛苦視為仇敵惡意的作為。

**11.** 因為自己所行,自以為勝過那些未盡全力的人,他們認為憑外在行為就可以為自己辯解;但我們只憑知識,卻輕視無知的人,比起他們更加愚蠢。

**12.** 知識如果冇行動,就算係真,都未算穩固。係行動先至係一切嘢嘅憑證。

**13.** 往往因為忽略咗實際行動,對一件事嘅知識就會變得模糊。因為完全被忽略嘅行動,會一點一滴咁從記憶中淡去。

**14.** 聖經勸我哋要用理性去認識神,好等我哋可以透過行為正確咁事奉祂。

**15.** 當我哋公開遵守誡命,雖然主會賜畀我哋特別嘅回報,但我哋所獲得嘅益處,係按住我哋自己心志嘅目的嚟。

**16.** 凡有心要做某件事,卻無法去做的人,在知心者上帝面前,就好似已經做過一樣。這點既適用於善,也適用於惡。

**17.** 心靈就算冇咗身體,都可以做好多好事同好多壞事;但身體冇咗心靈,就乜都做唔到。因為自由意志嘅決定先於行動。

**18.** 有人雖然行唔到誡命,但以為自己信得啱;另有人雖然遵守誡命,卻當作應得嘅報酬去盼望天國。兩者都對真理有誤。

**19.** 主人並無義務獎賞僕人,然而就算行事不義,都得唔到自由。

**20.** 如果基督為我哋死咗,而我哋*「不再活自己,而活畀為我哋死而復活嘅祂」*(林後5:15),咁就好明顯我哋已經立定心志,要死都跟住事奉祂。咁我哋又點可以將得子嘅福份當成應得嘅報酬呢?

**21.** 基督按本性同救恩安排都係主,因為佢創造咗我哋呢班活住嘅人,又用佢嘅血贖回因罪死咗嘅人,並按呢種方式賜恩畀信佢嘅人。

**22.** 當你聽到聖經上講主會按各人所行賜賞報應 (詩篇61:13),唔好以為行為本身值得下地獄或者得國度,而係要明白基督會按人對祂──我哋嘅創造主同救贖主──嘅不信或信心嚟賞賜,而唔係當作一個稱量者(即稱量行為同報酬嘅角色)。

**23.** 我哋呢班已經被認為配得重生之浴嘅人,行善唔係為咗得賞,而係要保持賜畀我哋嘅純潔。

**24.** 凡我哋憑自己自然能力所行嘅善行,雖然可以令我哋遠離相反嘅行為(即係惡行),但冇咗恩典,就無法令我哋成聖。

**25.** 有節制者遠離大食;不貪婪者遠離貪心;寡言者遠離多言;純潔者遠離感官慾望;貞潔者遠離淫亂;知足者遠離貪婪;柔和者遠離惱怒; 謙卑者遠離虛榮,順服者遠離違背,自責者遠離偽善;同樣地,禱告者遠離絕望,自願行乞者遠離積聚財富,認罪者遠離背教,殉道者遠離偶像崇拜。 你睇吓,每一種美德,就算實踐到死,都只不過係離棄罪惡;而呢種離棄罪惡係天性使然,唔係可以憑呢樣嘢得着天國嘅?

**26.** 人幾乎難以保持佢天生嘅本性,但基督藉住十字架,賜予人做仔嘅名分。

**27.** 有一個特別嘅誡命,亦有一個一般(包羅萬有)嘅誡命。因為喺一個例子入面,人被吩咐要少量咁畀俾有需要嘅人;而喺另一個例子入面,就要人一次過放棄晒所有財產。

**28.** 有恩典嘅作為,對屬靈幼稚嘅人嚟講係認唔出嘅;亦有仇敵嘅惡毒作為,佢哋好似真嘅嘢。 最好唔好喺呢啲行為上[55] 停留太耐,驚俾人呃,亦唔好過份譴責,因為佢哋可能包含啲真理;反而要將一切帶到上帝面前,懷住盼望,因為祂知道兩者嘅益處。

**29.** 想渡過心海嘅人,必須有長久嘅忍耐、謙卑、智慧、警醒同自制。但如果佢冇呢四種品德,就硬係要 embark on this endeavour,只會折磨自己嘅心,而唔能夠渡過。

**30.** 沉默係斬斷一切惡念。如果再配合呢四種美德喺禱告中實踐,就冇嘢比呢個更好、更短嘅方法可以令你擺脫情欲。

**31.** 若無身體,心境無法靜定;若無靜定與禱告,亦無法淨化二者之間。

---

[55] 有句希臘諺語就講到呢個意思:就好似人喺鏡入面望住自己着嘅靚衫咁。

**32.** 屬肉體的放縱與聖靈相敵,聖靈亦與屬肉體的放縱相敵(加拉太書6:17);但那憑聖靈行事的人,並不滿足肉體的放縱。

**33.** 祈禱如果冇心靈嘅呼求就唔完美。主會聽見全心全意呼喊嘅心靈。

**34.** 一心一意禱告的心,能破碎人心。 *「神啊,你必不輕看一個破碎而痛悔的心。」* (詩篇 50:19)

**35.** 禱告被稱為美德,雖然佢係美德之母,因為佢透過同基督嘅結合令美德得以產生。

**36.** 凡係我哋冇經過祈禱同美好盼望去做嘅事,事後都會證明有害,而且(至少)係不完美嘅。

**37.** 當你聽到「後將先,先將後」(馬太福音 19:30)時,要明白這指擁有美德者與擁有愛者。雖然愛在品級上排最後,但在功績上卻是首位,超越所有先於它者。

**38.**當灰心失落襲來,無論係喺禱告時定係敵人種種詭計所致,都要諗返出埃及記同埋嗰啲慘烈嘅苦難。不過,最好都係透過禱告同盼望緊靠上帝,唔好糾結於外在嘅事,就算佢哋有幫助都一樣。

**39.** 冇任何一種美德單靠自己就可以打開我哋本性嘅大門(參見第224章同第225章),除非佢哋係按順序互相依賴。

**40.** 沉溺於思緒的人是沒有節制的人;即使那些思緒有用,它們也比不上盼望更有用。

**41.** 除非靠懺悔洗淨,否則每一個罪都會導致死亡。就算聖徒為另一個人的罪行祈禱,也不會被垂聽。

**42.** 真正悔改的人,不試圖為自己以往的罪行辯解,卻正是在那罪行中向神示好。

**43.** 我哋本應該每日都實踐一切符合我哋本性嘅善行。咁,我哋又可以用乜嘢去補償以前所犯嘅惡行呢?

**44.** 今日我哋無論幾多德行,都只係對以前疏忽嘅譴責,並唔係向神嘅補償。

**45.** 那靈裡憂傷(為罪憂愁),卻肉體安逸(在各方面滿足肉體)的人,好似一面用身體懲罰自己(剝奪肉體一切),一面心神散亂。

**46.** 自願受苦於兩方面(即身體同靈性)互相強化:靈性強化身體,身體又強化靈性;但如果分開,就比受苦本身更差、更沉重。

**47.** 忍受臨到我哋嘅一切,並且照主嘅話去愛憎恨我哋嘅鄰舍,係一大美德。

**48.** 真誠之愛的標誌,是寬恕人的過失。主就以如此方式愛了世界。

**49.** 冇真知識,就唔可能真心原諒任何人嘅過犯,因為咁樣會畀人人都知道,發生喺佢哋身上嘅事,都係佢哋自己造嘅業。

**50.** 你為主預備的,一點都唔會失去,因為到時候會加倍返畀你。

**51.** 當心靈忘記敬虔的目的,外在的善行就變得無用。

**52.** 如果欠缺謹慎(不是別人嘅,而係自己嘅)都會對每個人有害,那對已經過着清儉生活嘅人嚟講,又豈止更加有害?

**53.** 透過你嘅行動去證明自己係個有智慧嘅人,因為冇任何言語比行動更智慧。

**54.** 為虔誠而作嘅苦行,之後會獲得代禱。呢點可以喺神嘅律法同自己嘅良心度知道。

**55.** 有個人心生一念,卻未加檢驗就堅守不變;另一個人同樣心生此念,卻以真理為準則加以檢驗。問題係:邊個嘅行為更虔誠?

**56.** 忍受苦難,不將不幸歸咎於人,才是真正的智慧。

**57.** 行善同時求回報嘅人,唔係服侍神,而係服侍自己嘅私慾。

**58.** 犯罪嘅人,除非有相應嘅懺悔,否則無可逃避懲罰。

**59.** 有啲人話,未真正領受聖靈嘅恩典之前,就做唔到善事(呢個講法係錯嘅)。

**60.** 凡意志總偏向放縱自己的人,即使在能力範圍內的事,也以「上面無幫助」為藉口,拒絕去做。

**61.** 凡已受洗歸入基督者,已蒙奧秘的恩典,但此恩典只有在遵守誡命時,才能實際見效。雖然此恩典暗中從不停止幫助我們,但行善與否,仍由我們自由意志決定。

**62.** 首先,聖靈神聖地感動良知,使連作惡多端的人在悔改後都蒙了上帝的憐憫。

**63.** 再者,它往往隱藏在他人教導之中;有時會隨着讀書時的一個念頭出現,並透過自然而然的結果,以真理教導人心。 所以,如果我哋唔喺呢啲同其他類似嘅具體場合入面隱藏呢份恩賜(即係話,跟從聖靈嘅感動),咁我哋就會真真正正進入主嘅喜樂(就會被認為配得上積極嘅恩典)。

**64.** 凡未守誡命先求(或盼望獲得)聖靈積極恩典者,好似一個用錢買嚟嘅奴僕,喺佢一被買返嚟嗰刻,就想要連同佢嘅買價一齊簽俾佢自由。

**65.**凡是已經明白外在的苦難按照上帝的公義發生,並且尋求主的人,就喺公義中搵到知識。

**66.** 如果你照聖經所言,*「要記住主的道路遍及全地」*(詩篇104:7),那麼每一件事都會成為你認識神知識的教師。

**67.** 每個人都會按佢哋內心嘅本性,得到應得嘅(即佢哋配得嘅)結果,但係外在事件點樣同每個人嘅內心狀態對應,只有上帝先知。

**68.** 當你被人在手下受辱時,要迅速想到*「從神而來榮耀」*的賞賜(約翰福音5:44),如此你即使在受辱中都能免於憂愁和混亂,等到榮耀來臨時,仍能保持忠心無可指責。

**69.** 當你被眾人稱讚時,蒙神恩典,就唔好(刻意)喺主嘅判斷上加添任何炫耀嘅成分,免得一切被改變,而你反而要經歷羞辱。

**70.** 種子冇土壤同水就唔會發芽,人冇自願嘅勞力同神嘅代禱,都唔會得着任何益處。

**71.** 無雲就落唔到雨,無清白嘅良心就討唔到上帝嘅喜悅。

**72.** 縱使你好有智慧,都唔好拒絕學習,因為上帝嘅安排比我哋嘅智慧更有益處。

**73.**當心因放縱而偏離自律之道,就好似一塊極沉重嘅石頭滾落光滑嘅斜坡,勢不可擋。

**74.**就好似一隻冇經驗嘅小牛,喺草叢之間東奔西跑,結果踏到一個兩邊都好斜嘅地方(右邊同左邊),靈魂都係咁,畀自己嘅念頭慢慢帶離咗原本嘅次序同專注。

**75.**當心思在主裡得著力量,將靈魂從長期以來的惡習中轉走時,心就如在刽子手之手,被心思和情慾拖來拖去,而被殺。

**76.**就好似嗰啲為咗賺錢而揚帆出海嘅人,甘願忍受烈日嘅炙烤;同樣,憎惡邪惡嘅人,就鍾意接受責備。前者同風浪搏鬥,後者就同自己嘅慾望抗爭。

**77.** 正如*「逃入冬天或安息日」*(馬太福音24:20)會令身體生病,亦令靈魂污穢(其實是蒙受羞辱),同樣,在一個已衰老的身體及一個已成聖的靈魂(聖職人員)中激起情慾,亦會如此。

**78.** 冇人好似主咁良善憐憫,但佢唔會赦免唔肯悔改嘅人嘅罪。

**79.** 我哋當中好多人為自己嘅罪惡悲傷,卻又甘願喺自己心裏藏住罪惡嘅根源。

**80.** 地穴在地下掘穴,因牠是瞎眼,所以見唔到星辰;不信神者對屬世嘅事都信唔到屬永恆嘅事。

**81.** 作為一切恩典之先,上帝賜予人類真理的知識,而此知識首要教導領受者相信賜予者。

**82.**當一個有罪嘅靈魂唔接受佢遇到嘅苦難(唔因苦難而醒覺),咁天使就對佢講:*「我哋試過醫治巴比倫,但佢都未得醫治。」*(耶利米書51:9)

**83.** 遺忘真知識嘅心靈會對人發動戰爭,將對自己有害嘅嘢當成有益。

**84.** 就如火喺水入面熄唔着,同樣冇一個邪念可以喺愛神嘅心入面生根。因為每個愛神嘅人都會勤力,而自願嘅勞作本身就係慾望嘅天敵。

**85.** 一個激情,若在靈魂中經由行為有意培養,就會在後續於愛好者心中猛烈升起,即使他不願意。

**86.** 我哋鍾意唔自願思想嘅成因──即係令佢哋產生嘅事物;但係對於自願思想,我哋明顯就係鍾意嗰啲事物本身。

**87.** 自負同誇口係誣陷嘅原因,而貪婪同虛榮就係無憐憫心同偽善嘅原因。

**88.** 當魔鬼見到心靈開始真心祈禱,就會施展重大而狡猾的誘惑。但它不會用大攻勢去阻擾小德行。

**89.** 頑梗嘅念頭顯示一個人嘅偏見,而迅速消除佢就代表衝突同抵抗。

**90.** 心靈會進入三種狀態,並在其中變化:自然、超自然和不自然。 當佢進入自然狀態,就會發現自己係惡念嘅源頭同慾望嘅成因,並向神承認佢嘅罪;但當佢處於唔自然嘅狀態,就會忘記神嘅真理,並且好似人哋冤枉佢咁,對人發動戰爭。 當佢被提升到超自然嘅狀態,佢喺自己裏面發現咗聖靈嘅果實,就係使徒所講嘅*「愛、喜樂、和平」*等等 (加拉太書5:22),並且知道,如果他偏重於屬肉體的事,就不能停留在那裡;一旦離開,就會陷入罪惡,以及隨之而來的悲傷禍患,雖然不是即時,但最終會照神真理的定旨應驗。

**91.** 一個人嘅知識,只有喺佢嘅溫柔、謙卑同愛心得到印證嘅時候,先至係真嘅。

**92.** 凡受正教洗禮者,皆可奧妙地領受一切恩典,但最終只有在遵守誡命時,才能獲得具體的印證。

**93.** 當基督的誡命忠實地遵守時,會喺心靈眾多苦難中帶來安慰;然而,兩者都會喺適當嘅時候出現。

**94.** 讓禱告成為你所做一切事嘅一部分,因為冇咗上帝嘅幫助,你乜都做唔到。

**95.** 冇嘢比禱告更強大去獲得上帝嘅幫助,亦冇嘢比佢更有用去討上帝歡心。

**96.** 所有誡命的成就都包含在此:因為對神的愛,無比崇高。

**97.** 不斷嘅祈禱係一個住喺其中嘅人對上帝嘅愛嘅標誌,而忽略佢同祈禱時心散嘅情況,就係對塵世執着(心被除咗上帝以外嘅任何嘢吸引)嘅標誌。

**98.** 凡是有人不帶憂傷地守夜、忍耐並禱告,就參與了聖靈的大能;但即使有人在這些行為中感到憂傷,卻仍憑意志願意忍受,他也将很快從天上獲得代禱。

**99.**正如已所講,有誠命勝過其他誠命,同樣,有信心亦勝過其他信心。

**100.** 按使徒所言,*有因聽而來嘅信心*(羅馬書10:17),*亦有「所盼望之事嘅信心」*(希伯來書11:1)。

**101.** 用言語回答有疑問嘅人固然好,但用祈禱同美德去幫助佢哋更好:因為透過呢啲,向神獻上自己嘅人,既幫助咗鄰舍,亦令自己配得人嘅幫助。

**102.** 如果你想向好學者講幾句簡短嘅說話,就引導佢哋去禱告、真信心同埋喺一切悲傷境況中嘅忍耐,因為其他所有美德都係透過呢啲得到嘅。

**103.** 凡事若有人將一切希望寄託於神,就不再為此與鄰舍爭吵。

**104.** 按聖經所言,凡非自願之事,其因皆源於自願;因此,人對自己乃敵人中最大。

**105.** 一切惡事嘅主要成因係無知;第二係不信。

**106.** 藉住恆忍同禱告逃避試探。但如果冇呢兩樣,你單靠自己去抵擋,試探就會用更大嘅力氣攻擊你。

**107.** 溫柔的人在神眼中是智慧人中至智慧,謙卑的人在心中是強者中至強者,因為他們智慧地背起基督的軛。

**108.** 凡我哋冇禱告就講或者做嘅嘢,之後都變成有罪或者有害,而我哋唔自覺嘅時候,我哋嘅行為已經出賣咗我哋。

**109.** 在行為、言語和心思裡,只有一位是義的;然而,藉着信心、恩典和悔改,有許多人成為義人。

**110.** 正如悔改者唔可以自大,同樣,故意犯罪者都唔可能謙卑。

**111.** 謙卑並非對良知的譴責,而係對神恩典同祂慈愛嘅承認。

**112.** 就如一座實體房屋對住充滿佢嘅空氣,人心對住神嘅恩典亦係如此:你將物質之物趕走幾多,就有幾多恩典入得嚟;你將佢哋帶入幾多,就有幾多恩典走出去。

**113.** 屋企嘅實質內容係器皿同食物;心靈嘅實質內容係虛榮同放縱。

**114.** 寬廣嘅心係對上帝嘅信靠,而狹窄嘅心就係世俗嘅憂慮。

**115.** 聖靈嘅恩典係一樣嘅,而且永遠唔變,但佢照自己嘅意思喺每個人身上作工。

**116.**就好似雨水落喺地上,滋養同維持植物本身嘅特質──甜嘅保持甜味,酸嘅保持酸味──同樣,恩典住喺信徒心入面,雖然本身唔變,但會因應佢哋嘅美德調整佢嘅功效。

**117.** 對因基督而飢餓的人,聖靈成為食物;對渴慕的人,成為甘甜的飲品;對顫抖的人,成為衣裳;對勞碌的人,成為安息;對禱告的人,成為禱告已被垂聽的肯定;對流淚的人,成為安慰。

**118.** 因此,當你聽到聖經中關於聖靈的話,祂*「降在每位使徒身上」*(使徒行傳2:3),或祂*「降在先知身上」*(撒上10:10),或者祂作工(林前12:11),我們有時就會絆倒 (弗 4:30),被熄滅(帖前 5:19),或被惹怒(徒 17:16),同樣有人有聖靈的初熟果(羅 8:23), 當其他人被聖靈充滿(使徒行傳2:4)──不可將聖靈想像成有分、有變或有改變;而要相信,正如我們之前所講,祂是永恆不變、無可改變、全能的。 所以,喺祂嘅作為入面,祂仍然係同一個,並且按神聖嘅方式,賜畀每一個人合適嘅恩典。 祂好似太陽,將自己完全傾瀉喺受洗者身上;但係,我哋每一個人嘅光照程度,就係我哋開始憎恨蒙蔽我哋嘅情慾,並將佢哋從自己心裏連根拔出;而如果我哋被發現仍然鍾情於佢哋,咁我哋就越加被黑暗所蒙蔽。

**119.** 凡憎恨情欲者,亦會斷絕其源頭;但凡偏向於這些源頭者,即使不願意,仍會被情欲所勝。

**120.** 當惡念喺你心裏生起,就怪自己,唔好怪原罪。

**121.** 呢啲思想嘅根源,就係我哋每一個人用手、用腳同用口所犯嘅明顯罪行。

**122.** 憎恨激情之源的人,不可能在心裏滋生那份激情。

**123.** 若有人憎惡羞辱,又有咩人會同虛榮講嘢?若有人鍾意受屈辱,又有咩人會為失禮而憂慮?若有人有顆破碎謙卑嘅心,又有咩人會同意放縱肉體? 如果有人信基督,佢會為咗短暫嘅嘢操心,或者為咗呢啲嘢打仗咩?

**124.** 被別人拒絕,卻不與拒絕者爭辯──無論言語或心思──的人,已得真知,並展現對主堅定不移的信心。

**125.** *「人子们的度量是虚谎,他们不诚实」* (诗篇61:10),但神却为每一个人保留他所真正配得的东西。

**126.** 如果作惡者作惡唔會過份,受冤者受苦又唔會缺乏,*就係「人行來行去,卻係徒勞」* (詩篇38:7)。

**127.** 如果你見到有人因為侮辱而深感痛苦,就知道佢哋心入面充滿咗虛榮嘅念頭,而家正喺唔開心嘅情況下,收割自己所種嘅果實。

**128.** 凡放縱身體慾望超過分際者,必以百倍痛苦償還此過度之享受。

**129.** 方丈有責任向新學徒講真話;如果新學徒不聽從,就要警告佢會因此而招致嘅不幸。

**130.** 被他人冤枉而唔向加害者索取應有賠償嘅人,就係用呢種方式證明佢對基督嘅信心,佢喺今生會得百倍嘅回報,並會承受永恆生命。

**131.** 紀念上帝的心,必伴隨對虔誠的渴慕;但凡忘記上帝者,則自甘放縱,心硬如鐵。

**132.** 唔好以為無情嘅人唔會悲傷,因為如果唔為自己,都要為鄰舍而悲傷。

**133.** 當仇敵搜集到好多因忘記而犯嘅罪行紀錄,佢就會逼嗰個欠債者刻意唔忘記咁再犯同樣嘅罪,藉此濫用罪法,為自己謀取好處。

**134.** 如果你想不斷記住上帝,就唔好將不幸視為不公,而要視之為理所當然地降臨在你身上。因為(以呢種精神)嘅忍耐會喺每一個時刻喚起對(上帝)嘅紀念;相反,如果拒絕(以呢種方式去忍受),就會削弱心靈對(上帝)嘅思索(打斷佢向上帝嘅追求,轉向塵世),並且因為(擺脫咗負擔)嘅喜悅而導致遺忘。

**135.** 如果你想主遮蓋你的罪,就不可在人前誇耀自己的美德。因為我們如何對待自己的美德,神就如何對待我們的罪。

**136.** 隱藏美德之後,不可自以為是,以為自己做得好。真正的公義,不但要我們隱藏善行,更不可存有任何違背律法的心思。

**137.** 當你做好事時唔好歡喜,而要喺你幫助嘅人對你反抗、甚至怨恨嘅時候,都能夠堅忍唔記仇。因為就好似日頭之後有夜晚,做好事之後亦都會有壞事跟住。

**138.** 虛榮、貪婪同放縱,除非佢哋先因為敬畏上帝而退去,否則唔會令善行保持純潔。

**139.** 在不由自主、痛苦的煎熬中蘊藏著上帝的憐憫,它引領忍受苦難者悔改,並使他們免於永恆的折磨。

**140.** 有人遵守誡命,以為可以喺天秤上抵銷佢哋嘅罪;另一些人卻以為,透過呢種方式可以向為我哋罪死嘅神示好。問題係:呢兩種睇法邊個先啱?

**141.** 對 gehenna(地獄)嘅恐懼同對天國嘅愛,畀我哋喺患難中忍耐。呢種忍耐唔係出於自己,而係嚟自引導我哋思想嘅祂。

**142.**信徒放眼未來,毫不猶豫地遠離塵世享樂;不信者則放縱自我,麻木不仁。

**143.** 唔好話窮人冇錢就唔可以放縱享樂,因為人可以喺思想入面對肉體慾望嘅放縱,甚至比實際行動更加強烈。

**144.** 對行為嘅認識(實踐嘅審慎)同對真理嘅認識係有分別嘅。就好似太陽遠勝月亮,後者嘅利益亦遠勝前者。

**145.** 行為嘅知識(實踐嘅謹慎)隨住遵守誡命嘅程度而增長;而對真理嘅知識,就隨住對基督嘅盼望程度而增長。

**146.** 如果你想得救,並獲得真理的知識,就要時常努力超越肉慾,並透過盼望,緊靠獨一的真神。當你以自制力　向內心轉向時,你會遇到因思想的幻覺而對你發動戰爭的權勢和能力;但透過禱告戰勝它們,並在盼望中堅定不移,你就會領受上帝的恩典,使你免於將來的忿怒。

**147.** 凡明白聖保祿奧妙言語的人──他曾說:*「我們的爭戰不是對着血氣,而是對着那惡者屬靈的勢力。」*(弗6:12)──也同樣會明白主所講的比喻,其中祂教導我們要常禱告,不可灰心。(路加福音18:1)

**148.** 律法就用比喻咁吩咐我哋做足六日,第七日就要歇手。靈魂嘅工夫,就係用自己嘅財物做好事──即係透過自己嘅行為;而佢嘅安息,就係,正如主所講,賣晒所有財物畀窮人,並且喺同世物斷絕關係之後,因着屬靈嘅盼望而喜樂。　聖保祿就喺呢個安息入面,勸勉我哋要勤力進入,佢話:*「我哋要努力進入嗰個安息。」*(希伯來書4:11)

**149.** 我哋咁講,並唔係排除未來或者斷定所有獎賞都會喺呢度,而只係想指出:人首先要喺心入面領受聖靈嘅真正恩典,然後先按呢個去進入天國。　主亦揭示道:*「天國喺你哋心入面。」*(路加福音17:21)　使徒亦如此說:*「信是所盼望之事的確據。」*(希伯來書11:1),又說:*「要自己省察,看自己是在信心裡,還是不在。難道你哋自己不覺得耶穌基督在你们裡面,除非你哋被棄?」*(林後13:5)

**150.** 那已經認識真理的人,並不抵擋憂傷的試煉。因為他知道這些試煉會令人敬畏神。

**151.** 當人詳細回想過去的罪時,就會傷害有美好盼望的人。因為如果這些罪在心中重新浮現,並伴隨憂傷,就會將人從盼望中驅走;而如果只在想像中出現,卻沒有憂傷,就會再次在心中播下舊日的污穢。

**152.**當心靈透過自我克制,擁抱了堅定不移的盼望,敵人就假藉懺悔的名義,在心靈面前好似畫出一幅圖畫般,展示過去的罪惡,以重燃本已因神恩典而遺忘的激情,並暗中傷害那個人。因為在這種情況下,即使那已經蒙光照、憎惡激情的心靈,　都難免會被所做嘅事所蒙蔽、所困擾;如果佢仍然籠罩住一層迷霧,對情慾抱有同情,就會四處飄蕩(陷入呢啲念頭),並開始熱烈回應情慾嘅誘惑,咁樣嘅回憶就唔再係認罪,而係一種激情放縱。

**153.** 如果你想向神獻上無可指責的懺悔,就無須逐一細數你以往的過犯,只要勇敢地承擔它們的後果。

**154.** 人因過去所犯嘅罪行而蒙受嚴酷嘅苦楚,呢啲苦楚同時帶嚟每一個過犯本身所固有嘅本質。

**155.** 智者一旦明白真理,向神認罪,不是靠回想自己所作所為,而是靠忍受加諸於身上的苦難。

**156.** 當你將對罪惡同羞辱嘅心痛拋諸腦後,就唔好承諾靠其他美德去達到懺悔,因為虛榮同麻木通常會雙手奉上罪惡。

**157.** 就如美德通常都係喺痛苦折磨同羞辱中誕生,罪惡就係由虛榮同享樂滋生。

**158.** 每種肉體的快感都源於身體先前的安寧狀態,而使人偏向這種安寧的就是不信。

**159.** 凡被罪惡掌管的人,無法憑自己克服屬肉體的理性,因為他們的肢體深植着永不止息的慾望。

**160.** 性情衝動嘅人,應該持續喺禱告同順服之中,因為只有靠住佢哋──或者為咗佢哋──先至勉強可以同衝動抗衡。

**161.**　凡靠順服同禱告去對抗自己慾望嘅人,就係一位精明嘅戰士,佢透過遠離感官享受,清楚展現出內心嘅掙扎。

**162.** 凡不將其意志與上帝的旨意相符的人,其努力必會絆跌,並落入仇敵之手。

**163.** 當你見到兩個相愛嘅罪人,就知道佢哋喺互相助長放縱。

**164.** 自以為義(驕傲)嘅人同虛榮嘅人相處得好好:前者讚揚後者,後者就好似奴僕咁喺佢面前低頭;後者又讚揚前者,因為前者經常讚美佢。

**165.**　愛神嘅聽眾兩頭都有益:當佢嘅美德畀人讚揚時,佢會更加熱心;當佢嘅惡行被揭露時,佢就會被逼悔改。我哋應該按自己嘅進度去生活,按我哋嘅生活方式向神獻上禱告。

**166.**　當然,堅持至高無上嘅美德,唔理其他個別嘅事,亦唔為其他個別嘅事禱告,只係照主嘅話去尋求上帝嘅國度(馬太福音6:33),係好事。　但如果我哋真係要關心每樣需要,就要為每樣都禱告;因為任

何冇經過禱告就去做嘢或者擔心嘢嘅人,都唔會令自己嘅工作圓滿完成。而呢點正正就係主講*「離咗我,你哋無能為力」*(約翰福音15:5)嘅意思。

**167.** 凡忽略禱告誡命者,就陷入最不體面嘅不順服,一種不順服又帶到另一種,好似囚犯咁。

**168.** 凡人若以對未來福份的盼望為懷,以平靜的心接受現世的一切苦難,就已得著真理的知識,並能輕易擺脫憤怒與憂傷。

**169.** 凡為真理起見忍受輕蔑與不榮耀,就走在使徒之道上,背起十字架,並被其鎖鏈捆綁。但若無人為此,而只顧聽從心,則為心思所欺,陷入魔鬼的誘惑與陷阱。

**170.** 努力掙扎嘅人,既無法克服冇原因嘅念頭,亦無法克服冇念頭嘅原因。因為如果我哋單獨排斥其中一樣,好快就會畀另一樣拉返去面對兩者。

**171.** 凡因恐懼自己受某種傷害或侮辱而向他人開戰者,或將於今生飽受苦楚,或將於來世被無情地折磨。

**172.** 凡想擺脫一切重擔者,必須在禱告中將一切交託給神,並堅定地以盼望為心,盡量輕視屬肉體的憂慮。

**173.** 當魔鬼見到一個人無謂地過度牽掛肉身事務,佢首先掠奪知識(剝奪心智),然後(一旦得手),就斬斷對上帝嘅盼望,就好似斬首一樣。

**174.** 當你進入那純淨禱告的隱密處,就切勿懷上仇敵所播入的塵世念頭,否則你會失去最美好的一切。 因為趁住佢被囚禁喺下面嗰陣,用禱告嘅箭射佢,總好過同佢傾偈。佢會用瑣碎嘅事嚟分散我哋嘅注意力,諗盡辦法令我哋唔再對住佢禱告。

**175.** 對塵世事務嘅知識,喺試探同灰心嘅時候可能有用,但喺禱告嘅時候通常都係有害嘅。

**176.** 如果你被召喚去講論主,但人唔聽你講,就要喺心裏面為此憂傷,但唔好當眾表現出嚟。因為咁樣嘅憂傷會令你唔會同嗰啲唔理你嘅人一齊受審判;但如果當眾表現出嚟,你仍然會畀同一班勢力誘惑。

**177.** 傾偈嘅時候,唔好隱瞞對在場人嚟講必要同有益嘅嘢;只用直白嘅方式講啲好聽嘅,而用委婉嘅方式講啲尖銳嘅。

**178.** 唔好當住冇受你管轄嘅人面前責備佢哋嘅過失,因為呢件事係屬於權威範圍,唔係建議可以解決。

**179.** 對眾人一般所講嘅話,對所有人都有益;但係每個人嘅良心都會個別咁引領佢哋。

**180.** 講真理嘅人,自己都應該向神獻上感謝,因為佢不過係照神吩咐嘅去講。因為真理唔係講者嘅作為,而係神喺佢裏面或者對佢所作嘅事。

**181.** 當嗰啲冇向你立順服誓願嘅人反對真理時,就唔好同佢哋爭辯,免得(本應造就人)只會引起仇恨,照聖經所言(參見提後2:23)。

**182.** 凡喺唔應該嘅地方縱容一個初學者違背規矩嘅人,就喺呢件事上欺騙咗佢,並且(一般嚟講)鼓勵佢忽略佢嘅服從誓言。

**183.** 凡有人出於敬畏上帝,勸戒並教導罪人,就為自己獲得了與所犯過錯相反的美德。但那懷恨不平、心存惡意的人,按屬靈的律法,就會陷入與罪人同樣的激情。

**184.** 好好教導律法的人敬畏立法者,因為敬畏祂,就遠離一切惡行。

**185.** 唔好口是心非;即係話,唔好講一套,心裏面又係另一套。因為聖經將呢種人置於誓言之下(西拉 28:15)。

**186.** 有人講真話,畀愚人憎;另有人偽善,畀人鍾意;但呢兩種回報都唔會維持好耐。到咗適當嘅時候,主會按每個人嘅所作所為畀佢哋應得嘅報酬。

**187.** 凡想免除將來悲痛者,必須甘願忍受現時之苦。因為他以心志如此交換,就能以小悲免除大苦。

**188.** 唔好喺言語中自誇,亦唔好喺心裏自大,免得你做咗適得其反嘅事;因為好嘅行為唔係單靠人,而係要靠全能嘅上帝幫手。

**189.** 全能嘅神唔單止會按我哋嘅行為畀我哋應得嘅報酬,連我哋嘅思想同刻意嘅意圖都會計喺入面。

**190.** 無意中嘅念頭係由之前嘅罪過引起,而刻意嘅念頭就係由自私嘅心意引起。所以後者先至係前者嘅成因。

**191.** 違背心意嘅惡念會帶嚟憂傷,所以好快就消失;但係符合心意嘅念頭會帶嚟喜悅,所以好難擺脫。

**192.** 放縱自己嘅人聽到責備同匱乏就傷心,而愛神嘅人聽到讚揚同豐盛就傷心。

**193.** 唔識神嘅審判嘅人,喺佢心裏面行緊一條兩邊都係急流嘅路,任何風都好容易將佢吹倒:受人讚揚就自大;受人批評就惱火;大魚大肉就放縱慾望;經歷缺乏, 佢識嘢嘅時候就自作多情;唔識嘢嘅時候就假裝識嘢;有錢就吹噓;窮就偽善;食飽就放肆;禁食就自大;佢同責備佢嘅人爭吵,又覺得替佢開脫嘅人好蠢。

**194.** 除非一個人藉住基督嘅恩典,得著真理嘅知識同對上帝嘅敬畏,否則佢唔單止會畀自己嘅情慾造成嚴重嘅創傷,亦會畀外在環境所苦。

**195.** 當你想解決某件令人困惑嘅事,就尋求與之相關令上帝喜悅嘅事,你一定會搵到一個有益嘅解決方法。

**196.** 凡神所喜悅嘅事,萬有都幫手;凡神所背棄嘅事,萬有都反對。

**197.** 凡係抗拒逆境,而唔自知,就係違背神嘅命令;但凡以真智慧照聖經接受逆境,就等於承受主嘅忍耐。

**198.**當誘惑來臨時,唔好去探究佢嘅原因或目的,而要謹記懷住感恩去承受,唔好悲傷亦唔好心存怨恨。

**199.** 他人嘅惡行並唔會加增我哋嘅罪過,除非我哋以惡念接受佢、內化佢,或者令佢成為自己嘅。

**200.** 既然冇人可以唔經歷試探就令上帝喜悅,我哋就應該為每一個試煉向上帝感恩。

**201.** 如果彼得冇放棄佢夜晚嘅打魚,佢就唔會被認為配得上佢日間嘅呼召;如果保羅冇被肉體蒙蔽,佢就唔會獲得屬靈嘅洞察力;如果斯德望冇被誣告為褻瀆者,天就唔會為佢打開,佢亦唔會看見神。

**202.** 正如合乎神意嘅行為稱為美德,意料之外嘅憂愁亦稱為試煉。

**203.** 神試驗亞伯拉罕;意思係為咗佢自己嘅好,祂差遣苦難畀佢,唔係為咗要查出佢係點樣嘅人──因為全知者喺時間開始之前已經識透佢──而係要畀佢一個機會去達到完美嘅信心(即係認識同堅定喺其中)。

**204.** 每種憂愁都顯示出我哋意志嘅傾向,係向右傾定向左傾。所以,突如其來嘅憂愁被稱為試探,因為佢考驗經歷者最深層嘅本性。

**205.** 敬畏上帝促使我哋與罪惡抗爭,而當我哋抗爭嘅時候,上帝嘅恩典就會摧毀佢。

**206.** 智慧並不單止係明白真理嘅自然次序,更係要忍受他人加喺我哋身上嘅惡,就好似佢係我哋應得嘅一樣。( 嘅經驗顯示)淨係擁有第一種知識嘅人會畀驕傲抬高,而獲得第二種知識嘅人就獲得咗謙卑。

**207.** 如果你想擺脫惡念,就要實踐心靈的謙卑和肉體的苦行;而且要不分時段,而是在任何時候、任何地方、任何事上都如此行。

**208.** 凡自願在苦難中訓練自己的人,不會被不自主的思想所勝;凡不肯接受前者的人,則必然被後者奴役。

**209.** 當因為被人冒犯而令你內心同心頭都燃起忿怒時,唔好為自己潛藏住嘅情緒被激起而難過;反而要歡喜,將心裏湧現嘅念頭擱置一邊,因為你知道,當佢哋喺最初一動嗰陣就畀人消滅,嗰啲潛藏喺底層、通常會推動佢哋嘅邪惡,都會一併被剷除;但如果畀念頭生根、經常出現,邪惡通常就會趁機滋生。

**210.** 冇真心懺悔,就唔可能完全擺脫罪惡;而心靈嘅懺悔,係透過三種節制嚟達成,即係:節制睡眠、飲食同身體休息。因為對呢啲嘢嘅滿足,會滋生放縱,令惡念倍增,亦會令人唔願意禱告同盡應有嘅服從。

**211.**既然被揀選去帶領弟兄,就要堅守你嘅職責,唔好因為有人反對就對應該講或者命令嘅事保持沉默。 凡是他們聽從你,你因他們的品德而蒙受賞報;凡是他們不聽從,就寬恕他們,你因此而從那說*「饒恕人,就必蒙饒恕」* (路加福音6:37)*者*獲得同等(的賞報)。

**212.** 日常生活就好似一個市集。識做買賣嘅人就會有盈利,唔識嘅就會蝕本。

**213.** 如果有人由第一句開始就唔聽你講,就唔好用爭辯去強迫佢,而係要透過強調佢哋所拒絕嘅好處,吸引佢哋到你呢邊。因為對你嚟講, kindness 比佢哋嘅服從更有利。

**214.** 當一個人因不順服或其他方式自取滅亡,其敗壞影響到好多人,就唔應該再一味忍耐,*而要「不求自己的益處,只求眾人的益處,使他們得救」*(林前10:33)。因為公眾利益比私人利益更為重要。

**215.** 若有人犯咗任何罪,卻唔按罪行嘅輕重嚟憂傷,就好容易再次跌入同一條敵人嘅陷阱。

**216.** 就如母獅唔會友善咁接近小牛,同樣,厚面皮都唔會接受*「敬虔的憂愁」*(林後7:10)。

**217.**就好似綿羊唔會同狼配對去生小羊,一個心滿意足、安逸自足嘅心,都冇足夠嘅悲傷去孕育美德。

**218.** 除非先愛其所由來,否則無人能體會屬靈的憂傷和悲痛。

**219.** 敬畏神同責備會帶悲傷入夥,而自制同警醒就同悲傷和諧。

**220.** 凡靠聖經嘅誡命同勸告都未能令佢醒覺,就要用*「馬鞭同驢杖」*去驅趕佢(箴言 26:3)[56] ;如果佢連呢樣都唔接受,*就要用「口套同嚼環」去箍住佢嘅下巴*(詩篇 31:9)。

**221.** 輕易被小試探打倒的人,遲早會被更大的試探奴役;但輕視小試探的人,就算面對更大的試探,都會背叛主。

**222.** 唔好用責備去糾正嗰啲自誇自己美德嘅人,因為同一個人唔可能同時又鍾意炫耀自己,又鍾意真理。

**223.** 基督的每一句話都顯明上帝的憐憫、真理和智慧,並藉著聽見,將它們的能力注入甘心樂意聆聽者的靈魂裡。因此,那些不憐憫、不義的人,雖然勉強聽了他,卻不但不認識上帝的智慧,反而將教導智慧者釘在十字架上。 同樣,我哋都要檢視自己係咪甘願去聽佢。因為佢話:*「凡愛我嘅,就遵守我嘅命令;我父也必愛佢,我也要愛佢,向佢顯現。」*(約翰福音14:15、21) 你睇吓佢點樣將佢嘅顯現藏喺誡命入面?但係,所有誡命之中最全面嘅,就係要愛神同愛鄰舍,而呢種愛係喺思想嘅寂靜中,對一切物質事物保持超然之後先至會產生。

**224.** 主知道呢件事,就吩咐我哋話:*「唔好為 tomorrow 憂慮。」*(馬太福音 6:34)就應該係咁。因為,未放棄塵世同對塵世嘅掛慮,一個人點可以擺脫邪念? 但當一個人被念頭所勝,又如何能看見潛藏於念頭背後、那根本的罪惡──靈魂的黑暗與陰沉,以及一切邪惡念頭與慾望的源頭──當魔鬼以不強迫的誘惑指出那罪時, 而嗰個人,受虛榮同放縱驅使,就同佢勾結?就算事後反思佢冇下決心去行,但佢仍然享受嗰股衝動,並因此糾纏其中。 但如果佢唔識得認出呢個主要嘅罪,佢幾時同點樣先可以透過禱告得潔淨?唔經過潔淨,佢又點可以搵到一個純淨嘅本性嘅居所?(以西結書37:27) 既然未搵到呢樣嘢,佢又點能見到基督嘅內室?──按先知、福音同使徒嘅說話,我哋係神嘅殿(撒迦利亞書2:10、約翰福音14:23、哥林多前書3:16)。

**225.** 所以,我哋必須照上面所講嘅方法,努力去搵呢個屋,並且喺禱告中恆心,敲天國嘅門(馬太福音 7:7),好等主無論係喺呢度,定係喺我哋離世嗰陣,都為我哋開門,而唔會話,如果我哋重生嘅話:*「我唔知道你嚟自邊度」*(路加福音13:25)。我哋唔單止要祈求同領受,仲要保守所賜畀我哋嘅,因為有人即使領受咗之後都仍然失去咗佢。即使係後起之秀,都可能只係對以上所講嘅嘢有片面嘅認識,或者只係有啲隨便嘅體驗, 而年輕人;然而即使長老──虔誠且最有經驗者──都難以持續且耐心地實踐此道,他們往往因疏忽而失之,然後再透過刻意努力去尋回。因此,我們也應不懈地如此行,直到完全掌握此實踐,使之永遠留於我內。

**226.** 關於屬靈律法嘅眾多理由,我哋只係學到咗少數幾樣,呢啲係我哋必須無止境咁去學習同實踐;而偉大嘅詩篇作者就激勵嗰啲經常喺主耶穌裏面歌唱嘅人,願榮耀、能力同敬拜都歸畀佢,從今時直到永遠。阿門。

# 普托斯嘅阿爸優拉基略

[56] 騾唔係用鞭抽,而係用拴喺棍上嘅錐子刺佢哋嘅肋邊。

*關於阿爸優拉基修斯生平的資料*

據知,Pontus嘅Evagrius,一位隱修僧同住持,大約喺四世紀中期喺Pontus　Euxinus附近嘅Ivor鎮出世(聖Basil修道院就喺呢個鎮附近唔遠)。佢嘅血統或者才能吸引咗當時嶄露頭角嘅偉大聖徒注意:　大巴撒烈、涅撒勒大格列高利同神學家格列高利。喺佢哋嘅指導下,佢喺靈命同對主耶穌基督信仰同生命嘅理解上不斷成長。大巴撒烈任命佢做讀者;涅撒勒大格列高利按立佢做執事,並喺佢出席第二屆大公會議期間留佢喺君士坦丁堡。　某次因一件事危及到佢嘅清白,迫使佢離開君士坦丁堡。於是,佢喺耶路撒冷短暫停留後,就前往埃及,喺度過着苦行生活:先喺尼特里亞,然後喺修房,最後喺修院,都係喺當時啲偉大嘅大德嘅指導同團契下。　佢嘅門徒帕拉底烏斯,跟隨蘇格拉底,喺《讚頌詞》第七十三章寫道:「認為對基督嘅著名執事、使徒式生活嘅人──Evagrius嘅所作所為保持沉默係不公義,相反,認為將佢哋記錄成文係正確嘅,　為咗造就讀者同榮耀我哋救主嘅恩典,我先講佢點樣進入修道生活,同埋點樣按住佢嘅誓言努力耕耘,喺54歲嗰年喺曠野離世,正如聖經所言:*'佢喺短暫嘅時間內離世,完成咗佢嘅本分,因為佢嘅靈得主喜悅*'。　佢係Pontus伊福拉鎮人,係一位長老嘅仔;由該撒利亞主教聖巴西略喺阿爾戈斯教會為佢晉授讀者。　聖巴西略主教去世之後,尼薩的聖格列高利──聖巴西略主教的兄弟,一位已達使徒榮耀、最智慧、最超然且以學識聞名的主教──見到埃瓦格里俄斯的天賦,就按立他做執事。　後來,聖格列高略主教同佢一齊去咗君士坦丁堡大公會議,就留佢喺度,交畀聖主教內古略照顧,因為佢最叻駁斥各種異端。咁佢喺大城就出咗名,用言語英勇地克服晒所有異端。　後來,當佢擺脫咗呢個誘惑之後,自己同我哋講過,呢個人──喺成個城市都因為佢卓越嘅道德操守而備受尊重──竟然對一個女人產生咗強烈嘅愛慕之情。嗰個女人亦都愛佢,而且出身高貴。　以法流因為敬畏神,對自己良心感到慚愧,又想像到 的骯髒與異端分子幸災樂禍的快感,便誠心向神禱告,求神挫敗那婦人的意圖;因為她被慾望所燃,正努力想將他拉入罪中。他想與她保持距離,卻無法做到,被恩情枷鎖擒住。　喺佢用禱告阻止自己犯罪之後唔耐,佢喺異象中見到一位天使,身穿省長嘅盔甲;天使捉住佢,好似帶佢去審判庭咁,然後將佢扔入地牢,喺佢頸上套上鐵鏈,用鐵鍊捆住佢雙手。　嚟探佢嘅人冇同佢講被囚嘅原因,但佢自己良心受責備,以為係因為嗰件事先至會咁樣,又估計係嗰個女人嘅丈夫向法官舉報。再者,佢見到其他人都喺度因為同一件事被審訊。呢件事令佢完全一頭霧水,又好驚。　然後有位天使化身為佢其中一位至誠嘅朋友,嚟探佢。佢入嚟時,好震驚又好傷心,見到朋友要受呢啲可恥嘅監禁枷鎖,仲要同四十個罪犯關埋一齊,就對佢講:「德儀父!」　點解佢哋要將你同啲罪犯一齊關喺咁丟臉嘅地方?」佢答:「真係唔知,但我懷疑有個教區官因為瘋狂嘅嫉妒而向我檢舉,我又擔心城府可能收咗佢賄賂,我可能會受到嚴厲懲罰。」　以朋友身份出現嘅人對佢講:「如果你肯聽你朋友嘅話,我建議你離開呢個城市,因為我睇得出,留喺度對你唔好。」埃瓦格里奧斯對佢講:「如果上帝救我脫離呢場災難,之後你喺君士坦丁堡見到我,就等於要我受更大嘅懲罰。」　朋友對佢講:「如果係咁,我就去拎聖經嚟;你喺聖經上向我發誓,話你會離開呢座城,出家做和尚,我就會救你脫離呢場大難。」伊瓦格里烏斯就答:「我照你所講向你發誓,只係要你幫我擺脫呢場陰霾。」 之後,個朋友拎咗聖經嚟,要佢發誓。Evagrius喺聖經上向佢發誓,話佢唔會喺城入面留多過一日,淨係為咗將佢嘅所有財物搬上船。到此,異象就結束咗。　佢憂慮咁起身,心諗:「雖然嗰個誓係一時衝動講出嚟,但我始終都講咗。」所以,佢一秒都唔耽誤,即刻將所有家當搬上船,揚帆去咗耶路撒冷。到咗嗰度,佢穿上出家人嘅袈裟,由聖人羅馬人梅拉尼亞收留。　但係魔鬼再次蒙蔽佢心,令佢心志動搖到咁大程度,佢又再換返衫,心入面畀演講虛榮所勝。　但係保守我哋免於滅亡嘅上帝,喺呢度亦都將佢投入另一場災難,賜佢一場高燒,並透過持續六個月嘅嚴重病症,耗盡佢嘅身體,阻礙佢繼續行已開始嘅道路。　當醫生都放棄佢,搵唔到方法醫治佢時,聖善嘅梅拉尼亞對佢講:「我睇嚟你嘅病唔係普通病,我嘅仔;同我講,係咪有啲嘢壓住你嘅心?」佢就向佢招供晒喺君士坦丁堡發生嘅一切事。　聖女對佢講:「你喺神面前答我,你肯立志過修道生活,雖然我係罪人,但我會向上主禱告,求祂賜你繼續生命,好等你懺悔同改革你嘅心。」佢答咗之後,聖女就禱告,幾日內Evagrius就康復咗。　佢康復之後,嗰位聖女親手畀咗佢一套修道士袍,佢著咗之後就出發去咗埃及。喺涅特里安山住咗兩年之後,第三年佢就入咗沙漠。　佢喺所謂「小房」度過咗十四年,淨係食麵包同水,偶爾先食少少油,喺呢方面完全唔畀自己任何舒適。佢唔食青菜、唔食生果、唔食葡萄;唔飲酒,亦唔洗身。　呢位以前生活安逸嘅人,就咁折磨自己;但就算咁,誘惑都唔肯放過佢。有時,正如佢自己所講,慾望嘅魔鬼會猛烈攻擊佢;然後,喺嚴寒嘅冬天,佢會一整晚裸體坐喺一口井入面,直到全身麻痺。 有時,褻瀆聖靈嘅惡魔折磨佢,佢就唔會入屋簷底,自苦四十日。其實,佢受各種魔鬼嘅誘惑多到難以盡數,甚至畀魔鬼打到遍

體鱗傷。 但係,當佢用呢啲方法懲罰自己嘅身體,忍受住咁多試煉嘅時候,呢位蒙福者內心畀聖靈感動,淨化咗佢嘅心靈之後,就獲得咗洞察力同分辨靈體嘅能力。呢位基督嘅勇士喺佢離世之前同我哋講:「已經三年,肉慾冇再困擾過我。」 如果喺咁嚴謹嘅生活、咁疲勞嘅苦行同無休止嘅禱告警醒之後,善嘅仇敵同破壞嘅魔鬼都仲要咁猛烈咁攻擊呢位義人,咁無防備嘅人又點會唔會喺呢個污穢魔鬼嘅手下,或者因為自己嘅大意而受苦更多呢! 佢撰寫咗一百篇禱文,並寫咗三本書,分別係: *「hiera」* (或者叫 *「stihira」*,即以詩句或寓言形式嘅簡短說話)、 *「monahon」* (即「monk」,意指實用教導)同 *「antirritikon」* (「the struggle」),講述對抗魔鬼同情慾嘅戰爭。 喺蘇格拉底(第四卷第23章)入面,我哋仲發現埃瓦格里奧斯係埃及馬卡里奧斯同亞歷山大馬卡里奧斯嘅門徒,喺佢哋嘅指導下──佢之前只係名義上 ──先至學到實踐哲學。 佢由君士坦丁堡嚟到埃及,遇到咗上述嗰啲人,就開始效法佢哋嘅生活方式。以下,蘇格拉底用佢自己嘅話,講述咗兩段Evagrius嘅人生經歷,從中好明顯可以見到佢同大馬卡里烏斯嘅關係。 第一件事係阿爸馬卡里奧斯問伊瓦格里烏斯,人對侮辱嘅記憶同魔鬼對侮辱嘅記憶對靈魂有咩唔同;第二件事就係伊瓦格里烏斯到咗阿爸馬卡里奧斯嘅住處,因為喺烈日下行路攰到冇力,向佢要啲水,但俾人拒絕咗。 呢兩個記載都係佢喺寫畀阿納托利奧斯嘅信入面(第93同94章)。 後面,蘇格拉底又提到,喺Evagrius嘅書《諾斯底派》(*The Gnostic*)入面,佢寫到自己:「我哋由義人Gregory度學到,有四種美德同相應嘅概念:審慎、勇氣、節制同公義。」 呢個格列高利係邊個?據帕拉迪烏斯所講,係尼薩嘅格列高利;但據蘇格拉底所講,就係納西安瑟斯嘅格列高利,據講佢喺君士坦丁堡按立佢做執事。蘇格拉底會唔會將納西安瑟斯嘅格列高利同尼薩嘅格列高利搞混?帕拉迪烏斯本應更清楚事實。最後,我哋喺蘇格拉底嘅著作入面搵到以下記載。 奇異嘅阿蒙尼奧斯曾經同大聖亞他那修一齊喺羅馬,佢喺度只想要睇聖彼得同聖保祿大教堂。之後,亞歷山大嘅狄奧菲洛斯就揀佢做埃及嘅主教;佢為咗逃避,就割咗自己嘅右耳,想透過醜化自己嘅身體,嚟阻止佢被按立。 過咗一段時間,亞歷山大嘅主教狄奧菲洛任命伊瓦格里奧做主教;佢都走咗,但冇傷害自己身體。遇到阿蒙尼奧時,伊瓦格里奧溫柔咁對佢講:「你割耳真係錯咗;你遲早要向上帝交代。」 「你自己割掉舌頭,出於驕傲冇善用上帝賜畀你嘅恩典,難道唔要向神交代咩?」阿蒙尼奧斯回應。至於伊瓦格里奧斯嘅作品,蘇格拉底寫道:「佢寫咗幾本非常出色嘅書。」 其中一本題為《修士》,或《論活動》;另一本題為《諾斯底派》,或《致已得知識者》,分為五十章;第三本則為《反憤激論》 (*antirritikos*),又名《對抗誘惑者》,係一本從神聖經文中節錄出嚟、用嚟對抗誘惑魔鬼嘅著作,分做八部分,分別對應八大念頭。 此外,佢又編咗六百條關於未來嘅問題,仲寫咗兩本書,用詩體形式:一本係寫畀住喺共住修道院(即團體修道院)嘅修士,另一本係寫畀一位處女。呢啲書究竟有幾咁出色,就要畀讀者自己去發掘。 蘇佐門(第六卷第三十章)講到上述嘅阿蒙尼奧斯,話佢係「長袍」派僧侶之一,已經達到智慧嘅巔峰,學識淵博──連奧里根、底米烏斯同其他靈性作家嘅作品都讀晒──佢又補充道: 「智者伊瓦格里烏斯(Evagrius)係一位學識淵博、心口如一嘅人,尤其擅長分辨引向美德同引向邪惡嘅念頭,並能自我調適,專心培養前者、防範後者,佢係阿蒙尼烏斯嘅朋友。」 不過,佢嘅著作就會顯示佢係點樣嘅學者。據講佢嘅品格好中庸,幾乎冇咩虛榮或驕傲,既唔會因為應得嘅讚揚而自滿,亦唔會因為唔應得嘅責備而困擾。 佢好求學,跟隨納西安祖斯主教格里高利研讀聖經,當時格里高利係君士坦丁堡教會嘅 primas(首席主教),佢就做咗首席執事。佢樣貌端雅,又鍾意着得體面。 有位貴族見到佢同自己老婆識面,妒忌到發瘋,決定要殺佢。就喺陰謀快要得手嗰陣,上帝喺佢瞓覺嘅時候,畀佢做咗一個又恐怖又救贖嘅夢。」蘇索門冇再講其他值得注意嘅嘢。唔可以忽略嘅係,蘇索門記載嘅蘇格拉底,就同巴拉地烏斯喺邊個格里高利資助並影響咗埃瓦格里奧斯嘅教育呢點上意見唔同。巴拉地烏斯指嘅係尼薩嘅格里高利,而蘇索門就指嘅係納西安祖嘅格里高利。 可以咁樣調和佢哋嘅記載:歐格里修斯係由尼薩嘅格列高利按立做執事,但佢亦都受納西安祖嘅格列高利教導,並從佢嘅教誨中受益。當神學家格列高利被召去君士坦丁堡擔任宗主教時,尼薩嘅格列高利喺佢授權召開嘅大公會議上,連同歐格里修斯一齊到場。 喺呢度,Evagrius 可能喺 Nazianzen 底下做首席執事,會後又喺兩位 Gregory 嘅建議下留喺君士坦丁堡。蘇格拉底同 Sozomen 都有提到佢喺君士坦丁堡嗰陣嘅事,而 Palladius 就講述咗之前發生嘅事。 作為以弗拉吉烏斯嘅徒弟,帕拉迪烏斯更值得信賴,因為佢所記載嘅內容毫無疑問係直接聽自以弗拉吉烏斯本人。Patrologia(第40卷,第1215頁)將以弗拉吉烏斯嘅死期定喺399年。同一來源亦收錄咗對以弗拉吉烏斯著作嘅評論。 順帶一提,聖傑羅姆(Epist. 135 ad Ctesiph)寫道:「歐華吉奧的書不僅為東方的希臘人所讀,西方的拉丁人亦透過其門徒魯菲努斯所譯的版本閱讀。」 《教父學》收錄咗依瓦格里奧所有流傳下嚟嘅著作。當中最突出嘅,就係寫

畀阿納托利奧嗰*幾章關於積極生活嘅內容*。正如人哋可以估到,呢啲就係歷史學家所稱*《修士》*嗰本書嘅殘篇。《實踐論》( ) 之前,先有一封寫畀 Anatolius 嘅短信,做為引言。之後係 71 章嘅《實踐論》——關於苦行生活嘅教導。再之後,就係 100 章。不過,由於呢大部分章節都係之前提過嗰 71 章入面,所以呢度只會呈現冇喺嗰度出現過嘅章節文字。 總共有一百章。我哋亦會為佢命名:「致亞納托利奧斯之百章實踐生活論」。接住喺《聖教書》入面,跟住一篇文章,喺我哋嘅《多布羅托盧比》入面,標題更清晰:「修道生活範例,教導如何實踐苦行同保持緘默」。希臘文《多布羅托盧比》亦都係咁。 《Patrologia》嘅書名,就算用意譯都好難傳神。我哋就保留原本嘅書名。跟住有33章*《kat anoloythian》*(唔係《*kat* analogian》,係咪?);內容係講靈性喺可見事物入面嘅反映;另外有25章係按字母次序排列,呢啲係關於靈性嘅箴言。 後面附有另外26句格言,並無按字母順序排列。接住係一段關於八種惡念嘅章節,屬於古代著作 *《Antirritikon》*嘅一部分。最後,有啲簡短規則畀Kinuit修道士同處女。呢啲全部都喺呢度以譯文形式呈現。

## 隱士伊瓦格里奧斯嘅苦行指引

### *1. 論及積極生活之章,致亞納托利奧*

我最親愛嘅兄弟亞納托利,你之前由聖山(大概係尼特里亞山)寫信畀我喺我嘅隱修院,叫我同你講解埃及修道服嘅象徵意義,你相信佢同其他所有人類服飾咁大分別,肯定有其深意。 我好樂意同你講返我自聖父輩度學到嘅嘢。kukulli係我哋救主上帝恩典嘅象徵,佢覆喺修士心上,用佢嘅遮蓋保護佢哋喺基督裏面嘅童真,免受嗰啲不停想打擊同傷害佢哋嘅人。 凡以堅定而活潑嘅信心戴喺頭上嘅人,都會唱道:「若非主建造房屋,看守城邑,匠人勞碌,守夜人警醒都係徒然。」(詩篇126:1) 呢啲呼聲令佢哋謙卑,根除驕傲——嗰種將路西法、曙光之子打落凡間嘅古老邪惡。佢哋雙手空空[57] ,顯示佢哋生命嘅真誠。 因為虛榮知道點樣偽裝自己,並投射美德嘅陰影,永遠向人追求榮耀,同時驅走信心,正如救主所講:*「你哋彼此得榮耀,卻唔尋求那獨一真神所賜嘅榮耀,你哋點可以信得着呢?」*(約翰福音5:44)。行善唔可以為咗其他嘢;相反,其他嘢都要為咗行善而存在。如果唔承認呢點,就會好明顯,推動我哋行善嘅嘢,對我哋嚟講比行善本身更加寶貴,而呢種荒謬至極——竟然有人想像有嘢高過上帝,仲用呢種口吻講嘢。 纏繞喺佢哋肩膊上交叉成十字形嘅analav(我哋嘅paraman),係對基督信仰嘅象徵。基督會接納(αναλαμβάνεσης)謙卑人,永遠移除障礙,確保我哋嘅行動無阻無礙。 束住腰的腰帶驅走一切不潔,宣告:「人若不親近妻子,就好了。」(林前7:1)。 佢哋有恩典,因為*佢哋「常在身上帶着主耶穌的死」*(林後4:10),制服一切不合理嘅肉體情慾,透過行善根除靈魂中嘅惡,並且愛慕貧窮,遠避那當作偶像嘅貪財之罪。 杖係生命樹,凡拎起佢、靠住佢嘅人,都要喺基督裏面得堅立。簡而言之,呢幅圖式就係呢啲象徵!當為佢哋披上呢幅圖式時,聖父長老哋總會對佢哋講呢番說話: 「孩子們!敬畏上帝堅固信心,而自制又堅固敬畏上帝;這些都因忍耐和盼望而得以堅定,從中產生無情欲;無情欲的果實是愛,而愛是通往身體知識的大門,引向神學與至高無上的喜樂。」 而家,關於聖潔嘅長老服同長老嘅教誨,暫且講到呢度就夠。依家,我哋講下實踐生活同靜修生活——唔只係我哋喺長老身上見到同聽佢哋講過嘅嘢,仲有佢哋吩咐我哋要傳畀其他人嘅嘢,將屬於實踐生活嘅內容分做一百章,而屬於靜修生活嘅就分做六百五十章, 有啲嘢要隱藏,有啲嘢要遮掩,免得將聖潔嘅嘢丟畀狗,或者將珍珠丟畀豬(馬太福音7:6),但對於跟隨佢哋腳蹤行同一條路嘅人嚟講,呢一切都好明顯。

**1.** 基督教係我哋救主耶穌基督嘅教義(*dogma*),結合咗生命、事物嘅知識,同對神嘅認識。

**2.** 天國係透過對「祂存在者」嘅真知識,令靈魂脫離情欲。

**3.** 神嘅國度就係對至聖三一嘅認識,佢會隨住心靈嘅狀態而擴展,並以無盡嘅喜樂生命去充實佢。

**4.** 凡愛慕某物者,自然渴求之;所欲愈多,愈奮力追求。每種快樂之前,都有慾望;而慾望則由感覺所生。凡未受感覺觸動者,皆無情慾。

**5.** 魔鬼本身會親自同隱士交戰,但對喺修道院或團體中過著美德生活嘅人,佢哋就煽動最疏忽嘅弟兄去對付佢哋。但後者嘅鬥爭遠比前者容易,因為喺世上搵唔到比魔鬼更邪惡、或集所有惡意於一身嘅人。

[57] Cassian 寫道,佢哋嘅衣袖只到肘位。

**6.** 飄忽不定的心,可藉讀經、通宵祈禱及禱告來安定;熊熊的慾望,可藉禁食、勞作及苦行來熄滅;洶湧的怒氣,可藉詩篇吟唱、寬宏與仁慈來平息。這些方法只有在適時且適量地實踐時,才能發揮作用。 凡事不合時宜或過量,都短暫(不穩定),而短暫嘅事多害少益。

**7.**當靈魂渴望各式美食時,就用麵包和水滿足它,使它在得到一小塊薄薄的麵包時都能心存感恩。因為飽足時想要多樣化食物,而飢餓時就算只得麵包都視為至福[58] 。

**8.** 缺水對節制身體有莫大幫助。就讓同基甸一齊打敗米甸嘅三百以色列人去證明畀你睇啦。

**9.**就好似生命同死亡唔可能喺一個人身上同時存在,同樣道理,愛同金錢都唔可能同時存在喺任何人身上。愛唔單止耗盡金錢,仲犧牲咗我哋短暫嘅生命。

**10.** 追求塵世享樂,就如一座令憂愁魔鬼難以攻破的堅固高塔。因為憂愁,就係當下或預期中快樂的剝奪。──只要我哋仍然執著於任何塵世之物,就無法擺脫呢個敵人。 wherever he sees us to be most attached.

**11.** 憤怒同仇恨會令心入面嘅煩躁倍增,而慈愛同溫柔就會熄滅佢。

**12.** 唔好等太陽落山時我哋仲喺度生氣,免得啲魔鬼趁夜攻擊,嚇怕我哋嘅靈魂,令我哋第二日嘅鬥爭更加膽怯。 憤怒爆發後通常會出現可怕嘅惡夢,而冇嘢比焦慮嘅憤怒更能令我哋嘅心放棄抵抗。

**13.** 無論因為乜嘢,我哋靈魂入面嗰個易激動嘅部分一旦動盪,啲魔鬼就會建議我哋去獨處,話咁樣可以消除困擾,但其實係想令我哋擺脫唔到混亂。[59] 但係當慾望燃起嗰陣,佢哋就想令我哋變得好社交,留喺人群入面,仲話我哋退縮係殘酷同野蠻,好叫我哋對住肉體動心,就可以喺社會度遇到更多身體。我哋唔可以信佢哋,反而要同佢哋建議嘅做法完全相反。

**14.** 唔好畀自己沉迷喺憤怒嘅念頭入面,喺心裏同令你傷心嘅人打仗;亦唔好—再次—沉迷喺慾望嘅念頭,長時間停留喺感官幻想上。前者令靈魂昏暗,後者助長激情;兩者都玷污心智, 而當你禱告時,卻用充滿激情嘅畫面填滿你嘅想像,好似拜偶像咁,冇向神獻上純潔嘅禱告,你就會即刻淪為絕望嘅魔鬼嘅獵物。呢隻魔鬼通常會喺呢種狀態下攻擊,就好似隻狗咁,將靈魂當作腐肉搶走。

**15.** 憤怒本性上就係用嚟對付魔鬼,同埋對抗一切罪惡嘅快感。 所以,天使喺我哋心入面激起屬靈嘅喜樂,畀我哋嘗到嗰份福樂,令我哋將怒氣對準魔鬼;相反,魔鬼就引誘我哋去追求世俗嘅慾望,逼我哋用怒氣去對付人,違背我哋嘅本性,好叫心思紊亂、失喪理智,變成美德嘅背叛者。

**16.** 小心,喺你發脾氣嘅時候,唔好趕走任何弟兄。因為呢件事,你一生都擺脫唔到憂鬱嘅魔鬼,佢會喺你禱告嘅時候,永遠用呢件事嚟絆倒你。

**17.** 怨恨可以用禮物消除。讓雅各喺你面前證明呢點,因為佢用禮物安撫咗以掃,即使以掃帶住四百人嚟見佢嗰陣(創世記32:6,33:1)。但係我哋呢班窮人,就可以用一餐飯嚟滿足呢個需要(即係用禮物嚟代替)。

**18.** 當你畀絕望嘅惡魔攻擊嘅時候,就將你嘅靈魂分做兩半,一半做安慰者,一半做被安慰者,喺自己心裏面種下美好嘅盼望,唱大衛以下嗰幾句詩:*「我嘅靈魂,你點解沮喪呢?」 「我心啊,你為乜嘢憂愁呢?」 「要信靠上帝,因為我要向祂認罪;祂係我面容嘅拯救,亦係我嘅神。」*(詩篇41:6)

**19.** 當受誘惑時,不可藉口虔誠而離開自己的寮房,必須留 inside 並堅持,勇敢地面對所有襲擊者,尤其要對抗絕望的魔鬼,因為它實在是所有魔鬼中最可悲哀的,卻又最能令靈魂獲得經驗。 如果一個人逃避或者閃避呢場鬥爭,心靈就會繼續幼稚、膽怯,而且一遇到挑戰就想逃走。

**20.** 要避開虛榮嘅念頭好難,因為你點樣趕走佢,都只會令新一波嘅虛榮開始。不過,唔係我哋所有正直嘅念頭都會畀魔鬼反對;其實,呢啲邪惡嘅生物反而偏愛其中一啲,目的就係想嚇我哋。

**21.** 凡是觸及知識並嘗過其甘甜者,即使虛榮之魔向他提供世上所有享樂,也不會再信任它。因為它还能许下什么,胜過靈性思辨呢?但在我们未曾尝到知识之前,就让我们勤恳地过着积极服侍的生活,向神宣明我们的志向,使我们所作的一切,都为了祂的认识。

**22.** 諗下你以前嘅生活同埋過往嘅罪,諗下當你仲係個充滿慾望嘅人時,點樣走入咗一條唔放縱慾望嘅路,又點樣再次退離世界,而嗰個世界喺好多方面都經常令你深感卑微。 亦要反思喺曠野保護你、趕走向你咬牙切齒嘅魔鬼嗰位。呢啲反思會令你謙卑,亦防止驕傲嘅魔鬼趁機入侵。

---

[58] 呢章節引用自聖約翰·克里馬庫斯《梯級》第十四級第十二章。

[59] 咁樣,喺我哋克服悲傷嘅同時,都唔會喺同人相處時麻木我哋嘅義憤同憤怒。

**23.** 凡我們以熱誠去回憶的事,最初都係以熱誠喺現實中感知;同樣,凡喺現實中以熱誠感知嘅事,日後都會以熱誠去回憶。對於已經征服咗煽動情慾嘅魔鬼嘅人嚟講,佢哋用嚟煽動情慾嘅事物而家已經冇價值。因為屬靈嘅戰士比屬肉體嘅戰士更強大。

**24.** 靈魂嘅情慾動力(即佢哋嘅活動)來自人,而身體嘅情慾動力則來自身體。身體情慾嘅活動靠自我節制去約束,靈魂情慾嘅活動則靠靈性嘅愛去約束。

**25.** 掌管靈魂情慾嘅惡魔會頑梗到死都唔放手,折磨住靈魂;但係掌管身體情慾嘅惡魔就走得快啲。而且,有啲惡魔好似日出日落,只影響靈魂嘅某一部分;而正午嗰個惡魔通常會吞沒成個靈魂,壓倒理性。 情慾平息之後,隱士嘅生活點解咁甜美?因為到時淨係得返對佢哋嘅淡淡回憶;至於嗰場掙扎,留低嘅唔係掙扎本身,而係對掙扎嘅反思。

**26.** 值得考慮係咪係思想令情欲啟動,定係情欲令思想啟動。有人認為係前者,亦有人認為係後者。通常,情欲係由感官啟動;但當一個人擁有愛同自制,佢哋就唔會動,相反,如果欠缺呢啲,就會動。憤怒需要比慾望更強的補救方法,而愛 precisely 因為它是憤怒的繮勒,所以被稱為偉大。當摩西列出可食與不可食之物時,就象徵性地稱之為「ophiochom」(蛇敵)(利未記11:22)。

**27.** 由於魔鬼的惡意眾所周知且永無休止,靈魂一旦察覺到它們的接近,就會對它們灌輸的思想勃然大怒,並以採取攻勢者的激情感(即憤怒)來保護自己。

**28.** 未必時時都可以跟從常規,但要留意當時情況,盡量喺可行範圍內做好嘢。就連魔鬼自己都唔知道呢條時機之法。因為佢哋雖然成日都對住我哋充滿敵意,但又阻住我哋做啲可能做到嘅事,同時又逼我哋去做啲根本做唔到嘅事。 因此,佢哋勸病人唔好為所受嘅苦難感謝上帝,亦唔好以寬大嘅心胸包容照顧佢哋嘅人;佢哋令虛弱者走向最嚴謹嘅禁慾,又逼迫因年紀或勞作而疲憊嘅人企住唱詩篇。

**29.** 當迫於需要,我們必須短暫停留在一座城鎮或村莊時,與平信徒打交道時,就應嚴守自律,免得我們的心變得自滿,好似放鬆了警惕, ,並拋棄了平時該有的警覺,做出魯莽之事,被魔鬼驅使而逃跑。

**30.** 受試探時,未先對試探者說幾句充滿憤怒的話,就不可開始禱告。因為當靈魂被惡念玷污,禱告就無法純潔。 但如果你對佢哋講啲嬲嘅說話,就會令對手混亂,並摧毀佢哋嘅建議。嬲通常都會對好嘅諗法有同樣嘅影響。

**31.** 凡欲試探惡魔,並習得識破其奸計之技巧者, 要觀察佢哋嘅心思,留意魔鬼喺邊度堅持、邊度退讓;喺咩情況同咩時候邊個特別活躍;邊個跟住邊個;邊個又同邊個唔夾;然後向主基督尋求解決呢一切嘅辦法。 惡魔對嗰啲有真明白而積極修習美德、並將一切公諸於光嘅人非常憤怒,佢哋渴望*「喺黑暗中射殺心存正直者」*(詩篇10:3)。

**32.** 在這觀察中,你會發現有兩種魔鬼極其迅速,幾乎快過我們心思的運行──即淫亂的魔鬼和引誘我們說褻瀆話的魔鬼。但後者短暫,而前者只要不激起慾望的念頭,就不會阻止我們在認識神方面的進展。

**33.** 只有那將二者結合起來者,才能分開身體與靈魂;然而,一個致力於美德(即苦行)的人卻能使靈魂與身體分離。因為我們的先賢稱苦行為對死亡的紀念,以及從身體的逃離(即,不讓肉體放縱於慾望)。

**34.** 凡大肆養育肉體,並將照顧推至淫欲程度(羅馬書13:14)的人,對自己毫無益處;他們以後要自責,而不可責怪她。 相反,凡靠住呢個肉身,並盡最大努力(正正透過佢),達到屬靈冷靜,然後專心敬拜那本體者,就承認造物主(祂賜咗呢個肉身畀我哋)嘅恩典。

**35.**當心靈開始可以無阻擾咁祈禱,嗰陣,晝夜嘅掙扎就只剩低同靈魂嗰個易受刺激嘅部分作鬥爭。

**36.** 無情欲嘅徵兆係當心開始見到自己嘅光,對似夢似幻嘅遐想感到心平氣和,並且能夠輕易(而且正確)咁明白事物。

**37.** 當祈禱時,心無任何塵世想像,就表示它已變得強大。

**38.** 靠住上帝嘅幫助,當心靈完成咗積極生活嘅旅程,並達到冥想境界時,佢對靈魂非理性部分嘅衝動幾乎冇乜感覺,甚至完全冇感覺。冥想令佢超越悲傷,同感官慾望分開。

**39.** 使人無情嘅,唔係嗰個唔會畀事物吸引嘅靈魂,而係嗰個就算諗起佢哋都唔會動搖嘅靈魂。

**40.** 嚴格嚟講,唔會話完美嘅人「節制」,亦唔會話無情欲嘅人「忍耐」,因為忍耐係屬於受苦者,而節制則屬於受慾望驅動者。

**41.** 無所牽掛咁祈禱已經係一項大成就,但係無所牽掛咁唱歌,就更加難。

**42.** 已經在自己裡面建立美德,並且完全由美德統治的人,就不再記得律法、誡命或刑罰,而會自然而然地按照他那穩固而高尚的品格所啟發的去言行。

**43.** 魔鬼嘅歌會煽起我哋嘅慾望,將靈魂拖入可恥嘅幻想;相反,詩篇、聖詩同屬靈嘅歌,就永遠引領心思念住美德,同時又平息怒火,又撲滅慾望。

**44.** 就好似打仗嗰陣要出拳、亦會畀人打返一樣,與我哋為敵嘅魔鬼亦都係咁:佢哋打我哋嘅同時,自然都會畀我哋打返。 *「我要打倒佢哋,佢哋就再起唔到身啦。」* (詩篇17:39) 又有一句:*「侮辱我同我仇敵嘅人,都俾人制勝,跌倒落地。」* (詩篇26:2)

**45.** 智慧與安寧同行,而謹慎則與勤勞同行。 冇經過掙扎就得唔到智慧,同樣冇謹慎都唔可能成功進行嗰場掙扎。謹慎嘅責任就係抵抗魔鬼激起嘅憤怒,同時迫使靈魂嘅能力按其本性運作,從而為通往智慧嘅道路鋪路。

**46.** 修道者嘅誘惑係一個思想,佢由靈魂嘅激情部分入嚟,令心智變得模糊。

**47.** 僧侶嘅罪孽,就係心識畀禁止嘅罪惡慾望默許。

**48.** 天使見罪惡減少就歡喜,魔鬼見德行減少就歡喜。因為前者係憐憫同慈愛嘅使者,後者係忿怒同仇恨嘅奴僕。 前者靠近我哋,令我哋充滿靈性嘅沉思;而後者靠近時,卻令靈魂陷入可恥嘅幻想。

**49.** 美德唔會阻止魔鬼對我哋嘅攻擊,但佢哋會令我哋喺攻擊中安然無恙。

**50.** 積極嘅生活(實踐美德)係淨化靈魂激情部分嘅靈性方法。

**51.** 要完全醫治靈魂嘅功能,淨係照誡命做好事係唔夠嘅,除非同時保持適當嘅靈性思索。

**52.** 就如我哋無法抗拒天使灌輸畀我哋嘅善念,同樣可以驅逐魔鬼灌輸畀我哋嘅惡念。前者帶來心靈嘅平靜,後者則帶來動盪。

**53.** 無情慾嘅源頭係愛;無情慾又係積極人生嘅花朵,而積極人生就係遵守誡命。守住呢種遵守誡命嘅係對上帝嘅敬畏,敬畏係真信心嘅果實;不過,信心係靈魂內在嘅美德,通常連未信上帝嘅人都有。

**54.**就好似靈魂透過身體去行動,能夠感覺邊個肢體虛弱;心靈透過自己嘅活動,就能夠認出自己嘅強項,並且留意邊樣嘢因為自己嘅敗壞而阻礙到自己,就會去搵嗰條可以醫治佢嘅誡命。

**55.** 心靈在激戰中,無法洞悉敵人的詭計;因為在這種情況下,就好比在夜裡(黑暗中)作戰。但當它達到無情欲境界後,便能輕易洞悉敵人的詭計。

**56.** 積極人生嘅最終目標係愛,而知識嘅終點係神學。 但係,兩者嘅開始都係信心同對事物嘅思索。嗰啲喺靈魂激情部分獵食嘅惡魔,就叫做積極生活嘅對手;而嗰啲攻擊思考本身力量嘅,就叫做一切真理嘅敵人,同埋思索嘅對手。

**57.** 任何淨化身體嘅嘢,淨化完之後都唔會留喺人身上;但美德一旦淨化咗靈魂,就會連同已經淨化咗嘅靈魂本身,永遠留喺入面。

**58.** 理性靈魂按照其本性行事,當其欲求部分追求美德、衝動部分為此努力、而思維部分則專注於本體的觀照。

**59.** 喺實踐生活方面出類拔萃嘅人,會減少情欲;而喺思辨方面出類拔萃嘅人,就會減少無知。至於情欲,就話佢永遠都唔會完全根除;至於無知,就話佢會部分結束,但唔會全部結束。

**60.** 人生中所遇到嘅好事同壞事,都可以同時助長美德同助長惡行。謹慎嘅職責,就係利用呢啲事去培養美德,並防止惡行。

**61.** 根據我哋嘅智者(即尼薩嘅格列高利)所講,靈魂係三部分。當美德居於理性部分,就叫做審慎(phronesis), 洞察力(synesis)同智慧(sofia);當美德住喺意志部分,就叫節制、愛同自制;當住喺情感部分,就叫勇氣同耐性;而當美德滲透成個靈魂,就叫公義。 審慎嘅功能係對抗反對我哋嘅勢力、保護美德、驅走惡習,並根據情況處理中立嘅事物。洞察力嘅功能係以適當方式安排一切有助我哋達到目標嘅事物,而智慧嘅功能就係從各方面去思索有形同無形嘅事物。 節制的功用,是對通常會激起我們不理性夢境和慾望的事物,保持冷靜的觀照; 愛的功用,就係要我哋對每個承載神之形象嘅人,都以同樣對最初形象嘅態度去對待,就算魔鬼想喺我哋眼中貶低其他人;節制嘅功用,就係要我哋歡喜喀喀咁拒絕一切令味蕾愉快嘅事物。 忍耐同勇氣嘅任務就係唔驚自己嘅仇敵,並且甘願承受各種艱難。公義嘅任務就係令靈魂嘅各部分和諧一致。

**62.** 播種的果效是收成,而德行的果效是知識。正如眼淚伴隨播種,喜樂就伴隨收割(詩篇125:6)。

**63.** 人若不留心醫治性情中貪婪同易怒嘅部分,就唔能夠擺脫激情嘅回憶;前者要透過禁食、守夜同臥地,後者要透過忍耐、饒恕同施捨去制服。 幾乎所有魔鬼的念頭都源於這兩種激情,將心思 plung 入各種麻煩與毀滅。但若不為那些經常藉此攻擊我們的人(即魔鬼),徹底蔑視食物、飲品、財富、榮耀,甚至自己身體,就無法擺脫這些激情。 所以,我哋絕對要效法嗰啲海上遇險嘅人,佢哋因為風勢勁大同巨浪滔天,就將自己嘅財物拋落海。不過,喺咁做嘅時候,我哋要好小心,唔好淨係想畀人睇到先咁做。 因為咁樣做,我哋會失去賞賜,並經歷一場比之前更痛苦嘅船難,當虛榮嘅魔鬼向我哋吹起佢嘅風時。 正因如此,我哋嘅主喺福音書入面教導我哋嘅統治者──心智──話:*「小心,唔好喺人前行你嘅施捨,為咗畀人看見;否則,你喺天上嘅父嗰度冇賞賜。」*(馬太福音6:1) 又再咁講:*「你哋禱告嘅時候,唔好似假冒為善嗰啲人,佢哋鍾意企喺市集同街口禱告,好畀人見到;我實在同你哋講,佢哋已經攞晒佢哋嘅賞賜。」*(第5節) 又祂說:*「但你禁食的時候,要梳頭整容,不可容貌憔悴,好叫人看見你禁食;你禁食的賞賜,有你喺天之父,就夠咗。」*(16節) 但係而家聽吓呢位靈魂醫生,佢點樣透過施捨醫治急躁、透過禱告潔淨心思、透過禁慾克制慾望;由呢啲就造就咗新人都,按造物主嘅形象更新(西3: 10–11),在他裡面,因着無情欲,*「並不分男女;也不分希臘人或猶太人,受割禮的或未受割禮的,化外人或希臘化的人,奴僕或自由人,凡人都同有一樣,基督乃是萬有,並且充滿萬有。」*(加3:28)。

**64.** 污穢的思想,因我們的慾望而根植於我們心中,使心思意念陷入徹底的毀滅和滅亡。 就好似因為肚餓,餓嘅人就會根深蒂固咁諗住要食麵包;因為口渴,渴嘅人就會根深蒂固咁諗住要飲水;同樣,因為貪錢,就會根深蒂固咁諗住要錢同其他財物;因為慾望,就會根深蒂固咁諗住要羞恥嘅念頭。 同樣地,我哋對虛榮同其他類似事物嘅執著,都可以咁樣解釋。一個沉溺於呢啲思想、畀佢哋淹沒嘅心,根本唔可能站喺上帝面前,攞到公義嘅冠冕。 正正就係因為呢啲念頭,先令到上述嗰個三重心靈被掠奪,而根據福音嘅比喻,佢拒絕咗神嘅筵席。同樣地,嗰個被捆綁手腳、扔入極大黑暗之中嘅人,佢身上着住嘅就係由呢啲念頭編織而成嘅外袍,而邀請者就認為佢唔配得呢頓婚筵。 婚禮的禮服,就如理性靈魂拋棄塵世慾望後所展現的無情。至於為何當感官之念根深蒂固時,會腐蝕知識,這將在有關祈禱的章節中討論。

**65.** 一個魔鬼嘅念頭會畀三種思想對抗,當佢喺心入面紮根嗰陣,就會將佢斬斷:天使嘅思想;我哋自己嘅思想,係由我哋自由意志向善而產生;仲有一種我哋自己嘅思想,係由人性 prompted,就連異教徒都會因為呢種思想去愛佢哋嘅仔女同敬重佢哋嘅父母。 然而,一個善念卻只受到兩種念頭的阻撓:魔鬼的念頭,以及來自我們自由意志誤入邪途的念頭。因為沒有任何邪惡的念頭源自我們的本性:從一開始我們就不是邪惡的,因為主在祂的田裡播種了良善的種子。 曾經有段時間冇惡,將來亦會有段時間冇惡。美德嘅種子係抹唔去嘅。我因福音入面嗰個財主所說服,就算佢被判入地獄,都對佢兄弟施恩憐憫;而憐憫就係美德最美好嘅種子。

**66.** 有啲污穢嘅魔鬼成日潛伏喺讀經嘅人身邊,諗盡辦法分散佢哋嘅注意力,令佢哋走偏。 佢哋經常趁機利用聖經本身,引誘人哋陷入邪念;有時會令到人唔跟平時習慣咁打呵欠,或者令人瞓得好沉,完全唔似平時嗰種瞓法。我自己都試過,但雖然經常遇到,都未完全明白原因。 但係我聽聖馬卡里奧講,唔合時嘅打哈欠同瞓覺都係魔鬼搞嘅;佢做為證明,就引用咗一個古老嘅傳統,話打哈欠嗰陣要喺自己嘴脣畫十字。 我哋之所以要受呢啲,就係因為讀書嗰陣,我哋冇保持清醒嘅專注,亦唔記得自己正喺讀活神嘅聖言。

**67.** 喺魔界入面,有時候會出現傳承同交接嘅情況:有啲魔喺戰鬥中變得疲憊,但仍然成功點燃咗佢哋所熱愛嘅激情。觀察到呢點,我發現以下內容: 當某種慾望嘅念頭長期罕有出現,然後突然之間無預警咁燃起,雖然我哋並無因疏忽而畀到任何誘因,就要知道,有個比之前更邪惡嘅魔鬼已經掌控咗我哋,取代咗離去嗰個,並用佢嘅邪惡充滿咗嗰個位置。 見到呢個,心思意念要投靠主,戴上救恩的頭盔,披上義的鎧甲,執起靈刀,擎起信心的盾牌(以弗所書6:14–17),並以淚眼望向天,說: 主耶穌基督啊,*'我救恩的能力'*(詩篇139:8)。*'求你側耳聽我,快救我;求你作我的保障,作我的避難所,好救我'*(詩篇30:3)。 特別要透過禁食和守夜,令到佢嘅寶劍閃閃發亮。之後,即使佢仲要受苦一段時間,畀惡者嘅烈火飛箭圍攻同射擊,但最終,呢個魔鬼都會好似之前嗰個一樣,慢慢平息落嚟,直到有另一個更加邪惡嘅嚟接替佢。

**68.** 污穢的思想往往會紮根並蔓延到許多事物;它們跨越浩瀚大海,也不畏長途跋涉,被熊熊的慾望所驅使。 但當佢哋稍為被淨化,就會比呢啲(無法無天嘅)更加收斂,因為佢哋慾望薄弱,所以唔能夠喺好多嘢度廣泛蔓延。正因如此,佢哋大多都喺自然嘅範圍內活動,就好似智慧嘅所羅門所講,喺某啲時候佢哋會嘲笑 (箴言 7:12),去撈蘆葦去偷閒(出埃及記 5:12、7),卻唔去碰稗草。所以,人要全心全意守住自己嘅心,*好似「由陷阱中救出嘅小鹿,又好似由網中逃脫嘅雀鳥」*咁(箴言 6:5)。 因為要潔淨一個污穢嘅靈魂,總比要醫治一個已經被潔淨過、但又再次被傷痕覆蓋嘅靈魂容易得多,因為憂鬱嘅魔鬼豎起咗更強烈嘅障礙,佢不斷跳入眼簾,喺禱告嘅時候,暴露罪惡慾望嘅偶像。

**69.** 基督透過默想所有時代(即過去、現在,尤以將來為最),喚醒因罪惡而麻木不仁的理性本性,使之歸向悔改;而祂的父則藉著對神的認識,使這靈魂──正經歷基督之死、罪之死──得以重生。 呢段經文就係使徒所講:*「若我們同祂一齊死,也必同祂一齊生」*(提後2:11)嘅意思。

**70.**當心靈脫去舊人,著上那屬恩典的,喺禱告中,就會見到自己嘅狀態,好似藍寶石或者天色:聖經所稱嘅「神之地」,就好似眾長老喺西奈山所見到嗰樣(出埃及記24:10)。

**71.** 心靈若不超越一切物質與受造之物的思念,就不會覺察到神所在之地;然而,除非它拋棄那些令其繫於感官事物並引發相關思念的激情,否則它無法超越這些思念。 佢會透過美德去拋棄呢啲情欲,透過靈性默想去拋棄簡單嘅念頭;但當喺祈禱中賜予神之居所印象嗰道光顯現嗰陣,佢連呢啲都會擱置一邊。

## *2. 隱士伊瓦格里奧論積極生活:一百章*

**1.** 我哋嘅聖潔同最有經驗嘅導師話:和尚應該喺心入面準備好,好似聽日就要死咁;但對付自己嘅身體,就要好似要活好多年咁。 因為,佢話,呢樣嘢可以斬斷絕望嘅念頭,令修士最為熱誠;同時又令身體保持健康,迫使佢時刻克制自己。

**2.** 我學到,幾乎所有魔都追逐嘅虛榮魔,佢厚面皮咁企喺追佢嗰啲人嘅屍體上,喺比丘面前大肆吹噓佢嘅高尚品德[60] 。

**3.** 人要分辨魔鬼之間嘅分別,同埋識得佢哋出現嘅時機。由我哋嘅思想(同埋思想所引致嘅行為),我哋就可以知道邊啲魔鬼罕見但勁惡,邊啲持續出現但較溫和,又邊啲會突然撲出嚟,將心思引到褻瀆嘅境地。 我哋亦要保持警惕,當思想開始轉移焦點,喺我哋尚未從平時嘅狀態中脫離之前,就要設法對佢哋講啲話,並分辨喺當中係邊個出現。因為咁樣,有咗上帝嘅幫助,我哋自己就會成功,並令佢哋滿懷悲傷咁飛走,對我哋感到驚訝。

**4.** 當佢哋同修士纏鬥嗰陣,魔鬼感到疲倦,就會稍為退後,觀察呢段時間內邊個美德會被忽略;然後佢哋就由嗰邊突然發動攻擊,掠奪可憐嘅靈魂。

**5.** 惡魔有時會呼喚比自己更邪惡的魔鬼前來幫手,並策劃計謀,互相開戰,卻仍抱持同一目的──摧毀靈魂。

**6.** 願盜取人心,令我哋陷入褻瀆同最敗壞想像(我連寫出都覺得羞愧)嘅魔鬼,唔好令我哋跌倒,亦唔好窒息我哋嘅義憤熱誠。 掌管人心嘅神知道,就算我哋身處世上,都冇屈服於呢種瘋狂。呢個魔鬼嘅目標就係令我哋停止禱告,好讓我哋喺我哋嘅主上帝面前,冇膽量向祂舉手,因為我哋曾對祂懷有呢啲念頭。

**7.** 情慾在心靈中運作的跡象,或是一句言語,或是一個身體的動作;從這些,我們的仇敵就能分辨,我們是否暗藏他們的心思意念而受其苦,或者我們已經棄絕它們,並為自己的得救而憂慮。 只有造我哋嘅神,祂知道萬物本相,唔需要任何可見嘅跡象,就能洞悉人心深處所藏。

**8.** 魔鬼對平信徒多數透過物質本身作戰,但對和尚則多數透過思想作戰,因為佢哋喺曠野冇物質possessions。但由於以思想犯罪比以行動犯罪容易同快捷,所以心靈嘅爭戰比物質嘅爭戰更為激烈。心思極其迅速,難以控制,容易生出罪惡嘅幻想。

**9.** 我哋冇被命令要不停地勞作、要熬夜(唔瞓覺)或者禁食(唔食嘢),但律法有規定要不斷禱告。因為嗰啲用嚟治癒靈魂慾望部分嘅苦行,本身就要靠身體先可以進行;但如果身體冇得補充糧食,就捱唔住不停嘅勞作同摒擠。 但係禱告可以淨化同強化心思去打仗;心思就算冇咗呢個身體都可以禱告,並且為咗捍衛靈魂所有能力而同魔鬼作戰。

---

[60] 或者,一旦所有魔鬼都被驅逐並擊敗,人就會踩在被擊敗者嘅屍體上,如此類推。

**10.** 當那與靈魂情慾部分為敵的魔鬼,在我們睡夢中,以與熟人相遇、與親人同席、眾多女子以及其他類似之事──正是一切通常餵養情慾的事物──來引誘我們,而我們又為此所迷,這就表示我們在自身這部分正受懲罰,而這股激情在我們裡面是強烈的。　但當佢哋控制咗我哋易怒嘅部分,佢哋就會喺夢中逼我哋行喺可怕嘅陡峭懸崖邊,並且派武裝人士、有毒嘅蛇同食肉動物嚟襲擊我哋。　所以,如果我哋(喺瞓覺中)畀呢啲地方嚇到,又畀野獸同人追趕而逃走,就要好好照顧我哋易激嗰部分,並喺清醒時呼求主基督,使用之前講過嘅療法。

**11.** 睡眠時身體自然活動,卻無羞恥之夢,顯示靈魂在某種程度上健康;相反,若夢境互相交織,則為不健康之兆。就此而言,要知道,夢見模糊的面孔,指出長期激情之餘韻;而夢見清晰的面孔,則指出心靈新添的創傷。

**12.** 我哋會透過思想嚟判斷恆心嘅徵兆,而夜晚就透過夢境。我哋稱恆心為靈魂嘅健康,稱自律為佢嘅養分,因為只有自律通常先能令我哋同聖潔嘅力量結合,而同無形之物結合只可能喺我哋同佢哋和諧嘅時候先得以實現。

**13.** 靈魂有兩種寧靜狀態:一種源於自然之汁的耗竭與枯竭,另一種則發生於魔鬼退去時。 前者伴隨謙卑同心靈破碎──淚水同對神無盡嘅虔誠;後者就係虛榮同驕傲,喺其他魔鬼離去之後,就會控制住嗰個和尚。任何保持住第一種狀態嘅人,都會更容易認出魔鬼嘅攻擊同詭計。

**14.** 虛榮之魔與慾望之魔相反,兩者絕無可能同時侵襲靈魂,因為其中一個承諾榮譽,另一個則令人陷入恥辱。　所以,當佢哋其中任何一個走近嚟開始困擾你,就要喺心入面召喚出對抗佢嘅惡魔念頭;如果你做得到,就好似俗語所講,用楔子去打楔子,咁就知你已經好接近無情嘅境界,因為你嘅心已經夠強大,可以用人嘅思想去驅逐惡魔嘅誘惑。　但係,當然,用謙卑去驅走驕傲嘅念頭,或者用清淨去驅走慾望嘅念頭,就係最深沉嘅無欲嘅表現。　試下對所有互相對立嘅魔念都用呢個方法去對待。同時,你就會發現自己最充斥住邊種情欲。不過,要用盡你所有氣力向神祈禱,求祂教導你,並以第二種方法幫你驅走你嘅敵人。

**15.** 靈魂愈昌盛,其對手愈勁。 我唔認為同一班魔鬼會一直留喺佢身邊。最清楚呢點嘅,就係嗰啲敏銳觀察緊襲擊自己誘惑嘅人,因為佢哋見到,新嘅魔鬼──舊魔鬼嘅繼承者──令到佢哋平時嘅冷靜比以前更加動搖。

**16.**當靈魂克服所有反對積極生活嘅魔鬼,就會產生完美嘅無情;但如果靈魂憑自己嘅力量,雖然未曾屈服,仍然同襲擊佢嘅魔鬼掙扎,呢種無情就叫不完美。

**17.** 心靈若不整理好自己內在,就唔會行得通,亦唔能夠安全咁走過嗰條充滿激情(試煉)嘅路,亦唔會進入無形界。呢種內在嘅混亂,最終會必然令佢返返頭去,回到佢原本嚟嘅地方。

**18.** 德行同罪惡都會令心靈失明:前者令佢睇唔到罪惡;後者令佢睇唔到德行。

## *聖賢長老的言行錄*

**1.** 人要向古德所行嘅道路請教,然後親身跟隨。喺佢哋嘅榜樣入面,可以搵到好多好嘅言語同行為。　因此,其中一位長老說,持續以愛心行持乾儉食,能迅速令僧侶達到無欲的港灣。他亦令一位夜晚被夢纏擾的兄弟得以脫離,方法是命他在儉食期間探望病人。因為,當有人就此問題向他請教時,他說,沒有什麼能像施捨一樣,如此有效地熄滅情欲。

**2.**當時有一位智者前去見聖安東尼,對他說:「父啊,你如何能忍受這樣的生活,冇書本帶嚟嘅安慰?」聖安東尼回答:「哲學家,我嘅書就係呢大自然。佢永遠同我喺一齊,只要我想,就可以喺入面讀到上帝嘅話語。」

**3.** 有一次,一位被揀選嘅器皿──埃及長老馬卡里──問我:「點解我哋對人懷有惡意嘅時候,會破壞靈魂嘅記憶能力[61] ,但對魔鬼懷有惡意嘅時候,就冇任何傷害?」 當我發現難以回答,便請他親自為我解釋,他說:「因為前者違背自然(即易受激動的本能),而後者則合乎自然。」

**4.** 有一次,正值日頭最熱時,我去見聖麥卡里奧斯老竇,口渴得嚟向佢要水飲。但佢話:「你滿足於陰涼處就夠啦,因為而家有好多旅客同水手連陰涼都冇得享受。」　後來,當我提到有關克制嘅事,佢就話:「信我,我嘅仔,足足二十年,我都冇畀自己飽食麵包、飲足水,或者訓夠覺。我食麵包係按重量嚟食,飲水係按份量嚟飲,然後靠住牆,瞓吓少少。」

[61] 在《寶貴言行錄》中:我們會失去對上帝的記憶。

**5.** 有個和尚叫[62] ,收到佢老豆過身嘅消息,但佢對傳消息嗰個人講:「唔好亂講大話,我老豆係不死嘅。」

**6.** 有一次,一位兄弟問一位長老,返屋企時應唔應該同佢阿媽同姊妹一齊食飯。長老答:「唔好同女人一齊食飯。」

**7.** 有個兄弟淨係得一本福音書,佢連嗰本都賣咗,用嗰筆錢餵飢餓嘅人,並且講咗呢句令人難忘嘅說話:「我連嗰句『賣晒你嘅所有,分畀窮人』嘅話都賣咗。」(馬太福音19:21)

**8.** 喺亞歷山大附近,喺所謂嘅「瑪利亞灣」最北面,有座島,上面住咗位好有靈性經驗嘅修士。佢話,無論修士做乜嘢,都係為咗五個原因:為神、出於自然需要、出於習俗、出於需要,同埋為咗體力勞動。 佢又話,美德本質上係一樣,但喺靈魂嘅能力入面會呈現唔同嘅形態,就好似陽光本身冇固定形狀,但通常會跟住佢穿過嘅開口嘅形狀。

**9.** 又有一個和尚說:「我克制自己嘅慾望,係為咗斷絕忿怒嘅根源。因為我知道,忿怒總係因為慾望而引起爭端,擾亂心神,排走智慧。」 不過,有位長老就講,愛唔識得儲存麵包同金錢。佢又話:「我未試過畀魔鬼喺同一件事度呃我兩次。」

**10.** 要同樣去愛所有弟兄係唔可能嘅,但係可以對每個人都一視同仁,冇惡意同仇恨。喺神之後,最要愛嘅就係神父,佢哋透過聖事潔淨我哋,並且為我哋祈禱;至於我哋嘅長老,就要好似對待天使咁尊敬佢哋。 但而家,親愛嘅阿納托利兄弟,就等我同你講:呢就係我哋喺聖靈恩典下,喺葡萄藤枝上搵到同收埋到嘅成果。如果公義之日繼續照耀我哋,葡萄完全成熟,咁我哋就會飲到嗰杯 *「令人心歡喜」嘅*美酒。 (詩篇103:15),藉着那栽種我者的義人格里高利之禱告與懇求,並藉着餵養我者的諸位可敬長老,以及藉着恢復我者的主耶穌基督之能力──願榮耀與能力歸於祂,直到永遠。阿們。

### *3. 隱士伊瓦格里奧的作品,為修道生活之示例,其中教導人當如何努力與守靜*

**1.** 耶利米書寫道:*「你不可在這裏為自己娶妻,也不可生兒養女……因為耶和華如此說:至於在這裏所生的兒女,和在此所立的妻,都必遭大弒害,死於惡病。」*(16:1以下)這段經文與使徒所言指同一件事:*「有婦之夫,心裏掛住世上的事,想討妻子歡心……有夫之婦,心裏掛住世上的事,想討丈夫歡心」*(林前7:33–34),如果我哋明白先知講嘅唔只係指由婚姻所生嘅兒女,當佢話: *「佢哋會死於痛苦嘅死亡」*,但係講緊嗰啲喺心裏面出世嘅兒女,即係講肉體嘅思想同慾望,因為佢哋都死於呢個世界痛苦、軟弱同虛弱嘅推理,而未能得着天國嘅永恆生命。 *「但那未婚的,」*他說:*「就為主的事憂慮,思念如何能得主的喜悅」*(林前7:32),並結出天國生命常青不朽的果實。

**2.** 這就是修士的樣子,也是修士應該成為的樣子;即係話,佢同妻子分開之後,唔可以喺上述嗰度生仔生女;唔止咁,佢仲要成為基督嘅兵士,唔執著於世俗事物,無牽無掛,同呢個躁動不安世界嘅思想同行為無關,正如使徒所講: *「凡是當兵的人,都免得纏身做今世的事,好討好他所服役的將軍。」*(提後2:4)弟兄們,要以上述各點為至高無上,棄絕世上一切事物,並為沉默的優美與良善之勝利標誌而努力奮鬥。 喺寂靜中嘅爭戰,有幾咁美好,有幾咁良善!*「祂嘅軛是容易嘅,祂嘅擔子是輕省嘅」*(馬太福音11:30):生命甘美,勞苦愉快。

**3.**我親愛嘅,你可唔可以照你本應咁樣去擁抱孤獨嘅生活,並為咗追求沉默嘅報酬而努力? 拋開塵世嘅憂慮同埋佢哋嘅原則同權力;即係要好似你係無物質、無情欲、無任何慾望,咁先可以擺脫呢啲嘈吵變幻,好好保持沉默。因為如果有人唔能夠同呢啲嘢完全脫離,就唔能夠過到應有嘅生活。 要揀簡單易得、唔使多照顧嘅食物,而唔好揀花巧多變、令人分心嘅菜式。如果有奢華菜式嘅念頭冒出嚟,好似因為鍾意新鮮嘢,就即刻拋開,一啲都唔理。 因為藉此仇敵會誘惑你,引誘你離開靜默。你看見主耶穌以馬大為 persona,責備那為許多事操心煩亂的靈魂,說:*「你為許多的事操心煩亂。」 「所需要的是只有一件事」*(路加福音10:41)──即係要聽神嘅話;其他嘢自然會跟住嚟。所以佢即刻又講:*「但瑪利亞揀咗上好嘅份,係唔會從佢手上奪走嘅。」*(42) 你又有撒勒法寡婦嘅榜樣,佢點樣款待先知(列王紀上17:10)。就算你淨係得一塊餅同少少水,你都可以用呢啲嘢好好盡到款待嘅責任,並且因此得賞賜。 但就算你冇呢啲,只要用樂意嘅心接待旅客,對佢講句好說話,都可以因此得到款待嘅賞賜。因為經上說:「好說話勝過禮物。」(西拉修斯智訓18:16–17)

---

[62] 據帕拉迪烏斯所言──即埃瓦格里奧斯本人。但喺呢度,埃瓦格里奧斯引用嘅係早期長老嘅言行錄,並非佢自己嘅。

**4.** 你亦要反思施捨。唔好為咗將財富分畀窮人而貪慕富貴。因為呢樣嘢都係惡者嘅一個陷阱,佢經常以虛榮嘅面目出現,令你嘅心思陷入不安(過度活躍)嘅追求。 喺主耶穌嘅福音書入面,有個寡婦攞到好嘅見證,佢用嗰兩文錢,就超越咗富人嘅意願同能力(即供奉嘅價值)。 *「因為,」*主說,*「他們都係出於自己餘剩嘅,投咗入庫;但佢出於自己貧窮,投咗入去,係佢所有嘅。」*(路加福音21:4)至於衫,唔好貪多過所需;只要夠應付身體需要就得。 *「將你嘅重擔卸給主」*(詩篇54:23),佢就會眷顧你。*「因為佢顧念我哋」*(彼得前書5:7)。如果你需要食物或衣服,如果有人提供,就唔好害羞去接受 。 因為呢種做法係一種驕傲。即使你自己擁有呢啲嘢豐盛,都要畀冇有嘅人。上帝希望祂嘅兒女(或僕人)就用呢種方式去管理佢哋嘅家務(或財務)。所以使徒喺寫信畀哥林多人嘅時候,就提到嗰啲缺乏基本生活所需嘅人:*「你哋喺呢啲嘢上嘅豐富,就成為佢哋嘅缺乏;佢哋喺呢啲嘢上嘅缺乏,就成為你哋嘅豐富,好叫彼此平均。正如經上所寫:『多嘅人,也沒有多到;少嘅人,也沒有少到。』」*(林後8:14–15) 所以,你而家有需要嘅,就唔使為將來擔心──例如聽日、下星期、下個月或者明年。 等到 tomorrow 嚟到,嗰陣先至會照你嘅需要畀你,只要你先求天國同神嘅義。因為主話:*「要先求祂嘅國同祂嘅義,呢啲都必加添畀你。」*(馬太福音6:33)

**5.** 唔好收留細路仔,免得仇敵用佢嚟設陷阱,令你為美食憂慮,搞到你心神不寧;到時你就無法再靠自己一個人照顧自己。 就畀呢個(收年輕徒弟嘅)念頭興起,去安撫身體(好似好需要咁),但要追求更好嘅嘢,就係屬靈嘅平安;因為屬靈嘅平安遠遠勝過身體嘅平安。 即使呢個念頭話要為嗰個細路仔好,都唔好信:因為呢件事唔關我哋事,而係關其他住喺修院嘅聖父哋事。你只要關心自己,照規矩過好你嘅靜默生活。 唔好同世俗又好動嘅人一齊生活。要麼獨自生活,要麼就同啲超然塵世、同你志同道合嘅兄弟一齊。 凡住喺同執著塵世事物、成日忙忙碌碌嘅人一齊,當然都會畀佢哋嘅煩惱捲入,開始放縱自己,跟從世俗習俗、講虛浮嘅說話,同埋做各種其他惡行:忿怒、憂傷、對塵世事物嘅瘋狂執著、恐懼同混亂。 唔好畀父母嘅牽掛同家庭羈絆分散你嘅注意力。 要避免同佢哋頻繁見面,免得佢哋剝奪咗你靜室嘅寧靜,並將你拖入佢哋慣常嘅煩惱之中。*「走開,」*主說,*「留低死人去埋葬佢哋嘅死人;你呢,就跟從我。」*(馬太福音8:22) 即使你住嘅小房充滿咗噪音,都要逃走;唔好留戀,免得畀對佢嘅愛誤導咗你。凡事都要咁做,為咗得着寂靜盡你一切,拋棄其他所有嘢,只為一件事努力:點樣喺神嘅旨意中安身,並成功對抗那看不見嘅勢力。

**6.** 如果你喺自己嘅國家無法保持真正嘅沉默,就下定決心喺異鄉做到,並將所有心思都集中喺呢個目標上。要好似一個精明嘅商人,為咗攞到真正嘅沉默,試盡一切方法,並接受為此所需嘅任何嘢。而且,我對你講,要鍾意做朝聖者嘅生活,因為佢可以令你免受本國必然要面對嘅艱辛,亦只有佢先至可以令你品嚐到靜默生活嘅一切福份。 要避開留喺城入面,而要耐心咁坐喺曠野。聖大衛話:*「我逃到好遠,住喺曠野。」*(詩篇54:8) 如果可能,就完全唔好入城:因為喺度你見唔到任何有益、有用、有助於你所揀嘅苦行生活嘅嘢。*「我又見過」*,同一位聖人再次講,*「喺城入面有罪惡同爭吵」*(詩篇54:10)。要搵啲偏僻同無人打擾嘅地方,唔好驚喺度落腳。就算見到魔鬼嘅幻象,都唔好驚,唔好走,因為呢度就係我哋嘅救恩、我哋嘅工作場地。 你要無懼地堅持,你就會見到上帝的偉大(出埃及記14:13)、祂的代禱、祂的保護,以及其他一切得救的保障。*「我要等候──」*那蒙福的人說,*「等候神從懦弱和暴風中拯救我」*(詩篇54:9)。 唔好畀出去玩樂嘅慾望戰勝你(靜默生活嘅)決心。因為呢種受慾望驅使嘅閒逛,會敗壞一個冇惡意嘅心靈(帖撒羅尼迦前書4:12)。由此會產生好多誘惑。要驚落入罪中,就堅守你嘅小房。

**7.** 如果你有朋友,就避免太過頻繁地見面。隔一段時間再見面,對你哋雙方都會更有益處。但如果覺得佢哋對你有害,就完全唔好接近佢哋。你應該交啲對你有幫助、支持你生活方式嘅朋友。 避免同奸詐同不義嘅人見面,亦唔好同佢哋一齊住;要拒絕佢哋嘅惡毒建議,因為佢哋唔事奉上帝,亦唔為上帝而活。你嘅朋友應該係好和平嘅人、屬靈嘅弟兄,同聖潔嘅長老。 因為主稱呼這些人,說:*「凡遵行我在天之父旨意的人,就是我的母親、弟兄、姊妹。」*(馬太福音12:50;馬可福音3:35) 唔好同啲心浮氣躁、多挑剔嘅人打交道,亦唔好去佢哋嘅筵席,免得佢哋用誘惑圈套絆住你,令你偏離隱修生活嘅規律同藝術;因為佢哋就係有呢種引誘嘅慾望。唔好傾耳去聽佢哋嘅說話,亦唔好接受佢哋心裏嘅詭計。因為佢哋真係有毒害。要令你嘅靈魂安息喺地上忠信嘅人當中,等你嘅心同佢哋嘅哀哭一齊痛,效法大衛嘅榜樣,佢喺《詩篇》100:6講:*「我嘅眼目環顧地上忠信的人,好叫佢哋同我同住。」* 如果有人行喺

神嘅愛路上嚟邀請你一齊食飯,你想去就去啦;但要快啲返你嘅小房。盡量唔好喺小房外過夜,咁先可以令沉默嘅恩典永遠同你同在,亦可以無阻無礙咁完成你定好嘅小房功課。

**8.** 唔好放縱自己對美食嘅慾望,亦唔好畀奢華享樂嘅誘惑迷失:因為使徒話:*「放縱奢華生活嘅人,已經死咗」* (提摩太前書5:6)。 唔好用人哋嘅飯菜填飽自己個肚,免得你上癮,養成成日出外食嘅習慣。因為有話:*「唔好畀肚腹嘅滿足引誘你。」* (箴言 24:15) 如果你發現自己經常被叫出修道小室,就要拒絕,因為在室外逗留太多時間有害無益。它會令你失去恩典,令你心神不寧,並削弱你(與神在寂靜中同住)的熱切渴望。 諗吓酒:如果佢可以安靜咁擺喺一個地方好耐,佢就會沉澱得好,變得清澈同香;但如果一直搬嚟搬去,因為沉澱同酵母浮咗上嚟,佢就會變得混濁、污濁,味道又唔好。 你要效法佢,首先同太多人斷絕往來,咁你嘅心思就唔會畀各種念頭分散,你嘅靜默次序就唔會畀人打亂。 做啲體力活,盡量晝夜都投入其中,咁你唔單止唔會成為任何人嘅負擔,仲可以供養其他人,正如聖保祿宗徒所命(得前書3:12,弗4:28)。 如此,你就可以克服絕望的魔鬼,並斬斷其他一切敵人的誘惑。因為絕望的靈通常攻擊懶惰的人,而智者說:*「懶惰的人,他所貪戀的,他都要得着麼?」* (箴言13:4)。 你喺施與受嘅過程中,都唔可能完全避開罪過。所以,無論你賣定買,都要喺真正價值之外,接受少少蝕本,咁樣喺追求公義價值嘅同時,就唔會畀貪婪者嘅奸計所誤導,而墮入有損靈魂嘅行為──貪心、宣誓作偽、食言, 從而不致褻瀆或玷污我們職業的崇高尊嚴。銘記此點,在你的取與予上謹慎行事[63] 。 但如果你想選擇更光明嘅道路──而呢樣對你嚟講係可能嘅──就要將自己交託畀一個可靠嘅人照顧,咁你就可以從憂慮中解脫,心境得以寧靜,然後過一個美好、快樂、充滿希望嘅人生。

**9.** 沉默的規矩令你去做這些有益身心的事。我現在要向你闡述其他必須在其中遵守的事項。所以,你要聽我講,並實踐我所吩咐你嘅。當你坐喺你嘅小房入面,要諗起你死嘅嗰日;想像當時身體已經冇晒生命;想像靈魂會處於極度可憐嘅狀態;並且要為此而深感觸動。 如此,你就會在心中培養出對擾亂世间的虛榮的輕蔑,點燃對自己所選擇的卑微命運的熱愛,並渴望在你的沉默中保持堅定不移。亦要追憶地獄中靈魂現時嘅狀態。想像佢哋喺嗰度係點──喺幾咁苦澀嘅沉默、幾咁痛苦嘅呻吟、幾咁驚恐同癱瘓嘅等待(末日審判)──佢哋無止境嘅心靈折磨係點,同埋佢哋無盡嘅眼淚係點。 亦要記住復活之日,以及要喺上帝面前站立審判。想像嗰可怕又令人驚懼嘅審判;諗吓喺嗰度等住罪人嘅係乜──喺上帝同祂基督、喺天使面前嘅羞愧, 大天使、能力,以及眾人面前;同時想像一切折磨──永恆之火、永不眠的蟲、塔耳塔羅斯、黑暗;而超越这一切之上,是咬牙切齒、恐懼與痛苦的煎熬。 亦要諗起為義人預備嘅福份:大膽同天父同祂嘅基督、同天使、大天使、權能同所有聖徒嘅團契;嗰個有寶藏、喜樂同歡愉嘅天國。兩樣都要記住。 至於罪人嘅下場,就要呻吟同痛哭;著上哀衣,好似驚自己都會被數落入佢哋之中;但係為咗預備畀義人嘅福份,就要歡欣、雀躍同喜樂。努力去配得呢啲福份,同埋避開嗰啲刑罰。 所以,無論你喺靜室定喺其他地方,都唔好忘記呢啲;唔好畀呢啲記憶從你腦海中溜走,好叫你至少透過呢啲,避開一切污穢同有害嘅念頭。

**10.** 你要按你嘅力量喺主面前禁食。禁食會潔淨你嘅罪惡同過犯,令你嘅靈魂尊貴而高尚,聖潔你嘅心意,驅走魔鬼,並令你更親近上帝。 每日只可領受一次,唔好再貪第二次,免得令自己過份依賴,擾亂心志。 咁樣你就可以永遠有嘢用嚟行慈善,同時將你身體嘅慾望置於死地。 但如果有弟兄在場,而你需要第二次或第三次進食,就不要皺眉或灰心,反而要歡喜,因為你能夠滿足弟兄們的需要。當你第二次或第三次進食時,要感謝上帝,因為你已經成就了愛的心法,因此上帝親自成為你生命中的守護者。 有時可能會生病,身體虛弱要你食兩次、三次,甚至多次;唔好為此憂慮。因為病嗰陣,唔需要咁嚴格堅持我哋嘅苦行,有時要放寬啲,好快康復之後再繼續一樣嘅苦行工夫。 至於要戒食啲乜嘢,上帝嘅話冇禁止過任何嘢;反而話:*「我將一切,好似田野嘅青菜,都畀咗你哋。食吖,唔使懷疑。」* (創世記9:3;哥林多前書10:25、27) 又有一段經文:*「不是進口裡的东西玷污人」* (馬太福音15:11)。所以,對某些食物的禁戒,應該永遠都係出於我哋自己嘅自由意志,同靈魂嘅自願行為。

**11.** 甘願忍受露宿、守夜同其他一切艱苦,期待同眾聖人一齊顯現喺你哋身上嘅榮耀。*「因為眼前輕微嘅苦楚,與將來要顯現喺我哋身上嘅榮耀相比,根本算不得乜。」* 使徒如此說。(羅馬書 8:18) 當你開始灰心時,就如經上所寫的(雅各書5:13)禱告,但要存敬畏戰兢的心,帶着憂傷的心,謹慎而警醒地禱告。人應該如此禱告,特別是要為我們的惡毒和狡猾的看不見的仇敵,他們總想在我們這項努力中擋

[63] 「有來有往」係一個用嚟形容世上所有交易同人與人關係嘅短語。喺施與受入面,就同你同人打交道、做交易一樣。

我們的路。　當佢哋見到我哋企喺度禱告,就會好快嚟到我哋身邊,將啲我哋喺禱告時唔應該回想或者諗嘅嘢灌入我哋腦海,好令我哋嘅心思意念被擄,令我哋喺崇拜期間嘅呼求同禱告變得無果效、徒然同無用。　因為,正如所講,如果禱告、懇求同哀求唔係用懼怕同戰兢,亦唔係用清醒同警醒嘅心去獻上,就係徒然同無用嘅。　當人以敬畏、戰兢同全副精神去向君王或者其他人呈上乞求,咁我哋豈不更加應該以同樣態度,喺萬有之主上帝同萬王之王、萬主之主基督面前站立,同樣向祂獻上我哋嘅禱告同懇求?願榮耀歸於我們的神,直到永遠。阿們。

## *4. 隱修者伊瓦格里俄斯:以類比或寓言為題的三十三章*

**1.** 膽鬱症係靈魂嘅一種有害狀態,令佢錯誤咁睇神同萬有。
**2.** 自我收縮係理性本性嘅一種惡習,令佢對美德同認識上帝變得頑梗。
**3.** 壞死係憤怒嘅發炎同激動,折磨靈魂嘅理性部分。
**4.** 失明係心靈嘅無知,對積極美德同真實嘅認識都唔肯努力。
**5.** 癱瘓係理性靈魂對積極美德嘅不活動,或者緩慢。
**6.** 放鬆係理性靈魂因疏忽而變得鬆懈,令佢習慣性咁排斥屬靈教導嘅說話。
**7.** 麻木係理性靈魂癱瘓,令佢排斥嗰啲令基督喺我哋心內臨在嘅美德。
**8.** 麻風症係理性靈魂嘅不信,令佢即使好似已經感受到嗰啲說話嘅真理,都唔肯信。
**9.** 暈厥係理性靈魂喺美德同認識上帝方面有進步之後,傾向返轉頭向惡。
**10.** 腦震盪係理性靈魂嘅一種邪惡狀態,佢執着於美德,卻唔係為咗善本身。
**11.** 流鼻水係失去嗰種令我哋感受到基督香氣嘅美德。
**12.** 失聰係理性靈魂嘅硬化,令佢迴避屬靈嘅教導。
**13.** 白內障係由靈性默想嘅狀態跌落嚟,或者採用咗對存在嘅虛假觀點。
**14.** 結巴係理性靈魂嘅一種折磨,佢畀偶然事件引誘,無法喺所有事上向神獻上感恩。
**15.** 跛腳係理性靈魂無法實踐真正美德。
**16.** 水腫係理性靈魂偏離正路嘅不理性狀態,當美德被壓制,邪惡同無知喺靈魂入面稱王。
**17.** 螞蟻係一種勤力嘅生物,喺呢個年代生活之餘,為將來儲備食物。
**18.** 希羅格里爾(一種豬的品種)是污穢的異教徒,他們已經接受了我們救主基督的誡命。
**19.** 蝗蟲係聰明嘅靈魂,死神都觸唔到佢哋,佢哋食種子(或者:唔驚死亡,享受塵世嘅福份)。
**20.** 阿斯卡拉沃提斯(一種沿牆壁及天花板自由奔跑嘅蜥蜴)係一個務實嘅心靈,憑藉美德,喺天上權能嘅知識中翱翔。
**21.** 獅子嘅 Skimen(獅仔)係一個無情欲嘅人,佢已經戰勝咗住喺佢體內嘅獸性(情欲)。
**22.** Kochet 係一個充滿知識嘅靈性之人,向其他靈魂宣佈由智慧之日所帶來嘅光。
**23.** 雄鹿係一個積極嘅人,佢能夠正確咁管制佢嘅雜亂思緒。
**24.** 螞蟲係一股污濁嘅力量,從理性靈魂吸走正義之血。
**25.** 地獄係無知嘅黑暗,當理性生物失去上帝嘅光照之後,就會畀佢包圍。
**26.** 妻子係愚蠢,令有理性嘅靈魂陷入污穢。
**27.** 大地係一個邪惡嘅狀態,由邪惡同無秩序構成。
**28.** 火係嗰種摧毀理性生物內在神聖美德嘅邪惡。
**29.** 水係虛假嘅知識,會熄滅真正嘅知識。
**30.** 嘲笑嘅眼睛係一股污穢嘅力量,嘲笑上帝嘅知識,並褻瀆上帝嘅智慧,遍及萬有之中。
**31.** 烏鴉係聖潔嘅力量,摧毀邪惡。
**32.** 深淵係理性嘅靈魂,畀無知同邪惡蹂躪。
**33.** 幼鷹係神聖嘅力量,負責剷除不潔嘅魔鬼。

## *5. 佢關於靈性生命嘅言論,按字母次序排列*

**1.** 一個追求榮譽嘅人,去做嗰啲會令自己獲得榮譽嘅工作,實在唔體面。
**2.** 你想認識上帝?先認識自己。
**3.** 真正嘅朋友就係嗰啲急住同你分享喜訊嘅人。

**4.** 同時行卑鄙之事,卻又自視甚高,完全不合邏輯。
**5.** 凡事,自負都阻礙對自我的認識。
**6.** 愚蠢人生嘅魔鬼就係 Hegemon(統治者)。
**7.** 靈魂嘅高貴,係由佢嘅善良好品格顯露。
**8.** 敬畏上帝嘅人就係唔會同自己講唔掂嘅人(按理性本性嘅要求去生活)。
**9.** 神嘅殿係一個無可指責嘅人。
**10.** 最惡劣嘅貪婪就係放蕩嘅生活。
**11.** 應該講嘅嘢就喺應該講嘅時候講。咁你就唔會聽到唔應該講嘅嘢。
**12.** 最好嘅擁有係一位忠誠嘅朋友。
**13.** 靈魂的病症是虛浮的性情。
**14.** 陌生人同窮人就係上帝嘅眼藥(啟示錄3:18)。*「用眼藥膏抹你嘅眼睛,使你能夠看見。」*眼藥膏就係對有需要者嘅憐憫。
**15.** 接待佢哋嘅人,好快就會睇得好清楚。
**16.** 對所有人行善都好,但尤其要對冇能力回報嘅人行善。
**17.** 誠實嘅演講者就好似一杯凍水。
**18.** 純潔同柔和嘅心靈就好似一隻基路伯。
**19.** 老年嘅榮譽,係年輕時勤力嘅證明。
**20.** 青年時期嘅審慎係老年時期獲得榮譽嘅保證。
**21.** 靈魂嘅上層係真正嘅沉思。
**22.** 如果你愛唔應該愛嘅嘢,你就唔會愛應該愛嘅嘢。
**23.** 接受假金好過接受 (假) 朋友。
**24.** 喺上帝面前純潔嘅靈魂,就係上帝本身。
**25.** 哀哉,自私嘅靈魂,憎恨所有人!

### *6. 同一位作者嘅其他箴言*

**1.** 愛嘅開始係「ypolefis doxes」──互相表示尊重(或者對對方有良好嘅睇法,或者認同對方嘅高尚美德)。
**2.** 靠溫柔同愛致富係好事。
**3.** 驕傲嘅念頭──一絲美德嘅呼吸。
**4.** 施恩能令道路變得平坦。
**5.** 唔公嘅法官有污穢嘅良心。
**6.** 做肉慾嘅奴隸真係可恥。
**7.** 如果你想免於憂傷,就要努力討好上帝。
**8.** 神眷顧那些好好照顧自己的人。
**9.** 純潔嘅心靈係沉思嘅避所。
**10.** 如果你想知道自己究竟係邊個,就唔好睇你而家變成咗點,而要睇返你起初係點被造嘅。
**11.** 自負嘅靈魂就好似一口乾涸嘅井。
**12.** 骄傲嘅靈魂就好似賊窩;佢受唔到教導嘅聲音。
**13.** 真男兒最大嘅錯誤就係唔識聖經。
**14.** 如果你敬畏上帝,就要帶住眼淚去學習。
**15.** 靈魂的謙卑是把無可摧毀的武器。
**16.** 品格高尚嘅人就好似伊甸園嘅樹。
**17.** 耶穌基督係生命樹。好好利用佢,你永遠都唔會死。
**18.** 施捨畀真正窮人,你就會嘗到基督。
**19.** 領受基督的身體,才是真實的 strength。
**20.** 如果你愛基督,就唔好忘記遵守佢嘅誡命。
**21.** 因為咁樣先可以認出,除咗上帝之外,邊個先係行善者。

**22.** 在神裏面嘅朋友,用真理嘅言語流出蜂蜜同牛奶。
**23.** 一個大意嘅靈魂就唔會有咁嘅朋友。
**24.** 放蕩的意念是殘酷的暴君。
**25.** 對真理保持沉默,就好似將黃金埋喺地下
**26.** 敬畏上帝的人,凡事都照着上帝的旨意去做。

### *7. 論八思,致安那托利奧*

**1.** 有八種主要嘅念頭,所有其他念頭都係由佢哋衍生出嚟。第一種係貪食,跟住係淫欲;第三種係貪婪;第四種係憂傷;第五種係憤怒;第六種係絕望;第七種係虛榮;第八種係驕傲。 呢啲念頭係咪困擾我哋嘅靈魂,唔係我哋可以控制;但佢哋喺我哋心入面停留幾耐,係咪激起我哋嘅情慾——呢啲就由我哋決定。

**2.** 貪食嘅念頭會催促嗰位和尚盡快放棄佢嘅苦行生活,並幻想出胃、肝或者脾嘅病症、水腫或者其他長期病,仲有醫療用品短缺同冇醫生嘅情況。同時,佢又會令人諗起確實曾經患過呢啲病嘅某啲兄弟。 有時敵人會令受苦嘅兄弟自己生出念頭,去見嗰啲守齋者,同佢哋講自己發生嘅事,仲話呢啲都係因為節制得太嚴先至會咁。

**3.** 淫欲魔激起肉體慾望,猛烈攻擊行懺悔者,令佢哋停止懺悔,以為冇咩好處。牠玷污靈魂,強迫靈魂行呢啲事,仲令佢好似聽到或者講到某啲說話,好似呢件事就喺眼前發生咁。

**4.** 貪婪則暗示着年紀老邁、無法親力親為、飢餓、疾病、貧窮的悲傷,以及為了滿足身體所需而不得不向他人乞求的艱辛。

**5.** 憂愁有時源於對可慾之物嘅剝奪,有時又同憤怒一齊出現。當佢係因為剝奪可慾之物而起,就會咁樣發生:有啲念頭先冒上心頭,提醒靈魂記起屋企、摯愛同以前嘅生活方式。 當佢哋見到佢唔反抗,反而跟住佢哋,心神又畀嗰啲念頭嘅快樂捲走,就會趁機捉住佢嘅,將佢推入悲傷——既因為嗰啲嘢根本唔存在,又因為按現有嘅生活秩序,佢哋根本唔可能存在。 可憐嘅靈魂——佢越係熱誠咁投入嗰啲最初嘅念頭,就越畀第二個念頭打擊同壓碎。

**6.** 憤怒係最迅速嘅激情。佢即刻爆發,對住加害者或者表面上加害者燃起怒火。佢令心靈愈來愈苦;尤其係禱告嗰陣,佢會掌握住心神,鮮明咁呈現嗰個令自己傷心嘅人嘅面孔。 有時佢喺靈魂入面生根,變成仇恨,就會引致夜間嘅焦慮、身體嘅折磨、死亡嘅恐懼,同埋毒蛇猛獸嘅攻擊。呢四種現象,都係因為仇恨形成而出現,並且會帶嚟好多念頭,任何觀察者都會發現。

**7.** 絕望的魔鬼,又叫「晏晝的魔鬼」(詩篇90:6),係所有魔鬼之中最可悲嘅。 佢喺第四時分(按我哋計法就係朝早十點)開始攻擊嗰位和尚,折磨佢嘅靈魂直到第八時分(下午兩點),起初仲迫佢帶住唔滿意嘅心情去觀察太陽好似好慢先動,甚至完全唔動,令到一日好似長咗成五十個鐘咁長。 然後佢就逼佢不時望下窗外,甚至走出寮房——望住太陽,睇下幾時先到九點;並且總會喺度唆擺佢,叫佢四圍望下,睇下有冇其他兄弟喺度。 同時,佢喺佢心入面煽動對呢個地方、對呢種生活方式,甚至對佢嘅體力勞動嘅怨恨,仲加埋話兄弟哋嘅愛已經枯竭,冇人可以安慰佢。如果喺嗰段日子有人得罪咗嗰位和尚,魔鬼都會將呢件事攞出嚟,令佢嘅怨恨更加深。 然後,魔鬼會令佢渴望去其他地方,喺嗰度更容易搵到滿足需要嘅嘢,例如做一份唔使咁辛苦但賺得多嘅買賣。魔鬼又會加多一句,討好主唔係靠地點;無論喺邊度都可以敬拜上帝。 佢會將呢啲同佢對屋企同以前嘅滿足回憶連埋一齊,同時又預言佢會長命百歲,畫出苦行嘅艱辛,用盡各種花招,令到嗰個和尚最終離開佢嘅小房,逃離苦行之路。一個魔鬼唔會即刻跟住另一個嚟。 但凡爭戰得勝者,在爭戰之後,必經歷一種平安的狀態,而他們的靈魂將充滿無可言喻的喜樂。

**8.** 虛榮之心,最為微妙。此念出現於行善者面前,開始宣揚他們的所作所為,從人中為他們收集讚頌,描述被趕出去的惡魔如何呼喊、婦女如何得醫治、人群如何爭著摸他的衣裳;最後,它為他預言了神職, 就引領佢去到嗰啲嚟搵佢嘅人門口,當佢拒絕時,嗰班人就唔理佢意願,將佢綑綁帶走——就咁,喺佢心入面激起虛榮嘅希望,然後走咗,留低佢畀驕傲嘅魔鬼或者憂傷嘅魔鬼進一步誘惑,嗰啲魔鬼即刻喺佢心入面種下同嗰啲希望完全相反嘅念頭。 結果佢將呢個男人——直到最近仲係一位可敬又聖潔嘅神父——交畀淫欲嘅魔鬼。

**9.** 驕傲的魔鬼是靈魂最災難性墮落的原因。牠在靈魂中灌輸一種拒絕承認神是其幫助者,反而將自己的義歸於自己,並以輕視的眼光看待弟兄姊妹,因為並非人人都和牠一樣對自己有同樣的看法。驕傲之後緊接住憤怒同憂傷,最後嘅惡──心智失常同瘋癲,仲有喺空中見到好多惡魔。

### *8. 佢自己嘅思想,同論述八種思想嘅篇章有關*

**1.** 有五種修行可以獲得上帝的眷顧。第一是誠心祈禱;第二是詠唱聖詩;第三是閱讀聖經;第四是誠心懺悔自己的罪過、死亡和末日審判;第五是體力勞動。

**2.** 如果你想好似冇肉身嘅靈體咁親身事奉上帝,就要不停努力,將禱告深藏喺你心入面。因為咁樣,你嘅靈魂就算未死,都會漸漸接近天使嘅樣式。

**3.** 就如我哋嘅身體,一旦靈魂離去,就會變得死咗同發臭;同樣,冇禱告嘅靈魂都係死咗同發臭。但係,先知但以理清楚教導我哋,要視無禱告為比任何死亡更苦。佢寧願死,都唔肯剝奪自己喺任何時候嘅禱告。人應該記住上帝嘅次數,要比呼吸嘅次數更多。

**4.** 每一次呼氣,都要配以虔誠地呼喊耶穌的名,並謙卑地默想死亡。這兩種行動都能為靈魂帶來莫大益處。

**5.** 你想被神所認識嗎?就要確保你盡可能少被別人所認識。如果你時刻記住,神是見證你一切所作所為──無論在靈裡或是在身體裡──那麼你就不會在任何事上犯罪,神就會成為你的同伴。

**6.** 冇嘢比為人行善更能令人似神。但係行善時,要好小心,免得變成自我宣傳嘅手段。

**7.** 最終,要令你配得上神,就係你唔做任何唔配得上祂嘅事。

**8.** 當你透過你的美德,在你的靈魂上印上祂的形象,你就會以最光榮的方式敬拜神。

**9.** 人愈親近上帝,就愈變得更好。

**10.** 敬畏並崇拜上帝的智慧人,會被祂所認可。因此,即使他們不為人所知,也不會有一絲困擾。審慎的功用,在於激起靈魂中掌管憤怒的那部分,以進行內在的鬥爭。智慧的功用,則在於令心智保持持續而專注的警醒。 真理的職責是將那住着慾望的部分, solely 導向美德,並向神。至於勇气的職責,最終是管制五官,不讓我們的內在自我──即靈魂──或外在自我──即身體──因此而玷污。

**11.** 靈魂係一個有生命、單純、無形體嘅實質,用肉眼睇唔到,而且係不朽嘅,並賦有知性同理性。就好似眼睛對身體咁,知性對靈魂都係一樣。

**12.** 天下所有有理性嘅生物,有啲打仗,有啲守衛,仲有啲進攻。人打仗,神嘅使者守衛,污穢嘅勢力就進攻。 但係,神聖事物同神本身嘅知識喺我哋心入面建立唔起,唔係因為守護者有咩不足,亦唔係因為進攻者力量過剩,而係因為喺爭扎嘅人嘅大意。

**13.** 嚴格嚟講,邪惡唔係一種實體,而係對善嘅剝奪;就好似黑暗只不過係光嘅缺失。

**14.** 單純唔係幾謹慎或者有遠見,而對唔受邪惡影響、毫髮無傷嘅人嚟講,就唔會懷疑有邪惡存在。

**15.** 其實,放蕩毫無理性,根本無嘢可以令放蕩嘅人醒覺。

**16.** 純潔而蒙福嘅靈魂洞察力非凡;佢哋一睇就認出魔鬼,並即刻將佢趕走,儘管佢喺其他時候非常狡猾同極度惡毒。

**17.** 冇嘢比得身體嘅自我克制更能討好上帝。

**18.** 聖父其中一位話,凡係無法接受嚴謹同艱苦修道生活嘅人,都可以用其他方法得救。如果佢哋信得過和尚,安慰佢哋,照顧佢哋嘅需要,咁呢件事,連同其他善行,就係引領佢哋得救嘅最重要嘅行動之一。

**19.** 夜間以禱告同勤力度過,你嘅靈魂好快就會得安慰。

**20.** 你要以平靜的心靈去閱讀,好令你嘅心思無時無刻都吸引到去默想上帝奇妙嘅作為,就好似有隻手向你伸出,將你托起咁。

**21.** 晝日瞓覺係身體有病、靈魂灰心、大意或者缺乏經驗嘅徵兆。

**22.** 每一個靈魂,藉住聖靈嘅恩典,同埋自己嘅勤力同勤勞,都可以喺自己裏面聚集同結合以下嘅品格: 言語有智慧(或許係口才同理性修養嘅結合)、行動有默想、美德有學識、信心有知識而唔會遺忘;並且要令呢啲品格唔互相優越或次於。因為咁樣,靈魂就會同真同善嘅神結合,並且只同佢結合。

**23.** 有八種念頭,係所有罪惡嘅源頭:對於過獨居生活嘅人──絕望、虛榮、驕傲、貪婪同憂傷;而對於生活喺他人權威之下(喺修道團體入面)嘅人──貪食、憤怒同淫亂。

### *9. 給住喺修道院同招待所嘅弟兄姊妹嘅指示*

**1.** 神嘅後嗣,要留心聽神嘅話!同基督一齊做後嗣嘅,要遵守基督嘅誡命!

**2.** 信係愛嘅開始,而愛嘅終結就係認識神。

**3.** 敬畏上帝保守心靈,而謹慎則強化心靈。

**4.** 人嘅忍耐會孕育希望,而美好嘅希望會令佢得榮耀。

**5.** 克制肉體者,必得超然;放縱肉體者,將為之受苦。

**6.** 淫亂嘅靈住喺放蕩嘅身體,而純潔謹守嘅靈就住喺貞潔嘅靈魂。

**7.** 有愛嘅獨處可以淨化心靈,但因憤怒而避開人就會令心靈不安。

**8.** 同千人同處,有愛最好;獨自隱居山洞,懷恨最苦。

**9.** 心存怨恨者,猶如將火藏於糠中。

**10.** 唔好食得太多,咁訓覺先唔會做惡夢;就好似水能滅火,肚餓就能滅惡夢。

**11.** 暴躁嘅人令人驚,但溫柔嘅人唔識驚。

**12.** 大風驅散雲霧,怨恨驅走心靈中嘅美好感受。

**13.** 為仇敵禱告的人,不會記住惡,守住舌頭的人,不會侮辱鄰舍。

**14.** 如果你嘅兄弟得罪咗你,就帶佢返屋企;唔好唔肯去見佢;同佢分食你嘅餅;咁樣做,你就可以拯救你嘅靈魂(脫離背叛),喺禱告嘅時候都唔會有絆腳石。

**15.** 有錢人得唔到智慧,駱駝都穿唔過針眼,但對神嚟講冇嘢係做唔到。

**16.** 鍾意錢嘅人見唔到智慧,積聚錢財嘅人會畀無知所網住。

**17.** 主同謙卑人同住,但驕傲人嘅屋企就會多咗咒詛。

**18.** 違背神律法嘅人,褻瀆神;遵守律法嘅人,就榮耀佢嘅造物主。

**19.** 義人嘅靈魂由使者引領,而惡人嘅靈魂則畀魔鬼擄去。

**20.** 罪惡到處,愚昧都跟住到;義人嘅心卻充滿知識。

**21.** 有知識嘅貧窮勝過無知嘅富貴。

**22.** 頭上最大嘅裝飾係王冠;心中最大嘅裝飾係對上帝嘅認識。

**23.** 憐憫窮人就洗淨罪惡,供應佢哋就必蒙福。

**24.** 智慧安居於謙卑的心,而堅定不移的根基在於有德的靈魂。

**25.** 禱告常常嘅人會避開試探,而粗心大意嘅人,心入面會畀念頭搞到亂晒。

**26.** 唔好沉迷於美酒,免得肉體引誘你。

**27.** 唔好放縱肉體過度,邪惡嘅念頭就會減少。

**28.** 唔好講:「今日係節日(復活節),我要飲酒。」或者「聽日係五旬節,我哋要食肉。」對出家人嚟講,冇乜節日可以填飽肚。

**29.** 基督嘅逾越節係由罪惡(到品格同悔改),而五旬節就係靈魂嘅復活。

**30.** 主嘅筵席就係忘記惡事;但係記住惡事嘅人,就會畀眼淚打敗。

**31.** 上帝的筵席是真知識;但凡留意虛假和欺騙的人,將死於可憐可悲的境況。

**32.** 心存純潔嘅禁食,勝過心靈污穢時嘅飽食。

**33.** 除盡心中惡念者,猶如將嬰兒摔於巨石上。

**34.** 鍾意瞓覺嘅和尚會墮入各種惡行,但鍾意守夜嘅人就會如鳥般高飛。

**35.** 你守夜嘅時候,唔好講閒話,亦唔好拒絕屬靈人嘅說話,因為神睇透你嘅心,唔會赦免你嘅罪。

**36.** 長睡帶來誘惑,但守夜則能驅走它們。

**37.** 過度瞌睡令心靈遲鈍,而警醒則令心思敏銳。

**38.** 就如火融蠟,好嘅守夜就融走惡念

**39.** 但係瞓覺都好過浪費時間講無謂嘅說話。

**40.** 天使嘅夢令心歡愉,而魔鬼嘅夢則令心不安。

**41.** 懺悔同謙卑可以恢復靈魂,而施捨同溫柔就可以強化佢。

**42.** 總要記住你嘅天父,唔好忘記最後審判,你嘅靈魂就唔會陷入罪惡。

**43.** 如果絕望嘅靈攻擊你,就唔好離開你嘅小房,亦唔好喺悲傷嘅時候走開;就好似銀喺摩擦中被煉淨一樣,只要你堅定唔移,你嘅心就會光亮。

**44.** 灰心嘅靈抹走眼淚,憂傷嘅靈又扼殺禱告。

**45.**就好似你唔會將蠍子放喺懷裏,咁就唔好喺心裏藏住邪念。

**46.** 正如黃金白銀要經火試,僧侶嘅心亦要經誘惑考驗。

**47.** 得唔到所求嘅榮耀就會憂傷,而得到嗰個就會自大。

**48.** 唔好畀驕傲入你心,亦唔好喺上帝面前講:「我一個人做得到」──免得主離棄你嘅靈魂,畀惡魔制服。到時你空中嘅仇敵會壓倒你,夜晚嘅恐怖會籠罩住你。

**49.** 純潔嘅靈魂係揀選嘅器皿;污穢嘅靈魂就會充滿悲傷。

**50.** 冇奶就唔可以斷奶,冇無情亦唔可以令靈魂歡樂。

**51.** 超脫先於愛,而知識則先於愛。

**52.** 敬畏上帝生出智慧,而對基督的信心賜予對上帝的敬畏。

**53.** 一支火箭會燒灼靈魂,但有德者卻能將之熄滅。

**54.** 聽住,和尚,要聽你阿爸嘅說話,唔好令佢嘅教導變成徒勞。咁樣你先可以避開惡念,惡魔就唔會攻陷你。

**55.** 寺院中管理不善者,擾亂眾僧之心;浪費寺院財物者,犯大不敬。

**56.** 凡論及弟兄不是的,必被摧毀;輕視貧窮人的,必不得見光。

**57.** 唔好講:「今日我留低,聽日我先走(寺院)」,因為你冇憑智慧咁諗。

**58.** 行腳嘅和尚編造虛假,返嚟之後又呃佢師傅。

**59.** 著住華麗嘅衫、食得飽飽嘅人,心裏面藏住羞恥嘅念頭,唔會入到聖人嘅圈子。

**60.** 你入村嘅時候,唔好接近女人,亦唔好同佢哋傾計;唔係嘅話,就好似魚吞咗鈎,你嘅靈魂會畀佢哋拖走。

**61.** 心胸寬大嘅和尚會得著無情;但係令同門傷心嘅人就會畀人憎惡。

**62.** 主愛溫柔嘅和尚,但會趕走好爭吵嘅和尚。

**63.** 弟兄若憂愁,就要安慰佢;若悲傷,就要同佢一齊悲傷。咁樣做,你就可以令佢心裏歡喜,同時喺天上為自己積聚大財寶。

**64.** 唔好偷聽針對你師兄嘅說話,亦唔好煽動任何唔尊重佢嘅人對付佢,免得主因你嘅所作所為而發怒,將你從生命冊上抹去。

**65.** 懶惰嘅和尚會受好多害,如果佢繼續咁樣,連出家人嘅袈裟都會唔要。

**66.** 雙舌和尚令弟兄之間起爭端,忠信者卻帶來和平。

**67.** 依靠自己力量的必將跌倒,自卑自貶的卻必被高舉。

**68.** 唔好畀肚皮嘅飽足感打敗你,否則夜晚會畀瞓魔打倒;咁你好快就會變得純潔,主嘅靈就會降臨喺你身上。

**69.** 唱詩篇能平息怒氣;施舍能驅走恐懼。

**70.** 常去筵席的人,燈光會暗淡,黑暗會遮蓋他的靈魂。

**71.** 按分量食餅,按度飲水,放蕩嘅靈就會遠離你。

**72.** 唔好為你嘅兄弟設陷阱,亦唔好喺佢跌倒嗰陣開心,因為主睇到你嘅心,喺你死嘅嗰日會向你算帳。

**73.** 引誘平信徒走偏路嘅人,唔會逍遙法外;侮辱佢哋嘅人,就係侮辱自己嘅名聲。

**74.** 凡熱愛和平者,必嘗其蜜房;凡擴展和平者,必滿得蜂蜜。

**75.** 尊敬上帝,你就會認識那無形者;事奉祂,祂就會向你顯明各世代的智慧。

**76.** 基督嘅肉體由積極嘅美德組成:凡參與其中者,都會變得無情欲。

**77.** 基督嘅血就係對行為嘅洞察; whoever 飲咗佢,就會因此得著啟悟。

**78.** 主嘅胸懷就係對神嘅認識:凡靠住佢嘅,就會成為神學家。

**79.** 充滿知識者同行善者互相遇見,而主就喺佢哋中間。

**80.** 唔好放棄你洗禮嘅信仰,亦唔好破壞嗰個屬靈印記,咁主先可以同你嘅靈同住,喺惡日庇護你。

**81.** 異端者的言論是死亡的先兆;凡接受它們的人,必自毀其靈魂。

**82.** 而家,我嘅仔,聽我講:唔好去到唔信者嘅門口,亦唔好踏入佢哋嘅陷阱,免得自己糾纏其中。

**83.** 使你嘅靈魂遠離虛假嘅知識:我同佢哋(即係被引迷失嘅人)傾過好多次,審視過佢哋黑暗嘅言論,結果只喺佢哋度搵到蝮蛇嘅毒液。凡接受佢哋嘅,都要滅亡;凡鍾意佢哋嘅,就會充滿邪惡。

**84.** 我觀察過佢哋祖先嘅智慧,但係喺佢哋嘅說話入面,我見唔到任何真理嘅光。

**85.** 上主嘅道路被黑暗籠罩,佢嘅命運超出人心所及,但有德行嘅人就會明白。

## *10. 佢對處女嘅指示*

**1.** 愛主,祂就愛你;事奉祂,祂就照明你心靈。

**2.** 尊敬你嘅母(修女院長),就好似尊敬主嘅母親;唔好侮辱(在靈裡)生你嘅長者。

**3.** 愛你嘅姊妹,就好似佢哋係你阿媽嘅女兒,唔好偏離和平嘅道路。

**4.** 當太陽升起時,見到你手上拿着祈禱書;第二時辰後,就讓你的手忙於針線活。

**5.** 不斷禱告,並記住重生你嘅基督。

**6.** 遠離男人嘅聚會,免得偶像留喺你心靈,喺你禱告嘅時候成為你嘅絆腳石。

**7.**你嘅至愛係基督;所以要拒絕所有男人,咁你嘅生命就唔會有人可以指手畫腳。

**8.** 拋棄煩躁同憤怒,唔好畀怨恨喺你心入面生根。

**9.** 唔好講:「今日我要大吃一頓,聽日我要禁食」,因為你唔知道將來一日會帶嚟咩。

**10.** 食肉唔好,飲酒都唔啱;呢兩樣只係畀病人先得。

**11.** 心神不定的處女必不得救,沉溺於享樂的處女也見不到她的新郎。

**12.** 唔好講:「婢女令我唔開心,我要報仇。」因為喺神嘅女兒當中,根本冇奴僕之分。

**13.** 唔好留心閒話,要遠離啲閒散老婦嘅閒言碎語。

**14.** 唔好望醉鬼嘅筵席,亦唔好去世俗嘅婚禮:凡行呢啲事嘅處女,喺主面前都係污穢嘅。

**15.** 打開口講神嘅話,唔好講太多。

**16.** 你要在神面前自卑,祂必在祂右手的日子使你高升。

**17.** 貧窮人急需的時候,你唔好轉頭唔理佢;你燈裏嘅油都唔會用晒。

**18.**凡事都要為主而行,不可貪圖人的榮耀;因為人的榮耀好似曠野的草花,但主榮耀的典章存到永遠。

**19.** 主愛憐憫溫柔的少女,但好爭吵的少女是祂所憎惡的。

**20.** 順服的少女必蒙恩寵,但悖逆的少女極其愚蠢。

**21.** 主必殲滅嘈吵嘅少女,但會從死亡中拯救感恩嘅少女。

**22.** 笑聲令人蒙羞,目光放蕩令人受責;任何愚蠢的女人都會陷入其中。

**23.** 著住華麗衫嘅女人,連望人嘅時候都冇得有廉恥。

**24.** 唔好同平信徒太過熟絡,免得佢哋令你心志偏移,使義人嘅勸告化為烏有。

**25.** 夜間要流淚禱告,免得人知道你禱告,你就必蒙恩典。

**26.** 悅耳嘅漫步同探訪人哋屋企,都會擾亂心靈嘅狀態,動搖佢嘅決心。

**27.** 忠貞的處女不畏懼,但是不忠的處女連自己的影子都怕。

**28.** 藐視姊妹的,必與基督隔絕。

**29.** 唔好講「呢樣係我嘅,嗰樣係你嘅」,因為喺基督耶穌入面,所有嘢都係大家共用。

**30.** 唔好探聽人嘅生活,亦唔好因為姊妹跌倒就開心。

**31.** 服侍有需要嘅處女,唔好因為自己嘅高地位而自誇。

**32.** 喺神嘅教會入面,唔好講任何嘢,亦唔好藐視任何人,因為主知道你嘅心,睇透你所有嘅心思。

**33.** 把一切惡念從你心裏趕走,仇敵就不能勝你。

**34.** 心裏唱詩,唔好淨係用口念詩篇。

**35.** 正如烈火難熄,少女受傷的靈魂亦難以醫治。

**36.** 唔好將你嘅靈交畀惡念,免得佢哋玷污你嘅心,將純潔嘅禱告趕走。

**37.** 憂愁沉重,灰心難以承受,但向主流的眼淚更勝過它們。

**38.** 飢渴能平息邪念,而公義的警醒則能淨化心靈。

**39.** 憤怒同埋急躁會趕走愛,而懷恨則會令恩賜蒙羞。

**40.** 暗中誣陷姊妹的,必不得入新郎的婚筵;她雖然在門外喊叫,卻無人理睬。

**41.** 無憐憫嘅處女嘅燈會熄,佢就見唔到新郎嚟到。

**42.** 杯墮喺石上即碎成片;女若依附丈夫,就唔會無可指責。

**43.** 溫柔的結髮婦,勝過性急易怒的處女。

**44.** 笑到任由丈夫說話牽著走嘅女人,就好似畀仇敵喺頸上套上繩圈咁。

**45.** 好似珍珠鑲喺黃金座上,處女之身亦都咁,被尊嚴所環繞。

**46.** 配以豎琴伴奏嘅魔鬼歌曲會放鬆人心,削弱堅定嘅決心;要緊記勝過一切,免得你被發現有缺失。

**47.** 唔好喺嘲笑中搵樂趣,亦唔好加入閒話圈,因為主會離棄佢哋。

**48.** 唔好譴責沉溺於飲食嘅姊妹,亦唔好因為自己嘅禁慾而自高自大;因為你唔知道主為你預備咗啲乜,亦唔知道你哋邊個會喺祂面前站得住。

**49.** 哀嘆自己眼睛昏花、肉體枯槁的女人,不會在自我克制中找到喜樂。

**50.** 禁慾係沉重嘅負擔,保持貞潔好難,但冇嘢比天上嘅新郎更甜美。

**51.** 我見過有人用佢哋嘅教導嚇壞處女,令佢哋嘅貞潔變得毫無意義。

**52.** 但你,處女啊,要聆聽天主聖教的訓誨,不可讓任何人勸你改變。

**53.** 上帝創造咗天地,並且養活佢哋;冇一個天使係無得犯罪,亦冇一個魔鬼係天生邪惡:上帝創造佢哋嗰陣,都畀咗佢哋自由意志。

**54.** 就如人由肉身同理性靈魂所組成,我哋嘅主亦真係以無罪嘅人身份誕生,真係食嘢,亦真係被釘十字架:佢喺人眼中並非虛幻嘅影像。

**55.** 死人要復活;呢個世界會過去,我哋都要得着屬靈嘅身體。義人要承受光明,惡人就要住喺黑暗入面。

**56.**處女嘅眼睛要看見上帝,佢嘅耳仔要聽見祂嘅話語。

**57.** 童貞的純潔是主所喜悅的,那純潔的處女要從新郎手中接受冠冕。

**58.** 佢會畀到婚禮長袍,並且會同天上嘅天使一齊歡喜。

**59.** 佢嘅燈要不停咁燃燒,燈罩入面嘅油永遠都唔會用晒;佢會獲得永恆嘅財富,並承受上帝嘅國度。

**60.** 記住保護你嘅基督,唔好忘記當受敬拜嘅同質三位一體。

## *11. 論各種惡念,章節*[64]

**1.** 在反對積極人生嘅魔鬼當中,最先執起武器嘅,係受託掌管慾望,或者貪食慾望嘅嗰啲;係喺我哋心入面種下對金錢愛好嘅嗰啲;同埋嗰啲煽動我哋追求人世榮耀嘅嗰啲。 其他所有魔鬼就跟住佢哋之後,輪住攻擊已經受過傷嘅人。因為如果未先落入貪食魔手,就唔可能墮入淫亂魔爪;如果未為食物、金錢或者榮耀而爭鬥,就唔可能畀憤怒打敗; 亦都唔可以逃脫憂鬱嘅魔鬼,除非喺呢一切中經歷過損失;亦唔可以擺脫驕傲──魔鬼嘅長子,除非先拔出*「萬惡之根──貪財」*(提摩太前書6:10),因為,照智慧所羅門嘅話:*「貧窮使人卑微」* (箴言10:4),簡單嚟講,一個人如果未先畀呢啲最初嘅惡魔所傷,就唔會淪為其他惡魔嘅犧牲品。 咁,魔鬼點解要向救主提出呢三樣諗法呢?第一樣,就係佢叫石頭變成餅;第二樣,就係佢應承如果主跌低咗就拜佢,就可以擁有全世界;第三樣,就係佢向主保證,如果佢聽佢嘅話,就可以安然無恙,就算由咁高嘅地方跳落去都唔會有事。 (由教堂嘅屋頂)。但係主超越晒呢一切,吩咐魔鬼離開,藉此教導我哋,除非我哋輕視呢三種念頭,否則魔鬼唔會走。

**2.** 所有魔鬼嘅思想都會將感官事物嘅影像帶入靈魂,而心思一旦烙印咗佢哋,就會喺心入面反覆思量。因此,透過思想嘅內容,就可以認出邊個魔鬼走近我哋: 例如,如果我心裏出現一個傷害過我或羞辱過我嘅人嘅面孔,就證明報復嘅惡魔已經接近;如果出現關於金錢或名聲嘅念頭,就可從念頭嘅內容

---

64 呢篇論著收錄喺聖尼祿嘅著作入面。但由於其中有啲章節同Evagrius其他論著入面嘅章節逐字相同,所以合理咁認為,呢篇論著同其他一樣,係誤收喺聖尼祿嘅著作入面。 《Dobrotolyubie》嘅編者明顯係由Evagrius嘅完整著作集中拎出嚟。

認出係邊個喺煩擾我哋;同樣,其他念頭亦可透過內容辨認出係邊個喺我哋面前煽動佢哋。 不過,我並唔係話所有關於呢啲嘢嘅回憶都係魔鬼嚟,因為人心本身,一旦人去啟動佢,通常都會重現過往嘅影像;但只有嗰啲同時激起惱火或者慾望嘅回憶,先至係魔鬼嚟,因為咁樣係唔自然嘅。 因為呢啲勢力被擾亂,心就進行精神上嘅淫亂同爭吵,再冇能力喺自己入面保持對上帝嘅思念, 祂嘅律法賦予者,因為呢道光(即係無阻擾嘅神思默想)只會喺主宰心靈入面出現,前提係要壓制祈禱時對塵世事物嘅思緒。

**3.** 致亞納托利奧篇第63章,論積極生活。

**4.** 論*「夢境」*。值得探究嘅係,魔鬼喺我哋因睡眠而產生嘅恍惚狀態中,點樣喺我哋嘅主宰心靈入面烙印同複製影像。 當心識用眼睛睇、用耳仔聽,或者用其他感官由外面感知到嘢,並將佢哋儲存喺記憶入面,通常都會發生類似嘅情況;而記憶,就透過身體接收嘅嘢,啟動呢啲影像,將佢哋帶入主宰心識。 所以,我覺得喺夢境入面,惡魔係透過啟動記憶嚟向心靈引入影像,因為當時感官因為瞓覺而處於停用狀態。但又出現咗一個問題:佢哋點樣啟動記憶?係透過情欲嚟做嘅咩? 係,(如果我哋考慮帶有激情嘅夢境),而呢點由純淨同無情者根本唔會經歷呢啲嘢就可以證明。但亦有單純(無情)嘅記憶激動,由我哋自己或者由聖潔嘅力量所引起,透過呢種激動(似乎)令我哋同聖徒傾談同共餐。 然而,要記住,正如靈魂可以透過身體感知某些影像,記憶亦能喺無身體嘅情況下(即帶或不帶情欲)重現佢哋。 同樣嘅情況會喺瞓覺時發生,當時身體係休息緊。就好似人無論口渴定唔口渴都可以諗到水,同樣人無論貪婪定唔貪婪都可以諗到金。其他事物都一樣。(無論清醒定瞓覺都一樣)。 當心識到某啲夢境(或者喺瞓覺中自心識到),就要喺呢個分別中認出魔鬼嘅惡意(佢哋喺所有事上都想我哋滅亡)。亦要知魔鬼會利用外物嚟造夢,例如喺游水時聽到嘅浪聲。

**5.** 我哋嘅易怒性,當佢違背本身自然嘅本性被激起時,就大大助長咗魔鬼嘅顯現,並且對佢哋所有邪惡嘅詭計非常有用。正因如此,佢哋無一唔係晝夜都喺度激起我哋嘅易怒性。 但當佢哋見到我用溫柔去約束佢,就會先搵啲好似正義嘅藉口,想先鬆開佢,好等佢一緊張,就啱佢哋用嚟激起佢哋嗰啲獸性思想。 無論係有理定無理,我哋都唔可以畀佢被激起,免得將一把危險嘅劍交到向我哋灌輸邪惡嘅人手上──我知道,好多人為咗最微不足道嘅原因就咁做,令自己過份激動,唔再保持應有嘅冷靜。 咁你同我講,如果你已經放棄咗飲食、金錢同名聲,點解你咁快就捲入爭拗?你答應咗唔擁有任何嘢,點解仲餵條狗?如果條狗對人狂吠、撲過嚟,就證明你心入面藏住嘢,想保留住佢。 我肯定呢種人離純淨嘅禱告好遠,因為佢知道憤怒係呢種禱告嘅破壞者。仲有 ,我真係好驚訝佢竟然忘記咗聖徒:大衛,嗰位喊住*「息怒,離棄忿怒」*(詩篇36:8)嘅人;同埋傳道書作者,佢吩咐: *「將憤怒遠離你心,將詭詐從你肉體除掉」*(傳道書 11:10),以及使徒吩咐我們*「凡事隨時隨地舉起聖潔的手,不可忿怒,不可爭論」*(提摩太前書2:8)。 古代嘅習俗──喺禱告時將狗趕出屋外──就係教我哋呢個意思,因為佢暗示禱告者心入面唔應該有忿怒。 甚至有位異教智者仲話神明唔會食膽汁或者大腿肉,雖然佢自己都唔明自己講緊乜:因為我相信膽汁係忿怒嘅象徵,而大腿肉就係動物式嘅慾望。 至於有人以為唔應該理會衣食,我覺得連寫都多餘,因為救主自己喺福音書入面都禁止呢樣嘢,佢話:*「所以,你哋唔好為生命憂慮,唔好諗住要食咩、飲咩,或者著咩。」*(馬太福音6:25) 因為呢啲嘢只適合異教徒──佢哋係不信者,拒絕主嘅眷顧,否認造物主;但對基督徒嚟講,就應該完全陌生,因為佢哋已經一次過相信,就算兩隻麻雀賣一阿西里,都喺聖天使嘅照顧之下。 同時,魔鬼慣於跟隨不潔淨的思想,灌輸過度憂慮嘅念頭,好令耶穌被引離*「住喺」*人心入面嘅*「人」*,亦令因憂慮思想壓抑而嘅話語,最終*「結唔到果子」*(馬太福音13:22)。 將佢哋拋諸腦後,我哋要*「將我哋嘅憂慮卸給主」*(詩篇54:23),*並「要知足」*(希伯來書13:5),咁樣,透過過樸實嘅生活同穿戴樸素嘅衣衫,我哋就可以日復日剝離呢啲虛榮嘅來源。 凡覺得穿質樸嘅衣着可恥嘅人,就當效法聖保祿,佢曾忍受*「寒冷同赤身露體」*(林後11:27),並因深信自己會獲得*「公義嘅冠冕」*而得鼓舞(提後4:8)。 但既然聖保祿稱這世界為一場觀賞和一場賽跑(林前9:24),我們就來看看,一個被*「為要得着那在基督裏的高叫之賞賜」*的念頭所 burden 着的人(腓3:14) 與神同工,並與這世代的黑暗權勢、掌權者、管轄者摔跤(弗6:12)? 我至少唔會咁講,因為就係由呢個好震撼嘅故事(講擂台上發生嘅事)入面學到嘅。因為呢位(拳手)肯定會畀佢嘅衫絆住,令佢糾纏,就好似憂慮嘅念頭糾纏住心靈一樣,如果果句講心靈同佢嘅寶藏緊密連繫、一刻都唔會分開嘅話。 因為經上說:*「你嘅財寶喺邊,你嘅心就喺邊」*(馬太福音6:21)。

**6.** 論到心思,有啲被斬斷,有啲又被斬斷;有時好嘅被壞嘅斬斷,有時壞嘅被好嘅斬斷。聖靈留心聽最先嘅念頭(即係佔據主導地位嗰個),然後按呢個念頭嚟審判或接納我哋。我講緊乜嘢?就係咁! 例

如,我有一個念頭,好客,而且係為咗主嘅緣故;但係當誘惑者嚟到,佢就令我想要為咗榮耀而行好客嘅心願,結果就將呢個念頭斬斷咗。 又或者,我本想款待人,好令自己睇落好似好人;但當一個更好嘅念頭出現,呢個念頭就會改變我嘅動機,令我嘅品格更專注於主,並迫使我唔係為咗討好人而做。 因此,如果喺我哋嘅行動中,最終我哋都保持住最初嘅念頭,而第二個念頭只係作為一個誘惑,咁我哋就只會憑住嗰啲先入為主嘅念頭去領受獎賞;因為作為人,同時作為同魔鬼作戰嘅人,我哋冇能力時刻保持一個正直嘅念頭唔受污染, ——同樣地,反過嚟講,一個邪念如果冇人用一個好念去抵抗,就唔會留喺我哋心入面,因為我哋心入面有道德嘅種子(係壓唔熄嘅)。 然而,如果呢啲互相競爭嘅念頭有任何一個得勢,就會取代嗰個正受誘惑嘅念頭(即係完全排擠咗第一個念頭),而個人最終就會被呢個念頭驅使去行動。

**7.** 正如我哋經過長期觀察所學到,天使嘅思想、人類嘅思想同魔鬼嚟嘅思想之間嘅分別係以下:天使嘅思想追求理解事物嘅本質同探索佢哋嘅屬靈意義,例如:點解黃金會被創造?點解佢會散落到遠方嘅土地,好似沙粒咁,要人費盡心機去搵? 點樣一旦搵到,就用水洗淨,再經火鍛,然後落入工匠手上,佢哋用嚟為會幕打造燈台、香壇、*'杯同碗'*(歷代志下4:21),而由救主恩典,巴比倫王就唔再用呢啲器皿嚟飲酒(但以理書5:3)。 然而,以利亞撒卻因這些奧秘而心火熊熊。那魔鬼的心思一無所知,也無法測透,只會無恥地灌輸對感官之金獲取的慾望,並預言由此而來的快感與榮耀。 但係人心唔係追求獲得,亦唔好奇黃金代表乜嘢;反而,佢只係喺心入面引入 一個單純嘅黃金意象,冇咗慾望同貪婪。如果有人想跟住呢個模式喺暗中鍛鍊心智,就要將同樣嘅推理方法應用喺其他事物上。

**8.** 有一個念頭,可稱之為流浪者。它多半在曙光中向弟兄們現身,引領心智從一個城市到另一個城市,從一個鎮到另一個鎮,從一戶人家到另一戶人家;起初,它只進行簡單地對話, 然後,同某啲熟人傾咗長篇大論之後,佢就腐蝕咗自己嘅狀態;跟住佢遇到嘅人嘅性格,佢逐漸遠離對上帝同美德嘅覺知,仲忘記咗自己嘅召命同誓言。 所以,隱士要提防呢個魔鬼,留心佢由邊度嚟同去邊度落腳,因為佢行咁大嘅圈子,唔係冇原因嘅。 但佢咁做係想打亂隱士嘅心境,令到心靈因為呢啲嘢同好多對話而煽動得火起,即刻就畀慾望、忿怒或者憂傷嘅魔鬼擄走,而呢啲就最嚴重破壞佢心境嘅清明。 但如果我哋想更清楚咁明白呢個魔鬼嘅詭計,就唔好突然同佢頂嘴,亦唔好即刻向(長老)透露佢點樣喺我哋心入面編造對話,同埋用咩方法逐步將我哋嘅心推入死亡嘅領域;因為佢會即刻走甩,唔會畀我哋見到佢點做呢啲嘢, 咁樣我哋就唔會學到本來想知道嘅嘢。但係最好係第二、第三日先,畀佢將佢嗰齣戲演完,等我哋精準咁掌握佢嘅狡猾伎倆,之後用一句斥責就令佢走投無路。 但係,喺試探期間,心靈可能會變得動盪,無法清楚睇到我哋內心發生嘅事,一旦魔鬼離去,就要咁做: 坐低反思,諗吓自己發生咗咩事,你由邊度開始,去到邊度,喺邊個時候畀慾望、憂傷或者憤怒嘅靈附身,之後所有事又點樣發生: 要將呢啲全部仔細檢視並記熟,等到佢下次再嚟嘅時候,你就可以識破佢;仲要記低佢藏身嘅具體地方,咁你就唔會再跟住佢嘅腳步。 之後,如果你想令佢發瘋,一出現就要即刻揭露佢,並叫出你心入面最初踏入嗰個地方(就係第一次誘惑嘅徘徊),然後係第二、第三個;因為佢會好嬲,頂唔順被羞辱。 證明呢種做法(及時又有效)嘅證據,就係佢嘅思緒會從你度飛走,因為面對咁清晰嘅揭露,佢根本撐唔住。 打敗呢個魔鬼之後,就會跟住一陣極度沉重嘅瞌睡,眼皮麻痺兼且好凍,打連連大呵欠,同埋雙肩沉重;呢啲全部都係聖靈透過懇切嘅禱告驅散。

**9.** 恨惡魔鬼對我們的得救大有幫助,而且在行善方面非常有用;然而,我們卻無法將它培養成一種美德,因為屬肉體的邪靈會將它從我們裡面驅逐,並再次呼召我們的靈魂與它們交往,與它們親近。但係,掌管靈魂嘅醫生用疏忽去醫治呢種同牠們嘅交往——呢種比難醫嘅壞死更嚴重——容許我哋晝夜都喺佢哋手上受可怕嘅折磨。 於是,靈魂回復到對佢哋原本(正常)嘅憎恨,並被教導用大衛嘅話向主說:*「我以極大嘅憎恨憎恨佢哋;佢哋係我嘅仇敵。」* (詩篇138:22) 因為佢對佢嘅仇敵懷有至死不渝嘅仇恨——佢既行為上又思想上都冇犯罪——呢就係最大同最先(好似喺亞當嗰陣)無情嘅徵兆。

**10.** 至於嗰個令靈魂麻木不仁嘅魔鬼,真係有需要講佢嗎?我就連寫都寫唔出嚟。因為就好似靈魂離棄咗自己嘅本性,而佢就趁機攞住靈魂,將對上帝嘅恐懼同一切敬畏都拋諸腦後, 佢唔把罪當罪,唔把不法當不法,只當可怕嘅審判同永恆嘅折磨係空洞嘅說話,仲嘲笑嗰場火熱、真係震天動地嘅巨變——雖然佢口稱敬畏上帝,卻唔想知道祂嘅誡命。 當佢行向罪惡時,你就拍胸脯, 而佢毫無感覺;你用聖經勸佢,佢就好似畀蒙住眼,睇唔到,又好似聾咗,聽唔到;你拋出人嘅譏笑畀佢,佢都唔在乎,亦唔覺得羞愧,就好似一隻合埋眼衝出籠嘅豬,完全唔理。 呢個魔鬼會因驕傲嘅念頭而煽動,如果我哋容佢喺我哋心入面生根太耐;因為呢個緣故,*「如果嗰日子唔被縮短,就冇肉體可以得救」* (馬太福音24:20)。佢係

嗰啲好少攻擊弟兄(即係基諾維特派,住喺共住屋入面嗰啲人)嘅魔鬼之一。 原因好明顯,因為見到他人嘅不幸——無論係有人畀病魔纏身,定係突然離世——佢即刻就走得無影無蹤;因為喺呢啲時候,靈魂充滿憐憫,被深深嘅懊悔所征服,魔鬼施加喺佢眼上嘅盲目就從佢眼裏跌落嚟。 我哋(隱士)就冇呢種體驗,因為荒漠偏遠,而且我哋當中身體虛弱嘅人好少。 為咗趕走呢個特別嘅魔鬼,主喺福音書入面吩咐我哋探望病人同探監,祂話:*「我病咗,你哋探望我;我喺監入面,你哋嚟到我跟前。」*(馬太福音25:36) 須要注意,如果任何隱士畀呢個魔鬼攻擊,但佢冇起過慾望嘅念頭,亦冇因為灰心而離開佢嘅住處,呢就表示佢已經從天上蒙賜咗忍耐同貞潔。凡被認為配得上呢種無情欲狀態嘅人,真係有福氣! 至於嗰啲立誓要過清修生活、敬虔事奉上帝,卻又寧願留喺平信徒當中嘅人,就要提防呢個魔鬼。但我連喺人前都唔好意思再多講或多寫佢嘅任何嘢。

**11.** 論憂愁之靈。一切魔鬼都教人心去愛慕世俗的快樂;唯獨憂愁的魔鬼不如此,卻擾亂進入曠野者的心思,斬斷一切屬靈的喜樂,以憂愁使心靈枯竭,因為*「憂傷的人骨頭枯乾」*(箴言 17:22)。 但係佢用適度嘅攻擊,反而令隱士精通上帝之道:因為佢令隱士輕視呢世上所有嘅財物,同埋遠離一切安慰。 但當佢長時間同強烈地折磨佢嘅時候,就會引起佢心入面嘅念頭,叫佢自毀靈魂,或者迫佢逃離嗰度;有咗呢啲念頭之後,約伯曾經受過佢折磨,佢就話:*「但願我得行,我就殺死自己,或者求別人替我行。」*(約伯記30:24)呢個靈嘅象徵係蝮蛇,佢嘅毒液少量服用時可以解其他毒,但如果過量,就會害死吞食者。 保羅就將嗰個哥林多嘅不法人交畀呢個魔鬼;因此佢好快又寫信畀佢哋,話:*「要恢復佢嘅名譽,免得佢因憂愁過度而消滅。」*(林後2:7–8)咁,呢個折磨人嘅靈,同時亦係真正悔改嘅原因。 呢個就係點解施洗約翰會稱佢責備過、並且投靠上帝嘅人為「蛇仔」:佢話:*「有邊個警告你哋要逃離將來嘅忿怒?所以,要結出合乎悔改嘅果子;唔好開始同自己講:『我哋有亞伯拉罕做我哋嘅祖先。』」 「我告訴你,神能從這些石頭中給亞伯拉罕興起子孫。」*(太3:7–9)而且,任何效法亞伯拉罕,離開本地和父家(創12:1)的人,就因此勝過這魔鬼。

**12.** 凡勝過忿怒嘅人,就勝過魔鬼;但凡做忿怒奴僕嘅人,就與修道生活格格不入,離我哋救主嘅道路好遠,因為主——如經上所言——要將祂嘅道路教畀溫柔嘅人(詩篇 24:9)。 正因如此,隱修士的心靈才如此難以捉摸,因為他們逃往謙卑的谷地。因為幾乎沒有任何美德,能像謙卑一樣令魔鬼畏懼。被稱為「謙和」的偉大摩西,比任何人都更擁有它(民數記12:3)。 大衛先知亦有講過,話呢樣嘢值得神記住,佢咁講:*「主啊,求你紀念大衛同佢所有嘅柔和。」*(詩篇131:1) 但救主自己吩咐我哋效法祂嘅柔和,祂話:*「要向我學,因為我心裡柔和謙卑,你哋心靈就必得享安息。」*(馬太福音11:29) 但如果有任何人禁食禁飲,卻因惡念而自心起怒,他就好似一艘由魔鬼掌舵、航行於海上的船。 所以,我哋要盡力看守呢隻自己嘅狗,訓練佢只咬狼,唔好咬羊,對所有人都表現出各樣嘅溫柔(提多書3:2)。

**13.** 論虛榮。在所有念頭中,唯有虛榮之念最是多面,幾乎包羅整個宇宙,為一切魔鬼開門,好似一個邪惡的城池叛徒。 佢掠奪隱士嘅心,用大量嘅言語同事物填滿佢嘅心,摧毀佢用嚟醫治靈魂傷口嘅禱告。呢個念頭係被打敗咗嘅一切魔鬼所餵養;藉住呢個念頭,佢哋再次進入靈魂,從而令*「後嚟嘅成為最先嘅」*(路加福音11:26)。由呢個念頭衍生出驕傲嘅念頭,將*「相似嘅印記同良善嘅冠冕」*從天上摔落塵埃(以西結書28:12)。 但要遠離呢個念頭,唔好畀佢根深蒂固,免得我哋將自己嘅生命同存在出賣畀無情者(箴言5:9)。誠懇嘅禱告可以驅走呢個魔鬼,同樣,克制自己唔好隨心所欲去做或講任何引致可恨虛榮嘅事,都可以做到。

**14.**當一個隱士嘅心境已經達到一定程度嘅超然,佢就騎上虛榮嘅戰馬,開始喺各城鎮狂馳,無節制咁沉溺喺自己嘅讚美同光榮之中。 但係,憑住上帝嘅安排,放蕩嘅靈魂就遇到佢,將佢關喺一間馬廄入面,教佢唔好未康復就離開床舖,亦唔好學啲唔耐性嘅病人,病未全好就出門或者去浸浴,結果又再倒返去舊病。 所以,當我哋坐喺自己嘅小房入面嘅時候,要更加留意自己,好等我哋喺德行上出類拔萃,面對惡勢力時可以堅不可摧;喺知識上得到更新,就可以被認為配得上各種多樣嘅默想;亦因喺禱告中向上提升,就可以更清楚地看見我哋救主嘅光。

**15.** 我無法盡述一切魔鬼的邪惡,我也不敢逐一列舉它們的所有惡計,就連最淺顯易懂的讀者我都為他們擔憂。 然而,你要聽下淫蕩之靈嘅惡毒詭計。當一個人喺慾望方面已經達到一定嘅冷靜,佢啲污穢思想開始有啲退卻,呢時,呢個靈就會將男男女女引入佢嘅思緒,畀佢哋喺一齊玩耍,同時令修道者成為佢哋可恥行為同身體動作嘅觀眾。 但呢種誘惑唔係會喺心入面生根嗰種,因為專注嘅禱告同極度嚴謹嘅飲食,配合守夜同靈性默想嘅修行,會好似無水嘅雲咁將佢驅走。 但係呢個狡猾嘅魔鬼有時

甚至會觸動肉身,令佢產生一種無謂嘅散亂,仲會設下千百種其他詭計,唔需要公開或者寫低。　對呢啲念頭背後嘅魔鬼湧起嘅一陣怒氣,係對付佢嘅強大良藥;因為當呢股怒氣因呢啲念頭而激起時,佢極度驚恐,因為咁樣就挫敗咗佢所有嘅詭計。　呢句就係*「要發怒,但唔好犯罪」*(詩篇4:5)嘅意思。呢個係喺試探時期,對靈魂有益嘅良藥。　憤怒的魔鬼就模仿這魔鬼,在隱士的內心異象中,向他展示父母、朋友或親人被無足輕重的人欺負的畫面,從而激起他的憤怒,並建議他應該說些惡毒的話或對付在心裏出現的(被當作加害者)人採取行動。人要留意呢點,並要迅速根除呢啲幻想,免得佢哋鞏固咗,喺禱告時變成一塊暗湧嘅炭火。　此等誘惑尤其常臨那些性情急躁、易於被煽動(對他人採取行動)、且與純淨的禱告及對我們救主耶穌基督的知識相距甚遠的人。

**16.** 主將這世代的思想託付給人,正如一個好牧人將祂的羊託付給人,賜給他渴望和憤怒做幫手,好叫他能以憤怒驅走狼(魔鬼)的思想, 並以佢嘅熱誠去全心全意咁愛羊(好嘅思想),照顧佢哋,即使屢次畀風雨吹倒都唔放棄。上帝亦賜佢律法,教佢點樣牧羊,並賜佢*「安息之所同平靜嘅水」* (詩篇22:2),又賜佢一弦琴同一箏,同一支杖同一根棍(並命定)要佢從呢群羊(同牧場)度取食同取衣,並收集*「山坡上嘅乾草」*(箴言27:25)。*「因為邊個牧放羊群,卻唔食羊奶呢?」*(林前9:7) 所以,隱士要日夜看守呢群羊,免得有任一隻羊羔畀野獸搶走,或者落入賊手;如果真係喺曠野有呢啲事發生,佢就要即刻喺獅子或者母熊嘅口中救出嗰隻被擄嘅羊羔 (撒上17:34-35)。 亦有啲思想好似兇猛嘅野獸:對兄弟嘅思想,如果夾雜住仇恨留喺我哋心入面;對女人嘅思想,如果夾雜住羞恥嘅慾望喺我哋心入面打轉;對銀同金嘅思想,如果因為貪婪而紮根;甚至連對聖潔禮物嘅思想,如果夾雜住虛榮住喺心入面。　同樣道理,其他思念若被情慾捲走,亦當如此。人不但要日間守護(自己嘅羊群),更要在夜間看守,保持警醒。因為有時有人沉溺於可恥又狡猾嘅幻想,最終失喪咗自己嘅所有。　呢段正正就係聖雅各伯所講嘅意思:*「我冇帶過一隻俾野獸撕咬嘅羊畀你;白晝俾人偷走嘅羊,同埋夜晚俾人偷走嘅羊,我都自己賠償。我白晝要頂住烈日,夜晚要受凍,瞓都瞓唔着。」*(創世紀31, 39–40). 如果因為過度疲勞而陷入絕望,那我們就投靠在知識的磐石下,以詩篇作為我們講道的開端,用美德彈奏知識的琴弦。　所以,我哋要喺西奈山下再次看守羊群,等我哋列祖嘅神可以從荊棘中呼召我哋(出3:1,4),並賜予我哋行神蹟奇事嘅能力。

**17.** 基督透過默想所有時代(即過去、現在,尤以將來為最)去喚醒因罪惡而麻木不仁的理性本性(以至悔改),而祂的父則使這顆正經歷基督之死(透過洗禮或悔改背離罪惡)的靈魂復活── 並透過對祂的認識而復活。使徒保羅所講 precisely 就是這個意思,他說:*「我們若與基督同死,就信我們也必與祂同活」*(羅馬書6:8)。

**18.**當心思識脫去舊人,著上恩典之人的時候,在禱告中,就會看見自己本性,好似藍寶石或天色,聖經亦稱之為「神的所在」,正如眾長老在西奈山所見(出24:10)。

**19.** 至於那污穢的鬼魔,有的是引誘人,當人像人一樣;有的是擾亂人,當人像啞巴的受造之物一樣。前者一來,就灌輸給我們虛榮、驕傲、嫉妒或定罪的思想,這些思想並不影響任何啞巴受造之物, 而後者,當佢哋接近時,就會激起與佢哋本性相反嘅憤怒或慾望;因為呢啲情慾係我哋同啞巴受造之物所共有,並隱藏喺我哋理性本性之下(即係話,佢哋位於我哋理性本性之下)。 咁,聖靈喺《詩篇》81:6–7講到人作為生物嘅思想時,就話:*「我曾說:『你哋係神,都係至高者嘅兒子;然而你哋要死得好似凡人,要倒得好似王子一樣。』」*　但係,當你諗起喺一個人入面、就好似喺一隻啞巴生物入面嗰啲念頭,又可以講啲乜嘢呢?*「唔好似馬同騾,佢哋冇理智;要用勒口器同嚼環箍住佢哋嘅口,免得佢哋走近你。」*(詩篇31:9)

**20.**當仇敵來攻擊你,並按經上所寫,你想將他的刀轉向他自己的心(詩篇36:15)時,就照我們所吩咐的去做。你要在自己裡面分析他所種植的念頭:它是誰,由什麼構成,以及到底是其中的哪一部分擊中了心智。　我講緊咩嘢?其實就係咁:假設佢哋將對金錢之愛嘅念頭傳畀你。將佢拆解成接受佢嘅心靈、對金錢嘅念頭、金錢本身,以及對金錢嘅慾望。最後,問:呢啲之中邊樣係罪?係心靈?但點可以咁講,因為佢係神嘅形象?定係對金錢嘅念頭? 但有邊個擁有心智嘅人,可以咁講?咁唔係金本身就係罪惡咩?但咁點解佢要被創造出嚟?因此,只可以將罪歸咎於第四者(即對金錢嘅慾望),佢既唔係一個獨立嘅實體,亦唔係一個實體嘅概念, 但係一種反人類嘅快感,係由自由意志所生,並迫使心靈去濫用神嘅受造之物──呢種快感,神嘅律法命我哋要壓制佢。 當你審視呢件事,呢個念頭就會被拆解到佢真正嘅本質,而當你嘅心靈因呢種洞察而提升,嗰隻魔鬼就會即刻逃走。　但如果你唔想用佢自己嘅劍去對付佢,而係想先用你嘅甩石槍打倒佢,就拎塊石頭出你牧羊人嘅袋,然後開始呢個思索:點解天使同魔鬼會被吸

引到我哋呢個世界,而我哋卻唔會被吸引去佢哋嗰度? 因為我哋從來都冇諗過要令天使更接近上帝,亦都冇諗過要令魔鬼更加污穢。 又(亦要深思)*「那清晨之子,清晨而出,竟要跌落地上」*(以賽亞書14:12)*?「海如滾沸的釜,深淵如被捆綁的囚犯;深淵如銅爐般被點燃」*(約伯記41: 22–23),用佢嘅惡意激起一切,並渴望統治一切?對呢啲事嘅思索,大大傷到魔鬼,並令佢成隊都潰逃。但只有已經稍為得潔淨,並且對所發生嘅事有啲體會嘅人,先至可以咁做。 但污穢者無法維持此等觀照;即使有人教他們施法,當內在戰爭爆發時,他們仍不會被聽見,因為他們體內塵土飛揚,一切因他們的慾望而大亂。因為所有外敵大軍必須完全靜止,才能讓單一的歌利亞上前挑戰我們的大衛。 同樣地,對於其他不純的思想,我哋會同時採用(之前提過嘅)思想分析同呢種(第二種)戰鬥方式。

**21.** 當任何不純的思想被過於迅速地驅散時,我們要探究導致如此的緣由。無論是出於這些事物罕見──即思想所對的目標難以達成──還是出於我們天性中的冷漠,仇敵都無法對我哋造成任何傷害。 例如,如果其中一位隱士想像自己被委託去治理最繁華嘅城市,但又唔會因此沉溺喺白日夢入面,就明顯係因為第一個原因(目標無法達成); 但如果有人夢見自己成為某個城市嘅統治者(而呢件事好有可能成真),佢同樣都對呢個念頭抱住輕蔑,咁呢位福人就充滿咗無情。 同樣地,對其他念頭,如果用同樣嘅審查方法,就會清楚(點解啲念頭咁快就走咗)。 我哋要識到呢點,先可以振奮我哋嘅熱誠同努力,因為透過呢個,我哋就會知道自己係咪已經過咗約旦河,接近*「棕樹城」*(申命記34:3),定係仍然住喺曠野,畀外邦人攻擊。就我睇,貪婪嘅魔鬼喺佢嘅欺騙上極其狡猾同多變。 往往,當人被逼到要捨棄一切的極點時,他便化身為管家和窮人的愛好者;他熱情款待根本不存在的旅客,將所需物資送給有需要的人,探訪城市的監獄,贖回被賣掉的人,討好有錢的婦女,並告訴她們應該對誰施以同情, 而對嗰啲腰纏萬貫嘅人,佢就灌輸佢哋要拋棄塵世;咁樣,一點一滴咁誘惑咗靈魂,再用貪婪嘅念頭壓得佢喘唔過氣,最後將佢引入虛榮嘅陷阱。 佢令好多人因為佢(嗰個隱士)嘅所作所為而讚頌主,同時又令有啲人私底下喁喁細語,討論神職;佢預言現任神父會死,仲話無論隱士點做都逃唔過(揀選)。 咁,呢個可憐嘅心靈,糾纏住呢啲念頭,就同唔接受佢嘅人爭吵;對接受佢嘅人,佢就熱衷咁送禮,並懷住感恩,熱烈咁 ;同時,佢又將一啲頑梗嘅對手交畀法官,要求將佢哋逐出城。 當呢啲念頭喺心入面打轉嘅時候,驕傲嘅魔鬼就現身,用頻頻嘅閃電劃破咗修道院嘅空氣,派入有翅膀嘅蛇,最後更以最邪惡嘅手段──掠奪人嘅心智。但願我哋祈求呢啲念頭消失,並以感恩嘅心,努力去接受我哋微薄嘅處境。 *「因為我哋冇帶乜嘢嚟到世上,都明顯冇帶乜嘢離開;只要有食物同衣着,就當知足。」*(提摩太前書6:7–8),並要記住聖保祿接下嚟所講:*「貪錢嘅心係萬惡之源。」*(同上6:10)。

**22.** 一切不純潔的思想都因情慾而喺我哋心入面生根,令心靈陷入徹底嘅毀滅同破壞。 就好似因為肚餓,飢餓嘅人就會刻刻諗住食麵包;因為口渴,渴嘅人就會刻刻諗住飲水;同樣地,因為對應嘅情慾,由豐盛食物引起嘅貪錢同羞恥念頭,都會深深刻喺我哋心入面。 同樣道理亦適用於虛榮心嘅念頭,以及其他念頭。 但係,一個被呢啲念頭淹沒嘅心,根本唔可能喺神面前站立得住,亦攞唔到義嘅冠冕。呢個三重罪惡嘅心,就畀呢啲念頭燒盡咗;就係嗰個照福音比喻,拒絕參加認識神筵席嘅心(路加福音14:18–20)。 同樣地,被捆綁手腳並扔入極大黑暗之中的人,所穿的就是由這些念頭編織而成的外袍,被邀請者認為不配參加婚筵(馬太福音22:11–13)。 婚禮的禮服,是理性靈魂拋棄塵世慾望後所達到的無情態。至於為何當感官之念長期留於我心時,會腐蝕我等的悟性,這點詳論於祈禱篇章中。

**23.** 在反對積極生活的魔鬼中,有三個主要者,其次是成群的異邦入侵者,他們率先在戰場上,並以不純的思想誘惑靈魂犯罪:首先,掌管貪食慾望者;其次, 灌輸對金錢之愛者;第三,則敦促我哋追求人世榮耀者。所以,如果你渴望純潔嘅禱告,就要防範憤怒;如果你鍾意貞潔,就要節制你嘅肚腹,唔畀佢飽食,並用缺水折磨佢。 要喺禱告中保持警醒,將怨恨遠遠拋開;願聖靈嘅話語從未令你失望,願你以美德之手敲響聖經嘅大門。到時,你心入面嘅無情欲之光會照耀,你會見到你嘅心靈喺禱告中好似星星咁發亮。 西奈聖尼祿的選錄延伸到第27章。我們亦會將這些章節納入。 preceding 23 chapters comprise his 24 chapters.

**24.**當貪食的魔鬼經過多次劇烈的掙扎,仍無法動搖你既定的自制時,他便在你的心裏種下最嚴謹苦行主義的渴望;為此,他令你想起但以理的故事──那貧瘠的生活和種子 (呢啲就係佢唯一嘅食物)(但以理書1:16),提醒佢有啲隱士,就算係初學者,都一直都係咁樣生活,並逼佢去模仿佢哋,結果佢因過度節制,反而連中等嘅節制都做唔到,因為佢身體太虛弱,撐唔住。 我相信唔理呢啲建議,唔好剝奪自己嘅麵包、油同水係啱嘅。因為弟兄姊妹憑經驗學到,呢種飲食最理想,只要唔食得飽,每日只食一次就得

。如果有人食飽麵包同水都能攞到無情欲嘅冠冕,就真係好奇妙。　不過,我所講嘅「超脫」,並唔係指唔做罪惡嘅行為——因為嗰樣嘢叫「禁慾」——而係指將心入面嘅情慾思想斬斷,聖保祿就稱之為「內在猶太人嘅屬靈割禮」(羅馬書2:29)。　如果有人聽到呢啲說話就心志動搖,就让他哋記住*「所揀選嘅器皿」*(使徒行傳9:15),嗰位使徒喺飢渴交迫中都完成咗佢嘅使命。　呢個魔鬼亦畀絕望嘅靈效法;呢個真理嘅敵對者喺病人嘅心靈入面灌輸要退返去最深嘅曠野嘅念頭,敦促佢效法施洗者約翰同隱士之先驅　——安東尼——好叫佢頂唔順長期嘅超人孤獨,羞愧逃走,放棄佢嘅崗位;而呢個魔鬼之後得意忘形咁講:*「我已經對付過佢啦!」*(詩篇12:5)

**25.** 同第六十八章一樣 – 第一代的伊瓦格里烏斯。

**26.**　魔鬼並不知道我們的內心,正如一些人所想像的那樣。因為只有那知心者*「知道人的心意」*(約伯記7:20)*「並且在暗中造了他們的心」*(詩篇32:15)。　但無論係我哋講出嘅話,定係某啲身體動作,佢哋都可以洞悉到好多發生喺心入面嘅動盪。譬如,喺傾偈嘅時候,我哋譴責咗嗰啲誣陷我哋嘅人。　由呢啲說話,鬼魔就斷定我哋對佢哋懷有惡意,並以此為藉口向我哋灌輸對佢哋嘅惡念 ;一旦我哋接受咗呢啲念頭,就會落入怨恨鬼魔嘅軛下,而呢個鬼魔就會喺我哋心入面不停地煽動對佢哋嘅報復念頭。　所以,聖靈責備我哋,話:*「你坐喺度就誣衊你兄弟,設埋伏害你親生母嘅仔。」*　(詩篇49:20);即係話,你打開咗惡意念頭嘅大門,喺禱告時擾亂咗你嘅心,不斷浮現你仇敵嘅面容,咁就等於將佢當神咁崇拜。因為喺禱告時,心裏面不斷專注嘅任何事物,都理所當然被視為神。　所以,我哋要遠離誣衊嘅惡疾;唔好講人嘅壞話,亦唔好喺回想鄰舍嘅時候扭曲面容。　因為邪惡嘅魔鬼好奇咁監視住我哋嘅每一個動作,乜都唔放過,可能用嚟對付我哋——無論我哋係起身、坐低、企、行、講嘢定係望人——佢哋對一切都好奇,*成日用奉承嚟「向我哋學習」*。 (詩篇37:13),好令佢哋喺禱告時羞辱卑微嘅心,熄滅佢嘅福光。

## *12. 隱士以弗列姆的言行錄*[65]

**1.** 阿爸伊瓦格里烏斯說:要避免談論塵世事物,免得心被擾亂,而打破你守默的規矩。

**2.** 佢又話:「無分散心咁祈禱好緊要,而無分散心咁唱詩(聖詩)就更加緊要。」

**3.**　佢又話:「要時刻記住你嘅最終歸宿;唔好忘記永恆嘅審判,咁你就可以保守自己免於一切罪過。」

**4.** 佢又話:「如果冇試探,就冇人可以得救。」

**5.** 阿爸·伊瓦格里烏斯說:「得救的開始是責備自己。」

**6.**　佢又話:「如果你陷入絕望,就禱告,但要帶住敬畏同顫抖去禱告;要誠懇、有活力同警醒咁禱告。」

**7.**　阿爸伊瓦格里烏斯喺佢出家生活嘅開始,去咗見一位長老,對佢講:「阿爸!畀我一句可以救靈魂嘅話。」長老對佢講:「如果你想得救,無論你去見邊個,都唔好開口,直到佢問你:『[66] 』」

**8.**　有一次,喺監房度開咗個會,傾緊某件事,阿爸伊瓦格里嗰陣喺度講嘢。有個長老同佢講:「阿爸,我哋知道,如果你肯自己撐腰,早就做咗主教,掌管好多教會;但而家你卻坐喺度,好似個陌生人。」阿爸伊瓦格里烏斯雖然心動,卻並不驚慌;他點點頭,說:「正是如此,父啊,但*『我已講過一樣事,我必不加第二樣』*(約伯記39:35)。」

**9.** 伊瓦格里烏斯喺佢嘅《諾斯底主義者》入面講:我哋由義人格列高利嗰度學到,有四種主要美德:聰明(*phronesis*)、勇氣、貞潔同公義。 佢話,審慎嘅功課係要默想嗰啲有智慧嘅聖潔能力;勇氣嘅功課就係要堅守真理,就算有反對,都唔好轉向虛假;由第一個農夫拎咗種子之後,轉頭避開播種者(仇敵),就係佢眼中「chastity[67] 」嘅特徵。 而公義嘅責任就係要畀每個人應得嘅。

**10.**　同一著作入面佢話:真理嘅柱石,　加帕多基亞的巴西流說:來自人的知識,透過不斷的研究和實踐得以完善;而來自恩典的知識,則透過真理、溫柔和憐憫得以完善。前者即使熱情的人都可以獲得,而後者只有心靈冷靜的人才能接受,他們在禱告時,看見照亮他們心靈的光。

**11.**　佢又喺度講:提穆伊塔教會嘅天使塞拉皮翁話,心靈透過沉浸喺屬靈嘅知識入面得以潔淨,愛能醫治憤怒,而自制能約束慾望同情慾。

---

[65] 出自《可紀念故事》、《伊格納修斯大公之彙編》及《字母式父則》。

[66] 對學者埃瓦格里嚟講,呢件事可唔係小事。

[67] 由寓言可見:播種者係魔鬼。

**12.** 此外,底米修斯說:「要不斷地與自己談論神嘅安排同審判,並努力將這些事銘記於心。神嘅安排尤其表現在祂將我哋從罪惡同無知提升到品德同知識。」

# 第二卷

*前言*

喺揀選呢本卷嘅文章時,就必須跟足希臘文**《多布羅圖利比耶》**嘅次序。依家已經咁做咗。喺聖卡西安嗰度,我哋揀咗佢專門嘅苦行教導(之前冇收錄),但冇收佢嘅修道院規矩;然後,我哋就介紹耶路撒冷可敬嘅希西修同西奈山尼洛斯嘅苦行教誨。　但喺呢度,我哋應該暫停一下,唔再完全跟從希臘文**《多布羅托盧比》嘅**次序;因為嗰度遺漏咗好多聖潔嘅苦行教父──佢哋係從主要內在視角詮釋苦行生活嘅最主要人物──即係:敘利亞嘅聖以弗列姆、約翰·克里馬庫斯、巴爾撒那弗同約翰, 多羅修長老,同埋敘利亞的以撒。剝奪我哋呢個選集佢哋嘅教導,將會係好大嘅不公。基於呢個原因,我哋認為引用佢哋嘅作品係合適嘅。要將呢啲聖父嘅著作全部收錄就唔太恰當,而且亦無迫切需要,因為佢哋已經全部翻譯成俄文。　佢哋嘅著作都已經翻譯成俄文,但唔係人人都隨手攞到。為咗填補呢個空缺,將呢啲聖父嘅神聖教導傳達畀所有渴求嘅靈魂,我哋從佢哋嘅著作中揀選出對靈性生活最 essential 嘅內容,深信喺呢度,一個字都可能勝過成冊嘅書。　聖卡西安喺揀呢啲摘錄時做咗引路人;佢將「透過克制慾望去淨化心靈」定為苦行嘅目標,所有苦行講道都圍繞呢個目的。基於呢點,先從佢嘅著作入面編咗呢啲摘錄;　呢個原則亦規管咗取自西奈嘅聖尼祿嘅材料嘅編排;指導咗取自聖以法蓮嘅揀選;並指引咗取自聖巴爾散奴及聖約翰、聖阿巴多羅修同聖亞薩克·叙利亞嘅內容,雖然後三者嘅貢獻冇用特定標題標示。　因此,我哋《**Dobrotolyubie**》第二卷嘅全部內容,就成為咗神聖教父哋教導嘅一個匯編,主要講述對抗情慾、淨化心靈──即苦行嘅最終目標。

*HTML版本編輯者附言(2005年)*

**《善愛》**第二至第五卷的正文已按現代俄文拼寫及發音編輯。聖經引文則保持原貌。必要時,可參考舊約及新約的現代俄文版以釐清其意。　「mir」(社會,有時指整個受造宇宙)、「mir」(和平、寧靜、和諧)同「μνρο」(聖膏油嘅香膏混合物)喺拼寫上嘅分別亦都冇改動。

## 聖若望·卡西安(羅馬人)

*佢嘅簡短生平*

聖若望·卡西安(羅馬人)約於350至360年出生,可能喺高盧地區、馬賽附近出世,父母係貴族兼富翁,佢接受咗良好嘅學術教育。　由細個開始,佢就鍾意討神喜悅嘅生活,並且燃起咗想喺呢方面達到完美嘅強烈渴望,於是佢就出發去咗東方,喺伯利恆嘅修道院落咗修道誓願。喺度,佢聽講到埃及長老嗰啲光輝嘅苦行生活,就想去睇吓佢哋,向佢哋學習。　為咗呢個目的,佢同朋友赫爾曼傾好咗,喺伯利恆修道院住咗兩年後,大約喺390年左右,就出發去咗埃及。　佢哋喺嗰度足足過咗七年,隱居喺修道院、小修房、洞穴同隱士之中;佢哋觀察一切,鑽研並親身實踐,對當地隱修生活嘅各種細節都熟悉到無可再熟。　佢哋喺397年返到自己嘅修道院;但係同年佢哋又再度出發,去返嗰啲埃及沙漠地帶,一直留到400年。　今次離開埃及後,聖卡西安同佢個朋友就去咗君士坦丁堡,喺嗰度受到聖金口熱烈款待。聖金口喺400年為聖卡西安晉鐸,為佢個朋友(因為年長)晉默。　當聖金口被流放時,佢嘅忠實信徒喺405年派咗一個代表團去羅馬搵教宗無辜四世為佢申冤,當中就有聖卡西安同佢個朋友。呢次使團最後冇咩成果。之後,聖卡西安冇返去東方,反而返咗佢嘅祖國,喺度繼續佢 嘅苦行生活,跟住埃及嗰套模式;佢因為生活嘅聖潔同埋作為老師嘅智慧而聞名,並晉鐸成為神父。門徒一個跟住一個咁嚟投奔佢,好快就由佢哋組成咗一座整座修院。　跟隨佢哋嘅榜樣,唔遠處就成立咗一間女修道院。喺呢兩間修道院,都引入咗一套規矩,令修道士效法東方,尤其係埃及嗰啲修道院嘅生活方式,從而搵到救贖。　呢啲修院喺新嘅精神同新嘅規矩下重新組織,加上喺度耕耘嘅人明顯嘅成功,吸引咗高盧地區好多主教同修院院長嘅注意。

佢哋想喺自己嘅寺院度實行呢啲做法,就搵聖卡西安寫一套反映苦行精神嘅東方修道規則。佢樂意咁照做,將所有嘢寫成12卷法令同24篇講道。聖卡西安喺435年過身。 佢嘅瞻禮日係二月二十九日。喺聖卡西安嘅呢啲苦行著作入面,舊版《多布羅托留比耶》收錄咗八本書(第5至12章)講對八大情慾嘅抗爭,同埋一篇(第二篇)關於推理嘅講道,全部都係節錄版。 我哋都跟隨呢個例子。主要收錄嘅文本係關於對抗情慾嘅八本書,採用最完整嘅翻譯,並喺適當位置加入論著同講道入面嘅段落。 然而,亦認為有必要先將幾段對話摘錄擺放喺前面,以展示喺靈性生命中對抗情欲嘅重要性,或者喺苦行進程中嘅地位;呢啲摘錄闡明咗對抗情欲嘅必要性,並概述咗情欲同對抗情欲嘅大綱; 並於其後附上其他兩場鬥爭的摘錄——即對思想的鬥爭,以及因不幸與災難而生的悲傷——作為對前述八種思想鬥爭的補充。 最後,作為附錄,收錄咗關於幾個主題嘅必要指示。呢啲主題雖然係講整體嘅靈性生活,但都同靈性鬥爭緊密相關;佢哋係: 論恩典與自由意志作為塑造屬靈生命的推動力;論禱告,二者在此匯聚;論屬靈生命中成聖程度的差異,按其動機分類;以及論懺悔功課的結束。 – 點解呢啲補充資料會阻止我哋將聖卡西安所有著作嘅摘錄都題為 *「靈性爭戰概覽」*?因此,聖卡西安嘅摘錄會按以下標題分類:

**1.** 苦行主義嘅目的同終點。

**2.** 為咗呢個目標,我哋亦要決定我哋對世界嘅放棄應該採取咩形式。

**3.** 肉體與靈魂之間的爭戰。

**4.** 情慾嘅一般概述同埋對抗佢哋嘅鬥爭。

**5.** 對抗八大主要情欲:(a) 貪食,(b) 慾望之靈,(c) 貪婪之靈,(d) 忿怒之靈,(e) 憂傷之靈,(f) 絕望之靈,(g) 虛榮之靈,(h) 驕傲之靈。

**6.** 對抗惡念,並透過它們對抗惡靈。

**7.** 對抗各種苦難。

**8.** 論神聖恩典與自由意志為屬靈生命之源。

**9.** 論禱告。

**10.** 論靈性生命中的指引。

**11.** 根據向往完美嘅推動,講靈性生命中達到完美嘅程度。

**12.** 論懺悔工夫的結束。

## 靈性鬥爭概覽

### 1. 苦行主義嘅目的同歸宿

**1.** 所有科學同藝術都有佢哋自己嘅目的(scopon)同終點(telos)——有咗呢啲喺心,一個勤力嘅藝術愛好者就會甘願承擔所有勞苦同開支。 所以農夫忍受住有時嘅炎熱、有時嘅寒冷,不厭其煩地犁地同鬆土,佢嘅 *「目的」*——就係清走所有外來雜物——令到土壤更加肥沃; 深信否則就達唔到*佢嘅「目的」*,即係有豐收,以供自己所需,並增加財富。同樣地,我哋嘅苦行都有佢嘅目的同終點,為咗呢個目的,我哋願意唔厭其煩、歡喜愉快咁承擔一切勞苦, ——為咗呢個目的,禁食嘅清淡粗糧都唔會令我哋感到沉重,守夜嘅疲倦反而帶嚟喜悅,不斷反思咁閱讀聖經永遠都唔會覺得夠,我哋亦唔會被無休止嘅勞作、被剝奪一切事物同埋生活喺貧乏之中、甚至被呢片無邊荒野嘅恐怖所嚇倒。

**2.** 我哋苦行生活嘅終點係天國,目標係心靈嘅純潔,冇咗呢樣,就無可能達到嗰個終點。 我哋要將目光定睛喺呢個目標上,盡量忠實咁行直線;如果思想稍為走偏,就要即刻返去默想目標,並按某個準則糾正佢哋。

**3.** 聖保祿就教導那些承擔基督美好軛的人說:*「你哋結出聖潔嘅果,結局就係永恆生命。」*(羅馬書 6:22)透過呢句話,佢好似想講:你哋嘅目標係心靈嘅純潔,而結局就係永恆生命。 所以,凡能引領我們向此目標——即心靈純潔——的一切,我們都要全力追求;凡能令我們分心於此者,都要視為有害而避開。 因為我哋做所有嘢、行所有路,都係為咗呢個目的;為咗呢個目的,我哋舍棄父母、故鄉、職位、財富,同埋世上一切嘅歡樂同享樂——換句話講,就係要堅定咁保持心靈嘅純潔。所以,如果我哋時刻記住呢個目標,我哋所有嘅言行就會直接指向呢個目標。 但如果呢個目標唔能夠時刻擺喺我哋眼前,我哋所有嘅勞苦同努力,因為唔係集中喺呢件事上,就會白費。

**4.** 所以,我哋要為咗呢份純潔去做一切事、去渴望一切嘢;為咗佢,我哋要入曠野;為咗佢,我哋要守齋、通宵禱告、勞作、身體貧苦、讀經同其他美德──換句話講,就係要令我哋嘅心靈遠離任何破壞性嘅情慾,並且保持咁樣。 我哋應該為咗呢個首要目的──即係心靈嘅純潔──而去禁食、守夜、過隱士生活同研讀聖經;並且因為呢啲,我哋絕對唔可以容許自己被引離呢條至高無上嘅美德。 因為當呢種首要美德喺我哋心入面保持住、毫髮無傷,就算喺任何情況下,我哋被迫放棄上述任何一種苦行,都唔會有損失;但如果我哋喺所有苦行上都堅持,卻違犯咗呢樣,就冇咩好處,因為所有嘢都要為佢而做。 呢啲行為本身並唔係完美,只係通往完美嘅手段。咁,一個只滿足於佢哋,好似佢哋就係*「至善」*咁,喺佢哋度停下心靈嘅追求,而唔係用嚟達到佢哋所追求嘅最終目標,嗰個人嘅努力就有幾徒勞呢?

## 2.懷住呢個目標,我哋亦要決定我哋嘅出世應該採取咩形式

**1.** 放棄世界有三種:第一種係身體上放棄世上所有財富同 possessions;第二種係放棄我哋以前嘅習慣、惡習同慾望,無論屬靈定屬身體; 第三種係當我哋將心思意念遠離一切眼前同可見嘅事物,只顧念未來,渴慕嗰啲不可見嘅。主喺對亞伯拉罕講*「離開你嘅本國、你嘅家族同你父家」*嗰陣,就命令佢一齊實踐呢三種棄絕。 (創世記12:1):*「離開你本地」*,即係離開世俗嘅財富同地上嘅擁有;*「離開你本族」*,即係離開你以前嘅生活方式、舊有習慣同惡習,因為佢哋自從我哋出世嗰刻起就緊貼住我哋,就好似血親咁親密; *「離開你父家」*,即係離開對呢個世界同入面所有眼前所見事物嘅一切記憶。呢件事就係當我哋同基督一齊對世界嘅元素死咗,正如使徒所講,我哋就唔再顧念所見嘅,而係顧念所不见嘅; *「因為所見的是暫時的,所不見的是永遠的。」* (林後4:18)──當我們的心已經離開這暫時且能看見的家,便將目光與心思轉向那我們要永遠居住的地方; ──因為*「雖然我們在肉身行事,卻不照着肉身交戰」* (林後10:3),而是在主裡,藉着我們的言行宣揚那蒙福使徒的話:*「我們國民本是天上的人」* (腓3:20)。

**2.** 如果我哋以全副信心嘅熱誠作出第一次棄絕,卻冇用同樣嘅熱忱同火焰去實踐第二次──咁,一旦成功達到呢點,我哋就可以同時達到第三點,喺其中, 按老人的吩咐離開咗舊父嘅家,我哋就完全將心靈嘅目光投向天上。 所以,如果我哋想達到真正嘅完美,就要努力確保,就好似我哋身體上已經拋棄咗父母、祖國、世俗嘅財富同享樂,我哋心入面都要同樣拋棄晒呢啲嘢,並且永遠唔好再用慾望去留戀我哋曾經鄙視嘅嘢: 就好似以色列人出咗埃及,嘗過天上嘅嗎哪之後,仲掛住埃及嗰啲污穢卑賤嘅食物,話:*「我哋喺埃及,坐喺鍋邊嗰陣,過得更好吖!」* (出16:3; 民數記 11:5)。凡係離棄世界之後,又返去舊日嘅憂慮,畀舊日嘅慾望牽住,行事同心 ,就同佢哋一樣,心裏面講:*「我喺埃及*(世界)*嗰陣日子最好過」*。單憑身體離開世界,單憑離開呢個「埃及」,對我們嚟講毫無益處,除非我們同樣能達到更高、更有益嘅心靈放棄。 關於我哋所稱嘅肉身拋棄,使徒就宣講道:*「我若將所有的施捨出去,又若將我的身體交給人焚燒,卻沒有愛,於我無益。」* (林前13:3) 即係話,即使我放棄晒所有嘢,連一啲都唔留俾自己,並且為咗完全自我奉獻,我仲揀咗殉道,用烈火燒自己嘅肉身,將自己嘅身體都為基督捨棄;但如果我心急、發脾氣、嫉妒或者自大, 如果我因別人的冒犯而憤慨,或追求自己的利益;如果我沉溺於邪惡,或對一切加諸於我的人和事都抱著不耐煩和不情願:那麼,我外在的放棄和舊人的焚燒對我毫無益處,因為內在的我仍然被同樣的舊情慾所困。

**3.** 所以,我哋要盡全力,務求我哋內在嘅自我,亦都脫去並拋棄佢喺前一生命中所累積嘅一切情慾財富──呢啲情慾,附着喺身體同靈魂上, 其實就係我哋嘅本性;如果喺我哋仲喺呢個肉身入面嘅時候,唔將佢哋斬斷同拋棄,佢哋就唔會喺我哋死後都停止伴隨我哋。 正如美德──或者說係佢哋源頭嘅愛──喺今世獲得之後,即使人生結束,都會令所愛之人變得美麗而光彩照人;同樣,惡行一旦用厭惡嘅色彩塗滿靈魂,就會連同呢啲污漬,將佢帶入嗰個永恆嘅居所。 靈魂嘅美醜,源自品德或罪惡嘅本性,由此衍生出一種色調,令佢或光輝四射、美不勝收,以至配得上聆聽先知嘅話語:*「君王要慕你的美善」*。 (詩篇44:11),──或者變得極其黑暗、污穢、可憎,以至於它自己,承認自己墮落的惡臭,會說:*「因我所犯的愚妄,我裏頭的傷口都發臭腐爛。」* (詩篇37:6)。 所以,佢哋(美德同情慾)其實係我哋真正嘅財富,永遠同靈魂緊密相連,任何君王都畀唔到我哋,任何敵人都搶唔走我哋。佢哋真係我哋真正嘅財富,就連死都無力從靈魂度奪走佢哋。 (散去情欲嘅惡富,就係要將佢哋置之死地──而呢件事冇經過同佢哋嘅掙扎就做唔到。正因如此,凡係棄絕塵世嘅人,都必然要同情欲展開一場掙扎,而呢場仗佢哋要由一開始就親自上陣。 聖卡西安喺佢嘅《對話錄》入面,用一般嘅講法討論呢場掙扎──第四篇*《論肉體與靈*

*魂之間嘅掙扎》*同第五篇*《論八大主要情欲》*——而《誡命書》就特別詳細咁描述咗對抗每一種主要情欲嘅掙扎。 —我哋會從當中擷取最精要嘅要點)。

### 3. 肉體與聖靈之間的爭戰

**1.** 正如使徒所言:*「情慾和聖靈相敵,聖靈也和情慾相敵;這兩者彼此對立,使你不能做所想要做的事。」*(加拉太書 5:17) 按上帝嘅眷顧安排,佢好似已經深植喺我哋嘅本性入面。如果佢係普遍存在於所有人,冇一個例外,咁佢又豈能唔係人墮落後本性嘅一種自然屬性呢? 然而,我們必須相信,它是照神嘅旨意存在於我們裏面,是為咗我們好,而唔係害我們,因為它本性上就係咁。神留咗佢喺我們裏面,為咗激起我們對至高完美嘅熱誠。

**2.** 呢段經文入面嘅*「肉體」*一詞,唔應該理解為人呢個存在,而係指肉慾嘅意志或者卑鄙嘅慾望;同樣,*「靈」*呢個詞亦唔應該理解為任何個人存在,而係指靈魂嘅良善同聖潔嘅願望。 使徒自己就解釋咗呢個意思,佢話:*「要靠聖靈行事,就唔好滿足肉體嘅慾望;因為肉體與聖靈相敵,」*等等(同上,16–17節)。 由於呢兩種慾望都存在於同一個人入面,我哋心入面不停咁打交。屬肉體嘅慾望,主要傾向犯罪,只喺滿足今生需要嘅嘢度先得著快樂; 相反,靈魂卻完全想投入屬靈的事,連肉體最基本的需要都要撇開,只專注於屬靈的事,對這必死的肉體一點也不理會。肉體喜愛豐盛和各種享樂;靈魂連處理自然需要的事都毫無喜悅。 前者想要飽睡飽食;後者則認為守夜同禁食先至最有營養,連維持生命所需嘅睡眠同食物都唔想畀自己。前者想要各種財富滿溢;後者就算每日淨係得 嘅一小塊麵包都唔滿足。 前者希望過住奢華生活,身邊圍住一班拍馬屁嘅人;後者則喺艱苦嘅人生同遼闊嘅無人沙漠中搵到更大嘅喜悅,亦對塵世人嘅陪伴毫無興趣。前者被世俗嘅榮譽同讚揚所吸引;後者則喺迫害同侮辱中得到快樂。

**3.**當我哋嘅意志畀自愛同世俗智慧所驅動,就會喺呢兩種傾向之間,策劃出一條可惡嘅折衷路——既想遠離肉慾,又唔想承受為滿足聖靈要求而必然要面對嘅一切艱辛。 ——希望不需苦待肉體就能達到身體的純潔,不需守夜的勞苦就能獲得心靈的純淨,肉體安息時就能豐盛地充滿屬靈的美德,不需忍受惡言就能得著忍耐的恩典,不失世俗的榮譽就能彰顯基督的謙卑, 要同時追求敬虔的單純又保持今世的傲慢,要事奉基督卻又追求人的榮耀和恩寵,要講出斷斷乎是的真理卻連最輕微的侮辱都不得受——總之,要得着將來的福分,卻又不想犧牲現世的福分。 咁嘅心志唔會帶嚟真正嘅成全,反而令到人處於溫吞嘅狀態,好似主喺《啟示錄》入面譏諷嗰班人一樣: *「我知道你的所作所為,你既不冷也不熱;我巴不得你冷或熱。你既屬乎溫水,又屬乎溫水,所以我就要唾你出口。」*(啟示錄 3:15–16) 但當恩典臨到,就會激發靈裡嘅力量,並恢復其中更高嘅志向,令靈得以從一切屬地嘅事物中脫離。 喺佢哋嘅影響下,意志再唔能夠保持咁冷漠同溫吞,而會充滿對最美好事物嘅熱誠,並犧牲一切比佢低劣嘅嘢。然而,同時,佢內心仍然存留住一種向以前冷漠狀態回歸嘅傾向,而佢好容易就會再度跌返入去。 為咗防止呢件事發生,敵對更高志向嘅衝動仍然留喺肉體入面;意志嘗過更高嘅福份之後,就唔可以再容忍佢哋,一旦察覺到佢哋,就會即刻以全部熱誠被激起生命,並英勇壯烈咁捍衛佢更高嘅福份。 而當意志一滑入呢種與神為敵嘅溫水態度,肉體嘅掙扎就會即時湧現,將佢激起,令佢重燃鬥志。由此可見,如果唔係因為體內湧現嘅掙扎帶領我哋走出呢種狀態,我哋就會永遠停留喺上述嗰種與神為敵嘅溫水態度之中。 因為喺嗰種狀態下,當我哋屈服於放縱,想犒賞自己嘅時候,肉體就即刻反撲,用罪惡衝動同慾望嘅刺傷我哋,令我哋無法企喺可望、令人安慰嘅純潔之中,反而拉我哋向一種令人涼快嘅悅樂——但嗰種悅樂並唔令人滿足, —好似將我哋引到一條長滿荊棘嘅路上。但呢種情況激起我哋對上帝嘅沉睡熱情;熱情興起,驅走侵入我哋生命嘅仇敵。呢場日日喺我哋心入面進行嘅鬥爭,引領我哋作出有益嘅決心, –要拒絕懶散同草率嘅生活,透過勤力同靈裡嘅痛悔去達到心靈嘅純潔,– 要透過嚴格嘅禁食、飢渴同失眠去保持身體嘅純潔,– 要透過閱讀、反思同不斷嘅禱告去達到良好嘅心境。

**4.** 類似嘅情況以神秘嘅方式描繪喺神對以色列敵對列國嘅計劃中,正如《士師記》所載:*「耶和華留下這些國民,要藉他們試驗以色列人……好叫他們學戰之法」*(士師記3:1–2)。 – 主發動呢啲戰爭,並唔係因為佢唔想以色列有和平,或者唔關心佢哋嘅福祉,而係因為佢見到呢啲對佢哋有幾大嘅好處。因為要幾乎不斷受嗰啲列國攻擊,佢哋無可避免咁需要上帝嘅幫助,所以必須時刻以信心依靠祂,並持續禱告。 佢哋無法放棄戰爭事務,冇時間放鬆大意,或者因懶散而懈怠。因為往往安全同快樂會令嗰啲本可由不幸打敗嘅人自取滅亡。

**5.** 又因為乜嘢令到喺肉體上被閹咗嘅人嘅靈魂沉睡,如果唔係因為佢哋誤以為擺脫咗呢種肉體需要,就以為自己唔需要進行肉體嘅克制,亦唔需要心靈嘅懊悔? 俾呢種大意呃到,佢哋唔理去追求真正嘅完美,亦唔理去淨化心靈入面嘅情慾。 呢種狀態雖然已經超越咗肉慾,但只係停留在屬靈嘅層面;然而,按主自己嘅話,佢係值得被拒絕嘅——因為佢由寒冷轉到溫熱,最終卻安於呢種令人作嘔嘅溫熱之中。

**6.** 因此,喺棄絕嘅一開始,當我哋停止放縱肉體——即係開始同世俗習俗脫離,並遠離明顯嘅肉體污穢—— 我哋要趕緊並盡全力,即刻將呢種靈性狀態內化於心;免得只因 ,我哋喺外在層面已經拋棄世俗 ,或者停止咗透過肉體淫亂而自污,又自以為已經達到完美,之後就對根除情慾嘅根源變得疏忽大意, 咁樣就停喺肉體同靈之間,未能達到靈性完美嘅境界,以為要達到完美,只要表面上同世上嘅生活同享樂劃清界線,並且唔做肉體上嘅放蕩同濫交就夠。 因為如果我哋留喺呢種被認為最差嘅溫吞(冷漠)狀態,就會被主嘅口吐出,正如佢所講:*「因為你溫吞……我要將你從我口中吐出去。」*(啟示錄3:16) 主對嗰啲畀佢接納入愛嘅懷中,之後又變冷嘅人,就正當地宣告,佢會帶住一種厭惡將佢哋吐出嚟。 因為一個屬肉體的人——即係一個世俗或異教徒——比起一個已經背負基督軛但未有踏上成聖道路、並任憑最初靈性熱誠之火熄滅的人,更易於歸向得救,並攀升至屬靈成全嘅高峰。 因為當這樣的人,被肉慾的激情所謙卑,並因肉體的污穢而自認不潔,產生了痛悔,轉向了所有純潔與完美之源,他們會憎惡自己曾經處於的不信和草率的那種冷漠狀態,並燃燒著熱誠,更易於邁向完美。 另一方面,凡係用冷漠態度去做神嘅工作,冇有謙卑同應有嘅熱誠,就踏上呢條召命嘅道路,一旦畀呢場災難性嘅傳染病擊中,就唔能夠自己改善,亦唔肯接受他人嘅勸告。 因為,照主嘅話,佢心裏面講:*「我富有、興旺,乜都唔缺」*;其實,更適合用下面嗰句去形容佢:*「你根本唔知道自己係可憐、貧窮、赤身、瞎眼、又裸體」*(啟示錄3:17)。 如此,佢比世俗人仲更可悲,因為佢完全唔知道自己有幾貧窮、幾瞎眼、幾赤裸,亦唔知道自己有幾需要被糾正,同埋有幾迫切需要他人嘅教導同勸告;所以佢根本唔肯接受任何得救嘅話語,完全唔察覺到將來嘅時代佢遲早要面對最嚴厲嘅審判同刑罰。

## 4. 情慾與抗爭的總覽

**1.** 八種主要情慾:貪食、淫慾、貪婪、憤怒、憂愁、絕望、虛榮和驕傲。

**2.** 情慾有*「兩類」*:自然情慾,源於自然需要,如貪食和淫慾;不自然情慾,不根植於天性,如貪婪。然而,它們的*「表現」*有*「四種」*: 有啲只喺身體入面同透過身體運作,例如貪食同淫欲;有啲就唔使身體都表現得出,例如虛榮同驕傲;再者,有啲係由外面刺激到,例如貪婪同憤怒,有啲就係由內在原因引起,例如絕望同悲傷。 情慾效應以呢種方式顯現,令我哋有理由將佢哋再分為兩大類——肉體性同靈性:肉體性嘅情慾喺身體入面產生,滋養同愉悅身體;而靈性嘅情慾則源於靈魂嘅傾向,滋養靈魂,雖然通常對身體都有破壞性嘅影響。 後者只要以心靈簡單嘅內在療癒就可以治好;而屬肉體嘅激情則要用兩種療法——外在同內在都須兼備。

**3.** 讓我們透過更詳細的討論,釐清一些已講過的話。貪食和淫亂的慾望,根植於身體,有時會剝離於靈魂而自發,僅因引發它們的慾望被激起;然而,憑藉靈魂與身體的連繫,它們又會將靈魂拉入其中。 要制約佢哋,唔可以淨係靠意志力;仲要用禁食、守夜同埋勞作嚟摧殘身體;有時要暫時隱居,甚至要完全過苦行生活。因為佢哋唔單止源於靈魂同身體嘅敗壞,亦只有靠兩者一齊嘅努力先至可以克服。虛榮同驕傲喺靈魂入面係可以唔經身體就產生嘅。虛榮為咗讚賞同榮耀嘅慾望,只要一有呢個念頭,就已經足以令佢擄獲嘅靈魂走向毀滅,咁佢仲需要咩身體嘅幫助呢? 又或者,喺路西法嘅驕傲之中,有咩身體嘅行動?佢只係喺佢嘅靈魂同思想入面構思,正如先知所言:*「你心裏說:『我要升到天上……我要與至高者同等。』」*(以賽亞書14:13–14)。 佢喺呢種驕傲上肯定冇人煽動;呢個念頭完全喺佢心入面孕育,並成熟到極點。

**4.** 雖然呢八種情慾各有不同嘅起源同埋唔同嘅後果,但頭六種——即係貪食、淫慾、貪婪、憤怒、憂愁同絕望——之間有一種特別嘅連繫,令到一種過度就會引發下一種。 因為由貪食過度 ,必然生出慾望;由慾望生出貪婪;由貪婪生出憤怒;由憤怒生出憂傷;由憂傷生出絕望。 所以,要按同樣嘅次序去對抗佢哋,由前一個向後一個咁進行:要克服絕望,就要先壓制悲傷;要消除悲傷,就要先壓制憤怒;要平息憤怒,就要踐踏貪婪;要根除貪婪, 就要制服慾望;要制服慾望,就要節制對大食嘅慾望。至於其餘兩種情慾——虛榮同驕傲——都係同樣嘅關係;即係話,前者愈強烈就愈易引發後者——過度嘅虛榮就會產生驕傲

嘅情慾; 戰勝佢哋嘅次序亦都一樣;即係話,要根除驕傲,就要壓制虛榮。但呢兩種情欲同其他六種就唔係喺生成上有關;因為佢哋唔係由嗰六種產生,而係喺嗰六種被根除之後先出現。我哋特別喺戰勝其他情欲之後,就會墮入呢兩種情欲之中。 – 然而,雖然呢八種情欲之間如上所述存在緊呢種關係,但佢哋仍然可以分為四對:慾望同貪食、忿怒同貪婪、絕望同憂傷、驕傲同虛榮,以一種特殊嘅聯繫緊密結合。

**5.** 每種情慾都以多種形式表現自己。

**6.** 因此,貪食有三種形式:要麼在非進食時間產生想吃的慾望;要麼追求大量進食,直到飽到喉嚨,完全不顧食物的質素;要麼就想要美味佳餚。 因此而產生失序進食、行屍食、大食和肉體放縱。由呢三者喺靈魂中衍生出各種邪惡折磨:由第一者衍生出對修道規矩嘅怨恨;由呢種怨恨中長出對修道生活嘅不滿,直至無法忍受,通常好快就會離開修道院; 第二種令人產生肉體慾望和放蕩;第三種則令人沉溺於對金錢的愛好,無容納基督貧窮之地。

**7.** 淫亂有三種:第一種係指異性之間發生性行為;第二種係指冇同女人發生性行為,猶太祖先嘅兒子俄南就因為呢種行為被主擊殺(創世記 38:9–10),聖經上稱之為「污穢」; 第三種係喺心思意念中犯嘅,主喺福音書入面講:*「凡看見婦女就動淫念的,這人已經在心裏同她犯奸淫了。」*(馬太福音5:28)。 那蒙福的使徒在以下經文中指出這三種:*「所以,要治死你们地上的肢体:就如淫乱、污秽、情欲*,等等。」(西3:5)

**8.** 對金錢嘅貪愛有三種:第一種,係阻住已經出家嘅人唔肯將所有財產都捨棄;第二種,係逼使已經將一切都施捨畀窮人嘅人,再度去攞返啲財產;第三種,係連原本一無所有嘅人,都會勾起想要攞嘢嘅慾望。

**9.** 憤怒亦有三種:第一種是暗暗燃燒在心裏;第二種是爆發在言行之中;第三種是長期暗藏,稱為怨恨。

**10.** 悲傷有兩種:第一種是憤怒平息後所生的,或因損失、傷害及願望未遂而起;第二種則來自對自身命運的恐懼與憂慮,或因不合理的擔心而起。

**11.** 絕望有兩種:一種令人沉溺於睡眠,另一種則驅趕人離開寮房。

**12.** 雖然虛榮有好多種表現,但主要分兩類:第一類,我哋吹噓肉體嘅優點同可見嘅事物;第二類,我哋為咗出於靈性事物嘅虛榮心而激動。

**13.** 驕傲有兩種:第一種屬於肉體,第二種屬於靈性,後者比前者更具破壞力。它尤其誘惑那些在某種美德上已然卓越的人。

**14.** 雖然呢八種情慾誘惑全人類,但佢哋並唔係以同樣方式攻擊每個人。 因為喺一個人身上,慾望嘅靈先佔上風;喺另一個人身上,易怒佔據優勢;喺又另一個人身上,虛榮主宰一切;喺又另一個人身上,驕傲稱王:所以雖然所有激情都向每個人發動攻擊,但我哋每個人屈服嘅方式同次序都唔同。

**15.** 我哋因此必須對呢啲情慾發動戰爭,方法係:每個人一旦認清咗邊種情慾對自己特別有害,就主要向佢發起抗爭,用盡一切心機同埋小心去監察同壓制佢,用每日嘅禁慾之矛去對付佢, 每時每刻都用心靈呻吟同嘆息嘅箭射向佢,並且不停喺禱告中流淚,向神求止息呢場困擾佢嘅動盪。 因為冇人能夠戰勝任何一種情慾,除非佢深信憑自己嘅勤力或勞苦無可取勝;雖然 ,但為咗淨化自己,佢必須晝夜投身於各種勞苦同一切努力,專注於此目標。

**16.**當呢位勇士感到自己已經擺脫咗最主要嘅激情之後,佢就要再次用盡心機,仔細檢視心靈深處,好讓佢分辨出喺所有激情之中邊樣仍然最強,然後將所有精神武器集中對付嗰樣。 每次都能克服內心最主要的激情,就能更快更輕鬆地制服其餘那些較輕微的激情。

**17.** 當你戰勝咗一種或多種情慾之後,你唔可以為呢個勝利而自誇。否則,主見到你心裏嘅驕傲,就會停止祂嘅護佑同保護——而你,被祂離棄,就會再次被你曾經戰勝過嗰種情慾所困擾,儘管嗰次勝利係靠住神嘅恩典。 先知都唔會祈禱:*「主啊,求你唔好將承認你嘅靈魂交畀野獸」*(詩篇73:19),如果佢唔知道心志自高嘅人會再次畀自己曾經征服嘅情慾所勝,好叫佢哋受謙卑。

## 5. 對抗八大主要情欲的鬥爭

**1.** 喺講述對抗八大主要情欲嘅鬥爭時,我哋會闡述佢哋嘅特徵,分析佢哋嘅成因,並提出相應嘅補救方法。

## *1. 對抗貪食*

**1.** 我們首先要進行的鬥爭,是對抗饕餮,或過度放縱的激情。

**2.** 至於禁慾或禁食的修持,並無一條規則可適用於所有人;因為並非每個人身體的力氣都一樣,而此美德並非只靠心靈的力量就能成就,還必須與身體的力氣相稱。 並非人人都可整星期都禁食;有啲人頂唔順兩至三日,有啲人就連到日落都頂唔住。而且,蔬菜、香草或者乾麵包都唔係人人都啱。而且,一個人可能要食兩磅先至飽,另一個人食一磅或者半磅就已經覺得好重。但係所有修習節制嘅人,都要有一個共同目標:按自己嘅容量去食,唔好貪食。因為唔單止食物嘅質素,連食嘅份量都會令心靈放鬆,喺心入面點起一把有害、罪惡嘅火。

**3.** 無論任何山珍海味,都能填飽肚皮,卻滋生出肉慾的種子;心神被食物的重量壓得動彈不得,已無力正確認識事理。 唔單止過量飲酒會令心智迷失,各種食物過量食用都會令心神唔安、搖擺不定,失去純潔無瑕嘅思想。就如所多瑪人,佢哋墮落同滅亡嘅原因唔單止醉酒,仲有對肚腹過度放縱。 聽吓主透過先知點樣責備耶路撒冷(以西結書16:49)。 你嘅姊妹所多瑪係點犯罪呢?唔就係食飽至極、過度放縱咩?因為佢哋食飽咗,肉體慾望嘅烈火無可熄滅,所以照神嘅審判,俾天降嘅硫磺之火燒滅咗。 如果就咁,佢哋單憑為咗飽足而過量食餅,就已經令佢哋跌入墮落嘅漩渦,咁又點去講嗰啲喺身體最健壯嘅時候,放縱自己過量食肉飲酒嘅人呢?佢哋食同飲嘅量,唔係照身體需要,而係由佢哋放縱嘅慾望嚟決定。

**4.** 教父們將禁慾在飲食上的界限定義為:當我們仍然感到想吃的慾望時,就要停止食用身體維持生命所必需的食物。 由此可見,即使身體柔弱者,只要憑着意志力,在肉體並不需要時克制食欲,都可以像強健者一樣,將節制的美德修煉得淋漓盡致。 使徒亦有言:*「不可放縱肉體的私慾。」*(羅馬書13:14)他並非完全禁止照顧身體,只不過禁止出於慾望的照顧——他排斥對肉體的慾望性關懷,卻不排除為生活所需而採取的合理照顧; 佢禁止前者,免得我哋放縱肉體而陷入毀滅性嘅慾望行為;但許可後者,免得身體因過度嚴苛而變得軟弱,無法完成我哋嘅屬靈追求同事工。

**5.** 因此,克制嘅程度要由每個人嘅良心判斷。每個人都要為自己訂立因對抗肉體反叛而所需嘅克制程度。——當然,要遵守規矩所規定嘅禁食;但如果喺禁食之後唔繼續節制飲食,咁樣守禁食就唔會帶來完美嘅純潔。 若在長期禁慾期間只節食,卻不忌口,並在之後大快朵頤,則其果僅是短暫的身體虛弱與疲憊,而非貞潔的純淨;因為靈魂的純淨與肚腹的禁食息息相關。 唔滿足於保持恆常同平衡嘅節制,就唔能夠擁有持久嘅貞潔。嚴格嘅禁食如果跟住過度放縱食慾,就冇咩用,佢嘅果效好快就會畀貪食嘅慾望取代。 點解每日適量同節制咁食嘢更好,唔好時不時就搞啲又長又嚴嘅禁慾?過度禁食唔單止削弱咗靈魂嘅堅定同堅強,仲因為身體边到冇力,令到禱告都變得冇生氣。

**6.** 要保持心靈同肉體嘅純潔,淨係節食唔夠,除非同時有其他靈性美德作伴。所以,最緊要係要透過順服嘅美德、心靈嘅懊悔同肉體嘅疲勞嚟學習謙卑。 不但要遠離金錢同財富,仲要連對佢哋嘅慾望都連根拔起。因為淨係唔擁有佢哋唔夠——通常都係出於無奈——而係連擁有佢哋嘅念頭都唔可以有,就算俾人送都唔可以收。 我哋要壓制憤怒嘅烈火、克服悲傷嘅重壓、鄙視虛榮、踐踏驕傲嘅狂妄,同時要透過不斷記住上帝,去約束心靈喺浮動不安中嘅馳騁。 我哋要時刻將心思從騷動不安嘅遊走中轉開,返去默想上帝,一旦嗰個狡猾嘅仇敵——想分散我哋心思、令我哋唔再默想嘅——潛入心靈深處,就要即刻咁做。

**7.** 冇能力約束貪食衝動嘅人,就永遠壓唔住慾望一旦燃起嗰陣嘅衝動。 內在之人嘅純潔,就係靠呢種美德嘅完美嚟體現。因為你絕對唔會相信,一個喺輕微交鋒中畀最弱者打敗嘅人,竟然可以喺戰場上同最強嘅對手抗衡。

**8.** 所以,首先,我哋要將貪食嘅慾望踩喺腳底下——並唔單止透過禁食,仲要透過守夜、讀經同不斷嘅心靈懺悔,同時回想所有曾誘惑或打敗過我哋嘅事,有時為罪惡之多而喟然嘆息,有時又為追求完美同純潔而心火熊熊。 我哋要令到自己去到一個地步,當我哋忙於、甚至沉浸喺呢啲苦行式嘅操練同思緒入面, 佢對呢件用食物滋養自己嘅事,唔當係可以享受嘅樂趣,而係當成懲罰嚟嘅負擔;佢對食物嘅態度,更似身體上嘅不得已,而唔係靈魂上嘅渴望。 如果我哋不斷保持呢種屬靈嘅警醒同痛悔,就會好快制服肉體嘅慾望,因為佢一旦畀食物餵養就會達到瘋狂嘅程度,並削弱佢破壞性嘅毒刺。 因此,藉住abundant 嘅眼淚同心靈不斷嘅哀號,我哋可以熄滅住喺我哋體內、由巴比倫之王——即係魔鬼——點起

嘅火爐,佢設下罪惡嘅機會,煽動我哋嘅慾望;因為嗰陣,就好似向火爐加油加瀝青,我哋會燒得更猛烈 (走向放蕩);直到,靠住神嘅恩典,藉住池露珠般嘅聖靈喺我哋心裏吹氣,我哋心入面嘅肉慾火焰先至完全熄滅。而呢度就係我哋嘅第一場爭戰──透過對完美嘅渴望去壓制貪食同放縱嘅慾望! 因此,我們不但要透過反思美德去壓制對過量食物的慾望,而且要只以謹慎而深思熟慮的心境,去攝取符合我們本性所需──而本性又易於放縱──的食物。 我哋要安排自己嘅生活,務求唔使為塵世嘅事務分心,除非身體嘅軟弱逼使我哋要照顧佢嘅基本需要。 但即使係為咗滿足生活必需,而唔係盲目屈從靈魂嘅慾望,當我哋屈從呢種必要性嘅時候,都要盡快將佢擱置一邊,因為佢會令我哋分心,影響我哋追求得救嘅修行。就連食飯嘅時候,我哋都唔可以喺呢啲追求上落後。因為除非靈魂將注意力集中喺對神嘅默想,同時對美德嘅愛同必要事物嘅美更加喜悅,否則我哋絕對唔可以因為面前嘅食物而分心。 的確,當一個人時刻將心靈的目光定於不朽與永恆的福份,並在身尚在時,以心靈先嘗到來世生活的至福, ,現世的一切就開始被視為短暫而微不足道。

**9.** 藉着呢種心態,我哋已經克服咗對大吃大喝同過度放縱嘅慾望,唔再受肉體奴役,就會被認為有資格投入最高嘅鬥爭──同嗰啲污穢勢力交鋒,而呢啲勢力通常只會同已經勝利過嘅人正面交鋒。因此,壓制肉體慾望,證明係所有戰鬥中最穩固嘅基礎。除非一個人已經征服咗自己嘅肉體,否則無人可以合法地作戰;而唔合法作戰嘅人,就唔會獲得冠冕。

**10.** 你想唔想聽一個真正嘅基督戰士,按正當嘅戰鬥規則作戰?– 細心聽住。– *「我奔跑,不是無定向;我交戰,不是打空拳;我要管束我的身,叫身受約束,免得我傳福音給人,自己反而被淘汰。」*(林前9:26–27) 你睇吓佢點樣喺自己入面──即係話喺佢自己嘅肉體──好似建立喺最穩固嘅根基上,佢就喺度定咗成個爭戰嘅主要任務,並且將成個爭戰嘅成功都集中喺一個行動:克制肉體同制服自己嘅身體。*「我奔跑,不是*向着虛空。*」(*林前9:*26*)他所奔跑的,並非毫無目標;因為他仰望那屬天的耶路撒冷,在那裡有個堅穩不移的目標,使他能堅定不移地指引他心靈快捷的航程。 忘記背後,努力向前,追求*「在基督耶穌裡神那超越的呼召」*(腓立比書3: 13–14),他永遠以心靈的目光注視著它,並以全心全意急速奔向它,大聲而有把握地呼喊:*「我已經爭戰到底,跑盡了當跑的路,保持了信心。」*(提後4:7)。 因為佢深明自己係點樣喺基督膏油嘅*「香氣中」3:13-14)*,並以堅定嘅信心宣告:*「*為我預備咗公義嘅冠冕,主──審判者──要喺那日賜畀我。*」* (雅歌1:3),並透過克勝肉體而喺屬靈爭戰中取得勝利;因此,佢以無可置疑嘅盼望宣告:*「為我預備咗公義嘅冠冕,主──那公義嘅審判者,喺那日要賜畀我。」*(提後4:8) 為咗向我哋顯示同樣嘅賞賜盼望,如果我哋要喺同一件事上效法佢,佢又加咗一句:*「唔單止對我,對所有愛慕佢再來嘅人,都係咁。」* ,宣告喺審判日我哋都會分享佢嘅冠冕,只要我哋透過克制肉身,喺靈性爭戰中取得勝利,並熱愛基督嘅再來──唔單止係佢會喺唔想見到佢嘅人面前顯現嗰次,而係尤其係佢隨時降臨喺聖潔靈魂身上嗰次。 關於呢次後者嘅再來,主喺福音書入面講:*「我同父會嚟到佢度,並且同佢一齊住喺佢度。」*(約翰福音14:23) 又有一段話:*「看哪,我站在門外敲門;有人若聽見我的聲音就開門,我就會進去,與他同坐席,他也要與我同坐席。」*(啟示錄 3:20)

**11.** 而且,使徒並不只描述他所成就的奔跑壯舉,他說:*「我奔跑,卻不是失喪;我勞碌,卻不是徒然。」*[這特別指他那顆熱誠的心和那股熱火的心志,使他全心跟隨基督,與新婦同聲唱道: *「我們在祢腳蹤裡,得著祢平安的香氣」*(雅歌1:3);又說:*「我心緊貼你」*(詩篇62:9)。但使徒又見證他喺另一種爭戰中得勝,就如他說: *「所以我努力,不是徒然擊空;乃是鞭打我的身體,叫佢服從。」*──呢句特別指自我克制嘅艱苦工夫、身體嘅鞭策同肉體嘅疲憊。 喺呢度,佢將自己呈現為一個對抗自己肉體嘅警惕摔跤手,指出佢冇白費咗樸素嘅節制之擊,而係透過克死自己嘅肉體,成功贏得勝利──當佢用節制嘅鞭笞制服咗佢,又用禁食嘅打擊榨乾咗佢,就賜畀得勝嘅靈以不朽嘅冠冕同無腐爛嘅棕枝。 你可看見戰鬥的正當秩序,你可洞悉屬靈爭戰的結果──勇士基督 چگونه制服了悖逆的肉體,將它踩在腳下,坐著勝利的戰車,作為大得勝者被高舉? — 佢唔係徒勞無功,因為佢深信好快就會進入聖城,天上的耶路撒冷。 「佢咁樣喺禁食──即係克制肉體──中*努力,就『唔似打空氣咁』*,即係唔似徒勞無功咁用禁慾嘅一擊,因為透過克制身體,佢打嘅唔係空洞嘅空氣,而係當中漩渦般盤旋嘅惡意靈魂。」 因為凡是說*「不是打空氣」*的人,就表示所擊打的並非空洞無物的空氣,而是在其中居住的某種存在。 因為佢已經克服咗呢類戰鬥(即係同肉身嘅戰鬥),而家再次身披多重勝利花環,自然而然就畀最強大嘅敵人攻擊;佢先擊敗咗最先嗰個──嫉妒者──然後就自信滿滿咁宣告:*「因為我們的爭戰不是對付血氣,而是對付那掌權的、管轄的、掌管這幽暗世界以及天空屬靈气的惡魔」*(以弗所書6:12)。

**12.** 因為基督的戰士,只要仍然活在肉身中,就有無盡的機會去贏得戰功;但他的勝利越輝煌,就越有一連串更嚴苛的戰役 在前面等候他。 因為一旦佢得勝並制服咗自己嘅肉體,就有無數嘅對手、成群嘅仇敵因佢嘅勝利而起來攻擊呢位得勝嘅基督戰士! 如此,基督的战士才能在享受世间的和平时,不忘记他那光荣的奋斗;又免得因懶散和对敌人的假安全感而自满,以致失去那足以赢得最高奖赏的胜利英勇和勇气。 所以,如果我哋想取得最高嘅勝利,唔係靠削弱,而係靠增強力量同勇氣,咁我哋都要按同樣嘅次序經歷戰鬥嘅試煉——首先完成嗰件事,好讓我哋可以同使徒一齊講:*'我嘅打仗,唔係對住空氣揮拳; 「但我懲治我嘅身體,叫佢服從」*——然後,當我哋喺呢場戰鬥中得勝之後,就進入另一場,喺嗰場成功中,我哋又可以同使徒一齊講: *「因為我們的爭戰不是對着血氣,乃是對着掌權的、對着有能力的、對着管掌這幽暗世界的,對着屬靈的惡魔在天空中的政權。」* 因為我哋除非先勝過肉體,否則根本無可能同佢哋交戰——如果我哋喺對付肉體嘅爭戰中不斷失敗,喺肚腹嘅較量中慘敗,就永遠唔會被認為有資格去經歷對付靈體嘅爭鬥。 使徒責備我哋都係有道理嘅,佢話:*「所臨到你哋嘅試探,無一唔係人人都經歷過嘅。」* (林前10:13)

**13.** 一個想喺內心戰爭中取得勝利嘅和尚 就等佢預先立定呢條規矩,並且要小心,喺大家所定嘅食飯時間未到之前,甚至係非進餐時間,都絕對唔好食任何食物或飲品,無論佢哋幾咁香甜誘人。 就算食完之後,都唔可以放縱自己去食呢啲嘢,無論份量幾少。同樣地,佢要嚴格遵守規矩所訂嘅瞓覺時間同長短。呢類慾望,要同斬除淫慾衝動嗰份熱誠一樣,斷絕佢哋。 因為,凡係未能壓制住肚腹過度慾望嘅人,又點能熄滅肉慾嘅熾熱呢?又凡係未能制服明顯同細微激情嘅人,又點能戰勝嗰啲冇人見到時暗湧嘅隱秘激情呢?

**14.** 我哋唔使驚外在嘅敵人;我哋嘅敵人就喺我哋自己入面。 正因如此,我哋內心不斷有場無休止嘅戰爭。如果我哋喺呢場戰爭中得勝,所有外在嘅衝突都會變得微不足道,基督嘅戰士就會得享平安,萬物都會臣服於佢。一旦我哋內心嘅敵人被制伏、向聖靈屈服,我哋就冇理由再懼怕外在嘅仇敵。我哋唔可以以為,為咗心靈嘅完美同身體嘅潔淨,淨係禁戒可見嘅食物就夠。唔係,我哋仲要加添心靈嘅禁慾。因為佢都有自己嘅有害食物,一旦佢對呢啲食物唔再陌生,就會墮入感官享樂嘅深淵,就算身體冇充足嘅營養都一樣。 ——自我譴責係佢嘅食物,而且係最令人愉快嘅一種。憤怒亦係佢嘅食物,雖然唔係咁輕微,有時甚至有害,甚至致命。嫉妒係靈魂嘅食物,有毒咁腐蝕佢嘅生命之源,並無休止咁用他人嘅幸運成功折磨嗰個可憐嘅靈魂。 佢嘅虛榮就好似食物,短時間內令佢嘗到甜頭,但之後就令佢感到空虛,被剝得精光,失去所有美德,變得不孕,無法結出屬靈嘅果子——結果唔單止令佢失去對佢無盡勞苦嘅報酬,仲要受嚴厲嘅懲罰。 每一個慾望同漂泊嘅心念,就好似靈魂喺自己嘅牧場度放牧,餵佢啲有害嘅食糧,同時又剝奪咗佢嘅天糧同實質嘅食物。 所以,喺我哋嘅聖潔禁慾中,盡力遠離呢一切,我哋嘅身體禁慾先至會有意義同有成果。因為克制肉體,結合上靈魂嘅痛悔,就會向神獻上最蒙悅納嘅祭牲,並喺心靈純潔同華美裝飾嘅深處,建立一個配得上祂聖潔嘅居所。 但如果喺身體禁食嘅同時,我哋嘅靈魂卻糾纏喺最有害嘅情慾之中,咁肉體嘅克制對我哋嚟講就毫無益處,因為我哋最寶貴嘅部分仍然污穢——即係話,本性中真正成為聖靈居所嗰部分依然敗壞。 因為唔係那必朽壞嘅肉體,而係純潔嘅心先至成為上帝嘅居所同聖靈嘅殿。所以,當我哋外面嘅人禁食嘅時候,我哋內心嘅人都要遠離一切有害嘅誘惑。 聖使徒勸勉我哋要將心呈獻畀上帝,保持純潔,好等我哋配得基督嚟作客,佢話:*「使基督因信住喺你哋心裏面」* (以弗所書3:16–17)。

**15.** 我哋要揀啲能平息肉體慾望之火,而唔係助長慾望之火嘅食物;而且要揀啲容易取得,又符合弟兄姊妹一般習俗同做法嘅。貪食有三種表現:有人會喺規矩定嘅時間未到就迫不及待咁食; 另一種令人無論食物性質如何,都將胃填得滿滿的;第三種只以最可口、最精緻的美味為滿足。因此,修道者必須遵守三項戒律以對抗此等習性:第一,要等到規定的時間才能進食;第二,不可過量食用; 第三,要知足常樂,只食簡單又平價嘅食物。凡係喺呢方面,任何唔合乎一般慣例同做法嘅嘢,都唔為最古老嘅教父傳統所認可,因為佢哋視之為被虛榮、驕傲同自誇所玷污。 我哋亦未見過有邊個,係以知識同理性見稱嘅人,或者係神恩揀作最光明典範俾人效法嘅人,會戒食麵包——麵包被視為簡單同冇乜價值。 相反,我哋從未見過只食青菜、蔬菜同樹上生果嘅人,會被算作最有經驗嘅人,或者獲得分辨力同知識嘅恩賜。

**16.** 慈愛的事工應勝於禁食。我們從埃及的長老們學到這點。因為當我們想學習這些長老的規矩,從敘利亞到埃及時,我們受到他們出奇地熱情和真誠的款待——無論我們走到哪裡, 冇一個地方為咗

我哋嘅方便,堅持要照規矩定嘅餐時,好似我哋喺巴勒斯坦修院見到嗰啲──但係除咗星期三同星期五之外,到處都容許我哋提早食。 有一次,我哋問一位長老點解佢哋對每日禁食嘅規矩咁寬鬆,佢就答:「禁食對我嚟講永遠都係必要,但我留唔到你哋永遠喺我身邊。再者,雖然禁食好有益、好重要,但佢只係一項自願嘅犧牲;而行愛心嘅事則係誡命嘅急切要求。」 所以,我喺你心入面接納咗基督,就要餵養祂。但當我送別祂嗰陣,就可以透過最嚴格嘅禁食,補償我為祂而顯示嘅寬鬆。因為*「新郎同佢哋一齊嗰陣,婚宴嘅賓客唔可以禁食。」 但係日子將到,新郎被從佢哋度取去,到時佢哋就會禁食。」*(路加福音5:34–35)

**17.** 正如聖父所言,兩極端同樣有害──過度禁慾同放縱食慾。 我哋知道有啲人,雖然冇畀貪食打敗,但係因為過度禁食而變得虛弱,結果就因為呢種虛弱,又跌入同樣嘅貪食毛病。

**18.** 我哋要小心,唔好喺指定時間前食或者因為想要肉體慾望而過量進食,亦要喺指定時間食,就算唔餓都一樣;因為過度嘅肉體慾望同對食物嘅厭惡,都係由我哋嘅仇敵所激起。 而且,無節制嘅禁慾比過度放縱更有害;因為後者可以透過懺悔返轉頭,回復正當嘅行為,但前者就無得返轉頭。

**19.** 我哋早期嘅先賢經常討論點樣喺呢兩個極端之間保持合理嘅節制;佢哋認為麵包勝過其他所有食物,並將每日嘅食用量定為兩條細麵包,重量約一磅。

**20.** 節制禁慾嘅一般原則係:每個人要根據自己嘅體力、身體狀況同年齡,只食維持身體健康所需嘅份量,而唔好食到飽足。凡係冇保持一致分量──有時過度禁食,有時又過量進食── 並因此損害咗祈禱同貞潔:祈禱,因為冇咗食物就無法喺祈禱時保持清醒,反而會因虛弱而想瞓;貞潔,因為由過量進食所點燃嘅肉慾之火,就算喺嚴格禁食期間都會繼續燃燒。

**21.** 根據教父們所言,節制飲食即係每日只食剛好夠嘅食物,食完之後仍然感到飢餓。如此節制可令身心保持平衡,防止人陷入兩種極端:一種係過度禁食,會削弱身體;另一種係過度放縱,會壓抑靈性。

**22.** 我哋再提供一則來自聖馬卡里奧嘅有益教導,好讓我哋可以喺呢本關於禁食同節制嘅書,用呢位聖人嘅見解作一個有啟發性嘅結尾。 佢話修道者要「 」咁樣好似自己會喺肉身度活足百年咁,好有智慧咁去實踐禁食;又要約束靈魂嘅動向──饒恕冒犯、拋開憂傷、唔理悲痛同損失──就好似每日都可能死咁。 至於第一點──即係禁食──佢建議要謹慎有益於靈魂,要令和尚永遠行穩健嚴謹嘅樸素之道,就算身體疲憊,都唔好由嚴謹變成過度; 至於第二點,即係情操嘅克制──要有種救世嘅大度,唔單止要能蔑視呢世上所謂嘅繁華,仲要能喺逆境同悲傷中都屹立不搖,並將佢哋視為微不足道。 同時要時刻用心地定住神思,望住嗰個預期每日每刻都會被召喚去嘅地方。

### *2. 對抗淫欲之靈的爭戰*

**1.** 根據教父們的傳統,我們的第二場戰爭是對抗慾望之靈──這是一場比任何其他戰爭都更漫長、更持續的戰爭,而且幾乎沒有人能完全戰勝──這是一場從成熟的第一階段開始,並要等到其他慾望都被征服後才告結束的激烈戰鬥。 既然呢度嘅反叛有兩種,並以兩種武器作戰,就必須同樣手持兩種武器去對抗。 單靠肉體禁慾,不足以達到貞潔的完美純淨;必須以心靈的痛悔和對這最污穢之靈的不斷祈禱,來超越它; 然後要結合不斷研讀聖經同心智上嘅努力,以及體力勞動同手工藝,呢啲可以防止心靈飄忽,令佢返到自己身上;最緊要嘅係,要有深切同真誠嘅謙卑,冇咗呢樣,就永遠唔可能戰勝任何情慾。

**2.** 改造呢種情慾,要靠心靈徹底潔淨,因為照主嘅話,呢種病嘅毒素就*係由心*發出。*「因為心裏發出惡念……姦淫、邪蕩」*等等(馬太福音 15:19)。 所以,人首先要潔淨嗰個生命同死亡之源,正如所羅門所言:*「你要專心謹守你嘅心,因為生命之泉都從心裏流出。」*(箴言4:23);因為肉體要服從心靈嘅意志同能力。 禁食同儉樸飲食嘅規矩,當然要盡心遵守,免得肉體食得飽足,就違抗靈魂嘅命令,並且因為過度放縱,而將牠嘅統治者──聖靈──打倒。 但如果我哋將成個努力嘅精髓,只限於肉體嘅殯殄,卻同時冇用靈魂去禁慾其他慾望,亦冇用佢去研習神嘅事或其他屬靈追求; 咁我哋就絕對上唔到真正潔淨嘅最高峰;因為喺嗰種情況下,掌管我哋內心嘅嘢,就算我哋嘅身體本身好潔淨,都會玷污*佢*。所以,正如主所教導,我哋要*「先洗淨杯盤嘅內裡,外邊先至會乾淨」*(馬太福音23:26)。

**3.** 其他激情通常透過同人互動,以及同佢哋一齊做日常活動同任務,先至可以得到淨化;而且,正正因為屈服於呢啲激情會帶嚟唔愉快同煩惱,喺某程度上先至可以紓緩呢啲激情。 例如,憤怒、侮辱

同不耐煩,唔單止靠真誠嘅教導同警惕嘅留意去醫治,仲要探訪弟兄,經常提醒自己呢啲激情。因為當人受到刺激嗰陣,呢啲激情最容易爆發,所以佢哋被暴露嘅次數越多,就愈快痊癒。 但係當身體劫到精疲力盡、心靈破碎嗰陣,呢種折磨亦都需要獨處同避開人群,好透過咁樣消除嗰啲毀滅性、發燒式嘅騷亂原因,令自己可以更快回復到完全康復嘅狀態。 就好似對任何病患者嚟講,有害嘅食物連眼都唔好睇到,免得一睇到就勾起致命嘅慾望: 同樣地,沉默同獨處對驅逐呢種特別嘅病(慾望)大有裨益,咁樣受病嘅靈魂就唔會畀各種人同事分散注意力,就可以更自由咁升到最純粹嘅理性思辨,並透過呢種方式更容易根除慾望嘅傳染性衝動。

**4.** 節制係一回事,而要達到一種寧靜嘅貞潔與處子無瑕嘅狀態,就係另一回事。 呢種美德只歸於心靈同肉體都保持處女之身嘅人,例如新約入面嘅兩位約翰(施洗者同福音書作者),以及舊約入面嘅以利亞、耶利米同但以理。 將嗰啲曾經失足,但經過長期苦行同熱誠追 求所失之物,而達到同佢哋一樣心靈同肉體純潔正直境界嘅人,同佢哋並列敬奉,都唔係唔公平。因為呢啲人只係因為自然本能嘅運作,而唔係受可恥慾望嘅猛烈攻擊,先至會感受到肉體嘅衝動。 所以,我哋講,要喺大眾之中達到呢種境界,極度困難──甚至係唔可能?不過,唔好有人期望只係靠我哋嘅推理就明白到呢點,而係要每個人透過檢視自己嘅良心,親身去發掘呢個答案。 ──我哋毫無疑問,有好多行自我節制嘅人,都係透過對gehenna(地獄)嘅恐懼,或者對天國嘅渴望,去驅趕同壓制肉體嘅攻擊──無論呢啲攻擊係偶爾出現定係每日都嚟。 至於佢哋,長老認為,雖然佢哋未必會完全畀激情嘅衝動壓倒或擊敗,但佢哋都唔能夠避免受攻擊,或者完全免疫。因為一個打仗嘅人,即使佢經常勝利並戰勝對手,都難免有時會感到焦慮,甚至受傷。

**5.** 如果喺我哋心裏面,我哋理當同使徒一齊喺屬靈嘅爭戰中努力(提後2:5),咁我哋就唔好靠自己嘅力量(因為人嘅努力 insufficient 去成就呢件事),而要信靠主嘅幫助,用盡我哋嘅熱誠去對抗呢個最污穢嘅靈。 因為呢種慾望會不斷挑戰靈魂嘅勝利,直到靈魂明白,要成功進行呢場爭戰超出佢嘅能力,而且憑自己嘅勞力同努力,除非靠主嘅幫助同代禱,否則根本無法得勝。

**6.** 實在,如果品格上每一個成功都係主恩典嘅作為,而克服每一個情慾都係祂嘅勝利,咁呢項工作尤其係(即係達到純潔同克服慾望嘅情慾), 係一種特別嘅恩典同賜予,正如聖父長嘅教導同得着淨化嘅經歷所印證,亦為達到呢種境界嘅人士所作嘅見證。因為,喺肉身入面唔再感到任何刺痛,喺某程度上就等於仍然喺體內,卻已脫離肉身;雖然身着肉身,卻已超越自然界。 所以,若非靠主賜予純潔的恩典,將人從塵泥中提升,人就無法憑自己翅膀飛升到如此天國般的高尚完美境界。 因為冇一種美德,能似得着純潔嘅恩典咁,將屬肉體嘅人帶到咁接近天上嘅使者,喺效法佢哋嘅生活方式上。藉住呢個恩典,佢哋雖然仍然活喺世上,按使徒所講,已經*「喺天上有一居所」*。 (腓立比書 3:20),而喺呢度,佢哋喺呢個必死嘅肉身入面,已經擁有咗喺將來生命中應許畀聖徒嘅嗰樣嘢,就係當佢哋脫下呢個必死嘅身體之後先得嘅嗰樣嘢。

**7.** 聽使徒說:*「凡較力賽跑的,都節制自己。」*(林前九25)他以擂台上嘅運動員,作為我哋喺屬靈爭戰中嘅榜樣。 要喺比賽中成功,佢唔單止戒除所有禁忌食物、酗酒同醉酒,仲要戒除不活動、懶散同偷懶,透過不斷練習同專注,既鍛鍊體力,又提升技巧; 佢將塵世同婚姻嘅一切憂慮同悲傷擱置一邊,專注於點樣成功同贏得勝利之冠; 最緊要係,佢要保持自己純潔,唔畀肉體污穢侵染,就算瞓覺時都唔畀可恥嘅惡夢誤導,咁先唔會浪費咗長期努力同大量心機累積嘅力量。 喺呢度你見到一個屬靈苦行者應該做嘅一切;你亦都見到,要喺屬靈嘅追求中成功,你首先要保持純潔同貞潔。 因為如果喺塵世外在嘅、爭奪短暫冠冕嘅比賽入面,純潔都咁重要,咁喺我哋靈性內在嘅、為爭取天國冠冕嘅努力入面,純潔又豈止更加重要?我哋唔單止要保持外在嘅純潔,遠離肉體嘅罪惡或不由自主嘅玷污,最緊要係要保持思想同情感嘅內在純潔。 我哋要對自己心靈最深處嘅隱秘之地,採取一切可能嘅小心謹慎。嗰啲(競技場上嘅)對手只係想喺肉體上擁有嘅嘢,我哋就要喺良心深處擁有;喺嗰度,我哋嘅主──我哋行為嘅審判者──俯瞰我哋意念嘅每一個細微動作。 所以我哋要確保,自己唔敢喺人前做嘅事,唔好隨便喺心裏冒出嚟;自己唔好意思畀人知嘅事,亦唔好畀心裏偷偷認同就玷污咗自己。 因為雖然呢啲可能瞞得過人,但瞞唔過天使,亦瞞唔過全能嘅上帝自己,祂面前冇嘢秘密。

**8.** 可將以下作為已達純潔完美之標誌與衡量:當我們安靜休息或沉沉睡去時,心內不再浮現任何誘惑之像;即使有,亦不足以激起任何慾望衝動。 嘅衝動,雖然未算完全犯罪,但係肯定係靈魂未達到完美嘅徵兆,亦顯示出情慾未完全根除,因為夢境般嘅影像竟然可以引發呢種過失。

**9.** 一個人嘅思想質素,如果喺日間嘈吵嘅環境入面冇完全小心把關,就會喺夜晚休息時顯露;所以,當上述過失發生時,唔應該怪夢,而係要怪之前冇保持警惕,並應該喺此見到潛藏體內嘅病態顯現,而呢種病態並非由夜晚首次產生。 (好似係之前未存在過咁),但當身體喺睡眠中得到滋養時,呢股內在嘅熱火──我哋日間以不健康嘅思想餵養出嚟嘅激情──就由皮膚表面滲出嚟。 同樣地,身體疾病並不會在症狀出現的當下才產生,而是在此之前就已經形成。因為一個人如果疏忽大意,食用各種對健康有害的食物,就會在體內積聚病邪。

**10.** 神──全人類的創造主和造物主──祂比任何人都更了解祂所創造之物的本性,祂指出治療的關鍵,正是在於這股熱病成因的主要源頭,祂說:*「凡看見婦女就動淫念的,這人心裡已經與她犯奸淫了。」* (馬太福音5:28)。當祂論及「眼睛的私慾」時,祂譴責的並非眼睛本身,而是那令眼睛濫用其功能、做出不當之事的內在情慾。 呢個被慾望之箭射中而病倒、受傷嘅心,就用渴望嘅目光凝視──造物主賜予嘅美好視力,本係福氣,卻因自己嘅慾望被轉去服侍邪惡嘅行為,而藏喺裏面嘅慾望病態,就喺凝視嘅行為中被揭露咗出嚟。 正因如此,那條救贖的誡命才被賦予因激情而透過視覺造成惡性創傷的人。因為經上並未說:「要盡心竭力看守你的眼睛」,卻是說:*「要盡心竭力看守你的心」* (箴言4:23)。

**11.** 為咗保持我哋心靈嘅純潔,最緊要嘅第一步就係:只要有一次,透過魔鬼惡意嘅微妙誘惑,任何一個關於女性嘅念頭──無論係我哋嘅媽媽、姊妹、親戚,甚至係聖潔嘅婦女──都偷偷溜入我哋腦海,我哋就要即刻趕走佢,盡快將佢從思想中驅逐出去; 免得我哋若喺呢啲念頭中停留太耐,仇敵──嗰個誘惑者──可能會趁機將我哋嘅心思由呢啲女人身上,悄悄轉到其他人身上,從而播下有害靈魂嘅念頭。為咗實踐*「要謹守你心,極其小心」*呢條誡命,我哋按上帝最初嘅命令,必須仔細*「守住」*嗰條蛇有毒嘅*「頭」* (創世記3章),即係惡念嘅起頭,因為魔鬼就係利用呢啲惡念潛入我哋心靈; 咁如果因為我哋大意,畀佢嘅頭鑽入我哋心入面,佢成條身都唔會再爬入去──即係話,污穢嘅念頭同放縱罪中樂趣嘅慾望都唔會出現。因為一旦敵人入咗嚟,擄獲咗靈魂,佢無疑會用佢毒害嘅折磨去殺死佢。 我哋亦要*「將我哋境內*興起*嘅罪人*──即係肉體嘅慾望──喺佢哋出世嘅*母腹中擊倒」* (詩篇100:8),並*「*將巴比倫嘅子孫喺佢哋仲係嬰孩嘅時候*摔喺磐石上」* (詩篇136:9)。 因為如果喺佢哋仲幼嫩軟弱嘅時候唔將佢哋壓制,咁佢哋就會趁住我哋放縱佢哋長大,然後用大力反抗我哋,要麼摧毀我哋,要麼就算打敗咗佢哋,都肯定要嚟得好大嘅嘆息同勞苦。 因為*「當那強壯*的人*」*──即係我哋嘅靈魂──*「整裝待發,守住佢嘅屋」*,即係透過敬畏上帝嚟守住我哋心入面嘅平安,*咁佢嘅「財物就平安無事」* (路加福音11:21),即係佢長期以來透過勞力同美德所獲得嘅果實。 *「但當有一個比他更壯的人來攻擊他,並勝了他,」*即係話,魔鬼趁住我哋默許佢灌輸嘅念頭,咁佢就會*「奪去他所靠賴嘅全部盔甲」*,即係聖經嘅記憶,或者對神嘅敬畏──*「並擄掠佢嘅財物」* (路加福音11:22),即係話佢嘅美德會畀各種對立嘅罪惡散晒。

**12.** 「聖保祿說:*『這就神嘅旨意──使你哋成聖。』*(帖前4:3)」 為咗令我哋對佢所講嘅「聖潔」究竟係乜嘢──係真誠、愛心、謙卑定忍耐──唔會有任何疑問或模糊,因為聖潔係透過呢啲美德全部去達到,佢就直接講出佢所講嘅聖潔其實係指乜嘢: *「因為神嘅旨意,就係要你哋得聖潔;要你哋遠離淫亂;又要你哋各人知道點樣用聖潔同尊貴去對待自己嘅身體,唔好好似嗰啲唔識神嘅外邦人,憑住情慾去行事。」* (帖前4:3–5) 睇吓佢幾咁讚揚貞潔,稱佢為器皿──即係我哋身體──嘅榮譽,同埋一個聖所。相反,凡係留喺慾望激情入面嘅人,就處於唔光彩同污穢嘅狀態,離聖潔好遠。 – 稍後,聖保祿再次稱貞潔為「 」:*「因為上帝召我們不是要我們陷入不潔,而是要我們成為聖潔。」 所以,凡棄絕*呢個(藐視呢個)*「就不是棄絕人,乃是棄絕那把祂的聖靈放在我們裏面嘅神」* (同上 – 第7至8節)。 當佢話,凡係拒絕呢件事──即係我所講嘅──嘅人,就唔係藐視人,即係藐視我──呢個發出命令嘅人,而係藐視藉住我發言嘅上帝,祂已經派祂嘅聖靈住喺我哋心入面。 你睇吓佢用幾簡單嘅說話,就將呢種美德讚揚到咁高! 首先,佢其實將聖潔歸功於佢;其次,佢斷言,藉住佢,我哋身體嘅器皿就可以從一切污穢中得釋放;第三,趕走可恥嘅污穢之後,呢個器皿就會被尊為聖所;最後,佢最大嘅好處就係,藉住佢,聖靈會住喺我哋心入面。

**13.** 我亦會引用同一使徒的另一段類似見證。 – 寫信畀希伯來人,佢話:*「要同眾人追求和平,又要追求聖潔,因為冇咗聖潔就冇人可以見到主。」* (希伯來書12:14)喺呢度,佢都好清楚咁肯定,如果冇咗聖潔──佢通常指嘅係靈魂同身體嘅純潔同貞潔──就根本無可能見到上帝。

**14.** 貞潔的品位愈高愈近天主,敵人對她的誣衊就愈加劇烈。 所以,我哋就更加要勤力地遵守唔單止身體嘅禁慾,仲有心靈嘅痛悔,並以無止境嘅嘆息作禱告,好令我哋肉體嘅火爐──巴比倫王無時無刻都想用肉慾試探嘅餘燼去點燃── 得以被聖靈降臨我哋心靈嘅甘露,不斷地熄滅同冷卻。

**15.** 如果我哋時刻記住,上帝係晝夜嘅看守者,祂唔單止知道我哋嘅隱秘行為,連我哋所有嘅心思意念都祂所知──並且相信我哋要向祂交代唔單止我哋嘅言行,連心裏面所有嘅念頭都要交代。

**16.** 為咗確保就算我哋瞓覺嘅時候,污穢嘅夢都唔會玷污我哋,我哋就要時刻保持適度嘅禁慾。因為任何放鬆對食物克制嘅人,之後都必然會放鬆對其他事嘅克制。 而當我哋嘅食量改變,我哋嘅純潔度亦必然要相應改變。──但係,我哋要心存謙卑同忍耐,並喺一日之中小心防範憤怒同其他慾望。因為一旦憤怒之火喺我哋心頭燃起,慾望之熱就容易隨之而來。 但係,最緊要嘅係要喺夜晚保持警惕同提防自己。就好似日間嘅清淨同自律為夜間嘅清淨鋪路,同樣,夜間嘅警醒都會畀心靈同自我覺知帶來抵抗日間一切不純淨事物嘅力量同堅毅。

**17.** 可唔可以完全熄滅慾望之火,嗰股熱力好似我哋肉體天生就感受到咁?– 我哋先睇吓保祿聖人喺呢件事上有咩講法。 *「要治死你哋地上的肢體。」*(哥羅西書 3:5) 咁佢要我哋將邊啲肢體治死?──當然唔係要割手割腳或者其他部位;而係要治死嗰個有罪嘅身體,佢喺其他地方講過:*「使屬肉體有罪的身子同他一齊治死」*(羅馬書6:6),──而呢個身體,就好似其他身體一樣,都有自己嘅肢體。 使徒吩咐我哋要治死嘅,就係呢啲。佢講完*「要治死你哋地上嘅肢體」之後,*就即刻列出究竟係邊啲──*「淫亂、污穢、情慾、惡慾,同埋貪婪(就係偶像崇拜)」*。 第一個肢體是*「行淫」*:這係指非法的肉體性行為的罪;第二個肢體是*「污穢」*,有時係喺同婦女冇任何身體接觸嘅情況下發生,無論係瞓覺時定係清醒時; 第三項係*「慾望」*,佢潛藏喺靈魂深處,可以喺無受身體肉慾影響之下被點燃;第四項係*「邪情」*,佢唔單止指上述嗰種污穢嘅慾望,更一般嚟講,係指所有有害嘅慾望,其實就係一種墮落意志嘅疾病; 使徒將*「貪婪」*認定為罪性最後一要素,指出人不但不可貪慕他人之有,更當慷慨地輕視自己所有,正如《使徒行傳》所記,早期信徒的群體所行之事(使徒行傳4:32、35)。 根據以上所講,我得出以下結論:如果有人為基督的緣故放棄了自己的財產,從心裏不但斷絕了擁有金錢,連對金錢的渴望都斷絕了,那麼就可以同樣的方式熄滅慾望的激情。因為使徒絕對不會將不可能的事與可能的事夾雜 together。 但佢認為兩者都可能,就命令要將兩者都治死。──而呢位蒙福嘅保羅對從我哋肢體中根除情慾之念嘅可能性咁有信心,佢唔單止命令要治死佢 ,仲規定連佢嘅名都唔好喺我哋中間提起,佢話: *「但係,嫖妓同一切污穢或貪婪,都唔好喺你哋中間提起,呢啲都唔配聖徒嘅身份;亦唔好有污穢嘅說話、愚蠢嘅談話,或者粗俗嘅玩笑。」*(以弗所書5:3–4) 所以,毫無疑問,嫉淫嘅慾望可以從我哋身上根除──因為使徒吩咐要割除佢,就好似要割除貪心、閒談同浮華一樣。

**18.** 然而,我哋要明白,即使我哋實踐最嚴格嘅節制──即係飢餓、口渴、通宵禱告同不斷嘅勞作──並且以堅定不移嘅熱誠投入研讀救靈嘅書籍; 然而,除非有上帝特別的恩典幫助我們,否則我們單憑這些努力,是無法達到貞潔的永恆純淨。眾人都當知道,他們必須不懈地實踐上述的苦行操練,唯獨藉着他們忍耐所承受的憂傷, 並因此招致上帝的憐憫,使他得以被認為配得上脫離肉體爭戰和盛行一時激情統治的屬神恩賜;而並非寄望憑他自己透過這些行為的努力,就能達到他所極力追求的堅不可摧的身體純潔。

**19.** 除非以其他救贖性嘅願望取代,否則對呢啲嘢嘅慾望係唔可以被壓制或拒絕嘅。 所以,如果我哋想將世俗嘅慾望從心裏根除,就要即刻用屬靈嘅渴慕取代佢哋,咁我哋嘅靈喺不斷追求呢啲目標嘅時候,就既冇心思亦冇時間去理會短暫塵世歡樂嘅誘惑。 當透過每日靈性修煉,我哋嘅靈魂得以處於超然於萬物嘅狀態,就會透過經驗明白以下經文嘅力量──我哋雖然經常重複,但只有少數有經驗嘅靈魂真正體會到佢嘅威力:*「我時常將主擺喺我面前;因為佢喺我右邊,我就唔會被搖動。」* (詩篇15:8) 只有真正達到我哋所講嗰種身心純潔嘅人,先至能夠真正體會到呢句經文嘅威力同意義:佢明白自己每一刻都畀主保守,免得佢重蹈覆轍,返去舊日嘅生活方式;同時,佢嘅右手──即係佢嘅聖潔行為──都 constantly 受到主嘅保護。 因為主永遠同祂嘅聖徒同在,唔係喺左邊──因為一個聖人冇任何嘢喺左邊,即係冇任何邪惡──而係喺右邊。至於罪人同污穢嘅人,祂對佢哋就隱藏唔見,因為佢哋冇右邊,嗰度先係祂通常出現嘅地方。

**20.** 有好多唔同嘅潔淨程度,可以令一個人攀升到堅不可摧嘅純淨。我會將呢條潔淨完美嘅梯級分為六個階段,但其實呢啲階段係無可察覺咁度過,就好似我哋嘅身體每日都無聲無息咁成長,喺我

哋唔知唔覺中就達到完美嘅形態。 ——*「第一」*級清淨,係指比丘喺清醒時唔會為肉慾所煩;——*「第二」*級係指心唔會留連於慾望嘅念頭;*「第三」*級係指見到女人時,心絲毫都唔會起慾望; *「第四」*係指清醒時,連最細微嘅身體動作都唔容許;*「第五」*係指就算對身體行動有再細微嘅傾向,都唔會擾亂心神,就算係思考或閱讀時,令到「人出生」呢個念頭浮現都無所謂; *「第六」*——即使在夢中,也不會被女性的誘惑之夢所擾。

**21.** 完全嘅貞潔純淨,由一開始遠離慾望嘅思想同動作,就係透過完全平息肉體衝動,並從中獲得安寧。成熟嘅貞潔永遠保持身體同靈魂嘅堅定不移同純潔無瑕,而佢就係聖潔。 呢種情況係當*「肉體」*停止*「向靈慾望」*,開始同靈嘅願望同美德和諧一致,當兩者以堅固嘅和平紐帶結合,並以詩篇作者嘅話,成為同住嘅弟兄(詩篇132:1)。 – 於是神與佢同在;因為有話說:*「祂的居所是在平安中」*(詩篇75:3)——意思並非在爭吵的騷亂和對情慾的掙扎之中,而是在貞潔的平安裡,以及在心靈的常態寧靜之中。 因為當有人透過制服肉體情慾,被認為配得上達到這和平之地,他們同時就成為了神居住的地方。

### *3. 對抗貪婪之靈的爭戰*

**1.** 我哋面對嘅第三場爭戰,就係對抗貪婪嘅精神, ——一種與我哋本性格格不入、亦非我哋本性所固有嘅情慾;喺一個修道者身上,佢只係源於一個軟弱無力、未得正處置嘅靈魂,同時多數係因為一個對世俗世界出世嘅構想不足,而呢個出世嘅基礎並唔係對上帝熱切嘅愛。 其他情欲嘅衝動好似喺我哋體內起源,好似植根喺人性入面,又 somehow烙印喺肉體度。佢哋自從我哋出世就已經存在,佢哋嘅活動早於我哋有能力分辨善惡之前——而要克服佢哋,只有透過長期而艱苦嘅努力。 但呢種折磨(貪心)係比其他啲遲啲先出現,係由外面加諸喺靈魂上;所以比較容易防範同趕走。 但如果因為疏忽而忽略咗佢,一旦畀佢入咗心,就會比其他任何嘢更加毀滅性,而且更加難以驅逐:因為佢成為咗一切惡嘅根源(提摩太前書6:10),成為各種慾望嘅動盪之源。

**2.** 如果呢種慾望喺和尚嗰個膽小又冰冷嘅靈魂入面佔據上風,佢就會先驅使佢攞少少財富,並且畫出一幅幅好生動嘅圖畫,講出啲似乎好合理、好有道理嘅理由,話佢出家時要為自己留啲錢,或者之後再去攞。 「寺院提供嘅嘢,」佢嘆氣,「根本唔夠,連一個健康壯碩嘅身體都 barely 頂得住。如果你病咗,又冇預留啲嘢嚟喺病中幫自己,你點算?寺院嘅供養咁少,又咁唔理病人,真係好可憐。」 如果你冇自己啲嘢可以用嚟恢復身體健康,就會被迫死得好慘。——就算寺院提供嘅衫都唔夠,除非你預先儲啲錢去買多一套。 最後,一個人唔可能永遠都留喺同一間寺院;如果冇預留路費同船費,想走就走唔到。咁樣就會迫於貧窮,不斷過住勞工式嘅可憐生活,無任何出路。 – 當一個修士嘅心糾纏喺呢啲念頭入面,佢就會開始諗盡辦法攞多一文錢;為咗呢個目的,佢會搵份私活,小心翼翼咁做,完全唔畀佢嘅阿爸知道。 然後佢秘密咁賣咗,攞到嗰枚夢寐以求嘅錢,就驚到心都吊到喉嚨,唔知應該擺喺邊度,或者交畀邊個幫佢保管; 與此同時,一個更迫切嘅憂慮已經開始啃食佢:點樣將嗰枚錢幣翻倍——佢熱衷咁策劃,諗住買啲乜嘢,用啲咩手段先可以做到。 當佢如願以償嗰陣,佢心入面就湧現出一種無止境嘅貪金慾望,賺得越多,呢種慾望就燃得越熾熱:因為金錢愈來愈多,佢對金錢嘅瘋狂執著亦愈來愈強烈。 更進一步,其他焦慮嘅念頭又嚟助長呢把火:長命百歲、耄耋之年,同各種長期病痛嘅前景擺喺面前,如果年輕時冇儲落大筆錢,就根本捱唔住。 – 咁,可憐嘅靈魂,畀呢條蛇(即係貪錢嘅慾望)嘅圈套捆綁住,就越嚟越遠咁畀佢拖住,佢懷住唔雅嘅焦慮,想盡辦法去積聚嗰啲來路唔正嘅財富,結果就喺自己心入面釀成咗一種毒素,好似火焰咁,愈嚟愈猛烈咁吞噬住佢。 佢成日都畀貪念控制,心入面只得一個諗法,就係點樣搵到錢,好快逃離修道生活嘅清苦。 只要一有攞到錢嘅希望,佢就乜都唔在乎:為咗錢,佢唔會介意講大話、食誓、偷嘢,或者出賣自己嘅忠誠。總之,金錢同賺錢嘅希望係佢做任何事嘅神,就好似對其他人嚟講,肚皮先係佢哋嘅神一樣。 正因如此,那蒙福的使徒,预见了这种疾病的致命毒性,不但称之为万恶之源,更称之为偶像崇拜,他说:*「又要除灭贪心——这就是拜偶像。」*(西3:5)

**3.** 呢種病態有三種形式,都畀教父們用同等嘅憎惡態度譴責:第一種就係我哋喺上面講過嗰種毀滅性嘅類型——佢喺欺騙啲可憐靈魂,令佢哋去積聚啲喺世上生活時根本冇擁有過嘅嘢; 第二種就係促使佢哋再次貪慕,去攞返喺佢哋出世之初所放棄嘅嘢; 第三種就係由修道生活一開始就計劃得唔周詳——以唔完全嘅放棄一切而開始——所引起嘅,佢令到中咗呢種靈性寒意嘅人,因為被未來嘅貧窮所恐嚇,又因不信而變得軟弱,無法完全拋棄所有世俗嘅財物: 並保留本應於棄世時拋棄的金錢及其他財物,從

而阻止他們達到福音中的完美境界──而於聖經中,我們可於《路加福音》第18章見到這三種墮落的譴責範例,並附有嚴厲的懲罰。 因此,基哈西貪慕所未曾擁有之物,不單止未被視為配得承襲自其師傅(好似世襲般)的先知恩膏,反而因以利沙的咒詛而患上大麻瘋(列王紀下5:21、27)。 另一方面,猶大想擺返之前跟隨基督時所拒絕嗰筆錢,不單止出賣咗主,失去咗使徒嘅職位,仲冇得自然老死,最後自殺收場(太27:5); 至於亞拿尼亞同撒非拉,因為留返咗部分財產,就畀使徒定罪處死(使徒行傳5:1–11)。

**4.** 至於那些已經棄絕世界,卻後來被不信所勝,又怕自己仍要赤身露體、一無所有*的人*,申命記有這樣一個奧秘的命令:*「凡是膽怯怕戰的」*(就不可出戰)*「要回到自己家里去; 恐其使他弟兄的心如他自己般惧怕」*(申命記20:8)。有誰能問得出,有何預言比這更明顯? 聖經唔係明明希望佢哋最好連呢種呼召都唔好奢望,更唔好自稱有呢個名號,而係要透過佢哋嘅言行同壞榜樣,用佢哋冇根據嘅恐懼去瓦解他人嘅士氣,將人引離福音嘅完美境界? 所以佢哋先被命令退出戰場,返屋企去,因為心志不一嘅人,無資格參加主嘅戰爭。因為*「心志不一嘅人,成身都不安定。」*(雅各書1:8) 並且當反思嗰個福音寓言嘅意思──其中講到有一位王,帶住一萬人去攻打正率領兩萬人向佢進軍嘅敵人,而當敵人仲未到時,佢就唔寄望自己能夠打贏,於是派人去求和(明顯連開戰都唔想開)── 我哋得出同樣嘅結論:上述嗰啲人,與其一開始就唔好出家,不如出家之後,要真誠而嚴謹咁堅持到底,否則就會自投大險。 正如智者所言:*「你唔許承諾,好過承諾咗又唔兌現。」*(傳道書 5:4)呢度講得好,一個人帶住一萬人出征,另一個人就帶住二萬人。因為向我哋襲來嘅情欲數量,多過為我哋作戰嘅美德數量。 但*「冇人能...又事奉神,又事奉瑪門」*(太6:24),又:*「手扶着犁向後顧嘅人,唔配進神嘅國度」*(路9:62)。

**5.** 呢啲人通常會引用聖經嘅權威,為佢哋繼續嘅貪婪搵藉口。 佢哋錯誤解經,樂此不疲,隨心所欲咁扭曲同更改使徒──甚至主──嘅本意,唔肯按聖經嘅意思去改變自己嘅生命同理解,反而將聖經扭曲到符合自己放縱自己嘅慾望。 佢哋同樣都想證明聖經同佢哋嘅睇法一致,就話:「經上寫住:*『施比受更為有福』*。」(使徒行傳20:35)。佢哋用最扭曲嘅方法去解讀呢句話,以為可以完全抵銷嗰句說話嘅效力,而嗰句說話就係講: *「如果你要作完全人,就去賣掉你所有的,分給窮人,你就必在天上得財寶; 然後來跟從我。」*(馬太福音19:21) 佢哋以為,憑住呢啲好似好有道理嘅理由,就唔應該放棄佢哋嘅財富,仲自稱比嗰啲拋棄財富嘅人更蒙福;因為佢哋憑住舊有嘅財產安穩無虞,先將多餘嘅嘢分畀人。 反而佢哋為咗使徒,為基督嘅緣故,羞於接受光榮嘅貧窮,亦唔肯只靠自己雙手嘅勞力同微薄嘅修道院供養。佢哋只得兩個選擇:要麼承認自己自欺,其實從未真正棄絕塵世,因為仍然咁留戀舊有財富; 或者,如果佢哋想透過行動同勞力去考驗修道嘅召命,就要拋棄同散盡一切,咁樣先至可以乜都唔留,將所放棄嘅一切,好似使徒所經歷嘅飢餓、渴渴、寒冷同赤身(林後11:27)咁,與佢同誇口。

**6.** 有一句話係加撒利亞主教聖巴西略對一個因天寒而癱瘓嘅元老講嘅: ── 呢位自稱已經棄絕世界,卻又保留咗部分財產,唔肯靠自己雙手勞動養活自己,或者透過貧窮、艱苦勞作同修道服從去學到真正嘅謙卑。聖巴西略對佢講:「你既唔再係參議員,又未成為修道士。」

**7.** 所以,如果我哋想合法咁進行屬靈嘅爭戰,就要將呢個破壞性嘅仇敵趕出我哋嘅心──因為雖然打敗佢唔算乜,但畀佢打敗就又唔光彩又丟臉。 因為被強勁對手擊倒,雖然跌落地下好痛,亦因為失去勝利而令人遺憾,但喺呢種情況下,被擊敗者都會因為對手嘅強大而得到一啲安慰。 但如果喺對手唔算咩,而爭鬥又唔辛苦嘅時候,你都俾佢打敗,咁比起跌咗落地更加痛苦嘅,係嗰種羞辱;比起失敗更加嚴重嘅傷害,就係丟臉。

**8.** 對呢個敵人嘅最終勝利同完全征服,只有喺一個和尚嘅良心連最細嘅一文錢都唔玷污嘅時候先可以期望到。因為任何人,只要畀最微不足道嘅金錢禮物所誘惑,貪婪嘅種子一旦喺佢心入面生根,就無可能唔即刻畀對更大嘢嘅慾望之火所吞噬。 而基督的兵士,只有當這最卑鄙的魔鬼尚未在佢心裏播下慾望的種子時,先至可以常勝不敗,置身於一切危險之外,並且免疫於此種慾望的猛攻。 正如喺各種慾望之中,首先要提防嘅係蛇頭;對呢種慾望尤其要謹慎小心,務求唔畀佢嘅頭有任何方法滲入。因為一旦畀佢入咗,佢就會以自己嘅養份為食,慢慢壯大,自然會點起最猛烈嘅火。 所以,不但要提防擁有金錢,連對金錢嘅慾望都要從心靈中徹底根除;重點唔係避免貪婪嘅行為,而係從根源上斬斷呢種慾望:因為如果對金錢嘅慾望仍然存在,就算冇咗錢,都冇任何好處。

**9.** 就算冇錢,都未必擺脫唔到貪婪嘅病;同樣,如果未斬斷對貪婪嘅慾望,只係享受變得一無所有嘅過程,而唔係真正體會貧窮本身嘅美德,並且係帶住沉重嘅心先至接受呢種殘酷嘅必要性,就算將所有財產都拋棄,都冇任何好處。 正如福音所宣講,有人雖然身體未曾沾污,卻心裏污穢(馬太福音5:28);

同樣,那些在金錢重擔下毫髮無傷的人,其心靈亦可與貪婪者一同被定罪。 佢哋只係欠缺攞錢嘅機會,而唔係唔願意,因為喺上帝眼中,意志永遠比迫切嘅需要更為重要。 所以,我哋一定要小心謹慎,確保我哋嘅勞力果效唔係白費:因為如果因為自己剝奪晒一切而陷入貧窮,結果又因為意志嘅空虛同罪惡慾望而失去呢啲勞力嘅果效,真係好可惜。

**10.** 你想知道呢種激情會結出啲咩毀滅性嘅果實,仲會衍生出啲咩其他激情嘅分支,去摧毀任何擁抱佢嘅人──除非佢徹底被根除?睇下猶大,佢唔係被數算喺使徒之中嘅咩! 點解佢──嗰個唔肯壓碎呢條蛇嘅致命之頭──會用毒液害死佢,用慾望嘅陷阱纏住佢,將佢拋入罪惡嘅深淵,就係因為佢教佢用三十塊銀賣出咗世界嘅救贖主同人類得救嘅創始者? 如果佢冇畀貪婪嘅病菌感染,就唔會被逼去做咁無神嘅背叛行為;如果佢平時冇慣咗偷取交託畀佢嘅聖殿銀庫,就唔會成為冒瀆主嘅兇手同埋煽動者。

**11.** 以下是這種激情暴政最觸目驚心的一個例子:正如我們所說,一旦它掌握了人的靈魂,就不再容許人遵守任何誠信的規則,無論賺得多麼多,都永遠無法令它滿足。因為它的瘋狂最終並非要人致富,而是要人將一切都拋棄殆盡。 譬如講呢個猶大:佢本嚟係負責管理分畀窮人嘅款項──本以為佢可以喺呢筆錢嘅充裕度滿足自己,至少收斂吓佢嘅慾望;但相反,佢畀無節制嘅慾望所焚燒,不但暗中侵吞嗰筆款項,仲想出賣主自己。 因為呢種慾望嘅瘋狂,無論幾多財富都無法滿足。

**12.** 就係因為咁,聖彼得宗徒先知道,凡係出於情欲而擁有任何嘢嘅人,都唔可能將對金錢嘅愛限於適當範圍;而且呢種情欲嘅終點唔係由金錢嘅多寡決定,而係要人完全剝離自己同一切嘢, 就因為佢哋喺自己嘅財產入面私留咗啲,聖彼得就用死亡懲罰亞拿尼亞同撒非拉。佢哋就因為貪心所生嘅謊言而滅亡,就好似猶大因為背叛主而自取滅亡一樣。佢哋喺罪行同懲罰上竟然有咁大嘅相似性! 嗰度,對金錢嘅愛導致背叛;呢度,就係說謊。嗰度,真理被出賣;呢度,就犯咗說謊嘅罪。雖然兩者罪行嘅性質睇落唔同,但最終都殊途同歸。 前者想擺脫貧窮,又覬覦起被自己拒絕過嘅嘢;後者就為咗唔想變窮,試圖保留佢本應該忠實交畀使徒或者完全分畀弟兄姊妹嘅部分財產。 所以,兩者都受到同樣的死亡懲罰:因為這兩種罪都來自同一根源── ──對金錢的愛。 – 若果(再進一步講),對嗰啲唔貪人哋嘢,只係想自己留住自己嘢,唔係想攞多啲,只係想保住已有嗰啲嘅人,都要判咁嚴重嘅刑罰; 咁又點可以形容嗰啲貪慕虛榮、想積聚自己從未擁有過嘅錢財,表面上畀人睇似貧窮,但喺神面前卻因貪婪嘅慾望而顯得富有嘅人呢?

**13.** 貪婪的人,在靈魂裡被視為大麻風病人,就好似基西烏,他貪戀這世上短暫的財富,就被一種會傳染且不潔的大麻風擊中。 就係透過呢次經歷,佢畀咗我哋一個好清楚嘅提示:一個被對金錢嘅罪惡慾望玷污嘅靈魂,會受到情感上嘅靈性傳染,喺主眼中係污穢嘅,處於永恆嘅咒詛之下。

**14.** 現今,如果你在追求成全的过程中,已經撇下一切,跟從基督,聽從祂的話說: *「你去,賣掉你所有的,分給窮人,就必在天上得財寶;然後來跟從我。」* (太19:21),既然你已經攜手拉犁,點解仲要回頭望,以至被主自己嘅話宣佈你唔配進天國?(路9:62) 既然你已經被安置喺房頂──福音完美嘅最高處──點解又再落返屋企,去拎啲你之前咁輕易就藐視過嘅嘢?(路加福音17:31) 既然你已經被擺喺行善嘅田地,點解又要再費盡心機去背負嗰啲世上嘅財物,嗰啲正正就係你當初棄絕世界嗰陣已經拋棄咗嘅?──如果當時因為貧窮嘅警告,你根本冇嘢可留,咁而家就更加唔應該去追求以前根本冇擁有過嘅嘢。 正正因為神對你特別的恩典,你先能透過貧窮去棄絕世界──好叫你唔受任何世俗財物嘅羈絆,更加快咁歸向祂。 然而,貧窮者切勿因此(冇嘢可遺留)而感到羞愧;因為冇人係冇嘢可遺留嘅。凡係從根斷絕對塵世財物追求之心者,就已經棄絕咗所有塵世財物。

**15.** 除非住喺修道院,否則我哋無法將呢種無所有嘅美德保持完整無缺,正如使徒所言: *「凡有衣食,就當知足。」* (提摩太前書 6:8)

**16.** 所以,要銘記亞拿尼亞和撒非拉的譴責,既然我們已決心棄絕世界,就當害怕去保留任何我們曾立誓要完全放棄的東西。 又因畏懼基哈西因貪婪之罪而被治以不治之麻瘋病之例,我們要小心,切勿獲取原本未曾擁有之物。同樣對猶大之惡行及其下場深感震驚,我們務必要盡力避免再次蒐集金錢,而此等金錢乃我們已一次過徹底拋棄者。 — 以上一切之外,默想我哋本性嘅必死同死亡時刻嘅不確定,我哋要小心,免得當主嘅日子好似夜賊咁嚟到,發現我哋嘅良心因為貪心而沾污,就算只係為咗一卵都唔得; 因為就連呢樣嘢,都會抵銷咗我哋離棄世界嘅所有果效,令主喺福音書對嗰個財主講嘅話反過來針對我哋: *「你呢個愚昧人!今日晚上就要向你索取你嘅生命;你所預備嘅嘢,究竟會歸於誰?」* (路加福音12:20) 唔好再為 tomorrow 諗半句,千祈唔好喺共住生活嘅規矩上有任何偏離。 呢樣嘢我哋無疑做

唔到,亦都無法喺修道規矩之下安寧度日,除非我哋先將忍耐美德堅定咁建立喺心,而呢種美德嘅源頭,就係謙卑。

### *4. 對抗忿怒之靈的鬥爭*

**1.** 在這第四場戰役中,我們必須從靈魂深處根除怒氣這致命的毒素。只要它存留於我們心中,並以有害的黑暗蒙蔽我們心靈的眼睛, 我哋無法正確分辨善惡,亦無法擁有尊貴思辨嘅敏銳;我哋更無法具備成熟嘅謀略,無法參與生命,無法堅守真理,甚至無法感知真正嘅屬靈光芒; 因為有話說:*「因憤怒,我眼都昏花。」*(詩篇 6:8);即使眾人都認為我們有智慧,我們仍無法成為智慧的參與者,因為*「愚頑人胸中懷著忿怒。」*(傳道書 7:10)。 我哋亦都無法獲得永生,即使按人嘅標準被視為智慧,因為*「忿怒連智慧人都毀滅」*(箴言15:1);我哋亦無法時刻按心裏嘅判斷秉公行義,因為*「人嘅忿怒成就唔到上帝嘅義」*(雅各書1:20);無論我哋出身幾顯赫、幾被人睇得好有尊嚴,都唔可能擁有呢個時代人人都講得上嘅尊嚴,因為*「好嬲嘅人唔能算作有 」*(箴言11:25),無論我們似乎已獲得多麼廣泛的知識,我們都無法擁有謀略的智慧,因為*「好忿怒的人行急急的事,並不尋謀略。」*(箴言14:17); 我哋無法從憂慮同擾亂中得享平安,亦無法脫離罪惡,就算冇人害我哋,因為*「好嫉妒的人惹起爭端;但暴怒的人顯露罪惡」*(箴言29:22)。

**2.** 有人為咗為呢種害人嘅心靈惡疾開脫,就用最下流嘅方法曲解聖經,將佢嘅(不雅)淡化,話: 我哋對犯罪嘅弟兄發怒,都唔係乜大不了嘅事,因為神自己都對嗰啲唔肯認識佢,或者認識佢卻唔按理尊崇佢嘅人,充滿忿怒同烈怒──例如:*「耶和華向祂嘅子民發怒」* (詩篇105:40),或者喺另一段經文入面,先知祈禱話:*「主啊,求你喺你發怒嘅時候唔好責備我,喺你大發烈怒嘅時候唔好懲罰我。」*(詩篇6:2)。 ──佢哋亦都唔知道,雖然咁樣畀人自由去憑呢種激情行事自取滅亡,但同時佢哋無神聖咁將一種污穢嘅肉體激情歸於無限嘅神,即係一切純潔嘅源頭。

**3.** 如果呢啲同其他類似嘅經文要按字面,以粗淺嘅感官意思去理解,咁就意味住上帝會瞓同醒、坐同行、向某人轉身同背對佢、走近同退開──並且有身體部位:頭、眼、手、腳等等。 ──正如以上所有內容,若要字面理解,實屬極大褻瀆;因為根據聖經自身所作的見證,祂是看不見的、難以形容的、無處不在的;同樣,若不犯褻瀆,就不能將憤怒和烈怒歸於祂。 「肢體」同「動作」呢啲詞,係指神嘅屬性同佢對我哋嘅掌管作為,用呢啲比喻性嘅名稱我哋會比較容易明白:眼睛代表神嘅全知同無所不知;手同腳代表佢嘅創造力同掌管;肌肉代表佢嘅力量同全能;等等。 同樣地,當我哋讀到上帝嘅忿怒或憤怒,我哋要明白呢個唔係以人嘅意思,而係以適合上帝嘅方式去理解,因為佢同一切動盪都無關。 ──我哋要準確咁明白:祂係呢個世界一切不義行為嘅審判者同公義嘅報應者;當我哋讀到呢啲說話時,要敬畏上帝嘅公義懲罰,並要謹慎行事,免得違背祂嘅旨意。

**4.** 所以,那追求完美、渴望在属灵的苦修中合法劳力的修士,要从一切怒气和忿怒的激情波动中解脱出来,听到那蒙拣选的器皿对他所命:*'凡苦毒、恼怒、忿怒、嚎叫,和毁谤,连同一切恶毒,都当远离你们'* (弗4:31)──當佢講*「凡忿怒都要離開你」*嗰陣,就冇將任何忿怒嘅動靜排除喺呢條命令之外,好似嗰啲動靜係必要或者有益咁。 所以,當一個和尚出於必要,急於醫治一個犯罪的弟兄時,他要做得像這樣:雖然努力為一個患病非常輕微──或許只是發燒──的人施以良藥,卻不可在憤怒中,使自己陷入更嚴重的失明之苦。 因為凡係想醫治他人傷口嘅人,自己必須身體健康,冇任何病症,否則就會應驗福音書上嗰句:*「醫生,你先醫好自己啦!」*(路加福音4:23),同樣地: *「你點解睇到你兄弟眼入面嘅木屑,卻唔見自己眼入面嘅大樑?又或者你點可以同你兄弟講:『等我幫你除眼入面嘅木屑』,而自己眼入面仲有一條大樑?」*(馬太福音 7:3–4)

**5.** 無論係乜嘢引燃憤怒之火,都會令心眼失明;佢喺我哋理智嘅銳眼中罩上一層紗,令我哋無法見到公義之日。無論係金片、鉛片定其他金屬片遮住眼睛都一樣,金屬嘅價值唔會改變佢哋所造成嘅盲目。 ──然而,當我們在憤怒中,因為心靈的慾望衝動而感到冒犯,並對胸中竟然會湧現出不該做、甚至不該提及的事而感到義憤時,憤怒亦可成為我們的良輔。 我們在人前感到羞愧,一想到天使和無所不在、遍佈一切的上帝親自在場,就因恐懼而顫抖;又想到那全知全能的上帝之眼,我們良心深處的任何秘密都無處可藏。 又或者,當我哋對呢股忿怒本身都感到憤怒,諗住佢點樣潛入我哋心入面,煽動我哋對弟兄出手,然後我哋就用忿怒將佢嗰啲有害嘅誘惑趕走,唔畀佢藏喺我哋胸襟深處害我哋。 先知就咁樣教我哋點樣發忿;佢堅決咁將呢種激情逐出自己嘅情感,連對公開嘅仇敵──就算係上帝交喺佢

手上嘅──都唔肯報復。所以,當示每喺向大衛王擲石頭嘅時候,當眾嘲罵佢,而洗魯雅嘅兒子亞比煞, 想為侮辱君王之事割下佢個頭報仇。然而蒙福嘅大衛,因對呢個建議感到神聖嘅義憤,仍堅守佢不可動搖嘅柔和, ,並以謙卑同堅定忍耐作榜樣,佢話:*「我同你冇咩關係,你呢個撒魯伊納之子?」 放佢走,等佢咒罵啦,因為主吩咐佢咒罵大衛;有邊個可以話:'你點解要咁做?'我自己親身出世嘅仔都想害死我,更何況耶米尼嘅仔!等佢咒罵我啦,因為主吩咐佢咁做。 願主顧念我的卑微,今日在我受他咒詛之時,以福氣代替他的咒詛"* (撒下16:10–12)。

**6.** 因此,我們可以發怒,但要引向得救──即對自己,以及對我們內心升起的惡念發怒──*「要發怒,卻不可犯罪」*,意思是不可將它們付諸行動,以至於自取滅亡。 以下經文更清楚地表達同樣意思:*「要心裏悔改,在床上去憂愁。」* (詩篇4:5) 即係話,當誘惑嘅念頭突然侵入你心,你透過平靜嘅反思,壓制咗所有憤怒嘅騷亂──好似將自己放喺寧靜嘅床上──之後,就應該透過救贖嘅懺悔去糾正同贖罪。 而蒙福嘅保羅,引用呢節經文嘅教導,喺講完*「要生氣,但唔好犯罪」*之後,又補充道:*「日頭未落之前,唔好仍然生氣,亦唔好畀魔鬼留地步。」* (以弗所書4:26–27) 如果容許太陽下山時我哋仍然憤怒係有害嘅,而一旦我哋發怒就即刻畀魔鬼喺我哋心入面攞到立足點,咁佢又點可以之前吩咐我哋要發怒,話*「要發怒,但唔好犯罪」*呢? 佢唔係好明顯咁講咗以下意思咩:要對自己嘅情慾同對自己嘅憤怒本身生氣,否則因為你放縱,公義嘅日頭──基督──就會喺你被憤怒蒙蔽嘅心入面開始落山,佢一走,你就喺心入面畀魔鬼留咗位。

**7.** 按寓言義,「日」可解作心,正可稱為日,因為它照亮我們心裏所有心思意念與志向;而禁止發怒,即係命令我們不可用憤怒的激情熄滅這光體; 好等當佢落山嘅時候,由魔鬼所引起嘅混亂黑暗,唔會完全佔據我哋嘅心;我哋亦唔會好似喺漆黑嘅夜裡,畀憤怒嘅黑暗包圍,唔知點算好。 使徒嘅說話要喺呢個意思上理解,呢個意思係由長老嘅教導傳落嚟畀我哋,佢哋唔容許我哋任由憤怒喺心入面停留一瞬間,要盡一切可能小心,免得落入福音書對此所定嘅刑罰:*「凡對弟兄動怒嘅,難免受審判。」* (馬太福音5:22)。 – 而且,如果容許人一直生氣到日落,嗰股憤怒嘅激情就會趁機,總係趕緊喺日落之前,好似合法咁去滿足佢嘅報復。

**8.** 那麼,對於那些無情到連日落都毫不放鬆,反而對爭吵對象懷恨多日的人,我們又該如何說呢? 佢哋有時口頭上會話自己冇嘢,但行為卻經常清楚地洩漏佢哋心底深處嘅怨恨,例如佢哋唔會用應有嘅禮貌同對方講嘢,亦唔會用平時嗰種和氣口吻。佢哋以為自己冇犯罪,因為佢哋冇為自己嘅不悅去尋求報復。 但佢哋只係唔敢或者冇能力表現出嚟;嗰股仇恨就喺心入面鬱積,佢哋啞忍唔發,將嗰股怒氣嘅毒素轉化成自己嘅墮落;佢哋唔係用靈魂嘅力量即刻驅走怨恨嘅苦毒,而係日復日咁咀嚼,直到好耐之後先至慢慢壓制到少少。

**9.** 就好似一個人被憤怒驅使,只做得到嗰啲,已經唔再滿足於自己嘅報復同怨恨! 呢就係啲人因為冇能力報復,但又唔係為咗求和,只係因為無法報復,所以盡量咁發洩憤怒嘅做法。因為佢哋冇其他方法可以對冤家加害,除咗收起平時嘅溫柔口吻,就係用呢招嚟發洩對佢哋嘅憤怒。 好似只要壓抑住外在嘅表現就已經可以平息忿怒,唔使由心底發洩──唯恐畀嗰股黑暗蒙蔽,令我哋失去正確嘅判斷同知識嘅光,喺忿怒嘅靈住喺我哋心入面嘅時候,就唔再成為聖靈嘅殿。 因為心裏藏住嘅忿怒,雖然唔會得罪到面前嘅人,但就好似公開表現出嚟嘅忿怒一樣,一樣會將聖靈最光明嘅光輝驅逐出去。

**10.** 當人知道──唔係我哋對人有忿忿,而係有人對我哋有怨──都唔准我哋獻上屬靈嘅禱告,咁又點可以以為上帝會容許我哋喺一瞬間都存留忿忿呢? *「如果你把供物送到壇前,在那裡想起弟兄向你懷怨,就要把供物留喺壇前,先去同你嘅弟兄和好,然後先再嚟獻供物。」* (馬太福音5:23–24) —咁我哋又點可以以為自己可以對弟兄懷怨呢?我講,唔係好幾日,甚至連到日落都唔得。 —當佢對我有怨氣嘅時候,我哋都唔准向上帝獻上禱告。使徒喺我哋身上吩咐:*「要不住禱告。」* (帖前5:17),又說:*「我願意男人 everywhere 都禱告,舉起聖潔的手,不帶憤怒,也不帶爭論。」* (提後2:8)? – 所以,如果我哋心入面藏住呢種毒素,就冇其他選擇──要麼就永遠唔祈禱,咁就等於違抗咗使徒同福音嘅命令,佢哋吩咐我哋要無時無處、不斷咁祈禱, – 或 – 如果我哋 somehow 自欺,硬係違禁禱告,就要知道咁樣並唔係向上主禱告,而係用驕傲不順服嘅心,以反叛嘅態度向祂表達抗議。

**11.** 但係,我哋又何必再喺福音同使徒嘅誡命上多所停留,當連舊約──好似對人嘅軟弱有啲寬容──都警告我哋唔好咁做,佢話:*「你心裏唔可以恨你嘅弟兄」* (利未記19:17),又有一節:*「惡人所行,引至死亡。」* (箴言12:28),再有一節:*「你手不可報仇,也不可懷恨本國的人。」* (利未記19:18)? – 你睇吓,

就算喺嗰度,對弟兄嘅惡意唔單止喺行為上要消除,連秘密嘅念頭都要根除,因為我哋被命令要從心裏拔出仇恨,唔單止唔好報復侮辱,甚至要完全忘記佢。

**12.** 有時,被驕傲或不耐煩所勝,當我們感到一種特別的內在驅力要去糾正我們那無序和放縱的脾氣時,我們就對自己說我們缺乏一個「沙漠」──意思是說,我們希望在一個無人打擾的地方,能夠即刻獲得忍耐的美德, 如此明顯地為自己疏於抑制憤怒衝動找藉口,並將憤怒激起的原因歸咎於他人,而非歸於自己的不耐煩,反而怪罪弟兄。但如果我們以這種方式將自己在這件事上的缺失怪罪於人,就永遠無法達到應有嘅忍耐同完美嘅境界。 唔好將糾正同平息我哋心靈嘅任務交畀人哋嘅意志,因為我哋根本無法控制佢;而要留喺我哋自己良好意願之中。我哋唔會發怒,唔應該靠人哋嘅完美,而要靠自己嘅美德,呢種美德唔係靠人哋嘅耐性,而係靠我哋自己嘅大度。

**13.** 而且,人只有在自己已經完美且心靈淨化、毫無情欲,或者在與弟兄同處時徹底滌除了一切情欲之後,才能去曠野;而且進入曠野不是出於怯懦的逃遁,而係出於渴望達到神聖默想的巔峰,這巔峰即使最完美的人,也只有在曠野才能達到。 因為凡是沒有痊癒就帶到曠野的激情,都會被感覺到仍然潛藏在我们裡面,而不會被根除。 正如曠野為心靈純潔者保留最純淨的默想,並在最真誠的異象中揭示屬靈奧秘的知識,它通常不但不會消除那些未曾淨化自己情欲者的情欲,反而會令它們更加強烈。咁嘅情況下,只要佢哋唔同人見面或者互動,佢哋就可以睇落好有耐性同謙卑; 但一有情況觸發佢行動,就會即刻返返佢舊性:嗰啲被隱藏住嘅慾望就從佢身上迸發,好似長期唔活動、養得肥壯嘅野馬,一旦出咗馬廄,就帶住極大嘅渴望同憤怒,將騎佢嘅人摧毀。 因為啲情慾冇預先淨化,一旦喺人群中表達同克制佢哋嘅機會被斷絕,佢哋就會喺我哋心入面變得更加瘋狂。 而喺呢個對任何事都唔在乎嘅荒野中,我哋連喺兄弟姊妹之間先至擁有、並至少為咗尊重佢哋同唔想畀人見到自己懦弱而表現出嚟嘅耐性影子,都蕩然無存。

**14.** 呢就好似各種毒蛇或猛獸,當佢哋仍然潛伏喺沙漠、洞穴同窩穴入面,就唔會傷害人──但係並唔係因為佢哋喺嗰種情況下冇害過人,就話佢哋冇害處: 因為呢個唔係佢哋本性善良,而係沙漠逼使佢哋咁做;但係一旦佢哋有機會作惡,就會即刻顯露佢哋體內藏住嘅毒性同殘暴。 同樣地,對於追求完美嘅人嚟講,單純喺冇同人互動或衝突嘅時候唔發脾氣,係遠遠唔夠嘅。喺嗰種情況下,憤怒仍然潛伏住,隨時準備好一有機會就撲出嚟。 我記得喺沙漠生活嗰陣,有時唔鍾意我支寫字杖嘅粗細,就對住佢發火;有時用小刀劏嘢,佢鈍咗、劏唔夠快,就對住佢發火;有時急住想睇書,打火砲石嗰陣,火花唔夠快飛出,就對住佢發火; 而隨之而來嘅憤慨有時咁強烈,以至我會不由自主噉對住嗰件冇靈魂嘅物體,甚至對住魔鬼 脫口而出咒罵;到嗰刻,我嘅激動就會平息,心靈亦得以安寧。 因此,在追求完美時,冇人可以激起憤怒並唔係咩好幫手,因為如果冇先修得耐性,憤怒呢種激情可能會喺無聲嘅物件同瑣碎嘅小事上發作;因為佢仍然潛伏喺我哋心入面,既令我哋無法達到心靈平靜嘅狀態,亦無法從其他激情中解脫。

**15.** 咁,如果我哋想達到嗰至高無上嘅神聖善──就如經上所言:*「清心嘅人有福咗,因為佢哋可以見到上帝」* (馬太福音5:8),我哋唔單止要喺行為上將呢種激情驅逐出去,仲要從靈魂深處連根拔起?因為,如果神──祂對心靈深處的秘密一無所隱──在我們內心最深處看見這股憤怒,我們在言談中壓制怒氣卻不表現在行動上,就毫無益處。 福音叫我哋要斬除情慾嘅根,而唔係淨係除掉佢嘅果;因為一旦根被連根拔起,果實就肯定唔會再蔓延, ──咁靈魂就可以持續喺一切忍耐同聖潔中安居,因為憤怒唔單止喺我哋行為同作為嘅表面消除,而係連同我哋思想最深處都連根拔起。所以,我哋必須根除憤怒同仇恨,免得陷入冇佢哋就無法犯嘅殺人罪。 *「凡無故向弟兄發怒的,難免受審判。」* (馬太福音5:22)── *「恨弟兄的,就是殺人的。」* (約翰一書3:15)。因為他心裏渴望所恨之人的滅亡; 咁,雖然人唔會認為佢係親手或用刀流血,但佢仍然因忿怒嘅激情而被主宣佈為兇手;因為主會按佢所行嘅事,同時按佢嘅心意嚟賞賜或懲罰每一個人,正如祂藉先知所講: *「我知道他們的行為和他們的思想,我要聚集萬國……」* (以賽亞書66:18)。使徒又說:*「人在心裏彼此定罪,或稱義,等到那日,上帝要照人所隱藏的事,藉着基督耶穌審判他們。」* (羅馬書2:15–16)

**16.** 所以,一個努力行正道的基督門徒,必須從心裏根除憤怒的激情。要完全醫治此患,以下療法是必需的: 首先,要相信無論在任何情況下,都唔適合發怒,無論係有理定無理──要明白一旦我哋內在嘅光,即係心靈嘅光,畀憤怒嘅黑暗遮暗,我哋就會即刻失去洞察力嘅光、謹慎得體嘅堅定,以及真理嘅準則; 然後要堅守信念,若果憤怒嘅種子喺我哋心入面生根,我哋嘅心靈純潔度就會無可避免咁被蒙蔽,而心靈就再唔能夠成為聖靈嘅殿;最後,要反思到,只要我哋仍然處於憤怒狀態,就根本無法向上帝禱告

或者傾訴我哋嘅懇求。 最緊要係要銘記人生無常, 我哋要時刻銘記,我哋隨時可能離開呢個肉身,喺嗰度,無論保持貞潔、放棄所有財產、蔑視富貴,定係禁食同通宵禱告嘅工夫,都幫唔到我哋一絲一毫;因為就為咗一念之怒同仇恨,掌管宇宙嘅審判者就威脅要對我哋施以永恆嘅刑罰。

### *5. 對抗憂愁之靈的鬥爭*

**1.** 在第五場戰役中,我們必須抵禦那吞噬一切的悲傷的利刺──若它 somehow 趁機奪得我們的心,就會斬斷我們對神聖默想的視線,並將整個靈魂從聖潔寧靜的高峰拋落,徹底地削弱與壓迫它: 佢唔容許佢用平時嗰種真誠熱忱去祈禱,亦唔容許佢專心研讀聖經──嗰把靈性嘅武器同良藥──更唔容許佢同弟兄姊妹一齊活喺平安寧靜之中, — 並令她在所有必備的服從義務中變得不耐煩和埋怨;剝奪了她的一切健全判斷,激動了她的心,使她好似失心瘋和醉酒一般,並以毀滅性的絕望將她壓垮和淹沒。

**2.** 既然我哋想喺屬靈嘅爭戰中合法地作工,點解要對呢種苦楚同樣咁小心呢? 因為*「衣服有蟲蛀,木有蟲蝕,憂愁 likewise 腐蝕人嘅心」*(箴言 25:21)──神聖嘅聖靈已經清楚而無可置疑咁表達咗呢種最有害、最具破壞性激情嘅威力。 就好似件畀蠹蟲蝕咗嘅衫,已經冇價值,唔適合再用作體面嘅用途──又好似棵畀蟲蝕空咗嘅樹,已經唔值得留返嚟用嚟建造或者裝飾任何建築,無論幾簡單,都只得被火燒嘅命: 靈魂亦然,被最沉痛嘅悲傷折磨得精疲力盡,已唔再配 着嗰件大祭司嘅外袍──聖靈先降臨喺亞倫嘅鬍鬚上,然後先到袍角,正如大衛先知喺以下經文所描述: *「因為那香膏從頭流下,流到鬍鬚,亞倫的鬍鬚,一直流到他外袍的衣襟。」*(詩篇132:2)──亦不適合那座屬靈殿宇的建造與裝飾,其根基由至智慧的建築師保羅所奠定,當他說: *「你哋係神嘅殿,神嘅靈住喺你哋入面」*(林前3:16),而為咗呢個殿,就用咗某啲特定種類嘅木材,正如《雅歌》入面新婦所講:*「願香柏木用嚟造我屋,願松木做我屋嘅樑」*(雅歌1:16)。 所以,就揀咗呢啲樹種去建造神嘅殿──香氣撲鼻又防蟲耐腐,唔會爛,亦唔會畀蟲蝕。

**3.**有時呢種困擾係由之前嘅激情引起──無論係憤怒、慾望定貪婪──當一個人失去咗腦海中原本對自己事務或財產會帶嚟滿足嘅期望時;但有時又係無任何明顯原因, 呢種情況可能會喺狡猾仇敵嘅影響下,令我哋陷入呢個深淵;悲傷突然襲來,令我哋無法用平時嘅熱情去接待最親愛同最重要嘅人; 無論佢哋喺適當嘅場合講乜嘢,都畀我哋視為不合適同多餘; 我哋都冇好嘅回應,因為我哋心入面嘅每一次抽搐都充滿住苦楚嘅悲傷。

**4.** 呢點最清楚證明,我哋心入面嘅悲痛並唔係成日都係因為人哋嘅錯而激起,而係因為自己;因為我哋自己心入面就藏住所有悲痛嘅原因,亦即係情慾嘅種子,只要誘惑嘅雨水一澆灌我哋嘅靈魂,佢哋就會即刻發芽、結果。 冇人會被迫犯罪,就算畀人嘅壞榜樣撩起佢哋,除非佢哋心入面已經藏住嗰罪本身嘅實質。 例如,一個人絕不會因為望住一個美麗嘅女人,第一次見到佢嘅美貌就突然被慾望嘅激情所控制;相反,我哋要假設,如果佢當時對佢起咗慾望,就係因為見到佢嘅樣貌,把佢心入面原本潛藏住嘅病態給激發了出来。 正因如此,我們首先要將所有注意力集中於淨化我們的目光,糾正我們的感受和性情。

**5.** 另有一種悲傷──最墮落的一種──當它灌輸給一個有罪的靈魂的,不是要改革人生、淨化情慾的意圖,而是一種最毀滅性的絕望。 正正就係呢種悲傷,令該隱喺殺咗兄弟之後都唔肯悔改,亦都唔畀猶大喺背叛之後搵到贖罪嘅方法,反而透過佢帶畀佢嘅絕望,令佢上吊自殺。

**6.** 我們只有在因罪惡的悔改、對完美境界的熱切渴望,或對未來福樂的思索而觸動下接受悲傷時,才可視為對我們有益。 關於此,蒙福嘅保羅亦有講:*「因為神意嘅憂愁,生出得贖嘅悔改,以致沒有後悔;但世意嘅憂愁,乃生出死亡。」*(林後7:10)

**7.** 但係,能夠帶來得救嘅悔改嘅憂愁,無疑係忠信、順服、有恩典、謙卑、溫柔、悅人同有耐性; 因為,呢種悲傷源於對上帝嘅愛,雖然佢透過肉身嘅克制同靈魂嘅痛悔不懈地追求完美,但同時又不斷被成功嘅盼望所安慰同鼓舞, 所以佢保留咗所有友善同和善嘅美好,喺佢裏面擁有聖靈嘅一切果實,就係同一位使徒所列數嘅:*「聖靈所結嘅果子,就係仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。」*(加拉太書5:22) 但係呢種──世上嘅憂愁──就極度埋怨、不耐煩、粗暴,充滿排斥人嘅頑梗、無益嘅哀號同毀滅性嘅絕望; 凡被佢攪到嘅人,佢都會令佢哋分心,打斷佢哋所有嘅追求同有益嘅自我檢視;佢唔單止扼殺禱告嘅工夫,仲摧毀以上所講嗰啲屬靈果效,而呢啲果效通常係由*「照神意嘅憂愁」*帶嚟嘅。

**8.** 因為,除咗因得救嘅懺悔、追求完美嘅熱誠,或者對未來福份嘅渴望而產生嘅憂愁之外,其他一切形式嘅憂愁——既然係屬世同帶嚟死亡嘅——都必須被拒絕,並徹底趕出,就好似淫亂嘅靈、貪財嘅心,同埋憤怒一樣。

**9.** 如果我哋不斷用屬靈嘅教導滋養我哋嘅靈魂,並以盼望同對未來福樂嘅默想去復興同強化佢,就可以將呢種最有害嘅情慾從我哋心入面趕走。 如此,我哋就可以克服各種悲傷:由 、先入為主嘅憤怒引起嘅;由蝕本或損失引起嘅;由人對我哋造成嘅不義引起嘅;以及由不合理嘅精神痛苦引起嘅, 以及那些令我哋陷入致命絕望嘅悲傷:因為,只要我哋不斷以對永恆未來福份嘅思索得到安慰,並堅守呢種心態,喺逆境中就唔會灰心,喺順境中亦唔會得意忘形,因為我哋會將兩者都視為微不足道同短暫。 (為咗平息憂傷嘅心態,亦可閱讀聖卡西安嘅摘錄第七節——論對災難同悲傷嘅抗爭)。

### *6. 與絕望之靈的爭戰*

**1.** 我哋所面對嘅第六場爭戰,係對抗希臘人所稱嘅 αχηδια,我哋可以稱之為絕望、厭倦或者心痛。佢同憂傷相似,由喺曠野漂泊嘅修士感受最深,係隱居者嘅死敵;佢折磨每個修士,特別係第六時辰左右, (按我哋嘅計法就係中午十二點),好似一種發燒,喺固定時間內以極度破壞性嘅影響侵襲病態嘅靈魂。有啲長老(Evagrius,第一卷,第631頁)稱佢為「午時魔鬼」,喺詩篇90章有提到。

**2.**當灰心轟擊一位和尚可憐嘅靈魂時,就會令佢對住呢個地方感到恐懼,對住寮房產生厭惡,並且輕視同住或者遠喺一邊嘅兄弟,覺得佢哋好大意,完全冇靈性;同時,佢又令佢徹底懶散,唔想做平時喺自己住處要做嘅任何嘢。 佢令佢冇心機坐喺房入面,讀唔落書,仲要嘆氣嘆到話,住咗咁耐都冇咩長進,冇攞到任何屬靈嘅果效;又令佢痛苦咁體會到自己留喺度係冇意義,本可以帶領其他人,幫助到好多人, 佢喺度冇培養過任何人,亦冇透過佢嘅指導同教導喺靈性上令任何人重生。然後,呢種感覺就向佢讚頌遠方寺院嘅美德,形容嗰啲地方更有利於靈性進步,更有助於得救,並且描繪同嗰度嘅弟兄姊妹團契如何令人愉快同充滿靈性造就; 相反,就將佢而家嘅處境描繪成難以忍受,提醒佢同呢度嘅兄弟相處冇乜造就,而維持身體所需嘅一切,都要靠大量嘅勞力先至得。 最後,呢種處境令修道者深信,只要留喺呢度,就唔可能得救,除非佢離開嗰間小屋——如果再留低,就會死喺入面——盡快搬去另一個地方。 之後,喺第五個鐘同第六個鐘之間,佢令佢嘅身體極度疲憊,又餓到好似行咗長途旅程同做咗最辛苦嘅勞作咁攰,又或者好似禁咗兩日或者三日嘅食,完全冇嘢補充。 於是佢焦急咁左顧右盼,嘆息冇兄弟嚟探佢,經常走出又走返入去,望住個太陽,好似佢唔急住落山咁。 喺呢種無謂嘅心靈混亂中,好似畀黑暗籠罩住,佢完全冇能力做任何屬靈嘅追求,開始以為除咗去探望弟兄或者用瞓覺嚟安慰自己,冇其他方法可以醫治呢種困擾。 正正就係嗰陣,呢個摧毀人嘅惡靈開始向佢折磨嘅人建議,話佢應該向弟兄姊妹致意,或者去探望病咗嘅人,無論近遠;亦都灌輸畀佢,當做一份責任,話佢應該去搵某啲男親戚或者女親戚, 仲要更經常去探望佢哋——話去探望嗰位虔誠嘅婦女,佢已經將自己獻身畀上帝,但冇任何親戚支援,更加要經常去探望佢,並提供佢所需嘅一切,因為佢自己嘅親戚都忽略佢, — 並且人應該喺呢類虔誠嘅善行上多加努力,而唔好淨係閒置喺自己嘅小房入面,冇成效又冇進展。」

**3.** 咁樣,呢個可憐嘅靈魂畀咁啲敵意嘅詭計圍住,變得咁煩亂,以至嗰位和尚因絕望而心力交瘁,要麼試圖攞身入床,要麼就離開寮房嘅孤獨,去探訪另一位和尚,想從呢場折磨中搵到解脫。 但係呢個佢而家用嚟療癒自己嘅方法,好快就會畀仇敵變成令佢更痛苦嘅手段。 因為仇敵會更加頻繁、更加猛烈地攻擊那些他從經驗中知道,一開戰就即刻轉身逃跑,並不在勝利或抵抗中尋求得救,而是在逃跑中尋求得救的人; 直到佢逐漸遠離咗自己嘅小房,開始忘記 佢蒙召嘅主要目的——追求神聖、至高無上嘅純潔——而呢種純潔,除咗透過不斷、寂靜咁留喺小房入面同埋持續接受神聖嘅教導之外,無其他途徑可以得着。 咁,基督嘅兵卒最終逃離佢嘅軍隊,糾纏喺世俗事務入面,唔再討好佢所應承服侍嘅統帥(提後2:4)。

**4.** 大衛先知喺以下經文中,最優美咁表達咗呢種痛苦嘅所有惡劣後果:*「我因憂鬱而沉睡不醒」*(詩篇 118:28)。 其實,喺呢啲時候,沉睡嘅唔係身體,而係靈魂。因為靈魂畀呢種毀滅性慾望嘅箭射傷,真係對追求美德嘅一切努力同對自己屬靈敏感度嘅警醒都睡着咗。

**5.** 所以,基督的真兵丁,渴望在追求成聖的爭戰中按正當原則努力奮鬥, 亦必須努力將此苦惱從靈魂深處驅逐出去,並大膽地武裝自己,對抗這最不體面的絕望之靈——好叫他既不致於被睡魔之箭射傷而倒下,也不致於在偽善的虔誠藉口下,從他隱修處的孤立中逃走。

**6.** 因為凡是他從任何方面開始制服的,他要麼會任其留喺房入面毫無進展,好似一個懶散又粗心嘅人;要麼就將佢趕走,令佢喺所有事上都變得懶散,迫使佢不停喺弟兄嘅房同修院度遊走, 並且除咗諗住喺邊度、用咩藉口搵到下一餐之外,乜都唔諗。 因為懶散嘅人只會諗住食同埋肚,直到佢喺某處遇到一個同路人——無論男定女,都同樣冷漠——佢就會糾纏喺對方嘅事同需要入面。 佢逐漸捲入呢啲對靈魂極度摧毀嘅追求——就好似被蛇嘅盤旋圈住咁——佢就再無能力擺脫,無法返去履行佢以前被忽略嘅本份。

**7.** 因此,灰心喪志的靈在我们身上所造成的,主要的就是使我們懶惰,令我們偏離本分,並教導我們懶散。所以,對抗它的主要方法是:不可妥協;要堅持你的工作。 喺呢方面,我哋可以將聖保祿畀帖撒羅尼迦人講關於勤力嗰段話,作為對付灰心嘅良藥:*「我勸弟兄姊妹……要專心靜默,理好自己嘅事,親手作工。」*(帖前4:10–11)。 —佢話:*「要勤力咁保持安靜」*——即係話要安安靜靜留喺自己嘅房入面,咁先唔會喺到處閒逛時聽到嘅各種傳聞中失去內心嘅平靜,亦都唔會之後自己去搞到人哋同樣嘅騷亂;*「理自己嘅事」*——意思係唔好畀好奇心驅使,去打聽塵世嘅事或者探聽其他兄弟嘅行為——咁你先唔會本末倒置,喺本應自我修煉同熱心追求美德嘅時候,反而習慣咗浪費時間去譴責同中傷兄弟; *「並要靠自己雙手做工」*——即係話,當你坐喺自己嘅小房入面,就要投身做體力勞動。咁樣,佢就完全杜絕咗之前所警告嗰啲情況。鍾意坐低做嘢嘅人,就冇時間到處走,去探人嘅事、插手人嘅事同埋講人閒話。佢喺同一批帖撒羅尼迦人嘅第二封信入面,又補充咗一句:*「弟兄們,我哋奉我哋主耶穌基督嘅名,吩咐你哋,要遠離任何行得無序、唔跟從你哋所領受嘅傳統嘅弟兄。」*(帖後3:6) 喺呢度佢唔再哀求,而係命令;唔係淨係用口講,而係以我哋主耶穌基督嘅名,清楚顯示呢個命令迫切。由佢其後嘅講論可以見到,呢個命令係關於工作,而迴避呢件事嘅人唔可以喺基督群體入面被容忍。 – 因此,他命令我们要与不肯作工的人脱离关系,并将他们切除,好似被破坏性懶惰腐化的肢体,免得懶惰的病症如致命的瘟疫般传染给身体的健全肢体。 呢點本身已經係一個好強大嘅勤力動力,但佢仲進一步以自己做榜樣畀佢哋跟從(同上,第7節)。 *「我哋」*,佢話:*「喺你哋中間生活嘅時候,都冇白食人嘅飯。」*(第8節),雖然*「主命定傳福音嘅人當靠福音養生」*(林前9:14)。 咁,如果就連宣講福音、擔當咁崇高靈命職務嘅人,都唔肯白食飯,我哋又點可以為自己嘅懶惰辯解呢?我哋唔單止冇獲委託宣講神言,反而只被吩咐要照顧自己嘅靈魂。 憑咩理由,我哋可以懶手懶腳咁免費食飯?連嗰個蒙揀嘅器皿,肩負傳福音嘅重擔,都唔容許自己食唔係自己勞力得嚟嘅果實? – 免得有人以為佢嘅榜樣係例外,唔係俾大家效法,使徒 就講得好清楚,唔係淨係佢一個咁做,同佢一齊嘅人——就係西拉同提摩太,佢哋都同佢一齊寫呢段——都同樣做體力勞動。 – 免得有人被誘惑偏離跟隨他的榜樣,以為他們都默默工作,並無打算立個榜樣來逼使我們也同樣勞碌,使徒就指出,他們本來有自由不工作,卻仍然工作,*'好叫我哋作你哋嘅榜樣,叫你哋效法我哋'* (帖撒羅尼迦後書3:9)——免得你哋忘記經常入耳嘅口頭教導,至少可以記住我哋親身示範畀你哋睇嘅榜樣。 最後,經過咁多勸勉之後,使徒唔再以教師或醫生嘅身份嚟對付佢哋,而係以使徒職權嘅身份,說:*「如果有人唔肯做工,就唔好畀佢食飯」*(10節)! 呢段係針對嗰啲被假設或預料會藐視呢條誡命嘅人,由使徒審判席上宣佈嘅裁決。

**8.** 使徒喺寫畀以弗所人嘅書信入面,就講到呢份工夫,佢話:*「偷竊嘅人唔好再偷,寧願作工,用自己嘅手做善事,好有嘢分畀有需要嘅人。」*(以弗所書4:28) ——我哋喺《使徒行傳》入面都見到,佢唔單止教導呢樣嘢,自己都係咁行。 因為當佢去到哥林多,就唔想留喺其他地方,而係同亞居拉同百基拉一齊,因為佢哋同佢做緊同一行——佢平時都做緊呢行——明顯係想同佢哋一齊做嘢(使徒行傳18:1–3)。 – 後來,當佢航行去耶路撒冷嘅時候,佢喺米利大停咗陣;由嗰度佢叫咗以弗所教會嘅長老嚟,喺冇佢嘅時候教佢哋點樣治理上帝嘅教會,佢就講到自己連錢都冇求過 亦唔係靠佢哋嘅錢,或佢哋嘅衣服;佢同佢同伴嘅所需都係由佢自己雙手勞動嚟提供——佢咁做係要示範,透過呢種方式勞動,人就應該幫助有需要嘅人,同時要謹記主自己嘅命令——*'施比受更為有福'*(使徒行傳20: 33–35)。因此,他以勤勉的榜樣,同時教導人:幫助有需要的人,最好是來自勤力工作賺得的,而非靠其他方式得来的。 如果一個和尚能如此行,他便同時具備兩種美德:他舍棄一切,達到基督的完美貧窮;又透過他的勞作和心態,展現富人的慷慨,以公義的勞力尊崇上帝,並以公義的果實向祂獻上祭牲。

**9.** 埃及嘅長老絕對唔容許和尚懶惰,尤其係年輕嗰啲,佢哋就用勤力做工嚟衡量佢哋嘅心態同埋耐性同謙卑嘅進度。 佢哋唔單止唔接受任何嘢嚟維持自己嘅生活,反而用自己嘅勞力成果去餵食前來探訪嘅兄弟同過路人,仲會送大量各式各樣嘅食物去畀受不毛之地同饑荒困擾嘅利比亞地區, 並將各

種大量食物送往城市,餵食那些困於骯髒地牢中的人,他們相信,憑着自己雙手勞動的果實所作的供奉,正獻上令主喜悅的祭禮。 – 關於呢件事,古代嘅埃及教父亦有咁一句說話:一個勤力嘅修士只會畀一個魔鬼誘惑,而一個懶散嘅修士就會畀無數魔鬼圍攻。

**10.** 當我開始喺曠野生活嘅時候,我同阿爸摩西(利比亞人;見佢嘅第一同第二篇講道)講,尋日我畀絕望嘅痛苦完全壓倒,搵唔到其他方法可以擺脫,只好去搵阿爸保羅:「唔係,」佢同我講:「你並冇擺脫佢,反而證明咗自己對佢好虔誠、好順服。」 因為從今以後,它會更加猛烈地攻擊你,就好似對付一個懦夫和逃兵一樣,因為它看見你從第一次交鋒就讓自己被擊敗,並 immediately 逃離戰場——除非你喺其他時候決定同呢個敵人交戰,而唔係透過離開你嘅小房或者沉睡嚟抵禦佢嘅猛烈攻擊, 而係要靠耐性同抵抗去戰勝佢。經驗證明,人唔可以喺絕望嘅攻勢面前逃走,唔可以迴避同佢嘅抗爭,而係要用勇氣去對抗佢。

## *7. 對抗虛榮之靈的爭戰*

**1.** 我哋要面對嘅第七場戰役,係對抗虛榮嘅心態──呢種心態多面、善變、微妙,就算最敏銳嘅人,都幾乎唔能夠同時防範、識別同認出佢。 其他情慾簡單又單調,但呢種卻多面又多變;佢會從四面八方、無論係戰鬥中定係已經勝利之後,都向戰士發動攻擊。 因為佢想透過戰士嘅衫着、儀表、行路、聲線、勞作、守夜、禁食、禱告、獨處、讀書、知識、沉默、服從、謙卑同善良,去傷害基督嘅戰士。 ──就好似一個極度危險嘅海底暗礁 ,潛藏喺洶湧嘅浪濤之下,趁人唔備,就會突然令順風航行嘅人船遇上慘烈嘅海難。

**2.** 所以,凡想行在君王之道上,*雙手執着「公義的兵器」*的,按使徒的教導,必須經歷*「榮耀和羞辱,譏諷和讚揚」*(林後6: 7–8),並以極大謹慎,在試煉的洶湧波濤中,循著德行的道路前行,由理性及主聖靈的氣息引領,深知一旦我們稍偏右或左,就會立即被致命的水下礁石撞得粉身碎骨。 正因如此,我們才聽到智慧所羅門的勸告:*「你不可偏向左右。」*(箴言4:27) ──即係話,唔好因為自己嘅美德而自滿,亦唔好因為自己嘅屬靈成就而自大;當你行偏咗,踏上情慾嘅彎路,就唔好好似使徒所講,喺自己嘅羞恥中去追求佢哋嘅榮耀(腓立比書3:19)。 ──魔鬼喺啲佢無法用威嚴華麗服飾嘅外觀令佢哋自負嘅人身上,就試圖用笨拙、凌亂同乞丐式嘅穿戴去播種呢種虛榮;對啲佢用榮譽都無法令佢哋沉溺喺呢種激情入面嘅人,佢就用羞辱去煽動佢哋; 凡他不能令其以学问和口才自夸的人,就用沉默中的自作高深来挑起同样的骄傲。若有人公然禁食,就会被虚荣心所扰;但若有人因轻视这种虚荣而隐瞒禁食,就会受到自高自大之罪的攻击。 為咗唔畀虛榮嘅病菌沾污,有啲人喺弟兄姊妹面前唔做長篇大論嘅禱告;但係,佢哋私底下開始練習,冇人見到,就忍唔住要喺自己面前吹噓。 我哋嘅長老用洋蔥同大蒜嚟形象化呢種煩惱嘅本質:一旦剝開一層,就會發現下面仲有一層,同樣嘅層層疊疊;無論剝幾多次,都永遠都係咁。

**3.** 就算係嗰啲為咗逃避榮耀而投奔沙漠、同塵世完全隔絕嘅人,佢都唔會停止追擊;而且人越想遠離塵世,佢就攻擊得越猛烈。 至於住喺修道院社群入面嘅人,佢就用「你喺工作同勞動方面比任何人更耐得住性」嚟引誘一個人走向驕傲;對另一個人就用「你喺服從方面比任何人更熱衷」;對又另一個人就用「你喺謙卑方面勝過所有人」。 有人因為學識淵博而受誘惑;有人因為長時間讀書;另有人因為長時間守夜。而呢種折磨就係利用每個人嘅美德去傷害佢哋,喺通往生命果實嘅道路上設下陷阱,引致佢哋嘅毀滅。 同樣地,對於那些想行敬虔與成聖之道的人,誣衊的仇敵們絕不會錯過在他們行經之路上埋下虛假的陷阱,正如大衛先知所言:*「我在所行過的路,他們為我設下網羅。」* (詩篇141:3)──好叫我哋行緊嗰條美德之路,為追求更高嘅召命而努力嘅時候,因為自己嘅成功而自滿,反而失足;又喺虛榮嘅陷阱入面糾纏,跌到靈魂嘅腳都綑綁住。 如此,當我哋未畀敵人嘅攻擊所征服,卻反而畀對敵人勝利嘅驕傲所征服。

**4.** 其他一切情慾,一旦被克服,就會消退,隨著被擊敗的次數越多,日漸衰弱;同樣地,受制於地點或時間,它們會耗盡而平息;或者,在各方面,由於與對立美德的衝突,要防範和避免它們就變得更為容易。但係呢種慾望,一旦畀人打倒,就會以更勁嘅勁頭再度反撲;當人以為佢已經斷氣,佢反而透過「死亡」變得更加生龍活虎、健康同強大。 其他慾望只會奴役已經戰敗佢哋嘅人;但呢種慾望對付擊敗佢嘅人更加猛烈,而且被打得越慘,就越要透過自我勝利嘅狂喜嚟過度反撲。 正正喺呢度,仇敵嘅狡猾才顯露無遺:佢用奸計,叫基督嘅戰士中咗自己嘅箭,因為仇敵自己都用唔到佢本身嘅武器去打敗佢。

**5.** 其他情慾,如前所述,會因不同環境的影響而平息;當罪惡的對象、機會或誘因被移除時,它們亦會消退並耗盡; 但呢種慾望會隨住人逃去沙漠,連沙漠都滲透入去,佢唔懼任何環境,就好似就算目標從眼前移開,都唔會減弱;因為佢嘅力量唔係嚟自其他地方,而係來自佢攻擊嗰個人所取得嘅美德勝利。 ──其他情慾,正如我們之前所講,有時會隨着時間流逝而消退;但對於這情慾而言,時間的流逝不但不會造成傷害,反而更助長了它的虛榮。

**6.** 最後,其他激情因為同佢哋對立嘅美德互相衝突,而且公開咁打仗,就好似大白晝咁,所以比較容易克服同防範; 而呢種激情,卻已擠入美德之間,滲入我哋陣營,好似喺深夜作戰,因為我哋既唔預期又唔驚懼佢嘅攻擊,所以佢更加殘酷咁誘惑我哋。

**7.** 我哋讀到猶大王希西家,一個在一切事上都完全公義嘅人,就畀一支驕傲之箭打倒;而佢,本可以用一次禱告換嚟屠殺十八萬五千亞述士兵,卻畀虛榮心所敗。 ──佢本應由神命定嘅生命有限、死期有期,卻因自己嘅禱告而獲得額外十五年壽命,並以日頭倒退十度為證;就喺呢種對佢品德嘅見證同神對佢嘅恩寵之後,佢卻因一次驕傲自大嘅行為而失去一切, 佢唔單止失去咗自己,仲令成個民族都暴露喺上帝嘅烈怒之下──呢股烈怒咁大,以至當佢自卑,同埋同佢嘅人民一齊懇求上帝時,佢只得哀求呢股烈怒唔好喺佢有生之年先到(列王紀下20;歷代志下32)。 驕傲之情,其破壞性及可悲可恨之罪惡,莫此為甚!

**8.** 上述君王嘅曾祖父烏西雅,聖經亦有讚揚佢,話佢行好多美德同可嘉嘅事,為人民造福之後,就因虛榮心膨脹,行咗一件唔討好上帝嘅事,*冒犯咗「主──佢嘅上帝」*,佢即刻由榮耀嘅高峰跌落谷底,畀麻風病擊倒咗(歷代志下26)。呢就係另一個可悲嘅墮落例子!由此可見,就算係成功,如果當中冇防範虛榮同驕傲,都會幾咁有害;而喺呢啲情況下,唔肯謹守自己嘅人, 冇因逆境而被謙卑,反而喺克服之後受到更嚴厲嘅打擊,並且喺戰場上逃過死亡嘅危險之後,又因自己嘅勝利而跌倒。

**9.** 使徒為乜嘢勸勉話:*「我哋唔好自誇」*(加拉太書 5:26)?主責備法利賽人時又話:*「你哋接受人彼此之間嘅榮耀,點解仲唔追求嚟自獨一真神嘅榮耀呢?」*(約翰福音 5:44)。 正正就係講呢班人,大衛先知有警告:*「願祂散開那尋索人喜悅之人的骨頭。」*(詩篇52:6)

**10.** 初學者同啲喺德行同靈性知識上仲未大有進展嘅人,通常都因為虛榮而吹噓自己嘅聲線──即係話佢哋唱歌比人更悅耳;或者吹噓自己身形瘦削或樣貌英俊;或者吹噓自己有財勢顯赫嘅父母;又或者吹噓自己拒絕咗從軍同攞官職嘅榮譽。 對其他人嚟講,呢種諗法就暗示佢哋如果留喺世俗社會,其實好容易就可以攞到榮譽同財富,就算佢哋根本永遠都攞唔到——咁樣就用犧牲嚟滿足虛無嘅希望,令佢哋因放棄嗰啲根本未擁有過嘅嘢而自誇。

**11.** 對其他人而言,則會激起他們對神職或執事職的渴望,在他們腦海中描繪出一幅畫面:他們屆時會以如此聖潔和嚴謹的态度履行職務,成為其他神職人員效法聖潔的榜樣;而且,他們在言行和講道上都會造福於眾人。 有時甚至令啲住喺沙漠或者獨自喺修房度過生活嘅人,喺心入面幻想自己去到唔同人同修院嘅屋企,憑住佢哋想像中嘅信念,帶領好多人行上義路。 於是呢個可憐嘅靈魂就喺呢種虛榮心底下被帶到呢度、帶到嗰度,好似喺深沉嘅夢中漫遊;又畀呢啲思想嘅甜美所捲走,充滿住呢啲夢境, 大部分時間都無法察覺到自己嘅行為,或者同修嘅存在,就算佢哋真係喺眼前,都完全甜蜜咁沉浸喺度,好似真係發生緊咁,就好似清醒時都喺夢中漫遊,喺思想嘅遊走入面。

**12.** 我記得,當我住喺修隱沙漠嗰陣,有位長老去探望一位兄弟嘅小房,聽到入面有人講嘢,就停低腳步,想知佢係喺聖經度讀緊啲乜,定係憑記憶背誦緊,因為嗰度做嘢嘅時候就有呢個習俗。 虔誠嘅長老仔細一聽,就聽到嗰位兄弟好似喺教堂講道咁,對住會眾講道:呢就代表佢畀虛榮嘅靈迷失咗,以為自己係神父,喺實現佢一直以嚟嘅夢想。 等咗陣,長老聽到個兄弟講完道,換咗角色,好似做執事咁,開始宣告:「準洗者請離開。」長老就敲門。 嗰位弟兄行出嚟,照舊禮貌咁向佢打招呼,請佢入屋,問佢嚟咗幾耐,假裝關心佢係咪企咗好耐 ,又係咪因此而唔方便——其實佢良心因為自己嘅幻想同埋因幻想而做嘅嘢正糾纏住佢。 長兄溫和地答:「我啱啱先到,就係你嗌『受過教理問答嘅人可以出去』嗰陣。」

**13.** 我認為有必要喺呢度加入呢段,好等我哋眼前可以浮現出一幅完整嘅畫面,睇到慾望──呢啲折磨可憐靈魂嘅慾望──以點樣嘅力量同方式向我哋襲擊,咁我哋就可以更加留意自己,從而更好咁避開仇敵嘅圈套同陷阱。 呢就係埃及嘅老祖宗嘅做法。佢哋毫不遲疑,將呢啲事全部攤晒出嚟,並且透過講述他人同自己──好似佢哋自己仍然經歷緊所描述嘅嘢── —佢哋就將所有情欲嘅掙扎,無論係呢班年輕和尚而家已經受緊嘅,定係將來仲要面對嘅,都揭露喺佢哋面前;好等呢班熱誠勃發嘅新學徒,透

過呢番對各種情欲欺騙嘅剖析,認清佢哋而家戰役嘅秘訣,並好似喺鏡中睇見自己咁, 佢哋就可以同時明白折磨佢哋嘅慾望成因同埋對付佢哋嘅方法;至於未來嘅戰鬥,喺佢哋未爆發之前,就可以預先知道點樣防範、點樣面對攻擊者同點樣作戰。 正如最嫻熟嘅醫生唔單止會醫治現有嘅病症,憑住佢哋洞察力豐富嘅經驗,仲會未雨綢繆,透過預防性建議或者療癒藥劑去對抗未來嘅病症: 同樣地,呢班最真切嘅靈魂醫生,透過佢哋嘅靈性教導──就好似一種解毒藥──預先消滅本可能出現嘅心靈疾病,防止佢哋喺年輕修士嘅靈魂入面生根,同時向佢哋揭示情慾攻擊嘅成因同埋對付佢哋嘅 remedy。

**14.** 凡渴望按正當方法投入真正屬靈爭戰的基督精兵,必須盡一切辦法去制服這頭多面且多變的野獸。首先,若我們謹記大衛那句話,就可以避免與這頭無處不在、隨時等候機會以敗壞之心向我們撲來的多面野獸相遇: *「主已經散落咗嗰啲取悅人嘅人嘅骷髏」*(詩篇52:6),我哋就唔好為咗攞虛空嘅榮耀而做或者着手任何嘢。 此外,我哋要努力維持同保存所有善意所做嘅事,靠住同樣嘅──良好嘅警惕──咁先唔會畀虛榮嘅病 subsequently 滲入,摧毀我哋所有嘅心血結晶。 同樣地,凡係弟兄之間唔慣做、又唔係人人都做嘅事,就一定要好勤力咁拒絕,因為嗰啲都係自誇嘅行為;我哋要千祈唔好做任何會令自己突出、或者因為淨係自己做而喺人眼中攞到榮耀嘅事。 正正係透過呢啲自我吹噓嘅表現,先至最明顯睇到驕傲呢種致命嘅傳染病已經入侵咗我哋: 然而,若我們謹記,我們不僅會完全失去出於虛榮心而為之的勞苦果效,而且還將犯下更重的罪行,並作為褻瀆者,必須承受永恆的折磨; 因為我哋喺得罪神嘅同時,竟然揀咗為人做本應獻畀神嘅事,從而將人置於神之上,將世界嘅榮耀置於神嘅榮耀之上──而那知人心中秘密嘅神,屈時就會審判我哋。

### *8. 對抗驕傲之靈的爭戰*

**1.** 第八場亦是最後一場戰役擺喺我哋面前:對抗驕傲之靈嘅戰役。 雖然呢種情慾喺對抗情慾嘅次序中排最後,但就起源同出現時間嚟講,佢係最先嘅。佢係最兇狠、最難以馴服嘅野獸,尤其會攻擊已經完美嘅人,當佢哋差唔多攀上美德巔峰時,就用殘暴嘅勁力將佢哋吞噬。

**2.** 驕傲有兩種:第一種,正如我們所說,是困擾那些屬靈生命高深的人;另一種則糾纏初學者與屬肉體的人。雖然這兩種驕傲都源於在神和人面前的自我高抬,但第一種直接與神有關,而第二種則專屬於人。 如果上帝願意,我哋會喺呢本書最後幾章檢視後者嘅起源同埋對付佢嘅 remedy;但而家,我哋打算詳細討論前者,就係我哋之前講過,主要係完美者先會受佢嘅誘惑。

**3.** 冇其他情欲可以好似呢種邪惡嘅驕傲咁,完全摧毀晒所有美德,將人嘅公義同聖潔都剝得一乾二淨: 佢就好似一種無處不在嘅瘟疫,唔會滿足於只削弱單一肢體或部位,反而會喺整個身體帶來致命嘅失調 ,並試圖用一場極度慘痛嘅墮落,將已經站喺美德高峰上嘅人拉落嚟摧毀。 其他各種情慾都滿足於自身的界限與目標,雖然它們同樣會擾亂其他美德,但主要都針對其中一種,並集中圍攻和攻擊它。 因此,貪食──即對過量進食或甜食嘅慾望──荼毒嚴謹嘅節制;慾望玷污貞潔;而憤怒驅逐忍耐。 因此,一個被某種慾望奴役嘅人,並唔係完全冇其他美德;但係,當嗰一樣美德被摧毀──畀對立嘅慾望熱烈地發動攻擊而跌咗──其他美德至少可以部分保留: 但係呢種慾望,一旦掌握咗一個可憐嘅靈魂,就好似一個最殘暴嘅暴君,攻陷咗美德(謙卑)最高嘅要塞,就將成個城市夷為平地,化為焦土。 將曾經高聳嘅聖潔城牆夷為平地,同罪惡嘅塵土攪成一團,喺佢奴役嘅靈魂入面,連一絲自由嘅痕跡都唔會剩低。佢擄獲嘅靈魂愈富有,就愈加重奴役嘅軛,用最殘暴嘅方式掠奪晒佢所有嘅美德。

**4.** 如果你想更準確地知道呢個最殘酷暴君嘅權勢有幾大,就等我哋回憶一下,有位天使──因為佢嘅光輝同美貌過度而得名「路西法」──就只因為呢種激情,被從天上趕落嚟。 以及佢點樣中咗驕傲之箭,由受祝福天使之中最高嘅階級墮落入地獄。 因此,如果一個咁無形、擁有咁非凡優點嘅存在,都只因一陣驕傲就被從天上打落凡間,咁呢場毀滅性嘅墮落就證明咗,我哋呢班凡人更加要時刻警惕,嚴防呢種惡疾。 至於我哋要點樣避免呢種激情最有害嘅感染,就可以透過追溯上述墮落嘅起源同原因去學到。因為如果唔先透過仔細嘅調查,查清楚佢哋嘅來源同成因,就根本唔可能醫治任何病症,或者開任何補救方法。 ──呢位(大天使)身披神聖光輝,憑造物主嘅豐盛恩典比其他高階權能更為光耀,佢竟然以為自己所擁有嘅智慧榮耀同品德之美,係靠自己本性嘅力量得嚟,而唔係出於上帝豐厚嘅賜予。因為呢個緣故,佢自以為同上帝一樣,係一個乜都唔缺嘅存在──好似根本唔需要神嘅幫助,就可以保持咁嘅純潔。 於是佢完全倚靠自己自由意志嘅力量,相信淨係靠呢樣嘢就可以充足咁提供佢一切所需,達到美德嘅完全同至福嘅持續。呢個念頭就成為佢悲慘墮落嘅主要原因。 因為呢件事,上帝離棄咗佢

──佢本以為自己對上帝冇乜需要──結果佢即刻變得唔穩定、好脆弱,佢感受到自己本性嘅軟弱,亦失去咗因上帝恩典而享有嘅福樂。 因此,因為佢*「鍾意」自誇嘅說話*,心高氣傲咁講:*「我要升到天上」*(以賽亞書14:13),*「又用一張油滑的舌頭」*,自欺欺人,說:*「我要與至高者同等」*,正如他後來引誘亞當和夏娃,對他們說:*「你要像神一樣」*:所以,他的判決如下: *「因此,神必將你滅絕,將你拔出,將你從居所趕出。義人看見這事就必驚懼,他們要嗤笑他,說:『這就是那不以神為保障,卻倚靠自己財富的豐盛,仗著自己狂妄的勢力的人。』」* (詩篇51:6–9)。最後嗰句「呢個人」好啱用嚟形容嗰啲冇神保護同幫助,卻希望達到至高善嘅人。

**5.** 这就是第一次堕落的原因,也是主要情欲的起源──这种情欲先是侵入那第一个受其折磨的人,继而通过他潜入第一人,从而引发了众多的情欲。 而佢──嗰個第一個人──信憑自己自由意志嘅力量同埋自己嘅努力就可以達到神嘅榮耀,結果連佢透過造物主嘅恩典所獲得嘅都失喪咗。

**6.** 因此,聖經嘅例子同見證最清楚咁顯示,雖然驕傲呢種情慾喺靈性戰爭嘅次序中排最後,但喺起源上卻係排第一,並且係所有罪惡同過犯嘅源頭。 與其他情慾不同,它並不單單摧毀對立於它的美德──即謙卑──而是所有美德的毀滅者;它引誘的不僅是地位平庸或微不足道的人,更是那些身處權力巔峰的人。 先知就用呢段話形容呢個靈:*「佢所揀嘅食物」*(哈巴谷書1:16)。所以,蒙福嘅大衛雖然小心翼翼咁守住心靈深處,從 到向祂──祂嘅良心秘密無所遁形──都有隱瞞,仍然大聲宣告: *「主啊,我的心未曾狂傲,我的眼也沒有高傲;我也沒有在大事上,或在比我更伟大者的事上行事。」*(詩篇130:1),──又說:*「在我殿中不可有驕傲。」*(詩篇100:7); 然而,他知道就算是完美的人,都很难完全防备这种激情的一丝动荡,所以他在这件事上不完全依靠自己,而是向上帝祈求,求祂帮助,免得自己被这个仇敌的箭射伤,他说:*「不可容驕傲的脚步臨到我」* (詩篇35:12),(即係「主啊,求你唔好畀我踏出任何由驕傲驅動嘅一步」),— 佢驚又怕,唯恐自己會淪為所講嗰班驕傲人嘅一員:*「神敵擋驕傲人」* (雅各書4:6),又有一句:*「凡心裏驕傲的人,都為耶和華所憎惡。」*(箴言16:5)。

**7.** 驕傲究竟係幾大嘅惡,以至於連天使同其他對抗佢嘅勢力都不足以抵擋,但神自己卻親自起來對抗佢! 值得留意嘅係,使徒冇講其他被慾望所困嘅人都有神敵對佢哋;即係話,佢冇講「神抵擋貪食者、行淫者、多怒者,或者貪婪者」,而只係講以自我為中心者。 因為嗰啲情慾要麼只影響犯咗嗰啲罪嘅人,要麼睇落係針對佢哋嘅同夥,即係其他人;但呢種罪行就係專門針對上帝,所以特別值得祂作對頭。

**8.** 只要我哋對每一種認為自己做得好嘅美德,都同使徒一樣咁講:*「不是我,乃是同我同在嘅神嘅恩典。」*──又或者:*「我若不是蒙神嘅恩典,就不是我所做嘅呢個樣子。」*(林前15:10) – 又有一句:*「因為祂所喜悅的,祂就在我哋心裏成就旨意,又成就行動。」*(腓立比書2:13),正如我哋救恩嘅創始者親身所講:*「凡住喺我裏面,我亦住喺佢裏面嘅,就結好多果子;因為離開我,你哋就乜都做唔到。」* (約翰福音15:5),──詩篇作者亦呼應:*「若不是主建造房屋,建造的人就枉費心機;若不是主看守城池,守城的人就枉費警醒。」*(詩篇126:1)。 凡有願望並努力的人,若身穿與靈為敵的肉體,若無神聖憐憫的特殊庇護,就不足以達到完全的純潔與無罪,亦不足以被認為配得受領他所強烈渴望並極力追求之物。因為*「各樣美善的恩賜和各樣完美的禮物都是從 above 下來,從眾光之父那裡降下來的」*(雅各書1:17)。*「你既然有一樣受了,就不可自誇,好似自己未曾受過一樣。」*(林前 4:7)

**9.** 我講呢番說話,並唔係要貶低人嘅努力,或者勸人唔好勤力同埋辛苦工作。 相反,我堅決斷言──不是按我自己嘅意見,而是按長老們嘅──有咗佢哋就唔可能達到完美,而且單靠佢哋,有咗上帝嘅恩典,就有人可以將之帶到應有嘅程度。 正如我哋講,單靠人嘅努力,有咗上帝嘅幫助,達唔到呢個目標;同樣,我哋都肯定,上帝嘅恩典只賜畀額頭流汗耕作嘅人,或者用使徒嘅話講,只賜畀嗰啲渴望同努力、並且根據詩篇88章代表上帝所唱嘅事實: *「我將我的幫助安在有能力的人身上;我從人中揀選了我所揀選的人」*(第20節)。 雖然,照主嘅話,我哋講到向祂求嘅人就會得着,敲門嘅人就會得開門,尋索嘅人就會得着;但係,除非神嘅憐憫賜俾我哋所求嘅,開我哋所敲嘅門,並使我哋得着所尋索嘅,否則,求、尋、敲本身並不足以成就呢件事。 只要我哋以好意畀佢機會,佢就隨時準備好賜俾我哋呢一切;因為佢渴望同等待望我哋嘅成聖同得救,遠超過我哋自己。 而大衛先知深切地意識到,憑自己 alone 努力在所追求的事工和勞苦中,根本無法成功,所以他兩次禱告,求主親自成就他的作為,說:*「求你成就我們手的工作,成就我們手的工作。」* (詩篇 89:17)──又喺另一處講:*「天主啊,求你堅定你喺我哋身上所成就嘅事」*(詩篇 67:29)。

**10.** 所以,我哋要透過禁食、守夜、禱告,以及克制心靈同肉體,去追求成聖,免得我哋自以為是,令所有努力都變成徒勞。 我哋要相信,唔單止靠自己嘅努力同勞苦無法達到完美,就連我哋為咗追求完美而實踐嘅嘢──即係我哋嘅屬靈爭戰同各種屬靈工夫──都冇上帝恩典嘅幫助就做唔到應有嘅程度。

**11.** 我哋要時刻感謝上帝,唔單止因為祂造咗我哋成為理性嘅生物,賜咗我哋自由意志,施予洗禮嘅恩典,並提供律法嘅指引;更因為祂透過每日嘅眷顧養活我哋,即係: 祂拯救我哋脫離仇敵嘅陷阱,幫助我哋克服肉體慾望,喺我哋唔知嘅情況下保護我哋免受危險,防止我哋跌入罪中,幫助我哋同埋 ,喺我哋對祂律法要求嘅知識同理解上光照我哋,暗中喺我哋心裏面激起對自己疏忽同過犯嘅痛悔, 以救贖性方式糾正我們,賜給我們特殊的恩典,有時甚至違背我們的意願,將我們引向得救。——最後,祂引導我們那更傾向於情慾的自由意志,向最美好、最有益於靈魂的行動邁進,並藉著祂對其的影響力,將它引上美德之道。

**12.** 敬畏上帝的真意即在於此;这就是最古老先贤们的信仰,至今仍保持纯洁,並由其後继者所传承。由他們所展現的使徒權能──不但在我們當中,也在不信者與心志軟弱者面前──都為他們的這份信仰作出了無可辯駁的見證。

**13.** 猶大王約阿施起初行的是可稱讚的生活;但後來他自大狂傲,就放縱於不體面和污穢的慾望,正如使徒所說:*「沒有受教的 mind 設計出不體面之事」* (羅馬書 1:26、28)。 神公義的律法是如此:凡不悔改,心裏充滿驕傲自大的人,就被交給最可恥的肉體羞辱,好叫他因此被治服, 佢就可以明白,佢而家之所以變得咁污穢,就係因為佢之前唔肯承認由驕傲自大而產生嘅最深層同最可悲嘅污穢;並且,當佢明白咗呢點之後,就會被激勵去將自己從呢兩種情慾中潔淨。

**14.** 所以好明顯,除咗真誠嘅謙卑,冇人可以達到完美同純潔嘅最終境界。呢種謙卑唔單止喺弟兄姊妹面前有形有體,亦都喺人心中最隱密嘅處所向神表達,因為信靠住,冇祂喺每一刻嘅保護同幫助,佢根本無可能達到佢所渴望、並以全力追求嘅完美。

**15.** 到此為止,就我哋有限嘅恩賜所允許嘅範圍,喺上帝嘅幫助下,我哋已經足夠咁講咗屬靈嘅驕傲,就係由佢,如前所述,連完美嘅人都畀佢誘惑。 呢種驕傲好少人識,好少人經歷,因為唔係好多人爭取達到完美嘅心靈純潔,去面對呢種試煉。佢通常只會襲擊嗰啲已經征服晒其他慾望,差唔多攀上美德巔峰嘅人。 我哋最狡猾嘅敵人,因為引誘佢哋陷入肉體罪惡無法得手,而家就試圖用屬靈嘅跌落嚟絆倒佢哋,並藉此奪去佢哋以前費盡心機所獲得嘅一切果效。 至於我哋呢班仍然被肉慾所困嘅人,佢根本唔屑用呢種方式嚟誘惑我哋,反而用粗俗、可以話係肉體式嘅驕傲嚟絆倒我哋。 所以,關於呢件事──我哋或者同我哋地位差唔多嘅人最容易跌入,尤其係年輕或者初出茅廬嘅和尚──我認為有必要講幾句,正如我哋所承諾嘅。

**16.** 呢種屬世的驕傲,正如我哋所講,如果──喺棄絕世界嘅起頭做得唔啱,又冇足夠嘅熱誠──仍然留喺修士嘅心靈裏,就會阻止佢由以前喺世上嘅自大,降到基督真正嘅謙卑;佢首先令修士變得唔聽話同頑梗; 咁佢就阻止佢成為溫柔有禮,亦都阻止佢同所有兄弟一樣行事,同其他人一樣生活,唔突出;特別係,佢唔容許佢按上帝同我哋救主嘅誡命,脫離一切塵世財物; 然而,放棄世界無異於將萬物釘十字架的示範,而這只能在承認自己對世上一切事務在靈裡已經死去,並相信自己每日都要在身體上死的基礎上,才能真正開始並建立。 – 相反,佢會引誘佢去盼望長命百歲,擺喺佢面前各種長期病痛嘅可能,如果佢乜都冇晒,要靠人幫口,唔係靠自己,就會令佢感到羞愧同尷尬,並且灌輸佢一個念頭,話靠自己搵食同搵衫着,遠勝過靠人,記住, 證明呢點,就有以下嗰句說話:*「施比受更福氣」* (使徒行傳20:35),——呢句說話嘅真意,就係呢班心靈已經麻木同冰冷嘅人永遠都體會唔到。

**17.** 一個出家修行卻開頭就走錯路嘅人,永遠都唔能夠真正體會到基督嘅真誠同樸實嘅謙卑。佢永遠都唔會停止吹噓自己高貴嘅出身,或者驕傲自己以前嘅世俗生活──佢只係用身體放棄咗,心入面仲留住──或者驕傲自己留返嚟害自己嘅錢;因為呢啲,佢已經無法平靜咁承受修道紀律嘅軛,亦唔肯服從任何長老嘅教導。 凡被驕傲所勝者,視任何規矩或順服的命令為可恥; ,他甚至不肯聽聞有關靈命成聖的一般教導,有時甚至對此抱有完全的厭惡,尤其當良心責備他時,他懷疑這些教導是刻意針對他。 後者嗰種情況,佢心入面更加苦毒,仲會燃起啲憤怒。 之後,佢會大聲講嘢,講粗口,頂撞咁答,行路昂首闊步、坐立不安,仲停唔到口咁講嘢。咁樣,靈性嘅談話唔單止對佢冇半點好處,反而仲有害,成為佢更大罪過嘅原因。

**18.** 我聽講有位年輕修士,當阿爸責備佢話「佢出家後一段時間嘅謙卑心拋棄咗,開始充滿魔鬼式嘅驕傲」時,佢竟然極度狂妄咁答:「我當時謙卑咗一段時間,難道就係淨係為咗永遠屈居人下?」——面對呢個完全放蕩不羈、罪惡昭彰嘅回答,長老驚得目瞪口呆,講唔出一句,好似呢番說話唔係人講出嚟,而係古代路西法親口所言。 面對如此無禮的回應,老者驚愕得說不出話,好似這些話不是出自人,而係路西法親口所講, *「他本為順服,就自卑了」*——唔係淨係*一時(好似呢個被驕傲魔鬼*附身嘅*人所講),而係「甚至至於死」(腓立比書2:6、8)。 「卑微自己,順服至死」*——唔係得一時(好似呢個被魔鬼驕傲之靈附身嘅人所講咁),而係*「甚至至於死」*(腓立比書2:6、8)。

**19.** 呢種屬肉體嘅驕傲表現在以下幾方面:講嘢時尖聲刺耳, 在沉默中——就顯出任性;在歡笑時,就大聲狂笑;在悲傷時——就陷入無謂的陰沉;在回話時——就帶刺;在講話時——就輕浮,言語漫不經心,毫無真心投入。 佢冇耐性,同愛格格不入,加人侮辱時好大膽,但要自己受侮辱就撐唔住,除非先符合佢自己嘅願望同意願,否則好慢先肯服從, 佢對勸告堅決唔肯低頭,唔能夠放棄自己嘅慾望,對人臣服時極度頑梗;佢總係想照自己意思做,永遠唔肯退讓;結果佢連有益嘅忠告都唔肯接受,反而信自己嘅判斷多過信長輩嘅意見。

**20.** 經過咁嘅衰敗階段,一旦被驕傲攫住嘅人,沉淪到谷底之後,對團體生活嘅嚴謹紀律感到毛骨悚然,並, – 佢相信,如果佢喺成聖嘅路上進展得少,就係因為同弟兄相處令佢拖慢咗腳步;如果佢喺修得忍耐同謙卑方面毫無進展,就係因為其他人嘅錯,或者因為佢哋方面有阻礙, – 佢就產生咗想住喺隱蔽嘅小房入面,或者甚至興建一間獨立嘅修道院,目的係吸引好多人過嚴謹嘅生活,並急於聚集嗰啲本應跟隨佢教導同指引嘅人,從而將自己由一個唔配做嘅門徒,變成最唔配做嘅教師。

**21.** 所以,如果我哋希望我哋嘅建築能夠直上雲霄,並討神喜悅,就應該努力去打好地基,唔好照自己自私嘅意志,而要照福音嘅精確教導,因為根據福音,呢種地基只能係出於溫柔同單純之心所產生嘅敬畏神同謙卑。 然而,若不先脫去一切,就無法達到謙卑;若無謙卑,就無可能在良善的順服、堅定不移的忍耐、不可動搖的柔和、以及完善的愛中站得穩;若缺了這些,我們的心斷然不能成為聖靈的居所,正如主藉先知所宣告: *「我向誰才能仰望,但向謙卑安靜、因我話語而戰兢的人」*(詩篇66:2)。

**22.** 既然如此,那基督的兵士,當他在合法地進行屬靈爭戰、並渴望蒙主賜冠冕時,為何要千方百計地消滅這最兇狠的野獸——吞噬一切美德的怪獸呢?因為只要它仍然存留在他心裏,他就不可能從一切情慾中解脫, 而且就算佢獲得咗任何美德,都會因為呢個毒性而化為烏有。因為喺我哋心靈入面,如果唔先打好真謙卑嘅地基,就根本建唔起美德嘅殿堂;而呢種最堅定嘅謙卑,先至有能力穩固咁托住被提升到最高點嘅完美同愛嘅殿堂。 為此,我們首先要對弟兄姊妹懷著真誠的善意,表現出真實的謙卑,切勿以任何方式令他們憂傷或冒犯——除非我們出於對基督的愛,對萬事的真正捨棄已深植於心,即完全拋棄一切世俗財物; 其次,我們必須以單純的心,毫無偽裝地接受順服與臣服的軛,使我們除了阿爸的誡命「 」之外, 我哋心入面絕對唔可以有任何其他意念;呢點除咗嗰啲唔單止視自己為死咗嘅人,仲要自覺愚蠢無知,並且無須多想就照長老吩咐去做一切,因為佢哋深信呢一切都係神親口所命之外,冇人可以察覺到。

**23.**當我哋保持呢種心態,就會無可避免咁帶來一種堅定不移、永不改變嘅謙卑狀態,令我哋視自己為萬人之中最卑微,對加諸喺我哋身上嘅任何事,無論幾冇根據、幾令人反感,甚至幾有害,都會以最大嘅忍耐去承受。 ——就好似係我哋嘅屬靈父親為咗順服或者試煉而加諸我哋身上咁。 而且,如果同時我哋不斷記住同體會我哋主同所有聖人嘅苦難,我哋不單止可以輕易承受呢啲事,仲會覺得佢哋微不足道;因為咁,我哋所忍受嘅誣衊,就會同我哋離佢哋偉大嘅行為同豐碩嘅生命越遠,而顯得越輕。 若同時又反思到我哋亦將不久離世,並於生命盡頭即刻分享佢哋嘅喜樂同榮耀,咁由呢種反思而嚟嘅忍耐動力就會更加強大。呢種反思唔單止摧毀驕傲,仲摧毀所有情慾。 之後,我哋要喺神面前堅守呢種謙卑:只要我哋深信,憑自己,冇咗佢嘅幫助同恩典,就做唔到任何有關美德完善嘅事,而且真誠地相信,就算我哋所理解嘅嘢,都係佢嘅賜予。

## 6. 對抗念頭,並藉此對抗邪靈的鬥爭

**1.** *問題*。儘管我們盡力而為,卻見不到絲毫成效,根本無法阻止心思飄移。 即使當人感到心靈真誠地被某種默想吸引時,心思卻冷漠地從之飄開,以極快的速度再度陷入平時嗰種漫遊之中。如此,每日無數次,它都被自己東馳西騖的幻想所擄去。 結果,人甚至因絕望而難以擺脫呢種軟弱,覺得要搵

到補救似乎係徒勞無功。當人見到靈魂無論付出幾多努力,都仍然一刻不停咁急速馳騁、四處遊走,就更加覺得呢件事係無謂嘅勞作。 你藉住對上帝嘅敬畏,將佢引向靈性嘅默想,但未等佢稍為安定,就即刻又消失得無影無蹤。 然後,好似預知佢想走咁,你一開始就捉住佢,拉返佢去原本開始走咗嘅沉思──好似要用盡心入面最強烈嘅專注去綑住佢。但就係你咁費盡心機嘅時候,佢都好似電鰻喺漁夫手上溜走得咁快,喺你內心嘅聖殿度溜走咗。 每日都用盡全力去收心,卻見唔到成效,於是忍唔住得出結論:呢種心猿意馬唔係我哋自找嘅,而係我哋天生嘅本性。(—《全集》第7卷,第3頁)

**2.** 冇好好調查清楚就咁快下結論,唔係好明智。單憑一個人做唔到、唔具備能力,就話冇人可以做到,好唔公平。 就好似有人唔識游水,自己冇辦法浮起,就斷定因為佢身體夠重浮唔到,而人人都同佢一樣,所以冇人可以浮起,因此冇人識游水──佢哋以為游水對身體嚟講根本就做唔到。 無論呢個結論睇落幾咁正確,佢嘅經驗都唔支持。你嘅判斷亦都係咁。我哋嘅心,本性上就唔可以閒置; 咁,點解如果佢唔喺自己入面預先謹慎咁準備好啲題材,用嚟鍛鍊同不斷佔住佢自己,佢就──憑住自己嘅靈活本性──四圍飛,到處飄,直到透過長期練習同不斷習慣──你所謂嘅徒勞無功嘅勞動──佢先從經驗中學到佢就學識到咩材料應該儲喺記憶入面,咁佢就可以喺唔停嘅飛逝中圍住嗰啲嘢打轉,並且透過不斷投入呢份工夫,攞到足夠嘅力量去抵禦敵人嘅反對建議──以前就係嗰啲令佢分心嘅嘢──從而堅定咁停留喺佢所渴望嘅(心平氣和同內心寧靜)狀態。 所以我哋唔應該將心靈嗰種漫無目的嘅飄忽歸咎於人性,或者歸咎於佢嘅造物主──上帝。因為聖經嘅話語係真嘅:*「神造人本係正直,但呢*個人*卻尋出好多無益嘅心思。」*(傳道書 7:30) 所以,我哋思想嘅質素就靠我哋自己。詩篇作者又話:*「那得你作避難所、心志堅定的人,便為有福。」*(詩篇83:6) 你睇,我哋有能力喺心裏面定立「向上」──即係向神仰望嘅思想──或者「向下」──即係向下沉淪,去到屬地同屬肉體嘅事。 如果思想唔係喺我哋能力範圍,主又點會責備法利賽人,*話:「點解你哋心裏面存住惡念?」*(馬太福音9:4)? 主也不會透過先知命令:*「將你哋惡毒嘅思想從我眼前除掉」*(以賽亞書1:16),又說:*「你哋惡毒嘅心思幾時先肯從你哋心裏除掉?」*(耶利米書4:14)。( – 講道7, 4)。

**3.** 誠然,許多虛浮的念頭即使違背我們的意願仍困擾我們,幾乎在我們毫無察覺中就欺騙我們,它們以如此微妙和狡猾的方式侵入我們,以致我們不單止無法阻止它們的侵入,甚至極難察覺到它們; 然而,只要有神嘅幫助,並且付諸勤力同努力,任何人都可以接受或者拒絕佢哋。就好似佢哋嘅出現唔係由我哋控制一樣,拒絕或者接受佢哋就掌握喺我哋嘅意願之中。 而且,就連念頭一出現嗰陣,都唔係所有嘢都要歸咎於念頭嘅侵入,或者嗰啲想灌輸佢哋畀我哋嘅邪靈:而係要靠我哋自己去糾正念頭嘅本性,確保屬靈同聖潔嘅念頭喺我哋心入面出現,取代屬肉體同世俗嘅念頭,如果唔係成日,都應該大部分時間都係咁。 當一個人明智而勤力地研讀聖經,誦念詩篇同歌唱,堅持禁食同守夜,並且不斷記住將來──天國同烈火嘅 gehenna──同埋所有上帝嘅作為;咁邪惡嘅念頭就會減少,出現得唔太頻密。 相反,當一個人沉迷於世俗的憂慮和肉體的事,放縱於虛空和懶惰的談話,那麼惡念就會在我們心中滋生(—《蒐集》第一卷,16–17)。

**4.** 我哋心靈嘅運作就好似一塊磨石,因為流水急速湧過嚟,令佢急速旋轉。只要有水推動,佢就停唔到轉;但究竟要磨麥、磨大麥,定係磨糠,就由磨坊主決定。 同樣地,喺呢段塵世生命中,我哋嘅心──不斷畀四面八方湧入嘅印象之流推動──無法擺脫思想嘅波動;但究竟要接受同放喺心入面邊啲,就要靠我哋嘅意志同判斷。 正如所講,如果我哋不斷研讀聖經,用屬靈嘅事物填滿記憶,並培養對完美嘅渴慕同對未來福樂嘅盼望;咁屬靈嘅心思就會由此而生,我哋嘅心就會持續喺我哋深入研習過嘅主題上默想。 但如果因為粗心大意,我們放縱情慾、沉溺於閒聊,或者糾纏於塵世事務和徒然的憂慮; 咁,按佢哋嘅本性,思想就會好似雜草咁冒出嚟,畀我哋嘅心做有害嘅工夫,正如我哋嘅主同救主所講:*「你嘅財寶喺邊度」*──即係你嘅行為同你嘅注意力──*「你嘅心就會喺*個度」*(馬太福音6:21)。(歌羅西書 1:18)

**5.** 我哋應該知道,我哋思想有三個來源:上帝、魔鬼同埋我自己。 由上帝而來──當祂肯賜給我們聖靈的啟示,激起我們對至高成就的熱誠,或對我們缺乏成功、放縱懶散與粗心大意而感到痛悔;又或當祂向我們啟示天國的奧秘,並引導我們的意念走向更善的行為。 於是主感動亞達薛西斯去索取記錄;當佢從記錄中知道末底改嘅善行,就即刻撤銷咗之前殘酷屠殺猶太人嘅詔令(以斯帖記第6章)。 同樣地,使徒們也蒙應許:*「不是你們自己說話,乃是你們父的靈在你們裏面說話。」*(馬太福音10:20)。— 當魔鬼嘗試引誘我哋偏離正路,佢就會興起詭法,用激情引誘我哋,或者用狡猾嘅欺騙,將邪惡偽裝成

善,喺我哋面前*「變身成為光明之天使」*(林後11:14)。 因此,他*「把背叛主的心思放进了加略人犹大心里」*(約翰福音13:2),又把*「欺哄聖靈」*的心思放进了亞拿尼亞心里(使徒行傳5:3)。– 當我哋自然回想起所見、所聞或所做嘅嘢,就會有念頭由內心升起(– 收集1.19)。

**6.** 我哋要時刻記住呢三種念頭嘅成因,咁先唔會憑佢哋去評定心入面升起嘅念頭,而係要按適當嘅方式對待佢哋。 喺呢方面,我哋要效法嗰啲識貨嘅錢莊師傅──佢哋識得準確分辨一塊錢係咪黃金,係咪純金,定只係銅嘅仿金;有冇國王嘅像,如果有,係咪合法鑄造;仲有冇合法嘅重量。 我哋要將呢啲喺屬靈層面應用喺我哋嘅心思意念上。 首先,我哋要檢視進入我哋心入面嘅嘢,究竟係咪真 。例如,如果有某個教導被提出,我哋就要考慮呢個教導係咪已經被聖靈嘅神聖之火煉淨,定係屬於猶太嘅迷信,或者係源於世上嗰種自大嘅哲學,只係戴住虔誠嘅面具。 咁樣做,我哋就可以實踐使徒嘅教導:*「唔好信每一個靈,要試驗吓嗰啲靈係咪出於神」*(約翰一書4:1);亦可以令我哋免於偏離真理。 但係冇留心呢個警告嘅人,就陷入咗一場災難性嘅背教。花言巧語嘅騙子首先用一啲同聖潔信仰相符嘅虔誠感受同論點吸引佢哋,就好似用黃金嘅光芒咁; 然後就教咗佢哋一啲與信仰相違嘅教義,佢哋因為最初嗰種正經嘅外觀而中計,冇諗住要檢視;結果,將假銅錢當成黃金,就咁跌入咗異端嘅謬誤。 – 第二,我哋要非常小心,確定自己有冇聽到有人對聖經作出錯誤嘅解釋,佢哋偽裝成對神聖言語真正理解嘅純金,用呢種貴金屬嘅外觀嚟欺騙我哋──好叫我哋連同佢哋虛假加添嘅銅雜質一齊接受。 撒但就曾如此試探救主基督。他亦以同樣方式試探我們,正如他試探主一樣,並非毫無成效。– 第三, – 我哋要從各方面提高警惕,免得敵人透過狡猾嘅解讀,扭曲聖經寶貴嘅言論,成功說服我哋錯誤地應用同使用佢哋,並欺騙性咁以傳統為名,好似係長老所傳下嚟,就好似有人非法喺假銀幣上蓋上皇室印璽一樣。 佢就喺引誘我哋做過量同難以承受嘅工作、過量嘅守夜、無序嘅禱告同唔當嘅閱讀,並以好處嘅承諾誘惑我哋,最終卻將我哋帶到摧毀靈魂嘅境地;或者當佢建議我哋去做冇必要嘅探訪,好將我哋趕出隱居,剝奪我哋嘅福份──寧靜。 或者當佢灌輸要照顧虔誠、無助婦女嘅念頭,好令我哋糾纏喺毀滅性嘅憂慮中;或者當佢以教化眾多為藉口,煽動我哋渴望加入神聖秩序,從而分散我哋對卑微召命嘅專注。 所有呢啲建議,披着憐憫、虔誠同至高成功嘅外衣,去欺騙冇經驗嘅人。表面上,佢哋好似真王嘅硬幣;但佢哋唔係由真正嘅屬靈鑄幣師──亦即經驗豐富嘅正教長老──鑄造,而係由魔鬼嘅狡猾所鑄,為咗害人同摧毀人。 箴言作者對佢哋嘅描述再貼切不過:*「人眼中看為正的,結局卻通入陰間之門。」*(箴言16:25) ──有經驗的鑄幣者關於檢驗分量最後(第四)的觀察,我們在屬靈的追求中會付諸實踐。只要每次有念頭催促我們去做某件事,我們就將它放在良心的天秤上,嚴謹地檢驗它是否具有真實的分量──是否因敬畏神而沉重, 是否具備咗所有所需嘅意義同份量──虛榮同新鮮感令佢睇落好似好輕,虛榮會唔會之後削弱佢嘅份量,同人嘅榮耀會唔會侵蝕佢。 將以上一切衡量後,並以使徒與先知之見證斷定,我們就必須接受它,認為與他們一致;否則,就以最嚴謹的态度,拒絕它,視為與他們相違,並對我們有害。(—《集錄》1、20、21)

**7.** 因此,我哋必須不斷檢視心靈深處嘅每一個角落,並以高度警覺留意入嚟者嘅蹤跡,免得有咩心靈野獸,甚至獅子或龍自己,趁機潛入,並, 暗中烙下其毀滅的印記,並趁我們不留神時,為其他惡者侵入我們心靈深處鋪路。 就係用呢種方式,時時刻刻、分分秒秒,以福音作犁,耕耘我哋心田──即係不斷紀念主嘅十字架──咁我哋就可以輕易將有害野獸嘅窩同有毒蛇嘅洞穴化為烏有,並將佢哋趕出我哋心內。(— 聖體經文 1,22)

**8.** 福音書入面嘅百夫長形象,完美體現咗一個能夠掌控自己思想嘅心靈。 喺佢嘅描述入面,道德力量──令一個人唔會畀每個過眼嘅念頭捲走,而係按自己嘅判斷接受正面嘅念頭,並毫不費力咁拋棄相反嘅念頭──就用佢以下呢段話嚟形容,如果按寓言式理解:*「我也是受人辖管的人,但我下面有兵丁,我对一个说:『去!』他就去;对一个说:『来!』他就来;对我的仆人说:『做这事!』他就做。」*(马太福音8:9) 如果我哋都好似佢咁,英勇地對抗內心唔秩序嘅掙扎同慾望,獲得力量去將佢哋服從喺我哋嘅權威同理性之下,平息肉體內交戰嘅慾望,令我哋思緒嘅混亂大軍都受制於心靈嘅權威, 並以主十字架的救贖旗幟,將最邪惡的敵軍勢力驅逐出我們心靈的邊界,那麼,為了這些 的勝利與凱旋,我們在屬靈意義上也必被晉升為百夫長。 如此,當我哋攀升到呢種崇高嘅尊嚴,我哋亦都會擁有同佢一樣嘅威權同能力,憑住呢份能力,我哋唔會再被啲唔想有嘅念頭所左右,而對於啲令我哋心靈得享喜樂嘅念頭,我哋就能夠駐足同緊貼,並威嚴咁命令一切邪惡嘅誘惑: 「走開!」──佢哋就會走開;同時邀請好嘅念頭: 「

嚟」,佢哋就會嚟;至於我哋嘅僕人──肉體──我哋會命令佢行潔淨同自制所需,佢都會無條件執行,唔再挑起違背聖靈嘅慾望,反而要向聖靈完全順服(—Sob. 7:5)。

**9.** 但係,點樣先可以做到呢?當我哋同神結合得咁真誠,以至祂喺我哋入面運行,呢一切就會自然而然嚟到。使徒就喺佢講嘅時候印證咗呢點:*'我哋爭戰嘅兵器唔係屬血氣嘅,乃是在神面前大有能力,可以拆毀堅固嘅營壘,將各樣論爭,同一切高過神知識嘅高傲之物,拉倒喺地下,又將一切心思意念,擄到基督裏面'*(林後10:4)。 無論我哋點努力去克服自己嘅思想,都冇用,除非上帝親自同我哋結合,並透過呢個結合去成就一切。到時,我哋嗰啲軟弱方法就會變得強大而所向披靡──佢哋會拆毀仇敵嘅營壘,打倒並趕出各種心思意念。 而先知的話語就會喺我哋身上應驗:*「軟弱嘅人要說:『我強壯。』」;「謙卑人要剛強。」*(約珥書3:10–11)──正如聖保祿所講:*「因為我什么时候軟弱,就什么时候強壯。」* (林後12:10)。因為當時*「上帝的大能」*就要*在「我們的軟弱」中*得以成全(—9)。所以,我們要以全心渴望,追求與主合一,直到那蒙福者 大衛經歷過:*「我心緊貼你,你右手扶持我。」*(詩篇62:9)──而我哋每一個人,都會同佢一齊開始唱:*「親近神對我真係好。」*(詩篇72:28)。 當然,呢件事需要不斷嘅努力同辛勤;但係冇咗呢啲,任何事都唔會有成功。更何況,喺咁重要嘅事上,更加唔可以期望會有成就。 冇一種美德係唔勞而獲就可以達到完美──亦冇人可以唔用盡心力就令心靈得靜。主嘅話語正正適用於此:*「天國是用人搶奪的,努力爭取的人就得着了。」*(馬太福音11:12) 為咗令我哋嘅靈*「得以長大成人,達到基督豐盛嘅身量」*(以弗所書4:13),又成為*「同主合一嘅靈」*(林前6:17),我哋就要時刻保持警醒,並以極大嘅努力同不息嘅熱誠去追求。 一旦達到此境,就可以同使徒一齊莊重咁高聲宣稱:*「靠那加我力量的,我凡事都能做。」*(腓立比書4:13)。(──節錄自《聖詩選集》第七卷第五、第六章的意譯。)

**10.** 點解我哋要時刻將所有注意力集中喺呢一樣嘢──即係要迅速將心思從飄忽同打轉嘅狀態帶返嚟,記住神? 就好似一個人想正確咁建造一個圓頂,並令佢頂部尖銳,就會喺中心用繩索不斷喺結構周圍描繪一個圓,咁就可以確保佢嘅曲線喺整個結構上保持一致; 同樣地,任何人若嘗試冇呢個輔助就去做,就算佢好叻,都唔可能百分之百保持正確嘅圓度,亦唔可以一睇就知自己離正確嘅圓形差咗幾多,除非佢用返嗰個 aforementioned guide to correctness: 我哋嘅靈魂亦都係咁:如果我哋喺心入面確立咗對上帝嘅愛慕回憶,當作一種唔會移動嘅中心,之後卻唔, 由佢出發,並以佢為指引,喺每一刻檢視所有行動同工夫,用佢嚟測試思想同行動嘅質素──接受啲、拒絕啲──並用佢作為忠實嘅羅盤,去指引一切所作所為; 咁佢就絕對建唔起嗰座保羅做建築師嘅屬靈殿宇(林前3:10),亦都無法賦予佢嗰座屋嘅美──嗰座聖 David 心裏渴望為主預備時所呼喊嘅: *「主啊,我愛慕你殿的華美,和你的榮耀所居之處。」* (詩篇25:8),卻會無知地在心中興建一座又醜陋又配不上聖靈、隨時可能倒塌的房屋,注定不會從所等待的那位得著榮耀,反而會被視為不配接待那位未獲准許進入此居的訪客(即 聖靈),反而會可悲地被自己所建構的廢墟壓碎(–《講道》24:6)。

**11.** 黑暗勢力主要係透過我哋嘅思想嚟影響我哋,當然,如果我哋唔係成日畀呢班希望我哋唔好嘅敵人重重包圍,要應付佢哋會容易好多──但冇需要因此而驚怕。 呢啲仇敵確係不斷誣衊我哋,但佢哋只係喺我哋心裏播種同煽動邪惡,並唔會強迫我哋去行惡。如果佢哋唔單止可以灌輸邪念,仲可以強行拉我哋向佢哋靠攏,咁佢哋想喺我哋心裏點燃任何罪惡慾望,就冇人可以避免犯罪。 但係我哋見到,正如佢哋獲准誘惑我哋,我哋同樣都獲得咗抗拒呢啲誘惑嘅力量, ,同埋向佢哋屈服嘅自由。 咁,仲有咩好驚?– 不過,如果有人驚佢哋嘅暴力同攻擊,我哋就會相反咁畀佢哋神嘅保護同幫助,而呢啲比佢哋嘅更強大,正如經上所講:*「在你们里面的,比在世上的更大」*(約翰一書4:4)。 —祂的代禱為我們所勝,其力量遠超過敵方對我哋的攻擊。因為上帝不但感動人行善,亦會保守並成就善行;有時甚至在我們毫無意識或無需我們意志的情況下,就引領我們走向得救。 所以,既定嘅道理係:除咗啲人自己甘願自由意志去順從魔鬼,否則冇人會畀佢呃到。 正如《傳道書》清楚地表達:*「因為行惡的,罰他不止延遲,所以世人心中便多行惡。」*(傳道書 8:11)。 所以好明顯,人人都犯罪,因為當惡念攻陷佢哋嗰陣,佢哋冇即刻用反駁嚟驅逐佢哋。因為經上話:*「你哋要抵擋魔鬼,魔鬼就必離開你哋。」*(雅各書 4:7)。(──《講道》第7、8篇)。

**12.** 有人可能會奇怪,呢啲邪靈係點同靈魂交通──佢哋係點樣無聲無息同靈魂對話,將佢哋想灌輸嘅嘢植入靈魂,睇到靈魂嘅思想同動作,然後利用呢啲嚟害靈魂。 – 但呢件事其實無乜奇怪。一個靈可以同另一個靈交通,並暗中影響佢,向佢建議乜嘢係可慾嘅。因為喺佢哋之間,就好似人同人之間一

樣,本性上有一種相似同親緣關係。 但要佢哋互相入到對方體內,互相佔據對方,就完全唔可能。呢件事,真正只可歸功於神聖。(– Op. 7, 9, 10)。

**13.** 以上所講嘅,同被魔鬼附身嘅人所發生嘅情況,一點都唔矛盾。當佢哋被污穢嘅靈附身時,會講同做佢哋唔想講同做嘅嘢,甚至被迫講出佢哋唔明嘅言語。 眾所周知,喺呢類情況下,唔係每個人都會受到同樣嘅影響。有啲人畀佢哋完全控制,完全唔知道自己做緊或者講緊啲乜,而另一些人就有意識,事後仲可以 recall 到。 呢兩種情況都係由污穢嘅邪靈影響所致──但唔係以一種滲透靈魂本身嘅物質,同佢融合,然後披上佢嘅外衣,喺受影響者口中發聲講嘢嘅方式。 佢哋根本做唔到呢件事。實際上,係污穢嘅靈住咗喺靈魂透過身體運作嗰啲部位,並且喺嗰度放咗個沉重到頂唔順嘅負擔,令靈魂嘅理性功能籠罩喺可怕嘅黑暗入面,並且壓抑佢哋嘅活動(就係透過壓抑呢啲功能嘅器官)。 如我哋所見,呢種情況有時會因飲酒,亦會因發燒、過度寒冷同其他由外在因素引起嘅病症而發生。 免得魔鬼得勢於他的肉身,就設法同樣加害於義人約伯,主就用特別的命令禁止他,說:*「看哪,我將他交在你手中;只要不害他的性命。」* (約伯記2:6),即係話,唔好破壞佢靈魂嘅居所,侵入佢嘅理性,損害佢嘅理解能力,因為佢(約伯)要用呢啲能力嚟抵抗你(– Sob. 7:12)。

**14.** 然而,雖然精神可以咁樣無縫咁同呢種粗糙而實在嘅物質──即係肉身──融合,好方便;但係,由此並唔代表佢可以同樣同靈魂結合──靈魂都係精神──並令靈魂好似身體咁,成為佢存在嘅容器。呢件事只有嗰位三一真神先做到,佢唔單止包容每一個理性受造之物,仲滲透入佢哋之中。獨一嘅神完全喺每一個地方、每樣嘢入面都臨在,所以佢睇透我哋所有嘅心思、所有嘅內心動念,同埋我哋靈魂嘅一切秘密。 *「因為凡被造的,沒有一樣能在祂面前隱藏,一切都赤裸裸地敞開,顯明在祂的眼前。」* (希伯來書 4:13)──*「祂以公義試驗人心腹。」* (詩篇 7:10)。(──《聖體七禮儀》第十三篇經文)

**15.** 但係污穢嘅鬼點樣知道我哋嘅心思呢?佢哋唔係直接喺靈魂入面讀到,而係透過外在、可感知嘅跡象──即係我哋嘅言行──嚟推斷。但係,任何未由靈魂深處浮現嘅心思,佢哋都無辦法滲透。 就連佢哋所灌輸嘅念頭係咪、同埋點樣畀人接受,佢哋都唔係直接由靈魂本身,或者由嗰啲因佢哋而喺靈魂深處秘密發生嘅最內在動盪去知道,而係要靠靈魂外面嘅表現先至知道。 例如,佢哋播入貪食嘅念頭之後,見到有個和尚開始望住窗外同太陽,或者問幾點鐘,就由此推斷佢心入面已經種咗貪食嘅慾望。 空中勢力識得呢啲同類嘢都唔出奇,因為我哋見到就算係好有智慧嘅人,都可以憑人嘅眼睛、面容同其他外在徵兆,去分辨佢嘅內心狀態 。無疑,嗰啲好似靈魂咁,遠比人更微妙、更敏銳嘅存在,就更加能夠準確咁分辨到。(– 集粹7,15)

**16.** 當明白,並非所有魔鬼都會在人心中點燃每種情慾,而是有某些靈魂被指定負責每種特定情慾; 因為有啲佢哋鍾意不潔淨同可恥嘅慾望,有啲鍾意褻瀆,有啲鍾意憤怒同忿恨,有啲鍾意憂愁,仲有啲鍾意虛榮同驕傲──每一個都喺人嘅心裏面播下佢自己最鍾意嗰種慾望; 但佢哋唔會同時激起所有慾望,而係輪流出現,視乎受試者當時嘅時間、地點同埋可塑性而定(—《集錄》7,17)。

**17.** 亦要明白,佢哋唔係全部都一樣邪惡或者一樣有能力。 最弱嘅惡靈就先攻擊初學者同軟弱者;當佢哋被擊敗之後,最強嘅惡靈就會被派上場──咁樣,基督嘅戰士就要隨住自己嘅進度同靈性力量嘅增長,逐步承受愈來愈大嘅爭戰。 若非喺我哋嘅爭戰中,最慈愛嘅代禱者同幫助者──基督──一直同我哋同在,否則冇任何聖徒能夠抵擋咁多仇敵嘅惡意,或者堅守陣地,抵抗佢哋嘅誣衊同殘暴嘅憤怒。祂冇平衡對手嘅力量,冇阻止或者限制敵人嘅無序進攻,亦*「唔會容許我哋受試過我哋所能受嘅」* (林前10:13)。(– Collection 7, 20)。

**18.** 魔鬼冇能力傷害每一個人,呢點喺聖潔嘅約伯身上有最清楚嘅示範──仇敵都唔敢違背神嘅旨意去試探佢;福音書入面惡靈嘅告白亦都證明咗呢點: *「如果你趕我們出去,就打發我們入豬群吧!」* (馬太福音8:31)。因此,更有理由相信,佢哋自己根本無法進入任何按神形象被造嘅人,因為冇經神許可,佢哋連進入污穢又啞巴嘅動物都冇能力。 的確,如果佢哋有權隨意誘惑同惱怒任何人,咁就冇人──唔使講年輕嘅修士,就連品德完美嘅人──能夠喺曠野生活,因為佢哋被咁多邪惡嘅仇敵包圍(– 聖體頌7:22)。

**19.** 亦有人所共知,污穢的鬼靈若未先奪取被附身者的心智與思想,就不會進入其身體。 先令佢哋失去對上帝嘅恐懼、對上帝嘅紀念同屬靈嘅教導,然後就大膽咁攻擊佢哋,好似佢哋冇得防禦、冇咗上帝嘅幫助同保護,所以好容易就畀打敗;最後,佢哋就喺佢哋入面安家,好似呢度係賜畀佢哋嘅領地。– 不過,事實亦係,最受佢哋嚴重同過度折磨嘅人,就係嗰啲雖然身體未俾佢哋附身,但靈魂卻被佢哋最

嚴重咁附身嘅人──即係俾自己嘅情慾同慾望所陷阱嘅人; 因為,照使徒嘅話:*「凡被哪個靈勝過,就作那靈嘅奴僕。」*(彼得後書2:19),(– 集會7,24,25)。

**20.** 聖經見證說,我們每一個人身邊總有兩個天使──一個善的,一個惡的。 至於嗰啲好嘅天使,救主話:*「要小心,唔好輕視呢啲最微小嘅人;因為我同你哋講,佢哋喺天上嘅使者時刻見到我天父嘅面。」*(馬太福音18:10)──而蒙福 大衛:*「耶和華的使者安營在敬畏他的人四圍,搭救他們。」*(詩篇33:8);關於他們存在的更多證據見於使徒行傳,其中講到彼得:*「他有個使者。」*(12:15)。《牧人書》中對這兩位天使都有詳細論述。– 如果我哋又考慮到嗰個想接近蒙福者 約伯,我哋就會清楚明白,原來一直都係佢喺背後誣衊約伯,卻從未令約伯犯罪;正因如此,佢向主求要權柄去折磨約伯──佢承認,到嗰時為止,佢所戰勝嘅,並非約伯嘅美德,而係主嘅代禱,因為主一直以祂嘅保護擋開佢。 又如經上論及猶大時所言:*「願魔鬼在他的右邊站立」*(詩篇108:6)。(– 8號、17號經文)。

## 7. 對一切由不幸與災難所引起苦難的抗爭

**1.** 喺巴勒斯坦,耶路撒冷同死海之間嘅沙漠,野蠻人突然襲擊啲和尚,打傷咗好多。點解上帝會容許咁邪惡嘅事發生喺祂嘅僕人身上? ──呢條問題通常困擾住嗰啲信心同知識都好少嘅人,佢哋以為聖徒嘅美德同善行會喺今生──呢段短暫嘅時間內──就得到報酬。但係我哋唔係*「只將希望寄託於基督裡嘅今生」*,好似使徒所講,*免得我哋「成為世上最可憐嘅人」*。 (林前15:19),就唔好畀呢啲意見誤導;免得我哋因為唔識呢啲事嘅真性,喺 嗰日,面對所受嘅試煉時,會驚到失措,從而偏離義路(詩72:2),—或者,用更驚恐嘅講法,就係唔好將不公義同對塵世事務嘅冷漠歸咎於上帝,理由係,好似, 祂並不將聖徒和義人從試煉中拯救出嚟,亦不以善報善,以惡報惡喺今生──好叫我哋唔會同嗰班撒迦利亞先知奉主名威脅嘅人一齊受譴責,佢咁講: *「我必向心裏說:『主必不作善,主也不作惡』的人報仇。」* (珥一:12),亦唔會同嗰啲帶住呢啲埋怨去褻瀆上帝嘅人一樣受罰:*「凡行惡嘅人都在主眼中算為好,主喜悅佢哋;公義嘅神喺邊?」*(瑪二:17)? 再加上先知稍後描述嘅褻瀆之言:*「我哋事奉神,豈係徒然?我哋遵守祂嘅誡命,喺全能主面前禁食,豈係毫無益處?」 「而家,我哋就祝福惡人,凡行不義嘅都興旺;佢哋藐視神,竟然仍然得救。」*(瑪拉基書3:14-15) – 所以,為咗避免呢種最可憎嘅迷思嘅根由──無知──我哋首先要確定咩係真正嘅善,咩係惡。然後,我哋要緊守聖經嘅真義,而唔係跟從大眾對呢件事嘅虛假意見,咁樣我哋就絕對唔會畀不信者嘅迷思所誤導。

**2.** 世上所有存在同發生嘅事,都分三種:善、惡同中道。所以我哋要分辨乜嘢係真嘅善、乜嘢係真嘅惡、同乜嘢係中道,咁我哋嘅信心先可以靠正知正見得到保障,喺所有誘惑中都堅定不移。 在人世事物中,除了一種屬靈的美德之外,任何事物都不可被視為本質上的善。因為這美德以真誠的信心引領我們歸向神,使我們不懈地緊貼於這不變的善。相反,除了一件事──罪──之外,任何事物都不可被視為惡,因為罪將我們與良善的神分離,捆綁我們於邪惡的魔鬼。 而介乎兩者之間嘅,就係指嗰啲可因受益者嘅品格同性情而歸屬於一邊或另一邊,例如: 財富、權力、榮譽、體力、健康、美貌、生命本身或死亡、貧窮、肉體的軟弱、誣衊等等,都可視乎使用者的本性與志向,而用於善或惡。 因為就連財富都可以常常用嚟做好事,正如使徒所講:*「吩咐而家富足嘅人要行善,多行好事,慷慨施舍,樂於分享,為自己積聚永恆嘅財富,好得着永生。」*(提摩太前書6: 17–19):然而,當財富只係被吝嗇者積聚埋嚟喺地下埋藏,或者被揮霍喺奢華同享樂上,而唔係用嚟幫助有需要嘅人,就會變成邪惡。 再者,權勢與榮譽、體力與健康都是中性的,適合兩方面使用,這可由許多舊約聖徒擁有這些事物卻 都好蒙神喜悅;相反,嗰啲善用唔到呢啲福份,將佢哋用喺滿足自己邪惡慾望上嘅人,就唔公平咁畀人懲罰或者處死,就好似《列王紀》經常用嚟記載咁。 同樣地,關於其他屬中等性質的事物,要明白它們並非真正的善,真正的善只存在於美德之中,而這些事物只不過是介乎兩者之間的东西; 因為雖然佢哋對義人──嗰啲用喺公義同必要嘅事上,令佢哋可以積聚善果作為永生嘅寶藏──係有用同有益嘅,但相反,對濫用佢哋嘅人嚟講,佢哋就既無用亦無益,只會引致佢哋犯罪同死亡。

**3.** 我們要堅定地把事物與行為區分開來,並明白,除了源於敬畏神和愛神的美德之外, tiada真正的善;同樣地,除咗罪惡同與神分離之外,亦 tiada真正嘅惡。現今,就等我哋以最專注嘅態度去檢視, 神──無論係祂自己定係透過其他人──有冇令祂任何聖徒陷入過呢種邪惡?你肯定喺任何地方都搵唔到有呢種例子。 因為,如果一個人本身唔渴望呢種邪惡,並且抵抗,就從來冇人可以引誘佢犯罪;如果真係有人被引誘犯罪,都只係因為佢自己心裏已經懷住罪惡,加上心唔夠清醒,意志又敗壞。 所以,當魔鬼想

引義人約伯陷入呢種邪惡──陷入罪惡──佢就用盡佢惡毒嘅一切詭計,剝奪晒佢所有嘅財富,打死佢嘅兒女,用難以忍受嘅痛苦,將約伯由頭到腳都覆蓋住傷口──但佢都無辦法令佢沾上罪惡; 因為*「在這一切試煉中」*,約伯都冇動搖,亦*「冇將愚昧歸於神」*(約伯記1:22)──佢冇屈服於褻瀆。

**4.** 咁又點解,神自己會講:*「我……造和平、也造災禍。」*(以賽亞書 45:7),先知又作見證:*「城中豈有災禍,不是耶和華造成的?」*(阿摩司書 3:6)? – 喺聖經入面,「惡」呢個字有時係指唔幸嘅事件,唔係因為佢哋本身本質邪惡 ,而係因為對收受者嚟講,呢啲事係為咗佢哋好先嚟,所以佢哋先覺得係惡。因為神嘅話語同人講嘢嗰陣,必要用人類嘅語言同情感去表達。 因此,醫生為咗救治危險嘅潰瘍患者而進行嘅切除同灼燒手術,對受者嚟講就係一件「惡事」;同樣,對馬嘅馬刺同對罪人嘅懲戒都唔係令人愉快嘅。 所有管教嘅嚴厲手段對受教者嚟講都好似苦毒,正如使徒所講:*「凡管教本不令人喜悅,反倒叫人憂愁; 但後來就結出平安的義果,給凡經過操練的人──又如經上所記:「主所喜悅的,他必管教;又鞭打他所收納的每一個兒子。……凡管教和刑罰,當時不覺得快樂,反倒覺得痛苦。」*(希伯來書 12:6-11) ── 因此,*「惡」*字有時用嚟指不幸嘅事件,好似以下呢句說話:*「神見佢哋所行嘅惡,就後悔,唔照佢所講要降罰俾佢哋」*(約拿書 3:10)。 又如:*「主啊,你本為良善寬仁,慢於發怒,有豐盛的慈愛,*並且*後悔不將所想降給人的*災禍降下」(約拿書4:2)。 知道呢啲對某啲人嚟講有幾咁有益,另一位先知──唔係出於對佢哋嘅敵意,而係出於對佢哋得救嘅渴望──就咁樣禱告:*「主啊,求你降禍於佢哋;世上驕傲嘅人,求你降禍於佢哋。」*(以賽亞書26:15)。 主自己又說:*「看哪,我要使災禍臨到你」*(耶利米書 11:11),意思是悲痛和毀滅;藉此,你喺現時蒙拯救式嘅懲罰之後,最終會被迫轉向並急速歸到我──喺你快樂日子裡所遺忘嘅我。 當佢哋能為多人嘅利益服務,並引領佢哋達到永恆嘅喜樂,我哋點解唔可以將佢哋視為一種本性嘅惡?所以──我哋返到正題──凡係一般人所認為嘅惡,無論係敵人加諸我哋身上,定係以其他方式困擾我哋,都唔應該被我哋視為惡,而應該視為一種介乎兩者之間嘅存在。 咁佢就唔再係施害者喺盛怒之下所認為嘅嘢,而係受者所感受嘅嘢。 咁點解當一個聖人被處死嘅時候,我哋唔應該諗住佢受到咗邪惡,而係應該諗佢受到咗一樣介乎兩者之間嘅嘢?因為對罪人嚟講呢件事係邪惡,但對義人嚟講,佢就係安慰同從惡中得釋放嘅源頭。*「義人死是安息,佢的道路隱藏。」*(約伯記3:23) 義人因呢種死亡並無損失──因為對佢嚟講,冇任何新嘅或前所未見嘅事發生, ──但本於自然必然性而將要臨到他身上的一切,他因敵人的惡意而接受,卻並非對永恆生命毫無益處;而且,他本應按我們現時存在的必然律例償還的死亡債債,他以豐碩的苦難果實作為對其所等待之大賞的憑據而償還了。

**5.** 然而,呢點並唔代表惡人可以脫罪。邪惡嘅犯法者,就算佢嘅惡行無法對義人造成實質嘅傷害,都唔會因此而逃脫懲罰。因為恆忍係義人嘅美德,而配得獎賞嘅,唔係加害者,而係以恆忍承受咗死亡同痛苦嘅人。 正如前者因殘暴無情而當受公義的懲罰,後者雖然未曾蒙受實質的傷害,卻仍會獲得獎賞;因為他以堅強的意志耐心忍受試煉與苦難,將一切惡意加諸於他的事物,轉化為對他自身有益,以增益他來生的福樂。

**6.** 因此,約伯的忍耐並未為那使他因試探而更顯榮耀的魔鬼贏得任何好報,卻為的是勇敢忍受試探的約伯 himself;同樣,猶大因他的背叛拯救了全人類,也不會因此獲得從永恆折磨中解脫。 因為人要睇嘅唔係行為嘅後果,而係行咗嗰件事嘅人嘅本性。 既然如此,我們為何要堅定不移地維持這個信念,除非一個人因自己心靈的軟弱和懦夫而自找麻煩,否則,沒有人能加害於他?連蒙福的使徒都用一節經文肯定了同樣的原則:*「我們知道,萬事都互相配合,成就神的旨意,至於愛神的人,就是那按他旨意被召的人。」* (羅馬書 8:28)。因為佢講*「萬事都互相效力,*成就那愛神者*(*即係已經*向神表明愛心者)*的益處」,就已經將一切都包括埋──唔單止被視為福樂嘅事,連被視為不幸嘅事都包埋;正如同一位使徒喺其他地方講,佢自己都經歷過兩者: *「公義的兵器在右邊也在左邊──就是榮耀和羞辱,毀謗和讚美:似乎是愚昧人,卻是智慧人;似乎是軟弱人,卻是強壯人;似乎是無有,卻是樣樣都有。」* 等等(林後6:7–10)。 因此,一切──無論係使徒歸咎於右手、並以*「榮耀和讚美」*去形容嘅所謂「快樂」,定係佢以「羞辱和毀謗」呢啲字眼去形容嘅所謂「不幸」: *「羞辱和虐待」*,就係指左邊──所有呢啲,喺一個完美嘅人手上,都變成咗*「公義嘅武器」*:如果佢以大度承受加諸佢身上嘅(嚴重)打擊,咁樣作戰,即係用嗰啲攻擊佢嘅嘢做武器, 並以之作為弓、劍及最強大的盾牌,對付加害他的人,他完美地展現了他的耐性與勇氣,以擊倒他的敵箭慶祝他堅定不移精神的最光輝勝利; 咁樣,佢既唔會因好運而自滿,亦唔會因厄運而失志,只係沿住正大光明嘅王道前行;喺呢種寧靜嘅心態下,佢既唔會畀喜悅向右推開,亦唔會畀厄運同悲傷向左拉倒。 ──*「主啊,愛你律法的人有平安,他們毫無絆腳石。」* 大衛先知如此見證(詩篇

118:165);但對於那些隨着運勢每轉變、因着本性與差異而改變的人,經上說:*「愚昧人如月亮一樣改變。」*(西拉希27:11)。同樣地,對完美和智慧的人而言,經上說:*「凡敬愛神的人,萬事都互相效力,歸於善。」*;而對軟弱和愚蠢的人,就宣告說:*「愚蠢人面前,百事都逆反。」*(箴言14:7),因為他既不會善用喜樂,也不會從苦難中受教。 要勇敢地承受苦難,所需嘅道德力量,同要保持喜悅時嘅節制一樣多;毫無疑問,凡因其中一樣情況而失常嘅人,都冇足夠力量去抵禦任何一樣。然而,幸福對人嘅傷害,比苦難更大。 因為後者有時會不由自主地約束並謙卑人,並透過引領他們進入有益的懊悔,或令他們減少犯罪,或迫使他們徹底改過;而前者則以雖然令人愉快卻有害的奉承充塞心靈,將因運氣好而自以為安全的人,在可怕的毀滅中化為塵埃。

**7.** 聖經寓言式地稱這些完美的人為*「左右手兼備」*,正如士師記所記載的以祿(3:15),他用雙手就好似用同一隻右手。 我哋都可以擁有呢種屬靈嘅完美,只要我哋透過正當同公義嘅使用,將幸福──被視為*「右手」*──同不幸──被稱為*「左手」*──都導向正確嘅方向,使無論發生乜嘢事,都可以照使徒嘅話,成為我哋嘅*「義嘅器皿」*。 喺我哋嘅內心深處,我哋分辨到兩個方面,或者可以講,有兩隻手。冇聖人唔擁有我哋所謂嘅*「右」*同所謂嘅*「左」*;但佢品德嘅完美,就係將兩者都轉化做右手,好好善用佢哋。為咗講得更清楚,我講: 一個聖人喺佢展現靈性進步嗰陣,就擁有「右手」──當佢被聖靈點燃,完全主宰晒所有慾望同渴求;當佢擺脫咗一切魔鬼嘅攻擊,毫不費力就斬斷肉體情慾;當佢已高高升起,遠離塵世, 並視一切眼前及屬世的事物為短暫的煙霧和虛空的影子,且輕蔑之為隨時可能消逝;當他心靈在欣喜中,不但熱切渴望未來,且能以最清晰的方式見到它;當他最有效地被屬靈的默想所滋養;當他清楚地看見,好似為他打開的門, 佢望見天上嘅奧秘;當佢以純潔同熱誠向主獻上禱告;當佢被聖靈嘅火點燃,佢嘅靈魂整個都嚮往嗰啲無形同永恆,以至佢以為自己已經唔再喺肉身入面;佢亦都擁有呢種狀態, ──當佢畀誘惑嘅暴風雨捲咗入去,當佢對肉體慾望嘅浪潮起咗猥褻嘅衝動,當佢畀易怒嘅騷亂之火煽起瘋狂嘅憤怒,當佢畀自我吹噓帶到驕傲或虛榮,當佢畀*「帶死嘅憂愁」*壓迫 (林後七章10節),當佢被暗藏嘅絕望襲擊而徹底灰心,當所有靈命嘅熱誠都消失殆盡,佢就對一切感到麻木不仁,並籠罩喺一種難以名狀嘅憂鬱之中,以至唔單止激發內心熱火嘅美好思想離去,連詩篇、禱告, 讀經同埋閉關都變得好悶,所有德行嘅工具都令人有種難以忍受嘅厭惡同唔願意──當一個和尚受呢啲折磨,就表示左邊勢力正喺壓迫佢。 因此,無論是就如我們所講屬於右邊的事,都不可被由此而生的虛榮所膨脹;亦不可在處理屬於左邊的事時,於英勇作戰之際陷入絕望; 嗰個人會用雙手好似只得右手咁,喺兩方面都取得勝利之後,就會由左右兩邊狀態攞到勝利嘅果實。 正如經上所言,這勝利之掌是義人約伯所贏得的。他以右手行義,蒙冠冕;當他身為七子之父、富貴尊貴時,每日為他們獻祭給主,潔淨他們,不求自己得利,反而討神喜悅;當佢嘅門向所有人打開;當佢「 」時,佢成為癱瘓者嘅拐杖、盲人嘅引路人;當虛弱者嘅肩頭被佢羊群嘅羊毛溫暖;當佢成為孤兒嘅父親、寡婦嘅丈夫;甚至連佢心入面都唔會因為敵人嘅倒下而歡喜。 就係嗰個約伯,以堅定不移嘅決心,用無可比擬嘅高尚勇氣戰勝咗各種災難:當佢喺一瞬間失去咗七個仔,作為一個爸爸,佢冇被悲痛所淹沒,反而作為神嘅僕人,喺造物主嘅旨意中搵到咗平安;當佢由有錢人變成最窮嘅人,由豐衣足食到赤身裸體, 由健康變成麻風病患者,由尊貴光耀淪為受人羞辱,他仍堅守住心靈的勇氣;最後,當他失去一切財產和財富,成為一個堆肥場的住客, 就好似有個最殘酷嘅自己身體折磨者──用瓦片刮走滲出嚟嘅膿,又將手指深深插進遍佈全身嘅傷口,掏出入面嘅蛆蟲。喺呢一切之中,佢一啲都冇褻瀆上帝,亦冇向造物主埋怨過;事實上, ─對呢種最劇烈誘惑嘅負擔毫無畏懼,佢甚至撕下並拋棄咗遮住身體嘅唯一衣物──本可以從魔鬼掠奪中倖免嘅唯一嘢──從而自願加入呢位最殘暴掠奪者加諸佢身上嘅裸露。 同樣地,佢頭上嘅頭髮──佢昔日榮耀記號中唯一未畀魔鬼觸碰嘅部分──佢都剪咗落嚟擲畀嗰個折磨者;咁樣將嗰個貪婪敵人所剩嘅最後嘢都割斷之後,佢用天國嘅聲音宣佈自己對勝利嘅喜悅:*"我們既從主手領受了善,難道不從主手領受苦難嗎?我赤身從母腹裡出來,也必赤身歸回。主給了,主也取了;主見善美,就照主的意思成就。願主的名為祝福!"*(約伯記2:10;1:21)─我都可以稱約瑟為「左右逢源」,因為在興旺之時,他深得其父的寵愛,對弟兄們恭敬有加,又蒙神喜悅;在患難之中,他則保持純潔, 對主人忠心,被囚禁時極其溫柔,不記恨加害過他的人,對仇敵、對嫉妒他的人,甚至對想殺害他的人都施以仁慈;對他的兄弟,他不但溫柔慈愛,而且慷慨大方。 呢啲同佢哋一樣嘅人,真係可以稱做「左右手 alike」;因為佢哋用兩隻手都當係右手,經過使徒所列舉嘅試煉之後,可以好似佢咁講:*「公義嘅兵器,無論右手或左手,無論榮耀或羞辱,無論急需或讚揚」*,等等。 ─ 我哋都要成為左右手兼備嘅人,咁樣先唔會畀世上福份嘅豐盛或貧乏所左右;唔會畀前者引誘我哋

陷入毀滅性放縱嘅享樂,亦唔會畀後者令我哋陷入絕望同埋埋怨, 但當我哋喺兩者情況下都向神獻上同等嘅感謝,我哋就會從幸福同不幸中獲得同等嘅益處;當我哋好似嗰位雙手健全嘅真君子──萬國師──佢為自己作證:*「我知道點樣處於任何境況都知足。」 我知道怎样處卑微,也知道怎样處豐盛;無論是飽足或飢餓,是豐足或缺乏,我都學識了滿足的祕訣。我靠那加力量給我的,凡事都能做。」*(腓立比書4:11–13)

**8.** 如我哋所講,試探有兩種──即係透過福樂同透過苦難;但人之所以會受試探,原因有三:大部分係為咗試驗,有時係為咗懲戒,亦唔少時係為咗懲罰罪過。 因此,正如經上所載,蒙福嘅亞伯拉罕同好多聖徒,就好似約伯咁,為咗試驗而忍受咗無數嘅苦楚;同樣因為呢個緣故,猶太人喺曠野度都受咗試驗,正如摩西喺《申命記》所講: *「要紀念主你嘅上帝,喺呢四十年間,喺曠野引領你嘅成個旅程,為咗試驗你、苦待你,好知道你心入面係點,你會唔會遵守佢嘅誡命。」* (申命記8:2) – 正如詩篇所回顧:*「我喺米利巴水試驗你。」*(詩篇80:8)。 約伯之所以要受盡一切苦楚,正正就係因為呢個原因,上帝自己都直接作證,祂話:*「你以為我造你係為咗其他嘢,而唔係要你被證明為義人?」*(約伯記40:3) 呢種情況係出於糾正,當主為咗幾樣細微瑣碎嘅罪,或者因為佢哋對自己義行嘅自負,而謙卑佢哋嘅義人,將佢哋置於各種試煉之中,好等佢喺當下潔淨佢哋嘅心思意念,燒去佢喺佢哋內心深處所見到嘅一切污穢, 污穢(賽1:25),好使佢哋喺將來嘅審判中能夠好似精金一樣純淨,冇任何嘢留喺佢哋裏面,等到經過審判之火嘅試驗後,佢再搵到需要用懲罰性嘅焚燒去淨化。喺呢個意思上,經上係咁講:*「義人所受的懲罰多」*。(詩 33:20) 又有一段話說:*「我兒,你不可藐視主所管教,祂責備你,你也不可灰心。因為主所喜悅的,祂必管教,又鞭打祂所收納的每一個兒子。你若受管教,就要恆心,因為神待你如待兒子。因為有那兒子,父親不管教的呢?」 但如果你冇受過管教──而呢種管教人人都曾受過──咁你哋就係行淫者,唔係兒子*」(希伯來書12:5–9);又喺《啟示錄》:*「我所疼愛嘅,我要責備同管教discipline 」*(3:19)。 對呢班人,先知耶利米以耶路撒冷嘅形象代表上帝咁講:*「我必在凡我分散你到嗰啲列國,向你施行盡滅;但我向你卻不盡滅,只按公義懲治你。」*(耶利米書30:11) 正正就係為咗呢種救贖性嘅糾正,聖大衛先知先求,佢話:*「主啊,你要試驗我,試煉我;察看我心裏和我心意。」*(詩篇 25:2)同樣地,先知耶利米明白呢種試驗具有救贖性,佢呼喊道: *「耶和華啊,求你懲治我,但要按着你的法度,不可在烈怒中」*(耶利米書10:24)。以賽亞書亦如此:*「耶和華啊,我要稱頌你,因你向我發過怒,使你的忿怒轉去,又憐憫我」*(以賽亞書12:1)。 試探的擊打也是因罪而來。因此主威脅要向以色列人發出这样的擊打,祂說:*「我要使走獸的牙齒,並爬在地上的動物的憤怒,都向你身上咬噬。」*(申命記 32:24) 而喺詩篇入面就講佢哋:*「罪人嘅傷口多數」*(詩篇31:10);同樣喺福音書入面講:*「你本來好咗;以後唔好再犯罪,免得有更嚴重嘅事發生」*(約翰福音5:14)。 又因聖經所記,我哋知道有第四個緣故,使某啲人要受苦,就係要藉住佢哋去彰顯上帝嘅榮耀同作為。因此,喺福音書入面,就講到嗰個生來瞎眼嘅人: *「也不是這人犯了罪,也不是他父母犯了罪,乃是要在他身上顯出神的作為。」*(約翰福音9:3)又關於拉撒路病了:*「這病並不至於死,乃是要神的光榮,好叫神子的名因此得榮耀。」*(約翰福音11:4) 神嘅報應仲有其他形式,會臨到啲已經超越咗最極度邪惡嘅人,就好似我哋所讀到嗰樣,大探、亞比蘭同可拉都畀人定罪,而最嚴重嘅,就係使徒所講嗰班人:*「就因為呢個緣故,神就任憑佢哋放縱敗壞嘅心思,去做啲唔應該做嘅事。」* (羅馬書1:26、28)──呢種懲罰可算係最嚴重嘅。詩篇作者講嘅就係佢哋:*「佢哋唔屬於人嘅勞苦,亦唔分擔人類嘅困苦。」*(詩篇72:5) 因為佢哋唔配靠主嘅干預得救,亦唔配透過暫時嘅刑罰得醫治,好似*「嗰啲走偏路、放縱自己、行各種污穢事嘅人」*(弗 4:19),—因為佢哋長期陷於不息嘅罪中,心硬到極點,喺呢個世代短暫嘅一生入面,已經超越咗一切淨化同報應嘅限度。 神藉着阿摩司先知責備這些人:*「你哋所荒廢嘅,就如神所荒廢嘅所多瑪和蛾摩拉;你哋好似從火中拎出嚟嘅柴,卻仍然冇歸向我,這是主說嘅。」* (阿摩司書4:11),又透過先知耶利米說:*「我擊殺、毀滅了我的子民,他們仍然不轉離自己的道路。」* (耶利米書15:7),– 又喺其他地方講:*「你擊打佢哋,但佢哋唔覺得痛苦;你懲罰佢哋,但佢哋唔肯接受管教;佢哋硬起面皮,硬過石頭,唔肯回轉。」*(5:3)。 咁,最後,主好似一位最叻嘅醫生,用盡晒所有救治嘅方法,見到冇其他補救可以醫治佢哋嘅創傷,祂好似被佢哋嘅大罪壓倒,被迫收手唔再施以憐憫嘅懲罰,就向佢哋宣告,話: *「我向你嘅熱忱就會收返,我就會安息,唔會再理你。」*(以西結書16:42)至於其他啲人,佢哋嘅心未因頻繁犯罪而硬化,未至於配受咁殘酷同毀滅性嘅懲罰,但有能力接受為咗得救而施嘅糾正刑罰,就咁講: *「我要用佢哋嘅苦難聲去懲罰佢哋」*(我要用威脅住佢哋嘅憂愁聲,令佢哋醒覺)(何西阿書7:12)。

**9.** 一個人點樣先可以獲得同保持耐性同定力?– 真正嘅耐性同定力,如果心入面冇謙卑,就唔可能獲得或者保持。當耐性同定力由呢個源頭生出,就唔需要閉關喺房,或者逃去沙漠,去避開逆境帶嚟嘅悲傷。 一旦呢種謙卑美德──我哋嘅母親同守護者──喺靈魂深處紮根,就唔需要任何外在幫助。 因為如果我哋因為無根據嘅指控而心煩,就證明我哋心內嘅謙卑根基未穩,我哋內心嘅建築喺暴風輕輕一吹之下就會遭到嚴重動搖。 當內心保持平靜,不受敵人任何箭矢撼動時,忍耐並不可讚揚和令人欽佩;但當誘惑之風暴襲來時,它依然巍然不動,就顯得威嚴而光耀。而且,它看似被壓迫和撼動得越厲害,就越加堅強; 而佢愈睇落似被削弱,就愈顯得精煉。因為眾所周知,忍耐呢個詞源自對苦難嘅承擔,所以除咗能夠承受一切加諸於身嘅痛苦而唔受困擾嘅人,冇人可以稱得上忍耐。 正正就因為呢個原因,所羅門先至咁啱咁讚美佢:*「有耐性嘅人勝過有力量嘅人,能制住自己脾氣嘅人勝過攻城掠地嘅人。」*(箴言16:32)再者:*「有耐性嘅人有深切嘅明悟,心志卑鄙嘅人卻盡是愚蠢。」* (箴言 14:29)。因此,當一個人因被人誣衊而心頭火起,所受到的侮辱 ,不應被視為他犯此罪的真正原因,而只不過是暴露他內心隱藏的(憤怒)病態的藉口。 正如救主所講兩座房屋的比喻──一座建在磐石上,一座建在沙土上──兩者同樣遭受急流和暴風雨的猛烈襲擊,卻有截然不同的結果;因為在此例中,建在堅固磐石上的房屋 根本冇受到咁強嘅攻擊有任何損毀,反而嗰座建喺鬆軟沙土上嘅屋就即刻被摧毀──而佢被摧毀,明顯唔係因為被洶湧嘅巨浪直接打中,而係因為愚蠢咁建喺沙上。 同樣地,一個聖人同罪人唔同,唔係因為佢面對嘅誘惑比罪人輕,而係就算面對再大嘅誘惑都唔會被擊倒,但罪人就連細微嘅誘惑都頂唔住。 正如我哋所講,如果一個義人冇受過試探就得勝,佢嘅勇氣都唔值得讚揚;事實上,如果冇敵人嘅攻擊,勝利就無從談起。 因為*「經得起試煉的人有福了;因為他經過試驗之後,要得着那神應許給一切愛祂之人的生命冠冕。」*(雅各書1:12) 而按使徒保羅所言,*「神的大能」*並不存在於平安與舒適之中,卻*「在軟弱裡得以完全」*(林後12:9)。 因為主對耶利米如此說:*「看哪,今日我使你成為堅城、鐵柱、銅牆,抵擋猶大的一切君王、首領、祭司,以及那地的眾人;他們雖然攻擊你,卻不能得勝,因為我與你同在。」* (耶利米書1:18–19)。(– 蒐集18:13)。

**10.** 我至少想向你哋舉出兩個呢種忍耐嘅例子──其中一個係一位虔誠嘅婦女,佢渴望喺忍耐美德上達到完美,唔單止唔迴避試煉,甚至主動搵嚟困擾;無論幾多次受人侮辱,佢都冇喺試煉中動搖。 呢位婦女住喺亞歷山大;佢出身高貴,喺父母留畀佢嘅屋企,虔誠咁事奉上帝。有一次,佢去搵已故嘅大主教亞他那修,請佢將教會施捨名單上嘅一位寡婦交畀佢照顧同資助。 「畀我其中一位姊妹,等我安慰佢。」首領主教讚揚佢嘅好意同熱心,就命人喺眾人中揀一位品格最端莊嘅寡婦, 品格同禮貌,咁先唔會因為受助者唔配而熄滅施恩者嘅熱情,亦唔會因為佢嘅惡劣而令施恩者嘅信心受損。於是,佢收留咗呢位被揀出嘅女士,帶佢返屋企,並以各種方式照顧佢。 但見到佢嘅謙遜同溫柔,又因為佢對呢個慈善行為嘅感恩,時時受到佢嘅尊重,幾日之後,佢就返去搵嗰位大祭司,講:「我求過你下令,畀我一個我可以安慰、可以完全順服去服侍嘅人。」 起初,佢唔明點解要咁做,亦唔知呢個女人想要乜;佢以為係監管人對寡婦唔夠上心,先至令佢嘅請求被忽略,於是帶住啲忐忑,問點解會拖咗咁耐。有人就同佢講,已經將所有寡婦之中最貞潔嗰個送去畀佢。 然後,佢估到嗰位有智慧嘅妻子想要乜嘢,就下令要畀佢所有寡婦入面最難搞、脾氣最暴躁、最愛吵架、最刁鑽、最嘈吵同最浮誇嗰個。 當佢哋搵到並帶咗咁嘅女人嚟,佢就收留咗佢,用同樣甚至更大嘅熱誠,開始服侍呢個女人,就如佢服侍第一個嗰樣; 但係,對於呢啲服務,佢只係換嚟對方嘅侮辱、誣衊、惡言相向同埋責罵;而另外嗰位就喃喃自語,用刻薄嘅言詞咒罵,話佢向大主教求嘅,根本就唔係心靈嘅平靜, 但係為咗折磨佢,仲將佢由一個寧靜嘅生活轉去一個更艱苦嘅處境,而唔係由艱苦嘅處境轉去寧靜嘅生活。 呢個女人嘅無禮有時誇張到連手都忍唔住要出嚟,而嗰位女士就反而加倍謙卑咁服侍佢,學識唔係靠反抗,而係靠更加謙卑嘅順服去克服對方嘅憤怒,並以仁慈嘅溫柔去馴服佢。 如此經過這些試煉,完全確立了她的忍耐,並在這個可貴的美德上達到完美, 佢就去咗上述嗰位聖人度,多謝佢既明察又善教,因為佢終於完全照佢心願,為佢揀咗咁一位最合適嘅老師,正正係透過嗰位老師無休止嘅侮辱,佢每日都喺忍耐上變得更堅強,直到最終攀上呢種美德嘅巔峰。 最後,主啊,你為咗安慰我,竟然賜咗我正正係我想要嘅人;而嗰位第一位老師,因為對我有禮貌,反而安慰同撫慰咗我,勝過我對佢嘅安慰。 – 關於女性,講到呢度就夠,咁樣提起呢件事唔單止可以教導我 ,仲可以令我哋感到羞愧;因為如果我哋唔將自己關喺房入面,就保唔住我哋嘅耐性。(– Collect. 18. 14)。

**11.** 現今,我們再考慮阿爸·巴夫努修斯另一個忍耐的例子。他獨自隱居於著名嘅斯基特沙漠,現時正擔任長老。　就算佢仲係個年輕修士,就已經散發住滿溢嘅恩典聖潔,當時啲偉人見到佢嘅進步都嘆為觀止;雖然佢係當中最年輕嗰個,佢哋都將佢同長老相提並論,決定要收佢入會眾。　當呢件事傳開之後,當年兄弟對約瑟充滿嘅嫉妒,而家以毒火燃起咗斯基特嘅一位兄弟對佢嘅仇恨;呢個人惡意咁想用污名去玷污佢嘅聖潔。　為咗呢個目的,等到巴夫努修斯星期日去咗教堂之後,佢就偷偷潛入佢嘅修房,將自己嘅書藏喺用棕樹枝編織嘅籃子入面——嗰度通常都擺住啲籃子——然後自己就去咗教堂,對自己嘅狡猾感到得意; 到主日禮拜完結時,喺眾弟兄面前,佢向當時做執事嘅聖依西多爾舉報,話有人喺佢房入面偷咗本書。 呢個投訴令到大家,尤其係當時嘅長老,都好困惑,唔知點諗好、點做,因為喺嗰度發生咗咁新鮮、前所未有嘅罪行。跟住,舉報嘅人就要求,留低所有兄弟喺教堂,揀幾個人出嚟搜查所有嘅房。　當由長老指派、完成搜查其他房子的三位長老,來到巴夫努修斯嘅房,就喺棕樹葉中搵到一本書,就係誣告者藏喺度嗰本;佢哋拎起嗰本書,即刻帶返教堂,擺喺眾人面前。 巴夫努修斯雖然良心上深信自己同呢宗罪冇任何關係,但佢就好似做咗偷嘢咁,自願接受長老嘅裁決,表示佢願意承擔任何賠償,並請求畀個機會去懺悔。　佢冇為自己辯解;出於謙卑嘅羞愧,佢擔心如果用言語去洗刷偷竊嘅污名,反而會因為講大話而招致更大嘅譴責,因為當時冇人懷疑除咗被發現嗰樣嘢之外嘅任何其他事。 程序完結、判決書擬好之後,佢離開教堂,並非灰心喪氣,而係將自己交託畀上帝親自審判,開始行懺悔,以大量眼淚加強佢嘅祈禱,將禁食加倍到三倍,並以最謙卑嘅心靈,喺人面前自卑自貶。　當佢差唔多兩個禮拜都咁樣用各種肉體同靈魂嘅苦待折磨自己之後,有一日喺星期六或者星期日嘅朝早,佢嚟到教堂——唔係嚟領聖體聖事,而係要喺門口跪低,謙卑咁向人求情;—當時,神——祂是所有隱秘事的見證者與知曉者——不忍見他繼續折磨自己並被他人羞辱,就使魔鬼揭露了那惡事的製造者、那貪婪偷取他人財物的不誠實賊子、那詆毀他人名譽的狡猾者,所暗中做的一切。　因為,被最兇狠嘅魔鬼附身,佢自己就揭露咗秘密陰謀入面所有嘅詭秘;咁,呢位曾經係罪行同陰謀嘅主謀,就喺同一時間,成為咗呢個陰謀嘅背叛者。　其後,呢個污穢嘅邪靈長期而嚴重咁折磨呢位可憐嘅兄弟,以至連當時嗰度其他聖徒——佢哋擁有驅魔嘅神聖權能——嘅禱告都無法將佢救出;就連伊西多老祭司嘅特別恩典,都未能將呢個最殘暴嘅折磨者趕走, 雖然,憑主嘅豐盛恩典,佢已經獲得咗咁大嘅能力,以至中邪者一旦得醫治,連佢門口都唔使踏一步。 因為基督主耶穌已經將呢份榮耀留畀巴夫努修,好叫呢個作惡者只係透過佢所暗算嘅人嘅禱告先得醫治,並且得罪過嘅赦免同現時刑罰嘅釋放,同時宣揚嗰位佢曾如妒忌敵人咁想掩蓋祂榮耀嘅主名(—《蒐集》)。 18:15)。

**12.** 有兩個原因促使我要講呢個故事:第一,好等我哋透過反思呢個人堅定不移嘅立場,更加能夠保持冷靜同耐性,唔會咁易畀敵人嘅誣衊所動搖; 第二,就係要我哋由此得出堅定嘅信念:如果我哋將忍耐嘅全部防禦同所有希望都寄託喺外在嘅事物,而唔係寄託喺自己內在嘅力量,就唔能夠喺誘惑嘅風暴同魔鬼嘅攻擊中得到安全。 但係寄望於囚室嘅狹窄、或曠野嘅寂靜、或聖徒嘅團契、或其實任何存在於我哋之外嘅事物。因為如果主——喺福音中話:*「天國喺你哋心入面」嘅*(路加福音17:21)—— 若主——祂在福音中曾說:「天國是在你們裏面」(路加福音17:21)——若祂不以祂的代禱大能堅固我們的靈魂,那麼我們的盼望就徒然——無論是靠與我們同住者的幫助去勝過那空氣中仇敵的誣衊,或以身體距離(即退入曠野)去抵禦它們,或以關閉在牆壁和屋頂之下(即自我囚禁於一室)來阻擋它們。　因為聖巴夫努修斯擁有呢啲一切 ,但係誘惑者仍然搵到方法攻擊佢——無論係城牆嘅堅固防禦、沙漠嘅孤寂,定係嗰個團體中咁多聖人嘅代禱,都無法將呢個最邪惡嘅靈趕走。 但由於呢位神聖嘅僕人冇將心裏嘅盼望寄託喺任何外在嘅事物,而係放喺掌管萬有奧秘嘅審判者本身,所以佢根本唔會畀呢種攻擊嘅詭計所動搖。　同樣地,嗰個畀嫉妒驅使犯咗咁罪行嘅人,不亦都受惠於曠野嘅祝福、偏遠居所嘅保護,以及有福嘅伊西多(阿爸兼執事)同其他聖徒嘅陪伴? 然而,當魔鬼嘅暴風發現佢自己係建立喺沙土上,就唔單止重重打擊咗佢嘅居所(佢嘅內在構成),更徹底摧毀咗佢。所以我哋要停止喺自己以外去尋找我哋堅不可摧嘅內心平安嘅根基,亦唔好期望靠他人嘅忍耐去補足我哋自己忍耐嘅軟弱。 正如*「天國*喺*我哋*心入面」,同樣*「人嘅仇敵就係自己屋企人」*(馬太福音10:36)。冇人比我哋自己嘅感受更抗拒我,因為佢哋係我最親近嘅屋企人。所以我哋要更加留意自己,免得屋企入面嘅仇敵傷害我哋。 因為當屋裡的人不起來攻擊我,神嘅國度就安寧咁住喺我心入面,令我心境平靜。如果我哋細心掂量心入面發生嘅事,就會發現,除非我自己心入面嘅騷亂令我反對自己,否則就算最惡意嘅人,都傷唔到我。　因為如果我受

到傷害,原因並不在於外在的攻擊,而是在於我自己的不耐煩。就好比固體食物對健康的人有益,但對病人有害;除非他的虛弱賦予了食物傷害他的力量,否則食物本身無法害他(– Sob. 18, 16)。

## 8. 論神恩與自由意志

**1.** 我哋要時刻堅定咁信,就算我哋盡心盡力修習各種美德,都絕對唔可能靠自己嘅勞苦功績達到完美。　單憑人的努力,本身無法具備足以使我們升到聖潔與喜樂高峰的價值與力量,除非主親自幫助我們,並引領我們的 hearts 向對我們有益的方向。因此,我們在每一刻都要像大衛那樣向神呼求: *「求你堅定我的腳步,使我腳不至滑跌」* (詩篇16:5),──好叫呢位看不見嘅人類靈魂統治者,能將我哋嘅意志轉向美德,因為我哋嘅意志更傾向邪惡,無論係因為對善嘅無知,定係因為情慾嘅迷思。　先知喺詩篇入面一節經文講得好清楚: *「我好似迷失嘅羊,走哂路;但主接納咗我。」* (詩篇117:13) 經文前半句表示我哋意志嘅不穩定;後半句則表示主隨時預備嘅幫助,只要我哋一有動搖,祂就向我哋伸出援手,扶持同加力於我哋,免得我哋單憑自己嘅意志,陷入完全嘅墮落。 – 因此,冇一個義人係靠自己有足夠嘅力量去達到義;佢哋不停咁動搖,隨時都有可能跌倒。所以,主嘅憐憫用佢嘅手撐住佢哋,免得佢哋因為意志軟弱而跌倒,以致徹底滅亡(講道　3:12).又有邊個會咁狂妄又咁盲目,以為自己唔需要上帝不斷嘅幫助,當主自己喺福音書入面明明教導: *「枝子若不常在葡萄樹上,自己就不能結果子;你們若不常在我裏面,也是如此。離開了我,你哋就乜都做唔到。」* (約翰福音15:4–5)?當主嘅說話明明見證,冇佢嘅幫助就冇人可以結屬靈嘅果(—《蒐集》3,16),點解仲要愚蠢到,甚至褻瀆到,將任何善行歸功於自己嘅努力,而唔係歸於上帝嘅恩典同幫助呢?

**2.**　我哋相信,就好似一個良好品格嘅開端係由神嘅特別感動種喺我哋心入面,同樣,實踐美德都係由祂賜予;我哋嘅份內之事,就係以多寡唔同嘅準備,順服神嘅感動,並接受祂嘅幫助。 我哋配得獎賞,或者配得公義嘅懲罰,就視乎我哋係放縱懈怠,定係以敬畏順服嘅心,努力去符合神透過祂豐盛恩典賜畀我哋嘅旨意同安排。　呢點喺耶利哥嗰兩個瞎眼人得醫治嘅事上已經好清楚咁示範咗。主行過佢哋身邊,呢個就係神嘅眷顧同憐憫。　但佢哋呼喊 *「大衛之子主啊,可憐我哋!」* (馬太福音20:31),係佢哋信心同盼望嘅表現;然而,佢哋實際上重見光明,仍然係因為上帝嘅憐憫(—第3、19號頌文)。

**3.** 農夫雖然勤力耕作,但如果無及時落雨同合適嘅天氣,就唔可以期望有好豐收 。 因此,正如上帝不會賜給懶惰農夫豐收,同樣,即使勤力耕作,若非上帝的憐憫眷顧,也無益處。 同樣地,在按神旨意生活這件事上,我們的努力固然必要,但如果神恩不垂助,我們就無所成就。所以,要承認神不單是善工的源頭,也是善念的源頭:　祂以祂神聖嘅旨意啟發我哋,並賜予我哋力量同適當嘅機會去成就我哋所當渴望嘅事; *「因為各樣美善嘅恩賜和各樣完备嘅禮物,都係從 above 下來,從眾光之父降下」* (雅各書1:17)。( – Collection 13, 3).

**4.** 上帝的旨意總是一直希望祂所造的人類不但不至滅亡,而且永遠得生。如果上帝在我們心中察覺到哪怕是一絲向善的傾向,祂在祂的憐憫中,絕不會容許它熄滅;反而,因為祂希望眾人都得救,並且明白真理,祂就盡祂一切能力,確保那絲傾向能化為熊熊火焰。　上帝的恩典臨近眾人;祂呼召每個人,無一例外,得著救恩並認識真理,因為祂說: *「凡勞苦擔重擔的人,*可以*到我跟前,我就使你們得安息。*」(馬太福音11:28)。(— 講道13,7)。

**5.**　如何將呢個得救同我哋嘅自由意志結合,係人腦所難以理解嘅,因為經上咁講: *「你哋若肯聽從我,就必得享地上所出嘅美物。」* (賽　1:19),然而又係 *「既不是那願意的人,也不是那奔跑的人,而是那憐憫人的神」* (羅　9:16)──神要按各人所行的報應他們,卻又 Himself *「既願意,又行事,照祂的喜悅」* ── (腓立比書2:13)—所以我們被命令 *「在自己裡面造成新心和新靈」* (以西結書18:31),同時又說: *「我要賜給你一個新心,把新靈放在你裡面」* (以西結書11:19)。　如果我哋記住,喺我哋得救嘅工作入面,既有神嘅恩典,又有我哋嘅自由意志,雖然人有時會渴望美德,但要實現呢啲願望,就一定要靠神嘅幫助; 就好似一個病人淨係想好返都唔夠;相反,生命嘅賜予者──上帝──必須賜下力量去恢復健康。要完全信服,就算由憐憫嘅造物主所賜嘅自然能力所產生嘅美好願望,都只可以靠上帝嘅幫助先能實現,只要回顧使徒嘅說話就夠: *「因為我裏面有善意,但行善我卻無力。」* (羅馬書　7:18)。(—《聖禮經》第13篇,第9段)。

**6.**　好多人問:恩典喺我哋入面幾時運作──係咪當我哋有個好嘅願望出現嗰陣,定係當上帝嘅恩典臨到我哋先令到個好嘅願望出現?　經驗證明兩者皆有:掃羅同稅吏馬太並無憑自己意願去渴望呢啲

事,而係喺蒙召之後先有呢啲渴望;但撒該同十字架上嗰個強盜,就係憑自己嘅渴望先於恩典嘅作為。因此,要明白:當神見到我哋傾向於行善,祂就會引導並強化我哋嘅準備;但如果我哋唔渴望行善,或者對此變得冷淡,祂就會賜予我哋得救嘅啟示,藉此形成或更新我哋嘅善良好品格(– 第十三篇聖體頌文,第十一篇聖體頌文)。

**7.** 人唔可以淨係以為人性得惡,冇善。造物主已經喺我哋靈魂入面種咗所有美德嘅種子,但要令佢哋成長,就要有神聖嘅力量;不過人始終都有自由意志,可以接受或者拒絕呢啲恩典。 如果拯救嘅安排完全唔靠我哋,使徒就唔會講:*「要靠着敬畏同戰兢,成就你哋自己嘅得救」*;但如果一切都只靠我哋,佢就唔會再加:*「因為係神喺你哋裏面,既要你哋有心意,又要你哋去行,成就佢嘅美意」*(腓立比書2:13)。 12–13)。上帝嘅恩典既先於我哋,正如先知所言:*「我嘅神啊,祂嘅憐憫要先於我」*(詩篇 58:11);亦跟隨我哋嘅意志,所以先有 *「早晨嘅禱告要先到祢面前」*(詩篇 87:14)。 (—《聖體經文》第13篇,第12節)。

**8.** 上帝的恩典總是一直引導我們的意志向善,卻又以一種既要求又期望我們相應努力的方式。為免將恩賜施予漫不經心的人,祂會尋找機會,喚醒我們從冷漠的麻木中醒來;為免祂豐沛的恩賜顯得毫無根據,祂就按我們的渴望與勤勞賜予。 然而,恩典總是一份恩賜,因為它以無盡的慷慨回報我們微薄的努力。因此,無論人的勞苦多麼偉大,都無法令恩典不再是白白的賜予。外邦人的使徒雖然說他 *「比眾使徒更加勤勞」*; 佢仍然補充話,呢啲勞苦唔係佢自己嘅,而係屬於 *「同佢一齊嘅神恩」嘅*(林前15:10)。因此,佢用 *「我勞苦咗」*呢句話,去表達佢自己意志嘅努力; 以 *「不是我,乃是神的恩」*——表示神聖的幫助;又以 *「同我在一處」*——顯示恩典 在他在勤力工作時,而非懶散或大意時,幫助了他(– Sob., 13, 13)。

**9.** 神以多樣且深奧難測的方式安排我們的得救:在那些渴望並追求得救的人身上,祂堅固那份渴望;在那些缺乏此渴望的人身上,祂激起它;祂幫助成就我們得救的願望——並植入聖潔的願望,或確認它們。 正因如此,在我們的禱告中,我們稱祂為我們的保衛者、救贖者與幫助者。祂如最慈愛的天父和憐憫的醫生,在我們每一個人身上成就一切:在一些人身上,祂開啟得救的開始,並點燃對祂的熱誠, 喺其他人身上,祂成就善行,令美德臻於完美;祂阻止有啲人行將跌入深淵,同時為其他人提供得救嘅機會同有利條件;祂幫助嗰啲願意同努力嘅人,同時吸引嗰啲唔願意同反抗嘅人,向有利嘅態度靠攏: 處處成就萬事——激起、幫助並確認——卻不侵犯祂自己所賦予的自由(– Sob., 13, 18)。

## 9. 論祈禱

**1.** 人要將持續不絕嘅祈禱,作為自己嘅首要目標同完美嘅巔峰。呢種祈禱要根植於心靈嘅寂靜同心靈嘅純潔,為咗達到呢個境界,我哋要忍受身體嘅勞苦,並保持心靈嘅懊悔。 所有呢啲行為同禱告之間嘅關係,係密不可分同互相促進。因為就好似呢啲美德嘅修習可以令禱告達到完美,但若果禱告唔能完成同加冕佢哋,就唔能夠保持堅定同穩固。 正如冇咗佢哋,我哋所講嘅不斷、純淨同堅定不移嘅祈禱就無辦法達到或者完善;同樣地,呢啲美德——喺按照上帝嘅安排治理生活時先於祈禱——亦都冇辦法喺祈禱唔不斷嘅情況下完美體現。 所以,除非我們先按次序,辨明並檢視一切必須剔除或預備以達成此目標的事物——或除非,按照福音寓言(路加福音14: 28–30),先計算同埋收集好呢根最崇高嘅靈性柱子所需嘅一切; 然而,即使已經預備好,若不先除去一切罪惡的污穢,並清走情感的殘渣與死物,在我們心靈的活土與堅石上,建立一個最堅實的純樸與謙卑根基——就好似建立在福音所言的磐石上(路加福音6: 48) 呢塊最穩固嘅單純同謙卑地基先至鋪好,咁呢根柱先可以透過建立屬靈美德而豎起,屹立不搖,昂首直衝天際,自信靠自己嘅力量。 但當禱告建立在如此根基上,任憑情感的傾盆大雨降下;任憑迫害的洶湧河流如撞城鎚般襲擊;任憑仇敵惡靈的猛烈暴風狂襲——它不但不會被摧毀,甚至不會感受到它們的撞擊。

**2.** 所以,為咗令禱告能夠以應有嘅熱誠同純潔獻上,以下各點必須喺各方面遵守:首先, 所有對塵世事務嘅牽掛都要完全斷絕;第二,不但要避免沉溺於某件事或某種處境,甚至連呢啲事嘅記憶都絕對唔可以留;同樣,分心、閒聊、嘮叨同打趣都要停止, 而最緊要係,要完全壓制住由憤怒或悲傷引起嘅情緒波動,同時連根拔除肉慾同貪財嘅惡念。 一旦呢啲同類嘅惡習——嗰啲肉眼可見嘅——已經徹底剷除,呢個整體嘅初步淨化完成,最終達到純潔無瑕,就要首先建立一個深厚謙卑嘅堅實基礎,足夠強大去支撐一根直插天際嘅柱子; 然後,喺呢個基礎上,就要興建靈性美德嘅殿堂,並且要令心靈唔好四處馳散,咁

先可以逐步將靈性嘅目光提升到默想上帝嘅境界。 因為喺禱告時間未到之前,我哋嘅靈魂所接觸過嘅任何事物,都必然會喺禱告時浮現心頭,由記憶之手帶返嚟。 所以,我哋想喺祈禱時處於某種狀態,就必須喺祈禱時間未到之前為此作好準備;凡係我哋唔想喺祈禱時湧入心頭嘅念頭,就應該趕快喺心靈最深處將佢驅走,好讓我哋能夠遵守宗徒嘅命令:*「要不住地禱告」*。 (帖前5:17).

**3.** 我哋嘅心靈就好似一隻極輕嘅羽毛,或者一縷細絨,如果唔畀任何外物嘅液體打濕,憑藉佢本身嘅輕盈,通常都會畀最細微嘅風吹到好高; 但當沾上任何濕氣時,它便不再升空,反而因所吸收的濕重而跌落地面,並黏附於大地。 我哋嘅心亦都係咁:如果佢唔畀襲擊佢嘅情慾同塵世憂慮所壓迫,亦唔畀有害慾望嘅潮氣所腐蝕;咁佢憑住天生嘅純潔而變得好輕,只要一有靈性反思嘅微風吹拂,就會高高飛起,拋開卑微塵俗嘅一切,被帶到天上同無形之中。 正正就係因為咁,主嘅誡命先勸戒我哋:*「要小心,免得你哋嘅心畀大吃大喝、醉酒同今世嘅憂慮壓得沉重。」*(路加福音21:34) 所以,如果我哋希望我哋嘅禱告唔止能穿透天界,甚至超越诸天,就應努力令我哋嘅心靈回復到佢本来的輕盈,淨化佢脫離一切塵世嘅惡行同世俗情慾嘅任何痕跡,咁樣,就唔會再畀任何外來嘅重擔壓住,我哋嘅禱告就可以輕輕快快飛升到上帝面前。

**4.** 留意主指出令我哋心靈沉重嘅原因。佢冇指出通奸、行淫、謀殺、褻瀆或者偷竊──呢啲都係公認嘅致命大罪,值得譴責──而係指出貪食, 醉酒,以及今世的生活憂慮和掛慮──這些不但世上無人能免,亦無人視為可恥;更可悲的是,就連那些已出世的人,都沉溺於同樣的享樂,視之為對自己毫無害處或不幸。 不過,呢三種令靈魂沉重、令佢與上帝隔離、將佢壓向塵世嘅惡,如果按字面意思去理解,就好容易避開,尤其係我哋,離塵絕世,根本冇機會捲入呢啲可見嘅憂慮、醉酒同貪食。 但係,另有一種屬靈嘅貪食同醉醉,更加難以避免;另有一種世上嘅憂慮同今世嘅愁苦,即使我哋已經完全拋棄晒世上所有財物,禁酒同戒絕一切貪食,住喺沙漠嘅孤寂之中,都仍然會籠罩住我哋。 我講嘅係肉體嘅放縱、執着同情慾;除非我哋將呢啲淨化,否則就算冇酒醉或者大魚大肉,我哋嘅心都會畀一種更加有害嘅醉態同貪食所壓倒。 只有那個人──其心靈已掙脫一切情欲的枷鎖,獲得深邃的平安;其心最堅定地渴慕神──至高無上的一切善──才能完美地遵守使徒的誡命:*「不住地禱告」*。

**5.** 我相信,如果冇真心痛悔、靈魂純潔同聖神嘅啟悟,就根本唔可能涵蓋所有形式嘅祈禱。祈禱嘅形式多到同一個靈魂,甚至所有靈魂入面可以出現嘅唔同狀態同情操一樣多。 當心靈喺純潔度上進步,並且視乎佢被帶入嘅狀態──無論係偶然定係自己內在運作──佢都會以更新嘅狀態升起,並喺每一次咁嘅時刻被改變;所以好明顯,冇人可以永遠都用同一種方式禱告。 每個人喺開心嘅時候祈禱方式都唔同;喺悲傷或不幸嘅時候又唔同;喺靈性成長順利嘅時候又唔同;喺受敵人無數攻擊壓迫嘅時候又唔同; 求赦免罪過時又唔同;求增加恩典、獲取某種美德或消除某種情慾時又唔同;一諗起 gehenna(地獄)同末日審判而心生恐懼時又唔同; 有時當佢被對未來福份嘅希望同渴望所燃燒;有時當佢身處需要同危險之中;有時當佢享受安全同和平;有時當佢被天上奧秘嘅啟示所照亮;有時當佢因品格進步不足同情感嘅枯乾而悲傷。

**6.** 按內容,使徒將禱告分為四種,他說:*「我首先勸人要作禱告、祈求、代禱和感謝。」*(提摩太前書 2:1) – *「祈求」* – δεησις – 係指為罪惡而作嘅懇求或哀求,當一個人對自己所犯嘅罪,無論係現時定係過去,都已經心生痛悔,並為此求得赦免; – *「懇求」* – προσευχή – 就係當我哋禱告嘅時候,向神獻上或者承諾啲嘢(例如講:「主啊,只要你憐憫,我就會做啲咩啲咩」); *「代禱」* – εντεξις – 就係當我哋喺聖靈熱誠中,為其他人、為所愛嘅人,或者為普世嘅和平獻上禱告; *「感恩」* – ευχαρισία – 就係當心靈向神獻上感謝(同讚美),回顧祂過去嘅祝福,或者感知到祂而家嘅祝福,又或者預見到神將來為愛祂嘅人預備嘅祝福。

**7.** 繼呢四種祈禱之後,就有一個最崇高嘅祈禱狀態,就係專注默想獨一嘅神,並對祂懷有熾熱嘅愛;喺呢種狀態入面,我哋嘅心被呢份愛所包圍同貫穿,以最親密同最真誠嘅方式同神對話。 主禱文──*「我哋阿爸……」*(馬太福音6:9–13)──激勵我哋切實追求呢種境界。 我哋講:*「我哋嘅父!」*藉住承認掌管宇宙嘅神係我哋嘅父,我哋一齊承認自己已經從奴隸嘅狀態中得釋放,並被神收養做祂嘅兒女。—然後再加上:*「你在天上」*,就表示我哋願意徹底厭惡並遠離對呢段短暫、令我哋與天父疏離嘅現世生命嘅執着;相反,我哋要懷着最大嘅渴望,向嗰個領域努力, 嗰度係我哋父神所住嘅地方,我哋唔可以容許任何會令我哋配唔上呢種崇高收養嘅事,因為咁樣會令我哋好似私生子咁,失去父神嘅產業,亦要承受神公義審判嘅全部嚴厲。 既然我哋已經成為神嘅兒子,攞到咁高嘅位份,我哋就必須對神懷有熾熱

嘅孝愛,唔再追求自己嘅利益,而係以全心渴望祂嘅榮耀──我哋父嘅榮耀──並對祂說: *「願祢的名為聖」*,藉此見證我哋嘅全部渴望同喜樂都喺我哋父嘅榮耀之中──使我哋父最榮耀嘅名得着榮耀、敬奉同敬拜。淨化咗嘅心第二個祈求就係*「願祢嘅國度降臨」* 祂父嘅國度──就係基督喺聖徒中掌權嘅國度,當祂剝奪咗魔鬼對我哋嘅權勢,並將我哋心入面嘅情慾趕走之後,上帝就開始透過美德嘅香氣喺我哋心入面掌權──或者就係喺指定嘅時候應許畀所有完美者同神嘅兒女嘅國度,當時基督會對佢哋講: *「嚟吧,我父所祝福嘅人,承受你哋世世代代預備咗嘅基業──呢個自創世以嚟為你哋預備咗嘅國度。」* (馬太福音25:34) 第三個祈求,專屬於眾子:*'願祢的旨意行在地上,如同行在天上'*──意思是:願人都如天使──正如他們在天上成就神的心意,凡在地上生活的人,都不可行自己的意,而要行祂的意; 亦即係話:我哋生命中嘅一切都照祢嘅旨意;我哋將自己交託畀祢,相信祢安排一切──無論福份定災難──都係為咗我哋好,而且祢比我哋更關心我哋嘅得救。 此外:*「今日俾我哋日用飲食。」* *「日用」*──即係超越一切存在、最高嘅存在(只有*「從天而降嘅糧食」*先配得上)。 當經文講「今日」時,就顯示咗昨日嘅領受仍然唔夠,除非我哋而家再次獲得,否則無能證明呢個禱告每日都係必需嘅。因為冇一日唔需要透過領受同分享呢個餅,嚟堅固我哋內在之人嘅心靈。 *「赦免我們的債,正如我們赦免了我們的債主。」* 有憐憫心的主應許赦免我們的罪,但條件是我們自己先向弟兄伸出寬恕之手:*「赦免我們,正如我們也赦免」*。 好明顯,只有自己先寬恕咗欠自己債嘅人,先有資格大膽咁向天父求寬恕。但凡冇真心寬恕得罪咗自己兄弟嘅人,透過呢段禱文,佢求嘅就唔係憐憫,而係定罪。 因為如果佢呢段禱告被聽見,咁根據佢嘅榜樣,跟住嘅又會係乜嘢,除咗無情嘅憤怒同必然嘅懲罰呢?*「對冇施過憐憫嘅人,就會有冇憐憫嘅審判。」* (雅各書2:13)*「又唔使我哋陷入試探」*。回顧使徒嘅說話 雅各書:*「經得起試煉的人有福了。」* (雅各書1:12);──我們必須明白這禱告詞的含義,不是「求你永遠不讓我們受試探」,而是「求你別讓我們被試探所勝」。約伯被試探,卻未被引入試探; 因為有上帝幫助,佢*「冇將愚蠢歸於上帝」* (約伯記1:22),亦冇用冒瀆嘅嘀咕玷污佢嘅嘴,而呢啲正係試探者想引誘佢做嘅。亞伯拉罕受過試探,約瑟受過試探,但佢哋兩個都冇被引入試探; 因為佢哋冇一個成就試探者嘅心願。*「但求你拯救我哋脫離那惡者」*──意思係,唔好畀魔鬼用超過我哋能力*嘅試探*嚟試我哋,而係*「照你所允許嘅,畀我哋一條出路,使我哋能受得住」* (林前10:13)。

**8.** 雖然呢段由主親口所講嘅禱告,已經包含咗禱告嘅全部完美; 然而,主又引領祂的信徒更進一步──到一種更高嘅狀態,正如我哋之前所講──到嗰種熱切嘅禱告,真係好少人識得或者經歷過,甚至,我敢講,係難以言喻嘅,超越咗一切人嘅理解, 並唔係用聲音、舌頭嘅動作或者任何言語嚟表示;而係當人心靈被嗰道天光嘅傾注所照亮,佢唔係用軟弱嘅人言去表達,而係當佢收斂返神智之後,就好似由一個極其豐盛嘅源頭,無拘無束咁由心靈中湧出, , 並以一種難以言喻的方式直接傾訴於主,於是最喺嗰短暫一刻,顯露咗某種事,令到佢醒覺後,都無法用言語講出,亦無法用思想追蹤。

**9.** 此種祈禱狀態係上帝嘅恩賜;然而,通常充滿恩典嘅祈禱心境,係以一種柔情為特徵,呢種柔情一出現,就激發人心投入純潔而熱誠嘅祈禱。經驗顯示,呢種柔情會喺唔同場合出現。 有時喺唱詩篇嘅時候,某句詩詞嘅字句就成為熱切禱告嘅契機;另時,弟兄洪亮悅耳嘅歌聲,又激起敬畏者內心深切嘅懇求。 我哋亦知道,有時清脆而肅穆嘅詩歌歌唱,會令在場者充滿熱誠;而且唔少時,一位有德行、屬靈談吐高尚嘅人嘅勸勉,會令跪低嗰啲人渴望有豐盛嘅禱告傾注。 有時我哋為咗一位兄弟或者某個摯愛嘅人離世,都會激起同樣深切嘅柔情。同樣地,回想起自己嘅冷淡同懶散,有時都會喺我哋心裏點燃一種救贖嘅靈性熱誠。事實上,神嘅恩典喺我哋靈魂中,將我哋從麻木同懶散中喚醒嘅例子,多到數唔晒。

**10.** 就如溫柔會喺唔同嘅情況下產生,佢嘅表現方式亦各有不同:有時佢會以一種難以言喻嘅靈性喜樂呈現;有時佢會令靈魂所有嘅力量同活動陷入深沉嘅寂靜;有時佢會帶出多或少嘅眼淚。眼淚,或者一種帶有淚水嘅情緒,就係佢最常見嘅表達方式。 呢啲眼淚可以源自我人因識透自己嘅罪而心被刺痛;或者源自我人默想永恆嘅福份同渴求永恆榮耀;或者源自我人體會到神對自己嘅豐盛祝福,同時又感到自己唔配同不足;又或者源自我人對呢個世上可憐朝聖旅程嘅感喟。

**11.** 點樣先知道禱告已經蒙垂聽?– 就係當我哋禱告嘅時候,心入面冇任何疑問,亦冇嘢令我哋對所求嘅事灰心絕望;如果喺禱告最懇切嗰刻,我哋已經感受到所求嘅嘢已經獲得,咁就唔好再懷疑,我哋嘅禱告真係蒙垂聽。 因為禱告嘅人,只要信神正睇住佢,又信神有能力應允佢嘅請求,佢就已經配得被垂聽,同埋配得收到所求嘅嘢。因為我哋主嘅話唔會改變:*「你哋無論喺禱告中求乜嘢,都要信你哋已*

*經收咗,咁就一定係你哋嘅。」*(馬可福音11:24)　喺呢方面,神嘅話語指出咗好多令禱告得着回應嘅原因。　因此,當兩個人同心禱告(馬太福音18:19)、或當人以信心禱告,即使信心只有芥菜種那麼大(馬太福音17:20)、或當人恆心禱告 (路加福音 11:8)──或者當施捨同禱告結合時(便西拉 29:15)──以及其他憐憫行為(詩篇 58:6–9)。 睇下有幾多方法可以獲得禱告被垂聽嘅恩典;所以,當人尋求得救嘅祝福時,唔好灰心。就算你冇好多令禱告被垂聽嘅條件,但你肯定可以堅持禱告,而呢樣嘢係所有有心嘅人都可以做到嘅。　就因為呢點,主應許凡所求嘅都會賜畀。所以,我哋要喺禱告中堅定不移,唔好懷疑,咁我哋就會得着所求嘅嘢。正如主所應許:*「你哋求,就必得;尋,就必搵着;敲,就必開門。」*(路加福音11:9–10)　但凡禱告的人,都要知道,如果他們懷疑自己會被垂聽,就一定不會被垂聽。

**12.**　凡事之中,關於禱告,我們必須遵守福音的命令,進入內室,關上門,向我們在天之父禱告。這要按字面意思去做,但更要按屬靈的意思去做。　當我哋完全轉離一切心思慮,喺內室向主以一種秘密而大膽嘅方式獻上禱告,就係我哋喺內室禱告。當我哋抿緊嘴脣,喺無人見到嘅情況下向審試我哋心意而唔係言語嘅主默禱,就係我哋關門禱告。 當我們只以心靈和專注的意念,向神 alone 獻上我們的禱告,這就叫在隱密處禱告;如此,連最仇敵的權勢都無法察覺我們所求的是什麼。　點解要喺深沉嘅寂靜中禱告?唔單止係為咗唔好用我哋嘅低語或呼喊,分散同堂敬拜者嘅禱告,或者打擾佢哋嘅敬虔心情,而係要令我哋禱告嘅意圖(目的)瞞過我哋嘅仇敵,佢哋專門喺我哋禱告嘅時候誣衊我哋。

**13.**　當主向祂父所祈求的喺我哋身上成就嗰陣,我哋嘅禱告就會達到應有嘅完美:就係*「你所愛我嘅愛,常存在佢哋裏面」*(約翰福音17:26);再者:*「就如你──父──在我裏面,我也在你裏面,使佢哋也在我哋裏面成為合一。」*(同上,第21節)。當我哋所有嘅愛、所有嘅渴望、所有嘅熱誠、所有嘅努力、所有嘅心思意念, 我哋所見嘅一切、所講嘅一切、所盼望嘅一切,都係神──當存在於父同子之間、以及子同父之間嗰種合一傾注喺我哋心靈入面,咁我哋就可以好似祂用真誠純潔、無法割裂嘅愛去愛我哋一樣,用純潔同不可分割嘅愛同祂合一。 達到此境者,其心必燃起不息的祈禱;屆時,其生命每一動,心靈每一念,都將成為一首無間斷的祈禱,成為永恆福樂生活的預嘗與憑約。

**14.**　要喺祈禱上達到最高嘅完善,就要穩固喺對上帝不斷嘅紀念之中──而一段簡短、經常重複嘅禱文就係達到呢點嘅手段(《談話錄》第9章第36節)。 我哋嘅先賢發現,凡係努力實踐不斷紀念上帝嘅人,就必須養成不停重複以下禱告嘅習慣:*「天主,俯聽我呼求;上主,求你快啲嚟幫助我」*(聖詠　69:2)。　— 呢節經文係經過深思熟慮喺整本聖經入面揀出嚟嘅:佢表達咗禱告所需嘅所有心態,亦滿足咗禱告者嘅一切需要。　佢包含咗對自己無助嘅謙卑承認,承認上帝係唯一嘅幫助者,隨時準備好援助──對佢有信心同盼望,佢會幫助講呢段禱告嘅人,並拯救佢脫離一切苦難。　凡以呢啲話語不斷呼求上帝嘅人,都會智慧咁喺心裏面感知同感受到上帝同佢哋同在,並以充滿孝愛嘅心向祂轉向,如同向一位父親──藉此,佢哋為自己招來上帝嘅保護、庇護同防禦。　就咁,呢段簡短嘅禱告就成為咗對抗魔鬼攻擊嘅堅固城牆──消除雜念嘅驅逐者、駁斥邪惡意圖嘅反駁者、馴服激情衝動嘅馴獸者,同時滋養心中所有美好嘅傾向。　聖父們亦吩咐我哋:若貪食嘅慾望以各種形式困擾你,就大聲呼喊:*'哦,神啊,垂聽我嘅呼救;哦,主啊,快啲嚟幫助我'*;　—或者如果你覺得需要更嚴格禁慾以制服肉體,而自己又無法自制,就禱告說:*「哦,神啊,垂聽我求救的呼聲」*,如此類推。如果絕望的靈折磨你,悲傷侵蝕你,令你無法專心處理任何正當事務,就說:*「哦,神啊,垂聽我求救的呼聲」*; – 或者當某種屬靈的喜樂臨到你心靈,你想保留並加增它,就說同樣的話:*「主啊,求你垂聽我的呼求」*。 如果肉體的搔癢帶着誘人的甜美誘惑──而你害怕這火焰會灼燒貞潔那芬芳的花朵──就大聲呼喊:　*「噢,上帝啊,垂聽我求救的呼聲」*等等;或者當你的身心進入寧靜與清涼,而你想令這良好的狀態持續,或永遠駐留於你,就以更熱誠的心重複念誦:*「噢,上帝啊,垂聽我求救的呼聲」*等等。　所以,無論在任何屬靈的需要中,都重複念誦這同一禱告;它將成為你從一切邪惡中得釋放,以及保障你內裡一切善美的保障。　所以,要令呢句偈不斷喺你心入面迴響;無論做任何工作同服侍、行路喺餐桌邊、訓覺同醒返,都唔好停過誦念同學習呢句小偈,直到透過不斷練習,你連瞓覺時都會自然而然咁誦念。

**15.** 呢個嘅果效,首先,就係你會拋棄自己所有嘅思緒,並緊緊把握呢句偈嘅合一,你會愈嚟愈習慣將心思專注喺唯一嘅幫助者身上,視祂永遠同你同在,無所不見、無所不包。　由嗰度,你就會向上攀升,進入同神最鮮明嘅交通,開始充滿愈來愈崇高嘅奧秘,沉浸喺神入面,獨自安息喺祂裏面,亦只喺祂度搵到滿足。　如此,你最終將達到上述所講的純淨禱告,它不再容許任何影像進入你的思緒,亦不以任何聲

音或言語表達,而是從心底爆發出無可抑止的熱情, 係一種對上帝嘅心靈無法言喻、令人狂喜而火熱嘅渴慕,並以難以形容嘅嘆息同呻吟向祂傾訴。

## 10. 論靈命指引──與最有經驗者之對談

**1.** 有一次,長老們圍住聖安東尼大老,由黃昏到天光,討論各種屬靈事宜──特別係究竟邊種美德,最能保守我哋免墮魔鬼欺騙嘅陷阱,並直接引領我哋行上成聖嘅道路。 大家提出咗唔同嘅意見:有嘅提倡禁食同守夜;有嘅提倡無所擁有同對萬物嘅蔑視;有嘅提倡苦行或者退居沙漠;亦有嘅提倡對人嘅愛。當大家都講完之後,聖安東尼開始發言。 「你哋所講嘅一切,都係救贖嘅,對尋求上帝、渴望親近祂嘅人嚟講係必需嘅。」 但係,凡係喺呢啲美德上出類拔萃嘅人,最終都免唔過墮落嘅經歷,令我哋唔可以單獨畀任何一樣美德優先。因為就算係以嚴格禁食同通宵祈禱見稱嘅人、無日唔喺曠野獨處嘅人、達到極度「 」唔貪戀塵世財物嘅人,同埋慷慨施捨嘅人──都一樣中咗仇敵嘅圈套而跌倒。 而我信呢個原因,就係欠缺咗審慎。因為審慎教人行中道,避開危險嘅極端:例如講到禁食,佢既唔容許過度摧殘身體,亦唔容許放縱身體。 喺福音書入面,佢被稱為靈魂嘅眼睛同燈:*「身體嘅燈,」*主話,*「就係眼睛;所以你嘅眼睛若係單純,你全身就都充滿光;但你嘅眼睛若係邪惡,你全身就都充滿黑暗。」*(馬太福音6:22–23)。 正如光照亮一切,眼睛看見一切,同樣地,它透過檢視和審察一個人所有的心思和行為,來釐清並決定應該做什麼,以及應該禁止什麼、禁止自何處。 但當一個人缺乏呢種洞察力,佢嘅言行就冇經過嚴格審視,任由佢自然流露;喺呢個時候,仇敵就趁機用似是而非嘅好嘢,取代真正嘅善,並利用呢啲好嘢掩藏陷阱,將人引入其中,然後摧毀佢。

**2.** 聖安東尼嘅決定有無數例子印證。 茲 recall 長老 Iron 可悲嘅墮落。佢曾經投身於極度嚴格嘅禁慾同深層嘅隱居,為咗唔想以任何方式打破呢啲,喺敵人嘅煽動下,佢停止咗星期六同星期日慣常嘅隱士聚會,喺嗰度透過互相討論,釐清咗苦行生活嘅各種道路同十字路口。 佢畀呢啲表面似敵人嘅好建議嘅嘢所騙,陷入更大嘅迷思──當敵人以天使嘅形象出現喺佢面前,佢竟然以為佢係天使,又照佢嘅話去投身入一口乾井──佢第三日就支離破碎而死。– 呢度有另一個例子:兩兄弟下定決心要深入最偏遠嘅沙漠,並立誓言只會接受主親身提供嘅食物。當佢哋喺沙漠漫遊到精疲力盡、動彈不得時,就畀一班叫馬齊克人嘅野蠻殘酷部落襲擊; 但見佢哋咁可憐,就憐憫佢哋,畀咗麵包佢哋。其中一個醒咗過嚟,同意接受嗰麵包,雖然係人畀嘅,但當成係主差嚟嘅,於是恢復咗力氣,活咗落去。另一個就死硬唔肯改變主意──最後餓死咗。 再舉另一個例子:有位好嚴謹嘅苦行者同隱士,佢自認配得上同天上嘅力量交通──敵人就趁機利用呢點;佢開始以天使嘅形象向佢顯現,揭示人嘅行為同思想,仲喺佢嘅洞房入面無燈都照出光嚟。 咁樣攞到佢完全嘅信任之後,敵人最後就命令佢照亞伯拉罕嘅方式,將自己個仔獻畀上帝。如果唔係個仔見到啲異常嘅準備,醒覺到要走,呢件事肯定已經發生。 – 此外:在美索不達米亞,敵人透過異象向一位苦行者及隱士展示兩群人,使他對夢境中的景象深信不疑:一群是基督徒,有使徒和殉道者,處於黑暗、羞辱、悲傷和哀哭之中;另一群是猶太人,有摩西, 先祖同先知,喺光輝燦爛、榮耀同喜樂之中——並說服佢改信猶太教並行割禮。——呢啲例子已經足夠令我哋相信,缺乏洞察力係通往墮落同毀滅嘅一扇大門。

**3.** prudence 係上帝嘅恩賜,但仍要發展同培養。 點樣做?就係將一切都交託畀最有經驗嘅長老作判斷。呢間就係最明智嘅審慎學堂,就算本身冇乜天份嘅人,都可以學識點樣正確地推理。咁樣就解決咗「審慎係點樣獲得」呢個問題。 真正嘅洞察力係透過真正嘅謙卑而獲得,謙卑嘅第一個證明就係向長老們坦白唔單止我哋做緊啲乜,仲有我哋諗緊啲乜;唔信靠自己喺任何事上嘅想法,而係凡事跟從長老嘅指示,並且只把佢哋認同嘅嘢視為好或壞。 呢種行為幫助人安全咁行喺正路上,亦保護人免受魔鬼所有陷阱嘅侵害。凡係唔按自己嘅判斷,而係按成功者嘅勸告去安排自己生命嘅人,都唔可能成為魔鬼誘惑嘅犧牲品。因此,將自己嘅思想提交畀長老嘅判斷,就取代咗自己嘅洞察力,並教導自己嘅洞察力。 仇敵憎恨光;所以當惡念一被揭露,光一照到佢哋,就會驅散同摧毀佢哋。 就好似一條被從黑暗洞穴拉出到光中嘅蛇,會試圖逃走同埋躲藏;同樣地,當惡念透過公開嘅懺悔同認罪被揭露時,都會試圖逃離一個人。呢點有好多好多例子同經歷可以證明。

**4.** 阿爸塞拉比翁講述自己嘅事:我做初學者嘅時候,會偷取阿爸嘅乾麵包嚟食。 我咁做咗好耐,呢種慾望控制住我,我根本壓唔到佢。良心不斷譴責我,但我又唔敢同阿爸講。──但係靠住仁慈上帝嘅安排,有幾個兄弟啱啱嚟探望長老,佢哋就開始向佢敞開心扉, ,並就自己嘅心事向佢請示。 長老照常

規回應佢哋,講到要節制飲食。然後佢又補充:「冇乜嘢比得上瞞住自己嘅靈性導師去隱藏自己嘅思想,對修道者嚟講咁有害,又咁令魔鬼開心。」　呢番說話深深打動咗我;我覺得好似上帝已經將我嘅罪行向長老揭露咗,我滿懷悔意,開始啜泣——然後我從懷裡掏出咗一塊我平時偷嚟食嘅麵包,擲身於地,懇求佢赦免我以往嘅過錯,並為我祈禱,希望將來可以免蹈覆轍。　然後長老就講:「你嘅懺悔已經令你從奴役中得釋放;透過揭露你嘅罪,你就打倒咗喺你沉默期間折磨你嘅魔鬼。直到依家,你一直都畀佢附身,既唔頂佢,亦唔揭發佢;但而家佢已經被趕出你嘅心,並且被揭露,佢就再冇地方可以留低。」 長老話未講完,就見好似有一支燃燒緊嘅火炬由我心底冒出嚟,整個囚室都瀰漫住陣陣惡臭,令到在場嘅人都以為有硫磺喺燃燒。　長老又補充道:「你睇,主已經清楚地印證咗我嘅說話同你嘅得救。」就係咁,透過認罪,我對大食嘅慾望離咗去,從此之後,以前嗰種慾望連一念都未曾再起。

**5.** 我哋喺撒母耳身上見到咩?— 佢由細就獻身畀神,又蒙神與佢說話,但佢都唔信自己嘅諗法,神呼佢兩次之後,佢即刻去搵以利亞長老,向佢請教人應該點樣回應神。　因此,即使對祂認為配與祂對話的人,上帝仍親自選擇透過長老的指示來引導他,好叫他謙卑。——我們在聖保祿身上不也看見同樣的事嗎?主親自召叫他,卻立即差他去見亞拿尼亞,好叫他從他那裡學到真理之道。　——而聖保祿自己,經過幾次宣講福音之後,就上耶路撒冷去核實他的信息,*免得「徒然奔跑」*(加拉太書2:2),——儘管他明顯地蒙受聖神的恩典同在。　因此好明顯,主只會將通往成聖嘅道路,顯示畀嗰啲由靈性導師引領嘅人,正如祂透過先知所講:*「你問你嘅父,佢就會同你講;你問你嘅長老,佢哋就會同你講。」*(申命記 32:7)

## 11. 根據追求屬靈生命完全的動機,論其程度

**1.** 促使人制服情慾的三大動機,分別是:對未來 gehenna(地獄)刑罰的恐懼,或對現世律法嚴苛的畏懼;對進入天國的盼望與渴望;以及最後,對美德或仁慈的愛。　呢種恐懼令人生厭惡罪惡污穢嘅心情,箴言有雲:*「敬畏耶和華的,恨惡罪惡。」*(8:13)。呢種盼望亦能約束人唔畀情慾捲走,經上如此說:*「凡盼望他的,必不蒙羞。」*(詩篇33:23)。至於愛,就說佢連跌入罪中都唔驚:*「愛永不止息。」*(林前13:8)。所以,使徒就將成件事嘅得救,總結為得着呢三種美德,佢話:*「而家呢三樣留低:信心、盼望同埋愛心。」*(林前13:13)信心,透過灌輸對將來審判同刑罰嘅恐懼,令我哋遠離情慾嘅污穢;盼望,透過對天上賞賜嘅期盼,將我哋嘅心思從現世拉走,迫使我哋輕視一切屬肉體嘅歡愉; 愛,則以它那火焰在我哋心中點燃對基督同屬靈美德進步嘅愛,推動我哋對一切與之相反嘅事物抱以極大嘅憎惡而遠離。雖然呢三種美德都引領我哋達到同一個目標,即敦促我哋遠離一切被禁止嘅事物;　但佢哋喺卓越程度上有好大分別。　頭兩樣美德係屬於嗰啲雖然努力向上,但未曾全心去愛佢哋嘅人;但第三樣美德就專屬於上帝,同埋屬於嗰啲喺自己裏面恢復咗上帝嘅形象同樣貌嘅人。因為只有上帝先會創造一切美好,唔係出於恐懼或者渴望報酬,而係出於純粹嘅愛。*「主為自己行了萬事」*(箴言 16:4),意思係祂憑住祂嘅良善,將各樣祝福豐豐富富地澆灌給有資格同無資格嘅人;因為祂唔會因人的過犯而憂傷,亦唔會因人的不法而激動,祂永遠完美,本性就係不變嘅良善。

**2.** 所以,凡追求完美的人,必須逐步由敬畏的最初階段——正當地稱為「奴僕之畏」——上升到盼望之道。在此,人不再被比喻為奴僕,而似受僱的僕人;因為他行事是為了期待將來的賞賜。　雖然佢因信罪得赦,唔再驚受罰;又因自覺有善行,希望攞到好嘅賞賜;但佢仲未達到嗰種真正做仔嘅狀態——做仔嘅話,就係對老竇嘅豐厚恩典有絕對信心,毫無猶豫咁將屬於老竇嘅一切都當成自己嘅。

**3.** 所以,我哋要加快進度,好透過*「永不失效嘅愛」*,升上第三等嘅兒女之列——佢哋視一切屬於天父嘅事物為自己所有——咁我哋先至配得上承擔天父嘅形像同樣貌,並效法祂真子嘅榜樣,大聲呼喊:*「凡父所有嘅,都係我嘅。」*(約翰福音16:15)呢點,聖保祿亦都為我哋作證,佢話:*「無論係保祿、阿波羅、矶法、世界、生命、死亡、現在、將來……凡係你哋所擁有嘅,都係你哋嘅。」*　(林前3:21–22)。救主嘅誡命亦都呼召我哋達到呢種神性:*「所以,要完全,正如你哋嘅天父係完全嘅。」*(太5:48)。　對於仍然處於奴僕同傭人地位嘅人嚟講,向善嘅傾向有時會被打斷,即係當靈魂因為情感變得冷淡,或者被世俗嘅享樂同喜悅分散注意力,就唔再被地獄嘅恐懼或者對未來福份嘅渴望所震撼。　因此,我們只能以愛神為目的而去愛神,才能達到真正的完美;因為祂最初愛我們,亦只為我們的得救。　為此,我們必須以熱切的熱情,努力由恐懼升到盼望,又由盼望升到對上帝——或對美德本身——的完全熱愛,使我們一旦抱持了對善的這種奉獻,就能夠在人力所及的範圍內,堅定不移地停留其中。

**四。** 因為驚 gehenna 或者貪未來獎賞而熄滅內心慾望火焰,同因為感受到神聖嘅愛而對邪惡同污穢本身感到厭惡,並出於對純潔嘅愛同敬奉,喺心裏守住純潔美德,做所有嘢都唔驚受苦, 但係出於對美德嘅熱愛,唔係貪慕未來承諾嘅報酬,而係憑住對當下善行嘅自覚享受就已心滿意足。 處於此狀態下,一個人即使無人見證他的所作所為,也不會任自己陷入罪惡,甚至不會在心裏暗自以罪惡的享樂玷污自己;因為他心裏培養了對美德的真愛,不但拒絕一切與之相反的事物,而且會對之感到厭惡。 但凡有人因恐懼而克制自己,不被情慾的誘惑所捲走,一旦恐懼的障礙消除,就會再次投向自己所愛的事物,因此他既不會永遠堅守自己的德行,也不會從情慾的衝突中獲得安寧;因為他根本無法達到由純潔所帶來那堅定不移的內心和平。 冇停戰嘅戰場,總會唔時受傷。就算你戰術再叻、再英勇,甚至成日都能致命傷敵,但敵人嘅刀刃偶爾都會傷到你。 相反,凡係已經壓制咗所有情感反叛,已經享受緊穩固和平,並將自己奉獻畀美德本身嘅人,就會不斷保持呢種良好嘅狀態,佢會完全沉浸同奉獻於此,因為佢深信有嘢比失去純潔更毀滅性。 尊重在場者並不會增加他的正直,獨處也不會稍為減損;但由於他時時刻刻、無論何處都攜帶着一位不 only 審判他的行為,更審判他的思想——他的良心——的裁判者,他便以上帝為至高目標,努力去取悅祂,因為他深信,上帝是無法被迴避、欺騙或隱藏的。

**5.** 凡靠上帝的幫助,而非憑自己的熱心努力,而被認為配得上達到這完美境界的人,就會由一種以恐懼為推動力的奴僕狀態, ……從受傭人嘅狀態——推動力唔係出於行事者本身嘅內在良善,而係對報酬嘅期望——提升到做兒女嘅狀態,喺呢個狀態入面,既冇恐懼,亦冇對報酬嘅渴望,只有*「永不衰歇嘅愛」*不斷運作。 凡以如此之愛,恢復心內神之形像同樣貌者,只因心性自然傾向良善,便會於良善中得享喜樂;且既獲耐性同溫柔——此二品在某程度上與神之品性相似——其後便不會因罪人之任何罪惡而動怒,反而, 對佢哋嘅軟弱表示同情同憐憫,為佢哋祈求寬恕,記得自己以前都曾畀同樣嘅情慾所勝,直到主嘅憐憫拯救咗佢,佢先唔係靠自己嘅努力擺脫肉體生命嘅枷鎖,而係靠神嘅恩典得釋放; —好叫佢體會到對罪人應該施以憐憫而唔係忿怒,同時佢心裏同神和好:*「你解開咗我嘅綑綁」*;*「我要向你獻上讚美嘅祭」*(詩篇115:7)——並且: *「若非主幫助我,我嘅靈魂就要快咗落墳墓」*(詩篇93:17);並且,當佢處於咁謙卑嘅心態時,就可以成就以下福音成全嘅誡命:*「'要愛你嘅仇敵,善待恨你嘅人,為逼迫你同趕逐你嘅人禱告'*(馬太福音5:44);藉住呢種方式,佢被認為配得上接受呢條誡命所附嘅賞賜,使我哋唔單止成為神嘅形象同樣貌,亦被稱為神嘅兒女: *「使你哋可以成為你哋喺天上之父嘅子,因為佢使太陽升起照好人同壞人,又降雨畀義人同不義人」*(第45節)。 當佢意識到自己已經達到咗呢種愛,聖若望說:*「審判日到嗰陣,我哋可以有信心,因為就如祂係點,我哋喺呢個世上亦係點。」*(若望一書4:17) 因為人本身就軟弱無力,除咗效法上帝,用他那顆充滿慈愛嘅心去愛好人同壞人、義人同不義人,仲有咩其他方法可以「同佢一樣」呢? —好叫佢可以出於對善本身嘅熱誠去做善事,喺佢身上顯明咗一個真正被收養做上帝兒子嘅人,而呢位同樣蒙福嘅使徒就宣稱:*『凡從上帝生的,必不犯罪;因為上帝的種在他裏面住;他也不能犯罪,因為他是由上帝生的。』* (約翰一書3:9),又再:*「我哋知道凡係出於神嘅人,都唔犯罪;神所生嘅人,因神保護佢,嗰惡者就摸唔到佢。」*(約翰一書5:18)。 – (然而,呢段經文唔係指所有種類嘅罪,而只係指致命罪。 ——其實,就連最聖潔嘅靈魂,都唔可能唔會犯嗰啲喺言語、思想、慾望中,因無知、遺忘、過份或者意外情況而發生嘅細微過失——雖然呢啲同所謂「致命罪」有別,但都唔可能完全冇罪責同羞愧)。 因此,正如我哋所講,凡係獲得對善嘅愛,並成為上帝榜樣嘅人,既然已經穿上主嘅憐憫同忍耐(西3:12),佢哋甚至會為迫害自己嘅人祈禱,同佢哋嘅主一樣呼喊: *「父啊,赦免他們,因為他們所作的,他們不知道。」*(路加福音23:34)。一個靈魂尚未從惡欲中得潔淨的明顯徵兆,就是對他人的過犯毫無憐憫,卻嚴厲地審判他們。

## 12. 關於懺悔功業的結束

**1.** 完全的懺悔,就係唔再犯嗰啲令我哋懺悔、亦令我哋良心責備嘅罪;證明我哋已經為佢哋贖罪同獲得赦免,就係連一絲對佢哋嘅同情都要從我哋心裏趕走。人人都應該知道,佢未從以前嘅罪得着赦免, 只要當佢喺進行贖罪嘅勞苦同嘆息時,罪行嘅影像——無論係佢自己做過定係類似嘅——就喺佢心目中飛掠而過;而且因為呢個,唔使講畀唔雅嘅事物所誘惑,就算淨係諗起佢哋,靈魂內心嘅寧靜都已經支離破碎。 所以,凡是勤力追求此等满足的人,只有在他感到自己的心不再因这些诱惑而丝毫动摇,而不仅仅是凭空想像的时候,才能认为自己已经赎罪,且往昔的所作所为都已蒙赦免。 因為審判悔改同赦免嘅法官就坐喺我哋嘅良心入面;喺審判日到嚟之前,當我哋仲留喺呢個肉身入面,佢就透過宣告赦免,

賜俾我哋罪責嘅赦免,並宣佈贖罪已經完成。　為咗更清楚咁表達我哋所講嘅意思,我講:我哋最終要相信,當肉體嘅慾望同情慾都從我哋心裏驅逐走咗,我哋過去罪過所帶嚟嘅一切污穢就已經被赦免晒。

**2.** *問題*:但係,嗰種聖潔而帶有救恩嘅痛悔同謙卑,喺我哋心入面究竟可以從邊度生出?就係喺悔罪者嘅角度咁描述:*「我承認咗我嘅罪惡,我冇隱瞞我嘅罪過;　「我要向主承認我的罪孽」*,好叫以下的話真切而公義地適用於我們:*「你已經赦免了我心中的罪惡」*(詩篇31:5)?　又或者,我哋俯伏禱告,點樣先可以激起足以令我哋獲得罪得赦免嘅懺悔眼淚,就好似聖大衛所做嘅:*「我每夜洗滌我嘅床,以眼淚澆灌我嘅褥子。」*　(詩篇6:7),如果我哋要將所有罪過嘅記憶從心裏驅走,但相反,我哋卻被主自己嘅話語命令要緊緊記住佢哋:*「我,甚至我,係那塗抹你過犯同你罪惡嘅;我唔會紀念佢哋;但你要紀念。」*(以賽亞書43:25)　點解唔止係做針線嗰陣,連祈禱嘅時候我都刻意去回想我以前嘅罪過,好令自己更真誠謙卑同痛悔,好有膽量同先知一齊講:*「睇吓我嘅卑微同勞苦,就赦免我所有嘅罪過」*(詩篇24:18)。

**3.**　*答*:所講嘅係指懺悔達到巔峰,同時係良心同公義得以滿足嘅標誌。至於對罪過嘅紀念,當然非常有用同必要;但只適用於仍然喺進行懺悔工夫嘅人──佢哋拍胸膛,可以不停咁呼喊:　*「我知我罪惡,我過犯常在我面前」*(詩篇50:5),又如:*「我要承認我的罪惡,我必為我的過犯憂慮」*(詩篇37:19)。　因此,當我哋行懺悔,而對往日罪行嘅記憶仍然刺傷我哋,就必須用因認清罪責而流嘅眼淚,去熄滅灼熱良心嘅火。但當透過心靈深處嘅謙卑同破碎,　透過不懈的懺悔努力和嘆息,這些罪惡的記憶被撫慰得沉睡,良心的譴責在仁慈上帝的恩典下從靈魂深處被移除,屆時就會清楚地知道,他已經達到贖罪的終點,理所當然地獲得了完全的赦免,並且從所有罪惡的污穢中被潔淨了。　然而,呢種遺忘只可透過贖清過去嘅罪過同情慾,以及心靈嘅完全淨化先能達到;　凡因疏忽或自大而忽略淨化情慾者,都無法憑自卑心以外達到此境;只有那以苦楚的眼淚和無盡的嘆息洗淨一切過去污穢,並能以他的一切力量向神呼求者:*「我承認了我的罪過,並不隱瞞我的罪惡」*(詩篇31:5),—　以及:*「淚水日夜作為我的食物」*　(詩篇41:4),—　好等佢哋可以正當地從主自己口中聽到:*「我已將你的罪孽抹去,如雲散;將你的罪惡除去,如晨霧。」*(以賽亞書44:22)。

**4.** 你之前話你刻意去諗起自己以前嘅罪。　呢樣嘢唔應該做;就算呢種回憶唔受人控制咁冒出嚟,都要即刻趕走,因為佢會分散心神,令到純粹嘅思辨無法集中,尤其係對住獨處嘅人,會將佢糾纏喺呢個世界嘅污穢之中,用情慾嘅惡臭令佢窒息。　因為當你重新點燃起以前喺無知或慾望之下、喺這世界之主影響下所做嘅記憶,從此之後,　–　我承認,當你懷住呢啲念頭嘅時候,嗰啲事嘅快感並唔會趁機侵上你心頭　–　但係,毫無疑問,單係同過去嘅腐敗喺心裏接觸,都會令心靈嘅空氣瀰漫住令人作嘔嘅惡臭,並將靈性嘅香氣,或者美德香氣嘅甘甜,驅趕走。　當往日激情行為嘅記憶喺心頭湧現,就一定要同佢保持距離,就好似一個有尊嚴、有體面嘅男人,要避開一個當眾用擁抱或者言詞向佢示好嘅無恥女人。　因為如果佢唔即刻避開嗰個接觸,甚至喺同佢嘅不當對話中稍有遲疑,就算佢拒絕咗可恥嘅快感,都絕對逃唔過過路人嘅譴責,因為佢容許咗一件可憎可惡嘅事發生。　同樣地,如果我哋畀一個具感染性嘅記憶帶入呢啲念頭,就唔可以喺度逗留片刻,而要即刻轉移心思,唔好再去想像──好等當路過嘅天使見到我哋糾纏喺呢啲污穢同羞恥嘅念頭入面,都唔會因此而唔能夠對我哋作出評價:　*「願主賜福與你;我哋奉主的名賜福與你。」*(詩篇128:8) 但往往有啲 inexperienced 嘅人,喺懊悔嘅心態下檢視自己或者他人嘅過失時,會畀最細微嘅慾望之箭無聲無息地射中,然後向佢屈服──咁,本來以虔誠為名開始嘅事,最終就變成咗對自己嚟講可恥又毀滅性嘅結局。　*「因為有一條路,人看為正,但究竟卻通入陰間之門。」*(箴言16:25)

# 可敬的以西修斯,<br>耶路撒冷神父

***關於佢嘅簡短記載***

可敬的以西修斯,耶路撒冷人,年輕時曾是聖格列高利神學家(Gregory　the　Theologian)的學生和門徒。　佢嘅恩師過身之後,佢喺巴勒斯坦其中一個沙漠過住苦行生活,繼續鑽研基督教嘅精神──有時透過書籍,有時同同期嘅巴勒斯坦苦行人面對面討論,有時就靠自己嘅人生經歷同研究。　喺412年,耶路撒冷嘅大主教按立呢位博學嘅苦行者做長老,從此之後,佢一邊兼任長老同講道員嘅職務,一邊喺教會

歷史上成為最著名嘅教師之一。 「偉大的優提米烏斯」,正如他的門徒──斯基托波利斯的西里爾──在《聖優提米烏斯傳》中所寫, 因為耶路撒冷大主教若望喺429年嚟佢嘅修道院祝聖教堂時,帶埋一位博學嘅執事兼教會教師伊西修斯嚟,令佢好得安慰。 Theophanes 喺佢嘅編年誌入面,將佢嘅離世定喺少帝狄奧多西(Theodosius the Younger)在位第26年,即係432–433年。喺巴塞爾皇帝(Emperor Basil)嘅日曆度,佢嘅紀念日列為3月28日。喺呢度,同埋整個東方教會,佢而家都喺「芝士星期六」(Cheese Saturday)同所有聖父一齊受紀念。 喺聖西奧多·斯圖迪特為呢日嘅頌文入面,第九節,佢被列喺偉大嘅教師之中:大巴色、神學家格列高利、金口若望、大阿他那修、兩位基利拉──耶路撒冷同亞歷山大──聖以法連, 尼薩的格里高利──當然係排喺神學家格里高利之後,被稱為「另一位神學家」。憑住佢嘅學術著作,可敬嘅伊西希烏斯係聖格里高利神學家嘅一位 worthy 徒弟。 巴塞爾皇帝的《月名錄》在承認聖伊西希烏斯為聖經的講道者與註釋家時,記載道:「他以清晰的方式闡釋了整部聖經,並為公眾利益而宣講;正因如此,他才在眾人中享有最崇高的聲譽,令人讚嘆。」 喺佢嘅眾多著作入面,跟住希臘《多布羅托留比》嘅例子,我哋喺呢個選集入面收錄咗一篇畀提奧多魯斯嘅講道,分做203章,最有用畀想實踐清醒、專注同守心嘅人。蒙福 Photius 喺佢嘅《Philokalia》第198次閱讀入面,形容呢篇論述「比起任何其他著作,更適合為咗承受天國基業而過著苦行生活嘅人。」 佢話,呢本書嘅寫法清晰周詳,正正適合唔做深層研習,而係將所有心力同關注都投放喺積極生活嘅追求上嘅人。

## 致提奧多魯斯:一篇關於清醒與祈禱的救靈與救贖講道[68]

**1.** 節制係一種屬靈嘅藝術,如果長時間同埋持續熱誠咁實踐,靠住神嘅幫助,就可以完全將人從情慾嘅思想、言行同惡行中解救出嚟; 佢賜畀按呢種方式修行嘅人,一個真實嘅認識──就係關於那不可思議嘅神嘅知識,就係喺我哋能力所及嘅範圍內,對隱藏嘅神聖奧秘有深刻嘅體會;佢亦係舊約同新約所有誡命嘅源頭,同埋賜予將來時代一切福份嘅恩主。 ──其實,就係心靈嘅純潔本身,由於佢嘅偉大同高尚嘅品格──或者講得更實在啲,就係因為我哋嘅大意同疏忽──而家喺修道者之中極度罕見; 然而基督都祝福佢,話: *「心裏清潔嘅人有福咗,因為佢哋可以見到上帝」* (馬太福音5:8)。既然係咁,佢係用好高嘅代價先至可以獲得。節制,如果能夠一直留喺一個人身上,就會成為佢通往公義同討上帝喜悅嘅人生嘅指引。 佢亦都係一條通往默想嘅梯;佢教我哋點樣正確咁管制三部分嘅靈魂(即理性、憤怒同慾望)嘅運作,同埋點樣令我哋嘅感官堅定不移——並且每日喺擁有佢嘅人身上更新四大美德(即智慧、勇氣、節制同公正)。

**2.** 偉大的立法者摩西,甚至聖靈,都顯示出這美德是何等地無可指責、純潔、包羅萬有且崇高,並教導我們如何開始實踐它,祂說: *「你要謹慎,免得在你心裏有暗中行不義的話。」* (申命記15:9),稱對任何神所憎惡之罪惡事物的心中念頭為「秘密之言」。聖教父們亦稱之為魔鬼引入心靈的誘惑,一旦它在心智中出現,我們的思想便即刻跟隨,並與之熱烈辯論。

**3.** 節制係通往一切美德同上帝誡命嘅道路;佢又叫心靈嘅寂靜,同保持心智嘅純淨一樣,要完全自由咁遠離白日夢。

**4.**就好似天生失明嘅人睇唔到陽光,同樣,唔保持清醒嘅人亦察覺唔到由天上豐沛流下嘅恩典光輝;而且,佢哋亦無法擺脫嗰啲令神憎惡嘅罪惡行為、言詞同思想。喺佢哋嘅最終旅程中,呢啲人將無法逃脫正等緊佢哋嘅塔塔羅斯王子。

**5.** 注意力係心靈嘅不息靜默,脫離晒所有念頭,喺其中,藉住基督耶穌, 神嘅兒子同神自己,並且只喺佢入面呼吸,永遠、無休止;呼求佢,' ';同佢一齊英勇地對抗佢嘅仇敵;並向有權赦免罪惡嘅佢承認自己嘅過犯。 如此靈魂,藉着這呼求,常與那知道心靈奧秘的基督相擁,同時竭盡全力,將祂的甘甜與內在的掙扎隱藏起來,免得那狡猾的仇敵趁機開一條通往惡的容易之路,摧毀其最美德的行為。

**6.** 清醒係心思意念嘅穩固根基,同佢喺心門口嘅站立; 好叫佢能夠睇到外來嘅念頭──呢班偷走嘢嘅賊仔──點樣靠近,聽到呢班破壞者講啲乜同做啲乜,仲有魔鬼畫出嚟又建立起嘅影像,企圖透過呢啲嘢將心思拖入白日夢,嚟誘惑佢。 如果我哋願意忍受呢個過程,咁佢就會,如果我哋咁希望嘅話,透過經歷,非常徹底同清楚咁示範屬靈爭戰嘅藝術,並畀我哋喺當中嘅實際經驗。

---

[68] 雖然喺由聖尼科代姆斯·斯維亞托戈爾編嘅希臘文《多布羅托利烏比耶》,同埋由聖帕伊西烏斯(維利奇科夫斯基)嘅斯拉夫文翻譯入面,呢啲章節嘅作者都叫做「長老希西基烏斯」, 隱士聖特奧凡在編纂俄文《多布羅托盧比耶》時,誤將其歸於另一位作家──耶路撒冷的聖希西奧。其實,此著作屬於西奈山的希西奧修道院長。

**7.** 一種深植於內心深處的恐懼──一方面害怕被上帝遺棄,另一方面又害怕上帝以允許外在誘惑來教導自己──通常會令一個努力想阻絕邪惡思想和行為源頭的人,時時保持警覺。 正正就係為咗呢個目的,試煉先會出現,上帝先會派嚟意想不到嘅誘惑,嚟糾正我哋嘅生活,特別係當一個人嘗過由呢種美德(正念同清醒)帶嚟嘅安息甜美,並且變得自滿嘅時候。──由呢種經常嘅警醒中,就會養成一種習慣; 由此──產生一種自然持續的清醒;由這清醒,本其性質,逐漸產生戰鬥的異象,隨之而來的是耶穌不斷的禱告、心靈遠離白日夢的甜美寂靜,以及與耶穌合一所帶來的奇妙狀態。

**8.** 堅定不移的心,呼求基督對抗仇敵並投靠祂,好似一隻被成群狗圍住,卻英勇對抗牠們,並庇護於一處圍欄之內嘅野獸。 從遠處,心裏想像無形敵人嘅形象,不停向和平之君耶穌為自己禱告,因此得以對佢哋免疫。

**9.** 如果你知道,並且蒙賜*「明日要站在主面前」*──不是單單被祂看見,而是也要看見祂(詩篇5:4)──那麼你就明白我所講的是什麼。如果未曾,就保持警醒,你就會得着。

**10.** 海的成分是眾水的集合;而清醒的成分與根基,是靈魂的警醒與深邃的寂靜,以及奇妙難以言喻的深思熟慮,和理性的謙卑, 公義和慈愛──本身就係對基督耶穌最極致的謹守和禱告,無須思考,以嘆息為伴,持續不息、艱辛,卻又唔會灰心或疲倦(路加福音18:1)。

**11.** *「凡稱呼我『主啊,主啊』的人,並不都得進天國;惟獨遵行我父旨意的人,纔得進天國。」*(馬太福音 7:21) 而佢父嘅旨意就係:*「你哋鍾意主嘅,要憎惡罪惡。」*(詩篇96:10)所以,當我哋向上帝嘅基督禱告嘅時候,要憎惡惡念──咁上帝嘅旨意就成就咗。

**12.** 我哋嘅主同神,既成為肉身,就示範咗各種美德,做咗全人類嘅榜樣,同時呼召人哋從古代嘅墮落中崛起,生動咁展示咗佢喺肉身入面嘅 entire 品格生活。 祂所立的許多其他好榜樣中,祂受洗之後,就進入曠野,在禁食期間,與魔鬼進行了一場屬靈的爭戰;魔鬼以祂不過是普通人的態度接近祂; 並透過祂對魔鬼的勝利──即謙卑、禁食、禱告與節制──雖然祂作為神、眾神之神本身並不需要這些──祂仍教導我們這些不配的僕人,如何以合適的方式與邪惡的靈交戰。

**13.**至於各種自我克制的方法(技巧),按我睇,可以逐步淨化心思中激情嘅念頭──我唔會猶豫,用最簡單直接嘅語言同你講解。 因為我認為,就連喺呢篇講道入面──就好似講述外敵戰爭嗰陣,都唔應該用一大堆華麗嘅言辭去掩蓋對普通人最有幫助嘅實用內容……*「但我兒提摩太啊,」*我要用使徒嘅話對你講:*「你要專心去『讀』*嗰啲嘢*」*(提摩太前書4:13)。

**14.** 所以,節制有一種方法(技巧):要不斷警醒地守住自己嘅白日夢,或者守住自己嘅想像力;因為冇咗白日夢,撒旦就無法製造念頭,向心思偷襲嚟欺騙我哋。

**15.** 另一條路──要時刻保持心靈深沉的寂靜,面對一切念頭時心如止水,並持續禱告。

**16.** 又有一法:要卑微地不斷呼求主耶穌基督。

**17.** 另一種方法,就係要時時喺心靈裏面記住死亡。

**18.** 親愛嘅,呢啲做法就好似守門人,阻住邪惡嘅念頭入嚟; 至於有人認為應該只向天上望(即係成日用心思索天上嘅事),對地上(同一切屬地嘅事物)毫不在意──呢個同樣都係保持屬靈清醒嘅有效方法之一──我會喺其他地方再詳細講,靠住賜下話語嘅神嘅幫助。

**19.** 如果我哋斷絕咗情慾嘅起因(即激起佢哋嘅誘因),只係短暫咁投入屬靈追求,而唔係永遠都維持呢種生活方式,同時又繼續過住呢種生活; 我哋就會輕易返去肉慾嘅激情,喺嗰(件好事)上除咗令心靈完全黑暗同最深咁沉落物質世界,就攞唔到其他果效。

**20.** 內心掙扎的人,必須在每一刻實踐以下四件事:謙卑、極度警醒、抵抗(邪)念,以及禱告。 謙卑──好使佢喺同對手──嗰班驕傲嘅魔鬼──交戰嘅時候,心入面永遠有基督嘅幫助;因為主憎惡驕傲嘅人。警醒──好使佢時刻保持心靈淨空,唔畀任何念頭入侵,就算嗰念頭睇落好似係好嘅。 抗拒──一旦佢識到係邊個嚟,就要即刻喺心入面對惡者發怒,正如經上所講:*「我必答覆那褻瀆我話嘅人。」*(詩篇118:42)──*「我嘅心靈唔係要順服上帝咩?」*(詩篇61:2) 禱告──好讓喺抗拒之後,佢可以即刻喺心底向基督發出無可言喻嘅嘆息。然後,佢自己就會見到,藉住耶穌嘅名,仇敵好似被風吹散嘅塵土咁,被驅走;或者好似煙霧連同佢嘅幻象一齊消失。

**21.** 凡是没有经过思想净化嘅祷告,就冇得着武器去打仗──我所講嘅祷告,就係要喺靈魂最深邃嘅處所不斷運作,好藉住主耶穌基督嘅呼求,令暗中作戰嘅仇敵(以無形嘅方式)受鞭打同灼燒。

**22.** 你必須以心靈敏銳而強烈嘅目光向內凝視,好認出侵入者;一旦認出,就要即刻以對抗嘅態度鎮壓蛇頭,同時嘆息般向基督呼求。到時你就會經歷到無形嘅神聖代禱。 你就會清楚地看見心裏的公義(即心是否行事公義,以及心裏公義的行動究竟是什麼)。

**23.**就好似一個人手執鏡子向入面望,企喺人群中,既可以見到自己嘅面目本相,又可以見到其他人同樣望住同一面鏡。同樣,一個人全神貫注咁望入自己嘅心,就會見到自己嘅心境,同時見到心靈中「埃及人」陰沉嘅面孔。

**24.** 心智靠自己嘅力量,無法克服魔鬼嘅詭計;切勿自作多情,以為自己做得到。因為我哋嘅仇敵狡猾,會假裝失敗,暗中喺另一邊──靠你嘅驕傲──設局打倒你;但當耶穌嘅名一被提起,佢哋連片刻都唔會停留,去策劃對你嘅陰謀。

**25.** 小心唔好過份高估自己(亦唔好自創對抗方法),好似古代以色列人咁做:否則你都會畀交喺心靈仇敵手上。因為嗰班人,喺全能嘅神拯救佢哋脫離埃及人之後,就自己搞咗個幫手──一個鑄造嘅偶像。

**26.** 「熔合偶像」係指我哋軟弱嘅心智,當佢喺惡靈面前呼求耶穌基督時,就即刻將佢哋驅逐,並以高超嘅技巧,令敵人嗰班看唔到嘅戰士軍隊四散逃走; 但一膽敢單靠自己,就即刻跌碎,好似所謂「疾羽」生物一樣。呢位信靠主嘅人就咁樣承認:*「主係我嘅幫助者,係我嘅保護者;我心信靠佢,佢就會幫助我,我嘅肉身都要興旺」*(詩篇27:7);又話*:「除咗主之外,有邊個會為我興起,對付行詭詐嘅人?又或者有邊個會為我站住,對付作惡多端嘅人?」* (詩篇93:16)──無數嘅念頭?但係信靠自己而唔係信靠上帝嘅人,就會有可怕嘅跌落。鴿群飛得越高,就越容易打圈然後墜落。如果佢哋唔能夠及時轉彎,就會撞向地面,摔得粉身碎骨。

**27.** 親愛者啊,如果你想如應地進行爭戰,就讓這隻小生物──蜘蛛──成為你心靈寂靜之態與方式的榜樣:牠捕捉並殺死細小的蒼蠅, 你若像牠(坐喺自己蛛網嘅洞穴中),喺你心靈裏面努力保持沉默,就唔好停止隨時擊打巴比倫嘅嬰孩──為呢件事,大衛透過聖靈會稱你為有福(詩篇136:9)。

**28.** 就如紅海無法喺星辰之間嘅天幕上被看見,就好似人行喺大地之上都無法唔呼吸呢個世界嘅空氣一樣:冇咗耶穌基督之名嘅頻繁呼求,我哋就無法用 淨化我哋嘅心靈,將激情嘅念頭同心靈嘅仇敵驅逐出去。

**29.** 如果你以謙卑的省思、對死亡的紀念、自我克制、抵禦(邪惡的)念頭,以及呼求耶穌基督,時時駐留於你心中,並以這些工具謹慎地行經那條窄小卻能帶來喜樂與甘甜的心靈之路── 咁你就會進入聖徒嘅神聖默想,並被基督嘅深奧奧秘所啟迪──*「喺佢入面藏住咗智慧同知識嘅所有寶藏」*(西2:3)同*「喺佢入面,神性嘅豐盛 bodily 住喺佢入面」*(第9節)。 因為在耶穌裡,你會感受到聖靈已經降臨在你的靈魂中,而當人的心思意念被祂光照時,就*「坦然無懼地仰望榮耀的上帝」*(林後3:18)。 使徒說:*「除了在聖靈裏,沒有人能說『耶穌是主』。」*(林前12:3)祂暗中印證那尋求祂(真正在祂裏面)的人。

**30.** 凡愛慕教導的人,也必須知道這件事:邪惡的魔鬼因為嫉妒我們從屬靈爭戰所獲得的巨大益處、從其中所得到的智慧,以及向神所達致的升進,往往會將這場心靈的爭戰瞞過我們,並將之平息, (同時亦打算)當我哋(因為忘記咗佢哋攻擊嘅危險)變得大意,佢哋就可以突然拎走我哋嘅心思(陷入白日夢),再次令我哋對自己嘅心變得麻木不仁、疏忽大意。 因為佢哋一心只顧一個目標、一個努力:阻止我哋嘅心完全專注於自己,因為佢哋知道咁樣可以喺靈魂裏面積聚幾大嘅財富。 ──但正正就係嗰陣(戰鬥平息嘅時候),我哋就要沉浸喺靈性默想,記住我哋嘅主耶穌基督──然後戰鬥又會再次佔據我哋嘅心思。換言之,我哋要按主自己嘅吩咐,同埋以極大嘅謙卑,去做一切事。

**31.** 當我哋住喺團體入面,要憑自己自由意志同樂意嘅心,喺修道院長面前放低所有私人慾望,咁樣,靠住上帝嘅幫助,就可以好似自我放棄、冇咗自己嘅意志。 喺呢方面,我哋要盡力避免被激怒,防止無理同唔自然嘅憤怒爆發,否則喺靈性爭戰嘅時候,我哋就會發現自己冇咗勇氣。 因為我哋嘅意志,如果唔係我哋自己甘願收斂,通常都會對嗰啲冇經我哋同意、硬性嚟限制我哋嘅人反感; 而因為呢種激起嘅憤怒,惡狠狠咁吠,摧毀咗對戰爭(點樣作戰)嘅理解,而呢種理解本來係好難、好辛苦先學到嘅。憤怒通常都係破壞性嘅。 如果佢針對魔鬼嘅思想,就會將佢哋打得粉碎;但如果佢對人發作,就會摧毀我哋對人嘅善意。因此,憤怒明顯會摧毀各種思想,無論係邪惡,或者好可能連正義嘅都包括。 上帝賜畀我哋,好似一面盾牌同弓咁,只要佢唔偏離本意,就會一直留喺度。但如果佢開始違背本意,就會變成破壞者。我見過,就連隻有時會大膽攻擊狼嘅狗,都會咬死綿羊。

**32.** 所以,人應該要好似避開蝮蛇毒液咁,遠離無禮(對人隨便放縱);又要好似避開蛇同蝮蛇幼仔咁,避開過度頻繁嘅對話; 因為佢哋可以好快令我哋完全忘記內心嘅掙扎,將靈魂由純潔之心所帶來嘅崇高境界拉落嚟。呢種值得詛咒嘅遺忘,就好似水抵抗火咁頑梗,係一個持續而勁嘅對手。 由遺忘,我們陷入懶惰;由懶惰,我們轉到對(屬靈生命規矩)的疏忽和灰心──以及放縱的慾望;如此,我們就如狗返食自己嘔嘢(彼得後書2:22)。 所以,我哋要好似避開致命毒藥咁,遠離放縱;又要靠最嚴謹嘅心靈警醒,同不斷呼求我哋嘅主耶穌基督,去醫治遺忘呢個惡疾:因為冇咗佢,我哋 *「無能為力」* (約翰福音15:5)。

**33.** 同蛇做朋友,將佢留喺自己心入面,既唔係習俗,亦都唔可能;同樣,想同時追求天國嘅美德,又用盡方法寵愛、滿足身體──除咗畀佢最基本嘅所需之外──都係唔可能嘅。 因為前者(蛇)憑着本性,無法克制不去傷害收留它的人;而後者(身體)則會用放縱慾望的動作,玷污悅情於它的人。當身體以任何方式犯罪,就必須無情地抽打,直到流血,就好似一個醉酒的逃奴, 好令佢知道上面有個主人(心靈)隨時準備懲罰佢,免得佢好似喺酒館飲醉咁追求肉體嘅沉醉,免得呢個夜班奴僕──呢堆必朽嘅塵土──唔識得自己嘅主人(靈魂),而佢係永恆不朽嘅。要到你生命盡頭都唔好信你嘅肉體。 使徒話*:「屬肉體嘅人,心志敵擋上帝,因為佢哋唔肯順服上帝嘅律法。」*(羅馬書8:7)又話:*「因 同聖靈相敵,互相作戰。」*(加拉太書5:17)再者:*「凡屬肉體嘅人,都唔能夠討上帝喜悅。」 但你哋唔係屬乎肉體,乃屬乎聖靈」*(羅馬書8:8–9)。

**34.** *「審慎」*的功用,是持續地將我們的衝動性導向內在戰爭的鬥爭與自律;*「智慧」*的功用,是將我們的理智導向嚴謹而持續不輟的清醒,以及靈性默想; *「公義」*的功用是將我們的意志力導向美德和上帝;*「勇氣」*的功用是管治並約束我們的五官,使它們不致玷污我們內在或心靈,亦不致玷污我們外在或身體。

**35.** *「祂的榮光照在以色列」*──照在盡可能仰望神自己榮耀之美的心上,*「祂的大能喺雲中」*(詩篇67:35)──在那些看見光明的靈魂身上,他們清晨定睛注視那坐在父右邊者,祂照亮他們,正如日頭的光芒照射純潔的雲彩,使他們顯得極其可愛。

**36.** *「犯罪的,敗坏了许多人的善行。」* 神聖經上如此說(傳道書 9:18);而心思犯罪,就摧毀了上一章所寫的──這些天上的飲食。

**37.** 我哋唔比參孫強,唔比所羅門有智慧,唔比大衛更謹慎,亦唔比首領使徒彼得更愛神。所以,我哋唔好寄望自己;因為聖經話,信靠自己嘅人會跌得好慘。

**38.** 我們要向基督學習謙卑,向大衛學習溫柔,向彼得學習當我們偶爾跌倒時如何痛哭流淚,但不可像參孫、猶大同最智慧的所羅門那樣絕望。

**39.** *「魔鬼如同吼叫的狮子,遍地游行,寻找可吞吃的人。」* (彼得前书5:8) 我哋要時刻警醒自己嘅心,保持謹慎、思想分辨同向我哋嘅神──基督耶穌──禱告。因為你喺一生中都搵唔到比耶穌所賜更好嘅幫助:因為只有祂作為神,知道魔鬼嘅陷阱、詭計同欺騙。

**40.** 所以,靈魂要大膽咁信靠基督,並呼求祂;絕對唔好懼怕仇敵,因為你唔係孤軍作戰,而係同威嚴嘅君王──耶穌基督──一齊作戰,祂係萬有──包括無形同有形、能見同不能見──嘅創造主。

**41.** 就如雨水越落越多,就越能滋潤大地;同樣地,我哋無畏懼咁宣講基督聖名,越常呼求祂,就越能滋潤我哋心靈嘅土壤,令我哋充滿喜樂同歡欣。

**42.** 對於未經歷練的人,也應該知道,我們在身與心都沉重地被壓低在地上,卻能克服我們的仇敵──那些無形體、隱藏的、邪惡且狡猾的、快捷而輕巧的── 佢哋喺亞當時代到而家嘅戰爭中已經變得堅硬,除咗靠不斷警醒嘅心靈同呼求我哋嘅上帝同造物主耶穌基督,冇其他方法可以打敗佢哋。 對於未經驗者,耶穌基督的禱告可作為激勵與指引,以試驗並認識善;然而對於經驗者,實踐、以行動試驗,以及品嚐善,才是善的最好教師。

**43.**就好似一個細細又天真嘅細路仔,見到人做緊啲花招,就覺得好開心,憑住佢嘅天真,跟住呢個「奇蹟製造者」走:同樣地,我哋嘅靈魂,因為純真同善良──因為佢嘅好主就係咁造佢嘅── — 就會對魔鬼嘅花言巧語感到愉快,並畀佢哋哄騙,跑去搵嗰個狡猾者,就好似鴿仔飛去搵擺陷阱捉細鴿嘅人,然後將自己嘅心思同魔鬼嘅花言巧語混合埋一齊。 如果呢個係一個靚女嘅影像,或者係基督誡命完全禁止嘅其他嘢,佢就會諗盡辦法去實現眼前嗰個美貌所激起嘅念頭;然後,佢一旦下定決心,就用自己嘅身體去行出心入面所想像嘅放蕩行為,為自己招致審判。

**44.** 就係咁,惡者先至咁狡猾,佢就用呢啲箭咁去陷害每一個人。 所以,喺心靈未喺屬靈爭戰中累積到豐富經驗之前,就唔好畀呢啲念頭入心──尤其係一開始,當我哋嘅靈魂仲同鬼魔嘅誘惑同情、享受佢哋,並樂意跟隨佢哋嘅時候; 但一認出佢哋,就要即刻斬斷,喺佢哋被察覺同埋生根嘅同一刻。 然而,當心思長期參與呢個奇妙嘅工夫,學識咗呢招之後,就會洞悉自己內裡嘅一切,並掌握打呢種仗嘅技巧,能夠準確分辨各種念頭,正如先知所講,就可以 ,輕易捉到*「小狐狸」*(雅歌2:15): 咁就可以巧妙咁放佢哋入嚟,喺基督嘅幫助下同佢哋作戰,揭露佢哋並將佢哋趕走。

**45.** 就如火同水唔可能同時經過同一條水道,罪惡亦唔可能入到心裏,除非佢先透過惡者狡猾嘅誘惑,喺心門敲門。

**46.** 第一係提示;第二係交融,就係我哋嘅思想同惡魔嘅思想互相交織;第三係勾結,就係兩類思想串謀作惡,並商議點樣執行;第四就係感官行為或罪行。 因此,如果心靈保持清醒,留心自己,並在主耶穌的名中責備並趕走剛一出現的念頭,那麼通常隨之而來的一切就不會發生。因為那惡者作為一個無形體的靈,只能透過幻想和思想來誘惑人心。 (關於呢啲行為)大衛講到試探:*「早晨我剪除地上一切惡人。」*(詩篇100:8);而偉大嘅摩西講到結交:*「你不可與佢哋結親。」*(出埃及記23:32)。

**47.** 心靈與心靈交鋒──魔鬼之心與我等之心──於無形之中。故此,我等於每一刻,必須由心靈深處向基督呼求,俾祂驅走魔鬼之心,並以至愛人類者之姿,賜予我等勝利之掠物。

**48.** 讓內在寂靜的形象,好似你手執一面鏡子,專注地凝視其中;然後(即係當你效法佢嗰陣)你就會見到,邪惡同善都刻劃喺你心裏。

**49.** 你要時刻小心,心裏面唔好藏住任何唔體面或者表面上好嘅念頭,咁樣你先可以容易認出啲外人,就係埃及嘅長子(即係情慾)。

**50.** 節制的美德何其美好、愉快、光亮、甘甜、遍益、洞察力(開朗)且美麗!由我哋的基督—上帝—引領,並由人心以極大謙卑的熱誠實踐! 因為佢嘅枝椏伸延到海邊同沉思嘅深處,佢嘅新芽伸延到甜蜜神聖奧秘之河(詩篇79: 12);佢滋養(灌溉、清新)嗰個長期被邪惡灼燒嘅心靈──由欺騙性、魔鬼式思想嘅甜美,同肉體瘋狂理性嘅死亡。

**51.** 節制好似雅各嘅梯,上帝坐喺梯頂,天使喺梯上行。佢撕裂我哋內心嘅一切惡,斬斷多言、誣衊、誣陷同埋一切屬肉體情慾嘅名目,連片刻都唔容許失去佢嘅甜美。

**52.** 弟兄姊妹們,就係呢樣嘢,我哋要全心追求。 但係,我哋要心裏純潔喺基督耶穌裏面,喺祂嘅異象中飛揚,同時亦要將我哋嘅過犯同舊日子時時擺喺眼前,好叫我哋被罪惡嘅記憶壓低同謙卑,喺屬靈嘅爭戰中得着我哋神──耶穌基督──不斷嘅幫助。 因為一旦喺驕傲、虛榮或者自愛之下,我哋失去咗耶穌嘅幫助,就同時失去咗那令上帝向人顯現嘅心靈純潔;正如所應許(馬太福音5:8),前者係後者嘅原因(心靈純潔引致見到上帝)。

**53.** 一顆不忽略內在工夫的心,加上由持續自我約束和自我警惕所帶來嘅其他福份,亦都會達到一種境界,令五官唔會成為外來罪惡誘惑嘅幫兇。 佢全心專注於自己嘅美德──節制──並且時刻都想享受良善嘅思想,佢唔會畀五感透過佢哋嗰啲物質同虛空嘅念頭入侵佢嘅心,嚟欺騙佢;反而因為佢知道呢啲念頭會帶嚟咩欺騙,佢就用好大嘅努力,由內心去約束佢哋。

**54.** 保持心念專一,你就唔會畀誘惑壓倒。但如果你偏離呢條路,就要堅忍地面對任何降臨喺你身上嘅不幸。

**55.** 就好似苦艾對冇胃口又睇唔過眼食物嘅人有益,邪惡者經歷苦難亦同樣有益。

**56.** 如果你唔想受惡報,就唔好做惡事,因為後者遲早會招致前者。人種咩,就收咩。所以,當我哋自願播下惡種,卻又唔想咁樣收割(悲傷)時,就應該為此讚嘆上帝嘅公義。

**57.** 心靈會被以下三種慾望所蒙蔽:對金錢的貪戀、虛榮心,以及對享樂的追求。

**58.** 知識同信心,係我哋本性嘅夥伴,但除咗呢啲情慾之外,乜都冇辦法令佢哋變得遲鈍。

**59.** 忿怒、憤恨、爭吵、謀殺,以及其他各種情慾,都因此深深紮根於人心中。

**60.** 唔識真理嘅人,無真真正正嘅信心;因為知識自然要先於信心。聖經上所講嘅,唔係淨係畀我哋知,而係要我哋實踐。

**61.** 咁,我哋就開始付諸實行。咁樣,一步步咁行落去,我哋就會發現信心、堅定嘅盼望、內在嘅知識、脫離試探、恩典嘅賜予、心靈深處嘅認罪,同埋淚流滿面,都係透過禱告賜畀信徒嘅; 而且唔止於此,仲有面對患難嘅忍耐、真心原諒鄰舍、明白屬靈嘅律法、得着上帝嘅義、聖靈嘅感動、賜下屬

靈嘅寶藏,以及上帝喺今生同將來時代向信徒所應許嘅一切。　總括而言,靈魂要按神嘅形象存在,除咗靠神嘅恩典,同埋一個以深切謙卑同專心禱告住喺心入面嘅人嘅信心,冇其他方法。

**62.** 我哋確實因經驗獲得咗一大祝福──就係,如果想潔淨自己嘅心,就要不住咁呼求主耶穌,對抗心靈嘅仇敵。　你睇吓我由經驗得嚟嘅說話,同聖經嘅見證有幾咁相符:*「以色列啊,要預備好,呼求你嘅主你嘅神。」*(阿摩司書4:12)使徒又話:*「要不住禱告。」*(帖撒羅尼迦前書5:17)　主向我哋宣告:*「離咗我,你哋乜都做唔到。凡住喺我入面,而我亦住喺佢入面,就會多結果實。但凡唔住喺我入面嘅人,就會好似枝條被拋出嚟,枯乾晒。」*(約翰福音15:5–6) 祈禱係一大福氣,將所有福氣都包含喺入面,因為佢潔淨我哋嘅心,令信徒可以喺心入面見到上帝。

**63.**　由於謙卑的寶藏在神眼中既崇高又蒙悅納,且有能力根除我們內在的一切惡,以及一切神所憎惡的事,因此,它並非易於獲得。　你或許會喺另一個人身上見到各種美德嘅個別行為,但如果你去尋覓謙卑嘅香氣,就幾乎搵唔到。所以,要獲得呢份寶藏,需要好大嘅勤力同努力。　聖經亦稱魔鬼為污穢,因為他從一開始就拒絕了這寶貴的謙卑之珍,反而鍾愛驕傲。僅僅因為這一個原因,聖經處處稱他為污穢的靈。　一個完全無物質、無形體、無分子的存在,究竟可以犯咩身體上嘅污穢,先至可以因為呢個原因被稱為「污穢」?好明顯,佢之所以被稱為污穢,就係因為驕傲,而由一個純淨光明嘅天使,被烙上可憎嘅標籤。*「凡自高自大嘅人,喺神面前都係污穢嘅。」*(箴言16:5)。根據聖經,第一罪係*「驕傲」*(西拉10:15)。當法老話:*「我唔識你嘅神,我亦唔會放以色列人走」*(出埃及記5:2)嗰陣,佢就係以一個驕傲嘅人嘅口吻講嘢。

**64.**　有好多心靈嘅行為可以幫我哋獲得謙卑呢份福氣,只要我哋唔忽略自己嘅得救;例如:回顧罪過──言語、行為同思想──同埋其他好多嘢,喺心裏面反覆反思,都會有助謙卑。 當人不斷反思鄰舍嘅美德,讚揚佢哋其他天賦嘅優點,並將自己嘅同佢哋嘅比較,都會引致真正嘅謙卑。　當一個人喺心裏面咁清楚咁睇到自己嘅可悲可憐,同埋自己離他人嘅完美有幾咁遙遠,就會自然而然將自己視作塵土同灰燼,甚至唔當自己係人,而只係條狗,因為喺各方面都比地上所有理性受造之物落後,而且比佢哋全部更瘦弱、更可憐。

**65.**　基督之口、教會之柱、我等大父巴西略說:「要避免犯罪,以及隔日不再重蹈覆轍,有一個極大助益:喺每日結束時,將自己同一切屬於我嘅事物,都交託畀良心審判,好讓我哋知道自己喺邊度犯錯,喺邊度行得正確。」　約伯就係咁做,對自己同對佢嘅兒女都一樣。」呢種每日嘅檢討,會照亮我哋每時每刻發生嘅事(或者教我哋每時每刻自我檢視,好讓我哋知道每一刻應該點做)。

**66.**　另一位神聖事理的智者──亦即一位「man,[69] 」──說:「結成果的開始是花朵;而積極生活的開始是自我節制。」所以,我們要實踐自我節制,而且要按照聖父們的教導,以有度、有衡的方式進行,並在整整十二個鐘頭的一日裡,時刻約束自己的心志。　咁樣做,靠住上帝嘅幫助同一定嘅自我約束,我哋就可以熄滅同減少內心嘅惡。因為就係透過自我約束,先至可以達到美德嘅生活,而為此,天國就會賜畀我哋。

**67.** 通往知識嘅道路係無情欲同謙卑,冇咗呢兩樣,就冇人可以見到主。

**68.** 凡是持續安住於內在,並時時將心思轉向內在的人,就實踐了自制;不但如此,他還默想、反思神聖之事,並禱告。而這 precisely 就 是使徒所講的:*「你們當順著聖靈而行,就必成就肉體的正當心願。」*(加拉太書 5:16)

**69.** 行唔到屬靈道路嘅人,對情慾嘅念頭唔理(即係話唔趕佢哋走), 卻只顧肉身:要麼沉溺於大吃大喝和放蕩,要麼就變得憂慮、憤怒和怨恨,從而令心智蒙蔽;或者,通過過度實踐苦行,擾亂心神。

**70.**　凡是捨棄世俗生活──即妻子、財產之類──者,只使外在的人出家,卻未使內在的人出家。但凡對呢啲嘢嘅慾望都放捨咗,就連內人──即係心──都一齊成為比丘。咁樣嘅人先係真正嘅比丘。要令外人做比丘好容易,如果想嘅話;但要令內人做比丘,就唔係件易事。

**71.** 喺呢個修會入面,邊個已經完全擺脫咗激情嘅念頭,並且持續獲得純粹同無形嘅祈禱──呢就係內在人嘅特徵?

**72.** 好多慾望都潛藏喺我哋嘅靈魂入面;但佢哋只會喺引致佢哋嘅原因(事物、場合)出現嗰陣先顯露自己。

---

[69] 西奈山聖尼祿。

**73.** 唔好完全投入於身體操練;但係,為身體訂好一個可應付嘅任務之後,就將你全部心意轉向內在自我:*「身體操練雖然少有價值,但敬虔在各樣事上都有價值。」*(提摩太前書4:8)

**74.** 當情慾處於潛伏──只因為其誘因(事物、時機)已被移除,或魔鬼狡猾地退去──驕傲便會興起。

**75.** 謙卑同克苦殉道(克制身體嘅慾望)可以令一個人遠離一切罪惡──前者透過斬斷靈魂嘅情慾,後者透過克制身體嘅慾望。 所以主說:*「清心的人有福了!因為他們要看見神」*(馬太福音5:8)。他們藉著愛心和克制自己而潔淨自己,就會看見神 himself,以及神裡面的寶藏。而且,他們愈是潔淨,就愈能看見。

**76.** 用嚟觀照每種美德嘅制高點(觀景台、瞭望塔),就係保守心志;就好似古代大衛嘅守衛所講嘅心嘅割禮(撒下18:24)。

**77.**正如睇啲對感官有害嘅嘢會傷害我哋,心靈亦都一樣。

**78.**就好似傷害咗植物心臟,成棵植物都會枯萎,你都要明白呢個道理同樣適用喺人心上。人要時刻警醒,因為獵食者從唔會打盹。

**79.** 主為要顯示每一條誡命都必須遵守,而成為兒子的名分,是祂用自己寶血為人類所贏得的恩典,祂說:*「凡你吩咐我哋嘅,我哋都做咗,就當做我哋本分嘅事,我哋係不配嘅僕人。」*(路加福音 17:10)所以,天國唔係靠行為換取嘅獎賞,而係主賜畀祂忠心僕人嘅恩典。僕人唔會要求自由做獎賞;已經得着嘅,就如欠咗債咁感恩;未得着嘅,就以恩典嘅身份等待。

**80.** 照聖經所言,基督為我們的罪而死,又賜自由給那為祂勤作的僕人;因為祂說:*「好得!良善又忠心的僕人,你在这小事上忠心,我要派你管理大事;进来,享受你主人的喜樂!」*(馬太福音25:21)。 但係,忠心嘅僕人唔係淨係靠對僕人本分嘅知識,而係要透過順服吩咐呢條誡命嘅基督,去彰顯佢嘅忠心。

**81.** 尊重主人嘅人就會遵行所吩咐嘅;但如果佢有任何過犯,或者唔聽命,就要承受應得嘅後果。你要喺行主命嘅時候,既要好奇又要勤力,因為單憑知識只會令人自大。

**82.** 突如其來嘅試探,透過神嘅安排,教我哋要勤力。

**83.** 星星係被周圍嘅光環所界定;但虔誠敬畏上帝者嘅標誌就係貧窮同謙卑,因為除咗謙卑嘅智慧同溫柔嘅態度,冇其他嘢係基督門徒嘅分別同標誌。四福音書到處宣揚呢點。 凡不按此方式──即缺乏謙卑──生活的人,就剝奪了分享那自甘卑微至十字架與死亡者的份,而祂正是那以行動頒布福音律法者 ,並透過祂在福音書中所行與所活,向我們示範了應遵守的誡命。

**84.** *「凡乾渴的,都當就近水來。」*先知以賽亞(以賽亞書55:1)如此說;渴慕神的人,當以純潔的心靈行事。然而,飛得越高的人,就越要將目光轉向貧窮的塵土。 冇人比謙卑者更高。就好似冇咗光,一切都黑暗陰沉;同樣,冇咗謙卑,我哋按上帝旨意做嘅一切工夫都係徒勞無功。

**85.** *「總結一句話,你聽呢一切:敬畏上帝,遵守祂的誡命。」*(傳道書 12:13),既在心裏,亦在行動上。 如果你在心裏面已經下定決心去遵守,就 rarely 需要為此而費力。大衛說:*「我素來樂意行你的旨意,你的律法在我心裏。」*(詩篇39:9)

**86.** 如果一個人唔喺心裏──即係佢最深處──形成上帝嘅旨意同祂嘅律法,咁佢 outwardly 都唔能夠舒舒服服咁去遵守。 心志唔清醒又漫不經心嘅人,就好似對上帝講:*「我唔想見到祢嘅道路。」*(約伯記21:14)——呢種情況肯定係因為冇得神嘅啟示。得着呢種啟示嘅人,唔單止憑着信念將律法刻喺心裏,仲有足夠力量去照神嘅旨意行。

**87.** 就如鹽能提升麵包同各種食物嘅味道,防止肉類腐爛,並可長期保存;你亦都應該明白點樣智慧地保存屬靈嘅甜美,同心靈奇妙嘅運作。 因為佢神聖咁甘甜我哋內外,驅走惡念嘅惡臭,令我哋堅定喺善中。

**88.** 由執着生出種種念頭,由呢啲念頭再衍生出肉體嘅惡行。能夠即刻同耶穌一齊熄滅前者,就能夠避免後者。 佢會被甜蜜嘅神聖知識所豐富,喺當中佢會見到上帝無所不在;並且,當佢喺上帝面前舉起心靈嘅鏡子,就會被上帝照亮,好似將一塊清澈嘅玻璃擱喺感官嘅太陽底下。到最後,心靈喺達到慾望嘅最終極限之後,就會喺自己入面從其他所有嘅思索中得到安息。

**89.** 由於每一念都係透過對感官事物嘅想像而入心(而感官會阻礙理性),神性嘅神聖光芒只有喺心靈空無一物、完全無形(毫無任何影像或形狀)嘅時候,先至開始照亮佢。 因為嗰道光只會喺已經純淨、並且空無一切念頭嘅心靈中顯現。

**90.** 你越警醒留意自己嘅心,就越熱誠咁向耶穌祈禱;同樣地,你越草率咁照顧自己嘅心,就越遠離耶穌。 正如前者大大照亮心靈嘅氛圍,後者──背棄清醒同耶穌嘅甜美呼召──通常就會完全令佢變得黑暗。 呢件事自然就係我哋所講咁──亦都唔可能有其他方式。當你實踐時,你會透過經驗學到呢點。因為美德,尤其係呢種能帶來光明同甜美嘅修習,通常都只可透過經驗先學到。

**91.** 不斷以一種充滿溫情、甜蜜同喜樂嘅渴望呼求耶穌,會帶嚟一種狀態,令心靈嘅氛圍透過全心關注而充滿喜悅嘅寂靜。 而且,使心完全得潔淨的,是耶穌基督──天主之子,亦即天主 Himself,一切美好之源與造化者。因為祂親自說:*「我係主天主,創造世界」* (以賽亞書 45:7)。

**92.** 靈魂蒙受耶穌的祝福和安慰,就以懺悔、感恩,並歡喜地呼求那使它得平安的恩主,以一種喜樂和愛回應這位恩主;因為它在心靈的眼裡看見,祂如何驅散邪靈的幻象。

**93.** 「大衛說:*『我眼目要察看我「想像中」的仇敵,我耳中要聽那起來攻擊我的人用詭計。』* (詩篇91:12-13)」 我看見「神喺我裏面施行*罪人嘅報應*」(詩篇90:8)。然而,當心入面冇咩幻想,心靈就會處於自然狀態,隨時準備好被任何甜蜜嘅靈性或愛神嘅默想所感動。

**94.** 因此,正如我所說,清醒與耶穌禱告互相關聯──極度專注是無間斷禱告的一部分,而禱告則反過來是極度清醒與專注心智的一部分。

**95.** 對身體同靈魂嚟講,一個好嘅老師就係對死亡難忘嘅紀念,同埋實踐將一切介乎當下同死亡時刻之間嘅事物擱置一邊,時刻擺喺眼前──包括我哋離別身體嗰張死亡床榻等等。

**96.** 弟兄們,凡欲時時保全自己者,切不可瞌睡。但有兩途,無可避免──或失守滅亡,被剝去一切美德;或則以警醒之心,常備不懈。仇敵亦率其大軍,潛伏以待。

**97.** 只要我哋唔忽略心入面對主耶穌基督嘅不斷禱告、無間斷嘅警醒,同埋門衛嘅職責(即係畀自己嘅人通過,但將陌生人擋喺門外);透過對主耶穌基督嘅不斷紀念同呼求,我哋心入面就會產生一種神聖嘅狀態。 但係,我哋其實會一直都喺做同一件事:呼求我哋嘅主耶穌基督,用懇切嘅心向祂呼喊,好等祂賜俾我哋得嘗(品嚐)祂聖名嘅滋味(好令佢喺我哋心入面生根)。 因為反覆多次嘅重複,就係習慣嘅老母,無論係美德定係惡習都一樣;而習慣到最後就會好似天性咁稱王稱霸。 達到咁嘅狀態之後,心靈自己就會去搵對手,好似獵犬喺灌木叢入面搵兔仔;但係隻狗想吞噬,而心靈就想擊倒同趕走佢。

**98.** 所以, whenever 惡念喺我哋心入面滋生,就喺佢哋中間插進我哋主耶穌基督嘅呼求;我哋就會即刻見到佢哋好似煙霧喺空氣中散去──正如經驗所教我哋嘅。 咁,當心緒平靜咗,唔再受煩惱所擾,就等我哋繼續保持警醒同不斷呼求。每次面對呢類誘惑,都應該咁做。

**99.**就好似赤裸裸咁去打仗、着住衫過大海、或者唔呼吸都做唔到一樣,冇咗謙卑同對基督嘅不斷祈禱,都學唔到呢場屬靈同秘密嘅戰爭,亦唔識得點樣巧妙咁追擊同平息佢。

**100.** 最有經驗的達味大衛對主說:*「我要靠你保全力量」* (詩篇58:10)──(即係向你求助)。 同樣地,掌管心靈主權同保持心靈寂靜──所有美德都由此而生──係靠主嘅幫助先能喺我哋身上實現。祂賜咗祂嘅誡命畀我哋,當我哋不停呼求祂時,祂就會將嗰種有害嘅忘性驅走,而呢種忘性比任何嘢都更破壞心靈嘅寂靜,就好似水滅火咁。 所以,嗚,和尚,唔好畀懶散帶嚟嘅瞌睡打敗,因為佢會害你自取滅亡;要係以耶穌嘅名趕走你嘅仇敵,正如一位智者所講,願呢個最甜蜜嘅名緊貼住你嘅呼吸;到時你就會明白沉默嘅好處。

**101.** 當我哋呢班不配嘅人,蒙恩得以喺驚懼戰兢中領受我哋神兼王基督最神聖純潔嘅奧體血時,我哋就會最清楚地展現出清醒、警醒嘅心靈同嚴謹嘅專注,好令呢把神聖嘅火──即係, 我哋主耶穌基督嘅身體,能消滅我哋一切大大小小嘅罪過同污穢。因為當佢進入我哋心入面嘅時候,就會即刻驅走惡毒嘅邪靈,赦免我哋以往嘅罪過;咁我哋嘅心靈就可以擺脫邪惡思想嘅不斷搔擾,得以安寧。 如果喺此之後,我哋喺心門前謹守心思,當我哋再次被認為有資格領受聖事時,神聖嘅身體就會愈來愈照亮我哋嘅心智,令佢好似星星咁發光。

**102.** 健忘通常會熄滅心靈的警醒,就好似水熄滅火一樣。但耶穌那不斷的禱告,加上堅定不移的警醒,最終將之從心中驅逐。 禱告需要警醒,就好似一盞細細嘅燈需要蠟燭嘅光(或者,就好似一盞擺喺微風中嘅燈,咁佢先可以好似蠟燭咁燃燒)。

**103.** 人要對珍貴嘅嘢小心翼翼咁保存;而事實上,對我哋嚟講唯一珍貴嘅,就係嗰啲能保護我哋免受一切感官同心靈惡念侵害嘅嘢。 呢就係透過呼求耶穌基督嚟保守心靈──即係要時刻向心靈深處

探視,並在思想上保持無止境嘅寂靜──甚至,我可說,連看似正義嘅念頭都要屏除──並努力令心思完全空無一物,免得賊人潛伏其下。 但係,雖然我哋喺心入面忍耐咁停留嘅時候會受苦,安慰仍然喺手邊。

**104.** 一顆時刻防範、不允許接受黑暗欺騙之靈異象、影像與幻想的心,通常會產生如光般嘅思想。 正如一塊煤炭可以燃起火焰,那聖神藉聖洗聖事住喺我哋心入面嘅上帝,如果佢見到我哋心靈嘅空氣,遠離惡意嘅風,並由心靈嘅警醒守護,就會點燃我哋心靈去默想嘅能力,就好似蠟燭上嘅火焰一樣。

**105.** 我哋要時刻令耶穌基督嘅名喺我哋心裏面打轉,就好似落雨之前,閃電喺天際劃過。喺內心爭戰中擁有「 」屬靈經驗嘅人,都深有體會。 我哋要按以下次序進行呢場心靈戰爭:第一件事係專注;然後,當我哋察覺有敵意嘅念頭靠近,就要用憤怒,由心裏向佢拋出詛咒嘅言詞; 第三,我哋要對住佢禱告,將心轉向呼求耶穌基督,好令呢個魔鬼幻影即刻消失;否則,心靈可能會跟住呢個幻想嘅尾巴,好似畀高明魔術師呃咗嘅細路仔咁。

**106.** 我哋要努力呼喊,好似大衛咁:「主耶穌基督!」──就算喉嚨喊到啞聲都無所謂;但願我哋洞察力嘅眼睛,永遠都唔會停止向上望,懷住盼望 *「向我哋嘅主我哋嘅神」* (詩篇 68:4)。

**107.** 常要銘記主講嗰個不義審判官嘅比喻,教我哋要常禱告,唔好灰心;(並付諸行動),我哋就會既得幫助,又得伸冤。

**108.** 正如凝視太陽者,其瞳孔必然閃耀;同樣,不斷穿透心靈之氛圍者,亦必然發光。

**109.** 就如人活在今生若無食物飲水不可,同樣地,若無心靈的保守和心裡的純潔──所謂的清醒──靈魂就無法達到任何屬靈且蒙神喜悅的事,也無法從心靈的罪中得釋放,就算是出於恐懼刑罰而克制自己不犯行為上的罪都一樣。

**110.** 然而,即使那些透過某種自我約束而克制自己不犯行為之罪的人,也在神、天使和人面前蒙福;因為 *「那自制的人……是強取天國的人」* (馬太福音11:12)。

**111.** 關於心思靜默的果效,奇妙之處就在於:罪惡起初只以思想的形式敲心思之門──若心思接受了它們,日後便可能發展成為粗俗、感官的罪行── 都因着清醒的德行,在我們內在的人裡被斬斷,不許它們進入並在惡行中顯現,這都是藉着我們主耶穌基督的引導和代禱。

**112.** 舊約係外在、感官同身體行為嘅榜樣,而聖福音──即係新約──就係專注或心靈純潔嘅榜樣。 正如舊約並未引致成全,亦未滿足或確認內在的人在討神喜悅的工作上: *「因為律法」* ,使徒說, *「毫無成就」* (希伯來書 7:19),但只係阻嚇重大罪行(從心裏斬斷邪惡的思想同慾望,以保持心靈純潔,呢條福音誡命比,例如,禁止挖出鄰居隻眼或隻牙更高): 同樣地,人亦應明白肉體的義行和肉體的苦行──我所講的,如禁食、節制、裸地而臥、站立、守夜等等──這些通常都是為肉體而行,用以平息肉體中因罪惡衝動而激起的情欲。 呢啲當然都係好事,正如舊約所講(律法係善);因為佢用嚟教導我哋外面嘅人,並保護我哋免於激情嘅行為。 但呢啲苦行做法並唔係心靈罪行嘅守護者,亦唔能防止佢哋;即係話,佢哋冇足夠力量令我哋脫離嫉妒、憤怒同埋類似嘅情緒。

**113.** 但係心靈嘅純潔──即係保護同保守心思,呢個就係新約嘅目的,只要我哋照佢所應有嘅去遵守── 斬斷一切情慾和一切惡念,從心中根除,反而種入喜樂、盼望、痛悔、哀號、眼淚、自知之明、對己罪之認識、對死亡的紀念、真誠的謙卑、對神和人 boundless 的愛,以及神對心靈的眷顧。

**114.** 就好似人行喺地上都唔可能唔喺空氣中留痕,人心都唔可能唔畀魔鬼無時無刻攻擊,或者唔受佢哋隱藏嘅影響,就算你再嚴謹咁苦行都無用。

**115.** 如果你唔想只係喺主面前裝作係個和尚──好、溫柔、同神永遠合一──而係真真正正咁做; 就要盡你最大努力去修習留心嘅美德,而留心就係要守護同保持心念,建立心靈嘅甜美寂靜同靈魂嘅喜樂狀態,唔好做白日夢:呢樣嘢你喺好多人身上都搵唔到。

**116.** 留心嘅美德稱為心智。 – 並以極大嘅清醒同熱誠去實踐,透過耶穌禱告,以謙卑同堅持,以感官同心靈嘅寂靜,以節制飲食,並遠離一切罪惡;以智慧喺心靈嘅道路上熟練地實踐, 並喺上帝嘅幫助下,佢會向你揭示── ──你意想唔到嘅嘢;佢會賜畀你知識、光照你、賜你智慧,並教導你嗰啲,當你以前行喺情慾同黑暗行為嘅黑暗中,沉淪喺遺忘同思想混亂嘅深淵時,連想像都想像唔到嘅嘢。

**117.** 就如山谷出產豐盛嘅小麥,佢都會喺你心入面豐盛咁結出各樣嘅善──或者講得更準確啲,呢一切都係我哋嘅主耶穌基督親身賜畀你,冇咗佢,我哋乜都做唔到。 起初,你會見到祂如同一架梯;然

後,你會見到祂如同一本書,你會從中閱讀;最後,當你愈來愈進步,你會見到祂如同一座城──天上的耶路撒冷,你就會以心靈真實地看見以色列的基督──萬能的君王,連同祂同永恆的父和聖靈,當受敬拜。

**118.** 魔鬼總係透過欺騙性嘅幻想引誘我哋犯罪。因此,佢哋透過財富同貪婪嘅幻想,煽動奸惡嘅猶大背叛萬有之主同神。 透過虛假的夢境,引誘他追求身體的享樂──本身微不足道──以及榮譽、財富和榮耀,將他拉入謀殺神明的罪行,然後又逼他勒頸自殺,使他陷入永恆的死亡──這與他們在夢中或誘惑中所呈現給他的完全相反,藉此向這背叛者報仇。

**119.** 故此,你可看見,我哋救恩嘅仇敵點樣藉住虛假嘅夢境同空洞嘅承諾,將我哋引入滅亡。 撒但自己亦都同樣咁由天上跌落嚟,好似一閃電,因為佢做咗個夢,想同神一樣。之後佢就用灌輸一種神嘅屬性(全知)嘅夢,令亞當同神疏遠;呢個欺騙又詭詐嘅仇敵,通常都係咁樣誘惑所有犯罪嘅人。

**120.**當我哋因為忘記而分心,長時間被帶離耶穌嘅注視同禱告,我哋嘅心就充滿咗惡念毒素嘅苦澀。 但當我哋出於對神嘅愛,懷住堅定嘅熱誠,喺我哋內心嘅聖所(即我哋內心嘅工房、喺心入面)勤力實踐上述所講嘅(即專注同祈禱),我哋嘅心就會再次被一種神聖喜樂嘅甜美感所充滿。 正正係嗰陣,我哋先會堅定咁決定,永遠喺心靈嘅寂靜中行,唔係為咗其他任何原因,而係為咗因此喺我哋靈魂入面感受到嘅愉快甜美同安慰。

**121.** 各種科學之科學,各種藝術之藝術,就係對付惡念嘅能力。 對付佢哋嘅最好良藥同藝術,就係喺主嘅幫助下,留意佢哋跡象嘅出現,並時刻保持思想純潔;就好似我哋護理肉體眼睛咁,用佢哋敏銳咁觀察任何可能意外傷害到佢哋嘅事物,並盡一切努力,連一粒塵埃都唔畀佢哋入到。

**122.** 就如雪不會產生火焰, 水生唔到火,荊棘生唔到無花果;同樣,除非人淨化內心,結合警醒同耶穌禱文,獲得謙卑同內在寂靜,並以婆母般嘅熱忱努力向前,否則心入面嘅惡魔思想、言語同行為就唔會得釋放。 一個唔理自己嘅靈魂,必然喺善同完美嘅思想上不孕,就好似一匹閹馬;因為佢入面都冇屬靈智慧嘅明白。真係,呼求耶穌嘅名同埋擺脫激情嘅念頭,係一件甜蜜嘅工夫,為靈魂帶嚟平安。

**123.**當靈魂同肉體締結邪惡嘅協議,佢哋就一齊興建一座虛空之城同一個驕傲嘅柱,並(引發)污穢嘅念頭喺其中居住。 但係主透過地獄嘅恐懼打亂佢哋嘅和諧,將佢哋分開,迫使主人──靈──要明智行事,講出同身體(僕人)格格不入、相反嘅說話。由呢種恐懼中,佢哋之間嘅分裂就產生咗:*「因為心思放喺肉體上嘅,就與神為敵,不肯順服神嘅律法。」* (羅馬書8:7)

**124.** 我哋要逐鐘頭秤量自己每日嘅所作所為,細心反思;到咗晚上,就要透過懺悔,盡我哋所能,減輕呢份負擔,如果我哋希望靠住基督嘅幫助,克服內心嘅惡。 我哋亦要檢視自己所有感官同可見嘅行為,係咪按神嘅旨意、喺神面前、專為神而行,免得自己因愚昧而畀任何不健康嘅感受所誘惑。

**125.** 如果喺上帝嘅幫助下,我哋每日都透過自我克制得到啲嘢,就唔好亂同人打交道,免得畀任何誘惑性嘅談話所害; 反而,我哋要鄙視一切虛浮嘅嘢,為咗呢種最可愛、最甘美嘅美德(節制)。

**126.** 我哋要將靈魂嘅三種能力引導到正確嘅道路上,按照佢哋嘅本性,同埋符合創造佢哋嘅上帝嘅旨意。即係:憤怒能力要對 外在嘅自我同蛇──撒旦──使用。 /經上說:*『當忿怒,卻不可犯罪。』*/ (詩篇 4:5)意思係要對罪忿怒,即係對自己同魔鬼忿怒,好叫我哋唔好得罪上帝。 我哋要將慾望嘅力量指向上帝同美德,同時令心靈成為佢哋兩個嘅主人,好等佢憑智慧同審慎去安排佢哋、教導佢哋、懲罰佢哋同統治佢哋,就好似君王統治佢嘅臣民一樣。 咁我哋心入面嗰個屬於上帝嘅部分,就會去管治佢哋(即係話,要佢哋臣服於心,而唔係心臣服於佢哋)。雖然情慾可能會反抗心,但我哋都唔會停止命令心要管治佢哋。 因為主嘅兄弟雅各話:*「人若不失言,就係完全人,能制服全身。」* (雅各書3:2)的確,一切過犯同罪惡都係由呢三種能力所犯,而一切美德同公義都係由呢三種能力所成就。

**127.** 當一個修士同人講塵世嘅事,或者喺心裏面諗呢啲事,或者佢嘅身同心無謂咁忙住於感官享受,或者一般咁沉溺於虛榮(同浮華),佢嘅心就會變得混濁同荒蕪。 因為喺呢種情況下,緊接住佢就會失去熱誠、謙卑、對上帝嘅大膽信心同知識(佢會忘記上帝同上帝嘅道路):所以,我哋心思越專注,就越得啟示;越唔專注,就越蒙蔽。

**128.** 凡是每日都努力追求心靈的平安與寂靜,並切實尋求的人,就會輕易蔑視一切屬肉體的事,免得他的勞苦徒然。 但如果佢用任何虛假嘅理由欺騙自己嘅良心(以為沉迷於感官事物冇害處),就會陷入苦澀嘅遺忘之眠,而神聖嘅大衛就祈求唔好陷入呢種沉睡(詩篇12:4 – *「恐我睡死人的覺」*)。 使徒又說:*「人若知道行善,卻不去行,就有罪。」* (雅各書4:17)

**129.** 當我哋一察覺到自己嘅熱誠減退,就應即刻被熱誠點燃,並以殷勤嘅態度恢復心靈平時嘅活動(即警醒同禱告),令心思由閒散返歸正軌。

**130.** 磨坊驢拴喺轉輪上,踏嗰個輪嘅時候就走唔到前(佢踏嚟踏去,都留喺原地,直到個輪停低):心如果唔帶動佢內在 (即係喺度停住嗰陣旋轉嘅念頭)。因為呢種心靈永遠用內在嘅眼睛都睇唔到,無法見到美德同光耀嘅耶穌。

**131.** 一匹良駒健壯,載着騎手歡快地奔馳;心靈亦當於主光中歡欣,當*它「早晨*在祂面前*出現」*,脫離一切思緒(以賽亞書5:4)。 當佢激起自己嘅熱誠,就會*由*心智活躍嘅智慧*「之力」*出發,進入思辨同難以言喻嘅奧秘同美德嘅奇妙*「大能」*;當佢終於喺心裏面體會到嗰種高尚神聖思想嘅無可衡量嘅深度,嗰陣時,*「萬神之神」*就會照佢心所能容得下嘅程度*向佢顯現*(詩篇83:8)。 心靈被此感動,就以愛心讚頌那可看見又無所不見的上帝,祂正因這緣故拯救那如此迫切向祂注視的理智目光。

**132.** 心若明智地保持寂靜,就必得見崇高深邃之境;而寂靜了的心靈之耳,將聽見奇妙之事。

**133.** 一位旅客踏上漫長、崎嶇而艱難的旅程,擔心返程時會迷路,便在路途中設置標誌,好似路牌,以助他安全返家: 而行清醒道路嘅人,就應該將(由先賢傳下嚟嘅)言詞,作為路標,因為佢都擔心自己會迷路或者走返後路。

**134.** 但對旅客而言,返到出發之地是值得喜悅的;然而對有理性的人而言,後退則係理性靈魂的毀滅,亦係背離討神喜悅之行為、言詞與思想的標誌。 當靈魂沉睡於死亡邊緣時,他會湧現出如荊棘般刺痛的念頭,將他從沉睡中驚醒,提醒他因自己大意而陷入的深沉黑暗與懶散。

**135.** 當我哋陷入憂傷、絕望同無望(陷入冇得逃脫嘅絕望深淵),我哋就要學大衛咁做──向神*「傾出」*我哋嘅心同*「我哋嘅呼求」*,並*「述說」*我哋嘅*「憂愁」*向主傾訴(詩篇141:3)。因為我哋向神認罪,祂有足夠嘅能力同智慧,安排關於我哋嘅一切,並且如果我哋嘅苦難對我有益,就會令佢變得輕省(容易承擔同容易克服),並拯救我哋脫離毀滅性同破壞性嘅憂愁。

**136.** 對人嘅憤怒、唔係出於天性嘅悲傷,同埋絕望──呢啲都同樣摧毀好同明智嘅思想;但係主為咗我哋嘅認罪,驅散佢哋,並賜下喜樂。

**137.** 冇經過我哋同意就偷偷溜入心入面、又逗留唔走嘅念頭,通常靠「耶穌禱告」──以心靈深處嘅清醒去實踐──就可以驅走佢哋。

**138.** 當我哋誠實而公平地自我責備,或者將一切向主傾訴,就好似向一位(與我哋同在嘅)人傾訴咁,喺呢大堆未說出口嘅念頭中,我哋會搵到憂傷中嘅安慰同喜樂。透過呢兩種方法,我哋會喺各方面因應一切困擾我哋嘅事而得著平安。

**139.** 教父們認為立法者摩西是心靈的象徵──他於燃燒的荊棘中見到神,親身被榮耀,並被萬神之神立為法老的神;然後他降災禍於埃及,領以色列人出離埃及,並頒布律法。 呢啲全部,如果用寓言式、從屬靈嘅角度去理解,就描繪咗心靈嘅行為同美德。

**140.** 律法師嘅兄弟亞倫,就係外在之人嘅形象。 所以,當我哋喺憤怒中向佢(外在嘅人)提出控訴嘅時候,就如摩西對犯罪嘅亞倫所講:'以色列(即係睇見神嘅心靈)憑乜嘢權利為你伸冤,使你急忙叫佢離棄主──永生全能嘅神? (就係用你自己嘅思想,將佢從對上帝嘅清醒默想引開?)(出32:21)

**141.** 喺好多其他美好嘅例子入面,主當佢開始要將拉撒路從死裡復活嘅時候(講住:*「少爺,出去啦!」*), 亦都顯示咗,當靈魂好似女人咁放縱感官,我哋就要用嚴格嘅禁止去約束佢;並且喺靈魂入面建立一種對自己嚴厲(即自我責備)嘅態度,呢種態度先能將靈魂從放縱、虛榮同驕傲中拯救出嚟。

**142.** 正如冇大船就過唔到深海,冇呼求耶穌基督嘅名,就趕唔走魔鬼嘅誘惑。

**143.** 責備通常只會阻住呢啲念頭進一步發展,而呼求耶穌基督嘅名就會將佢哋從心裏趕走。 一旦因為某種感官事物──例如得罪過我哋嘅人、女人嘅美貌、或者銀錢同黃金──而喺靈魂入面浮現出一個念頭,或者呢啲事物一連串咁喺腦海度閃過;就會即刻清楚,帶領我哋心靈去空想嘅靈魂,就係:怨恨、慾望同對金錢嘅愛。 如果我哋嘅心識有經驗、受過訓練同好嫻熟,識得防範迷思,並且能喺大白晝一樣清楚地洞悉邪惡嘅誘人白日夢同詭計,咁佢就會即刻透過抗拒、責備同向耶穌基督禱告,輕易熄滅魔鬼嘅烈箭, 防止激情白日夢牽著我哋嘅思緒隨波逐流,亦防止呢啲思緒同誘惑嘅幻影和諧共鳴、友善對話、沉溺過度遐想,或者同佢沆瀣一氣──之後,就好似黑夜接替白晝咁,邪惡嘅行為就會接踵而至。

**144.** 然而,如果我哋嘅心未曾受過警醒謹慎之道的訓練,就會即刻熱烈地執著於任何向佢呈現嘅異象,無論佢係乜嘢,然後開始同佢對話,接受荒謬嘅問題,並作出同樣荒謬嘅回答。 咁我哋嘅思緒就會同魔鬼式嘅幻想交織埋一齊,結果更加猖獗同倍增,令到呢個受誘惑同陷阱嘅心靈覺得佢哋更加討好、美麗同吸引。 我哋嘅心當時所受嘅,就好似喺一塊溫柔嘅小羊啜草嘅平原上,突然出現咗隻狗;而啲小羊一見到佢,就成日跑去湊埋佢,就好似湊佢媽媽咁, 根本冇從接近佢得到任何好處,只係撿起佢嘅污穢同惡臭。同樣地,我哋嘅思想因為冇經驗,就衝向心入面所有嘅魔鬼幻想,正如我講過,同佢哋摻雜埋一齊,以至令人以為佢哋兩個正喺度開會, ── 為咗透過身體去實現嗰啲喺魔鬼引誘之下睇落咁誘人同甜蜜嘅嘢。因此,靈魂嘅墮落最終係由內心引起;之後,好似一種必然性咁,嗰啲喺心入面成熟咗嘅嘢就會喺外面顯現出嚟。

**145.** 我哋嘅心靈本性輕浮而善良,容易白日做夢,而且無可抑制咁傾向犯罪嘅念頭,除非佢心入面有個思想,好似一個掌管情慾嘅統治者,不斷咁約束同制止佢。

**146.** 默想同知識通常係嚴謹生活嘅引路人同推動者,因為心靈被佢哋迷住,就會鄙視塵世嘅享樂同人生中各種感官嘅歡愉,視佢哋為無足輕重嘅事。

**147.** 相反,一個喺基督耶穌裏面警醒度過嘅人生,就成為默想同洞察力嘅父親,亦係神聖志向同最明智思想嘅源頭,並同佢嘅配偶──謙卑──結合,正如以賽亞先知所言: *「等候主嘅人必更新得力,好似鷹咁展翅高飛。」* (以賽亞書40:31)

**148.** 人哋覺得要令靈魂對一切念頭都保持寂靜,實在太嚴苛、太沉重。 的確,呢件事好困難同痛苦:唔單止對未接觸過屬靈爭戰奧秘嘅人嚟講,要將無形者拘禁喺有形居所入面係痛苦嘅難題,連已經喺內在、無形嘅爭戰中受過試驗嘅人亦都一樣。 但凡靠不住歇的禱告,將主耶穌常存心裏的人,就如先知所言:*「必不因跟從祂而疲倦,也不羨慕人的生命。」* (耶利米書17:16),為咗耶穌嘅美、喜悅同甘甜;佢亦唔會因環繞佢嘅污穢魔鬼──佢嘅仇敵──而感到羞愧,反而會*「喺*心門嘅*門口向佢哋呼喊」* (詩篇126:5),並同耶穌一齊將佢哋趕走。

**149.** 靈魂在死後,飛升到天國大門所在的虛空之中,因有基督同在,它不會因仇敵而蒙羞;即使到時,正如而今,它都會大聲吶喊,向他們呼叫*「在門外」*。 只要佢唔會停止,日夜向主耶穌基督──神嘅兒子──呼求,直到最後一刻;祂就會照祂喺不義法官嘅比喻入面講過嗰個可靠嘅神聖應許,迅速為佢伸冤:*'我同你講,祂會快快伸冤'* (路加福音18:8),──無論在今生,或在她脫離肉身之後。

**150.** 你喺心海揚帆時,要喺耶穌裏得著膽量;因為祂自己就喺你裏面──喺你心裏──神秘咁呼召你:*「雅各啊,以色列中細弱者啊,你唔使驚!我係你嘅神,我要攙住你右手。」* (以賽亞書 41:13-14) *「如果神與我哋同在,*有邊個仇敵*能與我哋為敵呢?」* (羅馬書8:31)神與我哋同在,祂賜福畀心裏清潔嘅人,並命定最甘甜嘅耶穌──獨一無二嘅聖者──以神聖嘅方式住喺清潔嘅心裏,並居於其中。 所以,正如神人保羅所言,我們不可停止操練敬虔的心(提摩太前書4:7)。

**151.** 正如大衛所言,祂必喜悅豐盛的平安(詩篇 36: 11),佢對任何人都唔偏心,心裏面唔存任何不義;即係話,佢唔接受欺騙性靈嘅影像,亦唔透過呢啲影像去策劃罪惡,反而嚴格審判,喺佢心靈嘅天地作出嚴厲嘅裁決,按罪惡應得嘅去對待佢。 偉大而有智慧的先賢們,在他們的一些著作中,稱魔鬼為「人」,因為它們具有理性。同樣地,在福音中主說:*「人敵人作了這事」* (馬太福音13:28),即它們在麥子中播下稗(指魔鬼;因為祂後來又說: *「播種者就係魔鬼」*)。因為我哋冇即刻抵抗呢啲作惡者,所以畀自己嘅思想所勝。

**152.** 如果我哋開始喺心靈嘅警醒中居住,將節制同謙卑結合,並將禱告同抵抗結合,咁我哋就會好似拎住一支光亮嘅燈,喺心靈嘅道路上行得正,肩負住耶穌基督尊貴而聖潔嘅名, ― 既掃走又潔淨我哋脫離罪惡,亦裝飾同收拾我哋心靈嘅屋。但如果我哋只寄望自己嘅清醒或正念,咁好快就會畀仇敵攻擊,跌得好慘。 到時呢班最狡猾、最惡毒嘅敵手就會從各方面攻克我哋,而我哋就會愈來愈糾纏喺惡慾入面,好似落咗網咁──或者喺佢哋手上遭到徹底屠殺,因為我哋自己冇咗勝利之劍──耶穌基督嘅名。 因為只有呢把神聖嘅劍,當喺已清除此一切影像嘅心中不斷揮舞時,先至能夠將佢哋驅走、斬倒、燒盡,就好似火燒乾草咁。

**153.** 不斷警醒嘅功課,對靈魂有益,而且多結果,就係要即刻分辨心入面冒出嚟嘅虛構念頭。責備嘅功課,就係要揭露同羞辱嗰啲試圖透過某個感官事物嘅形象,想鑽入我哋心靈空間嘅念頭。 能夠即刻熄滅並驅散敵對者的一切詭計、每一句話、每一個夢境、每一座偶像以及每一根邪惡的柱子,那

就是主的名號。我們自己也在心裏看見,他們在我們偉大的神──耶穌的手下被徹底擊敗,並且祂為我們──這些卑微、貧窮、一無是處的人伸張正義。

**154.** 好多人唔知道,我哋嘅思想其實只不過係對可感官同世俗事物嘅虛構影像。 但當我哋喺禱告中保持清醒一段時間,禱告就會令我哋嘅心靈從一切邪惡思想嘅物質影像中得釋放,並能洞悉仇敵嘅言語(可能係指思想本身嘅本質──佢哋係乜嘢──或者係指仇敵灌輸呢啲思想時嘅計劃同詭計),同時體驗到禱告同清醒嘅益處。 *「你眼目察看,*你審判罪人──你自己──在心思中*要『察看』*並明白(詩篇90:8),正如蒙福的詩人大衛所言。」

**155.** 我哋如果可以,就應不斷記住死亡:因為由呢個記憶中,我哋會拋棄一切憂慮同虛榮,保住心志並持之以恆嘅禱告,同身體脫離,並憎惡罪惡;講真,幾乎所有活潑而積極嘅美德都由此而生。 所以,如果可能,就等我哋好似呼吸咁,無時無刻都去實踐呢件事。

**156.** 心,當佢完全同夢境脫離咗,就會開始孕育神聖同神秘嘅思想,喺入面嬉戲,就好似魚喺平靜嘅海裡玩耍,海豚喺海面上飛躍咁。 和煦的微風拂動大海,聖靈亦激起心靈的深淵。使徒說:*「因為你們是兒子,神就差祂兒子的聖靈進入你們的心裡,呼叫:『阿爸,父啊!』」*(加拉太書4:6)

**157.** 每個修行者喺佢嘅心未清醒之前,都會對修習靈性功夫抱有懷疑同動搖──或者因為佢未認出呢個修行嘅美好,或者即使認出,都因為缺乏熱誠而無法下定決心。 但係只要佢一踏上所謂「守心」──又叫心智、或者心靈積極智慧──嘅修行,呢種遲疑就會無可置疑地消失。因為到時佢就會見到道路,就係嗰位話:*「我係道路、復活同生命。」*(約翰福音14:6)

**158.** 佢又會再動搖,見到思想嘅深淵同巴比倫嬰孩嘅人群;但係基督都會消除呢種動搖,只要我哋不斷將心思意念根植喺佢入面,並拋棄嗰啲巴比倫嬰孩,將佢哋摔喺磐石上(詩篇136:9)。 ──正如所言,成就祂對他們的心意(祂對他們的忿怒)。因為,正如智慧人所說:*「要遵守誡命,不可使欺騙的話出口。」*(傳道書 8:5) 主說:*「離了我,你哋就乜都做唔到。」*(約翰福音15:5)

**159.** 真正實踐樸素嘅,先係真和尚;真正心裏面淨係得神嘅,先係真苦行者(心入面冇其他嘢)。

**160.** 人生就係透過年、月、週、日、夜,以至時分、秒分嘅相繼更替而延伸落去。隨住呢啲時間嘅流逝,我哋都應該向住完美,一直持續行善──即係恪守禁慾、祈禱同心靈嘅甘甜,同時保持無間斷嘅默靜。

**161.** 死亡嘅時辰最終都會到嚟──佢會嚟,冇得逃避;噢,如果當時呢個世界嘅王子嚟到嘅時候,見到我哋嘅過犯細微到根本唔夠資格定我哋罪,就好了! – 否則,到時我哋先會喊,但已經冇用。因為,正如主所言:*「知道主人心意而仍未照做嘅僕人,將會被重重鞭打。」*(路加福音12:47)

**162.** 哀哉,褻瀆自己心靈的人!主來的時候,他們要作什麼呢?(西拉 2:14)──所以,弟兄們,我們要更熱心於心靈的工作。

**163.** 單純而無情嘅思想,往往會畀激情嘅思想接替,呢點我哋經過長期嘅經驗同觀察已經知道;前者為後者開路,無情者為有情者鋪路。

**164.** 真係,人要用自己嘅意志將自己劈成兩半;要用最智慧嘅思想撕裂自己;真係,佢應該成為自己嘅死敵。 對嚴重侮辱同加害自己嘅人,我哋都應該對自己抱有同樣──甚至更惡劣──嘅態度,如果我哋想遵守最偉大同最優先嘅誡命──即係蒙福嘅謙卑,呢個係基督嘅居所,上帝道成肉身嘅生命。 所以,使徒說:*「誰能救我脫離這取死之道*呢?」(羅馬書 7:24)*「因為屬肉體的人,心裏所存的,乃是敵擋神;」*(羅馬書 8:7) 並且,為要顯示將身體服從上帝旨意係我哋嘅本份之一,佢就話:*「因為如果我哋自己審判自己,就唔會被定罪。但當我哋被主審判嘅時候,就受到主嘅管教。」*(林前11:31–32)。

**165.** 結成果嘅開始係開花;而有節制心態嘅開始,就係喺飲食上嘅節制、排斥同斬斷一切念頭,以及心靈嘅寂靜。

**166.** 當我哋認識咗基督耶穌,開始住喺一個穩固嘅清醒狀態,咁就先喺我哋心入面出現──好似一盞由心手執住嘅燈,引領我哋行思緒嘅道路;然後,好似月亮喺圓滿嘅光輝中,喺心靈嘅天際運行;最後,就好似太陽, —耶穌以公義如日照耀,即係話祂顯現咗自己同祂那照遍一切嘅默想之光。

**167.** 祂就以奧秘的方式,向那以不息的熱誠遵守祂誡命的心靈啟示這一切──而祂的誡命說:*「要割禮你們的心」*(申命記10:16)。 — 係,正如已經講過,細心嘅自我檢視會教人學到呢啲奇妙嘅真理。神性唔會偏心。點解主會講:*「聽我嘅,就明白;因為有嘅人,再加俾佢,佢就有餘;冇嘅人,連佢所有嘅*

*都要奪去。」*(太13: 12–13);又再有:*「凡事互相效力,成就合神旨意者的益處」*(羅馬書 8:28)。豈不是呢啲美德(節制同禱告)更加速佢哋向呢個目標邁進?

**168.** 船冇水就開唔到:同樣,心靈嘅保守如果冇節制,又冇謙卑同向耶穌基督嘅禱告,就一點都唔可能成功。

**169.** 房屋嘅基礎係石頭;但係為咗呢種美德(心靈嘅保守),基礎同屋頂都係我哋主耶穌基督聖潔而受敬拜嘅名。 一個愚蠢嘅舵手,如果喺風暴中趕走船員、拋棄槳同帆,自己就咁瞓着,就會好快好容易船毀人亡;但如果喺試煉一開始,靈魂唔保持清醒,唔呼求耶穌基督嘅名,就會更快畀魔鬼淹沒。

**170.** 我哋憑聖經將所知道嘅嘢傳承落嚟,亦向願意聽嘅人見證我哋行路時所見到嘅,只要你肯接受所講畀你嘅。 因為主自己說:*「凡不常在我裏面的人,就如枝子被剪去,漸漸枯乾;人就收取枝子,扔在火裏,燒成灰燼。但那住在我裏面、我也住在他裏面的人,就多結果子。」*(約翰福音15:5–6) 就好似太陽唔可能發光,而心靈冇可能靠耶穌嘅名禱告就清走有害思想嘅污穢一樣。 如果呢件事係真,正如我所見(根據經驗),咁就等我哋每喘一口氣都呼求呢個名。因為祂係光,而嗰啲(污穢嘅思想)就係黑暗;祂(我哋所呼求嘅耶穌)係神同主,而嗰啲就係魔鬼嘅僕人。

**171.** 為咗保守心靈,稱佢為「光載者」、「雷載者」、「光放者」同「火載者」係非常合適同恰當。因為,誠然,佢甚至勝過再多嘅身體美德。就係因為呢個緣故,呢種美德理應用最尊貴嘅稱呼,以彰顯由佢所生出嘅燦爛光輝。 凡是已經開始愛慕它的人,藉着耶穌基督的權能,從本性敗壞、卑鄙、無知、愚蠢和不義的罪人,被改變成為義、有德、純潔、聖潔和有智慧的人;不但如此,他們也開始默想奧秘,並進行神學反思。 成為默想者之後,佢哋被帶到嗰最純淨、無邊界嘅光;佢哋以難以言喻嘅方式觸摸祂;佢哋同祂一齊生活、一齊行事,因為佢哋*「嘗過主係善良」*;咁樣,喺呢班最初嘅天使身上,大衛先知嘅話就明顯應驗咗:*「義人必承認祢的名,正直人必住在祢面前。」*(詩篇139:14)的確,只有他們真正呼求神,向祂認罪,並總是在與祂交談中喜樂,愛慕祂。

**172.** 內在自我因外在自我而受苦;因為內在的人因外在的感官而深受折磨。但凡受苦之後,他必須對這些外在感官施以鞭笞。凡按字面所要求去做的人,已經明白按聖靈所要求的是什麼。

**173.** 如果我哋內在嘅人保持清醒,咁根據聖父哋所講,佢就有足夠嘅力量去保守外在嘅人。照佢哋自己嘅說話,我哋同邪惡嘅魔鬼都一齊犯罪:佢哋只係隨心所欲喺腦海入面或者憑想像嘅異象描繪罪行,而我哋就又喺內心用思想犯罪,又喺外面用行為犯罪。 魔鬼冇堅實嘅身體,就淨係靠思想、計謀同欺騙,為佢哋自己同我哋準備折磨。但如果呢啲最敗壞嘅存在唔係冇咗堅實嘅身體,佢哋都會透過行為無休止咁犯罪,永遠喺心裏面藏住邪惡嘅意志,隨時準備行惡。

**174.** 但係一聲出自肺腑嘅禱告,向主呼求,就即刻將佢哋擊潰,將佢哋嘅誘惑化為塵埃。 因為我哋無時無刻、勤力咁呼求嘅耶穌──神同神嘅兒子──絕對唔會容佢哋開始向我哋灌輸罪惡(所謂「試探」),亦唔會容任何影像 喺心靈嘅思想之鏡中顯現,更唔會容任何言語向心講。 但如果冇任何影像可以強行進入心靈,正如我哋所講,心靈甚至連念頭都會消失殆盡;因為魔鬼通常會透過念頭秘密同靈魂對話,並教唆佢行惡。

**175.** 因此,透過不斷的祈禱,我們心靈的空氣得以從惡意之靈的黑暗雲彩和風暴中被淨化。 咁,當心靈嘅空氣純淨咗,就冇嘢可以阻擋耶穌嘅神聖光芒喺心入面照耀,只要我哋唔畀虛榮、自負同吹噓自大脹大自己,唔去追求嗰啲達唔到嘅嘢,咁就唔會因此失去耶穌嘅幫助; 因為基督憎惡以上所有嘢,祂本身就係謙卑嘅榜樣。

**176.** 所以,我哋要緊貼祈禱同謙卑──呢兩件武器,連同警醒,好似一把火焰劍,武裝屬靈戰士對抗魔鬼。如果我哋以呢種方式生活,咁每日每時,我哋都可以喺心入面享受一頓神秘而喜樂嘅筵席。

**177.** 有八種主要嘅罪惡思想,佢哋包羅晒所有呢類思想,亦都係所有思想嘅源頭。佢哋全部都會嚟到心門口,見到心無防備,就一個一個咁入去,各有各嘅時間。 當呢八種念頭其中任何一種升起並進入心扉,就會帶住一大群污穢嘅念頭,咁樣搞到心神混濁,然後激起身體,向做可恥嘅行為靠近。

**178.** 但凡有人防範蛇頭(即係附加篇),並以憤怒嘅斥責,揀選忿怒嘅言詞,好似以拳頭打向仇敵嘅面,就咁結束咗呢場爭端。因為斬咗蛇頭,佢就同時避開咗邪惡嘅思想同最邪惡嘅行為。 之後,佢嘅心境就保持平靜:因為上帝接納佢對思想嘅警醒,並作為回報,賜佢智慧,知道點樣戰勝仇敵,同埋點樣潔淨心靈,除掉玷污內在之人嘅念頭,正如主耶穌所講: *「因為心裏所存的惡念、行淫、邪蕩……這些能玷污人」*(馬太福音15:19–20)。

**179.** 如此,靈魂可以喺其良善、美善同公義上效法主,就好似佢喺起初被神造時要成為良善同公義咁,正如神嘅偉大僕人安東尼所講:「當靈魂入面嘅心智回復到其本然狀態,整個靈魂就成為美德。」 佢又再講:「靈魂要成為義,就等如佢嘅心智回復到原本受造嘅狀態。」再過咗少少,佢又講:「我哋要淨化心靈;因為我相信,當佢已經徹底被淨化,並返到佢自然嘅狀態,佢就可以變得洞察力敏銳,超越魔鬼嘅視界,因為佢裡面有賜予啟示嘅主。」呢段就係偉大嘅亞他那修喺《安東尼傳》入面記載嘅榮耀安東尼所講嘅說話。

**180.** 每一個念頭都會喺心入面重現某樣感官事物嘅影像:因為亞述人(敵人),本身係一股靈性力量,佢只可以透過利用我哋熟悉嘅、有形有體嘅事物嚟誘惑我哋。

**181.** 就如我哋人類唔可能喺天上追趕雀鳥,或者好似佢哋咁飛,因為呢啲唔合乎我哋嘅本性;同樣,如果冇徹醒而持續嘅禱告,我哋都唔可能擺脫無形嘅魔鬼思想,並自由地將心靈徹醒嘅眼睛指向上帝。 如果你冇呢樣嘢,你就會留喺地上,追求地上的事。

**182.** 如果你真係想令自己嘅念頭羞愧,就應該保持沉默,心自然會清醒;讓耶穌禱文緊貼住你嘅呼吸——幾日後你就會喺實踐中見到成效。

**183.**就好似人唔應該喺空氣度寫字,而要喺實心嘅表面用鑿子刻落去,先可以長期保存: 我哋亦都要將耶穌禱文同我哋嘅刻苦節制結合埋一齊,好等節制呢種美好嘅美德,連同佢,永遠完完整整咁留喺我哋心入面,並透過佢,永遠成為我哋生命中不可剝奪嘅一部分。

**184.** 你要將你的事交託給主,正如所說,你就會蒙恩,免得先知的話也適用於我們,而不僅適用於你:*「主啊,你離他們的口近,卻遠離他們的心。」*(耶利米書12:2) 除咗耶穌基督自己,冇人能夠真正平息你心靈嘅情慾。佢將本相遙遠嘅兩者(即神性同人性)喺自己入面聯合咗。

**185.** 無論係內心同自己思想嘅對話,定係外在嘅談話同閒聊,都一樣會為靈魂蒙上陰影。 所以,凡致力於將一切有害於心靈的事物逐出心頭的人,都必須無情地驅走這兩類閒談者──無論是思想還是人──因為一個最 、最神聖、最神所賜的理由,即: —好叫心思絮亂,唔會令我哋喺清醒上變得軟弱:因為當心思絮亂,被遺忘(源於呢啲對話)所蒙蔽,我哋就會失卻理智,好似根本冇咗心一樣。

**186.** 凡以盡心竭力保持心靈純潔者,其導師必為此事的立法者──基督,祂將以奧妙方式向他啟示祂的旨意。*「我要聽主上帝對我說什麼」*(詩篇84:9),大衛如此說,即指此意。 佢描述心思內對思想戰爭嘅內心對話,同埋上帝喺其中嘅保護性代禱,就話:*「有人會講:『如果義人真係有賞賜……』」*(詩篇57:12)?然後,佢表達兩邊經過仔細考慮後嘅決定,就話: *「因為神是*他們──我們心裏*「地上」的*惡魔──的審判者」(同上)。他又在別處說:*「人要親近,心要深沉,神要被高舉」*;然後*「他們的瘡痕」*就要被算作「*嬰孩的箭」*(詩篇63:7–8)。

**187.** 我哋要時刻行得如*「心被智慧所教導」者*(詩篇89:12),不斷吸取父嘅能力同神嘅智慧──耶穌基督。 但如果喺某個時候我哋失手,忽略咗呢條明智嘅道路,咁第二朝就要再度束起我哋心靈嘅腰帶,以更大嘅決心投入工作,因為我哋知道,作為*「被召去行善」嘅人*,如果唔去行善就無得掂。

**188.**就好似有害嘅食物,啱啱食落肚會令身體好痛,一嘗到害處就即刻想嘔出嚟,咁就冇事;心思亦都一樣,當佢吸納咗啲邪惡嘅念頭,又感受到嗰啲蝕心嘅苦澀, 就 hurriedly 透過出自心底的耶穌禱文將它們驅逐出去,並將它們遠遠地拋離自己,從而避免一切來自它們的傷害;正如憑着上帝的恩典,他人的教導以及自己的經驗,使健全的心智得以明白這件事。

**189.** 將清醒同耶穌的名,或者死亡同謙卑嘅念頭結合埋一齊;因為兩者都帶嚟好大嘅益處。

**190.** 主說:*「要向我學,因為我心裡柔和謙卑。」*(馬太福音11:29)

**191.** 主又說:*「凡使自己像這小孩子的,在天國裡就最大。」*(馬太福音 18:4)*「但凡自高的,必被降卑。」*(路加福音 18:14)。– *「向我學」*,佢咁講。你睇吓我哋要學啲乜嘢?就係謙卑。佢嘅誡命係永恆生命;而呢條誡命就係謙卑。所以,凡係唔謙卑嘅人,就已經離棄生命,並且肯定會發現自己正喺生命嘅對立面。

**192.** 如果每一美德都由靈魂同身體成就,而靈魂同身體──正如我講過,係成就每一美德嘅工具──本係上帝嘅創造;當我哋吹噓同驕傲自己嘅靈魂同身體嘅裝飾,而嗰啲裝飾根本唔係我哋自己嘅,豈唔係極度愚蠢? 而且,正因為我哋以驕傲為蘆葦倚靠,與無邊無際嘅神對抗,結果就因我哋極度嘅不法同愚蠢,自取祂最可怕嘅不悅;因為*「神阻撓驕傲的人」*(雅各書4:6)。 我哋本應效法主嘅謙卑,卻因虛榮自大嘅花言巧語,反而與主嘅死敵──驕傲嘅魔鬼──結夥。正因如此,使徒先問:*「你哋有咩係冇從主度*

*領受嘅?」*(林前 4:7) 你係咪自己造自己㗎?如果連身體同靈魂──所有美德都係由佢哋存在、喺佢哋入面、同透過佢哋──都係由上帝賜畀你,咁*「你憑乜嘢誇口,難道係冇得自於你嘅?」*(同上)。因為呢一切都係主賜畀你嘅。

**193.** 心靈的淨化──藉着上帝的幫助,並為了一位獨一的上帝而行──一旦在靈魂中確立,就賜予心思智慧,使我們能按着上帝的旨意行事。它同時確保有害的思想絕對不被准許進入靈魂。

**194.** 心靈的守護,在上帝的幫助下且為獨一真神而行,一旦在靈魂中建立,就賦予心智以智慧,使之能按上帝的旨意行事。它亦賜予領受者極大的能力,以無可挑剔的判斷力,按上帝的旨意安排外在的行為和言詞。

**195.** 舊約中大祭司嘅獨特裝飾(純金胸牌,刻有「歸於耶和華為聖」字樣,出埃及記 28:36) 係心靈純潔嘅預表,提醒我哋要留意自己心靈嘅胸牌,睇吓有冇畀罪惡染黑,如果真係咁,就要趕快用眼淚、悔改同禱告去潔淨佢。 我哋嘅心靈好似一樣輕浮(短暫)嘅嘢,好難阻止佢湧現罪惡嘅念頭;不過,可以咁講,佢追隨邪惡同良善嘅心靈遐想,同樣容易。

**196.** 凡將心思意念堅定不移地放喺耶穌禱告上,心裏無時無刻向祂呼求嘅人,真係有福,就好似空氣貼住我哋嘅身體,或者火焰貼住蠟燭一樣。 太陽行經大地,就帶來白晝;主耶穌那聖潔而值得敬拜的名,若在心裏不斷光照,就會激發無數如日般嘅思緒。

**197.** 當雲散去,空氣就顯得清澈;當熱情的幻想被公義之日──耶穌基督──驅散,光與星星般嘅念頭通常會喺心中誕生,因為耶穌已經照亮咗心靈嘅空氣。 因為智者說:*「凡投靠主的人必明白真理,忠信的人必常留在他那裏。」*(智慧書3:9)

**198.** 有一位聖人說:「如果你要存惡意,就對魔鬼存惡意;如果你要結仇,就隨時與肉體結仇。肉體是背叛的友伴,一旦滿足,就會發動最猛烈的戰爭。」又說:「要與肉體為敵,向肚腹宣戰。」

**199.** 在 preceding 章節,即第一及第二百章,我哋已經描述咗心靈神聖寂靜嘅工夫,所呈現嘅唔單止係我哋自己嘅研究心得,仲有虔誠先賢嘅神聖言語關於心靈純潔嘅教導。依家,講多咗啲以示守護心靈嘅好處,我哋就結束呢段論述。

**200.** 咁,無論你係邊個,只要你喺心靈深處鍾意*「仰望善日」*(詩篇33:12),就跟住我一齊嚟,得著心靈嘅福佑──我會向你講解主嘅有形可見嘅作為,同無形力量嘅居所。天使從唔會厭倦讚美造物主;而心靈──與佢哋同潔淨──亦永遠唔會滿足。正如無形者(天上嘅天使)唔理飲食,體有者卻又無形者(地上有節制心嘅人)當佢哋升到心靈寂靜嘅天國時,亦唔會理會飲食。

**201.** 就如天上嘅權能唔理財富同擁有,同樣,淨化咗靈魂之眼、培養咗美德(節制)習慣嘅人,都唔會理會惡靈嘅惡意。 正如嗰啲因喺神入面達到完美而獲得豐盛成功而顯著,呢啲就因佢哋對神嘅渴慕同愛,以及向神性努力攀升而顯著。 佢哋懷住無可抑制嘅渴慕,想品嚐帶嚟欣喜嘅神聖之愛,喺通往完美嘅靈性高峰上不斷攀升,直至成為似撒拉弗咁嘅存在, ──佢哋亦唔會因心靈嘅清醒同熱切嘅攀升而休息,直到成為我哋主耶穌基督裏嘅天使。

**202.** 冇嘢毒性比蝰蛇同獨眼蛇更強;亦冇嘢邪惡比自愛更甚。 自愛所生之子──呢啲飛蛇──就係:心裏自誇、放縱、大食、行淫、虛榮、嫉妒,同埋眾惡之巔──驕傲,佢唔單止將人,連天使都從天上摔落,並用黑暗遮蓋佢哋,唔畀佢哋得見光亮。

**203.** 我寫呢啲畀你──Theodulus,我嗰位同名嘅沉默者(即係Hesychius),雖然其實我並唔係個沉默嘅人。 或許我未將有關呢個主題嘅所有嘢都寫晒,但喺各方面,神喺父、子同聖靈入面所賜予嘅,都畀一切理性生物所讚美同榮耀: 天使同人,同一切由那不可思議的聖三一──獨一真神──所造的受造之物,都讚頌祂、榮耀祂:願我哋亦能因至聖神之母同我哋可敬愛之父長老嘅祈禱,成為配得承受祂那榮耀國度嘅人。願榮耀歸於祂──那不可思議嘅神──直到永遠。阿們。

# 西奈山可敬的尼祿

***佢嘅簡短生平***

可敬的尼祿來自一個富裕而高貴的家族,極有可能在聖克里斯多福於安提阿講道時,就已是他的聽眾和門徒。他高貴的出身和個人美德使他晉升為首都預審官。 但佢心靈嘅追求同首都嘅職責同生

活方式格格不入。於是,佢同已經生咗兩個仔女嘅妻子商量好,跟隨佢婆婆嘅腳步,拋棄塵世,去寂靜中搵救贖。佢帶埋仔Theodulus,喺西奈山落腳; 而佢嘅妻子同女兒就喺埃及其中一間修道院搵到庇護。喺西奈沙漠,可敬嘅尼洛斯過住極度樸素嘅生活:佢同佢個仔親手喺山洞度掘咗個洞窟出嚟,住喺入面,佢哋連麵包都唔食,淨係靠食野生苦澀嘅植物維生。 佢哋將所有時間都用喺祈禱、研讀聖經、默想上帝同埋勞作上。雖然尼路斯可敬者已經出世,但佢並冇停止同人接觸。從各方──包括 ──各種人都帶住自己嘅靈性需要嚟搵佢,冇一個人冇得到所需嘅指引同造就。 就連國王都寫信請佢代禱,佢亦都回信責備國王對聖金口若望不公。呢位神父其他嘅著作主要係道德同苦行性質。從佢所有嘅著作,可以睇到佢嘅學識有幾廣博深邃,同埋佢喺呢方面嘅工作有幾咁勤勞。 佢為咗考驗佢對上帝嘅愛,遇到咗一場特別嘅試煉。阿拉伯嘅野蠻人襲擊咗西奈山同附近地區,洗劫一空,殺咗好多,又擄走咗其他人。當中就有可敬嘅尼洛斯嘅仔Theodulus。 呢件不幸嘅事令到敬禮者憂心忡忡,佢完全冇法子安寧,尤其喺嗰場浩劫發生後第二、第三日,佢收到消息話嗰班野蠻人打算將佢個仔獻作晨星──即係金星──嘅祭品,雖然未有人證實佢哋究竟有冇真係咁做。 但上帝唔容許佢做父親嘅心長期受煎熬。 佢好快就知嗰次獻祭冇發生,啲俘虜已經俾人賣去咗基督教地區。後尾佢喺以祿薩城(Elusa)被搵到,嗰度嘅主教同其他人一齊由野人手上買返嚟,已經開始為佢準備教會嘅服侍,而佢老豆嚟接佢嗰陣,都同樣被勸說去教會做事。 佢哋對修道生活嘅熱愛令佢哋唔肯同意;主教於是按立佢哋做神父,祝福佢哋去佢哋鍾愛嘅西奈山,並喺嗰度度過咗餘生。聖尼洛斯喺390年離世;佢喺西奈沙漠生活咗60年,並喺大約450年去世。 佢嘅瞻禮日係11月12日同1月13日。喺朱斯丁二世統治期間,佢嘅聖遺體被移送去君士坦丁堡,安放喺聖使徒教堂。 由聖尼祿嘅著作入面,《論祈禱》同《禁慾講》被收錄喺希臘文《多布羅托盧比耶》,之後又傳到斯拉夫文版本。我哋亦都將*《論祈禱》*收錄喺自己嘅《多布羅托盧比耶》入面; 而我哋喺呢度,就唔係放嗰篇苦行論,反而寧願收錄*「論八大欺騙之靈」*論著,仲有*「兩輯簡短箴言」*同埋指示,其中一輯題為*「章節或勸喻」*,另一輯就係*「令人轉離朽壞、歸向不朽嘅思想」*。 ──但係因為敬愛的父親喺佢其他著作入面,已經提出咗好多非常有用嘅關於祈禱同對抗情慾嘅建議同指示,正如嗰度有大量令人振奮嘅思想──無論係一般道德行為,定係特別係關於超然於萬物嘅生活: 因此,我們認為若剝奪我等熱愛美德讀者這些寶藏,實屬不公,故決定從上述敬愛的父親之著作中摘錄,將有關祈禱者歸於「祈禱」篇章,有關對抗情慾者歸於八大情慾之下,以及有關一般教化者, – 歸入「格言集」。於此,我哋效法古人。因為喺Migne所編嘅《Patrologia Graeca》第79卷,收錄咗聖尼祿所有著作,喺*「使人棄暫時而歸於不朽者」*嘅*思想*之後──頁 1249–50 – 有一條按語指出,喺嗰份用嚟印刷呢啲思想嘅手稿入面,仲跟住另外十四條思想,部分取自*《論無所獲》*,部分取自《論獨居*勝*過城市生活》。 呢啲借用嘅內容本身未曾出版;但呢個例子因此並無任何損失。我哋會喺文章結尾標示呢啲借用嘅引用,並註明卷數同頁碼──根據神父俄文著作版本。冇標引用嘅文章,就喺上述所指頁面內。

# 苦行指引
# 西奈山可敬尼洛斯《關於祈禱的一句話》

## 1. 論祈禱

### *前言*

當我沉溺於污穢情慾的熾熱 fever 之中,你適時以你那神愛之筆的觸動喚醒了我,並以安慰與喜樂,仿效偉大導師與教師,撫慰了飽受最可恥病症折磨的心靈。這並不令人意外。 你一直以來都註定要追求榮耀同卓越,就好似蒙福嘅雅各一樣。因為佢為拉結勞碌咗,結果攞到利亞,你都同樣去追求你所愛嘅(創世記29:20–28)。 我亦唔否認,整晚打漁都乜都撈唔到;但係照你嘅話拋下網,就撈到好多魚──唔係大魚,我估係一百五十三條(約翰福音21:11)。 而家我就將呢啲放喺一個愛嘅籃子入面寄畀你;咁樣做就係要完成你嘅吩咐 ,我已經編咗相應嘅幾章(關於禱告)。 我對你深感驚嘆,並極大喜悅於你的美好揀選,你所渴望的(別無他物),只有關於禱告的章節;而且,你並不單止希望它們被寫在紙上,更希望它們能透過愛與溫柔植根於人心。 正如智者西拉赫(42:25)所言:*「萬有同一,同一反萬有」*,不可單憑字面接受,而要從靈裡領會。 唔好因為章節少就埋怨,就好似識得*「知足,亦識得缺乏」*嘅人(腓立比書

4:12)咁。其實,唔好埋怨,要記住主冇拒絕嗰寡婦嘅兩個小錢,反而比好多其他人嘅大奉獻更慷慨地收納佢嗰兩個小錢。　但係最緊要係,要對你嗰班真心嘅弟兄保持善意同愛,亦要為嗰啲軟弱嘅人禱告,願佢哋可以康復,拎起自己嘅床,靠住基督嘅恩典開始行路。阿門。

## *153 章 論禱告*

**1.** 若有人要調配香膏,按律法,必須將*「純乳香、沒藥、沒藥樹皮同安息香」*各取同等分量混合。(出30:34)呢就係四美德嘅四重奏——[70]　。　當呢啲美德喺靈魂入面完美無缺、力量均等嗰陣,心就唔會畀人出賣(當然係指畀內心嘅某個叛徒用詭計出賣)。

**2.** 靈魂經過美德的豐盛所帶來的純化後,[71]　,使心智進入不可動搖的狀態,令它能夠接受(在禱告中)所需的心境。

**3.** 祈禱係心靈同上帝之間嘅對話。咁,心靈要處於咩狀態,先可以唔使回頭(或者向左右望),直接向上帝升去,同佢對話,而唔需要任何中介?[72]

**4.** 摩西本想親近地上嗰棵燃燒嘅荊棘,但係要等到佢脫咗鞋先得(出埃及記 3. 5) 當摩西打算行近地上嗰棵燃燒嘅荊棘時,佢要除低腳上嘅鞋先得(出3:5),咁當你想見到嗰位高於一切感受同思想嘅主,並同佢對話時,點可以唔將每一絲激情嘅念頭都拋棄呢?

**5.** 以上所有,最緊要為眼淚禱告,好等你透過啜泣,軟化你靈魂深處嘅殘酷(希臘文:'野性'),並向*主承認你嘅'罪孽'*(詩篇31:5),好從祂得罪過嘅赦免。

**6.** 用眼淚作達成一切祈求嘅手段;因為你用眼淚禱告,主就大大喜悅你。

**7.**　當你禱告時,淚如泉湧,切勿因此自誇,好似自己勝過眾人。這是因為你的禱告蒙了上面的幫助,好讓你切實認罪,以眼淚去安慰主。

**8.**　所以,你唔好將用嚟對付情慾嘅手段,變成一種新嘅情慾,免得更加惹怒賜畀你呢種恩典(即係眼淚)嘅主。好多人喺為罪惡流淚嘅時候,都忘記咗流淚嘅本意,結果被情緒捲走,走咗偏路,或者甚至失心瘋。

**9.**　要堅守耐性,誠心祈禱,將塵世憂慮同各種念頭一掃而空;因為佢哋會打擾同困擾你,想破壞你對祈禱嘅專注。

**10.**當魔鬼見到有人有應有的禱告熱誠,佢哋喺禱告時就會灌輸佢哋某啲念頭,好似嗰啲係必要嘅咁 (就退去),但過了一會兒,又再次挑起那念頭,令心智去考慮——如果是一道問題,就想辦法解決;如果是一件事,就設法得到它;而他因尋不着所求之物,便感到煩躁和憂傷。　到佢企起身禱告嗰陣,魔鬼就提醒佢之前諗緊同埋追求緊嗰啲嘢,令佢再次將心思放返喺嗰件事(之前冇解決嗰件事)上,結果令佢嘅禱告枉費心機。

**11.** 努力喺禱告時令你嘅心靈變聾變啞;咁你先可以如應有咁樣去禱告。

**12.**當試探臨到你,或者有人頂撞你,以致你對那頂撞你的人動怒,甚至說出不體面嘅說話; 就記得你嘅禱告,同埋喺禱告中(喺神面前,你嘅良心上)對你作出嘅審判——即刻,你內心嗰股騷亂就會平伏落嚟。

**13.** 你對冒犯咗你嘅弟兄作出任何報復,呢啲都會喺你禱告嘅時候成為你嘅絆腳石(令你受困擾)。

**14.** 禱告係溫柔同唔發怒呢棵樹嘅一枝。

**15.** 禱告係喜樂同感恩嘅表達(顯現)。

**16.** 禱告係憂傷同灰心嘅良藥。

**17.** *「你去,賣掉你嘅所有,分畀窮人」*(馬太福音19:21),並且背起你嘅十字架,否定自己(16:24),咁你就可以無阻無礙咁禱告。

**18.** 如果你想獻上讚美禱告,就要在禱告時克制自己,並忍受最深的苦楚,為禱告而有耐性。

**19.** 你無論要忍受幾大嘅苦楚,都要有耐性;咁喺禱告嘅時候,你就會收割到呢份果效。

---

[70] 節制、堅忍、智慧、公義。

[71] 喺《多布羅托利烏比耶》入面,希臘文同斯拉夫文版本都寫住:「誠命嘅成就」。

[72] 斯拉夫文本:「處於虛無之中」——可能更貼切。

**20.** 如果你想照當得的去禱告,就唔好令你嘅心靈憂愁,或者心裏存住苦毒;否則,你嘅努力就會徒勞無功。

**21.** 「主說:*『把你的供物留在祭壇前,先去同你弟兄和好,然後再回来獻供物。』*」(馬太福音5:24)──咁你返去嘅時候,就可以無所障阻咁禱告;因為惡意會喺禱告者心裏投下陰影,將佢嘅禱告籠罩喺黑暗中。

**22.** 凡懷藏憂傷(悲痛)與惡意於心,並處於此狀態下祈禱的人,就好似從漏桶裡打水倒入漏桶。

**23.** 如果你有耐性,你就會時常歡喜快樂咁禱告。

**24.** 當你照當行嘅方式禱告嘅時候,有啲事可能會浮上心頭,令你覺得對鄰舍發怒似乎合理。(要小心。) – 真正公義嘅人,對鄰舍絕對唔會懷有忿怒。如果你留意,就會發現就算冇忿怒,都可以將事情處理得好好。所以,盡量唔好畀忿怒控制你。

**25.** 當你喺醫治他人嘅時候,要小心,免得自己仍然未得醫治,亦唔好畀自己嘅禱告被打斷。

**26.** 你對人施恩,不向他們發怒,就會為自己積下憐憫,在自省中證明自己的智慧,並被列為真心禱告的人之一。

**27.** 當你裝備自己對抗憤怒,你就永遠唔會畀慾望入侵;因為慾望餵養憤怒,而憤怒會令心靈嘅眼睛混濁,破壞你嘅禱告心態。

**28.** 禱告時,唔好淨係拘泥於外在嘅動作同姿勢,而要懷住極大嘅敬意,將你嘅心提升到禱告嘅靈裏。

**29.** 有時你一開始祈禱,就會即刻做得好好;有時就算好努力,都未能達到呢個目標;(而呢樣嘢係容許你嘅,好等你)更加虔誠咁去尋求(祈禱),一旦獲得,就可以有完全健全、唔會畀人偷走嘅祈禱。

**30.**當天使向我哋靠近嘅時候,所有困擾我哋嘅(魔鬼)即刻離開:當時心靈充滿極大喜樂,並以純正嘅心境虔誠禱告。 有時,在平時那場爭戰的攻勢中,心思交戰,被擋住無法升上敬虔的思想和屬靈的安寧。這是因為它 previously 已被各種情慾玷污(被它們捲走並嘗過它們的滋味)。然而,如果它更切慕地尋求,就會得著;如果它不因爭戰而疲倦,就會被開啟。

**31.** 唔好祈求:「照你嘅心願行。」因為你嘅心願唔一定同上帝嘅旨意相符。反而要照你所教導嘅禱告,說:*「願祢嘅旨意*成就在我身上。」(馬太福音 6:10) 在每一件事上,都要用這種方式向祂祈求;因為祂總是一直想要對你靈魂有益的事,而你卻未必總是追求這些。

**32.** 好多次,我喺禱告嘅時候,都求咗啲自己認為好嘅嘢,並且堅持唔放,愚蠢咁逼迫神嘅旨意,冇將神知道對我有益嘅嘢交託畀佢去更好嘅安排。 但係當我攞到我求到嘅嘢之後,之後我先發現自己陷入好大嘅痛苦,正正就係因為我冇求過照神嘅旨意令事情變得更好;因為件事最後根本唔係我想像咁。

**33.**離開神,有咩係好嘅?所以我哋要將一切都交託畀佢,咁我哋就會好;因為賜好禮物嘅,本身就一定係好嘅。

**34.** 如果你向神所求的沒有即時得着,就不要憂愁。神願意藉着讓你長時間忍耐着向祂禱告,賜給你更大的福氣。因為,有咩比與神傾談,並被與祂的交通所擁抱更偉大呢?

**35.** 全心祈禱係心靈最高嘅行為。

**36.** 禱告係心思向上帝嘅升騰。

**37.**如果你渴慕真正嘅禱告,就要捨棄一切,好等你得以承受萬有。

**38.** 首先,你要禱告,好叫你得以脫離你嘅情慾;其次,好叫你得以脫離無知同忘記;最後,好叫你得以脫離一切試探同背教。

**39.** 你喺禱告中只追求公義同天國,即係美德同知識──其他一切*都會賜畀你*(馬太福音6:33)。

**40.** 不但為自己得潔淨祈禱,也為眾人得潔淨祈禱,效法天使的秩序,這才是公義。

**41.** 你要諗吓,你喺禱告嗰陣係咪真係喺神面前,定係畀對人讚賞嘅慾望所勝,為咗攞到讚賞而努力,仲用延長禱告嘅方式掩飾呢個(唔健康嘅慾望)。

**42.** 無論你同弟兄姊妹一齊禱告,定係自己一個人禱告,都要努力唔好淨係為咗完成一種儀式,而係要用真情去禱告。

**43.** 呢種帶感情嘅祈禱,就係要你深切投入敬畏之中,以柔情同憂傷嘅心,並以無聲嘅嘆息承認自己嘅罪過。

**44.** 如果你喺禱告時心神遊走,你就唔係以修道者身份禱告,而係仍然係平信徒,只係喺外面裝飾聖殿。

**45.** 你禱告嘅時候,要盡全力守住你嘅記憶,唔好畀佢向你灌輸自己嘅念頭;反而要喺各方面提醒自己,要喺神面前保持警醒(要清楚自己喺邊個面前、為咗乜嘢而站立)。 因為喺禱告嘅時候,心思通常會好容易畀記憶拉走(佢會諗起啲事、啲人、啲經歷,咁就令心思唔集中喺禱告上)。

**46.** 禱告嘅時候,你嘅記憶會浮現過去嘅事情、新嘅憂慮,或者冒犯過你嘅人。

**47.** 魔鬼非常嫉妒禱告嘅人,會用盡各種花招去破壞佢哋嘅意圖; 所以佢不停咁用記憶勾起各種念頭,又用肉身驅動一切情慾,務求以任何方式阻礙祈禱美好嘅流暢(即係祈禱嘅工夫)同向上帝嘅升騰(即專注力嘅提升)。

**48.** 當嗰個極狡猾嘅魔鬼用盡各種詭計,都擋唔住一個勤力(好禱告)嘅人嘅禱告時,佢就唔會大幅減少(佢嘅攻擊),反而喺嗰個人禱告完之後,就向佢報復。 因為要麼牠用憤怒去煽動佢,摧毀咗透過祈禱得着嗰種美好嘅心境;要麼就用無聲嘅喜悅(即係追求感官享樂嘅衝動)去嘲弄佢嘅心靈。

**49.** 你照當祈禱嘅方式祈禱完,就要預備應付意想不到嘅事,並且堅定站住,守住你嘅果實。從一開始,你嘅本份就係要*「看守並保守」佢*。(創世記 2:15) 既然你盡咗本份(按正當方式禱告),點解要放鬆警惕,唔守住你靠勞力得嚟嘅成果?否則,你嘅禱告就完全冇任何益處。

**50.** 一切喺我哋同污穢靈魂之間嘅爭戰,都只係因為屬靈嘅禱告,因為呢樣嘢完全同佢哋相反,佢哋完全受唔到;但對我哋嚟講,就係救恩同益處。

**51.** 點解魔鬼要透過佢哋嘅影響,喺我哋身上挑起大食、淫亂、貪婪、憤怒、怨恨同其他情慾?好令心思笨拙,無法照應有祈禱;因為我哋非理性本性嘅情慾一旦開始運作,就唔會容心思理性行事。

**52.** 我哋實踐美德,因為本性需要;我哋順服本性,係為咗道──(主)──所造佢嘅。然而,呢個道通常喺我哋禱告嘅時候先向我哋顯明(清楚地烙印喺我哋嘅意識上)。

**53.** 祈禱嘅狀態係一種無情慾嘅心境,透過極致嘅愛,將有智慧同屬靈嘅心提升到高處。

**54.** 真正想祈禱嘅人,唔單止要制服忿怒同慾望,仲要擺脫一切激情嘅念頭。

**55.** 凡愛神的人,都像與父親傾談一樣,時刻與祂相處,並遠離一切激情之念。

**56.** 並非凡是已達致無情者,就已經真正禱告;因為那樣的人仍可能沉浸於單純的思想(關於事物,卻無任何激情波動),並被它們的種種故事(或許是對它們的影像及其不同組合)所分散注意力──因此與神相隔甚遠。 (冇任何激情嘅波動,但心思卻喺白日做夢)。

**57.** 但就算心神唔再留喺對事物嘅簡單思緒上,都唔代表已經達到祈禱嘅狀態:因為佢可能忙住對呢啲事物作(哲學式)嘅思辨,同埋探究佢哋之間嘅因果關係。 雖然呢啲都係抽象概念,因為佢哋係對事物嘅推測,但佢哋會喺心靈度烙印佢哋嘅影像──並將心靈帶離上帝好遠。 (情欲冇喺動,但心靈係做哲學思考多過祈禱:呢就係學者嘅狀態)。

**58.** 即使心靈超越咗對物質大自然嘅推測,都唔代表已經見到上帝本身嘅臨在;因為佢可能專注於對理智存在(天使界)嘅認識,並被佢哋填滿(充滿住對佢哋嘅各種思想同概念)。

**59.** 如果你想好好咁禱告,就需要上帝,佢會賜禱告畀禱告嘅人。喺禱告中呼求佢,講:*「願祢嘅名被尊為聖,願祢嘅國度降臨」*(馬太福音 6:9–10),即係聖靈同祢獨生子。 因為主自己教導說,*敬拜父「在灵和真理中」是合適的*(約翰福音4:24)。

**60.** 凡以心靈同真理祈禱嘅人,佢為咗讚美造物主而擺嘅思想,唔係從受造之物嚟,而係單單從佢嗰度攞到嘅洞見去讚美佢。

**61.** 如果你係神學家,就會真誠咁禱告;如果你真誠咁禱告,就係神學家。

**62.**當你嘅心思被對上帝嘅渴慕之火點燃,好似逐漸從肉身分離,並遠離所有由感官印象或記憶引起嘅念頭,同時充滿敬畏同喜樂;咁就可斷定佢已經接近祈禱嘅極限。

**63.** 聖靈降卑,體恤我們的軟弱,即使我們尚未純潔,祂仍會臨到我們;只要祂見到我們的心誠心實意地向上帝祈禱,祂就降臨在我們身上,驅散並消散圍繞我們心靈的眾多思想和影像,使我們的心靈得以預備好渴慕屬靈的禱告。

**64.** 其他──無論善惡──的靈,都透過作用於身體向心裏引入思想、概念和想像;但主卻相反:祂直接感動心靈本身,將凡能討祂喜悅的事知識灌輸其中──並藉着心靈來馴服身體的放縱。

**65.** 凡喺真心禱告嘅時候,竟然發怒或懷恨喺心,就真係可惡可責:因為佢就好似想睇得清楚,卻又同時用塵土蒙住自己雙眼。

**66.** 如果你想照當作嘅方式去禱告,就唔好做任何同禱告相違背(敵對)嘅事,好等上帝親近你、降臨喺你身上。

**67.** 你禱告嘅時候,唔好將任何形狀歸於神,亦唔好容許你嘅心變成任何影像(或者想像自己係任何形態,或者有任何影像印刻喺你心裏);但要用無形去親近無形──你就會同佢合一。

**68.** 提防仇敵嘅陷阱:因為當你以純潔同寧靜嘅心祈禱嘅時候,可能有啲奇怪同陌生嘅影像突然出現喺你面前。 呢就係敵人嘅作為,佢哋嘅目的係令你自以為係,畀你以為神已經喺呢度向你顯現──而且,仲令你以為,就好似呢個突如其來嘅幻象一樣,神都具有量(佔據空間、有伸展、由部分組成),但事實上,神既無量亦無形。

**69.**當妒忌嘅魔鬼未能令記憶啟動,就會作用喺血液同生命精氣上,從而喺心靈入面,透過佢哋,產生一種異樣嘅想像,並充斥住各種影像; 而心思慣咗留喺呢啲念頭入面,就好容易畀佢哋捲走;佢以為自己正上升到一個無物質、無形嘅知識境界,其實已經中咗騙,將煙霧當成光。

**70.** 要看守自己,喺禱告嘅時候守住心,唔好畀雜念遊走,並努力保持心境平靜──好讓*「對無知者有憐憫心嘅主」*(希伯來書5:2)能嚟到你面前,賜予你禱告嘅榮耀恩典。

**71.** 你喺世俗事務中糾纏,又畀無盡嘅憂慮擾亂,就根本唔可能以純潔嘅心去祈禱;因為祈禱就係要將所有外來嘅念頭都擱置一邊。

**72.**被捆綁嘅人走唔甩──同樣,被任何情慾奴役嘅心都見唔到屬靈禱告嘅所在;而且,佢仲會畀激情嘅念頭所搖動、所拋擲,完全冇得站穩。

**73.**當心靈終於開始以純淨同無情欲嘅狀態祈禱時,魔鬼就唔再由左邊攻擊,而係由右邊:佢哋會呈現好似神嘅榮耀嘅異象,或者某啲令人感官愉快嘅象徵性影像,令心靈以為已經完全達到祈禱嘅目標。 正如一位通曉此事的男子(伊瓦格里烏斯)所言,此乃源於虛榮之情慾、魔鬼於大腦某部位的觸碰,以及該處神經的擾動(或發炎)。

**74.** 我相信魔鬼隨心所欲觸碰嗰個部位,就會改變圍住心靈嘅光;由此,虛榮心就激起一個念頭,強迫心靈輕率咁將神聖同本體嘅知識歸於自己。 因為佢唔受污穢肉慾嘅困擾,而係以純潔嘅狀態禱告,所以佢根本唔會諗到可能有敵對嘅力量喺背後搞鬼, ──佢就深信呢個真係神聖嘅顯現,殊不知呢一切都係因為有個魔鬼,用盡佢嘅狡猾,透過腦袋改變同心靈相關嘅光,正如我哋所講,並且塑造心靈本身(畀佢一個自己嘅形狀,或者令佢想像呢樣嗰樣)。

**75.** 神嘅使者一旦顯現,就一言以蔽之,結束咗敵人喺我哋心入面嘅活動,並促使心靈嘅光無欺騙咁運作。

**76.** 啟示錄中關於天使的記載──*「*他將香奉上,*與眾聖徒的祈禱一同獻上」*(啟示錄 8:3)──我相信正指這恩典,它藉着天使而行,賦予人真正祈禱的能力; 使心思可以最終喺禱告中安住,唔使有思想嘅混亂、唔使有灰心或者怯弱。

**77.** 嗰度講,嗰啲盛香嘅瓦瓶就係*「聖徒嘅禱告」*,係由*「二十四位長老」*獻上嘅(啟示錄5:8)。呢度所講嘅瓦瓶,要理解為同神嘅交通,或者話係對祂嘅完美屬靈之愛,喺呢種愛裏面,禱告係用靈同真理獻上嘅。

**78.** 當你發覺在禱告時,你根本不需要為你的罪而哭泣,你就要考慮自己離神已經遠到何等地步,儘管你注定要永遠安息在他裏面──然後你就會流下最熱切的眼淚。

**79.** 實在係咁:當你認清自己嘅價值(你嘅貧窮同渺小),你就會帶住甘甜嘅眼淚嚎啕大哭,好似以賽亞咁為自己哀號──*承認自己「不潔淨,又有一對不潔淨嘅嘴」*,並且生活喺呢班人當中,即係神嘅仇敵(污穢嘅勢力或思想), 你竟然敢站喺萬軍之主面前(以賽亞書6:5)。

**80.** 如果你真係誠心禱告,你會喺好多事上得到完全嘅信心,天使會圍住你,就好似佢哋圍住但以理咁,用對事物發生原因嘅知識光照你。

**81.** 要知道,天使會激勵我哋禱告,並且同我哋一齊站立,一齊為我哋歡喜同禱告。 所以,如果我哋疏忽大意,心存惡念,就會大大激起佢哋嘅忿怒;因為佢哋為我哋勞苦咁多,而我哋自己卻唔肯向神禱告,反而忽略咗對神嘅服侍,棄棄佢哋嘅神同主,喺心裏面同污穢嘅鬼魔傾計。

**82.** 你要安詳而寧靜咁禱告;有節制、愉快咁唱歌──你就會好似鷹雛咁,展翅高飛。

**83.** 詩篇的歌唱令情慾安睡,並馴服肉體放縱的衝動;而禱告則令心智與其應有的理智活動相諧調。

**84.** 祈禱係一件配得上心靈尊嚴嘅活動,或者更準確嚟講,就係佢真正嘅運用。

**85.** 詩篇的歌唱是多重智慧的彰顯;而禱告是通往屬靈知識的序曲。

**86.** 默想係最卓越嘅追求;佢透過激發人心嘅理智能力去默想神聖知識,從而幫助祈禱。

**87.** 如果你未有得着禱告或詩歌的恩賜,就當恆切地求,你必得着。

**88.** *「主對他們講了一則比喻,是要他們隨時禱告,不可灰心。」*(路加福音18:1)所以,你未得着之前,不可憂愁或灰心;因為到時候你必得着。 主又喺呢個比喻度加咗一句:*「我雖然唔敬畏神,亦唔怕人,但因為呢個寡婦不斷嚟煩我,我要替佢伸冤。」*(– 5) 同樣地,*主又話:「神會快手伸冤,為日夜呼求祂嘅人伸冤。」*(– 7)所以,你哋要心裏喜樂,以勤力同恆心持續禱告。

**89.** 唔好奢望凡事都照你認為最好嘅方式發生,而要照神嘅心意;咁你喺禱告中先能心平氣和,並懷住感恩。

**90.** 即使你似乎已經與神同在,都要提防情慾的魔鬼;因為他最是誘惑人又狡猾,千方百計要攻破你清醒理智的決心,將你的心思從神那裡轉開,就算你是在敬畏中站立在神面前,他都會如此行。

**91.**如果你好渴望禱告,就要預備好自己去面對魔鬼嘅誘惑,並耐心承受佢哋嘅鞭笞;因為佢哋好似野獸咁,會攻擊你,撕裂你全身。

**92.** 要準備好,好似一位老練嘅摔角手──就算突然見到啲鬼影,都唔好動搖;就算有刀架喺你頸上,或者有人將火炬湊埋你面前,都唔好驚慌;就算有啲又醜又陰險嘅鬼怪出嚟,都唔好灰心(唔好被嚇倒)。 但要堅定不移,宣揚真信心,大膽地注視你嘅敵人。

**93.** 凡能忍受憂傷者,必配享喜樂;凡能承擔艱苦者,亦不會失去享受快樂的份。

**94.** 小心,免得奸狡嘅魔鬼用任何異象嚟欺騙你。若果真係發生咁嘅事,你要保持鎮定,轉而向上帝禱告,求佢若係出於佢(為咗造就你),就親自光照你;若係唔係,就迅速將嗰個欺騙者趕走。 你要堅定信心;當你全心迫切地向神呼求時,這些狗不會堅持,反而會被神的大能即時、無聲無息、無形無覺地擊中,然後遠遠逃離你。

**95.** 你亦都應該留意魔鬼以下嘅狡猾伎倆。有時佢哋會分隊,一隊嚟試探你;當你求助嘅時候,另一隊就扮成天使趕走嗰班,令你誤以為佢哋係真天使,從而陷入自以為配得上呢種事嘅妄想。

**96.** 盡力保持謙卑同勇敢──咁魔鬼嘅敵意攻擊就觸唔到你嘅靈魂,佢哋嘅鞭罰亦都近唔到你嘅身體。 *「祂(主)必差遣祂的使者,在祂所揀選的人身上保護你。」*(詩篇91:10-11);使者會無形中為你抵擋一切仇敵的行為。

**97.** 雖然努力保持禱告純潔的人,會聽到魔鬼的噪音、騷亂、呼喊和咒詛,但他的心思不會被引誘,也不會向它們屈服,反而會對神說:*「我必不懼怕禍害,因為你與我同在。」*(詩篇22:4),等等。

**98.** 喺呢啲試探期間,要不斷練習簡短但強烈嘅禱告。

**99.** 如果魔鬼威脅你,話佢哋會突然喺空中出現,嚇到你失神,就唔好驚,亦唔好理會呢啲威脅。佢哋只係想嚇你,試下你係唔係當佢哋有咩本事,定係已經徹底藐視佢哋。

**100.** 如果你喺禱告中,站喺全能嘅創造主同供應者──上帝面前,點解要咁愚蠢咁企喺佢面前,竟然拋棄對佢堅不可摧嘅敬畏,反而驚蒼蠅同蚊? 又或者你冇聽到先知點講:*「你要敬畏你嘅主上帝」*(申命記10:20),又或者:*「眾人都敬畏祂,見到祂嘅大能就戰戰兢兢」*——等等(歷代志下36章,瑪拿西禱告)。

**101.** 正如麵包係身體嘅食物,美德係靈魂嘅食物,同樣,靈性嘅禱告就係心靈嘅食物。

**102.** 喺禱告嘅聖地,唔好似法利賽人咁禱告,而要好似稅吏咁,咁你先可以同主一齊得稱義。

**103.** 努力喺禱告中唔好對任何人有仇恨,免得你拆毀咗自己所建立嘅,令你嘅禱告喺神眼中成為可憎惡嘅。

**104.** *「十錠銀」*嘅債主教訓你,除非你饒恕你嘅債主,否則你自己都唔會畀人饒恕;因為經上係咁講:*「就交給刽子手」*(馬太福音18:34)。

**105.** 你喺神面前禱告嘅時候,要放低你身體嘅需要,免得跳蚤、蚊或者蒼蠅嘅叮咬,令你失去禱告所賜予嘅最大祝福。

**106.** 我哋聽講有位聖人一站起身禱告,魔鬼就勁咁反對佢,佢一擡手,魔鬼就變咗隻獅子,擡起前爪 ,將爪子插進嗰位苦行者嘅肋邊,除非聖人放低手,否則就唔肯放鬆。 但佢未完成平時嘅禱告之前,就絕對唔會放低雙手。

**107.** 正如我所知,約翰小者──或者更準確嚟講,佢係最偉大嘅修士──都係咁樣,佢同神保持住不斷嘅靈性交通,同時有個化身為龍嘅魔鬼盤踞喺佢身上,咬佢嘅肉,仲將啲肉吐佢面上。

**108.** 你肯定讀過塔維尼西修道士嘅傳記,入面講阿爸特奧多喺同弟兄講嘢嗰陣,兩條蝮蛇爬埋佢腳邊;但佢一啲都冇驚,曲起腳拱成拱形,畀兩條蝮蛇從腳底爬過,之後繼續講完佢嘅講道; 之後先將佢哋攞出嚟畀弟兄睇,並講述咗呢件事。

**109.** 我哋亦都讀過另一個屬靈兄弟嘅故事:佢喺禱告嘅時候,有隻針鼴爬埋嚟觸佢隻腳;但佢冇放低雙手,直至完成咗平時嘅禱告。呢位愛神勝過愛自己嘅人,完全冇受到任何傷害。

**110.** 禱告時要專注於唔會分散你注意力嘅事,並將自己同肉體同靈魂分離,以心智生活。

**111.** 有位住喺曠野靜默禱告嘅堅定聖徒,魔鬼現身,連續兩個禮拜好似拋波咁同佢玩,將佢拋上天空,再喺蓆上接住;但佢哋一點都冇辦法令佢分心,打斷佢熱切嘅禱告。

**112.** 又有一位愛主嘅修士,當佢行經曠野時默禱,有兩位天使現身,並行喺佢身邊,將佢夾喺中間。 但佢連一剎那都冇分心去理佢哋,唯恐因此失去最美好嘅嘢,因為佢記得使徒嘅說話:*「連天使、權柄、能力,都無法將我哋同基督嘅愛隔開。」*(羅馬書8:38–39)

**113.** 透過祈禱,一個修士變得像天使,渴望*「看見在天之父的面」*(瑪竇福音18:10)。

**114.** 祈禱時,絕對唔好渴望或者去睇任何一張面孔或者影像。

**115.** 唔好用你嘅肉體感官去渴望見到天使、能力或者基督,否則你會認錯狼做牧羊人,誤將仇敵──魔鬼──當成敬拜嘅對象,而令自己失心瘋。

**116.** 心靈迷失嘅開始就係虛榮;受呢種虛榮驅使,心靈就試圖用某種形態或影像去描繪神性。

**117.** 我要重申我對初學者所講過嘅話:有福咗,就係喺禱告時保持完全寂靜嘅心。

**118.** 福於嗰個心,喺無分心嘅祈禱中,對上帝嘅渴慕日益深切。

**119.** 當祈禱時,心若能超脫物質,遠離貪婪,則為有福。

**120.** 當祈禱時,對一切事物保持完全無執著嘅心,係福氣嘅。

**121.** 敬奉每一個人如神之後,嗰位比丘福德無量。

**122.** 視眾人得救與興旺為己任嘅僧侶,有福。

**123.** 福氣啊,嗰位將自己視為眾人中最低賤嘅和尚。

**124.** 出家人係指雖然同一切分開,但仍然同一切合一嘅人。

**125.** 僧侶係指一個視自己同所有人一齊,又喺每個人身上見到自己嘅人。

**126.** 凡係成日將佢最先嘅念頭獻畀上帝嘅,先至係真係禱告。

**127.** 作為一個真心想祈禱嘅和尚,要避免一切虛假同一切誓言;否則,你只會徒然戴上一副唔屬於自己嘅面具。

**128.** 如果你想憑聖靈禱告,就唔好畀肉體任何嘢──咁你禱告嘅時候,就唔會有黑暗嘅雲霧喺你面前散開。

**129.** 將你身體嘅需要交託畀上帝──咁你就會好清楚,你靈性嘅需要都一併交託畀佢。

**130.** 如果你被認為配得上承受應許,你就會得著治理權;如果唔配,豈不應該為此歡喜地背負你而家嘅貧窮?

**131.** 唔好迴避貧窮同人生嘅悲傷──呢啲就係輕省禱告嘅器皿(翅膀)。

**132.** 讓身體的德行成為你屬靈德行的憑據,屬靈的德行成為屬靈事物的憑據,而這些又成為對無形與本质的認識的憑據。

**133.** 如果你喺對抗某個念頭嘅時候,發現佢好快好容易就平息咗,就要查清楚原因,免得中埋陷阱,畀人呃到,變成自己嘅賣主。

**134.** 有時魔鬼會先喺你心入面種下某啲念頭,跟住又自己喺背後推你同佢哋禱告、抵抗佢哋──然後即刻走甩;咁你就可能中計,以為自己已經開始克服念頭,仲嚇到魔鬼四散逃走。

**135.** 如果你為任何折磨你嘅慾望或魔鬼禱告,就要記起詩篇作者嘅說話:*「我要追趕仇敵,追上他們;我未將他們滅絕之前,決不回轉。我要打倒他們,使他們不能站立;他們要倒在我的腳下」*,等等(詩篇17, 38–39)。但要喺適當嘅時候講,並以謙卑武裝自己,對抗仇敵。

**136.** 唔好以為唔使流血就可得着美德。照神聖使徒所講,人要同罪惡爭戰到死,先能保持無可指責(希伯來書12:4)。

**137.** 有時你對一個人做好事,卻因仇敵嘅詭計而畀另一個人害,以至當面對誣衊時,你講或做啲唔恰當嘅事,咁就浪費咗你之前積累嘅善。狡猾嘅魔鬼就係想達到呢個目的。所以,你要識嘢咁小心看守自己。

**138.** 當受到魔鬼對你的攻擊時,要加倍小心,切勿陷入它們的枷鎖。

**139.** 夜晚,邪惡嘅魔鬼親自嚟擾亂你嘅靈性導師;而日間,佢哋就透過人嚟做,用唔愉快嘅事情、誣衊同埋由佢哋造成嘅不幸,圍住佢。

**140.** 唔好拒絕忍受呢班粗魯嘅人。畀佢哋打同踩你,拉扯同撫摸你;因為咁樣,你嘅衣衫先會變得更光亮。

**141.** 除非你完全拋棄咗你嘅慾望,而你嘅心仍然對美德同真理有抵抗,否則你喺心入面搵唔到香氣撲鼻嘅香(即係純淨而熱誠嘅祈禱)。

**142.** 你想如應有咁樣禱告嗎?就背棄呢個世界,永遠居於天上──唔係淨係用口講,而係透過天使般嘅行為同最神聖嘅智慧。

**143.** 如果你只係喺受苦(面對嚴峻試探、差啲跌落去)嘅時候,先記起審判者──佢有幾可怕、幾堅定──咁你就未學識*「敬畏主,戰戰兢兢喺佢面前歡喜」*。(詩篇 2:11) 要知道,喺屬靈喜樂同安慰嘅時候,更加應該存敬畏同敬虔嘅心去事奉祂。

**144.** 那未得完全悔改之前,仍不斷以憂傷的心紀念自己罪惡,並紀念那要喺永恆之火中受嘅公義刑罰,真係有智慧。

**145.** 凡仍然停留於罪中,並惹動天主忿怒的人──而且厚顏無恥地妄圖追求神聖之事及屬靈的祈禱──就當接受宗徒的禁令,不可頂無蓋而祈禱。 咁嘅靈魂,用使徒嘅話講,*就係「要有一位天使喺佢頭頂站住」*,為咗在場嘅人(林前11:10),並已穿上端莊同謙卑嘅衣着。

**146.** 就好似有視力問題嘅人,就算用盡力望住正午最強烈嘅陽光都冇益一樣,一個熱情而污濁嘅心靈,就算以心靈同真理想像一場恐怖超自然嘅禱告,都冇益;相反,神性會因此對佢發起忿怒。

**147.** 如果嗰位一無所缺又毫不偏心嘅上帝,都唔接受帶供物上祭壇嘅人,除非佢先同埋對佢懷怨嘅鄰舍和好(馬太福音5:23),咁你就要諗吓,要喺心靈嘅祭壇上獻上蒙神悅納嘅香,需要幾大嘅自制同幾大嘅謹慎。

**148.** 唔好做言語嘅愛好者,亦唔好做榮耀嘅愛好者;否則就會好明顯,*唔係「喺脊樑上」*,而係*「喺你面上」有「惡人作工」*(詩篇128:3)。而且,你喺禱告嘅時候,會畀佢哋當笑柄,畀佢哋拉走同誘惑,令你思緒散亂。

**149.** 尋求禱告的專注,必能得着禱告。冇嘢比專注之後更勝禱告,而禱告正正係人應該盡心培養嘅。

**150.** 就如眼睛比其他感官更尊貴,禱告亦比所有美德更神聖。

**151.** 禱告的功績不在乎數量,也在乎品質。這可從*「那往殿裡去禱告的」*(路加福音18:10)可見,亦如經上所言:*「你禱告的時候,不可像那嘮叨的人……」*,等等(馬太福音6:7)。

**152.** 只要你只顧着適合祈禱嘅姿勢,而心思只放喺會幕嘅外在美(至於祈禱嘅其他外在方面……見第44章),就知你未真正見到祈禱之地,而通往嗰度嘅福氣之路仍然好遠。

**153.** 當你企喺禱告嘅時候,被提升到高過一切其他喜樂,咁就(要知)你真係搵到禱告咗。[73]

**154.** 祈禱同讀經真係奇妙;佢哋終結咗心思意念嘅虛浮飄忽,約束心思唔好去到唔應該去嘅地方,有用咁令佢集中,喺呢個奇妙嘅追求入面一啲都唔會分心(1, 16)。

**155.** 禱告令我哋得以與神對話,並透過長期嘅實踐,帶我哋與祂相交;與祂──祂接納最卑微嘅人入祂嘅愛,只要內住嘅愛賦予佢哋膽量,就唔會因與佢哋親密而感到羞愧(1, 17)。

---

[73] 以下係取自聖尼洛斯其他著作《論祈禱》嘅補充。

**156.** 禱告令心思從一切屬乎肉體的念頭中脫離,升到那超越萬有之上的神自己,使我們得以與祂交通,並大膽地向祂求我們所願的一切; 並以這種方式使人得以過一個純潔的生活,好似已經與神交通過,並隨後再次為那交通作預備的人(1:19)。

**157.** 保羅教導我哋*要「恆切禱告」*(羅馬書12:12),藉住不斷嘅實踐,喺自己身上培養禱告嘅習慣(歌羅西書4:2;以弗所書6:18)。 佢又吩咐我哋 *「凡處都要禱告」*(提摩太前書2:8),咁就冇人可以因為住得遠離敬拜嘅地方而搵藉口唔禱告。 任何地方都適合禱告。上帝悅納以清潔的心和公義的行為呼求祂的人,祂顧念他們的態度,垂聽他們的懇求,即使我們認為他們呼求祂的地方與其他地方無異 (1:20)。

**158.** 有時喺守夜禱告嘅時候,應該快啲唸詩篇;有時又應該以唱詩篇為先。 我哋要善變我哋嘅做法,以對抗仇敵嘅詭計。佢哋有時會令我哋嘅心靈陷入絕望,急於草率讀完經文;有時又煽動我哋以莊重、悅耳嘅聲調詠唱(1, 234)。

**159.**當仇敵嘅思想攻入你心,唔好透過祈禱去追求呢樣嗰樣,而要磨利眼淚嘅劍去對付仇敵。用呢種強大嘅盔甲去面對仇敵,我哋就可以更快迫使佢退走。

**160.** 你要樂於做體力勞動;但更應樂於心靈的紀念,因為前者未必總有成果,而後者則不斷結出勞苦的果實。 未盡完你嘅禱告本份之前,唔好中斷禱告,亦唔好理會「應該去做嘢」呢個念頭;同樣,當你做緊嘢嘅時候,唔好過度投入,免得急急忙忙之中擾亂咗你嘅心,令佢唔適合再去禱告。

**161.** 一個神偷走咗上帝思想、同祂嘅紀念拉開距離嘅心,會對外在感官嘅罪行毫不在意:因為連耳仔同舌頭都唔再能夠做呢個心嘅守護者,因為自我克制嘅苦修承諾已經從心入面消失咗(1, 244)。

**162.** 有時我哋努力想獻上純潔嘅祈禱,但做唔到;但有時我哋冇勉強自己,靈魂卻仍然處於純潔嘅祈禱之中。 前者源於我哋嘅軟弱,後者則來自高天嘅恩典,藉此呼召我哋追求靈魂嘅純潔,並透過兩者教導我哋,如果我哋能純潔禱告,就唔好自誇,而要承認呢份恩賜係賜予者所賜。 *「因為我哋唔知點樣禱告先好」*(羅馬書 8:26)。當我哋努力想令禱告純潔但做唔到,反而畀雲霧遮住;嗰陣,就等我哋淚流滿面,懇求上帝驅散爭戰嘅夜,等光明照入我哋心靈(1,264)。

**163.** 肉體情慾的回憶令人不安;因為它不但阻止我們與神交通,甚至以可憎的影像玷污那似乎在禱告的心。 持續不斷咁祈禱,並訓練心思同神對話,係好事。 但係我哋係咪真係咁做㗎?—好多時我哋會畀祈禱詞分散注意力,跟住思緒走偏,既唔拒絕佢哋,亦唔為此困擾—呢種情況其實係意志同建議唔雅嘅念頭相違嘅表現。 雖然表面上我哋似乎喺禱告──因為屈咗膝,睇喺眼裏嘅人就以為我哋喺禱告──但我哋心裏面卻幻想住啲愉快嘅嘢,同朋友愉快咁傾偈,喺憤怒中惡言相向敵人,同賓客大擺筵席,為親戚起屋,種樹, 旅行、做生意、被人強拉去事奉、小心咁管理交託畀我哋嘅教會事務,仲喺心裏面反覆諗晒以上啲嘢,對住心裏面嘅念頭乜都照做,任由情慾擺佈我哋嘅心(– 2, 129–130)。

**164.** 禱告需要心靈淨化,除咗禱告以外嘅念頭一概唔可以入嚟,就算係光榮嘅都唔可以;而係要好似受神感動咁,同一切事物斷絕關係,單獨同祂傾心吐意。(2,131)

**165.** 凡將時間分配於體力勞動同禱告之間者,藉住工作馴服身體,並將其無序嘅慾求制約;而與身體一齊勞作嘅靈魂,最終嚮往安息,因此對較容易嘅禱告產生好感,並以熱誠同活力投入其中。 因為佢喺活動嘅轉換同由一件事過渡到另一件事嘅過程中搵到安慰,但如果同一件事做太耐就會攰;佢被單調厭倦,卻喺多樣化嘅追求中喜悅; 佢覺得,只要放低一樣嘢,就好似將所有疲倦都拋開咗,所以佢會用彷彿全新嘅精力去開始下一件嘢,好似啱啱先開始做咁[74] – (2, 231. 232).

**166.** 凡是不愛工作的人,都因懶散而餵養自己的情慾,並任憑自己的慾望去追求那些吸引自己的事物──這點在禱告時最為明顯; 因為當時心神全被佔據,心思只留喺已啟動嘅情慾衝動上,唔再同上帝對話,亦唔再向祂求對自己有益嘅嘢。 聖保祿知道呢點,就熱心咁譴責懶惰,並以佢嘅使徒權柄命令每個人都要工作(帖撒羅尼迦後書3:6–12)。工作係心靈嘅錨,為佢指引安全嘅方向。 任憑四面八方風暴襲來,任憑狂風威脅要船隻觸礁;思想堅定不移,以工作為錨,穩穩地固定住;或許會因湧現的念頭而略有波動,卻不會被捲入危險,因為繫住它的繩索比推動它的風力更強大(2, 232, 234)。

**167.** 那些以「要不斷禱告」為藉口拒絕做體力勞動的人,其實根本一點都沒在禱告。他們以為懶惰可以讓靈魂擺脫憂慮,卻反而將靈魂纏繞在一連串無盡的思緒迷宮中,令它無法真正禱告。 忙於工作嘅身體會約束心神;心神就好似眼睛一樣,要觀察所做嘅事,協助身體無誤差咁行動;但係休息緊嘅

[74] 呢章同下一章係針對尤基特派。

身體就會畀心神自由放任,四處遊走; 因為休息嘅時候,情慾會被激起,每次一有慾望嘅回憶,就會擄走心靈,將佢當作囚犯(2, 234. 5)。

**168.** 完美者有一至高無上的禱告——一種心靈的欣喜若狂,完全脫離感官,當它在靈魂無聲的嘆息中,親近那洞悉心志如敞開書卷、以無言影像表達旨意的神。 因此,保羅被提到第三天,也不知道「自己是在*身內,還是離了身體*」(林後12:2)(2, 235)。

**169.** 第一種之後(以下),有第二種禱告,係講出聲,而心靈跟住佢,帶住虔誠,知道自己向邊個呈上懇求。

**170.** 但係,如果禱告被卑鄙嘅念頭打斷,又糾纏住身外嘅瑣事,就同一個禱告者應有嘅狀態差得好遠。咁嘅人連自己講緊乜都聽唔到,心思飄來飄去,連自己講緊啲乜嘢都唔記得。 但如果禱告者係咁,神嘅耳能理會到佢自己因分心而根本唔理嘅嘢嗎?正如嗰啲人所講:*「求祢垂聽我嘅禱告,留心聽我嘅懇求」*(詩篇16:1),又話*「願祢留心聽我懇求嘅聲音」* (詩篇129:2),佢哋成個心都專注喺度,冇似粗心人咁任由思想飄走(2, 236)。

## 2. 論八種惡靈

### *1. 論貪食*

**1.** 結成果實嘅開始係開花,而活躍人生嘅開始係自我克制。

**2.** 能節制口腹者,其情慾自減;任憑貪食者,其淫慾倍增。

**3.** 舌頭嘅起源係亞瑪力,情感嘅起源係貪食。

**4.** 火嘅燃料係木,肚嘅食物係養份。

**5.** 柴多則火大,食多則慾大。

**6.** 火焰無燃料就熄,食物缺乏就扼殺慾望。

**7.** 對食物嘅渴求引發咗不順服,而佢嘅甜味又令我哋被逐出伊甸園。

**8.** 美味嘅食物令喉咙愉快,但同時餵大咗慾望嗰條不斷長大嘅蟲。

**9.** 飢餓嘅肚皮令人適合禱告守夜,而飽食則令人陷入深沉嘅睡眠。

**10.** 禁慾同反思係禁食帶嚟嘅,而豐衣足食同滿足嘅生活就會令心智沉睡。

**11.** 禁食者嘅禱告好似鷹雛喺晴朗天空高高飛起,而大食者嘅禱告就畀飽足感壓到跌返落嚟。

**12.** 禁食者嘅心靈就好似一顆明亮嘅星星喺晴朗嘅天空閃耀,而大食者嘅心靈就好似月黑風高嘅夜空咁陰沉。

**13.** 霧氣遮住陽光,而食後濃郁嘅蒸氣則令心智迷霧。

**14.** 一面污穢嘅鏡子顯示唔到影像嘅清晰特徵;而飽食滯膩嘅心靈,被雲霧遮蔽,無法接納上帝嘅智慧。

**15.** 長期荒蕪嘅土地會長出荊棘;飽食者嘅心亦會滋生可恥嘅念頭。

**16.** 正如冇人會喺牛糞入面搵到香味,同樣,貪食者都冇得修養心性。

**17.** 貪食者嘅眼睛只望住筵席,節制者嘅眼睛卻尋訪智者嘅聚會。

**18.** 貪食者嘅靈魂計算殉道者紀念日,而節制者嘅靈魂則效法佢哋嘅生活方式。

**19.** 膽怯嘅戰士聽到吹戰鼓嘅號角就發抖,而貪食者聽到開始禁食嘅宣告就發抖。

**20.** 貪食嘅和尚係佢個肚嘅奴隸,每日都要喺佢鞭策之下向佢進貢。

**21.** 急於趕路嘅旅客好快就到城,而苦行嘅和尚則獲得心靈嘅平靜。

**22.** 行得慢嘅旅客(因為冇去到有人居住嘅地方)只好喺戶外過夜;而貪食嘅和尚永遠都到唔到無情欲嘅境界。

**23.** 焚香瀰漫香氣——而有節制者嘅禱告對上帝嚟講係甘甜嘅香氣。

**24.** 如果你屈服於填飽肚嘅慾望,乜嘢都滿足唔到你嘅貪食;因為貪食就好似一把食量大嘅火,永遠想要更多。

**25.** 足夠嘅分量(無論倒入乜嘢器皿)都會裝滿器皿,但係胃,就算已經飽晒,都唔會話「夠」

**26.** 舉手向上令亞瑪力人逃跑,而向天方向所行嘅善行能勝過肉體慾望。

**27.** 你要在自己裏面除滅一切激起情慾的事,又要徹底治死屬肉體的肢體。

**28.**就好似被殺咗嘅敵人唔會令你驚,一樣,一個死咗嘅身體亦唔會擾亂你嘅心靈。

**29.**就好似死屍唔會因為火而感到痛楚,同樣,有節制嘅人亦唔會因為死去嘅慾望而感到任何快感。

**30.** 如果你擊倒一個埃及人,就將他埋在沙裡——意思是,如果你制服了慾望,就別滿足身體(或要讓它保持乾糧);因為正如被埋藏在地下的人,一旦被澆水就會破土而出,同樣,藏在身體深處的慾望,一旦得到滿足就會綻放。

**31.** 熄咗嘅火焰如果加埋新鮮乾柴,就會再度熊熊燃起;而一旦熄咗嘅慾望,只要用填飽肚嘅食物去滿足佢,就會死灰復燃。

**32.** 當身體開始埋怨疲倦時,就唔好可憐佢,亦唔好用令佢開心嘅食物完全滿足佢;因為如果佢恢復咗力氣,就會反抗你,同你打一場無可調和嘅戰爭,直到佢擄走你嘅靈魂,將你交畀淫欲嘅奴役。

**33.** 節食養身,就好似一匹經過嚴格訓練嘅馬,永遠唔會拋甩騎手。 就好似匹馬,畀馬呔繩制住,會屈服同服從騎手嘅手勢;同樣,個身體,經過節制飲食同警惕,就唔會掙脫坐喺佢身上嗰個思想嘅掌握,亦唔會好似受激情衝動驅使嗰陣咁嘶鳴。

* * *

**34.** 過量飲食滋養思想,醉漢令自己嘅睡眠充滿噩夢(1. 248)。

**35.** 放縱嘅快感一過喉嚨就死咗,但係喺呢口棺材入面,慾望就復活咗。

**36.** 耕種自己一塊田嘅勞作最終換嚟休息;但各種形式嘅享樂最終都化為燃燒(無論係今生嘅肉體快感,定係來世嘅懲罰)。

**37.** 因勞碌而令肉體花容失色者,每日都喺肉身度諗住自己嘅死期(因為肉體嘅疲憊令佢不停咁諗住死亡)(1. 249)。

**38.** 心靈的審慎當使自律的勞力配合身體的狀況,如此,當身體衰弱時,他自身才不會受苦。

**39.** 肉體當以滿足其自然需要之有限程度為足。

**40.** 你要令你嘅肉身苦行指向道德嘅目標,咁你先可以學識喺心裏為罪惡哀傷,喺靈魂裏為佢哋悲痛。

**41.** 肉慾之母係貪食:因為佢會生出肉慾同埋好多其他慾望。 由佢,就好似由根一樣,其他慾望就會發芽;好快,佢哋就好似同佢一樣嘅大樹,枝枒伸展到天際,成為各種罪惡。咁,貪婪、憤怒同憂傷,就係貪食嘅後代同延伸。 首先,貪食者需要金錢去滿足佢永恆燃燒嘅慾望,但呢個慾望永遠都唔會滿足;然後,佢就會對阻礙佢攞錢嘅人感到憤怒;當憤怒無法付諸行動時,悲傷就必然接踵而至(2, 73)。

**42.** 飢渴最接近於慾望衝動。大自然本身,為了顯示這些激情之間的親緣關係,將生殖器官置於腹部之下,以這近距離來象徵它們的緊密聯繫。 因為當呢種慾望(情慾)衰弱嘅時候,就係因為上面嗰樣嘢——即係肚——被耗盡咗;而當佢增強同被激發嘅時候,佢嘅力量就係由此而來。 但大食唔單止係呢種慾望嘅養份同維持者,佢仲摧毀一個人所有嘅美好。一旦佢佔據上風,節制、貞潔、勇氣、耐性同其他美德通常都會被拋諸腦後(2, 76)。

**43.** 最好係留喺自己需要嘅範圍內,並盡全力唔好超越。如果慾望令任何人即使只係少少都向呢世嘅享樂靠攏,咁就冇任何言語可以夠力去阻止佢哋向嗰個方向嘅勢頭。 因為人嘅慾望冇止境;但係無止境嘅關心同無窮無盡、無法約束嘅騷動,會無限次增加滿足佢哋所需嘅勞力,並且餵大慾望,就好似用木柴餵火,火焰會愈燒愈大(2, 88)。

### *2. 論通姦*

**1.** 節制生貞潔;但貪食卻是放蕩慾望之母。

**2.** 油滋養燈火;但與婦女狎昵則煽起慾望之火。

**3.**就好似一艘冇載貨嘅船會畀浪頭拋來拋去,一個冇受約束嘅心亦都會畀雜念拋來拋去。

**4.** 慾望攞貪食做盟友,加入心魔嘅陣營,同佢哋一齊同心協力,對抗到底。

**5.** 鍾意靜默嘅人,好難畀呢個敵人嘅箭射穿;但係同人群打成一片嘅人,就會不停地畀佢射傷。

**6.** 婦人的眼望係一支毒箭;佢傷透靈魂,注入毒素;呢道傷口愈腐爛,所造成嘅破壞就愈大。

**7.** 能防範呢啲箭矢嘅人,唔會去人多嘅聚會,亦唔會喺節日嗰陣漫無目的咁遊走。因為寧願安靜留喺屋企,專心禱告,都好過以為要尊重節日,結果淪為敵人嘅輕易獵物。

**8.** 如果你想保持貞潔,就避免同婦女交往,更唔好畀佢哋大膽咁同你講嘢;因為起初佢哋要麼真係有啲靦腆,要麼就裝作靦腆,但之後佢哋就乜都敢做。 — 呢啲就成為你通往死亡嘅陷阱,一條精心編織嘅網,將你拖向滅亡。唔好畀佢哋嘅矜持言詞欺騙你;因為喺佢哋入面,亦藏住惡獸嘅毒(嚟自深淵嘅惡獸)。

**9.** 不如親近熊熊烈火,而遠離年輕女子;因為你接近火時會感到灼痛,就會即刻跳開;但被女子的甜言蜜語所迷,你卻不會即時離開。

**10.** 水邊之草易枯,與女子同處,慾望難免勃發。

**11.** 飽暖思淫欲,就好似用稻草去撲滅烈火一樣。就好似用稻草去阻擋蔓延嘅火勢一樣,用飽暖去阻止縱慾嘅燃燒都係做唔到。

**12.** 柱子靠住地基先穩,而放縱嘅慾望就係建立喺飽足之上。

**13.** 船隻受海浪衝擊,就急忙返航;而貞潔的心靈,卻嚮往荒野。船隻逃離海浪的險惡,而心靈則遠避那帶來滅亡的女子面容。

**14.** 見到着得好嘅女人,比海浪更嚟得勁。人為咗對生命嘅熱愛,仲可以游出海浪;但見到女人嗰種誘惑,連生命都唔理。

**15.** 曠野的灌木叢遠離火焰,得以安全;遠離婦人的貞潔之人,亦可免於放蕩情慾的點燃。就如對火的記憶不會灼傷心靈,情慾在無燃料時亦無力可施。

**16.** 如果你對敵人施恩,就會多一個仇敵;如果你放縱這股激情,它就會反撲你。

**17.** 見到女人會激起放蕩者的猥褻慾望,但卻令貞潔者傾向讚美上帝。

**18.** 如果你同女人相處時,嗰種慾望嘅激情都保持平靜,就唔好信佢承諾嘅冷漠。因為就算隻狗身處人群,都會搖尾巴;但一離開人群,就會即刻顯露佢本性嘅兇狠。

**19.** 當對一個女人的記憶變得無動於衷,就可以斷定你已經踏入純潔的境界。 但當你腦海中浮現的她形象控制住你嘅靈魂,就要知道你仲遠未達到呢種美德。即使係第一種情況,都唔好沉溺於呢啲念頭,亦唔好同腦海中嘅女人形象傾偈太耐;因為呢種慾望好容易反覆,而所帶嚟嘅危險無處不在。

**20.**就好似適度嘅煉銀可以提煉銀咁,但過度煉就令銀流失;同樣,縱慾嘅習慣都會破壞對女人長時間嘅心像。

**21.** 唔好長時間停留喺腦海入面出現嘅嗰個影像,免得畀佢點燃你體內嘅慾望之火,燒着你靈魂嘅打禾場。

**22.**就好似一粒火星留喺稻草入面放耐咗就會起火,長時間記住一個女人都會勾起慾望。

* * *

**23.** 如果你透過苦行克制那違背聖靈的肉體,那麼在今生之後,你將獲得在登山寶訓中應許的榮耀,好似在體內 *「與你心裏的律爭戰」*之物面前得勝的勇士。 並使你淪為*「你肢體中罪的律」*(羅馬書 7:23)的奴僕(1, 230)。

**24.** 你要明白,有某啲形式嘅淫亂係結合埋一齊──身體嘅淫亂同靈性嘅淫亂。當一個淫亂嘅念頭同你嘅靈結合,你嘅靈魂就會同喺入面嘅誘惑印記結合。(1,247–8)

**25.** 魔鬼化身為婦女,以誘惑靈魂與他結合。 一個無形體嘅魔鬼會化身為女人,用慾望嘅思想去引誘靈魂行淫。所以,唔好畀冇實質嘅幻影捲走,免得你喺肉體上做相似嘅事。凡係唔用十字架去抵擋內心通姦嘅,都畀行淫嘅靈迷惑。

**26.** 用清淡嘅飲食懲罰你嘅思想,令佢哋唔係諗淫亂,而係諗飢餓。

**27.** 將你嘅眼淚同禱告嘅守夜結合埋一齊,咁你先可以喺呢場真正嘅戰爭中得到幫助。

**28.** 喺對抗慾望嘅戰鬥期間,要拒絕出席宴會嘅邀請。

**29.** 放蕩的魔鬼會迅速地攻擊那熱誠的苦行戰士,突然向他射下一支支熾熱慾望的箭矢,因為他無法長時間承受由苦行者努力所散發出那明亮火焰的灼熱; 而對嗰啲因慾望嘅誘人甜美而喺自我克制嘅嚴謹度上變得軟弱嘅人,魔鬼就會慢慢滲入,同佢嘅心對話,令到佢被邪念點燃,投入同佢哋嘅對話,被佢哋迷住,完全拋棄對呢種罪惡嘅憎恨(1, 252–3)。

**30.** 最危險嘅,就係當心靈沉溺喺慾望嘅快感習慣入面,要斬斷呢種(激情嘅)雜草,就要付出好大嘅努力。

**31.** 不可慣常心思去與情慾的快感對話,因為在眾多激情思念與動作中,一把火就被點燃(詩篇105:18)。 佢哋煽動你,令你以為難以抑制肉體嘅火,以為自己已經無法抗拒自然嘅慾望——即使今日出於無奈犯罪,但只要按誡命去做,聽日就會悔改。因為(基督教嘅)律法有憐憫——佢樂意赦免真心悔改者嘅罪。 同時,佢哋又會拎出啲人做例子,話某啲人禁慾之後又犯罪,再嚟又悔改,咁樣就令佢哋嗰啲欺騙性嘅說話更可信;藉住呢個好容易就可以透過悔改返轉頭嘅希望,瓦解你抵抗嘅決心,好等佢哋將你純潔嘅殿變成淫穢嘅窩(1,253–4)。

**32.** 噢,你呢個行戒律嘅人,唔好畀假扮悔改嘅未知希望嚟誘惑你。因為好多人一跌入罪中,就即刻畀死亡奪去生命;另一些人就根本爬唔返起身,佢哋畀貪慾嘅惡習捆綁,好似畀一條律法拘禁咁。 你呢個人,又點知自己會唔會活得長命,又點知自己會唔會悔改,竟然要為自己嘅生命年數劃定一個限度?——陷入呢種情況,你就放縱自己嘅肉體;其實你應該將自己獻身於對死亡嘅紀念,咁你心入面先可以更鮮明咁想像可怕嘅審判,從而撲滅你熾熱肉體嘅詭計。

**33.** 創造主為我哋同動物都預定咗一樣嘅自然生活方式;*「我賜畀你」*,神對人講,*「田野裏所有嘅植物,都可以做你同動物嘅食物。」*(創世記1:29–30) 所以,既然我哋同啲啞巴生物食緊一樣嘅養份,並且憑我哋嘅巧思將佢變成更豐盛嘅食物,如果啲獸類仍然遵守大自然嘅規律,唔違背上帝嘅詔命, 而我哋——呢班賦有理性嘅人類——卻已經完全背離咗呢條古老嘅律法?啞巴嘅生物有咩山珍海味?有邊個糕點師同大廚,用千般手藝,為佢哋嗰啲可憐嘅肚仔整出山珍海味? 佢哋唔都鍾意嗰種古樸嘅儉樸,食草就夠,對任何嘢都唔挑剔,淨係偶爾先飲啲水?就係因為咁,佢哋先較少沉溺於肉體慾望,唔會用任何肥膩嘅食物去煽動慾望,亦唔會隨時分性別。 因為呢種慾望一年只喺某個時候先會得到滿足,嗰陣時自然法則為咗延續後代,命定佢哋要交配生育同自己一樣嘅後代;但係其他時候,佢哋就互相避開,甚至完全忘記呢種慾望。 但喺人類身上,奢華嘅筵席播種咗對性放縱嘅無止境慾望,激起瘋狂嘅慾望,永遠唔畀呢股激情平息(2, 90)。

### *3. 論金錢之愛*

**1.** 貪婪係萬惡之源;就好似枯枝,佢滋養晒其他慾望,仲令到已經繁盛嘅慾望都唔會枯萎。

**2.** 凡欲除情者,先拔其根;若貪錢之欲未除,剪其枝無益,蓋雖剪之,旋復生也。

**3.** 貪財嘅和尚就好似一艘超載嘅船,輕易畀暴風雨掀起嘅巨浪淹沒。

**4.** 無貪嘅和尚輕裝上路,去到邊度都有地方落腳。

**5.** 唔貪嘅和尚就好似一隻展翅高飛嘅鷹,只有喺需要覓食嘅時候先會下降。

**6.** 咁樣嘅人超然於一切誘惑,藐視凡塵俗事,翱翔高空,退離塵世,與天同居;因為佢嘅翅膀輕盈,冇任何煩惱嘅負擔。

**7.**當悲傷來臨時,佢離開嗰處都唔帶悲哀;當死亡嚟臨時,佢亦都能心滿意足咁離開,因為佢冇用任何塵世嘅羈絆束縛自己嘅靈魂。

**8.** 但貪婪嘅人畀憂慮纏住,好似畀鎖鏈拴住嘅狗;如果被迫遷走,佢仲要帶住對財產嘅傷心回憶,就好似一個沉重又冇用嘅負擔。

**9.** 當死亡來臨,佢帶住遺憾離開當下;佢放棄咗靈魂,但雙眼從未離開佢所擁有嘅事物——佢好似逃跑嘅奴隸,畀人強行拖走;佢同身體分開,卻未同財物分開,因為佢對財物嘅執著,比拉住佢嘅人仲有更強嘅糾纏力。

**10.** 海雖納百川,卻仍未滿;貪婪者之貪,亦不會因已聚之財而滿足;他將財富加倍,又欲將加倍後之數再加倍;他不斷重複加倍,直至死亡終結這徒勞無功的行為。

**11.** 聰明嘅和尚只顧身體嘅需要——佢淨係用麵包同水嚟填飽自己嘅肚。

**12.** 佢唔會巴結有錢人去滿足自己嘅肚,亦唔會將自由嘅心靈賣畀好多主人;因為佢只要靠自己雙手,就足夠供養身體,滿足身體嘅自然需要。

**13.** 唔貪嘅和尚好似一位難捉摸嘅摔跤手,又似一位跑得好快嘅跑手,佢好快就獲得咗*「更高呼召嘅榮譽」*(腓立比書3:14)。

**14.** 貪得無厭嘅和尚為佢嘅豐厚收入而喜悅,而唔貪嘅和尚則為成功嘅冠冕而歡欣。

**15.** 貪慕名利的和尚勤力工作,而超然世外的和尚則將時間用於祈禱和讀經。

**16.** 貪錢嘅和尚用銀充實佢嘅庫房,唔貪嘅和尚就喺天上積聚寶藏。

**17.** 製造偶像並將之*「暗中」*安放的人是可咒詛的(申命記27:15)。但同樣的道理也適用於心存貪愛錢財的人。前者敬拜虛假的神,徒勞無功;後者則暗中在心底藏著致富的夢,彷彿它是一座偶像。

* * *

**18.** 唔貪婪嘅人活得無憂無慮,但對貪婪嘅人嚟講,對財富嘅憂慮就係不斷嘅折磨(1, 237)。

**19.** 當你唔將心畀物質嘅憂慮時,你就可以擄獲一連串嘅念頭。當你放棄擁有財產嘅慾望時,你就可以無分心咁背起你嘅十字架。

**20.** 貪圖物質利益嘅念頭,預告咗你將要年老多病,令你將對上帝嘅盼望同對財物嘅盼望分開。

**21.** 凡揀選修道、棄絕世界者,當以信得堅固,以愛得力量,以望得穩固。信心並非一無所有,而係對擁有最完美之物嘅堅定信念,並以忍耐嘅盼望同活生生嘅愛為本。

**22.** 當你放棄咗一切嘢,就唔好理會嗰啲黑暗嘅念頭,佢哋會用你而家嘅處境──樣樣都缺乏、貧窮同羞辱──嚟責怪你嘅貧窮,務求用呢種惡意令你對呢種光榮嘅美德感到後悔。 但如果你細味此種苦行之智慧,你便會很快發現,正正因為那些責備你的事,反而有一頂冠冕為你編織。

**23.** 讓我們拋開塵世事務,轉向屬靈的福份。我們究竟要多久,才肯停止沉溺於幼稚的遊戲,而絲毫不採用成熟男性的思維?在童年時期,骰子、球類之類的玩意兒用作消遣──而孩子們直到成熟之前,都鍾意這些玩意兒。 但係當一個人成年之後,就會將呢啲全部拋開,全心全意投入重要嘅事情。可係我哋都仲停留喺幼兒階段,對屬於兒童嘅嘢嘆為觀止,卻唔肯去理會更適合成年人嘅嘢。 就好似見到一個成熟嘅男人坐喺一堆灰度畫緊幼稚嘅遊戲咁可恥;同樣,見到本該追求永恆福份嘅人,卻沉溺喺塵世嘅塵埃中,用呢種不協調嘅行為玷污佢哋誓言嘅尊嚴,更加可恥。 咁嘅原因,似乎就係我哋無法想像有嘢比眼前所見更加重要;我哋唔知道現世福份嘅渺小同來世福份嘅優越;反而畀呢度所謂嘅榮譽所散發嘅光輝蒙蔽,用盡慾望去執著佢(2, 81)。

**24.** 咁,我哋就開始拋棄現世嘅福份;我哋要無視財產同金錢,同一切吸引我哋、令我哋分心嘅嘢。就好似喺暴風雨中,要拋棄貨物,好令舵手──即係心──同乘客──我哋嘅念頭──得以得救。 如果喺暴風雨中航行嘅人唔理貨物,甚至親手將珍貴財物拋入海中,將生命置於財物之上,咁我哋為咗更好嘅生命,點解唔可以拋棄嗰啲將靈魂拖入深淵嘅嘢呢? 點解我哋對神嘅敬畏,竟然比唔上佢哋對大海嘅恐懼?佢哋因為愛呢段短暫嘅生命,對所攜帶之物嘅損失唔太在乎;但我哋,雖然自稱渴望永恆生命,連微不足道嘅小事都唔肯放手,反而寧願攜帶冇價值嘅負擔同歸於盡,都唔肯為咗脫離佢而得救。 所以,我懇求你哋,等我哋拋棄晒一切嘢。摔角手唔會着晒衫先入場;摔角規則要佢哋赤裸喺擂台上比賽。無論幾熱幾凍,佢哋都係咁樣入場,衫就留喺場外。如果有人唔肯脫衫,就必須唔肯比賽。 但係我哋,既然已經立誓要奮鬥,不但唔肯脫去我哋嘅衣裳(即係我哋嘅財物),反而扛住千百種負擔,踏入戰場,咁樣就畀咗對手千祈百計嘅機會嚟攞我哋(2, 82–83)。

**25.** 當惡毒嘅鬼靈可以趁機由四面八方向你傾瀉打擊,你點樣去對抗佢哋?當貪婪嘅鬼靈用金錢向你狂掃,你又點樣同佢抗衡?當你肩頭壓滿千百種憂慮,又點可能甩開啲鬼怪?神聖經典話:*「當日赤身露體者必逃走。」* (阿摩司書2:16)。「赤身」者,即係冇被世上無數瑣碎憂慮嘅破布所束縛;「赤身」者,即係佢對金錢同財產嘅複雜思想唔會阻礙佢嘅速度:因為惡人要捉住赤身者,實在困難,甚至根本唔可能。(2、83.84)

**26.** 人要赤裸裸作戰,而且唔止係赤裸裸,仲要全身塗滿油。赤裸裸就令對手冇嘢可攞住,而全身塗滿油,就算畀人攞住,都可以從對方手裡滑走。 正因如此,對手才試圖互相用泥土覆蓋對方,好讓油的滑溜被塵土磨得粗糙,一旦抓住對方,就更容易控制。但喺嗰度,塵土就相當於我哋抗爭中嘅塵世事務,而油就相當於喺此處嘅無憂無慮(2、85)。

**27.** 無憂無慮係完美靈魂嘅特徵,而畀憂慮壓倒就係不敬虔靈魂嘅特徵。關於完美靈魂,經上話佢*「好似荊棘中嘅百合花」*(雅歌 2:2),呢句就表示喺忙於好多事物嘅人群中,呢個靈魂仍然可以無憂無慮咁生活。 喺福音書入面,百合花都代表一個無憂無慮嘅靈魂;因為經上話:*「佢唔做工,都唔紡線」*,但佢嘅裝飾比所羅門更大(馬太福音6:28)。 至於那些對身體事務憂慮重重的人,經上說:*「惡人一生都在憂慮中度過」*(約伯記15:20)。的確,將對身體事務的關注擴展到整個人生,並且對未來一點也不關心,是邪惡的(2:86)。

**28.** 需要必須成為獲得嘅衡量標準。超過呢個標準嘅就係多餘,只會阻礙而唔會幫助。就好似合身嘅衫又實用又作裝飾,但如果件衫四處寬鬆,纏住腳又拖喺地下,雖然難睇,但更係所有工作嘅障礙:同樣,超出身體所需 嘅財富,都會成為美德嘅障礙,並會畀有能力探究事物本質嘅人嚴厲譴責(2, 87)。

**29.** 所謂「不求多得」,並非指因迫不得已而陷入的貧窮──當貧窮出於必要,會壓垮人的精神,而且因為並非自願,因而被視為難以忍受;而是指透過自我思想節制所培養出的一種自願決心,願意以少為足, 卻又要付出努力,而且要持續到實踐變成習慣,才能令本來長期以來看似艱難和難以忍受的事變得可承受。不只有肉體之美會令人着迷,財富的華麗同樣強烈地激起慾望──在兩者情況下,都需要一個勇敢的靈魂,才能不向它們的誘惑屈服。

**30.** 誠然,能在这一战场取胜的人,可称得上伟大而勇敢;此时,思想正激烈交锋、抗争,它们以说服性的论据,好似具体的行动,努力证明人应当认同多数人的意见, 並要認清眼前所見嘅美好,真係美好;唔好拒絕大家公認值得敬重嘅嘢;唔好迴避造物主親手賜俾我哋使用嘅嘢;亦唔好徒然譴責為特定目的而存在嘅事物。 呢班苦行者真係值得讚揚,因為佢哋冇向對手讓步,冇走偏,亦冇落入敵人手上。 佢哋堅定咁站喺正確判斷嘅基礎上,冇屈服於塵世財富嘅誘惑;寧願過簡單嘅生活,唔要動盪,透過節制慾望,佢哋獲得咗寧靜(2,99–101)。

**31.** 古代聖賢對無所擁有嘅熱誠達到咁嘅程度,佢哋過住無家、無庇護嘅生活,食大自然提供嘅任何食物,喺任何地方、任何方式都搵到地方瞓覺。 佢哋冇屋頂遮頭,冇床,冇枱;羊皮就係佢哋嘅衫。佢哋好謹慎咁跟從主嘅教導:*「你哋睇下天空嘅雀仔……你哋要思想田野入面嘅百合花……」*。 (太6:26–28)。佢哋真誠地相信,當人取悅咗賜呢啲嘢嘅上帝,並且主要關心得天國,所需嘅身體所需自然會跟住嚟。(2, 102–3)。

**32.** 然而,我哋自己嘅生命,被各樣完全嘅滿足所環繞,又點能同嗰啲蒙福靈魂嘅生命相比呢?佢哋唔受身體或屬世事物嘅思慮所煩,而係懷住純潔對神嘅渴慕,不停地向上提升佢哋,令佢哋忘記世上被視為華麗嘅一切。 佢哋喺世上除咗身體之外一無所有,而身體就畀大自然緊緊綑綁喺大地;但就算係嗰個身體,佢哋都希望帶埋佢去到佢哋心靈所居住嘅地方,去默想天國嘅福份。 如果大自然唔係要佢哋返嚟滿足身體嘅需要,佢哋本可以永遠留喺嗰份喜悅之中;而大自然之所以要咁做,係出於對嗰位將靈魂同身體結合嘅敬畏,務求令靈魂亦照顧身體,即使佢哋明知同身體保持距離先至最有益處(2, 104)。

**33.** 身體嘅需要嚟得快、去得快;過去嘅需要唔理而家,而家嘅又唔理將來;佢只係醫治到而家。但係,德行嘅耕耘就好似一粒種子,可以結出取之不盡嘅豐收;就算喺實踐嘅時候,已經令良心喺期待中歡愉,離開呢個世界嘅時候,更證明佢光輝燦爛,引向永恆嘅喜樂。(2, 105)

**34.**既然通往天國嘅道路咁多艱難,又窄又四面環峽,點解仲要自找麻煩,拎一大堆錢同其他財物,企圖行一條根本行唔通嘅路呢? 對物質嘢嘅牽掛,分散人嘅心神,又強烈向下拉人,令跌落嚟更加容易,尤其係嗰啲要人專注同清醒嘅場合。就算好小心,旅程都少有唔跌幾跤,因為急流中條窄路實在太艱難;但對於嗰啲自覺背負咗世俗財物嘅多餘重量,跌落嚟就係遲早嘅事。 其實,追求財富的行為本身就已經是一場墮落(2, 111)。

**35.** 我哋對物質財富嘅態度有三種:不求擁有──喺最高同中等嘅形式──同埋一種已經物質化同過度追求擁有嘅生活。佢哋嘅起源如下。 喺伊甸園入面,對亞當所規定嘅係:*「你哋可以食田野裏面嘅草」*(創世記1:29)。發出呢個命令者嘅尊貴,保證咗呢種食物完全適合人所應有嘅生命。 不過,為咗解釋呢種適合性,我哋可以補充講,呢種生活方式比起其他任何方式,都更加有助於喺按神嘅形象被造嘅人身上,保持所渴望嘅高尚情操,令思考嘅力量 永遠唔受阻礙,而心靈嘅清醒亦唔會被蒙蔽。 當身體所需嘅一切以呢種方式自然獲得,心靈就唔會閒置──雖然有充足嘅時間唔使做身體嘅勞作,但佢依然不斷被吸引去進行靈性嘅沉思,令佢充滿取之不盡嘅喜悅。 上帝親自在佢心裏培養呢種性情,每日都憑住祂嘅美意嚟同佢傾談。──呢就係人所當行嘅生命常態!──呢種本性唔可以改變或者廢除;但佢嘅外在行為方式可以有別──而後嚟嘅墮落就令到呢點變得必要。 因為嗰個違犯咗誡命、被趕出伊甸園嘅人,上帝就為佢設立咗一種與佢墮落狀態相符嘅生活方式,命令佢──因為冇好好善用自己嘅安息──要透過工作同勞力去謀取食物; 因為當佢有空閒時間,又唔使做體力勞動(喺伊甸園入面)嘅時候,佢就無法持續咁樣事奉上帝同同祂交通。 至於食物,就畀佢用額頭汗水換返嚟嘅麵包;做衫就畀佢皮革製嘅上衣──藉此為貪婪同虛榮設限。樂園原本嗰種唔貪嘅狀態,就畀呢種樸實嘅獲取方式取代,而且就

算再辛苦,都唔係淨係靠佢自己,而係最緊要靠上帝嘅祝福。 實際上,呢個就衍生出咗三種生活方式:有啲人滿足於適度嘅獲取,以汗水耕耘,同時寄望於上帝;另一些人,因為對上帝嘅信心更深,完全放棄咗一切獲取(渴望恢復伊甸園式嘅無所擁有),並由上帝供養; 第三類人,則投身各種勞作,將獲得所需嘅希望寄託於此,同時以積聚財富作為生活嘅保障。上帝被遺忘咗:對財富嘅愛成為咗佢哋嘅神。呢啲就係我哋對財產所持嘅三種態度(2,116–123 – 節錄)。

**36.** 此處所述第二種態度代表(主要)符合理性生物的行為,即:將時間用於事奉上帝,並從上帝的預旨 treasury 收取應得之物; 將希望寄託於上帝的安排,並視大地為恩賜;誠心事奉造物主,並透過自願的奉獻滿足受造之物的需要;成為此地的寄居者,並以天上預備好的地方視為自己的真正家園。 造物主從一開始就預定咗呢種生活──所有聖徒都過住呢種生活,順服祂(例子:以利亞、以利沙、眾先知嘅兒子、約翰洗禮者、使徒)(2,124–129)。

**37.** 呢種就係聖徒所實踐嘅 *「最高」* 形式嘅不聚財。然而,緊隨其後嘅 *「中道」* 形式嘅不聚財,同樣好有利益,因為佢適合時勢同需要。雖然佢無法爭奪首位,亦唔敢自稱同嗰種更高嘅生活方式平等,但佢無疑係第二位嘅榮譽。 早期嘅聖徒(以完美嘅超然態度)只為靈魂同創造佢嘅上帝而活,對身體毫不在意;但就算唔理佢,佢哋所需嘅一切都應有盡有──唔係預先喺倉庫儲備,而係按上帝嘅美意,喺適當時候由上帝嘅豐盛恩典中獲得。 後繼嘅聖徒(對塵世財物保持適度嘅超然),雖然照顧身體必要嘅舒適,並確保我哋嘅動物本能──如果任其忽略──唔會違背將佢同我哋結合嘅神意旨而走向衰敗,佢哋只係喺絕對必要嘅範圍內用手做工,以供身體之用; 但佢哋大部分時間都用嚟照顧靈魂,透過祈禱、默想上帝同其他正當嘅追求,務求喺善行上更進一步(2, 137)。

**38.**後者完全放縱肉體,全心全意去侍奉一個塵世偶像,不但想要足夠維持身體所需,更想要豐盛奢華,好顯示自己唔比人遜色,務求藉此吸引眾人注意,博得讚賞──他們因此理應受到輕蔑與嘲笑。 咁樣佢哋就明顯地將自己嘅愚蠢暴露喺眾人面前,將本應受譴責嘅事當成讚賞嘅來源,以為可以吸引注意同贏得讚美──但其實只配人哋嘅輕蔑同嘲笑。 正如合乎身份嘅行為值得讚賞,同樣,不合身份嘅行為──即使喺其他方面唔算差──如果放錯場合,就極度可憎 (2, 138)。

**39.** 咁,喺佢哋兩邊鄰居之中,邊啲 *「中等人」* 更接近呢?──當然係嗰啲佢哋喺行為上更貼近嘅人,亦都係佢哋透過努力去生活方式上同佢哋拉近關係、自稱同路嘅人。 因為佢哋夾喺兩邊之間,所以唔會再平均向兩邊傾;雖然佢哋比前頭嗰班人落後,但係緊貼住佢哋之後,用年輕嘅活力踏實佢哋嘅腳步,同跟住佢哋嗰班人嘅距離,就好似跑手逐漸拉開同穩步行者或者靜止者嘅距離一樣。 至於前者同後者──佢哋冇任何共同點。世上富有同超然塵世者之間有咩相處?屬肉體智慧同屬聖靈智慧者之間有咩和諧? 沉溺於塵世事務者與無憂無慮事奉上帝者有何共同立場?有者,效法使徒,拋棄一切所擁有;另者則獲得原本所未擁有。有者默然不語,內心專注於靈命成長;另者則四處爭鬥,為金錢與財產而戰。 有啲人為咗天上嘅福份,同邪惡嘅靈爭戰;另啲人為咗地上嘅福份,就攻擊自己同類。對某啲人,保羅話: *「使你哋能喺世上照亮如同明光」* (腓立比書2:15),當然係照耀生命嘅榮耀,對見到佢哋嘅人嚟講,成為健康競爭嘅榜樣;而對其他人就話: *「因你哋的名,我嘅名被褻瀆」* (羅馬書2:24),即係指你哋行事違背所蒙嘅呼召,外表同所作所為互相矛盾(2:139–40)。

**40.** 那自稱已拋棄世俗生活,卻實際上沉溺於其享樂的人,又有哪句話不會被他輕視呢?又有誰自誇蔑視塵世,卻又瘋狂地投入塵世事務?又有誰承諾對塵世之物毫不在意,卻以自己的行為證明那承諾的虛假? 佢聲稱已經同虛榮講再見,卻捨唔低佢?──你已經出咗埃及,咁你同懶散仲有咩關係?你而家正喺曠野行緊,急住要去應許之地;點解仲要留低,做啲徒勞無功嘅事,喺呢段漫長嘅旅程上變成咁懶散嘅旅人? 你面前嘅路需要咁多顧慮,以至你喺十字路口徘徊,冒住無法到達安息之地嘅風險?你已經攞住犁柄;點解仲要回頭,令自己唔配進入天國? 你已經離開咗五旬節嘅熱誠;點解仲要回頭,渴望知道嗰度發生緊咩事?你拎起咗你嘅十字架?——咁就跟隨基督,拋棄一切,因為同你結合咗嘅基督,最渴望被愛(2, 141–2)。

**41.** 身體需要少許安慰──務必令佢得到安慰;因為你暫時同身體連繫,好令佢成為你實踐美德嘅盟友,免得靈魂嘅進步受到阻礙。 但係一個成日掛住牛隻、每日數羊群、不停打理葡萄園、果林、田地同果樹園嘅人,連一日都唔夠用嚟做呢啲嘢──佢喺邊度、幾時先有時間去記住上帝?幾時先有時間去唱詩篇?幾時先有時間去禱告? 佢有幾多時間可以專心進行敬虔嘅默想?就算佢喺繁重嘅公務中偶爾有機會,當佢嘅心思未從佔據佢嘅事務中抽離,佢又點可以向主獻上純潔嘅禱告? 佢又點樣觀察自己情

感嘅波動,先可以分辨昨日同今日喺向好或向壞方面有咩分別?佢又點樣理清嗰團互相取代、千變萬化嘅思緒,令到連觀察都變得困難?定你未發覺,你每日嘅瑣事日間壓得你喘唔過氣,夜晚又因為擔心佢哋,將休息時間變成折磨? 因為當時記憶──會令人諗起邊個越界、邊個破壞農作物、邊個截斷灌溉水道、邊個毒害牧場、邊個正喺犯緊或者已經犯咗其他罪行,以及佢哋點樣堅持同爭辯── ─就咁將靈魂易怒嘅本性逼到瘋狂,煽動佢去報復,連瞓覺同休息都冇時間,更遑論需要極大寂靜同長時間閒暇嘅祈禱,而祈禱部分可以令人從一切憂慮中解脫(2, 142–144)。

### *4. 論憤怒*

**1.** 憤怒係一種狂暴嘅激情;佢輕易連智者都會激起忿怒,令心靈變得殘暴,並迫使人迴避(友善嘅)談話。

**2.** 強風都撼唔倒柱子,同樣,冇受憤怒困擾嘅靈魂,唔會畀惱火捲走。

**3.**水因風力而被攪動,易怒者則為無節制嘅念頭所擾。

**4.** 發嬲嘅和尚好似喺荒野嘅野豬;見到人就咬牙切齒。

**5.** 濃霧籠罩空氣,暴躁者因激動思緒而變得粗糙。

**6.** 一片過雲遮住太陽,一念怨氣遮住心靈。

**7.** 獅子喺獸籠入面不停咁搖鎖鍊,而嗰個易怒嘅和尚喺自己嘅房入面反覆咀嚼住啲憤怒嘅念頭。

**8.** 平靜嘅海景雖然靚,但都比唔上心境嘅寧靜。

**9.** 海豚喺平靜嘅海裡嬉戲,而神聖嘅念頭喺寧靜嘅心境中升起。

**10.** 一個歷盡苦難嘅和尚好似一泓靜水,為所有人提供甘甜嘅飲用水;但係憤怒者嘅心永遠都波動不安,根本無法紓解渴者嘅渴求,即使有,都污濁不堪,飲唔落。

**11.** 易怒者嘅眼睛混濁又通紅,出賣住內心嘅動盪;但有恆心者嘅面容安詳,眼神親切,直視前方。

**12.** 人嘅溫柔神會紀念 (詩篇 131:1),而一個無憤怒嘅靈魂就成為聖靈嘅殿。

**13.** 基督以長忍的心低垂頭,而一個寧靜的心就成為聖三一的居所。

**14.** 狐狸棲息於報復之心,野獸庇護於憂慮之情。

**15.** 正直的人遠避可恥的藏身之處,神遠離懷怨的心。

**16.** 落入水中的石頭激起波瀾,嚴厲的話語激起人心。

**17.** 把憤怒嘅念頭從你嘅靈魂中除掉,唔好畀惱火喺你心入面生根——咁你禱告嘅時候就唔會畀打擾。

**18.** 就如暗暗燃燒嘅稻草灰出嘅煙令眼睛唔舒服,同樣,懷住報復心去禱告,都會令心靈受擾。

**19.** 發怒者嘅心思就似莧蔔蛇嘅卵,吞噬咗生出佢哋嘅心。

**20.** 易怒者嘅禱告係可憎嘅煙;有忿忿心嘅詩歌係難聽嘅聲音。

**21.** 好報仇嘅人獻嘅祭品,就好似畀蟲蝕咗嘅祭牲;唔好畀佢接近潔淨嘅祭壇。

**22.** 易怒嘅人會見到惱人嘅夢,發嬲嘅人就夢到野獸襲擊。

**23.** 忍耐力強嘅人會喺異象中見到聖潔天使嘅聚集,而唔存怨恨嘅人會修習靈性對話,夜夜都獲得奧秘嘅啟示。

* * *

**24.**當魔鬼見到我哋冇被侮辱嘅火熱所激,佢哋就靜靜咁攻擊,試圖挑動我哋內心嘅主宰原則(心),令我哋喺對方當面時保持和平,卻喺背後對佢哋叛變(1, 229)。

**25.** 當你同兄弟因為某件事不快而引起爭拗或爭吵,最終和平解決時,就要認為自己有錯,好等你心入面嘅寂靜中,唔會出現思想嘅掙扎,其中有啲, 強調嗰個侮辱微不足道,就會責怪你連去理會都懶;而另一些人,則會強調其嚴重性,令你後悔冇以同等程度的侮辱回敬。

**26.** 當強烈嘅惱火深深令社群入面嘅任何一位兄弟感到悲傷,呢種念頭就會開始討好啲獨處嘅人,好似佢哋唔單止剝奪咗兄弟嘅寬厚,仲可能將佢哋帶離愛嘅道路。

**27.** 凡以和善的忍耐排斥憤怒,以慈愛排斥悲傷者,就以兩種美德驅走兩種暴烈的惡獸。

**28.** 跪低向令自己傷心嘅人哀求佢息怒嘅人,即刻令雙方都擺脫咗嬲氣。

**29.** 凡能令發怒者和好,就勝過咗怒氣本身嘅精神。

**30.** 為咗和平,能忍受嗰個發怒嘅人,先至真係和平之子(1, 230)。

**31.** 你要訓練自己成為溫柔而又有戰備的人:對人溫柔,卻要準備好對敵人作戰;因為憤怒的自然用途,就在於以敵意對抗那(古代的)蛇。(1,235)

**32.** 柔和嘅人,係因為愛而對弟兄寬宏大量,同時又對針對佢哋嘅憤怒念頭發動戰爭。

**33.** 柔和的人亦要預備好去爭戰,柔和不應用在惡意思想上,亦不可本性上將爭戰擴展到鄰舍身上。

**34.** 唔好將憤怒嘅自然使用變成唔自然;即係話,唔好向你嘅弟兄發怒,模仿嗰條蛇,亦唔好同惡意嘅念頭為伍,同呢條蛇打交道 (1, 236)。

**35.** 溫柔的人,即使忍受啲冒犯嘅事,都唔會放棄愛,反而為咗愛,*「凡事包容,凡事相信,凡事盼望,凡事忍耐。」* (林前13:4,7)

**36.** 如果愛的工作要持久,那喺嬲氣中同弟兄開戰,就唔係愛嘅工作。

**37.** 忿怒會激起悲傷同仇恨,但愛卻能驅走呢三樣嘢。

**38.** 如果你喺愛入面有堅實嘅根基,就要比嗰啲冒犯到你嘅事更加留意愛。

**39.** 得着愛德者,能制服惡人所特有的情慾。

**40.** 凡擁有聖三一賜予的這三美德──信仰、盼望與愛──者,將會成為一座三面城牆的要塞,以美德之塔彷彿垛口般加固防禦。

**41.** 凡被他人誣衊所傷,卻不將其源頭歸於魔鬼者,只會更加鼓勵敵人準備利箭對付他──因為他的靈魂因這誣衊而跌倒受傷。(1, 251)

**42.** 當忍受最嚴重的誣衊或嚴重的冒犯時,不可懷恨,反而要為他們祝福(1, 252)。

**43.** 對魔鬼懷怨的人,不會對人懷怨;但對弟兄懷怨的人,卻與魔鬼和好。

**44.** 憤怒同仇恨就好似心入面嘅火,而唔記仇嘅人嘅心靈就畀靈性嘅露水滋潤。

**45.**就好似燃燒緊嘅炭會拋出火星,唔肯原諒嘅靈魂都會噴出惡毒嘅念頭。

**46.** 正如蠍子嘅螯刺會帶嚟最劇痛,報復心重嘅靈魂就藏住最苦毒嘅毒素。

**47.** 大衛被譭謗時,佢冇出聲回應,仲制止咗亞比篩嘅報復心(撒下16:10)。而你,當受人譭謗時,唔單止唔可以以譭謗回報,仲要制止任何想替你報仇嘅人(1, 228)。

**48.** 要忍耐咁受辱,用你嘅口去關埋憤怒嘅門:咁就係你成功嘅關鍵。

**49.** 對威脅你嘅人,一概唔好回覆,用你嘅沉默去封住嗰啲噴火嘅口。

**50.** 制住自己條舌頭,就可以畀最劇痛於恐嚇同侮辱你嘅人。

**51.** 保持沉默,你就唔會畀侮辱摧毀;但係侮辱你嘅人,見到你大度包容佢嘅無禮,就會被你嘅沉默深深刺傷。

### *5. 論憂傷*

**1.** 憂傷嘅和尚唔識得靈性嘅喜悅;但係憂傷其實係靈魂嘅絕望,係由憤怒嘅念頭引起;因為憤怒渴望報復,冇法報復就會生出憂傷。

**2.** 憂傷好似獅子嘅口,輕易就會吞噬憂傷嘅人。

**3.** 憂傷係心入面嘅一條蟲──佢會噬食生出佢嚟嘅母親。

**4.** 母親喺生仔嗰陣要受苦,但生完就解脫咗;但憂傷就算喺生仔嗰陣都帶嚟好大痛楚,生完之後依然折磨佢。

**5.** 傷心嘅和尚唔識得有靈性嘅喜悅,就好似得重感冒嘅人唔識得蜜嘅甜味。

**6.** 憂傷嘅和尚無法將心轉向靜觀,亦永遠唔會虔誠祈禱;因為憂傷係一切美好事物嘅障礙。

**7.** 腳上嘅鎖鏈阻住快步,而憂傷就係冥想嘅障礙。

**8.** 被異族擄去的人被鐵鏈捆住,而情欲的囚犯則被悲傷捆綁。

**9.** 當冇其他情慾時,悲傷冇任何力量;就好似冇嘢可綑綁,鎖鏈就唔能束縛一樣。

**10.** 被憂傷捆綁嘅人會畀情欲所勝,並將呢啲枷鎖作為佢失敗嘅標誌;因為憂傷係由未能滿足嘅放縱慾望所生,而呢種慾望同每種情欲都息息相關。

**11.** 克制咗自己慾望嘅人,就等於克制咗自己嘅情慾;而克制咗情慾嘅人,就唔會畀悲傷所擊倒。

**12.** 節制者不因失去食物而悲傷;貞潔者不因避免可恥的放蕩而悲傷;不急躁者不因未能報仇而悲傷;謙卑者不因失去人的榮譽而悲傷;不貪婪者不因失敗而悲傷。 佢哋已經將呢啲慾望完全喺心入面熄滅晒,所以佢哋唔會感到悲傷;因為無情者唔會畀悲傷射穿,就好似穿咗盔甲嘅人唔會畀箭射穿一樣。

**13.** 盾牌可以保護武士,城牆可以保護城市;但對出家人而言,無情卻比盾牌或城牆更安全。因為盾牌往往會被疾馳的箭矢穿透,城牆會被大批武士攻破,而無情卻不會被悲傷所征服。

**14.** 能克服情欲者,就能克服悲傷;但被情欲甜美所征服者,終將難以擺脫其枷鎖。

**15.** 經常憂傷,卻自稱無情,就好似病夫假扮健康;就好似病夫可從面色辨認,同樣,憂傷會洩漏多情者的秘密。

**16.** 愛世人者多憂愁,但輕視世上一切者,則永遠歡樂。

**17.** 貪婪者一旦失利,就痛哭流涕;而放棄財富者則無憂無慮。

**18.** 好面子嘅人受辱就傷心,但謙卑嘅人就當佢係伴侶。

**19.** 煉爐煉淨未煉嘅銀;為神憂愁就潔淨沉溺罪中嘅心。

**20.** 經常煉製會減少鉛的含量,就好似世上憂愁削弱心智一樣。

**21.** 黑暗令眼睛失卻光彩,憂傷令心思沉鈍。

**22.** 日光照唔到水底,同樣,心靈嘅光明思索都照唔到沉喺悲傷中嘅心。

**23.** 人人都鍾意睇日出,但就算咁,都撫唔平一個傷心人嘅心。

**24.** 黃疸令味覺失靈,悲傷令心靈麻木。

**25.** 輕視塵世享樂者,不會為憂傷念頭所困。

* * *

**26.** 當你以和平的紐帶,在自己裡面聯合了那存在於你裡面的三位一體(即靈、魂、體),並按照神聖三位一體的誡命在自己裡面聯合之後,你就會聽到:*「和平使者有福了,因為他們必稱為神的兒子」* (馬太福音5:9) (1, 230).

**27.**和平的紐帶是偉大的,因為它帶來喜樂,使心思的眼睛得以開啟,去默想至高無上的善。

**28.** 如果我哋喺艱難嘅環境中獲得締造和平嘅喜樂,我哋就可以輕易而懷住感恩,抵禦襲來嘅悲傷,並阻止悲傷嗰隻咆哮嘅魔鬼入侵我哋;因為佢想吞噬靈魂,喺悲傷嘅時候就會最猛烈咁攻擊佢, 為絕望之靈鋪路,好等佢哋一齊投下更深嘅陰影喺靈魂上,摧毀佢嘅一切努力。

**29.** 願和平的喜樂成為我們的律法,寫在我們心中:一種驅逐憂愁、熄滅憤怒、排斥仇恨、摧毀報復心、消除絕望,並將悲傷轉化為喜樂的喜樂。(1, 231)

**30.** 喺寧靜嘅安詳中受保護,呢份喜悅就好似美德嘅海洋,就好似十字架,淹沒咗魔鬼嘅對立大軍。

**31.** 亦要明白,有種與此相反的喜樂**—**一種欺騙性的喜樂**—**切勿因其陰影而被矇騙,將二者混為一談;因為魔鬼甚至會偽造屬靈的恩賜,藉著幻象誤導人心,好令它陷入瘋狂。 屬靈嘅喜樂係無需任何外在原因就會產生,佢最崇高嘅源頭就係為神嘅憂傷。

**32.** 為神哀痛以眼淚更新靈魂,激發人對將臨之死與審判的警醒關懷,並逐步教導人以渴慕的心等待它們 (1, 232)。

**33.** 未滿足嘅慾望會帶來憂傷;相反,禱告同感恩就會令佢哋枯萎。

**34.** 調解嘅悲傷喺兩個憤怒嘅人之間起作用。如果其中一個先醒覺,克制住自己嘅激情,向對方伸出道歉嘅手,就可以驅散嗰份苦澀嘅悲傷。

**35.** 憂傷係靈魂同身體嘅病;佢擄走靈魂,同時令肉體枯萎。

**36.** 憂傷源於唔愉快嘅事(倒霉、悲痛、苦惱);由憂傷又衍生出陰沉嘅心境(就好似有句講法:「佢冇心情」);而由呢兩樣嘢,就會生出無謂嘅爭吵(對乜都嘈嘈鬧鬧)。

**37.** 如果你想克服悲傷同陰鬱嘅心情,就要擁抱博愛,並以溫柔嘅喜悅作為衣裳。

**38.** 特別喺悲傷嘅時候要心存感恩:因為喺呢種時候,代禱嘅恩典會更加清晰可見。咁,透過感恩將悲傷驅逐出嚟,你就可以唔會削弱堅強鎮定嗰種光輝燦爛嘅美。

### *6. 論絕望*

**1.** 灰心係靈魂嘅疲倦;而一個疲倦嘅靈魂,冇咗本性所需嘅嘢,就站唔穩,抵擋唔到誘惑。

**2.** 就如食物對健康身體有益,誘惑對勇敢的靈魂亦是如此。

**3.** 北風滋養成長嘅植物,誘惑就鍛鍊靈魂嘅忍耐。

**4.** 無水嘅雲會畀風吹走,無耐性嘅心會畀絕望嘅幽靈捲走。

**5.** 春露助長田間作物,神言提升靈魂情操。

**6.** 灰心喪志嘅靈驅趕住和尚離開佢嘅住處;但有耐性嘅人永遠都靜靜咁留低。

**7.** 灰心嘅人用探病做藉口出門,但其實另有目的。

**8.** 灰心嘅和尚好想幫人,仲以為滿足自己嘅慾望就係一條命令。

**9.** 輕柔嘅微風都能令弱小嘅植物彎曲,而飄泊嘅念頭輕易就捲走意志消沉嘅人。

**10.** 根基穩固嘅樹唔會畀風吹彎,而堅定嘅心靈亦唔會畀憂鬱所困。

**11.** 一個遊方和尚就好似一條枯乾嘅沙漠枝條;佢喺自己嘅寮房度住咗陣,之後又唔情願咁再走去其他地方。

**12.** 經常搬嚟搬去嘅植物唔會結果,行腳嘅和尚亦唔會結到善果。

**13.** 病人唔會只食一餐就夠,失意嘅和尚亦唔會只做一件事就滿足。

**14.** 好色嘅男人唔滿足於得一個老婆,而意志消沉嘅和尚唔滿足於得一間房。

**15.** 灰心喪志嘅人雙眼不停望住門口,心裏總掛住有冇人嚟;門一響,佢即刻跳起身;聽到聲,就望住窗外偷睇,直到悶都唔肯走開。

**16.** 無精打采嘅人讀書時成日打呵欠,仲要打盹;佢搓搓面,伸吓懶腰,抬起手臂,將目光從書本移開,死死咁望住牆壁;再返去書本,又讀少少,翻翻頁, 好奇想睇完一個字,就數吓頁數,計吓有幾多整張紙,批評吓字體同裝飾——最後,摺埋本書,枕住佢訓覺,瞓唔算好深,因為肚餓已經開始困擾佢,迫佢都要顧好自己。

**17.** 一個意志消沉嘅和尚對祈禱好懶散,從來唔出聲祈禱。

**18.**就好似病人頂唔順重擔,灰心嘅人亦都冇法勤力去做上帝嘅工作;因為前者嘅體力散晒,後者嘅精神力崩潰。

**19.** 忍耐係治療灰心嘅良藥,同樣要喺敬畏上帝嘅心態下,盡本份(即使冇乜熱誠),並保持自律。

**20.** 每件事都要為自己訂個限度,未做完就唔好放棄;同樣,要合理而誠懇咁禱告——灰心嘅靈就會離開你。

* * *

**21.** 讓勇敢的忍耐引領你的一切勞苦;因為灰心惡毒地對抗你,並喺你嘅勞苦上嚴密監視、考驗一切——如果佢發現有任何一樣冇以忍耐堅固,就會令佢變得難以承受(1,233)。

**22.** 當喺神聖禮拜期間,有個灰心嘅靈向你襲來,佢就向你嘅靈低聲耳語,唱詩係種負擔,並將懶惰當作對你熱誠嘅對手——而「 」就催你快啲唱完詩,好畀肉體歇一歇,因為佢好似為某個原因而好攰。

**23.** 當我哋參加夜間守夜禮時,唔好因為灰心而喺崇拜期間坐低;因為咁樣魔鬼就會嚟,佢哋收集咗一大堆似糠嘅念頭,就會即刻喺我哋心入面播種。

**24.** 喺禮拜開始前醒咗,就用光明嘅思想填滿我哋嘅心,等我哋將心思放喺上面,就可以精神抖擻咁企喺詩歌隊旁(1, 234)。

**25.**就好似我哋外在嘅自我用雙手勞動,唔想成為他人嘅負擔;我哋內在嘅自我都要喺佢自己嘅工作上勤力,唔好畀心思被雜念壓得喘唔過氣。因為當心思喺神嘅意念之外閒置嘅時候,雜念就會趁機向靈魂施加佢哋自己嘅勞役。(1. 235)

**26.** 出於對人嘅愛,培養體力勞動;出於對智慧嘅愛,培養心靈嘅自律。前者可以供養陌生人,克服甚至完全驅走懶惰;後者則可引領人進行沉思,令心靈從雜念中得到完全淨化。

**27.** 我哋唔好四處遊走,而係要喺沉默中勤力完成我哋嘅工作:因為閒懶(同閒懶)令思想喺我哋身上佔據上風(1, 238)。

**28.** 當念頭逼使我哋去到佢哋以前透過提示令我哋鍾意嗰度,然後佢哋又令我哋後悔,好令我哋喺所有事上都變得反覆無常同無所成就。

**29.** 搬遷地點,應該係為咗追求更屬靈嘅生活方式,而唔係為咗追求更寧靜嘅生活(1, 239)。

**30.** 忍耐、好脾氣同埋愛心,就算喺悲傷嘅時候都值得;相反,灰心、懶散同埋自愛,就只會喺安逸嘅日子先得樂趣。

### *7. 論虛榮*

**1.** 虛榮係一種唔理性嘅激情,好容易就滲入每一件美德嘅行為。

**2.**畫喺水面上嘅線會溶入水中(變得睇唔到);虛榮嘅心靈入面嘅德行努力亦都一樣。

**3.** 藏喺懷裏嘅白手──隱藏嘅善行比光更光亮。

**4.** 常春藤繞住樹身,當佢攀到頂,就會令樹根枯萎;虛榮亦都係咁,會接駁喺美德身上,緊緊攀住,直到將佢哋嘅全部意義都剝走為止。

**5.** 一串跌咗落地或者攤喺地上嘅葡萄,好易爛;同樣,美德一旦糾纏住虛榮,就會凋謝。

**6.** 一個虛榮嘅和尚──一個冇酬勞嘅勞工──費盡心機卻攞唔到任何回報。

**7.** 破爛嘅麻布袋裝唔住嘢,虛榮摧毀咗美德嘅回報。

**8.** 虛榮者嘅自制力好似爐中嘅煙,兩者都化作烏有。

**9.** 風吹散人嘅腳印,虛榮令施捨化為烏有。

**10.** 無論你點用力擲石頭,都擲唔到天上──拍馬屁嘅人嘅禱告都上唔到天。

**11.** 虛榮係塊隱藏嘅石頭;一撞到佢,就會蝕貨。

**12.** 聰明人隱藏佢嘅寶藏,而有德嘅和尚隱藏佢嘅善果。

**13.** 虛榮叫人喺屋頂上禱告;但同虛榮作對嘅人,就喺自己嘅小房入面禱告。

**14.** 魯莽嘅人當眾宣揚自己有幾多財富,激起好多妒忌;但係你行緊有賊嘅路,就要收埋晒所有嘢,直到去到平安城先開始安心享受。

**15.** 虛榮者的美德好似在絕望中獻上的祭物,不應該擺在上帝的祭壇上(利未記22:22)。

**16.** 灰心喪志會削弱靈魂的力量,而病人的虛榮卻能令他們康復,並令老人比年輕人更強壯,只要有許多見證者:禁食、守夜和禱告就變得容易;因為眾人的讚揚激發熱誠。

**17.** 唔好為咗人嘅榮耀放棄你嘅勞苦,亦唔好用將來嘅榮耀去換取冇價值嘅讚揚;因為人嘅榮耀會化作塵土,其名聲喺世上會消散,而品德嘅榮耀則永遠長存。

* * *

**18.** 真正嘅美德唔會追求人嘅讚揚,亦唔會沉迷於榮譽──呢個萬惡之源(1, 226)。

**19.** 榮譽嘅開始係想討好人,而佢嘅結局就係驕傲。

**20.** 追求榮譽者自以為高,因而無法忍受屈辱。

**21.** 務要將在德行上嘅勤力視為榮譽,而將人所追求嘅讚揚視為恥辱。

**22.** 唔好向肉體追求榮耀──你哋已經下定決心要拋棄肉體嘅慾望──而要追求更好嘅嘢,嗰就係你哋嘅榮耀。

**23.** 凡希求受尊敬者,必嫉妒勝過自己榮耀的人,並在嫉妒中增添仇恨。

**24.** 佢被對榮譽嘅強烈慾望所征服,受唔到有人比佢更受重視,但佢要自封為最優先,免得畀人覺得佢低人一等。

**25.** 佢受唔到喺佢唔喺場嘅時候,有人比佢更受尊重——而且佢通常會貶低嗰啲人嘅努力所帶嚟嘅光榮,話佢哋微不足道。

**26.** 對好名者嚟講,誣衊係最痛苦嘅創傷──佢忍唔住要對誣衊者懷有仇恨。

**27.** 好名者係一個殘酷女主嘅奴隸,俾賣畀好多暴君──驕傲、嫉妒、忌恨同各樣鬼魔;但凡用謙卑制服貪慕虛榮嘅心,就可以驅走成隊鬼魔。

**28.** 凡因謙卑而自甘為眾人僕人者,就成為那自卑、且取了僕人形狀者的樣式(腓立比書2:7)。

**29.** 如果你用細小嘅尺碼去衡量自己,你就唔會將自己同其他人比較。

**30.** 凡以眼淚顯露自己靈魂軟弱的人,不會對自己的工作看得太高(1, 228)。

**31.** 魔鬼往往令謙卑的人受辱和虐待,好叫他們無法忍受不當的輕視,因而放棄謙卑;但凡有人在謙卑中勇敢地忍受恥辱,就會因此被提升到智慧的更高峰。

**32.** 連人稱讚嘅念頭都要從心裏趕走,咁先可以喺虛榮嘅自私念頭未出現之前就將佢擋返。

**33.** 當你透過與情慾作鬥爭而克服咗佢哋,就唔好畀一個欺騙嘅念頭抬高你,免得你信咗佢而陷入迷思;反而要努力去睇下自己嘅不足,好令你嘅成功唔會畀內在嘅敵人破壞(1, 230)。

**34.** 其他人因為成功被讚揚,時間一長就自滿;結果,既使讚揚消散,又令他們的努力化為烏有。

**35.** 其他人因對自己行為的驕傲而變得剛硬,開始想像自己了不起;同時,他們的良心日益麻木,虛榮的病態愈加嚴重,心思意念將靈魂對創傷的目光引開,並以讚揚為名掠奪了他們的一切勞苦(1240)。

**36.** 當你誠心為罪惡懺悔時,魔鬼雖然讚揚你懺悔的行為,卻貶低你的罪過;而且經常將它們隱藏在遺忘中,或者令你以為已經獲得赦免,藉此削弱你的努力,使你不再認為有必要為自己的過失痛心哀悼。

**37.** 古代那條蛇最銳利的武器是虛榮,它摧毀我們一切勞動的果實。但凡預先以秘密善行作為反制的人,就已接近斬下魔鬼的頭顱(1, 241)。

**38.** 將你苦行嘅芬芳,藏喺沉默嘅封印之下,免得畀你條舌頭揭露咗,就畀榮耀掠走。

**39.** 當你積極追求苦行生活時,要令你嘅舌頭保持沉默(即係,用行動代替言語);因為咁樣,就算冇出聲,你嘅行為都會成為你人生可信嘅見證──你嘅同道苦行者。凡有具體行動作見證嘅人,就唔需要用自己嘅舌頭去為自己作證。

**40.** 其他人卸下勞碌的負擔後,就想用過去的作為掩飾他們的懶散,把已經不復存在的事當作明顯的見證,卻又講得含糊不清、難以令人信服。

**41.** 正如你向人隱藏你的罪過,你也要向人隱藏你的勞苦。你羞於揭露你的可恥行為,唯恐受到責備和羞辱──其實,這對你的靈魂有益。 要小心唔好炫耀你嘅苦功,免得自愛嘅罪破壞咗你嘅靈魂。如果你只向神坦白你嘅羞愧失敗,就唔好向人講你對抗佢哋嘅掙扎,免得佢哋當成係勝利嘅最高榮耀。

**42.** 有人因為行為不檢而聲名狼藉,於是改行修德,並非要透過苦行懺悔自己的罪過,而是想壓制關於自己的譏諷流言。 但如果有人只為名聲而行敬虔,那他所服侍的就不是神,而是人(1. 245. 6)。

**43.** 喺苦行生活中以面色蒼白見稱嘅人,應該喺人嘅讚揚未到之前就迴避佢──即係話,就算未見到人之前,仇敵已經種下對讚揚嘅渴望(1. 249)。

**44.** 當你長期禁酒、禁油同其他奢華嘢,就會有讚賞嘅念頭,同埋計住時間,叫你為咗身體放鬆吓。對呢班惡意搞事嘅人,就要用任何可以挫敗佢哋計謀嘅說話回應佢哋。 於是,有一位弟兄,因為內心對付魔鬼的努力而受到讚揚,就講了詩篇的話:*「羞辱我、對我說『做得好,做得好』的人,都當轉回後退。」*(詩篇69:4)

**45.** 不可穿戴華麗的衣服,免得你更明顯地被虛榮的魔鬼所穿戴;因為不是衣服的華美表示你穿戴了美德的衣袍,而是像金飾一樣的苦行工夫,見證了你靈魂衣袍的美麗(1, 256)。

**46.** 凡經歷過實踐與靜觀兩方面生活之後,教導未曾有此經驗者分辨心思之法的人,必須小心,切勿讓任何有關此知識的自誇滲入,或出於炫耀以求榮耀的慾望。

**47.** 喺行肉身苦行時最嚴苛折磨自己嘅人,唔可以為咗攞讚賞而耗盡自己,亦唔可以畀榮耀抬高自己。否則,魔鬼會用呢啲苦行同榮耀充塞佢嘅心靈,並煽動佢對自己更加殘酷,誘惑佢去做更大嘅壯舉,好等佢更加自我誇耀。 為咗呢個目的,佢哋會透過佢嘅思想同佢做以下嘅內心對話:「就好似某人唔顧自己嘅勞苦,從而為自己攞到咁大嘅名聲,連死咗之後,人哋都仲會提起佢; 所以你都要攀上苦行嘅最高峰,咁你先可以為自己贏得榮耀,令你嘅名聲偉大,死後都畀人讚頌(1, 268)。

**48.** 喺佢哋嘅夢入面,佢哋會將另一個人晉升到老師嘅座位,並描繪佢好似喺度講嘢──又好似公眾輿論都畀佢排喺所有透過苦行而聞名、博學多識嘅人之上。 就咁樣,佢哋喺佢心入面激起唔止一種競爭心,仲有對所有成就備受讚揚、行為值得欽佩、知識淵博到令人驚嘆嘅人嘅嫉妒心(1, 269)。

**49.** 有時佢哋會令肉體嘅慾望沉睡,然後由內心引出污穢嘅念頭,心機咁做,就係想令苦行者以為自己透過嚴苛嘅生活,已經完全征服咗慾望嘅靈,心靈已經潔淨,接近咗聖徒嘅聖潔──甚至以為自己已經攀上咗聖潔嘅巔峰。 佢哋經常逼呢個人向自己吹噓佢嘅功績:「我做咗呢啲嗰啲;我點樣努力、點樣劾到精疲力盡」──但佢哋唔畀佢加埋一句:*「唔係我,而係住喺我入面嘅恩典。」* 佢哋亦唔容許佢承認神係佢喺呢啲被逼誇耀之事上嘅幫助者,好等佢憑自己嘅努力完成一切勞苦之後,將所有讚美都歸於自己──因為冇將榮耀歸於神,佢就陷入褻瀆嘅深淵,愚蠢地自封為自足。

**50.** 當呢啲貪慕虛榮嘅念頭喺心入面出現,而心又唔抵抗佢哋,咁嗰位修道者(尤其係隱士)就離心靈腐敗唔遠; 咁樣心就會好容易陷入混亂,要麼係接受咗當真嘅魔鬼夢境,要麼係喺守夜禱告時見到嘅

幻象,或者見到魔鬼以某啲光亮嘅形態出現。因為撒旦自己,為咗呃我哋,有時會變成光明之使; 承諾話,如果你向佢下拜,佢就會賜畀你某啲恩賜,或者好似新以利亞咁,用火車載你去天上。結果,啲信咗呢啲承諾嘅人就離棄咗真理,仲走火入魔。 為避免此,要記住苦行之所以出於愛心,並以極大謹慎守護你嘅心,免得你專注於外在行為時,被(無謂嘅)自我抬高所設嘅圈套暗中誘惑(1, 270)。

**51.** 至於行善者,主勸戒佢哋:*「你哋禱告嘅時候,要入你嘅內室,關埋門,向你喺暗中嘅父禱告」*(馬太福音6:6),又進一步咁講: *「你施舍嘅時候,唔好喺前頭吹號角」*(– 2),命令我哋唔好為咗睇睇做善事,好似做緊一件有害嘅事。先知又話:*「收聚自己賞報嘅人,就係將賞報收喺個漏咗嘅袋入面。」* (哈該書1:6),顯示出每一份(屬靈爭戰與善行)的勞力,都會被虛榮的腐蝕性目的所摧毀──好似通過一個破洞百出、由愚昧無知所把守的袋子。 謙卑智慧的心,真係一個寶庫,同時係一個四面堅固嘅防禦,*'度唔會生蟲,亦唔會生鏽,亦冇賊可以入嚟偷*'(馬太福音6:20)。「蟲」即係指心入面嗰種自以為是嘅心態,摧毀人哋所有嘅善行;而「賊」就係指外面嚟嘅讚揚,煽動愚蠢嘅驕傲,急忙掠走人透過長期做好事累積嘅屬靈財寶。 正如蟲蛀食牠所生之物,賊人挖牆偷走辛辛苦苦積聚嘅財物;同樣,一個因善行而產生自豪感嘅念頭,會摧毀呢啲善行本身嘅價值;而人嘅讚揚,則會瓦解弱者嘅心志, (侵入)並唔留下一啲好嘢──嗰啲本嚟經正門合法帶入嚟,然後又畀佢哋由耳仔度趕走嘅嘢。 但願無人任憑此種激情控制到,畀虛榮甜言蜜語哄得迷失,最終將辛辛苦苦得嚟嘅一切全部化為烏有; 但願人人保持清醒警惕,趁誣衊者只係喺暗中破壞,未造成傷害之前,就喺佢哋破壞嘅當下,日出之前擊倒佢哋──呢個諗法未變成行動之前 (2, 106–7)。

### *8. 論驕傲*

**1.** 驕傲係靈魂嘅腫瘤(脹大),入面充滿咗腐敗嘅血;如果佢成熟咗,就會爆裂,造成大騷亂。

**2.** 閃電先兆打雷,正如驕傲預告虛榮嘅到嚟。

**3.** 驕傲將驕傲者舉到高處,然後又將他們拋入深淵。

**4.** 驕傲折磨那些背棄上帝、將自己善行歸功於自己力量的人。

**5.** 就好似踏入蜘蛛網嘅人會跌入、畀蜘蛛拖走,咁依靠自己力量嘅人都會跌落嚟。

**6.** 豐盛嘅果實令樹枝彎曲到地面,眾多嘅美德令一個人謙卑。

**7.** 爛果對農夫冇用,自負者嘅美德對上帝都冇用。

**8.** 有支撐先可以托住滿載果實嘅枝,敬畏上帝先可以托住有德嘅心靈。

**9.** 就如果實嘅重量折斷枝條,驕傲亦會令有德嘅靈魂跌落。

**10.** 唔好將你嘅靈魂交畀驕傲,否則你會見到可怕嘅異象;因為驕傲者嘅靈魂被上帝遺棄,反而成為魔鬼嘅喜悅。

**11.** 夜間,自負的人幻想有成群的猛獸來襲,日間又被恐懼的念頭纏擾;入睡時,他經常嚇醒,醒著時,甚至連鳥影都令他畏懼。

**12.** 一片樹葉嘅沙沙聲就令驕傲者心生恐懼,流水嘅潺潺聲更震撼佢嘅靈魂。

**13.** 於是,嗰個啱啱同神為敵、拒絕祂幫助嘅人,而家竟然畀啲微不足道嘅幻影嚇到發抖。

**14.** 驕傲使大天使從天而墜,好似閃電咁跌落凡間。但係人嘅謙卑卻能令佢升上天堂,同天使一齊歡欣慶祝。

**15.** 人啊,你點解要咁高飛,飛到過雲層之上?你不過係塵土同灰燼啫。

**16.** 你要反思你嘅本性:你只係塵土同灰燼,好快就會化成粉末;而家你被高舉,但過唔耐你就會變成蟲。點解你要放心於一個好快就會腐爛嘅身體呢?

**17.** 人若得神幫助,就為大;但一被神離棄,就知自己本性軟弱。

**18.** 你所擁有的一切美好,都並非未曾從神而得。那你又為何要像擁有自己所有物一樣,誇耀屬於他人的事物?你又為何要像視為自己功績一樣,驕傲於神恩典所賜予的?

**19.**承認賜予者,唔好過份自大;你只不過係神嘅受造之物,唔好背棄你嘅造物主。

**20.** 上帝幫助你,不可否認你的恩人;你已攀升到美好生活的巔峰,但引領你的是上帝;你品德卓越,但行事在你里面的也是上帝;承認那使你尊貴起來的,好使你堅定地停留巔峰。

**21.** 承認你嘅 fellow human being 同你一樣,都係同一本質,唔好因為自大就否認同佢嘅血緣關係。

**22.** 佢謙卑,而你高舉;但係同一造物主塑造咗你哋。

**23.** 唔好輕視謙卑嘅人;佢企得比你更穩,行喺大地,唔會輕易跌;但自大嘅人,一跌就會被壓碎。

**24.** 自負嘅和尚就好似冇根嘅樹,頂唔順風力;但係樸實嘅智慧就好似一座堅固嘅城池,人喺入面可以安然無恙。

**25.** 一片草葉畀疾風吹得好高,而自大嘅人就畀愚蠢嘅迷思撐得高高。

**26.** 破裂嘅氣泡化為烏有──驕傲者嘅記憶亦將滅絕。

**27.**謙卑人嘅說話係撫慰靈魂嘅良藥,而自大嘅人嘅說話就充滿吹噓。

**28.** 謙卑人的禱告感動神,但驕傲人的哀求卻惹怒祂。

**29.** 謙卑係屋企嘅冠冕,亦令入嚟嘅人安全。

**30.** 你若登高行義,就更需要保護:因為人喺地下跌咗,好快就可以再爬起,但人由高處跌落,就好危險,甚至可能喪命。

**31.** 寶石配以黃金鑲嵌最為相襯,人的謙卑則因眾多美德而光彩奪目。

* * *

**32.** 雖然你已經悔改,但唔好忘記你跌落谷底嗰陣;為咗保持謙卑,要帶住眼淚記住你嘅罪,好等你自卑以對,令你嘅驕傲得以必要咁被斬除 (1, 240)。

**33.** 唔好用自以為高人一等嘅傲慢眼神望跌咗嘅人,好似自己係法官;反而要用清醒嘅心關注自己──做自己行為嘅試驗者同評估者(1, 245)。

**34.** 你跌咗,就嘆口氣;你得勢,就唔好自大。唔好吹噓自己冇得輸,免得著上羞恥,而唔係光彩。

**35.** 有位好有口才嘅人講到謙卑,就講咗以下呢件事:'有位好有口才嘅老竇,畀一個被惡靈附身、正喺瘋狂發作嘅人喺面頰打咗一巴;佢即刻轉身,將另一邊面頰伸出嚟,準備再畀一巴。 然後嗰個魔鬼畀謙卑嚇到,好似中咗雷咁,大叫一聲,即刻就離開咗神嘅造化。(1, 259–60)

**36.** 就如人下到地底深處開採黃金,同樣,凡下到如金般卑微者,都能從中汲取美德。(1, 266)

**37.** 聖保祿吩咐我哋: *「忘記背後,努力向前」* (腓立比書 3:13)。 心存此念者,並非因所成就者而自高,反而因與所需相比之下所欠缺者而自卑,專心完成未竟之事,不將注意力放於已然完成者; 因為已經完成嘅事往往令浮躁嘅人自大到唔顧後果,而仲未完成嘅事就因為唔肯定可唔可以完成,令心志謙卑,甚至未完成之前就已經生出憂慮。 所以,主為咗防止已經攀升到道德高峰嘅人陷入驕傲嘅誘惑,就話: *「你哋照所吩咐嘅全做咗,就當係自己份內嘅本份,唔好自誇。」* (路加福音17:10) 雖然祂並不阻止我們因為完成本分而喜悅,但祂不允許我們自以為高。因為祂說所還的是債務,而非自願的禮物(2,112–13)。

**38.** 驕傲令心智膨脹到自大狂妄,教人輕視每一個人,以鄙夷的目光俯視同類,視之為微不足道;它透過高傲的思想令人生病,激勵人夢想與神同等,不承認全善之神 的眷顧與照顧,並假設作為對自己所作所為的報酬, 人所享受嘅一切恩典,都係對自己行為嘅應得報酬;佢拒絕承認上帝喺人所做嘅事同成功背後嘅幫助;佢自以為足以完成所有善行;喺佢嘅自負之中,以為自己有能力做一切,卻其實完全無力。 佢就好似一個水泡,被對自己嘅虛榮成見吹大,只要一陣風吹過,就化作烏有(2, 184)。

### 3. 勸勉章節

**1.** 敬畏上帝,並愛慕上帝,待人處事要按你良心嘅清楚指引去做。

**2.** 相信上帝親自喺你每日所行嘅一切善事之前。

**3.** 遠離讚揚,但要對責備感到羞愧並銘記於心。

**4.** 行善時要喜悅,但唔好自誇,免得喺港口觸礁。

**5.** 你愈能遵守律法,就愈要認清自己離完美愈遠。

**6.** 凡事未開始之前,要先諗好後果。

**7.** 日夜都要諗住你嘅最後一日,咁對呢世嘅眷戀就唔會綑綁你。

**8.** 唔好同啲你睇得出連有德者都鄙視嘅人結交。

**9.** 無論你係行動、講嘢定係諗嘢,都要盡力唔好傷害到任何人。

**10.** 唔好沉迷於人生嘅花朵;佢哋只不過係草嘅花,一摸就枯萎。

**11.** 喺悲傷嘅時候要感恩,你嘅罪孽負擔就會減輕。
**12.** 面對誘惑要堅定不移;因為誘惑已經令好多人,甚至偉人,都顯露出冇堅定同自制。
**13.** 唔好批評上帝嘅忍耐,因為佢係一種普世嘅良藥。
**14.** 憎惡(人類)生命嘅混亂,但唔好怪神。
**15.** 我们要留心自己,– 咁就唔會定罪人;因為我哋自己都有好多嘢係會令我哋去定罪人。
**16.** 總要令你口中常有禱告的詩篇;因為只要一念出神的名,魔鬼就逃跑。
**17.** 我們的禱告要存著清醒,免得向神求祂不喜悅的事。
**18.** 時刻記住上帝──你嘅心思就會好似天國一樣。
**19.** 管住你嘅眼睛;如果你唔留意佢哋,佢哋就會到處亂睇。
**20.** 把守你嘅舌頭;因為佢經常會洩漏出本可唔講嘅嘢。
**21.** 用律法嘅教導培養你嘅心靈;因為持續嘅教導可以根除惡念。
**22.** 隱藏你嘅美德,但要努力令你嘅生活方式有好多見證者。
**23.** 憎惡肉體的慾望,因為它們玷污身心。
**24.**只畀肉體所需,唔好畀佢憑慾望去想要嘅嘢。
**25.** 唔好沉迷於今生嘅享樂;因為呢啲會令你綁喺今生,而呢兩樣都令你同神為敵。
**26.** 遠離今生嘅歡樂;因為佢哋令行緊生命道路嘅人滑倒跌落。
**27.** 如果你有財富,就用咗佢;如果冇,就唔好積聚佢。
**28.** 視禁食為武器,視禱告為城牆,視眼淚為洗澡。
**29.** 你所犯過嘅一切罪,都要帶住哀號去紀念,因為咁樣先能令靈魂時刻存留痛悔。
**30.** 安慰窮人,因為他們令審判者對我們施以憐憫。
**31.** 分享聖徒嘅需要;因為透過佢哋,就可以同神有交通。
**32.** 進入教會,好似進入天國;喺入面嘅時候,唔好講、亦唔好諗任何塵世嘅事。
**33.** 認為足夠應付生活所需是必要;但把這些事的顧慮交託給神。
**34.** 用善行磨耗肉體,但要小心,免得佢完全崩潰(承受唔到)。
**35.** 盡量少飲酒;飲得愈少,對飲者愈有益。
**36.** 節制你嘅怒氣;因為佢一旦過份,就會成為瘋狂嘅父親。
**37.** 病咗嘅時候,要先禱告,而唔好先搵醫生同埋食藥。
**38.** 尊重所有神父,但要搵啲好嘅。
**39.** 愛慕上帝嘅殿,但同時都要令自己成為上帝殿嘅一部分。
**40.** 經常去教堂;因為佢可以保護我哋免受外在風暴同困擾。
**41.** 世上一切都係暫時嘅;所以如果呢啲嘢被奪走,就唔好傷心。
**42.**當慾望嘅念頭襲來,就用被他人見到嘅羞恥同對上帝嘅冒犯去抵禦佢。
**43.** 把守你嘅耳目,因為所有仇敵嘅箭都係由此而入。
**44.** 你禱告嘅時候,要將心思意念高舉向上帝;如果佢哋走咗神,跌返落嚟,就要再高舉返佢哋向上帝。
**45.** 心思永不止息,不斷生出念頭;但要驅走邪念,培養良善嘅念頭。
**46.** 喜樂於謙卑;因為它所帶來的崇高偉大,永遠不會墮落。
**47.** 要盡力克制肉體的慾望;若然疲倦,就畀身體休息,但唔係為咗享樂,而係為咗健康。
**48.** 用其他好嘅念頭去驅走壞念頭。
**49.** 默想天賜福份嘅光輝,咁你就唔會對塵世或者塵世嘅享樂有任何執着。
**50.** 相信惡念係魔鬼嘅播種;咁佢哋就會停止,而播種者就會蒙羞。
**51.** 最緊要防範自己偷聽,因為聽會令心靈散亂同大意,而一個大意嘅心靈就好容易拋棄律法嘅繮繩。
**52.** 靈魂要分作工作同禱告(即係話有時做緊工作,有時又禱告);咁魔鬼就冇咁多方法入侵我哋。
**53.** 如果你動手做嘢,就等舌頭唱歌,心裏同時禱告;因為上帝要我哋時刻紀念祂。
**54.** 為你所做嘅每一件事都加上禱告,特別係當你發覺自己心神不寧嗰陣。

**55.** 如果你想你手頭嘅工夫係神聖嘅,而唔係世俗嘅,就要將你由此得嚟嘅成果分畀有需要嘅人。

**56.** 當聖徒到訪時,要歡喜,因為藉住佢哋,上帝得以顯現。

**57.** 憑佢哋嘅行為分辨真正嘅聖人;因為每棵樹都係憑果實認出嚟。

**58.** 每次見到聖人,都要努力學嘢;留意佢哋嘅眼神同舉止,因為呢兩樣最有益處。

**59.** 努力喺你心入面保持柔和嘅心靈,喺你身體上保持純潔;因為呢兩樣都令你成為上帝嘅殿。

**60.** 因此,要保守你嘅殿,好似保守嗰位創造你同審判你,並掌管萬有嘅主,務求你──祂嘅形象──得以聖潔。

**61.** 與世俗人傾談會令心思遠離上帝;所以,你不但要自己唔同佢哋講嘢,仲要勸唔同人唔好同佢哋傾。

**62.** 當人譏諷你時,要反思自己有冇做過值得被譏諷嘅事;如果冇,就當呢啲譏諷係好似煙霧咁,好快就會散去。

**63.** 若無懺悔之心,則無法從情慾中解脫;而懺悔之心乃透過三種節制而得:即節制睡眠、飲食及身體休息。

**64.** 如果你受到任何冤屈,就用忍耐去對待──最終傷害會落到加害你嘅人身上。

**65.** 當你見到財富、榮耀或世俗權勢時,要思索它們的短暫──你就能避開陷阱。

**66.** 忍受憂患;因為在其中,好似荊棘間嘅玫瑰,美德就會誕生同成熟。

**67.** 切勿將任何事物視為與德行等值,因為德行是上帝的形象;因此它永恆不變,正如祂一樣。

**68.** 為嗰個行惡卻亨通嘅罪人而哭,因為公義審判者嘅劍就懸喺佢頭頂。

**69.** 視懶散為一切罪惡之源;因為它掠奪你所擁有的一切美好,並阻止你去獲得你所未擁有的一切。

**70.** 當作惡者對佢嘅行為毫無羞愧,苦楚就會愈來愈深──而最終嘅墮落會令人陷入絕望。

**71.** 每當你心灰意冷,就反思一下忠信者所預備嘅福份──屬靈嘅果實(喜樂)好快就會臨到你。

**72.** 信徒應該對所有人謙卑;因為只對部分人謙卑,就係虛偽嘅謙卑。

**73.** 除咗因為呢種愛令到上帝嘅愛被輕視,否則唔好將任何嘢放喺對鄰舍嘅愛之上。

**74.** 唔好對任何人產生執着,或者違反神嘅律法偏心;因為凡係將任何人放喺神之上,就等於令神顯得比嗰個人更唔值得敬重。

**75.** 唔好為惡人辯護,因為咁樣只會鼓勵佢哋行惡,亦會因同佢哋嘅行為為伍而玷污自己。

**76.** 要勸戒罪人,但唔好譴責跌倒咗嘅人;因為後者係誣陷者嘅行為,而前者係想糾正佢嘅人所做嘅。

**77.** 務要常常聽講聖徒的善行,因為這能激發心靈向善效法。

**78.** 如果心靈係我哋每一個人嘅家庭教會,咁我哋嘅教會禮儀都要喺度舉行。

**79.** 如果教堂有舉行禮拜,就去參加;如果冇,就(唱完詩後)讀使徒福音,然後各人忙各人嘅事。

**80.** 從聖人身上衡量美德嘅光輝;因為佢哋嘅光輝即使死後都永垂不朽。

**81.**當你明白惡係魔鬼對住我哋拔出嚟嘅閃電劍,你就會憎惡佢。

**82.** 如果你喺責備跌倒嘅人,就要用憐憫嘅口吻;咁佢嘅耳仔先會軟化,心靈先會得光照。

**83.** 同聖人傾偈,就問靈性嘅事;唔係同聖人傾偈,就唔好講呢啲嘢。

**84.** 總要急行善事,免得因疏忽而帶住不完全嘅狀態離開呢度。

**85.** *「你哋要跑得有策略,好得獎賞。」*(林前9:24)即係要不停咁跑;因為我哋要追尋美德,直到離開人生嘅跑道。

**86.** 不可疏忽誡命;因為如此的人徒勞無功。

**87.** 未到需要嘅時候就要練習忍耐;等到真係要用到嘅時候,先至可以搵到齊全嘅裝備。

**88.** 對抗惡念,並照律法所命,以神的話語向它們發言。

**89.** 要非常勤力,將目光從今生移開,因為從今生升起的惡煙會激起靈魂。

**90.** 如果你被某種惡習糾纏,就慢慢地、一點一點地斷除──你會發現,毫不費力就能從靈魂中拔出這根刺。

**91.** 純粹地愛純潔嘅神;並視萬物都低於祂,因為祂高於萬有。

**92.** 如果你想成為上帝嘅殿,就要向祂獻上無間斷嘅禱告,好似持續嘅祭物一樣。

**93.** 唔好揀一個生活草率嘅人做顧問;因為佢鍾意邪惡,就唔會喺善事上畀到好建議。

**94.** 遠離一切會腐朽嘅事物,每日都領受神秘嘅聖餐;因為咁樣,基督嘅身體就成為我哋嘅。

**95.** 當你以任何方式被上帝管教時,就唔好埋怨;因為祂像父親一樣管教,又像恩人一樣值得感謝。

**96.** 當你受人羞辱,就當喜樂;因為若係不義嘅,你嘅賞賜會好大;若係公義嘅,你因保持純潔而得以免受刑罰。

**97.** 你要將人生嘅悲歡離合當作影子同車輪,因為佢哋轉眼即逝,好似影子,又好似車輪咁不斷轉動。

**98.** 務要常在神裡興旺;因為人少少地積聚,日後就能得着眾人所求的豐富財富。

**99.** 如果你想避免痛苦嘅折磨,就千祈唔好講人唔好;因為呢樣會令神明傷心。

**100.** 如果你想將一切懲罰的災禍從你家驅走,就切勿說同類──你 fellow creature──的壞話;因為造物主──祂造了你 fellow creature──因此而正當的傷心。

**101.** 如果你想勝過一切罪惡,就唔好探聽人哋嘅事;因為你自己身上,就有好多你用嚟責備他人嘅同樣罪行。

**102.** 人啊,遠離驕傲,即使你富有,免得令上帝成為你的敵人。

**103.** 愛好謙卑,即使你位高權重,好叫你喺審判日得著高舉。

**104.** 唔好嘲笑人,咁你一生都唔使受人嘲笑。

**105.** 你喺教堂入面嘅時候,唔好畀心神飄走;因為喺王面前企住嘅人,既唔會笑,亦唔會畀自己分心。

**106.** 將呢啲說話深深記喺心裏──咁你一生都會受人尊敬。

**107.** 努力過有德嘅生活,咁先有膽量去糾正犯罪嘅人。

**108.** 約束你嘅無禮;唔好批評任何人──免得畀人話你自大。

**109.** 唔好嘲笑人跌落谷底,免得畀你唔想俾人嘲笑嘅人嘲笑返你。

**110.** 遵守呢啲勸告,佢哋會為你帶嚟榮耀嘅冠冕。

**111.** 你要行出呢啲誡命,你喺人眼中先會被人尊重,喺神面前先會蒙神悅納;因為神就因呢啲而喜悅,而對祂嘅真誠服侍,就會因呢啲成就而得賞賜。

**112.** 務要時常力行善事,追求卓越。[75]

**113.** 勇士若未經過長期練習、勞苦與戰鬥的考驗,並以經驗證明能戰勝敵人,就不會被稱頌。

**114.** 更何況,在真正的天國之王面前,若無人先在研習聖誡的實踐中操練自己,並藉此拿起恩典的天國武器,投入與邪惡之靈的爭戰,就無人被認為配得領受聖靈的天國恩賜。

**115.** 一個人喺屬靈追求上越有成就,就越能攀升到聖靈奧秘嘅高峰,同埋智慧嘅隱藏寶藏。

**116.** 人喺恩典中越得豐盛,就越能喺主嘅幫助下洞悉邪惡嘅詭計。願榮耀同權能歸於祂,直到永遠! 阿門。

**117.** 得救的開始,就係自我定罪。

**118.** 亂擲石頭都好過亂講一句說話。

**119.** 待人如你希望人如何待你。

**120.** 用行動證明真理,唔好淨係講嘢。

**121.** 施恩於眾多人的,並不算虔誠;真正虔誠的,是從不冒犯任何人。

**122.** 心存良知,葉間地上眠,勝過心懷愧疚,金床之上眠。

**123.** 滋養靈魂嘅朋友,先至係真正嘅好朋友。

**124.** 用言語讚美上帝,用行動敬拜祂,並在思想與心中敬畏祂。

**125.** 神職人員係由智慧、良好嘅人生同高尚嘅情操所造就。

**126.** 人所能做嘅最差嘢,就係喺一切可恥嘅嘢面前卑躬屈膝。

**127.** 用言語研習美德,以行動宣揚美德。

---

[75] 呢度就係希臘宗主教版嘅勸勉章節嘅結束。莫斯科學院嘅翻譯又加咗佢哋所用手稿入面嘅以下章節。

**128.** 唔好淨係當美德係件好嘢,而要如應有咁擁有佢。
**129.** 尊重法律,你就會按法律生活。
**130.** 流浪者係指對世上所有事物都感到陌生嘅人。
**131.** 唔好拍富人馬屁,但都唔好惹佢哋。
**132.** 酒能強身,但神嘅話語能堅固心靈。
**133.** 食有益健康嘅食物,唔好食太甜。
**134.** 如果你想討好大眾,你就會變成大眾一樣。
**135.** 凡事都要克制你嘅肉體。
**136.** 勤力嘅人就係冇閒時嘅人。
**137.** 向神口出褻瀆之言,係一件不可赦免嘅罪。
**138.** 大禍由耳同舌頭嚟。

## 4. 令一個人遠離短暫事物,並使佢執着於不朽嘅思想

**1.** 通往美德嘅道路就係逃離塵世——一條又好又短嘅路。
**2.** 凡希求不朽者,當視一切可朽壞者為無。
**3.** 如果你渴望真正嘅生命,就要時刻預備人世嘅死亡。
**4.** 要憎恨呢段現世生命,因為你見到佢嘅車輪轉得幾咁無序。
**5.** 唔好貪慕嗰啲轉眼即逝、轉眼即失嘅福份。
**6.** 對凡事成功嘅人要笑,對凡事失敗嘅人要憐憫;因為前者帶來賞賜,後者帶來智慧。
**7.** 追求那樣嘅忍耐,就係殉道者所顯示嘅;因為我哋都蒙召去作良心嘅殉道者(堅守良心嘅要求)。
**8.** 將靈魂置於萬物之上,德行之路便會自然流露;因為萬物皆朽壞,但靈魂不朽,不朽者理應優於朽壞者。
**9.** 預備好自己去面對悲傷,你就會從中獲得莫大嘅益處。
**10.** 唔好向神求啲令人愉快嘅嘢,只求啲有用嘅;因為你就算求到前者,神都唔會賜畀你;就算你好似攞到,都好快就會消失。
**11.** 唔好藐視貧窮;因為佢令守法者喺戰場上無所牽掛。
**12.** 唔好畀財富迷住;因為佢帶嚟嘅憂慮往往會令一個人唔自覺咁遠離上帝。
**13.** 結局近咗;你呢個懶散嘅人,要預備好接受鞭打。
**14.**收割嘅時候唔遠啦;所以我哋要將靈魂嘅田除晒荊棘。
**15.** 冇嘢可以瞞過審判者;我哋喺犯罪嗰陣想掩飾自己,都係枉然。
**16.** 當你喺我哋當中嘅眾多天使面前,比起喺人面前更加感到羞愧,並且遠離一切可恥嘅行為。
**17.** 細心諗吓審判者嘅天秤——你就會將所有撐唔起真正分量(喺嗰天秤上)或者因為摻雜外來成分而證明係假嘅嘢,從你生命中趕走,就好似,例如, 一塊黃金,因為摻雜咗其他成分,而未能達到其標準重量)。
**18.** 視懶散同無所作為為對自己嘅損失,並要趕緊去做一切我哋應該做嘅事。
**19.** 時刻反思人生嘅短暫無常,咁就冇嘢可以分散你嘅注意力。
**20.** 唔好畀塵世嘅歡樂——呢啲短暫嘅嘢——嚟蠱惑你;因為佢哋就好似釣鈎,引誘同捉住靈魂,就好似釣魚咁。
**21.** 堅定抵抗誘惑,展現所需嘅勇氣。
**22.** 切勿輕視那流淚的窮人,免得你祈禱的眼淚被輕視。
**23.** 智慧係人所能擁有最珍貴嘅財富;但由於佢獨一無二,佢只願意同已經獲得佢嘅人同住。
**24.** 德行係上帝嘅外袍;織出嚟,你就可以為祂——嗰位賜衣畀萬有者——穿上。
**25.** 地上嘅嘢會畀賊偷走;要追求天上嘅嘢,因為天上嘅嘢係賊手摸唔到嘅。
**26.** 人要拋棄享樂;因為享樂會令人做出啲事,等清醒咗之後先會後悔。
**27.** 人要極力憎惡肉體的念頭,因為它們荼毒身體,玷污靈魂。
**28.** 連世间的福份都要靠劳苦先得,咁为何我们要因劳苦而放弃天国的福份呢?

**29.** 你想唔使費勁就修德?記住,呢份辛苦只係暫時,而獎賞卻係永恆。

**30.**凡貪慕虛浮無用之樂者,當思其樂之短暫,與其後之刑罰之長。

**31.** 視一切事物為可朽壞──只有德性是永恆不朽。

**32.** 鄙視一切令人生出獸性嘅嘢──而去做唯一可以令你變得神聖嘅事。

**33.** 努力追求美德;因為透過智慧,美德令亞當成為神。

**34.** 你能克制你嘅慾望嗎?那就要同時克制你嘅舌頭,免得你對一樣嘢成為奴僕,對另一樣嘢卻只係無用嘅自由人。

**35.** 愛神,唔好對自己人嘅眷屬比對佢嘅眷屬更為掛心,免得照佢嘅話,你雖然唔願意,都證明自己唔配得上佢。

**36.** 你要忍耐咁受苦,因為喺呢啲苦難入面,有為義而爭戰嘅冠冕。

**37.** 忍受惡事的是有福的,行惡事的是可憐的;因為忍受惡事的是基督的承受者,行惡事的是魔鬼的同承受者。

**38.** 禁食嘅餅係好嘅,因為佢入面冇肉慾嘅酵母。

**39.** 禱告嘅祭壇係聖潔嘅;因為佢令至聖所更接近我哋。

**40.** 唔好以為公義淨係屬於美德,因為冇咗公義,任何行為都變得污穢。

**41.** 如果你喺窮人度播種,你就係播自己嘅;因為人哋嗰份,比雜草仲苦。

**42.** 有憐憫心但唔公義嘅人就好似瞎眼,因為佢耕咗塊收唔到成果嘅田。

**43.** 常作好死嘅準備,但唔好驚佢(或者令自己處於唔驚佢嘅狀態);因為呢兩樣都係智慧嘅真標誌。

**44.** 你要表現出有德行的樣子,唔係去呃人,而係要利益到見到你嘅人。

**45.** 就算對唔做好事嘅人,都要講好話,咁佢哋因為對自己嘅說話感到羞愧,先至會開始做好事。

**46.** 如果你真係渴望天堂,咁大地對你就冇咩用,因為佢阻住你向天上飛升。

**47.** 唔好因為鍾意錢財先想致富;因為上帝命定義人要*「從佢哋所有嘅」*施捨(路加福音 11:41)。

**48.** 如果一杯涼水都能使人有理,那將一切都施予窮人的人,豈不是有何等大的賞賜?

**49.** 純潔同憐憫係美德嘅慈母;所以,冇咗呢兩樣,就唔可以事奉基督(或為基督而戰)。

**50.** 唔好忽略憐憫;因為憐憫令良善嘅主由天而降。

**51.** 唔好忽略純潔;因為藉住純潔,至聖童貞成為道成肉身嘅器皿,將為我哋而道成肉身嘅神賜畀人類。

**52.** 唔好講:「我要向我嘅仇敵報仇。」因為我哋喺天上有位公義嘅審判者(同報應者)。

**53.** 唔好貪圖享樂、發財或者受人尊敬;呢啲都係人生短暫嘅虛空,我哋唔係被造嚟最終要滅亡嘅。

**54.** 唔好為死去嘅人哀哭──呢個係人人都行嘅路;能夠無錯咁行到盡頭嘅人,先係有福。

**55.** 為罪人而哭,唔好為窮人而哭;因為前者為自己預備咗冠冕,後者就為自己預備咗折磨。

**56.** 笑人生輪亂轉;但要提防嗰個深淵,佢會將喺上面瞓着嘅人拋入其中。

**57.** 多同上帝講,少同人講;但透過研讀律法,你就可以同時糾正兩者。

**58.** 對靈魂有益嘅洗禮,就係禱告時嘅眼淚;但禱告完,要記住你為咩而哭。

**59.** 唔好拍呢世有權勢嘅人馬;因為*「大能者必受嚴厲懲罰」*(智慧書6:6);所以佢哋會面對一位對佢哋最嚴厲嘅審判者。

**60.** 亞當(即墮落嘅人)嘅命運就係要勞碌(用身體,不由自主,冇報酬);但係透過遵守律法嘅勞碌,我哋就可以得着賞賜。

**61.** 夏娃嘅後代都要受苦;但當我哋懷住感恩去承擔苦楚,嗰咒詛就會變成祝福。

**62.** 讓你的良心成為你行為的指引;因為它顯示出什麼是善,什麼是惡。

**63.** 罷我哋自己審判自己,審判者就會得安慰;因為祂本良善,見到罪人脫去重擔就歡喜。

**64.** 如果我哋做過任何污穢嘅事,就用懺悔洗淨佢;因為我哋要將神嘅形象喺我哋裏面保持純潔。

**65.** 趁靈魂嘅創傷未被揭露,就醫治佢哋,咁我哋就可以避免刑罰嘅鞭策。

**66.** 正如被捆綁者難以行路,同樣,沉溺於塵世事務者亦難以以純潔之心行道德之道。
**67.** 我哋應該憎惡罪惡;因為咁樣,即使有人跌入罪中,都更容易從其陷阱中逃脫。
**68.** 凡不憎恨罪惡者,即使佢自己唔犯罪,都算係罪人。
**69.** 當你為犯罪嘅鄰舍哀號,你就可以為自己哀號;因為我哋都犯咗罪。
**70.** 提醒跌倒嘅朋友有審判者——咁樣你就可以撫平自己嘅罪傷;因為呢種勸告係萬能嘅良藥。
**71.** 當你想講或做任何嘢嘅時候,要諗住好快就要向你交代嘅答案;咁你就會因為驚而收斂自己。
**72.** 敬畏罪惡的刑罰,以及一想到它所帶來的羞恥時捆綁你的鎖鏈;因為兩者的重擔都無法衡量。
**73.** 無論係美貌定係未來無數嘅福份,都係無限;而眼前嘅福份,只不過係影子、煙霧或者水泡。
**74.** 唔好播惡,因為收成快到——火焰正等住播荊棘者。
**75.** 偽君子、貪婪者同享樂者,就係呢個世界嘅玫瑰;但等一陣,你就會見到(玫瑰變做)畀人踐踏嘅草。
**76.** 每一個惡行都畀魔鬼一把武器去對付我哋;但佢攞住呢把武器,就殘酷地對待嗰啲畀佢武器嘅人。
**77.** 你想耗盡你嘅敵人?先斬斷罪惡,咁你就可以好似捉到嘅雀仔咁嘲笑佢。
**78.** 哀哉,作惡多端者;因為眾人得光照之時,他卻被黑暗所籠罩。
**79.** 哀哉褻瀆者;因為佢嘅舌頭要喺審判者面前被捆綁,佢連一句為自己辯護嘅話都講唔出。
**80.** 哀哉,那不義的人!因為他必站在嚴厲的審判者和公義的立法者面前。
**81.** 哀哉貪婪者!財富將離棄他,火焰要吞噬他。
**82.** 哀哉懶惰人!佢會為浪費嘅光陰而哀號。
**83.** 哀哉自大的人!當他躺入棺木,他就會知道自己是谁。
**84.** 哀哉行淫者,玷污婚禮之聖衣!他必被羞辱地逐出王之婚筵。
**85.** 哀哉爭吵者,同埋佢身邊嗰個醉漢!佢哋會被當成兇手,同埋按通姦罪受罰。
**86.** 哀哉!凡喺呢段短暫時光沉溺於享樂嘅人!佢哋就好似一隻被養肥咗準備屠宰嘅小牛犢。
**87.** 行窄路嘅人有福啦;因為佢會戴冠冕入天國。
**88.** 祝福那踐踏慾望的人,因為魔鬼在他面前都會戰抖。
**89.** 心存純潔、品行真摯的人有福了;因為他將審判世界,而不與世界一同受審判。
**90.** 凡不斷禱告、讀經同做好事嘅人,有福啦;佢唔會喺死亡中瞓着。
**91.** 行得高尚、擁有謙卑智慧的人有福;因為他效法基督,並將與基督同坐。
**92.** 凡律法常不離開他口的人有福了;因為神永遠不離開這樣人的居所。
**93.** 行善於眾人者,福哉!蓋於審判之日,將得眾多辯護者。
**94.** 那行義不作假的人有福了;因為審判者的鏟子必定將一切人分散。
**95.** 凡喺火顯現、試驗萬物之前,就預先修飾自己行為嘅人,有福咗。
**96.** 凡急於追求來世生命者,乃是福氣;因為現世生命散發出腐爛的惡臭,並被死亡所吸引。
**97.** 那分散自己所積蓄的惡行,並在純潔的審判者面前站得潔淨的人,有福了。
**98.** 但係重點係:噢,靈魂啊,唔好大意!因為好快你就要喺我哋嘅神——基督可怕嘅審判寶座天秤之前站立。

## 5. 與前文相似嘅思想同勸勉,取自聖尼祿其他著作

**1.** 德行嘅勇氣喺和平時期值得讚揚,但喺動盪時期佢嘅英勇更加值得讚賞。
**2.** 美德唔單止喺佢嘅所作所為中顯現,亦都喺對抗佢嘅試煉中顯現。
**3.** 喺好多戰役中忍受痛苦並取得勝利嘅人,先至係無情;但係自稱冇經過戰鬥就已得道嘅人,仍然充滿情欲。
**4.** 一個唔識得抗爭嘅心,就冇機會去展現美德;因為美德呢個名,就係喺戰場上英勇行徑得嚟嘅。

**5.** 我哋要堅決撕裂由念頭帶嚟嘅快感,將所有憤怒都對準佢哋,免得因為欣然接受呢啲念頭,而對佢哋所涉及嘅對象產生同情。

**6.** 一個唔保持寂靜嘅人,靈魂要同感官印象抗爭;而熱愛寂靜者,守住感官,就要同自己嘅思緒抗爭。

**7.** 凡靠恩典獲得苦行力量的人,要提防以為自己天生就擁有這份力量。 一切善的源頭,就係賜下誡命嘅主;同樣,一切惡嘅源頭,就係嗰個狡猾嘅誘惑者。所以,你做咗任何善事,都要向善的源頭感恩;但凡有惡念困擾你,就歸咎於一切惡嘅創始者。

**8.** 至於一切勞苦(艱難、憂愁)的結束──要感謝賜下一切美好之物的神,好叫仇敵的惡意因這誠摯的感謝而蒙羞。凡是將感恩結合於自己工作的人,必得著心靈不朽的寶藏,並已築起雙重帶垛的牆,以對抗罪惡。

**9.** 那結合了行動生活與靜觀生活的 人是可稱頌的,使靈魂的田地因兩者滋潤而更豐盛地結出美德。 因為默想激勵理智去思索最完美的事物,而行動則將*「地上的肢體──即淫亂、污穢、情慾、惡慾──」*治死。 所以,凡以行動與沉思的完整軍裝束腰的人,就足以應付魔鬼的詭計。

**10.** 魔鬼透過思想向靈魂發動戰爭,但更有力的忍耐卻與之對抗;當它們見到這位強大的戰場領袖時,便驚惶地投入戰鬥。

**11.** 如果你想成功地對付成群的魔鬼,就要用獨處的沉默把守你靈魂(你感官)的大門,並留心聽從聖父們的話語,好等你因此更清楚地認出思想中的荊棘,並以憤怒和拒絕將它們燒盡。

**12.** 聽從長老嘅勸告時,唔好當自己係佢哋行為嘅法官,而係要明白同研習佢哋嘅言論。

**13.** 仇敵慣常將求問者嘅注意力引到勸告者嘅行為上,好等你成為佢嚴格而嚴厲嘅批評者,從而剝奪你對佢有用嘅建議。

**14.** 當有人向你提供建議時,即使你自己博學多識,也不要拒絕。

**15.** 凡對父親的誡命充耳不聞的人,也同樣蔑視律法的誡命。

**16.** 唔好淨係為咗自己開心而講祖先嘅功績,反而要要求自己成為最勤力嗰個,將佢哋嘅功績付諸實行。

**17.** 勤力分辨邊個念頭對抗邊項功績嘅人,就會喺同敵人嘅迷思作戰中變得好有技巧。

**18.** 你要知道,喺你所有屬靈工夫入面本來應該有嘅屬靈努力,竟然畀一個思想滲入,取代咗佢,而呢個思想通常都係與之對立。

**19.** 記住要喺克苦修行嘅時候,小心謹慎咁守住你嘅心,免得忽略咗對更美好事物嘅照顧,畀佢偷走,將你嘅心擄入思想嘅枷鎖。 忽略呢種被擄嘅狀態,就同惡意(仇敵)串通一氣;一旦佢偷走心思,惡意(仇敵)就可以更快侵入,並隨心所欲咁掠奪佢。

**20.**當一個人樂於聽人誣陷,另一個人又誣陷人,那麼他們倆就都成為互相幫兇的兩種靈的器皿:因為惡意的傾聽激起惡意的言論,而惡意的言論又引誘惡意的傾聽;這兩種都互相助長,最終摧毀心靈。

**21.** 塞住你嘅耳仔唔好聽讒言,免得你兩頭犯錯:一方面令自己養成一種破壞性嘅慾望,另一方面又冇阻止人哋講讒言。

**22.** 喜愛嘲笑的人,好似強盜咁掠走他同胞中最優秀者的靈魂,又用讒言破壞心志軟弱者的心。

**23.** 遠離鄰舍舌頭所出的讒言,讒言就會遠離你自己。

**24.** 歡喜聽人背後講閒話的,就如從深淵吸入惡獸的毒液。

**25.** 願你嘅耳仔唔好嘗到呢個苦毒,免得你都向人奉上同樣嘅毒藥。

**26.** 唔好用閒雜八卦污染你嘅耳,免得你為呢種慾望出賣自己,淪為多種慾望嘅奴隸;因為一旦一種慾望喺你心入面搵到位置,就會帶其他慾望一齊入同一個窩(或馬廄)。 而一旦心志曾經高明,卻與任何一種激情結盟,完全拋棄苦行功夫,就會淪為眾多激情嘅奴隸。

**27.** 你身上凡是值得羨慕的,務必要加倍藏起,免得羨慕者見到。

**28.**當你嘅朋友因為你嘅好名聲而覺得自己受辱,心生嫉妒,甚至諗住用啲譏諷去破壞佢,你要小心,唔好畀嗰種苦毒嘅憤怨滲入你嘅靈魂。 撒旦嘅目標就係煽起佢自己嘅嫉妒之火,同時用悲傷嚟吞噬你。

**29.** 反而,我哋要謙卑自己,*更加*尊敬呢啲人(羅馬書12:10),就算只係一餐飯,都要努力去安撫佢哋因嫉妒而變得苦毒嘅心靈。

**30.**有人想勸一位年紀好大嘅長老離開曠野,但長老對佢講:「唔好再逼我做呢件事;因為作為一個罪人,我嘅流亡期未完。」

**31.**當我求他賜我一句造就的話,他回答說:「首先,要勤力地在心中扎根敬畏神的心──如此,你便會常在自己裏面,得着那教導人智慧的必要言語。」

**32.** 同一位長老,當有人問佢點樣獲得敬畏神嘅心,佢就咁講:「凡係細心喺心裏面記住死亡嘅人,就會因此而對審判產生敬畏。」

**33.** 被恐懼驅使,讓神聖經卷成為你每日的同伴;透過與它們對話,你將驅走外來思想的侵入。

**34.** 凡透過神聖經典的教導,在心中積聚屬靈知識寶藏的人,就能輕易將此類念頭從心中驅走。

**35.** 夜間守夜禱讀時,聆聽聖經言語,切勿因睡意麻痺我們的耳朵,也不容心思被種種念頭擄去;反而要讓聖經的鋒芒刺入我們的心,使我們心生痛悔,滿懷得救的熱誠,並制止一切懶散。

**36.** 凡以愛神為燃,因思念天國,即能驅逐一切取悅人嘅念頭。

**37.** 不可將你行為的見證──你的良心──交給一個輕視墮落並用花言巧語談論它的人。

**38.** 除非你用克制肉體情慾的苦修工夫作為良藥,否則你無法熄滅肉體的慾望;同樣,除非你先以愛德的果實充滿你的心,否則你亦無法熄滅靈魂的慾望。

**39.** 身體的慾望源於肉體的自然需要,要對抗它們就需要禁慾;而靈魂的慾望則源於靈魂的需要,要對抗它們就需要禱告。

**40.** 愛係無情慾嘅圓滿──係對情慾嘅根除:佢帶來忍耐,平息沸騰嘅怒火,灌輸謙卑,並制服驕傲。

**41.** 愛本身除咗神之外無其他;因為神就係愛。

**42.** 當你着上神嘅敬畏,而唔係着上對永恆折磨嘅恐懼──好等 gehenna 嘅火喺你心裏點起一把無法熄滅嘅熱誠(為咗討神喜悅嘅工夫),令你更易獲得智慧,去對抗你思想中嘅邪惡;因為敬畏就係智慧嘅開端。

**43.** 凡靠經驗指出人心欺騙的人,不會被所有人所理解,只會被那些自己有經驗的人所理解;因為通往這份認識的途徑,對所有人而言,唯有無非經驗。

**44.** 經驗之學的學校,就係一個積極嘅人生;只要我哋用盡全力去擁抱佢,就會認識自己、學識分辨自己嘅思想,並且認識上帝。

**45.** 讓你的行為成為平息你思想的力量;因為實踐的智慧勝過僅僅是學識或口才,正如它更艱辛;在行動中,言語如閃電般閃爍,但如果沒有行為,言語就不會散發行動的力量。

**46.** 念頭透過靈魂之眼刺瞎我哋,令我哋即使以最美好嘅誡命,都用喺最差嘅方式。

**47.** 魔鬼對嗰啲以服從住持而見稱嘅兄弟惱羞成怒,咬牙切齒,因為佢哋將服從同對塵世嘅無牽無掛棄捨結合埋一齊。

**48.** 凡順服自己父親的人,魔鬼就千方百計地尋找藉口,為他製造困擾;若因此激起憤怒,就煽動對他的怨恨,然後慢慢地灌輸對他的壓迫感和仇恨,假稱他懲罰不公、偏心偏頗; 魔鬼咁做,就係想用各種方法搖撼靈魂,好趁機將佢從父親懷抱中搶走。

**49.** 有時魔鬼喺人嘅思想入面高舉苦行,有時又貶低佢冇用,喺某啲人度播種驕傲,喺另啲人度播種絕望。 佢哋會讚揚嗰啲佢哋引唔到懶散嘅人嘅苦行,為咗令佢哋自負;至於唔肯屈服於自負嘅人,佢哋就堅持話佢哋嘅苦行冇用,好藉此令佢哋淪為懶散,再將佢哋推落絕望。

**50.** 當我哋嘅思想讚揚我哋嘅苦行時,就當我哋輕蔑咁拋棄佢哋,謙卑我哋嘅靈魂;當佢哋貶低呢啲苦行話冇用時,就當我哋用盡全力讚揚基督嘅憐憫。

**51.** 你愈嚴刑苦待你嘅身體,就愈要檢視你嘅良心。要認識自己,洞悉思想嘅暗中偷竊,免得對佢哋嘅暗中掠奪毫無察覺,咁先唔會被「美德淨係靠嚴謹生活先得」呢個念頭誤導。

**52.** 正如未經使用嘅黃金,放進煉爐就會變得更純;新手和尚亦都係咁,喺寺院入面磨練品格之後,就會喺忍耐嘅考驗中獲得開悟。 透過師兄弟嘅教導,佢學識服從;透過寺院負責管教嘅大和尚或長老施予嘅懲罰,佢嘅忍耐力先至可以深植於心。 如果佢能夠歡喜接受侮辱,並喺屈辱中鍾情謙卑,咁佢就已經超越咗對立嘅情欲,會隨住恩典賦予佢嘅力量,以愈來愈光明嘅美德閃耀。

**53.** 當心斷絕咗情欲嘅起因,進入沉思時,就會得着安息;但如果未斷絕情欲,就會經歷勞苦同危險,踏住踉蹌嘅步調去同對手交鋒。

**54.** 長老們極力讚揚及時出家隱居的生活──所謂及時,即是指在社群生活中修齊了自己的品德之後,才去隱居。　而呢個人首先要試驗吓自己係咪可以成功喺孤獨中生活;如果佢發現自己因為力量不足而做唔到,就應該返去團體生活,免得冇力氣抵抗思想嘅誘惑,而失去理智。

**55.**就好似一個痛哭嘅寡婦喺佢啲仔度搵到安慰,一個失落嘅靈魂嘅安慰亦都喺苦行度搵到,苦行驅走絕望嘅念頭、加深忠誠嘅悔改、宣揚基督嘅憐憫、並贖清所犯嘅罪過。

**56.**就好似小狗想從嬰兒手上搶麵包,咁樣一個狡猾嘅念頭就想奪走人心。所以,我哋唔好似嬰兒咁對敵對勢力嘅詭計視而不見,免得畀佢哋掠走我哋嘅靈魂。

**57.** 就如一眾閃爍嘅星辰令天空光亮,神聖言語嘅真理就好似帶入屋內嘅燈,照亮一個人。所以,我哋都要承載同一形象嘅真理,因為*「主使同一心志者同住一屋」*(詩篇67:7)。

**58.** 就如太陽用光芒普照大地,愛亦以光輝的行為向每一個靈魂致意。若我們獲得了它,就能熄滅我們的慾望,並照亮到天際。　一旦你獲得聖愛,就能成就任何事;但若缺乏它,就無所成就──屆時憤怒橫行,言行粗魯,以智慧之名所作的努力中摻雜了虛榮。

**59.** 首先,人要同自己嘅慾望抗爭,並以極大嘅自我克制,將抗爭期間發生嘅一切記住;然後,憑藉自己嘅經驗,向他人傳授抗爭嘅規則,並預先解釋作戰方法,令佢哋更易取得勝利。　其他人雖然經過長期刻苦嘅修行,克服咗佢哋嘅慾望,但佢哋都唔識勝利之道,因為就好似夜戰咁,佢哋冇跟足成件事嘅發展,亦冇洞悉敵人嘅惡意詭計。

**60.** 任何嘗過寂靜並開始修習冥想的人,都絕不會同意用對肉體的憂慮去束縛自己的心,也不會──當心靈大多時候都飛揚在高處時──將之轉向塵世事務。

**61.**當情慾被制服,敵人再無處可擾,亦無需再用防禦武器;屆時,方可致力於修養他人的心靈。 但係當情慾仲主宰一切,同對付肉體詭計嘅鬥爭仲持續嘅時候,就唔可以放低武器;反而要時刻準備好,免得奸狡嘅敵人趁我哋休息時發動攻擊,喺唔流血嘅情況下擄走我哋。

**62.** 當以色列人進入應許之地,趕出那裡居住的各族時,摩西教導他們說:*「你要謹慎,免得你追隨被你趕出的人,以致陷入誘惑,去問他們的神,*說:*『他們是怎樣事奉他們的神呢?』*」(申命記12:30) ──呢個教訓最適用於嗰啲已經斬斷自己慾望,卻又唔留心自己心境嘅人。　因為喺呢啲情況底下,往事嘅影像就好似新芽咁喺佢哋心入面冒起;如果有人畀佢哋自由,經常陷入專制嘅心態,冇禁止佢哋入嚟,就會喺打敗咗情欲之後,再次喺自己心入面開咗個避難所,令到生命因為爭端而變得唔安全。　因為情慾,就算已經馴服,好似牛隻咁被訓練食乾草,都好容易因為馴養者嘅疏忽而再度失控,重返獸性嘅殘暴。

**63.** *「安置偶像在隱密處的,可咒詛!」*(申命記27:15)。 將嘢永遠埋喺地下同埋放喺秘密地方,係唔同嘅。嗰啲埋喺地下、感官再感知唔到嘅嘢,遲早會從記憶中抹去;但係放喺秘密地方嘅嘢,雖然畀外面人睇唔到,卻往往畀放嗰個人見到,從而不斷更新對佢嘅記憶。　凡係喺心裏面形成咗、但又冇被趕走,而係暗中收藏住嘅一切可恥念頭,就好似擺喺秘密地方嘅偶像一樣。凡係咁做嘅人,都要受律法所規定嘅刑罰;因為暗藏可恥念頭,就等同於拜偶像。

**64.** 人唔可以畀荼毒心靈嘅影像入到心入面;因為如果心沉淪喺污穢思想嘅黑暗度,就好似俾人強行拉去,唔由自主咁去做一件激情嘅行為。

**65.** 聖靈記錄咗聖徒嘅生平,好叫凡跟隨任何生活方式嘅人,都可以透過呢啲榜樣被引向真理。

**66.** 凡剛從塵世喧囂中解脫者,當勸其留於寂靜(於修道院或其居所牆內),切勿因頻繁外出而令感官印象重啟心靈創傷,亦不可於舊罪惡旁再引入新偶像。　對於新近捨離塵世的人而言,這份沉默是艱難的;因為記憶在之前因接二連三的繁重事務而無暇整理,一旦得閒,就會將所有藏於其中的污穢全部翻湧而出。　但呢種情況只係一開始先;隨住時間推移,沉默加上耐性,最終會完全將心靈從污濁念頭嘅干擾中解救出嚟。

**67.** 剛從罪中回轉嘅人,心志就好似一個病後初癒、正喺慢慢恢復體力嘅身體;因為未完全康復,即使一丁點微不足道嘅 誘惑,都可能令病症死灰復燃。佢嘅力量仍然好弱; 所以要小心,免得有人畀自己被人群捲入,令激情再度燃起。修行者若已強大成熟,可大膽出征;未夠實力者,就應靜心留於家中,為自己尋一處安全庇護所。

**68.**當真正嘅內心寂靜出現,唔單止激情嘅波動平息,連對佢哋嘅記憶都逐漸淡化;咁靈魂就可以安寧咁安住喺自己入面,洞悉 previously 印刻喺心靈深處、潛藏其中嘅影像,同每一個影像抗爭,將佢哋從心底撕裂出嚟。 但當影像一個接一個出現時,就無法抹去之前嘅印象;因為心神被新嘅影像佔據,而佢哋無休止嘅誘惑,令靈魂嘅視線變得模糊。 就好似想見到河床乾涸嘅人,如果喺佢哋認為目標所在嗰度直接舀走水,都冇用,因為舀走嘅空間會即刻畀流動嘅水補滿; 而當上游嘅水流被阻,河床就輕易顯露,剩餘嘅水自然滲走,令地面乾涸,方便進行所渴望嘅探查: 所以當感官再唔提供任何外在刺激,就容易排走情慾嘅烙印;但係當佢哋好似山洪咁,源源不絕嚟帶新嘅印象,就唔止係困難,而係根本唔可能將靈魂入面嘅情慾影像同衝動完全淨化。

**69.** 先知命曰:*「滅絕巴比倫的種子」*(耶利米書50:16)。 對我哋嚟講,呢度嘅建議係要喺呢啲影像仲喺感官嘅胎中時就將佢哋連根拔起,咁佢哋先唔會落喺心靈嘅土壤裡發芽,亦唔會畀同佢哋頻繁對話嘅「雨水」澆灌,從而結出惡果。 然而,另一位先知甚至讚美那些不等慾望成熟就將它們扼殺於搖籃中的人,當它們仍如嗷嗷待哺的嬰兒時,*就將它們摔在磐石上*,他說:*「那捉住你嬰兒,摔在磐石上的人有福了。」*(詩篇136:9) 約伯嘅說話帶出相似嘅意思:*「螞蟻因冇食物而滅亡」*(4:11)。 顯然,偉大的約伯為了描繪情欲的陰險本質,為它創造了個複雜的名稱:「*螞蟻獅*」,結合了最強大的獅子和最微小生物──螞蟻──的名稱; 因為情慾的攻擊最初由微妙的思想開始,像螞蟻一樣無聲無息地潛入,但後來卻會成長,對受其攻擊的人而言,其危險性並不亞於獅子的襲擊。 咁點解苦行者要喺佢哋仲細到似螞蟻嗰陣就克服佢哋,仲用佢哋嘅渺小嚟做誘餌?因為如果畀佢哋變得有獅子咁大嘅力量,佢哋就會所向披靡,帶嚟好大嘅痛苦。 喺呢度,絕對唔可以畀佢哋任何養份;因為佢哋嘅養份,正如之前講過好多次,就係透過感官進入嘅情慾影像,呢啲影像餵養情慾,每一個都用自己嘅偶像武裝嚟對付靈魂。

**70.** 並且喺殿入面,立約者安放咗*「有欄杆嘅窗戶」*(以西結書41:16)──藉此表示,凡立志要保持心靈純潔,好似一座殿宇咁, 正如嗰度嘅格子窗確保冇污穢之物可以入內,人亦要用對將來審判嘅恐懼去護衛自己嘅感官,好似格子窗咁,阻擋新出現同侵入嘅污穢影像。

**71.** 71. 凡係喺對抗令人激動(激情)嘅景象時,能夠──因為恐懼未來嘅懲罰──令自己陷入好似喺海浪中掙扎嘅人咁強烈嘅衝突;嗰個人就好容易克服襲擊佢嘅事物,而唔會感到所受嘅打擊,以至佢哋會講: *「佢哋打我,但我冇受傷;佢哋辱我,但我都冇理會。」*(箴言 23:35)意思係,佢哋打我,以為可以辱我,但我連痛都冇感覺,因為 *「*佢哋嘅*箭好似嬰兒嘅猶一樣」*。(詩篇 63:8) 我亦都冇理會佢哋嘅嘲笑,連最微少嘅察覺都冇表現出嚟。

**72.** 對於嗰啲唔能堅定決心、又再次被捲走而向自己嘅思想妥協、經常返去丟低嗰啲嘢嘅人嚟講,放棄世俗事務冇乜好處;佢哋咁樣暴露咗對嗰啲嘢嘅執着,就好似羅得嘅妻子一樣,回頭望咗一聲,就變咗一根鹽柱,成為呢類人嘅警告。 經常對已然遠離嘅事物生出牽掛,無疑會令我哋倒退,放棄仲未根深蒂固嘅好習慣;而且,佢哋削弱咗我哋向前嘅動力,會完全拉我哋返去,迫使我哋重蹈舊日嘅惡習。 咁樣舊嘅壞習慣就會更加鞏固,幾乎唔會畀人返去已經開始嘅良好行為。因為習慣會產生練習,練習就會成為第二本性;但要改變一個人嘅本性就真係好難。 試想一下跟隨習慣的靈魂,如何坐於其偶像之上,好似被釘死在上面:*「我做唔到,」*她說,*「我無法在你面前起身,因為我天生就係女人。」*( ,創世記31:35)。 而靈魂,早已在今生事務中找到了安息,就如坐於偶像之上,並被牠們捆綁得如此緊密,以致無法亦不肯與之分離。

**73.** 神嘅聖徒逃離城市,因為佢哋知道,與放蕩嘅人交往比傳染病更腐蝕人心。以利亞離開猶大之後,住喺迦密山,一座荒蕪嘅山,滿佈野獸。 佢嘅門徒以利沙就效法佢對曠野嘅熱愛。約翰喺約旦河嘅曠野生活,以蝗蟲同野蜜為食,示範要滿足身體所需其實好容易。 或許摩西都預表咗類似嘅事:佢喺以色列人守律法嗰陣,只畀佢哋一日嘅時間去收集嗎哪;呢個就係要教導人唔好為自己嘅身體所需憂慮,只限於一日。 的確,所有*「世人以為不配」的*聖徒,都離開了有人居住的世界,*「在曠野漂流」*(希伯來書11:37–38),逃離人類明顯的惡行,免得他們高尚的志向像洪水般被世俗生活的漩渦捲走,而世俗生活是毀滅性的。

**74.** 我哋被造喺神嘅形像裏面,好叫我哋可以喺自己裏面保守祂嘅屬性,並且透過過一個榜樣式嘅生命,向睇見我哋嘅人清楚顯示神嘅形像。 「我──上帝──*是慷慨慈愛、不輕易發怒、常施慈愛*」(詩篇102:8;約珥書2:13),並且我 uphold justice。這些都是神聖面容的特徵。憑着這些,就可以認出那已經分享神之形象、與神性成為同類的靈魂。 佢受對上帝嘅愛所驅使,努力追求神聖完美;同時又因着

同身體嘅連繫而受限,於係佢一次又一次咁努力自我淨化,直到最終獲得嗰啲區分神性本質嘅品德──仁慈、寬容、善意同對人類嘅愛。 然後佢就成為*「略微低於天使」*(詩篇8:6)。[76]

**75.** 凡是逃避塵世紛擾,不讓自己被生活的虛空所困,並遠離輕浮的人, 大部分時間都喺屋企靜默禱告同研讀上帝嘅話語;偶爾出門,就見到佢莊重、謙卑、唔易發脾氣、有憐憫心同埋兄弟般嘅愛; 又有邊個唔會稱呢種人係真真正正熱心事奉上帝嘅僕人,係真正按着上帝嘅形象同樣貌被造嘅人,畀上帝良善嘅神光照亮,並以最美麗花卉般吸引嘅美德,清楚顯明佢同上帝相似嘅呢?

**76.** 呢啲就係神嘅特徵──亦都係一個熱心效法神嘅人嘅特徵:溫柔、無惡意、不發怒、無嫉妒、施舍、憐憫、寬恕、鍾意善、仁慈、有禮貌、關心他人福祉、善於社交、樂於助人、無自愛, ──總括而言,凡上帝顯示祂豐盛良善之處,祂*「使祂的日頭照惡人,也照好人,祂降雨給義人,也給不義的人」*(馬太福音5:45)。憑着這些特質,就可以認出那努力效法上帝的人。

**77.** 單憑呢條指示,就足夠教導虔誠嘅人點樣過無可指責嘅生活;但聖保祿知道有啲人要達到呢點幾困難,所以透過多次勸勉,巧妙咁將我哋嘅心思從世俗虛華引開,並用各種讚美嘅言詞激發我哋嘅熱誠。 有一段佢話:*「你哋係神嘅殿」*(林前3:16);另有一段:*「要行作光子女」*(弗5:8);又有一段:*「要行得合乎基督福音嘅體面」*(腓1:27); 又喺另一處話:*「你哋嘅身體就係基督嘅新婦。」*(林前6:15);有一段佢稱我哋係*「聖潔、無可責備」*(弗1:4),又喺另一段就係*「無可責備、純潔,做上帝無瑕疵嘅兒女」*(腓2:15)。 佢講呢啲,好似已經喺我哋入面實現咗,雖然其實未到嗰步──佢咁做係因為驚,如果我哋做唔到,呢啲讚賞就會變成責罵同嘲笑,令我哋更加有動力,全心全意咁努力,去成為同保持呢種狀態。點解呢位聖使徒唔只係講呢啲讚美,仲列出咗各種方法同手段,等我哋可以*「達到基督豐盛的身量」*(弗4:13)?

**78.** 首先,佢要求我哋要死,並且被釘死喺世界度,好叫我哋一啲都唔會感受到呢個世界嘅快樂同悲傷。 *「你哋已經死咗,你哋嘅生命同基督一齊藏喺神度。」*(西3:3)佢想顯示同基督聯合嘅人係點樣生活──*「心思意念要向天上,唔好向地上。」*──已經*對「世上嘅元素」*死咗,唔再照佢哋嚟生活。 佢又話:*「要將你哋嘅身體獻上畀神,好似從死裡復活咗咁」*(羅馬書6:13),一方面,佢希望我哋要死於正正嗰啲激起肉體情慾、與聖靈 相反嘅嘢;另一方面,佢又命令我哋要靠住嗰啲能令我哋行出討神喜悅嘅美德。 正因如此,祂稱那些*「將地上的肢體治死」*的人(羅馬書12:1; 西3:5) 同*「行在新人裏」*(羅6:4)嘅人,佢哋既將屬肉體嘅慾望治死,就唔會被惡所驅,亦唔會喺行善上偷懶; 因為作為活祭,佢哋並冇失去呢種能力,反而好似一棵茁壯成長嘅幼苗,用呢股力量去對抗肉體長期以嚟嘅敵意陰謀,唔再畀呢啲愚蠢嘅慾望所迷惑,因為佢哋已經完全由肉體生命過渡到屬靈生命,唔係靠肉體,而係靠聖靈活著。

**79.** 使徒對嗰班雖然仍然身處肉身,卻已唔再受肉身無序要求困擾嘅人講:*「你哋唔係屬乎肉體,乃屬乎聖靈。」*(羅馬書 8:9) 因為罪不再在他們必死的身體中作王,也不再強迫他們順從自己的衝動,與心思中的律相敵,通常使他們被存在於他們肢體中的某種律所奴役;而是生命聖靈的律在基督耶穌裡作王,使他們完全順服於基督的命令。 喺呢個安排入面,佢哋唔單止享受對內在人有益嘅嘢,更進一步去成全佢,為咗美德,佢哋準備好用相反嘅工夫,向身體報復以往所有被容許去滿足自己慾望嘅不順服。 至於呢種「刑罰」係乜嘢,又係點樣執行,使徒就咁教導:*「就如你哋從前將自己嘅肢體獻畀不潔淨同不義做奴僕,以至於不義;而家就要將自己嘅肢體獻畀公義做奴僕,以至於成聖。」*(羅馬書6:19) 凡因習慣所勝,不得不將惡習轉為美德者,皆知此功之難。功雖難,然不愛惜自己者,因神之恩典而得勝。 經過多次挫敗同無數次向前衝嘅嘗試之後,佢哋終於能夠完全擺脫被奴役嘅惡念,將整個心志由更壞轉向更好──好等佢哋可以用所有肢體去對抗敵對嘅情慾,將佢哋由不義嘅器皿,變成義嘅器皿。

**80.** 密切留意心靈嘅動向,觀察佢點樣召喚事物嘅記憶,對呢啲印象係帶住偏見定係無偏見咁接受。好多人喺思想上比行動上更易屈服於慾望,喺心裏默許佢哋,並從中獲得樂趣。 內心已經墮落,雖然表面上冇任何可見嘅過失。有時有啲人表面上睇落完全無可挑剔──但只有佢哋自己知道內心深處藏住嘅齷齪,因為所隱藏嘅與所見到嘅相反;真理同佢哋可敬嘅外在形象互相矛盾,令佢哋嘅良心感到應得嘅羞愧。 當一個人嘅靈魂藏住唔當嘅念頭,又充滿羞愧嘅感受,佢同棺材有咩分別? 佢唔係比棺材仲差咩?棺材嘅臭味唔會留太耐,因為身體入面仲有濕氣;但一啲體液耗晒,臭味就冇晒。但係心入面充滿羞愧嘅念頭,就永遠令人作嘔,比腐爛嘅屍體仲臭——而且只會喺自己嘅羞恥中得到快感。

[76] 取自寫畀安基拉女執事嘅信──米尼恩,第二卷,第97頁。

**81.** 就如快樂同憂傷跟住慾望(前者跟住慾望滿足,後者跟住慾望唔滿足),而慾望係由感覺激起(由外物嘅印象,或者對佢哋嘅思緒); 同樣,若有人不讓後者(印象、念頭)生起,就無從有前者(欲求及快樂或悲傷): 就好似有人喺門口將條蛇嘅頭壓住,喺門口外面,條蛇其餘嘅身體仍然拖喺頭後面;如果條蛇嘅頭擠入去後發現有條空路,無疑就會自由咁鑽過去。呢個就係自覺或清醒嘅法則。

**82.** 如果有人貪慕邪惡,無論佢係唔係滿足到呢個慾望,對佢嚟講兩者結果一樣有害──前者帶來快樂,後者就帶來悲傷。 因為呢種憂愁唔係*「照神意嘅憂愁」*,正如聖保祿所講:*「那憂愁生出得救嘅悔改」*(林後7:10);同樣,呢種喜樂亦唔係喺主裏嘅喜樂,好似嗰啲良心清白嘅人所感受嘅喜樂(腓4:4)。呢種喜悅係一種靈魂嘅迷思,由魔鬼灌輸入去,因為佢唔係基於享受真正嘅善,而係被假象所捲走。

**83.** 呢啲就係美德點樣引領全心投入嘅心靈邁向可能成功嘅特徵。 成功被描繪成並不遙遠,免得讓人覺得美德似乎想用遙不可及的距離嚇人;但它又不會原地踏步,讓追尋它的人得以達成;如此一來,他們就可以在未至死亡前都保持熱誠,並在一生中不斷加強勤力,將之擴展到萬事萬物。

**84.** 即使一生都未必足夠去修養品德,而努力實踐者因肉體慾望而需要極大克制; 咁,喺我哋思想嘅分散同善變之中,我哋要點樣先能成功完成呢段咁漫長又艱辛嘅旅程,並且防範我哋對手嘅詭計──佢哋多而無數,又隱藏唔見,仲用我哋自己嘅情慾同情感做武器對付我哋,從而用神嘅恩典本來賜畀我哋去防禦佢哋嘅武器,嚟打倒我哋? 所以我哋要保持警惕,唔好畀對手用嚟攻擊我哋嘅嘢誤導。好明顯,凡係唔有助我哋達成目標嘅嘢,都係幫咗對手嘅忙。

**85.** 打算正確認識自己思想的人,應該以什麼樣的思想作為指引?──要細心聆聽。──大衛在一處經文中說:*「我心所默想的,是我所知道的。」*(詩篇 48:4) 又喺另一處講:*「我必常從你嘅訓詞學習」*(詩篇118:16);又再講:*「我要從你一切所作嘅事學習,並且喜悅你嘅作為」*(詩篇76:13)。 – 咁做,你嗰個永遠都靜唔到嘅心就冇時間去閒逛啲唔配嘅嘢,而會不斷投入嗰啲深入探究時,既能令感官享受視覺之美,又能令靈魂沉浸於思索嘅喜悅同巨大利益嘅事物。

## 6. 對修道者的勸勉

**1.** 飲食無節制會令禁食失效,而自我克制配合禱告則可驅走慾望。

**2.** 貪愛錢財──拜偶像之母──窒息知足,而顧慮身體需要則斬斷對神的盼望。

**3.** 飄忽不定的心思會阻礙讀神的話語和警醒禱告。

**4.** 一陣嬲火會壓倒好心情同詩歌頌唱。

**5.** 灰心喪氣被忍耐同眼淚趕走,而世俗嘅憂愁則因對肉體慾望嘅厭惡而平息。

**6.** 好客精神由謙卑培養,並厭惡自以為是同想佔人便宜。然而,驕傲──呢種古老嘅惡,係主眼中可憎惡嘅事,係神所反對嘅──只有靠無限嘅謙卑先能制服,而謙卑宣告: *「我不過係塵土同灰燼」*(創世記18:27),又有一句:*「如果主唔興建呢間屋,建造嘅人就枉費心機;守望嘅人亦枉費心機」*(詩篇126:1)。

**7.** 正如渾濁嘅水唔靜止就滲唔清,咁修行者冇靜默就唔可能識到自己內在嘅本性。

**8.** 正如戰士不交戰就得唔到勝利之冠,信徒冇虔誠嘅行為就唔能成為基督徒。

**9.**就好似天秤其中一磅砝碼畀重物壓低咗,天秤就唔能夠保持平衡;同樣,當肉體情慾掌權,就唔可能遵行上帝嘅誡命。

**10.** 正如要精通一門手藝,必須勤力練習;同樣,若不以正直的心親近上帝,就無法達到祈禱的境界。

**11.** 未得純淨嘅禱告,就冇得着打仗嘅武器。

**12.** 著住華麗衫,卻冇神嘅美德,就係魔鬼嘅住處。

**13.**就好似君王唔會住喺窮人嘅屋企,基督亦唔會住喺被罪污穢咗嘅靈魂入面。

**14.**就好似荒廢嘅田地要靠勤力耕作先至可以復耕,同樣,一個因罪惡而放縱嘅靈魂,只要開始按神嘅律法去生活,就會被馴服。

**15.**就好似深海入面嘅石頭唔會畀浪頭打到,同樣,一個喺美德上已經出類拔萃、好似沉浸喺入面嘅人,都唔會畀魔鬼撼動。

**16.** 就如一位高明嘅醫生會即刻為現時嘅病症諗出對症下藥嘅療法,同樣地,珍藏喺心裏面嘅神嘅知識,會教導擁有者點樣防範自己跌倒,並追求最美好嘅事物。

**17.**就好似一條小溪自行開鑿出路,一旦犯罪,就會自然而然地將行犯者引向滅亡。

**18.** 就如一隻被陷阱捉住嘅鹿冇容易嘅方法可以逃脫,同樣,凡懷住慾望、沉溺喺自己世界入面嘅人,都唔會逃脫罪惡;因為慾望狡猾又誘人,係難以打破嘅枷鎖。

**19.**就好似一棵唔生好果嘅藤,會畀人砍咗,免得浪費空間;同樣,任何唔結聖靈果效嘅人,都會被主剪除。

**20.** 就好似中咗箭嘅人唔可能毫髮無傷,一樣,有惡念嘅和尚都唔可能唔會畀佢傷到。

**21.** 正如失喪正路的人在異鄉漂泊,不知所終;不信同質三位一體的人,亦復如是。

**22.** 就如一個人雖然分做好多部分,但本質上仍然係一個;聖三一雖然以名同位格分開,但本質上都係一個。你就算用翅膀飛向祂,都測唔透上帝嘅本質。上帝係測唔透嘅,因為祂係我哋嘅造物主。

**23.**就好似一件被塑造嘅器皿,唔知道塑造佢嗰位嘅本性;人亦都唔能夠知道上帝嘅本性。

**24.** 唔好質疑三位一體,只要信同敬拜就夠,因為凡質疑者就唔信。

**25.** 要追求智慧,而唔係銀子;寧願著上我哋主基督嘅光輝外袍,都唔好著任何上等細麻布,因為喺死亡嗰日,呢啲都冇用。

**26.**正如火燒盡荊棘,罪人都要被永恆之火吞滅,卻不能死,因為他要受無盡的折磨。

**27.** 我哋成為義人並無可誇;因為到時我哋只不過回復到神起初創造我哋嗰時嘅狀態,極其美好。

**28.** 凡不按其本性生活的人,就不能遵守上帝的誡命。

**29.** 敬畏耶和華,是一切智慧;任意妄為,是愚蠢無知。

**30.** 信心同洗禮,冇義行,救唔到人脫離永火。如果你已經同基督合一,就要遵守佢嘅誡命;如果你信將來,就努力追求永恆嘅榮耀,並敬畏嗰把火焰劍。但如果你唔遵守神嘅誡命,就唔好自稱係信徒。

**31.** 凡受造之物都順服神嘅旨意;唯獨人膽敢違背祂──祂*係那藉着祂造成萬有嘅*。

**32.** 我哋守潔淨並唔會為上帝帶來任何好處;反而,我哋為自己贏得永生,同埋享用難以言喻嘅永恆福份。

**33.** 唔好講:「我因為阿爸、阿媽、老婆、仔女或者其他人嘅阻撓,做唔到上帝嘅誡命。」因為佢哋救唔到你脫離將來嘅忿怒,同埋永唔瞓嘅蟲。 凡阻擋你追求神同美德嘅人,就當係你嘅可憎同憎惡之物;同咁嘅人,*'連講都唔好講'*。

# 敘利亞聖以法蓮

## *佢嘅簡短事蹟*

聖以弗蓮係四世紀初喺尼西比斯附近,或者就喺嗰個城鎮出世,父母都係普通人。– 佢父母用敬畏上帝嘅方式養育佢;但係佢年輕嗰陣走咗啲唔正確嘅道路,犯咗啲道德錯失; 呢啲行為之後開始動搖佢對神聖安排嘅信仰,佢開始相信人生入面嘅一切都係偶然。神聖嘅安排透過一個非常感人嘅教訓,醫治咗佢呢啲心態。佢被控偷羊,畀人關咗入獄。同時間,另一個人同佢一齊被囚,之後又多咗個第三個人。 佢哋喺今次案件中全部都係被冤枉定罪。聖以弗烈姆喺呢個監禁中渡過咗七日之後,佢喺夢中聽到有聲音同佢講,雖然今次案件佢冇錯,但佢要為自己以往嘅罪行受苦;同樣地,佢嘅同監犯都要為佢哋自己以往嘅罪行受苦。 醒返嚟之後,聖以弗烈姆將個夢同另外兩位講,三個人反思過去,都發現自己以前真係做過同樣嘅惡事,但嗰陣時卻逍遙法外。正如夢中再次預言,法官最終為聖以弗烈姆洗脫罪名。呢件事令聖以弗列姆對神嘅眷顧深信不疑,感動到佢毫不遲疑就離開塵世,退隱去附近嘅山中加入隱士群,成為聖雅各嘅門徒,而聖雅各後來成為咗尼薩嘅偉大聖徒。 喺佢嘅指導下,聖以弗蓮行出虔誠嘅宗教行為,研讀上帝嘅話語,並喺兩者嘅影響下,佢嘅性格徹底改變。 唔再係個脾氣暴躁又成日懷疑嘅年輕人,聖以弗烈姆而家變成一個謙卑悔改嘅隱士,日日夜夜為自己嘅罪行哀悼,完全奉獻於天主嘅安排。 聖雅各見到佢呢位門徒嘅大功績,並且當佢成為主教之後,就喺教會管理上善用佢嘅才能,委託佢宣講上帝嘅話語, 喺學校教導細路;佢又帶佢去尼西亞第一次大公會議,返嚟之後就喺決策同禱告中都拉佢一齊,為咗拯救城市脫離波斯沙普爾(337年)嘅入侵。 聖雅各(338年)去世後,聖以法蓮決定去探望佢阿媽嘅故鄉──都位於美索不達米亞嘅阿米達,同佢一齊住咗一段時間。 由嗰度,佢因為想去朝聖當地

嘅神聖遺物而去咗以法所:因為就喺嗰度存放住救主基督回覆阿布加爾嘅回信;亦都係嗰度,人先開始知道「非人手所造之基督像」; 嗰度有使徒多馬嘅聖遺物,佢用信仰光照咗國王、城市同成個地區;而且喺城市附近,修道生活蓬勃發展。 聖以弗蓮到咗呢座城市之後,就留喺度。因為冇收入,佢就喺一間澡堂嘅老闆度做咗個勞工。呢份工同佢嘅性格同志向唔夾;但佢等待上天嘅指引,指引好快就嚟到。佢冇用喺祈禱或者做指定嘢嘅時間,就用嚟同異教徒傾偈。有一次傾偈嗰陣,畀一位沙漠嘅長老聽到,長老睇到嗰啲討論咁有水準,就斷定聖以弗所喺錯誤嘅地方。 所以,等到談話結束後,他便對聖以弗列姆說,並在得知他想過苦行生活後,建議他去附近其中一間修道院,聖以弗列姆立即答應了。 當佢退隱到山上,佢嘅靈魂就喺度搵到咗一切所尋覓嘅嘢。嗰度有好多偉大嘅苦行者,佢哋一生都用嚟祈禱、唱詩篇同讚美上帝;佢哋冇其他庇護所,只有洞穴;亦唔食普通嘅食物,只靠植物維生。 聖以弗所見此情,全心全意地採納了這種生活方式,在俭約苦行和禱告之外,只加上一心研讀上帝之道。 佢嘅靈魂好快就同呢班曠野愛好者產生咗共鳴;但佢同苦行者朱利安特別要好,因為佢哋同樣有謙卑嘅心,亦同樣熱愛研讀神聖經文。聖以弗所無日唔投入研讀神言,並由此汲取溫柔同智慧。 然而,由於他的謙卑,或許也因為這些知識大多仍是他個人努力的成果,而非教導他人的特殊恩賜──而教導的恩賜本不求隱藏,反而要求其教導能廣泛分享給所有人──所以,他所藏的知識寶藏,大部分都隱藏在他人眼中。 好快呢份恩賜就臨到佢,正如當年引聖以弗所出城嗰位有洞察力嘅長老所見嘅異象:一位光芒四射嘅天使將一本神秘嘅書放喺聖以弗所口入面。 從此之後,佢嘅靈魂充滿咗對神同神聖事物嘅活水知識,開始湧出源源不絕、出自肺腑嘅勸勉。呢啲勸勉由對神嘅活生生嘅敬虔所激發,並由神嘅恩典所聖化嘅心靈湧出,佢嘅言語滿載住屬靈嘅膏抹。 最能打動人心的勸勉、深切的自責與對他人責備、智慧的規條與忠告,都奇妙地從他口中湧出;而且往往在突然且意想不到的浪潮中,他的虔誠思緒會飛升到神那裡,或承認祂無限愛中的榮耀,或向上帝求得罪之赦。 聖經嘅例子同格言、苦行者嘅人生經歷、大自然擺出嚟嘅寓言同比較──所有呢啲喺佢簡單樸實嘅談話入面都自然而然、隨時可用。但佢嘅著作唔止係講道德、靈性同苦行嘅教訓。 佢亦都花咗好大心機去解釋聖經,仲更加多心機去闡述教義,特別係針對當時同以前嘅異端所犯嘅錯誤。 佢一生都奉獻喺呢啲工作上──當佢感到想去睇吓埃及嘅苦行者,同埋去探望卡帕多基亞嘅大牧師大巴色時,佢嘅人生已經接近尾聲。佢帶住一位識講希臘文嘅徒弟,到達咗地中海,然後搭咗艘船。 祈禱同對上帝嘅信靠救咗佢同佢嘅同伴免於溺斃。尼特里亞山以貴賓之禮款待佢,並喺佢同偉大嘅巴依修斯(Paissius)相見時畀咗佢安慰;佢同巴依修斯傾咗六日嘅談話,亦見到約翰·科洛夫同其他長老。 除咗尼特里亞,佢仲去咗其他有苦行者居住嘅地方,到處都留低咗佢作為神所啟發之人嘅溫暖回憶;佢自己亦從嗰度帶返嚟關於埃及苦行者──無論已故定仲在世──嘅生活同規矩嘅啟發性教訓。 聖以弗所喺返埃及嘅途中,決定去小亞細亞嘅凱撒利亞探望大巴色。佢哋第一次見面就喺教堂。當聖以弗所踏入教堂嗰陣,大巴色正喺對會眾講道,佢即刻感受到大巴色滿有聖恩。 聖大巴撒烈亦因聖神所默示,知道聖依弗列姆,便邀請他到 聖殿內相聚。喺度簡單問候之後,佢哋就喺屋企繼續傾偈,傾咗好多唔同嘅題目。 凱撒勒亞嘅聖父想按立聖以法蓮做長老,但呢位謙卑嘅底美雅修道士無論如何都唔肯接受呢個職位,聖巴西略只好按立佢做執事,同時按立自己嘅門徒做長老。 其後,聖巴西略派了他兩位門徒到以東,邀請聖以弗蓮出任主教;但聖以弗蓮假扮癲癇,推卻此榮譽,謙卑自認配不上。 當佢返到以弗所嘅隱修院,聖以弗所想喺隱居中度過餘生。但係,上帝嘅旨意再次呼召佢去服侍鄰舍。當時,城鎮嘅居民正受饑荒之苦。 聖以弗蓮以他那雄辯的言詞,說服富人紓解窮人的苦難,並親自負責管理他們的捐款。這是他對教會的最後一項服務。從城裡返山後,他 shortly就病倒了,並立下遺囑,於372年或373年安詳辭世。 佢喺門徒同愛佢嘅以法蓮人懷抱中離世;喺大批市民、神職人員同隱士嘅見證下,佢嘅遺體安葬咗;但過咗一段時間,佢嘅不腐遺體就移葬到教堂。

* * *

希臘文彙編《Dobrotolyubie》中並無聖以弗列姆的作品。我們認為,剝奪我們彙編中他教導的寶藏,是極不公義的。因此,我們決定從以下標題中,挑選他最能教化人心 的作品:

**1.** 勸人悔改同追求得救。

**2.** 懺悔的課程。

**3.** 一個大綱,概述那些獻身於取悅上帝並成就自己得救的人的一生。

**4.** 論美德與情欲。

**5.** 論對八大主要情慾嘅抗爭

**6.** 關於苦行生活的總論。

**7.** 喺以上所有內容之後,作為所有教導嘅總結,加入咗第50句說話:對苦行者嘅建議,連同第55句相似嘅建議。(摘錄自《聖人著作系列》中嘅《聖以弗列姆著作》版本。) 各節嘅引用句都喺其目錄之後列出)。

## 聖以弗所對苦行者的教導

### 1. 呼籲悔改及追求得救

**1.** 嚟啦,我哋所愛嘅人,趁買嘢嘅日子仲有,快啲去買嘢啦。嚟啦,我哋去得永生;去買我哋靈魂嘅救恩。我哋要捉緊呢個奇妙嘅諗法;我哋要渴慕天國同樂園。

**2.** 要喺呢個*「第十一個鐘頭」*努力;快啲,免得被關咗嘅門擋喺外面。天色將晚,賞賜者會帶住大榮耀嚟,按各人嘅所作所為畀佢哋報酬。弟兄姊妹,趁仲有時間,快啲悔改。

**3.** 聽主所說:*「就一個罪人悔改,天上也是喜樂。」*(路加福音 15:10)罪人啊,你為何放縱大意?為何沉淪於絕望?如果你悔改時天上都有喜樂,你又何須畏懼? 天使都歡喜,你竟然冷漠不理?大天使長宣告悔改──你竟然驚?那不可分割、受人敬拜的聖三一呼召你,你竟然嘆息!

**4.** 我們在此且哭泣,免得將來喺嗰度受永遠嘅痛苦而哭泣。基督嘅再來好似閃電嘅一閃,咁突然。到嗰時,人人都按自己所行嘅受報;所種嘅,就必收割。 我哋都要赤裸裸咁站喺基督嘅審判台前,冇一樣嘢可以隱瞞──每個人都要向審判者交賬。到嗰陣,冇人可以幫到其他人。每個人都要驚惶發抖,等候上帝嘅裁決。

**5.** 點解我哋要忽略聖經同基督嘅話語?聽主點講:*「我講過嘅話,到末日要審判你哋。」*(約翰福音12:48) 呢個道係乜嘢?就係佢嘅聖福音同其他聖先知同聖使徒嘅聖經。所以,我哋唔好忽略所寫嘅:*。因為天同地都要消失,但基督嘅話永遠都唔會消失*(馬太福音24:35)。

**6.** 親愛嘅,嚟啦,趁住嗰日未到,等我哋投身喺神豐盛嘅恩典海裡。神自己呼召我哋:*「你哋都到我跟前……我要畀你哋得安息。」*(馬太福音11:28) 祂邀請眾人;因為祂願意人人都得救。不可有人遲疑;因為祂說:*「凡到我跟前的人,我總不將他趕出去。」*(約翰福音6:37) ── 究竟邊個可以到祂跟前呢?就係聽從祂話語、遵守祂誡命嘅人。所以我哋要聽從同順服祂,因為*「落入永生神嘅手裏,實在可怕!」*(希伯來書10:31)。

**7.** 罪人哪,你要悔改,大膽地仰望基督對人類無限的愛,祂曾說:*「我來不是召義人,乃是召罪人來悔改。」*(馬太福音 9:13) 趁仍有時間就悔改,免得你喺可怕嘅審判日被羞辱,當時成千上萬嘅天使同聖徒都會驚懼喺前──行為冊會打開,隱藏嘅事都會被揭露──審判者威嚴無比,審判無情──你嘅所作所為都會喺祂眼前赤裸裸暴露──仲有火河。 你要反思呢一切,快啲救自己。

**8.** 你等緊乜嘢?你心入面有咩諗法?有邊個會替你受審?你唔知道人人都必須向神交賬──人人都收自己所種嘅──人人都擔自己嘅擔子?趁住仲有時間,快啲擺脫呢個罪嘅重擔。

**9.** 你曾經一次過徹底地背棄咗撒旦同佢所有嘅作為,喺好多見證人面前同基督立咗約。記住呢件事,唔好忘記。因為你要知道,就喺嗰一刻,天使已經記錄咗你嘅說話──你嘅誓言同你嘅背棄──並且會喺天上保管,直到嗰日可畏嘅審判日。 到審判日,佢哋會將你嘅手稿同你口中所講嘅話帶到嗰可怕嘅審判台前。到時你就會聽到:*「惡奴才,我要照你嘅話審判你。」*(路加福音19:22)所以,要對自己有憐憫,拯救你嘅靈魂。

**10.** 看看其他人:佢哋點樣努力,點樣爭取得救,點樣喺每一件善事上都落足心機,點樣防範一切邪惡,點樣已經鍾情於嗰條窄而迫嘅道路──佢哋禁食、守夜、忍受痛苦,甚至痛哭流淚, ──佢哋嘅嘴巴時時歌唱讚美新郎,雙眼時時注視祂嘅榮美,靈魂都歡喜快樂。

**11.** 思想並看見:看哪,新郎已經近了。──祂要來冠冕那些行事公義、愛慕那窄而幽暗道路的人; 祂要憐憫有憐憫心的人──使貧窮人得福,使凡為祂飢渴的人得飽足;*「祂要將暗中的事顯明,心裏的籌算顯露」*(林前4:5),又要*「照各人所行的報應」*(羅2:6)。

**12.** 最後,一聲突如其來嘅呼喊響起:*「看哪,新郎来了!」*(馬太福音25:6)。看哪,期盼已久嘅喜樂、義人嘅讚頌、公義之日!看哪,*「新郎──出去迎接祂」*!

**13.** 到時,嗰啲燈燃得又亮又白,着住白衣嘅人,就會歡喜膽壯咁出去迎接佢,慶祝同盼望自己嘅燈唔會熄。但係你哋又會點呢? 你發覺燈快熄晒,驚慌又傷心,就向頭先嗰班人求情,叫佢哋分啲油畀你,佢哋就同你講:*「去嗰度賣油嘅嗰度買啦。」* (馬太福音25:9)

**14.** 你會去,但到處都買唔到;因為生命嘅買賣已經結束。到時,你會極度痛苦,邊喊邊嚎啕,對自己講:「我要去敲基督憐憫嘅門。」「或者有憐憫嘅主會為我開門?」──你走去敲門;但係新郎喺入面答你:*「我實在同你哋講:我從來未認得你哋。」* (12節)離開我,你哋呢班行不義嘅人。你哋冇施憐憫,所以都唔會有人向你哋施憐憫。 你放縱你肉體的私慾,沾污了你的衣服;你竟想上到我這裏來,玷污我的國度?你行了魔鬼的旨意,卻棄絕了我的;你與我無分。*'離開我,進入永火裏面'*(馬太福音25:41)。

**15.** 你聽見這話,就會羞愧地站立在那里。──同時,有喜樂和歡欣的聲音會傳入你耳中;你會認出你每個朋友的聲音,然後你會苦苦嘆息,說:'哀哉,可憐的我!我被剝奪了多少榮耀,又因我邪惡和惡毒的行為被排斥在多少團契之外啊!' ──但係,神嘅審判真係公義;我受呢種剝奪,實在係罪有應得。佢哋過着克己嘅生活,而我就追求各種享樂;──佢哋唱詩篇,我就唱羞恥嘅歌;佢哋禱告,我就懶散冇所事事,或者出去玩樂; 佢哋喊,我就笑。—就因為呢個緣故,佢哋而家歡喜,我就哀號;佢哋快樂,我就啜泣;佢哋要同基督永遠同在,我就會同敵基督一齊被拋入永恆嘅火湖。哀哉我,可憐嘅人!

**16.** 到時你受刑罰時,就會講呢啲同埋其他類似嘅說話,但係冇用;因為喺嗰度冇益處,悔改亦都冇用。──所以我哋最後要關心靈魂嘅得救:因為呢個就係 *「所需要嘅唯一一件事」* (路加福音10:41)。

**17.** 身體亦需要照顧,但唔係好多;至於靈魂,就要無時無刻都照顧,因為靈魂高於一切。你由靈魂同身體組成,所以要畀靈魂屬靈嘅養份,畀身體肉體嘅養份。 唔好畀靈魂死去,要靠神嘅話語、詩篇、聖詩同屬靈嘅歌、讀救靈嘅聖經、禁食、守更、禱告、眼淚、盼望同對將來福份嘅思念嚟養育佢。呢啲同埋其他類似嘅嘢,都係靈魂嘅食物同生命。

**18.** 聖經各處都只有行窄路嘅人才得福,行闊大路嘅人到處都被預言要受禍。所以我哋要棄絕引向滅亡嘅闊路,行窄路,好等我哋喺呢度稍為勞碌之後,就可以永遠永遠作王。 我哋要勤力作工,時刻把那要嚟審判生者同死者嘅主擺喺眼前,不斷喺心裏面記住永生、無盡嘅國度、同天使一齊歡樂、同基督一齊居住。

**19.** 唔好沉迷於今生嘅享樂。你哋要時常口唱詩篇;因為一提到神嘅名,魔鬼就會逃走。就算你哋做緊嘢,都要用舌頭唱詩,心裏面禱告。 主自己喺呢度勸勉眾人,要為將來嘅生命預備自己。所以我哋就當照做;如果我哋因為疏忽犯罪,就要趁住仲有機會悔改,用眼淚去醫治。悔改嘅時間短暫;但係天國冇窮盡。

**20.** 我哋讚美聖徒,並渴望佢哋嘅冠冕,卻唔願意效法佢哋嘅所行。難道你以為佢哋嘅冠冕係冇經過勞苦或憂愁,就係禮物咁畀佢哋嘅? 你想唔想知聖徒喺今生搵到咗點樣嘅安息?*「佢哋被打...被鎖鏈捆綁...被剝奪、受苦、受誣衊...」* (希伯來書11:35–38)。你想唔想同佢哋永遠一齊作王?——咁就跟隨佢哋嘅腳蹤行。

**21.** 我哋嘅先祖好似天體咁照亮咗成個大地,雖然佢哋喺荊棘同茛菪草中、喺異端同不敬虔誠嘅人當中生活,就好似珍貴嘅寶石同昂貴嘅珍珠。因為佢哋高尚同純潔嘅生活方式,就連佢哋嘅仇敵都成為佢哋嘅模仿者。 又有誰見到他們那樣的謙卑,不被感動而痛改前非呢?他們在此勞苦,彼處就歡欣;因為神在他們身上得了榮耀,人因他們而得造就。

**22.** 至於我哋自己嘅人生道路,離棄咗正路,就變得急流險阻。我哋冇見過有人為咗神,完全拋棄自己嘅財物;亦冇見過有人為咗得生,徹底棄絕世界。 冇一個人係溫柔、謙卑或者噤聲嘅。冇人唔會侮辱人,冇人能忍受誣衊;反而大家動輒發脾氣,鍾意爭吵,又懶又易怒,仲鍾意着名貴嘅衫;全部都好虛榮,鍾意搵面子,仲自以為了不起。

**23.** 我哋聽聞神自己──道──為我哋嘅罪釘喺十字架上並被處死,可我哋卻笑住放縱,任由分心。太陽受唔住主嘅侮辱,將光變做黑暗;可我哋卻唔肯走出罪惡嘅黑暗。 聖殿嘅幔子,雖然本身無做過任何罪,都自動裂開;但係我哋就唔肯令自己嘅心因罪惡而撕裂。所以,弟兄姊妹,我哋終於要悔改,好令我哋得以向神為我哋嘅罪行懺悔。

**24.** 我恐怕到那日,它會忽然臨到我們身上,到時我們赤身、貧窮、不配,就會被攔在外面。 因為就喺挪亞嗰時代嘅人身上,都發生過同樣嘅事:*「佢哋食緊、飲緊、結婚、送禮、買賣,直到洪水嚟臨,將佢哋全都淹沒。」* (路加福音 17:27–28)

**25.** 凡有心得救嘅人,要熱心追求得救;凡想入天國嘅人,就唔可以偷懶。凡想逃脫 gehenna 嘅火,就要按正道努力;凡唔想畀嗰條永唔眠嘅蟲咬,就要保持警醒。 凡要入婚筵享受喜樂,就要預備一盞燃得明亮的燈,並在器皿中儲備油。凡指望被邀請到那婚筵,就要為自己預備華美的衣裳。

**26.** 王城充滿喜樂、歡欣、光明與喜悅,賜給其中居住者,連同永恆生命,一切安慰。凡想與王同住此城者,當加快腳步;因為日子將近結束,無人知前路是何。 就好似一個旅客,雖然知道路途漫長,但佢仍然瞓到天黑,醒嚟先發現日頭已經將近完結;佢一出發,就突然烏雲密佈、冰雹、打雷、閃電同四面八方嘅災難,令佢既去唔到今晚嘅歇腳處,又返唔到原本嘅地方: 同樣地,如果我哋喺懺悔期間鬆懈,就會落得同樣嘅下場。我哋係*「寄居者同旅客」*(詩篇38:13)。所以,我哋要努力趁早進入我哋嘅城邑同故鄉。

**27.** 我哋,弟兄們,係屬靈嘅商人,尋索嗰顆無價之珠──我哋救主基督──嗰個偷唔走嘅寶藏。 所以,我哋喺追求呢顆珍珠嘅路上,唔好懶散。有福嘅── ──三倍有福係努力去追求佢嘅人;但係徹底可憐又貧窮嘅,就係嗰個因追求我哋嘅共同創造主──亦即係追求祂嚟追求我哋──而疲倦嘅人。

**28.** 你哋唔知我哋係主──真葡萄樹嘅枝嗎?所以要小心,免得我哋當中有任何人生不出果。 真理之父看守祂的葡萄園,慈愛地照顧結成果的枝,使它們結更多果實;但結不出果實的,祂就修剪,並將它們從葡萄園中拋出,任由火燒。 所以,要小心,免得你哋發現自己無果效,就被修剪,然後丟入火裏。

**29.** 我哋都係天地創造者──屋主──基督所播種嘅好種子。看唄,收割嘅時候已經到咗,收割機都喺收割者手上,佢哋只係等緊主人嘅信號。 所以,要小心,免得我們成為雜草,被捆成捆,扔入永火中(馬太福音13:30)。

**30.** 你哋唔知道,萬王之王已經邀請我哋去佢宮殿入面嘅婚宴?咁點解我哋要疏忽大意,唔努力為自己預備光潔嘅禮服、明亮嘅燈,同埋器皿入面嘅油呢? 你哋點解唔知道,冇人可以赤身入去?如果有人堅持唔着婚禮禮服就入去,你哋唔知佢會點樣嗎? 按王命,就要捆起佢手腳,拋入外邊黑暗,嗰度有*「哀號同咬牙」*。(馬太福音22:13)我驚惶,怕我哋只着住表面華麗,卻未得着真美,會畀肉體情慾攞走,令我哋被逐出婚筵。

**31.** 有邊個父神咁有憐憫?有邊個父神咁有慈愛?有邊個父神好似我哋嘅主咁愛我哋呢班僕人?祂供應萬人,豐豐富富地儲備一切,醫治我哋靈魂嘅創傷,即使祂被我哋遺棄,都極其忍耐,希望眾人都成為祂國度嘅繼承者;祂赦免罪人嘅罪,激發佢嘅熱誠,又迅速顧念軟弱者,免得佢哋灰心。 祂本可憑着大能強迫我哋行善,但祂唔願意咁做,唯恐我哋自由意志所行嘅善失咗祂嘅稱讚。 既然祂對我們如此深愛並充滿憐憫,我們豈能因尋求取悅祂而感到疲倦?祂已救贖並開啟我們心靈的眼睛;祂賜予我們對祂的認識,並讓我們嘗到祂的甘甜,好叫我們能以全心尋求祂。凡嘗過祂愛的人有福了;藉此,他已預備好要不斷品味它。

**32.** 又有誰不愛呢位主呢?又有誰不承認並敬拜祂的良善呢?如果我們轉離,審判日我們又有什麼藉口呢?或者我們要對祂說什麼?說我們沒有聽見、不知道,或者沒有人教導我們? 然而,祂的信息已經傳遍了整個大地。難道有祂本該為我們做而尚未做的事嗎?祂不是為了我們,從那量度不了的高度,從父的懷中降下來的嗎? 祂雖然隱藏,卻不為我們而顯現麼?祂──那不滅的火──不為我們而成為肉身麼?祂雖然不死,卻為我們而死,好叫我們得以生?祂不為我們而復活麼,好叫我們能與祂同復活?祂已經救我們脫離仇敵,捆綁了他,並賜給我們能力去攻擊他。 我哋幾時呼求祂,而祂唔聽我哋?我哋幾時敲門,而祂唔開門畀我哋?就算祂有遲延,都只係要增加我哋嘅賞賜。諗埋呢一切,有邊個可以繼續疏忽大意,冒犯咁嘅主?

**33.** 弟兄啊,請考慮這件事! 啲昨日仲同我哋傾偈嘅兄弟,今日就唔喺我哋身邊;佢哋已經被召去見佢哋同我哋嘅主,好等各自交賬。你睇吓*「昨日」*同*「今日」*係咩:就好似*「昨日」*好似朝花咁咁快就過咗;*「今日」*都會好似黃昏嘅影子咁咁快就過去。 所以,你要檢視自己所買的:這是否蒙神喜悅?我們的日子如玩笑般飛逝。那日復日從所買之物中獲取豐厚利潤,並將之積蓄於永恆生命裡的人,真係有福。但你呢個親愛嘅人,點解你疏忽大意?點解你懶散?點解你要喺沮喪(閒懶)中沉醉,好似飲酒咁?

**34.** 想像有兩位旅客,各自返鄉,在黃昏時於路上相遇,兩人便投宿於所到之客棧,並於天明時各奔東西; 佢哋各自都知道屋企有咩等住佢哋──係財富定貧窮,係平安定悲傷。我哋喺今生亦都係咁;因為呢段人生就好似一間客棧,當我哋離開返自己嘅家,就會分道揚鑣,知道下一步要面對啲咩。 因為人人都知道自己向天上寄送咗啲乜嘢:例如帶住眼淚嘅禱告小屋、經常嘅守夜、帶住懊悔心靈嘅詩篇歌唱

、節制同謙卑、對塵世嘢嘅放棄,或者對基督嘅真誠愛同奉獻。　如果你獻咗呢啲嘢,就放心,因為你將要進入安息。

**35.** 你被賜予悔改的時光,卻不理會悔改。你會對死亡說:「等等,讓我悔改」嗎?醒醒吧,我所愛的人,醒醒吧。當最後一刻如網般向你逼近,你就會驚恐萬分地大聲呼喊:「唉!我的日子都在分心中溜走。」　我浪費咗時間喺無謂嘅諗法上!」但係喺死亡嘅時候先咁諗有咩用?因為你已經唔再獲准留喺呢個世界。依家,反而要用心去思量呢番說話,並按佢哋嘅力量去安排你嘅人生。

**36.** 又有咩人唔會喊、唔會哀號、唔會因呢個事實而心生恐懼──宇宙之主自己同藉住祂嘅僕人──先知同使徒──去傳講同呼喊,但係冇人理會祂?*「婚筵已經預備好啦,」*祂呼喊:*「我嘅新婦畀人殺咗。」*　(太22:4)。新郎坐喺婚禮大堂,威嚴華麗,歡喜迎接嚟到嘅人;門大開,僕人展現佢哋嘅熱誠。「趁門仲開,快啲入去;否則你會留喺外面,冇人開門畀你入。」 – 然而卻無人明白;無人肯努力;懶惰和今世的事務好似鎖鏈般捆綁住我哋嘅心。我哋雖然正確咁抄寫神聖經文,亦正確咁閱讀,卻唔願意正確咁遵行;因為我哋唔想去成就經文入面所吩咐嘅。

**37.**就好似半夜嗰陣,當全人類都瞓得好沉,有時會突然由天上傳嚟一陣巨響,同可怕嘅打雷聲、嚇人嘅閃電,仲有地震,瞓緊覺嘅人就會突然嚇到發抖;到嗰一刻,就好似最快嘅閃電,突然驚嚇晒成個世界; 一聲恐懼嘅號角會響起自天,驚醒沉睡者,並將自亙古以嚟就死去嘅人從夢中喚起:呢個天同*「天上嘅能力都會震動」*　(太24:29),整個大地,好似海裡嘅水,都會喺祂榮耀面前震動;因為有可怕嘅火喺祂面前行,潔淨大地上面嘅污穢罪惡; 地獄會打開佢永恆嘅大門,死亡會被廢除,而人嘅腐朽塵土,聽到號角聲,就會復活。到時義人就會歡喜,敬虔者就會喜樂;完美嘅苦行者會因佢哋嘅奮鬥而得到安慰; 殉道者、使徒同先知都會被加冕。嗰個喺嗰時被認為配得*「同榮耀一齊被提到雲裡」*去見嗰位不朽嘅新郎嘅人,真係有福氣。(帖撒羅尼迦前書4:17) 正如各人喺呢度張開翅膀,喺嗰度就會翱翔高空;正如各人喺呢度潔淨佢嘅心,喺嗰度就會見到佢嘅榮耀;並且,各人對佢嘅愛愈深,喺嗰度就會愈充滿佢嘅愛。

**38.** 我回想起嗰個鐘,渾身發抖;我一諗起嗰可怕嘅審判,就懼怕得全身發抖; 我諗起天堂嘅喜樂,就起身放聲大哭,一直哭到冇力再哭;因為我嘅日子喺懶散同分心度過,一生都喺污穢嘅念頭中度過──我根本唔知佢哋點咁快飛咗,亦唔覺得佢哋係點樣過去; 我嘅日子日漸減少,而我嘅罪惡卻日益增多。唉!到嗰時我又點好?當我嘅熟人圍住我──佢哋見到我表面上嘅虔誠就拍馬屁,而我內心卻充滿罪惡污穢,早已忘記搜查心靈與心思嘅主。 – 嗰度有真正嘅羞愧,哀哉嗰個喺嗰度被羞辱嘅人。– 藉住祢豐盛嘅恩典,我懇求祢,嗚 humanity and the Good One,唔好將我擺喺左邊同祢所憎惡嘅山羊一齊,唔好對我講:*「我從來不認得你」*,但求祢在祢的良善中賜給我不止息的眼淚;賜給我的心痛悔和謙卑,並潔淨它,使它成為祢恩典的殿。

**39.** 我親愛嘅弟兄姊妹,我懇求你哋同心;趁住仲有時間,努力討神喜悅; 要喺禱告同詩歌中日夜喺祂面前流淚,好等祂拯救我哋脫離嗰無盡嘅哀哭、牙齒嘅咬牙、 gehenna 嘅火同永不死嘅蟲,並喺祂嘅國度裏面,喺永恆生命中充滿我哋以喜樂,使憂愁, 病痛同嘆息──嗰度永遠有喜樂、歡欣同快樂,仲有一頓神為愛佢嘅人預備嘅屬靈美饌。得著呢份福氣嘅人有福,失去呢份福氣嘅人可憐。

**40.** *「財主開口,眾人都默然無聲,他的言語升到雲中。」*(智慧書13:28)然而,神在聖經中向我們說話,而我們卻不肯靜下心來聆聽; 相反,當一個人講緊嘢嘅時候,另一個人打盹,仲有人心不在焉。但聖經話:*「轉耳不聽律法者,他的禱告都為可憎。」*(箴言28:9)

**41.** 你當在眾見證人面前,竭力追求那你被召去得着的永生,並作好你那美好的見證:*'因為再等片時,那要來的就來,並不遲延'*(希伯來書 10:37)。

**42.** 你要盡心敬畏主,不可效法惡人的行為;因為他們的火永不熄滅,他們的蟲也不死。(馬可福音9:44)

**43.** 唔好信嗰個惡者,佢喺你心入面種下欺騙嘅諗法,話:「你仲年輕;仲有好多歲月要過;所以依家就開心吓,唔好憂愁──等你老咗先再去悔改。」 — 你真係咁愚蠢,兄弟,唔知道惡者會喺呢件事上呃你?如果你唔喺年輕力壯、能夠忍受一切艱辛同行英勇之事嘅時候悔改,等你老咗,唔係會攞衰老做藉口咩? – 如果你仲係年輕就俾人攞走,你又點算?所以,你要離開仇敵嘅道路,聽從真主嘅聲音,佢話:*「所以,你哋要警醒禱告,因為你哋唔知道係咩日子、幾點鐘」*(馬太福音25:13)。

**44.** 牠會嚟,會嚟,嗰個可畏嘅時刻唔會再等耐,到時我哋受試煉,就冇得推搪。因為我哋可以點答主呢?仲有乜嘢係佢未為我哋做過嘅?—我哋唔係見過神──道──以僕人嘅形狀自卑咩,好叫我哋都學

識謙卑? 我哋冇見過佢嗰張深奧難解嘅面畀人啐口水,好叫我哋俾人侮辱嗰陣,都唔會變得苦毒?或者我哋冇見過佢嗰個聖潔嘅背畀人鞭打,好叫我哋都可以溫柔咁擔起順服嘅軛?或者我哋冇見過佢張面畀人打,好叫我哋受羞辱嗰陣,都唔會勃然大怒? 或者我哋冇聽過佢講:*「要向我學,因為我心裏柔和謙卑」*(馬太福音11:29),好叫我哋都變得柔和謙卑,唔互相嫉妒、唔互相咀嚼、唔互相吞噬?咁,我哋有咩藉口可以畀佢呢?

**45.** 我知道神對好多人回轉都施過憐憫;但佢哋大部分都係因為無知先犯罪。我知道神赦免咗好多人;但佢哋都有好多代禱者喺神面前為佢哋求情。– 我讀到關於可拉同大探嘅記載,見到神為咗摩西嘅緣故點樣懲罰佢哋,我真係毛骨悚然。 我諗起經上對佢姊妹 Miriam 所寫嘅,佢就因為同 Moses 講咗一句嘢,就畀麻風病覆蓋──我渾身發抖。如果連聖潔嘅人都要受咁嘅刑罰,咁永恆嘅神會帶嚟幾大嘅折磨呢? 殺咗佢兄弟嘅該隱,都要受咁長期嘅刑罰;咁得罪神嘅人,又會點呢?洪水嗰陣嘅審判好嚴厲,我好驚自己會同嗰啲當時死咗嘅人一樣。神因為嗰座建唔成嘅塔而發咗怒;咁佢對我嘅墮落,又會點呢? 我已經悔改,但我唔知自己有冇令上帝得安慰。我亦懇求聖徒,但佢哋嘅禱告可能都唔會蒙垂聽,因為我聽以西結先知講:*「無論挪亞、約伯,定但以理,*都唔會因佢哋嘅禱告而得著乞求嘅嘢。」(以西結書14:18)

**46.** 祂由父懷中降下,成為我哋得救嘅道路──主──以祂神聖嘅聲音感動我哋悔改,話:*「我來不是召義人,乃是召罪人悔改。」*(馬太福音9:13) ── 如果是我講,你可能唔會聽;但如果係主親口講,你點解唔理呢,連自己生命都唔顧?如果你心入面知道有思想同行為嘅傷痕,點解唔理自己隱藏嘅傷口?你驚醫生喫?!" 但祂充滿了良善和憐憫。祂從父懷裡為你而來。祂為你道成肉身,好叫你可以無懼地親近祂;祂為你成為人,要醫治你那深重的創傷。──而祂自己以大愛和一切良善呼召你歸向祂。

**47.** 懺悔之門大開;罪人哪,趁門未關,盡你所能,趕快入門。等到關門之時,若見你仍在冷漠中遲延,它絕不會等你。可憐人啊,你為何要憎恨自己的生命?──人啊,有何能比你的靈魂更偉大?然而你,罪人,竟忽略了它。 親愛嘅,你唔知喺邊個時辰,天上嘅醫生會命人關埋祂醫治嘅門。求你上前,努力去得醫治。祂希望透過你嘅悔改,令天軍歡喜。太陽已經到咗黃昏,只係為咗等你到聖所,先暫且停留。

**48.** 你幾時先肯停止容忍你嗰個污穢嘅仇敵,無恥咁照佢嘅意願去做?佢想將你扔入火中。呢個就係佢所有努力嘅目的! 呢就係佢送畀鍾意佢嘅人嘅禮物!佢時時刻刻都同所有人打仗,用邪惡同污穢嘅慾望去攻擊佢哋;而佢自己都係污穢嘅,就將投降俾佢嘅人趕返去絕望,令佢哋嘅心硬化,眼淚都乾晒,好叫罪人唔可以悔改。 人啊,你要在各方面都遠離他,對他所珍愛的一切懷著仇恨和厭惡。

**49.** 我哋開始罷;趁住仲有時間,就禱告罷。 喺呢度,當我哋仍然活喺今生,就可以隨時向神獻上懇求。趁住仲有機會敲響祂憐憫嘅大門,攞到赦免並唔難。趁住眼淚仲會被接納,就灑下眼淚,免得過咗去,先至徒然啜泣;因為到嗰時,眼淚冇任何用處。

**50.** 點解我哋要忽略自己嘅救恩?點解我哋唔趁住仲有時間趕快得醫治?為咗幾滴眼淚同悔改,上帝會赦免一切罪過。喺呢度喊少少,免得將來喺永遠嘅黑暗中永遠咁喊。 喺呢度悔改,免得將來被拋入嗰無法撲滅嘅火中。

**51.** 好多人聖徒同義人,都自願離棄呢個世界同佢嘅一切方式,憑住對神誠命嘅堅定盼望,深信佢哋將會喺極樂嘅樂園享受神嘅祝福。 因為佢哋已經愛上咗基督,就勝過一切虛空嘅事物;所以,日復日,佢哋喺神裏面歡欣,喺基督裏面得見光明,並喺聖靈裏面無休止咁喜樂。聖三一為佢哋喜樂,天使同大天使為佢哋喜樂,而極樂嘅樂園亦為佢哋喜樂。

**52.** 然而,其他人卻被短暫的事物所困,幾乎淪為冇腦嘅生物。– 人啊,你點解要過咁罪惡嘅生活?上帝用理性創造咗你,你竟然自甘淪為冇言語嘅生物。 醒返啲,至少醒返少少,振作吓。──就為咗你,至高無上嘅神由天而降,要將你從地上舉到天上。你被召去參加天上新郎嘅婚筵,點解你仲咁大意?點解你要拖泥帶水? 你同我講,你冇帶婚禮禮服就想入去參加婚宴,點得呢?如果你冇着就入去,你即刻就會聽到有人講:*「朋友,你點解冇着婚禮禮服就入嚟呢?」*(馬太福音22:12)。就綁起佢,拋入火窯入面。 你唔驚,亦唔因諗住新郎要喺榮耀中出現嘅時候快到而發抖咩?你唔知一切已經預備好,天國嘅號角就等緊號令咩?到嗰陣,如果你冇如應有咁預備,你會點做?

**53.** 到死亡嘅時候,所有罪人都要面對一場大恐懼。分別嘅時刻為所有聖徒、所有義人同所有苦行者帶來喜悅;但就係嗰個時刻,卻令疏忽同軟弱者陷入悲傷,提醒佢哋過去生命入面嘅懶散同大意。 到時,悔恨就會折磨一直以嚟都冇關心自己得救嘅人。呢種悔恨嘅痛苦,甚至超越死亡同離別本身

嘅恐懼。 – 相反,義人、聖徒同苦行者就喺死亡同分離嘅時刻歡欣雀躍,因為佢哋眼前見到自己苦行嘅偉大成果:佢哋嘅守夜、禱告、禁食、眼淚、臥喺裸地、同麻布衣;佢哋嘅靈魂歡欣鼓舞,因為同身體分離之後,佢哋好期待進入安息。 但對罪人同唔重視呢個虛空世界生命純潔嘅軟弱者嚟講,死亡嘅到嚟係可怕嘅。分離嘅時刻對罪人嚟講係極大嘅悲痛;佢冇得為自己辯護;關於嗰個時刻嘅命令係嚴厲嘅。

**54.** 離別嘅時刻並唔會令已經從一切塵世事物中得釋放嘅人感到憂傷;但佢令貪慾者憂傷;令罪人憂傷;令懶惰者憂傷,因為佢哋太懶惰去行討神喜悅嘅事;令貪婪者憂傷,因為佢哋用塵世嘅憂慮捆綁咗自己嘅靈魂; 佢令有錢人傷心,因為佢無意中將佢同佢嘅財富分開;佢令愛世界嘅人傷心,因為佢將佢同世界分開。所有呢啲人都喺死亡嗰刻悲傷,因為佢哋被世俗嘅憂慮捆綁。但係,一個已經擺脫世界同世俗憂慮嘅靈魂,有咩可以嘆息或者悲傷呢? 佢渴望自由,追求自由,並獲得咗自由──然後一直都保持咁樣,勇敢咁行喺上帝嘅道路上,樂意做討佢喜悅嘅事。 ──你,如果用盡你整個靈魂去緊貼上帝,就永遠唔使驚死亡嗰一刻;相反,死亡同離別肉身,都會變成你嘅喜悅。

**55.** 良善嘅神賜咗我哋知識嘅光照;但我哋日復日都拒絕佢。如果我哋成就神嘅旨意,喺審判嘅時候,我哋同所有成就佢旨意嘅人就會蒙福。但係,因為我哋冇成就佢嘅旨意,喺嗰度我哋冇得辯白;因為我哋擁有知識嘅時候,都會犯罪。 我哋都經歷到上帝嘅眷顧,同埋慈愛嘅上帝賜畀我哋嘅一切恩典。祂嘅恩典隨時都造訪我哋嘅心,如果畀祂搵到安息之所,就會進入並常駐喺靈魂入面;但如果搵唔到純潔嘅心,就會即刻退去。 然而,祂的慷慨再次促使祂下降,探訪我們這些罪人,因為我們雖然可以憑自己的選擇改變,卻不是天生如此。我們總是一心二用、軟弱、嫉妒、欺騙;我們經常彼此懷有惡意,心存欺詐,並且總像陷入可怕的泥淖一樣,困在自己的思緒中。 當恩典嚟探訪我哋,佢喺我哋心入面遇到污穢思想嘅惡臭,就即刻退走,搵唔到路入嚟安居同住喺我哋裏面,照佢心意停留。 然而,藉住恩典那光亮甜美,祂仍然在人心裡留下一印記,使人能感受到恩典曾光顧自己,卻無路可入;於是,因那恩典的輝煌所感動,人便會去尋求祂。不過,恩典本身卻無法完全從我們身上撤去;因為祂被自己的憐憫所感動,不得不憐憫眾人。 你看見上帝的眷顧嗎?你看見 —基督的憐憫嗎?你看見聖潔的上帝如何時時刻刻愛我們,並渴望我們得救嗎?那時常努力預備一顆純潔的心迎接恩典的人是福的,使當恩典來臨時,能找到美德的香氣和靈魂的聖潔,並永遠安居在他裡面。

**56.** 凡已經跌入仇敵陷阱,卻能掙脫牠捆綁並躲藏起來,好似逃脫漁網的魚,逃離牠手的人有福了。魚若在水中被捉住後,能掙破漁網,躲入深水,就會得救; 但一旦被拖上岸,就再也不能自救。同樣地,當我們仍然活在这个世上,就从神那里得着能力,去打破捆绑我们的仇敌的意念,藉着悔改摆脱罪的负担,並得着进入天国的救恩。 但如果嗰可怕嘅命令臨到我哋,靈魂離去,身體交託畀大地,咁我哋就再無法自救,就好似一條被撈出水、關喺器皿入面嘅魚,再冇辦法幫到自己。

**57.** 我們不可等到死亡來臨,免得在死人復活之日被遺留於羞愧之中;屆時,聖徒們將身穿他們以善行為自己預備的輝煌長袍。 如果到時我哋發現自己唔單止失去光耀嘅榮耀,仲變得烏黑污穢,並且散發惡臭,嗰時我哋會有幾大羞愧?所以我哋要努力避免呢種危險,踏上懺悔嘅道路,從我哋嘅慾望中潔淨自己。

**58.** 罪惡係黑暗,美德係光明。罪惡如果被鍾意同實踐,就會令行罪者變得漆黑;但美德如果被實踐,就會令行善者光芒四射。

**59.** 可怕的命令尚未臨到,要將靈魂從我們的身體中奪去之前,我們要結出蒙神喜悅的果子。哀哉那得罪我們的主神卻未曾悔改的人! 佢會去搵因疏忽而浪費咗嘅時間──但搵唔返。所以我哋要喺我哋嘅主上帝面前痛哭,好叫我哋得着佢嘅憐憫。趁住我哋仲有時間,要保守自己,尋求主嘅祝福。我哋唔使為錢財擔心;就算失去咗,都可以再賺返嚟。 危險嘅係我哋嘅靈魂;如果我哋摧毀咗佢,就永遠都攞唔返嚟(馬太福音16:26–27)。

**60.** 我哋嘅日子好短暫,盡頭就快到咗。趁未被關喺漆黑入面,我哋要喺我哋嘅主──我哋嘅神面前痛哭。到時就算流再多眼淚,如果我哋將呢啲日子虛度,完全冇用嚟成就我哋自己嘅得救,都再攞唔返呢啲日子。 *「看哪,依家就係蒙悅納嘅時候;看哪,依家就係得救嘅日子。」* (林後6:2)有警醒嘅人有福咗,因為佢哋會得歡樂嘅冠冕。 *「哀慟的人有福了,因為他們必得安慰」* (馬太福音5:4),並且與神所揀選的人同得安慰。為主勞苦的人有福了,因為天上的喜樂正等候他們。

**61.** 我們既不能因別人的行為稱義,別人也不能因我們的行為被定罪。當我們被帶到審判者面前,赤身露體、攤開一切,交代所行之事時,就沒有人會因另一個人被定罪:*'因為各人要擔自己擔子'*(加拉太書 6:5)。

**62.** 如果有人向統治者舉報某人做錯咗嘢,被控者可以逃去其他地方避開懲罰;但係,面對神,我哋要逃去邊度呢?正如祂所講:*「我往那裡逃離祢的靈?我往那裡逃離祢的面?」 我若升天,你就在那里;我若下到阴间,你也在那里;我若飞到海极,你的手必在那里引导我,你的右手必在那里扶持我"*(诗篇138:7-10)。

**63.** 我們要行那狹窄而逼窄的 pathway,珍重痛悔,使死亡的紀念常留於我哋心中,好叫我哋得脫於刑罰。因為經上說:*「禍哉,你哋而家大笑,因為你哋要哀號,要痛哭。」*(路加福音 6:25) *「哀慟的人有福了,因為他們必得安慰。」*(馬太福音5:4)讓我們凝視墳墓,我們就會看見我們本性的奧秘──一堆堆疊着的骷髏,肉已脫去,只剩頭骨和其餘的骨骼。 當我哋望住佢哋嘅時候,就會喺佢哋身上見到自己。我哋昔日嘅靚色喺邊?我哋面頰上嗰抹紅潤又喺邊?反思到呢點,我哋要拋棄肉體嘅慾望,免得喺復活嗰日被羞愧所覆。

**64.** 每日都要預備你嘅離去,為呢段旅程作好準備:因為喺你最意想唔到嘅時候,可怕嘅命令就會嚟到;冇準備嘅人就有禍啦!心靈嘅憂傷係一件奇妙嘅事,佢可以醫治人嘅靈魂。

**65.**就好似水手唔可能永遠留喺船上,旅客住咗客棧都唔會永遠唔走,我哋都唔可能永遠留喺今生。我哋係朝聖者同陌生人。所以我哋要用心眼睇清楚,為離開今生作好準備。

**66.** 如果你曾經做過勞工,就唔好喺通往下一生嘅福佑旅程到嚟時而憂傷。帶住財富返屋企嘅人,永遠都唔會傷心。

**67.** 上帝造人自由;所以先有榮譽同懲罰畀佢: namely,努力做好嘅人得榮譽同冠冕,而罪犯同疏忽者就受懲罰同折磨。 有*「引致死亡的罪」*(約翰一書5:16);堅持犯罪,不從禁忌的事轉向以過更好生活的,就自取死亡。

**68.** 當靈魂與肉身分離之際,死亡之時恐懼甚大;因為在此分離之刻,靈魂的所作所為──無論善惡,晝夜所行──都會呈現在它面前。 佢望住自己嘅行為發抖,對佢哋講:「走開──放過我。」但係佢嘅行為齊齊用同一條聲線答佢:「你係我哋嘅造物主;我哋要同你一齊去見上帝受審判。」

**69.** 冇人知分開嘅日子同時辰。當我哋喺世上無憂無慮、歡歡喜喜嗰陣,一聲可怕嘅命令突然臨到,要將我哋嘅靈魂從身體裏面攞走。嗰個罪人就喺佢意想唔到嘅日子同時辰踏上嗰段旅程,嗰時佢嘅靈魂滿載罪惡,冇得辯駁。

**70.** 兄弟啊,你莫以為自己仲可以喺世上活多幾年,亦唔好自滿,放縱喺罪惡嘅思想同行為。主嘅命令會突然臨到,喺罪人冇時間悔改同得赦免嗰刻追上佢。 ──咁到離別嗰刻,你又會同死亡講啲乜嘢呢?兄弟!

**71.** 你要時時等候死亡、分離,以及你喺主嘅審判台前現身。作為你得救嘅聰明管家,要時刻預備好你嘅燈──並用眼淚同禱告,每時每刻都檢視佢。

**72.** 日頭將近黃昏;我哋嘅時間所剩無幾;但我哋喺不信之中,卻以為仍然係朝早。 收割嘅時候近咗;呢個世代快要完結;天使已經拎住鐮刀準備就緒,等緊號令。親愛嘅弟兄姊妹,我哋要敬畏!而家已經係第十一個鐘頭,但旅程仍然漫長。我哋要努力,務求喺路上被搵到。我哋要警醒;要擺脫睡意。

**73.** 對自己講:「睇吓,我哋嘅弟兄姊妹而家正努力工作,而你同我卻喺度懶散度過;佢哋一聽到神聖經文,就好似乾旱嘅土地得雨水滋潤,而我哋就算身處修道院,心思都到處遊走;佢哋心志清醒,而我哋就漫不經心; 佢哋喺禱告中警醒守望,而我哋卻畀睡眠同懶散捆綁;佢哋已經領受咗冠冕,而我哋仍然沉溺於懶散;佢哋討主喜悅,而我哋卻取悅世界。咁我哋點解唔醒覺返嚟,好等我哋都可以得獎賞呢?

**74.** 呢啲日子、年歲同月份好似一場夢、好似黃昏嘅影子咁飛逝,好快基督嗰可畏又偉大嘅再來就會到。──嗰日對嗰啲唔肯行神嘅旨意、唔肯得救嘅罪人嚟講,真係可畏。 – 所以,我哋終於要拋棄一切屬地嘅掛慮,開始預備去面對嗰日。

**75.** 凡物都要過去,凡事都要消沒,嗰時除咗我哋喺呢度所行嘅善工,冇其他嘢對得住我哋。到時,我哋每一個人都要將自己嘅行為同言語帶到公義審判者嘅寶座前。當我哋嘅行為被攤晒喺陽光底下,思想同言語接受嚴格審查嗰陣,我哋嘅心會震驚,內心深處都會為之顫抖。 到時,我哋每一個人喺暗中同黑暗裏做過嘅一切都喺度被揭露,邊個唔會震驚,邊個唔會喊,邊個唔會流淚?

**76.** 為咗說明呢點,我畀你哋舉果樹嘅例子:到咗佢哋出果嘅時候,佢哋連同葉子一齊結果。 樹木嘅光彩唔係嚟自外面,而係由自己內部生出,各自按自己嘅種類結果。同樣地,喺嗰日可畏嘅日子,所有人類嘅身體都會由自己內部擢出一切所做過嘅事,無論善惡;每個人都會將佢哋嘅行為,好似美好悅目嘅果實,同埋佢哋嘅言語,好似樹葉,帶到嗰位可畏審判者嘅寶座前。 聖徒會帶出美善行為嘅果實──靚同珍貴;殉道者會帶出佢哋喺酷刑同迫害面前嘅可嘉忍耐;苦行者會帶出佢哋喺自我克制、守夜同禱告嘅勞苦成果。 但係罪惡、不敬虔、污穢嘅人,就帶住羞愧、啜泣同哀號,呈上污穢同不義嘅果實──永遠喺啲蟲不停咀嚼,同埋永遠都滅唔到嘅火。

**77.** 咁點解我哋會咁大意?定係我哋唔知道有咩喺等住我哋?既然知道呢啲,點解我哋唔晝夜痛哭流涕,懇求上帝賜予我哋悔改,好令我哋可以脫離嗰個羞恥同永遠嘅黑暗? 到時我哋罪惡嘅嘴脣將會沉默;到時萬有受造之物都會戰慄,甚至連聖天使嘅行列都會因主降臨嘅榮耀同威嚴而戰慄。如果我哋一生都喺疏忽中度過,嗰日我哋有咩可以同祂講? – 喺呢度,祂極其忍耐,吸引眾人歸向祂,並恩典豐厚地接納佢哋入祂嘅國度。但到嗰日,祂就會嚴苛地索取賬目,並對嗰啲本想跟隨祂卻疏忽大意嘅人,施行無情嘅審判。

**78.** 以下呢啲就係等緊我哋嘅:一方面有天國同生命、安息同喜樂;另一方面就有永遠嘅痛苦,喺極大嘅黑暗中。 – 想去邊度就去邊度;你想點就點。– 所以,如果你懶散,唔肯 ,唔想得救,唔肯行上帝嘅正路,亦唔想遵守祂嘅誡命,咁你就等於自取滅亡,將自己趕出天國。 – 聖潔嘅神都唔吝惜祂獨生子為你嘅緣故;但你就連自己都唔肯憐憫。– 最後醒返啲,從你罪惡嘅沉睡中醒過嚟啦!

**79.** 爬到高處,你就會見到下面所有嘢都微不足道;但如果從嗰度落返嚟,你連一間細細嘅粉刷白屋都會覺得好壯觀。

**80.** 我們當以我們的得救為念;當以死亡的時刻為念。噢,死亡的時刻何等可畏,當靈魂與身體分離之時! – 到時既唔係阿爸陪住仔,亦唔係阿媽陪住女,亦唔係老婆陪住老公,亦唔係兄弟陪住兄弟,而只係每一個人嘅所作所為──佢哋做過嘅善或惡。所以我哋要先將我哋嘅善行派喺前面,等我哋自己去到嗰度嘅時候,佢哋先可以喺城門口歡迎我哋。

**81.** 如果你想承受那國度,就要趁你仍然喺呢度嘅時候,追求君王嘅恩寵。你喺呢度越尊敬祂,祂就越會抬高你;你喺呢度越事奉祂,祂就越會喺嗰度尊敬你。因為經上寫住:*「凡高舉我嘅,我必高舉;凡藐視我嘅,我必使佢受辱。」* (撒母耳記上2:30)。所以,要用你全心敬重祂,好等祂肯賜你聖徒嘅尊貴。──你可能會問:「咁我點先可以得祂嘅歡心?」──如果有,就用金銀幫助有需要嘅人,向祂獻上。 但如果你冇呢啲嘢,就獻上其他禮物──信心、愛心、自制、忍耐、慷慨、謙卑;唔好論斷人;守住你嘅眼睛,唔好睇虛空;守住你嘅手,唔好行不義;轉離你嘅腳,唔好行惡路; 安慰軟弱的人,對病人有憐憫心,給口渴的人一杯涼水,給飢餓的人一塊麵包;你身上有甚麼,或者祂賜予你甚麼,就拿去獻給祂;因為基督連寡婦的兩個小錢都沒拒絕。

**82.** 我哋要更經常反思等待罪人嘅折磨,好激發我哋悔改,並結束罪惡嘅生活。──有咩比蚊仔仲細?但我哋連佢嘅叮咬都受唔住。咁毒性不絕嘅蟲喺度,又會點呢? ──天黑咗,人就會講:「點燈啦,好黑!」燈就趕走咗黑暗。咁到時面對無邊無盡、永不停息嘅黑暗,我哋又點算?──喺呢度,有人畀太陽晒到受唔住,就會逃去陰涼處。咁面對嗰永不熄滅、烈火熊熊嘅 gehenna,我哋又點算?

**83.** 醒返啲,唔好輕視嗰永不熄滅嘅火焰。如果你真係要輕視佢,就先喺度試吓自己,睇吓你可唔可以頂得住嗰折磨人嘅火焰嘅殘酷。 點起支蠟燭,將手指尖伸入火焰試試。如果你能忍受呢種痛楚,咁或許你喺嗰度都可以幫到自己。但如果喺你全身都喺火外嘅時候,連一隻手指都受唔住,當你全身同靈魂一齊被投入烈火地獄,你又點算呢?

**84.** 我哋喺今生係寄居者同旅客;但我哋唔知道幾時會被接走。 好多人朝早醒咗,都未能等到夜晚;又有人夜晚訓覺,就未能等到朝早*:「人如一口氣,他的日子如影過」* (詩篇143:4)。又有邊個知我哋離開嘅時候唔已經到咗?所以,我哋唔好對自己嘅得救疏忽大意。

**85.** 凡喺死亡時刻,證明自己係聖潔嘅祭品、蒙主悅納嘅,都係有福嘅;凡能懷住大喜樂,與肉身同虛空人生別離嘅,都係有福嘅。天使群眾喺天上見到佢,會稱讚佢係同自己一樣、熟悉主嘅僕人。

**86.** *「在主眼中,祂聖徒的死是寶貴的」* (詩篇115:6);但*「惡人的死是苦毒的」* (詩篇33:22)──那日必到,必定到,它不會錯過我們, 嗰日,人要拋低一切同所有人,孤身一人,被眾人遺棄,赤身裸體、無助無援,冇人代禱、冇人作伴,毫無準備、冇得自衛;如果嗰日喺佢疏忽大意嘅時候嚟到,*「喺佢唔知道嘅*

*日子,同佢唔預期嘅時辰」* (太24:50),—當佢正沉湎於享樂、積聚財寶、過住奢華、放縱淫亂嘅時候。—突然嗰一刻就到,一切就完結。一個漫長而痛苦嘅夜—人就會去到,好似一個被告,被擄人帶去嘅任何地方。 到時,人啊,你就要好多幫手,好多人在你靈魂分離嗰刻為你禱告。到時恐懼會好大,顫抖會好劇,動盪會好猛,過渡到另一個世界時。呢個就係我哋嘅時辰──一個可怕,但又無可避免嘅時辰。呢個就係所有人嘅結局──對所有人嚟講都好可怕; 一條艱難嘅路,但係人人都要行;一條又窄又迫嘅路,但係我哋都要踏上去;呢杯苦澀又可怕嘅酒,但係我哋都要一飲而盡。靈魂當時所經歷嘅,盡係恐懼同恐怖,但係我哋無人知道,除咗嗰幾個先我哋一步去過嘅人,除咗嗰幾個親身經歷過嘅人。

**87.** 你冇見到啲將要死去嘅人,同埋嗰陣有幾咁可怕? 佢哋陷入幾大嘅惶亂,點樣嘆息,點樣將目光投向四方?有時又點樣咬牙?然後佢哋見到從未見過嘅,聽到從未聽過嘅,忍受從未忍受過嘅;佢哋搵救命者,卻冇人可以拯救佢哋。

**88.**其中一個將死嘅人講:「再見啦,兄弟們,再見。我要踏上一個漫長嘅旅程──一個我從未走過嘅旅程,去一個對我嚟講全新、從未有過人返嚟嘅地方,去一個黑暗嘅地方,我唔知嗰度有咩等緊我。」 所以我離開──我永遠都唔會返嚟。呢個鐘對我嚟講太短,因為我未準備好就走;呢個夜對我嚟講好黑,因為我會好似棵無果嘅樹咁畀人砍低;前路對我嚟講好沉重,因為我冇好嘅指引。 ── 現在我先見到自己點樣欺騙自己,話:「我仲年輕,先享受下人生,之後再懺悔;上帝好慈悲,一定會原諒我。」每日都咁樣諗,我就白白浪費咗我嘅生命。 我受過教導,卻不肯留心;有人勸我,我竟取笑;我聽過聖經,卻過活得似乎從未聽過;我聽聞審判,卻嘲笑它;我聽聞死亡,卻過活得似乎永遠不會死。 而家我就係完全冇預備好就俾人擺走──我冇人幫得;毫無防備,又唔肯悔改──冇人可以救我脫離;我要面對審判──冇人可以拯救我。──我有幾多次下定決心要悔改,結果又做咗更惡劣嘅事?我有幾多次緊緊抓住上帝,又再轉身離開祂? 佢幾多次對我施恩,我又幾多次令佢傷心?——而家我就喺徹底絕望中離去。——嘆氣,弟兄們,為我流一滴眼淚吧!」——就係咁,行將離去嘅人有時會同我哋講嘢——突然佢條舌頭打結,雙眼改變,聲音斷咗,嘴脣靜咗。

**89.**當最後一刻臨近,天使──靈魂的收割者──被差遣去接走離去的靈魂,並將它呈獻在上帝的審判台前。 見到佢哋嚟到,嗰可憐人──就算佢係國王、統治者,或者掌管世界嘅權勢者──都會完全慌亂,好似地震咁;佢全身發抖,好似畀風吹動嘅樹葉;佢顫顫哋,好似獵人手裏嘅小雀; 佢完全癱瘓同驚駭,望住嚇人嘅能力,望住對佢嚟講又新又宏大嘅景象,望住威嚇又嚴厲嘅面容,望住一啲從未見過嘅秩序。──所有呢啲,都喺嗰一刻畀被我哋帶走嘅人睇到,佢已經唔再理會我哋。佢只係喺心裏面,盡佢所能咁祈禱。 從佢嘅神態,我哋斷定佢見到更高嘅權能,互相示意,就講:「靜低,唔好再打擾嗰個躺喺度嘅人,免得令佢混亂。不如我哋為佢祈禱,願佢嘅靈魂安息,得蒙憐憫嘅審判。」

**90.** 佢已經過身;佢唔再存在;佢活盡咗一生,而家靜止唔動,冇咗呼吸,亦都冇聲息。──咁,人究竟係乜嘢?──只係一場夢境、一個影子。──天使──收割者──擺咗靈魂之後,就穿過空氣上升,去到諸 principality 同 power 所在之地,亦有對立勢力嘅統治者。 呢啲就係我哋邪惡嘅控告者──喺呢度係引誘者同記錄我哋惡行嘅;喺嗰度就係折磨者。佢哋喺上升嘅靈路途中截住佢,對住佢嘅紀錄逐條核實佢嘅罪行──少年同老邁嘅罪、自願同不自願嘅罪、行為、言語同思想嘅罪。 噢,可憐嘅靈魂啊,有幾咁驚,幾咁恐懼!佢當時要忍受住無可言喻嘅痛苦,畀無數敵人喺黑暗中圍住佢,誣陷佢,唔畀佢升天,唔畀佢入生命嘅境界,唔畀佢同活人一齊。

**91.** 於是天使們擺咗靈魂之後,就帶佢行一條只有佢哋先知嘅路。至於我哋,就預備好屍體,抬去墳場──喺度我哋就會遇到一個新嘅、可怕嘅奧秘。 卑微者同強大者,君王同平民,主人同奴僕──都變成咗同一塵土、同一塊泥土、同一把灰燼、同一陣惡臭、同一種腐爛:埃塞俄比亞人同當年英俊嘅人一樣;年輕人同老人一樣;癱瘓者同身體健壯者一樣; 都照起初所命定嘅,變做塵土同灰燼(創世記3:19)。— 冇嘢可以分辨得出。— 一場真正偉大而可畏嘅奧秘擺喺我哋面前! 我哋見到,每個時代都喺度被抹去;每份肉體之美都改變咗,每張靚面都消失咗,每道動人嘅目光都黯淡咗,每張能言善道嘅口都封咗,每束烏黑嘅髮絲都腐爛咗──一切都結束咗。我哋講嘢──冇人理;我哋喊──冇人聽。

**92.** 倘若我哋能夠問嗰度躺住嘅人:「我哋嘅兄弟,你哋去咗邊?你哋住喺邊度?」 你哋嘅住處喺邊度?畀個記號我哋,同我哋講嘢,好似當年咁。如果佢哋可以回應我哋,就最教人受益:「我哋離別咗你哋,但仍然活喺世上──即係我哋每一個嘅靈魂──都喺一個配得上每一個靈魂價值嘅地方。」 而家面前呢堆塵土、你所見嘅灰燼、呢陣惡臭、呢啲腐爛嘅骨頭──就係嗰班你曾經咁渴望嘅青年同少女嘅

身體。呢啲灰燼,就係你用你嗰 個擁抱緊住、吻到唔夠嘅肉身。 呢排露嘅牙,就係嗰對你日日夜夜用無數吻去覆蓋嘅雙唇。呢啲膿同呢啲可憎嘅濕氣——就係嗰塊肉,喺佢懷裏你哋放縱自己去犯罪。所以,要睇清楚,當你哋喺床度擁抱你哋嘅年輕愛人時,你哋擁抱嘅其實係塵土同淤泥。 你要知道,當你親佢哋嘅肢體,你就係親住惡臭同膿;你要明白,當你為佢哋燃燒,你所渴望嘅其實係蟲、灰燼同腐臭。唔好再沉迷,愚蠢嘅少男少女! 唔好畀青春短暫嘅美色所誘惑;因為我哋——呢啲擺喺你眼前嘅腐爛屍體——喺生前,就好似你哋而家咁,英俊威武、身塗香膏、備受寵愛、享受人生、過住富裕生活; 而家,如你哋所見,呢一切都變成咗幻影、塵土、灰燼同惡臭。唔好再自欺欺人; 但要從我哋身上學到教訓,我哋先你一步,而家躺喺墳墓入面。要謹慎,要肯定——有審判,有無盡嘅折磨,有穿唔透嘅黑暗同絕望嘅gehenna,有永不停歇嘅蟲、不停嘅哀號、不停嘅咬牙,同無可醫治嘅悲傷。.

**93.** 呢就係我哋喺嗰度先去咗嘅弟兄教導我哋嘅——唔係淨係用口講,而係用佢哋嘅行動示範。所以我哋要從沉睡中醒返。唔好再用虛空嘅盼望嚟欺騙自己。唔好再畀狡猾嘅仇敵嘲笑我哋。唔好畀承諾長命百歲嘅諂言所誘惑。 好多人計劃咗好多事,連朝頭都未見到就俾死神突然掠走,好似老鷹啄雀,又好似狼叼羊羔。有啲人夜晚身體健健康康去瞓,就再都唔醒返;有啲人坐喺枱邊食嘢就斷氣;仲有啲人行緊路或者玩緊樂,就突然死咗; 又有人喺澡堂度死咗,就喺度洗佢哋嘅棺材水;又有人喺婚禮期間,就喺新房入面畀死神突然掠走——佢哋嘅婚紗就變咗入殮服,彈奏婚禮音樂嘅人畀哀號者取代,跳舞嘅人畀啼哭者取代。 「我哋都知道呢啲,但仍然唔停止自欺。所以,我哋喺上帝面前攞唔到憐憫;因為我哋唔係因為無知,而係明知故犯,甘願沉淪喺欺騙之中。」「所以我懇求你哋——唔好淨係做聽眾,而要實踐擺喺你面前嘅教導。」

**94.**當靈魂與肉身分離、離世嗰刻,我哋將會面對幾等嘅恐懼同困苦!嗰時,一個可怕又偉大嘅奧秘就會成就!好嘅天使同天軍眾多嘅使者會向靈魂靠近,同樣,所有對立嘅勢力同黑暗之君都會出現;雙方都想將靈魂拉入自己嘅領域。 喺呢一刻,如果靈魂喺呢度已經修得善行、過咗光榮嘅人生、行咗美德;咁喺佢離世嘅日子,佢所修得嘅美德就會畀好天使接走,佢哋圍住佢,唔畀任何反對勢力接觸佢; 但係,喺喜樂同歡欣中,聖潔嘅天使接佢,攜佢去見榮耀嘅主同王——基督,並且同佢一齊同所有天上嘅權能一齊敬拜祂。 最後,靈魂被引領到安息之所,進入難以言喻的喜樂、永恆的光明,那裡沒有悲傷、嘆息、眼淚或憂慮,卻與所有蒙神喜悅的人一同,在天國裡享有不朽的生命和永恆的喜樂。 – 但若靈魂喺今世過咗可恥嘅生活,沉溺於不光彩嘅慾望,被肉體嘅享樂同今世嘅虛空所捲走,咁當佢離開今生嘅日子到嚟時, 嗰啲佢喺今生獲得嘅慾望同享樂,都變成咗邪惡嘅魔鬼;佢哋圍住可憐嘅靈魂,唔畀上帝嘅天使靠近, 但係,佢哋連同對立嘅勢力——黑暗嘅王子——一齊捉住佢——可憐、喊住、絕望同埋哀號——帶佢去黑暗、陰沉同悲傷嘅地方,喺嗰度所有罪人都要被關到審判日同永遠嘅折磨,到時魔鬼同佢嘅使者都會被拋落入去。

**95.** 所以,趁住仲有時間,我哋要透過懺悔,同埋克己行善嘅工夫,潔淨自己嘅情慾;並喺心裏面種下美德,等到我哋離世嗰陣,佢哋就會為我哋代禱,同神嘅使者一齊喺我哋嘅主同主人面前為我哋求恩。

## 2. 關於懺悔的課程

**1.** 哀哉我!我真係好丟臉!我內心根本唔同表面睇落咁!誠然,我只有虔誠嘅外表,卻冇其實際嘅力量。我用咩面去見主上帝呢?祂明明知道我心底嘅秘密! 要為咁多惡行交代,就算我企喺度禱告,都驚天上會降下火嚟燒滅我。——但我唔灰心,信靠上帝嘅憐憫。

**2.** 我的心變得剛硬,我的理智被腐蝕,我的心智被蒙蔽。像狗一樣,我又回到*「自己所吐的」*(彼得後書2:22)。我沒有真誠的悔改,禱告時也沒有眼淚,雖然我嘆息,並搥打那充滿情慾的胸膛。

**3.** 到時,無論在黑暗中或公開所行的事,都會被揭露。當那些現在說我無可指責的人,看見我被定罪,我心裏的羞愧將難以言表!我棄絕了屬靈的事,向自己的情慾屈服。 我唔想學,但係好樂意教人;我唔想服從,但係好鍾意奴役人;我唔想做嘢,但係好想畀人添麻煩;我唔想尊重人,但係好想畀人尊重;我受唔到責備,但係好鍾意責備人;我唔想受羞辱,但係好鍾意羞辱人。 – 我夠聰明去教人,卻唔夠聰明去執行;我講啲應該做嘅事,但我做嘅卻係唔應該講嘅事。

**4.** 唔好講:「今日我犯罪,聽日我先悔改。」不如今日就悔改,因為我哋唔知自己可唔可以等到聽日。

**5.** 我哋犯罪咗?就當我哋悔改啦,因為主會接受真心悔改嘅人。

**6.** 弟兄犯罪,我們就樂意責備他;但如果自己犯罪,就不會樂意接受責備。

**7.** *「唔好同真理辯駁,亦唔好為自己嘅刑罰感到羞愧。唔好因為承認罪過而覺得羞恥。」*(西拉書4:29–30) *「唔好講:『我犯咗罪,會有咩下場?』因為上主好有耐性。唔好遲遲先返轉頭,唔好日復日咁拖落去。」*(智慧書 5:4, 8)*「記住,憤怒唔會遲來。」*(智慧書 7:18)

**8.** *「有咩人肯畀水淋我個頭,畀泉水湧出我眼,等我可以日夜為我嘅罪惡痛哭?」*(耶利米書 9:1)至於笑,我說:「離開我」;至於哭,我說:「到我跟前。」因為我在主面前罪惡深重,我的過犯多得數不過來。

**9.** 你知唔知人之間有三種唔同嘅眼淚?有為可見之物而流嘅眼淚──呢啲最苦最虛空。 有悔改的眼淚,當靈魂渴慕永恆的福份時,這些眼淚非常甘甜且有益處。另有一種是後悔的眼淚,伴隨*「哀號和切齒」*(馬太福音8:12)——這些眼淚苦澀且無用,因為當再無機會悔改時,它們就完全無益。

**10.** 表面上我哋謙卑,但喺我哋嘅品格裏面卻殘酷無情;表面上我哋虔誠,但喺我哋嘅品格裏面卻係殺人犯;表面上我哋充滿愛,但喺我哋嘅品格裏面卻係敵人;表面上我哋友善,但喺我哋嘅品格裏面卻係憎恨者; 表面上佢哋係苦行者,但性格上係對苦行者嘅瘟疫;表面上佢哋係禁慾者,但性格上係海盜;表面上佢哋係貞潔者,但心裏面係通姦者;表面上佢哋係噤聲者,但心裏面係浪蕩者;表面上佢哋係溫柔者,但性格上係自大者; 表面上係顧問,但本性係引誘者;表面上係單純,但本性係危險嘅。──點解會咁?因為我哋眼中冇敬畏上帝,或者我哋唔識主嘅誡命,或者識咗之後就扭曲佢哋嘅意思去配合自己。

**11.** 就算而家(經過多年自我修煉),我心入面仍然有好多污穢嘅念頭──嫉妒、惡意、放縱、貪食、易怒、虛榮同慾望。 我自己一無所有,卻自以為是;我被列為不義之徒,卻想攞聖潔嘅名聲;我活喺罪中,卻想畀人當成義人。我自己係個說謊者,卻又對說謊者嗤之以鼻;我被自己嘅思想玷污,卻又去審判行淫亂嘅人; 我譴責賊,卻害窮人;我表面純潔,卻心底污穢;在教會裡我佔據首席,卻連最後一席都配不上;我要求別人尊敬我,卻應該承受羞辱;在女人面前,我想表現得討好;在富人面前,我想表現得虔誠。如果有人侮辱我,我就報復; 受人責備時,我就表示憤慨;見唔到奉承,我就發脾氣;我鄙視當權者,卻又喺佢哋面前做偽;我唔肯將榮譽給配得上嘅人,卻自己唔配,反而要攞榮譽。我唔會描述每日充斥我腦海嘅念頭,我對虛榮嘅執著,我忽略祈禱,或者我對閒話嘅熱衷。 但我會描述我按固定程序去教堂嗰啲次數,刻意拖延、安排見面、同虔誠婦女做偽善嘅對話,對收禮物永遠唔夠,仲要拍馬屁攞更多好處。呢就係我嘅人生,呢就係我嘅過失!

**12.** 或者有人會話:「諗法真係有咁重要㗎?」我答佢:佢哋真係非常重要,而家有聖經做證。約伯為佢嘅仔女獻祭,佢話:「或者佢哋心入面已經諗咗啲惡事」(1:5)。 如果思想唔需要負責,佢又點需要為佢嘅思想罪過獻上一隻牛呢?──惡人喺可拉黨嘅會中被定罪;因為佢哋懷住惡念,就畀火燒咗。 而主救主喺佢嘅謙卑中, ,稱通奸為「通奸」,覬覦妻子為「行奸」,憤怒為「謀殺」,並且將仇恨視為等同謀殺。 保羅亦都喺哥林多前書4:5見證咗我哋對自己思想嘅責任,話主喺審判日會 *「顯明人心裏的籌算」*,並 *「照亮黑暗中隱藏的事」*。──所以,唔好話思想冇乜意思,因為一旦你同意佢哋,就已經係嗰個行為本身。

**13.** 我哋要考慮嘅唔單止係我哋嘅思想,而係意志決定將嗰啲思想視為可悅,並向佢哋屈服。 農夫播種喺地上,但唔係所有種子都畀地吸收;同樣,心思播喺意願度,但唔係所有嘢都畀意願認同同接受。農夫喺地吸收嘅嘢度搵收成;而意願認同同接受嘅嘢,上帝就要算帳。

**14.** 使徒稱按自然行事的人為「屬靈」,稱按不自然行事的人為「屬肉體」;而屬靈的人則能將連大自然都化為靈性。神知道每人的本性、意志和能力;祂在他們裡面播下祂的道,並按他們的本領要求他們行出相應的行為; 祂超自然地進入人的靈魂和靈裡,進入人的本性與意志(卻不強迫後者)。若有人滿足於自然之境,神便不以此責備他們;因為祂已定準本性的分量,並為此立下律法。但如果意志被本性所勝,祂就要人為無法滿足和違犯神律法負責。

**15.** 我憎恨罪惡,卻仍被情慾困住;我棄絕不法,卻又違背意願屈服於慾望。我將本性出賣給罪惡,而罪惡買下我的意志,強加於我一種必然性。情慾如洪水般湧向我,因為我將心思與肉身結合,無法分開。 我急忙改變我嘅意志,但我舊有嘅狀態卻反對我;我急忙想解救我嘅靈魂,但我被成堆嘅債務壓得動彈不得。

**16.** 魔鬼,嗰個邪惡嘅高利貸,唔會提醒我還錢;佢慷慨放貸,卻又唔肯收返任何嘢。佢只係想奴役我,對債務一啲都唔講理;佢放貸係為咗令我哋喺情慾上致富,亦唔會要求收返佢所賜嘅嘢。 我想還清佢,佢卻又加多咗之前嘅債。當我逼佢收返啲債,佢又畀我其他嘢,好似我用佢自己嘅錢去還債咁。佢用新嘅債務壓迫我,因為佢用以前根本唔存在嘅新慾望,去取代我舊有嘅慾望。 舊嗰啲似乎已經還清咗;但佢又拉我入新嘅激情債務,帶我去新嘅處境。佢逼我唔好講出自己嘅激情,唔好承認佢哋,仲說服我去追求新嘅激情,好似佢哋冇害處咁。 我漸漸習慣咗以前從未接觸過嘅激情,畀佢哋分散咗注意力,就連舊有嘅激情都忘記晒。我同呢班新嚟嘅激情達成協議,結果又再次欠債。我好似見到朋友咁衝向佢哋,而借錢畀我嘅人,又再度成為咗我嘅主人。 我想擺脫,但佢哋就令我成為一個賣身奴隸。我急忙去打破佢哋嘅枷鎖,卻又用新嘅枷鎖綑綁自己;當我努力想擺脫為慾望大軍效力時,因為佢哋嘅勝利同佢哋嘅賜予,我竟然發現自己成為咗佢哋嘅管家。

**17.** 噢,離我而去吧,這對蛇的奴役!離我而去吧,這情感的統治!離我而去吧,這深植的罪惡。它向我承諾,要買下我整個心靈;它討好肉體,令我靈魂成為其奴僕。 佢先發制人,趁我仲年輕,令我嘅理性察覺唔到發生緊嘅事;佢捆綁住我未成熟嘅智力,並透過佢,好似一條銅鏈咁,將我有限嘅心智囚禁;即使後者想逃走,佢都唔放手,繼續將佢拴住。罪惡圍住心智,並鎖上知識嘅大門。 情慾時刻把守住心靈,唯恐有人呼求上帝,阻止肉體被出賣。它發誓放縱肉體絕無不對,為這等小事也斷無刑罰。 佢引用一大堆混亂嘅念頭做例子,向我保證嗰啲念頭根本唔可能畀人檢視;佢又提到嗰啲念頭好微妙(即係微不足道),向我保證所有呢啲嘢最終都會畀人遺忘。就係咁,仇敵用欺騙同拍馬屁嚟阻住我同捆綁我。

**18.** 保羅說罪人*「屬乎肉體」*(羅馬書 7:14)。罪是被有意犯它的人所引動;但介乎本性與罪之間,習慣充當中介;而情慾則為罪所賦予、本性所接受;這些情慾的運作導致靈魂被奴役、心思被混亂,以及成為奴僕。 因為住喺肉體入面嘅罪,掌管心思,並透過肉體奴役靈魂。罪藉住肉體做管家;藉住佢,罪又加重靈魂本身嘅負擔,好似成為佢嘅管家;因為佢會分配工作,並要求交代完成情況。 如果要打擊佢,佢就透過肉體嚟加重呢種打擊。因為佢好似將肉體變成自己嘅鎖鏈,將靈魂拴喺上面,好似要屠宰嘅羊;又好似一隻展翅高飛嘅鳥,用呢條 嘅鎖鏈將佢捆住,就好似一個大力士用劍斬斷佢嘅手臂同雙腿一樣。 我既跑唔甩,又幫唔到自己,因為我雖然仲活住,但已經好似死咗一樣;我雖然用眼睛睇,卻係瞎眼;我變咗條狗,唔係人,雖然我有理性,卻好似冇口嘅生物咁行事。

**19.** 然而,我切慕脫離這可憐、多情慾的境況,只要主肯幫助我。祂若照祂豐盛的憐憫待我,就會救我脫離罪惡;祂若將祂的善待我,我就必得救。 我深信祂能成就此事──我並不灰心喪志,盼望得救。我知道祂豐盛的恩典,必勝過我眾多的罪過。 我知道當佢嚟到嘅時候,佢對所有人都有憐憫,喺洗禮中賜下罪得赦。我承認呢點,因為我已經從呢個恩典中受惠。我需要為洗禮後所犯嘅罪得醫治;但對祂──能叫死人復活嘅──要喺呢件事上醫治我,亦絕對唔係難事。 我瞎眼,但祂甚至醫治咗生來就瞎嘅人。我被拋棄,好似患大麻風病嘅人,但若祂願意,祂都可以潔淨我。我被罪惡壓倒,但祂對我的良善不會被罪惡所勝。祂對該撒聶施憐憫,因為佢配得;祂會對我呢個不配嘅人施憐憫。

**20.** 就連閒話都要受審判。什麼是閒話呢?就是口頭承諾的信心,卻沒有付諸行動。一個人信靠並承認基督,卻仍然懶散,不去做基督所吩咐的事。 另外,當一個人承認自己有罪,卻不改變所行;口稱自己悔改,卻又再犯罪,這時所講的話就係閒話。再者,背後講人壞話亦係閒話;因為所講嘅係未曾發生過、未曾親眼見到嘅事。

**21.** 嚟啦,罪人,到良醫度,唔使費力就得醫治。擺脫你罪惡嘅重擔,向上帝禱告,用眼淚洗你腐爛嘅傷口。因為呢位天上嘅醫生用眼淚同嘆息醫治傷口。 咁就嚟啦,帶住你嘅眼淚──呢就係最好嘅良藥。因為天上嘅醫生旨意係要每個人自己醫治自己,用自己嘅眼淚得救。 呢個療法唔係長久之計,但好有效;佢唔係淨係用藥布無限期包住傷口,而係即刻幫你治癒。醫生就係等住睇你流眼淚;快啲上前,唔使驚。將傷口畀佢睇,帶埋療法──眼淚同嘆息。

**22.** 當你肯接受眼淚作為醫治的代價,我們靈魂的救主啊,有誰不驚訝、不讚嘆、不稱頌你良善的偉大憐憫!哦,眼淚的威力!你所達到的境界何其廣遠! 你帶住大膽,毫無阻礙地進入天庭。噢,眼淚的威力!天使眾軍同所有天庭權能,因你嘅大膽而無休止地歡欣雀躍。噢,眼淚的威力!如果你願意,你可以歡喜快樂地站立喺至純主嘅聖潔高貴寶座之前。噢,眼淚的威力! 一眨眼之間,你已飛升天庭,向神求乞所願;因為祂親自出迎,樂意賜予赦免。

**23.** 當我雙唇滿有毀謗,我要如何向祢──我嘅救主──哀求?當我嘅良心污穢,我要如何歌頌祢?當我冇遵守祢嘅誡命,我要如何呼求祢?──但祢自己,至善者啊,唔好藐視我呢個可憐人;唔好棄絕我呢個卑鄙嘅受造之物;唔好離棄我呢個無望嘅人。 因為見我自暴自棄,就成為我仇敵极大的喜樂;他唯一的高興,就係見我因絕望而成為佢嘅俘虜。但係,就係靠住祢嘅憐憫,使佢嘅盼望蒙羞,從佢牙齒間搶走我,從佢惡毒嘅陰謀同埋佢擺喺我面前嘅一切陷阱中拯救我! – 凡因自己罪惡而良心受責備的人,我懇求你:不可灰心;不可使仇敵有得勝的機會。要無懼地親近神,在祂面前流淚,也不要灰心。因為主喜悅那悔改的人,並等候我們歸正。 祂親自向眾人呼召:*「凡勞苦擔重擔的人,可以到我跟前,我就使你倆得安息。」* (馬太福音11:28)所以,無論人犯咗幾大罪,都唔好灰心。主只對拒絕祂又唔肯悔改嘅人先會嚴厲。

**24.** 那憑智慧選擇哀哭的人有福了;那以破碎的心,像珍貴的珍珠一樣在主面前將眼淚滴在地上的人有福了。

**25.** 那個人有福了,他心靈如同新種的樹,像灌溉渠的水,常為神流淚。

**26.** 那個人有福了,他在自己靈魂裏栽種美善──即品格──又灌溉自己所栽種的,並以眼淚禱告,願所栽種的蒙主喜悅並結出果實。

**27.** 我要向你講解眼淚嘅力量。透過佢帶住眼淚嘅禱告,哈拿獲得咗先知撒母耳,同埋心入面嘅喜樂、憂傷同對上帝嘅讚美。 西門屋入面嗰個罪婦,佢喊住用眼淚洗主嘅聖腳,就從主度得到赦免。柔情(喺主面前由衷嘅痛哭)係醫治靈魂嘅良藥。當我哋渴慕獨生子,佢就會住入我哋心入面,並引聖靈入靈魂。 世上冇嘢比得上由痛悔而來嘅喜樂。你哋有冇人因呢種為神而流嘅眼淚嘅喜樂而得着光照?如果你哋有人經歷過呢件事,並且喺其中得着喜悅,喺禱告時曾經超越大地,咁喺嗰一刻,你哋已經完全離開自己嘅身體,超越咗呢個時代──甚至唔再喺世上。 ── 聖潔純淨的眼淚,總能洗淨靈魂的罪污,潔淨一切不義。為神而流的眼淚,隨時都能在神面前帶來膽量;污穢的思想,絕無可能靠近那顆時刻被對神的柔情感動着的靈魂。 溫柔係一份偷唔走嘅寶藏;我所講嘅溫柔,唔係得一日咁短,而係日日夜夜、無休止,一直到生命盡頭。溫柔就好似一股純淨嘅泉源,澆灌靈魂入面嘅豐饒田地(即美德)。

**28.** 喺人犯罪之前,仇敵會喺佢眼中極力貶低佢;特別係對肉體慾望嘅貶低,好似滿足咗佢,就好似將一碗凍水潑咗喺地上咁。就係咁,邪惡者喺犯罪之前,喺人眼中貶低罪惡; 但一旦罪行完成,惡者就極度誇大所犯之罪的邪惡,令陷入其中者眼裡看見。如此,他激起他們內心深處絕望的浪潮;而且經常以寓言武器對付他們,灌輸如「你這徒勞的勞工,你做錯了什麼?你的所作所為又似什麼?」等思想。 「就好似一個人種咗啲葡萄樹,悉心照顧到佢哋結果;收咗葡萄之後,佢裝滿咗酒桶,但之後佢突然起身,拎起把斧頭劈爛啲酒桶,酒都灑晒冇晒;你嘅行為就好似呢個樣子。」 呢就係惡者灌輸俾人嘅思想,目的係要將佢哋推落絕望嘅深淵。

**29.** 所以,要預先識破仇敵嘅詭計,就遠離罪惡。但如果真係跌入罪中,就唔好繼續陷落;要起身,全心歸向你嘅主你嘅神,咁你嘅靈魂先得救。 你要對呢個惡念講:'雖然我打爛咗酒桶,糟蹋咗酒,但我嘅葡萄園仍然完好無缺,主係寬容嘅、滿有憐憫、慈愛同公義。我希望憑住祂嘅恩典,再次耕種同收割我嘅葡萄,重新裝滿我嘅酒桶。' 因為藉着以賽亞先知,祂說:*「雖然你的罪如朱紅,必變成雪白;雖然如丹砂,必變成羊毛。」* (詩篇1:18)

**30.** 對一個人,一個念頭建議並說:「你仲年輕;等你老咗先再悔改。」但對已經年老嘅人,一個念頭就建議:「你已經老咗──點能承受悔改嘅勞苦?你需要休息。」

**31.** 唔好對自己絕望,唔好講:「我已經救唔到自己啦」。 相反,你仍然非常有能力得救。要用你整個靈魂去愛敬畏上帝,它會醫治你的傷口,從此令你百毒不侵。只要你心靈裡愛敬畏主,你就不會陷入魔鬼的陷阱,反而會如鷹般高高飛翔。 – 但如果你輕忽神嘅敬畏,你嘅靈就變得自大,咁佢就好似由高處跌落嚟,淪為陰間鬼魔嘅玩物。佢哋蒙住你嘅眼,將你拖入放蕩嘅慾望中,就好似一頭被套上軛嘅牛咁。

**32.** 如果你畀狡猾嘅仇敵射中一箭,都唔好有一絲絕望;相反,無論你畀打敗幾多次,都唔好留喺失敗中,要即刻爬起身同仇敵再戰:因為幫助者永遠準備好伸出佢嘅右手攞你,將你從跌倒中扶起。 只要你第一次向祂伸出右手,祂就會向你伸出右手,將你扶起。然而,邪惡的仇敵會盡全力,趁你一跌入絕望。別聽信他;就算你一日跌七次,都要努力再站起,並透過悔改去安慰神。

**33.** 雖然我哋因自己嘅軟弱而跌倒,但要努力透過懺悔醫治自己。雖然作為人,我哋受制於自己嘅情慾,但唔好徹底絕望;相反,要聽從上帝,聆聽佢講:*「悔改,因為天國近了!」*(馬太福音 4:17) 佢冇淨係為某啲罪先開出懺悔,反而忽略其他;相反,我哋靈魂嘅醫生畀咗我哋呢個 remedy,用嚟醫治一切罪惡嘅苦楚。

**34.** 悔改是一塊隨時耕耘的田地。它是結滿豐碩果实的樹,在各方面都為神結出榮耀的果實。佢就係生命樹,透過赦免罪惡,將死人帶返生命。佢與神性同在,神喜悅佢,視佢為祂創造嘅大能;因為罪惡所摧毀嘅人,佢就為咗神嘅榮耀重新創造。佢就係屬靈嘅利益;因為佢收割咗自己冇播種嘅,攞咗自己冇賜予嘅。

**35.** 行善者藉住懺悔,滋潤咗上帝嘅田地;藉住懺悔,佢哋豐富咗教會;藉住懺悔,佢哋充實咗上帝嘅糧倉。藉住懺悔,大地變咗天堂,因為佢被聖徒──呢班塵世天使──所充滿。讚美嗰啲良善嘅僕人,藉住懺悔,令所播種嘅百倍增長。

**36.** 神見到人類會被仇敵困擾,就設立了悔改來對抗仇敵的敗亡。仇敵引誘人犯罪,而悔改就準備好接納罪人。仇敵慫恿人行不義,而悔改則勸人回轉。前者導致絕望,而後者則帶來得救的盼望。罪惡壓制良心,而悔改就如一根杖去喚醒它。*「主必扶持跌倒的人」*(詩篇145:7);祂就藉着悔改成就此事。

**37.** 在悔改中,律法好似一盞燈;因為藉住佢,犯罪嘅人再次遇到上帝。無法律嘅人被黑暗籠罩,睇唔到上帝嘅良善;因為仇敵已經用絕望充滿咗佢嘅靈魂。但係悔改,就好似一位好嘅醫生,驅散靈魂入面嘅陰霾同埋所有壓迫佢嘅事物,向佢顯明上帝良善嘅光。 魔鬼就將懺悔描繪成一件艱難嘅差事,阻住唔敬虔嘅人醒覺。但係懺悔見到佢嘅詭計,就用溫柔嘅方式走埋嚟,講:「只要你記住神──我就會替你勞力。只要你腦海入面想像佢嘅憐憫──我就會為你嘆息代禱。」 罪人哪,只要輕輕嘆一口悔恨嘅氣──我就會令你哋成為神嘅僕人。先知以賽亞又話:*「你哋回轉並嘆息,就必得救。」*(以賽亞書30:15) 「呢個就係畀你嘅見證;你只要悔改就得。」如果罪人嘆一口氣,嗰條蛇加喺佢身上嘅罪惡重擔就會隨住嗰口氣一齊跌走。到時,無知嘅迷霧會從佢心智中散去──靈魂嘅眼睛會變得清明,而悔改就會開始引領靈魂走向得救。

**38.**當一個悔改的罪人看見上帝的良善,他不但會嘆息,而且會因極大的悲傷而流淚。因為靈魂,在與神長期分離之後,一旦見到祂作為父,就被感動而流淚。 因為佢終於見到咗佢嘅造物主,就流淚並吸引上帝向佢靠近,因為佢鍾意父嘅恩寵;就係咁,佢先將蛇引領佢去嘅一切都洗清晒。或者你未聽過大衛講:*「我每晚都洗我嘅床」*(詩篇6:7)? 但佢先嘆咗口氣,然後先開始喊。大自然都係咁:先有風,後有雨;先有打雷,然後雲裡先滴出雨點。

**39.** 大衛嘆咗一口氣,就用眼淚淋濕咗佢嘅床,因為佢畀通奸玷污咗。 佢用眼淚洗佢張床,因為佢因非法結合而玷污咗佢。佢話:*「我因嘆息而疲倦」*(詩篇6:7);而嘆息嘅勞累係病心所結出嘅果,亦會帶出好多眼淚。因此,眼淚就係由先於佢嘅嘆息中繁殖出嚟。

**40.** 良心天生向往神(代表神同一切屬於神嘅事物),並排斥任何潛入嘅欺騙。罪惡經常無恥咁侵入,但良心趁住當下嘅情境佔上風。 如果有人喺黑暗中被恐懼籠罩,就證明係因為罪:聖經話:*「惡人雖無人追趕,仍要逃跑。」*(箴言28:1)或者,如果有人坐船時畀海浪嘅洶湧所困,良心就會提醒佢嘅邪惡。又或者喺地震嘅時候,就會令人諗起唔守法嘅行為;又或者當人喺旅程上,就會令人諗起自己放縱嘅所作所為。最後,如果罪人唔肯悔改,當佢跌入軟弱同肉體病痛,良心就會責備佢──為咗對生命嘅熱愛,佢向神起誓,要喺自己裏面根除罪惡。 佢驚死同失去永生嘅福氣,良心受煎熬,就轉向悔改──呢位神人之間嘅中保。

**41.** 福音書中所提的那位青年,領了父親的遺產後,遠行到一個異邦,將財產揮霍在妓女身上;結果他因此陷入了極度貧窮的慘況。 當佢開始喺艱難嘅負擔下憔悴,悔改令佢意識到同父親一齊嘅無憂日子已經失去,於是重新點燃佢返屋企嘅渴望,同埋透過懺悔去安撫父親嘅希望。 於是佢喊住話:*「我要起身,去我阿爸度,同佢講:『阿爸,我得罪咗天,亦得罪咗你……』」*(路加福音15:18) 當敵人趁着年輕人屈服於誘惑之時撲上前,任憑慾望擺佈,懺悔依然安然不動,先令良心失聲,靜待時機再出手。 但當苦難臨到佢身上,悔改就好似一位母親,張開懷抱,擁抱佢,並將佢從繼母──即係肉慾──嘅手中搶返出嚟,送返俾佢嘅親母──虔誠。

**42.** 那少年呼叫說:*「父親,我在天之前犯了罪,也對你犯了罪。」*這犯罪的兒子認出他的父親,哀嘆引誘他的人是繼父和惡人。他看見了背叛,看見 的誘惑,就逃到懊悔那裡,如到母親懷中。 佢好耐都食緊蒺藜,受住飢餓;但係懺悔就好似一位充滿慈愛嘅母親,接納咗呢位年輕人,再次用乳汁餵養佢,將自己嘅乳房伸出嚟畀佢──因為罪惡令佢一生都耗盡咗力氣,懺悔用乳汁餵養佢。如果冇呢份乳汁,佢就唔會得醫治。 但係嗰啲起唔到身嘅人,就畀懺悔扶起,用奶嚟餵養。懺悔醫治咗啲完全虛弱嘅人,將佢哋送返俾佢哋阿爸懷抱。

**43.** 你睇吓,懺悔一開始對罪人嚟講,唔係嚴苛,而係寬恕同溫柔! 佢冇強加禁食、唔要求節制或通宵禱告,只係邀請人哋由認罪開始:*「我犯咗罪」*。佢由最簡單嘅一步開始,深信良心會完成其餘。良心係懺悔嘅守護者;佢接納靈魂歸入照顧,並急於淨化佢。 佢識得靈魂嘅馴服──就好似騎手駕馭馬匹咁,引導佢。佢想令懺悔被接受;佢希望懺悔能夠喺罪人心中生根,就好似太陽穿透心靈、照亮佢咁。咁樣,佢就溫柔咁帶領佢哋歸向上帝,喺短時間內,令佢哋成為上帝嘅子民。

**44.** 弟兄們,只要我哋有懺悔呢位母親,就唔可以絕望於得救。當呢位母親安慰我哋,就唔可以失去得救嘅盼望。懺悔曾經帶領畀敵人擄去嘅人進入天國;佢會唔會真係離棄我哋呢? 佢對教會外面嘅人施恩憐憫;佢豈會唔憐憫我哋?冇人會容許其他人隨便浪費佢自己費盡心機攞返嚟嘅嘢。咁神──父──點可能將我哋──佢用佢兒子嘅血買返嚟嘅──交畀仇敵? – 我哋係祂嘅羊群,祂係我哋嘅牧人。祂賜下懺悔作為淨化嘅水,好叫我哋無論犯咩罪,都可以藉住佢得潔淨。我哋有*「洗禮」*,唔單止係為*「重生」*,亦係為*「更新」*。如果我哋犯咩罪,只要喺懺悔中洗淨自己,就會變得潔淨。

**45.** 懺悔係上帝嘅祭壇,因為藉住佢,犯罪嘅人向上帝贖罪。律法之下嘅人,犯罪咗就要獻動物嘅祭物,並且要上耶路撒冷;但係有啲人因為吝嗇去唔到,有啲人因為貧窮去唔到,有啲人因為懶惰去唔到。 在新的恩典裡,这一切都只用悔改就成就了,在良心中献上祭牲。不需要山羊,只要认罪。罪人,你没有驯鸽吗?叹息吧——神会把这看得比驯鸽更重。你没有白鸽?向神认你的罪——这就是你的燔祭。你連其他雀鳥都冇?就喊把──嗰都算係你嘅祭物。如果你禱告,上帝會接受你嘅禱告,當作一隻小牛犧牲。如果你誠心誠意墊伏,你嘅熱誠會比獻上作祭嘅牛更蒙上帝悅納。你又何須預備香品?懺悔就可以淨化你,無須燃香。

**46.** 悔改亦是上帝的筵席,因為藉此上帝品嚐到人類的得救。救主說:*「我的食物,乃是遵行我在天之父的旨意。」*(約翰福音4:34) 因此,悔改是神奇妙的糧食;在其中,神品味良心的認罪;在悔改中,祂飲下痛悔的眼淚;在其中,祂喜悅那香氣──誠摯的嘆息;因為對神而言,這些都是馨香的爐。 請看──神所喜悅的各種供奉:禁慾、禁食、守夜、勤禱、謙卑順服;因為這些比許多犧牲更蒙神悅納。

**47.** 悔改對神而言是一席筵席;因為福音書上說,神*「因一個悔改的罪人,比因九十九個公義的人*更為喜樂」(路加福音15:7)。 悔改透過為上帝擺設筵席,招聚天國同享盛宴。當悔改邀請天使參加筵席時,他們就歡喜雀躍。所有天軍天眾因悔改而歡欣鼓舞,一齊同席共饗。

**48.** 悔改將罪人獻為祭物,卻又使他們重生;它使他們死亡,卻又使他們從死裡復活。這是怎么回事?聽著:它取了罪人,使他們成為義人。 昨日佢哋係死嘅,但今日因著悔改對神而言係活嘅;昨日佢哋係陌生人,但今日佢哋屬於神;昨日佢哋係無律法嘅,但今日佢哋係聖潔嘅。悔改係一個大熔爐,佢收取銅,變成金;收取鉛,變成銀。 如果你見過玻璃點樣會變成水仙花、翡翠或者藍寶石嘅顏色,你就唔會對懺悔嘅力量帶嚟嘅呢啲變化有任何懷疑。懺悔,憑住神嘅美意,將悔改者同聖靈嘅恩膏結合,令一個人完全成為神嘅孩子。

**49.** 律法命定聖物要全部用黃金製造。立法者喺呢啲珍貴器物入面容不得一絲空虛,好叫我哋知道,神嘅聖徒本身就擁有完全嘅聖潔。悔改嘅人,聽住! 你用盡全心親近神,祂就會完全煉淨你,賞賜你。你已經在悔改的火中追求煉淨;要確保一點也不留未煉淨的。 我講嘅就係呢個意思。譬如你係為行淫而悔改,就要小心拋棄一切形式嘅行淫,因為「 」所有種類嘅放蕩都係由佢哋而出。唔止咁,仲要拋棄一切會因此而令自己污穢嘅嘢:笑、打趣、污言穢語、貪食──呢啲都係通往行淫嘅道路。

**50.** 完全拋棄一切罪惡。當人民犯罪時,先知摩西命人將那條蛇釘十字架,即是要消滅罪惡──他造的蛇並非中空的,而是實心鑄造的。 點解會咁?就係要畀你哋知道,你哋要完全遠離一切*「欺騙」*。佢用純銅整條蛇,因為萬惡之源就係*「貪錢」*。佢由爐中鑄出條蛇,就係要你哋將自己內*心嗰把「火焰」*撲熄,因為嗰把火會蔓延,令你哋心靈腐敗。 佢將條蛇掛喺樹上,好等你透過懺悔,將呢三種惡習喺自己心裏面釘死,因為佢哋會令你嘅靈魂死亡。

**51.** 我在對你講,哦,悔改者啊;你心裏不可有任何空虛;要堅定你抗拒罪惡、站立在善中如磐石的決心。先知說:*「要堅定你心,免得搖動。」*(詩篇 111:5, 8)。 你要好似彼得咁,獻上堅定嘅懺悔,因為你犯咗嚴重嘅罪。上帝唔會接受冇實際行動配合嘅懺悔。好多人模仿君王嘅步態,但並唔代表佢哋真係君王,亦得唔到君王嘅尊榮。 同樣地,悔改的人如果沒有堅定地悔改,只會流於表面,得不到悔改所賦予的真正力量。只為作秀而悔改的人,所犯的不只是一罪,而是一連串的罪,因為他們引誘他人只作表面上的悔改。這樣的人不但得不到赦免,反而多了一條罪行。

**52.** 所以,你哋有罪嘅人,要獻上真誠嘅懺悔,好使你可以得到赦免。保羅話,凡係喺*「木、草、禾稭」*嘅根基上建造嘅人,都唔會得獎賞;佢講呢番說話,唔單止係講教義,亦都係講懺悔。 如果有人唔真心悔改,就好似浮喺水面上嘅蘆葦或者木材。凡係唔誠心悔改嘅人就好似木材;咁樣嘅人唔單止會被拒絕,仲會,如經上所講,被火燒毀。點解呢?因為佢哋以為可以嘲笑上帝。

**53.** 我哋要好似尼尼微人咁悔改,咁我哋先可以得着拯救。佢哋真係真心悔改,真係得救咗;佢哋犯罪幾深,就悔改幾深,結果就蒙悅納。佢哋冇得半步回頭,無論王侯定平民都一齊流淚。 唔只係佢哋其中一部分人改變,連統治者同奴僕都一齊啜泣。佢哋亦唔係淨係短暫忏悔──足足三日,男女老幼都冇停過認罪。佢哋接受咗審判,好似準備好要死咁,彼此互相痛哭流涕。 「我所講嘅尼尼微,其實係一個人;而佢眾多嘅居民,就代表靈魂嘅各部分同心思意念嘅運作。就好似佢哋一齊開始悔改,我哋都要用盡全力,整體咁去悔改。」

**54.** 律法上,上帝吩咐不但要拆毀偶像、祭壇同埋拜祭嘅地方,仲要將燒過石頭同樹木嘅灰燼,因為污穢,拋出營外。 而你哋呢班悔改嘅人,要記住,你有責任將自己內心裏面每一絲罪惡都連根拔起。如果罪惡嘅灰燼留喺你心裏,污穢嘅動物同爬蟲就會被吸引過嚟。但如果你將佢哋趕出體外,連罪惡嘅蚊蠅都唔會嚟煩你。 要將你心靈中「罪惡的屍骸」徹底淨化──連牠們的惡臭都會從你身上消失。這些「罪惡的屍骸」就係激情湧動的回憶。若牠們留喺你心裏,就會蒙蔽你嘅思緒,令你嘅念頭打轉,好似一層濃霧般,飄落喺你嘅靈性之眼上。

**55.** 讓我們藉住懺悔將自己擰乾,免得失去寬恕的恩典,好似佢本色一樣。擰乾就係徹底拋棄一切可憎之物。因為咁樣,賜畀我哋嘅顏色(寬恕),經過靈魂嘅鍛鍊,就永遠唔會褪去。 要用眼淚徹底洗淨自己,就好似染匠洗羊毛咁;要謙卑自牧;凡事都要節制自己;因為咁樣洗淨咗自己,你哋就會預備好去親近上帝,領受恩典。

**56.** 有啲悔改嘅人又再犯罪,因為佢哋唔知道自己體內潛伏住條蛇;就算知道,都冇將佢完全趕走,只係畀佢嘅影像殘留喺體內;嗰條蛇好快就好似喺肚入面受孕咁,又重現出佢惡毒嘅完整形象。 當你見到一個又犯罪嘅悔改者,就要明白佢心裏面冇改變,因為佢心入面仲留住所有罪惡嘅傾向。 然而,真正悔改者的標誌,是過著有紀律、樸素的生活,拋棄驕傲和自大,雙眼和心思時刻定睛在所盼望的耶穌基督身上,並渴望藉著基督的恩典成為新造的人。

**57.** 你要防備一切與德行相反的事。如果你禁食卻傻笑,你就會輕易跌倒。如果你在禱告中哭泣,卻在人群中世俗行事,你就會很快陷入陷阱。如果你在潔身自好時仍然大意,你很快就會跌落谷底。 悔改必須出自真心。悔改的人應該始終如一,即永遠成為他最初立志要成為的那個人。如果有人在任何方面都做得不足,這已經是悔改不完全的跡象。如果他們改變了,就顯示在他們心中還未建立起按照神意行生活的堅實根基。 呢種人嘅悔改好似細路仔畀人教訓,只係出於被迫先流眼淚,唔係真心自願。世上嘅法律用恐懼去糾正行為,但改唔到人心嘅本性。同樣,有啲人嘅悔改背後有私心,可能連自己都唔察覺──就係想偶爾放縱犯罪。

**58.** 先知其中一位說:*「在主會中,*不可有*『眼淚』*的毀謗。」*(米迦書2:5–6) 先知並唔係拒絕懺悔,亦唔係將人喺主面前嘅謙卑認罪稱為誣衊;佢只係話,如果眼淚係出於偽善同惡意,咁嘅懺悔就唔穩固。 佢又話:*「撕裂你哋嘅心,唔好撕裂你哋嘅衣服。」*(約珥書2:13)因為佢唔想我哋為自己嘅悔改自誇,而係真真正正咁悔改。大衛又話:*「我用眼淚澆灌我嘅床。」*(詩篇6:7) 我唔會喺教堂度喊,淨係畀人睇、搵面子,好畀人認為我係義人;而係每晚喺床上,我都會用眼淚洗床,好令我同基督保持一致,佢話:「你關上門,禱告你*喺暗處嘅父;你喺暗處嘅父必賞賜你。你喺人前自稱義,你父喺暗處必要責備*你。」(馬太福音6:6)

**59.** 好多人將懺悔當作生意,經常表現得比真實嘅自己更好,從而隱藏住真正嘅自己。另一些人將悔改當作生意,用嚟換取榮耀。又有人將悔改變成驕傲嘅藉口,本應得到赦免,卻反而背負咗新嘅債

務。 你未清還舊債,竟然又要承擔新債?你本是來還債,卻又綑綁自己於新嘅義務? 你一邊努力想擺脫債務,一邊又為自己準備咗另一種新嘅枷鎖?──呢就係*「願佢嘅禱告算作罪惡」*呢句話嘅意思(詩篇108:7)。咁樣嘅人點可以唔再犯罪?點可以唔再次屈服於自己嘅情慾? 蛇會放過佢咩?爬蟲會停止困擾佢咩?— 哀哉!基督所講嘅話就會應驗喺呢個人身上:*「有七個比頭一個更惡嘅別靈*要住入佢裏面」(路加福音11:26)。

### 3. 獻身討主喜悅者之生命大綱

節錄自第110章。雖然呢段文字係寫畀修道人士,但其實對所有人都有普遍適用性。

**1.** 凡獻身於神,並常力求*「將自己身體獻上,作祭物,是聖潔的,蒙神喜悅」*(羅馬書 12: 1),照聖經福音同其他經文嘅聖約,應該相信,只要佢哋投身於各樣善工同美德操練,就可以藉住基督嘅恩典同神嘅大能,得著完全嘅釋放同潔淨,脫離靈魂同身體中興起嘅惡欲。 對我們而言,這一切都是不可能的;但對那曾立此約的上帝而言,卻是可能的。而且,由於第一個人犯了罪,罪惡的慾望其後侵入靈魂和身體。

**2.** 我哋信徒藉聖洗禮已經領受咗恩典嘅憑據,好似一人才干,要令佢加倍增長,從而增多所應許嘅基業。 賜予使徒,並藉着他們傳給唯一真神的教會的聖神──那神聖而安慰者的聖神──自洗禮之刻起,就住在他以純潔信心領受洗禮的人心中;而每個人都領受這*「才幹」*,好使之倍增、培養與成長,正如福音中所言。

**3.** 就如一個嬰孩出生喺世上,唔會永遠停留喺嬰兒時期,而會按自然嘅規律日日成長,直到成為成年人;同樣,一個藉住水同聖靈重生嘅人,唔應該停留喺屬靈嘅嬰兒階段,而要, 並透過不斷堅持苦行、勤力工作及大量忍耐,且在與屬靈仇敵的爭戰中,被逼成長並臻於屬靈成熟之境地──正如使徒所教導:*「直等到我哋都得以長大成人,達到基督豐盛的身量。」*(以弗所書4:13)。

**4.** 但係喺肉體出生嗰陣,嬰兒憑住自然必要嘅規律就會長大成人;因為神嘅顧念命定,肉體成熟唔係靠自己嘅意志,而係跟住大自然嘅次序; 然而,在從上而來的屬靈重生中,上帝卻設立了不同的次序──即在屬靈成長的事上,祂將這份勞苦、努力和艱辛的旅程(朝向這目標),以及堅忍不拔的 patience,都託付給人的自由意志。 主說:*「要努力從窄門進去」*(路加福音13:24);又說:*「凡用心力追求天國的,都要得著天國」*(馬太福音11:12);又說: *「你哋要靠住忍耐,就可以救自己嘅靈魂。」*(路加福音21:19)神嘅恩典就係咁安排,叫每個人按自己嘅性情同意願,透過勞碌同努力去成長喺靈命上。

一個人越投入身體同靈命嘅追求,越喺善行入面得到喜悅,就越能透過更新心思意念,喺靈命成長上得到聖靈嘅參與, ──單靠恩典得着得救的(力量),同時藉着信心、愛心和自由意志的努力,邁向豐盛與滿足,使他們既因恩典又因公義成為永恆生命的中分子。 人嘅進步唔係完全靠上帝嘅大能同恩典,而唔需要人自己嘅配合同努力;同樣,人自己嘅力量同能力亦唔能夠單靠自己,而唔需要聖靈嘅幫助同配合,就達到上帝完美嘅旨意同完全嘅純潔。 因為*「若不是耶和華建造房屋,建造的人就枉然勞力;若不是耶和華看守城池,看守的人就枉然警醒。」*(詩篇126:1)

**6.** 使徒勸勉並催促眾人要去成就嘅神完美心意係咩(羅馬書12:2)?──就係藉住神聖靈嘅內住,去潔淨同成聖心靈,而呢件事無疑會喺一個以信心同愛心將自己完全獻上畀神嘅靈魂裏面發生。 主說:*「清心的人有福了,因為他們要看見神。」*(馬太福音5:7)對於渴望得着如此福份的人,祂要求完全從罪中被潔淨,即堅決地從邪惡的慾望中得釋放,並在自己裡面完美地建立至高無上的美德。 先知喺禱告中亦指出呢點,佢話:*「神啊,求你在我裏面造一個清潔的心,更新一個正直的靈。」*(詩篇51:12);又當佢問:*「有咩人可以上主嘅山?有咩人可以站喺祂聖潔嘅殿中?」*佢就回答: *「手潔心清的人」*(詩篇23:3-4)。藉此,聖靈顯示我們必須透過自己的努力,在行為、言語和思想上完全斷絕罪過,追求靈魂的完美純潔,並盼望能藉着聖靈的恩典達到此境。 因此,使徒描述凡離開肉身婚姻及世俗羈絆、並渴望保持處女之身者的靈魂應如何,就說:*「那未出嫁的,就留意主的事,要如何得主的喜悅,好叫自己成為聖潔──不但身體,連靈魂都要聖潔。」*(林前7:34) 藉此,佢教導我哋,呢個靈魂──基督嘅新婦──如果想同純潔嘅天國之王結合,就必須脫離一切行為上同心靈上嘅罪惡,即係公開嘅罪行同隱藏嘅慾望──正如聖約翰·神學家所講:*「凡有這指望的人,就當潔淨自己,好象基督潔淨一樣。」*(約翰一書3:3)

**7.** 那靈魂若要退離世俗的交往,並渴望與那不朽的新郎同住合一,就必須不但潔淨於明顯的罪行──如行淫、偷竊、貪食、毀謗、閒談、大聲呼喊、大笑和貪婪── 但更應要遠離靈魂最強烈嘅情慾

同秘密罪行,即係慾望、虛榮、想討好人嘅心、偽善、鍾意權勢, 拍馬屁、惡意、仇恨、不信、嫉妒、傲慢、嫉妒心、放縱、自愛、自誇,以及其他類似看不見的*「不義激情」*(羅馬書1:26)。 聖經將隱藏在心靈深處的罪視為與顯而易見的行為罪相似,因為它們都源於同一根。因此先知責備某班人:*「你哋心裏行惡」*(詩篇57:3)。 佢又為自己禱告:*「求你潔淨我暗中嘅罪過。」*(詩篇18:13) 所以,正如我哋努力保護外人──即係身體,作為神嘅殿──免受明顯嘅罪所污染,我哋同樣要付出同等嘅勤力同心志,去守住內人──即係靈魂──免受一切邪惡思想嘅侵擾,正如經上所言: *「你要盡心防守你嘅心,因為生命嘅泉源都係由心發出。」*(箴言 4:23)

**8.** 如果我哋時刻抵抗同對抗邪惡嘅念頭──例如虛榮、仇恨、誇耀、拍馬屁、慾望、競爭、自私等等──我哋就可以喺呢個心靈嘅淨化中成功。 ──要對自己作最嚴厲的檢視,警惕心思意念與靈魂深處的隱秘情慾任何結盟或妥協;相反地,要以全力投身於一切善行、勞力與功績,好在敵人路途中設置障礙。 因為如果我哋咁做,主見到我哋嘅屬靈努力,出於祂對人類嘅慈愛,並藉住祂自己聖靈嘅大能,一定會喺我哋身上成就一個大醫治,為我哋伸張心靈嘅冤屈。

**9.** 我哋要向聖保祿學習,知道我哋應該追求到咩屬靈高度。佢話:我哋嘅全部目標就係*「使眾人得以成熟,有基督的豐盛*,無可指責」(歌羅西書1:28)。 至於呢種完美係指乜嘢,佢喺禱告中為以弗所人所祝願嘅嗰段經文已經講得好清楚,佢話:「願上帝……賜你哋──*『藉住佢嘅靈喺你哋內在的人裏面得著能力;藉住信,使基督安家喺你哋心裏;使你哋根基穩固,能夠……』*」 等等(弗 3:16–18)。这一切的冠冕是爱;他在另一封书信中更生动的提出这一点,在列举神各样的恩赐和人的自我牺牲时,他加上一句,说所有这一切,以及与此相似的事,若没有爱就什么也不是。 佢之後又形容愛係吞噬同摧毀一切情慾嘅存在(林前13:1–8)。呢就係完美嘅巔峰。 由此可見,凡被視為配得聖保祿所列之恩賜,卻未曾以最完美且最有效之屬靈愛德之力,從情慾中得釋放者,即使已經擁有屬靈恩賜,仍處於危險、掙扎與恐懼之中。

**10.** 使徒為咗嗰啲忠心想向基督教成熟邁進嘅人示範咗呢點,好叫任何蒙賜恩賜嘅人,都唔好以為自己已經達到完美,即使恩典仲未完全發揮作用,亦都唔好自欺,以為自己已經冇咩需要, 並滿足於僅僅次要的恩賜,而未能達到真正成聖的目標。 使徒提出呢個成聖嘅目標,教導大家要認清自己喺呢份豐盛嘅愛面前係一無所有,所以要不停咁努力做好事,喺屬靈嘅賽跑中跑到底,直到達到終點,正如經上所講:*「咁樣跑,先可以得勝。」*(林前9:24)

**11.** 我之所以咁詳細咁講解苦行生活嘅目的,就係要喺嗰啲想修習佢嘅人心中,建立一個堅定嘅認識:我哋嘅盼望係乜,面前有邊條路要行;並且等所有已經獻身畀上帝嘅男女,能夠憑住呢個認識,不斷記住我哋被呼召去到邊度,同埋我哋要達到嘅標準, 以各種方式,盡全力,並以極大謹慎,熱心奉獻自己和世上一切所有,卻不陷入自以為是的心態,反而要認清,與我們呼召的完美分量和基督之愛那測不透的豐富相比,我們實在永遠是無足輕重。 *「所以,我們要脫去一切重擔,和一切容易纏累我們的罪,存忍耐的心,奔那擺在我們前面的路程,並仰望那使我們相信的創始成終者──耶穌。」*(希伯來書 12:1)──*「忘記背後,努力向前,直向標竿跑,*要得在基督耶穌裡面的賞賜。」(腓立比書 3:14)

**12.** 咁,弟兄姊妹,我哋應該點樣生活,彼此相處?憑住咩勞碌、辛苦同操練,先能令真理嘅愛好者達到上述嘅目標? 凡立志追求此目標者,當從世界及世俗的享樂中退身,將其心靈獻給弟兄團契。救主即如此命令──當祂列出欲跟隨祂腳蹤者所當放棄之物後,又補充道:*「連自己的靈魂都要恨」*(路加福音14:26)。 放棄自己嘅靈魂,或者拋棄佢,究竟係乜意思?──就係要無條件同完全咁奉獻自己畀兄弟會,絕對唔可以行自己嘅意思,並且堅決除咗身上着嘅衫之外,乜都唔可以自己控制,咁先可以無任何煩惱,永遠歡喜愉快咁只做所吩咐嘅嘢。 凡肯捨棄自己生命者,當尊敬一切弟兄,尤以修道院長為主人;並以*「全心全意」*事奉他們,*「不可只在人前討好,要效法基督的僕人」*(以弗所書6:6)。 既然已經將自己交託給主,就當行這條又窄又窄小、以服從為特徵的窄路,並樂意接受基督這輕省的軛,堅信這必為他預備極大的救恩。

**13.** 弟兄們彼此之間,當以純樸、清潔、一心、和平、至誠相處。不可有人自高自大,或自以為勝過他人;相反地,人人作為基督的門徒,當自認是眾人中最卑微者; 使弟兄之間,因着愛、單純、無嫉妒、無驕傲,並彼此存着敬畏上帝的心,互相順服,得以保守那在弟兄中間同彼此之間和平的聯繫,好似在基督耶穌裡成為一個身體、一個聖靈。

**14.** 至於立志遵守呢啲規矩,大家首先要盡最大努力,喺心裏面培養對上帝神聖嘅愛同敬畏;要不斷向上帝祈求呢啲品格,並透過經常──甚至可以話係不斷──紀念主同天上嘅愛,努力喺自己裏面,靠住恩典,日復日咁培養佢哋。

**15.** 至於愛鄰舍(喺呢之後),我哋就可以輕易成功。先將第一條放喺首位;跟住第二條就會自然而然咁排落去。 但如果有人忽略咗第一條最偉大嘅誡命──對上帝嘅愛,呢種愛係靠住上帝嘅幫助,透過內在嘅品格、清澈嘅良心同對上帝嘅正確認識而喺我哋心入面形成, – 並決定去處理第二條,而第二條與之相似,則此人對弟兄的服務只會流於表面,而且他永遠都無法純粹而健全地完成這項服務; 因為惡意嘅詭計,發現佢嘅心思離神嘅紀念、對神嘅愛同對神嘅渴慕好遠,就會喺佢心靈入面激起對服侍弟兄嘅嘀咕同埋埋怨,話嗰啲事好難做、好沉重;或者就會撐大佢嘅驕傲,令佢自以為高尚偉大,用自己為眾人做咗好多好事嘅諗法嚟欺騙自己。 當一個人遠離對神嘅紀念同敬畏,就會唔可避免咁追求榮耀,渴望被佢服侍嘅人讚賞。 但當一個人嘅心思意念時刻都充滿住對神嘅思念同渴慕,咁佢──按照神嘅慈愛──行一切事為咗榮耀神,並以純潔同討神喜悅嘅愛心對待弟兄姊妹,就會喺佢嘅勞苦中取得完全嘅成功,而呢份勞苦將會蒙神賜予永恆嘅賞賜。

**16.** 我哋所行嘅每一件美德,都應該為咗榮耀上帝,而唔係為咗自己嘅榮耀。只有當我哋遵守誡命嘅時候,同時紀念主、敬畏上帝,並且出於對上帝嘅愛,誡命先至成為聖潔同純潔。 懷住咁嘅心態,成日想玷污我哋遵守誡命嘅敵人就會遠離我哋,而誡命中所有嘅命令對我哋嚟講都變得容易同簡單;因為我哋內心對上帝嘅愛令誡命變得容易,並消除咗執行上嘅一切困難。 仇敵千方百計,用各種塵世誘惑分散我哋嘅心思,令我哋唔再記住神、敬畏同愛主,然後佢就可以用啲貌似合理嘅藉口,將我哋嘅心從真正嘅善──即係對神嘅愛──引開,去追求虛假嘅善。 無論一個人行咗幾多善,惡者都努力想玷污同汙穢佢,喺遵守誡命嘅過程中摻雜佢嘅虛榮、懷疑、埋怨或者其他類似嘅種子,好令所行嘅善唔係真正嘅善──真正嘅善只會喺為神而謙卑同誠懇咁行嘅時候先至存在。 所以人人都要有深邃嘅知識同洞察力,好等心思識到仇敵嘅詭計同伎倆,將佢哋行為入面所有罪惡都除掉。 因為就算一件好事,如果係草率、粗心或者帶住不純粹嘅動機去做,都會令上帝唔喜悅;又或者可以按上帝嘅旨意,小心謹慎、認真咁為上帝去做──咁就會令上帝喜悅。

**17.** 凡完全獻身於上帝者,當盡其所能,遵守一切誡命,因為眾所周知,敬虔只有一個目標, ──即係話,透過對所有美德嘅信心同熱誠,我哋先至配得上聖靈嘅成全,並獲得對情慾嘅完全解脫,亦即係聖靈喺信徒同虔誠者心靈入面所成就嘅心靈淨化。所以,每個人都要按住對上帝嘅愛,盡力行善。 – 最後,如果有人希望不斷禱告,就應常處於禱告之中。(此指隱修者。)

**18.** 因此,如果有任何弟兄出於對天上福分的愛慕,願意修習祈禱的苦行,就應該准許他──他既在人前,也在神前最值得稱讚。 弟兄們要同心合意、歡喜快樂地容許那人繼續禱告,好叫他們因容許弟兄、並對他施以慈愛幫助而從神領受賞賜; 但前提係,承擔呢件事嘅人,係被一股抑制唔到嘅渴慕同主同在嘅心志所驅動——並且喺實踐中,堅定咁持續向主努力,抵抗一切多餘嘅念頭,好等佢嘅勞苦成果每日都顯明出嚟,以造就眾人。 凡是愛主的人,即使在禱告時尚未感受到神聖之愛那穿透和灼熱的體驗,但如果他努力奮鬥,迫使他的意志投入這份工夫,毫無保留地將自己交託給天上的愛,致力追求真正屬靈的禱告; 其他弟兄就當歡喜願意,容許他繼續禱告, 或者,不如讓佢哋做佢嘅幫手,承認兄弟向完美邁進嘅進步就好似自己嘅成就;唔好用妒忌同忌妒令佢分心;唔好阻礙呢個美好而熱誠嘅努力;亦唔好打斷佢向神努力嘅步伐。 上帝見到他們彼此熱切的愛,就會應允眾人的祈求,按他們對彼此的公義和善意,賜福予每個人。

**19.** 凡進入祈禱者行列、承擔最大任務的人,也必須展開最廣泛的努力;因為要不斷持續地祈禱,有許多障礙:睡意、灰心、身體的疲倦、心思的馳散、不耐煩、和懶散; 再加上呢啲之外,仲有邪靈嘅反叛,佢哋向靈魂發動戰爭──靈魂本身就係不斷尋索上帝──邪靈用盡方法阻撓同攔阻佢向上帝靠近。 所以,人要時刻保持清醒,留心內心所發生的一切,在爭扎、忍耐和淚水中,盡全力阻止一切對祈禱有害的事。

**20.** 如果我哋嘅禱告唔係用謙卑、愛心、純真同善意去裝飾,咁呢種禱告對我哋嚟講就完全冇益處;或者講得更準確啲,只不過係禱告嘅虛偽作態。 但呢點唔單止適用於禱告,而係適用於所有屬靈嘅工夫──無論係潔淨、禁食、守更、詩歌讚美、事奉,定係任何為咗美德而做嘅工夫。 如果喺進行呢啲修行嘅同時,我哋冇喺自己心入面搵到愛、平安、喜樂、溫柔、謙卑、單純、誠懇、忍耐、唔嫉

妒等等嘅果效,咁所有呢啲修行同行為都係徒勞無功。　因為所有苦行都係為咗結呢啲果先做;所以如果我哋身上冇呢啲果,我哋所有嘅行為同功績都係徒勞無功。冇呢啲果嘅人,喺審判日嗰日,就會同愚蠢童女一樣,被歸入同一類。

**21.** 凡未能全心投入禱告工作的人,當以信心和敬畏上帝的心,預備自己去事奉弟兄,或盡自己的本分;既承擔了這份工作,就當視為遵行主命、行屬靈的工作而去完成。　要好似做神嘅工咁專心去做,並且要歡歡喜喜咁做主嘅僕人,千祈唔好畀仇敵嘅惡意,透過追求人嘅讚賞、埋怨、自大、懶惰或者粗心大意,嚟玷污你哋嘅善工; 反而,要喺各方面努力,用敬畏同愛神嘅心去聖化你哋嘅卓越順服,務求令佢喺神眼中蒙悅納。

**22.** 所以,凡行同一道路的弟兄,都當懷著上述的共同目標,各人要按著自己的力量努力,並要信靠神,因著勤力盡心和實踐美德,就能達到基督兒子的完全身量。　樸實、誠懇、彼此相愛、喜樂同謙卑,喺弟兄之間要永遠保持堅定,作為根基;免得我哋自以為是、互相輕視,或者任由埋怨,令我哋嘅工夫變成徒勞。　凡是昼夜不住祷告的人,不可自以为比那未能力如此祷告的人更优越,好叫他在神和人面前所作的工得以兴旺。　凡是投身於事奉或履行其他職責的人,都不可懷著惡意心態而埋怨,或誣衊那啲持續禱告和禁食的人,好叫佢自己都得著上帝嘅恩典,並且佢嘅工作能夠討上帝嘅喜悅。──作為彼此相屬嘅肢體,我哋理當互相安慰。　就好似身體嘅各部位由同一個靈魂統管,互相服侍都唔會嫉妒;我哋作為彼此嘅肢體,都係由同一位聖靈統管,並由同一位生命真理之道餵養,就應該透過愛、單純、良善同喜樂互相安慰。　—當呢種彼此簡單相處嘅心志得以維持,就祈禱中專心者嘅豐盛,會補足喺呢件事上盡本份者嘅不足;反之亦然, 盡職者所豐足的,就要補足那專心禱告者的缺乏,*好使「人人平均」*(林後8:14)。　如果弟兄姊妹之間能夠建立起簡朴、愛心、謙卑,以及沒有嫉妒,那麼,一個人信、愛、勤力到什麼程度,就以同樣的程度日日進步,他就會被認為配得上天國。這真係天使嘅生命! 呢就係*「願祢喺地上一樣成就,好似喺天上一樣」嘅真意*。當我哋以無嫉妒、簡單、愛、和平同喜樂嘅心靈團結喺一,視鄰舍嘅成功為自己嘅得益,同樣將佢哋嘅軟弱、缺陷同悲傷視為自己嘅損失,正如所講:　*「不只要想自己,也要想別人」*(腓立比書2:4)。如此,彼此施予同情──尤其強者對弱者,健壯者對柔弱者──我們就能成就基督的律法,正如聖保祿所教導的(加拉太書6:2)。

## 4. 關於美德與情慾

**1.** 要知道,由於人嘅本性係二元嘅──即係由身同靈組成──佢亦都有兩種感官。有五種心靈感官同五種身體感官。心靈感官喺聖賢度稱為「 」(靈魂嘅能力),包括:知性、理性、理解力、想像力同感覺力;　而身體嘅感官有:視覺、嗅覺、聽覺、味覺同觸覺。由呢啲感官衍生出兩種美德同兩種惡行。對每個人嚟講,絕對必要要清楚知道心靈嘅美德係乜嘢、身體嘅美德係乜嘢,以及心靈嘅慾望係乜嘢、身體嘅慾望係乜嘢。

### *靈魂嘅美德*

**2.** 關於靈魂的美德,我哋認為本質上只有四種基本美德,即:勇氣、審慎、節制同公義。　由呢啲,衍生出以下嘅靈魂美德:信心、盼望、愛、禱告、謙卑、溫柔、慷慨、忍耐、良善、寬容、認識神、心平氣和、單純、鎮定、誠實、真實, 自由、憎惡判斷、虛榮、誇大其詞、驕傲、嫉妒、欺騙同戀財;憐憫、憐憫心、慷慨、尊重、敬畏、對未來不朽福份嘅渴望、對神國嘅渴望,同對成為神嘅兒女嘅渴求。

### *身體美德*

**3.** 至於身體的德行──更準確地說,透過神指引的實踐,它們被轉化為德行的器皿,並且,如果遠離一切偽善和取悅人心的慾望,就會使人卓越於謙卑和無慾──它們如下:　禁慾、禁食、飢渴、口渴、通宵不眠、整夜跪立、持續不入浴室、只著單衣、只食乾糧、遲食並少量進食、只飲水、裸地而臥、貧窮、　不求積聚、消瘦、忽略衣着、無私、獨處、沉默、閉關寮房、儉樸、少欲知足、寡言、體力勞動、各種苦行同一切肉體折磨。　當身體健壯、受肉慾煎熬時,呢啲做法最為必要同有益;但當身體虛弱,並已喺上帝幫助下克服咗慾望,就唔再咁必要,因為一切都可透過聖潔嘅謙卑同感恩得以成就。

## *靈魂的激情*

**4.** 靈魂嘅情慾有:忘性、懶散同無知。 當靈魂之眼──即係心思──畀呢三種情慾蒙蔽,就會墮入其他情慾嘅掌控,例如:不敬虔、不信──即係各種異端、褻瀆、易怒、憤怒、惱火、暴躁、仇人、怨恨、 誣衊、定罪、無理嘅悲傷、恐懼、怯懦、不和、嫉妒、羨慕、虛榮、驕傲、偽善、說謊、不信、魯莽、不辨是非、短視、無止境嘅慾望、貪婪、 懶惰、苛求、偏心、貪戀世俗之物、絕望、怯懦、不感恩、埋怨、誇口、自負、暴躁、傲慢、好權勢、討好人、狡猾、無恥、麻木不仁、拍馬屁、神秘兮兮、嘲笑、 虛偽、因情感而向罪妥協、不斷糾結於罪過、心猿意馬、自愛──萬惡之源、貪愛錢財──一切邪惡與情慾之根、邪惡與狡猾。

## *肉體情慾*

**5.** 屬肉體的慾望有:貪食、過度放縱、奢華、醉酒、暗中飲食、各種形式的情慾、行淫、通姦、放蕩、污穢, 亂倫、虐待兒童、人獸交、邪念,以及各種不自然和可恥的慾望,偷竊、褻瀆聖物、搶劫、出於嫉妒或無理暴怒而殺人,一切肉體放縱,滿足肉體的慾望──特別是在身體健康時──巫術, 占卜、巫術、算命、預言、花俏、浮華、懶惰、鍾意華麗服飾、抹面、醜聞纏身嘅放蕩、 賭博、偏執於世俗享樂、放縱肉體的生活,令心靈麻木,變得狹隘如畜生,完全無法以目光向上仰望神與美德。 所有罪惡嘅根──亦有人話係主要成因──就係對享樂、榮耀同金錢嘅愛,由呢三樣嘢衍生出一切邪惡。

**6.** 然而,正如智者苦行者馬克所言,除非這些強大的巨人──即忘性、懶惰和無知──先戰勝並壓倒了他,否則一個人是絕對不會犯任何罪的。而這些又都源於放縱享樂和安逸的生活,以及對塵世榮耀和娛樂的執著。 而呢一切嘅根因,同埋最唔配做呢一切嘅母親,就係自愛, 即係話,對身體嘅無理執着同熱情投入、散亂同閒散嘅心,加埋尖刻嘅惡言、各種放蕩嘅言行同大笑,呢啲都會帶嚟好多罪惡同好多跌倒。

**7.** 此外,人要知道,好榮耀的心一旦變成一種慾望,就變化多端,有各種不同的形態;而且有許多的享樂會誘惑靈魂,當靈魂未曾在神面前保持清醒,亦未充滿敬畏神的心和對基督的愛,反而忙於修習美德時,就會被這些享樂所誘惑。 因為從四面八方出現千百種悅樂,吸引靈魂的目光:肉體之美、金錢、奢華、名聲、懶散、憤怒、擁有、權勢慾,以及貪婪; 喺我哋嘅迷思之中,呢啲悅樂被呈獻畀我哋;佢哋嘅外觀光鮮誘人,足以吸引嗰啲為呢啲嘢所迷、心入面冇對美德有強烈愛好、反而覺得美德好難實踐嘅人。 凡塵世嘅執着,無論對任何物質嘅傾向,無論幾微小,都會令被吸引嘅人產生快樂同愉快嘅感覺──雖然呢啲唔明智,最終亦有害──並完全奴役靈魂嘅慾望能力,以至嗰個屈服於慾望嘅人,一旦被剝奪所愛,就會陷入易怒, 悲傷、憤怒同怨恨。如果喺呢種執着之外,仲畀一絲習慣控制咗一個人,噢!佢就會因為入面藏住嘅快感,完全向呢種不理性嘅執着投降。

**8.** 如前所述,慾望的快樂有千百種,並不僅在通姦和肉體享樂中得到滿足,其他激情亦然。而節制並不單止是克制通姦和肉體享樂,更包括對其他激情的一併擺脫。 所以,貪婪、愛錢、貪得無厭嘅人唔係純潔。就好似有人被肉體美色所迷,另一個人就畀金錢所迷。後者更加唔純潔;因為佢冇前者嗰種由天性本能驅使嘅衝動。 公平嚟講,真正唔稱得上騎術高明嘅人,唔係嗰個駕馭唔到倔強又勁嘅馬,而係嗰個管唔住溫順聽話嘅馬。由此可見,對金錢嘅慾望比其他慾望更強大,而且唔係天生嘅;對金錢嘅衝動唔係源於我哋嘅本性,而係源於我哋扭曲嘅意志; 正因如此,凡被它所征服的人,就犯了不可饒恕的罪行。所以我们必须清楚地明白,对享乐的爱并不局限于通奸和肉体的快感,而是在我们所喜爱的一切事物中,都以灵魂的意志和偏好存在。

**9.** 為咗更加清楚咁明白情欲,我哋認為有必要補充以下內容。 靈魂分做三部分:理性、憤怒同慾望。理性部分嘅罪有:不信、異端、魯莽、褻瀆、不辨別、不感恩,同埋同意由靈魂慾望部分產生嘅罪。 治療同醫治呢啲罪嘅補救方法係:對上帝堅定不移嘅信心、真同無誤嘅教義、持續研讀聖靈嘅話語、純潔嘅禱告,以及對上帝不斷嘅感恩。 激忿力嘅罪行有:殘酷、仇恨、缺乏憐憫、報復心、嫉妒、謀殺,以及不斷咁諗呢啲嘢。 對呢啲罪行嘅補救方法係:博愛、慈愛、柔和、弟兄之愛、憐憫、忍耐同善意。 慾望之權勢的罪行如下:貪食、過量飲食、醉酒、姦淫、通奸、不潔、放蕩、貪婪,以及對虛榮、金錢、財富和肉體享樂的渴求。 禁食、節制、克己、不貪婪、施捨貧窮人、追求將來嘅福份、渴慕神嘅國度,以及渴望成為神嘅兒女,都可以醫治同補救呢啲罪行。

**10.** 我而家講下所有罪行都係透過呢啲熾熱嘅念頭而犯嘅。總共有八種罪行:貪食、淫亂、貪婪、憤怒、憂傷、絕望、虛榮同驕傲。 所有呢啲念頭會唔會困擾我哋,就唔係我哋所能控制; 但佢哋會唔會留喺我哋心入面,同埋會唔會激起情慾,就係我哋可以掌控。 但係誘惑、*聯想*、*情慾*、*掙扎*、*同意*──呢個會令人向行為靠攏,同行為相似──*主動*、*同被擄之間有分別*。 誘惑只係敵人嘅一個簡單提議,例如:「做啲咩啲咩」,就好似敵人對我哋嘅神基督講:*「你講聲『令呢啲石頭變成餅』。」*(馬太福音4:3)。而呢樣嘢,正如之前所講,唔係我哋所能控制。 而*結交*,就係接受敵人提出嘅一個念頭,並且好似同佢互動、愉快咁同佢傾偈,呢件事係由我哋自由意志決定去做。*情慾*就係因為同敵人提出嘅念頭結交而形成嘅習慣,好似不斷咁反思同白日夢關於嗰個念頭。 掙扎係思想同心靈之間嘅互相對抗,傾向要麼喺思想入面根除情慾,要麼就屈服於帶有情慾嘅思想,正如使徒所講:*「因為情慾和聖靈相敵,聖靈和情慾also 相敵;這些都彼此相敵。」*(加拉太書 5:17) *被*擄係心靈被迫、不由自主咁畀誘惑,受偏見同長期習慣所控制。同意係喺思想上對情慾表示認同;而*「自發行為」*就係親自向有情慾嘅念頭屈服。

**11.** 凡是人若一開始就憑着抵抗和堅定,將第一者──即最初的吸引──從自己身上驅逐,就能夠同時一次過根除其餘所有。 飢餓(貪食)被禁慾根除;淫亂被神聖之愛和對未來的渴望根除;貪婪被對窮人的同情根除;憤怒被對所有人的 kindness(慈愛)和愛根除;世俗的憂愁被屬靈的喜樂根除;絕望被耐心根除, 堅定同感恩喺上帝面前;虛榮──透過暗中行善同誠心懺悔嘅不斷禱告;驕傲──唔好似嗰個自誇嘅法利賽人去定罪或貶低任何人,而要自視為萬人之中最卑微。 如此,心靈得以從上述所有情慾中獲得自由,並升向上帝, 即使喺呢度已經開始過一個蒙福嘅生命,因為已經領受咗聖靈嘅印記;離開呢個世界時,帶住無情欲同真知識,被安置喺聖而神聖嘅三位一體之光中,同神聖嘅天使一齊,永遠照耀。

**12.** 如前所述,靈魂由三部分組成;因為其中有三種能力:思慮、憤怒和慾望。如果憤怒中充滿愛與仁慈,慾望中充滿純潔與貞潔,那麼思慮就純潔。 但如果情感中存有仇人情,願望中存有放蕩,那麼理智就變得黑暗。當情慾臣服於理智時,理智就變得健全、純潔而光明;它以靈性體察神所造萬物之間的關係,並被提升到聖而福的三位一體。 同樣地,當一個人愛所有人、不埋怨任何人、亦不存怨恨,嗰時憤怒就與天性相符。而當慾望透過自我克制、謙卑同不貪婪,去結束各種激情──即係肉體享樂、貪慕虛榮同短暫榮耀──嗰時,慾望就真正符合天性; 因為慾望有三種傾向:要麼向肉體的享樂,要麼向虛空的榮耀,要麼向財富的誘惑──而由於這種與理性相違的傾向,人就忽略了上帝和上帝的誡命,忘記了自己的高貴, 對鄰舍心生苦毒,蒙蔽心思,阻礙人仰望真理。 但凡達到最高思想境界者,正如上述,即使在此世,亦能先嚐天國之味,開始過著福樂的生活,等待那為愛神者預備的福樂;願我等不配者,亦能因基督的恩典而 deemed worthy of 之。

**13.** 必須明白,任何美德的完全成熟,都無法由一生都未曾勤力以積極和良知努力去修習的人所獲得。 無論係施捨、禱告、愛心,定係任何根本美德──勇氣、審慎、節制同公義,都一樣適用。 — 同時,喺不斷努力實踐呢啲美德嘅時候,要小心唔好畀唔健康嘅動機夾雜入去,削弱甚至摧毀佢哋嘅價值同意義,例如想討好人、虛榮心等等。 而最緊要嘅係,人要時刻以審慎去實踐美德──審慎可謂係所有美德之首,就好似皇后咁,係美德之中嘅美德。

**14.** 凡欲在德行上卓越,並力求避開罪過的人,都必須明白:正如靈魂遠勝於肉體,靈魂的德行──尤其以神之名命名的,以及效法神者的德行──亦遠勝於肉體的德行; 就好似靈魂嘅惡行喺影響同懲罰上都比身體嘅惡行更嚴重、更有害 ,雖然我唔知點解咁多人都唔明。醉酒、通姦、偷竊同其他類似嘅惡行──呢啲嘢好多人睇落好似好憎──佢哋都會防範、驚同避開; 然而,佢哋對更嚴重嘅罪惡──即係靈魂嘅罪惡──卻毫不在意,例如嫉妒、怨恨、自大、欺騙,以及萬惡之源──貪愛錢財──同其他類似嘅罪惡。

## 5. 關於對八大主要情慾的普遍對抗

**1.** 你要知道,有一種八種念頭,所有惡都由此而生:貪食、淫亂、貪財、憤怒、不時之悲、絕望、虛榮,以及驕傲。正正係呢啲,向每個人發動戰爭。

**2.**至於你,如果想克服*「貪食」*,就要愛節制,敬畏上帝──你就能克服。

**3.** 如果你想克服*「淫慾」*,就要鍾意警醒同自我克制;要時時諗住死亡,同埋唔好同女人傾計,咁你就可以克服佢。

**4.** 如果你想克服*'貪心'*,就要鍾意簡樸同儉樸。

**5.** 如果你想克服*「憤怒」*,就要培養謙卑和寬大,並記住猶太人對我們的主耶穌基督所行嘅惡;然而祂作為愛世人嘅神,並冇向佢哋發怒,反而為佢哋禱告,說: *「父啊,赦免他們*這罪,*因為他們所做的,他們不知道。」*(路加福音23:34)

**6.** 如果你想克服不合時宜的*「憂愁」*,就切勿為任何暫時的事物而憂傷;但如果有人用言語傷你、令你困擾或失禮,就唔好憂愁,反而要喜樂。 只有當你犯罪嗰陣先要憂愁;但就算咁,都要節制,免得陷入絕望而滅亡。

**7.** 如果你想克服*「灰心」*,就做啲手藝,就算只係短時間都得;或者多啲睇書,或者經常禱告。

**8.** 如果你想克服*「虛榮」*,就唔好鍾意讚美、榮譽、華麗嘅衫、尊貴嘅位份或者優待;相反,要鍾意畀人批評、受人羞辱,甚至有人散播謠言關於你,並且要責怪自己比任何罪人更罪大惡極。

**9.** 如果你想克服*「驕傲」*,無論你做咩,都唔好話係靠自己嘅勞力或者自己嘅力量;但無論你係禁食、係通宵禱告, 無論你係喺地上裸睡、唱詩篇,定係行好多跪拜禮,都要講呢一切係靠神嘅幫助同庇佑,而唔係靠自己嘅力量或努力。

### *1. 關於對抗貪食*

**1.** 出家人唔可以貪食肉,亦唔可以飲醉為止:否則你嘅心會變得粗糙,塵世嘅憂慮無止境。

**2.** 初學沙彌行善之相,在於謙虛而節制地戒酒、少言。凡愛好此等事物者,難以在善行中堅持到底。

**3.** 唔好逼你嘅兄弟飲醉,就算佢已經飲咗好耐;因為一艘船要好耐先造好,但一擊就即刻散晒。

**4.** 凡貪圖肉體安逸者,自找多般禍患;惟有忍耐到底的,必然得救。

**5.** 寧願同主一齊食飯,並感謝主,都好過禁食,反而譴責嗰啲食飯又感謝主嘅人。

**6.** 你坐低歎飯,就食你自己嘅餅,但唔好論斷你嘅鄰舍,免得因你嘅論斷,你變成吞滅你弟兄嘅人。

**7.**要堅定信心,凡擺在你面前的,都可放心食用。若有人面前擺着他不願吃的食物,就不可當眾拒絕,免得令他人難堪;同時,也不可因為自己不食,就批評那些食後感謝主的人。

**8.** 你坐低食飯?就似個人咁食,唔好似傻瓜咁四圍望。

**9.** 有位弟兄講: 「我唔食肉唔係因為厭惡:因為*『神所造嘅每樣都好,冇一樣要被拒絕』*(提摩太前書4:4);但係既然經上寫住:*『愚昧人唔需要甜美』*(箴言19:10),所以出家人食動物嘅肉就唔明智。」

**10.** 當有人奉上剩餸時,唔好扭扭捏捏;因為主吩咐祂嘅門徒收埋剩餘嘅碎件,*'免得有一樣嘢浪費'*(約翰福音6:12)。

**11.** 人醉咗酒係件丟臉嘅事;我見過好多人,但未見過有人似醉鬼咁。

**12.** 節制令肉體疲倦,而貪食則令心靈遲鈍。

**13.** 嗚,和尚啊,要懲治自己,制服你嘅肉體,免得畀人趕出。

**14.** 你要在肉身勞苦,就可以為神結果。

**15.** 噢,和尚,你想同弟兄一齊得享平安嗎?要知足於弟兄嘅共同餐食;*「你嘅身體就會得醫治」*,*「你嘅骨頭就會得復原」*(箴言3:8),你嘅靈魂就唔會受損。 *「但你若定睛望杯中杯,之後你必受痛苦,好似畀蛇咬咁。」*(箴言23:31)

**16.** 獅子為肚腹追獵,反成囚徒;貪食者為肚腹之慾,自甘卑微。

**17.** 食物過多令人心靈麻木,但適當的節制能淨化心靈。

**18.** 醉酒又易嬲嘅人會激起兄弟姊妹嘅憤怒,羞愧常伴隨住佢。

**19.** 晚上飲酒嘅人會做同講啲唔應該做同講嘅嘢,到朝早先後悔;但係如果佢再搵到酒,就會再犯同樣嘅錯。

**20.** 唔好飲到醉,就算同你一齊嘅朋友勸你飲都唔好:因為如果你畀酒撻倒,嗰班勸你飲嘅人就會最先畀你帶壞。

**21.** 貪食者費盡心機填飽肚,食完之後消化時又受苦;但克制則帶來健康與清醒。

**22.** 貪食嘅和尚憂慮重重,但節制嘅和尚就好似田野入面嘅羚羊咁自由自在。

**23.** 出家人,唔好為自己嘅肚仔擔心,咁你先至可以得到心靈嘅安寧。

**24.** 成個森林嘅木都燒唔飽一場火;肉體就係咁貪得無厭,無論你點滿足佢都唔夠。

**25.** 醉酒嘅牧羊人唔會照顧交託俾佢嘅羊,而瞓着嘅牧羊人就會自己成為野獸嘅獵物。因為*「醉酒人手中有荊棘」*(箴言 26:9),但節制嘅人嘅心靈卻緊貼住上帝。

**26.** 節制係忍耐嘅美德。

**27.** 唔好為咗討好人而飲醉,因為一旦佢哋發現你醉咗,你就會大失體面。

**28.** 你嘗過麵包,已經飽足!就要將榮耀歸給養育你嘅神。如果你想用少量就滿足你嘅身體,就要將榮耀歸給賜力氣畀你嘅神,唔好喺人前講:「我未食咗幾多麵包。」–你咁做有咩好處?–你唔係淨係譴責嗰啲食完飯又感恩嘅人咩?

**29.** 貪食嘅修士稱禁食為憂傷嘅日子,而節制嘅人就算禁食都唔會面帶憂色。

**30.** 我認為,過度節制並不可取;同樣,忽視適當的節制也無益。正如長期偏離規定的餐食會導致懶散和缺乏事奉的力氣,過度放縱飲食同樣會招致譴責。 經上說:*「哀哉,你哋而家飽足,因為你哋將要飢餓!」*(路加福音6:25)而且,放蕩不羈嘅人因缺乏節制,就會陷入肉體情慾。所以,人要按神聖同正確嘅方式約束身體。

**31.** 領受了(餐食的)滋補後,不可在房中閒逛,而要默然留於自己房內;因為魔鬼曾以酒令許多人迷失。所以,領受滋補後,若在他人房中,就顯得大膽放蕩。 在這些聚會中,靈魂會陷入罪惡,特別是在方丈的權威處於閒置時。因為凡不肯以敬畏上帝來約束自己心志的人,就需要對人的畏懼來阻止他從事無益的事,就好比奴僕在主人嚴厲的管教下仍能保持貞潔一樣。

**32.** 食簡單同必要嘅食物,免得你嘅心思笨拙,被*「大吃大喝、醉酒同今世嘅思慮」*所蒙蔽。(路加福音 21:34) 因為被呢啲慾望所控制嘅人,唔會將奸淫當作奸淫,亦唔會將通姦當作通姦,而且佢哋唔會遠離異教徒──即係唔識神嘅人──所做嘅一切;佢哋係毫無畏懼咁行呢啲事,完全同喺泥淖入面打滾嘅豬冇乜分別; 佢哋唔記得律法、先知,甚至唔記得主自己──主為咗毀滅罪惡嘅無 律而道成肉身。所以,唔好沉迷於肉食同酒,免得你嘅心思靈無法接納屬靈嘅恩賜。

**33.** 唔好沉迷洗澡、飲酒或者食大量肉,免得你喺重要嘅事上犯罪,陷入無法克服嘅危險。

**34.** 唔好聽信放縱自己嘅人嘅勸告──佢哋已經做咗自己食欲同肉體情欲嘅奴隸。

**35.** 過量飲食只係當時好受,第二日就會令心神唔寧同懶散。

**36.** 一個修道者若不先學會鍾愛寂靜和節制,就不會在同一個地方停留很久,也不會得到心靈的安寧。因為寂靜教導人靜默和不斷的祈禱,而節制則令心志專一。最後,達到此境的人,就可以期待一個安寧的心境。

**37.** 唔好畀肚餓嘅滿足所誘惑,*亦唔好沉醉於「有放蕩行為嘅酒」*(以弗所書 5:18)。除咗成就上帝嘅旨意之外,乜嘢都對你冇益處。

**38.** 要知道,一個人愈放縱肉體,就愈害自己,因為他讓內心裡的慾望不斷滋生,最終,靈魂被肉體的惡習壓得精疲力盡,變得不孕。 所以救主說:*「你哋要謹慎,免得你哋嘅心被大吃大喝、醉酒同今世嘅思慮壓得沉重。」*(路加福音21:34) 所以使徒說:*「我要嚴責我的身體,叫他服我,恐怕我雖然勸人,自己卻不配。」*(林前9:27)──但如果有人迫使自己投入主的工作,那麼他的身體就會同樣變得強壯,而他的心靈就會得著光照。 就好似摔跤手為咗訓練身體應付摔跤技術,不斷花時間做體操一樣,虔誠嘅修行者都要實踐每一個善行,正如使徒所言:*「要操練自己敬虔。」*(提摩太前書4:7–8)。

### *2. 論對慾望的抗爭*

**1.** 好色嘅男人,一遇到女人就開心到飛起,被佢哋嘅美色吸引;佢哋嘅肉體吸引力令佢發癲,佢哋嘅面容之美令佢心花怒放,佢哋嘅身段之婀娜令佢如痴如醉,同女人傾計時就甜到融化; 當佢回味所見時,就會帶住慾望做夢,腦海中生動咁浮現出女人嘅面容、佢哋熱情嘅表情、誘人嘅笑容、眼波嘅流轉、衣着嘅優雅、甜言蜜語,同埋紅唇嘅誘惑。 佢覺得同男人一齊好悶;但一見到女人,佢面上就光晒,忙住到處跑去提供佢嘅服務;就係嗰陣,佢先有聲去唱歌,有本事講冷笑話,笑得好開心,仲可以表現得有趣又討好人。

**2.** 唔好畀你嘅目光四處遊走,亦唔好緊盯住人哋嘅美貌,免得畀你嘅仇敵趁你目光跌入墮落。

**3.** 飄忽不定的目光係和尚嘅墮落。飄忽不定的目光會令跟隨佢嘅人帶來好多悲傷。如果你唔約束自己嘅目光唔好四處飄,你就踏唔到貞潔嘅正路。

**4.** 如果你鍾意自我克制,就能制服慾望嘅魔鬼。

**5.** 凡養活身體肉體的人,就滋養邪惡的慾望,可恥的念頭在他裡面不會停止。

**6.** 凡能節制自己眼睛的人,必得見光;但任憑目光閒逛的人,就要自負重擔。因為經上說:*「私慾的飛逝,敗壞一個本來不邪惡的心靈。」*(智慧篇4:12)

**7.** 如果你被激情沖昏頭,任憑眼睛去凝視虛無,就要即刻收斂視線,免得陷入肉體放縱的羞恥。

**8.**當肉體被激起時,不可觸碰自己身體,免得激起更強烈的慾望。

**9.** 出家人要識得自愛,同女仔見面時要特別小心。

**10.** 就好似你點樣避開咬食身體嘅蛇,就更加要避開蠶咬食靈魂嘅女人。

**11.** 沉迷於女人美色的人,就喺自己靈魂裏播下對美色嘅慾望;逗留喺女人屋企門口嘅人,就好似行緊薄冰,因為誘惑就喺身邊。

**12.** 兩個摔跤手就好似一個和尚同女人一齊。但係保持清醒嘅人就會有收穫,而佢自己唔會畀人搶走。

**13.** 唔好傾耳去聽羞恥嘅說話,免得你嘅心被玷污。*因為「煙點樣害眼」*(箴言 25:20),羞恥嘅說話亦都一樣害靈魂。

**14.** 若淫欲的靈困擾你,就當責備牠,說:'主啊,求你消滅你──滿了臭味、污穢之魔鬼!'因為我們知道那說:*「屬肉體的心是與神為仇」*(羅馬書 8:7)的。

**15.**凡喜愛純潔和貞潔的人,就成為神的殿。

**16.** *「有人毀壞神的殿,神必毀壞那人。」*(林前3:17)聖經如此說。 你要像對付狗咁對付淫亂嘅魔鬼;千祈唔好畀呢啲念頭牽著你走;因為一絲火星可以引出好多炭火,一個惡念就會令邪情倍增。你要比清除泥垢嘅惡臭更加努力去根除佢哋嘅記憶。

**17.**正如香氣令人嗅覺愉快,聖靈亦喜悅純潔,並居住在人的心中。

**18.** 就如豬仔鍾意喺泥裡打滾,魔鬼都同樣鍾意行淫亂同污穢。

**19.** 在純潔中住有大光、喜樂、平安同忍耐;但喺淫亂中住有憂愁、絕望、無止境嘅睡眠同濃密嘅黑暗。

**20.** 噢,和尚,你要喺基督嘅愛中鍾意純潔;純潔對你嘅生命就好似木匠要有鑿子咁啱。

**21.** 有個和尚,正受慾望煎熬時,就責備魔鬼,說:「撒旦,你進黑暗裡去!你難道不知道,雖然我配不上,但我仍然承載基督的肢體?」 當時激情即刻消失,好似有人吹熄咗燈咁;佢心裏面好驚訝,就讚美咗主。

**22.** 你點解咁放縱咁鍾意華麗裝飾?聽使徒點講:*「要逃避少年的私慾。」*(提後2:22) 你唔知自己同邊個仇敵打仗咩?你唔知做咗人嘅圈套有幾可悲咩?點解你唔諗吓做呢啲嘢嘅人最終會腐爛同衰敗? 我想同你講清楚,如果一個人表面着得好靚,但靈魂嘅居所卻污穢不堪,咁佢嘅美貌唔會遲,就會墮落。但如果一個人擁有內在嘅美,咁由呢份美同呢份光,都會照到表面,而呢種美係永恆嘅!

**23.** 喜穿華麗衣服、肚滿腸肥的人,必多受責備;但心志沉穩的人,能使仇敵驚惶。

**24.** 如果你工作時被慾望的念頭困擾,就別太懶惰,要舉手禱告,而有信心的禱告會為你爭取公義。

**25.** 克制你內心嘅慾望,唔好等佢制服你,因為俾佢制服嘅人就會跌入地獄深處。

**26.** 你要愛慕和平同聖潔,好叫你配得見主上帝嘅面。

**27.** 弟兄啊,要遠離戲弄,免得你變得無恥;因為無恥是放蕩的母親。

**28.** 唔好入醉鬼嘅房,免得你突然間摧毀咗你嘅貞潔。

**29.** 當你體內慾望燃起,就諗起那熄唔着嘅火同無盡嘅蟲,你嘅肢體就會即刻熄滅;否則你一鬆懈,就會畀佢打敗,到時後悔嘅痛苦之火會吞噬你,你甚至會習慣於犯罪,就算喺懺悔嘅時候都唔例外。 一開始,就要對呢種慾望嘅每絲每縷都嚴格把關,唔好畀佢制服你──咁你先唔會習慣性咁畀佢喺抗爭中攞勝。因為習慣就係第二本性。放縱嘅習慣永遠唔會畀你培養出自律。佢只會不停咁犯罪又懺悔,犯罪又懺悔。 如果你習慣咗喺受誘惑時放鬆防備,咁你手稿上永遠都只會刻住*「懺悔」*。凡係習慣向自己慾望低頭嘅人,都永遠會畀良心譴責; 佢隨時都好憂愁,雖然喺人前裝作開心,但內心因良心嘅譴責而沮喪。因為放縱慾望嘅結局,就係畀放縱者帶來撕心裂肺嘅悲痛。所以,要用盡你嘅全心留意,時刻將上帝留喺你心入面。

**30.** 你要謹慎自守,務要至死保持純潔,好等你得以大膽歡喜咁見到你嘅不朽新郎。尊重處女之身,佢會引領你進入天宮。 所以使徒說:*「我只知道,我將你們配給一個丈夫,好似一位純潔的處女,要獻給基督。」* (林後11:2)

**31.** 你要守住你嘅身體,免得喺造物主面前跌倒;因為我哋已經將自己獻上做禮物畀主,已經冇權再支配自己嘅身體,亦唔可以自己想收返就收返呢份禮物。 如果有人向神立咗誓,向主獻咗禮物,而祭司收咗嗰份禮物之後擺咗入聖殿,即使獻禮物嗰人之後後悔,一旦禮物已經獻畀主,佢就冇權再攞返嚟;如果佢試圖暗中偷返,佢唔會因為攞返自己嘅物而脫罪,反而會因為冒犯聖物而受罰。同樣地,將自己靈魂獻畀上帝嘅人,就冇權再支配自己嘅身體。

**32.** 當心惡言相勸。因為往往行惡離道的人,極力引誘他人,好叫他們不至孤身一人沉溺於放蕩的生活。 佢哋用甜言蜜語,想將聽佢哋話嘅人引離純潔, plunged 入罪惡。佢哋自己跌咗,唔單止唔肯再爬起,仲故意引誘人落入試探──走向毀滅同敗壞。 魔鬼就用佢哋做魚鉤上嘅餌。*佢哋嘅喉嚨係開放嘅墳墓*,專注於*「不潔淨嘅情慾」* (羅馬書3:13;羅馬書1:26)。要小心提防佢哋,免得佢哋用花言巧語燒傷你。

**33.** 凡在卑微中保守聖潔(純潔)的人有福了!──但凡向仇敵的誘惑屈服,就切莫盼望能得着平安;因為這折磨者雖然不會令他們做出可恥的行為,卻會以慾望的念頭和快感將他們擄去。 處於此狀態,因為佢哋未曾識過妻子,仇敵就畀佢哋心生要保持處女之身嘅念頭,但佢哋全身都充滿咗慾望嘅污穢。咁敵就令佢哋自誇話自己無罪,同時又用*「一串苦膽、一串苦毒」* (申命記32:32)充滿佢哋,

**34.** 唔使講,人唔可以沉迷酒色,或者同女人嚟往;因為人人都睇得出,呢啲同美德完全唔夾。人唔單止要從呢件事提防魔鬼嘅詭計,仲要避免同男人講啲娘娘腔嘅說話,因為嗰啲可能勾起慾望,令靈魂走向滅亡。 — 我哋唔同婦女見面,唔係因為我哋認為婦女奸詐,而係因為同佢哋見面傾偈,仇敵就好容易令我哋跌倒,叫我哋違犯神嘅誡命。但我哋要從各方面防範奸詐之靈嘅詭計,將我哋嘅盼望放喺聖靈嘅全副軍裝同能力上。 凡是有人只在敵人面前關上一扇門,卻為敵人打開兩扇,自以為安全,其實是自欺。不,人要從四面八方保護自己,不可給那些尋找藉口的人任何藉口。

**35.** 不可疏忽貞潔的德行,而要盡你全力保守你里面的聖潔(純潔),因為你離棄世界,也是為了這個緣故。保守你的人格貞潔,好叫聖靈安家在你里面。 唔好理會可恥嘅慾望同輕浮嘅撫摸;保持自己純潔,如果罪惡嘅火焰喺你心裏點起,就用眼淚同向主嘅禱告去熄滅佢,因為主鍾意尋求聖潔並喺其中事奉祂嘅人。 – 貞潔在義人心裏,好似寶貴嘅財寶。如果你鍾意佢,你就會因主得榮耀,凡事都興旺。

**36.** 如果你內心出現肉體的掙扎,就不要害怕,也不要灰心。如果你這樣做,就會助長仇敵,牠就會開始在你心裏播下誘惑的念頭,說:「除非你滿足你的慾望,否則你體內的火無法熄滅。」 但*要「為主耐性等候」*;將你嘅眼淚同哀求澆奠喺祂嘅良善面前,祂*就會「聽見」*你,並*「從情慾嘅坑裡」提拔*你,即係要你遠離不潔淨嘅思想,同埋*「淤泥嘅混濁」*,即係嗰啲可恥嘅幻想,並且*「將*你嘅*腳踏」*喺聖潔(純潔)嘅*「磐石」*上(詩篇39:1–3),咁你就會見到佢由佢嗰度嚟到嘅幫助。 所以要撐住;唔好令你嘅心思鬆懈,就好似喺划走船入面嘅積水咁,唔好疲倦,因為生命嘅港灣近喺眼前。 *「你啱啱開口,佢就應聲而到。」* (以賽亞書58:9) 但佢等緊要見你嘅壯舉,要睇你係咪真係準備好就算要死都要同罪惡抗爭。 所以,唔好灰心;神唔會離棄你。祂正密切注視住你嘅掙扎;連聖天使同成隊魔鬼都望住你。天使準備好為勝利者戴上冠冕;魔鬼就等住用羞辱去覆蓋失敗者。 所以,要警醒。唔好令自己(天使)傷心,亦唔好畀陌生人(魔鬼)得喜。

**37.** 冇嘢可以瞞過上帝嘅眼。唔好畀仇敵用*「佢唔會見到」*嚟欺騙你。你要站喺上帝腳前,唔好輕視呢點。因為經上寫住:*「天係我嘅寶座,地係我嘅腳墊。」* (使徒行傳7:49)

**38.** 情慾攻擊我哋,我哋要同佢哋掙扎,呢樣唔係不幸;但如果我哋放縱自己,喺仇敵面前跌倒,咁就係大災難。所以,你要抵擋住你內心燃燒嘅慾望,好避開永不熄滅嘅火焰。因為一旦情慾得勢,佢唔會退去,只會更加猛烈咁攻擊你。 所以要保持警醒,免得你被剝奪神面光嘅榮耀。

**39.** 我哋要遠離醉酒;盡量唔好同婦女一齊,因為女人嘅說話就好似*「網羅」*喺心入面(箴言7:21),聽佢哋說話就會被拖入可恥嘅結合。

**40.** 小心唔好畀短暫嘅歡愉誘惑,免得你失去永恆生命。你被呼召做商人;要保持完全清醒,免得你失去珍珠,免得仇敵偷走你嘅寶藏,並連船同貨物一齊沉沒,免得你空手返屋企。 仇敵知道,凡守自己清潔,遠離肉體污穢之事的人,在神面前所獲得的榮耀,就對他們用思想猛烈交戰,務要藉這些思想引誘

他們,使他們被牽引,而失去將來的榮耀。 如果佢遇到一個拒絕污穢思想嘅靈魂,佢就唔會經常攻擊,但又唔會完全退去。反而,佢會去嗰啲只要佢輕輕一推,門就即刻開嘅地方;然後喺冇人抵抗佢嘅人身上,用最污穢嘅慾望去玷污佢嘅身體同靈魂; 最後,好似一個好嘅參謀咁,佢會喺佢心入面種下個諗法:「你不如出去社會上搵個伴侶,好過用呢種方法去壓制你嘅肉體。」但呢啲嘢根本近唔到有清醒思想嘅人。所以,你要小心謹慎,免得呢啲嘢臨到你身上。

**41.** 記住你向神所立的誓,並保守你的聖潔(純潔),好使你能在主面前蒙恩。要留心這句話:*「要逃避淫亂」*(林前6:18)。──你想知道淫亂究竟是多麼嚴重的大罪嗎? 看哪:喺曠野,蛇都殺唔死嘅人,竟然喺米甸地因行淫畀打倒。但如果你已經跌入罪中,就唔好繼續停留喺罪中,亦唔好輕視上帝嘅忍耐同祂嘅憐憫。 *「要記住,死亡唔會遲來」*(智14:12)。要記住,你逃唔過上帝嘅手。所以,唔好大意,要悔改、要哭、要哀號,因為你被引誘走咗;就算我哋忘記自己嘅跌倒,造我哋嘅上帝都識得每個人嘅所作所為。

**42.** 唔好大意,要堅定咁對抗仇敵,堵住佢通常用嚟破壞你嘅缺口,咁佢搵唔到容易嘅路入嚟,就會空手而歸。 堵住破口,就係要守住嗰啲令善與惡都入到靈魂嘅感官──即係眼、耳、鼻、身同舌──唔好畀思想去到唔應該去嘅地方。 記住嗰班以強權蹂躪大地嘅巨人,點樣主喺一眨眼之間用洪水將佢哋從地面抹去;佢哋嘅力量對佢哋冇任何用處。 諗下所多瑪同蛾摩拉嘅地,因為住喺度嘅人罪惡深重,畀人摧毀晒;佢哋嘅奢華同驕傲都冇用。所以我哋要小心自己嘅得救,免得突然之間畀死亡捉住,又免得帶住大審判離開呢度。

**43.** 你要對那灌輸給你邪惡污穢慾望的人說:'噢,真理的仇敵!我難道要自取羞辱,好成就你的心願?你去同你一樣敗壞的人吧!你想要一群豬!就同牠們一齊淹死吧!至於我,我不再做自己慾望的奴僕。 我對過去已經夠了;從今以後,我只會專注於真理,並懇求我嘅神,完全拯救我脫離你嘅道路。祂賜咗聖靈畀我,但我令祂憂傷;祂賜咗純潔嘅靈魂同身體畀我,但我污穢咗佢哋。」我親愛嘅人,你要咁樣對住畀你心入面灌輸呢啲慾望嘅人講。

**44.** 有一位聖人說:「通姦好似一隻狗;如果你撫摸佢,佢唔會離開你,但如果你趕走佢,佢就會逃走。」 要留意自己,唔好忽略你嘅生命。小心唔好為咗少少快感,就摧毀咗你嘅勞苦果效;唔好為咗污穢,就失去你行為嘅賞賜;唔好為咗污穢,就摧毀咗你默靜、守夜、禁慾同其他美德嘅賞賜。 唔好似個將自己賺到嘅工資放入漏咗嘅錢袋嘅人。──要用敬畏上主嘅心嚟保護自己。

**45.** 如果你同一個光彩照人嘅女人傾偈,要守住你嘅眼睛,免得慾望擾亂你嘅心;因為到時你會開始滔滔不絕,言詞充滿熱烈激情;結果你表面上用嘴邊話講貞潔,心裏面卻已經向慾望屈服,完全沉迷其中。 所以,當你遇到呢種情況,最好就打斷對話,保持沉默。因為聖經話:*「佢用佢好多說話去引誘佢。」*(箴言7:21)呢類頻繁嘅對話對靈魂造成好大傷害。

**46.** 行淫者無法去愛憎恨他慾望的人,但*「人要和自己同一類的人紮together」*。

**47.** 你要搵方法去克服你嘅慾望;因為呢件事要靠你自己嘅努力。

**48.** 遠離肉慾的避難所,首先是經常以清明的心祈禱,然後讓心靈和純淨的思想掌控一切,避免說出與敬虔的心境不符的放蕩言詞,並堅信主是無誤的審判者。 正念同審判嘅期待會摧毀內心深處嘅衝動,並令日益增長嘅慾望枯竭;喺咁嘅靈魂入面就會有寧靜(慾望嘅衝動會平息)。

**49.** 如果你有節制,就唔好自誇自己嘅克制,而要謙卑咁向上主禱告,求佢直到最後都做你嘅守護者。因為有時候四腳獸突然闖入葡萄園,就因為守衛疏忽,將果實全部毀咗。

**50.** 你去瞓覺嘅時候,唔好鋪多過必要嘅床褥;因為奢華自然會煽起你嘅身體,大大撩起情慾嘅火種。

**51.** 那守住自己身體,當作救主聖殿的人有福了;他以端正的行為,不使自己的靈魂蒙羞,仍然蒙主喜悅。那憎惡可憎可恥行為,並將自己獻上為蒙主喜悅的活祭的人有福了。

**52.** 那因行為責備試探者(魔鬼──靈魂的暴君)的人有福了,他未曾被慾望之火焰的恐懼所勝;因為聖靈的甘露必滋潤他的靈魂。

**53.** 如果你英勇地對抗那些想偷走你勞苦果實(虛浮的思想)的人,就要小心,免得有人用詭計從下面偷襲你,將你拉下水(一個慾望的思想)。 但要心思純正(要警醒),免得錯失良機;要預備好裝備,好讓你可以駕駛船隻進入生命嘅港灣,拯救船隻。

**54.** 喺自己花園種咗無花果樹,有邊個會唔理佢嘅果實?所以更加要守住純潔同貞潔。 ──或者,被蝮蛇咬過之後,竟然唔小心再去接近佢窩?如果咬完之後,佢又將手伸入蛇窩,就會再被咬;咁佢死咗,仲怪邊個好?係怪毒蛇,定係怪自己唔識保護自己?──要好好體會以上所講嘅意思。

**55.** 出家人同女人一齊相處係有害嘅。如果你心入面仲有肉體嘅念頭,就連處女都唔好接近。同女人飲酒嘅出家人,就好似投身烈火冇兩樣。要同佢哋見面都避開,就好似山羊避開陷阱咁。

**56.** 守住你身體的純潔。如果你出於對基督的愛而保持純潔,你就能輕易在各種美德上卓越。內住在你裏面的聖靈會因你而喜悅,因為你以純潔和公義的香氣充滿了神殿──祂也必在你的每一善行中加力給你。 而要喺美德同神聖嘅純潔度上出類拔萃,你有以下三樣幫手:節制肚腹同舌頭,同埋約束眼睛。呢三樣都要一齊做到。例如,如果你守咗頭兩樣,但唔約束自己嘅目光,你就唔會得着持久嘅純潔。 就好似破咗嘅水喉攞唔住水,飄忽嘅目光攞唔住清淨嘅心。 *「唔好望陌生人嘅美貌」* (西拉. 9:8) — 願你嘅心專注喺敬畏上帝上(以賽亞. 118:120)。

**57.** 出家人唔應該過度講究洗澡同洗腳。就好似嗜好身體同衫着得靚嚟追求感官享受嘅人,淨係為自己搵開心一樣,虔誠嘅苦行者就透過做相反嘅事嚟對抗佢哋。

**58.** 聖潔(純潔)與污穢之間的爭戰,絕非小事。 「幫我哋陷入污穢嘅人就灌輸呢個諗法:『冇人見到你,你驚乜?』但係幫我哋保持聖潔嘅人就反駁佢哋:『上帝見到──祂嘅使者都同你一齊;咁你點可以話'冇人見到你'?』」試探者繼續問:「佢哋喺邊度? 「依家仲未見到有人。」聖潔派嘅人即刻打斷佢:「你睇唔到?!」──你講中咗!經上寫住:*「佢哋嘅惡毒令佢哋雙眼失明。」* (智慧書 2:21) *「造眼睛嘅主豈不望見我哋?」* (詩篇 93:9) 「你喺邊度可以躲避上帝呢?(詩篇138:1–12)」──呢句你要銘記喺心,罪就再冇法控制你,罪中嘅憂傷亦唔會臨到你,取而代之,聖靈嘅喜樂同平安會臨到你。

**59.** 你要在主裡把你身體的純潔當作寶貴的珍珠守住;不可炫耀你的衣着;要低垂你的目光,高舉你的心靈;不可與年輕人過份親近,與婦女講話都係多餘; 唔好同細路仔嘮叨,亦唔好同醉鬼同笑柄一齊,,而要完全喺敬畏上帝中度過,記住使徒嘅吩咐:*「酒醉唔好過量,因為其中有放蕩。」* (以弗所書5:18)

**60.** 有時惡者會灌輸一個誘惑嘅念頭:「一個慾望嘅念頭時刻困擾住你;你仲要頂住呢份痛苦到幾時?滿足吓肉體,免得內心掙扎;事後再懺悔——又唔係咩大事。」 要用清醒嘅頭腦嚟回應佢:「但邊個可以同我講,如果我放縱肉體,就會有時間悔改,唔會同嗰啲行不義嘅人一齊被捲走?因為*『我哋喺地上嘅生命只不過係帳篷』* (約伯記8:9)。 如果咁樣,咁我犯罪同自己拎把刀自殺有乜分別?——你點可以話呢件事唔緊要?因為我見到冇向呢個誘惑低頭嘅人受到幾大嘅尊敬,而放縱自己嘅人就受到幾大嘅羞辱。 約瑟在天上地下被世代稱頌,而那埃及女子則成為眾矢之的;貞潔的蘇珊娜被讚美,而那貪淫的长老卻留下了千古惡名。──你竟還說:「滿足它一次,你就可以心安理得?」 「你唔知咩,魔鬼,一旦動物慣咗食肉,就更加容易放縱呢種慾望?你竟然想令我信,只要滿足咗我嘅慾望,佢就唔會再困擾我。主啊,唔好畀呢件事發生,你呢個狡猾嘅欺騙者,就好似獅子咁想吞噬我嘅靈魂。」 你嘅甜美帶住苦澀;你嘅建議係邪惡嘅深淵;你嘅承諾滿載住死亡同毀滅。你喺我心裏種下一個罪,會令我失去主嘅恩典,並冒犯聖靈。 *「同祂一齊,我喺得贖之日*被印上印記」 (弗4:30); 然而你卻說這算不得什麼。你誘惑我*「將基督的肢體變作妓女的肢體」* (林前6:15),使我在一瞬間失去我那不朽的珍寶,並失去那沒有聖潔就没有人能見主面的成聖。而這,在你眼中,竟算不得什麼? 你引誘我去惹主發怒,好叫我喺嗰日可畏嘅審判台前,聽到祂──公義嘅審判者──對我講:「你呢個邪惡嘅僕人,重情慾勝過對神嘅愛,你用你嘅污穢同罪惡玷污咗大地。」難道呢件事唔重要? 「你自己豈沒有經歷過公義神可怕審判的嚴厲和不變性──祂*『連同你一齊犯罪的天使,都毫不留情,拘咗佢哋入黑暗,等候大日審判,交畀受苦折磨嘅天使看守』?*你竟然仲話:『冇乜大不了』?──你就係謊言、阿諛和毀滅。」 你用謊言同奉承蒙蔽人嘅心眼,引誘人寧願揀呢短暫嘅歡愉,都唔要永恆生命。但我哋已經將自己交託畀主,唔怕你。主係我哋嘅力量、我哋嘅避難所、我哋嘅幫助者同守護者。

**61.** 淫亂的魔鬼不但被禁慾制勝,連目光的節制都可令它失效──*「免得我見虛空」* (詩篇 118:37)。 漫無目的的目光中,已經存在著通奸,主曾作證說:*「凡看見婦人的,勾起淫念,這人心裡已經與她犯奸淫了。」* (馬太福音5:28) 凡低垂眼目、專心向主的人,就能根除這類通奸;克制肚腹的人,也就能克制自己的目光。飄忽不定的眼睛,是我们中间可怕的背叛者。

**62.** 飄忽不定的眼睛所激起嘅爭吵會用慾望點燃靈魂,無論所見之物在或不在。佢甚至喺睡眠中都向心靈展示嗰個對象;因為魔鬼喺心裏畫出一幅誘惑嘅畫面,並佔據心靈,重現 previously 由眼睛所

見嘅誘惑之物嘅影像。 就係因為呢個緣故,先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知*先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先知先*知

**63.**當魔鬼開始喺你心入面描繪一個誘惑嘅對象,並喺你腦海中畫出你從未見過嘅女人嘅美貌;要喺自己心裏面種下對上帝嘅敬畏,記住喺罪中沉睡嘅人——反思你離世嗰日,當你嘅靈魂同身體分開嗰陣——想像嗰可怕又令人驚駭嘅聲音,將會響起喺嗰啲忽略真理、冇遵守基督誡命嘅人耳中: *「離開我,你呢班被咒詛嘅人,進入為魔鬼同佢嘅使者預備咗嘅永恆火裡。」*(馬太福音25:41)——亦要想像嗰條永不死嘅蟲同無盡嘅折磨。 要默想呢件事,並銘記於心——對享樂嘅慾望就會從你心裏消失,就好似蠟燭喺火前溶化咁;因為魔鬼同短暫嘅瞬間都擋唔住對上帝嘅恐懼。

**64.** 凡不抵抗情慾,而任憑眼睛任意遊走的人,心志早已向情慾屈服;若非顧忌人前的羞恥,他早已玷污了自己的身體不止一次。因為若不保持清醒,也不時時將敬畏神的心擺在眼前,他就不久就會玷污自己的身體。 因為教眼睛分心嘅呢個魔鬼,之後跟住另一個魔鬼,佢就真係喺肉體度犯罪。如果第二個魔鬼見到第一個魔鬼已經成功令靈魂分心同唔專注,佢就會即刻勸人去犯肉體嘅罪。 對畀自己眼睛所勝嘅人,佢就開始咁建議:「你已經喺意念中犯罪,喺心裏同人通奸;你已經違犯咗誡命,違誡嘅罪已經算喺你頭上。所以,依家就滿足你嘅慾望啦。因為行同欲,其實係同一件事。」 「至少要喺你嘅慾望中享受一下。」——但唔好信佢嘅諗法,正如使徒所言: *「我哋唔明白佢嘅諗法」*(林後2:11)。因為佢就係想用呢招嚟引誘你嘅靈魂。 ——對呢個勸你行不義之罪嘅魔鬼,你要對佢講:'雖然我以眼目跌倒,心裏犯咗通姦罪,但我以懊悔嘅嘆息破碎我呢個通姦嘅心,並以眼淚洗滌我跌倒嘅眼目。 因為 *「神啊,心靈破碎憂傷,你必不輕看。」*(詩篇50:19)

**65.** 如果你要去一個村莊,就唔好同啲女人閒聊,免得你嘅靈魂好似吞咗條蛇嘅雀鳥咁畀拖走。嗰陣你要更加警醒,因為你差唔多跌入陷阱。如果你能夠自我把守,就好似已經喺安全嘅海港。要用敬畏上帝嘅心去對抗誘惑。 無恥係淫亂嘅母親。如果女人見到你對佢哋隨便,講啲無聊嘢,佢哋就會煽動你做更惡劣嘅事,並引致你嘅墮落。 – 但你都要提防,免得有人打住懺悔同敬畏嘅旗號,用言語削弱你嘅決心。有位聖人講:佢哋咁講,就係想令你向慾望傾斜。

**66.** 如果你留意到有個念頭正引誘你去接近某個年輕人或美麗的女子,就要知道你已經接近敵人的陷阱。 即使喺被警告之後,你都唔放棄呢個念頭,就要知道你已經中計,要克服肉體慾望就唔容易。你可能會話:「我冇受任何傷害。」但係可唔可以喺燃燒緊嘅炭火上行路而唔燒着腳?

**67.** 如果你想保持貞潔,就要練習自我克制,並且遠離一切有害的接觸。一個人越接近引誘,就越無法令心靈遠離煩亂的思緒和邪惡慾望的點燃;因為一張面孔的出現和言語的聲音都會激起他的情慾。 就好似海綿一放喺潮濕嘅嘢度就會膨脹吸收水份,一個意志唔堅定嘅人亦都係咁:如果佢走近或者長時間同講世俗肉慾嘢嘅人傾計,就會吸收啲害處; 所以,佢因為呢啲嘢而醉倒,並非佢自己嘅錯,因為佢已經被有害嘅嘢充滿,所以收唔到屬靈嘅道。

**68.** 凡欲改革自己,並立於純潔者,必須堅守貞潔的思想,以善行磨耗肉體,並透過不斷紀念神,潔淨其心靈中一切邪惡與可恥之事。 藉此,我哋嘅心靈充滿咗恩典;而神嘅恩典住喺心靈入面,並掌管佢,就喺狡猾嘅仇敵想入嚟嘅時候,阻住佢哋嘅路。

**69.** 當你見到一個有美貌、眼神明亮、面頰光潤、面上帶有刻意造作表情的女人——她激起你的思緒,並加深你的慾望——就要反思,令你驚艷的不過是塵土,令你激動的不過是灰燼; —你嘅靈魂就會停止咆哮。將你嘅思緒集中喺佢面龐嘅皮膚上,你就會見到佢美貌嘅徹底無價值;因為你只會見到骨頭、筋腱同惡臭。仲要想像佢變老、變樣、死去,所有呢啲顏色都會褪去。 諗吓究竟係乜嘢令你驚嘆,就感到羞愧——然後,帶住羞愧,向神懺悔。

**70.** 凡留意討神喜悅、潔淨自己身體的人有福了,好使他成為君王基督聖潔的殿。 人啊,你已經憑自己自由意志成為聖殿了吗?你要日夜警醒自己,免得你的殿被玷污。如果你保持聖殿純潔,合乎主的使用,那麼上帝的聖靈就會住在你裡面,並日漸聖潔你。

**71.** 你要以信心、盼望同愛心束腰,做個堅強嘅哨兵,守住上帝嘅殿,抵禦一切污穢嘅思想。 要時刻警醒,不斷察言觀色,提防魔鬼的掠奪者;因為一旦這些掠奪者發現有人鬆懈大意,就會立即撲上去,玷

污他可憐的肉身之殿,使它不再適合事奉主。 所以,要保持警醒,免得你自己竟然成為迎接惡者賊黨──即係不潔淨的思想同邪惡的慾望──的人。

**72.** 情慾嘅根係無恥。如果你每日都斬,佢就會每小時枯萎。你要將情慾嘅根從心入面徹底連根拔起,唔好等佢枯萎後又逐小時重新生長。就算你斬佢千次,佢都會長返一倍——直到你真係連根拔起為止。

**73.** 要時刻警醒自己,免得你容許呢個可憎嘅仇敵入咗你嘅殿,取代聖潔至高嘅主,亦免得你嘅殿畀呢個無恥嘅仇敵──呢個憎恨良善嘅存在──所玷污。 佢心意頑梗又無恥;就算你一次又一次用責備將佢趕走,佢都無恥咁繼續想入嚟。如果你畀佢入咗你嘅殿,上帝就會離棄你。到時你嘅殿就會充滿各種污穢、惡臭同黑暗。

### *3. 論對金錢之愛嘅抗爭*

**1.** 唔好追求有損靈魂嘅利益;因為有咩比靈魂更寶貴?

**2.** 一個貧窮嘅和尚,謙卑冇聲,勝過一個富有嘅和尚,滿身驕傲。

**3.** 愛金銀的,不得稱義;但愛主的人,必蒙福。把盼望寄託在金銀的人,必跌倒;但把盼望寄託在主的人,必得拯救。

**4.** 如果你鍾意金錢,你離開呢個世界時一無所有;但如果你鍾意唔貪婪,你就唔會失去天國嘅財富。

**5.** 如果你鍾意貧窮,就會令行淫嘅魔鬼逃走。

**6.** 凡藏金銀喺自己房入面嘅人,就喺自己心入面堆起驕傲同不順服嘅慾望。但凡喺自己嘅寶庫度積聚禱告同施捨嘅人,就會喺神面前變得富有。其他人為自己積聚金錢,但你呢位修士,就要為自己積聚禱告同施捨。

**7.** 我哋只追求足以滿足需要嘅嘢;因為過度只會分散我哋嘅注意力,並無任何好處。

**8.** 凡追求塵世父母遺產的修士,必陷入誘惑;但追求主的人,必得拯救。

**9.** 唔好講:「我老咗要食乜嘢?」因為我哋連為第二日憂慮都唔准,但你而家已經為衰老憂慮。我哋要*「先求祂嘅國同祂嘅義,這些都必加給你哋。」*(馬太福音6:33) 但如果我哋唔將呢樣擺喺首位,就明顯證明我哋根本唔在乎。所以,*「將你嘅重擔卸給主,祂必撐住你。」*(詩篇54:23)

**10.** 貪婪嘅和尚好似一棵唔結果嘅棕樹,而唔貪婪嘅和尚就好似一棵經過修剪、茁壯成長嘅棕樹。

**11.** 一個貪慕世俗嘅和尚,就好似一隻腳綁住繩嘅老鷹;無論佢飛到邊度停落,都會即刻糾纏住。但係一個唔貪慕世俗嘅和尚,就好似一個旅客,隨時準備出發。

**12.** 金錢帶唔到耐性,但信心卻令到獲得咗佢嘅人站得穩陣。

**13.** 點解我哋唔拋棄所有冇用嘅憂慮,擺脫塵世事物嘅重擔? 你難道不知道,那門是窄的,路是窄的,而貪婪的人是進不去的?上帝喜愛那不貪婪的人,他們甘願為基督的緣故,在勞碌、警醒和許多苦難中,忍受貧乏和憂愁。

**14.** 你的手不可伸去取,而要伸去施予。(西拉格智训 4:35)

**15.** 貪婪的慾望最可惡,因為它是*「萬惡之根」*(提摩太前書6:10)。你想知道如何根除這慾望嗎?──就用全心全靈把希望放於神身上。

**16.** 對另一個兄弟,惡者灌輸過度的勤力熱誠。由此便生出對金錢之愛嘅慾望。 然後,靈魂被錢財之愛──萬惡之根──所傷,就促使修道士早上比平時更早坐下來做工,晚上又比應停時更遲才停;好讓佢盡量唔去諗祈禱或聖禮,只係受錢財之愛驅使,專注於佢嘅工作。 當鐘聲響起做禮拜時,呢位兄弟就最後一個到,又搵藉口比人早走。──知道呢點,你要小心,免得畀人引誘去行完全禁止嘅事,而失去你嘅職位。──因為仇敵唔會就此罷休。 但係,一旦搵到機會,佢就成功咁引誘其他人,話:「你咁辛苦咁做,都攞唔到幾多;去學啲更賺錢嘅手藝啦。」— 有啲兄弟未搞清楚就跟從呢個建議,去咗塵世,就永遠留喺度。所以,要小心。

**17.** 貞潔並不單止係禁慾同肉體享樂,仲要對其他慾望都保持自由。 貪婪者、鍾情錢財者、貪得無厭者,並非清心。正如有人被肉體美色所迷,另有人則被金錢所惑;而 後者更不潔淨,因為他缺乏前

者那股由天性本能驅動的衝動。　對金錢嘅慾望唔係天生嘅,對佢嘅衝動唔係喺我哋嘅本性入面,而係喺一個扭曲嘅意志;所以,任何自願向佢屈服嘅人,都犯咗一個無可原諒嘅罪。

### *4. 論對憤怒嘅抗爭*

**1.** 凡能將憤怒和惱怒的靈從自己驅逐出去的人,遠離爭吵和叛逆;他心靈常存安寧,面容常帶喜悅,心智健全──而正是聖靈的居所。

**2.** 柔和的人,即使受冤,仍然喜樂;即使被侮辱,仍然感恩;以愛制怒;被人打時,不失鎮定;被人爭吵時,仍然平靜; — 受制於人時,他歡喜;不被(他人)的驕傲刺傷;以卑微為樂;不誇耀自己的功績;與眾人和平共處;對上司順服;隨時準備承擔任何任務;心無欺詐;他不知道嫉妒。

**3.** 唔妒忌嘅人唔貪慕虛榮;佢同喜悅者一齊喜悅,同成功者一齊幫手,以欣賞嘅眼光睇行善者,讚美過得正軌者,總括嚟講,佢因為冇妒忌同對立,所以對人哋嘅每一個成功同每一個英勇行為都會感到喜悅。

**4.** 受嫉妒同競爭折磨嘅人真係可憐;因為佢係魔鬼嘅同夥,正正就係透過魔鬼嘅 *「嫉妒」*, *「死亡進入世界」* (智慧書 2:24)。 佢心入面永遠都畀悲傷壓得疲憊不堪,身體蒼白憔悴,氣力盡失。嫉妒同競爭係可怕嘅毒藥:由佢哋衍生出誣衊、仇恨同謀殺。

**5.** 凡未以讒言傷舌者,其心與良知均能保持無瑕。凡未被讒言之靈所勝者,真能認清自己仍屬肉身,並能克制報復之心。　凡不與造謠者同流合污,就必與天使同住。凡未以讒言毒害自己耳舌者,其心滿有愛的醫治大能。凡不以讒言玷污其口者,其口必流出聖靈的果實。

**6.** 凡誣陷他人者,自取其罪。誣陷中有惡言、仇恨與背後中傷;他理所當然被視為弒兄弟者。

**7.** 偽裝成虔誠嘅仇恨或嫉妒,就好似裝喺金器入面嘅苦水。只要將生命樹放喺入面,就會變得甘甜。藉住我哋救主嘅十字架,嗰個狡猾仇敵嘅所有誣衊都得以廢除。

**8.** 愛能啟迪心靈的眼睛;但凡喜愛爭吵和鬧事的人,就好比經常將手伸入蝰蛇洞的人。

**9.** 如果你心裏藏住怨恨,你就會成為忿怒、無知,甚至憂愁嘅住處──你嘅面容都會改變。因為有話說: *「懷怨者必行死亡之道。」* (箴言12:28)

**10.** 心存怨恨者,好似懷抱毒蛇。

**11.** 好衝動嘅人會激起弟兄姊妹嘅情緒,但係有愛心又肯忍耐嘅人就會敬畏上帝。

**12.** 北風興起滄海,急躁激起人心;但慷慨能除煩憂,無煩憂,就無忿怒。

**13.** 縱馬會害騎者落入惡人手,暴躁者自找麻煩。

**14.** 修道者,不可聽從嫉妒;不可謀害你弟兄,也不可給他起譏誚的名。當你設法要使他蒙羞失位,你要小心,自己不可陷入你所設的陷阱。 *「掘陷阱者,自入其中。」*(傳道書10:8)聽所寫的: *「惡人必陷在自己所布的網羅裡。」* (詩篇140:10)

**15.** 唔好搵藉口話:「呢位兄弟正傷害教會。」但你唔好行惡害人,亦唔好同作惡嘅人為伍;因為上帝 *「審察肺腑」* (詩篇 7:10)。

**16.** 凡尋得忍耐和慈愛之道的人,就尋得生命之道。

**17.** 嫉妒弟兄成功嘅人,就同永生斷絕;但幫助弟兄嘅人,卻會成為佢永生嘅同伴。因為如果喺審判日,作惡者同佢哋嘅同夥都會受懲罰,主豈唔會更加獎賞幫助成就祂旨意嘅人?

**18.** 帶笑平息惱怒,勝過任性大發雷霆。

**19.** 煙會趕走蜜蜂,而怨恨會將知識從心中趕走。

**20.** 向主禱告,並在祂的良善前流淚;忿恨就不會在你的靈裡生根,你的禱告就會在祂面前 *「如馨香之祭」* (詩篇 140:2)。

**21.** 凡想無論身處何處都得以平安度日的人,就不可追求自己个人的安宁,而要追求主里面的他人之安宁,那时他自己也会得着安宁。但好爭吵、多脾气的,永不会得着安宁。

**22.** 如果弟兄之間發生爭吵,第一個悔改的就會得着勝利的冠冕;但另一個若不拒絕悔改,而甘心為和好作必要的事,他也會得冠冕。

**23.** 人嘅易怒係佢自己嘅陷阱;但凡能克服自己易怒嘅人,就避開咗呢個陷阱。

**24.** 主喜悅弟兄同心合一,仇敵卻喜悅他們的仇恨。

**25.** 凡被控做錯事時默不作聲,心裏就存怨氣;但凡以謙卑和平的态度為自己辯護或認錯,就不會存怨氣。

**26.** 好易發脾氣又好躁底嘅人,成日亂嗡粗口;但係嚟聲嘅人就最有智慧。

**27.** 易怒係乜嘢?就係一種厚面皮、無恥嘅激情,跟住就會後悔;但係悲傷會吞噬陷入其中嘅人嘅心。

**28.** 凡喜愛背叛者,必猝然遭逢毀滅、分裂與難以彌補的浩劫;因為他喜悅一切主所憎惡的事;但凡喜愛和平者,必承受和平;而人的柔和能防止暴躁。

**29.** 易怒同報復心就好似蝰蛇嘅毒液;因為佢哋會扭曲面容、擾亂心神、削弱筋骨,令一個人冇力氣去做嘢;但係溫柔同慈愛可以抵禦呢一切。

**30.** 如何根除怨恨?就係要喺心靈裏面存着對上帝嘅敬畏,同埋時常記住死亡嗰日。 *「記住結局,就遠離爭吵。」* (西拉書28:6) 記住死亡,唔好自大;因為一陣你就會被安葬喺墳墓入面;你嘅惡行又可以帶畀你咩好處呢?

**31.** 要做和睦者,好叫你配得上「神嘅兒子」呢個稱號。

**32.** 火嘅燃料係木材;忿怒嘅燃料係驕傲。

**33.** 你想克制你嘅易怒?就要擁抱謙卑,行喺溫柔謙卑嘅道路上。

**34.** 弟兄之間若大大相爭,那叫人和睦的人有福了;但那挑唆他們爭吵的人,必不免受罰。

**35.** 溫柔謙卑的人,智慧的靈住在他裏面;但主喜悅行在智慧中的人。

**36.** 溫柔而沉默嘅修士,將會承受永恆生命。

**37.** 溫柔嘅和尚係守護者,看守住情感。

**38.** 如果你嘅弟兄得罪咗你,就饒恕佢,主就會饒恕你嘅過犯。

**39.** 要快點去見得罪你嘅兄弟,用純潔嘅心喺佢面前懺悔,照從嗰位命令 *「唔只七次,乃是七十個七次」* 饒恕兄弟嘅話所講嘅去做。(馬太福音18:22)

**40.** 弟兄啊,要接受你弟兄的悔改,好似從神差遣而來的一樣,免得你藐視差遣他者,並自招祂的忿怒。

**41.** 唔好喺你兄弟傷心嘅日子攻擊佢,亦唔好增加佢嘅悲傷。

**42.** 唔好對你兄弟懷恨;經上寫住: *「懷恨之路引向死亡。」* (箴言12:28)

**43.** 受唔到侮辱?保持沉默,你就會得著平安。

**44.** 要留意自己,免得急躁、易怒同埋報復心控制咗你──因為呢啲會令你過一個焦慮同混亂嘅生活。反而要培養大度、溫柔、 kindness 同埋一切合乎基督徒身份嘅品格,咁你先可以過一個和平同寧靜嘅生活。

**45.** 心裏面唔好存仇恨,對任何人都要唔以惡報惡;反而要培養愛,聖經將佢擺喺所有美德之上;因為經上將佢比喻成造物主自己,話: *「神就係愛」* (約翰一書 4:8)。

**46.** 主不會任憑一個跌倒卻心裏沒有仇恨或嫉妒的人繼續處於跌倒的狀態;祂會伸手扶他起來──因為他沒有拒絕愛。 另一方面,一個表面上似乎堅定,卻因驕傲而心高氣傲,並暗藏仇恨的人,並不安全;因為仇恨的黑暗蒙蔽了他的眼睛,使他看不見自己往哪裡去。

**47.** 唔好咁易發脾氣,免得冇故自醉,令自己被憤怒嘅激情所困。

**48.** 當鄰居得成功時能歡喜快樂,係完美嘅標誌;相反,當人被讚揚時卻憂傷唔滿,就係品格有問題、心懷惡意嘅徵兆。

**49.** 若不將美德溶於愛,就無法令美德達到完美(林前13:2)。冇咗愛,我哋就會偏離通往天國大門嘅正路,走得好遠。 所以我哋要流淚,好叫我哋得以從仇恨、嫉妒、驕傲同一切魔鬼嘅污穢中得釋放。對成功者嘅美德生嫉妒,係魔鬼嘅作為。仇恨已經喺魔鬼心中生根;佢哋最大嘅願望就係所有人徹底滅亡。 然而,聖徒效法主, *『願人都得救,明白真道』* (提摩太前書2:4);因為他們充滿了愛,就愛鄰舍如同自己。

**50.** 要多忍耐,好令你喺審慎上變得堅強。忍耐係一份奇妙嘅恩賜;佢可以驅走易怒、憤怒同輕視,令靈魂進入安寧嘅狀態。

**51.** 當有人誣衊你,就唔好衝動咁發脾氣;反而要即刻謙卑咁,帶住笑容,將你嘅惱火轉化成平靜。不過要記住,當你嬲到面帶笑容,只會令對方更加憤怒。所以,先要平靜自己嘅心,然後先笑住講嘢。火

唔可以用火嚟救。　而你,就要用愛心同和善去安撫嗰個惱火嘅人。如果弟兄因此仍未醒覺,我哋就會努力用其他各種方法去醫治佢,好叫佢最後唔會畀惱火控制,亦唔會令我哋向神所獻嘅一切祭物都變得不蒙悅納(太5, 23–24)。我哋要效法我哋嘅救主主耶穌,*佢「被人咒罵,卻不以惡報惡」*(彼得前書2:23),亦要效法大衛,喺示每譭謗佢嗰陣,就話:*「由佢咒罵啦,因為耶和華吩咐佢咒罵大衛……　願主不輕視我嘅卑微」*(撒下16:10、12)。

**52.** 唔好等太陽落山時我哋仲喺嬲,要饒恕所有欠我哋債嘅人,並要加強愛心,因為愛能遮蓋眾多罪過。　凡懷恨弟兄,又以為可以向神獻上任何供物,他所獻的,就如向狗獻祭,或如妓女的價錢。凡懷恨弟兄,又以為自己愛基督,他就是說謊的,自欺。

**53.** 如果你同你兄弟有爭拗,或者你兄弟同你有爭拗,就要和好。如果你唔咁做,無論你向神獻咩,都唔會蒙悅納(馬可福音11:25;　太5:23–24)。但如果你成就咗主呢條誡命,就要大膽咁向祂禱告,講:'主啊,照你成就咗我對你嘅誡命,就赦免我嘅債罟,正如我赦免咗我兄弟嘅債罟一樣!'　而愛人者就會回應:「如果你寬恕咗,我都會寬恕;如果你赦免咗,我都會赦免你嘅債。」

### *5. 論對憂愁的抗爭*

**1.**　有人被人誣陷或冤枉時,能忍耐到底,就好似將獅子關喺獸籠入面;但若果人去報復誣陷同冤屈,就好似自己用武器打自己。

**2.** 唔好灰心;因為我哋喺今生唔會永遠活。

**3.**　唔好畀憂愁入你心;*「因為世上嘅憂愁會帶嚟死亡,但照神旨意嘅憂愁會帶嚟永生。」*(林後7:10)

**4.** 一個出家人若能準備好勇敢地承受任何可能發生嘅事,就會只感受到少少嘅悲傷。

**5.** 唔好畀憂愁入你心,要喺主入面得安慰。

**6.**　如果你受到誣陷,之後你良心嘅純潔被證明,就唔好自大,而要謙卑咁事奉拯救你脫離人嘅誣陷嘅主,免得你跌入可悲嘅墮落。

**7.**　一個欺騙性嘅靈,一旦受讚美就變得自大,一旦受侮辱就大發雷霆;但一個好嘅靈,既唔因讚美而喜悅,亦唔因侮辱而惱怒。

**8.** 只要以愛為本,忍耐就無窮盡。

**9.** 憂愁的日子,你要堅定依靠主,祂好在憤怒的日子保護你。

**10.** 唔好嘲笑受苦嘅人,亦唔好見到人走偏就開心,免得主向你發怒,喺悲傷嘅日子你冇人保護。

**11.**　唔好以為淨係你一個人受嘅苦多過其他人。就好似人活喺世上避唔開空氣,咁樣活喺呢個世界嘅人亦都避唔開悲傷同病痛嘅試探。　凡心掛住世上事嘅人,就受世上嘅憂愁;而凡追求屬靈事嘅人,就因屬靈嘅緣故受苦。但後者將會蒙福,因為佢哋喺主裏面結嘅果子豐盛。

**12.** 如果我哋係救主上帝嘅擄人,就唔會羞愧去承受憂愁嘅鎖鍊,反而會歡喜咁忍受,等候佢由天而降,將我哋數入聖徒嘅行列;因為同佢分擔痛苦嘅,亦會同佢分擔安慰(林後1:7)。

**13.** 凡在日下之人,現今有兩種憂愁纏繞:為神憂愁與世俗憂愁;人若要走完今生,就無可避免其中之一──或不得為神憂愁,或不得世俗憂愁。 ── 世俗的憂愁是沉重的,且毫無賞賜;但為神憂愁卻帶來安慰,並因永生之約使我們更加喜樂。當你陷入前者時,就當速速將它轉為後者──如此,你便能將那撕心裂肺的憂愁從你心裏趕走。

**14.**　如果你正謙卑敬畏地行神嘅事工,仇敵為咗阻撓你過義嘅生活,就煽動一班無知嘅人向你攻擊,你都唔好驚、唔好灰心,亦唔好偏離正路。　*「等候上主」*(詩篇26:14),神所揀選者,好叫而家譏諷你嘅人,都因你榮耀嘅救恩而驚愕,就如經上所寫:*「義人死時,得享平安。」*(智慧篇4:7)

**15.** 就如煉爐的火試驗金銀,照樣,人在患難中受試驗,得主為幫助者。

**16.**　我哋唔好驚試煉,而要大膽咁爭取喺基督裏更高呼召嘅榮耀。因為主會賜冠俾所有愛佢嘅人。

**17.** 凡想出家,卻不能忍受侮辱、恥辱和失喪,就永遠成不了和尚。

**18.** 要大度地承受侮辱同誣衊,將「壞」名當作「好」名,將最不配得嘅名當作最悅耳嘅名。 ── 人應該時刻記住:*「主嘅僕人唔可以好爭吵,而要對人溫柔。」*(提後2:24)

**19.** 如果你啱啱病咗,就唔好用冇用嘅藥方或者靠人嘅保護;反而要忍耐,等候上帝嘅憐憫,等祂喺凡事上引領我哋;因為有時連肉體都要受吓教訓先肯醒過嚟。　凡事都要討主喜悅,*因為「祂顧念我哋」*(彼得前書5:7)。當人病咗,佢嘅心靈就會更加尋求主。　為乜嘢責備係好事?只要受責備嘅人感恩就得。嗰個人肯定會講:*「神賜福畀我,我哋就當接受;祂使我受苦,我哋豈可唔接受呢?」*(約伯記2:10;1:21)

**20.**人喺試煉嘅時候唔可以灰心,而要繼續警醒禱告同做好事──好似航海嘅人,一旦風暴來襲,就緊盯住一切,保持警惕,並呼求上帝幫助。　主並不輕視真心呼求祂的人。所以,當悲痛臨到我們時,也要投靠主,正如經上所說:*「主啊,我們在苦難中記起你。」*(以賽亞書26:16)　海唔會成日都風平浪靜;呢段人生旅程,要避開試探根本唔可能。但如果我哋緊緊抓住對主嘅信心,好似舵一樣,佢就會引領我哋進入生命嘅港灣;到時,我哋卸下一切勞苦,就會被賦予生命同不朽。

**21.** 如果悲傷臨到我哋,就等我哋期待喜樂嘅來臨。　我哋可以將海上航行嘅人作比喻。當風起浪湧、暴風驟然襲來,佢哋就同巨浪搏鬥,等待風平浪靜;當海面平靜,佢哋又等待下一次風暴;所以佢哋時刻警醒,免得突如其來嘅大風將佢哋措手不及,拋落海裡。我哋都要咁做。　當悲傷同苦難臨到我哋,就當向神求得安慰同幫助,免得悲傷持續到我哋以為冇咗得救嘅盼望,而令我哋死亡。同樣地,當我哋歡樂時,就要預備好悲傷,好叫我哋喺喜悅中都唔會忘記眼淚。

**22.** 要喺試煉同悲傷中堅定不移,抵抗煽動你嘅慾望,好似未燒嘅磚頭,唔會畀雨水侵蝕,免得你發現自己根本冇你以為嘅堅定。

**23.**既然立志討神喜悅,就要多忍耐。回想從前的世代,你就會看見,眾聖徒都是因着不斷的忍耐,才得着應許。所以,我們要天天互相激勵,好叫我們也能夠和他們一同承受天國的產業。──因為我們的無信心,使忍耐離開我們。　要定心依靠主,作一個忠信的信徒,免得因极大的忧愁而失去你里面的力量。想像一下那些在流放、矿山和苦役中受尽折磨的人──为了主的名,也要甘心忍受临到你身上的苦楚。

**24.** 如果你要受苦,忍受它還不是最壞;但若繼續困於苦境,既沉重又危險。　如果你不在的时候,有人在背后议论你,后来有人来告诉你,某位弟兄议论你,这时,你要像智慧人一样分辨这是谁的试探,不可因弟兄而忧愁。　就對向你通報呢件事嘅人講:「雖然佢侮辱咗我,佢都係我嘅兄弟,而我本身都應得呢個侮辱;再者,佢唔係自願咁做,係仇敵搞嘅,想喺我哋中間播種仇恨。願主挫敗惡人嘅詭計,憐憫我嘅兄弟,唔好離棄我哋。」 – 如果你再次當面被侮辱,就唔好介意,亦唔好令自己心煩意亂。– 但當我哋因為自己嘅過失而畀人侮辱嘅時候,就唔好硬心,反而要糾正自己嘅錯處。

**25.** 如果安慰悲傷者的是屬靈的人,他來不是要害人,而是要帶給人極大的益處。但凡心思放蕩的人,一點益處都帶不來;事實上,他自以為來安慰悲傷者,卻反而令他們更加憂傷。

**26.** 你聽到一句不中聽嘅說話,就傷心。但如果有人按公義責備你,就當喜悅,因為佢係為咗你好先責備你,你要努力補救自己嘅過失。如果有人冤枉你?只要你平心靜氣咁承受,你嘅賞賜就會更大。使徒們就好似做咗壞事咁,喺城中畀人鞭打;但佢哋冇發怒,亦冇憤慨,反而歡喜,*因為佢哋「算係配得為祂的名受凌辱」*(使徒行傳5:41)。你哋都要歡喜,因為你哋都算係配得為祂的名受凌辱。

**27.**或者有個大意嘅人會話:「我咁辛苦之後先至遇到呢件事,真係好難過。」──主嘅僕人,你會唔會為呢件事難過呢? 你哋唔係應該由此認清,經過咁多年嘅勞苦,你哋嘅情欲仍然未被制服,然後由而家開始去制服佢哋咩?*「若有人自以為自己是甚麼,卻甚麼都不是,他自欺。」*(加拉太書6:3)　舵手嘅本領係喺風暴中先至顯露。凡係自誇「我已經做咗咁多年修道生活」,卻冇呢種生活方式嘅任何證據,就好似拎住未學識嘅行當工具。 ── 一有小小試煉臨到你,你就即刻離開修道生活,好似要拋棄呢條道路。你喺一瞬間就摧毀咗多年嚟嘅心血。── 唔好,兄弟,唔好向你嘅仇敵背叛;要堅定屹立,作戰,仇敵就會逃離你。　要穿上全副軍裝,戴上*「得救的頭盔」*,手執聖靈的*「寶劍」*,*「就是神的話」*(以弗所書6:17),然後奮戰,好叫內住你裏面的聖靈因你的英勇而喜悅。

**28.** 如果你連細微的試探都受不了,你又怎能承受大的試探?如果你不能勝過一個年輕人,你又怎能勝過一個成年人?如果你連一句話都受不了,你又怎能承受一擊?如果你受不了耳光或拳打,你又怎能背起十字架? 如果你唔肯背十字架,你又點可以同嗰啲講*「為你,我哋成日都畀人殺害,成日被人當作羔羊被牽去宰殺」*(詩篇43:23)嘅人一齊喺天上承受榮耀呢?　弟兄姊妹,難道我們忘記了共同的主為我們所忍受的苦楚了吗?祂被辱罵、被羞辱;他們對祂說:*「你被鬼附了」*──祂卻不發怒;他們稱祂為騙子,

扇祂巴掌,打祂,將祂釘在十字架上; 佢嘗過摻咗膽汁嘅醋,又畀長矛刺入肋旁。佢為咗我哋嘅得救忍受晒所有呢啲。而我哋──可憐嘅可悲嘅我哋──連一句侮辱、一個字都唔肯為佢受,佢為我哋受咗咁多苦。

**29.** 凡是願意討神喜悅,並藉着信心成為神家業的承受者,好使他能被稱為神所生的孩子、聖靈所生的,就必須首先穿上和善與忍耐,勇敢地承擔一切悲傷、不幸與艱難, ──無論係身體嘅病痛同苦楚,定係人哋嘅侮辱同冤枉,或者係邪靈為咗令靈魂放縱、懶散同急躁,從而阻止佢進入生命嘅各種隱藏憂愁。 然而,呢一切都係出於上帝嘅預旨, 佢容許每一個靈魂都受各種憂患嘅試驗,好叫凡全心愛神嘅人,能夠透過堅毅地忍受一切,並且唔失對神嘅盼望,反而憑住恩典、信心同忍耐,不斷期待得釋放,而令佢哋得以彰顯。 —好等佢哋經過各種試煉之後,就可以成為配得上天國嘅人。

**30.** 任何一個靈魂,如果唔夠堅強,唔能以堅定嘅信心去忍受一切誘惑同一切悲傷,反而變得憂鬱、絕望、憤慨、焦慮,並且忽略咗抗爭,甚至徹底絕望; 就好似一個已經冇咗得救嘅希望;因為佢冇辦法用堅定不移嘅信心去守住嗰份等待上帝憐憫嘅盼望,所以絕對唔配得生命;因為佢冇跟隨所有聖徒,亦冇踏上主嘅足跡。 你睇吓,自古以嚟,教父、先祖、先知、使徒同殉道者,行過呢條充滿誘惑同悲傷嘅路,佢哋因此得神喜悅,並獲得豐厚賞賜。

**31.** 神並不容一個信靠祂並有忍耐的靈魂,被引誘到絕望的地步,即陷入它所無法承受的試探和憂愁之中(林前10:13)。 邪惡者亦不會按自己心意去試探或壓迫靈魂,只會按上帝所允許的程度行事。只要靈魂勇敢地承擔一切,以信心堅守盼望,並期待從上帝獲得幫助與安慰,就絕不會被遺棄。 相反,靈魂越努力,以信心和盼望歸向神,無疑地期待從祂得幫助和拯救,主就越迅速地將纏住牠的各種憂愁除掉。因為祂知道靈魂必須受多少試煉和誘惑──祂只允許到那程度。 如果一個陶匠整好咗器皿,卻唔放入窯去燒,令到佢哋燒硬唔到,就唔適合人使用。 但就算佢放入窯入面,佢都知道要焗幾耐先至夠火候,唔會多餘咁長時間唔拎出嚟,免得焗過頭而裂開;亦唔會太早拎出嚟,免得未夠火候,用唔到。 而家,如果人哋喺處理短暫事物時都能夠有咁嘅洞察力同知識,神喺試煉同誘惑中對嗰啲想討祂歡心、渴望得着永生嘅靈魂所需,又豈會唔知道呢?

**32.** 就如麻要經過多次打擊先至適合紡成細絲,但打得越多,就越純淨,越適合紡: 同樣地,一個愛神嘅靈魂,當佢受盡種種誘惑同試煉,並勇敢地承擔悲傷時,就會變得更純潔、更適合進行屬靈嘅追求,最終更蒙認為配得天國嘅承受者。 – 憂愁和試探使靈魂品行端正、堅定不移,只要它勇敢、甘願且信靠上帝,堅定不移地等待主和祂的憐憫與解救。

**33.** 受苦作為試驗,被邪靈以各種方式折磨──無論是暗中,透過內心深重的憂傷或邪惡的思想,還是公開,透過肉體的痛苦──若能堅毅地忍受,保持盼望,並等待主所賜的賞賜; 佢哋將被視為配得上公義嘅冠冕,喺審判日喺上帝面前嘅膽量同殉道者一樣。因為喺患難中受嘅苦楚都一樣,無論係有人喺十字架上受苦,定係畀惡靈折磨。

**34.** 如果仇敵無法將人引入罪惡,或以心思念念將人打倒,就會向那人施加憂愁,以混淆他的心智,然後才在他裡面播下任何他所喜悅的種子。 即使如此仍未能將他們引向邪惡,它便賜予他們人生中的一切安慰;它高舉他們,引領他們進入一個更大的迷思,這比所有情慾更危險、更糟糕,因為它令人生出驕傲,將人拖入感官享樂的深淵,並驅逐對上帝、對自身軟弱以及對死亡時刻的記憶。 佢洞悉一個人嘅傾向,然後反對佢,用各種不義嘅方式去對抗佢。

**35.** 凡事都出於神──無論是善是苦;但有的是出於祂的喜悅,有的是出於祂的預旨,更有的是出於祂的許可。出於祂的喜悅,就如我們行義時;因為神喜悅行義者蒙受忍耐的冠冕; 為咗管教,當我哋犯罪之後被糾正;以及在上帝許可之下,即使被糾正後仍不悔改。—再者,為咗管教,上帝懲責我哋呢班犯罪者,好叫我哋唔會同世人一齊被定罪,正如使徒所言:*「我哋蒙主懲責,免得同世人一齊被定罪。」* (林前11:32)。──此處所指為:*「城中無一惡事,非主所命」* (阿摩司書3:6);例如饑荒、瘟疫、疾病、戰敗與戰爭;因為這些都用以潔淨我們脫離罪惡。 – 但係,上帝容許,並將嗰啲唔願意過無罪生活,或者雖然受勸告但唔肯悔改,反而堅持犯罪嘅人,完全交畀 。 *「然後上帝就將佢哋交畀一個被敗壞嘅心思」*,即係畀佢哋自由*去做「唔體面嘅事」* (羅馬書1:28)。

### *6. 關於對絕望的抗爭*

**1.** 一個成日埋怨嘅人,乜嘢都做唔掂,亦冇心機去做。佢好懶散,成日搵藉口推卸責任。仲會影響其他人,講:「呢樣有咩用?嗰樣有咩用?全部都冇用。」

**2.**懶人如果叫佢唱詩,就覺得煩;如果叫佢通宵禱告,就搵藉口話肚痛同頭痛。如果被勸告,就話:「你自己去學啦」;如果有人教佢,就大叫:「我識啦」。

**3.** 能夠做工的人,就不可懶惰地靠人家的飯吃,因為使徒說:*「我凡事都自給,凡事都能自足。」*(林後11:9)

**4.** 埋怨嘅修士會受好大傷害;但凡有勇氣堅忍一切嘅人,就會承受喜樂。

**5.** 如果絕望嘅心靈向你襲來,就唔好離開你嘅家,要用忍耐去抵擋呢種心靈。唔好畀嗰個要你四處遷徙嘅念頭說服。因為如果你向呢個念頭屈服,你就永遠都冇得忍耐。

**6.** 但係,修道者要咁講:「呢度有爭吵同艱苦,而嗰度(喺某個地方)有寧靜同無憂無慮嘅生活。」(心裏諗住搬去嗰度)。你知唔知邊個同我哋作戰?唔係我哋嘅仇敵魔鬼咩?佢*「行遍全地」*(約伯記2:2)。 因為無論你去到邊度,都仍然喺天底下;所以,魔鬼到處都可以侵擾你。咁樣,留喺原地*「抵擋魔鬼,魔鬼就會離開你」*;反之,*「親近神,神就會親近你」*(雅各書4:7-8)。

**7.** 懶惰嘅和尚搵藉口話:「今日我住喺度,聽日我先去另一個地方;咁我幹嘛要辛苦呢?」

**8.** 懶惰嘅和尚為自己搵嚟好多藉口──而瞌睡嘅人就會惹上麻煩。

**9.** 不斷搬嚟搬去嘅人會生出虛浮嘅念頭;但留喺一處嘅人就更得安寧。

**10.** 四處遊走嘅和尚,除非保持清醒,否則唔會冇麻煩;但係留喺自己被召去嘅地方,就更容易搵到平靜。

**11.** 懶散雖然睇落好舒服,但後果苦澀;做嘢雖然會劫,但做完之後就會開心。

**12.** 一個懶惰又自私(自怨)嘅和尚,一睇到有嘢要做就走咗佬,但到食晚飯時又排喺第一輪。

**13.** 時時記住死亡同懲罰,就好似一把劍去對付絕望呢個魔鬼。

**14.** 各種沉重嘅負擔之中,灰心最重,尤其係夾雜住不信;因為佢嘅果實充滿致命嘅毒性。

**15.** 你,和尚,離開咗你嘅寮房,喺世上遊走。你唔驚*「城中無法、城內有爭吵」*嗎?(詩篇 54:10)

**16.** 邊個比一個坐喺泉邊卻唔肯伸出手嚟掬水解渴嘅人更懶散?──又有邊個比擁有本書卻唔肯讀佢嘅人更疏忽?

**17.** 你要費啲心力教想學識讀書嘅人,等佢哋讀到神嘅奇事,就可以讚美祂奇妙嘅名;神就會成為你嘅賞賜。

**18.** 灰心嘅和尚會畀懶散打敗;有耐性嘅時候又會畀驕傲打敗;但真係鍾意主嘅人就會兩者都唔畀打敗。

**19.** 懶惰嘅和尚會喺好多方面蝕底,但係一個清醒嘅和尚連一小時都唔會浪費。

**20.** 唔好成日搬嚟搬去;反而要靠忍耐,喺你住嘅地方面對一切艱苦,從中受益。同我講,就算你同我行晒全世界,如果想得救,等緊我哋嘅,唔都係一間小房咩? 如果我哋冇耐性留喺團體嘅住所,又喺獨處中搵唔到寧靜,咁我哋最終喺邊度先可以搵到庇護?呢就好似話:「我頂唔順烈日,又頂唔順陰影。」我擔心到頭嚟,就連嗰個山洞都會收留我哋。

**21.** 心要堅定;心志軟弱與美德相違。若稍有灰心,切勿喪氣,當如一位好旅人,強迫自己向前。當旅客行路疲累時,他不會放棄繼續旅程的目標,只會安慰自己說:「已經快到啦;快到客棧就可以休息啦。」──主見到我們如此勉力前行,就會賜給我們力量,並減輕我們的困難。

**22.** 為咗養活自己,我哋要工作,並信靠上帝。唔好為工作而憂愁;好多人乜都唔做,反而畀自己嘅懶散壓得喘唔過氣。學識工作,免得日後要學識行乞。做嘢唔好偷懶。*「主係近嘅」*(腓立比書4:6)。

**23.** 當我哋坐喺自己嘅小房入面,唔好灰心,要提醒自己,聖徒殉道者喺經歷咗好多酷刑之後,都畀人用鐵鏈鎖住。所以,我哋唔好迴避小房嘅不舒服,亦唔好嚮往做工,要記住,好多聖徒都因為主嘅緣故被流放到礦場。 如果我哋活喺嗰個年代,真係會因為折磨而改變我哋嘅生活方式?真係會因為極度艱難嘅處境而拋棄我哋嘅信仰?

**24.** 堅守你所居住的地方,抵抗懶散。因為你不是靠改變地方或距離,而只靠心思的專注才能制服情欲。我们需要*「恆忍」*,好使*「我們既行了神旨意,就可以得着所應許的」*(希伯來書10:36)。 向絕望屈服的人,離忍耐就如病人離健康一樣遙遠。美德不是在絕望中,而是在忍耐中被認識。忍耐則在

心思忙於默想和神聖教導時,得以更新並加強。心思以這種方式滋養,就會變得強壯,正如身體因健康飲食而強壯一樣。　但如果心靈背棄呢份恩典同呢份尊貴,就會變得貧窮同軟弱。所以,你要拋棄對物質嘢嘅執着,喺呢個神聖嘅追求入面訓練你嘅心靈。　你亦毋須四處遷徙,或以無益之旅程勞累身心。因為*「天國喺我哋入面」*(路加福音17:21)。

**25.** 當你發覺自己讀聖經時覺得悶,又唔想聽屬靈嘅教導,就要知道你嘅靈魂已經患上嚴重嘅病。因為呢就係罪惡嘅開始,令受苦嘅人收割死亡嘅果。

**26.** 凡時時刻刻在心裏培養美好與良善思想的人,因著盼望勝過那與主之道修行者所抗爭的絕望惡欲,這人是有福的。

**27.** 凡在主的工作中,成為像勇士一樣,激勵懶散者,鼓勵心志軟弱者,行在主之道上的人,有福了。

**28.** 凡被絕望之情未曾打倒為無勇者,而能獲得完全忍耐者,眾聖皆因之蒙冠。

**29.**當灰心嘅靈困擾你,唔好畀佢嘅意念牽著走;要留喺神安置你嘅位,喺心裏面回味一下你初到修道院大門嗰陣對神嘅愛。　我哋要保持呢份同樣嘅愛直到最後,好似摔跤手咁,透過忍耐戰勝打擊佢嘅對手。因為*「到底到底的,就有生命」*(馬太福音10:22)。

**30.** 喺通宵守夜之前,有個念頭嚟到一位兄弟心入面:「今日休息啦,唔好起身去守夜。」但佢就對住個念頭答:「邊個知呢?或者你聽日都起唔到身;所以,你今日一定要起身。」　當佢做緊工嘅時候,又有個念頭冒出嚟:「今日休息吓,聽日先做。」但佢又回應話:「唔好,今日我要做,聽日就交畀主顧。」

**31.** 如果你被絕望困擾,就唔好灰心,要向上主祈禱,求祂賜你耐性。　禱告完,坐低,整理下思緒,用詩篇作者嘅話安慰你嘅靈魂:*「我心靈啊,你為乜咁憂鬱?你為乜咁困擾我?要將你嘅盼望寄託喺上帝身上,因為我仲要向佢承認,佢係我面容嘅救主,係我嘅神。」*(詩篇41:6)　又當對自己講:「我心啊,你為乜咁憂悶?畢竟我哋喺呢個世界唔會永遠住落去。聽吓詩篇作者點講:*『我喺地上只係寄居者,係陌生人,好似我所有列祖一樣。』」*(詩篇38:13)等到神心意一到,我哋都會同你一齊離去。　義人嘅生命喺佢哋死後先開始。就係因為咁,先知渴望將來嘅生命,先會講:*「鹿渴慕溪水,我嘅靈亦渴慕你,哦,神啊;我幾時可以去見你嘅面呢?」*(詩篇41:2–3)。　聖徒們視現世為監獄。正因如此,其中一位歡喜地呼喊:*「主啊,而今你使你的僕人安然離世。」*(路加福音2:29);另一人則宣稱,他*「渴望被釋放,與基督同在。」*(腓立比書1:23)。

**32.**天光一亮,弟兄就起身,禱告完就開始做工。然後,那惡的仇敵──魔鬼──就向他灌輸一個絕望的念頭。

**33.** 如果當灰心嚟到嘅時候,弟兄繼續工作同勞力,咁靠住恩典,佢就可以將灰心趕走。但如果當灰心嚟到嘅時候,弟兄唔以忍耐去抵擋,就會畀佢打敗,淪為佢嘅俘虜。　佢放縱自己嘅念頭,開始同自己講:「今日我唔舒服,唔太好。今日我就休息,聽日一早做兩日咁多嘅份量。」咁,喺呢第一日,兄弟乜都冇做,希望聽日一早補返今日嘅份量。　但係第二朝,嗰個憎恨良善嘅魔鬼,就畀佢帶來比前一日更深嘅絕望。於是,佢已經畀自己嘅念頭打敗,就起身放棄咗手頭嘅工作──要麼完全唔做,要麼就敷衍了事,完全唔係認真嘅工作態度。– 或者仇敵引誘佢走出修道室,叫佢到處閒逛。

**34.** 你無論做緊乜嘢,如果敵人喺你做緊嘢嗰陣帶畀你灰心,要對抗呢個敵人,就指出一樣相似嘅手藝(並補充:「你睇吓佢哋為咗暫時嘅嘢點樣勞碌?　「咁點解你唔肯為永恆嘅嘢勞力呢?」)。無論你做咩,都等住你嘅良心作證,你所做嘅係照神嘅旨意去做──咁你就會得救(脫離灰心)。

### *7. 論對虛榮心的抗爭*

**1.** 修行者,你要明白我所講嘅:我哋──你同我──外面要不得有敬虔,房入面卻放縱恣肆;免得我哋好似*「粉飾嘅墳墓」*(馬太福音23:27)。因為無論喺邊度,都只有一位同一嘅神,祂永遠得榮耀!阿門。

**2.** 自誇自己力量嘅和尚,就係最愚蠢嘅;和尚若自誇自己嘅能力,就係羞辱同譏刺嘅來源:*「那自誇嘅,當以主誇口。」*(林前1:31)

**3.** 你想攞到好名聲?*「行事要謙遜。」*(西拉希3:17)

**4.** 被人侮辱而唔覺得係美德;但為咗虔誠而感受到侮辱並忍受佢,就係美德。因為有話:*「懶惰人唔會蒙羞」*(箴言20:4)。

**5.** 好榮耀係靈魂嘅病,係邪惡嘅慾望。

**6.** 經上寫道:*「要叫義人稱讚你,不可用你自己的口;要叫外人,不可用你自己的嘴。」*(箴言27:2)。又說:*「銀子、金子是試驗人品格的試金石」*,而人*「被稱讚他的人的嘴所試探。」*(同上 21)。

**7.** 凡事要為主的名榮耀人,不可貪圖自己得榮耀,你就會蒙主悅納。

**8.** 切勿被一個只識討好眾人、卻不討好主嘅人所蒙騙。

**9.**我所愛的人,暗中遵守主命,主必在眾人面前報答你。

**10.** 你若見世上有一個人得咗好大嘅榮耀,就唔好為此驚訝;反而要為嗰個已經開始憎惡塵世榮耀嘅人而驚訝。

**11.** 你要小心,切勿因貪慕過份的榮耀而自取其辱;因為人真正的榮耀,乃是按神的心意行一切事,而最大的羞辱,則在於違犯誡命。

**12.** 唔好喺每件事上都爭住表現自己好叻,免得陷入虛榮,令自己去追求榮耀、憤怒同悲傷。最緊要係要喺所有事上都保持純樸同平衡嘅心態。

**13.** 唔好自誇,以花言巧語為榮;反而要宣講嗰啲冇學識、樸實人嘅經驗之談,咁你先可以成為基督使徒嘅門徒;因為以表面智慧自誇係被禁止嘅,尤其係基督徒。*「自誇嘅,當以主為榮。」*(林後10:17)

**14.** 凡為討人喜歡而行善者,所立的救恩根基,不是建在磐石上,而是在沙土上;所以,一旦降雨、河水暴漲、狂風(試探)吹來,就被自己的思想所傾覆。 如果佢哋唔跌,反而照正路行,就會變得非常自大;一旦跌咗,就陷入徒然嘅絕望。

**15.** *「所以人不可自誇。」*(林後10:18) 但先檢視你自己嘅行為:你真係過咗配得上你自己讚賞嘅生活咩?你有冇征服慾望、擁抱貧窮、憎恨讒言、放低對虛榮嘅愛、憎恨肉體嘅慾望, 你有冇憎惡肉慾,你有冇真係冇害過人,你有冇克服你嘅情慾,你有冇真係俾人侮辱都唔發脾氣,聽到人讚你又唔自大,你有冇用盡你所有力量去愛主,同埋愛你嘅鄰舍如同愛你自己?– 如果我哋冇遵守呢啲,咁我哋憑乜嘢可以自誇呢? – 我哋要喺主嘅憐憫前為此痛哭,好等祂醫治我哋剛硬嘅心,並加力畀我哋,使我哋得以過一個配得上祂嘅生命。

**16.** 我哋唔好喺人前作態,而凡事都要憑純潔嘅心去行;因為神知道一切隱藏同秘密嘅事,我哋只係向祂盼望得賞賜。

**17.** 一個虛浮嘅人,就算身家微薄,自封做王,都唔係真王;同樣,一個出家人暗地裡食嘢,喺大家一齊食飯嗰陣又偽裝自己係禁慾者同清淨者,都未算係苦行者。 佢編織咗一張欺騙嘅網──唔行聖徒嗰條義路,反而行嗰班想討好人嘅人嘅路。

### *8. 論對抗驕傲*

**1.** 自大的人受不得被人超越──遇到比自己強的人,就或嫉妒、或競爭。競爭與嫉妒並行不悖,凡是懷有其中一種情愫的人,兩種都會存在。

**2.** 懷有呢啲情慾嘅人會為他人嘅成功所折磨;但係擺脫咗佢哋嘅人就唔會因此而難過。咁樣嘅人當見到別人獲得榮譽時唔會動搖,當見到別人被讚揚時亦唔會不安,因為佢會將所有人擺喺自己之前,將每個人都放喺自己之上。

**3.** 冇咗謙卑,任何壯舉、任何自制、任何服從、任何唔貪婪、任何學習都係徒勞無功。

**4.** 驕傲呢個污穢嘅靈魂好狡猾、多面手,佢用盡一切方法去壓倒每個人:佢用智慧去引誘有智慧嘅人,用力量去引誘強壯嘅人,用財富去引誘有錢人,用美貌去引誘靚人,用藝術去引誘藝術家。

**5.** 佢亦都唔會放過以同樣方式誘惑過緊屬靈生活嘅人,佢設下陷阱──對已經出世嘅人,就喺佢嘅出世之中;對貞潔者,就喺佢哋嘅貞潔之中;對噤聲者,就喺佢哋嘅噤聲之中;對唔貪慕虛榮者,就喺佢哋嘅唔貪慕虛榮之中;對禱告者,就喺佢哋嘅禱告之中。總之,佢努力喺各處播下佢嘅荊棘。

**6.** 為對付驕傲,要更常讀以下及類似針對驕傲的經文: *「凡所吩咐你們的,你倆做完了,就當說:『我們不過是無用的僕人。』」*(路加福音 17:10) *「人若自以為是甚,其實不是,就自欺。」* (加拉太書6:3)。*「人若自以為是,卻仍係無知,就自欺。」*(約翰一書1:8)。*「凡勞苦擔重擔的人,可以到我跟前,我*

*就使你倆得安息。」*(馬太福音11:28)。 *「在我們卑微的時候,主眷顧我們;祂救我們脫離仇敵。」*(詩篇135:23) *「我自卑,祂就救我。」*(詩篇114:5) *「凡心裏驕傲的,都為耶和華所憎惡。」*(箴言16:5)

**7.** 你若身體健壯,就唔好自大,要謹慎。

**8.** 自高自大的人自取羞辱;行事卑微的人卻得榮耀。

**9.** 驕傲未降服你之前,先將驕傲的心思意念降服。狂妄未打倒你之前,先將狂妄的心思意念打倒。慾望未摧毀你之前,先將慾望壓制。

**10.** 唔好因為你兄弟嘅不一致就譴責佢,免得你自己跌入同樣嘅軟弱。

**11.** 冇謙卑心嘅初學者冇得用乜嘢武器去抵抗;咁樣嘅人最終會大敗。

**12.** 讓僧侶視自己為最卑微者──他就會獲得希望。因為*「自卑的人必被高舉,自高的人必被貶低」*(路加福音18:14)。

**13.** 對一個和尚嘅惡毒指責有:驕傲、無禮、冷漠、無恥、魯莽、易怒同愚蠢。

**14.** 如果你鍾意驕傲,你就會屬於魔鬼;如果你鍾意謙卑,你就會屬於主基督。

**15.** 自大嘅人會經歷好多悲傷,但謙卑嘅人永遠都會喺主入面喜樂。

**16.** 驕傲總求榮耀;但謙卑不以榮耀為高,也不以羞辱為憂,因為它等待主賜的賞報。

**17.** 驕傲矇蔽智慧人嘅眼睛,但謙卑卻以愛光照佢哋;因為主*「教導謙卑人祂嘅道路」*(詩篇 24:9)。

**18.** 人若信靠自己,就危險;但信靠主的人,必得拯救。

**19.** 喜好華麗服飾者,終自負;而一個自負嘅和尚,就好似仲未長齊羽毛嘅鷹仔。

**20.** 謙卑有智慧嘅修行者,行路輕快敏捷,就好似一位犀利嘅射手。

**21.** 就如鐵能煉淨並制服萬物,敬虔的謙卑亦能摧毀仇敵的計謀。

**22.**就好似矛對獵人、武器對戰士,謙卑對和尚一樣。

**23.** 驕傲對人嚟講好危險,無論佢以乜形式出現。唔好鍾意驕傲,因為佢冇半點好處。 每種軟弱都可以靠照顧而痊癒,但驕傲的病卻是難以醫治的惡疾;因為它拒絕療癒的良藥,反而自製致命的毒藥。願這病在基督的僕人中不被發現。

**24.** 你想成為偉大?– 就要做眾人中最卑微的(馬可福音9:35)。

**25.** 如果弟兄離開修道院,你心裏唔好藐視佢,亦唔好喺你眼中睇佢唔起眼:*「唔好藐視你出世嘅日子。」*(箴言 3:28)

**26.** 你要聽那一位說:*「你務要堅守,免得跌倒。」*(林前10:12)又說:*「不可自己誇口,要等神的稱讚。」*(林後10:18) 因為有好多人以為自己已經佔盡上風,掌握大權;但係最惡劣嘅人就真係變得最惡劣,而嗰啲絕望嘅人就得到咗恩典;因為上帝*「抵擋驕傲的人,賜恩給謙卑的人」*(雅各書4:6)。

**27.** 如果你見到一個人不順服、自大、*自以為有智慧*,那他的根已經半枯死;因為他沒有在自己裡面接受敬畏神所賜的養分。但如果你見到一個人沉默而謙卑,就知道他的根穩固;因為他被敬畏神所滋養。

**28.** 謙卑的成就大,榮耀也大,其中無墮落。謙卑的標誌,就如你自己接受幫助一樣,雙手接納弟兄所需。

**29.** 心志高大、行事乖戾的人必遇苦日子;但謙卑忍耐的人卻常在主裏歡喜。

**30.** 搵到一個謙卑又耐性嘅人,真係好難得;佢嘅善行無邊無界。

**31.** 凡自高過弟兄的,被魔鬼戲弄。

**32.** 雨水令雜草叢生,與世俗人交往會滋生驕傲。但敬畏主的人不會自大。

**33.** 如果你蒙賜恩賜,就唔好自大; 因為你所擁有嘅完美,一樣都唔係*「你*未從神度*領受過嘅」*(林前4:7);如果你唔照祂嘅誡命同旨意行,祂就會將祂嘅恩賜從你身上收返,畀一個更配嘅人:到時你就會好似一個啱啱蘸咗墨水嘅筆,被人奪走咁。

**34.** 人無論心裏幾咁自大,都仍然踏喺自己所出、最終要返去嘅塵土上;但主卻抬高卑微嘅人。

**35.** 狂妄招致敗落,謙卑卻得勝的獎賞。

**36.** 即使你喺弟兄面前證明自己潔白如金,仍然要自視為一個唔合用嘅器皿,咁你就可以避免驕傲,因為驕傲為神同人所憎惡。

**37.** 如果你見到弟兄犯罪,而翌朝遇見他,就不可藐視他,心裏當他為罪人;因為你不知道,或許你離開後,他跌倒後行了善,並以嘆息和苦淚向主認罪。

**38.** 我哋要唔好去定罪人;反而,我哋每一個人都要謙卑自己,用詩篇嘅話講自己:*「我嘅罪惡淹沒咗我嘅頭,好似重擔一樣壓住我。」* (詩篇37:5)

**39.** 萬軍之主──主啊,求祢不許我有憎恨順服和父親勸告的心;求祢從我身上除掉驕傲的意念;因為,主啊,祢曾禁止驕傲的人(詩篇118:21)。

**40.** 不但要使我目光卑微,更不可使我心高過人。

**41.** 如果兩個初學者同一位長老一齊住,喺主面前邊個更大?就係嗰個喺神嘅敬畏中,喺弟兄面前自卑嘅人。因為祂話:*「那自卑嘅人,必被高舉。」* (路加福音18:14),祂所講嘅係真理。

**42.** 凡想搬動石頭的人,必須將槓桿從下面插進,而不可從上面──如此,石頭便易於翻轉。──這就示範了謙卑!

**43.** 骄傲為神人所憎惡,但主必使謙卑人升高。

**44.** 不是尊嚴、榮譽或偉大引領人進入天國,而是謙卑、順服、愛、忍耐和善意──這些才是拯救人的。 你未聽過因為魔鬼自大,畀趕出天國?你未聽過佢因為反對上帝,被剝奪咗幾大嘅榮耀?

**45.** 謙卑嘅人唔會自誇或者自大,而係出於對主嘅敬畏去事奉祂。謙卑嘅人唔會強加自己嘅意志,違背真理,而係順服真理。 謙卑嘅人唔會妒忌鄰居嘅成功,亦唔會因為人跌落谷底而開心;相反,佢哋會同喜樂者一齊喜樂,同哀哭者一齊哀哭。謙卑嘅人唔會因為貧窮同缺乏而灰心,亦唔會喺富貴同榮耀時自大,而係始終如一,保持同樣嘅美德。 謙卑嘅人唔單止尊重比自己高位嘅人,亦都尊重比自己低位嘅人。謙卑嘅人唔會易嬲,唔會侮辱人,亦唔會同人爭吵。 謙卑的人不頑梗,也不懶惰,就算半夜被叫去做工都願意;因為他們已立定心志,順服主的名命。謙卑的人不嫉妒,也不欺騙,只以純潔的心事奉主,與眾人和平共處。 謙卑的人,若被責備,不埋怨;若被懲治,不失耐性;因為他乃是那為我們忍受十字架的人的門徒。謙卑的人憎恨自愛,所以不追求卓越,而是在世上自視為船上的一名過客。

**46.** 即使你研讀咗整本神聖經文,都要小心,唔好畀呢種違背經文嘅念頭令你自大;因為所有經文,都係神所默示,教導我哋謙卑。凡係有人所思所行,與佢所學嘅道理相反,就證明佢係一個犯罪者。

**47.** 如果驕傲、自以為是或財富的靈困擾你,就不可被它牽著走,反而要堅定地抵擋那邪惡又欺騙的靈的軍隊。 想像一下你心目中古代嘅建築、破落嘅雕像、生鏽嘅柱子──然後反思一下,呢啲建築嘅擁有者同建造者而家喺邊度;並努力討好主,好叫你被認為配得上天國: *「因為凡有血氣的,都如草,凡人的榮耀,都如草上的花」* (彼得前書1:24)。有咩比皇室尊嚴同榮耀更高更榮耀? 然而,連君王都會逝去,他們的榮耀亦同歸於盡。但凡被認為配得天國的人,就不會經歷這些,他們會與天使一同在天上安享和平與喜樂,免除一切疾病、憂愁和嘆息,在歡欣喜悅中讚美、榮耀並頌揚天國之王、全地之主。

**48.** 如果你係第一個到神聖禮拜,又留到最後一刻,都唔好因此自誇;因為驕傲就好似一個洞穴,裏面有條蛇盤踞,任何接近嘅人都會畀佢害死。

**49.** 我們不可自大,反而要謙卑自己。當連最微小嘅困難都能令我哋跪低,我哋有咩本事去自大? 所以,我哋要鍾意謙卑,免得主轉臉離開我哋。

**50.** 在各處、在一切作為上,都要有謙卑與你同在。就如身體需要衣服,無論外面是暖是冷;靈魂 likewise 都需要不斷地以謙卑為衣。 裸體赤腳都好過被剝奪謙卑;因為主會遮蓋鍾意謙卑嘅人。

**51.** 保持謙卑的心態,免得你攀上高處,又墮入可怕的深淵。

**52.** 謙卑的開始是順服。讓謙卑成為你回應的根基和衣裳;讓你言談簡潔而有恩典,滿有神的大愛。 驕傲剛硬、不順服、好背叛,受自己意念的支配。但謙卑是順服、柔和、謙遜,敬重卑微和尊貴的人。

**53.** 你既然揀咗敬虔嘅生活,就要提防,免得惡者打住敬虔嘅旗號,向你灌輸一個外來嘅念頭──即係虛榮同驕傲──令你唔肯同弟兄一齊勞作。你要同其他弟兄一樣工作,並守住你嘅敬虔。

**54.** 如果有個自大嘅念頭困擾你,就對同你纏鬥嘅念頭講:'離開我,邪惡嘅念頭。 我做過咩,或者以咩美德出眾,你先要喺我心裏播下呢啲念頭?聖徒 *「有人被石頭打死,有人被鋸鋸死,有人受試驗,有人被刀劍殺死」* (希伯來書11:37)。 主自己,萬有之宰,為我哋*忍受*十字架,祂視羞辱為無物(希伯來書12:2)。但我一生都活喺罪中,審判日我又點交得切賬?」──就係咁,你就可以將驕傲驅逐出自己。

**55.** 有位兄弟講:「我向主求咗一個謙卑嘅心,好等當我兄弟吩咐我做嘢嘅時候,我可以對自己講:『呢位係你嘅主人,你要聽佢』;如果另一位兄弟 吩咐我,我又可以再對自己講:『呢位係你主人嘅兄弟。』」 「如果有個細路仔吩咐我,我就會話:『要聽你主人嘅仔。』」──就咁樣,靠住恩典,抵抗住外來嘅念頭,佢安穩咁處理自己嘅事務。

**56.** 無畏會生出驕傲;而驕傲是違抗的源頭。謙卑和柔和將擁有者繫於對上帝的敬畏,好似一根柱子穩固地立在上帝殿中。

**57.** 你要提防自大嘅魔鬼,免得你陷入驕傲同不順服嘅心態,害了自己。留喺主嘅權下,用自己嘅手行善,唔使覺得羞愧。呢個細細嘅火爐──同你為主所受嘅苦楚──會帶畀你永恆嘅生命。 想像有人用一 ὑχμή 換取成千上萬金他斯;與將來等待作惡者嘅苦楚相比,修道生活嘅一切憂愁都係如此。你放棄少少,卻獲得好多。──所以,棄絕驕傲,主就會成為你嘅份。

**58.** 真正謙卑之人的特徵和標誌如下:視自己為一切罪人中最罪惡,在神面前一無良善;時時責備自己, 在每一個地方和每件事上;不譭謗任何人,也不認為地上有任何人比自己更罪惡或更疏忽,卻要常讚美並頌揚每個人;永遠不譴責、輕視或譭謗任何人;時刻保持沉默,除非有人發問或遇極大必要,否則不開口; 當被問話、有目的,或者有極大需要必須講嘢回應時,就要講得輕聲、冷靜、簡短,好似被迫又帶住羞愧;唔好喺任何事上過份表現自己,亦唔好同人爭辯信仰或其他任何事;如果有人講得啱,就同佢講「係」,如果講得唔啱,就回「隨你」; 要順服,要厭惡自己嘅意志好似佢係害人嘅;要時刻低頭望住地下;要將自己嘅死放喺眼前面;唔好講閒話,唔好講浮誇嘅說話,唔好講大話,唔好同上司頂嘴; 要樂於承受侮辱、羞辱同損失;要憎惡懶惰,鍾意勞動;唔好令任何人傷心,亦唔好傷害人嘅良心。呢啲就係真正謙卑嘅標誌;擁有呢啲品格嘅人是有福嘅,因為由呢刻開始,佢就成為神嘅居所同殿,神住喺佢入面──佢亦都成為天國嘅繼承者。

**59.** 罪人若只因自認係罪人,並唔係謙卑;謙卑係指:雖然你深知自己內裡有好多好偉大嘅事物,但你卻唔會對自己有任何偉大嘅想像。保羅就係咁嘅謙卑;然而佢對自己講: *「我自己一無所知」* (林前4:4),或者: *「基督耶穌降世,是要拯救罪人,我素來是罪魁」* (提後1:15)。所以,以功績自誇,卻在心裏自卑──這才是真卑微!

## 6. 苦行生活的一般教訓

**1.** 舌頭要節制──唔好講太多,唔好講廢話,唔好誣陷人;唔好用言語傷害人,唔好講粗口,唔好講閒話,唔好背後講人壞話,唔好八卦,唔好洩密,唔好管唔關自己事。

**2.** 耳朵要節制──控制自己嘅聽覺,唔好畀閒話左右自己。

**3.** 節制眼睛 – 控制視線,不可停留喺罪惡可悅或不雅嘅事物上。

**4.** 喺憤怒方面要節制──控制自己嘅脾氣,唔好突然爆煲。

**5.** 關於榮耀要有自制:唔好貪慕或追求讚賞同榮譽,唔好自誇,唔好自大,亦唔好對自己過份自豪。

**6.** 思想上要節制──要透過敬畏上帝去制服念頭,唔好屈服於誘惑同煽動性嘅念頭,亦唔好從中取樂。

**7.** 飲食要節制:唔好貪慕豐盛、甜美或昂貴嘅食物;唔好唔定時進食;唔好放縱食慾;唔好因為食物嘅質素而激起貪心;亦唔好一會兒想要呢道菜,一會兒想要嗰道菜。

**8.** 飲嘢都要有節制:唔好唔量咁飲,唔只係酒,連水都唔好;唔好追求飲啲精心調製嘅飲品;唔好搵各式各樣嘅飲品;冇必要就唔好飲酒;亦唔好去赴宴。

**9.** 有對罪惡慾望嘅克制──唔好屈服於突如其來嘅慾望衝動,唔好畀可恥嘅念頭佔據,唔好滿足肉體嘅慾望,而係要透過敬畏上帝嚟約束自己嘅情慾。

**10.** 聖賢長老留咗一套好精彩嘅懺悔同苦行規矩畀我哋,佢哋話:「唔好淨係今日禁慾,要為 tomorrow 預備筵席;唔好淨係今日飲水,要為 tomorrow 預備美酒;唔好淨係今日著毛衣,要為 tomorrow 著上好布料; 唔好淨係今日先溫柔謙卑,聽日就變得傲慢自大;唔好淨係今日先靜默順服,聽日就變得放蕩不馴;唔好淨係今日先啜泣號啕,聽日就變得大笑同冷漠;唔好淨係今日先喺光地瞓,聽日就喺軟床上休息。 但係,我親愛嘅,要遵守一條規矩,咁你就可以討好上帝,同時對自己同你嘅鄰舍都有好處。

**11.** 四十年或五十年之久,聖父們都未改變他們的規矩──即在飲食、言談、裸地而寢、謙卑等事上所保持的美善無瑕的自制。 謙卑、信心同愛心、唔貪慕、同埋不斷帶住眼淚同痛悔嘅禱告──就係咁樣佢哋潔淨咗自己。所以上帝住喺佢哋心入面,並且喺佢哋身上得榮耀。

**12.** 如果有人不潔淨自己,脫離一切惡行、不潔淨的心思、敗壞的慾望、憤怒、易怒、嫉妒、驕傲、虛榮、仇恨、讒言、定罪、閒談──總之, ──從一切神所憎惡的事,並且如果轉離這些事之後,他們不遠離它們;那麼神就不會住在他們裡面。所以,親愛的朋友們,讓我們潔淨自己,好叫神可以住在我們裡面──使我們配得祂的應許。

**13.** 你想知道你心入面有啲乜嘢?— 細心聽住!— 鍾意聽讚美係虛榮嘅表現;鍾意美食就證明我哋係大食客; 疏忽大意顯示我們懶惰;貪婪顯示我們不愛基督;嫉妒宣告我們心中毫無愛;我們責備他人時所感受到的快感,就表示我們充滿了仇恨。因此,那看不見的靈魂,就透過身體的行為顯露出來,顯示它是善還是惡。

**14.** 但舌頭卻是最無法控制的傳道者,宣講心所愛慕和所執著的事;我們心靈的祕密就從口裡透露出嚟。當口開得大而無防,言語就毫無節制地湧出,將心裏一切都暴露無遺。 所以,如果你想知道心裏嘅思想,就要留心口脣;從口脣,你會知道心所關心同追求嘅嘢──係屬地嘅,定屬天嘅;係屬靈嘅,定屬肉體嘅;係放縱,定自制;係貪婪,定知足;係謙卑,定驕傲;係愛,定恨。 由心靈的寶藏中,嘴唇向前來的人提供食物,而舌頭所關注的事就顯明心所愛的是什麼──基督,或這世界上的某樣東西。

**15.** 我哋嘅靈魂本性善良,但係會因自己嘅自由意志而變得邪惡。情慾係不自然嘅;佢哋係由邪惡嘅意志灌輸同培養而成──而習慣令佢哋變得同本性一樣強大。 本性係枷鎖;習慣就係意志。意志既然自由,就好似一個農夫,隨心所欲喺我哋的本性入面種下好同壞嘅習慣。 本性係我哋耕種嘅土壤;意志係農夫;而神聖嘅聖經就係嗰啲顧問同教師,教導我哋嘅農夫應該拔除邊啲壞習慣,培養邊啲美德。

**16.** 無論我哋嘅農夫幾咁清醒同熱誠,冇咗神聖經典嘅教導,佢都唔會強壯,亦唔會有知識。 神聖經典嘅教誨畀佢智慧同力量,並且由佢哋本身嘅枝頭,將好嘅美德接駁喺本性嘅樹上──即係:信心、盼望、愛、知識、勤力等等。但係如果我哋嘅農夫喺佢嘅驕傲中,決定拋棄佢嘅師傅同顧問,即係話, 神聖經文,佢就開始行差踏錯,將同本性格格不入嘅嘢接駁上去;我所講嘅就係:不信、無知、仇恨、嫉妒、驕傲、虛榮、好名、貪食、爭吵、口角同其他好多呢類嘢; 因為,佢離棄立法者,立法者亦離棄佢。但如果佢悔改,自責自己,並俯伏喺立法者腳前,說:「我離棄祢,犯咗罪。」 咁律法施予者就憑佢一貫對人類嘅慈愛,即刻接納佢,賜俾佢智慧,同埋力量,重新耕種佢本性嘅田地,將入面嘅惡習連根拔起,並喺嗰度種上美德。 而且,祂為此賜給他冠冕,並讚美他。

**17.** 咁你點解要出世,如果仲追求世俗嘅快樂,寧願要衫唔要赤裸,寧願要酒唔要止渴? — 你被召去打仗,卻想赤手空拳就去對敵;你本該警醒守望,卻沉沉睡去;你本該哀哭啼號,卻放縱大笑;你本該充滿愛,卻對弟兄懷恨。你被召去順服,卻選擇背叛。 你被呼召承受神國嘅產業,卻放縱心思意念喺地上嘅事,表現出狂妄自大,唔係謙卑柔和。

**18.** 弟兄姊妹們,我們是屬靈的商人,就如世上的商人一樣。商人每日都會計算盈虧;如果蝕本,就會盡力補回。同樣地,親愛的朋友,你哋每日,無論晚上同早晨,都要細心檢視自己嘅屬靈生意有幾多進展。 ──*「到咗晚上」*,就進入你心靈嘅聖殿,檢視自己,問自己:「我有冇以任何方式得罪神?我有冇講過閒話?我有冇大意?我有冇令弟兄傷心?我有冇論斷過人?當我口唱詩篇嘅時候,我嘅心思有冇飄向塵世事物?」 「有冇肉慾喺我心裏面興起,而我就歡喜咁放縱?有冇畀塵世嘅憂慮佔據咗我?」「如果你喺以上提嘅任何事上有所損失,就要努力補返嗰啲的損失;然後嘆息流淚,免得再跌入同一條陷阱。」 *「到咗朝早*,再次檢視自己,問:『今個晚上過得點?我嘅努力有冇收穫?我嘅心同我嘅身一樣保持清醒咩?有冇眼淚流出嚟?』「我喺跪低禱告嗰陣,有冇畀訓意攪到好想瞓?有冇邪念冒上心頭,仲係我帶住快感去諗佢哋?」如果你畀呢啲嘢打敗過,就要努力醫治自己;守住你嘅心,免得再受同樣嘅折磨。 – 如果你夠警醒,就可以保住你嘅寶藏;咁樣你既可令主喜悅,又可造福自己。

**19.** 留意自己,免得畀懶惰打敗;因為懶惰氾濫就係衰敗嘅開始。向蜜蜂學習,觀察佢奇妙嘅秘密,點樣喺遍地盛放嘅花朵之間採集辛勤嘅成果。要用你嘅心思去體會呢隻渺小生物嘅奧秘。 就算世上所有聖賢、宇宙所有哲人都聚埋一齊,都估唔到佢嘅智慧。 凡有智慧的人,看見牠的勞碌,都讚美造物

主,驚嘆竟然有如此多的智慧出自這樣渺小的一隻生物。同樣地,我親愛的人啊,要效法蜜蜂,從神聖的經文中為自己收集豐盛而永恆的寶藏,並將它們送往天國。

**20.** 一個和尚就好似一個上戰場嘅武士,全身披掛齊全,保持警惕直到勝利,提防敵人突襲,如果唔小心就會畀人擄走。 同樣地,如果一個和尚放鬆自己,變得懶散,就會輕易被敵人擒住; 因為仇敵會在他心裏種下不純潔的念頭,而他卻歡喜接受──我所指的就是驕傲和虛榮的念頭,以及嫉妒和定罪、貪食和無止境的睡眠,而且,仇敵更會驅使他陷入絕望。 但如果一個修士時刻保持警醒,就會得著上帝恩典的幫助,上帝教導他如何取悅祂,使他既能討上帝歡心,又能讚美上帝。 就好似一個人照鏡,既係睇鏡嘅人,又係被睇嘅對象;同樣地,當恩典喺一個人身上安息,並住喺佢心入面,佢就既榮耀嗰個人,又被嗰個人所榮耀。

**21.** 冇咗恩典嘅幫助,心靈喺自己入面搵唔到足夠嘅力量,亦無法充滿痛悔,喺主面前好好咁認罪;相反,人貧窮、冇品德,可憐同污穢嘅念頭喺佢心入面生根,*就好似「夜梟棲息喺破敗嘅建築上」* (詩篇101:7)。所以,人要呼求恩典,當恩典降臨,就可以光照他──人要潔淨自己,尋求恩典住在他裡面並幫助他; 並因著恩典,他會喺各樣美德上都興旺,並且因著恩典的啟示,得以明白將來時代祝福的種種美好與榮耀。恩典就成為他的城牆和保障,保護他脫離本時代,進入將來時代的生命。

**22.** 努力追求完美嘅美德,以神所鍾愛嘅一切作為裝飾(呢就係愛)。呢種美德稱為唯一美德,卻包羅咗所有美德嘅美好同多樣性。 正如皇家冠冕離不開珍貴寶石同精選珍珠,呢種單一美德亦離唔開各種美德之美。佢完全就好似一頂皇家冠冕。 就好似後者,如果少咗一粒 寶石或者一粒珍珠,都唔能夠照耀皇室頂上;同樣,呢種獨一無二嘅美德,如果少咗其他美德入面任何一樣美,都唔可以叫做完美嘅美德。

**23.** 又好似精緻嘅美食,用盡各種高級香料去調製,但係一定要有鹽先至夠味。 就好似呢啲精緻嘅菜式,如果冇咗鹽,就唔適合食用,亦都難以下嚥;同樣地,呢種美德,就算裝飾咗各種美德嘅所有美好,如果冇咗對基督同埋鄰舍嘅愛,都係完全唔吸引。

**24.** 佢又好似一個完美同靚嘅字母表,入面嘅字母全部都係精雕細琢、華麗裝飾,但如果連一個字母都拎走,就完全冇用。同樣地,呢種美德如果失去任何一種其他美德,都變得毫無用處。

**25.** 又好似一隻展翅高飛嘅巨鷹,一睇到網入面困住嘅獵物,就全力俯衝落去;但係佢太心急想攞獵物,爪子就糾纏住,就因為呢件細微嘅事,所有力氣都用唔到:雖然表面上成隻身軀似乎自由,喺網外面,卻其全身之力盡被漁網所縛。同樣地,此德若被塵世之物所縛,則窒息、衰弱而滅,不再能高飛;因為它被釘死於大地。

**26.**就好似一個人潛入深海去搵珍貴罕見嘅珍珠,一旦搵到,就浮上水面,急忙游返岸上去享受大財富。 同樣地,你要脫去呢生所有污穢,著上呢種美德,並以佢為裝飾,晝夜警醒,免得畀人剝奪。 凡擁有呢種美德嘅靈魂,冇乜不幸可以撼動佢──唔論係飢餓、赤裸、絕望、病痛、貧窮、迫害,定其他魔鬼嘅誘惑。如果佢保持警醒,就會因此而更加成長,並獲得冠冕,持續喺上帝裏面興旺並蒙受光明。 就連死亡都無能力傷害佢;相反,當佢離開身體嗰刻,天使會歡喜喺天上迎接佢,並引領佢到光之父嗰度。

**27.** 父同子,連同聖靈,一齊為佢歡喜。父為佢歡喜,因為佢愛咗父,除咗父以外,佢冇愛過其他人。父嘅獨生子為佢歡喜,因為佢渴慕佢,除咗佢以外,佢冇尋過其他人。 聖靈為佢歡欣,因為佢已經成為聖靈嘅聖殿,聖靈喺佢裏面安居。天同天軍都為佢歡欣,佢哋齊聲俯伏,讚美父、子同聖靈,因為佢以天使嘅美德,披上義嘅華美。 樂園為她歡欣,因為她已承受了它作自己的基業。榮耀和光華歸於那獨一良善慈愛的神,祂憑着祂的良善,賜給我們祂的國度。

**28.** 我們要在这短暫的时期里保持警醒,努力工作。黄昏近了。賞賜者要榮耀地降臨,按各人所行的賜賞。小心,免得你们中有人既得成功,又自滿自足,因而失去救主那無限的賞賜。 和尚就好似一塊耕種嘅田,經過甘霖同露水滋潤而茁壯成長,結出喜悅嘅果實;到咗收割嘅時候,農夫就好擔心冰雹同野獸會將田地破壞。 當農夫喺收割時攞到回報,將割下嘅果實入咗倉,就會好開心、好喜悅,仲會感謝上帝。同樣地,喺呢個肉身入面,和尚都要關心永恆生命,要一直修行到最後一日,免得因為疏忽而令一生都無所收穫。 當佢完成咗自己嘅工夫,好似農夫一樣,將自己嘅勞作果實帶到天上,就會為天使帶嚟喜樂同歡欣。

**29.** 想像一下,有人正喺王面前同祂傾偈,聽到同佢一樣嘅僕人呼叫,就拋低同王嘅嗰段奇妙同榮耀嘅對話,去同嗰個僕人講嘢;詩篇唱嘅時候,傾偈嘅人就好似咁。親愛嘅弟兄姊妹,我哋要謹記,我哋而

家係喺邊個面前站立。　正如天使喺祂面前存大敬畏,唱詩讚美造物主,我哋喺詩篇歌唱時,都要存敬畏嘅心。唔好到我哋嘅身體雖然喺度,但心卻飛咗去其他地方。

**30.** 有三種行為會助長邪惡,第四種則不屬於善行:年輕人違背長輩;長輩嫉妒後輩的成就;虔誠者被引誘行不雅之事;以及方丈因自己無知而壓迫並加重弟子的負擔。

**31.** 三種行為能增長善功,第四種則在主前及人前都蒙悅納:弟兄們在謙卑與真理中同心;弟兄彼此以敬畏主的心教導對方;年幼者如對主人般順服長者;以及院長愛弟兄如同愛自己,並真誠關懷他們靈魂的得救。

**32.** 如果你見到有人做買賣,就對自己講:'呢個人貪慕短暫之物,竟然要忍受咁多,只為咗攞到轉眼即逝嘅財物。「你呢個靈魂啊,豈會為永恆嘅事灰心呢?」──如果你見到人哋互相爭吵,就對自己講:「呢班人為咗冇任何益處嘅事,費盡心機互相爭吵。」　「你──我嘅靈魂啊,擁有咁多才能,豈會唔會如應有咁,轉向上帝,好叫你嘅債得以赦免?」──如果你見到有人用泥土建屋,就對自己講:「呢班人用泥土建屋,正努力去完成呢件事。」　「你──我嘅靈魂啊──豈會忽略咗永恆嘅居所?」但為咗唔好喺講完一樣又講另一樣嚟拖長我嘅說話,我就講一句:凡係我哋喺生命中見到嘅任何嘢,都應該用屬靈嘅心思意念取代世俗嘅思想同凡俗嘅推理,並憑住幫助我哋嘅恩典,我哋一定會得益。

**33.** 乜嘢係和尚?和尚就好似一個由高處跌落嚟嘅人,遇到條繩高高掛喺地面,就緊緊攬住佢,掛住佢,不停咁向主呼救,因為佢知道如果自己力氣用盡,雙手放開條繩,就會跌死。

**34.** 因為我哋唔肯為主嘅緣故忍受少少憂愁,就無意中陷入好多痛苦嘅憂愁。因為我哋唔肯為主嘅緣故放棄自己嘅意志,就令自己喺屬靈上受損。 因為我哋唔肯為主嘅緣故處於臣服同羞辱嘅地位,就剝奪咗自己得義人所賜嘅安慰。因為我哋唔理為主而畀我哋嘅勸誡,就令自己淪為魔鬼嘅玩物。因為我哋唔肯接受杖紀,就會有一間地牢等住我哋,喺嗰度冇人可以安慰我哋。

**35.** 那欺騙者──仇敵──以各種方式向我們注入毒素,並以他的詭計令我們跌倒。 有人禁食,卻投降於嫉妒和羨慕。另有人克制了可恥的慾望,卻被虛榮捆綁。又有人在守夜中表現出色,卻陷入了譴責的陷阱。有人遠離譴責,卻充滿了不順服和反叛。　另一個人禁食,卻沉溺於驕傲和自大;另一個人禱告不倦,卻任由易怒和憤怒控制自己;另一個人雖然在細微之事上取得成功,卻已經對那些比他更疏忽大意的人頤指氣使。每個人,或多或少,都受罪惡的捆綁──卻無人察覺。

**36.** 我哋嘅爭戰唔係對住有形嘅人,我哋可以保持警醒,保護自己。向我哋發動戰爭嘅係無形嘅。所以,對唔小心嘅人嚟講,危險好大;但對得勝嘅人嚟講,賞賜亦都好大。– 我哋要用智慧同佢哋交戰,並戰勝佢哋。　──如果敵人──我舉個例子──引誘我哋大吃大喝,我哋就用禁食去對付佢;如果佢喺我哋心入面挑起對女人嘅慾望,我哋就用忍耐去克服呢種感覺,敵人就會即刻走甩;如果佢激起我哋嘅憤怒,我哋就用和平嚟武裝自己; 如果佢令我哋心生煩躁,就用溫柔去對待;如果佢喺我哋心裏點起仇恨,就用愛去堅持;如果佢煽動我哋追求榮譽,就用謙卑去回應;如果佢煽動我哋追求光榮,就用自我卑微去面對;如果佢引誘我哋做白日夢,就用主嘅謙卑嚟提醒自己。 – 如果我哋以呢種方式抵抗仇敵,佢就唔會再抵擋我哋,反而會逃走,恩典就會歸返我哋。

**37.** 儉樸嘅愛好者啊,要留意自己,免得日子喺分心之中溜走。唔好喺心裏藏住欺騙嘅念頭,免得喺對抗仇敵嘅爭戰中,你嘅力量枯竭。　要時常將最甜蜜的主銘記心間,好叫你苦修的旅程得以豐收。要加緊你苦修的鬥爭;因為忽然之間,那日就會到來,勤力者將獲得冠冕,而懶惰者則會後悔。 趁仲有時間,就要修養美德;用眼睛敬畏,用耳朵聽真理,用舌頭講生命言語,用腳去探望病人,用心靈刻劃主嘅形象,用肢體實踐貞潔,好叫你喺天使同人面前配得更大嘅榮耀。　一棵無生命嘅樹,如果刻咗凡人君王嘅形象,都會受到尊敬;咁而家同將來嘅時代,一個有神同在嘅靈魂,又豈止百倍千倍嘅受人尊敬?

**38.** 朋友們,我哋一齊向主跪下,等佢賜我哋心靈嘅啟示,好讓我哋識破仇敵嘅詭計──我哋嘅對頭,佢憎恨一切美好嘅嘢。 因為佢喺我哋面前擺設絆腳石、試探、傷害、今世嘅誘惑、肉體慾望、對今生長壽嘅盼望、勞苦時嘅恐懼、禱告時嘅懶散、唱詩時嘅睡眠同肉體自滿。 但佢再勤力,我哋都太草率;佢愈搞惡計,我哋就愈疏忽,雖然我哋知道日子有限──榮耀嘅主快要嚟臨。

**39.** 我哋已經立誓要結生命嘅果。但係,要令我哋嘅果實成熟,就冇眼淚去滋潤;冇痛悔去令佢喺眼淚嘅氣息中茁壯成長;冇謙卑去保護佢免受烈日嘅炙烤;冇對塵世財物嘅超脫,免得任何相反嘅事物令佢沉重; 冇對上帝嘅愛──嗰條支撐果實嘅強大根基;冇對塵世事物嘅節制;冇警醒,冇因禱告而清醒嘅心思。呢啲美好而善良嘅美德之外,我哋有佢哋嘅對立面:有猛烈嘅憤怒同易怒,令到呢個受創嘅果

實冇咗任何用處; 有貪婪,令它沉重;有極大嘅灰心。呢啲一切逆境,會唔會容許呢個果實成熟到應有嘅程度,好令佢配得上佢嘅主人?

**40.** 為咗透過觀察每一個人嘅生活方式去效法佢哋嘅行為──即係話,每個人點樣懷住熱誠,向「*更高嘅呼召嘅榮耀*」邁進(腓立比書 3:14)──我哋就要喺一個人身上仔細察看完美同堅定不移嘅信心,在另一個人身上,對上帝的盼望;在又一個人身上,對主和鄰舍的雙重愛;又在另一個人身上,如何在敬畏上帝中站守崗位,防範一切邪惡行為,過一種既無可責備又無可指責的生活,反而因行為純潔無瑕而為人所稱讚。

**41.** 看哪,另一個人被敵人透過各種情慾攻擊,就逃到神面前禱告,並以愛和痛悔緊緊持住祂,領受了恩典的幫助,從不雅觀和不純潔的思想中得著拯救, —痛哭流涕,以眼淚同嘆息悔改所作所為,為罪惡悲傷哀悼,喺禱告同守夜中向神懺悔,以禁食、節制同悲痛忍受艱苦,並以呢啲武器努力自救。 所以你要努力奮戰,像個真正嘅戰士,要記住苦行唔係小事,得救只可透過極大嘅勤力先能達到。

**42.** 效法嗰啲完全捨離塵世嘅人──你就會輕易攀上高尚品德嘅巔峰。 當你見到有人對塵世財物完全放得下──佢哋拋棄一切,努力令心靈脫離所有牽掛,好讓自己可以無阻無礙咁投入禱告,亦唔畀任何念頭或憂慮打斷──就要盡你最大努力去效法佢哋。 凡以純潔的心、以愛和眼淚向神祈禱的人,就如在鏡中一樣,將神 Himself 映照在心裏。而這無價的福氣,卻是藉着貧窮、困苦和各種艱難的生活而得着的。「*引到生命窄門窄路,引到滅亡,大門大道。*」(馬太福音 7:14)

**43.** 在你嘅生活方式上效法聖人──有啲人喺敬畏上帝,有啲人喺謙卑,有啲人喺自卑同自我責備,有啲人喺沉默, 有人以溫柔,有人以和善的忍耐,有人以退讓和和平,有人以友善和心靈的合一,有人以清醒和謹慎,有人以悅人的禮貌、友善和寬容,有人以饒恕冒犯, 勇氣同大度;有喺英勇戰功同服從;有喺 manual labour 同服侍弟兄;有喺熱心同靈裏嘅火熱;有喺對世界完全超脫,每日都好似被釘十字架咁死去;有喺堅定嘅心志同對真理嘅愛;有喺貞潔同童貞。 亦要睇──喺有啲人身上,要睇佢哋嘅仁慈同樂於助人;喺另一些人身上,要睇佢哋嘅溫柔性格同善良;喺其他人身上,要睇佢哋嘅同情心同憐憫;喺其他人身上,要睇佢哋嘅公允同正義;喺其他人身上,要睇佢哋嘅樸實同謙遜;喺其他人身上,要睇佢哋嘅知足少欲同節制, 有人以質樸和坦率為特徵,有人以不間斷的禱告、詩歌讚美和淚河為特徵──總之,要喺每個人身上尋找討神喜悅的生活特質,並效法他們。

**44.** 我們要努力仰望上面的事,思想上面的事,常常紀念上面的事,全心專注於上面的事,與上面的事保持不間斷的交通──絕對不可將目光轉向下面的事,因為那裡有享樂,有這欺騙又摧毀生命世界的慾望。 我哋總要用心靈嘅眼睛仰望天上嘅事,小心翼翼,唔畀任何嘢──無論係邪惡嘅念頭定係其他令神不喜悅嘅嘢──入到呢隻眼嘅瞳孔,搞到心靈蒙上陰影。

**45.** 我哋要不住禱告,求主拯救我哋脫離魔鬼嘅詭計。因為呢啲念頭唔單止喺我哋獨自坐喺修道院小屋入面嗰陣壓倒我哋,就算我哋聚埋喺主嘅殿入面,佢哋都會強烈湧現; 令我哋甚至以不潔嘅目光望住人嘅身體;而嗰條蛇就藉住虛構嘅念頭,引我哋陷入可恥嘅行為。佢播下混雜嘅念頭,好令弟兄分心,無法以純潔嘅心去留心我哋救主──上帝最神聖嘅奧秘。 – 然而,透過守住眼睛,並保持心思警醒,貞潔的人在 —上帝的恩典的幫助下,克服了這一切。因此,人必須以極大的警覺心守住自己的心靈和感官;因為在今生我們進行一場偉大的戰爭,而我們的敵人非常兇猛。

**46.** 人唔可以放棄呢場爭戰。凡係同自己嘅情慾和好嘅人──佢哋點可以對付佢哋呢?因為佢哋已經將自己賣咗做罪惡慾望嘅奴隸,仲心甘情願向折磨者繳交貢品。 因為有仇敵就有爭戰;有爭戰就有奮鬥;有奮鬥就有冠冕。凡是願意從痛苦的奴役中得釋放的人,就當與魔鬼爭戰。聖人們在這次爭戰中得勝,就蒙受了天上的福氣。

**47.** 凡是想從仇敵的輕蔑中得釋放,並擺脫他那痛苦的捆綁的人,必須反對我們這位暴君的意願,並出於對造物主的大愛向他宣戰。 因為當佢哋唔係淨係用口,而係用心志對佢講:「魔鬼啊,我哋唔會再理你嘅聲音,亦唔會再服侍你嘅慾望。」嗰陣,佢哋就會展現出自己爭戰嘅英勇。但係喺爭戰期間,人要向神發出禱告嘅聲音; 好叫祂羞辱嗰啲追求邪惡嘅僕人。到時,就等呢個憤怒嘅折磨者點燃七倍嘅慾望火爐;盼望主嘅人,好快就會見到呢個火爐變成甘露──而嗰個曾經令人恐懼嘅折磨者,自己會喺佢哋面前發抖。

**48.** 有一位聖人說:「要思念善事,好叫你唔會思念惡事;因為心思唔可以空轉。」 – 所以,我哋要將心思放喺研讀神嘅話語、禱告同做好事上。因為沉迷於虛空嘅念頭會生出虛空嘅行為;而專注於美好嘅念頭就會結出美好嘅果實。

**49.** 即使你流不出可見嘅眼淚,都要有心靈深處嘅痛悔;因為就算係眼淚,都有分別。──但係那個人有福了,佢嘅心靈好似一面鏡,看見主,並且喺主嘅良善面前,同住眼淚一齊向祂獻上讚美;因為佢嘅禱告會被垂聽。

**50.** 如果你想成為器皿,就要在主裡對你的屬靈導師盡心順服,並存著謙卑。聖徒們的生活因順服而得著高舉,變得光彩奪目。 約書亞因完全順服摩西,被認為配得接續他;撒母耳在順服祭司以利亞時,蒙賜特權聽見上帝的聲音;以利沙因順服,蒙得師傅的特殊恩典。 上帝自己──道──成為肉身,過着卑微順服的生活,正如福音書所說:*「他都順服他們。」* (路加福音2:51)。 使徒又說:*「他自卑,順服至死,且死在十字架上。」* (腓立比書2:8)你已經立了美好的心志,所以要堅定不移,好叫主在天國裡,與謙卑柔和的人同升你高。

**51.** 有位兄弟,雖然仍然順服於佢嘅屬靈長老,但佢去搵另一位兄弟,講:「我想離開我嘅屬靈長老,自己去修習默觀。」對方答:「有個人有個仔,佢就交畀位師傅,叫佢教仔做手藝。 個細路仔就唔留神做嘢。過咗幾日,佢就返去同佢老竇講:「爹,攞我返嚟,唔好畀我留喺老師度,我自己一個人可以學得更好。」但佢老竇就同佢講:「如果你同人學嘢,都冇喺佢哋指導下學到嘢,你自己一個人又點可能做好任何嘢?」 「我見到你學呢門手藝好差,我好擔心我為你付出嘅努力都白費咗。所以,你就要認真做你嘅工作,喺師父嘅指導下好好練習,等你有咗本領之後,日後先可以靠佢謀生。」 – 所以,兄弟,我哋都唔好嘗試擺脫對主嘅順服之軛,免得我哋喺討神喜悅嘅事工上仍然生手,喺試探嚟到嘅時候就無力抵擋。

**52.** 當我哋克服咗自己嘅情慾,喺心入面連根拔出晒所有世俗嘅慾望,聖靈嘅恩典就會喺我哋心入面安息,照亮我哋嘅心,好似一支預備好、裝滿油又插咗燈芯嘅燈。 但如果我哋仍然受慾望奴役,沉溺其中,就好似冇咗油同燈芯嘅燈──我哋就坐喺黑暗入面。 所以,我哋要小心預備自己,去接受心靈嘅光;我哋要追求屬靈嘅生命,好等我哋嘅心靈──受聖靈管治──同我哋嘅身體──成為聖靈嘅同工──都可以喺我哋裏面得着聖潔。

**53.** *一則寓言。*兩個人向三十個斯塔地亞外嘅一個城鎮出發。當佢哋行咗兩三個斯塔地亞,就遇到路邊有一片蔭涼嘅林蔭,林中流水潺潺,有好多愜意嘅地方。 當兩個旅客行入呢度,其中一個想盡快到城鎮,就快步走咗過去;另一個就停低四圍望,結果落後咗。 環顧四周後, 佢都想去城入面,但因為驚熱,就留喺樹蔭底下。但係佢逗留嗰陣,享受住呢度嘅涼快,有隻野獸由森林走出嚟,捉住佢,拖去佢嘅窩度。 與此同時,另外嗰個人因為冇畀呢個地方吸引,就安全咁到達咗城鎮。──呢個寓言嘅意思係:兩個人就係嗰啲踏上虔誠道路、並且開始喺上面耕耘嘅人。路途中嗰個吸引人嘅地方,就係帶有誘惑嘅世界。 行過去嗰位就代表嗰啲對乜都唔理,只係急住*「向所追嘅基督更高嘅獎賞直跑」* (腓立比書3:14)。而畀靚景吸引住嗰位就代表嗰啲忘記咗目標,將心思由無形轉到有形。「熱」就係修德嘅艱苦。「嗰個人留喺一處,畀野獸害死」呢件事,就表示當人將心思放喺塵世嘅慾望上,罪就由呢個慾望生出,並攫住嗰人,好似兇狠嘅野獸咁吞噬佢──正如經上所寫: *「情慾一動,就生出罪來;罪既成就,就生出死來。」* (雅各書1:15)所以,我哋要逃避世俗嘅慾望,免得再次成為罪嘅奴僕。

**54.** 避免閒聊,免得你陷入可恥的念頭。正如好話有益於靈魂,惡話就敗壞它,正如使徒所說:*「惡伴敗壞好品行。」* (林前15:33)

**55.** 當你見到啲喺修道生活中懶散到老嘅人,你要非常小心,免得效法佢哋而行同一條路;又免得你自以為謹守規矩,就對佢哋心生傲慢,咁就等於畀驕傲得勢。 要聽從那說*「要小心自己」*的人,並謹慎地守護你的靈魂。

**56.** 唔好隨便同人講你嘅心事,只可以同你知佢哋係屬靈嘅人先講。因為魔鬼設咗好多陷阱。對屬靈嘅人,乜都唔好隱瞞,免得仇敵搵到把柄,住喺你入面。但係唔好同世俗嘅人傾計謀。

**57.** 人要遠避閒談,同唔敬畏上帝嘅人唔好打交道;因為佢哋講嘅嘢冇一樣有用,唔為主做嘢,亦唔講美德、虔誠或者純潔。佢哋嘅說話係致命嘅陷阱;佢哋嘅建議係地獄嘅深淵;同佢哋一齊就係靈魂嘅滅亡。

**58.** 小心唔好為咗人嘅榮譽、榮耀,或者為咗食物、飲品、衣物,而失去喺神面前嘅膽量;因為呢啲嘢都會衰敗,但係每個人──無論做好事定做壞事──所做嘅一切,都已經被記錄落嚟。 *「心思意念要放喺天上嘅事,唔好放喺地上的事」* (西3:2),咁你先可以承受天父嘅應許。

**59.** 世上君王嘅士兵為咗討好佢哋嘅君王會流血;但你哋唔需要流血──只要唔畀罪惡得勝,免得佢結出死亡嘅果實(羅馬書 7:5)。要警醒,兄弟,要警醒,並喺你嘅勞苦中堅持到底。 上帝並非不義,祂不會忘記你所作的工夫。就算你獨坐囚室,忍受艱苦,真理之光仍會照耀你。 *「你要打那美好的仗,得着那永生的冠冕。」* (提摩太前書6:12)好等你得勝仇敵,就可以無愧地敬拜榮耀之君。 因為主不但冠冕賜給因刀劍而死的人,和被虐待者之手所苦害的人,也同樣冠冕賜給在苦行和愛中證明自己有技巧的人。正如前者為主的名受辱,後者亦為主的名忍受了悲傷和苦行的一生。

**60.** 你要謹慎自己,*心裏「不可有任何邪惡的念頭」*。不可向邪惡的念頭屈服。 從前有一個人就因為喺荊叢裏隱瞞咗宣誓時嘅物件,結果受罰(約書亞記7:1–26);以利沙先知嘅僕人基哈西亦都同樣受罰。佢哋唔單止瞞住神,連人都瞞。佢哋嘅罪行係喺暗中犯,但懲罰就係公開咁收到。 一個被當眾用石頭打死,另一個則被麻風病所襲(列王紀下5:27)。因為所講嘅話絕對唔係冇原因: *「人種咩,就會收咩」* (加拉太書6:7)。

**61.** 仇敵用咩方法勝過我哋?我哋嘅情慾係點樣喺我哋裏面滋生?— 唔係因為我哋自己嘅不順服咩?— 當我哋被教導時,我哋唔理;當我哋被責備去糾正我哋嘅錯誤時,我哋就充耳不聞。 我哋對人隱藏,卻忽略上帝。可怕嘅蛇灌輸畀我哋「以言詞打敗」想糾正我哋嘅人嘅「智慧」;於是罪惡喺我哋裏面滋生,冇人同佢對抗。

**62.** 修士屬靈敗壞的開始,是笑和放蕩。噢,修士啊,當你看見這在你裏面,就知道你已經沉淪到罪惡的深淵。要不住地向上帝禱告,求祂從這死亡中拯救你。 笑同放蕩唔單止令年輕嘅和尚,連年紀大嘅都沉淪喺可恥嘅慾望入面。有一位聖人講放蕩係「 scorching wind;佢摧毀咗和尚嘅果實。」 而家,聽吓講笑嘅事:笑會令一個人失去應許畀哀哭者嘅福氣(馬太福音5:4),破壞內心嘅平安,得罪聖靈,傷害靈魂,並腐蝕身體。笑會驅走美德;佢唔會令人記住死亡,亦唔會令人諗起刑罰。

**63.** 哀哭的開始是自知。所以,我們的哀哭,不是為人,而是為那知道心靈奧秘的上帝,好叫我們從祂得福。 所以,我哋外表要喜樂,要因主嘅恩賜同聖靈而歡欣;但喺心裏要哭泣、哀號,懇求神赦免我哋一切罪過,並喺餘生直到最後一日都保守我哋遠離佢哋。眼淚造就並保護人;眼淚用淚水洗淨靈魂,令佢潔淨。 流淚生貞潔,斬斷慾望,強化美德。流淚討神喜悅,並從天使帶來安慰。

**64.** 你要專心於屬靈的事,好叫你裏面常存對神嘅紀念;但要憎惡閒聊,因為污穢同馨香唔可能同時並存。

**65.** 隱士遠離三種糾紛──視、聽、言;而專注的團體僧侶同樣遠離三種糾紛──買賣和強盜襲擊。但無論身處何處,都要自我警惕,保持良心純潔。

**66.** 唔好講:「我已經入咗寺院,我身上有天使嘅形象。」人所欣賞嘅唔只係表面嘅樣子,而係上帝本身;最緊要嘅係善行嘅果實。 – 所以,要好似一棵結滿果實嘅樹咁堅定,守住你美德嘅果實,免得 *「驕傲」* 嘅蟲鑽入嚟啃食你內心嘅謙卑;免得 *「虛榮」* 遮蔭你嘅虔誠;免得 *「憤怒」* 奪走你嘅溫柔; 「惱怒」唔會耗盡你嘅和善,「爭吵」唔會打亂你嘅安寧, /仇恨」唔會阻礙你嘅友誼,「記恨」唔會削短你哋嘅互愛,「怨恨」唔會破壞和諧, *「貪食」* 唔會阻礙你嘅禁食,「貪婪」唔會摧毀你嘅自制, *「粗心」* 冇阻礙你嘅勤力, /瞌睡」冇削弱你嘅警醒, *「灰心」* 冇壓低你嘅熱誠,「懶散」冇阻礙你嘅服侍, /「埋怨」冇減少你嘅順服, *「不順服」* 冇阻住你行順服嘅路,「閒談」冇勝過詩歌的唱誦, 玩樂未勝過讚美,笑未勝過哭,'淫亂'未敗壞貞潔,亦未有人將對金錢嘅愛勝過對唔貪慕虛榮嘅品格。 小心唔好比愛基督更愛你嘅父母,亦唔好喺世界嘅喜樂勝過喺天國嘅喜樂;唔好畀閒話嘅慾望驅使你嘅舌頭;唔好畀對任何人的嫉妒折磨你; 使欺騙不至玷污你心靈的純潔,使偽善不至剝奪你享受真福的喜樂,使偷竊不至使你被排除在國度之外,使虛謊不至阻止你進入乐园,使討好人的慾望不至摧毀你的大膽,使貪戀世俗的慾望不至奪去你對上帝的愛,使情慾不至熄滅你心靈的痛悔。

**67.** 人愈能約束同克制自己嘅意志,就愈能邁向成功;人愈頑梗堅持自己嘅意志,就愈會害自己。所以,唔好做自己意志嘅奴隸,而要順服上帝嘅旨意。

**68.**當你離開寮房去履行職責,或者同人傾偈,要守住你嘅眼睛,同時用虔誠嘅心思去激勵你嘅心,對自己講:「你唔係畫師,亦唔係出嚟學點樣臨摹人像。」 要留意自己。如果你嘅注意力畀感官佔據,你點可以用鏡咁清澈嘅心去思索天上嘅事,並喺紀念上帝時得到喜樂同歡欣?

**69.** 唔好偷窺人哋嘅罪過,免得你嘅虔誠念頭因而被自然腐蝕。

**70.** 練習默存;這會使你遠離許多惡行。要不斷記住罪人可憐的境況,恐自己也將很快被數算在內。

**71.** 我們不可自私;因為自私就好似枝幹,各種情慾都由此生長。然而,自私卻可被愛所根除,愛能將所有人拉近心靈合一,並將他們緊密結合為一。愛是一大寶貴的珍藏。所以,務要努力不離開愛。

**72.** 就如我哋關心自己嘅得救,我哋要向自己裏面嘅鄰舍,呈獻一個美德嘅榜樣:喺信心、愛心、忍耐、純潔、順服、謙卑同敬畏上帝方面,唔好畀惡慾捲走,而要努力喺屬靈嘅工夫上。

**73.** 要接受上帝嘅誡命,就要有鴿子嘅單純;要抵禦仇敵嘅詭計,就要有蛇嘅狡猾。

**74.** 明智地遠離有害嘅交往,令你內心得以安寧。

**75.** 唔好同演員一齊,免得你嘅思想畀佢哋腐化;因為佢哋嘅說話最有害。佢哋逼老人家似細路仔咁行,又引誘細路仔做違法嘅事。

**76.** 人一喊,就唔可能犯罪;真心悔改嘅人,唔會去策劃邪惡。真心悔改會令人流淚,而淚水之後,透過唔做邪惡嘅事,就會減少邪惡。

**77.**如果你年輕,就要習慣保持沉默同埋勤力。勤力會令你唔成負擔,而沉默會令你靈魂嘅光永遠唔會熄滅,唔會畀任何慾望同激情令佢黯淡。

**78.** 令一個人世俗化嘅,唔係頭髮亦唔係衣着,而係品行唔端同對塵世及污穢慾望嘅偏向,令靈魂變得卑鄙。

**79.** 唔係剃度或者袈裟先令一個人成為和尚,而係天國嘅願望同神聖嘅生活方式,當中先至顯現生命嘅圓滿。

**80.** 唔好喺試探未到之前就自誇;因為試探一旦嚟到,往往會令嗰啲自以為堅定嘅人蒙羞。所以人要保持警醒,咁先可以令心思意念免於跌倒。

**81.** 凡事行事作想,都要討神喜悅;若無此心,一切行為都失其價值。

**82.** 無論你住喺人群中,定係靜默咁同所有人隔絕,都唔好忽略你所追求嘅,就係純潔嘅心同破碎嘅靈。擁有呢兩樣嘢嘅人,唔會畀上帝羞辱;但若忽略佢哋,就係好大嘅危險。

**83.**用神聖嘅水(上帝嘅話語同聖禮)灌溉你嘅靈魂,令佢茁壯成長,結出公義嘅果實。我哋要追求對靈魂有益嘅嘢,就好似動物跑去青翠嘅牧場咁。

**84.**當靈魂健康時,身體亦有力量去做善工;但如果靈魂沉溺於邪惡的思想,身體亦難免會被罪惡腐蝕。

**85.** 那惡者每日都設下隱藏的陷阱,想誘惑我們的靈魂,好將它帶入永恆的痛苦。這些陷阱充滿了甜美,誘騙那些不留心自己的人。弟兄啊,不可因這致命的甜美,被誘惑的思念所擄。 一個念頭係引誘者;如果佢滲入靈魂,就會用罪惡嘅思想去耽溺佢,好等之後用罪惡去殺死佢。咁佢就變成靈魂嘅陷阱。但係要醒過嚟,快啲打破呢個陷阱,透過禱告、眼淚、禁慾同警醒,將呢個念頭趕出你嘅靈魂。 –在其他一切方面,要保持警醒,連片刻都不可沉溺於誘惑的念頭。要常常向上帝禱告、禁食、流淚,好叫你得以從一切陷阱、試探和情慾中得釋放。

**86.** 我哋要成為警醒嘅戰士;每日都要喺戰鬥中勝過魔鬼。我哋要研習呢場戰爭嘅規矩:佢係無形嘅,而佢嘅規矩就係要我哋脫去一切世俗嘅事物。如果我哋日日都等候死亡,將佢時刻擺喺眼前,咁我哋就唔會犯罪。 如果你脫離晒一切世俗事物,你就唔會喺戰鬥中被打敗。因為世俗事物令我哋向下拉,而情慾又蒙蔽咗我哋心靈嘅眼睛;因此,喺同惡者嘅戰鬥中,佢就得勝咗我哋。

**87.** 唔好咁樣諗,和尚,話:「苦行好辛苦,但我弱不禁風,做唔到。」 —如果你要到一個遙遠嘅地方去旅行,你唔可能一次過行晒成段路;但係每日由一個歇腳處行到下一個,日復日,你最終都會到你想去嘅地方。天國同極樂園都係一樣。 人人都要用一生嘅努力—透過禁食、節制同守夜先至可以到達。節制、眼淚、祈禱、守夜同愛—呢啲就係通往天國嘅歇腳處。 你要耐心而愉快地忍受它們。每一次停歇之後,你靈魂的腳步都會變得更堅定,通往天國的路上你就不會有任何困難。

**88.** 仇敵會趁住一個冇好好反思就入咗修道生活嘅人,心入面種下放縱嘅心態。至於因為敬畏而出家嘅人,佢就畀佢啲力所不及嘅慾望。但真正敬畏上帝嘅人,唔會畀呢兩種念頭誤導。 敬畏上帝的光照使他的心行正路。

**89.** 有位兄弟受咗出家戒之後,就同自己嘅念頭掙扎,想離開團體。– 佢心入面浮現咗呢個例子:'你睇吓花園入面啲青翠植物,如果照顧花床嘅園丁唔將佢哋連根拔起,移去其他地方,佢哋就唔會生長。' 但係兄弟 就咁回應呢啲念頭:「園丁會唔會真係將呢啲花床入面所有種落去嘅嘢都連根拔起?佢唔會喺花床入面留返啲佢可以滋養到嘅嘢咩?— 而且,被拔起嗰啲,冇留喺原位嗰啲咁穩陣。所以,你都要成為嗰啲唔會被連根拔起嘅人。」 – 於是,靠住恩典,佢戰勝咗嗰個念頭。

**90.** 修道者應該謹慎,好認出仇敵對付佢嘅詭計──有啲事就笑住算,有啲事就謙卑以對,仲有啲事就要用精挑細選嘅言詞去駁斥。

**91.** 只要靈魂嚮往塵世之物,世上各種慾望同埋喺思想中向靈魂呈現嘅虛空享樂,就會耗盡佢嘅力量;因此,住喺靜室入面嘅人就會陷入懶散。 但當一個人完全拋棄世界,厭惡世界同佢嘅誘惑,並以盡心盡性成為主嘅僕人,咁懶惰就唔會得勢,因此佢就可以自由去做佢嘅工作。 佢只會面對同虛榮思想嘅抗爭;但連呢個念頭,主嘅僕人都會趕走,因為佢會同時考慮自己嘅軟弱,同埋佢所擁有嘅任何恩賜,都係主賜畀佢嘅,正如所講:*「你所擁有嘅,係你從主度領受嘅。」*(林前4:7) 佢亦要同肉體嘅軟弱掙扎;但係主嘅僕人因此唔會被恐懼戰勝,亦唔會離開神嘅愛,正如嗰位講:*「有咩能將我哋同神嘅愛隔開?」*(羅馬書8:35–39)嘅人所講嘅? 因為所有情慾背後都藏住淫亂嘅靈;但係遠離羞恥嘅言詞,就可以避開不潔淨嘅思想。

**92.** 智慧長老對弟兄姊妹而言,如同一味良藥,膏抹並堅固心靈。

**93.** 如果你已經棄絕世界,就要專心處理你份內的事,好等你攞到你所尋覓嘅珍珠。因為有啲人,雖然棄絕咗世界,退咗出塵世生活──有啲人放棄咗軍旅生涯,有啲人揮霍晒佢哋嘅財富──但到頭來,畀自己嘅私慾牽著走,都跌咗; 因為冇嘢比受自己嘅意志支配更災禍,勝過照神嘅旨意去生活。佢哋假裝係由正門離開晒塵世嘅一切,但最後卻由隱門返入塵世。

**94.** 一個人有智慧的表現,在於無論在任何情況下都先責怪自己;同時,即使責怪自己,也不會去責備犯同樣錯誤的人。

**95.** 心靈籠罩住暴風雨般念頭、畀情慾所勝嘅人,既唔會對人感到羞愧,亦唔會敬畏上帝。如果佢係統治者,就會肆無忌憚咁行惡;但如果佢軟弱貧窮,佢同樣無恥咁作惡,任憑自己粗鄙嘅本性發作。

**96.** 對戰士嚟講,戰鬥係短暫嘅;但對熱心追求得救嘅人嚟講,就一直持續到佢哋去到主嗰度為止。所以,人要帶住全力以赴、清醒同忍耐去進行呢件事。 如果你決定要殺獅子,就要下定決心去做,免得牠將你嘅骨頭壓得粉碎,好似陶匠嘅瓦器咁。如果你被拋入海中,都要堅守信念,直到踏上陸地,免得你沉入海底,好似石頭咁。 如果你參加比賽,就要保持冷靜,免得對手因擊敗你而歡喜,又免得你攞到嘅係一頂反冠。

**97.** 凡欲出家為僧者,須備大丈夫之忍力,免得剃度之後,方言:「我本不識有此。」此已先示汝。宜整齊心念,以忍耐自勵──使汝於剃度時言: 「我會忍受一切」,你卻喺第二朝就喺言行上打破呢個誓言。上帝嘅使者就喺旁邊,聽住你口中所講嘅一切。要小心唔好講謊;因為主*「必滅絕一切說謊者」*(詩篇5:7)。

**98.** 許多試探圍繞那要事奉主的人。但那全心投靠神指引、並常在神旨意中的人,就能勝過一切。神只要求我們的決心,祂自己就賜給我們力量,並賜給我們勝利:*「祂是保護投靠祂的人的盾牌。」*(詩篇17:31)

**99.** 唔好睇輕唔認真嘅人;要留心自己,將上帝常放喺眼裏,效法嗰位寫道:*「我時常將主擺喺面前;因為佢喺我右邊,我就唔會被搖動。」*(詩篇16:8)

**100.** 我哋唔好論斷任何人;因為我哋唔知道佢哋喺自己嘅小房入面點樣行,或者喺神面前點樣勞苦;如果見到佢哋笑或者傾偈,都唔好論斷佢哋;因為我哋唔知道佢哋喺自己房入面嘅心境。我哋每一個人都要留意自己;因為我哋每一個人都要向神為自己交賬。

**101.** 你想唔畀誘惑得勝?就要斬斷一切自己嘅私慾。如果有件事你睇為好,但係阿爸喺主裏面唔認為咁好,就要喺主所命嘅阿爸面前順服。爭辯或者跟從自己嘅意思,已經係背道而馳嘅徵兆。 眾

人要聽詩篇上所說:*「敬畏主,事奉他,又要存敬畏的心,並喜樂地事奉他。當受教,免得主發怒,你就從義路失喪。」*(詩篇2:11–12)

**102.** 我哋唔好咁樣,今日修習自制同柔和,聽日就放縱唔禁同驕傲;今日靜默、守夜、謙卑,聽日又娛樂、貪睡、不順服等等; 今日我哋棄絕世界,棄絕一切屬地嘅事物,棄絕我哋嘅祖國、朋友同父母,將我哋嘅盼望寄託喺主身上;但到 tomorrow,我哋又渴望見到我哋嘅祖國、親人同我哋嘅產業──呢份渴望令我哋陷入無數嘅惡中。 我哋要記住,羅得嘅妻子回頭望嗰陣,就變咗做鹽柱。主又教導:*「凡放手向後望嘅人,都唔配入神嘅國度。」*(路加福音 9:62)

**103.** 總要記住嗰日,你為咗主,拋棄晒世上一切嘢,離開世界嘅時候;當時你被對主嘅敬畏所燃燒,你嘅靈魂因主而火熱。要一直保持呢種心態到最後;因為*「到底能忍耐嘅,必然得救。」*(馬太福音 10:22)。

**104.** 唔好對湧入你心頭嘅念頭放鬆警惕;因為呢個就係掙扎嘅開始。你要向雨水池學嘢。落完雨之後唔耐,當雨水嘅恩典啱啱積聚喺池入面,水仲係混濁嘅,但係隨住時間過去,就愈嚟愈清澈。 – 要忍耐;你嘅念頭都會沉淀落嚟,帶畀你平安。

**105.** 聽呢個關於惡念嘅比喻。 當葡萄從藤上採下,放入酒榨,榨出葡萄汁,倒入器皿,酒初時滾沸,彷彿被最猛烈嘅火燒熱,連最上等嘅器皿都頂唔順咁大嘅壓力,有時都會畀撐爆。 人嘅思想亦都係咁,當佢哋轉離呢個虛空嘅世代同佢嘅憂慮,向天國嘅時候。 魔鬼受唔到人嘅熱誠,會用各種方法搞亂佢嘅心,目的係要摻入*「敗壞嘅幽暗」*(Abba 2:15);如果佢哋搵到一個有瑕疵嘅器皿──即係一個無信心、多疑嘅靈魂──就會將佢打爛。 魔鬼就好似貪婪嘅狼,喺修士嘅房門外徘徊,搵緊有冇人開咗門畀佢哋,好等佢哋衝入去,腐蝕嗰個臣服於佢哋嘅靈魂。但如果佢哋見到門鎖咗,而靈魂喺信仰上堅定不移,就會垂頭喪氣咁走開。

**106.** 你所作的一切事,都要存謙卑的心,因為謙卑是順服的母體。──除掉心志搖動,凡事都要穿上信心,好叫主見你心裡的熱誠,就堅固你所作的工夫。 – 你要在心裏培養對懶散、競爭、各種邪惡和嫉妒的強烈憎恨,因為你已經為主的名放棄了所有。你要知道,如果這些念頭一開始就令你鬆懈,你之後將會付出很多的勞苦和代價。

**107.** 就好似你唔會畀污物堆積喺你嘅院子,同樣唔好畀肉體嘅慾望喺你心入面佔上風。

**108.** 在寬闊的道路上,以下情況會出現:惡意、浮躁、貪食、醉酒、奢侈、放蕩、不和、易怒、自大、多變等等;而緊隨其後的是:不信、不順服、叛逆,以及最惡劣的罪惡──絕望。 – 而喺窄路上,就見到以下嘢:沉默、自制、貞潔、愛、忍耐、喜樂、平安、謙卑等等。跟住呢啲之後,就係不朽嘅生命。

**109.** 你要特別提防放蕩,免得畀多言同無恥奴役,免得成為魔鬼嘅喜悅之源,最終失去同你弟兄嘅團契。摧毀修士辛勤成果嘅,唔係野驢食穀,而係放蕩。

**110.** 試想像一下喺塵世君王面前侍奉者,佢哋以幾多專注同敬畏去面對佢嘅君王?作為信徒,我哋豈不更加應該以敬畏、戰兢同一切虔誠去站立喺天上之王面前? 所以,我認為不應該用無恥的目光注視我們主和救主耶穌基督聖體聖血的聖事。聖經也讓我們相信這一點,經上說:*「摩西懼怕,不敢觀看」*(燒着的荊棘)(使徒行傳7:32)。

**111.** 依我所見,有三種瞌睡會喺夜晚困擾一個人。*第一種*係由惡者嘅作為而嚟,當弟兄開始唱詩篇嗰陣就會發生。但如果弟兄冇懶散,呢種影響就完全冇力;但係如果弟兄個肚脹滿咗食物同 嘅飲品,就會更加嚴重。 *「第二種」*喺神聖禮拜期間發生,係因為自己大意,冇撐到禮拜完,禮拜進行到一半就想走,去睇住人唱詩,然後訓覺。*「第三種」*就係禮拜完咗之後,照自然規律出現嘅睏意。 所以,唔好偷懶。你冇聽過先知撒母耳,就算被叫咗好多次,就算仲係個細路,都一次都冇唔起身㗎? 當你喺神聖禮拜中,無論係同弟兄姊妹一齊定係獨自一人,為咗讚美我哋嘅救主耶穌基督,而第一股睏意襲來,你一察覺就要抵擋,免得因為自己嘅懶散而失去服侍上帝嘅果效;要堅忍不屈,就算睏意令你合埋眼一次兩次都唔放棄; 唔好離開你嘅位——你會獲得好大嘅益處。對唔夠嘅睡眠嘅鍾意,就好似對大食嘅慾望一樣。如果一個人慣咗食好多,佢嘅本性就會要求好多;但如果一個人慣咗自我克制,佢嘅本性就唔會要求過度放縱。 以漁夫為例:佢哋成晚都保持清醒,都唔會忽略佢哋嘅工作。但如果佢哋其中有人畀瞓意壓倒,放鬆警惕而瞓着咗,當佢醒返嚟,就會見到佢哋乜都未捉到。佢就會開始責怪自己嘅大意。 如果你畀瞌睡同訓覺打敗,你都會一樣。正如先知所言:*「佢哋喺沉睡中瞓着,乜都搵唔到。」*(詩篇75:6)

**112.**就好似一艘喺海面上嘅船,如果出現咗一個細細嘅洞,卻唔即刻修補,就算船身幾大,都會畀浪頭淹沒;靈魂若然畀敵人嘅詭計趁機侵入,除非佢歸向造物主,否則亦都一樣。 所以,我嘅兄弟,我哋需要保持清醒同深切嘅謙卑。當人將心歸向上帝,一切邪惡都會失其力量。

**113.** 有時一個人拎住個器皿去打水,但係唔裝水就跌翻咗,結果打爛咗。同樣,有人入咗修道院追求基督化完美,卻拋棄咗上帝嘅恩典,再度返去世俗生活。

**114.** 信心係一切美好事嘅母,藉住佢,人先至可以得著我哋主同救主耶穌基督應許嘅成全,就如經上所寫:*「人非有信,就不能得神的喜悅。」*(希伯來書11:6) ──但魔鬼最豐盛的收穫是無信心,它是各種邪惡行為的母體。從此衍生出心志不定的狀態,即不秩序。*「心志不定的 人,在他一切道路上都不得安定。」*(雅各書 1:8)

**115.** 你想避開誘惑同誣衊嗎?就守住你口,對主說:*「求你叫我仰望你,免得我向虛無之事側目。」*(詩篇 118:37)──咁你就可以兩者都避開:用沉默避開誣衊,用護住眼睛避開誘惑。 如果我哋唔能夠喺自己裏面克服呢樣嘢,無論去到邊度,都會拎住仇敵喺自己裏面。克服咗佢哋,無論你住喺邊度,都會有平安。

**116.** 禱告同禁食都好,但施捨更能加強佢哋;因為經上說:*「我喜悅憐憫,不喜悅祭牲。」*(何西阿書 6:6)。救主都祝福有憐憫心嘅人:*「有憐憫嘅人,有福咗,因為佢哋會得著憐憫。」* 天使對哥尼流說:*「你的禱告和你的施捨上達於神,作為紀念。」*(使徒行傳10:4)──不是只有你的禱告,連你的施捨都一併上達。

**117.** 唔好以其他公務為藉口而忽略教會禮儀。就好似雨水滋養種子一樣,教會禮儀亦能強化人心中的美德。

**118.** 唔好咁做,今日你保持沉默,專心敬奉上帝嘅工作,到第二朝就由一個小房走去另一個,或者更糟糕,由一個村去到另一個村。 但要時刻保持沉默,記住,你愈保持沉默,心思就愈純淨;你愈離開沉默,心就愈粗陋。

**119.** 敬畏主係對抗仇敵嘅堅固柱石。唔好拆毀呢根柱石,咁你就唔會畀人擄去。 緊緊依靠那愛世人者,同先知一齊向祂的良善呼求:*「主啊,我已將我的一切信靠在你身上;求你使我永遠不至蒙羞;憑你的公義搭救我,救拔我。」*(詩篇30:1–6) 當時主必對你說:*「我必與你同在,必不離棄你,也不藐視你。你當剛強壯膽!」*(約書亞記1:5–6)。

**120.** 我哋要胸襟寬廣,互相擔起重擔,努力扶起跌倒嘅人,同埋被仇敵擄去嘅人。有邊個戰士見到自己嘅戰友畀仇敵擄走,竟然唔入陣去打,唔同擄人者搏鬥,去救返佢戰友? 當佢救唔到佢嘅時候,就會喊住傷心,記住佢個朋友。咁我哋豈不更加應該為彼此捨命?因為我哋嘅主同救主耶穌基督話:*「人為朋友捨命,再有比呢個更大嘅愛。」*(約翰福音15:13)

**121.** 一個日日懶散度日嘅人,自欺欺人,完全唔去諗主為義人預備嘅福份,亦唔理罪人應受嘅刑罰,只係放縱自己享受,毫無畏懼。 喺呢種人入面,惡者就激起各種肉體慾望;但佢自己卻察覺唔到,就好似城門唔會留意出入嘅人一樣;因為慾望已經喺佢心裏生根,令佢雙眼昏暗。

**122.** 遠避放蕩與嬉鬧;以節制克制饕餮,以不貪克制貪婪,以噤默克制多言,以獨處克制躁動,以思念將來福份克制懶惰,以謙卑克制不順從; 最緊要遠離放縱,因為我認為佢係一切罪惡嘅根源。如果你唔制止佢,就會令你無恥;但如果制止咗佢,就會蒙福;因為有話說:*「凡因敬畏而戰兢自守嘅人,有福啦。」*(箴言28:14)

**123.** 留意自己,免得浪費時間在懶散和分心上。你為自己種植了葡萄園;圍上柵欄。 你為自己得了園子;要看守好裏面嘅果實,好等你最終可以因佢而喜樂;唔好畀你嘅豬進到你自己勞力耕種嘅地,免得佢哋將嗰度糟蹋晒。為咗一日嘅工程而建,為咗兩日就拆,有咩用?照呢種做法,工程又點可能完成呢?

**124.** 各種罪惡的誘惑散佈在全人類之中,使人時常與自己的心靈掙扎。但有人掙扎,有人卻屈服於誘惑而跌倒;他們跌入不同的罪中,各人因著不同的性情而有別。 呢啲事唔會冇敵人參與就發生,但就算佢,都會考慮我哋嘅先天習性。當佢想用罪惡嘅慾望捆綁一個人,就會揀啲令佢哋感到快樂嘅慾望去綁,咁佢哋就會因為享受住呢啲捆綁,而永遠唔想擺脫。 綑綁我哋嘅勁敵好狡猾,佢清楚知道用乜嘢同點樣去綑綁每一個人;佢知道如果用被迫嘅枷鎖去綑人,人心會即刻掙脫,好快就會走甩。所以,佢就用啲令人得享樂同得安慰嘅嘢去綑綁每一個人。正因如此,雖然我哋被綑住,我哋都唔會憂傷,反而會

因之喜悅──雖然我哋被陷住,我哋都以此為榮; 我哋為此而自豪,因為一個人如果,例如,被嫉妒所捆綁──只要佢唔係被通姦所捆綁──佢就認為自己乜都唔受捆綁;而一個被虛榮所捆綁嘅人──只要佢唔係被明顯嘅不義所捆綁──就以為自己擺脫咗卑鄙嘅枷鎖。所有被捆綁嘅人,都唔知道自己被捆綁,亦都唔察覺到為佢哋設下嘅陷阱。 佢哋都受醉漢式無知之苦。被捆綁嘅人,就好似醉鬼一樣,根本唔知道自己被捆綁。佢哋醉到忘記咗自己嘅枷鎖,又喺亢奮中睇唔到周圍嘅陷阱。

**125.** 記住,罪惡慾望的摻雜會敗壞並摧毀一切美好:當卑鄙的狡猾與真理摻雜時,真理就被摧毀;純潔若被慾望沾染則失其潔淨;信心若聽信預言則被摧毀;博愛若藏有驕傲則蒙上污點;禁食若屈於譴責則失其尊嚴。所以,你要謹慎自守,不可容許這些破壞善行的雜質。

**126.** 你必須以合適嘅方式,保護身體嘅每一部分,免受有害事物嘅侵害。如果你嘅身體遠離淫亂,就要守住你嘅口,唔好去定罪他人。 口雖然唔會犯淫,但可以講謊同譭謗。如果你其中一個肢體無可指責,但另一個有罪,咁因為嗰個有罪嘅肢體,你整個人都會受審判。唔好將審判當成小事。 由畀獵人捉到嘅例子,學識唔好輕視任何最微小嘅事。有時隻雀用一隻細爪就畀網捉住,翅膀嘅力量畀條冇用嘅爪尖壓制住;雖然隻雀成隻都喺網外,但仍然畀網完全捉住。

**127.** 我哋要遠離惡念,因為念頭同行為一樣會受到審判。我哋要轉向善念,因為心意念嘅賞罰,由檢察人心者按行為一樣頒定。一個意圖已經算係行為,因為喺其中,就好似萬物嘅源頭一樣,蘊藏住我哋自由嘅基礎。

**128.** 仁慈嘅主已經賜咗武器畀我哋,去對抗敵人所有嘅攻擊。只要唔懶得用,就唔會受任何傷害。 如果仇敵向我哋射出烈火之箭,我哋有個無敵嘅盾牌──祈禱;如果佢想用虛假嚟引誘我哋,就用真理去對抗,我哋就會得救;如果佢想用憎人嘅心去傷害你,就用博愛去回應佢; 如果佢用驕傲擒住你,就用謙卑去對抗;如果佢挑起你肉體的慾望,就迅速披上貞潔的盔甲;如果佢用無止境的貪婪攻擊我哋,就用禁食作為翅膀。──同樣,正如我哋嘅仇敵有箭,我哋 嘅軟弱亦有箭。 戰場上嘅失敗唔係因為冇武器,而係因為大意同唔肯使用佢哋。

**129.** 一個人擁有世上所有好嘢,卻冇救恩之愛,又有咩用?如果有人擺設盛大筵席,邀請君王同王子,一切都鋪張華麗、應有盡有,卻冇鹽,仲可以品嚐到嗰頓筵席嘅味道嗎?無疑係唔可能。呢度亦都係同樣嘅道理。 無論一個人係保持住處女身、禁食、守夜、禱告、收留窮人,定係打算獻禮物、初熟果實或出產、興建教堂,或者做其他嘢──冇咗愛,喺神面前都係無用嘅(林前13:1–4)。

**130.** 我哋要小心去得着應許畀我哋嘅永恆福份;趁住天光猶在、市集未關,就努力去做;要從窮人同無依無靠者中,為將來生命結交朋友。 我哋要向佢哋買油,並先寄走;因為喺呢度,後世燈油都係由寡婦、孤兒、病弱者、殘廢、癱子、瞎眼同埋所有坐喺教堂門口嘅可憐人賣嘅。

**131.** 你喺上帝面前禱告嘅時候,要小心你用嚟向上帝獻唱嘅華麗樂器──即係你嘅思想──唔好畀仇敵掠走。當你嘅樂器──即係你嘅思想──畀人奪去,你仲點可以事奉上帝呢? 事奉上帝,需要你嘅心思、靈魂嘅全能同你嘅全心,都唔可以分散,而要專注喺上帝身上。唔好將銅或者鉛摻入你嘅黃金──即係話,唔好用好多污濁嘅念頭去玷污你嘅靈魂。 就好似一個已許配丈夫嘅處女,如果俾人拐騙,就會喺佢眼中變得可憎;靈魂亦都一樣,若畀污穢嘅念頭捲走並向佢哋屈服,就會喺佢嘅天上新郎──基督──眼中成為可憎之物。 ── 她必須盡她所能,避免與此類思想有任何接觸,也不要從屈服於它們中獲得快感,好讓主看見她對祂的愛,就喜悅她,並嚟到,殲滅那些試圖將她的心思從祂轉移的仇敵。 因為主一見到靈魂切實努力要收斂自己,日夜不停地尋求主,夜間等候祂,日間向祂呼求;祂就不會遲延為她伸冤,並且要潔淨她裏面仍然 remaining 嘅一切罪惡,將她獻给自己做一個無瑕疵嘅新娘。

**132.** 打開你嘅心;立定心志,一生都要渴慕上帝。渴慕上帝就係永遠嘅喜樂、光明同快樂。如果你時刻都渴慕佢,佢就會永遠住喺你心入面。──佢住喺敬畏佢嘅人靈魂入面──並成就愛佢嘅人嘅心願。

**133.** 你想成為神聖潔淨嘅殿嗎?就要時刻喺你心入面保持神嘅形像。 我所講嘅神嘅形像,唔係指畫作,而係指透過善行、禁食、守夜、行善進步、自律同禱告,喺靈魂入面畫出嚟嘅嗰個形像;而呢個天上、至高無上嘅形像嘅顏色,就係純淨嘅思想、拋棄一切塵世事物,同埋永遠純潔嘅生活。

**134.** 無論喺世俗生活定係苦行生活,都冇人可以唔經過掙扎就攞到冠冕;因為冇掙扎,就攞唔到唔褪色嘅冠冕同永恆生命。因為呢段現世生活,永遠都似戰場。 你想喺爭鬥中證明自己已經完美?就要時刻以美德作為爭鬥嘅武器。你已經穿上美德咗?就要不懈努力,唔好將佢拋棄。

**135.** 努力效法聖父輩的生活和美德。跟隨他們的生活道路,像他們一樣努力, ──要用你嘅心思、你嘅靈、你嘅身體去努力;要喺衣着、飲食、言談、目光、思想上都節制──好等你喺各方面都得以完全。

**136.** 留意自己,免得禱告時心神不寧。當你喺神面前禱告時,要存敬畏戰慄嘅心。將一切塵世嘅思慮同憂慮,從你心裏斬斷。 喺禱告嘅時候,要完全成為天上嘅使者,努力令你嘅禱告聖潔、純淨、無瑕,好等見到佢升上高天,天門即刻為佢而開;好等見到佢(已經升到嗰度), 眾天使同大天使都可喜樂咁迎接佢,並將佢帶到至純主嘅聖潔同崇高寶座前。所以,喺禱告嘅時候,要好似基路伯同撒拉弗咁,一直喺神面前俯伏。

**137.** 你嘅戰鬥唔係普通嘅;相反,所有天使同佢哋嘅主都喺度睇住你同敵人打嘅仗。 – 當你喺敵人身上取得勝利,上帝同天使都會為你喝采;天使喺喜悅中,會讚美賜俾你力量去打敗惡者嘅上帝( )。正因如此,戰鬥愈來愈激烈,好等你喺信心上更加成熟,上帝得榮耀,人哋都可以效法你。

**138.** 唔好因為疲倦而灰心,要記住你嘅盼望。因為有功績就有賞賜;有戰鬥就有榮譽;有奮鬥就有冠冕。記住呢點,用忍耐嘅功課堅固自己。 要不斷咁激勵自己,同聖徒一齊呼喊:*「你當剛強,堅定你嘅心;等候主」* (詩篇26:14)。

**139.** 預備好你離世的事;整理好你田裡的一切;而這田地,就係今生。拿起一把好盾牌──新約聖經;用棘刺圍住你嘅財物──透過禁食、禱告同教導。 如果你有咁嘅圍欄,嗰隻野獸──即係魔鬼──就入唔到嚟。要將你嘅靈魂培養得似一塊靚嘅葡萄園──就好似看守葡萄園嘅人拍手大叫,用咁大聲嚇走入侵者: 你都要咁做──大聲呼喊、唱詩歌,你就可以趕走嗰隻狡猾嘅野獸──即係講嘅魔鬼。要時刻警醒,提防仇敵,免得你心生向不體面行為妥協嘅念頭。 如果佢開始好似用彈弓咁,將污穢嘅思想射入你心靈,就舉起信心嘅盾牌,戴上盼望嘅頭盔。執起*「聖靈嘅寶劍,就係神嘅道」* (以弗所書6:17)。 你既如此裝備自己對付仇敵,就要堅持,不可在爭戰中懈怠;相反,要凡事謹守清醒,說:「我們識破了他的詭計!」

**140.** 當有惡念在你心裏興起,就拔出你的劍──即是在你心裏激起敬畏神的心──你就會斬斷敵人一切的權勢。 而唔好用軍號,要用聖經。就好似軍號用聲音召集戰士,聖經呼召我哋,亦都召集好嘅思想;並藉住對上帝嘅敬畏,將佢哋整理好,編成一隊去對抗仇敵:因為我哋嘅思想就好似戰士,要同君王嘅仇敵作戰。 而且,就如號角喺戰火紛飛、年輕戰士之間,用聲音激起對抗敵人嘅準備,聖經亦都激起你對善事嘅熱誠,並喺你同情慾嘅鬥爭中堅固你。

**141.** 盡你所能,盡可能地逼自己讀聖經,好叫聖經可以收攏你被仇敵用惡毒計謀散落嘅心思意念,仇敵會向你灌輸狡猾嘅念頭,同時又或者畀你帶來頻繁嘅憂愁,或者畀你好多成功同世上嘅安逸。 佢咁做純粹出於自己嘅惡意,目的係要令人生離神。

**142.** 要保持清醒,並時刻努力專心讀經,好叫你學識點樣避開仇敵嘅陷阱,並得着永生。

**143.** 讀聖經能令飄忽不定的心思歸於平靜,並賜予對上帝的認識。因為經上寫着:*「要安靜,要知道我係上帝。」* (詩篇 45:11) 你聽聞到,得着對上帝嘅認識,係靠純潔嘅心去讀聖經先得。 所以,唔好偷懶,要勤力讀經──同埋禱告──令你嘅心靈得着啟迪,好令你成為*「完美、成熟,毫無缺乏」* (雅各書1:4)。

**144.** 有人以同貴族、王子同國王傾談而自誇;但你應該以喺聖經入面同聖神傾談而自豪,因為聖神就係透過聖經嚟講說話。

**145.** 努力讀神聖聖經,並要常存禱告。因為每次你藉此與神對話,你嘅身體同靈魂都會被聖化。知道呢點,就更加努力去實踐。

**146.** 如果你唔識讀,就唔好遠離可以聽書同得益嘅地方;因為經上寫住:*「你若見通達人,就當尋著他,要使你腳踏在他的門檻上。」* (西拉書6:36) 呢樣嘢唔單止對唔識讀書嘅人有益,識讀書嘅人亦都受惠;因為有好多嘢係讀完都唔知自己讀緊乜嘢。

**147.** 當你想讀書嘅時候,要小心,唔好畀仇敵用灌輸灰心或者分散你注意力,或者同你講:「先做某啲嘢啦,因為唔係好難;做完之後,你就可以心平氣和咁去讀書。」 佢提出呢個建議,同時亦煽動一種對體力勞動嘅特別熱誠,好盡快令你分心,唔再去讀書。當佢見到有位弟兄勤力讀書並且從中得益,就會用呢啲同其他藉口,嘗試令佢放棄呢件事。 唔好信佢;要好似一隻渴到不得了嘅鹿,急不及待想衝到水泉邊──就係神聖嘅聖經──嚟飲水,好熄滅嗰把因慾望而灼燒緊你嘅火焰。

**148.** 當主賜給你讀懂聖經上一句話,就要小心,別讓它白白溜走;要用心默想,刻在心版上,並 永久銘記在心。 因為經上寫道:*「我要從祢的法度學習」* (詩篇118:16);又寫道:*「我將祢的言語深藏在我心裏」* (– 11)。

**149.** 當你讀經時,要帶住熱誠同勤力去讀;要專心細味每一個字,唔好淨係翻頁;如果需要,就唔好懶,可以將一節經文讀兩次、三次或者幾次,務求掌握其意思。

150. 當你坐低讀書或者聽人讀書時,首先要向上帝禱告,說:「主耶穌基督啊! 開我心靈的耳目,使我得以聽見祢的話語並成就祢的旨意。 *「開我的眼睛,使我得以明白祢律法中的奇事」* (詩篇118:18) 。我信,我神,祢必光照我的心靈。」 – 總要向神如此禱告,好叫祂光照你嘅心思,向你顯明祂話語嘅大能。好多人憑自己嘅明白,就跌入錯誤,*自以為聰明,反而變做愚蠢*。(羅馬書1:22)

**151.** 將沉默作為堅固的城牆;因為沉默會令你超越情慾。 你要從高處作戰,而他們則從低處交戰。所以,你要在敬畏上帝中獲得默靜,敵人的任何箭矢都傷不了你。默靜加上敬畏上帝,就好似一輛火焰戰車,將獲得它的人升到天上。

**152.** 沉默係痛悔嘅母親、罪過嘅鏡子、止唔住眼淚嘅泉源、觀察自己心思同理性嘅學校、禁食嘅印證、對抗貪食嘅防線、實踐祈禱同讀經嘅戰場, 平息心思,免於憂慮的堅固庇護,一個良善輕省的軛,安慰並支持凡承擔者,敬畏之母,情慾的監獄,眼睛、舌頭和耳朵的繮勒,不貪婪之酒,基督豐饒的田地,結出美好果實。

**153.** 你要爭取呢份好份額,就係瑪利亞所揀嘅,佢坐喺主腳邊,單單依偎住祂,成為咗沉默嘅榜樣。就因為呢點,主讚美佢,話:*「瑪利亞揀咗上好嘅份額,係唔會從佢度奪走嘅。」* (路加福音10:42) 睇吓咩係寂靜!主自己都讚美已經達到寂靜嘅人。所以,你哋要達到寂靜,就會喺*「主」*入面得著喜樂。 (詩篇36:4),坐喺佢腳前,單單緊貼住佢,咁你就可以大膽咁講:*「我嘅心靈緊貼住你;你嘅右手扶持住我。」* (詩篇62:9)。

**154.** 病症並非突然變得不治之症,但因疏忽而病源初起,卻會演變成難以估計的傷害。靈魂中的情慾亦由細微的緣由而生,但如果不及時根除,就會在靈魂中造成難以估計的混亂。 你睇吓銅上嗰綠斑點愈嚟愈深,你就要明白,如果任由情慾喺靈魂度滋生,佢會變得幾咁嚴重。如果你唔除走鏽斑,就唔會除得走嗰個污漬;如果你唔制服肉體嘅本性,就唔會成功將情慾趕出你自己。 鏽斑同銅緊緊糾纏,就好似情慾喺人嘅本性入面生根一樣。 whoever 喺銅生鏽之前就清潔走佢,就唔使再擔心;whoever 著上美德呢件外衣,就安全無虞,連隱藏嘅邪惡腐敗都唔會侵蝕到佢。 銅一拋光就發亮,就好似人著新衫咁;如果喺銅未生鏽之前就拋光,就可以長期使用;否則,佢嘅光澤係虛假嘅;咁嘅器皿好脆弱,好快就會殘舊,就好似用殘銅整嘅咁。 而靈魂,如果已經俾人腐蝕,然後先返正行善,就會變得動搖,由動搖再墮入腐蝕。

**155.**就好似靈魂同濕潤嘅肉身結合就會變得肉慾,同樣地,當靈魂同神嘅種子結合並且保持不朽,肉身都會變得屬靈。聖保祿就係咁分辨屬靈人同屬肉體人。 佢知道屬肉體嘅人都有靈魂,屬靈嘅人都有身體;但因為人入面較強大嘅部分主導咗整個人,所以就用主導嗰方面嘅名稱去稱呼整個人。如果一個人嘅肉體勝過靈魂,就係屬肉體嘅;但如果靈魂勝過肉體,就係屬靈嘅。 在其他地方,傳達同樣意思,他說:*「屬肉體的,放縱肉體,與聖靈相敵;屬聖靈的,放縱聖靈,與肉體相敵;因為這兩者彼此相敵,叫你不能成就所想要的。」* (加拉太書 5:17)。福音書指出,天國屬於那些切心追求的人。(馬太福音 11:12)。 靈魂努力要提升本性達到神聖;因為本性透過肉體,被拉向塵世。靈魂與本性對抗的這場爭戰有兩種方式:一種在初得重生的人身上,好叫他們不致與肉體同化;另一種在已經成聖的人身上,好叫連身體本身都能夠成為屬靈。

**156.** 如果人的本質是那不朽的靈魂,那麼神將人引向不朽,並非不公;祂並不強迫那複雜的人性,而只以聖靈的大能,勸那因罪而腐敗的肉體,自願地向不朽被吸引,好似奴僕一般。 就好似銅喺烈火爐入面會顯出火嘅樣子 ,身體同埋不朽融合嗰陣,都會變得屬靈。同一塊銅,埋喺地下就會畀鏽蝕咗,變成塵土;沉溺喺情慾入面嘅肉身亦都一樣。

**157.** 聖徒點樣對待肉體?──肉體的本性嚮往安息,但佢哋卻更加努力去壓制同苦待佢。我哋的本性(受腐敗、屬肉體嘅)鍾意榮耀,而佢哋雖然受辱,卻得著安慰,並將自己嘅行為藏起。肉體的本性渴望食物嘅滋味; 但佢哋透過禁慾去耗盡佢,並以苦行勞動去消磨佢。人性傾向婚姻生活;但佢哋透過禁慾去抑制佢,並斷絕一切令人慾望勃發嘅原因。人性追求生活嘅舒適;但聖徒喺受冤枉時就忍受,喺被

剝奪時就大度承受。 總括而言,佢哋完全拋棄肉體生活,正如主所言:*「你拎起你嘅十字架,跟從我。」*(馬太福音16:24)使徒亦有同樣教導,佢話:*「將你喺地上嘅肢體治死。」*(歌羅西書3:5) 祂並不譴責神所造之物;相反,祂希望透過聖靈的努力,將肉體內不自然的东西治死,以使肉體得以活過來。祂並冇講「治死身體的肢體」,而係講*「地上嘅肢體」*。咁,呢啲係咩呢?──就係淫亂、污穢、邪情、貪婪,同埋一切類似嘅嘢。 屬肉體的人,被罪惡貶低和腐敗,就喜悅這一切。罪惡強暴地對待本性。因此,本性本該知足,卻放縱於無止境的慾望;本該以飲酒解渴,卻沉溺於醉酒;本該婚姻,卻放縱於淫行;本該真理,卻偏向虛假;本該愛,卻充滿仇恨。 呢啲嘢都同本性格格不入,使徒教我哋要將佢哋治死,透過約束我哋敗壞嘅本性,令佢受聖靈管制,唔好逾越界限。 當救主話,為咗修道而*「跛腳」*或*「貧窮」*都好過入天國(馬太福音18:8),佢冇命我哋割除自己所造嘅肢體,只係要我哋唔好用佢哋做犯罪嘅器皿。

**158.** 凡是願意為基督而奮鬥的人,必須取得能使他們堅定對抗魔鬼並討好我們救主的人:

**159.** 代替爭吵,要好似芥菜子咁,懷住對同質同體、不可分割嘅三位一體嘅信心。就好似芥菜子係完美圓潤,好似有自我推動力一樣,你嘅信心都要有自我推動力。 信心嘅行動就係美德。有人有信心但冇行為;呢種唔係信心,因為佢係死嘅──正如所講:*「信心若無行為係死的。」*(雅各書2:20)。凡有信心並行出信心之工嘅人,就好似一粒自騙嘅芥菜種一樣擁有信心。 你要得着呢種信心,喺信心上健全無損,滿有順服我哋救主誠命嘅熱誠,好等你都聽到佢對你講:*「好阿,你呢個又良善又忠心嘅僕人,进来享受你主人嘅喜樂!」*(馬太福音25:23)。主稱佢為「良善」,係因佢嘅行為;稱佢為「忠心」,係因佢嘅信心。

**160.** 代替頭盔,要抱住對未來福份嘅盼望──*「這福份,眼睛未曾看見,耳朵未曾聽過,也未曾進入人心中;連天使都渴望要窺一瞥」*(彼得前書1:12; 林前2:9)。呢個盼望喺你受苦同憂愁嘅時候,畀你堅定嘅安慰,諗起佢就會令你歡喜。 基督嘅蒙福殉道者就留意咗呢點;喺劇痛折磨中、喺可怕同多樣嘅酷刑下、喺熊熊大火中,佢哋都將呢份渴慕嘅盼望放喺眼簾,所以甘心又感恩咁忍受一切,只為咗得着所盼望嘅嘢。 要時刻把呢個盼望擺喺你眼前,好等你對所盼望之物嘅渴求唔會令你諗啲短暫嘅嘢,而且仲會喺你心入面激起做好事嘅準備。

**161.** 唔好用腰帶,要用對天主同你鄰舍嘅完美愛去束腰:愛會確保你無阻無礙咁前行。被束腰嘅人可以舒舒服服、毫無阻滯咁穿過一切;更何況被愛束腰嘅人,更可以舒舒服服咁穿行各處。 因為*「愛……凡事包容、凡事相信、凡事盼望、凡事忍耐」*(林前13:7);聖保祿充滿咗呢份愛,佢就話:*「有誰軟弱,我不軟弱?」 「若有人被引誘,我豈不憂慮*呢?*」*(林後11:29)你睇吓愛嘅憐憫同力量!

**162.** 鞋底要換上謙卑:正如鞋被踐踏喺腳底下,獲得謙卑嘅人亦都會咁行,任人踐踏佢,佢都視為理所當然。你呢,兄弟,都要修習謙卑。 呢啲唔係實體嘅鞋,而係屬靈嘅鞋:佢哋會保護你,*免得你「腳絆於石」*(詩篇 90:12)。大衛先知因着謙卑,就說:*「我係蟲,唔係人」*(詩篇 21:7)。 你睇吓神點樣鍾意謙卑,點樣親近已經擁有謙卑嘅人,又點樣成日用憐憫嘅眼光眷顧佢哋。經上寫住:*「佢安居高處,卻垂顧謙卑人。」*(詩篇112:5–6),又寫道:*「佢嘅眼目常顧貧寒人。」*(詩篇9:29). 當你聽到「窮人」呢個詞,唔好以為係指冇世俗財富嘅人;因為有好多君王討過上帝嘅喜悅 ,但亦有好多窮人卻滅亡咗。但佢所稱嘅窮人,係指心靈貧窮嘅人,正如所講:*「心靈貧窮的人有福了,因為天國是他們的。」*(馬太福音5:3)

**163.** 唔好淨係用盾牌,要用聖十字保護自己,喺你嘅四肢同心口畫上十字。 唔好淨係用手劃十字,而要喺心裏面用十字聖號標誌你所做嘅每一件事:你嘅出入、坐立、同埋床舖──無論做乜嘢,都要先為咗祝福,以天父、聖子、聖靈嘅名劃十字聖號。 呢件係最強大嘅武器──只要有呢件武器保護你,就冇人可以傷害你。 如果連承受地上的君王印記嘅人,都冇人可以傷害佢,當我哋身上承受咗天上偉大君王嘅印記,又有邊個可以同我哋抗衡呢?兄弟,盡量使用呢件武器,因為佢能夠堅實咁抵擋仇敵嘅利箭。 千祈唔好忘記用十字架嘅印記保護自己;咁你就可以打破魔鬼為你設嘅陷阱;因為經上寫住:*「我行呢條路嘅時候,佢哋為我設咗陷阱。」*(詩篇141:4)時刻畫十字架嘅印記喺自己身上,邪惡就唔會觸到你嘅靈魂。

**164.** 你唔好用弓,而係要伸出雙手去禱告,就好似經上所寫:*「你已經用雙手為我造咗銅弓。」*(詩篇17:35)因為對付仇敵嘅「銅弓」,就係以全副精神伸出嚟禱告嘅雙手;呢支箭就係由拉弓者巧妙射出嘅。 如果你任憑心思飄散,你就會好似一個拎住弓箭卻唔識對準敵人,反而向天開箭嘅人。你拎住弓箭,卻唔係向敵人射,而係亂咁射,呢箭會唔會嚇到你嘅敵人?— 根本唔會。 只有當一個人有分辨力咁禱告,唔畀心思飄忽,並且明白自己係邊個、向邊位站住、同邊位傾談,纔能令禱告親近上帝,仇敵就會

大大受苦,好似心口中咗一箭咁。 然後,憑住上帝嘅恩典,靈魂日益興旺,而仇敵就好似風吹嘅塵埃咁,被神嘅使者驅散,四散逃走。呢就係點解嗰啲有分辨力、並勇敢克制自己思想嘅人,會令仇敵受苦。

**165.** 全心全意咁禱告(知道向邊個同為咩嘢禱告)。當你禱告嘅時候,如果有任何嘢──無論係透過你嘅眼睛 或者因為其他原因,令你分心,你要知道呢個係仇敵嘅作為,唔好急住結束禱告;要先責備自己,再集中精神,然後以全 awareness 去禱告,咁你先知道自己向神求緊啲乜嘢,同埋為咗乜嘢而求,亦唔會講冇謂嘅說話或者冗長。 ──撒但嘅作為就係佢隨便向人腦海射一支箭,唔畀人專注喺自己關心嘅事上。因為佢知道,如果一個人繼續禱告,造佢嘅主都會聽佢,就算佢係一個無可數嘅罪人。 所以仇敵就引誘佢思緒漫遊,令佢嘅心思好似射向天空嘅箭咁飛。結果就係,當佢雙手攤開禱告嗰陣,口講一樣嘢,心裏面卻諗住、想像住另一樣嘢──正中仇敵下懷。 所以,我嘅弟兄,你總要向神求嗰啲特別必要、又係你特別有需要嘅嘢,並且要照住呢種需要嘅感受去禱告。諗下耶利哥嗰兩個瞎子。佢哋向主喊:*「大衛之子,可憐我哋啦!」* 當主問佢哋:*「我可點樣幫你哋?」* 佢哋就喺病中,心裏痛苦咁哀求:*「求祢開我哋嘅眼」*(馬太福音20:30)。 佢哋冇講「畀我哋呢樣或者嗰樣」,因為佢哋嘅需要唔係好多咩?但佢哋只求嗰一樣最迫切嘅需要。──諗吓嗰位迦南婦女──佢喺主之後喊咩?──*「主啊,可憐我!我個女畀鬼附得好慘!」*(馬太福音15:22)。 佢只講出心入面嘅痛苦。同樣地,所有去到佢面前嘅人,唔都係向佢訴說自己心入面嘅痛苦?如果有人病咗去睇醫生,難道唔會講俾醫生知自己有咩病?你呢,我嘅兄弟,就要將你靈魂嘅痛苦呈獻畀神。 – 當時,你要憑你心靈的眼睛和信心的力量仰望祂,好叫你,正如經上所寫的,能看見*「那坐在寶座上、高高在上者」*(以賽亞書6:1),並看見祂面前的眾天使和天使長;然後,你要在祂的良善前俯伏,向祂傾訴你的懇求。 首先承認你的罪,然後才向祂陳述你的言語或你的憂傷,好叫祂因祂的良善而憐憫你,並將祂的豐盛恩典傾倒在你身上:哦,靈魂啊!*「因你的信大,照你的所願成就吧!」*(馬太福音15:28)。

**166.** 凡屬靈眼睛被光照且常開嘅人,都深知佢哋唔係靠自己嘅力量,而係靠神無敵嘅大能,先至得以從惡者嘅試探中得救。一個人所擁有嘅自由,就只係喺有冇決心去抵擋魔鬼; 然而,即使能夠作出抵抗,佢都未完全掌握自己嘅情慾。如果人類本性,就算冇聖靈嘅全副盔甲,都足以抵禦魔鬼嘅詭計,咁主 就唔會喺禱告中吩咐我哋講:*「唔好帶我哋陷入試探,而要救我哋脫離那惡者」*。 所以,凡是願意從那惡者如火的箭矢中得釋放、達到無情欲狀態,並成為神聖榮耀分享者的人,就當以無盡的渴望, 以全心全意、全力以赴,時刻向高天求助,好藉此克服情慾,並透過如此光榮的勝利,達到純潔之境,*'除祂以外,無人能見主'*。

**167.** 努力成為上帝無可責備的孩子,進入那*「基督為我們已經进去」的*安息(希伯來書6:20);努力與眾長子一同寫名在天上的教會;努力上升到天上的耶路撒冷,那裡有甘甜的樂園。 – 但你要知道,除非你日夜如河流般流淚,否則你不會被認為配得上這些奇妙的福份,正如聖人所言:*「我每夜洗我床;以眼淚澆我褥。」*(詩篇 67:7)。 你唔知道*「那流淚播種嘅,必歡呼收割」*(詩篇125:5)?所以上帝先話:*「唔好隱藏我嘅眼淚」*(詩篇38:13);又再講: *「我將眼淚擺在主面前,正如你所應許的」*(詩篇55:9);又如:*「我日夜以眼淚當飯」*(詩篇41:4);*「我以哀號當飲」*(詩篇101:10)。 帶住深切悲痛,喺心靈最深處純粹熱誠中流下嘅眼淚,係靈魂嘅食物,係滋養靈魂得永生嘅天糧。

**168.** 就如有一道可見的天空,稱為穹蒼,其上另有一道天,光芒四射,肉眼不可見,眾天使就居於其中。有一座非人手所造的帳幕,聖天使們於其中服侍。 所有呢啲都係神聖嘅、難以言喻嘅、光輝燦爛嘅,唔屬於呢個時代,而係屬於另一個世界,嗰度冇黑夜、冇邪靈、亦冇爭端。但係,唔係每個人,無論佢哋係邊個,都獲准用內在嘅眼睛去睇到天上嘅事; 所以,好似有個幔子, firmament 就咁竪起咗,咁佢哋就唔會單憑嗰度就睇到所有人,而只會見到心純潔、心聖潔嘅人──佢哋嘅同胞同戰友。當幔子揭開嗰陣,義人就會知道等住佢哋嘅係乜嘢。

**169.** 憂傷痛悔,專心一志的長禱,升到天上。 就好似水喺平地上流,喺開闊地方,就唔會升得高;但當下面嘅管道阻住佢嘅流向,迫窄咗佢,嗰時佢就會被逼得比任何箭矢都快咁向上衝: 人心喺享受大自由嘅時候,就會散漫同飄散;但當心靈嘅痛苦同憂傷將佢拘禁,喺呢種美好嘅煎熬中,佢就會高飛,向神獻上純潔而熱切嘅禱告。 先知就證明咗,帶住悲傷嘅禱告特別蒙垂聽,佢話:*「我受苦嘅時候,就呼求主,主就應允我。」*(詩篇119:1) 所以,我哋要激起良知,透過紀念我哋嘅罪過,喺靈魂裏面喚起憂傷,好令我哋嘅禱告配得上被垂聽──清醒、警醒,並且能夠以呼聲直達天庭。 冇嘢比痛苦嘅悔恨同悲傷更有效咁趕走我哋嘅懶散同倦怠,佢哋令心思集中喺一點,並返返自己。 凡以如此方式悲傷並禱告的人,禱告之

後,就能在自己的靈魂裡注入極大的安慰。就好比雲層聚集時先令空氣陰沉,但當雨水從雲中傾瀉而出,雲層逐一散去所積聚的水氣,空氣便再次變得清澈明亮: 靈魂嘅悲傷就好似困喺入面咁,令我哋嘅思緒變得陰暗;但當佢透過祈禱嘅言語盡情啜泣,並釋放出嚟,就會為靈魂帶來極大嘅清晰,好似一束光咁,投射到祈禱者嘅心靈,帶嚟上帝幫助嘅念頭。

**170.** 你想無受干擾咁祈禱?—確保你嘅祈禱由靈魂深處湧出。 就好似啲根扎得好深嘅樹,就算畀風吹咗千百次,都唔會斷,都挖唔走,因為佢哋嘅根緊緊釘喺地下深處;同樣,由靈魂深處發出嘅祈禱,根基穩固,就會向上伸展, 冇乜念頭嘅風暴可以令佢哋迷失方向。先知就畀咗我哋一個例子,講到自己:「*主啊,我從深處向你呼求*」(詩篇129:1)。

**171.** 我巡視咗勝利者嘅軍械庫,想了解邊件武器可以畀執起佢嚟嘅人帶來決定性嘅勝利。「喺嗰度,好多兵器擺喺我眼前,」而憑住每樣,都可以取得響噹噹嘅勝利。首先,我見到純潔嘅禁慾—嗰把永遠都唔會鈍嘅寶劍。然後我見到貞潔、清淨同聖潔—嗰張弓,由佢射出嘅銳箭穿透惡人嘅心。 我又見到貧窮,佢蔑視銀錢同世上一切財物—呢副鎧甲可以阻止魔鬼奸詐嘅箭矢射入心扉。喺度我留意到 愛—呢面盾牌;同和平—呢支堅固嘅長矛,令撒旦震驚並轉頭逃走。 我見到守更—呢副鎧甲;禱告—呢幾塊鎧甲板;同埋公義—呢架輕便戰車。 但當我審視呢啲武器,諗緊邊樣最勁嘅時候,我見到謙卑嘅堅城,發現冇嘢比佢更強;因為冇敵人嘅武器可以穿透佢,邪惡者都攻唔入。 所以,如果你想喺你所打嘅仗中得勝,就投靠喺謙卑嘅堅固營壘之後;喺度避難,唔好離開呢道防線—咁獵物就唔會擄走你;唔好完全依靠你其他嘅武器,免得狡猾者打倒你。

## 7. 對苦行者的勸告

**1.** 出家修道嘅開始係敬畏上帝;因為唔敬畏上帝嘅和尚,最終會發現自己喺上帝國度大門之外。對和尚嚟講,好人生嘅開始係對上帝嘅認識;但係對上帝嘅無知,會令和尚嘅靈魂變得黑暗。

**2.** 修士嘅好嘅基業係純潔同聖潔;但係冇呢兩樣嘢嘅修士,就失去咗先祖嘅基業。

**3.** 修道者嘅苦行係研讀聖經同遵守上帝嘅誡命;唔做呢啲嘅修道者就唔係修道者。

**4.** 修士嘅養份係行上帝嘅旨意;然而,肉體嘅食物並唔會帶修士到基督面前,只會「*入咗肚,就出咗去,落咗廁所*」(馬太福音15:17)。

**5.** 讓修士的腳步莊重地踏上教會的階梯;但不可從這屋走那屋,行徑無序。

**6.** 讓修士向有智慧者求教;不可讓無智慧者的教導在他心中生根。

**7.** 一個靠詩篇、聖頌同屬靈詩歌警醒嘅修士,可以驅走夜裡嘅胡思亂想;但係一個因善行自以為是、瞓覺嘅修士,就織咗張蜘蛛網。

**8.** 勇敢嘅修士靠基督嘅十字架避開魔鬼嘅陷阱。

**9.** 一個根基穩固、謙卑到塵埃裡嘅修士,在一切事上都以魔鬼式行事(透過違背誡命、狡猾同放縱自己)。

**10.** 讓修道者的心思意念時刻忙於善行。修道者的自律,就係有德嘅思想。修道者的警醒,就係制服污穢嘅念頭。

**11.** 僧侶嘅修養就係一個好嘅靈魂,會按福音結出果實。修養呢個靈魂嘅僧侶,就係第一個品嚐到果實嘅味道。

**12.** 僧侶體內的不朽力量是無慾,它承載十字架;但對金錢的愛對他們是毀滅性的,因為它擋住了他們進入天國的道路。

**13.** 對修行者嚟講,最好的禮物就係貞潔,佢同以利亞坐住戰車一樣,可以托佢升天。貞潔嘅力量在於禁食;但係修行者如果沉迷飲酒,就會污穢佢嘅肉身。

**14.** 從眼中流出的眼淚是生命樹,在謙卑中不斷向上生長。達到此境的修士將結出善果。

**15.** 凡宣揚自己施舍嘅和尚,就會令人反感—佢會聽見主話:「*你已經攞咗你嘅賞賜啦*」(馬太福音6:2)。但係嗰個唔好意思講出嚟嘅人,就會由知道暗中一切所作所為嘅主度攞到佢嘅賞賜。

**16.** 當你「*將屬於上帝的歸給上帝*」時,修士啊,不可自誇;反而要向主禱告,說:「主啊,我將屬於祢的獻給祢,只從祢 alone 尋求我靈魂的救恩。」

**17.** 主聽那以清潔的心行夜間禱告的修士;日間使他如白晝般光明,並日日使他愈加光明。

**18.** 主並不居住在修士的驕傲之中,但聖靈卻居住在他的謙卑之中。

**19.** 讓修道者的外衣(不是編織的,而是屬靈的)永遠不得玷污。這樣的人,必於半夜隨同新郎進入宮殿。

**20.** 修士啊,要預備油去迎接新郎;因為如果你當時冇油可以倒進燈裡令佢明亮,你就會同啲愚蠢的童女一樣留喺宮殿外面。

**21.** 讓修道者的生命,效法天使,成為燃盡罪惡的火焰;必須是悔改者永不止息的豐碩果實。

**22.** 讓僧侶的生活在所有肢體上都印有克制慾望的印記:施洗約翰的生活是他的榜樣。

**23.** 願魔鬼的暴風遠離修士;願天使的寧靜常在他們中間。當魔鬼的暴風興起時,噢,修士,你要抑制你的易怒;因為修士的生活必須永遠披戴謙卑和忍耐。

**24.** 一個被對上帝嘅熱誠之火點燃嘅修士,可以驅走魔鬼;但係一個受(驕傲)競爭心驅使、同兄弟較勁嘅修士,就會將魔鬼引到自己身上。

**25.** 唔好等太陽落山你仲喺度發脾氣,亦唔好畀你嗰把火喉嚇親你嘅兄弟。

**26.** 唔好唔聽聖詩,因為呢係天使嘅歌唱;但要遠離魔鬼嘅鬧劇聲,因為呢係魔鬼嘅迷思。

**27.** 但願基督的十字架常在你的額上,神的畏懼常在你的心中。

**28.** 沉默配上純潔的心,會以聖靈的油膏抹修士。

**29.** 良好嘅品格促進弟兄之間嘅愛,並驅走爭吵。

**30.** 與主聯合者,決不向魔鬼投降,免得在婚房中蒙羞。

**31.** 修士的無敵盾牌是口中所唱的天使之歌;對他而言,死亡不過是一場比歌聲更甜美的睡眠。

**32.** 修士嘅寶藏係自願嘅貧窮;着住佢嘅修士係神聖嘅。為自己喺天上積聚財寶;因為喜樂嘅時代永遠無盡。

**33.** 你要令你嘅心思時刻都留喺神聖嘅經文度。你嘅門唔好用鐵鎖鎖,而要用磐石──主耶穌嘅名──喺謹守中宣揚出嚟。

**34.** 修士在禱告時面容變得奇異,他所經歷的屬靈喜樂的痕跡,帶給眾修士歡喜。

**35.** 唔放縱口腹之慾,又唔鍾意飲酒嘅和尚,就好似天使一樣。

**36.** 難以形容嘅美,就係處女貞潔喺和尚靈魂入面發光;但係當呢份貞潔玷污咗,佢張面就變得最醜陋。

**37.** 對一個和尚嚟講,最壞嘅事就係跌入罪惡;罪惡吞噬佢內心所有嘅善,就好似火吞噬稻草咁。

**38.** 出家嘅和尚就成為基督嘅同伴;但係糾纏喺塵世事務入面嘅,就唔討好統帥──基督。

**39.** 唔貪錢嘅修士先係天國嘅真傳道者;而受貪心所苦嘅人,就係可憐咁滅亡咗。

**40.** 潔淨,配以無瑕嘅處女之身,係年輕和尚嘅裝飾。

**41.** 服從係出家人嘅寶藏:凡係獲得佢嘅,主都會垂聽。

**42.** 讓僧侶說出善言,並以他的雙唇宣揚至高者的言語。

**43.** 讓僧人自願忍受飢餓,以卑微塵世之身,揚高天上之靈。

**44.** 令比丘講真語,令虛假唔得以佢口而出。

**45.** 當你聽到惡言,唔好發怒,要謙卑;因為你做和睦者,就會得著和平嘅確據,並且會被稱為至高者嘅兒子。

**46.** 野驢怕獅子;出家人亦當畏懼慾望之念。

**47.** 容許喺禁食期間食嘢嘅和尚,就好似破壞自己所住柱子根基嘅人。

**48.** 就好似旋風吹起平原上嘅塵土,一個自負嘅和尚都係咁,喺寺院入面攪起強烈嘅激情。

**49.** 地上嘅天使就係一個好嘅和尚,唔會畀情慾嘅箭射傷。

**50.** 唔好屈服於驕傲,否則會嚟個可怕嘅跌落。效法保羅嘅謙卑,你就可以成為佢嘅同承繼者。

**51.** 效法摩西的柔和為榜樣,好叫神將你石心化作水湖,你經歷了這益處,就當讚頌說:*「主領我經過安息之水」* (詩篇22:2)。

**52.** 你要認清謙卑有幾奇妙,就揀選謙卑為自己;因為謙卑能將人升到天上。你因謙卑而有美賞──天國;所以唔好灰心。

**53.** 青年和尚,輕視虛榮,要堅守貞潔。以貞潔養身嘅和尚,就好似蒙神聖潔嘅幼苗。

**54.** 禁慾係和尚嘅繮繩;凡係拋棄呢條繮繩嘅人就會變成 *「野馬」* (耶利米書5:8)。唔管住肚皮嘅年輕和尚,就無法遠離肉體罪行。

**55.** 日夜,警醒嘅和尚都勤力禱告;佢拍住自己嘅心,淚如雨下,將天上嘅聖膏沁入自己身上。

**56.** 地上嘅生命樹就係嗰位唔畀情慾奴役、並且已經擁抱天使般生活嘅和尚。

**57.** 對付魔鬼最鋒利嘅劍,就係和尚口中所唱嘅詩篇。

**58.** 以利沙嘅枯樹從深處汲出鐵; likewise,修士嘅身體一旦變得枯乾,就從(情慾)嘅深處汲出靈魂。修士嘅禁慾令情慾嘅河流枯竭。對修士嚟講,禁慾嘅限度係死亡;願佢喺離世之前都唔好離開佢。

**59.** 對付情慾嘅利劍,就係修士喺禱告中保持警醒。修士嘅禱告冇有限度;所以,佢要隨時頌讚主。

**60.** 喺發脾氣嗰日唔知收聲嘅和尚,都唔容易控制到自己嘅慾望。發脾氣嘅和尚就等於殺咗自己嘅靈魂,仲用銳利嘅箭射傷咗隔離人。

**61.** 試探未至之前,先自備裝甲;如此面對試探時,你便能證明自己有技巧。

**62.** 不可積聚財富,亦不可放縱肉體:窄路要求你拋棄一切無用之物。效法保羅,*「將萬事當作虧損,好使我得著基督。」* (腓立比書 3:8) 財富同肉體放縱,都唔會畀帶到天國嘅門口。所以,要愛慕無慾同自制;咁你先唔會被留喺門外。

**63.** 出家人心內燃燒嘅火,就係由醉酒引發嘅慾望。基督就好似永遠湧流嘅泉源;從祂汲水,就可以熄滅嗰團臭氣瀰漫嘅火焰。

**64.** 唔好講惡言;否則你會變成生滿荊棘嘅葡萄園。同鄰舍講嘢時要用最甜美嘅言詞,效法蜜蜂,永遠都帶嚟冇苦澀嘅蜂蜜。

**65.** 一個浮躁嘅和尚會畀思緒嘅暴風雨捲到處處;但係能夠克制自己嘅人,就會因福音嘅話語而得力。相反,一個疏忽嘅和尚就會畀自己嘅思緒噎住,就好似麥子畀荊棘噎住咁。

**66.** 心裏面唔好存留任何對弟兄嘅惡毒言語,咁你先可以喺禱告中宣告:*「赦免我哋……正如我哋赦免人」* (馬太福音 6:12)。

**67.** 修道者之冠冕係和平同聖潔;凡能達到者,*就會「見主」* (希伯來書12:14)。

**68.** 修士嘅智慧唔係喺識得要做啲乜嘢工夫,而係要識得點樣智慧咁去做。有呢種修為嘅人唔係用口教,而係用行動示範。

**69.** 一位有智慧嘅和尚,喺同魔鬼大軍交鋒時,佢嘅箭都射唔中佢;靠住基督嘅十字架得力,佢將蛇嘅頭壓碎。

**70.** 修道者最寶貴的財富是純潔,由博愛之光照耀。誰能獲得並保持它,必將毫無疑問地進入新郎的內室。

**71.** 遵守至高者的誡命,遵守聖父的規矩;你必成為天國的繼承者。

**72.** 放縱且自大嘅修士會墮入誘惑同魔鬼嘅陷阱;但謙卑者則會獲得平安同聖潔嘅冠冕。

**73.** 過量飲食嘅和尚會陷入迷思同夜裡嘅幻想;但係守齋嘅人,床褥唔會污穢,瞓覺都安寧無擾。

**74.** 敬畏上帝嘅和尚唔會容忍任何有害嘅嘢,因為主會保護佢,喺佢離世嘅日子,佢會有贖罪嘅祭牲。

**75.** 修道者嘅謙卑唔係喺偉大嘅行為中睇到,而係喺試探中受考驗。修道者喺患難中嘅忍耐,只要忠心遵守,就會帶俾佢無愧嘅盼望。 願佢到最後一口氣都堅持住,因為*「到底能忍耐的,必然得救」* (馬太福音10:22)。修道者,你要忍耐;因為受苦嘅時間短暫,但快樂嘅年代無窮無盡。

**76.** 讓修道者的歌聲永不止息;因為撒拉弗不停地讚美。修道者啊,要讓屬靈的歌常在你口中,好減輕襲來試煉的重擔。

**77.** 順服嘅修士,要喺十字架前,以蒙福嘅膽量站立;因為十字架上就係主,佢直至死都順服──甚至係十字架嘅死。

**78.** 願修士的声音,在禱告的柔和裡,由靜默的嘴脣誠懇地向上主高唱。

**79.** 一個未用舌頭譭謗嘅和尚,係地上嘅真光。凡係咁樣,又未用罪惡玷污自己身體嘅人,就係基督嘅朋友。

**80.** 如果一個和尚敬畏上帝,他就像一座堅不可摧的柱子。一個未曾培養出敬畏上帝之心的和尚,會輕易被仇敵擄去。

**81.** 一個冇所擁有嘅和尚,就好似係大地上一盞純淨嘅光;因為*「貪愛錢財,係萬惡之根」* (提摩太前書6:10),唔會結出好果。

**82.** 出家人食肉飲酒,都好過用讒言去噉食同道中人嘅肉。

**83.** 金子要經得起火爐試驗,出家人就要喺眾多僧侶中受考驗。

**84.** 修士當敬虔地舉手向上帝,以擊敗仇敵,效法摩西,他曾舉手形成十字架的形狀,擊敗亞瑪力。

**85.** 豐盛嘅恩典臨到每日都被釘十字架同死去嘅修士;天使為佢哋歡欣,迎接佢哋入天國。

**86.** 禁慾係箍住情慾嘅嚇,而克制情慾就係配搭施捨嘅禱告。

**87.** 勝過肉慾嘅修士,潔白勝過雪;佢只渴慕基督,就會見到基督喺恩典之日為佢加冕。

**88.** 低聲耳語的修士會趕走眾多修士,並分散他的朋友。蛇透過低聲耳語將夏娃趕出伊甸園;低聲耳語的修士就如他一樣,因為他摧毀了他人的靈魂,卻拯救不了自己。

**89.** 凡心靈中智慧地歌唱者,必蒙上帝垂聽。讓修士的心靈以無分心之眼凝視上帝;因為她既已棄絕塵世,與基督合一,就當視一切塵世之物如無物。

**90.** 修士嘅靈魂,因聖靈而香氣撲鼻,虔誠咁用香氣遮住自己嘅嗅覺,免得聞到慾望嘅污穢。──同樣,凡心存敬畏上帝者,都唔會畀肉慾嘅污穢所沾染。

**91.** 務求行事坦率真誠,心口合一,不可口是心非;因為這就叫欺騙。

**92.** 要誠實,唔好講大話,因為大話係出於魔鬼。

**93.** 惡以惡報;但若有人得罪你,就饒恕他,好叫神也饒恕你。

**94.** 如果你被報復心糾纏,就全心為咽位弟兄祈禱,報復心就會離開你。

**95.** 小心唔好喺心入面藏住嫉妒嘅激情,免得魔鬼趁你仲生住嘅時候吞噬你;反而要去懺悔,同向上帝祈求,救你脫離呢種危險。

**96.** 如果你見到有人犯罪,就唔好揭發佢嘅罪,唔好定罪佢,亦唔好對佢懷有仇恨,免得你自己都跌入同樣嘅罪中;反而要咁講:「我比佢仲差,佢今日犯罪,我明日都會犯罪。」

**97.** 亦要知魔鬼畏懼沉默、禁食、守夜、節制、謙卑、禱告、眼淚及其他苦行美德。

**98.** 如果你希望上帝賜給你眼淚、心靈的痛悔和無情欲,就要時時提醒自己死亡和自己的墳墓。

**99.** 如果你畀魔鬼誘騙而犯罪,無論大罪細罪,都唔好絕望,或者自暴自棄,而要透過懺悔同認罪,上帝就唔會離棄你。

**100.** 唔好鍾意入城;如果你唔見到有咩罪惡,你就可以保持純潔。

**101.** 唔好飲到醉,否則你嘅心會一頭栽落慾望度。

**102.** 唔好一日食兩餐,免得你嘅身體變得粗糙,連帶你嘅情慾都會變得強烈。

**103.** 唔好瞓太多,要不斷尋求上帝嘅幫助,*好似「雀鳥脫離陷阱」* (箴言 6:5)。

**104.** 唔好講太多,免得你講出假話。

**105.** 除咗滿足基本需要,唔好為自己多置一物,要量入為出。

**106.** 保持沉默,專心做自己嘅事。

**107.** 用盡全力控制你嘅舌頭同你嘅肚。

**108.** 智慧要謙卑;行事作風要好似自己無知又冇讀過書咁。

**109.** 對所有人都溫柔。

**110.** 嘈吵同大笑會帶嚟好多害處;有智慧嘅人就會保持沉默。

**111.** 時時把死亡擺喺眼前,誘惑就永遠都拉唔低你。

**112.** 朝夕檢視自己,看看你點樣度過時間;但呢件事唔係唔使努力(要不斷自我留意,並守住自己嘅心)。

**113.** 敬畏上帝,好似你終有一日要向祂交代你所有所作所為咁。

**114.** 每日問自己:你克服咗邊種慾望?

**115.** 凡信有審判者,不輕率待人,反而更加警醒自守,連最細微、最微不足道嘅惡都遠遠避開。

**116.** 凡信自己身體要從死裡復活的人,就小心潔淨身體,遠離一切污穢。

**117.** 當你確立咗對上帝嘅敬畏之後,就要遵守同完成你本應該做嘅一切──唔好忽視你良心嘅提示;反而要留心佢,等佢都可以成為你嘅守護者,即時指出你跌入咗咩境況,永遠唔會離棄你,亦唔會畀你落入仇敵手中。

**118.** 要知道,當一個修道者嘅心開始唔跟自己嘅意志,而係向神轉向嘅時候,最先會被絕望襲擊。以下方法可以驅散呢種絕望:禱告同不斷默想神;呢種默想靠自律維持,而自律則靠體力勞動保障。呢就係 *「引到生命」* 嘅窄門(馬太福音7:14)。

**119.** 如果你真係愛主,努力追求將嚟嘅國度,又因為自己嘅罪惡發誓要勞苦,就要記住審判同永恆嘅刑罰,驚懼咁等候離開呢個世界。

**120.** 唔好貪戀金錢、財物、父母、世俗榮耀、朋友、親戚,甚至任何塵世之物。 對呢啲嘢唔好有任何掛慮;要斷絕所有牽絆,拋開一切憂慮,甚至憎恨佢哋──連自己肉體都要剝離晒呢啲嘢──以無牽無掛又勤力嘅心跟隨基督,時刻仰望天國,等候嗰度嘅幫助。因為死亡嚟得突然,審判近喺眼前。 嗚呼哀哉,未作好準備嘅人啊!

# 聖約翰·克里馬庫斯

***佢嘅簡短事蹟***

聖約翰嘅父母、佢嘅出生地同埋佢入咗西奈山修道院之前嘅經歷都唔清楚。 由佢嘅著作可以睇到,佢受過良好嘅教育;但佢渴慕同神同住,迫使佢離開塵世同世俗嘅榮耀,退隱去當時以智者長老聞名嘅西奈山修道院。 佢十六歲入咗修院,跟隨長老馬提里奧斯(Martirios)嘅教導同指引,四年後,即係佢二十歲嗰年,長老替佢落髮,成為咗一名修道士。佢對長老嘅服從心大到好似冇自己嘅意志; 然而對其他僧侶,他卻行事簡單謙卑,從不對任何人擺架子。與師傅同住十九年後,聖約翰痛失師傅,師傅過世後,他開始獨居,為此選擇了一處隱蔽之地, 呢個地方叫Fola,離修道院有五個斯塔地亞。佢喺度隱居咗四十年。佢嘅隱居生活過得平靜,嚴守苦行,但又識得掩飾,完全冇乜特別。 每逢星期六同星期日,佢都會返嚟修院入面嘅教堂參加聖禮,領受基督嘅聖體聖血,然後同聖父哋傾偈,並喺佢哋嘅指引下檢視自己嘅心態。 喺呢啲聚會入面,聖若望通常都會講嘢,佢嘅說話自然比其他人嘅更有份量。呢點令謙卑嘅人好開心;但有啲冇咁識眼色嘅人就開始懷疑呢位智者係咪自大,而且掩飾唔到佢哋嘅疑心。 為咗唔令軟弱者走偏 ,聖約翰對自己實施完全噤聲,並嚴格遵守咗整整一年;佢只喺嗰班逼佢做呢項苦行嘅人誠懇哀求之後先至解除。 四十年默然生活之後,聖約翰喺所有弟兄一致同意下,當選為西奈山修道院嘅院長。 但係帶領呢群屬靈嘅羊群四年之後,佢又再次隱居,直至佢喺563年、八十歲嗰年離世。 應同名嘅萊夫修道院院長嘅請求,聖約翰寫咗《神聖昇天之梯》,喺入面用三十級階梯描述通往靈性完美嘅階段。 佢仲喺《梯》嘅附錄加咗一篇《致牧人一詞》,講述靈性牧人嘅職責。由《梯》入面嘅30個詞,我哋揀咗以下幾個主題,呈獻俾大家:

**1.** 苦行主義的總原則
**2.** 論悔改
**3.** 關於美德與情慾,以及一般性地對抗後者
**4.** 對抗八大主要情慾的鬥爭:(b) 慾望;(c) 憤怒;(e) 絕望;(h) 驕傲
**5.** 關於無情

## 聖約翰·克里馬庫斯嘅苦行教導

### 1. 苦行主義嘅一般原則

**1.** 上帝係賦有自由意志者嘅生命同救恩。

**2.** 凡係將自己獻身於上帝,同時又住喺一個物質同朽壞嘅身體入面,就模仿無形嘅生命同狀態:—佢只係遵守上帝嘅話語同誡命,喺任何時間、任何地方同任何行動, —— 總係節制自己嘅感官,實踐克己同自我責備,—— 總係默想死亡,喺靈魂裏面悲傷同受苦,—— 轉離世人所讚美嘅物質財富,為咗得着天上嘅福份。

**3.** 凡真心捨棄塵世生活的人,無疑或為將來的天國、或因罪惡深重、或出於對上帝的愛而行。然而,若他們並無上述任何動機,則其退離塵世乃不明智之舉。儘管如此,我們的良善引路者仍等待見證他們所行之路的結局。

**4.**當我哋想離開埃及,逃脫法老王,我哋都需要一位摩西──即係一位喺神面前、藉住神為我哋代禱嘅中保。佢站喺我哋言行之中,為我哋向神舉手,咁我哋就可以喺佢嘅引領下,渡過罪惡之海,勝過情慾中嘅亞瑪力人。

**5.** 凡以肉身之軀嘗試攀升天界者,自我克制(節制自己)與不絕的自我犧牲(自願匱乏)真係不可或缺——尤其係棄絕嘅一開始,直到我哋追求享樂嘅本性被淨化,我哋冷酷嘅心被對上帝嘅愛所溫暖。因為喺呢個努力入面,真正嘅勞苦同埋巨大嘅隱藏痛苦係無可避免,直到我哋嘅心靈──呢隻兇猛又貪享安逸嘅狗──變得貞潔同充滿愛。 – 然而,你呢班有熱誠但軟弱嘅人啊! – 讓我們振作起來。讓我們向基督主坦白我們的軟弱,以堅定不移的信心,穩穩地呈獻給祂,– 我們必定會得到祂的幫助,– 甚至超過我們所配得,只要我們一直謙卑到極點。

**6.** 凡是承擔此事的,必須拋棄一切、蔑視一切、嘲笑一切、擲棄一切,方能奠定穩固的基礎。以下三柱基礎是良善的:無惡意、禁慾與貞潔。

**7.** 堅定嘅開始(決心)無疑對我哋有益,即使之後我哋變得軟弱;因為曾經勇敢嘅靈魂,如果變得軟弱,就會被對昔日熱誠嘅回憶,好似被鋒利嘅武器刺傷咁。 有啲人曾經好多次都係咁樣振作返自己,因為佢哋變得鬆懈。

**8.**當靈魂背叛自己,摧毀咗嗰份神聖而渴望嘅熱誠時,就應該仔細檢視佢點解會失去;並將所有嘅努力同熱誠都集中喺嗰個原因上;因為之前嘅熱誠,只可以透過同一個令佢消失嘅門口先至可以重返。

**9.** 喺我哋棄絕嘅一開始,無可否認,我哋係喺艱難、自我強制同悲傷中實踐美德; 但當我哋進步咗,就唔再因為佢哋而感到悲傷,或者只係略感傷悲;而當我 哋嘅肉體理性被熱誠之火所克服同俘虜,就會用盡所有喜悅、渴望同神聖嘅熱忱去實踐佢哋。

**10.** 有一次,平信徒問我:「我哋同妻子住埋一齊,又糾纏於世俗嘅憂慮,點樣先可以達到最完美嘅基督徒生命?」我就答佢哋:「凡你哋能力所及嘅好事,都要去做; 唔好定人罪,唔好偷嘢,唔好對人講大話,唔好喺人面前自誇,唔好懷恨任何人,唔好疏忽教會聚會,對有需要嘅人施以憐憫,唔好引誘人走偏,唔好侵犯人嘅名譽,並且要對自己嘅妻子忠貞。 如果你做到呢啲,就唔會離天國好遠。

**11.** 讓我們懷着喜樂和勇氣,投身於這崇高的事業。我們不可畏懼仇敵;因為他們雖然自身隱藏,卻能洞察我們靈魂的面貌──當他們見到我們因恐懼而改變,就會更加猛烈地向我們進攻,因為我們已被恐慌擊倒。 所以我哋要大膽咁裝備自己去對抗佢哋;因為冇人可以同一個英勇嘅戰士抗衡。

**12.** 真正想服侍基督嘅人,首先要靠佢哋嘅屬靈導師同自己嘅分辨,為自己揀選合適嘅地方、生活方式、道路同教導方式;因為群居生活唔係對每個人都有益,亦唔係每個人都適合靜默。每個人都要考慮邊條路最符合自己嘅品格。

**13.** 整個修道生活包括三種主要嘅組織形式同苦行方式:或者係隱修同獨居;或者係同一個人,最多兩個人一齊靜默;或者,最後,就係喺團體入面忍耐住住喺度。

**14.** 凡真正愛主嘅人,凡真係渴望同尋求將要嚟到嘅天國,凡為自己嘅罪有真正憂傷,凡真係喺心裏面刻咗審判同永恆刑罰嘅記憶,凡真正畏懼呢個生命盡頭, 佢就唔會再鍾意任何世俗嘅嘢;亦唔會再沉迷或者理會財產同獲取,唔會理會呢個世界嘅榮耀同名聲,亦唔會理會任何塵世嘅嘢; 但係,當佢將呢啲一切掛慮拋諸腦後,甚至憎恨自己嘅肉身,佢就會跟隨基督,赤身裸體、無掛無礙、唔懶散,不停地望住天上,等候嗰度嚟嘅幫助,正如嗰位聖人所講:*「我嘅靈魂緊貼住你」* (詩篇62:9),又照另一位永垂不朽者所言:*「主啊,我未曾疲倦於跟隨你,也未曾渴望人間的安息日。」*(耶利米書17:16)

**15.** 我哋既然已經拋棄晒一切,竟然又再為同一啲嘢牽掛,真係好丟臉。呢就係所謂嘅回頭,唔會被領入神嘅國度。

**16.** 聽主對嗰個差啲就遵守咗所有誡命嘅年輕人所講:「你還缺少一樣:要賣晒你嘅所有,分畀窮人,然後做個乞丐,咁你先可以得人施捨。」(路加福音18:22,馬太福音19:21)

**17.** 我哋要小心,免得以為自己行緊窄路,其實卻走咗去寬闊又平坦嘅大路。 以下才是窄路的真正描述:克制肉體,通宵守夜,適量飲水,食不飽 bread,飲下羞辱的苦杯,責備、嘲笑、辱罵、壓制己意, 忍受攻擊,面對輕蔑不埋怨,承受重苦──受冤屈時能堅忍不屈,被誣陷時不懷怨,被定罪時不發怒,受侮辱時能謙卑。 行呢條路嘅人有福咗,因為*「天國嘅」係佢哋嘅*(馬太福音5:3–12)。

**18.** 凡以為自己對任何事物都無所執着,卻在失去時心生憂傷者,自欺也。

**19.** 呢個庇護(出世)同時係救恩同災禍嘅源頭;呢點只有渡過呢條心海嘅人先知道。但最可憐嘅,就係本應從深淵得救嘅人,偏偏喺呢個庇護所入面淹死。

**20.** 既然你已退離塵世,就切勿再接觸;因為情慾好快就會回返。

**21.** 要遠離嗰啲會畀你機會跌入陷阱嘅地方,就好似逃避鞭刑咁;因為當我哋唔見到禁果,就唔會咁強烈咁想要佢。

**22.** 我哋要努力效法羅得,而唔係佢老婆;因為靈魂如果返轉頭去原本嚟嘅地方,就會好似失晒鹹味嘅鹽,變成一動唔動。 要逃離埃及,永不回頭;因為心若回轉,就未曾見過耶路撒冷──即無情欲之地。

**23.** 凡能且肯助你脫離罪惡重擔的人,就當作你的父親;能洗淨你污穢的懊悔,就當作你的母親;你的弟兄當作同工,與你競逐天上之事;以死亡的紀念為你 inseparable companion; 讓你心靈的嘆息成為你所鍾愛的孩子;讓你的身體成為你的僕人,並與天上諸位使者結為朋友,因為當你靈魂離去之時,若他們是你的朋友,便能助你一臂之力。 *「這些」*就 *「是那尋索主的人」* (詩篇23:6)。

**24.** 退離塵世時,我們要選擇那些剝離了所有安慰與虛榮誘因、並且卑微樸素的居所;否則,我們行事就出於情慾。

**25.**就好似冇人可以一邊望住天、一邊望住地,凡係有喺思想同行動上同世界斷絕所有關係嘅人,都唔可能避免靈性上嘅災難。

**26.** 一個美好而有條理嘅品格,係要經過好多勞苦同努力先至可以得到;但係,好容易喺一瞬間就失去: *『惡劣嘅交往會敗壞好習慣』* (林前15:33)。

## 2. 論悔改

**1.** 懺悔係洗禮嘅更新。懺悔係良心嘅潔淨。懺悔係同神立約,اصلاح自己嘅生命。懺悔係透過行善,與主和好,與以往嘅罪行相反。懺悔係一種自我譴責嘅心態,同時對自己嘅關懷,唔受外在事物影響。 懺悔係盼望嘅女兒,係對絕望嘅否定。

**2.** 對於我哋呢班已經跌入無法紀深淵嘅人,除非我哋投身於謙卑嘅深淵,否則根本唔可能被拉出嚟。

**3.** 有悔改者所懷的痛悔卑微;有仍墮入罪中者所經歷的良心痛苦;亦有因神的工作而臨到完全者身上那份喜樂的卑微豐盛。第二種卑微的標誌,是完美地忍受恥辱。 — 舊習往往連為佢哋痛哭嘅人都肆虐。唔好為此驚訝。我哋跌落谷底嘅原因同方式對靈魂嚟講都模糊難解:有啲係因為疏忽,有啲係因為忽略靈性操練,亦有啲係因為上帝轉臉不顧。 不過,有人同我講,因為屋企瑣事而令我哋跌入試煉,我哋會好快就脫身;因為畀我哋陷入嘅嗰位,唔會容許憂鬱嘅魔鬼將我哋擺得太耐。

**4.** 傷口如果仲新鮮、未結痂,就好易好;但係慢性傷口,就係嗰啲無人理、任由惡化嘅,就好難好,要花好多工夫,包括割治、敷藥同灼燒,先至可以痊癒。 好多傷口隨住時間流逝會變成無可醫治,但 *「在神凡事都能」* (馬太福音19:26)。

**5.**墮落之前,魔鬼向我哋呈現上帝對人類嘅慈愛;但墮落之後,就令我哋覺得祂嚴厲得難以親近。

**6.** 唔好理會喺墮落之後,敵人向你低聲細語,話罪過唔算咩,只要你唔做呢啲嗰啲,就冇事。好多時就算係細微嘅供奉,都足以平息審判者嘅大忿怒(反之亦然)。

**7.** 凡真心尋求罪得赦免確據的人,若有一日不流淚,就算當日行過善,都視為虛度。

**8.** 凡當為自己罪惡哀哭的人,不可因此放鬆熱心,自欺說:等到我生命盡頭(或作:臨死之時)才得蒙赦免的信息。 未知之事,不可視為已定。 *「你要釋放我,使我得安息;我未*得這安息*之前,必不離開*此地。」 (詩篇38:14) *「主嘅靈喺邊度,邊度就得着釋放。」* (林後3:17);有咗無價嘅謙卑,就有釋放。但係冇呢兩樣嘢嘅人唔好自欺:佢哋仍然被捆綁住。

**9.** 活喺世上嘅人,就係唯一對呢啲啟示感到陌生嘅人。但係佢哋當中有啲人,行緊施舍嘅道路,喺佢哋離世嗰陣先會發覺,呢件事對佢哋有幾咁豐盛嘅果效。

**10.** 為自己哀哭的人,不會去認識別人的哀哭、跌倒或責備。── 一隻被野獸咬傷的狗,反而會更加憤怒,因為傷口痛楚,瘋狂地向牠攻擊。

**11.** 我們要考慮一下,我們的良心是否停止責備我們,並非因為它已經變得純潔,而係因為被邪惡壓制。跌倒後獲得赦免的標誌,就係不斷承認自己有債要還。

**12.** 我哋都要小心,特別係已經跌倒咗嘅人,免得嗰個無神論奧利金(Origen)嘅有害教導滲入我哋心入面。嗰個可憎嘅教義最強調上帝對人類嘅愛,正正合乎追求肉體慾望嘅人嘅口味。

**13.** 喺我哋靈性爭戰一開始,就喺私底下向我哋嘅良善審判者(屬靈父親)承認我哋嘅罪行;但如果佢咁吩咐,就要喺眾人面前承認。因為當瘡疤攤晒喺外,並唔會因此惡化,反而會痊癒。

**14.** 喺懺悔嘅時候,無論外表、內心感受同思想,都要好似一個被定罪嘅罪犯,低頭貼地;如果可以,就用眼淚淋濕你靈性之父嘅腳,就好似淋緊基督自己嘅腳一樣。

**15.** 魔鬼通常引誘我哋,要麼根本唔向屬靈父親承認我哋嘅罪,要麼就承認咗,但又將責任推晒畀人。

**16.** 唔好畀驕傲嘅靈迷失,要向你嘅屬靈父親坦白認罪,一啲都唔好隱瞞;因為冇咗自責,就唔可能擺脫永恆嘅羞愧。 你要將你嘅創傷攤開畀醫生睇,唔好害羞同佢講:「神父,呢個係我嘅潰瘍、我嘅傷口;唔係因為其他人,而係我自己嘅懶散所致。冇人要為此負責──無論人、靈、肉體,或者其他任何嘢──只有我自己嘅疏忽。」

**17.** 施洗約翰喺施洗之前,要求嚟佢面前嘅人認罪,唔係因為佢自己需要,而係為咗尋求嚟佢面前嗰啲人嘅得救。

**18.** 冇嘢比得上易怒帶嚟嘅惱亂,對正喺懺悔嘅人嚟講咁厭惡,因為懺悔需要極大嘅謙卑,而易怒就係極大驕傲嘅徵兆。

**19.** 一道陽光,從牆縫中射入屋內,照亮裡面的所有事物,連空氣中飄浮的微塵都變得清晰可見;同樣地,當主畏懼進入人心,就會揭露它所有的一切罪惡。

**20.**正如水能沖走字跡,眼淚亦能洗淨罪惡。

**21.**就好似因為冇水,字要靠其他方法抹去,同樣,冇眼淚嘅靈魂就用悲傷、嘆息同埋大量嘅哀號去淨化同贖罪。

**22.**就好似新鮮嘅傷口好快癒合,相反,舊嘅靈性傷口就好難癒合,雖然都可以痊癒。

**23.** 就好似一個人啱啱埋葬咗佢老豆,返嚟就即刻去參加婚禮一樣尷尬;同樣,為自己罪過而痛哭嘅人,向今世人追求安寧、榮譽或光榮,都同樣唔雅。

**24.** 正如守法市民嘅居所同已定罪罪犯嘅居所唔同,同樣,為罪惡哀悼嘅人嘅生活方式,必須同無辜者完全區分。

**25.** 靈魂的敏感度是其天賦的特性;但罪惡令這敏感度麻木。良知或令惡行停止,或令其減少。良心就係內心之聲嘅產物,而內心之聲就係喺洗禮時畀咗我哋嘅守護天使嘅話語同責備。呢就係點解我哋見到未經洗禮光明嘅人,佢哋嘅靈魂因為惡行所受嘅折磨,遠遠比唔上信徒咁大,雖然原因未完全清楚。

**26.** 凡是願意從罪惡重擔中得釋放的人,就當效法那坐於城外墳墓旁的人,並且要不停地流下熱切而懇切的眼淚, 並要他心裏的無聲啜泣不曾停止,直到他看見耶穌前來,將他心靈的頑石滾開,並如拉撒路一樣,釋放我哋的心靈脫離罪惡的枷鎖,吩咐祂的僕人──天使──*「鬆開他,*釋放他,*任他去吧」* (約翰福音11:44),邁向無情欲之福樂。

### 3. 關於美德與情慾──以及對後者的抗爭──一般而言

**1.** 洞察力係對上帝旨意喺任何時間、任何地方同任何事上嘅真正明白;佢只會喺心靈純潔嘅人身上先至有。

**2.** 凡是克服咗主要嘅前三種情慾(虛榮、貪財、貪食),就等於同時克服咗後五種(淫亂、憤怒、憂愁、絕望、驕傲);但凡喺克服頭三種情慾上疏忽大意,就根本唔會戰勝任何一種。

**3.** 所有魔鬼嘅攻擊都源於三大原因:要麼係我哋自己大意,要麼係驕傲,要麼係魔鬼嘅嫉妒。

**4.** 無論處於任何境況,都要按着(由信心同主嘅誡命所照明)嘅良心,照神嘅旨意行事;並且,就好似分辨到風從邊度吹嚟,就按住佢嘅指引揚帆。

**5.** 在所有我們努力取悅上帝的作為中,魔鬼為我們掘了三條陷阱:首先,他們設法阻撓我們的善行; 第二,當佢哋喺呢個第一嘗試失敗後,佢哋就努力令所做嘅事唔係照神嘅旨意;當佢哋喺呢個「 」計劃都失敗之後,佢哋就悄悄爬到我哋靈魂度,拍我哋馬屁,好似我哋正以一種討神喜悅嘅方式生活。 – 第一種試探,靠對(得救的)熱誠和對死亡的顧慮去抵擋;第二種靠順服和謙卑;第三種則靠不斷的自我責

備。*「這份勞苦擺在我们面前,*直到神的大火*進入我們的聖所。」*(詩篇 78:16) – 到時我哋體內就唔會有惡習嘅暴虐;*「因為我哋嘅神就係吞滅嘅火」*(希伯來書12:29),佢會吞噬一切慾望嘅激起同騷動,一切惡習,一切內在或外在、可見或可想嘅剛硬同黑暗。

**6.**當魔鬼攻克靈魂,並熄滅心思的光明時,我們這些可憐人,就再也沒有清醒的注意力、理性、知識或羞恥;取而代之的將是:剛硬的心、麻木不仁、判斷力不足,以及愚昧。

**7.** 靈魂被*掠奪*,就係當我哋把冇善可言嘅嘢當成好嘢──呢係一種無可察覺嘅財富剝奪,一種靈魂未知嘅擄掠。 *「*靈魂嘅*「謀殺」*就係透過沉淪入邪惡嘅行為(用致命嘅罪惡壓制對上帝嘅敬畏、良知同靈性嘅敏感度)去扼殺理性嘅心靈。 *「*靈魂嘅*「毀滅」*就係喺行咗不義之後跌入絕望。

**8.** 凡被情慾奴役而後又悔改的人,要堅定信心! 就算佢哋跌入咗各種陷阱、畀各種圈套纏住,受盡各種病痛折磨;但係當佢哋康復之後,就會成為所有人嘅燈塔同醫治者、燈盞同引路人,宣講各種病痛嘅本質同形態,並透過自己嘅經歷,拯救嗰啲行將跌入陷阱嘅人。

**9.** 最優秀嘅*「字母表」*──*「為所有人」*(初學者)──係以下:順服、禁食、麻布、灰、眼淚、懺悔、沉默、謙卑、 警醒、勇氣、寒冷、勞碌、為信仰受苦、羞辱、痛悔、寬恕、弟兄之愛、溫柔、單純無疑問的信心、對塵世事務漠不關心、對父母純粹的憎恨、公義、無惡意地簡單、自願的自我剝奪。

**10.** *那些「興旺」*者的狀態和特徵是:不自大、不憤怒、有美好的盼望、沉默、洞察力、堅定地記住審判、憐憫、好客、溫和的教導、不斷的禱告,以及不貪愛錢財。

**11.** *「敬虔完美」*之靈魂的限度、狀態和律法如下: 不可征服的心,完全的愛,謙卑的泉源,心智的傾注,基督的激動,不息的光明與禱告,神光照的豐盛,渴慕死亡,憎恨生命,厭惡肉身,為世界代禱的中保,好似強迫神施憐憫, 與天使同工,智慧的深淵,聖事的居所,不可言說啟示的藏處,人類的救主,鬼魔的克星,情欲的主人,身體的主宰,自然的統治者,與罪無關者,無情欲的居所,靠主幫助效法主。

**12.** 我哋要不斷關心同追求屬靈嘅知覺;因為當佢出現嘅時候,外在嘅感官就唔會再對靈魂施加欺騙嘅影響;知道呢點,一位智者就講:*「你就會搵到上帝嘅知覺」*(箴言 2:5、3)。

**13.** 修道生活,無論係行為、言語、思想定行動,都要跟從心靈嘅 prompting。如果唔係,就唔算係修道生活,更遑論天使式嘅。

**14.** 有啲人,可以咁講,天生就鍾意自我克制、沉默、純潔、謙遜、溫柔或者體貼; 但其他人天性幾乎完全與上述美德相反,卻仍強迫自己去實踐;雖然他們有時仍被克服,但我卻比前者更讚美他們,因為他們是克服自己天性的人。

**15.** 修士係天使嘅光,同時亦係眾人嘅光;所以佢哋要喺各方面都成為好榜樣,*務求「叫人喺任何事上都唔會失掉信心*,無論係行為,定係言語」(林後6:3)。

**16.** 藉住聖三一嘅幫助,我哋要用三德去武裝自己,對抗三種主要嘅情慾。如果我哋唔咁做,就會自找無數麻煩。

**17.** 如果我哋因所行嘅善事而令上帝喺我哋心內興起,祂嘅仇敵就會四散;如果我哋透過異象親近祂,咁*「恨祂嘅」*同*「*恨我哋嘅*」就會從祂*同我哋*面前逃走*。

**18.** 然後,我們要透過勤力,而唔係空談,努力去學習神聖真理嘅知識;因為喺出埃及嘅時候,我哋要示範嘅係行動,而唔係言語。

**19.** 聽聞寶藏藏於某處者,必費盡心機去尋覓,一旦得之,必小心保存;然而不勞而獲者,往往浪費。

**20.** 咩罪行係由八大主要情欲思想衍生出嚟?而三種主要情欲之中,邊一種係另外五種嘅根源?──放蕩嘅母體係貪食;絕望嘅母體係虛榮;憂傷同憤怒係由三種主要情欲同時所生;而驕傲嘅母體係虛榮。 至於邊啲罪行係由八大主要情欲引起,我就咁講:放縱嘅情欲入面冇理性、冇秩序,只係混亂同無序。

**21.** 例如,不合時宜嘅笑,有時係由慾望嘅魔鬼引起;有時係由虛榮引起,當一個人無恥咁喺心裏面讚自己;有時笑係由厭膩引起。

**22.** 過度睡眠有時源於飽足;有時源於禁慾,禁慾者因之而心花怒放;有時源於沮喪;有時則純粹因人而異。

**23.** 嘮叨有時源於厭倦,有時源於虛榮。

**24.** 褻瀆本質上係驕傲嘅產物;但佢亦往往源於人因責怪他人做同一件事而起,或者源於魔鬼嘅敵意嫉妒。

**25.** 心硬有時源於厭悶,有時源於麻木不仁;有時則源於對某樣嘢嘅執著。而呢種執著,又有時源於淫亂,有時源於貪愛錢財,有時源於貪食,有時源於虛榮──以及其他好多原因。

**26.** 欺騙既源於驕傲,亦源於憤怒。

**27.** 偽善源於自滿同任性。

**28.** 然而,對抗呢啲嘅美德,係由相反嘅源頭所生。但係因為我冇時間逐一討論,我就簡單咁講,要制服所有提過嘅情慾,就係謙卑──而 whoever 擁有呢種美德,就已經戰勝晒所有情慾。

**29.** 我哋對上司嘅敬畏,就當作對神敬畏嘅榜樣;對身體美嘅愛,就當作對神之愛嘅榜樣:因為冇嘢阻止我哋,就算係從與美德相反嘅行為入面,都可以攞到美德嘅榜樣。

**30.** 上帝唔係淨係喺勞碌中顯現,而係喺勞碌中同時伴隨簡單同謙卑先至顯現。雖然*「上帝嘅能力喺軟弱中得以完備」*(林後12:9),但主會拒絕嗰啲冇謙卑嘅工人。

**31.** 疾病有時被派來潔淨我們脫離罪惡;有時則用以教導我們謙卑。

**32.** 我哋嘅良善同全善嘅師傅同主,見到有人喺屬靈嘅追求上好懶散,就用病痛去卑肉身,當作一個較唔辛苦嘅工夫;有時亦因此潔淨靈魂,除掉邪惡嘅思想同情慾。

**33.** 凡臨到我哋嘅事,無論有形或無形,我哋都會用三種態度去接受:要麼用好嘅態度,要麼用激情嘅態度,要麼用介乎兩者之間嘅態度。我見到有三兄弟受咗損失:其中一個憤慨,另一個毫不在意,第三個就歡喜接受。

**34.** 我見過有啲農夫播同一粒種落田,但佢哋各有各嘅心機:一個想還清債,一個想發大財,一個想用禮物去敬奉佢嘅主; 而其他人就係想喺呢條人生路上攞過路人嘅讚賞,或者想氣吓啲妒忌佢哋嘅敵人,或者想避開人哋對佢哋懶惰嘅指責。──呢啲就係呢班農夫所播種嘅種子:禁食、守夜、施捨、各種服侍嘅行動,同埋類似嘅做法。 弟兄姊妹自己要喺主嘅光中,細心檢視佢哋嘅意圖。

**35.** 就如打泉水時,有時會不經意間連隻青蛙一齊舀起;同樣,在修習美德時,我們往往會滿足與之暗中糾纏的慾望。因此──貪食與好客糾纏不清; 與愛──通奸;與謹慎──過度嚴苛;與智慧──狡猾;與溫柔──懷疑、遲鈍、懶惰、背後中傷、自私任性及不順服;與沉默──壓制教導;與喜樂──自負; 與盼望──懶惰;與愛──定罪;與沉默──絕望與懶惰;與純潔──苦毒;與謙卑的智慧──無度的大膽;而跟隨所有這些之後,作為一種共同的補救──或者說,一種毒藥──就來的是虛榮。

**36.** 當我哋向主求咗啲嘢,但好耐都未得着回應嘅時候,唔好灰心。主自己都希望所有人可以即刻就變得無情欲,但祂喺我哋自己嘅意志度遇到好大阻礙。

**37.**凡向神求了某樣嘢但冇得着嘅人,無疑係因為以下其中一個原因:要麼佢哋求得太早,時機未到;要麼佢哋求得超過自己嘅分量,係出於虛榮;要麼如果佢哋真係得着咗所求嘅嘢,就會變得自大或者沉溺於懶散。

**38.** 有時喺某啲人身上──唔論係信徒定係不信者──所有情慾都會消失,淨返唯一嗰種,作為最原始嘅惡,獨自取代晒其他所有,而且咁有害,連天都趕得人落嚟(呢就係驕傲)。

**39.** 情慾的實質被消耗殆盡,被神聖的火從靈魂中吞噬並連根拔除。[77]

**40.** 有時啲魔鬼會自動退走,嚟令我哋產生假安全感。但佢哋會突然攻擊可憐嘅靈魂,掠奪佢,令佢習慣於邪惡,以至於佢之後開始誣衊自己,同自己作戰。

**41.** 我亦知道呢啲野獸有另一種退卻方式──當靈魂已經徹底陷入罪惡習慣時就會出現。舉例嚟講,有啲嬰兒因為長期習慣,即使媽媽唔再畀佢哋哺乳,佢哋都會照舊吸拇指。

**42.** 我亦知道第五種無情態,佢喺靈魂中由極度嘅單純同可嘉嘅無惡意所產生。 對呢啲人,上帝會差遣幫助嚟,*「祂會拯救心存正直嘅人」*(詩篇7:11),而佢哋自己都唔知道祂正喺拯救佢哋脫離佢哋嘅情慾。就好似嬰兒喺人脫去衫嗰陣,根本就唔會留意自己嘅裸體。

**43.** 罪惡同情慾,按自然嚟講,唔係人嘅本性。上帝唔係情慾嘅創造者。不過,佢賜咗好多美德畀我哋嘅本性,當中包括以下幾樣:博愛──就算異教徒都充滿憐憫;慈愛──就算啞巴動物,當佢哋失去對方,都會流淚; 信心──因為我哋都會喺自己心裏面產生;盼望──因為無論我哋付出定接受,播種定揚帆,

[77] 喺Optina嘅翻譯入面,有以下新增內容:「當物質被根除,靈魂得以淨化,情慾都會退去,除非人自己透過物質主義嘅生活方式同懶散又將佢哋拉返嚟。」

都係懷住致富嘅盼望。 而家,如果──正如已經證明──愛同美德係自然根植喺我哋本性入面,而愛就係律法嘅完成,咁就明顯可見美德並唔係同我哋本性相違。就等嗰啲以自己軟弱為藉口,唔實踐美德嘅人,自覺慚愧啦。

**44.** 但至於純潔、節制、謙卑、禱告、警醒、禁食同持續嘅懊悔,呢啲美德係超越天性嘅。當中有啲係人透過榜樣教我哋嘅;有啲就由天使做榜樣;而對其他人嚟講,就係道成肉身嘅上帝親身做教師同賜予者。

**45.** 有時我哋正喺禱告嘅時候,會出現一項必須即刻進行嘅慈愛行動。喺呢種情況下,愛嘅工作就必須優先。因為愛勝過禱告,禱告只係一種特定嘅美德,而愛卻包羅萬有。

**46.** 上帝往往會祂的預旨,在屬靈的人身上留下一些極其微小的情慾,好叫他們看見這些輕微、幾乎無罪的軟弱,就大大責備自己,並因此獲得那永不衰竭的謙卑之財富。

**47.** 凡從一開始就未曾活在服從中,就不能獲得謙卑;因為凡自學一門手藝的人,都容易自以為是。

**48.** 教父們將積極的生活限於兩種主要的美德:禁慾和服從。這也是正確的;因為前者是感官的破壞者,而後者則以謙卑來保障這項破壞。至於哭泣,則有雙重功效,一方面它摧毀罪惡,另一方面它孕育謙卑。

**49.** 虔誠者嘅特徵係答應所有向佢哋求助嘅人;連唔開口嘅人都施予,就係最虔誠者嘅作為;而對攞咗嘢嘅人,尤其係佢有能力還返嘅時候,唔追討,就只係無情欲者先做到。

**50.** 關於所有情欲同美德,我哋要不斷檢視自己處於邊個階段──係開始、係中間,定係結束。

**51.** 一切魔鬼對我們的攻擊,都源於以下三種原因:放縱、驕傲,以及魔鬼的嫉妒。

**52.** 祈禱對抗呢啲念頭係一回事;抵抗佢哋係另一回事;而對佢哋置之不理、超脫佢哋(或者主宰佢哋)又係另一回事。 當中呢種人(即係能夠反駁佢哋嘅人) 往往因為未夠準備而採用第一種方法;但第一種人仲未能夠用第二種方法驅走佢嘅敵人;至於第三種人最終就會嘲笑佢嘅敵人。

**53.**就好似有敏銳嗅覺嘅人,就算有人暗地裡隨身攜帶香氣,都嗅得出;同樣,純潔嘅靈魂能夠喺他人身上認出,既有一份佢自己從上帝所領受嘅香氣,亦有一份佢本身完全冇嘅惡臭,即使旁人察覺唔到。

**54.** 雖然並非人人都可保持超然,但人人都可以得救。

**55.** 唔好畀嗰班外邦人佔上風,佢哋勸你質疑那難以言喻的安排同神對人類的眷顧──又暗地裡暗示主偏待某啲人。呢啲就係自負嘅產物──佢哋就係咁樣顯露自己。

**56.** 有啲人話有啲魔鬼互相對立;但我查清楚,佢哋其實都想我哋滅亡。

**57.** 每一個屬靈的努力,無論是可見的或屬心靈的,都先有自己的自由意志和最誠摯的願望,並在上帝的幫助下得以成就。因為如果前者(自由意志和願望)不先有,那麼後者(上帝的幫助)就不會跟隨。

**58.** 「傳道書」上說:「天底下凡事都有佢嘅時候。」所以,我哋唔好畀驕傲嘅熱誠所騙,去喺未到嘅時候追求本來會喺適當時候到嚟嘅嘢。 播種嘅時候,唔好去追求屬於收割嘅嘢;因為有時候要播種我哋嘅勞力,亦有時候要收割恩典難以言喻嘅禮物。否則,即使到咗適當嘅時候,我哋都唔會得到嗰時應得同合適嘅嘢。

**59.** 有人因神奧妙的安排,在勞苦之前就領受了恩典的賜予;另有人在勞苦正當中領受;又有人在勞苦之後領受;更有的人,甚至在臨終之際才領受。這要考驗他們當中,到底誰比其他人更謙卑。

**60.** 有因為罪惡多而良心重擔所生的絕望;亦有因為驕傲自大所生的絕望,即當犯罪者認為自己不配蒙憐憫時。前者可藉遠離罪惡與美好盼望得以醫治;後者則藉謙卑與不論斷人。

**61.** 你喺所有嘅言行舉止,無論外在定內在,都要檢視吓係咪真係為咗討神喜悅而去做。 我哋嘅行為得神喜悅嘅徵兆係:對初學者嚟講,就係謙卑度嘅進步;對中級者嚟講,就係內心掙扎嘅停止;對完美者嚟講,就係神聖之光嘅倍增同豐盛。

**62.**當天空雲散,太陽以全盛光輝出現;靈魂亦然,一旦罪得赦免,並從激情習性(及思想)中獲得自由,便無疑能見到神聖之光。

**63.** 有人最享受奇蹟同其他可見嘅屬靈恩賜,卻唔知道其實有好多更優越嘅恩賜係隱藏住,所以先唔會跌入罪中。

**64.** 完全淨化咗情慾嘅人,可以見到鄰舍嘅靈魂──唔係佢嘅本質,而係佢嘅構成、感受同埋性情;但仍然喺成長中嘅人,就用身體嘅行為去判斷靈魂。

**65.** 屬靈軟弱的人,必須透過肉體的疾病、不幸和外在的試探,認出主的探訪和祂對他們的憐憫;然而,完美的人卻能透過聖靈內住和恩賜的增多,認出神對他們的探訪。

**66.** 喺惡靈當中,有個魔鬼──一個先鋒──佢一聽到我哋醒咗,就嚟試探我哋,玷污我哋最先嘅念頭。要將你一日嘅開始獻畀主;因為你先將佢畀邊個,佢就屬於邊個。有位好叻嘅修行者曾經同我講過一句值得留意嘅說話:「由朝早開始,我就知道成日嘅走向。」

**67.** 當試探臨到我哋身上,魔鬼就努力想令我哋講或做啲唔明智嘅事;當佢哋打唔贏我哋,就會悄悄嚟,暗中灌輸一種對上帝嘅驕傲感恩心態。

**68.** 凡追求天上智慧者,死後上升天界;凡執著塵世事物者,則下降陰間;因為離體後嘅靈魂,冇第三、中間嘅去處。

**69.**就好似一隻渴到乾嘅鹿渴求水咁,修道者都應該渴求明白上帝嘅美意;唔止係呢個意願,仲要明白當我哋自己嘅意志同佢交織,或者當有 個對立嘅勢力作祟嘅時候。 佢哋亦要考慮邊啲事要即刻、毫不遲疑咁去做,邊啲事要慢慢嚟,小心謹慎咁去做。

**70.** 凡欲知主旨意的人,首先要將自己內心裡的私意殺死;然後,以信心和誠實的單純向神禱告,並以謙卑的心、心中無絲毫懷疑,去請教他們的父兄;即使他們的勸告與自己理性相違,都要視之為出自神口,並接受它。 – 無疑跟從呢條規矩嘅人,都充滿咗極大嘅謙卑。 – 上帝唔會容許佢哋走偏。

**71.** 有啲人就係咁樣分辨上帝嘅旨意:佢哋將心思抽離咗對靈魂任何慾望嘅偏向──即係,無論係推動人去行動嘅嗰啲,定係反對嗰啲;剝離咗心思入面嘅自己嘅意志之後,就用懇切嘅禱告向主獻上,持續咗好幾日; 並以這種方式得知祂的旨意──或因為內心深處的理智以心靈的方式向他們啟示,或因為其中一種念頭從他們的靈魂中完全消失。

**72.** 其他人憑着佢哋嘅行動所遇到嘅悲傷同困難,就斷定嗰件事係符合神嘅旨意。另一些人就相反,憑住佢哋喺行動中得到嘅意想不到嘅幫助,覺得嗰件事討神喜悅,對自己講:「神只會幫助揀好嘢嘅人。」

**73.** 凡係經過神聖啟示而喺自己心入面體悟到上帝嘅人,好快就會透過後者(即係有利嘅環境),對上帝嘅聖意有咗認識,無論係要即刻行動嘅事,定係可以拖延嘅事都包括。

**74.** 上帝是公義的,祂不會向謙卑敲門的人關閉憐憫之門。

**75.** 無論處於任何境況,我哋都要檢視自己嘅動機:因為主會喺我哋所有行為中審視佢哋。凡係無偏見、無一切污穢,純粹為咗神而做,唔係為其他任何原因,就算未完全好,都會算到我哋嘅功勞。

**76.** 有啲勇敢嘅靈魂,因為對上帝有強烈嘅愛同謙卑嘅心,會嘗試超越自己能力嘅事蹟;但亦有啲驕傲嘅心,喺敵人嘅煽動下,去冒險做同樣嘅嘢。 因為仇敵往往故意引誘我哋去做力所不及嘅事,好等我哋失敗後灰心喪氣,連自己能力範圍內嘅事都放棄,咁就正中仇敵下懷。

**77.** 我見過啲心志同體力都好軟弱嘅人,因為罪惡深重,嘗試去做力所不及嘅壯舉,但最後都頂唔順。我就同佢哋講,上帝衡量悔改,唔係睇你付出幾多努力,而係睇你幾有謙卑(配以眼淚、心碎同離罪)。

**78.** 有時一個人嘅成長環境會造成極大嘅惡,有時係壞朋友;但好多時,自己靈魂嘅敗壞已經足夠令佢自我毀滅。任何已經擺脫頭兩樣惡嘅人,可能都可以擺脫第三樣;但凡畀第三樣惡所控制嘅人,就冇地方適合佢留。 冇地方比天堂更安全;但就算喺嗰度,都有人因為佢哋敗壞嘅意志而滅亡。

**79.** 喺污穢嘅惡靈當中,有啲比其他嘅更狡猾。佢哋唔只滿足於引誘我哋犯罪,仲要我哋拉其他人做幫兇,好令我哋受最可怕嘅折磨。 – 我見過一個人,將佢嘅罪惡習慣傳畀另一個人;後來佢醒覺過嚟,開始懺悔,遠離罪惡;但係因為佢教嗰個人依然繼續犯罪,所以佢嘅懺悔其實並唔真誠。

**80.** 聆聽屬靈長老的作為和美德,能激發心思和靈魂的熱誠;聽他們的教導,就好比在黑暗中的燈塔,引迷途者重返正路,又如為盲者帶來光明。

**81.** 凡是想將純潔的身體和清潔的心獻給主的人,必須保持克制和自律的生活,因為沒有這兩種美德,我們的所有努力都會徒勞無功。

**82.** 德行之中,有女兒,亦有德行之母。智者最致力於獲得德行之母。上帝自己以祂的作為教導德行之母,而教導女兒的卻有許多教師。

**83.** 我哋要小心,唔好用瞓多覺嚟補償食得唔夠享受,或者用食得唔夠嚟補償瞓得太多;因為咁樣做好唔明智。

**84.** 喺污穢嘅鬼魔之中,亦有啲喺我哋靈性生命初期,為我哋解讀神聖經典嘅。佢哋通常喺好虛浮嘅人心中咁做,尤其係喺嗰啲研習世俗科學嘅人身上,好逐步咁欺騙佢哋,最終令佢哋陷入異端同褻瀆之中。 我哋可以由喺呢啲解讀過程中,靈魂入面出現嘅混亂同無序、放縱嘅喜悅,認出呢種魔鬼式嘅「神學」──或者講得更準確啲,就係「與神爭戰」。

**85.** 我哋無論喺今世定喺將來,都永不止息喺德行同愛心上進步,永遠透過光(自上而嚟嘅啟悟)獲得新嘅明白之光。天使──呢啲有智慧嘅存有──都唔會停止進步,而係不斷蒙受榮耀又榮耀,明白又明白。

**86.** 唔好對嗰啲口頭講大道理、但行動上又懶散嘅人作嚴厲嘅判斷;因為佢哋嘅行動唔夠,往往可以靠呢啲教導嘅利益嚟彌補。我哋並非人人都以同等程度達到一切:有啲人言勝於行,另一些人則相反,行勝於言。

**87.** 上帝並非邪惡的創造者;因此,那些說某些情慾是靈魂天性的人是誤以為,他們忽略了我們自己為了行惡,將天生本性轉化為情慾。以天性而言,例如,我們擁有生育的種子,卻用它來滿足無序的慾望; 按本性,我哋體內亦有忿怒,本是針對嗰條古蛇,但我哋卻用嚟對付鄰舍;我哋被賦予熱誠,本是為咗美德而奮鬥,但我哋卻為罪惡而熱誠……等等。

**88.** 一個唔懶惰嘅靈魂,就會激起魔鬼同佢交戰;戰鬥越多,冠冕就越多。畀對手刺傷都攞唔到冠冕;但係面對襲擊都唔灰心嘅人,就會畀天使讚做勇士。

**89.** 不斷檢視你內心狂熱衝動嘅種種表現;你就會見到,你裡面有好多激情,因為受咗靈性病症嘅折磨,我哋認唔出佢哋──要麼係因為我哋軟弱,要麼係因為一個深植人心嘅罪惡習慣。

**90.** 魔鬼經常令我哋分心,唔去做最容易同最有利益嘅事,反而勸我哋去做最困難嗰啲。

**91.** 按照上帝旨意組織嘅團體,就好似一間靈性洗衣房,洗走靈魂上嘅一切污漬、粗糙同醜陋。相反,隱士庵可以話係染房,只係俾先將慾望、怨恨同易怒洗淨,然後先退入寂靜嘅人使用。

**92.** 有關淫亂、憤怒、貪食、絕望同懶散嘅魔鬼,冇能力令我哋嘅心志膨脹(反而令佢哋謙卑);但係貪婪、好權、多言同其他好多魔鬼,通常會喺罪行本身度加埋驕傲呢種邪惡; 而判斷力之魔亦於此方面與之相似。

**93.** 如果一個和尚探訪或接待了在家人之後,在與他們分別一小時或一日內,被憂鬱之箭射中,本應為擺脫阻礙他進展的陷阱而喜悅,卻反而如此,則他便成為虛榮或慾望情慾的玩物。

**94.** 我哋要非常謹慎咁考慮,喺邊個時候同埋咩情況下應該堅定咁對抗自己慾望嘅對象並同佢哋掙扎,而喺邊個時候要退卻;因為有時,出於軟弱,選擇逃走反而更好,免得我哋喺屬靈上死去。

**95.** 就如風在風平浪靜時只會撩亂海面,而當風勢勁時則會攪動海底一樣,我們對黑暗之風的理解亦當如此; 因為被慾望所控制嘅人,佢哋會激起心靈最深處嘅情感;但對已經戰勝慾望嘅人,就只會激起心靈表面嘅波瀾;所以後者更能夠迅速恢復佢哋原本未受影響嘅平靜。

**96.** 節制係健康嘅母親;而節制嘅母親就係對死亡嘅思念,同埋對我哋嘅主、師傅同神嘗過嗰混合咗醋嘅苦膽嘅堅定紀念。

**97.** 沉默係貞潔嘅原因同幫手;禁慾可以熄滅肉體嘅慾望;而心靈嘅痛悔就係邪惡同慾望思想嘅敵人。

**98.** 就如蛇唔能夠唔鑽過狹窄嘅洞口就蛻去舊皮,我哋亦唔能夠唔行緊餓同自我克制嘅狹窄小徑,就唔能夠擺脫舊有嘅惡習、靈魂嘅敗壞,同舊人嘅外衣。

**99.** 就如蛋喺翅膀底下焗住就會孵出嚟,同樣,冇同靈性之父講嘅念頭就會變成行動。

**100.** 就好似良馬一齊奔跑時互相激勵,喺好兄弟嘅共同生活中,亦都互相激勵對方去追求聖潔嘅熱誠。

**101.** 就好似雲層遮住太陽,邪惡嘅念頭都會令心智變得黑暗,並摧毀佢。

**102.** 就如窮人見到國王嘅寶藏,反而更加意識到自己嘅貧窮;靈魂讀到聖父輩偉大美德嘅記載,都會不由自主咁謙卑自己嘅心態。

**103.** 就好似拎住香氛嘅人,就算唔願意都會散發香氣;擁有主聖靈嘅人,亦都會因為佢嘅言行同謙卑而畀人認出。

**104.**就好似賊仔唔會魯莽咁入一個佢哋見到國王武器擺喺枱面嘅地方,心靈嘅賊仔都唔會膽敢偷取已經將祈禱同心結合埋一齊並安放喺心入面嘅人。

**105.**就好似一艘有熟練舵手、蒙神恩典嘅船隻安全駛入港口,靈魂有咗好牧人,即使曾經犯過好多罪,都能安然升天。

**106.** 就好似冇人帶路,再叻都容易行偏路;同樣,自己一個人行修道之路,就算識盡世上所有智慧,都容易自取滅亡。

**107.** 凡身體軟弱,又犯咗好多嚴重罪過嘅人,就應該行謙卑同相關美德嘅道路;因為佢冇其他方法可以得救。

**108.** 認清自己嘅錯,就會離棄佢;離棄佢就係懺悔嘅開始。懺悔嘅開始就係得救嘅開始,而為咗得救而努力嘅開始,就係一個好嘅決心(去討上帝歡心)。呢個好嘅決心會帶來好嘅行為,而好行為嘅開始就係美德。 美德的開始即為其本質,而美德的本質則為行動。美德的產生來自堅定(的思想與熱誠),而持續思考(與熱誠)的果實與結果則為習慣。 習慣的果實是透過良善淨化靈魂;而這種靈魂的淨化是敬畏的源頭。敬畏帶來對天命與地命的遵守;而遵守天命與地命是愛的一種表現。 愛嘅開始係謙卑嘅豐盛;謙卑嘅豐盛就係愛嘅圓滿;然後,經過無情欲而心靈潔淨嘅人,就有上帝完美嘅內住。 *「因為心裏清潔嘅人,先能看見神」* (馬太福音5:8)。

## 4. 論對八大主要情慾的抗爭

### *1. 對抗貪食*

**1.** 如果有人在入墳墓之前,能從肚腹的攻擊中獲得自由,那真係奇妙!

**2.** 喺貪食嘅慾望入面,肚仔就算食飽咗,都會喊「我肚餓!」;當佢因為食得過量而脹晒,就會喊「我快要餓死啦」。呢種慾望,加埋眼見住啲美食擺喺面前,就驅使人一次過將所有嘢都吞落肚。

**3.** 經常撫摸獅子,就能馴服它;但放縱身體,只會令它更兇猛。

**4.** 肚腹的奴僕尋找精緻的食物款待賓客;但神僕卻考慮用什麼禮物來豐富自己。

**5.**當有客人到時,貪食者就因自己無止境的慾望而大肆款待;他以為可以令客人舒服,自己就可以肆無忌憚。他利用探訪做藉口飲酒;並在偽裝道德之下,淪為慾望的奴隸。

**6.** 往往虛榮心同貪食慾互相衝突;對呢位可憐嘅修士嚟講,呢兩種慾望就好似互相對抗嘅仇敵。貪食慾迫使人放縱,而虛榮心則驅使人展示自己嘅美德;但識嘢嘅人就會避開呢兩個深淵,並識得利用有利嘅時機,用一種慾望去制約另一種。

**7.** 如果肉體仍然放縱,就必須用禁慾去馴服,無論何時何地。等到佢平息咗(順帶一提,我估我死之前都見唔到),咁我哋就可以對人隱藏我哋嘅禁慾。

**8.** 如果你的屬靈父親准許你這個年輕人喺筵席上飲酒,就要留意佢自己係點樣嘅人:如果佢敬畏上帝,你可以少飲啲;但如果佢唔夠謹慎,你最好唔理佢嘅祝福,繼續禁慾,特別係當你仲同肉體情慾嘅火掙扎緊嘅時候。

**9.** 馴服肚腹時,要小心逐步進行:首先戒除令人增磅嘅食物,然後戒除令人開胃嘅食物,最後戒除甜膩放縱嘅食物。 畀你個肚食得中肯易消化嘅嘢,咁樣食得七分飽,就可以除掉貪婪;透過食物快啲消化,就可以好似用鞭咁抽走慾望。

**10.** 未曾犯罪者,只有當慾望萌動時,才需要特別的禁慾;但已犯罪者,則需堅持到底,甚至至死方休;直到生命盡頭,都不可縱容肉體,要與之堅決抗爭。 前者只要時刻保持心靈的正確次序;後者則必須透過靈魂的哀號與因飢渴而消瘦來安慰上帝。

**11.** 當我哋默想將來嘅火時,就要用嚟制服肚腹。聽從肚腹,有啲人(因為慾望引起嘅衝動)最終割去自己嘅肢體——並死咗雙重死亡。細心睇,你就會見到過度放縱係我哋喺(慾望之海)淹死嘅唯一原因。

**12.** 禁食者嘅心志清明,以清醒嘅狀態禱告;而放縱者嘅心則充滿污穢嘅幻想。飽食令眼淚之源枯竭,而因禁慾而乾癟嘅肚腹卻能催生淚水。

**13.** 凡事慇懃自己肚腹,卻想制服淫亂之靈,就好似用油去撲火。

**14.** 當肚腹受制,心就謙卑;若飽食充腸,心就自大狂妄。

**15.** 用自制去約束你嘅胃,你就可以令你嘅口閉上;因為舌頭嘅力量係嚟自充足嘅食物。

**16.** 飽食者,腸胃擴張;但自制飢餓者,腸胃逐漸收縮;一旦收縮,就唔再想要或者接受太多食物。

**17.**你要知道,魔鬼往往就坐喺肚仔度,唔會畀人滿足,就算佢食晒埃及所有嘅食物,飲晒尼羅河所有嘅水都唔夠。

**18.** 如果你向基督應許要行嗰條窄而狹嘅道路,就要節制你嘅肚腹。 「大食」嘅「闊路」好闊,透過放縱「引向滅亡」,「行呢條路嘅人多」;但係節制嘅「窄門同難行嘅路」就「引向生命」,「行呢條路嘅人少」。(馬太福音7:14)

**19.** 你坐喺擺滿食物嘅枱邊時,就喺心裏想像死亡同審判;咁樣至少可以喺某程度上抑制你嘅大食慾望。 你飲嘢嘅時候,要時刻記住你主嘅醋同膽汁;咁樣,你或者可以保持節制,或者最少清醒後,都會謙卑你嘅心思。

**20.** 貪食係所有墮落同寺院團體誓言被打破嘅元兇。如果你征服呢位情婦,每個地方都會幫你達到無欲;但如果佢控制住你,你到處都會受苦,直到入墳墓為止。

**21.** 對死亡嘅活生生嘅記憶可以節制飲食;當飲食唔節制因為謙卑而得到節制,其他慾望都會同時被斬斷。

**22.** 有一次,我仲細個嗰陣,去到咗一個鎮或者村──喺度食緊飯嗰陣,突然之間貪食同虛榮嘅念頭一齊湧上心頭;但我驚貪食帶嚟嘅後果,就覺得畀虛榮心戰勝都好過畀貪食戰勝。 喺凡人度,萬惡之源係貪錢;喺和尚度,就係貪食。

**23.** 我見過有啲勇士,因為某種需要,畀咗個肚仔少少休息,之後又整晚企住,拗到呢個可憐嘅身體;藉此教佢學識點樣開開心心咁遠離飽足。

**24.** 喺出家生活嘅一開始,要完全擺脫貪食同虛榮,根本做唔到。但係我哋唔可以為咗對抗虛榮,就放縱肚皮。

**25.**就好似一個已經判咗刑、等緊被處決嘅罪犯唔會去理會公開嘅娛樂,同樣,真正為自己嘅罪行哀痛嘅人,亦唔會放縱自己嘅胃口。

**26.** 就好似大量糞便會滋生好多蠕蟲,同樣,過量嘅食物會導致好多跌倒、邪惡嘅念頭同(羞愧嘅)夢境。

**27.** 如果飢餓的極限是勉強自己去吃,即使自己其實並不餓;那麼禁慾的極限,就係當自己想要某樣嘢食嘅時候,即使當時並無做錯任何事,都要克制自己嘅本性。

**28.** 正如肥鳥飛不高,放縱肉體者亦無法升天。

**29.** 就好似乾晒嘅泥對豬嚟講冇用,同樣,經過苦行消磨晒嘅肉身,都再滿足唔到啲鬼怪。

**30.** (*大食之懺悔*)。當我與你嘅本性緊密連繫,你哋又點樣先可以擺脫我?— 我嘅入口係對食物嘅需要,而習慣令我食之不倦—呢點,連同靈魂嘅麻木不仁同對死亡嘅遺忘,就成為咗你對我嘅熱愛嘅基礎。 ──我長子係淫亂;第二個後裔係心硬;第三個就係打盹。惡念之海、污穢之波、難以言喻嘅不潔深淵──呢啲都係由我衍生出嚟。 我嘅女兒係:懶惰、多言、無禮、嘲笑、褻瀆、背後講人、殘酷、不順服、麻木、心靈被擄、自誇、狂妄同瘋狂嘅自信、愛世界,跟住係被玷污嘅禱告, 飛揚跋扈嘅念頭同往往意想唔到嘅不幸;緊接住呢一切嘅,就係絕望──所有激情中最猛烈嘅一種。──我罪惡嘅回憶向我襲來,但並唔能得勝。死亡嘅念頭對我嚟講係個勁敵,但人裡面冇嘢能徹底摧毀我。 凡是領受咗安慰者嘅人,都會喺禱告中向祂為我哀求;祂被懇求之後,就唔容許我喺佢體內肆意妄為。但係未曾嘗過祂嘅人,就千方百計想喺我嘅甜美中尋歡作樂。

### *2. 對抗淫亂的爭戰*

**1.** 肚腹滿足係淫亂嘅母,而克制肚腹係純潔嘅源頭。

**2.**當我哋食飽咗,貪食嘅靈就走,然後畀妓淫嘅靈接手,向佢通報我哋嘅狀態,講:「你去勾引某人;佢個肚食飽咗,所以你唔使費咩力。」 呢個靈魂一到,就笑住,用瞌睡將我哋嘅手腳綁起,然後對我哋為所欲為,用幻想玷污我哋嘅靈魂,用慾望嘅澆灌玷污我哋嘅身體。

**3.** 凡受過保潔訓練的人,不可將成就歸功於自己,因為任何人要克服自己的本性都是不可能的;而當本性被克服時,就證明超越本性者已經降臨;因為,毫無矛盾地,小者被大者所消弭。

**4.** 純潔的開始,在於思想不與淫穢幻想交雜,而睡眠中偶爾的遺精,都無夢境;純潔的中級,則係自然排泄 solely 因飲食飽足,並無幻想或遺精; 至於純潔嘅終極階段,就係要折磨身體,而之前要先折磨污濁嘅念頭。

**5.** 靠禱告驅走慾望之犬,好似與獅子搏鬥; 以抵抗制服慾望者,好似敵人已逃,自己緊追不捨;但若已徹底擺脫誘惑,令其再無可乘之機,雖身處塵世,卻已然從墳墓中復活。

**6.** 如果純潔的標誌是連夢中都感受不到任何慾望衝動,那麼極度的慾望程度,豈不是在清醒時僅僅因為思想和記憶就發生排精。

**7.** 那以體力勞動和汗水對抗此敵者,好似以繩索捆住敵人; 以禁慾同警醒對付仇敵嘅,就好似用鐵鍊捆住佢;而以謙卑、忍耐同自我克制武裝自己嘅,就好似殺咗仇敵,又將佢藏喺沙入面。

**8.** 有啲人透過佢哋嘅行為去綑綁呢個折磨者,有啲人透過謙卑,仲有啲人透過上帝嘅內在啟示。第一者好似曙光,第二者好似滿月,第三者好似光芒四射嘅太陽;但佢哋全部都住喺天上。

**9.** 狐狸假扮熟睡,魔鬼假扮貞潔;前者想呃雀仔,後者想摧毀靈魂。唔好信呢個脆弱嘅身體,亦唔好靠佢,直到我哋喺基督面前。

**10.** 新近皈依者,因肉體慾望而犯罪,通常源於飲食過量;進階者則源於驕傲,並同新皈依者一樣;至於接近完美者,則 solely 因判斷他人而犯罪。

**11.** 有人讚美天生(從出生)為閹人的人,說他們得以脫離肉體的慾望;但我讚美那些日復日自閹自己的人,他們以思想──好似一把刀──慣於割除自己。

**12.** 唔好以為可以用反駁同爭論去推翻慾望嘅魔鬼;佢有理據喺手,因為佢就係利用我哋嘅本性嚟同我哋作戰。

**13.** 凡希望與自己肉體對抗,或憑自己力量戰勝肉體的人,都徒勞無功。因為除非主拆毀肉慾之屋,並建造靈魂之屋,否則想憑自己努力成功的人,就算守夜禁食,都枉然。

**14.** 將你本性的軟弱呈獻在主面前,承認你凡事都全無能力,你就會在不自覺中領受貞潔的恩賜。

**15.** 凡跌入情慾深坑的人,就遠遠落後於那照雅各所見,在梯上往上又往下爬的人;要他們重新攀升,就必須付出極大努力和最嚴格的節制。

**16.** 就算冇老婆嘅知情,都會有通姦──因為呢種行為唔自然,令受者受更大折磨。呢種就係一種死亡同毀滅,我哋永遠拎住佢喺身上,尤其係年輕時更加明顯。 但我不敢將這毀滅寫成文字,因為我手被這句話約束: *「連提說暗中行的事,都羞愧。」* (以弗所書5:12)

**17.** 呢個不人道嘅仇敵,嗰個煽動人行淫亂嘅禍首,佢將上帝描繪成仁慈,暗示祂對呢種慾望非常寬容,好似係自然嘅嘢。但你細心觀察呢個陰謀家,就會發現一旦呢個罪行發生,佢已經將上帝描繪成另一種形象──只係公正而毫不憐憫。 佢提出第一個建議係要引我哋入罪,提出第二個建議就係要令我哋陷入絕望。

**18.**當我哋犯罪之後,被痛苦同絕望折磨,我哋通常唔會再犯其他罪;但當呢啲感受平息咗,嗰個惡毒嘅仇敵又再次開始向我哋講神對人類嘅慈愛。

**19.** 主係唔朽腐同無形體嘅,佢喜悅我哋身體嘅潔淨同唔朽腐;但係魔鬼就冇乜嘢比污穢嘅淫亂更令佢哋歡喜,亦冇乜慾望比呢種玷污身體嘅慾望更令佢哋鍾意。

**20.** 帶來安慰嘅果實嘅甜味,源自大地同露水;而純潔嘅源頭,則係沉默加服從。 單靠沉默得着嘅身體清淨,雖然可以親近世界,但往往唔能夠保持堅定;但係靠順服得着嘅,就人人都讚賞,而且堅不可摧。

**21.** 單靠禁慾去平息呢場鬥爭,就好似一個人淨係用一隻手想由海底游返上岸。要將禁慾同謙卑結合埋一齊;因為冇咗謙卑,禁慾就冇用。

**22.** 無論你發現自己體內有哪種慾望作祟,都要首先對付它,特別要對付你天生內在的敵人。因為如果我和你不能克服這慾望,就算戰勝了其他人,對我們也毫無益處;但如果我們打倒了這個埃及人,我們也必定會喺謙卑的灌木叢中看見上帝。

**23.** 當我受試探時,我感到喜悅、眼淚和安慰,因為我天真,以為這是屬靈的果實,卻原來是仇敵的詭計。

**24.** 唔好畀人呃,細路仔!我見過有人為佢哋所愛嘅人禱告,雖然係畀慾望驅使,但佢哋仍然以為自己係履行緊聖愛嘅責任。

**25.** 當我哋喺床上躺下嘅時候,就係我哋最需要保持警醒嘅時候;因為嗰陣時,心靈同身體分開,會同魔鬼掙扎;如果佢仲未完全斷絕對肉慾甜美嘅同情,就會輕易變成賣主賊。

**26.** 願你對死亡嘅紀念同你一齊入睡,並同耶穌嘅禱告一齊醒返;因為喺你瞓覺嘅時候,冇乜嘢可以好似呢啲修行咁,為你提供咁強大嘅代禱。

**27.** 睡眠中嘅遺精有時係因為食得太多,或者過份放縱肉體;有時係因為驕傲,當我哋長時間冇遺精而自以為清高;有時係因為我哋譴責他人;有時就純粹係魔鬼嘅嫉妒。　上帝容許呢啲事發生喺某啲人身上,好透過呢種不幸去教導嗰啲無罪嘅人謙卑。

**28.**　唔好畀自己日間去諗自己做過嘅夢;因為魔鬼嘅目的就係透過呢啲夢喺我哋清醒時玷污我哋。

**29.** 當受慾望誘惑之暴風襲擊時,以下幾樣對我們非常有幫助:毛衣、 灰燼、整夜祈禱、飢餓、灼熱的渴—只用幾滴水就得以解渴—留居墳場,而 above all,心靈的謙卑;如果可能,還要有一位屬靈導師,或一位熱心助人、經驗豐富且智慧充足的弟兄; 因為我認為,任何人能夠單靠自己,將自己的船從這深淵中救出,簡直就是一个奇蹟。

**30.** 有一個人,見到一位極其美麗的女人,就因她而讚美造物主。一見到她,他心裏對上帝的愛就被點燃,淚水如泉湧出。　而見到本來足以令另一個人走向毀滅的事,竟然對他成為超越自然法則的勝利冠冕,實在令人驚歎。如果這樣的人在類似情況下始終保持同樣的心境和行為,那麼他就算在普遍復活之前,已經達到了不朽。

**31.** 關於詩歌,我哋都要用同一原則。愛神嘅人,通常聽咗塵世同屬靈嘅詩歌,都會被激起聖潔嘅喜樂、對神嘅愛同眼淚;但鍾意肉慾享受嘅人,就會被激起相反嘅情緒。

**32.**　有人說,嘗過肉體罪惡之後,就再也稱不上純潔;但我反駁他們的說法,認為有此願望的人,可以而且應該透過接枝,將一棵野橄欖樹變成一棵良樹。 如果天國的鑰匙竟然交託給一個在肉體上潔淨的人,那麼前文所講那些人的意見或許就可以成立。但就讓一個雖然有婆婆,卻變得潔淨並攜帶天國鑰匙的人,去羞辱他們吧。

**33.** 屬肉體情慾嘅蛇有好多種面目:對未嘗過佢甜美嘅人,佢就引誘佢哋試一次就停;但對已經嘗過嘅人,呢條狡猾嘅蛇就催佢哋再去嘗。　前者中嘅好多人,因為唔知道呢種邪惡,所以可以免於爭端;而後者,經歷過呢種可憎之事,就受到爭端同誘惑。不過,相反嘅情況都經常發生。

**34.**　當我哋帶住好同寧靜嘅心境起身,就係聖天使暗中嘅影響,尤其係我哋係禱告同清醒中入睡嘅時候。但有時我哋起身時心情陰沉同煩惱,就係因為惡夢嘅緣故。

**35.** 無形者與無形者相爭,本不足為怪;但一個被物質所包覆的人,卻能驅走無形敵人,同時又與自己那敵對且背叛的物質抗爭,這真可謂奇蹟──一個真正令人驚歎的奇蹟。

**36.** 有洞察力嘅教父認為,一樣係*「屬性」*,另一樣係*「結合」*,另一樣係「*連繫*」,另一樣係「*擄虜*」,另一樣係「*鬥爭*」,仲有一樣就係所謂嘅靈魂「*情欲*」。　佢哋將「附置」定義為一個簡單嘅詞(念頭),或者一個物件嘅影像,喺心海重現並進入心扉;*「結合」*就係同呢個出現嘅影像對話,無論帶有激情定係冷靜;*「同化」*係靈魂對所見事物嘅傾斜,並伴隨喜悅;　*「迷戀」*係指心靈被所見事物強烈而唔自願咁吸引,或者同佢完全融合,打亂咗我哋健全嘅狀態;　「*掙扎*」一詞用作對抗敵手嘅強烈抵抗,可隨心所欲地以勝利或失敗告終;而*「情慾」*則指嗰種貪慾嘅狀態,佢一旦喺靈魂入面生根,經過長期習慣之後,就變成咗靈魂嘅自然屬性,令靈魂自願同自動咁追求滿足。 喺呢啲之中,第一種係無罪嘅;第二種就唔係完全咁;第三種可以係有罪或者無罪,視乎參與掙扎嘅人嘅本性。　呢場掙扎可能會帶來獎賞,或者受懲罰。被囚禁喺某啲情況下,如果喺禱告時發生,就要受審判;喺其他時間發生,就要受審判──有時喺諗啲無關緊要嘅事,有時又喺諗啲邪惡嘅事。 至於*情慾*,無可置疑地在每一情況下都被譴責,除非以相應的懺悔行為淨化,否則將受永恆的折磨。但凡以超然態度對待第一個──即最初的衝動──的人(即拒絕它而不過度糾結),就可一舉斬斷所有後續的一切。

**37.**　最開明同最有智慧嘅教父亦都有留意到另一種思想,佢比以上所有提過嘅更加微妙。呢種被稱為「思想閃電」──喺任何特定時間之外、無需任何言語或畫面,以箭咀般嘅速度,喺受試者心入面種下慾望。　喺身體入面,冇乜嘢比得上;喺心靈入面,冇乜嘢更快、更即刻,都比唔上呢個念頭──只

係靠一個微妙嘅提示──無時間、無聲息,甚至有啲人根本唔知道──就咁突然喺靈魂入面現身,完全冇同靈魂商量或者同意。 —凡以淚目能捕捉 (理解、掌握)呢個念頭嘅微妙,亦可解釋到點解靈魂只係一瞥、一觸手、一聲歌,就激情四溢(被慾望玷污同腐蝕),而自己根本冇諗過或者冇打算過。

**38.**有時慾望喺靈魂裏面升起,就會傳到身體;有時又由身體傳返去靈魂。後者通常發生喺世俗生活嘅人身上,而前者就發生喺修道者身上,因為佢哋體內嘅慾望物質(或材料)稀少。

**39.** 當我哋同魔鬼──我哋必死肉身嘅盟友──長期掙扎之後,終於用禁慾嘅石頭同謙卑嘅利劍將佢趕出心靈,嗰時呢個可憎嘅惡者就好似條蟲咁喺我哋身體入面爬,用一種癢癢嘅感覺嚟玷污我哋,激起唔合時宜又難以形容嘅動作。

**40.**呢個魔鬼比任何其他魔鬼都更加留神咁睇住我哋身體上真係無法向佢祈禱嗰一刻。到嗰陣,呢個可憎嘅傢伙就會特別嚟攻擊我哋。

**41.** 對於未曾達到真正心靈祈禱的人,以身體祈禱努力奮鬥(對抗肉慾激情)是有所幫助的──我所指的,包括舉手、拍胸、溫柔地抬眼望天、嘆息並伴隨呻吟,以及頻繁的跪下; ──雖然因為有其他人喺場,佢哋通常都做唔到。──就係呢啲時候,魔鬼特別會嚟攻擊佢哋;而佢哋因為心志未夠堅定,同埋未擁有禱告嘅無形力量去抵抗,有時迫於無奈,就會向攻擊者屈服。 然而,遇此情況,若可能,應盡快避開人群,躲到一個短時間內無人見到你的地方──然後,你可以在那裡悲傷地抬頭,若能以靈裡抬頭,若不行,至少以肉身抬頭──並伸開雙臂呈十字架形狀,以這種方式羞辱並打敗那虛構的亞瑪力人, —向那有能力拯救者呼求,不是用刻意編造的言詞,而要用謙卑的呼聲,首先大聲呼喊: *「可憐我吧,因為我軟弱」* (詩篇6:3)。然後,你會透過經驗認識至高者的能力,並以無形的幫助驅逐那無形者。 一旦你習慣以這種方式作戰,你很快就能憑着你的靈魂 alone 就驅走仇敵:因為這第二個恩賜是神賜給實踐第一個恩賜者的作為獎賞。

**42.** 你要如飲生命之水般,渴求地接受所有願意賜你此良藥者的輕蔑──這良藥能淨化你脫離慾望;屆時,你靈魂深處的純潔將光芒四射,你心裏也不會缺乏神的光明。

**43.** 務要不停地想像同追憶嗰個黑暗火坑、嗰班無情嘅僕人、嗰位冷酷無情又毫不留情嘅審判者、地獄火焰無盡嘅深淵、通往陰間嘅狹窄通道、嗰啲可怕嘅深淵,同其他類似嘅事物; 咁你就可以憑住呢啲回憶帶嚟嘅恐懼,將慾望嘅感覺從自己身上驅走,與不朽嘅純潔結合,並接納入你嘅靈魂入面嗰道無形之光嘅光輝,佢比其他所有火焰都更加燦爛。

**44.** 有個魔鬼,一旦我哋瞓上床,就即刻嚟到我哋面前,用狡猾同污穢嘅念頭轟炸我哋;好叫我哋懶得用祈禱武裝自己,又喺污穢嘅念頭中入睡,之後就會畀污穢嘅夢壓倒。

**45.** 眼睛未見過嘅嘢,光係聽講就唔會令喉嚨強烈渴望去嘗;同樣地,身體潔淨嘅人,因為對(淫穢)快感一無所知,喺同淫亂嘅戰鬥中得到莫大嘅幫助。

**46.** 就好似同獅子搏鬥嘅人,一移開眼就會即刻被咬死;同樣,同自己肉體掙扎嘅人,如果畀佢休息,就會畀佢打敗。

**47.** 對於同肉體慾望抗爭嘅人嚟講,有時保持沉默係適當嘅──但要喺深明其況嘅導師允許之下先得。

**48.** 我學到,灰心嘅魔鬼會先於淫亂嘅魔鬼,為佢鋪路;佢徹底放鬆身體,令佢沉睡,咁淫亂嘅魔鬼就可以好似清醒時一樣,喺熟睡者身上行不潔淨嘅事。

**49.**就好似一個塵世嘅君王,當有人喺佢面前,卻同時轉頭避開佢,同佢嘅仇敵傾計,佢會覺得好噁心;同樣地,當有人喺主面前禱告,卻心存污穢嘅念頭,都令主好噁心。

**50.**當呢隻狗(即係慾望嘅魔鬼)嚟到你面前,就用禱告呢把靈性武器趕走佢;無論佢幾無恥咁堅持,都唔好向佢屈服。

**51.**(*承認慾望的激情*)靈魂問:「告訴我,我親愛的一──我本性的本身(因為關於你,我只願意向你發問)──告訴我,我如何能從你手中毫髮無傷?」 「我點樣先可以克服你帶畀我嘅折磨?」佢回應佢嘅靈魂話:「我唔會同你講你自己都唔知道嘅嘢;但我會同你講我哋雙方都明白嘅。喺我入面有我嘅父──自愛(放縱同自憐)。 由遠處嚟睇,各種放縱同安慰都令我興起;由呢啲安慰同埋隨之而來嘅行為,一種慾望嘅火焰就會喺我心入面燃起。然後,當我懷孕咗,我就生出罪惡;呢啲罪惡一旦出世,就會透過絕望令靈魂死亡。 – 如果你認出我嘅軟弱同你自己嘅軟弱──無論係明顯嘅定係深藏嘅──你就會綁起

我嘅手。如果你餓住我嘅喉嚨,你就會綁起我嘅腳,令我行唔到更遠。如果你同順服結合,你就會同我嘅羈絆斷開。如果你獲得謙卑,你就會斬斷我嘅頭。

### *3. 對抗金錢之愛*

**1.** 貪愛錢財是無信心的女兒。她利用可能的軟弱、老年的逼近,以及乾旱造成的饑荒突襲作為自己的藉口。

**2.** 貪愛錢財的人是譏誚者,也是任意妄為、藐視福音的人。(福音的精神是愛。)但有愛的人,不會積聚錢財。凡是想兩者(愛與錢財)兼得的人,自欺欺人。

**3.** 凡為自己哀痛的人,不但撇棄自己的財物,連自己的身體都要撇棄;如果時間需要,他連身體都捨不得留。

**4.** 唔好話你要為窮人行乞(咁樣先可以幫助佢哋,你先有機會得着天國),因為就算只係用兩勒普塔,都可以買到天國。

**5.** 一個好旅行嘅人同一個好錢嘅人遇到咗;後者就鬧前者唔識嘢。

**6.** 凡是制服咗呢種對金錢嘅慾望嘅人,就已經斬斷晒所有憂慮;但凡被佢捆綁住嘅人,就永遠受憂慮折磨,亦永遠無法以純潔嘅心靈禱告。

**7.** 貪愛金錢始於假扮施捨,卻以憎恨窮人作結。貪財者喺收集財富時,仲會裝作慈悲;但一旦攞夠,就緊握拳頭,毫不施予。

**8.** 我見過身在富貴中卻心靈貧窮嘅乞丐,佢哋活喺屬靈貧窮嘅日子,反而變得屬靈富有,仲忘記咗以前嘅貧窮。

**9.** 唔貪慕虛榮嘅人已經拋開晒對塵世嘢嘅一切牽掛,唔為生活同事務煩惱,行佢嘅路無所阻礙。佢係世界嘅主人,將所有憂愁都交託畀上帝。佢唔會向人講自己有需要,只會接受一切,視為出自主嘅手。

**10.** 無所求的人對任何事物都無所執著,也不會去想自己擁有的一切,好似它們根本不存在;因為當他下定決心成為隱士時,已經放棄了所有事物。凡是為任何事物憂傷的人,都還未達到無所求的境界。

**11.** 唔貪心嘅人用純潔嘅心禱告,而貪心嘅人喺禱告嘅時候,腦海入面充滿咗物質嘅影像,就好似佢喺向啲影像禱告咁。

**12.** 凡以順服為本的人,就遠離對金錢的貪戀;因為他們連自己的身體都已經奉獻出去了,他們還能夠擁有自己的是什麼呢?

**13.** 嘗過天國滋味嘅人,視塵世之物為無;未嘗前者樂趣嘅人,則樂於追求後者。

**14.** 嗚呼,比丘們!我哋唔好比啲唔播種、唔聚積糧食嘅雀鳥更唔忠信。

**15.** 敬虔地放棄一切所有物的人是偉大;但自願放棄的人是聖潔。前者無論在所有物或禮物上,都會得百倍之報,後者則承受永恆的生命。

**16.** 海永遠都有浪,鍾意銀嘅人永遠都有忿怒同憂愁。

**17.** 堅定不移的信心能消除一切憂慮,而對死亡的思念則教人捨棄連身體都包括在內的一切。

**18.** 約伯身上連一絲貪心都冇;所以就算失去晒所有,佢都依然心如止水。

**19.** *「萬惡之源」*就係*「貪錢」*(提摩太前書6:10);因為佢會引起仇恨、偷竊、嫉妒、分爭、爭吵、不和、惡意、殘酷同謀殺。

**20.** 信心同朝聖嘅生活就係對金錢之愛嘅死期;但憐憫同慈愛連自己嘅身體都唔放過。

**21.** 就好似戴住鎖鏈嘅人行唔舒服,囤積金錢嘅人亦上唔到天。

**22.** 如果貪婪的極度表現,是人無法停止積聚財富,或者永遠都對財富不滿足;那麼不貪慕的最高境界,就表現在連自己身體都肯犧牲。

**23.** 讓我們拋棄我們的憂慮;因為我們已經報名在無憂慮者的行列。如果我們不實踐這一點,就無話可說。　我哋要記住一樣嘢:凡藉聖洗聖事更新而領受主嘅人,主都賜咗佢哋*「成為上帝兒女嘅權利」*(約翰福音1:12);正因如此,先對佢哋講:*「要安靜,知道我係上帝」*(詩篇45:11)。

**24.** 對於我哋呢班已經拋棄一切、蒙召──唔係人召,而係主召──嘅人嚟講,竟然要喺我哋最需要嘅時候,即係靈魂將要離別之際,去理會啲冇益處嘅事,實在係大羞愧。正如主所講,呢就係所謂嘅回頭,但係入唔到天國。

**25.** 貪婪的魔鬼向那不屬於塵世的人發動戰爭;當他無法戰勝他們時,就安排乞丐到他們面前,並以慈善為名,說服他們從屬靈的事物轉向屬世的事物。

**26.** 正如以金換泥者大虧特虧,為物質利益而宣揚自己屬靈成就的人,亦只會虧損。

### *4. 對抗憤怒*

**1.** 憤怒係對隱藏住嘅仇恨嘅回憶,即係心存怨氣。*「憤怒」*係想傷害嗰個令自己唔開心嘅人。*「易怒」*(暴躁)係心頭一閃而逝嘅火氣。*「憂鬱」*係困喺靈魂入面嘅一種唔愉快(煩躁)感受。*「憤怒」*係品性嘅敗壞,同靈魂嘅玷污。

**2.** 有人天生易怒,對此毫不在意,亦不理會醫治這股激情,更不曾思索智者所言:*「暴怒的衝動是他的墮落。」*(西拉希1:22)。

**3.** 憤怒就好似磨坊石急速轉動,一眨眼就可以將靈魂嘅麥子和果實碾得粉碎,一日入面其他任何嘢都做唔到。 所以,人要小心看守自己。就好似一把烈火遇上強風,會比暗暗燃燒的火更迅速地燒燬同摧毀靈魂的田地。

**4.** 公允係對侮辱嘅一種無止境嘅渴望,就好似虛榮者對讚揚嘅過度渴望一樣。公允係對自己本性嘅勝利,要靠勞苦同汗水去爭取,並且要對侮辱毫不動搖。

**5.** 柔和係靈魂嘅一種堅定不移嘅品格,面對侮辱同讚揚都一樣。

**6.** 無忿嘅開始,係當心煩意亂時,雙唇嘅寂靜;中間,係當靈魂稍有動盪時,思想嘅寂靜;而結束,就係面對污穢之風時,堅定不移嘅寂靜。

**7.**就好似水不停澆落火,就會將火完全熄滅,真真正正嘅眼淚亦都通常可以熄滅所有忿怒同憤慨嘅火焰。

**8.** 就如黑暗一遇光明就退散,同樣,每種憂慮和憤怒都會在謙卑的芬芳中消失。

**9.** 對於真心悔改的人,冇乜嘢比易怒更格格不入;因為歸向上帝需要極大嘅謙卑,而易怒就係自視過高嘅徵兆。

**10.** 如果謙卑的極致,是在激動的人面前,仍然能心存平安與慈愛;那麼,可想而知,暴躁的極致,就表現在一個人獨處時,在心裏對冒犯自己的人展開一場激烈而痛苦的交戰,並以言語和舉止表現出這場衝突。

**11.** 如果聖靈係靈魂嘅平安,而憤怒係心靈嘅動盪,咁冇乜嘢似易怒嘅憤怒咁,係阻礙祂喺我哋心入面居住嘅最大障礙。

**12.** 沉默係對抗憤怒嘅第一武器;但係,有可能喺沉默嘅掩飾下,暗藏怨氣。咁樣更加唔好;就算喺憤怒之中,都好過講出心裏所想。 有啲人嬲到唔肯食嘢──反而令呢種激情更加深;另一些人就大吃一頓──結果令佢哋更加憤怒;不過,適度嘅安慰往往可以幫助平息呢種憤怒。 所以,要同呢種激情作鬥爭,就要好有分寸。大自然本身都會幫手,就好似幫肉體慾望嗰條蛇一樣。

**13.** 有時輕聲歌唱可以成功消除煩躁;但有時過度又唔合時,就會助長情慾。所以要用呢個療法,要審慎咁掌握分量同時間。

**14.** 暴躁易怒者若能與人同住共處,更有益處;而好色者則宜隱居靜修,以對抗淫亂與污穢不潔。至於受呢兩種毛病困擾嘅人,就要將自己交託畀屬靈父親,等佢有時叫佢哋保持沉默,有時又安排佢哋參與團體服從嘅勞務。

**15.** 用惱怒去擾亂心眼,實在是莫大嘅傷害,正如有人所言:*「我嘅眼因惱怒而受擾」*(詩篇6:8);但用言語去表達內心嘅憤怒,就更加嚴重。 連手都捲入其中,完全違背同背離修道生活──天使同神聖嘅生命。

**16.** 我們若細心觀察,就會看見,許多好發脾氣的人都勤於守夜、禁食和默靜──而仇敵在此並不阻撓他們;因為他知道,即使在懺悔和哭泣的行為中,如何為這激情準備燃料,以滋養並重新點燃它。

**17.** blessed柔和的開始,在於忍耐侮辱,儘管心靈充滿苦楚和痛苦;中段則是在忍耐侮辱時,心靈保持無憂無慮;至於完美,若能達到,則在於將侮辱視為自我讚揚的源頭。

**18.** 初學者因懺悔之淚而無怒,與至人克制忿怒的堅定,二者有別。前者以淚作韁繩,約束忿怒;後者則以無情之劍,斬殺此蛇。

**19.** 我見到三位和尚,佢哋都一齊受過羞辱。其中一位感到被侮辱但冇出聲;另一位為自己慶幸,但為侮辱自己嘅人感到悲傷;至於第三位,就將鄰人對佢造成嘅傷害深深印喺心裏,為佢流下懇切嘅眼淚。喺呢度,我哋見到行畏、行賞同行愛嘅修行者。

**20.** 記仇係憤怒嘅終極表現:喺記憶中留住鄰居對自己嘅罪過,拒絕通往寬恕嘅道路(上帝所命定:「你寬恕人,人就會寬恕你」), – 摧毀一切以往美德,毒害靈魂的毒素,蠶心頭的蟲,祈禱時可恥(如何能說:「赦免我,正如我赦免人?」),釘入靈魂的釘子,無休止的罪惡,無止境的無法無天,時時刻刻的邪惡。

**21.** 能制住自己忿怒嘅人,就喺萌芽階段扼殺咗怨恨嘅種子;因為只有活生生嘅父親先可以有後代。

**22.** 得着愛嘅人,就同仇恨無緣;但係心存仇恨嘅人,就喺自己裏面製造出無休止嘅苦惱。

**23.** 如果你要存怨恨,就對付魔鬼;如果你要存仇恨,就時時對付你自己。肉體是忘恩負義的朋友;放縱它,它會帶來更大嘅傷害。

**24.** 懷怨報復的心,是曲解聖經的乖謬解經者,扭曲聖靈的話以迎合自己。但願它因主耶穌所教導的禱告而蒙羞,因為當我們心存怨恨時,就無法說出那禱告。

**25.**如果你已經極力克制自己,仍然無法將這根刺從心裏拔出,就要去向你心存怨恨的那人面前,即使只用言語,也要謙卑地認罪悔改;因你對他長期以來的偽善而感到羞愧,你會以愛擁抱他,讓你良心如火般灼燒你。

**26.** 當你為加害你嘅人禱告、送佢禮物,或者請佢食飯,並唔代表你已經擺脫咗呢種折磨;而係當你聽到佢無論心理定身體遇到咩不幸,你都感到心痛,為佢流淚,就好似為自己流淚咁。

**27.**主耶穌所受嘅苦楚嘅回憶,可以醫治一個好報復嘅心──因為佢冇任何惡意,令呢個心深感羞愧。

**28.** 有人自願勞苦流汗,好換取寬恕,但寬恕者卻先於他們。因為有真言說:*「你哋饒恕人幾多,上帝就饒恕*你哋幾多。」(路加福音6:37)

**29.** 唔執著惡行係真悔改嘅標誌;但凡記住惡行時,又以為自己正喺悔改,就好似一個喺夢中想像自己喺跑步嘅人。

**30.** 我見過有啲人懷恨喺心,當佢哋勸其他懷恨嘅人唔好咁做嘅時候,佢哋自己畀自己嘅說話羞到面紅耳赤,然後就放棄咗呢種仇恨。

**31.** 讒言源於仇恨和怨恨──一種微妙的折磨,隱藏的吸血蟲,吸乾愛的血液。

**32.** 有人將誣衊偽裝成愛,說成是想糾正對方。但如果你真愛你鄰舍,就唔好背後講佢唔好,而要為佢禱告。只有呢種行為先能討主喜悅。

**33.** 凡想擺脫定罪之靈嘅人,就唔好向跌倒嗰人發怨言,而要向試探者──魔鬼──發怨言。因為冇人想得罪神,雖然人冇受強迫(即係人係自願犯罪)。

**34.** 通往罪得赦免嘅其中一條最捷徑,就係唔好論斷任何人;因為經上係咁講:*「你哋唔好論斷人,天父就唔會論斷你哋。」*(路加福音 6:37)

**35.** 就如水與火相剋,一個真心悔改的人,就唔應該去審判他人。即使你親眼見到有人正喺犯罪,靈魂即將離體嗰刻,都唔好去定罪佢,因為上帝嘅審判對人嚟講係隱藏嘅。 有人表面上明顯犯咗大罪,但暗地裡卻行咗更大嘅善;而鍾意講八卦嘅人就因此走咗偏,只見到煙,卻睇唔到背後嘅太陽。

**36.** 經驗證明,無論係身體嘅罪,定係靈魂嘅罪,凡係我哋用嚟定罪鄰舍嘅,最終都會自己跌入其中。

**37.** 凡是對鄰舍的過失,輕率而嚴厲地定罪的人,因這激情而感到憤慨,因為他們缺乏對自己罪惡的完美而持續的紀念和憂傷。 因為如果有人,不被自愛嘅面紗蒙蔽,誠實咁審視自己嘅惡行,佢就唔會再理其他任何嘢,因為佢正確咁判斷,就算自己活一百年,甚至見到整條約旦河由自己眼裏湧出,都唔夠時間為自己哀悼。

**38.** 魔鬼──靈魂的兇手──煽動我們或犯罪,或若我們不犯罪,就去定罪犯罪者,好藉此玷污我們──也玷污那些未犯罪者。

**39.** 要知道,出於敵意,以批評鄰舍的言行和美德為樂,是嫉妒和好報復心的人的徵兆。

**40.** 我見過有人暗中犯下嚴重罪行,嗰啲罪行根本無人知,但佢哋自以為清白,反而無情咁攻擊啲已經曝光、 albeit 係細微罪行嘅人。

**41.** 審判人係無恥咁篡奪上帝嘅權柄;定罪人就係自取滅亡。

**42.** 就如驕傲,即使冇其他激情,都能摧毀一個人;同樣,單憑譴責,就能徹底摧毀我哋。就係因為呢點,嗰位法利賽人畀人譴責。

**43.** 那暴怒的人和那偽君子相遇;他們交談時,連一句真話都搵唔到。如果你窺探前者嘅心,就會發現憤怒;如果你審視後者嘅靈魂,就會見到欺騙。

**44.** 就如風吹起深淵,咁憤怒呢種激情,比其他任何激情更令心靈騷亂。

**45.** (*此情慾之懺悔*)。噢,你呢個瘋狂又可恥嘅情慾,同我哋講,生你嘅父叫乜嘢名?惡毒嗷生你嘅母又叫乜嘢名?你嗰班卑鄙嘅兒女又叫乜嘢名?唔止咁,仲有邊個同你抗爭,邊個又可以殺死你? – 「我有好多媽媽 ,亦有超過一個爸爸。 我的媽媽有:虛榮、貪婪、大食,有時仲有淫亂;而我嘅主要爸爸就係驕傲。 我嘅女兒有:怨恨、仇恨、敵意同自我辯解。 我嘅對手係同我女兒相反嘅美德──忍耐同溫柔;而誣衊我嘅就係謙卑。

### *5. 與悲傷的抗爭*

**1.** 凡是憎恨塵世者,已然逃脫悲傷。但若有人貪戀任何可見之物,就未曾從中得釋放;因為,被剝奪所愛之物時,又如何能不悲傷呢?雖然我們在萬事上都要保持自制,但尤於此點,更當審慎與警惕。

**2.**當方丈以責備同埋責怪嘅方式,用有益嘅謙卑嚟考驗我哋嘅時候,我哋要諗起全能審判者嗰啲可怕嘅說話;而喺我哋心入面被灌輸嘅無節制嘅憂愁同悲傷,我哋一定要用溫柔同忍耐,好似用雙刃劍咁,將佢哋斬除。

**3.** 如果我哋跌咗,就首先要對付憂愁嘅靈;因為佢會喺我哋禱告嘅時候出現,提醒我哋以前喺神面前嘅大膽,想令我哋放棄禱告。

**4.** 愛貧窮人係醫治急躁嘅良藥;而詩歌讚美、憐憫同唔貪婪,就係斬除憂愁嘅劍。

**5.** 就如過多嘅柴堆會窒息同熄滅火焰,仲會冒出大量濃煙;同樣,過度嘅憂傷會令靈魂好似煙霧瀰漫、陰暗,並且枯竭眼淚嘅泉源。

**6.** 窄路以羞辱、責備、嘲笑、虐待同苦難嘅重擔為標誌。只要你──受冤屈時能堅忍不屈;被誣衊時唔怨恨;受侮辱時唔發怒;被定罪時謙卑順服──呢條路就會引領你得救。 行呢條路嘅人係有福嘅,因為天國係佢哋嘅(馬太福音5:3–12)。

**7.** 甘願忍受一切悲傷,才是真正救贖的懺悔之道。

**8.** 認為自己值得承受不但已經歷過嘅可見同不可見嘅悲傷,甚至更大嘅痛苦,係積極懺悔嘅徵兆。

**9.**就好似水受壓會向上湧,靈魂受苦時亦會向上流,歸向神而得救。

**10.** 有位阿爸基爾喺修道院每日都畀人虐待;僕人差唔多每日都將佢趕出飯廳,搞到佢成日冇得食。 我(聖約翰·克里馬克斯)問佢點睇呢件事。佢答:「信我,父啊,呢啲長老係想試下我係咪真係和尚。因為佢哋並無真心咁做,我明白佢哋嘅意思,就歡喜喀喀咁忍受,唔會難過。」 兩年後,佢臨終前講:「多謝你哋,兄弟姊妹;因為你哋為咗我嘅得救而試我,令我十七年嚟都免受魔鬼嘅誘惑。」

**11.** 又有一人,名叫馬其頓,是一位長老,他因懲罰而被公正地判處,永遠留喺初學者當中;但當他的期限滿咗之後,他自己懇求繼續留喺呢個屈辱嘅懺悔之中,好似犯咗大罪咁。 – 後來,他向聖約翰·克里馬庫斯承認:「我從未有過如此內在爭戰的釋放,也從未有過像現在這樣,在自己裡面嘗到神聖之光的甘甜。」

**12.** 當我哋畀責備刺傷嘅時候,就當我哋回想自己嘅罪過,直到主見到我哋嘅需要,同埋我哋自作自受嘅傷害,祂肯恩准抹去我哋嘅罪──並將啃噬我哋心頭嘅憂愁化作喜樂,正如詩篇作者所言: *「因我心裏滿有許多憂慮,祢的安慰使我心靈喜樂。」*(詩篇93:19)

**13.** 凡為神的名被每日責備、羞辱,而能勉強自己去忍受的人,他必與殉道者同享喜樂,並與天使大膽地說話。 – 凡拒絕責備,無論是公義的或不義的,都拒絕了自己的得救;但凡接受責備的,無論是帶着憂傷還是不帶憂傷,都會很快蒙赦免。

**14.** 我兒!如果你首先肯忍受侮辱,你便只要付出少少努力,就能夠得到福樂的心靈安寧。

**15.**就好似細細嘅火焰可以溶化好多蠟咁,輕微嘅羞辱亦往往可以突然軟化人心,撫平佢,消除佢所有嘅殘暴、冷酷同苦毒。

**16.** 困擾、羞辱同所有呢啲發生喺初學者靈魂入面嘅事,就好似苦艾嘅苦;而讚揚、榮譽同肯定就好似蜂蜜。但苦艾可以淨化內心所有污穢,蜂蜜通常只會令苦味更深。

### *6. 對抗灰心之靈的爭戰*

**1.** 灰心係靈魂嘅鬆懈,係對屬靈追求嘅忽視,係背棄自己嘅誓言; 令平信徒歡喜,卻誣衊神,好似祂冇憐憫、冇人性;在詩歌中,聲音不和;在禱告中,軟弱無力;但在身體事奉上,卻似鐵般強壯,勤力於體力勞動,且在順服上又快又樂意。

**2.** 一個活在順服之中的人,不會知道絕望;而且藉着肉體的感官,他在屬靈上得以興旺。

**3.** 團體生活係憂鬱嘅敵人,但對噤默嘅苦行者嚟講,佢就係個永遠嘅同伴;佢唔會喺佢死之前離開佢,亦唔會停止同佢抗爭,直到佢離世。當佢見到隱士嘅洞穴,就會笑,然後走近,就喺佢身邊安頓落嚟。

**4.** 醫生朝早探病,而沮喪則於午時探訪苦行者。

**5.** 灰心引誘人行施,並不斷勸人用自己嘅手藝布施;佢熱衷勸人探病,並引述*「我病咗,你嚟探我」*嘅說話(馬太福音25:36)。 佢不斷催促:「去安慰啲有悲傷同軟弱嘅人」——而佢自己都係軟弱嘅,就建議我哋去安慰啲軟弱嘅人。

**6.** 對嗰啲開始祈禱嘅人,佢會提醒佢哋要做嘅必要嘢,並用各種方法,用某種祝福嚟分散我哋嘅注意力,好似一個無聲嘅馬嚇韁咁。

**7.** 其他各種情慾各被一德制勝;但對修道者而言,灰心卻是包羅萬象的死亡。在所有八位邪惡的首領中,灰心的靈魂最可悲。

**8.** 當冇唱詩篇嘅時候,灰心就唔會起;而喺規矩完結嗰陣(通常會瞌睡嘅時候),雙眼都會開開心心咁張開。

**9.** 當陷入灰心時,肉體的誘惑就會顯露;而對專注的修士而言,沒有什麼能比灰心帶來更多冠冕。

**10.** 為自己而哭的人,不會陷入憂鬱。

**11.** 一個鍾意錢嘅和尚唔會識得沮喪:佢時時刻刻都記得使徒嘅說話:*「不作工嘅人就唔好食飯」*(帖撒羅尼迦後書3:10),又記得另一句:*「我同我同路人所用嘅都係呢對手」*(使徒行傳20:34)。

**12.** 灰心有時源於放縱肉體情慾,有時則源於對神缺乏敬畏。

**13.** 勤懇嘅祈禱係對抗灰心嘅解藥;而對末日審判嘅記憶則激發熱誠(按上帝旨意行事)。

**14.** 好盼望係和尚用嚟征服同殲滅灰心嘅利劍。

**15.** (*沮喪的懺悔*)。告訴我們,你呢個懶散而放縱的激情,究竟是誰在惡中生下你?你的後裔是誰?與你為敵的是誰?而你的劊子手又是誰? – (*回答*)。 – 我有好多個母親:有時係靈魂嘅麻木不仁;有時係忘記天上嘅福份;有時係過度操勞。同我同住嘅後裔,就係搬遷、輕忽靈性之父嘅誡命、忘記末日審判,有時甚至放棄修道嘅誓言。 綑綁我嘅仇敵,就係一邊唱詩篇一邊做針線活。我嘅敵人係死亡嘅念頭;但係,帶住堅定希望獲得永恆福份嘅祈禱,卻將我置於死地。

### *7. 對抗虛榮的鬥爭*

**1.** 虛榮就係浪費勞力、流失汗水、靈魂寶藏嘅賊,好似人生打穀場上嗰隻螞蟻,雖然細小,但隨時準備偷走我哋嘅勞苦果實同行為嘅報酬。

**2.** 虛榮心無處不在:我禁食時就感到自豪,但當我為咗瞞住人而故意唔食,之後再開食嗰陣,又再感到自豪,仲以為自己好有智慧;我著靚衫時會被虛榮心佔據;但就算我著得破爛,都仲要自鳴得意; 如果我講嘢,我就被虛榮心所勝;如果我唔講嘢,我又再次被佢所勝。無論你點攞呢支三叉戟,佢嘅尖端都會永遠向上。

**3.** 自負的人是拜偶像者。他以為自己在敬拜神,但實際上卻不是討神喜悅,而是在討人喜歡。

**4.** 凡好炫耀自己的人就屬虛有其表。虛有其表的人禁食沒有賞賜,他們的禱告也是徒然,因為他們做這兩件事都只為得人的稱讚。

**5.** 一個好虛榮嘅苦行者對自己嚟講其實兩頭蝕,因為佢边壞咗身體,卻攞唔到任何賞賜。

**6.** 主常常將我哋所積累嘅美德隱藏喺我哋眼目之外;但係有人讚美我哋──或者講得更貼切啲,係拍我哋馬屁──佢哋用讚美打開我哋嘅眼睛,一旦眼睛睜開,美德嘅財富就即刻消失(好似畀我哋眼前啲嘢吞咗咁)。

**7.** 奉承者係魔鬼嘅奴僕,驕傲嘅煽動者,憐憫嘅破壞者,美德嘅摧毀者,同引領人偏離正道者。先知(以賽亞書3:12)話:*「稱你為福嘅,係奉承你,佢哋係要絆倒你嘅腳。」*

**8.** 我見過有人,佢哋一畀人讚賞就嬲到面紅耳赤,然後就好似做生意咁,用一種激情去換另一種激情。

**9.** 當鄰舍,甚至朋友,當面或背後責備你,就要表現出愛──讚美他。

**10.** 真心拒絕人嘅讚賞係一件好大事,但係轉身遠離魔鬼嘅讚賞就更加重要。

**11.** 真正有謙卑心嘅,唔係自我貶低嗰個(畢竟,有幾多人可以忍受自己人嘅侮辱?);而係當被他人責備嘅時候,都唔會減少對嗰個人嘅愛。

**12.**當驕傲嘅魔鬼見到修行者無論幾少都已經得着心靈嘅平靜,佢就即刻催佢出去投身塵世,話:「去拯救嗰啲將要滅亡嘅靈魂。」

**13.** 虛榮心促使輕浮的人在陌生人面前裝作謙卑,並在言行舉止和聲調中表現虔誠;在用餐時,它逼使他們刻意節食;在詩篇詠唱時,它令懶散者變得熱衷,令音感差的人也唱得動聽。

**14.** 虛榮令蒙寵者自大,又在受輕視者心中播下怨恨的種子。

**15.** 虛榮心極易附着於天賦,並往往因此令其可憐的奴僕陷入毀滅。

**16.** 我曾見到,驕傲這魔鬼如何將其兄弟──憤怒的魔鬼──趕走。兩個兄弟互相憤怒;但當平信徒一到,他便突然噤聲,再次將自己出賣給驕傲,因為他無法同時侍奉这两个主人。

**17.** 凡係淪為虛榮奴僕嘅人,就過住兩種生活:一種係表面上,另一種係喺思想同感受嘅領域;一種係私底下,另一種係公開場合。

**18.** 凡嘗過天上榮耀者,自然輕視一切地上榮耀;若有人未嘗前者,竟能徹底輕視後者,我必大感驚訝。

**19.** 我見過有人因為虛榮心而開始佢哋嘅屬靈追求;但後來佢哋改變咗追求嘅動機,將一個可責備嘅開始,化作一個值得讚揚嘅結局。

**20.** 凡以天賦的才華自誇,如機智、過目不忘、讀音流利、敏銳的洞察力,以及其他毫不費力便得的天賦能力,都永遠無法超越自然的福份; 因為*「在微小事上不忠的人,在大事上也不忠」*──這都是因為他的驕傲(路加福音16:10)。

**21.** 凡向神求恩賜作為自己勞碌的回報,其根基便站立不穩;但相反,若有人視自己永遠欠神的情,就會突然發現自己被天上意想不到的豐富財富所賜予。

**22.** 唔好聽呢個煽動者教你為咗令聽者得益處而宣揚自己嘅美德;*「人若*賺得全世界,*卻喪失了自己的靈魂,有甚麼益處呢?」*(馬太福音 16:26)。 有乜嘢比謙卑誠懇嘅態度同相襯嘅言行更能利益鄰舍。咁樣,我哋亦都可以鼓勵其他人唔好自大;仲有咩比呢樣更有益呢?

**23.** 讚揚會令靈魂高傲自大;但當靈魂被抬高時,驕傲就會掌握住它,將它高高地拋向天際,又狠狠地擲入深淵。

**24.** 邪惡的虛榮教我們假扮擁有自己所沒有的美德,使我們被救主的話所欺騙:*「叫你们的光这样照在人前,使他們看见你们的善行」*(馬太福音5:16)。

**25.** 唔好因為想唔令鄰舍有把柄就隱藏你嘅羞愧;雖然呢個補救方法未必總有用,而要視乎罪過嘅具體性質。

**26.**當我們的仰慕者──或者說,我們的拍馬者──開始讚美我們時,我們要趕快回想我們的眾多罪過(以及上帝的審判,那並非如人所想),我們就會看見自己配不上他們所說或所做的一切榮譽。

**27.**心存單純的人,較不易被此毒所害;因為虛榮是單純之害,亦是偽裝生活的源頭。

**28.** 往往有條蟲成熟後會長出翅膀,飛到好高;同樣地,虛榮心一旦變得更強,就會演變成驕傲,而驕傲就係一切罪惡嘅源頭同最終極點。

**29.** 根除虛榮的開始,在於守口如瓶,並甘願蒙受侮辱;中段則斷絕一切心靈對虛榮的執著;至於終點(若這無底深淵真有盡頭),則是在眾人面前,無所畏懼地去做那些足以招致恥辱的事。

**30.** 隱藏你嘅高貴,唔好誇耀你嘅高門出身,免得口裏講一套,背後做一套。

**31.** 我見一無經驗嘅徒弟,喺某啲人面前吹噓佢老師嘅美德;佢以為可以憑人哋嘅功績擢光彩,點知反而招致羞辱,因為人人都對佢講:「點解好樹會生出無果嘅枝呢?」

**32.** 虛榮鍾意喺滔滔不絕嘅講壇上大擺架勢;但閉口不言,就能制止虛榮。

**33.** 屈服於虛榮魔鬼的人,一旦暫時擺脫了猥褻的思想,開始自我欣賞,就會突然湧起慾望。 因此而產生嘅慾望衝動,令佢哋認出潛藏喺心靈深處嘅虛榮,並教導佢哋唔好將偶爾出現嘅心靈純潔歸功於自己嘅勤力同努力,正如宗徒所囑: *「你所擁有嘅,係你所領受嘅」* (林前4:7),無論係直接由上帝而來,定係靠住他人嘅幫助同禱告。

**34.** 沉默同靜止係虛榮嘅敵人;但如果你住喺團體入面,就要忍受侮辱。

**35.** 如果極度嘅虛榮係指一個人見到冇人讚賞佢,就喺私底下仍然虛張聲勢;咁完美謙卑嘅標誌,就係即使喺人前,都唔會畀虛榮嘅念頭所勝。

### *8. 對抗驕傲*

**1.** 驕傲係拒絕上帝、藐視人、譴責嘅母體、讚美嘅孽種、排斥上帝嘅幫助、跌倒嘅原因、憤怒嘅源頭、對人所作所為嘅苦毒折磨者、非人嘅審判者、上帝嘅對立者、褻瀆嘅根源。

**2.** 驕傲的*開始*,在於虛榮在心裏生根;*其「中段」*,是貶低他人、厚面皮地誇耀自己所作所為、心裏自我讚賞,並憎恨被指正;至於其*「結局」*,則是不接受上帝的幫助、狂妄地依靠自己,以及流露出魔鬼般的心性。

**3.** 我見過有人口裡向神獻上感謝,心裏卻在自誇。最明顯嘅例子就係法利賽人,佢講:*「神啊,我感謝你」* (路加福音18:11)。

**4.** 喺墮落發生嘅地方,驕傲已經生根,因為驕傲就係墮落嘅先兆。

**5.** 自以為義嘅和尚會強烈反駁;但謙卑嘅和尚唔單止唔會反駁,甚至連抬眼都唔敢。

**6.** 柏樹唔會彎腰,亦唔會攤伏喺地下;同樣,一個自負嘅和尚都唔可能有謙卑嘅順服。

**7.** 如果*「神阻擋驕傲的人」* (雅各書4:6),那又有誰能憐憫他們呢?──如果*「凡心裏驕傲的人,都為耶和華所憎惡」* (箴言16:5),那又有誰能潔淨他呢?

**8.** 拒絕責備的人顯露驕傲的慾望;但接受責備的人已從驕傲的枷鎖中解脫。

**9.** 有位智者長老曾經勸誡一位自負嘅兄弟;但後者心靈瞎咗,就話:「赦免我,父親,我根本唔自負。」智者長老就回應:「我兒,你仲有咩方法可以比承認自己冇自負更清楚咁證明你係自負呢?」

**10.** 對於性情驕傲的人,最有益的就是順服、過最卑微可憐的生活,並且閱讀關於驕傲所帶來毀滅性後果以及對其的超自然治療的記載。

**11.** 炫耀別人嘅裝飾品係可恥嘅,以神嘅恩賜自誇就係愚蠢至極。只可誇你未出世前就已經擁有嘅美德;至於你出世後實踐嘅,都係神賜畀你嘅,就好似祂賜畀你生命一樣。 ──如果你冇靠自己嘅心去培養任何美德,就畀佢哋自己去,因為連心都係上帝賜畀你嘅。──如果你冇靠自己嘅身體去做過任何嘢,嗰啲都只係你自己嘅努力;因為連身體都唔係你嘅──佢係上帝嘅創造。

**12.** 唔好倚靠自己嘅美德,直到你聽到審判者對你作出最終裁決;因為喺福音書入面,我哋見到連已經喺婚宴上就坐嘅人,都會被捆綁手腳,扔入外邊嘅黑暗入面。(馬太福音22:13)

**13.** 我們不可停止檢察自己,並將我們的生命與先賢聖父及光耀前輩相比;我們就會發現,我們尚未踏出一步跟隨這些偉人的足跡──事實上,我們甚至未曾如應盡的心願去履行我們的誓言,卻仍然停留於世俗之道。

**14.** 修士係一個謙卑嘅深淵,佢投身入去,並喺入面淹沒咗所有邪靈。

**15.** 驕傲令人忘記罪過;但紀念罪過卻是謙卑的代禱者。

**16.** 驕傲係靈魂嘅貧窮,佢以為自己好富有,喺黑暗中都以為自己有光。

**17.** 自大嘅人就好似蘋果,入面已經爛晒,但外面仲要光鮮亮麗。

**18.** 自負者無需魔鬼──引誘者;他們已自作魔鬼,自作對手。

**19.** 狂妄嘅心生出褻瀆嘅言語,謙卑嘅靈魂卻孕育天啟嘅異象。

**20.** 我唔知點解會有咁多自負嘅人,佢哋根本唔察覺自己,仲以為已經達到無情欲嘅境界,要等到離開呢個世界之後先至見到自己嘅可悲。

**21.** 被驕傲擄住嘅人,迫切需要上帝嘅超自然幫助先能得釋放;因為人為嘅得救方法對佢嚟講毫無用處。

**22.** 褻瀆嘅念頭由驕傲而生,而驕傲又令你唔敢向屬靈父親傾訴。正因如此,呢種折磨經常令一些人陷入絕望,摧毀晒佢哋所有嘅盼望,就好似蟲蝕樹幹咁。

**23.** 因為驕傲,冇嘢比褻瀆嘅念頭更難承認;所以佢哋經常留喺好多人心入面直到老死。但係,冇嘢比我哋唔承認佢哋、反而喺心入面藏住佢哋──呢種做法最令魔鬼同惡念對我哋有力量,亦就係餵養佢哋嘅養份。

**24.** 無人應該以為自己犯咗褻瀆嘅諗法;因為主係知心者,佢知道呢啲說話同諗法唔係我哋自己嘅,而係我哋仇敵嘅。

**25.** 我們要學會在褻瀆聖靈的靈上輕視它,對它所激起的心思一概不理,並對它說:*「撒但,退去吧;* 我敬拜*我嘅主我嘅神*,我只會事奉祂;*但願*你嘅*「病」*同你嘅說話*「反落*你自己*個頭」*,但願你嘅褻瀆*「*落喺你個*頭上」*,喺呢個世代同將來嘅世代(詩篇 7:17)。

**26.** 凡輕視呢個仇敵嘅人,就得脫離佢嘅折磨;但凡打算用其他方法同佢作戰嘅人,就會畀佢所勝。想用言語去征服靈體,就好似想用言語去阻擋風咁。

**27.**當聖潔的謙卑在我们心中開始滋生,我們就會開始輕視一切人的讚揚和榮耀。 等到佢成熟到極點,我哋唔單止會將自己嘅善行 當成無物,甚至會當佢哋係可憎之物,因為我哋每日都喺唔知唔覺中浪費美德,反而為我哋嘅罪惡添重擔。

**28.** 勤力嘅懺悔同啜泣,清除晒所有污穢,喺心入面建立謙卑嘅殿,拆咗建喺沙上嘅驕傲小屋。

**29.** 驕傲消失、謙卑建立的徵兆是:歡喜接受侮辱和恥辱、熄滅憤怒,以及對自己美德缺乏信心。

**30.** 凡不自守者,一切情欲之終極皆為虛榮與驕傲。但其破壞者──謙卑──令持守者免受一切致命情欲之毒害。

**31.** 謙卑嘅僧侶唔會探究超出自己理解範圍嘅事;但自大嘅人卻想洞悉連主旨意嘅深奧。

**32.** 魔鬼走近弟兄中最有洞察力的一位,向他拍馬屁。但這謙卑而有智慧的人對他們說: 「如果你哋停止喺我心入面讚美我,我會由你哋離開嚟推斷自己好偉大;但如果你们唔停止讚美我,我就見到自己嘅污穢喺你哋嘅讚美入面;因為*『凡心裏驕傲嘅人,都為耶和華所憎惡。』*(箴言16:5)」 「所以,要麼你哋走開,等我可以當自己係個偉大嘅人;要麼就讚我──而我會因你哋而獲得極大嘅謙卑。」佢哋畀呢段雙刃劍式嘅論據震得啞口無言,即刻就消失咗。

**33.** 自大是種德行,不自大是另一種,而謙卑又是另一種。有人終日批判他人;另有人無論如何都唔會批判自己;但第三種人,雖然無可指責,卻總在自我譴責。

**34.** 當匹馬獨自奔跑時,牠自以為跑得好快;但當牠與其他馬一齊跑,牠就發覺自己原來跑得好慢。(將自己同最優秀嘅人比較,就可以避免自大)。

**35.** 污穢嘅魔鬼暗中喺一個專注嘅苦行者心入面種下讚揚。 但佢憑住神聖嘅啟示,用呢個虔誠嘅計謀克服咗啲鬼怪嘅狡猾:佢喺自己嘅小房牆上寫咗最高美德嘅名稱,包括完美嘅愛、天使式嘅謙卑、純潔嘅禱告、不可腐蝕嘅純淨,同其他類似嘅美德。 每次當佢嘅思想開始讚揚佢,佢就會對佢哋講:「我哋去接受考驗啦。」然後行到牆邊,讀出上面寫嘅名字,再補充:「就算你擁有晒呢啲美德,都要知道你仲遠遠未夠接近上帝。」

**36.**如果你想培養對祈禱的堅定愛,首先要訓練你的心不去看別人的罪過;但這之前,必須先憎惡虛榮。

**37.** 如果我哋想了解自己,就唔好停止檢視同審視自己;如果喺靈魂真正嘅感受中,我哋認為每位鄰人都高於我哋,咁上帝嘅憐憫就唔會離我哋太遠。

**38.** 好多人自稱係罪人,或者佢哋真係咁諗;但係心靈會畀人嘅羞辱所誘惑。

**39.** 凡係話自己聞到謙卑香氣嘅人──就算喺接受讚揚嗰陣,心都幾乎冇乜波動──都唔好自欺,因為佢哋已經被自己嘅幻想所蒙騙。

**40.** *「主啊,不是歸於我們,不是歸於我們,乃要歸於你的名。」*有人在靈魂深處如此說(詩篇113:9);因為他知道,人性的軟弱,難以承受讚美而不受傷害。 *「我在大會中向你獻上讚美」*(詩篇21:26)──指將來嘅時代;但係喺嗰之前,我唔可以安全咁接受佢。

**41.** 檸檬樹嘅自然特性係,當佢未結果時,枝頭會向上伸;但當佢哋被彎低時,就更容易結果。──有知識嘅人就會明白呢點。

**42.** 如果一些天使嘅驕傲令佢哋變成魔鬼,咁無可置疑,謙卑可以將魔鬼變成天使。所以,跌倒咗嘅人,要振作,信靠上帝。

**43.** 冇嘢比過活喺貧窮同靠施捨維生更能謙卑人嘅靈魂。

**44.** 凡在談話中,頑梗堅持捍衛自己意見的人,即使那意見是正確的,都要知道,他被一種魔鬼的病(驕傲)所苦; 如果佢同地位相若嘅人傾偈都咁執拗,長輩可能會責備佢,從而幫佢治好;但如果佢對比自己更高明、更智慧嘅人亦都咁樣,咁就冇人可以醫治呢個病。

**45.** 有一次我問一位最有智慧的长老,順服同謙卑有咩關係?佢答:一個有智慧嘅初學者,就算可以起死回生、獲得眼淚嘅恩賜,又或者從爭端中得釋放,都總係認為呢一切係靠佢屬靈父親嘅禱告成就──並且遠離一切虛空嘅誇口; 其實,佢又點可以吹噓呢件事呢?佢自己都清楚,呢樣嘢係靠人幫先做到,唔係佢自己嘅功勞。

**46.** 當你同大家一齊生活時,要小心自己,千祈唔好用任何方式去表現自己比其他兄弟更義;否則,你會犯兩大罪:你會用你嗰種虛假同做作嘅熱誠去傷害兄弟,亦都會令自己陷入驕傲。

**47.** 要熱心,但只管在心裏,絕對不可在表面行為上流露──無論是神色、言詞,或任何微妙的舉動;處處都要效法你的弟兄,以避免驕傲。

**48.**虛假嘅憐憫只會招致驕傲,而真正嘅憐憫卻帶來安慰。

**49.** 那以自己嘅眼淚為榮,心裏譴責唔肯流淚嘅人,就好似向國王借咗武器去對付敵人,結果卻用嗰啲武器殺咗自己。

**50.** 若有人深知自己易受驕傲、暴躁、狡猾與偽善所勝,並欲以溫柔與善意之雙刃劍對抗這些敵人,就當速入──彷彿進入救恩的洗衣坊,即弟兄們的聚會, ──其實,當佢想完全擺脫自己惡劣嘅習性時,呢啲責備、羞辱同埋打擾,正係最嚴厲嘅試煉;喺嗰度,佢會畀弟兄姊妹嘅責罵、羞辱同埋騷擾震動,心靈上受創,有時甚至畀人壓制、踐踏同踢打,好似將佢靈魂嘅外衣──入面住咗嘅污穢──洗乾淨咁。

**51.** 我見到驕傲可以成為謙卑嘅原因。因為驕矜嘅果效係跌入罪中;而呢種跌入罪中,對想得救嘅人嚟講,往往係謙卑嘅緣由。

**52.** 驕傲嘅靈魂係恐懼嘅奴隸;佢憑自己,連受造之物最細微嘅聲響同陰影都驚。

**53.** 無道德者可被凡人糾正,欺詐者可被天使糾正,但自負者卻得由神親自醫治。

**54.** 눈에見得嚟嘅驕傲,可以用悲傷嘅處境去醫治;但係,無形嘅驕傲,最緊要係由無形者親自醫治。

**55.** 要用靈魂嘅眼睛無時無刻監察驕傲;因為喺所有嘅欺騙之中,冇嘢比呢種激情更加破壞性。

**56.** 如果毀滅嘅標誌──即係驕傲──係當一個人連喺細微同瑣碎嘅事上都要自抬身價;咁謙卑嘅救贖標誌,就係喺重大嘅事業同改革中,都保持謙卑嘅心態。

**57.** 有一次,我捉到呢個瘋狂嘅魅惑者喺我心入面,佢係由佢媽媽──虛榮──扛入嚟嘅;我用服從嘅枷鎖將佢哋母女都捆起,又用謙卑嘅鞭抽打佢哋,逼佢哋同我講佢哋係點樣入侵我靈魂嘅。 最後,佢哋喺一連串打擊之下,講:「我哋冇開始,亦冇出生,因為我哋本身就係所有情欲嘅統治者同母親。我哋其中一個敵人對我哋懷有極大仇恨──由順服所生嘅心靈懊悔。」 但要向任何人屈服──呢樣嘢我哋絕對受唔到;正因如此,即使喺天界我哋都係統治者,最終都退走咗。總之:我哋係一切與謙卑對立事物嘅母親;凡係助長謙卑嘅,就係反對我哋。 然而,如果我哋連喺天上都以咁大嘅能力顯現,你哋又會向邊度逃離我哋嘅面呢?我哋經常追求忍受侮辱、培養順服同忍耐、寬恕過錯,以及事奉我哋嘅鄰舍。 我哋嘅後裔就係靈性人嘅墮落:憤怒、誣衊、煩躁、易怒、大聲吼叫、褻瀆、偽善、仇恨、嫉妒、背後講人壞話、自私同不順服。 有一樣嘢我哋冇力氣去抗拒──雖然你哋將我哋打得好慘,但我哋仍會對你哋講:「如果你哋真係喺主面前責備自己,你哋就會鄙視我哋,好似蜘蛛網咁。」「你睇,」驕傲話,「我騎嘅馬就係虛榮; 但聖潔的謙卑和自我責備,會嘲笑那匹馬和騎手,並甜蜜地唱出勝利之歌:*「我们要向耶和华歌唱,因他大大得胜;他将马和骑马的投在海中。」*(出15:1),即投到謙卑的深淵中。

## 5. 論無情

**1.** 苍穹嘅光辉喺星辰,而无情欲嘅修饰就喺美德。

**2.** 凡使肉身不為情慾所動、心智超越萬有、制服所有感官以聽命於心、並將靈魂呈獻於主面者,就可稱為、且確係無情慾者,他時時超越自我力量,向主伸出雙手。

**3.** 亦有人說,無情欲係靈魂喺身體復活之前嘅復活;另有人說,佢係對上帝嘅完美認識(與上帝合一),僅次於天使。

**4.** 正如一位嘗過它的人告訴我,在主裡已經成聖之人的這完美而永恆的完善,最終成聖了心智,並使之脫離一切物質事物,以至於當它達到這天上的避難所時,便在肉身中度過大部分生命,沉浸於對天國的狂喜異象之中。

**5.** 無情欲者有之,而於無情欲者之中,又有至極者。因為前者極度憎恨邪惡,而後者則以美德無止境地豐富自己。

**6.** 純潔(貞潔)亦稱無情慾。而且名副其實;因為它是對普遍復活和可腐朽之物的不朽性的預嘗。

**7.** 如果完全被情慾奴役的標誌,在於人幾乎照從魔鬼暗中灌輸的各種念頭行事,那麼我就把聖潔無情慾的標誌,視為能像大衛一樣,誠實地說:*「那離棄我、向我行惡的,我未曾認得。」* (詩篇100:4),亦唔知道佢點嚟、點解嚟,或者點走;我已經對呢啲嘢毫無感覺,完全同上帝合一,並希望永遠留喺呢個狀態。

**8.**凡被認為配得進入此狀態的人,雖然仍身處塵世、肉身凡胎,卻成為永生神嘅殿,神喺佢一切言行思中引導同教導佢; 並憑着這內在的啟示,他洞悉主的心意,好似聽到某個聲音,且超越一切人的教導,說:*「我幾時可以到,在神面前現出*呢?*」* (詩篇41:3) 因為我再也受不了對天國渴望的煎熬,但我尋求那在我未墮入腐敗之前,祢賜予我的不朽之美。

**9.** 無情者──又豈有他言?──*「不再為自己活,卻要基督在他裏面活」* (加拉太書2:20),正如那 *「已經與罪惡爭戰、跑盡了當跑的路、守住了所信的*道*」者所言*。(提摩太後書4:7)

**10.** 就如皇家冠冕並非由一塊石頭製成,若我們忽略任何一美德,都無法達到無情欲。

**11.** 謙卑源於順服,而由謙卑產生無情慾,這便是謙卑的完成。謙卑的開始是順服;而無情慾──謙卑的 daughter──則成就了她的母親。

**12.** 有啲人為咗追求無情欲同埋恩賜、奇蹟同分辨能力嘅豐富,拗到拗死身;但呢啲可憐嘅靈唔知道,呢啲福氣嘅母親唔係勞碌,而係謙卑。

**13.** 凡與謙虛美德結為連理者,必溫和、柔順、易於動情憐憫、有憐憫心,而且 above all 安詳、喜樂、順服、無牽無掛、警醒、不懶惰──我還需要多說嗎? —無情慾,因為 *「在我們的卑微中,主眷顧了我們,並從我們的仇敵手中解救了我們」* (詩篇135:23–24),—從我們的慾望和污穢中解救我們。

**14.** 好多人好快就得罪過被赦免,但冇人可以好快就達到無情欲;因為要達到呢個境界,需要好耐時間、好多愛嘅工夫,同埋上帝嘅幫助。

# 聖善敬禮長老
# 巴爾散奴斐和約翰

### *佢哋嘅簡短事蹟*

摘自尼哥德摩斯·哈吉奧里特編撰嘅《聖徒傳》:聖人瓦爾薩努菲 originally 係埃及人。由細個開始,佢就充滿住強烈嘅苦行慾望。 有一次,佢經過一個賽馬場,就入去,見到嗰度嘅人個個都爭住跑贏對方,就對自己講:「你睇吓啲追求朽壞冠冕嘅人,幾咁認真努力?」 「我哋──天國嘅繼承者──豈不應該更加努力去追求?」於是佢離開咗嗰個場面,心靈對苦修生活嘅渴望比之前更加熾熱。佢有冇去過埃及任何一間修道院就唔清楚。根據傳說(見《聖人傳》第13章) ,佢本身就係喺巴勒斯坦做和尚。 佢嚟到耶路撒冷朝聖,就留喺嗰度,最初喺長老馬塞盧斯嘅指導下生活,之後搬去加沙附近嘅阿巴·塞里德修道院。 喺度,為咗追求最高嘅苦行,佢喺修道院外面搭咗間細細嘅小屋,關喺入面,盡情享受最甜美嘅寂靜。 喺呢段靜默期開始時,佢每星期淨係得三條麵包由寺院送嚟。但係佢投入喺淚水中,從眼淚得到極大嘅甘甜,往往食一條就夠,甚至好多次連嗰條都唔記得食。所以佢有時一星期食兩次,有時又只食一次; 因為佢經常被靈性嘅滋養吸引,嗰份甜美令佢忘記咗肉身嘅食物。日子一日一日過,佢用滔滔

不絕嘅眼淚洗滌自己,呢位蒙福者將心靈同肉身嘅慾望淨化到咁徹底,以至於佢超越咗仇敵嘅箭矢,獲得咗心靈嘅平安──而心靈嘅平安就係聖靈恩賜嘅器皿── — 並達到在他裡面,每一種激情衝動和推測都已沉睡,或者更確切地說,已經死去;這也是他稱他的小房為墳墓的原因。 由佢淨化咗心入面嘅慾望,並且被認為配得成為聖靈嘅殿同居所嗰刻開始,就因為呢份純潔,佢獲得咗崇高、真實同完美嘅謙卑,令佢真真正正,唔只係口頭上,將自己視為塵埃同灰燼,並且成日對自己講:「我係邊個?」 又邊個會把我當成一回事呢?」正因如此謙卑,他被認為配得上所有美德中至高無上者──洞察力,而這洞察力是上帝賜予作為管家的修道士。 透過洞察力,偉大的巴爾撒那弗蒙賜先見之明,正如大馬色聖彼得所解釋,能洞悉可感及可知事物之精神與隱藏本質。 憑住呢種洞察力,佢被認為有資格獲得通靈同預言嘅恩賜──可以將遙遠嘅事當作近在眼前,將未來當作眼前發生(答問錄31.812)。 蒙神恩典,佢仲能洞悉人嘅內心狀態,回覆提問時,唔係按佢哋嘅言語,而係按佢哋心念嘅方向。 並且,他不斷地按照神聖大衛的話,在心裏向往神,又在謙卑中加上謙卑,在寂靜中加上寂靜,在愛中加上愛,最終被認為配得上獲得最高的恩賜──在神裏的狂喜,使他被提升到第七天, 唔係憑想像嘅翅膀,而係憑聖靈無可言喻嘅大能;喺嗰度佢領受咗祝福,並睇見神國度無可言喻嘅福份同奧秘,佢都唔知自己係身在肉身定係離身,就好似保羅所經歷咁(林後12:3)。 之後佢又獲得豐盛嘅行奇事恩賜,可以奉主耶穌基督嘅名叫死人復活、趕鬼、醫治不治之症,行其他大能同奇事,並且好似以利亞咁,可以關天同開天。 大巴爾撒奴弗,在教父中馳名,被認為配得這些偉大的恩賜,並達到如此崇高的德行完美。然而,他是在如此嚴苛的試煉中獲得這些恩賜,以至於許多人不但無法實際承受,甚至連僅僅聽聞都無法理解。 同樣地,呢位至福之人飽受重病折磨,但佢以如此堅毅嘅精神去承受,病中不單止一次都冇為自己舒適而臥床,甚至連手頭上嘅勞作都冇停過。 呢位聖人喺六世紀,喬斯丁尼大帝在位期間生活,成咗足足五十年或者以上,都冇人見過佢。只有一次,佢顯現畀幾位兄弟,為佢哋洗腳,以消除大家對佢存在嘅懷疑。 到佢生命尾聲,佢為咗教會嘅利益,打破咗對佢嚟講好珍貴嘅沉默。因為查士丁尼開始迫害之前佢保護過嘅阿富托多塞派,因為佢哋唔接受佢嘅教義。耶路撒冷嘅牧首, 喺呢個危急關頭,佢勸說呢位偉大嘅阿爸去見皇帝,懇求將皇上的怒氣化為憐憫。呢次任務成功咗。 皇帝被阿爸言詞嘅力量所說服,停止咗對佢認為 personally 唔服從佢嘅人嘅預定迫害,並恢復咗對耶路撒冷教會嘅恩寵,透過巴爾撒那弗送禮物畀佢哋。呢位偉大嘅阿爸喺563年去世。其他人就冇講年份,一般都話:喺600年之前。 另一位長老,可敬的約翰,就如巴爾撒奴比一樣過着默靜的生活,並蒙受同樣聖靈的恩賜,尤其在洞察力和預言方面,因此他被稱為先知。 無人知曉敬禮約翰原本係邊度人,亦唔知佢點樣嚟到呢間修院。佢住喺大巴爾散奴斐嘅第一間小房,而大巴爾散奴斐自己就喺同一間修院附近安排咗另一間小房──佢喺度靜默咁生活咗十八年,直到佢離世。 冇人見過佢笑過、尷尬過,或者喺領受聖事嗰陣唔流眼淚,就係嗰間修院嘅院長咁樣為佢作證。 憑住天意嘅恩典,可敬嘅約翰預言咗好多其他事,都一模一樣咁應驗, 佢亦都預言咗自己嘅死期,話:「我會喺阿爸塞里德嘅房中死去。」 「如果阿爸西里德活得再長久一些,而我又再活多五年,但由於上帝瞞過我,將他接走,我也不可能再活下去。」 但係當時仲年輕嘅阿爸·伊利安,剃度之後被任命做修院院長,佢對修會規矩同埋點樣管理弟兄一無所知,就懇求咗蒙福者 約翰說:「請賜我兩星期,好讓我向您請教關於修院的管理。」長老見他可憐,聖靈感動他,就說:「好,我會再留兩星期。」 阿爸伊利安就問佢關於修院管理嘅一切。兩個禮拜完咗之後,可敬者召集成個修院,逐個人打招呼,然後送返佢哋去自己嘅房;跟住,佢安詳咁將自己嘅靈交託畀上帝。 可敬約翰去世之後,聖人瓦爾薩努菲完全沉默,再冇回應任何人,正如多羅西奧長老喺佢第二篇講道嘅前言入面所講;多羅西奧長老喺瓦爾薩努菲沉默之後,離開咗嗰間修道院,另立咗自己嘅團體。

* * *

呢班蒙福嘅長老,以全心愛鄰舍,不但喺世時賜佢哋屬靈嘅祝福,就連離世之後都繼續如此。佢哋將呢本充滿神聖答覆、能救靈魂嘅書,作為長父對後人嘅遺產留畀我哋,務求我哋勤力閱讀,好從中獲得豐盛嘅屬靈益處。 呢本書收錄咗850條答覆,回應咗唔同人士提出嘅各種問題:主教、神父、修士、平信徒、長老、青年、病人同健康人士。 當中有啲答案係由所謂嘅「另一位長老約翰」所寫,而其他──其實大部分──就係由偉大嘅長老巴爾撒那弗親口講出,佢冇親筆寫,係由阿爸塞里德代筆。而且,以下呢件事真係非常值得留意。 當偉大的巴爾撒奴斐開始提供答覆時,他召見阿爸塞里德,將答覆口述給他,並指示他將其記錄下來(此答覆係致予米羅薩夫修道院的修士約翰)。 阿爸塞里德本以為自己

記唔晒聖人講嘅所有說話,就諗住長老會叫佢拎墨同紙,等佢一邊聽一邊逐字逐句記低。　聖人瓦爾薩努菲因賜予他的分辨之恩,洞悉了塞里德的隱秘心思;他的面容如火光照亮,對塞里德說:「你去寫,唔使驚;就算我叫你寫再多嘅字,都要知聖靈都唔會容許你多寫一個字,或者少寫一個字,就算你想寫都唔得,佢會引領你隻手,忠實咁寫返晒所有嘢,按正確嘅次序。」　呢本書就係咁!佢充滿奇妙嘅推理,解決最難搞掂嘅問題──佢係忍耐嘅教師,係消除埋怨嘅工具,係斬斷人自己意志嘅劍,係擊倒討好人慾望嘅斧頭,係真正同完美謙卑嘅指引,教我哋要自視為無;係懺悔嘅先鋒,係眼淚嘅源頭,亦係為靈魂得救同喺主基督裏面達到完美嘅代禱者。

## 苦行指引

(逐段揀選所有關於苦行努力同對付情慾嘅經文)

**1.** 立志凡事都要感謝神,留心使徒嘅說話:*「要常常感謝」*(帖前5:18)。　無論你係悲傷、有需要、受苦,定係有病同肉體勞累──都要為一切臨到你身上嘅事感謝上帝,因為*「我哋必須經過好多次艱難,先能進入上帝嘅國度。」*(使徒行傳14:22)　所以,你嘅靈魂唔好動搖,心志亦唔好灰冷;要記住使徒嘅說話:*「雖然我哋外面的人行將朽壞,但裏面的人卻日日更新。」*(林後4:16)　除非你忍受苦難,否則你無法攀上十字架,分享其救贖的果實。

**2.** 當船喺海上時,會面對危險同狂風嘅摧殘。但當佢到達一個寧靜安詳嘅港口,就唔再驚危險、災難或者狂風嘅摧殘,而係安全無虞。　同樣地,當你仍然處身人群中,就要預期悲傷、危險,以及吹拂心靈的风暴。但當你抵達為你預備的寧靜港灣,你便無須再畏懼。

**3.** 為咗公共利益而工作時,你要喺悲傷同肉體勞苦中唔好灰心;因為呢啲都等於*「為弟兄捨命」*(約翰一書3:16),我希望呢份勞苦嘅賞　,會好豐盛。　正如主派約瑟在埃及饑荒期間供養他的弟兄(詩篇32:19),祂同樣派你服侍社群。至於我,就重申使徒的話:*「你這孩子,要靠著聖靈的恩力剛強壯膽。」*(提後2:1)

**4.**有人透過在主裏的勞苦得享安息,另有人則透過謙卑得享同樣的安息。　但你,就要保持一種態度,使你可以透過兩者同時得著──當你心裏的急躁被馴服,憤怒在你裏面平息時;屆時聖經的話就會在你身上應驗:*「睇睇我的卑微和勞苦,赦免我一切的罪過。」*(詩篇24:18)。　願主保守你嘅靈魂、你嘅身體同你嘅心靈,免受一切惡事、魔鬼所施加嘅各種患難,以及一切煽動你心思反叛嘅幻想。

**5.** 最緊要係要防範絕望嘅心態,因為佢會引致一切罪惡同各種試探。點解你嘅心會因為基督羊群帶畀你嘅憂愁而變得軟弱同疲倦?仔細聽我而家同你講:忍耐係一切美好事物嘅母親。　要效法摩西,佢揀*「寧願同神嘅子民一齊受苦,都唔想享受罪中短暫嘅歡愉」*(希伯來書11:25)。

**6.**　當防備奸狡嘅蛇搶劫你,並用佢哋嘅毒液(憤怒)毒害你。呢樣嘢致命。冇人可以透過行惡做好事,因為自己都會畀惡壓倒。相反,要*「以善勝惡」*(羅馬書12:21)。　你而家企緊*「擂台上」*;所以你要同野獸搏鬥,就好似使徒喺以弗所嗰次(林前15:32),佢仲自誇自己打贏咗啲野獸。　你被拋入海中嘅風暴;所以你要忍受好多危險,同洶湧嘅巨浪抗爭。靠住神嘅幫助打敗咗佢哋之後,你就會喺我哋主耶穌基督裏面進入一個平安嘅港灣。

**7.**　你被一啲念頭困擾,令你要冒犯人,亦畀人冒犯。但你要知道,我嘅兄弟,如果有人以行為或言語冒犯咗人,佢自己之後會被冒犯一百倍。所以,你要喺一切事上都保持忍耐,唔好喺任何事上夾雜自己嘅意思。　你要細心察驗你嘅思想,免得佢哋用致命嘅毒素(忿怒)污染你嘅心,又令你眼花撩亂,誤將蚊蠅當作駱駝,誤將卵石當作懸崖,使你好似眼裏有樑,卻去挑人眼中嘅刺。

**8.** 你自稱是罪人,卻在實際行動上顯示出你根本不認為自己如此。承認自己乃罪人,且是許多惡事的源頭者,不會與人相爭,不會與人吵架,也不會對人發怒,反而視人人都比自己更優越、更有智慧。如果你真係有罪,點解仲要責怪同埋控告你嘅鄰舍,好似所有悲傷都係佢帶畀你嘅?──睇嚟你同我仲未到可以將自己當做罪人嘅地步。　– 睇吓,兄弟,我哋幾樣嘢令自己丟臉:我哋口裡講得好,但行為卻完全唔同。–　點解我哋同自己嘅念頭掙扎時,搵唔到力氣去拒絕佢哋?因為我哋首先屈服去論斷鄰舍,咁樣我哋嘅屬靈力量就軟弱咗,結果我哋就責怪兄弟,而自己先係有錯。　– 將一切心思放喺主身上,對住自己講:「上帝知道乜嘢先係好。」– 你就會得著平安,慢慢你就有力量去撐落去。

**9.**　若有人經唔起責備,就唔會見到榮耀;若唔除掉心頭嘅苦毒,就唔會嘗到甘甜。你已經踏入弟兄當中,面對各種試煉,好叫你被提煉同考驗:而黃金只會用火嚟鍛鍊。　絕對唔好自訂任何規矩,因為咁

樣只會令你陷入爭吵同焦慮;但要存敬畏上帝嘅心,分辨咩係合時,唔好憑熱誠行事;盡量遠離憤怒,唔好定人罪,特別要愛嗰啲試探你嘅人。 如果你細心留意,就會發現正正係佢哋帶領我哋走向成功。

**10.** 要喺患難中恆心忍耐,好似已經得着主嘅應許咁,經上話:*「喺世上你哋要受苦難,但要堅定,因為我已經勝過世界。」*(約翰福音16:33)咁你就可以得着嗰種無敵嘅愛,呢種愛會帶領擁有佢嘅人進入王宮,成為基督嘅弟兄。

**11.** 攪牛奶,就會攞到牛油;但如果用手擠奶頭,就會流出血來(箴言 30:33)。 如果有人想將一棵樹或葡萄藤摺成圈,就要慢慢嚟,咁佢唔會斷;但如果突然用力咁摺,嗰棵樹就會即刻斷裂。(呢度係講住院長嗰啲嚴苛措施,同埋和尚過度苦行嘅做法。)

**12.**你係咪因為苦難而勁透,好似一個屬血氣嘅人?定係你未聽過苦難正等緊你?你唔知*「義人所受的苦難多又多」*(詩篇33:20)?──佢哋就係用呢啲苦難嚟試驗,就好似用火爐試驗金子一樣? 所以,如果我哋係義人,就當甘願咁接受憂患嘅試驗;但如果我哋係罪人,就當照我哋所 deserve 嘅去忍受佢哋。— 讓我哋回想自創 世以嚟嘅眾聖徒,— 記住佢哋行善、講好話、堅守真理時所受嘅苦楚。 佢哋喺生命盡頭之前,一直都畀人憎恨同譭謗──正如救主所言:*「為仇敵同迫害佢哋嘅人禱告」*(馬太福音5:44)。 你可曾像貞潔的約瑟一樣,被賣為奴?你可曾像摩西,從幼年到年老都遭受仇恨?你可曾像大衛,被掃羅迫害?或者,像約拿,被拋入海中?那麼,你為何心志軟弱? 唔好似冇勇氣嗰種人咁懼怕,免得失去上帝嘅應許。唔好似不信者咁驚惶,要堅定你軟弱嘅心思。要喺萬事中都愛慕苦難,好叫你成為聖徒中受過鍛鍊嘅兒子。

**13.** 凡想達到城門的人,都絕不懶散;凡想工作而見到日出的人,都絕不懶惰;凡想肥沃自己田地的人,都絕不疏忽。 但係想入城嘅人,就趕緊喺天黑前到;想完成工作嘅人,見到日出就歡喜喺心,快手去幹,驚乜嘢都耽誤到;想施肥田地嘅人,就趁田未完全唔掂之前盡快做。 –*「有耳可聽嘅,就聽吓啦!」*

**14.** 你想擺脫憂愁,唔想畀佢哋壓倒?——就要預備迎接更大嘅憂愁,咁你先會得安寧。記住約伯同其他聖徒,佢哋所受嘅苦楚;學習佢哋嘅忍耐,你嘅心靈就會得安慰。要有勇氣,要堅強,要禱告。

**15.** 哭,啜泣;唔好想畀人當你特別,亦唔好將自己同其他人比較。 要離開世界,背起你嘅十字架,拋棄一切屬地嘅事物,從你腳上甩掉塵土,*'唔好為羞辱擔心'*(希伯來書12:2),唔好同迦勒底人一齊添柴加火,免得你連同佢哋一齊被上帝嘅忿怒燒滅。 要視人人都比自己高尚──為你死去的人哀哭──砍下你自己那根柴──重建你被推倒的房屋──呼喊:*「大衛之子,可憐我……使我得以看見!」*(路加福音18:38、41)。

**16.**趁我哋仲有時間,要留意自己,學識保持沉默。如果你想同萬事和好,就要對每個人都視如死人,你就會得享平安。我講呢番說話係指心思意念、一切行為、同人嘅交往,同埋我哋嘅憂慮。

**17.** 你寫道:「為我罪過祈禱。」我同樣對你說:「為我罪過祈禱。」因為經上說:*「你願意人怎樣待你,你也要怎樣待人。」*(路加福音 6:31) 雖然我可憐卑微,勝過世上所有人,但我仍然盡我所能,照着*「要彼此代禱,使你哋可以得醫治」*(雅各書5:16)的命令去做。

**18.** 如果你唔識用理性去講信仰,就唔好講。 堅定於信仰者,若與異端或不信者辯論,必不至蒙羞;因為他心內有和平與安寧之君──耶穌。如此之人,經過和平的辯論,可憑愛心引領眾多異端與不信者歸向我們的救主耶穌基督。 至於你,既然討論其他事超乎你能力,就緊守皇道──即聖教父們的信仰(對我們而言,即七大公會議所確認的信仰),你也是奉此受洗:對完全明白的人而言,它精準地涵蓋一切。 要更加留意自己,反思你的罪,以及上帝將如何與你相遇。

**19.** 當你聽到有人讚揚你,就要記起聖經上嘅話:*「我嘅民哪,稱你為福嘅人,只係哄騙你,並使你走偏路。」*(以賽亞書 3:12) 呢種奉承令我哋無法看見自己行為嘅可憎;佢似乎連已經有啲靈性進步嘅人都傷害到,並令我哋遠離對神嘅信仰──祂話:*「你哋互相接受榮耀,點解仲要信呢?」*(約翰福音5:44) 凡接待使徒卑微者,就要*「自作愚昧,*好叫他終究得*智慧」*(林前3:18)。至於那自作聰明,卻不作屬靈的人,我就想知道他能逃脫那預留給驕傲者的審判嗎?

**20.**(*關於夜晚驚嘅問題*)。只要冇皇帝嘅幫助,市民就會驚敵人入侵。但係當佢哋聽到有將軍入咗城,就唔再擔心,因為知道有領袖護佑佢哋。 就算佢哋聽到敵人嚟襲,因為有守衛,就唔再驚。同樣地,如果我哋信神,就唔怕鬼魔,因為神會賜下祂嘅幫助。

**21.** 課誦同聖詩係教會傳統嘅一部分,已經好成熟,可以令所有人(喺祈禱中)齊心,亦有助促進群體生活入面嘅和諧。不過,隱修者就唔誦課誦同聖詩,佢哋會喺孤獨中做手工藝、讀書同默想,過一段

時間就會站起身嚟祈禱。 當你企住禱告嘅時候,你應該為咗脫離舊人, ,或者誦念*《我哋父》*,或者兩者一齊,然後就坐低做手藝。 至於站住禱告要持續幾耐,我咁講:如果你照使徒嘅話*「不住地禱告」*(帖前5:17),就唔使定時間。

**22.** 至於你嘅夜間睡眠,由日落開始計,晚上禱告兩個鐘;念完讚頌詩之後,瞓六個鐘,然後起身做夜課,保持清醒四個鐘。夏天都一樣做;但要縮短讚頌詩,同埋少念啲詩篇,配合夜晚較短。

**23.** 主教導我哋點樣達到謙卑,祂話:*「要向我學,因為我心裡柔和謙卑,你哋心靈就必得享安息。」*(馬太福音11:29) 如果你亦想獲得完全的平安,就要認清主所忍受的,你自己也忍受它,並且在一切事上放下自己的意志。救主自己說:*「我從天而降,不是要行自己的意思,乃是要行差我來的父的旨意。」*(約翰福音6:38) 然而,至高的謙卑,乃是忍受譏諷、侮辱,以及我們的師傅──基督耶穌──所受的一切苦楚。這同時也是標誌一個人已經達到完美禱告的記號──即他不再受困擾,就算全世界都侮辱他,亦無所謂。

**24.** 通往完美禱告嘅大門,就係當人擺脫咗思想嘅分散,並見到自己嘅心靈被主光照,充滿喜樂。完美嘅祈禱者,就係克制自己,唔受世界同世俗安慰所誘惑;當一個人為咗上帝勤力做好本份工作,呢種勤力唔係分心,而係討上帝喜悅嘅勤力。

**25.** 關於飲食節制,教父們教導說,應該比一般習慣少食一些,即不完全填滿胃部。每個人都要自行判斷煮熟食物和酒的適當分量。 然而,節制並不限於飲食,還包括談話、睡眠、穿著,以及所有感官;凡此種種,都要有節制。

**26.** 點樣先可以將食物同飲品嘅份量定到略少於適當嘅分量?──由總食物量度起,即係麵包同其他食物,撥出少過一安士;至於酒同水,就各撥出少過半杯。如果你留意自己,發現只要飲一次就好,咁就最好; 但如果你做唔到,就飲兩次,每次都少過正常分量。當出現混亂同內心動盪時,就連平時嘅食量同飲水量都要再減少少少,即係食物再減少一安士,所有飲品再減少一杯──咁樣總食量就減少兩安士,總飲水量就減少一杯。

**27.** 咁一個人要點樣先可以搵到啱嘅分量,或者點樣先知道自己要食同飲幾多先夠?──就係要喺幾日內,對所有食物,包括麵包、其他正餐同蔬菜,都留意同觀察自己,咁樣就可以透過經驗,知道自己嘅身體需要幾多食物同飲品(先至食得飽但又唔會覺得太撐)。 根據呢個分量,佢哋要撥出一安士食物同半杯飲品。喺戰時,就要再撥出一安士食物同半杯飲品。

**28.** 什麼是「量力而為」的節制?所謂「量力而為」的節制,就係指食用食物同飲品,如前所述──即係食得比正常分量少少──瞓覺都一樣。但如果有人因為勞累而食得多啲,都唔算違反「量力而為」嘅規則。 ──你可能會問:瞓覺要幾多先夠?──教父們規定瞓半夜就得。至於飲食,就係要喺你仲想再食多啲嘅時候就停,咁樣你就可以永遠食得適可而止。

**29.** 憑一時興起進食同按自然需要進食有咩分別?──憑一時興起進食,就係唔係因為身體需要,而係想滿足胃口(同喉嚨)。但如果發現身體其實想要另一種食物,唔係為咗佢甜,而係為咗佢清淡易消化,咁食就唔算係憑一時興起。 有人天生鍾意甜味,有人鍾意鹹味,又有人鍾意酸味──呢種就唔算係一時興起。──但係對某啲食物特別鍾意,並且慾望得好強烈──嗰就係一時興起──係貪食嘅手下。 – 如果你想知道自己有冇被貪食嘅慾望所控制,可以咁樣睇:如果食物控制咗你嘅思想(令你無法抗拒),咁你就係貪食者。但如果冇呢種控制力,而你係自由咁食各種食物,配合身體需要,咁你就唔係貪食者。 貪食嘅另一個徵兆係餐前想食;除非有正當理由,否則絕對唔應該咁做。

**30.** 如果對大食嘅慾望冇喺我食之前就壓倒我,而係喺我準備開餐嗰陣先冒起,我應該點做──係唔係要放低啲食物,定係唔好? – 當你同其他人一齊食嘢嘅時候,就唔好拒絕;但要喺心裏呼求上帝嘅名,驅走貪慾,並要節制食量,提醒自己呢啲食物好快就會變臭。不過,當你一個人餓嘅時候,就食麵包同埋任何你搵到嘅食物,只要你對佢冇任何顧慮。

**31.** 是否要將心裏所有浮現嘅念頭都稟報長老? – 唔使稟報心裏所有浮現嘅念頭,只係要稟報嗰啲留喺心裏面折磨自己嘅念頭。 呢個就好似一個人,雖然有好多人都煩到佢,但佢都唔理,當作無發生。但如果有人起身攻擊佢,佢就會向統治者報告呢件事。

**32.** 應唔應該抗拒同我哋爭戰嘅念頭? – 唔好抗拒;因為呢個慾望嘅仇敵就想要你咁做,佢哋見到你抗拒,就唔會停止攻擊;反而要向主為自己禱告,將自己嘅軟弱呈獻畀祂,祂唔單止可以趕走佢哋,甚至可以將佢哋徹底毀滅。

**33.** 夜間異象同污穢有時因為驕傲,有時因為飽足,有時就係魔鬼嘅嫉妒。 至於後者,就要講,當我哋方面嘅驕傲同過度放縱冇幫到敵人,佢就唔會再咁做。就好似一個建築師,如果搵唔到所需嘅材料,就白費心機;魔鬼都係咁。

**34.** 我想抑制自己嘅食慾,減少食量,但係做唔到。就算有時真係少食咗,過咗陣又返去食原本嘅份量;飲嘢都一樣。點解會咁?──除咗已經掌握得體嘅人之外,冇人可以擺脫呢個問題,就好似嗰位講過: *「我忘記吃我嘅餅;因我嘆息嘅聲音,我嘅骨骼貼住我嘅肉。」* (詩篇101:5–6)咁樣嘅人好快就可以減少飲食;因為眼淚成為佢嘅餅──最後佢達到由聖靈滋養嘅境界。 相信我,兄弟,我識一個咁 calibre 嘅人;一星期一兩次,甚至更頻,佢會被靈糧吸引,因為嗰份甜美,佢連肉身嘅食物都唔記得;但到咗食麵包嘅時間,佢就好似已經飽咗,唔想食,食嘅時候仲會責怪自己:「點解我唔可以成日都喺呢個狀態?」佢仲渴望進一步進步。

**35.** 呢種狀態要點先可以達到?– 當一個人所有嘅思想都喺神入面成為一個整體,呢個時候,呢個肉身都會跟住向神嘅思想行,而聖靈嘅喜樂就會喺心入面出現,滋養靈魂,澆肥身體,並且同時強化佢哋兩個。 呢種人就唔會再軟弱或灰心;因為由嗰刻開始,耶穌就成為佢哋嘅保惠師,將佢哋安置喺嗰個 *「一切疾病、憂愁同嘆息都逃避」地方嘅*門檻附近。 (以賽亞書51:11)—而聖經的話語在他身上得以應驗: *「因為你的財寶在哪里,你的心也在那里。」* (馬太福音6:21)。是謙卑使人達到此狀態。

**36.** 如何分辨自然身體虛弱(因禁慾所致)與魔鬼所致者,以及應該進食多少食物? – 關於軟弱,我要咁講:如果身體喺食日常食物(以通常嘅節制程度)嘅時候變得軟弱,就係魔鬼搞嘅;否則(如果節制程度過度),就係自然嘅軟弱。 一般嘅節制程度,就係食完飯後仍然有少少唔滿足,正如長老對初學者所規定嘅。– 當一個人之後喺呢方面同更高程度嘅節制上已經站穩腳跟,咁佢已經習慣成自然,自然而然就知道應該食幾多。

**37.** 「為我禱告;我正處於極大痛苦之中。」──那些透過忍耐與憂患真正向世界死去的人,便達到成熟的地步。 親愛嘅弟兄啊!──主都忍受咗十字架──你唔都應該喺你嘅憂愁中喜樂,因為忍受憂愁會引領你進入天國?你感到憂愁係好兆頭。你唔知道當主為某人預備祂嘅恩典時,憂愁同試探就會加增? 總括嚟講,除非主賜畀你,否則唔好追求肉體嘅安息,因為肉體嘅安息喺主眼中係可憎嘅。主話: *「喺世上,你哋要受患難。」* (約翰福音16:33)

**38.** 人應該為自己預備每日嘅食物嗎?– 如果你喺自己嘅小房入面預備每日嘅食物,就會令你陷入憂慮同爭吵。要對神所賜嘅任何嘢都心存滿足。 *「行得端正嘅人,行事有盼望。」* (箴言10:9)

**39.** 讀詩篇嘅時候,每讀完一首詩篇,應唔應該誦念 *「主禱文」*? – 只要誦念一次 *「主禱文」* 就夠。

**40.** 跟隨我哋都行過嘅路,踏足我哋祖先嘅足跡。我唔記得我哋攞到完全嘅平安之後,有趁機享受過;反而我哋千方百計喺各方面加添少少困苦同憂愁,因為懼怕嗰位話: *「你喺世上已經享受過你嘅福樂」* 嘅主( (路加福音16:25),並謹記 *「我哋必須經過許多苦難,才能進入上帝嘅國度」* (使徒行傳14:22)。即使好多財物落入我哋手上,我哋都係咁行;上帝知道我哋喺幾大貧窮中度日,為咗祂為我哋而變得貧窮嘅緣故。 ── 凡事追求心靈的安寧,並不美好。凡追求此者,只為自己活,不為神活;因為這樣的人不能制服自己的意志。

**41.** 主想要你把每一個人都看作高你一等。在一切事上都要順服你的屬靈父親,無論是飲食、飲水,或任何其他事,他吩咐你作的,都要照行。若有人誣衊你,就當喜樂;這對你有莫大的益處。 如果你被人侮辱,就忍受住; *「因為到底堅持到底的,必然得救」* (馬太福音10:22)。凡事都要感謝神;因為感恩會代表我哋嘅軟弱向神代禱。 凡事隨時都當自認是犯罪失迷的人──神就必不審判你;凡事謙卑,你就會蒙恩。

**42.** 無論處境如何,都要歸向謙卑;因為謙卑的人躺伏於地,躺伏於地的人,又怎會跌倒呢?但高傲的人,卻容易跌倒。 如果我哋已經悔改被恢復,呢個唔係出於自己,而係上帝嘅恩賜;因為 *「主扶起跌倒者,開瞎眼者嘅眼睛。」* (詩篇145:8)

**43.** 病痛係神對我哋嘅管教,如果我哋向神獻上感恩,就可以帶來福氣。約伯唔係神嘅忠友咩?佢喺感恩同頌讚神嘅時候,有乜嘢唔係佢捱到㗎?—而佢嘅忍耐最終為佢帶來咗無可比擬嘅榮耀。 在(你病痛中)稍微忍耐一下, *「你就會看見上帝的榮耀」* (約翰福音11:40)。──如果你(病時)無法禁食,就不要憂愁;上帝不會向任何人索取超出其能力範圍的負擔。 而且,禁食不就是一種克制身體的操練,目的

在制服健壯的身體,使之在情慾面前變得軟弱,正如使徒所言:*「我軟弱的時候,我就剛強。」*(林後12:10)。 病痛比呢個更係一種懲罰,而且可以代替禁食──甚至比禁食更有價值。凡係有人以忍耐同感謝上帝嘅心去承受病痛,就會因住呢份忍耐而得著救恩嘅果效。與其用禁食去削弱身體嘅力量,不如畀病痛已經削弱咗佢。所以,就應該感謝上帝,因為你免咗禁食嘅勞苦。 就算你一日食十次,都唔使擔心;你唔會因此被定罪,因為你唔係為咗滿足自己。

**44.** 魔鬼因嫉妒(信德的果效),在我们心中播下不信;若我们接受了,就成为它们的奴仆和同谋。

**45.** (*每日操練*)。你應該操練少少唱詩篇,同埋少少大聲禱告(憑記憶禱告);你亦都需要時間去檢視同守護你嘅心思意念。 至於唱詩同背誦禱文,唔好對自己訂得太死,只要照主賜你嘅力量去做就得;亦唔好忽略讀經同默禱。一樣少少,另一樣少少,咁你一日嘅工夫就可以討神喜悅。 我哋嘅完美先賢冇定任何固定嘅規矩,但係成日都實踐佢哋嘅規矩:佢哋有段時間唱詩篇,有段時間默誦禱文,有段時間檢視自己嘅心思意念,就算只係少少時間用嚟進食,都係喺敬畏上帝嘅心態下進行。 因為經上說:*「無論作甚麼,都要為榮耀神而作。」*(林前10:31)

**46.** 當你受苦時,唔好畀仇敵擾亂你。有邊個喺冇神准許之下會受試探或苦難?冇。神為咗我哋靈魂嘅益處而容許呢啲事,但魔鬼就用另一種方式向我哋呈現,就好似佢當年將我哋嘅祖父母趕出伊甸園嗰陣一樣。 – 但我哋唔會諗呢件事,又忘記咗上帝用苦難嚟潔淨我哋,脫離一切污穢,結果就變得憂慮同絕望。– 如果你想得救,就唔好信自己嘅心思意念;因為魔鬼會喺你心入面播下惡種,並將一樣嘢換成另一樣嘢。 絕對唔好指控任何人做任何事,而係凡事都要努力討好你嘅鄰舍。亦唔好對任何人懷住惡意,因為咁樣你自己都會變得邪惡,因為邪惡嘅人思想邪惡,而良善嘅人就思想良善。當你心入面冒出「佢哋喺講我」呢個念頭,就要知道係仇敵喺你耳邊低語。 切勿懷有此等懷疑。凡事都要忍耐,並要歡喜快樂,因為忍耐的賞賜極大。也不要信魔鬼,因為他們所顯示給你的並非真實,他們只不過想用某種方式來混淆你。

**47.**(「另一個侮辱」)。我對你嘅天真感到好驚訝,兄弟。 你真係以為魔鬼會停低唔再誘惑人?——再者,有邊個會怪嗰啲被附身、跌倒喺地仲口水直流嘅人?——同樣,都唔可以怪嗰啲被魔鬼驅使嚟反對同侮辱我哋嘅人。唔係佢哋嘅錯,而係嗰種情慾同埋煽動佢嘅嗰個先要負責。 仇敵令你混淆──你唔睇自己嘅罪,卻銳利咁睇到鄰舍嘅罪;你成日嘈住你兄弟嘅過犯,卻忘記自己嘅 ──你究竟係邊個,竟然去審視他人嘅罪?記住拉撒路──佢靠住上帝,忍受咗幾耐?

**48.** 「我喺瞓覺時陷入咗幻想(可恥嘅幻想)。」──上帝容許我哋陷入幻想同其他慾望,好叫我哋認清自己嘅軟弱,並唔係信靠自己,而係單單信靠佢。 — 但唔好以為我哋係照神嘅旨意屈服於幻想同其他慾望;其實,神容許呢啲事發生喺我哋身上,係因為我哋自己嘅疏忽,而出於佢對人類嘅愛,佢就用(喺我哋裏面顯現出嚟嘅)邪惡,帶領我哋走向謙卑,好叫我哋得救。 所以,你要認清自己係邊個,唔單止喺神面前,喺人面前都要自卑,將你所有嘅憂慮交託畀祂,因為祂能成就遠超過我哋所求所想嘅事。

**49.**「我因試探而疲倦。」– 兄弟,唔好灰心;上帝冇離棄你,亦唔會離棄你。你要知道,主對我哋共同嘅祖先亞當所宣告嘅審判:*「你必汗流滿面,先能吃你嘅飯食」*(創世記3:19)係唔會改變嘅。 正如黃金在爐中煉淨後變得純淨,適合用於王冠;同樣,人若在悲傷中──並以感恩的心忍受──就會成為天國的子民。所以,你要相信,一切臨到你身上的一切都對你有益,好叫你也能在神面前得著膽量。

**50.**(*給失意嘅病人*)默想我哋救主嘅苦難──好似你都同佢一齊受辱、受傷、受羞辱、畀人啐口水、畀人穿上朱紅色袍嘅譏笑、戴荊棘冠冕嘅羞愧、加咗苦胆嘅醋, 釘入時鐵釘的痛苦、長矛的刺穿、水與血的傾瀉──並由此為你自己的苦難汲取安慰。 主必不使你勞苦徒然。祂容許你忍受一點病痛,好叫你到時見到聖徒因忍耐受苦所結出嘅果子而得榮耀嗰陣,你唔會覺得自己係陌生人,反而可以同佢哋同耶穌一齊參與,並且同聖徒一齊大膽咁喺祂面前。 所以,你唔使傷心;上帝冇忘記你,佢待你如親生子,唔係當你係*「通姦者」*。

**51.** 但願我哋嗰位偉大嘅兄弟賜恩助我哋眾人;我所講嘅,就係我哋嘅主耶穌基督,佢樂意使我哋成為佢嘅弟兄(希伯來書2:11)。我哋已經成為咁嘅人,天使都為我哋祝福。──噢,我哋有邊個做我哋嘅兄弟啊! 大能者,堅固我們; – 強者,與我們分戰利品; – 統帥,擊倒在戰場上攻擊我們的人; – 醫治者,醫治我們內在自我,連同我們外在自我,使後者服從前者; – 一位養育者,以屬靈的食物餵養我們,– 一位活者,支撐我們,– 一位有憐憫者,憐憫我們,– 一位大方者,賜恩典給我們,– 一位君王,使我們也成為君王,– 一位

神,使我們也成為神。 – 所以,知道萬有都喺佢入面,就向佢禱告──只要你自己唔阻擋佢,佢就會成就你心裏嘅請求。

**52.** 願主耶穌──祂曾說:*「你哋求,就必得着。」* (約翰福音16:24)──成就你哋一切嘅禱告。 只要你徹底潔淨好你嘅屋,就可以預備好去接受神嘅恩賜。呢啲恩賜只會喺潔淨嘅屋入面被保守,亦只有喺冇污穢嘅地方先會散發香氣。凡領受呢啲恩賜嘅人,就同舊人脫離關係,對世界嚟講已經被釘十字架,世界對佢嚟講亦都係咁,並且永遠喺主入面生活。 無論仇敵嘅浪頭幾咁猛烈,都打唔爛佢嘅船;由嗰刻起,佢就成為仇敵嘅噩夢──因為佢哋見到佢身上嘅聖潔印記──而佢愈成為佢哋嘅仇敵,就愈成為大君王嘅真誠同慈愛嘅朋友。

**53.** 唔好畀魔鬼嘅慾望同幻想帶嚟嘅焦慮動搖你。要相信,雖然魔鬼會困擾同誘惑我哋,但只要我哋保持警醒,稍為有啲耐性,佢哋就唔會得逞,反而會令我哋嘅美德更加增長。 所以,我哋唔好鬆懈,免得失去慈愛憐憫嘅上帝所賜畀我哋嘅應許。 賜予的是祂,而保守的是我們。所以,即使在神聖的應許和不可撤銷的恩賜之後,魔鬼仍然再次以可恥的激情向你襲來,希望偷走那無可估量的財富,你也不要感到驚訝, 但要記住,當神親身為義人約伯作見證之後,魔鬼竟然無恥地設下種種誘惑和折磨,想推倒這根柱子──他的忍耐;然而,魔鬼不但未能戰勝他,也無法掠奪他那光輝信仰與感恩寶藏。 黃金要經過火煉,義人亦要歷經多重試煉。即使神已親自為義人作特殊見證,祂仍許可祂的僕人受試探,為的是主的名得更榮耀,仇敵徹底被打敗。所以,不可灰心。 應許的印記仍然完好;*「但要等候主」* (詩篇26:14);*「到底忍耐的,必然得救」* (馬太福音24:13),這關乎我們的救主基督耶穌。

**54.** (*答覆*)。– 你心裏嘅混亂係因為你心志不堅定。– 你唔需要完全戒酒,但要適量飲用。 – 坐住瞓覺最終會令人謙卑。– 不過,總括嚟講,你要完全向神交出自己,以敬畏的心歸服於祂。

**55.** 你要小心自己;魔鬼想引誘你去啲冇乜益處嘅事,好似坐住瞓覺,或者唔用枕頭──呢啲就好似*「薄荷、茴香同蒔蘿」*──佢哋就會灌輸你*「忽略律法上更重要嘅事」呢個念頭* (馬太福音23:23)即係要平息忿怒、平息易怒,並喺所有事上達到順服。 佢哋喺你心入面播呢啲嘢,目的係要劫壞你個身,到時你就會病倒,勢必要張軟床同埋各式各樣嘅食物;但係,你只要一塊床頭板就夠,並喺上面敬畏上帝。 你喺你嘅瓦罐入面放入一啲屬靈嘅良藥,例如:謙卑、順服、信心、盼望同埋愛;因為凡擁有呢啲嘅人,就為天國之王基督擺設筵席。

**56.** 「我被一個褻瀆嘅念頭捲走咗。」 – 自從嗰個褻瀆嘅魔鬼──佢摧毀所有接受佢嘅靈魂──向你進攻,已經好耐啦。佢攞住你頸上嘅軛(即係鎖鏈──情慾),想將你置之死地。願上帝唔好畀佢喺你身上成就佢嘅心願。 (提後2:26)。──但唔好灰心。接受你悔改嘅上帝正喺你面前。從被擄嘅迷思中醒返──尤其要壓制你嘅憤怒同易怒,因為呢啲會令人陷入對上帝嘅惡毒褻瀆; 反而要修習謙卑,能燒盡魔鬼;順服,能為神兒子開路;信心,能救人;不致羞愧的盼望;以及愛,能防止人背離神。 你冇用心去培養呢啲美德;相反,你揀咗佢哋嘅對立面──憤怒、易怒同徹底嘅毀滅──就係上面提過嘅褻瀆。但你要努力改過,思量上帝嘅良善,回想主賜咗幾多祝福畀你。 – 過去已經饒恕,但從今以後要改過自新。 – 為期四十日,向神獻上悔改,每日三拜,並說:「赦免我,我已經冒犯祢,我神!」並以你那曾褻瀆祂的名之口,每日三次承認祂,說:「榮耀歸於祢,我神,祢永遠都當得稱頌──阿們!」 – 切勿再犯同樣的罪,否則更惡劣的事會臨到你。因你心裡的麻木不仁,你招致忿怒;又因忿怒,你離棄聖體聖事:完全中計,你亦墮入褻瀆的深淵。 – 若非有憐憫之神的手及聖徒的禱告相助,你的靈魂早已陷入絕望的毀滅。看哪,藉著我──這最卑微者──神對你說話:你已經犯罪,再也不要犯罪。也要為你以往的罪過祈禱。神是憐憫的,如果我們願意改過,祂就赦免我們的罪。

**57.**(我為阿爸偏待他人而憂傷。)兄弟啊! 你係引誘緊自己。你唔知*「人若被自己的私慾牽引、誘惑,就受試探」* (雅各書1:14)?──除咗自己之外,唔好理會其他人,亦唔好探聽人哋嘅事,因為對你嚟講冇半點好處。 ──你睇吓,撒但就因為呢件咁微不足道嘅事,就令你嘅心動蕩不安。──所以,你就要靠住神嘅手站起身,──唔好信自己嘅心思意念,因為魔鬼會透過佢哋,隨心所欲咁向你顯現嘢。

**58.** (當有人向你提出可讓你獲得榮譽嘅機會時)要提防自己唔好因為被讚賞而感到開心,要表現出驅走反叛嘅順服,因為反叛為神同愛神者所憎惡。緊緊抓住順服,因為佢能將人提升到天上,令得着佢嘅人成為神嘅兒子。

**59.**(點樣開始懺悔?)如果你想開始懺悔,就諗下嗰個犯罪嘅女人做咗啲乜:*「佢用眼淚洗咗主嘅腳」* (路加福音 7:38)。眼淚可以洗走每個人嘅罪。 但人要透過勞苦、勤讀聖經、忍耐、反思可怕的

審判和永恆的羞恥,以及自我克制,才能達到哀泣。正如主所說:*「凡想要跟從我的人,要否定自己,背起他的十字架,跟從我。」*(馬太福音16:24)「否認自己,背起十字架,意思係:凡事都要放低自己嘅意志,將自己當作無物。」

**60.**(因我體力衰弱,無法如聖父輩般努力)。如果你軟弱,無法承受太多,就做好你所能的,稍微少食少飲於你所需;因為神接納了寡婦的兩個小錢,且喜悅她勝過一切。 ── 訓練自己唔好輕視人,── 咁你就會得救。

**61.** 從我心裏起嘅念頭話:「去到異鄉,喺嗰度你先至得救。」──呢個係仇敵嘅詭計,佢以真理嘅面目出現,喺你面前提出呢個建議,好等你畀佢嘲笑, ,好令你成為好多人嘅試探對象,好等你為佢哋一齊受責罰。 ── 但係因為你嘅懶惰同虛榮,你先要受呢啲折磨。魔鬼喺你嘅懶惰同虛榮度加埋佢哋嘅詭計,目的係要摧毀你嘅靈魂。 所以,你要好好保重自己,努力抵禦呢啲念頭,趕走懈怠同虛榮;唔好憑自己嘅意思行事,亦唔好接受心入面冒出嚟嘅念頭同自我辯解:否則,你會受到嚴重嘅跌落。 你要得着堅定,堅定會從你身上除掉隨心所欲對待你鄰舍的自由──這自由是人一切惡行的源頭;你要拋開一切憂慮,你就可以自由地事奉神;你要對每個人都視如死人,你就會成為一個陌生人;你要自視為無,你的心就不會受擾; 唔好以為自己做咗啲好嘢──你嘅賞賜就會完整無缺咁保留畀你。再者,要記住你喺肉身入面唔會留耐,就努力去做啲嘢,好等你喺嗰日可以大聲講:*「我預備咗自己,都冇受羞辱。」*(詩篇118:60)。弟兄啊! 人唔可以唔勞而獲,亦冇人唔經過爭扎就可以得冠。要迫自己爭取救恩──上帝就會幫助你,*因為祂「願意眾人得救,明白真道」*(提摩太前書2:4)。

**62.** 凡住喺修道院嘅人唔一定係修道士,而真正嘅修道士就係實踐修道生活嗰個。主話:*「凡稱呼我『主啊,主啊』嘅人,並唔都得進天國,惟有遵行我天父旨意嘅人先得進天國。」*(馬太福音 7:21)兄弟啊! 你問:點解你要畀仇敵嘲笑你,令你陷入跌倒嘅危險?──但你對所吩咐你嘅事一點努力都唔做。你又再問,出於想討好人,就徒然將佢轉告畀人──反而令自己無法喺將來有進展。 時間係畀我哋嘅,好等我哋認清自己嘅慾望之後,可以喺哭喊中努力去醫治佢哋。如果你喺靜室入面嘅時候心神遊走,就要責備自己,喺上帝面前承認你嘅軟弱。

**63.** 凡是想做和尚的人,絕對不可有任何自己的意志。 主基督教導我們說:*「我降世,不是要行自己的意思。」*(約翰福音6:38)然而,如果你做了一件事卻拒絕另一件事,你就會顯示自己比命令你的人更聰明,這與被魔鬼嘲笑無異。 所以,你必須在一切事上順從,即使你認為所命的任務並非無罪。命你去做的那位長老會擔當你的罪,並且他要為你負責。如果那任務對你而言極為不便或危險,或超出你的能力,就向那位長老說明,並照他的安排去做。

**64.**(當我同人傾偈,我會好投入、忘咗自己;傾完之後,我會感到好羞愧同難過。)為咗防止軟弱者跌入呢種境況,同埋對榮耀嘅愛好,佢哋一定要盡量避免多言,要結束對話,搵個藉口,然後離開嗰班傾緊偈嘅人。 – 如果傾偈有益而且唔會阻礙更重要嘅工作,就留低聽佢哋講;但如果嗰段對話冇用,就講:「唔好意思,我好軟弱。」然後就走開。

**65.** 同人見面時應該點樣做?每次見到人,只係打個招呼;然後講:「為我祈禱,我要去辦啲嘢。」就走。如果有人問你嘢,而你知答案,就答完就走;但如果你唔知,就講:「我唔知。」然後走開。

**66.** 我想結束社交聚會:係即刻停定係慢慢減少?– 如果一次過全部結束,你就會得到安寧;否則,你會令自己同其他人好困擾。

**67.** (病人問應唔應該睇醫書。) 睇啦,但係喺睇嘅時候,或者向人查詢醫療方法嘅時候,唔好忘記冇咗上帝,冇人可以得醫治。 凡係投身醫學嘅人,都要將自己獻上畀上帝,上帝就會賜佢幫助。醫學並唔會阻止人對上帝嘅虔誠;但係要將佢當作一門手藝,為弟兄姊妹而行。無論你做乜嘢,都要存敬畏上帝嘅心去做,你就會得聖徒嘅禱告保守。

**68.** 「我成日都忙到唔得閒——呢樣嘢令我無法記住上帝。」——有時一個人會聽過好多關於某個城鎮嘅事,但當佢真係入到嗰度,就唔知道原來就係自己聽過嗰個城鎮。 同樣地,兄弟,你一日到晚都喺紀念神,卻懵然不覺。遵守誡命,並努力以神親命之方式去遵行──正正就喺呢度,既有順服,亦有對神嘅紀念。

**69.** 我哋每日都需要食物,但唔可以大快朵頤。當我哋領受食物嘅時候,要感謝賜畀我哋嘅神,同時自認唔配;咁神就會確保食物成為我哋嘅聖潔同祝福。 同樣地,如果你需要某樣嘢,並且成功得到,就要感謝幫助你嘅神,同時責備自己唔配;神就會令你對嗰樣嘢冇咩執着。

**70.** 每個人都盡力去愛鄰舍;但完美之愛嘅衡量,係要為咗對上帝嘅愛,而以愛鄰舍如同愛自己。– 後生仔女因為彼此之間嘅愚蠢愛情,同埋成日聚埋一齊私下傾計,所以好容易跌入罪中。 – 佢哋彼此相愛嘅度量應該係咁: 唔好互相誣陷,唔好互相仇恨,唔好互相貶低,唔好只顧自己利益,唔好因為對方嘅外貌或任何肉體追求而去愛對方,亦唔好冇絕對需要就一齊坐,免得墮入放蕩,摧毀咗修道者一生嘅所有果實,令佢好似枯樹一樣。

**71.** 「我想得救,但我不知道通往得救的道路。」—兄弟啊!神透過聖經和聖父們已經向我們顯示了得救之道,祂說:*「你問你的父,他必指示你;你問你的長老,他們必告訴你。」*(申命記32:7) 所以,如果你唔想喺得救嘅事上走偏,就冇嘢係唔先問過你嘅屬靈父親就去做,咁你喺神嘅恩典裏面就唔會走偏;神*「願意眾人得救,明白真道」*(提摩太前書 2:4)。

**72.** 「一個念頭同我講,如果我去一個地方獨自生活,我就會達到完美嘅寂靜。」— 我哋嘅主耶穌基督喺受難之前,忍受咗好多苦楚同侮辱,之後先上十字架。 同樣地,除非有人先與基督同受苦(與弟兄同住),並忍受祂一切的苦難,回想使徒的話說:*「我們若與祂同受苦,也必與祂同得榮耀。」* (羅馬書 8:17)。唔好自欺;除咗呢條路,冇其他得救嘅道路。

**73.** (對病人而言)。這病臨到你身上,是要叫你免於空手歸見上帝。如果你能忍受並感謝上帝,這將代替苦行,算為你的功勞,因為你出家生活尚且不久。

**74.** 人唔可以冇命令就去任何地方;因為我哋自作主張做嘅嘢,唔討好上帝。 但當你奉命而行時,於履行差你者之命令的行動中,就同時包含禱告與取悅上帝──祂曾說:*「我從天而降,不是要行我自己嘅旨意,乃是要行差遣我者嘅旨意。」*(約翰福音6:38)。

**75.** (我發現順服實在太難頂,我應唔應該求助?)兄弟啊!凡想跟隨耶穌、行往救恩道路嘅人,都要預備好隨時面對試煉同悲傷。 聖經說:*「我兒,你若自願事奉主,就要預備你心,受苦試煉。」*(西拉書 2:1)主又說:*「凡要跟從我的人,要否定自己,*每日*背起十字架,跟從我。」*(馬太福音16:24) 所以,凡想要做佢門徒嘅,都要順服到底,甚至死都唔可以違背。你一個人靜靜咁,自己做少少工夫,都比拉人嚟幫手好。喺你嘅靈性生命入面,自由唔係因為有弟兄幫你一次就咁壯大,而係因為佢一直同你一齊。

**76.**(人應該向邊個傾訴自己嘅心事?問完一個人之後,又再向另一個人提出同一條問題,係咪啱?)──人應該向自己有信心、知道佢有能力承擔自己心事、並且信佢如信上帝嗰個人傾訴;但向另一個人提出同一條問題,就係不信同懷疑嘅行為。 如果你相信上帝會透過祂的聖徒說話,那麼這裏又何需考驗,又何必向其他人問同一件事,去試探上帝呢?

**77.** 「為一件事嘅念頭要得着指引,要幾多次禱告?」──當你無法向長老請教時,每件事都要禱告三次;之後,就要留心你嘅心向邊傾,就算只係一絲一毫──都要照咁做;因為指引會以各種方式顯示出嚟,令你嘅心好清晰咁感受到。

**78.** 「一個人要點樣先後禱告三次——係唔同時間做,定係即刻做?有時真係冇得等。」 – 如果你有時間,就喺三日內分三次禱告;但如果情況緊急,好似救主受難嗰陣,就要效法佢三次退去禱告,喺三次禱告中講咗同一句話(馬太福音26:44)。

**79.**(論指引)。當一艘船被巨浪拋來拋去,如果有舵手,他憑着神所賜的智慧,就救了船,船上的人見到船安全無恙都歡喜快樂。 最緊要嘅係,病人一諗起醫生就已經好有安慰,更何況醫生嘅醫術;而行緊路怕俾賊人襲擊嘅旅客,聽到護衛隊嘅聲音就安心,見到佢哋喺度就更加放心。 如果真係咁,咁阿爸嘅回覆「 」(*「承認你嘅罪,你就會得醫治」*)唔就應該帶畀所有聽到嘅人更大嘅喜樂咩?尤其係當呢句係配合住誠懇嘅禱告,向神呼求──神話過:*「要彼此代禱,使你哋可以得醫治。」*(雅各書5:16)

**80.** 承認自己罪過的人,按聖經的話:*「先述說你的罪孽,好使你得稱為義。」*(以賽亞書 43:26),又說: *「我說:『我要向主承認我的過犯』,你就赦免了我的罪過。*」(詩篇 31:5)從今以後,我們要謹守自己,因為神已經赦免了我們的過去的罪。

**81.** 若有人在守禁食時,自行加添任何東西,或為得人稱讚及由此而來的好處而禁食,那麼他的禁食在神眼中是可憎惡的。一切事物都如此。 任何善行如果唔係淨係出於對上帝嘅愛,而摻雜咗自己嘅意思,就係不純潔,亦唔討上帝歡心。 呢點亦可從神聖律法中理解,經上雲:*「你不可在你的田裡撒雜種,也不可穿羊毛和麻摻雜而成的衣服。」*(申命記22:9–11;利未記19:19)。

**82.** 背誦詩篇時,不可自以為是,免得你只係用啲冇用嘅說話充斥空氣,反而成為你被定罪嘅原因。上帝嘅話語就好似良善嘅種子;如果喺你裏面唔生果,你就會同嗰個將 multiplication 俾佢嘅銀子埋喺地下嘅人一齊被定罪。

**83.** 我哋可以用咩說話去感謝祂──祂首先造咗我哋,然後又賜下得勝仇敵嘅幫助──而最緊要嘅係──祂賜咗我哋一個悔改嘅地方,同埋祂自己嘅身體同寶血,為咗赦免我哋嘅罪,堅固我哋嘅心? – 我哋永遠都無法向祂獻上相稱嘅感謝;但願我哋以口和心所能獻上嘅感謝都歸於祂──尤其係為咗祂嘅緣故,忍受一切,甚至至死──而祂,因祂對人類嘅慈愛,會將呢一切都算作福音書裏嗰個寡婦嘅兩個小錢。

**84.**當有某件討神喜悅的事擺喺你面前,而有個相反嘅念頭嚟阻撓,咁就由此可見,呢件事確實討神喜悅。 – 但係要向上帝禱告,– 睇吓:當你禱告嘅時候,你嘅心喺善事上得着力量,而且呢份善反而愈來愈多,唔係愈嚟愈少,咁無論嗰個困擾你嘅相反念頭有冇持續,都要知道呢件事係出於上帝; 因為凡係好嘅嘢,都一定會因為魔鬼嘅嫉妒而受到嚴重嘅反對,但佢(呢件好事)係透過禱告去克服呢個。但如果呢件表面上睇落好嘅嘢係魔鬼灌輸嘅,並且佢亦都引起反對,咁透過禱告,連呢件表面上嘅好事都會減少,同埋嗰種表面上嘅反對都會隨之減少。 咁嘅情況下,就好明顯敵人反對佢灌輸畀我哋嘅念頭,純粹係想用呢種反對嚟欺騙我哋,令我哋接受嗰個念頭係好嘅。

**85.**當有個念頭讚揚你,而你無法避免它所造成的傷害,就試着呼求神的名,對那念頭說:*「經上說:『我兒民啊,讚揚你的,正引誘你,使你跌倒。』」*(以賽亞書3:12)。 當人讚美你時,亦都一樣──同時要記住,接受人讚美冇益處,正如主自己所講:*「你哋接受人嘅榮耀,點可以信我*呢?」(約翰福音5:44) — 總括嚟講,人要時時記住同放喺心入面,要*「在主裡誇口」*(林後10:17);因為就算我哋有咩係嚟自上帝,都係靠住上帝嘅幫助先得。 咁,使徒既然已經達到咁大嘅境界,點解唔係自誇,反而大聲呼喊:*「我靠住神嘅恩典,先至係我而家嘅我。」*(林前15:10)?

**86.** 當喺唱詩、禱告或者讀經嘅時候,有個惡念冒起; 就忽略佢,更加專心喺詩歌、禱告或讀經上,好等你從你所講嘅話語中汲取力量;如果呢個念頭持續出現,就努力呼求上帝嘅名,上帝會幫助你,並挫敗仇敵嘅詭計。

**87.** 「點樣喺祈禱、讀經同唱詩時達到痛悔?」——喺祈禱中嘅痛悔,係由記起自己嘅罪過而嚟。 禱告嘅人要諗起自己嘅所作所為,諗起行呢啲事嘅人會點樣受審判,仲要諗起嗰可怕嘅聲音:*「離開我,你呢班被咒詛嘅人,去永遠嘅火裡!」*(馬太福音25:41)。 至於讀經同詩歌頌,虔誠係當你集中精神喺所講嘅字句,並喺靈魂裏接納佢哋所包含嘅力量時就會產生。即使咁做之後,你裏面仍然有冷漠,都唔好灰心,要繼續耐心努力; 因為上帝是憐憫、寬厚和有耐性的,祂會接受我們的努力。要永遠記住詩篇作者的话:*「我耐性等候耶和華,祂就應允我。」*(詩篇39:1)由此可見,你要相信上帝的憐憫很快就會臨到你。

**88.** 如果你喺唱詩或者同人一齊嘅時候呼求上帝,唔好以為除非你出聲講出嚟先算係呼求;要記住佢係心靈嘅知者,佢睇緊你嘅心──就喺心裏面呼求佢。 經上如此說:*「你進了密室,關上门,禱告你喺天上嘅父。」*(馬太福音6:6)──就算你心裏面冇出聲呼喊神嘅名,只要一念及神,就更加接近呼求祂,而且已經足夠幫助你。

**89.** 真誠的哀哭,結合痛悔,可贖盡過去的罪過,洗淨一切污穢;並藉着神的名,不斷保護已得着此福的人,驅逐笑聲與分心,維持不住的哀號; 佢係一塊可以擋開魔鬼一切烈火飛箭嘅盾牌(以弗所書6:16);擁有佢嘅人,無論喺人群中定係妓女身邊,都完全唔會受爭吵所傷。

**90.** 未完全嘅哭泣時起時止,跟住對得救嘅熱心(熱誠)一陣陣高漲又平息。 但當嗰份熱誠變得持續,就會有大而持續嘅痛悔,緊接住就係真正嘅哭泣,人要透過逼自己去達到呢種哭泣。

**91.** 謙卑就係喺所有事上斬斷自己嘅意志,對任何嘢都唔執着。 斷除情慾(慾望、貪食、貪婪)的根,即係要斬斷自己嘅意志,盡量折磨自己,並迫使感官留喺適當嘅範圍內,唔好濫用;透過呢種方式,唔單止斷除呢啲情慾嘅根,仲可以斷除其他情慾嘅根。

**92.** 將一切交託畀上帝嘅旨意,可以保護人免受任何痛苦。 然而,混亂仍然可能出現,阻礙一個人以感恩和喜樂的心接受所發生的一切。在此情況下,一個人必須透過更新對神旨意的奉獻,重新肯定一切事物都來自神,且神所賜予我們的都是對我們有益,來與這份混亂作鬥爭。 ── 冇嘢好嘅係靠我哋自己嘅努力就可以做到,而係靠上帝嘅大能同旨意。但上帝亦都要求我哋照佢嘅旨意去努力,而唔係用嚟自惡者嘅狡猾同欺騙。

**93.** 沉默勝過任何有建設性的講道,更美好、更奇妙。我們的先賢敬重並珍視它,並因此而蒙受榮耀。 但因我哋軟弱,未至於行成聖人之路,故此,我哋當講造就人嘅說話──引用聖父哋嘅言論,而唔好冒險去講解聖經;因為對未入門者嚟講,呢件事有唔少危險。 聖經係用屬靈嘅角度去講,屬肉體嘅人唔能夠明白屬靈嘅事。我哋喺講論嘅時候,不如轉去用聖父輩嘅言論,擺其中嘅益處。但係要用得適可而止,要記得有句話講:*「多言多語,難免有罪。」*(箴言10:19) 免得我哋因此自以為是、自誇,要記住,如果我哋講嘅嘢唔實踐,就係自取其咎。

**94.** 如果沉默被認為比好談話更有益,那麼在談論塵世事務(如城鎮、村莊、貿易、和平與戰爭等等)時,就更加有益。 但當我哋無法保持沉默,被捲入呢啲話題嘅對話時,最少唔好再拖長講嘢,免得因為多言而中咗仇敵嘅圈套。

**95.** 如果你身處於討論塵世或屬靈事務的人群中,可以講幾句無害的話,但要講得得體,只為避免同伴因為你保持沉默而讚揚你。但即使你如此行事──即少講幾句──都要小心,別因為他們多講就去責備他們。

**96.** 當你想做一件事,而你心裏感到一絲不安,即使呼求神名之後,呢份不安仍然只差毫釐都未消失;你就要由此認清,你想做嘅事係由惡者提示畀你嘅,就唔好去做;因為帶住不安去做嘅事,神都唔會喜悅。 – 但係當一個人抵抗呢種不安(當有個念頭出現去抵抗佢),就唔好即刻認為件事有害,而要檢視下佢係咪好事──如果唔係好事,就放棄;如果係好事,就照做,唔理嗰份不安。

**97.** 如果你開始傾偈之後,發現自己講緊有罪嘅嘢,就要即刻停低,講:「唔好啦,我哋唔好講呢樣嘢。」或者停一停,講:「我唔記得講緊乜嘢啦。」然後將話題轉去其他無罪嘅題目。

**98.** 自我辯解係乜嘢?就係有人否認自己有罪,好似亞當、夏娃、該隱等人,佢哋雖然犯罪,但為咗自我辯解,就否認自己有罪。

**99.** 正如所講,每一個念頭同每一個行為,都要檢視係唔係良善,應該行善棄惡。 不過,為咗令善行唔帶有任何混亂,就要檢視背後主導嘅思想──即係你做任何事嘅目的──當你出於對上帝嘅敬畏去質疑時,上帝唔會容許你陷入錯誤。──但無論如何,都唔好忘記呼求上帝嘅名。

**100.**(對被兄弟打傷而想同佢分道揚鑣嘅人) 唔好嬲,免得衝動行事,尤其係對住個心思畀嫉妒魔鬼蒙蔽咗嘅人。有啲病人,因為高燒搞到神志不清,會無意識咁折磨照顧佢哋嘅健康人,因為病魔已經完全控制咗佢哋。 同樣地,受試探的人,雖然在摧毀自己的靈魂,卻渾然不覺;因為他被苦難的激情所迷醉,這是敵對者作祟,他總在眼前扭曲一切,以將他摔入滅亡的深淵。他值得的是憐憫和寬容,而非憤怒或報復。 透過呢啲,上帝容許我哋受試探──而且祂係小心咁容許,好讓我哋可以喺祂面前成為經過試驗嘅人。所以,喺我哋鄰舍嘅身體同心靈嘅戰鬥中,我哋要對佢哋寬容,因為有話說:*「你哋要彼此擔起重擔,如此就成就咗基督嘅律法。」*(加拉太書 6:2) — 唔好畀誘惑令你離開你嘅崗位,同你嘅弟兄分開;因為咁樣唔係照神嘅心意,而係成就咗魔鬼嘅意願,如果你堅持咁做,仇敵唔會安息,只會做出更惡劣嘅事。倒不如全心為你嘅弟兄禱告,喺我哋主耶穌基督裏面愛佢。

**101.**(致一位被恐懼困擾的弟兄)。弟兄啊!你要因神在你的身上成就聖經的話而讚美祂,經上說:*「神是信實的,必不叫你受試探過於你能受的。」*(林前10:13)。 按你嘅能力,祂容許你喺屬靈爭戰中受訓練;但祂按大人物嘅能力用大試煉去試驗佢哋,而佢哋就因此歡喜;因為試探會引領人走向成功。有福嘅地方,就有爭戰。 所以,唔好驚試煉,反而要喺試煉中喜樂,因為佢哋會帶你成功。要蔑視呢個試煉。上帝幫助你同保護你。

**102.** 努力培養謙卑同柔和;無論如何都唔好堅持照你嘅方式去做,因為咁樣會引起憤怒;唔好評頭品足或者貶低任何人,因為咁樣會令心靈疲憊、心智蒙蔽,從而產生冷漠同心硬。 要時刻警醒,研讀上帝的律法,因為藉此心靈會被天火溫暖,正如經上所說:*「在我的教導中,要點起一把火」*(詩篇38:4)。要守住口,唔好講閒話同虛浮嘅閒聊,心入面都唔好慣咗聽惡毒嘅說話。 你要在神面前自卑,說:*「神啊,你是矜憐罪人」*(路加福音18:13);他就會憐憫你、保守你,並護佑你脫離一切惡,使你從黑暗中歸入真光,從虛幻中歸入真理,從死亡中歸入在我們主基督耶穌裡面的生命。

**103.** 按身體所需咁樣畀佢食;就算一日食三餐,都唔會有害。但如果一個人一日只食一餐,但係食得草率,咁有咩用?——大食之後,就會招致淫亂嘅誘惑,敵人就會趁機用瞌睡壓倒身體,好玷污佢。

**104.** 如果你有時喺執行(規矩)同做體力勞動嘅時候感到好虛弱,就唔好驚訝。 呢條路嘅本性就係咁:有時人會覺得自己係咁,有時又會覺得係咁,就好似旅客有時行喺平坦嘅路上,有時要面對急流同山嶺,之後又再踏上平地。唔好留戀你嘅虛弱;要繼續向前,做好你嘅本份。

**105.** (針對被迫違規進食的病人)。 上帝唔會責怪任何因為唔係為咗享受,而係因為身體虛弱先食嘢嘅人。有啲食物係為咗防止我哋過度放縱同滿足身體慾望而禁止我哋食;但係有弱點嘅時候,呢啲禁令就可以放寬;因為有弱點,就會向上帝呼求。

**106.**(寫畀一個病到边到冇力,向人求禱告嘅人)。我沮喪又埋怨嘅兄弟啊!你點解要憂愁?點解要呼喊?點解要向遠處求救,當耶穌就喺你身邊,等緊你呼求佢嚟幫助你! – 呼喊祂:*「拉比!」*祂就會應你。摸祂衣裳的邊,祂不但要醫治你這一個病,連你一切的痛苦都要醫治。如果你心裏面真係放喺應該放嘅位, 當時就算毒蛇同蠍子咬都唔會由嗰種狀態拉你落嚟感受到身體唔舒服:*「 」*佢話:*「因為我嘆息嘅聲音,我忘記咗拎我嘅餅食」*(詩篇101:5)。唔好憂愁;上帝嘅憐憫近喺你身邊。

**107.** 輕視身體,因為蟲子會吞噬它;當它被交給腐爛時,對你毫無幫助。使徒說:*「不可放縱肉體的私慾。」*(羅馬書13:14)

**108.**(病者:'我應唔應該放縱身體嘅軟弱?') 上帝賜咗理性畀我哋,好等我哋可以透過神聖經文行喺正路上。使徒話:*'凡事要察驗,善美嘅事要持守'*(帖前5:20)。 只要小心唔好因為激情而去食嘢或者做嘢;但凡因為軟弱或必要而做嘅,就唔算係罪過或者放縱。當身體健壯時,對休息嘅慾望係由情慾驅動;但如果係出於必要而養活身體,就會幫助我哋履行職責。 如果我哋都要照顧滿足我哋需要嘅動物,豈唔更加要照顧身體,因為佢係靈魂嘅器皿?當一件器皿變得鈍咗,就算匠人再機智、識嘢,都會窒礙佢嘅工作。 使徒留意提摩太病咗同胃弱,就叫佢飲啲酒(提摩太前書5:23);但同時又吩咐佢*「忍受苦難」*(即係要受貧窮困苦),並*「盡傳道的工作」*(提摩太後書4:5)。 凡事都要憑理性作指引──如此便不會輕易誤入歧途。

**109.**「向我發動的爭戰愈來愈激烈。」──弟兄啊!爭戰的時候,就是行動的時候;不可懈怠,要採取行動。交戰吧;當爭戰加劇時,你也要堅強自己,大聲呼喊:「主耶穌基督!」 你看見我嘅軟弱同憂傷;幫助我,*並「救我脫離逼迫我嘅人,因為我投靠你」*(詩篇141:7;142:9);並且禱告,好叫你得着力量,以清潔嘅心事奉神。

**110.** 上帝賜給人兩樣禮物,使人得以得救,並從舊人的一切情慾中得釋放:謙卑和順服;然而我們不為此努力,也不願意在其中安住或受其引導。──拋棄一切偏離,低頭屈服於謙卑和順服,你就會領受恩典。 如果你以謙卑同順服去實行你從聖父嗰度聽到嘅嘢,主就會賜俾你祂豐盛嘅幫助,唔單止喺你而家做緊嘅事上,仲會令你所有嘅行動都成功,因為祂會保守敬畏祂嘅人嘅道路,護佑佢哋嘅行程。你點解要忿忿不平?點解要爭辯? 如果你常存喺上帝嘅忍耐之中,上帝嘅憐憫就會幫助你。停止發怒、易怒同嫉妒。對每一個人都要算死。 問自己:*「我係邊個?」*──*「塵土同灰」*(創18:27) *「同條狗」*(瑪15:27)。 唔好用貶低或者嘲笑人嚟評頭品足。要勉強自己唔好講:「呢樣嘢係乜嘢?點解會咁?」(西拉迦智 39:22)。「點解我比唔上呢個人或者嗰個人?」但係要喺自己嘅小崗位上,敬畏上帝,勤力工作,你就會得到唔少嘅賞賜。

**111.** 當沮喪帶來睡意,阻礙手頭工作時,就當起身禱告,並持續禱告──主會藉着禱告驅散那睡意。

**112.**(對一個想做最後一個──只為咗能被接納入修道院嘅人)──要做最後一個,唔係你嘅事。──呢件事要睇你嘅阿爸;而你嘅本份係預備自己去順服。

**113.** 如果一個人自己不盡力,盡他所能,又唔將自己嘅努力同聖徒嘅祈禱結合埋一齊,就算聖徒為佢祈禱,佢都得唔到任何好處。 當佢哋為佢禁食禱告,而佢自己卻沉溺於肉體慾望,行為放蕩,佢哋嘅禱告對佢有咩幫助?因為喺呢度就應驗咗聖經上所講:*「有人建立,有人拆毀;只有勤力先有成果。」*(智慧書34:23) 使徒又說:*「義人祈禱的力量大有功效。」*(雅各書5:16)意思是,當聖潔和公義的人為罪人祈禱時,那罪人就要透過悔改,配合聖人們的禱告。

**114.** 當一個人向另一個人求取某樣嘢,而後者冇嗰樣嘢,佢就唔會因為冇畀到所求嘅嘢而畀人定罪。而使徒彼得,當有個癱子向佢乞討嗰陣,就話: *「我手裏無銀無金」*(使徒行傳3:6),亦冇借錢去畀佢。同樣地,如果有人淨係得返自己最基本嘅所需,佢都唔應該連嗰啲都用嚟做施捨,免得日後自己需要嘅時候,因為頂唔順艱苦而後悔。 當乞丐纏住佢,佢話:「唔好意思,我冇嘢可以畀你。」呢句唔算係講

大話;因為淨係有自己最基本所需嘅人,真係冇嘢可以畀人。佢可以同乞丐講:「唔好意思,我淨係得返自己最基本所需嘅嘢。」 記住嗰五個愚處女,當其他人向佢哋求油嗰陣,佢哋就答:*「夠唔到我哋同你哋用。」*(馬太福音25:9)。 使徒保羅寫信畀哥林多人時,就話:*「叫你哋嘅豐盛成為佢哋嘅缺乏」*(林後8:14),又話:*「免得人哋有喜樂,而你哋卻有憂愁」*(林後8:13)。

**115.** 當你想施捨,但有個念頭令你懷疑應唔應該畀;就要檢視你嘅心思,如果發現係出於吝嗇,就要畀,甚至畀多啲,多過你原本覺得應該畀嘅份量。

**116.** 「冇嘢可畀嘅人,點可以分享福樂?」──福樂唔係淨係畀施捨者先有。──*「虛心貧窮嘅人有福咗」*、*「哀悼嘅人有福咗」*,等等(馬太福音5:3以下)。 所以,如果你無法行施,就要在心靈裏貧窮,好叫你可以同聖徒一齊承受天國。 為你今世嘅罪惡哀哭,好叫你同啲哀慟嘅人一齊得安慰。要學習謙卑,好叫你可以承受地土。要心裏純潔,好叫你可以以榮耀嘅樣貌見到上帝。為咗主嘅緣故,忍受責罵、逼迫同虛假嘅誣衊,好叫你可以喺天上得大賞賜嘅喜樂。

**117.** 如果主嘅律法吩咐一樣嘢,而呢個世界嘅律法又規定咗相反:人應該點做?──神嘅律法要優先;因為佢講嘅係靈魂嘅得救,而世俗嘅律法係屬乎肉體,就對肉體講嘢。

**118.** 你嘅愛問我,有時你會發現自己熱切地望住面前嗰個人,靈魂都畀佢迷住。呢段明顯係講魔鬼嘅誘惑。喺嗰啲時候,你要記住我哋本性嘅腐朽同惡臭,同埋當我哋躺喺墳墓入面會點樣被改變。你亦要將神將要施行嘅可怕審判,同埋行呢啲事者嘅結局,喺你眼前想像一遍;諗吓當我哋嘅所作所為喺天使、大天使、眾人同埋公義嘅審判者面前一覽無遺嗰陣,你點樣頂得住嗰大羞愧;又諗吓行呢啲事者當時會點樣啞口無言。 我哋要敬畏嗰位講過:*「唔好自欺:無論是行淫者、通姦者、軟弱無用嘅人,或者同性戀者,都唔會承受神嘅國度。」*(林前6:9–10)又話:*「凡以貪戀意念睇婦女嘅……」*,等等。 (太5:28)。 你要銘記於心,凡是令你心生掙扎的人,就少與他們往來;但又不可向他們透露你退避的緣由,免得令他們起各種疑心。— 一旦你需要同他們說話,就求助於神聖的名,呼喊道:主耶穌啊! 遮蓋我,幫助我在軟弱中。」你也不要害怕;祂會折斷你仇敵的弓,因為在祂的名裡,惡勢力被制伏。多說少做,別任憑耳朵或心思放蕩;要莊重有節,不可慌亂,好叫人察覺不出異狀。 如果你因此得力,就唔好對敵人太放肆,因為佢哋無恥,就算輸咗千百次,都會再撐起戰來。但得勝嘅神幫助人嘅謙卑,祂為咗呢班人,甘願自願道成肉身。

**119.** 「心點樣會糾纏喺慾望嘅念頭入面?」──心嘅糾纏或分心(同被囚禁)唔只係因為慾望嘅激情,其他情況都會出現。 心靈會因分心而受此影響──當呢件事發生時,人要對自己說:「主啊,為了祢聖潔的名,赦免我;因我自己的疏忽,我才受此影響。拯救我脫離分心,以及仇敵的各種陷阱。」 – 以下就係你認出呢種分心嘅徵兆:當一個人同另一個人傾偈,佢嘅心神飄來飄去,講緊一樣嘢嘅時候,心思已經飛去另一樣。呢種就係分心。 同樣地,慾望嘅念頭都會令我哋走偏。好似當一個人同另一個人傾偈嘅時候,如果敵人成功將心思從敬虔嘅清醒狀態引開,咁因為分心,慾望嘅念頭就會喺心入面出現。 – 呢樣嘢都係一種分心,因為佢唔係由反思或者回憶而起,而係因為人嘅大意畀佢捲走咗。– 當佢醒返過嚟,就要好似上面講咁,自我約束,並投靠上帝嘅憐憫;主係恩慈嘅,會好似浪子返嚟咁接納佢。 但當喺無受干擾嘅情況下,心入面都出現呢種掙扎時,就要保持清醒,唔好沉迷喺呢啲念頭,唔好留戀,而係要即刻轉向主上帝。

**120.** 最好避免同婦女有任何談話。如果真係要同佢哋打交道,就盡量透過其他人去辦。如果連呢樣都做唔到,咁同佢哋接觸嘅時候,就要好似接近火咁小心謹慎。 就好似人小心翼翼唔畀火燒到咁,我哋都要對待婦女好似接近火咁──咁我哋先可以堅定喺敬畏上帝嘅道路上。無論任何情況,都唔好望婦女。 唔好放縱自己嘅眼睛,亦唔好同佢哋閒聊; 因為從此就生出慾望的火;但我們要努力快快遠離她們,向上帝禱告,求祂在這個艱難的時刻,救我們脫離撒但擺在我们面前的陷阱,並且要不住地記念上帝──祂的大能就會在我們的主基督耶穌裡覆庇我們的軟弱。

**121.** 「我可唔可以為咗入寺院而離棄我嘅妻子?」──你唔可以自作主張咁離棄佢,因為咁樣做就係違背使徒嘅命令,佢話:*「如果你已經同妻子訂咗婚,就唔好求免。」*(林前7:27) 如果佢(你離開佢之後)犯罪,過放蕩生活,咁呢個罪就要歸到你身上;除非你同佢商量過,雙方同意,並且係為咗佢嘅好先離開佢。──但呢件事就交託畀神;祂按對人類嘅慈愛去處置,就係咁行。

**122.** 人絕對唔應該為呢世嘅事而憂愁,只應該為罪本身而憂愁。 同樣地,*「與喜樂的人同喜樂」*意思係要分享嗰啲按上帝嘅旨意行善並盼望未來福份嘅人嘅喜悅;而*「與哀哭的人同哀哭」*就係要同罪人一齊為佢哋嘅罪悔改而哀傷。

**123.**(論*「和平使者有福了」*)最好係令自己心入面有平安:呢樣啱晒每個人做──而做到嘅人就有福。 但並非人人都適合去和好嗰啲有糾紛嘅人,只有嗰啲可以做到而唔會傷害自己嘅人才適合。至於軟弱嘅人,就應該為眾人嘅和平而喜悅,但唔好自薦做每個人嘅和事佬,除非係佢哋喺主裏所愛嘅人;而且嗰時都要確保唔會傷害自己嘅靈魂。

**124.**「有個人侮辱我,我應該點做?」──就幫佢一個忙。

**125.**「當一位長老嚟到我面前,我冇嘢合適嘅可以畀佢──我就難過。」 ──呢種念頭係魔鬼嚟嘅。只要畀佢哋你所擁有嘅就夠,正如所講:*「要知足常樂」*(希伯來書13:5),──上帝會令佢哋知道你嘅熱誠。 當你自己去到某處,都唔好期望喺嗰度搵到平安──咁你就唔會灰心;但如果本來期望搵到,卻搵唔到,你就會中傷收留你嘅人,而誣衊就係靈魂嘅死。──要為一切事感恩,因為喺呢個當中,就有屬靈同滋養靈魂嘅養份同平安。

**126.** 向長老求教者效法基督──祂*「自卑,取了奴僕的形像」*(腓立比書2:7-8)。行得無謀略的人,自取其禍,因為聖經說:*「凡事都要憑謀略行事」*(智慧書32:21)。 謙卑地請教比順從自己意願更有益;因為主自己會因問者心中的謙卑和正直,而將該說的話放入被問者的口中。

**127.** 切勿為信仰辯論:上帝並無此要求,只要你正當地信,正如你於洗禮時由聖教會所領受,並遵守祂的誡命。如此行,你必得救。若有人問你,就說:「請原諒我,聖父們,這超出我所知。」

**128.** 凡神所不要求於你者,勿好奇探究;如我上述,當以宣認真道為滿足,切勿對其他事物好奇。

**129.**當你同平信徒一齊嘅時候,佢哋開始講無謂嘅閒話,如果你冇特別需要,就走開;但如果真係有需要,就轉念去自己嘅禱告,唔好去定罪佢哋,而要承認自己嘅軟弱。 – 不過,如果佢哋對你態度良好,而你知道佢哋願意聽上帝嘅話,就試下將呢啲閒聊變成有意義嘅事──講吓聖人嘅生平畀佢哋聽。

**130.** 當你嘅任何熟人堅持異端嘅臆測,就勸佢認識真信仰,但唔好同佢爭辯,亦唔好想聽佢嘅臆測,免得畀佢嘅毒素感染。 如果佢想聽真道,就引導佢去睇聖父哋嘅著作,喺基督裏面對佢有幫助。咁樣你就可以照神嘅旨意幫助佢,又唔會害自己。但如果經過一次兩次嘅勸告之後,佢仍然唔改,就照使徒嘅話*「要遠離佢」*(提多書3:10)。

**131.**「我嘅良心話我唔好太頻密離開屋企,但係禮拜日又喺星期內有幾次禮拜儀式,我應唔應該去?定係留喺屋企專心禱告好?」 – 如果你知道當你出門時,所遇到嘅人會對你有害,咁你就唔好太常出去,就算係去禮拜都一樣,只係偶爾先去;因為沉默可以令你免於好多咀惡。

**132.** 「不過,如果我出於自身需要,或者為了先人,必須離開屋企,咁喺呢種情況下,如果我唔去教堂,唔會令我良心感到好重負咩?」 – 如果你因必要或按長老的命令必須離開,就當敬畏上帝地處理你的事務,並無須擔心錯過聚會;但 ,就返回家,並在家中反思你的罪過。 但如果你係因為懶散或者心散先出門,咁就最好去教堂做禮拜,唔好畀心思打轉,要專注喺自己身上。

**133.** 「係咪夜晚去教堂通宵祈禱好,定係喺屋企盡力守夜好?」──喺屋企守夜好,因為教堂入面成日有閒聊。

**134.**「一個念頭向我顯示我所需要嘅資源不足,暗示我無法供養屋企──而由此悲傷就向我襲來。」──呢就係各種嘅憂愁。如果我哋對上帝有盼望,祂自己就會按祂嘅旨意引領我哋。 所以,*要「將你嘅憂慮卸畀主」*(詩篇54:23),佢有足夠能力,可以畀你同屋企人一切所需,令你冇憂慮同悲傷。對佢講:*「照你嘅旨意成就」*,佢就唔會令你留喺憂慮同悲傷中。

**135.** 「當我做咗一件唔義嘅事,然後又補救咗,我嘅心就自鳴得意,好似我做咗件好事;咁我應該點同佢講呢?」 – 對佢講:冇咗上帝,我哋乜都做唔到,正如佢自己講:*「離咗我,你哋乜都做唔到。」*(約翰福音15:5)。使徒又話:*「你哋有咩係冇從上帝領受㗎?」 但你既然是領受的,你憑甚麼自誇,好似自己未曾領受過一樣?」*(林前4:7)。所以,如果連行善都不可自誇,我們更不可在遠離惡事上自誇。以自己不犯罪為榮,實在是極大的愚蠢。

**136.** 「每樣食物都有天然嘅甜味:難道唔會害食嗰個人咩?」──主上帝賜咗甜味畀各種食物,只要懷住感恩嘅心去接受,就唔會有害。不過,我哋要時刻提防上癮,因為佢對靈魂有傷害。

**137.** 「做任何事,例如我正喺興建建築物或者做其他嘢,如果可以令工程整得乾淨整齊,咁做唔係啱啲?」 —— 為咗達到原本嘅用途,將一樣嘢整到整齊美觀係冇問題嘅,但要唔好執著;因為主喜悅一切純淨嘅事物。 但如果你發現自己對一樣嘢有咗鍾意,就要記住佢嘅結局——佢會腐朽——咁你就會平靜;因為冇一樣嘢可以永遠保持同一狀態,所有嘢都係短暫同變幻莫測。

# 可敬的阿爸多羅修斯

## *關於佢嘅簡短記載*

多羅修長老活躍於六世紀末至七世紀初。他青年時期曾勤力研習世俗學問。完成學業後,他曾於祖國生活一段時間,地點可能在阿什基隆或加沙,離塞里德長老的修道院不遠。他相當富有。 佢好快就同偉大嘅長老巴爾撒奴菲奧斯同約翰接觸,佢哋嘅教導令佢決定拋棄一切,喺佢哋居住嘅阿爸·塞里德修道院落髮受戒。 喺佢哋嘅指導下,佢接受咗修道訓練,但主要係由長老約翰指導,同時佢亦執行修院院長分配畀佢嘅職務,先後負責管理客房同醫務室。喺呢段服務期間,佢成為聖多西修嘅導師。阿爸·塞里達同長老聖若望過身之後,佢哋嘅共同導師——大巴爾撒奴斐——完全退返去自己嘅小房,多羅西奧神父就離開咗阿爸·塞里達嘅團體,做咗另一間修院嘅院長。佢對徒弟講嘅教導,好可能就係喺呢段時間。 呢廿一則教誨,連同幾封書信,就係我哋由呢位聖父著作中遺留嚟嘅全部遺產。佢嘅教導之光唔單止喺修道院社群中散開,更喺基督徒之間遠遠遙遙地流傳開去。據信佢嘅離世大約喺620年左右,佢嘅紀念日係6月5號。

## 苦行指引

(按次序節錄)

**1.** 上帝喺祂嘅善意中,賜咗啲命令畀我哋,好潔淨我哋,咁如果我哋願意,就可以透過遵守呢啲命令,唔單止得潔淨罪過,連情慾本身都得潔淨。因為情慾係一樣嘢,罪過係另一樣嘢。 情慾包括:忿怒、虛榮、貪享樂、仇恨、邪念等等。至於罪過,則係將情慾付諸實行嘅刻;就係話, 會用身體去做情慾推動佢做嘅嘢,因為人有情慾,唔一定會全部都付諸行動。

**2.** 舊約律法係用嚟教導我哋,唔好做自己唔想受嘅事;所以佢只係禁止我哋行惡。但而家(喺新約時代),我哋就要根除推動我哋行惡嘅本身情慾——仇恨本身、慾望本身、好名心本身,同其他類似嘅情慾。

**3.** 聽主講:*「要向我學,因為我心裏柔和謙卑,你心靈就必得享安息。」*(馬太福音11:29)喺呢度,佢揭示咗一切邪惡嘅根源同埋解決方法——同時亦係一切美好事物嘅源頭; 佢清楚顯示,自高自大令我哋跌入卑微,而憐憫只可透過其對立面——謙卑——先能獲得。——點解我哋要受呢啲悲傷?唔係因為驕傲咩?人本係處於各種喜樂之中,並喺伊甸園。但佢被吩咐唔好做一件事,佢偏偏去做。你睇到驕傲未?你睇吓呢個不順服(驕傲嘅女兒)?– 於是上帝話:人唔能夠享受任何一絲喜悅;如果佢冇經歷過不幸,佢會走得更遠,甚至完全滅亡;如果佢唔知道悲傷同勞苦係乜,佢亦唔會知道喜悅同平安係乜;– 於是上帝將佢逐出伊甸園。 – 喺度,佢被留喺自己嘅自愛同自己嘅意志度,等佢哋打碎佢嘅骨頭,透過呢個,佢先學識唔跟從自己,而係跟從上帝嘅誡命;連不順服嘅痛苦,都教曉佢順服嘅福樂。正如先知所言: *「你背叛的事要教訓你一課」*(耶利米書2:19)。——而今,上帝的慈愛亦呼召:*「凡勞苦擔重擔的人,可以到我跟前,我就使你們得安息」*(馬太福音11:28)。 就好似話:你哋已經勞碌受苦,又經歷咗不順服嘅惡果;而家就返轉頭,用謙卑嚟重新振作,唔好再用你哋嗰份驕傲去害死自己。 *「要向我學,因為我心裡柔和謙卑,你哋心靈就必得享安息。」*(馬太福音11:29)

**4.** 阿爸馬可說:沒有心靈的痛悔,就無法從罪惡中得釋放,也無法獲得美德。透過心靈的痛悔,人就會順服誡命,從罪惡中得釋放,獲得美德——然後進入他的安息。

**5.** 一些愛神嘅人,透過聖洗禮結束咗情慾嘅運作,就渴望征服情慾本身,成為無情慾;呢啲就包括聖安東尼、聖巴科米烏斯同其他承載神嘅長老。 佢哋立志*「要潔淨自己,脫離一切肉體和屬靈的污穢」*(林後7:1)。 但佢哋知道,喺世上生活嘅時候,要做到呢點唔容易,所以就創立咗自己獨特嘅生活方式——一種同世隔絕嘅隱居生活,開始逃離塵世,去沙漠生活,以禁食同通宵禱告為生,棲身於露天之下, 並忍受各種艱苦,完全拋棄祖國、親人、田地同財產。

**6.** 佢哋唔單止遵守誡命,仲向神獻上禮物。誡命係畀所有基督徒嘅,每個基督徒都有責任遵守。呢啲就好似世上向君王進貢嗰種 tribute。 但就好似世上有啲偉大而高尚嘅人,佢哋唔單止向君王進貢,仲會送禮物畀佢——因此獲得咗特別嘅榮譽、獎賞同殊榮: 同樣地,教父們不但透過遵守誡命向神進貢,更向祂獻上禮物──童貞和無私,這些並非誡命,而是出自自由意志的行為:關於前者,經上說:*「凡能領受的,就領受吧!」*(馬太福音19:12);關於後者: *「如果你要完全……就賣掉你嘅所有財產,分畀窮人」*(瑪竇福音19:21)。

**7.** 他們為自己釘死了世界,然後又致力於將自己釘死於世界,效法使徒所說:*「世人已經與我同釘十字架,我亦與世人同釘十字架。」*(加拉太書 6:15)。 因為當一個人放棄世界,成為修道士──拋棄父母、財產,以及一切世俗事務和憂慮──他便在自己身上將世界釘了十字架。 當一個人擺脫了外在事物,又與肉體的慾望、對事物的需求,以及自己的私慾對抗,並將情慾置於死地時,他便將自己釘死在十字架上,向世界而死──並可大膽地隨使徒說:*「世界已經釘在了十字架上,我亦向世界而死。」*

**8.** 我哋嘅祖師,既將世界釘喺自己身上,亦將自己釘喺世界之上,全心投入苦行。至於我哋,雖然似乎因離開塵世、入咗道場,而將世界釘喺自己身上; 然而,我們卻不願意將自己對世界的愛好捨棄,因為我們仍然鍾情於它的享樂,仍然對它抱有執著,同情它的榮耀,並且在我們裡面保留了對飲食、服飾及其他虛浮之物的情慾。 然而,我哋唔可以咁做;就好似我哋拋棄咗世界同佢嘅所有物,我哋亦都要拋棄對嗰啲嘢嘅執着。

**9.** 我哋已經離開咗塵世;咁我哋亦都應該放低對塵世嘅執着。因為執着會再次將我哋綑綁喺塵世,令我哋同塵世結合,就算係對啲瑣碎、普通同冇價值嘅事物都一樣。 但如果我哋想徹底改變自己,擺脫執着,就要學識斬斷自己嘅慾望──無論所涉及嘅事物幾微不足道。因為冇乜嘢比克制自己嘅慾望更能帶畀人好處;事實上,一個人由此獲得嘅利益,勝過任何其他美德。 同時,呢種壓制自己嘅意志同慾望可以係每一刻都進行。譬如一個人行緊路,一個念頭話佢:「望吓呢邊同嗰邊啦」,但佢壓制住呢個慾望,就冇望。 佢行過路,見到有人傾計;心入面有個聲音話:「同佢哋講兩句啦」,但佢就壓制咗呢個慾望,冇出聲。佢行到廚房,有個聲音話:「入去問吓廚師整緊咩嘢食啦」,但佢又壓制咗呢個慾望,冇入去,如此類推。 — 就係咁樣壓抑佢嘅慾望,佢習慣咗,由細微嘅事開始,慢慢連重大嘅事都唔費力、好平靜咁壓得住;最後佢連自己嘅意志都冇晒,無論發生乜嘢,都依然好鎮定。 因此,透過斬斷自己的意志,就能獲得公允;而憑着公允,加上上帝的幫助,就能升到完善的無情欲境界。

**10.** 有一位長老說:「凡事都要有謙卑。」他為什麼要說這話?──他為什麼不說,凡事都要有自制呢?因為使徒說:*「凡是參加比賽的人都節制自己,好得勝。」*(林前9:25)或者他為什麼不說,凡事都要敬畏神呢? 因為聖經上寫住:*「敬畏上主,是智慧的開端。」*(箴言1:7)點解佢又唔講,最緊要係施捨,或者信心呢? 因為經上說:*「罪惡可以得贖,是因施捨和信心。」*(箴言15:27),又說:*「人非有信,就不能得神的喜悅。」*(希伯來書11:6)。那麼,既然他把這些如此必要的事都放一邊,只強調謙卑,這是為什麼呢? 長老藉此顯示給我們,無論是敬畏神、施捨、信心、自制,還是其他任何美德,都離不開謙卑。因為正是在謙卑中,仇敵和對頭的全部利箭都被折斷。 所有聖徒都行在其道,並藉着其勞苦。詩篇作者呼喊道:*「神啊,求你察看我的卑微和勞苦,赦免我一切的罪。」*又說:*「我自卑,主就搭救我。」*(詩篇24:18;114:6)。

**11.** 同一位長老說:謙卑的人不向任何人發怒,也不會激怒任何人。謙卑能將上帝的恩典吸引到靈魂裏;當上帝的恩典臨到,就將靈魂從這兩種可悲的激情中拯救出來。因為,有咩比對鄰舍發怒,並激怒他,更可悲呢? ──但我係咪話謙卑只會令我哋脫離呢兩種情慾?其實佢會令靈魂脫離一切情慾同一切試探。

**12.** 當聖安東尼見到魔鬼的各種陷阱都鋪展在面前,嘆息著問上帝:「那誰能逃脫呢?」上帝答他:「謙卑能逃脫。」更令人驚訝的是,又補充道:「它們連碰都碰不到他。」 你睇到呢種美德嘅力量未?真係,冇嘢比謙卑更強;冇嘢可以戰勝佢。 如果慚愧者遇到可悲嘅事,佢會即刻怪自己,承認自己活該──唔會責怪或者怪罪任何人。咁樣,佢就可以平靜、無憂、無悲傷咁承受所發生嘅一切;因此佢唔會對任何人發脾氣,亦唔會激怒任何人。

**13.** 謙卑有兩種,正如驕傲有兩種。*「第一種驕傲」*是當一個人責備、定罪並貶低弟兄,視他如無物,同時自以為高人一等。 如果呢種人唔快啲醒返嚟,唔努力改過,就會慢慢墮入*「第二種驕傲」*,即係對上帝本身嘅驕傲,將自己嘅所作所為同美德歸功於自己,而唔係歸功於上帝,好似係靠自己嘅努力

、知識同聰明才智做到嘅,唔係靠上帝幫手。　由此可見,兩種謙卑的分別。所謂*「第一種」*謙卑,在於視弟兄為比自己更智慧、在各方面都勝過自己──或者視自己為低於眾人。然而,*「第二種」*謙卑,則在於將自己的所作所為歸功於上帝。而這,正是聖徒們的完美謙卑。

**14.** 完美嘅謙卑係由遵守誡命而產生。當樹上結滿果實時,果實本身就會壓低枝條,令佢哋低垂;相反,一枝冇果實嘅枝條就會向上伸展,直直向上生長。　不過,有啲樹(例如檸檬樹)雖然開花但唔結果,反而枝頭會向上伸;但如果有人拎塊石頭,綁喺枝上向下彎,佢就會結果。同樣,當靈魂謙卑嗰陣,就會結果,而且愈多結果,就愈謙卑。 因此,聖徒愈接近上帝,就愈覺得自己係罪人。好似亞伯拉罕,當佢見到主嘅時候,就自稱係*「塵土同灰」*(創世記18:27)。 以賽亞看見神崇高威嚴的榮耀,就喊道:*「禍哉!我滅亡了!因為我係個污穢人。」*(以賽亞書6:5)。

**15.** 除非人親身經歷,否則無人可以用言語形容何謂謙卑,或者謙卑係點樣喺靈魂入面產生。單憑言語,人學唔到呢件事。　有一次,阿爸佐西瑪正講到謙卑(愈是聖潔的人,愈是謙卑),當時在場的一位辯士問他:「你難道不知道自己擁有美德嗎?畢竟,你遵守誡命,那你又是如何一邊行誡命,一邊認為自己是罪人呢?」 長老答唔到佢,只得講:「我唔知同你講乜,但我真係覺得自己係罪人。」當嗰位辯士繼續追問:「點解?」──長老只係答:「我唔知點解;但我真係咁樣覺得。」 「唔好煩我。」於是有一次,阿巴·阿加通行將就木,弟兄們對佢講:「阿爸,你都驚呀?」佢就答:「我盡我所能,勉強自己遵守誡命,但我只係人,我點知我嘅所作所為能唔能討神喜悅?因為神嘅審判同人嘅審判係兩回事。」

**16.** 至於能引致謙卑的,一位長老如此說:「謙卑的途徑,是透過明智地進行身體勞動,並自認低人一等,以及不斷向上帝禱告。」 — 體力勞動令靈魂謙卑,因為靈魂與肉身同感,分享肉身內發生嘅一切。就好似體力勞動令肉身謙卑一樣,靈魂都會同佢一齊謙卑。　將自己視為低人一等,係謙卑嘅一個明顯特徵,而喺呢方面不斷操練自己,自然會根除謙卑,並消除我哋所講嘅第一種驕傲。因為,一個將自己視為低人一等嘅人,又點可以喺人面前自誇,或者責備、羞辱人呢? 同樣地,不斷禱告明顯地與第二種驕傲相反。因為,知道自己冇上帝嘅幫助就做唔到任何美德,所以從唔停止向上帝祈求祂賜恩給自己,呢個人就顯然傾向於謙卑。　點解一個不斷禱告嘅人,就算佢做咗啲嘢被認為配得上,都唔會因此而自大,因為佢知道自己係點樣做到嘅?佢唔會將呢啲歸功於自己嘅力量,反而會將所有成功歸於上帝,時刻感謝祂、呼求祂,驚自己會失去呢份幫助。　所以,佢以謙卑嘅態度禱告,亦因禱告而更加謙卑;佢嘅美德愈有進展,就愈加謙卑;而愈加謙卑,就愈得幫助,並喺謙卑上愈有進步。

**17.** 當神創造人嘅時候,佢喺人裏面注入咗一樣神聖嘅嘢──一個好似火花咁嘅念頭,同時擁有光同暖──呢個念頭啟發人心,畀佢知道乜嘢係善、乜嘢係惡。呢個就叫良知──亦都係自然律。 跟從呢條律法──良心──就算喺有文字律法之前,眾先祖同所有聖徒都因此蒙神悅納。 但係,當人因犯罪墮落而壓抑同踐踏自己嘅良心時,書面律法、聖先知,以至我哋主耶穌基督嘅降臨,就變得必要──祂嚟揭示同恢復良心,好等嗰被熄滅嘅火花,能夠透過遵守祂神聖嘅誡命而重新點燃。

**18.** 而家就睇我哋係咪順服,要麼再次窒息佢,要麼就任由佢喺我哋心入面發光,照亮我哋。 當我哋嘅良心叫我哋做嘢,而我哋卻無理佢──當佢再次對我哋講,我哋又唔肯行,反而繼續踐踏佢;咁我哋就扼殺咗佢──因為被壓得喘唔過氣,佢再無法清楚咁對我哋講嘢,反而好似一盞燈從良心背後照出嚟,開始顯示畀我哋愈嚟愈黑暗嘅嘢。 就好似污水渾濁,無人可以認得自己嘅面;同樣,因為罪惡,我哋聽唔到良心嘅聲音──以至於我哋好似根本冇良心。

**19.** 良心被稱為對頭,因為它總是一直抵抗我們的惡意,提醒我們本當做而未做的事;如果我們做了一些不當做的事,它就定我們的罪。 正因如此,主稱之為「對頭」,並吩咐我們:*「你同對頭喺路上,趕快同佢和好」*(馬太福音5:25)。聖大巴色所言,即係指喺呢個世界。

**20.** 所以,我哋喺呢個世界嘅時候,要守住我哋嘅良心;唔好畀佢責備我哋有任何不義;喺任何事上,就算係最微小嘅事,都唔好踐踏佢。　要留意,因為忽略呢件細微而且本質上微不足道嘅事,就會連大事都忽略。如果有人開始講:「我食呢啲小食有咩所謂?我睇呢樣嘢或者嗰樣嘢有咩所謂?」咁由呢度就會: 「呢樣嘢有咩所謂,嗰樣嘢有咩所謂」──佢就陷入咗一個邪惡嘅習慣,開始藐視偉大同重要嘅事物,踐踏佢嘅良心;咁樣,佢喺罪惡中變得麻木不仁,就會有機會完全失去敏感度。

**21.** 人要喺對神、對人,同對事物嘅關係上,都保持住自己嘅良心。──對神嚟講,人係透過唔違背祂嘅誡命嚟保持良心;就算喺人唔見到、無人向我哋要求嘅細微事上,都要喺暗中對神保持良心。 – 對待鄰舍時要保持良心清白,就意味住絕對唔可以做任何嘢,無論係行為、言語、外表定目光,都知道會

冒犯或者誘惑到鄰舍。 – 對物質保持清明嘅良心,就係唔可以虐待任何物件,唔可以令佢受損,亦唔可以冇必要就棄置佢。 – 在這些方面,人要保持良心純潔無瑕,免得陷入主自己所警告我們的麻煩(馬太福音5:26)。

**22.** 聖若望說:*「成全的愛就趕出恐懼。」*(若望一書4:18) 但聖先知大衛又點解會講:*「凡池嘅聖者,都要敬畏上主」*(詩篇33:10)?呢就顯示敬畏有兩種:一種係初步嘅,另一種係完美嘅──前者係初學者嘅特徵,後者係已經達到完美愛德程度嘅聖徒所具備嘅。 凡因懼怕刑罰而行神旨意嘅,仍然係初學者;但凡因愛神──為咗取悅神而行神旨意嘅,就畀呢種愛引到完美嘅敬畏,喺嘗過與神同在嘅甘甜之後,佢就怕跌倒,怕失去呢份甘甜。 而正正就係呢種由愛而產生嘅完美敬畏,先至可以驅走最初嗰種敬畏。

**23.** 除非先獲得最初的敬畏,否則無法達到完善的敬畏。智慧的西拉赫說:*「敬畏上主是起頭,也是終結。」*(西拉赫1:15, 18) 「開始」係指最初嘅恐懼,之後先到聖徒嗰種完美嘅恐懼。最初嘅恐懼係一種屬靈狀態嘅特徵。佢保護靈魂免於任何跌倒;因為經上話:*「因敬畏耶和華,人遠離惡事。」*(箴言15:27) 但凡因為懼怕刑罰而遠離罪惡,好似奴僕驚主人咁,佢逐漸就會自願行善──起初好似受傭人,希望憑好行為攞到獎賞。 但如果佢繼續咁樣──出於恐懼好似奴僕咁避惡,又好似傭人咁為咗獎賞行善;然後,藉住神嘅恩典持續行善,並按此程度同神合一,佢最終會對善產生味覺,明白到真正嘅善係乜嘢──亦唔再想同佢分開。 然後佢就達到做人子嘅尊嚴,並且因為善本身而去愛善──雖然佢仍然有恐懼,但係因為佢有愛。呢種就係偉大而完美嘅敬畏。

**24.** 呢個逐步嘅過程,亦都由大先知大衛喺以下經文入面描述:*「離惡行善,尋索平安,極力追求。」*(詩篇33:15)。 *「『轉離』,」*佢咁講,係指*「邪惡」*,即係要避免一切邪惡;轉離每一個會導致罪惡嘅行為。 但講完呢句之後,佢冇停低,又加咗一句:*「做好事」*。因為有啲人唔做壞事,但亦唔做好事;例如佢哋唔害人,但都冇憐憫心,或者佢哋唔憎人,但都唔愛人。 講完呢句之後,佢繼續邏輯性地講:*「尋求和平,並致力追求。」*佢冇淨係講*「尋求」*,而係講「要刻苦努力去追求,先至可以達到。」──要用你嘅心仔細留意呢啲說話,並留意聖人所觀察到嘅微妙之處。 ──當一個人蒙恩轉離罪惡,並在上帝的幫助下勤行善事時,仇敵的攻擊就會即刻向他興起──他努力奮鬥、勞苦憂愁,有時如奴僕般恐懼自己會重返罪惡,有時又如傭人般盼望自己善行的報酬。 但係當佢忍受住敵人嘅攻擊、同佢作戰同抵抗佢;受呢啲衝動驅使,雖然佢做好事,但係做嗰啲嘢時帶住好大嘅悲傷同好大嘅勞苦。 然而,當佢得神幫助,喺行善方面略有長進嘅時候,佢就見到和平,感受到和平,明白到呢場痛苦掙扎嘅意義,同埋和平嘅喜樂係點。——只有到嗰時,佢先開始尋求和平,竭力追求,務求得著、完全擁有,並喺自己心裏建立起和平。凡達到此境界者,最終得以嘗到和平之子嘅福氣(馬太福音5:9)。──由呢刻起,有邊個可以說服呢個靈魂,用除咗享受呢份善本身之外嘅任何理由去做善事?就係喺嗰時,呢個人先至真正認識到完美嘅敬畏。

**25.** 教父們說,一個人若時時把死亡和來生的折磨銘記在心──若每晚檢討自己當日如何度過,每朝則檢視自己如何渡過夜晚──若不自大,最後,若與敬畏上帝的人保持親密交通,就能獲得對上帝的敬畏。 因為有一次,有位兄弟問一位長老:「爸爸,我應該點做先至可以敬畏上帝?」長老答佢:「你去同一個敬畏上帝嘅人一齊生活──就因為佢敬畏上帝,佢都會教識你點樣敬畏上帝。」 – 我哋就係透過做啲完全相反嘅事,將對上帝嘅敬畏從自己心裏趕走:我哋唔會記得死亡,亦唔會記得刑罰;我哋唔理自己,唔去檢視自己點樣度過時間;反而我哋隨便度日,同啲唔敬畏上帝嘅人打交道──結果就變得自大狂妄。 而呢最後一點最為可惡:佢係徹底嘅毀滅;因為冇嘢比放肆更 咁樣將上帝嘅恐懼逐出靈魂。 阿爸阿加通有一次被問到這件事,他說:「放蕩不羈就好似一股又強又熾熱的風,當它吹起時,人人逃得遠遠的,而且還把樹上所有的果實都吹得枯萎。」──願神將我們從這股毀滅一切的激情──放蕩不羈──中拯救出來。

**26.** 妄自尊大有好多種形式:可以係言語、動作,甚至眼神入面都流露得出。因為妄自尊大,有啲人就開始閒話家常、講世俗嘢、做啲好荒謬嘅事,仲引誘人哋大笑。 無禮亦包括冇必要時觸碰他人、向笑住嘅人伸出手、推人、從人手上搶嘢,或者厚面皮咁死死咁盯住人:呢啲都係無禮嘅行為;呢啲都源於心靈入面冇對上帝嘅敬畏──由此,人就會逐漸墮落到完全唔在乎嘅地步。 – 正因如此,神在頒布律法誡命時,纔說:*「以色列人要存敬畏的心。」*(利未記15:31);因為冇咗敬畏同慚愧之心,人連神都唔

會尊敬,亦守唔到半條誡命。 因為冇嘢比大膽更有害──正正就係佢係一切情慾嘅母體,驅逐敬畏,將對上帝嘅恐懼逐出靈魂,並引發大意。

**27.** 阿爸約翰,係阿爸巴爾散奴斐嘅門徒,佢有個習慣,每次送別嚟探訪佢嘅弟兄時,都會重複講以下四句說話──有時講一句,有時講另一句──:「對鄰舍保持良心清白,謙卑就由此而生; – 切勿將自己嘅意志高於兄弟嘅意志;– 遠離一切屬人嘅事物,你就會得救;– *「彼此擔起重擔,如此就成就咗基督嘅律法」* (加拉太書6:2)。 每次佢都會先用啲字做開場白,好似:「我曾經講過,兄弟──願上帝保守愛──先賢話」,跟住先加埋自己嘅一句說話。

**28.** 無論你遇到任何任務,即使再重要、再需要小心謹慎,我都唔想你帶住遲疑或混亂去執行;你要相信,你所承擔嘅每項任務──無論大或細──都係追求目標嘅八分之一,為咗保持冷靜,就算因此未能完成任務, 係七八分。所以,如果你承擔咗一件事,想完全同徹底咁完成,就要唔單止去做嗰件事──正如我講過,嗰只係想要結果嘅一八分──而係同時要保住自己毫髮無傷,嗰就係七八分。 但係,如果你為咗完成你嘅職責,爭論嘅時候失控,傷害咗自己或者對方,咁你就唔好為咗保住一八分,而犧牲咗七八分。

**29.** 智慧的所羅門在箴言中說:*「沒有異象,民就任意放縱;律法多有幫助,民就昌盛。」* (箴言11:14) 你睇吓聖經教我哋啲乜嘢?佢勸勉我哋唔好靠自己,唔好以為自己無所不知,唔好以為自己可以自理,因為我哋需要幫助;我哋需要照神嘅旨意教導我哋嘅人。 冇人喺神嘅道路上引路嘅人,冇人比佢哋更可憐、更接近滅亡。嗰句說話「冇指引嘅人好似樹葉咁跌落嚟」係乜意思?──一片樹葉起初永遠都係青翠、繁茂同靚麗,但之後就逐漸枯萎、飄落,最後畀人踐踏。 同樣,一個人如果放任自己,一開始總會熱衷於禁食、守夜、默靜、服從和其他美德; 但係呢份熱誠逐漸減退;因為冇人教導佢、支持佢,或者重新點燃佢心入面嘅熱誠,佢就無聲無息咁枯萎、跌落谷底,最後淪為敵人嘅奴僕,任由敵人想點就點。

**30.** 至於嗰啲將自己嘅思想同行為都攤晒出嚟,凡事都經過商量先做嘅人,智者就話:*「多數人嘅意見先至係救恩。」* 佢冇講「眾人嘅意見」──意思唔係要同每個人都傾計──而係講要對所有事都請教──當然係同我哋有信心嘅人傾,唔好講一套做一套,要將一切攤晒出嚟,就所有事都請教意見;對於呢種人,真嘅得救*就喺「眾人嘅意見」*入面。

**31.** 當我哋唔敞開自己嘅心思意念,亦唔向有經驗嘅人求教,就會執著自己嘅意志,跟從自己嘅辯解(即係我哋自己認為啱嘅嘢)。咁樣,雖然表面上做緊好事,其實就係自己設下陷阱,無知咁就滅亡咗。因為如果我哋信靠自己,執著自己嘅意志,又點能夠明白上帝嘅旨意,或者完全向佢臣服呢?──就係因為咁,阿爸皮門先話:「我哋嘅意志係人同上帝之間嘅銅牆鐵壁。」

**32.** 凡信靠自己才智、順從自己意志的人,仇敵就隨心所欲地設下陷阱。但凡凡事都憑著謀略行事的人,仇敵就無法靠近。正因如此,仇敵憎恨一切對他們的問題和教導 ;他憎恨那聲音,憎恨那聲音的響聲。 我講吓點解?──因為佢知道一旦人開始發問同講啲有幫助嘅嘢,佢嘅惡意就會即刻被揭穿。佢最怕就係畀人認出,因為咁佢就唔再可以隨心所欲咁搞事。 當一個人向有經驗者求教並接受建議:「做呢件事,但唔好做嗰件事」,或者:「而家唔係做呢件事嘅時候」,又或者喺其他時候:「而家就係做呢件事嘅時候」; 咁魔鬼就搵唔到方法去害佢或者打倒佢,因為佢總係求教於人,並從各方面保護自己──如此,*「救恩在於多方謀議」* 呢句諺語就喺佢身上應驗咗。

**33.** 仇敵鍾意嗰啲靠自己理智嘅人,因為佢哋幫咗佢,又自己編織陷阱。我唔知有咩其他原因會令和尚跌落谷底,就係佢信自己嘅心。 有人話一個人會跌係因為呢樣嗰樣;但我唔知有其他跌落谷底嘅原因,除咗人跟從自己嘅意志。如果你見到有人跌咗,就知佢係跟從自己嘅意志。冇嘢比呢樣更危險、更毀滅性。

**34.** 我一向同你哋講,就係因為細微嘅放縱,先令我哋犯上嚴重嘅罪行。 有咩比論斷人更可悲?有咩係神咁憎惡,以至佢會轉頭避開?然而人就係由睇似微不足道嘅事跌入咁大嘅惡──就係容許自己對人有丁點嘅冒犯。因為一旦容許咗呢樣,心就會開始忽略自己嘅罪,反而留意到人嘅罪。 由呢種習慣,就會衍生出閒話、責罵、誣衊──最後甚至係毀滅性嘅定罪。但冇嘢比責罵、誣衊同定罪鄰舍更能惹怒上帝,亦冇嘢能咁樣剝奪人嘅恩典,並將人帶向滅亡。

**35.** 說人壞話是一回事,定罪或貶低人又是另一回事。說人壞話,意思就係講:「某人講大話,或者通姦,或者發嬲,或者做咗其他唔啱嘅事。」 呢個人就係誣衊弟兄,即係對佢嘅罪行大肆渲染。但係定

罪就係話:'某人係個說謊者、淫亂者,或者暴躁易怒嘅人!'呢個人就係已經定罪咗佢弟兄嘅本性,用一句話就斷定佢一生係點樣,並且就係咁定罪佢;而呢樣係一件好嚴重嘅過犯。

**36.** 法利賽人喺禱告同感謝上帝佢嘅美德嗰陣,佢冇講大話,只係講真話,亦因此冇畀人定罪;因為我哋喺行任何善事嘅時候,都應該感謝上帝,因為祂喺其中幫助同支持咗我哋。 佢因為呢件事唔係被定罪,亦唔係因為講*「我唔似其他男人」*。但當佢轉頭望向稅吏,講*「或者似呢個稅吏」*嗰陣,佢就自己因為定罪他人而招致定罪。因為佢定罪咗嗰個人本身、佢靈魂嘅狀態,同埋佢整個人生。 所以稅吏反而比嗰個人得著稱義而出(路加福音18:11)。

**37.** 只有上帝先有資格稱義或定罪,因為祂知道每一個人的心性,以及他們的力量、志向和恩賜,他們的體格和能力──並且根據這些,祂公義地稱每個人為義或定罪。除了一切的創造者、全知者之外,又有誰能真正知道這些呢?

**38.** 有時我哋唔止定罪,仲要羞辱人;因為定罪同羞辱係有分別。羞辱係當一個人唔止定罪,仲輕視另一個人──憎惡佢,避開佢,好似避開污穢嘢咁:呢種做法比定罪更嚴重,破壞力更大。

**39.** 凡想得救嘅人,就唔會理會鄰舍嘅過失,而係時刻檢視自己,並因此而興旺。就好似有個人,見到兄弟犯罪,就嘆咗口氣,講:「哀哉!正如佢今日犯罪,我明日都會犯罪。」 你睇吓呢個靈魂有幾咁有智慧?佢點即刻搵到方法唔去定罪佢兄弟?因為佢講「到我,我聽日都會咁做」,就喺自己心入面種咗驚同擔心,擔心自己好快都會犯罪——咁就避開咗定罪佢鄰舍。 而且,佢唔止於此,仲投身喺佢腳前,講:「呢個人會為佢嘅罪行懺悔,但我唔會如應有咁懺悔;我唔會得着懺悔;我冇能力去懺悔。」你睇到神聖靈魂嘅啟示未?

**40.** 往往因為定罪嘅毒,已經喺我哋心靈溢晒出嚟,就想再向其他人潑出去。所以,當我哋遇到另一個同弟兄,佢同人人都和睦相處,我哋就急急忙忙同佢講:「有咩咩事發生喇!」──咁樣就喺佢心入面種咗定罪呢個罪。 我哋唔驚*「哀哉,那用污濁之酒使鄰舍失路者」*(哈巴谷書2:15)呢句說話;但我哋卻行緊魔鬼嘅差事,仲毫無察覺。如果唔係魔鬼,仲有邊個鍾意令人生亂同害人? 於是我哋就淪為魔鬼嘅同夥,害人害己。點解會咁?因為我哋心入面冇愛。因為*「愛能遮蓋眾多罪過。」*(彼得前書4:8)

**41.** 聖徒不譴責罪人,也不會轉臉不理他,反而對他生出憐憫,為他憂傷,勸戒他,安慰他,好似醫治病肢一樣,並盡一切所能去拯救他。 – 當弟兄嚟到,驚慌失措咁對聖人阿蒙說:「你去睇吓,父啊,某個弟兄嘅房入面有冇個女人?」佢展現咗點樣嘅憐憫?知道嗰位弟兄喺桶底藏咗個女人,佢就走去坐喺桶上,然後命人搜查成間房。 佢哋冇搵到嘢,佢就對佢哋講:「願上帝赦免你哋。」咁樣佢令佢哋無地自容,同時又幫咗佢哋一個大忙,教佢哋唔好輕信對人嘅指控;佢又唔單止用虔誠嘅方式為嗰位兄弟遮羞,喺適當嘅時候仲教導佢。 因為佢送晒人走之後,就拉住佢隻手,同佢講:「兄弟,諗下你嘅靈魂啦!」──呢位兄弟即刻感到好羞愧,心生悔意,停止咗佢嘅罪行。 thus長老對人世嘅愛同憐憫對佢嘅靈魂帶嚟咗極大嘅好處。

**42.** 想像一個圓,圓心位於中央,由圓心向圓周延伸的半徑。這些半徑離圓心越遠,就越發散、彼此越遠;相反,越接近圓心,就越靠攏。 而家假設呢個圓係世界,圓心就係上帝,而由圓心到圓周,或者由圓周到圓心嘅直線(半徑),就係人嘅人生道路。喺呢度,同樣嘅原理都適用。 聖徒喺圓內向圓心行,想親近上帝,咁佢哋行得愈近,就愈接近上帝,亦愈接近彼此;而且,佢哋愈接近上帝,就愈接近彼此,愈接近彼此,就愈接近上帝。 ── 距離方面亦同理。當佢哋背棄上帝,向外轉時,就好明顯,佢哋愈遠離中心、愈遠離上帝,就愈遠離彼此──而佢哋愈遠離彼此,就愈遠離上帝。 愛嘅本性就係咁:但係,我哋越停留喺外面,唔去愛上帝,就越同鄰舍疏離。相反,如果我哋愛上帝,咁我哋因愛祂而親近上帝嘅程度,就係我哋同鄰舍喺愛中合一嘅程度;而我哋同鄰舍合一嘅程度,就係我哋同上帝合一嘅程度。

**43.** 點解有時人聽到侮辱嘅說話,完全唔理,毫不在意,好似冇聽到咁;但有時一聽到就即刻慌晒?點解會咁? 佢哋唔會亂陣,原因係:**首先**,有時一個人經過禱告或者一次好嘅靈性操練之後,心境良好,所以對兄弟嘅言行都能夠寬容,唔會因為佢嘅說話而亂陣; 又有人對某個人非常鍾意,所以就算對方對佢做咩,都唔會難過;亦有人對想侮辱佢嘅人感到輕蔑,根本唔把佢嘅侮辱當一回事。 ──但人往往為其相反者所困,或因自己心境不佳,或因對侮辱者懷有惡意,亦有其他種種原因。──然而,所有此等煩惱的根本原因,就在於我們不責備自己。

**44.** 阿爸皮門說:「凡是自我責備的人,無論走到哪裡,無論任何傷害、羞辱或其他的悲傷臨到他,他都已經認為自己配得上一切不愉快的事,因而從不憂慮。有甚嘢比這種狀態更無牽掛呢?」

**45.** 有人可能會話:如果兄弟得罪咗我,而我自我檢討後發現自己冇畀過佢任何理由,咁我點可以責怪自己呢? ── 其實,如果有人帶住敬畏上帝嘅心反省自己,就會發現無論係行為、言語定係外表,都已經有各種理由令到呢件事;如果而家證明唔到有呢啲原因,都一定係喺其他時候、喺呢件事或者其他事上得罪咗佢, 或者佢得罪咗另一個兄弟,本應該為此受苦——或者往往因為其他罪行。所以我講,如果有人帶住對上帝嘅敬畏檢視自己,並嚴謹審視自己嘅良心,佢一定會發現自己有罪,並責備自己。

**46.** 有人獨自靜坐,心境依然平靜。但後來有位兄弟前來,傾談時講咗幾句不中聽嘅說話,佢即刻就亂晒陣──之後仲埋怨:「如果佢冇嚟煩我,我就唔會犯罪啦。」 ──咁樣嘅推理真係荒謬!係邊個令佢講出嗰番說話,喺佢心入面種咗嗰種慾望?佢只不過將原本就喺佢心入面嘅嘢挖出嚟罷了;──而家佢唔好為佢兄弟而憂傷,而要為自己嘅慾望懺悔,責怪自己。 呢種人就好似外面睇落好似新鮮嘅麝,但入面已經發霉;一旦有人打開,就見到佢嘅腐爛。又好似一個乾淨嘅器皿,但入面充滿住惡臭同腐臭,當有人打開嗰陣,惡臭即刻撲面而來。 呢個人亦都咁樣,佢自以為 ,心裏面冇咩波動,完全唔知道自己心入面藏住嗰份激情;佢兄弟只係講咗一句說話,就將佢心入面嘅腐爛揭發晒。所以,如果佢想獲得寬恕,就要悔改,責備自己。只有行呢條路,佢先可以變得純潔同興旺。 佢亦都要多謝嗰位兄弟,因為佢為佢帶嚟咁大嘅利益。

**47.** 當靈魂犯罪時,就會被它耗竭;因為罪惡會削弱並耗盡投入其中的人,所以凡是臨到他身上的一切都令他感到沉重。但如果一個人行善並興旺,那麼隨着他的興旺,那曾經沉重的事物就變得容易起來。

**48.** 無論如何,我哋都要正視苦難。 無論有人賜予我哋恩典,定係我哋喺人手下受傷害,都要視之為試煉,並為一切臨到我哋身上嘅事感謝上帝,同時要責怪自己,心想:如果發生咗好事,就係上帝對我哋憐憫嘅眷顧;如果發生咗壞事,就係因為我哋嘅罪過。

**49.** 我哋真係可憐,每日都犯罪,放縱自己嘅慾望! 我哋離棄咗先人所指示嘅正路──即係自我責備嘅道路──而係行喺彎曲嘅路上,去責備人。每一個人喺每件事上都爭住將罪過推畀兄弟,將所有重擔都加佢身上;自己懶惰,連一條誡命都唔守,卻又要求人守齊所有誡命。

**50.** 嗰位長老喺被問到:「父啊,喺呢條路上你發現最重要嘅係乜嘢?」時,佢回答:「喺所有事上責備自己。」阿爸皮米恩都嘆咗口氣咁講:「所有美德都入咗呢間屋,但冇咗一樣美德,人就好難站得穩。」 「嗰個美德係乜嘢?」佢哋問佢。佢答:「就係人要責備自己。」聖安東尼又話:「喺神面前承擔自己嘅罪過,並且等到最後一口氣都唔放棄,呢件事係一件好偉大嘅行為。」 處處可見,我哋嘅長老得享平安,因為佢哋將一切──連最微小嘅事都包括喺內──託付畀上帝,並一直遵守一條規矩:凡事都責備自己。

**51.** 教父們說,出家人不應該發脾氣,也不應該侮辱任何人,而且:「能克服易怒的人,就已經克服了魔鬼;但被此種激情所征服的人,與修道生活完全無緣。」等等。 ──咁,我哋對自己又應該點講呢?我哋唔單止屈服於急躁同憤怒,仲心存怨恨。──我哋除咗喺呢種可憐又唔近人情嘅靈魂狀態下哀嘆,仲可以做啲乜嘢呢?──弟兄姊妹們,我哋要小心自己,並喺神嘅幫助下,努力擺脫呢種破壞性慾望嘅苦毒。

**52.** 弟兄之間往往會出現分歧同埋怨氣,但佢哋通常都好快就解決呢啲爭拗,和好如初。不過,有時就算已經低頭和好,仍然有人心裏對弟兄存有怨恨,暗中對佢有非議。 呢種就係怨恨──要好小心,免得自己被佢困住而滅亡。人嬲完之後即刻和好,就治好咗自己嘅忿怒,但未同怨恨抗爭,所以仍然對兄弟存有怨氣。 因為記恨、嬲氣、易嬲同埋混亂,其實係有分別㗎。為咗令你更易明白,我講個例子。whoever 先點起火,就拎粒細炭:呢粒炭就係嗰位冒犯咗你嘅兄弟講嘅說話。如果你唔再留住嗰句說話,就等於將炭粒熄咗。 但如果你心裏面咁諗:「佢點解要咁講?咁我就回佢講啲乜嘢;如果佢唔係想侮辱我,就唔會咁講──所以我都要侮辱返佢──肯定要㗎。」──咁你就好似生火咁,加咗幾條細枝,或者其他嘢,結果就生出煙嚟,而嗰啲煙就係動盪。 混亂就係嗰種令心思煩亂、激起心頭惱火嘅動盪。而惱火就係對造成悲傷嗰個人嘅報復性反抗,最終演變成無禮。正如蒙福嘅阿爸馬爾克所言:「由心思餵養嘅惡意令心頭惱火;但禱告卻能將佢置之死地。」 如果你當時把兄弟一句輕描淡寫嘅說話放上心,喺騷亂未起之前,就已經可以撲熄嗰粒細細嘅炭火。—不過就算咁,如果你願意,都可以趁佢仲新鮮,透過沉默、禱告,或者一次出自心底嘅鞠躬,輕易就撲熄佢。 但如果繼續「暗暗發熱」──即係用「人若如何,我就如何」之類嘅念頭去刺激同激動自己──咁你嘅心就會大火中燒,惱火嘅熱潮就會湧現。──如

果你願意,都可以喺憤怒真正掌握你之前,將佢撲滅。 但如果你繼續撩撥自己、刺激自己,就好似向火堆加柴,令火勢熊熊──呢就係憤怒。憤怒如果根深蒂固,就會變成怨恨,而人除非透過汗水同自我約束流血,否則無法擺脫。

**53.** 你而家已經聽咗乜嘢係最初嘅混亂、乜嘢係易怒、乜嘢係忿怒,同埋乜嘢係怨恨。 你睇吓,一個字點樣可以引致咁大嘅惡?如果當初你先自我責備,耐心忍受你兄弟嘅說話,冇去報復佢,亦冇用兩三句甚至五句去回覆,亦冇以惡報惡;咁你本可以從呢一切惡中得著解脫。 所以我同你講:要趁住你嘅慾望仲未生根、未喺你心入面紮根、未開始壓得你喘唔過氣之前,就即刻斬斷佢;因為到時你要因為佢哋而受好大痛苦。拔一棵細草同連根拔走一棵大樹,完全係兩回事。

**54.** 人對惡可以以惡報惡,唔單止用行動,仲可以用言語、用外貌、用手勢、用目光。有啲人以為自己其實冇以惡報惡,但原來佢哋係用言語、用外貌、用手勢或者用一瞥去報復;因為以上呢啲方式都可以得罪到兄弟──呢種都係以惡報惡。 另一個人卻不作任何報復──無論行動、言語、神色或手勢──但心裏對兄弟懷有怨恨,並為此憂鬱悲傷。 另一個人雖然對兄弟冇咩怨恨,但如果佢聽到有人用任何方式侮辱、責罵或者羞辱嗰個兄弟,然後仲因此而開心,咁佢心入面都係用惡報惡。 另一個人心裏冇惡意,聽到侮辱過佢嗰人受辱都唔會開心;事實上,如果嗰個人受辱,佢甚至會難過;但佢對對方嘅好運亦唔會高興──例如,當佢見到嗰個人受人讚賞同寵愛,佢都會難過;呢種亦都係一種怨恨,雖然係最輕微嘅一種。

**55.** 另一種人,如果有人得罪咗佢,雙方又互相鞠躬和好,佢就同嗰個人和平相處,心入面冇惡意;但係過咗一段時間,嗰個人又再講啲令佢難受嘅說話,佢就會諗起之前嗰件事,唔單止因為第二次嘅冒犯而煩惱,連第一次嘅都一齊諗起。 – 呢個就好似一個人身上有個傷口,佢貼咗塊藥布;雖然傷口已經癒合,皮膚封咗,但嗰處仍然好嫩;如果有人向佢擲石,嗰處會比身體其他地方更容易受傷,而且會即刻流血。 對嗰個人嚟講都一樣:佢有個傷口,貼咗塊藥布──即係佢低頭,透過和好醫治咗個傷口,亦即係佢嘅忿怒;佢亦開始加強自己對怨恨嘅抵抗,努力唔喺心入面留下一絲惡念。 呢個就表示傷口正喺癒合;但未完全癒合──仲有啲殘留嘅怨氣,只要俾人輕輕一擊,傷口就好容易再裂開。

**56.** 人要努力將內心嘅膿完全清走,咁受影響嘅地方先可以完全痊癒,唔會留低疤痕,連曾經有過傷口都睇唔出。咁樣點先做到呢?– 就係全心全意為冒犯咗你嘅人禱告,並講:「天父啊,求祢因住佢嘅禱告,幫助我同我嘅兄弟!」– 為弟兄如此禱告,就顯出憐憫和愛;又因他那祈禱,為自己求幫助,就顯出謙卑。而當憐憫、愛和謙卑同在,又豈有地方容得下易怒、報復或任何其他情慾? – 佐西馬長老又說:「就算魔鬼用盡佢所有惡毒嘅詭計,連同佢所有嘅魔鬼一齊,都因為謙卑──按照基督嘅誡命──而令佢所有嘅計謀失效同被摧毀。」又有一位長老說:「為自己嘅仇敵禱告嘅人,唔會心存報復。」

**57.** 將長老嘅勸告付諸實行,你先至真係明白佢哋講緊乜;如果你唔實行,你永遠學唔到苦行嘅本領,淨係靠講嘢係唔得㗎。邊個想學手藝,淨係靠聽人講就識晒?梗係唔係啦; 起初佢做嘢會出錯,做完又拆咗自己嘅作品;就咁樣,慢慢透過努力同耐心,佢先學識呢門手藝,呢一切都靠神幫佢,睇住佢嘅勞作同心志。可係我哋偏偏想淨係靠講嘢就學識最上乘嘅藝術,連手都唔肯落。咁做得通㗎?! 所以,我哋要警醒自己,趁住仲有時間,努力幹活。

**58.** 我哋要喺各方面保持警惕,免得畀謊言剝奪,因為說謊者同神唔有一致。謊言同神格格不入。聖經話*「謊言係出於魔鬼」*,又話佢*「本係說謊者,亦係說謊之父」*(約翰福音8:44)。 看吶,魔鬼被稱為謊言之父,而神就係真理;因為佢自己話:*「我係道路、真理、生命。」*(約翰福音14:6) 睇吓我哋因假話同邊個分離,又同邊個聯合!──所以,如果我哋真係想得救,就要用盡我哋所有力量同熱誠去愛真理,並防範一切假話,免得佢令我哋同真理同生命分離。

**59.** 虛假有三種不同:一種在思想上,一種在言詞上,另一種則表現在生活方式上。 – 心裏面起假想、憑自己諗法當真嘅人,就係咁樣嘅人;即係對人無憑無據嘅懷疑。例如佢見到有人同佢兄弟傾計,就自己 咁諗:「佢一定係講我嘅壞話」──等等。 – 呢種人係心入面講大話;因為佢哋唔講任何真嘢,只係照自己嘅意見講,而由呢度衍生出誣衊、閒話、仇恨同定罪。 —簡單嚟講,好似有人懶到唔肯起身做夜課,唔講「唔好意思,我懶咗冇起身」,卻講「我發燒咗,唔舒服」,編造一大堆假藉口,就為咗唔使行一次禮、唔使謙卑一次。 同樣地,如果佢想要啲嘢,佢唔會直接講「我想呢樣嘢」,而係扭曲佢嘅說話,有時話自己病咗,有時話自己有需要──就咁樣一路講大話,直到佢嘅慾望得到滿足。最後,人哋就算

佢講真話,都唔會再信佢。 ──「以生命發假誓的人,就係嗰種做妓男卻假扮貞潔;貪婪卻偽裝成憐憫;或自大卻擺出謙卑模樣的人。」

**60.** 我哋要好好照顧自己。如果我哋將時間浪費喺無謂嘅事上,邊個會畀我哋呢段時間?真係有一日,我哋會好掛住而家呢啲日子,但搵唔返佢哋。阿巴·阿爾瑟尼俄斯成日同自己講:「阿爾瑟尼俄斯,你點解要離開塵世?」

**61.** 如果我哋稍為努力一下,就唔會太傷悲,亦唔會覺得困難。因為如果有人逼自己去修苦行,只要繼續努力,就會一點一滴咁進步,之後就可以輕鬆實踐美德;因為上帝見到佢自己逼自己,就會賜佢幫助。 所以我哋要迫自己;雖然我哋未至完美,但如果努力,就會因努力而得幫助,並藉住呢份幫助獲得各種美德。正因如此,一位聖父先賢先說:「付出你嘅血,就會領受聖靈」,意思係:努力,你就會培養出美德嘅習慣。

**62.**就好似一個人想學木工,就唔會做其他行;同樣,想學屬靈手藝嘅人,就唔可以理其他嘢,而要日夜研習點樣得着佢。不過,凡事都要有分寸。 有一位長老說:「行君王之道,計算里數。」因為美德是介乎過與不及之間的中道。所以經上說:「你不可偏向左右;但要遵守上主──你神所吩咐你的道。」(申命記5:32;17:11)

**63.** 惡本身無物,因為佢唔係任何一種存在,亦冇任何構成。但係靈魂離棄美德之後,就會變得激情澎湃,生出罪惡,然後就憔悴咗,喺入面搵唔到自然嘅安息。樹本身,按佢嘅本性,會唔會喺入面有蟲呢?但係一絲腐爛開始;由呢絲腐爛生出一隻蟲──而就係呢隻蟲啜嚟吞噬棵樹。靈魂亦都係咁,自己產生咗邪惡──又因為呢邪惡而受苦,正如格里高利神學家所講:「火係由物質產生;又吞噬物質,就好似邪惡吞噬邪人。」

**64.** 我哋喺身體疾病度見到同樣嘅情況:當一個人生活無規律,唔注重保養身體,就會喺身體入面出現某啲過剩或者不足,由呢啲不足或過剩,人就會隨之生病;但係喺呢之前,根本冇任何病,佢根本係無中生有;同樣,一旦身體康復,疾病就完全消失。 同樣地,邪惡係靈魂嘅一種病,靈魂被剝奪咗本屬於佢、由天性而來嘅健康──即係美德。

**65.** 人有三種狀態:或者順從情慾、或者抵抗情慾、或者根除情慾。 順從並放縱情慾的人,就滿足了他的情慾;抵抗情慾的人,雖然不順從、不割斷,卻謹慎地避免情慾,好似仍然將情慾藏在心底;而根除情慾的人,則努力並採取行動對抗它。

**66.** 隨從情慾行事的人,就好比被敵人射中箭矢,卻自己用手將箭拔出,再刺入自己心臟的人。抗拒情慾的人,就好比被敵人箭雨襲擊,卻身穿鎧甲,因此毫髮無傷。 而能根除情慾者,就好似喺敵人箭雨之下,將箭支震碎或者反彈返去敵人心中。正如《詩篇》所言:*「願他們的兵器刺入他們自己的心,願他們的弓被折斷。」*

**67.** 有個兄弟發燒咗七日,而家又過咗四十日,佢仍然喺自己入面搵唔到力氣。 「呢個卑微嘅人病咗七日──但由嗰時到而家已經過咗幾多日,佢仲未好返?靈魂亦係咁:人可能只係犯咗少少罪,但要流幾耐嘅血先至可以得救呢?」

**68.** 我哋見到弟兄被從我哋當中擄去,卻對自己毫不留心,雖然我哋知道自己都慢慢向死亡靠近。所以,我哋要留心自己,趁住仲有時間,唔好白白浪費。 我哋點可以唔記得嗰位長老嘅說話?佢話如果有人失去 嘅金銀,仲可以搵到其他嚟代替;但如果我哋因為懶散同偷懶而浪費時間,就再搵唔返第二個嚟補返。其實,我哋就算搵返一個鐘頭都搵唔到。

**69.** 有位高德長老同佢嘅徒弟喺一個有大細唔同嘅扁柏樹嘅地方行。長老對其中一個徒弟講:「你拔起呢棵扁柏樹。」嗰棵扁柏樹好細,徒弟即刻用一隻手就拔起咗。長老又指住另一棵,比第一棵大好多,講:「你再拔起呢棵。」 嗰兄弟用雙手搖咗搖,就連根拔出嚟。長老又指住另一棵,更大嘅。佢都拔出嚟,但費咗好大力氣。跟住長老又指住一棵,更大嘅。嗰兄弟用盡全力,先用力搖,再辛苦流汗,最後先將呢棵都拔出嚟。 最後,長老指住一棵更大嘅扁柏俾佢睇。但係兄弟雖然費盡力氣、汗流浹背,都拔唔出嚟。長老見佢一個人唔掂,就叫另一個兄弟嚟幫手。兩個人好費勁先至拔得起。 – 於是長老對他的門徒說:「情慾也是如此;當它們還小時,如果我們願意,就可以輕易根除;但如果我們仍當它們是微不足道,它們就會變得更強,而越強,就越需要我們付出努力; 等到佢哋喺我哋心入面生根落嚟,就算我哋用盡全力,都唔能夠靠自己將佢哋連根拔出,除非我哋得到某啲聖人透過上帝嘅幫助。

**70.** 先知對巴比倫的 daughter 說:*「那捉住你細細的孩子,摔死喺磐石上嘅,真係有福氣。」*(詩篇136:9)。──巴比倫的 daughter 係一切罪惡同反對上帝嘅象徵。佢嘅後裔就係狂熱嘅思想同行為。 那人有福了,他不但不滋生心底升起的邪念,也不容它们在他里面滋生,使邪恶得以成就;反而趁它们还幼小,尚未生根发芽、反抗他之前,就用尽一切方法,把它们碾碎在坚不可摧的决心磐石上,并在主耶稣基督的名里消灭它们。

**71.** 教父們已經示範咗人要點樣逐步潔淨自己:每日晚上要檢視自己當日點樣度過;每日朝早又要檢視自己點樣度過夜晚,並為自己所犯嘅任何罪行喺上帝面前懺悔。 至於我哋,因為犯罪太多,真係好需要──因為我哋好健忘──就算已經過咗六個鐘,都要檢視自己,睇吓點樣度過呢段時間,同埋喺邊啲方面犯罪咗。

**72.** 凡以這種方式自我檢視的人,就會發現惡念逐漸減少──如果他們犯了九次過失,就會犯八次──如此,在上帝的幫助下慢慢進步,他們不會任憑情慾在心中生根。任何情慾一旦成為習慣,都是莫大的不幸。

**73.** 一次發過脾氣嘅人,並唔能就叫脾氣大;一次行過淫亂嘅人,並唔能就叫好色;一次施過憐憫嘅人,並唔能就叫有憐憫心; 但無論在美德或惡行方面,透過頻繁的實踐,靈魂就會養成一種習慣,之後,這個習慣要麼折磨它,要麼撫慰它。 美德帶來和平:因為我哋做好事越多,美德嘅習慣就越強,透過呢個我哋就可以重拾自然本性,返到原本嘅安康狀態。但係邪惡就會折磨我哋:因為佢令我哋養成一種同我哋本性格格不入、對立,並且摧毀本性嘅習慣。

**74.** 如果一隻鷹完全脫離咗網,但係有一隻爪畀網纏住,呢個細微嘅細節就足以耗盡佢所有力氣——獵人隨時都可以捉到佢。 靈魂亦復如是:若畀任何一念成為習慣,敵人隨時都可以將佢打倒,因為嗰念已經落咗入佢手。所以,千祈唔好畀任何一念變成習慣,要日夜努力禱告上帝,免得跌入誘惑。 但如果我哋,照人嘅本性,畀試探打敗,跌入罪中,就要即刻奮起,悔改,喺神嘅慈愛前流淚,並保持警醒同堅定。神見到我哋嘅善意、謙卑同破碎嘅心,就會向我哋伸出援手,憐憫我哋。

**75.** 我哋要將一切發生嘅事帶到上帝面前,並說:冇一樣嘢係冇經上帝旨意而發生;上帝知道呢件事或者嗰件事係好同有益,所以先會照佢咁樣發生。凡係上帝所造嘅,冇一樣唔係好,而係 *「甚好」*(創世記1:31)。 所以,人唔應該為所發生嘅事而憂傷,反而應該將一切交託畀上帝,從而得着平安。 有啲人畀悲傷壓得喘唔過氣,就拋棄生命,視死亡為甜美,只為擺脫悲痛;但呢種想法源於懦弱同大愚蠢。佢哋唔知道當靈魂離體嗰刻,會面對嗰種可怕嘅需要。

**76.** 有個非常熱誠嘅兄弟問一位長老:「點解我嘅靈魂咁渴望死亡?」長老答:「因為你唔想承受而家面對嘅悲傷,卻唔知道將來嘅悲傷遠比呢度嘅重。」– 又有另一個兄弟都問長老:「點解我喺修房入面會咁大意?」佢就對佢講:「因為你未真正認識到等緊你嘅安息同將來嘅折磨。如果你真係知道,就算你間房入面滿晒蟲,甚至要你企到頸都浸喺蟲入面,你都會唔會偷懶堅持落去。」但係我哋,雖然瞓緊,都希望自己得救,所以就喺憂愁中掙扎;其實我哋應該感謝上帝,並視為自己有福,因為我哋被認為配喺呢度受少少苦,好等我哋喺嗰度可以得着唔少嘅平安。

**77.** 伊瓦格里烏斯說:「凡是向情慾屈服,並向神祈求盡快死去的人,就好比一個病患懇求木匠趕快拆掉他的床(儘管在上面他仍然能從痛苦中得到一些安慰)。」 因為喺呢個身體入面,靈魂可以從情慾中得到暫時嘅舒緩同一定嘅安慰:人可以食嘢、飲嘢、瞓覺、傾偈,同朋友社交。 但當靈魂離開身體,就會同情慾獨處,因而時刻被情慾折磨;被情慾壓倒,被情慾之火焚燒──被情慾折磨到連神都記唔起。 呢種對上帝嘅記憶本可以安慰靈魂,正如詩篇所言:*「我一默想神,就得了安慰。」*(詩篇76:4);但係佢嘅情慾卻令佢無法咁做。

**78.** 由呢度嘅痛苦,你可以略知嗰度嘅折磨係點樣。例如,當一個人發燒,究竟係乜嘢喺燒住佢?究竟係咩種類嘅火會帶嚟呢種灼熱?同樣地,熱衷嘅靈魂喺嗰度永遠都畀自己嘅惡習折磨,攜帶住苦澀嘅回憶同痛苦嘅印象,嗰啲慾望不停咁燃燒同煽動佢。

**79.** 而且,有邊個可以唔帶恐懼咁回想起嗰啲可怕嘅刑罰之地──火焰、黑暗、刑罰者無情嘅僕人,同聖經所提嘅其他刑罰:同魔鬼一齊生活,而嗰度嘅火就係單為佢哋預備嘅(馬太福音25:41)? ——單單譴責之羞辱,又何等壓抑與致命? 聖金口若望說:「就算冇火河流過,冇可怕嘅天使在場,只要所有人被召去審判,然後有啲人獲得讚揚而被光榮化,另啲人則被羞辱地趕走,不得見到上帝嘅榮耀; 「嗰份羞辱同恥辱嘅刑罰,同埋失去咁大福份嘅悲痛,豈唔會比任何 gehenna(地獄)更加可怕?」—

**80.** 所以,我哋要努力潔淨自己,好脫離呢種災難。當然要付出努力:我哋要勤力,好得著憐憫。一個人如果疏忽佢嘅田,唔去理佢,唔會長滿雜草嗎?— 佢愈唔理,荊棘同蒺藜唔會愈多嗎? 當佢日後想將因為疏忽而畀雜草滋生嘅田除晒,放得越耐,佢隻手唔會更加血跡斑斑咩?──因為佢唔可以淨係割走雜草,而要連根拔起;唔係點割都只會再長返出嚟。 我哋嘅靈魂亦都係咁。當我哋疏忽佢,佢就會長滿各種惡情嘅雜草;但當我哋醒覺過嚟,開始清理佢,痛苦嘅勞動就無可避免:因為我哋唔只要遠離激情嘅行為,更要連根拔起嗰啲激情嘅習慣。然而,冇嘢比激情嘅習慣更可怕。 聖大巴薩略說:「克服一個壞習慣並不容易,因為習慣經過長期滋生,往往會獲得一種天性的力量。」

**81.** 人唔單止要斬斷情慾,連佢哋嘅源頭都要除掉;然後要用懺悔同眼淚好好滋養自己品格嘅土壤──只有咁先可以開始播種善種,即係做好事。 就好似一塊田咁──如果清咗、施咗肥之後,唔播好種,雜草就會冒出嚟,見到泥土因為清咗而鬆軟,就更加深入咁紮根: 人亦復如是:若悔改其舊行,改其品行,而不勤修德業,則福音書所言「污鬼返入前住之處」, 而家已經清潔同掃乾淨,跟住有七個其他鬼嚟同佢一齊──結果嗰個人最後比以前更加慘(馬太福音12:44)。

**82.** 凡想要得救的人,不但要遠離作惡,而且有責任行善,正如詩篇所言:*「離惡行善」*(詩篇 33)。例如,若有人脾氣暴躁,不但要克制自己不發怒,而且要培養溫柔; 如果有人自大,就唔只要唔自大,仲要謙卑。因為每種情慾都有相應嘅美德去對抗: 自大──謙卑,吝嗇──慷慨,淫亂──貞潔,怯懦──忍耐,忿怒──溫柔,仇恨──愛。

**83.** 就如我哋曾經拋棄美德,代之以情欲;而家我哋就要努力唔單止拋棄情欲,仲要喺自己入面建立美德。我哋天生就擁有上帝賜畀我哋嘅美德。因為上帝喺祂創造人嘅時候,就已經將所有美德灌輸咗俾人,正如祂所講:*「我哋要照我哋嘅形象、按我哋嘅樣式造人」*(創世記1:26)。經上說:*「照我哋嘅形象」*,因為上帝造靈魂為不朽而自由;「按我哋嘅樣式」就指美德──好似*「你要聖潔,因為我聖潔」*(彼得前書1:16)。因此,美德本於我哋嘅本性;而慾望唔屬於我哋嘅本性,係後天引入嘅──即係當靈魂放縱自我滿足,就會偏離美德,並喺自己裏面滋生慾望。

**84.** 阿爸皮門講得好,佢話修士嘅進展係喺試煉中顯現出嚟:因為一個真係*「出去事奉主」*嘅修士,就必須*「預備佢嘅靈魂去面對試煉」*。(智訓 2:1)—好叫佢對任何臨到佢身上嘅事都唔會驚訝或動搖,因為佢相信冇一樣嘢係冇上帝嘅安排而發生。 凡屬於上帝主權安排嘅,都係完全美好,對靈魂有益;因為上帝所作嘅一切,都係為咗我哋嘅利益,祂愛我哋,對我哋有憐憫。正如使徒所講:*「要為一切事感謝上帝」*(以弗所書5:20; 帖前5:18) 為祂的良善,並且不因所臨到我們的事憂愁或灰心,而要以敬虔和對神的盼望,坦然無懼地接受一切,相信神所作的,都出於祂的良善,出於對我們的慈愛,並且有益於我們。

**85.** 如果有人有個朋友,並且肯定對方愛佢,咁即使佢因為對方而受苦,甚至係好嚴重嘅事,佢都會以為朋友係出於愛先咁做,永遠唔會以為朋友係想害佢: 更何況我哋要諗及神──祂創造咗我哋,令我哋由無變有;祂為咗我哋道成肉身,為我哋而死──祂對我哋所做嘅一切,都出於祂嘅良善同對我哋嘅愛。人可以咁諗:朋友做一切都出於對我的愛同憐憫(而且總係準備好咁做); 但佢冇智慧去時刻為我安排到最好;所以佢無心之中,反而會害到我。但對上帝就唔可以咁講;因為佢係智慧嘅源頭,知道所有對我們有益嘅嘢,並因此為我們安排一切,就連最微不足道嘅事都包括喺內。 再者,可以咁講,雖然朋友愛我哋、關心我哋,而且夠理智去處理有關我哋嘅事,但佢喺嗰啲佢認為可以幫到我哋嘅事上,卻冇能力幫手。但對神就連呢樣都講唔到,因為對祂嚟講凡事都能,冇嘢係做唔到嘅。 鑑於此,我們必須以感恩的心接受一切臨到我們身上的一切,因為它們都來自我們的恩主──神,即使這些事令人痛苦。

**86.** 如果有人以忍耐和謙卑的心去承受試煉,試煉就會無傷於他;但如果他心灰意冷、失了常態,又怪東怪西,他只會自找麻煩,得不到任何好處,反而自害其身;相反,對於能堅忍不拔、不失常態的人,試煉卻能帶來莫大利益。

**87.** 我哋唔好覺得尷尬,就算激情令我哋尷尬都唔好。你呢個有激情嘅人,點解要驚訝?點解當激情困擾你嘅時候要覺得尷尬? 「你自己先喺心入面餵大佢;你甘願喺心入面留住佢──點解而家仲要煩惱?你已經接受咗佢嘅承諾,點解仲要問:『點解佢要困擾我?』最好就係撐住、努力,同埋向上帝禱告求助;因為沉溺喺慾望入面嘅人,根本唔可能擺脫佢哋嗰啲折磨人嘅攻擊。」 正如阿爸西索斯所言,它們的器皿在你裡面;你若按它們的份量對待它們,它們就會離開你。既然我們已開始鍾情並激發它們,我們就無法不被那些強迫我們,甚至違背我們意願行事的激情思想所擄;因為我們已自願將自己交託給它們。

**88.** 凡係未付諸行動之前,畀激情嘅念頭攻擊,都仲喺自己嘅城鎮;佢係自由嘅,上帝係佢嘅幫助。因為一旦佢喺呢件事上喺上帝面前謙卑自己,並稍為掙扎,上帝嘅幫助就會出現,拯救佢脫離激情嘅攻擊。 但如果有人拒絕抗爭,放縱自己,屈服於肉體的慾望,那麼上帝的幫助就會離開他,而激情就會牽引他去做放縱的事;結果,他會不自覺地去服侍那股激情。

**89.** 據說有一位大長老的門徒被肉體的掙扎困擾,長老見到他的掙扎,就對他說:「如果你願意,我可以向上帝禱告,叫祂減輕你這 的掙扎。」門徒回答:「雖然呢件事對我嚟講好艱難、好沉重,但父啊,我見到自己勞動嘅果實;所以,請為我向神祈求,賜予我忍耐。」長老答佢:「而家我知道你已經茁壯成長,超越咗我。」真正渴望得救嘅人就係咁樣!而呢就係謙卑咁承擔試探之軛嘅意思!

**90.** 當上帝差派摩西帶領以色列人出埃及,脫離法老的奴役時,法老就加倍加重他們的勞役負擔。 魔鬼亦是如此,當他看見上帝憐憫一個靈魂,並準備施恩拯救,賜給他脫離情欲重擔時,就更加以情欲重擔壓迫他,並更猛烈地與之爭戰。但聖父們知道這一點,就透過他們的教導堅固人,不允許他們屈服於恐懼。 *「你哋呢班盼望主嘅人,要剛強壯膽!」* (詩篇30:25)

**91.** 敬畏神促使靈魂遵守誡命,而藉着誡命,靈魂的殿宇得以建造。所以,我們要敬畏神,為自己建造房屋,好在冬日、雨天、閃電和雷聲時有庇護;因為無家者,冬日必遭大苦。

**92.** 點樣去建造靈魂嘅屋,可以從建造實體房屋嘅方法學到。 人要建屋,就要喺四面都起牆,唔好淨係顧及一面;否則,就會浪費咗金錢同勞力。同樣,想建立屬靈之家嘅人,都唔可以忽略任何一部分,而要平均同和諧咁去建造。 呢段就係阿爸約翰所講:「我希望人每日都可以學到少少唔同嘅美德」,而唔好似有啲人淨係執著一樣美德,只練習嗰一樣,其他就唔理。

**93.** 靈魂之屋就係咁樣喺各方面平均同和諧咁建造。──首先,要打好根基,就係信心;因為 *「人非有信,就不能得神喜悅」* (希伯來書11:6)。 然後,喺呢個基礎上,就要平均咁去建造呢座建築──即係:如果出現服從嘅機會,就要放下一塊服從嘅石頭;如果遇到兄弟嘅痛苦,就要放下一塊忍耐嘅石頭;如果出現自制嘅機會,就要放下一塊自制嘅石頭。 因此,凡是美德有機會實踐,就要在殿宇中放上一塊石頭,如此才能從各方面將它建造起來,時而放上一塊慈愛之石,時而放上一塊克制己意之石,時而放上一塊溫柔之石,等等。 但係喺呢一切之中,要特別留意培養忍耐同勇氣:因為佢哋係地基嘅 cornerstone,靠住佢哋,成座建築先可以互相連繫,牆同牆之間先可以緊密結合,唔會傾斜或者分開。 冇咗耐性同勇氣,就冇人可以實踐任何美德。所以先有話:*「你哋要靠自己嘅忍耐得著靈魂。」* (路加福音21:19)

**94.** 建造房屋的人會喺每塊磚上抹上石灰;因為如果佢唔用石灰,一塊磚接一塊磚,磚就會跌出嚟,整間屋就會倒塌。 (在靈命建造中)石灰就代表謙卑,因為它是從地上採出,且位於眾人腳下。任何不以謙卑為本的德行,都稱不上是德行。這也在《父言》中記載:「正如船隻離了釘子不能建造,人若無謙卑也不能得救。」 – 普通嘅屋有屋頂。屬靈屋嘅屋頂就係愛,愛構成咗美德嘅完美,就好似屋頂係屋嘅頂冠一樣。 – 屋頂周圍有護牆,好似律法所講(申命記22:8),免得有細路由屋頂跌落嚟。喺靈性之屋入面,呢道護牆就係節制、警醒同禱告;而「細路」就係喺靈入面興起嘅念頭,佢哋會畀節制同禱告所約束。

**95.** 但係喺呢項建造工程入面,仲有一樣嘢係必須嘅,就係說建造者要識嘢。因為如果佢唔識嘢,佢可能會將牆斜咁起,咁間屋有一日就會倒塌。 有智慧地實踐美德者,才是有技巧的人;因為有人雖然投身於美德的修為,卻因為行事欠缺智慧,反而自亂陣腳,或不斷破壞成果;如此一來,他們並未完成建構,只不過是建完又拆罷了。

**96.** 呢度有好多例子其中一個。如果有人因為虛榮,或者以為自己做緊咩特別嘅美德而禁食,咁佢就唔明智,之後就會開始責怪自己嘅兄弟,自以為好勁; 結果佢唔單止放下一塊磚又拆咗兩塊,仲因為譴責鄰舍而有機會整倒成面牆。但係凡係明智咁禁食嘅人,就唔會以為自己做緊咩特別嘅美德,亦唔想畀人讚做個禁食者; 但係佢相信透過禁慾就可以達到純潔,透過呢樣就可以達到謙卑,正如聖父所講:「通往謙卑嘅道路係透過明智嘅肉體勞作」,等等。呢種人就證明係一個精明嘅建築師,能夠穩固咁建立佢嘅屋。

**97.** 唔好畀「美德超乎你能力、你做唔到」呢啲諗法誤導;反而要憑住信心大膽咁開始,喺神面前展現你嘅善意同勤力──你就會見到祂會賜下恩助,幫你實踐美德。 想像有兩條樓梯:一條通往天堂,另一條通往地獄;而你,就站喺兩條樓梯中間嘅地面。唔好諗或者講:「我點樣可以由地面一飛衝天,突然就到咗天堂嘅最高處,即係樓梯頂?」 只要小心唔好做錯嘢而跌落去;至於向上爬,就要慢慢嚟,遇到

咩好事就做咩好事。每一個善行都係向上踏出一步。咁樣,喺上帝幫助下,一步步咁爬,你最終都會爬到梯頂。

**98.** 我們若尋求,就必尋見;若求,就必得著;因為福音書上說:*「求,就給你;找,就搵到;敲,就開門給你。」*(馬太福音 7:7) 經上說:*「求」*,意思就係我哋可以喺禱告中向神求助;而*「尋」*就係話,當我哋見到美德係點嘢、係乜嘢令佢產生之後,就要相應咁付出自己嘅努力去獲得佢。 *「敲門」*就係要遵守誡命;因為凡敲門嘅人係用手去敲,而手就代表行動。 所以,我哋唔單止要祈求,仲要尋索同行*出善工*,正如使徒所講:*「預備行各樣的善事」*(提後3:17)──即係要完全預備好,以智慧去成就神嘅旨意,照祂嘅心意同所喜悅嘅去做。

**99.** 使徒吩咐我哋*要「察驗何為主所喜悅嘅──就係凡善、可喜悅、又成全嘅事」*(羅馬書12:2),好等我哋跟從佢行事。 ──咁,上帝嘅「善意」係乜嘢?──就係彼此相愛、施予憐憫、行善等等;呢啲就係*「上帝嘅善意」*。而*「上帝所喜悅嘅旨意」*又係乜嘢?唔係每個人做好事,都一定係照上帝所喜悅嘅方式去做。 例如,有人發現一個又窮又美麗嘅孤兒;佢因為佢嘅美麗而對佢一見鍾情──然後收留並撫養佢,既當佢係窮苦嘅孤兒,同時又當佢係個靚女。 呢個就係上帝嘅旨意,係*「好」*,但*「唔討好」*;而*「討好」*嘅,就係當一個人行憐憫事,唔係出於任何人的動機,而係為咗上帝──祂吩咐嘅──為咗善本身,出於純粹嘅憐憫:呢個就討好上帝。 – 最後,上帝*「完美」*的旨意,就係當一個人行憐憫嘅事,唔係吝嗇、唔係懶散、唔係帶住輕視,而係用盡全力、全心全意去做,施憐憫好似自己正接受緊咁,施恩好似自己正被恩待緊咁: 咁上帝嘅完美旨意就得以成就。──呢就係人點樣成就上帝嘅旨意,令祂嘅旨意成為美好、蒙悅納、而且完美。

**100.** 貪食有兩種:第一種係當一個人追求美味嘅食物,唔一定想食好多,但係想要啲好味嘅嘢; 第二種就係人畀貪食所勝──佢唔係想要啲靚嘢食,亦唔理味道,只係想不停咁食,唔理食物係乜,只求填飽肚。第一種叫「喉咙嘅貪食」,第二種就叫「肚皮嘅貪食」。 – 凡欲為潔淨罪過而禁食者,必須遠離這兩種貪食;因為它們滿足的不是身體的需要,而是身體的慾望,若有人放縱其中,就會被算為罪行。

**101.** 然而,在禁食期間,我們不但要遵守上述有關食物的規則,而且還必須遠離其他一切罪行,好使我們正如以肚腹禁食一樣,也以舌頭禁食,戒除誣衊、說謊、閒談、貶低弟兄、發怒,以及一切以舌頭犯下的其他罪行。 我哋亦要禁慾,唔好睇虛浮嘅嘢,唔好放縱眼睛,亦唔好無恥或無畏咁望人。同樣,我哋要令手腳遠離一切惡行。

**102.** 我哋探望彼此時應該有咩目的?──首先,我哋應該出於愛心去探望彼此;其次,係為咗聽神嘅話語,因為神嘅話語喺眾弟兄當中更容易明白:當一個人唔知道某樣嘢,另一個人就知,第一個就可以透過問第二個而學到; 最後,係要了解自己靈魂嘅狀態同處境──並且向其他人汲取處事榜樣,就好似聖安東尼咁,向一個人學柔和,向另一個人學謙卑,向又一個人學緘默,藉此喺自己身上聚集每位探訪對象嘅美德。

**103.** 觀察他人時,首先要避免懷疑,因為有害的判斷就由此產生。我有好多經歷都證明咗一個事實:每個人都用自己嘅性格去評人。我講個例子。假設有人夜晚喺某個地方企住,有三個人路過佢身邊。 見到佢,其中一個人諗:「佢係等緊人去犯姦淫。」 ;另一個人諗:「佢一定係賊。」第三個人諗:「佢同隔離屋嘅人約好一齊去禱告」──所以先等緊嗰個人。 所以三個人喺同一個地方見到同一個男人,卻對佢冇同一嘅睇法;一個人咁諗,另一個人咁諗,第三個又係另一種諗法──明顯係因人而異,各憑自己嘅心態。 就好似體質憂鬱消瘦嘅人,食咩都變成唔優質嘅體液;同樣,心靈若然有壞脾性,就算遇到嘅嘢好,都會變成傷害。 但係心性善良嘅人就好似身體健壯嘅人,就算食咗有毒嘅嘢,都會轉化成有益嘅汁液。同樣地,如果我哋心性善良、心態良好,就可以從每一樣嘢度受益,就算嗰樣嘢本身並唔係有益嘅。

**104.** 我聽講有位兄弟,每次去探望弟兄,見到佢嘅小房冇掃、好亂,就會對自己講:'呢位兄弟真係有福,佢將所有塵世嘅憂慮都放咗一邊,心完全放喺天上,連整理小房嘅時間都冇!' 同樣地,如果佢探訪另一個兄弟,見到佢嘅小房整齊、掃得乾乾淨淨,佢又會對自己講:'就好似呢位兄弟嘅靈魂咁純潔,佢嘅小房都一樣純潔,而佢小房嘅狀態就反映咗佢靈魂嘅狀態!' 佢從來唔會講任何人係粗心或者自大,反而憑住佢自己嘅好品格,認為每個人都好,並且從每個人身上得到好處。願良善嘅天主賜俾我哋同樣嘅好品格,好讓我哋都可以從每個人身上得益,並且永遠都唔會留意到鄰舍嘅缺點。

**105.** *「出家修行者訓練指引」*。如果你以順服為本,就切勿信賴自己嘅心,因為佢已被長期嘅慾望蒙蔽。任何事都唔好跟從自己嘅判斷,亦唔好喺未請教同未攞到指引同建議之前,就自己作主。　唔好以為自己比你嘅導師更好或者更義,亦唔好檢視佢嘅所作所為。咁樣做,你就可以順服,並安詳同安全咁行我哋祖師嘅道路。　凡事都要勉強自己,制服自己嘅意志;藉住基督嘅恩典同教導,你會習慣制服自己嘅意志,到時就唔使勉強同唔使憂愁,一切都會如你所願。　唔好希望所有事都照你嘅意思發生;要希望佢照將來會發生嘅樣子去發生,咁你先可以同人相處得和平。要相信,所有發生喺我哋身上嘅事,連最微細嘅細節都係照神嘅安排,咁你先可以無憂慮咁承受一切。 相信侮辱同責備係療癒你靈魂驕傲嘅良藥,並為責備你嘅人祈禱,好似佢哋係你靈魂嘅真醫生;要深信,凡憎恨侮辱者,都憎恨謙卑;凡迴避令佢傷心嘅人者,都遠離柔和。　唔好去搵你鄰舍嘅錯,亦唔好接受仇敵灌輸俾你嘅懷疑;但若果因為自己嘅軟弱,呢啲念頭仍然冒起,就要努力將佢哋轉化成正面嘅思想。凡事都要感恩,並培養良善同聖潔嘅愛。　最緊要嘅係,我哋要喺所有事上都守住我哋嘅良心──對神、對鄰舍、對物質;喺我哋講或者做任何嘢之前,都要檢視下係咪合乎神嘅旨意;然後,禱告完,就謙卑咁承認我哋喺神面前嘅軟弱,並尋求祂嘅幫助,去講或者去做。

**106.**如果你希望聖潔的信心之念能夠在適當時候發揮撫慰的影響力,平息不義的衝動、念頭和感受,就要不斷實踐,經常在心裏反覆思量──我相信,你會在神裏找到平安。 同樣,要將禱告同教導互相交融。要努力喺呢方面做得更好,好等你喺身體或靈性受苦嘅時候,都可以唔帶憂傷、唔帶沉重,而係用忍耐去承擔。

**107.** 當你聽到有人話你做咗啲其實並非你所為嘅事,就唔好驚訝或者難過,而要即刻對住講嗰個人謙卑咁低頭,講:「原諒我,並為我禱告。」然後就保持沉默,正如聖父所言。 當佢問你:「呢件事係咪真㗎?」嗰陣,你要謙卑咁低頭,照實話實說;講完之後,再謙卑咁低頭,並講:「請原諒我,為我祈禱。」

**108.** 如果你喺同弟兄姊妹見面或者接觸嘅時候,保持唔到心境平靜,咁最少要嘗試唔畀任何嘢引誘,唔好論斷人,唔好背後講人壞話,亦唔好刨根究底咁挑剔弟兄姊妹嘅言行舉止──因為咁樣對你冇半點好處;反而要試下喺所有嘢入面搵到對自己嘅造就。

**109.**　你要知道,凡係有人為任何念頭困擾,或者為此憂愁,卻又唔肯承認,就會令嗰個念頭變得更強大,對付自己;換句話講,就係畀嗰個念頭有能力同自己對抗,並且更加折磨自己。　但　佢承認咗,並且開始同自己嘅念頭掙扎、抵抗,仲做啲相反嘅事,咁呢種情慾就會慢慢衰弱,冇力氣再同佢對抗或者令佢悲傷。之後,慢慢咁,透過努力同攞神嘅幫助,佢最終會克服呢種情慾本身。

**110.** 阿爸皮門說,敬畏神、禱告神、行善於人,是三項主要的美德。 – 佢將敬畏上帝排喺首位,因為敬畏上帝先於一切美德,因為*「敬畏耶和華是智慧的開端」*(詩篇110:10),又*「敬畏耶和華使人遠離惡事」*(箴言15:27)。　佢之後講到向上帝禱告,因為人憑自己,既做唔到任何善事,亦得唔到美德,而喺所有事上都需要上帝嘅幫助,同時配合自己由敬畏上帝所激發嘅努力。　最後佢又講到要行善於人,因為呢個係愛嘅行動,而愛就係基督教完美嘅頂峰(羅馬書13:10)。

**111.**當靈魂麻木時,有益處多讀聖經同神聖長老嘅教導之言,並反思上帝嘅可怕審判、靈魂離體,以及等候佢嘅可怕黑暗勢力──喺呢段短暫又多災多難嘅人生中,佢同佢哋一齊行惡。

# 敘利亞聖依撒伯勒

## *佢嘅簡短生平*

聖依撒伯勒係尼尼微人,佢父母嘅資料完全唔知。當佢正值青春年華,退離塵世同一切世俗事物,就同佢兄弟一齊入咗聖瑪竇修道院,開始過修道生活。　佢喺呢間修道院透過苦行完善咗自己,喺德行上取得咗足夠進展,就對寂靜生出咗渴望。於是,佢遠離修道院,去到好遠嘅地方,住咗一間隱士嘅小屋,開始過完全獨處嘅生活,同任何人冇任何往來,只顧自己同上帝。　　佢自己個兄弟接手管理嗰間aforementioned 修道院之後,極力勸佢離開沙漠,返去舊居;但佢對沙漠咁鍾意,就算短時間都唔肯走。然而,佢兄弟嘅哀求做唔到嘅事,就由神嘅啟示成就咗。　聖依撒伯勒雖然違抗咗佢兄弟,但佢就服從咗天父嘅召喚,去治理尼尼微教會。於是,佢離開咗沙漠,並被祝聖為尼尼微大城嘅主教。　因為呢盞燈唔應該喺沙漠嘅偏僻處畀人藏起,而係應該擺喺牧職嘅燭架上,將光輝嘅美德之光照到四面八方。但係呢個

情況冇維持好耐:呢道光一照出嚟,好快又畀人藏返起。聖人離開教區嘅原因係: 有兩個人嚟到佢嘅主教府──一個債主同一個欠債者──債主要求欠債者即刻還錢,欠債者承認欠債,但求債主寬限一陣。但債主答: 「如果佢唔即刻還錢畀我,我就會即刻帶佢去見法官。」聖依撒伯勒對佢講:「按福音嘅誡命,你根本唔應該向攞咗你嘢嘅人追討,你更應該對承諾會快啲還錢畀你嘅人慷慨。」 但呢個殘酷嘅人就答:「先唔好理福音嘅誡命啦。」—佢就唔再聽。於是,神聖者心裏面講:「如果佢哋唔聽從主福音嘅誡命,我留喺度仲有咩嘢可以做?」 – 而且,佢見到原本喺曠野習慣嘅寂靜同安寧,因為管理事務嘅必然需求而畀打亂咗好多,佢就決定放棄寶座,返去佢心愛嘅曠野隱修處。 佢留喺度直到離世,聖依撒伯勒喺對抗魔鬼同肉慾嘅鬥爭中締造咗幾多壯舉,喺積極同靜觀生活所需嘅美德上表現得幾咁優越,達到咗幾高嘅屬靈完善,同埋點樣, 甚至喺今生都蒙受咁大嘅恩典──講都多餘,只要睇佢嘅著作就知。 聖依撒伯勒寫咗好多嘢,佢所有嘅著作都係出自親身經驗。佢先親身經歷過嗰啲 subsequently 寫落筆嘅嘢,然後以自己積極嘅榜樣去教導佢嘅門徒。因此,就算佢喺曠野,都繼續湧出源源不絕、純淨而賦予生命嘅水,以充足嘅水量灌溉佢弟兄姊妹嘅心靈。 聖依撒伯樂嘅著作以敘利亞文同阿拉伯文流傳至今;當中差唔多一半 已經譯成希臘文——再由希臘文譯成俄文,成為聖父九十一篇著作之一。 聖依撒伯勒喺六世紀末期離世,返咗佢嘅天家。根據塞爾吉奧大主教嘅日曆,佢嘅瞻禮日係一月二十八日。

## 苦行指引

(節錄成短文)

**1.** 敬畏上帝是美德的開始;它是信心的果實,當心靈從世俗的干擾中獲得自由時,就會播種在心中,使人能將飄忽不定的思緒凝聚起來,去默想將來的救贖。

**2.** 為咗打好美德嘅基礎,最好就係人要遠離塵世事務,遵守嗰條照亮義路同聖路嘅律法,正如聖靈透過詩篇作者所指出(詩篇 22:3;118:35)。

**3.** 生命之道嘅起點,就係要不停用心思念神嘅話語,並且過一個貧窮嘅生活。 以修養其中一者,可助另一者臻於完善。若你以研讀神的話語來滋養自己,這有助於你喺貧窮中得勝;而喺不貪婪上得勝,又畀你閒暇去更深入研讀神的話語。兩者齊修,反過來有助於迅速建立整個美德嘅殿堂。

**4.** 若不退離塵世,就無法親近上帝。「退離」並非指實質上的搬遷,而是對塵世事務的超然。退離塵世的美德,在於不讓塵世佔據人心。

**5.**當一個人充滿恩典時,在通往他所渴慕的義路上(或面對那條路上的障礙時),對死亡的恐懼對他而言就變得微不足道──他會在心靈中找到許多理由,認為為了敬畏神,他願意忍受苦難,視之為理所當然; 咁一切對身體唔舒服、會令佢受苦嘅嘢,喺佢眼中都比唔上對未來嘅盼望。 但當一個人恩典缺乏時,在他裏面和臨到他身上的,就與上述相反:那時,來自探究(只能依靠有形事物)的知識高於信心;對神的心志不存於每件事上;而神對人的眷顧也被理解得不同了。 咁樣嘅人不斷受驚,因為有啲人暗中埋伏,想用箭*喺黑暗中射*倒佢(詩篇10:2)。

**6.** 心裏有疑,就令靈魂充滿恐懼;但信心卻能令意志堅定,即使肢體被斬斷。你對肉體之愛愈深,就愈無法在所愛之人的種種患難面前,保持大無畏的精神。

**7.** 貞潔的人並非在掙扎、勞碌與努力期間,羞恥的念頭就此消失;而是以真誠的心,守住心靈的純淨,不讓它遊走於不雅的思緒之中。 – 而當佢良心嘅正直透過佢眼嘅注視見證佢對(純潔律法)嘅忠誠,矜持就好似一層面紗懸掛喺佢思想最深邃嘅內室,而佢嘅純潔,就好似一位貞潔嘅處女,係透過對基督嘅信仰而被保守。

**8.** 要抵禦靈魂先天對污穢嘅偏向,冇乜嘢比投身研讀神聖經文、體會佢深邃思想更有用。當心思沉浸喺領悟經文中隱藏智慧嘅喜悅; 咁,一個人喺聖經入面攞到幾多啟示,就會喺嗰程度上離開塵世,忘記世上所有嘢。──但就算心靈只係浮喺神聖經文呢片海嘅表面,未能深入經文嘅奧義; 就算係呢個事實──佢熱衷於研讀聖經──都已經足夠令佢用一個稱讚worthy嘅念頭緊緊綑綁住思想,唔畀佢哋走去物質同肉慾嗰邊。

**9.** 凡遇聖經上所講的,都要探究字裡行間的旨意,好叫你能夠深入聖徒的思想,更準確地明白他們的心意。 凡被神恩引領走向人生覺悟者,總能彷彿感受到一束智慧之光穿透經文,令心靈分辨出空洞的字詞與深具意義直指靈魂之言的分別。

**10.** 如果一個人讀含義豐富嘅經文,卻唔深入體會,咁佢嘅心就會貧瘠(冇乜味道),而住喺佢心入面嗰股聖潔力量就會消退──就係嗰股力量,透過靈魂奇妙嘅領悟,賜畀心最甘甜嘅喜悅。

**11.** 萬物自然會傾向與自己相似的事物。而靈魂,因為自身內在擁有精神的一份,當聽到包含隱藏精神力量的話語時,就會熱切地被那話語的意義所吸引。 並非每個人都會被那帶有深奧靈性力量的屬靈言語所感動。論及美德的講道,需要一顆不被塵世瑣事佔據的心;然而,對於一個心思被短暫事物所累的人,美德並不會激起他去熱愛或追求它。

**12.** 人要先以整個存在脫離物質世界,先能與神合一;雖然按恩典的安排,有時在一些人身上後者會先於前者。修道生活的秩序與一般人的常規有所不同。 但你,就應該遵守常規。如果恩典先臨到你身上,那是它自己的事;如果它不先來,就跟隨眾人所行之路,你亦可攀上靈性柱的高峰。

**13.** 靈魂對德行追求嘅永恆渴求,會將佢同身體結合嗰啲可見(感官)慾望嘅一部分轉為佢嘅有利。節制裝飾一切。冇咗節制,就算被認為最美好嘅嘢都會變成有害。

**14.** 你想用你嘅心靈同上帝交通? – 行施捨。除咗效法天父嘅完美而施捨,冇其他路徑可以令靈性之愛喺自己心內印刻出神嘅無形影像。正如主所言(路加福音6:36)。

**15.**就好似畫師喺牆上畫水,都飲唔到嗰啲水一樣,空談冇行動都係咁。凡係講緊自己已經實踐過嘅美德,就好似一個人用自己嘅勞力賺到錢,再畀另一個人一樣,能夠真真正正傳達畀聽者。 凡人若從自己積蓄的道種,播種在聽眾耳中,就必大膽地說,對他的屬靈兒女說,就如年老的雅各對端正的約瑟所說: *「我賜畀你一份,勝過你兄弟所分,係我用刀弩*從亞摩利人手裡*奪過嚟嘅。」* (創世記 48:22)

**16.** 有個人講得好靚:對被自己良心定罪嘅人嚟講,死亡嘅恐懼令佢悲傷;但係有良好良心嘅人,對死亡嘅渴望同對生命一樣深。

**17.** 如果有嘢已經深深刻喺你靈魂入面,就當佢唔單止係你今生嘅寶藏,仲要相信佢會同你一齊去到將來嘅生命。 如果係好事,就當心裏面歡喜,並向神獻上感恩;但如果係壞事,就要憂傷嘆息,並趁住仲喺肉身嘅時候,努力擺脫佢。

**18.** 總要記住受苦和心灰意冷的人最深切的悲傷,好叫你自己能對臨到你身上那些微不足道的小憂愁心存感恩,並且能歡歡喜喜地承擔它們。

**19.** 當你感到懶散同倦怠時,就喺心裏面回憶起你以前勤力嘅日子,點樣連最微小嘅細節都照顧到;你完成過啲咩壯舉,同埋用幾多熱誠去抵抗想阻住你進步嘅人。 透過呢種追憶,你嘅靈魂會好似從深睡中醒返嚟一樣再度被激起;會好似死裡復活咁,重新披上熱誠嘅火焰;並且透過同魔鬼同罪惡嘅激烈抗爭,返到佢原本嘅狀態。

**20.** 十字架的工作有兩部分:一部分是忍受肉體的苦楚(在與情慾鬥爭中必然會遇到的身體匱乏),稱為「積極工作」;另一部分則包括心思的微妙運作、神聖的默想,以及持續的禱告等等,稱為「靜觀」。 前者淨化靈魂中情慾的部分,後者則光照靈魂中理智的部分。任何人在未於第一部分徹底訓練之前,便因後者的甜美所吸引──更遑論自身的懶惰──而轉向第二部分,都會因先不*「將屬於地上的肢體*置於死*地」*而招致忿怒。 (西3:5)──即係話,佢冇先透過耐心背十字架去醫治佢思想嘅軟弱,就大膽咁喺心裏面幻想十字架嘅榮耀。 呢就係古聖先賢所講嘅意思:如果心智喺感官未治癒佢哋嘅軟弱、未得安寧之前,就先去攀升十字架,咁上帝嘅忿怒就會臨到佢。 凡是有人心被可恥的慾望玷污,又急於滿足心裡的願望 ,並以浮想聯翩的念頭充實它,他的嘴就因禁令而封住,因為他先不曾藉著苦難淨化他的心,亦未制服他肉體的慾望, 但係佢憑住耳仔聽過嘅同墨水寫低嘅嘢,直衝向前,行入一條滿佈黑暗嘅路,身體仲係盲嘅。

**21.** 想像一下,美德是身體,沉思是靈魂,兩者結合起來就成為一個完美的人,由兩個部分──感官和理性──的靈魂所統一。 正如靈魂若無身體及其肢體的形成,就無法進入能顯現其本性的狀態;同樣,若無德行的實踐,靈魂也無法達到觀照。

**22.** 既然你聽講要退離塵世、拋棄塵世,並淨化自己,遠離塵世中的一切,你首先要透過純粹理性的思辨,而非一般成見,去理解並認清 *「塵世」*一詞究竟所指為何,以及此名之下包含哪些區別; 並且你可以分辨,就你自己嘅靈魂嚟講,佢同世界隔開咗幾遠,同埋有啲咩世界嘅元素同佢夾雜埋一齊。──「世界」係一個綜合嘅概念,涵蓋咗所謂嘅情慾。當我哋想一齊講晒所有情慾,就叫佢哋「世界」;但當我哋想按佢哋各自嘅名稱分別講,就叫佢哋「情慾」。

**23.** 當你明白「世界」係乜嘢,並且分辨出所有關於佢嘅意思,你就會明白自己點樣被世界捆綁,又點樣從佢分離出嚟。簡單嚟講:世界就係屬肉體嘅生命,同肉體嘅詭計。一個人正正因為從呢啲嘢中退後,先至證明佢已經離開咗世界。

**24.** 人對身體嘅恐懼咁強烈,以至佢哋往往無法去做任何值得讚揚或光榮嘅事。但係當對靈魂嘅恐懼勝過對身體嘅恐懼時,身體嘅恐懼就會被靈性嘅恐懼所吞噬,就好似蠟燭畀燃燒中嘅火焰所吞噬一樣。

**25.** 靈魂本性上係無情慾嘅。情慾係後加喺佢上面嘅──而靈魂自己就要為此負責。 – 如果靈魂的本性曾經因接受神聖之光而光亮純淨,並且當它返回到原本狀態時又再次如此;那麼,正如教會的門徒所主張,靈魂一進入激情狀態,就無疑地超越了其本性。

**26.** 靈魂嘅自然狀態係認識神嘅受造之物──有形有體同無形可理解嘅。佢嘅超自然狀態就係默想先存嘅神性嘅動作(或行為同狀態)。但係,佢嘅非自然狀態,就係靈魂本身嘅動作,或者佢嘅性情同生活方式,好似嗰啲被慾望奴役嘅激情人士。 因此,好明顯嘅係,靈魂嘅激情本身並唔係源自靈魂。

**27.** 如果你想知道人性嘅奧秘,但未到可以用聖靈分辨嘅程度,你就會透過每個人嘅言行舉止同性格去分辨。 凡係心靈純潔、行為無可指責嘅人,所講嘅聖靈言語都係潔淨嘅,並且佢會按自己嘅悟性,去推理有關神同埋自己內在嘅事。 但係,凡係心入面充滿慾望嘅人,佢哋嘅舌頭就畀呢啲慾望所驅動。如果佢哋講屬靈嘅事,就會喺慾望嘅影響下推理。有智慧嘅人一見就識,心純潔嘅人甚至可以聞到佢哋邪惡嘅臭味。

**28.** 修士的職責如下:脫離肉體的束縛,在禱告時進行體力勞動,以及心靈中對上帝的不斷紀念。

**29.** 祈禱係一回事,而喺祈禱中嘅默想係另一回事,雖然祈禱同默想嘅源頭係互相衍生。 祈禱係播種;默想就係收割,喺收割嘅時候,收割者會對嗰種無法形容嘅異象感到驚訝:點解由佢播落去嘅細小同赤裸嘅種子,竟然會突然喺佢面前長出咁靚嘅稻穗。

**30.** 救主以禁食開始祂拯救我哋嘅工作。同樣,所有跟隨救主腳蹤,並以呢個基礎開始自己努力嘅人,都係咁建立佢哋嘅起步,因為禁食係神所預備嘅武器。 ──有誰若細心反思,不至被其真理說服呢?──若立法者 Himself 都禁食,受律法約束的人又怎能不禁食呢? 正因如此,禁食之前,人類從未嘗過勝利,魔鬼亦從未在我們本性手上嘗到敗仗;但正因這武器,牠才被徹底擊敗。而我們的救主,正是這場勝利的領袖與長子,好叫祂能將首個勝利冠冕戴在我們本性的頭上。 一旦魔鬼見到任何人手持此武器,他 immediately 就恐懼起來,諗起佢喺曠野被救主打敗嘅經歷──佢嘅能力即刻被摧毀,就連我哋嘅元帥賜畀我哋嘅武器,只係睇到都令佢受不了。 ── 穿上禁食的盔甲,人就永遠充滿熱誠。── 凡是堅守其中的人,心志堅定不移,隨時準備對抗並驅走一切猛烈的激情。

**31.** 如此,行為同勞作就會令心靈變得超然,*將「屬於地上的肢體」*置於死地,並畀思想以安息;當我哋參與寂靜,因外在感官印象所引起嘅心靈動盪停止時,呢一切先得以實現。否則,要喺此道上成功係唔可能嘅。 因為如果一棵樹每日都有人澆水,佢嘅樹根會枯萎咩?每日都有水注入嘅器皿,水會用晒咩?–當一個人達到寂靜,靈魂就會輕易察覺情慾,而內在嘅人受到靈性努力嘅激勵,就會克服佢哋,並日復日將靈魂提升向純潔。

**32.** 一個人幾時先可以話已經達到純潔?──當佢視人人都係好人,冇人喺佢眼中係污穢或卑鄙,咁佢就真係心靈純潔。

**33.** 一個在靜默中獨居的苦行者應該做什麼?──一個謹慎而清醒的人,當他獨處時,真需要人教他如何行事嗎? – 出家人喺房入面除咗喊之外,仲有乜嘢其他嘢好做?有咩嘢比呢樣更好?出家人嘅本身同佢嘅獨處,就好似身處墳墓,遠離塵世歡樂,就教曉佢嘅活動就係喊。所有聖人都係喺喊聲中離開呢個世界。 – 所以,我哋要向主祈求,賜俾我哋有痛哭。因為如果我哋得著呢種恩典──所有恩賜之中最美好、最卓越嘅──咁靠住佢,我哋就會達到純潔;一旦達到,呢種純潔就唔會喺今生被奪走,直到生命盡頭。

**34.** 清心者有福,因為佢哋時刻都喺眼淚嘅甘甜中喜樂──喺當中佢哋永遠見到主。眼淚仲喺眼裏時,佢哋喺禱告嘅高峰獲准見到主嘅顯現,佢哋嘅禱告亦從無不帶眼淚。 呢就係主講*「哀慟的人有福了,因為他們必得安慰」*(馬太福音5:4)嘅意思。因為當一個修士透過眼淚嘅力量,蒙受恩典,超越情欲嘅領域,進入屬靈純潔嘅平原,就會得到神賜予為自己嘅純潔而哀慟者嘅安慰。 流淚同啜泣係無情

者嘅恩賜。如果一個啜泣同哀號嘅人嘅眼淚,能夠暫時唔單止引領佢走向無情,仲可以完全淨化同釋放佢嘅心靈,令佢唔再追憶情欲,咁對於嗰啲有意識咁日夜實踐呢件事嘅人,又可以點講呢?

**35.** 有一位聖徒說,當身體因懼怕誘惑而擔心自己會走極端、失去生命時,就會成為罪的同伴。因此,聖靈迫使它去死(激勵苦行者甘願赴死)。因為祂知道,除非身體死去,否則無法戰勝罪惡。 如果有人希望主住喺佢裏面,佢就會迫佢嘅身體去事奉主,照使徒所講嘅,喺聖靈嘅命令裏面勞力,並且守住佢嘅靈魂,遠離使徒所講嘅肉體之工(加拉太書5:19)。 但係身體一旦慣咗罪,就喺肉體嘅行為入面搵到安息,而神嘅聖靈就喺佢嘅果效入面搵唔到安息。因為當身體因禁食同謙卑而疲憊,靈魂就因禱告而得着力量。

**36.**當身體因沉默的憂傷而深受壓抑,忍受貧困和艱辛,並岌岌可危時,它通常會哀求你說:「賜予我一點自由,讓我得以體面地生活;我現在行在正路上,因為我已歷經各種苦難的考驗。」 一旦你出於憐憫,安慰佢嘅悲傷,畀佢歇一歇,佢就會慢慢用甜言蜜語喺你耳邊細聲講(而且佢嘅甜言蜜語好有威力):'我哋就算喺世上都可以過得好,用同我哋而家一樣嘅規矩;因為我哋已經喺好多方面受過考驗。 只要引誘我,如果我做唔到你想要嘅,我哋就返轉頭。 「沙漠唔會離開我哋。」— 唔好信佢,就算佢會懇求你,仲承諾一大堆嘢。佢都唔會兌現佢講嘅嘢。當你屈服於佢嘅要求,佢就會令你陷入大跌,令你無法爬起同逃脫。

**37.**當你經過誘惑後,陷入絕望,對此感到倦怠,就對自己說:「你又在渴望一個污穢可恥的生活。」──如果你的身體對你說:「自殺是莫大的罪過。」就回答:「我之所以結束自己的生命,是因為我無法在污穢中生活。 我寧願死喺呢度,都唔想見到我靈魂真正嘅死──對上帝嘅死。為咗保持純潔,我寧願死喺呢度,都唔好喺世上過可憐嘅生活。我自由咁揀咗呢條死路,為咗贖我嘅罪。 我結束自己嘅生命 ,因為我得罪咗主;我唔會再惹祂嘅忿怒。離咗神嘅生命有咩意義?我會忍受呢啲艱苦,好唔使失去天國嘅盼望。如果我喺世上行惡,惹神忿怒,神理我呢條命有咩用?

**38.** 出家人見到塵世同塵世嘅事物係有害嘅。而對一個好長時間喺心入面保持寂靜,突然又跌返入塵世漩渦、見到同聽到好多陌生嘢嘅人嚟講,佢心入面會發生幾大嘅變化啊! — 唔好畀啲人呃,佢哋話聽同睇某啲嘢對我哋冇害處,話我哋嘅思想無論獨處定喺塵世都一樣,話我哋嘅謹慎無論喺房入面定房外面都冇受干擾,亦都冇任何不良改變, 而且,當遇到人或事物時,我們不會感到任何情欲的動盪。只有精神夠強的人才能如此斷言──即使受了傷,他們都感覺不到。 但我哋仲未達到咁嘅穩健;我哋身上仲帶住腐爛嘅傷口,如果一日都唔理佢哋、唔包紮、唔用石膏或者繃帶,就會生蛆。

**39.**靈魂一旦在信仰中將自己交託給神,並屢次經歷祂的幫助,就不再關心自身的安危,反而被驚歎與沉默所綑綁,無法重返舊有行徑並付諸實踐, 唯恐否則會被剝奪神嘅眷顧,神喺暗中不停咁守望住靈魂,照顧佢,不斷留意佢——而佢唔會被剝奪呢份眷顧,因為咁樣嘅話,就會顯出佢大膽到以為憑自己嘅理性能力就可以足夠自給自足。

**40.** 凡屬光明之光不再照耀於他們的人,不會墮落到如此無恥的地步,在禱告中再次對神說:「賜給我們這」,或:「從我們身上取走那」──他們對自己也絲毫不關心; 因為憑住信仰嘅屬靈眼睛,佢哋每一刻都見到父嘅眷顧,嗰位真父用祂嘅大愛保護住佢哋;祂嘅愛遠超過世上任何父愛,而且高過一切,能夠而且有能力豐豐富富咁幫助我哋,遠超過我哋所求、所想或者所能想像。

**41.** 凡被認為配得嘗到信德甘甜滋味,卻又轉向塵世知識的人,就好比搵到一粒珍貴的珍珠,卻用它換取一文銅幣;而且,就好比放棄了完全的自由,反而回到一個充滿恐懼和奴役的貧窮狀態。

**42.** 知識有三種心靈模式升降:身體、靈魂同聖靈。 知識係上帝賜畀理性生物嘅禮物,喺佢哋受造嘅一開始就已經賜俾佢哋;就其本身本質嚟講,佢係簡單同不可分割嘅,好似日光一樣,但係喺佢運作嘅時候就會經歷變化同分割。– 聽吓呢個運作嘅次序。

**43.** *「知識嘅第一層次」*。 當知識跟從肉慾時,就會將以下模式融合為一:財富、虛榮、裝飾、身體舒適、追求言語智慧──適合治理呢個世界,並促成發明、藝術同科學嘅創新──以及一切身體喺呢個可見世界所獲得嘅冠冕。 ──就因為呢啲特徵,呢種思維就同信仰對立。──佢只係所謂嘅知識;因為佢排斥一切神嘅安排,而且由於身體佔據上風,喺心靈入面種下咗一種不理性嘅無助感,並將所有關注都完全集中喺呢個世界。 呢個哲學就係咁樣睇自己:好似有股心智力量暗中操控人,有種神聖嘅安排完全咁照顧同眷顧佢。 所以,佢唔將世界嘅治理歸於上帝嘅神意;反而,人身上所有嘅美好,佢從有害嘢中得釋放,以及對困難同暗中或公開伴隨我哋本性嘅種種逆境嘅天生防禦,喺佢睇嚟都係人自己嘅審

慎同方法嘅結果。　呢種就係自欺式知識嘅觀念。佢以為一切都照佢自己嘅設計發生;喺呢點上,佢同嗰啲主張呢個世界冇任何統治嘅人意見一致。　然而,佢唔可以唔時時擔心、唔驚身體;所以佢畀怯懦、憂傷、絕望、怕鬼、怕人、賊匪傳聞、死亡報告、病時焦慮、饑荒同生活必需品短缺時嘅憂慮、怕死所壓倒, 恐懼受苦同野獸,同埋各種類似嘅嘢——令到心靈好似大海,時時刻刻、晝夜不停,浪頭拍打、衝向游水者。　因為呢種生活方式無法將自己交託畀上帝,以信心依靠佢,所以佢不停地忙住諗計謀,策劃同自己有關嘅一切。　然而,當佢喺任何情況下所諗出嚟嘅方法都證明無效——同時又冇認出當中神秘嘅神意——佢就會同嗰啲阻撓同反對佢嘅人爭吵。喺呢方面,善惡知識嘅樹已經喺呢種心態入面種咗,將愛連根拔起。– 驕傲同自大充斥其中。– 佢自誇,卻行喺黑暗中,– 並將自己嘅所有物同世上嘅財物相比,唔知道其實有比自己更優秀嘅存在。

**44.** *「知識的第二階段」*。當一個人離開了第一階段,專注於屬靈的思想和願望;然後,照著靈魂的本性,他們行出以下這些卓越的善行:禁食、禱告、施捨、閱讀神聖經典、過著美德的生活、與情慾的掙扎,等等。　所有善行、靈魂中所有被辨認出的崇高品格,以及在基督宮廷事奉中所採用的奇妙方式——在指導的第二階段,在祂大能的運行下——都是由聖靈成就的。正因為如此,聖靈向心靈顯示通往信仰的道路,並在其中匯聚引向真生命的方向。　悔改之後,就要行善同修苦行,藉住聖靈嘅恩典去潔淨心靈。但就算喺呢度,呢條路仍然係屬肉體,而且好艱辛。佢只係引領同引導我哋進入信仰嘅道路。仲有更高一層嘅指引。如果有人成功,就會喺基督嘅幫助下,搵到機會提升到嗰個層次,喺同人隔絕嘅靜默中、喺閱讀聖經、喺禱告,同埋其他善行中,為自己嘅品行打好基礎,而所有屬於第二種指引嘅事,都係透過呢啲方式去成就嘅。　而正正係透過呢啲,一切美好先得以實現;呢就係所謂嘅處理事務;因為透過感官嘅行為,藉住身體嘅感覺,喺外在層面去完成自己嘅工作。

**45.** *行為的第三度是完美之度*。現今且聽一個人如何變得高尚,獲得屬靈,並在生活方式上漸漸相似那看不見的權能,它們的服侍並非透過感官所作的行為,而是透過心智的操持。　當呢種智慧超越咗塵世同塵世事務嘅關懷,開始探索內心隱藏嗰啲的事物,目光向上,並由對未來時代嘅關懷、對所應許之物嘅渴慕,以及對隱藏奧秘嘅追尋所指引; 咁信心本身就會吸納呢種知識,將佢轉化,賦予佢新生,令佢完全成為靈性。　然後,佢就可以憑住翅膀飛上無形嘅領域,觸摸無邊大海嘅深處,喺心裏想像神聖同奇妙嘅治理之道,點樣喺理性同感官生物嘅本性入面運作,並去探索一個單純而微妙嘅心靈所能理解嘅靈性奧秘。　然後,內在感官就會以喺嗰個不朽同無瑕生命中會出現嘅方式,覺醒到靈性活動;因為就算喺呢個現世,好似秘密咁,靈性嘅復活都已經被接納,作為對普遍復活嘅真實見證。

**46.** 以下是知識的三大階段——從一個人開始分辨善惡,直到他離開這個世界,他對靈魂的認識始終停留於這三個階段。　而所有不義與邪惡的極致,以及公義的極致,和洞悉一切靈性奧秘深度的能力,都由這三階段中同一種知識的形態所成就;而其中包含心靈的每一個動盪,無論是上升或下降,在善中、在惡中,或介乎善惡之間。 呢啲同一級次,喺教父嗰度就叫做:自然、不自然同超自然。 呢就係嗰三條路向,理性靈魂嘅記憶會因應呢啲情況而提升或降低:當人——如前所述——要麼順應本性實踐真理;要麼超越本性,喺對超然上帝嘅冥想中,為對祂嘅記憶所陶醉;要麼就係浪費咗自己嘅洞察力,喺與眾多魔鬼打交道嘅同時,去餵豬。

**47.** 知識嘅第一階段令靈魂冷卻,為通往上帝嘅旅程作準備。第二階段令靈魂溫暖,以迅速邁向信仰階段所處之地。然而,第三階段則係勞動中嘅休息,心靈於一次練習中,享受未來嘅奧秘。　但由於我哋嘅本性未能完全超越靈性死亡嘅狀態同肉體嘅重擔,只要人活喺肉體,就仍然處於兩者之間嘅過渡狀態。就好似一個可憐嘅乞丐,佢嘅靈魂開始喺美德嘅第二、中段階段行俾人; 有時,好似領受咗做兒女之靈嘅人,喺自由嘅奧秘中,佢憑賜予者嘅配得,喺屬靈嘅恩典中歡愉;又有時佢返到靠身體幫手去做嘅行為嘅卑微。因為喺未完嘅時代入面,冇完美嘅自由。

**48.** 第二層次嘅工夫係行動同持續實踐;而第三層次嘅工夫就係信心嘅工夫,唔係靠行為嚟成就,而係 透過純粹靈性嘅心像,喺一個純粹靈性嘅行動中完成;並且超越感官。 – 不過,講到信心,我哋唔係指一個人對可敬拜嘅神聖位格之間嘅分別,以及祂為咗承擔我哋本性而成就嘅道成肉身奇妙經綸嘅信念——雖然呢種信心極其崇高; – 而是指嗰種由恩典之光喺靈魂中照耀嘅信心,以明智嘅見證堅固心靈,令佢喺盼望嘅確定中唔致動搖,遠離一切懷疑。　而呢種信心唔係透過耳朵嘅聽覺去顯明,而係透過屬靈嘅眼睛,去睇見藏喺靈魂深處嘅奧秘——嗰啲肉身之子眼目所望唔到嘅神聖豐盛,並由聖靈向凡領受

基督聖餐、以基督律法為教導嘅人啟示,正如主所講: 「你哋若遵守我嘅命令,我就要差慰藉者、真理嘅聖靈去畀你哋;*呢位聖靈係世界收唔到嘅,但佢會教導你哋一切真理。*」(約翰福音14:17、26)

**49.** *知識又有另一種分類。*凡處理可見事物,或透過感官接受由可見事物傳遞過嚟嘅事物,都叫做自然知識。但係,凡處理心靈嘅能力,並喺自身內處理無形存在本性嘅知識,就叫做屬靈知識;因為知覺係由靈接收到,而唔係由感官接收到。 因為呢兩種來源(對可見事物同屬靈事物的感知),兩種知識都係由外面進入靈魂。但係由神聖能力所賦予嘅知識就叫做超自然;佢甚至更加深奧、更高於知識。 而靈魂領受呢種知識嘅思索,唔係好似頭兩種知識咁,係由外在嘅物質實體而來;而係喺佢自己入面,無物質咁,靜默咁、迅速咁,同埋喺意想唔到嘅時候,由佢本身最深處顯現同顯明出嚟;因為,正如基督所講:「*天國喺你哋心入面。*」 (路加福音17:21)──佢唔係透過預表去滋養盼望,亦唔係「*藉住遵守*」而嚟,而係喺最深層心靈印記嘅形象入面,佢自然而然咁顯現,毋須人作任何思考。 第一種知識,來自不懈的努力和勤奮的研究;第二種來自美好的人生和堅定的信仰;第三種則純粹賜予,作為信仰的份額,在此,知識被擱置,行為告一段落。

**50.** 唔好懷疑我哋禮儀經文中祈禱嘅力量,即使喺祈禱或每日定時誦讀嗰陣,冇激動嘅情感同無止境嘅懊悔。

**51.** 任何一句出於經驗之言,都應視為必要而接受,即使講者並非學者;因為雖然君王之財富勝過世上任何人,他亦不屑拒絕乞丐的一件單衣作為補充;而細流匯聚成河,最終奔流成大河。

**52.** 對善的回憶與對惡的回憶,好似用手指一般,分別指向我們思想的羞愧或生活的崇高;而每一個,都按照其本性,在我們心中強化或正義或邪惡的思想與衝動。 我哋喺心靈深處嘅隱秘角落忙於呢啲回憶;然而正正喺呢種心靈嘅忙碌之中,我哋一生嘅軌跡被勾勒出嚟,而我哋可以喺其中見到自己。

**53.** 有種愛好似用油點亮嘅小燈,油用晒就熄;又好似靠雨水養活嘅小溪,雨停咗就乾涸。但有種愛好似由地下湧出嘅泉水,永遠都唔會乾。 第一個係人世嘅愛;第二個係神聖嘅,源頭係上帝。

**54.** 你想喺崇拜期間誦讀詩篇時得到喜樂,並且明白你所講出聖靈之言嘅意思嗎? – 完全唔理經文嘅節數,唔理詩句嘅押韻,放棄平時嗰種華而不實嘅誇飾;反而要將心思沉浸喺研讀聖靈之言,直到你嘅靈魂被激起高尚嘅洞見,並因此而感動,去讚美,或者去懷有有益嘅憂傷。 – 若以奴仆式(僅照本宣科)去對待,心靈便無得安寧;而混亂通常令心靈失卻對意義與理解嘅品味,並令思緒散亂。 可以稱混亂為魔鬼的戰車,因為撒但習慣像車夫一樣,坐上人的心智,帶着一大群情慾,同它們一同進入可憐的靈魂,並將它拋入混亂之中。

**55.** 唔好同仇敵灌輸俾你嘅念頭爭辯,反而要透過向上帝禱告,打斷同佢哋嘅對話。 我哋未必有足夠嘅力量去抗拒呢啲相反嘅念頭,以令佢哋停止;相反,喺呢啲情況下,我哋往往會因此而受傷,而呢道傷口要好耐先會癒合。儘管你有幾多智慧同幾多謹慎,敵人都會成功喺你身上擊出一擊。 但就算你最終克服咗佢哋,嗰啲思想嘅污穢都會玷污你嘅心靈,佢哋惡臭嘅氣味 會喺你鼻孔度留低好耐。不過,如果你採用第一個方法,你就可以擺脫呢一切同恐懼;因為除咗上帝,冇其他幫助。

**56.** 當你喺靜默嘅小房度靜修嘅時候,轉去做手工,就唔好用你阿爸嘅命令做你貪錢嘅藉口。為咗避免灰心,你嘅工作要揀啲細細件、唔會擾亂心神嘅;但唔好忘記,禱告喺適當嘅次序上係擺喺一切之上。

**57.**你要肯定,你嘅守護者永遠同你一齊──你同其他萬物一樣,都喺同一位主之下,佢一招手,就令萬物運行,安排一切。 所以,要堅定不移,並保持喜樂。除非統治者的旨意允許,並在一定程度上賦予它們空間,否則魔鬼、掠食動物或邪惡之人,都無法實現它們傷害或摧毀你的意圖。因此,對你的靈魂說: 「我有位守護者保護我;除非有天命吩咐,否則冇任何受造之物可以向我出現。但如果主旨意要惡者勝過萬有,我就無條件接受,不願主嘅旨意有任何不成就。」 如此,你喺試煉中都會充滿喜樂,因為你已經知道同完全明白,係至高者嘅旨意主宰同引導你。所以,要喺主裏面堅定你嘅心,並以盼望為力量。

**58.** 守舌不但令心思飛揚向上帝,亦暗中賦予身體所行之顯明善行以大力,令其得以成就;同樣地,它亦照亮人在暗中所行之善,正如聖父輩所言,因為守口能令良知飛揚向上帝,前提是人要保持有意識的沉默。

**59.** 每一善念之後都跟住「*熱誠*」,佢嘅熱情好似燃燒緊嘅炭;通常佢都會守住呢個念頭,唔畀任何反對、障礙或者阻撓靠近。呢種美德如果冇咗,就無善可成。 有一個人,穿戴基督,稱呢種熱誠為狗,

係神律法嘅守護者。呢股熱誠嘅力量有兩種方式可以激起、加強同點燃,用嚟保護屋(靈魂);同樣地,佢亦有兩種方式會變得疲憊、打盹同懶散。　呢種熱誠(首先)係當一個人心入面生起一種*「恐懼」*時被激起同點燃──佢令佢擔心自己已經擁有或者打算獲得嘅善被偷走或者被摧毀。　當呢種恐懼被激起,熱誠就會晝夜熊熊燃燒,好似一座烈火爐──就好似一隻基路伯,不斷警醒留意四周,熱切守護佢嘅善行,防範一切外在同內在嘅敵人誘惑。 呢種熱誠仲有另一種點燃嘅方式:就係當對美德嘅渴望喺靈魂入面最強烈嘅陣。呢份渴望愈喺靈魂入面增長,對美德嘅熱誠就愈被點燃。令佢冷卻嘅第一個原因,就係當靈魂入面對美好嘅渴望減少或者消失;　而第二個原因,就係當有啲自以為是同自大嘅念頭入咗心入面生根──咁個人就開始希望、諗、同埋執著於自己冇理由要怕任何勢力會害佢;　所以佢就放低咗警惕呢件武器,屋企就冇人把守;看門狗瞓着咗,長時間都唔做哨。　呢兩件事都係因為有個極其微妙嘅驕傲念頭入侵靈魂並生根;或者因為人變得過份關注短暫嘅事物,或者過度同世界接觸,頻繁受誘惑。又或者呢種情況係自嗰個所有邪惡之源──子宮──而來。 每當一個苦行者與世界交往,他的靈魂就會立即感到疲倦。　當佢同人多聚埋一齊,嗰啲人出於虛榮,無可避免咁會壓碎佢嘅靈魂,都係一樣。一個同塵世接觸嘅苦行者,佢嘅心就好似一個撐穩舵嘅舵手,平靜咁喺海上航行,點知突然之間就撞入暗礁,船隻觸礁沉沒。

**60.** 選擇善是渴望者的工作;但將此選擇實現卻是上帝的工作。為此,人需要上帝的幫助。 所以,當我哋心裏面一有善念出現,就要跟住經常禱告,唔單止求佢幫手,仲要求佢指引,睇吓呢個念頭係咪合乎上帝嘅心意。因為唔係所有好嘅念頭都係由上帝入心,只有嗰啲對人有益嘅先至係。

**61.** 有時人會渴望做好事,但上帝卻不幫助他;因為有時這種渴望並非出自上帝,而是撒旦所賜,不是為我們好,反而害我們──或者因為所渴望的事超越了我們的能力,因為我們尚未達到適合它的生活方式,　──或者因為呢件事同我哋所選擇嘅生活方式格格不入──或者因為時候未到,未能實行,或者未能開始實行──或者因為我哋冇足夠嘅知識同體力去 ──或者因為當時嘅情況唔利於我哋。 魔鬼就趁機大肆渲染,令呢件事睇落好似好合理,好容易令人信服,咁佢就可以喺我哋動心去嘗試嘅時候,破壞我哋嘅心靈安寧,或者傷害我哋嘅身體。所以,就算係好意,都要謹慎考慮。不過最好凡事都經過商量再做。

**62.** 德行係憂愁嘅母親;由憂愁生出謙卑;而恩典就賜畀謙卑。跟住嚟嘅報酬,唔係為咗德行本身,亦唔係為咗為咗佢而付出嘅勞苦,而係為咗由佢哋所產生嘅謙卑。但如果嗰份謙卑失去咗,咁之前嗰啲就都係枉費心機。

**63.** 主並不單要求遵守誡命,更要求靈魂的改革,而誡命正是為此設立的。──身體在善與惡的行為中都一樣運作;但心靈則視乎其本性,或行公義,或犯罪。

**64.** 無試煉的恩賜,對領受者而言,只會帶來毀滅。如果你在神面前行善,祂賜你恩賜,就當懇求祂賜你合宜的謙卑,或派一位守護者看守這恩賜,或將它從你手中取走,免得成為你滅亡的緣由。因為擁有財富對並非每個人都有益處。

**65.** 美德總伴隨憂患。凡是迴避憂患,無疑亦會失去美德。 如果你渴望美德,就要甘願承受各種悲傷。因為悲傷會孕育出謙卑。直到我們獲得真知之前,都要透過考驗來親近謙卑。因為任何人在沒有悲傷的情況下安於美德,都等於大開驕傲之門。

**66.** 當一個人沉溺於驕傲,與他同在、並在他心中激起對公義關懷的守護天使,就會離開他。 但當一個人得罪呢位天使,天使離開佢之後,就有個陌生者(黑暗嘅靈)走埋嚟──由嗰刻起,佢就再唔理公義。

**67.** 上帝往往容許有德者受到各種試探──祂容許四面八方對他們發動誘惑,像祂對約伯一樣折磨他們的身體,令他們陷入貧窮,使人背棄他們,並摧毀他們所擁有的一切;然而,他們的靈魂卻毫髮無傷。　──當我哋行義路嘅時候,要遇到憂患,身體要為疾病同勞碌所困,呢啲都係無可避免──只要我哋鍾意過有德嘅生活,就能夠堅定不移。──當一個人行緊神嘅道路,而有呢類事臨到佢; 就唔應該偏離正道,反而要歡喜接受,唔好埋怨,仲要感謝上帝賜佢呢份恩典,因為上帝認為佢配得,先至容許佢受試探,成為先知、使徒同其他聖徒嘅苦難夥伴──佢哋為咗呢條路承受咗好多憂患。　無論誘惑係由人、魔鬼,定係自己嘅肉體嚟,都應該成為佢感恩嘅原因。　因為神要賜恩典畀一個渴望同佢同在嘅人,除咗用真理去試煉佢之外,冇其他方法;就好似一個人如果冇基督嘅恩典,就唔可能配得上呢種偉大──即係要歡喜喺試煉中。　呢件事咁偉大,聖保祿明明白白就話,一個人若被認為配得為喺神裏面嘅盼望而受苦,就係

一份恩賜,佢對腓立比人講:*「因為神賜恩畀你哋,唔單止要你哋信佢,仲要你哋為佢受苦。」*(腓立比書1:29) 同樣地,聖彼得喺佢嘅書信入面寫道:*「如果你為義受苦,就有福氣」*(彼得前書3:14)──因為你已經成為基督受苦嘅一份子。 你喺安逸時唔應該歡喜,喺痛苦時又唔應該冷漠以對,亦唔應該將呢啲試煉視為同神嘅道路無關。因為佢嘅道路自亙古以嚟,代代相傳,都係藉住十字架同死亡鋪成。 咁樣嘅諗法(半心半意行神嘅道路)係邊度嚟㗎?—由此你要明白,你已經行出神嘅道路,偏離咗;你唔想跟隨聖徒嘅腳蹤,或者你想為自己另覓一條特別嘅路,想喺上面唔受苦就得。 上帝嘅道路就係每日嘅十字架。冇人可以一邊過着冷漠嘅生活一邊升天。──至於冷漠嘅道路,我哋都知道佢嘅盡頭係邊度。

**68.** 真正義人總會反思自己配不上神──而正正因為他們真係義人 呢點由佢哋承認自己可憐又唔配受神嘅眷顧,並且喺暗中同公開場合都承認呢件事,而且係靠聖靈先至做到,好令佢哋喺今生可以繼續受苦同受折磨。 然而,上帝卻在將來的時代為他們預備了安息。主所住的人,正因為如此,並不渴望安息或脫離憂愁,雖然他們時常會蒙賜奧妙的屬靈安慰。

**69.** 聖靈的旨意,是要祂所愛的人仍然在勞苦中。安息的人裡邊,不是住着神那聖靈。神子與人所分別的,就因為他們活在患難之中;而世界卻以奢華與安息為榮。 神並不願意祂所愛的人在肉身時得享安息,反而希望他們在世時常處於憂愁、艱難、勞碌、貧窮、赤身、缺乏、羞辱、侮辱、疲憊的身體和憂傷的思想之中,好叫所講的話語在他們身上得以成就: *「在世上,你哋必有苦難」*(約翰福音16:33)。主知道,活喺安逸中嘅人,冇法留喺祂嘅愛裏,所以祂就剝奪佢哋嘅平安同喜樂。

**70.** 藉住聖徒為神的名受苦所顯示出對神的愛,他們的心獲得了*「大膽」*直視神、並懷著盼望向祂祈求的勇氣。 – 大膽禱告的威力極大。因此,上帝容許祂的聖徒受各種憂愁的試探,好叫他們經歷祂的幫助,並體會上帝對他們的關懷。 透過呢啲試煉,佢哋獲得智慧,並憑經驗對萬事萬物都有所認識,免得畀魔鬼嘲笑。如果上帝只喺一樣好事上訓練佢哋,佢哋就會喺其他方面冇指引,喺動盪時期變得盲目。

**71.** 人如果未先經過逆境嘅考驗,就唔會珍惜美好嘅事物;等到佢喺逆境中遇到好嘢,先至可以用得明白,好似係自己嘅一樣。 由親身經驗同實踐直接獲得嘅知識幾咁可貴,經過長期經驗喺自己身上累積嘅力量又有幾咁強大──呢點只有喺經驗過呢種知識嘅幫助、人性嘅軟弱同神力嘅援助之後,並且深信不疑嘅人先至明白。 因為佢哋只有當上帝起初唔施展祂嘅能力去幫助佢哋嗰陣,先至會令佢哋明白人性嘅軟弱、誘惑嘅艱難、仇敵嘅狡猾,同埋佢哋所面對嘅爭戰本質,明白佢哋天生所賦予嘅, 同埋佢哋點樣靠神嘅能力得保護,行咗幾遠,神嘅大能點樣高舉佢哋,當呢股神力一撤走,佢哋喺對抗各種慾望嘅爭鬥中就幾咁無力──就因為呢一切,佢哋先至變得謙卑,親近神,開始等候神嘅幫助,並恆常禱告。 如果佢哋冇因神嘅許可而落入好多惡中,冇經歷過咁多惡,又點會得呢啲經驗呢?正如使徒所講:*「恐怕我因所得嘅啟示非常超凡,就过于自大,所以神就畀咗我肉體有個刺,畀撒旦嘅差役來困擾我。」*(林後12:7) 但係喺試煉中,人一次又一次經歷到上帝嘅幫助,就會獲得堅定嘅信心;由此佢變得無所畏懼,並喺試煉中保持平靜。

**72.** 試探對每個人都有益處。修行者受試探,好叫佢哋可以增添佢哋屬靈嘅財富;懶散嘅人受試探,好叫佢哋可以防範自己受傷害;沉睡中嘅人受試探,好叫佢哋可以預備自己醒返;遠離嘅人受試探,好叫佢哋可以親近上帝; 屬於上帝嘅人,就可以大膽地喜樂。— 未受過訓練嘅兒子攞到佢老竇屋企嘅財富,唔係為咗佢自己嘅利益。正因如此,上帝先試煉、先苦待,然後先賜下祂嘅恩典。

**73.** 人處於冷漠狀態時,就怕死亡之時;當他們親近神時,就怕將來的審判;當他們完全進入神同在之中,則兩種恐懼都被愛所化。──這是為什麼?──因為當人仍然處於肉體的範圍內,過著屬肉體的生活,就懼怕死亡。 但當佢有屬靈嘅悟性,又過住仁義嘅生活,佢嘅心思時時刻刻都留喺對未來審判嘅記憶上;因為佢本性正直,所以佢行喺屬靈嘅秩序中,專注喺佢嘅悟性同生活方式,並且已經預備好親近上帝。 但當佢獲得咗真理嘅知識──透過神嘅奧秘喺佢心入面覺醒,同埋對未來嘅盼望得到加強──嗰時,嗰個好似動物咁驚被屠殺嘅肉體之人,同埋敬畏神審判嘅理性之人,都會被愛所充滿; 並且成為兒子之後,他以愛來裝飾自己,而非被可怕的杖所管教,他說:*「我同我父家都要事奉主」*(約書亞記24:15)。

**74.** 凡心念常在神的人有福了,他以心底的默契與神獨處。喜樂在神裏勝過今生的生命;得着它的人不但不會理會苦楚,甚至連自己的生命也不会再留心。 愛比生命更甜美,而產生愛嘅對神嘅認識,比蜂蜜同蜂窩更甜。因為愛,為咗所愛嘅人而接受痛苦嘅死亡,並唔係悲傷。 愛係知識嘅果實;知識係靈命健康嘅果實,而靈命健康就係由持久嘅忍耐所產生嘅力量。

**75.** 永恆生命係喺神入面嘅安慰;凡係喺神入面搵到安慰嘅人,都視世上嘅安慰為多餘。 如果有人從聖靈領受智慧,他會從智慧本身認出它,因為智慧在深層的內心和感受中教導他謙卑的行為。如果有人達到了謙卑,他會從這一點認出它:他覺得透過與世俗的交往或言詞去討好世界是可憎的;而且,如果這世上的榮耀在他眼中是可憎的。

**76.** 情慾(喺行動上)係指嗰啲因為呢個世界嘅事物而激起嘅傾向,佢哋以必需為藉口,誘惑人去滿足生活嘅需要;而呢啲傾向喺呢個世界存續嘅期間永遠都唔會停止。 但係蒙受神聖恩典嘅人,嘗過同經歷過比呢啲更高嘅事物之後,就唔會容許呢啲傾向入佢心入面; 因為喺佢心入面,已經有另一種更好嘅渴望佔據咗上風──呢啲情慾本身,同埋佢哋所生出嘅一切,都唔會再入佢心,只會留喺外面,冇得動。唔係因為佢冇咗激情,而係因為個本來會接受佢哋嘅心已經對佢哋死咗,而靠住其他嘢活住; 唔係因為呢個人透過理性同善行就搵到咗平安,而係因為佢心入面冇嘢可以令佢困擾,佢嘅意識已經因為喺其他嘢度搵到喜悅而得到滿足。

**77.** 如果我哋遵守節制之法,並以審慎去約束自己,對抗激情慾望嘅鬥爭連心都唔會靠近。佢哋唔係靠鬥爭先阻止入心,而係靠意識同智慧嘅充實──呢啲就係靈魂所充滿嘅──同埋對靈魂內所藏奇妙思索嘅渴望。 只要人仲活住,就要有清醒、警惕同戒備,去守住自己嘅寶藏。 但如果佢放棄咗為自己設嘅限度(禁食),就會變得軟弱,財寶會畀人搶走。人唔可以淨係做到見到果實先停,而要拚命掙扎到最後一刻。因為就算成熟嘅果實,都可能畀冰雹突然打落。

**78.** 如果我哋習慣咗好好反思(心靈嘅教導),一旦遇到慾望就會感到羞愧。但我哋亦會因為羞愧而唔敢接近慾望。

**79.** 當你出於對上帝嘅愛,想去做某件事,就要以死亡為呢個願望嘅限度;咁樣你先真係配得上喺同每種慾望嘅對抗中升到殉道者嘅行列,只要你堅持到最後,唔鬆懈,喺呢個限度內,無論遇到乜嘢都唔會受損。 軟弱嘅心思令忍耐力都變得軟弱;但堅定嘅心會畀跟隨佢嘅人一種本性所冇嘅力量。

**80.** 今世嘅生命就好似刻喺石板上嘅文字;任何人如果願意,都可以加添或者刪減,亦都可以更改啲字。 但將來嘅生命就好似喺空白卷軸上寫好、用皇室印璽封住嘅手稿,唔准加嘢,亦唔准減嘢。 所以,當我哋身處變化之中,就要檢點自己;趁我哋仲可以掌控自己生命呢份手稿──係我哋親手寫嘅──就要努力用美德去充實佢,抹去舊日生活方式嘅缺失。 因為我哋喺呢個世界嘅時候,上帝唔會喺善或惡上面加祂嘅印記,直到我哋離開呢個生命嘅最後一刻。

**81.** 祈禱需要練習,好令心靈透過長期投入而變得熟練。祈禱之前要先靜處(獨處,將心思從一切外在事物中收返嚟)。 獨處對祈禱是必要的,而祈禱又是為了使我們獲得對上帝的愛;因為正是在祈禱中,我們才找到了愛上帝的理由。

**82.** 我哋應該知道,每一次同上帝嘅私密對話,每一份好心靈對上帝嘅關懷,每一次對屬靈事物的反思,都係建立喺禱告上,都叫做禱告,並且都喺呢個名下歸為一, ──無論你明白呢個意思係指各種讀經、讚美上帝時嘴唇嘅聲音、對主嘅深切憂傷、身體嘅跪拜、詩篇嘅歌唱,或者構成真正禱告儀式全部嘅其他一切,而呢啲正係上帝之愛所誕生嘅源頭; 因為愛源於禱告,而禱告則源於獨處;我們需要獨處,好能更自由地與神對話。

**83.** 當你內心有正面改變時,要提防自負。要喺禱告中細心向主坦露你嘅軟弱同對呢種自負微妙之處嘅無知,免得你被遺棄,或者被引誘行可恥嘅事;因為驕傲之後會來淫亂,自負之後會來迷失。

**84.** 當你將所有其他苦行修為放喺天秤一端,而將沉默放喺另一端,你就會發現沉默更勝一籌。人哋有好多建議;但當一個人接近沉默時,佢就唔需要再跟從嗰啲建議,佢以前嘅所作所為都會變得多餘,而佢自己會發現已經超越咗嗰啲行為;因為佢已經接近完美。

**85.** 施捨永遠要擺喺你嘅首位。我哋嘅憐憫要成為一面鏡,好讓我哋喺自己入面見到嗰個相似嘅樣貌,同埋喺神嘅本性同本質入面存在嘅真像。一個殘酷同無憐憫嘅心永遠都唔會得潔淨。 有憐憫心嘅人就係自己靈魂嘅醫治者;因為,好似有內心吹出嚟嘅強風,佢哋驅散咗情慾嘅黑暗。呢樣嘢,根據福音入面嘅生命之言,就係我哋借畀上帝嘅一份好債。

**86.** 當你行到床邊,就對住床講:「今晚,你可能就會成為我嘅棺材,床啊;我都唔知,今晚會唔會唔係暫時嘅瞓,而係永遠嘅長眠嚟到。」所以,趁你仲有雙腳,未被嗰啲無法掙脫嘅枷鎖捆住之前,快啲去做啲善事。 趁你仲有手指,喺死亡嚟到之前,用祈禱將自己釘十字架。趁你仲有眼睛,喺佢哋被塵土蒙蔽之前,用淚水充滿佢哋。就好似玫瑰一受風吹就凋謝,如果你身上構成你生命嘅任何一個元素喺你體

內停止運作,你就會死。　人啊,你要銘記,你離去嘅時候近咗,要不停咁同自己講:'睇吓,嚟接我嘅使者已經喺門口,我點解仲坐喺度?'我嘅離去係永恆嘅;冇得返轉頭。

**87.** 凡是鍾意同基督傾談嘅人,都鍾意獨處。但凡鍾意留喺人群中嘅人,就係呢個世界嘅朋友。如果你鍾意懺悔,就要同樣鍾意寂靜。因為冇咗寂靜,懺悔就唔能達到完美。　如果你鍾意寂靜──懺悔之母──就要歡喜咁接受因寂靜而帶嚟嘅輕微身體不適、責備同侮辱。對寂靜嘅奉獻,就係對死亡嘅不斷預先期待。 凡是没有呢種心態就踏入寂靜,都頂唔順呢種生活方式必然帶嚟嘅一切。

**88.** 讓我們愛慕沉默,直到世人被我們心裏所殺。讓我們時時記住死亡,並以這念頭用我們的心親近神──世上的一切歡樂就會變得可憎可惡。

**89.** 其中一個默者說:「我修習默觀,好令我在讀經和禱告時,經文能帶給我有樂。當我因領悟它們的喜悅而令舌頭靜默,我就好似進入夢境,進入一個令我感官和思緒都靜止的狀態。」　然後,當呢份寂靜持續落去,我嘅心因回憶嘅波動而平息,內心深處就不停湧現歡樂嘅浪潮,喺毫無預期之下,突然到嚟,令我嘅心靈雀躍。」

**90.** 另有人說:「寂靜斬斷新思緒的藉口和原因,並在自身牆內令我們 previously occupied with 所佔據之事的記憶腐朽凋零。當舊思緒腐朽時,心靈便透過糾正它們,回復到其本來的秩序。」

**91.**　又有人說:「為自己揀一樣令你喜悅嘅操練──夜裡不停嘅警醒,喺嗰段時間,所有聖父都脫去舊人,並獲得心靈嘅更新。喺呢段時間,靈魂體驗到嗰種不朽嘅生命,並透過呢個經歷,脫去黑暗嘅外衣,喺自己裡面接納聖靈。」

**92.**　又有一段話:「要令呢啲(外在)感官服從靈魂嘅權威,冇得保持寂靜同遠離人群就做唔到;因為理性靈魂本身同呢啲感官──同佢自己本身──緊密連繫同交織,喺佢哋嘅影響下,好容易畀思緒捲走,除非人喺暗中禱告保持警醒。」

**93.** 就如貞潔之耳由禁慾汗水之種子生長,同樣,慾望之熱誠由飽足而生,污穢由過度放縱而生。當肚腹飢餓而謙卑,羞恥之念無法侵入靈魂。

**94.** 你嘅美──即係你嘅貞潔──就因為攤身裸地、因為飢餓嘅折磨奪去你嘅睡眠、因為禁食時肉體嘅痛苦,而變得好光彩奪目;嗰種痛苦令你肋骨同肚之間好似開咗條深深嘅峽谷!　我哋放入身體嘅每一口食物,同肉體嘅每一次安息,都會喺我哋心入面生出可恥嘅幻想同駭人嘅妄想;而當佢哋一出現,就會煽動我哋對可恥行為嘅秘密傾向。　但係肚餓同思想嘅空虛,令我哋嘅心變做一片無人區,唔受任何念頭打擾,亦令所有反叛嘅念頭都靜默無聲。

**95.** *關於守靜者的一些必要指示*:如果你在各種禮拜儀式期間,盡可能擺脫心靈的飄忽,突然間口中念禱被截斷,而靈魂被強加的沉默枷鎖所纏,並非出自你自己的意願,而且這是在一段長時間的沉默之後;　咁就知你喺寂靜中正不斷進步,柔和已經開始喺你心入面生根。因為單純嘅沉默真係值得譴責。　如果你留意到喺你嘅靈魂入面,每當有念頭浮現、每次回憶,或者喺你靜默中沉思嘅時候,你嘅眼都充滿眼淚,淚水更不由自主咁沿住面頰滑落; 咁就要知道,喺你面前正開始出現一條裂縫,用嚟摧毀對手。　如果你發現,不時地,你嘅思緒──冇任何預先嘅意圖,亦唔係喺平時嘅秩序之下──會深入你嘅內心,停留大約一個鐘頭,或者任何一段時間,然後你留意到你嘅思緒中充滿咗和平──而呢件事一次又一次咁發生喺你身上; 就知有雲開始遮住你嘅居所。不過,如果你開始做呢件事嘅時候,仍然搵唔到困擾你嘅情欲帶嚟嘅平靜,就唔好驚訝。 就好似大地深處一旦失去陽光,就會長時間保持黑暗;同樣地,藥草的芳香和沒藥的香氣在空氣中散開,也不會喺好短時間內就消散。　正因為如此,情慾好似慣咗喺屠宰場舔血嘅狗,如果唔畀佢哋平時嘅食物,就會企起嚟狂吠,直到舊習嘅力量被打破。不過,當你向前邁進嘅時候,你會喺自己嘅靈魂深處發現以下明顯嘅跡象: 你會因盼望而得着力量,因禱告而蒙恩;—你每次與人相處並感受到人性軟弱時,你心裏都絕不會缺乏對你有益之物(每一次經歷都會防範你陷入驕傲);—你眼中不再會把鄰舍的過失當作理會的對象; – 你會好似渴望進入將來嘅時代咁,同樣渴望離開呢個肉身;– 無論咩悲傷嘅試煉臨到你,無論係公開定係秘密,你都會覺得一切都係公義咁嚟到,係照神嘅審判,你都會為此感謝神。

**96.** 情慾或因某啲影像而觸動,或因無影像嘅感覺同記憶而觸動──起初仲未帶有激烈嘅動作或念頭──之後就會引起煩躁。

**97.** 伴隨閱讀的持續警覺,再加上頻繁的跪拜,只要勤加修習,必能帶來心境的寧靜。而任何已達此境者, precisely through these means。凡欲再度達此境界者,必須保持沉默,同時實踐所言; 但係最緊要

係,佢哋唔可以令思想黏住除咗自己靈魂以外嘅任何嘢;佢哋要修習內觀,並喺反思自己嘅行為時,要專注於嗰啲令我哋特別親切、令我哋心境良好嘅感覺。

**98.** 每一個理性嘅本性入面都有無數嘅變化,而每一個人喺每一刻都有變化發生。 有洞察力嘅人可以透過自我檢驗嚟明白呢點;如果佢哋保持清醒,喺自己心入面觀察自己,就好容易發現佢哋嘅思想喺任何時候會經歷咩變化,點樣突然由寧靜嘅狀態變成混亂,同埋係點解。 聖馬卡里奧斯喺佢寫畀弟兄嘅指示入面講過呢件事,佢勸告佢哋當情況變得更差嘅時候唔好灰心;因為就算企喺純潔梯級上嘅人,就好似空氣變得寒冷咁,都會由好嘅狀態跌到差嘅狀態,就算佢哋冇疏忽或者放縱自己都一樣; 相反,即使佢哋遵守規律,呢啲跌落仍然會發生,完全唔係佢哋本意。聖馬卡里奧斯都認同呢點,佢話:「人人都經歷變化,就好似空氣一樣。」 *「人人都經歷」*,意思唔只係最低賤同最惡劣嗰啲人,連最完美嘅人都一樣。 就好似大自然入面,寒冷之後緊接住就會有炎熱──同樣地,冰雹之後唔耐就會天晴──我哋嘅靈性操練亦都係咁:有時有爭戰,有時有恩典嘅幫助; 有時靈魂陷入動盪,洶湧的波濤向它襲來──然後又再次發生改變,因為恩寵光臨,並以神聖的喜樂與平安,以純潔寧靜的思想充滿人心。

**99.** 所以,當你心靈動盪時,就唔好絕望;當你沉浸喺平安中時,就唔好自大。相反,你要更深入咁檢視自己,喺動盪期間,喺思想混亂同無序嗰陣,喺你心入面生根嘅唔純粹念頭同唔雅觀嘅影像; ── 亦要反思你係點咁快畀情慾牽著走,當你心志模糊時,仲同佢哋傾偈 ;要知呢一切都係上帝嘅安排,為咗令我哋謙卑,因為祂會照顧同安排對每個人有益嘅一切。

**100.** 謙卑,即使冇行善,都可以令好多罪過得以被赦免;但冇咗謙卑,就算行善都冇用,甚至會帶嚟好大嘅害處。就好似鹽對所有食物嘅作用一樣,謙卑對所有美德都係如此。 要獲得呢種美德,我哋就要時時喺心裏面帶住自卑同審慎嘅悲哀。如果我哋獲得咗佢,就會令我哋成為上帝嘅兒女。

**101.** 我哋嘅主為咗支持我哋喺禱告中嘅軟弱,就話: *「醒起,警醒禱告,免得陷入試探。」* (馬太福音 26:41) 要禱告,不可懶惰,而要隨時 *「警醒禱告」* (歌羅西書4:2–3)。 *「求,就必得;尋,就必找着;叩,就必開給你。」 「凡求的,就得着;尋找的,就寻见;叩门的,就给他开门。」* (馬太福音7:7–8)祂特別強調呢句話,並用一個半夜向朋友借餅嘅朋友比喻,嚟激勵我哋更加勤力。 主說: *「我實在告訴你哋:就算佢唔係因為朋友先畀佢,但因為佢不斷敲門,佢都會起身,畀佢所需嘅一切。」* (路加福音11:8)你哋要禱告,唔好偷懶。呢份鼓起人膽量嘅鼓勵,真係難以言喻!

**102.** 主知道喺祂離世之前,祂唔會剝奪我哋迷失嘅可能性;呢個改變好快就會到──即係由美德墮入罪惡;人同佢嘅本性都可以走向相反嘅方向;正因如此,祂吩咐我哋要警醒,並要持續喺禱告中努力。 祂又吩咐我哋祈禱,唔係淨係為咗保護自己免受明顯嘅改變;而係因為我哋不斷遇到嗰啲微妙同難以捉摸嘅事物,而嗰啲嘢係我哋喺嗰啲經常不由自主陷入嘅狀態下,無法用理性去理解。 雖然我哋嘅心思意念好堅定,並且緊貼住善,但祂嘅神聖安排仍然一次又一次將我哋置於誘惑嘅邊緣,並令我哋陷入其中,正如蒙福嘅保羅所講: *「在我肉體裡,有一根刺,交給我……」* (林後12:7–9)。

**103.** 呢個世界係一場比賽,亦係比賽嘅擂台。 呢個係爭鬥嘅時代。喺爭鬥同比賽期間,冇任何規矩;即係話,國王喺比賽未完之前唔會限制佢嘅戰士,每個人都要帶到萬王之王嘅門前,喺嗰度接受考驗,睇吓佢哋係喺比賽中勝出,定係腰椎斷裂。 喺呢度只有一條律法:要保持警醒,堅守不移。──所以,我哋唔好喺禱告上疏忽,亦唔好懶到唔向主求助,因為冇咗祂,我哋就做唔到任何令祂喜悅嘅事。 – 我哋要緊記,只要我哋仍然活喺呢個世界、仍然住喺肉身入面,就算我哋可以飛上天,都唔可以閒置唔做嘢,亦唔可以唔操心。

**104.** 喺呢件事上嘅完美,就係以下幾點:懺悔、純潔同自我完善。(懺悔嘅人會同情慾作戰──一直戰到心靈被淨化;心靈嘅淨化就係戰鬥嘅終點,亦係通往完美境界嘅大門。)

**105.** 有人問:「悔改是什麼?」佢回答:「棄棄舊習同為此憂傷;」又說:「心碎同謙卑的心。」

**106.** 有人又問:「一個人要點先可以獲得謙卑?」佢就話:「要不停記住自己嘅罪過同死亡嘅迫近,要著樸素嘅衫──要成日揀最卑微嘅位,喺任何情況都甘願做最卑微同令人謙卑嘅差事──唔好違背,– 保持沉默,– 唔好鍾意去參加聚會,– 希望自己無人識,亦唔想做任何官職,– 唔好將任何財物完全據為己有,– 憎恨同人傾偈, ― 唔貪慕虛榮,而且心裏面唔去批評或者責怪任何人,無論原因幾微;亦唔妒忌;唔好做嗰種成日同人打成一片、畀人圍住嘅人,而係要獨自一個人做自己嘅事,除咗自己之外,唔要為世上任何嘢操心。 總括而言:漂泊、貧窮與孤獨的生活──這正是培養謙卑並淨化心靈之道。」

**107.** 達到完美境界者的標誌是:即使他們每日十次為鄰舍之愛而被交出去受火刑,他們仍不會滿足,正如摩西(出32:32)、聖保祿(羅9:3)和其餘宗徒所顯示的。 ──上帝因祂對受造之物嘅愛,將祂嘅兒子交出嚟喺十字架上受死。如果祂仲有啲更寶貴嘅嘢,祂都會畀我哋,為咗藉此為祂自己贏得我哋呢個族類。──跟隨呢個榜樣,所有聖人為咗追求完美,都努力透過對鄰舍嘅完美之愛,去效法上帝。

**108.** 除非有人喺佢哋希望嘅深處秘密中感受到呢份愛,否則冇人可以達到呢份愛嘅高度。鍾意呢個世界嘅人,就唔能夠對其他人產生愛。當一個人獲得咗愛,佢就同呢份愛一齊,被神親自所穿戴。而凡得着神的人,不但不可在祂以外再接受任何其他的东西,还要脱去自己的身体。因为如果有人因爱世界而以这个世界和今生为衣,他便不会被神所穿戴,直到他舍弃了这一切。 因為神自己已經為此作證,祂說:「凡不放下的,*又不過恨自己性命的,不能作我門徒。*」(路加福音14:26)人不但要放下,而且要恨惡它。

**109.** 點解盼望咁甜蜜,點解有咗佢,所有事都變得容易?──因為喺嗰一刻,聖徒嘅心靈入面會自然醒起對安好嘅渴望,而盼望就畀佢哋喺修道院用自己嘅杯去品嚐呢份安好,並令佢哋滿有喜樂。 所以,佢哋唔再感到勞苦,甚至對勞苦同悲傷變得麻木不仁;成個旅程,就好似踩喺空氣上,而唔係用雙腳踏實行路; 因為路途的艱難對他們是看不見的;面前沒有山丘或溪流,路上崎嶇不平的地方都變得平坦(以賽亞書40:4)。 佢哋嘅注意力轉向咗天父嘅懷抱──而希望就好似用手指咁,每一刻都指向嗰啲遙遠同未見過,但卻能用信心嘅秘密眼睛睇到嘅事物;對呢個遙遠目標嘅渴望,就好似用火咁,點燃咗佢哋靈魂嘅每一部分。 佢哋成個思想嘅渴慕都向住嗰度,亦都日日夜夜急急趕去。──就係咁,盼望好似用火咁點燃佢哋,喺呢股歡喜雀躍、急速而無休止嘅流逝中,佢哋根本停唔到步。

**110.** 超脫唔單止係唔去感受激情,仲要唔畀佢哋喺自己心入面生根。 因為聖徒們所修習的種種美德,無論顯或隱,他們內在的慾望已被克服,無法輕易反撲他們的靈魂;而且,他們的理智也不需要時時警醒以進行推理; 因為佢隨時都充滿住啲思想,而呢啲思想係經過對至高美德嘅反思同論述,有意識咁喺心裏面激起嘅。 一旦情欲開始動盪,心智便好似畀一種洞察力瞬間俘虜咗;正如聖馬克所言,情欲就好似留喺佢哋體內,卻懶散冇用。

**111.** 心靈憑着上帝嘅恩典,喺行善積德同追求知識嘅時候,幾乎察覺唔到構成靈魂卑鄙同無知嗰部分。因為知識會將佢提升到高處,並令佢遠離世上所有嘅事物。 因為聖徒心靈純淨,加上佢哋心智敏銳、靈活同鋒利,又透過苦行,佢哋嘅心靈得以淨化,並因克制肉體而獲得啟悟。 因為佢哋經過默靜嘅訓練,並且長期喺其中安住,所以每一個內在嘅默想都輕易而迅速地賜畀佢哋,而佢哋所默想嘅事物都令佢哋充滿驚異。 同時,佢哋通常都沉浸喺沉思入面,心入面永遠都有嘢可以理解,亦永遠都有嗰啲喺佢哋心靈深處結出聖靈果實嘅對象。經過長期嘅修行,激起佢哋心內慾望嘅記憶被抹去,魔鬼嘅權勢亦因此而削弱。 因為當靈魂唔再留連於情慾之中,而一直專注於其他事物,情慾嘅力量就無法將靈魂嘅屬靈感官緊緊攬住。

**112.** 就如驕傲令靈魂高高在上,畀佢自由喺自己嘅思想雲端中翱翔,喺萬物之間旋轉;謙卑則透過寂靜,將靈魂凝聚於一點──令佢集中喺自己入面。 就好似靈魂喺身體入面,畀人眼唔見,同所有人隔絕;真正謙卑嘅人唔單止唔想畀人見到或者認識,佢甚至願意由自己跳入自己,化為烏有,好似從未存在過咁。 —當呢種人仍然隱藏、退縮喺自己入面,同世界隔絕,佢就完全同佢嘅主同在。

**113.** 謙卑者從不駐足觀望聚會、人群、騷亂, 嘈吵或狂歡;佢唔理人哋講嘢、傾計、喊聲,或者感官嘅誘惑;佢唔想擁有太多嘢,亦唔想成日忙住,而係想隨時都自由,無牽無掛,咁佢嘅思緒就唔會走甩出自己。 因為佢深信,如果佢捲入太多嘢,就唔能夠保持思想唔亂;因為好多事就代表好多憂慮同一大堆複雜嘅念頭;咁樣,情感嘅大門就打開咗,理性嘅寧靜就畀趕走,通往和平嘅門就畀關埋。 所以,謙卑嘅人要守 住自己,遠離一切過度;透過呢種方式,佢時刻都保持寂靜、寧靜、和平、謙遜同敬畏。

**114.** 謙遜而有智慧的人,從不急躁,從不魯莽,從不慌亂,也從不懷有衝動或浮躁的念頭,而能時時安然自若。 冇嘢可以令佢驚訝、動搖或者恐懼;因為佢唔會喺悲傷中失態或者動搖,亦唔會喺喜悅中感到驚訝或者被沖昏頭腦。佢所有嘅喜悅同快樂,都係源於令佢主喜悅嘅一切。

**115.** 謙卑的人連向神禱告、求任何事物都膽敢不得,也不知道當如何禱告;他們只會靜默以待,收斂所有感官,等待從至高無上威嚴之面所賜下的憐憫與旨意。 —當佢面伏於地,而佢心靈嘅內在異象被提升到至聖所嘅門前,嗰度係祂居於黑暗之中、連撒拉弗嘅眼睛都要閉上嘅地方──佢只敢咁講同咁祈禱:「主啊,照祢嘅旨意,願我如此。」

**116.** 你要在神面前行得单纯,不是行在心思的狡猾裡。单纯是信心所跟隨;但心思的微妙和狡猾,却是自作聪明所跟隨;而自作聪明,又使你與神疏離。

**117.** 你喺禱告時企喺神面前,心裏要好似冇法講嘢嘅嬰兒一樣。唔好憑任何知識喺神面前講嘢,而係用孩子氣嘅心思親近祂,喺祂面前行,好叫你配得上父親對初生嬰兒嗰種慈愛嘅照顧。 經上說:「*主保護微小的人*」(詩篇114:5)──所指的不僅僅是身體幼小的人,也包括那些在世上智慧的人。他們放下了所學,憑着自己的意志,使自己如同小孩子,開始學習那無所不在的智慧,而這智慧不是靠人的勞力所能達到的。 (指聖書而言)。求神賜你得以達到這信心的程度。要為此勤禱不怠,以熱誠去追求,並以極大懇切的心哀求,直到你得著為止。 如果你首先憑住信心,迫自己將憂慮交託畀上帝,用祂的安排取代你自己的憂慮,你就會得到呢樣嘢。 當神見到你這份決心──你以純潔的心將自己交託給神,而非交託給自己;並迫使自己將盼望放於神身上,而非放於自己靈魂── 到時,嗰股難以言喻嘅力量就會住喺你裏面,你會切實感受到,無可置疑咁有股力量同你一齊──就係嗰股力量,令到好多人喺自己裏面感受到之後,可以毫無畏懼咁行過火中,行過水面上,都唔會因為驚自己會沉而心神不寧。

**118.** 喺各方面,呢種屬靈嘅知識唔會畀人誤以為係對靈魂嘅認識咩?—唔單止唔可能將呢種屬靈嘅知識誤認為對靈魂嘅認識,就連對靈魂知識熱心實踐嘅人,都冇可能用感官去感知到佢。 如果佢哋其中有人想親近呢種另一種屬靈知識,除非佢哋拋棄呢種心智知識──連同佢所有微妙嘅彎彎繞繞同複雜嘅方法──並且採用一種孩童式嘅思維,否則佢哋連一絲都唔會靠近屬靈知識。 相反,心智導引嘅習慣同概念,要佢哋逐步根除之前,一直都係一大障礙。呢種靈性指引好簡單,唔會喺心智念頭入面顯現。 直到心靈從眾多思緒中獲得解放,達到純粹的單純,才能夠感知到屬靈的引導。

**119.** 如果你曾經將自己交託畀主──祂完全夠能力保護同看顧你──就唔好再為呢啲事擔心,要對自己嘅靈魂講:「無論任何事,我當年所交託嘅主都夠我用。我唔使自己操心,祂知道就得。」 – 到時你真係會見到上帝嘅奇蹟 – 你會見到上帝點樣時刻都喺度拯救敬畏祂嘅人,同埋祂嘅顧念雖然無形,卻無處不在。 但係因為同你同在嘅守護者係肉眼所唔能見,你唔可以懷疑佢好似唔存在;因為佢經常連以肉眼都會顯現自己,好叫你可以得安慰。

**120.** 一旦人拋棄一切有形嘅幫助同人嘅盼望,以信心同清潔嘅心跟隨上帝,恩典就會即刻跟住佢,並透過各種方式嘅幫助向佢顯明佢嘅大能。 首先,恩典會先以呢啲可見嘅身體事務顯現,並透過祂對佢嘅照顧提供幫助,令佢更切身感受到神恩典嘅大能喺佢身上運行。 當佢認出呢種明顯嘅幫助,就會對隱藏嘅幫助都有信心;喺呢個過程中,恩典向佢揭示咗一連串複雜嘅艱深思想同意圖嘅網絡,令佢可以好容易分辨出佢哋嘅含意、佢哋之間嘅互相連繫、佢哋嘅誘惑,以及佢哋點樣互相衍生──並摧毀靈魂。 同時,恩典又將魔鬼所有 嘅邪惡擺喺佢眼前,好似用手指指住佢,示意如果佢未識得呢啲,本嚟要受幾多苦。於是佢心入面就生出一個念頭,要喺禱告中向佢嘅造物主求一切,無論大事細事。

**121.** 當上帝的恩典在這些事上加強了他對上帝的信靠之心,他便逐漸開始面對試探。 恩典就容許試探按着他的能力臨到他,好叫他擔得起。在這些試探中,幫助真實地臨近他,好叫他能堅定不移,同時逐步被教導並獲得智慧,並且信靠神,以致輕看仇敵。 因為人除非靠忍受試煉而得着力量,否則喺屬靈爭戰中無法變得有智慧、認識祂嘅供應,體會祂嘅神性,並喺對祂嘅信心上堅定不移。

**122.** 一旦恩典察覺到一個人思想中開始出現一絲懷疑,並且開始自視甚高,就會立即容許誘惑變得更加激烈和強烈,直到他認清自己的軟弱,並再次謙卑地緊靠神。

**123.** 當你開始實踐美德時,切勿驚訝會有嚴酷而深切的悲傷從四面八方向你襲來;因為如果實踐美德時不伴隨艱辛,就不能算得上美德。正因如此,聖若望(科洛夫或先知)才說:「美德通常會遇到困難; 當美德與安逸相連時,就值得譴責」。而蒙福者馬可說:「凡成全的德行,當它成就聖靈的誡命時,就稱為十字架」。這就是使徒的教導,說*「凡立志*在敬畏主裡、*並在基督耶穌裡生活的人,都要受迫害」。*(提後3:12)。然而,主卻說:*「凡為我名失喪生命的,必要得着生命。」*(太16:25)因此,祂一開始就賜給你十字架,好叫你先委身於十字架,然後才遣你心靈去跟隨祂。

**124.** 冇嘢比絕望更強大。無論喺右邊定左邊,都打唔贏佢。當一個人喺心裏面剝奪晒生命嘅所有希望,咁就冇乜嘢比佢更膽大。 冇一個仇敵可以擋得住佢,亦冇任何一件事,只係提起就會令佢意志動搖;因為任何降臨喺佢身上嘅悲傷都比死亡更輕,而佢已經低頭接受咗死亡。

**125.** 對和平嘅希望,一向都令到人忘記咗乜嘢先至偉大、先至美好、先至有德行。無論喺我哋之前嘅年代,定係到今日,都係 precisely 因為呢個原因,人先至變得疲倦;唔單止冇辦法取得勝利,連最美

好嘅都蝕底。　所以,簡單嚟講,一個人如果忽略咗天國,一定係因為寄望於一點塵世嘅安逸。邊個唔知道雀鳥會飛向網,以為可以歇息?

**126.**當心志熱衷於美德,外在感官就不會屈服於任何困難。當心靈在聖靈中熱誠,身體就不會為悲傷而憂愁,不會陷入恐懼,也不會因驚駭而退縮;因為心志好似鑽石,以堅定抵抗一切內在的誘惑。　所以我哋要充滿熱誠──嗰種令人懶散嘅懶惰就會遠離我哋。熱誠會孕育勇氣,並賦予靈魂勝利嘅力量。當靈魂以天生嘅熱誠對抗魔鬼時,有邊個魔力可以抵擋呢?

**127.** 我哋嘅先祖知道,我哋嘅心唔能夠成日都堅定同保持警覺,有時甚至連乜嘢對佢有害都分辨唔到,佢哋將對塵世財物嘅超然當作武器,着喺身上,然後退入沙漠──嗰度冇任何塵世追求會引發慾望,所以唔會有嬲氣、慾望或者怨恨。對呢啲同埋其他類似嘅一切,佢哋就用一個堅不可摧嘅柱子嚟加固同保護自己。

**128.** 人若能保持超然,便會時時心生此生終有別離之念──因而他時刻小心準備,──佢厭惡一切安逸;棄絕塵世嘅念頭喺佢心入面生動咁激盪;佢堅定自己嘅心,面對危險都唔驚;佢唔懼死亡,因為佢隨時都注視住佢;悲傷若然嚟到,佢就用歡愉同喜悅去接受,因為佢知道悲傷會帶來冠冕。　但如果佢恰巧獲得咗啲短暫嘅嘢,喺嗰一刻,對肉體嘅慾望就開始喺佢心靈深處騷動;世俗享樂嘅念頭湧現,同時連帶出現嘅,係各種滿足呢種慾望嘅方法;　由呢刻開始,佢喺超然塵世物欲時所擁有嘅堅定心志開始動搖,佢嘅靈魂開始畀令佢對生命感到恐懼嘅念頭侵襲;於是,佢對上帝嘅堅定盼望離棄咗佢。

**129.** *各種言說*。──正如將頭浸入水裡的人,無法吸入清新的空氣;同樣,將心思沉溺於塵世憂慮的人,也無法感受那新世界的一切。　就好似惡臭會破壞人體嘅體質,齷齪嘅景象就會破壞心靈嘅寧靜。就好似玻璃撞到附近嘅石頭會破裂,聖人如果長時間同女人一齊、同佢傾偈,就保唔住佢嘅純潔,會畀玷污。　就好似大樹會畀洶湧而持續嘅流水連根沖走,世上嘅愛亦都係咁,會畀針對身體嘅誘惑洪流從心裏連根拔走。　正如苦藥能驅除人體內不健康之液,悲痛之深亦能淨化心靈中邪惡之情慾。正如戰場上不忍殺敵者難以全身而退,苦行者若憐惜其身,亦難以拯救其靈免於滅亡。　就好似一個少女見到可怕嘅嘢,嚇到即刻跑去搵父母,攬住佢哋嘅衣裳喊住求救;靈魂亦都一樣,只要被試探嘅恐懼壓得心亂又破碎,就會急忙投靠上帝,不停咁向上帝呼求。　當誘惑一波接一波襲來,佢就加倍懇求;但一獲解救,就放縱自己去胡思亂想。　就好似有人向國王獻上厚禮,就會獲得國王恩慈的一瞥;同樣地,掌管萬代的偉大君王──上帝──會赦免那以淚洗面禱告之人的罪過,並以慈愛的一瞥賞賜他。　就好似一個人拎住一粒珍貴嘅珍珠,行緊一條成日有賊嘅路,　都時刻驚畀人襲擊同搶劫;同樣,攜帶貞潔之珠行喺世上──呢條路滿佈仇敵──除非佢去到墳墓嘅居所,即係安息之地,否則永遠都唔能擺脫對呢啲強盜嘅恐懼。　就好似一個人喺守喪日飲醉咗嘅酒,醉到連自己艱難嘅處境都唔再悲傷;同樣,沉醉於神之愛嘅人,喺呢個世界──即係喺哀哭嘅殿──都會忘記所有勞苦同憂愁,因為佢醉意朦朧,對一切罪惡嘅慾望都麻木不仁,佢心裏因對上帝嘅盼望而得力,靈魂輕如羽毛,心思意念時時超脫塵世;佢嘅思想高於一切塵世事物,並與至高者同享不朽嘅喜樂。

**130.** 謙卑是神性之衣。道成肉身者身穿此衣,並藉此以肉身向我哋說話,以謙卑遮掩祂偉大嘅尊嚴同榮耀,免得受造之物因望見祂而被燒盡。　如果祂冇取咗受造之物嘅一部分,就唔可能向佢發言。所以,凡著上謙卑之衣者,就著上基督自己;因為基督以怎樣的形像向祂的受造之物显现並與之同住,祂也同樣願意以此裝扮祂內在的人。

**131.** 謙卑係一種神秘嘅力量,喺完成咗一生旅程之後,先由已經成聖嘅聖徒獲得。呢種力量係由恩典嘅能力所賜,只畀嗰啲喺美德上已經完美嘅人,因為呢種美德包羅萬有。

**132.** 凡是謙遜、沉默或溫柔的人,並不一定已經達到謙卑的境界。 我哋亦唔會稱嗰個人為「智慧上謙卑」,即使佢喺回想自己嘅罪過並為此憂傷時表現出謙卑;雖然呢種行為值得讚揚,但佢尚未真正擁有謙卑,只係巧妙地將謙卑吸引到自己身上——佢只渴望謙卑,卻未真正擁有。　真正謙卑嘅人,唔需要靠自己嘅理性去諗理由,而係喺所有事上自然流露謙卑,唔使勉強自己。

**133.**　如果有人問我哋點樣先可以獲得謙卑,我哋會答佢:*「做門徒嘅,*夠本就同佢嘅師傅一樣;做僕人嘅,就同佢嘅主人一樣。」(馬太福音10:25)　睇吓嗰位命令人要有謙卑、又賜呢份恩典嘅主,自己就示範咗謙卑──效法佢,你就會擁有呢份恩典。

**134.** 我哋要不擇手段,避免一切可能喺我哋心內激起惡劣情慾嘅事物;尤其要喺自己心內連根拔起呢啲情慾嘅成因,同埋任何可能觸發佢哋嘅事物,就算係最微小嘅都唔可以放過;即使如此,情慾仍然

出現嘅時候,我哋就要堅決抵抗同對抗佢哋。 為咗呢兩個目的,最理想嘅做法就係向內自省,獨處其中,不斷耕耘自己心靈嘅葡萄園。當我哋嘅心思喺嗰度獨處同隱居,就唔再係心思同情慾作戰,而係恩典。

**135.** 救主嚟到嘅目的,就係當佢賜畀我哋生命之命,作為淨化我哋激情狀態嘅療法,係要潔淨靈魂,脫離因首違命所帶嚟嘅 同敗壞,並恢復佢原本嘅狀態。就好似藥物係用嚟醫治病體,命令就係用嚟醫治充滿激情嘅靈魂。 而且好明顯,誡命係為咗對抗情慾而立,好醫治罪惡嘅靈魂。

**136.** 違背誡命使我們陷入敗壞。由此可見,只要遵守誡命,就能使我們重獲健康。 如果唔遵守誡命──除非我哋先踏上通往靈魂純潔嘅道路──我哋連渴望或者盼望靈魂得潔淨都唔應該。唔好話就算我哋唔守誡命,上帝都可以憑祂嘅恩典賜我哋靈魂嘅潔淨。呢啲就係主嘅審判,教會都唔會叫我哋去求呢啲嘢。 猶太人由巴比倫返耶路撒冷嘅時候,係行自然嘅路;但以西結就係超自然咁到咗耶路撒冷,並且透過神嘅默示,成為未來更新嘅見證。喺靈魂潔淨嘅事上,都有類似嘅情況。 有人透過一條人行道踏出嘅老路,喺一生艱苦嘅守誡命過程中,以自己嘅鮮血為代價,達到心靈潔淨;另一些人則作為恩典嘅禮物獲得。而且,有趣嘅係,我哋喺祈禱中唔可以為呢份以恩典賜予我哋嘅潔淨祈求,同時又放棄喺守誡命上度過嘅生活。 因為有個財主問主:*「我當做咩先可以承受永生?」*主就清楚咁話:*「遵守誡命。」*(路加福音10:25)但當嗰個財主再追問時,主就話: *「如果你想做完全人,就去賣掉你所有的財物,分給窮人,然後背起你的十字架跟從我。」*(馬太福音19:21)。這意思是:你要死於你所擁有的一切,然後活在我裏面;離開舊情慾的世界,然後進入聖靈的新世界。 因為主講過:*「背起你嘅十字架」*(馬太福音16:24),就係教人要對世上所有嘢死去。當人喺自己裏面將舊人,或者慾望,釘死咗之後,主先對佢講:*「跟從我」*。舊人係唔可能行喺基督嘅道路上。

**137.** 聖大巴सलि同聖格列高利哋,佢哋鍾意曠野,並讚頌沉默, 佢哋並非因為未能實踐誡命而去追求寂靜,而係先喺世上生活,遵守社會人所應守嘅誡命,然後先至達到心靈純潔,並被認為有資格進行屬靈默想。 之後佢哋即刻去搵曠野嘅寂靜;從此之後,佢哋就同自己內在嘅人同住;所以佢哋成為沉思者,一直喺靈性默想中度過,直到被恩典召去成為基督教會嘅牧人。

**138.** 曠野令情慾沉睡。但要做到這一點,人須先令情慾沉睡,並當它們頑梗地反對我們時,將它們連根拔起──即克服它們。一旦有機會,沉睡的情慾便會再度醒來。 所以,我哋要渴慕曠野,唔只因為佢可以令情欲沉睡,而要希望喺冇感官享樂、同所有人隔絕嘅環境中,我哋可以喺度搵到智慧,並令基督裏面嘅內在靈命人喺我哋裏面得以更新; 使我哋時刻警醒自己,心思意念時刻保持警覺,守住自己,免得對佢嘅盼望被人偷走。

**139.** 我哋嘅主,為咗令我哋得以效法天父嘅偉大,祂為我哋命定咗憐憫;然而,和尚卻寧願選擇沉默勝於憐憫。呢點又點樣可以調和呢? 主命定咗憐憫,好叫我哋效法天父,因為憐憫會令有憐憫心嘅人更親近上帝。至於我哋做和尚嘅,就尊重寂靜,但並唔係排斥憐憫,而係盡量遠離虛無嘅憂慮同躁動;──我哋並無意忽略對鄰舍嘅責任,但我哋珍視默靜,好讓(更準確嚟講,以履行另一種更高嘅責任)我哋得以安住喺對上帝嘅默觀之中,透過呢種方式,我哋可以最好咁恢復我哋嘅純潔,並更親近上帝。 但如果有一日,我哋嘅弟兄姊妹真係需要我哋,我哋就唔可以置之不理。所以,我哋要不斷提醒自己,對每一個理性生物都要心存憐憫。因為呢就係主嘅教導對我哋嘅啟發,而我哋沉默嘅獨特之處,就係喺呢點──而唔係喺任何虛浮嘅嘢。 我哋不但要保持呢份內在嘅同情心,當情況需要嘅時候,亦唔可以忽略公開表達我哋嘅愛。

**140.**生命之賜者將誡命的豐盛歸納為兩條誡命,涵蓋其他所有誡命:愛神,以及同樣的愛神所造的人。第一條成就了靈性默想的目的;第二條則成就了默想與行動的目的。 因為上帝的本性係簡單、無形,而且本身無需任何嘢;而心靈喺自我觀照時,自然對上帝冇 任何需求;喺身體活動方面,其活動都係簡單,並集中喺心靈嘅單一部分,與值得敬拜嘅本質嘅簡單性相符,而呢本質高於肉體感官。 第二誡,即係愛鄰舍,憑住本性嘅二元性,要求我哋喺肉身度同樣渴望去成就,就係我哋喺意識入面無形中成就嘅嗰件事。因為行動處處先於思索,任何人如果唔先透過自己嘅行為去成就較低嘅層次,就唔可能升到呢個更高境界。 亦不可有人就對鄰舍之愛自稱已以心靈超越,若然佢哋忽略咗按能力同時地喺肉身所應行嘅部分。因為只有透過呢個實踐,先至可以肯定一個人內心已經存在完美嘅愛。 當我哋喺呢方面盡量忠信,靈魂就會獲得力量,以簡單同無可比擬嘅概念,去達到崇高同神聖嘅默想境界。但係,如果冇辦法透過肉眼可見嘅行為去實踐愛鄰舍,咁我哋淨係以靈魂去實踐嘅愛,喺上帝面前都已經足夠。

**141.** 凡是願意勝過一切去愛神的人,必須小心保持他靈魂的純潔;而靈魂的純潔,是藉著克服並根除情慾而得著的。 情慾係純潔面前一扇關緊嘅門。如果唔打開呢扇門,就唔能夠進入心靈嗰無瑕同純淨嘅境界。冇咗呢樣嘢,心靈喺禱告嗰陣就冇得大膽;因為呢種大膽就係純潔嘅果實,亦係為咗達到純潔所付出嘅努力。 呢啲事情發生嘅次序係:忍耐加上自我克制,為咗純潔而同情慾作鬥爭;如果靈魂克服咗情慾,就會達到純潔;而真正嘅純潔令心智喺禱告嘅時候獲得大膽。

**142.** 我哋唔好向神求任何高深嘅嘢;但係最緊要係,要對任何降臨我哋身上嘅事培養耐性──並且,以極大嘅謙卑同痛悔,反省內心同思想,為我哋嘅罪過懇求寬恕,並求得心靈嘅平安。 有一位教父寫道:「凡不自認是罪人的人,他的禱告在主面前不蒙悅納。」又寫道:*「神國並不因嚴謹遵守規條*(即以顯然易見的方式)*而來*。」(路加福音17:20) 至於我哋,就要喺各方面努力,透過懺悔同過一個討神喜悅嘅生活,整頓我哋嘅心;如果我哋心入面嘅地方純潔無瑕,主嘅國度就會自然而然嚟到。 至於我哋 *「以顯然方式」* 去追求嘅嘢──即係神嘅高尚恩賜──呢樣嘢並唔獲神嘅教會認可;而攞到呢啲嘢嘅人,只會自招驕傲同敗落。呢個並唔係人愛神嘅標誌,而係靈魂嘅病態。 既然保羅以自己所受的苦難為榮,並視參與基督的苦難為上帝的偉大恩賜,我們又如何能去追求上帝崇高的恩賜呢?

**143.** 只要靈魂受情慾折磨,就無法以感官體會屬靈的事,亦不知道如何渴慕;反而只會透過所聽見的,以及聖經,去渴慕它們。 靈魂內在的病症,因秘密遵守誡命、與基督的苦難結合而得醫治。起初,我們的本性藉著基督的道成肉身得更新,並與基督的苦難和死亡結合;然後,在流血所帶來的更新之後,它被聖化,得以領受新而完滿的誡命。 但如果呢啲誡命係喺流血之前、喺我哋本性未更新同未成聖之前畀人,咁可能就算最新嘅誡命,好似古代嗰啲一樣,只會斬斷靈魂入面嘅惡習,但就唔能夠連根拔起惡習嘅根源。 然而而家唔係咁:因為神聖嘅內在運作,同埋嗰啲新嘅、屬靈嘅誡命──靈魂出於對上帝嘅敬畏而遵守──就更新同聖化咗靈魂,並秘密醫治佢所有嘅肢體。 因為每條誡命喺靈魂裏面靜靜咁醫治邊種情慾,大家都一清二楚,而佢哋嘅功效,連醫治者同被醫治者都摸得着,就好似嗰個患大出血嘅女人一樣。

**144.** 治療靈魂情慾部分的工作,亦可由恩典成就,正如蒙福的使徒們一樣。但這屬於上帝的特殊揀選;通常情況下,靈魂則藉著正當的途徑獲得健康。 即係話:凡係透過遵守誡命同真生命嘅艱苦勞作去克服情欲,就以合法──即係通常──嘅方法獲得咗屬靈嘅健康;並且喺超越呢個世界物質性嘅乳汁滋養之下,喺自己裏面斷絕咗舊性情,重生咗,好似起初咁, 喺屬靈嘅領域入面,藉住恩典,已經獲得咗對內在人嘅認識,喺屬靈界顯現出嚟,並且接納咗呢個新嘅、無雜質嘅世界。

**145.**當心思更新,心靈成聖,則其內所生起之所有概念,皆隨其所入之世界之本性而激發。首先,對神聖之愛於其內激發 ,並渴求與天使交通,以及靈性知識奧秘之啟示; 佢嘅心智被受造之物嘅屬靈知識所潔淨,聖三一奧秘嘅默想喺佢裏面照耀,連為我哋設立嘅神聖經濟嘅奧秘都照耀喺佢裏面;然後佢就完全進入未來盼望嘅知識裏面。

**146.** 如果靈魂喺情欲嘅領域入面被囚禁嘅時候,真係能夠真正明白屬靈嘅事,就唔需要去探究或者追求屬靈世界奧秘嘅知識。 但係好明顯,當情慾仲存在嘅時候,學習同知識冇乜用,亦 insufficient 去打開嗰道擺喺純潔面前嘅門。不過,當情慾從靈魂中被移除,心靈就會被照亮,置身於純粹嘅自然領域,就唔需要提問;因為佢可以清楚見到嗰啲福份擺喺佢哋正確嘅位置。 就好似外在嘅感官唔係靠學習先識得接觸到嘅事物同本性,而係每樣感官天生就識得感知佢遇到嘅嘢;同樣,就用呢種方式去想像靈性嘅默想。 因為,能夠洞悉靈魂隱藏奧秘的心,若處於自然健康狀態,就完全默想基督的榮耀,既不發問也不學習,而是在基督裡對信仰與盼望的熱誠程度,於意志自由之外,以同樣的比例喜悅新世界的奧秘。

**147.** 如果你希望你嘅心成為新世界奧蹟嘅居所,就要先透過身體嘅功行嚟充實自己:禁食、守夜、敬拜、苦行、忍耐、制伏念頭等等。 將心思放喺讀聖經同深入研讀;將誡命刻喺眼簾;透過不斷嘅祈禱對話同對禱詞嘅深思熟慮,將你心入面 previously formed 嘅一切影像同相似之物連根拔起。 要訓練你嘅心靈時刻鑽研救主家園嘅奧秘;停止追求嗰啲本應喺適當時間同場合先超越言語描述嘅知識同默想,繼續實踐誡命,努力追求純潔,並向主祈求賜予你智慧嘅生命。 呢一生嘅開始、中間同結束,就係以下呢點:透過同基督合一,斬斷萬有。不過,如果你嚮往默想奧蹟,就要透過行動去培養誡命,而唔好淨係因為想知道佢哋。屬靈嘅默想喺我哋心靈嘅純潔範疇運作。

**148.** 在信仰奧跡的孩子們中,默想與信仰結合,並在聖經的草場上餵養自己。超越知識範圍的話語,透過信仰變得可理解,我們也透過淨化所帶來的默想去認識它們。 至於那些超越理解、既非靠身

體感官亦非靠理性所能感知的屬靈奧秘,神賜給我們信心,藉此我們只知道這些奧秘存在。而從這信心中,就產生了我們對它們的盼望(即盼望能明白它們)。 我哋憑信心承認,神係萬有嘅主、統治者、創造者同埋安排者。 因此,受良心感動,我哋決心遵守祂嘅誡命,並明白舊約嘅誡命係靠恐懼去遵守,而基督賜生命嘅誡命則係靠愛去遵守,正如主所講:*「你哋若愛我,就要遵守我嘅誡命。」 「我要向父求,他必另外賜給你一位安慰者」*(約翰福音14:15-16)。安慰者降臨,即係賜下屬靈奧秘的啟示;因此,使徒所領受的聖靈,就包含着屬靈知識的豐盛。 主曾應許,祂向父代禱後,要賜給他們那安慰者,好叫他們遵守祂的誡命、潔淨自己,使祂可以永遠與他們同在。你可看見,透過遵守誡命,心思得以配受神秘默想的恩典,以及屬靈知識的啟示嗎?

**149.** 遵守誡命,若出於對賜予者嘅愛,而唔係出於恐懼,就會顯露咁大嘅能力。所以,通往默想嘅正當入口就係愛。 喺所有關於知識啟示同神秘默想嘅層次上,神聖嘅愛都會引領已經達到呢種境界嘅人,既向上又向下。所以,人首先要獲得愛;之後,靈性嘅默想就會自然而然嚟到我哋身上。 並要明白蒙福嘅保羅嘅智慧,佢點樣將所有恩典所賜嘅恩賜都擺喺一邊,去追求最根本嘅──就係嗰樣令恩賜得以接受同保守嘅,亦即係愛(林前13章)。愛就係啟示嘅所在;喺呢個地方,默想會自然而然向我哋顯現。就好似靈魂自然成熟時,會不斷吸收對世上事物嘅新知識,日復日愈學愈多;同樣喺靈性領域,人會吸收靈性嘅默想同對神嘅體認,並隨住理性生活令心智成熟,而學到呢啲。 但當佢踏入愛嘅領域,就會喺啱嘅位置去思索屬靈嘅事物。

**150.** 只要一個人努力想令靈性降臨在他身上,靈性就不會屈服。如果他膽敢做夢,將目光投向靈性,並在時機未成熟前以他的理解力去追求,那麼他的視力就會很快變得模糊,取而代之,他所見到的是幻象和影像。 一旦你用你嘅洞察力明白到呢點,你就唔會喺唔啱嘅時候去追求冥想。 但若你以為即使而家(未入純淨與愛之境)你已經有領悟,咁呢種領悟只不過係幻影嘅影子,並唔係真正嘅領悟;因為心裏所想像嘅一切都有個似真似幻嘅影像,而真正嘅領悟亦同時存在。 喺自然秩序入面,有時會見到真實,有時就會見到相反嘅景象;眼睛會見到影子而唔係實體,會見到根本冇水嘅地方有水,會見到建築物懸浮喺空中,其實佢哋係企喺地上。想像喺心靈領域入面,同喺物質世界一樣,都會出現同樣嘅現象。

**151.** 如果心靈嘅視力冇因遵守誡命同埋過一個寂靜嘅生活而得着潔淨,如果佢冇達到愛嘅光芒嘅圓滿,如果佢冇隨住年紀喺基督嘅更新中進步,咁佢就唔能夠成為真正嘅神聖默觀者。 然而,心靈為自己構建的那些屬靈相似之物,稱為幻象,而非真實。心靈之所以看見一樣事物而非另一樣,正因為它尚未被淨化。 外邦哲學家亦是如此,他們把未曾從神領受真實教導的事物視為屬靈,並在過分的自負中大肆談論;他們將獨一的神分裂為多神,在彼此的談論中嘲弄自己的思想,並將這瘋狂思想的幻覺稱為「對本性的觀照」。

**152.** 對可感及超感性本性,以及聖三一本身之真正默想,均賜予於基督之啟示之中。 基督向人類講授並示範呢件事:透過祂嘅神性實體,祂首先更新咗人性,恢復並賦予咗佢原本嘅自由,並以祂賦予生命嘅誡命為我哋開闢咗通往真理之路。 而我哋嘅本性只有喺人透過最初嘅忍受苦難、勞苦同憂愁,脫去舊有被情慾所纏嘅人,就好似新生嬰兒脫去喺母親肚裡出世嗰陣着住嘅胎衣一樣,先至能夠成為真正而非虛假嘅觀照者。 然後,心靈在靈性上重生,就能夠領受對其真實故鄉的觀照。

**153.** 而呢種觀照成為心靈嘅養份,直到佢達到可以接受比第一次更高嘅觀照;因為一種觀照會引領人去另一種,直到心靈被帶入完美愛嘅境界。 愛係靈性嘅居所,佢喺靈魂嘅純潔度生根。當心智踏入愛嘅領域,恩典就開始運作;心智接收到靈性嘅默想,成為隱藏事嘅觀者。

**154.** 如我已所言,理智默觀的啟示恩典有兩種方式賜予。有時因熱誠的信仰而蒙恩賜予;有時則因遵守誡命和純潔而賜予。 就係靠恩典,就好似嗰班蒙福嘅使徒,佢哋唔係靠守誡律去潔淨心靈,而係靠熱誠嘅信心;因為佢哋單純咁信基督,無可置疑,以火熱嘅心跟隨祂。 當基督完成祂最崇高嘅建立教會嘅工作之後,祂就差遣聖靈──安慰者──嚟到佢哋度,潔淨同成全佢哋嘅心靈,並有效地喺佢哋裡面治死咗舊人──情慾嘅人,亦有效地喺佢哋裡面令新嘅、屬靈嘅人得以重生。 – thus the blessed Paul was mysteriously renewed, and thereafter received the contemplation of the mysteries of revelation. 耶穌同佢公開講咗啲乜嘢就冇記載,但有記載亞拿尼亞對佢講:*「兄弟掃羅,喺路上向你顯現嘅*我哋*主*耶穌基督,*差遣我嚟,叫你眼睛得開,又叫你被聖靈充滿。」*(使徒行傳9:17) – 當佢受洗之後,佢就充滿咗聖靈;並且洞悉咗啟示中隱藏嘅奧秘,就好似主耶穌對聖使徒所講嗰樣: *「我還有好些事要對你們說,但你們現在擔*

*當不了;等到聖靈降臨,他要引導你們進入一切真理,並且要告訴你們將要發生嘅事。」*(約翰福音 16:12–13)

**155.** 就係喺嗰刻,當蒙福嘅保羅領受聖靈並被祂更新嘅時候,佢先被認為配得上啟示嘅奧秘;佢開始透過啟示嘅靈去默想,並喺呢種默想中得到喜悅;佢聽見難以言喻嘅言語, 佢睇見最高性质的默想,對天上大能的異象感到驚奇,並喜悅於屬靈的事。並且,唔好照異端(Euktitai)喺佢哋愚蠢中嘅所言,話佢係憑自己嘅意志達到呢種境界! 心思根本上唔能夠自行升到嗰度。相反,保羅係喺啟示嘅聖靈裏面被提,正如佢自己喺寫畀哥林多後書(林後12:2、4)時所講: ,與呢班虛空嘅人相反,佢哋自比聖使徒,將自己思想嘅幻想稱為「屬靈默想」。

**156.** 關於嗰啲充滿慾望,研習有形同無形律法嘅人,其實同病入膏肓卻又教人保健康規則嘅病人無異,有一位聖徒寫道:「有福嘅……」。 保羅得知有啲門徒忽視誡命,未能勝過情慾,卻又嚮往默想奧蹟嘅喜樂──而呢種喜樂只有透過擺脫呢啲情慾先能達到──就對佢哋講:「首先脫去舊人,脫去一切情慾;然後才渴望穿上新人,以創造主所造之新人的樣式更新自己;也不要羨慕我所擁有,或眾使徒所擁有那因恩典而得以成全的福樂;因為*『神要憐憫祂所憐憫的人,要硬化祂所硬化的人。』*」 (羅馬書 9:18)。因為有咩人可以喺祂面前站得住,或者違抗祂嘅旨意呢?──上帝有時會免費賜予;有時祂要人行善同潔淨,先至會賜下恩典;有時就算人行咗善同潔淨,祂都唔會喺呢度賜予,而係留到自己嘅時候先賜下異象。」

**157.** 我哋發現祂對一件比呢樣更次要嘅恩典──即係罪得赦──都係用同樣嘅方式行事。因為祂賜洗禮完全係免費,除咗信心之外,乜都唔要; 但係,喺洗禮後認罪悔改嘅情況,佢唔會即刻赦免,而要付出勞苦、憂傷、悲痛、痛悔、眼淚同長時間嘅啜泣──只有咁佢先肯赦免。佢即刻赦免咗嗰個賊,只因佢喺十字架上嘅一次認罪,並應許佢得天國;但對嗰個犯罪嘅女人,佢亦都要求信心同眼淚。

**158.** 愛神嘅靈魂,只喺神入面先得安息,亦只得喺祂入面先得安息。首先,你要喺自己裏面斷絕所有外在嘅羈絆,咁你先可以喺心裏面同神合一;因為同神合一之前,要先同物質世界脫離。 嬰兒只有先喺奶水滋養夠咗之後,先至會畀佢食麵包;同樣,想喺神聖之道上茁壯成長嘅人,都要先同塵世脫離,就好似嬰兒同媽媽嘅懷抱同乳汁脫離一樣。 體力勞動先於心靈勞動,就好似塵土先於被吹入亞當體內嘅靈魂。未經歷體力勞動嘅人,亦唔可能擁有心靈勞動;後者係由前者所生,就好似一粒麥穗由一粒赤裸嘅麥粒生長出嚟。而冇有心靈勞動嘅人,亦冇得享受屬靈嘅恩賜。

**159.** 正如流淚撒種,必將歡呼收割;為神的名受苦,亦必有喜樂隨之。農夫靠汗水得來的麵包覺得甘甜;同樣,行義的作為對領受基督教導的心靈而言,亦是甘甜。以樂意的心忍受羞辱與謙卑,使你能在神面前有膽量。 一個有智慧的人,若能忍受一切惡言,而他本身對說出惡言的人從未有任何不義──即使自取荊棘之冠──仍然蒙福,因為他被冠以不朽之冠,儘管他自己 unaware。

**160.** 凡有洞察力遠避虛榮者,已於心靈中體會到將來的時代。凡於今生追求和平者,其心志已然專注於將來的時代。但凡被貪慕虛榮所縛者,則為其情慾的奴僕。 唔好以為淨係貪金銀先算貪心;貪心係指你對任何一樣令你心願所系嘅嘢嘅追求。唔好讚美嗰啲身體受苦,但同時又放縱感官(即係耳仔、張開又唔受控制嘅口,同埋四處遊走嘅目光)嘅人。

**161.** 你要知道,赦免欠債者嘅罪過係一件義行。咁你就會見到你整個心都充滿寧靜同清明。 如果施恩者只顧自己嘅義行,而唔能超越,就唔算真係施恩──真正嘅施恩者,唔單止用自己嘅財物去施捨,仲要樂意忍受他人嘅不義,並對佢哋施以憐憫。 為弟兄捨命的是有憐憫心的人,不是單靠施捨就對弟兄表示憐憫的人。凡是被弟兄責備時,卻不膽敢頂嘴,使弟兄心裏憂傷的人,就有憐憫心。

**162.** 熱愛守夜的操練,好叫你能在靈魂深處的人中得著安慰。專心靜默地讀經,好叫你心靈常被上帝的奇事所提升。 要忍耐咁去愛貧窮,好令你嘅心思可以集中,唔受干擾。要憎惡奢華生活,好令你嘅思想保持寧靜。要戒除好多嘢,只顧自己嘅靈魂,好令佢唔會因內心平靜嘅散失而滅亡。

**163.** 熱愛貞潔,好叫你喺禱告時喺上帝面前唔會感到羞愧。喺你嘅行為上追求純潔,好叫你嘅靈魂喺禱告中得著光照,而對死亡嘅紀念能喺你心裏點燃喜樂。 做嘢唔好懶,免得同朋友一齊嗰陣俾人見笑。唔好用嚟自我放縱嘅嘢束縛自己,免得淪為奴隸嘅奴隸。 著衫要簡樸,好壓制心入面起嘅念頭,即係心裏面嘅驕傲。 凡愛華麗者,無能得思想自由;因為心靈深處,往往被外在事物所塑造。

**164.** 謙卑之後,就有自我節制同埋處處適可而止。 謙卑透過不斷自我克制而達到沉思,並以純潔裝飾靈魂;然而虛榮則在自身思想的無盡動盪與混亂中,從所遇的一切搜集污穢的財寶,玷污心靈。

虛榮以不潔淨的目光審視萬物,以可恥的幻想充斥心靈;而謙卑則透過沉思在靈性上自我建造,並激勵已達此境者讚頌之。

**165.** 你解開自己於罪惡的枷鎖,勝於釋放奴隸於捆綁;你與自己內在三性──身體、靈魂、聖神──和諧共處,勝於以你的教導安撫心志各異的人。 格列高里說:「為神而研習神學固然好,但人若為神而淨化自己則更好。」你若能將心思導向神聖,以修復因慾望而墮入靈魂深處的失落,其利益勝過起死回生。

**166.** 一生無論去到邊度,都要當自己係個陌生人,咁先可以免除因行為放縱而帶嚟嘅傷害。口中常說祝福,就唔會畀人中傷,因為中傷只會招致更多中傷,而祝福就會帶來祝福。 凡事都要覺得自己所知不足,咁你先可以學習,一生都會證明自己有智慧。唔好講自己未親身經歷過嘅事,免得令自己尷尬,亦免得當你人生受審時,你嘅謊話被揭穿。

**167.** 小心唔好睇異端教導,因為咁最有可能喺你心入面激起褻瀆嘅心靈。 要經常而且毫不疲倦地閱讀神學家關於天主聖意安排的著作,因為它們引領心智洞悉天主造化與作為中的秩序;以它們的智慧強化心智;以它們的微妙,為心智準備獲得光明的思想;並確保心智以純潔的心態邁向對天主造化的理解。 讀神所遺留、關於整個宇宙知識嘅福音,令你嘅心靈沉浸喺神嘅奇蹟之中。 你嘅閱讀要喺一片乜都唔受干擾嘅寂靜中進行,並且要擺脫對身體過度嘅關心同日常生活嘅喧囂,咁你先可以喺靈魂入面,透過甜蜜嘅默想,品嚐到一種超越一切感官嘅最甘美滋味,而你嘅靈魂亦可以因住喺其中停留而體驗到呢種滋味。

**168.** 潔淨你嘅靈魂;拋棄一切超越你本性嘅憂慮;以貞潔同謙卑嘅面紗遮蓋你嘅思想同行動;透過呢一切,你就會發現你本性入面嘅奧秘,因為奧秘嘅啟示只會賜畀謙卑者。

**169.** 如果你打算將你嘅靈魂獻身於淨化心智嘅禱告,並於夜間守夜以求得清明,那麼就退隱於塵世視線之外,停止與人見面,亦唔好照常喺你嘅小房中接待人, 朋友,即使以利益為藉口,都唔好見,除咗同你同你嘅苦行同伴一樣心志、一樣精神嘅人之外;要提防內在對話帶嚟嘅干擾,斷絕咗外在嘅談話之後,將施捨同你嘅禱告結合埋一齊,你嘅靈魂就會見到真理之光。 因為,心靈喺唔再受外物困擾嘅程度,就有咁多空間,可以透過領悟神聖嘅思想同行為,而達到明白同驚歎。靈魂往往好快就會用另一段對話去取代舊嘅對話,只要我哋稍為用啲心。

**170.** 以一念取代另一念(以虛浮者取代救靈者),當專心研讀聖經同聖徒傳記。 當你開始作你嘅祈禱同每日功課時,你唔係去反思喺世上見聞過嘅嘢,而係會反思你讀過嘅神聖經典;透過呢種反思,塵世事物嘅念頭就會逐漸從你腦海中消退;就係咁,心靈得以淨化。 而所講嘅「讀經有助靈魂向祈禱轉變」,同「靈魂藉祈禱而於讀經中獲得光照」嘅意思,就係呢樣嘢。讀經取代外在嘅干擾,反而為各種祈禱方式提供養份;因此,透過讀經,靈魂得以光照,令佢可以時刻喺唔懶散、唔受干擾嘅狀態下祈禱。

**171.** 好色同貪食嘅人去研習靈性事物,就好似妓女去講論貞潔咁唔相襯。身體極度虛弱嘅人頂唔順大補嘅食物;同樣,心思放喺塵世事物上嘅人,都唔能夠親近神聖嘅學問。 濕柴點唔着火;同樣,沉迷塵世安逸嘅心,點燃唔起神聖嘅熱誠。就好似未親眼見過太陽嘅人,憑道聽塗說講唔出太陽嘅光,甚至連光都感覺唔到──同樣,未用靈魂品嚐過屬靈事物甜美嘅人,都係咁。

**172.** 如果你有每日所需以外嘅閒置物,就畀佢哋窮人,然後大膽咁去禱告;即係同上帝傾偈,就好似仔同佢老豆傾偈咁。 冇嘢可以比施捨更能拉近人心同上帝嘅距離;亦冇嘢可以比自願貧窮更能帶畀靈魂平靜。當你施予嘅時候,要大方,面帶溫柔嘅神色,並且要比所求嘅更多。 唔好試圖分辨配得同唔配得;喺行善方面,要令所有人都喺你眼中平等。因為咁樣,你甚至可以吸引唔配得嘅人向善,因為靈魂會透過肉體,好快被吸引去敬畏上帝。

**173.** 清空你囚室入面嘅多餘嘢,因為咁樣會令你節制,就算你唔想都好。 凡事適可而止,能教人自制。外戰得勝──指感官對靈魂發動的戰爭:聽覺、視覺等等──的人,亦無須畏懼內戰。 當一個人關閉城門──即係五官──佢就會喺內心作戰,唔使驚外面嗰班搞事嘅人。知道呢點嘅人好有福,佢唔會糾纏於繁多嘅事務,而係將所有身體活動都用喺祈禱嘅工夫。

**174.**當上帝在內心感動你嘅心歸於痛悔嘅時候,就俯伏跪下,無休止咁跪落去。如果喺嗰刻,魔鬼開始勸你去做其他嘢,就唔好畀其他嘢佔據你嘅心思;然後你就會見到、並且驚嘆呢件事對你有咩結果。 喺苦行嘅種種掙扎入面,冇乜嘢比得上一個人喺基督十字架前日日夜夜俯伏敬拜咁重要、咁艱難,亦都冇乜嘢會令魔鬼咁妒忌,就好似佢雙手被綁喺背後咁。 如果你唔想令你嘅熱誠冷卻,亦唔想畀眼

淚耗盡你嘅力氣,就要將自己完全獻身於此;如果你日夜都留心所講嘅話,並且唔追求其他嘢,你就有福咗。 如果你唔努力,就唔會達到;如果你唔熱誠咁敲門,又唔喺門前不停守望,就唔會有人理你。

**175.** 直到外在的人對世上一切事物都死去──不但對罪死去,也對一切行為死去──同樣,內在的人對邪惡的思想都死去,直到身體的自然衝動被完全制服,心中不再激起任何罪惡的甜美,直到那時,神聖靈的甘甜才會在人心中被激起; 佢嘅肢體喺今生唔會達到純潔,神聖嘅思想亦唔會入佢心靈,只會保持隱藏同無形。 – 直至一個人喺心裏面,除咗應付肉身必要嘅需要之外,將所有塵世事務嘅掛慮都擱置,並將呢啲事嘅照顧交託畀上帝;喺之前,屬靈嘅欣喜就唔會喺佢心入面被激起。

**176.** 凡人若以堅定信念同深切感受,銘記萬物最終歸於平等嘅共同目標,就唔需要其他老師嚟勸佢拋棄塵世生活。 凡係唔肯自動遠離慾望起因嘅人,就會唔知唔覺中畀罪拉入去。罪嘅起因有四樣:酒、女人、財富同身體健康;但唔係因為佢哋本身就係罪,而係因為人性好容易畀呢啲嘢牽住走去犯罪,所以要特別小心提防。 人人都憎恨貧窮,但對上帝而言,自負的心靈和驕傲的思維更加可憎。財富在人眼中備受尊崇;但對上帝而言,謙卑的心靈才是可貴。

**177.** 如果你想開始行善,就要先為自己預備好,應付將會襲來嘅各種誘惑。 因為仇敵慣常咁做──當佢見到有人以熱誠嘅信心開始過聖潔嘅生活,就會用各種可怕嘅誘惑去試探佢哋,令佢哋嚇到心生畏懼,好令佢哋嘅善心決心變得冷淡,冇咗熱誠去行討神喜悅嘅事。 所以,要勇敢咁準備好去面對襲擊美德嘅誘惑,先至開始實踐佢哋。

**178.** 上帝嘅誡命勝過世上所有嘅珍寶。凡係得着咗佢哋嘅人,就會喺自己入面搵到上帝。凡係常常安息喺上帝眷顧之下嘅人,就搵到上帝做佢嘅守護者。凡係渴望成就上帝旨意嘅人,就會有天上嘅天使做佢嘅引路人。 凡敬畏罪惡者,能順利完成艱難之旅,於黑暗中既見光明在前面,又見光明在心內。主護佑敬畏罪惡者的腳步,當誘惑來臨時,上帝的憐憫先於他們而至。 凡以自己嘅過犯為微不足道,就會陷入比以前更糟糕嘅狀態,並受七倍嘅刑罰。

**179.** 謙卑咁播種施捨,審判日就會收割到憐憫。你曾經破壞咗嘅善,就用同樣嘅善行去補救。你摧毀咗貞潔;只要你仍然沉溺於通奸,上帝就唔會接受你嘅施捨;因為佢要你嘅身體保持聖潔。每種病都要用相應嘅藥方先至可以治癒。你畀嫉妒打敗咗;咁點解你要同睡眠搏鬥,而唔係同嫉妒搏鬥呢?

**180.** 當過失仍然細微,尚未成熟,就趁佢未四處蔓延、結出果實之前,將佢連根拔起。 當過失喺你眼中仲細微嘅時候,唔好大意;因為到頭來,你會發現佢係個無情嘅主人,會好似奴隸、囚犯咁逃離佢。但凡一開始就抗拒慾望嘅人,好快就會掌握住佢。

**181.** 凡能懷著喜悅之心承受侮辱,即使手中有能力反擊,都已因對上帝的信心而蒙受祂的安慰。凡能以謙卑的智慧忍受對自己的指控,就已達到完美,連聖天使都會為他而驚嘆。因為再也沒有其他美德能像此般崇高,又如此難以實踐。

**182.** 未經誘惑,且發現自己毫髮無傷之前,不可自以為堅強。不可仗賴自己之力,免得因軟弱而跌倒;屆時,你將因自己的跌倒而認識到自己的軟弱。 唔好信自己嘅知識,免得仇敵趁機而入,用佢嘅狡猾捉到你。唔好喺講嘢時誇耀自己嘅所作所為,免得俾人羞辱。人喺乜嘢嘢上自誇,上帝就會令佢改變,好叫佢受教,學識謙卑。

**183.** 你要不住地仰望神;因為神嘅保護同眷顧遍及所有人,但佢係隱藏嘅,只向已經洗淨罪惡、並時刻只思念神嘅人顯現。神嘅眷顧尤其喺佢哋為神嘅緣故而陷入試探嗰陣顯明。 因為當時佢哋會感受到上帝嘅安排,就好似親眼見到祂一樣,完全配合佢哋各自所受試煉嘅程度同原因,從而激勵呢班苦行者嘅勇氣,就好似雅各、約書亞、嗰三位少年人一樣, 彼得同其他聖徒,佢哋嘅神意以某種人形示現,喺虔誠上鼓勵同強化佢哋。

**184.** 關於嗰啲對世界陌生嘅苦行者,同埋隱士,我哋仲需要講啲乜嘢? 佢哋將沙漠變成城市,化做天使嘅聚居同居住之地。因為佢哋生活嘅義行,天使成日都嚟同佢哋一齊,作為唯一主嘅戰士,佢哋有時會並肩作戰。一生所有日子,佢哋都鍾意沙漠,因為愛神,佢哋喺山中、洞穴同地裂度安家。 因為佢哋棄絕咗塵世嘅事物去愛天上嘅,又效法咗天使,最聖潔嘅天使按公義,並冇向佢哋隱藏自己,反而成全咗佢哋嘅每一個願望,喺各方面都幫助佢哋。

**185.** 凡是已經一次過將自己奉獻畀上帝嘅人,都會過住心境安寧嘅一生。冇咗超然,靈魂就無法擺脫思緒嘅動盪;除非感官得以靜止,否則就唔會體驗到心境嘅安寧。 唔面對試探,就唔會得着屬靈嘅智慧。唔勤讀,就分辨唔到思想嘅微妙。唔使心思靜定,就唔能洞悉最深奧嘅奧秘。 冇喺信心入面嘅

盼望,靈魂就冇法大膽咁面對試探。如果未經歷神明顯嘅保守,心就冇法盼望神。如果靈魂唔係憑住完全嘅明白去參與基督嘅苦難,就同基督冇得交通。

**186.** 凡憐憫乞丐的人,神就作他的護佑者;凡為神的名而變窮的人,必得着取之不盡的財寶。神並不缺乏什麼,但當祂看見人尊敬祂的形象,並為祂的名而敬畏它時,祂就喜悅。 當有人向你求你要嘅嘢,唔好喺心裏面咁講:「我留返呢樣嘢自己用,咁我就可以靠佢得安息,神會喺其他地方供應呢個人嘅需要。」呢啲諗法只適合唔認識神、不義嘅人。 義人同好人唔會將自己嘅榮耀畀人,亦唔會畀恩典嘅時間喺懶散中白白流逝。窮人同有需要嘅人由上帝供應,因為主唔會棄任何一個人;但係你將窮人趕走,就等於背棄咗上帝賜畀你嘅榮耀,亦將祂嘅恩典從自己身上抹去。 所以,當你施予時,就當喜樂,並說:「榮耀歸於祢,哦,神啊,因為祢使我可以安慰人。」然而,如果你一無所有可予,就更加喜樂,並感謝神,說: '我感謝祢,我嘅神,因為祢賜咗呢份恩典同榮耀畀我──為咗祢嘅名而變得一無所有──並使我可以喺病痛同貧窮中嘗到祢誡命道路上嘅苦楚,就好似行過呢條路嘅祢嘅聖徒一樣嘗過佢哋嘅苦楚。」

**187.** 我哋嘅本性變得容易受情慾牽動;呢個世界有好多誘惑;邪惡離你唔遠;佢喺你裏面湧現,就喺你腳邊。 正如時代在我们眼前相鄰,誘惑亦與人相鄰;上帝為你的利益而最智慧地安排了這一切,好叫你不斷敲祂的門,好叫患難的恐懼能在你心裏激起對祂的紀念,好叫你藉着禱告親近祂,並使你的心藉着對祂的持續紀念而得聖潔。 上帝並冇造你成為免疫於憂傷嘅存在,免得你心存做神嘅慾望,最終落得同嗰位本為基路伯,卻因驕傲而變成撒旦嘅一樣下場;祂亦冇造你成為亙古不變、毫不動搖嘅存在,免得你變得同無生命嘅受造之物一樣。

**188.** 你要不住咁喺神面前潔淨自己,將佢放喺心入面,免得長時間唔記念佢,到咗要喺佢面前嗰陣,先發現自己冇膽量。因為喺神面前有膽量,係同佢經常交通同多禱告嘅結果。 同人嘅交通係透過身體,而同神嘅交通則係透過靈魂對祂嘅紀念、透過禱告中對祂嘅專注,以及透過向祂作完全嘅降服。透過長期保持對神嘅紀念,靈魂有時會充滿驚奇同驚歎。*「凡尋索主嘅心,願喜樂。」* *「*你哋呢班被定罪嘅人,*要尋求主,就必*因盼望*而得堅定*;*要*藉住悔改*尋見祂嘅面」* (詩篇104:3-4)──並藉住祂面嘅聖潔得以成聖,脫離你哋嘅罪污。

**189.** 當試探臨到不義的人,他無望呼求神或盼望從祂得救;因為在安逸的日子,他已偏離了神的旨意。憂愁未至之前,當向神禱告;在患難的時候,你就會尋見祂──祂也必垂聽你。 挪亞嘅方舟喺和平時期預備;佢嘅木材用咗成百多年劈製,到咗憤怒之時,不義者滅亡,而佢就成為義人嘅避難所。

**190.** 喺啲心入面和平已經死咗嘅人,就算受侮辱都會樂意忍受;但喺啲心入面和平仲活住嘅人,就受唔住侮辱,反而因為虛榮心而發嬲,又因為唔明智嘅行為搞到自己混亂或者畀悲傷打敗。 凡欲於侮辱中修習忍耐與寬宏之美德者,必離棄其親人,成為漂泊者;因為在自己故鄉,難以成就此美德。 能夠喺自己人當中忍受呢啲痛苦,先至係偉大同強者嘅標誌──而呢樣只係嗰啲對呢個世界已經死去嘅人先做到,因為佢哋喺今世已經唔再期望任何安慰。

**191.** 就如恩典離謙卑不遠,痛苦的試煉亦離驕傲不遠。主垂顧謙卑的人,使他們喜樂;主卻向驕傲的人發怒,使他們卑微。你應在你的偉大中易於被人忽略,而非在你的渺小中自誇。 追求榮譽者,榮譽卻遠離他;逃避榮譽者,榮譽卻追隨他。為神飢渴者,神必以祝福滿足他。為神忍受赤裸者,神必賜他以不朽和榮耀的衣衫。 凡為神而貧窮者,必以祂的真財富得安慰。一生承認自己為罪人,好使你一生得稱義。與謙卑者為伍,你就會學到他們的道路。要常存恩典和敬重待人。

**192.** 為咗靈魂嘅利益,上帝容許佢受情慾嘅支配;但佢冇認為喺第二生命之前,將靈魂置於情慾之上係有益嘅。──而靈魂受情慾支配,對良心嘅刺責係有益嘅;但若然留喺情慾之中,就係厚面皮同無恥。 就好似大食大飲會令思想混亂,多言同浮誇嘅閒聊都會令人變得毫無意義,心神走咗位。掛住塵世嘅事會令靈魂混亂,畀佢哋困擾又會打亂心神,剝奪佢嘅寧靜。 一個致力於天道修持嘅和尚,應該時刻遠離一切塵世牽掛,咁佢向內收心嘅時候,就唔會搵到屬於今世嘅任何嘢。當佢從呢啲嘢中解脫出嚟,就可以無所阻礙,晝夜研讀佛祖嘅法。

**193.** 心唔清淨嘅體力勞動,就好似不孕嘅子宮同枯萎嘅乳房;因為佢無法親近上帝嘅知識。 佢哋只係劫壞咗身體,卻唔肯根除心入面嘅慾望;所以乜都收唔到。就好似喺荊棘度播種收唔到嘢一樣,嗰啲被憤恨同貪婪摧毀自己嘅人,乜都做唔成,只會因為壓得住佢哋嘅憂慮而失眠,喺床上呻吟。

**194.** 如果靈魂被對上帝的記憶以及晝夜不間斷的警醒所照亮,那麼主就會在其中建立一朵雲彩來護佑它,日間為它遮蔭,夜間以火焰之光照亮;在黑暗中,光芒四射。

**195.**就好似雲層遮住月光,飽肚嘅蒸氣都將上帝嘅智慧從靈魂趕走。就好似乾柴點燃烈火,飽肚嘅身體亦都一樣。 就好似一種易燃物接觸到另一種,就會令火焰更旺,同樣,各種身體慾望令體內的淫慾更熾熱。神聖的知识不會住喺沉迷於感官享樂嘅身體入面;凡是鍾意自己身體嘅人,都唔會得著上帝嘅恩典。 就好似喺分娩嘅痛苦中,嬰兒誕生,為母親帶來喜悅;同樣,當喉嚨受苦時,神聖奧秘嘅果實就會喺靈魂中誕生。就好似父親照顧佢嘅孩子,基督亦都照顧為祂受苦嘅身體──並永遠貼近祂嘅雙唇。

**196.** 朝聖者係指心念已超越一切塵世事物嘅人。修士係指住世外,並時常向上帝祈求未來福份嘅人。 和尚嘅財富係喺眼淚中搵到嘅安慰,同埋喺心靈深處閃耀嘅信仰喜悅。處女唔單止要保持身體唔玷污於肉體結合,連最微小嘅提醒都會令佢感到羞愧。 如果你鍾意貞潔,就要透過閱讀同持續嘅祈禱去驅走可恥嘅念頭;咁你先有武器去對抗呢啲自然嘅傾向;冇咗呢點,就無可能見到靈魂嘅純潔。

**197.** 如果你真係有憐憫心,當你應得嘅財物被奪走時,就唔好暗自傷心,亦唔好對外人提起呢個損失。任憑加害你嘅人所造成嘅傷害,都畀你嘅憐憫所吸收,就好似用大量水去稀釋烈酒嘅苦澀一樣。透過你對加害你嘅人施以嘅善行,展示你豐沛嘅憐憫,就好似蒙福嘅以利沙對付嗰班打算擄走佢嘅仇敵(列王紀下6:13–23)咁。

**198.** 真正謙卑又有智慧嘅人,當佢被冤枉嘅時候,唔會嬲,亦唔會為自己辯解,反而接受誣衊當成事實,唔去說服人相信自己被冤枉,只會求饒。有啲人甘願畀人扣上唔道德嘅帽子,雖然佢哋根本唔係咁; 而其他人就算被人叫作通姦犯,其實根本遠未曾犯姦,都忍聲吞氣;佢哋流住眼淚作證,話自己要為一宗根本未犯過嘅罪受果報,為咗未做過嘅錯向加害者求情,而佢哋嘅靈魂卻已蒙受一切純潔無瑕嘅冠冕。 仲有啲人,為咗唔畀人因為佢哋暗中遵守嘅榜樣人生而讚揚,就自願扮做聖愚,被神聖嘅鹽溶解咗;佢哋喺寂靜中堅定不移,以至喺完美嘅巔峰,聖潔嘅天使都成為佢哋美德嘅先鋒。

**199.** 救主講到同父一齊嘅好多住處,就係講嗰個領域入面住喺度嘅人智力有高下──即係話,佢哋憑住佢哋嘅智力,喺屬靈恩賜上享有唔同嘅分別同差異。因為佢講好多住處,唔係按地方嘅多樣化,而係按佢哋恩賜嘅等級。 就好似每個人根據佢哋眼睛嘅純淨同接受能力去享受可見嘅太陽,就好似同一間屋入面嘅一盞燈所散發嘅光照都會唔同,雖然嗰盞燈並冇分做好多盞獨立嘅燈, 同樣地,在將來的時代裡,所有義人雖然都不可分割地安居在一片土地上,但各自都由同一道屬靈的太陽照耀,並按自己的功績,從同一片氛圍、同一處地方、同一座寶座、同一場異象和同一道形象中,吸引喜樂和歡欣。 — 冇人見到他人恩典嘅分量,無論高或低;咁如果佢哋見到朋友有更高嘅恩典,而自己冇咁多,都唔會令佢哋感到憂傷同悲哀。喺嗰度,每個人都照住自己所蒙受嘅恩典,心裏面喺自己嘅分量度歡喜。 然而,除此之外,只有一個異象、一個領域──除咗呢兩個層次,即係一個天國、一個塵世之外,喺佢哋中間,獎賞嘅種類就千差萬別。

**200.** 當魔鬼想用慾望嘅念頭玷污人心,佢首先會透過人對虛榮嘅鍾愛去考驗佢哋嘅耐性,而呢個念頭一開始並唔似係一種激情。呢就係佢通常對付嗰啲守住自己心靈嘅人嘅方法,因為要喺佢哋腦海入面迅速種下任何不雅嘅念頭根本唔可能。 但當佢將人拉離佢嘅堅守,令佢開始留心第一個念頭,偏離堅守,佢就會擺出令人聯想到淫亂嘅事物,引誘心思向唔體面嘅對象遊走。 心靈起初會被呢啲念頭嘅突然出現搞到一頭霧水──然後就接受咗佢哋──再由念頭發展到行動。但如果心靈 ,即係識得退後一步,並且阻止呢啲念頭嘅最初動盪,咁喺上帝嘅幫助下,就可以輕易克服呢種情慾。

**201.** 記住美德去防範情慾,勝過同佢抗衡。因為當情慾走出佢哋嘅正軌,起身作戰時,就會喺心靈度烙印佢哋嘅影像同相似。呢場戰鬥對心靈有莫大影響,令思想大亂。 但若有人依循我哋所講嘅第一條規則行事,一旦將情欲驅走,心入面連一絲痕跡都唔會留低。

**202.** 直到一個人領受那安慰者之前,他都需要神聖的經文,好讓對善的記憶印刻在他的思想中,並且透過不斷的閱讀,使他對善的傾向在他裡面得以更新,使他的靈魂得以從罪惡之道那隱微的誘惑中得到保護: 因為佢仲未獲得聖靈嘅能力,呢股能力可以驅散迷思,並擄獲對靈魂有益嘅心思。 當聖靈嘅能力降入人內心運作嘅靈魂能力之中,嗰時,就唔再係聖經嘅律法,而係聖靈嘅誡命喺心中生根;嗰時佢就會畀聖靈秘密咁教導,唔使靠感官事物嘅幫助;因為只要心靈由物質度學習,迷思同遺忘就會即刻跟住教導而嚟; 但當教導由聖靈傳授,記憶就得以完好無損。

**203.** 幼雛係指嗰種透過懺悔,啱啱從情慾嘅枷鎖中脫出嘅心靈,喺禱告時努力想超越塵世,卻做唔到;相反,佢仲喺地上爬,冇力氣飛。 然而,透過讀書、行善、敬畏上帝,以及對眾多美德的關注,它將心思歸於一;因為它無法超越此界限而知其他。如此可令心智短暫保持純潔;但之後記憶回歸,擾亂並

玷污心靈; 因為人未曾體驗過嗰種寧靜自由嘅氛圍,只有經過長時間忘卻塵世之後,先至可以帶佢嘅心入去;佢而家只得咗身體嘅翅膀──即係外在實踐嘅美德──但未曾見過靜觀嘅美德,亦未被認為有資格去體驗佢哋; 而呢啲就係心靈嘅翅膀,令一個人得以親近天國,遠離塵世。

**204.** 只要一個人以任何感官去事奉主,感官事物嘅影像就會留喺佢思想入面,佢就會以肉身嘅形態去想像神聖。但當佢獲得內在嘅洞察力,咁隨住嗰種洞察力嘅程度,佢嘅心靈就會不時超越事物嘅影像。

**205.**當你嘅靈魂即將從黑暗中走出嚟,呢個就係你嘅徵兆:你嘅心喺你裏面燃燒,晝夜都好似火焰咁熊熊燃起; 所以你視整個世界為塵土和灰燼;因為新湧現的、火焰般熾熱的思想在你的靈魂中不停地翻騰,你甚至連食物都無心想要。 突然之間,你會獲得一股眼淚的湧泉,好似一條自行流淌的溪流,滲透你所有的一切──無論你讀書、禱告、打坐,或者進食、飲水,甚至你所做的一切事情。 當你喺你靈魂入面見到呢樣嘢,就堅定你嘅心,因為你已經渡過咗大海;並且要喺你嘅事務上勤力,小心守望,好叫恩典日日喺你身上增長。 直到你喺自己入面搵到呢樣嘢,你嘅旅程先算完成,你先至入到神嘅山。但如果就算你已經搵到同領受咗眼淚嘅恩典,佢都停止咗,而你嘅熱誠都冷卻咗,但身體又冇任何毛病──咁你就有禍啦! 你因自負、冷漠或懶惰而毀壞了什麼?!──至於眼淚之後的事,我們將另行撰寫。

**206.** 如果你冇嘢要做,就唔好講啲美德。喺上帝面前,為佢、因佢而悲傷,比任何禱告或祭牲都寶貴;而佢哋汗水嘅氣味,比所有香都更芬芳。 凡未經身體勞動而得嘅美德,都係未成熟又冇生命嘅果腹。義人嘅供奉係佢哋眼淚,而令上帝悅納嘅祭品,就係佢哋守夜時嘅嘆息。 義人同被身體重擔壓迫嘅人,都要向主呼求;病痛中,佢哋要向上帝獻上佢哋嘅懇求;當佢哋一喊,聖潔嘅天軍就會嚟幫助佢哋,用盼望去鼓勵同安慰佢哋;因為聖潔嘅天使,憑住同聖徒嘅親近,都會分享佢哋嘅苦楚同憂傷。

**207.** 酒能暖身,但神言能暖心。熱誠滿懷者,因思及所望而心靈激盪,並將心思放喺將來嘅時代。醉酒者眼中見不到任何障礙;同樣,被希望所醉者既不識悲傷,亦不識塵世任何事物。有福──那些為悲海、為愛神而束腰以純真與無疑問態度,並從不回頭的人。 凡以盼望踏上此艱難道路者,不回頭,亦不曾駐足細思其本質。然而當他們渡過海洋,俯瞰路途的艱辛,便感謝上帝將他們從險灘、急流與崎嶇中拯救──儘管當時他們毫無察覺。 希望一開航,就憑最初嘅熱誠一路向前衝,完全唔理身體,亦唔諗自己嘅付出會唔會開花結果。 當你想開始做神嘅工時,首先要立定心志,好似已經唔再喺呢個世界度生活,好似預備好要死,對而家呢條命已經絕望,好似自己嘅時間已經到盡頭。 凡事要帶住勇氣開始行善,唔好三心兩意;心裏唔好對神嘅盼望動搖,否則你嘅勞苦會變成徒勞,你嘅工作就會成為負擔。

**208.** 照神意而行嘅人,佢哋嘅行為係咁樣:有人成日都將頭撞落地下,代替做神聖禮拜,即係所謂嘅「時課」。 另一個人就將一連串祈禱同不斷長時間嘅跪姿結合埋一齊。又有人用大量眼淚去代替佢對上帝嘅服侍,並且對此感到滿足。另一個人努力去深入體會所讀內容嘅意思,並且配合一條特定嘅規矩。 另一個人則以飢餓折磨自己,以至於無法進行神聖禮儀。另一個人,在熱切默想詩篇時,令他的禮儀持續不斷。另一個人將時間花在閱讀上,心靈因而感到溫暖。另一個人則沉浸於沉思,洞悉聖經中神聖的意義。 另一個人因經文中令人驚嘆的奇異之處而震撼,被擋在平時閱讀之外,並被沉默所淹沒。另一個人嘗盡這些後已然滿足,便轉身變得閒散。另一個人只嘗了一點就自以為是,結果誤入歧途。有人因重病同虛弱而無法遵守規矩;另有人則畀某種習慣、慾望、自我意志、虛榮、貪婪,或者鍾意積聚財物嘅癖好所控制。 另一個人跌咗一跤,但又再爬起,直至攞到嗰粒珍貴嘅珍珠,都冇轉頭。

**209.** 凡事嘅開始,就係喺神面前有個好意念(立志討神喜悅)。跟住,喺退離塵世之後,就係:禁食、讀經、通宵禱告同清醒嘅警醒──各人按自己能力去做──仲有好多跪拜,呢啲喺日間做有益,夜晚亦都唔少得。 最少要作三十個叩首──然後喺聖十字架前跪下,如此結束。 但亦有人按自己嘅體力,增加俯伏嘅次數。另一些人則一次過用三個鐘頭嚟祈禱,保持心境清明,俯伏喺地上,冇任何勉強同雜念(即係話,有啲人祈禱次數多但每次都好短;另一些人則只祈禱一次,但好耐)。

**210.** 我哋嘅仇敵魔鬼,自古就有一個狡猾嘅習慣,喺佢對付修道者嘅時候,會千變萬化咁作戰。佢用唔同嘅武器,因人而異,配合每個人嘅意向,改變佢嘅作戰方法。*仇敵作戰嘅第一種戰術*。 ──對於懶散自選、心志軟弱的人,他一開始就猛烈進攻,擺出強大的誘惑,務求在他們首次嘗試時就令恐懼籠罩他們,使他們的道路顯得殘酷而無法逾越──然後他們就說: 「如果路途嘅開始已經咁艱難,將來仲有咁多鬥爭,有邊個可以堅持到最後?」魔鬼同佢哋交戰唔耐,就即刻令佢哋逃走。因為佢哋一開始就懷住懷疑同冷漠去參與主嘅事業。 但上帝吩咐我哋要準備好為祂捨命去進行呢個事工,並應許要將忠心

嘅僕人加冕為殉道者嘅榮耀。因為佢哋喺一開始冇下定決心要捨命,所以先至咁軟弱。　所以,佢哋喺任何戰鬥中都唔再堅定,因為佢哋以自我為中心,最緊要都係顧惜自己嘅身體。敵人就好似暴風雨咁驅趕佢哋,因為佢哋身上根本冇聖徒通常所擁有嘅屬靈力量。人係靠自己嘅意志去追求上帝,而上帝就會配合、幫助,並向佢顯明上帝對佢嘅安排。　魔鬼除非得人自願屈服,或者有上帝許可,否則就無法接近人,或者向人帶嚟誘惑。

**211.** *第二種方法。*　至於嗰啲魔鬼見到佢哋好有勇氣,視死如歸,並且好有熱誠咁去做佢哋嘅任務,魔鬼就唔會即刻同佢哋對抗,亦唔會喺佢哋第一次進攻嗰陣就同佢哋交鋒,因為佢知道,有熱誠嘅戰士唔係咁容易被打敗。 所以,當佢見到佢哋處於呢種狀態時,佢連碰都唔敢碰,直到佢見到 ,佢哋嘅熱誠已經冷卻,而佢哋喺心入面預備嘅武器,因為放棄咗幫助同支持佢哋嘅神聖言語同記憶,已經被擱置咗。 一旦佢哋開始偏離原本嘅意圖,並且自願去策劃啲用嚟制服佢哋嘅嘢, 透過自己理性嘅阿諛奉承,從內裡慢慢消磨佢哋,又因為懶散令思想飄忽,自願為自己嘅靈魂掘一個毀滅嘅陷阱──喺呢種冷漠主宰佢哋心靈嘅時候──魔鬼就會無情咁撲向佢哋。　不過,魔鬼到而家都未有出手攻擊佢哋,因為有一種力量圍住嗰啲以熱誠嘅心志向神努力、將希望寄託同埋信靠神嘅人。　因此,上帝為咗呢個緣故,將魔鬼惡毒嘅殘暴遠離佢哋,令佢哋免受其害。當仇敵見到時刻守護佢哋嘅守護者時,就會被制止。只要佢哋唔放棄幫助佢哋嘅手段──祈禱同謙卑嘅工夫──中保同幫助者就永遠唔會離開佢哋。

**212.**　所以,當你跟隨上帝嘅腳步,喺你努力嘅每一個階段,都要記住你第一次踏上呢條路時嘅開始同最初嘅熱誠,同埋你第一次離開屋企、加入軍隊時嗰啲燃燒住嘅念頭。　每日都要檢視自己,務求你嘅靈魂熱誠唔好喺任何角色上變得冰冷,亦唔好熄滅喺你努力開始時嗰股熊熊熱忱。 同時要喺軍營中不停大聲呼喊,鼓勵同催促呢片土地嘅子民去英勇奮戰,同時要畀敵人知道你哋仍然保持清醒。　同時,要信心十足咁呼求上帝,喺祂嘅良善面前痛哭流淚,努力工作直到祂差遣一位幫助者嚟。到時你再也不會被打敗。

**213.** *敵人戰爭的第三個策略。*–當敵人看見一個人透過他的熱誠和對上帝的忠誠呼求而從上帝所獲得的 strength,他就會設法尋找方法,將幫助他的天使趕走, ──即係話,佢會嘗試喺佢心入面挑起驕傲嘅念頭,令佢以為自己嘅所有力量都係靠自己,並且以為憑自己嘅力量就可以保護自己,免受對手同殺手嘅侵害。　凡係相信呢啲由仇敵灌輸嘅念頭,神嘅幫助就會離開佢──佢就會落入仇敵手中。但係,凡係唔向呢啲建議低頭,而係緊記幫助佢嘅嗰位,並且心眼時刻望向天上,仇敵就會對呢種人策劃新嘅戰法。

**214.** *仇敵戰爭嘅第四個策略,*就係佢開始透過人嘅自然需要(特別係對妻子同生活所需嘅需要)嚟壓迫人。 (關於妻子。)雖然佢無法強迫一個人去做呢啲事,因為嗰個人靠沉默保護自己,而且住得遠離犯罪嘅場合同誘因,但佢仍然努力令修道者嘅心識到呢個係幻象,並嘗試以真理為名,畀佢哋虛假嘅夢境。　而且,為咗令佢哋去渴望自己曾經夢見嘅嘢,佢就煽動佢哋嘅慾望,叫佢哋沉溺喺可恥嘅念頭入面,去認同嗰啲念頭,並令自己對此感到有罪。 因為仇敵知道,對修行者嚟講,勝利同戰勝佢,係由自己嘅念頭決定,而且喺一眨眼之間就完成──只要一個念頭由佢嘅位置動咗,由高處落返塵世,而佢嘅意志喺一瞬間表示同意, —就好似好多人做白日夢幻想女性之美時會發生嘅情況一樣。但如果佢哋已經遠離塵世,敵人就經常會真係帶女人嚟佢哋面前。用呢啲同其他類似嘅方法,敵人有時就會佔上風,尤其係對啲大意同心志唔堅定嘅人。　但有啲人就比呢啲誘惑堅強,靠住上帝嘅恩典,戰勝咗仇敵同佢嘅詭計。(關於第二個誘惑) 敵人亦常常令佢哋喺夢中見到黃金、珍貴器物同其他寶藏;有時甚至真真正正畀佢哋見到呢啲嘢,希望可以喺呢啲幻想中令佢哋停步,從而墮入佢嘅陷阱同網羅。　呢啲情況係容許發生,好讓喺佢哋隱居、匱乏同貧窮嘅日子,當呢啲嘢擺喺面前嘅時候,可以考驗佢哋係咪真係鍾意上帝;亦可以考驗佢哋面對呢啲嘢時,係咪會努力, 出於對上帝的愛,要忽略它們,並且在被它們誘惑時,不讓它們佔上風,視它們為比不上對上帝之愛的一文不值。」　真正嘅苦行者唔會屈服,經過考驗之後,就好似喺煉爐入面嘅黃金一樣被煉得純淨;相反,粗心同軟弱嘅人就算喺最輕微嘅貧困艱難中都會被擊倒,然後放棄佢哋嘅苦行追求。

**215.**　一旦有人認清自己嘅軟弱,並真切感受到,就會即刻令靈魂擺脫懶散,並以謹慎作武器。但除非至少容許　—無論係身體定靈性嘅—嘅小誘惑臨到佢,並畀佢得著解救,否則佢根本感受唔到自己嘅軟弱。　因為到時佢就會清楚見到自己嘅努力同方法係冇用嘅──佢會見到,本以為可以帶來安全嘅小心謹慎、自我克制同靈魂嘅防範,根本冇用,而拯救係同呢啲完全無關嘅。　由此,佢獲得咗一個肯定:

自己係一無所有,只有上帝嘅幫助先能得救。　凡是明白自己需要神幫助的人,就會多多的禱告。禱告越多,心就越謙卑。因為任何禱告求告的人,都不得不在謙卑之中。*「神啊,心靈破碎而憂傷的人,你必不輕看。」*(詩篇50:19)　一旦人謙卑咗,上帝嘅憐憫就即刻圍住佢。然後,心靈就會感受到神嘅幫助,喺自己入面搵到一份對上帝嘅信心同力量。當人真真正正感受到上帝嘅幫助撐住佢,佢嘅心就真係充滿咗信心。　由此他明白,禱告是尋求幫助者的避難所,是得救的源頭,是盼望的寶藏,是救人脫離動盪的港灣,是軟弱者的支撐,是試煉時的庇護,是戰爭中得勝的盾牌,　對敵人而言,它是銳利的箭矢──他得知,透過禱告,成千上萬的屬靈福氣都可被他所獲得。從此以後,他開始喜悅信心的禱告;他不再是疲勞和倦怠地禱告,而是懷著心靈深處的喜樂與驚奇,不停地傾訴感恩,無數次跪下禱告。

**216.**　人因極大嘅渴望尋求神嘅幫助,就透過禱告親近神。但係,當佢憑自己嘅意願親近神,神就同時以祂嘅恩賜親近佢,並唔會因為佢嘅謙卑而吝嗇祂嘅恩典。　但有時,慷慨嘅神會暫時 withhold 祂嘅恩典,好成為一個 incentive,令佢更加親近神;同時,因為佢自己有需要,就可以一直留喺神面前,等神隨時賜佢所需要嘅嘢。神會即刻應允啲冇咗就救唔到人嘅祈求,但其他嘅就可能會遲啲先應。　在某種情況下,祂會將仇敵灼熱的威力從他身上驅逐;在另一些情況下,祂又容許他陷入試探,好叫這試煉成為他親近上帝的緣由──同時好叫他學識應付試探,並在眼見自己軟弱的事實下,愈加堅定謙卑。　因為未識得自己軟弱嘅義人,佢嘅所作所為就好似行喺剃刀刃上──離跌落去同被驕傲呢隻摧毀性嘅獅子襲擊都唔遠。唔識自己軟弱就冇謙卑;冇咗謙卑,就未算達到完美; 而未達此境者,常活在恐懼中;因為他的城並非建在鐵柱與銅門檻之上,即建基於謙卑。沒有謙卑,人的作為(所追求的)無法得以完美,聖靈的印記亦未加封於他自由之卷──直到那時,他仍舊是奴僕,他的作為仍未脫離恐懼。

**217.**　所以,主留喺佢嘅聖徒身上有謙卑嘅理由,同埋一顆破碎嘅心喺熱切嘅禱告中,好等愛佢嘅人透過謙卑親近佢。　祂往往藉住本性的情慾,以及可恥和不純潔思想的傾向,來恐嚇他們;經常透過人對他們的責備、侮辱和嘲笑;有時透過身體的疾病和病痛;其他時候,　透過貧窮同基本生活必需品嘅匱乏,或者透過強烈嘅恐懼、被遺棄、魔鬼嘅公開攻擊,以及各種可怕嘅事件嘅折磨。呢一切都係為咗佢哋有謙卑嘅理由,並且唔會墮入懶散嘅沉睡。

**218.**　當你嘅靈魂內裡充滿黑暗,就好似陽光喺大地畀雲霧遮蔽咁,　你嘅靈魂暫時被剝奪咗屬靈嘅安慰,內住嘅恩典之光變得黯淡,因為情慾嘅雲層籠罩住你嘅靈魂,因為你內在賦予喜樂嘅力量有啲減弱,你嘅心智被異常嘅陰霾籠罩;　唔好為呢種想法而煩惱,要保持耐性──讀聖師嘅著作,逼自己祈禱──並等待幫助。幫助會好快到嚟,甚至你都唔會察覺。　就好似陽光由籠罩住大地嘅黑暗空氣中透出,顯露地面一樣,祈禱都可以驅散同飄散靈魂內嘅慾望雲霧,並以喜悅同安慰嘅光照亮心靈。

**219.**　直到你踏入淚的境界,你嘅內在自我仍然服侍呢個世界──即係話,你仍然過住世俗嘅生活,仍然用你嘅外在自我去做上帝嘅工作,而你嘅內在自我依然荒蕪;因為佢嘅果實由眼淚開始。　當你踏入淚域,就知你嘅心已從呢個世界嘅地牢走出嚟,已踏上新時代嘅道路,並開始呼吸奇妙新空氣嘅香氣。淚水開始流,因為靈性嬰兒嘅出世　即將到來。　恩典──萬有之母──以神秘的方式,嚮往將神聖的形像帶入將來的時代之光中。但此種眼淚與那些在修習沉默者身上斷斷續續出現的眼淚(有時在沉思時、有時在閱讀時、有時在禱告時)並非同一種。　我講嘅唔係呢種*啼哭*,而係*日夜無休止*嗰種。達到呢種境界嘅人,雙眼好似湧泉,*兩年或更長時間都流個不停*,然後佢嘅思緒先至平靜落嚟。　當心思平息,程度視乎本性所容許,人就進入聖保祿所講嘅*「安息」*(希伯來書4:3)。透過呢種寧靜嘅安息,心靈開始*默想奧秘*。　然後聖靈就開始向他顯明天上嘅事──*上帝住喺佢裏面*,並喺佢裏面結出聖靈嘅果子。但係你再聽落去:當你踏入止息思緒嘅境界,就會有一陣眼淚湧出──眼淚會喺適當嘅分量同時間湧到你身上。

**220.**　人嘅進展有三個階段:初學階段、中級階段同圓滿階段。　處於*第一階段*嘅人,雖然心態傾向向善,但仍然會畀情慾所左右。*第二階段*係介乎於有情同無情之間嘅中道,喺呢個階段,人嘅心入面同時會湧現善念同惡念,並且持續散發出光明同黑暗。 而且,如果佢停止──就算係短時間──經常閱讀神聖經文同喺心裏形成神聖意象,而喺外在事物上又唔夠謹慎──內在嘅保守就由此而來──咁佢就會畀情慾所牽。但如果佢以呢種方式滋養佢對屬靈嘅熱誠,　──透過閱讀聖經去尋求、努力、滋養良善嘅思想,並防止佢哋誤入肉體嘅領域,以慈愛守護自己嘅靈魂,並以不疲倦嘅禱告忍耐咁緊靠上帝──咁上帝最終會為佢打開大門,特別係因為佢嘅謙卑; 因為奧祕的啟示會賜給謙卑的人(而這屬於*第三等次*)。

**221.** 對上帝嘅盼望,係要先有為上帝嘅勞苦同工作上流嘅汗水。如果你信神,就做得啱。 但信心要有行為,對上帝的盼望要透過為品格而受苦來顯明。你信上帝關心祂的受造之物,並且全能嗎?那就要讓你的信心配上合適的行為;屆時上帝就會垂聽你。不可試圖用手去攔住風,即行為不隨伴的信心。 人唔知唔覺中行入有野獸、殺人犯或者其他類似危險嘅路,都好常見;於是上帝嘅眷顧就保佑佢免受傷害,或者以某種方式減慢佢嘅步伐,直到野獸走開,或者透過某次相遇令佢改行另一條路。 有時一條惡毒嘅蛇潛伏喺路邊,無人發覺;但上帝唔想令到人陷入誘惑,就令條蛇突然嘶嘶作聲,佢從原地爬出嚟,橫過旅人面前,旅人見到之後即刻提防,就得救咗。 往往有屋子、牆壁或者石頭跌落嚟──當有人坐喺度嘅時候──上帝出於對人類嘅慈愛,就命天使撐住嗰件跌落嚟嘅物體,直到坐喺度嘅人走咗或者畀人叫走;一旦佢哋走咗,祂就即刻放手,畀件物體跌落嚟。 呢啲同埋其他類似嘅事,都係神嘅一般同普遍嘅眷顧;但對義人嚟講,神有特別而且持續嘅眷顧。 神曾命其他人審慎地處理自己的事務,並在神的掌管下運用自己的智慧;但義人卻不以智慧為本,反而以信心為本,因此他無所畏懼,只*「像獅子一樣自信地行走」*(箴言28:1)。 正如佢對上帝嘅專一關懷,上帝亦都對佢話:*「我喺佢受苦嘅時候同佢一齊;我要拯救佢,要榮耀佢;我要用長壽滿足佢,將我嘅救恩顯示俾佢睇。」*(詩篇90:15–16)一個喺工作上懶散同懈怠嘅人,就冇辦法有呢種盼望。 但凡在万事上与神同住,以善行亲近祂,并将心眼不住定睛在祂恩典上的人,就可以像大卫那样的神人对自己说:*「我因仰望我神,眼目昏花。」*(诗篇 68:4)。

**222.** 當我哋想逃離世界時,冇乜嘢可以同世界完全分開我哋、喺我哋心入面殺死我哋嘅情慾、並令我哋重生為屬靈生命,好似流淚同出自肺腑、有理性嘅悲傷咁。 但同樣地,冇乜嘢能令我哋成為世界嘅同夥,亦冇乜嘢能令我哋離智慧嘅寶藏同對神奧秘嘅知識咁遠,好似輕浮同我哋喺行為上嘅放縱,以及思想嘅馳散。 ──而呢啲就係墮落魔鬼嘅作為。所以我以愛心懇求你,要防範仇敵嘅惡意,免得佢藉住閒聊,冷卻你心靈裏對基督嘅熱愛──祂為咗你,喺十字架上嘗過膽──免得仇敵,取代嗰甜美嘅操練同喺神面前嘅大膽, 趁你醒住時,唔好畀佢用好多白日夢填滿你嘅靈魂;又或者當你訓覺時,用啲荒謬嘅異象誘惑你,連天使都頂唔順嗰陣惡臭。 你要勉力效法基督的谦卑,好叫他所点燃在你里面的火,能更迅速地熊熊燃烧── ──这火能根除世上一切的动荡,那些动荡扼杀新人和玷污全能圣主的殿院。我敢效法圣保禄说,我们是神的殿(林前3:16)。 所以,正如神自己純潔,我們也要潔淨祂的殿,好叫祂樂意居住其中。 正如祂自己是聖潔的,我們也要聖化祂的殿;用各樣的善行和可敬的事蹟裝飾它,並以純潔而真誠的禱告,將神旨意中的平安香氣灑遍其中。屆時,祂榮耀的雲彩將遮覆靈魂,祂威嚴的光輝將照耀心靈深處。

**223.** 一個被好多憂慮纏繞嘅人,無法保持寂靜;因為繁多嘅事務會分散佢嘅寧靜同沉默,就算佢唔想都好。 一個和尚必須將自己置於上帝面前,並時刻將目光投向上帝,如果他真想守住自己的心,抵禦潛入其中的外來衝動,並在思想的寂靜中,分辨何者進入、何者離去。 當你嘅感官未受約束,又未擺脫憂慮,就唔好喺靈魂裏面追求光明、寧靜同寂靜。冇有不斷嘅祈禱,就唔可能親近上帝。再者,經過祈禱嘅勞作之後,如果再將新嘅憂慮加到心上,就會令思緒散亂。 眼淚、禱告時拍胸膛,以及持續禱告的熱誠,會喚起心中對眼淚甘甜的熱情,使心靈在可嘉的欣喜中飛升向上帝,大聲呼喊: *「神啊,你活活的水泉,我渴想*你*;幾時可以到你面前,見你的榮光呢*?」(詩篇 41:3)。──嘗過這酒,又被剝奪的人,深知自己被遺棄在何等可憐的境地,也知道因自己的懶散而失去的是什麼。

**224.** 對喺寂靜中生活嘅人嚟講,同人見面同傾偈有幾咁有害! ──就好似一場突如其來、傾盆而下的冰雹,打落並摧毀樹上嘅果實;同樣地,與人見面,就算只係短暫,都會打落啱啱綻放、並以豐盛姿態冠冕靈魂枝幹嘅美德之花,而呢棵靈魂就係栽種喺懺悔之水長流旁(詩篇1:3)。 就好似一場嚴霜,覆蓋住啱啱從地下冒出嚟嘅青翠幼苗,將佢灼傷;同樣,與人見面都會灼傷嗰個開始結出美德之穀嘅心靈根苗。 就好似一個高貴而有德行嘅人,一旦醉咗,就會忘記自己嘅高貴,因為酒醉引出嘅怪念頭而畀人取笑;靈魂嘅純潔亦都因為見到人同同人傾偈而畀擾亂: ── 人會忘記佢嘅謹慎;佢嘅心志被思緒抹去,而一個值得讚揚嘅生活方式嘅根基亦被連根拔起。

**225.** 人啊,你唔好以為喺出家修行中,有咩比夜觀更重要。透過夜觀,如果修行者唔畀身外之事或者對短暫事物嘅掛慮所分散,佢嘅心喺短時間內就會好似插上翅膀咁高飛,並升到與神同樂嘅境界。如果一個和尚以警惕心保持心靈的清醒,你會見到他彷彿不是肉身凡胎。神絕不會讓那些一生追求此事的人,在他們的清醒、心靈的警覺,以及思想時刻向祂警醒關注方面,毫無任何恩賜。 一個努力保持警醒嘅靈魂,會擁有如智天使般嘅雙眼,令佢可以不停地抬頭仰望,觀想天上嘅異象。

**226.** 揀咗呢份神聖嘅工夫嘅人,日間要喺各種社交聚會嘅喧嘩同塵世事務嘅憂慮中,各方面都保護自己;否則,佢雖然會為戒除睡眠而勞苦,但卻收唔到任何果效;因為咁樣,心靈就無法好好參與詩篇吟唱同禱告。 但係當一個人唔係日頭糾結於塵世憂慮,而係投入研讀神聖經典──呢樣嘢可以強健心志,特別有助滋養禱告,亦幫助同禱告緊密相關嘅夜觀── 咁喺呢個讀經入面,就會搵到行正路嘅指引,搵到嗰全營養嘅祈禱默想嘅種子,令心思唔會飄忽,並不斷喺靈魂入面播下對上帝嘅紀念。

**227.** 只要冇理由打破沉默,持續嘅默靜,加埋讀經、節制飲食同守夜,好快就會令心靈充滿驚愕。 自發而無意努力嘅默者,佢哋心頭湧現嘅念頭,令到雙眼淚流滿面,淚水滂沱,好似洗禮池。

**228.** 除非人由衷地憎恨罪惡嘅根源,否則就唔能夠擺脫罪惡力量所帶嚟嘅快感。呢場對抗罪中之樂嘅鬥爭最為苦澀,佢連流血都唔肯退讓。喺呢場鬥爭入面,人嘅自由會喺對美德嘅愛嘅合一(同排他性)中受到考驗。 正正喺呢場掙扎入面,就有罪惡嘅力量,敵人通常就用呢股力量令貞潔嘅靈魂陷入混亂,迫使佢哋去經歷啲佢哋根本從未 喺自己心入面接受過嘅嘢。 而呢段時間正係一場無形嘅爭戰,當呢場戰爭透過深植嘅習慣喺嗰啲已經向自己嘅思緒低頭、自認失敗嘅人身上獲得強大嘅力量時,就變得極其艱難。

**229.** 當心懶惰;因為懶惰中藏着必然的死亡──若無懶惰,就無法陷入想奴役我們的人手中。 到嗰日,上帝審判我哋,唔係因為我哋嘅詩篇,亦唔係因為我哋疏忽祈禱,而係因為我哋透過呢種疏忽畀魔鬼可乘之機。當佢哋搵到位置,入咗去並關埋我哋眼睛嘅門,就會用最折磨人嘅方式,施加喺我哋身上嗰啲令我哋受上帝譴責同最嚴厲懲罰嘅事。 智者按啟示嘅精神,為咗保護我哋嘅生命,喺修房入面設立咗呢項(詩歌讚美同禱告嘅服侍);但係愚者就認為忽略呢件事唔緊要。 因為後者冇考慮到呢件事所帶嚟嘅害處,佢哋嘅道路無論係開始定係中間,都充滿住無知嘅自由,而呢種自由就係情欲嘅母親。

**230.** 我哋無法確保自己冇任何情慾嘅成因;因此,即使我哋唔願意,都會受到誘惑。我哋唔係自願犯罪──但往往係我哋歡喜接受引向罪惡嘅成因;然後,呢啲成因就成為罪行結果嘅理由。凡係鍾意情慾誘因嘅人,無可避免咁會淪為情慾嘅奴隸。 凡是憎恨自己罪過的人,就會停止犯罪;凡是承認自己罪過的人,就會得到寬恕。然而,一個人若不先對罪惡產生厭惡,就無法放棄罪惡的習慣;同樣,在未承認自己的過失之前,也無法獲得寬恕。

**231.** 只要一個人內心藏住對罪惡喜悅嘅毒,佢做乜都覺得啱。 一旦本性偏離正軌,無論係畀酒醉定係畀慾望所迷,都無分別:因為兩者都會令人脫離當前嘅狀態,亦都會喺身體上引起同樣嘅騷動;雖然手段唔同,但結果一樣。

**232.**如果你獨自喺你嘅小房入面,仲未得着真正默想嘅能力,就要時刻用誦念聖詩同坐誦詩篇嚟充實自己,思念死亡,並寄望未來。呢啲都可以令心思集中喺同一個點上,唔會四處遊走,直到真正嘅默想出現;因為聖靈嘅力量勝過一切情慾。 至於對將來嘅盼望,就用紀念上帝嚟充實自己;努力好好體會聖詩嘅含義,提防一切引誘你慾望嘅外在事物;同時,就算係喺你房入面做嘅細微小事,都要小心謹慎。檢視你嘅思想,並祈求喺你所有嘅行動中獲得洞察力:從此喜悅就會開始向你湧入;然後你會發現有比蜂蜜更甜嘅悲傷。

**233.** 除咗靠可見同可觸嘅美德,冇人可以克服情欲;除咗透過研習屬靈知識,冇人可以制服心靈嘅飄忽。我哋嘅心好唔穩定,如果唔用某種反思去約束,就永遠都停唔到飄走。 而冇咗上述美德嘅完美,就唔可能達到呢種保持狀態;因為如果唔克服自己嘅敵人,就冇得安寧。情慾係阻礙靈魂隱藏美德嘅障礙;如果唔先用外在美德制服佢哋,內在美德就會繼續被掩蓋。

**234.**對上帝嘅愛本嚟就非常熾熱,當佢無可限量咁湧入一個人,就會令嗰個靈魂充滿欣喜若狂。經歷過呢種愛嘅人,會有非凡嘅變化:佢嘅面容變得光彩奪目又充滿喜悅,全身都暖烘烘;恐懼同羞愧都會離去; 佢視可怕嘅死亡為喜悅;佢心裏面嘅思緒只留得住對天國嘅幻想,容唔下任何打斷;佢對外物嘅動盪毫無所覺,因為雖然佢有行動,但完全唔知自己做緊啲乜──佢嘅心靈喺冥想中飛揚,佢嘅思緒好似一直同人傾偈咁。 使徒同殉道者曾經充滿呢種靈性嘅狂喜。有啲人周遊列國,勞碌耕耘,忍受譏諷;另啲人喺慘痛嘅折磨中都冇放棄,反而英勇堅忍。 – 其他嘅人就喺沙漠、山洞同岩穴度流浪——雖然佢哋睇落好似無序,但其實最有秩序;人哋當佢哋係傻,但佢哋先至係最智慧嘅人。

**235.** 苦行係聖潔嘅母親;由佢而來嘅,係對基督奧蹟嘅第一次體驗──呢個就係所謂靈性知識嘅第一階段。 污穢嘅靈魂入唔到純淨嘅國度,亦無法同聖徒嘅靈交融。要用眼淚、禁食同獨處嘅沉默去裝飾你嘅貞潔美德。為神而流嘅一滴眼淚,勝過無情行出嘅偉大善舉。 冇經過努力去做嘅──即係世

俗人表面上行施捨,但心　裡卻乜都攞唔到。但你要喺自己心入面努力,為基督受苦,先至配得上分享基督嘅榮耀。除非身體為基督受苦,否則心靈唔會同耶穌一齊得榮耀。

**236.**　攀升十字架有兩條路:一條是肉身的釘十字架,另一條是上升到沉思;前者是從情慾中解脫的結果,後者是聖靈作為的功效。　除非身體服從於心靈,否則心靈是不会屈服的。心靈的國度,就係身體的十字架;除非自由臣服於理性,否則心靈是不会屈服於上帝的。凡是向上帝屈服的人,就差唔多可以令一切都向佢屈服。

**237.** 所有美好事物嘅根基、靈魂從敵人手中重獲自由、通往光明同生命嘅道路──呢一切都包含喺以下兩項修行入面:收斂自己歸於合一,同埋時時禁食;即係要智慧同審慎咁,定下規矩,節制飲食,留喺一處唔離開,並不斷咁默想上帝。　因此,感官得以制服,心智保持清醒,體內激起嘅猛烈情慾被馴服,思想嘅光明流動,勤力行善,淚水同對短暫人生嘅追憶,純潔嘅貞操,遠離一切幻想同誘惑嘅念頭;總之,　因此就有真人的自由、屬靈的喜樂,以及在基督裏同得復活進入天國。　所以,凡是輕忽這兩種道路的人,要知道,他不但會如上述所言,自害其身,而且他還將動搖一切美德的根基──並將陷入兩種相反的惡行:即肉體的放縱和無恥的貪食。呢啲就係同所講嘅相反嘅一開始──佢哋喺靈魂入面為所有情慾騰出位置。

**238.**仇敵知道我們天性需要滿足的時刻──知道眼睛的遊移和肚腹的滿足,會令心智陷入混亂,敵人正正喺呢啲時候,努力煽動我哋擴大自然慾望,並喺我哋心裏播下欺騙性思想嘅種子,好等情慾喺更激烈嘅掙扎中佔據上風,令我哋陷入罪惡。　所以,正如仇敵留意呢啲時候,我哋尤其要喺呢啲時候保持警醒,唔好衝動咁去執行呢啲提示嘅思想,亦唔好畀貪心得勝,　而且最緊要係,唔好離開我哋嘅沉寂之地,亦唔好去啲方便我哋嘅地方,免得因此畀咗藉口,完全離開曠野。

**239.**仇敵晝夜喺我哋眼前站住,觀察、等待,尋找任何可以趁機侵入我哋感官嘅開門。當我哋喺任何一樣嘢上都稍為疏忽,呢隻狡猾又無恥嘅惡犬就會向我哋射箭。　有時大自然本身開始嚮往和平、自由、歡笑、思想嘅馳騁同閒散──呢啲就變成激情嘅源頭同反叛嘅深淵;有時敵人就會將呢啲嘢灌輸入靈魂。　要小心唔好沉迷於細微嘅事,免得之後沉迷於更大嘅事而導致重大嘅失敗。正如有人所言,一念之差往往會帶來大禍。就算喺細微同瑣碎嘅事上都能保持清醒──呢就係智慧。

**240.**　當事關保命時,不可灰心,亦不可懶到唔肯為之而死;因為怯懦係絕望嘅徵兆,而大意就係佢哋兩個嘅根源。　膽怯嘅人就顯示佢有兩種毛病,就係貪生同無信心。貪生係不信嘅標誌。但凡唔理呢點嘅人,就證明佢全心信神,並對未來充滿盼望。　心志堅壯同蔑視危險,有兩種原因:要麼對上帝有大信心,要麼就係硬心。硬心會帶來驕傲,而信心則帶來謙卑。

**241.** 人若未盡其所能去成就神嘅旨意,就唔可能對神產生盼望。因為對神嘅盼望同心裏嘅勇氣,都源於良心嘅見證,而只有透過我哋心靈真正嘅見證,先至令我哋對神有盼望。　心靈的見證,即係良心一點都唔定罪你,好似你喺你能力範圍內應該做嘅事,冇一樣做唔到咁。如果我哋嘅心唔定罪我哋,*就「喺神面前有信心」*(約翰一書3:21)。所以,大膽係因為品德進步同良心清白嘅結果。

**242.**　人持續保持沉默同靜默,有以下三個原因:要麼為咗世俗嘅榮耀,要麼出於對美德嘅熱誠,要麼就係因為佢心入面有某種神聖嘅對話,令佢嘅心被吸引。　美德並不在於行出多樣化嘅身體行為,而係喺心裏面對最明智嘅　望;因為正確嘅動機令我哋同上帝連繫。心靈可以唔使身體行為都做好事;但係身體如果冇心靈嘅智慧,就算做咩都攞唔到任何益處。　然而,當一個屬神的人有機會行善時,他必定會透過自己的行動去證明對神的愛。

**243.** 在與肉體慾望的掙扎中,要視「遠避婦女」為你最強大的武器;因為仇敵無法在我们身上成就大自然能靠自己力量達成的。　唔好以為大自然會忘記神自然賦予佢用嚟生育同考驗參與呢項事業嘅人嘅本性。但遠離令人慾望嘅事物,就可以喺肢體入面將慾望殺死,令人忘記佢,並將佢根除。　事物,當唔見到嘅時候,只會引起一絲幾乎察覺唔到嘅騷動;但事物,一旦見到,就會因為其接近而激起情慾,就好似油滋養燈火一樣,餵養住佢,並重新點燃已經熄滅嘅慾望。　自然嘅動作,如果冇外面任何嘢加進嚟,就唔會破壞意志嘅純潔,亦唔會破壞貞潔;因為上帝冇畀大自然有能力去克服善意向祂嘅傾斜。　但如果我哋偶爾放縱自己畀感官牽著走,沉迷過量飲食,或者同女人一齊,望住佢哋同佢哋傾計──呢啲都會點燃並迅速蔓延全身嘅慾望之火;　咁我哋就因此將身體內本應溫和嘅自然運動,變成咗猛烈同失控嘅狀態──呢啲都係由我哋自己嘅意志衝動,喺自然之上加咗啲嘢。神所造嘅一切,都造得美好同比例恰

當。　只要我哋體內對自然嘅遵從度保持得宜,自然嘅動作就唔會逼我哋走偏;只會喺身體入面激起和諧嘅動作,呢啲只係顯示體內有自然嘅情慾,但並唔會引起足以阻礙貞潔嘅強烈衝動。

**244.**　有時肢體會有所動盪,係因為我哋嘅驕傲,上帝容許呢種情況發生。我哋知道呢場掙扎,就係當我哋長時間警醒自己、勤力耕耘,甚至認為自己已經喺某程度上成功之後,上帝就容許呢種試煉,好叫我哋學到謙卑。 其他試煉則源於我們的懶散和過度放縱肉體,因為我們放棄了生活中所有痛苦和艱辛的事──尤其是一直被囚禁在牢房裡和體力勞動的辛苦。　艱苦、困難同生活嘅狹窄環境,會約束同懲治肉慾;相反,安逸、舒適同肉體嘅放鬆,就會放縱、滋養同復活佢。　當我哋有需要時,上帝同佢嘅使者就歡喜;而當我哋安逸時,魔鬼同佢嘅差役就歡喜。憂愁同拘束能擴闊並促進誡命嘅遵守;相反,安逸則縱容情慾,從而阻礙並壓制誡命嘅遵守。　受苦嘅身體,思想唔會放任去到危險嘅幻想。當一個人歡喜喺心去承受勞苦同悲傷,就可以容易咁箍住自己嘅思想,因為勞作令佢哋唔活躍。當一個人記起自己嘅過去罪過,自我懲罰,上帝就會以恩典眷顧佢。　神因佢為偏離正道而自加刑罰,表示佢嘅悔意,而為此感到喜悅。佢愈收斂自己嘅靈魂,神對佢嘅恩寵就愈加。但凡唔係出於美德嘅喜悅,都會即刻喺體驗者心裏激起慾望衝動。

**245.**　德行相繼而來,使修德之路不覺艱難或沉重,讓人可按序進德,並於其中獲得解脫;如此,為德所忍受的艱苦,亦可轉為令人愉悅的善。　所以,如果一個人唔準備好用喜悅去面對誘惑,就唔可能真正做到超然;同樣,如果佢唔深信自己為咗準備好所承受嘅悲傷,可以換嚟超越身體舒適嘅回報,就唔可能撐得住誘惑。 凡是有人剝奪自己嘅物質享受,卻冇剝奪感官(即係視覺同聽覺)嘅真實體驗,就等於自找雙倍悲傷,只會更加痛苦同憂傷。　因為如果只係喺腦海入面浮現啲事物嘅影像,而唔係真實嘅事物本身,已經會令人感到痛苦──咁當真實嘅事物擺喺眼前、近在咫尺嗰陣,又點講得呢?──喺呢種情況下,人會因為呢啲事物所帶嚟嘅感覺而受苦,就好似佢做嗰件事嗰陣一樣;因為對呢啲事物嘅習慣記憶,永遠都唔會離開佢嘅心。　從呢方面嚟講,隱士嘅生活真係好美妙!入面淨係得念頭係誘惑;但同時又好有力、好有效咁幫助馴服呢啲念頭。

**246.**　唔好向一個同你生活方式唔同嘅人請教,就算佢好有智慧都一樣。你寧願將諗法寄託畀一個雖然冇學識但有實際經驗嘅人,都唔好寄託畀一個只係憑研究推理、未曾實踐過嘅學者。 所謂經驗,並非只係走近某啲事物觀察佢哋,卻無所獲;而係要透過長期接觸,親身感受佢哋嘅利害。　有啲嘢表面上睇落好似有害,但其實內裡卻充滿利益;反之,有啲嘢表面上睇落好似有益,但其實內裡卻充滿害處。所以,要向一個親身試驗過一切嘅人請教,佢能夠耐心地同你討論你自己事務上需要考慮嘅事,亦可靠地指出真正對你有好處嘅嘢。

**247.**　當你喺路上搵到永恆嘅平安,就要小心;因為你已經好遠離聖徒疲倦雙腳踏出嗰條直路。當你仍然喺通往天國之城嘅路上,以下就當作你嘅一個記號,證明你正接近神嘅城:你會遇到強大嘅誘惑;—　你越接近、越有進展,面前嘅誘惑就越多。所以,一旦你喺路上嘅靈魂入面感受到最偉大、最強烈嘅誘惑;　要知道,喺嗰一刻,你嘅靈魂已經秘密咁升到一個新嘅、更高嘅層次,而恩典喺佢所處嘅狀態中已經為佢加倍;因為按住恩典嘅偉大程度,上帝就帶領靈魂進入試煉嘅苦難,程度亦都一樣。　如果靈魂軟弱,冇足夠力量去抵禦大試煉,因而懇求唔受試煉,而上帝應允咗佢嘅請求; 咁就要肯定知道,靈魂喺冇足夠力量去面對大試煉嘅程度,就同樣冇能力承受大恩賜;就好似佢冇資格接受大試煉,同樣都冇資格接受大恩賜。　因為上帝不會喺冇大試煉嘅情況下賜予大恩典;恩典嘅份量係按試煉嘅程度,由祂嘅智慧去決定,而祂所造嘅人根本測唔透。

**248.**　踏上美德之路並*「隨着其進展」*所遇到的誘惑,與為*「謙卑*心靈的*驕傲」*而允許的誘惑有所不同。靈魂因*「靈性之杖」而為其「進步」*與成長所蒙受的誘惑,以及藉此被教導、考驗並引領進入鬥爭的誘惑,如下所述:　懶散、身體沉重、肢體無力、絕望、思緒混亂、因身體疲勞而產生嘅懷疑、暫時失去希望、心智昏暗、冇人幫手、身體所需嘅嘢短缺,等等。 呢啲試煉喺靈魂裏面會引起一種孤獨同無助嘅感覺,心靈變得陰暗,同時帶嚟謙卑。 然而,天主的安排會根據受試者所能承受的 strength and needs 去衡量這些試煉。在其中同時存在安慰與挫敗、光明與黑暗、衝突與援助;簡而言之,即束縛與寬敞。這亦顯示一個人正蒙天主幫助而興旺。

**249.**　由上帝許可,臨到嗰啲*「在上帝良善面前自高自大」*,並以*「驕傲」*冒犯上帝嘅人嘅試探,如下:　人所擁有嘅智慧能力被剝奪;心入面有種無定嘅感覺,令唔同嘅念頭湧現,呢啲都係畀人哋去貶低佢哋嘅驕傲;急性子;想樣嘢都照自己心意嚟;為啲說話爭吵;責備人;心入面輕視所有人;完全心智迷失;

褻瀆神名;愚蠢可笑嘅念頭,好似人哋根本唔理佢哋,令佢哋嘅尊嚴化為烏有;　並且,無論暗中或當面,以各種方式,他們都受到魔鬼的羞辱和虐待;最後,是與世界同流合污、結交往來,喋喋不休、亂講大話,不斷追尋消息甚至虛假的預言,並承諾遠超過自己能力所及。這些,就構成了一切屬靈試探的本質。　身體上嘅誘惑包括:痛苦、複雜、長期同難治嘅痙攣發作;不斷遇到邪惡同無神嘅人;落入施害者手中;意外嘅絆腳同危險嘅跌落;以及對自己同家人造成嘅毀滅性災難。　以上所講嘅,都屬於驕傲試探嘅範疇。呢啲試探喺人開始自以為有智慧嘅時候出現。當佢哋內化呢啲驕傲嘅念頭,就會經歷各種不幸:你越有呢啲念頭,驕傲就越滲透你。

**250.** 另有一種誘惑──因缺乏忍耐而產生嘅怯懦。　任何艱難處境同悲傷,如果冇耐性去面對,就會帶來極大痛苦;因為一個人有耐性可以抵禦不幸,而怯弱就係痛苦嘅根源。耐性係安慰嘅源頭──亦都係一種通常源自慷慨心靈嘅力量。　人喺悲痛中,冇靠住無休止嘅祈禱同流淚懇求所獲得嘅神聖恩賜,就難以搵到呢種　嘅力量。當上帝願意畀人承受大悲痛,就會任由佢哋跌入怯弱嘅泥潭。　而呢個就產生一種壓倒性嘅絕望力量,令佢覺得自己嘅靈魂畀壓碎──而呢個就係地獄嘅預嘗;因為由此而春千百般嘅誘惑:混亂、煩躁、褻瀆、對命運嘅埋怨、邪念、搬嚟搬去,同埋其他類似嘅嘢。呢一切嘅原因,就係你自己嘅疏忽。　你自己冇用心去搵呢個嘅補救。然而,呢一切嘅唯一補救就係心裏面嘅謙卑。冇咗謙卑,冇人可以打破呢啲惡嘅障礙。當謙卑增長,喺患難中嘅忍耐就增長;當忍耐增長,悲傷嘅負擔就減輕,安慰就到嚟; 當安慰增加時,對上帝嘅愛亦隨之增加;當愛增加時,聖靈嘅喜樂亦隨之增長。上帝唔會從佢嘅僕人身上移走試煉,但因住佢哋嘅信心同對佢旨意嘅順服,上帝會賜佢哋喺試煉中嘅忍耐。

**251.**　按神在肉身裡的生活,其核心是身體的作為──透過品行端正的行動,以潔淨身體免受情慾的捆綁。按心智的生活則關乎心靈,要不停地謹慎思念審判,並以心靈不斷禱告,反思神在私底下和公開場合的眷顧與安排。　正如於整個世界所見,並防範隱藏的激情,使內在及屬靈領域中不再有任何激情。

**252.** 悔改係喺洗禮之後,作為恩上加恩賜畀人;因為悔改就係由神而嚟嘅第二次重生。悔改係憐憫嘅門;透過呢道門,我哋進入神嘅憐憫,離開呢個入口,就搵唔到憐憫。 懺悔係第二種恩典,係由信心同恐懼所生;不過恐懼係管教我哋嘅父性杖,直到我哋達到屬靈福樂嘅樂園先至離開我哋。樂園就係神嘅愛,喺入面包含晒所有福樂嘅享受。 生命樹就係神嘅愛,亞當就係由佢跌咗落嚟;自此之後,佢就再冇得享受喜樂,只係喺滿佈荊棘嘅土地上勞碌耕作。冇得享受神嘅愛嘅人,如果行喺公義中,就會食到嗰由汗水換嚟嘅麵包,呢種安排就係喺亞當跌落嚟之後畀佢嘅。　凡活喺愛中嘅人,就結出咗由神而嚟生命嘅果,甚至喺呢個世界,都已經呼吸緊復活嘅氣息。愛就係國度;主曾神秘咁應許使徒,佢哋喺祂嘅國度入面會嘗到佢。　因為經上說:*「你將同我同坐寶座,吃我席上嘅飯。」*(路加福音22:30)──呢句話除咗代表愛,仲有乜意思呢?──*「使人心中歡喜嘅酒」*(詩篇103:15)。凡飲呢杯酒嘅人,有福嘍!

**253.** 就如冇船隻或小艇就過唔到大海,咁冇人可以喺驚懼之外達到愛。我哋只可以靠悔改之舟,由驚懼嘅槳手划過連接我哋同心靈樂園之間嘅惡海。　但如果恐懼嘅槳手唔駕駛我哋用嚟渡過呢個世界大海去見神嘅悔改之船,我哋就會喺呢條污穢嘅海面上淹死。　懺悔係條船,恐懼係舵手,而愛就係神聖嘅港口。恐懼引領我哋登上懺悔之船,渡過生命污濁嘅大海,並指引我哋到達神聖嘅港口──愛。　凡勞苦擔重擔者,都因著懺悔而來到了這港口。當我們得著了愛,就得著了神,我們的旅程就圓滿了,我們就到了將來世界的島嶼,那裡有父、子和聖靈同住。

**254.** 有先於信嘅知識,亦有由信而產生嘅知識。先於信嘅知識係自然知識,而由信產生嘅就係屬靈知識。　自然知識能分辨善惡,稱為自然洞察力,憑此我們天生、無需學習就能分辨善惡。上帝已將這洞察力植入理性本性之中;而靠學習的幫助,它得以增強和豐富。沒有人是不具備它的。　呢就係喺理性靈魂入面嘅自然知識嘅力量,係一個不斷喺其中運作嘅力量。理性本性嘅榮耀在於分辨善惡嘅洞察力,而先知就喺啱好將失去呢種洞察力嘅人比喻成冇知覺嘅野獸(詩篇48:13)。

**255.** 先於信嘅自然洞察力,就係通往信同上帝嘅道路。呢種洞察力由上帝植入我哋嘅本性,佢本身就說服我哋應該信嗰位創造萬有嘅上帝。 呢種信心令我哋心生敬畏;而呢種敬畏迫使我哋悔改同行善;因為人係透過善行先得着屬靈嘅洞見,或者對奧秘嘅體會,從而產生真正默想嘅信心。　屬靈的洞見並非單憑信心 alone 就能產生;但信心會帶來對上帝的敬畏,而當我們開始按照這敬畏去行事時,屬靈的洞見就從這敬畏的行動中誕生,正如聖金口若望所言: 「當一個人獲得與敬畏上帝相符的意願,以及正確的「 」思維方式,就會很快領受隱藏之事的啟示。」这里的「隱藏之事的啟示」意指屬靈洞見。

**256.** 然而,並非敬畏上帝本身帶來了這份屬靈洞見;相反,這份洞見乃是賜予給實踐敬畏上帝者的作為一份恩賜。敬畏上帝的實踐即為悔改;而悔改一旦走完全程並告一段落,就引領我們進入屬靈洞見被賜予之地。 屬靈的洞察力,就係對隱藏之事的覺察。當人察覺到呢個看不見嘅真實,就會喺嗰種覺察中生出另一種信心──呢種信心並唔係同最初嘅信心相矛盾,而係印證咗嗰信心。呢種就叫作沉思信心。直到嗰之前,只有聽見;而家有咗沉思,而沉思比聽見更加確定。

**257.** 呢一切都源自我哋天生嗰份識得分辨善惡嘅知識。呢就係美德嘅良種。 跟隨一個人內心深處嘅呢份自然知識而來嘅──係良心不斷嘅責備──對死亡嘅無盡追思,同埋一種持續到生命盡頭嘅痛苦憂慮──之後,悲傷、絕望、對上帝嘅敬畏、天生嘅謙遜, ── 對往日罪惡的悲傷、盡心盡力、對共同道路的追憶、為此自強不息的憂慮──淚流滿面地向神哀求,求能順利通過這些大門,這是每一個受造之物都要經過的──對世界的輕蔑,以及為品格而進行的激烈掙扎。 呢一切都係透過自然嘅知識去達到──大家都要將自己嘅所作所為同呢點比較。當一個人明顯已經達到呢種境界,就代表佢跟住自然嘅道路行;當佢超越呢點而進入愛,就超越咗自然──對佢嚟講,一切嘅掙扎、恐懼、勞碌同疲倦都告一段落。呢啲就係自然知識嘅結果。 ──當我哋唔用放縱嘅意志去蒙蔽呢種理解,就會喺自己入面發現到呢樣嘢。 – 我們會停留於此階段,直到我們達到愛,而愛會使我們從这一切中解脫。每個人,根據我們所说的所有內容,都要自我檢視和考驗,以判斷自己的道路在何方:是在那不自然的事物中,还是在自然的事物中,抑或是在超自然的事物中。

**258.** 一個好嘅念頭,只有靠神嘅恩典先至可以喺心入面生根;而一個邪惡嘅念頭,就只係嚟試探同誘惑人。一個已經認清自己軟弱到幾地步嘅人,就已經達到謙卑嘅完美。上帝嘅恩賜吸引人心,令到人心不斷湧現無止境嘅感恩。 主對一切人的軟弱都存憐憫,卻不寬容那成日埋怨的人,也不會任由他們不被糾正。謙卑先於恩典;自大先於懲罰。 自大的人容許跌入褻瀆;自誇行善的人容許跌入淫亂;自誇有智慧的人容許跌入無知的黑暗陷阱。

**259.** 凡人一念及神,敬重每一個人,則神以祕密之主宰,令其於每一個人身上得助。 凡為受冤者申冤,就得神作他的擁護者;凡伸手幫助鄰舍,就得神賜能力自強。凡控告弟兄罪惡的人,就得神作他的控告者。 私底下糾正自己兄弟過失,就醫治了自己的惡習;但凡在眾人面前責備人,就加深了自己的傷口之痛。暗中規勸的友伴是智慧的醫生,而當眾醫治的卻是讒諂者。

**260.** 上帝以慈愛教導,絕不報復(天啊,免了吧)!祂只尋求醫治祂的形象,心中無憤怒。凡為得賞報而行善者,遲早都會改變。 無論一個人喺今生為追求上帝而修身至善,一切都仍然留喺祂之後;然而喺將來嘅時代,上帝會向佢哋顯現祂嘅面容──雖然唔係完全同祂本身一樣。無論義人喺呢度對上帝嘅默想有多深,佢哋只係喺鏡中見到影像,而喺嗰度,佢哋將會見到真理嘅顯現。

**261.** 乾柴着咗火,好難撲熄;如果上帝嘅溫暖降臨喺已經棄世嘅人心中,佢嘅火焰就唔會熄滅──而且比真火燒得更猛烈。 當酒力侵入肢體,心智便忘卻一切約束;而當對上帝的記憶佔據靈魂的牧場,它便從心中根除掉對可見世界的所有牽掛。在这个世界裡,对来世的感觉好似海中的一座小島;而趋近於它的人,便不再被这个时代的幻象之浪所颠簸。 當一個和尚仍然覺得今生仍有更多工夫要做,就會對離別肉身感到憂傷;但當他心靈深處感到自己已經充分利用了時間並領受了承諾,就會渴慕來世。 商人喺海上時,驚懼貫穿全身,唯恐巨浪襲來,令佢嘅希望化為烏有;而僧人喺世時,憂慮同樣籠罩佢,唯恐內心暴風驟起,令佢由年輕做到老嘅心血付出嘅工夫化為泡影。

**262.** 海員喺海上航行時,望住星星,用嚟指引方向,直到到達港口;而僧侶則仰望禱告,因為禱告令佢行正,並指引佢嘅旅程,向住嗰個佢喺每日禱告中都指引佢生命嘅港口。 一個游水佬脫晒衫跳入海裡搵珍珠;而一個和尚拋棄晒所有塵世嘢,用一生去自己心入面搵嗰粒珍珠──耶穌基督──一旦搵到佢,就唔再想要其他任何嘢。

**263.** 少女處身公眾聚會同大批人群中係有害嘅,而僧侶嘅心同太多人傾偈都係咁。無論喺邊度,隻雀都會努力飛返窩入面,喺度撫育佢嘅幼雛;有智慧嘅僧侶就急急返自己嘅處所,喺自己心入面孕育生命嘅果實。雲遮住咗太陽; 而過度嘅談話會令已經因祈禱默想而開始蒙光嘅靈魂變得昏暗。據講有一種叫「西里恩」嘅鳥,任何人聽到佢嗰甜美嘅歌聲都會被佢迷住,跟住佢飛過沙漠,因為佢歌聲嘅甜美而忘記自己嘅生命,最後跌倒死去。 靈魂亦復如是。當天國的甘甜降臨於它,它便被神的話語──那深深刻在心靈深處的悅耳聲音──所感動,完全被祂吸引,以至於忘卻了肉體的生命;肉體被剝離了慾望,而靈魂則從此生的狀態被提升到神那裡。

**264.** 一棵樹,若不先脫去舊葉,就不會長出新枝;修士亦然,若不先從心裏除盡一切往昔所行之事的記憶,就不會在基督耶穌裏結出新果、發新枝。 據說,喺珍珠形成嘅貝殼入面,閃電會產生一種火花,並從空氣中吸取養份;否則之前只不過係一塊肉。而修士嘅心,喺未透過心靈吸納天上養份之前, 佢嘅作為只係普通嘢,亦唔會喺自己嘅殼入面藏住安慰嘅果實。 狗舔自己嘅鼻孔,就等於飲自己嘅血;因為自己血嘅甜味,佢根本感覺唔到自己有咩傷害。同樣,一個沉溺於虛榮嘅修士,就係飲緊自己嘅生命;因為嗰一刻嘅甜美,佢完全唔知道自己正喺傷害自己。

**265.** 唔好喺未禱告同未求神幫助嘅情況下,就去接觸聖經入面嘅聖事言語,而要咁講:「主啊,求你賜俾我,令我可以感受到其中所包含嘅力量。」 視禱告為聖經所言之真義的鑰匙。當你想以心靈親近上帝時,先以體力勞動向祂證明你的愛。生命之源在此──主已將它們作為成全的根基。 視閒置為靈魂黑暗的開始;正如一黑暗引致另一黑暗,聚會傾談亦是如此。即使有用的言談若無節制,都會導致靈魂黑暗,更何況是閒聊。過多且冗長的話語令靈魂變得渺小。

**266.** 節制同埋穩定的規矩喺生活方式上,可以開闊心智,防止混亂。由混亂(即係冇固定規則)引起嘅心智混亂,會令靈魂變得黑暗,而呢種黑暗又會再引起更多嘅混亂。 心靈嘅平安係由良好嘅秩序帶嚟,而由平安中會產生光;由光同平安,純淨嘅空氣就會喺心靈中照耀。

**267.** 自私嘅靈魂會被剝奪智慧,而有憐憫心嘅靈魂就會被聖靈賦予智慧。 通往心靈獲得神聖恩賜之鑰,係透過對鄰舍嘅愛而得;當心靈從肉體嘅枷鎖中獲得自由,通往知識嘅門亦隨之而開。對鄰舍嘅愛何其美好可嘉,只要呢份關懷唔令我哋分心,去愛神!

**268.** 同我哋嘅屬靈弟兄姊妹傾偈幾愉快,只要我哋可以同時保持同神嘅交通! 我哋同屬靈弟兄姊妹嘅談話都要小心,只要保持適度就好;即係話,唔好趁呢個藉口,忽略咗我哋內在嘅工夫、生活方式,同埋同神不斷嘅交通。 後者喺前者一開始就畀打斷;因為心神無法同時維持兩段對話。同屬靈弟兄過多對話亦有害;至於世俗之人,就算遠遠望住都有害;甚至唔使見到佢哋,只係聽到佢哋嘅聲音,都會破壞心靈嘅寧靜。

**269.** 就如靈魂天生勝過身體,靈性之身亦勝過肉體之身。但就如身體的創造 originally先於向其注入生命,身體的行為亦先於靈性的行為。而且,並非一個高尚卻毫不間斷維持的生活,才能構成偉大的力量。 一滴水,不斷咁滴,連最硬嘅石頭都會被它滴穿。當你內心嘅靈性之人即將覺醒,喜悅就會喺你靈魂深處激盪,你嘅思緒會被心頭嗰份甜美所包圍。 但當「世界」再次喺你心裏興起, ,你心入面嘅念頭就愈來愈多。我所講嘅「世界」,就係由心靈騷動所生出嚟嘅慾望。當佢哋一出生並成熟,就會變成罪,殺死嗰個人。 就好似冇媽媽就唔會有細路,同樣,冇心靈嘅飛揚就唔會有情慾,而同情慾嘅對話就唔會有犯罪。

**270.** 如果忍耐喺我哋靈魂入面成長,就係我哋暗中已經領受咗安慰之恩嘅記號。當靈魂被希望嘅喜樂同上帝嘅喜悅所籠罩,身體雖然軟弱,都唔會感到悲傷。嗰時佢就可以承受雙倍嘅重擔,而唔會見到任何力量嘅衰減。 當靈魂進入嗰種屬靈嘅喜樂時,就會發生呢種情況。如果你能管住自己嘅舌頭,上帝就會賜畀你發自內心嘅柔情,令你可以喺其中見到自己嘅靈魂,從而進入屬靈嘅喜樂。 一個人為神的工作付出得越多,他在禱告中就越有膽量;一個人被越多事物分散心思,就越得不到神的幫助。

**271.** *第一個思想*,透過上帝對人類嘅愛,進入一個人,引領靈魂向生命,*就係關於呢種本性命運喺「心」*中紮根嘅*思想*。 呢個念頭自然會帶來對塵世嘅漠視;而呢個就標誌住一個人生命旅程上所有美好衝動嘅開始。正正就係呢股神聖嘅力量,當佢想喺人嘅內心顯現生命時,就會伴隨住佢,為此奠定基礎。 – 如果一個人唔係用世俗嘅憂慮同閒聊去熄滅我哋所講嗰個念頭,而係喺寂靜中滋養佢、喺沉思中反覆琢磨、並全心投入;咁佢就會引領自己進入一種深邃嘅冥想,係無人可以用言語形容嘅。 撒旦憎恨呢個念頭,並用盡全力去攻擊,務求將佢從人心中根除。 如果有可能,佢甚至會畀佢成個世界嘅王國,只係為咗用分散注意力嘅方法,將呢個念頭從人嘅心入面抹走。因為嗰個狡猾者知道,如果呢個念頭留喺人嘅心入面,咁佢嘅心就唔再留喺呢個虛幻嘅世界,佢嘅詭計就無法靠近佢。

**272.** 緊接住呢個*階段*,當一個人過緊好嘅生活,並逐步親近嗰種沉思同實踐嘅體驗,就會從高處獲得*「品嚐屬靈知識甜美」嘅恩典*。 呢個過程嘅開始係咁樣:首先,人要肯定上帝對人類嘅眷顧,被對造物主嘅愛所啟發,同時對理性生物嘅秩序同上帝對佢哋嘅深切關懷感到驚嘆。 由呢一刻起,神嘅甘甜同對神嘅愛慕喺佢心入面點燃,喺佢心裏熊熊燃燒,燒盡咗靈魂同身體嘅慾望。 呢份愛,配上強烈嘅

勤力同清明嘅良知,就會突然間熊熊燃起——人會好似醉咗酒咁被佢迷醉,心靈亦被上帝擄去。 一個人越努力追求美德、自我克制,並花時間在閱讀和禱告上,這股力量就越能在他身上建立並加強。

**273.** 當我哋發現自己處於黑暗之中,就唔好灰心。我講嘅係嗰種特別嘅黑暗,有時靈魂好似喺浪涛中掙扎;無論人讀聖經定做禮拜,做乜都好,黑暗就一直跟住黑暗。 咁樣嘅人就會放棄呢份工作,而且通常連去嘗試都唔得。呢段時間充滿絕望同恐懼;對神嘅盼望同對祂信心嘅安慰,都被靈魂徹底拋棄——整個靈魂都充滿咗懷疑同恐懼。 但上帝並不長時間任憑靈魂處於此種狀態;祂很快就會設法擺脫(林前10:13)。我現將此點指出,並提出一些建議:如果你無法控制自己,而是在禱告中俯伏在地; 然後蒙頭蓋住,瞓到呢段黑暗時刻過去,但唔好離開你嘅小房。嗰啲想過沉思生活,並喺旅程中追求信仰安慰嘅人,最容易受呢種誘惑。所以,呢段時間最折磨同劫曬佢哋,就係因為心志唔定; 而呢個通常會跟住侮褻神嘅念頭,有時人會被對復活嘅懷疑所困,仲有其他唔應該講嘅嘢。做體力勞動嘅人就完全冇呢啲誘惑。佢哋會受另一種眾所周知嘅絕望困擾,呢種絕望嘅性質同呢啲同類誘惑唔同。 凡係能夠唔出門就頂住呢一切嘅人,真係有福。不過,呢場掙扎唔會喺一個鐘頭內完結;恩典亦唔會突然返嚟喺靈魂入面生根,而係要慢慢嚟。而且一個會讓路畀另一個:有時係誘惑,有時係安慰。

**274.** 一個被不合理嫉妒所困嘅人,永遠都得唔到心靈嘅平安;而凡係同呢種平安無緣嘅人,都同喜樂無緣。如果心靈嘅平安可稱為完美嘅健康,而不合理嘅嫉妒就違背咗呢種平安,咁就可以得出結論:凡係懷住惡意嫉妒嘅人,已經患上咗嚴重嘅病症。 一 心因對身體事務中嘅軟弱同無力感到悲傷,呢種悲傷就取代咗所有身體事務。冇心靈悲傷嘅身體事務就好似冇靈魂嘅軀體。 心裏憂愁,放縱情慾的人,就好比身體多病,任由任何有害的食物進入口中;又好似只有一個獨生子,卻一點一點地親手將他殺死。

**275.** 貞潔同同一個女人傾偈,就好似同一屋簷下嘅母獅同綿羊。喺上帝面前,冇憐憫嘅行為,就好似一個喺老豆面前殺自己仔嘅人。 就好似一捧沙灑落海裡微不足道,所有肉身嘅罪過相比神嘅主宰同憐憫都係咁渺小。就好似湧泉般充沛嘅水,都唔會畀一捧塵土阻住,造物主嘅憐憫亦唔會畀祂所造之物嘅惡行所勝。 心存報復而同時祈禱,就好似喺海裡播種仲期望有收成。正如火焰勢必向上升,同樣,有憐憫心嘅禱告會升到天上。正如水沿斜坡向下流,當憤怒嘅力量滲入我哋心靈,就會咁樣流出去。

**276.** 有因敬畏上帝而生的谦卑,有因爱上帝而生的谦卑,还有因喜乐而生的谦卑。那因敬畏上帝而谦卑的人,时刻伴随着端庄的举止、感官的秩序和一颗破碎的心。 謙卑者嘅聚集為神所愛,就好似撒拉弗眾嘅會聚。潔淨嘅身體喺神面前比純淨嘅祭物更寶貴。呢兩種美德——謙卑同潔淨——喺靈魂中為聖三一預備咗一紙訂婚誓約。

**277.** 你要守望你內在嘅自己,但唔好似守望你嘅眼睛咁;因為內在嘅衝突,無疑比外在嘅衝突更易處理。兄弟,唔好以為只要唔令身體陷入良好而有秩序嘅狀態,就能夠約束內在嘅念頭。 要比怕仇敵更怕習慣。養習慣於身者,猶如餵火者。習慣第一次向你索取,若不滿足,下次再嚟時你會覺得它好似軟弱咗;但若你一次屈服於它,第二次它就會用更大嘅力量攻擊你。

**278.** 唔好同鍾意笑人同鍾意喺人前作戲嘅人做朋友;否則,佢哋會教你養成懶散嘅習慣。當有人喺你面前開始講佢兄弟嘅壞話,就低低你嘅目光。咁做嘅時候,你喺神同佢哋面前都會顯出自己嘅謹慎。 如果你幫助有需要嘅人,就用你愉快嘅笑容先於你嘅贈禮,並用溫柔嘅言語安慰佢嘅悲傷。當你咁做嘅時候,你嘅善意喺佢心目中會比任何超出佢需要嘅禮物更加珍貴。 你所行嘅一切事,都要以克制自己嘅肉體同清潔嘅良心為先;因為冇咗呢兩樣,你嘅所作所為喺上帝面前都係徒勞無功。

**279.** 縱使佢哋迫害你,都唔好以惡報惡;縱使佢哋釘你十字架,都唔好以同樣方式報復;縱使佢哋冤枉你,都唔好冤枉人;縱使佢哋誣衊你,都唔好誣衊人。上法庭唔係基督徒嘅生活方式;基督嘅教導根本冇半點提及。 與喜樂的人同喜樂,與哀慟的人同哀慟;因為這係純潔嘅記號。與受苦嘅人同受苦;為罪人流淚;與悔改嘅人同喜樂。對所有人友善,但心裏要獨處。

**280.** 唔好定罪或者譏諷任何人,就算係過住最可憐生活嘅人亦都唔好。 將你嘅外衣鋪喺跌咗嘅人身上,遮住佢。你要知道,就係因為咁,我哋先唔可以走出修房嘅門檻,好令我哋對人嘅惡行一無所知;咁樣,我哋嘅心靈先可以保持無知,先能將所有人視為聖潔同良善。如果你無法用身體勞動,最少都要喺心裏面哀悼。 如果你未能禁食兩日,就至少要禁食到晚上;但如果連到晚上都禁唔到,就要提防貪食。如果你唔係和睦者,最少都唔好做惹事生非嘅人。如果你無法阻止譭謗你朋友嘅人,最起碼都要小心同佢傾計。

**281.** 你要知道,如果你放出火去燒傷別人,上帝會因你那火燒滅的靈魂而向你追責。如果你自己雖然沒有點起那把火,卻認同並享受放火者,你就會在審判日被算作他的同夥。　世上所有人都行嘅路,都搵唔到平安,直到佢哋轉向信靠上帝。心靈喺勞碌同試煉中都搵唔到安息,直到盼望入咗去,先令佢平靜,又注入喜樂。 可敬嘅雙唇就講:*「凡勞苦擔重擔嘅人,可以到我跟前,我就使你哋得安息。」*(馬太福音11:28)心靈嘅光產生信心;信心帶來盼望嘅安慰;而盼望又堅固我哋嘅心。

**282.** 神嘅兒子忍受咗十字架;所以我哋罪人就大膽咁信靠悔改。心靈嘅憂傷足以抵得過一切身體嘅勞苦。聖格列高說:「同神合一嘅人,就係恩典嘅殿──佢時刻都掛住神嘅審判。」 聖巴西略說:「不斷的祈禱在靈魂中產生對上帝的清晰思念;當我們在心中建立對上帝的紀念時,上帝 Himself 就住在了我們裡面。」如此,我們就成為了上帝的殿。一個破碎的心靈是與上帝安息的預備。

**283.** 我們在閒暇時所獲得的,正是我们在禱告時令我們蒙羞的。節制對人的幫助勝過工作;而分散注意力(心思的遊走)對人的傷害勝過(身體的)休息。家庭糾紛源自安息,並困擾人,然而人卻有能力結束它。　因為一旦人放棄休息,返工之後,呢啲爭吵就會離開佢。但係由自制力不足引起嘅情況,同休息引起嘅情況唔一樣。當人喺休息嘅時候,仍然處於自己自由嘅範疇,就可以返嚟按照自己既定嘅規則去約束自己;因為佢仍然係自己自由嘅範疇入面。 但係佢一畀自己(對愉快念頭嘅)許可,就已經踏出咗自由嘅範疇。如果一個人冇完全放棄自我觀察,佢就唔會被迫同唔情願咁屈服於啲冇畀佢帶來寧靜嘅嘢。

**284.** 噢,人啊,唔好畀你任何感官自由,否則你會去到一個無法再返去自由嘅地步。 懶惰只會害到年輕人,而放縱則會害到老者同已經完善自己嘅人。因為懶惰而陷入邪念嘅人,可以透過自我檢視返去,重新建立佢哋高尚嘅生活方式。但係,喺行動上過於急切、忽略自我檢視嘅人,就會被擄走,由高尚嘅生活跌入放蕩嘅生活。

**285.** 我哋唔應該淨係喺被誘惑想做嘢嗰陣先難過,而尤其係當我哋喺嗰件事上變得麻木不仁嗰陣;因為誘惑經常會臨到連最完美嘅人,而喺其中變得麻木就係靈魂完全被黑暗笼罩。我哋因誘惑而感到嘅憂傷,恩典會當作純潔行為嚟計算畀我哋。　凡人懷住悔改嘅希望,故意第二次屈服於誘惑,就係向神行欺騙;死亡會趁佢唔備嚟到,佢都未能等到自己希望去做美德嗰日。

**286.** 凡放縱感官的人,也放縱了他的心;因為心靈的運作是外在感官的枷鎖。　如果有人以洞察力去實踐呢件事,就會有以下三個特徵:即係佢唔受肉體慾望嘅糾纏,唔沉迷於大吃大喝,亦唔容自己變得易怒。如果呢三樣都唔具備,就算表面上無可挑剔,都唔代表有真正嘅內在秩序。　審慎地對身體採取漠視,會導致對萬事萬物嘅超然,對安寧漠不關心,對人情冷漠。如果有人為咗上帝而甘願且歡喜喺所不惜,咁佢嘅內心就係純潔嘅。　凡是對尊敬自己的人不生歡喜心,對侮辱自己的人也不生憤怒,就已經在今生對世界而言死去了。

**287.** 唔好對罪人懷有仇恨;因為我哋都要向神交帳。如果你為神嘅緣故而對付佢,就要為佢而哭。你點解要憎佢?要憎佢嘅罪,並為佢禱告,好叫你可以效法基督,祂對罪人唔會發怒,反而為佢哋禱告。你要成為神美善的傳講者;雖然你配不上一點,但神仍然掌權管轄你;雖然你欠祂很多,但祂的懲罰卻未曾臨到你身上;反而,你所行的一點點善工,祂都以豐盛的賞賜報答你。

**288.**　因愛神而敬畏神,不是因為那歸於祂的名號可畏。當你本應愛祂時,就愛祂──不是為祂將來會賜給你的,而是為我們現時所領受的,以及為祂為我們所創造的這一個世界。　喺起初,有邊個說服咗祂,令我哋得以存在?當我哋唔記得祂嘅時候,有邊個為我哋代禱?當我哋仲未存在之前,有邊個令我哋呢個身體得以有生命?知識嘅思想喺大地度點樣生根?究竟係咩無限嘅良善,能夠令我哋罪惡嘅本性重獲新生! 有判斷力嘅人,嚟呀,同我哋一齊驚嘆。邊個擁有智慧同奇妙嘅心,會以驚嘆嘅心,配得咁讚美我哋造物主嘅憐憫?

**289.** 人越是輕視呢個世界,而對敬畏上帝充滿熱誠,上帝嘅眷顧就越是親近佢──喺暗中,佢會感受到眷顧嘅幫助,並獲得純淨嘅心念去明白佢。　如果有人自願放棄世俗的財物,他所放棄的程度愈大,上帝的憐憫就愈與他同在,上帝對人類的愛就愈撐持他。至於那些沒有堅強到足以透過自願 、捨棄一切事物來獲得真生命的人,上帝就藉著非自願的苦難引領他們走向美德,正如我們在拉撒路窮人身上所見。 上帝與因痛苦而呼求祂的人心靈相近。即使祂有時令我們遭受身體的匱乏與其他折磨,主對受苦者的靈魂所顯示的愛,與他們的痛苦程度成正比。

**290.** 當你對基督之愛嘅渴慕未能達到咁嘅程度——令你因喜樂而喺一切苦難中都能保持無動於衷——就要知道,世界喺你裏面住得比基督更深。 當病痛、貧窮、肉體疲倦,或對身體安危的憂慮,以至於打亂你的心思,使你背離盼望的喜樂,以及想討主喜悅的心志時,就要知道,住在你裏面的乃是身體,不是基督。 簡單嚟講: whatever 喺你入面勝過一切嘅,就係住喺你入面嘅嘢。如果你所需嘅一樣都唔缺,身體健康,亦唔怕任何唔利嘅事——但你仍然話自己可以咁樣純粹咁行向基督——咁就要知道,你心靈有病,亦嘗唔到神榮耀嘅滋味。

**291.** 免得你說,從未有過一個人,當身體被試煉與憂愁壓得粉碎時,其心志卻能完全超越軟弱,並以對基督的愛戰勝心靈的憂傷, —我要提醒你哋啲殉道者,睇吓佢哋點樣憑住基督之愛嘅力量,堅忍咗極大嘅悲痛同肉體病痛。而且,唔止佢哋先有呢種堅定;有啲唔識真神嘅外邦哲學家,都展現咗驚人嘅勇氣。 其中一個人定下一條規矩,要保持沉默——就算面對明顯的死亡威脅,都冇動搖過呢個決心。另一些人完全壓抑住自己嘅自然慾望;有啲人輕鬆面對誣衊;有啲人忍受住殘酷嘅病痛都冇悲傷;仲有啲人喺悲傷同大災難中展現佢哋嘅耐性。 如果佢哋為咗虛空嘅榮耀同盼望都可以忍受呢一切,咁我哋呢班被呼召與神交通嘅和尚,豈不應該更加忍耐?

# 第三卷

*前言*

呢度係《多布羅托盧比耶》俄文版嘅第三卷。 幾乎所有收錄於此的文章,均取自希臘文《多布羅托盧比耶》。唯一新增者,為一段與聖瑪麗亞·埃及人的導師阿巴·佐西馬的對話,以及取自聖馬克西莫斯·認罪者著作的苦行講道。全部依下列順序呈現:

**1.** 由福照基主教所著《一百章修道論》,並先列十條關於主要美德最高層次之定義。

**2.** 可敬約翰(卡帕福斯人)——一百章——安慰與勸勉。

**3.** 阿爸佐西馬的講道。

**4.** 聖馬克西姆·承認者 – a) 問答形式嘅《禁慾論》。 b) 四百章 – 論愛。 c) 從佢七百章入面揀出嚟嘅理論同實踐章節。

**5.** 可敬的 Phalassius 的四百章——論愛、禁慾與靈性生活。

**6.** 愛底斯主教聖西奧多——一百篇啟發性章節。

**7.** 另一位名叫西奧多者所著 – 一篇教化與靜觀的論述。

**8.** 阿爸·腓利蒙最有益的论述。

**9.** 可敬的提奧格諾斯圖斯——論積極與靜觀的生活,七十五章。

**10.** 西奈山可敬的菲洛修斯:關於節制四十章。

**11.** 由長老以利亞 – 花園。*HTML 版本(2005年)編輯者附言*:***Dobrotolyubie*** 第二至第五卷的主文已編輯以符合現代俄羅斯拼寫及發音。 聖經嘅引用經文已保持原貌。如有需要,可參考現代俄文版嘅舊約同新約以釐清其意思。 「мір」(社會,有時指整個受造宇宙)、「мир」(和平、秩序、和諧)同「μvpo」(聖膏油嘅香膏混合物)喺拼寫上嘅分別亦都有改動。

## 福照狄阿多庫斯,福提基主教
## 伊利里亞伊庇魯斯

*佢嘅簡短生平*

喺聖迪阿多庫斯做主教之前,佢嘅出身同早期生活完全無人知。但係喺佢做主教期間,佢因為聖潔嘅生活同智慧嘅教導而馳名。非洲烏提卡主教維克多喺佢嘅《關於溫達爾人迫害史》序言入面(Migne, *Patrol. 拉丁文第58卷),佢大約喺490年寫嘅,自稱係佢嘅門徒,就用呢個稱號稱讚佢,並補充話:

「呢位蒙福嘅Diadochus值得用各種讚美去頌揚,因為佢留低咗好多關於正統教義同基督教生活嘅著作。」"——由此可見,他活躍於五世紀下半葉,並可能在該世紀末前不久去世,可從他的簽名亦見於埃皮魯斯主教致狄奧多西一世皇帝(457–473)的書信中推斷。其生平其他詳情則不為人知。 到目前為止,已知佢嘅著作有:(a) 兩篇講道——一篇論主升天,闡述神道成肉身嘅正統教義;另一篇係反對亞流派;(b) 關於苦行生活嘅一百章,並有十條入門指引,講述主要美德中完美境界嘅最終限度。 耶路撒冷大主教索弗羅尼喺佢反一性派嘅通諭入面引用咗呢啲著作嘅片段( Photios 書目-第231號);聖馬克西姆亦都喺唔同場合多次提到佢。 關於我哋喺呢個系列入面收錄嘅佢嗰啲苦行論章,福祿妥(Blessed Photius)就咁樣評論: 「呢部作品(即係一百章)對修行者極為有益,而對於經過長期修行、已喺通往完美嘅行為上掌握到技巧嘅人,就冇乜模糊之處;因為喺呢種情況下,透過經驗獲得嘅知識,自然會跟隨文本入面所講嘅教導。」 希臘文《多布羅托盧比耶》版本的編者,在該書前言中指出: 「我哋嘅聖父迪阿多庫斯係一位行事有智慧、思辨有啟發嘅人;任何想從呢本作品度了解佢嘅人,都可以知道呢點。呢本作品完整咁流傳到我哋手上,佢用優美嘅文筆寫成,將靈性智慧從佢長期嘅經驗同心靈深處嘅神聖渴望中提煉出嚟。」佢將呢本書分為一百章,喺入面仔細揭示呢種珍貴美德最深奧嘅奧秘,並經常引用神聖聖經嘅經文,以及以信心照亮嘅心智嘅沉思,豐富呢啲章節。 可以咁講,喺呢部作品入面,佢為所有跟隨佢嘅人——苦行者同承載上帝嘅聖父——留下一套關於聖潔禁慾,以及所有美德嘅榜樣性教導。 因為你會發現,佢哋當中好多人都會將呢百章作為通往真理最可靠嘅指引,並且喺佢哋關於節制嘅著作入面逐字引用。 呢件事係喺安德羅尼哥·帕萊奧洛格斯在位期間舉行嘅公會議之後,由帖撒羅尼基嘅格列高利同西門、西奈嘅格列高利、聖下卡利斯都同其他好多人所做,藉此見證佢教導嘅無可指責。 聖教會喺乳酪星期六紀念聖迪阿多科斯,同埋所有透過苦行而發光發熱嘅聖人。喺呢日嘅禮儀入面,第二頌咁唱:「我歌頌迪阿多科斯,連同尤斯塔修斯同若望納爾,最可敬嘅聖父。」

## 聖迪阿多侯斯論述主要美德中至高無上極限或巔峰

**1.** 信心完美嘅極限,或者高峰,就係心靈無情咁沉浸喺上帝入面。
**2.** 盼望的極限,是心思转向將要領受的福份。
**3.** 忍耐嘅極限就係堅定咁站喺忍耐度,將無形嘅嘢當作可以畀心眼所見。
**4.** 無貪嘅極限係,唔想去擁有,就好似其他人想去擁有咁。
**5.** 智慧的巔峰,是在與神合一(或全心投入)時,對自我毫無覺知。
**6.** 謙卑的極限是堅決忘記自己所行的一切善行。
**7.** 無嗔嘅極限係強烈嘅唔想發嬲嘅願望。
**8.** 純潔嘅極限係一種時刻同上帝緊密連繫嘅感覺。
**9.** 愛嘅極限係對侮辱同貶低自己嘅人,更加倍展現友善。
**10.** 在品嚐神之甘美中,完美轉化嘅巔峰就係將死亡嘅悲傷視為喜悅。

## 一部靈性論著,分為一百章實踐要訣,充斥靈性知識與洞察力

1. *論三種美德,好似領路者,必須先於心靈嘅靈性默想。*[78]

弟兄姊妹們,要讓信心、盼望、愛——尤其係愛——喺屬靈默想中引路;因為信心同盼望只教我哋輕視可見嘅福份,而愛則透過美德,將靈魂同神結合,以屬靈嘅感官體會那不可見者。

2. *人喺咩時候同點樣先至可以變得好。*

按本性,只有一位良善嘅神。但人亦可透過勤力培養美德而變得良善,從本性所無嘅狀態,被改變成為本質上良善者嘅形象。當靈魂透過對善嘅勤力追求,與神變得如佢所渴望同全力以赴咁合一;因為經上係咁講:*「要好施好恩,就如你哋喺天上嘅父係好施好恩咁。」*(路加福音6:36;馬太福音5:48)。

3. *罪惡喺咩時候同點樣開始。*

[78] 呢啲標題喺希臘文本入面冇出現,係拉丁譯者杜撰嘅。我哋認為佢哋會大大幫助理解同記憶聖人迪阿多庫斯嘅智慧教誨,所以向佢借用咗(Patrologia Graeca, Migne, vol. 65)。

大自然入面冇邪惡,亦冇人天生邪惡:因為上帝造咗嘅嘢,冇一樣係邪惡嘅。但係當一個人透過心裏嘅慾望,將邪惡嘅形象引入自己,雖然呢樣嘢喺大自然入面唔存在,但就會以嗰人所渴望嘅形態開始存在。 正因如此,雖然要不斷勤力地紀念神,但不可理會習慣性向惡的誘惑;因為本性中固有之善,勝過因習慣從外進入本性的惡──前者本來就存在,而後者只有在被誘發時才出現。

4. *我們何時、如何才能達到按神嘅形象被造?*

我哋都係照神嘅形象被造嘅人;但要照神嘅樣式,就只有嗰啲出於大愛,將自己嘅自由交託畀神嘅人先有呢個特權。 因為當我哋唔再做自己嘅主人,當我哋否定自己嘅時候,我哋就變得好似祂──祂藉住愛,與我哋和好;呢種狀態,除非人勸服自己嘅靈魂唔好畀自滿同放縱生活嘅誘惑捲走,否則冇人可以達到。

5. *如何確保意志永遠只為善而準備就緒。*

自我克制係理性靈魂嘅自由意志,佢會自然而然咁向住自己想要嘅嘢努力。只有當我哋時刻用正面嘅思想根除所有邪念,先至可以令呢種自由意志淨係為善而準備就緒。

6. *真正洞察之光係乜嘢,*

以及令心靈得以運用呢份光明嘅條件。

真知嘅光芒就係能夠無誤咁分辨善與惡嘅能力。 然後(即係當呢種洞察力存在,而生命本身都按佢去安排嘅時候),呢條正義嘅道路,提升心靈向真理之日──上帝──飛去,引領佢進入嗰無限嘅理性啟悟──就好似一個人,以膽量(信心同盼望),終於達到咗唯一嘅愛。 公義嘅嘢,要喺褻瀆同踐踏佢嗰班人手上,用無憤怒嘅熱誠奪返嚟;因為虔誠嘅熱誠唔係靠(憤怒嘅)仇恨得勝,而係靠(慈愛嘅)責備同勸導。

7. *論屬靈之道所成就者──以及如何*

點樣愛嘅流動令講神嘅話變得容易同豐富。

屬靈的話語在心智中植入令人滿意的確信;因為這話語源於神,並藉著愛的行動而來。那麼,為何我們的心智能輕易且無負擔地在神學思辨的浪潮中穿梭,卻不致於陷入可悲又令人困擾的啟悟思想匱乏? 處於此狀態,心靈可自由徜徉於廣闊嘅思索中,直至愛嘅行動所渴望嘅程度。講到神嘅時候,確實係一件好事──總要憑信心,期待由愛所帶嚟嘅心靈啟悟;因為心靈若冇神,獨自去哲學式咁探討神,實在冇乜嘢比呢種狀態更貧乏。

8. *關於神聖事物,幾時適合開始對話。*

就好似未得靈性光明嘅人唔應該參與靈性嘅默想,同樣,已經被聖靈恩典豐富照耀嘅人,都唔應該講論呢啲事: 因為喺前者,缺乏光明嘅思緒令心靈籠罩喺無知嘅黑暗中;而喺後者,思緒過於充沛就令到人無言以對,因為喺嗰種時候,靈魂沉浸喺對神嘅愛中,寧願喺寂靜中享受主嘅榮耀; 所以,當靈命有適度激動時,就應該參與神聖的談論(關於神的話語)。 因為呢種平衡賜畀靈魂一個榮耀之言嘅印象(準確而清晰咁描繪無形嘅屬靈實相),同時所渴望嘅屬靈光照又滋養講者嘅信心,令到教導者可以最先品嚐由愛而流嘅知識果效。 *「做工嘅人先得佢份收成」*(提後2:6)。

9. *論知識的恩賜和智慧的恩賜,*

講解佢哋各自點樣啟迪人,同埋點樣獲得佢哋。

聖靈係智慧同知識嘅源頭,就好似佢係所有神聖恩賜嘅源頭一樣;但係,呢每樣恩賜,就好似其他恩賜一樣,都有自己獨特嘅運作方式(能量)。呢就係點解使徒作見證話,有人得智慧,有人得啟示(林前12:8)。 異象以可體驗(具體)方式,將靈魂與神結合,卻不激發靈魂去講論此事或他事;因此,有些過默觀生活的人,雖然在知覺上已得啟發,卻不涉獵講論神聖事物。 然而,智慧若連同敬畏上帝的知識(這極為罕見)賜予某人,就會以愛心揭示異象最深層的功效(能力);因為異象通常透過內在的功效啟明,而智慧則透過言語來成就。 它們是如此獲得的:知識來自禱告與在完美無憂狀態下的深沉寂靜;而智慧則透過謙卑地研讀聖靈的話語,以及 above all 透過那全賜之神的恩典而得著。

10. *當靈魂動盪不安時,就必須保持沉默;*

當靈魂平靜咗,就可以開始傾偈,

同時要謙卑咁約束自己嘅心。

當靈魂因對情慾嘅憤怒而激動時,要識得呢個時候就要保持沉默,因為正係交戰嘅時刻。但當見到呢股激動──無論係透過祈禱定施捨──已經平息,就要順從愛嘅衝動去宣講神聖嘅言語,同時用謙卑

嘅鎖鏈約束心靈嘅翅膀;　因為如果有人唔透過自我卑微而盡量謙卑,就唔能夠配得上咁樣講神嘅偉大。

11. *屬靈的話語不致於引致驕傲,*

而世俗智慧之言則不然。

點解會咁?因為屬靈嘅話語令心靈遠離虛榮;佢充滿心靈各處對屬靈光輝嘅豐富感,確保心靈完全唔需要任何世俗嘅榮譽。正因如此,佢亦令心思時刻遠離虛浮嘅念頭,完全沉浸喺對上帝嘅愛中。然而,世俗智慧之言卻總會引誘人去追求榮耀;因為它無法讓人透過感官去體驗從中獲得的善(那才能滿足人心),反而令其追隨者熱愛人間的讚揚,而它本身不過是虛榮之人的發明。　如果我哋喺唔使講嘢嘅時候,用嚟懷念上帝嘅時光,喺無憂無慮嘅寂靜中度過,就一定會認出神聖言語嘅呢種特質。

12. *論自愛與愛神–*

同埋自我戀世人同愛神者嘅特徵。

愛自己的人,不能愛神;但因神愛豐盛湧流而愛神的人,唯獨他真正在愛神。這樣的人從不追求自己得榮耀,只追求神得榮耀。　正如自愛者天生追求自己嘅榮耀,愛神者亦天生追求同愛佢造物主嘅榮耀。一個充滿神嘅靈、愛神嘅靈魂,喺遵守所有誡命嘅時候,只追求神嘅獨一無二嘅榮耀,而對自己嚟講,則以謙卑為樂。　因為榮耀本該歸於神,因祂的偉大;而卑微則本該歸於人,好叫我們能因此與神合一。若我們也願意如此行,就當效法施洗約翰,因主的榮耀而喜樂,我們就會不斷地说:*「祂必須增長,而我們必須減少。」* (約翰福音3:30)。

13. *呢件事喺咩時候同點解會發生*

使一個人似乎自己唔愛神,

好似佢哋希望咁愛,但其實佢哋對上帝嘅愛已經好深。

我見過有一個人,佢一直都好憂傷、啜泣,因為佢覺得自己對上帝嘅愛冇咁多,其實佢對上帝嘅愛已經多到,佢心入面不斷燃起一個熱切嘅渴望,希望上帝獨自喺佢身上得榮耀,而佢自己就化為無有。　呢種人唔知道自己究竟係點樣,亦唔會因為人嘅讚揚而開心。因為佢極度渴望謙卑,所以唔明白自己嘅價值;但係,佢照律法嘅命令事奉上帝,並因對上帝嘅強烈愛慕,而令自己對價值嘅記憶變得模糊, 佢喺對上帝嘅深情愛慕中,出於謙卑嘅心,隱藏本應歸於佢嘅讚美,務求令自己喺思想裏面永遠都係一個卑微嘅僕人,好似所要求嘅尊嚴同佢完全無關一樣,呢就係佢對謙卑強烈嘅渴望。　我哋都應該效法佢,為咗主對我們嘅無限大愛,遠避一切榮譽同光華。

14. *論那以心底深處愛神的人,*

並且,透過完全放棄自愛,

就會達到對上帝的熾熱愛慕。

凡以心深處愛神者,為神所識。因為一個人喺心深處對神嘅愛愈深,就愈能常喺神嘅愛中安居。點解呢種人總係帶住一種熱切嘅熱情,渴望心靈得着啟悟,並且咁樣努力追求,有時甚至感到連骨頭都劫透,好似唔再覺察自己,反而完全被對上帝嘅愛所改變同埋融化?　咁樣嘅人喺今生,既在又不在;因為佢雖然仲以肉身行緊路,但透過靈魂嘅運行,憑住愛嘅力量,佢不斷向神靠近──並且奇妙地被神接納。因為佢心入面燃燒住愛嘅不盡之火,佢自然而然會全心黏住上帝,藉住對上帝嘅愛,完全放棄咗自我之愛。*「因為,」* 佢話:*「我哋若癲,就係為咗上帝;我哋若清醒,就係為咗你哋。」* (林後5:13)

15. *當一個人開始去愛佢嘅鄰舍,*

而屬肉體的愛卻很快就會消逝,

而屬靈的愛卻永遠不會。

當一個人開始對神懷有深切的愛時,他便在屬靈的層面上開始愛鄰舍,而且一旦開始,就不會停止;這正是聖經所講的愛。肉體的愛因為不被屬靈的層面所約束,只要有再微小的機會,就會輕易消失殆盡。　然而,屬靈的愛卻不是如此:即使在神所感動、愛神的心靈中經歷一些困苦,愛的紐帶也不會被割斷: 因為,當佢用對上帝嘅愛去溫暖自己,就會即刻回復到良好嘅狀態,並且滿懷喜樂咁去愛鄰舍,就算佢哋對自己造成好大嘅冒犯,或者令自己受咗好大傷害;因為嗰陣時,不和嘅苦澀已經完全被對上帝嘅甜蜜所化解。

16. *論心中對上帝的愛,*

點樣獲得;亦論完美嘅愛,

呢種愛係唔帶有對上帝嘅淨化恐懼,而係另一種形式嘅愛

係唔完美嘅,同時結合咗淨化嘅恐懼。

無人可以全心去愛神,除非先喺心入面點起對神嘅敬畏;因為靈魂只有喺被對神嘅敬畏所淨化同軟化之後,先至能達到積極嘅愛。然而,除非人擺脫晒所有世俗嘅牽掛,否則就唔可能達到對神嘅敬畏──同埋佢所結嘅果; 因為只有當心靈處於完全寂靜同無憂慮嘅安息狀態,先至神嘅恐懼先開始對佢產生救贖嘅作用,透過對呢種恐懼嘅強烈感受,將佢由一切塵世嘅粗鄙之中淨化,從而以呢種方式提升到對至善上帝嘅完全愛。 因此,敬畏是那些仍在被淨化、且存有適度愛心的義人所具備的屬性;而完全的愛則屬於已經被淨化、心中不再有恐懼的人,因為*「愛裡沒有懼怕」*(約翰一書4:18)。 呢兩種都只喺義人身上先見到,佢哋藉住聖靈嘅作為,喺美德上不斷進步。呢就係聖經喺一處講:*「敬畏上帝,凡係歸於祂為聖者」*;喺另一處又講:*「愛主,凡係事奉祂者」* (詩篇30:24),「 」──由此清楚顯示,敬畏神只屬於仍被潔淨中的義人,正如所言,他們擁有適度的愛;而完全的愛則屬於已經被潔淨的義人; 而喺佢哋入面,已經冇咗任何驚恐嘅念頭,只剩下一種透過聖靈工作,令靈魂對上帝不停灼熱同緊貼嘅熱情,正如先知所言:*「我心緊貼你,願你右手扶持我」*(詩篇62:9)。

17. *如何藉着敬畏上帝的大能,使病態的靈魂開始得醫治,*

同埋點樣,逐步咁,透過愛被帶到完全健康。

就好似身體嘅傷口,如果唔照規矩清走膿垢同預備好,縱使醫生點樣敷藥都冇用;但一旦清晒,就即刻見效,從而完全痊癒: 靈魂亦然,只要佢仍然疏忽大意,並被肉慾嘅大麻風所覆蓋,就感受唔到上帝嘅恐懼,就算有人不斷向佢講解上帝可怕又無可避免嘅審判都冇用; 但當佢透過全神貫注嘅修煉開始自我淨化,就會開始感受到一種好似賦予生命嘅良藥──對上帝嘅敬畏,呢種敬畏好似一把火,透過責備嘅作用去燃燒佢;就咁樣,一點一滴咁被淨化,最終達到完美嘅潔淨。 同時,佢裏面有幾多愛,恐懼就減少幾多,直到佢達到完美嘅愛,喺嗰種愛入面,就好似經上所講,冇咩可畏,而係有上帝榮耀所賜嘅完美超然。願神嘅敬畏,首先,最終係愛──喺基督入面成全律法嘅應驗──成為我哋無盡讚美嘅源頭。

18. *一個被塵世瑣事纏繞嘅靈魂,無法去愛神*

甚至連自己嘅處境都無法正確判斷。

未將自己從世俗憂慮中解脫嘅靈魂,既唔能夠真心去愛神,亦唔能夠如應有咁憎惡魔鬼。 對今生今世嘅掛慮就好似件沉重嘅披風壓住佢,令佢嘅心無法喺自己裏面建立審判庭,去聆聽良心法庭無誤嘅裁決。呢就係點解要全面退離塵世先至咁必要。

19. *純潔靈魂的特徵。*

純潔嘅靈魂有三大特徵:唔帶嫉妒嘅言語、無惡意嘅熱誠,以及對主榮耀嘅不懈關懷。當靈魂純潔嘅時候,心靈就好似擺好咗嘅天秤,忠實而清醒咁去判斷萬事,就好似喺最純淨、最無瑕嘅審判庭度審理案件。

20. *必須將信心與行為結合,將行為與信心結合。*

信心無行為,行為無信心,同樣都唔可取。信徒要證明佢嘅信心,就要向主獻上行為。我哋嘅祖先亞伯拉罕嘅信心,如果佢冇結出果實──即係獻上佢個仔做犧牲畀神──都唔會被算為義。

21. *無行為嘅信心係乜嘢? 而以愛而行嘅信心又係乜嘢?*

愛神者誠心相信,並以敬虔方式行出信心的工夫。 但係,一個人如果淨係信,卻唔留喺愛入面,亦唔留喺佢自以為擁有嘅信心裏面,其實佢根本冇擁有。佢嘅信係一種輕率嘅心態,欠缺咗榮耀之愛嗰條有效(同埋能令一切歸一)嘅砝碼。只有*「愛裏面運作嘅信心」*(加拉太書5:6)先至係美德嘅最高峰。

22. *人唔好好奇咁去探求信仰嘅深奧。*

探求信心深奧者,為思想之波濤所拋;以單純之心默想者,享甘甜之內心寧靜。信心之深奧,猶遺忘之水,不容以好奇之心審視或凝眸。 所以我哋要懷住單純嘅心,喺呢片水面上揚帆,好等我哋可以咁樣到達神旨意嘅港灣。

23. *當靈魂無法透過心靈嘅感覺或味覺*

即使靈魂極度渴望,都無法透過心靈的感受或味覺去感知天國恩寵的馨香。

除非人唔當自己係法官,否則冇人可以真誠咁去愛或者去信。因為當我哋嘅良心畀自己嘅責備搞到唔寧,心就冇得去感知至高無上祝福嘅香氣,反而即刻畀懷疑撕裂: 憑藉以往的信心經驗,靈魂以溫熱的衝動渴慕它們,卻因,正如我所說,良心頻繁的責備之痛,已無法以心靈的感受去慈愛地體會它們。

然而,如果我哋透過最熱切嘅禱告同專注去淨化自己,我哋就會再次獲得呢份渴慕已久嘅福份,並且對佢有更深、由上帝賜予嘅感恩。

24. *論及兩種感官──身體的與屬靈的──以及人當如何*

以激發靈性感官去享受天上之物。

就好似我哋身體嘅感官會不由自主咁吸引我哋向可見嘅福份靠近,我哋嘅理智──或者話係靈性──嘅感官,當佢品嚐到神聖嘅良善時,通常都會引領我哋向無形嘅福份邁進。 凡物都嚮往同自己相似嘅嘢:靈魂因為無形,就嚮往天上嘅福份;身體因為屬乎塵土,就嚮往塵世嘅享樂。所以,如果我哋透過勞力去煉化我哋粗糙嘅身體,就可以無誤咁透過經驗達到體驗無形事物嘅境界。

25. *靈魂嘅感官喺運作上係合一嘅*

處於無罪狀態;因墮落而分裂,

而聖靈的恩典再次將它恢復到合一的單純狀態。

自然本性係一個,就係由聖潔嘅知識(即係蒙恩嘅心智)嘅運作親自教導我哋。 因亞當的違犯,情感被分裂為兩種運作模式;但藉着聖靈,它再次變得合一且單純。然而,除了那些在期待未來福份時,甘願放棄今生福份,並透過自我克制枯竭肉體感官每一慾望的人之外, tiada 人能於自身體會到這一點。因為只有喺呢啲人入面,心靈先至完全擺脫憂慮,正常而有活力咁運作,透過感官以難以言喻嘅方式品嚐到神嘅良善;同時,隨住佢不斷進步,佢就將呢份喜悅傳遞畀身體,用無邊無際嘅愛語同告白去表達佢嘅歡欣,話: *「我心信靠祂,祂必幫助我;我心必堅固,我必承認對祂的信靠。」*(詩篇27:7)此等喜樂,於此靈與肉身同享,謙卑地提醒我們那永遠不滅的生命。

26. *人要保持心境平靜,*

好令我哋能夠正確分辨念頭,究竟係出於上帝定係出於魔鬼。

追求靈命成長的人,必須時刻控制自己的心思,好讓心靈能準確分辨襲來的一切念頭;分辨之後,將良善且出自神嘅念頭存入記憶嘅寶庫,同時將有害同屬魔鬼嘅念頭從靈魂深處驅逐出去。 而海面平靜嘅時候,漁夫可以直視到海底,幾乎冇任何生物可以瞞過佢哋;但係一旦畀風吹起,就喺佢嗰層濃密難透嘅渾濁之中,隱藏咗喺寧靜時曾大方展現出嚟嘅一切; 咁樣,搞釣魚奸計嘅人嘅本領就完全冇用。沉思嘅心境亦都一樣,尤其係當靈魂深處被不義嘅憤怒激起嗰陣。

27. *點解咁少人能夠完全明白自己嘅缺失,*

同埋要點先可以做到呢?

好少人能夠完全意識到自己嘅所有缺點,而且心念永遠都唔會離開對上帝嘅記憶。 就好似我哋嘅肉眼,當佢健康嘅時候,可以清楚見到一切,連最細嘅蚊同蒼蠅喺空氣中飛過都睇得一清二楚;但係一旦眼入面有塵埃或者沾咗水氣,就會雖然模糊,但仍然可以見到大而經常喺面前嘅嘢,卻完全無法用視覺感知到細微嘅事物: 靈魂亦然,當它透過自我反思驅散因世俗而降臨的黑暗,便視其細微的過失為至大,以深切的感恩流下淚水,為之哀嘆──如經上所言:*「義人要稱讚祢的名」*。 (詩篇139:14); 但當佢畀世俗嘅習性所勝,就算佢犯咗殺人或者其他可受懲罰嘅罪行,佢都幾乎冇乜悔意;至於其他嘅過失,佢連察覺都察覺唔到,甚至經常當佢哋係美德,仲唔會害羞咁熱烈為佢哋辯護,真係可憐嘅靈魂。

28. *聖靈點樣潔淨靈魂,以及我哋要點做先至可以達到呢個目的。*

淨化心思只有聖靈才能做到。因為除非那更強壯者來,捉住並捆綁那強盜(路加福音11:22),否則被他偷去的东西就無法取回。 所以,我們應該以各種美德,尤以心靈的平安,來安撫我們內在的聖靈,好叫我們內裡智慧之光常照; 因為當祂不停地照亮靈魂最深處,不但連魔鬼最細微、黑暗的誘惑都會在心裏顯露,而且還被那聖潔榮耀的光暴露得無力、不穩定。 所以使徒說:*「聖靈的火,不可滅滅」*(帖前5:19),意思是不可*「得罪」*(弗4:30)聖靈的恩典,以惡行或惡念冒犯祂,免得我們被剝奪那全能征服的「」之燈。 因為被熄滅嘅,並非那無所不在、賦予生命嘅聖靈,而係祂嘅憂傷──或者更準確嚟講,祂嘅退去──令我哋嘅心靈變得剛硬,遠離知識之光。

29. *論罪惡未臨之前靈魂感官之合一*

以及因罪而導致嘅分裂──並且關於呢點

當一種不理性嘅慾望結合嗰陣

並與理性相符。

正如我已所言,靈魂中只有一個自然本性 [因為五種眾所周知嘅身體感官係另一回事;佢哋滿足身體嘅需要,正如至聖至善嘅神嘅聖靈所教導我哋];但而家,喺靈魂運動嘅表現上,佢因為不順服而令惡勢力附身於心,所以分裂成兩部分。 有時,佢會畀靈魂嘅激情部分所吸引──就係嗰度令我哋喺今生嘅福份中得到甜蜜嘅喜悅;有時,佢又喺理性嘅心智活動中獲得滿足──因為當我哋修習自我節制時,我哋嘅心靈熱切渴望去睇見天上嘅美景。 所以,如果我哋習慣咗輕視呢世嘅福份,最終就可以憑住住喺我哋心入面嘅聖靈相通,令靈魂嘅塵世慾望同佢理性嘅本性調和一致。 因為除非祂嘅神性有效地照亮我哋心靈最深處,否則我哋就無法以完整嘅心靈狀態去體味天國嘅福份。

30. *心智嘅洞察力喺咩時候同點樣分辨真安慰同假安慰。*

心靈嘅功能係分辨能力,能夠準確咁分辨屬靈嘅事。 就好似我哋身體嘅味覺,當佢處於健全狀態時,能夠無誤咁分辨好壞,渴望美味(同時避開唔美味嘅嘢):同樣地,我哋嘅心靈,當佢以良好嘅狀態運作,並且完全超脫於短暫事物,就可以豐富地體驗到神聖嘅安慰,唔會因為任何相反嘅嘢而有一絲迷失。 正如身體透過品嚐塵世享樂而獲得此方面的無誤經驗;心靈當其超越肉身思辨時,亦能品嚐並無誤地分辨聖靈的安慰,正如所言:*「嘗嘗看,就知道主是善的。」* (詩篇33:9),並因愛的工作而對此經歷留下難以忘懷的記憶,能照聖使徒的話,無誤地分辨出何者為最善:*「我禱告,願你們的愛在知識和各樣見識上日益增多,以致能試驗出何者為最善。」* (腓立比書1:9)。

31. *論撒旦在人沉睡時所灌輸的虛假安慰,*

同埋心靈點樣透過溫馨呼求耶穌的名將佢驅逐

並將撒旦本人驅逐逃走。

當心思起聖靈嘅恩典安慰,撒旦就趁住夜深人靜、最輕微瞌睡嗰刻,用一個似甜實假嘅感覺,向靈入面灌輸佢自己嘅安慰。 如果當時,心思靈敏地洞悉到那惡者欺騙的誘惑,並以最神聖、最榮耀的名號作為對抗欺騙的堅實武器,那麼那狡猾的欺騙者便會即刻退去,卻在之後以他本身(而非僅僅透過思想)向靈魂發動最終的攻擊。 因此,透過準確地洞悉那惡者欺騙性的誘惑,心思意念在屬靈事上就愈來愈能分辨。

32. *論靈魂之安慰,無論於清醒時*

或者當人熟睡時,撒旦都試圖用虛假嘅安慰去誘惑靈魂。

喺人瞓覺嘅時候,試圖用虛假嘅安慰去欺騙靈魂。

真正嘅安慰,要麼喺身體清醒嗰陣出現,要麼就係當佢開始瞓着嗰刻,喺對上帝嘅溫暖追憶中,好似被愛吸引住,走近祂; 正如我已所講,欺騙性、誘惑性的安慰,總是在禁慾者陷入一種微妙的昏睡或心不在焉狀態、對上帝的紀念只屬中等的時候出現。那來自上帝的,則透過靈魂強烈情感的湧現,清楚地將虔誠禁慾者的靈魂引向對上帝的愛; 而呢種感覺通常會用一種欺騙性嘅魅力輕輕包圍靈魂,當身體熟睡嘅時候,就試圖用啲甜美嘅味道偷走呢種感覺,雖然心靈喺記住上帝嘅時候,仍然保持咗某程度嘅清醒。 – 因此,如我所言,若當時心志能清醒地紀念主耶穌,就會立即驅散那看似甜蜜的敵人欺騙之氣,並歡喜地出去與之爭戰,因為憑着恩典,心靈最可稱讚的屬靈經歷已預備好對付他的武器。

33. *聖靈中的喜樂如何與魔鬼的虛假喜樂有所不同,*

當魔鬼以虛假的安慰開始欺騙時。

如果靈魂以堅定而專一的動作,被神的大愛所點燃,甚至連身體都拉入這難以言喻之愛中──無論在醒著時,或正如我所說,當修道者被聖恩感動而熟睡時, 當靈魂只專注於令佢激動嘅嗰件事,唔再諗其他任何嘢;—咁就要知道,呢就係聖靈嘅作為。 因為佢完全沉浸喺嗰種難以言喻嘅神聖甜美所帶嚟嘅愉快感覺入面,嗰刻佢無其他諗法,只係感到自己被取之不盡嘅喜悅所充滿。 但如果喺呢種激動嘅狀態下,心識到一絲飄忽、懷疑或者污濁嘅念頭,並且喺呢個時候,佢唔係單純因為愛神,而係呼求主聖名嚟驅走邪惡;– 就要明白,呢份安慰係嚟自誘惑者,只係一場虛假嘅喜悅。 呢種喜悅係從外面灌入,唔係靈魂本身固有嘅品質或持久嘅狀態;好明顯,呢度仇敵正試圖誘惑靈魂。 見到心靈開始真正分辨自己嘅感受,佢就以自己嗰啲看似美好嘅安慰嚟撫慰心靈,希望喺呢種虛假又淡泊嘅甜美中,心靈會分心,認唔出自己已經畀騙子纏住。憑住呢啲跡象,我哋可以分辨*「真理嘅聖靈同欺騙嘅靈」*。 (約翰一書4:6)。──然而,無人可以用感官去品嚐神嘅良善,亦都無法實實在在咁感受到魔鬼嘅痛苦;除非人喺自己心裏面肯定,聖恩已經住喺心靈深處,而邪靈則冇其他地方可以安身,只得喺心靈嘅各處遊走。 但係,

魔鬼根本唔想人用任何方法去確定呢件事,唯恐人心一旦肯定,就會透過不斷記住上帝嚟武裝自己,對付佢哋。

34. *論兩種愛──自然之愛與屬靈之愛(充滿恩典者)*

以及彼此之間的分別。

靈魂裏面有自然嘅愛,亦有聖靈所傾注嘅愛。前者,如果我哋願意,可以透過自己嘅意志而運作;正因如此,一旦我哋停止持續努力維持意志,就好容易畀惡靈掠奪。 但呢種愛令靈魂對上帝嘅愛火熱到極點,靈魂嘅各個部分都喺無邊嘅純樸態度中,緊貼住神聖愛嘅難以言喻嘅甘甜;因為當時心靈好似被屬靈(充滿恩典)嘅力量充滿,就湧出澎湃不絕嘅愛同喜樂。

35.*論上帝的恩典,如何唯獨能平息靈魂激動的騷亂。*

就好似澎湃嘅大海,當橄欖油倒落上去,通常都會平息,因為油嘅豐富蓋過咗風暴湧浪嘅力量;同樣,我哋嘅靈魂,被聖靈嘅恩膏所膏,就充滿咗甘甜嘅寂靜;因為,正如先知所言: *「但願我心在神面前默然」* (詩篇61:6)──於是,它喜樂地平息了所有內在的激動,臣服於覆庇它的聖靈恩典,以及由此所生的寧靜。 所以,當時魔鬼無論嘗試喺靈魂入面製造幾多騷亂,靈魂都仍然可以保持內在嘅平安同喜樂。但係,除非人不停以敬畏上帝嘅心去調劑同安撫自己嘅靈魂,否則就無法達到或者停留喺呢種狀態。 因為敬畏主會賜給努力追求的人一種純潔和無辜。先知說:*「敬畏主是純潔的,永遠常存。」* (詩篇18:10)

36. *靈魂可於何時、以何方式感知上帝的榮耀;*

以及魔鬼的欺騙,他有時會顯現光明,

或者似光咁嘅嘢。

當人聽到心靈的知覺時,切勿以為神榮耀是透過感官向他顯現。 我哋講,當靈魂純潔嘅時候,佢會透過一種難以言喻嘅嘗到而得着神聖嘅安慰,但唔係以一種有嘢由無形中以感官方式向佢顯現嘅方式;正如蒙福嘅保羅所講:*「我哋行事為人是憑信心,不是憑眼見。」* (林後5:7) 所以,如果喺屬靈生命上努力嘅人見到光,或者見到似火嘅異象,或者聽到聲音,都絕對唔好以為呢啲就係真理。因為呢啲明顯係仇敵嘅欺騙──好多經歷過呢啲事嘅人,就因為無知而走咗離真道。 然而,我哋知道,當我哋仍然寄居喺呢個必死嘅肉身入面,就同神隔離(林後5:6)──即係話,我哋無法喺天上見到祂或者祂嘅奇事。

37. *論神所差遣嘅夢同撒但所感動嘅夢,以及兩者之間嘅分別。*

由上帝慈愛所賜嘅夢,係靈命健康嘅無誤指標。 佢哋唔會由一個影像跳去另一個;唔會令人驚,亦唔會令人笑或者突然傷心,反而用極度溫柔嘅方式接觸靈魂,並充滿靈性嘅喜樂;正因如此,就算身體醒咗之後,靈魂仍然以滿腔渴慕去追尋夢中體驗到嘅喜樂。 至於魔鬼嘅異象,就完全相反──佢哋唔會維持同一種形態,亦唔會喺佢哋喺意者面前長時間顯露真身;因為佢哋唔能夠長時間滿足於嗰啲唔係出於佢哋本意、而只係憑佢哋自己嘅欺騙所造出嚟嘅嘢。 同時,佢哋滔滔不絕咁講,又承諾啲好大嘅嘢,但又用恐嚇令我哋更加驚,通常都化身為戰士;有時佢哋仲用高聲大喊,向靈魂唱起讚美歌。 當心神清明,就會即刻認出佢哋,有時會用精神力量催動身體,有時又寧願保持原狀,心裏反而慶幸自己識破咗佢哋嘅詭計,就算喺夢中都揭穿咗佢哋,從而激起佢哋對自己嘅滔天大怒。 – 不過,有時就算係好夢,都唔會令靈魂帶嚟喜悅,反而帶嚟一種甜美嘅憂傷,同埋一滴唔痛嘅眼淚。呢種事只會發生喺已經達到極大謙卑嘅人身上。

38. *關於不相信任何夢境的美德。*

我哋已經根據自己向有經驗嘅長者所聽嚟嘅,講過點樣分辨好夢同惡夢。 但係,我哋更應該堅守嗰條原則──作為一項大美德──就係絕對唔好相信任何夢。因為夢,大部分都只不過係心靈嘅偶像、想像力嘅玩意,或者,正如我之前所講,係魔鬼對我哋嘅嘲笑同取樂。 如果我哋遵守呢條規矩嘅時候,偶爾唔接受神差遣畀我哋嘅夢,慈愛嘅主耶穌都唔會因此向我哋發怒,因為佢知道我哋係出於對魔鬼詭計嘅恐懼先咁做。 雖然上述分辨夢境的方法雖然正確,但有時靈魂會因敵人所造的某種狂喜而變得麻木,並在不知不覺中被玷污──我相信無人能倖免──從而失卻正確判斷的線索,將惡夢誤以為是好夢。

39. *一個例子證明上帝不向任何人追究*

因為不信祂所賜嘅夢。

以下呢件事就用嚟證明以上所講嘅:有位主人長期離家後返嚟,夜晚企喺門口,叫仆人開門; 僕人唔肯定係咪佢主人,堅決唔肯開門,驚俾聲線相似呃咗,放咗個壞人入嚟,咁就等於背叛咗主人委託俾佢

嘅財產; 到天光時,主人不但冇怪佢,反而大加讚賞,因為佢明白嗰個僕人係誤以為聲音係騙局,唔想失去任何財產。

40. *論靈魂對自身內在靈光嘅感知,論敵人嘅光*

以及如何確保在世生活時,仍能與世無涉。

毫無疑問,當神聖之光開始喺我哋心靈入面實質咁運作嘅時候,心靈就會變得通體發光,能夠充份感受到住喺入面嘅光。只要心靈一掌握到對情慾嘅強大控制,就會一直保持呢種狀態。 但係,因為仇敵嘅惡意,相似嘅虛假景象有時會喺心裏出現,有時似光,有時似火;正如神聖嘅保羅所教導,佢話連*「撒旦」*有時都會*「化裝成光明的天使」*(林後11:14)。 所以,人唔可以抱住呢種希望(即係希望見到自己內在嘅光)去開始苦行生活,免得撒旦趁機引誘已經準備好嘅靈魂,真係將佢引入歧途。 但係,喺呢方面,有一樣嘢要記住,就係要憑住所有感官同全心全意嘅信念去愛神──以你嘅全靈、全心同全意去愛佢(路加福音10:27)。凡係被神嘅恩典以呢種方式感動嘅人,雖然活喺世上,卻同世界保持疏離。

41. *論順服──此乃百行之首,*

佢係通往愛嘅門,亦係所有美德嘅先驅。

順服,眾所周知,係入門(初學者)美德中之首;因為佢斬斷驕傲,喺我哋心入面培養謙卑。正因如此,佢成為通往基督──上帝──之愛嘅門檻,俾心甘情願接受佢嘅人踏入。亞當棄之不顧,就墮入地獄深處。 但主因愛他,為要成就我們的救恩,就順服父神,甚至達到十字架和死亡的地步(腓立比書2:8)。 ──雖然祂在一切方面都 並不低於祂的榮耀──好叫祂藉着順服,得以贖去人類不順服的罪,並引領凡活在順服中的人進入蒙福而永恆的生命。 所以,凡是與魔鬼的驕傲對抗的人,首先要追求的就是這美德;而它引路之後,就會無誤地指引他們行一切美德的道路。

42. *關於在萬事上都要實踐自制,*

使美德唔單止可以透過身體去修得,

而係連淨化內在之人嘅美德都要實踐。

節制係所有美德中不可或缺嘅一部分;正因如此,*「操練自己」*嘅人要*「禁戒*眾事*」*(林前9:25)。 就好似人嘅身體就算只係少咗最細嘅一塊,整個人嘅外觀都會變得殘缺,無論缺咗嗰部分幾咁細;同樣地,如果有人連一項美德都忽略,就會破壞整個人嘅自制光輝,就算佢自己唔察覺都一樣。 咁點解我哋唔單止要實踐對身體嚟講困難嘅美德,仲要實踐嗰啲有能力淨化我哋內心嘅美德?因為當靈魂同不順服嘅魔鬼行姦淫,又點能保持身體嘅貞潔呢? 又或者,一個人若能克制貪食同其他一切肉體慾望,卻忽略咗虛榮同自誇,連最細微嘅侮辱都受唔住,又點可以得冠冕? 同時知道公義之光只會以謙卑心行公義之事者的義行為準,去平衡天秤(以決定賞罰)?

43. *論禁慾飲食之益處與實踐方式。*

凡致力於靈命成長的人,必須憎惡一切未曾言明的慾望,以至於這種憎惡成為他們的天性。 至於飲食嘅節制,就應該咁樣行,唔好有人去到連任何食物都視為可憎嘅地步。呢種做法係魔鬼嘅作為,同發誓差唔多。因為我哋唔係因為某啲食物本身邪惡先唔食佢──絕對唔係咁! ──但係要透過節制佢哋,嚟相應咁制服肉體嘅火熱慾望;同時,我哋所節制出嚟嘅食物,就可以用嚟滿足窮人每日嘅基本需要──呢就係真誠愛心嘅表現。

44. *如何令自己容易放棄對食物同其他享樂嘅執着。*

凡所獻上嘅食物同飲品,都可放心食用,並向神獻上感恩,呢樣嘢並唔違反異象嘅律法;因為神所造嘅萬物都係*「甚好」*(創世記1:31)。 但係自願唔過量進食同唔食甜嘢,就最審慎同明智。──除非我哋透過實際嘅實踐同經驗,用盡所有感官去品嚐神聖嘅甜美,否則我哋唔可能咁甘願放棄面前嗰啲誘惑。

45. *關於反對過度禁慾,*

好令身體可以為屬靈嘅事工保持強壯。

就好似當我哋食得過量,身體就會令心神變得 somewhat 散漫同遲鈍;同樣,如果因為過度節制而劫透,就會令靈魂入面負責沉思嗰部分變得灰心,唔願意去推理。 所以,就應該因應身體強弱同精力狀況去調整飲食:身體健康時,就要適當節制;身體虛弱時,就可稍為放寬限制。投身靈性追求嘅人,唔可以令身體變得鬆散,而要保持足夠嘅體力應付所需,咁樣先可以透過身體嘅勞動,令靈魂得到 proper 嘅淨化。

46. *放鬆通常嘅嚴厲禁慾*

因弟兄或其他旅客到來之際。

當有弟兄或任何過路人到嚟時,虛榮趁機而動,用佢嘅毒素膨脹我哋,開始慫恿我哋唔好違反有關飲食嘅規矩;咁就更加要稍為放寬平時嘅食量。 因為咁樣,我哋就可以將魔鬼驅逐走,睇住佢為誘惑失敗而哀號;我哋會審慎咁遵守愛嘅律法;我哋會透過放鬆禁慾,令呢個奧秘得以保密。

47. *論禁食與其他身體德行–*

因為佢哋單憑心志唔好,

都冇喺上帝面前嘅價值。

禁食雖然係為咗準備想保持純潔嘅人而設嘅一種手段,本身有價值,但唔係喺上帝面前先有價值。所以,行敬虔嘅人唔好為此自誇,而應該單靠對上帝嘅信心去達到佢哋嘅目標。 任何藝術嘅大師,喺佢哋嘅 技巧達到完美嘅時候,並唔係靠工具嘅質素嚟證明佢哋嘅價值,而係靠耐心完成一件作品;而呢樣就已經係衡量佢哋手藝高超與否嘅唯一指標。

48. *關於飲酒適量的好處,以及它在靈命果效方面的作用。*

就好似土壤如果只係適量澆水,就會令播落入面嘅純種子生出豐盛嘅收成;但係如果畀過量嘅雨水淹沒,就只會長出荊棘同莧菪: 同樣地,當我哋適量飲酒,心靈嘅土壤就會令自然嘅種子保持純淨,聖靈所種入嘅種子就會結出好果實,而且多結果實;但如果我哋用過量飲酒過度澆灌佢,就會喺所有心思意念中只生出荊棘同蒺藜。

49. *論飲酒無節制,以及如何引發可恥的慾望。*

當我哋嘅心靈喺醉酒嘅浪潮中飄蕩,佢唔單止熱烈地注視夢中魔鬼所呈現嘅影像,仲會喺心裏召喚出某啲靚嘅面孔,並沉醉於呢啲幻想,好似佢哋真係活生生嘅存在。 因為當身體裡頭好色嗰啲部位畀酒氣暖到發燙,就會有一種逼迫感,令心靈不得安寧,喺腦海裡用肉體嘅快感召喚出啲情慾嘅影子。所以,我哋應該要適可而止,避免呢啲過度所帶嚟嘅傷害。咁樣,心靈就唔會因為嗜好嘅甜頭而去描繪罪惡,就可以完全擺脫幻想,甚至更好,擺脫肉體嘅慾望。

50. *關於避免飲用刺激食慾嘅飲品,*

同埋人為調製嘅飲品。

凡欲制服身體內湧現的慾望,切勿觸碰人為調製的飲品,因為這些發明背後的心機者稱之為「開胃酒」,原因就在於它們通常為各種菜餚進入胃中鋪路。 因為呢啲飲品唔單止本身對修道者嘅身體有害,而且佢哋成分嘅無謂混合,更大大冒犯咗敬畏上帝嘅良心。酒本身究竟缺咗乜嘢,竟然要加各種甜味劑去中和佢嘅酒性?

51. *主喺十字架上,由插喺蘆葦上嘅海綿吸咗醋嚟飲,想教我哋乜嘢?*

我哋嘅主,同時係呢種聖潔(苦行)生活嘅教師──耶穌基督,喺佢受苦期間,畀執行魔鬼命令嘅人用蘆葦沾咗醋嚟畀佢飲,好似要留畀我哋一個清晰嘅榜樣,示範我哋應該用咩精神去展開我哋嘅聖戰。透過此,祂似乎要說:與罪惡抗爭的人,不可食用甜食或飲品;反而要忍耐抗爭的苦楚。 亦可將蘆薈同海綿作一對比,使我哋能透過兩者更完美咁呈現我哋潔淨嘅形象。前者作為硬物,象徵我哋抗爭嘅本質;後者則用嚟作洗滌,提醒我哋潔淨達到嘅完全完美。

52. *屬靈的人不應該去浸浴;以下是原因。*

冇人會認為去浸浴係有罪或者唔明智;但為咗克制自己而唔去浸浴,我就稱呢種行為係又勇敢又極度貞潔。 因為咁樣,我哋嘅身體既唔會沉溺於嗰種令人愉悅嘅洗滌,亦唔會令亞當可恥裸體嘅記憶喺心靈中被激起,好似佢咁去搵樹葉嚟遮蓋第二次嘅羞愧。 對於我哋呢班啱啱從呢世惡毒敗壞中得釋放嘅人,呢點尤其必要;我哋必須透過身體嘅無瑕純潔,以各種方式努力保持同貞潔之美嘅不可分離嘅合一。

53. *點解喺修道院入面,要叫醫生嚟治病;*

以及曠野隱居者喺呢啲情況下應該點做。

有病嘅時候,冇嘢可以阻止人搵醫生。 上帝預先知道會有醫治嘅需要,並且樂意喺人類經驗嘅基礎上最終發展出醫術;為咗呢個目的,佢已經喺佢嘅創造物中預備咗藥物。然而,人唔應該將醫治嘅希望寄託喺佢哋身上,而應該寄託喺我哋真正嘅醫生同救主──耶穌基督身上。 我講呢番說話,係對住嗰啲喺修道院或者城鎮過著苦行生活嘅人,因為睇返發生喺佢哋身上嘅事,佢哋喺愛嘅包圍下,往往無

法持續不斷咁保持信心嘅操練, ──或者,正正係為咗免得佢哋陷入驕傲同魔鬼嘅誘惑,以至有啲人喺好多人面前公開聲稱自己唔需要醫生。 但如果有人同兩三個志同道合嘅兄弟喺偏僻嘅地方過隱士生活,無論佢受咩病痛折磨,都應該將自己交託畀嗰位 嘅主,佢係我哋一切病痛同軟弱嘅醫治者。 藉住主,就算喺荒漠之中,佢都喺病痛中搵到充足嘅安慰;而且,就好似佢對信仰嘅行動永遠都唔會枯竭一樣,佢都冇機會去炫耀自己嘅忍耐美德,因為佢被荒漠嘅柔和面紗所保護。就因為呢個緣故,主將心志相同嘅人帶入佢嘅殿中(詩篇67:7)。

54. *喺病痛中,乜嘢算係怯弱,乜嘢算係泰然處之。*

當我哋因所患嘅病痛而極度困擾時,我哋必須認清,赤裸嘅靈魂仍然被對肉體嘅愛所奴役。 就好似佢貪慕物質享受,唔肯放棄今生嘅安逸,同樣因為病冇法享受令肉體愉快嘅嘢,就視為一大負擔。 –然而,如果佢以感恩嘅心去承受疾病帶嚟嘅悲傷,呢就係佢已經唔遠離無情欲境界嘅徵兆。咁點解佢又要歡喜迎接死亡本身,視之為進入真正生命嘅途徑呢?

55. *所要求嘅係,靈魂唔應該喺呢個世界嘅福份入面尋得喜悅,*

反而要渴望從身體中解脫?

靈魂除非對呢個世界(即係一切塵世同世俗嘅事物)變得完全漠不關心,否則唔會渴望從肉體中解脫。所有肉體感官都抵抗信仰,因為感官只追求眼前嘅享受──即係當下所處嘅一切;而信仰卻應許未來豐盛嘅福佑。 點解努力修行嘅人,就唔應該諗住濃蔭蔽日嘅大樹、潺潺流動嘅泉水、滿佈鮮花嘅草甸、宏偉壯麗嘅屋宇,或者同摯愛親人嘅愉快談話──就好似如果有人曾經受過豐厚嘅供養,都唔應該再去回想嗰啲奢華嘅奉獻一樣。 但佢應該感恩咁使用所需嘅嘢,同時要將呢段人生視為一種朝聖,同所有肉體慾望嘅安逸都格格不入。只有用呢種方法約束我哋嘅思緒,先至可以完全引導佢哋走向通往永恆生命嘅道路。

56. *就如身體感官無節制地放縱*

阻礙人對上帝及其誡命的紀念,

同埋點樣避免呢種邪惡。

係夏娃最先同我哋講,當我哋放縱視覺、味覺同其他感官嗰陣,就會令心入面嘅記憶散晒。 只要佢冇用慾望望住嗰棵禁果之樹,佢就一直小心記住上帝嘅誡命;正因如此,好似喺上帝慈愛嘅翅膀底下受到庇護,佢甚至連自己赤裸都唔覺。 但當佢以貪婪嘅目光望住嗰棵樹,以極大嘅慾望觸碰佢,最後以無法控制嘅慾望品嚐咗佢嘅果實; 佢即刻對肉體放縱產生咗偏好,當佢赤身裸體時又與呢種慾望結合,就將所有慾望都投放喺追求眼前嘅快感上,從而透過果實可見嘅誘惑,促成咗自己同亞當嘅墮落; 結果令到人心變得難以記住神或者祂的誡命。 然而我哋,當我哋審視自己心靈深處時,時刻將上帝銘記於心,就要引導呢顆心──因為佢就好似失明者對眼睛嘅誘惑一樣,容易被塵世嘅誘惑所動──因為真正嘅屬靈智慧嘅本性,就係要喺我哋心裏面保留住一種唔只係表面上嘅衝動,去*「看見那可喜悅嘅」*。呢點就係最有經驗嘅約伯教我哋嘅,佢話:*「即使我嘅心隨從我嘅眼」*(約伯記31:7)。呢種行為係極度自我克制嘅明確徵兆。

57. *行在聖靈裡的人,如何對肉體的慾望一無所知,*

而魔鬼卻徒然試探他的純潔?

佢時刻安居喺自己心入面,遠離呢世上所有誘惑;行喺聖靈裏面,佢根本唔會被引誘去認識屬肉體嘅慾望。 因為咁樣,呢個人就喺美德嘅保護下繼續佢嘅旅程,好似用呢啲美德做佢純潔之城嘅守門人;魔鬼對付佢嘅一切詭計都無效,雖然有時呢種人人都有嘅慾望之箭,甚至射到自然本性嘅窗戶。

58. *論絕望,有時於驅除肉慾之後襲來–*

佢係乜嘢同埋點樣驅散佢。

當靈魂停止渴望呢個世界嘅美好事物,通常就會有一種灰心嘅精神潛入,令佢唔能夠甘願喺道嘅事工中勞力,亦唔會留下一份堅定嘅盼望,去期待未來嘅福份, 但又將呢段現世生活視為完全冇價值,冇任何值得讚揚嘅美德行為,仲貶低對「 」嘅認識,當佢係畀咗好多人,或者對我哋冇乜特別啟示。 如果我哋將思想限制喺極度狹窄嘅範圍內,只記住神,就可以避免呢種溫吞無力嘅激情;因為只有咁,靈魂先可以回復應有嘅熱誠,將嗰種無謂嘅軟弱驅逐出體外。

59. *來自那永不止息的……在屬靈追求上,幫助是何等之大*

在心靈深處對耶穌的名保持熱切的紀念。

當我哋用對神嘅紀念堵住佢所有逃脫嘅路,我哋嘅心思就要畀啲任務去約束佢,好滿足佢無止境嘅騷動。只要畀佢主耶穌聖名就夠,憑住呢個聖名,佢先至可以完全滿足追求既定目標嘅熱誠。 但要認清,正如使徒所言:*「若不是被聖靈感動,沒有人能說『主耶穌』。」*(林前12:3) 至於我哋呢邊,就要喺自己沉思嘅時候,不斷喺心底默念嗰句(「主耶穌基督」等等),務求唔好走神去胡思亂想。 凡是常將這聖潔而榮耀的名號深藏於心、默記於懷者,可得見自己心靈之光(即思想之清晰,或對所有內在動念的明晰覺知)。 而且:當以極度專注的心思去默念這奇妙的名,祂會好實在地燃盡靈魂中的一切污穢。*「因為我們的神乃是烈火,要燒*盡一切不義。」正如使徒所言(希伯來書12:29)。 由呢個開始,主終於引領靈魂進入對祂榮耀嘅深愛;因為嗰個最榮耀、最令人嚮往嘅名,透過默念令心思走入溫暖嘅心,喺我哋心入面種下無阻無礙去愛祂良善嘅習慣;因為到時已經冇嘢可以擋住呢份愛。 而呢個就係嗰粒寶貴嘅珍珠,係嗰啲為咗搵到佢而放棄晒所有財產,並懷住無可言喻喜悅嘅人所獲得嘅。

60. *論兩種喜樂──初步與成全,*

以及介乎兩者之間嘅眼淚。

有種喜樂係開始,有種係完成:前者未免自私嘅幻想,後者則因謙卑而得力;兩者之間係敬虔嘅憂愁同無痛嘅眼淚。*「智慧愈多,所知愈多;識見的心必得憂愁。」* (傳道書 1:18)。因此,人首先要憑着源於開始的喜悅,激勵心靈去行英勇之事;然後,要將心靈置於聖靈真理的責備和試驗之下,既包括過去所犯的罪,也包括在忘卻自我中仍在形成的心志。 *「主啊,因你定罪人的罪孽,你責打人,使他的生命消瘦如網。*」(詩篇 38:12)如此,經過神審判的試驗,好似經過火爐一般,她就可以在對神溫馨的紀念中,領受那真摯無偽的喜樂。

61. *論忘記上帝與恢復對祂的紀念,*

前者嘅原因,同後者嘅方法,

並其最高表現。

當靈魂被憤怒激動、或被大食慾壓倒、或被深沉的憂傷蒙蔽,心智就無法維持對上帝的記憶,即使被強迫去做,也是如此。 因為呢啲激情嘅猛烈程度完全遮蔽咗佢,令佢同自己嘅知覺完全脫節;所以呢種渴望冇得留低任何痕跡,令心靈可以透過佢,承載住對上帝默想嘅一個唔會磨滅、永遠唔變嘅影像,因為喺嗰啲時候,佢嘅記憶會畀激情嘅殘酷所麻木。 – 但當佢擺脫咗呢啲擾亂,即使偶爾嘅遺忘會短暫偷走對至愛主嘅思念,心靈一旦恢復咗活力同生氣,就會即刻以熱誠投入嗰份渴慕已久、帶來救恩嘅追求; 因為當時恩典自己同靈魂一齊默想,高呼:「主耶穌基督!」就好似一個母親教仔咁,不斷同佢一齊重複講「阿爸」,直到佢教到仔唔論講其他字,連瞓覺都只會清楚嗷講「阿爸」。 所以,使徒說:*「聖靈自己按着我們軟弱,替我們祈求;因為我們不曉得當如何禱告,但聖靈自己按着我們所當得,用無言的嘆息替我們祈求。」*(羅馬書 8:26) 因為,既然我哋喺祈禱呢種美德嘅完善程度上仍然係嬰兒,我哋當然需要佢嘅幫助;好等當佢嗰種難以言喻嘅甘甜擁抱並滋潤我哋所有嘅思緒時,我哋可以憑住整個心性被激勵,去紀念上帝同我哋嘅父,並去愛佢。 因為正如那位奇妙的保羅所說:*「我們受感動,呼禱說:『阿爸,父啊!』」*(羅馬書8:15),當我們受祂感動去呼求天父時。

62. *論憤怒──喺咩時候同點樣先可以容許。*

憤怒,勝過其他任何情慾,通常會擾亂心靈,令它陷入混亂;然而,有時卻對心靈極為有益。 所以,當我哋無懼羞愧咁對不敬虔者,或者其他方面無恥嘅人發怒,為咗令佢哋得救,或者至少令佢哋感到羞愧,咁我哋就為自己嘅靈魂帶嚟同柔和一樣嘅益處;因為喺呢種情況下,我哋喺各方面都促進緊神嘅公義同良善嘅旨意。 同樣地,當靈魂中湧現出慾望,若能對此罪惡更加憤怒,往往能令靈魂清醒,並賦予它抵抗的男子氣概。 而無可置疑,當我哋心靈處於極度痛苦嘅狀態時,只要我哋對嗰個令我哋痛苦嘅靈魂發出憤怒嘅責備,就可以憑智慧超越死亡所誇耀能令我哋屈服嘅一切恐怖: 因為,主想向我哋示範呢點,喺拉撒路復活嗰陣,佢先喺心靈裏責備陰間,並堅強自己,然後先以堅定不移嘅意志──正如佢一切作為──將拉撒路嘅靈魂復返佢身體。 所以,我覺得,神喺祂造我哋嗰陣,將純潔嘅憤怒賜畀我哋嘅本性,更似一把公義嘅工具;如果夏娃當時對付嗰條蛇有呢份憤怒,佢就唔會淪陷喺嗰股激情慾望嘅毀滅性影響之下。 正因如此,我相信,一個出於虔誠而使用節制之怒的人,在公義的秤上所獲得的稱讚,會勝過一個因心志遲鈍而從不憤怒的人;因為後者心靈的統治者仍然未受訓練, 而另一個人則騎上美德之馬,永遠喺戰場上,喺魔鬼大軍中競賽,不斷喺敬畏上帝中操練自我節制嘅四馬戰車──聖經就稱之為*「以色列嘅戰車」*,正如我哋喺先知以利亞升天嘅記載中所見 (列王紀下2:12)。上帝以多種方式教導早期猶太

人這四美德;正因如此,這位智慧(勇氣、公義與自制)的門徒,當他的靈魂被火風暴捲入天際時,似乎正是憑藉這些美德作為坐騎,而被接升天。

63. *喺屬靈生命上已經完美嘅人,唔適合捲入法律糾紛。*

凡係蒙賜聖潔知識、嘗過神甜美嘅人,絕對唔可以喺有人向佢提出訴訟嗰陣再起訴對方,亦唔可以自己去起訴任何人,就算有人當面搶走佢背上嘅衫都一樣;因為呢世當權者嘅公義遠遠比唔上神嘅公義──或者講得更準確啲,根本就同神嘅公義無得比; 咁神嘅兒女同呢世嘅人又有咩分別?唔就係後者嘅公義根本同前者嘅公義無得比;正因如此,前者先叫人嘅公義,後者先叫神嘅公義。 同樣地,我哋嘅主*「被人辱罵,佢唔還口;受苦時,佢唔威脅」*(彼得前書2:23);相反,佢不但喺被剝去衣服時默然忍受,更──呢點遠遠超越──為咗剝奪佢者嘅得救向父祈求。 然而,世人卻不會停止訴訟,直到他們從被起訴者身上,連本帶利地攞到所想要的為止,尤其當他們借貸謀利時;因此,他們的「公義」往往成為大不義的開端。

64. *將可忍受嘅不義交託畀上帝嘅審判,*

不如留返可忍受嘅不公畀上帝審判,留心禱告同保守自己嘅心,勝過上法庭。

我聽過有啲虔誠嘅人講,唔應該畀人掠奪我哋用嚟維持生計同賑濟窮人嘅財物;免得我哋包庇呢啲惡行,而要為傷害我哋嗰啲人承擔罪責,尤其係當呢啲事係由基督徒所為嘅時候。 ── 但若以如此方式行事,無異於寧願保住財物勝過保住自己。 因為如果我忽略咗禱告同檢視自己嘅心,開始喺法庭上追求對自己所受冤屈嘅伸冤,並且喺法庭度消磨時間,就明顯可見,我所追求嘅嘢對我嚟講,遠比我自己嘅得救更寶貴,更唔使提得救嘅誡命本身。 我又點可以成為跟從嗰條福音誡命嘅門徒?佢吩咐我:*「有人取你嘅,就唔好同佢對抗。」* (路加福音6:30),除非,照使徒嘅說話,我*「喺我嘅財物被掠奪時歡喜」*(希伯來書10:34)。但係,呢條誡命連透過法庭判決追回被不義奪去財物嘅人,都唔會赦免佢貪心嘅罪,更遑論其他。 短暫(即係暫時性,或者由凡人設立嚟審理短暫事務嘅法庭)無可推翻上帝嘅不朽審判;而有罪嘅一方,必須遵守所屬嘅法律,並以嗰啲法律為自己辯護。 的確,忍受想害我哋嘅人嘅暴行,並且為佢哋禱告,係一件好事──為咗佢哋悔改,而唔係為咗佢哋將所搶奪嘅物歸還我哋,好叫佢哋勒索嘅罪得赦。 因為上帝的公義要求我們,要接納勒索者本人──而並非他勒索到的財物──藉着懺悔使他從罪中得赦免。

65. *變賣一切所有,分給窮人;謙卑勝過一切,最能令人如此行。*

當人已知曉敬虔的真道,最為合適且對靈魂最有益者,莫過於即刻出售所有財產,並按主命將所得分予貧窮人,不可假藉欲常處於能遵行(幫助貧窮)此誡的狀態,而忽略此救恩誡命(一次過將一切施出)。 由此,我哋首先會獲得一種更寧靜、無憂嘅狀態;繼而,會得到一種無可指責嘅貧窮──一種更高層次嘅貧窮──當我哋已經冇嘢可令貪婪者心生貪慾,就唔會畀人有任何不公嘅指控。 然後,勝過任何美德,謙卑會溫暖我們,並在我們最深處帶來和平,好似我們赤裸裸一樣; 就好似一個媽媽攬住佢個BB,當BB喺佢純真嘅天性下脫咗件衫,拋得好遠,媽媽都只會喺懷裏安慰同溫暖佢,因為喺BB純真嘅眼中,赤裸嘅身體比件衫上五彩繽紛嘅美麗更加討好。 因為有話說:*「主保護細弱的人:祂使我卑微,又拯救了我。」* (詩篇114:5)

66. *將一切都施予出去,就係謙卑嘅道路。*

主*必按人所有,而唔係按人所冇,*向我哋索取賬目。 所以,如果我出於敬畏上帝和熱誠的善意,順從主命,將本應在多年內分發的財物,在短時間內全部施予人,當我一無所有時,我又因何被責備呢? ── 但有人會說:「(如果我哋將一切都施予出去),而家靠我哋微薄施捨過活嘅窮人,又會從邊度攞到佢哋嘅施捨呢?」──對於呢種人,就有一個切合嘅教訓:唔好以為可以喺神眼中搞啲可憎嘅嘢,只係為咗掩飾你自己嘅自私。 上帝從佢起初創造萬物以來,就從來唔會缺乏方法去細心照顧佢嘅受造之物。就算喺某個人或者嗰個人未被感動去施捨之前,窮人又真係冇得食、冇得着衫咩? 所以,要堅信,一旦明白真理,就應盡快將一切都慷慨地用在照顧窮人身上,拋棄因貪慕富貴而生的愚蠢計謀和驕傲,並且憎恨自己的慾望──這就等於憎恨自己的靈魂: 咁之後,就冇咗因不斷散財而自我讚賞嘅理由,我哋就可以謙卑自己,好似完全冇做過任何好事咁。 因為當我哋財富充足嘅時候,只要心頭一動,就樂意將佢散畀人,好似歡喜樂意咁去完成神聖嘅命令;但係當我哋將所有都散晒之後,就會充滿謙卑同懊悔嘅心情,好似我哋乜都冇做好過咁。 因此,靈魂在極大的謙卑中向內轉,好使我們無法再透過每日的施捨去獲得的,能因勤懇的禱告、忍耐和謙卑的智慧而蒙認為配得;因為經上說:*「困苦人必讚美你的名,主啊!」* (詩篇

73:21)。 而且,神學論述的恩賜,神並不賜給任何未先準備好為神國福音的榮耀而放棄一切財產的人。如此,他們才能在討神喜悅的貧窮中,宣講神國的豐富。 呢就係*「你,神啊,已經為窮人預備了你的善工」*呢句話嘅含義,亦都係「主必以大能力堅固傳道者」呢句補充(詩篇77:11-12)嘅意思。

67. *論神學反思的恩賜──從此恩賜流露出多少、以及何種福份。*

我哋上帝嘅所有恩賜都極其美好,係一切福份嘅源頭;但冇一樣能似神學研究咁,點燃同激起人心去愛祂嘅良善。 因為神善意的果實中,神學最為卓越,所以它賜給靈魂最卓越的恩賜:首先,它使我們樂意輕視今生的一切悅人舒適,因為在神學中,我們所擁有的是神話語那難以言喻的豐富,而非短暫的安慰; 然後,佢以一種火焰般嘅變化照亮我哋嘅心智,令我哋得以成為服侍嘅靈嘅參與者。 親愛的朋友,既然我們已經如理預備好自己,就讓我們追求這榮耀、洞察一切的德行,它能斬斷一切世俗的憂慮,以難以言喻之光的光輝,以神的話語滋養我們的思想,並且──簡單而言── ──藉住聖先知,佢預備有言(即理性)嘅靈魂,與道神作無分隔嘅交通。喺人嘅靈魂入面──噢,奇妙嘅奇蹟!──佢安排咗頌讚神嘅詩歌,呢位神聖嘅媒人高聲頌唱神嘅偉大。

68. *點解我哋嘅心靈*

唔似對神學思辨咁熱衷去祈禱:

同埋祈禱對呢種默想成功有幾咁重要。

我哋嘅心大部分時間都唔太鍾意祈禱,因為祈禱呢種美德限制同約束咗佢;相反,佢更易被神學默想吸引,因為神學默想 ,而且範圍廣闊無邊。 所以,為咗唔好畀佢喺我哋心入面四處遊走,亦唔好放縱佢無限上綱咁去追求高遠嘅幻想,我哋要主要喺祈禱上專注, 詩歌頌唱同讀經,同時又唔可以忽略智者嘅闡釋,佢哋嘅言論充滿咗對信仰嘅真知識。 咁做,我哋唔單止可以防止佢將自己嘅言論夾雜喺恩典嘅言語入面,亦唔會畀佢被虛榮牽着走,喺自滿同多話嘅影響下,畀浮想連翩分散佢嘅注意力;我哋仲會學識喺默想時,令佢唔沉溺於白日夢,幾乎所有嘅念頭都充滿淚水。 喺靜默嘅時刻喺自己入面搵到安息,尤其係沉浸喺禱告嘅甜美之中,佢唔單止擺脫咗上面講嗰啲激情嘅動盪,而且, 更新後,佢輕易而輕鬆咁攞到力量去停留喺神聖嘅默想之中,同時又以極大嘅謙卑去卓越地運用洞察力(實踐智慧)。 不過,要留意嘅係,祈禱高於任何層次嘅默想;佢本身只係屬於嗰啲喺每一種感覺同知覺中都充滿聖寵嘅人。

69. *恩典最初喺靈魂度最明顯咁運作,*

然後其效應便逐漸減退,甚至完全隱藏。

呢點對靈魂有幾咁有益。起初,恩典通常會用佢嘅光照亮靈魂,並帶嚟強烈嘅感覺;但當屬靈嘅基督教生命進步時,喺大部分情況下,神愛嘅靈魂都唔察覺,恩典就會喺佢入面行佢嘅奧秘: 咁之後(當靈魂已得安寧)就可以帶我哋歡喜咁行上神聖默想嘅道路,好似我哋啱啱由無知被召入知識;而喺我哋為咗平息靈魂嘅情慾所作嘅掙扎中,就可以令我哋嘅心思唔致於虛空。 我哋適當地陷入憂傷係合適嘅,好似恩典遺棄咗我哋咁,好令我哋更加謙卑,學識順服主對我哋嘅安排;然後,喺適當嘅時候,因著蒙福嘅盼望而進入喜樂: 因為正如無限嘅悲傷會令靈魂陷入絕望同無望,過度嘅喜悅亦會令佢自大同誇口。我所講嘅係嗰啲喺生命同智慧上仍然係嬰孩嘅人。喺恩典嘅光照同被遺棄之間有試探;喺悲傷同喜悅之間有盼望。 因為經上說:*「我耐性等候主,祂就應允我。」*(詩篇39:2)──又說:*「我因憂患甚多,祢的安慰使我心靈暢快。」*(詩篇93:19)。

70. *口多對靈魂有幾咁有害,而沉默有幾咁有益。*

就好似澡堂嘅門,如果成日開,就會好快令裏面嘅熱氣散晒出嚟;靈魂亦都一樣,當有好多個人講嘢──就算淨係講好嘢──都會令佢嘅記憶(即係喺靈性秩序中保持覺知嘅存在)從言語嘅門走失。 因此,心靈最終被剝奪咗最純淨嘅思想,並畀一場混亂嘅思潮衝擊,向在場者講出含糊不清嘅說話。喺呢種情況下,佢已經唔再擁有聖靈──嗰位本應保護我哋思想免受閒雜念頭干擾嘅存在;因為呢位聖靈本身良善,且遠離一切動盪同閒雜念頭,所以佢憎惡冗長嘅言辭。 – 沉默就唔同,佢有益,係智慧思想嘅母親。

71. *一個愛神嘅靈魂,點樣應該治理對真理嘅判斷。*

知識之言本身就教導我們,一開始,一個愛神的人(既然踏上取悅神之路)就會受到各種情慾的攻擊,尤其以憤怒和仇恨最為嚴重。 佢之所以會受到呢種情況,唔係因為惡靈嘅作祟,而係因為佢喺靈性生命進程中嘅自然發展。只要靈魂仍然受世俗理性嘅牽引,就對真理保持冷漠,就算見到真理畀人踐踏喺腳底下,都無所謂;因為佢完全沉迷喺自己嘅慾望入面,對上帝嘅真理毫不在意。 但當靈魂開始超越

情慾,並透過對塵世事物嘅超然,以及對上帝嘅愛,就再也受唔住,就算做夢都唔想見到上帝嘅真理被遺棄;反而會對作惡多端者感到憤怒同義憤,直到見到呢班褻瀆真理嘅人,透過神聖心智嘅運作,去維護佢嘅尊嚴。 (已經對神產生敬畏並悔改)。因此,她自然憎恨不義之徒,卻深愛義人;因為當靈魂的眼蒙受純淨──即其遮蓋──肉體──經由極度克制而得到煉淨時,就不會被欺騙(或被誤導至錯誤的見解)。 然而,與其憎恨不義之徒,不如為他們的不敏感而哀嘆:雖然他們值得被憎恨,但真理之道並不贊成神愛者被憎恨所激起,因為當靈魂中充滿憎恨時,真知識便無法發揮作用。

72. *神學心靈與學者心靈。*

神學家的心靈,被神的話語親自甜化並淨化,得以擁有足夠廣闊的無情度。因為*「主的話語」*,如經上所言,*「是純淨的話語,如經火煉淨的銀,在爐中煉淨」*(詩篇11:7)。 而學者的心靈,經過恩典充滿的影響考驗之後,就能超越情欲。神學家若在自己身上培養最謙卑的品格,亦能分享學者的經驗;而學者若其心靈的理性部分遠離錯誤,則在某程度上分享了沉思的德行。 因為並非人人都完美地獲得這兩種恩賜;所以,凡是擁有其中一種的人,都因驚嘆於另一種恩賜如何勝過自己,而能在對公義生活的熱誠中,更加謙卑。 所以使徒說:*「有人藉着聖靈得智慧言語,又有一個人藉着聖靈得知識言語。」*(林前12:8)

73. *論口禱與心禱。*

當靈魂充實於其自然果效時,就最洪亮地詠唱詩篇,且最偏向以口祈禱。但當聖神感動時,就以單純的心,滿懷喜樂與甘甜地歌唱並祈禱。 第一種狀態隨之而來的是夢幻般的高興(源於自我滿足);第二種則是一滴屬靈的眼淚,然後是偏向寂靜的一種喜樂:因為當聲音被抑制住,記憶仍然溫暖,就令心傾向產生某些令人流淚且自我省察的思想。 於此,真可看見禱告的種子──以眼淚卻又歡喜愉快地播種在心田,懷着豐收的堅定盼望(詩篇125:5)。 然而,當我哋被極大嘅悲傷壓倒時,就要用更大聲唱詠詩篇,用盼望嘅喜樂壓制靈魂嘅哀號,直到詩篇旋律嘅風吹散呢片沉重嘅悲雲。

74.*論天生且充滿恩典的愛神。*

當靈魂認識自己時,就會從內裡散發出某種溫暖和敬虔:因為,不受今生憂慮的干擾,它會從自身向外投射對(上帝的)愛,並以恰當的比例尋求和平之源──上帝; 但呢種(對所尋之神嘅)記憶好快就會散去,要麼因為感官印象模糊咗呢個記憶,要麼因為大自然喺佢嘅貧窮中,好快就耗盡咗佢本身嘅善。 正因如此,希臘哲學家雖然嘗試透過自我克制去達到,卻未能如應有般達成;因為他們的心靈未曾受永恆且至真智慧的影響。 然而,聖靈賜予心靈的愛神之熱,首先,完全是寧靜而永恆的;其次,它呼召靈魂的每一個部分去愛神,並不從心靈中爆發,而是自發地以一種無邊界的愛與喜悅充滿整個人。正要達到的就是這一點。 因為自然之愛係一個跡象,顯示本性唔能夠靠自我克制去茁壯成長;但佢無法好似屬靈(充滿恩典)嘅愛咁,將心思提升到無情欲嘅境界。

75. *論恩典對靈魂之光明的影響,–*

以及它在黑暗勢力影響下變得昏暗。

就好似當北風吹起時,環繞我哋嘅空氣,因為一種微妙嘅質地同呢陣風嘅清新作用而得到淨化;當南風吹起,就因為呢股風帶嚟一種沉重感,令空氣好似變得濃稠,將原本嘅清新帶走,並喺整個宇宙散播一種乾燥嘅霧氣:同樣地,當靈魂接受真聖靈之氣嘅影響,就會完全擺脫魔鬼嘅蒙蔽; 但當被欺騙之靈猛烈吹襲,就畀罪惡之雲完全遮蓋。所以,我哋要時刻以全力向聖靈潔淨且賦予生命嘅呼吸努力,即係先知以西結異象中所見由北而來嗰股靈氣(– 1:4): 使我哋靈魂入面嘅沉思部分,至高無上地保持純潔,好等我哋得以無可指責咁進入神聖異象,喺光嘅氛圍中,觀見喺光入面嘅嗰樣嘢。呢就係真知識嘅光。

76. *真理之靈同欺騙之靈喺洗禮前後點樣喺靈魂入面運作。*

有人杜撰恩典同罪──即係真理之靈同欺騙之靈──會一齊潛藏喺受洗者嘅心裏面;佢哋話,一個呼召心靈向善,另一個就呼召向惡。 但我從神聖經文同心靈自身嘅經驗明白到,喺洗禮之前,恩典由外面引領心靈向善,而撒旦潛伏喺心靈最深處,想阻住心靈行任何義路;由我哋喺洗禮中重生嗰刻起,魔鬼就喺外面,恩典就喺裡面。 正因如此,我們發現就如當初虛假統治靈魂── ──洗禮之後,真理就統治了它。之後,撒旦依然如舊般作用於靈魂,甚至比以前更加猛烈,但卻不是與恩典共存──天啊,免了吧!──而是在身體的軟弱下,以無聲的慾望誘惑,在心靈面前暗暗燃燒。 呢啲都係喺上帝許可之下發生,好叫人要經過風暴、火煉同試探,先至可以得著善嘅喜樂。因為經上話:*「我哋已經經過火同水,你帶我哋到安息之處。」*(詩篇65:12)

77. *上帝恩典喺靈魂入面運作嘅方式。*

恩典,正如我所講,由我哋領洗嗰刻起,就開始暗中居於心靈(神識)最深處,連心靈本身都察覺唔到佢嘅存在。 但當一個人開始以全心(心志)去愛神,恩典就藉住心思的感官,以一個難以言喻的言語向靈魂說話,並賜予它一份恩典。 所以,凡是願意永遠緊握住這發現的人,就會滿懷喜樂地捨棄一切現世福份,好完全得著那片藏有生命隱藏寶藏的田地(馬太福音12:44)。 因為當一個人放棄咗所有世俗嘅財富,就會喺自己入面搵到嗰個藏住上帝恩典嘅地方。然後,當靈魂不斷進步,神聖嘅恩典就會喺心靈入面顯露佢嘅善性; 但同時,主又容許魔鬼更加困擾那靈,既要教它智慧地分辨善惡,又要令它更謙卑;因為當那靈受此等試探時,就因魔鬼心思的羞辱而深感慚愧。

78. *藉住洗禮,聖神傾注入心,同時驅逐邪靈;*

但呢樣嘢並唔代表罪惡嘅誘惑就此結束。

我哋係透過理性(屬靈)嘅靈魂活動,按上帝嘅形象被造; 而身體就似乎係佢嘅居所。但係,由於亞當嘅違犯,唔單止靈魂嘅固有特質被玷污,連我哋嘅身體都落入腐朽之中:至聖神言道成肉身,以神嘅身份,透過佢自己嘅洗禮,賜予我哋重生嘅救恩之水: 因為我哋藉住聖而生命之靈嘅作為,喺水裡重生,所以只要我哋全心歸向神,就可以即刻喺靈魂同身體兩方面得著潔淨。 喺呢一刻,聖靈住喺我哋心入面,而罪(或者罪嘅父)就畀佢趕走,因為照着靈魂嘅統一同單純──佢嘅特質──呢兩種存在根本唔可能同時並存喺入面,唔似有啲人所諗咁。 而且,當神聖的恩典藉着聖洗禮,以無邊的愛與神之形像的特徵聯合為一體,作為相似的憑據,那麼惡者還有何立足之地──因為光與黑暗有何相通之理?(林後6:14)。 因此,當我哋行緊聖潔工夫嘅道路時,我哋相信透過*「重生之浴」*(提後3:5),嗰條可憎嘅蛇已經從心靈深處被逐出;但就算受洗之後,我哋仍然會經歷善與惡嘅念頭,都唔令人意外。 因為成聖的洗禮,雖然洗去罪污,卻不破壞我們情慾的二重性,亦不阻止魔鬼向我們發戰爭,並向我們講說欺騙的話語;因此,我們在自然狀態下所保留的任何東西,都可以靠著神的大能得以保全,只要我們拿起屬性的兵器。

79. *恩典透過心靈的機能運作,而撒但則透過肉體的感官和情慾運作。*

撒旦,正如我之前所講,透過聖洗聖事被逐出靈魂;然而,因上述所講嘅原因,佢仍獲准透過身體嚟影響靈魂。 上帝嘅恩典灌輸到靈魂最深處,即係心靈入面。因為如經上所言:*「王女嘅榮耀全在內裡,*對鬼魔嚟講係隱藏嘅。」(詩篇44:14) 正因如此,當我哋懷着深情去紀念上帝時,就會感到神聖嘅愛好似湧泉般由我哋心靈最深處湧出;相反,邪靈就會攻擊身體嘅感官,並喺度安居,利用佢哋所支配嘅肉身,輕易影響仍然處於幼兒階段嘅靈魂。 因此,照神聖使徒所言,我哋嘅心思意念永遠與聖靈嘅律法相符;但屬肉體嘅感官卻輕易被情慾所吸引(羅馬書 7:18)。 所以,對於嗰啲熱衷追求知識嘅人嚟講,恩典透過心智同身體嘅機能,令佢哋充滿無可言喻嘅喜樂;但當我哋草率又大意咁行敬虔之道,魔鬼見到我哋處於呢種狀態,就透過身體嘅感官奴役我哋嘅靈魂,強行拉佢向佢唔想要嘅方向──佢哋就係殺人犯。

80. *反對那些說恩典與罪惡在受洗者心中共存的人。*

那些說有兩個實體──即恩典的靈和罪的靈──同時存在於信徒心中的,為支持此說,引用福音書的言論:*「光照在黑暗裡,黑暗卻沒有勝過它。」* (約翰福音1:5),並得出結論,神聖之光與邪惡共存,並不會因此而玷污,即使神聖之光以某種方式接近魔鬼的黑暗。但 ,這段福音經文也駁斥這些人,顯示他們推理與聖經相違。 正如神──道,這真光──喜悅以肉身向祂的受造之物顯現,並藉著祂對人類無邊的愛,在我们心中點燃了祂聖潔知識之光;同樣地,世上的智慧也没有明白,即是不承認這神的心意,因為*「屬肉體的心是與神為仇敵」*。 (羅馬書 8:7):正因如此,神學家才用上如此言詞;講過幾句之後,這位奇妙的人又補充道:*「那真實的光,照亮世上每一個人」*──而非「引導並賦予生命」。 *「因為他本在世,世也是藉着他造的,但世却不认识他。他到自己家里,自己的人却没有接待他。凡接待他的,就是信他名的人,他就赐给他们权柄,叫他们成为神的儿女」*(約翰福音1:9–12)。 而最智慧嘅保羅,喺解釋呢句*「佢哋冇接待佢」*(即係「佢哋冇認得佢」)*嘅時候*,就講:*「我並非已經得着,也不是已經完全;但我向着標竿直跑,要得着基督耶穌所已經在我前頭得着我嘅。」*(腓立比書 3:12) 因此,福音記者所講嘅,並非撒但唔識真光──因為佢從一開始就同真光格格不入──而係用呢番說話,正當地責備嗰啲雖然聽到神嘅大能同奇事,卻因為心靈黑暗,唔肯親近祂知識之光嘅人。

81. *有兩種惡靈:最微妙的,向靈魂發戰;*

而最粗笨嘅就主要針對身體。

知識之道教導我哋,邪靈有兩種:有啲較微妙,有啲較粗笨而物質化。最微妙嗰啲向靈魂宣戰,而最粗笨嗰啲通常透過某啲可恥、感官嘅衝動嚟誘惑肉體; 所以,攻擊靈魂嘅惡靈同攻擊身體嘅惡靈,雖然同樣都好想害人,但佢哋彼此之間總係互相對立。當恩典唔住喺一個人裏面,惡靈就好似蛇咁,窩喺心靈深處,阻止靈魂向善嘅渴望。 但當恩典暗中居於心靈之中,牠們就好似濃雲,掠過心靈各處,化作罪惡的激情與各種虛假的幻想,藉著回想這些幻想來分散心靈,好將之從與恩典的交通中轉離。 因此,當有靈體攻擊我們的靈魂,煽動我們內心深處的慾望,尤其激起自負和驕傲──萬惡之源──我們就要回想自己身體的腐朽,以羞辱那源於追求榮耀而生的自我膨脹。 當魔鬼向身體發動戰爭,準備令我哋嘅心滿溢可恥慾望嘅時候,我哋都要同樣咁做:記起自己身體嘅衰敗,好叫渴求榮耀所生出嗰種自我膨脹嘅傲慢蒙受羞愧。 然而,若於此紀念中,靈魂之魔開始灌輸人性因肉體腐朽而毫無尊嚴、渺小無邊之念(因為當有人以此類思想折磨它們時,它們最樂此不疲), ──我哋要追憶天國嘅尊嚴同榮耀,同時唔好忘記神公義審判嘅嚴厲;咁樣就可以防止呢種懦弱嘅絕望,並賦予我哋嘅心──本易於迅速同輕易被慾望牽引──以堅定同力量,去堅守抵抗。

82. *魔鬼不能住喺得恩典者嘅心中;*

但佢卻透過肉體向佢哋發動戰爭。

主喺祂嘅聖福音入面教導我哋,當撒旦返嚟,見到佢屋企畀人掃得乾乾淨淨、空無一人──即係心靈一片荒蕪──佢就帶埋另外七個比佢更邪惡嘅鬼入去,同住落去,令到嗰個人嘅後果比最初更加慘(路加福音 11: 25)。由此可見,只要聖靈住喺我哋心入面,撒旦就唔能夠進入靈魂深處安居。 但神聖嘅保羅亦都教導同樣嘅見解──佢透過苦行(體驗性)嘅知識見到呢件事嘅真實本性(即係佢真正嘅樣子),就話: *「因為我裏面的人以神的律法為喜樂,但我身上的肢體卻與我的心靈交戰,把我擄去,服從罪的律法。」* (羅馬書 7:22–23) 至於已經靠聖靈得勝生活嘅人,佢又講:*「所以而家,凡喺基督耶穌裏面、唔照住肉體行、而係照住聖靈行嘅人,就冇定罪。」 因為在基督耶穌裡生命的靈的律法,使我得以脫離罪和死的律法"* (羅馬書 8:1–2)。又在另一段經文中,為了顯示撒但從身體向那已成為聖靈參與者的靈魂發動戰爭,他說: *所以要站穩,腰束真理,胸掛公義,腳著和平福音的預備;凡事要用信心作盾牌,藉着它能撲滅那惡者的一切火焰箭;又要戴上得救的頭盔,手拿聖靈的寶劍,就是神的話。* (弗6:14–17)。但係被擄係一回事,爭戰係另一回事;因為前者意指一種強行奪取、納入自己權勢 ,而後者則表示一場旗鼓相當、對抗性嘅爭鬥。 呢個就係點解使徒話,魔鬼用烈焰飛箭攻擊嗰啲心裏面有主基督嘅靈魂。因為通常都係咁:凡係打唔到對方、摸唔到對方嘅人,就會用箭去攻擊,想靠箭飛到嘅時候,遠距離傷到對手;所以撒但, 因為佢再唔似以前咁,可以住喺努力者嘅心入面,因為佢哋心入面有恩典;所以,佢寄居喺身體入面,就向住充滿慾望嘅潮濕撲落去,想用呢種誘惑去蠱惑靈魂。 所以身體必須被曬乾,好令心思唔會畀慾望嘅潮濕所牽引,咁先唔會跌入感官享樂嘅陷阱。 由使徒嘅言詞,好明顯見到,追求品行嘅人嘅心思意念受神聖光照嘅影響,所以佢服從上帝嘅律法,並且喜悅律法;相反,肉體因為本身向惡嘅本性,受惡魔操控,所以俾佢哋嘅邪惡引誘所吸引。 由此可見,心靈並非神與魔鬼的共同居所;否則,當我以心靈事奉神律時, 否則,如果我嘅心思唔係憑住佢全部嘅自由去抵抗魔鬼,甘心順服恩典喺佢身上嘅仁慈影響,而同時身體又畀無言歡愉嘅香氣所誘惑──因為,正如我所講,我容許邪靈喺入面安家──,咁我嘅心思同我嘅肉身又點可以分別去服侍神嘅律法呢? 使徒說:*「我知道在我裏面(就是在我肉體裏)是沒有善 thing 的。」* (羅馬書 7:18) 因此,對於那些透過掙扎而抵禦罪惡的人(使徒在此並不指自己),魔鬼就對付他們的理智,而肉體則透過撫慰且愉悅的衝動,試圖令他們放鬆並誘惑他們陷入情慾; 因為,按公義的審判,就算是那些極力與罪惡抗爭的人,魔鬼都被准許潛伏在他們身體深處,因為人的理性意志永遠都受試探。但如果有人能,即使在今生,透過苦行,達到死亡的境界,那麼他最終就完全成為聖靈的居所;因為這樣的人已經在死亡之前復活──正如那蒙福的保羅 himself,以及所有曾以完美虔誠抗爭罪惡、並仍在抗爭的人。

83. *正如撒但灌輸嘅念頭,都視為由心而來。*

心本身會產生善念同惡念;不過,佢唔係憑自己本性製造惡念,而係因為過去嘅誘惑,令到對邪惡嘅記憶變成習慣,所以留底啲惡念;至於大部分──甚至最邪惡嗰啲──就係嚟自魔鬼嘅惡意。 我哋卻將佢哋全部,好似都當作由心發出;正因如此,有人以為恩典同罪惡都同時住喺我哋心裏,佢哋引用主嘅話作證據:*「因為出口嘅話係由心入面出嚟,而呢啲先令人生污穢。」 「因為心裏所存出嚟的就是惡念、兇殺、淫亂、邪蕩,同埋類似嘅事。」* (馬太福音15:18-20) 然而,佢哋並唔知道,我哋嘅心靈透過一種

極微妙嘅功能運作,就成為惡靈灌輸入去嗰啲惡念嘅容器;因為,透過肉體嘅運作,呢個易於放縱嘅身體──憑住同心靈嘅結合──雖然我哋唔知道點解,都會將心靈拉入呢種狀態; 因為肉體極度鍾意誘惑嘅撫摸。就因為咁,魔鬼灌輸畀靈魂嘅念頭,睇落好似由心肝度冒出嚟,當我哋想喺度搵快樂,就會將佢哋據為己有:呢樣正正就係主所責備嘅,正如神聖嘅話語親自揭示,佢就講咗以上引用嗰段說話。 因為當有人沉醉於狡猾撒但灌輸給他的念頭,而這些念頭的記憶好似刻在他的心上,難道不顯而易見,他後來所產生的念頭,不正是從他自己裡面出來的?

84. *經文舉例解釋恩典與魔鬼*

唔能夠同住喺心入面。

主喺福音書講,除非有個比佢更壯嘅人先綑起佢,掠晒佢所有嘢,先至可以趕佢出屋(馬太福音12:29)。 咁樣受盡羞辱之後,呢個被趕出嘅人又點可以再入去,同真嘅屋主一齊住喺屋企,任佢隨心所欲?又有邊個君王,打敗咗一個反叛佢嘅暴君之後,會想畀佢喺自己宮殿入面四處走? 佢唔會寧願即刻將佢斬咗,或者先將佢捆起,交畀佢嘅士兵,用最長期嘅折磨同最慘痛嘅死法處死佢?

85. *從屬靈生命的經歷中證明同樣的道理,*

或論及恩典與罪惡在一個蒙福者身上如何運作。

如果有人憑住我哋同時會諗好同壞,就斷定聖靈同魔鬼一齊住喺心入面,咁就要佢知道,呢件事發生喺我哋身上,係因為我哋未曾嘗過或者見過*「主係幾好」*(詩篇33:9)。 因為起初,正如我以上所講,恩典喺受洗者身上隱藏佢嘅存在,等待靈魂嘅自由意志;但當一個人完全歸向神,恩典就會透過一種難以言喻嘅感覺,向心靈顯明佢嘅存在; 並再次等待靈魂的回應,同時容許魔鬼的箭矢深入其感受的最深處,好叫它能以最熱切的意願和最卑微的心態尋求神。若因此,一個人終於下定決心,堅定地努力遵守誡命,並不斷呼求主耶穌; 咁聖寵之火就會蔓延到心靈嘅外在感官,實實在在咁燃盡塵世嘅荊棘;於是魔鬼嘅種種計謀同誘惑,就喺嗰個(心靈同聖寵同在嘅)地方再無留步之所,只係輕輕掠過靈魂嘅激情部分。 但當一個人透過苦行,身穿各種美德,尤其對塵世財物達到完全超脫,則恩典以一種深邃、難以言喻的感受照亮他整個存在,並在他心中點燃對上帝最熱切的愛; 咁魔鬼嘅箭未到感官就熄晒,因為聖靈嘅氣息令心入面充滿深邃嘅平安,而魔鬼嗰啲烈火之箭喺空中飛過就熄埋。 然而,即使已經達到此境界的人,有時仍被神容許受魔鬼的惡劣影響,使他的心當時不得光明,好叫我們的自由意志不至完全被恩典的鎖鏈捆綁──這不但因為罪惡必須透過克己的努力才能克服,也因為人必須在屬靈的經歷中繼續成長: 因為對受教者嚟講被視為完美嘅,與教師上帝喺祂熱衷進步嘅愛中嘅豐富相比,就仍然係不完美;即使有人為咗呢個進步而努力,爬到雅各所見嗰條梯嘅頂端,都仍然係咁。

86. *上帝嘅許可係為咗教導,上帝嘅拒絕係為咗懲罰。*

主自己說:*「撒但從天跌落下來」*(路加福音10:18),好叫佢唔可以見到聖天使榮耀嘅居所;咁佢點可以,連同神嘅好僕人一齊相交都唔配,竟然同神一齊分享人嘅心思做居所呢? 即使有人說呢件事係出於神嘅許可,都唔係任何鐵證。 因為教育許可並不會剝奪靈魂嘅神聖光芒;喺呢啲情況下,恩典──正如我已經講過──只係將佢嘅存在隱藏起嚟,好等靈魂喺魔鬼嘅苦毒撩撥下,帶住敬畏同深切謙卑,向神求助,同時喺自己裏面經歷敵人嘅邪惡影響。 就好似一個媽媽,因為佢個仔唔肯跟餵奶嘅規矩而調皮搗蛋,就暫時放開佢,等嗰個仔畀周圍嘅醜怪陌生人或者野獸嚇親,驚到喊住,再被拉返入佢懷裏。 但因上帝的排斥,偶爾的許可卻將那不願讓上帝內住的靈魂,交到魔鬼手中,好似被捆綁一般。 但係我哋唔係啲可以被拋棄嘅細路;相反,正如我哋所信,我哋係神恩典嘅真子,靠住罕有嘅寬容同頻繁嘅安慰嚟滋養,咁喺呢份對我哋嘅慈愛影響下,我哋就可以成長*到「基督豐盛身量」嘅程度*(以弗所書4:13)。

87. *論神教導式寬容對靈魂嘅影響*

以及祂懲罰性的棄絕;

以及面對這兩種情況時,人應該如何行事。

神容許性嘅管教行動首先令靈魂充滿極大嘅悲傷、羞辱感同一定程度嘅絕望,為嘅係要壓制佢入面嘅虛榮心同想討好人嘅慾望,並令佢達到合適嘅謙卑。 但係緊接住,就會喺心入面種落一份溫柔嘅敬畏上帝同帶住眼淚嘅認罪,仲有對至福靜默嘅強烈渴望。相反,由上帝厭惡而嚟嘅棄絕,就令靈魂自生自滅,充滿絕望、不信、狂妄同憤怒。 所以,我哋既知道呢種放縱,又知道呢種被遺棄,就應該喺適當嘅時候,按各自嘅性質去親近上帝:喺前者,我哋要向祂獻上感恩同誓願,因為祂以剝奪安慰嚟憐憫地懲治我哋性格嘅放蕩不羈,好等祂好似父親咁教我哋,清楚分辨善惡; 而喺呢度,就要有不斷嘅認罪、無

止境嘅眼淚同更大嘅獨處,好藉住呢啲勤力嘅工夫,懇求同感動上帝再次顧念我哋嘅心。 但要明白,當神容許撒但與我們面對面交鋒時,恩典雖然隱藏,卻以無形的方式幫助我們,好讓仇敵看見,得勝他們全憑我們自己,

88. *舉一例說明*

為乜嘢靈魂喺恩典面前會同時產生善念同惡念。

凡被視為配得上默想屬靈之事者,都係如此。就好似一個人喺冬天企喺一個開揚嘅地方,朝早面向東方,佢身體前面畀太陽暖到,而後面就未受陽光照射,因為嗰陣太陽未正正喺頭頂: 同樣,對於仍然處於靈性旅程初期的人而言,他們的情況亦是如此;即,他們的內心有時會部分地被聖潔的恩典所溫暖,因此他們的思想才開始結出靈性默想的果實; 但係佢哋心靈嘅外圍部分仍然被肉慾嘅念頭佔據,因為聖恩嘅神聖光輝未曾照亮佢哋心靈最深處嘅所有角落──(有啲人唔明白呢點,就以為喺追求靈性嘅人腦海入面有兩個互相對立嘅力量)。 所以先有靈魂同時思量善惡嘅情況,就好似喺上面嗰個例子入面,一個人喺同一時間又覺得凍又覺得暖。 因為自從我哋嘅心滑入知識嘅二元對立之後,佢就有種好似被迫嘅感覺,就算唔願意,都會喺同一時間諗到善同惡,尤其係嗰啲已經擁有微妙推理能力嘅人。 因為無論一個人幾努力都好,總想住好嘢,邪念都會即刻冒出嚟,因為自從亞當違命之後,人類嘅記憶就 somehow 分咗做兩種諗法。 但如果我哋開始以熱誠去遵守神嘅誡命,恩典就會以深切嘅神同在感照亮我哋所有感官,燒去我哋所有罪惡嘅記憶;同時以永恆愛嘅平安甘甜我哋嘅心,令我哋習慣去思想屬靈嘅事,而唔係屬肉體嘅事。 呢件事好常發生喺接近完美、心裏面不斷紀念主嘅人身上。

89. *藉住洗禮,恩典恢復咗神嘅形象,*

然後畫出神嘅樣貌

連同人努力去修得美德,

而愛就係神性嘅最高標誌。

聖恩藉住重生我哋嘅洗禮,賜予我哋兩重福份,其中一重遠遠超越另一重。 但有一種恩典係即時賜予;即係話,喺水入面,佢就更新同照亮構成神形象嘅所有靈魂特徵,洗去我哋身上每一個罪污;至於另一種,就要同我哋一齊喺我哋身上成就:呢個就係構成神嘅相似性。 – 因此,當心思緒開始以深情投入全聖靈的福份時,我們就必須體會到,恩典好似開始在神聖形象的特徵上,畫上神聖的樣貌。 因為就好似畫師先用單一顏色勾勒出一個人嘅輪廓,然後一層又一層地疊色,將畫中嘅人畫得栩栩如生,連每條髮絲都好似真嘅: 同樣地,神聖的恩典先透過洗禮,恢復人裡面的神形像的樣貌,將他恢復到受造之時原本的狀態; 當聖靈見到我哋全心全意渴慕神嘅榮美,並赤身裸體卻無所畏懼咁喺祂嘅畫室入面站住,嗰時,隨著一個又一個美德喺靈魂中綻放,而我哋嘅面容亦從榮耀提升到榮耀,聖靈就將神嘅形像賜畀我哋: 藉此,感官揭示神相似的特徵如何在我們身上反映;而我們則透過恩典的啟示,認出那相似的完美。 心靈喺某程度上欣欣向榮,並喺難以言喻嘅和諧中,透過感官體會到所有美德;但除非人被聖靈以具體而豐盛嘅方式照亮,否則無法達到屬靈嘅愛。 因為如果心靈冇從神聖之光度領受嗰完美嘅神似,就算佢擁有其他所有美德,都未能參與完美嘅愛;只有當一個人完全效法神嘅美德(我講嘅係人所能力所及嘅神似),先至會同時承載神聖之愛嘅神似。 就好似畫一幅人像,最艷麗嘅色彩同最精髓嘅神態,一旦施加喺畫面上,連笑容都完美重現被畫者嘅樣貌: 同樣地,當神聖恩典在人身上畫出神嘅形象,一旦施上愛呢個光輝嘅特質,就令到神之形象嘅特徵全部提升到神聖嘅光輝。 而除咗愛之外,冇任何美德可以賜畀靈魂無情(即淨化同脫離情欲):因為*「愛就係律法嘅應驗」*(羅馬書13:10);所以雖然我哋內在嘅人每日都因愛嘅體驗而更新,但只有當愛達到完全完美嘅時候,先至能達到成熟。

90. *起初,人蒙賜得恩典安慰的滿嘗,*

然後佢哋就會被隱藏;前者係為咗維持熱誠

為咗屬靈嘅追求,第二個就係令追求者得以謙卑。

恩典喺愛入面嘅完全彰顯……同埋呢點係點樣實現嘅。喺一個人屬靈進程嘅一開始,如果有人熱切地愛神嘅美德,聖靈就會賜畀靈魂一個完整而確定嘅嘗到神嘅甘甜,令心智可以好肯定同清晰咁知道,愛神嘅工夫所結嘅果子究竟有幾豐盛; 但聖神卻長期隱藏這份賜生命之恩的豐盛,以致即使我們在各種美德上都卓越,仍會覺得自己一無所有,因為我們未曾見到那聖愛已成為我們內在的常態。 因為往往冇愛嘅魔鬼有時會用好大嘅力氣攻擊喺屬靈生命中努力嘅人,令佢哋甚至對愛佢哋嘅人都有敵意,就算係打招呼同錫人嗰陣,都仲保持住呢種腐蝕性嘅敵意。 因為呢個緣故,靈魂會非常憂傷同痛苦,因

為雖然佢喺記憶中懷著屬靈嘅愛(意識到愛嘅責任),但佢卻無法喺感受中體驗到,好似佢最完美嘅努力仍然有不足。　正因如此,我們現階段必須以堅強的意志,迫使自己行出愛德的行為,好使我們能由此以滿腔的情感與確定的滿足去品嚐它; 然而在完美境界中,凡住在这肉身中的人都无法达到,除那些已殉道及完美告白而成的圣徒外──因为谁若达到了此境,便完全被转化,甚至对食物都怀着迟疑;因在以神爱滋养的人身上,还能有什么对尘世之物的好欲呢? 因此,最智慧嘅保羅──嗰位知識嘅大庫──喺向我哋宣講義人將來嘅安慰時,憑住佢自己對呢個真理嘅體驗,講道:*「天國唔係講飲食,而係講公義、和平同聖靈中嘅喜樂。」* (羅馬書 14:17),呢啲就係完美愛嘅果實。因此,喺屬靈生命上有進展嘅人,可以喺呢度常常經歷愛嘅作為;但係,除非*「必朽壞嘅身體」*先被*「燒盡」*(林後 5:4),否則冇人能夠達到完全嘅境地。

91. *論對神滿有恩典之愛的工夫。*

有個以無可抑制嘅愛去愛神嘅人同我講:當我渴望實實在在咁感受到神嘅愛,良善嘅主就用盡感官同滿足感,完全應允咗我; 而我感受到呢種效果咁強烈,以至我嘅靈魂當時帶住一種難以言喻嘅喜樂同迫切,渴望離開呢個身體,去到主嗰度,並且完全忘記呢段短暫生命嘅旅程。　凡經歷過此等愛能力的人,即使在他人手中受盡千般冤屈與苦楚,也不會對他們懷有憤怒,反而仍會心靈上與那侮辱和加害自己的人緊密相連; 但佢只會對嗰啲攻擊窮人,或者*「對神講虛假話」*(詩篇73:6),或者其他行惡事嘅人,燃起熱誠。 因為愛神勝過愛自己的人──或者根本不愛自己,只愛神──他不再為自己爭辯,只希望那賜給他永恆榮耀的真神,能尊崇真理。　而且,佢對呢件事唔係抱住短暫或易逝嘅渴望,而係因為對神嘅愛有咗豐富嘅體驗,所以呢種態度已經成為佢唔變嘅品格。再者,要明白,被神感動到有呢種愛嘅人,喺佢心入面行愛嗰刻,已經超越咗信心本身;就好似佢已經用完美嘅愛,喺心靈深處對可敬者懷有信心一樣。　聖保祿清楚地指出這點,他說:*「而今這三樣常存:信心、盼望和愛;其中最偉大的是愛。」*(林前13:13)因為正如我所說,凡以豐盛的愛懷抱天主者,於那一刻,其愛遠勝於其信,完全沉浸於愛中。

92. *對神學研究成功嚟講,呢點有幾咁必要*

恢復同其他人之間被破壞咗嘅和平。

神聖知識嘅運作,本身就令我哋好傷感:因為我哋因為一啲小刺激得罪咗人,令佢哋變成我哋嘅敵人。就因為咁,佢永遠都會刺我哋嘅良心,直到我哋透過解釋同道歉,成功令受冒犯嘅人重拾對我哋嘅舊有好意。　當呢世有人對我們介意,甚至係冇理據嘅時候,呢種痛苦特別強烈。呢件事重得壓在我們身上,令我們非常困擾,因為在各方面,我們都成為咗佢哋嘅絆腳石同得罪佢哋嘅原因。 因此,我們的思維就無法進行神學的默想;因為知識本身本質上完全是愛,它不允許我們的思想擴展到產生神聖默想的地步,除非我們先以愛再次擁抱那對我們懷有不義之怒的人。　若祂不願如此,或已從我哋中間退去,我哋就當以無拘無束嘅心靈傾注,喺我哋嘅善意中接納祂嘅面容,並喺心底深處成就愛嘅律法。因為凡渴望認識神嘅人,都要喺心裏面以無憤怒嘅思緒,呈現嗰啲對佢哋不公忿怒者嘅面容。　當呢件事發生嘅時候,心靈唔單止會喺神學範疇入面無誤差咁運作,仲會喺愛嘅事工上以完全嘅大膽心志昂然上升,就好似由第二級跳到第一級咁。

93. *德行之路起初艱難而苦澀,*

但後來則變得容易且愉快。

對啱啱開始鍾意虔誠嘅人嚟講,品德之路睇落又嚴苛又嚇人,唔係因為佢本身就係咁,而係因為人嘅本性,一出娘胎就慣咗沉溺喺享樂之中; 但對於已經成功行到中途的人,就顯得完全美好而喜樂:因為當我們的惡念被好習慣所抑制,連對那些無意義享樂的記憶都煙消雲散;結果,靈魂便在所有美德的路上滿懷喜悅地前行。　所以,主引領我哋行上得救嘅道路,祂話通往生命嘅門窄而路窄,得救嘅人少(馬太福音7:14); 但對那些熱切渴望開始遵守祂聖潔誡命的人,祂說:*「我的軛是容易的,我的擔子是輕省的。」*(馬太福音11:30)。 所以,喺我哋嘅努力一開始,就有責任要帶住 somewhat constrained 嘅意志去遵守上帝聖潔嘅誡命,好等良善嘅主睇見我哋嘅好意同埋努力,賜畀我哋樂意同埋肯服從嘅心,令我哋可以歡喜願意咁順服祂榮耀嘅旨意:*因為「意念係由主形成嘅」* (箴言 8:35)。之後,我哋就會滿懷喜樂,不斷行善;到時我哋就會真切體會到:*「神……照祂美意既行,又行成我哋心裏所存嘅善意。」*(腓立比書2:13)

94. *外在同內在嘅誘惑令努力嘅人*

能夠在自己裡面印上神聖之美。

正如未經加熱同溶化嘅蠟,無法正確承受印章嘅烙印;同樣,人若未經勞苦同軟弱嘅考驗,就承載唔到上帝美德嘅印記。所以主對神聖嘅保羅講:*「我嘅恩典夠你用; 因為我喺軟弱嘅時候,能力先得成全」* (林後12:9)。使徒自己就咁誇口,佢話:*「所以我更樂意誇自己嘅軟弱,好叫基督嘅能力可以住喺我身上。」* (同上) 同樣地,箴言上寫道:*「主所喜愛的,他必管教;正如他所接納的兒子,他必責打。」* (箴言3:12)。 使徒稱「軟弱」為十字架仇敵的叛逆,這些叛逆經常臨到他和當時所有聖徒身上,好叫他們不會因眾多的啟示而自高自大(林後12:7);相反,藉著謙卑,他們得以存留喺完美之像中,並透過多次的羞辱敬畏地保守神聖的恩賜。 我哋卻稱邪惡嘅思想同肉體嘅苦楚為「軟弱」。因為喺嗰啲日子,與罪惡抗爭嘅聖徒嘅身體,雖然承受住致命嘅創傷同各種其他苦難,但佢哋嘅身體遠遠高於因罪惡而侵入人性嘅情慾; 但而今,隨着主內各教會的和平日益增多,就必須用頻繁的苦難試驗敬虔修士的身體,並用邪惡的思想試驗他們的靈魂。 這尤其適用於他們當中那些知識深厚、並伴隨各種感官與確信的人,好叫他們不致陷入虛榮和驕傲,並能為著極大的謙卑,正如我所說,按照聖先知的話:*「主啊,求祢光照我們」*,領受神聖美善的印記入於心中。 (詩篇4:7)。所以,我哋理當懷住感恩的心,忍受主對我們嘅此等勸告;屆時,無論是我们嘅病痛,还是我們與魔鬼思想作鬥爭,都會被視為第二次殉道。 因為當日祂藉住不義之君嘅口對聖徒殉道者講:「背棄基督,去愛呢世嘅榮耀」,而家祂都同樣用呢番說話對神嘅僕人講; 當初藉着行佢魔鬼詭計嘅人,折磨義人嘅身體,又惡毒地褻瀆尊貴嘅教師──而家佢自己就施加各種苦楚畀承認虔誠嘅人,並且帶嚟極大嘅辱罵同羞辱;特別係當佢哋為咗主嘅榮耀,用大力幫助受壓迫嘅窮人嘅時候。 因此,我哋要憑着一切勤力同忍耐,喺自己心裏培養呢種對神嘅良心見證:*「我存忍耐,主就垂聽我。」* (詩篇39:2)

95. *論兩種謙卑:普通人的謙卑與完美者的謙卑。*

謙卑唔係咁容易達到:愈謙卑,就愈要付出努力先至可以達到。 呢種謙卑有兩種方式嚟到:當修道者處於靈性進展之中,佢對自己保持最卑微嘅觀點,無論係因為身體軟弱,或者因為反對佢哋嘅人對呢班熱衷行義者嘅迫害,或者因為邪惡嘅念頭; 但當心靈完全警醒,並被聖恩清晰照亮時,靈魂便好似天生般具備了謙卑。 因為藉住上帝嘅善意,被神聖嘅恩典滋養同充滿,佢就唔會再為咗追求榮耀而自大或膨脹,就算佢可以無休止咁遵守上帝嘅誡命都一樣;相反,佢會因着同神聖良善相交通嘅意識,而視自己為最微不足道嘅存在。 (即係話,佢之所以成為咁,係靠上帝嘅憐憫)。嗰種謙卑大部分時候都伴隨住憂傷同絕望,而呢種則係夾雜住至善節制嘅喜樂;前者,如我之前所講,係畀正處於靈命爭戰中嘅人,而後者就賜畀已經接近完美嘅人。 因此,有人因世俗的成功而自滿,但此人即使有人要賜給他世上所有的王國,他仍然巋然不動;他不但不懼罪惡最可怕的利箭,甚至根本感覺不到它們。因為他完全屬靈,已不再有任何外在榮耀的意識。 然而,苦行者只有在各方面都先通過第一階段,才能達到這最終階段:因為恩典不會賜給我們第二個福份,除非它先通過試煉軟化我們的意志,並在第一階段以教導性的方式任憑情欲興起。

96. *關於防範虛空和邪惡的思念與言行。*

鍾情塵世享樂嘅人,由念頭行到違犯。佢哋被無節制嘅熱誠所驅,幾乎所有激情嘅計劃都以慾望為本,或用不雅嘅言詞,或用違法嘅行為表現出嚟。 而立志過苦行生活嘅人,就會由呢啲跌落去,再進到惡念,或者講出惡毒同有害嘅說話(雖然佢哋已經遠離邪行,但仍然停留喺不健康嘅思想同言詞範疇)。而魔鬼哋,如果見到呢啲人──無論係沉溺喺閒話同誣衊、或者講無謂又唔得體嘅說話、或者唔得體咁笑、或者過份嬲、或者貪慕虛空同無謂嘅榮耀──就會即刻成群結隊嚟攻擊佢哋。 佢哋以虛榮做作惡嘅藉口,好似跳過一條黑暗嘅門檻咁,搶掠佢哋嘅靈魂。 所以,致力追求德行嘅人,就唔應該貪慕虛榮,唔應該同人聚埋一齊,唔應該成日出街散步,唔應該罵人——就算嗰個人真係值得被罵,亦唔應該滔滔不絕,就算只係想講一樣好嘢; 因為多言會無度地分散心神,不但令心神無法投入屬靈的追求,更將它交到絕望之魔的手中。絕望之魔逐漸削弱心神後,再將它交給無邊悲傷之魔,最後交給憤怒之魔。 所以人要時刻訓練心思去遵守聖潔嘅誡命,同埋深切記住主嘅榮耀。因為經上話,遵守誡命嘅人*「必不因欺騙嘅言論而失迷」* (傳道書8:5),意思就係佢唔會被引誘去有唔體面嘅思想同言語。

97. *不斷紀念主同無間斷嘅禱告*

配合心靈嘅警醒──係淨化心靈嘅唯一方法。

當心靈以一種灼熱的痛楚承受魔鬼的攻擊,受試探者彷彿自己扛著箭矢,這就表示靈魂已經熱切地憎惡情慾。而這,正是淨化開始的徵兆。 因為如果佢唔能承受罪惡無恥所帶嚟嘅劇痛,之後就唔能

夠喺公義嘅恩典中豐盛喜樂。之後,凡想潔淨自己心靈嘅人,就應該不斷以紀念主耶穌去溫暖佢,使呢個成為佢唯一嘅默想對象同佢無休止嘅屬靈操練。　凡欲除掉自己敗坏嘅人,唔好時祈禱、時唔祈禱,而要時刻以警醒嘅心靈去祈禱,就算住得離教堂好遠都一樣。　正如一個人要煉金,如果連短時間都唔生火,啲要煉嘅礦石就會再度變硬;同樣,有時記住上帝、有時又唔記住嘅人,雖然透過禱告得着好處,但一停禱告就又失去。　但係,一個鍾意美德嘅人,就係透過不斷記住上帝嚟消除心中嘅塵俗,好似惡喺善嘅記憶之火中逐漸蒸發,靈魂就可以喺滿有榮耀中,完全回復到佢本然嘅光輝。

98. *無情慾,或心靈的純潔,究竟是什麼?無情慾並不意味著不被魔鬼攻擊,因為照使徒所說,我們就得「從世上出去」*(林前5:10);而是當它們攻擊我們時,我們卻不受影響;　就好似着晒盔甲嘅戰士,雖然會畀敵人嘅箭矢射中,聽到箭矢飛過嚟嘅聲音,甚至見到射向自己嘅箭,但因為盔甲夠堅固,佢哋都唔會受傷。但係,雖然佢哋靠鐵甲保護,喺戰鬥中都唔會受傷;　然而我哋,藉住行善──着上全副聖光嘅軍裝同得救嘅頭盔──就可以驅散魔鬼黑暗嘅陣營;因為純潔唔係淨係唔做惡事,而係要透過對善事嘅全心熱誠,將內心嘅惡徹底消滅。

99. *論那兩個進行最長期鬥爭的魔鬼 –*

過度熱誠嘅魔鬼同肉慾嘅魔鬼。

同埋點樣對付佢哋。當一個屬神嘅人差唔多已經征服咗佢內心所有嘅慾望, 仍有兩個魔鬼繼續向他發動戰爭:其中一個折磨靈魂,利用對上帝的極大愛激起過度的熱誠,令他不容許任何人比他更討上帝歡心;另一個則折磨身體,以一種火熱的衝動煽動肉體的慾望。　呢件事喺身體度發生,首先係因為呢種淫欲嘅快感係我哋本性入面固有,為咗傳宗接代而植入,所以好難克服;其次就係上帝容許嘅。　因為當主見到某位苦行者喺修習美德方面過於高超,佢有時會容許呢個邪惡嘅魔鬼去困擾佢,好叫佢認為自己係世上最卑賤嘅人。　呢種情慾嘅攻擊有時喺行善之後出現,有時喺行善之前;所以呢種情慾嘅波動──無論係先於定係跟住行為──都會令靈魂喺自己眼中覺得最不配,無論佢完成過幾咁偉大嘅善行。──但係對付第一種　(激起過度熱誠嘅魔鬼)我哋要透過增加謙卑同愛去對抗;至於第二個(肉體慾望嘅魔鬼)──就要靠禁慾、忍耐同深切記住死亡,咁樣我哋就可以喺自己裏面感受到聖靈不斷嘅運行,喺主裏面勝過呢啲情慾。

100. *我哋要向神承認所有我哋無意中同未知嘅罪過:*

否則,死亡的時刻將會成為沉重的負擔。

我哋當中成為聖知識參與者嘅人,務必要為連心靈無意中嘅遊走都交代,正如約伯所言:*「你已經用印記標出我的罪過;如果我暗中犯罪,」*──(約伯記14:17)──而且理所當然。 因為如果有人時時忙於紀念上帝,並且不忽略祂聖潔的誡命,他就不會陷入無意或有意之罪。所以,我們必須立即向主作出痛悔的認罪,連同我們的無意過失一併納入平時禱告的規矩之中。 因為人要避免一切過失都係唔可能,所以人就應該時時向主認罪,直到良心喺愛嘅眼淚中得到赦免嘅肯定。正如聖若望所講:　*「我們若認自己的罪,祂是信實公義的,必赦免我們的罪,洗淨我們一切的不義。」*(約翰一書1:9)　正因如此,我們必須時刻留意那痛悔的感受(並培養這感受),免得我們的良心自欺,以為自己已經足夠痛悔,並向神認罪了。　因為上帝嘅審判比我哋良心嘅更為嚴厲,就算有人完全深信自己冇做錯任何事,正如我哋最智慧嘅保羅所教導,佢話:*「但我自己卻不以自己為念;卻有一件事,我要責備自己,就係我冇自以為義,因為我被主所責備。」*　(林前4:3–4)。然而,如果我哋連呢啲(不由自主同唔知嘅)罪都唔如實承認,咁到我哋離世嗰陣,就會喺心入面感到一種模糊嘅恐懼。　但我哋呢班愛主嘅人,就當渴望同祈求,喺嗰陣時候可以免於一切恐懼;因為凡喺嗰時存有恐懼嘅人,都唔會自由咁通過地獄嘅首領,因為佢哋視呢種靈魂嘅怯懦,為佢同佢哋嘅邪惡有份嘅記號,就好似佢哋自己咁。　但係靈魂因着神嘅愛而歡欣,喺同身體分離嗰刻,就同和平嘅天使一齊,飛越晒所有黑暗嘅軍隊;因為呢種靈魂,好似畀屬靈嘅愛賦予咗翅膀,而喺呢種愛入面,已經有律法嘅完美同無瑕嘅成就。　所以,凡以如此大膽嘅態度離開今生嘅人,喺主再嚟嘅時候,就會同所有聖徒一齊被接上去。　但凡喺死亡嗰刻,畀恐懼纏住一絲不苟嘅人,就會被留喺眾人當中,好似接受審判咁,經過審判之火嘅試驗之後,先會按佢哋嘅所作所為,由我哋恩慈嘅神同王耶穌基督嗰度,攞到應得嘅賞賜 。 因為祂是公義的神,祂將祂國度的豐富永遠賜給愛祂的人,直到永遠。阿們。

聖馬克西姆喺回應某啲查詢時,對本第百章以下呢段話作出解釋:「……經過審判之火的試驗……」。聖徒說:「凡已達到對上帝完美之愛,並以德行令靈魂之翼輕盈足以翱翔者,根據使徒所言,他

們被提到雲中,並不受審判;　但係未達到呢種完美,並且雖然行緊善事,都未免於罪嘅人──呢啲人就要喺審判台前受審,喺度透過佢哋善惡行為嘅檢驗,好似被火試驗一樣;如果佢哋嘅善行多過惡行,就可以免受懲罰」。

# 我哋可敬愛嘅卡帕多西亞約翰長老

## *佢嘅簡短生平*

關於我哋嘅聖父卡帕多西亞嘅約翰,乜都唔知──佢係邊個、喺邊個時代活躍、喺邊度過佢嘅苦行生活,或者關於佢嘅任何其他資料。　唯一有關佢嘅記載,就嚟自福人　Photius,喺第201段讀本入面講:「我讀過一本書,入面跟住十條主要美德嘅定義,同埋　Diadochus　嘅一百章,　伊庇魯斯Fotica主教,仲有可敬者尼祿嘅幾篇著作,仲有卡帕多西亞嘅約翰嘅一篇論著,佢就畀咗個題目:「致自印度尋求安慰嘅修士一段安慰之言」。而呢篇論著亦都有一百章。」　–　由呢個將聖約翰同迪亞多庫斯及尼洛斯作比較,可以得出結論,佢被視為佢哋嘅同時代人,並活喺五世紀。卡帕多斯係羅德島同克里特島之間嘅一個大島。聖約翰要麼係嗰度出世,要麼就係喺嗰度做修士。　–　透過呢段話,聖父以慈父般嘅心,灌輸俾讀者承擔悲傷同面對試煉嘅勇氣。

## 向印度嗰班寫信畀佢嘅和尚,回覆咗一百章勸勉章節

當向塵世君王獻上春花時,有求者不但未被拒絕,有時甚至獲得特別的賜予。　同樣地,應你等之請求,我將取自他處的百句智慧言詞帶給你等──居於天國者──願我蒙恩被接納,並被認為配得上你等禱告的恩賜。

**1.** 既然萬物之王係永恆嘅,佢嘅國度冇開始亦冇結束,所以投身去侍奉佢同實踐令佢歡心嘅美德嘅人,就理應盡最大嘅勤力。　因為今生嘅榮耀,無論幾咁華麗,都只會隨住今生而結束;但神賜畀有德者嘅榮耀卻可以永遠長存,因為佢哋連同不朽一齊被賜予。

**2.** 大衛蒙福,代表萬有向神唱詩,　提到天使同所有天軍之後,佢連降到地上,連獸類、家畜、雀鳥同爬蟲都冇放過,為佢哋向造物主獻上呢首頌歌,好似希望每樣受造之物都可以有自己嘅份。　咁樣,一個比作青金石黃金嘅和尚,又點可以喺詠唱詩篇時鬆懈或者偷懶呢?

**3.**　就如火包住咗灌木但冇燒毀佢,同樣地,對領受咗無情欲恩賜嘅人嚟講,身體嘅熱量亦都唔會困擾或玷污佢哋嘅肉身同心靈,就算佢哋身形非常健壯、體溫偏高:*「因為主嘅聲音斬斷火焰」*(詩篇28, 7) ……自然,而上帝的旨意和祂的話語分開由自然結合的事物。

**4.**　月亮有時盈凸,有時虧缺,象徵一個人有時行善,有時犯罪,然後透過懺悔重返美德正途。罪人的心靈並非失喪──正如你們中一些人所想──就如月亮虧缺的並非實體,而是其光芒。　因此,透過懺悔,人得以重獲本應屬於他的光輝,就好似月亮經過盈虧之後,再次披上往常的明亮。　*「信我者,雖死亦必復活。」*(約翰福音11:25)　*「你哋都要知道,我係主;我講過,我就要成就呢件事。」*(以西結書37:14)

**5.**　當一羣敵對嘅幻想喺你心裏面興起,而你向佢哋屈服、畀佢哋打敗嘅時候,你要知道,你暫時已經同神嘅恩典分開咗;因此,照着《以弗所書》所講,你就喺公義中被審判,交咗畀自己嘅敗壞。所以,你要努力,唔好因為你嘅疏忽,畀恩典有一刻都離開你。　當你勝過試探,能夠克服一波接一波襲來、充滿激情思緒的城牆和仇敵惡意邪惡誘惑時,就不可心存感恩不足,不認出這乃是從天而賜給你的恩典;但要承認,隨着使徒說:*「這不是我,乃是與我同在的上帝的恩典。」*　(林前15:10),祂喺我裏面成就咗呢場勝利,令我超越咗一切向我襲來嘅污穢念頭,並且*「救我*脫離*那不義者」*,即係魔鬼同舊人(詩篇17:49)。　我因聖靈的翅膀高高托起,好似離身而去,得以飛越追趕我、本以情慾之網捕捉人心的魔鬼之上。我為此懇求得救,就大聲呼喊:「那將我從埃及地救出者」,即從滅亡人靈的塵世救出者,　祂以這隱藏的手為我爭戰,擊倒了亞瑪力,使我對主也有盼望,祂必將我們面前那其他放縱情慾的列國都除滅(出17:14–16)。　我哋嘅神會賜智慧同能力:因為有人得着智慧,卻冇聖靈嘅能力去勝過仇敵。祂會使你高過仇敵,賜你*「如鴿子嘅翅膀」,你就可以飛起,同神一齊安息*(詩篇　54:7)。　主必使你的筋力如青銅,叫你堅定、快捷、有力,能抵擋仇敵,凡起攻擊你的人,都必跌倒在你腳下(詩篇17:35–40)。　所以,要向主獻上感謝,因為祂保守了你的純潔;祂沒有將你交在你的血肉之情慾的手中,也不是交在藉此行事的污

穢和敗壞的靈手中,卻以祂的右手如城牆般保護你。　為祂築一座祭壇,好似摩西趕走亞瑪力人之後咁做(出17:15),並向祂歌唱:*「因此我要向祢承認並讚美祢,主啊,我要歌唱祢的名,讚揚祢的大能。」*　(詩篇17:50),因為你已經救拔我脫離衰敗,從四圍埋伏、多謀又狡猾的惡意圈套中搭救了我。

**6.** 邪惡的魔鬼在我們裡面點燃不純的慾望,更新它們、放大它們並使它們倍增;　而對神聖之言嘅默想,尤其係配埋淚水湧流嘅時候,就會將佢哋置之死地而後快,並將佢哋摧毀,就算佢哋根深蒂固,都會一點一滴咁將靈魂同肉身嘅惡行化為烏有:　只要我哋唔喺禱告同盼望中灰心,而係堅定不移、恆心不息咁敬奉主。

**7.** 基督為乜嘢要透過啲好似嬰兒咁純真嘅信徒口中讚美呢?　無疑係要透過詩歌讚美,好去壓制嗰個無度殘暴嘅仇敵同報復者──美德嘅仇敵、惡毒嘅報復者、魔鬼。因為經上話:*「因祢榮耀的眾多,祢已經敗壞了祢的敵人」*(出埃及記 15:7),同埋向我哋發戰嘅仇敵。

**8.** 人人都收割自己所行道路嘅果實──一半喺今生,一半喺來世。

**9.** 一個比丘要時刻保持最嚴謹嘅苦行,唔好畀情慾所惑,並且培養深沉嘅寂靜。

**10.** 魔鬼──我們靈魂的仇敵──激勵某些人向我們拋出微不足道的讚揚,然後引誘我們去享受它。如果我們因自負而放鬆,再被虛榮所勝,我們的仇敵就不難將我們完全擄去。

**11.** 不如接受譭謗你的人,勝過接受讚揚你的人,因為按聖經所言,後者與咒詛無異 (箴言 27:14)。

**12.** 當你熱誠地實踐禁食,但因軟弱而跌倒,就當以破碎的心,感恩地歸向萬有之供應者與審判者。如果你總是以謙卑的心在主面前站立,你就永遠不會在人面前自大。

**13.**仇敵知道禱告係我哋最強大嘅武器──對佢嚟講係毀滅性嘅──就用盡方法想令我哋遠離禱告,有時甚至畀我哋心生想去接觸嗰啲我哋已經偏離嘅希臘文著作。　但我哋唔好理會佢嘅誘惑;免得我哋偏離屬靈操練嘅律法同秩序,反而收割到荊棘同蒺藜,而唔係無花果同葡萄串。*「因為世人嘅智慧在神眼中算係愚拙」*(林前3:19)。

**14.** *「我帶給你哋大喜嘅好消息,呢個好消息會臨到眾人。」*(路加福音2:10)天使咁講,唔係淨係畀某啲人。又有一節經文:*「願成地都向你下拜,向你唱歌。」*(詩篇65:4),唔係淨係地嘅一部分。　然而,唱歌唔係為咗流淚祈求某啲嘢嘅人所特徵,而係為咗已經得到所渴望嘅嘢而歡欣鼓舞嘅人所特徵。如果係咁,我哋就唔好灰心,而係要歡歡喜喜咁過活我哋嘅生命,從呢啲話語中攞到激勵,去追求呢種喜樂同滿足。　不過,我哋要喺呢份喜樂中加入對上帝嘅敬畏,正如經上所言:*「要敬畏主,心存喜樂。」*(詩篇2:11)同樣,同馬利亞一齊嘅婦女　,都帶住恐懼同大喜樂逃離墳墓。(馬太福音28:8)　或者有一日,我哋都會帶住敬畏同喜悅,從我哋心靈嘅墳墓逃走。如果可以無驚無懼就更奇妙;因為無論係摩西定係使徒彼得,都冇人無罪。但喺呢啲人身上,當神聖嘅愛得勝之後,喺離世嗰刻就會趕走恐懼。

**15.** 你喺聖經有見證,話有情欲嘅人,只要全心全意相信,就會得着無情欲嘅恩賜。今日主對嗰個*「智慧」嘅強盜*講:*「你今日會同我一齊喺樂園入面。」*(路加福音　23:43)　又對那患血漏病的女人說:*「你的信心救了你,平平安安的去吧!」*──這便是無情欲之福(馬可福音5:34)。又如其他許多相似的經文,例如:*「照你的信心,給你成全吧!」*(馬太福音9:29)。

**16.** 當我哋嚴以律己、克制自己嘅情慾時,魔鬼就用更羞恥嘅念頭猛烈攻擊我哋;嗰陣,我哋就更應該堅固我哋對主嘅信心,喺心裏面建立最堅定嘅盼望,盼望所應許嘅永恆福份──呢啲福份係我哋嘅仇敵出於嫉妒,極力想剝奪同剝離我哋嘅。　因為如果呢啲福份唔係極其偉大,魔鬼就唔會對我哋咁妒忌,亦唔會咁頻繁用邪惡嘅念頭攻擊我哋,佢哋希望藉此滿足佢哋嘅惡意,並以為可以透過呢種反覆又難以忍受嘅折磨令我哋絕望。

**17.** 有人認為真知識係要落行動先得(係建立喺已經認清嘅真理上)。所以,你哋要更加努力,用行動去證明你哋嘅信心同知識;因為淨係吹噓自己有知識嘅人,就會聽到有人講:*「佢哋口裡承認認識神,但行為卻否認神。」*(提多書1:16)

**18.** 大部分時候,喺節日同聖聚會期間,尤其係當有人打算領受神秘餐時,魔鬼就努力用可恥嘅幻想同射精去玷污修道者。但就算咁,佢哋都壓唔倒、打唔散一個慣咗以耐心同勇氣去忍受一切嘅人。而嗰啲雖然曲曲彎彎(好似蛇咁),但又假扮直嘅人,唔好畀佢哋喺我哋面前自鳴得意。

**19.** 為咗堅定同熱誠,仇敵就會報復,用各種難以言喻嘅試探折磨你嘅靈魂;但要堅心!由呢啲偉大同無數嘅悲傷中,正為你編織住一頂冠冕。　*而且,「在我軟弱裡,基督的能力才得以完全」*(林後12:9),在最悲傷的境況中,聖靈的恩典往往最能綻放,正如先知的話所應許:「因為,*在黑暗中,光為義人照耀」*(

詩篇111:4); 當然,*前提係「你要夠有勇氣,堅定咁攬住我哋直到最後都引以為傲嘅盼望」*(希伯來書3:6)。

**20.** 冇嘢似笑聲、打趣同閒聊咁經常打亂一個本來良好嘅心境。 然而,冇嘢能似敬畏神、專注嘅敬虔、持續研讀神嘅話語、以禱告裝備自己,以及追求有果效嘅警醒,咁樣能更新疲倦嘅靈魂,並預備佢與神親近。

**21.** 無論悲傷係人引起定係魔鬼搞出嚟,我哋都應該堅毅咁承受,因為知道自己配受所有苦難,而且更唔應該怪責任何人,只可怪自己。將自己嘅不幸歸咎於人,就已經偏離咗正確嘅判斷。

**22.** 有時一個人雖然勤力,卻因重重誘惑而偏離正路,逾越本分,正如聖經所言:*「吞滅盡他一切的智慧,一切的聰明。」*(詩篇106:27) 呢樣嘢係容許嘅,*好叫我哋「唔好依靠自己」*(林後1:9),*亦好叫以色列「唔好自誇,話係自己嘅手救咗佢」*(士7:2)。 但要堅心,因為你將會再次被恢復到你從前的榮耀狀態,屆時,憑着上帝的命令,那惡者──迫使你以激情去見和聽一切,並誘你犯罪的──將會被從你身上驅逐,並趕走; 因為佢用濃雲遮蔽心思,令肉體感到難以言喻的沉重與負擔;又將本性中原本單純無偽、如新生嬰兒一般的思想,變得複雜且極具詭詐,引誘佢向這邊或那邊,從而腐敗並扭曲佢。

**23.** 人係一個偉大嘅存在,會喺內心成長,亦因佢嘅美德而受人尊敬。然而,呢個偉大嘅存在竟然怕罪,就好似大象怕老鼠咁,*唯恐「自己喺勸人歸正嘅時候,反而自己反而被淘汰出局」*(林前9:27)。

**24.** 正如但以理所言(7:25),魔鬼不但要在世界末日*「說褻瀆的話,頂撞至高者」*;就算而家,佢都透過我哋嘅思想,向天父發出可惡嘅褻瀆,褻瀆至高者本人、佢嘅受造之物,以及基督嘅聖事。 然而,我哋要堅立喺知識嘅磐石上, ,唔好驚,亦唔好對呢個惡者嘅大膽行徑感到訝異;反而要裝備信心同懇切嘅禱告,喺至高者嘅幫助下,大膽咁回應仇敵。

**25.** 敵人用恐嚇同辱罵,大膽咁攻擊啱啱離開身體嘅靈魂,化身做一個苦毒又可怕嘅控告者,揭發佢嘅過失。但係,當時都可以見到,一個愛神又忠誠嘅靈魂,雖然之前畀罪惡傷過好多次,都唔驚佢嘅攻擊同恐嚇, 反而喺主入面堅強屹立,滿有喜樂同勇氣,見到天軍護送住佢,信仰之光好似城牆咁保護住佢; 佢就大聲向惡魔喝道:「你同我哋有乜關係,你呢個神嘅陌生人?你同我哋有乜關係,你呢個被趕出天界、邪惡者嘅奴僕? 你對我哋冇任何權勢;神嘅兒子基督對我哋同萬有都有權勢。我哋向祂犯罪,最終都要向祂交賬,而我哋嘅保障就係祂對我哋嘅憐憫,同藉住祂尊貴嘅十字架喺祂入面得著嘅救恩。至於你,可憎惡嘅,就遠離我哋吧。 你對我哋冇任何影響,對基督嘅僕人亦都一樣。──聽到呢番大膽嘅說話,魔鬼撕心裂肺,終於崩潰,發出一聲喊,無力抵擋基督嘅名;而靈魂因勝過佢,高高飛越敵人之上,就如一隻所謂疾羽嘅鳥趕走烏鴉咁,將佢驅走。 – 之後,喺喜悅中,佢會畀神聖嘅天使帶去,按佢嘅狀況去到佢所預備嘅嗰處。

**26.** 就連一點微小的誘惑,有時神都容許,都可能成為熱誠者進展的絆腳石──就讓最細小的魚──蝦夷鯛(Echeinis)為你作證:只要輕輕一觸,就能令一艘載滿各種貨物、滿載而歸的船停滯不前; 又記住嗰位講自己:*「我保羅──我曾一兩次有意到你哋嗰度,但撒但擋咗我路」*(帖前2:18)。但唔好因此而混亂,反而要憑耐性抗拒,你哋就會蒙恩。

**27.**當一個美德豐盛的人,因懶散而偏離正路,那時,從亞瑪力克──或者,改換作米甸(士師記第六章)──的惡東之子就起來攻擊他, ──一個沉迷於淫亂的勢力──帶着他們的駱駝,即無數熾熱的回憶,並荼毒地上的一切果實,即最崇高德行與習俗的成果;結果,以色列最終陷入貧窮,陷入絕望,被迫向主呼求。 然後,一個好嘅念頭從天而降,賜畀呢個效法基甸、滿有信心同謙卑嘅人 [因為佢話:*「我呢千人喺瑪拿西支派入面最少」* (士師記6:15));佢就帶住三百個軟弱嘅人,對住咁多敵人起兵,並靠住恩典,光榮地從敵人手上攞到勝利嘅戰利品。

**28.** 你唔可以*「踐踏眼鏡蛇同蠍子,踐踏獅子同蛇」*(詩篇91:13),除非你透過長時間嘅禱告懇求上帝,接納天使做你嘅同袍戰士,等佢哋用雙臂托起你,將你高舉過一切世俗智慧之上。

**29.** 凡努力奮鬥而失利者,不可灰心或鬆懈決心,當以以賽亞之言為壯膽,堅定不移,唱此歌:*「大能者啊,要順服!」*──噢,狡猾的魔鬼們! *「因為你哋即使再興起,都要再次被打敗;無論你哋策劃咩計謀,主都會將佢摧毀,因為神與我哋同在。」*(以賽亞書8:9–10)──呢位神,祂會扶起跌倒者,當我哋一悔改,仇敵就會因悲痛和憂慮而被撕裂。

**30.** 凡在試煉中受造就的人,要避免憂愁是辦不到的;但之後,他們就被視為配享大喜樂、甘甜的眼淚和神聖的思想,因為他們在心中培養了憂傷和痛悔。

**31.** 既使雅各──那渴慕恩典者──和以掃──那追求所渴望祝福者──都未得着所盼望的(羅9:16)──因為神施憐憫、賜福、並以聖靈膏抹的,不是我們所揀選的,而是祂自己在創世之前預定要事奉祂的那位── 咁我哋就絕對唔會灰心或者嫉妒,當我哋見到任何弟兄──卑微同最微小嘅──喺品德上出類拔萃。你哋肯定都聽過主喺寓言入面講:*「為呢個人騰出位嚟」*(路加福音14:9)──好等喺你之上嘅人可以喺呢度攞到佢嘅位。 所以我哋更當為呢位審判者讚嘆,祂智慧又難以言喻地命定,叫最卑微、最末後嘅人先得優先同帶領,而我哋就算喺行為同年紀上都勝過佢,都要做最後一位。主對每個人所量度嘅分量,我哋就當心滿意足。 *「我哋若靠聖靈而活,就當靠聖靈行事。」*(加拉太書5:25)

**32.** 無論如何,當你手下的人對你說:「請暫時賜予我權柄,為的是美德,好讓我嘗試某件事,並以某種方式去完成。」你都絕對不可同意。因為凡是如此說話的人,明顯是想行自己嘅意思,同時拋棄最完美順服嘅約定。

**33.** 到時你就會見到,無論肉體和靈魂的私慾有多少,都會在適當的時候,因著上帝的安排而被根除;但基督的憐憫永不止息。因為*「主的名要存到永遠,要傳到萬代;敬畏他的人,主都要施憐憫於他們。」*(詩篇102:17)

**34.** 君王的府庫會被黃金填滿;而真修者的心靈則會被知識充實。

**35.** 有時一個教師會因那些從他得着屬靈益處的人而蒙受羞辱,並受到試探。因為,正如經上所說:*「我們是愚鈍*的──因肉體作奴僕而愚鈍──*軟弱的;但你們在基督裡卻尊貴、強壯。」*(林前4:10)

**36.** 透過肉體的腐敗,其源頭和基礎是一個激情澎湃的思想。 但係跌咗之後醒返過嚟嘅人,就透過懺悔將佢趕出靈魂。因為經上話:「你哋本來應該流淚,好將嗰個引誘你做呢件事嘅邪惡同不體面思想,從你哋中間除掉,就更好啦。」(林前5:2)所以,流淚就對抗咗敗壞嘅精神。

**37.** 又有誰能向因羞辱和無力而受壓迫的人宣告,只要他行義,就可以看見耶穌──不但將來,甚至就在現在──以無情欲的心,以將來時代的大能和榮耀顯現呢? 所以,好似撒拉咁,佢嘅靈魂──本來因不生育而衰老,按應許最終生咗一個義嘅兒子──會講:「神令我得笑」,即係話,祂喺我多年因種種情慾帶嚟嘅憂傷之後,賜咗我極大嘅喜樂;或者,按另一種翻譯: *「上帝使我重新*年輕*」──「我嘅青春好似鷹咁更新」*(詩篇102:5)。 因為我以前在罪惡和可恥的慾望中衰老,而今我已重生,變得年輕而柔嫩,先前因肉體而變得粗糙;而今我輕視世俗之物,因為我已擁抱了與我本性相符的純樸與超然, 當我嘅心靈因神豐盛嘅憐憫得以復康,而我嘅肉身──就如敘利亞人拿細爾──經過知識之約旦河嘅洗禮,變得猶如嬰兒嘅肌膚; 我而家心志統一,蒙神恩典,脫離咗蛇嘅狡猾同埋一大堆邪惡思想,佢哋喺邪惡方面好叻,又喺物質世界(沉溺於感官享樂)度紮根好深。

**38.** 假設主自己對你說:「我同時從你身上取去某種恩賜──你曾因此得心靈滿足與安息;並在它們的位置上賜給你另一種同樣價值的恩賜。」 然而你卻只顧念被拿去的,不理會被賜下的,就嘆息、生病,並為憂愁所傷; 然而,你接受我賜給你的憂愁,卻使我喜悅(林後2:2),因為我賜憂愁是為你好,是要救你,不是要害你,關心我所視為我兒的人。」

**39.** 你自己定條戒,唔好食魚,睇吓之後仇敵點樣會不停咁驅使你去渴望食魚,而你自己都會同樣瘋狂咁去嘗試嗰啲本不應該渴望嘅嘢,好似亞當當年經歷咁; 因為佢聽咗「你唔可以食呢棵樹嘅果」之後,就用盡晒所有慾望去執著嗰樣被禁止嘅嘢。

**40.** 神用智慧拯救一些人,用單純和柔和拯救另一些人;你要知道,神絕不會拒絕柔和的人。

**41.** 凡更熱誠地投入禱告的人,都要面對更可怕、更猛烈的試探。

**42.** 如果你注定要達到無情欲,就唔好放縱自己,而要盡你全力去追求。因為*「我哋喺呢個帳篷入面嘆息,好想穿上我哋嗰個天上嘅居所;好叫所屬肉體嘅生命被吞滅」*(林後5: 2:4),唔單止喺世界末日嗰陣身體上,而家我哋仍然喺度嘅時候,喺屬靈上都會被吞沒,作為一個憑據。因為*「死亡被吞滅喺勝利之中」*(林前15:54)。所有追趕我哋、侮辱我哋嘅埃及人,都會被從天而降嘅能力浪潮所吞沒。

**43.** 如果你忘記咗嗰位講*「我謹守,免得自己失失喪」嘅人嘅說話*(林前9:27),又或者*「要小心,免得跌倒」嘅說話*(林前10:12),──亦都包括: *「要小心自己」*(對教牧人員而言),*「免得你哋自己都受試探」*(加拉太書6:1), – 如果你忘記咗所羅門喺蒙受咁大恩典之後,竟然偏離正路同犯罪;– 如果你將彼得嘅意外否認拋諸腦後;咁你就信靠自己嘅理智,自豪自己嘅生活方式,誇口自己嘅長期苦行,並畀驕傲佔據你。 – 但,弟兄啊,你切不可懶散(攤在床上),也不可放縱大意;– 反而要趁著鼻孔裡還有氣息,即使你

已到摩西的年紀,都要敬畏,並禱告說: *「主啊,莫在年老時丟棄我;等到我力氣衰盡,就莫離棄我,神啊,我的救主啊!我要在祢裏面歌唱。」* (詩篇 70:9, 6)

**44.** 主對你說,正如祂對馬太所說:「跟從我」(馬太福音9:9)。 – 如果你而家,正誠心誠意喺生命路上跟隨你向往已久嘅主,卻因情慾之石絆倒 ,突然跌入罪中;或者行到泥濘之地,經常不自覺地滑倒;但無論你跌咗幾多次,令身體痛楚難當,你都要同樣嘅次數再次站起,懷住以往嘅熱誠,跟隨你主嘅腳蹤,直到你與祂相見。 *「我憑*信心默想,*在祢面前出現,要觀看祢救恩的大能和祢的榮耀;我要奉祢的名舉手,我要滿有喜樂和快樂,我的嘴唇*要為祢歌唱。」(詩篇62:3–6) 能得著「基督徒」的名,對我而言是莫大的榮譽,正如主藉以賽亞的口對我說:*「你被稱為我的僕人,這本是可使你得榮耀的。」* (以賽亞書49:6)。

**45.** 經上說:*「父神必將好東西賜給求祂的人」* (馬太福音7:11),又說:*「祂必將聖靈賜給求祂的人」* (路加福音11:13): 呢啲說話教導我哋,神嘅僕人透過禱告,唔單止得罪過得赦免,仲配得天上嘅恩賜;佢哋喺尋求嘅時候,因着主應許呢啲福氣唔係畀義人,而係畀罪人,就得着力量。 所以,要不住地並以堅定不移的決心去求,即使你未能在品行上達到完美,甚至軟弱且一無所值──你仍會蒙受豐盛的恩典。

**46.** 叫不信者或信心微弱的人,細想螞蟻如何能飛,某種蟲如何能變為鳥,以及其他眾多奇妙現象如何在受造之物中發生;好叫他們脫去不信和絕望的軟弱,最終能振翅高飛,像一棵樹般結出榮耀的知識。 因為主說:*「我──耶和華──能使乾樹發旺,能使枯骨復興。」* (以西結書17:24;37:4、9)

**47.** 我哋絕對唔好為咗身體嘅需要而憂慮消瘦;反而要全心信靠上帝,正如一位好人曾經講過:「信靠主,主就會信靠你。」又如蒙福嘅使徒彼得所寫:*「要自制,喺禱告中保持警醒。」* (彼得前書4:7)—將你一切的憂慮卸給神,因為他顧念你(彼得前書5:7)。 如果你仍然懷疑,不信祂會顧念你、眷顧你,就看看蜘蛛,好好想一想人同蜘蛛有幾咁唔同──我講,蜘蛛本身冇乜嘢比佢更軟弱、更冇能力。 然而蜘蛛一無所有,不遠行,不興訟,不發怒,亦無倉庫;它一生過著完全的柔和、貞潔與徹底的寂靜;它對別人的事毫無興趣, 但佢只管自己嘅事,靜靜地、安詳地處理自己嘅事務;藉此,佢唔使講嘢,就已經同嗰啲好懶散嘅人講,唔肯勞動就唔應該食飯;佢咁沉默,連希臘人最佩服嘅、以言行節制著稱嘅畢達哥拉斯都比唔上佢; 畢達哥拉斯唔會同每個人講嘢,但有時會私底下同佢啲朋友傾偈;佢有時仲會對牛同鷹講嘢,講啲好笑又冇意義嘅說話;佢完全唔飲酒,淨係飲水。 蜘蛛以佢嘅完全沉默,勝過咗畢達哥拉斯嘅言談克制;又以連水都唔飲,勝過咗佢嘅禁酒。喺呢種寂靜狀態下,呢隻脆弱而卑微嘅蜘蛛生活,唔鍾意走去外面到處遊走,亦唔想過度勞動而疲勞; 而居高臨下眷顧卑微者(冇嘢比蜘蛛更卑微)嘅祂,將祂嘅恩典施與佢,每日都喺佢居所附近送上一兩隻小獵物,令細小嘅昆蟲誤闖佢嘅蛛網,成為佢嘅食物。

**48.** 或許有人被貪食所奴役,會說:「我食得多,又因為咁要花好多錢,所以唔免要糾纏喺好多塵世嘅瑣事同交易入面。」 但願呢個人亦都望一望喺大西洋覓食嘅巨鯨,睇吓佢哋點樣豐盛咁被神餵養,從未經歷過飢餓;雖然每條巨獸食嘅魚,比人口最多嘅城市一日內食得嘅魚仲要多。 *「眾人都等候你,你要按時候賜給他們食物。」* (詩篇107:27)聖先知咁唱。無論人食得多定食得少,上帝都會照顧兩者。 聽見呢啲,你呢個有廣闊同無限心胸嘅人,都要將自己完全託付畀上帝同信心,拋棄一切世俗嘅憂慮同過度嘅焦慮,唔好做無信心嘅人,而要做有信心嘅人。

**49.** 如果我哋真係想討神嘅喜悅,並最蒙福地被祂所愛,就要將我哋嘅心赤裸裸咁獻畀神,唔好帶住呢個世界嘅任何嘢嚟,亦唔好留喺心入面──無論係技巧、知識,定係花巧嘅辯論──就算我哋已經精通咗世上所有智慧都一樣。 因為神會轉臉不理那些以自負、虛榮和驕傲滋養自己心態而來親近祂的人。有些註釋者 rightly 形容這種虛浮的自負,其實就係放縱自己、自我膨脹。

**50.** 我們如何能克服已經根植於我們心中的罪?需要自我克制(或將自己的意志強加於慾望之上)。因為經上說:*「人因勞碌而得食,使自己心志飽足,就遠離自己的滅亡。」* (強行驅走) (箴言16:26),總要努力將心思意念引導向聖潔。律法並無禁止以暴力制止暴力(即以善的暴力對抗罪惡的暴力)。 當我哋對某件善事施以自我約束(即係迫自己將美好嘅願望付諸行動),就等候從上而來嘅能力,留喺耶路撒冷 (路加福音24:49),即係話要不停禱告同實踐其他美德,直到呢股大能力臨到我哋──呢股能力唔似我哋微弱嘅努力,而係用身體嘅嘴脣講唔出嚟嘅, 有力地勝過並制服罪惡的本性與鬼魔的惡意,克服我們靈魂向惡的傾向,以及制服一切不體面的肉體衝動。*「有一陣聲音,」* 他說,*「從天上發出,好似暴風的聲音」* (使徒行傳3:2),好以大力將那不斷引誘我哋行錯嘅惡從我哋裏面趕出去。

**51.** 「仇敵*在牠的網羅中窺伺,好似獅子藏在牠的洞裡*」(詩篇 9:30),瞞住我哋唔知污穢同不敬虔嘅思想就係陷阱同網;但我哋如果唔打盹,都可以為佢設下更大、更危險嘅陷阱、網同埋埋伏。 因為禱告同詩篇、警醒同謙卑、鄰舍相愛同憐憫、感恩同聆聽神嘅話──呢啲就係對敵人嘅埋伏;又係圈套、陷阱、鞭打、纏繞,同埋窒息嘅扼喉。

**52.** 活到高齡嘅大衛先知,多謝揀選佢嘅上帝,喺佢對神祝福嘅認領結尾講:「而家,你嘅僕人先有膽量用呢禱告向你祈求。」 呢段話係要令我哋明白,要達到心靈寧靜嘅初步狀態──呢個所謂嘅「心靈之天」──基督所居住嘅地方,需要好大嘅努力,亦要喺禱告上花費好多時間,正如使徒所講:*「豈不知你哋身內有基督耶穌?」*(林後十三:5)?

**53.** 如果基督*「就成為咗我哋從上帝嚟嘅智慧、公義、聖潔同贖罪」*(林前1:30),咁祂明顯亦都係我哋嘅安息。因為祂話:*「凡勞苦擔重擔嘅人,可以到我跟前,我就使你哋得安息。」*(太11:28) 所以,講佢成為人嘅安息日──即係安息──係好合適嘅。因為人類只有喺基督入面先至可以得着安息。

**54.** 就如有一杯敗亡杯、有一杯忿怒杯,同樣有一杯軟弱杯,主從我哋接過嚟,喺適當時候交畀我哋嘅仇敵,使唔係我哋,而係魔鬼被軟化而跌倒。

**55.** 正如在外部事務上有錢莊換帖、織工、捉雀人、士兵和建築工人,同樣,在內在事務上,要明白在我們的心思裡,也有賭徒、下毒者、海盜、獵人、行淫者、兇手等等; 呢啲都要即刻用虔誠嘅抵抗同禱告趕走,尤其係行淫者,免得佢哋玷污聖地,令神人成為可憎嘅對象。

**56.** 主賜救恩,不但藉言語,好似那在十字架上向祂呼求的強盜,亦都藉心思。因此,那患血漏的婦女在心裏認定(即以信心思想): *「我只要摸到祂外衣的衣襟,就必得救。」*(馬太福音9:21);亞伯拉罕的僕人*「心裏對神說話」*,論及利百加。(創世記24:15)

**57.** 一旦人察覺到罪惡的惡臭、重擔和瘋狂,所犯的罪幾乎即時就驅使那悔改者歸向神。 但係唔肯悔改嘅人,唔會畀罪惡推向上帝;相反,罪惡會將佢哋緊緊捆住,用無法打破嘅枷鎖鎖住佢哋,將佢哋破壞性嘅慾望推到極點。

**58.** 你要提防耶洗別的咒詛(列王紀下9:22),其中最惡毒的就是驕傲和虛榮的思想。 不過,如果你謙卑並克制你嘅靈魂,喺主面前自卑,求祂幫助,並承認你所尋求嘅拯救係天上嘅恩賜,你就可以靠住神嘅恩典擺脫佢哋。 所以先有*「若非從天上賜給他,人就不能收受什麼」*(約翰福音3:27)呢句話。

**59.** 有時弟兄姊妹聚會時,一個虛浮嘅念頭會突然冒出,驅使你講啲不合時宜嘅說話;但係天使嘅思想會感動你,趕走呢個好諍、不合時機嘅念頭。– 所以,如果你唔以美德嘅沉默去驅走佢,反而因為自負而任佢流露, 到時你就要承受惡果──被公義地交給更大的罪、或一些外在的災禍、或弟兄們的嚴重困苦、或來世里的折磨:因為就連那由未受訓練的舌頭所發出的閒掰和虛空的話,我們都要交賬; 所以,我哋要小心守住自己嘅口。

**60.** 凡被肉體情慾、忿怒、虛榮和各種私慾誘惑的人,就如詩篇120:6所言:「我日頭受日頭的燒,日頭受月頭的燒。」所以,你要禱告,求那賜甘露的雲遮蓋你,好叫你免受仇敵的炙熱。

**61.** 絕對唔好畀鍾意酗酒、做糜爛宴席奴僕嘅人,或者嗰啲急住講無恥說話嘅人,就算佢哋頭髮花白,或者做咗好多年修道生活,都唔好畀佢哋大膽咁接近你;免得佢哋嘅敗壞都沾污咗你,令你被算喺心靈污穢、未受割禮嘅人之中。

**62.** 首先,鑰匙交託畀彼得,然後佢被容許跌入否認主基督,好藉住呢種跌落嚟,去教訓佢嘅自以為是。 同樣地,如果你領受咗智慧之鑰,卻墮入各種試探,就唔好驚訝;反而要榮耀嗰位全智嘅主,因為祂透過呢啲跌倒去制約隨住神聖知識而嚟嘅驕傲。因為試探喺神嘅眷顧下,就係一條能約束人嘅狂妄嘅繮勒。

**63.** 如果主常常收去祂賜給我們的福份──例如約伯的財富;因為「主給的,主也取走的」(約伯記 1:21)──那麼,永恆者加給我們的手害,也必會從我們手中被除掉;正如智者所言:*「福禍都由主而出。」* (西拉希11:14)。而祂既然使惡臨到我們,祂同時也賜給我們永遠的喜樂和榮耀。「正如我曾看顧你,要毀滅你、降禍給你,」主說,「我要重建你,不再毀滅你;我要栽立你,不再拔出你。」 要令嗰句流傳廣泛嘅諺語閉口,就係:「一旦事情搞砸咗,就永遠都好唔返。」因為祂既然能將我哋嘅境況變得更差,當然亦能再次意想不到咁,將我哋帶到最光明嘅狀態。

**64.** 「用更大嘅力量同更強嘅勝利渴望──無論係透過自我克制、禱告定其他美德──去攻擊魔鬼嘅人,自己都會畀佢哋造成最深嘅創傷,甚至可能陷入絕望,懷疑自己嘅靈魂已經被定罪於靈性死亡,

迫使佢大聲呼喊:*『有邊個可以救我脫離呢個必死嘅身體?』」* (羅馬書8:24);因為仇敵違背我本意,強迫我遵守牠的律法。

**65.** 並非如有人彼此所言,只寫咗:*「起來,我哋去到那有盼望、安居喺和平中嘅人民度」* (士師記18:9–10);又喺另一處寫道:*「來,我哋上去猶大,同佢哋講*咗啲欺騙嘅說話*之後,我哋就可以令佢哋轉離」* 真理(以賽亞書7:5–6)。 所以,邪惡嘅魔鬼通常會對揀咗隱居生活嘅人磨快試探嘅利劍,並且用更大嘅憤怒攻擊嗰啲更虔誠、敬畏上帝嘅人,透過佢哋嘅虔誠行為,用難以言喻嘅誣衊將佢哋誘入罪中;好令佢哋至少藉住呢種方式,遠離對基督嘅信心、禱告同屬靈嘅安慰,從而被打敗。 但我哋,主啊,照大衛所言(詩篇79:19),除非你憐憫我哋,使吞滅我哋者離開我哋;除非你命令試探我哋者離開我哋,並以忍耐同堅定不移嘅無情令我哋得生,否則我哋絕不離開你。 因為試探本是人生命的構成,而且往往在預定時候,那引領我們行路的人,竟然容許我們倒在陌生人的腳下;但偉大而英勇的靈魂的性情,就不是在悲慘的逆境中絕望。

**66.** 如果魔鬼咁勁,就算人唔願意,佢都可以憑佢偏離咗真正自然秩序,就令嗰個人屈服喺佢意旨之下,拉佢落佢一邊;咁,嗰位喺指定嘅時候,收到上帝命令,就可以將一個人整個性情都改變得更好嘅天使,又豈止更加強大呢? 如果冰冷嘅北極咁勁,連水最柔和嘅本性都畀佢變成石頭咁硬,咁最溫暖嘅南極又豈有做唔到嘅事?如果空氣極度寒冷,就令萬物都臣服於佢,一切都被佢嘅寒意充滿──因為*「有孰能立於冰霜之前?」* (詩篇147:6)── 咁,熱力又點可能唔會按住佢本身嘅本性去改變萬物呢?因為有邊個可以企得住熱力嘅面前?所以我哋要相信,就連我哋心入面嗰塊冰冷嘅黑炭,有一日──或者講快啲,甚至更早──都會喺神聖之火嘅觸碰下變得熱熾同發光。

**67.** 就連喺呢個現今嘅時代,當真實嘅見證同徵兆喺我哋內心嘅約瑟度顯現出嚟,就有一個無情欲嘅狀態,喺呢個狀態入面,我哋嘅心靈已經出咗埃及,得釋放脫離情欲嘅慾望同埋最隱藏、最可恥嘅奴役,並且聽到一種佢從未識過嘅語言, 唔係魔鬼嘅語言,因為佢污穢,會腐蝕健全嘅理性;而係天使嘅聖潔語言,佢令心靈由有形轉向無形──呢種語言會照亮接納佢嘅靈魂。

**68.** 我聽講有啲兄弟身體嚴重受苦,無法守齋,佢哋向我求問:我哋唔守齋,點樣可以除掉魔鬼同情慾? 對呢啲人,我哋要答佢哋,唔係淨係靠禁食食物,而係要由心底向神呼求,先至可以根除同驅走邪惡嘅念頭,同埋煽動呢啲念頭嘅勁敵。因為經上話:*「佢哋喺困境中向主呼求,主就由佢哋嘅苦難中拯救佢哋。」* (詩篇106:6) 又經上寫道:*「*我從陰府深處呼求,你就垂聽我聲音,*說:『從墳墓中救回我的生命』。」* (約拿2:3、7)因為他說:*「*直到不義──即罪的負擔──消除為止,*我要向天上的神呼求。」* (詩篇56:23),好叫祂賜我極大的福,並以祂的大能除滅罪惡的根,洗淨狂熱心靈中的偶像,並向那些遠離偶像崇拜的人,顯明我們那充滿偶像的軟弱。 所以,如果你未有得着自制嘅恩賜,就要知道主為咗你嘅禱告同盼望,都好想聽到你呼求佢。 而家你已經知道主對你嘅審判,就唔好因為自己做唔到禁食呢件艱難嘅事而憂愁,反而要透過禱告同善良好耐性,將仇敵趕出你心。 如果軟弱同苦楚嘅念頭趕你出禁食之城,就逃去另一座城(馬太福音10:23),就係禱告同感恩之城。

**69.** 法老喺禱告中講:「願神將呢個死從我身上除掉」──佢就得著咗;同樣,嗰啲魔鬼懇求主唔好命佢哋入無底坑,都照佢哋所求嘅得到咗。一個基督徒為咗脫離屬靈嘅死亡而禱告,豈唔會更加蒙垂聽?

**70.** 有一個時候,人被神嘅恩典照亮同安慰;但當嗰份恩典退去,人就會陷入心靈嘅動盪同唔體面嘅慾望,或者埋怨,或者屈服於無謂嘅絕望,卻唔肯透過禱告英勇地努力,喺自己心入面恢復嗰種得救嘅心境; 就好似一個窮人,從王宮攞咗施捨,竟然因為冇人請佢入去同 राजा一齊坐低食飯而心存怨氣。

**71.** *「那冇見過卻信嘅人,有福啦!」* (約翰福音20:29),同樣蒙福嘅,係嗰啲透過恩典嘅謙卑之工,喺自己裏面搵唔到任何安慰,反而要面對一連串嘅悲傷同深沉嘅黑暗,都唔陷入絕望,反而憑住信心得著力量,英勇地堅持,因為佢哋深信自己看見咗所看唔見嘅。

**72.** 謙卑──經過多次掙扎、戰鬥同眼淚,喺適當時候由上帝恩典賜下,從高天頒賜畀尋求者──遠比嗰啲因背離美德而產生嘅謙卑更強大、更高尚。被認為配得上嘅人,真係完美嘅人。

**73.**當魔鬼離開主之後,*「天使就來事奉祂」* (馬太福音4:11)。 就好似經上冇記載天使喺主受試探嗰陣有出現一樣,當我哋任何時候受試探嘅時候,天使都唔會走得太遠;一旦試探者離開,佢哋就會嚟到我哋身邊,服侍我哋, 賜予神聖的思想、力量、啟悟、痛悔、安慰、忍耐、喜樂,以及一切能拯救、

強化並恢復在爭鬥中勞苦的靈魂之恩典。　對拿但業說:*「從今以後,你要看見天開了,人子降臨在神身上。」*(約翰福音1:51)意思是,從此以後天使的服侍與幫助就會豐豐富富地傾注在人類身上。

**74.** 你要記住嗰位大祭司,魔鬼就企喺佢右邊對付佢(撒迦利亞書3:1)──即係話,每一個義念、義言同義行──免得當類似嘅事發生時,你會感到驚訝。

**75.** 一個修道者應該知道軟弱是什麼,正如經上所言:*「主啊,可憐我,因為我軟弱。」*(詩篇 6:3),以及知道什麼是背離上帝──這就撒旦和牠的使者所帶來的苦楚。

**76.** 就如鐵經過鍛造可令火無法穿透,頻繁嘅禱告亦令心靈喺對抗敵人嘅戰鬥中變得最強大;正因如此,魔鬼拼盡全力,想令我哋因懶惰而放鬆,喺禱告嘅忍耐堅持上懈怠,因為佢哋知道禱告對佢哋嚟講係敵人,同時係心靈喺戰場上嘅武器。

**77.** 大衛讚賞嗰班同佢由洗革拉出發去攻打外邦人嘅人嘅熱誠,雖然佢哋已經疲倦,仲留喺波索爾溪邊。[79] 點解喺同野蠻人打完勝仗返嚟之後,聽到有人話啲因疲勞留喺溪邊嗰班人唔應該分到戰利品——見到佢哋無嘢好講,感到好尷尬——最仁慈嘅大衛就為佢哋辯護,話: 佢哋被派喺貨物旁邊守衛,大衛就按佢分畀英勇愉快作戰嘅勇士嗰份,同樣分咗一份畀佢哋(撒母耳記下30:21)。　而家諗吓:如果有一位弟兄　,起初對禁食、守夜等宗教操守表現得好有熱誠,之後就略為鬆懈咗,我哋就假設佢內在嘅美德(佢嘅好品性)　──信心、悔改、謙卑、哀慟、忍耐、盼望、慷慨等等;那麼這個人,若緊緊持守這些美德,並忍耐堅定地等候主基督耶穌,雖然外在行為軟弱,仍會按理領受某種永恆的賞賜。

**78.** 凡在行動與默想上完全獻身於上帝者,稱為利未人與祭司; 至於「利未的牛」(民數記第三章)就係指嗰啲雖然冇能力堅定咁行喺德行嘅道路上,但仍然喜愛德行、無時無刻都渴望佢、並盡力追求佢嘅人,即使因為惡勢力奪去佢哋嘅力量而唔一定成功。 但到適當時候,佢哋──希望係咁──都會因上帝對人類嘅慈愛而獲得無情欲之恩。因為經上說:*「主啊,你已經聽見了窮人嘅心願。」*(詩篇9:38)

**79.** 我哋經常留意同見到敵人喺公開同暗中對我哋施加嘅打擊; 但佢因我哋而受嘅折磨同困擾──無論我哋喺美德上勝出,定係悔改罪過,定係忍受侮辱,定係泰然面對不幸,定係堅持禱告,定係行其他虔誠嘅事──都撕裂佢,折磨佢, 佢喺我哋手上受苦、啜泣、心都碎晒──呢啲,神都唔畀我哋見到,免得我哋自大。正如使徒所言:*「照神公義,行苦刑報應那苦待你的人。」*(帖前1:6)

**80.** 如果一棵樹墩,無論立於地上或石上,擺了很久,都能從水氣中發芽,好似新種咁,咁我哋亦然,當我哋被聖靈嘅能力復活,就可以顯出我哋天生所受嘅不朽性,並且結成果,就好似新種嘅樹一樣,即使我哋已經墮入舊人之中。

**81.** 至於因試探太多、罪惡過多而絕望,並說:「希望已失,我們註定要滅亡」的靈魂,那不絕望於我們得救的上帝有何說話?*「你必存活,你必看見我──主」*(以西結書37:6)。　但對那困惑於如何以及憑着什麼美德的權能才能在基督裡重生的靈魂,就說:*「聖靈要臨到你身上」*(路加福音1:35)。　聖靈喺度嘅時候,唔好去搵大自然嘅規律或者因果關係嘅通常次序。因為全能而受人敬拜嘅聖靈,會用祂嘅大能喺你身上成就按自然法則嚟講根本唔可能嘅事,令你大感驚訝。　而且,祂而今要將你──先前被征服的心──顯明為得勝者。因為那從高天降臨與我哋同在的安慰者,超越萬有;祂要將你高舉過一切自然的衝動和魔鬼的慾望之上。

**82.** 務要努力保持你高尚心靈的光輝毫髮無傷。如果你開始對萬物生出情慾,就表示主已經使你昏暗,在你的面上蒙上一層面紗──*「你眼的光明不再與你同在」*(詩篇37:11)。　然而,即使你已經擁有呢樣嘢,都唔好疲倦或灰心,而要同大衛聖人一齊祈禱:*「主啊,求你向我──呢個被失望所蒙蔽嘅人,發出你的光和你嘅真理,做我面容嘅救恩,做我嘅神。」*(詩篇 42:3、5) *「差祢的靈出去,牠們就都被造,祢便更新地面的面目。」*(詩篇103:30)

**83.** 凡日夜在此飽饗禱告與詩篇,並以聖經的榮耀讀物堅固自己的人,是福的;因為這等交通,將於來世賜給靈魂無盡的喜樂。

**84.** 你要盡力奮鬥,免得跌倒;因為勇士跌倒,本不合體面。但如果你失足跌倒,就要快快起來,重新堅立自己,繼續那美好的爭戰。即使你因恩典收回而跌倒十次,你站起來的力量,都要加倍到十倍。你一生都要咁做。經上寫住:*「義人雖然跌倒七次,仍要七次爬起。」*(箴言 24:16) 只要你緊緊攬住聖品──即係侍奉上帝嘅決心──並以淚流和祈求向上帝呼求,就算你跌咗好多次,都一樣會被算係堅定不

[79] 由塞基拉格出發嘅全隊有六百人。當佢哋行到瓦索羅瓦小溪,就有二百人冇力再行,大衛就留低佢哋喺度守物資,自己同四百人繼續前行。──佢哋嘅熱誠,當然由佢哋出發嘅方式已經好明顯。

移嘅人。 只要你同住持僧侶,像個英勇嘅戰士,就會喺前面受傷——為此你會受到讚揚,因為就算受傷,你都冇退縮、冇放棄、冇後退。 但如果你背棄咗僧侶,就會喺後面中傷,好似一個投奔敵軍、膽小如鼠、迷失方向、棄隊而逃嘅逃兵。

**85.** 絕望比罪惡更嚴重。背叛者猶大心志怯弱,戰鬥技巧又差;所以他陷入絕望;敵人趁機撲上來,套上他頸上一個套索。 然而彼得──嗰塊堅定嘅磐石──雖然經歷咗可怕嘅跌落,就好似一位戰場老兵,喺極度悲痛中都冇失志、冇絕望,反而一躍而起,從破碎又謙卑嘅心裏流下最苦澀嘅眼淚; 而我哋嘅仇敵魔鬼見到呢幕,就好似畀最猛烈嘅火焰燒到面都冇得留,即刻後退,走得好遠,仲發出一陣陣淒厲嘅慘叫。

**86.** 對以下三種情慾,僧侶必須至死方休地展開無情戰爭:對抗貪食、對抗虛榮,以及對抗拜金主義,因為拜金主義即係偶像崇拜。

**87.**以色列有一位王,靠住大衛的豎琴伴奏,並以自己所作的詩篇、聖詩和屬靈歌,就打敗了特洛格洛迪特人及其他與他們結盟的野蠻人(歷代志下12:3;20:22)。 你亦都有呢班野蠻嘅洞穴人、呢班魔鬼,壓迫你嘅感官同肢體,用慾望折磨你嘅肉體,煽動你去充滿激情咁望、聽同聞,講下流嘅說話,雙眼充滿淫穢,內外都好似巴比倫咁混亂。 所以,你要小心,用大信心,並以詩篇、聖詩同屬靈歌唱,將呢班潛伏在你內心作惡嘅人徹底毀滅。

**88.** 就如主希望人藉着人得救,魔鬼亦努力確保人藉着人被毀滅。所以,人不可與輕蔑、惡毒或多話的人交往,免得最終與他一同落入地獄。因為,即使那些親近義人的人,都幾乎難以得救。 但如果有人無懼地與欺騙者交往,就會像遇上船難、瘟疫或大麻風一樣。又有誰會可憐一個戴着笑容卻向龍靠近的人呢?所以,你要遠離那些口無遮攔、播種不和,以及內外受苦的人。

**89.** 凡是願意被稱為有智慧、有理性,並且是神的朋友,就當竭力努力,將他所領受的靈魂,呈獻給主,務要純潔、無瑕、完全無可指責。為此,他必在天上得冠冕,並蒙眾天使的祝福。

**90.** 一句善言曾令那昔日放蕩不羈的強盜變得純潔聖潔,並引領他入 Paradise。而一句惡言卻令摩西無法進入應許之地。因此,我們切勿將口無遮攔視為小事,因為誣衊者與多言者自閉天國之門。 –雖然世人喺呢度仍然可以有所成就,*但*喺嗰度就一無所有,*反而「惡人必被自己所行嘅惡害死」*(詩篇139:12)。 有位智者講得啱,跌落山谷都好過因為條舌頭而跌。所以我哋要聽聖雅各嗰句:*「人要快快地聽,慢慢地說。」*(雅各書1:19)

**91.** 免得我哋心散咗、失去專注,畀虛榮所誘,我哋最好聽從先知所言: *「我嘅子民,嚟,進入你哋嘅聖所」*──進入你哋心靈嘅聖所,遠離一切感官印象,進入嗰個無形嘅居所,由超然同聖恩嘅陰影照亮── *「關閉你哋嘅門」*,阻隔一切可見之物;*「無論幾細,都要避難」*──因為所有人生都渺小──之後佢又補充:*「直到主嘅忿怒過去」*(以賽亞書26:20),正如另有人所言: *「直到不義過去」*(詩篇56:2)。因為不義,以及隨之而來的魔鬼、情慾和罪惡,就 adalah 神的忿怒,正如以賽亞對神所說:*「看哪,你發怒,而我們犯罪了」*(64:5)。 人要透過不斷喺禱告中聆聽自己嘅心,並切實努力,留喺自己內在堅不可摧嘅聖所入面,嚟避開呢個忿怒。因為,正如有人所講:「將智慧引進你最深處。」(參見箴言 8:12;西拉45:31; 51:18);因為*「王女的榮耀全在內裡」*(詩篇 44:14),另一人又說,並補充:*「直到我進入神的聖所,這是我所當行的」(*詩篇 72:17),*「和我的產業之山」* (詩篇67:17),*「進入預備好的居所」*(詩篇32:14),這居所是主你*「親手預備的聖所」*(詩篇77:54)。

**92.** 凡真心要棄絕世界的人,就當效法那蒙福的先知以利沙,他因心中那如火焰般熊燃的对上帝的深情大爱,丝毫不曾携带任何财物与他同行。 他要將他所有的一切分給有需要的人,如此背起主十字架,甘願走向自願的死亡──永恆國度的門。

**93.** 當你感到住你入面嘅亞摩利人好似橡樹咁越嚟越壯,就要誠心向主禱告,求祂從上面叫佢嘅果實(即係行為上嘅罪)枯乾,又從下面叫佢嘅根(即係污穢嘅念頭)斷絕。願主將亞摩利人從你面前趕走!

**94.** 當你見到有人嘲笑我哋嘅沉默,就唔好驚,因為佢哋自己都唔能夠保持緘默;最好透過唱歌去抵擋佢哋嘅惡影響,但要無惡意,同時喺自己心裏加強對上帝嘅更大順服,並喺歌中呼喊:*「但我嘅靈魂,要順服上帝」* (詩61:6);*「因為他們不愛我,反倒毀謗我,但我仍然禱告。」*(詩108:4),為我自己同他們都得醫治。

**95.** 除非強風吹襲大海,否則不會有巨浪;除非魔鬼向我們進攻,否則靈魂和肉體都無法被激情所撼動。

**96.** 如果你時刻被禱告和神聖的恩典所溫暖,那麼,正如聖經所言,你就穿戴了光明的鎖甲。你的衣衫是溫暖的,而你的仇敵卻好似身穿雙層衣裳——羞愧和因寒冷而顫抖。

**97.** 謹記你嘅罪過,唔好懶得拍胸,用呢啲拍擊去打碎同軟化你已經硬化嘅心,就好似石匠打散含金屬嘅泥土咁;你就會喺入面搵到一條金脈,並為呢個隱藏嘅寶藏而喜悅。

**98.** 願對至高福份的渴慕之火,以及對聖靈言語的聖潔默想之火,在你的心靈祭壇上永不熄滅。

**99.** 如果你時刻努力*「穿戴傳和平福音的預備」*(以弗所書6:15),那麼你必定能整頓好你自己和鄰舍的家。 但如果你(面對逆境時)灰心喪氣,你就會被人輕視,按律法,*你「要承受那脫鞋之人的名」*(申命記25:9–10)。

**100.** 照約翰所講,神就係愛,凡有愛嘅人就住喺神入面,神亦住喺佢入面。所以,凡憎恨自己鄰舍、打破愛嘅連繫嘅人,明顯係用憎恨代替咗愛。 恨自己同類、同自己一樣有情同相性嘅人,就離神好遠,*因為「神就係愛;有人若常在愛裏,就常在神裏,神也常在他裏面。」*(約翰一書4:16)。願榮耀同能力歸於祂,直到永遠。阿門。

# 蒙福嘅阿巴·佐西瑪
# (巴勒斯坦人)

***關於佢嘅簡短記載***

一位古代拉丁文翻譯者喺可敬者佐西馬嘅談話之前,寫咗以下引言: 「我非常推崇並珍視這些對話,因為它們清楚地闡述了苦行努力的真諦,因為它們所蘊含的豐盛屬靈膏抹,以及因為它們所散發出最甜美的聖潔香氣。」 我從未有過如此樂意去抄寫任何東西,亦未曾有如此喜悅去翻譯任何東西。這令我探究他們的作者是誰,以及他在 quel 時代活躍,因為這些都未有定論。 「呢啲《談話》流傳下嚟嘅並唔多。佢哋明顯係由一位虔誠嘅聽眾記錄,呢位聽眾係由一位年紀已高嘅長老口中聽到嘅。呢位長老喺佢多年嘅修道生涯中,經歷咗基督教完美境界嘅所有階段,並憑住上帝嘅恩典,已攀升到凡人所能達到嘅聖潔巔峰。 呢段對話嘅作者被稱為蒙福嘅阿爸佐西馬。至於記錄者,就只係暗示佢係佐西馬阿爸嘅常聽眾之一,而且好可能係住喺約旦河邊嗰間修道院嘅兄弟。但係,呢位蒙福嘅阿爸佐西馬究竟係邊個? 經過長期而仔細嘅調查,我最終得出嘅結論係:我哋呢段對話嘅作者,就係嗰位顯赫嘅佐西馬。佢奉天命,親身聽取懺悔者聖瑪麗亞·埃及尼自己講述佢嘅一生,並為呢位可敬嘅母親提供指引,安排佢嘅安葬儀式。 佢為咗支持呢個觀點,指出發佈呢啲教導嘅阿爸佐西瑪嘅生平某啲情況,同見過埃及聖瑪利亞並講述佢故事嗰位阿爸佐西瑪嘅生平相似。

**1.** 聖瑪利亞·埃及人的傳記記載,阿爸·佐西瑪年輕時進入了一座修院,生活了五十三年後,因特殊的上方感動,遷往約旦河畔的一座修院;正是在離開那座修院時,他看見了聖瑪利亞。 而喺呢啲對話入面,就提到呢啲說話嘅阿爸佐西馬,之前住喺推羅某座修院(第24章);之後,呢啲對話又描述佢經過拿撒勒(撒瑪利亞,第14章);最後到聖傑拉西默斯嘅修院(第2章)後面嘅記載清楚解釋咗前面嗰段。

**2.** 在聖瑪利亞的記載中,提到阿爸佐西馬在屬靈經驗上非常豐富,因此,許多人——不單是來自他自己修道院,甚至遠近遙遙的——都尋求他的教導(第2段——希臘文)。 好明顯佢唔鍾意寫嘢,只係講嘢。連聖瑪利亞嘅事蹟都唔係佢寫低,而係口頭傳述,由弟兄之間代代相傳,直到聖索弗羅尼先將佢寫成文字 。呢啲指示嘅作者都係同樣嘅性格,由佢嘅呈現方式就睇得出:有人問佢,佢就講。 佢第二十九次嘅談話喺聖傑拉西莫斯修道院舉行。合理推斷其他所有談話都喺嗰度被佢其中一位最親近嘅徒弟記錄落嚟。

**3.** 呢啲教導嘅作者阿爸佐西馬,好鍾意引用聖父哋嘅言行,佢引用咗所有最早期嘅長老,而且當時對佢哋嘅記憶仍然好鮮明。呢點就指向咗第四世紀末同第五世紀初。據信埃及嘅瑪利亞喺大約430年左右過身。 阿爸佐西馬大約喺七十歲嗰陣,搬去咗約旦河畔嘅一間修道院。佢喺嗰度住咗差唔多三十年,因為佢最後係一百歲嗰年過身。對於一個喺五世紀前半期生活嘅人嚟講,四世紀長老嘅言行錄仍然歷歷在目。 呢啲線索,喺確定呢啲對話作者嘅時候,係無人會反對嘅,同時亦都決定咗佢哋嘅起源時

間同埋點樣形成。阿爸講嘢;一個渴望靈性成長嘅門徒就記低落嚟。所以所有嘅對話都係咁開始:「佐西馬阿爸講咗、或者話咗、或者述說咗」。　毫無疑問,就好似有幾多場對話進行過,就有幾多場被記錄下來。呢啲對話似乎係一段節錄,畀《靈魂牧場》(Limonarium)嘅編者約翰·莫克斯(John Moschus)所見同閱讀過。可敬嘅佐西馬(Zosima)嘅紀念日係四月四號。喺《教父學說全集》(Migne 編),呢啲對話收錄喺第78卷。佢哋亦都出現喺聖薩瓦斯·巴勒斯坦人修道院嘅手稿《Paterikon》入面,作為第一章嘅附錄。喺手稿入面,呢啲對話係未作任何分段嘅。　在印刷本中,分為14節;然而,有些節包含不止一個對話。在翻譯中,認為將每條教誨和每篇敘述都作為獨立條目更為恰當。這就更加必要,因為印刷本並不包含所有對話,而且所收錄的其中一些也沒有完整呈現。 因此分成31個部分。

## 蒙福者阿爸佐西馬的講道

**1.**　蒙福者佐西馬喺佢嘴脣上畫咗十字,就開始咁講:道成肉身嘅神,賜咗好大嘅恩典畀信同有信心喺祂身上嘅人。　即使喺我哋呢個時代,只要我哋願意,都可以開始信同埋由而家開始去行。因為如果我哋嘅意志咁渴望,而恩典又喺我哋裏面運作,咁任何想嘅人都可以將整個世界當成無物。　跟住佢拎起手頭上嘅嘢——似乎係一截稻草、一塊木屑,或者其他啲微不足道嘅小物——然後補充:「有邊個因為呢樣嘢而爭吵、辯論,記仇,或者被悲傷吞噬?除非係真係失心瘋咗嘅人?」一個照神意旨行事、在人生中興旺並不斷前行的人,就算他真的一無所缺,又豈會把整個世界看得比這根稻草更重要呢?因為,如我所常說,缺乏並無害處,有害的是對擁有之物的執著。　邊個唔知道,我哋擁有嘅所有嘢入面,冇嘢比自己嘅身體更親愛?所以,如果到咗時候,我哋被命令連自己嘅身體都可以唔理,咁我哋擁有嘅其他嘢,豈唔更加唔使理? 不過,人唔應該亂散自己嘅財產,就好似唔應該亂投自己去死一樣:因為呢種行為只係失心瘋嘅人先會做;人要等到時機成熟,先至可以做好呢件事。 講到呢度,佢就諗起有個兄弟有啲菜,就話:「佢唔係播種咗啲菜?唔係費盡心機去種?唔係收割咗?唔係施肥?點解佢唔係亂咁連根拔起,或者亂拋?佢對住啲菜,就好似根本冇咁樣。」　點解嗰陣時有個長老嚟想試佢,開始掘佢啲菜,佢連面都冇露,就走去躲埋;等到淨返一棵,佢先對長老講:「阿爸,如果你想,就留低呢棵,我哋用佢嚟擺宴。」　由此聖老看出佢係真主嘅僕人,而唔係菜嘅奴隸,就對佢講:「主嘅靈降臨喺你身上,兄弟。」— 如果佢對啲菜有執着,佢就會即刻用悲傷同痛苦去表現;但佢卻表現得好似根本冇咗啲菜咁。　阿爸佐西瑪得出結論:魔鬼留意到這些情況;如果他們見到有人對物質毫不在意,即使失去也不會心煩,就由此斷定這個人雖然行在地上,卻心中無世俗智慧。

**2.**　所有力量都喺意志嘅追求入面。一個熱切嘅意志,可以喺一個鐘內,帶畀上帝嘅喜悅,比得唔到熱誠嘅長時間勞苦所帶嚟嘅更多。一個懶散同懶惰嘅意志就係唔活躍嘅。

**3.** 魔鬼見到有人雖然受盡侮辱、失寵、損失同各種不幸,但佢唔係因為受咗呢啲而傷心,而係因為受咗之後冇勇敢咁頂住,就會驚: 因為佢哋由此推斷,呢個人已經踏上真正嘅道路 ,並且有堅定嘅願望,按照上帝嘅誡命行成全之道。 – 阿爸佐西馬於此回想起聖巴科米烏斯,以及當他哥哥責備他時所作所為,說:「你因自大而擴建修道院,就此住手吧。」聖巴科米烏斯所作的,乃是遵照天上所降的命令。　點解佢一聽到呢番說話,雖然堅持住自己嘅善行,都感到一陣義憤;但當時佢冇向兄弟反駁。夜幕低垂,心入面嗰股唔舒服嘅波動平息咗,佢就走入細小嘅禱告室,開始喊住禱告,話:「哦,上帝啊!　我仍然懷有肉體的念頭;我仍然按著肉體而活。可憐我啊!因此,照聖經所言(羅馬書8:13), *「我必須死」*。經過如此的掙扎,經過如此的心靈預備,我又再次被憤怒捲走,雖然是為了正義的事。主啊,憐憫我,免得我徹底滅亡!因為如果你唔完全喺善行上堅定我,仇敵就算只喺我身上搵到一絲立足點,我都成為佢嘅俘虜: *「凡遵守成律,但喺一件事上失腳,就成為負了全條律法嘅罪人。」* (雅各書2:10) 但我相信,如果你以你豐盛的恩典幫助我,我最終必能學習行在你聖徒的路上,時常 *「忘記背後,努力向前」* (腓立比書　3:13),並照當得的羞辱仇敵。　「否則,主啊,我若未先征服自己和仇敵,又怎能教導你將來召我同住、過此生命的人呢?」他整夜都以这样的祷告度过,一面流泪一面说着这些话直到天亮;因当时正值收割的季节,那地方又非常炎热,他双足下的汗水汇成了一滩水。「我為此而驚訝,」 blessed Zosima 說,「他的眼淚毫無止境。上帝如何能不賜給如此熱切的意志所有向祂所求的福份,當它對除這件事以外的一切都已經死去?」

**4.** 祖西馬長老又說:當有人一想起曾冒犯過他、害過他、譭謗過他、或以其他方式害過他的人,就對他暗算,他就會像魔鬼一樣自取譭謗;而他自己就足夠成為對他的譭謗者。　而我講「策劃陰謀」

係乜意思?──如果佢唔以恩人同醫治者嘅身份去記住佢,咁就最唔公平。因為上帝正係要將你所受嘅病態慾望攞上嚟,好醫治佢;所以你必須以基督差遣嚟嘅醫治者身份去記住佢。 為咗基督,你都要忍耐一切,心存感恩,因為呢份恩典。但如果你唔好好利用呢個機會,唔肯遠離你嘅惡慾,就唔係主上帝嘅錯。你受苦呢回事,就證明你嘅靈魂有病;如果你冇病,你就唔會受苦。 所以你要感恩,因為藉此你先識到自己病症嘅本質;你亦要用愛心去接受因病所受嘅一切折磨,視之為主耶穌親手送嚟嘅療癒良藥。但如果,你唔係感恩,反而心存怨氣、反抗、埋怨同埋暗中謀劃; 咁你咁做,就等於對主耶穌講:「我唔想畀你醫治;我唔接受你嘅療法;我寧願爛喺傷口入面,寧願畀鬼魔附身。我唔識主;又係邊個叫我要聽佢聲音呢?」(出埃及記 5:2) 「到頭來,主會作咩呢?」──主對我們的軟弱充滿憐憫,祂為醫治這些軟弱而賜下命令,例如灼治和瀉藥。凡是願意並尋求被醫治的人,都必須在沉默中──無論多麼痛苦──忍受醫生所開的任何處方。 因為就算身體有病嘅人,都唔會覺得受刀割、灼燙或者服瀉藥係舒服;但佢深信冇呢啲就唔可能除咗病,就會將自己交託畀醫生,深信透過眼前呢陣輕微嘅痛楚,就可以擺脫嚴重嘅內臟失調同長期嘅病症。 但係,耶穌基督所講嘅「灼燒者」,就係指嗰啲會造成傷害同害處嘅人。

**5.** 佢又話:「消除誘惑同念頭,就冇一個聖人。」逃避拯救嘅誘惑,就係逃避永恆生命。 有一位聖人說:「如果不是他們的拷問者,誰會賜給聖潔殉道者那些冠冕?如果不是用石頭將史提芬打死的人,誰會賜給他如此圍繞着的榮耀?」──再加上另一位聖人所說: 「我唔怪嗰啲侮辱我嘅人;相反,我稱佢哋為恩人,並尊重佢哋;我亦唔拒絕嗰位掌管靈魂嘅醫生,佢用羞辱嘅藥方醫治我呢個虛空嘅靈魂,免得有一日佢對我嘅靈魂講:*『我哋醫治咗巴比倫,但佢仍然未得醫治。』」* (耶利米書51:9);又有一段話:*「我幾多次想將你哋嘅仔女,好似母雞將小雞攬喺翅膀底下咁,聚埋一齊,但你哋唔肯!而家,你哋嘅家被遺棄,變成荒蕪。」*(路加福音13:34-35)

**6.** 佢又講:埃瓦格里奧斯驚主喺責備佢嗰陣會同佢講:「你被虛榮所苦,我就派咗羞辱呢個良藥畀你,好等你因此得潔淨;但係你都冇得醫治。」 – 所以,我哋要認清,除咗責備我哋嘅人,冇人會講出關於我哋嘅真話。 主,祂察驗人心腹,知道就算人人讚美討好我哋,我哋整個人仍然值得受責備,值得接受責備之言。 如果佢哋話:「你做咗啲咩啲咩。」我就會答:「但我所做嘅嘢有咩好處?」──除咗讚美同奉承我嘅人,冇人向我講假話;除咗責備同貶抑我嘅人,冇人向我講真話;就算佢哋,都未講盡我嘅全部真相。 如果佢哋知道──唔係我所有惡行嘅海洋,只係其中一部分──佢哋都會被我靈魂嘅惡臭同腐爛味嚇走。就算人體每一個部位都變成舌頭嚟責備我哋,我都深信,佢哋都無法完全表達我哋嘅恥辱。 每個控告者只會責備一部分;他無法知悉全貌。若約伯說:*「我滿有羞愧」*(約伯記10:15),而一個已經充滿了羞愧的人,再也無法承受更多,那我們呢?我們豈不更似一個邪惡的深淵? 魔鬼透過每一個罪行都令我哋卑微──我哋就應該感激以羞辱方式令我哋卑微嘅人:因為凡對自己嘅羞辱心存感恩,就等於喺魔鬼嘅頭上打咗一拳。 聖父們說,謙卑若被降到地獄,就會被提升到天國;反之,驕傲若被高舉到天國,就會被降到地獄。 邊個會逼一個謙卑嘅人對任何人懷惡念,甚至侮辱人,或者將責任推畀人?因為無論謙卑嘅人受咩苦,或者聽到咩,佢都會藉此機會侮辱同卑微自己。 於是,那蒙福的佐西馬長老回想起,當祭司長們趕阿爸摩西離開祭壇,對他說:「出去,你這埃塞俄比亞人!」時,他便開始自卑地說:「他們做得對!黑人,你本不是人,就不要在人中行走。他們做得對。」

**7.** 佢又話:「仲有咩方法可以實踐我哋由我哋聖潔而活躍嘅導師阿爸亞蒙口中所聽嘅呢?佢話:「你要好留心自己:你點解離開咗塵世,又點解會喺呢度?」──並且要盡一切辦法,當有人令你傷心嘅時候,就保持沉默,一句都唔好講,直到你透過不斷嘅祈禱令心平靜為止;只有咁先可以向你嘅兄弟求饒。 因為凡係鍾意行真直道路嘅人,當佢因為任何事而困擾嘅時候,都會嚴厲地責備同定罪自己,話:'我嘅靈魂啊,你點解發嬲?點解好似癲咗咁亂跳?就係呢個舉動,你先證明自己有病。如果你冇病,你就唔會受苦。' 點解你唔再責備自己,反而去責備你嘅兄弟?佢先係用行動同真理向你顯示你嘅病症。你要向主基督學習祂嘅誡命──祂*「受辱時唔還口,受苦時唔抵抗」*(彼得前書2:23)。 聽佢講乜,同埋佢用行為示範咩:*「我將背留畀打我嘅人,將面留畀拔我鬍鬚嘅人;我冇因佢哋吐唾沫而轉開面。」*(以賽亞書50:6) 然而你呢個可憐嘅靈魂,就因為一點侮辱同唔尊重,因為啲輕蔑、厭惡、定罪同誣衊,就坐喺度編織無數仇恨嘅念頭,從而自取譏誚,就好似魔鬼咁。魔鬼對呢種靈魂做嘅,又豈能比得上佢對自己做嘅?我哋看見基督嘅十字架,每日都讀到佢為我哋所受嘅苦楚;然而我哋自己連一句侮辱都頂唔順。真係,我哋已經偏離咗正路。

**8.** 祂又說:如果有人活得像므두셀라咁長命,卻行唔上眾聖徒所行嘅正路, ──我所講嘅係受辱同不義損失嘅道路,以及以堅忍去承受──嗰個人連一丁點都唔會成功,亦搵唔到藏喺誡命入面嘅寶藏,只會白白浪費一生嘅光陰。 佢又話:「當我同聖潔嘅狄奧尼西亞一齊嗰陣,有個兄弟向佢求福,佢就畀咗佢所能畀嘅嘢,而且畀咗唔少。但係因為佢畀嘅少過對方預期,嗰個人就開始辱罵佢,仲對我同佢講啲荒謬嘅說話。」 佢一聽到呢啲,就嬲到想用某種方式報復佢。我見到咁,就對佢講:「你做緊乜嘢?咁樣只會令自己招致誣衊,仲令你嘅靈魂失去所有美德。基督為咗你而忍受呢種對待,你又點配得上呢?」我知道,夫人,你已經將你所有嘅財富揮霍晒,好似佢係垃圾咁,但如果唔去追求柔和,你就會好似個鐵匠,打鐵嗰陣雖然打出咗鐵,但卻鑄唔成佢想要嘅嘢。聽吓神載者伊格納修斯點講:「追求柔和,因為靠住柔和,呢個世界之主嘅一切能力都會被摧毀。」 「世界完全被遺棄嘅標誌,就係乜都唔使你操心。有時一個人輕視咗好多財寶之後,反而會對支針產生執着,而呢種執着就會令佢混亂同焦慮。到時,支針就取代咗佢所有嘅財寶。」 就係咁樣,一個人會淪為針、兜帽、長袍或者書本嘅奴僕,從而停止成為上帝嘅僕人。一位智者就講得啱:「靈魂入面有幾多慾望,就有幾多主人。」主亦都話:「你嘅財寶喺邊度,你嘅心就喺邊度。」(馬太福音6:21) 而《聖彼得後書》就話:*「因為凡被乜嘢勝過嘅人,就做嗰嘢嘅奴僕。*」(彼得後書2:19)佢聽到呢句,就驚訝咁望住我,講:「願你搵到你所渴慕嘅神。」

**9.** 那蒙福者又說:靈魂渴望得救,但因貪慕虛無的財物,並為此憂慮,就逃避通往得救所需的勞苦。其實,不是誡命沉重,而是我們的惡慾。 然而,有時我們怕在海上淹死或落入強盜手中,當我們見到死亡即將來臨,就蔑視一切,甘願拋棄我們的財物; 但如果為咗喺世上多活一陣,我哋就藐視一切,認為就算失去其他所有嘢,只要保住自己──無論係免受強盜之害,定係逃離海難──都係福氣;而且,就算有人唔係好耐之前仲為咗點小事癲狂,都肯為咗保命而急急拋棄一切,點解我哋唔將同樣嘅道理應用喺永恆生命上呢? 正如一位聖人所言,點解我哋對神嘅恐懼,竟然比唔上對大海嘅恐懼?

**10.** 為咗證明呢點,阿爸講咗一件事,係佢聽人講嘅。有一次,一位賣珠寶嘅商人同佢嘅仔女一齊上咗艘船,帶住好多珍貴嘅寶石同珍珠,希望去到目的地嘅國家賣出嚟賺錢。 靠住上帝嘅安排,佢特別鍾意船上服侍佢嘅一個細路仔;佢安慰嗰個細路仔,就好似自己畀佢安慰咁,亦都畀佢食同自己一樣嘅食物。 有一日,呢個細路仔偷聽到水手喺度細聲傾計,細聽之下先知佢哋打算因為嗰啲寶石而將商人拋落海。佢聽完之後好傷心。 後來,佢照舊例帶住憂鬱嘅神色嚟照顧珠寶商,珠寶商就問佢:「你今日點解咁傷心?」 「冇嘢。」細路仔答,佢唔敢講真話。商人又問:「有冇啲嘢煩住你?同我講真話──係乜嘢?」細路仔忍唔住喊出嚟,對佢講:「水手哋喺背後咁樣害你。」商人問:「係咩?」細路仔答:「係呀,佢哋就係咁講掂咗。」 商人就叫佢啲仔過嚟,話:「無論我叫你哋做乜,都唔好頂嘴。」跟住佢鋪開塊布,對佢哋講:「將啲箱搬過嚟。」佢哋就搬咗過嚟。佢就開始擺啲石頭。擺晒之後,佢講:「人生就係咁!」 「因為呢啲嘢,我好危險會畀人拋落海,之後又冇帶任何嘢就死去。」佢就吩咐佢啲仔女:「將呢啲嘢全部拋落海。」佢哋一聽到佢講,就即刻將所有嘢都拋落海。水手都大感驚訝,佢哋嘅惡計最終都失敗咗。 講完呢段事蹟之後,聖善嘅阿爸·佐西馬又補充道:「你睇吓佢嘅心思點樣突然轉向;點樣即刻變得又精明又識做,言行一致?呢一切都只係為咗保住呢條短暫嘅生命。佢咁做都冇錯,心諗:『如果我死咗,呢啲石頭對我有咩用?』」 然而,我哋為咗基督嘅誡命,連最微小嘅損失或匱乏都唔願意冷漠以對。但如果我哋忍唔住要悲傷,就應該為害我哋嗰人嘅沉淪而悲傷,而唔係為財產嘅損失而悲傷;因為行不義者已經將自己趕出神嘅國度:*「不義者必承受唔到神嘅國度」* (林前6:9);但祂賜給你──不義的人──永生,正如主對這等人所說:「你倆要喜樂歡欣,因為你倆的賞賜在天上甚大。」(太5:12)。 然而我哋,本應為基督身體上一個肢體的衰敗而悲傷,卻拋開咗嗰份憂傷,反而坐低去思念啲短暫、微不足道、易腐朽、毫無價值嘅事。 誠然,我們配受各種刑罰。神使我們成為身體的肢體,以基督我們的神為我們的頭。正如使徒所說:*「身體的眾肢體雖多,仍是一個身體。」* (林前12:12)眾肢體的頭是基督(弗1:22)。 所以,當弟兄令你傷心,就好似手痛或眼痛,令其他肢體都受苦一樣。因為我們不會因為手痛就割掉或拋棄它,也不會因為眼痛就挖出眼睛,因為我們知道失去其中任何一個肢體,對自己都是更大的傷害; 相反,我哋會喺佢哋身上畫十字架──呢個基督最尊貴嘅印記──並呼求聖徒代禱,同時為佢哋向神獻上我哋誠懇嘅祈禱,同時亦準備眼藥同敷料,好透過呢啲幫助醫治呢個病痛嘅肢體。 所以,正如你為你嘅眼睛或手祈禱,希望佢哋痊癒,唔再痛楚,你都要為你嘅弟兄姊妹咁樣祈禱。然而,我哋見到基督身體嘅肢體受咁大嘅屬靈傷害,不但唔為佢哋哀傷,甚至仲為佢哋祈求受懲罰。呢種就真係冇憐憫心嘅人先會做嘅事。

**11.** 蒙福者又說:獲得慷慨寶藏──愛與憐憫──的人,先是帶給自己喜悅和利益,然後才帶給鄰舍;相反地,惡意先傷及並害到懷有惡意的人。 雖然佢睇落好似傷害咗鄰舍──無論係財產、名譽,甚至身體 ──但實際上佢係剝奪自己嘅永恆生命。阿爸又補充話:「對靈魂冇害嘅,對人亦冇害。」

**12.** 佢又話:「有人同我講:『阿爸,我哋被訂咗太多誡命,一諗起自己守緊啲乜、守唔緊啲乜,就令心亂晒。』」 我就答佢:「呢件事唔好煩你;但記住:如果你唔貪戀物質,就容易實踐晒所有美德。唔為嗰啲嘢爭吵,你就唔會心存怨恨,咁為仇敵禱告對你嚟講有咩難度?難道同掘地一樣?」「但要行忍耐嘅道路;對唔公平嘅財產損失保持平靜;為羞辱感恩──咁你就會成為聖使徒嘅門徒。佢哋被鞭打後由朝庭返嚟,*就因為得享基督之名而受辱,感到好喜樂*」(使徒行傳5:41)。 而佢哋,因為純潔聖潔,為咗基督嘅名接受羞辱;但我哋,就要因為自己嘅罪而受羞辱。我哋本身就可恥,就算冇人羞辱我哋──而且我哋受咒詛:「先知話:*『凡偏離你命令嘅人,都係可咒詛嘅。』*」(詩篇118:21)。並非人人都可以為基督的名受辱;並非人人都可以,只有聖潔和純潔者才能,正如我所說;至於像我們這樣的人,我們的本分是懷著感恩的心接受羞辱,承認我們因自己的惡行而理所當然地受苦。 哀哉,嗰個靈魂,佢明知自己所行污穢,又見自己所受嘅苦都係應得,卻坐喺度欺騙自己嘅良心,編織諗法,自言:「佢同我講咩咩,佢侮辱我、誣衊我。」──如此自取誣衊,自取而代魔鬼之位。 因為對藝術家發生嘅事,同樣會發生喺靈魂身上。就好似師傅將佢嘅手藝教畀徒弟之後,就唔使再坐喺佢隔籬,只係偶爾過嚟睇吓佢有冇偷懶或者整壞咗作品: 魔鬼亦都一樣,如果見到一個肯屈服、輕易接受邪念嘅靈魂,就會將佢交畀呢門撒旦嘅藝術,唔再需要坐喺佢身邊,因為佢哋有信心,靈魂自己就足夠誣衊自己;佢哋只係不時嚟睇吓佢有冇走偏。

**13.** 阿爸又說:「愛每一個人不是更好嗎?被每一個人所愛不是更令人喜悅?基督的誡命又有什麼不是安慰呢?」──然而,意志卻不努力去遵守它們;如果它肯努力,那麼在上帝恩典的幫助下,一切都會對它變得容易。 正如我屢次所講,正如聖安東尼所言:要修得美德,只要我哋嘅願望同經驗就夠,唔使遠行就可以入到天國,亦唔使過海去追求美德。──溫柔謙卑者所經歷嘅,究竟係幾咁嘅平安啊! 真係,「*溫柔嘅人必承受地土,並在豐盛嘅平安中喜樂*」(詩篇36:11)。

**14.** 蒙福者又講:有一次,我同一個兄弟同幾個平信徒一齊行緊去拿坡里(喺撒瑪利亞)嘅路上,行到關稅站嗰度。 嗰幾位居士因為識得當地習俗,就一句都冇講就交咗關稅;但係同我一齊嗰位兄弟就開始抗議,對佢哋講:「你哋點敢向和尚收費?」聽到呢句,我就同佢講:「兄弟,你做緊乜嘢?你講嘅無非就係『雖然唔情願,都要尊我為聖人』。」 如果佢見到你對佢嘅好意同謙卑,感到羞愧,然後講:『唔好意思,我唔會收。』咁就另當別論。咁你就冇做呢位溫柔謙卑者嘅門徒。交埋應該交嘅錢,然後平平安安咁走啦。」

**15.** 另一次,當我喺聖城嘅時候,有個基督嘅愛徒嚟搵我,對我講:「我同我兄弟有啲小爭執,而我兄弟唔肯同我和好。請你代禱同埋同佢講吓。」 我高興地答應咗,叫咗佢兄弟嚟,同佢講嘢,勸佢向愛同和平行。佢似乎信咗,但之後佢同我講:「唔,我同佢和好唔到,因為我已經喺十字架前發誓唔會。」於是我笑著對他說:「你那誓言其實是說:『我以主的聖十字架發誓,我不會遵守主的誡命,卻要成就主仇敵──魔鬼──的意旨。』」 所以,你要知道,我哋唔單止冇責任要信守自己嘅承諾去做任何邪惡嘅事,反而要為自己心裏面曾經決定要咁做而悔改、而自責——正如神聖者巴西略所講; 如果希律當時醒覺啲,唔去兌現佢嘅誓言,佢就唔會犯咗斬洗者約翰呢大罪。 最後,我就同佢講聖福音書入面嗰段記載:當主想洗聖彼得嘅腳嗰陣,聖彼得因為發誓嗰種熱誠,就話:「*你唔可以洗我嘅腳*」——之後唔單止肯畀人洗,仲更加想要(約翰福音第十三章)。

**16.** 那蒙福者又說:「有人問我,應該如何抑制憤怒?」我就回答:「抑制憤怒的第一步,是在憤怒正熾時不開口。」 我哋喺阿爸摩西身上見到一個例子,當嗰班長老想考驗佢,喺會眾中互相講:「呢個埃塞俄比亞人點解要入我哋嘅會?」──佢聽到之後就冇出聲;會後有人問佢有冇嘲,佢就答:「*我有嘲,但我冇出聲*」(詩篇 76:5)。 但嗰時仲係一開始。– 不過,當佢成熟咗——並且已經被按立做執事——佢唔單止保持沉默,仲毫不動搖。事情係咁樣發生嘅:大主教想考驗佢,就對教士講:「當阿爸摩西入聖所嘅時候,就趕佢出去,跟住佢,偷聽佢講咩。」 當佢入咗聖所,嗰班神職人員就對佢講:「走開,你呢個黑皮膚嘅埃塞俄比亞人。」佢就走出嚟,自言自語咁講:「佢哋對你好好喎;既然你唔係人,你點解要入人哋嘅聚會?」(《阿爸摩西真事錄》第3、4章)。 而家佢唔單止面對嘲笑都冇出聲,仲冇覺得羞愧;唔止冇覺得羞愧,仲責備自己。覺得羞愧但又冇出聲,係未成熟同初學者嘅特徵;但連覺得羞愧都冇,就係完美者嘅標誌,正如先知所言:「*我預備自己,亦未曾羞愧。*」(詩篇118:60)。 呢種就係好大嘅美德。

——然而,大部分時間我哋都發現自己連初學者都比唔上,因為當憤怒升起時,我哋唔肯克制自己,唔肯強迫自己保持沉默,喺我哋極度疏忽嘅諗法中,以為呢種美德高不可攀,根本唔係我哋所能及。 我哋甚至連開始喺自己身上做呢份工夫、從而吸引上帝恩典嚟幫助我哋嘅渴望都冇;即使我哋似乎有呢份渴望,都係軟弱、不穩定,根本唔配得上帝嘅任何祝福。

**17.** 至福者又補充說:我們人生的道路是這樣的:凡是自願付出勞力的人,就從恩典中獲得所需的一切。 就好似農夫,就算佢只播少少種子,但如果上帝賜福佢嘅勞力,佢都可以收成大豐收,正如聖經對以撒所寫:*「以撒喺嗰地播種,嗰年收成百倍大麥,因為耶和華賜福畀佢。」* (創世記26:12) 所以如果主賜福畀我哋自由意志嘅勞力,我哋就會做所有嘢都唔使費力、唔使勉強,仲好甜美——並且從一切嘢度得益處。帶住自律同忍耐去實踐嘅禱告,就會變成容易、純淨同甜美嘅禱告。 而凡以自律所行者,皆意志之功;凡以喜樂所行者,皆恩典之功。喺精通藝術嘅過程中,唔係都係咁樣咩?學藝術者,要懷住堅定嘅學習渴望;起初佢會好辛苦,搞唔掂一部份同另一部份嘅配合,成日都會出錯。 但佢哋唔會灰心;反而會再落手做,就算再一次整到一鑊粥,都唔放棄,藉此向老師展示佢哋堅定嘅意志。如果佢哋灰心放棄,就學唔到嘢; 但係,即使佢哋經常犯錯,都唔放棄,而係耐心咁繼續努力,最終,有咗上帝嘅幫助,佢哋就會掌握呢門手藝,慢慢喺唔使勉強、愉快嘅狀態下,製作出各式各樣嘅物品,憑呢啲收入,就足夠佢哋嘅全部生活所需。 同樣地,在屬靈生命方面,立志修養美德的人,不可以為自己可以即時成就,因為這本不可能;他要努力嘗試,雖然起初進展未必完全順利, 就唔好放棄已經開始嘅嘢,否則就唔會成功;而要不斷努力,就好似任何人想學一門手藝咁。當佢以呢種方式忍耐咁努力,唔灰心,上帝就會垂顧佢嘅意志,賜佢力量去做好一切,而唔使勉強。 而呢點就係阿爸摩西所講嘅意思:想修得美德嘅人,唔係靠佢哋偶爾跌咗之後唔灰心,而係要重新燃起熱誠,繼續為同一個目標努力。

**18.** 佢又話:每種美德都要勞力同時間,仲要有真誠嘅渴望;最緊要嘅係要有上帝嘅幫助。因為如果上帝唔幫我哋嘅意志,我哋嘅努力就枉然,就好似農夫耕種咗、播咗種,如果上帝唔令種子發芽,佢嘅勞力都係枉然。 不過,要得着上帝嘅幫助,就要靠我哋嘅禱告同懇求;因為只有透過呢啲,我哋先可以請上帝為我哋代禱。如果我哋忽略咗禱告,上帝又點會垂顧我哋嘅努力呢? 同樣地,即使我哋有禱告,但如果懶散、心不在焉,或者太快就倦怠,就唔會被認為配得上任何嘢,正如我一直同你講:上帝睇嘅係我哋嘅意志,並根據佢嚟賜下祂嘅恩典。阿爸摩西唔係曾經做過賊頭咩? 佢唔係做咗一大堆罪行,搞到要因為邪惡而躲避主人?但係佢勇敢而堅定咁投入佢嘅職責 ,大家都知道佢升到幾高嘅境界,以至被列喺上帝揀選嘅人當中,正如佢傳記作者所講。 至於我哋,雖然喺棄絕之初展現出熱誠,但隨住時間同自己嘅疏忽,我哋就失去咗佢,反而去執着啲冰冷、空虛同無價值嘅嘢,取代咗對上帝同鄰舍嘅愛; 而且,如果我哋做咗啲善事,就自誇係靠自己嘅力量,好似嗰啲福份係自己爭返嚟,唔係上帝賜畀我哋;但事實係:*「你所擁有嘅,係你所領受嘅。既然係領受,點解要好似冇領受過咁自誇呢?」* (林前4:7)。

**19.** 祂又說:如果主耶穌見到我哋用祂已經賜畀我哋嘅嘢去謀取自己嘅利益同榮耀祂,祂就唔會變得貧窮,或者冇能力再賜畀我哋同聖先祖一樣嘅祝福。 但因祂見到,我們因自己的混亂,將祂已經賜給我們的少量恩典轉為對自己的傷害;所以,出於對人類的慈愛,祂不將更大的恩典託付給我們,免得我們最終滅亡。如果祂見到我們將已經賜給我們的少許恩典用作自己的益處,那麼,當然,正如我之前所說,祂絕對有能力賜給我們更多。 上帝,就如我一直所講,祂本性良善,賜咗我哋自由同機會,可以從一切事物中獲益;但係因為我哋嘅偏心同濫用,我哋浪費咗上帝嘅恩賜,亦剝奪咗自己嘅利益,當我哋憑藉自己嘅惡意同邪惡,將已經賜予我哋嘅福份轉為對我哋自己嘅傷害。

**20.** 蒙福者亦常常說:無人可以傷害一個忠信嘅靈魂;但佢所受嘅一切苦楚,都會被視為福氣。 一個勞工,雖然被勞瘁壓得喘唔過氣,但佢深信完成工作後會攞到報酬,仍然歡喜喺心繼續做落去;但係唔忠心嘅人,一旦面對艱難,就因為冇信心而好似身處地獄咁受苦。 信徒喺一切艱難中仍然忠心,並信心滿滿咁等候佢哋因忍耐而得到嘅賞賜,從此得到極大嘅安慰;但係不信者,因為冇信心,佢哋又可以從主度得到咩安慰呢? 佢坐喺度沉思,就算面對最細嘅憂愁,都自言自語:「佢咁講我,但我都有嘢想同佢講」——佢心存怨氣,策劃啲根本做唔到嘅事。因為人所策劃嘅事,未必全部都能實現。 唔係;只係神容許佢哋做嘅嘢——而呢樣嘢,亦只有神喺事情發展嘅過程中先至知道。好多人都會諗住害人;但如果神唔容許,佢哋嘅努力就全部都白費,人類嘅自由意志只係因此而受到考驗。 人幾多次都喺聖先祖身上搞惡事!但係因為上帝唔准,冇人可以傷害佢哋,正如經上所寫:*「佢唔容人欺壓佢哋,亦唔容君王向佢哋講惡言;唔好摸我嘅受膏者,唔好向我嘅先知行惡謀。」* (詩篇104, 14–15)。但當上帝要顯示祂大能的豐

盛時,祂甚至感動最無情的人的心去施憐憫,正如但以理書所寫:*「上帝使但以理在太監長眼中蒙恩寵」*(但以理書1:9)。 那因渴慕神而真係預備好自己去接受祂恩賜嘅靈魂有福咗;因為祂喺任何事上都唔會離棄呢類靈魂,反而喺所有事上都保護佢,甚至連佢因為無知而冇向祂求嘅事都包晒。 智慧者說得好:「智慧人住喺神嘅蔭下。」(詩篇30:21)掃羅試過幾多次想殺呢位蒙福嘅大衛?佢有咩嘢冇做?點解佢最終都未能得手? 但係因為主護庇大衛,掃羅嘅每一個詭計都化為烏有;唔止咁,佢自己都經常落入聖者嘅手中,但聖者仍然憐憫佢,冇對佢懷有任何苦毒或報復嘅惡意。

**21.** 有一次有人問阿爸:「當人受人羞辱同誣衊時,點樣先唔會發嬲?」佢答:「凡係心裏面認為自己係最卑微嘅人,就唔會因為任何羞辱而動心,就好似阿爸皮米恩講:『如果你謙卑自己,你就會有平安。』」

[80]**22.** 阿爸又話:「同我一齊住過、由我度領咗修道冠冕嘅弟兄中,有位我曾經努力教佢各種美德、有時因為佢身形瘦弱而對佢放寬要求嘅弟兄,有一日同我講:『我嘅阿爸啊!我真係好愛您。』」我就答佢:「我未試過遇到有人咁愛我,好似我愛佢咁深。依家你話你愛我──我信你──但如果將來因為我而令你有啲唔開心,你可能就唔會一樣咁愛我。」 至於我,無論你要我受幾多苦,我都永遠會對你保持一樣嘅心態,冇嘢可以令我停止愛你。 唔耐之後──我都唔知佢點啦──佢開始同我講好多嘢,甚至講到啲好羞恥嘅說話;我都全聽咗。當時我就同自己講:佢係耶穌嘅僕人,係嚟醫治我呢個 從呢啲人度,一個有自知之明嘅人,可以透過啲拍馬屁嘅人攞返自己所失去嘅嘢。佢係我真正嘅恩人。我一直都記得佢係我嘅醫生同恩人。對嗰啲同我講佢說話嘅人,我就話:「佢只係認出我明顯嘅缺點,而且連都唔係全部,只係其中一部分;但係我隱藏嘅缺點就多到數唔晒。」 過咗一段時間,佢喺巴勒斯坦嘅凱撒利亞同我見面。佢行埋嚟,照佢平時嘅習慣抱住同錫我,我都抱住同錫返佢,好似我哋之間從來冇發生過任何事。 經過咁嘅誣衊之後,佢見到我嘅時候都係咁樣攬住我,無疑係因為我對佢冇半點懷疑,亦冇絲毫介意,雖然我已經聽到晒所有嘢。但佢自己就跌喺我腳邊,抱住我嘅腳,講:「爸爸,為咗主嘅緣故,原諒我,因為我講咗咁多對唔住你嘅說話。」 至於我,溫柔地親了他一下,對他說:「你對上帝的愛,可曾回想起你對我說『我愛你至深』時,我答你,我從未遇過一個男人能像我愛上帝那樣愛我,而且如果你遇到任何不愉快的事,你便不會再是原来的你, 而我,無論要受你幾多苦楚,都會對你一樣,冇嘢可以令我停止愛你? ― 令你安心,你講過嘅一切我都冇瞞住我;無論喺邊度、對邊個講,我都一字不漏聽到,亦從未否認,亦冇人可以說服我講任何壞話;但我亦都講過:「佢講嘅係真嘅,佢出於愛先講嘅。」;而我將你當成自己人,從來都冇喺禱告中忘記過你;為咗畀你更大嘅愛證明,我要同你講,有一次我隻眼病得好嚴重,我一記起你,就喺隻眼度畫咗聖十字架嘅記號,並講: 「主耶穌基督啊!為祂的緣故,醫治我!」──我就即刻痊癒了。

**23.** 那蒙福者又常說:「我們人不知道如何確保自己被愛、被尊重,我們已經完全喪失了這份知覺。如果有人在憤怒或憂愁時對弟兄稍施忍耐,他就會很快醒悟,並體會到對方如何對他忍耐,於是願意為他捨命。」 當時,蒙福者就想起有位兄弟同佢講過,佢有位阿爸(Abba)極其溫柔,全國人都因佢大德行同奇蹟而敬重佢,好似神嘅使者。有一日,呢位兄弟畀仇敵煽動,走去喺眾人面前極盡所能咁誣衊佢。 長老喺度好鎮定,望住佢個口,然後講:「神嘅恩典喺你口裏,我嘅兄弟!」但嗰兄弟更加嬲,大聲話:「我知道你點解咁講,你呢個無知又貪食嘅老頭──係想扮自己好柔和。」 長老答道:「的確如此,我兄弟;你所講的正是。」──之後,有人問長老:「神的长老,你難道不覺得尷尬嗎?」他答:「不,但我心裏覺得,好似有基督庇護着我。」 – 至此,蒙福者又補充道:「的確,人應該感謝並尊敬這樣的人:性情激動的人,當視他們為醫治靈魂創傷的醫生;而性情冷靜的人,則當視他們為賜予天國的恩人。」

**24.** 蒙福者又講述道:「當我仍在推羅的修道院,尚未離去之前,有一位以美德著稱的长老前來見我們。」 當我哋開始讀嗰本記載可紀念故事同聖賢長老智慧言行嘅書(因為蒙福者好鍾意讀佢哋,就好似吸入咁,從中汲取各種美德嘅教導)讀到嗰個長老嘅故事,講到當有賊嚟到佢面前,話佢哋決定要搜走佢房入面所有嘢, 佢冷靜咁答:「仔女哋,隨便拎啲咩都得。」當佢哋拎晒嘢走咗,只剩低一個袋,佢就拎起個袋,追住佢哋大聲叫:「仔女哋! 「將你哋喺我房入面唔記得拎走嘅嘢,還返畀我。」嗰班賊人見到老頭子冇半點惡意,都大感震驚,於是將所有嘢都送返去佢房,一面悔過,一面互相講:『真係,呢位先係神人!』」──我哋一讀到呢度,老頭子就同我講:『阿爸,你知道嗎?呢個故事對我幫助好大。』我就問

[80] 東方習俗以灼燒療法醫治病症。

佢:『點解咁講,父老?』 佢答:「有一次,我喺約旦河附近嗰區住嗰陣,讀到呢段,我好佩服嗰位長老,就講:『主啊,求你畀我都跟隨嗰啲人嘅腳步,佢哋嘅生活方式(schema)都係你畀我採用嘅。』於是呢個願望一直留喺我心入面。點知兩日之後,有幾個賊仔行埋嚟,敲門。」 我即刻認出佢哋係賊,心入面講:「感謝上帝!依家就係實現我心願嘅時候。」跟住開門,我熱烈咁招待佢哋,點咗燈之後,就開始畀佢哋睇我嘅嘢,同佢哋講:「唔使擔心,因為我相信主,我唔會同你哋有任何隱瞞。」佢哋問我:「你有冇金?」 我答:「有,呢度有三枚錢,」就喺佢哋面前打開咗器皿。佢哋拎咗就走咗。嗰位聖徒笑住講:「我就問佢:『佢哋有冇好似返嗰位長老嗰陣咁,返嚟搵你?』佢即刻答:『天主保佑,我根本連佢哋會返嚟都未諗過。』」 – 至此,聖者補充道:「長老的熱誠就如此,而他效法聖徒的 ,所換來的是──他不但不憂傷,反而歡喜快樂,好似蒙受了某種特別的祝福。」

**25.** 正如我 earlier 同你講過,嗰位聖者話,如果我哋對嗰個發嬲嘅兄弟多啲耐性,就可以贏返佢嘅心靈;所以而家我想同你講,關於呢點,我係 Pedia 嘅修道院長聖塞爾吉烏斯度聽返嚟嘅。 佢同我講:有一次我哋同一位聖老同行,結果迷咗路。唔知點去,就走入咗一塊已播種嘅田,踩壞咗少少作物。當時有個農夫喺度做嘢,見到就開始大聲罵我哋,嬲到大叫:「你哋呢班和尚!你哋敬畏上帝咩? 「如果你哋心入面敬畏上帝,就唔會做呢件事。」聖長老即刻對佢哋講:「為咗主嘅緣故,唔好再講嘢。」但佢轉頭溫柔咁對農夫講:「你講得啱,我兒;如果我哋敬畏上帝,就唔會做呢件事。」農夫又開始嬲哋嚟責罵佢哋。 長老又對佢講:「你講得啱,如果我哋係真係和尚,就唔會做呢件事。但係,為咗主嘅緣故,請原諒我哋;我哋承認我哋得罪咗你。」呢番說話令個農夫好受感動,佢行埋嚟,拋身跌喺長老腳下,講:「為咗主嘅緣故,爸爸,求你原諒我,同埋帶我同你去。」 「而且佢真係跟住我哋,」聖塞爾吉烏斯講,「到咗修院之後,佢就領受咗大修道冠。」「呢件事,」阿爸佐西瑪補充,「就係呢位聖老嘅謙卑同慈愛,喺上帝幫助之下,所能夠成就嘅──一個按上帝形象被造嘅靈魂,對上帝嚟講比所有世界嘅黑暗同佢哋嘅財富更加寶貴。」

**26.** 佐西瑪長老又說:有一次,我同聖者謝爾蓋一齊嗰陣,佢同我講:「為我哋讀吓聖經啦。」我就開始讀《箴言》,當我讀到嗰段話時,就讀到:*「多樹就多火;但冇人煽動,爭吵就止。」* (箴言26:20),我就問佢:「呢句說話係乜意思?」佢答:「就好似樹木係火焰嘅(物質)原因,如果冇夠樹,火好快就會熄;同樣,慾望都有佢嘅原因;如果斷絕咗呢啲原因,慾望就唔會動。」 即係:犯淫亂嘅原因,正如阿爸摩西所講,係:飲食無節制、盡情瞓覺、閒坐無所事事、自我娛樂、閒聊,同埋鍾意華服。如果斷絕晒呢啲,對淫亂嘅慾望就會無力。 又,佢亦都講過,憤怒嘅原因有:買賣(搞啲麻煩嘅交易)、隨心所欲、鍾意發號施令,同埋自以為聰明。 凡能斷除這些,就會發現憤怒的激情對自己毫無力量。其他的激情亦都是如此。阿爸西索斯(Abba Sisoes)在一次弟兄問他:「為何激情不肯離開我?」時所講的話,即是指此意。他答道:「因為它們的器皿──即它們的成因──都在你裡面;你若交出它們的質押,它們就會離開。」

**27.** 另一次佢講:「一個雙性情嘅人,喺佢身上嗰股嬲氣唔肯停,佢唔滿足於第一次嘅挑釁,反而自己再添柴加火,搞到第二次爆發。」 凡係有人嬲到火起,但即刻醒返,知道自己錯,向嗰個嬲過嘅兄弟道歉,就唔叫雙重忿怒;嗰份惡氣就喺佢心入面消失晒;因為佢一醒覺、同兄弟和好,惡氣就冇咗落腳位。但係有啲人,發完脾氣唔肯承認自己有錯,反而再喺自己心裏煽起更大嘅憤怒,佢唔係後悔自己發咗脾氣,而係後悔當時冇講得更加過火──呢種人就叫雙重憤怒; 而佢心入面嘅爭吵就唔會平息,因為嬲完之後,報復心、仇恨同惡毒就會接踵而至。– 願主耶穌基督拯救我哋脫離呢種性情,賜畀我哋成為溫柔謙卑嘅一份子。

**28.** 佢亦經常話,要對抗魔鬼嘅狡猾,就要有高度嘅警覺同唔少嘅智慧;因為佢有時會無中生有,製造焦慮同唔滿,甚至提出啲聽落好似合理嘅藉口,好似喺當前嗰件事上發脾氣係有正當理由咁。 但無論佢提出咩,凡真心想行聖徒之道嘅人,要知無論幾啱嘅惱火,都唔可以容許,正如馬卡里奧斯所講:「修士唔應該發怒。」又話:「唔應該令鄰舍傷心。」 佢又同我哋講:早排我委託咗一位好叻嘅書吏幫我抄寫啲書。寫完之後,佢通知我:「我寫好咗,你認為啱嘅價錢就畀,派人嚟拎走就得。」有位兄弟聽到之後,就代表我去搵嗰位書吏,付咗約定嘅價錢,拎返啲書。 同時,我唔知道發生咗乜嘢事,就叫我嗰位兄弟拎咗封信同埋錢去拎啲書。嗰位抄經師傅見到呢個情況,就知道自己畀拎咗書嘅兄弟取笑,氣到好嬲,就話:「我一定要去整蠱佢——唔止因為佢取笑我,仲因為佢攞咗唔屬於佢嘅嘢。」 至於我,聽到呢件事後,就差人去同佢講:「兄弟,你肯定知道,我哋買書係為咗從中學習愛心、謙卑同溫柔;但如果買書嘅

目的 就變成咗爭吵,咁我就唔想有呢啲書,免得引起爭執: *「因為神嘅僕人唔應該爭吵」* (提後2:24)。所以,我拒絕嗰啲書,確保冇故意冒犯嗰位弟兄。

**29.** 有一次,當佢同我哋坐低傾論靈魂得救嘅事時,呢位蒙福者就開始引用聖長老嘅言行錄;講到阿爸皮門嗰句──「自我定罪者,處處得平安」──同埋尼特里亞山嘅阿爸喺回答「阿爸,喺呢條路上你最得益處係乜?」嗰句: 「隨時都自我檢控同自我責備,」佢答;跟住問者又補充:「除咗呢條路,冇其他方法。」回想起呢啲說話,蒙福者就講:「聖人嘅話有幾大力量!真係,佢哋講嘅任何嘢,都係出於經驗同真理,就好似聖安東尼作證咁。」 佢哋嘅說話之所以有咁大力量,就係因為係行動者講出嚟,就好似一位智者所吩咐嘅:「用你嘅生命去印證你嘅言行。」講到呢度,阿爸就同我哋講述咗以下呢件事:我喺阿爸基拉西蒙嘅拉夫拉(Lavra)未住耐,有一日,我同一位我好鍾意嘅兄弟坐埋一齊,傾緊關於靈魂得救嘅事。 我就諗起 above提過嘅阿爸皮門嘅說話,同埋嗰位尼特里亞嘅長老嘅說話,嗰位兄弟就同我講:「我係透過經驗先真真正正體會到呢啲說話嘅意思,亦都嘗過實踐佢哋所帶嚟嘅平安。」我同呢個拉夫拉嘅一位執事真心做朋友。 我唔知點解,佢開始對我懷疑某件事;佢因此對我心生怨氣,用陰沉嘅目光望住我。見到佢咁,我就問佢發生咩事,佢就同我講:「你做咗某啲事。」我根本唔記得自己做過,就開始向佢保證我冇做過;但佢就答:「唔好意思,我唔信。」 返到我嘅小房,我就開始搜尋自己嘅心,睇下有冇做過嗰件事──結果乜都搵唔到。之後佢拎起聖爵去獻嗰陣,我向佢發誓,我真係唔記得做過;但就算咁,佢都仲唔信。 跟住,我平靜咗啲,就諗起長老哋嗰番說話,深信佢哋講得啱,於是我向內省察,心裏面講:「執事對我有真誠嘅愛,佢因為呢份愛,先向我坦露佢心底對我嘅感受,好叫我自制,唔好做啲咁嘅事。」 然而,我可憐嘅靈魂啊,正如你所講,有咩事你冇做過?你做過成千上萬件惡事,但都忘記晒。你昨日或者十日前做過嘅嘢,你仲記唔記得?咁你唔係都同樣做過呢件事,就好似做過嗰件事一樣──然後又好似忘記咗之前嗰啲嘢咁,將呢件事都忘記咗? 於是我心裏面就決定,我真係做過呢件事;但就好似我忘記咗之前嗰件事一樣,我而家都忘記咗呢件事。於是我開始向主同執事感恩,因為透過佢,主令我可以認出自己嘅罪,並且悔改。跟住我就起身,帶住呢啲心思去我兄弟度,喺執事面前懺悔同埋多謝佢。 但我一敲門,佢就先開門,向我行禮,講:「原諒我,我畀魔鬼蒙騙,懷疑你做咗嗰件事;因為上帝已經真係向我保證,你冇做過。」佢仲唔畀我再安慰佢,話:「已經唔使啦。」 講完呢段,聖善嘅佐西馬又補充:「真誠嘅謙卑喺愛佢嗰位兄弟心入面就做到呢種程度:佢唔單止冇因為執事嘅行為而介意,亦冇對佢心存怨氣──首先,就因為佢曾經懷疑過佢, 第二,因為佢唔信佢講自己冇罪──佢竟然仲自責一宗根本冇犯過嘅罪,唔止咁,仲多謝咗嗰位執事。你睇吓呢種美德有幾勁? 呢種美德會將熱愛它的人提升到多麼崇高的境界?因為如果那弟兄若有所求,他本可以藉着執事搵到千百個理由變成魔鬼。但由於他專注於美德,不但不向他生氣,反而向他道謝,因為美德已經深入他的心。 所以,如果我哋都先喺自己心裏播下柔和同謙卑嘅種子,並預備好我哋嘅心,仇敵就冇地方可以播佢嘅惡種。但當佢見到我哋冇好思想,甚至仲自誘行惡,佢就會趁機用佢嘅邪惡充滿我哋。 然而,對美德懷有熱愛時,情況正好相反:因為主見到靈魂如何渴望得救,如何勤於在自己裏面培養良善的種子,就因為這份善意,賜給它豐盛的恩典。

**30.** 有一次,蒙福嘅阿爸回想起一位長老畀隔離嘅兄弟搶劫──雖然佢知道,但從來冇揭發嗰兄弟,反而更加勤力,心想:「可能嗰兄弟有需要。」──佢對聖徒嘅慈愛感到非常驚訝,就講咗以下呢件事。當我喺佩迪亞住嗰陣,有位修道院長同我講咗件事:喺我哋修道院附近有位長老,佢係個好蒙福嘅靈魂。佢隔離有個兄弟,一日長老唔喺,畀魔鬼引誘,就開咗佢嘅小房,入去攞咗佢嘅私人物品同書本。 當 長老返嚟,一開咗佢嘅房,見到啲嘢唔見咗,就去嗰位兄弟度同佢講。但係入到嗰位兄弟嘅房,佢就見到自己嘅嘢擺喺中間,因為嗰位兄弟未嚟得及收埋。 但佢唔想尷尬嗰位兄弟或者責怪佢,就假裝突然肚痛,行咗出去──喺外面逗留咗好耐,好似有嘢要處理,等嗰位兄弟有時間將啲嘢收埋好。 之後返去見佢,就轉去傾其他嘢,冇揭發嗰位兄弟。幾日後,長老嘅啲私人物品喺佢度畀人搵到,佢即刻畀人拘捕,並喺看守之下。 長老對呢件事一無所知;但佢聽到細佬入咗獄,又唔知點解,就嚟搵我,因為佢平時成日嚟我哋度,佢問:「幫我個忙,畀我幾隻雞蛋同幾條普通麵包。」我就同佢講:「你而家肯定有同伴佢嚟㗎啦?」長老答:「係。」佢就拎咗啲嘢,去地牢安慰佢兄弟。佢一入地牢,兄弟就跌喺佢腳下,講:「阿爸,我係因為你先喺度,因為偷你嘢嘅係我;但你本書喺某人度,你嘅衫喺某人度。」 長老對佢講:「仔啊,放心,我唔係為咗呢件事先嚟㗎;我根本都唔知道你喺我位上。但係當我聽到你喺度,我好難過,所以嚟安慰你。睇吓──有雞蛋同新鮮麵包。依家我就去,做乜都好,都要將你攞出嚟。」 佢就去問啲識佢品行嘅官員,官員就命人將佢兄弟釋放出獄。

**31.** 又講到同一位長老,有一次佢去市集買啲衫。佢買咗之後,畀咗一塊金幣,仲要補幾枚小錢。佢拎住件衫放喺身下,開始喺一塊小木板度數嗰幾枚小錢。 當時,有人行埋嚟,想將佢下面嗰啲衫扯走。長老察覺到,出於對嗰個工人嘅憐憫,就一邊拎住啲錢,一邊慢慢起身,好似打伸懶腰咁,直至嗰個工人將衫扯走走咗;長老都冇責怪佢。 之後,聖人佐西瑪說:「佢啲衫同埋啲被偷走嘅嘢值幾多錢?但係佢自由意志有幾寶貴!佢示範咗,雖然擁有嗰啲嘢,但就好似乜都冇擁有過。」 當佢嘅嘢畀人攞走嗰陣,佢依然如常,既唔傷心亦唔發嬲;因為,正如我一向所講,唔係擁有本身有問題,而係帶住貪戀去擁有先會造成傷害。就算呢位長老擁有成個世界,佢都好似乜都冇擁有過一樣:因為透過佢嘅所作所為,佢證明咗自己對一切都冇執着。 所以,弟兄們,我們要努力效法聖父們的榜樣,熱誠地實踐他們的話語,好使我們在此結好果,得以蒙受永恆的福份。以上所言,都是靠我主基督耶穌,祂與天父及聖神同受榮耀和權能,從今時直到無窮無盡。亞肋路亞。

# 聖馬克西姆·認信者

***關於佢嘅簡短記載***

君士坦丁堡嘅聖馬克西姆,出身顯貴。佢接受咗全面嘅教育——包括神學、哲學同當時所有所需科目——之後入咗希拉克略皇帝嘅宮廷,擔任首席秘書,表現出色,大獲好評。 當一意主義異端興起——皇帝同教宗都有部分責任——宮廷、城內同帝國其他地方都開始動盪不安,聖馬克西мус就視呢個為一個天賜良機,去實現佢一直以嚟想離開塵世、入寺院嘅心願。 佢辭去咗職務之後,就喺641年入咗克里索波利斯嘅修道院,全心全意、嚴守修道規矩,刻苦修行,喺各方面都為人樹立咗一個值得效法嘅榜樣。 結果,當修院需要新住持時,他獲全體一致推選,並以盡心盡力、不貪私慾、不迎合人意地履行職務。與此同時,單意主義異端在宮廷和宗主教的支持下持續成長並蔓延,動盪亦隨之加劇。 聖馬克西姆唔想再受呢場動亂困擾,就離開咗修道院,前往羅馬。途中佢喺非洲嘅迦太基逗留咗一段時間,喺嗰度舉行嘅大公會議上,佢抨擊君士坦丁堡宗主教皮魯斯——雖然佢當時有出席但已經被罷免——所代表嘅一志論係行唔通嘅。 佢之後揚帆去咗羅馬,好快就參加咗由教宗聖馬田召集、反對一性派嘅大公會議,回應皇帝頒令要接受同簽署《典範》——即係佢擬定嘅信經聲明,入面已經加入咗一性派異端嘅內容。 喺呢次大公會議入面,單性論、皇帝嘅典式(typikon)同埋所有接受呢個異端教義嘅人嘅「 」都被譴責同逐出教會。之後,呢道大公會議嘅詔令喺西方同東方到處流傳。皇帝因為咁大發雷霆,下令拘捕聖馬丁教宗同聖馬克西姆,並將佢哋押送返君士坦丁堡。 佢哋到嗰度之後,聖馬田經歷咗難以想像嘅酷刑,之後被流放到黑海岬(Chersonesos),喺655年喺嗰度去世。至於聖馬西莫,佢哋就用盡熱誠去勸佢轉投,先喺皇宮度,後喺君士坦丁堡嘅監獄度; 然後送到色雷斯嘅維齊亞鎮,嗰度係聖殉道者第一次被監禁嘅地方;之後又由嗰度被傳召返君士坦丁堡,去聖西奧多修道院,喺度以更嚴肅同威嚇嘅氣氛下被監禁。 審訊由元老主持,偶爾亦有主教在場。目的是說服聖馬克西ⲙⲁⲝ接受他們的教義,或者至少簽署典型書,或者最起碼保持沉默。但一切都無效。 聖馬克西莫斯所傳講嘅正教真理,每次都取得勝利,迫使佢嘅對手唔單止要噤聲,仲要向佢下拜。佢哋試過用承諾、恐嚇,同埋教唆點樣喺無人發覺嘅情況下說謊,嚟動搖呢位真理衛士嘅勇氣;最後一次會面,佢哋甚至動手毆打佢。 乜都唔掂;聖馬克西姆被流放到第二處監禁地,經塞利姆夫里去到博斯普魯斯海西岸嘅佩雷夫拉。 但真理的仇敵仍未得閒;聖馬克西姆再次被傳召到君士坦丁堡,作最後的勸喻,分三階段進行,以更強硬的态度,卻仍無成效:在宮廷大殿、在監獄、再回到大殿,最後的決定在此作出: 為咗憐憫殉道者嘅生命,卻要施以比死亡更殘酷嘅折磨。為咗達到呢個目的,佢就交畀咗城市太守。呢個同樣唔人道嘅酷刑官擒住咗呢位可敬嘅長老,帶佢入咗軍營,命佢脫光衫,然後將佢按倒喺地下,命人用最鋒利嘅鞭抽打佢。 佢哋殘暴咁毆打呢位神聖長老,佢身上連一處都冇留底,連地下都染得血紅。 — 然後,佢氣息奄奄,被扔入咗地牢。第二朝,聖人被帶返去衙門,— 並受到更加殘酷嘅懲罰:佢哋割走咗佢講過神話語、譴責異端嘅舌頭,又用刀同斧頭斬斷咗佢寫過教導同闡釋書籍嘅右手。 之後,佢哋將佢由執政府拖出嚟,脫光衫、赤腳,喺市集度遊街示眾,畀人恥笑,仲畀人睇佢被割走嘅舌頭同隻手。 最後,經過如此不人道嘅折磨同羞辱之後,聖人被流放到遙遠嘅明格列利亞;喺嗰度,佢被囚禁喺謝馬爾監獄,忍受咗三年嘅苦楚同各種艱辛。聖馬克西姆喺臨終前獲得咗先知式嘅異象安慰,於662年離世歸向主。 聖馬克西姆的瞻禮日為一月二十一日。聖馬克西

姆留下了許多著作,既有神學教義和爭論性质的,但更以道德和苦行修持类的著作为人所知。　希臘文著作《美德之愛》收錄咗以下內容:四百章論愛;七百章論至聖三一及道成肉身;另有其他章節論美德同情慾,以及對主禱文嘅講解。　我哋喺呢個選集入面收錄咗所有有關祈禱嘅章節,保持原本編排;至於嗰七百個章節,我哋就揀咗啲比較易明,同埋較具道德教化同苦行色彩嘅。為咗取代呢度刪去嘅內容,我哋跟據Migne版本,增錄咗一篇修道論講。因此,以下聖馬克西姆嘅著作呈獻畀大家:

**1.** 《禁慾講授》,以門徒提問、長老答覆形式
**2.** 四百章論愛(新譯本)
**3.** 思辨與實踐章節,取自《希臘博愛》七百章

## 1. 苦行言,以門徒之問、長老之答形式

**1.** 有位兄弟問長老:「父親,求您同我講,主道成肉身嘅目的係乜嘢?」－長老答:「兄弟,我真係好驚訝,你每日都聽信經,竟然仲要問我呢個問題。」　－　「不過我同你講,主道成肉身嘅目的就係我哋嘅得救。」　兄弟又問:「請解釋畀我聽,父親,點解會咁?」長老答:「因為人本來係喺起初由上帝創造,放喺伊甸園,但佢違犯咗誡命,結果畀敗壞同死亡所支配;　然後,儘管神以各種方式和形態的眷顧引領他向善,他卻持續只在惡中興旺,被眾多肉體情慾驅趕到絕望:　因此,獨生子──神永恆之道,由生命與不朽之源父神所出,向我們──坐於黑暗與死亡陰影之中者──顯現(以賽亞書　9:2)。　太4:16),祂藉聖靈同至聖童貞瑪利亞成肉身──向我哋示範咗敬虔生命嘅榜樣,賜下聖潔嘅誡命,應許凡遵守者必得天國,違犯者則受永恆刑罰;　並祂忍受救贖的苦難,從死裡復活,賜予我們復活的盼望及永恆的生命,因祂的順服贖清了原罪的罪責,並藉祂的死亡摧毀了死亡的權勢,使*「在亞當裡眾人都死,照樣,在基督裡眾人都活」*。(林前15:22)　最後,祂升天,並坐喺天父右邊,差遣聖靈作為生命嘅憑據──為咗光照同聖化我哋嘅靈魂,並幫助追求得救嘅人遵守祂嘅誡命。呢就係主道成肉身嘅目的,簡單概述如上!

**2.** 弟兄說:「父啊,我想簡單地聽清楚,我要遵守哪些誡命才能得救?」　──長老回答:主自己喺復活之後同門徒講:*「所以,你哋要去,使萬民作門徒,奉父子聖靈的名給佢哋施洗,凡我吩咐你哋嘅,都教佢哋遵守。」*(馬太福音28:19–20)　所以,凡係以賦予生命嘅三位一體之名受洗嘅人,都要遵守佢所吩咐嘅一切。主將遵守所有誡命同真信心緊密結合埋一齊,因為佢知道,如果兩者分開,人就無可能得救。　正因如此,大衛雖然擁有真信心(他並不以此 alone 為滿足),就對神說:*「我向你的一切誡命立定心志,我恨惡一切不義的路。」*(詩篇　118:128)　主喺每條不義嘅道路對面,都畀咗我哋相反嘅誡命;如果有人忽略咗其中任何一條,就等於踏上咗對面嘅不義道路。

**3.** 弟兄說:「父啊,有誰能遵守所有誡命──因為它們實在太多了!」　長老答:「效法主,一步步跟隨祂的人。」弟兄說:「但有誰能效法主呢?主本來是神,雖然祂成為人,但我卻是罪人,被無數情慾奴役。那麼我如何能效法主呢?」　長老答:「凡被世界同世上虛浮之物奴役嘅人,都無可能效法主;但凡能夠講*『我哋已經撇下一切,跟從咗你』*嘅人(馬太福音19:27),就會得着力量去效法主,並遵行祂所有嘅誡命。」　弟兄問:「憑甚麼力量?」──長老答:「你聽佢自己點講:*『看哪,我已經賜給你權柄,可以踐踏蛇同蠍子,又可以壓制仇敵一切的能力;並且毫無一樣能害你』*(路加福音10:19)。」

**4.** 領受了如此力量和權柄之後,使徒保羅說:*「你們要效法我,像我效法基督那樣。」*(腓立比書3:17)。又說:*「所以,凡在基督耶穌裡的人,現在不再有定罪,他們不順從肉體,只順從聖靈。」*(羅馬書8:1)又有一節經文:*「凡屬基督的人,都已經同他一同釘在十字架上,使肉體的邪情私慾都同他一同釘了十字架。」*(加拉太書 5:24)另有一節:*「我已經與基督同釘十字架,現在不再是我活著,乃是基督在我裏面活著。」*(加拉太書 6:14)

**5.** 大衛先知預言呢股能力同幫助,就話:*「住喺至高者蔭下嘅,必住喺天主影裏。」　佢對主講:「祢係我嘅盾牌,我嘅避難所,我所信靠嘅神。」*(詩篇90:1–2)再後面啲又講:*「你要踐踏毒蛇同蠍子;你要踐踏獅子同蛇...　「祂必差遣祂的使者,在你的路上保護你。」*(11–13節)。但凡屬乎肉體,並鍾愛世界虛空之事的,要聽主所說的話:「凡愛父母過於愛我,不配做我的門徒。」(馬太福音10:37)　又有一段話:*「凡不背起自己十字架跟從我的人,不能做我的門徒。」*(路加福音14:27)　又有一句:*「凡不撇棄所有所擁有,就不能做我嘅門徒。」*(33)所以,凡想做佢門徒、想證明自己配得上佢、想從佢得着力量去對抗邪靈嘅人,就要遠離一切放縱肉體嘅習慣,並從對物質事物嘅一切執着中解脫自己;　並以這種方式為

遵守主命而與看不見的仇敵爭戰──正如主自己以身作則,示範了這一點:當祂在曠野受其首領的試探,以及當祂在世上(公開事奉期間)顯現時,又被受其影響的人試探。

**6.** 弟兄說:「但係,父啊,主嘅誡命有好多;又有邊個可以將佢哋全部記住,然後盡力遵守呢?尤其係我,一個領悟力有限嘅人?——我點解要聽一個簡短嘅說話(一條簡單嘅規則),好讓我遵守佢,從而確保我嘅得救呢?」長老回答:「雖然誡命有好多,兄弟; 然而,它們都可歸納為一句話,即:*『你要盡心、盡性、盡力、盡意愛主你的神……又要愛鄰舍如同自己』*(路加福音10:27)。凡致力遵守這句話的人,就同時成就了所有誡命。 但凡未如上述般捨棄對塵世一切事物嘅執着,就真係唔能夠真心去愛神或者鄰舍。同時執着塵世事物同埋去愛神係做唔到嘅。呢就係主講*「冇人能事奉兩個主人」*嘅意思。 (太6:24)。又說:*「人不能事奉兩個主;要麼恨惡這個,愛那個;要麼離棄這個,跟從那個。」*(路16:13)因為心思越執著於這世上的事物,就越被它們奴役,並且藐視上帝的誡命,無所畏懼地違犯它。

**7.** 弟兄說:「父啊,你所講嘅執着,係指啲咩嘢?」長老答:「係指食物、金錢、各種財產、榮耀、親人,同其他類似嘅嘢。」— 弟兄說:「父啊,但係神唔係創造咗呢啲嘢,畀人使用嘅咩?」 「咁佢點解而家連摸呢啲嘢都唔畀我哋呢!」長老答:「的確,神造咗呢一切,畀人使用──凡係出於神嘅都係好嘅(創世記1:31)(然後畀咗我哋),好讓我哋好好利用,好討神喜悅。」 但係我哋因為軟弱,思想又拘泥於塵世,就將物質之物看得比愛嘅誡命更重要,並且因為貪戀佢哋,所以就同其他人爭吵。 我哋應該將對每個人嘅愛置於一切可見事物之上,甚至高於自己嘅身體。因為呢種愛係我哋對上帝之愛嘅標誌,正如主自己喺福音書中所講:*「你哋若愛我,就要遵守我嘅誡命。」*(約翰福音14:15)。 咁,呢條令我哋去遵守、以證明我哋愛祂嘅誡命究竟係乜嘢呢?再聽吓祂講:*『我嘅誡命就係:你哋彼此相愛』*(約翰福音15:12)。 你睇吓──彼此相愛就構成咗對上帝嘅愛,而呢個就係成就上帝一切誡命嘅關鍵(羅馬書13:10)。正因如此,主唔單止吩咐我哋唔好貪戀呢世上嘅事物,更吩咐真心願意做祂門徒嘅人,為咗祂嘅緣故拋棄所有自己嘅財物。

**8.** 弟兄說:「你說,父啊,要愛每一個人,必須先於一切可見的事物,甚至先於自己的身體;但我如何能愛那恨我、背棄我的人呢?」 嫉妒我、散播謠言、暗算我、想害我嘅人──我點可以去愛佢?──按人嘅本性嚟講,父啊,我覺得呢樣嘢根本唔可能;因為悲傷嘅感受自然會令人想同造成悲傷嗰個人劃清界線。 長老答道:「對於受本能支配的爬蟲和野獸,要它們不憑能力報復所受的傷害,的確是辦不到;但對於按神形象被造、以理性為本、蒙受神知識尊貴,並從祂領受律法的人,卻能不向冒犯自己的人轉背,並且愛恨自己的人。」 正因如此,主在祂說*「要愛你的仇敵,善待恨你的人」*等等(馬太福音5:44)時,祂當然不是以不可能的事吩咐人,而係以可能的事吩咐人;否則,祂就不會為違犯這誡命的人設立刑罰。 呢種愛係可能嘅,已經由主同佢嘅門徒親身示範咗。佢哋出於對鄰舍嘅愛,甚至肯為此捨命,並且為喺殺害佢哋嘅人熱切禱告。但係我哋因為貪戀物質同追求享樂,寧願將呢啲放喺誡命之上; 所以我哋無法去愛憎恨我哋嘅人;唔止咁,因為佢哋,我哋往往連愛我哋嘅人都避開,證明我哋嘅品格比野獸同爬蟲仲差。咁,既然無法跟隨上帝嘅腳步,我哋就唔能夠明白佢嘅旨意,亦攞唔到力量。

**9.** 弟兄說:「看哪,父啊,我已經撇下了一切──我的家人、我的財產、世上的享樂和榮耀──以致我除了一副肉身之外,別無所有;然而,我卻無法去愛那恨我、離棄我的人,雖然我努力在行為上不以惡報惡。」「請告訴我,我當如何行,才能真心去愛這樣的人──甚至任何以任何方式侮辱或誣衊我的人?」長老回答:「除非他真切地知道主的目的,否則就算已經棄絕世界和世上一切的人,都無法去愛侮辱你的人。」 但當主賜給他明白這目的,而他渴望按着指引去行,他就能真心去愛恨他和侮辱他的人,正如使徒們所愛的一樣,因為他們明白這目的。

**10.** 弟兄說:「主的目的係乜嘢?爸爸,請同我講清楚。」──長老答:「如果你想知道主嘅目的,就要細心聽。」 我哋嘅主耶穌基督,祂本性係神,但為咗愛人類,甘願成為人,由婦人生,照神聖嘅使徒所講,祂受律法約束,好以人嘅身份遵守誡命,從而廢除亞當嘅古老咒詛。祂知道成個律法同先知都係建立喺兩條誡命之上:– *「你要盡心、盡性、盡意愛主你的神,又要愛鄰舍如同自己」*──祂決定從頭到尾都照此行事,好使祂能完美地遵守這些誡命,卻是以人的方式。但那魔鬼,起初曾欺騙人,因而獲得了死亡的權勢, 魔鬼見到天父喺祂受洗時所作嘅見證,又知道祂──以人嘅身份──從天上領受咗同質嘅聖靈,然後去曠野畀魔鬼試探,就將全部攻擊都集中喺祂身上,希望令祂寧願揀呢世嘅福份,勝過對上帝嘅愛。 而且,他知道所有人的(欲念和享乐)都围绕着三样东西──食物、金钱和荣耀──而他总是用这三样

东西将人 plunged into the abyss of destruction──所以,他甚至想用这三样东西去试探主;但主证明自己超越这一切,严厉地命令道:「撒但,退去吧!」

**11.** 呢就係對神嘅愛嘅真標誌(就係要站得高過呢啲嘢),而撒但,因為無法說服主耶穌基督因此而犯呢條愛鄰舍嘅誡命, 撒但見他無法令主違背所立的誓約,主開始公開傳道後,就利用一班無法無天的猶太人,千方百計地試圖誘使主違反愛鄰舍的誡命。 為此,當主耶穌教導生命之道,以祂的言行示範天國生活的榜樣,宣講死人復活,並應許信者得永生及天國,同時威脅不信者將受永刑;為要印證祂話語的真實,祂行出奇妙的神蹟,呼召眾人歸信, ─佢煽動啲無賴嘅法利賽人同文士對主作出各種誣衊,好等佢哋以為主會頂唔順誘惑,對誣衊者生出憎恨──而呢個陰謀家就藉此將主描繪成一個違背「愛鄰舍」誡命嘅人,從而達到佢嘅目的。

**12.** 但主作為神,知道佢嘅詭計,對煽動法利賽人向祂敵擋嘅人並無憎恨(因為祂本身就係至善,又怎會有呢種情緒呢?),相反,正因祂對佢哋嘅愛,祂反而令煽動者自己啞口無言。 因此,雖然佢哋受到敵意煽動,本可以拒絕佢;即使佢哋接受佢,都係因為佢哋自願咁,因粗心大意而屈服於煽動者嘅建議; 然而主卻要教導他們、責備他們、責怪他們,並為他們而哭泣,同時從未停止行各樣的善;祂以平靜的心胸忍受誣衊,以忍耐承受苦楚──向他們行盡一切愛心。對那被煽動起來仇視祂的人,祂竟以如此深情相待,令煽動者大感震驚。 何等奇妙的戰爭!祂以愛回應仇恨,並以祂的良善打倒了惡的源頭。祂忍受了他們──或者更準確地說,是為了他們──帶來的極大惡行;為愛的名令,以人的角度看,奮鬥到臨死;並在對魔鬼的全面勝利之後,最終為了我們,獲得了復活的冠冕; ──就以呢種方式,新亞當更新咗舊亞當。──呢就係神聖使徒所講嗰句話嘅意思:*「你哋當中有基督耶穌嗰種心志,*也要*喺你哋心入面」*,等等(腓立比書2:5)。

**13.** 主嘅旨意就係:祂為咗我哋,以人嘅身份,順服天父,甚至死都唔違命,同時又遵守愛嘅誡命,擊敗魔鬼;祂又因魔鬼所煽動嘅文士同法利賽人而受苦。咁,祂好似自願畀人打敗咁,卻勝過咗想打敗祂嘅魔鬼,並從佢嘅暴政下搶回咗世界。 *「因為基督在軟弱中被釘十字架」*(林後13:4),但藉着這軟弱,祂將死亡治死,廢掉那掌管死亡權能的(來2:14)。 保羅自己亦都經歷過體內嘅軟弱,佢就*以「自己的軟弱*誇口*,好叫基督嘅能力住喺佢裏面」*(林後12:9)。

**14.** 考慮到呢場勝利嘅本質之後,聖保祿喺寫畀以弗所人嘅書信入面講:*「因為我哋嘅爭戰唔係向住血氣,乃係向住掌權者、有權柄者……」*(以弗所書6:12)。 對付同無形仇敵交戰嘅人,佢吩咐佢哋要穿上義嘅戰衣、戴上盼望嘅頭盔、執起信嘅盾牌,同埋屬靈嘅寶劍,*好叫佢哋能熄滅惡者所射出嚟嘅一切火焰箭*(11–14節)。 為咗示範呢場爭戰嘅實際情況,佢話:*「我奔跑唔係向無定向,我打拳唔係對付空氣;我要約束我嘅身體,叫佢服從,免得我向人傳道之後,自己反而被淘汰。」*(林前9: 26–27),又再講:*「到今時今日,我哋仍然飢餓、乾渴,衣衫襤褸,受盡困苦。」*(林前4:11),再者:*「勞碌作工,多曾通宵不睡,常有飢餓寒冷,赤身露體。」*(林後11:27)。

**15.**以同樣的爭戰**,**他對付煽動肉體慾望的魔鬼,並以自身的疲憊將它們驅走。 佢以身作則,示範咗我哋戰勝嗰啲煽動仇恨魔鬼嘅方法,嗰啲魔鬼就係為咗呢個目的,煽動最疏忽大意嘅人去對付敬虔嘅人,好令佢哋受誘惑,從而憎恨佢哋,並因此違犯愛嘅誡命──佢話: *「我們受辱罵,就祝福;受逼迫,就忍受;受誣衊,就安慰。直到如今,我們仍成為世界上的垃圾,眾人所藐視的。」*(林前4:12–13) 魔鬼煽動人哋責備、誣衊同迫害使徒,目的係令佢對呢啲人產生仇恨──從而令佢違犯愛嘅誡命。 但使徒卻毫不察覺他們的詭計,反而為責備他的人祝福,對迫害他的人忍耐,並懇求謾罵他的人轉離引誘他們作惡的魔鬼,歸向良善的神; 並以這種方式,他總能打敗那教導邪惡的鬼魔大軍,以善勝惡,效法救主。如此,他與其他使徒便拯救了全世界脫離鬼魔,並獻給神,以他們的勝利擊敗那些自以為得勝的人。 所以,兄弟啊,如果你也堅守同樣的目標,你就能夠愛恨你的人;但如果做不到,就愛不起來,因為否則根本辦不到。

**16.** 弟兄說:「實在,父啊,就係咁,唔係其他。」 ─就因為呢個緣故,主被侮辱、被打耳光,又喺猶太人手上受盡其他苦楚,都撐落去,對佢哋生出憐憫,因為佢哋出於無知,係「 」同埋被引誘失路,正如佢喺十字架上所講:*「父啊,赦免佢哋,因為佢哋所做嘅,佢哋唔知道。」* (路加福音23:34),同時喺十字架上因應付撒旦同佢嘅眾王嘅狡猾同欺騙而得勝;就如你所講,祂為咗愛嘅誡命,甚至為咗對付佢哋,連死都忍受咗呢場爭戰。 祂將呢場勝利賜畀我哋;又因摧毀咗死亡嘅權勢,祂以自己嘅復活賜生命畀全世界。但係,阿爸,求你為我祈禱,好叫我可以完全明白主同祂使徒嘅旨意,並喺試煉中保持清醒,唔會畀魔鬼同牠嘅鬼魔嘅詭計所欺騙。

**17.** 長老答道:「如果你時刻把這些話記在心,你就能認出(那惡者)的詭計。」 但當你發覺你點樣受試探,你嘅弟兄都係咁受試探,就要赦免你受試探嘅弟兄;但要抵擋試探你嘅魔鬼,佢想令你對受試探嘅弟兄生恨,你要唔好俾佢嘅詭計得逞。 呢就係神嘅兄弟雅各喺佢書信入面所教嘅:「順服神;抵擋魔鬼,魔鬼就必離開你哋。」(4:7) 所以,如前所述,如果你們時常謹慎地將以上這些銘記在心,就能夠洞悉主和祂使徒們的旨意,並以愛心去愛人,當他們行錯時對他們施以憐憫,同時以愛心對抗狡猾的魔鬼。 但如果我哋放蕩不羈、大意又疏忽,將心思意念交畀肉體慾望,咁我哋就唔係同魔鬼作戰,而係同自己同弟兄作戰;而且為咗佢哋,我哋就係喺對付人,反而令魔鬼開心。

**18.** 弟兄說:「是,父啊!魔鬼趁我疏忽大意時,就總有機會向我興起攻擊。但我懇求您,父啊,請告訴我,我當如何才能達到警醒。」 長老答道:「完全脫離塵世事物,並持續研讀聖經,能引領靈魂敬畏神;而敬畏神就帶來清醒。」 然後靈魂就開始看見魔鬼如何藉着心思念想向它發戰,並開始抵禦它們:正如大衛所言:*「我眼目察看我仇敵。」*(詩篇53:9)。正是在對抗魔鬼的這場爭戰中,使徒之首彼得勸勉門徒時說: *「要清醒、要警醒,因為你哋嘅仇敵魔鬼,好似一隻吼叫嘅獅子,四圍遊行,尋找可趁之機,要吞吃你哋;你哋要堅定信心,抵擋佢。」*(彼得前書5:8)主又話:*「你哋要警醒禱告,免得陷入誘惑。」*(馬太福音26:41) 同樣地,傳道書說:*「若掌權者的靈向你發作,你不可離開你的本位。」*(10:4)。心靈的本位是美德、知識和敬畏神。最後,那奇妙的使徒,以極大的警醒和勇氣勞苦,他說: *「雖然我們行事為人是在肉體中,卻不憑著肉體爭戰;因我們爭戰的兵器本不是屬血氣的,乃是在神面前有能力,可以拆毀堅固的營壘,將各樣的計謀,各樣高傲的事,凡阻擋人認識神的,都拆毀了,又將一切心思意念,捉拿歸服基督,並且預備好要刑罰一切不順服的人。」*(林後10:3–6)。──所以如果你都效法聖徒,並為咗上帝而極力地空自己,你就會有清醒嘅心思。

**19.** 有位兄弟問:「父啊,我當做咩,先可以不停同神一齊?」長老答:「除非人獲得以下三種美德──愛、自制同禱告,否則心靈永遠都唔可能時刻同獨一嘅神同在。」 愛制伏忿怒,節制消乾慾望,而禱告則令心智脫離一切思慮,赤裸裸地呈現在神面前。這三種美德包羅萬有;若無它們,心智便無法與獨一無二的神同在。

**20.** 兄弟說:「我求你,父親,教我愛如何制服忿怒?」長老回答:「愛的工作,是愛鄰舍,行善給他,對他要有忍耐,忍受他所加給我們的所有一切,正如常人所說。擁有這些品格,愛自然會制服已得著它的人心中的忿怒。」 兄弟說:「這些都不是小事;然而能夠擁有這些品德的人是福氣的。至於我,就真係離此甚遠;但我懇求你,父親,告訴我,什麼是長忍?」

**21.** 長老答道:「在患難中堅定不移,忍受一切惡事,等待試驗的結束,不讓自己被憤怒所勝,或說愚昧的話,或懷疑,或存不敬虔的念頭,正如經上所說: 「有恆心的人忍耐片時,之後喜樂必作他的賞賜:*『片時他隱藏他的話語和*心思,*不向聖徒的承認傾訴。』*」(西拉書1:23–24)。

**22.**長忍耐的特徵就如此!──不但如此,將自己視為誘惑的起因,也是長忍耐的特徵。或許的確如此(即,起因在我們自己)。 因為好多事臨到我哋,都係為咗教導我哋,或者潔淨我哋以往嘅罪,或者糾正我哋而家嘅疏忽,或者防止我哋將來跌倒。凡係認為試探係為咗以上任何一個原因而臨到自己嘅人,喺受責打嘅時候就唔會發怒──特別係當佢同時又意識到自己嘅罪過; 佢唔會「 」去怪責令試煉嚟到嘅人:因為無論係透過佢定係其他人,佢都註定要飲下神嘅審判之杯;—但佢會將心思轉向神,感謝祂容許呢場試煉,只怪自己,並樂意接受懲戒,就好似大衛對示每,同約伯對佢老婆咁。 但係愚昧嘅人經常向神求憐憫;可當憐憫臨到時,佢又唔接受,因為憐憫唔係照佢所想嘅方式嚟,而係照掌管靈魂嘅醫治者認為有益嘅方式嚟。 所以佢心志軟弱又不得安寧──有時對人發怒,有時向神口出褻言;就咁樣,佢顯出自己冇感恩,亦得唔到管教之杖所帶來嘅醫治。

**23.** 兄弟說:「你講得好清楚,父親。但我懇求你,也告訴我,自我節制如何令慾望枯竭。」 長老答道:「禁慾教人克制一切非出於必要之需、只帶嚟快感嘅事物;佢唔容人觸碰除咗生活所需以外嘅任何嘢;佢唔畀人追逐愉快,反而命令人只追求有用嘅嘢;並且教人按需要衡量飲食,以防體內積聚過多濕氣, 並只維持身體所需,令佢唔受慾望所困。呢就係禁慾點樣令慾望枯竭。相反,享樂同大量飲食會令肚腹發熱,激起最強烈嘅羞恥慾望,好似無理性動物咁,將人拉向唔合法嘅交媾。 於是眼睛就變得無恥,雙手無法約束,舌頭只講迎合耳朵的話,耳朵也只願意聽輕浮的言論;心靈忽略了上帝,靈魂不單止在思想中行淫,更牽引身體去做不體面嘅行為。

**24.** 兄弟說:「真係咁,父啊。但我求你亦都教我關於禱告,同埋佢點樣將心思從一切念頭中分離。」長老答:「我哋嘅念頭係對事物嘅思想,有啲係感官嘅,有啲係理智嘅。當心思被佢哋佔據時,就會滋生同篩選關於佢哋嘅念頭。」 然而,禱告的恩典將心思與神聯合,並藉此將心思從一切思念中釋放。於是,心思赤裸裸地與神對話,便成為神聖。成為如此之後,它向神求屬神的事,所求的無不蒙應允(所求的總蒙賜予)。 正因如此,使徒吩咐我哋要*「不住地禱告」*(帖前5:17),好等我哋透過更 frequently 同神連心,逐步擺脫對物質嘢嘅執着。

**25.** 弟兄說:「但係心點樣可以不停咁祈禱?因為當我哋唱歌或者讀書,同人傾偈或者服侍人嘅時候,心自然會隨住好多念頭同想像飄走。」長老答:「神聖經文唔會吩咐任何做唔到嘅事。」 使徒自己──就係透過佢講出呢番說話嗰位──都唱歌、讀經,同埋盡佢使徒嘅職務,但佢仍然無間斷咁禱告。──「不住的禱告」,意思係要將心思放喺神身上,懷住極大嘅敬畏同熱切嘅渴望,緊緊抓住對祂嘅盼望,喺一切事──包括言行同處境──都信靠祂。 處於此心境之下,使徒說:*「誰能使我們與基督的愛隔絕?難道是患難,或困苦?」*──等等(羅馬書8:35)。隨後又說:*「我已經知道,無論是死,是生,是天使……都必不能使我們與基督的愛隔絕。」*(38節)。 又有一段話:*「我哋四面受困,卻未至被壓倒;百般憂愁,卻未至絕望;受人迫害,卻未至滅亡;身上常背着主耶穌的死,好叫耶穌的生也顯明喺我哋身上。」*(林後4:8–10)

**26.**處於此心境,使徒不斷禱告:因為正如已所言,在一切事工和試煉中,他都緊抱著對上帝的盼望。 的確,所有聖徒都因他們的苦難而喜樂,因為他們懷著盼望,知道藉此可以使自己習慣於神聖的愛。這就是使徒所說:*「所以我更樂意誇自己的軟弱,好叫基督的能力在我身上安家。」*(林後12:9) 又稍後咁講:*「因為我幾時軟弱,就幾時強壯。」*(第10節)但哀哉我哋呢班可憐嘅靈魂,因為我哋已經偏離咗聖父長嗰條路,所以完全冇咗任何屬靈嘅努力。

**27.** 有位兄弟問:「爸爸,點解我冇痛悔?」長老答:「因為你同我面前都冇敬畏上帝嘅心。因為我哋已經成為各種罪惡嘅庇護所,仲藐視上帝可怕嘅懲罰,當佢係虛構嘅幻想。」 例如,當聽到摩西代表神對罪人講:*「因我發烈怒,必有火被點起……火要燒到陰間深處,要燒盡地土和地裡所出的,又要燒着山们的根基」*(申命記32:22–23)。 又或者以賽亞呼喊:*"錫安的惡人退後;恐怖必捉住罪人;你靈中的力量必歸於無有; 你必被火燒盡。有誰能告訴你火正燃燒?有誰能告訴你永遠安息之處*呢?」(以賽亞書33:14)。又說:*「他們必出去,看見那與我叛逆者的屍骸;因為他們的蟲是不死的,他們的火是不滅的;凡有血氣的盡都以他們為可憎惡。」* (賽66:24)。又如耶利米所說:*「趁著黑夜未至,趁著你的腳未在幽暗的山上絆跌,就當將榮耀歸給耶和華你的神;免得你等候光,使它變為幽暗,使你成為黑暗。」*(耶13:16) 又有一段話:*「你哋呢班無知又愚蠢嘅人,聽吓,有眼卻唔見,有耳卻唔聞,你哋唔會敬畏我嗎?」*──*主如此說:「你哋唔會因我面前而蒙羞嗎?」*(耶利米書5:21–22) 又有一段:*「你背叛的事要懲罰你,你罪惡的事要定罪你;要承認,要看見,你離棄我實在是惡毒而苦毒的,這是耶和華說的……我曾把你栽為結好果的真葡萄樹;你究竟怎樣變為苦毒、外來葡萄樹呢?」*(耶利米書 2: 19–21)?又再有:*「我未同佢哋一齊坐低玩樂,我只係驚你伸出嚟嘅手;我獨個兒坐住,因為我滿懷苦毒。」*(耶利米書15:17)。又有邊個聽到以西結先知嘅說話唔會毛骨悚然:*「你嘅結局已經到咗;我要將我嘅忿怒傾倒喺你身上,照你嘅道路向你施行審判,將你一切可憎惡嘅事加喺你身上。 「我眼必不顧惜,我也不會有憐憫……你哋就知道擊打你哋嘅係主我」*(結47:3,9)。 又有邊個聽到但以理描述審判日,唔會心都碎埋?佢咁講:*「我觀望,見有寶座擺設;那禧日者就坐喺寶座上。佢嘅衣服潔白如雪,頭髮如純淨羊毛;佢嘅寶座乃火焰,其輪都係燃燒嘅火。 有一道火河從佢面前流出:有成千上萬嘅人服侍佢,有成億嘅人侍立喺佢面前:審判台設好咗,冊子都打開咗"* (但以理書7:9–10),即係每一個人嘅所作所為。 又有一段話:*「夜間異象中,看哪,有人如人子,駕着天雲而來,他來到那古者跟前,被引到他面前。他得了權柄、榮耀、並立國度,使列國、列族、和說別國方言的人都服侍他: 祂嘅統治係永遠嘅統治,永遠都唔會消失,祂嘅國度亦永遠唔會被摧毀。我但以理心入面好煩亂,我頭腦入面嘅異象令我好困惑」*(但以理書7:13–15)。

**28.** 又有邊個聽到大衛所講嘅話唔會震驚呢:*「神講過一次,我聽過兩次;因為,主啊,係神嘅大能,同祢嘅慈愛;因為祢要按各人所行嘅事報應佢。」*(詩篇61:12-13) ──又再者,傳道書說:*「事情的結局,我說盡了,你要敬畏神,遵守祂的誡命,因為人人都當如此;因為神必審判人,連一切隱藏的事,不論是善是惡。」*(傳道書12:13–14)

**29.** 喺使徒嗰度聽到同樣嘅說話,邊個唔會發抖呢?佢話:*「因為我哋都要站喺基督嘅審判台前,等每一個人按住自己喺身體入面所行嘅,好定壞,都得着應有嘅報應。」*(林後五10;羅十四10)。 咁,又有邊個唔會為我哋嘅不信同靈魂嘅盲目而痛哭呢──既然聽咗以上一切,我哋竟然唔肯悔改,亦唔為自己嘅疏忽同大意流下苦淚。耶利米預見到呢點,就話:*「凡作耶和華工作嘅人,若作得草率,*就*當受咒詛!」*(耶利米書48:10)。如果我哋真係關心自己靈魂嘅得救,就會因主嘅話而戰兢,並盡我哋全力去遵守祂嘅誡命,因為我哋嘅得救就係嚟自於此。 但我哋雖然親耳聽見主自己話:*「要從窄門進去,因為引到生命嘅門窄而路窄」*(馬太福音7:13–14),卻揀咗嗰條又闊又大、引到滅亡嘅路。 因為當祂要審判活人死人嘅時候,我哋會聽到祂講:*「離開我,你呢班被咒詛嘅人,進入為魔鬼同佢使者預備咗嘅永火。」*(馬太福音25:41)

**30.** 我們不但行惡時會聽到這話,若疏忽行善、不愛鄰舍,同樣會聽到。 如果我哋又做咗惡事,咁我哋要喺咁可憐嘅心靈狀態下,點樣去面對嗰日呢?我哋亦要明白,*'你不可奸淫,你不可偷竊,你不可殺人'*──等等──都係透過摩西對古人講嘅(馬太福音5:28)。 然而,主知道對基督徒而言,要達到生命中的完美,僅僅遵守這些誡命是不夠的,祂說:*「我實在告訴你哋,除非你哋的義行勝過經師和法利賽人,否則你哋決不能進天國。」* 正因如此,喺呢番說話之前同之後,佢一直都要求靈魂要達到完全嘅聖潔──為咗呢個緣故,身體亦都會被聖化──並且要對所有人懷有真誠嘅愛,透過呢種愛,我哋先可以達到對佢自己嘅愛。正如已經講過好多次,佢喺自己身上同門徒身上為我哋立咗呢個榜樣。

**31.** 當嗰日,我哋有咩藉口?明明有咁嘅榜樣擺喺面前,我哋竟然仍然咁疏忽大意? 耶利米為我哋哀嘆,佢話:*「有咩人肯畀水倒喺我頭上,畀泉源湧出我眼,好等我日夜*為呢班人*流淚呢?」*(耶利米書9:1)──因為我哋本該配得咁嘅恩典,卻依然咁大意,甚至更惡劣,被各種惡行充滿。 我又聽到摩西講我哋:*「雅各b食飽咗,就發胖;飽足咗,就肥壯,就離棄造佢嘅神,從救佢嘅神轉背。」*(申命記32:15) 米迦亦為我哋哀嘆,佢話:*「哀哉,我嘅心靈!因為虔誠人從地上滅絕,世人當中冇一個行公義;佢哋各人手都預備作惡, ,懷惡意待鄰舍。」*(米迦書7:2–3) 同樣地,詩篇作者講到我哋,禱告說:「主啊,求你拯救我,因為敬虔的人稀少;因為誠實從人子中間消失了。」(詩篇11:2)

**32.** 哀嘆我哋嘅處境,使徒先知式咁講:*「佢哋都偏離正路,一齊都敗壞咗;冇一個人做好事,連一個都冇。佢哋嘅喉嚨係開放嘅墳墓;佢哋用舌頭行詭詐;蛇毒喺佢哋嘴脣底下;佢哋口中滿有咒詛同苦毒。」 「毀滅和惡毒充滿了他們的一切道路,他們得不著和平的道路。他們眼中毫無敬畏神的心。」*(羅馬書3:12–18) 又喺一個關於我哋而家邪惡生命嘅先知異象入面,佢寫信畀提摩太話:*「呢樣你一定要明白:到咗末世,會有危險嘅日子。 因為人要自私自利,貪財,自誇,狂傲,褻瀆,不孝敬父母,不感恩,不聖潔,無愛心,不憐憫人,誣陷人,無節制,殘暴,無愛心,賣主賣友,*草率魯莽──等等 (提後3:1–4)。嗰我哋真係可悲,因為我哋已經行到罪惡嘅極點。我哋當中邊個唔係犯咗呢啲罪惡?呢段預言唔係已經喺我哋身上應驗咗咩?我哋唔係都係大食客?唔係都係貪圖享樂?唔係都係瘋狂咁鍾意物質嘢? 我哋唔係都好易發脾氣咩?我哋唔係都好記仇咩?我哋唔係都對各種美德唔忠咩?我哋唔係都係誣陷人嘅咩?我哋唔係都係閒話連篇嘅咩?我哋唔係都對人有唔尊重嘅態度咩?我哋唔係都對弟兄懷敵意咩?我哋唔係都好自負咩?我哋唔係都好狂妄咩?我哋唔係都好驕傲咩?我哋唔係都好虛榮咩? 我哋唔都係偽君子?我哋唔都係詭詐?我哋唔都係嫉妒?我哋唔都係不順服?我哋唔都係懶惰?我哋唔都係詭詐?我哋唔都係草率?我哋唔都係疏忽救主嘅誡命?我哋唔都係充滿各樣惡?我哋唔都變成偶像崇拜嘅殿,而唔係神嘅殿? 聖靈變咗做惡靈嘅庇護所?我哋唔係淨係表面上先叫神做「父」咩?我哋唔係變咗做地獄之子,唔再係神嘅兒子咩?我哋而家自稱基督嘅名,唔係比猶太人仲更惡劣咩? 然而,卻無人因聽見呢啲真理而跌倒。就連嗰啲(猶太人),雖然不守律法,都話:*「我哋只有一位父──神」*;但佢哋從救主聽到嘅卻係:*「你哋係出於你哋嘅父魔鬼,你哋願意行你父嘅慾望。」*(約翰福音8:41、44)

**33.** 咁樣唔係好合理咩?我哋既然都係祂誡命嘅違犯者,都應該從祂口中聽到呢啲說話。你睇,使徒就稱被聖靈引導*嘅人*做「神嘅兒子」。佢話:*「凡被神嘅靈引導嘅,就係神嘅兒子。」*(羅馬書 8:14) 咁,當我哋被肉體嘅理性所引導,點可以稱自己為神嘅兒女呢?佢話,被聖靈引導嘅人,就憑聖靈嘅果效而清楚分辨到。 使徒說,屬靈的果效是愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制(加拉太書5:22)。我們擁有這些嗎? 難道唔係反過嚟咩?所以我哋唔應該被稱為神嘅孩子,而係相反。凡從某人而出嘅,都好似出世嗰個人一樣。但主話:*「凡從聖靈出世嘅,就係屬靈嘅。」*(約翰福音3:6) 然而,我

哋卻成為咗一個貪慕屬靈之物嘅肉身,所以以下嘅審判正正適用於我哋:*「我嘅靈唔會永遠與人爭辯,因為佢不過係肉身。」*(創世記6:3)當我哋裏面根本冇半點基督,我哋又點可以稱自己做基督徒呢?

**34.** 有人可能會說:「我有信基督;單靠對祂的信心,就足夠使我得救嗎?」但雅各使徒反駁說:*「連鬼魔都信──而且發抖。」*(雅各書2:19) 又有一句:*「信而無行,是死喺自己裏面。」*(17:26)。──我哋真係信佢咩?我哋而家連眼前同當下都唔信,又點可以話信佢將來?我哋唔信,因為我哋鍾情於物質,按住肉體行事,與聖靈為敵。 但凡真係信基督,並藉住遵守祂誡命而將祂接納入心嘅人,就話:*「而家活嘅不再是我,乃係基督活喺我入面。我而家喺肉身所活嘅生命,係憑住對神兒子嘅信心而活,祂愛我,為我捨命。」*(加拉太書2:20) 所以,為咗祂嘅緣故,為咗他人嘅得救而受苦,作為祂忠心嘅效法者同真係遵守祂誡命嘅人,佢哋就話:*「有人罵我哋,我哋就祝福;有人逼迫我哋,我哋就忍受;有人毀謗我哋,我哋就安慰。」*(林前4:12) 因為佢哋聽過佢嘅話,話:*「要愛你嘅仇敵,善待恨你嘅人,祝福咒詛你嘅人,為虐待你嘅人禱告。」*(馬太福音5:44)。 如此,藉住佢哋嘅言行,基督──喺佢哋裏面作工嘅──就得以彰顯。然而我哋,因為違背佢所有嘅誡命,就發現自己充滿咗各樣嘅污穢。 所以,我哋變成咗,唔係神嘅殿,而係賊窩;唔係禱告屋,而係強盜窩;唔係聖潔嘅族類,而係罪惡嘅族類;唔係神嘅子民,而係充滿罪惡嘅子民;唔係聖者嘅種子,而係邪惡嘅種子;唔係神嘅兒子,而係 嘅不義之子; 因為我哋離棄咗主嘅誡命,就用污穢嘅慾望事奉邪靈──結果惹怒咗以色列嘅聖者。

**35.** 因此,偉大的以賽亞為我們哀嘆,同時又想在我們跌倒時幫助我們,就大聲呼喊說:*「你哋為乜仲要行不義,自討苦吃呢?」 「頭髮都係瘡,頭頂都係創;由腳掌到頭頂,無一處是健全的──沒有鱗瘡,沒有瘀傷,也沒有燒焦的傷口。無藥可敷,也無膏可以抹,更無繃帶可纏。」*(1:5–6)。 咁,呢個又*帶嚟*咩後果*呢*?*「錫安嘅女兒好似葡萄園入面嘅一棵樹籬,好似果園入面嘅一個果庫,好似一座被圍攻嘅城鎮。」*(8節)。使徒又話,呢段話顯示咗我哋靈魂嘅荒蕪: *「就如他們在心思裡不以神為念,神就任憑他們存著可恨的心,行那不合宜的事──充滿各樣不義、邪惡、詭詐、貪婪,和惡毒;充滿嫉妒、謀殺、爭競、詭詐、和惡毒; 暗送秋波、造謠生事、褻瀆上帝、惹事生非、自誇自大、狂妄自大、惡意創新、不聽父母之命、無知、頑梗不化、無愛心、不可信、無憐憫心。 但亦有人,雖然明白神嘅審判──行呢啲事嘅人值得受死──不但自己行,仲讚成嗰啲行呢啲事嘅人。 「就因為此,神任憑他們放縱可羞恥的情慾,在彼此之間以不雅觀的行為玷污自己的身體。」*(羅馬書1:28–32,26,24)接下來說什麼?經上說:*「神嘅忿怒從天上顯明,針對一切不敬虔和不義的人。」*(第18節)

**36.** 為咗表示靈魂嘅荒蕪,主話:*「耶路撒冷啊,耶路撒冷啊,你呢個殺先知、用石頭打死差遣到你面前嘅人,我幾多次想同你嘅兒女聚埋一齊,好似母雞將小雞攬喺翅膀底下,但係你哋唔肯!」 「你哋嘅屋企被遺棄咗」*(馬太福音23:37–38)。 以賽亞再次洞悉到,我哋呢班修士雖然只係以肉體形式行俾務,卻忽略咗對上帝嘅靈性事奉;儘管如此,我哋仍然自滿自足。佢話:*「所多瑪嘅首領,聽主嘅話;蛾摩拉嘅居民,聽上帝嘅律法。」 「你哋獻嘅祭物對我嚟講有乜用?」*主話。*「我已經對公羊嘅燔祭同羔羊嘅肥油感到厭惡;我對公牛同公山羊嘅血都冇興趣。有邊個叫你哋將呢啲嘢帶入我殿中?就算你哋將七分之一嘅五穀獻畀我,都係徒然: 香品對我嚟講係可憎惡嘅;我唔會容忍你哋嘅月朔、安息日,或者你哋所定嘅節期;我嘅心恨惡你哋嘅禁食、你哋嘅嚴肅會,同你哋嘅節日;你哋已經成為我嘅重擔;我再唔能擔當你哋嘅罪惡。當你哋向我伸出手嚟,我會轉眼不顧你哋;就算你哋增多禱告,我都唔會聽你哋。* 點解會咁?*「因為你哋嘅手沾滿咗血」*(以賽亞書1:10–15),因為*「凡恨佢弟兄嘅,就係殺人犯」*(約翰一書3:15)。所以,任何冇愛嘅苦行都令神不喜悅。

**37.** 神遠遠地揭露我們的虛偽,祂說:*「這班人用嘴脣尊敬我,卻使心離我而去;他們尊敬我,不過是徒然──」*等等(以賽亞書29:13)。 的確,主責備法利賽人時所講嘅話,同樣好適用於我哋呢班今日嘅偽君子:我哋蒙受咁大嘅恩典,卻喺品格上比佢哋更加敗壞。 我哋唔係都綁咗又重又壓得人喘唔過氣嘅重擔,放喺人肩上,自己連一根手指都唔肯動去碰佢哋(路加福音11:46)? ─我哋唔係都為咗畀人見到先做啲嘢(馬太福音6:5)?我哋唔係都鍾意喺筵席上攞頭位,喺會堂入面坐前排?我哋唔係都鍾意畀人叫「拉比,拉比」?甚至對唔畀我哋呢種尊貴稱號嘅人,我哋唔係連死都唔放過佢哋? 我哋唔係都攞咗明白嘅鑰匙,但係唔係用嚟開路,反而將天國嘅門關喺人面前──自己唔肯入,亦唔容人入? 我哋唔係又係瞎眼嘅引路人,過濾蚊子,卻吞下駱駝?我哋唔係淨係外面洗杯同碟,而裡面卻充滿搶奪、貪婪同放蕩?我哋唔係連薄荷、蒔蘿同孜然都十分一,卻忽略咗公義同對神嘅愛? 我哋唔係好似封咗嘅墳墓,外面睇落好義人,但入面卻充滿偽善、不法同各樣污穢?我哋唔係一邊興建殉道者嘅墳墓,一邊裝飾使徒嘅聖骨

匣,但行事為人卻好似殺害佢哋嗰班人(馬太福音23: 3–32)?咁,有邊個喺我哋呢種狀態下唔會為我哋而哭?有邊個唔會憐憫我哋嘅被擄?就因為呢啲,我哋──神尊貴嘅兒女──被當作泥器。就因為呢啲,我哋嘅金子變咗暗,我哋純淨嘅銀子都變質咗(哀歌 4:1–2)。 因此,我哋──錫安嘅拿細爾人,本應比雪更潔白,卻變做似古巴人;本應比牛奶更純白,卻變做比墨水更深黑。因此,我哋面色比煙煤更黝黑;我哋嘅罪惡比所多瑪嘅罪惡更加深重; 因此,我哋──屬白晝、屬光明嘅人──變做屬黑夜、屬黑暗嘅人(帖前5:5)。因此,我哋──屬國度嘅人──變做屬陰間嘅人。因此,我哋──至高者嘅眾子──都照常人死去,同王子一樣倒下(詩80:7)。 因此,我們被交在無法無天之敵的手中──即邪惡殘暴的 魔鬼──並交給地上最不義、最狡猾的首領,即他們的王子撒旦;因為我們犯罪行惡,違犯了我們主神──天主──的誡命(但以理書3, 29–32),踐踏了神的兒子,將所立之約的血當作平常(希伯來書10:29)。但主啊,*'求你因你名的緣故,不將我們交給到底;求你不可廢棄你的約,也不將你的憐憫收回離開我們'*(但以理書3: 34–35),為咗祢豐盛嘅慈愛,我哋喺天上嘅父啊,為咗祢獨生子嘅美意,同為咗祢聖靈嘅憐憫。 *「求祢唔好記念我哋從前嘅罪惡;主啊,願祢豐盛嘅恩典快啲臨到我哋,因為我哋極度貧窮。我哋嘅神、我哋嘅救主啊,求祢幫助我哋;主啊,為咗祢名嘅榮耀,拯救我哋,赦免我哋嘅罪。」*(詩篇 78, 8:9),賜給我們堅定的救恩盼望,免得我們因絕望而變得更惡劣。 求祢因祂為世人生命所流的寶血幫助我們、拯救我們;因祂聖使徒和殉道者為祂的名流血;又因那竭力討祢聖名喜悅的眾先知、長老和祖師。主啊,求祢不輕看我們的禱告,也不在最後離棄我們。 因為我哋唔信靠自己嘅義,而信靠祢對我哋子民嘅憐憫。我哋向祢祈求,求祢賜恩,願我哋為咗得救而領受祢獨生子所預備嘅聖事,唔會成為我哋嘅審判;求祢唔好將我哋從祢面前趕出。求你不要因我們的卑微而輕視我們,卻按你的大憐憫憐憫我們;並因你豐盛的恩典,洗淨我們的罪孽,使我們得以無罪得見你的榮光,並蒙你獨生子護理,不被定罪。 噢,全能主,垂聽我哋嘅禱告,因為我哋除咗您之外,唔識得其他神;我哋呼求您嘅名。 祢是那在萬有中運行萬事的,我們從祢求得一切幫助。神啊,求祢從天上垂顧,從祢聖潔榮耀的居所,鑒察我們。*「祢的熱心和祢的力氣在哪裡呢?祢豐盛的憐憫和慈愛在哪裡呢?因為祢一向寬容我們? 因為祢本係我哋嘅父,亞伯拉罕唔係生出我哋,以色列亦唔係養育我哋;惟獨祢,主,係我哋嘅父。求祢拯救我哋,因為從起初,祢聖潔嘅名就臨在我哋身上,*同祢獨生子同祢聖靈嘅名一樣。 *「主啊,你為甚麼使我們偏離你的道路,使我們的心剛硬,以致我們不敬畏你?」*主啊,求你為你聖潔的教會,為你古時所有聖徒的緣故,將你的僕人帶回;*「好叫我們至少承受你的聖山:我們的仇敵踐踏了你的聖所。 「就如上古的日子,你未曾掌權管轄我們,也未有人稱呼你的名」*(以賽亞書63:15–19)。

**38.** *「天若開裂,山嶺必在祢面前震動,如蠟遇火就化;火必燒滅祢的仇敵,祢的名必令一切敵對祢的人驚懼。當祢成就榮耀的事,山嶺必在祢面前震動。」 自古以來,我哋未曾聽過,我哋嘅眼睛都未曾見過有神,除咗你之外,亦未見過你為等候你慈愛之人的作為。因為慈愛預留畀行公義者,你嘅道路會被紀念;因為你發怒,而我哋就犯罪。*— 更正確嘅講法係:我哋犯罪,而你就發怒。 *「因此我哋都走失咗路,我哋全部都變得好似污穢,好似不潔淨嘅地方;我哋所有嘅義都好似咁:我哋因我哋嘅罪惡跌落去,好似樹葉; 所以風將我們吹去,無人呼求祢的名,或記念緊握祢的手。因為祢轉臉不顧我們,又因我們的罪孽將我們交出。 而家,主啊,你係我哋嘅父;我哋都係你手嘅工作。求你唔好向我哋大發烈怒,亦唔好永遠記念我哋嘅罪孽;但求你而家垂顧我哋,因為我哋都係你嘅子民。你嘅聖城變做荒涼;錫安好似曠野;耶路撒冷成為咒詛。 我哋聖潔嘅殿,同我哋列祖所稱頌嘅榮耀,都畀火燒盡,我哋所有嘅榮耀都一齊倒下。主啊,因為呢一切,你都忍受咗;你保持沉默,大大地貶低咗我哋。」*(以賽亞書64:1–12)

**39.** 呢件事以前係預表咁發生喺你嘅古先祖身上,但而家真係喺我哋身上應驗咗。 *「我哋已經成為鄰舍──*即係魔鬼*──嘅笑柄,成為周圍人嘅嘲笑同譏誚對象」*(詩篇 78:4)。 但求你從天上垂顧,看見,因你那聖名的緣故拯救我們。使我們能識破仇敵的詭計,從他們的圈套中解救我們。求你不要向我們掩面,因為我們自己无力勝過攻擊我們的人;但你大能足以拯救我們脫離一切仇敵。 主啊,求祢因祢的慈愛,救我們脫離這世上的一切患難,使我們得以仗著清潔的良心渡過生命之海,能在祢威嚴的寶座前純潔無瑕,並蒙算為配得永生。

**40.**聽到呢啲說話,又因深切嘅懊悔而心碎,嗰兄弟眼含熱淚咁對長老講: /照我睇,我阿爸,我冇得救啦。*因為我嘅罪過已經高過我嘅頭。」*(詩篇37:5)求你同我講,我應該點做? 長老答道:「人 ,自己救自己係唔可能;但有神凡事都能,正如主自己所講(太19:26)。*所以,我哋要向祂承認……我哋要敬拜、跪下,並向造我哋嘅主哀號,因為祂係我哋嘅神。」*(詩94: 2:6),因為我哋聽見先知以賽亞講:*「你哋回轉,*

*就必得救。」*(賽30:15)又再講:*「耶和華嘅手豈能拯救唔到?祂嘅耳豈能重到聽唔見?」 「但你哋嘅罪惡隔住你同神,因為你哋嘅罪惡,佢轉臉唔理你,唔肯對你施憐憫。」*(以賽亞書59:1–2)點解佢會講:*「洗淨自己,除掉污穢;將你哋心裏嘅罪惡從我眼前除掉;停止你哋嘅惡行; 「學好行善,尋求公義,保護受欺壓的,為孤兒伸冤,為寡婦申理;來,與我商議,主如此說。雖然你們的罪如硃紅,必如雪一般白;雖然如朱紅,必如羊毛一般白。 「你哋若肯聽命,就必得地裡嘅佳美之物;因為耶和華口所出嘅話就係呢樣。」*(以賽亞書1:16–20) 佢亦都透過約珥講:*「要全心、全意、禁食、流淚、悲哀,歸向我;撕裂你哋嘅心,唔好撕裂你哋嘅衣服;歸向你哋嘅主,因為佢有憐憫,有恩典,不輕易發怒,且有豐盛嘅慈愛。」*(約珥書2章, 12–13)。又對以西結說:*「你對以色列家說:『主耶和華如此說:以色列家啊,我並不喜悅你犯罪,要你行惡,要你因所犯罪惡而死。所以你要轉離所行惡道,就可以得生。 「你要對他們說:『主耶和華如此說:我指着我的永生起誓,我喜悅不義之人的死亡,不喜悅惡人轉離所行的惡而得生。以色列家啊,要轉回、轉回離開你們的惡道!為何要死呢?』」*(以西結書33:10–11)。 第三王紀,顯示神豐盛的慈愛,如此說:當亞哈──他因耶洗別謀害拿伯而將拿伯的葡萄園據為己有──聽到以利亞的話,以利亞說: *「主如此說:因為你殺人奪取,狗在哪裡舔那人血,狗也要在哪裡舔你的血… 「耶洗別的狗要喺耶斯列平原嘅郊外噬食佢。」亞哈聽見呢番說話,就躲避主嘅面;佢邊行邊喊,撕裂衣裳,腰束麻布,禁食,晝夜都着住麻布。 「耶和華的話臨到以利亞,說:『你看見亞哈怎樣自卑在我面前麼?……因此我必不在他生的日子降這禍。』」*(列王紀上21:19、23、27、29) 先知大衛又說:*「我向主承認了我的罪過,我就不隱瞞我的罪惡。我說:『我要向主承認我的過犯。』你就赦免了我心裡的罪惡。所以凡虔誠的人,都要在急難的時候禱告你。」*(詩篇31:5-6) 在福音書裡,主說:*「悔改吧!因為天國近了。」*(馬太福音4:17)當彼得問祂:*「主啊,我弟兄得罪我,我最多要饒恕他幾次呢?」* 祂本性良善,其良善無法言喻,就回答彼得說:*「我對你不是說,直到七次,乃是直到七十個七次。」*(馬太福音18:21–22)有何能與此等良善相比?又當以何喻此等愛人如己之情?

**41.** 既從舊約和新約中,認識到神嘅恐懼、祂嘅良善同對人類嘅慈愛,我哋就當全心歸向祂。兄弟們,我哋點解要滅亡呢? 我哋要洗淨我哋罪惡嘅手,改革我哋二心嘅心,要悲傷、憂愁,並為我哋嘅罪而哭泣。我哋要停止我哋嘅惡行;要信靠主嘅憐憫,敬畏祂嘅刑罰,並立志遵守祂嘅誡命。 我哋要用盡全心彼此相愛;我哋要說:「你哋係我哋嘅兄弟。」──就連憎恨同譭謗我哋嘅人,都要因我哋而榮耀主名。當我哋互相受試探嘅時候,要彼此饒恕,因為我哋都係被共同嘅仇敵包圍。 我哋要抵擋自己嘅惡念,求神做我哋嘅盟友,好將惡毒同污穢嘅邪靈趕出我哋心內。我哋要令肉體服從聖靈,透過各種苦行,將佢治死並制伏。我哋要潔淨自己,除去一切屬肉體同屬靈嘅污穢。 我哋要彼此喺愛心同善行上互相鼓勵。我哋唔好妒忌人,亦唔好因妒忌我哋嘅人而激動。我哋要彼此憐憫,謙卑咁互相醫治。我哋唔好彼此定罪或取笑,因為我哋係對方身體嘅肢體。 我哋要拋棄冷漠同大意,勇敢咁對抗邪靈。我哋有義者耶穌基督喺父神面前做我哋嘅代禱者,佢係我哋罪過嘅贖罪祭;所以我哋要用純潔嘅心同全靈向佢禱告,佢就會赦免我哋嘅罪。 *「因為主離那真實求告祂的人不遠」*(詩篇144:18)。又說:*「要向主獻上讚美的祭,向至高者還你的願;在你遭難的日子求告我,我必搭救你,你必榮耀我」*(詩篇49: 14:15)。以賽亞又說:*「鬆開一切不義的軛,撕毀一切壓迫的文書,釋放被壓迫的人,撕毀一切不義的行為。 將你嘅餅分畀飢餓嘅人,將貧窮無家可歸嘅人帶入你屋企;如果你見到有人赤身露體,就唔好轉頭,亦唔好藐視你自己嘅骨肉。咁你嘅光就會喺曙光中出現,你嘅醫治會迅速顯現;你嘅公義會先你而行,主嘅榮耀會環繞你。 之後*會點呢?──*「你呼求,神就應允你;你說話未完,佢就應聲:'我在這裡。'」 「你嘅光就必照喺黑暗中,你嘅幽冥之光必如正午;你嘅神必常同你,你心裏所願嘅,祂必成就。」*(以賽亞書58:6–10) 你睇吓,當我哋結束一切不義嘅枷鎖,全心全靈去行善待人,嗰陣我哋就會披上知識嘅光,擺脫罪惡嘅慾望,充滿各種美德,被神榮耀嘅光照亮,並從一切無知中得釋放; – 當我哋向基督禱告,我哋就會被垂聽,上帝會永遠與我哋同在,並充滿神聖嘅願望。

**42.** 我們彼此相愛,神就必愛我們。我們彼此寬容,祂就必寬容我們的罪。 我哋唔好以惡報惡,上帝亦唔會照我哋嘅罪過嚟報應我哋。我哋要喺赦免弟兄嘅時候,先得罪過嘅赦免;因為上帝對我哋嘅憐憫,就藏喺我哋對鄰舍嘅憐憫入面。正因如此,主先話:*「饒恕人,你哋嘅罪過先會被饒恕。」*(路加福音6:37) 又有一句:*「如果你哋赦免人嘅過犯,你哋喺天上嘅父都會赦免你哋。」*(馬太福音6:14)再有一句:*「有憐憫嘅,先有憐憫;無憐憫嘅,就得無憐憫。」*(馬太福音5:7) 又有一句:*「你哋用咩度量去量人,就會*

*用咩度量去量你哋。」*(馬太福音7:2)主已經為我哋預備咗得救嘅道路,*並「賜俾我哋做神嘅兒女嘅權利」*。(約翰福音1:12)之後,我哋嘅得救就完全喺我哋自己手上。

**43.** 所以,我哋要將自己完全交託主,好叫我哋能夠完全領受祂,並藉住祂成為神。因為祂本性原係神同主,正因如此先成為人。我哋要全心臣服於祂,祂就會不斷驅逐我哋嘅仇敵。 *「如果我嘅子民肯聽我*嘅話,*以色列*啊,*如果佢哋肯行我嘅道路,我就必為佢哋制伏仇敵,並且伸咗手攻擊壓迫佢哋嘅人。」*(詩篇 80:14–15) 我哋要將所有盼望單單放喺祂身上;將所有憂愁都卸畀祂──祂必拯救我哋脫離一切患難,一生扶助我哋。 我哋要用盡全心去愛每一個人,但唔好將希望寄託喺任何人身上。只有當主保護我哋,朋友先會幫我哋,仇敵先會喺我哋面前變得軟弱。但如果主離棄我哋,朋友都會離棄我哋,令我哋無助,仇敵就會得勝。 但倚靠自己嘅人,將會跌得好慘;而敬畏主嘅人,就會被高舉。就係因為咁,大衛先講:*「我唔信靠自己嘅弓,我嘅刀劍都救唔到我;但你拯救咗我哋脫離逼迫我哋嘅人,又叫憎恨我哋嘅人蒙羞。」*(詩篇 43:7–8)

**44.** 唔好存啲貶低我哋罪過、又欺騙自己話已經得赦嘅諗法。主就係為咗警告我哋唔好有呢啲諗法,先講:*「要提防假先知,佢哋對住你哋外表好似羊,但裏面卻係貪食嘅狼。」*(馬太福音7:15)只要我哋嘅心仲畀罪惡困擾,就知我哋未得赦免;因為我哋肯定未結出配得上悔改嘅果實。悔改嘅果實就係靈魂嘅無情欲;而無情欲就係抹去罪惡。 如果我哋有時會畀情慾困擾,有時又唔會,就證明我哋未擁有完美嘅無情慾。因此,我哋未得着罪過完全嘅赦免。我哋透過聖洗禮得着咗原罪嘅赦免;至於洗禮後我哋膽敢犯嘅罪,就只有透過懺悔先能得着赦免。

**45.** 所以,我哋要真心悔改,好等我哋擺脫情慾,得以罪得赦免。我哋要藐視今世之物,免得為咗爭奪呢啲嘢而違犯愛嘅誡命,遠離神嘅愛。我哋要照聖靈而行,唔好滿足肉體嘅私慾。(加拉太書 5:16) 我哋要振作精神,清醒過來,擺脫大意嘅沉睡;要效法救主聖潔嘅苦行者,效法佢哋嘅所作所為,忘記背後,努力向前。我哋要效法佢哋孜孜不倦嘅熱誠、佢哋熾熱嘅奉獻、佢哋自我克制嘅堅定、佢哋貞潔嘅聖潔, 忍耐的堅定,不可動搖的寧靜,憐憫的真誠,不可擾亂的溫柔,熱誠的溫暖,真摯的愛,崇高的謙卑,對塵世財物完全的超然,勇氣,仁慈,以及和善的風度。 我哋唔好放縱自己對享樂嘅慾望;唔好畀思想變得鬆懈;唔好玷污我哋嘅良心。我哋要與人同住和平,行事聖潔,因為「非聖潔人,沒有人能見主」(希伯來書 12:14)。 弟兄姊妹們,以上一切之外,讓我們逃離世界,逃離這世界的主宰。讓我們否認肉體,以及一切屬肉體的事。讓我們升天,並在那裡安居,效法那神聖的使徒,好使我們得以見到生命之君,並分享生命之泉。 我哋要同天使同大天使一齊,組 成一個合唱團,頌讚我哋主耶穌基督,願祂同父神同聖靈一樣,得榮耀同能力,從今時直到永遠,世世代代。阿們。

## 2. 論愛四百章

### *致埃爾皮迪烏斯前言*

我現將一份關於苦修生活的論著,以及一份包含四百章的論愛著作──與四福音書篇章數相同──呈獻畀您,敬愛的Elpidios父老。雖然呢兩篇論著未必完全符合您嘅期望,但卻係我哋所能做到嘅最好。 然而,請你聖下知道,這也不是我自己心意所想。乃是因我讀了聖父們的著作,從中採集能引領心智關注我所論題之處,並將大量內容濃縮成言簡意賅的格言或章節,以便於記憶和心靈默想, – 此信呈送與您,請您懷著善意閱讀,只求受益,勿介意文筆拙劣,並為我這毫無屬靈果效的卑微之人禱告。 我亦請你唔好將呢啲文字當作負擔(好似我喺你良心上加添重擔);因為我只係在履行順服嘅誡命。我咁講,係因為而家有好多人都用言詞去壓迫人哋嘅良心,但係真正以行動去教導,或者從行動中學習嘅,就少之又少。 請你哋費啲心,仔細研讀每章。因為我唔認為所有嘢都係人人都易明;即使表面上講得好簡單,但好多內容都要人花好多功夫去研習。 好可能佢哋入面所顯明嘅嘢,最終都會對靈魂有益。但係,只要有人唔係懷住懷疑嘅心態,而係帶住敬畏上帝同埋愛心去讀,咁憑住上帝嘅恩典,呢啲都一定會對靈魂有益。 至於任何一個人讀呢本書或者其他書,唔係為咗屬靈嘅益處,而係要搵啲句子嚟責備作者,好顯示自己比佢更叻,咁樣嘅人無論喺邊度、任何時候、用任何方法,都唔會得着任何有用嘅啟示。

**1.** 愛係靈魂嘅一種仁慈態度,令佢唔會將世上任何嘢高過對神嘅認識。但凡執著於塵世任何嘢嘅人,都唔可能擁有呢種充滿愛嘅態度。

**2.** 愛由無慾而產生;無慾由對上帝的信產生;信由忍耐和慷慨產生;而這些最後者由在一切事上克制自己產生;克制自己由敬畏上帝產生;而敬畏上帝則由對主有信心產生。

**3.** 信主嘅人懼怕地獄嘅刑罰。懼怕呢啲刑罰嘅人就會節制情慾。節制情慾嘅人就會忍耐苦難。忍耐苦難嘅人就會將希望放喺神度。將希望放喺神度會令心靈脫離一切塵世嘅羈絆。心靈一旦脫離咗塵世嘅羈絆,就會去愛神。

**4.** 愛神的人,勝過神所造的一切,而將神對他的知識擺在首位,並以熱誠不斷追求。

**5.** 如果萬有都係透過神而存在,亦都係為神而存在;而神最能透過佢所創造嘅萬有被認識,咁轉離神、沉迷於較低層次事物嘅人,就證明佢寧願將神所創造嘅萬有看得比神更重要。

**6.** 凡以愛與神結合者,視一切可見之物為無,甚至視自己之身體,猶如外物。

**7.** 如果靈魂勝過身體,而創造牠的上帝,遠遠勝過世界:那麼,將身體勝過靈魂,將祂所造的世界勝過上帝的人,與拜偶像者無異。

**8.** 凡將心思從對上帝的愛和安息在祂同在中轉開,而附於任何感官之物的人,就將身體高於靈魂,並將藉祂而成為的受造之物高於造物主上帝。

**9.** 如果心靈嘅生命就係知識嘅啟悟,而呢道光係由對上帝嘅愛而產生,咁就可以咁講,冇嘢比神聖嘅愛更高。

**10.**當心靈被愛吸引,飛升向神,它便既不覺察自己,也不覺察任何其他存在。被無限神聖之光照耀,它對萬有變得麻木不仁,就好似當太陽光芒四射時,肉眼對星辰視而不見一樣。

**11.** 所有美德都幫助心靈去愛神,但最超越一切的,莫過於純淨的祈禱。藉此被提升到神那裡,心靈超越了一切存在。

**12.**當心靈因愛而被神聖的知识所攝,超越了一切存在,而體會到神聖的無限;當時,效法先知以賽亞,在驚愕中意識到自己的渺小,他誠懇地宣講這位先知的言詞: *「哀哉!我滅亡了!因為我係有污穢嘴脣嘅人,又住喺有污穢嘴脣嘅子民中;然而,我親眼見到主──萬軍之耶和華。」* (以賽亞書 6:5)

**13.** 愛神的人,不能不愛每一個人如同愛自己,雖然他並不贊同尚未被淨化者的情慾。因此,當他看見他們歸化與改革時,就以無邊無盡、難以言喻的喜樂同喜。

**14.** 一顆污穢、激情澎湃嘅靈魂,充滿咗慾望同仇恨嘅念頭。

**15.** 凡在心中對任何人因任何過犯而存有一絲仇恨的人,與神之愛完全背道而馳。因為神之愛斷不容忍對人的仇恨。

**16.** 「凡愛我的人,必遵守我的命令。」(約翰福音14:15)「我所吩咐你們的,就係彼此相愛。」(約翰福音15:12)所以,凡不愛自己鄰舍的人,就沒有遵守命令;凡不遵守命令的人,也不能愛主。

**17.** 凡能同等愛待眾人者,有福。

**18.** 凡不執著任何塵世或短暫之物的人,是福氣的。

**19.** 那超越一切受造之物,並於神聖美善中永不止息喜樂的心,是福的。

**20.** 凡人因照顧肉體而至於放縱情慾,又因任何短暫之事向鄰舍懷怨,就係事奉受造之物,而唔係造物主。

**21.** 能克制身體唔放縱、唔畀病魔入侵嘅人,就喺身體入面有個幫手,一齊為更大嘅公義服務。

**22.** 凡逃避一切世俗慾望的人,就已擺脫一切世俗的憂慮。

**23.** 愛神者,必不偏離地愛鄰舍。此等人不可積聚己有,當按神意治理,凡有求者,皆予之。

**24.** 行施舍者,效法上帝,於身體所需之事,不分善惡、不分義人與不義人。但按各人所需,平均分配;雖因義人意志良好,而於惡人之上優待之。

**25.** 就如神本性良善、無情執,祂按着受造之身平等地愛所有人,卻因品格相投而將義人榮耀為祂的親族;同時以祂的良善對惡人施憐憫,並在今生刑罰他們,使他們悔改: 同樣地,一個心智健全、脫離情欲嘅人,都一樣平等咁愛所有人──對本性善良嘅人,因為佢哋意志嘅美好;對邪惡嘅人,則因為佢哋嘅愚昧同黑暗,對佢哋施以憐憫。

**26.** 愛嘅表現唔單止係分送自己嘅財物,更重要係講神嘅道同埋實際嘅服侍。

**27.** 凡真心棄絕塵世之物,並出於無偽之愛服侍鄰舍者,必能更快從一切情慾中得釋放,並成為神聖之愛與神聖之知識的參與者。

**28.** 凡得着神聖之愛於心者,如神聖之耶利米,*「必不疲於跟隨主他的神」* (耶利米書17:16);卻能以堅忍之心承擔一切勞苦、侮辱與責難,對任何人亦無絲毫惡意。

**29.** 當有人侮辱你,或者以任何方式令你受辱時,要防範憤怒嘅念頭,免得佢哋因呢個侮辱令你同愛隔離,從而將你帶入仇恨嘅領域。

**30.** 當你因責罵或不敬而感到困擾時,要知道你從中獲得了莫大利益,因為通過這羞辱,虛榮心已被天意從你身上驅逐。

**31.** 就如對火嘅記憶並無暖身之效,信心冇咗愛就唔會喺靈魂裏面產生智慧之光。

**32.**就好似陽光吸引健康嘅眼睛一樣,對神嘅認識亦會自然而然咁,透過愛,吸引純淨嘅心向祂靠攏。

**33.** 純淨嘅心靈係脫離無知,並被神聖光芒照亮嘅。

**34.** 純潔嘅靈魂係已經擺脫咗慾望,並被神聖嘅愛無時無刻地照亮。

**35.** 激情值得譴責,因為它是靈魂的不自然運動。

**36.** 不動心係靈魂嘅一種寧靜狀態,唔容易被邪惡所動。

**37.** 凡靠自己勤力而得着愛嘅果實嘅人,就算要忍受千般惡事,都唔會背棄佢。 就讓基督嘅門徒史提芬、同佢一樣嘅人,仲有基督自己──佢為咗殺害佢嘅人向天父禱告,求天父赦免佢哋,因為佢哋係無知之中行事(路加福音23:34)──作呢件事嘅見證。

**38.** 如果愛的本性是忍耐和恩慈(林前13:4),那麼,凡是易於發怒和心存惡意的人,顯然與愛格格不入。但凡與愛格格不入的人,就與神格格不入;因為 *「神就是愛」* (約一4:8)。

**39.**「耶和華的先知耶利米說:『不可說'耶和華的殿'』。」(耶利米書 7:4)不可說:「只有信靠我主耶穌基督才能救我。」除非你同時也以行動去愛祂,否則這是不可能的。 至於單靠信心: *「連鬼魔都信,而且發抖!」* (雅各書2:19)。

**40.** 愛德的工程包括:對鄰舍的熱誠慈愛、慷慨、耐心,以及對物質財帛的審慎使用。

**41.** 愛神的人,不使人憂愁,也不會為暫時的事被人憂愁;反而,他只為那救恩的憂愁憂愁,並使人憂愁,就如聖保祿 himself 所憂愁的,也使哥林多人憂愁(林後2:4)。

**42.** 愛神者喺世上過住天使式嘅生活,禁食、守夜、歌唱、禱告,並且永遠對每個人懷住好意。

**43.** 如果每個人都努力去達到自己所渴望的,而神卻遠遠勝過一切善事、一切所渴望的事物──那我們豈不更當有何等熱誠,去追求那本性美好而可欲的呢?

**44.** 不可以可恥的事玷污你的肉體;不可以邪惡的思想玷污你的靈魂;那時,神嘅平安就會臨到你,並且帶住愛同你一齊嚟。

**45.** 你要透過禁食和守夜來摧殘你的肉體;在詠唱聖詩和禱告的實踐中不可懶惰;純潔的聖化就會降臨在你身上,並帶來愛。

**46.** 凡被視為配得神聖知識,並以愛心獲得其啟悟者,決不會被虛榮之心所膨脹;但未被視為配得者,卻極易為此而誤入歧途。然而,若此人於所作所為中,時刻以神為焦點,凡事為神而行,則憑神的幫助,他能輕易避開此種困擾。

**47.** 未得神性知識、受愛感動嘅人,會不停諗自己按上帝旨意做緊啲乜;但已心靈配得領受呢種知識嘅人,就會重覆亞伯拉罕先祖喺蒙上帝顯現時所講嘅話: *「我不過係塵土同灰。」* (創世記18:27).

**48.** 敬畏主的人,謙卑常伴左右,藉着謙卑的提醒,他被引回對上帝的愛與感恩。 當佢回顧以前照世俗精神過活嘅日子、佢各種嘅過犯、由年青時開始面對嘅誘惑,以及主點樣將佢從呢一切中拯救出嚟,引領佢由情慾嘅生活轉到合乎神心意嘅生命,佢就同時懷有敬畏同愛; 並以深切的謙卑,無時無刻向祂──我們生命中的恩主與掌管者──獻上感謝。

**49.** 唔好喺心裏藏住慾望同憤怒嘅念頭,污穢你嘅心,免得你偏離純淨嘅禱告,跌入絕望嘅靈裏。

**50.**當心思惡念不純,就喺神面前失咗膽量。

**51.** 無智慧的人,受情感驅使,一旦被憤怒激起,就心亂如麻,不加思索便匆忙逃離弟兄;但當被慾望焚燒時,他便悔改,返去與他們交談。然而,有智慧的人在兩者情況下行事截然不同。 當佢發怒時,佢

會切斷所有令佢激動嘅原因,擺脫對兄弟嘅怨恨;當佢被慾望征服時,佢會克制所有未出口嘅衝動同閒聊。

**52.** 受試探時,不可離開你嘅道場;反而要勇敢咁承受心緒嘅波動,尤其係令你悲傷同絕望嘅念頭。因為咁樣,你會透過苦難嘅智慧考驗,喺神度獲得堅定嘅盼望。如果你離開,就會證明你唔夠聰明、唔夠勇敢,亦唔夠堅定。

**53.** 如果你唔想離棄上帝嘅愛,就唔好畀你嘅弟兄帶住對你嘅怨恨去瞓,亦唔好自己帶住對佢嘅怨恨去瞓:*「但要先同你弟兄和好,然後先返嚟」*(馬太福音5:24),帶住清白嘅良心,以誠懇嘅禱告向基督獻上愛嘅禮物。

**54.** 正如天主聖使所言,若有人擁有聖神的一切恩賜,卻沒有愛,就從中得不到任何益處;那麼,我們豈不更應努力去獲得這份愛?(林前13:3)

**55.** 如果愛*「不害義人」*(羅馬書 13:10),那麼嫉妒弟兄、因弟兄的名聲好而憂愁、用誣衊玷污弟兄的名聲,或出於惡意惡意指控弟兄的人,不就成為愛嘅敵人,並且要受永恆嘅定罪?

**56.** 如果愛係*「律法嘅成就」*(羅馬書13:10),咁對弟兄懷怨、暗中害佢、咒罵佢,並因佢跌倒而歡喜嘅人,唔係律法嘅犯者,又豈唔配受永恆嘅刑罰?

**57.** 如果*「凡誣告弟兄、或定罪弟兄的,就誣告律法、定罪律法」*(雅各書 4:11);而基督的律法乃是愛(約翰福音 13:34):難道那誣告者不就離棄了基督的愛,並且使自己身陷永恆的刑罰之中?

**58.** 唔好畀耳仔聽讒言,亦唔好畀你條舌頭去聽嗰啲鍾意講惡毒說話嘅人講嘅嘢,無論係講緊定聽緊對鄰舍唔利嘅說話;免得你離棄神嘅愛,使自己同永生隔絕。

**59.** 唔好接受針對你阿爸嘅譭謗,亦唔好鼓勵任何唔尊重佢嘅人;免得主因你嘅所作所為而發怒,將你從生者之地剪除。

**60.** 要堵住你嘅耳仔,唔好聽讒言,免得你同佢一齊犯罪,要犯兩重罪──一方面自己慣咗呢種害人嘅惡習,另一方面又冇阻止佢譭謗你嘅鄰舍。

**61.** *「但我告訴你哋,」*主話:*「要愛你哋嘅仇敵,善待恨你嘅人,為迫害你哋嘅人禱告。」*(馬太福音5:44) 祂為甚麼要咁吩咐呢?──好叫祂可以釋放你脫離仇恨、憂愁、憤怒同埋怨恨,並令你獲得完美之愛呢個最大嘅寶藏; 呢種福份,凡唔能夠同等愛所有人嘅人,都得唔到;要效法上帝,因為祂同等愛所有人,*並且「祂願意万人得救,明白真道」*(提摩太前書2:4)。

**62.** *「但我告訴你哋,唔好抵抗惡;如果有人打你右邊面頰,就連左邊面頰都轉畀佢;有人要告你,連你嘅裡衣都攞去,就連外袍都畀佢;有人要你行一里路,你就同佢行兩里。」*(馬太福音5章, 39–41)。點解?咁你都可以免於忿怒、憂慮同悲傷──並且你嘅無惡意可以教導佢,令你哋兩個都歸服喺愛嘅軛下,因為主係良善嘅。

**63.**凡我們曾經鍾情過的事物,都會對它們懷有熱烈的想像。所以,能克服熱烈想像的人,自然也輕視那些被想像的事物。因為與事物本身對抗的鬥爭,遠比與事物記憶對抗的鬥爭更困難,因為在心思裡犯罪比在行為上犯罪容易得多。

**64.** 有些情慾屬於身體,另一些屬於心靈。身體的情慾由身體驅動,而心靈的情慾則由外物驅動。但兩者都受愛與自律的約束:前者受愛約束,後者受自律約束。

**65.** 有些情欲屬於靈魂嘅激動能力,另一些屬於佢嘅渴望能力。兩者都係由感官激起;當靈魂冇愛同自制時,就會被激起。

**66.** 克服靈魂憤怒 faculty 嘅激情,比克服慾望 faculty 嘅更困難:所以主為咗對付佢哋,提供咗最強大嘅良藥──愛嘅誡命。

**67.** 其他所有情慾只關乎靈魂中易怒的部分、渴望的部分或思考的部分,例如健忘和無知;但絕望卻包羅靈魂的全部能力,突然之間,一口氣,就令幾乎所有情慾都動盪起來,正因如此,它比其他所有情慾更為可悲。 主喺祂嘅慈愛中,預備咗對付佢嘅良藥,祂話:*「你哋要憑住忍耐,救自己嘅靈魂。」*(路加福音21:19)

**68.** 切勿打任何弟兄,特別係無故咁做,免得佢頂唔順悲傷而退去;到時你永遠都擺脫唔到良心嘅責備,佢會喺你禱告嘅時候不斷令你憂愁,並令你喺神面前冇膽量。

**69.** 唔好容忍任何帶畀你對任何人懷疑誘惑嘅人;因為凡以任何方式容許自己被事件誘惑──無論係有意定無意──都唔識*「和平嘅道路」*(羅馬書3:17),而呢條路藉住愛,引領愛神嘅人去認識佢。

**70.** 凡以人嘅性情去對待人,因某啲原因鍾意一個人、憎恨另一個人,或者有時因為同一啲原因對同一個人有時鍾意、有時憎恨,都未擁有完美嘅愛。

**71.** 完美嘅愛唔會因人嘅唔同秉性而將人嘅單一本性分裂; 但係,佢一直都以嗰種本性為前提,平等咁愛所有人:將好人當朋友,將惡人當敵人,對佢哋行善,有耐性,包容佢哋嘅錯,絕對唔會以惡報惡,甚至喺情況需要嘅時候為佢哋受苦,務求如果可能,佢哋都可以成為朋友; 但就算做唔到,佢都唔會收起對佢哋嘅恩典,始終以同等嘅愛果對待所有人。 同樣地,我哋嘅主同神──耶穌基督──為咗向我哋顯示祂嘅愛,為全人類受苦,並且同樣賜畀所有人復活嘅盼望;雖然當然,每個人都要自己令自己配得上榮耀,或者配得上地獄嘅折磨。

**72.** 凡以榮耀與羞辱、富貴與貧窮、憂愁與喜樂為無足輕重者,尚未達到完美之愛。完美之愛不但視所有這些為無足輕重,甚至視這短暫的生死亦復如此。

**73.** 聽一聽已經達到完美愛嘅人點講:*「有邊個可以將我哋同神嘅愛隔開? 係患難、困苦、迫害、饑餓、赤身、危險,定係刀劍? 正如經上所寫:『為你,我哋每日都面對死亡,被當作待宰嘅羔羊。』」然而,在这一切的事上,我们在那爱我们者的里面,胜得彻底。 因為我深信,無論係死生,係天使定係掌權者,係眼前嘅事定係將來嘅事,係高處定係深處,或者任何受造之物,都無法將我哋同神──我哋主耶穌基督裏嘅愛隔開」* (羅馬書8:35–39)。

**74.** 再聽聽佢哋對鄰舍之愛有咩講法:*「我說在基督裡實話實說──我不是說謊,有聖靈在我心裏作見證──我心裏極其憂愁,常有不斷的痛苦;我真願意自己被剝離基督,去換取我以色列同族弟兄的緣故──」* 等等。 (羅馬書9:1–4)。摩西同其他聖人都係咁講。

**75.** 凡不把對權勢嘅慾望同對享樂嘅愛,以及由佢哋引起並被佢哋煽動嘅貪財慾望視為重要嘅人,就唔能夠斬斷憤怒煩躁嘅根源;凡唔能夠斬斷佢哋嘅人,就唔能夠達到完美嘅愛。

**76.** 謙卑同克制肉體(身體嘅剝削)可以令一個人遠離一切罪惡;前者約束靈魂嘅情慾,後者約束身體嘅情慾。 呢位蒙福嘅大衛就係咁行,正如佢以下向神嘅禱告所顯示:*「睇我嘅卑微同勞苦,赦免我一切嘅罪過。」* (詩篇24:18)

**77.** 透過誡命,主令遵守者脫離情欲;透過神聖的 dogma,祂賜給他們知識之光。

**78.** 所有神學教義,或講論神,或講論可見與不可見的受造之物,或講論在其中所顯明的神嘅眷顧同審判。

**79.** 施捨醫治靈魂中易怒嘅部分;禁慾令慾望枯竭;禱告淨化心靈,並為存有嘅沉思作好準備。因為主按住靈魂嘅能力畀咗我哋誡命。

**80.** *「要向我學,」* 主說:「*因為我心裡柔和謙卑。」* (馬太福音11:29)柔和保護易受激動的心免於擾亂,謙卑則令心靈脫離驕傲和虛榮。

**81.** 敬畏神有兩種。一種源於刑罰的威脅,由此在我们里面相继產生自制、忍耐、對神的盼望和不執著,而愛就由此而生。另一種則與愛本身相關,產生對神的敬畏,唯恐我们在爱的胆量中,對神生出轻慢。

**82.**第一種恐懼被 *「成全的愛趕出」* (約翰一書4:18),愛已將之逐出靈魂,使它不再畏懼刑罰;至於第二種,如前所述,則永遠與之同在。 以下經文適用於第一種:*「人因敬畏耶和華而遠離惡事。」* (箴言15:27);*「敬畏耶和華是智慧的開端。」* (箴言 1:7); 而至於第二種,*就係:「敬畏耶和華的心是純潔,直到永遠永遠」* (詩篇18:10);*「敬畏祂的,必不缺乏」* (詩篇33:10)。

**83.** *「所以,要治死你哋地上的肢體:淫亂、污穢、情慾、惡慾同貪婪,等等。」* (歌羅西書 3:5)。喺呢度,使徒稱肉體嘅理性為「地」; 行淫,即係實行嘅罪;污穢,即係同意;情慾,即係激情嘅思想;惡慾,即係單純接受一個淫穢嘅念頭;貪婪,即係產生同維持情慾嘅實質。神聖嘅使徒命令,凡係呢啲屬於肉體理性嘅元素,都要治死。

**84.** 首先,記憶將一個簡單的思想帶入心靈;若它停留不去,就會激起情欲;若你不去根除這情欲,就會令心靈傾向於同意;一旦如此,就已經到了實行罪惡的境地。 所以,最智慧嘅使徒喺寫信畀由異教改信嘅基督徒嗰陣,首先命令佢哋停止實際上嘅罪行,然後,再返去之前嘅次序,去到罪嘅根本原因。 如上所述,激起並重燃情慾的成因,就係貪心;依我睇,呢度嘅貪心係指大食,作為淫亂嘅母親同養育者。 因為大食唔單止對財富係惡,對食物亦係惡;同樣,節制唔單止對食物係善,對財富亦係善。

**85.**就好似隻隻腳繫住嘅雀,雖然開始向高飛,但畀條繩拉返落嚟返到地下;心亦如是,未達到無情境,雖然向往天上嘅知識,但畀情慾拉返落嚟返到地下。

**86.**當心靈完全擺脫情欲,就會無阻無礙地邁向本體的思辨,並將道路指引向聖三一的知識。

**87.**當心靈純潔時,佢會因掌握事物嘅概念而激起對靈性嘅沉思;但係當佢因懶惰變得污濁,就只會浮現其他事物嘅念頭,並且當佢感知到任何世俗事物時,就會將之轉化成可恥同邪惡嘅思想。

**88.** 如果你喺禱告嘅時候,冇任何世俗嘅念頭侵擾你嘅心,就要知道你已經唔喺無情欲嘅境界之外。

**89.**當靈魂開始變得健全,就會開始做純淨而寧靜嘅夢。

**90.**就好似肉眼被可見之物嘅美所吸引,純淨嘅心靈就會被不可見嘅知識所吸引。所謂「不可見」,就係指冇形體嘅嘢。

**91.** 唔執著於事物係一大成就,但對佢哋嘅影像保持無情更為難得:因為邪靈正係透過我哋嘅思想向我哋發動戰爭,而呢場戰爭比佢哋透過實體發動嘅更加猛烈。

**92.** 凡在德行上卓越、以知識豐富自己的人,能以事物本來的面目觀照萬物,其言行始終以正智為本,絕不偏離。因為正是憑此,我們才能判斷自己對事物的使用是明智還是愚蠢,是道德還是邪惡。

**93.** 無情欲之極致,表徵為醒時同夢中,事物嘅影像總以最簡單嘅形態喺心中浮現。

**94.** 藉住遵守誡命,心靈得以從激情中解脫;藉住對可見之物的屬靈默想,得以從對事物的情感思緒中解脫;藉住對不可見之物的知識,得以從對可見之物的默想中解脫;最後,藉住對聖三一的知識,甚至得以從對不可見之物的知識中解脫。

**95.** 就如太陽升起照亮世界,既照見自己,亦照見所照之物;同樣,公義之日(太陽)喺純淨嘅心靈中照耀,既顯露祂自己,亦令我哋明白由祂所造、以及將要出現嘅萬有。

**96.** 我哋認識神唔係透過佢嘅本體,而係透過佢造物嘅光輝同對萬物嘅眷顧。喺萬物入面,就好似喺鏡中,我哋見到佢無限嘅良善、智慧同能力。

**97.** 一顆純淨的心或沉浸於對人世事務的簡單思緒,或沉浸於對可見之物的自然思索,或沉浸於對不可見之物的思索,或沉浸於聖三一之光。

**98.** 當心靈專注於對可見事物嘅默想時,佢要麼審視佢哋嘅自然屬性,要麼探究佢哋嘅意義,要麼追尋佢哋嘅本因。

**99.** 當投入對無形之物的默想時,心靈便嘗試理解它們的自然屬性、存在的緣由、由此所引申的結果,以及上帝對它們的安排與審判。

**100.** 然而,當心靈處於神之中時,它首先出於熱切的愛,嘗試理解祂的本性;卻並非從對祂內在之物的認識中獲得安慰——因為這是不可能的,且超越任何受造本性的能力——而是從對環繞祂之事的認識中得到安慰,例如: 永恆、無邊、不可言說、良善、智慧與遍在權能—— ——全能顧念與全能審判。只有在祂裡面,祂的無邊界才能為所有人所理解;而對祂不可理解性的認識,正是一種超越心智的知識,正如神學巨匠——格里高利與大德蘭——所言。

## *《第二百篇論愛》*

**1.** 真心愛神的人,禱告時毫無分心;同樣,禱告時毫無分心的人,也必定真心愛神。但心思放於塵世事物的人,禱告時就無法避免分心。因此,心思掛住塵世事物的人,並不愛神。

**2.** 一個長時間沉溺於任何感官念頭嘅心,無可避免咁會對嗰樣嘢產生一種激情——無論係慾望、哀嘆、憤怒定係怨恨——除非佢對嗰樣嘢毫不在意,否則就無法擺脫嗰種激情。

**3.** 情慾一旦掌握心靈,就將它捆綁於物質事物;並使之與神分離,迫使它專注於這些事物。相反地,對神的愛若佔據上風,就會鬆開這些枷鎖,說服心靈不僅不執著於感官事物,甚至連塵世生命本身都應置之度外。

**4.** 誡命嘅目的係令一個人對事物嘅思想變得簡單,而讀經同默想嘅目的係令心靈變得無物質、無形狀。呢個結果就係無分心嘅祈禱。

**5.** 要令心智完全擺脫情慾,好令佢可以無阻無礙咁禱告,淨係用積極方法唔夠,除非佢同時配合各種屬靈嘅默想。前者令心智擺脫放縱同仇恨;後者令佢遠離忘性同無知,咁樣先至可以令佢學識點樣正確咁禱告。

**6.** 純淨祈禱有兩種至高無上嘅狀態。一種係活潑生活嘅人,另一種係靜觀生活嘅人。 一種喺靈魂入面因為敬畏上帝同美好盼望而產生;另一種則因為神聖嘅愛同至高嘅純潔。第一種狀態嘅徵兆係當一個人將心思從所有塵世念頭中收返嚟,無阻無礙、無所混淆咁禱告,就好似上帝真係喺佢面前一樣。 第二種狀態嘅徵兆係,喺祈禱嘅當下,心神被神聖同無邊嘅光芒所攝,感覺唔到自己同其他任何嘢存在,只感受到嗰位透過愛而喺心入面帶來呢種照耀嘅神。 處於此狀態下,當他努力去體會關於上帝的話語時,他便獲得對祂的純淨而光明的知識。

**7.** 凡愛慕某樣事物者,都渴望以各種方式擁抱它;並移除一切阻礙他如此做的障礙,唯恐失去它。同樣地,愛慕上帝者專注於純淨的禱告,並將一切擋在他面前的激情從自己身上驅逐出去。

**8.** 凡拋棄自愛──眾激情之母──者,在上帝的幫助下,就能輕易拋棄其他所有激情,如憤怒、憂傷、怨恨等等。但凡被前者所佔據者,即使不願意,也同樣會被後者所困擾。然而,自愛乃對肉體的激情之愛。

**9.** 人彼此相愛,可分為可讚揚或可責備的五種方式:或為神而愛──有德者愛眾人,甚至無德者亦愛有德者; 或者係出於天性──好似父母鍾意仔女,仔女亦都鍾意父母;或者係出於虛榮──好似被讚揚嘅人鍾意讚揚佢嘅人;或者係出於私利──好似有錢人因為佢嘅財富而被鍾意;或者係出於肉體快感──好似勞工為咗肚仔而做嘢,而籌辦筵席嘅人就係為咗肚仔以下嗰啲嘢。 頭一種值得讚揚,第二種是雙向互惠,其餘都由激情所驅動。

**10.** 如果你憎恨某人,而對其他人既唔愛又唔憎;如果你愛某人,但只係適度咁愛,而對其他人就愛得好強烈;咁由呢種不平等,你就要認清自己仲遠未達到完美嘅愛,而完美嘅愛會令你平等咁去愛每一個人。

**11.** *「惡事遠離,善事當行」* (詩篇 36:27),意思係要同你嘅敵人作戰,去制服你嘅慾望;然後要警醒,免得佢哋繁殖;再打仗去獲得美德;之後又要警醒去保持佢哋。 而呢個,正正就係 *「作工並看守」*。(創世記 2:15)

**12.** 蒙神許可,試探我哋嘅存在,要麼煽動我哋心靈嘅慾望功能,要麼激起佢嘅易怒功能,要麼令佢嘅思維功能變得模糊,要麼用痛苦折磨身體,要麼剝奪身體所需。

**13.** 魔鬼或親自試探我們,或煽動不敬畏主的人來試探我們:當我們退離人群時,魔鬼親自試探我們,正如主在曠野中所受的試探;當我們與人交往時,魔鬼就藉著人試探我們,正如主再次被法利賽人試探。 但係只要我哋效法我哋嘅榜樣──即係主──喺兩種情況下都會將佢哋驅逐。

**14.**當心思緒開始喺對上帝嘅愛中進步嘅時候,侮辱聖靈嘅魔鬼就開始誘惑佢,向佢灌輸啲連人人都諗唔到嘅念頭,只有佢哋嘅父──魔鬼先諗得出。 佢咁做係出於對神之愛者嘅嫉妒,務求當人懷住呢啲念頭而陷入絕望後,就唔再敢透過平時嘅禱告向上飛升。 但係呢個欺騙者喺呢件事上並冇得着乜嘢可以達到佢嘅目的;反而令我哋更加堅定。因為我哋受試煉同同佢抗爭,我哋喺對上帝嘅愛中就變得更加有經驗同真誠。 *「願佢哋嘅刀劍入自己心,願佢哋嘅弓被折斷。」* (詩篇36:15)

**15.** 心靈轉向可見世界,自然會透過感官去認識事物。 心思、對事物天然嘅理解、事物本身,同埋感官都唔係邪惡,因為呢啲都係上帝嘅創造。咁,喺呢度邪惡係乜嘢?明顯就係黐住對事物天然理解嗰種情慾。只要心思保持警醒,呢種情慾喺運用對事物嘅天然概念時,其實可以冇位置。

**16.** 情慾係靈魂嘅一種唔自然嘅動盪,或源於無謂嘅愛,或源於對某種感官事物嘅魯莽仇恨,或為咗某種感官事物:由無謂嘅愛引起,無論係對食物、女人、財富、短暫嘅榮耀,定係其他任何感官事物,或者為咗呢啲事物; ──出於無謂嘅憎恨,就好似上面講過,當一個人無故憎恨以上任何一樣嘢,或者因為嗰啲嘢而憎恨某個人。

**17.** 又或者──惡係對已知事物嘅錯誤判斷,並且伴隨住佢哋嘅不當使用。因此,就呢類事嚟講,對性行為作出正確判斷嘅目標係生育後代;但凡喺進行性行為時,只顧慾望嘅快感,就判斷錯誤,將惡當作善。 而咁樣嘅人,同佢老婆行房嘅時候,就會濫用呢件事。同樣地,人應該咁樣去推理,去理解同使用其他嘢。

**18.**當魔鬼令你偏離貞潔,並以慾望的念頭圍攻你時,就當流淚向主呼求: *「迫害我的人已經追上我;主啊,你所喜悅的,就當救我脫離追上我的人。」* (詩篇16:11;31:7)你就會得著拯救。

**19.** 慾望的魔鬼是沉重的負擔,並且重壓那些與此慾望抗爭的人,特別是在他們忽略節制飲食,以及與婦女見面交談的時候。 起初,佢會悄悄以對淫欲快樂嘅渴求誘惑人心;然後,經過記憶嘅大門,佢進

入寂靜嘅心靈,就好似點燃身體一樣,喺心靈度呈現各種可恥嘅畫面;就咁樣,佢誘使人心去同意犯罪。如果你唔想呢啲嘢繼續喺你裏面,就要實踐禁食、勞作、守夜同品行端正嘅沉默,並配合勤力嘅禱告。

**20.** 那啲日日夜夜追求我哋靈魂嘅,就用慾望嘅思想,想盡辦法將佢哋拖入心靈或實際嘅罪惡之中。 但當佢哋遇到一個拒絕佢哋嘅心,就會*「蒙羞且大感慚愧」*;相反,當佢哋遇到一個沉浸喺靈性默想嘅心,就會轉身而去,並*「好快就蒙羞」*(詩篇34:4;6:11)。

**21.** *'執事'的*職務由那膏抹心思意念以行聖工,並驅逐其內之情慾者成就;*'長老'的*職務由那以真知啟迪心思意念,並摧毀虛假知識者成就; 至於*「主教」*的職務,就由那藉聖三一聖油的聖膏而達到完美者成就,而聖三一正是當受敬拜的。

**22.** 當藉住遵守誡命,我們的私慾減弱時,魔鬼就衰微;當因靈魂脫離情慾而完全從靈魂中消失,不再能喺靈魂裏面搵到任何牠們用以附着或發動戰爭的把柄時,牠們就滅亡。 呢句就係意思:*「佢哋會喺你面前衰弱,並歸於滅亡」*(詩篇9:4)。

**23.** 有人因為怕人而克制情慾,有人因為虛榮,有人則出於自律;而另一些人則因上帝的安排而得以擺脫情慾。

**24.** 主嘅一切話語包含以下四種元素:誡命、教義、警告同應許;為咗呢啲,我哋忍受生活上嘅各種嚴苛,例如:禁食、通宵禱告、裸地而臥、匱乏同順服中嘅勞苦、侮辱、不榮譽、折磨、死亡等等。先知話:*「因為祢口所出的話,我就行過困苦的道路。」*(詩篇16:4)

**25.** 克制嘅報酬係無情欲;信心嘅報酬係知識;無情欲會產生審慎,而知識會產生對上帝嘅愛。

**26.** 心靈若以正當方式過積極生活,則卓越於審慎;若以正當方式過靜觀生活,則卓越於知識。前者令行者能分辨美德與邪惡;後者引參與者進入對無形及有形事物屬性的認識。 然而,心靈只有當它以愛為翅膀高飛,超越以上所講的一切,並已安息於神內,以盡可能的程度,在靈裡默觀祂的屬性,才能配得上神學——即 ——的恩賜。

**27.** 如果你想進行神學反思,就唔好去探索神喺祂自己裏面嘅本性;因為呢樣嘢唔單止人嘅心探索唔到,連任何其他喺神之後存在嘅心都探索唔到。 但要盡量去思索那包裹祂的屬性,例如:永恆的本體、無所不包、難以言喻、良善、智慧,以及那創造萬有、以慈愛治理萬有、審判萬有之權能。因為在人中,即使只是一部分地顯露神這些屬性的人, already 就是一个偉大的神學家。

**28.** 一個將知識同行動結合嘅人就係強者:因為咁樣佢就可以消除慾望,馴服憤怒;藉住呢啲,佢就可以提升佢嘅心靈,同神同住。

**29.** 當主說:*「我同父是一」*,祂就表示本性的合一;但當祂又說:*「我在父裏面,父也在我裏面」*,祂就證明位格的不可分割。 所以,三神論者(持三神論者)因將子與父分離,雙雙陷入深淵:或者,雖然承認子與父同質,卻又將祂與父分離,他們便被迫說祂並非由父所生,從而陷入承認三神三本的異端; 或者,雖然承認聖子係由聖父所生,但又將佢同聖父分開,就必須承認佢同聖父唔同質,咁就等於將時間嘅主置於時間之下。根據大格里高利的教導,要保守一位神,又要承認三個位格,每個都有自己獨特嘅本性。 因為,按照佢嘅教導,三一神既分開,卻又不可分割;既聯合,卻又各自有別。嘆為觀止嘅分開同聯合!但如果父同子嘅聯合同分開,只係好似一個人同另一個人咁聯合同分開,冇咩特別,又點會有咩奇妙呢?

**30.** 那在愛中完美且已達到無情欲境界的人,不分你我,不分忠信與不信,不分奴僕與自由人,甚至不分男女。但當他超越了情欲的暴政,並看見唯一的人性時,他便視所有人平等,對所有人懷有同等的心態。 在他裏面,無論猶太人或希臘人,無論男女,無論奴僕或自由人,都無有分別;基督乃是萬有,並且充滿一切。(加拉太書3:28)

**31.** 魔鬼就從靈魂裏面藏着的慾望,攞把柄去挑起我哋心裏面嘅激情。然後,佢哋用呢啲激情壓倒我哋嘅心智,逼我哋同意犯罪;一旦佢哋喺呢方面得手,就引領我哋進入心靈嘅罪;等呢件事一成就,就將我哋當作俘虜,拖去行出罪惡本身。 之後,佢哋終於透過呢啲思想將靈魂摧殘殆盡,就連同呢啲思想一齊離開。只有罪嘅偶像(心靈嘅影像)留喺心裏,就係主所講嘅:*「當你哋看見那行毀壞可憎之物立喺聖地」*(馬太福音24:15)。 讀者當明白,聖所同神殿就係人嘅心思,魔鬼喺度用澎湃嘅念頭蹂躪咗靈魂,然後安放咗罪惡嘅偶像。我諗任何讀過約瑟夫斯嘅人都唔會懷疑,主所講嘅嘢喺歷史上已經應驗咗。但有啲人就話,喺敵基督出現嗰陣,都會發生同樣嘅事。

**32.** 有三種原則推動我哋向善:本性嘅種子(我哋內在嘅善),聖潔嘅力量,同埋自由意志。 天性嘅種子——例如,當我哋對待他人就好似希望他人對我哋咁樣;或者當我哋見到有人受苦需要幫助,自然會

對佢哋施以憐憫。聖能──當我哋感受到要做一件好事嘅衝動,喺自己入面搵到一份有利嘅心態,並成功付諸行動。 最後,當我哋分辨善與惡,並選擇行善時,就係善意嘅力量。

**33.**同樣地,有三種原則推動我哋向惡:情慾、魔鬼同邪惡意志。 情慾,指當我哋魯莽咁渴望某樣嘢;例如喺唔啱時間或者唔需要嘅時候想要食物,或者冇打算生育又唔合法嘅妻子;同樣,當我哋對本來唔應該生氣或者難過嘅人產生憤怒或困擾,好似侮辱過我哋或者傷害過我哋嘅人。 魔鬼:當我哋處於軟弱狀態,佢哋見到有利時機,就突然襲擊我哋,並用大力煽動上述嘅情慾同其他類似嘅情慾。最後,邪惡嘅意志:明明知道乜嘢係好,我哋偏偏揀乜嘢係壞。

**34.** 行善之功果,在於無情與知識。因為呢啲就係我哋得以進入天國嘅途徑,就好似情慾同無知會令人陷入永恆嘅折磨一樣。 所以,凡是有人追求這些,不是因為它們本身是善,而是為了人的榮耀,就如經上所說:*「你哋求,卻得不着;因為你哋存着不義的心求。」*(雅各書4:3)

**35.** 人在行事時,有好多本身係好事,但因某啲原因而可能變成壞事。例如禁食同守夜、禱告同詩歌讚美、施捨同款待,本身都係善行;但如果出於虛榮,就唔再係好事。

**36.** 在我們一切的行為中,上帝看重我們的動機:我們是否為了祂而行,還是出於其他原因。

**37.** 當你聽到聖經上嘅話:*「祂要照各人所行嘅,按實報答眾人。」*(羅馬書 2:6),要記住,上帝唔會因冇正確意向而行出嘅「好」事賜福,縱使嗰啲行為睇落好;祂只會因正確意向而行出嘅事賜福。 因為上帝的審判不單只看所做的事,更看重所做的動機。

**38.** 驕傲的魔鬼用兩種詭計:要麼說服那修士將他的善行歸功於自己,而唔係歸功於賜予一切美好事物、在德行上幫助他的神;要麼,當修士拒絕時,就煽動他去貶低那些比他 덜完美嘅弟兄。 但佢唔知道,就算咁做,魔鬼都係喺煽動佢拒絕上帝嘅幫助。因為佢貶低嗰啲佢認為冇自己咁有德行嘅人,就等於用自己嘅力量展示咗特別嘅美德。 呢樣嘢係做唔到嘅,因為主話:*「離咗我,你哋乜都做唔到」*(約翰福音15:5)。因為我哋嘅軟弱就係,就算我哋渴望做好事,都冇法完成,除非有賜予一切美好嘅神幫手。

**39.** 凡認識到人性軟弱的人,就已經對神幫助的大能有親身的體會。 而呢個人,已經藉住呢份幫助成就咗啲嘢,並努力去成就其他嘢,佢絕對唔會輕視任何一個同類。因為佢知道,就好似呢份幫助同拯救咗佢脫離好多慾望同不幸一樣,佢亦有足夠嘅力量,喺佢願意嘅時候幫助任何人,尤其係為咗佢而努力嘅人; 雖然,因某啲原因,佢唔會一次過將所有人從情欲中解救,但就好似一位良善仁慈嘅醫生,凡係嚟到佢面前嘅人,佢都會按適當嘅時機醫治佢哋。

**40.** 當情慾處於潛伏狀態時,驕傲便會滋生──無論其原因被掩藏,或魔鬼狡猾地退去。

**41.** 幾乎所有罪行都源於放縱自我嘅快感,所以要靠受苦同憂傷──無論係自願定係不由自主──透過懺悔,或者透過神為咗我哋而審慎安排嘅某啲不幸嚟根除。 /經上說:*『我們若能辨別自己,就不會被主懲罰;但如果被主審判,就受到管教,免得和世界一同被定罪。』*」(林前11:31–32)

**42.** 如果你遇到意想不到的試探,就不要責怪使試探臨到你的人,而要尋究試探臨到的原因;你就會得到教正。因為無論是藉着他或藉着其他人,你都注定要從神審判的杯中飲下苦杯。

**43.** 你愈邪惡,就愈唔好迴避苦楚,好讓它在你謙卑你嘅同時,將你嘅驕傲驅逐出去。

**44.** 試探臨到人身上;有的是喜樂,有的是憂愁,更有的是肉體的痛苦。因為掌管靈魂的醫生,按照祂自己的旨意施下良藥,祂顧念靈魂深處隱藏着的各種情欲的病因。

**45.** 試探被派往一些人,好叫佢哋為過去所犯嘅罪彌補贖罪;被派往另一些人,好叫佢哋結束而家所犯嘅罪;又被派往其他人,好防止佢哋將來可能犯嘅罪;除此之外,亦有試探係用嚟考驗人,就好似約伯嗰樣。

**46.** 有智慧的人,反思神命運的醫治性,就懷著感恩的心承擔因神命運而臨到他身上的不幸,不將責任歸咎於任何人,只歸咎於自己的罪; 相反,愚昧的人犯罪受罰時,就將災禍歸咎於神或人,卻不明白神在萬有中的智慧。

**47.** 有啲方法可以阻止情慾嘅流動,防止佢哋滋生;亦有啲方法可以削弱佢哋,令佢哋消失。例如,禁慾、勞動同守夜可以阻止慾望滋生;而獨處、沉思、祈禱同對上帝嘅愛就可以削弱慾望,令佢消失。同樣地,對於易怒:大度、寬恕同溫柔可以制止並防止佢增長;而愛、博愛、善意同對人嘅愛就可以減少佢。

**48.** 凡心思不絕地向往神,其人嘅慾望就會化成對神嘅渴求,而所有嘅易怒都會轉化成神聖嘅愛。 因為透過長期與神聖光照的交通 ,心靈一旦變得全光亮,就約束並制服了其內在的慾望部分,將之轉化為所謂的不斷渴慕神和對祂的堅定愛──完全將之從屬世的移轉到神聖的。

**49.** 凡是没有因冒犯而对人有嫉妒、忿怒和怨恨的人,不代表就爱他们:因为他们可能在遵守诫命的情况下,不以恶报恶,但并不真正去爱他们; 但若不勉強自己,就想以善報惡,可謂談何容易;因為即使對恨自己的人都行善,那份品格只屬於完美靈性之愛。

**50.** 一個人如果唔愛另一個人,唔一定係憎佢;同樣,一個人如果唔憎人,唔一定係愛人。但佢對嗰個人可能處於中間狀態,即係又唔愛又唔憎。 因為靈魂入面嘅愛心態度,通常係由呢第二百條第9款所講嘅五個動機帶嚟:一個值得讚揚,一個互惠,三個帶有責備。

**51.** 當你留意到你嘅心喜悅物質事物,並愉快咁沉醉於對佢哋嘅想像,就要知道你對佢哋嘅愛勝過對上帝嘅愛。*「因為你嘅財寶喺邊,你嘅心就喺邊。」*主咁講(馬太福音 6:21)。

**52.** 一顆緊貼上帝、並藉住禱告與愛而安息於祂的心,就會變得智慧、良善、剛強、仁愛、憐憫、寬宏,簡單而言,幾乎具備了所有神聖的品格。 但係有人背棄上帝,沉迷於物質,放縱肉體慾望,就會變得似野獸或殘暴,因而同人為敵。

**53.** 聖經稱世俗之物為「世界」,凡以世俗之物佔據心思者,就係屬世之人,對佢哋──可悲可恥──有言:*「不可愛世界,也不可愛在世界上的東西。」 因為世上一切──肉體的情慾、眼目的情慾,和今生的驕傲──都不是從父來的,乃是從這世界來的」*(約翰一書2:15–16)。

**54.** 修士係指已經將心思轉離感官之物,並透過自律、愛、詩歌讚美同禱告,不斷與神同在嘅人。

**55.** 從屬靈角度嚟講,「牧人」係指一個積極嘅人,因為喺屬靈生命入面行出嚟嘅義行就好似飼養牲畜一樣。所以雅各書話:*「牧人係你哋嘅僕人」*。 另一方面,羊群的牧人卻是一位沉思者,因為心靈在沉思的山巒上牧養的思緒,就好似羊群一樣重要。這也是*「凡牧羊的,都為埃及人所憎惡」*(創世記46:34),即對抗勢力所憎惡的緣故。

**56.**一個敗壞嘅心,當身體畀感官刺激到自然嘅慾望同快樂時,就會跟從佢哋,同佢哋嘅幻想同慾望一致。但係一個有德行嘅心會克制自己,遠離激情嘅幻想同慾望,而且仲努力改善自己嘅行為。

**57.** 至於美德,有屬肉體的,也有屬靈的。屬肉體的包括:禁食、守夜、臥在裸地、服侍、體力勞動──好叫自己不成為他人的負擔,或為了施捨,等等。 而屬靈的美德有:愛、慷慨、溫柔、自制、禱告等等。所以,如果因為某種需要或身體狀況──例如生病或其他類似原因──我們無法實踐上述的身體美德,我們就有主豐盛的赦免,因為祂知道其中的緣由; 但如果我哋冇去實踐屬靈美德,就完全冇藉口,因為佢哋唔受呢啲阻礙。

**58.** 對上帝嘅愛令信徒輕視一切短暫嘅歡愉、身體嘅痛苦同悲傷。所有為基督受盡苦楚嘅聖徒,都可為此作證。

**59.** 當防備一切惡之母──自我愛,即對肉體的無理智之愛。 因為由佢喺所謂「祝福」嘅偽裝底下,就會產生最初嘅三種根本而原始嘅激情同瘋狂念頭,即係:大食、貪婪同虛榮,呢啲藉口都係由身體嘅必要需求嚟;而由呢啲又衍生出成千上萬種慾望。 所以,正如所講,要對自愛非常提防,並以高度警覺去對抗。因為當自愛被根除,其所有後裔亦都會隨之消滅。

**60.** 自愛之情慾促使修道者憐憫身體,以維護健康及謹慎節制為名放縱飲食,以致逐漸屈從身體的要求,而墮入感官享樂的深淵;然而平信徒,正因他們是平信徒,就被引誘*「在情慾中照顧肉體」*。 (羅馬書13:14).

**61.** 據說,祈禱的最高境界,是在祈禱時,心靈脫離肉體和塵世,完全無形、不可見。凡能不斷保持此狀態者,真係日夜不停地祈禱。

**62.** 就如身體將要死去時,完全與世上一切事物分離;心靈在最完美禱告中死去時,亦同樣與一切世俗思念脫離。若它不以這種方式死去,就不能與神同在,也不能與祂同活。

**63.** 謙卑嘅修士啊,唔好畀人用沉溺於肉體慾望同虛榮就可以得救呢個諗法嚟欺騙你。

**64.** 就如身體透過行為犯罪,為咗約束自己,就有身體嘅美德,好令佢保持貞潔;同樣,心靈透過激情嘅念頭犯罪,為咗約束自己,就有屬靈嘅美德,好令佢以純潔同公正嘅眼光看待萬物,保持貞潔。

**65.** 正如日有所終,夜有所始;夏有所終,冬有所始,虛榮與肉慾亦隨之以悲傷與痛苦,無論在今世或來世。

**66.** 犯咗罪嘅人,除非自願喺今生承擔痛苦嘅勞作,或者遭受不由自主嘅不幸,否則無可能逃過將來嘅審判。

**67.** 據說,神容許我們被魔鬼攻擊,有五個原因:第一個原因,是在被攻擊並抵抗的過程中,我們得以分辨善與罪;第二個原因,是透過抗爭和勞苦達到美德後,能堅定不移地守住它; 第三,即使在德行上出類拔萃,我們也不會自滿,反而能學到謙卑; 第四,因為我哋透過自己嘅行為經歷咗罪惡有幾邪惡,就可以對佢產生一個完美嘅憎恨;最後,第五,最重要嘅原因係,當我哋變得無情欲之後,就唔會忘記自己嘅軟弱,亦唔會忘記幫助過我哋嗰位嘅力量。

**68.**正如肚餓嘅人渴想麵包,口渴嘅人渴想水,同樣,饞嘴嘅人渴想各式美食;好色嘅人渴想女人嘅面孔;好虛榮嘅人渴想人嘅榮譽;貪婪嘅人渴想利益; 有報復心──想對加害自己嘅人報仇;有嫉妒心──希望自己妒忌嘅人跌落谷底。其他慾望亦都一樣。因為被慾望圍住嘅心,無論身體清醒定係瞓緊,都會滋生慾望嘅念頭。

**69.** 當慾望增強時,心神就會夢見帶來快感的事物;當它被激起時,就會見到令人恐懼的事物;不潔淨的靈魂會放大情慾,利用我們的疏忽作為盟友並煽動它們;而聖潔的天使則會減弱它們,敦促我們修習美德。

**70.** 靈魂若經常煽動慾望,就會養成難以克服的放縱習性;而頻繁的易怒爆發則令心智膽怯,喪失勇氣。 前者可透過長期禁食、守夜同禱告得到醫治;後者則可透過施捨、仁慈、愛同憐憫得到醫治。

**71.** 邪靈或透過物質,或透過對物質嘅強烈思緒嚟同我哋作戰:對沉迷於物質嘅人,就用物質攻擊;對已經抽身嘅人,就用思緒攻擊。

**72.** 正如犯罪於思想比犯罪於行動更易,同樣,以思想為戰場的戰鬥,比以物質為戰場的戰鬥更艱難。

**73.** 事物存在於心之外,而對它們的念頭則存在於心之內。因此,心有能力利用事物去做善或做惡。因為念頭的誤用,就會導致事物被誤用。

**74.** 心靈以三種方式接收到激情之念:透過感官、透過身體狀況,以及透過記憶。透過感官──當對感官造成印象的事物,例如我們所熱愛的事物,在心靈中激起激情之念; 透過身體狀況——當因為飲食唔節制、或者受鬼神影響、或者有啲病,身體狀態改變,就會推動佢向激情嘅思想,或者向造物主反抗; 透過回憶──當記憶喚起我們對所鍾愛之物嘅思緒,從而激起心中嘅激情。

**75.** 神賜給我們使用之物,有的是在靈裡,有的是在身體裡,還有一部分在身體的外圍環境中。 喺靈魂入面有佢嘅功能;喺身體入面有感官同其他肢體;喺身體周圍有食物、財產、金錢等等。我哋係咪善用定濫用呢啲事物同由佢哋引起嘅種種機遇,就顯示出我哋係有德行定有惡行。

**76.** 上述種種境況,有啲關乎靈魂,有啲關乎身體,仲有啲關乎圍繞身體嘅事物:喺靈魂入面──知識同無知、記憶同遺忘、愛同恨、恐懼同大膽、喜悅同悲傷等等; 喺身體方面:快樂同疲勞、敏感同麻木、健康同疾病、生死等等;喺身體周圍嘅環境方面:豐足同貧乏、富貴同貧窮、榮譽同恥辱等等。當中,有人認為有啲係好,亦有人認為有啲係壞;但其實,喺本身嚟講,冇一樣嘢係壞,只係睇點樣使用先至會變成好或者壞。

**77.** 知識本身就係一種善,就好似健康一樣。但係,相反嗰種情況為好多人帶嚟更大嘅利益,因為對惡人嚟講,知識唔會用嚟做好事,即使如前所述,佢本身就係一種善。 同樣地,健康、財富同喜悅都唔會為佢哋帶嚟好處,因為佢哋唔會用嚟造福自己;對呢啲人嚟講,相反嘅情況反而更有益處:所以,呢樣嘢(即係相反嗰樣)雖然睇落似係邪惡,但嚴格嚟講並唔係邪惡。

**78.** 唔好濫用你嘅思想,否則你連物質都會濫用;因為如果你唔先喺思想上犯罪,你就永遠唔會喺行動上犯罪。

**79.** *「屬地嘅形象」*(亞當)包括主要嘅惡行,例如:愚蠢、懦弱、放蕩、虛假。 *「屬天嘅形象」*包括主要嘅美德,例如:審慎、勇敢、貞潔、公義。 *「正如我哋已經穿上屬地嘅形象,我哋也要照樣穿上屬天嘅形象。」*(林前15:49)

**80.** 如果你想搵到通往生命嘅道路,就要喺嗰位講過:*「我係道路、係門、係真理、係生命」*嘅道路度搵(約翰福音14:6;10:9);喺嗰度,你就會搵到佢。 但要勤力去尋,因為*「得着的人少」*(太7:14);免得被這少數人撇下,你才發現自己竟然在眾多的人之中。

**81.** 靈魂因下列五個原因而遠離罪惡:或因懼怕人,或因懼怕審判,或為將來賞報,或出於對上帝的愛,或最終因良心責備。

**82.** 有人說,如果冇一種外力吸引我哋向惡,受造之物本身就唔會有惡。但呢種外力,其實就係我哋對心靈自然運作嘅疏忽。凡喺呢方面勤力嘅人,永遠行善,從唔作惡。 所以,如果你都渴望呢樣嘢,就拋棄你嘅疏忽,咁你亦都會拋棄邪惡──邪惡就係對思想嘅錯誤使用,並伴隨住濫用同世俗事物。

**83.** 憑藉我哋內心理性部分嘅本性,佢應該透過服從神聖嘅言語,去統治我哋內心非理性嘅部分。只要喺所有事上都遵守呢個次序,受造之物就唔會有惡,亦都搵唔到任何引向惡嘅嘢。

**84.** 有啲念頭簡單,有啲就複雜。簡單嘅念頭無情欲,複雜嘅念頭有情欲,係由情欲同思想組成。不過,當佢哋開始向心靈犯罪傾斜嘅時候,可以見到好多簡單嘅念頭都係跟住複雜嗰啲之後出現。 我哋以黃金做例子。一個人對黃金起咗一個帶感情嘅念頭,就下定決心要去偷佢;咁喺佢心入面,已經犯咗罪。 對黃金嘅諗法之後,就跟住出現咗手袋、箱子、儲物室等等嘅諗法。呢度,對黃金嘅諗法係複雜嘅,因為佢同慾望結合埋一齊;而對手袋、箱子等等嘅諗法就係簡單嘅,因為心入面冇對佢哋有任何慾望。 其他念頭都一樣:好比一個虛榮嘅念頭、一個對自己老婆嘅念頭,等等。因為跟住一個帶有慾望嘅念頭之後,並唔係所有念頭都同樣帶有慾望,正如例子所示。由此,我哋可以分辨邊啲念頭係帶有慾望,邊啲唔係。

**85.** 有啲人話,鬼怪喺我哋瞓覺嘅時候摸我哋嘅私處,就會激起慾望;一旦呢種慾望被激起,透過記憶,就會令人諗起女人嘅形象。但又有人認為,鬼怪本身就以女人嘅形象出現喺腦海;然後,佢哋摸我哋嘅私處,就會激起對女人嘅慾望;於是就會做呢類嘅夢。 仲有人認為,接近嘅惡魔所帶嘅激情,會喺人身上激起同樣嘅激情,咁樣靈魂就會被呢啲念頭點燃,並透過記憶召喚出影像。同樣地,關於其他激情夢境,有人話就係咁樣發生,亦有人話係另一種情況。 然而,如果靈魂天生具備愛與自制,則無論上述任何一種方式,惡魔都無法激起任何情欲,無論身體清醒或熟睡時都一樣。

**86.** 律法嘅誡命有啲要身體同靈性都遵守,有啲只要靈性遵守。例如:*「你唔好行淫,你唔好殺人,你唔好偷竊」*,同其他類似嘅誡命,都要身體同靈性都遵守;而喺靈性方面,又要分三種方式。 另一方面,割禮、守安息日、獻羔羊、食無酵餅配苦菜,以及類似的誡命,則只須在屬靈層面遵守。

**87.** 修道者有三種主要嘅道德境界:第一,係指行為上完全唔犯罪;第二,係指唔容激情嘅念頭喺心靈停留;第三,係指對女人同埋令人起煩惱嘅事物,喺思想上保持無情無欲。

**88.** 凡放棄一切財物、世上除咗自己身體之外一無所有嘅人,就係無所貪婪;其實,佢連對身體嘅執着都拋棄晒,將所有自我照顧嘅責任交託畀上帝同敬虔嘅人。

**89.** 至於積聚財富的人,有的是冷靜無情;所以當財富被剝奪時,他們並不悲傷,就好似他們當年歡喜接受財產被掠奪一樣。(希伯來書10:34) 但有啲人就係帶住慾望去攞:所以當佢哋面對要失去財產嘅可能,就會好傷心,就好似福音書入面嗰個財主,*佢「憂憂愁愁」咁走咗*(馬太福音19:22);如果真係失去,就痛心至死。 因此,財產的喪失就暴露了冷漠者或熱衷積聚者不同的本性。

**90.** 魔鬼攻擊專心禱告的人,在他們心裏灌輸關於感官事物簡單的思想,從而分散他們禱告的注意力;他們攻擊專心學習的人,盡可能長時間在他們心裏保留激情;他們也攻擊投身積極生活的人,通過他們的行為引誘他們犯罪。 ──咒詛者用盡各種方法同每個人作戰,目的就係要令佢哋遠離上帝。

**91.** 凡靠神嘅眷顧喺今生受虔誠教養嘅人,都要經歷以下三種誘惑嘅考驗:或者係用啲令人愉快嘅事物嚟引誘,例如 健康、容貌、多子、財富、名聲等等;或者失去子女、財產或名聲的悲痛;或者對身體造成痛苦,如疾病、折磨等等。 至於第一組,主說:*「凡不撇棄所有所擁有,就不能做我嘅門徒。」*(路加福音14:33);至於第二同第三組,就說:*「你哋要靠住忍耐,就可以救自己嘅靈魂。」*(路加福音21:19)。

**92.** 據說身體狀況會改變,而透過呢個,心靈就會出現有情欲或無情欲嘅念頭,呢個係由以下四種原因造成:天使、魔鬼、空氣同食物。 據說天使透過言語改變身體;魔鬼透過接觸改變;空氣透過其變化影響;食物則透過食物和飲品的性質,以及其過多或過少而改變身體。 除此之外,當靈魂首次受悲傷

或喜悅之事影響時,記憶、聽覺及視覺亦會帶來改變。受其影響後,靈魂令身體狀況發生變化;而身體狀況的改變,正如之前所述,會誘發心智中相應的念頭。

**93.** 死亡本質上係同上帝分開;死亡嘅刺就係罪,當亞當將罪接納入自己裏面,就即刻被趕出生命樹、樂園,同埋上帝,於是身體嘅死亡就必然跟隨。 然而,生命其實就係祂所講:*「我就是生命」*(約翰福音14:6)。祂經歷過死亡,又將死人復活。

**94.** 當一樣嘢被寫低嘅時候,就係為咗自己記住、或者為咗幫助其他人、或者兩者兼備、或者令某人受損、或者作秀、或者出於必要。

**95.** *「死亡陰影的谷」*(詩篇22:2)是積極的美德;*「靜水」*是對受造之物的知識。

**96.** *「死亡的陰影」*是人的生命。那與神同在,神又與他同在的人,可以大膽地说:*「雖然我行過死蔭的幽谷,也不怕遭害,因為你與我同在。」*(詩篇22:4)

**97.** 純潔嘅心靈能正確認識事物;經過練習嘅舌頭會將所感知嘅事物,好似擺喺人眼前咁呈現;而開放嘅耳仔就會接收到佢;但若然失去呢三樣,就會譴責講者。

**98.** 凡認識聖三一、祂的創造與眷顧,並能令靈魂熱情的部分保持無情者,就與神同在。

**99.** 有人說,*「杖」*象徵上帝的審判,*「棍」*象徵祂的眷顧。凡是明白此意者,可說:*「祢的杖,祢的棍,都安慰我。」*(詩篇22:4)

**100.** 當心靈脫離情欲,並透過對實在之事的默想而獲得啟悟,就能安居於神,並以應有之方式祈禱。

## *第三百首論愛*

**1.** 謹慎地使用念頭同事物,就會帶來貞潔、愛同知識;而唔謹慎地使用,就會導致放縱、仇恨同無知。

**2.** *「你喺我面前擺咗張筵席」*,等等。*「筵席」*呢度代表積極嘅美德:因為呢張筵席係由耶穌基督為咗對抗我哋嘅仇敵而預備嘅; 抹油膏抹心靈嘅*「油」*就係代表對受造之物嘅默想;*「上帝嘅杯」*就係代表對上帝嘅認識;佢嘅*「恩典」*就係佢嘅道同上帝自己:因為藉住佢嘅道成肉身,佢日復日追尋我哋,直到拯救到所有當得救嘅人,就好似保羅嗰樣。 *「房屋」*象徵所有聖徒將居住嘅國度;而「日子的長久」就象徵永恆生命(詩篇21:5–6)。

**3.** 罪惡因我們不當使用靈魂的能力——即慾望、激情和理性的能力——而臨到我們身上。不當使用理性能力的是無知;不當使用激情和慾望能力的是仇恨和放蕩。 但係呢啲能力正確嘅使用方式,就係知識、 prudence(謹慎)、愛同貞潔。如果係咁,就冇一樣由上帝創造同存在嘅嘢係邪惡嘅。

**4.** 唔係食物本身邪惡,而係大食;唔係生育邪惡,而係淫亂;唔係金錢邪惡,而係貪愛金錢;唔係榮耀邪惡,而係虛榮:如果係咁,咁世上除咗濫用之外,冇其他邪惡,而濫用係由心靈忽略對本性(靈魂能力同佢哋正確嘅指引)嘅培養所產生。

**5.** 至福狄奧尼修斯說,惡魔之惡,在於魯莽易怒、瘋狂慾望,以及衝動幻想。然而,對於理性生物而言,魯莽、瘋狂與衝動,其實是理性、智慧與審慎的剝奪;而這種剝奪,正源於對某種事物擁有或擁有過多。 所以,曾經有一段時間,佢哋擁有理性、智慧同敬虔嘅審慎。如果係咁,咁魔鬼唔係天生邪惡;而係因為濫用佢哋嘅自然能力,先變得邪惡。

**6.** 有啲情慾會導致放縱,有啲會導致仇恨,仲有啲會同時導致放縱同仇恨。

**7.** 貪食同鍾意美食係導致性放縱嘅原因;鍾意金錢同虛榮心係導致憎恨鄰舍嘅原因;佢哋嘅老母——自我戀,就係兩者嘅原因。

**8.** 自愛係一種對身體嘅激情式同無節制嘅愛。愛同自我節制係佢嘅對立面。好明顯,凡係自愛嘅人就擁有所有慾望。

**9.** 「使徒說:*『從來沒有人恨惡自己嘅肉身。』*」(以弗所書5:29) 然而,卻又*「治死」*它、*並「制服」*它(林前9:27),只給它*「飲食和遮身之物」*(提後6:8);而且只因為這些是維持生命所必需。 因此,佢哋對佢嘅愛係無慾望嘅,作為神嘅僕人,只會*「養活同暖笠」*佢,只畀佢啲補足佢所需嘅嘢。

**10.** 凡愛一個人嘅人,都會盡力用各種方法去討好佢。同樣地,凡愛神嘅人,自然會努力去做討神喜悅嘅事;但凡愛肉體嘅人,就去做滿足肉體嘅事。

**11.** 愛、貞潔、默想同禱告都討神喜悅;而貪食、放縱同一切引致呢啲嘢嘅嘢,就討肉體喜悅。所以*「凡屬乎肉體的人,所喜悅的,神並不喜悅」*(羅8:8);*「凡屬基督的人,都把肉體連肉體的邪情私慾同釘在十字架上」*(加5:24)。

**12.**當心思神,就將身體當作奴僕,只畀佢維持生命所需;但當心思肉體,就會淪為情慾嘅奴僕,對身體嘅照顧就總係以慾望嘅形式出現(羅馬書13:14)。

**13.** 如果你想擺脫邪惡的思想,就要醫治你嘅情慾;咁你先可以輕易將佢哋從你心裏趕走。 具體嚟講,關於慾望──要禁食、守夜、勤力工作同埋獨處;關於憤怒同悲傷──唔好理會榮譽、侮辱或者其他塵世之物;關於怨恨──為冒犯過你嘅人禱告──咁你就會得救。

**14.** 唔好將自己同最軟弱嘅人比較,而係要按愛嘅誡命擴闊你嘅視野。如果你同人比較,就會墮入驕傲嘅深淵;但如果按愛去擴闊視野,就會達到謙卑嘅高峰。

**15.**如果你真係遵守咗要愛鄰舍嘅誡命,點解仲要對佢懷住苦毒同怨恨?難道唔清楚你寧願要短暫嘅嘢多過愛,為咗捍衛嗰啲嘢,你竟然同你兄弟開戰?

**16.** 金子對人嚟講之所以咁吸引,唔係因為真係需要,而係因為透過佢,好多人可以滿足對享樂嘅慾望。

**17.** 對財富嘅愛有三個原因:對享樂嘅愛、虛榮心同無信心;而無信心比頭兩個更強。

**18.** 享樂主義者鍾意銀,係想用嚟享受;好面子嘅人係想出名;不信神嘅人就係想收藏埋嚟防飢餓、防衰老、防病、防流放,對銀嘅信任仲勝過對造物主──祂係萬物,包括最細微同最微不足道嘅動物嘅創造者同供應者──嘅信心。

**19.** 積聚財富的人有四種:上述三種,以及第四種,顧家的人;顯而易見,只有後者正當地積聚財富,以至於當要提供每個人所需時,他的手從不會空空如也。

**20.** 所有激情嘅念頭,要麼激起靈魂嘅慾望功能,要麼激動佢嘅易怒功能,要麼令佢嘅思考功能變得混濁:因此,心靈就會對靈性嘅默想同祈禱式嘅昇華變得盲目。 所以一個修道者,尤其係行默觀嘅,就應該好留心自己嘅念頭,認清同斬斷佢哋嘅起因。佢要咁樣認清:靈魂嘅慾望之力係由對女人強烈嘅回憶而激起,而呢種回憶嘅起因係飲食無節制,同埋同女人過度無智慧嘅交往。 呢啲係用飢餓、口渴、通宵不眠同獨處嚟斷除。 – 惱怒之力則由對加害我哋嘅人嘅強烈回憶所激起;其成因係情慾、虛榮同對享樂嘅愛好,因此令嗰啲多情嘅人感到悲傷,或者因為佢哋被剝奪,或者因為佢哋未獲得。呢啲惱怒透過將呢啲事物視為無物嚟斬斷──為咗愛神,輕視同貶低佢哋。

**21.** 神認識自己,亦認識祂的受造之物;聖天使認識神,也認識神所造的萬有。但聖天使認識神和祂的受造之物,並非以神認識自己和祂的受造之物的方式。

**22.** 神透過祂的福佑本性認識自己,又透過祂的智慧去認識祂的受造之物──萬物都是藉着這智慧、也在這智慧裡被造;然而聖天使們則透過參與(在祂的知識中)去認識超越一切參與的神,並透過對內住於受造之物內的理性默想的感知去認識受造之物。

**23.** 受造之物在心之外;然而心卻能在自身內領會它們。但這並非適用於神──祂永恆存在、無所不包、難以言喻──祂賜予一切從祂而出的存在者以本體、善存和永恆存在。

**24.** 理性同思考嘅本性參與聖神──即係話參與佢嘅善同智慧──呢種參與係透過佢嘅存在、佢對福樂嘅能力,同埋永恆存在嘅恩典。 藉住呢份恩典,佢得以認識神;同時,正如上述,佢透過喺受造之物入面所默想嘅萬有秩序智慧,去認識佢哋──呢種智慧係微妙嘅,係喺心靈中構思出嚟嘅。

**25.** 上帝以祂至高無上的善意,創造出理性與智能的生物,並賜予這些受造之物四種神聖屬性,以維持、保護和拯救它們:存在、永恆存在、善與智慧。 當中,祂將頭兩樣賜予其本體,後兩樣賜予其道德能力:賜予其本體──存在與永恆存在;賜予其道德能力──良善與智慧──好讓受造之物得以分享祂本質上所具有者。 因此經上說人被造在神嘅形像同樣式裏面:按形像被造──作為存有者;按樣式被造──作為永存者──雖然有開始,但係無限; 按祂嘅形象被造,就好似好人係好,全智者係全智,因此藉住恩典,成為神按本性所係嘅一切。每個理性生物都按神嘅形象被造,而只有好人同智者按祂嘅形象被造。

**26.** 所有理性而有知覺的存有分為兩類──即天使界與人類界; 而整個天使界又再分為兩大主要嘅道德聯合體同社群:聖潔者同被咒詛者,即聖潔之力同邪惡魔鬼;而全人類就只分為兩大聯合體:虔誠者同不虔誠者。

**27.** 神,作為自存、自善、自智,或者更準確地說,作為超越这一切之上的存在,祂絕對沒有任何與祂對立的事物。　但係受造之物──所有只係透過參與同恩典先至得以存在嘅──而且理性同有知覺嘅生物仲擁有善同智慧嘅能力──佢哋都有對立面,就係:不存在對立於存在,同埋邪惡同無知對立於善同智慧嘅能力。　佢哋係咪存在,係由佢哋嘅造物主決定;而佢哋係咪參與祂嘅善同智慧,就係由理性受造物嘅意願決定。

**28.**　希臘人認為,受造之物嘅本性自永遠以嚟就同神一齊存在,佢哋只係從神度領受咗佢哋嘅屬性,所以佢哋話,冇嘢可以同佢哋嘅本性對立,而對　,只存在於佢哋嘅屬性之中。　但我哋主張,單一嘅神性,因為佢係永恆、無邊,並且賦予其他所有本性以永恆,所以佢冇對立面;而受造之物嘅本性就有無存在作為對立面,佢哋嘅永恆存在或不存在,就掌握喺本體自己嘅權能之中。　但由於祂的賜予是不可撤銷且不變的,受造之物現今如何,將永遠如此,靠祂全能的大能得以維繫;即使如前所述,它以不存為其對立面──從不存被帶入存有,並在祂的旨意中擁有存或不存的權能。

**29.** 正如邪惡是善的缺失,無知是知識的缺失;同樣,非存在(非本體)是存在的缺失──不是指那根本不真正存在者的缺失,因為它無對立面;而是指那靠參與於真正存在者而存在者的缺失。　頭兩者嘅剝奪係由受造之物嘅意志決定;但後者嘅剝奪則喺造物主嘅旨意之中。祂憑着祂嘅良善,永遠願意萬有存在,並且永遠被祂祝福。

**30.** 所有受造之物,要麼係有理性同智慧,能夠喺自己裏面包含對立面──即係美德同罪惡、知識同無知──要麼就係由對立面組成嘅各種物質,例如大地、空氣、火焰同水。　有啲係完全無形體同無物質嘅,雖然佢哋當中有啲同形體有關;但其他就淨係由物質同形相構成。

**31.** 所有物質本身都係靜止嘅;佢哋係由靈魂推動先會郁,有啲係理性靈魂推動,有啲係非理性靈魂推動,仲有啲係無知覺靈魂推動。

**32.** 在靈魂的各種能力中,其中一種是營養和植物性,另一種是想像和衝動,最後一種則具有理性與知性。植物分享第一種;第二種連同第一種,由啞巴動物所共有;第三種連同前兩種,則由人類所共有。頭兩種能力是可朽壞的,而第三種則被視為不朽和不死。

**33.** 神聖嘅能力互相啟發,亦將佢哋所蘊藏嘅美德同知識賦予人類:美德,即效法上帝嘅善,透過呢種善,佢哋賜福畀自己、彼此,同埋畀比自己低等嘅眾生,令佢哋變得神似;　──就係對神嘅至高無上嘅某種認識;因為,正如先知所言:*「主啊,你永遠高過眾人之上」*(詩篇91:9);或者對有形之物最深奧嘅認識,或者對無形之物最精確嘅認識,或者對神嘅眷顧最清晰嘅認識,或者對審判最確定嘅認識。

**34.** 心靈嘅污穢,首先係虛假嘅知識;其次係對任何普遍事物嘅無知;我講呢句係針對人嘅心靈,因為對天使嚟講,就算對任何具體事物都唔應該無知;第三係激情嘅念頭;第四係同意犯罪。

**35.**　靈魂嘅污穢就係佢唔按本性行事;因為咁樣會喺心入面產生激情嘅念頭。靈魂只有喺佢嘅激情能力──即係易受刺激同渴望嘅能力──喺受事物同由事物引發嘅念頭影響時仍然保持無情,先至係按本性行事。

**36.** 身體嘅污穢就係透過行為所犯嘅罪。

**37.** 對塵世事物保持公允的人,就愛好寂靜;對任何人都一視同仁的人,就愛好所有人;而對神與神聖之事有真知的人,不會被任何人所誘惑,無論是因他們的過失,還是因對他們的懷疑所致。

**38.** 對事物唔偏不倚係一件好大事,但當你諗起佢哋時仍然保持無情,就更加偉大。

**39.** 愛與節制令心對事物及其相關念保持無情執。

**40.**　敬愛上帝者之心,並非對事物或對事物之念想作防備,而係對與呢啲念想相關嘅情慾作防備。即係話,佢唔會對女人、對加害佢嘅人,或者對佢對佢哋嘅想像作對抗;而係對呢啲想像所引發嘅情慾作對抗。

**41.** 修道者對抗魔障的全部努力,就在於將情欲從念頭中分離;否則,他便無法以無情欲的心態看待事物。

**42.**　事物係一樣,思想係另一樣,情欲又係另一樣:例如,事物係丈夫、妻子、黃金等等;思想只係對以上任何一樣嘅回憶;情欲就係對呢啲事物嘅無言之愛或者無節制嘅恨。　──呢就係一個和尚內心嘅掙扎。

**43.**　帶有激情嘅念頭,係由激情同思考組成嘅。如果我哋將激情同思考分開,就會剩返純粹嘅思考。我哋如果想,可以用靈性嘅愛同自我克制去將佢哋分開。

**44.** 美德令心靈脫離激情;靈性默想令心靈脫離純粹的思想;而純淨的禱告則將心靈呈獻給上帝Himself。

**45.** 美德係為咗認識受造之物;知識係為咗識者;識者係為咗不可知嘅事物;而超越知識之外,就係引路者。

**46.** 神──祂本身已經足夠──從無中創造萬有,並非因為祂需要任何嘢,而係要令萬有按佢哋嘅能力去分享祂嘅福樂,並喺其中得著喜悅;同時,祂因自己嘅作為而喜悅,見到佢哋歡欣,並由那無可滿足者得到永恆嘅滿足。

**47.** 世上有好多人自稱屬靈貧窮,但並非真正嘅意思;好多人哀哭,但只係為失喪財物或失喪兒女而哭;好多人柔和,但只係對污穢嘅慾望柔和;好多人飢渴,但只係為不義咁奪取他人財物同積聚財富而飢渴; 好多人有憐憫心,但只係對肉體同世俗事物;有好心腸,但係出於虛榮;做和平使者,但係屈服於肉體;好多人受迫害,但係因為自己嘅不義;好多人被譏諷,但係因為可恥嘅罪行。然而,只有為基督、因基督而行善同受苦嘅人先係有福。 點解?*「因為天國係佢哋嘅」*;*又因為「佢哋要見到上帝」*(馬太福音5:3、5:8);等等。佢哋唔係因為咁做同受苦先得福,因為上面講嗰啲人亦都係咁做;而係因為佢哋係為基督、同有關於基督嘅緣故而行同受苦。

**48.** 正如已經講過好多次,神睇嘅係我哋嘅動機:係為咗祂而做,定係為咗其他目的。 所以,當我哋想做好事嘅時候,目標唔應該係討好人,而係討好上帝,咁我哋就可以時刻定睛望住佢,凡事都為佢而做;否則,我哋就係徒勞無功,仲會失去賞賜。

**49.** 而且,在禱告時,連對塵世事務的簡單念頭,以及對萬物的沉思,都要從心裏驅逐出去;免得你因留心於較次的事物,而偏離那遠超一切所存之物、無可比擬者。

**50.** 如果我哋真係愛神,咁就憑住呢份愛,我哋會驅走一切情慾。愛佢,就係要將佢高於世界,將靈魂高於肉身──對世上一切事物都抱住輕視,對佢保持 constant 嘅虔誠──透過自我克制、愛、禱告同詩篇歌唱,等等。

**51.** 如果我哋長時間專注於神,同時細心照顧靈魂中情欲嘅部分,就唔會再畀思想嘅誘惑引離正路;反而透過更準確咁理解佢哋嘅成因並斷絕佢哋,我哋就會變得謹慎,好叫先知嘅話喺我哋身上應驗:*「我眼要定睛看我仇敵,我耳要聽那起來攻擊我的人,就如聽詭計一樣。」*(詩篇91:12)。

**52.** 當你見到你嘅心思轉向世俗嘅念頭,並且係敬虔同公義嘅方式,就要知道你嘅身體都仍然保持純潔同無罪。但係當你見到你嘅心思沉迷於罪惡嘅念頭,而你又唔去阻止,就要知道你嘅身體都唔會遲,好快就會墮入其中。

**53.** 正如事物如何成為身體的世界,心思念頭亦同樣成為心靈的世界;正如身體與另一個女人的身體行淫,心靈亦會透過對自己身體的想像,以女人的念頭行淫:因為它在心裏看見自己身體的形象與另一個女人的形象交媾。 同樣地,佢喺心裏面,就用自己身體嘅影像,向加害佢嗰個人嘅影像報仇。其他罪行都一樣:身體喺物質世界做乜,心靈就喺思想世界度用同樣方式做。

**54.** 當我哋一諗到,神*「父不審判人,乃將審判全交給子」*(約翰福音5:22); ──而子則呼喊:*「不可論斷,免得被論斷」*(太7:1);*「不可定罪,免得被定罪」*(路6:37);使徒亦如此:*「在主未到、審判未行之前,凡事都不可先作定案。」* (林前6:5):又或者:*「你判斷別人,就是定自己罪。」*(羅2:1)我講,既然係咁;難道人哋已經唔再為自己嘅罪痛哭,竟然自己攞咗審判權離開子嘅手,好似自己無罪咁,互相審判、互相定罪? 天見到都震驚,地都戰抖;但佢哋麻木不仁,毫無羞恥!

**55.** 凡是探查他人罪過,或憑猜疑審判弟兄的人,這樣的人連悔改的第一步都未踏出,更未費心認出自己的罪──其實真如多層鉛塊般沉重──而且他也不知道人為何會變得*「心硬,愛慕虛榮,追求虛假」*。 (詩篇4:3);所以,好似一個喺黑暗中迷路嘅瘋人,佢拋開自己嘅罪,淨係憑住一啲毫無根據嘅懷疑,去執著別人嘅罪——無論係真係定係想像出嚟嘅。

**56.** 如前所述,自愛係所有激情思想嘅源頭;因為由佢而產生靈魂渴望部分嘅三種主要思想:貪食、貪婪同虛榮。 然後,由貪食生出慾望嘅念頭;由貪婪生出妒忌嘅念頭;由虛榮生出驕傲嘅念頭;而其他念頭都係由呢三種衍生出嚟,例如:憤怒、憂傷、怨恨、絕望、嫉妒、誣衊嘅念頭,等等。 呢啲情慾將心靈綑綁喺物質嘢度,拉佢落返塵世,就好似最沉重嘅石頭咁壓住佢;但其實心靈本性上比火仲輕、仲超然。

**57.** 所有情欲嘅開始係自愛,而終點就係驕傲。自愛就係對身體嘅放縱。能夠斬斷佢,就等於斬斷由佢衍生出嚟嘅所有情欲。

**58.**就好似塵世父母偏寵自己出世嘅子女,心靈亦自然鍾情於自己嘅念頭;就好似最偏心嘅父母眼中,自己嘅仔女係最謙遜有禮嘅,即使佢哋喺各方面都最值得人譏笑: 無智慧嘅人心亦都將自己嘅念頭視為最合理,即使佢哋可能係最荒謬嘅。 但對有智慧的人而言,卻不以為然:即使他們已有證據證明自己的思想是真且善,他們反而更不信任自己的判斷,反而會請其他有智慧的人作思想與推理的裁判,免得自己的努力徒然或曾徒然(加拉太書2:2);並從他們接受印證。

**59.** 當你克服任何最可恥嘅慾望──例如貪食、通姦、憤怒或貪婪──一個虛榮嘅念頭就會即刻襲來;當你克服咗嗰個,一個驕傲嘅念頭就會控制住你。

**60.**所有不光彩嘅情慾,只要仲主宰住靈魂,就會將虛榮嘅念頭趕走;但一旦被克服,就會為佢開路,畀佢入侵。

**61.** 虛榮會引起驕傲;有時佢會被驅走,有時又會留低。但係當佢被驅走時,就會變成自負;當佢留低時,就會變成狂妄。

**62.** 虛榮心靠暗中行善來根除,而驕傲則靠將自己勤力所做嘅事歸功於上帝。

**63.** 凡得蒙神知識,並真嘗其甘甜者,必蔑視一切由慾望之力所生之享樂。

**64.** 受塵世慾望所驅者,或貪飲食、或求肉體慾望之滿足、或慕人世榮華、或貪財富,或由此而來之其他事物;若心靈無法尋得比這些更佳之物以寄託其慾望,則終其一生,亦不會下定決心去輕視它們。 但係,認識神同神聖事物,遠遠勝過呢啲。

**65.** 輕視享樂者,或出於恐懼,或出於盼望,或因認清享樂的渺小;或者出於對上帝的愛。

**66.** 對神聖事物嘅知識,如果冇執着,就唔會令心靈徹底蔑視物質世界,只係好似對感官事物嘅一個念頭咁。所以,你會見到好多有知識嘅人,仍然沉溺喺肉慾之中,就好似豬喺泥裡打滾一樣(彼得後書2:22)。 因為佢哋曾經為善而熱誠,並獲得咗一定程度嘅知識,但之後就變得懶散,好似掃羅一樣:雖然獲賜王位,卻開始活得配唔上,結果被可怕嘅忿怒從王位上推落。

**67.**正如一念及塵世之事足以令心靈藐視神聖,同樣,僅僅認識神聖亦不足以令心靈完全藐視塵世;因為在此,真理仍居於陰影與推測之中; 所以需要有聖愛嘅喜樂奉獻,令心靈同屬靈嘅默想結合,並說服佢寧願選擇無形勝於有形,寧願選擇理智同神聖勝於感官。

**68.** 並非所有斷絕咗情慾、令思想變得單純嘅人,就一定將佢哋嘅心轉向神聖;佢哋嘅心可能既唔係黏住塵世,亦唔係黏住神聖。呢種情況只會發生喺啲未獲真知、又因為驚受苦或者盼望天國而克制情慾嘅積極人士身上。

**69.** *「我哋行事是憑信心,不是憑眼見」*,而我哋嘅知識仍然如同鏡中之像,如同猜謎(林後2:7)。所以我哋需要長期練習,透過長時間嘅教導同埋勤力,培養一種堅定而持續嘅默想習慣。

**70.** 如果我哋暫時擱置咗情慾嘅成因,去進行屬靈嘅默想,但係冇將所有時間都獻畀佢,冇將佢作為我哋唯一嘅職責: 我哋就會輕易倒返去肉體嘅情慾,從中得着嘅只係夾雜住自負嘅知識,而呢種知識嘅結局,就係令知識本身逐漸變得模糊,並令心思完全轉向物質事物。

**71.** 可責備嘅愛嘅激情令心靈沉迷於物質事物;相反,可讚美嘅愛嘅激情則將心靈繫於神聖。 因為心靈一般都會傾向於佢專注嘅對象;而佢傾向咩,就會帶住慾望同愛慕──無論係佢本身適合嘅神聖無形事物,定係肉體嘅事物同慾望。

**72.** 上帝創造咗無形同有形嘅世界;佢亦都創造咗靈魂同身體。如果有形嘅世界已經咁靚,無形嘅世界又會靚到幾咁多呢? 而且,如果無形世界比有形世界更好,那創造兩者嘅神豈不更加崇高?如果一切美好事物嘅創造者,都比所有受造之物中最美好者更美好,那麼心智為何要放棄最美好者,反而轉向最卑劣者──即係肉體情慾?難道唔明顯咩?因為佢自出生起就一直處理呢啲,已經習慣咗;而對比之下,佢根本未曾體驗過任何比其他一切更美好、更高尚嘅事物。 因此,如果透過長期克制肉體慾望,並在神聖事物上接受教導,我們就能逐步令他擺脫這種習慣;當他在這方面逐漸進步時,他會被神聖之物所吸引,並開始認識自己的價值,最終將他全部的虔誠都獻給上帝。

**73.** 一個人對兄弟的罪行若無其事咁講,有兩個原因:要麼係想糾正佢,要麼係想幫另一個忙。 但如果佢──無論係同當事人講定同其他人講──冇呢啲目的,就係想定罪或者誣衊佢兄弟;咁樣嘅人唔會逃過上帝嘅離棄,而會必然跌入同一種或者其他嘅過犯,並且一旦畀人揭發同責備,就會感到羞愧。

**74.** 犯同一罪過嘅人,唔應該淨係根據行為本身用同一方式去審判,而要按罪過嘅成因用唔同方式去審判:因為一種係出於習慣犯罪,另一種係出於突然、無法控制嘅衝動犯罪。 後者呢種情況下,人喺犯罪之前根本冇諗過,犯罪之後亦都冇咩傾向;相反,佢會對所發生嘅事感到深深嘅悲痛同折磨。 但係慣性犯罪嘅人就完全唔同:因為就算喺犯罪之前,佢哋心入面都未停止犯罪,犯罪之後仍然保持同一種心態。

**75.** 凡是出於虛榮心行善者,亦會出於虛榮心求知。但此等人行事或言談,已非為教化,而係處處追求觀者或聽者對佢嘅讚賞同光彩。 呢種慾望會喺佢啲人開始批評佢嘅言行時顯露,佢會深感痛苦——唔係因為佢哋冇得造就,因為佢根本冇呢個目的;而係因為佢覺得自己被侮辱或者被貶低。

**76.** 貪婪的激情,會表現在一個人收受時總是很開心,但付出時卻很捨不得。這樣的人,根本就不是真正節儉的人(見第19段)。

**77.** 受苦嘅人會因為以下原因而忍受痛苦:要麼出於對上帝嘅愛,要麼出於盼望獎賞,要麼出於恐懼懲罰,要麼出於害怕人嘅審判,要麼憑自然嘅耐力,要麼為咗將來嘅快樂,要麼出於自私,要麼出於虛榮,要麼出於必要。

**78.** 驅走念頭是一回事,從激情中解脫卻是另一回事。往往當引致激情的對象不在眼前時,念頭便消失了;然而激情卻潛伏在心靈深處,一旦對象出現便會顯露出來。因此,必須在面對這些事物時觀察自己的心,分辨它對哪樣事物懷有激情。

**79.** 真正嘅朋友,就係當你嘅鄰舍受試探嘅時候,能夠同佢一齊承擔——冇混亂、冇焦慮——佢所遇到嘅悲傷、艱難、不幸同災難,就好似呢啲都係自己嘅一樣。

**80.** 唔好藐視你嘅良心,佢永遠都畀你最好嘅勸告;因為佢向你提供神聖同天使嘅指引,解救你脫離心靈深處嘅隱藏污穢,並且喺你離開呢個世界嘅時候,賜予你喺神面前嘅膽量。

**81.** 如果你想既明智又謙卑,而非成為自負情慾的奴隸,就要在萬物中永遠尋求那超越你所理解的事物;當你發現有許多種知識是你所不熟悉的,你就會對自己的無知感到驚訝,並謙卑你自己的智慧。 當你認清自己嘅渺小,就會明白到好多偉大同奇妙嘅事。但係,自誇自己識嘢,就會阻礙你喺學習上嘅進步。

**82.** 真心求救者,不抗拒療癒的良藥;而這些良藥,就係由各種不幸所帶嚟嘅悲傷同憂愁。抗拒不幸者,既唔知道喺塵世度做緊咩交易,亦唔知道離開時會帶走啲咩利益。

**83.** 虛榮同對金錢嘅愛互相滋生。因為有啲人係靠虛榮致富,另一些人則係致富之後先變得虛榮。但呢啲就係世道。 但係,一個出家人愈係超凡脫俗,就愈虛榮—— ——;但係當佢擁有銀兩時,就會收埋起嚟,因為佢尷尬擁有啲同佢修行身份唔相稱嘅嘢。

**84.** 僧侶嘅虛榮就係驕傲喺德行同佢嘅果報;而佢嘅驕慢就係驕傲自己嘅成就,貶低其他人,將呢啲歸功於自己,而唔係歸於上帝。 凡人嘅虛榮同驕傲就係吹噓同自豪自己嘅美貌、財富、力量同精明判斷,或者世俗嘅聰明。

**85.** 凡人嘅成功就係出家人嘅墮落,而出家人嘅成功就係凡人嘅墮落。凡人嘅成功包括財富、名聲、權勢、享樂、身體健康、多子多孫等等;如果出家人沉溺於呢啲,就會墮落。 但係,和尚嘅「成功」,就係無所擁有、默默無聞、冇權勢、節制慾望、受苦、匱乏等等;當一個愛世人唔小心要受呢啲嘢嘅時候,佢會當係大不幸,甚至差啲想掛頸自縊——真係有人咁做過。

**86.** 食物係為咗兩個目的而造:滋養同醫治。所以,凡係懷住錯誤心態去食用,或者唔按神所賜嘅用途去使用呢份禮物嘅人,就可悲為享樂主義者。至於所有嘢,如果用得唔當,都係罪。

**87.** 謙卑係由純潔嘅禱告所生,並伴隨眼淚同悲傷。因為,透過不斷向神求助,就可以防止人愚蠢咁依賴自己嘅力量同智慧,亦唔會自以為高人一等——呢兩種都係驕傲情慾嘅劇烈病態。

**88.** 同一個簡單嘅念頭抗爭,免得佢激起情慾,同埋同一個充滿情慾嘅念頭抗爭,免得我哋屈服於罪,係兩回事。呢兩種抗爭都令我哋嘅心思唔會喺心入面逗留。

**89.** 憂傷同報復心密不可分。所以,當心靈喺悲痛中,好似喺鏡中咁見到冒犯咗自己嘅弟兄嘅面容,就明顯係懷住怨恨。 *「好報仇者的道路通往死亡」* (箴言 12:28); *「心存怨恨的就是違背律法」* (箴言 21:24)。

**90.** 如果你對某人有怨氣,就為他禱告;透過禱告,將悲傷從對他所犯錯的記憶中分離,你就能阻止情欲的蔓延;而當你變得友善和充滿同情,就能完全將情欲從你心靈中驅逐。　當有人對你有惡意,你要對佢好,對佢謙卑,同佢和睦共處,你就可以將佢從嗰種惡意中解救出嚟。

**91.**　難以平息嫉妒者嘅悲痛。因為佢哋會將你所擁有而令佢哋嫉妒嘅嘢,視為自己嘅不幸。除咗將嗰啲嘢瞞住佢哋,冇其他方法可以安慰佢哋。但如果件事對好多人有益,但又令佢哋傷心,咁我哋應該忽略邊樣? 人要站喺對多數人有益嗰邊;但係,盡量都唔好忽略佢,亦唔好畀情感嘅背叛牽著你走。你要幫助嘅唔係嗰種情感本身,而係受佢折磨嘅人;要用謙卑嘅智慧,視佢高於自己,喺任何時候、任何地方、任何事情上都先佢為重。　如果你能夠與你所嫉妒的人同喜,並為他們所憂傷的事而憂傷,你就可以節制自己的嫉妒,同時成就使徒的命令:*「與喜樂的人要同喜樂,與哀哭的人要同哀哭。」*(羅馬書12:15)。

**92.**　我哋嘅心處於兩個實體之間,佢哋各自灌輸佢哋嘅特質:一個係美德,另一個係惡行;換言之,就係天使同魔鬼之間。但係心有能力同力量,可以跟從或者抵抗佢所揀嘅任何一方。

**93.** 聖能引領我哋向善;而本性中嘅善種同善意都幫助我哋;相反,魔鬼嘅誘惑就由情慾同邪意所驅動。

**94.** 純潔嘅心靈有時會被上帝親自教導,上帝會降臨喺佢身上;有時聖能會以善意啟發佢;而有時就係透過心靈去觀照萬物嘅本性。

**95.** 一顆配得上知識的心,應該對事物保持無情欲,其思索無誤,其祈禱的狀態寧靜。然而,它往往無法一直保持如此,因為在魔鬼的煽動下,肉體衝動的侵入好似煙霧般蒙蔽了它。

**96.** 令我哋傷心嘅事,我哋唔一定會對每件事都嬲;因為令我哋傷心嘅場合,比令我哋嬲嘅更多。例如:某樣嘢壞咗,某樣嘢俾人攞走咗,某個人死咗。喺呢啲情況,我哋只係傷心,而喺其他情況,我哋就會又傷心又嬲,因為嗰陣我哋唔係保持住謹慎嘅心態。

**97.**　心靈當接收到事物嘅念頭時,通常會隨住每個念頭而重新改變樣貌;但當以靈性方式去觀照佢哋時,就會因每次「　」嘅觀想而以唔同方式被轉化。　但當佢處於上帝之中,就變得完全無形、不可見。因為,當佢默想嗰位本於一形者,佢亦都變得只有一形,並且完全光輝燦爛。

**98.** 完美嘅靈魂就係嗰個成個願望嘅力量都完全指向上帝嘅。

**99.** 完美嘅心靈係指:透過真信心而識得嗰個不可知者,然後全面審視佢所有嘅創造,並由上帝獲得有關佢喺其中嘅主權與審判嘅包羅萬有嘅知識,就人類所能及嘅程度。

**100.**　時間分為三部分:信心涵蓋這三部分;盼望涵蓋一部分,愛涵蓋兩部分。信心和盼望有限度;但愛,因為與無限者結合且不斷增長,永遠長存。所以*「愛是這幾樣中最偉大」*(林前13:13)。

## *論愛之第四百條 1. 首先,當心靈思索神之無限——那深不可測且極其渴望的深淵時,便充滿驚歎;其次,當它體察神以何等方式創造*

**1.** 首先,當心思念神喺萬有中嘅無限——嗰個深不可測又極度渴望嘅深淵時,就充滿咗驚歎;其次,就畀神由無中造出萬有呢件事所震撼。　但正如*「祂的偉大無窮」*(詩篇141:3),*「祂的智慧亦無限度」*(巴錄書3:18)。

**2.**　佢望住嗰個無法親近又奇妙嘅善源,點可以唔驚嘆?又或者,當佢諗緊嗰種有聲有理嘅本性,同埋構成物質嘅四大元素,係點樣、由邊度產生,而喺佢哋被造之前根本冇任何物質存在,佢又點可以唔敬畏?　呢股力量,一旦自我啟動,就令佢哋得以存在,究竟係乜嘢?但希臘人嘅子孫唔接受呢點,因為佢哋對全能嘅善及其賦予生命嘅力量,對超越人心嘅智慧同理性一無所知。

**3.**　神自亙古以嚟就係造物主,祂憑住無限嘅慈愛,喺任何時候,都透過同祂本體相同嘅道同聖靈去創造。　唔好問:「點解造物主明明一直都好好,偏偏而家先顯現呢?」因為我亦同你講,無限位者嘅深邃智慧,係人所無法理解嘅。

**4.**　創造主自亙古以嚟,就喺佢自己入面擁有咗對所有存在之物嘅知識,佢喺乜嘢時候願意,就將呢啲知識實現同付諸行動。因為懷疑全能嘅神喺乜嘢時候都做得到佢想做嘅事,係唔合適嘅。

**5.** 你要探究神創造萬物嘅目的,因為呢樣嘢係可以知道嘅;但唔好嘗試去探究佢點解同點解咁早就咁做,因為呢樣嘢超出你嘅理解能力。因為喺神聖嘅事物入面,有啲係人可以明白,但有啲就係唔可以。　如聖人(格里高利神學家)所言,若任憑推測,就會令人陷入深淵。

**6.** 有人說受造之物自永遠起就與神同存;但這是不可能的。因為各方面都有限的存有,如何能與無限者自永遠同存?而且,如果他們與造物主同為永恆,又如何能稱為受造之物呢? 但呢個就係希臘人嘅論點,佢哋認為造物主上帝根本唔係一種本性,只係一組屬性。我哋卻承認上帝係全能者,主張佢唔單止係屬性嘅創造者,亦係有條件本性嘅創造者。如果係咁,咁受造之物就唔係同上帝從亙古共存。

**7.** 神性同神聖之境,有啲方面係可知,有啲方面係不可知。可知係透過對佢周圍嘢嘅思索;不可知就係關於佢本身。

**8.** 喺聖三一嘅簡單同無限本性入面,唔好去搵任何傾向或能力,免得令佢變得好似受造之物咁複雜:因為咁做係荒謬,而且唔可以應用喺上帝身上。

**9.** 單純、一致、無屬性、寧靜、無擾、安詳──一種單一、無邊界、全能且萬物所依的本質。然而,每一個受造之物都由本體與屬性所組成,且永遠需要上帝的眷顧,無法免於變遷。

**10.** 每一個理智同感官嘅本性,喺被創造嘅時候,就由上帝賦予咗能力去接受事物嘅印象;理智獲得咗思考嘅能力,感官就獲得咗感覺嘅能力。

**11.** 上帝只係傳授,而受造之物則同時接受同傳授:佢接受存在同福祉,而只傳授福祉;但有形質者係用一種方式,無形質者則係用另一種方式。

**12.** 無形體者透過言語、行為及被思索而傳遞福祉;有形體者則只透過被思索才得以如此。

**13.** 有理性同有知覺嘅生物係咪永遠存在,全睇造物主嘅意旨──佢造咗*「萬物都好好」*;但佢哋係咪憑自己嘅選擇去行善或行惡,就由呢啲生物自己決定。

**14.** 惡唔係喺受造之物嘅本性入面,而係喺佢哋偏離同唔理性嘅行動入面先至見到。

**15.** 當靈魂嘅慾望力被自我節制所調和、熱情力對愛充滿熱誠而遠離仇恨、理性力則透過祈禱同靈性默想喺神入面安住嘅時候,靈魂就會以智慧行事。

**16.** 喺試探嘅時候,如果有人唔能以大度嘅心面對悲傷嘅考驗,反而同自己嘅靈性弟兄斷絕愛,就證明佢仲未擁有完美嘅愛,亦未對上帝嘅安排有深入嘅體會。

**17.** 神嘅眷顧旨意,就係要透過真信心同屬靈嘅愛,將被惡以各種方式拆散嘅人重新團聚。 救主受苦,為*要「將神四散嘅兒女都聚集喺一處」* (約翰福音 11:52)。所以,凡係唔肯擔重試煉、唔肯忍受悲傷嘅事、或者唔肯經歷痛苦嘅經歷,就係行喺神嘅愛同祂主權之外。

**18.** *「愛是恆久忍耐」*(林前13:4):當軟弱的人面對悲傷事件時,對使自己傷心的人懷有惡意,並與他們斷絕愛,難道不偏離了神恩典的旨意?

**19.** 諗吓:將你同你兄弟分開嘅惡,唔係喺你兄弟度,而係喺你自己度,係咪?所以要快啲同佢和好,免得你違背咗愛嘅誡命。

**20.** 唔好忽略愛嘅誡命;因為藉住佢,你會成為上帝嘅孩子,但如果違犯咗佢,你就會證明自己係gehenna(地獄)嘅孩子。

**21.** 朋友之間嘅愛會被摧毀:如果你妒忌,或者成為被妒忌嘅對象;如果你加害或者受到傷害;如果你侮辱或者被侮辱;最後,如果你懷住並執著對你兄弟嘅懷疑念頭。 咁,你唔係都做過或者受過呢啲事咩?係咪因為咁,你先對朋友嘅愛心灰意冷?

**22.** 如果你畀兄弟引誘,而你嘅痛苦令你產生仇恨,就唔好畀仇恨戰勝你,反而要用愛去戰勝仇恨。 你可以咁樣克服:誠心為佢向上帝禱告,接受兄弟嘅道歉,或者用佢嘅道歉自我療癒,承認自己係誘惑嘅源頭,並下定決心等到風暴平息。

**23.** 能忍耐到試探結束,並因所忍受的而獲得讚揚的人,才是有恆心的人。

**24.** *「有忍耐的人有敬虔的悟性」*(箴言 14:29);因為他視所發生的一切都指向最終的目的,並在期待中忍受一切悲傷。*「結局」*,按使徒所言,是*「永恆」*的生命(羅馬書 6:22)。*「認識你獨一的真神,並且你所差來的耶穌基督, inilah 永生。」*(約翰福音17:3)。

**25.** 不可急於拒絕屬靈的愛;因為對人類而言,已無其他得救之道。

**26.** 唔好因為惡者嘅煽動,令你心生仇恨,就將昨日你還敬重為屬靈弟兄同有德之人嘅人,今日視作邪惡;反而要用忍耐嘅愛,回想昨日嘅良善,將今日嘅仇恨從你心靈中趕走。

**27.** 你昨日讚佢好、頌佢有德,今日就唔好因為你嘅愛變咗恨,就貶佢為邪惡,用誣衊你兄弟做呢種惡恨嘅藉口; 但要繼續用同樣嘅讚揚去讚美佢,就算你仍然心痛,你好快就會重返救贖嘅愛。

**28.** 為咗你對兄弟心入面仍然存留嘅怨恨,唔好喺同其他兄弟傾計時,用微妙嘅方式將批評夾埋你對佢嘅讚揚入面; 但係要喺同其他人傾計嗰陣,真心讚美佢,亦都誠心為佢祈禱,就好似為自己祈禱咁——咁你好快就會擺脫嗰種破壞性嘅仇恨。

**29.** 唔好一邊避開對佢嘅回憶,一邊講「我唔憎我兄弟」,要留心摩西嘅說話:*「你心裏唔可以恨你嘅弟兄;要當面責備你嘅鄰舍,免得為佢的罪咎自責。」*(利未記19:17)

**30.** 即使因某種試探,你嘅兄弟不斷誣衊你,都唔好離開慈愛嘅本性,亦唔好畀同一個惡魔擾亂你嘅心思。 即使有人譭謗你、毀謗你,如果你仍然為他祝福,並祝他一切順利,你就不會被引離這條道路。這就是基督裡智慧的道路,凡行這道路的人,就會與他合一。

**31.** 凡向你說惹起你對弟兄惱怒或仇恨的話的人,即使他們似乎在說真理,也不要認為他們是好意;反而要像避開致命的蛇一樣避開他們,好叫你制止他們的誣衊,並潔淨你心靈中的苦毒。

**32.** 唔好用暗示去傷害你嘅弟兄,免得佢都用同樣嘅方式對你,從而將愛嘅心靈從你哋兩個人趕走;反而要用愛心嘅勇氣去當面責備佢(馬太福音18:15),好消除悲傷嘅原因,同時拯救你自己同佢脫離憂慮同煩惱。

**33.** 要最細心咁檢視你嘅良心,睇吓係咪因為你自己嘅錯,令你嘅兄弟唔肯同你和好,唔好用虛假嘅理由去推翻佢嘅責備——因為佢知道你最深處嘅心思,喺你離開呢個世界嗰陣會向你追算,而且喺你禱告嘅時候,佢會成為你嘅絆腳石。

**34.** 在和平的時候,不可執著你弟兄一時嬲怒中所講嘅說話,無論係當面講咗啲唔中聽嘅說話,定係喺你背後同其他人講咗關於你嘅壞話,而你事後先聽到;免得你懷住惡意,再次陷入對你弟兄嘅破壞性仇恨。

**35.** 一個懷恨在心嘅理性靈魂,無法同賜畀我哋呢條誡命嘅上帝和好:*「如果你哋唔饒恕人嘅過犯,你哋喺天上嘅父也不会饒恕你哋嘅過犯。」*(馬太福音6:15)。 即使你嘅兄弟唔想和好,都要你自己唔帶惡意,誠心為佢禱告,唔好向任何人講佢嘅壞話。

**36.** 聖潔天使那難以言喻的平安,就建立在這些兩種品格上:對上帝的愛,以及彼此相愛;同樣地,古時所有聖徒的平安亦是如此。因此,我們的救主極其智慧地說:*「律法和先知都本於這兩條誡命。」*(馬太福音 22:40)

**37.** 唔好放縱自己,咁你就唔會憎你嘅弟兄。唔好自愛,咁你就會愛神。

**38.** 如果你想同你嘅屬靈弟兄姊妹一齊生活,就要喺佢哋門口放棄你自己嘅慾望;因為冇其他方法,你才能夠同神,同埋同你一齊生活嘅人,都得享平安。

**39.** 凡已經達到完美愛,並按此愛組織了他的一生的人,就以*聖靈*稱呼*主耶穌*(林前12:3)。然而,相反的,就會帶來相反的結果。

**40.** 對上帝嘅愛總係想打開心扉去傾偈講上帝同神聖嘅事;相反,對鄰舍嘅愛就總係令人想去好咁樣諗佢。

**41.** 好虛榮,或者鍾意任何物質嘢嘅人,就係咁,佢會因為細微嘅事同人嬲,或者記仇,或者心存仇恨,或者畀可恥嘅念頭奴役;但呢啲對一個愛神嘅靈魂嚟講,都係完全陌生嘅。

**42.** 當你心裏面唔講同唔做任何可恥嘅事,當你對傷害過你或者中傷過你嘅人冇怨恨,而且喺禱告嘅時候,你嘅心能夠不斷同物質同影像脫離:就要知道你已經達到咗一定程度嘅無情欲同完美嘅愛。

**43.** 擺脫虛榮心並非易事;人要透過暗中修養美德同經常祈禱先至可以擺脫;而擺脫咗嘅徵兆,就係唔會對誣陷過你或者而家誣陷緊你嘅人懷恨在心。

**44.** 如果你想行公義,就要為你自己嘅每一部分——即係靈魂同身體——提供啱嘅嘢:對於靈魂嘅思考部分——閱讀、靈性默想同禱告;對於易怒部分——靈性之愛,就係憎恨嘅對立面; 至於慾望部分——就要有貞潔同自制;至於肉體,就只係食物同衣物,呢啲先係唯一所需。

**45.** 心靈會照其本性行事;當它節制情慾時,就會思索萬有之義,並與神同在。

**46.** 就如健康同病痛可見於動物嘅身體,光明同黑暗可見於海洋:同樣,美德同罪惡可見於靈魂,知識同無知可見於心智。

**47.** 基督徒透過三條道路獲得智慧:誡命、教義和信仰。誡命使心靈脫離情欲;教義引領心靈認識存在;信仰則引領心靈進入聖三一的默想。

**48.** 有啲苦行者淨係驅走激情嘅念頭,另啲就連激情本身都斷絕咗。激情嘅念頭可以透過唱聖詩、禱告、默想上帝,或者其他合適嘅活動去驅走;但激情本身,就要對令自己有激情嗰啲嘢抱住輕蔑態度先得。

**49.** 我哋容易對女人、財富、榮耀等等產生慾望。如果一個人放棄世俗,並如應有咁努力透過禁慾去克制肉體,就可以對女人達到無動於衷同蔑視嘅境界; 對財富,若說服心志知足常樂;對名聲, 若能鍾情於僅向神秘密修養的德行。其他慾望亦同此理。凡能輕視這些事物的人,絕不會有任何仇恨。

**50.** 凡放棄咗塵世事物,例如妻子、財產等等,就令外在嘅人成為咗和尚;但未令內在嘅人成為和尚。相反,凡放棄咗慾望嘅念頭,就連內在嘅人──即係心──都一併成為咗和尚。要令外在嘅人成為和尚好容易,只要佢咁想就得;但要令內在嘅人成為和尚,就唔係件易事。

**51.** 咁喺呢個次序入面,邊個已經完全擺脫咗情欲嘅念頭,並且被認為有資格達到純淨而超然嘅祈禱──呢就係內心和尚嘅真正標誌?

**52.** 好多情欲潛藏喺我哋嘅靈魂深處;但係當佢哋嘅對境出現時,就會顯露無遺。

**53.** 可能有啲人喺冇嗰啲令佢哋動情嘅對象時,因為已經有咗少少唔動情,所以唔會畀情欲困擾;但係一出現嗰啲對象,情欲就即刻開始誘惑佢哋嘅心。

**54.** 當情欲嘅對象唔出現嘅時候,唔好以為自己已經達到完美嘅無情。 但當誘因出現,而你既不受其所動,亦不受其記憶所動,則知你已踏入無情境;即使如此,仍不可自滿,因為雖然長期修養能制服情欲,若你疏忽大意,它們仍會再度被激起。

**55.** 愛基督的人,無疑會盡可能效法祂。基督方面,祂從未停止行善於人;當遇到不感恩和被譏誚時,祂都忍耐寬容;當被他們打擊和處死時,祂都忍受一切,從不向任何人算惡。 呢三件事就係對鄰舍嘅愛心工程;冇呢啲,任何自稱愛基督,或者話自己會承受佢國度嘅人,都係自欺。因為主話:*「凡稱呼我『主啊,主啊』嘅人,並唔一定得入天國,惟有遵行我父旨意嘅人先得入。」*(馬太福音7:21) 又有一段話:*「你哋若愛我,就要遵守我嘅命令。」*(約翰福音14:15、21),等等。

**56.** 救主誡命的全部目的,是要使心思脫離放縱和仇恨,並使之提升到對祂和對鄰舍的愛,而聖潔且積極的知識之光就由此而生。

**57.** 既然蒙神賜予某種知識,就不可忽略愛心和自制:因為它們能淨化靈魂中激情的部分,為你鋪設一條通往知識的平坦道路。

**58.** 通往知識嘅道路係無情欲同謙卑;*「冇咗呢兩樣,冇人可以見到主」*(希伯來書12:14)。

**59.**既然*「心思自大,愛心卻建立人」*(林前8:1),就將愛心與心思結合,你便能遠離驕傲;你將成為一位屬靈的管家,既造就自己,也造就所有親近你的人。

**60.** 愛是建立人,所以它不嫉妒,也不因嫉妒者而憂愁,更不公開宣揚值得嫉妒的事;它不自以為已經完全(腓立比書 3:12),對於自己所不知道的,也不羞於承認自己的無知。 咁樣就可以保護心思免於自大,並時刻令佢喺知識上不斷進步。

**61.** 通常,知識之後就會跟住自大同嫉妒,特別係一開始。自大只係喺內心顯露;但嫉妒就喺內外都表現出嚟:喺我心入面對有知識嘅人,同埋喺外面對冇知識嘅人對我嘅態度。愛會排斥呢三種惡習:對自大,就因為*「唔自誇」*; 內在嘅嫉妒,因為*「不嫉妒」*;外在嘅嫉妒,因為*「不自誇,不張狂」*(林前13:4)。──所以,擁有知識嘅人,必須同時擁有愛,先能令心靈喺萬事中都保持無傷。

**62.** 蒙賜知識卻對人有怨恨、惡意或仇恨,就好似用荊棘和蒺藜刺瞎自己眼睛一樣。因此,知識必然需要愛。

**63.** 唔好完全顧念肉體,而要按佢嘅能力畀佢一份工作,然後將你嘅全心全意都放喺內在生命上。因為*「體操(身體操練)嘅價值少,敬虔嘅價值卻在各樣事上都大」*(提摩太前書 4:8),等等。

**64.** 那住喺內心深處──並且不斷關注內在生命──嘅人,就實踐自制、忍耐、憐憫同謙卑;唔止於此,佢仲會默想、研讀神學,同埋禱告。 呢就係使徒所講*「要憑聖靈行事」*(加拉太書5:16)嘅意思,等等。

**65.** 行唔到靈性道路嘅人,唔理激情嘅念頭,反而將所有注意力放喺肉體──要麼沉溺於大吃大喝、放蕩、惱怒、忿恨,令自己心智蒙蔽;要麼又過度苦行,壓抑自己嘅思想。

**66.** 聖經並唔會剝奪神賜畀我哋使用嘅任何嘢,但佢會約束放蕩不羈,糾正魯莽。 換言之,聖經並唔禁止我哋食嘢、生仔或者擁有金錢並明智咁花費;但佢禁止貪食、通姦同埋類似嘅行為。聖經甚至唔禁止我哋去諗呢啲嘢,因為呢啲就係心智被造嘅原因;但佢禁止我哋帶住慾望去諗呢啲嘢。

**67.** 我們為神所作的事,有的是出於順從誡命,另一些則並非出於順從誡命,而是,可以說,作為自願的奉獻。出於順從誡命──當我們愛神和我們的鄰舍,愛我們的仇敵,不犯姦淫,不殺人等等:如果我們違犯這些誡命,就會受到定罪。 唔係基於誡命嘅行為包括保持處女之身、過獨身生活、放棄所有財產、做隱士等等。呢啲行為被視為恩賜,所以如果我哋因為軟弱而未能遵守任何誡命,就可以透過呢啲恩賜去安慰我哋仁慈嘅主。

**68.** 選擇獨身或童貞生活的人,必須*「束好腰,點着燈」*(路加福音12:35):*腰束得緊*靠禁慾;*燈點*得着靠祈禱、默想神和屬靈的愛。

**69.** 有啲弟兄以為自己攞唔到聖靈嘅恩賜:因為佢哋疏忽咗誡命,唔知道凡係喺基督裏有真信心嘅人,都已經以濃縮嘅形式擁有咗神嘅所有恩賜。 但由於我哋懶散,離實踐對祂嘅熱愛──呢種熱愛本可令我哋洞悉內在嘅神聖寶藏──相去甚遠,所以我哋理所當然咁認為自己對神嘅恩賜係陌生嘅。

**70.** 如果,照神聖使徒嘅話,耶穌基督*「藉住信」*住喺我哋心入面(弗3:17),*「喺佢入面藏有智慧*同知識嘅*一切寶藏」*(西番雅書2:3):咁所有智慧同知識嘅寶藏就喺我哋心入面搵到。當每個人透過誡命被潔淨,呢啲寶藏就會向佢心揭示。

**71.** 「藏在你心田裡那隱藏的*寶藏*」(太13:44),你因懶惰尚未發現。若你已發現,就必賣掉一切,買下那塊田地。但你卻離開了那塊田地,反而徘徊於其周遭,那裡只有荊棘和蒺藜。

**72.** 就係因為咁,救主先話:*「清心嘅人有福咗,因為佢哋要見到神。」*(馬太福音5:8)當佢哋透過愛同自制淨化咗自己,就會見到神,同埋喺神入面嘅寶藏,淨化得愈深,就愈能見到。

**73.** 因此祂又說:*「賣掉你所有的,施捨給人。」* (路加福音12:33),*「這些都必潔淨了你」*(路加福音11:41),因為他們不再被屬乎肉體的事纏擾,卻致力潔淨他們的心──主稱之為*「心」*(馬太福音15:19)──脫離仇恨和放蕩。 凡是玷污心靈的东西,都阻止它藉着聖洗聖事的恩典,看見基督在心中生活。

**74.** 聖經稱美德為「道路」;但愛是眾美德中至高無上者,因此使徒說:*「我要指示你一條更美的道路。」*(林前12:31),這條道路令人生出對一切物質事物的輕蔑,並使人寧願不將任何屬世之物視作高於永恆之物。

**75.** 對上帝嘅愛抵禦慾望;因為佢令心志遠離肉體享樂;而對鄰舍嘅愛則抵禦忿怒,因為佢迫使人輕視榮耀同財富。 呢兩枚就係救主畀畀客棧老闆嘅兩枚錢(路加福音10:35),好叫佢照顧你。但唔好做忘恩負義嘅人,去幫賊仔,否則你會再受傷,最後唔止係奄奄一息,而係死咗。

**76.** 潔淨你嘅心,除掉忿怒、怨恨同羞恥嘅念頭;咁你先至可以認出基督就住喺你入面。

**77.** 又有誰以對聖父、聖子、聖靈三位一體的信仰啟發你?又或有誰向你啟示聖三一中一位的道成肉身計劃? 有邊個教曉你關於無形者、關於可見世界嘅起源同終結、或者關於死而復活同永恆生命、或者關於天國嘅榮耀同末日審判?唔係住喺你裏面嘅基督恩典,就係聖靈嘅憑據咩? 有咩比呢種恩典更大?有咩比呢種智慧同知識更好?有咩比呢啲應許更高?如果,就算經歷咗所有呢啲,我哋仍然懶散同疏忽,冇淨化自己 ,冇除掉嗰啲令我哋心靈失明、令我哋無法比太陽更清楚地看見呢啲真理嘅情慾,咁我哋就要怪自己,唔好否認呢份恩典住喺我哋入面。

**78.** 神應許咗你永遠嘅福份,並將聖靈作為憑據安放喺你心入面,佢吩咐你要照顧好你嘅生命,好等你內在嘅人得釋放脫離情慾,就可以喺呢個現世開始嘗到嗰啲福份。

**79.** 既然你已蒙受崇高神聖默想的資格,就特別留意實踐愛心與自制,好讓你的靈魂熱情部分得以安寧,使你靈魂中永遠有不滅的光明。

**80.** 用愛去約束靈魂嘅易怒本性;用自制去制服佢嘅慾望;用禱告去提升佢嘅思考能力:咁你心靈嘅光就永遠唔會暗淡。

**81.** 摧毀愛嘅原因有以下幾項:侮辱、加害、譭謗對方嘅信仰或生活方式、毆打、打擊、創傷等等;而且,無論呢啲事發生喺當事人本身,定係佢嘅親人或朋友身上。 凡因以上任何原因而斷絕愛,就未真正明白基督誡命的旨意。

**82.** 盡你所能去愛每一個人。如果你暫時未能做到,最起碼都唔好憎恨任何人。但係,除非你藐視世上一切,否則連呢點都做唔到。

**83.** 如果有人中傷你,就唔好憎佢,而要憎恨嗰番中傷,同埋慫恿佢咁做嘅魔鬼。因為如果你憎恨中傷你嘅人,你就已經憎恨咗個人,並且違反咗誡命;佢用言語做嘅事,你就用行動去做。 但如果你遵守誡命,就要向他行一件愛心事,並盡你所能幫助他,好叫你能夠使他遠離惡。

**84.** 基督唔想你對任何人懷有仇恨或怨恨,亦唔想你對任何人有任何形式嘅憤怒或惡意,無論係因為乜嘢暫時嘅原因。呢個就係四福音書對所有人嘅教導。

**85.** 我哋當中好多人只會講,但係肯行嘅就少。然而,冇人可以為咗自己嘅大意而扭曲上帝嘅話語;反而要承認自己嘅軟弱,唔好隱瞞上帝嘅真理,免得除咗犯咗誡命之外,仲要為曲解上帝嘅話語而犯罪。

**86.** 愛心同自制力令靈魂脫離情慾;讀經同默想上帝令心思脫離無知;而站立禱告就令禱告者親身喺上帝面前。

**87.**當魔鬼見到我哋藐視呢世嘅事物,卻又唔願意因此憎恨人或離開愛,佢哋就會對我哋散播誣衊,令我哋受唔住嗰種痛苦,從而去憎恨嗰啲誣衊者。

**88.** 對靈魂嚟講,冇嘢比誣衊更沉重;無論係針對人嘅信仰定行為。除咗好似蘇珊娜咁,仰望獨一無二、有能力拯救人脫離不幸嘅神,否則冇人可以置之不理。就如佢拯救咗蘇珊娜,並向眾人清楚揭示咗真相;同樣,佢都咁樣為你揭示,並以盼望安慰你嘅靈魂。

**89.** 正如你為誣陷者祈禱,上帝必定會向被誤導的人揭示關於你的真相。

**90.** 其實,只有一位神;然而在靈魂的品格上,只有一位效法神的人:因為他的主要目標是將邪惡者與本善的本質結合,使他們也得以成為良善。 因此,當受人譏諷時,他祝福;當受迫害時,他忍耐;當受誣衊時,他安慰;當被殺害時,他為殺他的人禱告(林前4:12–13)。他如此行,都是為了不偏離他的首要目標──愛。

**91.** 主嘅誡命教導我哋點樣善用處於中性嘅事物。對中性事物嘅善用可以淨化靈魂嘅狀態;淨化咗嘅靈魂狀態會帶來洞察力;而洞察力會帶來無情欲,由此誕生完美嘅愛。

**92.** 當人受試探時,若無法寬恕朋友的過失──無論過失是實際犯的或只係表面如此──就表示他尚未達到無情欲。因為潛伏在這樣靈魂中的情欲一旦被激起,就會蒙蔽心智,令我們無法洞察真理之光,分辨善惡。 可唔可以話呢種人仲未達到完美嘅愛,而完美嘅愛會趕走審判嘅恐懼(約翰一書4:18)?

**93.** *「真朋友唔會做背叛*嘅事」(西拉智訓 6:15):佢視朋友嘅不幸為自己嘅不幸,同朋友一齊承擔,甚至肯為佢受死。

**94.** 人多時都係朋友,但只係好景時先見到;到受試煉嗰陣,就連一個都搵唔到。

**95.** 人應該真心愛每一個人,但只可將盼望寄託於神,並以全力事奉祂。只要祂保守我們,所有朋友都對我們有利,沒有敵人能傷害我們;但當祂離棄我們時,所有朋友都會離棄我們,所有敵人都佔上風。

**96.** 神離棄人有四種主要方式:一種是祂的預備性離棄,正如主自己所經歷的,藉此看似的離棄,祂得以拯救被遺棄的人;另一種是作為試驗的離棄,如約伯和約瑟所經歷的,使前者成為剛強的柱石,後者成為貞潔的柱石。 另一種係為咗靈命成長嘅棄置,就好似使徒彼得咁,透過謙卑令佢裏面可以保留豐盛嘅恩典。最後,就係因為拒絕而受棄置,就好似猶太人咁,透過刑罰令佢哋回心轉意。 所有呢啲離棄嘅方式都係救贖性嘅,充滿咗上帝嘅恩典同對人類嘅慈愛。

**97.** 真正遵守誡命的人,以及真正被引入神旨意奧秘的人,不會拋棄因神許可而受試探的朋友;但輕視誡命、未被引入神旨意奧秘的人,朋友 prosper 時就與之同喜;然而當受試探者受苦時,他們就拋棄他。 有時佢哋會站喺對頭人嗰邊。

**98.** 基督嘅朋友真心愛每一個人,但唔係人人都愛佢哋。世俗嘅朋友就唔係咁,佢哋唔係真心愛每一個人,亦唔係人人都愛佢哋。基督嘅朋友會一直保持佢哋之間嘅愛嘅紐帶直到最後;而世俗嘅朋友只會維持到因為世俗嘅事互相衝突為止。

**99.** *「朋友忠信,骨肉情深。」*(智訓6:14)因為即使朋友身處盛世,佢都係好嘅顧問同志同道合嘅夥伴;而喺逆境中,佢就係最真誠嘅捍衛者同最富有同情心嘅衛士。

**100.** 好多人對愛講到爛,但如果你去搵,就會發現只有基督嘅某啲門徒先有;因為只有佢哋嘅老師係真愛,關於佢有咁講:*「我若然有先知之恩,能講透一切奧秘同一切知識,卻冇愛,我就係一無所成。」* (林前13:2–3)。*因為*凡得着愛嘅人,就得着神自己;*「神就係愛」* (約一4:8)。願祂永遠得榮耀。阿門。

## 3. 理論與實踐章節,取自希臘文《多布羅托盧比》七百章節

**1.**只有一位神──無始、難以理解,擁有完全的權能存在(正如祂所是的),完全排斥任何關於祂*「何時」*或*「如何」*存在之念頭,祂的本質對所有人而言都是難以親近,亦無任何受造之物能識。

**2.** 凡存在嘅事物都叫做可想像同可知──即係話,有可證明嘅原則去認識佢哋。但係,上帝就叫做不可想像;雖然如此,仍然基於可想像同可知嘅事物,相信佢存在。

**3.** 被造之物的知識有其自身獨立的證明,有其以自然方式獲得的基礎,並藉此被自然界定。 然而,神嘅存在,就係單憑喺呢啲事物入面搵到嘅基礎,令虔誠者對祂嘅存在作出承認同信仰,呢種肯定比任何證明都更為可靠。信仰就係真正嘅知識,佢包含啲無法證明嘅原則,係對超越心思同語言事物嘅一種印證。

**4.** 神係萬有嘅起頭、中間同埋結局:起頭係作創造主,中間係作供應主,結局係作成全主;因為經上說:*「萬有都本於祂、藉於祂、歸於祂。」* (羅馬書11:36)

**5.** 按本性具理性者,無心可比之更尊貴。上帝為善,造每一個心靈都照祂的形像,並賦予其自主──(自由)。──其後,每個心靈按其自身意願,或選擇榮耀,或自取羞辱,全憑其自行所為。

**6.** 正如經上所寫,神是「公義的日頭」(瑪拉基書 4:2),以祂善意的光芒平等地照耀眾人。然而,靈魂視乎其本性,通常要麼如蠟,好似愛神的人;要麼如泥,好似愛世俗事物的人。 就好似污泥本性上會畀太陽晒乾,而蠟燭就會畀太陽溶化一樣:凡係鍾意物質同世界嘅靈魂,雖然會從上帝度收到啟示,但因為本性拒絕接受,就會好似污泥咁硬化,就好似法老王咁,自取滅亡; 相反,凡是愛神嘅靈魂,就喺呢種情況下,好似蠟咁變軟,接受神聖事物影像嘅烙印,喺靈裡成為神嘅居所。

**7.** 凡以神聖嘅洞見啟發佢嘅心靈,以神聖嘅詩歌無休止咁讚頌造物主,並以純潔無瑕嘅知覺淨化佢嘅感官──佢就按照存在嘅本善,透過自願嘅善意,以神嘅形象塑造咗佢嘅福祉。

**8.** 凡是強迫自己心靈去默想獨一無二嘅神同祂嘅完美屬性,並以言語為呢啲屬性作真正嘅詮釋同闡明,又訓練自己嘅感官虔誠咁注視可見世界同入面嘅一切,並向心靈宣告隱藏喺其中嘅理性偉大──佢就得以保持心靈純潔無瑕。

**9.** 上帝既然已將我哋從暴君──即魔鬼──嘅苦楚奴役中解救出嚟,就賜畀我哋一個仁慈嘅敬虔輋──謙卑。藉住謙卑,魔鬼嘅一切能力都被制服,凡接受呢個輋嘅人,各種美德都得以繁榮,亦得以免受偷竊。

**10.** 信徒敬畏神;敬畏神的人自卑;自卑的人就變得溫柔,因為他採用了一種不會被不自然的憤怒和慾望衝動所動搖的性格;溫柔的人遵守誡命;遵守誡命的人就被潔淨; 被潔淨者就得光明;得光明者就 deemed 配與新郎──道──喺奧秘的府庫中同寢。

**11.** 就如一個農夫,一邊察看一塊適合種樹嘅田地,有時會意外發現寶藏: 同樣,每位謙卑誠懇、心志堅定、遠離塵世慾望荊棘嘅苦行者,好似至福嘅雅各,當佢老竇問佢成功之路時,就可能咁答: *「就係主你嘅上帝賜畀我嘅。」* (創世記27:20)因為當上帝喺我哋毫無努力嘅情況下,將對祂智慧嘅深邃洞見賜畀我哋──我哋原本根本冇預期過──我哋就會以為自己突然發現咗一筆屬靈嘅寶藏。 一位精明而有經驗的苦行者,就好似一位靈命農夫,他將透過感官所感知到的可見事物──例如一棵野樹──移植到屬靈的田地裡,從而發現一處寶藏:恩典滿溢的異象──神在受造之物中智慧的彰顯。

**12.** 凡為炫耀而求知,卻未能得之者,不可嫉妒鄰舍,亦不可被悲傷所吞噬;反而要照所命,承擔求知的預備工夫──積極實踐美德。透過身體熱誠地預先行此,他便能預備好靈魂去接受知識。

**13.** 凡以正直虔誠之心,求事物之理,無絲毫炫耀他人之意者,將獲至其最光明之見解,並得指引,以達更真切之自我認識。 律法對呢啲人講:你哋入咗應許之地,就會承受*「你哋冇興建過嘅大城邑」*、*「你哋冇建造過嘅屋內充滿各樣美好之物」*、*「你哋冇掘過嘅泉源」*、*「你哋冇種過嘅葡萄園同橄欖林」* (申命記 6: 10–11)。因為那不為自己活,而為神活的人,就充滿了神聖的恩賜,這些恩賜並不總是顯而易見,因為情慾的威脅猛攻。

**14.** 偽君子雖然以為自己未被發現,就心安理得、噤聲不語,滿足於因顯得義而獲得的榮耀;但當他被揭穿時,就噴出刻毒的言詞,以為可以藉著侮辱別人來掩蓋自己的羞恥。 對呢種人嚟講,聖經嘅話──將佢比喻成蝮蛇之子,認定佢邪惡──就命令佢結出配得上悔改嘅果子;即係話,要跟據佢所表現出嚟嘅樣子,改變佢心底裏隱藏嘅本性。

**15.** 假扮朋友,目的係害人,就係一隻狼,用羊皮遮住佢嘅邪惡。 呢種人一旦遇到單純嘅性情,或者任何帶住基督誠意講嘅話、做嘅事,就會趁機攞嚟咀嚼吞噬,然後向佢哋嘅言行傾瀉無數侮辱,*就好似「監視弟兄喺基督裏面所擁有嘅自由」*(加拉太書2:4)。

**16.** 那存惡意而假裝沉默的人,暗中謀害鄰舍;但若失敗,就轉向自己的情慾,使心靈受折磨。然而,為善而保持沉默的人,能培養友誼,並歡喜離去,好似蒙光照而驅散黑暗的人。

**17.** 喺弟兄姊妹聚會中,急急忙忙打斷談話流程嘅人,並冇掩飾(即係暴露咗)佢被虛榮心所苦;俾呢種心態牽住,佢會就討論嘅題目提出好多直接同間接嘅想法,想打亂討論嘅節奏。

**18.** 智慧人教導與學習,只求學有用途之事,亦只教有用途之事;然而自以為有智慧者,無論提問或被問,只提出能滿足好奇心之事。

**19.** 人若因蒙神恩典而得着任何福氣,就當按主所說:*「白白地得着,也要白白地给人。」*(太10:8)無嫉妒心地將之傳給他人。 凡將恩典藏於地下者,誣衊施恩者,好似佢殘酷(馬太福音25:24),為咗撫慰肉體而拋棄美德。但凡向仇敵出賣真理者,日後一旦被定罪,又因好虛榮、受唔住羞辱,最終自取滅亡。

**20.** 凡仍然畏懼與自己情慾交戰,並懼怕無形仇敵攻擊的人,就當默然;即是在為品德的爭戰中,不應訴諸衝突,而要轉向禱告,將自己和自己的保護託付給神:正如《出埃及記》上所寫: *「上主必為你爭戰,你只管靜住。」*(出14:14) 至於嗰啲,當追趕佢哋嘅仇敵被擊敗之後,懷住感恩嘅心,想揀一條品德嘅道路,佢哋只要打開心扉,聆聽主嘅說話,就好似以色列人所蒙吩咐:*「以色列啊,你要聽!」*(申命記6:4)。但對於已經潔淨心靈、無可抑制地渴求神指引的人,就應該表現出敬畏中帶着大膽,因此被問道:*「你為何向我呼求?」*(出埃及記14:15)。因此,對於被命令出於敬畏而保持沉默的人,就只有投靠神才是合適的; 但對於被命令要聆聽的人,就應該準備好去聽從並遵守神嘅誡命;而對於已經達到屬靈明白嘅人,就應該不斷喺禱告中呼求,既求除掉惡,又為所蒙嘅祝福獻上感恩。

**21.** 除非神自己恩典憐憫地降卑,親自觸摸並提升人心,否則人心永遠無法達到認識神的地步。若非上帝親自感動人心──按人心所能達的程度──並以神聖光輝照亮它,人心也絕無可能高升到足以接受某種神聖的啟示。

**22.** 照福音所講,只有信徒先能靠住一個積極行善嘅生命,將山(即係罪)移開(馬太福音17:19),並且由內心根除佢對短暫易變嘅肉體慾望嘅舊有執着。 凡成為門徒,從道領受那破碎的餅──象徵屬靈的引導──他必用這些餅餵飽千人,以行動彰顯道那倍增的權能(馬太福音15:32以下)。 凡能成為使徒者,就醫治*「各樣軟弱、各樣疾病,並趕鬼」*(太10:1):*「趕鬼」*即驅走情慾的作祟; *「醫治病症」*,即係話透過盼望,將失去神聖品格嘅人恢復返;「醫治軟弱」,即係話佢用關於審判嘅話語,去激勵同強化因懶散而鬆懈嘅人。 但凡領受*「踐踏蛇同蠍子」權柄*(路加福音10:19)者,就摧毀罪惡的起頭與結局。

**23.** 使徒同門徒當然都係信徒;但門徒唔一定係使徒,而佢永遠都係信徒;可係,淨係做個信徒,就唔再係門徒或者使徒。 然而,透過生命與默想,第三者(信徒)可以提升到第二者(門徒)的品級與尊貴,而第二者又可以提升到第一者(使徒)的品級與尊貴。

**24.** 凡係照時間次序喺時間內成就嘅嘢,一旦達到完美就會停止,因為佢嘅自然增長就到盡頭。但係,神嘅恩典透過美德生活嘅次序所成就嘅,就算達到完美,都會繼續推動向成長邁進:因為喺呢度,一樣嘢嘅終點就成為另一樣嘢嘅起點。 凡靠積極的美德,在自己裡面斬斷了那些腐敗的激情,就同時開始了其他最神聖的變化,*由「榮耀到榮耀」* (林後三18):因為神在他裡面運行,從不停止行善,正如祂從未開始行善一樣;就如光本性使然要照耀,神本性使然要行善。 按律法──即與那出生和死亡的暫時事物相應──安息日是藉著停止工作而遵守的; 而按福音──即與屬靈及屬心智事物之狀態相符──則以行善事來慶祝;然而,那些不明白安息日是為人而設,而非人為安息日而設──並且不明白人子連安息日的主──就會因此而跌倒(馬可福音2:27–28)。

**25.** 要經歷屬靈的喜樂,光是制服情慾還不夠,除非靈魂同時透過遵守誡命而得着美德。 「主說:*『不要因鬼服從你哋就喜樂』*──即係說,情慾嘅運作──*『要因你哋嘅名寫喺天上而喜樂』*;即係說,藉住做兒女嘅恩典,為咗美德,你哋已經被轉入無情慾嘅名冊。

**26.** 除非我哋以心智脫離咗我哋嘅自然狀態,同埋一切喺上帝之外存在嘅事物,否則我哋唔可以認為自己已經獲得咗堅不可摧嘅美德習慣。 只有當呢種情操透過愛喺我哋心入面建立咗,我哋先至會認識到神聖應許嘅力量;因為可信嘅,就係得體嘅人嘅完美不變性,就正正喺心靈以前透過佢嘅愛根植咗呢股力量嗰度建立。 凡是没有退返入自己,同埋所有可以想像到嘅事物之外,亦冇喺一種超越一切思想嘅寂靜(即係心靈所有活動嘅止息)入面安頓自己嘅人,就根本唔可能擺脫多變性。

**27.** 偉大的摩西,已經在營外支搭帳篷──即係話,佢已經將心志堅定喺一切可見事物之外──開始敬拜上帝;佢進入黑暗,即係進入咗無形無質嘅知識領域,然後留喺嗰度,執行最神聖嘅奧秘儀式。 (或為此目的而奉獻)(出33:7;20:21)。

**28.** 喺聖經入面,可以將肉體同靈分開,好似佢係一種屬靈嘅人咁。任何人如果話聖經嘅字面係肉體,而佢嘅意思係靈或者心靈,都唔會違背真理。 不過,好明顯,嗰個將肉體當作朽壞嘅嘢拋棄,完全緊貼住靈魂──呢個唔朽嘅嘢──嘅人,就係有智慧嘅。

**29.** 那憑着一生一世的行为遵守律法的人,就节制某些情欲的活动,把哑巴情欲的活动当作祭物献给神。这样,对他来说,按着他属灵的婴孩状态,就足以得救。

**30.** 被先知之言所養,以棄絕情慾之作,他亦力圖將心靈中對情慾的任何憐憫與任何相關聯的事物一併撇去,好使他──無論以較卑下的一方(即肉身)或較高尚的一方(即靈魂)──都顯明自己遠離罪行,並不會暗中因無法節制的情慾而犯罪。

**31.** 當人真誠地擁抱福音的生活方式,他就在自己裡面斬斷了罪的起頭和結局, 並在言行思中實踐一切美德,向神獻上稱頌與懺悔的祭,作為已從情欲的積極攻勢中得釋放、免於與之對抗的心理掙扎之人,且只有一種永不滿足的喜樂,以盼望將來福分的盼望滋養靈魂。

**32.** 感覺,或者說對感官印象的知覺,伴隨着*「積極」*的人──即那努力實踐美德的人;而麻木不仁,或者說因為感官印象所造成的動盪缺乏,就特徵着*「沉思」*的人,他將心神集中於上帝,脫離肉體和世界, 努力透過*「積極者」*在行善路上勞動,以解脫靈魂與肉體同情天性枷鎖的人,往往感到疲倦,並發現自己的善意正日益消退; 而另一個人,則透過修行並專注於默想,將這份同情心中的荊棘連根拔起,他便再也無法被任何事物所吸引或阻滯,因為他已洗淨了那通常令嘗試掌控他的人得以傷他並擄獲他的一切。

**33.**正如不順服的果效是罪惡,順服的果效就 adalah美德;正如不順服會導致誡命被違犯,與頒賜誡命者所立的約被破壞,順服則會使誡命得以成就,並與頒賜誡命者達到最親密的合一。 因為凡係透過順服而遵守誡命嘅人,就已經實踐咗真理,並且同發出誡命者之間嘅愛嘅合一保持咗不變。但係凡係因不順服而違犯誡命嘅人,就已經犯罪,並且同發出誡命者之間嘅愛嘅合一斷絕咗。

**34.** 凡因違犯而導致聯合破裂之後,欲求重歸合一者,首先遠離情慾,其次遠離激情思緒,然後遠離大自然及一切自然之物(即物質世界), 然後遠離心智概念和對它們的知識(即遠離屬靈世界),最後,超越了恩典安排的多樣化設計(事件的過程),以某種未知的方式親近那一位本身:在其中,他看見自己的不變性,*以「難以言喻的喜樂」喜樂* (彼得前書1:8),*「好似得着那越過一切明白嘅神嘅平安」*(腓立比書4:7),並且對嗰啲被造成同祂一樣嘅人,不住地保護佢哋免於跌倒。

**35.** gehenna 嘅恐懼令行緊呢條路(即係初學者)嘅人避開罪惡;對福份獎賞嘅渴望令實踐美德有進步嘅人更為準備就緒;而愛嘅奧秘則將心思提升到一切受造之物之上,令佢對一切次於上帝嘅事物都變得盲目。 因為只有對一切跟隨神之後的事物變得盲目的人,主才照亮他們,向他們顯明至神者(詩篇145:8)。

**36.** 當我哋喺主──呢個信心嘅根基上,重建美德嘅宏偉殿堂時,就喺呢個根基上放上*「金、銀同寶石」*,即係純粹而無雜質嘅神學、光明而榮耀嘅生命、神聖嘅思想,同如珍珠般嘅默想; 而唔好放*「木、乾草、禾稈」*(林前3:12),即係唔好有偶像崇拜或對感官享樂嘅鍾情,唔好有愚昧嘅生活,唔好有激情嘅思想,好似成熟嘅麥穗咁冇智慧。

**37.** 凡立志追求智慧的人,要使他心靈的腳步堅定,在主面前站立得穩,正如神對摩西所說:*「但你要同我站立在此。」*(出33:2以下) 不過,要知即使喺主面前站立嘅人之間都有分別,聰明人要細心讀以

下呢段:*「有啲人而家就站喺度,佢哋未嘗死味,就先見到神嘅國度以大能降臨。」*(馬可福音9:1)　因為主並唔會隨時以榮耀嘅形態向所有站喺佢面前嘅人顯現;但對啱啱踏上通往佢道路嘅人(即初學者),佢就以僕人嘅身份出現;而對已經夠強壯,跟隨佢攀上佢變容山巔嘅人,佢就以神嘅形態顯現,就係佢喺世界未開始之前嘅本來面目。　所以,同一嘅主可以對前來親近祂嘅人以唔同嘅樣貌顯現──對一個人係一種方式,對另一個人就係另一種──所見嘅異象會因各人嘅信心而異。

**38.** 至於過積極生活嘅人,就話佢暫時寄居喺肉身入面,好似一個旅客,佢嘅目標係透過修習美德,喺靈魂入面斬斷對肉身嘅任何憐憫,並同物質嘅享樂劃清界線。　至於過著沉思生活嘅人,就話佢哋住喺美德本身入面,好似一個人喺鏡入面、或者可以話喺謎語入面去思索真理。因為佢哋未曾真真正正、面對面咁見到所盼望福份嘅真實本貌。　而每位聖徒,就將來嘅福份嚟講,都*「好似行喺夢中」*,呼喊道:*「我只不過係一個寄居者、一個陌生人,就好似我所有列祖一樣。」*(詩篇38:7、13)

**39.** 總好喺我哋已經同萬有分離之後,照命去尋索上帝(詩篇45:11;104:4)。因為雖然按呢個現世生命嘅本性,我哋喺尋索佢嘅時候,無法達到神奧秘嘅深處;但或許,即使只係略微觸及佢嘅深奧,我哋都會見到至聖者之所聖,同最屬靈者之所靈。　大祭司由聖所(帳幕嘅第一部分),進入至聖所(帳幕嘅第二部分)──聖所已經比院子更聖潔,而至聖所又比聖所更聖潔──呢個儀式亦都象徵咗呢個道理。

**40.** 如果神嘅兒子──神嘅道──正因呢個緣由而成為人子、成為人,好令到人成為神、成為神嘅兒子,咁我哋就當信,我哋將會喺*「基督自己,作為成個身體嘅頭」*(林前1:18)祂在肉身中成為我們向父的*「先鋒」*。因為在眾神──即得救者的──大會中,神要站立在中間,按各人所配得的分賜那福樂的賞賜,卻並不使配得者彼此有空間上的分隔。

**41.**　凡仍然放縱肉體情慾的人,就如身處迦勒底人的地,做偶像的奴僕和製造者。但當他心思成熟,對符合其本性的生活方式有所體會(並對之產生好感);　然後,離開迦勒底人之地,他去到美索不達米亞的哈蘭(創世記11:28–31)──即係一個介乎美德同罪惡之間、尚未脫離感官誘惑嘅狀態。　當佢超越咗呢種介乎道德同罪惡之間、以感官為本嘅善嘅有限理解;咁佢就會進入善嘅境界,亦即係一個完全遠離一切罪惡同無知嘅狀態,呢個境界係真神所啟示同應許賜畀愛佢者,作為對佢哋品德嘅獎賞。

**42.**　那在敬虔的灵里热切追求智慧,且已起来抵挡那看不见的势力的人,当祷告,求他能得着两种伴侶:天生的分辨(善恶之光虽不甚明)和圣灵的启示之恩;　前者引領肉體實踐積極的德行,後者則啟發心智,使之在萬物之上,選擇與智慧的交通(智慧篇 8:2)──*「藉此,惡的營壘和一切與神心意為敵的高傲都被拆毀」*(林後 10:4)。呢點亦可由約書亞禱告*「日頭喺基遍上面停住」*得到證明──即係話,神知識嘅光芒喺佢嘅心靈山巔上要保持不滅──*「月亮喺曠野上面」*──　(約書亞記10:12)──意思係,超越肉體軟弱嘅善與惡嘅自然區分,能夠喺道德關係中保持不變。

**43.**　*「基比亞」*係指高尚嘅心志;而*「曠野」*就係被死亡所謙卑化嘅肉體。*「日頭」*就係道,佢光照人心,賦予人心默想嘅能力,並將人心從一切無知中拯救出嚟;　而*「月亮」*就係自然律,迫使肉體合法地臣服於靈,好接受誡命嘅軛。月亮因為佢嘅多變性,所以被視為大自然嘅象徵　。然而,喺聖徒身上,大自然係唔會改變嘅,因為佢哋有唔變嘅美德習慣。

**44.** 主唔係喺尋索佢嘅人以外另覓,而係要透過信心喺自己裏面尋索佢,並以行為作證:「使徒話:*『話語就近你心口。』」　「在你的口裡,也在你的心裡──就是信道的言語」*(羅馬書10:8);因為尋求信道的言語,就等於尋求基督自己。

**45.**　我們不可沉溺於神無限的崇高之中,而對神對人類的愛心絕望,似乎那样的崇高無法觸及我們;同樣地,當我們回顧因罪而墮落至無法估量的深渊時,也不可懷疑那被殺死在我们里面的美德復活的可能性。　對神嚟講,兩者都可能──祂既可以下降,以知識光照我哋嘅心靈;又可以喺我哋裏面重新恢復美德,並藉住公義嘅作為,使我哋同祂一齊得榮耀。　使徒說:*「你心裏不可說:『誰要升到天上去?』──就是說,要把基督帶下;或『誰要下到陰間?』──就是說,要把基督從死裏帶上來。」*(羅馬書　10:6–7)

**46.** 好似動物咁,淨係為咗感官享受而活嘅人,濫用神嘅創造嚟滿足佢哋嘅慾望。　佢哋唔理嗰句明白嘅智慧之言──本該透過神嘅創造去認識同榮耀神,明白我哋由邊嚟、係乜嘢、被造嚟做乜,同埋要喺呢個有形世界度向住乜嘢努力──佢哋一生都喺黑暗中流浪,雙手只攞住對神嘅無知。

**47.** 只顧聖經字面,並因律法被拘於外在儀式者,將靈魂的尊嚴與蠢畜的犧牲畫上等號,以為可藉此討神喜悅。 佢哋好關心身體同埋外在嘅潔淨,卻對受慾望創傷玷污咗嘅靈魂之美毫不在意;其實,正正為咗靈魂,先有萬有嘅創造,同埋成套律法同神話語嘅啟示。

**48.** 主*「為以色列人中多人的跌倒和興起」*(路加福音2:34),如果將兩方面都作正面解讀,就意味著:為每位信徒陷入情慾和惡念的跌倒,以及為美德和一切愛神之念的興起。

**49.** *「他們因為怕猶太人,就正坐喺一間關住門嘅樓房入面」*(約翰福音20:19)──即係話,因為怕惡意嘅靈;佢哋喺啟示嘅領域堅定咗自己,喺神聖嘅默想高峰,就用好似門咁,關埋自己嘅感官, ── 他們不接待那悄悄來臨的上帝之道;祂以非感官現象的方式向他們顯現,賜給你以平靜脫離情欲,並藉着氣息──與聖靈的交通──賜給你權柄制伏污穢的靈,並揭示祂聖禮的象徵。

**50.** *「迦勒底人之地」*係指一個充滿慾望嘅人生,喺度設立並崇拜罪惡嘅偶像。*「美索不達米亞」*係一種生活方式,由一個極端飄到另一個極端。*「應許之地」*就係一個(靈性)狀態,充滿各種(屬靈)嘅祝福。 任何人若像古代以色列一樣,不珍惜這種福樂狀態,就會重返情慾的奴役,並被剝奪所賜予的自由。

**51.** 當留意,冇一個聖徒係自願去巴比倫;因為愛神嘅人揀惡過善,既唔恰當又唔明智。 但如果當中有人並非自願,而係同其他人一齊被帶去──呢度講嘅係嗰啲唔係出於本意,而係因為特殊情況──為咗拯救需要指引嘅人──佢哋放低咗高深嘅知識講論,轉而研習關於情慾嘅教導: 正因呢種情況,使徒先賢認為更需要留喺肉身──即係繼續向門徒講授道德教義──雖然佢極度渴望放棄道德教導,透過至高純粹嘅靈性默想同基督同在(腓立比書1:29)。

**52.** 正如蒙福嘅大衛吹豎琴,安撫被惡靈折磨嘅掃羅(撒上16:23)一樣,每一句屬靈嘅言語,都因充滿咗沉思嘅洞見而甘甜,都能撫慰被癲癇折磨嘅心靈,將佢從壓迫佢嘅惡劣良知中解救出嚟。

**53.** *「面色光潔、眼神慈愛」*的人,好似大衛一樣(撒上16:12),佢因過住遵行神旨意嘅生命,而擁有同樣光輝嘅智慧之言。 喺呢啲人身上,善行同默想結合埋一齊;前者以各種美德嘅形式發光,後者則以神聖嘅思想發光。

**54.** 祈求得着日用飲食的人,所領受的,並非食物本身的全貌,而是因着領受者所能承受的程度。凡求告祂的,祂都賜自己作生命之糧(約翰福音6:35),作一位愛世人的 ;卻不是按同等分量賜給所有人,而多賜給行了大公義之事的人,少賜給缺乏此等行為的人:乃按各人心的容量(或態度)去接受祂。

**55.** 對於積極生活的人,主透過美德與他同在;而對於不重視美德的人,主則不在。同樣地,對於沉思者,主透過對萬物的真知識與他同在;凡在这一点上稍有欠缺的人,主都遠離他。

**56.** 教人敬虔之初,事多似只關乎身體;且在親近神聖的初期階段,講得多半是字面意思,而非按靈意。 然後,逐漸親近聖靈,並以屬靈的默想淨化我們言語中屬肉體的成分,我們就得以在基督裡純全地安息,就人類而言,達到盡可能的程度;因此,正如使徒所言:*「我們雖然從前也知道基督是屬肉體的,但現在我們不再照樣知道祂了。」*(林後5:16) 呢個係因為心靈以純粹(或純淨)嘅方式直接接近道,冇任何遮掩,因為我哋已經由對道嘅肉身層面嘅理解,進展到*「看見祂嘅榮耀,就係父獨生子嘅榮耀」*(約翰福音1:14)。

**57.** 凡是開始活在基督裏生命的人,已經超越了律法義和本性義:正如神聖的使徒所闡明,他說:*「在基督耶穌裏,割禮和未受割禮都算不得什麼。」* (加拉太書 6:15)──總括而言,用*「割禮」*一詞指律法之下的義,而用*「不割禮」*一詞則指照自然之律相似的義。

**58.** 上帝之道就係道路(約翰福音14: 6) 對於嗰啲過緊積極生活、忠心堅定咁行緊德行道路嘅人,佢哋唔會因為虛榮而向右偏,亦唔會因為情感衝動而向左偏──並且按上帝嘅旨意指引佢哋嘅腳步;但猶大王阿撒就冇做到底。 (列王紀上15:23),就如經上所記,他年老時雙腿患病,變得軟弱,無法繼續行神所命定的生命之道。

**59.** *「我係門。」*主話。(約翰福音10:9)因為佢引領嗰啲已經成功行完成條德行路、喺佢哋積極人生中保持無可指責嘅人,進入知識嘅領域,並且好似光一樣,向佢哋顯明智慧最燦爛嘅寶藏。 祂其實只有一個:道路、門、鑰匙、同國度──道路,係做指引;鑰匙,係為配得者打開通往神聖寶藏嘅入口;門,係帶領人入去;國度,係要繼承嘅,亦係透過共融存在喺所有人入面。

**60.** 主被稱為*「光、生命、復活、真理:光」*。祂既照亮靈魂,又驅散無知的黑暗,啟發心思意念去明白超越理解範疇的事物,並向純潔者顯明只有他們才能進入的奧秘; *「生命」*,作為賜予已愛上祂

的靈魂以神聖領域中應有之活動;*「復活」*,作為那喚起心靈脫離對物質的死般執着,並淨化其一切腐敗與死寂者; *「真理」*,賦予有德者對善行堅定不移的志向。

**61.** 不是單憑言語恭敬尊崇上帝的人,而是那為上帝和誡命的緣故,忍耐苦難與勞碌的人,才在自己裡面榮耀上帝。這樣的人,反過來,也因那在上帝裡面本有的榮耀,作為對美德的獎賞,被上帝所榮耀,並在團契中承受無情欲的恩典。 凡係喺佢哋積極生活入面,為咗美德忍受苦難而喺自己裏面榮耀上帝嘅人,就會喺沉思嘅狀態下,透過神聖光束嘅無情照耀,喺上帝裏面被榮耀。主講到祂自願嘅受難時,就話:*「人子而家得榮耀,上帝亦因佢得榮耀。」 「若神在他裏面得榮耀,神也要在他裏面使他得榮耀,並且要即時使他得榮耀。」*(約翰福音13:31–32)由此可見,為美德而受苦之後,必有神聖恩典的賜予。

**62.**只要靈魂不斷由力量邁向力量,由榮耀邁向榮耀──即由一德行進到更高尚的德行,並由一級知識攀升到更崇高的境界──它就永遠不會停止成為寄居者,正如經上所說: *「我心靈走得好遠」*(詩篇119:6)。因為路途好遙遠,必須經過好多層次嘅知識,先至可以*「你進入奇妙嘅居所,甚至係上帝嘅殿,喺歡呼讚美嘅聲音、節日人群嘅喧嘩中」* (詩篇 41:5)—總是在聲音中添上一聲,在屬靈的聲音中添上一聲屬靈的聲音,隨着人在屬靈默想中前行,就以清楚所見之物為喜樂──並以喜樂和合適的感恩回應。凡領受*「那在他們心裏呼喊說:『阿爸,父啊!』聖靈恩典的人*,都遵守這慶祝。(加拉太書4:6)

**63.** *「奇妙的居所」*係一種對美德保持冷靜同堅定唔搖嘅態度,藉住呢種態度,道成肉身嘅神嚟到之後,就用各種美德嘅美好嚟裝扮靈魂,好似一個帳幕。 「上帝之家」係由好多同唔同嘅默想組成嘅知識,透過呢啲默想,上帝嚟到靈魂度,就用大量智慧充滿佢。*「喜樂之聲」*就係靈魂見到眾多美德時嘅歡欣鼓舞。 懺悔就係對智慧所帶嚟嘅光榮滿足或圓滿嘅感恩。*而「聲音」*就係由喜悅同懺悔交融所產生嘅無止境、神秘嘅頌歌。

**64.** 當他勇敢地克服了肉體的慾望,並在對污穢之靈的戰鬥中取得足夠的勝利,將它們的思想逐出他靈魂的領域, 就让他祈求,蒙賜清洁的心,和复兴正直的灵在他里面;即蒙神恩典,得以全然洗净诸般不善的意念,而充滿神聖的意念。

**65.** 那使自己心靈純潔的人,不但能洞悉次於神、居於神之後的一切事物之意義與重要性,而且超越了它們全部,好似親見神 Himself;於此,所有善德達到了最終的極限。 當神光顧這樣的心時,祂就以聖靈為媒介,視之為配得,將祂的話語刻寫其上,就如刻寫在摩西的石版上,而這一切,都是因為這心藉著善行與默想自我修養,正符合那神秘的誡命:*「你要生養眾多。」*(創世記 35:11)

**66.** 聖徒所領受的基督的心思──如經上所說:*「我們有基督的心思」*(林前2:16), — 並唔係剝奪咗我哋本身嘅智力先嚟,亦唔係以實質同個人嘅意義入咗我哋嘅心(取代佢);反而,佢憑住自己嘅本性照亮我哋心靈嘅力量,並吸引我哋心靈嘅活動同佢結合。依我睇,凡係以佢嘅聖靈默觀萬有,並因萬有而被引領去思念佢嘅人,就擁有咗基督嘅心靈。

**67.** 照使徒嘅說話,我哋被稱為基督嘅身體:*「你哋係基督嘅身體,並且各自成為身體嘅肢體」*。(林前12:27)──並非因為當我哋成為佢嘅身體時,就會被剝奪自己嘅身體,亦並非因為佢親自進入我哋或分佈喺我哋各部位;而係因為,好似基督嘅肉身一樣,我哋自己嘅肉身亦得著咗脫離罪惡嘅腐敗。 因為基督作為人,按本性在肉身和靈魂兩方面都無罪;同樣,我哋信靠祂,並藉聖靈穿戴祂,就可以憑自己嘅自由意志,喺祂裏面無罪。

**68.** 只要有人仍然活喺今生,無論佢哋依家嘅狀態幾咁完美,喺行動同默想上,佢哋對知識、先知同聖靈嘅印記,都只係部分擁有,而唔係完全擁有──因為佢哋仲要達到嗰個完美嘅狀態,先至可以面對面咁向配得嘅人啟示真理本身: 使佢唔只係擁有嗰部分嘅豐盛,而係透過交通承載豐盛本身。因為使徒話,到時所有(即得救嘅人)*「都要達到基督豐盛身量嘅程度」*(弗4:13); *「在他裏面藏着一切智慧和知識的寶藏」*(西2:3);等到*「那時那幾樣都要廢去」*(林前13:10)的啟示。

**69.** 有人問:得成全者喺神國入面會有乜狀態?會唔會有進步同升進(向更大嘅善邁進),定只會有一個單一唔變嘅狀態? 咁樣,身體同靈魂會點樣?我哋應該點樣去諗呢?考慮過呢點之後,有人可能會話,就好似喺物質生命入面,食物有雙重用途──有時係用嚟滋養成長,有時係用嚟維持被滋養者──即係, ──直到我哋達到身體生長嘅完全程度之前,我哋為生長而養身;但當身體停止增長時,就唔係為生長而養,而係為維持現狀而養。同樣地,就靈魂而言,養分亦有雙重意義。 當佢喺進步嘅過程中,就由美德同沉思去滋養,直到佢超越咗一切存在,達到基督圓滿嘅程度: 但當佢達到呢個境界,佢就唔再用規定嘅方法去進步或增長自己,而係直接以一種超越理解嘅方式,由不朽嘅食物滋養──而

且,可能就正因如此,以最高形式嘅成長── 而家佢只係為咗保持賜畀佢嘅神性完美,同埋去體驗嗰種食物所帶嚟嘅無可衡量嘅喜悅,透過呢種同樣嘅方式不斷接受一直支撐住佢嘅安寧, 佢因參與神聖恩典而成為神,同時停止咗所有心靈同感官嘅活動,亦令同佢結合到可及嘅神化程度嘅身體自然運作停止;咁樣,透過靈魂同身體,唯一嘅神就照耀出嚟,以豐盛嘅榮耀克服咗佢哋嘅自然特性。

**70.** 有些愛神嘅人,想探究永恆住處同應許嘅產業之間嘅分別──究竟係由地點決定,定係由每個人靈性完美嘅數量同質素決定。有啲人支持前者,有啲人支持後者。 凡明白*「上帝的國就在你裏面」*(路加福音17:21)及*「在我父家裏有許多住處」*(約翰福音14:2)的人,都會支持後一種觀點。

**71.** 天父嘅國度,憑住祂嘅全能,存在喺所有信徒入面;但係憑住恩典,佢只存在喺嗰啲已經完全放棄咗一切自然生命──無論靈魂定身體──傾向,並已得著咗屬靈生命嘅人入面;好叫佢哋可以講:*「而家活嘅不再是我,乃係基督活喺我入面。」*(加拉太書 2:20)

**72.** 凡因美德的操練,能*「將那屬於地上的肢體治死」*(西3:5),並藉着遵守道所命的命令,勝過他裏面那屬世的,他必不再有任何憂愁,因為他已經離棄世界,開始與那勝過情慾世界、賜下一切平安的基督同住。 因為凡未曾放棄對物質事物執着者,必定會經歷憂愁,其情感隨着本性中易變之物所帶嚟的變化而波動;但凡已開始安居於基督之中者,無論物質事物如何變化,都再也不會以任何形式察覺到它們有任何改變。 所以主話:*「我同你哋講咗呢啲嘢,就為咗喺我入面令你哋得平安。你哋喺世上會受苦,但要放膽,我已經勝過世界。」*(約翰福音16:33) 即係話,喺我──道──入面,你哋會得享平安,脫離世上事物嘅變遷同混亂;但喺世界──即係你哋對物質嘅執着入面──你哋會經歷憂愁,因為佢不停由一種狀態變到另一種狀態。 兩者都會經歷憂愁:行善者因為行善而要付出勞苦;愛世界者因為在物質上會遇到損失和匱乏。但對前者而言,憂愁是救贖的,而對後者而言,則帶來毀滅和破壞。 對兩者而言,主都是和平的源頭:對前者而言,因為在行善的勞苦之後,祂賜給他一種無欲的靜觀之境;對後者而言,則因為透過懺悔,祂從他身上除去對短暫事物習以為常的執著。

**73.** 我哋唔單止要克制身體嘅情慾,仲要消滅靈魂入面激情嘅思想,效法嗰位聖者所講:*「早晨我要剪除世上一切罪人,從主城中除滅一切行不義者。」*(詩篇100:8) 即係話,身體嘅慾望同靈魂嘅非法念頭。

**74.** 凡以虔誠和公義的洞察力,守住美德之道,不偏向相反的一邊,使之無可指責的人,就會明白神為了他追求無情欲而臨到他身上的一切作為。正如同一位聖先知所保證的,他說:*「我要歌唱,我要明白,當他們到我跟前時,我要行義路。」* (詩篇100:2)。

**75.** 被引領行敬虔之道的人,不可只憑着行誡命的渴望,而要藉着記住神聖公義審判的嚴厲,時常被激勵去行善;使他既能因愛慕神而行善,亦能因敬畏而遠惡。 所以經上說:*「我要歌唱祢的慈愛和祢的判斷,主啊!」*(詩篇100:1),證明就如人因愛而甜美地與神禱告交談,同樣因敬畏而有力地向祂獻上詩歌。

**76.** 只有一位超永恆、超實體的良善存在──三位一體的父、子、聖神──祂們合而為一,構成三位無限者中的無限;至於祂的本質──祂是怎样的、祂是什么、祂以何種方式存在──一切受造的心智都無法理解。 祂逃脫一切理性者的理解,並非因為祂本身有任何隱藏,而祂的知識遠遠超越一切知識。

**77.** 獨一嘅神──聖父,獨一聖子嘅父,獨一聖靈嘅源頭;係一個不可分割嘅合一,亦係一個不可分割嘅三一;祂係無始嘅心智,獨一者嘅唯一父,本質上無始嘅道,以及永恆生命──即係聖靈──嘅源頭。

**78.** 神為獨一真神,無始同永恆,無部分亦不可分割;祂既為獨一,亦為三位一體。

**79.** 基督上帝降生,以承領具理性靈魂的肉身而成 人──祂賦予一切從本源所生者以存在,而祂的童貞母以超自然的方式生養祂,卻未失任何處女的徵象。 正如祂成為人時,既未改變祂的本性,亦未削弱祂的能力;同樣地,祂使祂的母親──那生下祂者──保持處女,並將一個奇蹟藏於另一個奇蹟之中,同時又互相隱藏。 神自己,憑藉祂本身同祂嘅本性── ──永遠都神秘咁隱藏住;即使祂有時會從原本嘅隱藏中顯現自己,但就係喺呢個顯現嘅過程中,反而令到祂更加隱藏。 因此(在祂以人降生的同時),祂使童貞女成為分娩的母親,而分娩的行為本身卻締造了貞潔的不可分割的紐帶。

**80.** 讓我們懷著信德默想天主降生成人的奧蹟,並無條件地讚頌祂──祂樂意為我們如此行。因為,憑藉自己理性的力量,又有誰能解釋話語如何在聖母腹中受孕?如何以無種子的方式為祂形成肉身?如何以無腐朽的方式誕生? 點解呢位母親喺生咗孩子之後仍然保持童貞?點解祂──超越一切完美者

──會隨着年齡增長(路加福音2:52)?點解祂──純潔者──會接受洗禮?點解祂──餓咗──會飽足飢餓者? 祂自己既疲倦,又如何賜給人力量?祂自己既受苦,又如何醫治人?祂自己既將死,又如何賜人生命?而且──將最後的放在第一──神如何成為人,而──更有奧妙的是──道如何在祂的位格上本質上以肉身присутствует,而祂的本質卻仍與父神在位格上合一? 祂點樣同時按本性係神,又按本性係人,卻又冇放棄任何一個本性──既唔係放棄祂以神性为本性嘅神性,亦唔係放棄祂以人性为本性嘅人性? ──所有呢啲奧秘都包含喺一個信仰入面,呢個信仰承認嗰啲實在存在、超越言詞同理解嘅事(希伯來書11:1)。

**81.** 亞當違背誡命之後,就知道我哋本性嘅出生源於肉體慾望。主將呢樣嘢逐出大自然,認為自己唔適合由種子受孕。女人違背誡命之後,就顯示出我哋本性嘅出生以陣痛開始。 主既然將呢啲嘢從人性中除去,喺佢出世嗰陣,都冇畀佢嘅母親經歷衰敗;好叫佢可以從人性中除去自願嘅快樂同因為佢而嚟嘅不由自主嘅痛苦,成為嗰啲佢唔係創造者嘅毀滅者──同時好教導人,另一種生命必須以奧妙嘅方式喺靈裡開始,一種生命,或者可以開始, 以痛苦同疾病開始,但最終以神聖嘅喜悅同無盡嘅歡樂作結。 為此,祂成為人、以人而降生──祂本是造人者──好拯救人;祂以激情醫治激情,將顯現為我們激情的劊子手,以祂肉身所受的匱乏,藉著愛更新我們屬靈的性情。

**82.** 德行喺痛苦嘅試煉中勞苦,對佢嚟講係有益嘅;因為喺呢種情況下,佢會畀喺一切事上都能保持平靜嘅人,作為獎賞,帶來心靈嘅無情,令心靈喺愛中同神結合,喺性情上同肉體同世界脫離。身體嘅疲憊就係心靈嘅強化。

**83.** 我哋畀感官慾望嘅誘惑所捲走,寧願揀死都唔要真正嘅生命。所以,我哋要懷住感恩嘅心,忍受嗰種能消滅呢種慾望嘅身體勞苦,好等當死亡連同因慾望而來嘅死亡一齊摧毀嗰陣,我哋可以接返返嚟嘅生命──呢條生命以前為咗慾望賣咗,而家只用咗幾次肉體嘅勞作就贖返嚟。

**84.** 如果身體健壯飽足時,罪惡之力通常會增強;那麼當身體缺乏時,美德之力就應該茁壯成長。所以,我哋要勇敢地承擔肉體嘅疲勞──呢個淨化靈魂污穢、引向我哋未來榮耀嘅源頭。 *「因為我哋認為,而家暫時輕微嘅苦楚,要比將來要顯現出嚟嘅榮耀更重更大。」* (羅馬書 8:18)

**85.** 就如醫治身體嘅醫生唔會對每個人都開同一味藥;同樣,上帝喺醫治靈魂嘅軟弱時,都唔只係得一種適合所有人嘅方法;祂係因應每個靈魂所需,提供合適嘅幫助,先至能帶來醫治。 所以我哋正喺痊癒嘅過程中,就要向祂獻上感謝,就算要經歷痛苦都無所謂,因為結局係蒙福嘅。

**86.** 冇嘢比疲憊肉體嘅反叛更能清楚顯示靈魂嘅本性:因為如果佢向呢啲反叛屈服,就證明佢愛肉體勝過愛上帝;但如果佢喺呢啲試探面前堅定不移,就顯示佢敬重美德勝過肉體; 藉此,靈魂就會接待神作祂的內住者──祂為着靈魂的緣故,喜悅在我們的本性裡受苦;正如祂曾對祂的門徒所說,大聲喊着: *「你們放心!我在世上受過苦,但已經得勝了。」* (約翰福音16:33)。

**87.** 如果所有聖人都曾分擔懲戒,那麼我哋亦都應該同佢哋一齊,喺受懲戒嘅時候感恩,好等我哋有資格分享佢哋嘅榮耀。 *「主所愛嘅人,佢必管教;凡佢接納嘅人,都要責打。」* (箴言 3:12;希伯來書12:6)

**88.** 亞當接受咗嗰條肋骨(由佢肋骨取出嚟嘅妻子),因為佢帶畀佢甜蜜,結果將人類逐出樂園。但主甘願被槍刺入祂的肋旁,祂就接納了強盜進入樂園。所以,我 們要愛那肉體痛苦的克制,恨惡它的悅樂;因為前者引領我們進入樂園,使我們成為其福分的參與者;而後者則驅逐我們出離樂園,剝奪我們的福分。

**89.** 如果神成為人,在肉身中受苦;那在受苦時,有神作我們受苦的夥伴,還有誰不會喜樂呢?因為與祂同受苦是通往天國的路。那句話是真確的: *「我們若與祂同受苦,也必與祂同得榮耀。」* (羅馬書 8:17)

**90.** 如果因為我哋祖先將對享樂嘅慾望融入我哋本性,使受苦變得絕對必要,咁就等我哋以英勇嘅態度承擔呢啲短暫嘅苦楚,因為佢可以麻痺我哋內心嗰份慾望嘅刺痛,並拯救我哋免受因慾望而來嘅永恆折磨。

**91.** 一切美好事物嘅終點都係愛,因為佢引領、帶領同吸引所有行喺其中嘅人,向住至高無上嘅善、一切美好嘅源頭──神──邁進,佢永遠忠誠、從不失誤、亦永遠不變。 信心係希望同愛嘅根基,因為佢堅定咗真理。希望就好似一座堅固嘅堡壘──有愛同信喺兩旁──佢既顯示咗所信者嘅信實,又顯明咗所愛者嘅可貴,並教導人透過自己去達到呢種境界。 愛就係呢啲嘅圓滿,包羅所有最終可欲嘅事

物,並賦予當中以和平;佢唔係信而有之、望而有之,而係令呢啲成為眼前嘅現實,並以本然嘅方式去享受佢哋。

**92.** 有三種惡,最偉大、最有害,簡單嚟講,就係一切惡嘅鼻祖:無知、自愛同仇恨,佢哋本質上互相連繫,互相強化。因為對上帝嘅無知會產生自愛,而自愛又會產生對 fellow human beings 嘅仇恨。 冇人會否認,邪惡者喺我哋心入面製造同煽動佢哋,教我哋濫用我哋嘅能力──理性、慾望同精力。

**93.** 我哋應該透過追求對祂嘅知識──透過渴望,並已淨化咗對自我之愛嘅激情──去提升我哋嘅心靈,向神靠近,而唔係留喺無知之中, 以所有願望專注於神──並以精力,在擺脫仇恨後,努力達到獨一無二的真神,並在我們心中締造那神聖且蒙福的愛,使我們與神合一,並使我們得以認出神所愛者即為神 Himself──此愛源於對神的認識與對神的渴望,亦正為它們而存在。

**94.** 當我哋拋棄自愛──正如我講過,佢係一切惡嘅起頭同源頭──咁,隨住佢一齊,由佢衍生出嚟嘅一切都會一併拋棄;因為佢一消失,任何形式或者痕跡嘅惡都唔可能留喺我哋心入面。

**95.** 我哋應該尊重同愛自己,亦都彼此相愛,正如基督自己先以身作則,肯為我哋受苦。

**96.** 對上帝完美之愛的彰顯與證明,乃對鄰舍懷有真誠而仁慈的态度。因為「若有人說:*『我愛神』,卻恨他的弟兄,他就是說謊;人不愛所看見的弟兄,就不能愛沒有看見的神。*」──約翰福音(約翰一書4:20)

**97.** 看哪,就係嗰道門,使人得以進入至聖所,並被認為配得見聖而皇三一神那難以言喻嘅美。

**98.** 只要我哋甘願屈服於邪惡嘅情慾,就永遠唔可能同神有交通,亦唔配得見聖而皇嘅三位一體所帶嚟嘅難以言喻之美,除非我哋先向呢個邪惡者發動堅決嘅戰爭。 只要我哋甘願將自己奴役於邪惡嘅情慾之下,我哋就仍然係神嘅仇敵同對立者,即使我哋自稱係信徒。 當我哋嘅靈魂喺性情上已經敗壞,反抗祂嘅造物主,唔肯服從祂嘅君王權柄,嗰陣我哋就唔會從世界攞到任何好處;與此同時,佢又賣身畀無數邪惡嘅主人,嗰啲主人將佢拖入罪惡,並花言巧語咁教佢揀選擇滅亡嘅道路,而唔係通往得救嘅道路。

**99.** 神造我哋,目的係要我哋成為神聖本性嘅參與者(彼得後書1:4),同祂永恆本體嘅分享者,並透過充滿恩典嘅神化過程,成為同祂一樣嘅人(約翰一書3:2)。為咗呢個緣故,凡存在嘅事物都被安排同維持,而未存在嘅事物則被帶入並被產生。

**100.** 如果我哋想被稱呼為神嘅親民,就要承擔唔好似猶大咁,將言語出賣畀自己嘅情慾;亦唔好似彼得咁,否認佢。 然而,否認道,就係因為驚而唔肯行善;背叛就係明知故犯,係行為上嘅故意犯罪,同埋自願向罪傾斜。

**101.** 人嘅自愛同肉慾推理,令到人與人互相對立,又曲解律法,將本為一体嘅本性分裂成好多部分;並且透過而家盛行嘅剛硬心腸,使本性本身互相對立(即係人與人互相為敵)。所以,凡是有人憑着健全的判斷和崇高的智慧,成功地摧毀了這種本性的習性,他先是對自己施以憐憫,然後對他人施以憐憫,因為他已按本性要求校正了自己的心;並且,透過這種品格,自然而然地親近神,並在自己身上彰顯了什麼是按祂的形像被造。 —同埋神點樣壯麗地,喺起初創造咗我哋嘅本性,按祂自己嘅形像,清楚咁反映祂嘅良善;又點樣喺各方面塑造呢個本性,令佢同自己一樣,唔帶暴力,和平,唔混亂,緊緊咁喺愛中同神同自己連繫, —使我哋能夠藉此以渴慕嘅心懷抱上帝(*即作為一個被渴慕嘅善*),並以憐憫嘅心懷抱彼此(作為同屬同一本性嘅存在)。

**102.** 愛世人嘅神成為人,目的係要吸引人性(即係所有人)歸向祂,並阻止佢哋陷入邪惡; 因為呢種對他人態度嘅多變易變,令到佢自相矛盾,無拘無束咁反抗自己。

**103.** 讓我們盡最大努力,放棄今生的一切享樂,以及對憂患的恐懼;同時,務必要從心靈中驅除每一絲激情衝動,以及每一種魔鬼的詭計。因為我們正是為了享樂,才鍾情於我們的激情;又因為憂患,才遠離美德。

**104.** 罪惡嘅誘惑同甜美,通常一旦付諸行動,就即刻消失; 正因如此,一個人透過親身經驗發現,每種罪惡的快感總是一定會被悲傷的不悅所跟隨,於是對快樂產生了極度的渴望,對不悅和悲傷則抱有極度的厭惡──全力追求前者,同時以各種方式避免後者,深信──雖然,順帶一提, 卻完全唔可能──以呢種方式將佢哋互相分離,單靠快樂滿足佢邪惡嘅自我,完全唔容許悲傷存在,就好似被激情蒙蔽時通常會忘記咁,罪惡嘅快感永遠都離唔開唔滿足嘅苦澀。 因為悲傷嘅苦澀,自然同罪惡嘅甜美交織埋一齊;雖然享受嗰啲甜美嘅人會忘記呢點,因為激情嘅甜美完全壓倒咗佢哋。人一旦擁有咗某樣嘢,就會完全投

入其中,令到對未來嘅感知完全被遮蔽。 就咁,因為自愛追求享樂,又為咗避免任何苦楚而千方百計,我哋喺自己心入面滋生咗無數敗壞嘅情慾。

**105.** 冇人會經歷到咁嘅喜悅同苦楚,好似當佢哋擺脫晒所有肉慾,然後同神──真正最可人鍾意、最珍貴、最高尚嘅善──結合,或者更準確嚟講,係用佢哋嘅心靈緊貼住祂。

**106.** 正如人若未將靈魂徹底淨化,就無法純粹事奉上帝;同樣,若放縱肉體,亦不能事奉祂。 人因沉溺於對肉體的腐敗侍奉──而人天生即為慾望之奴──於其能力與行為中,不斷嘗到甘甜與苦澀;他永遠嚐食那不順服之樹的果實,於其中,善與惡的知識同時溶解,而此種體驗,正由感官所實際感知。

**107.** 理性唔主宰嘅地方,通常就係感官嘅力量佔上風,而罪惡嘅力量就同佢緊密糾纏;透過快感,佢吸引靈魂向住與佢天性相近嘅肉體慾望: 結果,佢就好似天經地義咁,熱衷而貪圖肉體嘅享受,將人帶離佢真正嘅自然生命,並令佢傾向成為冇獨立存在嘅邪惡嘅自我建築者。

**108.** 對於理性靈魂而言,邪惡即是對其天賦恩典的忽視,源於對肉體與塵世的激情執着;而心靈一旦成為其引路人,便會根據對靈性秩序的認知,摧毀邪惡,並正確解讀塵世與肉體的起源與本質, 並將靈魂驅入屬於自己嘅屬靈領域,喺嗰度罪惡嘅律法完全唔會干預,亦冇任何感官嘅感覺可以做橋樑將佢傳遞到心靈(或入理性嘅屬靈領域); 因為呢種感官同靈魂之間原本嘅關係已經被破壞,所有感官嘅景象都已拋諸腦後,所以心靈超越咗佢哋,就再唔會感知到佢哋,喺性情同本性上都同佢哋變得格格不入。

**109.** 就如理智透過控制情慾,令感官成為美德的工具;同樣地,當情慾掌握理智時,就會將感官引向罪惡。 人要冷靜咁去睇同討論,靈魂點樣先可以保持一個得體同有德行嘅行動方向,用返之前犯咗罪嗰啲手段,去產生同建立美德。

**110.** 聖福音提出要棄絕屬肉體嘅生命,並接納屬靈嘅生命。 我講嘅係嗰啲按肉體──即係喺呢個世界嘅肉身生命──永遠死去,卻只憑聖靈為神而活嘅人。正如神聖使徒所言:佢哋唔再活自己嘅生命,基督卻喺佢哋裏面活(加拉太書2:20)。同樣地,凡喺呢個世界忍受大悲、大苦同壓迫,並以喜樂心態忍受迫害同各種試煉嘅人,都視為對肉身已死。

**111.** 每一種情欲都係由某個感官對象同一種感覺結合,並且伴隨住自然活動能力──即感官、慾望或者理性──偏離佢哋本身自然運作方式而產生。 如果而家心識,洞悉咗呢三者──即感官對象、感覺,同埋當中涉及嘅自然主動力──結合嘅目的,並能透過理性,將佢哋各自還原到佢哋應有嘅自然秩序,並且逐一喺各自本身內審視, 即係話,可感對象同感官冇任何關係,感官同可感對象冇任何連繫,而參與其中嘅主動能力──例如慾望或者其他──對可感對象或感官都冇任何激情,亦唔容許呢種激情去主導佢嘅思辨──如果,我講,心靈成功做到呢點; 咁佢就會將佢磨成粉,然後散播開去,就好似古代以色列人曾經造嗰隻牛犢咁(出32:20), 呢種激情嘅組合,無論佢以咩形式出現,都要將佢拋落知識嘅水面上,徹底摧毀連最細微嘅激情念頭,同時將產生佢嘅事物還原到佢哋自然應有嘅秩序。

**112.** 一個因肉慾而屢次跌入罪中嘅人生,就好似*一件被玷污嘅衣裳*(猶大書23節)。 因為人憑住佢嘅生活方式,就好似一件外衣咁,通常會顯露佢究竟係義人定不義人:有人有件乾淨嘅外衣,即係有德行嘅生命;而另一個人嘅生命就完全被惡行染污。 —或者更準確嚟講,*「被肉體玷污嘅外衣」*係指一種內在嘅性情同心態,佢喺良心面前畀靈魂定性,係因為人不斷回憶起由肉體發出嘅惡念同行為──並且見到呢啲外衣時刻都罩喺自己身上, 靈魂為情慾之惡臭所擊。正如由聖靈透過美德間理性的結合,於靈魂中形成不朽之衣──靈魂穿上此衣,便顯現出美好與光榮: 同樣地,由肉身透過各種情慾互相交織、彼此相連,就會為靈魂製造出一件污穢不堪、玷污了的衣裳──這件衣裳暴露了靈魂的本來面目,並在神聖之像和相似之上,強加了另一種形象和相似。

**113.** 人性神化嘅希望,其堅實可靠嘅根基,就係神嘅道成肉身;神自己成為人到咩程度,人就因此成為神到咩程度。 因為好明顯,祂既成為無罪嘅人,就可以喺唔改變人性為神性嘅情況下,將人性神化,只要祂將人性提升到同祂自己一樣嘅程度,就好似祂為咗人而自卑咁。 ──以奧秘方式教導此事,偉大使徒說:*「好叫將來世世代代,將神豐盛的恩典,向我們顯明」*(以弗所書2:7)。

**114.** 靈魂因感官慾望的污穢蒙上如鏽斑,藉痛苦的勞苦得以淨化;當它透過經驗認清放縱的危害,對物質的每一絲傾向便從中徹底根除。因此,上帝按祂公義的審判,允許魔鬼以撕心裂肺的悲痛折磨人。

**115.** 快樂同悲傷,以及隨之而來嘅慾望同恐懼,並唔係 originally 同人類本性一齊受造;否則佢哋就會被算喺定義呢個本性嘅特徵入面; 但,根據大尼撒的格里高利之教導,它們係喺我哋本性嘅完美喪

失之後先引入,並接駁喺我哋本性最不理性嘅部分;而且,喺誡命被違犯之後,就透過佢哋,我哋同啞巴動物嘅相似性即刻顯露得清清楚楚,而唔係神嘅祝福之像。 因為,理智尊嚴一旦蒙蔽,人類本性就理應因那令其具備非理性特徵的同一事物而受到懲罰。因此,上帝如此神智地安排一切,好叫人因此得以體認理智的優越性。

**116.** 情慾喺嗰啲熱衷追求美好同得救生命嘅人手上,都係好嘅,當我哋智慧咁將佢哋同屬肉體嘅部分分開,然後用嚟達到天國;即係:當我哋將慾望轉化成靈魂對神聖祝福嘅強烈渴慕; 對享樂嘅愛──化成由心靈對神聖恩賜嘅欣喜若狂所帶來嘅生命之喜;恐懼──化成一種謹慎嘅憂慮,唯恐將來因我哋嘅過犯而受折磨;憂傷──化成針對現時罪惡嘅悔改; 總括而言,當我哋用呢啲情慾去摧毀或防止現存或預料到嘅惡,以及去獲得同保持美德同知識,就好似有智慧嘅醫生摧毀或防止毒素已經喺身體造成嘅傷害,或者喺有毒嘅針鼴身體入面即將顯現嘅傷害。

**117.** 舊約律法,透過積極嘅智慧,淨化我哋嘅本性,除掉一切污穢;而新約律法,則透過靜觀嘅指引,以心智將我哋嘅思維由肉體提升到與之相應嘅屬靈異象。

**118.** 聖經稱那些剛踏上旅程、仍徘徊於神聖美德殿堂前廳者為*「敬畏者」*(即受恐懼引導者);至於已經獲得相應技巧去理解同實踐美德嘅人,通常就叫做*「有進展者」*;而透過靈性洞察,已攀升到美德真知巔峰嘅人,就叫做*「完美者」*。 因此,凡轉離舊有情欲循環,並因敬畏而將其全心全意交託於神聖誡命的人,雖然尚未精通美德,亦未成為*「與成熟者同講」*之智慧的參與者,卻並不缺乏任何適合初學者的福份。 (林前2:6)。同樣地,正在進步的人,並不缺乏屬於他階段的任何福份,即使他尚未達到與完美者所特有的對神聖事物之至高無上知識一樣的境界。 至於已經奧妙地蒙賜觀想神學,並將心靈淨化於一切物質幻象之外嘅完美者,佢哋就係已經內化咗神聖之愛,並完美無缺咁承載住神聖美貌之形象嘅人。

**119.** 恐懼有兩種:一種是純潔的,另一種是污穢的。由罪惡引起、受折磨預期驅動的恐懼是污穢的;因為其原因在於人意識到自己所犯的罪,而且它不會永遠存在,因為在認罪中罪得赦免時,它就會消失。 但係嗰種唔論冇咗對罪行嘅焦慮恐懼,都一直住喺靈魂入面嘅敬畏,就係純淨嘅,永遠唔會離開;因為佢以某種方式同神本身息息相關,好似受造之物向祂繳交嘅一份敬意,彰顯出所有受造之物喺祂威嚴之前嘅自然敬畏,而呢種敬畏超越咗任何君王同權勢。

**120.** 聖靈一般嚟講喺所有人入面都存在,佢係擁抱所有人、供應所有人,並且激發所有人內心(善)嘅自然種子。但係喺活喺律法之下嘅人入面,佢特別係作為顯明違背誡命嘅過犯者,同照亮有關基督預言嘅應許者。 然而,喺所有喺基督裏嘅人身上,除咗以上所講之外,佢亦係賜人子籍嘅施予者,或者話係成就 adoption(收養)嘅者。作為智慧嘅賜予者,佢並唔係簡單或者無條件咁喺任何上述嘅人入面存在,而只喺嗰啲明白呢件事,並透過佢哋神似嘅生命,令自己配得佢神聖同住嘅人入面存在。 凡係唔行神旨意嘅人,就算佢哋有信心,都有一顆愚昧嘅心,成為惡念嘅溫床,同埋一個受罪惡支配嘅身體(即係話,佢哋有罪),因為佢哋嘅身體成日充滿住污穢同慾望。

**121.** 神──祂願意人人都得救,並且渴慕他們被神化──就如咒詛那棵不結果的無花果樹(馬太福音21:19)般,使他們的驕傲和虛榮枯萎,好叫他們寧願選擇真實的公義,勝於僅僅外表上看似公義, 並脫去偽善面紗,真誠地擁抱美德,正如神之道所願,並虔誠地度過餘生,務求在神面前保持良善的心態,勝於在人前作表面功夫。

**122.** 魔鬼是上帝的仇敵和報復者。 佢係仇敵,因為佢憎恨上帝,同時假扮對人類嘅愛──其實係有害嘅──煽動各種情慾,用我哋對嗰啲甜美嘅預期,誘惑我哋嘅意志偏好塵世嘅福份多過永恆嘅福份;藉此,佢掌握咗我哋整個靈魂嘅意向,完全令我哋背離對上帝嘅愛,並使我哋成為造我哋者嘅有意仇敵。 復仇者──當佢將所有仇恨傾注喺我哋身上,佢要求將我哋處決作為懲罰,因為我哋因罪惡而好似成為咗佢嘅臣民。魔鬼冇乜嘢比見到人 ──被處決──更令佢滿足。 當呢件事獲准時,佢就好似暴風雨咁,向神所許可俾佢掌管嘅人襲擊,一個接一個咁設計方法,喺佢哋身上施加非自願嘅痛苦(因為佢哋嘅自願慾望),唔係要成就神嘅命令,而係想滿足佢對我哋嘅熾熱仇恨; 好令靈魂喺悲痛同不幸嘅重壓下精疲力盡,放棄一切對神嘅幫助嘅希望;而嚴重嘅災難,本應帶嚟悔改,卻反而成為人對神存在本身失去信心嘅原因。

**123.** 冇咗上帝嘅許可,連魔鬼自己都冇辦法替撒旦效力。因為上帝知道,用合適嘅慈愛同良善,點樣透過祂嘅僕人──魔鬼──去懲罰我哋所犯嘅罪。 聖經喺約伯記嘅記載入面好清楚示範到呢點,經上寫住魔鬼冇得神嘅允許,就對約伯冇得任何作為。

**124.** 上帝本性良善,並希望從我們身上徹底根除邪惡的種子──即剝奪心靈對神聖之愛嘅慾望── 畀魔鬼帶嚟苦難同痛苦畀我哋:好令我哋嘅靈魂透過呢啲苦難,清除過去慾望嘅毒素,對而家嗰啲只係迎合感官嘅慾望產生憎恨同極度厭惡, ──因為佢哋以前嘅滿足只帶嚟痛苦嘅後果,冇其他好處:並且,藉住呢種方式,仇敵最折磨人同最仇恨人類嘅力量,反而可以成為自願得罪佢嘅人返正歸善嘅直接原因。

**125.** 那因踐踏神恩而受苦的人,若能認出醫治他的神聖安排的目的,就會懷著感恩和喜樂接受臨到他身上的不幸,並樂意改正他所被懲罰的罪過; 但凡仍然對此等醫治意圖毫無感觸者,就正當地被剝奪所賜予的恩典,並被交託於情慾的動盪之中,任憑他去行那他內心所偏向並嚮往的事。

**126.** 凡蒙神許可,因不由自主的誘惑所帶來的憂傷苦楚而得以改過自新,卻不存感恩之情,反而因自以為義的驕傲,不肯及時悔改; 咁樣嘅人,因為抵抗神公義嘅審判,又故意唔肯按神嘅命令屈服於巴比倫王嘅軛下,就會被擄,受鎖鍊同枷鎖之苦,經歷饑荒、死亡同刀劍,並且會被徹底趕出佢嘅土地。 凡此種種,甚至更多同樣的苦楚,都是由那個人所忍受的。他因自己的不情願──出於驕傲和對贖罪的虛假見解──被逐出本鄉,被逐出那憑美德和知識之靈所形成的美好本性與習慣。他按照神聖使徒所言,甘願選擇, *「在困苦、缺乏和窘迫中」* (林後12:10;6:4)。這位偉大的使徒知道,通過艱苦的肉體環境所帶來的外在羞辱,有能力在靈魂中保守神聖的財寶; 正因如此,他甘願忍受這些苦楚,既為自己,也為那些他要藉着自己向他們示範信心和美德的人;好叫他們即使因自己過失而受苦,像那被處以懺悔的人一樣, 哥林多人(林前5:5)就可以有個無辜受苦嘅榜樣擺喺面前,成為佢哋嘅安慰,亦都係佢哋可以效法嘅忍耐榜樣。

**127.** 神聖嘅使徒稱聖靈嘅各種作為為唔同嘅恩賜,都係由同一位聖靈賜下(林前12:4)。 呢種聖靈嘅彰顯,係按住每個人所擁有嘅信心,喺參與某種恩賜時所賜下嘅;即係話,每位信徒根據佢哋嘅信心同內住嘅屬靈品格,就會領受相應嘅聖靈作為,令佢哋有足夠嘅心志同力量去成就某條誡命。

**128.** 就如有人得着智慧的言语,有人得着知識的言语,有人得着信心,另有人得着使徒所列舉的別的恩賜(林前12:8–12):同樣,人因着聖靈,按着自己的信心,得着那脫離一切物質成分、完全而直接的愛神之恩賜; 另一個人,就係透過同一位聖靈,得着完美地愛鄰舍嘅恩賜;又另一個人,就係透過同一位聖靈,得着其他嘅恩賜,就如我所講;因為每一個人都有自己嘅恩賜喺佢裏面運作。因為使徒稱凡喺遵守誡命中活躍有力嘅任何品格,都係聖靈嘅恩賜。

**129.** 信心係一種力量,令一切事物保持喺好意嘅狀態,或者就係好意本身,賜畀信徒同佢所信嘅神之間一種超自然、直接同完美嘅合一。

**130.** 既然人由靈魂同肉身組成,受兩個律嘅支配──即係肉體嘅律同聖靈嘅律──當中肉體嘅律透過感官運作,而聖靈嘅律則透過心智或靈性運作; 肉體之律憑感官作用,通常將人綑綁於物質;而聖靈之律憑心靈或屬靈的作用,帶來與上帝的即時合一:因此,凡 *「不將此銘記於心」* 者 (路加福音11:23)──即係話,佢冇斷絕因信而成就嘅同神直接合一;呢個人因為無情欲,而且因信同神合一而真係變得神似, *佢「會對呢座山講:『你由呢度移到嗰度,』山就會移」* (太17:20) 藉着呢句話,就好似用手指指住咁,指出肉體嘅理性同律法真係又重又難搬;但就我哋嘅自然能力嚟講,佢哋就係完全唔動、堅不可摧。

**131.** 透過感官,無理性嘅自我保存本能,或者話動物性,已經喺人性中紮根得好深,以至好多人認為人只不過係肉體,只識得享受呢段現世生活。

**132.** 主話: *「你哋要先求神嘅國同佢嘅義」* (馬太福音6:33)──即係要先認識真理,然後積極追求品行嘅美德──清楚顯示信徒應該追求唯一嘅神聖知識,並以行為裝扮佢,成就美德。

**133.** 由於信徒要達到對神與品德的認識,必須追求許多事物──例如:擺脫情慾、抵禦誘惑、理解美德及其相應的行為、根除靈魂對肉體的偏向, 感官對情慾嘅偏向要與之隔絕,心靈要完全超脫於一切受造之物──總括嚟講,為咗遠離罪惡同無知,並獲得知識同美德,所需嘅事物多不勝數。主就話: *「你哋無論求咩,只要信,就必得着。」* (太21:22),藉此表示,一般而言,凡有助認識神同品德嘅一切──其實就只有呢樣嘢──虔誠嘅人,憑住理性同信心,就應該去追求同求問。因為呢啲都係拯救我哋嘅,而主都會成全向佢求嘅人。

**134.** *「從生命到生命的香氣」*(林後2:16)使徒就係咁──對信徒嚟講,佢既係榜樣,激勵佢哋積極追求美德嘅香氣;又係傳道者,引領順服恩言嘅人,從感官生命進入屬靈生命; *「引向死亡的死亡之臭」*,對那些由無知的死亡墮入不信之死的,他使他們感受到等待他們的審判。

**135.** 靈魂入面有三種能力:理性、精力充沛同情慾。透過理性,我哋追求認識乜嘢係善;透過情慾,我哋對已經認識到嘅善產生慾望;透過精力充沛,我哋為咗攞到佢而努力奮鬥。 凡以愛神為本,透過呢啲能力追求神聖美德同知識嘅人──第一者求知,第二者渴慕,第三者努力奮鬥──就會獲得永恆嘅滋養,同豐富心靈嘅神聖知識。

**136.** 創造人類本性的神,除咗按祂嘅旨意賜予佢存在之外,亦賦予佢適當嘅行動能力;我所講嘅呢種能力,就係指向實踐美德嘅衝動(inclination),佢本嚟就深植於我哋嘅本性之中,並會按擁有者嘅意願以有意識嘅方式表現出嚟。

**137.** 如果一個人只係憑感官同身體去分辨事物係可悅或唔可悅; 咁,佢就違犯咗神嘅誡命,食咗知善知惡樹嘅果,即係說,食咗感官嘅啞巴,或者無理性;佢只識得分辨嗰啲對保持身體完整有幫助嘅嘢,所以就將令人愉快嘅當成善,將令人不愉快嘅當成惡。 但如果佢完全依賴理性推理,清楚分辨出塵世同永恆,咁佢遵守咗神嘅誡命,就食到生命之樹──即係心入面形成嘅智慧, 能夠清楚分辨出對靈魂得救有幫助的事物,因此接受永恆祝福的榮耀為善,同時拒絕短暫祝福的虛無為惡。

**138.** 對心靈嚟講,善係對屬靈事物嘅無情慾偏向,而惡就係對屬肉體事物嘅有情慾偏向。但對感官嚟講,善係由放縱情慾所引發向身體嘅熱情衝動,而惡就係因剝奪而產生嘅一種不愉快狀態。

**139.** 葡萄結成酒;酒令人醉;醉引致神志迷糊(即係邪惡──暫時喪失理智)。 豈非活躍嘅心──可比喻為葡萄藤, ──當以美德培養,就會產生知識;而知識又會引發一種美好嘅狂喜,令心靈得以從感官嘅枷鎖中解脫?

**140.** 同時,邪惡者會暗中灌輸有關感官事物外在相貌同形狀嘅想像,通常只係憑住嗰啲外在相貌,當我哋理性嘅活動喺通往心靈同精神嘅路上停擺嗰陣,就會激起對嗰啲事物嘅強烈慾望。唔係咩,活躍嘅心靈──可以比喻成葡萄藤,xml-ph-0000@deepl.internal──當佢被美德培養嘅時候,就會產生知識,而知識又會產生一種福佑嘅狂喜,令心靈從感官嘅枷鎖中獲得自由? (或者透過)介乎其間嘅感官。正正喺呢度,仇敵先成功腐蝕靈魂,令佢陷入熾熱嘅激動。

**141.** 神嘅道就係光同火,因為佢照亮自然嘅思想,燒燬唔自然嘅思想;就好似佢驅散嗰啲透過遵守誡命、追求所盼望更好生命嘅人嘅感官生活嘅黑暗,而嗰啲為咗肉體嘅慾望、自願緊貼呢個(感官)生命嘅黑暗夜幕嘅人,就會被審判同譴責嘅火懲罰。

**142.** 我哋心靈嘅力量本性上能夠認識有形同無形嘅存在;但關於聖三一,佢只係靠恩典先得知識,只信佢存在,但絕對唔敢好似魔鬼嘅心靈咁去探究佢嘅本性。

**143.** 藉住信心純潔的眼睛,看見將來福分的榮耀之後,人就甘願順從命令,離開故鄉、親人,以及父親的家,拋棄一切對肉體的憐憫和執著, 感官同一切感官事物;如果有任何誘惑從這世界出現,他都超越肉體,因為他選擇了呼召他的原因勝過肉體,正如偉大的亞伯拉罕選擇神勝過以撒(創世記22:1以下)。

**144.** 凡有人力行美德,研讀神聖經文,並非為榮耀、貪婪、奉承或討好人,也不是作秀(帖前2:3–5),而是為神的名,行、言、思一切,此人就明白地行在真理之道上。

**145.** 凡禁食,遠離一切激起情慾的食物,並行各種其他可助靈魂脫離罪性傾向的事,就預備了所說(路加福音3:4): *「預備主的道路」*。 但凡有人出於虛榮、貪婪、奉承或討好人,或者除咗討神喜悅之外嘅任何其他原因而採用呢種生活方式,*就唔係「行喺神公義嘅道路上」*:佢哋雖然承擔咗預備道路嘅勞苦,卻唔配得神行喺呢條路上。

**146.** 那獻身於真生命的人,知道每一種苦難,無論是自願或不由自主,*都對「死亡之母──情慾」而言是*死亡(雅各書1:15), 都以喜樂同歡欣嘅態度去面對一切猛烈、不由自主嘅試探,用忍耐將呢啲苦難化作平坦易行嘅道路──為咗尊崇更高嘅召命(腓立比書 3:14),呢個召命喺佢虔誠跟隨神嘅道路時,無誤咁引領佢。 因為死亡的母親是情慾;而情慾的死亡,無論是自願的或非自願的,都係痛苦。

**147.** 凡靠自制,制服嗰種極度扭曲同複雜、同所有感官緊密交織嘅慾望,*就係「令彎曲嘅路變直」*;又因忍受沿途遇到嘅難以承受同殘酷折磨,就係「令崎嶇嘅路變平」。 為咗品格同為此所作嘅勞

苦──以正當合法嘅方式去行,以渴慕品格嘅心征服慾望,以熱愛真理嘅心壓制悲痛──喺兩方面都英勇地成就咗神聖嘅偉業,佢就如經上所寫嘅:*「必得見神嘅救恩」*。 (以賽亞書40:5)。

**148.** 佢透過自我克制,糾正咗自願慾望嘅曲折──即係慾望嘅衝動;又透過忍耐,平息咗不由自主誘惑嘅銳利曲折──即係各種苦惱;並令道路平坦,呢個人就會真正*「看見上帝嘅救恩」* ,心已變得純潔;並藉著美德與虔誠默想的威力,於其掙扎與勞碌的盡頭見到神,正如主所言:*「清心的人有福了,因為他們必得見神」* (太5:3),並作為實踐美德勞苦的報酬,領受克制情欲的恩典,若無此恩典,無人能見到神。

**149.** 只要心靈保持對上帝的活生生的記憶,就會透過默想尋求主(詩篇 26:4, 8),但不是單止如此,而是*「在主畏懼中」* (歷代志下 26:5),即透過遵守誡命。 因為凡係唔帶呢種滿足去尋主嘅人,就搵唔到主,因為佢冇喺敬畏主嘅心態下去尋主。*「主必使佢興旺」* (同上);因為主會令凡係有智慧咁行正道嘅人興旺 ,教佢各種美德,並向佢顯明受造之物嘅真義。

**150.** 冇咗信心、盼望同愛,就好似冇一樣惡嘢可以從我哋心入面徹底根除,同樣冇一樣善嘢可以完全喺我哋心入面建立。信心說服呢個掙扎嘅心向神轉,並透過確保所有屬靈武器都喺手,激勵佢有膽量; 盼望係神助嘅可靠保證,承諾會摧毀一切對手;而愛令心靈對分離免疫──甚至喺最激烈嘅掙扎中,都同神嘅親緣關係緊密結合,無法分開,並將所有心志嘅力量都繫於對神嘅渴慕。

**151.** 信心安慰受掙扎嘅心靈,畀佢確定有幫助嘅信心;盼望透過眼前所見嘅確定幫助,驅走敵人嘅攻擊;而愛就令敵人對愛神者嘅攻擊變得死(或無效),並透過佢對神嘅熱切追求,完全令敵人失效。

**152.** 向神回轉本身,就清楚見證咗對神嘅盼望有最深切嘅心靈接受,冇咗呢樣,無論喺任何人身上,或者因為任何原因,都唔會對神有任何渴慕: 因為希望嘅本性就係將未來呈現在眼前,好似已經發生咁,並向與敵勢力抗爭嘅人保證,保護佢哋嘅上帝絕對唔會離開佢哋──正正為咗呢位上帝,聖徒先至會投入戰鬥。因為如果冇咗某種期待──無論係艱難定係容易實現──就冇人會向善行邁進。

**153.** 每一個蒙神能力裝備嘅心靈,好似有啲長老同王子──*「思維能力」*,喺呢度產生理性嘅信心,教人要時刻默想神嘅難以言喻嘅屬性,並且好似已經得着咁,喺盼望未來祝福嘅喜樂中享受;── *「欲力」*,神聖嘅愛喺呢度建立,將意志綑綁喺對至純神性嘅渴望,並堅定咁維持對呢個渴望對象嘅傾向;──以及*「動機力」*,神聖嘅和平喺呢度穩固建立,引導所有渴望嘅行動,指向對神性嘅愛。 每個心靈都擁有呢啲能力,作為夥伴,一齊根除邪惡,同埋培養同保持美德。

**154.** 未有先淨化自己嘅情欲,就唔應該去觀照自然界嘅事物,因為感官事物嘅影像,可能會將未完全擺脫情欲嘅心,拖入情欲之中。 因為心靈若因感官放縱而長時間徘徊於感官事物的外相之中,就會成為不純情欲的源頭,且缺乏透過冥想轉向與之同源的心靈對象的力氣。

**155.** 凡喺情欲興起嗰陣,能夠勇敢咁節制感官,完全驅走白日夢同對感官事物嘅記憶,並徹底壓制心靈對超越自身事物探究嘅自然傾向;咁樣嘅人,喺神恩嘅幫助下,就會勝利咁羞辱向佢發起嘅情欲同魔鬼嘅邪惡暴行。

**156.**當心志失常,怒氣無法控制,慾望如野獸般,結果無知、自私和可恥的衝動就掌握了靈魂; **তখন**罪惡的習性就猛烈地出現,並與各種肉體的快感交織。

**157.** 一個已經學識用智慧去避免無形戰爭或衝突(同無形敵人)嘅心,喺受惡勢力攻擊嘅時候,唔好用自然理性去思考,亦唔好做其他嘢,只係要祈禱、用勞作去疲勞身體、勤力壓制物質化嘅幻想, 並守住城牆──即係講靈魂嘅哨兵美德,或者保持美德嘅方法,就係自律同忍耐;務求敵人唔可以任何方式用佢嘅詭計誘惑靈魂,令佢偏向敵人,從而用*「污濁嘅腐敗」*餵食佢,令佢遠離上帝 (哈巴谷書2:15),並以假善引誘那追求更好之物的心,使之走向更壞。

**158.** 凡以審慎而周全嘅節制同忍耐,英勇地抑制咗感官,並以靈魂嘅力量阻絕咗感官影像進入心靈;咁樣嘅人就能有效挫敗魔鬼所有嘅惡計,令佢*「沿住原路」*羞愧地*退返去* (列王紀下19:33)。

**159.** 凡喺誘惑一開始,就唔諗塵世之事,而係收斂心思,專心向神禱告,就斬斷咗罪惡嘅衝動, 並因此擊退 ,羞辱那激起此種傾向的魔鬼;正因懷著這份希望,魔鬼才以一貫的狂妄大膽向靈魂發動攻擊,以驕傲的念頭反對真理:因為偉大的大衛──他既多所經歷、多所受苦、多所成就,又對一切心靈戰役的規律熟稔於心──都曾說: *「當惡人向我興起,我就啞口無言,謙卑到底,並因自己所蒙的福默不作聲。」* (詩篇38, 2:3);之後有神聖嘅耶利米,吩咐人:*「唔好出田,唔好行路,因為仇敵嘅刀喺附近」* (耶利米書6:25)。

**160.** 自然嘅慾望同快樂唔會令經歷佢哋嘅人招致羞辱,因為佢哋係我哋本性結構嘅必然後果。本性會畀我哋快樂,就算違背我哋嘅意願──好似食物到手,滿足之前嘅飢餓, ── 以及紓解口渴的飲水,── 以及恢復因失眠耗竭的體力的睡眠,── 以及一切按我們自然需要而來、符合我們本性福祉、並有助於熱衷修德者培養美德的事物。　凡此種物,都適合任何能避免罪惡傾向、並在合理限度內的人──然而,正正因為我們天生毫無約束的自然需要和慾望,根本不是要引領我們走向不朽且長久的生活。 除咗受自然需要同慾望驅使、無法控制嘅心靈活動,而呢啲需要同慾望唔係為咗引領我哋走向不朽同永恆生命而天生嘅。

**161.**　至高無上之善的作為,賦予了理性生物的神聖無形本性,成為難以言喻的神聖光輝的反映──使它們能按其能力所及,感知那難以想像、遙不可及之美的一切壯麗── 而且亦都喺有感官知覺嘅受造物身上──喺好多方面都比可知存在遜色──烙印咗佢偉大嘅清晰痕跡,呢啲痕跡當人嘅心靈深入探究時,能夠直接將佢帶到上帝面前,令佢超越一切可見之物,好似引領佢進入至高無上嘅福樂境界。

**162.** 行者嘅實踐智慧令佢超越咗情慾,而知者嘅觀照智慧則令佢超越一切可見之物,將佢嘅心靈提升到與之相應嘅事物(4, 100)。

**163.**　知識同行動結合,行動同知識結合,就構成咗上帝嘅寶座同祂腳墊:寶座係透過知識,腳墊係透過行動。　如果有人要將「天國」呢個稱呼,用喺一個咁嘅人心──已經將對物質世界嘅一切虛幻想像淨化得一乾二淨,並時刻以超然嘅神聖思緒作為裝飾──咁喺我睇嚟,佢哋並唔係偏離咗真理嘅範疇。

**164.** 任何情欲之動嘅起點,通常都係由一個內在嘅感官對象嚟。因為冇咗呢個對象,冇辦法透過某種感官嘅中介去吸引靈魂嘅力量,就唔會產生任何激情嘅動盪;因為冇咗感官對象,就唔會有激情。如果冇老婆,就冇通奸;如果冇食物,就冇大食;如果冇黃金,就冇貪金。因此,我哋自然能力中每種激情運動嘅源頭,都係一個感官對象,或者係一個透過佢嗾使靈魂犯罪嘅魔鬼。

**165.** 喺神同人之間,有感官事物同心所思嘅事物。人心想達到神,就唔可以喺現實生活畀感官事物奴役,亦唔可以喺靜修生活畀心所思嘅事物阻礙。

**166.**　上帝嘅忿怒係受教者所經歷嘅一種痛苦感覺;　而呢種痛苦嘅感覺,係由生活上被迫承受嘅種種艱難所致;上帝往往藉住呢啲艱難,將嗰個充斥住美德同知識、自以為是嘅心靈,引向謙卑同卑微,令佢認清自己、認出自己嘅軟弱;一旦體會到呢份軟弱,就拋棄咗心頭嗰份虛無嘅驕傲。

**167.** 主嘅忿怒就係削減或者收回神聖嘅恩賜,而呢種收回,正正係為咗教訓每個自以為高、並將上帝賜俾佢嘅福份當成自己美德果效嘅心靈。

**168.**　神聖者──確然祂是──在事變進程中的旨意與法則,乃以懲罰作為教導,藉不幸使那些本處於優境卻不感恩的人學會感恩;並使他們透過現世的苦難,認出 earlier 曾在他們繁榮中運作的神聖大能: 否則,如果神聖的安排容許我們無阻無礙地為內在的善而自誇,我們必定會陷入無神論者的驕傲,以為品德和知識的獲得,全憑我們自己的自然能力,而並非出自恩典。

**169.** 凡以為自己已經攀上德行巔峰的人,就不會再去尋求一切善源,只將卓越的善行歸功於自己,因此剝奪了拯救的確認與保障──即上帝。　但凡有人深感自己天生缺乏行善之力,就永不止息地奔向全能者,以補足自己的不足。

**170.**　公義嘅憤怒會臨到對自己過份自以為是嘅心──即係話,當佢被遺棄,或者容許魔鬼喺行動同思想上攻擊佢嘅時候;　好叫佢因此得以認清自己天生嘅軟弱,並察覺神嘅大能同恩典,點樣籠罩住佢,喺佢裏面成就一切善,並且因著將嗰種不自然、與生俱來嘅驕傲拋得遠遠,而謙卑自己;否則另一種忿怒就會臨到佢──收回 previously 賜予嘅恩賜嘅忿怒。

**171.** 凡喺第一次顯出嘅忿怒──即係被遺棄──嗰陣,仍未醒覺,亦冇因認清呢個係一位教人感恩嘅好老師而謙卑自己,就會面對另一種忿怒,呢種忿怒會奪去佢以往恩賜嘅效力,亦剝奪一直保護佢嘅力量。 因為神論及忘恩的以色列,以葡萄樹作比喻,如此說:*「我要移去牠的籬笆,牠必被搶掠;我要拆毀牠的牆垣,牠必被踐踏;我就必離棄我嘅葡萄園;佢唔會有人修剪或者除草,園中會長滿荊棘,好似荒地咁;我亦會吩咐雲彩唔好落雨喺佢上面」*(以賽亞書5:5–6)。

**172.** 通往邪惡嘅另一條路,就係對美德喪失嘅漠不關心。 因為慣咗唔聽上帝話(唔理佢嘅誡命),當情況需要嘅時候(威脅要為遵守誡命而死)佢甚至會撇棄上帝自己:佢寧願揀世俗嘅生命勝過上帝,心裏面將肉體嘅慾望視為高於一切神聖嘅誡命。

**173.** 一個愛神又品格高尚嘅人,好似希西家咁,佢聰明咁用力量束腰去對抗魔鬼;如果佢恰巧經歷到邪靈喺佢心入面發動無形戰爭嘅攻擊, 並且,如果佢透過禱告,從神收到一位由天而降嘅使者──即係一句極智慧嘅言語──然後佢打敗並散咗呢支成隊魔鬼,卻唔將呢場勝利同得救嘅原因歸功於神,反而只歸功於自己; — 這樣的人不肯如實地歸榮耀給神(歷代志下32:25),因為他未能以豐盛的感恩去配搭救恩的偉大,亦未能以對神的好意,去配搭神對他的慈愛。

**174.** 讓我們以神聖的洞見啟迪心靈,並以相稱的儀表修飾身體,使之透過排斥情慾,成為理性的美德器皿。 因為體內固有嘅情慾,如果由理性管治,就唔使責備;但如果佢哋嘅運作冇咗呢種約束,就會招致責備。呢就係點解會話呢啲情慾要被拒絕──呢啲情慾嘅運作雖然係自然嘅,但佢哋嘅表現往往唔自然,因為佢哋冇受理性管治。

**175.** 那因所領的恩賜而心裏自大、自負的人,*就好似「根本沒有領過它們」* (林前4:7),當神容許魔鬼侵入佢心念,既要震動佢品格嘅積極原則,又要令佢清明嘅心智變得模糊,好叫佢認清自己嘅軟弱,就理所當然咁經歷向佢發嘅忿怒。 好叫佢認出只有嗰股力量先至能克服我哋嘅情慾,並且喺佢悔改同謙卑咗之後,就可以拋棄自負嘅驕傲,藉此安撫神,使本來要臨到唔肯悔改者身上嘅忿怒轉開──嗰股忿怒會收返畀靈魂帶來嘅恩典,令到無感恩嘅心靈變得空虛。

**176.** 除非有人以美德聖化身體,並以真知啟迪靈魂,否則無人能真正頌讚上帝。向善的志向就好似沉思者的心靈面向天空,被提升到真知的巔峰。

**177.** 凡真正體會到神──祂既存在於我哋體內,就好似存在於各器官之中──成就咗一切行為同思索、美德同知識、勝利同智慧、良善同真理嘅人,真係有福。因為我哋自己根本冇辦法憑自己嘅力量做到呢啲,除咗對善嘅渴望之外,我哋乜都幫唔到; 擁有呢種品格,偉大嘅所羅巴伯對神講:*「蒙福嘅主啊,祢賜咗智慧畀我;我哋向祢──我哋列祖嘅主神──獻上感謝。勝利由祢而來,智慧由祢而來,榮耀亦由祢而來;我係祢嘅僕人。」* (第二以斯拉書4, 60–59)。作為一個真正感恩的僕人,他將一切都歸功於神──萬物賜予者;因從祂那裡領受,他才擁有智慧; 並且喺佢嘅認信中,佢將所賜福份嘅全部能力都歸功於上帝,正如之前所講,呢啲福份係勝利同智慧、美德同知識、實踐 同沉思、良善同真理嘅結合;因為佢哋互相結合,就散發出上帝單一榮耀同光輝嘅光芒。

**178.** 眾聖徒的各種美德,明顯都係神嘅恩賜。所以,冇人可以擁有任何嘢,係唔係出於神親自──作為萬有之主──按受者嘅感恩同善意程度所賜予嘅。受者只係擁有嗰啲已經奉獻畀神嘅嘢。

**179.** 我哋每一個人,按住住喺我哋裏面嘅信心份量,都領受聖靈明顯嘅作為;因此,每個人都成為自己嘅恩典分發者。呢個就係點解冇一個有智慧嘅人會妒忌另一個蒙福豐盛嘅人,因為只有佢自己先要培養嗰種決定能否領受神祝福嘅心態。

**180.** 神賜福有分別嘅原因,就係因人信心有大小(羅馬書12:6);按住我哋嘅信心,我哋就有熱誠,準備好用信心嘅心志去行事。 因此,凡以信心行事的人,就藉着他所行的事襯托出他信心的分量,並按着他所信的程度領受恩典。相反,凡不行的人,就因他所不行的事襯托出他不信的程度,並因屈服於不信而蒙受恩典的匱乏。 咁點解妒忌嘅人要對做好事嘅人行不義呢?明明信仰同行為嘅成長掌握喺自己手上,唔係靠人哋,而恩典嘅領受就按信仰(同相應嘅行為)嚟定?

**181.** *「*以賽亞說:*『主耶和華的靈──智慧和聰明的靈、謀略和能力的靈、知識和敬畏耶和華的靈──都要降在他身上。敬畏耶和華的靈要充滿他。』」* (以賽亞書 11:3–4) 呢啲屬靈恩賜嘅特徵係:– *「敬畏」*──遠離惡行;*「力量」*──行善;*「謀略」*──分辨違背本分嘅事;*「敬虔」*──對正道有不誤嘅洞察; *「知識」*──透過行為本身,對隱藏於美德之中的理性進行領悟;*「智慧」*──對所認識的事物,心靈的完美態度(即對其的品味);*「先知」*──與神無可言喻的合一,透過共融,使參與者成為神。

**182.** *「敬畏神」之*精神,即遠離惡行;*「堅忍」之精神,*為熱切地努力邁向積極實踐誡命;*「謀略」之精神,*為分辨(善與惡)的習慣,使我們能以智慧實踐誡命,將較差者與較優者區分開來; *「敬虔的靈」*是對美德形式的不失誤的洞察,依此行事,我們絕不會偏離健全的判斷;*「知識的靈」*是對誡命及其理性基礎的正確理解,美德的形式建基於此; *「理性之靈」*係同美德嘅形式同基礎保持和諧(決心實踐前者,並按後者行事),或者講得更準確啲,就係(按佢哋改造自己)嘅過程,透過呢個過程,自然能力同誡命嘅形式同基礎融合埋一齊; *「智慧的靈」*是對一切存在之源──包含在誡命中最具靈性理解──的崇高仰望,以及與祂的合一。藉此,以一種我們所未知的方式,在人類所能及的範圍內,被引入對事物於神中本然狀態的理解,並以源自心靈、如泉水般湧出的言語,將之傳達給其他人。

**183.** 那憑着信心卻不遵守神誡命的人,有的是盲目的信心。因為如果神誡命是光(箴言 6:23),那麼明顯可見,不遵守神誡命的人就仍然沒有神聖之光,只不過徒有神聖的名號,而非真實的稱號。

**184.** 凡犯罪的人,不能以肉體的軟弱作犯罪的藉口。因為藉着誓言的成就與道成肉身者的聯合,已經恢復了整個本性,使意志向情慾的傾向對我們而言無可寬恕。 道嘅神性,因恩典而常與信佢者同在,勝過肉體中嘅罪律(羅馬書8:2)。

**185.** 知識如果唔受神嘅恐懼約束,就會生出驕傲,令到因為佢而變得驕傲嘅人,將神所賜畀佢嘅當成自己嘅。但係,行動如果同神嘅愛一齊增長,同時又只追求應做嘅事,唔去追求多餘嘅知識,就會令行者謙卑。

**186.** 天國係一種無動於衷、有德嘅習性,同埋對任何可能令心靈混亂嘅錯誤都冇所知嘅知識。

**187.** 無情嘅第一種形態係完全唔做惡事,就好似啱啱踏上靈性旅程嘅人;第二種就係完全排斥暗中策劃邪惡嘅念頭,呢種人係用理性去行德行之路; 第三種係完全平息激情慾望, ,呢種情況喺由可見事物升到心靈默想嘅人身上出現;第四種無情態度就係連最簡單、最骨感嘅白日夢都完全淨化,呢種喺透過知識同冥想,令心靈成為上帝純淨透明之鏡嘅人身上出現。 因此,當一個人從激情行為中淨化自己,從對它們的心理執著中解脫,扼殺任何對它們的慾望傾向,甚至連最簡單的思想都變得純淨──具備了這四種主要的不執著狀態──就會從物質生物的領域脫離,進入神聖而和平的理智生物境界。

**188.** 無情欲嘅第一種形式,就係身體對實際犯罪嘅衝動唔畀佢發揮(衝動雖然存在,但唔畀佢自由放縱);第二種就係完全排斥靈魂入面嘅激情思想,咁樣就可以壓制住第一種無情欲所帶來嘅衝動,因為冇咗激情思想去激發佢採取行動; 第三種係對激情慾望嘅完全靜止,第二種都係為咗呢點先得以實現,體現喺思想嘅純潔;第四種無情態係喺思想中完全擱置所有感官幻想,透過呢點,第三種先開始,因為冇感官幻想去描繪激情嘅畫面。

**189.** 每個人得救嘅開始同結束都係智慧,一開始先令到敬畏,到最後達到完美,就變成愛。 或者講得更準確啲,一開始佢本身係出於審慎而成為恐懼,好似要保護佢嘅愛佬免受惡事侵害;到咗尾聲,佢自然而然就變成真正嘅愛,用屬靈嘅喜樂充滿嗰啲因與佢同住,而放棄咗所有可見之福份嘅人。

**190.** 每一次懺悔都令靈魂謙卑,有時教佢承認自己係靠恩典得生,有時又逼佢承認,因為自己大意,要為罪過負責。

**191.** 懺悔就內容嚟講有兩種形式:一種係對所蒙賜福氣心存感恩;另一種係對自己嘅罪過感到自責,並意識到自己所做嘅惡。 因為懺悔既包括對神深切感恩嘅紀念,亦包括犯罪者對自己所作惡行嘅坦白承認。 兩種都會令人謙卑。因為既向神感恩領受祝福,又為自己嘅罪行自責,都會令人謙卑:前者覺得自己配唔上所賜嘅福份;後者就係懇求寬恕佢哋嘅罪過。

**192.** 驕傲呢種情慾,由兩種無知或唔察覺嘅狀態結合而成,合二為一,就產生咗一條統一嘅推理路線(驕傲嘅推理)。因為驕傲嘅人唔承認神嘅幫助,亦唔承認人嘅脆弱。因此,驕傲就係對神性同人性知識嘅剝奪。

**193.** 虛榮心係背棄咗符合上帝旨意嘅目標,轉向另一個唔符合上帝旨意嘅目標。因為虛榮嘅人係為咗自己嘅榮耀而追求美德,而唔係為咗上帝,並且佢哋嘅努力只係為咗攞到短暫嘅人讚賞。

**194.** 投其所好者只關心一件事:他的外在行為要夠浮誇,好讓拍馬屁者對他讚好有加,先以視覺吸引,再以聽覺打動,專門討好那些只憑眼見耳聞、單靠感官定義美德的人。 所以,拍馬屁就係喺人面前、為咗人而展示嘅禮貌同甜言蜜語。

**195.** 偽善係假扮友誼,或者以友誼為掩飾嘅仇恨,或者以好意為名行敵意,或者嫉妒扮作愛心,或者用虛假嘅美德外表裝飾人生而唔係真正嘅美德,或者假裝正義,只係睇落好似係 或者以真理為包裝嘅欺騙;──呢啲都係道德敗壞、效法蛇嘅人所諗出嚟嘅。

**196.** 上帝係萬有同萬有中所有美好事物嘅本源。咁點解有人透過品格或知識自高自大,甚至憑住上帝嘅恩典喺品格上取得成功,卻仍然唔肯承認自己嘅軟弱,明顯未能擺脫驕傲呢個邪靈; 為自己嘅榮耀做好事嘅人,就已經將自己擺喺上帝之上,被虛榮嘅刺紮穿;行善或者講善只係*為咗「叫人睇到佢」*(馬太福音23:5)嘅人,就將人嘅認同擺喺上帝嘅認同之上,受人認同嘅慾望所苦; 而嗰啲只係用表面嘅善行嚟裝飾自己、惡意咁想欺騙人,並喺虔誠嘅面具背後隱藏邪惡心態嘅人,就係用虛偽嘅狡猾去買賣美德。呢啲唔都明顯係將目標放喺其他嘢上面,而唔係放喺萬物之源嘅旨意?

**197.** 魔鬼既不憎恨貞潔,也不厭惡禁食,同樣也不厭惡分財施捨、款待賓客、詩篇歌唱、勤讀、獨處、高深冥想、裸地而寢、守夜,或者任何其他符合神意旨的生活方式, ──只要呢啲行為嘅目的係為咗討佢哋歡心。

**198.** 喺無德行嘅地方作戰嘅魔鬼,就係教人行淫、酗酒、貪婪同嫉妒;而喺有德行嘅地方作戰嘅魔鬼,就係教人自負、虛榮同驕傲,並以呢種微妙嘅詭計,暗中喺我哋心裏播下不和嘅種子。

**199.** 哦,如果我哋面對呢啲惡毒嘅靈體──佢哋以靈性友誼為名,無形咁接近我哋,並懷住「透過罪惡令我哋*死亡*」(羅馬書 7:3)嘅*「好意」*──都話:*「我哋都同你一齊建造」* (《第二以斯拉書》5:65)──我哋就可以回應:*「為我哋主上帝建殿,唔係你哋做得到,亦唔係我哋做得到。」 「只有我哋會為以色列嘅主上帝建造佢」*(第二以斯拉書5:68)。*「只有我哋」*——因為我哋已經擺脫咗嗰啲因品行不端而發動戰爭嘅惡靈,亦都已經避開咗佢哋,我哋唔想再畀你哋誘惑;我哋憑住充足嘅美德超越咗佢哋, 而若再次跌倒,所受的破壞將比第一次更為嚴重,因為在第一次跌倒時,恢復起來的希望尚且容易,當時我們因軟弱而被寬容赦免;然而今次,要麼根本無此軟弱可言,要麼要達到此狀態極其困難,因為我們將因我們的驕傲而被憎恨。 ― 而我哋*「唔係孤單」*,因為我哋有聖潔嘅天使喺善行上幫助我哋,更有上帝自己,祂透過公義嘅作為向我哋顯現,並將我哋建造成為一個聖潔嘅殿,遠離一切情慾。

**200.** *「義人祈禱的力量大有功效」*,如經上所寫(雅各書5:16)。其功效有二:首先(當祈禱者本身是義人時), 並以符合誡命的行為向神獻上禱告──這禱告並非僅僅是言語,也不是空洞的聲音,更不是懶散而毫無堅實基礎,而是有效且活潑,並由符合誡命的行為所激發。 因為禱告嘅力量同功效,係靠培養美德去遵守誡命先得;所以義人嘅禱告,有誡命做後盾,就特別有力、無所不能。 第二,當一個人向義人求禱時,若自己同時實踐禱告的行為,並承諾改革且實際改革了以往的生活,則透過其自身的善行,使義人的禱告變得強而有力。

**201.** 當一個人只係喺罪惡中得到更大喜悅,而唔係美德嘅時候,就算佢向義人求情,都完全冇用。就喺古代,連偉大嘅撒母耳都為掃羅犯罪而流淚,但佢都無法為佢向神求情,因為佢冇用合適嘅悔改去配合佢嘅眼淚。 咁點解上帝要阻止佢嘅僕人徒勞嘅哀哭,對佢講:*「你為掃羅哀哭要到幾時?我已經棄絕佢,唔畀佢再作以色列王啦」*(撒上16:1)?

**202.** 再者,最富有憐憫心嘅耶利米,為嗰班執迷不悟、癲到痴線嘅猶太人祈求,都未蒙垂聽,因為佢嘅禱告冇配上嗰班無神猶太人從呢種迷思中悔改。 所以,為咗阻止佢嘅無休止同無效嘅懇求,上帝話:*「你唔好為呢班人禱告,亦唔好為佢哋求情,更唔好為佢哋向我哀求,因為我唔會聽你。」*(耶利米書7:16)

**203.** 一個心裏沉迷於有害行為、並為此自誇的人,若只靠聖徒的禱告去追求得救,並為此向神求赦免,這無異於大無知,甚至可謂瘋狂;因為他一面自誇,一面卻正以那行為在思想和情感上玷污自己。一個尋求義人禱告嘅人,如果真係憎惡罪惡,就唔可以令呢啲禱告變成無效同無力;反而要透過自己嘅美德去加強佢哋,令佢哋變得有功效同有力,好等佢哋向上帝祈求,得罪過嘅赦免。

**204.** *「義人嘅禱告有大*能力*」*,係因為呢個禱告要麼由義人自己獻上,要麼由人請義人代為獻上。 對義人嚟講,因為呢個禱告令佢喺全能者面前更有膽量,而全能者有能力成就義人嘅請求;對求義人代禱嘅人嚟講,如果佢拋棄咗舊時嘅邪惡,全心向善,禱告就會更有助。

**205.** 真理之道知道兩種憂傷,第一種喺靈魂深處無形中形成,第二種就喺感官領域明顯可見:前者畀良心鞭策所 引起,後者就畀沉重嘅不幸壓住感官,阻止佢哋自然嘅宣洩。

**206.** 就如真理之道承認兩種憂傷,同樣地,它也承認兩種誘惑:其中一種源於意志領域,由激起邪惡慾望所引起;另一種則來自意志之外,以非自願的困擾、憂愁和不幸的形式出現。 前者係心靈悲痛嘅原因,後者係感官悲痛嘅原因(5, 90)。

**207.** 由意志範疇內產生嘅誘惑會令靈魂悲傷,同時畀感官帶來快樂;相反,一種不由自主嘅誘惑會安慰靈魂(靈魂以理性去面對),但會令肉體陷入悲傷。

**208.** 我相信當主──我哋嘅神──教祂嘅門徒點樣禱告嗰陣,祂用*「唔好帶我哋陷入試探」*(馬太福音6:13)呢句話,係要佢哋為擺脫由意志領域產生嘅試探而禱告──即係嗰啲動搖人嘅美德同善意嘅慾望掙扎; 而雅各──稱為主之弟──喺教導追求真理者唔好為所遇到嘅試煉而驚訝時,佢所講嘅「試煉」就係指不由自主、*無法控制、並帶來憂愁同艱難嘅試煉。──呢點由呢兩段說話之後嘅經文好明顯可見:因為主喺後面又加咗:* (雅各書1:2),即係指嗰啲不由自主、不受我哋控制,並且帶來憂愁同艱難嘅

試煉。──呢點喺呢兩段說話之後嘅經文入面好明顯,因為主喺度又加咗一句: *「但要救我們脫離那惡者」*;而在此,雅各大先知則說:*「知道你的信心能生忍耐,就使忍耐充足,以致成全,毫無所缺」*(雅各書1:3–4)。

**209.** 能夠以自制力對抗自願嘅誘惑,並以忍耐承受不由自主嘅誘惑嘅人,先至完美;而*「完整」*嘅人,就係指佢行事有知覺,唔會令反思閒置。

**210.** 心靈同感官因為所對應嘅對象極度唔同,所以各有自然嘅功能。心靈所對應嘅係心智同無形嘅事物,佢以無形嘅方式去感知;而感官所對應嘅係可感同有形嘅事物,佢哋就以感官嘅方式去感知。

**211.** 一旦理性開始將感官視為自己天賦的自然力量,就會被可見事物的外相所纏繞,成為肉慾享樂的發明者,因為偏向感官,而缺乏超越可見事物本性的力量。

**212.** 有益嘅快樂係由美德而產生嘅靈魂喜悅;而有益靈魂嘅不快係為咗美德而肉體受苦。因為沉溺於感官享樂嘅人,佢嘅志向就唔會指向啱嘅方向;而迴避會令自己失去呢啲享樂嘅偶然事件嘅人,就係逃離咗本唔應該逃離嘅嘢。

**213.** 正如冇咗陽光,眼睛就睇唔到可見世界;冇咗靈性之光,人心就永遠無法達到靈性思辨。因為可見之光自然照亮感官,令我哋得以感知可見事物;而靈性之光則照亮人心,令我哋能透過思辨去理解超感官事物。

**214.** 任意製造困難,同強加唔自願嘅困難,雖然可以透過限制慾望嘅活躍程度去制服佢,但佢哋並唔會摧毀我哋本性中作為一條法則嘅繁殖能力。 – 因為有德行的自我約束通常只會令意志冷靜,而唔係本性;而透過呢種意志嘅冷靜,心靈就會蒙受神聖嘅喜悅。

**215.** 主──按祂本性係智慧、公義同全能── ──作為智慧者,祂並不識得醫治(因罪而受苦的我們本性)的方法;作為義者,祂不願以高壓手段,憑一個已落入罪之軛(與罪責)之下者的意志,去成就人的得救;作為全能者,祂亦無法成就我們得醫治所需的一切。

**216.** 神嘅智慧就顯明喺佢真真正正、實實在在咁成為人;佢嘅公義就顯明喺,透過佢嘅降生,佢承擔咗一個同我哋一樣會受苦嘅本性;佢嘅全能就顯明喺,透過佢嘅受苦同死亡,佢為我哋嘅本性贏得咗永恆生命同對情慾嘅不變自由。

**217.** 魔鬼既嫉妒神,又嫉妒我哋,就用詭計向人建議神嫉妒佢,從而令佢違犯誡命。佢嫉妒神,唯恐神真係值得讚頌嘅能力──能夠使人成神──得以彰顯;佢又嫉妒人,唯恐人透過美德, 以可見嘅方式成為神聖榮耀嘅參與者。 所以,呢個最邪惡嘅噬神,唔單止妒忌我哋──因為我哋憑住美德同神一齊擁有嘅榮耀──佢亦都妒忌神自己──因為神喺我哋得救嘅過程中,將祂那受盡讚頌嘅慈愛顯明出嚟。

**218.** 神憑住祂善意嘅獨一無二、威力無窮嘅旨意,懷抱同維持住萬有──無論天使定人,無論好人定壞人,都一樣。但佢哋都按住自己嘅本性,以唔同程度分享神嘅恩典,因為神會無阻無礙咁經過佢哋。

**219.** 我哋唔承認喺基督入面有人格嘅分別,因為三一神仍然係三一神,而道成肉身之後,並冇因呢次道成肉身而喺聖三一神入面加多一個新嘅位格。但我哋承認佢入面有本性嘅分別,唔會宣稱肉身按本性同道一樣同質。

**220.** 說假誓者,就係以主的名發虛誓嘅人;即係,佢向神應許要過有德行嘅生活,但之後卻將所有注意力放喺其他同佢口中所出嘅誓言完全無關嘅事上,並且因為唔遵守誡命,就破壞咗一個敬虔生命嘅嚴肅誓言。 總括而言,凡選擇了跟隨上帝的生涯,卻未完全對現世生活死去的人,都是說謊者與犯誓者;就好比向上帝起誓──即承諾以討上帝喜悅的行為行得無可指責──卻未兌現此承諾的人。

**221.** 凡以堅定不移的智慧,像那蒙福的約伯和英勇的殉道者一樣,忍受不由自主的試探攻擊的人,乃是一盞強而有力的大燈,並親自保守所領受自主權能的救恩之光,使之永不熄滅。 但係,凡認識惡者詭計,又熟悉屬靈爭戰(衝突、交鋒)嘅人,佢亦都因知識之光而得照明,成為他人嘅燈,好似偉大使徒咁,可以正當地講:*「我哋唔明白佢嘅心思意念」*(林後2:11)。

**222.**正如燈盞冇油就無法長明,屬靈恩賜嘅光亦都無法保留,除非有種已成為第二本性嘅心態,以合適嘅言語、行為、品格持續滋養內在嘅良善,並以與之相符嘅情感同思想去維持。 因為每種屬靈恩賜,按其本性,都需要一種不停地好似油一樣向內注入某種心靈物質的心態(或心境),好令佢可以藉住接受者嘅良善心態而完全得以保存。

**223.** 上帝只因恩典稱呼並成為那些以美德品格見證自己從神重生之人的父。 喺呢啲品格特質入面,就好似見到靈魂嘅面容,透過佢嘅美德反映出造佢嘅神嘅獨特特徵;擁有呢啲特質嘅人,會令見到佢哋嘅人讚美神,並以佢哋嘅生命作為美德嘅榜樣去效法。 因為上帝通常唔係靠空洞嘅言語去得到讚美,而係靠義行,因為義行比言語更生動有力咁宣揚祂嘅神聖光輝。

**224.** 凡能於自身展現由行動引領嘅智慧,同埋由智慧啟發嘅行動,就已經搵到通往我哋內在真正神聖活動嘅準確道路。 但凡只擁有其中一種品格,而與其他品格脫離,就等於將知識淪為純粹未經證實和未受約束的幻想,或者將行動變成一個冇靈魂嘅偶像。 因為冇行動嘅知識,同憑空想像嘅夢冇異,冇行動去印證;而冇意義嘅行動就好似一個冇靈魂嘅偶像,冇知識去賦予佢生命。

**225.** 真係,驕傲係一種可憎嘅慾望,由兩種罪惡結合而成:自豪同虛榮;當中自豪背棄咗美德同大自然嘅造物主,而虛榮就同時玷污咗大自然同美德本身; 因為自大嘅人,乜都唔照上帝嘅旨意去做;而虛浮嘅人,乜都唔照本性去做。

**226.** 書面律法透過恐懼嚇阻人行惡,令人習慣行義;然而,隨著時間推移,呢個習慣會演變成對真理嘅熱愛,從而產生對善嘅堅定態度,令人忘記舊日嘅惡行。

**227.** 割禮,從屬靈角度嚟講,就係完全斬斷對肉體慾望嘅傾向。

**228.** 安息日就係情慾嘅平息,或者係佢哋完全唔活動。

**229.** 神吩咐遵守安息日、月朔同節期,唔係因為佢想令呢啲日子單憑日子本身被尊崇;因為咁樣就等如「將神的真理換作虛假」(羅馬書1:25),假設呢啲日子本身就自然值得尊敬,所以值得敬拜。 但祂喺命令人尊重呢啲日子時,就象徵咁命令人尊重祂自己。因為祂自己就係安息日── ──係人生勞碌憂慮同義人嘅勞苦中嘅安息;祂亦都係逾越節,係被罪惡嘅苦役擄住嘅人嘅救贖者;祂又係五旬節,係萬有嘅起頭同終結。

**230.** 我哋承認嘅靈性祭物,唔單止係情慾嘅克制──呢啲情慾係被*「聖靈的宝剑,就是神的道」*(以弗所書6:17)所制服;亦包括將所有自然能力奉獻畀神,並透過聖靈恩典之火,作為燔祭獻畀神。

**231.** 罪惡的權勢,或肉體的理性,被聖洗聖事的恩寵所約束;而對神聖誡命的積極順服,則以聖神的寶劍將之徹底斬除。

**232.** 貪食的激情,連同其慾望的念頭,好似一把劍,摧毀了許多美德:它透過放蕩無度扼殺貞潔的種子;透過放縱敗壞公義; 佢割斷咗愛德同自愛之間嘅自然紐帶;總之,貪食嘅慾望就係所有美德果實嘅破壞者。

**233.** 每位熱心尋求得救嘅人,都致力於行善同聖潔嘅思想:因為冇人可以喺冇美德同知識嘅情況下成功得救。美德嘅職責係用健全嘅理性,將身體嘅動作整理好,並好似用馬嚇咁,巧妙地抑制佢哋嘅不當衝動; 而知識的任務,則係要仔細考慮同明智地討論一個人應該點樣行事,然後準備自己去實踐。

**234.** 凡係已經將*「地上的肢體」*(西3:5)治死,並熄滅咗一切屬肉體嘅心思,同埋斷絕咗對佢嘅一切憐憫──好等佢可以同蒙福嘅使徒保羅一齊講:*「有咩能將我哋同基督嘅愛分開呢?」* (羅8:32)?──這樣的人已經無父、無母、無所屬的宗譜,好似那偉大的麥基洗德(來7:3),因與聖靈完全合一,使他裏面毫無肉體和本性的阻礙。

**235.** 我唔認為而家呢條生命嘅終結可以叫做「死亡」,而係應該叫做從死亡中得釋放、從朽壞嘅領域中被移除、從奴役中獲得自由、憂慮嘅停止, 係爭端嘅終結,係離開黑暗,係從勞碌中歇息,係動盪嘅平息,係從羞愧中獲得庇護,係從情慾中解脫,總括嚟講,係一切邪惡嘅終止:聖徒們透過自願嘅克己修身,喺今生已經令自己成為陌生人同寄居者。 因為佢哋英勇咁同世界、同肉體,同埋由呢兩樣嘢引起嘅反叛作鬥爭,並且壓制咗由感官同世俗慾望相呼應而產生嘅迷思,佢哋喺自己心入面保住咗靈魂嘅尊嚴,冇畀乜嘢奴役。

**236.** 聖人係善良同慈愛嘅,心地仁慈同富憐憫心,對全人類都表現出一樣嘅慈愛;憑住呢股力量,佢哋一生都忠實咁保持住最美好嘅品德──即係謙卑── 呢位一切善行嘅守護者,同時係一切對立惡行嘅破壞者,佢哋令自己免受所有誘惑──無論係源自我哋自身意願,定係喺我哋掌控之外嘅誘惑──都喺自我克制中壓制前者,並以忍耐抵禦後者。

# 蒙福嘅阿爸·法拉西烏斯

## *關於佢嘅簡短記載*

我哋可敬愛嘅阿爸法拉修斯活躍於七世紀上半葉,係利比亞沙漠一所修道院嘅長老兼院長。呢位蒙福嘅阿爸將對虔誠嘅愛同對靈性啟悟嘅追求結合埋一齊,並花咗大量時間研讀聖經。 佢係聖馬克西姆殉道者嘅同期人,同佢保持住靈性嘅交通。聖馬克西姆有幾封信係寫畀佢,仲有一整本書,解釋聖經入面嘅難解經文,都係獻畀佢。 聖馬克西莫斯非常敬重這位阿爸,甚至在其中一封信中稱他為自己的導師。他大概在660年左右安息。現今呈獻給大家的他四百句言行錄,關於愛、禁慾與靈性生活,充滿了教化意義。 呢啲說話大多都係道德同苦行性質,但亦有啲包含教義思想,聖大馬色就喺佢嘅信仰闡述中引用咗呢啲內容。如果按原文手稿,只讀呢啲說話嘅開頭字母,就會浮現一個特定嘅概念——呢個概念就放喺每百句嘅開頭。

## 阿爸法拉修斯論愛、禁慾與靈性生活,致保祿長老

### *第101段*

佢嘅首字母詩讀作:*獻畀我嘅靈性兄弟兼摯愛嘅法拉西亞保祿,表面上係個冇聲嘅人,但其實係個好愛擺架子、好愛炫耀自己嘅人。*

**1.** 完全指向上帝的愛,將愛上帝的人與上帝,以及彼此之間,緊密地結合起來。
**2.** 已達靈性之愛嘅心,對鄰舍絕無任何不配愛嘅念頭。
**3.** 口裡祝福,心卻輕視的人,以愛為名掩飾自己的偽善。
**4.** 得着愛嘅人,會以平靜嘅心態去承受敵人加諸佢身上嘅一切悲傷同痛苦。
**5.** 只有愛能令萬物與神,以及彼此之間,在心靈上合一。
**6.** 真正嘅愛,係指喺心裏面對鄰舍冇任何懷疑同埋惡言相向嘅人先擁有。
**7.** 凡行事不致破壞愛者,在神和人面前都蒙榮耀。
**8.** 真誠嘅愛就係以*「出於好良心」*呢句真話嚟表現(提摩太前書1:5)。
**9.** 凡有人由他人聽到責備的話,再轉述畀兄弟,就係喺好意嘅面紗底下藏住嫉妒。
**10.** 正如身體的德行能獲得人的讚揚,屬靈的德行就能獲得神的讚揚。
**11.** 愛同自我克制可以淨化靈魂,而純潔嘅祈禱則可以啟發心靈。
**12.** 一個透過行為同心念驅走邪惡嘅人,就係強者。
**13.** 凡已達致無欲並具靈性洞察力者,已蒙神恩。
**14.** 如果你想擺脫激情嘅念頭,就要實踐自制同埋對鄰舍嘅愛。
**15.** 你要防範放縱同仇恨,咁你喺禱告嘅時候就唔會遇到絆腳石。
**16.** 正如垃圾坑入面搵唔到香味,同樣,一個好報復嘅靈魂入面都冇愛嘅香氣。
**17.** 勇敢地抑制憤怒和慾望,你就會很快擺脫邪念。
**18.** 虛榮摧毀善行嘅隱藏,而驕傲則驅走所有謙卑。
**19.** 偽善同虛假係虛榮嘅特徵,而自負同嫉妒就係驕傲嘅特徵。
**20.** 能夠制服自己,使身心都受心靈(靈魂)管轄的人,就稱之為大師。
**21.** 朋友嘅誠意喺試煉嘅時候先見到,佢喺我哋最需要嘅時候撐住我哋。
**22.** 透過寂靜的獨處平息你的情緒,並對心頭湧現的念頭施以嚴格的審判。
**23.** 對造成你悲傷侮辱嘅人唔好心存怨恨,但對放蕩好色嘅人就要抱住敵意。
**24.** 靜默獨處、禱告、愛心同自制——呢四樣就係拉住心靈直上天庭嘅四匹馬戰車。
**25.** 透過禁食同守夜去消磨肉體,你就可以驅走折磨人嘅慾望念頭。
**26.** *「就如蠟燭在火前融化」*(詩篇67:3),污穢的思想亦因敬畏上帝而消融。
**27.** 理性嘅靈魂若長時間留喺可恥嘅慾望中,實在係一大罪惡。
**28.** 要耐心承受悲傷同令人心碎嘅不幸打擊;因為就係透過呢啲試煉,上帝嘅旨意先至要潔淨你。

**29.** 你既拋棄咗你嘅財物,同世棄絕咗,最後亦要棄絕你嘅惡念。
**30.** 心靈理當不斷被神的話語教導。
**31.** 正如管治世界係上帝嘅工作,同樣,管治身體就係靈魂嘅工作。
**32.** 我哋今日仍然受肉體慾望奴役,將以咩盼望去見基督?
**33.** 慾望會因苦楚同憂傷而消滅,無論呢啲係我哋自找嘅,定係上天所遣。
**34.** 貪愛金錢係情慾嘅養料,因為佢滋養同維持住包羅萬有、放縱自己嘅慾望。
**35.** 憂愁會令享樂(或感官慾望嘅滿足)減少;但享樂卻同各種情慾緊密相連。
**36.** 你用甚麼量器量给人,上帝也要用甚麼量器量给你。(馬太福音7:2)
**37.** 神審判嘅作為,就係對身體所行之事嘅回報。
**38.** 德行同知識會帶來不朽;但佢哋嘅衰落就成為咗死亡嘅母親。
**39.** 為神憂愁能除掉慾望;而慾望的除掉,就係靈魂的復活。
**40.** 不動心係靈魂對惡嘅堅定;但係冇咗基督嘅恩典,就達唔到。
**41.** 基督係靈魂同肉身嘅救主,凡跟隨佢腳蹤行嘅人,都得脫離一切邪惡。
**42.** 如果你想得着救恩,就要棄絕肉體的慾望,而擁抱自制、愛和禱告。
**43.** 真正嘅洞察力係無情執嘅特徵,憑住佢,所有嘢都喺適當嘅分度去做。
**44.** 我哋嘅主同神就係耶穌基督;凡跟隨佢嘅心,就唔會留喺黑暗入面。
**45.** 收斂你嘅心思,守住你嘅念頭;凡係發現有激情嘅,就同佢哋作戰。
**46.** 思想有三個來源:感官、記憶同身體嘅充實;但當中最麻煩嘅,就係由記憶衍生出嚟嗰啲。
**47.** 得智慧者成為無形之物洞見的參與者,並知曉世界的起初與終結。
**48.** 唔好忽略正當嘅行動,你嘅心靈就會得着啟迪;因為對呢啲人應許:*「我要為你打開隱藏而未見過嘅寶藏」* (以賽亞書 45:3)。
**49.** 擺脫情慾嘅人已經獲得上帝嘅眷顧,而 deemed worthy of knowledge 嘅人就蒙賜大憐憫。
**50.** 心靈脫離情欲,就會變得光亮,因為它不斷透過對萬有嘅思索而獲得啟發。
**51.** 靈魂嘅光就係知識;冇咗佢,無知者就喺黑暗中行。
**52.** 愚昧人一生行喺黑暗中,並畀無知嘅黑暗所包圍。
**53.** 凡愛耶穌者,必得脫離邪惡;凡跟隨祂者,必見真光。
**54.** 心靈脫離情欲,能洞察微妙念頭,無論身體清醒或沉睡時。
**55.** 已達至最高純潔程度嘅心靈,會覺得自己被受造之物所限制,並渴望超越一切受造之物。
**56.** 得着無限無窮者,乃是福氣;只有超越一切有限者,才能夠達到此境。
**57.** 敬畏上帝者深思祂的話語;熱愛祂話語者於其中發現真理。
**58.** 心靈若由公義引導,就能發現真理;但若被任何激情驅使,就無法達到。
**59.**正如神嘅本體無法被認識,祂嘅偉大亦同樣難以定義。
**60.** 無始無終之位的智慧,深不可測。
**61.** 萬物嘅救恩都喺佢哋嘅創造主全善嘅眷顧之中。
**62.** 主憑祂的憐憫,扶持所有跌倒的人,也扶起所有被壓低的人。
**63.** 基督係生者同死者的審判者,亦係每件事蹟嘅公義賞賜者(使徒行傳10:42;詩篇61:13)。
**64.** 如果你想管治你嘅靈魂同身體,就要快手斬斷情慾嘅成因。
**65.** 將靈魂的功用與美德連繫,每一衝動都會與情慾分離。
**66.** 用自制力約束慾望,用屬靈的愛約束憤怒。
**67.** 靜默的獨處和禱告是美德最強大的工具;因為它們淨化心靈,使之變得敏銳。
**68.** 只有屬靈的談話有益;其他情況下,保持沉默為上。
**69.** 五種談話中,三種要實踐;第四種不可太常參與;第五種則要戒除。
**70.** 對塵世毫無執着的人,喜愛沉默;不愛任何世俗之物的人,人人皆愛之。
**71.** 真正嘅老師就係自己嘅良心;凡係聽佢嘅話,就永遠都冇瑕疵。
**72.** 良知只會得罪已經達到道德巔峰或者已經墮入邪惡深淵嘅人。
**73.** 至靜生至純之念;至知見無上之道。
**74.** 未曾享受過肉體慾望的人,所感到的悲傷不值得讚揚;但棄絕它們的人,則心境依然輕鬆。

**75.** 悲傷,一般嚟講,就係失去咗所渴望嘅快樂,無論係嚟自上帝定係嚟自世界嘅靈。
**76.** 上帝嘅國度就係良善同智慧; whoever 獲得咗佢哋,就住喺天國。
**77.** 哀哉!那有靈魂同身體嘅人,寧願揀世界嘅道路過於上帝。
**78.** 對所有人都一視同仁、不嫉妒行善有成者,卻憐憫不理會善者,就已達至平等之愛。
**79.** 凡以德行之要求為靈與肉之律法者,當以合宜之方式治理。
**80.** 一位好嘅靈性商人,為咗未來,一樣放棄咗今生嘅快樂同痛苦。
**81.** 靈魂因愛與自律而得強化,心靈則因純潔的禱告與靈性默想而得強化。
**82.** 聽建造性嘅說話時,唔好評頭品足講者,免得自己失去拯救靈魂嘅造就。
**83.** 邪惡嘅心藏住邪惡嘅念頭,並透過曲解鄰舍嘅所作所為,將佢哋嘅美德變成缺點。
**84.** 唔好信嗰種譴責你鄰舍嘅念頭,因為心存惡藏嘅人,同時都存住惡念。
**85.** 好心腸就會生出好念頭;因為人嘅念頭就係佢內心深處嘅真實。
**86.** 把守你嘅思想,遠離邪惡,免得你嘅心智被蒙蔽,令你對事物產生扭曲嘅睇法。
**87.** 反思猶太人,提防佢哋嘅所作所為。佢哋畀嫉妒蒙蔽,侮辱咁稱主同上帝為「別西卜」。
**88.** 惡意嘅懷疑會蒙蔽心智,令佢將錯認做對。
**89.** 情慾源自所有美德;所以多情嘅人就會誤將美德當成情慾。
**90.** 如果心境長時間停留喺喜悅或悲傷,就會好快陷入絕望嘅激情。
**91.** 清明嘅良心令靈魂喜悅,而污穢嘅念頭則將佢拋入地獄深處。
**92.** 當激情湧現時,佢哋會驅走虛榮;但激情一旦被驅走,虛榮又會返嚟。
**93.** 如果你想一次過擺脫所有激情,就要實踐自律、愛同禱告。
**94.** 心靈若專心祈禱,安居於神,能使靈魂中最狂熱的部分,亦得以從激情中解脫。
**95.** 神賜予受造之物以生命,並以祂的預旨擁抱萬有。
**96.** 雖然祂係萬有之主,但祂甘心成為僕人,藉此向受造之物顯示祂最高程度嘅眷顧(腓立比書2:7)。
**97.** 道成肉身嘅上帝,雖然毫無改變,但藉住祂嘅肉身同萬有聯合。
**98.** 神既在世,人又在天,此乃天地之間之奇蹟;如此,祂將人類與天使結合,並賜予眾人及萬有以神化。
**99.** 天使和人嘅成聖同神化,就係對聖而同質三位一體嘅認識。
**100.** 罪得赦免就係從情慾中得釋放;凡未因恩典而從情慾中得釋放者,都未得赦免。

## *第一百零二*

這首頭字母詩讀作:「 」*為我祈禱吧,我最尊敬的兄弟;因為我應得地要遭遇大不幸,都是因為我自己任性所致──靈魂的憂傷與肉體的苦楚。*

**1.** 你想即刻擺脫你嘅慾望?— 就要放棄所有慾望之母──自我愛。
**2.** 靈魂嘅健康在於無情慾同智慧,而沉溺於肉體慾望嘅人,根本無可能達到。
**3.** 忍耐實踐嘅節制同慷慨表現嘅愛,可以令所有慾望枯竭,無論係身體定係靈魂嘅。
**4.** 自愛係靈魂所有惡劣情慾嘅根源;而自愛就係對身體嘅愛(或者自憐)。
**5.** 理性嘅一個特徵,就係要將自己臣服於心靈,同時又要制服同奴役身體。
**6.** 理性嘅人向非理性低頭,淨係顧住滿足可恥嘅慾望,真係可恥。
**7.** 理性嘅靈魂放棄造物主,向身體卑躬屈膝,係自取滅亡。
**8.** 你被命令要將身體當作奴隸;被身體的慾望奴役,是違背自然的。
**9.** 切斷與身體的同夥羈絆,只給這奴僕最嚴格必要的东西。
**10.** 將你嘅感官關喺沉默獨處嘅要塞入面,免得佢哋引誘心靈去追求自己嘅慾望。
**11.** 對於一個以耐心修習沉默的人而言,最強大的武器是自律、愛、祈禱和閱讀。
**12.** 心念不停留喺肉體慾望嘅對象上,直到制服咗肉體之後,先至專注於沉思。
**13.** 我哋努力遵守誡命,好令自己從慾望中得釋放;堅守神聖教義,好令自己配得上智慧。
**14.** 靈魂嘅寧靜來自無慾同知識,而沉溺於肉慾嘅人根本無可能獲得。
**15.** 克制身體,斷絕佢嘅慾望,你就會令佢從呢啲慾望嘅沉重枷鎖中解脫。

**16.** 人本自由,並蒙召向自由,切勿容不純之情慾將你奴化。

**17.** 透過悲傷與喜悅、慾望與恐懼,魔鬼將心靈綑綁於感官之中。

**18.** 敬畏上帝能約束慾望,而為上帝憂傷則能驅走肉慾。

**19.** 渴慕智慧者輕視恐懼,而知識的甘甜驅散憂傷。

**20.** 聖經包含以下四種元素:誡命、教義、警告和應許。

**21.** 慾望靠禁慾同勤力得以節制,靠寂靜獨處同神聖之愛而被枯竭。

**22.** 唔好用隱晦可疑嘅說話去傷害你嘅弟兄;如果你自己要受同樣對待,你都頂唔順。

**23.** 忿怒會被大度同無惡意所約束,並會被愛同憐憫(寬容)所消滅。

**24.** 知識賜予誰,就賜予他明白的光;但凡領受了卻褻瀆它的人,將會見到黑暗。

**25.** 遵守誡命會帶來無情欲;而靈魂的無情欲則由智慧所保障。

**26.** 將感官知覺轉化為理性思辨,你就能提升感官超越感官層次。

**27.** 女人象徵着修行中的靈魂;與她結合,心靈就會孕育美德。

**28.** 真心誠意、敬畏而熱誠地追求神者,研讀神的話語,就使他們的心中充滿神的心意。

**29.** 就如光對能見者與可見事物一樣,神對能思者與可知事物亦然。

**30.** 可感嘅天穹象徵信心嘅天穹,喺上面,好似天體咁,所有聖徒都發光。

**31.** 耶路撒冷係天上嗰座──無形之物嘅知識;因為喺佢入面先見到世界嘅異象。

**32.** 唔好忽略積極事奉嘅生活;否則你嘅知識會減少;到時因為 ensuing 嘅饑荒,你就會去到埃及(創世記 26:1–2)。

**33.** 屬靈嘅自由就係擺脫情慾,冇人可以喺基督嘅恩典之外得呢個自由。

**34.** 應許之地就係天國,而冷漠同知識令我哋配得上佢。

**35.** 屬靈嘅埃及就係情慾嘅黑暗,冇人會落入其中,除非佢先經歷饑荒。

**36.** 充實你嘅耳仔,用屬靈嘅言語,你嘅心思就會遠離污穢嘅念頭。

**37.**只有上帝本性 alone is good and all-wise;但心靈若努力追求與祂交通,亦可成為如此。

**38.** 節制你嘅肚腹、你嘅睡眠、你嘅忿怒同你嘅舌頭;──*「你嘅腳唔好絆喺石頭上。」*(詩篇 90:12)

**39.** 努力去平等咁愛每一個人,你就可以一次過驅走所有慾望。

**40.** 感官知覺係心靈同感官都共有;但係屬靈嘅知識就淨係屬於心靈。

**41.** 除非心靈先斬斷對感官同感官事物嘅偏向,否則根本唔可能處理屬靈嘅事。

**42.** 自然感覺天生偏向於感官,並因此分散心神。

**43.** 將感官置於心靈之下,切勿畀佢哋有時間分散心靈嘅注意力。

**44.**當心念不經意間轉向感官之事,就將注意力從感官移開,引導它去領悟眼前事物所蘊含的精神意義。

**45.** 心靈若已投入靈性事物,便會對一切感官享樂視而不見。

**46.** 心靈嚮往探索屬靈事物,從此獲得源源不絕的喜悅。

**47.**當心靈因對至一者嘅知識而豐富時,感官亦都會被佢制約。

**48.** 唔好畀你嘅心留喺感官事物上,免得俾佢哋本身嘅喜悅同悲傷所困。

**49.** 凡心志常留於靈性事物者,靈魂中之欲求部分,即化為神聖之武器。

**50.** 除非靈魂中可欲嘅部分先被賦予相應嘅美德,否則心靈根本唔可能充滿知識。

**51.**當心完全斷絕所有感官知覺時,就會超脫塵世。

**52.** 理性部分嘅特徵應該係追求對上帝嘅認識,而慾望部分就係愛同自制。

**53.** 如果冇相應嘅傾向,理性就唔可能一直專注喺任何感官事物上。

**54.** 當心充滿知識時,就完美;當靈魂根植於美德時,就完美。

**55.** 心對感官享樂嘅偏向,令佢成為身體慾望嘅奴隸。

**56.** 當靈魂中嘅慾望部分背離咗美德,心智亦都會從佢嘅知識位置上被移開。

**57.** 我哋已經領受咗*「成為神嘅孩子嘅權利」*(約翰福音1:12),但除非我哋擺脫咗自己嘅情慾,否則就唔會真係成為。

**58.** 除非已經在他裡面獲得了神聖的品格,否則不可有人以為自己真係成為咗神嘅孩子。

**59.** 採納好或壞嘅品格特質,令一個人成為神嘅兒子,或者撒旦嘅兒子。

**60.** 智慧人係指留心自己,並急於將自己從一切污穢中潔淨嘅人。

**61.** 剛硬嘅靈魂就算畀人鞭笞都唔會感到嘢,亦無法對恩人懷有感恩。

**62.** 著住污穢衣服嘅人會被趕出上帝嘅婚筵,成為徹底黑暗嘅一份子(馬太福音22:12–13)。

**63.** 敬畏上帝的人,顧念自己的靈魂,就從惡運中得救。

**64.** 離棄上帝、奴隸式放縱肉體慾望的人,根本得不到上帝的憐憫。

**65.** 耶穌基督就係嗰位講*「冇人能事奉兩個主」*嘅道(馬太福音6:24),即使我哋唔願意相信。

**66.** 被玷污嘅靈魂會因慾望而變得剛硬,如果唔行割除同灼燒嘅手術,就無可能相信。

**67.** 已經變得麻木不仁嘅人,需要嚴苛嘅試煉;因為冇劇痛,佢哋就軟唔返。

**68.** 智慧人照顧佢嘅靈魂,自願受苦,就可以避免被迫受苦。

**69.** 關懷靈魂即係自我克制(自我否定嘅行為)同謙卑,為咗呢兩樣,上帝會赦免一切罪過。

**70.** 正如慾望同憤怒會令罪惡倍增,禁慾同謙卑就能抹去佢哋。

**71.** 為神憂愁會令心碎;佢係出於對地獄折磨嘅恐懼。

**72.** 為神憂傷潔淨心靈,使之遠離不潔淨的悅樂。

**73.** 忍耐係靈魂嘅勤力(想操練靈魂嘅渴望);有咗呢種勤力,對享樂嘅愛就畀驅逐走。

**74.** 每一個罪都係為咗慾望而犯;但係,每一份寬恕,都係透過苦楚同憂傷而得嚟。

**75.** 凡不肯自願懺悔者,都要受神安排嘅被迫受苦。

**76.** 基督係全世界嘅救主;佢賜畀人哋悔改得救(馬太福音4:17)。

**77.** 悔改引致遵守誡命;而遵守誡命潔淨心靈。

**78.** 靈魂的淨化,即係從情慾中得釋放;而從情慾中得釋放就會產生對上帝的愛。

**79.** 靈魂若愛神,就係純潔;心思若脫離無知,就係純潔。

**80.** 要努力遵守上帝的誡命,甚至至死;因為藉着它們的潔淨,你將進入生命。

**81.** 要用身體做誡命嘅僕人,盡量保持佢唔受慾望同痛苦嘅困擾(健康)。

**82.** 肉體嘅反叛係因為忽略咗禱告、飲食同沉默。

**83.** 好人嘅沉默會結出果實:愛、自律同純潔嘅禱告。

**84.** 閱讀同禱告可以淨化心靈;但係,愛同節制先至可以淨化靈魂入面嗰個有慾望嘅部分。

**85.** 總要保持同等程度嘅節制,免得因為前後唔一致而跌入其對立面。

**86.** 為自己立下規矩之後,就唔好用詭辯同扭曲嘅方法去解釋,出賣自己;因為任何人用呢種方式偏離規矩,就係自欺(佢就係自己嘅魔鬼)。

**87.** 激情嘅靈魂就好似日落;因為喺佢哋入面,真理嘅太陽已經落山。

**88.** 凡以良善、智慧、力量同真理效法上帝嘅人,就係上帝嘅兒子。

**89.** 靈魂的病態是邪惡的私慾;然而,它的死亡卻是透過行為所犯的罪(羅馬書5:12)。

**90.** 屬靈的超脫是完全的淡泊,在此狀態中,心思從世上一切事物中退後。

**91.** 凡事都要按着靈魂的德行去行,因為由此而產生公義的果實。

**92.** 佢哋話,對心靈對象嘅思索係無形體嘅,完全同物質同形體格格不入。

**93.** 就好似四大元素同物質同形體唔係陌生,由佢哋組成嘅身體都同樣同佢哋唔陌生。

**94.** 道因愛人而成為肉身(約翰福音1:14),既未改變祂原本的本質,亦未改變祂所成為的形體。

**95.** 我哋講到道成肉身嘅神──聖子──既講到佢喺神性入面、喺人性入面,又講到佢喺神性同人性入面;既講到佢有兩種本性,又講到佢按兩種本性存在。

**96.** 我哋承認喺基督入面只有一個位格,兩個本性不可分割地聯合。

**97.** 我哋讚美基督入面嗰個獨一、不可分割嘅位格,並承認佢兩性之間嘅無混雜聯合。

**98.** 我哋敬拜那三位一體嘅單一神性,並榮耀同質嘅聖三一。

**99.** 父性、子性同本於父的流出,係三而一神格中各自所固有;至於存在、本性、神性同善性,則為三而一神格所共有。

## *一百零三*

其頭字母詩讀作:「 」 *惡不應被視為那重負肉體卻淨化靈魂的事;相反,它是那令良心不安卻令肉體歡愉的事。*

**1.** 對天生就善者,要存好心;對每個人都要存好心。

**2.** 到審判日,我哋要喺上帝面前交代我哋嘅言行同思想。

**3.** 我哋行善或作惡嘅習慣,會令我哋自然而然咁去諗、去講同去做。

**4.** 被慾望所支配嘅心會藏住唔雅嘅念頭;而呢啲念頭會透過言行表現出嚟。

**5.** 一個壞念頭之前總有一種情慾;情慾嘅起因係感官;而佢哋被濫用嘅原因,就係心。

**6.** 節制你嘅情緒,制服你嘅念頭,並以誡命作為武器,去克服你嘅情慾。

**7.** 邪惡根深蒂固,要克服它需要持續的努力;因為深植的習慣難以撼動。

**8.** 持續嘅自我克制同愛心,配合耐性同沉默,就會消咗已經糾纏住你嘅慾望。

**9.** 經常以禱告提升你嘅心靈,就能驅散心入面徘徊嘅念頭。

**10.** 苦行需要耐性同勇氣;因為慾望只會透過長期而自願嘅自律先至可以驅走。

**11.** 如果你凡事適可而止,並按規矩行事,你就能成功實踐你的苦行。

**12.** 喺你嘅苦行努力中,要一直保持同一嘅分寸,除非絕對必要,否則唔好打破既定嘅規則。

**13.** 就如愛同自我克制可以淨化一個人嘅思想,深思熟慮同祈禱亦都一樣——*「凡不合基督的意念,凡不照基督安排的計謀」*(林後10:5)。

**14.** 苦行——即係禁食、守夜、忍耐同慷慨——可以淨化良知。

**15.** 凡是歡喜甘願地忍受被迫試探所帶嚟的打擊,就能變得謙卑、在屬靈事上精明且可信。

**16.** 忍耐根植於靈魂對自我克制嘅渴望;佢就係要忍受一切出現嘅艱苦同不由自主嘅誘惑。

**17.** 對可怕嘅誣衊保持泰然處之,會令心無惡意;但係,忍耐卻能一次過徹底從靈魂中根除一切邪惡。

**18.** 沉重嘅災難打擊撕裂人心,而由悲傷所帶嚟嘅感受,會驅走對享樂嘅慾望。

**19.** 有四種主要嘅激情,上帝喺祂嘅智慧安排下,令佢哋互相對抗。

**20.** 因為對快樂嘅追求會畀悲傷所摧毀,而對地獄折磨嘅恐懼則令慾望枯萎。

**21.** 審慎嘅心靈教導靈魂追求屬靈嘅事,而身體就喺各種體能操練中受訓練。

**22.** 努力確保僧侶唔單止顯露佢哋嘅外在,仲要透過淨化佢哋嘅情慾,顯露佢哋嘅內在。

**23.** 第一種出離係對財物嘅出離;第二同第三種就係對情慾同無知嘅出離。

**24.** 想放棄財物嘅人,輕而易舉;但要放棄對財物嘅執着,就唔容易。

**25.** 能制住慾望,就能制服忿怒;因為忿怒嘅根源就係慾望嘅刺激。

**26.** 咁,我哋係咪已經清除了激情嘅念頭,因此嘗到純粹同無形嘅禱告?定係仲未?

**27.** 心靈若已從情慾中得釋放,並棄絕了一切受造之物,且安息於神內,則為偉大。

**28.** 得進步者默想以下三件事:誡命的遵守、教義的認識,以及對聖三一的信仰。

**29.** 擺脫情慾嘅心靈會專注於以下幾樣嘢:微妙嘅念頭、對受造之物嘅默想,同埋永恆嘅光。

**30.** 最卑鄙嘅情慾潛藏喺我哋靈魂深處;但當佢哋嘅所作所為被揭露,就會顯現出嚟。

**31.** 有時心靈會保持平靜,達到某種無情欲嘅狀態;但因為冇嘢(或者冇實踐對象),所以仍然未經淬鍊。

**32.** 情慾會因以下三件事而激發:對其對象的回憶、身體的滿足與安寧,以及感官,正如先前所述。

**33.** 心靈經過將感官好好控制,同埋整理好身體,就只剩下一場戰役要打——對抗記憶。

**34.** 當缺乏自我節制同靈性之愛,情慾就會透過感官被激起。

**35.** 適度嘅禁食、守夜同詩篇歌唱通常可以調節身體嘅體質。

**36.** 以下三樣嘢明顯會損害身體體質:飲食無常、氣候變化,同埋鬼怪嘅影響。

**37.** 以下方法可制服激情:禱告、讀經、節制同埋愛。

**38.** 首先令感官靜默,然後以美德為武器對抗呢啲念頭。

**39.** 心靈嘅罪係濫用思想去做惡;而行為嘅罪係濫用事物去做惡。

**40.** 誤用思想同事物係唔敬虔同唔義;用兩者去做惡事就係錯。

**41.** 可憎嘅激情就係捆綁住心靈,令佢做感官奴隸嘅鎖鏈。

**42.** 冇對行為同事物,或者對佢哋嘅回憶有任何執着,就叫完美嘅無情執。

**43.** 一個好嘅靈魂會做好事幫助鄰居,如果遇到唔識好歹,都會大度包容,並耐心忍受佢哋造成嘅任何傷害。

**44.** 邪惡嘅念頭本身就係邪惡,凡係未將佢哋從自己心裏淨化,就學唔到真正嘅知識。

**45.** 聽從基督者自照,效法基督者自進。

**46.** 怨恨係靈魂嘅麻風病;佢會因侮辱、損失或者懷疑嘅念頭而起。

**47.** 主叫嫉妒者瞎眼,因為佢哋唔會為鄰舍嘅福份按公義去悲傷。

**48.** 一個好造謠嘅靈魂有三刃嘅舌頭,因為佢會傷害自己、聽者,有時甚至連被造謠嘅人都受傷。

**49.** 真心為冒犯過自己嘅人禱告,就遠離惡意;唔吝嗇賜予佢禮物,就擺脫怨恨。

**50.** 恨人就係靈魂嘅死;而呢個就係誣衊者靈魂所擁有,同時又加諸自己身上嘅嘢。

**51.** 懶惰源於靈魂的敗壞;但被肉慾困擾的靈魂不會勤力。

**52.** 凡愛主耶穌的,都必致力於苦行;而堅持於此苦行,就能驅走懶惰。

**53.** 靈魂因苦行而得堅強──並以節制行事,就能驅走懶惰。

**54.** 能制伏自己肚腹的人,就消滅了情慾,他的心也不向污穢的念頭低頭。

**55.** 清潔者嘅心思係聖靈嘅殿;但貪食者嘅心思就係烏鴉嘅住處(以賽亞書34:11)。

**56.** 貪食會令人渴望各種美味佳餚,而禁食卻能令一塊麵包都變得香甜。

**57.** 暗中與受人嫉妒者同喜的人,就脫離嫉妒;隱藏足以令人嫉妒之事的人,就使他人免於嫉妒。

**58.** 遠離一個行事大意嘅人,即使佢嘅名聲喺好多人眼中好崇高。

**59.** 揀一個勤力嘅人做朋友,你就會發現佢可以遮蓋你嘅過失。

**60.** 草率嘅人已經將自己賣畀好多主人;佢哋點帶領佢,佢就點樣生活。

**61.** 疏忽,好似朋友,喺安寧時眷顧你;但喺試探時,就好似仇敵,會反對你。

**62.** 當慾望未起時,懶惰會為你捨棄自己;但一旦慾望升起,就會奪走你的靈魂。

**63.** 荒廢嘅土地會長滿荊棘,而疏忽嘅靈魂就會充滿污濁嘅慾望。

**64.** 智慧的心靈約束住自己,耗盡身體,並將情感臣服於自己。

**65.** 可見嘅行為係隱藏內心行為嘅徵兆,就好似樹上嘅果實會顯露嗰棵樹嘅本性。

**66.** 言行暴露偽君子,正如它們揭穿秘密的假先知。

**67.** 失喪理智嘅心靈唔會教導自己嘅靈魂,反而將佢帶離愛同自制。

**68.** 污穢思想嘅成因係敗壞嘅品格,由虛榮、驕傲同自大所驅動。

**69.** 被呢啲激情所控制嘅人,特徵係偽善同欺騙,仲有狡猾、嘲弄,同最卑鄙嘅謊言。

**70.** 呢啲人亦都受嫉妒同偏執、憤怒同暴怒、憂傷同報復心嘅糾纏。

**71.** 这就是沉溺懒散者的道路,而这就是藏在我里面的宝藏。

**72.** 節制(嚴格嘅身體苦行)同謙卑可以拯救靈魂,並將佢從上述嘅情慾中解救出嚟。

**73.** 智慧心嘅標誌係有用嘅言語,而好心靈嘅標誌係好嘅行為。

**74.** 開悟嘅心靈會講出智慧嘅言語,而純淨嘅靈魂則培養神聖嘅思想。

**75.** 熱誠者嘅思想教導智慧,佢嘅言語照亮聆聽者。

**76.**當一個靈魂充滿善性,就會培養善念;但當一個靈魂充滿惡性,就會產生不健康嘅念頭。

**77.** 一個充滿激情嘅靈魂係邪念嘅溫床,佢由自己嘅儲藏庫度攞出邪惡(馬太福音12:35)。

**78.** 好嘅寶藏就係美德嘅習慣,而好嘅心就會從中生出善念。

**79.** 受神聖之愛感動的心,會對神懷有善念;而受自愛之心所驅動的心,則產生相反的念頭。

**80.** 被對鄰舍嘅愛所感動嘅心,會無休止咁對佢懷住好嘅念頭(林前13:5);但係被相反嘅情感所驅動嘅心,就會對佢懷住惡意。

**81.** 好思想嘅原因係美德;美德嘅原因係誡命;而實踐佢哋嘅原因係好意願。

**82.** 德行同罪惡──無論係留喺心靈入面定係離開──都會令心靈傾向向善或向惡,促使佢滋生互相對立嘅念頭。

**83.** 惡念嘅成因係激情;激情嘅成因係對戒律嘅不順從;不順從嘅成因係感官嘅誘惑;而誘惑嘅成因就係心靈冇管制感官。

**84.** 對於正不斷進步嘅人,好嘅品性仍然好容易就變成相反;但對已經完美嘅人,呢啲品性就堅定不移。

**85.** 靈魂嘅力量係一種堅定不移嘅美德習慣;已經達到呢種境界嘅人話:*「有咩能將我哋同神嘅愛分開呢?」*(羅馬書 8:35)。

**86.** 自愛先於一切情欲;然而,驕傲則隨之而來。

**87.** 三種主要嘅罪惡情慾,都源自我愛嘅情慾。

**88.** 呢三樣就係貪食、虛榮同貪婪,所有其他情慾都由此而生。

**89.** 貪食之後是淫亂,虛榮之後是驕傲,其餘則三者同時並存。

**90.** 呢三種之後,就跟住憂愁、憤怒、怨恨、嫉妒、懶惰同其他……

## *禱告*

**1. 哦,**基督,萬有之主!拯救我脫離这一切──既脫離那破壞性的情欲,也脫離由它們所生的念頭。

**2.** 我哋係為咗祢而被造,好讓我哋喺祢入面得着喜樂,並被安置喺祢所種嘅伊甸園入面。

**3.** 然而,我哋自找咗呢個現時嘅羞辱,寧願揀毀滅性嘅嘢,唔要福樂嘅喜悅。

**4.** 因此,我哋喺自己入面已經領受咗應得嘅報應,繼承咗死亡而唔係永恆生命。

**5.** 主啊,既然你一向眷顧我們,就求你到最後都作我們的守護者──正如你肯為我們道成肉身,就求你拯救我們眾人。

**6.** 因為祢來拯救失喪的人;所以,求祢不要將我們排除在得救者的行列之外。

**7.** 使我哋嘅靈魂得生,拯救我哋嘅身體,潔淨我哋脫離一切污穢。

**8.** 打破綑綁我哋作奴仆嘅慾望鎖鏈,正如你打破咗污穢魔鬼嘅大軍。

**9.** 並拯救我哋脫離佢哋嘅暴政,好等我哋只服侍你──永恆嘅光。

**10.** 當我哋從死裡復活之後,會同天使一齊,組成一個蒙福、永遠都唔會分散嘅合唱團。

## *第一百零四*

其字母詩首字母讀作「　」。*但求你切實向上帝禱告,使我們得脫離一切真實的、想像的,以及被視為如此的惡。*

**1.** 凡是將心思從肉體的愛撫中抽離的人,就藉着賜生命的聖靈,*「治死肉體的行為」*(羅馬書 8:13)。

**2.** 如果你嘅心思仍然沉迷於屬肉體嘅事,就唔好諗住放棄對肉體嘅慾望。

**3.** 正如感覺同感官屬於肉體,心思同理性就屬於靈魂!

**4.** 轉離你嘅靈魂對感官同可感事物嘅執着,你嘅心思就會安息喺神入面,並專注於屬靈嘅事。

**5.** 只可由心智認識嘅理智存在,與神性相似;而感官同可感事物,就係為咗服侍心智而受造。

**6.** 讓感官同可感事物為你嘅靈性思辨服務,而唔係用嚟滿足肉體嘅慾望。

**7.** 你被命令要*「將屬肉體的事行徑治死」*,好等你透過艱苦嘅努力,去復活因肉體慾望嘅享樂而死去嘅靈魂。

**8.** 讓上帝掌管你,你就要掌管你嘅感官;做更好嘅個,唔好畀比你更低劣嘅嘢掌管你。

**9.** 神係永恆、無限同無所限制,佢應許凡順服佢嘅人,得享永遠、無限同難以言喻嘅福份。

**10.** 心靈的本性是安息在神裏面,並默想祂,以及祂的眷顧和祂可怕的審判。

**11.** 你有一種向某樣嘢傾斜嘅能力,但要站喺更好嘅邊,咁你就可以制服較差嘅啲。

**12.** 感官同可感事物係好嘅,因為佢哋係好嘅上帝所造;但係佢哋無論點都比唔上心智同理智。

**13.** 上帝創造咗理性同知性嘅本性,令佢哋能夠認識萬有同認識祂自己;同時,祂又塑造咗感官同感官世界,目的就係為呢個目標服務。

**14.**就好似一個唔受拘束嘅奴僕唔應該臣服於一位仁慈嘅主人,同樣,理性嘅心靈都唔應該臣服於凡人嘅肉體。

**15.** 唔能夠管住感官嘅心靈,就會因佢哋而犯罪:因為畀肉體慾望所誘惑,通常會導致放蕩。

**16.** 你要控制住感官,將記憶緊鎖;因為印象先由感官接收,再由記憶召喚,就會再度激起情慾。
**17.** 疲勞你嘅身體,多啲禱告——你好快就會擺脫偏見嘅念頭。
**18.** 不斷研讀神聖嘅話語;因為喺呢方面勤力實踐,就可以根除情慾。
**19.** 閱讀、守夜、祈禱同詩篇歌唱,可以令心靈擺脫對情慾事物嘅馳騁。
**20.** 就如春天令植物重生,無情欲亦令心靈向那存在者嘅知識邁進。
**21.** 遵守誡命,你就會得著平安;愛神,你就會得著知識。
**22.** 透過艱苦嘅勞動同額頭嘅汗水,你先至可以食到知識嘅麵包。
**23.** 疏忽令我哋嘅祖先跌入萬丈深淵,冇得享受樂園嘅安慰,反而被判處死亡。
**24.** 你都要吩咐你自己嘅夏娃提防嗰條蛇;免得佢畀條蛇哄騙,將禁果畀你食。
**25.** 正如靈魂本性上就賦予身體生命,同樣,德行與知識賦予靈魂生命。
**26.** 自以為智嘅心,就好似無水嘅雲,畀虛榮同驕傲嘅風吹走。
**27.** 同時要遠離虛榮,亦要防範淫亂,免得你為避開榮譽而陷入羞辱。
**28.** 避免自大時,要將目光轉向上帝,否則你可能會陷入自以為是或不道德。
**29.** 虛榮本性係要作秀;驕傲就係貶低人同發脾氣。
**30.** 避免貪食,小心唔好想討好人,亦唔好裝出自以為得意的表情。
**31.** 禁食係最好嘅,當一個人喺節食中得到樂趣,又對清淡嘅食物感到滿足,同時又唔想討好人。
**32.** 若你晝日禁食到夜晚,就唔好食得飽,免得你將啱啱毀咗嘅又重建返。
**33.** 戒酒嘅時候,都唔好飲太多水;否則你仍然會為慾望添燃料。
**34.** 驕傲令人生出離棄神助、自力更生,並自以為高人一等的心態。
**35.** 對付驕傲有兩種良藥;若果唔善用,就遲早會遇到第三種,而佢最嚴重。
**36.** 驕傲會被帶住眼淚嘅禱告、唔貶低任何人,同埋不由自主嘅悲傷所驅逐。
**37.** 藉試煉施加嘅管教係一把屬靈嘅杖,教導喺愚蠢中自大嘅人學乖。
**38.** 唔好屈服於暗中誣陷鄰舍嘅人嘅念頭。
**39.** 就如一個唔除雜草嘅園丁,會畀雜草扼殺菜苗;同樣,一個唔淨化思想嘅心靈,就會摧毀苦行嘅心血。
**40.** 智慧人係肯聽勸嘅人,尤其係當呢啲勸告係由一位按神意行嘅屬靈父親提出嘅。
**41.** 受慾望奴役嘅人連勸告都聽唔明,更遑論接受靈性指引。
**42.** 唔肯接受勸告嘅人唔會行喺正路上,反而會畀急流捲走,跌入深淵。
**43.** 修士係一個已經放棄感官享受嘅心,連一絲慾望嘅念頭都唔容許自己有。
**44.** 醫治者係一個已經自我療癒嘅心靈,並用令自己得醫治嘅方法去醫治他人。
**45.** 追求美德,然後要熱心保持,免得你活在羞愧中,死時毫無憐憫。
**46.** 我哋嘅主耶穌基督已經將光恩賜畀所有人,但係唔信佢嘅人就自處於黑暗之中。
**47.** 唔好將失德當作小事;就係因為呢樣嘢,死亡先入咗世界。
**48.** 順服咁遵守誡命,就係死人嘅復活;因為生命係品德嘅自然結果。
**49.** 因違犯誡命而導致心靈死亡,身體的死亡必然隨之而來。
**50.** 就如亞當違犯誡命而陷入死亡,救主因順服就將死亡置於死地。
**51.** 將罪惡治死,免得你又如死人般復活,從較輕嘅死遷入較重嘅死。
**52.** 因亞當的違犯,救主道成肉身,好藉着成就誓言,使眾人復活。
**53.** 凡使自己嘅情慾死咗,並從無知中得釋放嘅人,就由呢個生命過渡到永恆生命。
**54.** 研讀聖經,你就會搵到誡命;遵守所寫嘅,你就會擺脫情慾。
**55.** 遵守誡命能潔淨靈魂,而靈魂的潔淨使它得以參與光。
**56.**生命樹就係對上帝嘅認識;凡參與佢、變得純潔嘅人,就永遠活著。
**57.** 積極生命嘅開始係對基督嘅信心,而佢嘅終結就係對上帝嘅愛。
**58.** 耶穌基督係我哋嘅主同神,佢賜畀我哋對佢嘅信心,好等我哋可以得着永生。
**59.** 祂向我哋顯現,將神性同靈魂身體結合,好等祂作為神,可以拯救靈魂同身體脫離死亡。
**60.** 我哋培養信心,為咗獲得愛,而知識之光就由此誕生。

**61.** 獲得信心後,會帶來以下結果:敬畏上帝、節制肉慾、忍受艱苦、對上帝的盼望、無慾,以及愛。

**62.** 由真誠嘅愛中孕育出對本性嘅認識;之後就係最高願望嘅實現,亦即神學嘅恩典。

**63.** 克制情慾嘅心,一定係靠對上帝嘅敬畏之情嘅力量,相信上帝同佢嘅威脅同應許。

**64.** 對蒙受信仰者而言,節制是必須的;一旦確立,就會產生忍耐,以維持勤勉的習慣。

**65.** 忍耐的標誌是喜愛勞苦;憑着這,心靈抱住盼望,既能得着所應許的,又能避開所警告的。

**66.** 對未來福份嘅期待,令心同所盼望嘅事物結合;喺呢種結合中,佢會忘記而家所擁有嘅福份。

**67.** 嘗過所盼之物的人,就會拋棄眼前之物;因為他當時全心全意都寄託於所盼之物。

**68.** 未來嘅福份係由上帝親身應許,信徒對未來嘅渴望同對而家嘅一樣。

**69.** 心靈沉醉於所盼福份的徵兆如下:它努力在自身內建立對塵世事物徹底的遺忘,並在對未來福份的認識中擴展。

**70.** 真理美好,真理之神所教導,並從各方向愛神者靈魂印證。

**71.** 為應許之承受者預備的福份是永恆的,存在於萬世之前,並超越心思與言語。

**72.** 让我们顺服敬虔的规矩,免得我们被情欲引迷,以致失了盼望。

**73.** 耶穌基督係聖三一入面嘅一位,你同佢一齊做承受產業嘅人。

**74.** 神既然教導人認識現存之物,人就不會對聖經中預言之事有任何不信。

**75.** 聖靈見到心思脫離情欲,就秘密地引領它進入所盼望之事的知識。

**76.** 隨着心思的淨化,靈魂亦被引向對神聖言語的認識。

**77.** 凡使自己身體有正當秩序,並在神聖知識上操練的人,就因這知識愈來愈得潔淨。

**78.** 心靈開始默想神聖事物,就由信心開始;然後喺呢啲事物中行進同進步,再次返到信心,但係已經係更高嘅形態。

**79.** 觀察到恐懼跟隨呢種沉思嘅開始,而愛則先於佢嘅結束。

**80.** 心靈由一顆專注(或明白所信為何)的信心開始默想,在神學上達到超越一切理解界限的境地;此境地由一份永不磨滅的信心(永遠存在於意識中,並於其中堅定不移)及對隱奧的默想所界定。

**81.** 我哋聖潔而蒙福嘅先賢對上帝所講嘅話,唔應該當作同佢本身相符(即符合佢嘅本質同威嚴),而應該當作係關於佢(以我哋心智所能理解嘅程度向我哋啟示佢)。

**82.** 所有言詞,無論肯定或否定,當然都係指佢──即係指神。

**83.** 因此,「存在」、「神性」、「恩典」等詞用作肯定;而「無始」、「無邊」、「無形」等則用作否定。

**84.** 由於只有一個超越一切理解和言說嘅本性,同一個隱藏嘅聖三一神性;所以,關於佢嘅所有講法同思辨,都係以整體方式去講同去思。

**85.** 正如聖三一被信為唯一的神性,同樣,三而一的神性之三位亦被承認。

**86.** 如上所述,上述的肯定屬性與否定屬性,一般都歸於整個聖而同質的三位一體,只有個人屬性除外,而個人屬性中有一些是肯定,另一些是否定。

**87.** 神性位格嘅個人屬性包括──父性、子性同本體流出──以及其他專屬於各位格嘅屬性。

**88.** 假設(Hypostasis)係由本性連同其個人屬性一齊定義;因此,每個假設都同時擁有本性整體所共有嘅屬性,同埋本身專屬嘅屬性。

**89.** 在整個聖三一所共有嘅屬性中,否定性嘅屬性被視為最重要;但就個人屬性嚟講就唔係咁。因為,正如已經講過,呢啲屬性有啲係肯定性嘅,有啲係否定性嘅──例如無所生與所生,以及類似嘅屬性。「無始性」同「所生性」喺意義上有分別:因為「無始性」係指聖父,而「所生性」就係指聖子。

**90.** 詞語同稱呼係用嚟釐清關於聖三一本質嘅所思,正如已經講過(見第八十一章);但唔係用嚟講佢嘅本體,因為關於佢嘅嘢,心智無法知悉,言語亦無法形容,但唯一嘅三一卻知之。

**91.** 正如神性之本性稱為三位一體,聖三一亦被承認為同質。

**92.** 父神既被默想為無始,又被默想為本源──被默想為無始,因為祂是未受生的;被默想為本源,因為祂是子的父,又是聖靈的源頭,聖靈永遠從祂而出,並在祂內。

**93.** 那一位向三一移動,仍舊是那一位;三一歸於那一位,仍舊是三一。這實在奇妙!

**94.** 子同聖神都承認佢哋唔係無始,但係係永恆:唔係無始,因為佢哋同父有本源同源頭嘅關係;而係永恆,因為一位係從永恆被生出,另一位係從永恆發出,同父一齊存在。

**95.** 三位一體嘅不可分割、單一神性,向來都係正確咁被默想;而同一神性入面嗰三個各自獨立嘅位格,向來都係正確咁被承認。

**96.** 各位格的屬性是:就父而言,為未受生的;就子而言,為受生的;就聖靈而言,為發生的。子與聖靈的源頭被承認是超越時間的。因為,就如光來自並存在於太陽之中,同樣,他們從永恆者中得永恆的存有,並在永恆者中存在。

**97.** 位格的屬性永遠被視為不變和無可改變,而共同的本性或神性則被視為不可分割。

**98.** 我哋承認喺三一入面有位格,亦承認喺位格入面有三一,佢哋雖然分唔開,但又各自有分別。

**99.** 在神性中,我們看見一個原則──父──是子與聖靈的源頭,作為祂們的父母;祂是同永恆者的永恆源頭,是同無涯者的無涯源頭;這三者同質同源,不可分割。 萬有之創造者──供應者與審判者──乃是三位一體的上帝:藉着聖子,以聖靈的名,由聖父而作。因為經上說:「萬有本於祂、藉着祂、歸於祂;願榮耀歸於祂,直到永遠。阿們。」(羅馬書11:36)

**100.** 我哋承認聖子同聖靈同父一樣永遠同共起初;雖然佢哋永遠同無始,但佢哋嘅存在同本源都來自父、並喺父入面。佢哋永遠同父同在、喺父入面,父亦永遠同佢哋同在。 從來都冇一刻,父冇佢哋,或者佢哋冇父。呢就係上帝嘅本性:本體上為一,而喺位格上為三──願榮耀同權能歸於祂,直到永遠。阿門。

# 聖提多,愛底拉伯主教

## *關於佢嘅簡短記載*

狄奧多為以德薩為家的虔誠有遠見父母所生,他在開始讀書時毫無學習天份,卻向上帝祈求啟示意義。有一次,在禮儀分發聖體聖事時,他躲了起來,有一位年輕人给了他一百個,並因此在他心中種下咗對獨處嘅熱愛。 主禮嘅主教知道咗之後,就按立佢做讀者,佢就留喺修院,喺導師索弗羅尼奧斯嘅指導下,輕鬆自由咁研讀當時嘅各門學科。 佢18歲嗰年父母過身,就將佢嘅家產分咗出嚟,淨係留返少少畀佢妹妹;20歲嗰年,佢就退隱去咗耶路撒冷附近嘅聖薩瓦斯修道院,喺度過咗12年團體生活,同埋24年隱修。 佢喺安提阿同耶路撒冷嘅宗主教令下走出隱居,被按立為以德薩主教( ),然後就前往就任。 到咗以德薩後,佢將所有精力都投入喺改善教會同信徒嘅福祉;但係佢嘅努力遭到咗城內嘅穆斯林統治者同埋一大班異端分子嘅強烈反對。 見到努力都白費,甚至生命都岌岌可危,聖提多就前往巴格達,去搵哈里發馬維亞求情。 佢為哈里發醫好咗病,就說服佢下令畀基利家、敘利亞同美索不達米亞嘅總督,將以弗所教會嘅財產還返畀佢,並且唔好阻止人改信正教。 佢返到以法蓮,就畀正教群羊歡喜迎接,群羊其後因異端歸正而日益增長,並畀呢位熱心而有神聖啟示嘅牧人慈愛地引領。 聖人預見到死亡將近,並希望回到他以前隱修的洞穴安息,於是前往巴勒斯坦。在那個他苦行的地方,他於七月九日去世,這日也成為了他的紀念日。當時,米迦勒與其母狄奧多拉在君士坦丁堡共治,那是九世紀。 呢度所呈現嘅一百篇救靈章節,係佢喺隱修期間,應修道院長老嘅請求而撰寫嘅。希臘《多布羅托盧比耶》嘅編者咁講:「我哋無法肯定聖西奧多爾有冇留下其他著作。」 然而,我哋將佢費盡心機編撰嘅呢一百章,納入其他教父關於節制嘅著作之中;因為佢哋準確而生動咁描述咗聖潔節制嘅要義,所以只要有人專心研讀,就可以獲得豐富嘅靈性益處。」

## 我哋可敬愛嘅以德薩聖西奧多百部最有益嘅章節

**1.** 既然蒙良善之神嘅恩典,我哋已經棄絕咗撒旦同佢嘅作為,並同基督結合──就好似喺重生嘅洗禮池入面,而家又喺我哋嘅修道誓言中一樣──我哋就當遵守佢嘅誡命。 呢件事唔單止係我哋嘅嚴肅誓言所要求,亦係我哋天賦嘅本份;因為我哋由上帝一開始就造*得好「非常好」*,就應該一直保持咁樣。雖然罪惡因我哋嘅疏忽而起,喺我哋裡面造成咗唔自然嘅狀態; 然而,藉着我哋偉大神豐盛嘅憐憫,我哋被重新呼召,被無情者嘅情熱所更新,並藉主基督嘅寶血得贖,從而從祖先古老嘅過犯中得釋放。由此可見,如果我哋變得義,就冇乜可誇;但如果我哋從義中背叛,就更加值得憐憫同譴責。

**2.** 就如好行為如果冇真信心,就完全係死嘅、冇果效;同樣,信心如果冇義行,都救唔到我哋脫離永火。因為主話:*「凡愛我嘅,必遵守我嘅命令。」*(約翰福音14:23) 所以,如果我哋愛主同信主,就要遵守佢嘅誡命,咁先可以作見證,得着永生。 但如果我哋藐視祂嘅誡命──連萬有都服從──我哋又點可以稱自己為忠信,我哋明明比任何受造之物更受尊貴,卻係當中唯一唔遵守造物主命令、對恩主唔知感恩嘅人?

**3.** 遵守基督的誡命,我們並無賜予祂任何東西──祂本身毫無缺乏,且是萬有美好之賜予者──反而是在成就自己,為自己賺得永生,並享受難以言喻的福份。

**4.** 凡在遵守神誡命的事上擋我們路的人──無論是父親、母親,或任何其他人──都是可憎惡、可憎恨的,免得我們聽見有人說:*「凡不背棄父母,或人中任何其他人的,就配不過我。」*(馬太福音10:37)

**5.** 所以,我哋要盡我哋所能,將自己緊緊綑綁喺主嘅誡命上,免得畀惡慾同肉慾嘅鐵索捆綁。到時,無果嘅無花果樹嘅審判都會臨到我哋,宣告說:*「砍咗佢啦,點解要畀佢浪費土壤*呢?」(路加福音13:7) 因為經上說:*「凡不結好果子的,都要被砍下,扔在火裡。」*(路加福音3:9)

**6.** 凡被情慾和享樂所勝,並轉向世界的人,就會很快陷入罪的陷阱;而一旦犯了罪,就如葦塘中的大火,如山滾下的巨石,如支流匯入的溪流般洶湧澎湃。罪就如此;每一樣罪都毀滅了犯它的人。

**7.** 因罪,靈魂離開其自然秩序,結果變得狂野,並充滿了罪中之樂的荊棘,成為可畏野獸的住處,正如經上所說:*「那裡獨角獸安歇;那裡刺羔築窩,鬼魔與獨角獸相遇。」*(以賽亞書 34:15) 14–15)──呢啲就係各種罪惡嘅慾望。但當佢呼召自己返到本然秩序(因為只要佢願意,即使仍然受肉身捆綁,都可以做到),佢就會透過勤力嘅自我克制去制服自己,並開始按照神嘅律法 去生活; 當時,先前寄居在她里面的野兽将会逃走,看守我们生命的天使就会到来,使她归正的那日成为喜乐和欢庆之日;那时,圣灵的恩膏就会临到她身上,教导她不但要保持在善中,还要在这善中更加兴旺。

**8.** 教父們稱禱告為屬靈的防禦工事,沒有它,我們就不能上陣作戰,免得被仇敵的長矛刺傷,被擄到他們的地界。 但除非人以公義的心坐於神面前,否則無人能得着有效且純潔的禱告;因為賜給禱告給禱告者、並教導人智慧的,正是神。

**9.** 情慾擾亂並攻擊靈魂,係我哋無法控制;但係,激情嘅念頭留喺我哋心入面,並激起情慾,就係我哋可以控制嘅。 前者係無罪嘅,因為佢喺我哋掌控之外;但後者,如果我哋勇敢咁抵抗並克服佢,就會為我哋帶來冠冕;但如果我哋屈服於佢而畀佢打敗,就會受折磨。

**10.** 有三種主要嘅情欲:貪享樂、貪財同貪名。緊接住有另外五種惡毒嘅靈;由呢啲,最終衍生出大量嘅情欲同各種各樣嘅罪惡傾向。 所以,凡能克服頭三種主要情欲及其首領者,就能同時擊敗隨後出現的五種情欲,並最終制服一切情欲。

**11.** 凡係我哋出於激情所做嘅任何事,都係透過激情嘅回憶去激動靈魂。 但當帶有激情嘅回憶完全從心裏抹去,連一絲都唔留,呢就係赦免過去罪過嘅徵兆。只要靈魂仍然對任何罪惡抱有激情,就必須承認罪惡嘅統治仍然喺裏面。

**12.** 屬世同物質主義嘅慾望通常會因為身體嘅苦行(自願剝奪同肉體克制)而減弱同枯萎;而屬靈同無形嘅慾望則會被謙卑、柔和同愛所摧毀。

**13.** 熾熱的慾望靠禁慾結合謙卑來制服;熊熊的怒火被愛所馴服;飄忽不定的心神則靠勤禱告、默念神而集中。如此,靈魂的三大部份就得以潔淨。 為咗糾正呢啲,神聖嘅使徒先講:*「要追求和平同聖潔,冇咗呢啲,就冇人可以見到主。」*(希伯來書12:14)

**14.** 有啲人唔知邊樣先有──係諗法先令情欲動,定情欲先令諗法動;因為有啲人咁講,有啲人又咁講。但我認為,係情欲先令諗法動:如果靈魂入面冇情欲,啲帶住情欲嘅諗法就唔會困擾佢。

**15.** 時常與我哋為敵嘅魔鬼,慣常喺我哋能力所及、易於實踐嘅美德道路上設置障礙,同時又灌輸我哋對嗰啲超出我哋能力、時機未到(我哋未到可以實踐嘅時候)嘅美德強烈嘅渴望;即係:佢哋逼使喺團體服從方面出類拔萃嘅人去行隱士嘅行徑; 同時又喺默者同隱士身上種下遵守團體生活規矩嘅慾望。佢哋對每種美德都係咁做。但願我哋 *「唔好畀佢哋嘅詭計得逞」*(林後2:11),要識得凡喺適當時候同適當分量內做嘅事都係好,凡過度同唔合時嘅就係有害。

**16.** 那些在世上行來,遇見情慾對象的人,就被魔鬼攻擊,被引誘去做放縱情慾的事;而那些住喺曠野、冇呢啲對象嘅人,就畀激情嘅思想困擾。喺呢種第二種戰爭入面,要取得勝利比起第一種更加困難

。 嗰度,呢個任務需要時間、地點同其他方便;但係,心思易受影響,思想難以控制。為咗打呢場無形嘅戰爭,我哋被賦予咗純淨嘅禱告,並受命要不斷堅持。呢種禱告令心思喺戰鬥中變得強大,並時刻準備好應戰,因為佢可以喺唔使身體參與嘅情況下進行。

**17.** 指着情慾的完全治死,使徒說:*「凡屬基督的,都已經把肉體連肉體的情慾和私慾同他一同釘在十字架上。」*(加拉太書 5:24)因為當我們治死情慾、消滅私慾,並將肉體的詭計臣服於聖靈時,我們才真正背起十字架,跟從基督。 而離世出世,無非就係呢個殲滅情慾同彰顯喺基督裏面隱藏嘅生命。

**18.** 凡受這必死之身叛逆之苦,又因它幾乎不斷的交戰而疲乏的人,就不可因此責怪肉體,而要責怪自己;因為如果他們不將養育之情伸展到放蕩的地步,使之得勢,他們就不會受它如此多的苦。 抑或佢哋睇唔到嗰啲已經用十字架釘死自己肉體嘅情慾同私慾,並且喺自己必朽嘅肉體度背負住耶穌死像嘅人 ?佢哋將肉體當作好嘅幫手──唔係作對手,而係一個順服、受神律法引導嘅僕人。等佢哋都咁做,咁佢哋都會嘗到同樣嘅平安。

**19.** 任何將心思同禁忌慾望掛鈎,或者向慾望嘅快感傾斜,對一個和尚嚟講都係犯罪。 因為起初,呢個念頭就用佢貪婪嘅本性開始蒙蔽心智;然後靈魂就會被罪惡嘅慾望吸引,無法抵禦呢場掙扎;最後,就會結合,正如所講,就係罪。 若然呢種情況持續落去,就會產生一種強烈嘅吸引力,慢慢就會導致真正嘅罪行。正因如此,先知先知喺《詩篇》136:9入面讚美嗰啲將巴比倫嘅嬰兒摔喺磐石上嘅人。呢個意思對有智慧同有洞察力嘅人嚟講,好明顯。

**20.** 天使作為愛與和平的僕役,當我們悔改並在美德上進步時,他們就歡喜;正因如此,他們努力以屬靈的默想充滿我們,並在我們所作的一切善事上幫助我們。 相反,魔鬼──忿怒同邪惡嘅僕人──就喺美德減少嘅時候開心,並傾盡全力引誘我哋嘅靈魂陷入可恥嘅幻想。

**21.** 信心係一種培養健全品格嘅美德;佢令我哋敬畏上帝;而敬畏上帝就教我哋遵守誡命,或者過一個美好而積極嘅生活;由積極生活而產生真正嘅無慾;而無慾嘅果實就係愛,愛就係所有誡命嘅完成,將佢哋全部連繫埋一齊,並且堅定咁守住

**22.**就好似一個健康嘅身體會察覺到入侵嘅病症;但係唔識得嘅人就因為麻木而受苦。同樣地,心靈只要保持住完整嘅自然活動,就會察覺到自己嘅能力,並且知道啲最專制嘅情慾從邊度襲來,從而對嗰部分作出更強大嘅抵抗。 但若其心日夜都處於麻木不仁的狀態,就好似夜裡對敵作戰,因為它無法洞悉敵人的奸謀。

**23.** 當我哋嘅理智能力不斷用嚟思索美德,而欲求能力只向住佢哋同賜予佢哋嘅主基督,同時憤怒能力對抗魔鬼;咁我哋嘅能力就按住佢哋嘅本性運作。

**24.** 根據聖格列高利神學家所言,理性靈魂分為三部;他稱知性部分的美德為謹慎、知識與智慧;憤怒部分的美德為勇氣與耐心;而慾望部分的美德為愛、貞潔與節制; 然而真理在其中,教導我們行善。透過審慎,它與敵對的天使作戰,捍衛美德;透過貞潔,它以無慾的眼光看待事物;透過愛,它迫使我們愛人如己;透過節制,它斬斷一切肉體的慾望;透過勇氣和忍耐,它武裝自己,對抗看不見的戰爭。 呢就係靈魂樂器嘅美妙和諧。

**25.** 凡致力於貞潔,並渴求那福佑的純潔──切勿有人誤以為那是無情──者,可無情地懲戒並制服肉體,以謙卑的心靈呼求神聖恩典,他必得所願。 但係放縱身體喺飲食上冇節制嘅人,就會畀淫欲嘅靈魂折磨。就好似大量嘅水可以熄滅火焰,飢餓同口渴──或者任何一種結合咗謙卑心靈嘅自我克制──都可以摧毀肉體嘅慾望同羞恥嘅幻想。

**26.** 讓怨恨的激情完全離開你心靈;切勿在心裏容留仇恨。就如火藏於稻草中,怨恨亦潛伏在心裏。 反而,要熱誠咁為加害你嘅人祈禱,並盡你所能,以任何方式對佢好,好叫你可以救你嘅靈魂脫離死亡,喺祈禱時都唔好自以為是。

**27.** 主住喺謙卑人嘅靈魂入面,而邪惡嘅慾望就住喺驕傲人嘅心入面:因為冇乜嘢似驕傲嘅諗法咁令佢哋對我哋更有力;同樣地,冇乜嘢似蒙福嘅謙卑咁有效咁將呢啲舊惡從靈魂入面連根拔起,謙卑正正就係名副其實嘅「慾望殺手」。

**28.** 但願你嘅靈魂愈來愈得潔淨,脫離一切惡念,並被最美德嘅思想所光照;要時刻銘記──當離世嘅時候,沉溺於肉慾嘅心就好似一所監獄同一條鎖鏈,而勤力嘅心就係一扇打開嘅大門。 因為實在,當純潔嘅靈魂離開身體嘅時候,牠哋會畀天使護送,引領佢哋去到福樂嘅生命;但係被玷污、又冇經過懺悔淨化嘅靈魂,就會畀魔鬼搶走──可憐我呀!

**29.**一個戴住珍貴王冠、鑲滿印度寶石同珍珠嘅頭固然美麗;但係一個富於對神嘅知識、以光輝嘅　默想照亮、並有全聖靈居住其內嘅靈魂,就更加無可比擬。又有邊個可以用言語,配得上咁樣去形容呢個福氣滿溢嘅靈魂呢!

**30.** 唔好畀憤怒同忿嫉喺你心入面生根:因為*「好嬲嘅人唔有尊嚴」*(箴言 11:25);*「但溫柔人嘅心入面有智慧」*(箴言 14:33)。 如果憤怒的激情掌握了你的靈魂,那世人都會勝過你,你將滿面羞愧,證明自己是一個不配做和尚的人。

**31.** 喺每一個試探同每一個爭戰中,禱告要成為你無敵嘅武器──你就會因基督嘅恩典而得勝。但要純潔,正如我哋至智慧嘅教師所命,佢話:*「我想要男人到處禱告,舉起聖潔嘅手,唔好帶住忿怒或爭論。」*(提摩太前書2:8)──凡疏忽呢種禱告嘅人,就會畀交畀試探同情慾。

**32.** 經上寫道:*「酒能使人心喜樂。」*(詩篇103:15) 但你哋,既然立誓要哭泣、要哀悼,就當遠離呢啲歡樂──你哋就會因屬靈嘅恩賜而喜樂。但如果喺酒中尋樂,你哋就會一生都同可恥嘅念頭為伍,並要受好多悲傷。

**33.** 唔好喺節日期間大飲大食,而要更新心思意念,保持心靈純潔。因為你用大餐同美酒填飽肚皮,就會惹怒嗰位節日獻畀佢嘅主。

**34.** 我哋受命要透過詩篇、禱告同讀經嚟時刻警醒,而喺節日期間更應加倍咁做。 守夜嘅修士可以淨化佢嘅心,用嚟作對靈魂有益嘅沉思,但係瞓得太多就會令心靈變得遲鈍。但係要小心,喺守夜嘅時候唔好沉溺喺無謂嘅回憶同罪惡嘅念頭入面:因為為咗呢啲虛浮嘅事而守夜,不如瞓覺,仲好過用呢啲唔體面嘅行為去玷污自己。

**35.** 凡懷抱毒蛇於胸中,心存惡念者,二者終將同時被殲滅:前者為其毒刺所傷於身;後者則將致命之毒(思念)注入其靈魂。 就好似我哋一發現蝮蛇嘅幼仔就會即刻殺咗佢哋,同樣,我哋唔可以畀惡念喺心入面生根,免得日後受盡折磨。

**36.** 一靈純潔──一器所揀──亦可稱之為*「封鎖嘅園子,封住嘅泉源」*(《雅歌》4:12)及*「心智嘅居所」*(《箴言》12:23)。 但係被污穢慾望玷污嘅靈魂,就充滿咗罪惡嘅惡臭。

**37.** 我聽過有經驗又積極事奉嘅長老講,罪惡嘅念頭會因為鍾意華麗衫、大吃大喝,同埋有害嘅閒聊而喺靈魂入面出現。

**38.** 唔好畀對財物嘅貪慾喺苦行者嘅靈魂入面生根。 貪財嘅和尚就好似一艘漏水嘅船,畀憂慮嘅浪頭拋來拋去,沉淪喺悲傷嘅深淵。貪錢呢種病,會引發好多慾望,係萬惡之源,真係可以叫佢係一切罪惡嘅根(提摩太前書6:10)。

**39.** 對塵世財物嘅超然同埋沉默,就好似隱藏喺修道生涯田地入面嘅寶藏。所以,你去賣晒你所有嘅嘢,畀俾窮人;咁你就可以買到嗰塊田,當你掘開咗搵到寶藏之後,就要喺你自己心入面好小心咁守住,免得畀人偷走,好等你獲得嗰啲偷唔走嘅財富。

**40.** 你既然已經開始同你嘅屬靈父親一齊生活,並且經歷到佢帶嚟嘅益處,就唔好畀任何人將你從對佢嘅愛或者同佢一齊生活嘅決心中轉走;無論如何都唔好定罪佢;就算佢責備你,甚至打你,都唔好講佢嘅壞話; 當有人開始誣衊佢時,就唔好理會;而且絕對唔好同譭謗佢嘅人為伍,免得主向你發怒,將你從生命冊上塗抹。

**41.** 順服的功行,根基在自我克制和舍棄萬有,正如我們所學到的。凡承擔此道者,當以三道防禦工事自固:信心、盼望,以及至聖神聖的愛,好叫他藉此保護,得以在善工上努力成功,並得着公義的冠冕。

**42.** 唔好做你阿爸所作所為嘅審判者,而要做佢誡命嘅遵行者。 魔鬼照佢哋嘅慣例,會開始向你指出佢嘅缺點,好令你對佢嘅教導充耳不聞,從而要麼令你喺戰場上成為一個軟弱驚惶嘅戰士,要麼只係透過不信嘅念頭,就削弱你,令你對各種美德都變得懶散。

**43.** 那不聽從父親誡命的人,證明自己已經違背了誓言中最重要的部分。但那在自己心中種下順服之情,並以順服之劍斬斷自己意志的人,就已經成就了他所應負的責任──那他在眾人面前向基督主所應許的。

**44.** 觀察修道者,我哋清楚見到並確認,我哋生命嘅仇敵──魔鬼──對喺服從中勞苦嘅長上懷住極大嘅惡意,咬牙切齒,策劃各種惡毒嘅詭計。佢哋為咗將佢哋從長上懷中撕離,有咩唔做、有咩唔講?佢哋為唔聽命搵藉口,好似自己先至係蒙福;佢哋製造不滿;煽動對父嘅敵意;將佢嘅教導描繪成責備,而

呢啲責備就好似鋒利嘅箭,射入心扉。「點解,」佢哋話,「你本來自由,點解要變成奴隸──仲係個無情暴君嘅奴隸?」 「你仲要頂住呢副奴隸鎖鍊幾耐先得?幾時先至可以見到自由嘅光?」講完之後,佢哋又建議:「你倒不如學吓款待客人、探病、照顧窮人。」 然後佢哋就讚美完全隱居同沉默嘅美德;各種惡毒嘅雜草就喺虔誠苦行者嘅心入面播種,目的就係要將佢趕出佢爸爸嘅靈性羊圈,拖離佢寧靜嘅避風港,拋入海中,喺佢靈魂深處捲起風暴。 如果佢哋最終成功,咁就擺佢嚟做自己嘅傀儡,強迫佢照佢哋嘅惡欲行事。

**45.** 所以,你要在顺服你属灵父亲的同时,不可忽略你仇敌和反对者所怀的恶意,也不可忘记你曾在神面前所立的呼召之誓: 唔好畀侮辱打倒你,亦唔好驚責備、侮辱或嘲笑;唔好畀罪惡思想嘅誘惑引迷;唔好逃避父親嘅嚴厲;亦唔好因放縱自我同任性而褻瀆謙卑嘅福氣; 但要將主嘅話銘記心間:*「到底堅持嘅,就會得救。」*(馬太福音10:22)*「要忍耐跑完擺喺面前嘅賽跑,望住耶穌──我哋信心嘅創始者同成全者。」*(希伯來書12:1–2)

**46.** 正如金匠將黃金放入煉爐,煉成最純淨的狀態,新出家的沙彌同樣奉獻自己,勤於服從師長的心願,並在順從神意的生活中歷經一切苦楚,以勞苦和極大忍耐學習順服,洗滌掉一切惡習,充滿了謙卑,變得完全光耀,配得上天國的寶藏,一個沒有憂愁、受祝福的居所,憂愁和嘆息從此遠離,永恆的喜樂與歡欣在那里扎根。

**47.** 真而深植於心嘅信心會生出對上帝嘅敬畏;而對上帝嘅敬畏教導我哋遵守誡命:因為,正如所講,有敬畏就有遵守誡命;而喺遵守誡命入面就有積極嘅美德,呢就係靜觀嘅開始; 而这一切的果实是超然;通过超然,爱在我们心中得以确立;而爱的奥秘,那蒙爱的门徒如此说道:*「神就是爱;凡住在爱里面的,就住在神里面,神也住在他里面。」*(约翰一书4:16)。

**48.** 修道生活真係幾咁美好同善良!當佢喺創辦人同領袖──佢哋都係受聖靈指示──所訂立嘅範圍同規矩內運行,就真係幾咁美好同善良。 因為基督的兵丁應該超然塵世(一無所有),不被任何世俗的計劃或事務所累,正如使徒所說:*「凡當兵的人,不理世務,要討營內長官的喜悅。」*(提後2:4)

**49.** 所以,一個修道者應該超然塵世,無情無欲,遠離一切罪惡的慾望;不貪食、不酗酒、不吝嗇、不懶惰、不貪婪、不貪圖享樂、不貪慕虛榮: 因為如果有人不放棄以上所有事物,就無法正確地過此天使般的生活;但對於那些如此行的人而言,這是一副好軛、輕省的負擔,因為在這種情況下,神聖的盼望令一切對他們都變得容易。 呢種生活愉快,所行嘅善事令人喜悅,所賜嘅福份係一份好份,唔會從已經獲得嘅靈魂度奪走。

**50.** 既然你已經拋棄塵世憂慮,出家修道,就唔好貪慕財富去施捨俾窮人:因為呢樣都係魔鬼嘅一個圈套,會令人陷入虛榮,令心思沉淪喺一大堆煩惱憂慮入面。 只要有麵包同水就夠;憑呢兩樣嘢,你都可以賺到款待嘅報酬。 就算你冇呢啲,只要一個善意嘅舉動,都可以款待旅客,畀佢一句安慰嘅說話,咁樣你都可以得到款待之德嘅報酬。你喺窮寡婦身上有個例子,主喺福音書入面作證話,佢用嗰兩文錢,憑住佢嘅善意,超越咗富人嘅所有施捨。

**51.** 呢段係講住喺寂靜中生活嘅人。 至於喺父權之下嘅人,要記住一樣嘢:千祈唔好以任何方式偏離父命;因為只要好好盡到呢點,就等於完成咗對佢哋所有嘅要求;相反,凡係偏離呢項職責精確履行嘅人,就會喺各種美德同靈性生命上都變得一無所長。

**52.** 咁,我對你──基督嘅愛者──就有進一步嘅勸告:要愛慕朝聖者嘅生活,即係要好似一個朝聖者,對自己祖國嘅事務保持陌生;唔好畀父母嘅憂慮或者親人嘅情愛所誘惑; 要遠離城市生活,耐心而無休止地坐喺曠野,同先知講:*'我已經逃走,並喺曠野尋到庇護'*(詩篇54:8)。

**53.** 你要搵啲偏僻寂靜嘅地方,遠離塵世;就算喺嗰度因為生活必需品缺乏而受苦,都唔好驚; 就算有仇敵似蜜蜂或惡毒嘅黃蜂咁圍住你,用各種方法向你發動戰爭,用各種念頭困擾你,都唔好驚;唔好自願去聽佢哋,亦唔好逃離戰場,反而要勇敢咁堅持一切,自言自語咁唱住講: *「我耐性等候主,主就應承我,垂聽我嘅禱告。」*(詩篇39:2)你就會見到上帝嘅偉大、祂嘅代禱、祂嘅關懷,同埋祂對你嘅一切拯救安排。

**54.** 你應該與那些造就你、同你一樣行路的人為友;因為聖經說:「凡與你和好的人,要作你的朋友,你的靈命弟兄,聖潔的父老,主也對他們說:」 *「凡行我天父旨意的人,就是我的母親、弟兄。」*(馬太福音12:49)

**55.** 唔好偏食嗰啲花巧又貴嘅珍饈,亦唔好大吃大喝;因為經上話:*「大吃大喝嘅女人,就等於已經死咗」*(提摩太前書5:6)。 其實,就算係平價嘅食物,如果可以,都唔好食到飽到肚。經上寫住:*「唔好畀肚皮嘅飽足所誘惑。」*(箴言 24:15)

**56.**如果你揀咗過沉默嘅生活,就唔好成日走去你嘅小房外面;因為咁樣好傷身──會令你失去恩典,令你嘅思緒變得混亂,同埋削弱你嘅熱誠。 所以有人說:*「情慾的煙霧能敗壞一個本不邪惡的心靈。」*(智慧篇4:12)要斷絕一切與外界的聯繫,免得心靈被蒙蔽,擾亂你沉默的秩序。

**57.** 當你坐喺你嘅小房入面,唔好冇目標咁做嘢,亦唔好喺懶散中浪費時間:因為,正如人所講,冇目的嘅旅程只係徒勞無功。反而要為自己搵好嘅善行,並集中你嘅心志。 要常常把死亡的時刻擺在眼前;記住世上的虛空,它如何欺騙人,又如何的不穩定和渺小;思索末日審判的可怕審訊,以及當時我們的惡毒控訴者會如何清楚地展示他們所積聚的我們的行為、言語和思想, 而我哋都接受過;諗吓地獄嘅折磨同靈魂點樣會被囚禁喺度;亦想像嗰日──嗰日係大復活日、喺神面前站立、同無誤審判者嘅最終審判;想像罪人所面對嘅折磨、羞愧同良心嘅譴責, 並想像佢哋點樣會被上帝攔出,拋入永恆嘅火中,交畀永唔死嘅蟲,投入濃密黑暗,嗰度有哀號同咬牙;同時審視其他所有刑罰,就唔好停,呻吟住用眼淚洗面、洗衫、洗你坐嘅地方。 有咁嘅思想,正如我所見,好多人為自己帶來咗大量眼淚,並奇妙地淨化咗佢哋靈魂所有嘅能力。

**58.** 亦要反思為義人預備的福份:他們在基督右邊的位份,主──師傅──稱他們為福的声音, 天國嘅基業,賜畀佢哋嘅恩賜超過人嘅心思,嗰最甜美嘅光,無盡嘅喜樂,唔會畀任何悲傷打斷,嗰啲天使居住嘅天上居所,同埋一切應許畀敬畏主嘅人嘅嘢。

**59.** 但願呢啲思想常留喺你餐桌上,陪住你入睡,同你一齊醒返。要小心,千祈唔好忘記佢哋;無論你喺邊度,都唔好轉移你嘅心思去記住佢哋,好等惡念遠離你,而神聖嘅安慰充滿你嘅心靈。 一顆靈魂若不以這些思想保護並武裝自己,就無法保持真正的沉默;就好比一口無水可出的泉,徒有虛名。

**60.** 呢就係對修習默靜者所規定嘅生活之道:盡力而為嘅禁食、守夜、臥地、同埋各種其他自願嘅剝奪,都係為咗將來嘅安息;因為聖經話:*「我以為現時所受嘅苦楚,若與將來要顯與我哋嘅榮耀相比,就不足介意。」*(羅馬書 8:18) 尤其係純潔、不斷同無間斷嘅祈禱:佢係一堵堅固嘅城牆、一個愉快嘅避難所、美德嘅保障、慾望嘅根除、靈魂嘅 提升、心智嘅淨化、受苦者嘅安息、同哀哭者嘅安慰;禱告係同上帝嘅對話,係對無形事物嘅默想,而對於嗜好真理確認嘅人嚟講,係同天使嘅交通,係品德嘅進步,同埋對所盼望事物嘅印證。 你呢位苦行者,要擁抱呢位美德之后,並盡你全力將佢留喺你心入面;無論喺歡樂時定喺困苦時都要禱告;要帶住敬畏同戰兢,以警醒而清醒嘅心禱告,好令你嘅禱告蒙主悅納:因為聖經話:*「主的眼目看顧义人,他的耳垂听他们的祷告。」*(诗篇33:16)。

**61.** 古人曾言,不無道理,亦合乎真理:在與我儂為敵嘅魔鬼中,率先出戰嘅,係掌管貪食慾望者,佢哋灌輸對金錢嘅愛,令我儂偏向虛榮;其後其他魔鬼跟隨,將佢哋所傷者擄走。

**62.** 其實,仔細一想,我哋就明白到,人若果未先畀呢三樣嘢其中一樣所傷,就絕對唔會跌入任何罪惡或慾望之中。正因如此,魔鬼之後就用呢三樣心思引誘救主; 但主卻證明祂對佢哋係唔可及嘅,就命令魔鬼離開祂嘅跟前,從而賜畀我哋對付佢嘅勝利──祂係一位良善而富憐憫心嘅主,祂喺各方面都同我哋一樣取了肉身,唯獨冇罪,並且示範咗通往無罪嘅真道;跟隨呢條道路,我哋喺自己裏面建造咗新嘅人,*「更新成那造他者的形象」*(西3:10)。

**63.** 大衛嘅說話教導我哋要對魔鬼懷有完全嘅仇恨,因為佢哋係我哋得救嘅仇敵。而呢點對追求美德非常有幫助。 但究竟邊個先至可以用盡全心去憎恨救恩嘅仇敵?就係嗰個唔單止行為犯罪,連思想都犯罪嘅人。因為一旦佢哋嘅愛──即係情慾嘅成因──已經喺我哋心入面,我哋又點可以對佢哋生出憎恨?因為沉迷於肉體慾望嘅心,根本冇能力去憎恨佢哋。

**64.** 婚禮的禮服,就係理性靈魂嘅無情欲狀態,佢已經退離塵世嘅享樂,拋棄咗所有不體面嘅慾望,並將自己完全獻身於神愛嘅思想同最純淨嘅冥想。 但一當佢放縱於不體面嘅慾望,並喺其中深陷,就會被剝去呢件純潔嘅外袍,換上破爛污穢嘅布條,正如福音書所顯示,被捆綁手腳,扔入外邊嘅黑暗(馬太福音22: 13),都有一件用呢啲思想同行為織成嘅外袍,主嘅道就認為唔配得入神聖而永恆嘅新婦房。

**65.** 論及自愛,它憎恨眾人,眾智者之一曾正當地說:自愛的激烈戰爭,好似一位暴君,站立在所有三者與五者以之誘惑我們心智的思想之前。

**66.** 如果有人雖然日日大魚大肉,卻能達到無情,真係好神奇。但我講嘅無情,唔係指行為上唔犯罪──嗰叫自制;而係指人完全喺心入面斬斷情念嘅起頭,呢種亦叫心靈嘅純潔。

**67.** 淨化一個污穢嘅靈魂,比醫治一個已經被淨化過但又再次被情慾所傷嘅靈魂容易得多:因為啱啱擺脫塵世枷鎖嘅人,無論犯咗咩罪,都比較容易達到無情慾;但對於嗰啲*「嘗過神嘅美好言語」* (希伯來書6:5)並且已經踏上得救之路,卻又誤入罪中,對他們而言,通往無情欲之路幾乎被難以逾越的障礙所阻擋。 呢個係因為罪惡已經成為習慣,並且根深蒂固,再加上慣性犯罪嘅魔鬼喺心靈眼眸前盤旋,無休止咁向心靈展示嗰種罪行嘅影像。 然而,一個熱誠而勤力嘅靈魂,憑住上帝嘅恩典──祂對我們充滿慈愛同恆久忍耐,呼召我們悔改,並以難以言喻嘅豐盛憐憫接待歸返者──就能輕易完成呢個最艱難嘅任務,正如我們從福音書中浪子回頭嘅寓言所學到嘅。

**68.** 我哋冇一個人可以用自己嘅力量,逃脫魔鬼嘅詭計同陷阱,只有靠基督無敵嘅力量先得。所以,凡係夢想靠自己嘅行為同意志力量去消除罪惡──而罪惡只會因上帝嘅恩典先得消除──嘅人,就大錯特錯,甚至好危險。 因此,教會的偉大光芒──金口若望──說,若不從上而得幫助,單靠人力的努力是不足夠的;同樣地,若不加自己的一份努力,從上而來的幫助亦無用處。 猶大同彼得就係呢個例子:前者雖然蒙受咗咁多恩典,但因為佢冇用自己嘅意志同努力,所以冇得着任何好處;而彼得雖然表現出熱誠嘅準備,但因為冇得着上面嘅幫助,都跌咗。 咁就明顯可見,美德係由兩者交織而成。 所以我勸你哋,要將一切交託畀上帝,唔好自滿,並且要熱心努力,但唔好以為淨係靠自己嘅力量就可以搞掂一切。

**69.** 上帝唔想我哋睇佢冇作為,所以佢唔會親力親為;佢亦唔想我哋過份高估自己,所以佢冇將一切都交託畀我哋嘅意志同努力;但係,佢剔除咗兩邊嘅有害部分,只留低咗有益嘅。 詩篇作者亦教導我們得好,他說:*「若不是主建造城池,建造的人就枉費心機。」* (詩篇126:1) 除非人先用盡人力將自己潔淨,並從那對使徒*說「我賜給你們權柄,可以踐踏蛇和蠍子,並一切仇敵的能力」者*,領受行此事的權能,否則也是無法*「踐踏眼鏡蛇和盤旋龍,踐踏獅子同大蛇」* (詩篇 91:13)。 (路加福音10:19)。正因如此,我們在禱告中蒙命懇求天父:*「不要領我們進入試探,但要救我們脫離那惡者。」* (馬太福音6:13) 因為如果冇基督嘅力量同幫助,我哋無法擺脫惡者嘅烈焰飛箭,亦達唔到無情欲嘅境界,咁我哋嘅努力就係徒勞,以為憑自己嘅力量或熱誠就可以令一切回復正軌。 所以,凡是想堅定地抵禦魔鬼的詭計、使它們徒勞無功,並成為神聖榮耀分享者的人,必須流淚嘆息,以不可滿足的渴望和熱切的靈魂,日夜尋求神的幫助和神聖的代禱。 但凡要得着這些恩典的人,必須潔淨他的心靈,除掉一切世俗的感官慾望、情感和私慾。因為就關於這樣的心靈,神說:*「我要住在他們裏面,也要在他們中間行。」* (林後 6:16),主又對祂的門徒說:*「凡愛我的人,必遵守我的命令;我父也必愛他,我二人要向他顯現。」* (約翰福音 14:23)。

**70.** 古人有一句最智慧而有益的話,關於心思念慮,他說:「在心門口(當它們進入時)察驗你的心思念慮,分辨是否出自你自己或仇敵;凡是出自你自己且是良善的,就引入靈魂最深處的內藏庫,並存放在那裡,好似一個不可侵犯的庫房。」 但係有敵意嘅,就用正理嘅鞭抽打佢哋,即刻趕走佢哋,連你靈魂附近都唔畀佢哋停留;或者更好,就用禱告同最神聖嘅教導嘅劍完全殺死佢哋,咁樣透過呢種剷除,賊人嘅恐懼就會臨到佢哋嘅首領身上。 要知道,凡是能如此徹底淨化心思意念的人,才是真正熱誠地遵守誡命的跟隨者。

**71.** 凡努力截斷與自己對抗並擾亂自己的思想和衝動的人,就當召集盡可能多的盟友和同路人,並拉近他們,一同作共同的抗爭; ── 這些包括:謙卑的靈魂、肉體的勞苦,以及一切其他形式的苦行克制,而尤以出自破碎心靈的、滿含眼淚的禱告為最,正如大衛所唱:*「神啊,睇睇我的卑微和勞苦,赦免我一切的罪過。」* (詩篇24:18)又:*「主啊,求你不要忽略我的眼淚。」* (詩篇38:13),再者:*「我日夜以眼淚當飯吃。」* (詩篇41:4)。 又如:*「我以哀號調和我的飲品。」* (詩篇101:10)

**72.**魔鬼──我們生命的仇敵──用各種念頭貶低我們的罪,並常常以遺忘來掩蓋它們,使我們在事奉上鬆懈,不再為我們的失誤悲傷。 但係我哋,弟兄們,唔會容許自己忘記過失,就算似乎已經因著懺悔而獲得赦免;我哋會永遠記住我哋嘅罪,並永不止息咁為佢哋哀悼,好讓我哋以忠誠嘅謙卑為伴,避開虛榮同驕傲嘅陷阱。

**73.** 切勿有人以為憑自己嘅力量就可以承擔苦功,並喺美德上取得成功;因為對我哋嚟講,一切美好嘅源頭都係上帝,就好似一切邪惡嘅源頭都係我哋靈魂嘅欺騙者──魔鬼。所以,當你做咗好事,就當歸功於佢嘅源頭;當有壞事臨到你,就歸咎於掌管呢啲事嘅權勢。

**74.** 那結合知識與相應行動的人,是可稱讚的屬靈操練者,從這兩個最可喜悅的泉源灌溉靈魂的田地。如此,知識激勵心思去默想那最善的事,而與之相應的行動就治死*「在地上的肢體:淫亂、污穢、情慾和惡慾」*。 (西3:5)。當呢啲被治死咗,美德嘅花朵就會綻放,結出豐盛嘅屬靈果實──*「愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制」*。(加5:22–23) 然後,最後,呢位貞潔嘅工人,*既將「連情慾和私慾」嘅肉體*釘咗十字架,就會同那蒙神同在嘅傳道者一齊說:*「而家活嘅不再是我,乃係基督活喺我入面;我而家喺肉體所活嘅生命,係憑住對神兒子嘅信心而活,祂愛我,為我捨命。」* (加2:20).

**75.** 基督的愛者啊,還有另一件事,你不可不知:一旦一種私慾在你裏面找到了位置,並發展到成為習慣,就會引進其他私慾,使它們住進同一座屋;因為雖然那些私慾 ,以及煽動它們的魔鬼,彼此互相對抗,但它們卻都齊心協力,要我們的滅亡。

**76.** 克制肉體的苦修所令肉體之花凋謝,並斬斷一切肉體的慾望──這個人就*「在身上攜帶耶穌的印記」*(加拉太書 6:17)。

**77.** 苦修工夫嘅終點係無情欲嘅平安;而肉體種種安逸嘅終點就係羞辱嘅情欲。

**78.** 唔好以為自己喺修道院嘅歲月已經係咩值得自豪嘅成就,亦唔好因為喺曠野逗留咁耐、又耐心忍受咁多嚴苛嘅苦行而自誇;要記住主嘅話,你仍然係個唔自由嘅奴僕,仲未完成你主人嘅誡命。其實,只要我哋仍然活喺呢個現世,就未獲召回出離流亡,仍然坐喺巴比倫河邊,仍然受制於埃及嘅奴役,亦未見過應許之地: 因為我哋仲未脫去舊人,佢仍然充滿誘惑嘅慾望;我哋仲未穿上天上嘅形象,而係仍然帶住屬地嘅形象。 因此,我們無可誇耀,卻當痛哭流淚,向上帝祈求,拯救我們脫離法老的苦役,解脫他的殘暴暴政,引領我們進入應許的福地,使我們最終能在上帝的聖所安息,蒙允許在至高者右邊站立。然而,呢啲福份,連最偉大嘅心思都望塵莫及,我哋之所以能 deemed worthy,唔係靠自己行義嘅作為,而係靠上帝無限嘅憐憫。所以,我哋要日夜都唔停流淚,效法嗰位講過: *「我因嘆息而困乏,每夜以眼淚洗澡,以眼淚澆灌我嘅床褥。」*(詩篇 6:7)播種喺眼淚嘅,必要歡呼著收割。(詩篇 125:5)

**79.** 你要遠遠地驅走多言多語嘅靈,因為喺佢入面潛藏住各種惡毒嘅情慾:虛假、無禮、嘲諷、猥褻、閒談,仲有更多;所以,透過佢,嗰句說話真係應驗:*「多言多語,你逃唔過罪過。」* (箴言10:19)。──*「言少者有智慧」*(箴言12:23)。但主又說,連閒話都要交代(馬太福音12:36)。

**80.** 我哋已經蒙命,唔好用同樣方式回應誣衊、譏諷我哋,或者用其他任何方式攻擊我哋嘅人;即係話,唔好以誣衊回報,亦唔好以譏諷回報,反而要對佢哋講好話,並為佢哋祝福。 因為當我哋同冇和平嘅人和平共處,就代表我哋同鬼魔打仗;但當我哋同弟兄為仇敵、打仗,就代表我哋同鬼魔和好──而我哋被教導要對佢哋抱住極度嘅仇恨,並對佢哋發動永不止息嘅戰爭。

**81.** 避免用詭詐的話令你鄰舍跌倒,免得你自己被那極其詭詐的魔鬼引致跌倒。因為先知大聲呼喊說:*「主憎惡好流人血的和說謊言的。」* (詩篇5:7)又喺另一處講:*「主必殲滅一切奉承嘅嘴同說謊嘅舌頭」*(詩篇11:4)。同樣,當你嘅弟兄跌倒嘅時候,唔好急住定罪佢,免得你自己失去慈愛同憐憫。因為凡對佢弟兄冇慈愛同憐憫嘅人,就未曾認識神; 因為神就係愛,正如雷子約翰──基督所摯愛嘅門徒──所宣告嘅(約翰一書4:8)。──如果基督──眾人嘅救主──都為我哋捨命,咁我哋都要為弟兄捨命(約翰一書3:16)。

**82.** 愛被稱為美德之母,律法與先知之首,實至名歸。故此,我們當承擔一切勞苦,直至獲得那福樂之愛,並藉此擺脫情慾的暴政,乘美德之翼高飛天際,以人類本性所能及,親見上帝。

**83.** 如果上帝就係愛,咁凡係擁有愛嘅人,就有上帝喺佢心入面。但係,如果愛唔存在,我哋就完全冇用,根本講唔出我哋愛上帝。因為聖若望話:*「如果有人話『我愛上帝』,但又憎恨自己嘅兄弟,佢就係說謊。」*(約翰一書 4:20),又再講: *「從來沒有人見過神;我們若彼此相愛,神就住在我們裏面,他的愛也在我們裏面得以成全。」*(約翰一書4:12):由此可見,愛是聖經所提諸善之中至高無上者; ── 冇一樣人類嘅美德,能夠令我哋同神結合同和諧,而同愛無關,或者唔係由愛而來,並以某種難以言喻嘅方式被愛所包涵同維護。

**84.** 當接待到訪我哋嘅弟兄時,— 唔好因此而覺得負擔,亦唔好當作破壞沉默,免得我哋違反咗愛嘅規矩;亦唔好以施恩嘅態度去招待佢哋, 而係當作佢哋自己都從佢哋度受惠,並以「 」嘅禱告同喜悅嘅面容去款待佢哋,正如亞巴郎祖師以佢嘅榜樣示範畀我哋。因為神學家就係咁教導,佢話:*「我嘅仔*

*女,我哋唔好只係口頭上或舌頭上相愛,而係要行動上同誠實上相愛;我哋就因呢點知道自己係屬乎真理。」* (約翰一書3:18–19)。

**85.** 亞伯拉罕祖師以款待為他常態,坐於帳篷前,招呼過路人,不論善惡或野蠻人,都毫不遲疑地款待他們。因此,他得以在筵席上與天使和主自己同享那奇妙的團契。 我哋都要同樣以全心全意、隨時準備好款待客人,咁我哋就可以唔單止接待到天使,連上帝自己都會嚟。因為主話:*「你哋對呢班最微小嘅弟兄所做嘅,就係對我做嘅。」* (馬太福音25:40) 行善對所有人都有益,但最要緊係對嗰啲冇嘢可以回報嘅人(路加福音14:14)。

**86.** 凡係心志唔放縱去違犯神嘅誡命、唔疏忽、亦唔懷住仇恨嘅人,就係心存潔淨,配得聽:*「心裏清潔嘅人有福咗!因為佢哋要見到神。」* (馬太福音5:8)

**87.** 我哋要努力學識智慧咁管制我哋嘅感官,特別係視覺、聽覺同言語,要定下規矩,唔好憑激情去睇、去聽或者去講嘢,而係要為我哋嘅靈魂利益去做一切。 因為當呢啲感官唔受理性管治時,佢哋最易犯罪;相反,當理性管治佢哋、令佢哋有秩序,並指引佢哋去應該去同想去嘅地方時,就冇嘢比呢個更有助於得救。 因為當佢哋放縱失控時,嗅覺變得放蕩,觸覺就瘋狂無度咁向不當嘅事物伸出,無數種激情隨之而起;但當理性將佢哋置於正確次序,並引導佢哋去應該去同想去嘅地方,我哋整個人就會充滿大和平同無動於衷嘅寧靜。

**88.** 就如珍貴嘅沒藥,雖然盛喺器皿入面,卻能用佢嘅香氣充滿成間屋,唔單止近處嘅人,連遠處嘅人都感受到陣陣愜意: 同樣地,一個有德且愛主的心靈所散發出來的香氣,透過身體的各種感官散播開去,讓所有見到的人都得以洞悉其內在隱藏的德行。 因為凡看見舌頭不說任何不當或不雅之言,只說對聽者有益的話;眼睛望得端莊;耳朵不聽任何不雅的旋律或言詞;雙腳行得有威嚴;面容也不是被笑扭曲,反而似乎隨時準備流淚和啜泣── ──有咩人見到呢一切,唔會認出裡面有幾多美德嘅芬芳?*就係因為咁*,救主先話:*「你哋要照亮人前,等佢哋見到你哋嘅善行,歸榮耀畀你哋喺天上嘅父。」* (馬太福音5:16)

**89.** 基督我哋嘅神喺福音書入面稱呢條路為*「窄而痛苦」*,但佢後來又稱之為*「好軛、輕擔」* (馬太福音7:13–14;11:30)。 咁,呢兩樣睇落好似相反嘅嘢,點可以睇成係同一件事呢?──就係咁:呢條路本身就又窄又難行;但係行路者嘅意志同佢哋嘅美好盼望,令佢變得可慾、可愛,而且對鍾意行善嘅靈魂嚟講,比悲傷更甘甜。 所以你會見到,揀咗呢條又窄又苦嘅路嘅人,行起嚟反而比行嗰條又闊又大嘅路更加樂意。聽吓聖路加對使徒嗰段描述:佢哋被鞭打之後,由公會返嚟嘅時候竟然歡歡喜喜(使徒行傳5:40-41)。 然而,鞭笞本身並無此性;它們帶不來甘甜與喜樂,卻帶來憂愁與苦楚。既然如此,若為基督的緣故鞭笞都能變得甘甜,那麼為祂的緣故,其他種类的苦難與肉體的折磨又何以令人驚訝呢?

**90.** 受制於我們的情慾,被捆綁囚禁,我們往往困惑地自問:我們為何要忍受呢?──我們必須明白,這囚禁之所以臨到我們,是因為我們轉離了对上帝的默想。 但如果有人以心靈緊緊貼近我哋嘅神同主,咁──因為神係真實嘅──救主自己就會將嗰個靈魂從一切捆綁中解救*出嚟*,正如先知所言:*「我將主常擺在我面前;因為祂在我右邊,我必不至搖動。」* (詩篇16:8) 有咩可以比得上主時刻喺我哋右邊,遮蓋同保護我哋,令我哋唔會動搖呢?但我哋係咪配得上呢,就要睇我哋自己。

**91.** 教父們所講的真是一點都錯不了,他們說過,除非一個人已經在自己裡面培養並確立了這樣一種內在態度──整個世界上除神之外別無他物;以致他不再將心思放於其他任何事物,只渴慕祂,並只緊貼祂。 咁樣嘅人先至真係可以搵到平安,同埋擺脫情欲嘅暴政。詩篇作者話:*「我心靈附著於你,你右手扶持我。」* (詩篇62:9)

**92.** 自愛、愛慾、愛榮耀,會將對上帝的記憶從靈魂中驅逐;當對上帝的記憶被斬斷,情慾的騷亂就會在我們心中紮根。

**93.** 自愛係無數情欲嘅母體。所以,當人將自愛從心裏連根拔起,就更容易喺主嘅幫助下,制服其他情欲。 因為憤怒、憂愁、怨恨、情慾同放蕩無度嘅膽量通常都係由此而產生;凡被佢征服嘅人,都必然會畀其他情慾所征服。所謂自愛,就係對肉體嘅強烈偏向同愛慕,並伴隨住滿足肉體慾望。

**94.** 凡是愛一樣事物的人,都渴望無時無刻與之相處,並會遠離一切阻礙自己與所愛之物同在和交通的事物。 好明顯,因為就連愛神嘅人,都時刻嚮往同祂同住同談心。呢種境界係透過純潔嘅禱告嚟達到。呢就係我哋要用盡全力去追求嘅,因為佢會令我哋同主結合。 就係嗰位宣稱:*「神啊,我嘅神*

*啊,我從清晨向你呼求;我嘅心渴想你。*」(詩篇62:2)因為佢將心思遠離一切邪惡,並被神聖嘅愛不斷刺透,所以佢喺清晨向神呼求。

**95.** 正如我哋所學,無情欲係由自制同謙卑所生;知識由信心而來;透過呢啲,靈魂喺洞察力同愛中茁壯成長。 凡將神聖之愛深植於心底者,憑藉純潔禱告之雙翼,不斷高飛,*直至「達到對神之子──基督──的完全知識,成為一個成熟的人,達到基督豐盛身量的程度」*(以弗所書4:13)。

**96.** 透過積極的美德,慾望被制服,憤怒被節制;而透過沉思與默想,心靈獲得啟迪,超越一切物質,與神同住,並在祂裡找到真實的喜樂。

**97.** 我哋第一件要做嘅,就係制服情慾,盡我哋所能去克服佢哋;第二件,就係修得美德,唔好令我哋嘅靈魂空虛同無所作為;第三件,就係要清醒咁守住我哋美德同勞碌嘅果實:因為我哋受命唔單止要勤力耕作,仲要警醒咁守住佢哋。

**98.** *「腰要束起,燈要點着,」主說*(路加福音12:35)。束腰的正確方法,令我們預備充足、隨時待命,就是心存謙卑的自制;我所說的自制,意思是斬斷一切情欲。 而屬靈燈的光源,就係純潔嘅禱告同完美嘅愛。咁,真正有正 dispositions嘅人,就好似等緊佢哋嘅主;當佢嚟敲門,佢哋就會即刻開門,而佢同父同聖靈一齊嚟到,就會住喺佢哋中間。 *「主嚟嘅時候,若睇見佢哋咁做,嗰啲僕人就有福啦!」*(路加福音12:36–37)

**99.** 一個修道者,作為兒子,當用盡全心全意去愛神;作為僕人,當敬畏並順服祂,並存敬畏的心去遵行祂的誡命;當懷著熱誠,穿戴聖靈的全身甲冑,並在盼望得著永生的盼望中安息, 要無一不遵行所吩咐的,要過一個清醒的生活,要守住心不讓邪念入侵,要不停地在善念中聖潔地默想神,要每日檢視自己的思想和行為, 補足所欠缺,不可因所行而自大,自認只係一個未盡本份的無用僕人;凡事都要感謝全聖潔的上帝,並將生命中一切美好歸功於祂;不可為虛榮或討人喜歡而行任何事,而要一切私下進行,只盼望獨一無二的上帝稱讚; 但係最緊要係,要喺靈魂裏面,因住正教嘅信經,堅固自己,呢啲信經係由使徒、神嘅傳道者同聖父長傳下嚟嘅: 凡以呢種方式生活嘅人,將會獲得豐盛嘅賞賜──永恆生命同一個不朽嘅居所,與聖父、聖子同聖靈──同質而三位一體嘅上帝──同住。

**100.** *「事情的結局,聽此一句:敬畏神,遵守祂的誡命,因為這是每一個人所當盡的本分。」*傳道書(12:13)如此說。 「我」就話:「我用幾句嘢就同你講清楚神嘅道路係點:敬畏神,遵守佢嘅誡命。」呢度講嘅敬畏,當然唔係單純驚受罰,而係一種帶來完美嘅至高敬畏,我哋因為愛發誡命嗰位,理所當然要存呢種敬畏。 因為如果我哋係出於對懲罰嘅恐懼先遠離罪惡,就好明顯,如果冇呢種面對可怕後果嘅可能,我哋──既然天性鍾意犯罪──肯定會毫不猶豫咁去做。 但如果我哋唔係因為驚受罰而遠離罪惡,而係因為憎惡罪惡本身,咁我哋就係出於對主 嘅愛而行,驚惹怒祂。當我哋驚自己可能會忽略咗所吩咐嘅嘢,呢種恐懼係純潔嘅,因為佢源於善本身;而且佢潔淨我哋嘅靈魂,等同於完美嘅愛。 凡有此畏懼,並因此遵守誡命者,乃真有人性,即為一個當如此的人。既知此,我哋當以此畏懼敬畏上帝,遵守祂嘅誡命,*使我哋「得以完全,毫無缺乏」*。 (雅各書1:4),存謙卑的心和破碎的心,不住地向主獻上大聖人亞爾森尼奧斯嘅禱告:「我嘅神啊!唔好離棄我;

我喺祢面前從未行過任何善事,

但求祢以恩典賜我,使我得以開始行善。」因為我們的成全全賴於上帝對人類的良善與慈愛。願榮耀、權能和敬拜歸於天父、聖子和聖靈,從今時直到永遠,無盡無休。阿們。

# 可敬的底美雅大德

## *佢嘅簡短生平*

呢篇現存嘅靜觀論著,因為佢精明咁詮釋咗我哋靈性生命入面嘅現象,並且為修道者提供咗合適嘅教訓,所以值得同其他苦行著作擺埋一齊。呢篇論著嘅作者就唔清楚係邊個。 喺標題入面,佢被稱為可敬的西奧多。但佢究竟係邊個,仍然唔清楚。希臘文《多布羅托盧比耶》嘅編者,喺呢篇論著入面見到同以撒西奧多嘅《一百章》相似嘅思想,就將佢歸畀後者,並擺喺佢嘅《一百章》之後。 然而,切爾尼戈夫的菲拉雷特大主教寫道(《論教父們》,第277節,註10),這篇論著只能在推測的基础上歸於以弗所的聖西奧多勒。事實上,論著本身並無任何明確的證據指向此點。 因此,雖然將此言論歸於聖提

奧多雷圖斯·錫流斯可由個人酌情接受或拒絕,並認為其內容對所有渴望從閱讀中受益者均有裨益,我們便依循希臘《多布羅托留比耶》的範例,將之置於聖提奧多雷圖斯·錫流斯的一百章之後。

## 我哋可敬愛嘅西奧多老竇嘅推測式講論

**1.** 打破物質主義嗰啲堅固枷鎖、擺脫佢嘅枷軛、培養行善習慣,實在係一件好偉大嘅事!真係要一個英勇而有膽識嘅靈魂,先至可以拋棄一切物質。

**2.** 咁,之後我哋應該追求啲乜嘢呢?唔係淨係淨化情慾:因為呢樣本身未算係美德,只係美德嘅準備;但係,淨化唔健康嘅習慣,必須同時獲得美德。

**3.** 靈魂的淨化包括:*在「理智方面」*——對塵世誘人習性的改造與完全拋棄,即日常生活中的憂慮與煩惱、不良的傾向,以及不當的推測與臆斷; *「在慾望部分*——不追求任何物質,也不受感官所支配,而要服從理智;*在忿怒*部分——不為任何事所動搖。」

**4.** 經過呢種淨化,根除一切令我哋能力污濁嘅事物,並重新整理之後,就緊接住向屬靈成熟同神化嘅攀升:因為轉離惡事嘅人,就當行善。(詩篇 33:15) 要做到呢點,首先要否定自己,背起十字架跟隨主,咁先可以達到至高嘅神化境界。

**5.** 那麼,通往完美與神化之路究竟是什麼?*就心智而言*,它是對存在及其超越一切存在者的最完美認識,就人性所能及而言;*就意志而言*,則是一種全面且不間斷地追求至善的渴望與努力; *至於「衝動能力」*,則係對所欲之物最強勁、最活躍嘅運動,持續不息、堅定不移,其前行不受任何遭遇嘅不幸所阻;而且,無可阻擋,絕不回頭。

**6.** 靈魂向善的運動,必須比向惡的運動強大得多,就好似理智之美遠勝感官之美;因此,對身體的照顧只可 ,僅限於滿足需要及維持生命所需,否則我們的動物性有機體便會陷入劇烈的混亂。 但係,雖然喺理論上好容易認得清,喺實踐上就非常困難;因為要冇付出努力就消除靈魂深植嘅習慣,根本唔可能。

**7.**正如任何藝術的掌握都離不開汗水,同樣地,在 blessed nature——上帝——的例子中,深入的沉思和專注力的延伸,都必須經過長期且艱辛的努力,直到渴望的能量習慣了這種努力的結果,並品嚐到其果實。 於此,我哋嘅心必須經常抵抗嗰種引向塵世嘅感官本性;因此,我哋要同肉體進行一場直到死亡嘅無止境戰鬥。雖然有時因為制服咗憤怒同慾望,並令感官臣服於心靈之下,呢場戰鬥會變得較易,但係呢種容易感只係一時,並唔會持久。

**8.** 然而,要留意,未開悟嘅靈魂,通常唔會得神嘅幫助,所以既唔能夠真正得到淨化,亦唔能夠升到神聖嘅光,正如所講嘅咁:所講嘅嘢要理解係指信徒。 要進一步釐清,就必須簡單解釋我哋各種知識形式之間嘅分別。喺塵世嘅知識形式入面,一種係自然嘅,另一種係超自然嘅。呢第二種係乜嘢,會喺第一種度顯露得清晰。

**9.** 所謂「自然知識」,即係指靈魂透過調查同探究,運用自然方法同能力,關於創造同造物主所能獲得嘅知識——當然,只限於一個受物質束縛嘅靈魂所能接觸嘅範圍。 因為心靈嘅能量喺同身體接觸同融合嘅時候會被削弱;所以佢無法直接接觸到理智對象,而要靠想像力去構想佢哋,而想像力嘅本性就係形成延伸同實質嘅影像。 因此,就心靈寄居於肉身而言,它需要對事物有相應的形象,才能夠判斷和理解它們。心靈以這種自然方式所獲得的任何知識,我們都稱之為自然知識。

**10.** 另一方面,超自然知識係指以超越心靈自然模式同能力嘅方式獲得嘅,或者係所知嘅對象相對嚟講高於受身體拘束嘅心靈,因此呢種知識明顯係屬於無形心靈嘅。 佢係由獨一無二嘅神而嚟,當佢見到心靈已經淨除晒所有物質嘅執着,並充滿咗神聖嘅愛。

**11.** 然而,被分為二的不僅僅是知識,美德亦然:因為有些美德並不超越自然,因而正當地稱為「自然」;而另一種則來自善的源頭,由於它超越了我們自然的本性與狀態,所以理所當然地稱為「超自然」。

**12.** 解釋到呢度,我哋認為就算未開悟嘅人都可以擁有自然知識同自然美德,但絕對唔可以擁有超自然嘅。因為佢哋如果冇分擔呢位喺度起作用嘅至高無上嘅本源,又點可以獲得呢啲嘢呢?但係開悟咗嘅人就可以兩者兼備。

**13.** 我喺呢度再加多一個分別:要先有自然美德先至可以有超自然美德;但係,就算冇自然美德,都可以參與超自然嘅知識。 不過,要明白,就如動物有感覺同想像力,人亦都擁有;只不過喺人身上,呢啲能

力更加卓越同高尚: 同樣地,就自然美德同知識嚟講,開悟同未開悟嘅人都擁有,但喺開悟者身上,佢哋處於一種更完善同更高嘅狀態,遠勝未開悟者。

**14.** 我再補充一句:所謂自然而然嘅知識,當中關於德行同相反傾向嗰部分,又分兩類:一類係抽象嘅,即係哲學家只係反思呢啲性情,未有喺實踐中驗證過──呢種知識有時會令人懷疑; 另一種則係實踐性嘅,可以講係由衷嘅,當呢種知識透過實踐去驗證呢啲性情時,就係一種明顯而真實嘅知識,佢唔會動搖,亦容不得任何懷疑。

**15.** 既然如此,我們知道有四樣東西會阻礙心靈追求美德: *「第一」* 是對與美德相反習慣的偏好,由於長期以來的慣性,令人傾向世俗事物; *「第二*,感官嘅影響,俾感官嘅美色所迷,連帶拖走心靈;*第三*,心靈因同身體結合而變得虛弱 。因為視覺同可見物之間,甚至感官同可感事物之間嘅關係,都唔同於心靈同可知事物之間嘅關係。*」* – 我講緊嘅係仍然寄居喺身體入面嘅靈魂心智。– 因為無物質嘅心智同可知事物嘅接觸,比眼睛同可見事物嘅接觸更加直接有效。 ──就好似當眼睛被蒙蔽嗰陣──佢所見事物嘅形相,都唔能夠清晰、準確、甚至模糊咁反映出嚟──同樣地,我哋嘅心,雖然能夠意識到可理解嘅事物,但係卻無法真正有效咁感知可理解嘅美; 亦都同時唔能夠向佢哋有所渴望,因為傾向嘅程度同知識嘅程度成正比──而佢即刻就會被感官之美吸引返去,因為嗰啲對佢嚟講更加清晰;因為佢注定會被眼前出現嘅任何美好事物吸引,無論真假。 – 除此之外,仲有(*第四樣*)──非人、污穢靈魂嘅攻擊。唉,要講佢哋設咗幾多同埋咩嘢陷阱嚟誘惑靈魂,真係講唔晒! – 一路上,以無數同多樣嘅形式出現,喺感官、言語、心靈,甚至可以話係喺萬有之中 – 如果唔係畀祂──扛起迷失羊隻嗰位──嗰啲將目光定喺祂身上嘅人,透過祂無限嘅關懷變得更強大,冇一個靈魂可以逃脫。

**16.** 要避免呢一切,我哋需要以下三種方法,當中 *「第一」* 同最偉大嘅,就係全心全意將目光投向上帝,尋求祂嘅幫助,將所有希望寄託喺祂身上,因為我哋真誠地相信,如果祂唔肯代求,我哋就遲早會淪為嗰啲吸引我哋向佢哋靠攏嘅人嘅俘虜。 *「第二樣」*,我信係第一樣嘅因,就係透過知識不斷滋養我哋嘅心智。 我所講嘅知識,係指對所有存在事物──無論可感嘅或可理解嘅──本身係點,以及佢同第一因有咩關係嘅認識,因為佢哋係由祂而存在,亦都係為咗祂而存在;同時,我哋可以透過嚟自祂嘅指引,去思索所有存在事物嘅造物主。 因為對受造之物本性的探究,能令人從對佢哋嘅激情執着中得到淨化,從佢哋嘅誘惑中解脫,並提升到佢哋嘅源頭;使人好似喺鏡中,喺嗰啲美麗、奇妙同偉大之中,看見最美麗、最奇妙同最偉大嘅──或者更準確嚟講,看見超越一切美麗、奇妙同偉大嘅。 經常沉浸於此等思緒,心智如何能不渴慕真正的善?因為如果它有時會轉向那與它相異的事物,豈不更會轉向那屬於它自身的事物? 一旦靈魂為此所吸引,當呢啲通常令佢分心,遠離嗰位愛佢同佢所愛嘅獨一者,佢仲會放縱自己去執着下面啲咩呢?其實,佢甚至會對肉身生活感到唔滿足,視之為獲得同享受真正善事物嘅障礙。因為,正如所講,雖然唔清楚心靈喺物質世界點樣睇到靈性之美,但屬靈嘅福份咁豐富,就算只係嗰片海中嘅一滴,或者光芒中嘅一絲微光,都足以令心靈飛越一切物質, 並只追求嗰啲福份,絕對唔好畀自己偏離佢嘅甘甜,就算因此要嘗到一啲苦頭都無所謂。 而必須伴隨此事的 *「第三」* 件事,就係對我們肉體伴侶的懲戒;否則, aforementioned those heavenly goods 的顯現,就無法被清晰而明確地感知。肉體透過禁食、通宵守夜、裸地而眠、穿著必需的粗糙衣物,以及艱苦勞動而受到懲戒。 如此,肉體就被治死,或者更準確地說,是與基督同釘十字架。當肉體經過這一切而變得精煉、純潔、明亮且有條理時,它便會毫不抵抗地跟隨心靈的動向,並與之一同攀升至高處。——然而,若無此,我們在這一方面的所有努力都將化為烏有。

**17.**當呢個崇高嘅三一喺自己入面和諧一致嘅時候,佢就會喺靈魂入面顯出蒙福美德嘅形象。而且,受呢個三一之美裝飾嘅靈魂,絕對唔可能有任何罪惡嘅痕跡,或者有任何美德嘅缺失。喺呢啲靈魂入面,心志唔再為追求財富──已經拋棄咗──或者追求榮耀──已經藐視咗──而受困擾;當靈魂仲執著嗰啲嘢嘅時候,佢會畀好多慾望所傷害。 正如我堅持,一個鍾情財富同光榮嘅靈魂唔可能超越憂傷;同樣,我亦唔認為一個已經喺前述三種屬靈追求中努力咗好耐、以至習以為常嘅靈魂,仲會再去理會佢哋。 因為喺呢種心境入面,佢除咗至高無上嘅善之外,乜都唔當係真正嘅善;而對其他所有善,佢認為最接近前者嘅先係最好。咁佢又點會去鍾意同偏愛黃金白銀,或者呢個世界任何其他嘢呢?──對榮耀都可以咁講。

**18.** 就連最難以滿足嘅嘢——我指嘅係憂慮——都唔會喺嗰時由相反方向向心靈發動攻擊。 ——因為佢對呢世上任何嘢都唔執着,亦唔參與其中任何事 ,佢有咩好煩惱呢?憂慮之雲係由主要慾望嘅蒸氣組成——對享樂嘅愛、對金錢嘅愛同對榮耀嘅愛;所以,遠離呢啲嘢嘅人,亦就遠離憂慮。

**19.** 呢啲人——因為慣咗呢三種靈性操練——喺審慎方面絕對唔缺乏,審慎被視為智慧嘅伴侶,亦係引領人走出悲傷最強大嘅手段。因為研習美德要準確分辨乜嘢係善、乜嘢係惡;而要做到呢點,就需要審慎。 喺佢嘅指引下,經驗同對肉體嘅抗爭教曉人點樣最好咁做好事同抵抗邪惡。

**20.** 而恐懼就內在於它們之中。因為愛愈深,恐懼愈大;只要有獲得善事的希望,就有害怕得不到它的恐懼。而這比無數折磨的威脅更折磨被愛所傷的人的心靈;因為得到它是最至大的喜樂,而得不到它是最深重的苦楚。

**21.** 為咗令話語喺路上引導我哋,並以另一種方式引路,我哋必須由結局開始:因為一切受造之物,都由其結局推衍出各部分之間嘅區分,同埋佢哋正確嘅次序。 我哋生命嘅終點係至福,或者講同一件事,就係天國,或者上帝嘅國度。而呢個唔單止係對至尊三一嘅異象,亦都係對神聖吸引嘅接納,或者可以話係神化嘅體驗;並且透過呢種吸引,喺我哋入面補足所缺欠,令未完美嘅得以完滿。 而正正就係呢樣嘢,成為咗滋養靈性存在嘅養分——透過嗰種神聖嘅吸引力去填補我哋所欠缺嘅。喺呢度,一個永恆嘅循環得以實現,由同一樣嘢開始,亦由同一樣嘢結束。 因為愈明白,就愈渴望;愈渴望,就愈品味;愈品味,就愈被激發去再度更深地明白;然後,呢個不變嘅運動——或者可以話係不變嘅寂靜——就即刻開始。

**22.** 因此,就我們所能理解的,生命之終點即是如此。我們現在必須考慮,人應該如何向它邁進。對於理性的靈魂——它們是聰慧的生物,與天使的心智只差毫釐——此世的生活是一場鬥爭,而肉身的生活對它們而言,乃是一場考驗。 呢份努力同掙扎嘅獎賞,就係上述嗰種狀態——一個配得上神嘅良善同神嘅公義嘅恩賜:公義,因為呢啲福份唔係唔經過自己嘅勞苦同汗水就可以得着; 神嘅慈愛,因為呢份恩賜遠遠超越人嘅任何勞力,而且因為能夠行善嘅能力本身就係上帝賜予嘅。

**23.** 咁,呢度究竟有咩壯舉?——一個理性嘅靈魂同一個屬於大地、實實在在、向下界吸引嘅動物身體結合。 佢同呢個身體結合嘅方式,係由呢兩個——靈魂同肉體——完全互相對立嘅元素,構成咗一個單一嘅存在,唔係透過任何變化或者混合(天啊,絕對唔係咁樣!),而係兩者各自保留住本身固有嘅本性,卻合二為一,成為一個完整嘅人,包含兩種完美嘅本性。 因此,呢個複合體——人——作為一種雙重本性所構成,喺行動上展現出各自本性所固有嘅特徵。 – 身體渴望同自己相似嘅事物——即係屬乎物質嘅,係自然嘅。所有生物對相似事物都有呢種渴望,因為佢哋嘅存在本身就係靠喺自己入面實現嗰啲同自己相似嘅事物。身體亦都會透過感官喺相似事物中得到快樂;而且,當佢疲倦時,休息對佢嚟講係令人愉快嘅。呢就係我哋動物本性中自然同渴望嘅嘢。 至於理性靈魂,因為佢本性係理性,所以自然同渴望追求同樣具備理性嘅事物,並喺屬於呢種本性嘅事物中獲得喜悅。但係,最超越一切嘅,係對上帝嘅愛喺佢裏面自然根植。佢自然渴望喺上帝同其他理智事物中獲得喜悅,但係無法無阻無礙咁做。

**24.** 第一個人可以無阻無礙咁,既透過感官去感知同享受可感事物,又透過理智去感知同喜悅可知事物。但係佢最主要唔應該關注較次要嘅,而係較重要嘅;雖然佢本身能夠透過理智同感官,同時同可知事物同可感事物相交通。 我並唔係話亞當唔應該使用佢嘅感官:因為佢有身體並唔係冇用;而係話佢唔應該主要喺感官事物度搵快樂,亦唔應該淨係為咗感官事物而去享受。 反而,當佢透過感官印象感知到受造之物嘅美時,佢本應該將目光轉向嗰位美嘅造物主,並以驚嘆去享受祂;反而更有理由去讚嘆造物主,而唔係執著於感官事物,並對嗰啲嘢感到驚訝,同時忽略造物主嘅理性之美。亞當本應該咁做。

**25.** 但係,佢好好唔識用佢嘅感官,開始對感官世界嘅美嘆為觀止;見到果個果實又好靚又好食,就試咗佢,放棄咗喺理智事物入面搵到嘅喜悅; 於是公義的審判者,認為他配不上默想神和一切存在——那些他曾輕視的事物——就將他逐出,*使黑暗成為他的居所*,並將他與一切無形的事物隔開(詩篇17:12)。因為不聖潔的人不配得聖潔;但由於他喜愛它,上帝允許他享受它,任憑他只靠感官生活,而靈性生命只留下一絲淡淡的痕跡。

**26.** 因此,要與理智事物相交通的努力,對我們而言成為最艱難的:因為我們無法以心靈去享受理智事物,正如我們以感官去享受可感事物一樣,儘管我們藉洗禮獲得了極大的幫助,使我們得以被淨化並被高舉。 然而,就喺我哋能力所及嘅範圍內,我哋仍然要喺理智上而唔係感官上鍛鍊自己;我哋要對理智事物感到驚嘆同渴望,而對感官事物則一無所歎,亦唔好為咗任何感官事物本身(作為感官享受)去

追求快感;因為其實,感官事物同理智事物根本無得比。　我哋見到,本質嘅本質同美嘅美都更加奇妙。但我哋要如實咁看待佢哋。　有咩瘋狂,比鍾意可恥嘅嘢多過鍾意宏偉嘅嘢,鍾意卑鄙嘅嘢多過鍾意有尊嚴嘅嘢,更加嚴重?就算我哋對受造之物——無論係屬心智定屬感官嘅——都係咁樣對待,都已經咁誇張。但如果我哋竟然對祂——嗰位高於萬有者——都係咁樣對待,寧願揀冇形狀又微不足道嘅物質去勝過祂,又豈可言喻?

**27.** 咁,我哋而家嘅任務就係——要小心看守自己,好令我哋時刻都可以享受可知嘅事物,將我哋嘅心志同慾望都指向佢,絕對唔好畀感官嘅誘惑擄走,唔好畀感覺本身牽著我哋走得太遠。　但如果要用感官,我哋就應該用嚟透過受造之物去認識造物主,就好似喺水入面見到太陽咁喺佢哋入面見到佢;因為喺所有受造之物入面,都反映咗萬有嘅第一因,就係喺佢所能夠理解嘅範圍內。

**28.** 呢個就係擺喺我哋面前嘅任務;但要點樣完成,就要好好反思。因為,正如之前所講,身體透過感官想去享受屬於自己嘅嘢,而佢愈滿足,就愈想要。呢點就同靈魂嘅追求背道而馳。　所以,靈魂首先要約束所有感官,切勿如前所述咁沉溺於感官享樂。因為身體愈強壯,就愈強烈追求屬於自己嘅嘢;　而佢越係為此努力,就越難以控制;所以,靈魂必須認真咁透過禁食、通宵禱告、站住禱告、裸地而眠,同埋各種其他剝奪,去克制肉體,好等佢耗盡力氣之後,喺屬靈嘅追求上可以保持謙卑同順服:　呢個就係擺喺面前嘅首要任務。但係,雖然好容易去渴望呢件事,但要實踐就困難得多,過程中往往會忽略咗好多應該做嘅嘢,因為就算你全神貫注,感官都會分散你嘅注意力:所以,第三個精明嘅補救方法,就係祈禱同眼淚。　禱告用嚟感謝所賜嘅福份,並求赦免罪過,同時求賜力量以作進一步嘅進展;因為,正如已經講過,冇咗神嘅幫助,靈魂自己無可奈何,乜都做唔到。　而且,佢令靈魂同所追尋嘅祂合一,並喺祂入面得享喜樂,亦令所有慾望完全向祂傾斜:因為喺一個活得正軌嘅人生入面,最緊要嘅就係意志要盡可能強烈咁去渴望呢樣嘢。　– 眼淚有莫大嘅力量:佢哋令主平息對我哋過犯嘅憤怒,潔淨由肉慾帶嚟嘅污穢,並激發對天上事物嘅渴慕。

**29.** 所以,整件事就係咁:最緊要係對心靈或屬靈美德嘅默想,同埋全心全意咁渴慕佢哋;憑住呢點,克制肉體——包括禁慾、貞潔等等——嘅各部分都互相支援;為咗呢個目的,並且同佢一齊,就有禱告。呢啲修行各有分枝,但都互相連繫,缺一不可。

**30.**　不可有人以為對榮耀嘅愛同對金錢嘅愛屬於肉慾嘅情慾。肉慾嘅情慾純粹係對享樂嘅愛,而呢種情慾嘅正當補救方法就係克制肉體。不過,前面提到嘅兩種情慾,其實都係無知嘅產物。　靈魂既未曾體驗過,亦未曾認識過真正的善——無論是屬知的或屬靈的——就發明出財富這種虛假的善,以為可以藉此彌補自己在屬靈善方面的貧窮;它關心財富,既為了這個原因,也為了滿足對享樂和榮耀的愛,同時亦為了財富本身,視之為一種善。　所以,我哋可以話,呢一切都係對真正善福無知嘅產物。對榮耀嘅愛唔係因為身體需要不足先產生:因為冇任何身體需要可以畀佢滿足　;而係因為冇體驗過同唔識第一福同真榮耀。

**31.**　唔單止係對榮耀嘅愛,簡而言之,無知先係一切惡嘅根源。因為任何一個真正明白事物本性、佢哋各自來源同用途嘅人,都唔可能之後忘記佢嘅最終目的,而將注意力轉去塵世事物。　靈魂絕不會渴望一件自己明明知道只不過是假象的好事。即使習慣強行將它拉向某物,憑藉對該事物精確而清晰的知识,它仍能克服習慣本身。但即使在習慣尚未根深蒂固之前,它已被無知所蒙騙。　所以,最緊要嘅係,越早越好,要努力去獲得對一切存在事物嘅真正認識,然後,根據呢個,喺自己嘅意志入面激起對至善嘅渴慕。對於真正認清自己徹底虛空嘅人嚟講,要藐視一切現世嘅善,並唔困難。

# 可敬的阿爸菲利蒙

***關於佢嘅簡短記載***

教父著作冇話畀我哋知,我哋最敬愛嘅菲利蒙長老——我哋虔誠嘅先賢之中,最清醒、最痛悔流淚嗰位——佢生於咩時代。　但佢係一個最虔誠同最有經驗嘅人,而且最鍾意靜默,勝過其他長老,係大阿爾瑟尼烏斯最忠實嘅模仿者,呢點只要願意,從以下記載就可以睇到。　因為佢日夜喺沙漠山洞度耐心咁禱告祈求,用涓涓不絕嘅眼淚同最甘甜嘅啜泣洗滌自己,並且喺對上帝嘅愛中,已經超越咗一切感官同心智嘅事物,　佢總係喺上帝面前好似個聾又啞嘅人,並且被認為配得上神聖恩典嘅奇異啟示;就好似

由陽光普照,呢位令人永遠難忘嘅人,喺佢完全嘅寂靜同安寧中,唔單止獲得咗講話同推理嘅能力,仲獲得咗感知同預見嘅恩賜。　一個忠實嘅見證,就係呢度所講嘅佢嘅事蹟,入面根據佢多年嘅親身經驗,提出咗佢關於聖潔謹慎最明智嘅教導,涵蓋咗實踐同思辨兩個方面。　因此,凡是願意脫去情慾那污穢可憎的舊衣──換言之,脫去舊人,穿上無情慾與恩典的明亮新衣,或是在基督耶穌裡的新人──只要經常研讀長老的教導,並盡力付諸實踐,就能輕易得著所願。

## 阿爸菲利蒙最 instructive 嘅記載

**1.** 關於隱士阿爸菲利蒙有個傳說,他退居在一處並不遠的羅米耶瓦拉夫拉(Lavra)附近的山洞,專心從事苦行,心裏一面重複著據說大阿爾緬尼奧斯(Arsenius)常對自己說的話:「菲利蒙,你來這裏做什麼?」 佢喺呢個山洞度住咗好耐。佢嘅工作係扭念珠同編籃,然後交畀管家;換返嚟嘅就係幾小個麵包,佢就靠呢啲維生。佢除咗食麵包同鹽,其他嘢一啲都唔食,而且連麵包同鹽都唔係日日有得食。　佢似乎對自己嘅身體完全唔理,但係透過冥想,佢獲得咗神聖嘅啟示,成為高天上難以言喻嘅指引嘅參與者,因而沉浸喺靈性嘅喜悅之中。　佢逢星期六同星期日去教堂,都係自己一個人行,沉浸喺深思入面,唔畀人靠近,驚分散佢對信仰嘅專注。 但係喺教堂入面,佢企喺牆角低頭垂淚,淚如泉湧,啜泣不已,心裏面一直思念死亡同聖父長老嘅形象,特別係亞爾瑟尼奧大長老,佢努力喺各方面都跟隨佢嘅腳步。

**2.** 當亞歷山大及其周邊地區出現異端時,他從那裡退去,前往尼卡諾爾修道院。 當佢一到,最愛主嘅帕夫林就畀咗佢自己嘅隱蔽處,並確保完全靜默。成整一年,佢冇畀任何人見到佢,自己亦都冇打擾佢分毫,只係每次送上佢所需嘅麵包。基督聖復活節到嚟。　有一次探訪時,兩人傾起計嚟,話題轉到隱士嘅生活,菲利蒙就發現呢位最虔誠嘅兄弟帕夫林,都懷住成為隱士嘅崇高志向;於是佢就從聖　經同教父嘅著作中,大量灌輸佢苦行主義嘅言論— —向眾人顯示,若無完全的獨處,就無法取悅上帝;正如蒙神啟示的摩西所教導──沉默孕育苦行,苦行孕育淚水,淚水孕育恐懼,　恐懼──謙卑,謙卑──洞察,洞察──愛,而愛令心靈健全而無執著,然後人就明白自己並未遠離上帝。

**3.** 佢(菲利蒙)對佢講:「你要透過沉默,完全淨化你嘅心,並投入持續嘅靈性工夫。」 就好似眼睛轉向可見世界注視所見之物,純淨嘅心靈轉向理智領域,就會被靈性嘅所思所想所吸引,令你無法將佢從中拉開。而且,透過沉默,佢喺情感上被剝離同淨化到幾多,就喺幾多程度上值得去認識(嗰啲靈性嘅事物)。　然而,當心靈進入真正知識的領域,與神合一時,就得以完美。屆時,它擁有皇室的尊嚴,不再感到貧窮,也不會被虛假的慾望所左右,即使你向它獻上世上所有的王國,都動搖不了它。 所以,如果你想達到這些美德,就要快快逃離塵世,熱誠地奔跑在聖徒的道路上;拋棄對外在容貌的顧慮,著簡樸的衣衫,以謙卑裝飾自己。保持你的舉止簡樸,言談樸實,行止不張揚,聲音真摯。 要學識鍾意過貧窮生活,同埋畀人遺忘。最緊要係要保持心靈嘅清明同清醒;喺一切試煉中都要有耐性,用盡方法去保守你已經得着嘅屬靈福氣,令佢保持完整同不變。要小心看守自己,唔好接受任何偷偷潛入嘅享樂。　因為,雖然沉默可以馴服靈魂嘅慾望,但如果畀佢哋燃起同加劇,佢哋通常會更加猛烈,並用更大嘅力量拉拽容許呢啲事發生嘅人向罪惡靠近。同樣地,身體嘅傷口,如果畀人摩擦同撕開,就會變成無可醫治。　就算只係一句說話,當魔鬼唆使,感官又配合嘅時候,都足以令心靈遠離對上帝嘅紀念。守護靈魂,既係一項偉大嘅功績,亦係一件極其可畏嘅事。所以,你必須完全超脫塵世,令靈魂同身體嘅一切憐憫脫離關係,成為無城、無家可歸,　無所擁有,無錢,無貪婪,無牽掛,無伴侶,對塵世事務一無所知,謙卑、憐憫、良善、溫柔、性格柔和,隨時準備好在心中接受神聖指引所賜的啟悟。　正如大聖巴西略所教導,要喺蠟上寫字,就一定要先抹去上面 previously inscribed upon it 嘅字。 聖徒們的樣貌就如此:他們完全退離了一切世俗習俗,並在心中保有一份堅定不移的天國智慧,藉著神聖律法而得啟迪,以虔誠的言行閃耀光明,*「將地上的肢體治死」* (西3: 5)　透過自制、敬畏上帝同愛。　因為透過不斷嘅祈禱同研讀神聖經文,心靈嘅眼睛得以打開,見到萬能之君──於是有大喜樂,而一種無法抑制嘅神聖渴望喺靈魂深處熊熊燃起,藉住聖靈嘅作為,連肉體都被吸引到嗰度,整個人都變得屬靈。　修習福氣的默靜與最嚴謹苦行的人,所蒙的福分即在於此:他們退離了一切塵世安慰,獨與天上居住的獨一主無休止地交通!

**4.** 聽見呢番說話後,嗰位愛主嘅兄弟,心靈畀神聖嘅愛刺透,就離開咗佢嘅崗位,同埋菲利蒙一齊,去到咗嗰個最偉大嘅長老完成佢哋虔誠道路嘅隱修院。　佢哋就喺聖約翰·科洛夫嘅拉夫拉落腳,將自己交畀拉夫拉嘅管理人照顧,因為佢哋想過靜默嘅生活。　於是佢哋憑住上帝嘅恩典,喺完全嘅寂靜中

居住,禮拜六同禮拜日就去參加共同嘅教會禮拜,其他日子就留喺自己嘅房入面;各自喺私底下行佢哋嘅禱告同敬虔操練。

**5.** 聖老者(菲利蒙)有以下嘅崇拜規矩:夜晚佢會唱完整本詩篇同埋詩篇入面嗰九首頌歌,唔急唔躁、冇半點騷動;佢會讀一段福音書,然後坐低唔郁,對住自己講:「主啊,可憐我吧!」 並以全副精神持續一段相當長嘅時間,直到佢講唔出呢句呼求為止;最後佢先畀自己訓着。然後,天光時,佢又再唱第一時段嘅頌文,面向東方坐喺位上,隨心所欲咁輪流唱詩篇,同埋閱讀書信同福音書。 於是,他整日不停地歌唱、祈禱,並沉浸於對天上事物的默想;他的心屢次被帶入沉思,以至於他分不清自己是否仍然在世上。

**6.** 那弟兄見他如此專心於靈修,有時竟完全沉浸在神聖的思想中,便對他說:「父啊,您年紀已高,這樣嚴刑拷打和制服您的身體,不是很困難嗎?」 佢答:「信我,上帝已經喺我靈魂入面種咗咁嘅熱誠同埋咁嘅愛 ,令我無法完全滿足呢份渴慕;但係我嘅肉體軟弱,都畀對上帝嘅愛同對將來福份嘅盼望所勝過。」 因此,無論佢食緊嘢,定係其他時候,佢所有嘅願望都智慧咁向上天提升。

**7.** 有一次,同佢一齊住嘅一位兄弟問佢:「默想嘅奧秘係咩?」佢見到對方堅持,又真誠咁尋求造就,就對佢講:「我同你講,我嘅孩子,對於心靈已經完全被淨化嘅人,上帝會顯現出服侍嘅能力同天使嘅階級。」

**8.** 又有一次,佢問佢:「爸爸,點解您對聖詩篇比聖經其他部分更感興趣?而且當您輕聲唱詩嘅時候,點解睇落好似同人傾偈咁?」 佢就答:「上帝喺我靈魂度,印咗詩篇嘅大能,就好似祂印喺先知大衛身上咁,我無法從佢哋入面隱藏嘅種種默想喜悅中抽身;因為佢哋涵蓋咗全部神聖經文。」 佢為咗造就人,經過再三懇求,先好謙卑咁向問者承認呢件事。

**9.** 有個叫約翰嘅兄弟,由海岸出發,嚟到呢位聖而偉大嘅費肋蒙老竇面前,抱住佢嘅腳,對佢講:「老竇,我點做先可以得救?」 因為我嘅心思意念飄來飄去,去到唔應該去嘅地方。然後佢停咗一停,講:'呢種(屬靈嘅)困擾就係好似你呢啲向外馳逐嘅人嘅特徵,而且一直留喺佢哋入面。佢亦都喺你入面,因為你未達到對上帝完美嘅愛;愛同認識祂嘅熱度未曾臨到你身上!' 個兄弟對佢講:「咁我應該點做呢,父?」佢答:「去啦,將呢個秘密教導存入你心裏,佢就會淨化你嘅心,令你擺脫呢個。」個兄弟因為唔明呢番說話嘅意思,就問長老:「咁呢個秘密教導係乜嘢呢,父?」 佢就對佢講:「去你心入面保持清醒,喺你嘅思想裏面,帶住清醒、敬畏同顫抖,講:『主耶穌基督,可憐我!』」 thus does the blessed Diadochus also instruct beginners.

**10.** 嗰位兄弟走咗,靠住上帝嘅恩典同長老嘅禱告,搵到咗平安,亦對呢個教導有啲喜悅。但係之後呢份喜悅離開咗佢,佢再冇法子實踐呢種操練,或者用清明嘅心禱告。於是佢返去搵長老,將發生嘅事同佢講。 長老對他說:「你而家已經學到沉默同智慧行為嘅道路,亦嘗過其中嘅甜美。」 「要時時記住呢點——無論你係食緊嘢、飲緊嘢、同人傾偈、旅行,定係坐喺你嘅小房入面——都唔好停止用清醒嘅心靈同專注嘅精神去祈禱,去唱詩,同埋研讀禱告文同詩篇; 就算處理最基本嘅需要,都唔好畀心思閒置,要迫佢暗中學習同禱告。 如此,你就可以明白神聖經文的深奧與其中隱藏的威力,並使你的心靈不斷有事可做,以成就使徒所命: *「要不住地禱告。」* (帖前5:17)。 所以,你要小心謹慎,守住你嘅心,唔好容納任何邪惡、虛空或者唔健康嘅念頭;無論你係瞓緊、醒緊、食緊、飲緊定傾緊偈,都要喺暗中同心裏面,時而研讀詩篇,時而禱告: *「主耶穌基督,神嘅兒子,可憐我!」* 同樣地,當你大聲唱詩篇嘅時候,要小心,唔好只用嘴巴唸,而心神卻飄到其他地方。

**11.** 弟兄又問他:「我睡覺時看見很多虛幻的夢。」長老對他說:「不可懶惰或灰心;但在你入睡之前,要心裏多作禱告,並以你的心思抵擋魔鬼按他意旨引誘你的誘惑,好叫你蒙神悅納。」 盡你所能,務求令你帶住詩篇喺口、智慧教導喺心入睡,切勿因疏忽而任由異端思想入侵;反而就用你喺禱告中嘅所思所想,並由此學習,然後上床安息,即使喺夢中, 佢哋仍然留喺你心入面,等你醒返嚟時,就可以同佢哋傾偈。訓覺之前,仲要誦念正教信仰嘅聖符;因為信靠上帝嘅正教,就係一切美好事物嘅源頭同保障。

**12.** 佢個兄弟又問佢:「阿爸,出於愛,同我講,你心入面點樣運作?教我,等我都得救。」佢對佢講:「你點解咁想知呢?」 細佬起身,攬住聖人嘅腳,親咗佢,求佢講畀自己聽。過咗一陣,哥哥話:「你未夠資格承受呢件事。」 慣於處身真理祝福之中嘅人,本性就會叫每一個感官各司其職;未完全淨除塵世虛妄思緒嘅人,根本唔可能配得上呢份恩賜。所以,如果你真係渴望呢啲,就要用純潔嘅心去珍藏呢個

秘密教導。　因為如果禱告同聖經嘅教導不停留喺你心入面,你靈魂嘅眼睛就會打開,入面會有好大嘅喜樂,同埋一種難以言喻嘅 同熱切嘅感受,就好似靈同肉身都暖咗,令到整個人都變得屬靈。 所以,無論晝夜,如果上帝賜給你以純淨的心無所思擾地祈禱的恩典,就擱置你平時祈禱的慣例,盡你全力,全心全意地努力親近上帝。祂就會在你的心靈中,照亮你所投入的屬靈追求。　佢又補充話:有一次一位長老嚟搵我,當我問佢心境點樣,佢就同我講:「我兩年之久一直喺神面前禱告,誠心誠意懇求祂賜恩典,好叫祂吩咐門徒嗰段禱告時刻刻、無阻無礙咁刻喺我心裏;而豐盛嘅主見到我嘅勞苦同忍耐,就應允咗我所求嘅。」　以下係佢同佢講嘅其他嘢:靈魂入面出現嘅虛浮念頭,就係因為靈魂懶散又放縱自己所帶嚟嘅折磨;所以,根據聖經,我哋要對自己嘅心思意念保持高度警醒,要專心、無分心咁唱歌,要用純淨嘅心禱告。　所以,弟兄,神要我哋首先透過我哋嘅勤力(苦行同善行),然後透過愛心同不斷嘅禱告,向祂表明我哋嘅熱誠──祂就會賜俾我哋通往得救嘅道路。　咁就明顯,除咗完全遠離一切邪惡、追求一切美好、對上帝懷有完美嘅愛,並喺敬虔同公義中同祂同住,冇其他路可以上到天國;凡擁有呢啲嘅人,就會好快升入天軍。　但係,凡係渴望攀上高處嘅人,都必須將喺地上嘅肢體治死。　因為當我哋嘅靈魂喺真實嘅善中沉思時,佢就唔會再返去因罪惡嘅甜美而激起嘅任何慾望;反而,當佢轉離晒一切肉慾,就會以純潔無瑕嘅心靈去領受神嘅異象。 所以我哋需要有極大嘅自律、大量嘅體力勞動同靈魂嘅淨化,好等我哋可以喺心入面同神同住,無罪咎咁成就佢神聖嘅誡命,並且等佢親自用賜畀我哋嘅聖靈恩典,好似陽光咁照耀我哋,堅定我哋遵守佢律法。　我哋要透過勞苦同試煉,淨化我哋受造嘅形象──理性、能夠領悟一切智慧,並可與神相似──方法係透過煉淨我哋嘅感官,除盡一切污穢,喺試煉中令佢哋得以改變,從而被轉化為皇室尊嚴。　上帝造人本性,使人分享一切善,能以心神默想榮耀天使──包括主治者、能力、權柄、掌權者──的喜悅,以及那不可接近的光和最燦爛的榮耀。　但當你培養出一種美德時,就要小心,你的心思意念不可超越你的弟兄,因為你培養了它而他卻忽略了;因為這就係驕傲嘅開始。　當你同任何慾望掙扎時,要小心唔好灰心或氣餒,因為戰鬥好激烈;反而要站起身,喺神面前謙卑自己,同先知一樣由心底裏呼喊:*「主啊,求你審判那冤枉我嘅人」*(詩篇34:1),因為我冇足夠力量去對抗佢哋。 祂見到你嘅謙卑,好快就會差遣祂嘅幫助嚟到你身邊。當你同人同行嘅時候,唔好講啲無謂嘅閒話,而要專注喺祂所行嘅屬靈操練上,好令呢個好習慣同埋忘卻塵世享樂嘅心態留喺你心裏,唔會令你偏離無情欲嘅港灣。 長老用呢啲同其他好多說話咁教咗個兄弟之後,就打發佢走。

**13.** 但係唔耐之後,佢又返嚟,大聲問:「我應該點做,父啊?喺我夜晚守夜嗰陣,瞓意壓得我好重,令我無法用清淨心祈禱同埋長時間警醒;而且我發現自己喺唱詩嗰陣,都想做啲工作。」　長老答道:「當你能夠以清醒嘅心祈禱時,就唔好做任何手頭嘅工作;但當瞌睡襲來,就稍為振作一下,對抗並抵抗呢個念頭,然後再繼續做你嘅手頭工作。」兄弟又問:「長老,你自己喺做禮拜嗰陣,唔會畀瞌睡壓得動唔到身咩?」　長老說:「唔係咁容易;不過,當我有時會睏倦,我就會稍為振作一下;但我會由頭開始讀約翰福音,將心靈嘅目光提升到上帝嗰度,咁佢就即刻消失。」　我對付念頭都差唔多係咁:當一個念頭起嚟,我就好似用水滅火咁,用眼淚去對付佢,佢就即刻消失晒。　但係你而家未可以咁樣去對付佢哋;反而要緊緊把握呢個秘密教導,努力去行聖父輩所定嘅儀式,包括每日嘅禱告──例如第三時、第六時、第九時同黃昏禱告──同埋夜間嘅儀式。　並盡你全力,努力唔好做任何討人歡心嘅事,亦要小心同弟兄姊妹無仇,免得令你同你嘅神疏遠。同時,努力保持心思純淨,專注於你內心嘅思想。　當你喺教堂,打算領受基督聖事嘅時候,要等到領完聖體先離開。企喺原地,直到禮拜結束前都唔好走;心裏面要諗住自己好似喺天上,同聖天使一齊喺上帝面前,準備領主入你心裏。　要帶住敬畏同戰兢去預備自己,免得成為聖禮唔配嘅參與者。長老咁樣好好裝備咗弟兄,並將佢交託畀主同祂恩典嘅聖靈,就打發佢走。

**14.** 有位同佢一齊住嘅兄弟亦都講咗以下呢段事。　有一日我同佢坐埋一邊,問佢喺曠野生活期間有冇畀魔鬼嘅誣衊試探過。佢答:「兄弟,原諒我──如果神容許撒旦嘅試探臨到你,好似我受過嗰啲,我唔認為你頂得住嗰份苦楚。」　我而家七十歲,或者大啲;喺唔同嘅沙漠度,我喺完全靜默中經歷咗好多誘惑;至於我畀呢啲魔鬼整到嘅經歷同受苦,對未曾喺靜默中受過考驗嘅人嚟講,講出嗰啲苦楚冇乜好處。　喺呢啲試探入面,我一直都係咁做:我將所有希望寄託喺上帝身上,向佢立咗懇求棄絕嘅誓,佢好快就令我擺脫晒所有需要。就係咁,兄弟,我已經唔再理會自己嘅安危;因為我知道佢會照顧我,所以面對嚟到嘅試探,我都能輕易承受。　而我自願向祂獻上唯一的一件事,就係不住地禱告。喺呢方面,我亦都好相信,愈係有大悲痛同大不幸向我哋襲來,佢哋就愈會為堅持到底嘅人預備更大嘅冠冕;因為喺公義嘅審判者面前,兩者互相抵消。 知道呢啲,我嘅兄弟,唔好灰心。你已經走入戰場去打仗,就繼續戰鬥,

並且要因為有好多為我哋對抗神敵嘅人而得著鼓勵──佢哋比敵人嘅大軍更多。 誠然,若非道成肉身之神的大能右手擁抱、護衛並遮蓋我們,我們又怎敢面對如此可畏的仇敵?人性又如何能承受他的誣衊? 就如約伯所言:*「有谁能揭开他外衣的脸?有谁能进入他袍子的褶缝?从他口中发出如火把的火焰,火星四散。从他鼻孔冒出如炭火熊炉的烟。他的生命如炭火,火焰从他口中喷出。」 能力存在於他的雙唇之上;毀滅在他面前流淌。他的心硬如石頭;他站得穩如鑄鐵台。他攪動深淵如銅爐;他視大海如釀酒槽,又把深淵的深處當作囚犯。 「佢睇晒所有高過佢嘅嘢,但佢自己先係所有水中生物嘅王!」*(約伯記41:4–25)呢個就係我哋嘅敵人,兄弟! 這就是道所描繪的這暴君,及其一切形態與偉大!然而,儘管如此,對那些本當如此行獨居之道的,勝利卻輕易得來,因為他們內心裏面沒有屬於牠的任何東西,因為他們棄絕了世界,因為他們的高尚美德,而且因為有一位為我們爭戰的。 你同我講,有邊個,一旦親近主,將主嘅敬畏放進心裏,唔係連本性都改變咗,又畀神聖嘅律法同作為照亮,令到佢靈魂光芒四射,能夠閃爍神聖嘅洞見同思想? 祂從不讓它閒置,因為神居住在其中,激勵心智無限追求光明。 而當靈魂如此不斷受影響,聖靈就不會容許它被情慾腐蝕;反而好似一位國王,吐出可怕的忿怒和刑罰,無情地將它們斬除。這樣的人絕不後退,而是透過實踐美德,雙手高舉向天,以有智慧的禱告,在戰鬥中取得勝利。

**15.** 嗰位兄弟又講,阿爸菲利蒙除咗其他美德之外,仲有一樣:佢受唔住聽閒聊,如果有人一時唔留神講咗啲同靈命無關嘅嘢,佢就完全唔會理會。 同樣地,當我去辦某件事時,他不會問:「你去做乜?」當我返嚟,他也不會問:「你去咗邊?」或者「你做咗啲乜同埋點做㗎?」 所以有一次,我因着急事坐船去咗亞歷山大,然後又因一件教會嘅事,冇通知神嘅僕人,就從嗰度啟程去咗君士坦丁堡;喺嗰度逗留咗一段時間,探訪咗嗰度虔誠嘅弟兄之後,我終於返去修道院搵佢。 佢見到我,長老非常高興,照常規打過招呼同禱告之後,就坐低;但佢乜都冇問我,只係繼續沉浸喺佢平時嘅默想之中。

**16.** 有一次,我想試佢,就連幾日都冇俾佢食麵包。但佢連麵包都冇開口要,亦冇講過半句。跟住,佢行咗個禮,問我:「爸爸,求你同我講,你係咪因為我冇照平時咁帶食物嚟睇你而唔開心?」佢話:「兄弟,饒恕我!」 「就算你唔畀我二十日嘅麵包,我都唔會向你開口,因為只要我嘅靈魂一日存續,我嘅身體都一日存續。」佢就咁專注喺對真正美德嘅思索入面。

**17.** 佢話:「自從我嚟到隱修院之後,我嘅思緒就從來未越過我寮房嘅牆; 亦都冇畀其他念頭入我腦海,除咗對上帝嘅敬畏同將來審判嘅思慮。我時時諗住威脅罪人嘅審判、永遠嘅火同極大嘅黑暗,仲諗到罪人同義人嘅靈魂點樣存活,義人預備咗咩福份,以及每個人點樣按佢哋嘅勞苦攞 到佢哋嘅賞報:一個係為苦行嘅勞苦,另一個係為施捨同真誠嘅愛,又一個係為唔貪慕同完全捨棄塵世,另一個係為謙卑同完美嘅寂靜,一個係為完全順服,仲有一個係為漂泊。 將以上一切銘記在心,我不再容許其他念頭侵入,亦無法與人相處,或將心思放於他們身上,唯恐偏離神聖的思想。

**18.** 佢又講咗一個隱士嘅故事,話佢已經達到咗無情欲,平時都係由天使之手拎麵包做食糧,但因為懶散(注意力減弱),就畀人剝奪咗呢個榮譽。 因為當靈魂放鬆咗心靈嘅警醒同專注,黑暗就會籠罩嗰個靈魂。神唔照耀嘅地方,一切都籠罩喺陰霾同黑暗入面;靈魂就再無法注視獨一嘅神,亦無法因祂嘅話而戰慄。 「主如此說:*『我豈不是近處的神, ємес遠處的神麼?人能隱藏在暗處,使我不得見他麼?我豈不充滿天下地麼?』」*(耶利米書 23:23–24)。 佢又諗起其他好多曾經以同樣方式受苦嘅人。佢仲提到所羅門嘅衰落,話佢當年攞咗咁大嘅智慧,又畀人讚到飛起──就好似曙光中升起嘅晨星,用智慧嘅光芒照亮咗所有人──但就為咗一啲微不足道嘅享樂,而失去咗咁嘅榮耀。 所以,放縱懶散是危險的;我們必須不住地禱告,免得有任何其他念頭興起,將我們與神隔開,也免得有任何其他事物在我們心裏取代祂的地位。只有那成為聖靈居所的純潔心靈,才能在自己裏面,好似鏡子一般,清楚地看見神自己──萬有之源。

**19.** 阿爸弗利蒙同住嗰位兄弟聽到呢番說話,就講:「我觀察佢嘅所作所為,就發現肉體嘅慾望已經完全唔再糾纏佢,佢對一切完美嘅事物都充滿熱誠,所以人人都見到佢畀聖靈不斷更新。」 (由榮耀到榮耀)並以難以言喻的嘆息嘆息,默察自己、稱量自己(或如天秤般保持平衡),並在各方面努力,務求不使任何事物擾亂他心靈的純潔,也不使任何污穢暗中沾染於他。 「佢話:『見到呢啲,又被呢種生活方式嘅熱誠所激勵,我就誠懇咁向佢哀求,問:'我又點樣先可以同你一樣,達到心靈嘅純潔?'佢就答:'去啦──努力幹;因為呢件事要勞苦,仲要心痛先得。'" 屬靈的福份,值得人認真追求和勞力,若我們懶散在床,沉睡不醒,就得不到。 世上嘅福份,亦唔會畀唔勞而獲嘅人。想興旺,就要首先放棄自己嘅慾望,培養無休止嘅懊悔同對塵世財物嘅超然,唔理人哋嘅罪過,只顧自己嘅罪,為此日日夜夜痛哭流涕,亦唔可以同

人結交虛浮嘅友誼: 因為靈魂因悲嘆自己可悲嘅處境,又被過去罪行嘅回憶所傷,對世界已經死咗,就好似世界對佢都死咗一樣;即係話,屬肉體嘅慾望就失咗力量,而人對呢啲慾望都冇辦法。 而且,凡是棄絕世界、與基督合一、並默然安住的人,就愛神、保守祂的形象、並因祂的樣式而得豐盛;因為他從上面領受聖靈的恩賜,成為神的居所,不是鬼魔的,並向神獻上義行。 如此,靈魂在生活方式上變得純潔,脫離肉體的污穢,既無瑕疵也無邪惡,最終必蒙冠以公義的冠冕,並以美德之光輝照耀。 但係喺嗰個人,喺棄絕嘅開始,心入面冇悲傷生根──無論係屬靈嘅眼淚、無盡折磨嘅回憶、真正嘅寂靜、不斷嘅禱告,定係詩篇嘅歌唱同神聖經文嘅教導──喺佢心入面,呢啲都未成為習慣, 以致因為他不斷堅持這件事,雖然不情願,卻被迫自願去行──敬畏神並不掌管他的心靈:這樣的人仍然與世界同流合污,無法在禱告中擁有純淨的心; 因為只有虔誠和敬畏上帝才能淨化心靈脫離情慾,並透過釋放心智,引領它進入自然的沉思,使之得以參與神性,而這神性以福樂的形式賜予 (*'心裏清潔的人有福了,因為他們必得見神*), ──對於漸漸變得如此嘅人嚟講,呢種狀態已經成為未來嘅憑據,並令佢哋嘅靈性品格堅定不移。 所以,我哋要盡全力實踐(德行同苦行),藉此被提升到虔誠──即係心靈嘅純潔;而呢種純潔嘅果實,就係心靈天生嘅神學默想。 因為行動就係向默想嘅攀升,正如嗰位洞察力最強、最富神學思想嘅格列高利所講。因為如果我哋忽略呢啲行動,就會同一切智慧脫節;就算有人已經攀上德行嘅巔峰,都仲需要苦行嘅操練,去約束身體唔受節制嘅慾望,同埋嚴格把守自己嘅思想。 只有如此,我哋先能達到基督內住。因為我哋嘅義 愈增長,我哋嘅屬靈成熟度愈提高;最後,當心靈達到完美,就會完全緊貼上帝,並被神聖之光照亮──而難以言喻嘅奧秘就會向佢顯明。 咁佢先至真係知道智慧喺邊度、力量喺邊度、通曉萬物知識嘅智力喺邊度、長壽同生命喺邊度、眼目嘅光同平安喺邊度。因為只要佢仲喺同情慾作鬥爭,就冇機會享受呢啲嘢;因為美德同罪惡都會令心靈失明:美德係為咗令佢睇唔到美德,罪惡係為咗令佢睇唔到罪惡。 但當佢從爭鬥中得著安息,並蒙受屬靈的恩賜,咁佢就因恩典不斷地影響,而得以完全得著啟示,並堅定不移地默想屬靈的事。呢種人唔會貪戀世上任何嘢,而係已經從死亡過渡到生命。 凡是抱持榜樣人生、熱切親近上帝的人,必須心口無瑕、口舌清淨,好叫那由清淨口中所出之言,能配得上地讚美上帝;因為靈魂一旦與上帝緊密結合,就與祂無時無刻地交通。 所以,弟兄們,我們要追求達到那樣的德行高峰,停止在地上爬行,糾纏於自己的情慾。 凡努力親近上帝者,既領受祂聖光,又為對祂的愛所感動,必享於主中一種確實而難以言喻的靈性喜樂,正如神聖的詩篇所言: *「你要以耶和華為樂,祂就必成就你心裏所願。祂要使你的義如光明發射,使你的公義如正午的日頭。」* (詩篇36:4,6)。又有咩愛能比得上由神流向被淨化咗嘅靈魂嗰份愛咁強大、咁無法阻擋呢? 咁嘅靈魂,由真心嘅真性情發出,就話: *「我因愛情受傷。」* (雅歌2:5)。神聖美嘅光輝,真係難以形容、無法言說! 冇任何言語可以形容佢哋,連耳都聽唔盡。無論你指出曙光嘅壯麗、月光嘅明亮,定係陽光嘅光輝,都比唔上嗰榮耀,喺真光面前,都好似深夜或最黑暗嘅陰影,喺純淨嘅正午面前咁黯淡。 同樣地,我哋嘅巴西流斯──喺教師中都好神奇──都係透過親身經驗同學習而知道呢件事。

**20.** 同阿爸一齊住嘅兄弟就講咗呢件事,仲有更多。但邊個唔會對以下呢件事都感到驚訝,作為佢極大謙卑嘅證明呢? 佢早喺好耐之前就已經被按立做長老,而且以生命同心靈真誠咁觸摸到天國,佢用盡方法避開聖禮,好似佢係負擔咁;所以喺佢多年嘅苦修生活中,佢好少肯主持聖餐(即係聖禮)。 然而,儘管他過着如此警醒的生活,就算偶爾與人聚會交談,他也不領受聖事;與人交談時,他只講對靈魂有益的事,絕不談世上任何塵世之物。 當佢打算領受聖事時,佢會先花長時間向上帝懇求,以禱告、詩歌同懺悔去安慰祂。佢好驚怕執事喺呢個時候宣佈 *「聖事只畀聖者」* 嗰聲。 因為喺嗰一刻,佢話,成個教會都充滿咗聖潔嘅天使,而能力之君 Himself,以神秘嘅方式行住神聖嘅儀式,將麵包同酒變成佢自己嘅身體同血,並透過聖體聖事進入我哋嘅心入面。 所以,佢又話,我哋只可以帶住純潔同聖潔嘅心去領受基督最純淨奧蹟嘅聖體聖血,好似已經脫離肉身,冇任何疑問或遲疑,咁先可以分享由佢哋帶來嘅啟迪。 好多聖父都見到聖潔嘅天使警告佢哋(唔好做任何唔體面嘅事);所以佢哋自己都保持深沉嘅沉默,同任何人唔講嘢。

**21.** 另外,(嗰位兄弟)又講: whenever the elder found himself in need of selling his own handicrafts, so that no lie, oath, superfluous word, or any other form of sin might arise whilst conversing or haggling, he would stand there pretending to be a holy fool; 凡想買佢手藝品嘅人,就拎走佢啲嘢,畀幾多都得。佢編細籃;呢位智者就對人哋畀嘅任何價錢都心存感恩,一句都唔講。

# 可敬的長老提奧格諾斯圖斯

## *關於佢嘅簡短記載*

以下各章所講嘅可敬嘅提奧格諾斯圖斯,係唔係喺第106次讀經中被福提烏斯提到嗰位亞歷山大嘅經文註釋家,或者係其他人,又或者佢活喺邊個時代,我哋都無法肯定。 但係,正如一棵樹係憑果實認出嚟咁,佢就係嗰啲*以「行為」*同*「心志」*行得正嘅人之一,並且憑住佢哋純潔嘅生活,配得聖靈喺佢哋裏面安居;佢嘅心被聖靈嘅光照所啟發,並受其賦予生命嘅氣息所感動,於是唱出一種神聖嘅頌歌,誦讀呢啲章節,憑藉佢哋所蘊藏嘅恩典同靈性默想,令讀者嘅耳目同心靈都得到喜悅,並激起佢哋遵行教導嘅熱誠;因為當中立下咗積極生活嘅真範例,並指出通往靜觀生活嘅無誤道路。 而且,凡有心者,可從中學習,承蒙神職之榮譽嘅神父,應該係點樣,同埋應該點樣行事。總括嚟講,對於勤力閱讀佢哋嘅人,呢啲章節會提供豐富嘅道德造就,同埋真正通往救恩嘅清醒指引。

## 論及積極生活與靜觀生活,以及神職,各章

其首字母詩讀作:*獻給最敬愛的拉撒路和巴拉姆老爹,作者為提奧格諾斯圖斯,一個在各方面都貧窮、在世上最不配的人*。

**1.** 當你視世上萬物為一文不值,並懷着清明的心靈,時刻準備着向主離去,你便擁有真正的美德。然而,如果你希望被神所認識,就要盡量對人保持神秘。

**2.** 當心過份的肉體安逸,並要遠離它們,免得削弱你勞苦的價值。切勿將感官享樂的匱乏視為損失,反而要視為因放縱而虧失了更美的事物。

**3.**你要在各方面都視自己為螞蟻和蟲子,好使你成為神所造的人:因為如果不先成為前者,就不會有後者。你對自己的認知愈卑微,你現實中的地位就愈高。 當你好似詩篇作者(38:6)咁,喺主面前自認係乜都唔係,嗰陣你就會因卑微而隱藏住偉大;當你明白自己一無所有、一無所知,嗰陣你喺行為同心志上都變得豐富,而呢啲正正係喺主面前值得稱讚嘅。

**4.** 抹去罪人同惡人嘅脊樑──即係說,抹去一切罪惡嘅源頭:肉慾同欺騙;用自我克制同謙卑嘅忍耐去抹去佢哋:咁,就算審判嗰日有人嚴格審查你入面嘅罪,都搵唔到你行為上有任何蹤影; 因為當我哋對所犯罪行嘅起因產生憎惡,並開始向佢哋宣戰,以最終嘅勝利彌補最初嘅失敗,過犯就會被抹去。

**5.** 冇嘢比純潔嘅祈禱更好,就好似由泉源湧出咁,所有美德都由此流淌──謹慎同柔和、愛心同自制,仲有因眼淚而自上而下嘅代禱同安慰。 其美德在於令心專注於舌所言、心所思,並對與神交通抱有永恆不變、渴慕不休的嚮往,當心靈, 透過默想那存有者,她加快了腳步追隨她的主,並以熱切的愛,急切地尋求那看不見者;當她遇到那蒙蔽祂的黑暗時,她再次回到自己裡面,懷著敬虔的謙卑, content with what is now revealed for its benefit through contemplation, and finding comfort therein; 同時卻仍然存留喺蒙福嘅盼望中,最終會得着所渴望嘅,當*「如鏡中、如猜謎般」*嘅看見結束,而對祂純粹、無止境嘅*「面對面」看見*成就嗰時(林前13:12)。

**6.** 如果你未曾達到至高無上的超然,就當遠離更高層次的冥想;不可追求無法達成的,亦不可追求超出你能力範圍的。有人說,如果你想透過生活方式成為神學家和沉思者,就上升到這層境界,並透過純潔,達到純潔(神學)。 既然提到了神學,我提醒你, ── 小心唔好無限度地撐自己去到嗰度嘅高度,要知我哋而家仍然靠住美德嘅奶嚟滋養,唔適合試圖飛上去,免得就好似幼雛咁白費咗羽毛,雖然知識嘅甜美好強烈咁誘惑我哋嘅慾望。 但當我哋經過貞潔同眼淚嘅洗禮,好似以利亞或者哈巴谷咁,被提升離開大地,預表或預象將來要喺雲端發生嘅被提;並且透過純粹同超然嘅默想祈禱,超越咗感官,去尋索上帝,咁,或許我哋就可以喺某程度上觸及神學。

**7.**同樣地,如果你想被視為配得上神聖的異象和心智的啟明,首先要熱愛寧靜而寂靜的生活;並且,當你從萬物中超脫,你就會認識自己,同時認識神。 若此事得以成就,則無物能擋你之路,就好似微風吹拂(*涼爽之聲極為細微*)時,你內在純淨且無任何情欲干擾,你可智慧地睇見那對眾人隱藏者,並透過對祂最深奧的認識向你宣告得救。

**8.**就好似閃電一閃之後,就即刻會聽到雷聲;同樣地,當神聖嘅淨化光照嚟到,情慾嘅風暴就會平息。而當呢件事發生,得着呢個(未來)福樂嘅承諾,就已經喺達到呢個境界嘅人心中建立咗。 但係,一個

比造物主更鍾意世界、對可見之物留戀不已、並以盡情肉體慾望為最大渴求嘅靈魂,既無神聖憐憫嘅感覺,亦無脫離情慾嘅任何希望。

**9.** 唔好用你嘅心思去追問神性係乜嘢,或者佢喺邊度;因為佢係超自然嘅,唔可以被任何地方所限制,佢高於一切存在之上。 但係,你只要喺自己度,好似鏡咁,盡量只反映出道成肉身嗰位神話語──祂透過神性發出光芒,喺心裏面被想像成喺某個特定嘅地方,但同時又因神性嘅難以言喻而遍在一切。然而,你愈能淨化自己,就愈配得神聖的光照。

**10.** 如果你渴望真實的知識和對救恩的確定保證,就要先切斷靈魂與肉體之間激情的羈絆;然後,當你擺脫了对物質的執著,進入謙卑的深淵──你就會在一個蚌殼中找到那顆無價的救恩明珠, 隱藏喺神聖知識入面,並為你預示神嘅國度嘅光輝。

**11.** 凡忠心實行屬靈順服、將肉體服在靈底下的人,就不需要人的順服;因為他像一個感恩的僕人,常在順服神的話語和律法之中。 但對於那些體內有身體與靈魂交戰、掙扎的人,就必須有一位領袖和統治者,並服從他,因為他洞悉此事,能掌舵我們的生命,並在適當時候賜給我們所需的武器,免得我們被看不見的敵人擄去,或因缺乏經驗而讓我們的慾望壓倒我們。

**12.** 當有咩情慾再困擾你,神聖嘅渴望就會喺你心入面成長; 而且,當你不再害怕死亡,視之為睡眠,反而渴望脫離肉身時,你就會如理所當然地獲得得救的憑據,並將天國藏在你心中,以難以言喻的喜樂歡欣鼓舞。

## *論司祭職*

**1.** 你既然被認為配得上神聖而尊貴的祭司職份,就必須首先且最緊要地,透過克制你的情慾和肉體的悅樂,時時將自己獻上為祭;如此,你才能大膽地接近那賦予生命又令人敬畏的犧牲,否則你便會如某些易燃物般,被神聖的火 consume。 因為就算是撒拉弗,都冇膽量冇夾鉗就去摸炭火(以賽亞書6:6),你又點可以冇超脫情欲就去摸呢? 藉住佢,你嘅舌頭會成聖,雙唇得潔淨,連你嘅靈魂同身體都無瑕,就連你嘅雙手都會比任何黃金更光亮,成為超自然之火同犧牲嘅僕人。

**2.** 你要深思這些話語的威力,因為你每日都目睹那救贖的奧秘──當西默盧恩長老初次見到它時,他驚嘆不已,並求速死; 如果你未有聖靈嘅啟示,知道自己係神同人類之間蒙恩嘅中保,同天使一樣,咁就唔好自取滅亡,膽敢主持那至聖可畏嘅神聖奧蹟, 連天使都要肅然敬禮,而許多聖徒都虔誠地自守,唯恐像扎納一樣,被至高者的審判從活人中取去。

**3.** *「你要謹慎自己」*,正如使徒所言(提摩太前書 7:16)。你要謹慎自己,並時常為你過去的罪獻上祭牲,好叫凡在你裏面──或者至今仍然──因軟弱而污穢不純的,都可被神聖的火燒盡。 如此,你就可以好似一個被揀選、有用、純潔、配得上呢種祭獻嘅器皿,雖然你以前係木頭或者泥土,但只要憑住你大膽嘅盼望,令上帝樂意憐憫你,你就可以化身為銀器,甚至金器。 因為當上帝願意垂聽嘅時候,就冇嘢可以阻止一物向另一物嘅轉化。

**4.** 你要留意你被提升到同天使一樣嘅尊貴地位,並以各種美德同純潔努力,保持喺呢個被召喚嘅位置上無可指責。睇下因驕傲而墮落嘅路西法有咩下場。 你唔好因為夢想自己做大事而落得同樣下場,要將自己視為塵土、灰燼同羞愧;要常常流淚,因為儘管如此,你仍然蒙允許參與神聖聖餐,並執行那令人敬畏嘅聖禮。呢一切都係出於上帝對人類無限嘅愛同祂難以言喻嘅良善。

**5.** 凡領受神職者,必須遠離一切情慾,尤以淫亂和惡意為然,連絲毫念頭也不可存;否則,當他膽敢觸碰君王之身時,就會像患大麻風者或被煙灰玷污者一樣,遭受忿怒和咒詛。

**6.** 被眼淚的河流洗得比雪更白,心靈純潔光明,以聖徒之姿領受聖事,以天使般的外貌,顯露內心靈魂之美。 但要謹慎:在慶祝神聖奧秘時,不可只滿足於人為的傳統,願恩典與你同在,暗中且神秘地使你領悟其中的更高意義。

**7.** 渴慕不朽與永生,以虔誠敬畏之心慶祝賜生命且不朽的聖事,同時渴望離世,因信已然成全。但如果你仍然懼怕死亡,那麼你就還未在愛中與基督合一──你本有福份以自己的手領受祂、並以祂的肉體為養分。因為如果你真如是,你就會急於前往你所摯愛者所在之地,視生命與肉體為無物。

**8.** 你藉住聖體聖事,既做祭司又做領聖體者,成為天主聖體的參與者,就必與祂死亡的形像結合,*「不再為自己活」*,而如宗徒所言,是為那為你而死並復活者活(林後5:15)。 但如果你放縱肉體同世俗

生活,你就會為自己準備好死後接受永恆嘅折磨;除非你喺離世之前,自願停止獻上呢個無血嘅祭。有邊個唔知道,好多唔配咁行聖禮嘅人,畀突然死亡奪走之後,就直接被送去來世嘅刑罰?

**9.** 有位神父,佢同時都係位和尚,以虔誠聞名,表面上畀好多人尊為有德之人,但內心卻放縱軟弱,喺主持神聖聖禮嘅時候,當唱到「智者頌」時,照常喺聖餐桌前跪低, 開始誦念:*「無人配得上」*……佢突然間死咗,因為佢喺嗰個姿勢入面,靈魂已經離體。

**10.** 冇嘢比健全嘅理性同智慧更可貴。因為由佢哋而產生對上帝嘅敬畏同對上帝嘅愛:前者透過敬重同自制去淨化,後者則透過寧靜嘅品格同審慎去完善,令心靈得以自由徜徉於崇高嘅思辨同攀升至高處。 但係冇咗敬畏,就唔可能直接邁向神聖嘅愛;同樣,唔經過愛,都唔可能向所盼望嘅飛升並安息其中。

**11.** 咁,你哋呢班渴望得救嘅人,就去咗;要熱誠咁跑,唔知疲倦,直到達到你哋嘅目標──要勤力咁搵,要不停咁求,要耐心咁敲,直到成功,並喺梯頂高高掛起堅定嘅信心同謙卑,好似一面旗幟。 至於已經得着所渴望之物的人,不是在領受罪得赦時才算成就,而是在你不再懼怕各種情慾的激起,並準備好、無懼且大膽地離開身體時才算。

**12.** 你要流淚尋求,好得著你救恩的確據,但要等到你死前先得著,咁先係謙卑而有智慧。免得你之後變得無憂無慮,對救恩嘅事漠不關心; 但係當你接近終點嘅時候,就要禱告去獲得呢個肯定──而且呢個肯定係無可置疑嘅──免得你自作多情,以為自己已經擁有,到咗期盼已久嘅時候,先發覺自己未去到所希望嘅地方。 咁你呢個可憐人,冇咗聖靈所賜嘅應許同確實嘅救恩保障,你仲可以去邊度?

**13.**既然你已立志追求上帝所賜的無情欲,就當先透過順服和謙卑去尋求這可望的狀態,免得走另一條路而自找無謂的勞苦。 已經達到無情態境界嘅人,唔好將嗰種有時畀情欲圍攻、有時又平靜無波嘅人當成真嘅無情態者,而要將嗰個持續享受無情態、就算情欲嘅誘因出現都冇動搖,並且當情欲念頭升起時都唔會受困擾嘅人,視為真正嘅無情態者。

**14.** 敵人用侮辱同責罵,大膽咁攻擊已經離開肉身嘅靈魂,好似一個苦毒又可怕嘅檢控者,檢控佢嘅過失。但係到時就可以見到,點樣愛神嘅靈魂, 雖然以前經常被許多罪惡所傷,卻一點也不為敵人的攻擊和威脅所動,反而因主而站得穩,充滿喜樂和膽量,看見聖能隨行;並蒙信光的護佑,以極大無畏,向那惡者大聲呼喊: 「你同我冇關係,你呢個天上逃出嚟嘅逃犯,邪惡者嘅奴僕!你對我哋冇任何權柄。神嘅兒子基督對我哋有權柄,正如佢對萬有都有權柄。我哋係得罪咗佢,我哋都要向佢交賬,因為佢係我哋憐憫嘅擔保 ,亦係透過佢榮耀嘅十字架喺佢入面拯救我哋。 「但你呢個可憐蟲,走開啦;你對我哋同基督嘅僕人嚟講,一無所用。」聽到靈魂如此大膽嘅話,魔鬼終於崩潰,撕心裂肺咁喊,根本頂唔順基督嘅名。 之後,當靈魂經過掌管空氣之君王嘅領域後,就由神聖嘅天使歡喜咁護送返去佢按本性所預定嘅地方。

**15.** 哦,天上智慧者,唔好畀對短暫之物嘅愛拖你落凡間。因為如果你對塵世財物有任何執着,就好似一隻鷹隻爪被網纏住,飛唔高。 所以,要將萬物都當作 *「垃圾」* (腓立比書 3:8),存着盼望更好之物的心;等到時候一到,脫去肉身之後,你就可以自由地跟隨引領你的天使。

**16.**正如冇辦法將冇皇室印記嘅錢幣同普通錢幣一齊放喺皇家寶庫;同樣,冇咗真知識同無情欲,就冇辦法領受嗰份喜樂嘅承諾,亦冇辦法大膽而有信心咁離開呢度,向所盼望嘅境界前行,並與眾選民團聚。 不過,我所講嘅「指引」,唔係指智慧,而係對上帝同神聖事物嘅真正認識,憑住呢種認識,愛慕上帝嘅人唔會畀塵世慾望所擾,而會藉住聖靈嘅恩典被提升到神化嘅境界。

**17.** 即使你已經歷過一切屬於積極生活的範疇,也不要自仗自己,好似你已經達到無情欲,可以無憂無慮地周遊世界;免得你因此帶上情欲的態度,在未返歸自己之前,遇到任何與你生活方式不符的事。 但係,要喺恐懼嘅嚴密監察之下,時刻小心你嗰個多變易變嘅本性,謹慎咁同情慾嘅各種誘因保持距離。 因為,徹底不變嘅無情,只喺已經達到完美愛嘅人身上先至見到;佢哋透過無止境嘅冥想,超脫晒所有感官事物,並且攀升到謙卑嘅高峰──嗰班人,情慾之焰再都觸唔到佢哋,因為喺主嘅聲音下,情慾已經熄滅,為咗令佢哋(呢班完美者)蛻變成為不朽。

**18.** 不可在未到之时先求无情,免得蹈那首先被造者的覆轍,因他未成熟就尝了知树的果; 但係你要透過喺全面嘅自我節制同不斷嘅禱告中耐心耕耘,並且以自卑同極大嘅謙卑心態維持你嘅積極習慣同紀律,你之後喺適當嘅時候,就會喺風暴同患難之後,獲得無情欲嘅恩典──呢個安息嘅港灣。 因為神並非記仇,但祂會喺適當時候,為行義者打開無情欲嘅門。

**19.** *「懶惰人,你去學學螞蟻」*(箴言 6:6)──從牠學作勤勞。但要記住,上帝並不需要我們的善行,因為祂一無所缺,且充滿萬有; 但祂自己卻豐豐富富、大方地賜下恩典,並以祂的恩典拯救那些自願、忠心、感恩、聰明的人,雖然祂按着他們的才能慷慨地接納他們的工作。因此,如果你以感恩的心,視自己為受惠者,努力工作以回報祂先前賜予你的祝福,你所作的就非常好──而上帝的憐憫就近在咫尺; 但如果你以為神欠你一份人情,因為你所行的是善,如表面所見,那麼你就走偏了,離正路愈行愈遠:施恩者如何能成為欠債者呢?──然而,仍要像受僱的工人一樣努力;且逐步穩健地進步,你必能因神的憐憫得著你所尋求的。

**20.** 如果你願意,我要指示你另一條通往得救,或者更確切地說,通往脫離情欲之路。要盡你所能,透過祈禱不斷煩擾你的造物主,好叫你不會偏離你所應達到的目標;同時,要時常在祂面前,以天軍和眾聖徒,連同至聖天主之母作代禱者; 並且唔好追求無情,因為你唔配得呢份恩賜;反而要切實追求得救,咁你就會同時獲得無情;當中一個好似銀,另一個就好似純金; 神嘅僕人,你要有一件秘密嘅工程,同埋向神有幾樣秘密嘅奧秘,喺呢啲奧秘入面,你會得榮耀,而神亦因此得喜悅同得榮耀。

**21.** 務要努力喺你心入面、喺你心底收到救恩嘅承諾,作為一個無可置疑嘅保證;否則,喺你離世嗰陣,你可能會突然遇到驚恐同戰慄。 當你嘅心喺任何過犯上都唔再眷顧你,你嘅良心都唔再責備你嘅罪過;當你內心嘅獸性慾望被神嘅恩典制服;當安慰嘅眼淚自然而然咁流出,而你嘅心思純粹、冇半點浮想咁祈禱; 並當你以歡樂而樂意的心等待死亡──死亡對許多人而言是可畏的,他們都希望避免。

**22.** *「永生之道」*──正如使徒彼得所見證(約翰福音6:68)──是神之道所擁有之言,講述藉祂所成就的事,使那些即使在此世亦暗中被引向祂的人,得以獲得永生、聖靈的憑據,以及無愧的救恩盼望。 但係呢啲福份唔會賜畀嗰啲重肉體過於靈魂、偏愛塵世財物同埋喺其中尋得快樂嘅人。

**23.** 「有理性」(logikoz──合理)的人,並非指擁有口頭言語(能言善道)者──因為每個人都具備此能;而是指以理性能力,去尋求並探究如何找到上帝的人。 然而,他永遠都無法找到那本性上超自然的东西。任何本性都辦唔到;但喺至智慧者對萬有嘅安排、眷顧、保守、引導同治理之中,*「嗰位精明嘅創造者」*同*「先祖」*嘅*「美」*好似被默想同體會到 (《所羅門智訓》13:1、4–5),就好似建築師係憑佢雙手嘅工程畀人認出咁。

**24.** 人若無超然,就唔能達到應有嘅超脫;無超然,就無愛;無愛,就無敬畏上帝同純潔嘅禱告;冇呢啲,就冇信心同無憂嘅寧靜。憑住呢啲,心靈獲得啟迪,拋棄塵世嘅思辨,飛升到天國,去觀望、去尋覓佢嘅主。

**25.** 當你珍惜純潔如同你眼中的瞳仁,你就可以成為神嘅殿,成為祂所喜悅嘅居所;因為冇咗節制,就唔可能同神合一。 咁樣就會產生對上帝嘅愛,對世界嘅超脫同退離,同時保留謙卑、節制、不斷嘅禱告、靈性默想(對上帝嘅沉思)、眼淚同反思──呢啲美德喺你未得着冷靜之前都達唔到。

**26.** 唔好畀人誤導你,以為可以違背使徒嘅說話(希伯來書12:14),喺*「聖潔」*(純潔)之外就能夠見到上帝。因為主──祂至善無比,超越一切純潔──並唔會樂意向不潔淨嘅人內心顯現。 正如有人若愛父母、女兒或兒子勝過愛祂,就配不上祂;同樣,若有人寧願以暫時、物質的事物代替對祂的愛,更遑論這可憎可惡的罪行,就更加配不上祂。 神會迴避那些不遠離這污穢的人,因為*「必壞的既然承受那不壞的」*(林前15:50)。

**27.** 你若無知識,就得不着神聖嘅愛;同樣,你若無信心,就得不着知識;我所講嘅信心,唔係單憑空洞嘅信,而係由實踐美德中孕育出嚟嘅信心。當你透過節制, 透過自律、警醒、祈禱和謙卑,你使與肉身糾纏的慾望之樂枯竭;你將與主耶穌同釘十字架,不再按肉體行事,而要按聖靈行事,活出*「高召與揀選」*的盼望(彼得後書1:10)。

**28.** *「我因此知道你眷顧我,因為仇敵必不因我得勝。」*先知向神呼喊(詩篇 40:12),*然而仇敵卻要一直*用我的情慾折磨我、羞辱我,直到最後一刻。 但係喺結局未到之前,求祢救我脫離佢嘅手,並賜予我活一個合祢心意嘅屬靈生命;喺我蒙福離世之後,肯恩准我以得救者嘅身份,呈獻喺祢寶座之前;從此,我帶住祢憐憫所賜嘅救恩憑據,同埋對此毫無疑問嘅確據; 因為我視之為一種難以承受的災禍──比死亡和地獄本身更苦更可畏──就是在離世之際毫無準備、驚恐顫抖。

**29.** 信心和盼望並非簡單或隨意之事;信心需要堅定不移的靈魂,盼望需要公義的品格和心志。而且,冇恩典,又有邊個會輕易相信所不见的事呢? 除非人真實經歷過主嘅恩賜,從中獲得對未來同對而

家一樣嘅肯定,否則又有邊個會對一個唔確定嘅將來抱有希望呢?呢兩種美德都需要我哋嘅意志力,同埋上帝嘅指引同幫助;冇咗呢啲,我哋嘅努力就係徒勞。

**30.** 真正的美德,或因知識,或因無情欲,或因兩者兼備而產生。因為如果有人徒然在我們身上追求這些,就可以說我們的美德只不過是虛假的,而非真實的。 因為如果唔係,就會結出豐碩嘅果實,而唔只係長啲葉子。所以,如果有人因為想討好人、放縱自己,或者出於其他唔討神喜悅嘅動機而去做善事,咁佢就唔真誠,亦唔愛神。 但如果我哋糾正咗呢個推動力,我哋無疑會達到真正美德嘅完美,而喺適當嘅時間同程度,我哋嘅全善之神會透過祂嘅恩典,賜予我哋知識同無情欲。

**31.** *「要識破仇敵的詭計」*(林後2:11),藉着恩典的啟示,在神面前流淚自卑,承認自己的軟弱,視自己為無,雖然我們的欺騙者使我們以為自己是什麼。 若恩賜對拯救及保持謙卑無所助益,就切勿追求它們臨到自己;反而要追求那樸實無華的知識,作為認識神知識的根基,好叫你不會在最後被情欲如暴君般折磨,並透過無情欲,或至少透過為你所犯的過錯而有的憂傷,得以從肉體中得釋放。

**32.** 正如有翅膀就飛唔高,冇咗一定嘅把握,就喺呢度都去唔到所盼望嘅境地; 而呢份肯定就源於謙卑,或者源於聖靈嘅恩典──賜畀嗰啲已經完全取悅上帝嘅人──對佢哋嚟講,無動於衷係佢哋嘅特徵,無論係部分定係全部,都視乎佢哋取悅上帝同潔淨嘅程度。 但係,凡係以另一種狀態離開肉身──好似喺「情慾嘅冬天」或者「安息日」(即係冇行過美德嘅工夫)(馬太福音24:20)──嘅人,就要喺清算嗰日受審判同受折磨。

**33.** 得救嘅靈啊,要感謝救主上帝。如果你想向祂獻上禮物,就由你寡婦嘅靈裏,懷住感恩,獻上兩個小錢──即係謙卑同愛。 而祂──我深知──會接受呢啲,勝過好多人都拋入得救之庫嘅豐厚善功。但如果你好似拉撒路咁,需要重生,已經死咗於你嘅情慾,就差遣呢啲美德,好似你自己嘅姊妹,去祂面前代禱──你所尋求嘅,一定會得着。

**34.** 即使你照當行的去做一個有德之人的積極警醒,單憑此,你也不能達到無情欲的港灣,好讓你能純淨而無阻擾地禱告; 除非同時,你嘅心被聖靈嘅光明知識同對實相嘅洞察所懷抱,藉住呢啲被感動同啟發,佢就會喺真祈禱中急速飛升──完全以愛為息──向同佢相近嘅更高、無物質嘅天界之光飛去,並由此,盡可能咁, 飛向至大之光,飛向三一神──萬有之源。

**35.** 我們在將來時代因犯罪而不會被懲罰,也不會因此被定罪,因為我們被賦予了多變和善變的本性;而是因為犯罪卻不悔改,在被賜予了悔改的機會和時間後,仍未從邪惡的道路轉向主。 上帝對肯悔改嘅人,雖然祂被描繪成有威脅同忿怒,但嗰啲都針對邪惡同罪,唔係針對我哋。只要祂見到我哋面上有悔恨嘅眼淚,就隨時準備好接納我哋。其實,祂係按我哋嘅所作所為同品性嚟對待我哋,按每個人生命嘅價值嚟回報佢哋。

**36.** 當你好不容易站穩陣腳時,若然失足,就唔好發抖,而要盡快振作,並以憂傷、悔恨、自責同大量懺悔嘅眼淚,趕快返返你原本嘅良好狀態; 藉此,你從所陷入的墮落中起身,就會進入救恩的喜樂懷抱,心裏立定主意從此堅定不移,好叫你雖再次激怒審判者,卻不再需要以眼淚和痛悔來潔淨自己;因為如果這裏不發生,我們就 certainly 無法逃脫將來應得的刑罰。

## *論司祭職*

**1.** 再次,我哋將注意力轉向最尊貴嘅祭司職份:佢要求有幾天使咁嘅品格同幾純潔;並且,一旦接受咗,就要比以前更加堅定同更加潔淨:因為如果污穢嘅要被淨化到某種程度,點可以容許純潔嘅被玷污呢? 否則,如果我哋容許光亮變得黯淡,將污穢之物摻入芬芳嘅油中,噢,我哋就註定要承受──好似那班褻瀆者,例如亞拿尼亞同撒非拉──一樣嘅毀滅。

**2.** 即使你認為自己本是从灭亡和不配的器皿,因着一份纯洁而配得进入天使和神聖的祭司行列,成为使徒所说的蒙主喜悅的器皿;但仍要全心守住賜予你的那份无瑕的尊严。 要如珍視你眼珠般珍視這神聖的恩賜,免得你因疏忽大意而墮入深淵,從此再難有出路。

**3.**作為有悟性的人,你要明白:*「神若幫助我們,誰能抵擋我們?」*(羅馬書8:34)。 如果你已經蒙召,進入神聖而尊貴嘅祭司職份,就唔使為你嘅過去擔心,就算曾經污穢,都要即刻喺上帝嘅幫助下潔淨自己,並作出補贖。 但係之後,你第一要緊嘅,就係要小心謹慎,唔好玷污呢份恩典;咁如果有人因為你以前嘅所作所為而愚蠢咁譴責你按立做神父,佢就會聽到,好似神嘅聲音咁大聲喝道: *「神所潔淨的,你不可再稱作不潔淨。」*(使徒行傳10:15)

**4.** 司祭的職務是輕省,而其軛是祝福;但這只適用於那些在領受它時,同時按宜開始糾正它的人,而且前提是未曾嘗試以金錢購買聖靈的恩典。因為若將那無價且無法出售之物,視為已透過人的努力和朽壞的禮物所購買; 那麼,正如呢件事嘅呼召唔係由上而來,呢個擔子都會好重, 因為佢唔配承受,而且超出人嘅能力;呢副軛會殘酷地磨損背脊,壓垮承擔者嘅力量,直到佢完全耗盡、劫倒為止,除非佢放低佢。

**5.**既然你大膽地擔起祭司的擔子,就當行義路,以公義宣講真理之道,並存敬畏戰慄的心,藉此成就你的救恩。因為我們的神是烈火:如果你像金銀一樣親近祂,就當不怕火,像巴比倫的少年人一樣在火窯中; 但如果你係草同蘆葦,係易燃嘅物質,好似一個世俗精明嘅人,就要驚自己會畀天火燒盡,除非你好似羅得咁逃離忿怒,唔參與可畏嘅奧秘,或者趕快用懊悔嘅眼淚洗自己。 只有被眼淚之水淋透,你先可以對真理之火免疫,好似從前嗰棵弱不禁風嘅荊棘小樹。到時,我就唔知有冇咩罪過──而我哋喺軟弱中實在太容易犯──可以用純潔無瑕嘅敬拜,或者透過有效嘅潔淨,畀神聖嘅火抹去。

**6.**既然你因為長期習慣,未能從你激情的傾向中退身自潔,你呢個可憐人,又點敢觸碰連天使都不可侵犯嘅事呢? 所以,你要麼戰戰兢兢,遠離聖禮,以平息上帝的公義;要麼,你就如一個硬心又無可救藥的人,任憑自己落入永生神的手中,祂不會因愛人而手下留情, 但係,祂會因你厚面皮、大膽咁以污穢嘅靈魂同破爛衫走近皇家婚宴而無情懲罰你,因為你連入皇宮都唔配,更何況享用祂嘅筵席。

**7.** 我識得一個已受按立嘅人,佢因為畀慾望嘅激情控制,竟然唔配咁去接近神聖奧秘。結果佢就染咗嚴重又無得醫嘅病,差唔多要死咗。 因為佢用盡一切方法都醫唔好病,病情不但冇好轉,仲愈來愈嚴重;後來佢醒返過嚟,知道自己係因為唔配咁樣行禮儀先至要死,就立咗個重誓,再唔會參與聖禮。 呢番說話一講完,佢嘅病就即刻痊癒,連半點痕跡都冇留低。

**8.** 神職嘅次序同聖潔嘅禮服都好光輝,但只有當受按立嘅神父心入面住咗一個潔淨發光嘅靈魂先至配得上。但如果佢因為疏忽而自污,並且藐視見證呢個羞愧嘅良心; 光就變成黑暗,成為永遠的陰霾與火的源頭;除非他棄絕這條兩邊都危險的路,另選一條:以謙卑活出美德的生活,安全地引領他進入神的國度。

**9.** 得救係透過品德喺卑微嘅處境中都得以實現,而唔係靠尊貴嘅祭司職,因為佢要求嘅係同天使一樣嘅生命。 所以,要麼像天使咁無情欲,透過冥想好似超越咗世界同肉身,從而攀上呢條天梯;要麼認清自己嘅軟弱,被高度嚇怕──未準備好嘅人好容易會大膽墮落──就緊緊抓住生命 雖然係大多數人所擁有,但同樣都係嗰種引領人歸向上帝、與祂合一嘅特殊生命;喺呢個生命入面,就算你失足跌咗,都可以憑我哋全能全愛嘅上帝嘅恩典,更容易喺悔改之後重新站返起身。

**10.** *「血氣之體不能承受神嘅國度。」*(林前15:50) 但你哋既然領受咗神嘅肉身同血,就同佢嘅身體合而為一,同佢嘅血攪埋一齊;咁你哋而家已經有天國喺你哋入面,點解仲要畀肉體同血嘅慾望圍住呢? 我恐怕神嘅靈唔會住喺你入面,就好似喺 *「屬肉體嘅」* 人入面咁(創世記6:3),到審判嘅時候,你會被劈成兩半;到時佢哋會將最尊貴嘅祭司職務從你手上奪走,因為你唔配得呢份恩典,然後送你去地獄接受永恆嘅折磨。

**11.** 好似你眼中根本冇神嘅畏懼,因為你將唔配嘅祭司職務視為小事,畀自愛蒙騙,令你以為神性好善。就係因為呢點,達腓拿和亞比羅曾一度放鬆警惕,直到地開口將佢哋吞沒。 – 你亦都應該為此而震驚,並真正敬畏那當畏懼之處(詩篇13: 5),要謹記聖禮係一件幾等大事:無論你係有資格同純潔咁──更唔使講同天使一樣──行使神聖祭司嘅權柄,定係以一個有理性嘅人身份退離呢項可怕嘅職務; 免得你若今時疏忽此事,並以花言巧語欺騙你被良心責備的自己,到有一天──當一切被公義地審判並定罪時──你會嘆息呼喊:*「我所恐懼的已經臨到我,我所驚怕的已經臨到我。」* (約伯記3:25)!

**12.** 你要謹慎而深情哀痛,首先為你自己得潔淨,以痛悔和眼淚奉獻那救世聖祭:因為你死後,有誰會像你一樣為你哀傷,並為你獻上祭品呢? 既然你預見到將要發生嘅事,點解唔當自己已經埋葬咗,喺席上用呢啲聖禮向神獻上,為自己嘅得救代禱,同時追思祂喺呢度嘅自願同憐憫犧牲呢?

**13.** 當靈魂確信自己得救,與身體分離,好似脫下一件外衣咁,嗰種無可言喻、難以形容嘅安慰啊! 因為,好似已經擁有嗰啲所盼望嘅福份,佢毫無顧慮咁離開身體,安然去到嗰位由天而降嘅天使度,天使歡歡喜喜嚟迎接佢,然後同佢一齊無阻無礙咁穿過空氣, 亦唔會畀惡毒嘅靈魂攻擊,反而係歡喜中帶住大膽同感恩嘅呼聲向上升,直到去到造物主面前,喺嗰度領受咗要同其他同類同品德相若嘅人一齊,喺大復活之前,成為佢哋當中一員嘅詔令。

**14.** 我要同你講一件可怕嘅事;但唔好驚訝。──就算你未達到無情態,可能係因為你嘅暴虐傾向,但係當你離世嗰陣,如果你處於深切嘅謙卑──唔比無情態者遜色──你就會被雲彩高高托起。 因為雖然無情欲者嘅寶藏可能包含各種美德,但謙卑呢顆珍貴嘅寶石,喺所有美德之中,最尊貴、最崇高;而獲得呢顆寶石嘅人,唔單止可以同上帝和好,仲可以同選民一齊,進入佢國度嘅新房。

**15.** 從神領受你罪得赦,當歸榮耀於祂,因為祂不記念你的惡,也不為此向你算帳;並當盡你所能,謹防有意犯錯。雖然即使如此,你仍可每日領受赦免,直到臨終之刻;但若你明知故犯,就顯出你心存無情。 然而,如果你以盼望的磐石驅走絕望的惡犬,不間斷且耐心地懇求上帝的良善,那麼你的許多罪過就會被赦免,使你也能在將來的時代裡去愛那全慈全福者。

**16.**當你因神恩的感動,流淚在禱告中站立在神面前,俯伏在地,以十字架的形狀伸展身體,並擊打自己的頭,在此求赦免,好如從敗壞和試煉中得釋放; 但你唔好照自己嘅意思去離世,而要照神認為合適嘅時候、地點;其實,你要懷住愛心,並以深切嘅謙卑,同呢啲眼淚一齊向主表達你離世嘅準備,好令你對渴望同渴求嘅火焰得以熄滅; 但若神認為要賜予更好嘅嘢,就要願意暫時等候。只管有一件事要切實同不斷咁追求──就係唔好跌離神──透過唔去做、唔去講、唔去存心,或者唔去嘗試任何可能導致呢種結果嘅嘢。

**17.** 作為一個寄居在肉身的人,你不可妄圖探究理智與屬靈的事物究竟如何,即使當你靈魂的理智純淨時,它會引你向此。 只要無形嘅靈魂仍然被血肉之軀嘅枷鎖綑綁,未甩開呢種沉重,未同理智能力一齊居住,就唔能夠如應有咁去思索或者明白佢哋。 所以,當你準備從物質的枷鎖──好似第二個黑暗的子宮──脫出,進入那無物質且光明的存在時,要保持喜悅,感謝你的恩主,祂引領我們透過死亡,走向我們所嚮往的更好生命──要不斷保持清醒和警覺, 因為環繞在我们身邊的不洁魔鬼,不断地诋毁我们的福祉,并诡秘地窥视着我们的每一步,直到生命尽头——甚至直到你生命的终结,都要为你自己而战栗,因未来的不可知,你被一个任性多变、按其旨意行事的存在所造。

**18.** 當仇敵感到靈魂已達至美德最高境界時,就會以殘酷而可怕的誘惑向我們發起攻擊。這可從禱告的言語及其超越肉體與感官物質二元對立的狀態中得到證明。然後,人類的仇敵以極其惡毒的方式誘惑我們,甚至令我們在生前都陷入絕望。 但係佢喺自大之中,根本唔知道自己帶嚟咗幾多福氣畀我哋,令我哋透過堅持變得更智慧,仲為我哋編織光環作冠冕。

**19.** 冇其他功績比得上貞潔同處女嘅偉大。 凡以尊貴方式保持獨身者,對天使而言都是奇蹟,並與殉道者同享冠冕。因為,身處肉身血脈的枷鎖中,卻始終以純潔追效無形者無形之本质的,其所付出之勞苦與汗水,又有幾多? 誠然,呢份努力咁偉大崇高,若非天主由高天顯 祂嘅轉禱,加力支持我哋呢個脆弱而必死嘅本性,並以神聖嘅愛同應許嘅賞報嘅盼望,喺某程度上將我哋由塵土中提升,否則根本唔可能。

**20.** 因過度放縱飲食同睡眠而變得虛弱嘅肉體,係保持貞潔嘅一大障礙。 然而,真正嘅貞潔就算喺夢中都唔會動搖。因為如果心靈喺瞓覺時對佢哋感到愉快,就證明呢種慾望已經深藏喺心底。但如果係靠住上帝嘅恩典,喺夢中得以同上帝對話,就明顯證明佢未受呢種慾望嘅污染; 正因如此,它時刻都像一個警惕的守護者,守護著靈魂與肉體,令它們和諧共處,猶如一隻看守它們免受詭詐狼群襲擊的狗,從而避免它們被掠食。

**21.** 我要同你講一樣奇怪嘅事;但唔好覺得驚訝。有一個隱藏嘅奥秘喺神同靈之間發生。呢件事發生喺嗰啲達到最完美嘅純潔、愛同信心境界嘅人身上,當一個人經過完全嘅改變,透過不斷嘅祈禱同默想,同神結合──成為屬於祂嘅一員。 到呢個階段,以利亞封住天空,令到無雨;摩西分開紅海,一揮手就令亞瑪力人逃走;約拿喺鯨魚同深海嘅深處被救出。 因為對呢位最仁慈嘅神嚟講,呢件事係有一定嘅必要性,但只係喺符合佢旨意嘅範圍內。被認為配得上呢件事嘅人,雖然仍然肉身凡胎,但已經超越咗衰朽同死亡嘅界限,佢將死亡視如平常嘅睡眠,而呢種安寧嘅睡眠會帶佢去到佢一直嚮往嘅地方。

## *論司祭職*

**1.** 敬畏主嘅受難,同神之道為我哋嘅自我犧牲,以及喺我哋裏面生命之源嘅神聖身體同寶血嘅犧牲同結合──我哋唔單止喺聖體聖血聖事中領受,亦喺慶祝聖禮時領受──你要謙卑自己,好似被牽去宰殺嘅羔羊,視所有人為真正高於自己, 並要小心,免得傷害任何人的良心。未先潔淨自己,就不可妄領聖事,否則你會被神聖之火燒成禾稈,又如蠟般溶化並傾瀉而出?

**2.** 誠然,如果你按規矩行此神聖、至榮耀、最令人敬畏嘅聖禮,而你嘅良心喺任何事上都唔責備你,咁你喺其他任何事上都搵唔到同喺呢個聖禮入面一樣咁確定嘅得救盼望。因為你由此所獲得嘅益處,勝過任何其他行為或思索。 – 然而,如果並非如此,那麼你自己去體會這意味著什麼。 – 而且,認清自己軟弱的人,放棄祭司的崇高職務,肯定比明知自己不配、不潔淨卻仍接受並承擔此職務更好;雖然在許多人眼中顯得高尚,卻因自己不配,實際上像一具值得哀悼的屍體。

**3.** 聖潔祭司職務向神所作的贖罪,以及為眾人不停地在神面前代求,其功效遠超過一切詩歌頌唱和禱告,就如日頭勝過眾星。因為我們獻上獨生子 Himself 為祭, ——祂為咗對人類嘅愛,為罪人捨命;我哋將祂獻上,帶到神面前,為嘅唔止係赦免罪過,仲有為咗成就我哋所需同所求嘅一切:而呢個與神性結合嘅身體,好似燃燒緊嘅炭,燒盡一切不義,照亮咗嚟到面前嘅信徒心靈; 同樣地,神聖而備受尊崇的血,超越一切蓖麻,洗滌並淨化一切膽敢以最深切的懊悔和充滿盼望的虔誠領受聖事的靈魂的污穢與玷汙。還能在哪里找到像這樣的事呢?!

**4.** 聖言嘅身體,正如一位聖徒所講,冇升天,祂從天降下嚟後都唔會被消耗,反而當神聖奧蹟以信心舉行嘅時候,嗰同質嘅麵包同酒就會變成基督嘅身體同寶血, 對神聖奧蹟抱有敬畏、愛慕與敬重之情,這份情操由蒙受聖品者所體現;在這個奧蹟中,透過至聖聖靈的作為與感動,一種物質轉化為另一種物質。 咁,觸摸神聖之體嘅司祭,究竟要幾咁純潔同聖潔?當佢要喺神同人類之間作調解者,佢又要幾大嘅膽量?佢嘅代禱者有至聖母瑪利亞、天庭嘅天使群,同歷代所有聖人。 我覺得佢哋係天使級,或者大天使級:因為一個人嘅品格要同佢嘅位階相符。

**5.** 你當知道,弟兄,那要奉獻聖品的聖禮,在信經後仍留於敞開狀態,好讓它們——可以這麼講——為獻上它們的人祈禱,並以難以言喻的聲音向那居於天庭者呼求, 好叫祂唔會輕視佢哋,而會垂顧佢哋,記住祂嘅兒子為罪人自願耗盡自己,祂那難以言喻嘅降卑,以及祂出於對人類嘅愛而作嘅犧牲;因為祂並冇藉住自己嘅受苦去賜予義人救贖同得救,而係憐憫咗我哋呢班已墮落嘅人,並將我哋扶起,因為祂本良善,冇半點惡意。

**6.** 雖然你努力追求純淨的禱告,使無形的心以無形的方式與神聯合,而且你已經達到一個地步,好似在鏡中看見了此世生命結束後等待你的命運——你已經領受了聖靈的憑據,並以全人及全心確信,在自己裏面得著了天國; 然而,你切不可未卜先知死亡就離開肉身;反而要為此切實禱告,並在內心深信,若合乎神意並對你有益,你便能在離世之前達成此願。 ——為此,你要日夜預備自己,拋棄一切恐懼,好似已經穿過空氣中的領域,避開奸惡的靈魂,使你得以大膽無懼地進入天庭,被安置在天使的行列,被數算在自古以來被揀選的義人之中, 並以盡可能嘅程度注視神,或者以各種方式仰望祂為我哋預備嘅福份,並默想道成肉身嘅神——祂以光芒照亮一切天上之物——祂最純潔嘅肉身連同聖父同聖靈,一齊被所有天軍同眾聖人以同一行為敬拜。阿們。

# 西奈山可敬的菲洛狄索斯

### *佢嘅簡短事蹟*

我哋可敬愛嘅菲洛特俄斯老竇係西奈山修道院嘅院長,所以人稱「西奈嘅」。佢嘅生卒年唔詳。 佢嘅現存著作,分為四十章,文筆優美,充滿深邃嘅靈性智慧同救靈見解,難以言傳。因此,將佢同其他教父關於節制嘅著作分開,被認為係唔公平嘅。 — 而佢更值得關注:因為如果有人要稱佢為對節制、心靈保持清醒同心靈純潔嘅準確詮釋同真正規準,佢哋就唔會離真理太遠。

### 我哋西奈山聖父菲洛狄索斯嘅《節制四十章》

**1.** 喺我哋心入面,有一場比身體上嘅鬥爭更艱難嘅心靈鬥爭。虔誠嘅追求者必須為此努力,並以心志去追求呢個目標,好等神嘅記憶,好似珍珠或者寶石咁,完美咁珍藏喺心入面。 人要捨棄一切,甚至連身體,都要藐視生命本身,才能在心中獲得那獨一真神。因為聖金口若望說,一次對神明智的洞見,就足以摧毀邪惡者。

**2.** 進行屬靈爭戰的人,必須熱心偈偈,按照神聖經文,為自己揀選屬靈操練,並將它們如療癒的膏藥般應用在心靈上。 因此,有人說,從早晨開始,就必須勇敢而堅定地站立在心門口,以堅定不移的對神

嘅記憶同耶穌基督不斷嘅禱告喺心靈中,並藉住呢種心靈嘅警醒,斬殺世上所有嘅罪人, 即係話,要透過忠誠、加強同撼動人心嘅神聖紀念,為咗主嘅緣故,斬下強者嘅首級,同埋剷除煽動衝突思想嘅源頭:因為,正如我哋所知,就算喺心靈嘅苦行之中,都有一定嘅神聖秩序同行動次序。 ── 就係咁樣,人應該為咗天國,克制自己,直到食飯嘅時候到嚟。之後,向主感恩──就係祂單憑對人類嘅愛,以屬靈同肉體嘅食物餵養我哋──人就應該透過紀念同反思死亡嚟克制自己。 而到咗第二日,我哋就要再次以自律去完成朝早嘅本份。就算有咁嘅每日例行,我哋喺主入面,都只係勉強可以避開心靈敵人嘅陷阱。 然而,一旦呢種修行喺我哋心入面建立起嚟,就會產生以下三種美德:信心、盼望同愛心。當中信心令我哋對神有真正嘅敬畏,而盼望則克服咗奴僕式嘅恐懼,引領人去愛神。 如果盼望不令我哋羞愧,通常會產生一種雙重嘅愛,而律法同先知就係建立喺呢種愛之上;咁愛就永不止息,無論喺今世──因為喺得着佢嘅人身上,佢係神聖誠命得以成就嘅原因──亦都唔會喺將來嘅時代。

**3.** 真正要搵到心裏面寂靜嘅人,真係好罕有。呢個只係嗰啲用盡一切方法去吸引神聖恩典到自己身上,並被由此流出一嘅屬靈安慰所充滿嘅人嘅特徵。 所以,如果我哋好似佢哋咁,想喺心靈嘅保守同節制──呢個基督嘅哲學──度實踐屬靈嘅操練,就要由唔食好多嘢開始,下定決心盡量用最少嘅份量嚟食住同飲水。 清醒正當地被稱為一條道路,因為它引領我們進入天國──既在我們內在,又在未來──同時也是心靈的工坊,因為它煉淨並拋光心靈的品性,將充滿激情者轉化為無激情者。 佢又好似一扇細細嘅光窗,上帝走近嚟,就透過呢扇窗向心靈顯現。

**4.** 凡有謙卑、以清醒同專注記住上帝,並經常向仇敵禱告嘅地方──就有上帝嘅居所,或者係心靈嘅天國,喺呢度,成隊魔鬼都驚唔敢站立,因為上帝就住喺呢度。

**5.** 冇嘢比多話更毀滅性,亦冇嘢比唔受約束嘅舌頭更有害;亦冇嘢能像佢咁樣擾亂同摧毀靈魂嘅財富。因為我哋每日喺自己裏面建立嘅,多話又再次摧毀;我哋辛勤累積嘅,靈魂又因舌頭嘅惡毒再次浪費。 有咩比呢樣(無法無天嘅舌頭)更嚴重?佢係一個無法控制嘅惡。我哋一定要為佢設限,用繮勒住佢、約束佢,可以咁講,逼佢只為必要先至服役。──又有邊個可以表達(無法無天嘅)舌頭所造成嘅靈性傷害究竟有幾大?

**6.** 通往屬靈耶路撒冷、進入心靈專注之境的第一道門,是嘴唇的智慧沉默,即使心靈尚未寂靜;第二道門是飲食上的節制(以少量度量);第三道門,能淨化心靈與身體,是對死亡的持續紀念與反思。一旦見到呢最後一樣嘢嘅美,並唔係用眼睛,而係用靈魂去感受同喜悅,我就渴望佢成為我一世嘅伴侶,因為我愛上咗佢嘅恩典同光輝。 佢有幾謙卑、幾歡愉中帶有哀傷、幾多思緒;佢幾驚將來公義嘅刑罰,又幾驚生命會意外延長!佢用肉眼通常流出一股療癒嘅活水,而用心眼──就係湧現出智慧思想嘅豐泉,喺心靈中流淌、飛躍,令心靈歡愉。 就係呢個,正如我所講,亞當嘅女兒──即係死亡嘅記憶──我一直都好渴望佢做我嘅伴侶,同佢一齊瞓覺,同佢傾偈,並且同佢一齊探索,當我脫下呢副肉身之後,我會變成點; 但往往呢種有害嘅遺忘──呢個魔鬼黑暗嘅女兒──都阻止我咁做。

**7.** 有一場戰爭,邪惡的靈透過思想暗中向靈魂發動戰爭。就如靈魂看不見一般,那些邪惡的勢力也照其本性,以無形的戰爭攻擊它。 而喺佢哋同靈魂身上,都可以見到武器同策略(調動兵力同指揮戰鬥)、欺騙性嘅詭計同驚恐嘅攻擊(一輪急速攻勢嚟播散恐懼),仲有雙方近身肉搏、彼此嘅勝利同失敗。 喺我哋所講嘅呢場心靈戰爭入面,同實體戰爭相比,只差一樣嘢:冇一個明確嘅宣戰時間。 在真實的戰鬥中,通常會訂定時間並遵守相關規則;但這場(虛構的)戰鬥卻突如其來,毫無預警,直襲心靈最深處,並在擲出骰子(由選擇決定;或更準確地說:在心靈認同所建議的事物後取得上風)之後,以罪惡殺死靈魂。 呢場戰爭同掙扎係為咗乜嘢原因,同達到乜嘢目的而對付我哋?就係為咗令我哋唔能夠成就神嘅旨意──我哋喺禱告中求嘅*「願祢嘅旨意成就在我哋裏面」*(路加福音11:2),即係神嘅誠命。 如果有人定心鎮定,喺主裏面保持完全清醒,唔再飄忽,開始留心觀察佢哋(嗰啲看唔到嘅仇敵)入侵(入心入面)同埋喺想像中嘅幻想入面同清醒嘅心思糾纏(衝突),佢哋就會從經驗中認出呢件事。 所以,主針對惡意的魔鬼,並因神預見到它們的詭計,就設立了祂的誡命,與它們的目的相反,並警告凡違背者。

**8.**一旦我哋喺自我克制同轉離五官所帶嚟嘅可見惡事方面略有技巧,就能夠同耶穌一齊守住我哋嘅心,並被佢光照,並以一種溫情去用我哋嘅心靈品味佢嘅良善。 因為我哋淨係為咗一個原因而接受淨化心靈嘅法則:當惡念嘅雲層被持續不斷嘅專注驅逐並散去之後,我哋就可以好似喺一個無雲嘅晴天,清楚地看見公義嘅日頭──耶穌──並藉住祂威嚴嘅話語,喺心靈中得到某程度嘅啟迪; 因為呢啲通常唔會向所有人顯明,只會向淨化自己心思意念嘅人顯明;

**9.** 我哋每日都要保持呢種心態,因為我哋係喺神面前站立。先知何西阿話:*「當存慈愛和公義,並等候你嘅神。」*(何西阿書12:6) 又,瑪拉基先知奉神之名說:*「兒子尊敬父親,僕人敬畏主人;我若作父親,尊敬在哪裡?我若作主人,敬畏在哪裡?」這是萬軍之耶和華說的。*(1:6) 使徒又寫道:*「我哋要潔淨自己,脫離一切肉體同靈裏嘅污穢。」*(林後7:11)智慧書又教導:*「要盡心守住你嘅心,因為生命之泉都源於此。」*(箴言4:23) 主耶穌基督自己又命令說:*「洗淨杯的裏面,外邊才能乾淨。」*(馬太福音23:26)。

**10.** 唔當同虛空嘅說話有時會帶嚟聽者對我哋嘅仇恨;有時當佢哋見到我哋言語嘅愚蠢時,就會責備同嘲笑;有時會令良心污穢;有時更會受到神嘅定罪,同令聖靈憂傷:呢樣嘢比任何嘢都更可畏。

**11.** 凡以主的名潔淨其心,根除罪惡,努力追求神聖知識,並能以心靈洞察眾人所不能見之事者,不可因此對任何人自高自大。因為在受造之物中,有孰能比無形者更純潔?有孰能比天使更全知? 然而,就連他,因變得驕傲,都好似一道閃電般從天上被摔落。他的驕傲被神當作不潔淨。──眾所周知,採金的人是怎樣做(即,他們要像身處地下一樣,處於萬物之下,才能獲得知識的黃金)。

**12.** 使徒說:*「凡參加比賽的人都節制自己,他們都想得冠冕。」*(林前 9:25)因為,當肚腹飽滿時,是無法拿起武器,對抗掌權者、對抗那看不見的仇敵大軍──那些被這肉身捆綁,而肉身又沉重且不斷與靈相爭的敵對勢力的。 *「因為神嘅國度唔係喫嘢飲嘢嘅事」*(羅馬書14:17)。*「心思放喺肉體上就與神為敵,因為唔肯順服神嘅律法,而且本來就做唔到」*(羅馬書8:7)。 顯然,肉體的心思意念無法順服,因為它屬乎地土,由體液、血液和黏液組成,總是一味傾向世俗,並沉溺於現今時代毀滅性的悅樂。*「屬肉體的人,心思意念只歸向地上的事,與神相敵;不但如此,他們本來就不肯順從神」*(羅馬書 8:8)。

**13.** 如果我哋真誠咁想令心思意念留喺主入面──首先係對神,其次係對人──就需要有極大嘅謙卑。我哋要時時處處都破碎自己嘅心,尋找出並實踐一切可以令我哋謙卑嘅事。 眾所周知,如果我們如理地回憶我們在世上的前塵往事,就會令心靈破碎並謙卑。同樣地,回憶我們從少年時起的所有罪過,當一個人一一回顧時,通常既令我們謙卑,又令人淚流滿面, 並促使我哋全心全意咁感謝上帝,就好似對死亡嘅不斷、有效(同深切)嘅記憶一樣;而且,呢種記憶仲會帶嚟帶住甜美嘅喜悅之淚,同令心智更清醒。 最緊要嘅係,當我哋喺記憶中逐一重溫同詳細回顧我主耶穌基督嘅受難時,就會令我哋嘅驕傲心被壓制,令我哋低頭望住地下,同時亦會淚流滿面。 而且,當人逐項列出並細味神賜予我們的豐盛祝福時,這些祝福真能謙卑我們的靈魂:因為我們正與驕傲(對神不感恩)的魔鬼交戰。

**14.** 如果你需要,就唔好因為自以為是而避開呢啲救靈良藥。 否則你已經唔再係基督嘅門徒,亦唔係保羅嘅效法者──保羅自己講:*「我真係唔配得叫使徒」*(林前15:9);又喺另一處承認佢以前係侮辱者、迫害者同殘暴嘅人(提後1:13)。 – 你呢個自大嘅人,你睇清楚咗未?呢度係一位聖徒,但佢都冇忘記自己以前嘅生活。其實,由創世以至於今,所有聖徒都穿上咗呢件神最終嘅聖潔外衣(就係謙卑)。 我哋嘅主耶穌基督自己,雖然係神──深奧難測、無法知曉、難以言喻──但喺佢成個肉身嘅生命中,都一直謙卑以待;所以,聖潔嘅謙卑理所當然可以稱為神聖嘅美德、主嘅誡命,同埋一件外袍。 同樣地,天使同所有嗰啲光耀嘅神聖能力都實踐同保持呢種美德,佢哋知道驕傲嘅撒旦係點樣墮落,同埋佢點樣成為一個例子,示範人應該點樣恐懼自己會墮落。 (陷入呢個罪中),嗰個邪惡者因驕傲喺神面前被揭示為萬物中最可憎嘅受造之物。我哋亦都知道亞當係因為驕傲而跌落咩境地。 當我哋眼前有咁多因呢種美德而導致驕傲嘅例子,就應喺各方面盡力謙卑自己,並使用上述所講嘅補救方法 。我哋要喺靈魂同身體、喺理性、喺慾望、喺言談、喺思想、喺外在表現──無論內在定外在──都謙卑自己。 我哋特別要小心,確保替我哋站喺十字架上嘅神子耶穌基督同神自己,唔會反對我哋。*「因為主憎惡驕傲人,卻賜恩給謙卑人。」*(箴言3:34)*「凡心裏驕傲的人,主必憎惡。」* (箴言16:5);*「但那自卑的人,必蒙高舉。」*(路加福音18:14)。*「要向我學,因為我心裡柔和謙卑,」救主說。*(馬太福音11:29)。──所以,我們當要謹慎。

**15.** *「*主說:*『要謹慎,免得你們的心因大吃大喝和世俗的宴樂而沉重。』」*(路加福音 21:34)*「*使徒說:*『凡較力爭勝的,都凡事節制。』」*(林前 9:25) 既然我哋知道聖經上呢啲話都係講畀我哋聽,就應該喺自制中度過我哋嘅人生。 首先,我哋要放棄各種食物,令身體習慣有德有秩序嘅生活,並適量進食。因為咁樣,慾望嘅衝動就好容易被馴服,並受理性控制;同樣地,誠心講,憤怒嘅衝動亦都一樣可以。但係,咁樣做亦都更容易遠離其他罪行,因為就算係靠自己嘅行為實踐美德、有豐富經驗嘅人,都認為

全面嘅節制──即係遠離各種惡行──本身就係一種美德。 所以,純潔嘅原因──除咗神,祂係一切美好事物嘅源頭同賜予者之外──就係要節制貪食,每日都一樣,而且要適可而止。

**16.** 就如撒旦,佢喺反對上帝同埋想阻止上帝嘅旨意──即係嗰啲誡命──得以成就嘅時候,就透過我哋向上帝發戰,試圖阻撓佢嘅成就: 同樣地,上帝希望祂那聖潔的旨意──即如我所言,那神聖且賦予生命的誡命──藉着我們得以成就,祂以自己的大能挫敗那惡者的惡毒企圖。 神自己就利用人性軟弱,引誘人去違犯祂的誡命,從而挫敗仇敵愚蠢地想抗拒祂的意圖。且想一想:難道不是如此嗎?──所有神聖的誡命都為靈魂的三部分本性立下規條,並藉着所命定的一切,使靈魂健全。 對於嚴格遵守者,呢個三部分嘅本性就會真正變得健全。 但魔鬼晝夜都與呢個三部分嘅靈魂本性作戰。所以,如果撒旦與靈魂嘅三部分本性作戰,就明顯佢同時同基督嘅誡命作戰;因為基督透過祂嘅誡命,將律法加諸於靈魂嘅三部分本性──即靈魂嘅忿怒、慾望同思想功能。 ── 並且要留意:警告說「凡無故向弟兄發怒的,必受審判」(馬太福音5:22),以及隨後所頒的誡命──這些都是針對易怒部分的良藥。 仇敵就係想透過爭吵、怨恨同嫉妒嘅念頭,由內部推翻呢條誡命同埋其他相關嘅誡命。呢個敵人(我哋同上帝嘅敵人)知道掌管憤怒部分嘅,就係思想嘅能力。 所以佢先透過──正如我已經講過──懷疑、嫉妒、爭吵、好鬥、狡猾同虛榮嘅念頭,向呢個部分射出佢嘅箭;佢又令心智嘅力量放棄本身應有嘅權威,將繮绳交畀呢個易怒嘅部分,令佢完全冇咗控制。 咁,當呢股憤怒甩開管束之後,就透過口無拘無束咁將原本藏喺心入面、由敵意思想堆積到而家嘅一切,全都傾瀉而出──而當時心靈正處於被忽略嘅狀態。 到時心裏面裝嘅唔係神嘅聖靈,亦唔係神聖嘅心思意念,而係(無法無天的)惡意;因為主話:「心裏所充滿的,口裏就說出來。」(路加福音6:45) 當惡者以呢種方式,將一個人引到開始用言語傾吐出原本隱藏同策劃喺心入面嘅嘢,嗰時呢個(敵人嘅)俘虜*唔*只會叫佢兄弟*「係癌症或者癲佬」*,更會講出最令人惱火嘅說話,甚至會去到殺人嘅地步。 ──呢啲就係惡者用嚟對付神所賜「唔好無故發怒」誡命嘅詭計。──然而,如果喺一啲惱火嘅念頭一冒出嚟嗰陣,就透過禱告同留意內心嘅動靜,察覺嗰啲思想 (煽動火焰嘅念頭)。因此,荼毒者只有喺佢喺人心中種下嘅念頭發揮作用,令到人準備好違抗神嘅誡命,先至可以達到佢嘅邪惡目的。

**17.** 至於神主嘅誡命,對慾望呢方面有咩規定?*「凡以淫穢嘅眼光睇女人嘅,已經喺心裏同佢犯咗姦淫。」* (馬太福音5:24) – 既然有咁嘅誡命,嗰個惡人喺心裏面會設咩陷阱去對付佢?因為能夠引起慾望嘅物件喺好遠,佢就轉向內心,喺度同呢條誡命打一場慾望嘅戰爭。 – 佢就係透過喺靈魂度畫出同印上放蕩嘅 影像嚟做;甚至可能聽到啲激起慾望嘅說話;而喺心靈戰爭中受過試探嘅人,仲有好多其他嘢係佢哋所知道嘅。

**18.** 最後,究竟有邊條誡命為心靈嘅力量提供指引原則?*「但我告訴你哋,一概都唔好起誓。你哋嘅『是』就只管講『是』,你哋嘅『不是』就只管講『不是』。」* (馬太福音5:34) 再者:*「凡不撇下他一切所有的,不能作我的門徒。」* (路加福音14:33)又:*「要從窄門進去。」* (馬太福音7:13) 呢啲就係賦予心智能力嘅誡命?──我哋嘅仇敵,想令呢個心智能力──好似一位英勇嘅統帥──都服從佢,佢首先用貪食同懶惰嘅念頭,剝奪佢嘅正確判斷; 咁樣剝奪咗佢對其他能力嘅固有權威,又好似嘲笑個醉鬼咁,佢就逼佢去執行佢嘅建議同慾望,並利用易怒同慾望做佢嘅幫兇。 呢啲力量──即係慾望同易怒──如果被當成心智能力留底,就會開始令我哋嘅五感,好似聽話嘅僕人咁,變成顯露罪行嘅工具。 而呢啲又會引致幾多嘅過犯同墮落!當心唔由內制約同綑綁感官,眼睛就會出於好奇四處亂掃,耳朵就鍾意聽啲瑣碎嘢,嗅覺變得放縱,口就冇規矩,雙手就去摸唔應該摸嘅嘢。 緊接住嘅,就係以虛假代替真理、以愚蠢代替智慧、以淫亂代替貞潔、以怯懦代替勇氣。 而呢四種主要美德──即係真、智、潔、勇──本性就係咁,只要佢哋喺靈魂入面健全而強壯,就能夠好好治理靈魂嘅三部分;而一個被好好治理嘅靈魂,就會約束感官,唔畀佢哋放縱。 咁樣,當心靈安寧,其他能力都按上帝嘅旨意受管制同順服佢嘅時候,心靈就好容易喺心靈嘅戰爭中得勝。但係,如果因為唔夠留心,任憑其他能力陷入混亂,就會畀惡者嘅詭計所勝,違犯神聖嘅誡命。 因為違犯誡命,遲早都會招致適當嘅懺悔或者來世嘅刑罰。所以,心志要時刻保持清醒,實在係最美德嘅事;因為咁樣,佢先可以按其本性得到穩固,成為神聖誡命嘅真正守護者。

**19.**(好犯罪嘅)靈魂,畀惡毒嘅鬼魔圍住,好似被牆圍住咁,畀黑暗嘅鎖鏈捆綁──因為四周都係呢片黑暗,佢無法照當祈禱嘅方式去禱告:因為佢喺暗中(喺最深處,或者連自己都唔知點解)畀黑暗捆綁住, 並使她內在的眼睛被蒙蔽。但當她(醒悟過來)開始向上帝禱告,並努力在禱告中保持清醒;那麼,她就會一點一點地被禱告的 शक्ति從黑暗中解救出來:否則,就沒有可能從中得釋放。 到呢個時候,佢先發

覺心入面有另一場掙扎、另一場隱藏嘅衝突、另一場思想嘅戰爭,係畀惡毒嘅靈攪起嚟,正如聖經所講:*「若掌權者向你發怒,你不可離開你嘅崗位。」*(傳道書10:4)　然而,心靈堅定喺美德同清醒之中,就係佢嘅立場。 ── 無論在品行端正的生活,或是在罪惡的生活中,都有一個堅定不移的立場。因為聖經說:*「不跟從惡人的計謀,不站罪人的道路,*(詩篇1:1)。」使徒又教導說:*「要站得穩,把腰束起,穿上真理作腰帶。」*(以弗所書6:14)。

**20.** 我们要盡力持定基督;因為有許多人千方百計想將祂從我哋心靈裡趕走。我哋亦唔好畀*「住喺心靈裡」嘅*念頭「人群」將耶穌引離正路(約翰福音5:13)。　但係,冇痛苦嘅屬靈工夫,就唔可能緊緊捉住佢。我哋要努力跟隨佢喺肉身入面嘅腳蹤,好等我哋都可以卑微咁過活。我哋要銘記佢嘅苦楚,好等我哋效法佢,能夠耐心捱所有悲傷。　讓我們品嚐祂對我們的難以言喻、警醒的忍耐,使我們在靈魂中甜美地品嚐到這一切,得以知道主是何等良善。在这一切之上,或說在一切之前,讓我們在祂所說的一切話上,對祂毫無疑問地信;讓我們每日等候祂向我們所施的眷顧;無論發生什麼,無論我們遇見什麼,　就等我哋懷住感恩、愛同喜樂嘅滿足去接受,並且學識仰望嗰位按祂智慧嘅神聖法則治理萬有嘅獨一真神。　當我哋做到呢一切,就唔會離神太遠。(我哋亦要明白)虔誠係一個無止境嘅完善,正如一位曾經神聖而屬靈完美嘅人所講。

**21.** 善用生命時間的人,常以思念和記憶死亡佔據心思,並因此最明智地將心靈從慾望中解救出嚟;　呢種人通常比一個唔常懷住死亡意識、只靠理性去淨化心靈、卻又一直留住一個悲傷可悲嘅「」念頭嘅人,更加敏銳地察覺到魔鬼誘惑嘅不斷試探。　呢種人以為憑自己嘅機智就能控制所有破壞性嘅慾望,卻唔知道自己其實被最惡劣嘅慾望所綑綁,因而喺神之外陷入驕傲(就好似一個以為自己乜都冇問題嘅人)。佢必須保持絕對清醒,免得因為自大而失去理智。　因為,正如使徒保羅所言(林前8:1),那些到處汲取知識的靈魂,通常會對他們認為比自己所知更少的人自鳴得意,我認為這是因為他們心中根本沒有一絲造就人的愛。　但凡常常存心思想死亡者,其洞察力勝過不存心思想死亡者,能洞悉魔鬼的詭計,並有效驅逐、踐踏它們。

**22.** 對神甜蜜嘅紀念,即係話, 耶穌以深切嘅憤怒同救贖嘅憂傷,通常會摧毀一切思想、各種提示、言語、白日夢、黑暗嘅幻想,簡而言之,就係嗰個全能嘅仇敵用嚟武裝自己、大膽進犯、想吞噬我哋靈魂嘅所有嘢。　耶穌,一旦被呼求,就輕易燒盡這些一切。因為除了基督耶穌以外,在別人裏面沒有我們的救恩。這話也是救主自己所說的,當祂宣稱:*「離了我,你們就不能作什麼」*(約翰福音15:5)。

**23.** 所以,每時每刻,我哋都要竭力守住我哋嘅心,防範一切令靈魂之鏡蒙塵嘅念頭;唯獨喺呢面鏡入面,父上帝嘅智慧同能力──耶穌基督──先至可以被印刻同反映喺光中。　我哋要不停喺心入面尋索天國;只要我哋淨化咗心靈嘅眼睛,就一定會神秘咁喺自己入面搵到穀種、珍珠、酵母,同埋其他所有嘢。　正因如此,我哋嘅主耶穌基督先講:*「上帝嘅國喺你哋入面」*(路加福音17:21),意思就係神性住喺我哋嘅心入面。

**24.** 清醒,引致光芒,淨化良知。而呢個經過淨化嘅良知,就會驅走內心所有黑暗,就好似當遮住佢嘅面紗被移開嗰刻,光芒 suddenly 照出嚟。　一旦黑暗被驅逐,良心透過不斷的真正清醒,再次揭示被遺忘或隱藏未被認出的事物。同時,正是在這清醒之中,它教導我們進行那為心所知的、對敵人的無形爭戰,以及思想內的戰爭, ― 教導你喺呢場單人作戰中點樣擲矛,點樣巧妙地向(敵人)射出善念之箭,阻止佢哋嘅箭射中你嘅心,並且好似箭咁,引導你歸投奔基督,佢係被渴望嘅光,而唔係嗰害人嘅黑暗。　凡嘗過此光者,皆知我所言何事。　呢道光嘅滋味令到以佢為食嘅靈魂受住永無止境嘅飢渴折磨;愈品嚐,愈嚮往。呢道光就好似太陽吸引目光咁,吸引心智向佢靠近。佢本身係無法言喻嘅光,但並非靠言語,　但係透過接受佢影響嘅人嘅體驗,或者更準確嚟講,係被佢所穿透嘅人──佢令我保持沉默,雖然心裏仍然好想就而家討論緊嘅題目傾偈。

**25.** *「要追求與眾人和平,並追求聖潔;非聖潔的人,誰也不能見主。」*(希伯來書 12:14)為要得着愛和純潔:因為它們其實就係和平同聖潔。然而,我哋只可對付喺思想同憤怒中向我哋發動戰爭嘅魔鬼時,先以憤怒作武器。　但要聆聽我哋應該點樣打好喺我哋心內每時每刻都喺爆發嘅戰爭,並按此行事:將祈禱同警醒結合──警醒會加強祈禱,祈禱會加強警醒。　謹慎,不斷喺內心察看一切,留意仇敵點樣嘗試入嚟,盡力擋住佢哋嘅入侵,同時呼求主耶穌基督幫手,好趕走呢班狡猾嘅戰士。　咁做嘅時候,你嘅注意力就透過矛盾阻住佢哋入嚟;而當呼求主耶穌,祂就會將惡魔同佢哋嘅幻覺一齊趕走。

**26.** 你要全神貫注地守住你嘅心思。一旦你察覺到有敵意嘅念頭,就要即刻反駁佢,同時快快呼求主基督為你伸冤。而最甘甜嘅耶穌,喺你仲未講完嘅時候,就會話:「我同你一齊,為你代禱。」 但就算所有呢啲仇敵都因你嘅禱告而被制服之後,都要繼續勤力咁守住你嘅心。你睇,又有一波比之前更多嘅念頭浪潮,一浪接一浪咁向你撲過嚟,令你嘅靈魂好似跌入深淵,差啲就要滅亡。 但係再一次,耶穌──應一個門徒嘅請求──吩咐惡風(即係念頭)停息,風就平靜咗。你,喺敵人攻擊中獲得咗一小時或者一分鐘嘅自由,就向拯救咗你嘅祂獻上榮耀,然後沉浸喺對死亡嘅默想之中。

**27.** 讓我們全心全意、懷着虔誠的心靈去行我們的道路。專注與禱告,日復日結合起來,會帶來類似以利亞的火車 的力量,將參與其中的人提升到天國的高度。我到底在說什麼? 對於已經立定清淨心行,或努力向此目標邁進的人,純潔的心靈便成為一個心智的天國,有其獨特的日、月與星辰,並透過神秘的異象與崇高體驗(心智的勝利),成為難以言喻之神明的器皿。 凡有愛慕神聖美德者,當於每一時刻努力宣稱主的名,並以盡情熱誠將言語化為行動。凡人若以某種努力節制其五官──通常靈魂因此受損──則可令心靈的掙扎與戰鬥對心智而言變得最輕省。 所以,要小心防範一切外在(對靈魂有害)的影響,並以神所賜的屬靈方法,對抗由此而生的內在念頭,所憑藉的藝術是: 透過守夜的工夫,抑制對肉體慾望的衝動;飲食要節制;並及早適當節食,以減輕日後心靈的掙扎。你因如此行,所幫助的乃是自己,而非他人。 用死亡嘅念頭折磨你嘅靈魂,並透過紀念耶穌基督去凝聚你散亂嘅心;特別係夜晚,當心通常更清醒同明亮嘅時候,要清楚咁默想上帝同一切神聖嘅事物。

**28.** 我哋亦唔好迴避肉體苦行嘅勞作:就好似小麥由地下生長,同樣,由呢啲勞作中會產生屬靈嘅喜樂同善行嘅經驗。 我哋唔好用虛假嘅推理去拋棄良心嘅要求,因為佢會啟發我哋向着得救同積極嘅道路,並且永遠宣告我哋嘅本份同所應遵守嘅責任,尤其係當佢經過一種活潑、積極同微妙嘅心靈清醒而得到淨化嘅時候。 喺呢啲情況下,憑住佢嘅純潔,通常會作出清晰嘅判斷(對所有呈喺面前嘅事──一個公平而果斷嘅判斷),完全唔容有任何遲疑。 基於以上所有原因,人不可被虛假的推理所誤導;因為良知在一個蒙神喜悅的生活中向我們宣告,當靈魂以罪玷污了心靈時,它會嚴厲地責備,同時指出補救過失的方法,激勵墮落的心去悔改,並以溫柔的說服指出補救之道。

**29.** 柴火升起嘅煙往往刺激眼睛;但之後佢會為眼睛帶來光明,並安慰之前畀佢困擾過嘅人。而專注力,如果令心眼不停緊繃,就會令頭暈腦脹、負擔沉重。但係當呼求耶穌時,佢就嚟照亮我哋嘅心。 對祂的紀念,連同內在的啟示,賜下至高無上的福份(即主自己)。

**30.**仇敵慣咗擾亂我哋嘅心思,就想引誘我哋同佢一齊食塵,雖然我哋係照神嘅形像被造,卻要靠肚腹生活。但神話說:*「我要你同女人之間造成仇恨。」*(創世記3:15) 因此,我哋應該時刻向神呼求,好令我哋每日都唔會畀魔鬼嘅烈箭射傷。*「我要遮蓋認識我名嘅人,」* 神透過詩篇作者話。(詩篇90:14) 又有一節經文:*「但敬畏祂的人,祂的救恩離他們不遠。」*(詩篇 84:10)

**31.** 那蒙福的使徒、揀選的器皿,在基督裏說話,因他深有經歷我們裏面那隱藏、屬靈的爭戰,就對以弗所人說: *「因為我哋所爭戰嘅,唔係與血肉之軀,而係與掌權者、與當權者、與管轄這幽暗世界嘅權勢,以及與天上屬靈惡勢力爭戰。」*(以弗所書6:12)彼得使徒亦都話:*「「務要謹守,警醒;因為你哋嘅仇敵魔鬼,如同吼叫嘅獅子,遍地遊行,尋找可吞吃嘅人。你哋要抵擋佢,堅守你哋嘅信心」*(彼得前書5:8–9)。我哋主耶穌基督自己講到福音話語被接受到嘅唔同態度,就話:*「魔鬼就來,從他們心裡把那話奪去*──牠奪去的方法,就係用邪惡的忘性,*令到「不信的人不得得救」*(路加福音 8:12)。──使徒保羅又說: *「我裏面的人以神的律法為喜樂,但我裡面又有另一個律和我在作戰,擄我去做俘。」*(羅馬書7:22–23)── 他們講這些,是要教導我們,並向我們顯明那原本隱藏的事。

**32.**當心思失去自責同謙卑,通常就會變得自誇,以為自己高人一等。為咗要察覺自己嘅軟弱,我哋要好似嗰位講「弟兄姊妹,我唔以為自己已經得勝」嘅人一樣,做個有智慧嘅人: *「但我只有一件事,就係忘記背後,努力向前,向着標竿直跑,要得着喺基督耶穌裏面,神向上召嘅獎賞。」*(腓立比書 3:13–14)又再:*「「我所跑的、所打的、不是與無人爭的;我擊打身體、叫身服我,恐怕我傳福音給人之後、自己反被棄絕。」*(林前9:26–27)你睇吓,聖保祿──咁偉大、高尚嘅人──有幾謙卑?(但你聽佢仲有咩講)──基督話:「*我來係為要*向天上吸引人。」 你睇吓,就連聖保祿──咁偉大、高貴嘅「 」──都係點樣謙卑?(但聽吓佢仲有咩講。)──基督話:*「我到世上嚟,係要拯救罪人,而我係當中最先嘅。」*(提摩太前書 1:15) ──誠然,既然我們本性的可悲可憐,我們如何能不謙卑呢?有甚喺地上嘅塵土更可悲呢?我

們必須記住神,因為我們就係為咗呢個目的而被造;我們亦必須訓練自己喺自制方面,好令跟隨主嘅腳蹤更易。

**33.** 凡向惡念屈服的人,其外在行為斷不能脫離罪惡。不將惡念從心中根除的人,難免會以相應的惡行表現出來。人之所以以慾望的目光凝視,是因為他的內心之眼先已污穢並蒙蔽。 同樣地,想要聽見羞恥之事,其原因在於我們以靈魂之耳,迫不及待地傾聽惡魔在我們耳邊低語,引誘我們走向滅亡。我們必須在主裡潔淨自己,內裡和外在都要潔淨;我們每一個人都要守住自己的感官,每日都要從情慾的影響和過犯中潔淨自己。 正如當年我哋愚昧嘅日子,當時我哋沉溺於世界虛浮嘅心思,將我哋嘅全心全意同所有感官都獻畀罪惡嘅誘惑;而家我哋轉向遵行神嘅生命,就應該將我哋嘅全心全意同所有感官獻畀那活而真嘅神,獻畀神嘅真理同旨意。

**34.** 首先係*「衝擊」*(προσβολή – 一次撞擊,指擲出嘅物件打中原本瞄準嘅目標嘅動作);然後係*「結合」*(συνδυασμός – 一個結合,指心神專注喺物件上,令靈魂只關心嗰個已經撞到佢同吸引咗佢注意嘅物件); 進一步,*「結合」*(嗰個吸引咗注意嘅對象激起咗慾望——而靈魂就同意咗——咁就形成咗一個結合);跟住,*「被擄」*(嗰個對象擄走咗靈魂,靈魂對佢產生咗慾望,並且被捆綁成奴僕,被佢牽着去行動); 最後係*「情慾」*(πάθος──靈魂嘅病態),透過頻繁重複(滿足同一慾望)同習慣(指用嚟滿足佢嘅行為),已經深植於靈魂之中(成為性格特質)。正正就喺呢度,先至係我哋內心爭戰中取得勝利嘅戰場! 聖父輩亦係咁樣定義。

**35.** 並且──就佢哋所講──「執着」只係一個念頭,或者係心裏啱啱升起、呈現在心識面前嘅某樣嘢嘅影像;*「結合」*就係同嗰個呈現在面前嘅對象或影像對話,無論係帶感情定係無情;*「同一化」*就係靈魂對呈現在心眼面前嘅對象嘅傾斜,並且會帶住喜悅; 「被俘」係心靈被迫同不由自主咁被擄,並留喺嗰度,同埋好似同擄住佢嘅對象融合成一個生命(sunousia),由呢個融合,我哋嘅良好狀態消失(我哋嘅平安喪失); 然而,激情一般被認為係透過長期對某個對象嘅執著而喺靈魂中紮根。 喺呢啲(行為或狀態)之中,*「第一」*者無罪,*「第二」*者則未必完全無罪;*「第三」*者視乎苦行者嘅狀態(可能同佢嘅修行努力同掙扎成比例);至於*「爭鬥」*,就係令人生得冠冕(若然堅守)或受折磨(若然跌倒)嘅原因。

**36.** 祈禱時嘅被擄同唔祈禱時嘅被擄係兩回事。慾望無疑要受同等嘅懺悔制約,或者要受將來嘅折磨。任何抗拒或者對前者──即係執着──保持無情,就可以一舉斬斷所有可恥嘅嘢。 ──就如我哋所講,呢場仗係惡魔對住僧侶同居士都一樣咁打,有勝有負。勝利者有冠冕等住,而跌咗又唔肯悔改嘅人就會受苦。 所以我哋要喺心裏面同佢哋抗爭,免得我哋行出佢哋嗰啲惡計,變成有形有體嘅罪行。我哋要努力喺自己心入面搵到天國,將每一樣罪惡從心裏面斬斷。透過呢種高尚嘅努力,我哋就可以喺神面前保持心靈嘅純潔,同埋不斷嘅懊悔。

**37.** 好多和尚都唔知道魔鬼施加喺佢哋心上嘅幻覺。佢哋專注勤力做好本份,唔理心入面嘅情況,過住簡單同無機心嘅生活。 我相信,因為佢哋從未嘗過心靈嘅純潔,所以完全唔知道內心慾望嘅黑暗。唔識聖保祿所講嗰場爭鬥嘅人, 可能未曾因行善而受過考驗,只把有形可見的罪行視為跌倒,卻忽略了肉眼無法看見、只有上帝──唯一賞賜勞功者──和努力者良心所知道的心靈勝利與凱旋。 睇嚟以下經文就係講緊呢班人:「佢哋話:『平安啦,平安啦,其實根本冇平安。』」(以西結書13:10)我哋要為嗰啲因為單純而身處此境嘅弟兄禱告,並盡量教導佢哋,令佢哋唔單止遠離可見嘅惡行,亦遠離藏喺心入面作祟嘅惡。 至於嗰啲有神聖願望要淨化靈魂之眼(即靈魂本身嘅視覺)嘅人,就有基督嘅另一種工作同另一種聖事。

**38.**對死亡有深切嘅覺悟,真係將好多美德都融合喺度。 佢係眼淚嘅母親,係全面節制嘅引路人,係 gehenna(地獄)嘅提醒者,係祈禱同眼淚嘅母親,係心靈嘅守護者,係自我反思同洞察力嘅源頭;透過呢啲,孩子對上帝嘅深切敬畏,同心靈從激情思念中嘅潔淨,就涵蓋咗主好多誡命。 喺咁嘅心入面,人就會見到一場掙扎同一項艱難嘅壯舉。呢正正就係基督好多戰士所關心嘅事。

**39.** 某啲意想不到嘅不幸或者災難通常會打亂我哋嘅專注,撕裂我哋心靈原本嘅救贖狀態──熄滅對最美好事物嘅渴望──並將我哋拉向罪惡嘅爭吵同不和。 造成呢種對我哋咁毀滅性嘅災難嘅原因,就係我哋唔夠小心去防範誘惑(佢哋隨時準備好從唔知邊度向我哋襲來)。

**40.**只要我哋明白呢啲不幸係無可避免,並時刻記住呢點,就冇任何等緊我哋嘅災難可以令我哋動搖或難過。呢就係神聖使徒保羅所講: *「我在软弱、困苦、缺乏上就觉得喜乐。」*(林後十二章10

節)又說:*「凡立志在基督裡敬虔度日的人,都要受逼迫。」*(提後三章12節)願榮耀歸於祂,直到永遠。阿們。

# 以利亞,長老及大主教

## *關於佢嘅簡短記載*

呢位亦稱 Ekdik 嘅長老以利亞,係唔係聖格列高利神學家神學著作嘅註釋者──克里特嘅以利亞,抑或其他人,就唔得而知。 然而,從後面幾章可見,他明顯是一位外在智慧與屬靈智慧兼備、智慧極高的人;他的言詞生動有力,雖有時略顯隱晦。因此,我們並不認為稱這篇寫作──正如「智慧以利亞的章節」之名── 一種靈性花園,入面唔單止有五彩繽紛嘅草,仲有結滿果實嘅樹;我哋都唔好害羞,邀請嚟搵靈性安慰嘅人入呢個樂園,因為我哋深信佢哋所有嘅靈性感官──視覺、嗅覺同味覺──都會喺度得到極大嘅滿足(簡而言之──取自Grech. Dobrot.嘅前言)。 長老以利亞篇章的標題──《Anthologion》,意指「花集」或「花卉匯聚」──暗示這些篇章是他於閱讀聖父們著作時所撰寫的。這位神的长老將聖父們的思想銘記於心,並欲為自己保存,因而將之記錄下來,有時以聖父們原話呈現,有時則以他自己的語言表述。 因此,讀者可能會喺佢哋入面睇到某位聖父嘅影響,甚至好似西方嗰度咁,將佢哋歸畀其中一位。 喺梵蒂岡聖馬克西默斯著作手稿入面,佢哋就歸咎於呢位聖父;而聖父著作嘅近代編輯米尼喺將佢哋納入聖馬克西默斯作品時,就擺喺佢七百章──包括理論同實踐──之後,並以呢個標題收錄:「其他取自聖馬克西默斯作品梵蒂岡手稿的章節」(《希臘教父全集》第十卷)。 我哋相信希臘《多布羅托盧比》嘅編撰者認為咁樣更方便去決定呢啲章節應該歸屬畀邊個,而我哋亦跟從佢哋嘅做法,承認呢啲章節係由一位名叫長老以利亞嘅人所寫。為咗方便讀者,我哋留意到喺希臘《多布羅托盧比》入面,呢啲章節係分做兩半(109–140)。 喺Migne嘅版本入面,呢啲章節係由頭到尾連續編號。我哋喺呢方面都跟足佢哋嘅做法。讀者會留意到,喺我哋嘅翻譯入面,章節編號唔係連續,有啲章節被遺漏咗。呢啲遺漏代表相應嘅章節因為內容晦澀而一併省略。不過,呢啲情況非常罕見。

## 由最年輕嘅長老兼執事以利亞所編撰嘅《花卉集》

**1.** 一個真係信神嘅基督徒,唔應該放縱自己,自滿自足,而要時刻提防試探,預備好去面對,咁當試探嚟到嘅時候,佢就唔會感到驚訝或者慌亂,反而可以懷住感恩嘅心去承擔悲傷嘅重擔,記住喺詩篇入面,佢係同先知一齊講: *「主啊,你要試驗我,熬煉我」*(詩篇25:2)──而且,在另一篇詩篇中,先知並未說:*「你的懲治」*會毀滅我,而是說:*「會永遠糾正我」*(詩篇17:36)。

**2.** 敬畏上帝是善的開始,而愛上帝是善的結束。一切善事的開始,在於積極的心志和有目的的行動。因為,無理由的行動並非好事,而無行動的理性亦不會結果(不會進步)。

**3.** 身體嘅工夫係禁食同守夜,而嘴脣嘅工夫就係唱詩篇。但係禱告勝過唱詩篇,而沉默比言語更寶貴。 手嘅工作就係佢哋冇怨言就做嘅嘢;腳嘅工作就係一有命令就執行。靈魂嘅工作係以樸實嘅自制,同埋以自制行事嘅樸實;而心靈嘅工作就係喺沉思中嘅祈禱,喺祈禱中默想上帝。

**4.** 憐憫與真理統治所有美德;它們的果實是謙卑,而由此,根據聖父們所言,衍生出 prudence(審慎),冇咗佢,以上所講嘅美德就無一可以得到完善。

**5.** 輕視理性軛的行動,最終會像一隻小母牛,無謂地到處遊走;而理性若拋棄了行動那件尊貴的外衣,雖然它千方百計想表現得體面,卻仍顯得毫無威嚴。

**6.** 一個勇敢嘅靈魂,好似一個拎住兩盞燃燒緊嘅燈──行動同沉思──嘅妻子,一生都盡住佢嘅本份。相反,一個沉溺喺享樂中嘅靈魂就完全唔同。

**7.** 自願嘅苦難唔夠令靈魂完全擺脫罪惡,除非佢亦都經過非自願苦難嘅火爐煉淨。

**8.** 除非靈魂為咗完全淨化脫罪,好似一把劍咁,經過火同水──即係自願同被迫嘅勞苦──否則面對唔愉快嘅災難時,就唔可能毫髮無傷。

**9.** 正如自願誘惑有三大原因──健康、財富同名聲;被迫誘惑亦有三大原因:失利、病痛同誣衊。呢啲都係用嚟成就一部分人,同時令另一部分人走向毀滅。

**10.** 真正有德行嘅人,善根深植於心;但對虛浮嘅人嚟講,善只係存在於佢哋嘅思想。道德嘅敵人表面上藏住惡,而沉溺於享樂嘅人則將惡藏於心底。

**11.** 憎惡邪惡的人,往往並非刻意,也並非經常,卻會失於正道;然而,對於仍然暗藏邪惡根源的人,則經常且樂意地行不義。

**12.** 凡不常因罪惡而悔改者;然而對於那些不因慾望而犯罪者,悔改就更加容易,甚至幾乎從未必要。

**13.** 言語要配合感受同良知,咁先唔會令神聖嘅道──*「我喺佢哋中間」*(《馬太福音》18:20)──因為所講所做嘅放肆或無序而失臉。

**14.** 一個唔以行為玷污自己靈魂嘅人,並唔可以話佢用言語保持靈魂潔淨;同樣,一個用言語保持靈魂潔淨嘅人,亦唔可以話佢唔以思想玷污靈魂。因為罪人係用三種方式咁做(即係行為、言語同思想)。

**15.** 你若仍然喜悅罪惡的景象,就不能清楚地看見美德的面貌。當你想品嚐美德時,罪惡就會變得可憎,你便會轉臉避開那樣的影像。

**16.** 起初,魔鬼會透過思想而非行為攻擊靈魂;但當然,它們的主要目標是行為。行為的成因是聽覺和視覺,而思想的成因則為習慣和魔鬼。

**17.** 靈魂中犯罪嘅部分有三種,分別係行為、言語同思想。但係無罪嘅美德有六種:因為要守住五官同言語,免得犯罪。 *「如果有人在言语上不犯罪,他就是一个完全人,也能制住全身。」*雅各书3:2。五官亦是如此。

**18.** 靈魂中冇言語能力嘅部分分做六份:五官同言語。當佢哋無情欲時,就會令其他所有部分清醒,並且互相不可分割;但當佢哋有情欲時,就會令全部都污穢。

**19.** 身體若無禁食與警醒,不能得潔淨;靈魂若無憐憫與真理,亦不能得潔淨;同樣地,心思若無默想與與神交通(即禱告),也不能得潔淨。在这兩者之中,後者最为重要。

**20.** 靈魂喺所講嘅美德圈內運行,佢嘅庇護──就係忍耐──令誘惑嘅箭射唔入。主話:*「你哋要靠忍耐得著生命。」*(路加福音 21:19)。 但如果佢身處另一個境況,就好似一座冇城牆保護嘅城市,即使只係聽到遠處傳嚟嘅巨響同騷亂聲,都會因為恐懼而大受震動。

**21.** 口才好嘅人唔一定喺屬靈事上都精明;但凡喺屬靈事上精明嘅人,都一定喺世務上精明。因為呢個世界(身體、感官、處境),雖然將每個人都擄喺旗下,向所有人徵稅,但佢唔會向每個人收取一樣嘅稅;事實上,有啲人根本就唔肯繳稅。

**22.** 理性雖然本性上係不可分割,但仍然被分做唔同嘅部分:有人獲得多啲,有人獲得少啲;直到實踐嘅美德喺一般美德嘅幫助下不斷繁殖同擴張,喺每個人身上成就咗所有可能嘅善。 因為總係咁,隨住實踐生活嘅不足,所獲得嘅理性份量就越少。

**23.** 時間同度量係審慎沉默嘅夥伴;佢嘅食糧係真理;憑住呢點,虛假之父嚟到咗嗰個已從萬物中退返出嚟、飄泊嘅靈魂度,就搵唔到佢平時搵緊嘅任何嘢。

**24.** 真正有憐憫心嘅,唔係隨便散播多餘嘢嘅人,而係甘願將必要嘢畀嗰啲本可以擺走佢嘅人。

**25.** 有人透過物質財富,並藉着持續施捨,獲得無形之物;另有人則透過無形之物,於無盡善的感官(或品味)中,脫離物質。

**26.** 人人都會希望福份豐厚,但若果憑住上帝嘅眷顧獲得財富,卻未能再享受多一陣,就真係好可惜。

**27.** 當有人違背你嘅意願,對你動手術(即係用責備將潛藏你內心嘅惡行擺出嚟),唔好因此介意;反而要睇住被擺出嚟嘅污穢,責備自己,並讚美神,因為祂就係促成呢件事嘅原因。

**28.** 當你考慮到自己(屬靈)病症的嚴重性時,不可灰心;反而要採用最有效的療法──即艱苦的屬靈爭戰──遠離它,如果你真誠地關心自己靈魂的健康。

**29.** 你愈能深刻感受到自己嘅靈性病痛,就愈應該對指出嚟嗰位表示感恩。因為就係透過佢嘅責備,你先至得以完全潔淨,否則心靈根本無法進入純淨嘅禱告境界。

**30.** 當你被責備時,若那責備是惡意的,你就要保持沉默,或溫和地為自己辯護;不是為了堅持己見,而是要糾正責備者的錯誤,因為他可能對此事一知半解,以致誤導了你。

**31.** 就如過份自以為是嘅人察覺唔到自己嘅缺點,謙卑嘅人亦察覺唔到自己嘅美德:因為喺前者,所有自我認識都畀自我責備掩蓋;而喺後者,就畀討神喜悅嘅事掩蓋咗。

**32.** 責備能激發人心中的鬥志,而讚揚則令其放鬆,使之在行善時變得懶散。

**33.** 財富的根基是黃金,品德的根基是謙卑。正如一個人若無法增加他的黃金,雖然表面上可能不顯貧窮,卻依然貧窮;同樣,沒有謙卑,有德行的人不會結出好果實。

**34.** 正如一個商人,無論佢喺行內幾叻,冇咗黃金就唔算真嘅商人;同樣,冇咗謙卑,無論一個人幾努力,都見唔到美德嘅好成果,就算佢幾咁依賴自己嘅聰明都無用。

**35.**正如人要盡心遵守所有誡命,同樣,凡懼怕在婚筵席上被視為外人者,更當深入卑微自謙。

**36.**將自制同樸素結合,將真理同謙卑結合──你就會發現自己成為真理的同席者,有佢作伴,其他所有美德都好似被帶到筵席上咁,樂意同嚟。

**37.** 美好嘅品格見證咗美德嘅美麗,而行為嘅端莊就證明咗靈魂嘅安寧。

**38.** 第一德行係唔犯罪;第二係唔好怕認罪;但又唔好無恥,而要謙卑自己,當人責備你嘅時候,都要自我責備,並樂意接受懺悔;因為如果咁唔做,向神所獻嘅任何嘢都冇價值。

**39.** 當人忍受自願嘅苦行時,都要卑微咁接受被迫忍受嘅苦難,包括誣衊、損失同疾病。如果有人唔卑微咁接受後者,反而心存不滿、埋怨,就好似淨係想食無鹽嘅麵包。

**40.** 雖然係主人,但係肯以僕人嘅身份示人,就係嗰個用神聖嘅言語,為鄰舍洗淨污穢嘅靈魂之衣,並用補丁縫補破裂嘅部份。 但行呢啲事嘅人,要小心唔好出於虛榮,而係因為佢咁做,好令佢喺攞到獎賞嘅同時,唔會失去應得嘅權威尊嚴。

**41.** *「主必護衛你出入」* (詩篇120:8)──就係透過節制飲食同言語。 因為凡喺飲食(進入身體嘅)同言語(流出嚟嘅)上克制自己嘅人,就可以避開眼目嘅慾望,制服愚昧嘅憤怒;呢啲就係苦行者最要緊關注嘅,免得佢哋失控。由此,實踐生活得力,而靜觀則更堅定。

**42.** 然而,有人雖然對所食嘅食物保持小心提防,卻對出口嘅言語毫不在意。根據《傳道書》,呢啲人唔識得將心入面嘅怒氣同肉體入面嘅慾望連根拔起(傳 11:10):而正正係靠呢啲,聖靈先能潔淨我哋,並令我哋得以更新。

**43.** 讓你的肚腹因食物短缺而燃燒,讓你的心因舌頭的約束而受制;你的精力──無論是慾望還是易怒──都會永遠為善而效力。

**44.** 努力嘅人要識得喺乜時候同用乜嘢食物嚟養身──就好似敵人咁──亦要識得喺乜時候安慰同強化佢,就好似一個疲倦嘅朋友咁:免得佢誤將朋友嘅食物餵畀敵人,又將敵人嘅食物餵畀朋友;結果因為兩者都惹怒咗佢,喺試探嘅時候,就發現佢竟然站喺交戰敵人嗰邊。

**45.**當一個人食嘢時,寧願要營養而唔係喉嚨嘅快感,眼淚嘅恩典就會臨到佢,並以強大嘅力量安慰佢,令佢忘記晒其他所有嘅歡愉,因為佢已被呢啲眼淚無可比擬嘅甘甜完全滿足。

**46.** 為自己拓闊道路嘅人,眼淚會乾;但係鍾意行窄路嘅人,眼淚就如洪水般湧流。

**47.** 罪人同義人都有憂愁;但罪人憂愁自己未完全遠離罪惡,義人則憂愁自己未得著一切善。

**48.** 祈禱同沉默係我哋能力範圍內嘅美德;而禁食同守夜就係唔完全喺我哋能力範圍內嘅美德,因為佢哋仲要視乎一個人嘅體質。所以,修道者要揀啲對佢嚟講最可行同最有利益嘅。

**49.** 禱告之屋就係忍耐,因為靠住佢先得以維持;而佢嘅養份就係謙卑,因為靠住佢先得著滋養。

**50.** 唔好糾結於細微之事,咁你先唔會被重大之事奴役;因為冇可能先有較細嘅惡,後面先有更大嘅惡出現。

**51.** 憐憫與真理在誰身上掌權,誰身上就備有一切蒙神喜悅的品德;因為前者絕不冇憐憫就審判人,後者絕不冇真理就偏袒人。

**52.** 因簡樸而解除自我約束者,必得參與其中所等待的至福。

**53.** 你若不先停止耕作嗰片滋養佢哋嘅土壤,就唔能夠斬斷同你對抗嘅情慾。

**54.** 有啲人只求潔淨身體,另啲人則同時求潔淨靈魂:因為有啲人得力只可遠離罪行,另啲人得力亦可遠離情慾;至於得力甚至可遠離慾望嘅,就真係少之又少。

**55.** 如果一個人對罪嘅傾向比佢嘅思想更強,就算未犯罪,都算係有情欲;如果一個人嘅罪行(能量)比佢嘅思想更弱,就算內心畀情欲所勝,都算係有慾望;如果一個人對兩者都自由咁,或者更確切講係奴

隸式咁執著,就算係偏倚。 如果一個人對呢啲各式各樣嘅罪惡動念同狀態一無所知(即係佢冇經歷過),咁佢就會無情欲。

**56.** 慾望被禁食和禱告驅逐出靈魂;肉慾被警醒和沉默驅逐;偏見被沉默和專注驅逐。然而,無情慾則靠紀念神而建立。

**57.** 無情之口,如蜂房,滴出永生之言。究竟有誰配得上以自己之唇觸碰那口,棲身於他胸懷,並被他衣裳的甜香所熏染? ──即係話,要喺美德嘅果實入面得到喜悅,佢嘅香氣超越咗我哋透過感官所識到嘅一切香味(雅歌 4:10–11)?!」

**58.** 每一個靈魂都要被剝離可見之物;但就罪惡的身體而言,享受過今生樂趣的人中,卻只有少數人會如此。

**59.** 凡活着的人,在肉身中都已經死咗;但只有以全心恨惡罪惡嘅人,先至對罪惡真正死咗。

**60.** 理性靈魂,居於感官之光與理智之光之交會處,能藉前者見事物並行屬肉體之事,藉後者行屬靈性之事。 但由於其中理智之光已變得黯淡,而感官之光卻因自一開始就養成的習慣而變得更清晰;除非在祈禱時完全沉浸於理智之光,否則它無法將目光完全轉向神聖之物; 但佢無可避免咁被迫留喺黑暗同光明之間嘅空間,喺(感官嘅)黑暗中,因習慣同傾向而徘徊,而喺(理智嘅)光明中,佢只係沉浸喺遐想入面。

**61.** 願祈禱如日頭嘅一束光,常留喺心裏;因為冇咗佢,感官嘅瑣事就好似無水雲朵飄浮,剝奪咗心本該嘅光亮。

**62.** 一個充滿激情嘅心,如果唔先擺脫對感官嘅執著,就唔可能進入祈禱嘅窄門;反而只會徒然受苦,喺嗰啲執著嘅陰影中打轉。

**63.** 除非心靈拋棄對感官之事的所有過度關懷,否則它無法輕易被憂傷所提升,亦無法洞悉自身的處境。

**64.** 禱告得眼淚加力,就將一切敵對心靈嘅念頭逐出;但係心靈飄忽,又會將佢哋帶返嚟,並因閒聊而加劇,而當閒聊被驅逐,就同時驅走一切破壞性嘅惡──即係放蕩(目光、言行失控)。

**65.** 禁食因為其明顯的性質,所以是白晝的象徵;而禱告因為其隱秘和秘密,所以是黑夜的象徵。凡是有人按理同時行兩者,並將彼此結合,就會達到他們的目的城,從那裡 *「疾病、憂愁和嘆息都要逃走」* (以賽亞書54:11)。

**66.** 屬靈的工作可以進行並持續,而無需相應的身體活動。凡是選擇了更優的、非物質(即屬靈)工作,而非物質(即身體)工作的人,都是有福的。 凡擁有者,就以禱告的生活彌補外在行動嘅缺乏,雖然瞞過人,卻睜得開上帝嘅眼。

**67.** 使徒勸我哋要憑信心忍受,要喺盼望中喜樂,要堅持禱告,好叫喜樂嘅祝福可以留喺我哋心入面。 如果係咁,就證明冇耐性就等於冇信心;唔能喜樂就等於冇盼望;因為佢已經拒絕咗喜樂嘅源頭──禱告──亦唔持守喺其中(羅馬書12:12;歌羅西書4:2;希伯來書12:1)。

**68.** 就如古代,心靈離棄本境,忘卻了它那榮耀的光輝;今時亦然,它忘記了此處的一切,必須藉著禱告再次返歸本境。

**69.** 就如枯萎的乳母之乳對嬰孩一樣,當禱告不能帶來安慰時,禱告對心思也是如此。但當禱告相反(即當禱告以安慰充滿心思時),心思就如一個被喜悅壓倒、在母親懷裡睡著的孩子。

**70.** 除非人放棄晒所有物質嘢,淨係保留食物同衣着(提摩太前書6:8),否則根本同禱告融唔到為一。如果你想一心一意咁禱告,就要同其他所有嘢斷絕關係。

**71.** 並非人人都喺禱告上有同一個目標;有啲人嘅目標係一個,另啲人嘅目標就係另一個。 有人祈求,如果可能,佢嘅心可以時刻同祈禱一齊,並且喺祈禱中不斷向上攀升;另一個人就祈求,可以(養成習慣)唔畀分散注意力嘅念頭打斷佢嘅祈禱;但係(一般嚟講)所有人祈求,都係要麼被保守喺善中,要麼唔會被引誘行惡。

**72.** 如果冇人喺禱告之後唔謙卑──因為人喺禱告嗰陣都會被謙卑所感動──咁就好明顯,凡係表面上表現得狂妄無禮,就證明佢冇喺謙卑中禱告。

**73.** 如果你喺禱告嘅時候,諗起嗰個迫使硬心法官為佢伸冤嘅寡婦;當禱告所求嘅福氣遲遲未到時,你就唔會 *「灰心」* (路加福音18:3)。

**74.** 如果你內心糾纏於虛無的思想,外在又沉溺於閒談,禱告就不會與你同在;但我們看見,禱告會迅速歸向那為她 sake 而剷除內心許多雜念的人。

**75.** 如果禱告嘅言語入唔到靈魂深處,咁眼淚都洗唔到靈魂嘅面頰。

**76.** 禱告係天國嘅鑰匙。行得正嘅人就會見到為禱告預備嘅福份。但只顧眼前嘅人,就未搵到禱告嘅膽量。

**77.** 禱告時,心靈喺上帝面前唔敢大聲講:*「你解開咗我嘅鎖鍊;我要向你獻上讚美作祭。」*(詩篇115:7) 除非被對更好事物嘅渴望所驅動,並拋棄怯懦(對肉體枷鎖嘅生命恐懼)、懶散、過度睡眠同過度飲食,而呢啲就係導致墮落嘅原因。

**78.** 禱告時被自己意念牽引的人,就站立在第一層幔子之外(院子裡會幕的外面);在幔子後面、會幕裡面(其前部分,稱為聖所)的,是那專心敬虔禱告的人; 而只有那個人──他已平息了自然的思念和动作,與超越一切自然的祂同在──才能進入至聖所,並從祂領受所需的啟示。

**79.**當靈魂將一切外在事物空掉,與禱告合一時,就彷彿有一道火焰環繞住牠,令牠整個存在好似鐵一般被火所貫穿。然後,靈魂──就係同一個靈魂──就好似通紅的鐵咁,對一切外來事物都變得毫無反應。

**80.** 對於過著積極生活的人,禱告有時好似一片雲壟罩住佢哋,去調和嗰啲灼燒佢哋嘅念頭;有時又好似用雨露滋潤佢哋,向佢哋顯明屬靈嘅默想。

**81.** 心靈雖然努力向上,卻不會即時升到那裡,只有在它徹底蔑視一切塵世事物,並全心投入神聖追求之後,才能達到。

**82.** 當你將心靈從對身體、飲食同金錢嘅一切執着中解脫出嚟,咁你所做嘅任何事,都會被視為你向神獻上嘅純潔供奉。 你因呢啲就會得到回報,你心靈嘅眼睛會被打開,你會喺入面清楚明白神嘅律法,佢哋會因為帶嚟嘅喜悅,對你嘅味覺嚟講,比蜂蜜同蜂巢仲甜。

**83.** 你若不將心思引領入義人嘅淨土,就唔可能令佢勝過對身體、金錢同食物嘅慾望;喺嗰度(或者喺嗰種影響之下),一旦對死亡同上帝嘅紀念喺你心入面生根,就會喺你心入面摧毀一切塵世慾望嘅反叛。

**84.** 冇嘢比記住死亡更可畏,亦冇嘢比記住上帝更奇妙;前者帶來救贖嘅悲傷,後者則充滿靈性嘅喜樂。 因為先知大衛唱道:*「我一紀念神,就得了喜樂」*(詩篇 76:4);智慧人又教導說:*「你記住你的結局,就永遠不會犯罪」*(智慧書 7:39)。

**85.** 直到心思*「面對面看見上帝的榮耀」*(林後3:18),靈魂才能在心裏宣稱:*「我要在主裏喜樂」*(詩篇103:34),*「我要因祂的救恩喜樂」*(詩篇19:6)。因為自愛的面紗遮蓋了她的心,而這面紗在沒有自願和不自願的悲傷與匱乏之前是無法移除的;只要它還留存,就阻止她看見萬物如何存在和發生。

**86.** 唔係喺出埃及之後──即係話,唔係喺罪惡透過行為被根除之後──亦唔係喺過海之後──即係話,唔係喺對罪惡嘅同情同埋傾向被斬斷之後; 但係經過曠野的漂泊──即係歷盡各種艱苦、匱乏同悲痛之後──以色列的領袖先得一瞥應許之地,亦即無情態,而無情態具備敏銳的理性思辨(申命記34:1)。

**87.** 行過曠野嘅人──即係罪咎潛伏喺佢哋體內嘅人──只係道聽塗說嗰塊福地嘅福氣; 親眼目睹者方見呢啲福份,即係投身於品格同順服勞苦者,就懷住盼望去擁抱佢;至於被認為配得入去嘅人,就用盡各種感官去享受佢,就好似食緊蜜同奶咁。

**88.** 凡仍然懷有天生、屬肉體的衝動的人,還未曾與基督同釘十字架;凡懷有屬肉體的思想和同情的人,也未曾與祂同埋葬。那麼,這樣的人如何能與祂聯合,以致*「行事為人就當改換其新」*呢?(羅6:4)

**89.** 古時有命,要將*「禾場和酒榨的頭先」*帶到殿裡(出22:29)。 然而,現今,我們必須向神獻上節制和真理,作為積極美德的初熟果;又獻上愛和禱告,作為靜觀美德的初熟果:前者用以斬斷情慾和憤怒的願望,後者用以斬斷虛浮的思想和它們所生出的罪惡。

**90.** 積極美德的開始是節制和謙卑、誠實和貞潔;然而,其終點卻是心靈的平安和身體的聖潔純淨。

**91.** 真正嘅善行唔單止要有好心,仲要做法啱,即係話行者要同時留意時機同分寸。

**92.** 正如行動冇反思就唔穩固,反思冇相應行動就唔真實。 行動必須充滿思索,正如思索必須以行動印證:如此,一方面可以克服邪惡,另一方面可以透過實現仁慈的意圖而有力地彰顯美德。

**93.** 實踐生活嘅終極目標係制服情慾,而思辨生活嘅終極目標係洞察美德。

**94.** 在追求積極美德的過程中,*雖然「跑的人多,得獎的只有一個」*(林前9:24),但得獎的正是那透過默想努力達到美德圓滿的人。

**95.** 積極行事嘅人唔能夠長時間停留喺靜觀入面。因為對佢嚟講,靜觀就好似一位旅客被邀請入咗人嘅屋企,但係佢好快就要離開。

**96.** 投身積極事工的人,是通過神誡命的大門進入禱告;而投身沉思的人,則居於美德的庭院,唱著屬靈的頌歌和詩歌:前者為自己從枷鎖中被釋放而感恩;後者則為俘虜了那些在戰場上反抗他們的人而感恩。

**97.** 將念頭視為心靈之船的槳手,將槳手所用的動力視為靈魂的生力軍:活力(精力)與慾望,意志與決心(選擇、決斷)。積極的人時時都需要這些,而沉思者則未必。

**98.** 對於一個積極行動者,由於對感官事物有太多知覺,在禱告時,心靈上蒙着一層面紗,只要對這些事物存有同情,就阻止了心靈的開放。只有缺乏此種同情心的沉思者,才能以開放的心靈,在某程度上窺見上帝的榮耀。

**99.** 理性靈魂的庭院是感官;殿宇是理性;大祭司是智力。因此,在庭院裡,智力自娛於不合時宜的思想;在殿宇裡,它專注於適時的反思;但被認為有資格進入神聖聖所的人,則不關心任何一方。

**100.** 積極靈魂之屋內住有*「哀號、悲哀、愁苦」*(以西結書2:10),因勞碌之重擔;而沉思靈魂則聽見*「歡樂與讚頌之聲」*(詩篇41:5),因知識之安慰。

**101.** 思辨屬靈之事,就係樂園。屬靈嘅人喺禱告中進入,就好似入屋一樣;而行動嘅人,就似個想入內窺視但入唔到嘅過路人,因為圍住嗰間屋嘅柵欄高過佢嘅屬靈身量。

**102.** 一個行動者,除非像先祖亞伯拉罕一樣*「離開他本鄉」*──即自然律──*「並離開他本族」*──即與之相伴的放縱生活──否則他無法以完美道德之美裝飾自己。 只有咁,佢先好似印章咁,接受肉慾嘅割禮(創世記17:11;羅馬書4:11),而呢個割禮嘅原因,就係自從我哋出世就籠罩住我哋、令我哋無法達到完美自由嘅面紗。

**103.** 對於積極生活,禁食和守夜是*「束腰」*;而對於默想生活,沉默和祈禱是*「點燃的燈」*(路加福音12:35)。

**104.** 未成熟嘅心靈唔准入到禱告嘅豐盛葡萄園;好似窮人咁,只得*「葡萄收成嘅零碎」*(申命記24:21)──淨係唱詩。

**105.** 正如並非所有被認為配得上與君王說話的人都被邀請到池的筵席,同樣,並非所有親近神進行禱告式對話的人都被引領進入禱告式默想的狀態。

**106.** 對憤怒,就係適時嘅沉默;對無聲嘅慾望,就係節制嘅飲食;對失控嘅念頭,就係一句簡短嘅禱告。

**107.** 無論係想下潛到深處去拎返感官嘅珍珠,定係想攀上高處去搵屬靈嘅珍珠,都唔會得償所願,除非前者脫晒自己嘅衫,後者脫晒所有屬肉體嘅嘢。

**108.** 心靈在禱告中將自己集中於心內,好似新郎與新娘傾談;但那不肯入內的人,就好似站喺洞房外,呻道「 」,並呼喊道: *「有邊個會帶我入避難城呢?」*(詩篇59:11)?又或者有邊個會做我嘅引路人,令我喺禱告嘅時候*「唔會睇虛空同假愚昧」*?(詩篇39:5)

**109.** 就好似冇鹽嘅食物對喉嚨咁,冇懊悔嘅禱告對心靈都係咁。

**110.** 仍然尋求禱告的靈魂,好似一個臨產的婦女;但已經發現禱告的靈魂,就好似一個已經生了孩子、因生產而充滿喜樂的婦女(若望福音16:21)。

**111.** 從前,住喺山上有亞摩利人,就打倒咗*「上去要登山頂」*嘅人(民數記14:44–45;申命記1:44)。但而家,邪惡嘅忘記卻驅走咗啲未得心靈純潔之前,就嘗試攀上純潔禱告巔峰嘅人。

**112.** 祈禱,就係祈禱本身,好似強化新入門者嘅麵包; 當祈禱結合某種默想時,就好似抹油;而無影像的祈禱就好似香醇的美酒,飲用它的人會被帶入狂喜之中(詩篇103:15)。

**113.** 苦行者要限制身體只食一種食物,心靈只用一個字嘅禱告。咁佢就唔會再畀情慾牽制,喺禱告時可以欣喜若狂咁飛向主。

**114.** 用棍打狗會激怒牠們;同樣,若以強迫的心祈禱,就會激怒魔鬼。

**115.** 當透過不斷的祈禱練習,詩篇的言詞烙印在祈禱者心裏; 咁,就好似肥沃嘅土壤,佢自然會自發性咁,輪流孕育出屬靈界嘅沉思之玫瑰、對物質世界之美同和諧嘅理解之百合,以及對神多樣而深奧嘅審判之洞察力之紫羅蘭。

**116.** 靈魂徹底棄絕自我,全心投入禱告之後,從那超越萬有之境下降,並非隨自己心意,而係喺掌管我哋一切事務、按度量稱重嘅主願意嘅時候先下降。

**117.** 戰士喺戰爭結束時放低武器;而沉思者喺佢被提升到主面前,以超然態度放開思緒時,就放低佢嘅念頭。

**118.** 統帥因戰爭未能掠得戰利品而悲傷;但過著積極生活的人,若在祈禱中未獲賜予靈性默想,則感到悲傷。

**119.** 鹿跑向物質之水泉(詩篇41:2),好似畀野獸射傷咁;但係靈魂畀禱告呢支最甜美嘅箭射穿,渴求屬靈嘅啟示。

**120.** 日出時星星褪去;當心靈返歸本然境界,思緒亦隨之停止。

**121.** 而沉思嘅心,當佢被大自然嘅需要吸引,由天而降返到塵世,可能會同嗰位講過「有咩比神聖嘅美更奇妙?」嘅人一樣,發出同樣嘅感嘆。又有咩思想,比沉思神聖嘅光輝更令人歡欣? 又有咩感受,能如神喺已淨化盡一切邪惡嘅靈魂中點燃嘅愛咁鮮明同難以抑制?嗰個靈魂就由心底湧出咁講:*「我因愛情受傷」* (雅歌 2:5;5:8)?

**122.** *「我心在我裏面發熱,有火在我裏面點起。」* (詩篇 38:4)──呢句話,正適合一個從不厭倦喺禱告中追尋上帝,並且唔想見到*「人日」* (耶利米書 17:16)嘅人。

**123.** 熱誠嘅靈魂亦當如《雅歌》中嘅新婦咁發言,當佢脫去一切惡行、惡魔同邪念之後,佢哋開始逼佢*「再望向虛空同假嘅歡愉」* (詩篇39:5): *「我已經脫下我嘅外衣;我點再穿返上身呢?我已經洗咗我嘅腳;我點再令佢污穢呢?」* (雅歌 5:3)

**124.** 哦,你呢個愛神嘅靈魂啊,如果你可以大膽咁向神呼喊,你真係好有福氣: 「良善的牧人啊,*求你告訴我,*你*餵*你羊群*的地方*,以及你使你羔羊*歇息的中午地方*,*好*叫我跟隨你,*免得我流離到你鄰舍的羊群中。」* (《雅歌》1:6)?

**125.**積極嘅靈魂,想緊捉住禱告嘅話語但做唔到,好似《雅歌》入面嘅新婦咁,呼喊道:*「夜間喺我床上,我尋找我所愛嘅:我尋找他,卻尋不見;我呼叫他,他也不應我。」 「我要起身,」於是,*以最艱難的禱告,*「走遍城中,街市和廣場,尋找我所愛的。」* (雅歌3:1–2) 或許我要喺萬有之中,甚至超越一切所存在嘅事物之外,去尋見祂;*「當祂嘅榮耀顯現嘅時候,我就心滿意足了。」* (詩篇16:15)

**126.** 如果一個人把王迎入自己家中,就因此變得極其榮耀,並充滿超越一切喜樂的喜悅:那麼,靈魂在淨化自己 ,並照祂永恆的應許(約翰福音14:23)把萬王之王迎入自己之中之後,又當作何感受呢? 豈會容留任何未被驅逐出嘅事物──任何可能令事奉祂者不安嘅事物?又或者,豈會唔小心接納一切明顯令祂喜悅嘅事物?

**127.** 一個預期天光前要被召去見君王的人,他會專注於其他事,卻不費盡心思去斟酌討好君王的話語嗎?──凡以同樣態度敬待神的人,都必不會在審判時被發現毫無準備。

**128.** 凡係喺任何時候都等緊主人嚟嘅靈魂,都係有福嘅;佢會視成日──甚至成個夜晚──嘅勞碌為完全冇意義,因為一到朝早,佢就即刻會向佢顯現。

**129.** 神看見一切;然而只有在禱告時除神之外什麼也不見的人,才能看見神。 凡以這種方式看見神的人,都蒙神垂聽;但凡不蒙垂聽的人,就見不到祂。那相信所看見的一切都來自神的人有福了,因為他必不偏離討祂喜悅的道路(詩篇15:8)。

**130.** 內住我哋心裏嘅國度祝福,連和平嘅眼都未見過,連有野心嘅耳都未聽過,連冇聖靈嘅心都未曾想過;呢啲就係將來基督國度裏要賜畀義人嘅祝福嘅憑據。 凡喺呢度唔享受呢啲聖靈果效嘅人,都唔配喺嗰度享受佢哋。

**131.** 積極人士嘅心思好似鹿咁。就好似鹿而家喺山頂上四處遊走,驚獵人,又或者落去山谷,想去享受嗰度嘅一切: 呢班人亦都一樣──佢哋因為做唔到,所以無法一直停留喺屬靈嘅默想入面;同樣,因為需要休息,而呢啲世俗事務又無法提供休息,所以亦無法一直投入世俗事務。

**132.** 重點唔係去阻住條河嘅去路令佢唔好向下急流,而係要制止心靈嘅傾斜,免得佢畀可見之物奴役,反而要佢向上轉向同自己相近嘅事物,專注喺祈禱上;因為後者對佢嚟講係自然嘅,而前者就唔係。

**133.** 一位長期被囚禁後獲得自由嘅囚犯,都比唔上心靈脫離物質羈絆後,以歡愉嘅步伐急速奔向屬於自己嘅天上之物。

**134.** 一個喺禱告時唔專心、心神飄忽嘅人,喺佢眼中,詩篇就好似用外國話講咁,而佢自己對詩篇嚟講,就好似一個講外國話嘅人(林前14:17)。魔鬼會取笑呢種狀態。

**135.** 世界對已經被釘十字架的人而言,與其自己向世界釘十字架的人,並非同一回事。因為對一些人而言,禁食和守夜是釘子,而對另一些人而言,則是不貪心和謙卑。而且,若無後者,前者所作的勞苦就徒然無功。

**136.** 被對美貌同野心嘅慾望所附身嘅人,無辦法用純潔嘅心去祈禱。因為對呢啲嘢嘅鍾意同虛榮嘅念頭,就好似用繩索捆住佢咁,喺佢祈禱嘅時候將佢拉落嚟,就好似一隻被繫住嘅雀鳥想飛上天空時所經歷嘅一樣。

**137.** 除非心靈先修習節制同埋愛,否則喺禱告中,心靈永遠都唔可能得享平安; 前者努力消除身體對靈魂的敵意,後者消除靈魂對鄰舍的敵意,都是為了上帝的緣故;最終帶來*「那超越一切理解的平安」* (腓立比書4:7),並住在那被如此調和的人裡面(約翰福音14:23)。

**138.** 努力進入天國嘅人,佢嘅義行必須多行善事:施捨時*「出於自己嘅貧窮」* (可12:44; 路加福音21:4);又因和平的緣故,通過自我克制和忍耐所作的勞苦,都為了主的名。

**139.** 有些情慾係屬乎肉體,另一些則係屬乎靈性。凡放棄前者卻不理會後者的人,就好似為咗防禦野獸而築起高大堅固柵欄,卻又甘願任憑雀鳥啄食佢心靈葡萄園上嗰啲華麗葡萄串。

**140.** 人唔可以唔打開感官,就好似唔可以唔打開城門一樣。但係要小心,當佢哋為咗一個值得嘅目的而打開嘅時候,唔好畀任何嘢趁機而入,為我哋嘅敵人謀利,或者成為爭端嘅導火線。

**141.** 好多人攀上自找嘅苦楚十字架(自願嘅肉體剝奪);但係得少數人肯接受佢嘅釘(永遠釘住自己喺上面)。好多人係自願服從嘅奴隸;但只有放棄咗野心嘅人,先肯心甘情願受辱。

**142.** 凡是没有每件事都先以敬畏上帝为先导的人,其心思如无牧羊人看守的羊群般混乱;但凡敬畏上帝临到或先导其心思的人,其心思就如圈中之羊般柔和有秩序。

**143.** 敬畏神係信心嘅後裔;佢本身就係誠命嘅守護者,好似牧羊人喺肥沃嘅草地上看守佢嘅羊。凡係未得着佢嘅母親(信心),就唔會被認為配得上被數算喺主嘅羊群入面。

# 第四卷

## 可敬的西多克·斯圖迪特

### 嘅苦行僧侶指導

### *前言*

我哋嘅《Dobrotolyubie》第四卷,完全係聖特奧多爾·斯圖迪特對僧侶嘅教誨。最初嘅 intention 係淨係由佢之前已知嘅《短要理問答》入面,編一個呢位聖父嘅修道教義摘錄。 然而,喺呢項工作開始之前,上帝就令到雅典山俄羅斯潘特萊蒙修道院嘅長老喺拔摩島聖約翰神學家當地修道院,發現咗佢嗰本較大型嘅《問答集》三卷,並將佢抄錄咗出嚟。 – 其後我哋就諗住,唔單止由《短問答集》入面,連《長問答集》都一齊,編個聖西奧多爾對修士嘅教導摘錄。依家已經完成。 呢啲修道課程嘅數量,令我哋要專門撥出一整冊《Dobrotolyubie》嚟收錄佢哋;而呢樣並無損害我哋嘅整個彙編。因為呢個舉措,會喺修道生活課程中填補一個重大嘅缺口——即係缺乏指引,點樣將普通、可見嘅修道生活結構,轉化為推動修道主義根本目標嘅手段。 所有苦行著作,無論在之前的三卷,或在这第五且最后一卷,都

着重於內在生命──而这也是它们在各方面所探讨的。但就修道制度與修道主義目標的關係,除了聖特奧多·斯圖迪特之外,無人曾加以考慮。　佢關於內在生命嘅教導喺呢度都有,但只係作為指引原則。不過佢嘅主要關注始終都係修道生活嘅某方面,特別係點樣同修道主義嘅主要目標有關。佢認為,只要係用正確嘅心態去做,就算係最卑微嘅順從行為,喺上帝面前都同最崇高嘅行為一樣有價值。　佢不斷畀人信心,令大家知道自己每一個勞苦都係向天國、向殉道者冠冕邁出一步。對於修道兄弟嚟講,呢本書係無價之寶。但係對平信徒嚟講,入面都有好多寶貴嘅內容。　喺聖提多嘅著作入面,幾乎每篇教導都唔會唔提到死亡、末日審判、地獄同天國。對於留心嘅讀者嚟講,呢啲事件嘅畫面會深深烙印喺腦海──而對所有人嚟講,呢啲都會成為懺悔嘅靈感來源,同埋鼓勵大家行善嘅動力。　──正因如此,雖然《希臘慈善》並未收錄聖西奧多任何著作,我們仍深感有必要將他的教誨呈獻給修道兄弟會,以資教化。所引經文的編號係按順序由頭至尾編排,而非按卷次。　講道所引用的卷數及該卷內之序號,均標示於所選講道之目錄結尾。至於「短問答書」的講道,則列於第四卷標題下。「聖西奧多爾」的講道並不一定只探討單一主題,而是涵蓋多項議題,並有時觸及相關事項,以符合修道生活當前的需要。　同時,手稿中嘅講道目錄只顯示咗一個較突出嘅主題,因此,單憑目錄並未能完全反映講道嘅全部內容。為咗解決呢個問題,我哋編製咗全新、更詳細嘅目錄,並喺呢度呈獻畀大家。　我哋認為,將一份有關聖特奧多洛講道集喺阿特山聖潘特萊蒙俄羅斯修道院圖書館所藏手稿,以及喺俄羅斯我哋手上所藏部分手稿嘅簡短備註收錄入去,並唔係多餘。喺阿特山聖潘特萊蒙俄羅斯修道院:

**1.** *一套《大問答》*,最近以簡單手寫抄錄於空白紙上,共三卷,第一卷收有87篇講道,第二卷124篇,第三卷60篇。　總共有271篇講道。此數目包括已佚失自《 》的講道。所複製的底本為11世紀羊皮紙手稿。抄寫工作由前佩魯西姆大主教安菲洛希奧斯(Amphilochius)完成,他現已退休。

**2.** 小教理問答書單一冊,為11世紀羊皮紙手稿。內含134篇講道。*備註*

**3.** 喺聖彼得堡神學學院圖書館有卷 parchment 嘅《小教理問答》手稿,屬於11世紀以前,甚至可能係9世紀嘅。呢份手稿係由耶路撒冷附近嘅聖薩瓦斯修道院送出,由該修道院已故嘅院長亞基曼德里特·約薩夫(Archimandrite Joasaph)贈予。

**4.** 莫斯科宗議圖書館藏有三份聖西奧多講道文的古代羊皮手稿,分別出自10世紀、11世紀及12世紀。第一份包含126篇講道文;第二份有123篇;第三份有76篇。　由佢哋嘅目錄──由最敬禮嘅宗議會司事長弗拉基米爾大主教好心提供──可以見到,佢哋係取自《小教理問答》。　由呢啲教理問答書,早就有人編咗啲專供修道院教會使用嘅講道選集。聖潘德列蒙修道院而家用緊兩本:

**5.** *一套包括105篇講道*,全部取自小要理問答。

**6.** *另一本包括95篇講道*,幾乎平均取自《大教理問答》第一至二卷及《小教理問答》。只有後者有Optina隱修院編譯並出版的中文譯本。希臘文版本則只以印刷形式發行。　喺西方版本嘅《聖父輩著作集》入面,無論係早期版本定係Migne修道院長最新嘅版本,都只收錄咗《小問答集》,而且只係拉丁文翻譯。可能會有人問:點解只提供教導嘅節錄,而唔係完整嘅教導? – 我哋答話,我哋嘅目標唔係淨係出本書,即係唔係為咗出書而出書,而係要傳達佢入面嘅教化內容。節錄反而更能夠達到呢個目的。　不過,如人所見,呢啲摘錄幾乎就係完整嘅講道,只係有少量刪節,有時喺開頭,有時喺結尾,有時喺中間。但係,呢度所呈現嘅全部都係聖父親筆嘅言論。再者,有啲講道並冇完全保存,有啲完全冇保存,而其他嘅內容則唔清楚。 所有呢啲段落都已經刪去。──所以我哋要等到有完整手稿喺某處被發現。只有咁先可以一次過完整翻譯呢啲講道。*HTML版本編輯者(2006年)附註*

**《Dobrotolyubie》**第二至第五卷的主文已按現代俄文拼寫及發音編輯。聖經引文則保持原貌。如有需要,可參考舊約及新約的俄羅斯新版以釐清其意思。　「мip」(社會,或有時指整個受造宇宙)、「мир」(和平、秩序、和諧)同 「μvpo」(聖膏的香膏混合物)喺拼寫上嘅分別亦都冇作更改。

## *聖西奧多·斯圖迪特傳略*[1]

聖提多祿係出身顯赫嘅父母(佢老豆負責收皇室稅),喺基督教信仰中長大,學盡希臘人嘅智慧,成為一位出色嘅演說家同有能力嘅哲學家,同時亦係一位有見地嘅神學家。　喺哥斯定二世·刻普羅尼穆斯(Constantine Copronymus)時期,圖像破壞主義嘅迫害特別嚴重,佢父母就放棄咗世俗生活,出家做咗修道士;而聖西奧多則留喺君士坦丁堡完成佢嘅學業。刻普羅尼穆斯之後,佢個仔狄奧多二世(Leo)亦都

[81] 呢段傳記係由修道士 Michael 撰寫嘅。參見《Patrologiae Graecae Migne》第99卷。– 呢度嘅文字係節錄。

係異端,再之後就係伊琳娜同佢個仔康士坦丁(Constantine)繼位。 伊琳娜支持正統派,佢個仔都係;佢同聖大主教塔拉修斯一齊,召開咗聖父大公會議,即第七次大公會議,喺度譴責同逐出異端象徵破壞派。出席呢次會議嘅有柏拉圖, 敬禮西奧多雷的舅父,在公會議結束後,帶同敬禮西奧多雷及已決心出家受戒的兄弟若瑟和優默修,前往沙漠,並與他們在薩庫迪恩定居。薩庫迪恩是一個美麗而高聳的地方,四周環繞森林,水源充足。 嗰度好偏僻,唯一嘅入口只係一條小徑。佢哋好快就鍾意嗰度,於是喺度建立咗一間修道院同一座獻畀聖約翰·神學家嘅聖殿。弟兄開始陸續聚埋嚟,喺智慧嘅 Plato 指導下,修道生活有條不紊。

聖西奧多喺學識同恩賜上已經勝過所有人,但喺剃度之後,佢喺苦行方面更加出類拔萃,透過禁食、通宵祈禱,同埋做最卑微又最艱苦嘅寺院工作,來克制自己嘅肉體。 : 因為佢劈柴、挑水、喺花園同菜地掘土同施肥,藉此訓練自己嘅謙卑。 不過,最緊要嘅係,佢致力培養一個虔誠同討神喜悅嘅品格。為咗呢個目標,佢每日都定時向佢嘅長老柏拉圖懺悔佢所有嘅思想同心靈嘅動盪,並努力完善佢所認同嘅,同時糾正佢所唔認同嘅。 每日,佢都撥出一段時間去默想上帝同心靈禱告,好等佢可以靜心咁單獨喺上帝面前,以一種秘密嘅方式向祂獻上敬拜。 佢鍾意讀舊約同新約聖經,仲有聖父輩嘅著作,尤其係聖大巴色利嘅作品;佢就由呢啲書入面攞嚟佢嘅修道生活規條同律例,對呢啲佢敬若神明、視為至要,以至如果有人唔遵守,佢就唔承認對方係修士。

蒙福的长老普拉托見到聖西奧多咁有進展,就決定按立佢做神父;最後喺聖大塔拉修斯宗主教嘅推薦同代禱下,呢件事就成咗。 聖西多祿既然並非出於本意,而係因應需要先受按立,佢唔單止冇放鬆佢嘅自律,反而更加刻苦修身;佢成為所有人心目中品行端正嘅修道典範,喺自己嘅修院同其他地方都有好多追隨者。

過咗一段時間,聖老Plato感到自己年老多病,想退任職務,靜心過完餘生,於是任命聖Theodore做接班人。冇耐佢就病咗,召埋弟兄哋,話自己唔舒服,都唔知病會點; 所以佢想揀一個接班人——就問:佢哋想揀邊個?佢哋齊齊異口同聲答:「西奧多。」於是,聖人普拉托就將修院嘅權力同所有責任都交畀佢,自己則退去過清靜嘅生活。

聖西奧多喺出任之初,唔單止加倍嚴守自己嘅苦行,仲要求大家嚴格遵守修道院規矩;尤其係,佢堅決反對草率、表面功夫同貪婪。 有啲兄弟嘟嘟囔囔,但係慢慢都改善咗。總括嚟講,修院入面嘅苦行生活得到重振。

喺修道院入面,聖提奧多雷特一切都進行得好順利。 但係喺外面,悲痛同苦難好快就開始。呢件事嘅第一個原因,就係年輕嘅查士丁尼大帝(Constantine)嘅非法婚姻,聖西奧多對此無情咁抨擊。佢原本同慈愛嘅菲拉雷特(Filaret)嘅女兒瑪麗亞結咗婚。但後來佢愛上咗另一個女人,就同佢結婚,拋棄咗第一個老婆。 呢段婚姻係由一位叫約瑟夫嘅教會執事,喺大主教塔拉修斯反對之下強行舉行。塔拉修斯其後用盡方法想取消呢段婚姻,但都冇成功;又擔心會引致更大嘅惡果──因為沙皇威脅要煽動毀像運動──於是就冇再堅持。

但係,聖人西奧多並冇噤聲;尤其係因為貴族同顯要都開始跟風。驚呢種無政府狀態會變成法律,聖西奧多就寫信畀所有和尚,叫佢哋將沙皇視為已被逐出教會,或者視為佢自己逐出自己,因為佢自己嘅行為已經令佢自食其果,受到逐出教會嘅懲罰。 呢件事傳到沙皇耳中。起初,沙皇感到好傷心,因為佢新娶嘅皇后西奧多塔係聖德奧多嘅表親。 不過,佢希望透過阿諛奉承令沙皇同自己和好,就命佢通姦嘅老婆送好多禮物畀聖人,並請佢為自己同家人祈禱。但係嗰位聖人連禮物同送禮物嗰班人連望都冇望一眼。– 於是國王決定親身去見嗰位聖人,同佢傾偈。 為咗呢個目的,佢安排咗好似出公差咁,路過聖人嘅修道院,希望聖特奧多會同其他弟兄一齊走出嚟迎接,向佢致以皇室禮遇,並邀請佢入修道院。

但當聖徒得知此事後,就命人將山門上鎖,無論對方如何敲門,都絕對不開。 「佢哋拍門拍到手都軟,但最後都係空手而歸。因為呢件事,沙皇對嗰位神父大發雷霆,命人將佢打一頓,然後流放。佢哋到咗之後,將佢打到皮開肉綻,血染滿地,然後送佢去咗塞薩洛尼基。」 同一時間,修道院入面嘅十一位資深長老都畀流放。聖西奧多都泰然處之;佢寫信畀受苦嘅弟兄,安慰佢哋,並勸佢哋以謙卑嘅態度去忍受所遇到嘅悲痛。 「呢係上帝嘅旨意,凡係出於上帝嘅,都係為咗我哋嘅好,只要我哋卑微咁順服。」佢亦都寫信畀教宗,並收到教宗嘅回信,讚揚佢對上帝嘅熱誠同堅定嘅勇氣。

與此同時,沙皇過着放蕩不羈的生活,對國家的統治更加糟糕。因此,他被廢黜,並很快就去世了。國家再次落入其母伊琳娜之手,她恢復了對聖像的敬奉。她立即將所有被兒子監禁的人恢復到原來的職位。 聖西奧多再次召集佢分散嘅信徒;修道生活又重新回復到有條不紊。但係幾年之後,喺 年間,另一場災難又降臨到佢哋身上——呢場災難唔算好嚴重,只係幾麻煩:阿加里人正向帝都進軍。 聖西奧多唔想喺佢哋手上受傷害,就離開咗佢嘅薩庫迪翁,搬去皇城。喺度,皇后同聖宗主教畀咗佢史都迪翁修院,嗰度之前畀破像派嘅科普羅尼穆斯趕走咗和尚,而新嘅和尚又未招到: 當時嗰度淨係得大約十二個男人。

聖德奧多爾接手呢間修院後,修理咗需要整嘅地方,興建咗缺失嘅部分,安置咗佢嘅弟兄,修道生活回復到正常軌道。團體人數持續增長,好快就多咗到一千人。 聖人無法親力親為,便將此任務分派給其他最有德的高僧,委託他們維持修道生活各方面的正常秩序,並為他們各自制定了合適的規矩。他特別留意,確保弟兄們無論如何都無需入城。 為咗呢個目的,佢喺修院入面設立咗各種作坊:佢哋有自己嘅裁縫師、鞋匠、木匠、玻璃工、鐵匠、石匠等等。弟兄哋會根據佢哋嘅能力同興趣被分配到呢啲行業,並由一位特別嘅行政監督負責管理。 一切都照世俗方式運作,卻又唔帶世俗氣。處處都充滿秩序同肅穆:雙手忙於工作,口中卻不斷誦念主禱文同大衛的詩篇。——任何秩序的違犯,無論大小,都要接受相應的懺悔懲罰。 為咗令到呢種懲罰盡可能少出現,敬愛的父親喺佢嘅講道中——除咗闡述一般嘅基督教同修道主義律法之外——都會觸及規管佢修道院生活方式嗰啲規條。呢啲就令大家重新記起乜嘢先係正確,亦重新喺每個人心入面點燃咗熱誠,證明佢哋喺一切事上,就算係最微小嘅事,都好勤力。 與此同時,暴君尼基福羅斯廢黜伊琳娜女王,他的第一行動,就係喺教會內掀起一場風波,將約瑟夫——一位曾主持康士坦丁同西奧多塔婚禮因而被免職嘅宮廷神父——重新按立,完全違背聖教會嘅法典。 據聖塔拉西亞所言,尼基福祿宗主教本為一位極其可敬的人,他盡力抵抗;但後來見到國王勃然大怒,又擔心教會會遭其毒手,便重新接納若瑟領聖體。 但聖提多卻不肯退讓,公開譴責國王的不義。國王因此大怒,將聖提多流放。他同樣將他的兄弟約瑟夫、長老普拉頓,以及斯圖迪翁的許多其他修士流放。

當時,鄰近嘅野蠻人入侵色雷斯;國王就要出兵去對抗佢哋。 出發之前,佢派人去召聖西奧多,用奉承同恐嚇嘅手段想說服佢認同自己。但聖西奧多被聖靈感動,咁樣回應:「陛下出征之際,本應悔改,並補償您喺上帝教會所造成嘅破壞。」 但由於你冇咁做,你要肯定自己唔會活着返嚟。呢就係上帝對你嘅公義審判。」結果,果個國王真係喺戰場上畀人殺咗。佢個仔史塔夫里基奧斯接咗位,但佢都好快因戰傷去世。 後來有一位名叫米迦勒·基羅巴拉特的人被選為君主,他真係配得上皇權,又善良又正統。他釋放咗聖西多律同埋所有同佢一齊受苦嘅人,對佢哋大加封賞,並結束咗教會內嘅分裂。 然而,約瑟夫再次被逐出教會,被視為一個腐敗分子。當時,聖潔可敬的长老普拉頓往見主,並由大主教親自在斯都迪翁修道院以榮譽之禮安葬。 喺佢嘅靈性之父 Plato 過身之後,聖西奧多同佢嘅弟兄淨係過咗兩年嘅平安日子。之後,破像派嘅風暴再度興起,令成個教會陷入混亂。

呢場風波係由新皇帝亞美尼亞人狄奧多里發動。佢以前係東方各省嘅軍事指揮官,曾對虔誠嘅米迦勒皇帝發動兵變。為咗避免內戰,米迦勒皇帝親身退下皇袍,削髮為僧,將王位讓畀呢個叛亂嘅暴君。 起初,呢位亞美尼亞嘅利奧自稱虔誠同溫和;但係一旦鞏固咗對王國嘅掌控,就開始侮辱聖像,並且譴責敬奉聖像。 聖尼基福羅斯宗主教向沙皇解釋敬奉聖像的真正意義,勸他切勿因反對教會此項教義而擾亂教會的和平。但沙皇置之不理;相反,他仗恃皇權,強迫所有人接受他的論點。 為咗呢個目的,佢召見咗所有著名嘅神父同和尚,連聖大牧首同聖西奧多雷特都包括喺內,喺眾人面前公開宣揚佢嘅異端,讚揚唔拜聖像嘅人,責備拜聖像嘅人。

佢主要係根據第二誡:*「你唔可以為自己雕刻偶像,或任何嘢嘅形象」*,等等。佢又提出咗啲論點,好似:點可以畫出「 」呢位不可言喻者?又點可以將無可衡量者裝入一幅手肘咁大嘅聖像入面?點可以稱用顏色畫出嚟嘅嘢係神? 靈性之父們敬fully向沙皇解釋,舊約律法對基督徒並非絕對約束;圖像所呈現的上帝並非那不可描述、不可思議者,而是祂選擇以何種方式向聖徒啟示自己,尤其以道成肉身為最;而且他們所稱的「上帝」並非指畫布和顏料,而是指祂, 喺聖像入面被描繪嘅;並且當佢哋凝視佢嘅形象時,就會將心思意念提升到佢嗰度。佢哋用唔同方式提出呢啲想法;但係聖德肋撒好似將所有人嘅觀點融合為一,向國王發表咗一篇長篇大論嚟教導佢。 「噢,國王,呢個惡意點解會臨到你身上——要喺

聖潔嘅教會引入異端詔令,撕裂佢由神恩、使徒同教父教導所織成嘅榮耀外袍?──你係喺舊約度攞智慧?咁就用智慧嚟攞智慧啦。」

你細閱舊約聖經所有禁止製造偶像同形像並敬拜佢哋嘅經文──佢哋講緊啲乜嘢? ── 意思係話,既然已經造咗任何像或形狀,就唔應該當佢係神嚟敬拜,或者向佢行神聖崇拜;並唔係話根本唔可以造、唔可以擁有,或者唔可以敬重啲像同形狀。 然而,聖教會並唔係神化人手製造嘅聖像同聖容,只係將佢哋作為值得敬重事物嘅代表而予以敬禮。因此,第二誡,以及舊約經文中與呢條誡相似嘅眾多章節──而呢啲章節真係好多──都唔適用於聖教會嘅聖像。 例如,神吩咐造基路伯的像,安放在至尊之處──約櫃之上;又吩咐造一條蛇,叫人仰望牠,得以免受蛇毒之害,等等。

因此,舊約律法並不反對製作聖像或敬禮聖像,只要兩者都以分辨力去進行。但喺新恩典入面,我哋又見到咩?我哋嘅主同救主親自喺布上畫咗自己嘅像,送畀阿布加,阿布加一摸就痊癒咗; 聖路加畫咗一幅聖母懷抱永恆前嘅嬰孩嘅像,當佢呈獻畀聖母時,聖母就賜咗佢兒子──上帝嘅祝福;自此之後,聖像喺上帝嘅教會入面從未間斷,其中好多都證明咗係神跡,直到今日仍然如此。 呢啲唔係比日頭都清楚示範到,聖像畫同敬拜聖像係神聖嘅,唔係人為嘅? 至於你所講:「我唔想將無形同無可言喻嘅神性用色彩去描繪。」我哋都相信神性係無形同無可言喻,但我哋喺聖像上描繪神性,並唔係照佢本體嘅樣,而係照佢樂意向我哋顯現嘅樣,特別係喺道成肉身嗰陣。

「凡譴責救主基督聖像者,即譴責主之化身。」聽到此言,國王大怒,對聖徒西奧多說: 「我早就知道你好好鬥、又自大,以為冇人比你更叻;而家你竟然對我咁無禮,好似我係普通人咁,真係應該即刻懲罰你。但我暫且饒過你,等我哋嘅正理更加清楚、獲得承認;到時如果你仍然唔肯服從,就唔好再奢望憐憫。」 之後,當時喺御前嘅眾位長老決定唔再多講。對一個唔求教,只係想以暴政手段強加意志喺信仰上嘅人,仲有咩好講?但係,聖德奧多說:「陛下,請明白並聆聽!審查同規範聖教會信仰事務,唔係你嘅職責。 你嘅職責係維持世上嘅秩序。

但要保持信仰同聖教會嘅正軌,就係牧人同教師嘅職責。聽使徒講: *「神喺教會中設立:第一係使徒,第二係先知,第三係教師……」* (林前12:28)。 你睇清楚未?──係教師,唔係君王。──聖經其他章節都吩咐教會嘅事務要由教會嘅牧人同教師管理,唔係由君王。 國王就說:「那麼,你就要將我逐出教會?」──聖人答:「不,不是我。是神聖使徒和聖父的律法將人逐出教會。跟隨他們,我們也斷定,即使有天使從天上向我們傳講與信仰相反的事,都要被咒詛。」

所以,如果你想同我哋一樣敬拜基督聖像,繼續留喺基督嘅教會入面,就要喺各方面都跟從宗主教同埋同佢一齊嘅聖統會議。」聽到呢番說話,國王大發雷霆,將佢哋全部趕走。 – 之後,希臘教區長喺成個城市頒佈咗國王嘅詔令,話唔好有人膽敢講解或者爭論信仰,要係照國王嘅意旨去做。 呢件事傳到聖西多祿耳中。佢對傳遞呢個消息嘅人講: *「你哋自己判斷,喺神眼中,係順從你哋好,定係順從神好?」* (使徒行傳4:19) 當有人嘗試歪曲真道時,寧願割舌,也不願保持沉默而放棄捍衛真信仰。– 從此以後,他開始無畏地教導眾人,並勸他們堅守由先賢所傳下來的真道:他召見了一些人,親身去見另一些人,並寫信給其他人; 佢亦經常探望宗主教,既喺共同嘅信仰中搵到安慰,又鼓勵佢以平靜心態去面對即將到嚟嘅苦楚同迫害。

呢啲迫害同苦難好快就嚟到:宗主教畀人罷黜,逐出皇城;其他所有正教會嘅主教都畀判監;聖像就畀人侮辱、擲落地下、踐踏,仲畀人火燒;成個城市都爆發咗大規模嘅騷亂。 見到呢幕,德高望重嘅西奧多深感悲痛;佢為咗同公開褒瀆聖像形成鮮明對比,決定喺將到嘅升天節喺修道院周圍舉行遊行,屆時弟兄姊妹拎起聖像高高擎起,一路行一路唱: 「我哋敬拜祢最純潔嘅聖像,至善者啊」同其他類似嘅頌歌。

皇帝得知此事後,向他發出嚴厲警告,除非他停止捍衛對聖像的敬禮,否則將面臨監禁、創傷甚至死亡。由於聖人無論口頭或書面都無法停止如此行徑, 佢被判監,被送去阿波羅尼亞(喺亞細亞或比提尼亞),喺一座叫Metopa嘅要塞入面嘅地牢被囚禁。但就算喺嗰度,佢都四處傳遞訊息,呼籲人哋要嚴格遵守教會所堅持嘅敬奉聖像。 佢嘅訊息亦傳到國王耳中;國王即刻派咗一個叫亞歷山大耶夫之子尼基塔,去將嗰位可敬者由嗰度遷到一個叫馮尼塔嘅地方,並喺當地嘅地牢囚禁佢,嚴令禁止佢講或寫有關敬拜聖像嘅任何嘢! 當使者傳達沙皇嘅命令俾佢,佢就答:「我好樂意接受呢個轉去新地方,因為上帝無處不在;但我無法唔講同唔寫。」之後佢真係被轉去另一個地方,佢就真係繼續講同寫。 國王得知此事後,大發雷霆,再次派同一位尼基塔去見聖老,要對佢施以重傷。

使者將此事稟報聖人西奧多雷特,聖人即刻歡喜地脫下外袍,親自俯身任人毆打。但尼基塔見到聖人身體消瘦至極,竟下不了手。於是,他連聖人身都未碰就回去了。　但係嗰位聖人就留喺度,再次無畏咁宣講聖像嘅真理,同嚟搵佢嘅人長篇大論咁傾偈,仲寫信去到處。　佢仲寫信畀耶路撒冷、亞歷山大、安提阿同埋羅馬嘅宗主教,講述君士坦丁堡發生嘅事,並請佢哋透過祈禱同實際行動支持正教。恰巧有一位亞細亞教會嘅神職人員嚟探訪佢;聽完聖人嘅講道之後,佢摒棄咗破像派異端,皈依咗正教——返到自己地方之後,仲令另一位神職人員都皈依咗。　當主教得知此事後,就向沙皇對可敬者告狀;沙皇於是命亞細亞總督重傷聖西奧多。總督派手下一人,在可敬者身上刺了五十刀。 但係呢個使者見到可敬者赤裸嘅身體,都太過羞愧,連手都唔敢抬;佢向可敬者行咗禮之後,就返去冇執行沙皇嘅惡令。呢個使者啱啱返到差遣佢嗰人度,就有一個新嘅使者,係國王親派、叫亞納斯塔修斯──一個殘酷無情嘅人──出嚟見聖西奧多;佢親手打聖人,打到佢身上一百幾處傷口;　佢對佢嘅徒弟尼古拉斯都係咁做;跟住將佢哋兩個關喺一個又黑又窄嘅地方,命人用極惡劣嘅條件對待佢哋,然後就走咗。

呢道殘酷嘅命令逐字執行:嗰度又黑又臭又潮濕;透過細細嘅窗口,佢哋只會畀一塊連一個人份都唔夠嘅麵包,同埋一杯水,有時隔兩日先畀一次,甚至更耐,好似故意餓死佢哋;傷口嘅痛楚同僕人嘅粗暴對待,只係令佢哋嘅痛苦更加深。　喺咁痛苦嘅境況下,聖西奧多受信仰感動,決定淨係靠主至聖嘅身體維生,用佢帶嚟嘅供品,但所有分到嘅都畀佢嘅徒弟。

過咗一段時間,有位皇室貴族路過呢度;佢知道神父同佢嘅門徒嘅慘況之後,就命人減輕佢哋嘅痛苦,畀多啲食物同飲水,對佢哋好好啲。咁樣又過咗三年幾。　後來,聖西奧多一封信畀國王攞到,信中痛斥國王嘅不敬虔,並勸佢要堅守正教,有勇氣為此忍受迫害同折磨。　國王大發雷霆,派咗一個似野獸咁嘅貴族去畀神父睇嗰封信;確定真係佢寫嘅之後,就將佢打到奄奄一息。　嗰位神父承認嗰封信係佢自己寫嘅──然後俾人無情痛打,差啲冇氣喘。佢嘅徒弟都遇到同樣嘅下場。嗰個傳話嘅人發洩晒惡毒之後返去稟報主人;而受苦嘅兩個人為咗真理,以平靜心態承受試煉,就開始互相照顧。

聖西奧多動彈不得,攰到差啲喘唔到氣,連飯都唔食、水都唔飲。徒弟精神好啲,一時忘記咗自己,全心照顧聖人,餵佢食大麥粥,仲加咗啲草藥。 當聖徒稍為康復後,就輪到佢幫助佢嘅門徒,特別係照顧佢嘅傷口。佢哋互相清理對方嘅傷口,割走啲吊住嘅肉屑,洗走膿液,盡量喺傷口度抹上藥膏。　就咁佢哋捱咗九十日嘅苦楚,仲未完全康復,就又有使者由嗰個殘酷唔人道嘅國王嚟,下令要將呢班殉道者帶去士麥那。全程喺嚴密戒護下,要面對匱乏、虐待、艱辛同各種疲勞。

只有靠神特別的幫助,殉道者們才得以撐到目的地。在那裡,他們被交給了一位主教──一個邪惡且宣揚異端的人──並被關在一間又低矮又狹窄又陰暗的茅屋裡,忍受各種貧窮與艱難。　唔耐之後,國王以前嗰個無情嘅官員亞納斯塔修斯就到咗;佢喺可敬者身上抽咗一百鞭,之後就走咗。可敬者卻心平氣和咁忍受晒一切,並感謝上帝。當時,士麥那省由國王嘅侄仔兼志同道合嘅夥伴管治。佢病咗,差唔多要死咗。　佢其中一個僕人,一個真信徒,就同佢提起有醫治之恩嘅聖提多。嗰個病人就差人去搵神父,求佢為佢禱告。神父同佢講晒佢對正教做過嘅一切暴行,話佢永遠都逃唔過永恆嘅刑罰,勸佢就算到最後一刻都要悔改。　總督對將要面對嘅後果嚇到面都白晒,於是向神父求情,承諾如果痊癒就會皈依東正教。聖西奧多就送咗一幅至聖母上帝之母嘅聖像畀佢,並吩咐佢餘生都要敬奉呢幅聖像。 佢一收到呢幅聖像,就即刻感到舒緩,開始好返。佢嘅康復已經接近尾聲,但係佢又再次沉迷喺舊有嘅迷信,畀士麥那嘅異端主教引誘。嗰位病人就向呢位主教攞咗聖油嚟作祝福。 但佢一畀呢位主教抹咗聖油,就又病發,痛苦咁死咗。可敬者喺士麥那受苦咗一年半以上。

佢本可以繼續受苦更耐,但嗰個邪惡嘅國王畀人殺咗,接替佢嘅米迦勒(Travlius 或 Valvos)對信仰漠不關心,就任由人隨心所欲咁信。喺佢統治下,所有喺前一朝被流放同監禁嘅人都獲得咗自由。後來又下令釋放聖西奧多魯斯同佢嘅徒弟。聖西奧多魯斯喺亞美尼亞人利奧皇帝手下囚禁咗大約七年;之前喺君士坦丁皇帝時期,佢因為抨擊一段婚姻嘅不公,都畀囚禁咗五年。　當時所有被流放嘅徒弟都圍住呢位可敬者;佢同佢哋一齊返屋企,到處都受到歡喜同愛心嘅歡迎;因為成個教會都為佢返嚟而高興。到咗迦克敦,佢就遇到咗聖人

尼基福禄宗主教;佢哋互相安慰,因為都係為同一個正當嘅信仰而受苦。之後佢哋一齊去見皇帝,並說服佢接受正教。 但佢話:「我唔想拜聖像,亦唔想佢哋喺君士坦丁堡出現;你哋想擺喺邊度就擺喺邊度,點樣敬拜就隨你哋意思。」之後,聖西多祿同佢嘅徒弟去咗克里森提烏斯地區,安頓落嚟之後,佢終於希望可以得到平靜。　但係跟住有個叫托馬斯嘅人發動叛亂,想篡奪皇位,佢唯有喺暴動期間避難

去君士坦丁堡;因為佢唔想永遠住喺一個充滿異端破像主義城市。　呢場風暴平息後,佢冇返去克里斯肯提奧斯嗰區,反而去咗阿克里特嘅希羅尼斯,到聖特里豐教堂,喺度同佢嘅徒弟一齊過住樸素嘅修行生活,度過餘生。 最後,在他六十七歲那年,他圓寂的時刻到來。消息傳開後,無論尊貴卑微、無論近遠,都開始四面八方湧向這位可敬者。大家都想聽他講法,於是可敬者開口了;但因過度虛弱,就連離他最近的人都幾乎聽不見他講什麼。 因此,有書吏駐守 nearby,好等冇聽得到聖人講話嘅人唔會失去啟發。有心嘅人可以去讀可敬者嘅講道集。不過,佢嘅病況有啲好轉,聖人可以行路;佢去咗教堂,喺下一個星期日舉行咗聖禮、對弟兄姊妹講道,仲同佢哋一齊食咗飯。　同樣地,喺翌日本月六號,聖保祿殉道者瞻禮日,佢舉行咗聖禮,教導弟兄姊妹,同晚亦有出席晚禱。但返到自己房入面,佢又再病倒喺床。　佢病咗四日,到第五日就歸返主懷,進入無痛苦嘅生命。

當佢離世嘅時候快到嘅時候,弟兄姊妹都圍埋嚟,好似失咗自己嘅父母同老師咁嚎啕大哭。佢望住佢哋,都流咗幾滴眼淚,講:「睇住吖,各位父老同弟兄姊妹,我生命嘅盡頭　嚟到啦!我哋都要飲呢杯苦杯,有啲人早啲,有啲人遲啲,但係冇人可以逃避。」　我而家踏上我哋祖先所行嘅道路;我要去到永生之地,嗰度有神同我哋嘅主,祂係我靈魂所愛、我心所慕、我稱祂做主人,雖然我冇盡到應盡嘅本分。　– 親愛嘅弟兄姊妹同我嘅兒女,要遵守我交託俾你哋嘅話,堅守真信心同敬虔嘅生活。你哋知道,我喺教會同私底下,從來都冇停止向你哋宣講神嘅話語。所以而家,我切切咁懇求你哋:記住呢啲,並且堅守不放。　我因你哋而心裏有憂愁,因為我必須向你哋交賬。所以要小心,離開呢度,好叫你哋喺主面前得以無可指責。」講完之後,佢就辭別咗,然後吩咐門徒拎起蠟燭,點起,唱完閉幕詩歌。 門徒圍住佢,開始唱詩:*「行路無過失嘅人,真係有福氣」* (詩篇118篇);輪到佢哋唱到:*「我永遠唔會忘記你嘅公義作為,因為就靠呢啲作為,你先畀咗我生命」* (第93節),　—講完呢句,可敬者就交咗佢嘅靈魂(826)。嗰靈魂畀神嘅使者接住,送到神嘅寶座前,正如多利多尼亞嘅聖希拉里安喺異象中見到,並誠實作證咁講。

喺呢日,即11月11日,為咗紀念聖米納,佢獨自喺花園散步、唱緊聖詩嗰陣,佢聽到一啲奇妙嘅聲音,仲聞到一種難以形容嘅香氣。　佢對呢幕景象感到好驚訝,抬頭望向天空,見到一大群着白袍、面帶光輝喜悅之色嘅人,從天而降,唱住歌嚟迎接一位尊貴嘅人士。　見到此景,這位蒙福者驚恐萬分,跌倒在地上,並聽到有人說:「這是斯圖迪翁修院院長西奧多爾的靈魂,他為聖像受盡苦楚,甚至流血犧牲,現已離世;他的靈魂正肅穆地往山上上升,而天軍則正下降去迎接他。」 – 聖希拉里安將呢個異象講畀其他有德行嘅長老聽:佢哋記低咗呢件事嘅日子同時間,後來對照先發現,正正就係嗰陣,斯圖迪翁可敬嘅西奧多就過身咗。 聖特奧多爾離世時,前後都發生咗唔少奇蹟,由佢嘅棺木同聖遺體中出現。

## *1. 修道生活有幾崇高*

1. 1) 修道生活有幾崇高。– 2) 凡照神意行出嘅順命之行,就算好簡單,都引領人去到樂園。– 3) 引領人去樂園嘅美德清單。 [1, 2][82]

**1.**　上帝將我哋帶到世上,好讓我哋透過行善去討祂歡心,從而成為天國嘅繼承者。然而,對我們出家人嚟講,當我哋出世之時,祂賜予咗我哋一份特別嘅恩典:祂喺眾人中揀選咗我哋,令我哋得以侍立喺祂面前,為祂嘅國度服務。　而家,就等每個人細心檢視自己,睇吓自己係咪照住所蒙召嗰個呼召去生活,係咪淨係專注喺討上帝歡心。

**2.** 在履行我們的職責時,我們必須行事,好似直接從神自己領受咗命令咁。神要求活著嘅人做佢哋能力所及嘅事。嗷就等我哋咁去做,並且要特別小心避免一樣嘢:唔好喺人前自大,亦唔好喺自己面前自以為是,好似自己做緊咩偉大嘅事咁。　主為每一個勞工預備咗賞賜:廚師會同首位殉道者司提反一齊歡喜;麵包師自己就會成為主嘅純淨麵餅; 菜園看守者會享受樂園的豐盛,被認為配得住居於其中;其他每一個人——葡萄園看守者、木匠、書記、門衛,甚至無論任何人所擔任的職務——如果他們把工作當作為主而做,就會得到相應的報酬。　主看見萬事,祂眼前無一能藏;祂要按神聖公義的原則回報一切。

**3.**　*「要警醒,要堅固,要有信心,要勇敢,要剛強;凡事都要用愛心待人。」* (林前16:13–14)要每日死,好叫你永遠活;要逃避惡念,就好似逃避惡行一樣;　視多言為眾罪,視大笑為淫亂,視貪食與飽足為慾

[82] 目錄上方嘅數字表示所引用教導嘅編號,而目錄下方方括號 [ ] 內嘅數字——第一個表示卷數,第二個表示該卷內嘅教導。——目錄內嘅項目與隨後嘅各節對應,每個項目都為獨立一節。

望的奴役;謙卑你的心思,低垂你的目光;在身與心上要聖潔;以盼望為動力;不可貪戀世上任何事物;敬畏獨一的真神。 如果我哋咁樣行,保持呢種心態,就會同天使一齊喜樂,永遠同眾聖徒一齊歡欣。

### *2. 唔好自以為高人一等*

2. 1) 唔好自大。– 2) 為你哋所有弟兄而活,就好似身體每一個部位都為成個身體而活咁。– 3) 我哋嘅順服唔係重擔,但透過放棄自己嘅意志,我哋就配得上殉道嘅冠冕。 [1, 3]

**4.** 被神所召的弟兄們,你哋離開世界,將心眼定睛喺神身上,實在明智。 所以,要力求以合神心意嘅方式生活,並且喺呢種生活入面,*「唔好自以為高過所當以為嘅」* (羅馬書12:16),無論係因為屬靈嘅美德定係身體嘅優越,免得你聽到:*「你所擁有嘅,係邊樣唔係領受過嘅呢?」* *「如果你們是領受的,就何必自誇,似乎不是領受的呢?」* (林前4:7)。凡多做的人,都係靠基督嘅恩典,從上面領受能力,唔係為自己,而係為咗鄰舍。

**5.** 你們都係彼此嘅僕人、彼此嘅幫助者,作為一個身體嘅活生生嘅肢體。如果眼睛唔帶領手,如果一手唔撐住另一手,如果腳唔照成個身體嘅需要去行,如果真係每個肢體都開始自作主張; 咁佢哋唔單止保唔住自己嘅力量,仲會因為自己嘅混亂,搞到成個身體都亂晒。所以,當人要為他人多勞苦啲,忍受寒冷、風雨同酷熱,就應該歡喜;但係閒置唔做嘢嘅人,就要像條冇用嘅肢體咁,痛哭悔改,因為佢活喺身體入面,唔係為咗身體,只配畀人切除。

**6.** 唔好因為聽到呢啲就令你心生沉重。相反,你要諗吓要我哋付出幾少、做幾多工夫先至可以進入天國。我哋唔使好似殉道者咁流血; 我哋嘅肢體唔會被斬斷,骨頭亦唔會被打折;但如果我哋喺呢啲輕省嘅勞苦之外,再加上放棄自己嘅意志,並懷住想討好上帝同用愛心服侍弟兄姊妹嘅心願,咁透過呢一切,我哋就會好似那受苦至深嘅殉道者,甚至好似主自己,為咗我哋忍受咗十字架嘅苦刑同死亡。所以,你哋做工嘅時候要堅定信心!殉道者嘅冠冕正等住你哋。

### *3. 要警醒:仇敵從不打盹──作為牧羊人的安慰*

3. 1) 要警醒:仇敵唔會打盹──對牧羊人嘅安慰。– 2) 唔好拖慢你嘅工作,因為每份勞工嘅賞賜都會即刻喺天上預備好。– 3) 指示:畀執事長;– 4) 畀執燭者;– 5) 畀醫院看顧者; – 6) 給病人。 [1, 4]

**7.** 我從聖父們,尤其是我那公義的长老,得知魔鬼從不睡觉,亦從不放鬆摧毀我哋靈魂嘅努力;佢時刻警醒,急不及待喺*「人睡觉嗰陣」* 播下佢嘅稗(馬太福音13:25)。 所以,我神所呼召的兒女們,也要警醒守望,免得有人跌入魔鬼的網羅。我喜歡聽到你們各自的進步;一個人的順服、另一個人的謙卑,以及第三人的勤力,都使我得到安慰。 但我靈魂憎惡那不順服的兒子、埋怨者、自誇者、懶惰者、好偷聽者,以及多言的人。──但我又是誰,竟敢如此說話呢?──我雖然不配,卻是你的牧人;你倆是我的羊,我要向那交託給我的主,為你倆交帳。

**8.** 所以,你哋眾人,要牧養呢群羊;要牧養得好;要同心合意咁牧養。唔好令任何一個落後。仇敵會引誘落後嘅人走偏,並摧毀佢;就好似狼咁,會攞走迷路嘅羊,帶去樹林或者山度。得救嘅工作唔容易;通往救恩嘅道路多而艱難,需要勤力工作、警醒,同埋以少為足──少食、少休、貧寒──而最緊要係要捨棄自己嘅意志。主會按每個人嘅勞苦分量賜下賞賜;每日都有冠冕預備畀所有勤力嘅人。

**9.** 我哋要按一切應有嘅次序、虔誠同誠摯嘅心去舉行教會儀式。至於你,我嘅孩子,作為禮儀長(ceremony master),奉派監督我哋最先同最大嘅職責,你要保持警醒;維持合唱團嘅秩序;準確咁遵守每首聖詩所定嘅時間, 並按指示,以良心盡行其他有關聖詩及 Stichera 的職務。能唱者就唱,適合讀者就安排讀誦。 唔好偷懶,要專心,按公義公平嘅方式,分配畀每位弟兄姊妹,喺某日要讀或唱乜嘢、喺另一日要讀或唱乜嘢──有啲喺平日,有啲喺節日──根據佢哋嘅聲線、發音同讀經速度嚟決定,好讓就算外人啱啱有機會嚟到,都可以受惠。 凡事都要整齊端正(林前14:40),好叫你哋配得主話:*『好嘢! 良善又忠心嘅僕人, 你喺幾件事上忠心, 我要派你管理好多事』*,並且得着喺天上聖徒嘅數目。

**10.** 你呢個點燈者,要勤力同埋仔細咁去完成神交畀你嘅職責:因為呢份職責係出於神同神聖嘅。你要好似護住自己兩隻眼咁去護理教會嘅點燈,因為呢件事係喺神面前行出嚟嘅。 如果一個人喺王面前點蠟燭都要全神貫注,務求討得王歡心;你呢個細路,更加要敬畏同愛慕嘅心,為萬王之王──上帝──點燈,因為祂掌管萬有。同樣,你要清潔燈具、保養燈座,保持適當嘅光亮。 又要保持教堂嘅清潔:

每星期最少掃兩次,抹走聖像上嘅塵埃免得損壞,其他嘢都要擺得整齊乾淨,小心唔好搞壞任何屬於教堂嘅嘢。

**11.** 第三位,我兒,就係你──醫院看守者。照你所吩咐嘅去做。你喺呢份最艱苦、無休止、殉道式嘅服侍中,絕對配得上唔少冠冕──正正因為佢咁艱難,先至令佢崇高,配得上最高嘅賞賜。 唔好喺呢度等或者搵休息,好等你到嗰度先得。如果你喺呢度勤力做,無疑到嗰度就會搵到安寧。有人讀書、有人禱告、有人修習默靜、仲有人做其他可嘉嘅事;但你都要同佢哋一齊並肩行,甚至要超越佢哋。 – 天光一亮,就一個一個去探望病人,查清楚每個人病情,再按需要同有益處開藥方。如果你堅持做呢啲工作,你就會戴冠冕進入天國。

**12.**至於你哋呢班有病嘅孩子,要感恩咁接受任何嘅安排,對所畀嘅嘢要知足。如果仲有想要嘅嘢,就直接講出嚟;無論之後派嚟照顧你嘅兄弟為你做咩,都要懷住感恩同愛心。 唔好埋怨:你哋嘅兄弟為咗愛神,以奴僕身份服侍你哋,並按修院嘅能力,為你哋提供適合嘅所需,已經足夠。但如果你哋唔係咁行,就會自招大苦楚。

### *4. 記住死亡同審判日,並熱心遵守你嘅誓言*

4. 1) 記住死亡同審判日,並熱心遵守你嘅誓言。– 2) 守住你嘅舌頭。– 3) 弟兄就係方丈嘅手、眼同腳。– 4) 就連我哋嘅體力勞動都係屬靈嘅;一邊工作,一邊互相鼓勵…… 基督與你同在。 – 5) 對廚師的訓誨與鼓勵。 [1, 5]

**13.** 讓我們默想天的高處、地的深處,以及我們自己的本性:我們作為人,終將離世,被帶離此地,去到超越此世界限的彼岸。 冇任何偽裝,我哋就會喺公義審判者面前交待我哋嘅所作所為;之後,如果我哋行得正,就會被接納入天國;如果我哋仍然活喺罪中,就會被投入永不熄滅嘅火中。 所以,我哋要不斷重燃當年入道剎時嗰份取悅上帝嘅熱誠,回想當時我哋講過嘅話同立過嘅誓,並謹記我哋嘅責任──永遠忠於佢哋;因為我哋最終都要靠呢啲話嚟受審。

**14.** 潔淨你嘅口,永遠講討神喜悅嘅說話。唔好講奉承話,亦唔好講不義嘅責備。*要「口中不可出任何敗壞嘅話」* (以弗所書4:29)。

**15.** 凡勞力嘅你哋,就係我嘅手。所以,我嘅手啊,就努力工作,喺行公義嘅路上唔好疲倦;因為*「主嘅力量會撐住你」* (詩篇88:22)。你哋係我嘅眼睛,要負責看顧其他人。 所以,要小心警醒,預先洞察並警告那些可能跌倒的人,好叫你自己也配得上神恩。我也有腳,我腳要堅定站立在神誡命的正路上。他們就係嗰啲勇敢又歡喜喺心咁擔起弟兄姊妹重擔嘅人;因為佢哋若然堅持呢個好嘅品格,就會被引領到永恆嘅安息。我用呢番說話,想扶起跌倒嘅人,激勵變得懶散嘅人重燃熱誠,亦都想畀陷入絕望嘅人帶來勇氣。

**16.** 喜樂、得安慰,並被熱誠所激勵。無論是屬靈的或屬世的勞苦,都不可退縮;因為我們的身體既然獻給神,就成為屬靈的。而且,凡在世俗的事上勤力的人,也在屬靈的事上勤力。 喺禱告、順服同謙卑方面互相勸勉、互相鼓勵。互相激勵去行各樣善工,凡事都要得體而有秩序。互相效法,互相幫助;咁樣你哋就會成為*「基督嘅孩子,並得着部分嘅產業」*。 (林前12:27)。我堅信基督是你的頭。既然有祂作你的頭,你還怕誰呢?有祂在,你還有什麼得不到呢?你將成為天地的統治者,並承受一切所應許的。

**17.** 又對你講一句,我嘅孩子──做廚師嘅──你每日都要喺火中掙扎, 劈柴、煮食、挑水、清潔同洗菜、黑面、污糟 衫、出汗同曬到焦黑,用盡方法努力去畀弟兄姊妹食佢哋需要嘅飯食——你將分享聖徒嘅榮耀,亞伯拉罕溫暖嘅懷抱會畀你安息。 只要你忍耐咁做,開開心心過一日,喺工作上勤力同盡責到連做嘅嘢都喺你夢中出現。由朝早開始,就好似火焰咁衝鋒去完成你嘅職責,你就會勝出,因為你已經好好完成咗你嘅工作。

### *5. 互相競賽做好事,卻唔好喺作惡事上競賽*

5. 1) 彼此在善上競爭,卻不在惡上競爭。 – 2) 我哋好似喺海上航行;旅程上所有嘅風浪,其屬靈意義都由我哋自己決定。 – 3) 榜樣嘅弟兄係弟兄群體嘅祝福,而作惡嘅人就係傷害。 – 4) 獎賞無可衡量;我們並不徒然旅行;當喜樂。 [1, 6]

**18.** 現今正值蒙福之日,行動之時,神恩典的季節。所以,我們不可徒然浪費這季節,甚至一日;當有不屈不撓的熱誠與對救恩的關懷,有健康互相關懷的榜樣,以及公義地彼此效法美德的渴望。 如果我哋喺任何人身上見到卓越嘅美德──例如柔和、虔誠、順服、謙卑,或者其他任何值得讚揚嘅品行──就等我哋被一種高尚嘅渴望所感動,想喺呢方面同佢哋一樣。 由此,和平的聯繫和彼此相愛的心就會在我们中间興起。我們不可因彼此較勁而學到与此相反的:看見有人粗心大意,我们就不可粗心大意;看見有人貪食,我们就不可貪食;看見有人多話,我们就不可多話。 但作為有智慧的人,蒙神從內裡教導,*要「凡事察驗,善中取義」*(帖前5:21)。

**19.** 我們要緊握信仰的錨索,揚起盼望的帆,用盡全力駛過這塵世人生的大海:因為,在這次航程中,風暴在所難免──我所指的,是肉體的叛亂, ──肉體慾望的洶湧,由心深處湧現的漩渦,邪惡的思想,以及其他許多類似於海上航行時所遇到的情況:海盜──惡意的魔鬼,淺灘──無知的盲目, 水底暗礁──靈魂難以預料的天羅地網;船艙淹水──罪惡與罪思的隱藏,使靈魂因此滅亡,就好似不理會船艙淹水的船員,睡夢中連同船隻一同沉入海底。 但我哋呢班最尊貴嘅弟兄,就要防範呢啲一切,警醒咁行喺神嘅道上;最緊要係要將心入面嘅一切都攤晒出嚟,免得惡念嘅洪流淹沒我哋嘅靈魂,好似先知約拿書2:6講嘅:*「深淵差點淹沒我」*。

**20.** 佢喺弟兄之間,無論係屬靈嘅事工定係體力勞動,都隨時預備好,就好似天上嘅星星咁發光,引領好多人。 他喺敬虔的事上勤力,誠實可嘉,嚴肅而默不作聲,佢係地上嘅天使,喺基路伯寶座前服侍神同造物主。 以美德利益他人,並激發他們對靈性追求熱誠的人,就好比一輪金光閃閃、溫暖整個社群的太陽。但有誰陰沉、黑暗如夜,將陰影籠罩身下的人,使他們也變得和他一樣呢? 如果唔係因為驕傲、慾望、嘲笑、懶惰、可恥行為、誣衊、無禮同污穢──同惡念為伍──先至好似嗰個從天而落嘅魔鬼?我哋絕對唔可以屈服於呢啲人嘅影響。

**21.** 你嘅勞苦唔會太耐,但獎賞卻係永恆;痛苦係短暫,但喜樂係永遠;艱難係暫時,但安息卻係無窮。 喺嗰度,你就會歡喜,*就係「凡得喜樂者所住之處」*(詩篇 86:7),從嗰度,*「疾病、憂愁同嘆息都要消失」*(以賽亞書 35:10),嗰度冇眼淚,只有喜樂。咁你係徒勞無功咩? 你係徒勞無功咩?絕對唔係!相反,呢件事係明智、崇高、奇妙、蒙福、使徒式、殉道者式、父性、天使式、天國式、 並討神喜悅──你已經離開(世界),來到(我們這裡),藉著屬靈的出生從我們而生,成長為戰士,並以屬靈的兵器裝備自己,擊打亞瑪力人、亞摩利人、迦南人以及其他情慾的支派。 你哋棄絕咗塵世之海,喺領受修道冠冕嘅時候,透過那照亮並淨化嘅第二次洗禮渡過咗約旦河(因為呢就係有效嘅懺悔), 而由此你哋開始進入你哋嘅基業,進入我哋信實嘅神透過祂嘅應許所顯示畀你哋嘅地──流淌住不朽之蜜同乳、以及永恆生命之地。 要因呢件事歡喜,大喜大樂,因為見到神對人類嘅愛。生命喺我哋眼前,喜樂喺我哋面前,福樂喺我哋腳下;門已經半開──*「要跑,好叫你哋得著。」*(林前9:24) 咁邊個仲可以猶豫不決?邊個唔會衝上前,以日益高昂嘅熱忱努力,爭住比其他人更早攞到眼前嗰啲寶藏?

### *6. 抵擋情慾;因為就用呢把火點起永恆嘅火;而人就可能喺行咗呢件事嘅當兒畀死亡捉到*

6. 1) 對付慾望;因為就用呢把火點起永恆嘅火;而人可能喺行咗一半嘅時候畀死亡追上。 – 2) 如果你跌咗,就要爬起嚟,憎恨罪惡,熱愛善行。 – 3) 遠離細微嘅罪過,特別係閒聊;會面嘅談話主題係有規定嘅。 [1, 7]

**22.** 要剛強,英勇地對抗魔鬼的詭計,因為我們所爭戰的不係與血肉之軀,而是與那掌管幽暗之境的屬靈惡勢力。所以,如果有人被慾望的念頭襲擊,就不可憂慮或沮喪; 但要透過禱告、嘆息同流淚,將佢驅走並擋開,記住嗰永恆嘅火,同埋而家喺我哋心裏燃起嘅,就係嗰永恆火焰嘅起因。 所以,無論呢種念頭一日襲擊你幾多次,都要徹底根除──咁我哋就唔會被定罪。如果喺呢個慾望之外,仲有心靈嘅黑暗,同埋對苦行負擔嘅感受,就要喺悲傷中抬起你心靈嘅眼睛,並透過思索隨時可能死亡呢個可能性,去斬斷呢個魔鬼嘅陷阱。 願一切勞苦的人,因思念永生裏的安息而得力量。

**23.** 願我主嘅恩典同你哋同在,願佢賜俾你哋堅忍去承擔而家嘅艱難。要喺爭戰同交鋒中努力,盡力而為,唔好跌跤咁完成旅程。如果真係跌咗──我真係唔想你哋咁樣──就要即刻爬起。 細味眼前所見。經上寫道:*「天高地厚」*(箴言25:3)。因罪而沉淪的人,有誰能升到那裡呢?所以,你要憎惡它們,恨惡它們,遠離它們;卻要追求善事,行討神喜悅的事。

**24.** 我懇求你:當你哋避免重大罪過嘅同時,亦要避免所謂嘅細微罪過——即係講閒話同浮誇。要對人溫柔謙卑;當你哋只係為咗打發時間而傾偈,就要令嗰啲談話有益健康。 你哋嘅談話,要麼係講將要做嘅工夫,要麼係講解決聖經某段經文嘅疑問,要麼係講按規矩讀經,要麼係講某位聖人嘅生平,要麼係講我哋離開呢個身體、天使嚟到我哋身邊,以及我哋喺主同神面前為我哋整個人生交代賬。 聖徒將會離世進入難以言喻的喜樂,而罪人則會去到無法撫慰的痛苦;並且,要彼此問問,我們如何可以避免這激情(閒談),並獲得與之對立的美德(明智的言談); 眼淚係點樣湧出同流淌,又係點樣乾涸?又係點樣,透過真誠嘅順服、謙卑同噤口不言,先令靈魂嘅幼芽得水滋潤,並好似生命樹咁,喺樂園之中綻放? 但係佢哋會因為多言、大笑、不當同不合時宜嘅目光、嘈吵、惡毒嘅言語、貪睡、貪食,同埋其他我哋自願放縱嘅慾望而枯萎。

### *7. 崇高嘅呼召;透過遵守誓言嚟感恩*

7. 1) 崇高嘅召命;透過遵守誓願嚟感恩。– 2) 最緊要係達到上帝。– 3) 對召命嘅忠誠令一個人成為天國嘅子民;呢種忠誠嘅行為。– 4) 喺顯現節向上帝獻上嘅供物。– 5) 關於應許福份偉大嘅聖經言論。[1, 8]

**25.** 看哪,主——我們的神——向人類彰顯祂的良善,以慈愛的光芒照耀世人,好吸引萬人歸向祂;祂更以特殊的方式,將我們這些修道者從黑暗中領出,帶入光明。 我哋又當點樣向揀選同呼召我哋嘅上帝獻上感恩呢?——就係:我哋要擺脫情慾同肉體私慾嘅生活,以追求敬虔為目標。 —所以,弟兄們,我們要銘記我們的呼召;要時常擺在眼前修道生活的要求,以及我們在眾天使面前所立的誓願;並且要如此生活,好使我們一旦蒙神召喚,就能從此處——好似一段寄居——滿懷喜樂地遷往我們的真居所。

**26.** 你哋見到呢個現世生命嘅渺小嗎?你哋見到人世生命有幾短暫、幾易逝嗎?——只有一個好嘅份額,一個福氣嘅生命,同埋一個無窮無盡嘅恩典——就係透過遵守上帝嘅誡命去達到上帝。但係呢樣嘢需要勞力同嚴謹嘅自我約束。

**27.** 如果你哋堅守所蒙召、忠心於佢、全心去愛佢、迫使自己去行佢嘅工夫、遠離一切違背佢嘅事、並在各方面嚴以律己,你哋就係耶路撒冷嘅市民、樂園嘅居民,亦成為聖天使合唱團嘅一份子。所以,要喺敬畏主中喜樂,並潔淨自己,遠離一切污穢;要光芒四射,好似光明之子;對長老要存敬意、順服同謙卑;願弟兄之間充滿豐盛嘅愛;而追求自己嘅私慾同放縱自己,要令你哋憎惡。

**28.** 看哪,顯現節的日期已到!主從天而降,讓我們以潔淨的心迎接祂。讓我們預備聖善的心志,並作為萬有獻給至聖者的禮物,奉上更新了的生命、敬虔的默想,以及一顆為神燃燒的愛心; 我哋亦當獻上——對寂靜嘅愛、不間斷嘅警醒、 frequent嘅禱告、節制、溫柔同忍耐——凡此種種,好叫你哋一無所缺。

**29.** 透過祂的聖人,上帝顯示出等待我們的未來榮耀。聖保祿嘆道:*「我們配不上那要顯現給我們的榮耀」*(羅馬書 8:18);聖大衛唱道:*「在祢殿裡的一日,勝過別處千日」*(詩篇 84:10) (詩篇 83:11),—又有一句:*「我一見祢的榮耀,就必心滿意足。」*(詩篇 16:15);在其他先知中,又有先知呼喊,從那裡 *「病患、憂愁和嘆息都要逃跑。」*(以賽亞書 35:10)。 而尋求者又能在聖經中找到多少此類見證,這些見證向我們顯示神應許賜給討祂喜悅之人的深邃喜樂、無限快樂與難以言喻的福份。因此,讓我們堅定不移,彼此得力,在我們的神基督裡被建立並得以成全。

### *8. 唔好灰心:勞苦輕微,賞賜卻無量。*

8. 1) 唔好疲倦:勞苦好少;賞賜無量。– 2) 唔好放縱肉體,以為自己已經行緊死亡嘅道路。– 3) 為咗誡命,獻上每一種祭牲……唔使驚任何嘢。[1, 9]

**30.** 喺事奉上帝嘅路上唔好停擺或者畀懶惰打敗,儘管而家有重重困難,都唔好剝奪自己喺將來時代所等待嘅喜樂。 但凡一切——无论是言语还是行为——都要存着喜乐的心去担当,并安排好你们的生活,使你们能彼此相爱,如同神所爱的,在患难中互相帮助。 就算你用盡一百年去苦行,都比唔上永恆不朽生命無限豐盛嘅一小時。而且,受少少苦,好似一場夢咁,反過來卻可換得無限快樂嘅生命,既福樂又,用凡人嘅講法,好處無窮。

**31.** 我哋唔好放縱肉體,聖徒視佢為敵,並透過自我克制以各種方式制服佢,因為放縱肉體就違背咗靈性嘅生命。好快,我哋就會離開呢個世界。我哋喺弟兄身上見到呢個例子,佢哋一個接一個安息。

——我哋又會唔會留喺度?肯定唔會。 – 但噢!噢,弟兄們!死亡之事何其可畏!點解我哋要好似受咗天啟咁,不斷保持喺思索嘅狀態,反覆諗住自己好似已經喺死咁——隨時靈魂同肉身都會分開,天使會嚟(唔好講:魔鬼都會蜂擁而入; 因為呢啲事會發生喺被自己慾望奴役嘅人身上),然後就會聽到呼聲:「時間到啦,靈魂,出嚟!」到時呢個結合破裂嘅時候,會有幾多勞苦同幾多痛苦啊!– 到時,善行同無愧嘅良心,就會成為離世者嘅一大幫助、安慰同代禱。 到時,順服會激發大膽,謙卑會得蒙憐憫,一滴眼淚都能感動人心施憐,眾多善行會壓倒魔鬼,忍耐會為每件事代求——仇敵會空手而歸,而靈魂則與天使一同,滿懷喜樂地往見救主。 屆時就有可畏之由,若靈魂沉浸於情慾的習性之中,被罪惡所捆綁,因為惡魔就會佔上風,將可憐的靈魂同它們一同拋入地獄的深淵,投入黑暗和受折磨的塔耳塔羅斯之中。噢,情慾放縱對那靈魂而言,竟然有如此「裨益」!

**32.** 所以,趁我哋仲喺呢度,就潔淨自己啦。 我哋要喺爭鬥中流血,乜嘢都唔好令我哋偏離上帝嘅誡命:唔係勞碌,唔係病痛,唔係享樂,唔係安息,亦唔係任何滿足。就算我哋每日都要死,我哋都會歡喜咁忍受,努力活出超越世上智慧嘅生命。 除咗敬畏神——嗰位可畏嘅審判者——之外,我哋唔會敬畏其他任何嘢:唔係人、 、野獸、火、刀劍、大海,亦唔係其他任何睇落可怕嘅嘢;因為人按神嘅形象受造,係地上萬物嘅主宰。

### *9. 清理、播種同灌溉靈魂嘅田地,好等佢結出屬靈嘅果實*

9. 1) 清理、播種同澆灌靈魂嘅田地,好等佢結出屬靈嘅果子。– 2) 節制飲食同睡眠,同埋佢哋嘅果效。– 3) 忍受破舊嘅衣着同鞋襪。– 4) 為咗將來而甘願受苦。[1, 10]

**33.** 好似肥沃嘅土壤,畀神賜聖靈嘅溪流澆灌,結出果實,孕育美德,好似飽滿有生命嘅麥穗。就好似你哋翻新田地,咁就要用對神嘅敬畏之火同真理之劍,將你哋靈魂嘅土壤入面嘅心靈雜草淨化。 所以,照使徒嘅命令去播種,唔好照肉體去行,免得從肉體收成敗壞; 但要播種在聖靈裏,好叫你從聖靈收得屬靈的果子 [加拉太書 6:8]——學習忍耐、恆心、慷慨、謙卑,彼此相愛,同時憎惡嫉妒、欺騙、引誘、誣衊和譭謗。

**34.** 亦要培養自制力。自制力即係按身體需要畀佢食物,唔好過量,亦唔好太少,就好似裝貨嘅船一樣;如果裝得太多,就會沉底;如果裝得太少,就會傾側。 對睡眠亦然:要睡得恰到好處。均衡飲食之後,就應該有安寧的睡眠,接續以誦唱詩篇時保持清醒,專心聆聽讀經,並清楚明白每一句神聖頌歌。 當靈魂因这一切而喜悅時,它便進入良好的心境,感到溫暖與光明,品味着一切事物中的節制之果。但過度放縱則帶來惡夢; 由呢兩樣嘢帶嚟心神迷糊、唔能夠明白聖詩嘅歌詞、嘴脣發緊、同眼同心同身發黑:因為內在嘅狀態就反映喺外在。咁,偷心嘅賊就會衝入,偷走佢想要嘅任何嘢。就係因為咁,主先話: *「要警醒。」* (馬太福音 26:41)

**35.** 神喜悅出自肺腑的話語、溫柔的回答、喜樂而非憂愁的容貌、柔和的性情,以及謙卑的談吐。 —— 凡事能比人更耐心地忍受苦難,或當自己缺乏所需嘅衣物、鞋襪或頭飾時仍然感恩,嗰個人就係真係神嘅僕人,佢用暫時同微不足道嘅嘢,換取未來嘅大福氣。 我盡力滿足眾人嘅需要;我咁講,就係要喺任何必需品缺乏嘅時候,都唔會有人感到困擾、煩躁或者埋怨。 亦有啲人因為對上帝嘅愛火熱,自願放棄其他嘢。但係肯定,無論幾時、無論畀咩,只要有人感恩咁接受,就係做好事。

**36.**天國喺我哋面前,凡蒙神喜悅嘅人,將獲得永恆嘅福樂作為賞賜。 咁邊個唔會即刻衝去?邊個唔會急住去攞呢啲擺喺面前嘅寶藏?邊個唔會甘願決定忍受艱苦,赤身裸體,受凍挨餓,透過苦行折磨自己,為咗呢啲福份? —— 然而,你哋並非冇參與呢啲勞苦同壯舉;因為你哋克制自己嘅私慾,放棄一切,憑住各樣忍耐,每日都死去,而你哋嘅生命仍然藏喺我哋主基督耶穌入面。 當我哋嘅生命——主基督——顯現嘅時候,你哋都要同佢一齊永遠歡喜(歌羅西書3:4)。所以,唔好喺呢度搵安息,而要將你哋而家嘅苦楚,當作將來嗰永恆安息嘅保證。

### *10. 主快要嚟臨——要忍耐;有咩可以撐住你?*

10. 1) 主快要嚟到——要忍耐;——並且搵到養分。 2) 看哪——呢就係你嘅結局,——同埋樂園:喺嗰度我哋會忘記所有苦楚。 3) 喺主嘅宮殿入面,為受苦嘅人預備咗喜樂:邊個唔願意揀佢哋呢? 4) 要喜樂,因為你喺艱苦同貧窮中生活;修道生活就係如此。– 5) 凡事都要互相幫助——主就近喺身邊。[1:11]

**1.** 行在神嘅道路上,每日都有主同你一齊,正如佢所應許嘅。因為佢自己藉住使徒同所有*「尋索佢嘅約同佢嘅見證」*嘅人(詩篇 24:10)講過,佢要同佢哋*「直到世代嘅末了」*(馬太福音 28:20)。祂嘅道路同徑難以測度。祂以無形嘅方式臨在心靈嘅眼中,並與心純潔嘅人默然交通。行你公義嘅道路,避開嫉妒魔鬼嘅陷阱。接住神嘅翅膀,好叫你可以同雲霄並肩飛翔,高於一切地上的陷阱。　要用喜樂同聖潔嘅油抹你哋嘅腳,唔好驚踏上主悲傷嘅道路。如果你因為軟弱而口渴,就飲忍耐嘅水;如果你因為屬靈疲倦而肚餓,就食滋養同強化人心嘅餅──智慧嘅言語,佢會賜人力量同勇氣。 你哋已經預備充足,而且保持警醒;但係,當你哋見到悲痛時,就唔好再自找啲難以承受嘅重擔──我講緊嘅就係仇敵嘅惡計。行由塵世通往天國嘅道路,只要行得堅定,唔灰心,唔自找負擔,就已經足夠。

**2.** 你哋棄絕塵世,判斷得宜,行事有智慧;而家你哋虔誠咁行緊去神殿,日復日為主勞力,事奉祂,背棄一切暫時嘅嘢──家庭、祖國,同埋肉體嘅各種慾望。我哋嘅工作就係天使嘅工作。　我哋要再堅持多一陣,再受少少苦。我哋生命嘅終點同盡頭已經近咗;我哋會畀聖潔嘅天使接引,同所有聖徒一齊成為所應許福份嘅繼承者,永遠歡欣喜樂。　到時我哋就絕對唔會後悔──唔會後悔我哋得勝,唔會後悔我哋為苦行而疲憊,唔會後悔我哋禁食、犧牲睡眠、忍受寒霜,或者以其他任何方式剝奪自己去滿足慾望。　相反,我哋會祝福同讚美嗰日、嗰時,就係上帝悅納我哋離開世界,披上修道袈裟嘅時候。喺嗰度,我哋每一個人都會因所受嘅苦楚而獲得百倍嘅報酬,而取而代之嘅,就唔係憂傷,而係一種包羅萬有、永恆不變嘅喜樂。　我哋當中唔好有人拒絕承擔所遇到嘅事;因為咁樣,我哋就會得到無可言喻、永恆嘅喜樂。願我哋當中永遠都唔好聽到有人講:*「你要記住,你喺母腹裏就已經領受咗你嘅福份。」*　又或聽到:*「我哋同你哋之間隔咗一條好深嘅鴻溝」*(路加福音18:26)。呢個係一個可怕嘅聲音,將罪人同義人分開;光係諗都已經好可怕,更何況要親耳聽到佢!

**3.**天離地有多遠,行在罪中的人離主我們的神就有多遠。但祂的親友,和祂的真僕人,要進入祂裡面,進入祂的天國,進入天上的耶路撒冷──那座大城,那裡有深不可測的財寶,無限的榮耀和永恆的喜樂。 喺嗰度,我哋會見到彼此,互相認出;我相信,只要我哋一直行神嘅旨意,就會喺嗰度一齊享受無盡嘅喜樂。如果係咁,我哋豈唔應該努力,甘願忍受苦楚?　我哋唔係要歡喜咁飲下嘲笑同藐視,好似飲奶咁?我哋唔係要願意做最後一個,甚至畀人踐踏過所有人?我哋唔係要每日都甘願咁死,好似基督嗰啲溫柔嘅羔羊?係呀,我嘅弟兄姊妹!係呀,我嘅父老!聖徒就係憑住呢種心志去討神喜悅。

**4.** 我哋唔好喺呢度追求一個完全滿足、冇任何煩惱同艱難嘅人生。 反而,當我哋受苦時就當喜樂,當我哋遇到困難、被冤枉、受壓迫,或者喺生活必需品──住所、飲食、鞋襪、 clothing 或者其他需要──上缺乏時,就當歡喜。 呢個就係我哋嘅見證,而正因如此,修道者先得蒙福,因為佢不斷喺掙扎同苦行中努力。但如果佢哋唔係咁,就明顯佢哋根本唔喺修道之路上,即使佢哋虛假、偽善咁自稱都無用。然而,我知道你哋真誠地遵守修道規矩,精熟咁行呢條路,過住天使咁嘅生活,有上帝嘅右手撐持你哋,聖靈嘅安慰加力畀你哋,仲有聖天使同所有蒙上帝賜福嘅殉道者同尊貴者嚟幫助你哋。

**5.** *「上神嘅山,入佢嘅聖殿。」*──先知中最能言嘅以賽亞(詩篇2:3)所言。 唔好有人落後,唔好有人閒置;互相幫助,彼此存著堅強嘅愛;互相鼓勵,互相競賽,互相效法。 — 唔好有下流嘅笑聲,亦唔好有令心思散亂、令人軟弱嘅嘢,亦唔好有長篇閒談;唔好喺你哋中間提起任何不和同不順服。希望你哋講嘢有尊嚴同誠實,彼此相待要溫情,互相用溫柔同誠摯嘅口吻傾談。 *「凡事察驗,善中持守,惡事遠離。」*(帖前5:21–22)。願和平的主人賜給你們力量和剛強,願祂親自牧養你們,*並「引你到寂靜的水邊」*(詩篇22:2),將你帶回公義之道,保護你免受惡蛇的詭計,鼓勵你、喜樂你、安慰你,並使你配得祂的天國。

## *11. 仇敵激起情慾;但你要抵擋他,你就會得勝;主是你的幫助*

11. 1) 仇敵煽動情慾;但你要抵擋他,你就會得勝;主是你的幫助。 – 2) 無論在工作或敬拜中,都要無可指責地盡你的一切工夫;不可浪費。 – 3) 讓我們勞力預備自己,好叫我們在死亡之時及之後不遇見可怕的事;卻只看見喜樂。 [1, 12]

**6.** 嚟啦,我哋一齊抱住準備同熱誠,去事奉上帝,一次又一次令祂喜悅。冇嘢可以擋我哋嘅路,或者阻住我哋;　但願我哋更徹底咁棄絕世界,勝過肉體,遠離親情,藐視世俗享樂,選擇勞苦,實踐其他一切美德,好叫我哋喺呼召上得以無可指責,從而承受天國。　可怕嘅蛇,嗰個充滿惡意嘅魔鬼,不停咁到處遊走,渴望我哋嘅滅亡;佢暗地潛入,進入我哋心裏,喺每個人心裏播下邪惡嘅種子:喺有啲人度,就係罪惡嘅

甜美,為咗呢種短暫嘅快感,佢可以令佢哋冇得嘗到永恆福份嘅滋味,仲要將佢哋投入永恆唔熄嘅火中;對另一些人,則播下嫉妒的種子,嫉妒之情如殺人般致命,因兄弟的名聲好而起,令他心志蒙蔽,好似行在黑夜中,看不見神的榮耀,從而在他身上顯出一個新而毀滅性的該隱; 誘惑佢向貪食,以肉體嘅慾望征服佢,令佢遠離上帝;並令佢陷入絕望; 喺佢入面,佢培養對佢嘅召命、對其他修士或者對修道院嘅厭惡;佢迫使佢覺得詠咏聖詩、讀經同獨處都係負擔——同時對另一個人,佢就激起一陣難以想像嘅激情同衝動嘅旋風,好將佢引離正路,並摧毀佢。 但係*「要剛強壯膽,堅定你嘅心」*(詩篇30:25):因為我哋嘅盼望喺主度,佢已經壓碎咗死亡嘅權勢,並且*「畀咗我哋權柄,可以踐踏蛇同蠍子,並一切仇敵嘅能力」*(路加福音10:19)。 我哋喺聖大安東尼身上見到呢個例子:佢將仇敵嘅勢力壓得咁徹底,連仇敵都頂唔順佢聖潔嘅影子。其實,所有承載上帝嘅聖父都戰勝咗佢,而喺呢個時代,凡係全心為上帝勞苦嘅人,都戰勝咗佢。

**7.** 我見到你哋勤力耕耘,將你哋嘅勞力作為祭物獻畀上帝。但願你哋嘅勞力在各方面都無可指責,配得上獎賞。——點樣先?——安靜同默寂咁工作;唔好講啲唔合時嘅說話;遠離誇口; 憎惡狂妄;以謙卑為衣;在每一項順服的行動中自我約束。小心,免得因任何罪行自招死亡,激情發作時也不要互相親近;更不可冒險獨處,因為那裡有罪惡的火; 無論係邊個部位,都唔好接觸,尤其係其中一個,因為入面藏住忿怒、火同死亡。要專心聽讀經;有氣力咁唱詩篇;喺神面前企住嘅時候唔好打瞌睡,咁你就會從祂手上得著恩賜,因為祂向來都賜恩賜畀警醒嘅人。 喺王面前,有人帶住賞賜離開,有人卻兩手空空被遣返,實在令人嘆息。雖然兩組人都做緊同一份工,但有啲人懶散又打盹,有啲人卻誠懇盡力;所以佢哋嘅命運先會差咁遠。

**8.** 快點,努力,奔跑,向前衝,免得門向我哋關上,免得我哋生命嘅時間被削減,免得我哋未作準備就下到墳墓,免得我哋帶住罪惡感同身體分離,免得當靈魂離體嗰刻,我哋冇膽量去望聖潔嘅天使, 免得嗰個高如天嘅埃塞俄比亞人——就係顯畀大聖安東尼嗰位——因我哋嘅罪惡攞走我哋;免得我哋畀混沌、陰間、泰坦、永不止息嘅熊熊烈火,或者其他有哀號、咬牙嘅受刑之所吞沒。 但願我哋喺嗰度得享安寧而有福嘅長壽;願我哋親近我哋嘅主同神——基督,睇見祂面容上無可衡量嘅美、無法親近嘅榮光,與聖天使同眾聖人一齊圍成圓圈跳舞,喺嗰度歡欣喜樂,從此*「疾病、憂愁同嘆息都要遠離」*。 (以賽亞書35:10)。

### *12. 讓我們離開此地……即離開情慾的領域,透過克制肚腹、眼睛、舌頭、耳朵、雙手和雙腳*

12. 1) 我哋要離開呢度……即係離開情慾嘅領域,透過克制肚腹、眼睛、舌頭、耳朵、雙手同雙腳。– 2) 對管家、工頭、酒窖管理員、菜園主同園丁、馬廄管理員同磨坊主嘅指示。 [1, 13]

**9.** 我向你哋宣佈,就好似主當年同佢門徒講:*「起來,我哋走啦。」*(約翰福音14:31) 我講呢番說話,並唔係話要喺上帝——佢綑綁我哋喺肉身度以考驗我哋品格——呼召我哋之前,就先將自己同肉身分離;而係要喺仍然身處肉身嘅時候,反思嗰啲高於肉身嘅事物,正如神聖嘅保羅自己所寫(加拉太書6:14),—向世界釘死自己;因為正如他自己所宣稱:*「凡屬基督的,都已經同他一同釘了肉體,連肉體的邪情私慾都釘了同死。」*(加拉太書 5:24)所以,你要堅忍地承擔一切沉重和憂傷,並在凡事上保持節制。 因為如果我哋嘅祖先喺呢方面順服咗神嘅誡命,佢就唔會因為放縱而嘗到死亡,而唔係生命。所以,要禁食,盡量連思想都唔好沾染罪惡呢棵苦樹;而要用你哋嘅行為喺各方面防範佢。 唔好用貪婪嘅目光偷望,亦唔好畀誘惑捉住。要塞住耳仔,唔好聽愚蠢同閒雜嘅說話。訓練自己嘅口,只講討神喜悅嘅話,唔好講閒話。令到你嘅手、腳同所有肢體都遠離一切慾望。

**10.** 凡事奉託*「管家職責」*的你,要努力在弟兄中間行得無可指責,行事有謙卑的智慧。 你哋,蒙託付監督*「田野嘅工作」*,就要用自己嘅智慧同堅定去處理,忠心完成所有所需,保持一切有條有理。對疲倦嘅人,特別係初學者,要存憐憫同忍耐。 *「你哋嘅說話要常存鹽味,好叫你哋知道點樣對聽者施恩。」*(西4:6;弗4:29)喺你嘅工作上,要品格高尚、口齒伶俐、撫慰人心、教導有方、品行端正,並能引領他人。 *你係管家*(可能係屋企嘅管家,或者負責物資供應嘅人);信靠上帝,並*「靠祂的能력과大能得着剛強」*(以弗所書1:19)。要主動照顧弟兄姊妹。 你供應佢哋,就等於供應上帝:因為你唔係餵人,而係餵上帝嘅使徒。預備並畀佢哋食物同飲品——用你最好嘅嘢;但唔好有任何調味料、甜品,或者任何肚腹之徒會用嚟填飽肚嘅嘢。 呢啲唔適合敬虔嘅人。但係蔬菜、麵包同水——就係佢哋所規定嘅一切。喺呢點上,我哋嘅先祖得咗好大嘅安慰。你呢個*「好廚子」*,我嘅孩子,就要照顧弟兄,為佢哋預備食物

作安慰,好叫你喺天國入面好似日頭咁發光。　你哋呢班*「菜園同果園看守者」*,要勤力工作,盡力滿足弟兄,為佢哋提供各款蔬菜;因為你令佢哋滿意,就等於令上帝滿意,你哋就會被認為配得上享受永恆嘅安息。　你哋*「喺倉庫服侍」*嘅,要盡心盡力、懷住好意,將所有精力都投入工作,甚至流血都唔怕,仲要好好對待倉庫主管,因為你哋要靠佢。　管理*「馬廄」*事務嘅你哋,既令上帝同我哋都喜悅,又為弟兄姊妹嘅服侍加倍於人,所以你哋要戴上兩重冠冕。你哋當中邊個更加關心、幫助同埋勞力服侍人,就無疑會獲得更大嘅賞賜。　「負責*『磨坊』*嘅你哋,都嚟見我。我同你哋講,你哋要好好盡責;但係唔好喺飲食或者其他任何嘢上,超出規定嘅以外,加任何多餘嘅嘢。」　至於你哋未能出席規矩、詩篇頌唱同其他禮儀──我哋其實唔希望咁樣──但因極大需要,我哋別無他法。不過,唔好灰心;雖然我哋都係罪人,但我哋會補足你哋喺呢方面嘅不足。 只要保持警醒,留意自己,敬畏上帝,遠離世俗的談話。

### *13. 起身;晨禱;第一時辰;工作*

13. 1) 起身;晨禱;第一時辰;工作。 – 2) 談話題目;競爭;厭惡休息;對上帝的奉獻和在勞苦中的忍耐。 – 3) 我哋要忍耐,好似主一樣……咁我哋就會蒙受祂嘅憐憫。– 4) 追求私利同對弟兄冇愛心。– 5) 得修道院長指示就得體面;唔好批評呢啲指示;願主整頓嗰啲無序嘅人。

**11.** 我哋要按所立嘅規矩同條例去生活,喺一切事上,無論大事細事,都勉力去做。　一聽到鐘聲,就快快活活咁去教堂集合,就好似天使召喚咁,同神傾心,透過詩歌事奉祂,然後唔係攞到啲短暫嘅嘢,而係攞到神賜嘅生命禮物。　一踏入教堂,就齊聲高唱讚美主上帝;然後專心聆聽詩篇歌唱,並精神抖擻地跟隨讀經,使你藉着二者所賜的啟示,在聖禮期間滿有果效且歡喜快樂,並令魔鬼蒙羞。　但同時,也不要忘記以清醒的心境在內心深處向上帝獻上禱告,好使你被視為純潔,而且被光照而非被蒙蔽,然後離開教堂。　崇拜結束後,就安靜而和平地離開禱告堂。然後,各位就應各返各嘅學業,切勿用閒聊浪費咗詩歌讚美中獲得嘅寶藏,反而要將而家所學嘅好嘢加落去。　另一個人,如果佢願意同覺得需要,可以臥喺床上休息;但就算咁,都要先畫十字聖號　,並好好安頓自己,然後心裏默誦一段聖詩,並加以反思,好免得落入仇敵──試探者──嘅誘惑。 因為魔鬼哋好鍾意喺聖禮完結之後,用邪惡嘅衝動嚟擾亂我哋嘅心靈,好報復佢哋喺教堂入面畀我哋專注同敬虔嘅 присут所擊敗嘅仇,亦令我哋浪費咗喺教堂詩歌同讀經中好好積聚到嘅一切。　為咗呢個目的,佢哋會令我哋心神混亂,利用身體因誦唱詩篇而疲倦,令佢變得難以管束,並激起唔雅觀嘅情緒同幻想。　但係,當然最好係唔好瞓覺,而係深入默想詩篇或者做其他嘢,唔好即刻就去瞓,除非瞓魔實在壓倒得你擋唔住;因為咁樣你先可以免受誘惑。　將呢段時間咁樣用完之後,我哋都要 prompt,互相配合,快啲去第一時段嘅崇拜:點解要放棄獎賞,又令良心受責備呢? 之後,向神祈禱:*「願我手所作的工得堅立」*(詩篇89:17),並願整日都用在善工上,按所分配的職務去進行,無論是各自獨立完成,還是當需要時大家一齊合作。　無論係田裏、葡萄園、廚房,定係其他按慣例喺固定時間做嘅工作,都應該配合詩歌、禱告同善念一齊進行;並且要盡心盡力,以詩歌為伴。

**12.** 你的言談總要合宜,無論是關於身體生命或屬靈的事,例如詠唱聖詩或執行其他職務。 – 大家要彼此競賽做好事。你哋各有各嘅美德,但無論邊樣嘢自己冇,就向對方借,就好似勤力嘅蜜蜂喺花朵上採蜜咁。– 讓我們遠離對安逸嘅慾望,將懶惰逐出門外。 – 我们要對神有熱誠,並堅定不移地努力;没有任何事物能成為我哋同對神之愛之間嘅障礙:無論禁食、通宵禱告、寒冷、酷熱、責備定係生活必需品嘅匱乏;但要將其他一切視為次要,先將我哋嘅得救置於首位。

**13.** 凡事都要歡歡喜喜地忍受,回想主為我哋所受嘅可怕苦楚。– 僕人同佢主人有乜嘢可比?– 因為我哋所受嘅任何苦楚都算不得乜嘢。　但,主啊,祢在祢的良善中,甚至接受我們微小的善行;祢與為祢忍耐的人同在,正如經上所寫(詩篇144:18),凡尋求祢的人都必得見祢;　如果祂為我哋打開天門──只要我哋堅持到底,祂就會接納我哋,領我哋進入祂天國嘅喜樂,同埋進入嗰個非人手所造嘅天國新婦房。

**14.** 我向你呼求,呼天、地和聖天使作見證:不可忽略你的救恩;不可藐視一條誡命;不可行在未啟示的思想黑暗中; 遠離秘密筵席,唔好沉迷美味佳餚,唔好用刀劍刺入你嘅靈魂──即係唔好喺佢哋裏面點起狂妄嘅火,就算對自己嘅肢體都唔好,要記住佢哋屬於基督,所以好有尊嚴, 唔好互相背後講壞話,亦唔好對對方動怒;唔好心存嫉妒;唔好以惡報惡;唔好爭住行使權力;唔好過早貪慕神職階級,亦唔好沉溺於此類念頭;　但要樂意將一切向(你屬靈的父親)敞開,藉此得醫治,並因此保持心靈的健康,凡事都要從心裏順服。這就是祭司職份、聖潔的服侍,以及對神的敬拜!

**15.** 那以清潔的心,將裏面一切向我卑微者敞開的人;那自卑的人;那視自己為萬物中最卑微的人;那所求 highest 者不過是他從我卑微者所領受的人──啊,在我眼中,他真係一個高尚而有榮譽的人! 但要刻意推敲我嘅詔令,照你自己嘅意思去評論,或者推測我點解要賜俾一個人呢份職務,另一個人又係另一份──點解我接納一個人做教士,又安排另一個人做其他職位──呢啲對你嚟講,既無益又唔合適。──願我哋嘅主同神,祂分開有資格同無資格嘅人,並*「將窮人從糞堆中抬起」*(詩篇112:7);祂賜恩典同智慧畀謙卑嘅人,並用力量腰纏軟弱者(詩篇17: 33)。願祂使你正直,願祂使你安寧,願祂接納你入祂的羊圈,願祂賜你豐盛的生命,願祂在一切事上加力給你,為要成就完美的工作,遵守誡命,討神喜悅,效法天使,好叫你承受天國。

## *14. 將心志定於神,視其他一切為無物*

14. 1) 將心志定於神,唔好理其他任何嘢。– 2) 無論喺寺院做乜嘢,只要勤力,就係行緊向天城嘅路,好得福份。– 3) 你哋外表好,但要小心, ,留意內團入面有冇猶大、海西烏斯或者其他咁樣嘅人。– 4) 唔好講:「我要做呢樣嘢或者嗰樣嘢,我會達到某啲目標。」要係勤力工作,將所有後續嘅事都交託畀主。

**16.** 嚟啦,我嘅兒女,聽我講;留心我嘅說話,將我卑微嘅教導存喺心裏!我向眾人呼籲;我向所有人宣告:歸向神;放棄你哋嘅慾望。 如此,先知的話向你哋呼喊:*「來吧,我哋要上去主嘅山,去雅各神嘅殿」*(以賽亞書2:3)──去無慾之殿;等我哋用屬靈嘅眼睛,望見為我哋預備嘅喜樂,同天上祝福嘅應許。要充滿熱誠, 張開你哋如鴿子嘅火翅膀,飛起,由呢度飛到美德所居之地;擁抱喜樂同神嘅心意所賦予嘅屬靈愛;品嚐祂最甘甜嘅愛,並視一切其他為次要;拋棄虛榮、肉慾同野蠻嘅憤怒; 凡係呢度睇落令人安慰嘅嘢都唔能絆住你;但我哋好似束好腰帶咁,會輕省、目銳、快捷,沿住通往天國嘅道路前行。

**17.** 旅客要受苦、忍受艱難,係無可避免;我哋亦都一樣。 因為,正如你所見,我們的工夫要勞碌、費力、疲倦:你勞作、你疲倦、你流汗、你忍受飢渴──有人在田裡,有人在葡萄園,有人在橄欖壓榨機旁,有人在廚房,有人在建築工地,有人在酒窖,而每個人都 simply 按照所分配的任務去做。 呢啲人行緊上帝嘅道路,向住大城走近,並要經過死亡,先至可以進入參與上帝所預備畀愛佢嘅人嘅福份嘅喜樂。

**18.** 喺呢方面:當我哋清楚見到行義路嘅人,就得安慰;但見到行亂嘅人,就憤慨又傷心,並盡我哋所能去糾正佢哋;可係,你心入面嘅隱秘,只有你同神知道。 – 但願你哋當中冇人暗地裡,好似喺黑暗中咁,做任何唔體面嘅事;因為冇嘢可以逃過全能嘅眼,就算瞞過我哋嘅眼。 我一向都對你哋抱有最好嘅想法。但邊個知呢──喺你哋十二人當中,難道冇個猶大?喺好教師基哈西身邊,難道冇個心靈中藏住永遠大麻風嘅惡人? 難道喺你哋當中,冇啲似以利亞祭司個仔咁,暗地裡食嘢,惹怒上帝,佢哋可悲嘅下場,對我嚟講都係一大災難,甚至比犯罪嘅以利亞更加嚴重?──願我哋都唔會受到任何傷害──主啊,可憐我哋! — 好似亞拿尼亞同撒非拉,佢哋膽敢向使徒講大話,結果落得個慘痛下場:因為好可能喺你哋當中,都有人喺心裏藏住謊言,喺回答問題或者閒聊時唔講真話。 我亦都驚西門行法術嗰個嘅跌落谷底,佢喺聖彼得──使徒之長──面前,表面上扮做佢嘅門徒,但實際上追求人嘅榮譽同光彩。願你哋當中冇人向後望,亦唔好放棄你哋原本嘅決心!

**19.** 無人可以話:「我要做啲咩,到某個時候我就要達到啲咩。」講呢番說話嘅你哋,連自己今日會唔會活到都唔知,難道唔驚聽見有人同你講:*「你個傻瓜!今晚你條命就要俾人攞走,你預備嗰啲嘢,到時又會歸邊個?」* (路加福音12:20)。讓我們效法使徒們與他們嘅師傅──萬有之神──之間堅不可破嘅合一,既然我哋時刻都喺主嘅眼目之下,就當加快腳步,往我哋嘅救恩邁進,將接下嚟嘅一切託付畀神,甘願喺此地忍受少少艱辛同埋少少痛苦,好等我哋可以永遠歡喜快樂。 上帝呼召我哋如此行;聖靈幫助我哋如此行;我哋的主耶穌基督喺此中加力畀我哋。唔使驚!魔鬼已經被摔落;基督已經復活,死亡再唔能作王。

## *15. 你哋已經離開咗世界;但你哋未離開仇敵所激起嘅情慾風暴:你哋要保持警醒,堅定不移*

15. 1) 你哋已經離開咗世界;但你哋未離開仇敵所激起嘅情慾衝動:你哋要保持警醒,並抵擋佢哋。 – 2) 透過信心行出順服奇蹟嘅例子:多西修、亞拿尼亞、撒迦利亞同其他人。 – 3) 行喺誡命嘅道路上,無怨言咁順服,你哋就會得救。 [1, 17]

**20.** 雖然我哋已經遠離咗世上一切,好似着咗我哋神聖嘅修道服就入咗港,但我哋仍然留喺呢個世界,就好似喺海上漂浮,唔知幾時魔鬼嘅暴風會起,想將我哋靈魂嘅船沉入深淵, ──我哋會喺邊度、點樣遇到心靈嘅海盜,──我哋會喺邊個隱藏嘅情慾暗礁上不自覺咁撞上,以及我哋要點樣喺一生之中,完成由塵世到天國嘅航程,而唔致船毀。 所以,我嘅兒女們,你哋要留心同提防,要保持警醒同警惕,洞悉魔鬼奸狡嘅詭計,免得你 喺毫無準備嘅時候,無法抵抗情慾嘅誘惑,無法抵禦佢嘅攻擊,無法繼續你哋安全嘅航程,並緊緊把握住我哋信仰嘅舵盤。

**21.** 修道者因聖父輩的良好榜樣而蒙受啟發──並以堅定不移的信仰強化他們的修行。 ── 因信,聖多西修斯完成咗佢順命嘅旅程,佢冇質疑,忠實執行導師嘅每條命令,並因此時而柔順忍受面頰被擊打,時而忍受嘲笑。 因信,蒙福嘅阿爸基爾以勇敢同青春嘅堅韌,忍受咗十五年嘅毆打、嘲笑同迫害,好似根本冇感受到呢啲苦難嘅重量;佢唔單止冇埋怨,仲喺聖父審問佢嘅時候,堅決為攻擊佢嘅人辯護同申辯。 因信,被聖化嘅提多因懷有首位思想,被大巴科米烏斯逐出教門三年,佢都冇任何抵抗或埋怨。因信,佢收割咗服從嘅成熟果實,因為佢用咗三年時間耐心同熱誠咁照顧佢師父嘅杖。 因信,常活者阿卡基奧斯有時眼底有瘀傷,有時面頰有毆打痕跡,有時又傷及手足其中之一;然而他卑微地承受这一切,毫無怨言;因此他被視為配得上不朽。 因信,可紀念嘅撒迦利亞雖然充滿聖神,都安然忍受佢嘅創傷,但從未離開佢嘅父。 因信,有一位奇妙的人,游过了被鳄鱼守护着的河流。每一位可敬的长老和完美的人,手持信仰的武器,都穿越了邪恶者试探的火与水,进入了永恒安息的境界。

**22.** 如果你想得救,就冇乜阻擋。你眼前有啲已經得救同正喺得救嘅真實榜樣。唔好只望住我,要留心我講嘅說話;雖然我係罪人,但我同你講真話,帶你行正路。 所以,我嘅兒女們,要努力,擺脫不順服,除掉不信。要敬畏咁行主嘅誡命。 *「求,就得;敲,就開。」*(馬太福音7:7)我知呢件事係真,深信不疑。要無怨言咁盡你嘅本份。 要勤力去做所吩咐你哋嘅嘢,唔好懶惰。唔好違抗、唔好急住頂嘴或者報復,亦唔好膽大妄為,自取滅亡,害自己嘅靈魂。唔好追求榮耀,你哋唔單止喺將來嘅時代會得到,就連而家,都可以以全盛嘅榮耀得著佢。 唔好因為職責分配──有啲職責較光榮、有啲較次──而互相爭吵,或者用尖刻、侮辱嘅說話刺激對方;咁你哋就會被認同為最卓越嘅,並且喺永恆嘅神聖居所中獲得最崇高嘅位置。 但如果我哋違背呢啲,就會得到相反嘅結果──而忿怒、憤怒同羞辱(羅馬書2:8-9)就會臨到一切行惡嘅人,無論係而家定係將來。願呢啲唔會臨到你哋!

### *16. 見到你哋嘅進步,我好喜樂;但我又怕你哋會停滯不前,所以我懇求你哋:唔好阻礙呢股勢頭,要遠離一切唔雅觀嘅事,並熱心追求一切正確嘅事*

16. 1) 見到你哋嘅進步,我好開心;但我又擔心你哋會停滯不前,所以懇求你哋:唔好阻住自己嘅進度,遠離一切唔雅觀嘅事,熱心追求一切正確嘅事。– 2) 面對死亡,我哋要整頓好自己嘅心志;要喺身體上行大能嘅事,對我哋嚟講好困難; 但若我哋心存端正嘅品性,並喺一切事上克制自己,依從規矩同指引,就唔會落後於偉人。– 3) 共同嘅兄弟情誼喺其組成同奇蹟上都好奇妙:因為每一次對慾望嘅勝利,就等於驅逐咗一個魔鬼。[1, 18]

**23.** 我卑微嘅靈魂渴慕並燃燒住對你得救嘅熱切渴望,就當你行喺真道上,每日都喺進步中向前邁進。 見到你哋拋棄一切,無私咁退離塵世,同自己親人斷絕一切關係,散盡所有財產,甚至將自己嘅意志釘喺十字架上;又見到你哋齊心協力、和睦一致,為同一個目標努力──呢一切令我好得安慰。 但我又擔心,你哋其中有人可能會以某種方式被剝奪咗所盼望嘅祝福。 所以我請求同懇求你哋:唔好停下你哋嘅腳步,反而要更加熱誠咁努力,行善以建造自己同埋鄰舍,每日都以無可指責、無可挑剔嘅狀態,呈獻自己喺神同弟兄姊妹面前, 既唔好屈服於嫉妒嘅熱忱、唔好屈服於有害嘅埋怨、唔好屈服於無神嘅驕傲、唔好屈服於奴才式嘅偏袒,而要順服、安靜同和平咁行事, ── 無所炫耀、無所覬覦,以智慧同良知行事,為善本身、為我哋聖潔嘅團體、為上帝嘅誡命同我哋方丈嘅教導,總之,為我哋自己嘅得救而行,日復日只追求嗰一樣蒙上帝悅納嘅事,並為此努力,直到今生結束。

**24.** 最後嘅時候未到,但係急速接近,對某啲人嚟講,已經喺門口。就好似擺喺我哋眼前、腳下咁,佢令我哋心生恐懼、謙卑、潔淨我哋,令我哋遠離任何罪惡或偏離正道嘅罪責,教導我哋以敬畏、寧靜同心靈嘅和諧過團體生活,同時研讀神聖經、純潔禱告,並按我哋能力勞動。 禁食係通往靈性生命嘅手段,雖然係身體嘅操練,但只要由聖潔嘅謙卑引領,就有呢個功效。嘗試聖父輩嗰啲偉大壯舉,唔單止超出我哋能力,而且真係唔明智。 但願我哋遵守上述所講嘅(即係:紀念主嘅受難、敬畏、寧靜、心靈

合一、聖經教導、純淨禱告、力所能及嘅勞作同禁慾),並喺我哋嘅從屬地位上,揀選合適自己嘅,嚴格遵守由律法規定嘅修道規則——喺飲食上, ——不但食餅同菜,仲有酒同油,有時亦食魚同芝士,都要適可而止,但唔可以照自己嘅判斷,因為咁唔啱,而係要照我哋所訂立嘅規矩——,其他所有事都要行事有智慧、有分寸。 ——無論我哋係瞓覺、休息、行路、坐住、聚埋傾偈,定係慶祝——就好似我哋種嘢、播種、建屋或者做木工嗰陣——我哋都會咁樣行,我向你保證,我哋絕對唔會比嗰啲先賢差。

**25.** 偉大嘅壯觀同奇蹟之一,就係我哋喺我主耶穌基督嘅名下,將來自唔同地方、唔同血統、唔同年齡同唔同生活方式嘅人,聚集成為一個身體,協調一致,共同行動、共同服侍,咁樣,雖然喺精神上我哋係多數, 雖然心志各異,卻心心相印,同心同德——並非出於任何邪惡的目的,而是為了取悅上帝,並為至聖三一的榮耀而工作。 因此,我哋呢個聚會(兄弟會)本身就偉大而有榮譽,可與大奇蹟媲美;但如果我哋活得如應,喺其中更會真真正正有奇蹟發生。因為喺呢度,唔係都趕鬼咩?— 係嘅,佢哋被趕出,唔係喺某日或某時,而係每日、甚至每時都趕出、都灼走。 我哋每一個人,只要克服一種情欲,就會燒灼並驅逐嗰種情欲嘅魔鬼: 克制淫亂者,就驅逐淫亂的魔鬼;克制懶惰者,就驅逐懶惰的魔鬼;克制憤怒和怨恨者,就驅逐憤怒和怨恨的魔鬼;克制論斷和埋怨者,就驅逐論斷和埋怨的魔鬼。同樣,我們也必須如此理解對其他情慾的克制。 咁你哋如果願意,唔係奇蹟製造者咩?——主都接納你哋嘅生活方式,就好似曠野老祖同柱上修道者所行嘅奇蹟咁。

### *17. 你點解離開塵世?為咗潔淨自己;而凡以呢種生活嘅精神去生活嘅人就係有福嘅,尤其係對住持賽嘅信心。*

17. 1) 你點解離開世界?係要自我淨化;而凡以堅定嘅信心活喺呢種生命精神入面嘅人,都係有福嘅。– 2) 人哋嚟到我哋嘅修道院係要得救:咁就畀佢哋睇到修道生活同修道紀律嘅榜樣。 [1, 19]

**26.** 我們要留意自己,保持清醒,警醒不寐,將心思意念提升到神。我們要更常回顧大阿爾瑟尼奧斯那段永誌難忘的勸言:「阿爾瑟尼奧斯,你為何到此?」因為我們也已離開塵世。 ——咁為咗乜嘢?——唔係為咗肉體嘅安息,唔係為咗享受世俗嘅歡樂,亦唔係淨係為咗學識讀寫或者書法,或者為咗擺知識、做個好讀者;同樣,亦唔係為咗自我放縱,追求榮耀、自誇、自以為高人一等,或者做個專橫霸道嘅人,——唔係為咗呢啲或者類似嘅嘢;咁係為咩?——係為咗得潔淨脫離罪惡,披戴敬畏上帝嘅心,甚至謙卑到肯為死而受苦, 十字架的死亡,即係要放棄自己嘅慾望,將肉體嘅情慾釘死,向自己嘅仇敵——魔鬼——開戰,並且*「與天下的掌權者、管轄者,以及這黑暗世界的掌權者」*爭戰 (弗6:12),好唔會屈服於肉體種種嘅誘惑,最後,就可以獲得你屬靈之父——伊古梅恩——嘅代禱,從而真真正正熄滅惡者所有烈焰箭(弗6:16)。 而家同我講,你嗰度點呀?——要檢視、要深思、要查究。 而你哋中間、你心入面嗰個遵守誡命嘅人就有福咗;佢冇將自己交畀罪惡嘅商人作 prey,佢喺順服上堅定不移,因完全嘅懺悔得見光明,因上帝賜下嘅謙卑蒙受啟迪,亦因金色般嘅基督式順服, 並好似披上紫色法衣咁,以對佢嘅屬靈之父——方丈——堅定不移嘅信心為衣,喺方丈交俾佢嘅職責上毫不動搖,喺方丈作出決定之前唔先入為主,亦唔認為有任何嘢—— ——喺世上對自己嘅救贖,比方丈為佢所視為嘅更重要。 我應該指出,我講嘅唔係自己,而係指嗰啲嚴格遵守上帝誡命嘅人。

**27.** 靈魂真係由上帝差遣嚟到我哋度,喺我哋嘅寺院度得救。就因為咁,我哋遵守誡命要最完善同最嚴謹。佢哋嚟到係為咗得光照,唔係為咗得黑暗。所以,我嘅弟兄姊妹,儘管我黑暗,都要發光;儘管我充滿腐敗,都要被恩典充滿嘅美德調味。 — 你哋嘅讚美應該係咩?係喺言語上讓住你嘅兄弟,唔好頂撞佢,唔好埋怨任何嘢,做冇惡意嘅羔羊, 唔好帶刺,而要喺我哋嘅總牧人基督面前溫順;要避開放蕩嘅笑聲同羞愧嘅談話;喺詩歌中要警醒,喺禱告中要保持清醒。 所以,我親愛的孩子們,要更加切實地努力,潔淨自己,過著貞潔的生活,完善自己,並被聖化,成為似神的人——雖然這聽起來似乎大膽——正如救主透過詩篇作者所應許的:*「你們是神,是至高者的兒子。」* (詩篇 81:6;約翰福音 10:34)。

### *18. 共同生活最值得讚揚;凡以其精神生活者,有福了*

18. 1) 團體生活最值得讚揚;活出其精神者有福。– 2) 人當愈加努力追求卓越,不可虛度光陰。– 3) 光榮歸於先祖!他們聆聽真理之言,過著榜樣般嘅修道生活:效法他們的榜樣。

**28.** 我切切地勸你哋——要熱心為你哋尊貴嘅靈魂得救。因為我唔認為有咩比提醒你哋我哋尊貴嘅生活方式更能對你哋有益。唔好因為我成日講同一件事就覺得厭倦。 ——咁,我哋仲有咩好傾

?──我哋會唔會放棄已經開始咗嘅生活方式,先轉去傾其他嘢?──唔會;我哋唔可以停低,要一次又一次講同一件事,一次又一次講同一個題目; 我哋就永遠都唔會停止讚美善行,同埋責備惡行──宣講完全退離世界同弟兄之間和諧嘅群體生活有幾咁美好同蒙福;並且肯定真係有個*「世界」*會*「降落喺鬍鬚上, 亞倫嘅鬍鬚上」* (詩篇132:2),如果有人進入咗呢個團體,以謙卑為衣,以順服為袍,努力克制自己嘅意志,擁抱咗對上帝最深嘅愛,喺靈裏由力量升到更強嘅力量, 愛慕萬有,並耐心遵守修會規矩所要求的一切,行事不存虛偽,心裏也不懷任何可使卑微的初學者與上帝及方丈分離的懷疑或詭計。 所以,弟兄姊妹們,讓我們懷着愛心,接納團體中一切存在和發生的人事物,視為聖潔且具救恩,即使有些事看似不悅:因為藉此,我們的棱角被磨平,變得圓潤,才能更順暢地向我們的目標邁進。

**29.** 努力互相關懷,不求自己利益,卻要追求對團體各方面都有益處; 當你哋嘅靈魂愈來愈強壯同精煉,就要保持不斷嘅順服,每日更新自己,隨住日子、月份同年度逝去,喺仲有時間去茁壯成長同修養美德嘅時候,不斷向更好嘅方向邁進。 唔好懶散;唔好畀瞓覺同大意打敗;唔好虛度呢段人生。當算賬嘅時候到嚟,我哋就會好清楚見到自己嘅努力有幾多成果,同埋因為大意而帶嚟嘅荒蕪;我哋會見到,因為專注自己同自己嘅工作,我哋先至有收穫;而如果忽略呢點,就會自取滅亡。

**30.** 榮耀歸於我哋聖潔可敬先祖嘅蒙福靈魂,佢哋真係有智慧、識見高明! 佢哋冇徒然聽真道;亦冇棄之如蔽履,更冇踐踏佢。反而佢哋額頭冒汗都努力耕耘,謙卑自己,克制己意,樂意做最後一個,凡事鍾意簡樸同貧窮,並遠離衝突, 並樂意且耐心地忍受一切;他們甘願服從長老的命令;他們熱誠滿溢;他們鍾愛寂靜;他們承擔軟弱者的疾苦,甚至像殉道者一樣,為他們流盡自己的血。至於還有什麼好說的呢? 你哋自己都識你哋嘅先賢同領袖;要效法佢哋,跟隨佢哋嘅腳步,願你哋配得上同佢哋一齊分享榮耀。

### *19. 讓你們各人愈來愈在自己的美德上卓越:順服的人在順服上卓越;謙卑的人在謙卑上卓越;勤力的人在勞力上卓越。*

19. 1) 願你哋各人喺自己嘅美德上越嚟越卓越:服從嘅人喺服從上;謙卑嘅人喺謙卑上;勤力嘅人喺勞力上。– 2) 無論你哋被派咗咩服從嘅職責,都要勤力去做。– 3) 如果你哋咁做,主喺今世同喺將來嘅時代都會安慰你哋。 [1, 21]

**31.** 照你開始咁繼續落去,唔單止唔好停止做好事,仲要愈做愈多;令你嘅心靈之火愈燃愈旺,快步邁向天國生命嘅高峰。 /順服者──要愈來愈順服,好叫你可以收割順服嘅果效;不但要順服有權柄嘅人,連普通人嘅吩咐都唔好頂嘴或抗拒, whatever they may command。/ /謙卑者──要愈來愈謙卑, 凡事順從,與一切都和諧一致,謙卑自牧,外表樸素,聲音柔和,言詞寡少,不存或許自己曾為高貴出身、或長期住持寺院、或身居高位、多有職務在身之念, —我再補充一句──你唔好因為自己聰明、威嚴、口齒伶俐、無所不能,或者有其他可嘉之處,就抬頭、擺嚴肅面孔或者用特別嘅步態。 *「勤力」*而勤勉地完成所托付的服從,他工作不是給人做,乃是給主做,他愈來愈證明自己是一個無可羞愧的工人,承擔最艱難的任務,並樂於為鄰舍而勞苦,深信天上為他存下豐盛的賞賜。

**32.** 我哋大家──無論係酒倉管理員、醫院看護員、書法家、葡萄園看守、菜園園丁、鞋匠、廚師、管家、教師、守夜人、叫醒人、勤務員、點燈人、麵包師、木匠,或者被派做任何工作嘅人,無論工大工小──我哋要喺不斷向未來湧流嘅過程中,懷住對永恆福份無可撲滅嘅渴慕,勇敢地完成我哋嘅工作,甘願忍受一切,行一切討神喜悅嘅事,並帶嚟自我嘅益處,彼此犧牲到一個地步,使每個人都願意為弟兄捨命。

**33.** 如果你們如此行,那獨生子──神──會安慰你們。祂為順服父神,自卑到極點,雖然祂是萬有之主,卻成為僕人,並且嘗到死亡──十字架的死亡── — 不但喺呢度,所有見到你所行嘅人都讚揚你, 你哋同仇敵爭戰,抵擋佢嘅攻擊同詭計,唔單止喺呢度,你嘅所作所為畀所有見到嘅人讚揚,連我都好開心……喺有成就嘅人入面,有因為謙卑而成功嘅,有因為其他原因而成功嘅;喺將來嘅時代,你哋會同天使合唱團一齊喺基督上帝嘅榮光中歡欣,就係*「所有歡欣者嘅居所」*。

### *20. 我為你哋嘅成功而喜樂……有啲人係透過謙卑,有啲人*

20.

1) 我為你哋嘅成功而喜悅……喺有啲人身上係謙卑;喺其他人身上……(列出修道美德)。– 2) 同樣地──將思想推得愈來愈遠、愈來愈高:我們前面有漫長的一生……我們會有時間。──3) 不可因天賦的恩賜或後天獲得的財富而自大,因為上帝會賜予更多;相反──將會有所損失。

**1.** 農夫見到豐收的田地會歡喜;但修道院長對他們所照顧靈魂的屬靈果效更感到喜悅。你們也令我喜悅,我兒,我所栽種的,神自己收割的(林前3:6)。 我一見到你哋為咗得救所需嘅一切而表現出嘅勤力、熱誠同埋幹勁,我就好開心。 我為那些表現出柔和、勤力、謙遜與敬重的人而喜悅;為那些抵禦並克服敵人詭計的人而喜悅;為那些無怨無悔地履行所託之責的人而喜悅;為那些展現和平與安靜心靈的人而喜悅;為那些性情單純的人而喜悅, 有人信我卑微多過信我尊貴;有人冷漠,唔鍾意和平──然而喺你哋所有人身上一同見到屬靈嘅進步同成聖,同埋喺一身體內嘅彼此相愛,都係因神由高天引導,同我同你哋父嘅禱告所成就。 我為此歡喜,並深感驚奇,因為這實在令人讚嘆。

**2.** 我恐怕因為我疏忽大意,又為祂的罪深感憂傷,主可能不會接受祂那伸展在我们身上的恩典之手──以致有某樣東西進入我們中間,那樣的东西不單止不可言說,甚至不可思议──任何靈魂的懶惰和困苦,甚至隱藏或顯明的跌倒。 所以,要小心自己;不可偏離你所立的正路,而要堅定不移,從榮耀到榮耀,從聖潔到聖潔。 要堅定,唔好偏離你喺神同天使,同埋喺我呢個卑微者面前所應許嘅行為圈;反而要加倍耕耘。小心唔好畀諗住長命百歲嘅念頭動搖你,亦唔好畀佢削弱你克制同自律嘅堅定決心。 呢個諗法係假嘅:因為我哋嘅生命係乜嘢?只係一場夢同一個影子。呢個諗法係假,但又好具欺騙性:因為佢唔係令你喺謙卑上加謙卑、喺順服上加順服,而係令你 ,一次又一次放縱自己,往往導致一個本該討神喜悅嘅生命完全被打亂。

**3.** 小心,免得你所認為的完美,變成罪惡的荊棘, ──無論係你學嘢快、你嘅知識、靈命嘅某程度經驗、偶爾嘅好良心、勤力、手藝、和諧嘅歌聲、悅耳嘅聲音、尊貴嘅儀表,定其他任何一樣。 呢啲都係上帝嘅恩賜,本應該用嚟增加你對賜予者──上帝──嘅敬畏同謙卑。以呢種態度去行,我哋會令祂對我哋更加憐憫,喺祂嘅恩賜上更加大方──我哋會被各種美善所豐富,成為聖潔嘅殿,蒙恩又蒙恩。 相反,如果我哋喺神面前自鳴得意,喺弟兄姊妹面前自大──挑眉、聳肩、擺出傲慢嘅態度,仲要質疑點解要做呢件事,點解要咁做而唔係嗰樣,或者點解唔畀我監管某啲工作, 而點解嗰個人要負責嗰啲嘢,而嗰啲嘢根本多餘,只係浪費勞力同時間——如果我哋咁做,就會將一個豐盛嘅時代變成一個荒蕪嘅時代,將盈利變成虧損,將勤力工作變成有害嘅懶散同邪惡──我哋唔係向上攀升道德嘅山峰,反而會愈嚟愈深咁跌入罪惡嘅深淵。

### *21. 行善──唔好畀仇敵入你心,免得佢大叫:「人人都變壞咗!」*

21. 行善──唔好畀仇敵入你心,免得佢大聲呼喊:「人人都變壞晒!」 [1, 28] 喺你靈魂嘅眼中,保持誠命嘅道路純潔,謙卑咁認出同糾正每一個絆腳石──無論係值得譴責嘅不順服,定係蒙羞嘅矛盾;行喺正路上,你嘅靈魂就會得享平安。 我哋嘅仇敵利用各種藉口,硬要闖入我哋嘅弟兄姊妹團契,並煽動騷亂。唔好收留佢;要用信心做盾牌,用神話語嘅寶劍將佢趕走──呢個破壞者就永遠搵唔到喺你哋身上嘅立足點,亦唔會得意忘形,話佢令你哋失足。 要令自己成為神軍隊中一支堅不可摧的部隊,叫他不得意忘形,反而要像聖馬卡里奧斯當年那樣哀嘆:「所有不義的人都向我發動攻擊。」主基督是你的統帥,天使是你的幫手和守護者。 *「願你哋嘅腳唔至跌入陷阱──祂守住以色列,祂既唔打盹,亦唔瞓覺。」* (詩篇120:3)

### *22. 一切都來自上帝;然而,要保守所擁有的一切並繼續向前,我們自己的努力也是必須的。*

22. 1) 一切都來自上帝;然而,要保守所擁有的一切並繼續向前,我們自己的努力也是必須的。– 2) 主到目前為止一直好好地保守你,你也非常興旺;要繼續保持同樣的方式──在禱告、默靜等等方面。– 3) 要忍受艱難同悲傷;人生不過一日,但係可以因此達到永恆嘅喜樂。

**4.** 凡事都要感謝主,因為我們的一切成功,都源於祂豐盛的恩典;因為 *「萬有都本於祂,借著祂,歸於祂。」* (羅馬書 11:36)。 如果有人膽敢自誇自己有甚麼,他就會聽到使徒的話: *「你所受領的,那有不是領受的呢?若所受領的,你若不領受,你就有甚麼可誇的呢?」* (林前4:7)。 – 然而,所有這些都需要努力、勤奮的追求和不懈的勤勉,並伴隨著謙卑,這使我們在敬虔的生活中得到力量、得到保護,並集中我們的思想,好叫我們不偏離我們的美善事業,也不因後來的懶散而使我們以往的勞苦蒙羞, 使我哋唔會由行善嘅路轉去行惡,反而因善行而改變,得着潔淨、光明,每日都向上攀登,變得比光更光,由星變做日,並披上最剛強嘅力量。 我懇求你,拋棄一切屬肉體的理由,以及道德道路上最大的障礙──世俗的榮耀;並以屬靈的刀劍斬斷一切情感與肉體的慾望,緊靠神,沿著屬靈的梯子向上攀升, 日復日建立屬神的根

基,並加深屬靈的根基,同時透過斬斷慾望來拋棄肉體的放蕩,以眼淚的洪流熄滅熊熊的烈火,並藉着默想將來的福份,驅走對食物、飲品的煩惱慾望,以及其他任何虛浮之物。

**5.** 到而家為止,多得我同你阿爸嘅禱告,主一直好好咁保守你;你都好興旺,行緊仁義嘅王道,以無欲之美裝飾自己,並且見到冇乜嘢比得上擺脫情欲、超越佢哋,喺　面作王咁統治一切塵世,好似同神一齊作王。　唔好忘記呢啲,亦唔好瞓着,因為你哋所託付、所行得咁好嘅生命道路;反而要更加*「帶住感謝進入祂嘅門,帶住讚美進入祂嘅院」*;　要藉住順服嘅果效豐富自己,並喺其中飲下令你哋聖心歡愉嘅懊悔美酒;　不可停止你其他敬虔的行為;要默靜你的嘴唇;不可因假冒為善,自以為苦,不食任何食物,而傷你弟兄的良心;不可面帶嚴厲的表情;不可長篇大論,或講虛空的話;不可把自己的安舒放在鄰舍的益處之上; 要喺我哋主耶穌基督裏面,心心相印、同心同德,以祂為你哋嘅頭。

**6.** *「要喺主入面同祂大能嘅力量入面得著力量」*(以弗所書6:10),並以英勇嘅態度忍受一切唔愉快、悲傷同沉重嘅事,將我哋死亡嘅奧秘常留喺心目之中,並視我哋一生為短暫。　正如聖格列高利神學家所言,對於真心投入救恩主要使命的人,一生不過一日。但在這一日、這如夢似幻的短暫時光中,我們可 attain 到天國──那永恆喜樂與歡愉的領域。

## *23. 抵擋煽動情慾的仇敵*

23. 1) 抵擋那煽動你情慾的仇敵。 – 2) 讓長老幫助年輕人。 – 3) 有幾次……情慾一升起,但一以禱告抵擋,就一切平息。 – 4) 所以,不可灰心:主近在咫尺。 [1, 25]

**7.** 努力吧,我親愛的孩子們,努力吧,我主們和主人們, 要與魔鬼的詭計爭戰,與他每日針對你哋的攻擊爭戰,與慾望之火爭戰,與絕望的陰暗爭戰,與四處漂泊的災難爭戰,與嫉妒的蛇爭戰,與無節制、亂說話和嘲笑的傾向爭戰,與一切與你為敵、攻擊你的人性慾望爭戰。

**8.** 最後中嘅第一,軟弱中嘅強壯,受試煉中嘅得勝者,貧窮者中因屬靈果實而豐富嘅人,初信者中嘅成功者,新信者中嘅老練者──互相幫助,攜手同行,用言語教導,指出所當行嘅道路,互相激勵去做有意義嘅事,好叫我哋眾人都得救。

**9.** 回想你屬靈爭戰已經有咗幾多年,到而家為止你面對過幾多次、幾種嘅試探! 讓每個人回想一下,自己曾幾次被誘惑所勝,變得疲倦、心灰意冷;然後突然之間,又從一句勸言或弟兄的禱告中,得着力量、喜樂、堅毅、生命之靈和感動;然後再次努力,又因神大能的作為而得力。　將來你哋修行嘅日子亦都係咁,甚至更加多──*「我哋要經過火同水,進入*無情欲嘅*安息」*(詩篇65:12)。

**10.** 所以,無論是谁都不可灰心,不可喪失勇氣!我們要互相幫助、互相安慰,並互相激勵,以愛心、忍耐和熱誠去遵守上帝的誡命。 願我哋嘅主耶穌基督──我哋嘅真神、絕望者嘅盼望、跌倒者嘅撐持、病人嘅醫治者、旅途上者嘅知心伴侶同勞苦者嘅安慰者──總之,祂係地極同遠洋上所有人都嘅盼望──願祂鋪平你哋嘅道路, 願祂賜你哋喺所行嘅每件事、每一步上都得著成功,直奔成全嘅救恩同進入祂居所嘅城邑。

## *24. 對抗情慾的煽動:神的話語、保守感官──尤其視力──並剝奪肉體的安息:要警醒;雖然你喺洗禮後跌倒過,但喺領受修道冠冕的誓約後,切勿再跌。*

24. 對抗情慾的煽動:神的話語、警醒守護感官──尤其眼睛──並剝奪肉體的安息:要警醒;你喺洗禮後跌倒,唔好喺領受修道誓願後再次跌倒。 [1, 27] 呢度嘅氣候又熱又焙人——我講嘅唔係自然嘅火,而係一種無形嘅火,佢燃燒住靈魂,源於罪惡嘅炭灰,由敵對惡魔投進我哋心入面嘅慾望火星所點燃。　但你哋有自神聖之口湧出嘅聖靈恩膏(即係神嘅話語),好似一條河流,可以熄滅呢把火;就好似嗰三位年輕人喺火窯入面,都冇受呢把火嘅任何傷害。　喺呢方面,要守住自己嘅感官,特別係眼睛,因為如果唔小心使用,我哋嘅仇敵就最慣透過佢向靈魂投下慾望之火。　人亦要防範其他由肉體而起嘅誘惑,因為對食物、 、飲品、睡眠同其他一切身體休息嘅過度放縱,就會畀佢哋可乘之機。正如全面嘅節制可以帶來堅守美德嘅力量,同樣,喺呢方面嘅疏忽就會招致各種罪惡嘅暴政。　所以,要小心,免得你哋已經因進入而家嘅召命並作出適當嘅誓願而獲得自由,卻又重返呢種奴役;亦都唔好自找雙倍嘅痛苦──因為受洗之後同領受修道冠冕之後嘅跌倒,代價更重。

***25. 克制自己情慾嘅人,會獲得冠冕;放縱情慾嘅人,就會受懲罰;如果你屬於前者,就好;如果屬於後者,就要快啲改過自新。***

25. 1) 克制自己情慾嘅人──得冠冕;屈服於情慾嘅人──受刑罰;如果你屬於前者,就更好;如果屬於後者,就要趕快補救。 2) 要努力遵守誡命;唔好懶散、心存二意,或者自以為義。 – 3) 每個人都要透過順服作出自己嘅貢獻;無論幾微,主都會接受。 – 4) 唔好畀困難打倒;要繼續向前,互相幫助。 5) 外在同內在嘅苦難都係短暫嘅;要有耐性, relief就會嚟到。– 6) 有邊個唔勞而獲冠冕?– 但係死亡近咗,勞苦就會結束;你將會加入聖徒嘅行列。

**11.** 看吶,比賽嘅擂台!睇吓呢場爭鬥!──嗰個英勇作戰、跑得好、心志唔受任何肉慾同激情牽絆嘅人,先至能取得真正勝利,會戴上不朽榮耀嘅桂冠,被宣佈為上帝嘅兒子,仲未等到離開呢度,就已經成為永遠祝福嘅繼承者。 但凡被罪中之樂所捲走,投身魔鬼圈套的人,就遭受真實的失敗,因罪惡蒙受羞恥,成為魔鬼之子,並成為 gehenna 之火及其他各種永恆折磨的繼承者。要審察自己,試驗自己的信心,分辨自己的站立處和道路。 如果你已經行喺正路上,行緊大道,就更好啦!──但如果喺旅程中你犯罪跌咗入罪惡嘅急流,就要快啲返轉頭,趁第七個時代未完結、第八個時代未開始,帶住審判同報應嚟到之前。

**12.** 務要遵守神嘅誡命;喺你哋心入面播下美德嘅種子,好等日後可以收割公義嘅果實。唔好懶惰,免得從源頭聽到:*「你呢個懶蟲,去到螞蟻嗰度,或者去到勤力嘅蜜蜂嗰度,*向佢哋學習。」(箴言 6:6, 8) 唔好有人呃人或者心口唔一,心裏藏住一樣嘢,口裏講住另一樣,免得俾詩篇作者大衛嘅可怕審判擊倒,佢話:*「耶和華必摧毀一切拍馬屁嘅嘴同說謊嘅舌頭。」*(詩篇11:4) 不可有人懶散或偷懶,免得落入聖保祿的譴責,他說:*「若有人不肯作工,就不可吃飯。」*(得撒羅尼迦前書 3:10) 不可有人自作聰明,免得經歷聖雅各所警告的:*「神阻擋驕傲的人,施恩給謙卑的人。」*(雅各書4:6)

**13.** 我哋都要歡歡喜喜喺主入面行,遵守祂嘅誡命,每一個人都要將自己帶入我哋生命嘅團契,就好似帶入我哋嘅寶庫(馬可福音12, 43) 凡係喺佢哋能力同可動用範圍內嘅──有嘅透過管家職份,有嘅透過事奉,有嘅透過照顧病人,有嘅透過詠唱,有嘅透過讀經,有嘅透過園藝,有嘅透過書法──總之,唔好有人乜都唔貢獻,亦唔好有人空手見主。 主不但接受大獻禮,也接受最微小嘅奉獻;祂甚至接受一個只係誦念一節詩歌以紀念死亡嘅人,如果佢真係冇其他嘢可以做,就好似祂接受嗰個寡婦嘅兩個大錢一樣。 上帝衡量行為的價值,祂看重行者的一番心意。既然我們有一位良善而大有憐憫的心神,祂渴望我們得救,比我們自己更甚,就讓我們行祂公義的道,我們的靈魂必得安息。

**14.** 願我哋福音道路上嘅一切意外艱難,都唔好阻礙任何人嘅進步; 但就算路途艱難險阻,我哋都要繼續向前,保持喜樂同勇敢,跨越一座又一座山丘,直到我哋攀上主嘅山,站喺祂寧靜嘅聖所。 同行嘅人會互相減輕負擔。正如使徒所言:*「彼此擔起重擔,如此就成就了基督嘅律法。」*(加拉太書6:2)

**15.** 總係今日有怯懦,明日就有勇氣;而家有憂鬱嘅心情,突然又湧現一陣靈感;就喺呢一刻,情感反叛,下一刻就有上帝嘅幫助去壓制佢哋; 你明日同昨日唔同,永遠都唔會一樣,我親愛嘅人;但係上帝嘅恩典會臨到你,主會藉住你得勝。到時你會問:「主啊,你到而家先喺邊度?」祂會答你:「我一直喺度睇住你掙扎,同埋等緊你。」 所以,我哋要忍耐,要有啲大度;要節制自己,制服我哋嘅身體,將佢哋奴役,將我哋嘅慾望拋得好遠。

**16.** 冇爭戰過就有人攞到冠冕?冇受苦就有人得着安息?冇喺靈魂裏播種同培養美德,就有人收割生命嘅果實?我嘅兒女們,神嘅工人,天使嘅效法者,無形者嘅競爭者,要播種、要接枝、要勞力、要流汗! 你哋睇唔到呢啲爭扎嘅結局咩?我哋嘅弟兄唔係成日都死咩?我哋唔係每日都為離世者唱殯歌咩?咁你呢個心志軟弱嘅人,點解要自苦於悲傷呢?死亡都會嚟到你身上。 唔係今日──你明日先會死。你帶住無限嘅喜悅離開呢個世界,升上天國,到神面前,進入不可接近嘅光中,進入難以言喻嘅喜樂,進入難以想像嘅榮耀,進入天使嘅居所,進入主嘅殿院,進入長子嘅教會,進入亞伯拉罕嘅懷抱? 喺嗰度,你會見到邊個?主──我哋嘅救主;天主之母──世界之后;無形的天使;智天使同熾天使;以及所有聖階嘅聖徒──先知、宗徒、主教、殉道者、可敬者同其他眾聖,佢哋嘅數目多到數唔清。 呢啲唔令你滿懷驚喜、鼓舞,並將你高舉於一切勞苦、憂愁同逆境之上咩?

***26. 你從修道生活嘅高處俯瞰世界,見到一片虛榮嘅大海洶湧;所以你要歡喜,因為你已經從此中得救。***

26. 1) 由修道生活嘅高處向下望塵世,你見到一片虛榮嘅大海洶湧;所以要歡喜,因為你已經從中得救。– 2) 然後,當你轉眼望向自己,你會見到同樣嘅事物(父母、親人、財產等等),但係以神聖同喜樂嘅形態出現; 所以要跑得好,好令你跑得着。– 3) 一覽向上嘅美德同向下嘅罪惡。– 4) 哀嘆修道者嘅過失。[1, 29]

**17.** 我而家就用使徒嘅勸勉開始同你講解: *「要喺主入面常常喜樂!」* (腓立比書 4:4) 當你因神在祂一切智慧中預知並預定祂的呼召,使你被認為配得進入這福音之道的生活,並現今坐於高居之地的高處時,你又怎能不喜樂、不歡歡喜喜地行呢? 你俯瞰人間生命中嗰啲微不足道同卑微嘅虛空,佢哋就好似大海咁被拋來拋去,隨住萬物不斷變化嘅動向被帶到處處。 如你所見,嗰度冇一樣嘢係穩固;冇嘢可以留喺原地;但係君王會更替,王子會倒台,世上嘅統治者同其他人一樣都會死;結咗婚嘅人好快就會離婚,離棄人或者畀人離棄; 美貌會衰老,青春易逝,享樂難留,世上所有財物都如影如夢;為死別而痛哭失聲、捶胸頓足,為與摯愛離別而心灰意冷、絕望, 追求自己慾望時受挫所帶嚟嘅難以忍受嘅折磨——無論係婚姻、官位、財富,定係享樂同歡愉;嫉妒同忌妒嘅痛苦,意外嘅羞辱同恥辱——等等,不一而足。

**18.** 那麼,你被呼召到什麼地方?當你登上主的山,你看見什麼?——這一切擺在你面前:以天國代替塵世;以真與至高無上的父神代替父母;以同路人及志同道合的弟兄代替親人;以無形且神聖的使者代替朋友; 取而代之嘅係財寶——美德嘅豐富;取而代之嘅係高官——難以言喻、偉大而無限嘅天國;取而代之嘅係淫亂嘅歡愉——甜蜜而無盡嘅無慾;取而代之嘅係一切世俗嘅滿足——深邃而難以言喻嘅福份。 知道呢啲,就當敬畏那獨一嘅永生神;要喺靈命上堅固自己;要穿上神嘅全副軍裝;要執起屬靈嘅寶劍,就係神嘅道;又要攻破掌管今世黑暗嘅權勢同惡者天下的靈,好等你哋同神嘅使徒保羅一齊呼喊: *「我已經鬥完了那美好的仗,跑盡了當跑的路,守住了那信仰。如今,公義的審判者——主——已經為我存留了公義的冠冕,這冠冕要喺嗰日賜畀我,並賜畀所有等候祂出現的人。」* (提後4:7)

**19.** *「佢哋升到天上,又落到陰間。」* 大衛先知咁唱。若按屬靈嘅意思去理解,我哋可以學到以下教訓:凡係逐步按正當嘅方式糾正所當做嘅事,就升到美德嘅最高境界;但凡因疏忽而妥協,就墮入毀滅嘅深淵。 而家,我哋要諗吓咩嘢可以令我哋提升,咩嘢又令我哋跌落去。以下嘅嘢可以令我哋提升:基督式嘅順服;同神結合嘅謙卑;脫離自我誇大、一切虛偽、對首席嘅慾望, 從炫耀自己嘅慾望、從狡猾、從幸災樂禍、從野心、從嘲笑同諷刺、從對過去生活任何事嘅誇口同驕傲(就好似有人講:「我以前係咩咩、我有啲咩、我做過啲咩嘢。」——嘩,真係好丟臉! 本該隱瞞嘅嘢,佢偏偏用嚟吹噓,完全忘記咗佢神聖嘅召命)。我再補充一句: 鎮定、與弟兄相處和睦、肯道歉、低垂頭和下巴、垂目和眼皮望向地下、手腳謙遜擺放、不理會自己着咗咩或者點着法、最緊要係——坦率承認靈魂每一絲動念——唔好再多講。 ——其他所有與上述相應的良好感受、品格和行為。——但以下則被貶低:敬畏上帝;若無敬畏上帝,則充滿各種憂愁、憤怒和褻瀆(以弗所書4:31), 按使徒所言,以及其後果:自大嘅辯論、自大嘅神色、扭曲嘅目光(或抬高嘅目光)、張開嘅鼻孔、眯起嘅眼皮,同豎起嘅毛髮。

**20.** 因我嘅罪,我見到有啲弟兄姊妹走偏,忘記咗佢哋同神嘅約定同埋莊重嘅承諾——亦忘記咗將來我哋要站喺可怕嘅審判台前。 噢,愚蠢而心緩慢嘅人(路加福音24:25),我哋要記住喺最開始已經商議同立定嘅事! 我哋唔係立誓要渴慕、要飢渴、要預備自己,要忍受嘲笑、虐待、創傷甚至死亡咩?但係而家,當有人遇到丁點唔愉快,就即刻灰心喪氣,咁嘅人喺我哋當中仲有邊個?—咁,我哋都應該反思自己,將敬畏上帝嘅心放喺心裏。 我哋當中唔好有人膽敢重返我哋已經棄絕咗嘅道路。我哋唔好畀人因為佢哋嘅放蕩而憐憫佢哋,反而因為我哋自己嘅罪惡,令佢哋喺今生同將來嘅世代都為我哋痛心疾首。佢哋叫你「聖父」又點? 人哋向我哋求祝福,又有咩所謂,當我哋自己仍然冇得福又無法無天,好似野獸咁?願神——我哋主耶穌基督嘅父——保守喺祂道中行嘅人,亦願祂引領已經滑落返去嘅人重返祂誡命嘅道路!

***27. 每日嘅教會禮拜、微薄嘅供奉、遵守團體生活規則、罰款同懺悔都需要好多勞苦同耐性;但因為呢啲可以引領人得救,並且可以為此贏得冠冕,所以要堅心***

27. 1) 每日嘅教會禮拜、清淡嘅食糧、遵守群體生活規則、罰款同懺悔都需要好多勞苦同耐性;但因為呢啲可以帶嚟得救,並且可以因此贏得冠冕,所以要打起精神。 – 2) 務要行事有智慧,處事卻要心存純真;最緊要,你哋嘅言談要合乎次序。 [1:31]

**21.** 祈求主賜給我在我卑微的嘴唇上所當講的話,好安慰並鼓勵你們的靈魂:因為我看見,我弟兄們,你們日日所忍受的勞苦──在守夜和遵守禱告規例上,為此在半夜和半夜之前起身,然後在規定的時間, 一日七次跪下向主承認祂公義之道,並行多次跪拜大禮,同時抵禦邪念,並向你哋嘅長老揭露佢哋,承擔因此而嚟嘅羞辱,並為此行懺悔,藉此驅走那惡者嘅烈火箭矢; 我仲要加埋戰勝瞌睡,克制對飲食、休息同散步嘅慾望──呢啲都係肉體極度渴望嘅;克制同弟兄相處嘅團契,謙卑咁穿著有時污糟、凌亂、破爛、滿晒洞嘅衫;仲有: 唔好講呢樣,唔好望嗰樣,唔好摸嗰樣,唔好去嗰度,喺呢件事上要克制自己,喺嗰件事上唔好灰心,要隨時準備好做嗰件事,唔好轉頭離開嗰件事……所有呢啲同埋類似嘅嘢都係困難、沉重同苦澀嘅。 但既然呢一切都係為咗我哋靈魂嘅得救,就應該對我哋嚟講係甘甜、容易同舒適,好讓我哋可以同使徒一樣對自己講:*「然而,在这一切的事上,我哋藉着愛我哋*嘅主,*已經得勝有餘。」*(羅馬書8:37) 天國嘅冠冕預備咗畀我哋──殉道者嘅冠冕、無可言喻嘅喜樂,同永遠祝福嘅喜悅。 *「所以,你哋要剛強,心裏堅固,所有盼望主嘅人。」*(詩篇30:35)

**22.** 不斷操練你克己又蒙福嘅生活方式,好等你長期堅持,積聚豐盛嘅美德,並隨着你嘅身體成長,喺屬靈上亦能成熟,喺謙卑、順服同克制自己意志方面變得智慧又熟練, 但卻在驕傲、爭吵和欺騙中愚蠢無知:*「因為行詭詐的必被剪除,但等候耶和華的,必承受地土。」*(詩篇 36:9) 唔好因為自己好自作主張咁去服侍,反而成為彼此嘅絆腳石;要時時努力,揀啲對人有幫助、唔會傷害人嘅嘢去做。我嘅仔女,*你哋嘅說話要常常帶住恩典,好似加咗鹽咁。* (西4:5)──不可放蕩,不可粗魯,不可自大,不可加重人負擔,不可傷人,不可充滿惡意或虛榮,不可羞愧,不可自相矛盾,不可好爭,不可多言,不可荒謬,不可大意,亦不可懶惰; 但要充滿敬意、溫柔、 、和善、誠懇、和平、寬容,並懷着謙卑悔改的反思,順服、安靜、穩重、有條理;藉此,我們得以彼此事奉,互相建造。 ── 抑制魔鬼般慾望嘅衝動,驅走敵意思想嘅大軍;因為呢啲就係我哋嘅靈命健康同安寧、我哋嘅興旺同人生正軌、以及我哋對一切美好事物嘅準備同適任。

### *28. 你就好似肥沃嘅土壤,無論係呢個人定係嗰個人,都會結出美德嘅果實*

28.1) 你哋就好似肥沃嘅土壤,各自以自己嘅方式結出美德嘅果實。 – 我因此得到安慰;但我更驚嘆於你哋當中有啲人,一生豐衣足食、顯赫尊貴,卻能接受我哋卑微渺小嘅生活,亦都拋棄咗親情同其他羈絆:真係,呢就係殉道。– 2) 獎賞好大; 正正就係為咗呢個緣故,我哋生命嘅艱辛,差唔多要流血嘅程度,先至可以承受得住。

**23.** 你哋就好似肥沃又良善嘅土壤,接受咗我卑微嘅言語,永遠結出美好嘅果實,好似一個用各種美德嘅美景裝飾住嘅樂園。 因為我看見並認出你們內心所發生的一切,以及你們所熱衷的事物;我因一個人性格的溫和、另一個人的熱誠、一個人的沉默、另一個人的詩意、又一個人的勤勉,以及另一個人的警惕而得到安慰, 而其他則以其他品格;但你們眾人,卻以一種不可戰勝、堅定不移、堅忍不拔的堅守我們共同生活規則的堅定立場——我為那些曾經過著幸福安逸生活、而今開始為主而活的你哋所驚嘆, 你哋逐漸忘記晒嗰啲,變成咗完全唔同嘅人,勇敢咁忍受而家嘅艱苦同清貧,藉此贖罪同補贖以前嘅罪過。 但係,基督嘅愛真係可以成就一切,令自負嘅人變得謙卑,令慣咗豐裕生活嘅人學識知足常樂,令貪婪嘅人變得清貧而節儉。唔止呢啲人令我驚嘆,凡係為咗主嘅福音而拋棄一切嘅人都令我驚嘆:父母、兄弟、妻子、親人、祖國、屋企同埋習俗。 每個人都放棄咗對佢嚟講最珍貴嘅嘢;而且,好常見到表面上犧牲最少──甚至根本比唔上偉人之一──嘅人,竟然承受咗最大同最沉重嘅勞苦; 因為,就算冇其他,單係佢擺脫咗家庭羈絆,或者其他任意慾望嘅支配,就已經足夠令佢成為殉道者,並賦予佢,好似宗徒之首嗰位一樣,大膽咁向基督主呼喊嘅勇氣: *「我哋已經撇下一切跟從咗祢,咁我哋會得着啲乜嘢呢?」*並且有幸聽到主回應:*「喺復活嘅時候……你哋都要坐喺十二個寶座上,審判以色列嘅十二支派。」*(馬太福音19:27–28)

**24.**既然有如此這般的賞賜等候我們,我們怎能不更迫切地勉勵自己,去實踐並行出一切敬虔的事呢? 我哋又點可以唔為咗主嘅緣故,忍受生命中一切悲傷同沉重嘅事?自捨、守望、責備自己、順服、教導、懺悔同其他一切嘅工夫,都令嗰句先知嘅話應用喺我哋身上:*「為你嘅緣故,我哋一日被殺好幾次;被當作待宰嘅羊。」* (詩篇43:23)。其實,你哋都唔係離呢個好遠。因為你哋唔係都喺自己嘅慾望被斬斷、被責備嘅創傷,同埋喺彼此生活方式上互相順服嘅過程中被「殺」咩?喺呢啲時候,雖然唔係身體上,但係心靈上嘅血唔係由你哋心入面流出嚟咩? 但要喜樂;因為你哋嘅受苦並非徒然,而係為自

己預備咗 *「那不衰殘嘅榮耀冠冕」*,正如使徒所言(彼得前書5:4)。 願真知識的光明,同對上帝的愛──令你哋脫離世界──,同對永恆生命嘅渴慕──令你哋殺死肉體嘅慾望──,都照喺你哋心裏。願上帝引領你哋,並提升你哋到最高嘅境界,達到我哋虔誠嘅目標,賜你哋堅強嘅心志同堅定不移嘅心靈。

### *29. 好快,我哋就要離開呢度;但願我哋嘅離去能獲得一個美好嘅送別*

29. 1) 好快我哋就會離開呢度;但願我哋嘅離去能獲得一個美好嘅送別。– 2) 你哋成日都喺順服同禱告嘅工夫度過,但唔好疲倦,因為就喺此中先有你哋嘅救恩。– 3) 要喺修道院度有耐性咁生活,忍受貧乏、克制自己嘅意志同慾望、丟臉同其他具體嘅悲傷……呢就係殉道。– 4) 你必須堅持到最後,懷住同所有聖徒一齊分享喜樂嘅希望,並得見至聖天主之母同主自己。[1, 33]

**25.** 我相信,我向你哋宣講我嘅卑微之言,並唔係徒勞無功;你哋聽佢,亦唔係浪費時間。──但係,並非所有嘢都講晒;因為完全寂靜嘅時候,終有一日會到。 我哋唔會永遠活落去,但係過唔耐──無論上帝定咗幾耐──我或者你都要離開呢個世界。但 ,我哋嘅目標係令到離開呢度嘅時候有良好嘅品行,遵守誡命,並令我哋嘅主耶穌基督喜悅。

**26.** 我見到你哋一如既往咁勤力,盡心盡責:有人預備同烘焙麵包,有人打理葡萄園,有人跑腿,有人做手藝──縫紉、寫字、洗衫、烘焙、煮食、預備餐點、喺鐵匠舖、喺儲物室、喺醫務室, ──同時你哋又從不缺席所有教會嘅禮拜:第一時、第三時、第六時同第九時、晚禱同夜禱;當你哋聚埋一齊,就虔誠咁企住、唱歌同禱告──全部都冇懶散或疏忽。 我常存記你哋嘅一切勞苦、艱辛同重擔;但唔好陷入灰心,因為使徒話: *「然而,在这一切的事上,我们更胜得胜,因那爱我们者*的缘故。」(羅馬書8:37) 雖然呢份工夫好大,但因為藉住佢,永恆嘅救恩同無窮嘅喜樂都向我哋照耀,我哋就應該喺其中歡欣雀躍,並將自己獻身於更大嘅壯舉, 並要按群體規矩,堅定喺殉道式生命嘅爭鬥中,無論任何重擔都唔動搖,唔轉軀,亦唔會因任何悲傷或艱難而退縮。

**27.** 我勸你哋:要堅定不移,追求各樣善行美德,照主嘅話,靠你哋嘅忍耐救你哋嘅靈魂。 當你哋面對死亡之時,要日日更新自己;將其他一切視為次要,以謹慎同屬靈嘅愛心整頓自己,並以各種方式遠離有害嘅狂妄,好令你哋彼此順服,無埋怨、無嫉妒、無羨慕、無自大, 視每位鄰舍之善如己出,有時寬容弟兄對你嘅疏忽,以智慧接納加諸你身上嘅責備同侮辱作為靈性良藥,並喺一切言行上溫柔真誠、坦蕩無偽,喺我哋永生主嘅面前行事。 呢,就係我哋嘅殉道!──亦正因如此,有啲熱誠嘅靈魂經常喺外在折磨者手上追求為基督受苦。 – 喺呢度(即係喺基諾維亞)以勇氣同公義去忍受試煉、壯舉同見證,唔向巴力下跪,唔將靈魂獻畀情慾,唔背棄你所應許嘅,唔偏離你所行嘅道路,亦唔退離你所站立嘅位置: 而你哋都會同嗰啲為殉道而流血嘅人一樣,受到同等嘅尊崇,正如聖父哋嘅見證所證明。

**28.** 唔好以為只要有人忍受過一次,或者幾次,就已經得救;但凡能夠以平靜嘅心態承擔所有可能發生嘅事,並且一直堅持到最後嘅人,先至會得救。 但如果有人喺旅程中或接近終點時變得軟弱,放棄咗蒙福嘅順服,就會遭受最可悲嘅墮落,伴隨住憂愁同眼淚;唔單止因為佢哋會因此摧毀晒以前所有嘅努力,更因為佢哋喺神公義審判嘅日子裡,必然會落入定罪。 所以,要喺一切事上,同埋一生嘅日子裏面,保持自己純潔無瑕,為咗神嘅榮耀,為咗靈魂嘅得救,同埋喺天上同我哋祖先一齊得福嘅產業; 使我哋得以配得喺嗰度歡欣快樂,就係偉大嘅安東尼──嗰位光耀嘅星辰──所發光嘅地方;就係以弗莫尼奧斯神載者同巴科米奧斯基督載者所在嘅地方;就係薩瓦斯多稱頌者、狄奧多西奧斯全福者同多羅西奧斯神啟者所在嘅地方;就係多米提安天使同侔者, 全聖阿卡基奧斯、合神心意嘅多西腓,以及永生者巴西流──我指嘅就obedient[83] ──撒迦利亞,被聖靈所充滿,同埋亞弗,神嘅僕人;至於其他人又何須多言? ──十二使徒中首屈一指嘅彼得同保祿喺邊度?主教、神父同聖殉道者嘅居所又喺邊度?就算我哋未能同佢哋並肩而立,都絕對唔會失去佢哋嘅光照、佢哋嘅交談同佢哋嘅轉禱。 我哋希望能夠見到聖母自己──我哋嘅全能統治者同主宰、天主之母──嘅聖容,並俯伏喺佢腳前。 但我哋亦都希望能夠見到主自己──萬有之主、我哋嘅主──雖然呢樣可能睇落好大膽。因為神聖嘅保祿說過,我哋喺雲彩中被提到空中與主相遇之後,就永遠同佢同在(帖撒羅尼迦前書4:17)。 所以,當咁嘅光榮、咁嘅喜樂同咁嘅生命擺喺我哋面前,有邊個唔會喜悅?有邊個唔會充滿熱誠?有邊個唔會被對上帝嘅愛點燃同激勵?有邊個唔會為咗做所有 مناسب嘅事而努力,無論要付出幾大代價?

---

[83] 參見《大提奧多西皇帝傳》,1月11日,以及《大齋頌》,星期日,第二頌。

***30. 為避免反覆無常,我們必須服從群體規則,這規則排斥弟兄會內的任何孤立,使每個人在職責上保持平等,從而保障我們免於跌倒***

30.

1) 為免前後不一,要順服群體生活嘅規矩,咁樣先可以避免弟兄之間出現隔膜,令大家喺職責上保持平等,從而防止失足。 – 2) 你哋以前都面對過誘惑,但主幫助咗你哋,你哋都勝過咗;而家都唔好屈服,佢哋就會過去。– 3) 好似喺主面前受審判咁站住,以修道士嘅美德行事,並且愈嚟愈卓越。[1, 341]

**1.** 見到你哋嘅進步,我向神獻上榮耀,喺主裏面歡喜;但我又擔心人嘅決心易變同唔堅定,因為意志薄弱同莽撞。因為唔係只要開始做好事嘅人先得福,而係要將好事做到底,習慣咗之後先至可以達到完美。 但要永遠保持同一心境,唔屈服於惡毒罪惡嘅任意妄為,實在好難; 所以我求你同埋懇求你:我哋要行喺神嘅真道——即係王道——呢條中道,唔好向右亦唔好向左偏,而係要跟住群體生活嘅規矩、誡命同律法,喺生命嘅每一刻都盡我哋嘅本份。 但係,群體生活就要求大家對所有嘢都要有相同嘅睇法,對所有嘢都要有相同嘅渴望: 喺入面冇私人慾望或個人抱負;冇自以為是或選擇性偏袒;冇暗中搞小動作或兩面三刀;冇好奇心四處打探;冇對好多嘢迷戀或追求多個目標,搞到精疲力盡、耗盡體力; 佢鍾意禁慾、祈禱、懺悔、裸地而臥,同其他修行;但係喺所有嘢上,都只遵守一條蒙福嘅順命之規,透過呢條規去包容萬有,並喺一切事上都由佢引領,就如聖父所命。

**2.** 我懇求你哋,要堅立喺信仰嘅磐石上,並喺品德嘅道路上無可指責咁行; 願我眼中從未見過你哋任何一位因任何罪惡成為魔鬼嘅獵物,無論係肉體嘅慾望、自我意志嘅病態、驕傲嘅狂妄、虛榮,定其他任何情慾。你哋辛勤勞作,喺靈魂嘅庫房中積聚咗豐富嘅美德。 你哋每一個人都會記得,自從出家之後,所面對嘅誘惑有幾多次、有幾種,你哋點樣變得疲倦、心灰意冷,甚至絕望,覺得自己撐唔落,畀魔鬼嘅念頭圍住、傷住,或者畀團體生活嘅種種困難同艱辛壓得喘唔過氣; 以及我哋仁慈嘅上帝,透過一連串接踵而至嘅試煉,帶領你哋渡過一切,拯救你哋免於將你哋圍住嘅毀滅,並賜予你哋與你哋嘅忍耐相稱嘅獎賞。 當我哋諗起呢啲壯舉——同埋所有所忍受同所成就嘅嘢——唔好忘記同時將目光放喺眼前同未來所盼望嘅嘢;願無論係人定係狡猾嘅魔鬼帶嚟嘅任何悲慘不幸,都唔能令我哋偏離我哋嘅善意。

**3.** 我懇求你哋,要常常仰望上帝,並想像自己喺最後一口氣嘅刻,睇見天使大軍,向至公至義嘅審判者交賬,並領受善惡應得嘅報酬, 務要行善,勝過誘惑,將一切絆腳石同障礙物拋諸腦後,歡喜喺天國生命嘅山路上攀登,直到嘅日終於到嚟。 培養誠意、謙卑、互相尊重、同心協力,以及對服務、體力勞動、詩篇歌唱、守夜,以及一切善功和敬虔行為的熱誠。 你哋已經擁有呢啲嘢,但我講佢哋係為咗令你哋更加勤力咁去追求,好令自己更豐富;你哋已經得着佢哋,但我提醒你哋,係為咗令你哋更加勤力咁去喺我哋主耶穌基督裏面,得着更大嘅豐盛。

***31. 我哋喺呢度所受嘅任何苦楚,喺嘅度都會有無法形容嘅賞報;所以我哋要喺艱辛嘅道路上勤力前進,唔好懶散,跟隨已故聖人嘅腳步,佢哋同我哋一樣,都係普通人。***

31. 1) 我哋喺呢度所受嘅一切,喺嘅度都會有難以言喻嘅報酬;所以我哋喺艱辛嘅旅程上唔好懶散,要跟隨已故聖人嘅腳步,佢哋同我哋一樣都係普通人。 – 2) 佢詳細列出咗修院入面執行各種職務嘅人,並向佢哋發出呢條誡命:要好似喺神面前,好似神親手做緊嘅嘢工作咁,為咗神嘅榮耀去完成自己嘅本份。 [1, 35]

**4.**既然你哋咁虔誠同專注咁聽我呢啲卑微嘅說話,我亦都熱誠滿溢,想教導你哋,就好似永遠都播唔夠我呢張卑微雙唇嘅說話入你哋神聖嘅靈魂一樣。 而家,我哋雙方都喺做呢份工夫——我講,你哋聽——並且實踐佢,同埋將所講所聽嘅嘢付諸實行;但到咗收割同收取果實嘅時候; 到時,我哋就會滿懷喜樂,為我哋曾經勞碌、嘆息、受苦、疲倦、憂傷、不得安息、垂頭喪氣、心灰意冷嘅一切而歡欣——正如我稍後會再講—— ——我哋飢渴、離棄父母、朋友、兄弟、親人、故鄉,同世上一切地上的福份——我哋都要歡喜,因為我哋嘅賞賜要由公義嘅賞賜者——上帝——嚟,直到永遠永遠。——而嗰賞賜有幾大呢? —榮耀尊貴永不消褪且永遠長存,喜樂歡愉生命難以言喻且永不止息,滿足無可飽足,且在這些祝福中一次又一次的喜樂,所見所聞所言所不可言,天國, 成為我們的主——真神、萬世之王耶穌基督的兒女,並承受祂的產業。 面對呢一切,無論喺追求同勞碌中遇到幾多悲傷,被逼要做呢件事或嗰件事,甚至喺順服同臣服中要忍受心頭嘅荊棘,我哋都唔好懶散或灰心; 但係,照使徒嘅說話:*「忘記背後,努力向前*

」,我哋要「向*着標竿直跑,要得着神在基督耶穌裏面召我哋向上去嘅獎賞*」(腓立比書3:13),並且同嗰啲或因殉道、或因清淨一生而得以成聖嘅聖徒一齊,喺神聖嘅愛中競賽。 咁又點?佢哋唔係同我哋一樣嘅人,都受同樣嘅情慾牽絆咩?但係因為佢哋心心念念、全心全意咁去追求,所以我哋如果都咁渴望,都可以親近上帝,過一個高尚嘅人生。

**5.** 我勸你哋要留心自己嘅本份,並且勤力去做:書記要寫得整齊同埋一貫,要有愛心同埋耐性; 做管家嘅,就要管理好倉庫,不厭其煩地照顧身體所需;施予同收取都要無聲無息,以適當嘅溫柔、得體同埋道歉去進行; 掘土者,在耕作葡萄園;無論任何人做任何工作──無論是耕作、挑重擔,或類似的──都要不埋怨,不可忘記誦念經文(重誦詩篇經文)、保持沉默,避免閒談。 園丁同菜園丁要勤力打理花園同菜園,為兄弟會提供充足嘅蔬菜同生果;廚師就要負責煮食,忍受火頭嘅高溫同所有辛苦嘅工作,唔好埋怨; 醫務室看守者要盡心盡力照顧病弱的兄弟,為他們提供合適的食物,並以安慰和撫慰的話語醫治他們的身心;詠經師要組織並確保歌唱和誦讀的秩序與正確性。 同樣地,點燈匠、造紙匠、製麵包匠, 打鐵匠、飯廳侍者、金匠、銅匠、瓦匠、裁縫師,以及門房、叫醒者、守夜人、監護人、教師──最後還有執事同執事助理──你哋都要喺神面前,以行神嘅作為為目的,為咗神嘅榮耀,盡心盡力完成自己嘅職責。

### *32. 正路就係凡事都照規矩去做;偏離嘅人就會走極端,或者過份,或者不足;偏離雖然得,但一定要喺方丈知情之下,否則唔會有好結果*

32. 1) 正路就係凡事都照規矩做;偏離咗就或過份或不足;偏離可以,但一定要有方丈嘅知情,否則唔會有好結果。– 2) 初學者嘅功績就係要戒除靈魂同肉體嘅事物,並習慣於靈性嘅事物;但係一旦嘗到靈性嘅甘甜,就會有其他來自魔鬼嘅困難出現,而呢啲係最痛苦嘅;凡係肯接受住持指引嘅人,喺呢方面都安全無虞。 [1, 36]

**6.**就好似任何旅程一樣,一開始因為不慣呢種勞累,令旅程艱辛又困難;但係持續落去,當肌肉鬆咗、身體變得靈活,就唔再咁難同咁辛苦,仲會行得更快:行主嘅道路都係咁。 上帝已經藉住試煉同誘惑,令我哋知道同見到邊條路係正路、邊條路係歧路,同埋點樣逐步走向終點。所以我哋要行君王之道,按長老所教嘅方法計算里數,避開兩旁嘅陷阱, 即係話,喺飲食、飲水、通宵禱告、詠唱、背誦(詩篇同禱文)、祈禱、默靜,同埋心靈深處嘅秘密運作中,當人開始違背既定規則或 prescritte誡命時,就會出現不足同過度。 凡此各項,雖可暫時偏離常規,但必須經過商議,並以我所知為前提。 我同你哋講:雖然我係罪人,但凡喺我知情之下做嘅事,同埋向我啟示嘅一切,都係光;但凡向我隱瞞嘅人,就行喺黑暗中,唔見自己正狂奔向毀滅嘅深淵,又以為自己討好上帝,其實卻惹起祂嘅忿怒,仲成為他人嘅絆腳石。 所以,我嘅兒女,跟從嗰條路「 」,服從之法召你遵守;唔好去探究對你嚟講難以理解嘅事,亦唔好質疑有關服從或我各種難以審視嘅方丈詔令。

**7.** 新入門者的壯舉,在於拋棄世俗的習俗與習慣,並放棄心中過去所形成的一切慾望;好似從暴風與動盪、從飄忽不定的憂慮與熾熱的追求中,進入無憂無慮與愛天主之港灣。 但有另一項同樣偉大──甚至更偉大、更艱難──的壯舉,那就是:在逃離塵世喧囂、嘗到和平滋味之後,仍能令自己毫髮無傷; 因為喺呢度,有啲念頭喺我哋心裏升起,而其他念頭就好似喺呢條人生大海上嘅海盜──佢哋係魔鬼,想連同我哋靈魂之船同船上所有嘅善念一齊沉沒。 但如果我哋勤力善用謙卑呢股順風,唔好因為任性跟從(船隻)另一條航道,而削弱舵手嘅尊嚴,咁我哋無疑會到達天國嘅港灣。所以我哋,我嘅兒女,要「*像蛇咁有智慧,像鴿咁無邪*」 (瑪竇福音 10:16)行善敬虔,各人勤力於自己份內的工作。那堅持到底並謙卑自己的人有福了,勝過如雲彩般飄泊,虛度光陰,日復一日、時復一時,因為這樣的人,既不討好我們,亦不討好主。

### *33. 當從神的話語中尋求如何生活的指引時,必須回顧聖徒們的生平,他們將此付諸實踐──由敬畏神開始,以深切的謙卑結束*

33. 1) 當我哋從神嘅話語搵指引去點樣生活時,我哋要回顧聖徒嘅生命,佢哋實踐咗呢件事──由敬畏神開始,以深切嘅謙卑作結。– 2) 人唔應該誇耀天生嘅才能──例如自己嘅聲音、唱歌等等──而要喺一切事上用謙卑嘅智慧裝扮自己,因為所有美好嘅事物都係由佢流露,亦都係為咗佢,先有所有恩

典嘅賜予。 – 3) 透過實踐謙卑,在所有美德上卓越;特別是在與慾望的鬥爭中,抵禦最初的誘惑,並連對它們都保持警惕。 [1, 37]

**8.** 我以卑微嘅身份向你哋講嘅呢番說話,我相信唔係立法、唔係權威,亦唔係空洞嘅華麗辭令,而係勸勉同安慰,提醒你哋我哋神聖先祖嘅教導同生命。 神聖嘅恩典已經向我哋啟示咗乜嘢先係虔誠、公義同敬虔;而你哋亦都好清楚要喺邊度、點樣行路先可以達到天國。 所以,要日日都回想同記住,上帝嘅救恩係咩,聖徒嘅虔誠行為有咩;跟隨佢哋嘅榜樣,用虔誠嘅色彩喺你哋心靈度畫出佢哋嘅生平。佢哋苦修嘅開始同結束,都係對主深厚嘅敬畏。 由此,一種在神面前被稱揚的謙卑從他們身上彰顯出嚟;憑着這種力量,他們不但視一切撒旦的陷阱為無物,而且捆綁了那編織陷阱者本身,將他摔倒在腳下,任憑踐踏和嘲笑,正如福音所言(路加福音10:19)。 喺好多聖徒入面,我會揀昨日早禱讀嗰位嚟做例子。嗰段讀經係講可敬嘅西爾凡努斯,你哋都聽到呢啲說話。 你哋都知道佢喺最初發咗誓之後,表現得幾咁出色,點樣用謙卑呢件武器打倒咗魔鬼,將佢淹沒喺眼淚嘅海洋;之後佢升到我哋至福居所嘅高處,獨自喺自己身上展現咗我哋偉大父 Pachomius 嘅完美形象。 點解雖然佢冇活得好耐,但聖西多羅特、三福彼得羅尼奧斯、大名鼎鼎嘅奧西西奧斯同埋成個神聖兄弟會都對佢敬佩萬分,因為佢喺天使嘅頌歌聲中由呢度被接上天?

**9.** 謙卑呢份神聖嘅恩賜真係偉大!冇一個聖人令上帝滿意,係冇呢種美德嘅。你哋都要著上佢;同時將注意力從甜美嘅聲音、旋律、悅耳嘅讀物同其他天賦能力度移開,齊心協力,務求達到呢個目標。 我並唔係話我哋要完全放棄以上提過嘅好品格,而係要將佢哋視為次要,排喺美德女主之後。 因為如果因為呢啲好品格,我哋喺聲線差嘅人面前自誇,或者喺冇學識嘅人面前自傲,或者喺讀書唔好或者冇受過教育嘅人面前自大,或者對冇聲線同埋唱得差嘅人翻白眼; 咁我哋所有嘅努力都係徒勞;我哋唔係向靶心射箭,而係射向自己,而因為呢種大意,我哋就成為深淵裡嗰隻野獸──魔鬼嘅獵物。 唔係咁,我嘅仔女,唔係咁;我哋要謙卑咁傾偈,謙卑咁做嘢,謙卑咁讀書,謙卑咁唱歌,謙卑咁行路,謙卑咁食飯,同埋謙卑咁回 答──一切都要謙卑; 咁我哋就會見到呢種美德嘅果實有幾甜美、幾可喜、幾光輝,佢令我哋成為神嘅效法者。神話說:*「要向我學,因為我心裡柔和謙卑,你哋心靈就必得享安息。」*(馬太福音11:29) 因為──真係──平安就住喺入面;為咗佢,恩典嘅浪潮喺我哋心靈裏湧起;透過佢,心靈嘅純潔得以彰顯;由佢而來,淚水豐沛湧出, 從中湧出如泉源般的心碎;其中有智慧、有悟性、有敬畏、有節制、有沉默,以及其他一切美德──美德在此被發現、被看見,並被光耀。

**10.** 關於可敬的謙卑美德,我的話就說到這裡。 你哋,神嘅兒女,亦係我謙卑嘅兒女,既然已經領受咗呢粒種子,就要好似肥沃嘅土地咁結出果實──有嘅三十倍,有嘅六十倍,有嘅一百倍──以合乎神恩賜嘅善行結實,並且要遠離一切邪惡同不義,摒棄狂妄,追求弟兄之愛, 遠離惡謀,愛好無憂無慮的生活;因為經上說:*「我常遵守公義和正直。」*(詩篇24:21)不可有人偏愛某人勝過他人;不可無鬚者對無鬚者放肆;也不可他們留居在隱秘、無人見到的地方。 但願你哋都堅定壯烈,不可畀魔鬼嘅詭計得逞;當慾望嘅火燒起,就用神聖嘅禱告同祈求去撲滅佢。慾望起頭係常事,但一出現就要即刻驅走。仇敵嚟過、攻擊過、就走咗。 當誘惑者召喚出不雅的畫面時,就閉上你靈魂的眼睛。當罪惡的苦猎人向你心靈投下誘餌時,就將甜蜜的鉤子拋得遠遠的。當向夏娃耳中低語死亡之聲者開始對你說諂媚的話時,就捂住你的耳朵。 *「不可摸,不可嘗,不可與之同席。」*(西2:21)當那罪中之樂的預備者和供應者──無論你坐著或行路,無論在屋裡或在路上──向你靠近時,就當如此。不可接受;要四面封鎖自己; 要成為一座堅固的城;要成為一座銅牆、一座巍然不動的磐石,任憑狂風暴雨如何猛烈襲擊,你都要屹立不搖。要英勇地驅逐魔鬼,好證明你自己是主的好兵,是基督創傷的承載者,是恩典的殉道者,並且要有膽量,與使徒同聲說: *「我已經鬥了那美好的仗,跑盡了當跑的路,保持了信仰。從今以後,公義的冠冕為我預備好了。」*(提後4:8)

### *34. 為防止違背既定秩序的騷亂,一旦有人察覺任何陰謀或罷工,就必須立即通知上級*

34. 1) 為防止擾亂既定秩序,一旦有人察覺任何陰謀或罷工,就必須立即通知方丈。– 2) 不過,作為常規,人人應各司其職,忍受並與情慾和私慾抗爭。[1, 38]

**11.** 我哋要留喺自己被分配嘅崗位;唔好搞超出自己能力範圍嘅嘢,如果真係搞咗,就唔好再堅持。我嘅孩子! 如果你見到有人成日聚埋一齊搞派系,就要避開佢哋;如果有人向你提出呢啲建議,就遠離佢哋,連聽都唔好聽。當你聽到任何可能動搖你對靈性之父信心、削弱你對佢愛嘅說話時,就要似避火

咁逃走。　因為呢啲害處會慢慢滲入心靈,直達救恩嘅根基。如果你想做我嘅真門徒,就唔好除咗我之外,再有其他知心人或者秘密顧問,亦唔好輕視惡言,話:「呢件事或者嗰件事真係值得我咁擔心咩?」唔好,我嘅仔女,唔好;但係當有人偏離信心,對眾人都有害,就嚟搵我,同我講晒所有嘢。或者有啲人出於無知同愚蠢會反對:「但係弟兄姊妹會定罪我,憎我㗎啦!」——但係唔係咁:如果佢哋唔係我真正嘅仔女,佢哋嘅讚揚對你有咩用?　但係真嘅人,一定會跟隨你同讚揚你。總括嚟講,我懇求同提醒你哋:要完全依靠我,凡事都唔好有啲嘢瞞住我;否則就會變成一個嚴重嘅創傷。

**12.**　繼續行你哋以前嘅善工,同心協力,喺主裏面完成你哋嘅行程;凡事都要英勇地承擔——侮辱、勞碌、苦楚、肉體嘅慾望、心思意念嘅黑暗,以及懶惰同絕望嘅攻擊,　以及一切通常臨到我們身上的事,在所有事上只有一個幫助的源頭:對上帝的無愧盼望,和嚴格遵守主誡命,同時常存死亡的記憶,並斬斷我們自己的私慾。如此,你將被認為配得殉道者的冠冕,並與天使一同在天國裡喜樂。

### *35. 指出神聖靈與欺騙之靈在我们里面的作為,目的是要我們知道之後,熱切追求前者,遠離後者*

35.　神靈與誘惑之靈在我们里面的作為的顯現,指出來好叫我哋知道呢啲,就可以追求前者,遠離後者。　仇敵總係忿怒咁向我哋撲過嚟;但佢總係畀神嘅大能同我父同你父嘅禱告擋返;佢只有喺有人畀佢可乘之機,趕走神嘅聖靈,容留外來嘅邪靈,嗰陣先至得手,而嗰個邪靈就教佢做同講 whatever 佢想做同講嘅嘢。　為咗幫助我哋學識分辨呢兩種影響,我會指出佢哋各自嘅特徵。凡有聖靈嘅人,就顯出喜樂、平安、忍耐同愛——並且講出比蜜同蜂房之蜜更甜嘅話;　因為,正如主所說,這些是从心里湧出,帶給接受者啟示和安慰。你經常會聽到他們說:「饒恕我,或賜福於我,父啊;我愚蠢,只不過是罪人,不配被算在弟兄之中,低於任何受造之物。」　能夠咁樣講同咁樣感受,就係我哋擁有聖靈嘅記號。你想唔想聽吓惡靈嘅記號係咩?就係以下幾點:凡係擁有佢嘅人,佢心入面就會噴出憤怒、忿怒、定罪、誣衊、不信、厭惡、仇恨、無禮、不順服、抵觸同頑梗。　從咁嘅靈魂,光、聖潔同虔誠都走晒;謙卑、痛悔同忍耐都退晒;眼淚、啜泣同心痛都乾晒;天上嘅默想, 對死亡嘅記憶,同埋死後會陪伴自己嘅天使;而喺遺忘嘅黑暗中隱藏住嘅,係人人都要喺基督可怕嘅審判台前站立嘅念頭,係可怕嘅審判,同埋對自己自出生起所有所思、所言、所行嘅負責,而唔係淨係由出家嗰陣先開始。　我將呢一切擺喺你面前,好等你哋知道咩嘢要緊緊把握,同埋咩嘢要遠離。　因為我只有一個願望、一個禱告:願你哋都成為光明嘅子、屬於白晝嘅人,成為上帝嘅繼承者,同基督一齊做共繼承者,成為蒙揀選同成聖嘅器皿,喺同一位聖靈裏面合而為一,好等你哋透過你哋嘅行為同心裏嘅經歷,明白大衛聖人所講嘅:　*「看哪,弟兄和睦同居,是何等的善,何等的美!」* (詩篇132:1)

### *36. 善行係必要嘅;但係因為每件事都有佢嘅回報,佢哋並唔會阻止有智慧嘅人興旺*

36. 1) 英勇壯舉係必要嘅;但係因為每件事都有佢嘅回報,唔會阻止有智慧嘅人興旺。 – 2) 除咗我嘅指引,你哋要自己分辨乜嘢係好,並且互相鼓勵:因為我哋有共同嘅目標。 – 3) 堅守所認為好嘅;保持你哋嘅熱誠;管好你哋嘅舌頭;照顧好你哋嘅工具同埋財物,並且禱告。 [1:40]

**13.**　我哋需要勞力、屬靈嘅勤力、敬虔嘅努力、公義嘅熱誠同屬靈嘅進步,好等我哋一入咗競賽場,就可以跑得好,並喺敬虔嘅死後,獲得勝利嘅冠冕。 你哋自己都知,勞碌之後有安息,憂愁之後有喜樂,呻吟之後有屬靈嘅安慰,緊絆之後有寬闊; 飢餓同禁食培養不朽嘅喜樂,而口渴同喉嚨乾涸就會產生嗰*「水」*,*嗰「水」會「流入生命泉源」*,就如主所講(約翰福音4:14)——總括嚟講,*「那流淚撒種嘅,必歡呼收割。」*　(詩篇125:5),正如聖詩篇作者大衛所保證的。*「你哋知道呢啲事,但係如果你哋去做,就係有福嘅。」* 正如經上所寫(約翰福音3:17)。*「愚蠢嘅人唔知道呢啲事,冇多大明白嘅人亦唔明白呢啲事。」*　(詩篇91:7)。你呢,就係有智慧、有善心、有節制、留心同有洞察力。點解你已經擁有咗某啲美德,但仲要為其他美德努力?我要補充講,你會繼續追求更多:因為誡命冇界限;但係愈認識神,就愈發覺自己離完全遵守誡命仲有好遠。

**14.** 我賜你律法,引領你,一方面約束你,另一方面支持你,並指示你前行的道路。你凡事都信賴我,就好似鐵器在鐵匠手中一樣,順服我的一切命令。——如此,你才能行得無憂,生活安穩。 但係你哋自己,要識得分辨乜嘢係好同有利益,就去做,並且互相提醒。因為我哋大家都有一個共同目標:對所有人都有利益,就好似我哋坐喺同一艘航行喺海面上嘅船,舵手同船員都一齊做緊同一件事。喺呢方面,我同你係互相嘅關係。　我嘅職責就係緊緊攬住舵,用盡力氣駕駛呢艘船,雙眼緊盯住天上,留意真理之星,並

以佢哋指引我哋嘅航向。　但你哋都要保持警惕,各人盡自己嘅本份,四面八方都要留意,免得撞到任何可能撞爛船嘅嘢——淺灘或者潛藏嘅暗礁——仲要保持纜繩喺 良好嘅狀態,需要就緊一緊,鬆弛就鬆弛。並做一切必要嘅事,好令我哋嘅船安全到達靈魂得救嘅港灣。為咗呢個緣故,我哋離開咗世界、佢嘅習俗同埋一切肉體嘅慾望同享樂。

**15.**　弟兄姊妹們,讓我們在勞苦中恆心忍耐,實踐所當行的是非;我深信,我們必得冠冕,成為天國的子民,並獲得那裡嘅福樂,從此*「一切疾病、憂愁和嘆息都要離開」*(以賽亞書35:10)。　要堅定,要振作——願你哋熱誠之燈以持續勤力之油燃燒,免得熄滅,免得我哋落個愚蠢童女嘅下場。最尊貴嘅長老們,要學識保持沉默;　我並唔係話你哋完全唔好講嘢,因為咁樣同我哋嘅生活方式唔相符,而係唔好講唔雅嘅嘢,亦唔好因此惹人發笑:因為*「多言多語難免有罪」*,正如智慧書所告誡:*「能制止口舌的,就有智慧。」*(箴言 10:19)。要勤力盡責,唔好因為粗心大意而損壞啲必要用品——好似車、犁、斧頭、碗同碟,或者其他嘢——因為咁樣會耽誤時間,本來可以用嚟追求屬靈事嘅時間就會浪費喺瑣碎嘢度。　亦要常常禱告,好叫我哋嘅主基督耶穌喺天上差遣幫助,對抗無形同有形嘅仇敵。

## *37. 要有信心同愛心去勤力;做主管嘅,要智慧咁管理;做屬下嘅,要忠心咁執行。*

37. 1) 你要在你的信心和对我的爱中勤力;掌管事的,要善於管理;在你手下的人,要忠心履行。– 2) 你要远离嘲讽和彼此的怨恨;要彼此和善、互相尊重,远离一切可憎和引人犯罪的事。

**16.**　我祈求上帝,你哋嘅信心唔好衰減,對呢個卑微嘅我嘅屬靈愛心唔好變冷;願我哋都喺同一嘅認識上(林前1:10)同埋喺遵守我主耶穌基督誡命嘅同一熱心上站立得穩。　我知道你哋受苦、受窮、做重活、流大汗。但我懇求你哋,為咗主嘅愛,唔好灰心,要繼續忍耐,努力行善,好叫你哋喺天上得着喜樂嘅冠冕。　若非我雙腿有病,我亦願與你同勞;我亦願同你出去作工,藉着勞碌克制我身體。因為盡力同弟兄一齊作工,本於信心,是蒙福的;參與他們的田間工作,也是可稱讚的。 透過呢啲勞作,你哋就可以成聖你哋嘅身體,令你哋嘅靈魂變得最無慾,成為主嘅真僕人,只要你哋用應有嘅洞察力遵守所吩咐嘅一切——即係話,如果上司同管理員出於敬畏上帝同對弟兄嘅憐憫發出指示,而下屬又對上司保持順服同服從。　所以,管理嘅人要留心:唔好堆埋一大堆工作畀人做,亦唔好冇憐憫心或者草率咁去管理,而要憑公義、仁愛、弟兄之情同謹慎;因為弟兄之間喺品格、年齡同體力上各有唔同。只有喺呢個條件底下,你先被託付咗管理弟兄嘅權柄。　如果你哋咁做,就係有福嘅;因為永遠嘅大恩賜同祝福都會歸於你哋。服從嘅人要留心:要謙卑咁接受上司嘅指示,並由衷咁樂意順服。

**17.**　你们中间不可有讥诮,免得使主忧愁;也不可有闲话,免得使圣灵忧伤;也不可彼此苦毒,彼此恼怒,彼此相恨。使徒说:*'一切苦毒、恼怒、忿怒、嫉妒,连同一切恶毒,都当从你们中间除掉'*(以弗所书4:31)。;又有一節經文:*「無論何種敗壞的話,都不可出於你們的口,只可出於那有益於造就人的話,好叫聽見的人得益處。」*(以弗所書4:29)*「要彼此仁慈,*存憐憫的心,*彼此饒恕,*正如神在基督裡饒恕了你們一樣。」(以弗所書4:32)*「要彼此和睦,互相寬容,存憐憫的心,彼此饒恕,正如神在基督裡饒恕了你們一樣。」*(弗 4:2),*「互相擔起重擔」*(加 6:2),要寬容、饒恕、彼此尊重、彼此讓步,存敬畏神的心。如果你們行這條路,過这样的生活,那你哋就係我嘅聖徒, 甚至更加係神自己嘅人;你哋係祂喺地上嘅使者,敬拜祂大能嘅事奉者,榮耀嘅僕人,天國嘅繼承者,聖徒嘅同伴,樂園嘅居民,得享為你哋預備嘅深邃祝福。所以我祈求、懇求同埋哀求, 願你哋嘅腳步時刻蒙神引領,願你哋因祂嘅大能得力,願你哋中間無試探、無絆腳石,無致命嘅不順服,無災禍嘅埋怨,無致命嘅狂妄,無可責備嘅惡欲,亦無任何被禁止同犯罪嘅事。　願上帝智慧之光在你的每一步行動和言行中引路;願和平的靈引導你;願弟兄之愛的寧靜在你心中掌權。 願主上帝 差遣和平的天使——你靈魂與肉身的忠信導師與守護者——晝夜遠離你一切邪惡的魔鬼,並引領你行在至善的生活中!

## *38. 順服嘅道路高於一切:呢就係主所揀嘅*

38. 1) 服從的生活勝過一切:這正是主所揀選的。 – 2) 因此,要好好行這條路,忍受一切,永不疲倦:因為看哪,死亡近在咫尺,萬物都要歸於盡;但在過程中,切勿忘記其他美德,尤以愛為先。 [1, 42]

**18.**　我懇求並哀告你:要堅定不移,英勇地忍受,保持喜樂,並鼓起勇氣,思索那三福聖潔的修道者所預定的榮耀。無可置疑,無論以何種生活方式取悅了上帝的人,都將相應地在將來的時代裡領受他們的報酬。但究竟哪種生活方式更優?——當小心! ——*「喺山嶺、山洞同地下深處事奉上帝」*(希伯來書

11:38)嘅人真係偉大:佢哋包括隱士、柱上修道士、閉居者,同埋以任何方式生活都榮耀上帝嘅其他人。　但係,正如你哋所知道,我哋主耶穌基督──賜下無可測度福氣嘅主──祂降世嚟到地上,冇揀隱士、柱上修道者或者其他類似嘅生活方式,而係樂意順服咁生活。　因為祂自己曾說:*「我從天降下,不是要行自己的意思,乃是要行那差我來者的意思。」*(約翰福音6:38)又說:*「我所講的,不是憑我自己講;那差我來的父,祂已經吩咐我,叫我說甚麼,講甚麼。」*　(約翰福音14:10;12:49)。祂又腰束手巾,取了僕人嘅樣式,洗門徒嘅腳,用手巾抹乾,並且喺其他地方講:*「我喺你哋中間,就係服侍人嘅。」*(路加福音22:27)。　如果你所見,祂──萬有之主──都樂意以上帝以外嘅任何人,去承行我哋嘅修道生活,你又點可以唔喜悅、唔雀躍、唔為自己同主一樣而滿懷喜樂呢? 講到呢度,仲有咩值得你更高興?你又可能對其他生活方式有更大嘅偏好?所以,只要你好好過呢種生活,就唔好將其他生活方式看得比自己嘅更優越。　正因如此,在《Gerondika》或「三勞工」中聖老的記載裡,有位修道初學者透過神聖啟示被顯示出,其光榮勝過隱士或一位以平靜與感恩之心承擔病痛的人。　的確,我告訴你,我們的生活方式偉大而至聖;而你,好好地活完一生,將會與亞伯拉罕同得榮耀,與殉道者同蒙喜樂,並與義人同住。

**19.** 咁就跑得好,唔好停,唔好畀魔鬼妒忌嘅眼引誘你。用忍耐嘅油抹你嘅腳,等佢喺你靈魂嘅渴慕中暖住,令你甘心完成你嘅旅程。 著上義和喜樂嘅衣裳;飲上純潔同貞潔嘅水;唔好講「幾耐先」?因為呢啲係懶惰人嘅說話。我哋唔會活一千歲:死亡可能今日、可能明日就到。將呢點日日擺喺心裏,做好事,跟從我哋祖先嘅律法行。　我哋嘅祖先喺呢短暫一生嘅日子入面都遵守呢條律法。所以,藉住我父嘅聖潔禱告,願你哋有憐憫、平安、愛、無嫉妒、無嫉忌、節制、良善嘅順服、溫柔嘅說話、合作、彼此同情,同埋謙卑。要咁樣生活,亦要咁樣行事!

### *39. 常把主擺在眼目之前,免得你被引誘去做任何邪惡;要追求善,謹記審判日,更要謹記那可畏嘅審判同佢嘅判決。*

39. 常存主喺你眼前,免得你被任何惡引誘;務求行善,要記住審判日,特別要記住可怕嘅審判同佢嘅判決。 [1, 43] 彼此以愛心聯結喺和平嘅羈絆中, 並以主為你右手,免得你陷入慾望、憤怒、嫉妒、嘲笑或閒談,或任何其他可能令你陷入地獄枷鎖之網的陷阱,無論多麼細微,都將你困於地獄的權勢之中。　記住聖多羅修斯講嘅說話?佢話就算一隻鷹完全自由,但如果只係有一隻爪畀網纏住,都算係中咗陷阱,獵人就可以輕易捉到佢或者射落佢。所以要小心,並自我克制;因為天國屬於嗰啲能自我克制嘅人。　── 如果我哋一生草率度過,到最後嗰日要面對幾大嘅驚恐戰慄,尤其係嗰日,當大天使吹號,震醒所有嘅人──各國、各族、各 tongue 嘅人?諗吓當時會發生乜嘢:天會撕裂;萬物會被火燒盡;所有受造之物都會改變。　萬有審判者將坐上審判寶座,無數聖潔天使環繞祂身邊,然後當眾揭示每個人所行、所言、所思,按其類別、身份、地點、時間及方式——而這一切都只在須臾之間; 最後,正如聖經所言,行善的必進入永生;行惡的必入永刑,那裡有哀哭、切齒、滅不盡的火和永不止息的蟲,以及一班可怕、、可憎惡又極其邪惡的魔鬼。「咁我哋要往邊度去呢?」「往永生去,永遠同主一齊住,只要我哋一生都保持對上帝嘅敬畏同對上帝嘅愛──直到我哋心裏面都呼喊:*『有咩能將我哋同上帝嘅愛隔開?』*(羅馬書8:35)。」

### *40. 敬畏神能抵禦仇敵的刀劍*

40. 1) 敬畏神能使仇敵的刀劍轉開。– 2) 忍受侮辱。– 3) 不可誇口外在的優越,要謙卑順服。– 4) 為此,你將被列為殉道者之一。[1, 44]

**1.** 藉住長期嘅經驗,你已經完全認識咗修道生活嗰種討神喜悅嘅生活方式。所以,你唔好有任何動搖,亦唔好偏離你健全嘅判斷。要愛你所蒙受嘅命令,並喺一切事上遵守佢;亦要喺愛我嘅事上堅定不移,就如我愛你勝過世上任何嘢。　但仇敵詭計多端,他輕易在我們中間和我們內心播下邪惡。只有敬畏上帝的人,才能將那已經完全無力的劍從自己身上擋開──就如聖大衛所言(詩篇75:4; 88:44),並以全心全意投入敬虔的行為及天上的默想與善工。

**2.** 看哪,好似我同你喺一齊咁,我見到同聽到有人對弟兄其中一個講咗一句惡毒嘅說話──可能係責備、侮辱,或者其他嘢。但係你,我嘅兄弟,當你受到呢種侮辱嘅時候,唔好變成兇猛嘅野獸,亦唔好灰心;要堅定,唔可以動搖。　因為譏諷同羞辱會落喺講嗰個人身上,而勝利就屬於用平靜心態接受佢嘅人;佢係神嘅人,而對方就係個失控嘅奴僕,喺嗰一刻就自我毀滅。

**3.** 我切切地勸你哋:唔好爭吵,唔好互相侮辱,唔好用輕蔑嘅眼神,唔好自誇,亦唔好吹噓自己係更好嘅歌手、更勤力嘅工人、更虔誠嘅信徒,或者有時喺世人眼中更尊貴,或者外表更英俊。講呢啲嘢根本冇必要。 但係,凡事都要以謙卑為衣,透過順服同聽命,喺主面前同喺寺院上層面前謙卑自己。

**4.** 行這條路,你嘅勞苦就唔會徒然,你嘅努力亦唔會無果效。 我喺我哋主上帝、祂嘅聖天使同所有受造之物面前向你宣告:你哋跑完咗自己嘅路,跑得好好,就會同殉道者一齊歡喜;亞伯拉罕嘅懷抱會永遠撫育你哋,而義人嘅合唱團會接納你哋入佢哋中間。

### *41. 1) 你以管家為獨立權威,引入雙重權威與分裂;權威若分裂,則國度無法成立。 – 2) 我完全屬於弟兄會;別無其他。*

41. 1) 如果你將管家視為獨立權威,你就引入雙重權威與分裂;權威一旦分裂,國度就不會成立。 – 2) 我完全屬於弟兄會;別無所需。3) 獨自行使統治的上主,也命定在人類社會中只有一個權威。 [1, 45]

**5.** 我唔知係出於無知、唔留神定係惡意,你哋竟然讚揚管家,令我蒙受恥辱,仲將佢嘅面擺嚟羞辱我,成日講:「如果管家喺度,某件事就唔會咁處理,肯定會做得更好。」 「呢個管家喺邊度?佢會點睇呢?」——呢句就係當住我面講出嚟。但有啲人又加埋:「等等,等等!等管家返嚟,佢會搞掂晒,一切都會好返。」——但係,事情真係應該咁樣?對佢、對我同對你,呢樣係好事咩? 你哋證明咗自己係不順服嘅孽種;證明佢係一個可以逾越自己職位同權限嘅人;又證明我行事唔係照神嘅旨意,而係憑肉體嘅私慾,即係對一個弟兄偏心過度、過份憐憫。 你哋唔見到咁樣做就係引入咗兩個主、兩個王、兩個原則?因為我哋主耶穌基督已經講過:*「一國自相紛爭,就不能站得住。」* (馬太福音12:25) 雙重權威已經係一種多重權威;多重權威就會引起黨派;而黨派就係分裂同衰敗嘅原因。咁點解你哋要自找災禍,唔肯守住自己應有嘅界限同位份,反而令其他人偏離正路?

**6.** 我雖然罪惡深重,毫無資格,但既然已拋棄萬有,並將自己赤裸裸地擺出,我就大膽地留在此聖處——憑着我這愚昧,竟敢如此說話——無論為弟兄、叔父、父母、親屬,甚至任何屬肉體的事,我都一點不偏離正路, 但就算要我交出身體或者流血,只要唔會害到你同我自己,有神幫手同我阿爸嘅禱告,我都願意唔會拒絕。

**7.** 只有一位主、一位立法者,正如經上所記:只有一位權柄、一位神聖原則,掌管萬有。 呢個唯一嘅權威源頭,係一切智慧、良善同秩序嘅泉源,遍佈所有由神嘅良善獲得起源嘅受造之物,佢哋雖然冇自己嘅意志,但都獲得咗—只畀咗一個人—按自己嘅意願,以神嘅形象去組織佢哋生命嘅能力。 因為神聖嘅摩西喺佢描述世界創造時,引用咗神口中所出嘅話:*「我哋要照我哋嘅形象、按我哋嘅樣貌造人」* (創世記1:26)。因此,各種權威同權力喺人世之間建立,尤其喺神嘅教會入面: 喺宗主教區,只有一位宗主教;喺大都會,只有一位大主教;喺教區,只有一位主教;喺寺院,只有一位方丈;而喺世俗生活,如果你留意,就只有一個君王、一個將軍、一艘船嘅船長。 如果喺呢一切之中,一個人嘅意志唔主宰一切,就冇嘢會有秩序同紀律,而呢樣唔會係好事:因為不和會摧毀一切。

### *42. 大齋期不但要求節制身體,亦要求節制靈魂*

42. 1) 大齋期不但要求節制身體,亦要求節制靈魂。– 2) 團體嘅禁食分量要適中——每日少許。– 3) 讓我哋敬畏可怕嘅審判者——上帝;免得死亡喺我哋未準備好嘅時候臨到我哋。– 4) 我深切地恐懼死亡,以及與之相關的一切。– 5) 讓我們起來,投身於討神喜悅的善工。[1, 46]

**8.** 神以祂的智慧治理萬有,並以最卓越、最智慧的方式安排時節與年歲,祂在全年為我們設立了某些救贖且有益於靈魂的禁食日子,好叫我們專心獻給祂,並從臨到我們身上的罪惡污穢中潔淨自己。感謝祂設立咗呢啲日子,又賜我哋生命得以見到佢哋。我哋理當永遠過聖潔無可指責嘅生活,遵守神嘅每條誡命;而家尤其要咁做。 而家係潔淨嘅時候;所以我哋要潔淨自己;而家係禁慾嘅時候;所以我哋要實踐禁慾——唔只係喺飲食上:因為咁樣仲未夠,我哋仲要遠離心中嘅肉慾,遠離可恥嘅念頭,唔好嫉妒兄弟嘅好名聲,唔好對鄰舍懷有憤怒同不悅, 從放縱的舌頭,不可任憑它狂野,要為它定界限、時間和分量,只講合宜的事;從眼睛的貪婪目光,從聽那不友善且不討神喜悅的話語。 係呀,我嘅仔女,係呀——我懇求你哋,要好似聖靈嘅管風琴同甜美嘅豎琴咁,調校好自己;守住你哋嘅手,唔好做愚蠢嘅動作同有慾望嘅觸碰,免得你哋放蕩不羈,要彼此和睦。

**9.** 最聖潔嘅大齋期唔好對身體太沉重,但因為呢個唔好灰心;捱耐一耐,一旦習慣咗,你就會唔再覺得負擔,特別係過咗第一星期之後;對我哋嚟講,麵包、水,同埋其他可以維持生命嘅嘢就夠晒。 我哋至福嘅長老,正如你哋所知,佢哋幾乎完全唔食嘢;有啲人整個大齋期都唔食,有啲人禁食一個禮拜,有啲人禁食三日,仲有啲人每日食少少。我哋每日都食飯,而且款式唔同,但願*「喺我哋嘅卑微中,主會紀念我哋」*。 (詩篇135:23),願祂接受我哋呢份微小嘅供奉,當作大安東尼嘅功績。因為我哋同住喺團體中,行緊先賢所最鍾意嘅君王之道。只要你哋時刻保持靈魂最深處嘅聖所純潔,唔好做任何有損靈魂嘅事。

**10.** 我們當敬畏神,祂要*「將黑暗裡隱藏的事顯明,把人心裡隱藏的意念揭露出來」*(林後4:5),並且*「照各人所作的報應他」*,不但*「照他們的行為」*,也照他們的說話和心思(羅2:6),甚至──更叫人可怕──照他們所犯的無知罪過。 又有谁能站得住祂烈怒的火?又有谁肯在祂面前自认无罪?——那么,还有谁不从此以后,奋力行义路?还有谁不努力除掉自己的大意和沉睡的懒散?——哀哭的人哪,起来吧!夜已过去,将来的报应之日已然破晓。 願死亡唔會趁我哋未準備好嚟到,亦唔會喺我哋身上留下一道無可醫治、永恆嘅創傷。

**11.** 我貧窮,勝過世上任何一個人;或者更確切地說,我最配得上各種折磨。我一想到要與身體分離,聖天使要來接我靈魂,以及我要如何經過空氣,如何與掌管世界的主說話──正如聖安東尼傳記上所寫──我就害怕、驚惶,並渾身發抖。 噢,我何等軟弱!有咩喺等緊我?我又點樣浪費日子,沉溺喺睡眠同打盹之中,同時深陷罪惡?我喺萬有審判者同主面前,會係點樣嘅樣子? 我當以何眼目仰望祂?祂一瞥可枯竭深淵,祂一言可震碎山嶺!我到時將以何辯詞為自己申辯?我又能在何處搵到為我辯護者? 我現今當如何哀求那無情者 ?以何等苦澀的眼淚、何等懇求的話語和衷心嘆息,去哀求那其實難以親近者的憐憫呢?可悲啊,可悲啊,我弟兄們!我已可從此處看見我的命運。我只有一個盼望──我們聖父的禱告,以及你們蒙福的代禱。

**12.** 然而,我哋要一次又一次咁站返起身,強迫自己去做各種討神喜悅嘅事,勇敢地面對眼前,並喺對未來嘅盼望中搵到安慰。我哋要藐視肉體;唔好睇苦工、唔好睇悲傷、唔好睇侮辱、唔好睇飢餓,亦唔好睇其他任何嘢,只除咗我哋嘅本份。 – 如果我哋以呢種方式生活,我哋無疑會得救,並且喺天上會被數算喺聖人之中,與所有自古以來曾令主基督喜悅嘅聖人一齊歡欣。

## *43. 為共同利益而勞苦的人有福了:歡喜吧!*

43. 1) 凡在共融生活中勞苦的人,有福了:歡喜吧! – 2) 我哋生活喺狹窄嘅環境;但古代嘅苦行者都係咁樣生活,而家嘅苦行者亦都係咁樣:所以唔好灰心。– 3) 遵守誡命同規矩,互相幫助,留心讀經,存敬畏嘅心努力成就你哋嘅救恩;避免同婦女傾談。

**13.** 蒙福的是神,祂憑着對人類豐盛的憐憫慈愛,照着祂預先所知道的旨意,以聖潔的呼召,召我們進入這聖潔的修道生活,使我們得以全心全意地獻身於祂,並盡心盡性地事奉祂,以及參與那效法天使的讚美。 —祂又感動我哋嘅心,令我哋舍棄父母、親人、故鄉同埋一切世俗之物,並且承擔祂美好而救恩嘅軛。—祂又喺我哋卑微嘅身份上,認為我哋配得同你哋一齊過共融同相交嘅生活,當然,唔係要我去引導同牧養你哋──雖然呢件事已經成真,但我連諗都唔敢諗。 親愛嘅孩子們,要常常喺主入面喜樂;天上嘅市民同地上嘅寄居者,天上耶路撒冷嘅居民同此地嘅旅客,天國嘅繼承者同被剝奪塵世福份嘅人,都要喜樂。 為咗遵行神嘅命令,喺流亡同漂泊嘅艱辛路上急速前行嘅你哋,要喜樂。喺世人眼中最低微,卻擁有超越智慧寶藏嘅你哋,要喜樂。 喜樂吧,你哋呢個良善而蒙神揀選嘅群體,心志同一,心思一致;呢個愛父又愛弟兄嘅議會,係地上第二支天使軍團,係我哋最可敬祖先古老生活方式嘅更新者。喜哉,神嘅僕人,日夜以自己雙手勞作,免得成為任何人嘅負擔,不但供自己所需,亦供養你哋最軟弱嘅弟兄同外邦有需要嘅人。 喜樂吧,堅不可摧且榜樣式的團契,由上帝所命定,不因君王嘅威脅動搖,亦不因王子嘅恐懼動搖,更不因死亡嘅威脅動搖。 喜哉,你哋彼此分享喜樂,人人以兄弟之福為榮,你哋中間無嫉妒、無妒忌、無競爭,只有和平、愛同合一。 我咁講唔係因為我哋唔面對試煉:因為邊個先配得戴冠,如果唔係嗰個堅韌不屈、好鬥,能夠抵擋箭矢,並傷及射箭者嘅人呢?──而係因為我哋唔會倒喺撒旦嘅打擊之下。真係,我由神召集嘅兒女啊! 你哋得聖靈嘅恩賜滋養;你哋飲主所賜嘅水,凡飲咗嘅人*「永不再渴」*,而呢水對佢嚟講將會成為*「湧到永生嘅泉源」*(約翰福音4:14–15)。

**14.** 冬天已經到嚟,我哋嘅住所好少,而且又貧窮又狹窄。但唔好灰心;因為儘管如此,你哋喺品德上卻寬闊可嘉,對痛苦嘅事雖然難過,卻唔太理會,只關心自己能隨時行神所喜悅嘅事。 而且,如果我哋回顧古代嘅聖父,甚至今日喺信仰上勞苦嘅人,就會發現我哋住喺宮殿入面。 你哋唔見到而家有啲神嘅僕人住喺露天,有啲關喺山洞同墳墓入面,仲有啲戴住鎖鍊,食得好少,淨係食麵包過活──甚至連麵包都唔食,每隔一日就靠樹上嘅果實嚟果腹? 而家真係有啲神嘅僕人露宿,有啲就關喺山洞同墳墓入面,仲有啲戴住鎖鏈,食得好少,淨係食麵包──甚至連麵包都唔食,隔日先食吓樹上嘅果充飢。 將仇敵摔落,用你嘅謙卑、用懺悔嘅劍、用順服嘅刀將佢踐踏於足下。願公義嘅太陽永遠喺你心裏發光,驅走情感嘅黑暗;因為當佢升起,野獸就會退返洞穴,*'臥喺佢哋嘅窟窿裏*'──要靈性咁明白呢啲說話。 至於我哋,就要由生命嘅曙光到死亡嘅黃昏,去行主嘅工,完成我哋嘅使命(詩篇103:22–23)。再捱一陣,我哋就會得勝。

**15.** 遵守規矩、誡命和律例。扶起跌倒的人;強化軟弱的人;凡事互相幫助,好叫智慧人的話在你們身上得應驗:*「弟兄彼此幫助,城池就堅固高大。」*(箴言 18:19) 要留心讀經,並留意對你各人最有幫助的話語。讓每個人都勤力地做好自己的工作,當作是給神的服侍;而你眾人*都要「務要自己省察是否得救,並且存敬畏的心行事。」*(腓立比書2:12) 唔好將刀劍插進自己心口,亦唔好疏忽靈魂嘅事。弟兄姊妹,有幾位弟兄向我透露,你哋喺某啲場合唔太檢點:你哋會貪慕女色,同佢哋傾偈,就係嗰班將我哋趕出伊甸園嘅人。定係你哋未聽過夏娃點對亞當? 所以,要逃離佢哋,好似偉大嘅馬丁;如果身體上唔能夠,就喺靈裡頭全面逃離。 ──而呢啲又係咩講法:「點解某人復活節唔嚟呢度?但佢哋下次一定唔會忘記嚟。」──我懇求你哋,等我永遠都聽到你哋行為嘅好消息! 願我主耶穌基督的父神──祂每日都藉着祂大能,通過我聖父的代禱和你們的祈禱,從罪惡的深淵中拯救我──也賜給你們 *「智慧,並照同一條規矩生活」*。 (腓立比書 3:16),願你哋心志同一,諗法同一,目的同一;願你哋既活出敬虔、公義嘅生命,又配得上承受所應許嘅福氣,同所有自古以來蒙神喜悅嘅聖徒一齊!

### *44. 對自己嘅教區長職位感到敬畏*

44. 1) 關於修道院院長職務,要為自己擔憂。– 2) 我們要力行超脫,凡事不執著,並謹記審判;要迫使自己行善──如此一來,善行便會變得容易。– 3) 避免直視人臉,以及與人或自己肢體的激情接觸。[1, 48]

**16.** 我唔會厭倦同你哋講嘢,盡量用真理嘅話語去堅固你哋,免得有人因為無知或者疏忽,畀死亡嘅刺──即係罪惡──螫到, 違犯誡命,行不體面嘅事──如果、亦只有當我咁做嘅時候,我先發現狡猾嘅撒但成功咗影響你哋當中有啲人,為呢啲人,我就有大聲嘅哀號同極大嘅壓抑痛苦。 因為你哋無論喺任何方面犯罪,我都──呢個不配嘅人──喺公義審判之日同主上帝面前揭示人所行嘅一切嗰日,都要受審問,除非我預先警告你哋,除非我預先堅固同教導你哋。 *「若不傳福音,我就有禍了!」*(林前9:16)。但我更憂愁,因為雖然我連作羊都唔配,卻攞住牧羊人嘅職份! 我有咩資格、有咩藉口去光照他人,當我自己就係黑暗?我有咩資格去醫治被慾望摧殘嘅人,當我自己都畀慾望引誘、捲入其中?然而,出於對你哋嘅愛,同埋順服我父嘅命令,我寧願成為 gehenna 之火嘅燃料,都唔想傷害你哋。 每日我都反思同沉思上帝嘅審判會係點,上帝點樣嚴格要求每個人喺各方面都要完美,要有各種美德,尤其係神言嘅僕人。咁,我應該點做?我應該向邊度求助? 我又應該將誰作為我的同伴?只剩下一件事──依靠你和父親的禱告,使我在它們的幫助下,既能好好地引領你,又能與我自己內在的慾望掙扎,在一切事上順從主的心意。

**17.** 天國喺我哋面前。等我哋遵守神嘅誡命去達到佢。 唔好沉迷於肉體嘅慾望,唔好偷懶;要愈嚟愈加強對世界同世上一切事物嘅超脫,並克服欺騙嘅靈,直到我哋喺永恆生命嗰堅固避難所搵到得救嘅庇護。唔留神嘅人將會面對幾咁痛苦嘅折磨! *「向一切行惡之人的靈魂*──向每個基督徒的靈魂,尤其向和尚的*靈*魂──所施展的*忿怒和烈怒!」* (羅馬書2:8–9)。因為賜予我哋嘅榮耀愈大,就要我哋過更純淨嘅生活。自我克制帶嚟嘅憂愁係短暫嘅,但由此湧出嘅喜樂係永恆嘅,如果透過呢段短暫嘅自我約束,我哋得以對一切善事保持恆常嘅良善態度: 呢點適用於飲食、睡眠、易怒、惡念,以及其他一切。──因為如果我哋鍾意善,並為此努力,上帝就會賜給我哋力量去行;到時,品德嘅道路就會對我哋變得容易同平坦。但對放縱自己嘅人嚟講,罪惡之路就充滿咗艱難、急流、憂愁、黑暗、可憎之事同毀滅。咁,我嘅兒女們,我哋就行喺上帝嘅道路上,呢條路雖然充滿憂愁,卻滿溢喜樂;雖然狹窄,卻寬闊無比。喺

你哋嘅守夜禱告中,要保持堅定而愉快嘅心境;好好唱歌,好好禱告,並對你哋嘅弟兄姊妹表現出愛,同時帶有一種謙卑嘅敬重。

**18.** 凡事過份大膽,都是大惡,而且是致命的;那狡猾的魔鬼,若有人不警醒,就趁機迅速攻擊,好似小偷潛入,以惡意的箭傷我們的心靈,引誘我們的目光注視年輕人的美貌,並以甜蜜的笑容在彼此心中挑起慾望的火焰。 當佢成功引誘一個人,令佢墮入不純潔嘅愛戀,佢就會再去蠱惑嗰個人所鍾意嘅對象,令對方對佢起慾望;跟住就會有互相交換嘅目光、心靈嘅傾瀉,同埋放蕩嘅熱情; 最後,除非有上帝特別的幫助、父親的庇護,以及陷入誘惑者對誘惑的警覺,否則就會招致毀滅──所多瑪的焚燒和蛾摩拉的毀滅。但願我們都遠離此等誘惑!我自己曾受過誘惑,所以率先向正受誘惑的你伸出援手。 對抗呢種誘惑,最大嘅力量同保護就係守住自己嘅眼睛,同埋真心嘅懺悔。──但就算對自己,我哋都唔可以放縱大膽:因為死亡都潛伏喺度──呢件事最好唔好畀未經歷過嘅人知道。受過苦嘅人知道我講緊乜;不過,人人都要小心提防。 唔好摸,亦唔好坐落去──亦唔好望住自己嘅裸體,免得落入迦南人嘅咒詛。因為大安東尼所講嘅曠野柱子,就係因為呢個原因先倒下,雖然嗰位最智慧嘅長老冇明講。 所以要小心你行路,免得畀死亡追上。可憐人啊! 你知使徒點講:*「有邊個能救我脫離呢個必死嘅身體?」*(羅馬書7:24)你同呢個肉體一齊生活,就好似同一隻野獸、同一隻獅子。除非你向佢揮劍,否則佢就會搶走你、壓死你、殺死你。

## *45. 魔鬼激起情慾嚟誘惑我哋,並摧毀我哋:我哋必須反擊*

45. 1) 魔鬼激起情慾嚟誘惑,並導致滅亡:我哋必須抗爭。– 2) 你跌咗?哀慟並悔改後,就起身,主會醫治你。– 3) 讓我哋留心佢嘅聲音;唔好灰心,而要裝備自己。 – 4) 逃避群體生活中一切可責備的事,在一切所要求的事務上卓越。

**19.** 我哋點樣先可以糾正我哋嘅道路?除咗遵守神嘅話語同祂公義嘅律例(詩篇118:9),仲有乜嘢方法? 但除此之外,我哋真係同呢個世代嘅黑暗掌權者有場無休止嘅爭戰;佢哋對我哋嘅仇恨深且無情,正如《梯》所寫(聖階4,35; 26, 126): 佢哋攻擊、挑撥、用慾望折磨我哋、煽動肉體情慾、餵大慾望之火、繁殖同變化各種惡事──而佢哋嘅誘惑致命。 如果一個窮人唔留神,就會畀呢啲嘢其中一樣陷害:無論係嫉妒──等同謀殺──定係虛榮、暗地放縱,或者同有惡意嘅人結交;因為就只係因為呢一樣嘢,受咗折磨嘅靈魂都可能落入地獄。 但人若被以上任何一樣所陷,就不再有神,亦不再有天國;他們被剝奪永生,失去無盡喜樂,反而承受永不熄滅的火、永不止息的蟲、極大黑暗,以及與魔鬼同類的命運。──至於我們弟兄,願我們絕不經歷這些; 我哋要努力避開仇敵嘅陷阱,英勇作戰,忍受慾望嘅火燒──呢把火肯定會熄滅。因為神全能嘅眷顧唔會容許我哋若然奮戰而被呢把火燒盡──我哋會走出嚟,進入純潔露水嘅涼爽,同聖潔嘅青年一齊讚美神。 就畀嫉妒向我哋襲來,但我哋要武裝自己去對抗呢種激情,佢遲早都會過去;佢可能持續一個鐘、三個鐘,或者一日,但一到床上就會消失;而你,以呢種方式掙扎過後,就會被數算喺基督嘅戰士之中,佢哋唔係要受折磨,而係要得冠冕。

**20.** 你雖然受傷,但你亦曾傷害他人;你雖然跌倒──但願這從未發生──即刻站起身來;你是否被言詞引誘去做不體面之事,被眼前所見引誘,在心靈的懶散中被白日夢所纏,或突然大笑? 再次歸返正路,回到你本該嘅位置,成為一個悔改者,歸榮耀於神,作你的認罪,從靈魂深處流下熱淚,讓嘆息從心底湧出,呻吟,低垂你的頭,心存痛悔,並實踐謙卑。 呢就係靈魂嘅醫治!因為經上寫住:*「你哋回轉,靜默哀號,就必得救,知道你哋所行嘅路。」*(以賽亞書30:15)又寫住:*「你哋一開口,我就要應你哋;你哋一講,我就要對你哋說:『我在這裏。』」*(以賽亞書58:9) 又有一節經文說:*「他受苦受難,走咗出去,我就醫治他所行嘅道路。」*(以賽亞書57:17)你睇吓,我哋有位多麼有恩典、多麼有憐憫、多麼令人得安慰、多麼快就垂聽嘅神!*「因為他係為我哋罪過所獻嘅挽回祭。」*(約翰一書2:2) 祂為我哋變窮,為我哋嘅得救耗盡自己,祂忍受傷痕、侮辱、誣衊同嘲笑,並流盡祂至聖潔嘅血──正如經上所寫:*「因祂的鞭傷,我哋得醫治。」*(以賽亞書53:5) 所以,我們要親近*祂,並「在祂面前下拜,在祂面前哭泣,因為祂是我們的神,我們是祂草場的羊,是祂手中的羊」*(詩篇 94:7)。

**21.** 今日,我哋要聽佢嘅聲音,唔好再令佢憂傷;唔好似古時嗰班人(曠野入面嘅以色列人)咁,因為不信而埋怨;我哋要即刻出發,去到應許之地,嗰度要經過一條又窄又窄嘅道路。 如果當時嘅人聽從佢哋嘅領袖約書亞同耶孚尼尼之子迦底斯,佢哋本可以承受神所應許嘅地。 但因為佢哋行嗰條艱難嘅路行到疲倦同沮喪,又驚怕遇到嘅列國嘅抵抗,雖然有神無敵嘅大能相助,佢哋都畀交咗去滅亡──佢哋嘅

記憶就喺一陣轟天動地嘅騷亂中化為烏有。 而家,同樣嘅事都會臨到我哋。因為如果你哋聽從我哋呢班唔配嘅人,唔堅定,反而坐喺放縱肉體慾望嘅大鍋邊,諗住埃及嘅奴役同呢個世界情慾嘅奴役——而呢啲都係靠神嘅恩典同憐憫令你哋得以脫免—— 但要與我哋同心振作,以火熱的心志昂然起身,腳上穿好宣講和平福音嘅預備,身披堅固嘅信心盔甲,並隨時喺聖靈中用各樣禱告同祈求(弗6, 14–18):到時,我哋同你哋一齊,就會成功完成呢段屬靈嘅旅程,踐踏並克服所有遇上嘅異教同野蠻慾望,我哋會帶住眼淚,喺心靈裏面渡過約旦河,承受嗰片不朽生命繁盛、心靈結出無量福份果實嘅美地。

**22.** 我而家,同往常一樣,喺你哋當中播下呢幾句卑微唔配嘅說話,為咗建造你哋嘅靈命。 但願你哋接受呢份微薄嘅供奉,並透過你哋嘅善行,令呢幾句寥寥言辭結出三十年、六十倍、甚至百倍嘅果實。藉此,我懇求你哋,以平靜嘅心態承擔人生嘅艱辛,並全心全意地履行所託付嘅職責。你哋都要歡喜,同我一齊分享喜樂,願你哋都興旺 prosperous。 無人可以埋怨;無人可以覬覦他人嘅職責;無人可以對鄰舍自以為高——因為呢啲行為對主同對人嚟講都係可憎嘅——無人可以做可恥嘅事,無論係心靈定身體;無人可以暗中飲食;無人可以說謊;無人可以定罪; 不可有人彼此埋怨;不可有人贪慕虛榮;不可有人自誇;不可有人好說大話,自以為聰明;不可有人自以為義,自以為是;不可有人貪婪,不可有人貪戀世俗;不可有人貪睡,不可有人貪食;不可有人貪酒,不可有人貪宴;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人貪慕虛榮;不可有人貪慕虛榮,不可有人 相反,你哋都要恩慈、有德行、謙遜(唔好引人注目)、自制、勤力、喺佢面前謙卑、順服、友善、憎惡狂妄、彼此相愛,並且誠實; 咁樣,我哋就可以憑住呢種生活方式同行事,成功完成神交畀我哋嘅任務,並且討好神,得著所應許嘅福氣。

### *46. 我哋被呼召去過一個高尚嘅人生:但我哋有冇照自己所想,同埋照人哋所期望咁去活?*

46. 1) 我哋被呼召去過一個高尚嘅人生:但我哋係咪照自己所想,同埋照人哋所期望咁去生活?– 2) 讓我哋堅守良善,唔好畀慾望捲走,唔單止喺行動上,連夢裏都要咁做。– 3) 我哋點解離開世界?係為咗過一種匱乏嘅生活——懷住盼望。 [1, 50]

**23.** *「上帝的恩典已經顯現,」*照奇妙的保羅所說,*「為要將救恩帶給眾人,使人棄絕世俗的私慾,」*特別係我哋呢班揀咗修道生活嘅人,*「以貞潔的心,」* 虔誠而*公義地,同時等待那蒙福的盼望,以及我們偉大神和救主耶穌基督榮耀的顯現」*(提多書2, 11–12),祂對一些人——*「按着他們持續行善*——就賜給他們永生,對另一些*人——按着他們*放縱情慾——就賜*給他們*憤怒和無休止的痛苦,因為他們離棄了良善的心志和行為——永遠的火(羅馬書 2:7–8)。 — 試諗吓,我哋係咪真係咁樣去生活?係咪照我哋一開始嘅本意?而家,既然已經領受咗呢個名號: 聖徒、苦行者——我哋唔好用後續嘅行為玷污我哋最初嘅召命;亦唔好似香,起初散發甜香,但最後卻用煙燻得人打噴嚏;亦唔好似燈,起初燃得火旺,照亮屋內所有人,卻後來被放喺斗底下,或者任由熄滅。

**24.** 真正美德的標誌,在於隨時保持自己的品格;而我們的勤勞就體現在此。因為我們人類太容易被引誘,也容易做出不體面的行為,正如神聖之聲在別處所宣告:*「人心自幼年就邪惡。」* (創世記8:21)。既已棄絕世界,就莫再成為其同謀,或淪為情慾的奴僕;既已重整我等的尊嚴,就莫再因惡意而失喪之。 我哋喺呢度已經承認咗自己脫離晒一切,就唔好再返去嗰啲同我哋格格不入嘅慾望同福份。點解我哋要忘記喺天使同人面前所立嘅誓言,去追求——有啲人追求首席,有啲人追求教導嘅職位,有啲人追求和平? 又有人如果喺任何事上畀人覺得唔夠重視,或者唔以「最尊貴嘅長老」相稱,就會表現得好唔滿,因為佢哋眼前見唔到死亡,亦見唔到對自己思想 、行為嘅可怕審判同定罪,亦唔感受到壓在身上嘅罪惡重擔, 卻係被心所吸引同渴望嘅嘢,同埋由邪惡心靈召喚出嚟嘅嘢,喺夢中令一個人成為神職人員,又晉升另一個人做方丈,令一個人披上智慧之言,又委託另一個人去管理同照顧寺院嘅所需。呢個唔係撒旦嘅幻覺同欺騙咩? 我哋唔係要責怪每個人,但確實有啲人係咁;我哋嘅說話係對住所有人講,係要喺佢哋心裏面加強正面嘅思想同感受。

**25.**既然我哋已經將所有榮譽視為次要,並同一切塵世事物道別,我哋而家就要將自己奉獻畀喺佢哋取而代之嘅嗰件事。咁我哋究竟為咗乜嘢而離開世界? ——我哋嚟做乞丐,嚟流淚、飢餓、口渴,心存純潔,做和平使者,畀人譏諷、迫害,甚至誣衊——成為世上嘅糞土;最後,如果迫害嘅時候嚟到,就為嗰位為我哋而死嘅主捨命: 因為凡下定決心並時刻準備如此行者,都屬於真正如此受苦者,並將與他們一同得榮耀;他們也將與我們的獨一無二且普世之君基督一同作王。

## *47. 堅定你所揀選嘅生命,唔好剝奪自己前面嘅喜樂*

47. 1) 堅定你所揀嘅生活,唔好剝奪自己將要嚟嘅喜樂。– 2) 有咩痛苦係主未曾為你先受過嘅?– 3) 為逃離修道院者哀傷,並勸勉長老。– 4) 邀請為逃走者祈禱。 [1, 51]

**26.** 我喺我哋主耶穌基督——祂為我哋罪惡捨命——嘅愛裏面,懇求你哋要堅定不移,忠心遵守主聖潔而賦予生命嘅誡命。 唔好畀人打盹,免得跌入罪中;唔好畀人向試探我哋嘅魔鬼低頭;亦唔好畀人狡猾咁將罪惡瞞住我哋,對人講一套,喺監察人行徑、洞悉人心秘密嘅神面前又做另一套。 唔好剝奪自己本於你面前嘅永恆生命喜樂;要從呢個悖逆又敗壞嘅世代得救;要憎恨世界同世上嘅一切,憎恨各種情慾、甜美嘅享樂、自己嘅意志同放縱。我哋已經同世界斷絕關係,踏上敬畏上帝嘅道路。 我哋已經對罪死咗,唔可以容許任何我哋已經拒絕過嘅嘢再返嚟,亦唔可以再跟從佢,或者接受佢。你已經嚟到呢度,逃離咗世界同世俗嘅事物——作出呢個美好而奇妙嘅決定,令自己成為順服嘅奴僕,為咗基督嘅緣故甘願忍受一切,甚至流血都願意。 你喺你嘅出家誓言中,已經喺神同祂使者面前應承咗呢一切。你係咪真係咁,你自己最清楚。但係,人啊,要小心:*'神係唔會被戲弄嘅'*(加拉太書6:7)。*'按摩西律法,若有人不聽從,就有兩三個見證人,就當眾死,決不憐憫。 你以為,對於那些踐踏神兒子、踐踏律法、將所立之約的血當作污穢之物的人,預備的刑罰會有幾倍更重呢?*(希伯來書10:28–29)

**27.** 主為我哋受苦;你呢個僕人,點可以受得同主一樣多呢?咁,親愛嘅,你點解會發嬲?點解會失控?點解會咁憤怒?點解?——佢哋侮辱你?你嘅主都忍受咗呢樣嘢。 佢哋打你面頰?佢冇轉頭避開打佢嘅人。佢哋嘲笑你?同樣嘅事都發生喺你主身上:因為佢藉先知講:*「褻瀆你嘅褻瀆都加到我身上」*(詩篇68:10);又再有: *「他們釘透了我的手和我腳;我的骨頭無一不痛。」*(詩篇21:17-18)有咩石心人,細味主基督為我哋帶嚟生命嘅苦難同祂嘅死,都會唔為之感動呢! 但你哋唔係已經決定,每日自願將自己獻上做犧牲咩?的確係咁,我相信你哋唔會對所講嘅話毫不在意,而係效法救主,願意同佢一齊受苦,好等喺天國同佢一齊得榮耀。 當然,你哋當中有人比其他人更優秀、更卓越,係因佢各自所具嘅美德。但願主上帝賜力氣同剛強畀你哋所有人,好叫你哋到咗時候,得以達到基督嘅豐盛!

**28.**我若因何事喜樂,就願你哋同我一齊喜樂;我若憂愁,就願你哋同我一齊憂愁。 – 我而家因為我嘅兄弟Orsisius而心痛不已。佢琴日就從我哋眼前失蹤咗。呢件事嘅原因,無非就係我自己嘅罪過,好似一個可憐嘅牧人,冇能夠預見、冇能夠警告,亦冇能夠照顧呢位軟弱嘅弟兄。 哀哉我身!我實當受審判、受譴責,並被交於痛苦與折磨。可憐我吧;但也要小心自己,免得我對你的權柄成為我永遠滅亡的緣由。你哋各人要堅守應守的規矩;並要堅決在告解中向我坦白一切。 願人人留喺自己所蒙召嘅崗位。長老們,你哋要小心,因為你哋係眾人之前已經棄絕世界;免得因為你哋良心不足,再次發生類似嘅事。 ,你哋容許自己逾越正當嘅界限,冇喺凡事上維持秩序,違背咗我嘅旨意同我嘅心願,而呢啲本應適用於所有屬下。 因為我聽講你哋而家用起肉體懲罰;但我冇吩咐過,因為神聖經文有明文禁止,雖然聖父哋出於某啲情況同某啲人嘅必要,曾有限度容許——但都要低調進行,由人代勞,唔係為咗滿足私慾;你哋仲講粗口,而且好唔體面;對部分人嚟講,呢啲已經變成咗習慣。 ——我哋要用勸說、溫柔同品格嘅示範,去引領弟兄行正路;因為我哋嘅權柄唔係暴政式嘅,而係尊重自由,並樂意換取順服嘅。 至於惡言,例如「愚蠢嘅加拉太人」、「傻瓜」、「蝮蛇之子」等等,呢啲說話唔好喺我哋中間聽到;雖然嚴厲嘅言詞,如果唔係出於尷尬或激情,而係帶住憐憫同愛,就可以成為救濟嘅良藥。 因為就算醫生,當針灸同灼燒療法適合治療眼下嘅病症時,都會用上佢哋。 我哋都有自己嘅刨刀同灼灼器,就係懺悔同責備嘅言詞;我哋要用呢啲,但要記住一樣嘢——令跌倒嘅人可以再站返起身,重返正路,同時要展現我哋嘅大度,特別係對未成熟嘅人。 無論係瞓覺、食嘢,定係休息等等,慣咗嘅人同未慣咗嘅人唔應該一視同仁。所以我希望對新嚟嘅人放寬要求,直到佢哋習慣咗,開始自動自覺、熱心咁做晒所有嘢。 我哋豈係淨係為咗勞動、為咗葡萄園同橄欖林先有弟兄?絕對唔係;而係要令佢哋自己去成就佢哋嘅救恩。長老要將主要嘅注意力放喺呢件事上,而物質方面嘅事則要放喺次要。 每一個謙卑破碎的心靈,按照福音,

就從他心靈的善寶中,發出好話,而那樣的心靈的責備和申斥,對領受的人比甘甜的飲品更甜; 相反,自大的人心結出果實──辱罵、苦毒和嚴厲的話語,並伴隨凶狠的目光、張大的鼻孔,以及面部猙獰的扭曲。那麼,犯罪的弟兄如何從此得醫治呢?

**29.** 祈求主平息怒氣,向我哋顯明我哋弟兄喺邊度;因為呢件事令我深感憂傷,淚如泉湧。唔好以為Orsisius嘅逃走冇乜後果,只係小事,只因為佢係最卑微嘅人之一。但對我嚟講,呢件事卻好重大;因為基督為佢死咗。

## *48. 死亡近在咫尺:要透過淨化自己脫離情慾嚟預備自己*

48. 1) 死亡近在咫尺:要透過淨化自己脫離情慾嚟預備自己。– 2) 你哋要卓越。3) 遠離閒聊同笑聲;寧願鍾意沉默;如果要講嘢,就講對自己有幫助嘅嘢。[1, 52]

**30.** 日復日,日子飛逝,好似一條急流,湍急向前,從不停歇。死就喺度。*有咩人可以活到唔會見到死亡?*(詩篇 88:49) *「人如野地之花,日子如影過去。」*(詩篇101:12;102:15)當聖天使嚟接我哋時,唔好因為冇準備好而令自己成為笑柄; 但願我哋好似隨時都要離開呢個世界咁,更加留意自己嘅一言一行──準備就緒,熱切等候全能嘅上帝發出離開呢世嘅號令。 如果我哋咁樣行,冇惡可以勝過我哋,遺忘都保護唔到我哋脫離上帝嘅審判;我哋唔再彼此相爭,亦唔再挑起爭吵; 我哋唔會喺彼此之間追求更高嘅榮譽,亦唔會為咗學唔到呢樣嗰樣、記唔住呢樣嗰樣,或者做唔到呢樣嗳嗰樣而憂愁。 但當我哋 *「將这一切都當作亏损」*(腓立比書3:8)之後,我哋只追求一樣嘢──淨化我哋嘅靈魂,脫離情慾,成為上帝親屬。 我講呢番說話唔係要禁止你哋學習──因為我都要求你哋學習,並且親身畀咗你哋詳細嘅規則,講乜嘢同點樣去學;而係要顯示有件事要擺喺第一位,其他就排喺後面;有件事要當作主要任務,其他就係輔助。 我哋嘅主上帝,祂賜力予軟弱者,祂 *「將窮人從塵埃中抬起」* (詩篇12:7)祂日日都改變我哋──呢班喺敬虔中重生嘅人──成為 *「完全人」*。願祂賜給我哋合乎此呼召嘅力量,使我哋得以顯得比自己所配得嘅更完美。

**31.** 使徒教導我哋要追求愈來愈高嘅完美(西3:1)。 所以,我哋唔好停止追求仍欠缺嘅美德,而要更加努力進步,並以各樣美善豐富自己。如果你係一粒星,就努力成為太陽;如果你已經喺神嘅殿院,被數入得救者之列,就努力去到被派管轄五個或十個城嘅位置。 要令你嘅才幹倍增,好叫你可以高人一等;要多愛,就會有更多畀你;要做主嘅忠僕,就可以喺屋企入面嘅人當中享有優先地位。呢啲就係神聖嘅「 」之聲,令人敬畏──當你聽到佢哋,又或者當你反思佢哋嘅時候──佢哋會向我哋預言榮耀接榮耀。

**32.** 堅定咁對抗魔鬼,抵禦佢對你嘅攻擊。 我聽聞你哋好多人沉迷於閒談,喺夜晚聚會時毫無羞恥咁放縱;但呢啲行為對做嘅人同埋參與嘅人都有害。只要有人講個笑話,嗰陣無意義嘅笑聲就會即刻因為一個人而傳遍所有人。 魔鬼就歡喜:因為佢係呢度嘅統治者,呢啲行為令佢好開心;而主同祂嘅聖天使,就因為你哋嘅惡行而感到羞愧。敬畏上帝,要識嘢。如果呢番說話唔係真,就證明我講大話,我就會噤聲;但如果係真,就要開始提防自己,唔好再犯。 點解你唔收聲,唔好咁多講,除非有人問你先開口?你根本唔知道沉默嘅甜美,佢可以令沉默者嘅心靈充滿比任何喜樂更深嘅喜悅:因為咁樣嘅人,聖靈就係佢嘅同伴。 你以為呢件事係小事,卻唔知道各種罪惡都包含喺入面。正如雅各書所講,舌頭係 *「難制嘅惡,滿有致命嘅毒」*,而能制住佢 *嘅人就係「完全人」*(雅各書3:2, 8)。 所以,雖然我令你傷心,你都唔好因我而憂愁。我對你嚟講係一個父親;而家我就用聖保祿嘅話同你講: *「有邊個可以同我一齊歡喜,又同時為我分擔憂愁?」*(林後2:2)。你哋係咪自告奮勇要講嘢? – 好啦;但講講贊美詩同聖頌,講述聖人故事,討論有用嘅事同眼前要做嘅工作。但係要講啲田地或者菜園、牛隻或者馬廄,或者其他同你冇關嘅嘢?邊個需要問呢啲嘢,又邊個可以俾到正確答案? – 然而有人突如其來地發問,另一個人又重複提問──然後他們就喋喋不休,毫無顧慮。你倒不如坐喺你嘅小房入面,保持沉默。我再講一次:沉默者有上帝嘅聖靈作伴,而相反嘅情況就一目了然。

## *49. 我哋救主為我哋受苦嘅場景:榮耀同感謝歸於祂!*

49. 1) 我哋救主為我哋受苦嘅場景:祂得榮耀,我哋向祂獻上感謝!– 2) 職責有變動嗰陣,對嗰啲埋怨又唔順服嘅人講一句.– 3) 口頭上人人話乜都肯做,但實際上唔係人人都咁做:– 一句責備。 [1, 53]

**33.** 我哋再次踏入呢個聖潔而光輝嘅基督受難紀念週,再次體會榮耀之主──我哋嘅神同創造主──為咗我哋而甘願受苦嘅程度、份量同目的。 有邊個心,無論幾咁剛硬,都會被呢個諗法壓碎同震驚:主點樣畀祂嘅門徒出賣,畀交喺無法者手上,畀士兵嘅手綑綁,畀帶到公堂,雖然祂就係真理,卻畀人指責,仲畀人話係拍馬屁嘅同奸佬。 眾人的救贖主──祂拍祂的臉,忍受住;被人唾棄,卻不反抗;戴上荊棘冠冕,忍受極度痛苦,卻不責備那囂張的人;身穿紫色外袍,好似君王,又如罪犯般被棍打;最後,祂被釘十字架,被長矛刺透,為眾人嘗了死亡; 但係唔耐之後佢又復活,亦將我哋從墮落中拯救,令我哋得以進入永恆不死嘅生命。 哦,主啊,我們的神和創造主!我們不過是塵土和灰燼,能拿什麼來報答你呢?在你無可衡量的大善中,你沒有藐視這將要滅亡的受造之物,反而卑微地降臨,以至深而難以言喻的謙卑為榜樣,來拯救我們。 而今,憑着從您所賜的救恩與力量,我們以罪惡不配的雙唇,向您獻上充滿我們全心的讚頌與感謝。

**34.** 我哋嘅職務已經有咗變動:有人被調去另一個崗位,另一個人被調去另一個崗位,對佢哋嚟講都係新嘅。呢件事係按照我哋祖先傳下嚟嘅規矩去做:因為咁樣先可以最好咁保持同加強弟兄之間嘅愛、心靈同思想嘅合一。 ──然而,你哋當中有啲人毫無困難就接受咗,另一些人就覺得好沉重; 因為前者習慣放低自己嘅意志,而後者就未準備好──前者對任何差事都唔執著,唔介意被派去邊度,但後者就對某啲差事特別鍾意,覺得有啲有面子,有啲就丟臉。 至於後者,有啲人經過少少悲傷之後,就克服咗自己,接受咗新嘅安排;但仲有啲人依然堅持,唔肯屈服於呢個新秩序。「各位,我有一句 humble 嘅說話想同大家講:凡係嗰啲好似上帝旨意咁接受咗我哋嘅詔令,放低自己嘅意志,甘心樂意去做俾佢哋嘅任務,佢哋就係有福嘅,唔單止令我哋同主都好喜悅,而且佢哋真係──唔係淨係名義上──同殉道者一樣。 至於最初帶住唔滿同悲傷去接受,但好快就謙卑咁向善,並以鮮血向神獻上祭牲,證明佢哋係好戰士。 至於第三類人,佢哋仍然頑梗,為自己編造藉口── ──受慾望驅使,佢哋係背道者,關於佢哋,正當地講,佢哋從來都唔係、亦永遠都唔會係屬於我哋嘅。

**35.** 主說:*「凡稱呼我『主啊,主啊』的人,並不都進天國;惟獨遵行我天父旨意的人,才是進天國的。」*(馬太福音 7:21)又說:*「你倘若愛我,就要遵守我的誡命。」*(約翰福音14:15)。喺呢方面,我亦同你哋講,唔係凡對住我講「父啊,父啊」嘅,都係我嘅門徒;只有行出我命令嘅,先至真係愛我。我哋唔好只係口頭上聰明,行動上卻證明自己同所講嘅話格格不入。 我有幾多次聽到你哋講:「我哋會為你流血,為你而死;如果你想,我哋會投身大海;如果你想,我哋會赤身裸體;如果你想,我哋會食石頭;如果你想,我哋會畀人斬手斷腳。」 聽到呢啲,我以前都好開心,仲多謝上帝;但係後來我嚟到,見到你哋做唔到自己講嘅嘢,我就喊到流淚,嘆息話:「呢班人用口祝福我,但佢哋嘅心離我好遠。」 我並唔係對所有人都咁講:因為我發現咗好多人好溫柔,好似神嘅使者;但我講嘅係嗰啲其他人──雖然唔係全部,亦唔係成日都咁。我係一般咁講,好叫我哋眾人喺各方面都無可指責。 所以,你要尋索你祖先嘅道路,你哋嘅先人喺神面前一直都對呢條路忠信。要效法佢哋嘅榜樣。如果你哋唔係咁行,到你離世嗰陣,就唔會被認為配同聖天使一齊,亦唔會被接納喺你祖先之中;因為喺呢度係點,到嗰度就係點。 我知道你哋都渴望得救,並且已經被數算喺得救嘅人當中。所以,我哋要保持警醒;受試探嘅時候,唔好畀自己跌倒;如果跌咗,就要快啲爬起;如果打盹,就要醒返。我唔定你哋罪,但我視你哋為神嘅僕人,心裏好愛你哋。

## *50. 從見到死人所得的教訓:唔好理會身體,而要理會天國*

50. 從死者的景象中得到的教訓:不可顧念身體,而要顧念天國。 [1, 54] 關於我們的這奧秘是什麼?等待我們的居所又是如何? 一口三舍爾申長嘅棺材。從大地拎出嚟,我哋就會返去大地:身體留喺度,靈魂則飛升而上。我哋以前係乜嘢,而家因違犯誡命又變成咗乜嘢?佢帶嚟咗死亡,因為佢,我哋先變得會死。我哋都會以同樣方式見到自己;因為我哋都會死。有咩喺等住我哋?我哋會去邊度?我哋會遇到啲乜嘢? — 咁點解我哋要咁鍾意呢塊肉身呢?佢係我哋嘅,又唔係我哋嘅;佢係我哋嘅同伴,又係我哋嘅敵人;佢係我哋嘅誣陷者,又係我哋嘅守護者;佢係我哋嘅毀滅,又係我哋嘅救贖。無論我哋點餵佢、點畀佢休息、點寵佢,佢最終唔都會變成蟲蛆同惡臭嘅淤泥? 我又何必理會灰燼,為塵土掙扎呢?聖經上說:*「血氣之體不能承受神的國度。」*(林前15:50)因此,我們要好好照顧自己,不可像畜生一樣生活。 無理性動物嘅本性係鍾意肉體,填飽肚仔,放縱肉慾,受血慾驅使,任由身體放蕩,滿足所有感官;但對於真正被尊為神嘅形象、並渴望按受造之時咁樣生活嘅人嚟講,呢啲都唔適合。 佢嘅召命就好似天使咁──要默想天上嘅福份,要觀賞受造之物嘅美景,要對真神懷住熾熱嘅愛,要憎恨魔鬼,對肉身就唔好太理會,

只係適可而止、節儉咁畀佢最基本嘅所需。　所以我懇求你,我哋要行事有真智慧,咁喺將來嗰時代──嗰時人人都要按自己嘅行為同作為受報──義人得永生,罪人受永不止息嘅火刑──我哋就知道咁做並無犯罪。

### *51. 寺院入面嘅人人都做嘢,為共同利益盡一分力;所以寺院生產嘅任何嘢都視為每個人嘅財產*

51. 1) 寺院入面嘅人人都做嘢,為共同利益盡份力;點解寺院生產嘅嘢會俾人人都攞走? – 2) 食物、飲品同酒都擺喺度俾大家,但每個人都可以自由唔食。 – 3) 以咩意思去增加兄弟人數先算係好事;院長應該帶住咩心態去接納佢哋;兄弟喺此中有咩角色;收留老人同病人係一種責任。

**1.** 「使徒說:*『你哋要將自己身體獻上,當作義嘅奴僕,歸於神』*(羅馬書 6:19)。要更豐盛地擁抱神聖智慧,真切體認你哋尊貴生活方式嘅天使般尊嚴。　其實,你哋已經明白呢點,並以謙卑嘅態度完全向神獻上自己,而且你哋樂意咁承擔每日喺靈性同肉體上嘅工夫:因為兩者同樣有益,而且互相補充。有人忙於讀書,有人忙於祈禱;有人留喺屋企做針線,有人喺戶外工作;有人掘葡萄園,有人整畦;有人跑腿,有人做木工;冇人閒置,冇人坐手合手,大家都按自己嘅能力出份力。　我認為,無論係把守大門嘅門衛,定係趕走雀鳥嘅園丁,都唔應該被輕視:因為佢哋各自為整個身體作出貢獻,就好似腳趾或者手指咁,雖然位卑但功不可沒。 ──我哋都係一個靈魂,一個意念。所以,我哋要永遠都咁樣行;唔好有人自絕於同兄弟姊妹嘅合作同共苦。你哋嘅手係聖潔嘅;你哋嘅勞作就係獻畀上帝嘅供品同祭牲。我講得啱唔啱?你哋唔係餵住老人家㗎咩? 你哋唔係會畀旅客麵包、蔬菜、一杯「*涼水*」或者酒,仲有修院入面所有其他嘢?你哋唔係會招待嚟探訪嘅朋友?你哋唔係會照顧自己?你哋唔係都會照顧我哋?──如果呢啲唔係獻畀上帝嘅供品,仲係乜嘢? 因為經上寫住:「*我喜悅憐憫,不喜悅祭牲。*」(馬太福音9:13)每次有嘢由修院發出,就係你哋施展憐憫。因為咁做嘅時候,我唔係唯一嘅施予者,而係我哋大家一齊施予,無論係金錢、衣物,定其他任何嘢。　你哋係我嘅孩子,亦係我喺所有屬靈同物質上嘅夥伴。我心心念念掛住你哋,而「*你哋並唔係被關喺我懷裏面*」(林後6:12)。我用屬靈嘅愛擁抱你哋每一個人,我對你哋每一個人都有憐憫,並且努力去溫暖同安慰你哋。 你要知道:凡與人為敵,就等於與我為敵,因為他們就代表我。所以,你要在彼此之間存有和平、屬靈的愛、互相尊重和互相幫助。要像尊敬我一樣,尊敬最卑微的人,如同尊敬至高至上的首領,並且在一切事上都存敬畏和愛心服從他們;凡不肯服從的人,就不是我的人。

**2.** 事奉之前,要先以屬靈的滋養堅固自己,以清醒和活力行所規定的禮儀和聖潔的禱告;之後,因着工作辛苦,要以身體的滋養補充──按規定的分量食用麵包、熟菜和酒。這係畀身體唔係好壯實嘅人。　至於嗰啲想戒酒嘅──感謝主!──就由佢哋戒啦。但係飲酒嘅人唔好覺得自己有虧欠;唔飲酒嘅人亦唔好自以為自己做緊好偉大嘅事。因為「*食物並不能使我們在神面前得稱義*」(林前8:8),特別係當我哋為此自誇嘅時候。 有邊個會反對話細路唔適合飲酒?但係,對每個人嚟講,唔飲酒都係有益嘅,尤其係身體健壯嘅人。不過,我就刻意照規矩容許某啲人飲酒,係要令佢哋謙卑──唔係永久,只係一段時間。

**3.** 你哋知道,幾乎每日都有人嚟我哋度,想入我哋嘅修道院。但我唔會人人都收:因為我唔關心你哋喺呢度嘅人數要比其他修道院多,亦唔想為此自誇,雖然我本身好虛榮。我哋希望你哋人數增加,但要為咗神嘅榮耀,同照祂嘅旨意去做。　將眾人聚合為一者,確實為神帶來更大嘅讚美,但只有喺佢哋以神嘅名聚合嘅時候先至得。　我都知道,神因一個悔改的罪人而喜樂,豈不更因許多這樣的人而大喜?如果祂在二人或三人奉祂的名聚會的地方(馬太福音18:20)都與他們同在,豈不更會與一大群人同在?但我深知自己軟弱,慾望多,既然連自己都管不好,就無面目去管理別人。我只因那條「凡到我跟前的人,我總不趕出去」的誡命──以及另一條:「*容小孩子到我跟前,因為天國正像他們。*」　(路加福音18:16)──我就謙卑自己,歡迎幼兒、少年人、老人、已婚者、未婚者、健康者、殘障者、單臂者同跛腳者。　我咁做唔係出於我自己嘅意思,好似做緊咩偉大嘅事,而係作為一個按神聖教父吩咐而必須咁做嘅僕人;如果我唔咁做,就會被定罪為違背誡命。你哋點睇?你哋同意我講嘅嗎?你哋自己有冇準備好參與呢?──係定唔係? ― 請各位都答我一聲,好令我喺呢件事上更加熱心:因為你哋勞碌嘅果效,就係畀佢哋得食得飽;或者講得更準確啲,其實係出於神嘅恩賜,*祂「成日以恩典充滿各人」*(詩篇144:17),「*畀食糧畀牛同呼求祂嘅幼烏鴉*」(詩篇146:9),又說:「*你哋望下天空嘅雀鳥:佢哋唔播種,唔收割,你哋嘅天父都餵佢哋。*」(馬太福音6:26) 然而,我信靠你嘅美意;我希望我哋一齊永遠勤力遵守所有誡命,喺任

何方面都唔會被定罪。 因為如果我唔款待長者,或者唔畀殘障人士休息,我就會被定罪犯法──唔只係一條誡命;因為誡命好似一條無盡嘅鎖鏈,每條都互相依賴,無論係遵守定係違犯都一樣。 如果我哋犯咗就算一條誡命,都會被稱為「天國裡最微小的人」(馬太福音5:19);而根據金口若望,被稱為「最微小的人」,就無異於陷入永恆嘅刑罰。 所以,我哋要歡迎細路、老人同殘障人士;良善嘅神 唔會輕視我哋,反而會照祂由第一日到而家一直賜畀我哋嘅,供應我哋所需,無論係靈魂定身體。

### *52. 弟兄之愛要常存;願你哋都因潔淨自己而得救;遠離閒談同笑聲;聽到你哋中間有事唔妥,我就好痛心*

52. 1) 弟兄相愛要常存;願你哋都因潔淨自己而得救;要遠避閒談同笑語;聽到你哋中間有不妥之事,我好痛心。 – 2) 冇長老嘅許可唔好互相傳食物;呢個係誘惑:唔聽嘅人要受懲罰,唔係出於忿怒,而係出於愛。 – 3) 你哋想喺所有事上、任何時候都無可指責咩?記住死亡。 [1, 56]

**4.** 唔好互相對待唔好,反而要展現健康嘅競爭同真正嘅兄弟之愛。我咁講,係希望我哋大家都可以得救。 因為我哋嘅主耶穌基督話:*「我天上嘅父,唔願意任憑一個人失喪。」*(馬太福音18:14)所以,願你哋眾人都得救;為咗呢個目的,人人都要努力競賽,好將自己獻上畀神,成為聖潔,就如起初受造嘅時候,承載神嘅形象。 唔好好鬥,亦唔好講無謂嘅閒話;晚上聚埋一齊嘅時候,唔好放縱大笑,一齊做嘢嘅時候,亦唔好用一種方式互相引誘犯罪。 *「我心內裡發燒,我心靈裡面的情感」*都亂哄哄,無法平息,就係最能言善道的耶利米(4:19)喺佢敬虔嘅話語中所講。 而家,我就係咁污穢可憐,都向你哋呼救:有種致命嘅病壓倒我,思想嘅箭射傷我,每次聽到你哋行得唔好,就受唔住。我嘅仔女,要敬畏可畏嘅神,唔好因為任何疏忽,就摧毀咗你哋長期嘅抗爭同蒙福嘅勞苦。 我哋已完成咗一段偉大嘅航程:難道而家要喺港口度船難?我哋行咗好長一段路:難道而家要喺神嘅居所門口打盹?要明白我講緊乜:因為神已經賜咗你哋智慧。 *「要剛強,堅固你哋嘅心」*(詩篇30:25)。 要努力爭扎──並以謙卑為衣。唔好放縱自己嘅意志,亦因此而唔能歡喜喺喺行我嘅吩咐。 因為如果有人將自己嘅意志治死,無論擺喺佢身上嘅擔子幾重,佢都唔會推辭、唔會忽略,亦唔會覺得係負擔,反而願意順服同遵從,認同而唔反對,就好似一隻冇思考能力嘅動物受主人約束咁,正如聖經所言(詩篇72:22)。 你哋每一個人都要自我檢視,睇吓自己喺服從方面處於咩位置。而且,我都可以從外在嘅行為睇出你哋內心嘅狀況。 根據聖多羅修斯,一個冇自己意思嘅人,會將修院入面做嘅任何事都當成自己嘅本份──咁樣嘅人永遠都心平氣和。但凡唔係咁樣嘅人,就會顯得疲憊同煩亂,畀自己嘅慾望拉嚟拉去,俾呢樣嘢吸引又俾嗰樣嘢吸引,時而變一個樣,時而又變另一個樣。 我哋當中唔好有呢種人;反而要我哋都用純潔嘅心、同一嘅心靈去事奉上帝。因為如果我同你各有各嘅意思,就會有爭吵同分裂。但如果我講嘅嘢係好嘅,你點解要同我作對?點解要令我操心同擔心?

**5.** 弟兄姊妹們,我有件事要提醒你哋──點解你哋唔遵守我其中一條誡命,好似其他人一樣?雖然睇落好似係小事,但違犯咗就會摧毀你哋所有嘅大德行。咁我哋又點可以話:「呢條小誡命其實好重要」呢? 上帝嘅每條誡命都要遵守,任何違抗嘅行為都會受到應有嘅懲罰。我已經多次嚴厲警告,唔准你哋任何一個人將任何食物或飲品傳畀其他人。 呢件事只係由我、管家、副管家、酒窖主管,或者其他我已經同埋繼續喺呢件事上發出指示嘅高級官員先有呢個專屬權。所以我再次重申,由今日起,任何人唔可以咁做:呢件事同秘密進食一樣,都要接受任何形式嘅懺悔。所以,要小心,唔好因為粗心大意而犯呢個罪。 你哋互相羞辱,卻無益處,並且喺本無可畏懼嘅地方卻充滿恐懼。你哋話唔想得罪弟兄,但同時卻得罪咗神同我──我實在配唔上。可憐你哋嘅「良心」!呢種「良心」係浮躁心態、對神冇愛、自以為義同屬肉體相交嘅表現。 我大膽講,就算有人係天使,都唔好向佢收任何嘢。畢竟,你哋成日都當菜係福氣嚟領受:大家就食啦;但如果有人食唔落,就叫佢返畀管家;如果佢想轉送俾其他人,就同管家講一聲。 凡行此道者,無可指責。你難道唔知道,咁樣會引起唔當嘅友誼?或者你係將佢哋轉送畀你對佢哋有污濁心思嘅人?就算冇呢啲情況,呢個行為本身唔係誘惑咩?當一個人攞到佢哋,另一個人淨係望住,唔會引起細聲講嘢同埋怨氣咩? 從各方面嚟講,後者可能會以為自己唔受鍾意。但如果你喺對方唔喺場嘅情況下, ,話自己有嘢要畀佢,就要搵個特別嘅時間同地點;咁樣做就等於喺培養秘密聯盟同密謀。 – 但聖大巴薩利奧話咩?– 互相交換眼神,喺人耳邊低聲細語,會令鄰舍以為有啲惡意嘅陰謀喺度進行。[84] 所以,你絕對唔可以喺未經負責人同意嘅情況下咁做(即係將食物傳畀其他人)。任何人若被發現

[84] 第五部第三章:苦行,第82頁。

有呢種行為,就要接受懺悔。但唔好以為呢個係出於憤怒或不耐煩。　唔係,我已經咁做過,亦都會繼續咁做,因為我對你嘅愛。喺呢件事上,我希望效法主,正如使徒所見證:*「主所愛嘅人,祂必管教;凡祂接納嘅人,祂必責打。」*　(希伯來書12:6),——以及對這位使徒本人,他說:*「除掉我憂愁,有何能使我喜樂呢?」*(林後2:2)。

**6.** 你想喺任何時候、任何事上都無可指責嗎?——記住死亡,靈魂同身體分開嗰刻,天使喺你臨終時嘅臨在, 那段漫长的旅程和寄居(经过死后的折磨)、与主神和我们的救主耶稣基督的相遇、对我们一切作为的严厉清算、永恒的刑罚、天国的荣耀,以及其中的应许——那说不出的福分。

### *53. 我就要別離,但我將我嘅靈留喺你哋度;你哋要照我同你哋一齊嗰陣嘅樣式繼續行。*

53. 1) 我要暫別,但我將我嘅靈留喺你哋度;就算我唔喺,都要繼續,就好似我同你哋一齊嗰陣咁。 – 2) 對管家嘅指示。 – 3) 喺呢個場合對弟兄姊妹嘅教導。 [1, 57]

**7.** 我暫別你哋嘅時候,就將我嘅靈留喺你哋度,並將你哋交託畀我同你哋嘅父——佢能永遠堅定你哋、令你哋站得穩、毫不動搖——嘅禱告。你哋有主同我哋神嘅誡命、我哋聖先祖嘅傳統,以及我卑微嘅教導同勸勉。　*所以,要謹慎行事,唔好似無智慧人,而要似有智慧人*(以弗所書5:45),好似我冇離開你哋,而係同你哋一齊。教師唔喺身邊會令假門徒歡喜,但令真門徒憂傷。　你哋呢班配得上神嘅人,要過敬虔同義正嘅生活,並願你哋繼續咁行。主喺福音書上清楚講:*「僕人喺主人返嚟嗰陣,*照佢所吩咐嘅*去做,就係有福嘅。」*(馬太福音24:46)　我哋唔配用呢啲說話同你講;但為咗喺你哋嘅好品行上加把勁,我哋忍唔住要加啲自己都唔完全明白嘅嘢。願我返嚟嘅時候,見到你哋仍然尋索上帝,並喺和諧、同心同道、同心合一嘅狀態中。

**8.** 你哋知道撒但有好多試探,而家係春天,日子好舒服。　小心,免得罪惡之箭射中你哋任何一個人。首先,你——我嘅孩子——承繼我嘅位,成為弟兄姊妹嘅領袖,要喺各方面服侍佢哋,對佢哋寬容,替我滿足佢哋屬靈嘅需要,嚴格遵守有關詩歌同禱告嘅規矩,能做嘅就許可,必要嘅就禁止; 唔好太寬鬆,亦唔好過份嚴苛,而要喺所有事上兩者並用,為咗善而施;對病者要同情,對受苦者要分擔憂慮,對勞碌者要幫手。　你聽宇宙偉大教師保羅講乜嘢:*「有弱嘅,我就唔弱?有行差嘅,我就唔嬲?」*(林後11:29)　你明我講乜嘢未?願主喺凡事上賜你智慧。但你哋亦有我哋共同嘅天父;凡事都要跟從祂嘅聖旨同命令。　*「由唔配嘅嘢中揀出配嘅,就如我口所講嘅」*,係主喺祂神聖嘅話語中咁講。　那治理這大弟兄之群的人,若能按着正理治理屬他權下的人,就會在天上被稱為大。主對聖而偉大的彼得說什麼?*「你若愛我過於這些,就牧我的羊」*(約翰福音21:15及9)。

**9.** 我的兒女和弟兄,你們是基督的羊。我奉我們的主耶穌基督的名勸戒你哋,祂為我們的罪捨命,要你哋順服管理你哋嘅長老;不可有人違背佢嘅命令,因為凡違背佢嘅,就違背神嘅命令。　佢會有個助理;都要聽佢,唔好因為佢年輕就藐視佢;因為聖經話:「老年唔係計年數嘅。」(智慧篇4:8)　但凡得着老邁智慧的人,實在是長老。所以,你們都要作智慧人,都要作明白人;不可有人在知識上作嬰孩,卻*要'察覺神的旨意——什麼是善、可喜悅、合乎永恆的'*(羅馬書12:2),並照着去行。

### *54. 討神喜悅;彼此照顧,不可自私;不可自以為聰明;同心合一*

54. 1) 務求討神喜悅;彼此照顧,不可自私;不可自以為義;要同心合意。 – 2) 修道生活需要勞力,尤其要謙卑;將來有安息,但喺呢度都有勞碌嘅果效;所有修道院都靠勞力維持; 無論你去到邊度,都要和平卑微咁生活。 – 3) 帕霍米烏斯兄弟已經過身;要記住佢嘅美德:佢嘅謙遜、佢嘅節制、佢嘅笑聲幾乎只係一抹笑容——而且都只係偶爾先有……佢嘅清醒……並跟隨佢嘅榜樣。我感謝上帝,佢喺我哋當中興起咗有德行嘅人。 [1, 59]

**10.** 你哋知道,神向我哋嘅要求就係:要我哋以討祂喜悅嘅方式生活,喺呢個現今嘅世代,受苦節制,好得永生。 所以,要敬畏那在審判上可畏的人,彼此相待要好;不可將肉體的情慾擺在一切之上,互相牽引入自己的私慾中。　我聽講你哋喺自己人之間成日爭吵,唔係為咗討論對大家有益嘅事,亦唔係去追求有益嘅,而係跟住自己嘅喜好去做,只為咗自己嘅享受。咁樣做就冇遵行使徒嘅命令——要彼此照顧,好似一個身體嘅各部位(林前12, 25–26)。如果你哋都一致認同乜嘢係好,咁你哋嘅立場就有利;但如果喺思想上分歧,因而自以為是、自作聰明,就會落入先知嘅*「哀哉!」*。因為最滔滔不絕嘅以賽亞先知話:*「哀哉,自以為有智慧,自以為通達嘅人!」*　(以賽亞書5:21)。凡事唔執拗,唔照自己嘅見解或決定行

事,而係按眼前需要去做,先至係好好嘅生活。如果你哋係咁,就唔會互相爭吵,亦唔會容許任何衝突、自大或者嘲笑。 起初耶路撒冷有幾多信徒;然而,正如經上所寫,他們是一心一意,沒有人把任何東西當作自己的,無論是慾望還是財產。

**11.** 我嘅仔女啊!出家人嘅生活多方面又艱苦;佢要汗水同耐性,但最緊要係謙卑。根據聖父哋所講,有呢種美德嘅人唔會跌倒,就好似經過提煉嘅黃金,適用於各種工作,非常寶貴。 我知道你哋喺本份上做到精疲力盡。願主喺你哋喺呢度度完一生之後,賜你哋憐憫同祝福,喺將來嘅生命中得著安息。但就算喺呢度,我哋都可以見到勞碌嘅果效,帶畀我哋身體安慰同安息。 而且,你要放心,唔係淨係我哋靠自己嘅勞力先得着生活所需;每個修道院都係靠勞力同汗水維持佢嘅生活。難道我哋可以令我哋真神嘅話語失效?佢曾對我哋嘅祖先講:*「你要靠你額頭嘅汗水先至可以食到你嘅麵包。」* (創世記3:19) 絕對唔係。謙卑順服呢條生命律法嘅人,就喺神嘅道路上行得正。你有我哋父嘅祝福,作為你嘅安慰同力量;你亦有我呢個卑微者嘅切切禱告,雖然我唔配, 我每日都懇求慈憐嘅上帝,保佑你哋彼此之間有和平、寬容、 kindness 同埋相愛,等到你哋各人離開呢個身體嘅時候,可以心無掛礙、懷住美好嘅盼望,從今生渡到下一生,喺嗰度領受你哋永恆而有福嘅賞賜。

**12.** 昨日我哋嘅兄弟帕霍米烏斯離世咗。回顧呢位老人家嘅美德,佢有幾謙卑,同埋佢喺自我克制方面做到幾盡: 因為我哋嘅父老曾經講過,佢做園丁嗰陣,除咗喺正餐度分畀佢食嘅,就算係最微不足道嘅果實,佢都唔會自己拎嚟食;而且據我聽人講,就算係喺花園度,預留嚟做非餐時間食用嘅果實,佢都唔會食,唯恐有人會懷疑佢貪食。 我哋都知佢從來唔笑,只係微微含笑,一直保持嚴格嘅自律同嚴肅嘅態度。佢真係上帝無倦嘅僕人,日夜勞碌,正如你哋所知,佢係蒙福中離世。 唔好停止用最虔誠嘅態度敬重佢。但亦要努力效法佢嘅美德,咁你哋每一個人離開呢度嘅時候,就可以留低美好嘅回憶同一個榜樣,畀成個兄弟會嘅人學習;因為你哋有能力決定自己過身之後,想畀人點樣記住。 無論有人希望被尊稱為「蒙福者」、「聖徒」、「可敬者」,或者其他名號,只要佢哋喺世時做好準備,就都可以實現;而且,正如嗰啲曾經有呢啲願望並最終成為佢哋嘅榜樣所證明,喺呢件事上冇乜過唔到嘅障礙,亦冇乜嘢係做唔到嘅。 你哋都會希望被稱為「有福者」、「似天使」同「蒙神喜悅」;如果我哋克制自己嘅慾望,樂於迫使自己行每件善事,並且喺一切事上謙卑,呢啲就會成為我哋嘅。 我深信你哋就係咁,亦會一直保持咁——而你哋當中有好多人,都好似 咁,成為獻畀上帝嘅尊貴供品。我因為呢件事,對上帝充滿敬佩同一切安慰,雖然我非常不配,但上帝仍然賜畀我咁嘅弟兄, ——我大膽的說——他們在各方面都毫不遜於古人,反而同樣程度的拋棄世界、順服命令,並為神的名捨身至死。感謝神,祂在這些末世日子裡,呼召並顯明祂如此的揀選之民! 因為喺普天之下,到處都有好多得神喜悅嘅人。 *「要存敬畏的心事奉主,又要存戰兢的心在他面前歡喜」* (詩篇2:11)。你哋尋索佢,就會搵到佢——就係賜畀你哋天國嘅佢。

### *55. 佢向嗰啲勤力嘅工人表示佢嘅恩寵,並要求佢哋喺屬靈嘅追求同修道院嘅職務上都要熱心。*

55. 1) 佢向嗰班勤力嘅工人表示恩寵,並鼓勵佢哋喺屬靈追求同修道職責上都要熱心。– 2) 要趕快盡你嘅本份,互相鼓勵,唔好等第二次召喚;克服你嘅慾望,就算畀佢哋傷到,你都唔會失去好戰士嘅獎賞。– 3) 唔單止對人要仁慈,連動物都要有憐憫心。 – 4) 妥善保管你嘅物品——就算係破布同木頭碎屑都要。 – 5) 時刻準備好面對死亡;揚帆時要保持警惕,確保唔會進水……呢就係透過感官嚟嘅誘惑。[1, 63]

**13.** 大聖巴西略說:至善的神賜給我們言語的恩賜,好讓我們彼此分享心裡的忠告和心思。 所以我向你揭示我卑微之心裏所藏——雖然我自己因罪惡多而可憐,但我撇開自己嘅軟弱同處境嘅危險,將所有關懷都放喺你身上;我為你驚、為你顫抖,並為咗你喺一切事上努力。 因為你哋當中,凡係最關心自己得救嘅人,就唔係我嘅孩子,而係我嘅主、我嘅主人、我嘅父——我就喺靈裏面俯伏喺佢腳前;凡係熱心又勤力去完成自己工作嘅人,就係我嘅力量、我嘅保障; 凡是沉默寡言、謙卑有智慧,且敬畏神話語的人,就是我的靈魂、我的心、我的意念。 但我對啲乜都唔做嘅人感到冒犯,就如神聖嘅保羅所講(帖後3:10),佢哋 *「連吃飯*都唔配」;同樣,我亦對啲懶散、偷懶、埋怨、打盹,同埋做嘢時瞓着嘅人感到厭惡。 所以我懇求你哋,要起身——我嘅兒女同弟兄,我哋同路嘅旅伴同天路同行嘅同伴。首先,要熱誠而堅定咁投入屬靈嘅追求,好似烈火咁燃燒,急急忙忙去參加夜間嘅詩歌讚美同日間嘅禱告; 然後就轉去處理手頭嘅體力工作,盡量早起,確保太陽出嚟都唔會見到有人仲喺床上,正如大聖巴西略所命;日間

最熱嗰陣,你可以瞓個小覺,但只限一個鐘,之後盡快起身。 — 你哋聽吓神聖福音書上寫嘅:*『天一亮,嗰啲婦女就嚟到墳墓』*(路加福音24:1);*『天曙時分,彼得同約翰就出去』*(約翰福音20:24); *「半夜」*保羅同西拉就起來禱告(使徒行傳16:25),效法詩篇入面所唱嘅(詩篇118:62)?保羅仲有咩關於自己嘅講法? – *「昼夜勞碌,免得我們成為你們的擔子。」*(帖前2:9)你看見了吗?——这里有使徒、福音傳道者、那「人子」的「漁夫」,他在如此以言语事奉之後,转向體力勞動,为我们立下效法神意旨生活的榜样。

**14.** 不可做*「聽見就忘記」的人*(雅各書1:25),而要做律法的人,成就神藉祂旨意所啟示給我們的。– 要彼此競賽,互相鼓勵。 有咩人比其他人更迅速服從?就係嗰個唔使等發令者第二句說話嘅人。有咩人喺謙卑方面更偉大?就係嗰個一聽到第一句說話就俯伏下拜、求情、承受一切誣衊嘅人。 如果你哋係咁,咁我就深信你哋會歡喜快樂,會因擺脫塵世嘅希望而心靈高飛,會因盼望天國福樂而展翅高翔,心靈保持純潔,無嫉妒,亦不受情慾所動: 雖然你忍受住情慾的刺痛和搔癢,但憑着這些屬靈的美德,你卻驅逐襲擊你的魔鬼。 的確,有邊個戰士喺取得勝利嘅時候唔會受傷?天主若只睇佢未畀罪惡殺死,就算佢滿身創傷,又點會唔為佢加冕呢?

**15.** *「所以你要憐憫人,正如你天父憐憫人一樣。」*(馬太福音 6:36) *「惡人……連自己牲畜的胎都毫不憐憫;義人卻憐憫自己牲畜的靈魂。」*(箴言 12:10) 首先,彼此施恩憐憫,然後對待動物;不可任憑牠們飢渴,而要及時餵食並引牠們飲水。 呢個就係最明顯嘅跡象,證明拉車動物係屬於和尚嘅:當佢哋食得飽又強壯;但如果唔係,就唔係屬於寺院,而係屬於平信徒——無論係邪惡定愚蠢嘅。

**16.** 你要在生活的每一細節上,都嚴守規矩。正如你喺其他事上都熱心遵守規矩,對物質亦要一樣:唔好亂拋蔬菜,亦唔好浪費水果; 連一塊舊布條、一塊唔大過一pyad'en嘅碎料都要唔撻鼻,更何況係衫;因為,正如《Gerondika》所寫,一個和尚要著咁嘅衫——[85] ——就算擺喺門口三日都冇人要,咁仲有邊件衫可以撻鼻,而佢又仲掛喺你肩上? 我講呢番說話唔止係講呢樣嘢,你亦唔好忽略任何一塊木頭,唔好白白燒掉,亦唔好燒任何一塊可能仲有用嘅木板;亦唔好倒酒,唔好灑油。唉!呢種行為究竟係點一回事?

**17.** 日日等候脫離呢個身體。——到時我哋就會見到主可怕嘅面容。——因此,*要「日夜以眼淚為食」*(詩篇41:4),並記住呢點,向祂傾心吐意。 我信你會*「進入奇妙居所之地,甚至進入神的殿,在歡呼聲中」*,進入屬靈的*「天上慶祝者的回聲」*(詩篇41:5)。 所以,無論你嘅情感幾咁洶湧,都唔好屈服於憂愁,或者畀情緒困擾;反而要揚起你靈魂嘅帆,懷住愉快嘅心繼續你嘅航程,並努力穿越呢條遼闊而風暴洶湧嘅人生大海,讓天父嘅禱告作你嘅指引。 如果喺過程中,污穢之水滲入——無論係透過細縫、透過感官、透過你帶住慾望嘅目光(即使無心)、透過耳聞到動聽嘅言詞或旋律,或者透過嗅覺,無論係受膏身體嘅香氣定係某種香膏, —或者透過味覺,當人品嚐美味時;或者透過觸覺,當人接觸自己或鄰舍的身體時,無論有意或無意——若果這些情況發生,就要盡快透過懺悔和眼淚將它們泵出。 如果情慾吹得太勁,就要放低帆——即係要抱住真誠嘅謙卑;如果繩索斷咗——即係耐性嘅力量——就要盡快靠恢復心靈嘅力量去糾正。咁做嘅話,你就可以載滿美德,安全咁進入無風暴嘅永恆生命之港。

## *56. 初學者面對強烈誘惑,因為罪惡傾向和習慣的殘餘*

56. 1) 初學者面對強烈誘惑,因為罪惡傾向和習慣的殘餘。– 2) 我們的道路崇高,既因為我們現時所擁有,又因為我們所盼望,與世俗生活相比。 – 3) 當誘惑從外面,或從肉體和情慾中 arise,要堅定不移,奮戰到底,直到得勝。– 4) 列出左右兩邊嘅念頭,並建議抗拒後者,緊抱前者。[1, 64]

**18.** 如果你哋當中有啲人失足,甚至有啲人完全離棄我哋,都唔使驚,特別係啲仲喺試用期、啱啱入咗寺院嗰啲。 佢哋因為心入面仲有惡毒嘅性情同埋傾向——懶惰、世俗化同埋罪惡嘅習慣——所以頂唔順基督嗰條輕省嘅軛,就似*「狗返去食自己嘔嘅嘢」*(彼得前書2:22)。 主嘅話唔係假嘅:祂父所喜悅嘅羊群係細嘅(路加福音12:32)——得着少數人經過窄門、行喺艱難嘅路上進入天國(馬太福音7:13–14),…… *「凡不恨父母、妻子、兒女、弟兄、姊妹——甚至不恨自己性命的人,都不足以做我的門徒。」*(路加福音14:25)

**19.** 我哋天使式生命嘅形象偉大而崇高;凡係主喺世界卑微嘅虛無中揀選咗佢,又喺主嘅召喚下歡喜跑嚟,從而獲得呢種最高生命秩序嘅人,都係有福嘅,因為佢哋從此希望透過心靈嘅默想,得見天國。因為喺下界,黑暗同陰沉存在; 凡揀選虛空、朽壞、短暫,並只令今生得樂之物,而非揀選永恆、不朽、難以言喻、難以想像的福份者,就好似在夜戰中作戰:他既不知道、也看不見擊打他的 blows 從何處

[85] 《聖誕故事》,1846年,第272頁。

或如何來,亦不知道逆境如何從四面像浪潮般湧來襲擊他。　凡看見又明白咗呢件事嘅人,就可從魔鬼設嘅網羅中掙脫,好似雀鳥咁高飛,飛上神聖生命嘅心靈山巔,將獵人──撒旦──留喺腳下,任由佢受嘲笑同踐踏。呢一切都照主嘅話: *「我賜給你權柄,可以踐踏蛇和蠍子,並一切仇敵的勢力。」* (路加福音10:19) 所以,你要踏在他的身上,踐踏他那多样的头颅和他的所有骄傲、好战的权势,同时要穿上那属灵操练的全身甲 。这就是你借着圣灵作神之子的凭据,也是使你成为神之子的事。

**20.** 無論有咩事臨到你,都唔好有一絲動搖,因為呢啲都係對你敬虔品格嘅考驗。當內外有爭端出現時,都唔好灰心,而要堅守你嘅崗位,甚至流血都唔退縮,懷住堅定嘅盼望,相信憑你嘅忍耐,你會配得上冠冕。 你要勇敢地抵擋那向你發戰爭的狡猾蛇。 你識得肉體嘅叛逆;你識得呢啲針對聖殿──即係你品格高尚嘅靈魂──嘅內在起義;你識得呢班阿拉伯豺狼帶嚟嘅恐懼,佢哋表面着住羊皮,其實內心邪惡,專門破壞一切:照聖福音嘅果效認出佢哋,並堅定你嘅決心。

**21.** 當你心裏面興起對神嘅愛、貞潔、敬畏、痛悔、忍耐、對死亡嘅紀念、離開今生、與天使相遇、站立喺主面前,以及喺祂嘅審判前交賬嘅念頭時, — 我要將之補充於後,將最先者排於最後 — 當你心裏出現對順服、謙卑、克制己意、承受譏嘲等等的思念,就要認出這些是右手之念、天國之念,它們鋪設通往天國的上升之路,並引領你同行。 但係,與呢啲相反嘅思想就係──世俗化、鍾情罪惡、肉慾、放蕩、閒談、過度睡眠、虛榮、不順服、不信、自以為是嘅事奉──我又何須逐一數算呢啲情慾呢? ── *「我若要數算,就多過海沙」* (詩篇138:18)。 所以,要識得邊樣係屬於右手、邊樣係屬於左手,就更加遠離後者,並將佢趕走,正如聖雅各伯宗徒所教: *「抵擋魔鬼,魔鬼就必離開你。」* (雅各書4:7) 但要與前者聯合,與他和諧,與他同住,你就會領受同一位使徒所應許的: *「親近神,神就必親近你。」* (雅各書4:8)。 絕對唔好容許驕傲、自以為義或者自私,因為天主聖父嘅話語視呢啲為初學者一切欺騙嘅源頭。 相反,要緊緊持守弟兄之愛、純樸、誠實、超脫塵世、忍耐、順服、敬虔的智慧、虔誠,以及對上帝的完全奉獻。

### *57. 我哋正身處戰場:我作為你哋嘅指揮官,以呢番說話勸勉你哋:堅守陣地*

57. 1) 我哋正身處戰場:我作為你哋嘅指揮官,用呢番說話鼓勵你哋:堅守陣地。 – 2) 我哋嘅功績唔係小事;但唔好睇見到嘅,而要睇唔到嘅,並要喜樂:因為賞賜好大。 – 3) 主為我哋捨命;我哋也要為佢捨命,堅守陣線。 [1, 65]

**22.** 我哋正身處一場艱難而唔容易取勝嘅戰爭。神聖嘅使徒話: *「因為我哋嘅爭戰唔係向肉體和血氣,而係向掌權者、向有能力者、向管轄呢個黑暗世界嘅權勢,向掌管天上屬靈惡勢力嘅惡者。」* (弗6:12)。就好似一個軍小隊長,喺未同敵人交鋒之前,會用佢嘅言詞激勵手下士兵,勸佢哋勇敢衝鋒去打敗敵人: 同樣地,我雖然自己軟弱,卻有責任、有義務,並且熱切地要激勵並鼓勵你──主嘅軍隊──不但一次,而係隨時,去抵禦魔鬼嘅大軍同各種不義嘅私慾。

**23.** 你哋嘅屬靈爭戰,唔係少少勞碌同汗水,但係極其激烈、軍紀嚴明、好戰、奇妙同超凡脫俗。 因為你哋日復日都好似流血咁,忍受住自己慾望嘅壓抑;忍受住好似深邃嘅創傷、責備同侮辱;忍受住好似競技訓練咁嘅服從要求。而且,冇一個人可以超越所應守同所命定嘅界限; 但係你哋眾人一齊投入爭戰,忍受疲勞到精疲力盡,喺各方面都迫使自己去做一切合乎信心事工嘅事:飢渴、寒凍、赤身露體、榮辱,同埋使徒所誇嘅其他各樣事(林後6:4–8; 11:27)。但要喜樂, 我親愛的孩子們,要喜樂,心思意念要不顧見到的,而要顧 unseen;因為所見的是短暫的,但所 unseen 的是永遠的(林後4:18),要記得 *「你哋的生命同基督一齊藏喺神度」*,又記得 *「當基督──你哋嘅生命──喺復活中顯現嘅時候,你哋都要同佢一齊顯現」* (西3:4),正如你而家嘅樣──你哋要永遠喜樂;因為你哋嘅主──你勞苦嘅賞賜者,會用永恆同無限嘅賞賜,報答你哋喺肉身嘅勞苦。

**24.** 主啊,我親愛的主,請堅守在神的大愛中! 正如祂愛我們,為我們捨命在十字架上,同樣,我们也為祂捨己,就當感謝那有慈愛的心的主,因為祂肯賜給我們這恩典:為祂的名,使我們得以放棄世上一切的事務和追求, 一切肉體的放縱,以及屬於這世界的一切。那麼,我們又當以何報答那賜力予我們的神呢? 除咗呢件事之外,仲有乜嘢呢?就係我哋唔好因為疏忽或者冷漠,去摧毀已經成就咗嘅事( ;唔好喺而家呢個時候灰心,亦唔好對將來有一絲畏懼;就算要流血都好,都應該令我哋感到喜悅同最渴望。 所以,要堅定不移,不斷地、愈來愈加強 yourselves,以更大熱忱、更大活力行事,行事更像上帝,彼此之間也懷著更深愛,從今時直到時間的終結。

***58. 我諗起死亡同當時會發生嘅一切,我祈求自己可以獲得潔淨,唔使受火刑;但係你哋,要喜樂,期待自己嘅賞賜,就算而家嘅處境好悲傷。***

58. 1) 我反思死亡同埋當時會發生嘅一切,並祈求蒙賜淨化之恩,免受火刑;但你哋,要喜樂地期待獎賞,即使你哋而家嘅處境充滿悲傷。 – 2) 呢就係大齋期:我哋要以喜樂嘅心情迎接,作為淨化同心靈平安嘅時刻;而且唔好忘記,呢段時間亦係屬靈播種嘅時候,我哋要投入呢項有意義嘅播種;但係,喺凡事上行公義嘅王道,我哋要更加關注喺謙卑上嘅進步。 [1, 66]

**25.**當我追憶我哋一位可敬兄弟嘅死時,我嘆咗一口氣,靈魂充滿悲傷,諗緊呢個離世會係點樣,呢種靈魂同肉身嘅分隔同別離, 將我哋帶到另一個地方,踏上另一條路,進入另一個世界──陌生、未經考驗、未知、難以言喻、無法形容。因為有邊個可以講到我哋喺嗰度會經歷啲咩遭遇、啲咩聚會、啲咩景象同事件? 神會差派邊位僕人嚟接我哋,由呢度帶我哋上天堂?又或者,呢個使者團會唔會係由惡天使組成?我哋要對呢種可能性存有敬畏! 有邊個會下降嚟同我哋同行,送我哋去嗰片土地?我哋又會從邊度入去──入到安息之地,*'入到奇妙嘅居所,甚至入到神嘅殿中,喺歡呼、讚美同慶祝者嘅喧鬧聲中'*?(詩篇41:5)。 定係相反,落入火中、黑暗裡、蟲中,同其他無數嘅折磨?我諗起呢啲,就感到驚訝、震驚、發抖,我祈求主俾我而家用眼淚洗刷我無數嘅罪,稍為潔淨自己,喺經歷嗰個吞滅一切、永不止息嘅火之前。 至於你,既然投身於品格的爭戰,且已聽見並深思此事,就當喜樂、振作、茁壯成長──並活在主裡。雖然你的處境令人困擾,但要仰望那永恆的賞賜,並奮力前行,勿因懶惰或怯弱而中輟,直到你完成你的路程。

**26.** 聖潔嘅大齋期嚟到啦,係開悟同淨化嘅時刻,係聖日嘅時候! 唔好有人驚,唔好有人懶散。喺呢段時間,虔誠、默想神聖嘅思想、天上嘅異象、心靈同身體嘅潔淨、拋棄情慾嘅污穢,以及喺神面前帶住眼淚嘅懺悔洗禮,實在甘甜。 所以,我哋要預備好,以一個可以令身心都得到休息同安慰嘅時刻嚟迎接呢段日子,而當中,靈魂嘅安慰更勝身體。──呢段日子亦都係播種嘅時候。人喺肉體上播種得愈多,就愈會腐爛;而從中留低嘅,如果真係有啲嘢,就只係煽動起慾望嘅引火物,令血液喺動物般、啞口無言嘅狀態下沸騰。 人啊,我們是多麼容易犯錯,沉溺於眼前,執著於短暫!然而,在靈魂的播種中,所收的一切不會失喪,不會徒然浪費,不會朽壞,而是被妥善保存,並以真正不朽的食物滋養你高貴的靈魂: 喺呢度有喜悅、平安、信心、盼望、愛、啟悟、淨化、成聖,最後係神化。 但係,我哋唔好放縱身體,或者偏離既定嘅規矩,喺行呢條帝王之路嘅時候──無論係飲食、守夜、獨處、臥地而眠,定係其他事。 所以我哋要更加努力,以神聖嘅謙卑謙卑自己,為此,我哋要無偽咁順服,並且斬斷自己欺騙嘅意志,就如你哋自己所行咁。 如果你咁行,你就會喺溫柔同愛心裏,並喺聖靈嘅引領下,進入基督聖復活嘅光明日子。作為你嘅債主,我已經提醒咗你,亦會繼續提醒你。所以,你要遵守呢條誡命同我呢番卑微嘅說話;願聖靈用佢嘅印印上你!

***59. 處身於世俗虛榮之中,我感謝上帝,因為你和我已經遠離了那裡***

59. 1) 處身於世上虛華之中,我感謝上帝,因為我哋一齊逃離咗嗰度。– 2) 冇嘢比我哋而家嘅狀態更蒙福,因為佢係最終目標,又係即刻賜予。– 3) 讓我哋去愛上帝:因為有邊個更配得愛?又有咩比呢份愛更蒙福? 你已經踏上呢條路,亦都開始咗,但係終點仍然好遙遠。– 4) 肉體必須被治死,特別係佢嘅慾望,要避開一切可能挑起佢哋嘅嘢。[1, 67]

**27.** 前天,奉我主之命,我離開寺院,前往大德府,然後再到宮廷彌撒。 我喺度過咗成日,環顧四周,見到種種場面同面孔,塵世事務嘅漩渦,人群熙熙攘攘、嘈吵鬧鬧,傾偈、憂慮重重,仲有世俗嘅陰謀詭計;而呢一切,就喺大齋期嘅聖日期間發生。 呢啲令我同平時嘅心境拉開距離;我耳入面塞滿咗奇怪嘅閒聊聲,雙眼又畀好多唔同嘅幻想吸引。就算而家,我都仲感受到呢種感覺;趁住呢個好機會,向你講出呢番說話。就好似雨點由濃密嘅雲層落嚟咁; 於是,我心頭一沉,淚珠滾落,我由衷嘆息,平息了心頭的波動,以充滿哀傷的禱告向主獻上感恩,並讚揚你等能從那等人中退身,與他們分別。 並已棄絕與世界污穢有任何微小接觸,堅守順服之道,每日與忍耐的試煉掙扎,並以討神喜悅的品格和公義的行為,在靈裡升到美德的巔峰。

**28.** 咩嘢比你哋嘅身分同處境更蒙福、更可貴、更榮耀呢?—你哋真係基督嘅兒女,父神嘅僕人,已經棄絕咗血氣。 世人嘅目標係放喺地上的事;你哋嘅目標係放喺天上嘅事;對佢哋嚟講,世界至高無

上;對你哋嚟講,天國至高無上。佢哋嘅本性係喺今世得不到真正嘅喜樂,卻仍然歡喜;喺今世雖然富有,卻仍然覺得自己貧窮;喺今世雖然盡情享樂,卻永遠都無法滿足佢哋對快樂嘅渴求。我無其他話好講佢哋。 – 但你哋有源於盼望嘅喜樂──因將來時代嘅應許而歡欣──雖然喺今生你哋貧窮,卻喺永恆中富足;雖然實踐哀傷嘅自我克制,卻分享到難以言喻嘅甜美屬靈福份。 所以,我哋唔好再追求其他喜樂,唔好再分心留意其他嘢,亦唔好再渴望除咗神嘅恩典同聖靈賜福畀我哋嘅嘢以外嘅任何嘢。

**29.** 來吧,我們要榮耀那召叫我們的主。來吧,我們要愛那先愛我們的主。來吧,我們要做祂的僕人,好使我們配得掌管萬有。 嚟啦,等我哋敬畏祂,好叫世界都敬畏我哋,天使眾軍都愛我哋。嚟啦,等我哋從惡行惡念中潔淨自己,好叫祂──嗰位真係無人能親近嘅光,可以喺聖靈嘅閃電中沐浴我哋,提我哋上到神居所嘅高山,並將我哋向人顯現為一座神聖嘅城。 你可曾聽過聖父輩其中一位在《老底嘉》中所言:「若我們尊敬那一位,即神,則眾人都會尊敬我們;但如果我們以罪惡褻瀆祂,難道不會適得其反?」──又有誰不愛主?又有誰不緊貼這偉大而永恆的光明? 邊個唔會急不及待衝向呢位偉大嘅賞賜者同賜冠者?邊個唔會嚮往永遠同呢位萬王之王一齊作王?邊個唔會以上帝為一切之上,寧願被祂收養做兒子──祂就係天上地下一切父性嘅源頭,恩典嘅賜予者,萬有嘅主? 有邊個唔會嚮往分享天父同我哋主耶穌基督之間嘅交通?呢種交通係言語所無法形容、耳朵所無法領會、心思所無法觸及嘅。你揀咗呢件事並熱愛佢;你應聲而來;你已經開始去成就,並且繼續努力。 但係嗰啲壯舉(擂台上嘅較量)仲未完;嗰場賽跑仲未結束;我哋仍然要努力,用盡全力去努力;正如聖靈嗰張偉大而金光閃閃嘅嘴脣所宣告,較量嘅時刻仲未過去。我哋唔係聽到呢個世界嘅光──保羅── *「我奔跑,不是向着虛空;我打拳,不是擊空氣;乃是懲治我的身體,叫他服我,免得我傳福音給人,自己卻被棄絕。」* (林前9:26–27)?

**30.** 你看見神人所講嘅話嗎?我哋要將呢匹難以馴服嘅肉體之馬治死,並堅決制服佢。所以,我哋要約束佢,套上馬嚇哨。 我呢個熱情又罪惡嘅人,懇求你哋確保佢唔會咬繮,甩開騎手──我哋嘅心──令我哋淪為仇敵嘅笑柄。 我哋要避開峭壁同埋險惡嘅地方,咁我哋嘅旅程先會安全啲。──你梗係明我講緊乜嘢。──哀哉,欺騙嘅目光,因為佢畀罪惡嘅毒液入侵靈魂!哀哉,可咒詛嘅大膽,因為佢迅速燒毀美德之家! 鬚生同無鬚嘅年輕人之間交換嘅青春笑靨,可悲啊,因為佢哋喺一瞬間就將我哋拋落情慾最低嘅境界!可悲啊,飽食同過度睡眠,因為佢哋令貪慾嘅惡種滋生同倍增! 哀哉,凡成雙作對、密謀聚會談話者,尤以敢於互相透露羞恥念頭,自以為互惠互利者,因為他們中間並非基督,乃是撒旦! 但要披戴敬畏神的心,在你们的屬天攀升中,愈升愈高。

## *60. 起來,從主──萬有的大醫治者──尋求醫治*

60. 1) 起來,向主──萬有之醫治者──求醫治。 – 2) 我哋嘅生命被高舉──好似天使──但我哋仍然屬乎肉體,活喺地上;所以,要喺人生中成功,我哋就要行出一件艱難嘅壯舉。 [1,69]

**1.** 起來,整頓好自己,好好行你嘅路。懶散到打盹嘅人,醒返嚟勤力啲。手垂低、腳步踉蹌嘅人,開始正直咁行主命令嘅道路。 凡被激情所蒙蔽者,當以眼淚洗滌你雙眼,並透過克制激情重獲光明,當讚頌主。凡如大麻風病人般,被罪惡的痂瘡所覆蓋者,當以熱誠親近主,你必聽見:*「我願意,你潔淨了吧!」* (馬太福音8:3),既然已經得潔淨,就要從此小心避免呢種麻風病。凡係心靈聾啞、心智盲昧嘅人,都要努力去聽同去講──你就會得着:因為神嘅道有能力醫治一切內心受苦嘅人。 我向你哋講呢番說話,係為咗你哋中間軟弱嘅人:因為 *「需要醫生嘅,不是健壯人,乃是病人。」* (馬太福音9:12)。

**2.** 我哋生命嘅道路,雖然宏大而光榮,但唔係靠偶然就可以達到完美,而係要經過好多嘅勞苦同努力; 但係愈崇高──其本性神聖而天使化──就愈要求勤勞同努力;因為我哋係屬乎肉體,就追求成為無形之物,雖然活喺呢個世界,卻努力過好似喺天上咁嘅生活,迫使自己雖然被肉身同血肉所拘,都要以無形同無血嘅方式存在: 因為,正如使徒所說*:「血氣之體不能承受神國;必朽壞的不能承受不朽壞的。」* (林前15:50)所以,我們必須有極大的堅忍、極大的專注和極力的勤勉:*「因為屬肉體的,放縱肉體的私慾,與聖靈相敵; 而呢啲就互相敵對,*就如使徒所講(加拉太書5:17)。所以要小心,唔好畀我哋更好嘅部分畀較差嘅部分奴役,亦唔好畀本應喺我哋裏面至高無上嘅部分,畀肉體嘅奴僕情慾所奴役,免得我哋行到頭朝下、腳朝上。

### *61. 大齋期已過半;我哋努力咗,而我哋見到果效:上帝嘅憐憫;既已感恩,就等我哋繼續向前邁進*

61. 1) 大齋期已到半程;我哋努力耕耘,而家見到果效:上帝嘅憐憫;既已感恩,就當繼續向前邁進。– 2) 上帝、天使同所有聖人都喺注視住我哋嘅行蹤;我哋要努力奮鬥,克服一切障礙,忍受艱辛。[1, 69]

**3.** 聖靈嘅恩典以唔少嘅力量同勇氣,安全咁引領我哋走過咗聖潔嘅大齋期中段。我相信佢會繼續喺此後伴隨我哋,引領我哋走向賦予生命同光亮嘅復活日,帶來罪得赦免,並進一步促進你哋最值得讚揚嘅進步。 回顧一下,你哋以前嘅處境係點,而家已經提升咗幾多。當靈魂一旦被拯救嘅熱誠所掌握,就會喺呢個追求中無聲無息咁向前邁進,攀升到美德嘅巔峰,直衝雲霄。 同樣地,弟兄們,我哋一齊懷着熱誠踏入呢段日子,並排除所有困難同障礙,到而家為止,我哋行得又好又公義,亦已經改變咗,變得鍾意敬虔同忠實地遵守誡命; 我哋以前所擁有嘅,一樣都冇失去,反而因新嘅事物而更豐富;我心裏歡喜,我靈裏雀躍,因為你哋神聖工夫嘅果效倍增,你哋尊貴嘅熱誠獲得咗最佳嘅份額。呢一切,用使徒嘅話講,*就係「不在乎那願意嘅,也不在乎那奔跑嘅,而是在乎發憐憫嘅上帝」* (羅9:16)。藉住祂,軟弱者得以剛強,無力者*「腰束力量」*(詩17:33)。然而,我們不可只滿足於已然成就,而要像年輕人般充滿活力,向前邁進,*「使我們的青春像鷹一樣更新」* (詩篇102:5);我哋要不斷向前邁進並興旺,唔好以為自己所積累嘅善行或所達到嘅階段已經足夠,直到我哋穿過死亡之門,從暫時進入永恆。弟兄姊妹們,到時我哋真係蒙福,並會獲得那蒙福天使嘅份。

**4.** 當我哋按我哋嘅生活方式去生活,嗰種榮耀同尊貴係幾咁榮耀。 當萬有之主看見我們時,祂就歡喜;眾聖徒都歡欣喜樂。正如我們用肉眼 watching 擂台上奔跑的人,神和眾天使的群隊,以及所有聖徒的會眾,都注視著我們,評斷我們所行之事的價值。 所以我哋,我嘅弟兄姊妹,要喺呢場由地到天嘅偉大賽跑中堅持到底;當我哋嘅仇敵嘗試同我哋摔跤時,就擊倒佢,並用我哋對佢嘅英勇熱誠將佢拋得遠遠。佢係個懦夫、無力同可憎嘅;正因如此,神嘅兄弟雅各先會呼喊: *「要抵擋魔鬼,魔鬼就必離開你;親近神,神就必親近你。」*(雅各書4:7–8)我哋唔好喺任何方面都 退後,因為呢種行為唔配得上全力奔跑嘅人。我哋唔好懶散咁行,因為呢種做法唔體面,唔適合正急急趕路去得勝嘅人。 但當我哋脫去一切行為同慾望,並仰望天上之後,就當以咁樣完成我哋嘅賽程,好等我哋都可以同保羅一齊講: *「我已經鬥盡全力,跑盡全程,守住信仰;而家為我預備咗公義嘅冠冕。」*(提後4:7)

### *62. 你哋嘅秩序已經建立得好好:要保持住佢*

62. 1) 你哋嘅秩序已經建立得好好:要保持住。– 2) 每個人都要盡自己嘅本份——尤其係你,管家,同埋跟隨你嘅人:上司要好好管理,屬下要樂意服從。– 3) 鍾意懺悔同職務嘅調整。 聖西奧多論許可的勸誡。[1, 70]

**5.** 榮耀歸於主,祂使我哋聚埋一齊,並以心志同願建立我哋嘅合一。點解我敢講我哋嘅頭是基督?因為我哋要向祂——我哋嘅元帥——交託萬有,並將一切歸榮耀於祂? 如果到最後你哋都唔放棄呢種良好嘅品格,有邊個會比你哋更蒙福呢?願主賜福,令你哋彼此和睦,愈來愈被潔淨同得光明,並透過一切美德,無論幾微小,都持續向前邁進。你哋嘅秩序已經建立得好好:務必要保持住。

**6.** 各人都要照所吩咐的去盡本分。各人都要理好自己那份事,不可自高自大,超越別人,要保持各方面秩序。——看哪,管家之子啊,你要特別留意加在你身上的責任,*要「用溫柔勸誡那抵擋你的人」*(即不順服的人)。 (提摩太後書 2:25),凡事都不可出於偏倚或憤怒。使徒說: *「無論得時不得時」*(提摩太後書 4:2),要明白*「不得時」*的意思:任何時候都要堅持不懈、保持警醒。 無論如何,都要效法我所行的,雖然我在各方面都還有缺乏。我所准許的,你也要准許;我所放棄的,你也要放棄:我若擊打,你也要擊打;我若饒恕,你也要饒恕;我若施憐憫,你也要施憐憫;我若赦免,你也要赦免; 如果你有愛,就要有愛——好叫你哋可以聽到: *「好嘢!良善又忠心嘅僕人,你喺小事上忠心,我要派你管理大事;請入去享受你主人嘅喜樂!」*(馬太福音25:21)。跟隨你嘅人都要照樣行——然後,佢哋所帶領嘅人亦都如此。 呢度有條好美妙嘅律法:受權柄管轄嘅人,要畀掌權者塑造;就好似掌權者對眾人滿有智慧嘅關懷,受管轄嘅人都要滿有溫柔、不頂嘴、謙卑順服,並且迅速完成所吩咐嘅事。

**7.**要喜愛懺悔,以及職責和任務的調整,因為安排這些的人是出於對你好的考慮。——但當你因我的大意和自己的罪過而犯錯時,就不要過早向我請示; 因為我——雖然係罪人——喺主面前係呢啲約束嘅守護者,祂透過偉大而至高無上嘅使徒彼得對我講: *「你喺地上所捆綁嘅,天上都要捆綁;你喺地上所*

*釋放嘅,天上都要釋放。」* (瑪竇福音16:19)。那末──可憐我吧,我兒──我如何能草率地赦免那不可赦免的,解除那已被綑綁的?你哋難道唔見到我必須帶住幾大嘅敬畏去行呢件事,好令我在如此綑綁同赦免時,時刻有天主嘅公義相助? 咁我哋要喺邊度搵到嗰份洞察力嘅光,好令我哋嘅懺悔處罰同判斷,好似可以同神一齊執行?雖然講出嚟好似好大膽;但其實,本質上就係應該同真係咁。 我講到呢啲,就驚到發抖,又羞愧難當,我祈求天唔好裂開吞咗我,或者山唔好移開壓埋我。哀哉我!哀哉我! 我被託付咗咁嘅重任!知道呢點,唔好再逼我:因為可能我會准許,但上帝卻唔會,佢會拒絕我嘅禱告,因為至純嘅本性唔會順從我冇智慧嘅衝動同決定,反而會反對我嘅所作所為,甚至好似對以利亞咁,將我從活人中取去。 願神作我弟兄們的見證,我說這話並非要使你儂憂愁,也不是要壓迫你儂或勉強你儂,或*「將基督的群羊牧養在強制同困苦之中」* (彼得前書5:2)。主啊,願這事遠離我! 咁樣對我又有咩好處呢?我唯一關心嘅,就係用盡一切方法去拯救你哋──基督嘅小羊同神嘅羊。因為喺主向彼得嘅問話入面,祂就將呢件事定為對祂嘅愛嘅第一而且最大嘅記號(約翰福音21:15以下)。 當你哋將呢啲話珍藏喺心,忠心咁應用喺生活上,行喺公義嘅道路,喺我哋主基督耶穌裏面歡喜快樂。

***63. 慶祝過復活節後,讓我們繼續以大齋期的心態前行,好叫我們不至於浪費這段期間所獲得的,反而能將之倍增。***

63. 1) 既然已經慶祝咗復活節,我哋要繼續保持大齋期嘅精神,好叫我哋唔好浪費呢段時間所獲得嘅,反而要令佢加倍。– 2) 諗住我哋去到邊度同埋會達到啲乜嘢,我哋唔好沉迷於感官嘅慾望,亦唔好執著於身體嘅美貌。 – 3) 我們在復活節及之前已經領受咗咁多恩典,而家就去行另一極端,實在唔明智。 – 4) 我哋嘅弟兄一個一個都離開咗;我哋都唔好留低:所以我哋要專心做好自己嘅本份。 [1, 71]

**8.** 我哋而家已經慶祝咗萬日之母──聖周;我哋已經因神聖嘅聖事而得着光照,並喺和平同屬靈愛德嘅連繫中領受咗聖靈嘅成聖。依家我哋就標誌住一年所剩日子嘅開始。 所以,趁住呢幾日,我哋要向善改變,變得比以前更好,唔好有任何退步,辜負咗之前大齋期嘅苦行同靈性工夫;反而,要喺我哋之前嘅美德上再加把勁,添多啲新嘅美德; 凡我哋所正當地獲得同達到嘅──無論係喺敬畏中定係喺默靜中,喺純潔中定係喺真心誠意中,喺禁食中定係其他任何形式嘅虔誠──我哋都會咁樣,日復日,唔單止保持完整,仲會因善德而倍增同完美自己。

**9.** 我哋正向神流去,向天國伸出雙手,向光、向生命、向難以言喻嘅喜樂、向嗰個甜蜜而福樂嘅樂園、向永恆嘅居所、向奇妙嘅榮耀之地、向天使嘅合唱、向聖徒嘅歡慶、向等候我哋嘅基業流去。 所以,我哋唔好畀自己忘記面前嘅目標;唔好喺路上鬆懈,亦唔好畀不當嘅念頭捲走。我哋唔好沉溺於感官享樂、塵世慾望同肉體情慾,亦唔好被一張面孔、一個身形或者一個笑容嘅美貌所吸引。正如神學家格里高利所勸,我哋要向內省察自己。 你睇下夏娃點樣因為畀罪惡果實嘅美色迷住而受苦?願我哋永遠都唔好受咁嘅苦!──難道滿足咗我哋嘅慾望同激情,真係有咩好處?如果乜都冇就另話,但事實上,除咗內心嘅掙扎,仲有喺神同人面前嘅羞愧同羞辱。

**10.** 神喺大齋期嘅日子之後,領你進入聖潔嘅復活節,藉住祂聖體聖血嘅聖事重生你。咁你呢個可憐人,點解竟然膽敢向主獻上任何相反嘅嘢?點解要容許自己返去做唔配嘅事?神豈唔係畀咗你理性?豈唔係按祂嘅形象創造咗你? 你難道冇心靈嘅眼睛?點解你仲啞口無言?點解你唔向右邊望,去睇主嘅難以言喻嘅美善,並將你嘅靈魂轉向佢?反而你卻將目光投向卑賤嘅事物、罪惡嘅羞恥、可憎慾望嘅污穢? 所以,我哋要保持清醒;要用引導我哋進入永恆喜樂嘅事物填滿我哋嘅心思,並將我哋嘅意念同行動指向佢。

**11.**我不斷同你哋講,唔係要拍你哋馬屁,亦唔係淨係想盡講道嘅責任,更唔係想聽人讚美;而係因為一諗起自己嘅責任,我就心驚膽跳,為你哋嘅得救而顫抖。 我哋為永生嘅神勞力,公義而無偏頗、不腐敗嘅審判正等住我哋,連同無盡嘅賞賜:因為*「嗰度嘅火永不熄,蟲也不死」* (馬可福音9:44)。 所以我向你呼籲,好似緊貼住你啲呻吟,我懇求你──唔好等最後一刻先發現我哋未作好準備,亦唔好等生命盡頭因疏忽大意而留下遺憾。 我哋不斷親眼見證死亡嘅奧秘喺眼前發生,正如你哋所見,我哋嘅弟兄就咁離世。見到呢一切,你哋要喺心裏面問自己:「我哋又點?難道唔會一樣咩?」 我哋仲要留喺度?如果真係留低,我哋又會活幾耐?墳墓唔係都喺度等緊我哋咩?我哋難道未見到我哋嘅棺木──我哋最後嘅床同安息之所,滿佈蟲蛆,散發難以忍受嘅惡臭?因為*「有誰能得享生命,不见死亡?」* (詩篇 88:49)。

***64. 我哋蒙受咗崇高嘅呼召;我哋要歡喜、感恩、付諸行動,為咗佢承擔一切勞苦,忍受萬事。***

64. 1) 我哋蒙受咗崇高嘅呼召;我哋要歡喜、感恩、並付諸行動,為咗佢嘅緣故承擔一切勞苦,忍受萬事。– 2) 縱使有重重匱乏,但永生同天國喺我哋面前:所以我哋要愛呢啲匱乏,並熱誠咁去忍受。 – 3) 效法曾引領我哋嘅聖父哋嘅榜樣。 – 4) 效法因順服而得榮耀嘅人嘅榜樣。 – 5) 並效法佢哋,好令我哋得以配得分享佢哋嘅榮耀。 [1, 72]

**12.** 我哋應該因為被上帝呼召、揀選去過咁聖潔嘅生活而歡喜——要歡喜到忘記苦行嘅勞苦,視行善路上所有悲傷為輕,並期待未來嘅喜樂。 我哋冇攞過,亦冇擁有過軍階、文官職位、統帥嘅尊貴,或者好多人夢寐以求嘅皇權;但我哋擁有嘅係遠超呢啲嘅嘢,同埋一個更高嘅天上居所——呢個唔係靠言語,而係靠行動去實現。 因為*「若我們同受苦,也必同得榮耀」* (使徒行傳 8:14; 提後2:12)。既然我哋由神度領受咗呢個恩典——係作恩賜領受,而唔係靠自己嘅努力——我哋又豈能唔要歡喜快樂、感恩祈禱,並做同講一切必要嘅事,去保守佢,免受陰間之王對付我哋嘅各種誣衊? 所以,我親愛弟兄們,凡有憂愁,都當接納;凡有勞苦,都當視為甘甜可喜,因為我們正履行所當盡的責任;因此,我們要將一切苦行所帶來的剝奪,都當作喜樂, ——離世近神——、——遠離慾望享天福——、——克制為豐盛養分——。

**13.** 我們喝水、吃乾 bread,自己動手辛苦作工,心思念慮疲憊,受肉體試探的煎熬,被慾望撕裂,被缺乏折磨致死,我們過此一生,無朋友、無同伴、無親人、無父母——這又有何妨? 永生擺喺我哋面前,天國為我哋預備好咗,有好多深奧莫測嘅福份等住我哋享受,有全福嘅不朽生命,有榮耀同尊貴嘅豐富,仲有一大堆其他偉大嘅福份,係人言所難以形容嘅。 所以,我哋要奮力向前,堅定不移;要熱愛自我犧牲嘅行為同品德嘅勞苦,好使我哋可以贏得冠冕,獲得冇人眼見過、冇人耳聞過、連人心都未曾想像過嘅寶藏(林前2:9)。

**14.** 我哋應該效法我哋古代先賢嘅生命,跟隨佢哋美德嘅腳蹤,鍾愛佢哋嘅作為,並喺自己身上反映佢哋生命嘅形象。我哋嘅偉大先驅安東尼大賢就係如此,佢第一個戰勝咗我哋嘅仇敵,為我哋開闢咗苦行勝利嘅道路。 又有那蒙福且如天使的阿尔瑟尼俄斯,他达到了苦行美德的最高境界,如今为我们树立了荣耀的典范。又有那圣洁而神聖的帕霍米俄斯,被称为我们的先祖。 有最神聖嘅希拉里安,佢嘅美德好似每日曙光咁燦爛。 有幸且至聖嘅優提米奧,佢個名就係「祝福」嘅意思;同佢一齊有最尊貴嘅聖薩瓦斯、至聖且似天使嘅狄奧多西,以及其他照亮宇宙嘅光輝。

**15.** 但而家,我哋要將注意力轉向嗰啲畀咗最完美服從榜樣嘅人;因為上述嗰啲聖徒,正正係喺服從嘅恩典下預先被預備,先至得享榮耀。 光子多西腓,我哋神所賜嘅父親,勸勉我哋要無條件服從;多米提安[86] ,我哋神所啟示嘅父親,加強咗我哋對屬靈父親嘅愛;阿爸基爾[87] ,我哋神所揀選嘅父親,幫助我哋堅忍地承受侮辱同不公; 撒迦利亞[88] ,我哋最尊貴嘅父親,引領我哋走向謙卑嘅智慧;西爾萬[89] ,我哋多淚又最謙卑嘅父親,令我哋變得更好;約拿[90] ,勤力嘅榜樣,服從主誡命嘅典範,激發我哋對體力勞動嘅熱誠。 我哋又點可以提起幸免佢哋嘅虔誠,而唔激起效法佢哋嘅心呢?例如聖彼得羅尼烏斯(Petronius)[91] 嘅敬虔、聖阿弗雷(Afre)[92] 嘅順服、聖馬可(Mark)[93] 嘅簡樸、聖保祿(Paul)[94] 嘅卑微,以及所有同樣美德嘅聖徒。

**16.** 就算一個鐘頭都唔夠去將佢哋全部數晒。就淨係呢啲,已經足夠激勵我哋努力效法佢哋,跟隨佢哋嘅腳步。 所以我哋要效法佢哋,好似同佢哋並肩作戰,又得到佢哋嘅幫助咁樣。咁樣,就好似 佢哋,我哋會因虔誠同公義嘅行為而豐盛;到時我哋就會被認為配得上同佢哋一齊分享榮耀同冠冕,喺我哋主耶穌基督嘅天國入面。

---

[86] 聖薩瓦斯嘅徒弟。大齋期星期六嘅禮儀。
[87] 埃及聖父,六世紀。乳酪禁食星期六。
[88] 埃及聖父,12月5日。
[89] 巴勒斯坦聖人,大齋期星期六。
[90] 可能係Theodora同Theophanes嘅老豆。喺9月22號紀念。
[91] 聖安東尼大聖徒嘅門徒。乳製品禁食星期六。
[92] 尼特拉可敬者。大齋期星期六。
[93] 埃及曆,3月5日。
[94] 10月4日。

### *65. 反思先知、使徒同其他聖徒為天國所忍受嘅一切,我哋就當充滿熱誠*

65. 1) 反思先知、使徒同其他聖徒為天國所忍受嘅一切,激勵我哋熱誠。– 2) 為咗肉體之愛,有咩係人唔肯忍受嘅?為咗主,我哋唔應該忍受一切嘢咩?[1, 73]

**17.** 唔好以為要入天國唔係件大事。 為此,正如所寫,所有聖徒*「披着山羊和綿羊的皮,流離失所,受苦受虐,四處漂泊,在曠野、山中、洞穴和地底洞穴裡,世人算不得配得」*(希伯來書11:37–38): 以賽亞被鋸成兩段;耶利米被扔入泥坑;約拿被拋入海中,被大魚吞了;但以理被拋給獅子吞食;三童被扔入烈火窯;施洗約翰的父親撒迦利亞被刀劍殺害;施洗約翰自己也被刀劍斬首。 我講都講唔晒神聖保祿嘅故事,佢講到自己曾經飢餓渴竭,寒冬裸體,勞碌操勞,(林後11, 27) 同埋其他無數嘅艱辛——例如被石打死嘅史提芬——又例如喺聖殿俾人殺死嘅「神之弟」雅各。我又喺邊度開始列數其他使徒嘅苦難、聖徒嘅磨難同埋可敬長老嘅壯舉?佢哋多到數唔晒。 因此,佢哋先至配得上領受所應許嘅、難以言喻嘅永恆福份! 我哋亦都當喺自己卑微嘅處境中,同樣努力奮鬥。因為正如大聖維吉爾所教導,嗰啲榮譽、勞苦同冠冕,就係得勝者嘅基業。我哋要繼續做戰士,束好腰,隨時準備好參加比賽,並且對抗仇敵; 我哋唔好喺困難面前退縮,唔好屈服於打擊,亦唔好後退;願熱誠好似火咁喺我哋心裏燃燒,冇嘢可以喺我哋眼前站得住,就連魔鬼都會逃走:因為,正如經上所寫,佢哋會好似蠟喺呢道屬靈大火面前溶化(詩篇67:3)。 人亦會害怕,或至少會感到羞愧;而我哋,既已勝過萬有,就要升到嗰個我哋生命同難以言喻安息所在之地。

**18.** 我哋經常見到一個人被肉體情慾所 consume,佢乜都肯捱,乜苦都肯受,只係有一個目標:就係要親近佢所惡狠狠咁戀慕嘅嗰個人嘅面; 佢食嘢唔夠飽,飲嘢唔夠解渴,瞓覺都唔夠安眠,亦唔想要其他任何愉快或舒適嘅嘢;反而呢個可憐嘅靈魂,隨時準備好接受各種折磨同苦行,甚至流血都無所謂——為咗攞到同積聚啲乜嘢?——就係要喺永恆之火嘅 gehenna 裡摧毀自己嘅靈魂。 我哋為咗對美好、對美麗、對難以言喻同得榮耀嘅基督嘅熱愛, 我哋嘅神啊,務要溫順咁承擔呢個蒙福又聖潔嘅順服軛,直到衰老,忍受一切悲傷同一切利箭——無論係思想定情感嘅,無論係侮辱定攻擊,無論係誘惑定匱乏,無論係謾罵定輕蔑,無論係羞辱定誣衊,或者其他任何類似嘅嘢? 我哋作為有理性嘅人,唔可以同冇知覺嘅獸類一樣,亦唔可以變成佢哋。就好似我哋已經開始,並且成功行到依家呢個階段,就等我哋繼續努力,好讓我哋喺主入面成功完成我哋嘅旅程。

### *66. 神將你哋託付畀我;所以我好熱心咁教導你哋*

66. 1) 你哋係上帝交託畀我嘅;所以我先至咁熱心教導你哋。– 2) 我懇求你哋:拯救自己,拯救咗自己之後,就拯救我。

**19.** 對我呢個罪人嚟講,有咩任務比照顧你——我嘅羊群、我嘅份、我嘅遺產——更重要呢? 因為一個凡間君王委託佢治理人民或者統兵,佢每日都會全心全意咁處理,唯恐有任何嘢令君王唔開心,而要受到懲罰或者處罰: 我呢個可憐人,既然蒙受咗管理你哋——真係基督精兵——嘅權柄,又點可以放鬆大意,唔係一年、唔係一個月,甚至一日、一個鐘頭都唔得,唔喺言行上盡我最大嘅心力照顧你哋,雖然我兩方面都好缺乏? 所以我——雖然我配唔上,又軟弱無能——都提醒、宣告、勸勉、堅持同懇求你哋——我嘅心、我嘅光、我嘅讚美——要活得配得上你哋嘅呼召。

**20.**正如我一想到你哋眾人嘅得救,同埋為此等候住我嘅大賞,就滿有喜樂;同樣,當我諗到我將要向 交代你哋每一個人嘅時候,就禁唔住驚惶戰抖。 所以,我嘅孩子們,幫幫我,儘管你哋嘅領袖軟弱又眼瞎,都要得救,好叫你哋可以連同可憐嘅我一齊得救——透過熱心遵行一切所吩咐同加添喺你哋身上嘅命令:保持無條件嘅順服, 敬虔的謙卑、堅定不移的信心、啟示性的光照、在職務上持續的勤勉、詠唱詩篇時的敬畏專注、無負擔的節制、端莊的服飾、謙卑、遠離笑聲和爭論、憎惡炫耀、以及彼此相愛。

### *67. 因為我愛你,當你興旺時我就喜悅,當我見到那種精神佔上風時我就憂傷*

67. 1) 因為我愛你,當你興旺時我就喜悅,當我見到你心境如何時我就憂傷。 – 2) 你哋已被視為配得上一個崇高嘅呼召,並為此撇棄咗一切;因此,你哋每一個人都要聽呢句:進入喜樂。– 3) 有幾多人想效法你哋,卻做唔到:咁就歸榮耀畀上帝,並要正直。 [1, 75]

**21.** 有一日,我將會被迫陷入完全嘅沉默。但係只要我仲有氣息,我就唔會停止提醒你哋啲啱嘅事,呢個係我嘅職責,但同時都帶住對你哋嘅深情愛意。 你哋係神嘅旨意同恩典所賜嘅我嘅兒女。所以我一見到你哋嘅虔誠、美德同得救嘅生命,我心裏就充滿極大嘅喜樂。到時我滿懷美好嘅盼望,行路都好似君王咁,榮耀神,冇其他嘢可以令我咁快樂。 但係當我見到你哋中間有啲混亂,就好似一座大山壓住我嘅靈魂,我行路都好似畀打咗咁,低頭憂傷,責怪自己教導唔好,心裏面同自己講:「咁嘅牧人,能有咩好?」就好似當年人對拿撒勒講嘅嗰句。 所以,我嘅孩子們,可憐我啲,容許我因你哋嘅進步同蒙福嘅命運而永遠喜樂,並為你哋向神獻上榮耀。

**22.** 實在,你哋已經踏入咗一個聖潔嘅呼召,披上咗敬虔嘅生命,被數入咗天使嘅行列,因為你哋聽從並跟隨咗嗰神聖嘅聲音:*「如果你想完美,就去賣晒你嘅所有,分畀窮人……然後跟從我。」(馬太福音* 19、21)。因此,你哋已經對世界被釘十字架,*亦唔再屬於「世界」。因為如果你哋屬於世界,世界*就會*愛*你哋;但由於你哋唔屬於世界,*所以「為此緣故」*,或許*「世界恨你哋」*,就如主嘅話所講(約翰福音15:19)。 到那日,你就可以同聖使徒一齊誇口,對主講:*「我哋已經撇下一切,跟從咗祢。」*(馬太福音19:27)你實在係連自己嘅父母、弟兄姊妹都唔及愛祢,*反而將一切都當作虧損。* (腓立比書 3:8),視得着你 alone 為至寶。——我講大話麼?我唔講真話麼?你唔係真係咁做嘅麼?——就因為呢個緣故,你會聽到:*「你呢位蒙我父賜福嘅,來吧;承受你從創世以嚟為你預備嘅國度為基業。」* (太25:34);或者:*「好阿,良善忠心的僕人,你在这小事上忠心,我要派你管理大事;进来,享受你主人的喜乐!」*(太25:21),或者類似這些話。

**23.**既然被認為配得上如此偉大嘅福氣,並且已經進入咁奇妙、超然嘅生命,你唔係應該歡喜快樂、雀躍欣欣,仲同大衛一齊唱:*「主所賜給我嘅,我拿乜嘢報答佢?」*(詩篇115:3)? — 係;但要加埋以下呢句:*「我要拎起救恩嘅杯」*(同上);呢句就表示當需要嘅時候,願意為殉道而流血。— 實在,實在,有好多人好渴望見到你所見嘅,聽到你所聽嘅,同埋達到你所達到嘅; 但係,無論係為咗婚姻、為咗兒女、為咗肉體嘅伴侶、為咗世俗嘅榮耀、為咗財富、為咗世俗嘅習俗,或者為咗其他各種既定嘅外在生活方式,佢哋都冇力量同塵世嘅事物斷絕關係,去追求天上嘅事——所以佢哋就咁留喺度, 表面上看似快樂,卻內心深藏無數悲傷。所以,我們要歸榮耀於神,並努力行善,將所行之善加添給神所喜悅的事,好使我們能因此興旺並得以成全,彼此同住於和平與和諧之中, 在一切事上,連最細微的話語、最細微的動作、一個眼神或一個手勢,都要有條有理;並且願我們隨時預備好,經過死亡的門,進入天上的福份。

### *68. 虛浮與瑣碎之中有和平;但我哋嘅目標高尚,我哋嘅勞苦結出豐盛嘅果實*

68. 1) 在虛浮與瑣碎的事物中得享安寧;但我哋嘅志向高遠,努力結出豐碩果效。– 2) 畀咗我哋力量去棄絕塵世嘅係邊個?就係賜福於我哋心願嘅天主。所以我哋要忠於所揀嘅道路。[1, 77]

**24.** 榮耀歸於上帝,佢喺我哋出世之前就喺我哋母親肚入面揀咗我哋,呼召我哋進入修道生活奇妙而有福嘅高峰。 對我哋——雖然講落去可能幾大膽,但都唔違背修道主義嘅宗旨——真係蒙賜能夠比世上嘅人更充份咁明白天國嘅奧秘。世上好多人雖然睇得到,卻因凡塵俗事所蒙蔽,心靈瞎咗。佢哋究竟有咩? 佢哋沉迷於財富同短暫嘅榮耀,享受各種悅樂同歡娛,鍾意香氛同香料, 美酒、華麗的衣服、靚馬、成群的僕人、宏偉的房屋、珍貴珠寶的輝煌以及其他各種虛浮之物;他們大笑、跳舞、像山羊和母山羊一樣蹦蹦跳跳,大吃大喝,肥得流油,好似在為屠宰做準備。 我唔會再多講佢哋其他無數嘅罪惡習俗,亦唔會講由佢哋引起或者佢哋所導致嘅後果;就讓我們的說話到此為止。 對佢哋嚟講,呢啲係吹噓、驕傲同喜悅嘅泉源;但對已經將自己肉體連同其情慾和私慾釘咗十字架嘅人就唔係咁——就係我哋*呢班「屬於基督」*嘅人,正如使徒所言(加拉太書5:24),我哋係主耶穌基督嘅僕人同孩子。 我哋對其他事物有截然不同嘅慾望同傾向。我哋追求原本喺樂園為人預備嘅安慰同喜樂,係因為古代人嘅無知先令我哋失去咗;為咗達到呢個目的,我哋會效法古代聖父輩嘅生活方式,*佢哋「身穿羊皮、山羊皮,世人都配唔上佢哋」* (希伯來書11:37),背棄呢個誘惑重重嘅世界,親近上帝,仰望祂、向祂努力。但係,當我哋背棄一切嘢,我哋就成為萬有之主。我哋嘅呼召真係咁偉大!

**25.** 那麼,究竟是谁,將我們從血肉之情、父母、親屬、熟人、祖國、城鎮、村莊,以及自幼習以為常的一切事物中,撕裂了出去? 又有誰引領我們,使我們成為自己屬靈之父和住持的奴僕,每日都實踐苦行,禁慾、守夜、在裸地上打坐? 有咩人開咗我哋嘅智慧,教我哋視金銀、華麗同奢華——甚至連皇冠同紫色法衣——都係無價值;反而認為著住呢啲破爛補丁嘅衫,比著住閃閃發亮嘅華服更加有價值同光

榮? 又有咩人畀咗我哋力量,去拋棄一切感官同肉慾,透過清淨去開始順應天意,並且好似天使咁保持純潔同無瑕? 神賜咗呢一切畀我哋,因為我哋只愛祂,並渴慕將來嘅福份、永恆嘅榮耀、難以言喻嘅喜樂、無止境嘅歡愉、取之不盡嘅豐富,以及自古以來應許畀我哋眾先祖、為熱心追求取悅獨一真神者預備嘅一切。 但如果我哋已經立定咗心、揀咗佢、並將心思放喺佢上面,就要加倍小心,堅守不變;嚴密把守自己,免得我哋有任何退轉,到嗰日,竟然比平信徒仲落後。 我哋要小心保持純潔,喺貞潔上愈嚟愈穩固,唔好畀自己受腐蝕──無論係心思、所見、心靈定身體。

### *69. 我哋要忍受一切嚟到嘅唔愉快;願我哋配得上加入受難者嘅行列*

69. 1) 我哋要忍受一切嚟到嘅唔愉快;願我哋配得上加入受難者嘅行列。– 2) 尋求上帝,喺地上甘心處於卑微嘅地位,正如救主所行。[1, 78]

**26.** 我必須看守你哋嘅靈魂,晝夜都照顧你哋,用言行造就你哋,好令我帶領你哋達到應有嘅成熟程度。但係你哋自己唔好灰心: 因為我──一個唔配做你哋老師嘅人──都為咗你哋忍受一切,你哋亦都應該為咗我同埋為咗彼此互相忍受;你哋要分擔彼此嘅苦難,堅守不離,唔好當呢啲事同自己無關,亦唔好驚惶、唔好逃避,亦唔好喺遇到試煉時灰心喪氣。 我哋*「未有到為罪惡而流血嘅地步」*(希伯來書12:4),*「未有經過火同水」*(詩篇65:12),好似聖潔嘅殉道者咁;我哋未有受過傷,亦未經歷過考驗,就好似每位敬虔同義人所經歷嘅。 咁我哋又點可以喺將來嘅時代自誇話我哋都為基督受過苦呢?當我哋連眼前嗰啲細微嘅逆境都冇辦法有勇氣同平靜去面對: 任何責備、羞辱、恥辱、不名譽、輕蔑──我又想加添──微薄的食物、少量的飲水、破舊的衣服、順服的勞苦、為事奉而早起、在詩歌中站立、以及完成所命定的懺悔。 ── 嚟呀,我嘅兒女,我哋要心平氣和咁忍受一切艱難同唔愉快,好等我哋真真正正可以同大衛一齊唱:*'我耐性咁等候上主'*;並且因住上帝嘅憐憫,被認為配得上:*'佢理會我,聽咗我嘅禱告'*(詩篇39:2)。 將來,人哋會獻上唔同嘅供品:三福殉道者──佢哋嘅血;可敬嘅長老──佢哋最偉大嘅 ;而我哋──就係我哋對以上所講嘢嘅卑微忍耐。我深信,正如聖安東尼所作嘅見證,我哋絕對唔會喺呢啲事上失份。

**27.** *「你哋要勝過一切去尋求神,你哋嘅心靈就會得生」*(詩篇 68:33)。 *「切實去尋求祂嘅面,好叫祂嘅面容反映喺你哋純潔嘅心裏面」*(詩篇 104:4)。 *「要紀念祂向來所行的奇事」*(詩篇104:5),祂在過去的歲月裡行在我们身上,至今仍繼續行出,擴增我們的弟兄情誼,養活我們,使我們在今生所需無一缺乏。凡祂为我们所行的一切,我們當歸給祂應有的榮耀。 祂豈求其他,只求我哋敬畏祂,全心全意去愛祂,並盡我哋所能去效法祂道成肉身嘅生命?祂由天而降,成為地上嘅陌生人,好叫我哋亦能轉離自己嘅慾望。 佢順服咗天父,好叫你哋,即使我唔配,都可喺無怨無悔中順服我。佢連死都肯卑微自己,好叫你哋都學識同樣嘅做法,喺思想、言語、行為同舉止中卑微自己,並且謙和。 ── 真正嘅神聖榮耀,唔係為咗神而喺人前受辱,又係乜嘢?和尚嘅榮譽同好名聲,如果唔係為咗神而受辱,甚至被歸入無榮譽者之列,又係乜嘢? 而我哋嘅救主同神,既取咗肉身,就揀咗卑微同卑下,好羞辱世人眼中嘅榮耀同富貴。就因為咁,佢喺馬廄出世,畀放喺食槽,被稱為木匠嘅仔,又叫拿撒勒人,著住單色長袍同外袍,行路都係行路, 受苦,畀猶太人威脅要石頭打死,畀人嘲罵、拘捕、釘十字架、畀長矛刺透、葬喺墳墓──然後又復活──好叫佢可以喺天使面前,激勵我哋效法佢忍受一切,之後喺天國為我哋加冕。

### *70. 上帝對你嘅要求係乜嘢?放棄自己嘅意志,服從修道院長嘅獨一意志;所以,唔好喺任何事上自作主張,連做好事都唔可以例外。*

70. 上帝對你嘅要求係乜嘢?放棄自己嘅意志,服從修道院長唯一嘅旨意;所以,唔好喺任何事上自作主張,連做好事都唔例外。 [1, 79] 我尋求甚麼,或者更準確地說,萬有之主、我哋嘅上帝尋求並要求你哋嘅又是甚麼?無其他,只係要你哋好好順服,並以無條件嘅服從,甚至流血都唔變,亦絕對唔可以偏離你哋喺聖天使面前所應許同立志要遵守嘅一切。 你哋自己知道,當我為你哋剃度,並以喜樂嘅衣裳裝扮你哋嗰陣,你哋口中所講出嘅話同所立嘅誓言,係點樣。當時我已赦免咗你哋未曾懺悔嘅餘罪,懷住堅定不移嘅盼望,相信憑我喺地上卑微嘅赦免,天上嘅上帝都會赦免佢哋。 咁,呢啲無謂嘅念頭、草率嘅判斷、冇意義嘅說話,同埋除咗以我父同你哋之父嘅名義,經我哋先人同意,喺我哋主耶穌基督名下所命定同設立嘅以外,仲有其他唔當嘅慾望,究竟係點嚟到你哋心入面? ──有人想點禁食就點禁食,有人想點緘默就點緘默,有人想研讀乜就研讀乜,有人想擔任乜職位就擔任乜職位──咁啲都係自作主

張嘅計劃,而且都係個人行動──咁又點解會導致整體嘅衰敗呢? 你哋係為呢件事先聚埋一齊㗎?── *「基督豈係被分為兩派?抑或係以保羅嘅名畀你哋施洗?」* (林前1:13) ──呢番說話好適合嗰啲被自己私慾牽着走、既唔肯睇、又唔肯理我因謙卑同深思熟慮而令到嗰件事變得好明顯嘅人。上帝唔係向你索取或者渴望啲咩偉大或奇妙嘅嘢, 但只係要你哋遵守祂所呼召你哋嘅團契──鑑於我唔配又罪大惡極,我唔敢這咁講──,並且要你哋照祂所賜畀你哋嘅牧人嘅旨意同指引去生活行事,好叫祂被敬拜嘅名得榮耀。 呢度就係你哋獨特偉大同奇蹟嘅彰顯場──或者講得更準確啲,就係你哋尊貴靈魂嘅殉道壯舉!──如果你哋受試探,有乜嘢好希奇? 但千祈唔好畀佢佔上風,令魔鬼得逞;亦唔好理會呢個你同神嘅仇敵嘅狡猾邪惡誘惑,只管專注到底,以謙卑為富,以愛心為榮,唔好作態,唔好揚眉吐氣,唔好爭做第一,唔好粗魯,唔好挑起爭吵或爭論,免得聽者被毀滅。*所以,要站得穩,腰束真理,胸掛公義,腳著和平福音的預備。*」 (以弗所書6:14–15)。 – 願主上帝賜你成功和得救!

### *71. 罪惡嘅成因係驕傲同不順服;由呢兩樣嚟到各種悲慘;相反,由謙卑同順服嚟到各種福份。*

71. 1) 罪惡嘅成因係驕傲同不順服;由呢啲嚟到各種憂愁;相反,由謙卑同順服嚟到各種祝福。– 2) 你哋呢班由貴族同富人中嚟到我哋身邊嘅人,唔好自視高人一等,要謙卑自己;效法主,祂為咗我哋而自卑。– 3) 讓我們努力過一個效法神嘅生命。[1, 80]

**1.** 我哋要小心,唔好令自己嘅靈魂得病,要遠離引致呢啲病嘅原因,咁先可以避開隨之而來嘅惡。 靈性病患嘅第一個成因係驕傲,因為呢個緣故,喺曙光中發亮嘅晨星都墮落咗;第二個就係不順服,因為呢個緣故,第一個人被逐出咗快樂嘅樂園;而由呢兩樣嘢,就衍生出各種唔同形式嘅可憎罪惡嘅黑暗。 所以,有邊個想享受興旺呢?就要遠離驕傲,着上謙卑,並以無條件順服;喜樂同快樂就會常留喺你頭上。呢件福服究竟會招來幾多祝福呢? ── 和平、溫柔、敬重、信賴、無條件順服──以及一切美好、可喜、可慕之德,都是真正神人所具備的特質。

**2.** 你哋呢班由驕傲生活過嚟嘅人,唔好自以為高;既然已經因順從上帝而變得謙卑,就唔好誇口話自己出身高貴,亦唔好誇你以前擁有嘅嘢,因為你可能貧窮,欠缺神嘅恩典。 但係,要仰望我哋嘅主同神──基督,祂真係萬有之中真正嘅富足主,喺你嘅心思意念同感受上,要存謙卑嘅心(羅馬書12:16),效法祂嘅所行: 祂外表貧窮,順服父母,行路都靠雙腳,經常疲倦,*'祂被咒罵時,不以咒罵回答;受苦時,不以惡言相報'* (彼得前書2:23),忍受面頰被打,不以衣着分別自己,只以一件內袍加外袍為足,睡在草上或光地上,一塊麵包和流動的水就滿足祂的食需。 如果而家我哋擁有遠超過呢啲,卻仍然感到沉重同疲倦,我哋又算係點樣效法主呢?

**3.**所以我懇求你:我哋要勇敢咁追求一個效法神嘅生命。 至於我哋,出身卑微(按世俗標準)又唔富裕,如果喺飲食、衣着同其他必需品方面都同樣獲得供應,咁我哋又點有理由為呢啲事感到負擔同困擾呢?— 願每一個人細想吓自己以前係點,而家變成咗點。 – 不過講到呢度,我並唔想將前者同後者分開或者有所分別:因為你哋本質上都係一體。但我咁講,係想令你哋都願意去執行所吩咐嘅,而唔係去推測我嘅指示──點解、點樣、同為咗乜嘢目的先要咁做嗰樣嘢。

### *72. 懺悔同其他糾正措施點解有救恩? 佢哋係通往樂園嘅道路*

72. 1) 懺悔同其他糾正嘅措施點解有救恩?佢哋係通往樂園嘅道路。– 2) 其實,我哋喺團體入面嘅順服生命,比任何嘢都更有救恩。[1, 81]

**4.** 喺呢度少少悲傷,喺嗰度盡情喜悅;喺呢度受刑罰,喺嗰度得歡樂;喺呢度受拘禁,喺嗰度享寬敞,有幾好啊! 我哋應該甘願接受懲罰,並熱愛糾正我哋嘅人:因為當我哋偏離上帝嘅道路,豈不應該接受治療我哋所造成傷害嘅良藥? 正因如此,我覺得我哋聖潔而仁慈嘅先賢,受神聖憐憫所感,為咗被看顧者嘅得救,採取咗各種嚴厲嘅措施:佢哋施加懺悔、逐出教外,甚至身體刑罰——佢哋諗緊乜嘢呢? 呢種救恩唔單止施予呢啲懲罰嘅人,連見證到嘅人──無論同期嘅同後世嘅──都包括喺內;因為好多人都因為對人嘅恐懼,而返正。 如果你能忍受我嘅嚴厲,我喺活著嘅神面前向你保證,你將會得救,進入天國,嗰度唔會有疾病、憂愁同埋嘆息; 如果你承擔順服的軛,你就會從罪惡的慾望中得釋放,升為神嘅兒女──你會熄滅慾望嘅火焰,並被認為配得飲永恆泉源中清新又賦予生命嘅水──你會好好行順服嘅道路,並從偉大嘅君王手上接過勝利嘅花冠。

**5.** 我哋嘅共同生活咁偉大同榮耀。佢嘅軛又重又輕,就好似基督嘅軛一樣,照祂嘅話,都係咁。呢個事實本身就作證,真理亦都顯示出嚟。唔好畀人吹捧或者叫一個真正順服嘅人做柱上住客、隱士或者苦行者。 我講「真」嘅,因為真正順命嘅修士,就係嗰啲將自己嘅靈魂交託畀方丈,並喺 ,就算要流血都堅守佢嘅旨意。既然獲得咗咁嘅福份,我哋就應該歡喜慶祝,因為真係奇妙無比。至於嗰啲獨居嘅人,就算佢過得無可挑剔,都冇乜好希奇。 所以,我哋要尊崇我哋嘅生活方式,並以真誠嘅順服堅持到底。唔好理人哋係讚美定貶低我哋。如果我哋敬畏上帝,就唔會畏懼人,亦唔會畀佢哋嘅攻擊所壓倒。記住我哋崇高嘅目標,跟隨主嘅道路去努力,祂會引領我哋嘅方向。

***73. 道路雖然艱難痛苦,但無限的安慰在等待我們:讓我們堅持到底。***

73. 1) 道路艱難而痛苦;然而無限的安慰正等候我們:讓我們撐下去。– 2) 所有聖教父都係咁樣捱過;而家佢哋已經忘記咗苦楚,正喺得安慰:我哋要效法佢哋。– 3) 你聽過惡言嗎?就忍受住;就好似主所忍受嘅一樣,祂謙卑到最低處,你都要承擔呢種同其他一切嘅悲傷。[1, 82]

**6.** 堅定喺爭戰中,喺你哋順服嘅勞苦同殉道式嘅順從中站立得住;隨住你哋地上生命嘅日子一日一日過去,就用美德豐富你哋嘅靈魂,作為天國嘅憑據,為自己積蓄那向我哋所應許嘅難以言喻嘅福份。 上帝嘅道路狹窄而充滿憂傷;但等候我哋嘅安息卻廣闊無邊。魔鬼嘅烈箭一枝接一枝射向我哋靈魂嘅居所,但聖靈嘅甘露熄滅咗佢哋,將流向永恆生命嘅水澆灌喺我哋身上。 壓抑同悲傷,絕望同怯懦,勞碌同汗水,疲勞同憊倦,並且往往連埋責備同斥責。 ——呢就係我哋嘅命運;但儘管如此,仍有難以言喻嘅喜樂同無邊嘅歡樂為我哋珍藏。——咁就嚟啦,我哋要壯起膽,撐過呢幾日嘅苦鬥,好得公義嘅冠冕。

**7.** 我哋至福嘅先祖曾作過咩勞苦?佢哋日日都以禁食、守夜、眼淚、禱告同各種苦楚為伴。而家佢哋對過去一無悲傷:佢哋已經領受咗難以言喻嘅喜樂同至福嘅安息。 同樣地,我哋都要以智慧嘅眼光看待有時臨到我哋嘅悲傷,視佢哋為微不足道,或者更似一場夢、一個影子咁短暫;我哋唔會畀佢哋打倒,而係唔理佢哋,以青春嘅活力去完成主嘅誡命。 唔好畀侮辱令你憂傷,唔好畀責備令你羞愧,唔好畀責斥令你難過,唔好畀憂愁壓垮你,唔好畀驕傲脹大你;要低頭,心志放喺天上,彼此之間要彼此相愛、溫柔、忍耐、寬容。

**8.** 假設有人講咗一句惡毒嘅說話——又點?點解你要為呢個侮辱受苦? 我哋嘅神——基督——聽到有人講*「你入咗鬼」* (約翰福音 7:20),都冇出聲;又有人指責佢*「靠比撒別鬼王趕鬼」* (馬太福音 12:24),佢都冇受擾亂。 然而我哋,本性微賤,一生都值得受人責備,竟然因為一點點冒犯嘅說話就如刺猬般豎起全身刺。點解我哋唔更加品味謙卑嘅甜美?點解我哋唔透過經驗學到順服嘅美德?點解我哋唔喺呢件事上拿起真正修行者嘅武器? 然而,呢啲武器唔係整齊嘅筆跡、唔係甜美嘅歌聲、唔係白皙嘅膚色、唔係高大嘅身形、唔係華麗嘅服飾、唔係娘娘腔、唔係傲慢世俗嘅態度、唔係浮誇嘅言辭、唔係大膽嘅講話同反駁、亦唔係其他類似嘅嘢; 而係要自視為萬人之下,處處以人為先;唔好輕易開口,尤其係講啲刻薄嘢;唔好浮躁,而要謹慎;要追求所謂嘅謙卑,同埋謙卑嘅事, 要按呢啲原則去行,要寬厚、有愛心,最緊要係唔好嫉妒。——你哋呢班蒙神教導嘅人,本來就識呢啲,而且你哋一向都行討神喜悅嘅事。所以,要繼續保持,凡事知足;因住我哋呼召嘅盼望,常存誠實嘅喜樂。

***74. 當君王召佢嘅賓客去筵席,人人都趕緊。天上嘅君王已經召咗我哋;我哋點可以唔趕緊,忍受一切?唔好灰心,要勇敢咁面對一切。***

74. 1) 當君王召請賓客去赴筵席,人人都會趕緊。天朝之王已經召我們;我們豈能不趕緊,忍受一切?不可灰心,要勇敢地與一切事物抗爭。– 2) 回想主在地上生活期間所忍受的一切;如果你也必須忍受類似的苦楚,就當喜樂。 [1, 83]

**9.** 如果人被君王召喚去得榮耀、興旺、財富、安舒同享樂,都會勤力、盡心、歡喜咁追求;咁我哋被萬王之王——上帝召喚,唔係去追求呢啲短暫同微不足道嘅嘢, 卻係被神——萬王之王——呼召去天國、去永恆嘅光、去無盡嘅生命、去難以言喻嘅喜樂、去成為兒子同承受永恆福份嘅產業 ,我哋豈不應該懷住喜樂同不疲倦嘅熱誠,日日、時時留心呢個呼召,並照佢嘅指引努力克服一切障礙, 不畏懼、不退縮——無論憂愁或艱難,飢渴或死亡威脅,甚至刀劍——都以勇敢、警醒、全心全意踏上苦修之道,視一切如輕負,為那擺在我们面前的至福盼望而前行。 因為靈魂睡着咗,先會喺苦行嘅壯舉面前變得沮喪同怯懦。所以我懇求你,望住完成你嘅使命,要堅定信心,耐心忍受你卑微同勞碌嘅處境,展現佢嘅美

德:　克制己欲、速行善舉、於兄弟大家中默然忍受悲苦衝突,有時更要承受下屬的責難與上司的責備——使使徒的話真能切合你:　*「到今時今日,我哋仍然飢餓、渴慕,身穿破衣,受苦、處於危險之中;*我哋不得安息,精疲力盡;*但喺这一切事上,我哋藉着愛我哋嘅主,已經得勝有餘。」*(林前4:11;參見羅8:34)

**10.** *「所以,要靠主,並靠祂大能的權勢得力量」*(弗6:10),並將你過去的壯舉和試煉中的忍耐,加添於現在和將來所受的,視為極大喜樂,因為你被認為配得為救主基督甘願忍受這些苦難,並成為祂受苦的效法者:單憑此,有識之士當知自己所蒙的極大賞賜。　你哋記唔記得佢為我哋受咗幾多苦?佢唔係以肉身嘅身份做過細路仔咩?佢唔係逃離希律嘅殺人陰謀咩?佢唔係聽從佢父母咩?十二歲嗰陣,雖然未有人教過佢,佢唔係喺殿裏面責備嗰班人咩?——佢咁做係為咗啲未受過教導嘅人,好叫佢哋唔好憂愁。佢唔係行路行到边,唔係去無花果樹搵食?佢唔係畀猶太人辱罵?佢唔係聽到人講:*「你中咗鬼」、「你呢個鬼王別西卜,趕鬼」*?佢哋唔係想用石頭打死佢,佢唔係避開咗佢哋?　而喺嗰之前,喺四十日禁食期間,佢以人嘅身份,唔係畀魔鬼引誘咩?之後——佢又唔係以僕人嘅身份,為門徒洗腳?佢唔係畀一個賣主者出賣咩?佢唔係畀猶太人捉咩?佢唔係畀亞那同該亞法嘲笑咩?　佢唔係畀一個奴僕嘅手打咗面頰?佢唔係畀自己所造嘅人手鞭打?佢唔係戴咗荊棘冠冕嚟取笑佢?佢唔係被釘上十字架?佢嘅聖手聖足唔係被釘喺上面?佢喺十字架上唔係聽到好多辱罵嘅說話? 佢嘅肋旁唔係畀長矛刺穿㗎咩?佢口渴嘅時候唔係畀人飲咗苦膽㗎咩?佢唔係畀人埋葬㗎咩,而且作為上帝,佢唔係喺第三日復活㗎咩?——我哋可唔可以講,我哋自己有受過咁嘅苦楚?　兄弟,你可曾像你基督那樣,背部被鞭笞得皮開肉綻?你可曾見到你面頰上那鞭痕?你可曾被無數的嘲笑、諷刺和辱罵襲擊?你可曾讓你的四肢都因苦難而得到聖化?——當然,你一概都未曾經歷。　所以,最少要帶住喜樂同愛心,去接受一切臨到你身上嘅小苦楚。咁,愛世人嘅主,憑住佢無限嘅慈愛,喺將來嘅生命中,會因此而榮耀你。為咗你嘅修道誓言而行:因為修道誓言,無非就係為咗主嘅緣故,承諾去承擔十字架同死亡。

***75. 看見與我哋生活方式相符嘅美好生命果實,就更加堅守唔放:咁你就會成為三位一體上帝嘅居所。***

75.　1) 看見好生命嘅果效,按照我哋嘅規矩,要更加嚴守;咁你就會成為三位一體上帝嘅居所。– 2) 由聖經嘅話語引領,喺凡事上要無可指責,討神喜悅,遠避一切可責之事。[1. 84]

**11.** 睇吓你哋心心相印、同心協力帶嚟嘅狀態,同埋你哋逐步自律,行盡一切善事嘅事實? 呢啲又為你結咗啲咩果?——由此而來有平安同寧靜;由此而來有真誠互信同堅不可破嘅團結;由此而來有有益嘅憂愁同有幫助嘅認罪;由此而來有深切嘅痛悔同相稱嘅謙卑;由此而來有弟兄式嘅愛同父性嘅情懷。*「照使徒嘅話:『凡事上,你哋都證明自己係清潔』。」*(林後七章11節)　*「主係應受稱頌嘅,因為佢眷顧咗佢嘅子民,為佢哋帶嚟拯救」*(路加福音1:68)。*「因為你哋係佢嘅子民,係佢揀選嘅;佢又*藉住你哋新獲得嘅美德,*為你哋興起咗拯救嘅角」*(路加福音1:69)。　正正喺呢度先有你哋嘅喜樂、歡欣、榮譽同美名、智慧、聰明同完美嘅知識,好等你哋可以喺神面前過一個配得稱讚又純潔嘅生活:呢啲係外面嗰班人(因為佢哋嘅判斷有時都適用於我哋嘅生活方式)所唔講嘅:「我稱那過着無瑕疵、無可責備生活的人為有智慧,即使他文盲,甚至無法就希臘人所熱衷的事　發表意見。」——既然連那些唯一關心只不過是講和聽的人都這麼認為,我們豈能另行構思,與聖徒所立之規不同?　所以,要學習敬畏主神,並遵守祂的誡命;恩典就會使你成為*「祂所揀選、預備行各樣善工的器皿」*(提後2:21)。　因為喺父、子同聖靈同住嘅地方,為咗靈魂嘅純潔,有咩良善、有咩智慧、有咩熱誠、有咩教導、造就同指引?但係喺呢啲都缺乏嘅地方,就只係冷淡嘅說話、虛偽同自我誇大,而且經常用啲欺騙同錯誤,最後都係徒然。

**12.** 要專心讀經,不可使神的話離開你(不可忘記)。禁止你的舌頭作惡,特別是你這些最年輕的人,因為你哋未慣約束這條舌頭——它多變又充滿致命的毒素,而且藉着它,我們當中好多人不斷跌入罪中。　你哋當中唔好有欺騙嘅勾結;唔好有兩個人以欺騙同猶太式嘅方式密謀;唔好有亞拿尼亞同撒非拉嗰種虛謊或隱瞞;亦唔好有法利賽人同撒都該人嗰種暗中嘅陰謀詭計;　你哋當中唔好有「我嘅」同「你嘅」之分,因為呢啲充滿無數罪惡,正如聖金口若望所呼喊:*「舊嘅已經過去,看,一切都變成咗新嘅!」*(林後5:17)。　我哋點解要喺心入面回顧過去(我哋以前嘅生活),只係為咗避免嗰啲情慾,而唔係為咗喺彼此之間點燃惡念之火?*「我希望你哋都比呢啲更好,並且緊緊持定得救」*(希伯來書6:9)。　或許正正因為如此,我們先跌入那以前的境況——好叫我們能從深淵和暴風、從許多苦難中衝入我們安寧寧靜的港灣,不再想去波濤洶湧中冒險航行,　卻要喺我哋主耶穌基督呢個卑微嘅港灣入面,保持平靜同安寧。

### *76. 凡過聖潔生活的人,每一日都如筵席。你是否渴慕呢?要熱心討神喜悅,並為他忍耐一切。*

76. 1) 凡過聖潔生活的人,每日都是一場筵席。你渴望這嗎?要熱心討好神,並為祂的名忍耐一切。– 2) 記住我們離開世界的原因,並以此為你的人生目標;最重要的是,要守住你的純潔,與一切犯這罪的人斷絕交通。 [1, 85]

**13.** 凡過聖潔生活的人,每一日都如大筵席;他們日日都過得如同慶祝,不斷被光照、被潔淨、被提升,時時擔起神性,且被神化。 如果你哋想成為呢類人,我懇求並勸喻你哋:要自發、樂意同渴望行每件善事同討神喜悅嘅事,抬頭仰望永恆嘅福份;為咗呢個目的,要接受必須接受嘅,忍受必須忍受嘅,承擔一切臨到你哋身上嘅事: 憂愁、艱難、暴行、貧乏、困擾、誣衊、勞作、苦工,以及一切類似的境況,好使我們得以成就所渴望的,並達到我們離世所要追求的目的。噢,我親愛的长輩們,能以公義、智慧和信心而活,是何等的福氣! 又幾虔誠,我哋用悔改、謙卑同敬畏去度日,預備我哋嘅離去,去見全能可畏嘅審判者──上帝,同喺祂面前交賬!

**14.** 「阿爾瑟尼俄斯,你為咗乜嘢離開呢個世界?」呢位可敬嘅老人家經常咁對自己講,作為一個有益嘅提醒。 願我哋亦能知道自己點解離開世界,並以全力追求,以美德裝扮我哋嘅生命,以最聖潔嘅處女之光榮,預備我哋嘅靈魂成為主──上帝──嘅新娘,保持自己純潔、無瑕、無斑點: 因為我哋被稱為神嘅殿;而經上又說:*「若有人毀壞神嘅殿,神必毀壞那人。」*(林前3:17)正因如此,我先為某啲人哀哭痛悔,因為佢哋*「不肯喺心裏承認神」*,救主,祂就*「將他們交給一個敗壞的心,去做不該做的事」*(羅馬書1:28)。我大膽地說,而且,*「你哋自高自大,未夠悲哀,好叫行這事嘅人從你哋中間除掉」*(林前5:2)。由此便生出疏忽,繼而對他漠不關心:因為你本當遠離他,卻反而與他同夥,一齊大笑,變得好似先知譏諷所言:*「你見到偷賊,就同跑;又同行淫者分一份。」* (詩篇49:18)。但唔好因為我呢番責備而對我生氣;如果我唔責備你,喺你面前為公義辯護,我就大禍臨頭;如果你唔遠離行惡者,你亦有禍。

### *77. 人生多波折;但首先,要祈求你嘅舵手保持警醒同有智慧;然後就可以喺對美好結局嘅希望中得到安慰*

77. 1) 人生充滿動盪;但首先要祈求你嘅舵手保持警醒同有智慧;然後就可以喺對好結局嘅希望中得到安慰。– 2) 我聽講你哋因為啲小事爭拗得好勁——都係因為欠缺謙卑。– 3) 聖徒多羅修、多西腓、阿卡基奧等人,都以沉默和謙卑接受一切,並保持心靈的平靜。– 4) 我們被自己的慾望所困擾,而無法滿足它們又令我們痛苦,因為我們已經忘記了放棄慾望的獎賞。 – 5) 我哋當中好多人會病倒:要對病人有耐性,照顧佢哋嘅人要謙卑咁努力。醫生嚟嘅時候,要確保冇混亂。病好之後,唔好懶惰,亦唔好魯莽行事。[1, 86]

**15.** 一次又一次,要保持和善,要有耐性,要堅強,忍受降臨在你身上、無論是從魔鬼還是從人而來的無形與有形的試煉。有誰不看見你的一生充滿了爭鬥?有誰不會見證你的人生道路是何等悲苦?因此,每日都有試煉向你襲來, 從此,種種慘痛的災難襲擊你:有時與兄弟爭吵,有時在履行職責後,遭遇困苦與無盡的顛簸;四面八方承受壓力,好似我們被拋擲於深淵,航行於這廣闊而多災的塵世大海,揚起希望的帆,向天際駛去。 但係,最緊要嘅係,你要為你嘅舵手祈禱, 能以神聖的大能和父的禱告,使他時刻保持心靈的眼睛明亮,看見該看見的,察覺該察覺的,好叫他能善巧地掌舵,憑着信心將你們的船引到生命之港;屆時,就當喜樂歡欣,因為你們辛勤地航行了這條生命之海,最終要承受永恆的生命。 無論如何,都唔好令自己動搖、停步,或畀任何嘢阻住,而要帶住愉快嘅心,積極而認真咁向前衝,繼續行落去,並採取一切方法去踐踏古蛇──魔鬼──,以成就主嘅誡命。你係咪年輕,啱啱開始你嘅屬靈旅程? 要擁抱謙卑同順服,並且緊緊持守,咁你哋就可以由一個好開始,逐步邁向完美。你哋着咗修道服已經好耐?就等俾人憑你哋品德嘅優越嚟認出,而唔係憑年資。

**16.** 我對你哋講呢番說話,係因為我聽講你哋當中有人閒聊、爭吵,仲有混亂、煩躁同憤怒爆發,有侮辱、惡言同不和,雖然唔係全部人都咁。兄弟姊妹們,我問你哋,呢啲係邊度嚟㗎?係乜嘢原因?我諗呢啲都係因為欠缺謙卑。 所以我奉使徒之言懇切勸你哋:*「行事唔好再似細路,心思卻要長進;行事要像細路咁無邪。」*(林前14:20)唔好講啲冇益嘅閒話,亦唔好為咗自己想做嘅事,就用啲花言巧語或者漫無邊際嘅長篇大論,搞到自己精疲力盡,又提出一大堆理由。先知問:*「有咩人渴望生命,又想見到好*

*日子?」*佢自己就答:*「禁止你嘅舌頭唔做好事,唔好用口講虛言;遠離惡事,行善;尋求和平,就去追求。」*(詩篇33:13–15)

**17.** 聖多羅修斯(St Dorotheus)點解可以見到好日子,過住安寧嘅生活?奇蹟多西腓(Dosipheus)、永垂紀念嘅阿卡基奧斯(Akakios)同埋其他一眾聖徒又點解都可以享受同樣嘅福份? 或者──唔好當我自作多情──點解連我哋自己兄弟會入面嘅人──無論仲活緊定已經過身嘅──都可以喺呢度過住快樂、無憂無慮嘅日子?係咪就因為呢點?唔係因為佢哋個個都自覺自己係無足輕重,隨時準備服從每個人、服從任何事?

至於我──唔係講你──虛榮、自私同慾望令我無法安寧,無法同人相處和睦,亦無法喺呢短暫人生嘅日子入面保持純樸同無惡意。 所以,凡心煩意亂、肩負重擔的人,就責怪自己,而唔好責怪鄰舍。凡想行義路、求平安生活嘅人,就唔好堅持自己嘅慾望——咁悲傷就會停止,爭吵就會平息,就連如約伯記入面嘅野獸,都會同佢哋和好。 而且,你要知道並相信,因為我們穿上不願意穿的衣服,因為補好鞋,因為一件不想要的外袍,因為服從的改變,因為忍受虐待,因為承受誣衊──就為這些一切小事──天國正等候你。 所以我哋要盡全力討主喜悅!那行出、成就並完成自己事奉,好似有神眷顧咁嘅人,真係有福。

**19.** 呢段日子對我哋嚟講係艱難嘅,好多弟兄都病咗。 病咗嘅人,要堅強;你哋做工嘅時候已經到咗;唔好錯過呢個機會,為病人嘅安息積聚更大嘅賞賜,呢啲賞賜比金銀同寶石更寶貴。至於你哋,病咗嘅人,要收割忍耐嘅果實;唔好要求多過所賜畀你嘅,免得你哋唔單止身體病咗,連靈魂都病咗。 – 點解你哋仲咁唔識禮貌?醫生一到,你哋就一齊撲埋去,問嘢、畀佢睇你哋嘅手腳,仲講晒自己嘅病?– 你哋唔覺得喺一個外行人面前好丟臉咩?可能下次佢根本唔會再嚟。就係因為咁,我先要同你哋講清楚,教好你哋。 點解唔保持秩序? 你可以輪流講自己同病況;如果需要,可以透過醫院看護或者佢嘅助理傳遞訊息。但呢種混亂只不過係邪惡。呢樣唔啱,我嘅孩子;唔好再發生。 – 此外,唔好用病做懶散嘅藉口,康復之後唔好漫無目的咁四圍走;亦唔好放縱,免得再病,令健康嘅人要負擔你。但係你哋呢啲身體健康嘅人,為咗主同為咗弟兄相愛,要耐心服侍,承擔軟弱者嘅軟弱。

***78. 就好似當阿拉伯人接近時,我哋會採取一切預防措施,免得落入佢哋手上,同樣,我哋要穿上神嘅全副軍裝,防範我哋屬靈嘅仇敵***

78. 1) 正如當阿拉伯人接近時,我哋會採取一切預防措施,免得落入佢哋手上,同樣,我哋要穿上神嘅全副軍裝,防範我哋屬靈嘅仇敵。– 2) 我哋唔好放棄,要英勇作戰,咁我哋就會得著無情欲嘅平安。

**20.** 現時,阿拉伯人令我哋心驚膽跳──佢哋突如其來,唔單止掠走我哋嘅財物,仲擄人做俘虜;至於冇擄走嘅,就無情咁盡行屠殺,男女老幼一概不留。 但若細心觀察,我們亦遭受同樣可怕的攻擊與暴政,只不過不是來自人,而是來自魔鬼。 佢哋對我哋發動無休止同猛烈嘅戰爭,唔識得休息,亦冇任何固定嘅時限:有人畀罪惡之箭射倒,另有人畀慾望嘅陷阱捆綁,被擄去心靈嘅埃及; 在一個人身上,靈魂和肉體的每一部分都充滿了罪惡慾望的毒素;在另一個人身上,它們偷走神救恩之言的種子,並以飢餓折磨他;而這些捕食者與暴君向我們施加各種侮辱和折磨。 ── 你们中间若有这样的基督战士,蒙福的!他手持信仰的灵剑,攻击而不会被攻击,伤害而不会被伤害,征服而不会被擒拿。 但願我哋眾人都堅定信心,手執我哋戰爭嘅武器──唔係屬血氣,乃係屬靈嘅──去勝過與我哋對敵嘅人,保持陣容整齊,互相幫助。願冇人冇盔甲,按使徒所講,盔甲就係真信心;願冇人冇盾牌,盾牌就係謙卑; 無人冇劍,就係神聖嘅禱告;無人冇頭盔,就係順服;無人冇靈魂嘅坐騎,就係為各樣善工預備好嘅生命;亦無人冇其他護具,嗰啲就係保護我哋內在之人嘅裝備。 我哋唔好畀仇敵傷我哋、打倒我哋,或者將我哋摔喺佢哋腳下。主──喺戰場上大有能力者,祂用十字架的兵器打倒咗掌權者同管轄者,祂*「已經賜給我哋權柄,可以踐踏蛇同蠍子,並勝過仇敵一切的能力」*(路加福音10:19)。

**21.** 所以,要小心,免得自大;因為凡自大的人,就好象被長矛刺倒一樣──死咗。 要小心,唔好照你嘅情慾行事,因為照情慾行事嘅人會死於永恆嘅死亡。亦唔好喺心裏懷住惡念,因為咁樣嘅人會落入擄掠;唔好犯罪,因為犯罪嘅人會自投敵人嘅箭靶; 唔好自大,因為自大就會令你哋落入罪惡之刀之下;唔好懶惰,亦唔好忽略唱詩篇同做體力勞動,因為咁樣做就等於將自己交畀魔鬼;尤其係當你哋暗地裡行惡,表面上又裝作同自己內心唔同嘅人。 使徒論到這些事,說:*「要愛惜光陰,因這日子邪惡。」*(以弗所書5:16)既然我們不再年輕,就必須有足夠的軍事經驗;而學會作戰的人,並不懼怕仇敵。 所以我懇求並哀

告你哋──主尊貴嘅軍隊、祂嘅聖民、祂所揀選嘅戰士:我哋唔好膽怯,亦唔好退縮。 但如果我哋受咗傷,就用懺悔去醫治;如果我哋被殺,就用眼淚同苦修去復活;如果我哋被擄去屬靈嘅巴比倫,就用我哋主耶穌基督寶貴之體嘅聖體聖事去得釋放。 如果我哋能夠咁樣耐心喺爭戰中堅持,戰鬥就會逐漸平息,仇敵會逃走,無情欲嘅平安會喺我哋心裏發光,我哋就會被稱為神嘅兒女:因為經上係咁講:*「和平使者有福咗,因為佢哋會被稱為神嘅兒女。」*(馬太福音5:9)

### *79. 時間所剩無幾:我哋要保持警醒,好似你哋而家咁,特別要培養謙卑同溫柔,效法基督*

79. 1) 時間所剩無幾:我哋要保持警醒,就好似你哋而家咁,特別要培養謙卑同溫柔,效法基督。 – 2) 天使同聖徒都喺度睇住;唔照應該嘅方式生活真係好羞愧:雖然好難,但「 」有豐厚嘅賞賜喺等緊。 – 3) 天堂同地獄都擺喺我哋面前:揀咗邊個,就會得着邊個。 – 4) 凡係照自己情慾行事嘅人,佢嘅工夫只不過係木同乾草;佢會永遠燃燒,卻唔會被燒盡。 [2, 1]

**22.** 光陰似箭,將我們帶向現世生命嘅終點。但有幾多人夠智慧去察覺,並積極追求呢?免得喺生命中浪費時間,對得救之事漠不關心,反而中咗魔鬼嘅詭計? 邊個行路留意自己嘅靈魂,唔畀疏忽打敗,而係每日預備自己去面對死亡,將佢嘅每一個行為──無論屬靈定屬肉體──都擺喺全能上帝面前? 有咩人,會抬起佢靈魂之山嘅眼望向天上,見到嗰度異象嘅美好,就將所有愛慕都轉去渴慕嗰度嘅事物,同天上嘅能力一齊高飛,視各樣重苦為無物,反而歡喜喺責備、羞辱同受苦──飢渴、 寒暑不侵,並如經上所寫,喺弟兄中行住如同一塊寶石?──然而喺你哋當中,我見到唔止一兩個,而係有好多人,憑住真誠嘅信心同熱誠,追求有價值嘅事物,並且留心指引,順服, 雖然佢哋冇受過正式教育,亦冇透過大量閱讀、反思或死記嚟補足呢方面; 佢哋只有一樣最緊要嘅嘢,就係謙卑同溫柔──效法主嘅話:*「要從我學,因為我心裡柔和謙卑」*(馬太福音11:29)。 所以,要將你哋嘅注意力轉向光明同真理、公義同柔和、謙卑同良善。我懇求你哋克制一切煩躁同憤怒。*「噢,人子們,」*大衛聖人呼喊:*「硬心嘅人哪,幾時先夠? 「你哋點解鍾意虛空,尋索虛假?」*(詩篇4:3)。*「仇敵幾時先要嘲笑,對頭先要挑釁?」*(詩篇73:10)。

**23.** 赦免我罷;我在聖天使面前慚愧,因為他們作為我們的守護者看顧我們;我在聖而可敬的諸位長老面前慚愧,我們已承襲了他們的生活方式,並效法他們的榜樣。所以,弟兄們,讓我們以虔誠的心行虔誠的事,以聖潔的心行聖潔的事。 我求你哋,唔好硬心、唔好違背、唔好好爭吵;唔好粗口、唔好暴躁、唔好自誇;唔好做嘲笑者、誣陷者或辱罵者;唔好多言、唔好做可笑嘅人或無禮嘅人。 要愛神,唔好貪慾;要默不語,唔好多言;要知足,著簡單嘅衫,唔好鍾意炫耀;要低垂眼目,但心志要高尚;要留意身邊,免得因為大意而畀罪惡之箭射中你。 到最後,呢啲會帶嚟咩?──代替勞碌,有安息預備;代替英勇壯舉,有冠冕;代替羞辱,有尊貴同榮耀; 羞辱──得稱讚;刺痛的創傷──得歡樂的問安;奴役──得管轄十座城;與父母親人分離──得我們主耶穌基督的產業和共同繼承;而放棄己意──得與首位殉道者司提反同列;而嗰啲係暫時、短暫、如影隨形咁轉眼即逝,但呢啲卻係永恆、不朽、無窮無盡。

**24.** 如果你想得着天國,如果你想嘗到永生,如果你想得着兒子的名分,如果你想成為樂園的居民,如果你想安息在亞伯拉罕的懷裡,如果你想被引入那未曾經人手建造的新婦房,或者領受其他類似的任何福份,這一切對你都是可能的,觸手可及,準備就緒。 – 但如果你想要與此相反的一切──永不熄滅的火、永不停歇的蟲、 gehenna 的火焰、咬牙切齒、山羊的份、被詛咒者的命運──你都會遇到這些;願它們永遠不會臨到你! 但係唔係咁,除非我哋行得正,培養好品格,並且堅守我哋嘅呼召。 凡有此等人,就救咗自己嘅靈魂,救咗佢嘅弟兄,亦救咗我呢個可憐嘅靈魂。行善而敬畏神嘅人,在主面前是正直嘅;佢嘅言行都正直;佢是蒙福嘅,並且會留下一段蒙福嘅紀念。

**25.** 硬心對硬心人有咩好處?違抗對違抗者、不順服對不順服者、自大對自大者又有咩用?佢唔係喺忿怒之日同神公義審判顯現嗰日,為自己積蓄忿怒咩? 豈不是他的工程就如木、草、禾稭麼?難道不臨到他身上:*「那人所作的工程若被火燒了,他自己要受損失,卻要得救,好象從火裡逃出嚟的。」*(林前3:12, 15)意思是,在將來的時代裡,他將被地獄的火燒灼; 而當佢望住聖徒嘅榮耀,又渴望但又見到自己永遠被剝奪,佢嘅靈魂就會受煎熬,心肝都撕裂,無可衡量、無止境。願呢種命運或境況唔會臨到你哋任何一個人!所以,趁我哋仲喺呢度,就用敬畏上帝嘅火潔淨自己,免得要經歷將來嗰道火焰。

## *80. 我稱讚你哋嘅順服:要繼續保持;無論係分配職責嘅人、執行嘅人,定係接受嘅人,都要存敬畏上帝嘅心行事*

80. 1) 我讚揚你哋嘅順服:要繼續保持;無論係發出任務同指示嘅人,定係執行嘅人,都要敬畏上帝。– 2) 要多行憐憫嘅事,效法上帝,成功咗唔好自誇,失敗咗都唔好灰心。[2, 2]

**1.** 看唄,你哋點樣成長,點樣身量日漸長大,點樣完善自己,為神同我哋結出果實,並且藉住過好嘅生活,以順服贏得你哋嘅靈魂。 在你的謙卑中,你高舉了你生命的法角;在你的順服中,你展現了你良心的見證,證明你盡本分時無有詭詐或偽善。願你永遠如此。──例如,當一個人被派去做一件事,另一個人被派去做另一件事時,我懇求你,務要公平行事,不可偏心、不可仇視、不可疏忽; 但當作在全能神面前,叫人者當慎重、良心、可嘉地分派,受者當謹慎、盡心、可嘉地接受,使到那日,他們可以聽見:*「好阿,你這良善忠心的僕人,你在这小事上忠心,我要派你管理大事;进来享受你主人的喜樂。」* (太25:21)。赦免我,但凡不以敬畏神的心行事,反而偏心行事的人──無論在供给弟兄所需,如衣履,或是在分配職務──都配不上聽見那聲音;反而他們要聽見這話:*「咒詛那敷衍了事行神的事的人」* (耶利米書48:10)。呢件事會引起幾多惡果?一方面,會令人變得奴顏婢膝;另一方面,就會引起埋怨,破壞和睦關係。 我講呢番說話,並唔係要畀受領者對分發者起哄,而係要叫你哋呢班分發者,喺神嘅面前,憑住弟兄之愛,盡心盡力做好賜畀你哋嘅管理職責。如果你哋咁做,我哋最親愛嘅弟兄團契就會越嚟越有秩序、越嚟越有平安同安寧。

**2.** 我問同懇求你哋:要用各樣美好嘅努力去充實你哋嘅心;要彼此相愛;要為對方嘅成功而喜悅,為鄰舍嘅失足而憂傷。 *「屬土的如何,屬天的人也如何。」*(林前15:48)使徒如此說。 但係天上嘅神 *「喜憐憫和公平」*(詩篇32:5),*「遍地都滿有祂的慈愛」*(詩篇118:64」,就如大衛聖人所唱。 我哋都要效法佢,而家就開始;聽日我哋再為其他嘢努力,過程中唔好因為失敗而灰心,亦唔好因為成功而自誇。至於成功,我哋就要感謝主,因為 *「這本乎那施恩的,而不在乎奔跑的,也不在乎有意志的。」*(羅馬書9:16)至於前者,就讓我們堅持不懈,它終將屬於我們;因為主向我們保證:*「凡尋找的,就必尋見;敲門的,就必開門。」*(馬太福音 7:8)如此,你哋日復一日地努力,成就你哋靈魂嘅救恩,不斷攀升到更高嘅境界。 而家就係追求真正、永恆不朽利益嘅時候──係一場賽跑(較量),但係屬靈嘅;係豐盛嘅時刻,但係帶嚟永遠嘅福氣。奔跑嘅人是有福嘅;堅持到底嘅人,福上加福;最蒙福嘅,就係每日喺心裏點燃對神嘅渴慕同對祂嘅愛火。

## *81. 讓我們防範情慾的暴動,因為它比刀劍更可畏,要靠誡命作盾牌,並以對罪惡的憎惡作武器*

81. 1) 我哋要謹記,情慾嘅暴動比刀劍更可畏,要用誡命做盾牌,以對罪惡嘅憎惡作為武器。– 2) 今日一個魔鬼興起,明日又一個:我哋要用主嘅名將佢哋全部驅走,並迫使自己行善;當懺悔嘅刑罰臨身時,就唔好灰心。 [2, 4]

**3.** 任憑佢哋對我磨刀霍霍,任憑佢哋傷我,任憑佢哋趕我出去,任憑佢哋威脅我以死; 我並不怕這些,卻怕魔鬼在卑微的靈魂深處發動攻擊,當罪惡在肉身中稱王,好似一支全副武裝的軍隊,向美德發射出一大群瘋狂的激情。那時,我畏懼那罪惡之樂的箭矢,它傷的不 是肉身,而是心靈; 我才真係驚,令我顫抖嘅,係嗰把無形劍喺靈魂上,而唔係喺地上,所流嘅血。所以我哋要警醒,我嘅弟兄,小心提防任何誣告者、驕傲嘅念頭,或者罪惡嘅甜美, ──一個掠食者、叛逆的違背、毀滅性的自意、不肯悔改的剛硬、頑梗不化的執拗、自以為是、難以說服的自我辯解,或者任何其他可能擾亂靈魂的東西。 但願我哋以神聖嘅誡命作城牆,咁我哋就會永遠保持完整同安全。如果真係有呢啲掠食者侵入,一旦我哋察覺到,就要即刻捉住佢、捆綁佢,然後遠遠拋開。 我哋首先要對付各種情慾,就要培養一顆堅不可摧嘅心同堅定嘅意志,咁當我哋受到攻擊嘅時候,就唔會倒下,而係可以驅走並拋開嗰啲向我哋發動攻擊嘅看不見嘅敵人。

**4.** 今日有咁嘅魔鬼向我哋發動攻擊,聽日又會有另一個,再之後又會有另一個──例如淫亂、貪食、傲慢、自大、無禮、自私同其他無數慾望。 我哋要向佢哋全部對抗,向佢哋全部宣戰,並全部打敗佢哋,都係靠我哋主耶穌基督嘅名,佢喺審判日會用勝利嘅花冠嚟冠冕我哋。你呢位聽見、明白同遵守呢番說話嘅兄弟,真係有福;我仲想加一句,就係你要每日喺心靈嘅戰場上努力奮戰。 因為得救嘅工夫係必須嘅,而天國只係畀嗰啲為佢努力爭取嘅人奪得。所以,當你哋遇到試探嘅時候,唔好覺得奇怪;因為佢嚟到係要試驗你哋,同埋訓練你哋去打仗。 當你被勸誡、被責備、被懲罰,甚至必要時被逐出

教會時,都唔好灰心;反而要喜樂、要警醒,並以極大熱忱投入呢份工作;因為你嘅救恩、成功、殉道同埋冠冕,都喺呢度。

### *82. 嗰位兄弟離開咗。點解?佢冇聽自己嘅良知,屈服咗於誘惑嘅念頭;如果佢聽咗自己嘅良知,詩篇嘅教導本可以令佢回正;而佢嘅意志又唔夠堅定*

82. 1) 弟兄離去咗。點解?佢唔理自己,畀誘惑嘅念頭打敗咗;如果佢理會自己,詩篇嘅勸告本會令佢回正;而佢嘅意志又唔夠堅定。 – 2) 世上君王嘅士兵為咗塵世嘅利益而忠於佢;我哋豈不應該為咗天國而忠於天上嘅君王?所以我哋要效法我哋祖先嘅榜樣。 [2, 5]

**5.** 我已經勸過你哋要提防敵人嘅誣衊,小心自己。依家我就要指出唔小心自己嘅惡果:我哋可憐嘅兄弟哈巴谷已經離開咗我哋。肯定係因為佢唔留神自己,冇用心防範自己。 佢心入面藏住啲唔忠於上帝、亦唔虔誠嘅念頭——本來啲念頭本可以為佢而戰,但佢偏偏畀誘惑嘅念頭纏住,將上帝同祂嘅真理從佢靈魂度蒙蔽咗;就因為咁,佢先至受咁大苦楚:佢自己逐自己出我哋中間,跟住魔鬼嘅腳蹤行。 而家佢喺邊度流浪,好似畀野獸追捕嘅羊,冇人指引、冇人看守?——佢而家點可以向神唱詩讚美,佢就係因為違背咗神嘅誓言先至離棄咗神?佢又點可以唱:*「行惡者嘅計謀,佢唔跟從」(詩篇131:14)*,既然佢已經行咗咁嘅道路? 又或者,佢點可以講:*「呢度係我永遠安息之所,我要住喺度,因為我揀咗呢度。」*(詩篇131:14)?又或者:*「我耐性咁等候主,佢就向我傾聽,應承咗我嘅禱告。」*(詩篇39:2)呢啲說話同佢而家嚟講,簡直係遙遙無期。 佢會覺得詩篇入面呢句更貼切:*「違背你命令嘅人,都該受咒詛。」*(詩篇118:21) 「咒詛佢,佢就會一直咁樣,除非主上帝藉住我同你阿爸嘅禱告,同埋有你嘅幫手,引領佢悔改。但係點解我哋會咁樣?點解撒旦可以任憑我哋,將我哋擄走? 點解我哋容許自己唔被對上帝嘅恐懼所約束,亦唔以對基督我哋上帝嘅愛作盔甲?點解我哋容許自己畀自己嘅慾望所勝,從而變得冷淡、行淫、不穩定,直白講,就係無果效?我哋對聖父哋嘅信心喺邊? 我哋對弟兄嘅愛呢?當最輕微嘅憂愁一觸到你哋,你哋就完全被擊倒,連入場比賽都未入就已經退縮,咁你哋要點樣拯救自己脫離肉體同精神嘅誘惑?

**6.** 你睇下世上君王嘅士兵——佢哋點樣忠心於佢,為佢而戰,甚至流血?為咗咩?——就係為咗攞啲榮譽或者官階。 我哋嘅所作所為唔係咁。我哋係為咗萬有之一位永恆同無形嘅王——上帝——而唔係為咗任何地上的嘢,乃係為咗得着天國,成為主基督嘅同承繼者,得享那未曾有眼目見、未曾有耳聞、未曾入人心思嘅福份。 然而,我哋並非全部人,亦並非時時都能夠對祂忠心;我哋可能會被誘惑、被欺騙,甚至被捲走。但豈不應該我哋保持警醒?豈不應該堅固自己?豈不應該即使流血都堅守到底?我哋不係從上面重生嘅嗎?我哋不係光嘅子民嗎?咁我哋點可以唔表現出自己係順服嘅兒女?點可以唔證明我哋係聖潔嘅種子? 我哋點解唔可以將一切心思意念擄入基督嘅順服之下?我哋點解唔可以超越世俗嘅智慧?我哋點解唔可以為基督而死,就算每日至少要為佢死一次?——嚟啦,我嘅孩子們! 我哋要成為大有能力嘅人,成為基督嘅戰士,真真正正成為上帝嘅子民,成為天使嘅合唱團,成為堅不可摧嘅大軍,效法我哋聖潔先賢同埋喺佢哋指導下生活嗰班蒙福者嘅榜樣,好令我哋可以將撒旦踩喺腳底下,並譏誚佢,就好似聖西爾凡努斯, 可敬的多西修斯、永垂不朽的撒迦利亞,以及所有可敬者們的門徒。因為被光榮的,不僅僅是多西修斯、西爾凡努斯或撒迦利亞,所有忠信的門徒和追隨者都同樣分享他們的榮耀。我哋亦都懇求,要效法佢哋。唔好畀仇敵嘅誣衊打倒我 ;唔好畀佢哋嘅恐嚇嚇倒;唔好畀罪惡嘅生活害死我哋;而要活出我哋餘生嘅每一日、每一時,討我哋主上帝嘅喜悅。

### *83. 讓冇嘢可以將我哋同神嘅愛分開;但我哋要喺我哋嘅勞苦同美德上堅持,直到我哋達到基督嘅身量*

83. 1) 乜嘢都唔好令我哋同神嘅愛隔離;但我哋要喺工作同美德上恆心,直到達到基督嘅度量。 – 2) 我哋已經棄絕咗世界,成就咗一件偉大嘅事;所以唔好因為疏忽同放縱就令呢件事蒙羞,而要效法聖父哋嘅榜樣。 [2, 6]

**7.** 當災難臨到人民,眾人皆大亂,我哋當日夜喺神面前俯伏,以眼淚同嘆息向祂祈求,將祂嘅忿怒化為憐憫,並賜和平於世, 因為祂深邃莫測嘅智慧就係透過呢啲事顯現出嚟——但同時我哋唔可以忽略自己嘅屬靈本份,反而要將就算係普通降臨喺我哋身上嘅災難都轉化做對佢哋有益嘅事。 因為正如使徒所說:*「凡事都互相效力,成就那愛神者——就是按神旨意被召者的——益處。」*(羅馬書8:28);所以無論是現今的災難,或任何更可怕的災難,或者用使徒的話說, *「死或生,無論天使、掌權者、有能力者、眼前之事、將來之事、高處、深處,或任何受造之物,都無法將我們與我們主耶穌基督裏面的神愛隔開*

。」(羅馬書8:38–39) 所以,當我哋將心靈向上帝,並仰望嗰度為我哋預備嘅福份, 我哋要歡喜、堅定同熱誠咁完成眼前嘅任務,唔好因為灰心而偷懶,唔好因為禁食而軟弱,唔好因為守更而疲倦,唔好因為禱告而厭倦,亦唔好因為履行其他誡命嘅勞苦而麻木; 卻要為此努力並急速前行,好似往某個筵席和喜樂,或者更確切地說,好似往光、往神自己; 如此,我哋就可以喺誡命嘅遵守上,由力量到力量,喺美德嘅修飾上,由榮耀到榮耀,不斷喺神聖嘅完美中變得更豐富,*直到我哋眾人都達到信德嘅合一,達到基督豐盛身量嘅程度* (弗4:13),祂為我們已經釘咗十字架,使我哋對世界已經死咗,世界對我哋亦都死咗(加6:14),為咗得住祂,我哋就離棄咗一切,當作有損蝕嘅嘢(腓3:8)。

**8.** 看哪,我兒們,我們因逃避世界,並拋棄一切世俗之物——我們的親屬和祖國,我們的父母、兄弟姊妹,我們的城鎮和家園,以及一切能帶給肉體和血氣安慰的事物——所成就的,何等一件偉大而重大的功業? — 切勿因懶惰、粗心大意及不留神而令此等功德蒙羞;若我們開始放縱肉體的慾望,並照著靈魂的激情行事,就會如此。 我哋嘅聖潔可敬嘅先賢就唔係咁,佢哋留畀我哋嘅榜樣有:效法上帝嘅謙卑、無條件嘅順服、真誠嘅信仰、對塵世嘅厭離、對上帝嘅愛、奇妙嘅事蹟同虔誠嘅善行。我哋都要效法佢哋,努力跟隨佢哋嘅腳步,好令我哋配得上分享佢哋嘅福份。

### *84. 呢啲邪惡嘅人係邊個?就係所有行惡咁樣生活嘅人;尤其係嗰啲對修院微薄嘅供養唔滿意,違背咗佢哋誓言嘅人*

84. 1) 邊個唔犯呢種邪惡?凡行惡者都係;尤其係對寺院嘅微薄供養唔滿意,違背佢哋誓言嘅人。– 2) 人要對餐上所提供嘅嘢心存滿足,將任何塵世嘅舒適視為削弱永恆喜樂嘅因素,就好似我自己一直都咁覺得。 – 3) 我哋嘅飯食唔差;喺醫務所,無論飯食定其他嘢都好好。– 4) 我再補充一句:你哋自己有帶過任何嘢入寺,卻要呢樣要嗰樣;與此同時,你哋幾乎乜都做唔到,反而比你哋更優秀嘅人喺各方面都努力耕耘、堅忍不拔。上帝公義嘅忿怒就臨到你哋身上。 [2, 7]

**9.** 「主說:『*你們要作不是能壞的食物,乃要作永存到永恆生命的食物。*』」(約翰福音6:27),即係要遵守誡命,*「晝夜研讀主律法」*,好似神人大衛所講,令你哋成為 *「坐落溪水邊嘅樹」*;使你哋嘅 *「果」喺「季節」到嗰陣先「結果」*,亦使你哋得救嘅 *「葉」*喺將來嘅世代 *「唔會枯乾」*。 *「唔好似惡人;唔好似佢哋,而要好似風吹走離地表面嘅塵土」*(詩篇1:3–4)。 我哋唔單只將信得錯誤嘅人算作 *「惡人」*,凡違犯主誡命嘅人都算;至於我哋呢班人,就係嗰啲不順服、自大、花言巧語、狂妄、無禮,以及暗中食飯、埋怨、鍾意華飾自己嘅人。 好奇心重(成日偷聽消息)、懶惰、粗心、私下講悄悄話、任性、造謠者,以及最可惡嘅忘恩負義同過份貪得無厭者? 佢哋唔滿足於上帝所賜嘅恩典(即係寺院裡提供俾所有人嘅食物),反而忽略咗靈魂嘅照顧,放縱肉體 ,追求同索取自己唔配享用嘅飲食,仲為此爭吵,並以自己嘅體格、習慣同病痛作藉口。 如果佢哋真係病咗,其實都係件好事;或者藉住呢件事,佢哋可以擺脫所有疾病之中最嚴重嘅——唔知感恩。 ——好似嗰班可憐蟲一加入我哋嗰陣,向神所立嘅誓言,同埋喺無數無形同有形見證人面前所承認嘅承諾,都已經忘得一乾二淨!佢哋唔係答應要忍受飢渴,承擔各種憂患同艱辛,包括饑餓、迫害、折磨同死亡咩?而家佢哋竟然為咗酒同食物大打出手! – 但就如佢哋藐視自己嘅誓言,佢哋自己亦必被藐視;就如佢哋唔記得神係佢哋承諾嘅見證者同聽者,我就怕 *「祂會將佢哋交給一個被敗壞嘅心思,去行*不體面同有害嘅事」(羅馬書1:28)。

**10.** 所以,無論係邊個,都要快啲醒返;最緊要係,要令你哋嘅靈魂從沉睡中醒返,從忽略神、世俗化、以及「唔熱唔冷」嘅狀態中醒返。要被神聖嘅愛同敬畏之情點燃。接受管教,並以公義為鎧甲。要戰兢,要敬畏,唔好為擺喺面前嘅食物爭吵。我唔係講有燉肉、魚同芝士嗰陣,就算只係有抹油嘅蔬菜、過熟嘅豆或者其他類似嘢,都要當成一大安慰。 有邊個謙卑嘅人唔會因此而驚,諗住就連呢啲安慰都可能令佢哋失去永恆嘅福份?至於我,我將每一餐每一杯都當作去地獄嘅路糧,尤其係喺我病弱期間畀俾我嘅嗰啲。 相信我,雖然我講緊啲瘋話,但若果我冇畀對違抗我哋共同之父嘅極大恐懼所攫住,又冇畀你啲明智嘅說話說服,我到死都絕對唔會改變我平時嘅食量? 我食咗同飲咗各種嘢,就只係因為呢個原因;但我講——又係喺瘋癲中講——我係帶住沉重嘅心、嘆息同憂傷去食同飲,一方面因為我唔配,另一方面就係擔心你哋呢班有病嘅人,同埋因為修院物資匱乏。

**11.** 然而,靠我哋主基督嘅恩典,我哋所需嘅都有:唔識好感恩嘅人,快啲讚美上帝!我哋飲酒、食油同魚,仲可以喺醫務所休息同接受治療——唔係淨係一次兩次,而係每日都咁樣。 ——有一位蒙揀嘅兄弟,喺醫治病症方面累積咗經驗,係我哋嘅首席醫護員;佢有三、四個甚至五個助理:一位專責煮食嘅廚

師、一位專責管理倉庫嘅倉管員,仲有一位專責調配藥膏、敷料、繃帶同包紮用品嘅藥劑師;嗰度嘅工作一刻都唔停。 而開支都好可觀:每日都有魚供應,要麼由嗰幾位漁夫罪犯提供,要麼喺市集買;大量嘅酒──而且係好酒──已經飲咗,亦繼續飲;仲有橄欖、蜂蜜、上好麵包,同埋好多其他嘢。 ──我哋呢班唔識感恩嘅人,點可以唔為呢一切獻上感謝?點可以唔將榮耀歸於上帝?點可以唔讚美祂?

**12.** 我要補充一句:我哋自己冇帶過嘢入寺,我哋嘅勞力都冇任何收穫;可係成日都畀人叫我哋去拎呢樣嗰樣。——更何況我哋根本冇用,既站唔喺山門口,又喺飯廳度幫唔到手。 然而,我哋咁冷漠、咁無知,連自己可能係呢個門派最後一員都唔知道;反而其他比我哋更尊貴嘅人──我哋嘅兄弟同長輩,有啲喺寺外,有啲喺寺內──而家無論喺寒風中,定係烈日底下,好似奴僕咁挖地、犁田、修剪葡萄藤、洗嘢、縫嘢, 鍛造,仲要行路去鎮上、去田裏、去山上辦事——佢哋做到边到精疲力盡,甚至磨損自己;但係佢哋都泰然處之。——實在,天國就屬於呢啲人! 但你呢個瞎眼嘅、硬心嘅、詭詐嘅、絕望嘅人啊!要小心,免得喺嗰日聽到:*「捆起佢嘅手同腳,扔佢入外邊嘅黑暗裏面。」*(馬太福音22:13)哀哉你! 你哋唔理上帝嘅忿怒,因為佢冇即刻懲罰你哋。真係,經上論到你哋話:*「愚昧人心裡說:'沒有神'」*(詩篇52:2)。點解?因為你哋*「行事敗壞可憎,所行嘅都唔係善事。」 但主「*日日從天上*垂顧」*,*「看見有那人明白,有那人尋索祂」*(詩篇13:1-2),祂就將這些人寫在生命冊上,卻撇開其餘的人。 我恐怕若不是大衛先知嚟到,他便不會為你唱詩──詩篇裡的話也不會因你而應驗:*「我喺他們出母腹之時,就將他們分開。」*(詩篇16:14)分開誰呢?──分開這些行惡者,與行義者。 — 但*「忘記上帝的,要聽我說:沒有人能搭救你,也沒有人能救你脫離」*(詩篇 49:22)。 可憐我吧,我親愛的孩子們,因為我愚蠢至極,出於愛心並流淚地對你們講了這些話,我認為現在用言語懲戒你們,勝過日後受永恆的懲罰;願我們眾人都能靠我們的主耶穌基督的恩典從中得救。

## *85. 又有兩個人離開,真令人心痛*

85. 1) 好苦,又多咗兩個離開。– 2) 人唔可以咁樣依靠自己或者依靠其他人。– 3) 我哋所做嘅其實微不足道,但係我哋就變得咁自滿,以至唔知道自己已經升到幾高——就係因為咁,我哋先會跌落嚟。– 4) 所以,要小心自己;亦為佢哋禱告。[2, 8]

**13.** 再一次誘惑,再一次引誘;再一次我,可憐蟲,流淚哀號,因為我摯愛的人背棄了我(兩兄弟逃跑了),因為本住高處的人被拋下,因為 嗰啲*「自以為有智慧」*嘅人被拋入黑暗;嗰啲曾經長期堅忍、為虔誠而勞苦嘅人,喺一瞬間就失去咗一切,佢哋對我嚟講,變成咗刺,唔係葡萄;變成咗憂傷,唔係喜樂;變成咗不幸,唔係我曾盼望嘅幸福。 我真係唔知點講、點講得出口我哋弟兄姊妹嘅跌倒同毀滅;除咗坐低喊,邊喊邊講:如果真係咁,主啊,*'有邊個可以得救*'?

**14.** 所以,人唔可以喺臨終之前,就讚美佢。就係咁,我哋得救嘅道路咁難行完。又有邊個可以避開魔鬼咁多嘅陷阱?又有邊個唔會到臨終之前,都只顧自己? 嗰位聖父深明此理,即使企喺死亡嘅門口,當魔鬼對佢講:「你已經從我手中逃脫啦!」佢都答:「我唔知。」佢對自己咁驚,就算喺生命最後一刻,似乎都唔敢對自己嘅得救有絲毫嘅把握,儘管佢嘅虔誠工夫已經好深。

**15.** 至於我哋,如果喺修道院度過咗五、十年,習慣咗修道院嘅規矩;或者死記咗幾段聖經;或者行咗咁多跪拜禮;或者禱告得耐啲、禁食,就以為自己已經完成晒一切,開始自以為是。 因此,我哋*「如葉凋零」*(箴言11:14);我哋*「骨頭在陰間被壓碎」*(詩篇140:7),亦*「未及歡喜就枯乾」*(詩篇128:6)。 我哋自以為有學問,其實一字不識;自以為能言善道,其實啞口無言:我哋自封為教師、虔誠嘅衛道者同忠信嘅代表;仲聲稱真理只留喺我哋度。 正因為如此,我們才蒙受這般命運;正因為如此,我們把黑暗當作光明;正因為如此,我們好似從樂園被放逐,遠離基督的殿庭和祂的羊群。

**16.** 所以,我親愛嘅弟兄姊妹,我懇求你哋要小心,唔好畀你哋嘅品格同信心慢慢消退,免得你哋完全枯竭,跌入毀滅嘅陷阱。至於已經迷失嘅人,就等我哋誠心禱告,求主令佢哋醒返,並將佢哋帶返我哋身邊。

## *86. 我因你哋嘅堅定同忍耐得安慰;繼續努力,更加勤力──上帝嘅祝福會臨到你哋;但唔係咁樣嘅人就唔係出於上帝。*

86. 1) 我因你哋嘅堅定同忍耐得安慰;繼續努力,更加勤力──上帝嘅祝福會臨到你哋;但係唔係咁樣嘅人就唔係屬神。 – 2) 我哋已經透過洗禮、悔改同我哋嘅誓言,完全被改變同更新;所以,我哋唔

好重建我哋所毀壞嘅,亦唔好重返我哋所離開嘅世界,好似以色列人離開埃及後又思念埃及咁;願我嘅說話激勵你哋,願主幫助你哋。 [2, 9]

**17.** 每日我都祝福我嘅天父,佢賜俾你力量同堅毅,令你喺苦行服從中堅定不移,我謹卑微咁祈求願主越發開你哋屬靈嘅眼睛,好等你哋能看見祂一切嘅道路,體會神對祂嘅渴慕,將一切屬肉體嘅慾望都壓制住,勝過情慾嘅權勢,使你哋 *「得以成全、完備,預備行各樣的善事」* (西4:12)。 ——正如你所知道,呢啲唔係冇經過艱苦努力、唔係冇痛苦、亦唔係一次完成;而係要喺日夜嘅辛勞同自我消耗中,克制同克服我哋嘅本性,忍受喺我哋共同生活裏面所遇到嘅一切苦難,無論係人定係魔鬼帶嚟嘅。 凡係唔會喺呢個重擔下灰心,而係靠住上帝嘅幫助堅持到底、 persevere到底嘅人,*就會「承受主嘅祝福,同你拯救者上帝嘅憐憫」* (詩篇23:5),並且被認為配得上天國。 所以,承受這些苦難、成為基督苦難的器皿,並且不因沉溺於世俗之物——即屈服於憤怒和爭吵——而迴避這些苦難, 侮辱同狂妄,不和同仇恨,不順服同爭吵,惱怒同虐待,誣衊,虛假同嘲笑。呢啲人點可以叫做基督徒?佢哋唔係反而係背叛嘅兒子,忿怒嘅孩子,唔係承受永恆祝福而係承受無盡折磨嘅繼承者咩?

**18.** 弟兄們,豈不是你的位份如同天使麼?豈不是你的生命是聖潔的麼?豈不是你的道路是神所揀選的麼? – 但使徒說甚麼? – *「我若拆毀所立的,我自己就成為犯法的人。」* (加拉太書 2:18) 我哋已經脫去咗舊人,佢因蛇嘅各種欺騙而腐爛;我哋已經棄絕咗嗰啲係由最初嘅苦嘗同該受剝奪嘅不順服所結出嘅果,而正係透過呢樣嘢,死亡——痛苦嘅源頭——先入咗世界; 我哋已經擺脫咗生來嘅罪責,先係藉住水同聖靈嘅洗禮,然後,透過神對人類嘅大愛,喺第二次嘅懺悔同棄絕世界嘅洗禮中;你哋向神所立嘅誓約喺聖天使面前都有記錄,亦都記錄喺我呢個可憐人身上。 — 你已經洗淨、成聖,從罪惡的枷鎖中得釋放,並穿上新人的衣裳,按神嘅形象在公義和真理中被造;你為乜嘢又要跑返去? 你為何又要回到你自己所吐的糞上?按主的話,你手扶着犁,又向後望,你怎能配得天國呢?(路加福音9:62)。 – 主係我嘅見證,我講呢番說話係出於對你嘅愛同憐憫,同時我亦深感痛苦。舊約聖經對以色列人講咗啲乜嘢?話佢哋嘅心轉返去埃及,因為佢哋記掛住埃及嘅韭蔥、肉同埋煲(出埃及記16:3)同樣地,我哋都轉向咗世界同世上嘅事物,以前喺嗰度做嘅嘢,而家就喺呢度做。——哀哉我!點解我哋——本應與天使同列——竟然連虔誠平信徒都比唔上,反而因為疏忽,逐漸連佢哋嗰種實際嘅跌倒都趕得上? ——我懇切地希望,我對你們的這番 humble 教導,能成為未跌者的肯定、跌者者的良藥、疏忽者的警惕、熱心者的鼓勵、灰心者的激勵、掙扎者的幫助,並總括而言——*「凡事我都與眾人同工,為要救些人」* (林前9:22)。因為我講同我呼吸都係為咗你哋;我自己本身,既唔係口齒伶俐,甚至連個男人都唔算。願我哋主耶穌基督嘅父神,糾正我哋嘅錯,堅固我哋嘅正,補足我哋嘅不足;就好似祂帶領我哋出咗世俗嘅埃及,引領我哋穿過罪惡嘅曠野咁,願祂 亦願祂引領我哋渡過情慾嘅險惡大海,將海水分開、令其乾涸,為我哋開闢出德行嘅道路;正如祂已經呼召我哋,願祂繼續稱我哋為祂嘅 *「所揀選嘅族類」* 同 *「聖潔嘅國民」* (彼得前書2:9)。 並願祂使我哋安居於美德之地,尤其藉住死亡,進入柔和之境。

## *87. 你撇棄咗塵世,卻又再回頭望——你嘅行為又愚蠢又自毀:求求你,醒返啲啦*

87. 你哋背棄咗世界,卻又再回頭望——你哋嘅行為又愚蠢又自害:醒返啲,我懇求你哋。 [2:10] 作為有健全思想嘅人,你哋為咗神放棄晒一切——包括親人同弟兄、世界同入面嘅所有嘢——並且承擔咗基督嘅輕省軛,點解你哋會變得失落、世俗,甚至透過自己嘅行為轉向撒旦? *「凡棄絕摩西律法,憑兩三個人作見證,就必無憐憫而死。你以為*自己*配得比這更重的刑罰呢?」* (希伯來書10, 28–29),你哋——照聖巴西略所講——因違背順服而撕裂咗聖靈嘅約,並且 *「以侮辱*嗰日棄絕仇敵同世界、與基督聯合時所按手你哋身上嘅*約血」*?咁樣啱咩? 你哋連呢段人生入面嘅一小時(相比無限嘅永恆,只係一眨眼)都未能同主一齊警醒?呢啲就係你哋喺神面前、有聖天使作證之下嘅誓言?你哋雙手交畀我嗰把細剪刀,難道就係咁代表,好似出自主手? 當時——喺你哋所受嘅感動之下——你哋嗰啲帶住淚水、謙卑同自卑嘅神情同目光,難道唔係咁樣?噢,我嘅兒女啊,我嘅兒女!你哋點解會咁快忘記自己,偏離咗當初嘅決心? 但我懇求並哀告你哋,我嘅兒女,我親身嘅骨肉,我身上嘅肢體:你哋都要回轉心意;都要更新你哋嘅心靈;都要同一心、同一盼望、同一心志——你哋同我,我同你哋——喺主面前;等我哋行得正、活得正,好得進入天國。

***88. 我好開心你哋安頓得咁好;但呢個唔係我嘅功勞,而係上帝嘅恩賜。我之所以開心,就係因為我哋同你哋成為一體。願主保守你哋,幫助你哋興旺发达。***

88. 1) 我好開心你一切安好;但呢啲唔係我嘅功勞,而係神嘅恩賜。我因此而喜悅,因為我哋同你同心合一。願主保守你,幫助你興旺。 – 2) 我哋揀咗更好、更寶貴嘅,唔係揀嗰啲較差同無價值嘅:唔好灰心。– 3) 殉道嘅冠冕喺前,我哋要夠勇敢;要背起順服嘅軛同肉體嘅疲倦,仰望我哋尊貴呼召嘅榮耀。

**19.** 唔好隱藏上帝嘅祝福,而要喺適當嘅時候宣佈佢,咁樣我哋先可以更加熱心喺我哋嘅工作上。 我看見神賜給你們如此的福氣。因為,藉着基督的恩典,透過我屢次教導並提醒你哋關於同樣的道理,以及我哋同樣的工作,又透過每日,可說,的勸勉,你哋已經踏上屬靈進步的道路,帶着良好的心態和愛神的心志。 我講嘅係真話,有你自己嘅見證作證;我都作證,因為透過你,我嘅頑疾先得著舒緩,經過重重憂慮之後,好似進入咗一個寧靜嘅港灣,得享你虔誠生命嘅安寧,心裏面真係好喜樂。 的確,那句*「凡管教當下不覺得樂,反倒覺得苦;後來卻能生出平安的果效,使得着義」*(希伯來書12:11)的話,對接受過此等教導的人而言,絕非虛言。 但呢個果效唔係出於我自己嘅努力、關心同勞碌,而係透過你哋嘅熱誠同慈父般嘅幫助,由上帝賜下嘅恩典。咁,我呢個不配嘅人,點解可以因他人嘅勞苦而歡喜快樂呢?因為我哋完全係一體:你喺我入面,我喺你入面,每個人所行嘅善行,都歸功於我哋雙方。 願主──大有能力、大有大能者──從今以後直到永遠,賜恩叫我也能熱心而有力,勤力研讀、查考並講解聖潔的誡命, 並願祂保守你哋,令你哋心志堅定,順服不變,誠心順從,信心堅固,使你哋愈來愈有品德,愈加熱心,並以勇氣同熱誠,預備好行各樣屬靈嘅工夫──為咗忍受憂患同艱難, 飢渴,去承擔一切勞苦,去忍受一切沉重和痛苦,好叫你哋證明自己無可戰勝,喺公義審判者審判嘅日子,得着忍耐嘅冠冕。

**20.** 實在,你哋所買嘅真係好,因為你哋離棄咗能腐朽嘅,就領受咗所不能腐朽嘅;被父母離棄,就得主做你哋嘅父;被弟兄疏遠,就同聖徒做你哋嘅同居者;你哋係*「所揀選嘅族類,有君尊嘅祭司,聖潔嘅國度,做屬神嘅子民」*(彼得前書2:9); 取代咗生養同撫育你嘅故鄉,天城已經成為你嘅家鄉,而*「神係佢嘅建築師同建造者」*(希伯來書11:10);取代咗嗰間短暫又易遭破壞嘅屋──你而家有咗聖徒同義人嘅居所;取代咗虛空嘅榮耀同朽壞嘅榮譽 —你哋擁有神聖同天使嘅尊嚴;取代物質嘅滿足同快樂──係永恆福份嘅享受;取代被壓制同慾望嘅抑制──係同殉道者一齊歡欣;取代孤獨同無根嘅漂泊──係同所有聖徒最親密嘅親屬關係。 咁我哋點解要灰心?點解要失意同憂傷?每一個人都要同神聖嘅大衛一齊呼喊:*「我心啊,你點解沮喪?你點解困擾我?要信靠神,因為我哋最終要向祂交帳。」*(詩篇41:12) *「因為我哋若與祂同受苦,就必與祂同得榮耀」*(羅馬書8:17;提摩太後書2:12)。

**21.** 殉道者的冠冕也是在这里赢得;而修道的生活正可称为一场争战的 arena。那么,那顺服的人何等有福?那自白者(即揭露自己一切的人)何等奇妙?那有忍耐的人何等可敬?那忠信而坚定遵守诫命的人在神面前何等蒙福? 點解我哋唔可以放棄或者偏離我哋已經開始嘅事?點解我哋要畀既定嘅秩序打倒?點解我哋要畀自己後退或者停滯不前?點解我哋要向敵人屈服?噢,同信者,噢,同路人,噢,同戰士!我哋唔好憐惜肉身:時間短促,人生無常;就算活到七、八十歲,都同無盡嘅歲月相比微不足道。 我哋放棄一隻羊,就會得着成堆嘅金子;我哋放棄一刻鐘,就會得着無盡嘅年代;我哋忍受一個鐘頭嘅勞苦,就會得着無盡嘅安息;我哋要痛哭,好等我哋可以永遠同蒙福嘅喜樂一齊歡欣;我哋要為基督嘅愛而哭,好等我哋可以喺無止境嘅喜樂中讚頌。 所以,要定睛仰望天上呼召的榮耀,歡喜快樂地行善,直到你離世之時,從此生進入永恆,都因我們的主基督耶穌。

***89. 你喺聽從咗上帝嘅呼召,好似亞伯拉罕咁,你拋棄晒一切:唔好憂傷,要靠住盼望嘅鼓舞,忍受一切:冠冕正喺前面等住你***

89. 1) 正如亞伯拉罕一樣,你應了上帝的呼召,拋棄了一切:不可憂愁,但要懷著盼望的鼓舞,忍受一切;冠冕正等候你。 – 2) 唔好做乜嘢唔體面嘅事──亦唔好偷嘢:因為呢啲嘢同一切正當嘅事格格不入,而且唔會逍遙法外。 – 3) 喺大齋期內:唔好以肚腹做你嘅神,反而要充實自己,充滿美德。 [2, 12]

**22.** 喺我嘅言語中,有咩係配得上你哋──神嘅子民?你哋順從福音嘅話語,拋棄咗成個世界,承擔咗呢項偉大、蒙福、崇高嘅順命之工。 – 願那安慰卑微者嘅神,藉住聖靈嘅同在安慰你哋;願祂忠信咁引領你哋行祂誡命嘅道路,並使你哋成為祂國度嘅後嗣。 噢,我嘅弟兄姊妹啊!當你哋蒙神呼召,效法先祖亞伯拉罕,離開自己嘅土地、親人同父家,嚟到呢個主親自指示並引領你哋到嘅苦修之地,你哋所行

嘅善行何其偉大,所作嘅決定何其明智? 你哋已經克服咗肉體嘅念頭,並勝過佢哋。為咗上帝,你哋既唔畀親情嘅愛留住你哋,亦唔畀你哋慣常嘅生活方式阻住你哋,更唔畀祖先嘅遺產束縛你哋,亦唔畀其他任何嘢擋住你哋嘅路。所以,你哋係蒙福嘅,而且係最蒙福嘅。所以,唔好灰心,唔好憂愁,亦唔好喪失勇氣。 但願你憑着為你預備的福氣盼望,超越你現時的一切憂愁和苦修生活的艱難,歡歡喜喜地行你當行的路;並以忍耐、勇氣和力量,日復一日、周復一周、月復一月、年復一年地撐下去。 – 到最後,又會點呢? – 當主召集天地去審判祂嘅子民嗰陣,你就會被冠上永恆榮耀嘅冠冕。

**23.** 唔好懶散,唔好瞓着,唔好冷淡,唔好爭吵,唔好辯論,唔好誣衊,唔好講無謂嘅說話,唔好大吃大喝——我仲要加多句,雖然唔好聽,但只係針對某啲人——唔好偷嘢。 — 偷起頭嚟只係偷果仁,下一步就會膽大妄為;慣咗偷羽毛筆,最終都會覬覦人哋嘅衫。— 就係我哋當中發生緊呢啲偷竊:衫、腰帶、鞋同其他嘢。 呢啲係咪啱㗎?呢啲係基督嘅僕人?呢啲係同世界無關嘅人?呢啲係唔追求地上而係追求天上基業嘅人?呢啲係被稱為聖徒同蒙福者,並且從人哋攞到尊貴鞠躬嘅人?呢啲係你哋嘅勤力、成就同完美? – 不過,呢件事絕對唔係普遍嘅罪行;唔好驚我由讚揚轉去責備:對某啲人,我用一種講法,對其他人,就用另一種講法。 – 就算呢件事已經發生過,都唔好再發生——我求、我懇求、我命令、我警告。如果有人喺呢個勸告之後仍然做呢啲事,就等佢喺基督嘅教會中被逐出,除非佢哋透過懺悔同認罪去討好上帝。但係就算喺呢件事之前,偷咗嘢嘅人只有承認同揭發佢哋嘅罪行先可以得醫治。 正如當初有人偷竊並隱藏某些物件,使亞干被石頭打死(約書亞記7:21、25),凡被此慾望所擄、不肯認罪的人,也必被無形之石擊倒;因此,願跌倒者起來,為主而活。

**24.** 這就是肉食的禁慾。所以,你不可將心思放去你曾經放縱過的事上,也不要像那些當作獻祭之日大快朵頤的人。因為凡被肚腹奴役的人,*'他們的神就是肚腹,他們以羞辱為榮耀'*(腓立比書 3:19)。你揀任何一個咁嘅人,睇吓佢心靈同身體係點樣。——呢樣嘢可唔可慾?值唔值得效法?——當然唔係;相反,佢值得人用各種厭惡同輕蔑去對待。 至於你,就當以溫飽為足,無須肉和酒。你唔好為填飽身體費神,而要為聖靈的果實──和平、愛、盼望、信心、禱告──去充實你嘅靈魂, 詩篇頌唱、經文誦讀、順服、謙卑、警醒、早起、柔和、簡樸、純潔的思想、痛悔、以及潔淨的眼淚──讓這成為你常態的禁食。」

## *90. 正如我嘅責任係不斷鼓勵你作戰,你就有責任時刻全副靈命軍裝預備作戰*

90. 1) 正如我嘅責任係要時刻激勵你作戰,你嘅責任就係要時刻全副靈性盔甲準備好上陣。– 2) 唔好埋怨呢場鬥爭拖得太耐;舉咗啲戰士嘅例子,並建議你要堅定信心。– 3) 唔好驚鬼:無畏同禱告係對付佢哋嘅最好良藥。

**1.** 我對你──喺神嘅工作同你嗰蒙福又艱辛嘅事奉中,勞到精疲力盡嘅你──不斷講安慰同勸勉嘅說話,係極度緊要嘅。如果你嘅努力同對敵人詭計嘅抗爭喺任何時候停止,我對你嘅安慰同勸勉都會停止。 但係因為呢啲仇敵嘅詭計日夜都唔停,冇畀你哋片刻喘息,所以我理所當然要按同樣嘅力度,喺你哋心靈裏面注入安慰、鼓勵同盼望,賦予你哋力量、活力同熱誠,去摧毀對抗你哋嗰班看不見嘅大軍。 你哋都知道,做戰士嘅,就要時刻保持戰士本色,嚴格遵守呢份召命所要求嘅一切。 所以你哋作為基督嘅真兵,要時刻確保自己嘅戰衣齊備:人人手持順命之劍,身披信心戰衣, ,戴上得救盼望嘅頭盔,手執謙卑盾牌,張開禱告弓箭,同埋我哋屬靈爭戰所需嘅一切裝備。 見到世上武士全副盔甲固然令人歎為觀止,但見到基督的戰士擁有上述一切,就更加奇妙可畏。 所以,我嘅兒女們,要裝備自己、保護自己、預備自己,作戰,並勝過同你哋摔跤嘅魔鬼;無論發生乜嘢事都唔好驚訝,無論係你哋所受嘅打擊同箭矢,亦唔好因為自己失腳跌倒而驚訝;要快啲爬起嚟。

**2.** 有人因受可恥的慾望、憤怒、褻瀆、嫉妒、反覆無常,或類似的任何其他事物所折磨,而變得煩躁、驚訝,甚至陷入絕望。至於我,反而對他們感到驚訝。 兄弟,你同我講,你係想唔使勞苦、唔使爭戰、唔使得勝,就攞到你嘅冠冕?──但佢就話: 「我而家已經幾多幾多年紀;我禁食過幾多次,去咗幾多次懺悔領聖體,做過呢啲嗰啲,流過滿滿嘅眼淚同嘆息,仲照顧同我一齊住嘅弟兄喺佢哋軟弱嘅時候。」唉,呢種智慧究竟係乜嘢?同我講,你喺呢場爭鬥入面用咗幾多年? 三、五、十?但係蒙福嘅阿瑪·薩拉為咗對抗淫亂嘅魔鬼,英勇咁戰鬥咗四十年,並且勇敢咁撐住。我膽敢提起阿爸·巴高米烏斯,講佢點喺教會度脫光晒衫,仲有另一個阿爸·阿波羅所堅強嘅人。 我又何須列舉無數例子,講述嗰啲真誠戰士點樣喺各種壯舉同掙扎中勝出──有啲係咁,有啲係咁──但無論喺邊度,都冇人灰心,都冇人懦弱,都冇人

失喪勇氣;直到佢哋以弱勝強,憑住天上嘅神蹟抵擋敵人嘅攻擊。　然而我哋卻因怯弱,講嘢行事都帶住怯弱、草率同未受訓練嘅態度。 – 我提醒你呢件事,好叫我哋可以從灰心失望中振作,保持警醒堅定,信靠上帝,人人對自己講:*「雖然大軍圍困我,我心也不懼;雖然戰爭臨到我,我仍要信靠祂。」*(詩篇26:3)

**3.** 唔好驚魔鬼有時喺你夜晚瞓覺時召喚出嚟嘅恐怖幻象,佢會顯出呢樣嗰樣,隨心所欲咁變換形態;佢可能發出聲音、叫你名,或者化身為獅。但你要以你嘅無畏大膽咁擊打佢,你就會見到佢會散如塵土。　如果佢以高聳入雲、龐大嘅身形向你出現,就轉而禱告,好似聖大安東尼咁,你就會見到佢消失無蹤。就算佢似乎向你撲過嚟攻擊你,或者震倒你嘅屋企,令屋頂倒塌壓向你,都唔好驚,一切都會好似一場空夢咁過去。呢啲都發生喺嗰啲因為驚而招致恐懼嘅人身上——佢哋喺根本冇嘢好驚嘅地方卻自找驚嚇(詩篇13:5)。所以,你要留心,唔好畀根本唔恐怖嘅嘢嚇到。畀人嚇你嘅人,就應該喺你面前發抖,呢就係憑你對上帝嘅盼望同你向祂嘅禱告嘅力量。

### *91. 春天到咗:要小心;我建議你戒酒,唔好食得太飽,去城入面要小心,亦唔好將塵世嘅嘢帶返嚟寺院*

91. 1) 春天到咗:要小心;我勸你唔好飲酒,唔好食得太飽,去城入面要小心,唔好將塵世嘅嘢帶返嚟寺院。– 2) 順帶一提,提到啲去菜園度要違規拎菜嘅人。 [2, 14]

**4.** 你要堅定不移地信靠上帝,拆穿魔鬼的陰謀詭計,勝過你的情慾,踐踏肉體的享樂和慾望,同時保守你心靈和身體的純潔。　你睇,而家係春天,萬物都喺呢個時候被新生命所激發。配合呢個節奏,我哋要規律自己嘅睡眠同飲食。*「使徒話:『唔食肉、唔飲酒,亦唔做任何會令你弟兄跌倒嘅事,係好事。』」*(羅馬書14:21) 我弟兄們,我講的也是勸告,不是命令,出於對你哋正直靈魂嘅關懷——不是對軟弱嘅人講,而係對健壯嘅人講:最好唔好飲酒,特別係你哋年輕嘅人,因為酒會激起情慾。我哋本性入面已經有因慾望帶嚟嘅騷動,點解仲要再引入酒呢種刺激物呢? 試下唔飲酒,你就會見到有幾好。唔飲酒嘅人,唔會畀思緒捲走,唔會令靈魂發熱,而係會時刻保持清醒,對上帝嘅愛更加純粹,對一切有益於得救嘅事都更加熱誠。　禁酒者,聖靈常與之同住;飲水者,謙卑之衣常著其身。——至於飲食,我兒,我亦勸你。要遠離無知嘅貪食同不斷嘅過度放縱,因為呢啲會滋生淫亂同所多瑪嘅種子;但係,喺遵守其他一切防範措施嘅同時,要咁樣食住同飲嘢,好等你哋主宰享樂,而唔係畀佢哋主宰你哋;好等你哋主宰肉體,而唔係受佢管轄。　靈魂同肉體之間嘅最佳秩序就係,卑者唔可以侵犯高者。至於離開寺院,要嚴格遵守規矩:唔好將塵世嘅談話帶入寺院,以免令同門混淆。

**5.** 我聽講有啲人一入菜園,就向園丁要菜,如果唔照規矩畀,就同佢爭吵。呢種行為係魔鬼嘅作為,絕對唔應該有。呢啲人要接受懺悔。所提供嘅唔夠食咩?如果一碟菜都令你失控,你又點克制自己嘅慾望呢? 如果你唔透過自我克制去強化自己嘅思想,你就會輕如鴻毛,我渺小嘅兄弟。我相信,就好似冇節制嘅人已經變得有節制,而且仲繼續有節制;好似多情嘅人已經變得無情,同樣地,只要我哋唔懶,喺所有事上都嚴格要求自己,我哋都會變得咁樣。願主賜你力量,堅定你。

### *92. 克制自己嘅意志係我哋最緊要嘅美德*

92. 1) 壓制自己嘅意志係我哋最崇高嘅美德。– 2) 時間飛逝;死亡迫在眉睫,而後面就係審判,只有行善者先會獲得認可:所以我哋要成為咁嘅人,遠離一切邪惡。– 3) 埋怨細路仔喺寺院度成長嘅愚蠢。 [2,15]

**6.** 通往天國嘅道路有好多,但其實只有一條:因為美德本質上係合一嘅,透過各種善行先至得以實踐同完成。我哋要擁抱呢個至高無上、全能嘅美德:要跟隨效法上帝嘅順服之道——一條無阻無礙、一氣呵成嘅道路; 另一條——沿住承載基督嘅謙卑之道——呢條路平坦而且最直接;兩條路都叫佢哋將自己嘅意志割捨,作為無瑕嘅祭牲。*「有邊個男人渴望生命,鍾意見到好日子?」*我亦會同先知一齊問——然後我會答:就係真真正正割捨自己意志嗰個。 *「這人必得見生命,不至見到死亡」*(詩篇88:49)——脫離墮落——將他的靈魂從陰間的手中救出。他就是光明的兒子,擁有一個被淨化了所有情慾的靈魂:因為他連根拔起每一種情慾。　我哋嘅悲傷、苦惱、爭吵、糾紛同嫉妒係邊度嚟㗎?唔係因為我哋堅持要照自己意思做,要為自己嘅決定同慾望辯護ㄱ?係,就係咁。除咗屈服自己嘅意志,冇其他方法可以令我哋脫離魔鬼嘅詭計。

**7.** 日復日,日子流逝,來來去去;好似河水嘅流水,我哋嘅生命急速向前,一步步接近死亡。你係有福嘅,因為你犧牲咗嗰啲微不足道同短暫嘅嘢,反而獲得咗永恆同屬天嘅福份。 有一日,上帝會坐喺佢榮耀嘅寶座上,聖潔嘅天使會喺佢面前站住;佢會呼召你,將你安置喺義人嘅住處。 —— 但係邊啲人?就係順服嘅人、卑微嘅人、敬虔嘅人、仁愛嘅人、清心嘅人、憂傷痛悔嘅人、流淚嘅人、勤力嘅人、愛佢哋父母嘅人、愛佢哋弟兄嘅人、愛寂靜嘅人、愛禱告嘅人——同埋所有勤力實踐其他一切神聖工夫嘅人。 你哋當中有人唔止擁有一樣美德,而係擁有好多美德;呢啲人因善行而更加美麗,勝過世上一切人,並以聖靈嘅豐盛恩賜發光。所以,我哋唔好畀自己接近罪惡嗰可怕同腐蝕人嘅羞恥; 卻要遠避有害的狂妄、彼此惡意的探查、無節制的冷笑、魔鬼似的嘀咕,以及惡毒的怨恨——以善心接受一切:食物、飲品、衣物,以及順服——無論它們是什么。 呢就係你嘅善行;呢就係你誠信嘅證明;呢就係你喺屬靈爭戰中嘅勝利;最後,呢就係你嘅冠冕榮耀。

**8.** 我聽講有啲愚蠢嘅人,見到有細路仔被帶嚟呢度,就話:「就係因為咁我哋先要被滅亡!就係因為咁寺院先要被拆晒!」——呢種話真係痴線㗎! 呢啲無非係譴責主自己,祂話:*「容細路仔到我跟前,因為神嘅國度就係屬於咁嘅人。」*(馬可福音10:14) 基督唔係嬰孩咩?佢唔係飲奶長大咩?佢唔係細路仔咩?佢唔係*「十二歲」嘅*少年咩?(路加福音2:42)*佢喺開始*行神蹟嗰陣,唔係*「約有三十歲」*嘅成年人咩?(路加福音3:23)。 咁佢點解要保持沉默?點解唔為自己嘅境況哀嚎,既然佢嘅滅亡係由自己內部嚟?——呢啲人——比修道院長更明智、更洞察力——行嘅路比正路更正,聲稱自己對上帝嘅愛比必要嘅更多,卻又偏離咗既定嘅規矩。 – 我倒要補充一句:如果根本冇人講過咁嘅說話,就當呢番說話似一阵風吹過,我就唔會責怪任何人;但如果真係有人講過,就要佢改過自新,免得跌入魔鬼嘅陷阱。嗰位聖老伯講咗啲乜嘢?「孩子吩咐我嘅任何嘢,我都當作係我主嘅兒子吩咐我咁接受。」——你睇緊嘅嘢,你明唔明呀?——

## *93. 你喺所有事上都努力行善;勞苦雖大,賞賜更豐,所以要更加努力向前*

93. 1) 凡事都要追求善行;勞苦雖大,賞報更豐,所以要更加努力向前。 – 2) 你哋面對好多誘惑,但唔好灰心,主好近。仲要記住前面嘅安息,你哋就永遠唔會失喪勇氣。 [2:16]

**9.** 正如主所說:*「你哋要憑住忍耐,就可以救自己嘅靈魂。」*(路加福音 21:19)要忍受苦修生活嘅勞苦同炎熱,唔好灰心,並且*「晝夜研讀主嘅律法」*,好叫你哋*「好似一棵樹,種喺溪水邊,按時結果,葉亦唔會枯,所做嘅事都必 prosper。」* (詩篇1:3)。你哋有好多勞苦,但神嘅恩賜更大;汗水流得多,但你哋嘅賞賜係永恆嘅。我知道你哋努力奮鬥,喺各方面都克己苦身,過緊殉道式嘅生活,好似被長矛刺透咁,又因抑制慾望而受十字架嘅苦刑; 但要喜樂,因為天國為你預備——蒙福的不朽、被接作兒女、與基督同作後嗣、一個充滿良善、福樂、喜悅和無盡平安的生命。當如此浩大嘅福分正等緊你,有邊個會灰心呢? 有邊個會喺任何勞苦或努力面前猶豫,直至佢哋經過死亡,去到所盼望嗰處? ——知道*「而今所受之苦楚,若與將來要顯與我儂之榮耀相比,就不足介意了」*(羅馬書8:18),你豈不曾忍受——慾望的烈火、絕望的重擔、勞碌的疲倦、自我克制的主飢、以及其他一切的艱難和缺乏; 好等你哋可以同使徒一齊講:*「為你哋,我哋每日都畀人殺晒,當作畀人屠宰嘅羊。」*(羅馬書8:36) 你哋唔驚魔鬼嘅詭計或者情慾嘅叛亂,反而興旺發達,攀升到美德嘅高峰。——然而,呢番說話唔單止係畀嗰啲懶散、動搖同埋偏離嘅人,亦都係要畀你哋,好喺你哋身上加力添油,令你哋可以好好完成你哋敬虔嘅道路。 咁,你哋都嚟啦;我哋要喺恐懼之上再加恐懼,並且要彼此友善、溫柔、有愛心、順服、好客,唔好嫉妒、唔好貪得無厭、唔好自大、唔好自誇、唔好製造混亂、唔好互相埋怨,要以忍耐作為你哋美好生命嘅根基。

**10.** 你哋日日都要面對好多憂愁——我唔會否認——但呢啲唔係為咗你哋嘅得救,同埋為咗承受永恆嘅福份咩? 如果為此目的,要付出勞碌、疲乏、努力、掙扎、汗水、飢餓、艱難、呻吟,以及由生命之海中看不見的仇敵所掀起的心思煩亂和試探巨浪,那麼,我們絕對不可灰心、驚懼或陷入絕望。 基督與我哋同在;祂伸出手嚟,對呢條海講:*「平靜啲,安靜啲!」*(馬可福音4:39),然後就有一大片寂靜。我哋都要一次又一次努力掙扎,堅持到底,加快腳步,向前衝。 我深信,我哋會成功完成呢段航程,從不幸中得救,並安全進入天國嘅港灣。到時,*「疾病、憂愁同嘆息都要遠離」*(以賽亞書35:10)。 ——有咩工作同勞苦,比呢種工作同勞苦更加有福氣?因為當中散發出光、生命、喜樂、平安、安慰同無窮無盡嘅安息? 凡以如此信心、如此盼望行義路者,絕不疲倦,絕不停止,絕不回頭,無論己擔起嘅重擔同悲傷,亦無論將要嚟到嘅一切——就算面對死亡、肋骨被刺穿、鮮血淋漓。 正為此,殉道者忍受各種酷刑;正為

此,聖徒追求聖潔,進行各種苦行;正為此,我也呼籲並敦促你承擔這場奮鬥,好使你因你的福佑順服和殉道者般服從而獲得冠冕。　噢,我懇求你哋,唔好畀自己失去嗰啲難以言喻、難以想像嘅福份:成為天國之子同繼承者嘅名分、基督新婦嘅喜樂,以及站喺祂右邊,與所有聖徒喺無邊無際嘅喜悅中,　以喜樂歡欣,享受那難以言喻的神聖福份。

***94. 你哋知道我哋點解嚟到呢間修道院:咁就唔好做任何違背呢個目的嘅事。你哋而家就係咁做;但唔好令你哋嘅努力白費。– 2) 我關心***

94. 1) 你哋知道我哋點解嚟到修道院:所以唔好做任何違背呢個目的嘅事。你哋而家就係咁做;但唔好令你哋嘅努力白費。– 2) 我關心你哋,並示範更好嘅道路:咁點解你哋要隨便自己編造苦行——鎖鏈、沙漠?呢啲對修行冇幫助。 我哋嘅團體生活本身最啱修苦行。– 3) 凡想勝過人者,就當努力喺身體同精神嘅苦行德行上超越眾人,而喺團體入面,要 excels 最容易。– 4) 列出咗修道院入面嗰啲人所擅長嘅美德,並邀請有熱誠嘅人去效法佢哋。

**11.** 我哋點解會嚟到呢度,離開塵世,同父母、親人、世俗朋友、城鎮、祖國、村莊同屋企斷絕關係?唔係為咗拯救我哋嘅靈魂?唔係為 ,好令我哋配得上贖免過去所犯嘅罪過? 唔係為咗取悅上帝?唔係為咗得着永恆嘅福份?唔係為咗過天使咁嘅生活,效法我哋聖潔又三福嘅先祖嗰無形嘅心志? – 咁我哋又點可以做呢啲相反嘅事呢?笑代替喊,喜悅代替憂傷,褒淪代替虔誠,挑剔代替禱告,心煩意亂代替心靈安寧,忙碌代替靜默,　淨化,卻要玷污自己;溫柔,卻要放肆;禁食,卻要放縱;詩歌,卻要閒聊;順服,卻要任性;謙卑,卻要自大?咁,我哋嘅仇敵通常就用呢啲方法,誘惑忘記自己誓言嘅人去做同佢哋誓言完全唔相符嘅事。　但你哋好清楚自己點解會聚埋喺度,亦都懷住熱誠去追求目標:你哋要洗脫罪惡,成為聖潔。所以我親愛嘅兒女,我懇求你哋,唔好令你哋嘅勞苦徒然。——你哋究竟要忍受幾多、用幾種方式去撐住?你哋已經禁食咗幾多,而家仲有幾多係禁食緊?　你哋曾經幾努力,而家又仲幾努力去警醒守望?你哋忍受咗幾多侮辱、謾罵同匱乏,而家又仲繼續忍受緊?總括嚟講,你哋為改善自己嘅生活已經做到幾多,而家又仲喺度做緊幾多? — 唔好畀冷漠或者一時嘅享樂摧毀你哋呢啲有成果同極度渴望嘅善行;反而要喺之前嘅努力上再加把勁,好等我哋好好過完呢段短暫嘅人生,就可以有信心咁走入永恆生命嘅寧靜港灣。

**12.** 主知道我如何關心你每一個人內心嘅平安,我亦都隨住你哋嘅處境去調整我嘅心意: 我同哀痛嘅人一齊哀痛;我同軟弱嘅人一齊軟弱;我同怯弱嘅人一齊怯弱;我同爭戰嘅人一齊爭戰;我同受苦嘅人一齊受苦;我為受試探嘅人充滿熱誠。　如果真係咁,點解你哋要喺呢件事上阻撓我,唔肯順從所吩咐你哋嘅,反而抗拒,硬要照自己嘅慾望——或者講得更準確啲,就係你哋邪惡嘅私慾同狂妄嘅意志——　違背順服之律同埋群體生活秩序,憑自己心意杜撰啲新規矩,仲話佢哋最聖潔、最神聖——其實根本就係邪惡同無序?　有啲人出於一己之見,或者其實係受魔鬼吩咐,喺我唔知情之下,暗中给自己戴上鎖鏈,仲誘惑其他人一齊咁做,由魔鬼喺呢種罪行中幫手;另一些人則讚美隱士嘅生活,向嗰個想令佢哋變得空虛嘅魔鬼臣服;　又有人編造各種新奇論調,肯定係受我哋嗰個摧毀靈魂嘅仇敵影響——我唔想講出佢嘅名。　點解要咁做,卻對自己現時呢種理性、討神喜悅同有救恩嘅生活方式毫不在意?——邊個敬愛的長老係咁做嘅?就算真係有人咁做,都係因為上面有指示,或者獲得佢哋屬靈導師嘅祝福先咁做嘅。　但係你哋,因為過去嘅罪未得潔淨——就算已經潔淨,都未得內心嘅平安,亦未嘗過分辨事物嘅甜美——畀魯莽同自私蒙蔽,好似滾球落急流咁,盲目衝向呢件事,畀蛇嘅誘惑推動。唔好咁做,我嘅仔女;絕對唔應該咁樣。　但要相信,對你哋呢班最智慧嘅人、最聖潔嘅人、最有益嘅善行,就係留喺主所呼召你哋嗰個呼召入面:喺群體生活、喺一位父親嘅帶領之下、同你哋嘅弟兄一齊團契、喺呢個神所養育嘅屬靈幼兒園入面。　凡離開者,必畀野獸擄去;但凡安居其中者,就會承襲佢嘅特質——一致、同心、團契、合作、同受苦,以及歸榮耀於神。你哋唔好搞啲咩去同其他人劃清界線。

**13.** 凡欲以德勝人者,當以身以下人;不可違人,口無奉承及怨言; 要 *「慢於發怒」*,快於服從,遇上頂嘴時更要快快說 *「對唔住」*;因為內心有善德同向上帝禱告嘅心,面容要光彩喜悅,雙眼低垂,心思卻專注於神; 要他時常克制笑聲,只可輕輕含笑;要他言行謹慎,不说一句污穢或無益的話;要他在大家聚餐時隨遇而安,不可食得過飽; 願他滿足於定量的睡眠,並要清醒而警覺地站立於禮拜中,小心不可遺漏任何一節;願他訂立每日的限度,即使到晚上也不要逾越生命界的範圍,時刻準備好迎接靈魂離體; 每日都要流下成河嘅眼淚,尤其係夜晚,要喊到兩腮都濕晒,一邊諗住自己因為疏忽所做嘅惡行,同埋諗住死嗰

陣靈魂同身體分開嘅時候——點樣畀天使拎走、點樣要經過魔鬼嘅折磨、點樣要交代一生中所做嘅所有事,總之, 在言行與思想上——屆時就會決定可憐的靈魂歸宿:是否能站立在右邊,安息在亞伯拉罕的懷中,並在基督的新婦房中獲得喜樂;抑或被遣往山羊那裡,與它們一同聽到:*「離開我,被咒詛者,進入為魔鬼和牠的使者所預備的永火中。」* (馬太福音25:41)。——呢個就係你哋每一個人應該勤力追求,好勝過其他人。但係,喺團體生活入面,你哋先至可以做到,因為 according to St Basil the Great,團體生活係一切美德嘅搖籃。

**14.** 我想講下你哋當中有啲人嘅美德,唔會點名,係想激起啲未盡本份嘅人去效法。你哋當中有人喺某啲日子,出於真誠嘅信仰同對上帝熾熱嘅愛,一晚都唔瞓; 有啲人喊到每日都淚流滿面;有啲人未先用眼淚洗面就唔敢領聖體;有啲人對潔淨咁虔誠,連人嘅面都唔敢望,唯恐自己走偏;有啲人就坐住瞓覺; 有啲人除咗食飯時間之外,乜都唔食唔飲;有啲人從來都唔會嚟搵我,求衫着、求鞋着,或者求其他嘢,佢哋淨係嚟求我為咗救恩,按佢哋嘅需要,安排一啲禁食、守夜或者其他形式嘅克己修行。——呢班就係心裏面行公義、誠實嘅人;呢班就係真心尋求天上之事嘅人; 呢班人熱心關懷自己嘅得救,亦確保唔會傷害鄰舍;唔止咁,仲要喺各方面幫助佢哋,用自己嘅行為提醒佢哋咩係正路,從而激勵懶散嘅人勤力,又幫助跌倒嘅人重新站起。凡有心嘅人,就當效法呢啲人。 但如果你冇呢種渴望,就滿足於一般人認同嘅善行:因為中道係救命之道,而認真遵守呢條道路嘅人,無疑會從仁慈而豐盛嘅上帝手上獲得冠冕。

## *95. 我哋係基督嘅軍隊:務要預備好你哋嘅全副軍裝;因為仇敵從唔會瞓—就去打仗啦*

95. 1) 我哋係基督嘅軍隊:務要預備好你哋嘅全副軍裝;因為仇敵從唔會瞓—務必要作戰。 – 2) 服從每一條命令;我哋嘅生命只係一瞬間,但就喺呢個瞬間,我哋可以獲得永恆嘅福樂。所以要勤力,唔好懶惰。 [2, 18]

**15.** 我哋,基督嘅軍隊——由全地揀選作主嘅供奉,獻畀上帝嘅祭物——唔係同血肉之軀嘅仇敵交戰,而係同掌權者、有能力者,同呢個黑暗時代嘅統治者,同屬靈惡勢力交戰。(以弗所書 6:12) 咁點解我哋要齊心協力,一齊商議、討論——唔係一年一次、兩次、三次,而係無時無刻——因為我哋同仇敵嘅爭戰從未停止,而我哋時刻都受住誘惑? 所以,基督的兵士,要留心:你哋心靈嘅壕溝有冇加固?你哋有冇着上信心嘅鎧甲?有冇拎住卑微嘅盾牌?有冇預備好順服嘅長矛?得救盼望嘅頭盔有冇罩住你哋?勇士嘅劍有冇喺你哋手上?而且,最緊要嘅係,你哋尊貴嘅身體有冇受過良好訓練,易於駕馭, 係咪訓練有素、易於操控,免得佢一咬馬嚼子,就喺敵人面前將騎住佢嘅人——你嘅心——拋落馬下?——係,你擁有呢一切;我就親自為你作保。 但你要愈來愈多,因為*「從高處攻擊*我哋嘅人*多喎」* (詩篇55:3),惡者嘅箭已經點燃;而且佢一刻都唔鬆懈,唔食、唔飲、唔瞓,日夜打仗,正如佢當年同一位聖父講過咁。 嗰就係佢冇生命嘅存在同佢有害嘅活動:*'欺壓貧窮人同有需要嘅人,並殺害心存正直嘅人'*(詩篇36:14)。*但願*佢嘅*刀劍刺入*佢自己嘅*心*'並*'願*佢嘅*弓被折斷*'(詩篇36:15)點樣做?就係用啱啱提過嘅武器去抵擋佢。呢個破壞者自己都承認,佢會畀謙卑壓倒,畀服從戰敗,畀祈禱驅走,畀禁食餓死,並畀兄弟之愛同其他一切美德嘅實踐推翻。

**16.** 我——一個因罪而作囚犯的人——懇求你,使我們行事為人配得上所蒙的呼召。 要堅守忍耐,凡事都要親手做:耕田、開墾菜園、做衣服、抄寫書籍、木工、烤麵包,以及其他各種手藝和服侍。因為這些,天上為你預備了豐盛的賞賜。 看吶,我哋嘅生命就好似一個快旅人,又好似飛喺高空嘅鳥咁飛。但係,弟兄姊妹,我哋仍然可以得到一個好嘅交易。喺一眨眼之間,我哋就可以成為所有時代喜樂嘅繼承者。因為實在,我哋整個人生同無限嘅永恆相比,只不過係一瞬間。 凡以合一方式生活於公共利益中而得智慧者,有福;凡憎恨世界者,三倍有福;凡為主之故,捨棄父母、親屬、朋友、弟兄,以及世上一切者,至福無比。——既行此等事,你又怎能不被榮耀呢? 因為主自己話:*「凡榮耀我嘅,我都要榮耀佢哋;凡輕視我嘅,就會蒙受羞辱。」* 你哋真係喺自己身上榮耀神,而基督嘅肢體都得以成聖;要將自己獻上做活祭,藉住順服不斷結出果實。 所以,唔好畀任何人打斷佢哋行善嘅道路;唔好畀任何人陷入灰心或變得懶惰;唔好畀任何人打盹或畀睡魔纏住。都要成為同路人,彼此以愛為紐帶,同心同德;喺神裏面做稱職嘅旅客,熱心而勤力。

***96. 讓我們記住以前的自己、如何被呼召,以及現今的自己──並以言語,更以生活的公義,向神獻上感謝***

96. 1) 讓我們謹記我們以前的樣子、我們如何蒙召,以及我們現在的狀態;──並以言語,更以我們生活的公義,向神獻上感謝。 – 2) 我哋已經走出世界嘅「埃及」,要喺神嘅保護同引導下,忍耐咁行過呢段人生嘅曠野,盼望能夠進入應許之地。 [2, 19]

**17.** 既然我哋心入面有一盞燈,燃燒住對主嘅愛同對永恆福份嘅渴慕,我哋就必須不斷咁注入膏油,免得呢盞燈熄咗,令我哋陷入黑暗,喺黑暗中四處飄蕩,跌入情慾嘅毀滅深坑。 但呢個油係乜嘢呢?就係對過去、現在同將來嘅回憶、反思同默想。 — 嗷,我哋就回想返當年嘅青澀日子,當時我哋或喺無知中行,好似行喺黑暗;或畀虛無嘅追求捲走,好似畀海浪捲走;或沉溺喺肉體嘅慾望中,好似跌入水深淵; 然後,就讓我們回想,那良善的上帝如何從那狀態中呼召我們,伸出祂的手拯救我們,並顯示給我們和平的途徑,激勵我們嚮往這光明而聖潔的生活方式; 我哋亦可補充一句:雖然我哋咁多親戚、熟人、朋友同伴侶仍然留喺嗰個同樣痛苦嘅狀態,但我哋就好似由埃及嘅奴役中得釋放,被提升到呢個居所嘅高山上;由呢度向下望,我哋見到 人哋就好似喺深淵度打轉咁,徒勞無功咁四圍衝,互相推擠,互相踩倒,為咗啲所謂嘅大事──嗰啲世俗嘅福氣,變幻莫測、短暫易逝、轉眼成空──費盡額頭汗水去追求;更可悲嘅係,佢哋為此所獲得嘅報酬,竟然係落入地獄接受永恆嘅折磨。 就為咗呢次得贖,我哋應該向恩典嘅賜予者──我哋嘅神──獻上幾多嘅感謝同讚美?──所以我哋要不停向神獻上讚美,聲音要比以色列嘅歌更響亮,唱道:*「我哋要向主歌唱,因為祂大有榮耀;祂將馬同騎馬嘅人拋入海中。」* (出埃及記15:1)。但若我們不善用這福份──即嚴格與世隔絕、與同類分別、視塵世財物為無物、並喜樂地順服我們生命規律──這感恩就不會完整。

**18.** 既然我哋已經擺脫咗世界、世界嘅誘惑同慾望,我哋就應該好好行過呢段人生嘅曠野──要謙卑、順服、忍耐、大度、熱愛純潔同主嘅誡命, 但絕對唔好似嗰班古時嘅人咁埋怨;唔好頑梗、唔好貪lust、唔好尋歡作樂、唔好放蕩、唔好好爭吵,亦唔好違背律法嘅頒布者自己,同時要諗起埃及嗰啲大鍋,係靠住上帝嘅恩典,我哋先至轉離同撇棄咗佢哋。 我懇求你哋,唔好畀咁嘅事發生。反而,作為神嘅聖民,我哋要順服,願意喺高天之手指引嘅任何時間同地點接受帶領,永遠跟從神嘅旨意,並歡喜喺旅程中忍受一切艱辛──食物不足、飲水短缺,同其他一切類似嘅困難。 如果我哋夠順服,神嘅使者就會喺我哋前面行,主會為我哋平息列國嘅憤怒,正如佢對外邦人所做咁,我哋就唔會入到亞摩利人之地,非利士人、希未人、耶布斯人,卻要進入柔和義人之地,進入那流奶與蜜之地,並且承受一切所應許的福氣,與我們的主基督一同作王。 弟兄們,看哪,在我们面前的賞賜;知道为我们預備的安慰,以及與之相對的刑罰和折磨,正等待着那些放蕩不羈的人。 所以,我哋要歡歡喜喜、熱熱心心、同埋堅忍不拔嘅毅力,行前頭嗰條路,人人都要盡心盡力,把落喺自己身上嘅責任當作神聖嘅任務去完成,就好似歌篾同默利家人嘅子(民數記4:15)當年擺設聖器一樣。 無人要違背命令,無人要埋怨,無人要放肆, 無人做謊話,無人做譏笑者,無人妒忌,無人做毀謗者,無人疏忽,無人懶惰,無人以任何方式 ,令我哋聖潔嘅居所蒙羞;反而我哋要盡全力去做討神喜悅嘅事,好等我哋完成善工之後,最終喺我哋主耶穌基督裏面得着公義嘅冠冕。

***97. 你哋無疑會因舍棄世界、殉道式嘅順服同對情欲同看唔見敵人嘅抗爭而承受永恆嘅福樂;所以,要堅定不移。***

97. 你因捨棄世界、像殉道者一樣的順服,以及與情慾和看不見的仇敵的掙扎,無疑將承受永恆的喜樂:所以,要堅定不移。 [2, 20] 願死亡之門成為你哋嘅通道,令你哋飛升到天國同先天之境──嗰個*「疾病、憂愁同嘆息都要遠離」*嘅地方(詩篇 35:10)。 因此,雖然我配不上,但我希望你哋能到嗰度,並發現自己喺嗰個所有喜樂者所居之地,嗰度有喜悅者嘅面容同慶祝者嘅聲音,因為你哋因良好嘅品行、可讚美同蒙福嘅生命、離棄世界, 為你同肉身親情嘅脫離,為你斷絕自己慾望,為你每日喺爭戰中嘅堅定同你彌賽亞式順服嘅忍耐, 你喺其中真誠地承認主,並棄絕心懷惡意嘅魔鬼,承受並抵禦對你無休止嘅攻擊,無論係心理定身體──無論係來自肉體嘅慾望、魔鬼嘅誣衊、同弟兄嘅衝突,定係管家嘅責備同訓斥, 做工頭、做各種其他差役嘅監督──都從來冇以任何方式違背喺主面前嘅誓言,反而大膽又勇敢咁行緊得救嘅道路,令對付你嘅魔鬼群喺羞愧中退後。 如此,你就有此壯舉──你可以同使徒一齊呼喊:*「誰能使我們與基督的愛隔開呢?是患難呢?是困苦呢?是逼迫呢?是飢餓呢?是赤身露體呢?是危險*

*呢?是刀劍呢?就如經上所記:『為你的緣故,我們一天到晚被交給死亡,被當作羔羊被牽去宰殺。』」* (羅馬書 8:35–36)。你實在有福,而且福上加福──但要記住──如果你能直到最後仍然堅定不移地在神面前保持這份成就:因為你每日都要面對爭戰,同時每日都領受你的冠冕。

### *98. 我哋雖然貧窮,但上帝畀我哋所需;感謝祂;但我哋不可懶惰;而要各人按自己嘅呼召去工作;咁上帝就會令我哋嘅微少之物加倍*

98. 1) 我哋貧窮;但係神眷顧我哋;感謝佢;但我哋唔可以懶惰;而要各人按自己嘅呼召去工作;咁神就會令我哋嘅微少之物加倍。 – 2) 我哋凡事共用,一個人嘅勞力惠及所有人,反之亦然;每個人都可以因應自己嘅勞力同勤力向神期待獎賞;而外在身體上勞力嘅人,同內在屬靈上勞力嘅人一樣,都唔會得少於對方。至於病人,佢哋因住和善嘅忍耐都會獲得獎賞。 [2, 21]

**19.** 我最關注同埋禱告嘅重點就係 願你哋喺你哋聖潔而有德行嘅生活方式上,得以保持純潔、勤力同無可指責,使冇人會因魔鬼嘅誣衊而誤入歧途,反而你哋都能保持清醒同警覺,去行嗰啲配得上同有榮譽嘅蒙福順服之事。 因為當呢件事搞掂咗,我就對其他嘢唔會有咩憂愁,雖然我平時都幾憂愁──我講緊嘅係身體生命嘅種種限制,就係以往我哋過住嘅生活方式,但係我將呢啲限制視為寬敞,將貧窮視為富足, 將匱乏視為豐盛,並以那確信主必不令義人饑餓、亦必不棄祂聖徒──而你們因基督的恩典正是祂的聖徒──的盼望為指引;這盼望使你倚靠祂神聖的安排,在靈裡和肉身都得養育、更新、衣食暖。 除咗神嘅幫助之手,邊個能真正餵飽呢咁多嘅人──佢哋大部分都係冇人撐腰嘅窮人──並且滿足佢哋所需? – 抬起你哋嘅眼睛,望下──有幾多人入到呢座皇城,我哋當中又有幾多係老人、病人、傷者、青年同細路──而主都照顧佢哋所需:呢件事唔係好奇妙?唔係值得讚美?的確,我嘅弟兄同細路仔。 – 然而,我哋亦唔可以坐以待旦,而要貢獻我哋嘅勞力同汗水,去滿足弟兄姊妹嘅需要。因為當上帝見到祂嘅誡命喺彼此相愛嘅弟兄姊妹中得以成就,祂就會動憐憫嘅心──而祂會由無人之處,差遣養育嘅恩典。 所以,我懇求並提醒你哋:無論每個人被分配咩工作,都要盡全力去工作,並在屬靈同肉體上結出豐盛嘅果實; 因為喺呢度,人同人之間會互相認同,凡係勤力於身體事工嘅,同樣勤力於靈命事工;相反,凡係靈命枯竭嘅,喺身體事工上都一樣懈怠。

**20.** 凡物都喺我哋中間分享,唔單止身體同感官嘅,仲有屬靈同心智嘅──正如有人嘅美德同善行會畀其他人都分享,反之亦然,我哋嘅勞苦亦都係咁;正如聖保祿宗徒指出,可以由身體嘅例子見到: *「就如身體雖然只有一個,卻有許多肢體;身體的眾肢體雖多,仍只是一個身體,基督也是如此。若一個肢體受苦,所有肢體都同受苦;若一個肢體得榮耀,所有肢體都同喜樂。」* (林前12:12-27) 就好似喺身體入面,由頭到腳、左右兩邊,每個部位都會感受到一種迫切嘅需要,同埋佢得到滿足嘅方式;同樣地,將呢個道理應用喺靈魂上。我嘅父同你哋嘅父係第一位成員,我係第二位,然後依次排到最後一位;喺審判日嗰日,我哋都會一齊接受讚揚或者責備。 知道呢啲,我嘅兒女們,我哋都要努力,都要勤力;每一個人都要為共同嘅目標盡佢一份力,並且喺各自所屬嘅崗位上,按住自己嘅能力,唔好畀人貶低。 但係你哋當然知道,到嗰日,上帝排定次序,唔會同我哋喺呢度咁樣:因為有上帝嘅審判,同人有嘅審判係唔同。或者佢會將第三百位排喺第三或者第四,將第十位降到中間,又或者將最後一位升到第一──各人按佢嘅勤力同品德。 雖然呢個諗法好可怕,但祂甚至可能將某啲人徹底剔除出我哋嘅行列,打發佢哋落地獄──肯定係嗰啲就算喺呢度都已經有另外一種心態、思維同性格嘅人。但我大膽向你哋保證,我哋冇一個工人嘅勞力係徒勞無功嘅, ──犁地嘅人唔係白費心機,整垅嘅人亦唔係白費心機,煮食嘅人唔係白費心機,焗麵包嘅人唔係白費心機,管理酒窖嘅人亦唔係白費心機,如此等等。 呢班人雖然喺獨自唱詩同寫詩方面冇其他人咁投入,但如果佢哋同樣咁熱心,而且係為咗主而做,佢哋嘅獎賞絕對唔會少過喺房入面做嘢嗰啲人。一個人為兄弟付出幾多勞力同熱誠,就會照嗰個分量回報佢。 知道呢啲,你哋喺內裡勞力嘅,唔好貶低喺外邊勞力嘅;你哋喺外邊勞力嘅,亦唔好灰心,覺得自己冇價值。每個人嘅度量係勞力同熱誠。但有人可能會問:病咗嘅人度量係乜?因為佢冇法做工。佢嘅度量係感恩、謙卑同忍耐。

### *99. 教導並非徒然:它們喚醒沉睡者,並強化與指引清醒者*

99. 1) 教導並非徒然:佢哋喚醒沉睡者,同時強化同指引已經醒覺者。咁我哋就都會一點一滴咁向前行。– 2) 喺呢度我哋承認上帝嘅憐憫:我哋當中嘅邪惡減少咗,而善則得到強化。 有啲人會跌倒;但佢哋會再站起身,並改過佢哋嘅行為。所以,要保持你哋嘅好心志同熱誠。 [2, 22]

**21.** 有人可能會問,如果我哋唔實踐佢哋所講嘅,呢啲教導有咩用?因為雖然我哋經常聽到唔應該笑,但我哋喺呢方面都冇改善;雖然我哋經常被教導唔應該講閒話,但我哋仍然咁做; 雖然我哋經常被提醒唔好妒忌鄰舍,但我哋仍然被呢種慾望所勝;雖然我哋經常被提醒喺晝夜詩歌讚美同禱告時唔好企得散散漫漫或者打盹,但我哋嘅心思仍然飄忽,仲會瞓着——總之,我哋幾乎喺冇一樣嘢上有進步。 —— 但係講呢番說話嘅人就講得唔公平。首先,唔可能冇人喺任何方面都有進步,亦唔可能每個人同時喺所有方面都進步;但係今日一個人,明日另一個人,就開始同持續喺自己身上做工夫; 第二,就好似爬樓梯,人唔可以由第一級跳到最後一級,而係要一級一級咁行先至可以上去;追求美德都係咁,要慢慢進步,先至可以達到最高峰。 喺呢兩方面,教理問答嘅教導非常有幫助,佢可以激起同維持追求成功嘅熱誠,提供達到呢個目標嘅方法同技巧,從而幫助你哋誠實嘅心靈逐步由力量邁向力量,由地上升到天上。 而家再有另一點要考慮:如果當有咁多關於「應該點做」同「要糾正乜嘢」嘅說話講咗又聽咗,為咗榮耀上帝,都見唔到對情慾有任何節制;咁如果我哋之間一片寂靜,啲啱嘅嘢既唔指出又唔好好解釋,會發生咩事,我哋又會差到幾多呢? 我就係咁,向聖父哋學到,言語係通往行為嘅道路——好嘅言語引向好嘅行為,壞嘅言語引向壞嘅行為。 我深知如此——講論更好嘅生活方式,總會令人向善;我向你哋作見證,我嘅兒女,透過閱讀神所默示嘅聖經,同埋喺某程度上聆聽我呢位卑微者嘅教導,你哋都起身向前邁進: 有熱誠嘅人被喚醒,開始改革自己;而已經做得好嘅人,則受到更大嘅激勵,邁向更卓越嘅成就。

**22.** 我哋承認呢件事係上帝嘅恩典,亦唔會隱瞞祂嘅憐憫。 因為睇下,我哋幾乎冇爭吵、冇誣衊、冇定罪、冇辱罵、冇不順服,亦冇暗中進食;即使真係有呢啲事發生——因為我哋身穿易犯罪嘅肉身——犯罪者都會即刻認罪、悔改,並透過規定的懺悔刑罰作出補贖; 視乎所出現嘅病症,可包括暫停參與餐聚、禁食、企立同跪拜。 所以,無人可以話呢啲教導冇益處。我哋確實因呢啲教導而得益,並藉住基督嘅恩典同我同你哋父嘅代禱而興旺;我哋向上攀登,以德行嘅腳步登上美德嘅山峰,得著光明、成聖同神化——但呢一切都要付出巨大嘅勞力同汗水。 所以我懇切地哀求你哋:要堅定我哋嘅好心志同好品格;要斷絕一切心口不一,永遠驅走懦弱;並要激勵自己,懷抱美好嘅希望,期待將來嘅賞賜同永恆嘅福份。 —只要我哋鼻孔仲有氣息,就可以喺呢啲現時嘅憂愁同艱難之後,喺死後被認為配得上成為我哋主耶穌基督天國嘅繼承者。

## *100. 治理好難;但為咗主,為咗我哋——祂喺十字架上甚至受苦到死——我都撐住;你哋都要撐住*

100. 1) 治理好難;但為咗主,為咗祂為我哋甚至死喺十字架上嘅緣故,我忍耐;你哋都要忍耐。– 2) 諗吓古人點樣忍耐。3) 所以,我哋要效法佢哋。[2, 23]

**1.** 如果我用肉眼去望幾乎每日都臨到我哋嘅悲傷試煉,我早就已經疲倦,將領導嘅韁繩交畀其他人; 但我呢個卑微嘅心,卻仰望神——祂為咗祂,你先被召嚟呢度——亦都係我將自己託付畀你嘅神。所以我唔會放棄,亦唔會絕望,我準備好承擔一切,靠住主基督嘅力量,藉住我同你阿爸嘅禱告,為咗你——我親愛嘅人,同為咗我嘅主同主人。 因為那創造萬有者,為我緣故,按着化身之奧秘,甘心被試探、被褻瀆、被羞辱、被嘲弄、被釘十字架、被槍刺、被埋葬;那我還有甚麼不能忍受呢?或者更正確的說,有甚麼苦楚,我哋同你一齊,不肯樂意去承擔呢? 縱使有悲傷、艱難、創傷、貧乏,甚至死亡臨到我哋,都無所謂。因為當我哋有堅定不移嘅信心,相信只要我哋打那美仗,堅守立場,英勇抵抗,最終會獲得永恆嘅福份作為賞賜,呢一切又算得乜? 當我哋軟弱嘅肉體開始動搖,就當提醒自己,放縱佢只會喺神公義審判顯現嘅日子,為自己積蓄忿怒;我哋要振作精神,堅強不屈。

**2.** 噢,嗰啲古代聖潔嘅靈魂而家喺邊度啊!當年激勵佢哋嘅熱誠而家竟然消退晒!對佢哋嚟講,肉體嘅苦楚係喜樂同歡欣;榮耀同偉大反而係徹底嘅恥辱。 佢哋充滿咗對主熾熱嘅愛;佢哋被一種無可抑制嘅渴慕所佔據——唔係要成就自己嘅旨意,而係要完全克制唔去做;佢哋唔係想作主,而係想一直順服同聽命,直到年老。 嗰位福佑長老尼師喺邊?佢喺食完飯之前都謙卑咁企住。嗰位經過三十年重重考驗嘅順服之珠喺邊? 呢個喺邊?嗰個喺邊?——因為睇吓,好似一隊星星咁,成個聖徒嘅神聖大會,閃耀住各種美德,喺我心裏面出現。——等我哋用思想走過佢哋嘅聖潔居所。 睇吓偉大嘅巴科米烏斯嘅基石。— 喺度望吓嗰位永垂不朽嘅約拿、嗰位光輝嘅彼得羅尼烏斯、嗰位被聖化嘅狄奧多。跟住我哋去大提奧多西烏斯嘅修道院,喺度亦都見到常存活嘅巴西流、奇異嘅艾提烏斯——同埋其他唔少人。由呢度,我哋再去到聖徒狄奧克提斯、大以弗任同聖薩瓦斯嘅神聖勞作之地;簡單嚟講,我就講:我哋要

用心靈去回顧古代、中世紀同後期修道院入面發生嘅一切,同埋佢哋點樣、喺幾大程度上努力喺度過美德嘅生活。

**3.**同樣,我哋都要行呢條路,如果我哋想搵到真生命同光,就要凡事忍耐,凡事承擔,*喺任何事上都唔畀人把柄,好令*我哋嘅事工*無可指責*(林後6:3); *「凡事要用信心作盾牌,憑着這盾牌,能熄滅一切敵人的火箭」* (以弗所書6:16),使我們堅不可摧;並在善意中彼此同喜、分享喜樂,以聖靈一口氣調和,成為基督一個身體。

### *101. 我哋被呼召要透過勞碌、艱苦同患難,得著罪得潔淨*

101. 我哋被呼召要透過勞碌、清貧同苦難去潔淨自己嘅罪。呢件事好困難;但作為回報,永恆福樂嘅生命已經應許咗。所以我哋要喺呢啲事上歡喜快樂。 [2, 24] 我想簡單咁提醒你哋,我哋被呼召過一種苦行嘅生活,透過呢種生活我哋潔淨自己嘅過去罪過,亦因此每日都要受苦。 因為主嘅話語講得好,我哋嘅道路真係又窄又充滿憂愁;但由於佢應許咗永恆生命,所以我哋要歡喜,並努力認真咁行呢條路,互相喺公義嘅熱誠中競賽,好似喺跑道上奔跑,並克服我哋嘅對手,好等我哋喺審判日攞到公義嘅冠冕。 因此,我哋要將沉重嘅事當作輕省,將唔利嘅事當作有利,將悲傷嘅事當作喜樂,將缺乏嘅事當作有益,將恥辱當作榮譽,將責罵當作讚揚,將生活必需品嘅匱乏當作知足,將飲水當作飲酒,將遲食當作早食。 正正就係呢點,先令我哋嘅生命帶有殉道者嘅特質,亦都係我哋對未來福份嘅盼望同期望嘅根基。我懇求你哋,唔好喊,亦唔好灰心,因為我哋嘅生命帶來悲傷,令心靈憂愁;反而──因為佢為我哋預備咗做仔嘅身份、天國同蒙福嘅永生, ── 讓我們以更熱誠的心擁抱它,並在其中不斷更新自己,勞苦加勞苦,功績加功績,勤力加勤力,順服加順服,意志的降服加意志的降服,禱告加禱告,守夜加守夜, 默想上帝到默想上帝,眼淚換眼淚,愛換愛。這就是我們的生命,與短暫的世界截然不同,且高於它,對那些受肉體支配、偏愛眼前之物而輕視將來的人而言,有些奇怪和陌生。 你哋就係嗰啲離棄咗世界同世界一切嘢:父母、兄弟、兒女同所有世俗之物,並且因為對主嘅愛,隨時準備好忍受艱辛、受苦、被侮辱、被折磨,甚至被處死。 因此,天上為你儲備咗豐盛嘅賞賜:只要你至死忠心順服,就會由呢個世界被遷往上帝嗰度,離開呢段短暫嘅生命,進入永恆嘅生命。

### *102. 我賜福與你,因你真誠而成功地投入了團體生活*

102. 1) 我為你喺宿舍活動中真誠而成功嘅參與祝福你。– 2) 唔好信嗰啲話到處都有好多呢類人嘅說話。– 3) 我哋最強嘅武器就係坦露我哋嘅思想。– 4) 呢樣嘢豐富咗我哋所有嘅苦行努力。 [2, 25]

**4.** 我賜福你,因為你喺呢一代、呢幾日裡,切實尋求主,警醒自己嘅心,相信你嘅靈同神同在; 我亦稱讚你哋生活誠懇無偽,真係棄絕咗世界,唔係淨係表面上同佢斷絕關係;而且你哋其實就係你哋所稱呼嘅嗰種人:因為你哋真係同萬物分離,喺你哋美麗嘅居所裏面,獨居同獨事一位神。 因此,你哋有咗一種共同生活嘅方式,當中冇一樣嘢係屬於任何人私人嘅;因此,你哋同父母同血肉至親斷絕咗無可挽回嘅關係;因此,你哋對卑微嘅我懷有真正嘅信心,呢種信心係透過你哋心底深處嘅秘密願望向我顯明嘅;因此,即使身處囹圄,你哋仍然心胸開闊;即使貧窮,你哋仍然心滿意足;即使喺肉體需要得不到滿足嘅時候,你哋仍然感到安慰同喜樂;仲有咩好講呢?──因此,你哋嘅生命充滿榮耀,並且成為人人茶餘飯後嘅談資。

**5.** 我說這話並非要奉承你,乃是提醒你,好叫你堅定剛強, 並要小心謹慎,免得從如此高處跌下,或因放棄修道生涯的鬥爭,或因被腐敗的詭辯和人的嘀嘀咕咕所誤導──他們說服你相信,此地及處處都有許多人敬畏神,且比我們更虔誠地事奉祂──而使你心志軟弱。 「試探就係咁──為咗乜嘢?為咗令你哋嘅能力可以顯明出嚟(林前11:19)。所以,要堅守你哋心志嘅美好決心,唔好忽略咗去愛主,要用善行去表現,並且要追求對我哋得救所必要嘅事; 因為有好多嘢瞞住我哋,我哋會絆倒都唔知點解,甚至完全唔覺,正如大衛所講:*「有誰能辨出自己的過失?」* (詩篇 18:13)。

**6.**所以我希望你哋知道,冇咩補救比坦露心意更能帶來得救,而呢點正正係你哋親身經歷過嘅。— 咁點解有啲人,當主已經賜咗呢份恩典畀你哋,當呢個補救方法咁觸手可得,你哋仲遲遲唔肯去懺悔同敞開心扉,反而用沉默剝削自己,任由未懺悔嘅念頭好似蟲仔咁侵蝕你哋? 無論你係邊個,我都可憐你,為你嘅軟弱而傷心。既然你哋擁有得醫治、得光明同得安慰嘅方法,點解要選擇相反嘅道路? 上帝看

見一切;因為*「没有什么受造之物能un 祂隱藏;但所有的事都赤裸裸地擺在祂眼前」*(希伯來書4:13)。——而且,我必須揭露你,因為我要的是我兒女的坦率,好讓我認識他們,他們也認識我。

**7.** 而呢,正正就係真正嘅屬靈親情:真誠嘅順服、無牽無掛嘅旅程、甘甜嘅禱告、不斷嘅進步同向完美邁進。從眼中流下嘅懊悔之淚係好嘅;純淨嘅禱告係好嘅, 無論晝夜;忍受患難是好;追求針線工夫是好;專心聽讀經是好;不輕易開口、談話時不帶笑是好;節制自己是好;紀念死亡和聖徒們的生活,並盡力效法他們是好;遠避衝動的狂妄,效法神聖的謙卑是好; 但勝過这一切的,是無情地自我檢視,以及承認自己的心思意念。——*「凡事察驗,善中持守。」*(帖撒羅尼迦前書5:21)

## *103. 嗰個世界嘅思想同感受、言行同我哋完全唔同:我哋將呢一切都當成好似喺天堂*

103. 1) 世上嘅思想、感受、言語同行為同我哋嘅完全唔同:我哋將呢一切都當成好似身處樂園。 – 2) 係神畀咗我哋而家所擁有嘅一切;無論內外,都同世上嘅嘢完全唔同。– 3) 不過,我哋要小心,唔好比平信徒仲差。

**8.** 榮耀歸於上帝,祂喺我哋出娘胎嘅時候就揀咗我哋,呼召我哋行呢條神聖嘅路!感謝主,祂呼召我哋進入修道生活嘅福份同奇妙! – 至於我哋——雖然講出嚟可能幾大膽,但其實唔遠離事實——真係蒙賜比世人更深咁明白天國嘅奧秘;世上好多人雖然睇得到,卻根本唔見到事物的真相。 因為你細想吓佢哋嘅心思同渴望:佢哋敬拜財富同短暫嘅榮耀,沉迷於享樂同歡娛,被香膏、柔軟嘅衣衫、珍貴嘅寶石、華麗嘅居所、花園、林蔭同其他各種虛浮之物迷住; 佢哋笑住跳舞,好似被飼養待宰嘅動物咁肥壯,仲做其他好多唔好提嘅事,就好似唔好提由呢啲事引起嘅後果一樣——呢啲後果唔係好,但佢哋反而讚美佢。呢啲就係佢哋所讚美、所誇耀、所喜樂嘅! —— 但喺嗰班*「已經同肉體連同肉體嘅情慾同私慾一齊釘咗十字架」*(加拉太書5:24)嘅人眼中,呢啲都係無足輕重、值得憎惡嘅;—— 就如你哋——照聖使徒所講——喺主耶穌基督裏面,已經釘咗肉體。 我哋對其他事物有截然不同嘅渴慕同傾向。 我哋追求同嚮往嗰種存在於極樂樂園、而家被逐出嚟嘅福樂狀態:為咗呢個目的,我哋採用一種接近原始嘅生活方式,背棄誘惑重重嘅世界,歸向上帝,脫去呢個生命嘅黑暗,披上聖靈嘅光,並透過捨棄一切,成為萬有之上嘅主宰。

**9.** 噢,何等奇妙而崇高嘅召命!有邊個將我哋同血肉之軀、父母、親人、故鄉、今生嘅習俗同一切世俗之物分開? 有誰說服我哋,要我哋向住持同靈性之父屈身做奴僕,去實踐禁慾、通宵祈禱同裸地而眠嘅苦行?有誰開導我哋,要我哋對事物保持清醒同唔受迷戀,唔要珍視黃金, 銀、金、美色、世俗的華麗,甚至連皇冠和紫色朝服本身;反而要視穿著這些破舊補丁的衣服為更光榮、更崇高,並以此為榮,而非以華麗的長袍為傲? 又有咩人畀咗我哋力量,令我哋遠離一切物質同肉慾,同更高層次嘅生命結合,透過貞潔保持純淨同無瑕,好似天使咁?呢啲就係我哋嘅讚美! 上帝賜予呢啲福份畀我哋——我哋曾經愛祂、渴慕將來嘅祝福——唔可親近嘅光、永恆嘅榮耀、難以言喻嘅喜樂、無止境嘅歡愉、永恆嘅基業、天國、取之不盡嘅財富,同埋透過天使同先祖所講嘅一切應許。

**10.**既然如此,我們要警醒謹慎,免得我們轉向相反的方向,結果落後於行世上道路的人。所以,我們要一次又一次地潔淨自己,一次又一次地堅守我們的貞潔——並且要用我們的心思意念,小心謹慎,不可給魔鬼一點機會。 一句引出一句,一瞥牽出一瞥,疏忽助長疏忽;慢慢地,當我們習慣並放鬆警惕,就會淪為夜梟,招致罪惡的死亡。不是這樣,我兒啊,不是這樣;我懇求並哀告你。 要互相提防,因為生死都操在你的鄰舍手中。一絲大意,一點疏忽,就令人墮入罪惡的深淵。年輕人、老人,領頭的和跟隨的,有權柄的和被管轄的,都要留心小心。上面我們蒙福;這裡我們卻被羞辱; 上面我哋被描繪成好似天使咁生活 ,而家就畀人同撒旦相比。有人講過,某個人如果從來未出世就最好(馬太福音26:24)。同樣嘅說話都可以用喺呢個人身上。——但講到呢度就夠啦。——我講呢啲嘢唔係想令你哋傷心,而係想透過預先警告,幫你哋抵擋將來罪惡之劍。

## *104. 講係我嘅責任,聽係你嘅責任*

104. 1) 講嘢係我嘅本份,聽係你嘅責任。– 2) 你哋用口唇尊敬我,但你哋嘅心卻遠離我:當我同你哋講我哋嘅經濟窘迫,並解釋其原因時,你哋都接受咗我哋嘅處境;但之後你哋就開始埋怨,尤其係點解有咁多人被接納。– 3) 我而家就同你哋解釋以下嘢: 上帝係我哋嘅供應者,佢會幫助我哋。– 4) 唔好埋怨;否則,就好似以色列人喺曠野埋怨,因此未能進入應許之地,你哋都入唔到上帝嘅國度。– 5) 我哋嘅

祖先有咩時候試過呢啲事?相反,佢哋雖然受盡苦楚,但都冇拒絕其他人所需。 – 6) 你哋自己嚟到呢度一無所有,都得到咗照顧;點解而家唔肯對人施恩?飢餓到快要死嘅狗都唔會畀人趕走,但你哋竟然想趕走嗰啲基督為佢哋死嘅人。– 7) 你哋唔係都應承咗要同我一齊受苦?而家點算? 定你哋忘記咗受苦係我哋嘅命?– 8) 悔改;至於我,我唔會改變;而且,你哋都係呢啲事嘅夥伴:因為我哋係一體。– 9) 諗吓神幾多次拯救我哋脫離缺乏:咁點解我哋要怕跟從誠命呢?[2:30]

**11.**我嘅職責同我不斷嘅努力,就係要時刻將上帝嘅話帶畀你哋,提醒你哋行啱嘅路,並鼓勵你哋堅守敬虔嘅生活方式。 因為連啞巴羊群嘅牧人,出於必要,都要承擔冇眠寢嘅警醒同照顧託付俾佢哋嘅羊隻嘅重任,引佢哋去食草,又喺度引領佢哋: 咁,我──一個不配承受基督羊群管理權嘅罪人──就更加要時刻警醒,看守你哋嘅靈魂;並透過宣講道言,好似吹笛一般,向你哋指出啲有益嘅事,並警告你哋遠離啲有害嘅事。 但既然呢種責任落喺我身上,你哋亦唔可以輕視我嘅說話,而要留心聽我牧養嘅聲音。主話:*「我嘅羊聽我嘅聲音,就跟從我。」 「羊不跟從生人,因為不認得生人的聲音。」*(約翰福音10:27、5)呢段說話同樣適用於我同你。

**12.**但我為乜嘢要同你哋講呢段前言呢?──我一開始就講──免得呢番說話令你哋覺得沉重──因為你哋當中有啲人只係用口尊我,心卻遠離我。依家我就解釋點解。 ── 由於近年收成欠佳,加上神差遣世人由塵世深處湧到我哋寺院避難,以及本城客棧及其他收容所增多,我哋而家要應付基本生活所需,已經開始面對艱難。 我已經將呢件事通知咗大家,並表達咗我深切嘅悲傷同埋沉重嘅憂慮──點樣喺今年滿足我哋嘅需要。我懇求大家以熱誠為動力,加強我哋嘅手工藝品製作, 要超越我哋平時嘅慣例,同時提醒佢哋,對於我哋呢班追求天國嘅人嚟講,完全應該以各種方式忍受呢條狹窄而痛苦嘅道路,喺上面我哋會面對悲傷同艱辛, 飢渴、勞瘟、汗流浹背、赤身露體、貧窮,以及其他類似的境況;並補充說,上帝常常容許我們遭受一些小試煉,以考驗我們對祂的愛究竟有幾深,以及我們是否甘願為祂的名忍受一切苦難。 當時你哋證明咗自己配得上,亦都符合咗我嘅期望。 但係你當時心入面根本冇真係向住神,只係用口頭謝恩,過咗陣就因為發生嘅事而埋怨,覺得好沉重,然後就反抗──唔係反抗某個摩西,而係反抗我呢個罪人──講:「佢點解要召集咁多人,連自己都養唔起?呢啲又有咩需要?」 又係邊個逼佢去聚集咁多人?

**13.** 正正要向呢班人講出呢番說話,宣講上帝嘅真理,並指出將要臨到佢哋身上嘅上帝之劍,免得佢哋被毀滅嘅血歸咎於我呢個罪人。──首先,佢哋好似唔係我真正嘅兒子,冇同我一齊講:「點解我哋要收留佢哋?」 但佢哋好似陌生人同邪惡嘅孩子,就話:「點解佢要收留佢哋?」──咁樣就將自己排除喺同我嘅團契之外。──再者,雖然佢哋咁講,佢哋仍然有罪,值得受譴責,因為正如詩篇所唱:*「佢哋誣衊上帝,話:『上帝真係可以為呢班人預備食糧嗎?』」* (詩篇77:19–20)──豈是畀咁多嘅人?我係食物嘅供應者咩,定係我結果實,或者我裝滿穀倉?再者,我係憑我自己嘅意思同權柄去歡迎嚟到嘅人,並增加弟兄姊妹嘅數目咩? — 豈不是主上帝自己先係養育世界嘅,祂*「張開手,以豐盛嘅恩典滿足萬有」*(詩篇144:16)?豈不是祂自己話:*「要先尋求上帝嘅國度同祂嘅義, ,呢啲嘢都會加畀你哋。」* (太6:33)。豈不是祂親自鼓勵心志軟弱的人,說:*「你只管仰望空中的飛鳥:它們既不播種,也不收割,也不把糧食積存在倉裡,而你天父仍然養活它們;你這小信的人哪,豈不更照顧你麼?」*(太6:26; 路加福音12:28)。再者,透過某位智慧人,豈不是祂所啟示:*「倚靠主而蒙羞的,有誰呢?尋求祂保護而被遺棄的,有誰呢?呼求祂而祂不理會的,有誰呢?」*(西拉丘斯智慧篇2:10)。 又再者,豈不是祂在福音中應許:*「凡到我跟前的人,我總不丟棄他。」*(約翰福音6:37)?又豈不是祂吩咐:*「讓小孩子到我跟前,不可阻止他們;因為神嘅國度就屬於這樣的人。」*(路加福音13:16)? 聖經其他經文亦有好多同呢點相符嘅記載。咁點解你要同我──一個可憐嘅人──作對,喺你哽咽嘅憤怒中講啲冇意義嘅說話?

**14.** 你睇嚟係以色列人之一,從無形法老王之手得救,從情慾的沉重奴役中得釋放,也從世俗虛榮的黑暗埃及中解脫, ──後來佢哋行過苦修同悲傷嘅人生沙漠,面對嚴重嘅苦難時,既唔向神感恩,亦唔歸榮耀畀祂,好讓呢種良好嘅心態可以透過神嘅眷顧令所需得以成就;反而佢哋向神埋怨,好似咁講: 「我哋倒不如死喺埃及」,佢哋懷念埃及嘅瓦罐,每個人都憑呢句話,諗起世上令佢哋最愉快嘅嘢。──但你哋知唔知嗰啲埋怨嘅人發生咗乜嘢事:佢哋一個都冇獲准入應許之地,全部都死喺曠野。 我怕,我嘅兒女,我哋都會因行咗同樣嘅事而落得同樣嘅下場。但當時係會幕同律法嘅童年;而家,卻係恩典嘅完美同基督嘅真理。而且呢件事唔係由平信徒做嘅,而係由我哋當中已經攀上天使般生活高峰嗰啲人做嘅。

**15.** 我們可敬的長老們,何曾聽過如此的埋怨?或者,他們曾因物質供應不足而拒絕接受任何尋求得救的人進入他們的修道院?他們的門不正是永遠為人敞開──不僅對那些想出世的人,也對所有有需要的人? 佢哋喺臨終時,唔都喺呢件事上立咗明確嘅遺囑咩?你哋知道我哋嘅偉大燈塔優提米烏斯喺呢方面做咗啲咩安排;你哋都讀過我哋永垂不朽嘅薩瓦斯同大德奧多西烏斯長老,以及至福帕科米烏斯嘅情況。 佢哋有冇受過貧乏?—唔止一次,而且絕對唔係小程度。例如,佢哋其中一個人連過復活節彌撒嘅基本用品都冇;其他人以唔同方式都經歷過相似嘅艱難。所以,有時佢哋喺好多方面都豐足有餘,有時又受貧乏之苦;但無論咩情況,佢哋都感謝上帝,以平靜嘅心態去承擔。 佢哋嘅真正兒女都同佢哋一齊分享苦難,亦一齊分享喜樂同快樂。但係唔係咁嘅人──無論當時定而家──就落咗咒詛,最終滅亡。所以我嘅兒女同兄弟姊妹,你哋要謹慎。

**16.** 埋怨嘅人,要記住,你哋唔係靠自己嘅勞力生活,當初嚟到呢度,你哋乜都冇帶嚟。當時,因為你哋唔使返去,就感謝讚美神同我哋。 咁而家,你哋呢班愚蠢嘅人,點解唔肯將當時自己所領受嘅恩典示好俾人,反而吝嗇到連收到嘅禮物都唔肯傳畀人?無情、無憐憫、無憫心!就算我哋收留啲啞巴餓死嘅狗,都仲值得讚揚。 因為經上寫住:*「義人憐憫佢牲畜嘅命。」*(箴言12:10)咁我哋豈唔應該收留有理性嘅人──我哋嘅 fellow creatures、我哋嘅弟兄──佢哋喺船難之後懇求我哋帶佢哋入我哋嘅港灣,拯救基督為佢哋死嘅人脫離極大嘅困苦? 但係呢啲諗法,愚人就唔會諗到。

**17.** 你哋唔係答應為主嘅緣故同我一齊死咩?但係而家,一遇到少少勞苦同缺乏,就否認我,轉頭走。點解唔再勸我,務求確保冇一個窮人嚟到呢度,唔食飽、唔飲夠、唔攞到所需嘅幫助就離開? 但你哋自己只識填飽肚,甚至過量放縱:食魚、飲酒──唔止兩三杯Krasavul,甚至更多,呢啲都係聖父所禁止嘅。嗰句諺語喺你哋身上應驗咗:「冇人可以同時事奉兩個主人」──我講嘅係貪食同對上帝嘅愛。但係,咁愚蠢同硬心嘅人,你哋要明白:照聖父哋所吩咐嘅一切,同埋我呢個罪人無時無刻提醒你哋嘅,我哋就應該受苦,經過重重試煉,先至可以進入天國。

**18.** 所以,要悔改,因為你哋喺主面前犯咗大罪,罪惡深重。至於我,我唔會拒絕或者動搖;就如我開始咁,我會繼續,以最熱誠同熾熱嘅心接待所有嚟嘅人;因為唔係只有我一個人,神吩咐咗,而你哋都要同我一齊,因為我哋都係一體。 無論你為我做咩,當我著衫俾赤身者, 溫暖寒冷者,衣履赤腳者, 收留無家者,餵飽飢餓者,並紓渴渴者──以上一切,都奉我哋真神──耶穌基督之名而行,祂為我哋罪惡付出贖價,我哋信靠祂*「義人必不至飢餓」*之應許。 (箴言 10:3): 呢就係你哋嘅靈魂,佢哋冇埋怨──因為我唔會責備所有人──佢哋因遵守神嘅誡命而喜樂,因弟兄姊妹嘅成長而喜悅,喺神嘅試煉中存忍耐,已經撇棄一切,甚至準備好為神嘅工作堅守到底。

**19.** 考慮一下──我再次對未受懲罰的你哋講──上帝豈不是喺好多次都將我哋從極度貧困中拯救出嚟?又透過我同你哋嘅父親嘅禱告,賜咗咩福氣畀我哋?──佢喺糧食短缺嘅時候,唔係都供應咗我哋糧食同酒咩? 佢唔係感動咗啲有善心嘅人,打開佢哋嘅糧倉嚟供養我哋咩?唔係仲有蜂蜜、橄欖油、芝士、毛毯、衣物同黃金,由村莊、島嶼同城鎮──由主教、郡守,甚至著住紫色袍嘅人──送嚟畀我哋咩? 願主赦免你,並在將來使你更剛強,好叫你與弟兄同受苦難,同忍耐,同得賞賜,一齊配得生命冠冕。

## *105. 而家正值有利時機(春天);要控制好自己嘅身體*

105. 1) 而家呢個季節好誘惑(春天);要控制好自己嘅身體。– 2) 飲嘢同食嘢要適可而止。– 3) 因為禁慾,天賜的福份在等待,與之相比,地上的福份微不足道。—4) 仰望圍繞在你身邊的美德;抬頭望天:一切都會變得可以承受。[2, 31]

**20.** 善念難得,卻易被不留神者偷走;費盡心機得來的事,可能因一念之差而化為烏有。因此,在這個春季,當身體靈活、肉體屬地而易受塵世慾望驅使之時,更應特別留意自己。 土地一旦受肥受養,就會按其本性生長出作物;同樣,肉體若被各種飲食滋養,便自然會激起潛藏其中的情慾。 所以,你要緊握住佢,並加以約束;正如使徒所言:*「不可放縱情慾」*(羅馬書13:14),而要按合理分量畀佢所需,喺聖靈裏面生活。

**21.** 飲食同飲酒都要節制。酒只可以少量飲用以作安慰,而且只喺節日、做極度疲勞嘅工作、病咗,或者前路旅程好長嗰陣先得; 但係其他時候,就應該只飲一杯,最多兩杯:因為你哋知道Gerondikon對此有咩講法。至於飲食,我就引用使徒以下呢段說話:*「就當廢去筵席。」*(林前16:13) 我並唔係要

你完全遠離佢哋,而係希望你喺適當同敬虔嘅方式下飲食,為咗靈魂得救同身體得力,好等你能夠完成所蒙托付嘅工作。

**22.** 你哋唔知道就係因為呢種節制同自我克制,遠離塵世嘅享樂──食肉、飲酒、洗澡、溫泉等等──先至有神聖嘅樂園為你哋預備,入面有生命樹同不朽之水、聖靈嘅喜樂,同埋永恆祝福難以言喻嘅美? 休息同一切安慰喺嗰度都為你珍藏。好快你就會經過死亡嘅大門到達嗰度,並會永遠無止境咁享受佢。 然而喺呢度,就算我哋攞到皇宮入面嘅福份,佢都唔係享樂 (τρυφη),而係蟲嘅食物 (τροφη);享用佢唔係好生活,而係無生命;喺佢哋入面搵到嘅唔係喜悅,而係憂傷, — 享受佢哋唔係擁有,而係剝奪; — 佢哋嘅遺產真係「萬物虛空」,正如最智慧嘅所羅門喺充分品嚐過世上一切享樂之後所宣告。

**23.** 你喺女朋友身上有自制,喺妻子身上有順服,喺女兒身上有純潔、處女同慈善,喺聖潔嘅處女身上有痛悔同謙卑。 你抬頭望向群山之巔,就會看見我們的居所──看見我們的首領、我們眾人的父──主基督──所在之處,看見我們的城──天上的耶路撒冷。的確,如果你能忍受一切,你就會得勝;如果你能滿足於一切,你就會得冠冕;如果你以這種方式離開今生,天國的門就會為你敞開。

## *106. 讓我們懷著永恆喜樂的盼望,效法聖保祿的話語和榜樣,忍受一切*

106. 1) 我哋都要為咗盼望永遠嘅福樂,效法聖保祿嘅言行,堅忍一切。– 2) 因為我哋同佢一樣,都要喺每一刻面對試煉。3) 如果我哋捱過呢啲,上帝嘅恩寵就會臨到我哋身上。[2:32]

**24.** 努力耕耘,切勿將你為基督而忍受的苦難視為外來──一件奇怪又意想不到的事。 你唔係由世界嚟到呢度,喺神同佢揀選嘅使者面前承認,你甘願為天國受 一切憂愁同艱難──包括飢渴、寒冷、赤身、侮辱、誣衊,同其他苦行試煉,都願意忍受嘅咩? 最好唔好諗呢啲嘢,只係要忍受再忍受,將目光定睛喺一切福樂嘅結局。而呢個結局係乜嘢呢?就係天國嘅基業、永遠福樂嘅喜悅、嘗到不朽嘅滋味、無止境生命嘅福樂、做神嘅兒女、樂園嘅甘甜,同埋一切安慰。 的確,偉大的使徒就此事講得既得體又公義,他說:*「我以為現時所受的苦楚,與將來要顯與我我們的榮耀比較,尚不足一提。」*(羅馬書8:18) 之後佢周遊全世界,好似行喺獅子老虎中間咁,畀不信者拖來拖去、撕裂佢,日日夜夜飢渴交加、勞碌工作,仲要親手做嘢,唔想畀人添麻煩,只係靠自己嘅勞力,供自己同同伴嘅所需。

**25.** 喺我哋而家所處嘅環境入面,如果我哋能夠懷住感恩同忍耐去承擔一切──我哋就有福氣──就唔會被剝奪喺其中嘅份。但如果我哋顯出軟弱、不滿足同埋埋怨,我哋又點能夠同嗰啲為咗對抗罪惡甚至流血犧牲嘅人有任何交通呢? 到嗰日,如果連最細微嘅差事都做唔到平靜同如常,我哋豈唔會感到無地自容?──我講緊嘅係:一貫嘅順服、無怨言嘅工作、謙卑嘅服侍、適時嘅沉默、得體嘅言談、隨意調動到另一崗位, 注意同埋同工作量相稱嘅努力、壓制自己嘅意志、感恩咁接受所加嘅懺悔、日夜堅定咁堅持唱詩同禱告、仲有耐性咁誦讀當日指定嘅詩篇。

**26.** 凡此種種,甚至更多難以枚舉的事──如果我哋以謙卑、喜樂同樂意嘅心去接受、忍受同完成──咁我哋嘅生命就會非常美好,而上帝見到咁,就會以恩典憐憫同祝福我哋。 – 我們不可偏離此等生活之道;即使因此每日都要死,都要歡喜接受,務求*「在一切事上不惹厭惡,好叫我們的服侍無可責備」*(林後6:3)。

## *107. 而家係大齋期:所以各位都要按需要作好準備*

107. 1) 而家係大齋期:我哋每一個人都要按需要作好準備。– 2) 所需要嘅唔單止係外在嘅肉體克制同身體懺悔,而係要斬斷一切邪惡同自己嘅私慾──謙卑同服從。[2, 33]

**27.** 正如你哋所知,而家係聖潔嘅大齋期,佢要求我哋嘅靈性努力比平時更加深,即係:對一切善事要有最熱誠嘅準備、喜樂、勇氣、勤力、耐性、 天上嘅祈禱、帶眼淚嘅懺悔、撕心裂肺嘅謙卑,以及適當嘅禁慾──唔單止係食物同飲品,仲要遠離嫉妒、仇恨、憤怒、衝動、埋怨、驕傲,同埋最可憎嘅情慾。 要更審慎地檢視自己,按照以上所講去潔淨自己,並預備好成為被揀選的器皿──由聖神感動、宣講天主的大器皿。這正是此季節所要求的;事實上,禁慾的真諦就在於此。

**28.** 無人可以同我講:「我咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多

咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多咁多□ 但同我講:你嘅理性謙卑咗冇?你嘅心靈破碎咗冇?你自己嘅意志被斬斷咗冇?好令你時刻都能順服,從唔頂嘴,絕對唔埋怨,完全唔辯駁,唔嫉妒你嘅弟兄,唔喺心思同言語上自誇,唔會問「點解係呢樣?點解係嗰樣?」點解一個人要喺咁嘅位置,另一個人又要喺嗰個位置?──由呢種心態出發,心裏就變得煩亂,面上就變得凶狠,然後由心裏嘅惡藏──唔係好嘅,而係壞嘅──傾出嚟嘅,就係不信、抗拒同混亂嘅說話,唔單止令自己,連聽緊嘅人都可能跌入毀滅嘅深淵。 呢啲唔係禁食嘅作為,亦唔係節制嘅修行。但如果有人心裏面有謙卑同順服嘅靈,咁憑住呢兩種美德好似兩對翅膀,就可以飛上天,成為神嘅同伴。

## *108. 唔好畀自己變得懶散,要記住我哋係為神而勞苦,神會按我哋嘅熱誠同勤力嚟賞賜我哋*

108. 1) 唔好畀自己變得懶散,要記住我哋為神勞力,神會按我哋嘅熱誠同勤力嚟賞賜我哋。– 2) 同時,我哋要喺內外都完美咁遵守成個生活秩序。 – 3) 振作精神:我哋有上帝做我哋嘅幫助者,仲有至聖母瑪利亞,同埋眾聖人,特別係我哋自己嘅聖人──施洗若翰同神學家若翰,呢間修道院就係獻畀佢哋嘅。– 4) 我哋要遠離不雅嘅談話,只講對靈魂有益嘅說話。[2, 84]

**29.** 要小心,免得我哋嘅心畀絕望、鬆懈同唔雅觀嘅念頭壓得沉重,免得呢啲導致靈魂內部嘅大災難──墮落。 但願我哋以青春嘅活力同熱誠,一齊努力過好呢段短暫又日益減少嘅生命,好等我哋行咗善事、聖潔嘅操守同可貴嘅美德之後,由呢度離開去到將來嘅時代,就可以配得上由賞賜者──上帝──所賜嘅那不朽公義冠冕。 所以,人人要謹慎考慮自己 how 去履行職務,要一直做到老,就好似直接服侍主一樣──唔可以草率、唔可以冷淡、唔可以懶散、唔可以偽善──因為知道咁做唔係得罪人,而係得罪嗰位呢項職務獻上畀佢嘅神。 因為我哋喺呢度究竟係咩?唔係只係一班同僕人,提醒其他人遵守主嘅誡命咩?──好叫遵守誡命嘅同埋違犯誡命嘅,都唔係喺我哋面前犯罪,亦唔係想討好我哋,而係想討好嗰位好主同神,就係賜下誡命嘅。 所以,無論有人抄書、服侍、耕田、開溝,或者做其他任何事,都當喺神面前做,而唔係喺人面前做;咁佢嘅工作就會純潔,因為心底藏事神都知,神會按佢所付出嘅努力同熱心去審判。

**30.** 人要守住口舌,免說閒話;護住眼睛,遠避不雅之物;守住心靈,遠離不純之念;並以敬畏上帝的心約束自己的所有感官;人與人之間應該彼此謙卑有智慧,彼此以樸實的愛相待,並進行端正的談話, 要顧念有用的事,聽從合適的話,與人交往要謙遜,並默想神聖的事;好叫我哋歡歡喜喜、快快樂樂咁遵守神嘅誡命,並使我哋喺世上嘅日子得以有救靈嘅結局。

**31.** 堅定信心:我們在人生旅程中,有神作我們的幫助者和代禱者;又有至聖神之母的代禱,以及我們的主──偉大聖徒若翰洗者與若翰神學家──的祈禱作我們的堅盾。我們的修道院都奉他們的名。但「*若神與我們同在,誰能抵擋我們呢?*」(羅馬書 8:31)。 「*如果主係我哋生命嘅保護者,我哋仲有咩好驚?*」(詩篇26:1)。 如果我哋有聖母同聖人嘅幫助,邊個能戰勝我哋?永遠都冇人。但係魔鬼會遠離我哋,人哋會讚揚我哋;我哋嘅仇敵會大感震驚,冇人會站出嚟反對我哋。但如果我哋唔係咁,咁一切對我哋嚟講就會完全唔同。

**32.** 既然如此,我們又何須端莊行事,尤其身處於此等城市?我們當遠離與己無關之事。談論君王、談論統治者,或探究這、那件事,同樣與我們無關。 「*要明白嗰啲吩咐畀你嘅嘢。*」(西拉書3:22)智者咁講。我哋關注嘅嘢同傾偈嘅內容都唔同。世人就講世事,忙住過日子嘅人就講過日子: 但我哋所講嘅,係我哋嘅救主上帝,同對靈魂有益嘅事:品德、我哋可敬愛祖先嘅生平、死亡、離世、與聖天使相遇、喺基督寶座前嘅審判、公義嘅報酬,同天國。 以呢種方式傾談,我哋就好似天使咁獲得啟迪,亦會啟迪到在場嘅平信徒;但如果我哋淪落去講虛浮嘅閒話,就會害咗自己,仲畀人哋恥笑同譴責。 所以,從今以後,要小心謹慎,守住口舌,遠離不雅之言;反而要宣揚我哋善行嘅言語,咁樣可以點燃對神更熱切嘅愛,甚至選擇為祂嘅真理而死。到嗰日,神會接納你呢啲決定當作行為,並以殉道者嘅冠冕裝飾你。

## *109. 切切實實、盡心盡力去追求那不屬於這世界的事:神必賜福給你*

109. 1) 你要切心盡力,追求那不屬於這世界的事,神必賜福給你。如果你能如此堅持,你就會興旺;因為所有先祖都如此行。– 2) 再次,對貪慕世俗財物者的責備。 [2, 35]

[95]**33.** 有人揀一樣嘢,有人揀另一樣嘢,作為佢哋追求嘅目標:有人追求統治,有人追求靠官位嚟攞榮耀,又有人追求屋企、僕人同田地帶嚟嘅滿足同財富:世上嘅慾望千姿百態。 但你呢,卻將呢一切都撇下,將你嘅靈魂遷入另一個世界,你所渴望同追求嘅,係超越世界同屬天嘅事物,並以心存留喺此;你嘅所有關懷同勞力,都獻身於呢一樣嘢。 除咗要完全淨化情慾、獲得一個謙卑破碎嘅心、不斷禱告、持續勤力、帶住眼淚嘅懊悔,同埋完全超脫──唔單止係同朋友、識面人,甚至連自己父母同一切世俗虛榮都斷絕之外,冇其他嘢可以困擾或者佔據你嘅心思。 – 實在,神對你哋嘅恩典就係咁!我見到你哋每一個人堅持, 努力並迫使自己擺脫折磨你嘅情慾,並與獨一嘅神保持交通。 所以,如果你哋能喺呢種殉道者嘅爭戰中堅持到底,我哋嘅基督上帝就會賜俾你哋力量同堅毅,去抵禦一切情慾同撒旦嘅反對,並成功完成擺喺你哋面前嗰件三福嘅壯舉,就好似你哋之前嗰啲聖徒同承載上帝嘅長老所做咁。 佢哋雖然身穿肉身,同我哋一樣有相同嘅本性,但係佢哋過住人生時有冇免過勞苦同爭扎呢? 絕對唔係咁;佢哋經過好多唔同嘅試煉,透過完全嘅順服同謙卑,以及自我克制同其他各種美德,將肉體服從於靈,於是佢哋攀升到聖潔生命嘅高峰,達到咗所成就嘅境界,並因此被榮耀。 為咗建造我哋嘅靈魂,我哋要回顧我哋至為尊貴嘅父薩瓦嘅美德。 你哋都知道,佢做初學者嗰陣,極其順服、謙卑又樂於助人;就算畀佢做最卑微嘅差事,佢都好似做緊咩光榮嘅事咁開心;日日夜夜都勤力搬水扛柴,詩歌詠唱時佢最先到,收工時又係最後一個走。 關於佢嘅事蹟,仲有好多記載,但而家冇時間逐一列出。我哋呢班小朋友,都要效法佢嘅榜樣;呢樣唔係做唔到:可以各人擅長一樣,互相幫忙,互相競賽,但最緊要係唔好憑自己意思,就算係睇落好嘅主意,都唔好冇同大家商量就自己去做。

**34.** 我唔可以對一件事保持沉默;第二件事,我真係唔知點解,竟然有啲無知嘅人喺你哋當中搞,佢哋蔑視一切秩序,雖然呢啲行為極度可惡——我講緊嘅係,我哋當中經常有人嘅嘢唔見咗,或者講得更準確啲,就係被偷咗。 例如,有人出去一陣,或者因公務離開較長時間,把鞋、筆或者其他手藝工具留喺房入面,返嚟就發現啲嘢唔見咗。 呢件事真係徹底邪惡,喺弟兄姊妹當中令人好困擾同羞愧;懷疑、誣衊、悲傷甚至仇恨都會出現,而且通常針對無辜多過真兇。 「聽住,你哋呢班賊,聽吓蒙福嘅使徒保羅嘅嚴厲警告:*『賊……同勒索嘅人……都唔會承受上帝嘅國度』*(林前6:10)。」 講到*「勒索者」*時,佢冇指明係銀定金,定係貴重衣物,只係作咗一個總括嘅宣告──無論被勒索嘅物件係乜,就算係最微不足道嘅小物,勒索者都無份承受天國。 賊同搶劫者,你哋聽到咗冇?— 我懇求你哋,唔好再偷同搶—線、針、錐、筆、細壺、碗、小刀、腰帶—同埋呢啲嘢:因為我再同你哋講,凡做呢啲嘢嘅,都唔會承受上帝嘅國度。 ──定你哋唔驚使徒嘅審判?係我呢個窮人發出咁嘅威脅?──所以我再次懇求你哋:我哋要行得配得上所蒙嘅呼召,行事有聖潔、公義同純潔,遠離嗰啲惡行,好叫我哋成為永恆福份嘅承受者。

## *110. 透過你哋嘅團契,每個人嘅好處大家分享,大家嘅好處每個人都分享*

110. 1) 藉住你哋嘅團契,一個人嘅善行會傳遍所有人,而所有嘅善行又會回饋到每個人身上。– 2) 所以,我哋既唔好懶散,亦唔好照自己嘅意思行;而要過一種群體生活,努力遠離惡行,並熱心追求一切可嘉嘅事。– 3) 我哋所做同經歷嘅事,會嚟嚟去去,唔再被感覺;但佢仍然留喺內心,到審判日就會大白於天下,或為稱義,或為定罪。

**1.** 我們各人都有自己的恩賜,正如經上所記:有人得這,有人得那。但你們,弟兄姊妹,被愛的心所結合,因著這愛,使彼此的勞苦和美德都歸於自己。 例如,你能夠泰然處之,忍受侮辱;另一個人以勤力見稱;另一個人擅長默不作聲;又另一個人則以溫柔見長;而透過團契,你哋每個人所擁有嘅,不單止自己嗰份,仲有其他人嗰份:你哋嘅善行互相流傳,從一個人傳到所有人,再由所有人傳返一個人。 所以,要喜樂,同享彼此嘅喜樂;無論任何人有咩恩賜,都要喺嗰方面更加卓越,遠離虛榮,並將弟兄嘅美德視為更偉大。 所以,如果我哋係咁,彼此咁樣合一,用愛嘅紐帶緊緊連繫,就更加要努力追求卓越,咁上帝就會喺我哋嘅工作上得榮耀,而我哋嘅生活方式就會喺宇宙大部分地方被人所知。

**2.** 但係唔好有人自以為是,或者行得怪怪哋。*「哀哉,凡自以為有智慧、自以為通達嘅人!」*(以賽亞書5:21) 唔好有人粗心大意或者懶散,免得佢哋聽到:*「你呢個懶惰人,去睇螞蟻做嘢啦!」*(箴言 6:6)。亦唔好有人判斷上心口不一,免得佢哋又聽到:*「心口不一嘅人,行路都唔穩陣。」*(雅各書 1:8)。 但要常常積極又殷勤去遵行誡命,誠實無可指責,因為你坦露心底最深處的意念,不被虛榮所佔有 ,亦不被自己的慾望所左右。因為這樣的人就好似*「被風驅動、被風搖擺的海浪」* (雅各書1:6),好似一個心志

[95] 呢篇講道係喺佢紀念日當日講嘅。

不穩、心裏冇根基嘅人。但願呢啲嘢都遠離你哋;*至於「凡係可榮耀同可稱讚嘅事」*,就努力去追求、去豐富自己、去珍藏喺你哋靈魂嘅府庫,好等你哋可以得着天國。

**3.** 無論你哋每日做咩,係值得讚揚定係可責備,都好似流水一樣,一掃而過,喺你哋嘅意識入面,幾乎冇乜嘢由昨日留到今日。 凡為誡命受苦、勞碌、流淚、忍耐、汗流、心被撕裂、受壓、疲倦、受辱──或以任何其他方式受苦者──都只在當時感受到,然後即刻過去; 但對經歷過嘅人嚟講,一切都留低並永遠保存,以待擢賞。另一方面,凡係沉迷於閒談、笑鬧、取樂、大搞惡作劇、玩耍、放縱自己、不聽人話、行事浮誇、嫉妒, 會發怒、暴怒、陰謀、狂妄行事,等等──這樣的人不但現在得不到任何好處,反而為自己囤積了無可辯駁的定罪,留到報應之日和神公義審判的那日。 弟兄姊妹們,讓我們反思這一切,追求美德,同時以各種方式遠避罪惡,因為罪惡如災難般,能將一切摧毀。如此,我們才能以合神心意的方式結束生命,並與所有蒙神喜悅的人一同蒙受所應許的福份。

### *111. 講道係為咗令你哋聽咗之後可以行正路,但你哋依然如故:所以唔好再咁唔留心同咁懶散*

111. 講道係為咗乜嘢?就係要你哋聽咗之後行正路,但你哋依然如故:所以唔好再咁唔留心,要更加積極。 [2, 38] 我問你哋,講道係為咗乜嘢? 係咪淨係要喺固定時間讀出嚟嚟搔搔你哋耳仔,或者畀你哋讚我,又或者根本冇乜特別目的?都唔係為呢啲;而係要你哋深入體會所講嘅內容,用盡你哋全心靈去擁抱話語嘅力量,並喺基督嘅恩典中,靠住我同你哋父嘅禱告結出果實。 ──呢就係我嘅心願同本份;但係我見到咩?──我見到講道一完,你哋就即刻將一切都忘晒,無留半點痕跡,好似根本冇講過一樣。就係因為咁,禮拜一完,我哋一出門,就又即刻跌返入平時嗰啲罪惡入面。 有人就開始亂嗡,另一個人就嘟嘟囔囔,有人編排八卦,又有人躲喺牆角瞓覺,錯過咗針線課;當佢返嚟嘅時候,佢*「手軟膝弱」*。(西拉書25:26)其他我就唔多講啦。 我嘅兒女,唔應該係咁,絕對唔應該係咁;免得你哋聽人講:「呢班人用口祝福我,但佢哋嘅心卻遠離我。」 但當你哋聽到關乎得救嘅話語,無論係嚟自我嘅教導,定係讀出嚟嘅聖經──無論幾時──願你哋心入面點起對神嘅敬畏,激起對祂嘅愛,生出興旺嘅渴望,同埋堅定咗遵守祂聖潔誡命嘅決心,好叫我哋得以被認為配得上祂嘅國度。

### *112. 我哋正喺進行一場屬靈嘅競賽:觀眾係邊個?跑手應該專注喺咩?邊個以身作則咁跑?*

112. 1) 我哋正參與一場屬靈嘅競賽:觀眾係邊個?跑手應該將注意力集中喺邊度?邊個以身作則咁跑?– 2) 唔好羨慕寺院入面嘅慣常分別;唔滿意嘅人所講嘅都唔明智:佢哋應該改過自己嘅行為,因為呢個只係佢哋學返嚟嘅習慣。 [2, 39]

**4.** 你哋係主上帝嘅快足跑手,你哋嘅賽跑唔係喺地上,而係由地到天;觀眾唔係人,而係天使同聖人嘅大軍;頒發冠冕嘅係主自己,而冠冕係永不凋謝嘅。你哋因着修道誓願而踏入呢個競技場,真係有福嘅。 但係喺呢度你哋先至啱啱開始;獎冠只會畀完成賽跑嘅人。所以,你哋每一個人要小心留意自己點樣跑;要觀察賽道上決定成敗嘅標記,亦即係美德嘅進展; 要警醒地留意一切障礙──並努力克服──即肉體、世界和魔鬼的誘惑,為此從聖神中汲取力量;不可分心,而要將目光集中於終點,將所有力量都投向那裡。 比賽仲未完。你哋到而家為止跑得都幾好;由今以後,要同樣保持熱誠同努力,繼續向前跑,互相競賽,互相幫助。邊個可以超越其他人?就係最謙卑嗰個。邊個跑得最有榜樣?邊個最順服、最敬虔、最無怨言, 最虔誠於詩篇、最緘默、最勤力、 最禱告、最真誠、最謙卑、最無惡意、最無嫉妒、最忠誠、對天父最慈愛,以及以其他一切方式在靈魂與肉身中彰顯完美美德。 願呢個成為你哋生命嘅道路,亦都係我哋由力量升到力量,由呢個世界升到天上嘅方式。

**5.** 讓愛成為你哋嘅標誌,證明你哋係主嘅門徒。喺愛中安身,用愛心接納弟兄姊妹之間嘅一切差異,包括佢哋嘅喜好、喺事工、手藝、職位同階級上嘅提升。讓嫉妒、妒忌同憤怒讓路。 你哋每一個人都要將對兄弟有利嘅事,當成對自己有利嘅事,並且要為佢哋嘅成功而喜悅。咁樣,上帝就會喜悅,而對一切事物嘅完全勝利就會得以實現。愛係美德之冠。但係因為某件事或者某項事工上偏重咗某人而心灰意冷,係一件腐爛又有害嘅事,亦係對立面嘅標誌。 唔係咁,我嘅仔女,唔係咁。話「我應該比某人更受尊重」,或者「我年紀比某人大,所以應該坐最高位」,都係唔公義嘅。我懇求你哋,要遠避呢啲魔鬼嘅陷阱。 但凡美善、尊貴、聖徒所當得嘅──凡兄弟情深、謙卑有智慧、最崇高嘅──都要思念、追求、努力去達到。行事為人要存純真無偽嘅心,無嫉妒,無惡意,誠心誠意,作為主所揀選嘅子民,除咗所吩咐嘅,唔容納其他任何嘢。 但如果真係有咩差錯,就要趕快糾正,並透過懺悔補贖,好等你哋喺審

判日聽到嗰崇高嘅聲音:*「你哋呢班蒙我父賜福嘅人,快嚟承受世界創始以嚟為你哋預備嘅國度作基業。」*(馬太福音25:34)

### *113. 你已經立定咗正確嘅心志;但係呢樣嘢並唔能夠免除你而家正經歷住嘅敵人試探*

113. 1) 你已經立志行善;但呢件事並唔代表你可以倖免敵人嘅試探,而家你正正喺經歷緊。但要堅守你嘅誓言,上帝會幫助你站得穩。 – 2) 咁就拋棄黑暗嘅行為,而喺光明嘅事工上興旺:因為前者惹起上帝嘅忿怒,而後者帶來祂嘅祝福。– 3) 而家我哋當中好多人病咗:健康嘅人要服侍病人;病人要忍耐,對一切都要知足。 我哋冇仆人:弟兄姊妹係出於愛同順服而服侍。勞苦嘅人,要堅心:神看見一切。

**6.** 蒙神恩典,你哋都已經被數算喺得救嘅人當中;你哋都踏上咗通往得救嘅道路,冇人有任何其他目標,只係要達到得救; 但因為有魔鬼──一切善事的仇敵──我們中許多人都受到他那不想要的誘惑:他用放蕩的快感煽動一些人,利用青春的激情作為優勢, ──又有啲人佢就用自負嚟拉落水,就係佢自己當年由天而落嘅原因;仲有啲人佢就用疏忽令佢哋自滿,用絕望捆綁佢哋,想點帶就點帶,想帶去邊就帶去邊;佢用不信動搖我哋,用放縱嚟引誘我哋,教我哋做唔體面嘅事。 我哋又何必逐一列出佢日日都試圖刺傷我哋嘅各種方法,而佢就喺旁邊等住,只等我哋一鬆懈、放縱自己嗰刻? 但願主上帝──祂曾對海說:*「靜下!平靜!」*(馬可福音4:39)──禁止他如此行,並將他驅逐到遙遠的地方。 當我哋專注於自己,並時刻銘記入道院時嘅最初目的,就會出現呢種情況:因為我哋喺神作見證之下,已經答應要忍受一切悲傷同艱難,甚至至死都唔放棄。

**7.** 所以,要拋棄一切與追求得救相違背的事:膽怯的人,就拋棄他們的膽怯;有野心的人,就拋棄他們的野心;懶惰的人,就拋棄他們的懶惰;好享樂的人,就拋棄他們對享樂的愛;自高的人,就拋棄他們的自高;自誇的人,就拋棄他們的自誇;放蕩的人,就拋棄他們的放蕩; 無法律者其無法律,多言者其多言,好和者其好和,好慾者其慾望,憂傷者其無謂的憂傷;嫉妒者,其嫉妒;好爭者,其爭吵;好辯者,其辯論;好懶惰者,其懶惰。 呢啲就係黑暗嘅作為同惡嘅形態──邪惡者嘅發明同建議!但係呢啲卻討好神:和平、溫柔、謙卑、順服、無嫉妒、勤力、關懷、警醒、愛、盼望、公義同禱告。 呢啲就係光明嘅作為,就係公義嘅兵器同聖徒嘅英勇!我為咗你哋對主嘅愛,懇求你哋:畀情慾迷昏嘅人,醒返嚟啦;畀敵人誘惑迷醉而打盹嘅人,警醒啲啦。如果我哋想過好日子,想見到好日子,就要聽嗰位講: *「離惡行善,尋求和睦,要追趕得著。」*(詩篇 33:15)主恩典的眼在哪里?*「主的眼看顧義人,眷顧敬畏他的人。」*(詩篇 32:18) 主忿怒嘅面容又喺邊度?*「主嘅面──向住行惡者,好將佢哋嘅記號從地上塗抹」*(詩篇33:14)。呢首詩篇後面嘅所有說話,如果我哋肯細味,都會帶嚟奇妙嘅啟示。

**8.** 近排我哋有好多病咗嘅弟兄姊妹:呢個時代真係好唔健康。 我哋當中身體健壯嘅,就當幫助嗰啲有病嘅人。至於有病嘅人,就要將呢種主嘅管教當作得救嘅方法,並懷住感恩嘅心承擔病痛,對所賜畀我哋嘅一切心存感激。當我哋從病中痊癒後,就唔好四處漫無目的咁奔波,而要返去履行我哋嘅本份。 因為我哋唔似世俗人咁,淨係僱請僕人嚟服侍;我哋彼此既係僕人,又係主人,互相服侍──每個人都要確保自己付出嘅服侍多過所受嘅服侍。 上帝看見你每一個人,也看見你的所作所為和你所作的服侍;祂看見你從前是怎樣的人,而今又是如何;你喺世上點樣生活,喺寺院又點樣生活;你點樣自我約束,點樣忍受一切;你所穿嘅、所着嘅,以及你喺盡本份時所作嘅勞苦──到時候祂會按各人所行嘅,賜予報酬。 所以,唔好有人灰心。我哋喺神面前係有記錄嘅,到嗰日我哋要喺祂威嚴嘅審判台前站立,交代我哋所行過嘅路,就會攞到應得嘅報應。

### *114. 讓我們培養我們的靈魂,在屬靈意義上,行農夫耕種田地時所作的一切。*

114. 1) 讓我們培養我們的靈魂,在屬靈意義上做農夫耕種田地時所做的一切。– 2) 正如士兵行事及作戰,我哋亦當如此作戰行事;正如士兵於戰時為咗獎賞而忍受一切,我哋為咗天國,亦當於順服中忍受一切。

**9.** 農夫耕田時,唔理做嘢幾辛苦,免得手軟或偷懶,反而要諗住將來嘅好處,為咗呢啲好處,佢願意受苦、流汗,甚至忍受各種疲累同匱乏。 因為我哋每一個人,就好似一塊田,喺今生領受咗我哋嘅靈魂去耕種;所以我哋都要喺其中耕種屬靈嘅善行;到審判日,造我哋嘅神會向我哋索取呢方面嘅帳。 所以,我請求並懇求你:我哋大家一齊勤力耕耘我哋靈魂嘅田地,按照敬虔嘅法則去更新佢,免得我哋喺慾望嘅荊棘中播種;但我哋首先要將田地入面所有罪惡嘅雜草清除乾淨,然後先播種,再用神所感動嘅眼淚

去灌溉佢, 圍住佢哋堅固嘅神畏籬笆,免得心思意念嘅野獸吞食幼苗;又用愛嘅陽光照耀同溫暖佢哋,等我哋可以雙手執滿禾束,按基督嘅誡命收聚大量聖潔行為嘅麥子。 為此,主上帝召叫每一個靈魂進入今生,而我們則特別被召叫過一種效法天使的生活。 我祈願你哋每一個人,都透過你哋嘅善行,顯示出你哋嘅田地正蓬勃生長、多結果實,並散發出蒙主悅納嘅香氣;呢一切都係透過對肉體性情同關係嘅完全轉化,亦都係透過柔和嘅順服同基督化嘅謙卑。 日日都自我完善,從榮耀變成榮耀,披上閃耀嘅善行美衣, 脫去一切不順服,將一切心思意念擄入基督的順服,按照弟兄團契的共同規矩,常懷責備自己的心,藉此我們就能輕易踐踏並殺死那多首的龍──驕傲和自私。

**10.** 弟兄姊妹,我哋特別被召去作咩?去打仗、交戰──唔係打啲微不足道嘅敵人嘅輕鬆戰,而係要同無形靈界可怕嘅權勢展開一場激烈嘅戰爭,正如神聖使徒所講: *「因為我們的爭戰不是對着血氣,乃是對着掌權的、對着有能力的、對着管轄這幽暗世界的,以及天空屬靈气的惡魔」* (以弗所書6:12)。所以,唔好有人未準備好就上戰場;唔好有人冇帶武器就出門;亦唔好避開戰爭嘅標誌;但當你受傷或面對衝突時,就唔好感到驚訝。呢啲都係打仗者所無法避免嘅。 然而,不是被傷一次或中一次打擊的人就會喪命,也不是受過無數次打擊的人,而是自願向敵人投降、任人宰殺的人。所以,弟兄們,我們要留心,作為基督的兵丁,堅守陣地。 你哋都知道,每個士兵出征嘅時候,都要面對好多艱苦、勞累同困苦──無論係烈日當空、大雨滂沱,定係寒風凜冽──佢哋喺度根本冇得過安逸生活;有時佢哋可能只係想食塊麵包、飲杯凍水,但連呢啲都冇得享受; 成日,甚至成晚,佢都要行路,由一個地方去到另一個地方,行經塵土同泥濘,疲勞同劫倦──為咗乜嘢?為咗討好招募佢入伍嘅指揮官,免得被列入逃兵名單,好等當獎勵分發嘅時候 ,佢先可以毫無疑問咁被認為配得上獎勵。 – 呢啲情況喺我哋度都有,只不過方式唔同:佢哋嘅獎賞係短暫同易逝,而我哋嘅獎賞係永恆同不朽,係由掌管萬有嘅上帝所賜。 – 所以,我哋要一次又一次地撐住;要不斷努力,各人按所托付嘅服侍,純潔無瑕咁事奉主:做領袖嘅,要用智慧同謹慎去管理;做僕人嘅,就唔好埋怨,要熱心事奉。 我哋亦要忍受飢渴、侮辱同羞辱、衝突同譏諷;特別係夜間詠唱詩篇同禱告時嘅疲倦同倦怠,以及喺做體力勞動同履行其他職責期間,每日襲來又壓迫我哋嘅各種可見同不可見嘅困苦; 好叫我哋藉住我哋父嘅禱告,以善行爭戰並跑完全程,喺嗰日配得着公義嘅冠冕,都係藉住我哋主耶穌基督。

### *115. 棄絕一切慾望和憤怒,讓我們專心跟隨主,忠心履行我們修道生涯的職責。*

115. 放縱一切慾望同忿怒,我哋要緊貼主,喺我哋修道職責上忠心事奉祂。 [2, 42] 專心聆聽,明白聖父輩對我們所講及所命之事。因為正是我──雖然不配──在教導中向你傳達的。至於他們究竟講了什麼,並灌輸到我們心靈裡,我現將之列於以下兩段神聖言語中:其中一段警告說: *「不可自欺:行淫者、拜偶像者、行 adultery 者、行好色者、同性戀者、偷竊者、貪婪者、醉酒者、辱罵者、勒索者,都必不能承受 神的國度。」* (林前6:9),—又喺其他地方講: *「一切苦毒、憤怒、忿怒、嘈吵同誣衊,都要離開你哋,連一切惡毒都要除掉;又要彼此和氣,存憐憫心,彼此饒恕,正如神喺基督裏饒恕咗你哋。」* (弗 4:31–32);另經有雲: *「來啊,我們要拜佢,向造我哋嘅主跪下,並喺佢面前流淚」* (詩 94:6)──又雲: *「要帶住感謝進入佢嘅門,帶住讚美進入佢嘅院」* (詩 99:*4*)。 (詩篇99:4)。所以,既蒙這些警告壯膽,又將這些勸勉銘記心頭,我們都當齊集一處敬拜;敬拜主,並為我們所過的生活、為我們每日的過犯──無論有意無意,在言行上, 言語同心思,並以詩歌讚美進入祂的院宇,卻不可帶着污穢言詞、狂亂、違背或自大。 凡發怨言的就有罪;所以我們不可發怨言,不可發怒,不可自私,不可自作聰明,因為我們不過是塵土和灰燼,特別是一班愚蠢人,竟以為自己因肉體或靈命的行為而有榮耀。 我看見 *「這世界現今的樣子已漸漸過去」* (林前7:31);因為我們與一般信徒不同,我們穿戴一種異樣的衣裳,以一種異樣的方式生活:未婚、無名、無產業、行蹤難測,甚至更進一步,我們是無形體的; 因為 *「那憑血氣活著的人,不能得神的喜悅」* (羅馬書8:8)──我們已經與世界同釘十字架。既然我們所選擇的就是這種生命,就必須在自己身上背負它的明顯印記,好叫我們真真正正,而不仅仅是名義上,成為我們所稱呼的那樣。 所以,我哋要順服、敏捷、敬畏神、行善、謹慎、彼此相愛、勤力、有恆心,並且對所賜畀我哋嘅一切心存感恩;好等我哋活得正正派派,成為我哋所渴望同尋求嘅天國嘅承受者。

### *116. 當有某啲人逃走嗰陣:要堅定不移,追求完美,小心唔好自作主張,就算做緊好事都要謹慎行事。*

116. 鑑於有某啲人逃走:要堅定不移,並在聖德上成長,行事時要非常小心,切勿憑己意,即使所作所為是善事。 [2, 43] (有某啲人逃離修道院:教宗表達咗佢嘅遺憾,並補充…) 但係你哋就要從佢哋嘅例子中引以為鑑,認清主已經向你哋顯示咗祂嘅恩典:你哋冇畀魔鬼嘅詭計引誘,反而憑住堅定嘅信心站得住,亦冇離開畀你哋托付嘅聖潔服從誡命。 所以我懇求你哋,唔好似佢哋咁;作為光嘅子民,唔好成為黑暗同不順服嘅兒女,亦唔好徒然浪費你哋嘅眾多蒙福工夫,咁樣只會將你哋嘅靈魂交託畀永恆嘅定罪。 因為經上寫住:*「凡棄絕摩西律法嘅人,憑兩三個見證人嘅口供,都必不蒙憐憫而死;何況以上嗰班人,你以為佢哋配受幾多更重嘅刑罰呢?」* (希伯來書10, 28–29) – 踐踏我哋聖召嘅誓言、告白同約定,又褻瀆我哋成聖禮儀嘅人。所以我懇求你哋,要謹慎自守,正直行喺神嘅道上,為佢哋祈禱,願佢哋都得着復興,回轉離開魔鬼嗰個個 ,呢個摧毀靈魂、致命嘅欺騙。 然而,眾所周知,你哋每一個人憑內心嘅性情,就顯露咗自己將成為乜嘢:係蒙揀嘅器皿,定係滅亡嘅器皿。 因為當你哋之中有啲事唔係照一般規矩、唔係為咗大家嘅利益、亦唔係住持吩咐,而係自己想做就做,無論係讀經、唱詩、禁慾、守夜,定係其他乜嘢好似好啱嘅事, ——正因如此,弟兄之間往往會引起混亂:——顯而易見,此人乃邪惡仇敵的器皿,破壞順服與服從的紐帶,隨從自己的慾望在黑暗中行。 再者,要記住,按公義的審判,不敬虔的人與敬虔的人、虛假的人與真實的人、虛偽的人與誠實的人、欺騙的人與真正虔誠的人,以及邪惡的人與有德行的人,都被分別開來。因為*「光與黑暗有何相干?」 「基督同比利亞有咩相干?」* (林後6:14–15)。 – 所以當我哋出於寬容,並抱住佢哋會改過嘅希望,冇將佢哋逐走,佢哋就自己離去,自行同我哋劃清界線。如果有人想,就記住Gerondika入面寫嘅:「嗰個地方本身就會驅走唔做嗰度工作嘅人」。

### *117. 再次逃走的人——如何避免这样的跌倒?*

117. 1) 再次逃走的人——如何避免如此的墮落?不可理會仇敵的建議,或被他引誘者的言詞。2) 有些人在晚上鬧哄哄地要求麵包和酒;我將就此頒布一般命令;停止你們的放蕩行為。3) 有啲人隨便由一種服從轉去另一種:唔好咁做;自己嘅意志就係毀滅。 [2, 44]

**11.**(再次論及逃走者)。如何避免此等跌倒?——不可接受蛇的建議,也不可在心中藏著那條蛇,而要盡快將牠揭露——牠就會如避火般逃走。若我們的逃走者遵守了這些規則,他們就不會落到受傷害的地步。 但你哋,我嘅兒女,要小心提防,遵守呢點。作為基督羊群入面嘅羊,唔好自願畀自己成為魔鬼嘅獵物。 既然已經被引領進入基督誡命的樂園,就切勿被那惡蛇的詭計誘惑,免得被拋入罪惡的幽暗之中。要如天使般生活,不可任憑私慾的黑暗將自己包圍;反而要忍耐堅持,遵守誡命。 「不可與欺騙者同夥,也不可與惡人同坐。」(詩篇25:5)與人結夥密謀逃走,或滿足其他慾望,以至自取滅亡,並連累所有肯跟隨他的人,此人既惡又詐。 所以,當這樣的人將你與他人隔開,並開始用他的舌頭向你灌輸邪惡的毒素時,就要轉身遠離他;捂住你的耳朵,好讓你自己和他都能得救。 就算佢見到你因為所遇到嘅試探而傷心,當你正當咁悲傷同憤怒嘅時候,都唔好接受佢再次奸詐咁向你靠近;因為佢就係嗰條蛇,詭計多端,想拉你落佢一邊。 當佢開始譴責你嘅樂園——即係你嘅社群——或者指控同你一齊生活嘅兄弟,講「某人係點,某人係點」,又或者「呢樣喺我哋度唔啱,嗰樣唔好」,就推開佢,並按適當方式責備佢,好令佢收斂,同時拯救自己。 – 但係呢啲人會講咩? – 「我哋同呢度嘅人分開算啦:住持係個負擔;工房主管冇同情心;書法師草率;工作量大但工資微薄;人人都吩咐人,人人都下命令;我哋冇力氣承受呢份勞作,喺度冇法自救。走啦,走得越遠越好。」 – 去邊度? 「到邊度都得,只要可以走得出去。」——如果有人能夠睇穿呢班人內心真正嘅樣子,就會見到佢哋陰沉、可怖、好似魔鬼,乜都唔健全——連意志同心智都冇,就咁四處流浪,好似迷路嘅綿羊。 – 唔好以為我咁講只係想羞辱佢哋。唔係,唔係:相反,佢哋入面嘅邪惡多到講都講唔晒。 不過,要禱告,全心全意咁禱告,願佢哋能夠被搵到,並且回頭,無論係佢哋自己願意,定係靠我哋嘅努力。至於我哋自己,就願你哋堅定不移,遠離導致呢種跌落嘅原因,為咗天上嘅賞賜,努力行善。 – 但係我留意到,有啲人唔小心為嗰啲走偏嘅人辯護,其實佢哋唔配唔論係辯護,甚至連提都唔好提。你哋只係應該帶住遺憾咁提到佢哋嘅名。就連使徒都唔再稱嗰個賣主賊為使徒,只會叫佢猶大,賣主賊,奸夫。

**12.** 我聽講,你哋夜晚又起哄:有人要麵包,有人要酒——而且係大齋期嘅時候。 你哋知道,我哋一入咗呢個城,就已經喺生活方式上同城外有啲唔同;我講緊嘅係大齋期入面嘅「 」日,以及星期三同星期五嗰陣,食用油、酒同熟食嘅規定。——咁就夠晒。 – 但因我對你哋深表同情,加上我自己嘅軟弱同

城中節制嘅困難,我 hereby詔令:由今以後,喺上述日子嘅晚上,凡有意者可獲一杯酒同一塊麵包。最後,絕對唔好有任何騷亂、爭吵,亦唔好有啲傻話,例如: 「我本應該攞到啲咩咩:我比其他人更加辛苦。」凡違反規矩者,不得逃避應有嘅懺悔同逐出教門。你哋──各行嘅監督、秩序維護者、建築師同其他各部門負責人──都要加倍小心,唔好再有同樣嘅事發生。

**13.** 我仲有件事要提。– 有啲人唔留喺自己被分配嘅崗位,淨係因為輕浮同善變,無故由一個崗位跳去另一個;咁樣唔單止為自己帶嚟麻煩,連維持秩序嘅人都要為此費神。 亦令工坊同作坊嘅監管者多咗冇謂嘅麻煩同勞力。──未來唔好再有呢啲事。──但願人人對自己被分配嘅工作保持耐性,並按規定去做。 因為自己搵嘢做、滿足自己嘅心血來潮,就係無序、無知同唔聽話嘅表現。依家呢種惡行已經被指出同禁止,唔好再有人咁做,否則就會因為行為不檢而要受懲罰。 你哋唔知道聖多羅特奧話過咩咩?佢話,割捨自己意志嘅人,就已經獲得咗完全嘅內心平安。所以,凡係想享受內心平安嘅人,就應該行呢條路──割捨自己嘅意志;咁佢喺今生同將來永遠都會得享平安。 願我哋主耶穌基督嘅父──天主,賜俾你哋眾人智慧,令你哋同心合意,喺一切事上意見一致,好等你哋能夠忍耐咁樣行每場苦修嘅爭戰,作為為永恆生命同天國基業作好準備。

***118. 爭扎雖然短暫,但所獲得嘅報酬卻係永恆;罪中之樂雖然短暫,但所帶來嘅折磨卻係無盡:粗心大意者無可逃避。***

118. 功績雖然短暫,但所獲得的獎賞卻是永恆;罪惡的歡愉雖然短暫,但所受的折磨卻是無盡:大意的人無法逃脫它們。 [2, 45] 呢段現世生活係一個英雄壯舉嘅時代,亦係一個悲傷同勞碌嘅時代──唔係嗰種可以稱為短暫或短命嘅英雄壯舉、悲傷同勞碌,而係嗰啲日日夜夜持續、長期存在,直到人生盡頭都唔會停止嘅。 但我哋唔好忘記,我哋呢場爭鬥唔係為咗任何瑣碎、世俗或者純粹人世嘅目的,而係為咗神聖同天上嘅祝福。 因為如果,透過不斷的忍耐和最勤勉的遵守聖潔的誡命,我們在這個鬥爭中取得成功,我們就會承受天國的基業、無盡的喜樂,以及難以言喻、未曾聽聞、超乎理解的永恆福份。 但如果,天可怜見,因為疏忽同懶散,因為鍾情同鍾愛呢個時代腐蝕嘅享樂,我哋冇成功,咁我哋就會受到永恆嘅折磨、無可衡量嘅羞愧,並喺恐懼中站立,聽到嗰可怕嘅聲音: *「離開我,被咒詛的人,進入為魔鬼和牠的使者預備的永火。」* (馬太福音25:41) 但願我哋永不聽到嗰可怕嘅聲音,亦都唔會經歷同聖徒、義人嗰最可悲嘅分離──當佢哋被接去享受難以言喻嘅喜樂、難以形容嘅光亮、無盡嘅喜悅, 而我哋則會同魔鬼一齊被拋入永恆嘅火中,畀嗰條永唔死嘅蟲咬,畀牙齒打得吱吱響,喺最黑暗嘅泰坦尼斯,喺無法掙脫嘅枷鎖入面──而且唔係短時間,唔係幾年,唔係幾百、幾千、幾萬年,而係永遠──永遠都係咁,照主嘅旨意。 咁,正如聖徒所言,有邊個兄弟、父親或母親嚟拯救同保護呢?──但 *「兄弟也不能拯救;有人能拯救嗎?無人能贖自己,也付不起贖命的價錢。」* (詩篇48:8) 但我必須以另一種方式來問:那麼,大意者的大意、冷漠者的冷漠又在哪裡?矛盾者的矛盾、不順服者的不順服又在哪裡?驕傲者的驕傲、放蕩者的無禮又在哪裡? 貪食者的貪食、說謊者的藉口、背棄神前誓言者的撇棄──呢啲喺邊?──就係嗰啲踐踏神兒子、將聖約之血當作無物、以為根本冇死亡亦冇復活嘅人, ──亦無審判,亦無報應;他們自絕於聖靈的交通,被聖靈親自離棄,徘徊於急流之中,陷入情慾深淵。

***119. 我哋已經出咗世,難怪喺世上受苦;但呢啲唔係對我哋有害,反而係對我哋有益。***

119. 我哋已經出咗世:難怪喺世上受苦?但呢樣唔係阻礙我哋,反而係幫助。所以我哋要撐住;時間飛逝,一切好快就會完結;主看見一切,會為一切作出報償。 [2, 46] 你哋喺肉身之中,已經成為無家屬、無城邑。你哋只有一位父──眾人嘅神;只有一座城──天上嘅耶路撒冷──你哋嘅同胞,就係所有古時嘅聖徒。咁,我哋喺呢度因禁慾嘅清貧同苦難而受苦,有時甚至畀人侮辱同譏誚,有乜好驚訝?唔好灰心; 因為呢啲唔會阻礙,反而幫助真理同豐盛嘅平安、光、生命、難以言喻嘅喜樂同天使式嘅喜悅喺我哋心入面發光。所以我懇求同哀求你哋:要喺忍耐中堅固你哋嘅靈魂,將心思放喺主度,用好嘅心態去承擔同忍受一切,盼望收到你哋所等候嘅大福氣。 時間流逝得飛快,我哋正接近死亡──或者講得更準確啲,唔係接近死亡,而係接近一種永遠唔會衰老嘅生命:因為當你透過捨棄塵世而提早死亡,死亡就對你冇任何權勢。 所以我哋要盡心盡力做好自己嘅本份,人人都要純潔而敬虔咁盡力完成自己所當負嘅責任,並以無愧嘅良心,將一切呈獻畀賞賜者──神。 因為主看見每一個人、他們的作為、他們的熱誠,或者他們的懶惰和拖延;祂察看一切,並會按照各人的功績,在天國裡報答每一個人。

### *120. 在我們的屬靈生命中,讓我們反映主在地上肉身生活的特質*

120. 喺我哋嘅靈性生命入面,要效法主喺肉身地上生活嘅品格。[2, 47] 我哋可以點樣*「將主賜畀我哋嘅一切歸還畀主」*(詩篇115:3),除咗記住呢件事同埋感恩之外?因為諗吓:發生咗啲乜嘢? 祂為咗我哋,由咁高嘅地位,貶低到幾卑微嘅程度?雖然祂係神,係萬有嘅主,但祂卻取咗僕人嘅形狀;祂被聖母瑪利亞最聖潔嘅胎中懷孕;當祂出世嗰陣,就同嬰兒一樣被布包住,放喺馬槽度; 祂好似細路仔咁斷奶,慢慢成長,由細路仔變成細路男,再變成青年,最後成為完美嘅人,當時祂肯接受洗禮,賜畀我哋重生嘅洗禮;最後,祂完成咗祂嘅職務,忍受咗背叛、賜生命嘅苦難、十字架、死亡,同埋第三日嘅復活。 呢一切都係為咗我哋而作,好叫我哋都可以喺屬靈上行同一條路。就如祂——喺未有時代之前以無形嘅形態由父所生,之後為咗我哋而由至聖童貞瑪利亞取了肉身;同樣地,我哋先係按肉身出生,然後先係按屬靈喺聖洗禮中重生,尤其係——又點可以唔係咁呢?——我哋當中領受聖品嘅人? 點解我哋要好似嬰兒咁行事,尤其係啱啱領受修道冠冕嘅人,仲要模仿細路嘅單純?咁當有人侮辱或者冒犯我哋,我哋就唔會好似野獸咁發脾氣,而係好似細路咁唔理佢。 主基督在一切事上都順服祂的父母,我们也必須順服我們的屬靈父母——我們的父老。當主基督開始行祂的職事時,祂被褻瀆和侮辱,從狂亂的文士和法利賽人中聽到:*「你被鬼附著」* (約翰福音8:48)、*「你趕鬼,是靠鬼王別西卜啊!」*(馬太福音9:34)、*「这不是木匠的儿子吗?」*(馬太福音13:55),以及其他類似的譏諷;之後祂又忍受唾沫、耳光和鞭打。 佢一句抗議都冇講,只係感恩同禱告:*「父啊,赦免佢哋,因為佢哋所做嘅,佢哋唔知道。」*(路加福音23:34)凡想得救,同聖徒一齊做基督後嗣嘅人,都要效法佢嘅榜樣。所以,從第一個人到最後一個,都要留心; 你哋要喺一切事上,都唔好憑熱心、私意或者不順服,而要按神聖同慈愛嘅方式盡你哋嘅本份,好叫基督得喜悅同榮耀。願主賜你哋力量同剛強,叫你哋愈嚟愈能潔淨、成全同光照自己,好似世上發光嘅燈。

### *121. 唔好有人自離,亦唔好對你嘅父失信心;亦唔好聽敵人——嗰個狡猾嘅惡之發明者——嘅說話*

121. 1) 唔好有人自離,亦唔好對佢嘅父失信心;亦唔好聽敵人——嗰個惡毒嘅巧匠。2) 你哋只要開闊心胸就可以做到——為咗你哋嘅得救,我懇求你哋。

**1.** 我見到你哋嘅進步,我好開心、好高興;但就好似我嘅喜悅一樣,我亦都充滿咗恐懼同驚慌,唯恐有啲混亂出現,將你哋靠辛勤同汗水所獲得嘅一切都顛覆。 所以我向大家講呢番說話:要提防,要警醒,要禱告!唔好有人想自立門戶,唔好倚靠自己嘅力量;唔好有人將腳移開 ,離開佢哋屬靈之父——呢塊堅固嘅磐石;唔好鬆懈喺你哋嘅苦行工夫,亦唔好用其他方法,畀嗰條多頭蛇入到你哋心入面, 佢係一個極具欺騙性同狡猾嘅,引誘人犯罪嘅——無論用呢種方法、嗰種手段,或者任何一個貌似合理嘅藉口。佢係罪惡嘅高超發明者,播惡者,被打出天界落返大地,好似閃電咁墮落;佢好似賊咁潛入樂園,誘惑我哋嘅祖先亞當,由嗰陣起直到而家,一直教人各種邪惡同罪行。 佢亦都引領基督徒陷入異端同邪惡行為,並想用罪惡嘅箭射傷我哋,將我哋殺死。

**2.** 所以,我勸你、懇求你:要靠住神所賜嘅全副軍裝,堅定咁行你嘅道路,唔好畀佢有任何機會,連靠近都唔好畀佢。 正如我已所講,你要靠對父的信心、對祂的堅定告白,以及對心底最深處思想的完全敞露,再加上謙卑、誠實的順服和忍耐,就能做到這一切。 所以,弟兄們,我為神的名,為賞賜,為永生和永生的喜樂,並因畏懼相反的——那滅不盡的火和無可數算的刑罰——而懇求並勸勉你,要我們繼續努力,奮力向前, 行得正,努力盡力去安全渡過今生呢條大海,好等死後可以得着公義同蒙福不朽嘅冠冕。

### *122. 旅客望住旅程嘅終點,甘願忍受一路上所有嘅艱辛;同樣地,我哋都要為咗天國忍受一切。*

122. 1) 旅客望住旅程嘅終點,甘願忍受一路上所有嘅艱辛;同樣,我哋都要為咗天國嘅緣故忍受一切。– 2) 所有得榮耀嘅聖徒都忍受過,因為冇其他辦法。[2, 50]

**3.**就好似踏長途旅程嘅人,由一個地方去到另一個地方,有時行喺平坦又多人行過嘅路,有時又要行過彎彎曲曲、滿佈山谷嘅路,或者畀雨水淹到泥濘不堪:同樣地,我哋喺呢段人生路上,一日一日、一年一年咁過,有時會遇到唔舒服同沉重嘅事,有時又會遇到愉快同喜悅嘅事。 就好似佢哋唔會因為旅程好長而卻步,亦唔會因為中途遇到嘅困難而停下,只會專注望住旅程嘅終點: 同樣地,我哋呢班喺修道同苦行嘅美德道路上努力,行緊通往天國嘅正路,都唔可以灰心、唔可以回頭,亦唔可以因為遇到嘅苦難、障礙同悲傷而疲倦, 而呢啲苦難都係上帝喺祂嘅預旨中為咗我哋嘅利益而容許嘅。因為如果佢哋為咗現世呢段短暫而微不足道嘅利益,都唔會因為前路嘅艱辛而卻步; 為咗永恆同無可估量嘅福份,我

哋更加應該忍耐一切,樂意接受同承擔所有嘢,好叫我哋配得上得着所盼望嘅嘢?咁而家,我嘅弟兄同仔女,我哋要最英勇同最愉快咁,承擔所有降臨我哋身上同同我哋生活方式息息相關嘅嘢:勞苦、艱難、禁食、守夜、跪拜、露地而眠、炎熱與寒冷、飢渴、衣履貧乏、因勞作而帶嚟的某些不整潔、服從與祈禱的迫切,以及我們苦行生活中与此相關的一切。 你哋蒙福,而且最蒙祝福,就係當你哋喺屬靈嘅爭戰中勞苦,並以愛心面對一切湧現嘅心靈同感官試探。

**4.** 究竟,歷代以來光耀聖史嘅聖人當中,有邊個係過住真正嘅生活,唔使勞碌、冇試探同悲傷? 譬如亞伯拉罕──眾祖先中最偉大者──以及繼他之後的眾祖先、先知與教師;或使徒保羅與其他使徒;或後來被榮耀的聖父──首位殉道者斯德望,以及與他同在或繼他之後為基督受難的所有人; ──大安東尼及其前後同工的眾聖父;在他們身上,我們看見無盡的勞苦、汗水、鬥爭、疲倦、悲傷、迫害、攻擊、誣衊和各種試探。 聖保祿說:「*他們『披着羊皮、山羊皮,流離失所,受苦受虐,遭人虐待──世人不足以配得他們──在曠野、山嶺、洞穴和地底洞穴中漂泊』*」(希伯來書11:37–38)佢哋全部都係咁。冇其他方法可以討上帝歡心;唔付出勞苦就走唔完通往得救嘅路,唔有英勇嘅壯舉就攞唔到理想嘅勝利。咁我哋──既然承擔咗同佢哋一樣嘅使命──又點可以成功呢?除咗過住同佢哋一樣嘅生活,用佢哋嗰種方式度過佢哋短暫嘅一生之外,仲有其他方法咩?

### *123. 在哪些事上我們應該彼此競賽,在哪些事上我們應該彼此爭取優越,而喺咩事上我哋應該彼此一致?*

123. 在哪些事上我們應該互相競賽,在哪些事上我們應該努力超越彼此,又在哪些事上我們應該意見一致。 [2, 51] 來吧,讓我們拋棄灰心和懶惰,以勤力與熱誠去遵守主的一切誡命。 嚟啦,我哋要互相爭取超越──唔係喺言語,而係喺行動;唔係堅持自己嘅意思──因為嗰啲就係對立者嘅特徵──而係要讓步,忍受侮辱、虐待同嘲笑。 ──嚟啦,我哋要互相競賽──唔係喺冒犯人或者被冒犯,亦唔係用輕蔑嘅眼神望低啲比我哋低位嘅人,或者驕傲咁昂首望住比我哋高位嘅人:因為呢種驕傲就係同全能上帝為敵,曾經被從天上嘅高處摔落嚟到地下; – 乃是要使我們成為和平與安撫者,謙卑並制服,擁有卑微者的智慧:因為神子如此,祂因順服與卑微而道成肉身,並藉十字架與死亡拯救了人類。 嚟啦,我哋要互相效法,唔好係懶散到忽略每日嘅神聖禮儀同夜裏嘅詩歌頌唱──呢啲係懶散同未成熟者嘅特徵──而係要熱心於神嘅工作,喺詩歌頌唱開始之前,率先其他人到神殿: 因為只有虔誠敬虔和有德行的人才如此。但為免逐一列出,我概括地說:我們都當在善行上互相效法;讓我們團結在謙遜的愛、和平的心態和有德的謙卑之中; 我哋要遠離欺騙同互相懷疑;要透過屬靈交通,以互信堅固我哋嘅靈魂;唔好有人似猶大咁做賣主賊,或者心口唔一、反覆無常,或者放蕩好慾、情慾過度,或者粗暴殘酷; 無論如何,都不可有人行此不義,卻要人人致力過一個敬虔、公義、蒙神喜悅的生活,日日等候自己離世的時候,仰望我們主耶穌基督顯現的日子,到那日萬有都要改變更新, 我哋都要喺可怕嘅審判寶座前,喺所有無形天使階級面前,站立交代我哋一切行為、言語同思想。

### *124. 凡事要心裏面外面上無可指責*

124. 1) 行事為人要內外無可責備。 – 2) 不但要接納城裡的人,也要接納村裡的人進入修道院。

**5.**(喺被囚禁期間所寫)作為基督主嘅真僕人同僕役,要歡喜快樂。 佢為你哋預備咗冠冕同佢嘅國度,只要你哋都保持良好嘅心態,繼續過同樣嘅生活:雖然喺世上生活,但遵守既定嘅規矩,保持無可指責、純潔、溫柔同謙卑,勤力做體力工作, 詩歌頌唱、誦讀經文、敞開心扉,並成就一切對你所要求的。

**6.** 至於接納新兄弟,我希望我哋嘅兄弟會唔單止有城裡人,仲有鄉下人,因為佢哋更適合,亦更習慣我哋度嘅勞作同工作。我相信,如果城裡人嘅數目增加,對我哋嚟講,無論身體上定係精神上,都唔會健康亦唔會有益。

### *125. 遵守上帝誡命同我哋嘅規矩,效法先人嘅榜樣──大家齊心協力,同氣連枝*

125. 遵守上帝的誡命和我們的規矩,效法先人的榜樣──大家齊心協力。 [2, 53](又)。願神堅固你哋──我最尊敬嘅弟兄──喺你哋手嘅工夫同靈魂嘅勞苦上,並願祂喺凡事上保守你哋無可指責、毫髮無傷,藉住聖靈嘅能力,賜你哋樂意去成就祂一切命令,並喺各方面順服。 我哋要定睛望住擺喺面前嘅福份,呢啲福份係預留畀鍾意主再來嘅人;同時要將世上嘅一切──榮耀、享樂、歡愉同肉體嘅安息

——都當做無物;反而要將自己同世界同釘,心思意念專注喺天上之事嘅默想上。 我哋所有古代嘅先祖都係咁樣生活:佢哋棄絕咗世界同世上一切,喺我哋神聖嘅天使秩序中事奉主。 所以,我嘅兒女們,要緊緊持守所領受嘅傳統;用貞潔同純淨嘅露水去熄滅情慾嘅火焰;用順服嘅利劍斬斷你哋嘅私慾衝動;並且要喺你哋嘅主管而家所指示嘅一切事上,精明咁去執行主嘅誡命同你哋手頭嘅工夫。 – 讓你哋成個兄弟會,如同一個靈魂、一個心志,以活力、善意同埋一致,去做你哋所有嘅工作——無論屬靈定屬肉體——好似喺主面前咁。

### *126. 放低塵世事物,追求天上事物,特別要對抗憤怒和慾望*

126. 1) 放低塵世事物,心懷天上之事,特別要克制憤怒和慾望。– 2) 對下屬和上位者的指示。[2, 54]

**7.**(同上)你哋已經對世界被釘十字架,平安同你哋一齊。咁就除掉一切屬地嘅嘢,升到天上嘅居所,只為獨一嘅神而活,死於其他一切。你嘅信心喺邊,就叫你嘅眼睛望向嗰度;你喺邊被擄,就叫你嘅心喺嗰度警醒,正如主所講: *「因為你哋嘅財寶喺邊度,你哋嘅心就喺邊度」* (馬太福音6:21)。你睇吓你哋蒙受咗幾大嘅福份,同埋配得上幾榮耀嘅居所?係天使嘅居所。行路要好似天使咁,唔好畀偶然嘅影響所左右:用溫柔去抵擋忿怒;用貞潔去抵擋慾望。 願你哋唔好畀嗰啲每日每時都困擾你哋嘅微不足道嘅慾望所勝。對付佢嘅武器,就係嗰位講 *「我耐性等候主,主就側耳聽我,應允我嘅禱告」* (詩篇39:2)嘅人所指出嘅,佢最終雖然花咗一段時間,都將我從嗰種慾望中拯救出嚟。

**8.** 受權柄管轄的,當知道順服的律法;執掌權柄的,當知道領導的律法,即自願作眾人中最末者——因為你本是首位——並以憐憫和慈愛去行之。 要居高臨下,又要堅定;要講,又要靜;要帶住歡欣同溫暖嘅笑容去提供屬靈嘅安慰,然後再收起嚴肅嘅神色,合理咁避免兩邊過度。願你嘅眼睛喺維持規矩時保持警惕,喺回應時保持友善; 令你嘅鼻孔唔好為忿怒而張,眉頭唔好為驕傲而揚,舌頭唔好為虛榮而曲;令每種情緒都存喺謙卑之中,每一個肢體都保持有序;令你嘅雙唇成為詩歌讚美嘅樂器;令你嘅心思只留喺天上嘅事,你嘅雙手只做敬虔同慈愛嘅工作。 唔好有人唔聽話,唔好有人走樣,唔好有人心硬;要同心合一,彼此相愛唔好自以為是,為咗你哋得救嘅生命,彼此伸出右手。

### *127. 我好喜悅,因為你哋由分散之後再次聚埋一齊,並且安頓得好合適*

127. 1) 我好開心你哋喺分散之後再次聚埋一齊,並且安頓得好啱。所以,你哋要內外都忠於自己嘅本份。– 2) 對索弗羅尼奧斯副省省長嘅具體指示;對其他所有上司同屬下嘅一般指示。[2, 55]

**9.**(同上)嚟到呢度嘅管家同我講,你哋——無論高層定低層——都再次聚埋一齊,恢復咗平時嘅次序:高層開始照應有嘅方式去管理,並且分配畀每個人應盡嘅服從, 至於下屬都溫順卑微地接受,並且投入工作;而且喺这一切之中,你们都因愛而合一,喺基督裏彼此以兄弟之愛相愛,以致你们都藉住和平而有秩序嘅生活,成為一個心、一個靈、一個意念。 我呢個卑微嘅靈魂為此歡喜到無以言表,亦難以向主獻上感恩。因為喺天下之間,冇乜嘢比你哋過得好、遵守上帝誡命、忠於天使會規嘅生活更令我安慰同喜悅。 既然呢啲嘢而家喺你哋中間都恢復咗,我就求又懇求,叫你哋每一個人都要存善意同忍耐,日日都憑真誠順服去生活,好得着靈魂嘅救恩。 願你哋當中冇紛爭、冇自私、冇放蕩、冇拜自己心願;冇埋怨、冇低聲私語、冇爭吵;冇娘娘腔、冇無禮、冇譏笑;亦冇懶惰、冇膽怯、冇驕傲;亦冇其他任何主所唔喜悅嘅嘢。 因為就為呢個緣故,我哋先離棄咗世界同世上一切嘢:父母、兄弟、朋友、熟人、鄉村、 城鎮、市集、觀賞娛樂同其他一切激起情慾、放縱肉體慾望嘅事物——好等我哋得着基督,好似住喺天上咁;好等我哋根除情慾,以美德豐富自己;好等我哋喺呢個現今嘅世代過咗敬虔同公義嘅生活,效法我哋可敬嘅祖先,得以配得上所應許畀我哋嘅福氣。 既然呢個係我哋嘅呼召同盼望,你哋嘅言行舉止都應該咁樣;願你哋嘅名同你哋嘅生活方式,藉住善行發光,將恩典賜畀同你哋同輩嘅人同平信徒,好叫我哋父名 喺天上嘅,使我哋呢班卑微嘅人,都能夠因見到呢件事,或者因知道呢件事而歡喜。

**10.** 我個仔,索弗羅尼烏斯!喺眾多之中,我揀咗你接替我帶領弟兄。 要小心唔好畀人覺得你無能,免得令我蒙羞;反而要令你嘅美德之光照得咁亮,令你嘅名唔單止喺弟兄中,連外面都得榮耀。因為凡係透過遵守神聖誡命而令神 住喺佢心入面嘅人,都喺天上地下都顯出名聲。 要留心弟兄,對他們親切並教導他們;以智慧提醒他們所當行的是義;溫柔地責備行事不當者;按公義向犯罪者施以懺悔;以父親般的心照顧病人;教導無知者;並為弟兄團契的利益行一切事: 因為正為此,我先將我自己——在謙卑中——由天主慈父之手所領受的權柄,賜給了你。——至於其他人——無論是上司還是被照顧者——都要在

敬畏天主的心中忠實地履行自己的職責,好使天主連同所有聖天使,都因你而喜悅。　勤力工作,行事溫柔,彼此相待要純樸;唔好隱瞞你內心深處嘅思想同願望,因為咁樣先能得着靈魂嘅救恩,擺脫情慾嘅捆綁。　要按規矩,虔誠咁唱詩篇、誦念經文、守夜禱同讀經──同樣要按你哋嘅屬靈長老指示,背誦詩篇同頌歌。──最後,為我呢個卑微者祈禱,願主賜我安慰同力量,好讓我能捱將來嘅患難。

### *128. 你哋過得好好;願你哋當中冇一個人品行不端*

128. 你哋過得好好;願你哋當中冇一個品格有問題嘅人。要好似葡萄園嘅工人咁努力,好等你哋可以從家主手上攞到工資;要好似士兵咁打仗,好等你哋可以從賞賜者手上得著冠冕。 [2, 56](同上)。你哋都為主而活,為自己積蓄豐盛嘅救恩果效,遠離一切欺騙同一切通往邪惡嘅誘惑。— 願你哋當中冇人放縱惡行,懶散、貪圖安逸、犯罪、放縱自己、心靈可恥、憎惡, 一個賊──就算偷細微嘅嘢都唔例外──嫉妒、好爭吵、衝動、埋怨、懶散、好逸惡勞、唔聽話、自大、唔尊重人、造謠、惹事生非、好爭吵、閒話連篇、懶惰、做肉體同世界嘅奴僕, 一個猶大,暗中策劃出賣自己嘅靈魂,並將任何弟兄逐出團契。呢啲就係剝奪自己嘅神賜福份、遠離神、喺罪惡嘅小徑上流浪嘅人。佢哋唔肯忍受一日嘅勞苦;所以,佢哋喺葡萄園主度攞唔到任何賞賜。　或者佢哋唔肯做全能神嘅兵丁,去承擔打仗嘅勞苦,好等打完仗就可以討主喜悅;所以佢哋攞唔到賞賜,反而會被記低做逃兵,一旦畀人捉到就會受懲罰。──所以,好嘅兵丁、同袍、同路人、同奔跑者! 我哋要跑,要向前衝,要努力,要忍受一切。主快要嚟為我哋加冕。佢親自由天上望住每位跑手,為堅持到最後嘅人編織冠冕。　所以,人人要透過認罪而聖潔,透過謙卑而和平,透過對工作的熱愛而熱誠。噢,領袖啊,作為領袖,你要顧及每個成員嘅需要,並喺確定咗每個人嘅職責之後,令一切同每個人都動起來。

### *129. 佢邀請眾人為已經從監獄獲釋向神獻上感謝*

129. 1) 佢邀請大家向神感恩,因為我哋已經從監獄中得救。– 2) 佢話,我哋嘅試煉已經將真弟兄同假弟兄分開。 – 3) 佢對後者生出憐憫,為佢哋祈禱,希望佢哋能改過自新;同時勸勉前者要堅定不移,為自己所成就嘅事感謝上帝,並努力補足仍未做到嘅部分。

**11.** (同上) 我哋全慈嘅天主,祂快於施恩,富於仁慈,因我哋之母──天主之母──嘅轉求,同我哋嘅主保聖若翰洗者同聖若翰神學家嘅祈禱,連同你哋嘅懇求,而感動,就除咗呢場考驗,並將我哋從監禁中解救出嚟。　所以,我哋齊齊向賜恩典嘅上帝唱首感恩歌,佢將悲傷化為喜悅,挫敗咗魔鬼針對我哋嘅詭計。　然而,我所忍受的任何苦楚,都因我自己的罪而受,別無他因;我因這念頭得安慰,深信我所忍受的,能作為我罪過的淨化。

**12.** 在我們的試煉中,我們都已經過考驗,好似在爐中煉淨的金子,尤其在場的各位。凡從前活在聖靈裡,並有堅定不移信心的人,都依然如故,毫髮未變;相反地,他們因所臨的災難變得更加堅強和穩固。　但係嗰啲心冷、心二意、貪慕肉身同埋疏忽嘅人──一旦邪惡嘅打擊一到,就似樹葉咁脫落,又好似篩出嚟嘅糠皮,自己跳出修道院,好叫人睇到邊個先係純淨嘅小麥。　明白呢點,神聖嘅大衛喺詩篇入面講:*「將佢哋喺母腹就分開」* (詩篇16:14),即係將罪人同疏忽者同有德行同虔誠者分開。 但係──唉,幾可悲吖!──因為佢哋自己大意,*佢哋嘅骨頭就散落喺 「毀滅嘅墳墓」入面*(詩篇140:7)。

**13.** 然而,我為他們憂愁,我流淚;只要我尚有一口氣,我必不住地呼求他們歸回。或者他們中有人被對神知識的微小火花所激發,轉而悔改,就會從罪惡的枷鎖中得釋放,好似失喪的羊,從不義者的道路歸返。　至於你哋,唔好因為佢哋嘅跌倒而灰心,反而要更加大膽咁喺敬虔嘅爭戰、苦行、體力勞動、屬靈爭戰嘅勞苦,同埋面對每日臨到我哋嘅苦難同試探嘅勇氣中站立──甚至流血,甚至死亡: 因為呢啲,就如你哋所知,就係我哋喺領受聖品時所立嘅誓願。依家,願各人自省,考慮下自己所立嘅誓願有邊啲已經兌現,有邊啲仲未。至於已經兌現嗰啲,就當感謝畀咗佢力量去成就一切嘅主; 至於後者,就應按需要努力,補足所欠缺的:好使你哋能配得上殉道者的冠冕;因為主說: *「凡稱呼我『主啊,主啊』的人,不能都進天國;惟獨遵行我天父旨意的人,才能進去。」* (馬太福音 7:21;路加福音 6:46)

### *130. 我哋因此舍棄咗一切,為咗討上帝嘅喜悅*

130. 1) 所以,我哋為咗討神喜悅,已經拋棄咗一切。我哋會繼續咁做,效法聖人,行喺王道之上,喺呢條路上,各種美德充盈,而一切情慾都被驅走。– 2) 如果你哋係咁,咁神就喺你哋入面,同祂一齊嘅,就有一切祝福、幫助同保護。 [2, 58]

**1.**(同上)喺主裏向你哋問安;願你哋繼續照平時咁行你哋嘅好生命,遵守主嘅誡命,行喺祂嘅義路中,心無旁騖,只求透過克制情慾同培養美德去討神喜悅。 就因為呢個緣故,我哋離開咗塵世,入咗寺院,拋棄晒所有世俗嘅虛榮、一切執着、每段友情同愛──包括父母之愛、兄弟之情、孝順之情、親戚之誼──亦都拋棄晒一切肉體慾望、塵世榮耀,同埋所有短暫虛空嘅事物。 既然我哋已經咁決定,咁渴望咁樣生活,就應該按呢個目標同呢個願望去行,跟隨聖人嘅腳步,聽從佢哋嘅教導,效法佢哋嘅榜樣,唔好東張西望,而係行喺通往天國嘅大道上,以無條件服從為特徵, 效法上帝嘅謙卑、天國嘅公義、神聖嘅純潔、天使嘅無情欲、溫柔、公義、愛、和平、熱誠、忍耐、勤力,同埋一切討神喜悅嘅品格同行為;而違抗、埋怨、驕傲、虛榮、懶惰、無禮、偏見、慾望同其他惡行,就同嗰啲美德背道而馳。

**2.** 美德由神所生,而情慾和罪惡則由撒但所生;光與暗不能交通,基督與比利亞(邪惡)也不能和諧。 所以,要作神嘅兒女,要作柔和順服嘅兒女,唔好作忿怒、背叛同毀滅嘅兒女。──唔好有人喺心思意念同慾望上同其他人分開;唔好有人鍾意懶惰;唔好有人埋怨;唔好有人偽善; 但願你哋眾人都快快行善,凡事感恩、有慈心、謙卑、易親近、喜樂、友善、無嫉妒、無爭競;好叫眾人認出主喺你哋中間:因為凡有兩三個人奉祂的名聚會,(馬太福音18:23) 如果你哋時刻熱心遵守佢嘅誡命,佢又點可能唔喺你哋當中呢?但如果上帝喺你入面,有咩可以令你憂愁、壓迫或者灰心呢? 乜都唔使驚;無論係心靈定身體,雖然有困難,一切都頂得住。因為*「神若幫助我哋,有邊個能抵擋我哋呢?」*(羅馬書8:31)。──如果佢*「連自己嘅獨生子都唔放過,為我哋眾人將佢交出嚟,豈唔會連萬有都與我哋一齊厚賜呢?」* (羅馬書8:32)所以,要堅定不移,確信只要你哋保持良好嘅生活,就無疑會成為天國嘅繼承者。– 噢 我親愛嘅孩子們,我切切地懇求並勸戒你哋:喺你哋心裏點起神聖之愛嘅火焰;充滿熱誠;用勇氣堅強自己;立定心志,保持純潔同無可指責;以禱告、懇求、詩歌、守夜、懺悔、眼淚同嘆息,照亮自己。

## *131. 前往修道院途中,為自己祈禱,並請他們為神在他們勞苦中的幫助祈禱:因為收成*

131. 1) 去修道院嘅路上,為自己祈禱,並求神喺佢哋嘅勞力上幫助佢哋:為咗收成。– 2) 佢提醒亞他那修同以弗列姆要好好治理弟兄,要顧及每個人嘅性格同弱點。 3) 佢勸大家要忠心追尋自己嘅目標。– 4) 我哋要遵守先賢嘅誡命, ,並透過對審判同死亡嘅恐懼嚟鞭策自己:佢喺度講述咗一個叫 logothete 嘅人點樣死去,並從中汲取勸誡。

**3.**(同樣地)。當我哋正趕往你哋嗰度,前往寺院嘅途中,我哋首先懇求你哋為我哋禱告,願主賜我哋陸路同海路都平安順利,並幫助我哋喺靈同肉體上都能成為蒙主喜悅嘅器皿; 第二,提醒你哋,我哋從來都冇對你哋疏忽大意,或者對你哋嘅處境漠不關心,反而一直都喺我哋卑微嘅心中,為你哋祝福,特別係而家收成嘅時候,你哋正面對住重重困難同勞苦。 願主上帝在內外都賜力給你,並賜你力量,勇敢地承擔一切外在和內在的艱難。而且,又有誰能測透魔鬼的詭計、陷阱和誘惑呢?

**4.** 親愛嘅孩子們,要留心聽著, 亞大納修和以法蓮,以討神喜悅的方式治理弟兄會,在屬靈和物質上供應每一個人所需;在與他們交往時,要因應各人不同的性格和脾氣:因為並非人人都需要一樣的东西:有人需要鞭策,有人需要繮勒,有人需要懺悔,有人需要寬恕,另有人需要責備和勸誡; 每個人都有自己嘅慾望同習慣:治療嘅方法要因人而異。

**5.** 然而,我親愛弟兄姊妹,你們是神的兒女。 為咗佢,你哋離棄咗世界,嚟到呢度;為咗佢,你哋同肉身血氣斷絕咗所有關係;為咗佢,你哋扛起咗佢嘅十字架;為咗對佢嘅愛,你哋視萬物如糞土,並且唔眷戀呢世任何嘢,勝過佢喺將來時代所應許嘅福份。 作為朝聖者同寄居者,你哋嚟到呢座寺院,並揀選咗修道生活。你哋嘅抉擇有福,你哋嘅決定聖潔。 但係,弟兄們,我懇求並勸戒你哋,要過得起呢個崇高呼召所配得嘅生活,好等你哋雖然身處世外,卻唔以世俗方式行事;又好等你哋雖然已經遠離肉體,卻唔照肉體去生活──其實就係咁,我唔講你哋都知。 因為如果我哋放縱肉體慾望,受激情驅使,堅持自己嘅私慾,追求卓越,為披肩同其他衣物、站位、筆同其他瑣碎小事爭吵──咁我哋唔係變咗肉體嘅人咩?我哋嘅爭吵唔係世俗化咗咩? 弟兄們,無論如何,都不可任憑最神聖的召命被貶低到可笑、幼稚的爭吵。和尚的榮耀,乃是為神的名被褻瀆、被譏誚、被誣衊,卻行不出任何值得譴責或辱罵的事。和尚的裝飾,就係著上最難睇嘅衣衫。 我對呢件事就唔多講啦。

**6.** 遵守先賢嘅誡命;唔好輕視聖徒嘅言行;亦唔好為咗片刻嘅歡愉,而藐視永恆嘅福樂。審判眾人者必要嚟臨──最後,佢一定會嚟,佢唔會遲延; 甚至可能喺佢嚟到之前,分開靈魂同肉身嘅可怕天使就會嚟──疲憊嘅時刻同最後一口氣就會到。呢件事同樣可怕,而且咁壓倒性,以至我哋頂唔順就死咗

。咁靈魂離體之後,當天使嚟接佢嗰陣,會發生咩事?邊個領域會得勝,帶走我哋? – 為咗回答呢個問題,我同你講一件小事,雖然當事人唔係我哋同級,但好有啟發性。據講,嗰位出名嘅書記官史塔夫里基奧斯(Stavrikios)到咗要死嗰陣,佢喘緊最後一口氣,汗流浹背、全身發抖、咬緊牙關,突然大聲喊道: 「主啊,救我,拯救我,可憐我!有成群又黑又醜陋嘅惡魔由海裡湧出,向我撲過嚟。」—佢住喺海邊。—雖然當時冇人見到嘢,但嗰位曾對好多人無情嘅書記官見到咗,就痛哭流涕咁哀嚎。 ──所以,到我哋臨終嗰陣,邊個會得勝?係天使嘅行列定魔鬼?我哋喺呢度所愛嘅人,就會即刻擁抱我哋。 如果我哋鍾意純潔、順服、謙卑同其他美德,就係天使;但如果我哋鍾意虛榮、違抗、不和、奢華、笑聲同熱鬧場面,就係魔鬼。因為慾望就係魔鬼,同樣地,美德就係天使。咁,到頭來邊個會得勝呢? 邊個會攞走我嘅靈魂?—可憐我,可憐我,我嘅弟兄姊妹啊!— 但願我哋大家一齊去愛美德,咁天使就可以得勝,接我哋去;而唔好畀情慾得勝,免得魔鬼得勝,攞走我哋。唉!到時倒不如我哋從未出世。因為*「強者都要受極大痛苦」* (智慧 6:6),尤其係我哋當中着住聖服、做神父、方丈同其他領袖嘅人。唔好因為呢番說話責怪我:我講呢啲唔係想無故嚇你;只係履行我嘅職責,愛你同祝你好,先宣告呢啲正確嘅事。

## *132. 佢勸蘇弗羅尼奧斯要確保遵守先賢所立嘅規矩:因為由此而來一切善,相反就帶來一切惡*

132. 1) 佢勸索弗羅尼奧斯要確保遵守先賢制訂嘅規矩:因為由此而來一切善,相反就帶來一切惡。– 2) 保持心靈同肉體勞動嘅平衡。– 3) 唔好放過任何唔當行為。– 4) 呢種嚴厲係出於愛,而唔係嬲氣。[2, 60]

**7.** (同上) 我嘅仔同兄弟,索弗羅尼烏斯! 你唔好草率咁去履行你嘅職務,而要盡心盡力。– 我總係覺得要喺同一件事上寫信畀你,好激發你嘅熱誠。– 所以你要好專心,喺各方面帶領你嘅弟兄,有阿爸阿卡基奧斯做你嘅幫手同顧問,我嘅仔啊。 你要察察人嘅行為──佢哋點樣行事、點樣做人、點樣生活──好叫你哋中間所有嘢都歸榮耀畀上帝,你哋嘅生命都建立喺我哋聖先祖嘅規條同律例入面,亦都照我卑微嘅吩咐。 因為凡有人以呢種方式生活同行事,上帝就喜悅;光明就照耀;和平就掌權;撒旦冇得留步;情慾就被驅走。 但係如果佢哋唔理會呢件事,唔以呢個心態行事,就會有所有相反嘅嘢生根──惡代替善,黑暗代替光明,貝利亞代替基督。所以,要警醒同留心,透過懺悔審視弟兄姊妹嘅心,並引導佢哋行每件善事。

**8.** 行中道:正如你唔可以畀沉默、禱告同讀經打亂你塵世生活嘅事務,同樣,你亦唔可以畀後者範疇入面過度嘅勞作,令心思偏離對神嘅紀念同對神聖事物嘅默想,而陷入物質世界。呢就係真正虔誠嘅法則。 如果你自己都係咁樣生活,弟兄姊妹見你做榜樣,都會跟住咁做,開始實踐。我哋離開世界,唔係為咗喺度安安穩穩咁食飯、飲嘢、着衫──難道我哋嘅救恩係喺呢度搵到㗎?我哋亦唔係着上呢身修道服,係為咗坐喺度乜都唔做,連食同着都冇。 但願我哋能同時兼顧兩者,各按其時,智慧地行,正如使徒所言:*「凡事都要規規矩矩、按次序行。」* (林前14:40) 而且,呢位偉大嘅使徒講到自己,話佢從來都唔係靠閒懶嚟食飯,而係靠聖手嘅勞力賺得嘅,足夠佢同埋同住嗰班人嘅所需(帖後3:8;使20:34)。 你哋要行呢啲事,並且要持續去做。 *「不可令人輕看你年輕」* (提摩太前書4:12)。

**9.** 不可忽略需要糾正的事,免得因為表面上的一番好意,任由一些細微的疏忽得不到糾正,而使弟兄陷入更大的過犯。有人暗中食飯?要受懺悔。他私底下未祝 blessing 就取用任何東西,就算是再微不足道的小物? 就叫佢接受懺悔。佢冇經許可就將食物畀人,或者同任何人交換任何嘢,或者做類似嘅事?就叫佢接受懺悔。佢埋怨?同樣要。佢違抗命令?就叫佢接受懺悔。 佢唔肯做工?*「就畀佢卑微咁食」* (林後3:10)。佢侵吞或偷竊?就畀佢逐出教門。等等……就照我哋慣常嘅懺悔規例。

**10.** 我的兒女和弟兄們,聽到這些話,不要以為我說得苛刻,也不要以為這一切都是出於無情而設立的。 相反,呢啲都係出於做父親嘅慈愛,因為我對你哋嘅靈魂好關心,我哋要為此交帳;如果我哋唔教導你哋行正路、唔轉離你哋行惡、唔喺善事上堅固你哋,沉重嘅審判就會臨到我哋頭上。 而且,一個好父親唔應該放縱佢嘅子女,而係要透過溫柔嘅勸告同輕微嘅懲罰,為佢哋開闢通往永生嘅道路。以利,因為冇責備同懲罰佢個仔犯法,可謂一個值得譴責同羞愧嘅父親,就因為呢個原因,佢同佢啲仔一齊喪命。

### *133. 我哋嘅勞苦唔算大,但獎賞卻無可估量*

133. 我哋嘅勞苦唔算大,但我哋嘅賞報係無量嘅。所以,我哋要熱心,用對死亡同埋隨之而來嘅一切嘅追思,嚟激勵自己。 我嘅兒女們,我哋真係有福氣,因為透過做好事、過好日子,我哋就可以喺修道生活入面嘅細微同微不足道嘅苦難中,為自己爭取到天國嘅安慰;正如聖父所講,所有修道嘅勞苦都好輕,同無窮無盡嘅福樂相比,根本唔值得提起。 如果你哋而家能以忍耐承擔呢份勞苦,就要歡喜,因為你哋喺天上嘅賞賜好大。 但我哋要留心,不斷反思我哋而家喺邊度、將要往邊度去,以及離開呢個世界、與天使相見、站立喺神面前、接受審判、因而被派往右邊或左邊嘅情況會係點。呢啲就係你哋朝早要默想嘅,要反思嘅,要專注嘅。 我喺神同佢揀選嘅使者面前為你作見證,希望你行得配得上所蒙嘅呼召,唔好向左偏行,唔好被引誘犯罪,亦唔好墮入自作聰明嘅陷阱。為呢件事,我會大聲呼喊,亦永遠唔會停止。 所以,要張開耳仔;令你哋嘅心被感動,明白我所講嘅;保持自己無可指責,好等你哋作為神葡萄園嘅工人,可以領受豐盛而無可衡量嘅賞賜。

### *134. 在一切事上都要無可指責,好叫你哋成為好酵母,影響你哋之後入修院嘅人;要時時把神、死亡同神嘅審判擺喺眼前,無論你哋係離世定係到嚟。*

134. 凡事都要作榜樣,好叫你成為後面入嚟出家嘅人嘅好酵母;要時時把上帝同死亡同上帝嘅審判擺喺眼前,無論你係離開定係到達。面對呢一切,其他嘢都係無足輕重。 [2, 64](同上)。要嚴守我所傳授畀你哋嘅戒律,你哋喺出家時以誓言承諾要終身遵守,並喺方丈嘅指導下,努力自我精進,好等你哋精進之後,成為將要加入嘅弟兄嘅良善酵母。 用你哋同你哋嘅生活方式去發酵佢哋,用愛嘅火焰去烘焙佢哋,並將佢哋作為悅神嘅麵包,呈獻喺天國筵席上。 唔好浪費時間喺肉體嘅休息或者滿足自己嘅慾望,而要追求天上嘅安慰同心靈嘅平安,之後先可以適當地享受中等嘅肉體安舒:因為當呢種安舒係由屬靈嘅安慰先導,就係無可指責嘅。 要行在敬虔和公義中,彼此和睦共處,常把神擺在眼前,不斷紀念死亡、脫下肉身這衣裳、離開這世界、站立在神面前,以及即將到來的最終審判,那審判必定是以下兩者之一:*「離開我,你呢班受咒詛嘅人,進入為魔鬼同佢嘅使者預備咗嘅永恆火獄」*;或者:*「到我呢度嚟,你呢班蒙我父賜福嘅人,承受從創世以來為你哋預備咗嘅國度」*(馬太福音,第25章)。 相比之下,世界算不得甚麼;地上的財物算不得甚麼;人的榮耀、華麗的衣裳、香水的芬芳、筵席、狂歡、享樂,以及此類所有事物都算不得甚麼。 – 但你哋,要充滿神同神聖嘅事;要被聖靈嘅恩典陶醉;要喜悅聖經嘅話語,比蜜同蜂房嘅蜜更甜;要以貞潔裝飾自己, 公義同自制;多行善事;以謙卑聞名;透過無情欲升天;與天使同榮耀上帝;以敬畏上帝同你嘅聖潔禱告擊敗仇敵。 要愈來愈得着啟示,愈來愈被潔淨,愈來愈有天性,好叫人可以對你哋講,好似主親口講咁:*「你哋唔屬於呢個世界」*(約翰福音15:19)。

### *135. 努力,要銘記審判日同最終審判:喺呢個語境入面,概述咗美德行為,特別係對抗肉體慾望所需嘅方法*

135. 努力,銘記出埃及記同審判日:喺呢個語境入面,列出咗美德行為,特別係對抗肉體慾望所需嘅。 [2, 65](同上)。努力吧,我兒,行在屬靈的道路上,抬高你心靈的眼睛,仰望天上,注視永恆,並尋求知道何時和如何──在冬天或收割的季節,在白晝或黑夜,在現在或年老時,今年或明年,今日或此時, —我最後一口氣就會到來:因為死亡必定會來;審判靈魂者會到來,仇敵──敵人──會到來;而萬事的勝敗就會被決定。 以呢啲思想激勵自己,你哋就唔會輕易犯罪,亦唔會跌入罪惡嘅深淵,而最終,你哋會見到天上耶路撒冷嘅福份,並喺你哋永恆生命嘅每一日都注視住佢(詩篇127:6)。 你亦要盡好你身體上嘅本份;同時處理呢啲同嗰啲;用你嘅口讚美上帝;用你嘅舌頭講真理;盡你所能用手做工;用你嘅腳行和平嘅道路。 你整個身體都聖潔,你所有肢體都係基督嘅肢體。*「我豈可將基督嘅肢體,變成行淫婦嘅肢體?斷無此理!」*使徒咁講(林前6:15)。遠離放蕩;唔好傷害人;唔好背後講人壞話。 冇嘢可以瞞過上帝:因為*「主嘅眼比日頭仲光,穿透黑暗,審視人嘅一切道路,觀察暗中做嘅事」*(西拉書23:27–28)。唔好放蕩大笑。傾偈嗰陣唔好坐得太近對方。 唔好食得過飽,令自己血脈賁張。唔好飲酒──呢句係畀身體健壯嘅人嘅良言。我哋已經有足夠嘅內心掙扎,足夠嘅自然之火;但如果再加埋酒火,就會引燃一場災難性嘅大火:肉體撐唔住,會沸騰,並索取佢應得嘅代價。 我預先警告你哋,要提防呢啲毀滅性嘅後果:上帝已經定咗審判日,凡行呢啲事嘅人,佢都要定罪,並且同魔鬼一齊投入難以想像嘅折磨。要趁主未審判之

前先認罪,揭發魔鬼灌輸畀你嘅念頭。　凡事都要按正當方式去做;睡眠要節制,醒咗就盡快開始守夜。主若見你咁做,就會賜福畀你。

### *136. 透過提問佢哋有冇保持正當行為,以及有冇人偏離,提醒佢哋整個必備生活方式嘅全貌*

136. 1) 透過問佢哋咩先係適當,以及有冇人已經行偏,提醒佢哋整個本分人生嘅架構。– 2) 然後佢勸勉佢哋:你哋已經勞苦過——要繼續勞苦;你哋已經努力過——要繼續努力;唔好畀你哋嘅勞苦徒然,並以豐盛嘅果效同審判日上帝嘅稱許去鼓勵佢哋。

**11.**(同上)我再次以書面向你問安——並問:你哋嘅一切可好?神嘅平安如何保守你哋?敬畏主如何潔淨你哋?祂嘅稱義如何令你哋心裏喜樂?敬虔嘅次序如何使你哋合一?誠實嘅信心如何加力予你哋?你哋堅定嘅順服誓約如何將你哋緊密連繫? 誠懇的順服又如何提升你呢?你哋基督化嘅謙卑狀態係點?你哋嘅來往如何?你哋坦露心聲嘅情況又點?——再者,你哋手頭上嘅工夫進度如何?收割已經開始咗冇?…請將呢啲同其他一切都告訴我哋,好叫我哋得安慰。　我哋寄望你哋,卻又驚;有時又擔心,唔知你哋有冇人行事魯莽?有冇人埋怨?有冇人放縱肉體慾望?有冇人放縱乖戾? 豈不是有啲人同魔鬼結盟,就好似嗰啲聚集起來對付主同祂嘅基督嘅人,講住:*「我哋要撕裂佢哋嘅捆綁,甩開佢哋嘅軛」?但係住喺天上嘅要喺佢哋身上發笑,主都要嘲笑佢哋。　「然後佢喺忿怒中向佢哋說話,喺烈怒中驚吓佢哋。」*(詩篇2章)。因為我係喺你哋自願同意之下被立喺你哋之上,而你哋自己都甘願服從我嘅權威。就係因為咁,我先咁樣同你哋講,向你哋宣講主嘅命令。

**12.** 你哋曾經勞苦,而家仍然勞苦;你哋曾經努力,而家仍然努力,喺克己、服從、制服意志、抑制慾望之中,忍受主嘅試煉。　所以,切勿摧毀你哋之前所成就嘅成果。正如你哋曾經喺淚水、嘆息同各種艱苦中播種,將來當萬有之主按各人所行審判賞賜嗰陣,亦可喺喜樂中收割。*天啊,要聽!地啊,要留心!因為主已經說話咗。* — 弟兄們,但願這話不適用在我們身上:*「我生養兒女,他們竟違背我。驢認識主人,驢駒認識主人的槽;以色列卻不認識我,我的民也不明白我!」*(以賽亞書1:2–3)。 但願話語如此:*「你嘅眾子,就好似橄欖枝,圍住你嘅飯枱」*——呢句係屬靈嘅意思。*「敬畏上主嘅人,就係有福嘅。」*(詩篇127:4–5) — 請聽,我懇求你哋。要喺呢件事上作智慧人,大家同心協力,跟隨你哋修道院長嘅指引。 要活得似乎每日都要死去;唔好為飲食憂慮,唔好過份傷心,亦唔好埋怨。使徒話:*「若果有食物令我弟兄跌倒,我就再唔食肉,免得令我弟兄跌倒。」*(林前8:13)　所以,你哋唔好做悖逆嘅人,唔好做行淫亂嘅人,唔好做忿怒同罪惡嘅子,用可恥嘅行為惹神發怒。——哀哉你哋嘅心!哀哉你哋嘅眼目!——*「神本為報應之神!」*(詩篇93:1)。 *「凡被祂所藏不起來的,凡在祂面前沒有遮蔽的,一切都赤裸裸地暴露在祂眼前。」*(希伯來書 4:13)有谁不惧怕?有谁不战抖?有谁不肯*「甚至流血」地*委身去討神喜悅?

### *137. 有關收割季節時履行職責、維持糧食供應及休息、如何過夜,以及一般行為處事的指示*

137. 收割期間嘅指示:點樣進行儀式、點樣食嘢同休息、點樣過夜,以及一般嘅處事方式。 [2, 67](同上)。我清楚知道而家你哋正值收割同採葡萄嘅時候,烈日當空,汗流浹背,辛苦耕作。所以我認為而家正係同你哋專門講吓呢啲勞作嘅好時機。　願主賜福與你——我親愛嘅兒女,願你嘅主、你嘅神從祂聖潔嘅高天賜福給你,復興你,堅固你嘅心靈同身體,使你有足夠嘅力量,既能事奉神,又能做體力工作,兩者都能夠不致過度疲勞。　我知道收割季節嘅夏天日子有幾咁炎熱,同埋帶嚟幾大嘅疲勞;如果唔係因為工人特別嘅熱誠畀佢哋力量,幾乎冇人頂得住。　所以我奉基督之名懇求你哋,要喺呢兩方面都堅持到底。朝早按常規以端莊愉快嘅態度唱詩同禱告完之後,就開始手頭上嘅工作,一面工作,一面喃喃背誦詩篇 ,一直到第三時辰到嚟。 到呢個時候,就停低手頭,虔誠咁唱第三時段嘅頌歌畀主,雙手向天,為靈魂同身體得力,懇求聖靈嘅恩典;跟住虔誠咁行三、四次,或者更多次嘅大禮拜,然後就食主所賜嘅食物,除咗星期三同星期五,就照我哋嘅慣例。 – 不過,要小心,喺呢啲進餐嘅時候,唔好有嘈吵或者騷動。– 喺收割嘅工作期間,亦唔好有爭吵,唔好自作主張,因為咁樣會引起爭執同大聲呼喊,亦唔好傾偈、唔好笑、唔好拌嘴——你哋當中唔好有任何呢啲或者類似嘅嘢。 但願你哋嘅工作蒙福,因為係喺神眼前做嘅。你哋要互相幫助。當你身邊嘅同工因疲勞或遇到困難而落後,就要停低幫佢,好令收割工作順利進行,大家都能保持一樣嘅努力。　當照工作監督嘅指示,你哋喺晏晝休息,或者夜晚喺樹蔭下或者棚底瞓覺,都要小心,唔好身體貼得太近,更唔好互相接觸,亦唔好兩個人分開去任何偏僻嘅地方。工頭要留意呢點。　播稗嘅仇敵喺呢度暗中窺視;免得佢偷偷摸摸,向某人灌入佢嗰害人嘅毒素,令我哋招致我

哋主上帝嘅忿怒。所以,要保持警醒。 崇拜期間,由於可唱嘅詩篇唔多,要小心唔好急急忙忙或者亂嚟,而要專心去唱,好令我哋可以以正確嘅心態去做每件好事。人人都一定要出席崇拜,唔好有人缺席。任何缺席嘅人,就算之後做十倍嘅工夫,都唔配得上當日嘅飯食。 我講呢番說話,係出於對你哋得救嘅關心,提醒你哋唔好有人偏離神嘅道路。如果有人有憂愁,就唔好收埋,要帶到長老面前;佢哋會審判,並醫治需要醫治嘅事。 無人可以懶惰:咁樣嘅人喺弟兄姊妹當中冇份,亦唔會被算作係尋求主嘅人。 —你冇法斫柴,定係唔識點斫?兄弟,就拎起斧頭把手;連斧頭把手都拎唔起?咁就摘葡萄、挑水,或者做其他任何所需嘅事,無論係屋外定屋內。上帝都會按你嘅熱誠,接納呢份如同寡婦兩文嘅奉獻。

***138. 聽到弟兄姊妹有好消息,他就歡喜,並鼓勵他們更加努力,指出掌權者應該如何行事,以及所有弟兄姊妹應該是什麼樣子***

138. 聽到弟兄姊妹嘅好消息,佢就歡喜,並鼓勵佢哋更加努力,示範咗主管應該點做,同埋所有弟兄姊妹應該點樣。 [2, 68](同上)。弟兄姊妹嚟同我講你哋嘅近況,令我無可言喻嘅喜悅。 因為聽到你哋都靠基督嘅恩典得救,保持住好嘅品格,遵行神嘅誡命,藉住呢啲被光照,成為光嘅子民,同天國嘅繼承者,我真係好開心。噢,我嘅孩子們! 所以要作智慧人,保護自己,日復一日,以內住的聖靈所賜的聖愛為暖,被更新;要治死一切放縱和敗壞肉體的私慾,並在它們的位上,像神的花園一樣,栽種並培養永恆的德行, 凡事包容,凡事忍耐,以順服、遵從、仁愛、慈憫的心去承擔,彼此相待,互相喜樂,互相分擔重擔。首先,我兒瓦爾山腓(Varsanufius),你要無可挑剔地履行我托付給你的事工, 喺賜生命俾萬有者上帝面前,行事唔可以有偏頗、唔可以自大、唔可以憤怒、唔可以愚蠢自卑、亦唔可以心神散亂,而要好似一個有智慧又溫柔嘅哺乳母親養育佢嘅孩子咁;並且要願意為你嘅弟兄同我嘅孩子捨命。 牧養基督嘅羊群係一項重大嘅任務。主對使徒彼得講咩?「你若愛我,就餵養我嘅羊。」同樣地,我嘅孩子,如果你愛基督主,同埋愛我呢個罪人,就要好好牧養我嘅孩子——或者更準確嚟講,就係牧養基督嘅小羔羊。 但如果佢哋當中有啲似小山羊咁亂跳——我都聽過有呢啲事——就要制約佢哋嘅衝動,同佢哋講清楚,如果佢哋繼續似小山羊,喺審判日就會被擺喺主基督嘅左邊,屬於滅亡嗰邊,同撒旦一齊; 用呢段說話令佢哋心生恐懼,並用呢個嚴厲嘅警告去教訓佢哋,好叫佢哋都成為羔羊:因為羔羊溫順、和善、謙卑、順服同安靜,而小山羊就靈活、放蕩、任性同脾氣暴躁。哀哉,呢啲人;因為佢哋將受永恆之火嘅審判。 我嘅兒女,唔好有任何人似咁;我求你哋,絕對唔好;否則牧羊人唯有餓死佢哋,或者將佢哋趕出羊群。但係要明白我講緊啲乜,並行上帝嘅旨意。 你——我兒但以理——也要留意喺弟兄姊妹中點樣行自己嘅本分:教導佢哋,用智慧嚟提醒佢哋,並糾正佢哋;唔好容忍混亂、新奇異端,或者喧嘩吵鬧嘅行為; 要愛嗰啲品行端正、態度謹慎、唔放肆、 、有威嚴、勤力、聽話、謙卑、唔埋怨、唔譏笑嘅人;但對嗰啲相反嘅人要唔帶仇恨咁唔容忍,並以更好嘅榜樣去糾正佢哋;唔好有邊個係你哋當中離棄上帝或者令祂不喜悅嘅人。 因為違犯律法者、背後講偈者、埋怨者、嘲笑者,同埋暗中犯罪者,都與神為敵,令神不喜悅。願你哋當中冇呢啲人;反而要你哋都敬畏神、愛神、尋求神。主啊,保佑我嘅孩子們!

***139. 敬畏神同愛心會激發熱誠,並令人生喺正路上行;但冇呢兩樣嘢嘅人就會自暴自棄,行偏失路。***

139. 1) 敬畏神和愛激發熱心,並使人行在正路上;但缺乏這些的人就放縱自己,陷入疏忽。– 2) 我們必須小心將這些人帶回正路,並為他們禱告,同時要更嚴謹地警醒自己。[2, 69]

**13.**(同上)恩典和平與你同在,並賜給你端莊、順服、謙卑、敬畏、慈愛,以及你日夜的詩歌讚美。 務要留意,使呢啲嘢喺你哋中間堅定不移,絕無差錯。只有當你哋敬畏上帝,而佢嘅愛火喺你哋心入面唔會熄滅,先至可以做到。因為當呢股火喺任何人嘅心入面熄滅咗,就會帶來怯懦同懶散,同埋其他情慾嘅荊棘,身體嘅懈怠同放蕩, 懶散同絕望、過度睡眠、無止境嘅貪食,同其他一切形式嘅罪惡,尤其係熾熱嘅慾望、蒙蔽心靈嘅念頭、傾向同毀滅性生命嘅行為。 然而,證明呢團聖潔無形嘅火未曾熄滅嘅記號,就係靈魂對善事永遠熱心,並且勤力完成一切所需,唔會動搖或灰心:服從、工作、詠唱聖詩、懺悔, 手工藝、祈禱、規定的禁慾,以及所有屬於蒙福順服的其他行為。這樣的人是蒙福的,他令神喜悅,也為人所愛,從他心靈的善寶藏中,好似花朵般,開出神聖恩典的彰顯,反映在他的神聖面容上,以及他的一舉一動和言行之中。 然而,被不雅思念所困者,逐漸偏離正路,然後完全背棄其誓約,成為魔鬼的獵物。

**14.** 但願我哋祈求,祂每日都呼召凡走偏路嘅人歸返正路,將佢哋恢復到祂嘅羊群,免得罪惡將佢哋徹底吞滅;但你哋自己都唔好忽略去搵失喪者。因為如果有人失咗啲冇知覺嘅動物,都唔容易承受呢種損失; 更何況被託付照顧有理性羊群的人,豈不更當盡力去尋找當中正要滅亡的羊?——既然這些已經跌倒,其餘的就當更加堅定,緊守所是;因為經上寫着:*「惡人跌倒,義人就驚惶。」* (箴言29:16)。所以,要小心,更加謹慎行事;因為魔鬼在兩邊都設下陷阱等著你。因此,不可有人懷藏未向人承認的私念,或照自己心意行事。 不可有人放縱情慾,或自私自利;因為那些被這些惡性所控制的人,已經滑入滅亡的深坑,並逃遁不歸;而今在可憐的狀態下,如失喪的羊四處遊蕩。 禱告已經離開咗佢哋:因為佢哋逃離咗上帝,仲可以向邊個舉手呢?詩篇同聖詩都喺佢哋口中沉默咗。佢哋仲可以向邊個唱*「我耐性等候主」*呢?因為佢哋心志軟弱,已經自取滅亡。 所以,要為佢哋嘅歸回禱告;但同時亦要為自己嘅堅定禱告,說:*「雖然戰爭興起攻擊我,我仍要信靠祂。」*(詩篇26:3)*「自從我年輕時,就有好多人攻擊我,但佢哋都未曾得勝我。」*(詩篇128:2) *「這永遠永遠是我的安息之所;我要住在這裏,因為我已經揀選了它。」*(詩篇131:14)——好叫你哋作為基督嘅士兵,雖然作戰但唔致倒下,得以因你哋嘅忍耐而配得上得著公義嘅冠冕。

### *140. 祂為咗嗰啲打破誓言離開修道院嘅人而傷心,並以各種方式勸佢哋重返正路,堅守修道生活。*

140. 佢為嗰啲破誓言離開寺院嘅人而傷心,並盡最大努力勸佢哋重返正路,堅守僧伽生活。 [2, 70] 而家知道你哋當中發生嘅事,我又歡喜又憂愁:我為你哋嘅副住持身體健壯、生活安好而歡喜,亦為嗰啲行正道嘅兄弟,同埋以前行正道、虔誠謙卑、有善忍耐、過着蒙神喜悅生活嘅人而歡喜; 我為偏離正路又逃走嘅人感到憂傷,雖然佢哋已經被召回。 願主日日夜夜保守你哋,愈來愈多;又日日夜夜加力賜給你哋,直到你哋完成真生命嘅旅程。至於已經行偏路嘅人,我就用先知以下嗰段話去對付佢哋:*「人子啊!你點解鍾意虛空,又追求虛假?」* (詩篇4:3),——追求滿足自己情慾,卻不將敬畏神、那無法熄滅的審判、那永不熄滅的火、那極深的黑暗、那咬牙切齒與難以想像的可怕地狱擺在眼目之前,反而如此無畏又厚顏無恥, 咁樣喺你哋放蕩嘅作為中,欺騙同草率咁審判上帝。你哋幾耐先會忘記祂嘅審判?幾耐先會醒覺悔改?幾耐先會喺你哋心靈裏藏住惡毒嘅計謀,為自己嘅罪行編造藉口,沉溺喺虛無嘅盼望之中? – 終於,從你墮落中興起;驅散圍繞你嘅黑暗;結束你瘋狂嘅野心。你喺逃離緊邊個?你喺背棄緊邊個?唔係就係喺你得救之日所領受嘅聖靈咩?– 好啦,暫時講到呢度。 – 唔好再堅持;唔好再畀魔鬼有更多理由喺你身上得著喜樂;停止取悅你嘅仇敵。去愛呢位先愛我哋嘅主;接納呢位蒙福嘅主入你嘅心;祂,因祂滿有憐憫,為咗你嘅謙卑,會赦免你嘅過去。 所以,我懇求並勸戒你,糾正你靈魂的過失,堅固你心靈的根基,並收聚你分散的心思。記住你的誓言。立了誓言之後,即使有火與刀劍威脅你,即使有酷刑與折磨擺在你面前,你都斷不應該偏離它們; 然而,為咗一件微不足道嘅事——你哋自己嘅惡慾——竟然拋棄咗神聖嘅盟約同你哋嘅神聖誓言,好似畀刺叮到嘅小牛咁跳起身,衝入無水又行唔通嘅地方;你哋喺一個村落定居,同世俗嘅夫妻交往,飲酒食嘢,就好似喺大筵席上一樣。 ——從此等種子,能結出何等果實呢?可憐我,可悲可憐的人啊!我真希望大地能將我吞沒。——現在,我要照先知所言說:*「山嶺啊,倒在我的身上吧!丘陵啊,遮蓋我吧!」*——這不守律法、充滿罪惡的我(何西阿書10:8)。 因為我所生養的,離棄了上帝的律法,玷污了自己的身體,出賣了自己的貞潔,不肯順服,竟成為魔鬼的笑柄。難道撒但不引誘順服他的人到處遊走,然後不藉著罪惡之口吞吃他們嗎? – 但願我哋至少可以嚟到呢度,清醒返嚟,理智返嚟,檢視自己,察看仇敵嘅詭計同我哋自己嘅魯莽,責備自己,謙卑自己,心存悔意,跪下認罪,然後逐步重拾我哋從前美好嘅生活方式。 而家,我懇求所有喺主殿、我哋神殿院子入面站住嘅人!要英勇壯烈,堅定行軍,服從你哋嘅主管同其他領袖。 凡棄絕佢哋嘅,就係棄絕我;凡接待佢哋嘅,就係接待我——其實唔係接待我,而係接待神,為咗神,我先有今日,你哋先有今日。

### *141. 呼籲人要擱下自己嘅理性同意志,並以信心委身於祂嘅引領,好叫我哋喺本應活出嘅生命中得著長久嘅成功*

141. 佢勸我哋要放低自己嘅理性同意志,並以信心將自己交託畀佢嘅引領,好令我哋喺本當行嘅生命道路上獲得持久的成功。 [2, 71] 睇住四面八方對我哋發動嘅攻擊,我可以照使徒嘅話咁講: 「真係,我哋*得咗一個『肉體嘅刺』,一個『撒但嘅使者』,免得我哋自高自大」*,反而令我哋自卑、受管教,並投靠喺神大能嘅手下,因為除咗呢個方法,我哋根本得唔到救。 當我哋憑着一切勤力,制服我哋叛逆

嘅心思,並認識到自己徹底可憐,冇咗神嘅幫助,就喺我哋嘅導師——無論佢係邊個——嘅媒介下,根本做唔到應該做嘅事: 然後,一位天使會降下,進入我們情慾的深淵,以從未有過的方式,好似降入巴比倫的深淵一樣,撕裂我們心靈中慾望的火焰,並在我們靈魂裡——好似帶露的微風——帶來純潔的恩賜。因此,讓我們謙卑自己;打倒我們的理性,打倒我們的眼睛;讓我們的思想低垂; 看哪,那愛人嘅神嘅憐憫就近咗。— 唔好有人唔忠,唔好有人詭詐,唔好有人虛偽,佢哋口裡祝福,心卻遠遠離,就好似淨係跟從自己嘅慾望同自己嘅理性嗰班人。*'無人要尋自己嘅益處,而要尋鄰舍嘅益處'* (林前10:24)。要成為全然光明、全然誠實、全然真誠的兒子;我們當如孩子、如弟兄、如同作繼承者般行事;我們不可接受任何可能傷害彼此的事,也不可容許任何新的過犯。

### *142. 祂邀請我哋喜樂,因為我哋過住貧窮、充滿艱苦同悲傷嘅生活,透過苦行,拋棄晒世上一切嘢;因為呢條路係通往天國基業嘅可靠道路*

142. 佢邀請我哋要因貧窮、充滿艱苦同悲傷嘅生活而喜樂,透過苦行,拋棄一切世俗事物;因為呢條路係通往天國承受基業嘅確據 。 [2, 72] 雖然有啲大膽,但我照使徒嘅話同你哋講:*「要喺主入面常常喜樂;我再講,要喜樂。」*(腓立比書 4:4) 點解?因為你哋做緊上帝嘅工,因為你哋著咗修道服,因為你哋受服從之法約束,日日都遵守,受苦、頂住艱難、過貧窮生活、同埋悲傷——無論係禁食, 夜禱、撐蓆而眠、勞碌與疲倦、服從的職責、意志的克制、命令的不可預測、不洗身體、穿破爛衣衫、鞋履; 我還要加上——懺悔與逐出教門,甚至更甚者, – 喺無休止嘅折磨、推擠、刺痛,好似毒刺同箭矢,由魔鬼喺可見同不可見嘅方式向我哋襲擊——無論係淫亂、懶惰、貪食、思想同慾望嘅善變,定其他無數種情慾。 — 咁,你哋自己判斷吓,我講*「要常常喜樂」嗰句*,係咪講得啱?的確,我嘅弟兄姊妹!你哋為咗神嘅緣故忍受晒呢一切,揀咗呢條路並堅守住,你哋係福氣嘅,甚至係三番四次蒙福。咁,呢個又帶嚟咩後果? – 在將來的時代裡,真理與豐盛的平安、生命、喜樂與永恆的安息,兒子的名分與天國的承受,將會在你們心中照耀:因為你們如此明智、如此可嘉、如此神聖地追求並繼續追求這些事物——已棄絕世界及世上的一切,背棄父母, 弟兄、親戚、朋友同相識,離開咗你哋嘅城鎮、村莊、田地、屋企同故鄉,緊貼住唯一嘅神——榮耀嘅主同王,呢位良善而最蒙福嘅主人,為祂勞力、站喺祂面前、服侍祂, 無休止地歌頌祂;你哋對父母無所思,對妻子兒女無所慮,對男僕女僕無所掛心,對財富同擁有物無所憂,對階級同分別無所爭,對豐盛筵席同美酒無所好,亦對其他肉體慾望無所悅, — 亦唔係為咗任何世俗同短暫嘅嘢,而係為咗一個只討神喜悅嘅生命,同為咗天上應許嘅永恆福份。咁,神愛你,唔係好合適咩?佢稱你做佢嘅兒女,唔係好合適咩? 嗰日佢對你哋講:*「嚟啦,我父所祝福嘅人,承受自創世以嚟為你哋預備咗嘅基業。」*你哋嘅行為、你哋嘅志向、你哋嘅盼望就係咁!所以我再講一次:*「要常常喜樂。」*

### *143. 佢將苦行生活比喻成擂台上嘅一場賽跑,並詳細指示點樣成功完成呢場賽跑,攞到獎賞*

143. 佢將苦行生活比喻成體育場嘅賽跑,並詳細指示點樣成功完成呢場賽跑,同埋攞到獎賞。[2, 76] 我哋嘅屬靈爭戰就好似擂台上嘅賽跑,正如聖保祿所指出(林前9:24)。但係喺嗰個情況入面,賽跑只係喺一個細細嘅範圍同短暫嘅時間內進行。然而喺我哋嘅屬靈爭戰中,道路由地上延伸到天上,時間跨度係一整個人生,喺人生盡頭,勝利者會獲得冠冕。 我哋嘅比賽有千千萬萬嘅聖天使睇住——而萬有之主就坐喺祂無法靠近嘅榮耀寶座上,作為呢場比賽嘅主辦者——我哋嘅對手係邪惡嘅魔鬼,佢哋千方百計喺我哋路途上設障礙,想將我哋打倒,並摧毀我哋。 由此可見,你哋可以想像到我哋要幾咁警惕、幾咁謹慎、幾咁勤力、幾咁不懈,唔單止要好起步,仲要跑完全程。 單憑開始,若無以青春的活力與男兒的毅力向前衝刺,是對我哋冇咩好處;然而,即使以同樣的熱忱與決心堅持到生命盡頭,就算生命再長久,都未必代表勝利。 所以,弟兄同父老,我哋要一次又一次堅持;要不斷向前,向愛世人嘅上帝求助同力量,好令我哋能夠堅持到底,順利達到預定嘅終點或目標。 神嘅話語擺咗個最壯觀嘅壯舉喺我哋面前,應許跑得好同得勝嘅人無可言喻嘅喜樂同榮耀,同時又威脅疏忽大意嘅人,要俾佢哋最慘痛同可怕嘅命運,要麼原地踏步,要麼喺障礙前停住,故意走偏路。 主說:*「有耳可聽的,就應當聽。」*所以我親愛的孩子們,要聽從並留心:要奮力奔跑,保持警醒,因為狡猾的魔鬼隨時準備擋在我们面前,設下絆腳石。要知道,冇人可以做好事工,除非佢哋脫去一切拖累自己嘅重負,淨係保留信心嘅胸甲——我所講嘅唔單止放棄所有外在嘅財物,仲要清除內心一切塵世思想同慾望嘅雜亂。 喺我哋嘅修行中,冇人可以成功,除非佢哋訓練自己嘅身體,只以少量飲食為足;除非佢哋唔用油,而以堅定同不懈嘅耐心作膏油;除非佢

哋好似進行身體訓練咁,經歷喺領受大戒之前所需嘅一切考驗同操練。　然而,在這次旅程中,任何人都不應該阻撓同道的苦行者,也不應該嫉妒或誣衊他們; 而要將心思同目光集中喺「」──點樣成功跑完全程,不斷加把勁、加熱誠、加靈感,唔向左右望,唔理讚賞,亦唔畀虛榮牽著走, 亦都唔好喺疲勞、障礙同挫敗面前灰心,亦唔好因絆腳石而氣餒;咁樣,當我哋以敬虔、謙卑、弟兄情深同誠實嘅態度完成咗一切,喺完成咗呢段旅程之後,就可以被我哋嘅主認為配得上攞到所應許嘅賞賜。

### *144. 1) 讓我們熱衷於每一種美德,並防範一切邪惡,尤其要提防那些看似良善的*

144. 1) 讓我們熱衷於每一種美德,並防範一切邪惡,尤其要提防那些看似良善的。– 2) 敵人有許多陷阱。 分辨佢哋嘅最好方法,就係檢視自己嘅思想。 – 3) 人要對付每種情慾,就用其對立面去抗衡。以對抗嫉妒做例子。 – 4) 我哋被勸要處處講求合宜。[2, 77]

**1.**　嚟啦,因為我哋懷住對眾人利益嘅渴望;我哋要抱住最熱切嘅救恩熱誠;我哋都要行合宜嘅事、慕求正路、追求有益──無論少壯定年老、初學定長老都一樣;　我哋要潔淨自己,脫離一切屬肉體同屬靈嘅污穢;要使自己成為被揀選嘅器皿,喺靈裏造成聖潔,遠避一切犯罪嘅機會,唔好容許驕傲、違背、情慾, 放縱情慾,並努力以美德──謙卑、順服、純潔和弟兄之愛──豐富自己; 我哋要將屬肉體同屬情慾嘅傾向遠遠拋出心外,並且停止一切助長佢哋嘅聯繫,唔單止係同外面嘅人,連內心裏面都要斷絕──我所講嘅係,我哋唔可以偏愛某個弟兄多過另一個:　因為呢種愛係欺騙性嘅,神都憎惡;表面上睇似兄弟之情,但本質上係撒旦嘅。

**2.** 你知道魔鬼設咗幾多陷阱,佢嘅網有多麼錯綜複雜──除咗透過向自己嘅屬靈父親承認心思同慾望,並以謙卑同順服為伴,否則冇人可以從中得釋放。　行唔呢條路嘅人就會跌落去,正如我哋所讀到嘅;但係跟從呢條律法嘅人,已經成為世上嘅光,擺脫咗罪惡同魔鬼嘅黑暗,並透過克制自己嘅慾望而得勝。

**3.**所以我奉我哋主耶穌基督之愛,懇求你哋,為自己嘅得救要作智慧人。　凡被任何情欲困擾者,必須與之抗爭──例如嫉妒,即對此世短暫榮耀的憎恨──因為此情欲源於想在某方面顯得高人一等的心願:　無論係心靈嘅活力、抑或係悅耳嘅詩篇歌唱、抑或係愉快嘅閱讀、抑或係其他任何能力,無論係屬靈嘅定係身體嘅;一旦點燃,就會以慢火燃燒,耗盡並摧毀我哋。但係,既然我哋彼此相連──因為我哋都係一個身體──我哋就當彼此同喜,將一切令他人與眾不同嘅事物,都當作自己嘅。　因為當一個人以一樣事物見長,另一個人以另一樣,第三個人又以更另一樣,然而他們都同屬一個兄弟之體,則透過這些差異,整個兄弟之體得以卓越並臻於完美,其榮耀亦歸於每個人:有人聲音悅耳,而你音量宏亮;有人朗讀清晰,而你卻能迅速掌握所讀內容; 一個人比較機智,而你則更擅長處理事務;一個人甚至更善於安排工作,而你則更樂意服從;後者遠勝於前者,因為那看似某物,卻未真正如此者,其實一無所有。 咩係旋律、和聲、讀書、速度、書法或者音樂,比起蒙福又最可愛嘅謙卑同順服、 kindness and simplicity, 比起溫柔和謙遜、比起良善和忍耐、比起對上帝的愛和勤奮的禱告,以及其他美德──就算一個人啞巴、唱唔到歌、讀書唔掂、結結巴巴、鬥雞眼、面目可憎,或者跛腳,都無所謂。　因此,我哋仁慈嘅上帝令美德嘅善易於達成,並對所有人開放,唔係靠身體嘅優勢,而係靠靈魂嘅品性,喺度播種、成長同達到完美。

**4.** 我們要知足常樂,也要為弟兄所擁有的一切而喜樂,彼此團結,按神所命的各種秩序生活。　弟兄姊妹們,你哋睇到我哋人數愈嚟愈多;我哋當中嘅一切都要保持良好次序:因為即使最微小嘅事脫離咗應有嘅次序,整個弟兄團體都會動盪不安,失去美德之美,就好似喺　同其他所有團體入面發生嘅咁。至於我哋,以我哋主耶穌基督之名聚作一體,並按天使居所嘅秩序生活,喺一切事上保持完全嘅秩序係一項迫切嘅需要──我所講嘅意思係,我哋應該唱歌同禱告,企立同換位,坐下同起身, 瞓同醒、落同上、靜同講、食同飲、入同出、問同答、聚同散、搵同畀、服侍同被服侍、擺同拎、着同脫、着鞋同脫鞋──呢啲每日都喺我哋中間明顯可見。　當呢啲一切都保持秩序,我哋成個弟兄會就好似一望無際嘅寧靜大海,雖然喺流動,但浪頭輕柔,好似畀聖靈輕輕撩動。　但係,一旦因為粗心大意,有啲混亂滲入,就好似畀狂風暴雨攪亂咁,浪頭翻滾洶湧。　當我哋見到你哋之間出現噪音、大聲喧嘩、笑聲同閒聊──就好似最近分發聖聖體同離開飯堂嗰陣,四位院長好費勁先至恢復到應有嘅秩序──呢個唔就係我哋所見到嘅情況咩?唔係咁,我嘅兒女同兄弟姊妹,唔係咁。 你哋知道關於神旨意嘅話:佢唔單止係*「善」*,而係*「完全」*同*「蒙悅納」*(羅馬書12:2),為咗眾人嘅益處。──我講呢番說話,並唔係要責怪你哋,而

係要提醒你哋之前發生過嘅事,好讓將來可以避免類似情況。　願賜平安嘅主同一切安慰嘅神,祂掌管天上地下萬有,按完美嘅次序運行,賜俾你哋力量同活力,去做每件善工同努力,為每份平安同心志一致,為每份次序同安寧,並以真誠嘅愛彼此相待,　好叫當祂顯現嘅日,我哋可以同聖徒嘅群體同成聖者嘅大軍一齊,同所有自古以來蒙祂喜悅嘅聖徒一齊。

### *145. 在團體服從中的一生忍耐;這才是真正的殉道*

145. 在共同修道生活中的一生忍耐;这就是真实的殉道。 [2, 78] 你们要谨防邪恶的勾结、狂妄的自私,以及对修院规章的祸害性破坏,在一切事上都要顺从圣父辈传下来的规例;　因為對我們所設立的,並非隨意定下,而是在亙古以來經過一切考驗,並以大量勞苦和汗水;而且所設立的,都按照我們天使般生活方式的要求和本質,並為了駁斥那些以不同方式解讀主誡命的人而定。　所以,要繼續行你哋嘅善工,行到底主嘅道路,用溫柔同忍耐嘅油膏自己,忍受各樣苦修嘅艱難,因為有永恆福樂嘅豐盛享受預備咗畀你哋。咁,呢啲艱難係咩呢? 正正就係你哋每日都實際要忍受嘅:守夜同詩篇歌唱,體力勞動、節制飲食、依次完成各項職責、在教堂站立及遊行隊伍的次序、步態、服飾、鞋履、頭飾——因匱乏、被忽略、受輕蔑等而起的憂愁。　而好多聖父都為此作真實見證——尤其係聖大巴色利——佢證明順服嘅狀態就係真正嘅殉道。　——但請考慮,我哋由此可得咩好處?又為呢啲會得咩賞賜?——永不凋謝嘅義冠、天國嘅基業、做神嘅兒子、不朽、不死,同其他難以想像嘅福樂。　我嘅弟兄姊妹,既然有咁嘅應許,就要一次又一次堅持面前嘅苦修工夫,唔好因為有人偶爾跌倒就卻步,亦唔好因為遇到困難同悲傷就灰心,為咗我哋照神嘅旨意而活: 因為如果我哋喺呢度唔憂傷,就唔會喺嗰日得喜樂;如果我哋喺呢度唔受苦難同哀嘆,就唔會喺將來嘅時代得廣闊同喜樂。　但我哋喺呢度越悲傷、越哀痛、越受苦,將來喺嗰度就越得安慰:憂愁變做喜樂,貧窮變做富足;　代替地上的微薄財產——天上無數的寶藏;代替肉體的病痛——靈魂的安康;代替離開世界——主親自的召喚:當我們聽到那蒙福的聲音呼召我們,並說: *「你呢班由我父祝福咗嘅人,快啲嚟承受你哋自創世以嚟為你哋預備咗嘅基業。」* (馬太福音25:25) 如果要我哋為咗基督嘅愛每日都死一次,我哋點解唔寧願揀呢條路,甘願畀人打、畀人燒、畀人劏,忍受各種酷刑,就好似聖徒殉道者所受嘅一樣?因為佢哋所被呼召去愛同珍惜嘅,並唔係一樣嘢,而我哋所被呼召嘅又係另一樣;　然而,我哋只有一個追求、一個願望,因為按本性我哋本為一體——神嘅受造之物,被帶到世上只有一個目的:透過遵守祂聖潔嘅誡命去榮耀神;而肢體被斬斷、鮮血被流、暴君嘅酷刑則並唔係隨時隨地都存在。 我哋被認為配得上喺順服中展開呢場真正高尚生命嘅壯舉,我哋以另一種方式承受殉道: 。唔係肢體被斬斷,我哋斷絕自己嘅意志;唔係流血,我哋驅逐罪惡嘅思想同慾望;唔係暴君嘅酷刑,我哋忍受魔鬼嘅攻擊同世人嘅仇恨;　正因如此,我們懷著不徒然的盼望,期待在將來的時代與聖潔的殉道者同享一處。

### *146. 趁住地震呢個機會,你提醒我哋末日嗰日天同地嘅震動,並就呢件事畀咗我哋指引。*

146. 喺地震發生嗰陣,你提醒我哋末日嗰日天同地會震動,並就呢點畀咗我哋相應嘅教導。 [2, 79] 昨日我哋經歷咗嗰場地震之後,冇乜嘢比呢件事更適合我哋討論,即係:佢係點嚟嘅?同埋有咩目的?希臘人當中,有啲人講一樣,有啲人講另一樣;但係神聖嘅大衛喺講到上帝嗰陣就解釋畀我哋聽: *「佢一望地,地就震動;佢一摸山,山就冒煙。」* (詩篇103:32)　就好似主人用怒氣嘅目光望住僕人,僕人都會發抖;同樣,嗰位真正嘅萬有主宰同創造者——喺祂面前,所有受造之物都只係僕人同女僕——當祂要因為我哋嘅罪向我哋顯示祂公義嘅忿怒時,　祂以大能的眼目威嚇地鑒察祂的受造之物,*使它們「戰慄」*;好叫我們——像自取禍患的僕人——充滿恐懼和戰兢,得以自守純潔,並歸向遵行祂的誡命。——弟兄們,請看,祂的大能何等可畏! 呢就係祂忿怒嘅顯現,同埋祂烈怒嘅威嚇!而家嘅已經咁勁,將來萬物結局嗰陣又會點呢?因為祂自己就威脅咁講: *「我要再一次震動天地」* (哈該書2:7),顯示嗰件事嘅非常性。　到時有幾可怕、幾震驚——當大地吐出從亙古以嚟所有死去嘅人,天空好似卷宗咁捲起,眾星墜落,天體都改變,大天使號角嘅聲音響遍地上所有人,當我哋嘅神親自喺榮耀中降臨,　有千千萬萬、無數的天使、大天使和天軍在祂面前行進,當寶座就位、審判台設立,那不變不腐的審判者——主——要顯露一切隱藏的事,以及我們所經歷的一切。　當这一切喺眨眼之間完成,嗰大而可畏嘅審判就宣告咗,稱義嘅人進入天國同永生,而作惡多端嘅人就送入永火、徹底嘅黑暗,同可怕嘅地獄深淵,　進入陰暗嘅泰坦尼斯、永遠唔瞓嘅蟲、咬牙切齒同其他所有可怕嘅折磨?弟兄姊妹們,有邊個頂得住呢一切?有邊個受得住咁嘅驚恐同

恐怖?有邊個喺呢件壓倒性同令人麻木嘅事件面前可以堅立得住? 要見到天裂開,地震動,無數天使同主自己──神──駕雲而來,審判全地!!! – 然而呢個等候已久嘅事件唔係遙遠,而係近在咫尺:審判者就喺門口!– 睇吓,新郎嚟啦!出去迎接佢啦!– 如果我哋有潔淨嘅燈,同埋足夠嘅憐憫同愛嘅油,我哋就蒙福;我哋會歡喜快樂咁迎接新郎,並進入佢嘅宮殿。 但如果我哋冇,就會被嗰啲門拒絕,當我哋敲門嘅時候,門都唔會為我哋開,因為我哋行咗不義,打盹瞓着咗,證明自己冇預備好。– 所以,免得呢件事臨到我哋,我哋呢班瞓緊嘅人,要從大意嘅沉睡中醒返;我哋呢班懶散嘅人,要從灰心嘅狀態中起身; 要令沉醉於可恥思想中的人清醒,要淨化我們被不雅慾望玷污的靈魂,並以堅定不移的信心強化我們的心,因為我們的心已被動搖、多變和慾望所撼動。 噉,我哋已經好嘅,要變得更好;我哋已經得光照嘅,要變得更加有光照;我哋已經潔淨嘅,要變得更加潔淨;我哋已經熱心嘅,要變得更加熱心;我哋已經有德行嘅,要更加鍾意行善;我哋已經謙卑有智慧嘅,要變得更加謙卑有智慧;我哋已經順服嘅,要變得更加順服; 我哋要行各樣善事,遵守每條誡命,好令我哋配得上進入我哋靈魂新郎嘅宮殿,得享無窮嘅喜樂。

### *147. 我哋要喺各樣美德上越嚟越有進步,勤力追求,遠離一切邪惡,並以天使般嘅善行裝飾自己,效法聖父哋嘅榜樣,懷住對偉大應許嘅盼望*

147. 我哋要喺各樣美德上不斷進步,要熱心,遠離一切邪惡,並以天使群體嘅善行裝飾自己,效法聖父哋嘅榜樣,懷住對偉大應許嘅盼望。 [2, 80] 唔好畀而家嘅行為,令我哋已經完成嘅善功蒙羞; 好似我哋啱啱先開始咁,我哋要熱心盡行每項職責,實踐每種美德,領受光中之光,由榮耀升到更榮耀:呢一切都係透過你哋處處行善,著上謙卑嘅衣裳,以順服作裝飾,以積極嘅愛同溫柔示人而得。 遠離自我意志同放縱──呢啲就係死亡、欺騙、驕傲同 榮譽慾望嘅源頭──當中藏住迅速嘅毀滅,自古至今所有墮落者都係喺呢個服從嘅戰場上倒下。 而今,既已洗淨一切荊棘、稗子和雜草,就當結成果實,彰顯新生命; 切勿從跌倒者之推測中引入任何東西,免得你哋亦遭同樣命運。凡事要誠實純潔;要歡喜地忍受侮辱、羞辱和虐待; 你哋都要喺爭取美好事物嘅鬥爭中表現堅定、自制同忍耐;因為喺呢種順服中度過一生就係夠道;所有堅持到底嘅人都會獲得公義嘅冠冕。作為被對基督嘅愛所燃燒、並經由試煉同苦難考驗嘅人,要英勇地承擔一切 日日都臨到你身上嘅,跟從我哋祖先嗰真正黃金般嘅生命,喺嗰度,你哋唔會搵到任何不順服、驕傲、抵觸、無禮、辱罵或者混亂,而係由和平、天使般嘅狀態掌權,喺聖靈嘅微風下安息。 你哋知道我所講嘅真係好;如果係好,就係值得渴望;如果係值得渴望,點解我哋唔去愛佢、渴望佢,並努力去達到呢?

### *148. 善難以灌輸到我哋心裏,而惡就更容易被接受*

148. 1) 良善好難灌輸到我哋心入面,而邪惡就更容易被接受。 – 2) 行善之路好似爬山,行惡之路就好似落山。 – 3) 我哋要向高處望,唔好沉淪到塵世嘅思緒入面。 – 4) 我哋各有不同嘅恩賜同思想;但我哋會按我哋嘅熱誠同勞苦去領受賞賜。 – 5) 我哋要心平氣和咁承擔各種缺乏、不舒服、艱難同悲傷;因為呢個就係我哋所選擇嘅道路。但呢條路係通往得救嘅確據。

**5.** 通常情況下,當有人講到有罪嘅事,講咗一兩次之後,就會令聽眾對罪惡產生偏見。 但係講到善,就算講過好多次可以救贖嘅事,都好難吸引到人嘅注意或者令佢哋向善。要將善植根於人性實在太困難;相反,人性就好容易接受邪惡。

**6.** 行善之路好似爬山:要付出幾多勞力、唔舒服同埋困難?相比之下,行罪惡之路就好似落山:好容易,而且因為行得太快,根本見唔到障礙。所以,行善路上要特別小心、有指引同埋謹慎。

**7.** 喺呢度,我哋唔可以諗任何塵世或者短暫嘅嘢,只可以諗天國同永恆嘅嘢,如果我哋想向上升,而唔係向下墮。 就好似一個人向上攀爬時,如果向下望,就會覺得一片黑暗;同樣地,一個人喺行緊德行之路嘅時候,如果將注意力放喺塵世嘅安逸上,靈魂嘅眼睛就會被蒙蔽。我哋要向天上望,因為我哋嘅頭──主基督──喺嗰度;我哋嘅寶藏同永恆生命亦都喺嗰度。 我哋向上攀登時,唔好疲倦,見到山高時亦唔好灰心。我哋靠自己嘅力量上唔到頂,但上帝嘅幫助同祂嘅代禱就喺身邊。

**8.** 我哋踏上咗呢條路,並且有所成就,而我哋每一個人,根據自己嘅熱誠同勞力,而家都喺德行上站喺唔同嘅層次。而且,我哋喺屬靈嘅性情上,比喺身體外貌上更加有分別:因為有人對謙卑同順服更加熱愛,而有人就冇咁熱愛; 或者有人以鄰舍之愛的天賦見稱,另一些人則以熱心照顧眾人見稱,無論是透過手頭的差事、田野或屋內的工作,抑或滿足人們的各種需要──例如執事、酒窖管理員、飯廳侍

者、鞋匠、裁縫師等等。 我哋每一個人行喺主嘅道路上,而呢條路會引領我哋每一個人獲得不朽嘅冠冕。

**9.** 我哋只要懷住忍耐同謙卑,承擔工作上嘅勞苦、辛勤同艱難,包括通宵守夜同禁食、詩歌讚美,以及寒冷、爛衫爛鞋同其他唔舒服。 神係我嘅見證,我並唔係對此漠不關心;我可憐你哋,同情你哋,並盡我所能,努力為你哋帶嚟和平。但你哋自己都見到,要為咁多人提供衣着、鞋襪同埋安慰,絕對唔係件易事。 ——然而,正正就係因為呢個緣故,我哋先踏上呢條路:為咗基督嘅愛,甘願飢餓、渴渴、赤身露體、過貧窮生活,正如神聖使徒自己所經歷嘅飢餓、渴渴、寒冷、赤身露體同其他缺乏(林後11:27);唔止佢一個,所有聖徒都*「披着羊皮和山羊皮,流離失所,受苦受虐……在曠野、山中、洞穴和地底洞穴裡漂流」*(希伯來書11:37–38)。 如果呢啲係佢哋嘅命運,我哋又點可以過住同佢哋唔同嘅生活,仲自以為配得上同佢哋一樣嘅榮耀呢?我哋做唔到。但如果有人發現自己要忍受以上任何嘅艱難,就應該歡喜,因為自己得以分享聖徒嘅生命。人人都應該以呢種態度去面對一切,並懷住感恩接受所有嘢,視為上帝透過祂嘅僕人賜下嘅恩典,唔好有任何嘅埋怨或不滿。 如果我哋咁做,弟兄姊妹,我哋就會蒙福,因為咁樣我哋就可以喺一個冇病痛、冇勞碌、冇缺乏同冇憂愁嘅地方得享安息。

### *149. 祂責備向仇敵試探屈服並跌倒的人,勸他們要抵擋,並賜給他們對主幫助的盼望。*

149. 佢責備嗰啲向敵人嘅誘惑低頭、跌入罪中嘅人,並鼓勵佢哋抵抗呢啲試探,畀佢哋盼望主嘅幫助。 [2, 82] 一旦疏忽生根,就會慢慢將唔留神嘅人拖入滅亡嘅深淵。 當一個人開始覺得難以勝任本分職責,違背順服的呼召,逃避履行責任時——敵人就趁機向他們灌輸邪惡的念頭和誘惑,令他們行惡;他們一旦屈服,不但自己跌倒,更誤導他人一同陷入同樣的罪惡。 唉!究竟發生咗乜嘢事?——魔鬼係點樣得勝?我哋又係點樣令守護我哋嘅聖天使蒙羞?我哋又係點樣投奔敵對者一邊,令我哋嘅偉大上帝——好牧人——蒙受羞辱?祂曾為我哋喺十字架同死亡上作贖罪祭。 我哋又點能面對祂嘅面呢?又點能承受祂嘅烈怒呢?冇任何折磨能與我哋嘅邪惡相稱。——其他人得着天國,而我哋則畀滅魂者擄去。 其他人展現殉道者的堅定,而我們卻遭受被放逐者的墮落。其他人被高舉到天上,而我們卻被拋入地底深處。其他人立志攀登美德的階梯,而我們卻為自己安排了通往毀滅的階梯。 我哋究竟幾時先至肯清醒?幾時先至肯醒返?我懇求你,我哋要趕快投入工作,開始我哋嘅勞苦,行喺神嘅道路上,避開所有引致敗落嘅原因,行出一切敬虔、虔誠嘅事: 無條件順服,在體力勞動上不懈努力,謙卑而智慧的信心,使一切——所作所為和所思所想——都能在認罪中坦露;迅速地拒絕不純潔的思想;並且,在魔鬼最初的攻擊下,就說:「撒但,離開我眼前」——無論他引誘人走向肉體的慾望、煽動人背叛信仰、令人懶惰、播種不耐,或煽動人反對信仰。因為他無時無地不設埋伏、不設陷阱、不掘陷阱; 佢從唔瞓,亦從唔閒置;佢唔需要食物、飲品或者其他任何嘢;佢日夜只有一個任務——摧毀我哋嘅靈魂。不過,對付佢嘅最主要武器,就係靠神嘅幫助同代禱,分辨各種念頭。所以,我哋唔好鬆懈,免得跌入陷阱。 任憑佢喺罪惡嘅能力中變得強大,任憑佢喺引誘我哋行惡嘅詭計上變得狡猾,任憑佢天生邪惡,係我哋毀滅嘅唯一創始者同執行者——但我哋都唔使驚佢:因為我哋嘅神——基督——取咗我哋嘅肉身成為人,佢就失咗能力,而我哋就唱道: *「仇敵的兵器已經盡都耗盡」*(詩篇 9:7),因為那打敗他的主,賜給我們能力踐踏他的頭。讓我們憑着信心,視他不過是一隻無力的麻雀,或一隻微不足道的爬蟲,任憑踐踏。

### *150. 透過界定我哋係邊個、我哋點解會喺度、我哋喺邊度,以及我哋將去到邊度,佢描述咗末日審判嘅裁決,同埋右邊同左邊嗰班人嘅命運,並提出一個有啟發性嘅教訓*

150. 透過界定我哋係邊個、我哋點解存在、我哋喺邊度、同埋我哋會去到邊度,佢描述咗末日審判嘅審判,以及右邊同左邊嗰班人嘅命運,並提出一個發人深省嘅教訓。 [2, 83] 我提醒你哋:我哋要深思熟慮、理性思考——我哋係邊個、我哋點解存在、我哋喺邊度、同埋我哋會去到邊度? ——我哋係上帝嘅創造,係佢手嘅作為,按佢嘅形象同樣貌被造,喺天底下掌管一切;正如經上所寫: *「佢將萬有都服喺我哋腳下。」*(詩篇8:7)。我哋只次於天使,就好似佢哋按本性先於我哋一樣。 – 我哋點解要存在?– 只係為咗佢能力嘅榮耀,好似天使咁,透過忠實遵守佢所有誡命去成就呢個目的——因為我哋 *「比天使微小一點」*(詩篇8:6),當我哋脫去能腐朽嘅身體,穿上不能朽壞嘅身體時,我哋會更加微小。 – 我哋而家喺邊度?喺流亡之地,因為我哋先祖嘅魯莽、不順服同好享樂,呢啲習性傳咗落嚟畀我哋後代: 為此,我哋本當痛哭、哀號、憂傷、悲嘆,思念我哋被逐出咗嗰有幾榮耀嘅居所、嗰天使般嘅住處、嗰福樂

嘅天上安慰。 「我哋要往邊度去?」──去到彼岸世界,去到天使三福之地,去到光之國度,去到永恆生命;因為喺可畏嘅最後審判日,萬有審判者──神──坐喺榮耀寶座上,會喺眨眼之間審判萬有,按各人所行嘅善惡賞罰佢哋: 至於遵守祂誡命嘅人,祂會賜佢哋坐喺祂右邊,賜下難以言喻嘅喜樂、永遠嘅福份,同天國;但係對唔聽從祂,或者因為疏忽或慾望行咗惡──通姦、外遇、偷竊、嫉妒, 謀殺、放蕩、污穢、背教、驕傲、虛榮同其他一切惡行──佢會將呢啲人投入永恆嘅折磨:地獄之火、毒蟲、令人眼盲嘅黑暗、無底深淵──各人按自己嘅罪行受罰。 凡人憑智慧,正當地制服自己,以勇氣忍受一切 ,必要時甚至為善而死──那人到時會如日當空般光耀,成為聖徒之一,與天使為伍,同殉道者同享喜樂,同先知與使徒同沐恩光。 但哀哉,若有人為剎那間肉體私慾、好和平安寧嘅性情,或短暫微不足道嘅歡愉,而使自己陷入嗰個可憐嘅領域,遭受無情嘅拒絕,被永遠流放到無盡嘅折磨之中, 喺無法打破嘅枷鎖中,所聽到嘅只有──哀哉,可悲也!──「永遠都冇得拯救、冇得改變、冇得憐憫,無論係上帝、天使定聖徒,都冇!」 我嘅兒女們,都應該反思呢件事:跑得好嘅同跌咗嘅,有靈性嘅同軟弱嘅,第一同第二,溫吞嘅同冰冷嘅,有德行嘅富人同貧窮嘅人,以及確確實實每一個人、每支族群同每種語言。 我哋都要銘記於心,立定心志,以堅強同決心行主嘅道路,將每一種情慾都當作瘟疫咁拒絕;我哋要向救主上帝舉手,宣示我哋日日都準備好殉道: 流血、肢體被斬斷、肉體被鞭笞、骨頭被壓碎──而唔係淨係剝奪任何食物、甜飲、華麗衣衫、合腳鞋、高官嘅榮譽,同其他多到連提都好笑嘅嘢; 使我哋既喺呢度按我哋嘅身分呼召,以謙卑同順服過咗美好嘅生活,又忠實守咗我哋嘅誓言,就可以歡喜喺呢個塵世監獄中離去,並大膽咁喺神面前站立,懷住得享為祂榮耀而活嘅人所應許福份嘅福氣盼望。

### *151. 由世俗盛會中比賽者備戰方式,為參與屬靈、看不見的爭戰者引出教訓*

151. 由世俗盛會中選手準備比賽嘅方式,我哋可以攞到教訓,應用喺無形屬靈爭戰上。 [2, 84] 讓我們考慮一下參賽者如何為世俗盛事比賽作準備──我們是否可以從他們的榜樣中,為我們自己的努力學到一些什麼? 當公開表演嘅日子接近──甚至通常早好耐──嗰啲要上場嘅人就唔會閒置唔做,而會預先練習喺表演場上要點做、點樣做;佢哋排練晒所有 upcoming 嘅環節,仲要跟住合適嘅飲食,避開任何可能阻礙佢哋成功嘅食物, 而佢哋喺呢段時間嘅談話,都只係圍繞住即將到嚟嘅比賽:點樣入場同踏出第一步、下一步去邊度、邊個應該攻擊邊個。佢哋有咁多嘢要做同咁多嘢要擔心:為咗乜?就係為咗贏嗰啲會枯萎嘅勝利花環,同攞到規定嘅獎勵; 同時,亦都係為咗令觀眾同朋友開心,同時羞辱被打敗嘅人。佢哋都肯咁落本,事前傾咁多計,咁我哋又應該付出幾多努力、幾多勤力同謹慎,對各種細節有幾多無休止嘅關注,你估我哋應該要有幾多呢? 因為我哋嘅仇敵、對手同敵人,唔係冇經驗、唔識嘢,亦唔係大意;佢企喺我哋對面,似乎都好費神諗緊要設咩陷阱嚟對付我哋,點樣埋身、點樣攻擊、點樣擋返、點樣打倒同擊落可憐嘅和尚?咁眼前嘅爭戰,唔係好大嘅仗咩? 咁我哋豈不應該更加小心、勤力?豈不應該舉手高呼,悲傷咁喊:*「主啊,從祢聖潔嘅居所向下垂顧」*(詩篇32:14)? *「伸出祢大能嘅手」*,或者 *「主啊,嚟拯救我哋」*(詩篇79:3)? 的確如此;而且要懷著謙卑和破碎的心、懷著盼望和勇氣、懷著真誠的信心和已證實的順服。主若不離棄行公義的苦行者,只要他呼求主的名,說: *「我心信靠祂,祂必幫助我,我心裏也必興旺。」* (詩篇27:7)。當祂幫助時,有誰能抵擋祂?有誰夠強大能推翻祂?無人。縱使有千千萬萬的仇敵,他也不會畏懼。他奉主的名驅逐他們,將他們散開。 *「所以,你要剛強。」*

### *152. 透過農夫、游泳者、商人同旅客嘅榜樣,佢激發人追求屬靈福氣嘅熱誠。*

152. 農夫、游水者、商人同旅客嘅例子激勵我哋追求屬靈嘅福氣;當我哋回想起仇敵設下嘅障礙,就更加要靠主救主嘅幫助先能成功,因為佢已經安排並繼續安排一切,為咗我哋得救,只要我哋證明自己配得上佢嘅幫助。 [2, 85] 農夫、游水者、商人、旅客──都日夜操勞,疲倦至極,竭盡全力,切切實實想達到目標──而他們確實達到了。 但係我哋嘅勞作、航程、生意、旅程,同佢哋嘅差距,就好似東方同西方咁遠, 或者更準確啲講,就好似天同地咁遠。噉我哋嘅勞苦、努力同奮鬥,又點可以比佢哋更卓越、更熱誠、更不懈力呢? 正因如此,聖大衛驚嘆呼喊: *「有幾人能登主山,有幾人能立在祂聖所?」*(詩篇 23:3)。又說: *「願有人賜我鴿的翅膀,我就飛去安息」*(詩篇 54:7)。 我哋勞作、節食、少眠;我哋出席禮拜,喺自己嘅小房度祈禱、讀經、聆聽、唱歌、做針線活,謙卑自己,服從,並忍受一切。但係點解我哋未能如願,亦見唔到任何成果? ── 只不過係因為我哋嘅仇敵魔鬼,為咗我哋嘅得救設下障礙。由呢個時代開始直到而家,佢一直都起來反對我哋呢個族類,想阻止我哋進入天國;佢就因為自大被趕

出嗰度。不過,兄弟們,我哋唔好灰心,亦唔好因為生活嘅艱難而喪失信心。 ——因為我哋有上帝做我哋嘅幫助者同代禱者,祂就係*「將窮人從塵埃裡抬起,將貧寒人從糞堆中提拔」*(詩篇112:7)嘅神,*祂「以力量束*我哋本性嘅軟弱」(詩篇17:33),並且勝過我哋嘅仇敵——試探者。 所以,當我哋見到靠自己努力所能成就嘅咁少時,就唔好灰心。 連新郎都冇人咁愛佢新娘,父母都冇人咁愛佢哋嘅仔女,好似萬有之主——上帝——咁愛我哋同關心我哋。祂關心我哋嘅得救,喜悅我哋嘅善行,打開我哋心靈嘅眼睛,將祂光輝嘅美善同盼望已久嘅榮耀顯示畀我哋, 並喺天使嘅引領下,將我哋提升去默想天國同天上一切,並喺祂神聖安排嘅翅膀蔭下,保護我哋免受看唔見嘅仇敵侵害。仲有咩好講呢? ——祂對我哋呢班罪人嘅愛咁深,祂竟然樂意——唔離開天父嘅懷抱——屈尊降卑,卑微咁嚟到我哋中間,成為人,而祂本係萬有嘅主。道成肉身,包含萬有;那至榮耀至高者,成為一個嬰孩,由一位卑微嘅母親所生,同時豐盛咗萬有。 呢個奧跡嘅巔峰榮耀,就係佢經過可怕嘅苦楚之後,為我哋忍受十字架上嘅死亡,並喺第三日復活,拯救我哋脫離蛇嘅掌握,賜予我哋能力好似踐踏爬蟲咁,將佢踩喺腳下。 有邊個父親咁愛佢個仔,或者有邊個母親咁愛佢個女,或者有邊個丈夫咁愛佢個老婆,或者有邊個朋友咁愛對方,好似佢為咗所愛嘅我哋所受嘅苦同所流嘅血一樣?然而,佢對我哋嘅無限愛同慈憐,言語難以形容,人心亦難以測度。 祂對我們愛得如此深切,為我們受苦如此多,祂怎能不成為我們每日每時嘅幫助者?成為我們的代禱者同避難所,只要我們自己唔因自己嘅慾望而離棄祂? 知道呢啲,我哋要小心保持對主嘅忠心,盡力而為,勇敢地忍受一切痛苦,遵行佢所吩咐嘅一切;主就會喺對敵人嘅爭戰中使我哋得勝,令我哋無阻無礙咁達到所渴望嘅目標。

***153. 解釋到為主勞苦有幾蒙福;並回想起弟兄們亦正為此目的,拋棄一切進入修道院,就用主嘅話激勵佢哋:「你哋尋,就會搵到。」***

153. 呢段經文顯示為主勞力有幾咁福氣;並回顧弟兄們亦正為此目的而入修道院,拋棄一切,以主嘅話語鼓勵佢哋:「你哋尋,就會搵到」……喺謙卑履行修道職務嘅同時,雖然表面上似係世俗之事,但精神上卻係屬靈嘅。 [2, 85] 有咩可以比得上虔誠又公義咁事奉永生神、潔淨靈魂同身體、遠離一切罪惡、為渴慕未來福份所吸引、不斷從塵世被提升到天國、擁有一個唔受任何情慾困住嘅靈魂,好似小鳥咁飛越過魔鬼所有嘅陷阱,喺最高天界翱翔,更加美好同蒙福呢? 凡有此等人,常樂而喜悅,得樂而充滿驚喜,於此開始嘗到未來至福之先果。 – 因為你哋都係為咗呢個緣故先離開世界,嚟到呢度;為咗呢個緣故先撇棄世界同世上一切;為咗呢個緣故先成為旅人同寄居者,同自己嘅祖國、同族同親人疏離;為咗呢個緣故先喺外表同生活方式上都同凡人唔同,並同一切世俗嘅憂慮同牽掛道別: 所以,你哋歡喜喺心咁投入呢件事,去尋你就搵到,去努力就得着你靈魂所渴望嘅。因為主話:*「尋找嘅人就搵到,敲門嘅人就開門俾佢。」*(馬太福音7:8)要專心去尋,唔好再理其他嘢,亦唔好被其他嘢佔據心思。 雖然你哋仍然要履行平時嘅順服本分,但對你哋嚟講,呢啲唔係世俗或平凡嘅追求,因為你哋唔係出於情慾、自己嘅意志,或者為咗滿足肉體而做,而係為咗聖潔嘅屬靈交通、出於順服同遵照誡命,最緊要係為咗討神嘅喜悅。 上帝接納你哋呢份勞苦,當作燔祭同素祭。弟兄姊妹們,你哋因揀選呢條天使般嘅生活方式而有福,呢條路引領你哋到天上嘅耶路撒冷,而佢嘅同造物主同建造者就係上帝。 所以,要行在善中,靠恩典得力量,以美德作裝飾:痛悔、服從、謙卑、樂於承擔一切工作、忍耐、警醒、節制和禱告。

***154. 回想做修道院長呢份職責有幾沉重,尤其一諗起要對每一個人負責,佢就求助。點樣求助呢?就係喺修道生活上取得成功。***

154. 1) 佢反思咗做修院院長嗰份職責有幾沉重,尤其一諗起要對每一個人負責,就感到好重,於是佢求助。點樣求助?就係要喺修道生活上取得成功。– 2) 然後佢就定義咗乜嘢先算係成功。– 3) 最後,佢邀請佢哋反思自己係咪成功,並指出成功者同失敗者嘅徵兆。[2, 87]

**1.** 你認為我呢個卑微嘅靈魂點樣看待我作為你哋嘅上司呢個角色?或者你會覺得我對自己向你哋提出嘅淺顯勸告感到自豪,並且以為單憑呢點就可以完全履行我作為上司嘅職責。完全唔係。 但我告訴你,我這可憐的一生,日日都活在痛苦折磨的憂慮中,我並不在於單純地告訴你應該過怎樣的生活而得到安慰,而是在渴望能從你身上看見生命本身的核心。 所以,當我同你哋一齊嘅時候,我日日都留意你哋嘅言行:你哋點樣對待彼此,點樣處事,點樣發問同答話;由呢啲,同埋你哋眼入面嘅神色同面上嘅

表情,我就能夠洞悉每個人靈魂嘅狀態: 喺嗰啲我見到心靈正直嘅人,我就歡喜、得安慰,並充滿盼望;但喺嗰啲相反嘅人,我就憂傷、哀悼同嘆息,因為我肯定激情已經佔據上風。我無可奈何,因為我豈不是要向你哋每一個人交賬? – 光係諗到呢啲,有邊個可以心如止水?有邊個唔會喊、唔會心生恐懼、唔會發抖? – 人要喺神──嗰位公平嘅審判者──面前站住,為成群羊交賬,真係一件又大又可畏嘅事:要交代佢哋係咪保持咗純潔同無可指責,係咪忠心行咗神所有嘅誡命,喺對神同對人嘅事上,都行咗啱嘅路? – 我同你講呢啲,係咪為咗等你知道我心靈嘅痛苦,好叫你憐憫同幫助我?咁又點呢?– 就係要你喺你嘅生命中,不斷更加努力,務求卓越,好似天使咁。

**2.** 我哋唔可以淨係同平信徒劃清界線就滿足,而要跟隨聖父哋嘅腳步,喺生命度追求完美;亦唔可以淨係超越同輩,而要努力去追趕最完美嗰啲。 因為*「被召的人多,選上的人少」*(馬太福音22:14)。我們也不應該用時間長短來衡量自己的進度,心想:「我們出家已經好多年了」;而要考慮的是,我們的德行在數量和程度上是否與這段時間相稱。 ──我哋亦唔好只顧今日又過咗,而要諗吓喺今日,有冇喺天上嘅寶庫度積咗啲善行,好喺將來嘅生命中養活我哋嘅靈魂,同埋有冇連最微小嘅貢獻都用咗嚟淨化我哋嘅靈魂,同埋克服折磨我哋嘅情慾。 如此,一個出家人,無論在名分上或實際行動上,都成為真正的出家人,他擺脫了情欲的黑暗與惡習的枷鎖,使他的靈魂與心智得以自由地向主努力,單純以愛飛升向上,並渴求與主獨處共融。

**3.** 咁,各位就要自省,睇吓自己有冇呢種可貴嘅品格,定係仲係情慾嘅奴僕、罪惡嘅囚犯、思想嘅俘虜, ──正因如此,他言行思都不得安寧,並透過不順服、驕傲、埋怨、好爭吵、自我辯解、自以為是,以及最惡劣的無信心,顯露出來。 然而,對於那努力向所盼望目標邁進、並在與情慾的鬥爭中得勝的人,每一種美德和每一份完备的恩賜都會顯明:溫柔、和平、愛、憐憫、忍耐、謙卑、不嫉妒、感恩、寬容、禱告、詩歌讚美, 守夜、痛悔、流淚,以及其他一切可嘉的行為和品格;他並不追求卓越,反而遠避它──他不揀自己喜悅的工作,卻行他父親所命,不論那工作在廚房、花園、田野,或任何其他地方,都放低自己的意思, —佢唔為衫、鞋、食嘢或者飲嘢爭拗,反而耐心忍受一切,就算著住破衫、凍到發抖、餓到厲害,都只專注於一件事──喺將來得著嗰份安息。

***155. 就如一位英勇嘅市民喺君王召喚去領賞嗰陣會歡喜,我哋嘅兄弟Chariton亦都好開心,因為佢已經畀主由呢度召去,而家正細味住佢喺修道院所做嘅功績同勞苦所獲得嘅難以言喻嘅天國福份。***

155. 1) 就如一位英勇嘅市民喺國王召喚去領賞嗰陣會歡喜,我哋嘅兄弟Chariton亦都好開心,因為佢已經畀主由呢度召去,而家正細味住因佢喺修道院嘅功績同勞苦所獲得嘅難以言喻嘅天國福份 。– 2) 反思呢件事,有邊個唔會受到激勵,效法佢咁做,唔理魔鬼,佢通常透過嗰啲建議,要麼令我哋遠離善行,要麼用唔健康嘅思想同感受,玷污我哋所做嘅善事,無論我哋實踐緊幾咁嘅服從。– 3) 我哋更唔好忘記,美德喺今生都會得到回報,有時以可見嘅方式,但更多時以不可見嘅方式,作為未來榮耀同喜樂嘅預嘗同預嚐。

**4.**就好似喺日常生活入面,一個人如果被控犯咗重罪,判咗死刑,當人同佢講:「時間到啦;出嚟啦」嗰陣,佢一定會驚到發抖、心生恐懼——同樣地,對罪人嚟講,聽到要由呢個人生過渡去下一個階段嘅消息,通常都係驚懼嘅來源。 相反,就好似一個因英勇事蹟等候君王賞賜冠冕嘅人,聽到召喚去領獎嘅聲音時滿心歡喜;義人聽到死亡天使宣告佢將離開今生時,亦都歡欣雀躍,因為佢深信自己係去接受祝福嘅賞賜。 ──我哋而家大膽咁講我哋嘅兄弟Chariton,佢真係名副其實,懷住喜樂同歡欣離開咗佢嘅身體,去到佢嘅安息之所。 – 弟兄們,就當如此努力;就當如此結出果實來制服自己的本性;忍受苦行而能堅忍不拔是何等的益處;在順服中爭戰到最後一口氣是何等的蒙福。 因為只係幾年──或者講得更準確啲,幾乎係一日(因為呢段塵世生命同無限相比,又算得幾耐?)──呢件事就為我哋嘅兄弟帶來咗無盡嘅財富、深邃嘅榮耀、無可比擬嘅喜悅,同埋永恆嘅國度。 而今,他歡欣鼓舞,為追求這份福氣而在此所作的勞苦,一點也不覺得悲傷;反而,他已然站立在聖徒的合唱隊中,屹立在義人的帳幕裡,徜徉在殉道者的庭院中,徘徊在天上的耶路撒冷──眾聖徒之母──他目睹那難以形容、無法言說的大福: 嗰永恆嘅光、不朽嘅生命,同無可言喻嘅福樂。

**5.** 反思此,我哋仍然喺爭戰場上嘅人,點可以唔被激勵呢? 唔會被大膽嘅盼望所激勵,唔會充滿熱誠,唔會令我哋嘅心火熱,唔會令我哋嘅心志高飛,唔會將我哋嘅情愛由世界轉向天上,亦唔會為咗主嘅愛而立志做一切、忍耐一切? 唔止禁食同守夜,唔止睡喺光地,唔止寒暑交迫,唔止勞累困倦,唔止侮辱

同恥辱;甚至,如果需要,流血、斷肢、剝皮、碎骨——只要能夠達到我哋所追求嘅目標。 – 弟兄姊妹們,實在好,要咁樣有智慧咁去諗,咁樣有智慧咁去行事。魔鬼係隻掠食者,成日潛伏喺附近,想將我哋心入面嗰啲高尚思想搶走,拉佢哋入去虛空、世俗嘅念頭入面。 但我哋唔好畀佢呃騙;相反,要記住神嘅神聖應許——呢啲應許每日都尋索、喺詩歌中讚美、喺禱告中描繪——我哋要日復日、週復週、月復月、年復年,竭盡所能,務求以純潔嘅行為獻畀神, 一切都和平、一切都充滿愛,不被驕傲、虛榮或討好人嘅慾望所玷污。無論我哋犁地、掘土、煮食、做木工、站崗, 打理酒窖、園圃、抄寫經文,或者做任何手藝——無論係縫紉、編籃,定做其他嘢——我哋都要盡力去做,務求令我哋嘅工作喺上帝眼中算為完美,並放喺天國嘅府庫,領受永恆嘅賞賜。 因為埋怨、放肆、虛榮、混亂同不和而破壞我哋嘅所作所為,係唔明智甚至唔人道嘅行為;換言之,真係唔配做一個真正嘅人。 因為一個真正嘅人係一個偉大嘅存在,好似永遠令人懷念嘅約伯;佢*「公義無罪,遠離一切惡事」*(約伯記1:8)。

**6.** 眾人亦當留意,一個勤力有德的人,不但蒙弟兄愛戴,更被所有聽聞他的人所敬重和讚揚。 因為美德,即使隱藏在一個默默無聞的人身上,其本質注定遲早會大放異彩,其名聲會遠近馳名,正如主所言:*「城造在山上有光,不能藏在暗處。」*(馬太福音5:14) 如果我哋喺善行上稍為堅持,稍為努力,咁安息嘅時候就會嚟到,唔單止喺死亡嗰刻,甚至喺之前,就喺我哋心內達到無情欲嗰陣。 因為凡以全心愛主,並藉順服將己欲置之死地者,按聖父輩之言,已得安息,並自今世起,已開始嚐到將來之福樂。

## *156. 達爾馬提亞修道院選出了一位新院長,只因為他的謙卑。*

156. 喺達爾馬提亞修道院選咗位新院長,就只係因為謙卑。謙卑嘅價值就係咁:佢包羅同保住一切善行;唔使追求名聲,自然就會被人讚頌同歌頌。 [2, 89] 我諗依家同你哋講講尋日嘅事都幾好。照我主嘅命令,我要去達爾馬提亞修道院,出席新院長嘅選舉。到嗰度,我要問清楚修院嘅弟兄同埋聚集嗰度嘅院長們,佢哋想要邊個。 佢哋全部一致,同聲指住阿爸希拉略。點解會咁?佢有咩特別嘅品格?唔係因為佢博學,唔係因為佢口才好,唔係因為佢嘅生活方式出名;而係單純因為佢謙卑又智慧,愛神又唔追求世俗榮耀,透過順服隱藏佢嘅美德。 雖然另有人比佢更博學、年紀更大,但因為佢喺上述美德上較弱,所以大家認為阿爸希拉略更蒙上帝悅納,亦更有能力智慧咁帶領弟兄。——弟兄們,你哋睇到卑微謙卑呢份恩賜有幾寶貴? 謙卑係一種包羅萬有嘅美德,藉住佢,所有內心嘅驕傲都被斬斷,狂妄被驅走,對榮耀嘅慾望被踩在腳下,自我意志被擊潰,對享樂嘅愛被置於死地——而喺呢一切嘅位置上,溫柔、和平、愛、憐憫、忍耐同智慧就取代咗佢; ——簡單嚟講,佢就係美德嘅源頭,充斥住各種美善;或者講得更準確啲,就係上帝所種嘅樂園,結出豐盛嘅不朽果實。 但係*「山上有座城,是不能藏的」*(馬太福音5:14),照主嘅話:所以獲得呢種美德嘅人,永遠都唔會被隱藏,就算佢喺一般情況下係最末,就算佢被埋喺地下,就算有人出於嫉妒而誣衊佢: 因為喺呢度佢反而更加畀人認出,好似光照喺山頂,吸引所有見到佢嘅目光。呢就係而家呢位被揀選者所經歷嘅,因為好多,甚至連兄弟會外面嘅人,都對佢嘅當選表示認同。

## *157. 大齋期已到;並為外在與內在帶來秩序*

157. 1) 大齋期已經到嚟;佢為外在同內在都帶嚟咗秩序。見到呢點,我忍唔住要同你講:要將呢種生活方式變成一種常態;否則,就冇得得救。– 2) 仇敵不斷喺度詭計多端想摧毀我哋;我哋就要不斷抗拒佢,因為主已經賜咗力量畀我哋。 – 3) 克服仇敵嘅最好方法,就係效法主喺祂嘅呼召中所講嘅:「因為我心裏柔和謙卑」。祂喺世上嘅一生,就係為咗我哋而謙卑嘅最好見證。 [2, 90]

**7.** 節制何等美好,以及它在遵行神聖誡命時所展現的秩序。我們已如進入寧靜的港灣,逃離了 preceding days 的動盪,進入了大齋期這聖潔的日子, 而家我哋活喺平安、寂靜同寧謐之中;喺教會入面我哋保持嚴謹秩序,虔誠咁唱詩篇,禱告時保持清醒;喺餐桌上我哋唔食各種款式嘅菜式,亦唔食得過量,其他一切都為咗我哋靈魂嘅得救: 冇世俗人而家入我哋中間,我哋亦唔出去同佢哋接觸。– 到呢度我忍唔住想你哋憑住對善嘅正確認識, 你哋唔好咁,兄弟;你哋可以將呢種生活方式變成永久嘅習慣,咁就算之後,你哋都可以遠離一切通往罪惡嘅道路,唔好淨係過五、十日嘅好日子,然後因為對善行感到疲倦,又再次摧毀自己之前所建立嘅,正如使徒所言(加拉太書2:18)。 —— 弟兄們,願你哋唔好係咁; 我哋唔好咁容易畀誘惑者嘅誣衊所動搖;反而要努力堅守我哋已經獲得嘅美德,喺我哋公義嘅行為中更加積極行善,因為我哋知道,為咗得救而短暫行義係唔夠嘅,我哋必須喺一生中堅定不移咁持守得救嘅工夫。

**8.** 誘惑者實在就係咁,佢無論晝夜都唔畀我哋喘息,日日都設下陷阱嚟害我哋;佢張網到處鋪,無數支箭向我哋嘅靈魂射出: 撩撥肉體情慾的癢感、慾望的灼熱、思想與慾望的動盪與逆風──他激起我們心靈的波濤,好似暴風雨中的大海,使人人不得不得承認:*「若非主幫助我,我的性命早已沉入陰間」*(詩篇93:17)。 然後佢暫時平息,隱藏慾望嘅折磨,放進虛榮嘅毒;或者,一方面削弱我哋嘅熱誠,另一方面就用嫉妒嘅箭射向我哋;有時佢又四面八方掀起塵土,攻擊我哋嘅謙卑:因為佢有永不止息嘅慾望,要將我哋摧毀。 牠向我哋嘅主上帝發怒,見到我哋升到天上嘅高處,就妒火中燒;牠自己就因為驕傲而由嗰度跌落嚟。──嘩, ──要打敗呢條咁勁嘅巨蛇,究竟要幾多小心謹慎同堅忍,幾多勤力同幾大嘅努力?── *「但*你哋*放心,我已經勝過世上嘅一切」*(約翰福音16:33)。跟住佢嘅勝利,我哋憑住聖子道成肉身,已經獲得咗對敵人嘅權柄,正如主再次宣告:*「我賜俾你哋權柄,可以踐踏蛇同蠍子,並勝過仇敵一切嘅能力」*(路加福音10:19):好叫我哋可以踐踏佢對付我哋嘅一切攻擊,一切罪惡多端嘅誘惑。

**9.** 點樣先做到呢?就係效法嗰位勝過佢嘅。當我哋以謙卑同溫柔自居,就會證明自己係佢嘅效法者,正如佢自己所講:*「要向我學,因為我心裏柔和謙卑。」*(馬太福音11:29) 如果佢──萬有之王同主,本性最受榮耀又全善無比──都肯卑微自己,*『順服神,甚至聽命以至於死,且死在十字架上』*(腓立比書2:8);咁我哋又可以點講呢?或者,我哋要幾咁卑微自己,先至可以似佢呢?畢竟我哋本性貧窮又渺小。 如果祂放下了祂的天上生命,降世為人,我們又豈能不拋棄一切屬於我們自己的,好叫我們至少能有樣學樣呢? 如果祂成為嬰孩,飲奶長大,又照律法凡事遵從父母,正如經上所寫,那我哋喺忿怒時又豈能唔學嬰孩咁行事,並服從我哋嘅方丈,好令我哋就算只係一點點,都得以似祂? 如果祂會飢渴、行路會疲倦,我哋又當要忍受幾多同樣嘅事,先至可以算係同祂受嘅一樣? 最後,如果祂忍受咗侮辱同輕蔑、嘲笑同虐待、背叛同受審、鞭打同釘十字架、褻瀆同祂肋旁被刺,我哋要忍受幾多同類嘅事,先可以話自己效法緊祂? 弟兄姊妹們,我哋要時刻謹記呢點,仰望祂,無限度地謙卑自己;如果遇到任何可以效法祂嘅機會,就當感恩接受;如果未遇到,就要積極去尋求──例如:飢餓、口渴、嘲笑、侮辱、羞辱、艱難、 衣食住行同其他一切事物上嘅貧窮:咁樣,我哋就可以喺呢條路上,一點一滴咁進步同向上,自我造就同互相造就,一齊成長同被高舉,*好令我哋「得以達到基督豐盛的長成之量」*。

## *158. 讚揚修道者,說他們棄絕塵世,遠離與肉身禁慾期相關的享樂與安逸,並被召以虔誠和公義事奉上帝,而 therein 正藏着真實的喜樂與永恆的筵席*

158. 1) 佢讚揚啲和尚,話佢哋棄絕塵世,遠離同肉體慾望相似嘅享樂同安逸,並且蒙召喺敬虔同公義中事奉上帝,而喺呢度就有真喜樂同無窮嘅筵席。– 2) 佢勸佢哋唔好再用思想或者慾望返去嗰啲埃及大鍋,並向佢哋保證,我哋嘅命運係最蒙福嘅。– 3) 喺呢度已經冇嘢值得再渴望,除咗一件事:願上帝賜我哋恩典,令我哋能夠以平靜嘅心去承擔生命中所有嘅悲傷同艱難,[2, 91]

**10.** 而家係肉身禁慾期,係世俗大宴、飲酒、狂歡、打獵同各種玩樂嘅時候。咁我哋要唔要為有呢啲嘢而責怪自己呢?唔使;我哋要感謝主,因為佢拯救咗我哋脫離咁嘅生活,好似脫離淤泥同深淵,帶我哋進入而家呢個聖潔嘅呼召, – 好去敬虔又公義咁事奉祂;並且要對嗰啲被呢啲微不足道嘅享樂捲走、自剝失天上難以言喻喜樂嘅人,笑佢哋──或者更正確啲,就係為佢哋流淚。 — *「*所以,弟兄們,*要與主同喜;我要因耶和華歡呼,因我們的救主高聲喜悅。我要因祂的榮耀,向祂歌唱,我要以詩歌讚美祂。」*(詩篇 94:1-2) 「看哪,有豐盛的筵席,有可讚美的歡樂,有喜樂的慶祝!」我們可以這樣在神殿裡慶祝並歡樂,不是一次或兩次,而是一直如此。這種喜樂是那最蒙福的命運的先驅和預兆,那命運正等候著我們。 *「至於我,我要在祢面前行光明,得見祢的榮耀,就心滿意足。」*(詩篇16:15)

**11.** 我懇求大家,唔好好似返去某個埃及咁,將心轉返去嗰度嘅群居生活習俗,亦唔好懷念嗰度嘅肉食同大鍋;不如將目光放返喺自己身上,放喺我哋而家正活出同成就緊嘅美好生命:因為喺呢度,*主以上帝嘅名義,賜福又賜生命。* (詩篇132:3)的真喜樂、永恆的盼望,以及救恩的慶祝。若論及興盛,我們就更加興盛;若論及份額,我們就揀選了較好的部分;若論及福樂,我們就蒙受了祝福。 我哋已經逃離世界同世上一切,棄絕咗一切可恥同虛空嘅悅樂,拋棄咗婚姻、生育同世俗財物,我哋擁抱咗處女、貧窮同放棄自己嘅意志,喺呢度我哋勞苦, 日復日 ,將我哋嘅肉體釘死,亦將我哋自己對世界同世上一切嘅執著釘死。咁,我哋又點可以照使徒嘅話:*「凡屬基督嘅人,都已經同佢一齊釘咗肉體,連肉體嘅情慾同私慾都一齊釘咗」*(加拉太書5:24)。

**12.** 咁而家有邊個比我哋更蒙福?或者,我哋喺生命中仲可以搵到咩,比呢樣更令人愉快、更令人得安慰? 除咗呢件事之外,冇乜其他:就係喺我哋喺呢度寄居嘅餘日裏,能夠忍耐同勇敢咁承擔所有艱難同唔愉快,並且喺面對有形同無形嘅誘惑時,保守自己唔跌入陷阱,好叫我哋能夠有信心得着為我哋預備咗嘅應許。就因為呢個緣故,要剛強、得力、堅定, 並以端正有序嘅方式行一切事,明白我哋修道生活嘅奧秘及其範圍、佢所要求嘅生活方式,以及我哋永垂紀念嘅聖父輩點樣實踐;以佢哋為榜樣,效法佢哋,改造自己,好令你哋真真正正成為佢哋嘅兒女,並成為佢哋未來喜樂嘅分享者。

### *159. 提防自己;因為仇敵可能突然攻擊,將你哋毀滅*

159. 1) 要警醒自己;因為仇敵可能會突然攻擊,將你哋毀滅。– 2) 你哋當中有啲人過住放蕩唔檢嘅生活。– 3) 唔好再喺將來發生呢啲事。教師們,要灌輸呢個……免得你哋淪為敗壞者,而唔係引路人。 [2, 92]

**13.** 各人要留心觀察, 你哋係咪企喺信仰嘅磐石上,堅定唔移,履行你哋嘅誓言,喺殉道嘅群體生命路上,行公義,走正路,唔向左右偏,而係行喺君王嘅大道上,保持警醒,免得你哋嘅腳絆喺絆腳石上,亦唔好憑私慾或偏見行事。 我見到你哋,但唔係時時同處處都見到:因為呢個特權只屬於獨一無二嘅神。我都唔知有冇人喺你哋當中,係秘密照自己意思——或者講得更準確啲,係受情感衝動所驅——私底下行事,結果跌入罪惡嘅深淵,令自己嘅靈魂陷入滅亡。 要敬畏同驚懼呢啲,當你哋順風揚帆時,記住,正如俗語所講,要諗下船難。因為喺一瞬間,佢就可能發生——風、暴風、颶風、災難、毀滅、死亡。 有時,和平同穩定似乎主宰一切,但突然之間——警報、爭端、戰爭,殺戮唔係針對身體,而係最痛苦嘅靈魂。惡者暫時潛伏,令我哋掉以輕心,然後突如其來,扭曲我哋嘅思想,最終導致我哋嘅滅亡。 我哋冇位容許大意,冇時間休息。好多本已到達救恩港灣嘅人,都畀狡猾嘅仇敵拋落深淵;有啲本已升到天庭頂嘅人,都因為一絲不警惕,畀佢拉返塵世罪惡。 佢掠奪咗好多美德嘅寶藏,偷走咗好多屬靈嘅功績,令到原本擁有嘅人變得一無所有。知道呢點,要保持警醒,唔好畀你嘅心眼打盹。

**14.** 但係我聽講,你哋當中有啲人因為過份自信,行事草率:你哋無恥咁互相凝視,閒聊大笑;仲有啲人拉埋手,嘴對嘴、面頰貼面頰。呢件事真係值得人流淚。 *「人若懷裏生炭火,豈不燒滅他的衣服?或有人行在炭火上,豈不燒傷他的腳?」*(箴言6:27) 同樣地,行此等事者,亦難逃跌倒。亦有人畫眉描眼,塗脂抹粉,扮作妓女;身穿繡花帶,華服麗服,行路擺款,講嘢做作。

**15.** 我對所有呢啲人講:唔好再咁做;否則, *「祂要用馬咀同馬嚼勒住佢哋嘅口」* (詩篇31:9)。因為神冇叫我哋嚟破壞,而係要嚟建立呢班人。所以,要遵守律法。 教師們,要將正道灌輸給所教的人,並糾正他們。我並不是因為懷疑你們中有誰是毒害者而非醫治者、是黑暗者而非光照者、是誤導者而非引路者,或者破壞者而非救贖者。 因為教師要喺學生面前做虔誠嘅榜樣、得救嘅典範,同埋一切善行嘅活教材。學生就係因為要向老師學好先至交託俾佢哋。但如果情況相反,就要責備同驅逐呢啲人,免得佢哋將自己嘅腐敗傳染畀健康嘅人。 – 我本不願講這些,但事出必要。– 我只有一個願望:願我們都能行在正路上,使上帝也因我們端正的生活而喜悅。

### *160. 「我喜悅弟兄們的整齊有序,喜悅一切都按規矩進行,並且人人對修院的供養感到滿足,」他補充道;「但這並非首要之務;最重要的是以一種方式生活,使人在死後能進入上帝的安息:一切都要朝此目標邁進。」*

160. 佢見到弟兄哋有條有理,一切都照規矩做,大家都對修院嘅膳食感到滿意,就講:但呢啲唔係最重要;最緊要係要過一種生活,好等死後可以進入「 」、進入上帝嘅安息;為咗呢個目標,一切都要指向呢點。 [2, 93]就好似一個農夫,見到佢自己耕種、播種過嘅田地長出綠油油嘅禾苗,就歡喜雀躍: 我亦都係咁,雖然唔係因為自己勞碌嘅果效,我都因你哋屬靈嘅豐收而歡喜快樂,因為我認為應該為真理作見證,見到你哋蒙神恩典,日漸興旺,成為更好嘅人。 你哋自己都可以作證。你哋唔見到我哋有幾有秩序、幾有平安同安寧咩?你哋唔係都以堅定嘅信心同無法割裂嘅紐帶,成為一個心、一個靈、一個身體咩?你哋唔係都努力追求更豐盛地遵守基督賜生命嘅誡命咩? 你哋當中冇人透過私底下嘅小圈子,將呢個兄弟團契分割得支離破碎,好中敵人魔鬼嘅下懷;亦冇人放縱自己或者任憑己意,想點就點;相反,與神和諧嘅生命至高無上; 亦都唔會有啲人漫不經心咁到處遊走,搞到成個兄弟團契支離破碎;反而,係神嘅恩典之下, 凡事都照規矩而行:飲食、警醒與睡眠、工作與休息、出入、談話與默靜、讀經與詩

歌讚美、禱告與靜默、衣着與鞋襪。　當然,並非所有嘢都平均分配畀大家,因為年齡、成長環境、處境、能力、美德同健康狀況各有不同;但係對每個人都會好好照顧,滿足佢哋嘅需要:因為你哋都係一個身體嘅肢體,雖然唔係全部都享有同等嘅榮耀(林前12, 23–24)。然而,呢啲都唔係我哋最緊要嘅事;我哋最主要嘅追求係:當我哋盡好本份,做好自己嘅職責之後,就可以透過死亡,離開呢個世上嘅勞苦,進入上帝嘅安息,並分享難以言喻嘅喜樂同無可形容嘅永恆福份。　懷着呢個盼望,我哋要更加勤力追求卓越,謹守自己,保持清醒,警醒禱告,好使我哋行得端正,因盼望而喜樂,忍受患難, 要迫使自己行各樣善事,將肉體服從於靈,為基督的緣故將羞辱當作榮耀,視為末後者為特權,並為主的緣故在貶抑中喜樂;好使我們如此完成旅程之後,能與殉道者同住,並被認為配得與眾聖徒永遠同享喜樂。

### *161. 我哋唱道:「我要領受救恩嘅杯」。呢杯就係接受殉道,對我哋嚟講,就係同自己嘅情慾作痛苦嘅掙扎*

161.　我哋唱道:「我要領受救恩的杯」。呢杯就係殉道嘅接受,對我哋嚟講,就係同自己嘅情慾展開一場痛苦嘅掙扎。我哋就喺呢條路上站住。──所以,要打那美好的仗,好叫我哋都值得得着嗰啲冠冕。 [2, 94] *「我哋要向主報答乜嘢,因為佢所賜畀我哋嘅一切?」*除咗大衛嘅詩篇,以真誠嘅決心去唱,仲有乜嘢好似佢入面所唱嘅:*「我哋要舉起救恩嘅杯,稱呼主嘅名」*(詩篇115:3-4)。　呢杯就係接受殉道。但我哋嘅殉道唔係流血,而係內心良知嘅掙扎,好似我哋唔向巴力跪低──即係唔向肉體慾望屈服──並且勝過一切試探, 思想的掙扎,慾望與情慾的燃燒,匱乏、不幸與恥辱的悲傷。看哪,這些良善的殉道者!看哪,基督的士兵!看哪,那些有需要的人,以及天國的承受者!　喜樂吧,振作精神,堅定信心,好好跑完這段旅程,不斷從力量到力量,攀升到美德的巔峰,在最高深的默想中翱翔,並持續不懈地行之,直到你生命盡頭的時刻來臨,將你帶往自創世以來為你預備的喜樂與歡愉。　凡細心聽從並付諸實踐者,於心內點燃火焰,使神聖之愛火升天,佢真係蒙福至極。但可悲喺於掩耳者,佢哋鍾情虛榮,追求短暫肉體享樂。 然而,人*不可只顧自己*,也*當照顧他人*,視人如己;因為我們彼此互相關聯。如此,人人都能令主喜悅,使自己變得更好、更完美。

### *162. 描述亡者外貌並提到墓中可見之物;又簡述亡者所行之善──由此引申教訓,要保持身體與靈魂的純潔,好成為配得基督的新婦*

162. 1) 描述咗亡者嘅樣貌,並提到墳墓入面所見;2) 簡單敘述咗亡者嘅美德人生之後,– 3) 佢就提出要保持身體同靈魂嘅純潔,好令自己成為配得上基督嘅新娘。

**1.** 對死亡嘅紀念永遠都有救贖嘅功效,尤其當我哋喺離世兄弟面前嘅時候,就好似而家呢種情況。 喺呢度,我哋再次目睹一個奇妙嘅奧秘!剎那之前,佢仲同我哋一齊,但而家佢嘅靈魂已經唔喺我哋身邊;用自己嘅嘴脣同我哋講嘢嘅人,依家陷入完全嘅寂靜,而佢嘅聲音仲喺我哋耳邊迴響。呢幅景象真係令人驚訝!我哋見到佢,卻又好似見唔到佢:佢嘅身體喺度,但佢嘅靈魂已經離開咗我哋。 佢橫屍喺度,一動都唔動,冇氣、冇眼、冇聲;佢所有感官都仲喺度──卻冇一絲生命跡象;佢就好似石頭,或者其他冇靈魂嘅物件。──我哋睇吓先人嘅安息處:弟兄姊妹,我哋會喺度見到啲乜嘢?睇吓,然後學啲嘢。　呢啲唔係塵土同灰燼咩?呢啲唔係腐爛嘅屍體咩?呢啲唔係枯萎嘅頭骨咩?呢啲唔係枯骨咩?──而呢一切都係可憎可惡嘅景象,一堆可悲又噁心嘅堆積。──喺呢度,仲可以分得出邊個係兄弟、邊個係醜陋、邊個係年輕、邊個係年老?　根本唔係:全部都腐爛晒,全部都無晒形狀。依家有邊個想,就嚟度睇吓,邊度有肉體嘅歡愉?邊度有筵席嘅享受?邊度有沉睡嘅安息?同埋其他一切討好肉體嘅嘢?──握手喺邊?擁抱喺邊?親嘴喺邊? – 一切都已從此地離去,被那個人取走,他好似個浪蕩的富人,將它們送往地獄,為自己點燃一團永不熄滅的火焰。

**2.**　願我哋嘅弟兄姊妹冇一個受傷害!尤其係嗰位而家滿有敬虔離世,進入永恆生命嘅人,佢喺呢度過咗美好嘅人生,以無可指責嘅順服同臣服——年紀雖幼,卻智慧如霜——身形雖小, 卻在靈裡偉大,他的內心品格由我知曉,而他的外在行為由你們眾所周知──備有各種美德,值得一切讚揚──拉斐爾──溫柔而真正高貴,他保守了神嘅形象,而且,我可以大膽地说,配得上與眾天使長之一同名。　──我對呢個仔有咁大嘅信心;你哋都應該有,因為佢真係配得上。──但而家我哋返去講正題。

**3.** 我哋都一樣,過咗唔耐就會離開呢度:我哋會死,會被安放喺棺木入面,會有人為我哋舉行喪禮,然後埋葬。 既然如此,而且 *「凡有生之年,必見死亡」* (詩篇 88:49);所以我請求並懇求你:讓我們敬虔無

瑕地生活,行事無可指責、無可挑剔,不但潔淨身體,也潔淨靈魂: 將前者(身體)服從於靈,免得因肉體衝動而放縱或背叛;並以敬畏上帝的心制約它,使之溫順謙卑地滿足於規矩與特別命令所規定的飲食、睡眠與休息分量; 並看守後者,免得玷污於不純的思想和衝動,而能完全飛向神,專注默想祂的獨一無二之美;因為只有祂才是真正美好可愛,其他一切美貌不過是虛幻與虛無; 並以祈禱和詩歌護佑她,使她藉此兩者呈獻給恩慈的新郎──我們的神基督──成為蒙悅納者。 如果我哋嘅旅程係咁行,我哋就係有福嘅:我哋唔會死,而會活,並伴隨呢首安慰嘅告別歌:*「你今日行嘅路途有福,因為你嘅安息之所已經為你預備好。」*

### *163. 我哋嘅爭戰係對抗邪惡嘅靈,同佢哋嘅首領魔鬼*

163. 1) 我哋嘅爭戰係對抗邪惡嘅靈,同佢哋嘅首領魔鬼。– 2) 佢哋日日夜夜都設謀害我哋,我哋都要時刻警醒,抵擋佢哋,令主同祂嘅使者都歡喜。– 3) 如果我哋想達到無情欲,並透過呢場鬥爭贏得殉道者嘅冠冕,就必須咁做。– 4) 要成功做到呢點,我哋需要謙卑同順服、不斷嘅禱告、自我檢視、一切自我克制嘅行為,以及檢視我哋嘅思想。[2, 96]

**4.** *「因為我們的爭戰不是與血氣之爭,而是與屬靈的仇敵──天上的掌權者、有權柄者、管轄這幽暗世界者──作戰。」* (弗6:12)──以及對付我哋惡毒嘅仇敵魔鬼,佢喺世界一開始就潛入伊甸園,誘惑我哋嘅祖先犯罪,偷食禁果,從而令佢哋被逐出伊甸園嘅甘甜,嚟到呢個世界。 自從嗰陣起,代代相傳,佢就迫害人類,教唆各種惡行。就算而家,佢都用盡方法誣衊我哋,喺度嘶嘶作聲,又搖尾巴討好人,好容易呃到人;佢好似賊咁偷嚟偷去,引誘啲唔堅定、唔留神嘅靈魂中計。 所以,我哋要喺對抗佢嘅鬥爭中,保持高度嘅清醒、警惕、審慎同小心,免得佢向我哋發動攻擊,或者令我哋陷入滅亡。

**5.** 既然識破佢嘅詭計同奸詐,我哋就要從各方面裝備自己,堅決對抗同驅逐佢,唔好對自己或者對佢有任何放鬆或寬容;就好似佢唔會退縮、唔會手軟,只會追求我哋嘅滅亡一樣。 就算佢一日攻擊我哋好多次,俾我哋擋返出去,佢都唔會退縮,好似未開始過咁,仲會捲土重來,用更大嘅力氣再攻,仲帶埋其他邪惡嘅靈嚟。所以我哋面對呢啲每日每時嘅攻擊,都唔可以退縮或者鬆懈。 即使我哋已經好有心機同埋好努力,並且取得咗成功,都唔好因此而動搖;而要時刻保持同樣嘅熱誠、活力同抵抗力去對抗佢,好等敵人見到我哋堅強嘅抵抗,上帝會為我哋歡欣雀躍,祂嘅聖天使亦會應祂嘅吩咐同命令嚟協助我哋。

**6.** 因為我哋仲未達到無情欲嘅境界,亦即係擺脫一切爭端嘅自由,令我哋嘅心可以靜止喺自己入面,唔受內心衝突嘅困擾。呢種境界,一直以嚟都係由嗰啲勤力、流汗同埋努力嘅熱誠份子所達到,而家都仲係咁。 至於我哋,仍然畀情慾牽絆,就要堅持鬥爭同不懈努力,面對自己嘅善變同敵人不斷變化嘅戰術,唔可以灰心、唔可以放棄,好似每日、每個鐘頭都要重新開始一樣。 呢就係真心努力者嘅命運:咁為呢件事而獲得嘅冠冕係乜嘢呢?──冷靜達到巔峰係神聖嘅;但第二樣亦同樣蒙福──喺戰場上唔畀人打敗,並且永遠堅守陣地,逐步向嗰個高度邁進,同時完善自己。 咁樣嘅人亦都會攞到殉道者嘅冠冕,就好似一位戰士由戰場返嚟,向國王展示佢嘅傷口同傷痕,唔會畀人貶低或者定罪,反而會獲得讚揚、禮物同榮譽。

**7.** 所以,我哋要效法基督嘅士兵,將我哋嘅時間視為同仇敵對抗嘅戰場,喺度只會聽到箭矢飛馳同刀劍交鋒嘅聲音;因為*「從高處攻擊我哋嘅人多啊」* (詩篇55:3),如經上所寫,佢哋成日發動攻擊、打仗、設陷阱、掘坑、埋伏,同埋搞盡各種奸計。咁邊個可以逃脫佢哋?邊個可以躲避佢哋?邊個唔會跌入佢哋嘅陷阱? 除咗一個擁有謙卑同順服、不斷禱告、對所作之工充滿熱誠、一貫服從、勤力而無怨言,並且時刻保持清醒,抵禦可恥念頭、擁抱有益反思嘅人——警醒, 詩歌讚美、跪拜,而以上所有,或與這些同時進行的,還有心靈最深處思想的懺悔、避免自以為是,以及言談的適度?藉著這些和類似的方法,我們內在的人就如被堅固城堡所庇護,仇敵無法對付他,只好退去。

### *164. 神人──真修道者──的外在相貌*

164. 論神人──真修道者──的外表。 [2, 97] 弟兄們,要留意自己,不可徒然浪費我們的日子和時間。看哪,今日已經過去,我們再也見不到它;但我們在它過去時所行的一切,都已記錄在案。如果行的是善,就益我儕;如果不是,噢,可惜! 我哋要守住感官,唔畀人搶走,大部分時間都要低頭:我哋嘅眼睛要專注,唔好四處飄;因為眼睛所見嘅,靈魂都會見到,因為外在嘅人就係靈魂嘅鏡子,反映出佢所見嘅嘢。 面

容要莊重溫柔,不可陰沉或散亂;多數時候帶點憂鬱,沾滿懊悔的淚水;行路要謙卑、樸實,不可自負,不可聳肩、皺眉、踏步聲響亮或全身顫抖; 佢講嘢嘅聲線都要好聽,唔好太大聲亦唔好太細聲,眼神同其他表情都要保持從容,唔好鼻孔撐大、揮手或者轉頭。 因為神人喺凡事上都井然有序,佢係住喺佢裏面嘅聖靈嘅器皿,聖靈引導佢嘅言談、外貌、飲食。 我哋喺所有事上都要有禮貌同得體:着衫着鞋都要留意,因為我哋嘅主上帝喺任何情況同所有行為中都與我哋同在。

### *165. 引用使徒嘅說話:「而家就係蒙悅納嘅時候」,佢講,使徒藉此激起我哋對救恩工作嘅熱誠*

165. 1) 引用使徒嘅說話:「而家就係蒙悅納嘅時候」,佢解釋話使徒藉此激發我哋追求成全自己嘅熱誠。– 2) 然後佢又補充:「你哋而家就係咁做;做得好。」[2, 98]

**8.** 當聖保祿說:*「而家係蒙恩嘅時候,而家係得救嘅日子」*(林後6:2)時,佢教導我哋啲乜嘢,又喺我哋心裏激發咩?*「所以,我哋要脫去黑暗嘅作為,穿上光明嘅軍裝」*(羅13:12)。 就係佢,作為一位好嘅父親同老師,喚醒我哋嘅懶散,驅走靈魂嘅昏睡,喺我哋心目中抹去佢嘅蹤影,按上帝嘅旨意指引我哋嘅腳步,引領我哋行上美德之路。 我哋要聆聽佢嘅神聖教誨;我哋要振作精神,清醒過來,更加勤力向前,因為我哋生命嘅每一日已經接近尾聲。所以我哋要努力預備自己,好使我哋可以蒙福,永遠活住,享受無可言喻嘅喜樂。 因為如果我哋喺生命盡頭嗰陣仍然未準備好,又未將靈魂整理得序 ——唉!唉!真係可悲。仲有,有邊個可以喺毀滅靈魂嘅蛇手下拯救我哋?又或者,當我哋因為喺塵世生活時嘅疏忽同罪惡而受折磨,我哋喺乜嘢度先可以得到解脫? 就畀嗰啲離棄我哋嘅人離棄我哋,畀嗰啲行惡者繼續佢哋嘅惡行——我講緊嗰啲離我哋而去嘅人。或者,不如為佢哋禱告,努力去召佢哋返轉頭:因為神不喜悅罪人死亡,而喜悅佢回轉得生(以西結書33:11)。

**9.**至於你哋,憑住基督嘅恩典,喺順服嘅工夫上恆心,喺神同人面前忠心守住你哋嘅誓言,就當喜樂歡欣: 因為天上為你們存下了一大賞賜,只要你們到底警醒,忠心遵行主耶穌基督——祂所招募的士兵——所吩咐你們的一切:因為你們已經應募歸入祂的服役,日夜事奉祂,謹記祂的話說:「凡不對我说, 「主啊,主啊!」但那行我天父旨意的人,才是屬於我——又如使徒的勸勉:「你豈不願意不懼怕掌權者麼?只要行善,就會從他得稱讚。」(羅馬書13:3)

### *166. 堅定於生命,忍受一切:因為當你被認為配得上那永恆的福樂時,你仍會後悔自己沒有更加忍耐*

166. 1) 堅定於生命,忍受一切;因為當你被認為配得上那永恆的福樂時,你仍會後悔自己未能多加忍耐。 – 2) 記住並銘記審判與報應之日; – 如此你便不會陷入懶散或埋怨。 – 3) 凡行事相反者,皆為情慾所奴,如獸;凡如是者,則為天使。

**10.** 唔使而家同你哋講,好似古代先知咁講:「你哋會用耳仔聽,但唔會明白;你哋會用眼睛望,但唔會見到。」因為呢班人嘅心已經硬化,耳仔唔識聽,仲閉埋眼(以賽亞書6:9-10)。 因為你哋自覺警醒,守望看顧,以無遮面嘅面孔觀看主嘅榮耀(林後3:18),藉住你哋順服同聖潔嘅生活方式,從靈魂眼睛中抖去塵世執着嘅淤泥,得以洞察一切, 即係話,呢個世界嘅虛空同人世無休止嘅騷亂;你哋而家已經明白,只有一樣堅定、最可欲、至高無上嘅善——上帝——人要透過美德嘅生活去追求祂。 我哋祖先嘅主同神真係福氣滿滿,佢認為我哋配得上分享呢份恩典,並過咁有智慧嘅生活。 所以,我哋要抬頭仰望,向我哋嘅頭—基督—所在之處,默想唔係凡塵短暫嘅事物,而係天上同超天上嘅美善;品嚐同得著嗰度難以形容、無法言傳嘅福份,係冇人思想過、冇人聽過、亦冇人夢想過嘅。 因為佢哋嘅卓越無可測度;我可以向你保證,如果你哋有主賜俾你哋嘅力量,去耐心忍受面前嘅一切爭戰,直到最後,你哋都會達到嗰度,喺嗰度你哋會搵到無病、無憂、無嘆息嘅安息。 到時你就會大大感謝主,祂召你進入呢條聖潔嘅生活道路;至於你所忍受嘅悲傷,不單止冇人再記得,相反,你仲會後悔冇機會忍受比呢啲更大嘅試煉、悲傷同艱難。

**11.** 到我哋主耶穌基督顯現嘅嗰日,我哋會見到啲乜嘢呢?當祂公開同無數萬嘅天使同大天使一齊嚟到,並坐喺可怕嘅審判寶座上,從地極召集所有列國同一切活物, 揭示黑暗中的作為,顯露心靈的謀劃,屆時有人將被引到主的手右方進入喜樂,另一些則羞愧地被引到左方;後者將被引領進入光明的居所,進入福樂的天園, 進入天國,至於這些人就要被扔入永不熄滅的火中,給蟲所咬,咬牙切齒,陷入漆黑的黑暗、泰坦深淵的深處,投入無法掙脫的枷鎖和各種折磨,按各人所犯的罪行受刑。 到時佢哋會好似太陽咁發光,會用盡全心歡欣雀躍,並以無止境嘅詩歌讚美主,因為佢哋已經明白自己為主所行嘅,係

一件幾咁美好同高尚嘅事。──呢啲就係為咗為主嘅信仰而流血嘅殉道者──使徒, 先知、殉道者、聖徒同義人;跟住佢哋之後,係嗰啲示範咗屬靈殉道嘅人──主教、神父、和尚同平信徒──佢哋一生都活喺善行、努力同英勇壯舉之中。但係呢班人就會開始哀號同痛哭,唉! —可憐啊!— 他們只會增加自己的罪責,招致一連串咒詛降臨在自己的不敬之上,被墮落者的靈綑綁、毆打、侮辱;而且,他們自我定罪、自我懲罰,並被絕望所折磨,眼見那永遠不得終止、難以承受的永恆刑罰,正如在他們耳邊所宣告的:「這些人要受永遠的刑罰,義人卻要享受永恆的生命。」(馬太福音25:46)銘記这一切,我們能喺　嘅勞苦中鬆懈嗎? 難道因為現世生活的艱辛,就讓我們灰心喪氣?我們不應該反而心裏被激勵,以比火更猛烈的熱誠,不論代價多大,都要直到最後一刻,忠於我們自我犧牲修道生活的規矩嗎?

**12.** 所以,我哋要將呢一切銘記心間,並遵守佢,勤力去做佢所吩咐嘅一切。因為凡對此漠不關心嘅人,可以肯定,佢已經畀情慾所纏,喺大意中打盹,心硬,沉溺於肉體享樂,嫉妒,浮躁,同埋懶惰, 似熊喺自己爪下咁埋首只識食同飲;惡慾唔得滿足就似獅子咆哮;由一個享樂跳到另一個似豹;似狐狸咁詭計多端去滿足心願;似駱駝咁發狂, 為咗一點意外嘅冤屈向鄰居報復,就嘶鳴似馬;用人體同獸體行猥褻之事,行事無恥似狼;大膽到連自己同兄弟嘅靈魂都害到盡。　至於各種情慾,就更加唔使講,有人唔止似獸,甚至喺獸性上仲勝過佢哋。　– 但係嗰個企喺好思念一邊,好似天使咁光明,好似撒拉弗咁多眼,又好似智天使咁快捷,咁先至如果機會嚟到,嗰條毀滅靈魂嘅龍就冇得撲佢,佢就好似勇士咁英勇, 揮動穿透罪惡的烈火長劍,以良善思想的熱力灼燒魔鬼;如涓涓不息的春泉,湧出純淨的懊悔淚水;如上帝的殿堂,建構於美德的金石之上;如溫順的羔羊,　效法佢主嘅榜樣,唔會抗議,亦唔會喊叫,就算死亡擺喺面前,都繼續前行,順服佢父同佢弟兄。但係而家,生命同死亡擺喺你面前;由每個人自己揀佢哋要嘅。

### *167. 我哋嘅爭戰係對抗邪惡嘅靈體*

167. 1) 我哋嘅戰爭係對抗惡靈。既然我哋已經穿上使徒所講嗰套完整嘅美德盔甲,有能力驅逐同擊倒敵人,點解仲要保持警惕?– 2) 呢場戰爭係心靈嘅,透過對抗念頭並向上帝禱告嚟進行。– 3) 佢會突然出現,令我哋內心嘅狀態好似天氣咁多變;但對於有自知之明、以美德裝備自己、信靠上帝嘅人嚟講,就無須驚怕。

**13.**　正如使徒所言(以弗所書6:12),我們的爭戰不是與血肉之體,而是與掌權者、有能力者,以及這世代的黑暗掌權者。　所以,我哋要保持清醒、警惕、細心勤力、全力以赴,並武裝自己以屬靈嘅武器──即係:　以堅不可摧的信心為頭盔,以真誠的順服和真實的謙卑為盾牌,以及其他各種美德,當適當運用時,都可以成為對抗我們欺騙者、驅逐我們看不見的敵對勢力的武器。

**14.** 呢場偉大而可怕嘅戰爭,如你所知,一直都喺進行,就算喺禱告同聖體聖事期間都唔會停止;佢會激起,有時甚至帶出啲唔適合講嘅念頭。　但係一個謙卑嘅靈魂,畀呢啲念頭攻擊嘅時候,會用憎惡去驅逐佢哋,同時以聖潔嘅思想反擊,並喺同一時間向上主禱告。　主嘅幫助即刻就到,高處嘅太陽一照就將龍驅走。咁點解我哋要喺呢啲攻擊面前灰心或屈服呢?因為當心無所畏懼,就唔會畀呢啲攻擊傷害,唔單止喺領聖體嗰陣,其他時間都一樣。

**15.** 我哋嘅仇敵隨時都會攻擊,尤其係當我哋最意想唔到嘅時候; 但當我哋處於良好而寧靜嘅心境──無論係因悔恨而起、真誠嘅禱告、閱讀,定其他神聖嘅講說──佢就趁機攻擊,令我哋嘅心不安、動盪,好似將我哋由港灣拋出到風浪中,或者喺思想裏將我哋由白晝嘅光帶入黑夜嘅黑暗。　喺呢方面,我哋嘅境況就好似一日入面嘅天氣:有時陽光普照,天朗氣清;有時烏雲籠罩,陰沉沉;之後又再轉晴,又再轉陰,就係因為空氣入面各種變化。　我哋唔都係咁樣咩?有時我哋因為有善念而光芒四射,好似一個大晴天;有時又畀惡念蒙蔽,變得陰暗;跟住我哋再透過祈禱或者其他美德修行,返返光明的境界。而且呢啲變化唔止一日一次。　但係大氣嘅變化同我哋體內嘅變化唔同:大氣嘅變化係自然發生,由萬物嘅創造者──上帝嘅智慧所安排;而我哋體內嘅變化就係自願嘅,部分係由我哋自己嘅自由意志決定。　雖然魔鬼會透過試探嚟剝奪我哋良好狀態嘅光,但我哋有能力將佢趕走, ,並永遠讓公義之日照耀我哋嘅心靈,正如聖徒所行,亦如所有行義者所行。　因為就算而家,都有好多聖人好似寶石咁行喺世上,佢哋唔係靠行神蹟奇事嚟分別——因為聖潔唔只係靠呢樣嘢—— 而係喺保守真道同準確遵守上帝誡命、對弟兄真誠無嫉妒嘅愛、喺人興旺時同喜、超越世俗榮耀,同埋其他各樣美德入面。就係咁,聖潔喺每個人身上顯現出嚟。　但你,既然已經離開世界,並被釘死在世界之上,更當以不貪婪、不淫亂、放棄己意,以

及以善意忍受與我哋生活方式 inseparable 嘅一切苦楚同悲傷而見稱。 以呢種方式生活,你會成為聖潔,被數算喺聖人之中,義人嘅大軍會喺佢哋當中歡迎你──你會永遠喺殉道者嘅居所裏面歡欣喜樂。

***168. 當我哋行緊自己嘅路,唔好將眼睛放喺塵世同短暫嘅事物上;反而要將目光定喺天上同永恆嘅事物上:因為前者令我哋軟弱,而後者則令我哋充滿勇氣***

168. 1) 當我哋行緊自己嘅路,唔好將眼睛放喺塵世同短暫嘅事物上;而要將目光定喺天上同永恆嘅事物上:因為前者令我哋軟弱,而後者則令我哋充滿勇氣。 – 2) 所有聖教父都係咁行;我哋都要咁行,以各種美德裝備自己,遠離一切邪惡,淨化自己。願我哋嘅生命配得上我哋嘅名號。

**16.** 我哋嘅生命係一段旅程,唔係一日、兩日或者好多日就可以完成,而係要持續一生,直到我哋由呢個世界過渡到將來嘅時代。 當我哋諗到呢條路有幾咁遙遠,同時又要面對一個喺通往上帝嘅路上設下各種障礙同絆腳石嘅仇敵,我哋要付出幾多努力、幾多力量、幾多專注同勤力,先唔會灰心或放棄行呢條路? 但唔使擔心;因為另一方面,我哋喺呢段旅程上,有代禱者、有引路人,亦有同行者──唔係普通嘅同行者,而係萬有之主、之王,聖天使做我哋嘅守護者同保護者。 *「看守以色列的,也不打盹,也不睡覺。」* (詩篇120:4) 咁點解我哋要咁熱誠、咁懇切、咁渴望咁投入我哋嘅道路,唔向下望,而係定睛望住高處呢? 因為如果我哋向下望,就會肯定淪為懶散、怯懦同放縱嘅犧牲,因為我哋嘅思想四處遊走,我哋嘅心黏住今生嘅虛空同享樂: 到行淫、大食、貪婪、觀賞、筵席、裝飾、幻想,以及一切短暫易逝的事物。但當我們將目光定睛於天上和永恆之物時,即使我們現今的生活充滿憂患與痛苦,即使在此有勞碌與疲乏, 雖然有禁食同通宵禱告、意志嘅克制同各種匱乏──呢啲都係我哋苦行同苦行服從生活嘅必然──但我哋唔會灰心,唔會怯弱,唔會畀現時嘅悲傷壓倒,亦唔會向湧起嘅情慾屈服; 但我哋要憑住膽識同堅強嘅決心,不斷向前、再向前,望住天上,定睛注視上帝,為天國、為天上嘅安慰、為佢永恆榮耀嘅甘美、為永不落山嘅光、為天使嘅福樂而努力。

**17.** thus all the fathers walked, and, having overcome, they triumphed: martyrs, the venerable, the righteous, the pious, the God-loving, monks, laypeople, men, women, youths, and the elderly, regarding their time here as a kind of training. 同樣地,如果我哋渴望佢哋嘅榮耀同喜樂,就要甘願喺呢種討神喜悅嘅生活方式中受苦。 所以,弟兄姊妹們,我們要彼此相愛;立志以勇敢的智慧和堅定不移的熱誠,忍受並承擔一切,眼睛要定睛在上,正如至智慧者所命(傳道書2:14),不可垂目於地。 因為凡心思天上之事並以此為念的人,真正在天上;而凡俯伏於虛空,並被虛空佔據的人,就將目光投向腳下。若有人雙腳在上、頭在下,豈不又可憐又可駭?然而,若在靈魂中經歷同樣的境況,就更加可憐、更加不人道。 所以,我哋要行得有智慧,眼睛望住自己嘅頭,默想上帝同神聖嘅事,然後照佢哋去做。 頭部嘅眼睛就係信心、盼望同愛心;由佢哋生出堅定嘅忍耐、純潔、弟兄之愛、和平、溫柔、謙卑、勇氣、興旺、自制、各種良善嘅行為,以及一切美德嘅開花結果;相反,對於思想同行為違背以上嘅人,就會出現完全相反嘅情況: 不信、絕望、仇恨,由此衍生出不耐、怯懦、通姦與奸淫、放蕩、情慾、貪食、輕浮、自我裝飾、嘲笑、爭吵、嫉妒、謀殺,以及其他一切撒旦的行為和 。 我哋屬於上帝嘅,就當追求一切屬神嘅;清淨嘅人就當追求聖潔;無可指責嘅人就當追求貞潔;敬虔嘅人就當追求敬畏;好和平嘅人就當追求弟兄之愛;謙卑嘅人就當追求屬天嘅;已經棄絕世界嘅人就當追求至高嘅。 不可令秩序變成混亂,免得我哋──屬於光嘅──去追求黑暗;我哋──屬於純潔嘅──去追求放蕩;我哋──屬於虔誠嘅──去追求無序;我哋──屬於謙卑嘅──去追求虛浮; 因為呢啲可憐、呢啲虛偽、呢啲無神、呢啲荒謬、呢啲就係地獄之火嘅燃料。所以我哋要尋索上帝,作為上帝嘅子民,正如我哋所蒙召。 我哋被稱為和尚、朝聖者、隱士、處女、上帝同天使嘅僕人;人人都明白,我哋確實就係咁。 我哋當中,唔好有人唔聖潔、鍾情塵世,或者唔貞潔;亦唔好有人係埋怨者、行淫者、好爭吵、灰心喪志,或者怯懦:因為神嘅大忿怒近喺眼前──佢會施行報應。 上帝對喺世上生活但心存邪惡嘅人雖然都係嬲,但祂對本應完全屬於祂嘅我哋更加憤怒;就好似一個主人,對喺佢面前犯罪嘅僕人,比對遠離佢先犯罪嘅僕人更加憤慨。 然而,上帝的忿怒並不平均臨到我們所有人,而是以各種方式顯現:對堅持行惡的人有別,對有時改過、有時又跌倒的人又有別;對啱啱領洗嘅人同對已經喺洗禮中堅守多年嘅人,所施嘅懲罰亦各有不同:因為人喺洗禮中停留得愈耐,佢嘅生命就應該愈加分明;正因如此,如果年老無所成就,就會成為可受譴責同被取笑嘅對象:就好似見到一個白髮蒼蒼嘅老人同細路仔一齊喺學校讀書咁荒謬。

### *169. 你哋係基督嘅士兵;你哋要時刻全副武裝——就係咁樣*

169. 1) 你哋係基督嘅士兵;你哋要時刻全副武裝——就係咁。 – 2) 一切惡嘅根源係驕傲;但人要對付而家喺自己裏面作戰嘅任何嘢,因為對每個人嚟講,呢樣嘢唔一定一樣。 – 3–16) 有關屬靈爭戰嘅各種思想。 [2, 103]

**18.** 你哋係基督嘅士兵;士兵要諗吓打仗需要啲乜嘢,並且要時刻保持全副軍裝,好隨時準備好同敵人交鋒。— 所以,你睇吓自己係咪準備好,你嘅屬靈兵器係點樣——係咪磨得鋒利、洗得乾淨、拋得光亮? ——即係話,順服嘅劍、信心嘅鎧甲、救恩盼望嘅頭盔、謙卑嘅盾牌、良善思想嘅箭囊,同埋最後嗰架戰車,就係你尊貴嘅身體,佢同時都係匹馬,必須喺各方面都好好受過訓練, —而且,佢唔可以太肥,免得跑唔動;亦唔可以太瘦,免得冇力做所需嘅動作;當套上神嘅畏懼呢繮時,佢就要頂得住,唔好走偏正路,亦唔好用無繮嘅跳躍將騎手——你嘅心——拋落馬下。 神嘅話語就一直希望你係咁——因為你嘅戰爭無休止,每時每刻都有戰鬥,每一刻都有槍聲。

**19.** 咁,你哋當中邊個係有勇氣、有力量、係勇士——先將驕傲嘅心摔倒,然後成千上萬、成群結隊咁斬殺敵對嘅念頭,就好似當初神聖嘅大衛摔倒歌利亞咁?——咁樣做有咩好處? ——邪惡之靈的逃遁,即所謂眾多且各異的罪惡情慾。心靈的驕傲是萬惡之首,亦是萬惡之尾。 因住佢,嗰條龍——而家誘惑我哋所有人——由天上嘅高處同天使嘅光輝跌落嚟;由佢度,就好似一條根,衍生出成千上萬條罪惡嘅藤蔓。但我哋要努力同而家攻擊我哋嘅嘢作戰:因為每一個鐘頭,有人畀一種慾望圍住,有人又畀另一種慾望圍住: 有人受淫欲之情所苦,有人受貪食之情所苦;有人受懶惰之情所苦,有人受嫉妒之情所苦;有人受忿怒之情所苦,有人受不信之情所苦;有人受背叛之情所苦,有人受驕傲之情所苦;有人受不作為之情所苦,有人受瘋狂之情所苦。然而,这一切都由同一个撒旦之靈所作所為。

**20.** 我哋嘅爭戰好大又好唔同:我哋要處處留神,四面都望緊,周圍築起防護牆——咁敵人就唔可以衝入嚟,刺傷我哋或者擄走我哋;佢就唔可以動手害我哋,打我哋或者殺我哋。

**21.** 我哋亦要未雨綢繆;要主動發起抗爭,並積極反擊。可能我哋會先挨一拳,然後以十倍嘅力度還擊——可能我哋只受輕傷,卻能以致命嘅打擊回報對方。

**22.** 身體受傷的人會求醫;同樣,心靈受傷的人,必須尋求合適的心靈療癒。這種療癒,就是懺悔加上補贖。如此之後,就要再次出征。

**23.** 身體戰勝者得一冠;靈性戰勝者得眾冠。故此,日日有戰,日日有冠,日日有賞。

**24.** 如果你得勝,不屈服;堅定不移,不灰心,直到你離開這世界,戰爭結束,你就有福了。

**25.** 所以,我親愛嘅兒女同兄弟姊妹,要堅心;要堅心,因為你哋有上帝做幫手,有天使做生命嘅守護者,有你哋呼求嘅聖人做轉求者,仲有基督十字架嘅標誌做你哋無敵嘅武器。

**26.** 唔好畀嗰啲透過惡念從四面八方攻擊我哋、卻又看唔到嘅仇敵嚇倒; 我哋唔好向肉慾嘅腓尼基假神下跪;我哋唔好將基督喺聖所親自訂婚嘅貞潔出賣畀仇敵;我哋唔好將自己嘅肢體當作淫亂嘅器皿同污穢嘅器皿,因為佢哋係最純潔、永恆新郎——基督嘅肢體。

**27.** 唔好將嗰條蛇當作我哋嘅顧問,佢暗中策劃要將我哋趕出呢個似伊甸園嘅地方;唔好開門畀賊——即係魔鬼——更唔好畀佢哋偷走我哋靈魂嘅寶藏。

**28.** 我們何等有福,能住喺主我哋嘅神用各種美德為我哋建造嘅城!何等有福,能保持我哋靈魂嘅尊嚴,唔受罪惡奴役! 一個唔畀情慾奴役嘅靈魂,係完全自由、完全神聖、完全主宰、完全光耀、完全修養、由上帝聚集、由上帝創造,並且係天國嘅。

**29.** 被情慾——嗰啲暴君——奴役同壓倒嘅靈就唔係咁。佢畀人見到受盡痛苦同恐懼,畀每種情慾同每件可憎嘅行為拉來扯去。佢跟住魔鬼嘅吩咐行事,毫無疑問咁照做。 佢畀肉慾嘅魔鬼、嫉妒嘅魔鬼、仇恨嘅魔鬼、好爭吵嘅魔鬼、貪食嘅魔鬼、懶惰嘅魔鬼、不信嘅魔鬼、褻瀆嘅魔鬼、忿怒嘅魔鬼、驕傲嘅魔鬼、虛假嘅魔鬼、偷竊嘅魔鬼,同埋其他所有情慾嘅魔鬼所統治——有邊個可以數盡佢哋嘅名呢?

**30.** 人被邊個魔鬼誘騙,就俾邊個奴役。佢可憐嘅靈魂喺佢哋嘅軛下掙扎;佢嘅生命可悲。佢完全貧窮、破舊、陰沉、無光、無神、可憎,喺所有有理性嘅人眼中都令人作嘔。

**31.** 我們不可貶低我們的尊嚴,我兒們;不可出賣我們的自由。既然成為主人,就不可成為奴僕(林前7:22–23)。 我哋唔好將光明變成黑暗,亦唔好將美麗變成醜陋;唔好轉頭離開上帝,去面對罪惡可恥嘅

形象;唔好拋棄美德嘅光明衣裳,去穿上不法嘅陰暗破布;作為上帝嘅兒女,就唔好將自己變成魔鬼嘅子孫。

**32.** 誰心智健全,竟敢做主人時卻自甘為奴?──誰既被收為神子,又肯畀人叫做魔鬼的孽種?誰棄掉美德那難以言喻的尊貴,竟願被算在過卑鄙放縱生活的人之中? 有咩人擁有屬靈嘅豐富,會揀去貧窮同屬靈嘅荒蕪?有咩人會寧願失去天國,去換取火同黑暗,同其他可怕嘅永恆刑罰? 呢啲唔係正常人嘅所作所為,亦唔係未失心瘋者嘅舉止,而係一班瘋佬同麻木不仁者嘅所為──就係要嗰啲按神嘅形象同樣貌被造、本該承受永恆福份嘅人,竟然自願因無知嘅慾望,墮入地獄深處,接受永恆嘅定罪。

**33.** 我哋瞓緊嘅,醒返嚟;我哋合埋眼嘅,張開眼;我哋聽唔到嘅,留心聽;我哋軟弱嘅,凝聚我哋嘅力量;我哋要堅強;我哋要被激勵,踏上得救嘅道路。 我哋要向主呼求──祂就會行動。因為*「主與一切真心求告祂嘅人相近,祂要拯救心靈卑微嘅人。」*(詩篇144:18;33:19)

## *170. 將靈魂的照顧比喻成照料葡萄園*

170. 1) 佢將照顧靈魂比喻成打理葡萄園。 – 2) 佢邀請我哋去承擔呢種照顧,同我哋嘅主──葡萄園主人──一齊歡喜。 – 3) 佢稱讚我哋喺呢方面已經足夠嘅勞苦;但佢話:「我哋仲要更加勞苦,喺修道規矩同苦行工夫中行得無可指責。」[2, 104]

**1.** 昨日採葡萄嘅時候,你為多結果嘅葡萄藤祝福,又為冇果嘅葡萄藤哀嘆。呢個有咩意思? ──呢個意思係,你哋都成為咗主嘅葡萄,當你哋結出屬靈嘅果子,就好似掛滿葡萄串咁,就會喺我哋靈魂嘅栽培者眼中成為配受讚美嘅對象;但如果唔結,就會成為配受譴責同被剪去嘅對象: *「因為*,正如主所說*『凡不結果子的枝子,就被剪去,扔在火裡』* (約翰福音15:6)。你看見葡萄樹結果子並非偶然;首先,要付出極大勞力去種植,然後它才能生長成熟,只有到那時才開始結果; 當佢結果時,就要修剪、鬆土、圍欄、清除枯枝,並清理一切可能阻礙結果嘅嘢,正如種葡萄嘅人所知道嘅──咁佢就可以再次結果。 – 難道我哋唔可以喺自己身上見到同樣嘅真理?因為有邊個可以唔經歷過呢啲先結果呢?即係話,唔經過被種植同養育,唔喺基督裏成熟到完全嘅屬靈成熟,並且為此唔經過基督誡命嘅遮蓋、修剪同保護? ──凡未經歷这一切,就永遠停留於未成熟、不結果的状态;而且他会被所有沿途经过、全能摧毁的魔鬼啃食。

**2.** 願我哋,我祈求,開始去培養靈魂,並細心照顧佢; 即係說,苦行生活嘅修練同慣例:禁慾嘅重擔、守夜嘅勞苦、承認內心過失嘅羞愧、懺悔嘅創傷、守口如瓶、心無妄想、堅定不移嘅信心,同思想嘅泰然穩定。 凡不作呢啲嘢嘅人,就結唔到果;咁樣嘅人唔應該被稱為基督嘅枝。弟兄姊妹,我哋點解嚟到呢度?唔係為咗多結果,並用我哋屬靈嘅果實養育主咩? 良善嘅主渴慕我哋得救,如果佢見到我哋得救,就會因嘗到呢個果實而歡喜;但如果唔係,就會好似嗰棵不結果嘅無花果樹咁,定我哋罪。每日佢都嚟呢度,觀察我哋係咩樣嘅人。 所以,我哋需要:熱心、勤力、火熱嘅心靈、關懷、謙卑、順服、專注、詩歌讚美、柔和、謹慎、勤力、弟兄之愛、忍耐、堅定同盼望──好叫我哋可以預備自己,成為聖靈所成全嘅器皿。

**3.** 你哋勞苦過,我承認;你哋以往得勝,忍受咗好多,行咗一段唔短嘅路,令惡人蒙羞,抵擋咗攻擊,棄絕咗自己嘅情慾,脫離咗世界, 將你哋嘅慾望釘咗十字架,遵守咗誡命,保持咗祖先嘅信仰,冇被世俗嘅恐懼嚇倒,並且為咗愛主而真心預備好自己去面對死亡;你哋所做嘅一切都討神喜悅,值得讚揚,一切都聖潔而屬天。 – 但係再捱少少,再捱少少,我懇求你哋,最尊敬嘅弟兄姊妹,我哋要堅守信仰,要無畏地面對無形同有形嘅試探,唔好喺每日嘅爭戰中向大仇敵低頭,因為: *「主係我嘅幫助者;我要望住我嘅仇敵*。」(詩篇117:7) *「耶和華是保護我生命嘅主;我應怕邊個呢?當想害我嘅人親近,要消滅我生命嘅時候──佢哋侮辱我同我仇敵,就會羞愧跌倒。」*(詩篇 26:1-2)*「但我哋已經興起,站得穩。」*(詩篇 19:9) 所以,我哋要心裏歌唱,要堅定喺靈裏;要勤力盡本份,凡事敬虔;唔好講任何污穢、埋怨、惡毒、論斷、背叛或者狂妄嘅說話;要樂意聚埋一齊做工、守夜同詩歌讚美, 我们要彼此和睦,存温柔谦卑的心,存善意,脱离世俗,追求天国,说话简短,保持清醒;当我们听到「宽恕我」──这句是对付魔鬼的强大武器──时,要通过退让来得胜,存 kindness and peacefulness。

### *171. 我哋要保持警惕,唔好走偏離誡命嘅道路,因為仇敵千方百計想將我哋推開;為咗成功做到呢點,我哋要守住自己嘅感官*

171. 1) 我哋要保持警惕,唔好偏離誡命嘅道路,因為仇敵千方百計想將我哋推離正路;為咗防止佢得逞,我哋就要把守自己嘅感官。 – 2) 如果我哋咁樣防範自己,仇敵就會敗退,並且受折磨,而我哋嘅靈魂就會歡喜;否則,就會適得其反。– 3) 但願呢件事唔會臨到我哋;如果真係發生,就要趕快透過懺悔醫治自己,之後要小心唔好再跌入陷阱。

**4.** 我哋要時刻警醒自己,處處都要遵守上帝嘅律法,唔好偏離誡命,無論向右向左,而要行嗰條皇室中道,喺嗰度先有得救、堅定同興旺。 呢件事要銘記喺心,留神留意,因為嗰條狡猾嘅蛇──靈魂嘅賊、魔鬼──永遠都喺暗中窺視,想將我哋引離正路,並將我哋拋入某種情慾嘅洪流,好將我哋變成佢最可憐嘅獵物。 但只要我哋保持警醒、清醒,並守住我哋嘅感官:眼睛唔好睇唔應該睇嘅嘢;耳朵唔好聽龍嘅誘惑之言同低語 ; 我哋嘅手唔好去觸碰,無論係自己嘅肢體定係他人嘅,唔好畀激情或慾望衝動牽著走;我哋嘅腳唔好踏上邪惡嘅道路,亦唔好進入秘密地方,無論係心裏面定係行動上。

**5.** 如果我哋咁做,並以適當嘅懺悔、必要嘅謙卑同正確嘅態度嚟守住自己;咁樣,惡龍就會被擊敗,惡者就會被趕出心靈;佢會咬牙切齒,遠遠企住,因為呢個極度邪惡嘅傢伙永遠唔會放棄,無論佢幾多次被打敗同趕走都唔會。 靈魂卻歡欣鼓舞,更向上升向神,喺光中安居,喺最高最崇高嘅冥想中,變得神聖同天國化。 但如果佢違背以上所講,就會受到相反嘅後果;即係話,佢會畀打敗佢嗰股情慾所控制同奴役,並畀惡念蒙蔽,墮入某個邪惡嘅深淵,受盡折磨同摧殘, 喺任何地方、任何事物都搵唔到安息,甚至喺呢度都嘗到將來時代等住佢嘅憂愁果實。

**6.** 但願我哋永遠都唔使經歷呢啲嘢。 我哋唔好畀罪惡嘅誘惑捲走,如果真係發生,就要即刻斬斷佢,好似一支射入傷口嘅箭咁拋棄,同時用悔改嘅良藥醫治受傷嘅地方,無論係犯罪嘅眼睛、耳朵定係手;之後就要小心謹慎,防範再犯。 就連啲有理性嘅動物,喺某個地方滑倒咗一兩次,都會避開或者小心繞過,免得再墮入同樣嘅不幸。 但係我哋,既蒙受神嘅形象,又得智慧之言嘅教導,難道要畀自己淪為有理性嘅生物以下,去鍾情嗰種令罪惡滋生嘅激情,甚至主動尋覓嗰個令我哋跌入深淵嘅懸崖?咁樣豈唔可畏又可悲乎? 唔係,作為智慧嘅人,我哋要行得有智慧;作為純潔嘅人,我哋要活得有節制,好令我哋喺外來嘅誘惑面前,更加堅強同穩固。 一個在各方面都警醒自守、因而能抵禦情慾攻勢的靈魂,不懼火、劍、野獸、君王、權勢、憂愁、艱難或迫害,卻隨時準備好呼喊: *「雖然地要震動,山要倒在海中,我都唔會驚。」*(詩篇 45:3)我哋要防範內在嘅試探,咁外在嘅試探就唔會令我哋畏懼。

### *172. 我哋每日嘅食糧就係行天父嘅旨意,按照苦行同修道服從嘅規矩生活*

172. 1) 我哋嘅本份就係行天父嘅旨意,按苦行同修道服從嘅規矩生活。– 2) 仇敵見到你嘅誠實同安寧就會惱怒,搵唔到方法向你進犯。 – 3) 所以,要堅心抵擋仇敵,唔好理佢嘅低語;反而要聽你嘅守護天使。 [2, 107]

**7.** 主說:*「我的食物,乃是遵行差我來之父的旨意,並成就他的工作。」*(約翰福音 4:34) 噢,弟兄姊妹們!佢亦都賜畀我哋,有稱神為我哋父嘅特權。所以,行天父嘅旨意,亦都必須成為我哋嘅食物。咁,我哋究竟要作啲乜嘢?又應該點樣行呢?──你哋已經透過以往嘅生活示範咗,按你哋所立嘅誓言去行;我可以答你哋: 照你哋一直以嚟嘅做法去生活;繼續以愉快嘅忍耐去承擔自我克制嘅勞苦、順服嘅重擔、守夜嘅疲倦、思想中無形嘅箭矢、慾望嘅火焰、絕望嘅陰霾、嫉妒嘅創傷,以及其他一切魔鬼──我哋靈魂嘅破壞者──所用嚟將我哋拋入地獄深處嘅手段。

**8.** 堅定信心:雖然他攻擊你,卻被你內住的神能力所抵擋,無法得勝你; 佢見到你過住咁樣平靜堅定嘅生活,就咬牙切齒,卻無法害你;佢努力想侵入你,掠走你嘅靈魂去 destruction,但佢搵唔到可以入到你嘅地方,因為你被主嘅律法保護得像一座城牆; 佢設下陷阱同圈套,想引你入局,但佢做唔到,就因為你透過懺悔挫敗晒佢所有詭計,令佢滿懷惡毒嘅惱恨,支離破碎。 的確,他根本沒有地方──敬畏上帝的畏懼在那里強大,誡命在那里遵行,我們生活的所有慣例在那里生效,懺悔在那里甘願接受並付諸行動。

**9.** 所以,要喜樂,要堅定不移;要心懷喜悅,要剛強;要得力,要不斷壯壯膽;一點都不可畀瘋狂嘅魔鬼留地步,亦絕對唔好畀呢條狡猾嘅蛇喺你靈魂耳邊低語;如果佢靠近,就趕走佢,驅逐佢。 你知佢點樣哄騙咗亞當,而家又點樣繼續哄騙凡屈服於佢花招嘅人。佢灌輸嘅只不過係邪惡,無論佢偽裝得多麼合理──只係嗰啲會令人走向驕傲、嫉妒、 、肉體慾望、放蕩,或者一切玷污靈魂嘅嘢。 但要更加留心

那保守你生命者的正告,他灌输给你纯洁、勇敢、和榜样的思想──对死亡的省思、对进入来生的思索、对将来永恒福分的盼望,以及对与此相反的无尽折磨的省察,和怎样的人才配得上前者， 同埋點樣避免後者,咁你就可以透過不斷咁做,令自己喺美德上更加堅定,更加熱誠咁行喺我哋主上帝嘅道路上,直到我哋註定嘅生命盡頭;到時主因喜悅我哋,會由呢度引我哋去永遠嘅安息。

***173. 培養靈魂唔使任何特別嘅時間或準備,唔似耕種土地咁:佢隨時都可以做,所需嘅就係抑制一切邪惡、培養一切美好嘅願望同決心。***

173. 1) 培養靈魂唔使任何特別嘅時間或準備,唔似耕種土地咁:佢隨時都可以做,所需嘅只係抑制一切邪惡、培養一切美好嘅願望同決心。 – 2) 所以,我哋就應該開始呢件事,效法先賢嘅榜樣:佢哋尋索而發現,敲門而門為佢哋打開。[2, 110]

**10.** 修養心靈隨時都可以,唔似耕作土地咁。呢度唔需要牛、犁或者其他農具;只要一念堅定嘅意志同一顆全心全意嘅渴望,就可以播下善種,收割出永遠嘅喜悅同安息; 而且呢個唔單止係日間先啱,夜晚、朝早同晏晝都一樣;無論食緊嘢、飲緊嘢,坐住定企住,講緊嘢定靜默,行緊路定企定,做緊嘢定休息,只要我哋保持應有嘅清醒同警惕,就隨時都可以。 這就要求我們不可任憑自己的心思意念漫遊,或被它所誤導;不可任憑我們的身心四處馳散;不可追求滿足肉體的慾望;不可因這些事彼此爭吵、辯論;不可陷入不順服和埋怨之中， 陷入虛榮和驕傲,或陷入想憑自己意志行事、不顧後果的誘惑。因為所有這些都會阻止我們的心與主同在,阻止我們默想當行之道,阻止我們謙卑和痛悔,阻止我們以忍耐和喜樂接受一切悲傷。

**11.** 所以,弟兄們,我們不可任憑救恩的日子在懶惰、懈怠和疏忽中白白過去,也不可虛度我們的一生;反而要致力追求美德,並獲得天上祝福的豐富。 效法我哋聖潔嘅先賢,佢哋唔會浪費一日或者一個鐘,而係堅定同誠懇咁致力於淨化靈魂、驅逐情慾同培養美德,並且唔怕勞苦同汗水,全心去尋求獨一嘅真神。 佢哋尋就搵到;佢哋敲門,門就為佢哋打開:愛嘅門、公義嘅門、以及透過無情欲之路進入基督嘅入口都為佢哋打開;佢哋入去,就發現咗永不褪色、永恆嘅喜樂同歡欣。 — 咁,我哋呢班要得救嘅人,就跟隨我哋祖先嘅腳蹤;遵守佢哋留畀我哋嘅誡命,保守我哋嘅心純潔無瑕。 *「我哋唔好嫉妒作奸詐嘅人,亦唔好羨慕行不義嘅人; 因為佢哋要好似青草咁枯萎,好似田野嘅花咁迅速凋謝」*(詩篇36:1–2)。我哋唔好睇嗰啲人數雖然多但仍然放蕩不羈嘅人,而要睇嗰啲人數雖然少但熱心追求得救同討神喜悅嘅人。 我哋要效法呢啲人,跟隨佢哋美德嘅腳蹤,用佢哋嘅眼睛睇萬物,用佢哋嘅心思意念思考,用佢哋嘅舌頭講話──願我哋配得上佢哋嘅份,嗰份係蒙福同充滿喜樂嘅。

***174. 為咗棄絕世界,並以誓言進入修道院,你已蒙賜力量去過一個討神喜悅嘅生命,就向主──祂以行動而唔係言語呼召你──獻上感恩:正正喺呢點上,你已勝過世界***

174. 1) 為咗棄絕世界,並以誓言進入修道院,你哋已蒙賜予活出取悅上帝生命嘅力量,就向主──祂以行動而唔係言語召喚咗你哋──獻上感恩:正正喺呢點上,就有對世界嘅勝利。 – 2) 主藉祂的苦難、十字架和死亡得勝,顯示給我們通往完全勝利的道路:跟隨祂的腳蹤,使徒們、然後殉道者、然後聖父們都以這種方式戰勝了世界。 – 3) 這就是通往上帝的道路;沒有人行不通。 – 4) 點解要對受苦感到驚訝?反而要喜樂同堅強。

**12.** 冇乜嘢比聽到同見到你哋行在敬虔中、以敬虔嘅方式行事更加令我渴望同喜樂,你哋遵守主一切嘅誡命,誠心遵守修道生活,藉住聖靈重生,亦因此從你哋以前嘅罪惡中得釋放; 而且唔止於此,你哋仲領受咗對抗有形無形仇敵嘅力量之靈,喺事奉永生神同遵守祂聖潔誡命嘅同時,無畏咁面對任何可能嚟到嘅事。 要感謝、讚美、頌讚那召叫你們的主,以恆忍堅毅的苦修工夫報答祂,並確保正如你們迄今一直努力,能在此更加堅定不移,並以對上帝的愛火熱。 主亦日日為你編織冠冕,只要你心存善意,堅定決心,寧願忍受一切,也不更改主所命定嘅任何嘢。 因為主嘅誡命就係永生,違犯佢就係死亡;所以,我哋要宣認真理,唔好同反對佢嘅人妥協,為此犧牲一切世俗嘅利益、榮耀同尊貴,包括嚟自君王、主教同其他人嘅榮譽。 因為正如經上所寫: *「一個人若賺得全世界,卻喪失了自己的靈魂,對他說有甚麼益處*呢?」(馬太福音16:26)。這就正是我們堅定不移和我們所行之事的目標。

**13.** 但主說: *「你哋放心,因為我已經勝過呢個世界。」*(約翰福音16:33) 祂得勝,好叫我哋跟隨祂嘅腳蹤,亦能得勝。作為神,祂永遠都係世界嘅征服者;但而家祂特別講,以人嘅身份得勝。緊接住祂之

後,使徒得勝咗世界;之後係殉道者;再之後係聖父;同埋所有敬虔咁活、按神嘅形象生活嘅人。 但呢場勝利,無論係主自己定係祂嘅聖徒,都係點樣得勝嘅?— 係唔使爭戰?唔使受苦?唔使流血?唔使被放逐?— 唔係;唔單止有呢啲,仲係透過十字架同死亡先至得勝。 你哋知道主所受嘅侮辱、誣衊同嘲笑——佢畀人出賣、定罪、鞭笞、啐面,仲畀人釘十字架——但係,佢復活之後,就拯救咗世界。同樣地,使徒們都受過苦。又有邊個可以形容殉道者嘅苦楚同折磨?又或者聖徒嘅壯舉同艱辛?

**14.** 神嘅話語說:*「凡立志過敬虔生活嘅人都要受逼迫,但邪惡嘅人會愈來愈惡,專門欺騙人,同時自己都受人欺騙。」* (提後3:12) 通往天國嘅路窄而艱難;滅亡嘅路寬而平坦(馬太福音7:14)。 後者之路有世上嘅歡樂、肉體嘅慾望同享樂、藐視神嘅律法、對死亡嘅大意同人嘅恐懼;而前者之路就有世上嘅苦難、自願嘅勞苦同各種缺乏,正如使徒對行喺呢條路上嘅人所講: *「被逼迫、受苦、受折磨,流離失所,在曠野、山中、洞穴和地底洞穴裡漂泊」* (希伯來書11:37)。而且,冇一個聖人行呢條路時唔受苦。

**15.** 所以,當你遇到患難時,就唔好覺得奇怪;反而要喜悅,因為嗰啲患難冇放過你。要令你對上帝嘅愛更加猛烈,好等你藉住呢種愛去制服你嘅情慾,趕走魔鬼。因為愛獨一者嘅,就會撇棄其他一切;敬畏獨一者嘅,就唔會再敬畏其他人。 有神嘅人高人一等。要作智慧人,行敬虔之道,為眾人獻上禱告同懇求。基督喺你哋中間:因為祂喺兩三個人聚埋嘅地方都同在,祂喺你哋當中——你哋咁多人遵行祂誡命——又點會唔同在呢?

## *175. 當佢暫時離開時,佢會喺規例中向上司同屬下講清楚要點樣行事同生活*

175. 1) 當佢要暫時離開一段時間時,佢要求上司同屬下依規行事同生活,並清楚指明點樣做。– 2) 為咗鼓勵呢件事,佢特別強調上帝無所不見,會向每個人追究一切。[2, 112]

**16.** 因為我會暫時離開,我喺我哋主耶穌基督嘅愛裏面,請你哋喺我離開嘅幾日內,遵守平時嘅共同生活規則,存着順服同謙卑:做領袖嘅,唔好任意妄為、自以為是、用生意人嘅方式,或者用任何其他世俗嘅方法,而要用敬虔同有益嘅方式, 有益的,好似畀神所看見、所審判,並且要為你所講所行的一切向祂交賬;屬下同初學者,要溫順冇怨言咁,無論係我嘅代表定其他上司吩咐嘅,都照做。 你哋係神嘅兒女;就當作光明嘅兒女行。你哋係基督嘅羔羊;就當羔羊咁溫柔謙卑咁食。唔好有人放蕩唔羈,或者好似小山羊咁跳嚟跳去,食住情慾嘅荊棘; 唔好有人好似猶大,表面上同弟兄一齊,暗地裡卻計劃出賣,害自己嘅靈魂;唔好有人好似以掃,輕視自己嘅救恩,將救恩嘅福賣咗換取偷嚟嘅食物同飲品 。 不可有人懶散,到處閒逛,虛耗光陰;當其他弟兄辛勤工作,忍受烈日嚴寒,無論值守大門、照顧病房、在鞋匠或木匠工作坊,抑或其他任何服侍,都當如此。 正如使徒所言,這樣的人*「連吃都唔配」* (帖撒羅尼迦後書3:10),實在係一件極大嘅罪過。

**17.** 凡事都要照神嘅道路行;唔好畀你嘅腳踏入秘密地方去聽惡毒嘅計謀同虛空嘅詭計;因為*「主嘅眼,喺黑暗中比日頭嘅光更明亮,睇到*你所有嘅*道路」*;*「佢哋喺隱密處察驗」* (西拉迦智訓 23:27)。 所以,即使你身處偏僻之地,那時刻警醒的眼睛仍然看見你:你與誰站立、你講論什麼、你做些什麼。 所以,要小心,免得祂看見你與撒但對話,策劃邪惡的事,或做任何可恥的事。雖然主不會在當時就施加應有的懲罰,但祂會吩咐人將你的罪行記錄在案,並記下你的墮落——以無聲無形的方式向你宣告: *「你行了這事,我就默然不語;你以為我必像你一樣。我要責備你,將你的罪擺在你眼前。」* (詩篇 49:21) 這就是在審判日。——那麼,我們要往哪里逃脫那掌管萬有者的手呢?我們能行任何惡事而不被察覺嗎?連呢啲諗法都唔好有;而要喺凡事上都行得有救恩,又討神喜悅,好等主見到你時,就歡喜快樂,並將你嘅善行刻喺生命冊上,喺萬物顯現嘅日,賜畀你那唔會衰殘、永遠常存嘅義冠。

## *176. 堅強壯烈,仰望高天,以神聖默想如箭射退救恩的仇敵*

176. 1) 英勇屹立,仰望高天,以神聖嘅默想——好似箭矢——驅逐救恩嘅仇敵。 – 2) 如果你被慾望困擾,就唔好屈服,要諗下屈服後你會帶嚟嘅羞恥,同埋記住係仇敵用令邪惡顯得好嘅方法嚟欺騙你。 —3) 總括嚟講,要透過你內心嘅動盪去分辨邊個靈近喺你身邊——係好定係惡——聽從嗰個好嘅,同時驅走嗰個惡嘅。 [2, 114]

**18.** 站立得穩,*腰束真理,腳穿和平福音的預備*(以弗所書6: 14–15),向天上望,追求屬天的事,心思放喺天上,預備你離開身體,去見審判者同向祂交賬——研讀神聖經文同聖徒生平,用一切對靈魂有益、有救恩嘅嘢,當箭射向仇敵。

**19.** 凡被情慾困擾的人,不可灰心,也不可向它妥協;因為*「主離他所求的人不遠」*(詩篇 144:18),凡尋索他的人,必尋見他(參見智慧書 6:16)。 只要堅定不移,嘆息呻吟,流下眼淚,向天舉手,敲胸頓足,思索一個罪行所帶嚟的羞恥——不單在可怕的上帝寶座前,也在自己和人面前——然後轉離罪惡,堅立在善中。 經上寫道:*「我兒,不可藐視耶和華的管教,也不可在祂責備你時灰心。因為耶和華所愛的人,祂必管教,又鞭打祂所喜悅的每一個兒子。」*(箴言 3:11-12)又在另一段經文中寫道:*「在試煉的日子裡,你不可灰心。」* (西拉希2:2)。係主嚟試驗我哋嘅愛,睇我哋係咪堅定,同埋我哋係咪唔會將可恥嘅歡愉——呢種摧毀同致命嘅,入口甜但吞落肚就可怕地苦——擺喺佢嘅愛之上,而唔係揀我哋靈魂殺手所提供嘅:佢假扮光明,其實係黑暗; 屬靈的愛,表面上他偽裝得天衣無縫,卻是最可憎惡的仇恨。然而你,基督的兵士,不可對他的詭計和惡毒計劃一無所知。如果你渴望生命,就追求光,因為神和祂的誡命就是光。

**20.** 憑你靈魂嘅狀態,分辨嚟到你面前嘅係邊個——係我哋嘅人,定係仇敵? 如果你嘅靈魂保持寧靜,堅定不移,唔忽略天上嘅默想,並且充滿對我哋所預備嘅福份嘅渴望,咁就一定要打開你心門迎接佢,款待佢同佢一齊進餐,等佢可以更加滋養你,令你對上帝同神聖事物嘅愛更加深厚。 但係如果佢嘅出現令你嘅靈魂不安,令你心生雜念,令你嘅目光投向血肉之情、塵世羈絆同慾望,投向即時嘅享樂,令你嘅靈魂瘋狂,好似被慾望嘅烈火煮沸咁:唉! — 後退一步,將呢條龍趕走。佢嚟到要喺一瞬間摧毀你多年嘅心血、你嘅苦行、你嘅淚水, 禱告、英勇嘅抗爭同對敵人嘅勝利;佢嚟咗,要令你——基督嘅戰士 ——淪為短暫慾望嘅玩物;佢嚟咗,要用罪中之樂嘅毒藥,令你永遠飲盡呢杯苦酒,將你呢位英勇嘅人殺死。– 我寫呢段文字,唔係以一個無情嘅人身份,而係以一個曾受過誘惑,甚至充滿熱誠嘅人身份;有啲嘢我係從所讀嘅書學到,有啲係從我父嘅教導,亦有啲係從好多其他人嗰度聽返嚟。

### *177. 敵人透過佢嘅作為向我哋發動好多慾望嘅攻擊。我哋要穿戴齊全嘅神嘅軍裝去打仗*

177. 1) 敵人作祟,令我哋飽受各種情慾攻擊。我哋要穿戴上神嘅全副軍裝去對抗佢哋。2) 喺呢啲武器之中,透過聽講道而得嘅神聖真理知識——可惜我哋幾乎冇點運用——絕對唔係最次要嘅。 3) 因為咁,我哋就容易放縱,黐住邪惡,雖然我哋只要一願,就可以成日做好一件事。 4) 所以,就由而家開始咁做。

**21.** 你要英勇地堅守你艱辛嘅人生,無論身心都要承受白晝嘅炎熱同夜晚嘅寒意;但係尤其要堅守心靈,因為慾望嘅火焰本住我哋,畀看唔到嘅尼布甲尼撒用比迦勒底大火爐更猛烈嘅方式煽起; 其他慾望亦會向我哋襲來,每樣都將可憐嘅靈魂從其他慾望拉走:憤怒、暴怒、報復心、驕傲、懶惰、放縱、偏見、自愛,以及所有惡中最大嘅惡——不信。 我哋需要好多勇氣同大度,好多堅定不移嘅剛強同力量,需要忍耐、良好嘅幽默感, 節制同警醒,好令我哋可以抵禦魔鬼對我哋嘅誘惑同詭計;免得我哋向慾望嘅巴力跪下,免得我哋敬拜情慾嘅偶像,免得我哋摧毀咗喺善行中積聚嘅,免得我哋破壞咗喺神幫助下創造嘅。 除咗全心信靠主,並穿上成套屬靈軍裝去打敗敵對勢力,我哋仲有乜嘢方法可以避開呢啲情慾呢?

**22.** 呢啲屬靈武器係:禱告同盼望,謙卑同順服,愛同信心, 公義、心思意念完全遠離世上一切事物、持續的教導與講論得救之道、對萬事的觀望與聆聽既不冷漠也不隨便、以及運用口舌與雙手、以敬畏神與默想神來不斷保護自己,並對未來福份懷有無法壓抑的渴慕: 因為如果呢啲喺我哋身上唔存在,我哋點可以避免跌入罪惡嘅毀滅?我哋點可以避免落入憎恨我哋嘅仇敵手中?— 唉!我哋聽咗幾多?聖經喺我哋心入面灌輸咗幾多?敬虔嘅長老教導咗我哋幾多?然而我哋全部都忘記晒,連一丁點都唔理會。 就好似農夫將種子播喺地面,未等犁埋落地下,就畀雀鳥叼走;敵人嗰班狡猾嘅雀鳥,就好似咁喺我哋口邊叼走神聖嘅話語,而嗰啲屬靈嘅種子就喺我哋心入面唔起作用,我哋都變得荒蕪,結唔到美德嘅果。 當聖父哋向我哋講解貞潔、勇氣、真理或者其他美德,點解我哋一聽完就——好似乜都冇聽到咁——即刻做緊完全相反嘅事? 佢哋同我哋講審判同眼淚,但我哋一走就開始笑,仲大笑出聲。佢哋用嚴厲嘅話語約束我哋嘅靈魂,講緊純潔,但一聽到就放縱慾望,互相投以淫穢嘅目光,講同接受最無恥嘅言論。 佢哋勸我哋要謙卑同溫柔,但講完之後我哋即刻自大狂妄,行事殘暴,仲唔聽話。佢哋叫我哋要節

制,但我哋就大吃大喝;叫我哋要警醒,但我哋即刻瞓着;叫我哋要柔和,但我哋即刻火起嚟; 要我哋保持沉默,但我哋就閒聊不停;要我哋加倍勤力,但我哋就逃避責任;簡單嚟講,就好似我哋刻意行緊同教導所指嘅路完全相反嘅路。 我講嘅唔止係初學者,仲有嗰啲自以為係嘅人、任何崗位嘅領袖,同埋受按立做牧職嘅人。——唉!我哋喺撒旦呢個詭詐者手上所受嘅痛苦有幾多?

**23.** 點解我哋要轉頭離開活神——嗰位深邃崇高嘅美,反而去追求虛空同短暫嘅嘢?點解我哋要鍾意同珍惜苦澀又短暫嘅,卻棄低最甜美同永恆嘅? 實在,我哋靈魂嘅眼同耳未得潔淨,以至於我哋睇唔到真正嘅善,亦剝奪咗自己享受佢嘅權利。咁就嚟啦,我哋雖然已經好軟弱,但仍要再次開始工作;我哋雖然已經好似死咗,但要重新活返過嚟;我哋雖然差唔多訓着晒,但仍要再次警醒。 我哋只要有呢個願望,一切就都可達成。一旦我哋下定一個良善堅定嘅決心,就喺同一日內,我哋就會達到得救嘅程度。因為我哋唔係被日常瑣事所 ,以至於難以行善。 但係如果我哋願意,就可以將成日都獻畀得救嘅事工:朝早,智慧咁唱大衛嗰首詩:*「朝早聽我嘅聲音;朝早我會喺你面前出現,你就會見到我。」*(詩篇5:6);第三時:*「唔好從我身上收回你嘅聖靈。」* (詩篇50:13);到第六時辰:*「求你救我脫離晌午的惡魔和白晝飛行的箭矢」*(詩篇90:5);到第九時辰:*「主啊,側耳而聽,應答我」*(詩篇85:1); 晚上:*「我心啊,要稱頌主……」*,以及隨後經文(詩篇103:1)。如果我哋每日都咁做,以好嘅言行互相鼓勵、互相啟發,而唔係用漫不經心同空談去放鬆自己、令心靈變得黑暗; 咁我哋就可以因此得救,因為由朝早到夜晚,我哋都可以行出一件值得稱讚嘅善行。當然,要完全唔犯錯係唔可能嘅——無論係一時唔留神、講咗句唔明智嘅說話、一個唔恰當嘅願望,定係其他衝動嘅念頭;但每次犯錯,都可以透過一聲出自肺腑嘅禱告向神贖罪。 咁,日復日,我哋就跟從神嘅道路,等候脫離身體嘅時候,到時就有冠冕、喜樂同快樂,等緊所有為主勞苦同克制自己嘅人。

**24.** 所以,要留心你嘅勞碌、你嘅掙扎同你嘅戰鬥,拋棄懶散,擁抱熱誠嘅勤力,堅信任何有心嘅人都可以過一個美好嘅人生,達到完美,並以各種美德裝飾自己。 如果神係光、生命同真理,我哋點可以唔渴望向祂努力,去尋求同祂活生生嘅交通,並得著呢?如果撒但真係死亡、虛假同毀滅,向佢嘅誘惑屈服,豈唔就係死亡、黑暗同毀滅? 因此,生命與死亡就擺在我們每一個人面前。讓我們緊緊抓住生命,緊緊抓住光,緊緊抓住不朽;讓我們遠離黑暗、陰霾與毀滅,好使我們在我們的主基督耶穌裏,得以成為天國的配得者。

### *178. 你哋而家已經成功遵守咗大齋期,並獲得咗屬靈嘅果實……所以,要珍惜佢哋,同時緊緊咁留意自己*

178. 1) 你哋而家已經成功遵守咗大齋期,並獲得咗屬靈嘅果實。2) 所以,要好好保存佢哋,同時緊密留意自己,特別係復活節期間,按照規矩容許某啲安慰。[2, 116]

**25.** 你哋喺整個大齋期都以善行努力: 你哋盡咗最大能力去禁食,甚至更加刻苦;你哋如法守夜,謹守節制去研讀;你哋勤力工作,毫不懶散;你哋保持心靈純潔,守住舌頭唔講定罪嘅說話,雙唇唔講閒聊,所有肢體都遠離各樣罪惡,使佢哋成為公義嘅器皿,成為品行端正、討神喜悅生命嘅器官。 你哋而家遵守大齋期嘅過程,似乎前所未有咁好、咁順利。 點解會咁?就係因為你哋對自己同生活事務嘅嚴謹操守,更因為上帝因此而賜畀你哋嘅特別恩典;正如經上所寫:*「各樣美善的恩賜和各樣完好的賞賜,*都從 above 嚟」(雅各書1:17)。就咁,你哋喺生活上興旺,亦以屬靈嘅果實豐富咗自己。

**26.** 願你嘅財富得以保守,願你靈命倉庫嘅祝福,遠離仇敵盜竊嘅誣衊。 願恩上加恩、福上加福常與你同在,直到你生命盡頭。——就必如此——但當如何?——若你日後不放鬆警醒,不縱容懶散或疏忽,尤其當聖復活節來臨,按規例詩歌吟唱暫停時, 平時嘅禱告時間、跪下嘅祈禱同加強咗嘅夜間守夜都唔做,食飯時可以飲酒、食油、熟食等等,仲可以午睡、一日食兩餐、散步同其他類似嘢: 咁如果心志唔保持清醒,唔以嚴格嘅注意力按序做好一切,就會有機會破壞自己已經正當地獲得嘅成果,將一個有錢人變成窮人,並將佢由榮耀嘅高峰拋落可恥嘅深淵。 所以,我懇求你哋:要嚴守自己,好似上鎖咁,直到我哋擺脫咗呢度嘅仇敵同埋險惡嘅災禍,搬去一個可以免受跌倒同偷竊威脅嘅地方。

### *179. 唔好理會仇敵嘅誘惑:我哋嘅祖先聽咗佢,結果畀趕出伊甸園*

179. 1) 唔好理會仇敵嘅誘惑:我哋嘅祖先聽咗佢,結果畀趕出伊甸園。– 2) 仇敵喺每個機會都向我哋提出誘惑:我哋要隨時準備好拒絕佢。[2, 117]

**27.** *「要安靜,要知道我係上帝。」*(詩篇45:11)所以我哋要同一切事物保持距離,淨係做好必要嘅嘢。 喺我哋嘅一生入面,我哋需要: 對美好事物嘅無止境渴求、堅定嘅清醒、堅忍嘅耐性,以及對敵人同對頭嘅不斷抵抗;因為呢啲心靈野獸永遠喺我哋身邊,佢哋係我哋靈魂嘅綁架者,係罪惡、不義同各種放蕩行為嘅源頭。 所以,人不可因疏忽而懈怠;不可任憑情慾和自愛任意遊走,而要凡事順服主命,不從外來的誘惑。因為主自己說:*「我的羊聽我的聲音。」 「佢哋唔會跟從陌生人,因為佢哋唔識陌生人嘅聲音。」*(約翰福音10:27、5)基督喺邊度,魔鬼就冇位。祂聲音喺邊度呼召羊群,就聽唔到蛇嘅嘶聲。 我哋嘅祖先亞當,只要佢保持住靈魂嘅雙耳健全,就喺伊甸園入面,一邊聆聽神聖嘅聲音,一邊領受高尚嘅默想。但當佢理會咗蛇嘅低語,品嚐咗罪惡之樹嘅果實,佢即刻感到自己赤裸嘅羞愧,就躲避神。當神問佢:「你喺邊度? 「我聽見你嘅聲音,就藏咗,因為我赤身露體。」亞當,究竟係邊個令你心生恐懼?又係邊個指出你赤身露體?──係一個欺騙嘅耳仔,同對神命令嘅背叛。之後,佢就畀逐出嗰個福地,被判喺今生勞碌、憂愁同缺乏。 所以,從今以後,我們要遠離那條蛇的勸告。

**28.** 我們不可屈服於情慾的誘惑,因為那是他憑着惡意所預備的。 佢預備咗啲細細嘅器皿,入面裝住唔同嘅藥劑,呢個可憎嘅一切不義煽動者就到處遊走,正如聖人(大馬卡里奧斯)所觀察,見到我哋每一個人最易受邊種情慾牽制,就畀邊種藥劑飲落去; 一旦嘗過,就令佢哋被慾望點燃:對一個人佢畀淫亂之藥,對另一個人畀嫉妒之藥,對第三個人畀貪食之藥,對又一個人畀自私之藥,對又一個人畀獨身主義之藥;總之,對一個人係呢樣,對另一個人係嗰樣,對每個人都俾佢自己嗰份。 所以,弟兄們,我們必須警醒,隨時準備好抵禦我們那殘暴敵人發動的攻擊;為此,我們要不斷在屬靈上裝備自己,披戴信心的鎧甲、謙卑的盾牌、順服的頭盔,以及所有其他美德的全身鎧。每個人都要認清自己的崗位,並憑著清明的良心盡本份。 我哋要喺靈裡彼此相愛,唔好憑肉體。低垂眼目,高舉心靈。

## *180. 當我哋喺靈性同肉體都克制自己嘅時候,禁食就蒙上帝悅納;但如果淨係克制肉體,就會令祂不悅。*

180. 禁食喺我哋既靈魂又身體都實踐自制嘅時候,就蒙神悅納;但如果淨係得身體上嘅,就唔蒙祂悅納。要喺呢件事上勤力。 禁食嘅時間快要結束,所以要自我檢視,睇吓自己有冇盡到所有應盡嘅責任:我哋同你哋一齊,有冇達到無條件服從、真誠謙卑、痛悔敬畏, 不斷的禱告、蒙神喜悅的眼淚、深切的哀慟、堅定不移的信心、不致羞愧的盼望、和善的忍耐,以及包羅萬象的節制──遠離乖戾的言詞、冒犯的說話、頂嘴、爭吵和自私自利。 ──呢一切都係由節制所要求嘅,透過喺呢啲事上實踐節制,我哋真係行緊敬虔嘅道路,並透過善行努力,盼望得着永恆、難以言喻嘅福氣。 但如果有一樣違背呢啲嘅──例如不順服、驕傲、埋怨、背後講人壞話、自私自利、放蕩、好爭吵、硬心、仇恨、憤怒同其他可憎嘅敗壞情慾──咁,即使我哋身體上禁食,我哋都唔係向神獻上蒙悅納嘅禁食, 卻係一個污穢嘅禁食──唔討神喜悅,亦被祂摒棄。認清咗呢點,就要盡力無可指責咁遵守主嘅一切誡命;摒棄一切可責備、可羞愧、可丟臉嘅事,凡事都要按正當、有次序嘅方式去做:因為就算係好嘅事,如果講或者做嘅方法唔啱,都唔算係好。 *「所以,要行得智慧,明白主的旨意如何。」*(以弗所書5:17)──*「務要改掉舊性,更新得着上帝所喜悅的,成為聖潔,好*叫你儂明白。」(羅馬書12:2)

## *181. 努力遵守上帝的誡命和共同生活的誓言,你就會從主裡充滿無可言喻的喜樂*

181. 1) 努力遵守上帝的誡命和共同生活的誓言,你就會從主那裡充滿無可言喻的喜樂。– 2) 這就是我們呼召的本質和它所包含的希望:所以,我們不可忽視履行我們的職責。– 3) 呢啲順服嘅行為唔係徒勞;我哋冇人係為人服務,而係為接受佢哋、並會回報佢哋嘅上帝服務。所以,要懷住呢個心志努力,將你嘅召命之工做到盡善盡美。– 4) 咁樣,我哋就會成為聖父同主自己嘅效法者。– 5) 但願主喺呢件事上堅定你,並保守你平安。 [2, 123]

**1.** 我懇求並懇切地勸勉你:要堅定不移地站立在聖召之中,不可搖動,要成就神嘅誡命同祂嘅公義; 要常存最熱忱、最熾熱嘅愛心去愛主,將一切外來嘅慾望逐出你哋心裏;要喺苦行嘅堅忍中變得更強壯,每日都以更勤力、更清醒嘅態度過活,喺守夜禱告、詩篇吟唱、順服謙卑、事奉敬畏,以及其他一切事上, 要將你哋喺勞苦爭戰中嘅堅忍,同埋你哋呢種充滿辛勤嘅生活,視為你哋成就自己得救嘅憑據。要堅定信心:最終,你哋而家嘅苦楚,將會被永恆嘅平安取代;你哋而家嘅憂愁,將會被無止境嘅喜樂

取代。 使徒就係咁樣鼓勵我哋,叫我哋唔好只顧眼前,因為眼前嘅事係暫時同短暫;而要仰望未來,因為未來係永遠同有福嘅(林後4:18)。

**2.** 現今,既然我哋被認為配得上呢份天使品級嘅恩賜,既然我哋渴望永恆生命同不朽嘅冠冕,既然我哋熱切地愛慕做神嘅養子同天國;看唄,你哋既有一切時間,又有一切場地。 – 我們不可灰心,亦不可吝嗇我們的努力;反而,我們要比那些追求黃金、白銀、珍貴寶石及其他易腐之財寶的人更加全心全意、熱誠地努力,務求達到天國並獲得天上的福份。 成功只有在我們不斷自我警醒,同時持續向神學習,並盡力以最佳方式履行所託付我們的職責時,才能實現;因為如果我們以卓越的态度去完成,這既不是屬乎肉體,也不是屬乎人,而是聖潔且具救贖性的。

**3.** 因為我哋冇一個人係事奉肉體和血氣,而係事奉主神,祂接納呢個為悅人的祭物,並應許喺將來嘅時代賜下配得嘅賞賜。 無人可以以為自己係服侍人,就算只係負責最卑微嘅職責,都要當成係服侍主自己,因為祂會透過祂嘅弟兄接受呢份服侍。所以,要存敬畏戰兢嘅心去盡你嘅本份,因為祂自己就係你嘅監察者——*「祂能鑒察幽暗,將人心所想的都顯明出來。」*(林前4:5) 如果我哋每一個人都可以咁樣去諗——其實真係如此——並且將我哋彼此之間嘅服侍當作神聖嘅事工去執行,咁我哋就可以完美地成就我哋呼召嘅全部工作。

**4.**由此,各種美德——愛、和平、溫柔、柔和、謙卑——的光芒將會在我们心中照耀,我們就會意識到自己真正在可敬的先賢足跡上前行,效法他們的生活方式。 所以,要記住嗰啲蒙福嘅生命,佢哋喺順服同聽命道路上嘅旅程,佢哋謙卑同順服嘅卓越——仲有佢哋點樣熱誠咁為主努力,而主自己就話:*「要向我學習,因為我心裡柔和謙卑。」* (太11:29),雖然,正如使徒所言:*「他本有神的形像,不以自己與神同等為強奪的,反倒虛己,取了奴僕的形像,成為人的樣式;既有人的樣子,就自己卑微,存心順服,以至於死,且死在十字架上。」*(腓2:6-8)。且思:在得救者或蒙福者中,有誰? 只有效法祂、謙卑自己、順服並屈服、忍受各種苦楚、羞辱、侮辱、嘲笑,甚至毆打、放逐和監禁——正如你們中的一些人,或者其實是你們所有人,因為一個肢體受苦,全身都會同受痛苦;一個肢體得榮耀,全身都會同得榮耀。

**5.** 但願主越發保守你哋,做祂嘅勇士、忠僕、有心志嘅人、所揀選嘅族類、聖潔嘅會眾,好叫,喺呢個真係淫亂同罪惡嘅世代中,作為無愧嘅神命遵行者顯現,好叫你哋配得同主基督一齊承受天國嘅基業。

***182. 你哋唔理我嘅教導,亦唔理我做父親嘅勸告,更唔理上帝嘅話語,仍然硬心不肯悔改:原因就係你哋放縱肉體,對得救毫不在意。***

182. 1) 你哋唔理我嘅教導,亦唔理我做父親嘅勸告,甚至唔理上帝嘅話,仲唔肯悔改:原因就係你哋放縱肉體,對得救毫不在意。 – 2) 我哋本應該對一切善事都熱心,但而家我哋係點? – 3) 咁點解我哋會咁疏忽,淪落到呢個地步?我哋至少由而家開始補救啦。

**6.** 農夫播種,若不是為了收割,那他幹嘛要播種?商人做生意,若不是為了賺錢,那他幹嘛要辛苦?同樣地,負責傳講教導的人,若不是希望聽眾能夠成功和進步,那他幹嘛要費盡心機? 但係講到你哋,就因為我嘅罪,我嘅說話完全冇用。我播種得多,又好辛苦,但係見唔到果效。我講、我宣告、我提醒你哋——有時,短暫咁一陣,我說話嘅能力先入到你哋靈魂深處,但你哋即刻又全部都忘記晒,繼續留喺嗰啲「 」嘅過犯入面。 我為此痛哭流淚,心都碎咗,冇力氣去阻止你哋嘅混亂。當然,呢種徒勞無功係因為我呢啲卑微言語冇有能力。 不過,呢件事嘅罪責就歸喺我身上啦。但你哋唔聽到神聖經文嘅話語咩?佢哋唔係每日都喺你哋耳邊宣講得救嘅教義咩?— 再者,聖父哋喺呼喊乜嘢?佢哋宣講乜嘢?佢哋作見證乜嘢?佢哋威脅乜嘢? 佢哋唔係擺喺你眼前嗰可畏又無可逃避嘅審判,嗰震撼天地震嘅最終裁決,嗰令人震駭嘅拒絕同無盡嘅折磨,嗰無法熄滅嘅火,嗰永不死亡嘅毒蟲,嗰漆黑嘅黑暗,地下世界嘅泰坦之獄,同埋一切有關呢方面嘅想像? – 相反,佢哋唔係又向你展示天國——永恆生命、難以言喻嘅榮耀、無可比擬嘅光、樂園難以想像嘅美景、亞伯拉罕嘅懷抱、聖徒嘅帳幕、義人嘅庭院、天使嘅行列,同埋無可言述嘅喜樂? ——然而,儘管如此,在你身上卻毫無改革的跡象,連悔改都見不着。——但當我們所追求的只不過是滿足肉體的慾望與偏向,當我們已經墮落到如此地步,又有誰能留心呢? 淨係諗住食咩飲咩,諗住講啲乜笑話去害自己同聽者嘅靈魂,諗住編啲咩嚟掩飾自己嘅罪行或者推俾人——講白啲,我哋嘅靈魂已經唔係虔誠同真理嘅避風港,而係各種不法同不義嘅巢穴?

**7.** 我哋應該帶住憂傷嘅目光,喺屬天嘅事上作智慧人,尋索並仰望上面嘅事,反思我哋所蒙受嘅位份同職責,以及因此我哋向邊個、以點樣嘅方式被捆綁;反思我哋以前生命中嘅幾多罪、咩罪因此獲得咗赦免;又反思喺領受聖品之後,因為咩疏忽嘅過失,我哋先被認為配得上赦免? – 我哋應該戰兢、哀號、謙卑同懊悔,行路要心重眼低,時刻謹記死亡近在眉睫;謹記離體之後要喺審判者面前受審,同埋要面對可畏嘅天使。 – 我哋應該效法我哋聖潔嘅長老,佢哋喺每一件事上,連最細微嘅言行都對自己極其嚴謹,處處謹慎、誠懇、有條有理、無惡意, 謙卑、和平、不爭吵、不貪lust、不世俗、沉默寡言、歌唱聖詩、感恩、順服、在智慧上謙卑、真正被揀選的器皿,預備行各樣的善工──聖靈內住於他們之中。

**8.** 咁點解我哋呢班可憐人會咁疏忽?點解我哋咁懶散?點解我哋會墮落到呢個地步?點解神嘅話語唔觸動我哋嘅靈魂?點解我哋唔流淚?點解我哋唔令我哋硬化嘅心柔軟返? 點解我哋唔會經歷一個徹底嘅改變?點解我哋唔每日都努力變得更好,好叫人見到我哋已經離開世界,超越咗一切普通嘅人類智慧?──我哋離世嗰日同時,嗰可畏又可怕嘅日子,將會嚟到,而且唔會再等好耐。 到時我哋就會苦苦哀號,痛楚難當,無可安慰,冇膽量去講:*「我心預備,哦,神啊,我心預備!」* (以賽亞書107:2)。但係,如果你肯聽我講,就等我哋一齊敬拜,喺我哋嘅王──基督面前,俯伏敬拜; 我哋要向祂心靈深處發出呻吟同哀號──而祂,就係凡真心呼求祂者嘅近鄰,必會賜下幫助同力量,令我哋拋棄罪惡嘅習性,走入美德嘅生命,並願意付出任何犧牲。我並唔係話:唔好食、唔好飲;我亦唔係話:唔好瞓覺休息; 我唔係話唔好食、唔好飲;我唔係話唔好瞓覺休息;我唔係話唔好搵安慰,或者唔好同弟兄姊妹聚埋一齊傾偈;但我要求所有呢啲都要喺適當嘅方式、適量、喺合適嘅時間同場合去做,咁樣我哋就可以美德加美德、進步加進步,過一個和平同天使咁嘅生活。

### *183. 你们中好多人已經係應該嘅樣子:咁點解唔係全部都係咁呢?*

183. 你们中好多人已經如神的话所要求嘅;但係,點解唔係全部都係咁?不過,趁住仲有時間,我哋都站起身啦。 [3 *1, 2]*[96] *你们中有人正如神的话所要求;但这样的人并不多。那么,我们为什么不都起来,从大意的深睡中醒来,向着知识的光明努力,渴慕永恒的福乐呢? 點解我哋唔可以「將地上的肢體──即淫亂、污穢、各種情慾和惡念──治死」* (西3:5),好叫我哋成為神嘅殿,令父、子同聖靈都肯降臨居住? 點解唔以最嚴謹嘅態度,言行如一咁遵守修道規律,務求絕對唔敢參與嘲笑、欺騙、埋怨、對人自大,或者講大話,好似有人話:「我以前係咁又咁,such- ;我有呢樣嘢、有嗰樣嘢」? — 閒聊的魔鬼要到幾時才能夠掌管我們?我們要到幾時才肯成為那諂媚不順服之靈的器皿?我們的內心要到幾時才能夠因吹噓那些微不足道的事而自大,並因此責備弟兄們說他們沒有這些? – 但我哋嚟,我嘅兒女,聽我講:我哋要承擔主嘅恐懼,互相牽手,一齊為我哋嘅得救而努力。 當我哋仍然活喺肉身,當我哋喺呢度寄居嘅時間仲繼續,當禱告、懇求、眼淚同悔改仲係合適嘅時候,就等我哋趕快去達到呢個目標:就係輕視成個世界,拋棄一切屬肉體嘅智慧,並且將一切屬地嘅慾望治死, 使我哋得以將所有情愛都寄託喺聖潔、良善同神聖嘅事物上。

### *184. 在共同修生生活中,苦行之道勝過一切:它效法基督。那麼,就好好跑完這段路程。 [31, 9] 站得穩,要有勇氣,並要堅持到底。*

184. 在共同修道生活中的苦行方式勝過一切:它是效法基督的。所以,好好跑完這段路程。 [31, 9] 要堅定,要有勇氣,一生中要忍受一切。將你的心思意念提升到高處,以敬虔的心默想天上的事。 嗰度,你同以賽亞一齊,會見到主坐喺高高在上、極其崇高嘅寶座上,祂面前有基路伯同撒拉弗,仲有成隊天使。就係咁,我哋會喺祂第二次降臨嗰日嘅大日上見到祂。 ── 當時,凡忠心完成所託──棄絕肉體的慾望,不讓本時代的享樂佔據他們──的人,將要聽到祂至福的聲音。 當時,義人就會好似太陽咁被照亮,喺難以言喻嘅喜樂中,因為我哋嘅主同神──賞賜者──會按功績向每一個人分發禮物。哦,我嘅弟兄姊妹,所有聖徒將會嘗到幾何嘅福樂,佢哋會按喺呢度取悅咗祂嘅程度,接受嗰個境界嘅祝福! 為神之故,投奔山巒、洞穴同地縫嘅人真係偉大──柱上修道者、洞穴居住者同隱士。 – (我喺呢度唔打算講最高嘅階層──聖使徒、宇宙嘅審判者,亦唔講大蒙祝福嘅殉道者、神聖嘅先知,或者其他一啲義人)。但

---

96 第三卷講道集分為兩部分,每部分都有獨立嘅講道編號系統。引用時,「31」指第一部分,「32」指第二部分。以下數字表示講道號碼。

我哋嘅位份絲毫不遜於佢哋。 ──你哋知道,賜恩典者自己,降世嚟到地上,冇揀曠野嘅生活,亦冇揀柱上嘅生活,或者其他類似嘅生活,而係喜悅順服咁生活,正如佢自己喺福音書上所講:*「我從天而降,唔係要行自己嘅意思,乃是要行差遣我者嘅旨意。」* (約翰福音6:38)。又如:*「我所講嘅話,唔係憑我自己講;差我嚟嘅父,已經吩咐我,要講啲乜同講啲乜。」*(約翰福音14:10;12:49)。 然後,喺最後嘅晚餐上,佢束咗條麻布,扮演僕人嘅角色,洗咗門徒嘅腳,之後又話:*「我喺你哋中間,就好似服侍你哋嗰位。」*(路加福音22:28)咁,主成為肉身之後,就揀咗我哋呢條順命嘅道路。 我哋一生效法祂,難道唔係令我哋得安慰同喜樂嘅源頭咩?咁我哋又點可以偏偏鍾意其他修行方式,勝過自己所行嘅呢?其實,如果你哋真係過得正正經經,你哋自己都唔會想去偏向其他任何方式。 正因如此,《老生常談》中有一句話,提到三種苦行者,以按照啟示順服而活者,勝過隱士和那歡喜忍受病痛的人。的確,我的弟兄們,我們的生命真偉大,凡活出它的人,必與亞伯拉罕、殉道者及義人同得榮耀。 所以,要好好努力。妒忌你哋嘅魔鬼唔好阻住你哋,你哋自己亦唔好因為懶惰而自縛。用忍耐嘅油抹你哋嘅腳,著上喜樂嘅外袍,飲下純潔同貞潔嘅水。唔好有人話:「仲要幾耐?」──因為呢句係懶惰者嘅說話。

### *185. 透過將努力成為多結果實葡萄樹嘅人作比較,佢激起對結出美德果實嘅熱誠,並作結論。– 2) 我想令有啲人歡喜,亦將其他人引向*

185. 1) 將努力行善者比喻成結實累累的葡萄藤,激起對美德果實的熱誠,並作結論。– 2) 我希望藉此令一些人喜悅,並令其他人醒悟過來。 [31, 13]

**9.** 葡萄園主見葡萄藤茂盛就歡喜;我見到你哋任何一個人結出屬靈果子,都同樣歡喜。那條枝多結果靈性葡萄串、流出悔改之酒,令神和人喜樂,那條枝真係有福。 但願無人可以對我哋其中任何一個人講,好似先知摩西代表神對某啲人講:*「佢哋嘅葡萄樹係出於所多瑪,佢哋嘅葡萄串係苦毒嘅葡萄串,係苦毒嘅葡萄串。」*(申命記32:32) 因為在福音書裡有個可怕的警告:凡不結好果子的枝子,就被剪去,扔在火裡,那火當然是滅不掉的(約翰福音15:2–6)。藉着基督的恩典 ,在我們神所栽種的葡萄園裡,有各種枝子。 例如,有一個人,雖然佢嘅行為甜蜜,但佢嘅言語亦都以聖靈嘅鹽調味;另一個人則以深切嘅謙卑裝飾自己。又或者,另一個人雖然多結果,卻枝繁葉茂。由此可見,有個人喺屬靈上越嚟越強壯、日益成熟,不斷將一項屬靈嘅操練接上一項。 另有一枝深紮根於大地,根多而深;他枝繁葉茂,生機勃勃,以致可以從他身上扦插出其他葡萄樹的枝條。此即是指那堅定行善之道,同時見到有人跌倒或受敵人攻擊而憂愁時,亦能幫助同胞的人。 但係葡萄藤嘅枝,冇知覺,唔會互相競爭; 但係你哋呢班由上帝賦予生命、栽種嘅人,就要互相競賽、一齊成長、一齊結果,務求令你哋當中冇人係不結果嘅,反而大家都可以充滿神聖栽培嘅果實,並且因為你身上有眾多嘅屬靈葡萄串──即係美德──而令人喜悅。

**10.** 用呢啲比喻,我希望令到有啲人開心,亦都令到其他人醒返。 我希望用我卑微嘅言語,為你哋搭起一條由塵世通往天國嘅梯,令你哋能夠攀升到最高嘅思索,又能夠下降到心靈最深處,去體會人生嘅無常與短暫,以及塵世事務嘅虛空與脆弱。 總括而言,我希望將你哋帶到嗰個世界,向你哋展示佢嗰無可言喻同無數嘅福份。 我想將你哋帶到永生神──萬物嘅創造主同主──嘅面前,幫你哋明白嗰個境界係點樣──嗰度有永恆嘅安息,有難以言喻嘅喜樂, 嗰種無可滿足嘅喜悅,同天使同眾聖徒嘅福滿同在──好等你因呢啲而被吸引同啟發,遠離一切虛空,只將為你預備嘅永恆善福視為真實,而將呢度所獲得、下一刻即逝嘅一切,視為無物。

### *186. 謹記我哋點解要離開塵世、出家入寺,務要勤力精進,務求達到呢個目標,同時避開經驗所指出嘅絆腳石*

186. 謹記我哋點解離開塵世,入咗呢間修院,務要勤力追求嗰個目標,並避開經驗所指出嘅絆腳石。 [31, 15] 而家我宣佈 blessed Arsenius 嘅說話:「Arsenius,你點解嚟到呢度?」 我而家邀請你哋同我一齊問自己:點解我哋離開世界嚟到呢度?──我會代眾人答:無疑係為咗得著上帝,好等我哋成為上帝嘅兒女,承受天國嘅基業,亦都唔再係*「血肉之軀,不能承受上帝嘅國度」* (林前15:50)。主藉聖召命召我哋到此。所以,要背起基督嘅十字架,誠心實意跟隨佢嘅腳蹤,唔好一邊屬於佢一邊又屬於世界,而要將自己完全、徹底地獻上畀佢。 要爭戰那美好的仗,跑盡前程,勇敢地忍受一切臨到你面前的艱難和憂愁,從對應許福份的盼望中得著安慰。 有無數惡靈從內外向我們攻擊。主說:*「因為從裡面,出於人心,發出惡念、行淫、偷竊、殺人、搶奪,*和各樣不義」(馬可福音 7:21)。 面對呢股惡靈嘅狂風,我哋要

揚起靈魂嘅帆,小心翼翼咁航行我哋嘅路,免得因為擱淺喺淺灘或者撞到礁石而即刻陷入困境──而呢啲淺灘同礁石就係:無知,特別係唔肯坦率講出自己嘅心意同埋隱藏真我。　我哋要盡全力提防經驗指出嘅危險地方,免得遇上佢哋時就葬身其中。　切勿偏左偏右,而要行中道。所以,我哋唔好行善時懶散到好似癱瘓咁,亦唔好一時衝動走偏,偏離中道,好似行得太右咁。　當我哋為咗想表現得比人好,被自負所燃,從而繼承──唉!可悲啊!──*「自己眼中嘅智慧,自己面前嘅聰明」*(以賽亞書5:21)時,會發生咩事?

***187. 我哋都當和睦同行,各人務要卓越喺自己嘅美德,卻唔好貪圖自己嘅利益,亦唔好膽怯任何勞苦,因為我哋深信,為此我哋無疑會承受天國。***

187.　我哋都當和諧同行,各人發揮自己嘅美德,卻唔為自己謀取利益,亦唔迴避任何勞苦,深信為此我哋必定會承受天國 [31, 15]。嚟啦,我哋一齊同行;就咁行: 有人透過順服,有人透過堅忍不拔,有人透過基督式謙卑,有人透過守住心思,有人透過痛苦的懊悔,有人透過潔淨的眼淚,有人透過無嫉妒的弟兄之愛( ),有人透過上帝的恩典之賜,透過教導性的言詞或造就人的詩歌,或透過示範事物的正確做法。人人盡力而為:能學者學;能誦經文者誦;能禱告者禱;能跪者跪;但一切都要敬虔而有恆心。 唔好有人只顧自己嘅利益,或者只跟從自己嘅喜好;因為咁樣,佢就會同最完美嘅順服拉開距離。　我哋當中唔好有人講:「我做唔到」、「我唔中意」、「我唔舒服」,就算真係有人可以咁講都唔好講。我喺無形嘅神同佢揀選嘅天使面前,向你哋鄭重發誓,只要努力──照主嘅話 *「人要努力進神嘅國度」* ── —只要你哋喺一切事上努力,自加苦行,就好似你哋因為道路狹窄同悲傷而自加苦行咁,你哋就會由死亡進入生命,由朽壞進入不朽,由黑暗進入光明,由奴僕地位進入做神嘅兒女,由眼淚谷進入天國,嗰度極其光耀同充滿喜樂。

***188. 就如仇敵欺騙咗我哋嘅祖先,佢而家都係咁,將惡偽裝成善***

188. 就如仇敵欺騙咗我哋嘅祖先,佢而家都係咁樣嚟欺騙我哋,將邪惡偽裝成善。我哋嘅祖先因為聽咗佢就中咗計;我哋如果都聽佢,都會中計。所以,我哋唔好聽佢,要塞住耳仔,唔好理佢任何嘅建議。 [31, 16]無論我哋回想起喺伊甸園嘅最初居所同被逐出,定係未來時代萬物嘅重建,呢兩件事對我哋嚟講都極其重要,務必要明白。我哋嘅祖先亞當點樣被逐出,你哋都唔會陌生。　但係點解會咁?就係因為驕傲,同對賜佢生命同存在嘅上帝嘅放肆不順服。　佢冇遵守畀佢嘅誡命,心畀貪慾引誘,只顧果子好食又好睇;喺佢老婆慫恿,尤其係蛇嘅誘惑下,佢嘗咗禁果,從此由光入暗。 於是,呢個表面甜蜜但實則苦澀嘅不順從滋味,將佢逐出伊甸園,令佢陷入充滿勞碌同悲傷嘅人生。但我哋要小心謹慎,避免重蹈佢嘅覆轍,免得陷入同樣嘅陷阱。 ── 我們不可任憑引誘和美貌牽著我們去追求肉體的慾望,無論是來自內心深處的想像,還是身體與感官所接受到的外部偶然刺激。因為雖然我們所見之物有時看似美好、似乎有益,但實際上並非如此; 而如果我哋參與其中,就會喺我哋身上帶嚟同亞當身上一樣嘅結果──死亡、腐敗同定罪。佢信咗嗰條蛇向佢低聲細語:*「你喺知善知惡之樹上結嘅果實一食,你嘅眼睛就會睜開,你就會同神一樣」*(創世記3:5)。　同樣地,那條龍向我們低語──只要我們滿足某種慾望,就會獲得無盡的喜悅,並從一切壓迫我們的束縛中完全解脫。但凡聽從它的人,不單止在期望中被欺騙,更在最悲慘的方式中離棄神,徹底失去原本所擁有的一切。　至於我哋呢?我哋真係要聽佢講嘅嘢嗎?──定係 *「唔識佢嘅詭計」*(林後2:11)同佢嗰啲欺騙誘惑?縱使佢點引誘我哋、點呼喊我哋、點激動我哋嘅靈魂,都要將佢遠遠地拋開。　因為佢想剝奪我哋神聖而至福嘅貞潔,將我哋逐出主誡命嘅樂園,剝去神賜畀我哋嘅天使服飾,然後將我哋拋入地底深處。　所以,我哋要關閉思想嘅大門,把門緊閉,唔好同佢對話。但係 *「當罪惡嘅魔鬼向*我哋*興起」時*,我哋 *「要安靜,並自卑自己」*(詩篇38:2)。 3) 喺神面前;喺我哋未察覺仇敵已經迫近之前,就用十字架呢件無敵武器裝備自己,並以神所默示聖經嘅話語堅固自己,去行我哋得救嘅工夫。　我哋要努力日日都有進步,行善同修身絕唔可以乏,唔好滿足於自己已經做到嘅嘢,唔好當佢有乜大不了,亦唔好以為自己喺某方面已經勝過某人;我哋要努力喺各方面都完美咁遵守上帝嘅誡命。　呢就係我哋高尚嘅追求。呢就係我哋蒙福嘅攀升,我哋值得稱頌嘅所得,我哋不朽嘅寶藏,係我哋未來承受永恆福份嘅憑據。

***189. 如果經歷放縱自我慾望所帶嚟的惡果,仍未能教導我們節制,***

189. 1) 如果經歷自我放縱惡果嘅教訓未能令我哋戒除呢種行為。– 2) 咁就等緊迫嘅死亡記憶嚟教導我哋:因為佢曾經激勵殉道者,喺自我克制嘅嚴苛考驗中堅定聖父哋嘅信心。[31, 17]

**11.** 歡喜快樂;好好跑完這場賽跑,超越世上虛假的誘惑,心思意念專注於天上,並仰望那等候你的難以言喻的榮耀。 你哋好清楚,我哋所有嘅苦行都同天國相比微不足道,而呢世嘅憂愁同艱難,喺永恆安息面前,就好似一場唔愉快嘅惡夢。所以我哋因祂──嗰位召喚我哋進入天國嘅主──嘅力量,離開呢個世界,實在係明智同正確嘅決定。 但願我哋亦都好好生活,逐步喺善行上進步,並從經驗中學習,唔好畀虛榮心戰勝我哋。「我哋幾多次沉溺喺享樂入面?——但嗰啲有咩留底?我哋幾多次填飽咗肚皮?——可係我哋只係滿足咗身體嘅慾望,除咗令身體變得沉重之外,乜都冇留底。」 如果我哋沉溺於可恥嘅思想,之後就會咒詛自己,收穫嘅係憂傷而唔係喜樂;如果我哋沉溺於睡眠,之後就會責怪自己,好似自己冇知覺一樣;如果我哋行為粗魯,之後就會責怪自己;如果我哋縱情大笑,之後就會為此嘆息;總括嚟講,肉體慾望嘅享樂對人嚟講冇半點好處。 如果我哋想永遠經歷安慰同喜樂,就要遵守誡命:呢就係對我哋嚟講取之不盡嘅喜樂,帶嚟豐盛嘅義果,並有良心嘅見證。

**12.** 弟兄姊妹們,聽我哋講──唔好畀瞓覺同懶散打敗,亦唔好浪費時間。我哋離世嘅時候快到咗;又或者已經到咗?──上帝差咗一位天使嚟接我哋,佢會即刻拎走我哋嘅靈魂,帶佢離開。──但係去邊度?──聽到呢度,我哋唔係應該心生恐懼咩? 當我哋諗起呢啲,唔會驚到發抖咩?記住呢點,聖潔嘅殉道者歡喜咁將自己嘅身體交畀酷刑、肢解同碎骨,真係*「成為世界、天使同世人嘅戲劇」*(林前4:9);但就因為呢啲,佢哋後來先得冠冕。 至於我哋尊敬嘅長老──嗰班聖潔嘅修士──佢哋就好似將肉身當成敵人咁去奮鬥──佢哋喺飢餓中都搵到喜悅;受凍時,佢哋感覺就好似好暖;受苦時,就好似擁有萬物充足;佢哋唔受父母之愛嘅羈絆;子女嘅情愛冇能令佢哋偏離目標;兄弟姊妹嘅好意亦冇令佢哋分心; 佢哋唔貪金銀、唔貪華麗嘅衣衫、唔貪刺激肉體嘅食物;但佢哋食嘢、着衫只係為咗維持生命,佢哋忍受各種清貧,就好似冇肉身一樣。 我哋都要努力效法佢哋;無論要受飢餓、寒冷、侮辱、嘲笑同其他一切苦楚,都唔可以放棄天國。

### *190. 對我哋嚟講好困難:仇敵到處設局想呃我哋;但係知道呢點,我哋要保持警醒,並且抵擋佢*

190. 1) 對我們而言好難:敵人處處設謀要引誘我們;但知此,當警醒並抵禦。 – 2) 因知道所剩時日無多,當堅定信心──我們將得享安息。 – 3) 並從神的話語及教父們的著作中汲取智慧。 [31, 19]

**1.** 我哋嘅爭戰好艱難,仇敵好難戰勝,佢對我哋嘅惡意好強;佢夜晚唔瞓,日間唔打盹,亦唔會畀任何世俗嘅事分散佢嘅注意力,而係不斷喺神所聚集嘅我哋羊群周圍巡邏,想攞啲大意同唔穩陣嘅靈魂嚟吞噬。 你哋識得佢嘅詭計,所以要小心。──佢就係罪惡嘅煽動者:佢將一個念頭好似釣竿咁拋出,用甜美作誘餌。 但係,唔好似啲魚咁愚蠢——用使徒嘅話講,*就係「唔識佢嘅詭計」*(林後2:11);唔好畀表面嘅假象所蒙騙,要識破佢嘅詭詐,將佢趕走;佢失敗咗,就會憤恨咁返去佢自己嗰度。 呢啲就係佢嘅誘惑:對一個人,佢灌輸嫉妒;對另一個人,就係懶惰;對一個,係想搬去其他地方嘅慾望;對另一個,就係驕傲,或者兩樣都對同一個人,用各種方法將佢哋引進死亡嘅陷阱。所以我哋要保持警醒,並──有主──我哋靈魂嘅右邊,嗰位至愛同渴望者──嚟避免佢嘅陷阱。 願忿怒──只針對仇敵、那條蛇──唔好轄制你;願慾望嘅火唔好任意煽動你哋嘅心去做可恥同唔體面嘅事;反而,要謙卑為飾,以無慾為衣,彼此相愛。

**2.** 再忍耐片刻,你哋就會被稱為有福;再掙扎片刻──就係一啲啲──你哋好快就會到達嗰座光耀而極美嘅天城,嗰度有純潔靈魂嘅無法形容嘅新房,嗰度有亞伯拉罕嘅懷抱,神聖嘅樂園,天國。 要常把呢座城記喺心裏;我哋要互相激勵,加快腳步,向佢邁進,唔好理會勞苦同疲倦。

**3.** 留心福音書、使徒、先知以及聖教父們那神聖感化的言語,並以之滋養與滿足你們的靈魂。至於分派畀我哋每一個人嘅職務同勞作── ──我哋要樂意咁,帶住恆心、兄弟之愛、互助同憐憫去完成,好叫我哋上帝嘅名喺萬有之中、藉住眾人得榮耀;因為我哋所服侍同敬拜嘅,就係祂。

### *191. 藉住忍耐,我哋會克服仇敵,並被認為配得上嗰啲難以言喻嘅祝福──就係殉道者為咗呢啲祝福而忍受折磨,而聖徒則忍受各種自我克制嘅嚴苛考驗。*

191. 1) 藉住忍耐,我哋會克服仇敵,並因應受殉道者為咗嗰啲難以言喻嘅福份而忍受折磨,同聖徒為咗嗰啲福份而受盡自我克制嘅嚴苛考驗。– 2) 我哋要效法佢哋,遠離一切邪惡,追求一切美好,從而邁向完美。

**4.** 在無休止的鬥爭中,你哋喺順服嘅擂台上站住,忍受困苦中嘅打擊,痛苦中嘅鞭笞,喺意志嘅克制中流血。 – 但要堅心,因為藉此你哋正為自己預備冠冕、榮譽同獎賞,以作公義嘅勝利。*'抵擋魔鬼,*

*魔鬼就必離開你哋;親近神,神就必親近你哋*(雅各書4:7–8); 正如宇宙偉大教師保羅所命:*「要穿戴*神所賜*的全副軍裝,就能抵擋魔鬼的詭計。」*(以弗所書6:11) 藉住你哋嘅忍耐,佢被驅走、被征服、被拋下變得冇力,並被踩喺你哋腳下:好叫應許喺你哋身上成就:*「踐踏蛇同蠍子,並一切仇敵嘅能力」*。 噢,我嘅孩子們!如果我哋再掙扎多一陣,我哋會獲得咩祝福、咩榮耀、咩喜樂?——言語無法形容,人心亦難以理解。就為咗呢個緣故,殉道者好似綿羊咁,任人宰殺;就為咗呢個緣故,聖徒們承擔咗最嚴謹嘅苦行,並將佢哋堅持到底。

**5.** 我哋都要效法佢哋,互相鼓勵,互相幫助。 我懇切地求你,在我们中间,不可有任何不顺服,那使亞當被逐出乐园的不顺服;也不可有任何在全能上帝面前的骄傲,那使晨星被摔出天界的骄傲;也不可有任何贪食,那迫使以掃出賣他长子的名份;也不可有任何的慾望 喺狡猾嘅底利達手上,令無敵嘅參孫喺外邦人面前淪為笑柄,亦唔好有因為嫉妒而令該隱殺害兄弟嘅心。 所以我哋要更加緊抱美德,向人學習榜樣——向一個人學柔和;向另一個人學熱誠;向一個人學忍耐;向另一個人學剛強;向又一個人學弟兄之愛;向另一個人學謙卑、順服同對上帝嘅愛, 使你哋成為光明之子、白晝之子,同埋嗰啲你哋效法佢哋生命嘅人一齊成為繼承者。弟兄姊妹們,上去吧,上去嗰座美德嘅高山;喺你哋心裏面立定咗聖靈嘅上升, 成為天梯;像利巴嫩的香柏樹般聳立,追求高處,默想天上之事,並將心思放喺嗰度,好等當祂喺你哋心境如此嘅時候,呢段塵世生命嘅終結就可以直接引領你哋進入永恆生命嘅福樂樂園。

## *192. 讓我們呼求,主必從罪惡的枷鎖和仇敵手中救贖我們*

192. 1) 讓我們呼求,主必救我們脫離罪惡的枷鎖和我們的仇敵。– 2) 但得釋放之後,要堅守不放;否則你會再次陷入奴役。為免受此苦,要敬畏上帝,並愛主,透過默想上帝奇妙的作為、祂的創造、祂的掌管和祂的救贖,來維持這份愛。– 3) 如果你時刻都鮮明咁記住主為我哋受苦,咁就冇咩悲傷或者艱難可以撼動你,或者令你偏離上帝嘅道路。

**6.** 一次又一次,*經上說:「我們追求耶和華,好叫我們的靈魂得生。*」(以賽亞書68:33)讓我們誠懇地呼求祂,祂必如祂當年眷顧以色列古時子民那樣,垂顧我們,並垂聽我們憂傷靈魂的哀號與呻吟。雖然祂不會差遣摩西,但祂自己必定會從我們心靈的法老手中,以及從他情慾的苦役中拯救我們。只要我們仍然身處罪惡的埃及之下,那服侍他的思想就勢必驅趕並迫害我們。 但當良善嘅神睇見我哋嘅忍耐,並因祂喺我哋裏面嘅同在所行嘅奇事異能,祂就會將我哋從困擾我哋嘅十災中拯救出嚟,帶我哋進入無情欲之地;屆時,我哋就會喺至滿足嘅喜樂中,為我哋嘅得救向祂唱勝利之歌。

**7.** 但你也要知道,一個人若然倒退,未能堅守他在歸信前後所存的最初美好品格,就會再次落入仇敵手中;願這事絕不臨到你哋任何一個人。 – 內在向善改變及堅定不移的開始與源頭, ialah在心中植入對神的敬畏,這敬畏源於對神奇妙作為與旨意的認識與默想——即祂如何從無中創造萬有,而且只用一句话;祂如何命定光;祂如何鋪展諸天, 如同一座穹蒼,祂*「將海中的水聚在一處」*,正如經上所寫(詩篇32:7),祂鋪張空氣,使萬物得以呼吸,祂設立日和月——好似兩隻明亮的眼睛,配上眾多各樣的星辰 ——在蒼穹之中,祂從地裡生出各種結成果實的樹木, 各種草木花卉,祂又吩咐一切野獸從地裡走出嚟,所有魚鳥從海裡出現;祂用手塑造我哋嘅祖先亞當,安置佢喺喜樂嘅伊甸園;祂又命太陽有升有落, —由此我哋有晝夜,以之衡量我哋生命嘅長短——尤其係當我哋默想祂嘅偉大同智慧嘅深邃! 我哋要獨獨敬畏祂,獨獨戰兢於祂面前。但我哋亦要因為祂為我哋嘅緣故成為人,凡事都同我哋一樣,只除咗罪,而愛祂;為我哋被出賣、被審訊;為我哋忍受鞭打、唾沫、嘲笑、拷打,最後被釘十字架而死。 祂以人嘅身份忍受晒呢一切,卻又以神嘅身份復活,戰勝咗魔鬼——靈魂嘅破壞者,拯救咗祂所鍾愛嘅受造之物。

**8.** 咁,之後有邊個,一諗到神畀人侮辱,唔單止唔會難過,甚至仲會歡喜咁接受任何侮辱?有邊個,一記起主當年點樣畀人侮辱同誣衊,唔會甘願忍受各種誣衊? 邊個見到主畀人打喺面頰上,唔會樂意同樣受苦;右面頰畀人打咗,唔會連左面頰都伸過去?邊個喺腦海入面想像到神畀人釘十字架、畀長矛刺穿、嘗膽同醋,唔會為任何形式嘅死亡預備好自己? —嚟呀,我嘅孩子們!嚟呀,我懇求你哋,我哋要將自己釘死喺世界同自己嘅情慾上;如果需要,就連毆打都要甘願承受;如果唔係,至少要卑微地忍受嗰啲傷口——由責罵同誣衊造成嘅言語刺傷,以及因割斷自己意志而流嘅血; 我哋要效法基督,為祂對人類嘅愛而受苦。我哋都要被激勵去無私地履行我哋嘅職責;要被禱告所激勵,喺禱告中燃起聖靈嘅火,並以淚水同謙卑嘅嘆息作伴。

### *193. 銘記我哋生命嘅結局,務要熱心討好上帝,效法我哋列祖*

193. 1) 謹記我哋生命嘅結局,務要熱心討好上帝,效法我哋嘅先祖。– 2) 雖然實際上好少人做到;但係靠大家同心協力、互相輔助,我哋至少唔會輸俾佢哋,就算未去到盡都好。– 3) 對此,只要你肯,就冇乜過唔到嘅障礙,因為一切都靠我哋自己嘅意志。

**9.** 我的兒女們,我們要認清我們的生命是什麼,我們在肉身中事奉的是誰,以及與身體結合的奧秘會引領我們到何處。銘記此點,我們要勤於遵守上帝的誡命,並孜孜不倦地努力成就我們的得救。喺呢個無憂無慮嘅年代,我哋要熱心追求討神喜悅嘅生活,就好似古代我哋嘅祖先咁——佢哋喺呢度繁盛得猶如田野嘅百合,又似神所種嘅樂園,被聖靈嘅水滋潤,結出各種美德嘅果實,並被認為配得上被稱為主嘅朋友。 佢哋令上帝喜悅,並喺保持純潔嘅生命同時,以崇高嘅默想滋養自己,從而達到天國;並且善用喺世嘅短暫停留,與天使同列,同上帝同住。 2) 而家有邊個行呢條路?*「有谁能上主的山?」*正如經上所寫?(詩篇 23:3)有邊個 *「如鴿張翅」*,藉住聖靈飛過,並 *「安息」*喺成全嘅山?(詩篇 54:7) 「那個人是谁 *「他的公義在世 days 裡發光發亮」呢?*(詩篇 71:7)。——但我們,憑着共同的謀略和彼此的勸勉,要承擔這任務,不可落在他們後面。我們絕不讓自己被稱為 *「悖逆又苦毒的世代」* (詩篇77:8),一個冇守住自己心志嘅人民;而係要做 *「義人嘅福樂之民」*(詩篇101:2)。我哋要喺自己身上展現配得獎賞嘅美德;我哋要行我哋祖先聖潔嘅道路,踏足佢哋嘅足跡, 量度佢哋旅程嘅各站,檢視佢哋嘅一生,努力效法佢哋嘅作為同模仿佢哋嘅處事方式——雖然微弱同唔完美,但至少夠一個門徒去實踐對老師嘅模仿。佢哋係畫出神聖形象嘅畫師,係美德嘅藝術家;至於我哋,最少都要反映佢哋嘅影子; 佢哋係朝聖者;我哋都要成為朝聖者;佢哋嘅祖國係天國——願天上嘅耶路撒冷都成為我哋嘅祖國;佢哋嘅寶藏係主嘅誡命;我哋都要去尋索;佢哋唔受血肉之情(親情)所縛,亦唔沉溺於今世嘅歡樂;我哋都要有同樣嘅渴慕。 佢哋努力咗,就成為咁嘅人;我哋亦要勤力,我哋都會成為一樣嘅人;好似古代因為佢哋奇妙嘅生命,佢哋嘅所作所為遠近馳名,消息傳到我哋度,激勵我哋效法一樣,願我哋嘅名號亦能流傳後世,以促進良好嘅效法。有咩能比呢樣更福氣、更安慰呢?

**10.** 如果你願意,冇嘢可以阻擋你。當時嘅神同而家嘅神一樣:福音未過時,誡命未改變,時間都未被改動。祂當時供應我 ,今日仍然照顧我哋所有人。 夜晚同日頭、播種同收割,依家唔都一樣咩?——我哋呢位神係唔變嘅、永恆不變;由起初到而家都一樣。祂而家保守祂嘅受造之物,用同一束愛嘅光照亮所有人,亦永遠唔願意罪人死亡。 —— 但係,決定我哋自由意志嘅,唔係一成不變或者善變;換言之,就係要靠我哋自己——無論係向好,定係向壞,都一樣適用。因為,當我哋被一股效法先祖嘅熱誠所激勵,有咩可以阻止我哋去承襲佢哋嘅作為,並以佢哋嘅生活方式發光發熱呢? 我哋亦都生活喺群體入面,都可以照樣發光,只要我哋同其他人一齊,令自己嘅生命成為先祖嘅鏡像。而呢件事會實現,就係要我哋首先,用盡一切方法,堅守自己嘅心,唔畀佢有一絲一毫偏離主嘅誡命。

### *194. 你好似一個好嘅花園,結住各種美德嘅果實:所以要小心,唔好令自己枯萎*

194. 1) 你哋就好似一個肥沃嘅花園,結出各種美德嘅果實:所以要小心,唔好畀自己枯萎。 – 2) 而家係聖日(大齋期),一切都助你更新靈命:禁慾、禮拜、讀經同屬靈競賽。 – 3) 善用一切;最緊要心存平安。[31:29]

**11.** 及時嘅雨水灌溉對肥沃嘅土壤最有益,幫助佢結出豐碩嘅果實,以供萬物滋養。每當我每週嘅教導由我卑微嘅雙唇流露; 願佢哋對住住喺你哋尊貴靈魂入面嘅美德成長同更新,就好似雨水對生長養分充足果實嘅幫助一樣。的確,喺我眼中,你哋就好似一個充滿各種植物嘅樂園:有人用謙卑同順服令我喜悅,另有人則用勤力工作嚟滋養我; 有個散發虔誠的品格,另一個以高尚的德行令我喜悅,好似柏樹將枝枒高高擎向山巔;總之,你每一個人都有各自的優點,並行出相應的善行。 所以,我親愛的孩子們,要小心:不可有人結不出果實;不可讓慾望的火焰吞噬你,也不可因那吞噬一切果實的驕傲而成為無果之人。讓我們互相激勵,互相溫暖彼此的心;以一顆心,為自己建立一座從地到天的高塔,或使我們的品德高聳入雲。

**12.** 而家就係聖日——而你哋正被成聖;禁食同儉樸——而你哋嘅靈魂同身體都正被潔淨;和諧嘅詩歌同讀經——而你哋就成為一把由聖靈彈奏嘅美妙豎琴;你哋迅速聚集嚟參加禮拜——就形成咗天使嘅合唱團; 你哋彼此相愛,驅走嫉妒,懷住同一個願望:希望你哋眾人一齊可以被寫喺天上;因為你哋唔互相爭吵,而喺彼此之間過住真誠嘅和平,就效法咗無形者嘅心靈合一; 你哋只有一個關心,為咗盡力遵守

誡命,就同其他人一齊努力──因此自然成為順命之子;你哋唔係靠積聚物質財富致富,雖然擁有萬有,卻又冇一樣係自己嘅,因為你哋係世界嘅主,天國嘅繼承者。

**13.** 凡事之中,你哋以行動示範咗對先知所言*「弟兄同居和睦,幾美幾好!」*嘅忠誠。 所以我稱你為*「馨香的祭物」*,*「降在亞倫的鬍鬚上,又降在錫安山上的赫匍尼露」*(詩篇132:1-3)。你且看,有何名號裝飾你,有何讚美加冕你。 所以,要小心,證明自己並不承擔不屬於自己的名號,也不以不配得此讚美的方式生活。而今,你哋只係以言語從我領受呢一切;但到咗將來──喺那公義嘅審判者同大方嘅賞賜者手上──你哋就會以行動獲得公義嘅報酬。

### *195. 你哋要憑住你哋屬靈之父嘅名號被人識,並要按既定規則,以同一種修道精神生活*

195. 1) 你哋要使用你哋屬靈之父嘅名,並按既定規則,以同一修道精神生活。 – 2) 記住你哋剃度時所立嘅誓願;外在同內在都要如此;並讓呢種合一成為你哋同平信徒區分嘅標誌。 – 3) 為此,上帝會喺祂奇妙嘅居所賜你哋安息。

**14.** 你哋離棄咗父母、兄弟、親人同埋成個世界,嚟到呢度成為我嘅屬靈兒女,透過一個討神喜悅嘅生命去改變自己。 咁點解你哋而家唔再用肉身父母畀你哋嘅名,卻要用我哋屬靈之父同祖先嘅名?因為呢樣嘢證明你哋已經完全同自然秩序劃清界線,自願接受咗另一種──屬靈嘅──重生。 而且, 度冇人憑自己嘅意思行事,亦唔照自己嘅判斷去做,我哋都同心一意,一齊同心協力向神邁進。 而《使徒行傳》入面所記載嘅,而家正喺我哋身上應驗,就係*「信徒嘅心同魂都歸於一處;無人將自己所擁有嘅任何嘢當作自己嘅,佢哋凡物公用」*(使徒行傳4:32)。 你哋聽得明我講緊乜嘢嗎?—所以,要自我審查,*睇下「你哋係咪堅定穩固」*(林前15:58)。我講呢番說話,係要提醒你哋,千祈唔好有任何偏離修道規矩嘅念頭:呢就係仇敵嘅低語。 再提醒你一句:*「凡較力爭勝的,都不得按規矩辦,就得不着冠冕。」*(提後2:5)修道者若違背既定規則,行苦行,也不能達到完美,也不能得冠冕。

**15.** 你知道,而且經常聽過,弟兄領受修道冠冕時所受的勸誡。其要旨是:在此向神立誓,與神立約──要飢渴、要缺乏、要忍受誣衊、侮辱和嘲罵,並且,若需要,為基督流盡自己的血。 所以,當你要忍受呢啲嘢嘅時候,就唔好退縮,因為你只不過係面對自己曾經立誓要忍受嘅嘢。 當時所講嘅,難道只係細路仔嘅玩笑話?絕對唔係。嗰啲係神聖嘅言語,連上帝同佢揀選嘅天使都為此作證。相反,當我哋面對呢啲事,就應該歡喜,因為終於有機會實踐我哋所承諾嘅一小部分。 正如讚揚、快樂同滿足對世界嚟講好有吸引力,對我哋嚟講,其相反嘅嘢先至令人嚮往同喜悅。呢個就係修道生活嘅教導。佢哋喺塵世嘅嘢度得樂趣,而我哋就喺神聖嘅嘢度得喜悅;佢哋喺肉體嘅嘢度得滿足,而我哋就喺靈性嘅嘢度得滿足;佢哋喺享樂度得滿足,而我哋就喺克制度得滿足。乜嘢令我哋同佢哋分開,並且成為分別? 你真係以為著住黑袍、留條長鬚就係和尚?——完全唔係。——但係,真正嘅和尚係咁樣:佢嘅內心狀態同外在表現一致,可以咁講:「我就係呢個樣,唔會改變。」 而家,我懇求你哋,要喺呢方面變得有智慧──並擁抱節制、默靜、誦念經文、互相尊重、懺悔、勤力同其他一切可嘉嘅品格。等我哋喺自己身上培養呢啲品格──咁我哋就會結出好果。 願人人與弟兄在善行上彼此競賽,無嫉妒地效法他。正如主所說──「我指着我的永生起誓,凡尊敬我的,我必尊敬他們;那藐視我的,我必預備一條毯子,預備活人之地,*作為奇妙的住處*。」(詩篇41:5) 願你哋聽見呢啲說話,明白世上嘅光,見到公義之日嘅光,並喺祂嘅喜樂中歡欣,因為祂就係一切嘅甘甜同渴望。 所以,我哋要禱告,並加倍我哋嘅熱誠,好等我哋可以歡喜咁達到嗰光明的日子。那因善行得主賜福、並喺祂度搵到恩主嘅靈魂,真係有福,因為祂會接佢入祂永恆嘅居所。

### *196. 講道講述最重要嘅事──靈魂嘅得救;所以,人要全神貫注、熱誠咁去聽*

196. 1) 講道講述最重要嘅事──靈魂嘅得救;所以,要全神貫注、熱誠咁去聽。 – 2) 否則,教導對靈魂冇任何作用;即使有,都只係短暫;之後就會完全消失。 – 3) 所以,我哋要聆聽、遵守同實踐佢哋嘅教導;咁我哋喺今生,更喺將來嘅時代,都會結出好果實。 [3 *1, 32]*

**16.**當神所傳講的道進入一個清醒且警醒關心自己得救的人的心靈,就會立即溫暖並激勵他以更偉大、更完美的小心謹慎去遵守誡命; 但若進入一個像我一樣沉睡、放縱於惡中的人心,就會徒然無果,隨風散去。 我求你,唔好睇我為微不足道,而要睇教會教導嘅可貴,因為佢提供嘅係普世有益嘅提醒,唔係講啲瑣碎小事,而係講最重要嘅事──我哋嘅得救:我哋點樣先可以得救?我哋點樣先可以行喺神嘅

道路上? 我哋點樣先可以避開仇敵嘅陷阱?我哋點樣先可以從慾望中潔淨自己?我哋點樣先可以喺美德上卓越,從而達到完美嘅境界?我哋要做幾多、同埋咩好嘅善行先可以進入天國?──既然有呢啲主題,我哋嘅教導就應該令你嚮往,並且受到你嘅高度重視。

**17.** 而且,如果你以呢種眼光睇佢,你幾乎搵唔到喺我哋呢啲對話入面所追求嘅好處,更遑論從中獲得。因為有一個敵對者喺所有事上都反對我哋,並分散我哋對正路嘅注意力,除非我哋為咗行善而理會佢嘅惡意誘惑。 所以,當我哋嘅本性畀唔健康嘅嘢引誘,就冇法用同一種態度或者同樣嘅重視去保持住啲教導。 但係聽完咗啲有啟發嘅講道,或者「 」──一段關於人生由今世經過死亡之門進入來世、或者站喺審判台前、或者聽到關於自己一生作為報酬嘅永恆命運最終裁決嘅反思, 佢即刻充滿懊悔,嘆氣、喊同呻;但係過咗陣,又再忘晒,懊悔變硬心,流淚變大笑,呻聲變四處散神,東張西望。 所餘下嘅,就只有同使徒一齊呼喊:*「哀哉!我這可憐人!誰能救我脫離這取死嘅身體?」* (羅馬書 7:24)。

**18.** 哦,唔好,我嘅弟兄姊妹,唔好。 但我哋要聆聽,要心存悔意,要追求最美好嘅嘢,並喺火焰上再添燃料,以對神同對彼此嘅愛點燃我哋嘅靈魂,互相激勵,互相鼓勵,去行順服、謙卑、勤力同其他一切配得上我哋天上居所嘅美德。 現時,我哋只係播種,所以要勞碌、疲乏、流淚;但係過咗陣,我哋就會歡喜,因為我哋會歡歡喜喜咁收割用眼淚播種嘅,並且只要我哋切實持守自我犧牲嘅順服,就可以同萬有之主同神一齊作王。 — 我為乜要停止向你呼求?趁住仲有時間,我哋要努力;再捱多一陣,盡量撐落去,直到呢段好似夢咁嘅人生完結。 我大膽地以神嘅名義向你保證,你將會被加冕,加入天軍嘅合唱團,並將永遠永遠開始歡欣喜樂。

## *197. 喺戰時,士兵打緊仗嗰陣冇得休息;只有返到屋企先至有安寧*

197. 1) 戰時,士兵作戰期間搵唔到安寧;只有返到屋企先至有平靜。而我哋正身處一場屬靈嘅戰爭,一場終身持續嘅戰爭:從中得息只喺將來嘅生命先有。– 2) 所以,我哋要奮力作戰,乜都唔好畀敵人,亦唔好怕佢啲虛假嘅恐嚇。 [31, 33]

**19.** 對於喺戰爭期間不斷作戰嘅人嚟講,幾乎冇乜休息,除咗同大大小小嘅敵人交鋒之外:佢哋要麼準備武器打仗,要麼站崗巡邏,要麼出咗去偵察;同時間佢哋瞓得少、食得少、時刻保持警惕,仲要擔心會畀人突襲。 只有等到戰爭結束,佢哋返屋企嗰陣,先至會有和平、寧靜同喜悅嘅時光;到時佢哋嘅軍功獎勵同國王嘅賞賜先會發放。喺呢度我哋都見到同樣嘅情況:我哋唔係一直都處於戰爭狀態咩?又唔係維持住軍紀? — 實在地,我告訴你,而且比他們更加如此;因為我們身上的一切都是獨特的:我們的武器也是獨特的──*「不是屬血氣的,乃是神的大能,能拆毀堅固營壘」* (林後10:4); 同埋一個特別嘅敵人──墮落嘅靈,即係魔鬼,佢嘅軍隊由所有同佢一齊墮落、因佢而墮落嘅人,同埋被趕出天庭嘅權勢組成。所以,我哋而家嘅時勢唔係和平同無憂無慮,而係爭戰嘅時候。 所以我哋要穿上神所賜嘅全副軍裝,手執屬靈嘅寶劍,參與戰鬥。當一段或多或少成功嘅爭戰時期過去之後,我哋嘅創造主同神就會結束呢場戰爭,將我哋從呢度嘅寄居同朝聖召回我哋真正嘅居所同故鄉。 律法、先知、使徒同教師都係寫同描述呢件事。

**20.** 弟兄姊妹們,你哋而家知道戰場係邊度;你哋亦都知道要打嘅仗。所以,我哋要站得穩,英勇作戰。 我哋同一切惡行打仗──包括我哋自己嘅:對抗灰心、對抗貪食、對抗過度睡眠、對抗不潔淨嘅慾望、對抗閒聊、對抗浮躁、對抗大笑、對抗無禮,同埋其他一切不潔淨嘅情慾。 凡堅定站住、爭戰、抵擋──藉着反思、不住的禱告和啟示──最終勝過仇敵並得勝的人,作為主的精兵,必蒙賜天國裡永不凋謝的榮耀冠冕。 所以我弟兄們,我屬靈的親人,我懇求你哋:我哋要堅定,要打仗,要抵擋,要靠反思、不間斷的禱告和啟示,最終戰勝仇敵,取得勝利。作為主嘅戰士,我哋將會喺天國獲得永不凋謝嘅榮耀冠冕。 佢有時似乎準備要做啲偉大又可畏嘅事,但對留心嘅人嚟講,呢啲只不過係幻影同影子。豈唔係曾經對抗大安東尼嗰個──有時像蛇咁爬行,有時似獅或狼,或者其他危險野獸──嘅存在,就係咁嘅生物? 喺呢位勇敢嘅青年面前,佢只不過係黑暗同欺騙,最終畀佢嘅禱告拋得好遠。所以,當仇敵再用類似嘅方法向我哋發動攻擊,堆起一座座思緒嘅大山,激起一陣陣情感嘅急流,我哋都唔好驚;只要我哋安靜咁畫出賜生命嘅十字聖號,佢就會逃走。 現今,弟兄姊妹們,正如所說,要有忍耐;所以,我們要忍耐並努力。讓你們各自留意自己腳步的方向和去處:如果你們按照我這卑微的命 ,或按照群體的規矩行事,並且放下了自己的意志,那做得好; 佢食嘢唔識味,飲嘢唔醉,瞓覺唔休息;雖然活喺世,但超然於世,喺城中住就好似喺曠野咁。講到呢度就夠啦。

***198. 我哋喺競技場上比賽:我哋要更加努力;否則就一無所獲。***

198. 1) 我哋喺競技場上比賽:我哋要努力;否則就得唔到任何嘢。 – 2) 唔好瞓着:睇吓,佢哋一個接一個都離開咗;快啲預備好嗰生命所需嘅嘢。 – 3) 你哋追求一項偉大嘅事業:與上帝交通;你哋就會搵到佢。 點樣?就係要信守你嘅誓言。– 4) 喺曠野嗰陣好容易;而家你哋入咗城,面前有試煉。唔好令自己蒙羞。– 5) 我同你講嘅就係呢樣嘢:你哋應該點樣行路。[31, 34]

**21.** 知道有無法估價的獎賞在等待我們──天國的基業和永恆的生命──我們不可懈怠,不可在這個時代沉溺於懶散的睡眠。競技場已經開放;跑道已經清理並標示;獎品已經擺好,裁判也各就各位。「嚟出嚟,摔跤手,去比賽。」勤力而充滿熱誠嘅人就會得勝,並獲得冠冕。但係懶惰嘅人唔單止失去冠冕,仲摧毀咗佢無價嘅靈魂,空手離開今生,被交去承受永恆嘅折磨。

**22.**你哋唔見、唔留意咩?點樣日復日,一個接一個離開呢度,喺今生盡咗本份之後,就去見佢哋嘅主:──有老有少,──有君王有奴僕,──有大主教有神父,──有方丈有新出家嘅? 凡喺呢度搵過嘅,就會喺嗰度搵到;凡喺呢度預先送出財寶嘅,就會喺嗰度遇到;凡放棄呢度一切嘅,就會喺嗰度獲得豐盛。──你已經蒙受恩典,逃離世界,與上帝獨處。

**23.** 眼前擺著你同上帝嘅親近,同以喜樂同歡欣向祂作最真誠嘅服侍。但係,你嘅任務同努力,就係要忠於你嘅誓言。 所以,無論你身處何等位份,修習何種美德,都要堅守不變,不可日益退墮,並將你的靈魂獻上,作為主及全能上帝的殿。

**24.** 我由此得出結論,上帝悅納你那顆良善的心,因為你雖然由(山中)最寂靜的地方遷居到(君士坦丁堡)嘈雜擠迫之處,由曠野遷居到城市,卻依然如故。 的確,當美德作為獻給上帝的祭品時,它就像黃金一樣在各處受到尊崇──而由此產生的榮耀,以及為了這榮耀而獻出的敬意,都升上高天。它從此地亦已升天。──有人──無論是存好心還是懷惡意──都說過同樣的話:「好,我們就等著瞧,看他們能否堅守初衷。」 但我希望你哋能堅定不移,緊守住佢──喺城市入面,都要好似身處沙漠咁,喺城市嘅喧嘩中,保住你哋心靈嘅寧靜同安詳。真正嘅考驗就喺呢度;如果你哋能撐得住,就會真係值得人讚賞。 約翰福音派曾說:冬日霜凍與陽光又有何奇妙?它們不過是無意識地為之。我們亦復如是:在曠野保持沉默,或於獨處時守住寧靜,都難以獲得讚揚。 但要喺城市入面生活得似喺寂靜處,喺嘈吵人群中都好似身處曠野,就完全係另一回事。多謝上帝,藉住我父同你父嘅禱告,祂令你哋無傷害、堅定喺你哋嘅召命上。

**25.** 你哋嘅榮耀同讚美都喺你哋自己入面。──既然如此,當你哋處理寺院事務嘅時候,要盡最大努力,以虔誠嘅心去完成,喺你哋嘅步態、儀容、目光、言行、談話,同埋一切事物入面,都要表現出敬虔。 /我兒女們,我懇求你哋,依家嚟。唔好畀人喺背後講你哋壞話。有好多眼睛望住我哋,好多口講緊我哋,同埋反對我哋。*佢哋豈會話:『佢哋嘅神喺邊?』*」(詩篇78:10)佢哋嘅美德喺邊? 「又係邊個帶領佢哋去到嗰度?──佢哋好無恥,四圍掃視,突然大笑,好似妓女咁。」要小心,唔好令成個弟兄姊妹之間惹上麻煩;要敬畏永生嘅神! 但你講每句說話,都要當作主親身喺度聽;做每件事,都要當作喺祂眼前,祂正注視住你。咁樣,你嘅處境就夠用;而你哋自己,就好似天體咁,會喺皇城之中發光。

***199. 呢段說話列舉咗修道生活嘅美德同苦行善行,並鼓勵要喺當中力求卓越。***

199. 呢啲言行錄突顯咗修道士嘅美德同善行,鼓勵人喺當中力求卓越。 [31, 35] 禁慾係修道士最強大嘅武器:佢係通往其他一切美德嘅門戶。 但係已經達到服從嘅人,就係基督嘅跟隨者;謙卑嘅人就好似天使;凡係向自己嘅屬靈父親坦白一切嘅人,就好似太陽咁純潔。所以,唔好有人心存秘密,免得自己變得無可救藥。咁就去追求對你有益、能夠令你走向謙卑嘅事物,唔好容許任何違背呢點嘅嘢。你哋知道我哋而家喺邊度,亦知道我哋好快會去到邊度,以及當我哋同肉身分離之後會變成點。所以,我哋要保持警醒同清醒;願我哋嘅心時刻向住上帝,喺嗰度默想永恆嘅福份同得福者嘅喜樂,亦要思念墮入地獄者嘅苦楚,嗰度有可怕同無可衡量嘅折磨。 如主活著,上帝蒙福,願我哋從未後悔承擔呢個聖潔嘅修道習慣,放棄晒一切世俗事物,好似用劍咁斬斷所有屬肉體嘅嘢;因為如果我哋堅持呢份善行,就會永遠歡喜快樂。 呢場鬥爭包括禁食、通宵祈禱,以及為苦行生活所需的一切而勇敢地做好準備;我在此之上,再加上為神之愛而善意地忍受一切苦難與誣衊──侮辱、責備、放逐與背叛。 無論大細、新舊,都要努力;好好跑這場賽跑;總要甘心樂意地趕緊參加守夜禱告、順服的行動和各種工作。懶惰

、憤怒、魯莽、嫉妒、不和、懷疑,以及其他一切情慾,都要從你身上驅逐出去。 要更加彼此相愛,*熱心事主,不灰心,不失盼望,凡事殷勤,不忽略禱告,常存忍耐,盼望主*。(羅馬書12:11–12)

### *200. 讚揚咗弟兄哋嘅嚴謹修道生活,並指出當中嘅殉道元素之後,佢勸佢哋繼續保持,並保證將來佢哋會被列為殉道者*

200. 1) 讚揚咗弟兄哋嘅嚴謹修道生活,並指出入面嘅殉道特質之後,佢鼓勵佢哋繼續保持,並畀佢哋希望將來會同殉道者一齊。 – 2) 佢向佢哋保證,將來我哋喺呢度自願放棄嘅一切,都會以最完美嘅形式獲得,所以佢鼓勵佢哋喺所有苦難中都要喜樂,並堅守佢哋嘅道路。 – 3) 提到死亡之後,佢邀請佢哋為死亡作好準備;並且為嗰位未清心除貪嘅亡兄求祈禱(因為佢房入面搵到兩枚銀幣)——並規定要行大禮拜。

**1.** 我感謝你哋,我嘅兒女,因為你哋出於對上帝最熱切嘅愛,日復日喺討主喜悅嘅路上進步,不斷表現敬畏、善意同勤力,實踐自制,並對所賜予嘅事物心存滿足, 適量食麵包同少少酒,同時又唔好落後人,做工、守規矩、早起參加聚會、耐心企到禮拜完──表現出溫柔、和善同埋唔埋怨:因為如果有人埋怨,對佢嚟講就係罪。 呢啲就係修道者克制自己意志嘅壯舉:喺佢哋嘅殉道中,佢哋面對嘅唔係火,而係盛滿瀝青嘅大釜、箭矢、爪、劍同十字架;以上同以下所講嘅壯舉就成為佢哋嘅試煉: 責備、羞辱、以乾麵包為食、透過禁慾的肉體懲罰、自我剝奪,以及在一切事物── clothing, footwear, shelter, and everything else necessary for life──中忍受缺乏。 既然為忍受痛苦和折磨而設的冠冕在等待我們,就讓我們以勇氣在我們的主耶穌基督的名下完成我們的殉道,好使我們能與聖徒殉道者同列,在那里,我們將不再有今生的悲傷、貧乏和哀號,而將獲得: 永恆生命、難以言喻的喜樂和無可比擬的歡樂。

**2.** 我们在世上没有城,因为我們連故鄉都拋棄了;但在那里,我們将成为天上的耶路撒冷的市民;按着肉身,我們不应当称任何人為「父」,但在那时代,我們将在神裏面得着一位父; 我哋喺世上冇份產業,但喺嗰度我哋會同基督一齊得產業;我哋拒絕肉體嘅安逸──食物、飲品同其他一切感官享受──但你哋知道,喺嗰度你哋會享受眼睛未曾見過、耳朵未曾聽過、人心未曾想像過嘅福樂。 所以,要喜樂;憑着對這些事的盼望,不可灰心,不可懶惰,也不要怕眼前的或將來的苦難,無論它們多么沉重。──但我說什么呢?無論是火、刀劍或死亡,都要視它們如無物,堅守你所行的道路。

**3.** 隨住我哋弟兄一個接一個離世,你哋可以見到,我哋每時每刻都愈來愈接近死亡:昨日一位離開咗,幾日前又一位──而家已經有人喺門口等緊;下一個會係邊個?──「或者就係我」,人人都要咁講──然後開始預備。 ──我想同你哋分享我心入面對已故兄弟瓦西里嘅悲傷,因為佢係未清淨化佢嘅良心就離開咗,據聞佢身上藏住兩塊銀。 唉!多麼的盲目!魔鬼究竟用什麼方法誘惑了他?他竟然認為兩塊銀比天國更寶貴。我曾不止一次對他說,無論是繩索、針、筆,或者有人拎走並藏起來的任何其他東西,單憑這件事,就足以令整個人充滿罪惡。 你肯定喺聖卡西安嘅《 》入面見過呢件事,佢話根據聖馬可,一單罪惡就填滿咗十一單嘅位(用十二嚟衡量罪惡嘅滿溢)。 因為佢將一樣嘢當成自己嘅,並擁有佢,就已經將佢嘅靈魂同心都投入咗入面:因為人嘅財寶喺邊,人嘅心就喺邊。咁,出家呢?──我哋要為佢祈禱,並且喺一星期內,每日為佢作三次大禮拜,同埋獻上三十次祈禱,好叫主赦免佢嘅過犯。

### *201. 畫出弟兄喺所有修道工夫上都完美之後,佢又補充話:我哋要永遠保持咁樣,各人喺適當嘅時候做自己嘅工夫*

201. 描述弟兄們在所有修道努力上都達到完美後,他補充說:「讓我們永遠保持如此,各人按自己的時間做好自己的工作。」 *願上帝垂顧你哋嘅種植,並願祂親自──呢位種咗你哋呢個真葡萄園嘅──用聖靈嘅水澆灌你哋,並將你哋引到成全嘅度量,為咗一切真正嘅果效。 至於我,這份工作遠遠超過我能力所及;連嘗試都超越了我的軟弱*。我可以大聲呼喊:*「主啊,我算什麼?」*又可以問:*「我父的殿」*──祢竟然將我──這可憐、污穢、甚至不配被數算在羊群中的我──高舉到如此地步? – 然而祂接納我,對我極其忍耐,尋索並等待我歸正和更新。因為有誰能喺祂面前站立得住,為罪行贖罪?有誰能安全地牧養祂的羊群?有誰能與神如此親近,以至於能將他人帶到祂跟前?– 我離呢件事,遠如天與地。 – 但我喜悅你哋行喺正路上,遵行神嘅誡命,彼此在善行上互相效法,大家一齊邁向成聖。真係,神住喺你哋中間,受你哋的稱頌同敬拜,聖靈亦安息喺你哋的會中。你哋嘅歌聲就係天使嘅歌聲, 你哋唱詩就係無形者嘅歌唱,你哋嘅一切行為真係天國咁,連血肉嘅影子、私慾、對將要滅亡者嘅憂慮、虛空嘅擔心、對

被遺棄者嘅安慰、任何誘惑、任何被誘惑嘅人都冇;　但一切都充滿了寧靜與和平;你哋只有一個願望、一個意志、一個靈魂同心、一個道路、一個理想──要達到神;只有一個生命。真係,你哋係神所呼召、天使般嘅弟兄團體,雖然活喺肉身之中,卻超越肉身;雖然處身世上,卻因無情欲而超然於世外。　你哋已經達到咗完美嘅平衡,行緊中道,避開兩邊嘅急流。你哋嘅行為同自律、睡眠同清醒、沉默同言語、工作同休息、禱告同懇求,都令上帝喜悅。　有時我哋對自己嘅軟弱採取少少克制同寬容,但好快又回復嚴謹;如果當下嘅時刻令我哋稍為動搖,下一刻就會再次把一切糾正:晨禱開始,然後係禮儀、聖人傳記嘅誦讀、講道,而嗰啲稍為偏離自己規矩嘅人就會返返正軌。　我哋彼此相助,互相支援;有咗神嘅幫助同我哋父嘅禱告,魔鬼喺我哋當中冇得留位。咁就嚟啦,等我哋各自承擔自己嘅職務;唔好有人草率咁做主嘅工作,要驚佢對疏忽同埋埋怨者所宣告嘅懲罰。　人人都要按時行事。做嘢嘅時候就做嘢;休息嘅時候就休息;　到瞓覺嘅時候就瞓;到禱告嘅時候就以純潔嘅心禱告,喊同流淚,因為我哋被召去流淚;到食嘢嘅時候,就感恩咁食所賜嘅食物;到講嘢嘅時候,就講得有智慧:因為照神嘅話,凡事都有佢嘅時候。　凡以這種方式度過日子的人,就走得好正。願我主我神在這些行為和心態上堅定、強化並支持你,為的是祂聖名的榮耀。

## *202. 棄絕你自己嘅意志,將自己獻上做犧牲畀上帝:凡事都要咁做,上帝嘅憐憫就會同你一齊*

202.　1)　棄絕你自己嘅意志,將自己獻上做犧牲畀上帝:凡事都要咁做,上帝嘅憐憫一定會同你哋同在。 – 2) 凡事都要純潔、謙卑、敬虔地去做。 – 3) 按各人所受的恩賜,在德行上豐富起來:因為不是人人都有同樣的恩賜,但我們都分享一切事的果效,因為我們都是一體。 [31, 38]

**4.**　我祈求你哋能得着所盼望嘅福氣,並藉住你哋嘅順服,成為豐盛而蒙悅納嘅祭物獻畀上帝:因為你哋克制自己嘅私慾,時時將自己獻上為祭,並喺屬靈嘅祭壇上,將呢個馨香嘅祭物獻畀主上帝。　我點解會燃起神聖嘅熱誠?願你哋嘅供奉同服侍無可指責、無瑕疵,唔會畀上帝嘅恩典剝奪。　只要你哋繼續熱心、有恆心、堅定喺禱告、謙卑、　、痛悔、敬虔、自制,並且喺對抗仇敵同勝過佢哋嘅爭鬥中,呢一切就會成就。 – 所以,我懇求你哋要成為咁樣,要恆心忍耐,喺美德嘅道路上奔跑同行,爭戰並得勝──你哋就會獲得天國嘅冠冕。

**5.** 不可徒跑,徒勞;要謹慎,免得跌倒,連一點疏忽或細微的失誤,都不可令你放棄高昂的盼望,最終摧毀你屬靈美德的殿。　所以,因為你哋係純潔嘅,就要為純潔嘅主做所有嘢;謙卑咁將一切獻畀主,因為主憎惡驕傲;將所有純真無瑕嘅獻畀新郎基督。*「你哋嘅說話要常存恩典,用鹽醃過,咁你哋就可以知道點樣向各人講合適嘅話。」*(歌羅西書4:6)願你哋嘅品格以慈愛為裝飾,好叫所有親近你哋嘅人都得福;願你哋嘅舉止、行為同談話,好似有神嘅引導,叫見到你哋嘅人都得造就。　我希望你哋都唔好似我──因為我污穢又無智慧──而係好似我哋聖潔嘅長老:好似阿卡基俄斯、多西提俄斯、阿巴·基爾、安提阿古、彼得羅尼俄斯,仲有──我會再加──優提米俄斯同薩瓦斯,同埋大安東尼。

**6.** 所以,要充實自己,擁有美德;用恩典所賜,以眼淚、痛悔、忍耐、勞苦和憂愁,充實你哋嘅寶藏:因為一個人憑天性擁有一樣,另一個人憑上帝嘅恩賜擁有另一樣。　如果你喺一方面優越,但喺另一方面比唔上鄰舍,就唔好憂傷或嫉妒:*「因為上帝按各人分賜咗信心的分量」*,就係咁。　而且,冇人會被剝奪任何嘢:因為你哋雖然人數眾多,但都係一個身體,你哋嘅美德會透過神無限嘅慈愛互相傳遞,又由一個人傳到另一個人,因為神視每一個人為全部,又視全部為每一個人。

## *203. 我讚揚你哋拋棄晒一切,甘願行窄路*

203. 1) 我讚揚你哋拋棄晒一切,甘願跟從窄路。– 2) 要因呢件事而喜樂,因為賞賜好大。– 3) 知道呢點,要鼓起勇氣,謙卑咁忍受一切必要嘅事,照我哋生活方式嘅規矩去做。[31, 39]

**7.**　我喺神同人面前稱讚你,因為你對規矩嘅忠誠,同埋你耐性咁跟隨我哋古代祖先嘅腳蹤。　藉着上帝的權能和我們父的禱告的代禱,你得以擁抱最美好的一生;並且,你一心聚集,過着與眾人及萬物分別為聖的生活,已棄絕血氣,並由上帝從上面重生。 – 因此,雖然你哋仍然活住,但喺靈裏已經死咗;雖然仍然寄居喺肉身,但你哋卻追求超越肉身嘅事。對父母嘅愛冇阻礙你哋,而家亦都唔再羈絆你哋;家園同祖國對你哋嚟講已經唔再重要,使徒嘅話喺你哋身上應驗咗:*「我哋嘅市民身份係天上」*(腓立比書3:20)。　而且,你忍受憂愁,日夜受苦,禁食,守更,自潔,克制肉體,並努力抑制自己的慾望。　呢條引到生命嘅窄路,行佢嘅人少;但係引到滅亡嘅闊路,行佢嘅人卻多。

**8.** 所以,要喜樂,要大大地喜樂,因為在天上為你儲備了豐盛的賞賜。因為如果你們能堅持到底,順服到最後,獲得那難以言喻的光明,還有什麼能比這更可貴呢? 如果你被認為配得上與天使同住,有咩比呢樣更福氣?如果你成為樂園嘅居民,嗰度有不朽同豐盛嘅永恆福份,有水流向無盡生命──有咩比呢樣更奇妙、更可畏懼? 如果你同所有義人一齊,照得如同日頭,成為基督嘅同承繼者,仲有咩可以比呢件事更壯觀?當萬物齊集喺我哋神基督嘅可怕寶座前,祂同無數天使大軍公開喺榮耀中降臨,而當有人聽到: *「嚟,你呢班蒙福嘅人,」* 當其他人聽到:*「離開,你呢班受咒詛嘅人」*,而你竟然喺前者之中──嗰刻有咩可以比得上你嘅喜悅同驚喜呢?

**9.** 所以我向你哋呼籲:我哋要英勇地承擔一切現時嘅苦難;要堅毅咁對抗肉體嘅戰爭,當慾望喺我哋肢體中燃起時,就要熄滅佢; 我哋要忍耐咁承擔守夜、禁食、服從同體力勞動嘅辛苦;我哋要甘願節制自己嘅慾望,謙卑咁承受弟兄姊妹嘅侮辱;我哋要喺詩歌同禱告時,喺教會聚會中敬虔咁站立;我哋要滿足於乞丐嘅衣着同鞋襪;我哋唔好鍾意人間嘅榮耀; 我哋要制服我哋嘅憤怒,驅走絕望同懶惰,約束靈魂嘅衝動,並令我哋多言嘅舌頭靜默,只講必要同有用的說話──其餘一切,都當如喺全能神面前咁行。 ── 以上所有,願我哋嘅主──我哋嘅神,嗰位大能、有能力、喺祂聖徒中奇妙嘅神,藉住我哋父嘅禱告,賜俾我哋一個心靈同一顆心,並藉住一位聖靈,喺祂面前保守我哋無可指責。

### *204. 遠避一切可能挑起不純慾望的事,忍受一切不愉快的事:因為這報酬是豐盛的*

204. 1) 遠避一切可能挑起不純慾望的事,忍受一切不愉快的事:因為賞賜甚大。– 2) 平信徒為虛榮心服侍時,要忍受多少苦楚?然而我們卻為天國的緣故事奉神:那麼,我們如何能不忍受在途中所遇到的所有一切呢?[32, 1]

**10.** 我真係好想親身見到你哋每一個人,如果可能,同你哋傾談,因為我好掛住你哋得救。但係而家嘅迫害令我無法咁做,所以我透過呢封信,喺書面上吩咐你哋──無論仍然留喺度嘅,特別係分散喺外嘅──要更加克制自己,只做所吩咐嘅事,尤其係對待彼此時唔好放肆; 唔好同細路仔講無謂嘅說話,更加唔好同婦女講;但如果有必要同佢哋見面或傾偈,就要加倍小心:專注你嘅工作,低頭行路。因為聖經話:*「唔好望住處女;唔好同唱歌嘅人一齊。」* (西拉書9:5,4) 但要謹記,神無所不在,祂洞悉你哋嘅每一個動作同行為──無論身體上定屬靈上──無論去到邊度都要按呢個原則行事,對因迫害而帶來嘅一切艱苦,都要懷住感恩,並盼望因你哋嘅忍耐而預備嗰份賞賜。 *「因為神並非不義,祂必不遺忘你所行的事,和你為祂的名所顯示的愛心勞苦。」* (希伯來書6:10)自你出家之日,離棄世界和世上一切:父母、兒女、兄弟、親人、故鄉,甚至將你自己的身體都置於順服的重擔之下。 ──你嘅召命有幾偉大!等你嘅獎賞有幾更偉大!

**11.** 你哋未見到世上生活嘅人,點樣畀壓迫同苦難折磨:有啲人務農,要畀國家嘅稅同各種徵收,自己連溫飽都冇得保;有啲人入伍,無論陸路定海路,都要攻人同畀人攻,打人同畀人打。 但我哋卻脫離晒呢啲,有幸事奉那獨一真活神。 呢啲唔夠我哋作安慰、感恩同喜樂嘅源頭咩?──因為如果我哋留心而行,凡事都按正當次序去做,遠離與靈魂作戰嘅肉慾,即刻驅走佢哋嘅攻擊,保持靈魂嘅純潔,咁我哋無疑會被認為配得上永恆嘅福份。

### *205. 在肉食節週期間,我們不可放縱情欲,反而要更深入研讀我們所閱讀的福音,並據此立志過更聖潔的生活,好使我們得以承受天國的基業。*

205. 在肉食節期間,不可放縱,反而要深入研讀所誦讀的福音,並據此立志過更聖潔的生活,好使我們得以承受天國。 [32, 2] 信徒之間有個慣例,喺呢日(肉別主日),平信徒就要開始禁肉。但而家我哋見到乜嘢?佢哋竟然放縱咁大吃大喝肉同酒,仲參與各種 /唔 *值得講同寫」* 嘅遊戲同娛樂。 佢哋本應該節制咁食擺出嚟嘅食物,向主獻上感恩,同時為之後更嚴格嘅禁慾作好準備;但佢哋卻聽從魔鬼嘅唆使,完全相反。 – 我倒要同你哋講,我哋呢班和尚連諗都唔好諗去嗰度,亦唔好貪慕佢哋所渴望嘅嘢,因為嗰啲慾望唔配我哋,只值得一切責備同憎惡。 – 相反,我哋要更加專心聆聽同反思而家正被誦讀嘅福音,講述我哋主耶穌基督第二次降臨嗰日──嗰日又大又可畏──當祂作為至公嘅審判者,會將羊擺喺右手邊,山羊擺喺左手邊; 而對佢右邊嗰邊嘅人,佢就會宣告嗰個福氣同渴望已久嘅呼召:*「嚟啦,我父所賜福氣嘅人,承受從創世以嚟為你哋預備嘅國度」*; 而對左邊嗰班人,佢就會宣佈嗰個苦毒同毀滅性嘅審判:*「你呢班被咒詛嘅人,離開我,進入為魔鬼同佢使者預備咗嘅永火。」* (馬太福音 25:34, 41)。 反思呢

個令我哋充滿恐懼、戰慄同驚駭嘅審判,我哋同佢哋都應該喺眼淚中俯伏,懇求憐憫嘅上帝,趁住未到我哋要親身經歷所聽見嘅事之前。 ——點解當嗰班人照佢哋嘅意思過住每一日,我哋卻因所聽嘅福音講道而醒覺,喺心中帶住大畏懼同戰兢,決定要事奉我哋嘅主,將一切惡從我哋靈魂中趕走,並以 以慷慨、慈愛、謙卑、溫柔、忍耐,以及其他一切美好可嘉的品格充實自己,好 使我們活出配得基督福音的生活,得以在我們的主基督耶穌裏,被認為配得承受天國的基業。

***206. 雖然我哋一直都處於禁慾嘅狀態,但係希望大家喺 upcoming 嘅禁慾期入面,都額外加把勁。***

206. 雖然我哋一直都處於禁食嘅狀態,但係喺即將到嚟嘅禁食期間,每個人都應該再加把勁。最緊要係拿起信心嘅盾牌同得救嘅頭盔。 [32:3] 唔好似仇敵教我哋咁,日復日咁拖延我哋嘅懺悔:*「唔知將來一日會帶嚟咩。」* (箴言3:28)。——最令人期待嘅聖大齋期已經喺門外,為禁食嘅恩賜揭開序幕。——我哋嘅主就喺呢段時間內禁食,從而打敗嗰個用呢啲武器試探佢、想令佢迷失嘅試探者。但我哋就唔係咁;我哋每日都喺禁食中度過: 因為我哋冇華麗嘅肉菜;我哋唔會一早就急住飲酒;我哋唔會搵嚟去參加筵席;我哋唔會喺象牙床上瞓;我哋唔食仍然飲緊媽媽奶嘅山羊羔;我哋唔飲起泡酒——呢啲嘢都係以賽亞先知所講,屬於世人眼中所謂有智慧嘅人。 呢啲嘢同虔誠嘅人好遠,更加離我哋誠實嘅共同修道生活十萬八千里。我哋淨係得幾款簡單嘅菜,冇其他嘢可以令心靈煩躁到發瘋:只係麵包,而且要適可而止;同埋幾款素菜,但都只係少少。 所以我哋唔會被最神聖嘅大齋期嚇倒,因為佢嘅飲食同我哋其他日子幾乎一樣。 不過,我哋每一個人都要喺大齋期嘅美德上加多啲嘢:喺虔誠方面,就係做針線嗰陣嘅獨處;喺服從方面,就係鎮定;喺沉默方面,就係寬容;喺詩篇歌唱方面,就係寧靜嘅和諧。 有人要更熱忱地投入工作;有人要以適時行動修飾他的沉默;另有人要成為悲傷弟兄的喜樂與安慰:因為若能撫平弟兄的心痛,那講者所獲得的讚揚就非常大; 另一個人就多行俯伏禮、多做僕役工作,或多處理必要的事宜;總之,不可有人閒懶或無所事事。即使有人只捐獻一點,只要懷著熱誠去做,就好似寡婦的兩個大錢,都必蒙神喜悅;亦要勤力於守夜、於詩歌的歌唱,以及各種屬靈的操練。 以上述一切之外,要拿起信心的盾牌,好叫你哋能抵擋魔鬼嘅詭計,並能熄滅奸惡者嘅一切火焰箭——又要戴上得救嘅頭盔,喺我哋主耶穌基督裏面根基穩固。

***207. 有人遵守一條規矩,另有人遵守另一條;但願眾人有一件事相同:不可憑自己意思行事,要小心,不可讓仇敵從心思念想入面,並要無阻無礙地在各樣善工上興旺。***

207. 有人行一樣,有人行另一樣,都照規矩;但有一樣要大家共同遵守:唔好照自己意思去行,要保持警醒,唔好畀仇敵趁機入侵你嘅思想,咁先可以無阻無礙咁行出一切善工。 [32, 4] 我哋仁慈嘅神,祂賜我哋生命,並年復一年喺呢條生命道路上引領我哋,祂因愛世人,引領我哋進入咗而家嘅禁食季節,喺呢段期間,正如所講,每位熱心者都會自願增加佢哋嘅苦行努力:熱衷禁慾嘅人會禁食兩至三日; 熱衷於通宵祈禱的人就花費大量時間在通宵祈禱;而今行跪拜禮的人就更加踴躍;其他人對其他苦行方式亦是如此;簡單而言,在這些日子裡,人人都可以見到在苦行方面的極大熱誠與勤力。 但係真正嘅修道者,佢永遠都按照服從嘅規矩行事,佢嘅苦行模式唔係淨係喺某啲時候先維持,而係隨時都一樣。 呢個係乜嘢?唔係照自己嘅意思行,而係要由自己嘅靈性之父喺行動上引導:呢就係所有虔誠修行中最高嘅,亦帶嚟殉道者嘅冠冕。熱心嘅人就係咁做。 而且,有邊個唔知道,根據古老嘅傳統,呢個大齋期嘅規則要求大家改變飲食、增加跪拜次數,同埋多誦詩篇?所以, 我懇求你哋,我哋要歡喜喀喀接受禁食嘅恩賜,唔好皺住眉頭,而係要面帶笑容、心存善意、唔帶譴責、唔帶憤怒、唔帶欺騙、唔帶嫉妒,尤其要彼此相愛、謙卑、順服,並以行善積德為本。 最緊要嘅係,我哋要時刻留意自己思想嘅動向,唔好開門畀情慾入侵,亦唔好畀魔鬼有機會進嚟,正如聖經所教導:*「若掌權者向你發怒,你都不可離開你嘅崗位。」* (傳道書10:4) 因為仇敵有能力灌輸念頭,但佢冇能力入嚟。我哋係自己嘅主人;如果我哋唔開門,佢就入唔到。 所以,我 們要守住我 們的靈魂,好似基督的新婦,並保守佢免受思想之箭的傷害;因為藉住呢個,我們就可以成為聖靈的居所,並被認為配得聽:*「清心的人有福了!因為他們要看見神。」* (馬太福音5:8)。 總括而言,*凡係真實嘅、可敬嘅、公義嘅、純潔嘅、可愛嘅、可嘉嘅——任何美德同任何稱讚,* – 我引用使徒的話 – *「要思念這些事,實踐這些事,和平的上帝就必與你同在。」* (腓立比書 4:8–9)。

### *208. 透過實踐、耐心同恆心,四旬期嘅努力會變得容易;但最緊要係透過默想,因為正正係默想令嗰啲事物得以顯現*

208. 禁撿的工夫因習慣、耐心和恆心而變得容易;但最重要的是默想天主,藉此才能洞悉這些工夫的目標。正如一切開始都困難,禁撿的開始亦然,因為飲食習慣和活動對象的改變,會帶來一定的不適和困難; 但係透過堅持同忍耐去維持佢,呢啲都會得到舒緩同減輕,正如經上所寫:*「凡管教*(訓練)*當下不覺得是喜樂,反倒覺得是愁苦;後來卻要藉着它生出平安的果效,使經歷過的人得以義。」*(希伯來書12:11)。 所以,既然我哋已經被認為配得上守一個禮拜嘅禁食,並且已經喺當中獲得咗啲經驗,我哋就更加要熱心咁繼續落去,因為知道呢份熱心會強化我哋嘅靈魂同身體;相反,懶散就會令輕嘅變得沉重,令容易嘅變得困難。 不過,我哋喺努力嘅時候,唔好過度操勞,好讓我哋可以同時保住屬靈嘅健康同身體嘅健康。因為一開始衝得好快,之後卻完全軟弱到停擺,咁有咩意思呢? 最好係小心同節制咁努力,同時要記住仲有幾長嘅路要行。因為一整日嘅勞作同專注通常都會令人想休息; 無論在工作期間或工作結束時,都要以敬虔的思想和屬靈的默想滋養我們的靈魂,默想天上之事,而非世上虛空、令人憂慮苦惱的事。 正如詩篇所唱:*「我一記起神,就歡喜快樂。」*(詩篇 76:4) 因為我哋嘅心思意念都轉向神、轉向天上嘅默想、轉向樂園嘅美景、轉向永恆嘅居所、轉向天使嘅大會,同埋轉向我哋嗰度嘅遷居——去到嗰個義人同罪人嘅靈魂而家所居住嘅地方——當我哋主耶穌基督顯現嘅時候,當照神嘅話,諸天都要廢去, 萬有解散,地和地上一切都被焚燒——靈魂將如何再次入體——由亞當到時代結束的眾人聚集會是怎样的;主基督的面容將會如何,比太陽更光耀,形狀改變而令人敬畏; ——我哋會聽到佢咩聲音——最後,最終審判會係點樣,召義人入天國,同時將惡人判處永恆嘅刑罰。——呢啲就係我哋應該思想同關心嘅。 並將心思放喺呢啲事上,因為我哋已經出咗世,同按肉體生活嘅人冇任何共同點——從呢啲反思中,我哋要產生痛悔同眼淚,並獲得啟悟,學識喺呢度平靜安詳咁過活,以期能蒙受未來永恆福份嘅恩典。

### *209. 首先,我哋要向神獻上感恩——為我哋嘅存在、為透過聖洗聖事成為神嘅養子、為修道生活,以及為喺聖像破壞者面前嘅見證*

209. 1) 首先,人要向神感恩——為咗生命、為咗透過聖洗禮成為神嘅養子、為咗修道生活、為咗喺破像派面前作見證。-2) 亦要為信仰感恩,萬物都係由佢發出,佢以唔同程度顯現,但就算貧窮同無知,人人都可得着。

**12.** 上帝已經示範咗好多美德畀我哋,幫助我哋進行救恩嘅工作;當中最緊要嘅其中一樣就係感恩。使徒保羅話:*「首先,我藉住耶穌基督為你哋眾人感謝我嘅神,因為你哋嘅信心已經傳遍咗全世界。」*(羅馬書1:8) 處處都見到佢為一切事向神感恩。正如佢自己為一切事感恩,佢就吩咐眾人:*「要為一切事謝恩」*;又恐怕有人以為呢只係佢個人嘅好建議,佢又補充:*「因為呢就係神喺基督耶穌裏面嘅旨意。」*(帖前5:18) 《梯度》亦有記載,感恩必須先於一切祈禱:「首先,」他說,「讓我們在我們禱告的卷軸上,向神寫下真誠的感恩。」講述禱告中隨後該做的事後,聖約翰·克里馬庫斯得出結論:「這種禱告方式,曾由主的天使顯示給弟兄中的一人。」 (《梯》28,第7章)。所以,我哋首先要感謝上帝,祂令我哋由無中生有,*並「預先造咗我哋,為要我哋行祂所預備嘅善工」*(以弗所書2:10)。 我哋要感謝佢,因為藉住聖洗聖事,佢令我哋成為義子,正如福音所言: *「凡接待祂的,就賜他們權柄,成為神嘅兒女,只要他們信祂的名;這班人不是從血氣生的,也不是從肉體的意願生的,也不是從人 生的,乃是从神生的。」*(約翰福音1:12–13)。 我哋亦當感謝祂,因為祂應許我哋進入最完美嘅修道生活,正如祂喺聖言中對一位年輕人所預言嘅:*「如果你願意完美,就去賣掉你嘅所有財產,分畀窮人;然後嚟跟從我,背起你嘅十字架。」* (太19:21;可10:21)。我哋亦當感謝,因為祂喺圖像破壞主義嘅背景之下,引領我哋進入將要嚟到嘅殉道,防止我哋被引誘而陷入異端錯誤: 因為我哋知道同承認,神嘅獨生子既取咗肉身,就按肉身被描繪,有形有體,並喺呢個形體受人敬拜。有幾多人喺福音之外,處於錯誤同不信之中? 又有幾多人,雖然接受福音,卻喺信仰上走咗偏,自取滅亡,就好似嗰班偶像破壞者,佢哋唔肯承認基督以肉身被描繪、有形像,亦唔承認要敬拜佢嘅形像,從而剝奪咗自己對佢道成肉身經濟計劃嘅救恩? – 反思此,我哋有理由向主衷心感恩,以懊悔嘅心喺祂面前,以懊悔嘅眼淚澆灌,藉住眼淚得著啟示,並藉住呢份啟示,喺我哋得救嘅工作上茁壯成長。

**13.** 我們當為信心,並為我們所 possessed 的信心分量感謝神。因為信心本身只有一個,但視乎我們如何運用,有時大、有時小。所以主對彼得說:*「你這小信的人,為什麼懷疑?」*(太14:31)。 又喺另一

處經文講:*「婦女,你嘅信心真係好大,就照你所願成就罷!」*(馬太福音15:28)。又再講:*「就連以色列入面,我都未曾見過有咁大嘅信心。」*(馬太福音8:10)。　所以,信心有時大,有時小。但唔好有人話:「我只係普通人,點可能明白信心?」至善之神向所有人伸出祂善意的光芒。使徒話:*「弟兄們,想一想你哋嘅召命:按人嚟睇,你哋唔係好多人有智慧,唔係好多人有能力,唔係好多人出身高貴;　「但神所揀選的是世上愚拙的,為要羞辱有智慧的;神所揀選的是世上軟弱的,為要羞辱強壯的;神所揀選的是世上卑賤被輕視的──甚至那些不存在的──,為要將那存在的化為無有。」*(林前1:27-28)　你哋唔見到呢啲說話同樣適用喺你哋身上咩?你哋唔記得我哋蒙福嘅兄弟多馬(Thaddeus)咩,其他嘅就唔使提?佢唔係個色奴(Scythian)咩?佢唔係做過人嘅奴僕咩?佢唔係喺得自由之後先入修道生活咩?　–　然而,他在昔日和今日的见证中,又是如何证明自己呢?–　既然他怀抱信仰,也被信仰所怀抱,并且以当有的方式怀抱了它,证明了自己是一个完人,他就被 deemed 配得上殉道者的冠冕,在受苦三日之后,从今生进入了下一生。　–　我哋都要效法佢哋;唔好用無知嚟當藉口,而要努力去明白同加強我哋嘅信心。只要我哋過着良善嘅生活去配合信心,就能做到。因為有愛同行嘅信心,就能帶嚟我哋嘅得救。　呢兩者都帶來靈魂嘅救恩;單靠信心唔能得救,單靠愛心亦唔能得救,而係要兩者一齊實踐並結合先得。願我哋都存呢個心志,好使我哋得以達到基督嘅豐盛身量,並同所有聖徒一齊,蒙受應許中永恆嘅福份。

### *210. 以下可作為承擔禁食重擔的激勵:其有益處──同時卻保持和平與慈愛的心態;以及對承擔其艱辛者的偉大應許*

210.　以下作為承擔禁食重擔的激勵:其有益效果──同時保持和平與慈愛的心態;以及對承擔其勞苦者的偉大應許。 [32, 7] 禁食係好事,只要喺實踐嘅同時保持和平、溫柔、仁愛、順服、謙卑、同情嘅心態,同埋其他一切良好嘅品格。　但係魔鬼就千方百計,喺禁食者身上種下相反嘅態度,令佢哋顯得無禮、忿怒、殘暴、自大,務求令禁食對佢哋嘅傷害多過益處……　但係我哋*「唔識佢嘅詭計」*(林後2:11),就要和平、安靜、溫柔、有次序咁行事,*彼此「存心寬容,彼此相愛」*(弗4:2),因為呢啲都討神喜悅。　但如果你哋冇呢啲心態,就算你哋將軛扭成弓形,身穿麻布,頭上灑灰,都唔會討神喜悅。禁食固然會摧殘同殲滅身體;但佢擴張同滋養靈魂;*「所以,我們並不灰心;雖然我們外面的人漸漸地壞掉,卻裡面的人日日更新。因為我們這輕輕忽忽的苦楚,要為我們成就極重無比的榮耀。」*(林後4:16–17)　使我哋放眼賞賜,樂意忍受美德嘅艱苦,*並「感謝神──我哋嘅父,佢召我哋同得聖徒喺光明中嘅基業;佢又救我哋脫離黑暗嘅權勢,引我哋入佢所愛之子嘅國度」*(西1:12–13)。　我哋唔係經常領受佢最純潔嘅身體同寶血咩?有咩能比呢件事更令人喜悅同　更甜美,因為對良心清白嘅人嚟講,當中蘊藏永恆生命?　我哋唔係每日都透過聽誦讀同神聖大衛同其他聖父哋傾談咩?有咩可以比呢樣更加安慰靈魂?我哋唔係已經同世界同按血肉之親嘅親人斷絕咗所有關係咩?又有咩可以比呢樣更加蒙福同崇高?　*「因為我哋嘅公民身份喺天上,我哋正喺嗰度等候救主──主耶穌基督──佢要用能使萬有都服喺佢權下嘅能力,改變我哋卑賤嘅身體,成為同佢榮耀嘅身體一樣。」*(腓立比書3:20–21)　所以,我哋要喜樂、要歡欣,輕視一切屬肉體嘅悅樂:*「因為凡肉體都如草,凡人生嘅榮耀都如草上嘅花;草必枯乾,花必凋謝;*但那向住永恆嘅義行卻永遠常存。」　*「你哋中間有受苦嘅?就該禱告;有喜樂嘅?就該唱歌。」*(雅各書5:13)有人受惡慾嘅試探?──(因為試探者永不止息咁試探我哋──)就該捱,留心聽嗰位講:　*「那忍受試探的人有福了;因為他經過試驗之後,要得生命的冠冕,是主應許祂所喜愛的人所戴的。」*(雅各書1:12)*「你们既知道这事,若去行就有福了。」*(約翰福音13:17)

### *211. 論和平與和諧;論對上帝的熱誠愛;論在追求得救上勤力的工作;以及一般而言,論正確的修道生活*

211.　論和平與和諧;論對上帝的熱誠愛;論為得救而勤力工作;以及一般而言的正確修道生活。 [32, 8] 我因你哋而喜樂,因為你哋心志合一,同住喺平安中,並忍耐咁度過禁食嘅日子。呢一切都係為咗你哋嘅得救同加強你哋嘅盼望。　弟兄之間心志嘅和平同合一係幾大嘅福氣?──呢啲人透過消除混亂同反覆無常、矛盾同定罪、不順服同驕傲,以及其他一切形式嘅欺騙,首先利益自己,然後利益他人,成為美德嘅榜樣,從而獲得更多:因為就如叫人跌倒的必有禍,同樣,激勵人行善的必蒙福。願我們永不偏離如此良善的品格和可嘉的行為,也不停止去愛神。　因為經上寫道:*「你要盡心、盡性、盡力、盡意愛主你的神。」*(路加福音10:27)　以這種方式去愛的人,不會感到厭倦、疲勞或精疲力盡;相反,他會以火添火,以熱誠點燃熱誠,立志由一個美德攀升到另一個美德,由一種屬靈力量邁向另一種屬靈力量──

而且是永不止息。　你有見到嗰啲勞力謀生嘅人,點樣為咗啲短暫又會腐朽嘅嘢而操勞?你有見到喺你眼前,嗰班造船嘅人,點樣成日都喺度做,連一陣休息都有?為咗乜?就係為咗賺啲錢,畀屋企人應付日常所需。 至於我哋,追求以屬靈嘅豐盛為富,盼望進入天國,享受永恆嘅福份,免受永恆嘅刑罰——我哋唔係更當以樂意同熱誠去行呢一切,甚至若果需要,甘願為主流盡我哋嘅血?　咁,我嘅弟兄姊妹,我哋要堅定不移,'*以盼望為喜樂,在患難中恆忍,在禱告中忠心*',專注於我哋嘅屬靈操練——詩歌讚美、誦讀經文同讀經,藉住呢啲工夫,令我哋嘅心思意念唔致飄向虛空嘅事物: 因為懶惰係萬惡之源,而工作就係心靈嘅守護者。　我哋唔好畀自己偏離良好嘅品格,要優先選擇順服、有秩序、鄰舍嘅平安,同埋一切有助我哋得救嘅事。要時刻為住呢度嘅弟兄姊妹,同埋分散喺各地嘅弟兄姊妹禱告;因為我心入面都好掛住佢哋,唔能夠親眼見到佢哋一個一個得救,令我好心痛。

***212. 我按本份職責傳講道,但願講道能結出果效,請以你對講道的回應所達成的進展幫助我。***

212. 我出於責任感講道;但願佢哋可以結果,就請透過你哋嘅進步嚟幫助我,並善用呢啲講道。– 你哋嘅進步亦都係我嘅:因為我哋本為一體。– 你哋已經喺偶像破壞者面前承認信仰,並忍受佢哋嘅折磨,證明咗呢點。所以,唔好令你哋呢份英勇蒙羞。 [32, 9] 你哋嘅肉體所需同靈性所需係兩回事:前者由管家提供,包括食物、飲品同衣物;後者就由我卑微咁提供,包括言語同教導。　正如嗰啲唔係出於我自己嘅意思,呢件事都係作為一份責任去完成;所以我畀你哋呢啲簡短同微薄嘅教導,其實並唔係乜嘢大不了嘅事。 相反,我卻懼怕戰抖,因為我必須向祢們的靈魂交帳——不是向君王、總督或執政官,而是向那掌管萬有者的審判者——上帝交帳。在祂面前,天上、 地上和地下的一切膝都要跪下,一切舌頭都要承認。　但請幫幫忙,我懇求你哋,彼此相愛,好似兄弟姊妹咁,幫幫自己,要喺各樣美德上都出類拔萃;幫幫我,就靠你哋嘅禱告。 畢竟,你哋嘅成功就係我嘅成功,反之亦然:因為*「我哋都係一個身體,各自都係其中一部分」*(林前12:27);*「若果一個肢體受苦,所有肢體都同佢一齊受苦; 「若一個肢體得榮耀,所有肢體都一同喜樂;若一個肢體受苦,所有肢體都一同受苦。*」(林前12:26)。正如我關心你哋,你哋亦都應該關心我:因為憑住我哋彼此相愛,我喺你哋入面,你哋喺我入面。呢就係建立真正弟兄情誼嘅法則。 要保持對我的好順服——不是虛假或不誠實的順服——就憑着這順服,你哋得以重生進入這新生命,成長、得以成聖、並成熟,這一切都因基督的恩典,並照你哋對祂的承認程度而得着。(– 此與破偶像主義有關。) 你哋唔驚君王,唔畏懼執政官,唔退縮於苦楚、創傷、流放、地牢或死亡;就係因為呢啲,你哋先變得名聲遠播,眾所周知。 所以,唔好出賣你嘅美德,唔好令你嘅讚譽蒙羞,唔好畀好名聲變成壞名聲;要喺你之前嘅讚譽上再添新讚,時刻喺內外守住自己,遵守誡命,勝過一切試探,耐心承擔一切憂患。　你哋亦要知道,我哋仍然身處於爭戰同迫害之中,並唔知道將來嘅日子會帶嚟咩。然而,*經上話:「神若幫助我哋,有邊個能抵擋我哋呢?神都冇憐惜自己嘅兒子,為我哋眾人將佢交出嚟——豈唔會連同佢一齊,慷慨地賜予我哋一切嘢呢?」*(羅馬書 8:31–32)。所以要存盼望,要堅定不移;活在這種盼望與確信中,我向你保證,你必承受產業,與眾聖徒同得份。

***213. 死亡近在咫尺:我哋要預備自己。點樣?就係做所有嘢都為咗榮耀上帝;心志同一,互相尊重;節制我哋嘅情感;約束我哋嘅思想;並努力追求。***

213. 死亡近在咫尺:我哋要預備自己。點樣?就係做一切嘢都為榮耀上帝;保持同心,互相尊重;節制我哋嘅情感;約束我哋嘅思想;對一切美好嘅嘢都熱心,同時追求無情欲。 [32, 10] 日復日,我哋嘅生命愈來愈短,離死亡愈來愈近。我哋即將離開呢個世界,去與我哋嘅弟兄同祖先相聚;因此,我哋需要有極大嘅清醒、專注同真誠嘅準備。 我哋聽到聖經對洪水的記載,以及主點樣將當時發生嘅事應用喺祂第二次再來嘅情況上,祂話:*「就如諾亞時代,人哋食緊、飲緊、嫁娶、買賣——忽然洪水就嚟到;人子降臨嘅時候,亦都係咁樣。」*(馬太福音24章, 37–39;路加福音17:26–28)。我哋都對當時嗰班人對即將到嚟嘅洪水竟然咁冷漠同大意感到好驚訝,佢哋本應該充滿驚恐同戰兢。　但係,我哋仔細諗吓:可唔係我哋自己都同樣處於佢哋所犯嘅大意狀態之中?我哋並冇造一艘要花一百年先完成嘅方舟;然而,每日我哋都見到一座墳墓被填滿,將來我哋都要入面;幾乎每日,死亡都會奪走我哋其中一位弟兄,佢就咁離開咗。　然而,而今發生在我们身上的,比起洪水时代所发生的更加可怕。这就是为什么我们要保持警醒。我并不是说:你们不吃、不喝、不穿衣服——我并不是这个意思,*而是说:无论是吃、喝,还是做其他任何事,都要荣耀归于神;　好叫你哋喺猶太人、希臘人同神嘅教會*面前,*都無可指責」*(使徒教導《林前》

10:31–32)。 而家,弟兄姊妹,我勸同懇求你哋:*「使我嘅喜樂得以滿足」*,正如蒙福嘅保羅再次所講:*「要心思同一,愛心同一,意念同一;凡事唔好出於黨見,唔好出於虛榮,只要存謙卑心,各人看別人比自己強。」* (腓立比書2:2-3)。 我哋要守住我哋嘅感官──眼、耳、鼻、舌同身──因為死亡就係由此而入;我哋要繩住我哋嘅心思,免得佢走去唔應該去嘅地方,進入唔當嘅事,喺心入面召喚邪惡嘅影像,或者引發有益又有樂趣嘅罪惡慾望。 相反,我哋要更加虔誠同懊悔,只記住一樣嘢,並喺其中搵到安慰同喜樂,好令我哋潔淨靈魂,喺無情欲之中茁壯成長。我哋唔好灰心,因為我哋有品嚐無情欲嘅盼望,同得著佢嘅喜樂;我哋要加快腳步,全力以赴、無休止咁追求佢; 因為熱誠能糾正並補足不足,而上帝是它的幫助者。*「主離那求告祂的人不遠,凡尋求祂的人都要遇見祂。」* ──以這種方式生活,我們無疑會進入天國。

### *214. 你記住神,同時亦要記住死亡*

214. 你記住神,就要同時記住死亡。──唔好對今生,或者任何被視為有價值嘅事物產生執着。呢點對我哋呢班已經出世嘅人尤其重要。 [32, 11] 呢段係一段有益嘅教誨,一個有益嘅提醒,令我哋喺履行 應盡嘅職責時保持清醒同警惕,並且永不止息,唔好偏離對上帝嘅思念,唔好偏離對祂嘅愛,亦唔好忘記我哋同肉身分離嘅念頭。 因為好快我哋就會同佢分開,好似我哋所有祖先咁死去,然後進入另一個世界,開始一個無窮無盡嘅生命。呢段現世嘅生命就好似影子同夢咁,只得幾年咁長。 我所講嘅唔係由世界創造到時代結束嗰段時間,而係講每個人嘅一生。依家嘅人連大衛嘅壽限都好少夠到,更遑論超越,真係好罕有:眾聖徒一生都默想呢件事。*「他們信而死」*,正如使徒所見證的,*他們未得着應許,卻遠遠望見,就歡喜迎接,並承認自己是地上寄居的陌生人。因為說話的人就表明他們在尋索一個家鄉。「他們若想念所離開的那地,他們就有機會再回去;但如今他們卻盼望一個更美的,屬天的。所以神並不羞於被稱為他們的神,因為他已經為他們預備了一座城。」* (希伯來書11:13–16)看哪,這就是我們的城! 「看哪,這就是我們的家鄉!我們的祖先和弟兄,無論在肉身或是在靈裡,都喺度。既然如此,我們為甚麼仍然把這暫時的生命視為值得敬畏?為甚麼要執著於它的習俗?為甚麼對離開它感到不情願?──不渴望從異鄉歸返故鄉,或從戰爭轉向和平,實在是愚蠢。」 但親愛嘅弟兄姊妹,我哋作為有智慧嘅人,既然已經棄絕咗世界同世上一切,並且遠離咗佢哋,就要一生都記住死亡嘅念頭,並用呢個念頭去抵擋一切慾望, 懶散、懈怠、灰心、一切邪惡;好叫我哋行呢啲事討主喜悅,得以成為天上福氣嘅承受者。

### *215. 主賜給我們平安,叫我們 outwardly 同眾人和平相處, inwardly 則在自己心裏,靠著遠離情慾和良心痛楚,保持心靈的平安。*

215. 主賜予我哋平安,令我哋無論對外都要與人和平共處,同時喺內心透過抑制情慾同良心嘅掙扎,搵到安寧。 [32 12] 主日係平安嘅日子;因為喺嗰日,主擊敗咗仇敵之後,對祂嘅門徒講:*「平安喺你哋身上!」* (約翰福音20:20) 講完呢番說話之後,佢冇只係將呢份平安當作遺產賜畀佢哋,亦唔係只賜一日;佢向所有人宣告同樣嘅平安,就同向我哋呢班卑微嘅人宣告一樣。 所以,我哋要存平安,喺自己心裏面過平安嘅日子。至於外在嘅自我,我哋唔好對任何弟兄存惡意,而要喺凡事上都充滿愛心;因為主話:*「你们彼此相愛,众人因此就認出你们是我的门徒。」* (約翰福音13:35) 至於內在的人,要我們保守心靈的和平與安寧,遠離一切破壞性的情慾。屆時,我們也可如使徒所言:*「我們藉着主耶穌基督與神和好。又藉着他,因着信得進入這現時所站的恩典中,並且誇得盼望神的榮耀。」* (羅馬書 5: 1:2)。然而,由於我哋本性多變,難免會受到慘痛同可悲嘅動搖同擾亂。咁就等我哋即刻趕快返去我哋原本同神和好嘅狀態:*「因為祂本是我們的和平,既將兩下合為一體,又拆毀了中間隔絕的敵意牆,廢除了那肉體中條例的律法,為要自己親身成就一個新的人,使和平得以成立,並藉著十字架,將兩下在一個身體裡與神和好,藉此又將敵意置於死地」* (以弗所書2:14–15)。 使徒如此說。而呢個就係主所成就嘅工作,正如佢對天父講:*「祢所交託我做嘅工作,我已經做完咗。」* (約翰福音17:4)。即係話,我已經和好咗地上的同天上的,亦令我哋成為和平同愛嘅子民。 如果有人要問:「點解會咁?我哋唔係一直都喺打仗咩?」正如使徒所講:*「因為我哋嘅爭戰唔係向着血肉之軀,而係向着掌權者、有權柄者、管轄這幽暗世界嘅執政者,以及天空屬靈惡魔。」* (以弗所書6:12) 對呢種人,我哋要同佢講,呢啲說話係指出爭戰嘅本質同範圍,而唔係講我哋而家真係喺打緊仗;因為佢自己喺其他地方都講過: *「因我哋爭戰嘅兵器在神面前是強大嘅,可以拆毀堅固嘅營壘,將各樣論爭,同一切高舉自己超過神知識嘅高傲之事,拉倒,將一切心思意念*

*擄入基督嘅順服,並且預備制裁一切不順服嘅事。」*(林後10:4–5) 同樣心態下,佢明顯結束咗爭吵,帶嚟和平。

### *216. 人要聽教導,信咗之後,就要實踐佢所啟發嘅嘢*

216. 我哋要聽從教導,並且相信之後,就要實踐佢所啟發嘅嘢。[32:13] 而家,按我嘅本份,我呈獻畀你哋一段簡短又微不足道嘅言語,但呢段話係急需講出嚟,唔可以再拖,好叫我唔至於因沉默而被定罪,亦令你哋唔會失去任何造就。 雖然你哋大部分都係透過閱讀聖父哋嘅著作而得造就,但你哋仍然需要我呢位卑微者嘅教導——我甚至可以講,你哋對呢個嘅需要比對前者仲要大:因為有一般性嘅講道,但喺呢度 ,就講到直接關乎個人、責備同糾正佢嘅說話。 經上說:*「我要責備你,將你的罪擺在你面前。」*(詩篇 49:21)又有一段主的話說:*「我若沒有來對他們講,他們就沒有罪;但如今他們無可推諉。」*(約翰福音 15:22) 願呢段說話唔會都適用喺你身上:因為我同你講嘅,唔係對住唔聽話同有罪嘅人,而係對住順命嘅兒女、親愛嘅孩子、同心嘅同工同戰士——願你哋喜樂,願你哋興旺, *「使你哋到基督日來可以純潔無瑕,藉住耶穌基督結滿了仁義嘅果子,歸於神嘅榮耀同稱讚。」*(腓立比書1:10–11)而我嘅說話係獻畀你哋嘅。 我信,祂當日能為以色列人從磐石流出水,今日亦能從我這石心裏面,澆出一句簡短的話,藉此滋潤我們,使我們得以感謝那養育我們、解我們渴、並引領我們生命的主,就如在曠野那段現今的寄居生涯一樣。 但當呢個古老嘅故事浮現喺我哋心頭,就等我哋停一停,諗吓當時對嗰班不順服嘅人發生咗啲乜嘢。使徒話:*「但神對佢哋大部分都唔喜悅,所以佢哋倒斃喺曠野。」而呢啲事都成為例子畀我哋,免得我哋好似佢哋咁貪戀惡事。 亦唔好做偶像崇拜者,好似佢哋當中有啲人咁;經上寫住:「眾民坐低食嘢飲嘢,跟住起身去玩。」亦唔好行淫,好似佢哋當中有啲人咁,一日之內有二萬三千人死咗。」 亦不可試探基督,好似當中有啲人咁做,結果畀蛇咬死。亦不可發怨言,好似當中有啲人咁做,結果畀滅命者消滅」*(林前10:5–10)。 弟兄們,反思這一切,我們要遠避能引致神忿怒的因素;要遠避惡慾;要遠避埋怨;要小心,免得試探基督。——但人如何能試探祂呢?——就係陷入不信的念頭,並說:「我們夠用嗎?」——「我們能抵擋仇敵的攻擊嗎?」 「我哋能唔能捱呢?能唔能忍受嗰個?」——「唔好,我嘅弟兄,唔好。」呢啲都係不信同懷疑嘅說話,唔應該畀佢哋任何位置。因為憑住堅定嘅信心,我哋能忍受一切。就如挪亞因信而得救,免於洪水嘅毀滅;就如亞伯拉罕因信成為多國之父; 摩西就如行旱地般渡過紅海;三位青年同先知但以理都毫髮無傷;簡單嚟講,所有聖徒都獲得咗伸冤。同樣,透過信,我哋能忍受一切,並同基督一齊得勝,成為公義冠冕嘅配得者。

### *217. 既然已經從世俗、塵世同罪惡嘅捆綁中得釋放,就唔好再容自己返去。*

217. 1) 既然我哋已經從世俗、塵世同罪惡嘅捆綁中得釋放,就唔好再容許自己重返嗰度。– 2) 亦都唔好有人諗住將事奉上帝同做罪惡同情慾嘅奴僕結合埋一齊。[31, 14]

**1.** 棄絕我們的懶惰,激起我們的熱誠,使徒說:*「主近了;凡事莫憂慮,只要凡事藉著禱告、祈求和感謝,將你們所要的告訴神。」*(腓立比書 4:5–6) 所以,我哋唔好懶惰,而要得力剛強,有勇氣去做主召我哋做嘅工。因為就係佢,從世俗人嘅生活召我哋到修道生活;就係佢,用救恩嘅長袍衣着我哋,用喜樂嘅外衣裝飾我哋;就係佢,成為我哋嘅誓約,將我哋從律法嘅誓言中贖出嚟。 *「基督使我們得以自由,叫我們得以自由而站立,所以要站穩,不可再受奴僕的軛。」*(加拉太書 5:1)我們不可再自願成為情慾的奴僕。一個用金錢贖回的奴僕,絕對不會肯再回到奴役之中; 但係,佢離開咗奴役之地,就喺度歡喜,因為佢獲得咗自由,擺脫咗奴役嘅暴政;就算奴役已經唔係咩特別嘅惡事。因為使徒話:*'你做奴僕嘅時候被人召咗?唔好因此而憂愁;但係如果可以得自由,就要盡量把握你嘅自由。 「凡在主裏被召作奴僕的,是主所定的奴僕;凡被召作自主的,就成為基督的奴僕。」*(林前7:21-22)然而,被釋放的人再度活在奴役之下,實在並非可取。 ——咁我哋既然已經從罪惡中得着自由,豈不更加要遠離罪惡?定係我哋唔知道罪惡對我哋做咗啲乜嘢?唔係罪惡將我哋趕出樂園咩?唔係令我哋變成凡人,唔係令我哋成為不朽咩?唔係引領我哋進入呢個充滿憂愁嘅人生咩?唔係因為罪惡,一切惡嘢先至嚟到,並且繼續嚟到咩? 所以,我們要像避開最惡的仇敵一樣遠避罪惡;要像憎恨一切可憎之物一樣憎恨它。我們更要熱愛美德,因為它使人成為天使,甚至更進一步——成為神,正如經上所寫:*「我說:『你儂係神,都係至高者的子。』」*(詩篇 81:6)。

**2.** 但係,德行嘅本質係乜嘢?──就係轉離世界,親近上帝。主話:「*冇人能事奉兩個主…… 「你唔可以又事奉神,又事奉財利。*」(馬太福音6:24)我哋唔可以同時緊貼美德同罪惡;因為*「光明同黑暗有乜相干?」*(哥林多後書6:14)再者,基督嘅誡命係光同安慰;而罪惡就係重擔。 更可悲哀嘅係,我哋硬係想將對立面調和,以為可以同時放縱肉體慾望,又成功喺屬靈追求上有所成就。但係,我哋要返頭睇自己:如果我哋已經達到咗某種完美,就當感謝神,因為*「各樣美善嘅恩賜和各樣完美嘅禮物」*都係由祂而來; 就當小心堅守,以敬畏上帝來警惕自己,使我們在最美德的品性上保持不變和堅定;但如果我們做不到,在很多方面都還有不足,那就要趁著還有時間行動,趕快努力去達到完美, ──靠信心得堅強,靠盼望得激勵,靠愛心得結合,以謙卑為裝飾,以順服為喜樂,以忍耐受試驗,以認罪得光明,並以我們一切其他的行為作見證,證明我們是真修士、誠實的初學者,以及在基督裡主的有技巧的僕人。

## *218. 人要專心聆聽上帝嘅話語:因為所有屬靈嘅品格都係由此而生。*

218. 1) 我哋要專心聆聽上帝嘅話語:因為所有屬靈嘅品格都係由佢而來。– 2) 所有聖徒都係咁行,並且見證咗呢啲好果子。– 3) 我哋都要效法佢哋,記住主點樣賜福畀我哋。[32, 15]

**3.** 人人都有一對眼、一對耳,但並非人人都聽得見、望得到;只有嗰啲有「能聽嘅耳」同「能睇嘅眼」。正因如此,主先話:*「有耳可聽嘅,就該聽。」*(馬太福音11:15) 先知又講到啲硬頸嘅人:*「神賜佢哋一個麻木嘅心靈,使佢哋眼唔見,耳唔聞」*(以賽亞書6:9;羅馬書11:8)。 所以,我哋要留心聽人朗讀,而唔好漫不經心,免得落入威脅之下,反而可以同先知講:*「主耶和華開通我嘅耳」*(以賽亞書50:5)。 因此,聽眾要留心、謙卑、得潔淨、得光明,並且歡喜;他視一切地上的事物為虛影和虛幻,好使他在聽到基督對祂門徒說:*「我不會撇下你們;我要到你們那里去」* (約翰福音14:18) 時,能歸向基督。 又有一句:*「你哋若遵行我所吩咐嘅,就係我嘅朋友。」*(約翰福音15:14)又有一句:*「再過一陣子,世人就再見唔到我,但你哋會見到我;因為我活住,你哋也要活住。」*(約翰福音14:19) 又有一段話:*「你哋喺我受苦嘅時候同我一齊,而我照樣我父賜畀我嘅,賜畀你哋,使你哋可以喺我嘅國度裏面,坐喺我嘅席上吃喝。」*(路加福音 22:28–30) 聽到呢啲說話,一個愛神嘅人每日都願意為基督心甘情願咁死。

**4.** 所有聖徒都係咁樣生活,並以呢種決心莊重咁宣示佢哋對主嘅愛。耶利米先知話:*「我跟從你從未疲倦,亦未曾渴望過人嘅生命。」*(耶17:16) 大衛先知說:*「主所賜給我的,我究竟要報答主什麼?」*(詩篇115:3)。使徒說:*「因為藉着基督,不但蒙恩得着信他,而且為他受苦。」*(腓立比書1:29)。 同樣地,所有使徒都歡喜,因為正如《使徒行傳》所言:*「他們因為主耶穌的名被辱罵,就以為榮幸。」*(使徒行傳5:41)總之,每位聖徒都透過這些呼聲,表達他們對基督主人的真誠愛慕。

**5.** 所以,弟兄們, 要留心所讀嘅內容,並以全心愛我哋所鍾愛嘅神,時刻為祂賜予我哋嘅一切福份感恩──祂喺我哋現時呼召嘅聖潔中,由起初就揀選咗我哋得救──祂使我哋得以喺正教信仰中事奉祂──聖徒嘅教導作為豐盛嘅筵席交託咗畀我哋。 所以,我哋理當照使徒嘅話說:*「神若幫助我哋,誰能抵擋我哋呢?神既不憐恤自己嘅兒子,為我哋眾人將佢交出嚟,豈不更憐恤我哋呢?神既稱我哋為義,俾人定罪我哋呢? 「基督耶穌,祂死過──而且祂已經復活──祂正坐喺上帝右邊,仲為我哋代禱」*(羅馬書8:31–34)。祂喺父上帝面前為我哋代禱,而父上帝就賜畀我哋永遠嘅國度。

## *219. 我哋要舉行紀念禮,唔單止外表上,更要喺靈裡;──要記住我哋都要離開;並且因此得著感動,為我哋嘅離去作好預備*

219. 1) 我哋要舉行紀念禮儀,唔好只係表面上,而要心靈上都參與;– 2) 謹記我哋都要離世;– 3) 並因此受到啟發,為自己嘅離世作好準備。

**6.** 昨日我哋紀念咗我哋嘅父,而且做得好合適;因為屬靈嘅兒女理當尊敬佢哋嘅父。不過,唔好以為喺紀念嘅事上,只要舉行追思儀式,然後喺肉體上搵到安慰就夠;反而,亦要喺屬靈方面搵到安慰。肉體嘅安慰,只係短暫激起情緒,就即刻消失;但係屬靈嘅安慰卻永遠滿足唔到,而且歷久常新。如果你哋有人流過眼淚,有人心生憐憫,有人心碎,咁你哋就真係好好咁敬重咗你哋嘅父親或者兄弟嘅紀念。諗返當年我哋仲有阿爸喺身邊,同我哋傾偈分享佢嘅心事;而家就想像吓佢依家喺邊度,同邊個住埋一齊,同邊個分享佢嘅心事──佢同每位離世嘅兄弟姊妹。唔係正正就係呢啲──我哋所睇見同所聽聞嘅──時刻令我哋嘅靈魂充滿驚嘆?

**7.** 咁我哋就轉念自省,諗吓:唔係好快我哋都會離開呢度,等後人記住我哋,就好似我哋而家記住先人咁?的確係咁。呢就係我哋嘅命運:我哋係凡人,唔知 tomorrow會帶嚟咩。因為,我哋嘅生命係乜嘢? ——一陣霧氣,出現片刻就消失;一朵春天嘅花,朝開暮謝。*'人如草,日子如野花,開咗就枯萎'*(詩篇102:15)。 *「人如氣,他的日子不過是影兒」*(詩篇143:4)。 *「凡肉體都如糠秕,凡人的榮耀都如田野的花」*(以賽亞書40:6); *「日頭一出,熱就燒晒,草就枯晒,花就凋謝,花容美色都消逝。」*(雅各書1:11)正如聖徒所言,我哋都會咁樣枯萎,咁樣離開呢度。呢啲就係佢哋之前講過嘅比喻。

**8.** *「但那明白的人有福;那尋索神的有人福。」*(詩篇13:2) 那每日都喺順服嘅勞苦同操勞中努力嘅人,真係有福——佢唔爭吵、唔埋怨、謙卑、行動敏捷、服侍唔懈怠、心存憂傷,並且時刻預備自己嘅離開。因為結局要嚟,佢一定會嚟,絕對唔會遲延。 可怕的死亡之日將到;那降下凡間的天使——上帝——亦會到來,並對靈魂說:「來吧,萬有之王、之神正召你前去。」但願我們能因我父的禱告而儆醒,於那時預備妥當,無所畏懼,從此離去,進入永恆的生命。

## *220. 大齋期結束令我哋與復活節面對面;但我哋整個人生,亦都與復活節面對面——唔係短暫嘅,而係永恆嘅,無可比擬地更好嘅*

220. 1) 大齋期結束令我哋與復活節面對面;但我哋整個人生亦都與復活節面對面——唔係短暫嘅,而係永恆嘅,而且好到無可衡量。 – 2) 凝視佢,回想主對佢嘅說話,並受到激勵去承擔苦行,效法聖人。 – 3) 唔好理會嗰條狡猾嘅蛇,佢用欺騙嘅方法引誘我哋走向對肉身嚟講吸引同甜蜜嘅嘢。 [32, 17]

**1.** 大齋期將近尾聲,靈魂因復活節的臨近而歡欣,好似得以歇息,並品嚐所付出勞苦的果實。 但我為乜嘢講呢番說話?——就係要提醒你哋,我哋整個人生都係向住永恆嘅逾越節,等緊佢嘅到嚟。呢個地上嘅逾越節,雖然偉大而有榮耀,但正如我哋嘅祖先所教導,佢只係嗰個逾越節嘅預表。呢個地上嘅逾越節只得一日——之後就過去; 但嗰個永恆嘅逾越節先係冇咗疾病、憂愁同嘆息,充滿喜樂、歡欣同永恆安慰嘅節日;有慶祝者嘅聲音、歡樂者嘅面容,同永遠之光嘅異象;有基督嘅祝福筵席,一張滿載永恆祝福嘅餐桌,同新嘅飲品,就係基督所講嘅: *「我實在同你哋講,從今以後,我唔會再飲呢個葡萄汁,直到嗰日,我同你哋喺我父嘅國度入面,重新飲佢。」*(馬太福音 26:29)

**2.** 至於呢個國度,當佢將要升天之前,佢對門徒講:*「我去為你哋預備地方;如果我去預備咗地方,我會再嚟,接你哋去同我一齊,叫你哋喺我所在嘅地方,你哋都可以喺嗰度。」 「你哋知道我去邊度,亦知道嗰條路。」*(約翰福音14:2–4)又喺另一段經文入面,佢又講:*「到嗰日,你哋就會明白我喺父裏面,你哋喺我裏面,我喺你哋裏面。」*(約翰福音14:20) 又喺另一段經文入面佢話:*「父啊,你所賜畀我嘅人,我都願意佢哋同我一齊喺我嗰度,好等佢哋可以見到你賜畀我嘅榮耀,因為你喺創世之前已經愛我。」*(約翰福音17:24) 為要清楚表明呢番說話唔單止講畀使徒聽,而係講畀所有信徒聽,佢又話:*「我唔單為佢哋祈求,亦為將要透過佢哋嘅話信我嘅人祈求,願佢哋都成為一;正如父你喺我入面,我喺你入面,願佢哋都喺我哋入面成為一。」* (約翰福音17:20–21)。有咩嘢比呢段說話更安慰?有咩嘢比呢段說話更有說服力?有邊個心靈畀呢段說話打動唔到?有邊個心肝畀呢段說話刺透唔到?咁嘅心,不如話係石心,唔好話係人心。 – 反思此點,聖徒們以平靜的心境忍受一切,將悲傷視為喜悅,將囚禁視為寬敞,將苦難視為樂趣,將苦行視為安慰,將死亡視為生命。 既然我哋追求嘅目標同佢哋一樣,同埋尋求同樣嘅復活節聖洗,點解我哋唔可以勇敢咁忍受所有唔愉快嘅事,唔好畀佢嘅重量壓倒,亦唔好灰心,反而要被佢激起更熱切嘅熱情呢?

**3.**至於那狡猾的蛇,它利用我們的私慾設下各種詭計,化身為光明的天使,將虛假偽裝成真實,以黑暗冒充光明,以苦澀當作甘甜,切勿理會它。 咁佢就咁呃咗我哋嘅祖先,令佢哋嘅眼睛畀迷住,將本嚟唔靚嘅嘢講到好靚,跟住又透過食嗰件事,將佢哋逐出伊甸園。 但係我哋,憑住經驗知道佢係個花言巧語嘅誘惑者,唔會容許自己畀人趕出誡命嘅樂園;當佢向我哋展示嗰個睇落好靚嘅果實,我哋唔會畀靈魂同肉體嘅眼睛停留喺度,反而要盡力避開,免得畀佢呃到。 咁,呢個咁誘人嘅果係乜嘢呢?就係肉體之愛,呢種邪惡嘅慾望係一切有害激情嘅根源;避開佢,我哋就會得救,並且被認為配得上與所有聖徒一齊慶祝永恆嘅逾越節。

### *221. 就如植物界經過冬天後開花結果,靈魂亦然,歷經匱乏、悲傷與艱難後,在屬靈上綻放並結出屬靈的果實,藉此主得著喜悅與滋養*

221. 1) 就如植物界經過冬天後開花結果,靈魂亦然,歷經匱乏、憂傷與艱難後,在屬靈上綻放並結出屬靈的果實,藉此令主喜悅並得養育。 – 2) 所以,我哋要忍受苦行生活嘅一切悲傷同艱難,好令我哋可以結出果實,用嚟令主喜悅同滋養祂:因為冇乜嘢比呢樣更福樂。 – 3) 而呢件事的確如此,主自己已經證實咗:咁我哋又點可以唔帶住一切喜樂去承擔生命中嘅每一份憂愁呢?[32, 18]

**4.** 冬天已過,春天已到,我哋見到神嘅受造之物重獲生命:植物開花,大地披上綠意,百鳥齊鳴,萬物都得到更新——我哋為此歡欣,並讚美萬有智慧嘅藝術家——神, 祂好似每年夏天都重新創造同改變祂嘅受造之物,藉此有形有體咁證明*「自從世界被造以來,祂嘅無形屬性——即係祂嘅永恆能力同神聖本性——就喺所造之物入面明顯可見」*(羅馬書1:20)。 然而,我哋唔應該只係停喺呢度,而要將我哋嘅心眼望得更遠,喺自己入面見到受造之物所發生嘅景象。——點樣呢?透過以下嘅比較:就好似呢個有形嘅受造之物嘅更新,係由冬天帶嚟,喺嗰段時間,大地同上面所有嘢都要受雪、雨同風暴嘅嚴寒侵襲; 靈魂亦復如是;若不先經悲傷、匱乏與災難之冬,則不會開花結實;但若能歷經一切,就會結出所期望的果實,並從神那裡領受祝福,如經上所寫: *「那蒙水滋潤、生出供人使用的佳美的地,必蒙神賜福。」*(希伯來書6:7)

**5.** 所以,我哋要忍受呢個將期內向我哋襲來嘅一切悲傷、一切匱乏同一切試探——無論有形或無形——包括飢渴同其他一切苦難,好叫我哋可以結出果實,並領受上帝嘅祝福; 而且,更要滋養並迎接主耶穌:就如我們喜悅看見大自然發綠、開花、結果一樣,祂也同樣喜悅看見我們的靈魂在屬靈上開花結果。 —咁,呢啲果實係乜嘢呢?*「就係:仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。」*(加拉太書5:22-23)呢啲就係祂所食用、所喜悅嘅。凡以呢種方式餵養祂嘅人,都係有福嘅,因為佢自己亦會被祂以永恆嘅福份餵養。 以呢種方式迎接祂的人有福了,因為祂也在天國裡會同樣地迎接他。如果有人在自己家裡接待一位地上的君王,會有多少喜樂和歡欣呢?——接待萬王之王、萬主之主的人,豈不更加如此?

**6.** 祂的確被接納,可從祂自己所說的話中證明:*「人若愛我,就必遵守我的話;我父也必愛他,我與父同來,並要與他同住。」*(約翰福音 14:23) 又有一段話:*「凡有我誡命的,遵守我的誡命,他就是愛我;凡愛我的,必蒙我父的愛,我也要愛他,向他顯現。」*(約翰福音14:21) ——既然應許如此,我哋不但要忍受一切,而且要歡喜樂意地去忍受,聆聽使徒所言:*「我而家為你哋受苦,反而喜樂,並且我喺我肉身所受嘅苦楚,為基督嘅身體——教會——補滿所缺嘅。」*(歌羅西書1:24) 同聖雅各所講:*「我親愛嘅弟兄姊妹,當你哋遇到各樣試煉,就當作純粹嘅喜樂,因為知道你哋信心嘅試驗 會產生恆心;等恆心發揮完全嘅作用,使你哋成熟完備,毫無所缺。」*(雅各書1:2–4)。 你睇到喺試煉中有喜樂,喺憂愁中有喜悅嗎?——聖徒就係咁樣生活;我哋都要勉勵自己照樣生活,好等我哋努力跟隨佢哋嘅腳蹤,一齊同佢哋承受天國。

### *222. 列舉咗某啲人喺大齋期尤其擅長嘅苦行美德之後,佢又補充話:「就係咁樣永遠保持,唔好隨住時間流逝而改變。」*

222. 列舉咗某啲人喺大齋期尤其擅長嘅苦行美德之後,佢又補充:「就係咁永遠保持,唔好隨住時間流逝而改變。」[3 *2, 19] 而家我哋已經嚟到大齋期嘅最後階段:正如你哋所見,佢即將結束。自古流傳落嚟嘅記載證明,喺呢個時候,嗰班喺聖城耶路撒冷城界內嘅曠野度過聖大齋期嘅蒙福先賢, 佢哋喺曠野度過咗聖大齋期,而家就將各自喺呢啲苦行中特別擅長嘅崇高美德,作為初熟果實獻畀豐盛嘅主同上帝。你哋亦都按自己嘅能力,獻上唔係微不足道、亦唔配唔起嘅嘢: 有人獻上萬德之首——愛;有人獻上神光照耀的謙卑;有人獻上基督式順服;有人獻上夜禱時不斷警醒的祈禱和詩篇頌唱;另有人則獻上特別的熱誠去從事體力勞動; 以下亦值得讚揚:制止心神不寧、節制不合時宜的目光、端莊的舉止、回答和互動時的謹慎; 我更不说什么抑制狂妄、戒除多言、节制饮食、避免贪睡、留意经文,以及最最应当放在首位的事:那蒙福且殉道者般地割除己意,这才是主在我们身上,凌驾于一切之上所要求的真正祭牲。 列出嘅每種品格都係美好而虔誠嘅奉獻;我大膽講,冇人會空手喺上帝面前出現,每個人都會帶住自己嘅善行。 你哋藉住克己修行,已經積聚咗「金、銀同寶石」——呢啲善行唔會畀將來嘅大火燒毀,唔似使徒所講嗰啲*「乾草、木柴同禾稈」*。 (林前3:12),例如鍾情罪惡、受慾望奴役、下流言論、污穢思想、暗中大吃大喝、說謊、好爭吵,以及一切類似的行為。 既然你哋喺呢幾日嘅禁食期

間已經成為咗呢啲屬靈寶藏嘅擁有者,我哋就唔好浪費佢哋;唔好因為時代變遷,或者因為環境改變,就向仇敵低頭。 任憑時代變遷,日子更迭;但你哋對神旨意嘅順服同對祂嘅愛,要堅定不移。 或者,如果你真係要改變,就只為咗變得更好──用更高嘅完美取代較低嘅完美,由一絲火花變成燃燒嘅燈,由一粒星變成月亮,由月亮變成太陽。 只要唔原地踏步,亦唔好貪慕世上嘅安逸,因為佢哋好似一場夢咁短暫,卻會令人永遠喺火中燃燒。所以我請求,就好似你哋一直以嚟都保持虔誠同愉快嘅心境,等我哋一齊慶祝Vai嘅盛宴, 並打開修道院的大門,歡迎所有欲入者,安排我們的聚會與談話,務使一切都歸榮耀於上帝;見到你的人,都能如聖保祿宗徒所言(林前3:16),說:「上帝就在你裡面,如同在祂自己的殿中。」 – 如此行,我哋亦可按上帝所喜悅嘅方式,與基督嘅受難相諧調,並以復活之光照耀,慶祝聖而大嘅逾越節。

***223. 呢件事提醒我哋一宗對眾人嚟講嘅考驗,而大家都堅毅地捱過。***

223. 1) 佢係一個提醒,記住一件特定嘅事件──一個對所有人嘅試煉,而大家都已經成功捱過。– 2) 佢解釋咗犯罪嘅誘惑點樣產生,同埋人應該點樣抵擋罪惡:例如遠離肉體嘅慾望等等。 – 3) 為咗確保唔會有誘惑,人唔可以連諗頭都返去舊日子,而要表面上嚴格遵守良好行為嘅規矩。 – 4) 最緊要唔好離開修道院。 – 5) 總括嚟講,希望你哋凡事都井然有序,合乎規矩──凡事都要喺主面前去做。──6) 大齋期已經完咗;我哋要向主獻上感謝;但我哋唔好停止自我完善。

**7.** 主在福音中說:*「西門,西門,撒但想要篩你們,好象篩麥子一樣;但我已經為你祈求,叫你不至於失了信心。」* (路加福音22:31–32)同樣的事也臨到我們這些卑微的人身上。 但係全恩典嘅神冇畀我哋受超過我哋所能頂得住嘅憂愁,反而 *「喺試探中預備咗出路,使我哋能夠頂得住」* (林前10:13)。你知我講緊乜 。我已經將你嘅弟兄所受嘅苦楚,當作討神喜悅嘅事接受咗, 有益而可讚美,正如使徒所言:*「因為神使你哋憂愁,你哋憂愁到神所定嘅程度,豈非有益? 你哋又彼此分辯,又為自己申冤,又敬畏神,又思念我,又熱心,又懲罰人,喺這件事上你哋自己就顯出咗潔淨。」* (林後7:11) 你哋嘅態度真係弟兄情深,正符合真理之道嘅要求;經上說:*「若一個肢體受苦,所有肢體都一同受苦;若一個肢體得榮耀,所有肢體都一同喜樂。」* (林前12:26)。

**8.** 但你為我思念魔鬼是何等勤勞又何等狡猾;他 *「如吼獅子,遍地遊行,尋找可吞吃的人」* (彼得前書5:8),想要擄人作他的掠物──或部分擄去,或全部擄去。 因為當佢只係部分擄走一個人,佢就唔會滿足,反而愈嚟愈貪得無厭,直到將人帶到罪中之死──即係:首先佢試圖令我哋接受誘惑,然後喺我哋心裏面孕育惡念; 佢咁樣玷污同腐蝕咗靈魂之後,就誘惑佢超越大自然嘅界限,令佢變得瘋狂、啞口同盲目,追求啲唔配得嘅嘢:向黑暗而唔係光明,向憂愁而唔係甜美,向死亡而唔係生命。呢就係誘惑者帶嚟嘅災禍。 至於我哋弟兄,要喺各樣警醒中守住我哋嘅靈魂,唔好畀魔鬼留地;要即刻驅走呢個念頭;如果我哋喺呢點畀佢得勝,最少唔好因為同情而自污;如果連呢步都失守,就唔好喺嗰種心境中逗留太耐,免得被佢引誘犯罪。

**9.** 呢啲事發生喺我哋身上,係因為過去嘅慾望同回憶。但我哋要逃避慾望;要逃避青春時期嘅回憶:因為喺想像中徘徊同停留喺嗰度,無異於令心靈返去埃及,我哋要靠內在嘅人去防範; 至於外在的人,就照使徒的教導行:*「污穢的言語一句都不可出於你们的口,只要有益於造就人的言语,就照各人所需,好叫聽見的人得益處。也不要使神的聖靈擔憂,你儂們受洗歸入基督,得着救贖,就憑着聖靈印記,直到得贖之日。」 凡苦毒、忿怒、憤怒、嘈吵和誣衊,連同一切惡毒,都當遠離你哋。要彼此和氣,存憐憫心,彼此饒恕,正如神在基督裏饒恕咗你哋一樣。」* (以弗所書 4:29–32)

**10.** 同時間,我哋要避免離開寺院,因為呢樣係導致背叛嘅原因。唉!你嘅弟兄喺院內,而你喺外面?你嘅弟兄保持沉默,而你卻在閒聊? 你哋嘅弟兄安息喺度,而你卻到處遊走?試探就由此而來;跌倒亦由此而起。羊離群之後會發生乜嘢事?豈唔會成為野獸嘅美餐?逃離弟兄團契嘅人亦復如是。但願弟兄們,這事絕對唔會發生。

**11.** 然而,凡事都要按序合宜地行在你们中间;凡事都要谨慎小心; 凡事都要在主面前去做,因為祂看見我們的隱密和公開的行為,也看見晝夜所發生的一切,以及我們身心每一個動作;因此,我們不可得罪猶太人、希臘人,或神嘅教會。──就此而言,就夠了。

**12.** 既然大齋期即將結束,就讓我們讚美那賜給我們力量,使我們得以完成它並在整個期間實踐 customary ascetic practices 的上帝。 勞苦已經結束,但獎賞仍然存在;身體已經得著潔淨,但精神卻更為

強壯。要不斷成長,愈來愈聖潔,使 *「我們的主耶穌基督降臨的時候,你们的靈、魂、體都得以完全聖潔」* (帖前5:23)。

### *224. 我哋唔好停止紀念主嘅受難同復活,免得畀自己嘅情慾所矇騙*

224. 1) 我哋要不停咁紀念主嘅受難同復活,免得畀自己嘅情慾所誘。– 2) 而家係春天,一切屬肉體嘅嘢都復甦咗:所以我哋要對付自己嘅身體保持小心同嚴謹。– 3) 我哋喺大齋期已經勞苦;但係大齋期完咗之後,我哋嘅工夫未完:我哋要一生都喺自己身上勤力。– 4) 所以,我哋就咁做啦。

**13.** 既然蒙受基督的恩典慶祝聖大齋,我們就當返工盡責,但要一邊工作,一邊紀念救主耶穌基督賜生命苦難和祂的榮耀復活;因為我們絕對不可讓這些事的記憶隨着大齋節的結束而淡忘。 但我哋要時刻銘記主嘅救贖苦難——佢嘅被釘十字架、埋葬同復活——好等我哋心念常留喺呢啲思想上,就能夠對各種情慾免疫。 但如果任何時候,因我哋一時不留神而中計,就應趕快仰望被釘十字架嘅榮耀主耶穌,醫治就會即刻照入我哋嘅靈魂。古代以色列人被蛇咬嗰陣,都望住銅蛇,就即刻得醫治 (民數記21, 11–19)。你哋好清楚,惡念就好似蛇咁咬人,將毒素注入靈魂,一旦發生,就要盡快、小心咁將佢哋清除,免得拖延令傷口難癒。

**14.** 你睇,而家係春天。春天係血嘅母親(而血係肉身嘅母親)。 *「因為屬肉體的,放縱肉體的私慾,與聖靈相爭;聖靈也是如此,與肉體相爭。」* (加拉太書 5:17)所以,強化肉體就削弱聖靈,強化聖靈就削弱肉體。 – 所以,我哋要謹慎行事,喺飲食、睡眠同其他一切事上都要嚴守節制,免得身體勝過靈魂,反而要令靈魂勝過身體。

**15.** 賽跑嘅人唔係跑咗一兩段就話係冠軍,而係要跑完成條路(並且係第一個到達指定嘅終點線)。 我哋都一樣:唔係淨係遵守大齋期或五旬節嘅規矩就已經係勝利者;我同你講,除非我哋一生都保持警醒,否則唔會逃脫魔鬼嘅陷阱,亦唔會攞到勝利者嘅獎賞。

**16.** 咁,我哋點解要一次又一次喺善行上努力,一次又一次為咗得着美德而流汗,一次又一次克制肉體,一次又一次制服身體,一次又一次驅走情慾,永遠 *「在身上帶着主耶穌的死」* (林後4:10) *「常在身上帶着主耶穌的死」* (林後3:7)。因為,當然,我們也要像我們的祖先和弟兄一樣死去,離開這生命——去到陌生的地方,看見從未見過的事。 呢個諗法好恐怖,卻令心智健全嘅人進入一種狂喜嘅狀態。– 所以,當我哋存着敬畏戰慄嘅心,要嚴守我哋嘅感官,從各方面防範虛空嘅聽聞、有害嘅視覺、令人沉醉嘅氣味,同埋一切危險嘅腳步,完全獻身於聖潔嘅神,好叫我哋討得祂喜悅,成為永恆福份嘅承受者。

### *225. 復活節已過,苦難期亦已結束;然而,復活的喜樂與主受難的紀念必須活在我们心中;使我们在有生之年,不活在自己里面,而活在为我们而死又复活的主里面。*

225. 1) 復活節已經過去,苦難期亦已結束;但復活的喜樂與主受難的紀念必須在我們心中保持鮮活;好使我們活著的時候,不為自己而活,乃為那為我們而死並復活的主而活。– 2) 所以,即使復活節已經過去,我哋都要喺屬靈嘅追求上堅持,唔好搵藉口偏離。 – 3) 佢責備佢哋,話佢之前已經吩咐唔好喺秘密地方私底下聚會,但仍然有啲人咁做;佢又教導佢哋公開聚埋一齊傾偈嗰陣應該點樣行事,同埋其他時間又應該點樣做。 – 4) 佢勸佢哋要記住已經離世嘅好弟兄,並效法佢哋,並以多米提安弟兄為例 [4, 2]

**17.** 復活節已經過去,節日亦已完結;但喜樂——或者你可以話係慶祝——卻未曾消失:因為喺屬靈上我哋應該時刻歡喜同慶祝,正如使徒所言: *「要靠主常常喜樂;我再說,要喜樂。」* (腓立比書 4:4) 聖周雖然已經過去,但願我們心中時刻保持對基督救主受難的記憶——即那主——榮耀的主——為我們被釘十字架、埋葬,並於第三日復活的記憶, 祂同我哋一齊復活,賜生命畀我哋,*使我哋呢班活住嘅人,唔再為自己活,而係為嗰位為我哋死咗又復活嘅基督活。* 好等我哋可以大膽咁,用使徒嘅話講:*我而家不再活,基督活喺我入面;我而家喺肉身所活嘅生命,係憑住對神嘅兒子——祂愛我,為我捨命——嘅信心而活」* (加拉太書 2:20–21)。而呢個聖禮要我哋得出嘅結論就係:我哋應該對世界死,只為獨一嘅神而活。

**18.** 所以,即使復活節之後,我哋都要保持清醒同警惕,禱告同懺悔,流淚同得光明,時常喺我哋身體度背負主耶穌嘅死,每日都甘願死去,並不斷喺思想上同肉體分離,轉向主,遠離肉體嘅慾望。 – 唔好講:「而家唔係大齋期」;對於有自制力嘅人嚟講,隨時都係大齋期。 唔好講:「我已經努力咗咁耐,需要休息啦」:喺呢個世上根本冇得休息。唔好講:「我好熟練美德,唔使驚」:對改變同跌落谷底嘅恐懼永遠唔可以消失,因為撒旦曾經喺一眨眼之間,將好多原本熟練美德嘅人扔落罪惡嘅深淵; 所以 *「以自己*

*站得穩為安,要小心,免得跌倒」*(林前10:12),而自以為守得好好嘅人,要小心,免得完全冇咩防備。 所以,我哋要時刻警醒守望,喺睡眠、飲食同其他一切事上嚴守節制,好令身體時刻受得住 ,唔至好似匹年輕嘅小馬,會跳起嚟將我哋拋入罪惡嘅急流。

**19.** 最近一次講道中,我勸過你哋唔好孤立自己,或者獨自去偏僻嘅地方,但係你哋當中有啲人又再去咗。*你哋想要乜嘢? 我要係拎住棍嚟,定係帶住愛心同溫柔嘅心靈嚟?*(林前4:21) 我用盡各種方法勸過你哋,但你哋都唔聽;你哋親眼見到你哋嘅弟兄為此受懲罰,但你哋仍然唔肯自制。要小心,免得有人跌入同樣嘅罪中。 呢啲勸勉唔係徒然,亦唔係到處都講。*因為「神唔係亂哄哄嘅神,乃係和平嘅神」*(林前14:33)。*要「凡事都要規規矩矩、按次序而行」*(林前14:40),好叫神喺凡事上都因我哋得榮耀。 無論從各處而來嘅弟兄,都要留意自己坐喺邊度、點樣坐,同埋點樣行徑——唔好以為有自由 licence 想做乜就做乜,而要當自己係受聖靈約束;唔好以為冇人睇住,而要當成主睇住你,祂見到你嘅每一個動作同每一個行為; 唔好似無定向咁到處遊走,而要好似喺旅程中都得安息咁;要專注你哋嘅勞作、禱告同詩歌讚美;唔好為咗銀錢貪心喺呢度積聚嘢,而要知足常樂。 因為主自己說:*「我必不離棄你,也不丟棄你。」*(約書亞記1:5)使我們每一個人都可以大膽地說:*「主是我的幫助者,我必不懼怕人對我作什麼。」*(詩篇117:6)。

**20.** 記住你哋嘅弟兄,*效法佢哋嘅信心,仰望佢哋旅程嘅終點*(希伯來書 13:7)。就係呢位我哋所讚頌、紀念喺聖徒之中嘅蒙福多米提安。佢付咗幾大代價?佢過咗一種點樣嘅生活? ——他靠什麼勞苦和行為得著了他的永恆產業?他按肉體是貧窮卑微的人;但因為他選擇了美德,並且愛神,神就照聖經的話高舉了他:*「高舉我的,我必高舉;藐視我的,必被貶低。」* (撒上2:30)。我哋應該為呢啲弟兄歡喜快樂。但如果我哋唔自己出一分力,又有咩用?我哋按自己能力所出,就可以同聖徒一齊承受喺我哋主基督耶穌裏面嘅份。

## *226. 當我哋喺世上生活嘅時候,就要行事為人,好叫嗰啲急於誣衊我哋生活方式嘅人自覺啞口無言*

226. 1) 我哋喺世上生活嘅時候,要行得咁樣,好叫嗰啲急住想誣衊我哋生活方式嘅人無言以對。 – 2) 我哋咁做嘅動機,就係出於激勵所有聖人嘅對主之愛。 – 3) 如果我哋有時會屈服於情慾,就係因為我哋對主嘅愛變得溫吞,所以我哋要更新同加強呢份愛。 [4, 3]

**21.** 我哋呢班卑微嘅人,見到你哋每年都嚟,都喜形於色,就好似慶祝第二個復活節咁。但就好似你哋帶嚟塵世嘅禮物——各人照佢手頭搵到嘅嘢——咁我哋亦都好似交換咁,會送上屬靈嘅禮物。 – 所以,我奉我主耶穌基督的名懇求你:行事為人要配得上修道生活的召命,配得上所承認的信仰,配得上我們為主所忍受的迫害, *「使你哋喺世人面前行事端正」,好叫「那啲誣告你哋作惡多端嘅人」*,喺見到你哋端正嘅行為時,自覺羞愧(彼得前書2:12)。 我哋要努力,為咗自己,亦為咗反對真理嘅人,以有秩序同堅定嘅方式度我哋嘅生命,彼此相處要保持良好品行,喺我哋嘅善行中要受健全原則嘅指引。 無論我哋喺教會聚會,都要遵守使徒嘅規矩。使徒話:*「你哋中間,若有人有詩,有教導,有方言……但凡事都要造就人」*(林前14:26)。 或者我哋因事出門,就當虔誠咁行,好等一種恩典好似照喺我哋面上,去造就見到我哋嘅人;或者同女士傾偈,就要全神貫注咁同佢講,謙卑咁避開目光,免得畀荊棘同箭射入我哋心入面。

**22.** 總之,*凡事*都要*「為那愛我們、為我們捨命的上帝的榮耀而行」*(加拉太書 2:20)。祂的愛使愛慕者達到忘我的境界,令他不再屬於自己,只屬於所愛的人:這種狀態也可在那些情感上或肉體上自我沉溺的人身上見到。 – 當丈夫愛佢嘅妻子,佢就將自己全部都交畀所愛嘅人,好似只為佢而呼吸,日日夜夜都夢住佢。就算你指住太陽畀佢睇,佢都唔願意望,只願意望住佢所愛嘅人;就算有人請佢食飯,佢都唔願意食,因為佢只想同佢唯一所愛嘅人一齊。 – 但有咩比我哋嘅主基督更美?有咩比佢嘅喜樂之愛更甜?佢唔係*「在美德上勝過人子」*(詩篇 44:3) 咩?佢唔係*「甜蜜,且係一切所願」*(雅歌 5:16) *咩*? 為咗示呢點——即係佢哋對祂嘅熱愛——聖徒就大聲呼喊:有啲人講:*「好似deer s 渴慕溪流,我嘅靈都渴慕你,哦,神啊!」*(詩篇41:2); 又如經上所言:*「神愛我們,將這服侍托付給我們,因為一人為眾人死,眾人都死;並且基督為眾人死,使凡活著的人不再為自己活,而活給那為他們死而復活的人。」*(林後5:14–15)。「你睇吓神點樣愛咗世界!又睇吓聖徒點樣強烈而無可抗拒咁愛祂!」

**23.** 至於我哋,因為我哋冇熱誠咁愛祂,就畀惡念同肉慾纏住,結果遇到嘅就唔係喜樂,而係憂愁;唔係甘甜,而係苦澀;唔係平安,而係焦慮。 ——但我哋要醒返嚟,兄弟姊妹,要淨化我哋嘅靈魂,除掉呢啲

有害嘅慾望,好等基督可以住喺我哋入面:因為有純潔嘅地方,就有基督。呢就係蒙福同渴望嘅生命;我哋若以呢種方式生活,就會透過我哋主耶穌基督承受天國嘅基業。

### *227. 透過禁食,你哋已經積聚咗屬靈嘅福氣;而家要努力保持佢哋。*

227. 1) 透過禁食,你哋已經積聚咗屬靈嘅福氣;而家要盡力保守佢哋。– 2) 為咗呢個目的,唔好大意,要緊貼自己,保持警醒謹慎。– 3) 避免一切引致罪過嘅機會,把守好自己嘅情感,最緊要係淨化自己嘅心思意念。 – 4) 如果你唔咁做,就會跌入罪中;而罪已經對我哋造成幾大傷害,而且仲繼續傷害我哋?[4, 4]

**24.** 節日過後,時機召喚我哋重返討論同平時嘅教導;我就熱誠咁去做,因為我知道自己係為呢件事而被揀選,如果我唔用盡全力向你哋宣講真理之言,就有禍啦。——咁,我而家應該同你哋講啲乜嘢呢?我會講,就好似之前聖大齋期間一樣,你哋每一個人好似將屬靈嘅財富寄存喺安全嘅港灣,咁樣就進入咗聖復活節,帶住好多美好嘅德行收穫,例如:禁食、守夜、祈禱、勤力同其他虔誠嘅工夫: 所以而家,你哋嘅關心同顧慮——唔只係其中一兩樣,而係全部——就要係點樣保持住呢啲一切。

**25.** 因為人唔可以以為喺一個可見、實體嘅港灣入面發生嘅事,就同喺一個屬靈嘅港灣入面一樣。喺嗰度,一旦有人入咗港灣安頓落嚟,就會放縱自己,唔再作嘢,亦唔理海浪嘅騷亂同其他災難性嘅意外: 相反,喺呢度,因為肉體得以安息,情慾更加瘋狂,惡毒嘅靈更加無法控制,好似暴風雨咁:淫亂嘅靈、貪食嘅靈、貪婪嘅靈、懶惰嘅靈、憂愁嘅靈、驕傲嘅靈。喺呢種情況下,真係好應該擔心,就算喺港內都可能沉沒。 聖大衛曾對烏利亞之妻輕佻一瞥,讀者都知道他因此受了怎样的苦楚(撒下11:1、4);*「雅各吃飽又滿足,就棄掉所愛的人。」* 聖經如此記載(申命記32:15);有人行事魯莽,被慾望所吞噬,就生出不義。

**26.** 聽到呢度,要留神;避開一切可能引致罪惡嘅地方同景象;用嚴格嘅規矩約束你嘅眼、耳、嗅覺、味覺同觸覺,亦要約束你嘅飲食同睡眠,免得情慾嘅浪潮淹沒咗你。 你亦要明白,航行感官之海者,難免暴風同動盪;但跨越心海者,則可主宰一切風雨同晴朗。 因為如果佢有勇氣咁驅走唔雅嘅念頭,就會充滿寧靜,聖靈會成為佢嘅同路人,就好似聖阿爾瑟尼烏斯嘅傳記入面所講咁。 但凡放縱自己感官,任憑慾望如潮水般湧起,就自找最惡劣的風暴;若不及時制服激動的思緒,終會悲嘆道:*「將我拋入海深,任暴風淹沒我吧!」* (詩篇64:3)。我所指的就是:讓善念佔上風,讓較善的不可被較惡的打敗;讓聖靈掌權,並被引向最美好之處。

**27.** 難道你唔知道罪惡帶嚟咗咩?佢唔係帶嚟咗死亡喺世上?佢唔係荼毒咗大地?佢唔係由世界開始直到而家,用墳墓充滿咗宇宙?——因為人喺違犯誡命之前,本係不朽嘅? 當最初受造者仍然堅定不移地遵守所賜給他的命令時,以上所講的這些事還未曾發生。他成為永遠的折磨之因;他引燃了gehenna 那滅不盡的火;他成為無盡之蟲的食物;他使曾經尊貴的人,變得如無知之獸。 既然佢咁災禍深重同致命,我哋要盡全力遠離佢;並且揀選美德,因為美德可以將人改變成天使,抵抗魔鬼,驅走一切慾望,最終獲得天國作為賞賜——願我哋都能夠透過主嘅恩典同慈愛達到呢個境界。

### *228. 唔好大意:因為死亡永遠喺身邊;死後就有審判同報應*

228. 1) 唔好大意:因為死亡永遠都喺身邊;死後就有審判同報應。– 2) 如果服侍世上君王嘅人,都係驚惶之中努力去完成一切,無論大事細事,咁服侍天上之王嘅人,豈不更加要咁做?– 3) 所以,我哋要勤力咁去做一切,無論係喺崇拜定係順服上;最緊要係,我哋要彼此和睦,並且真誠咁去做。 [4, 5]

**28.** 呢段短暫嘅生命唔應該令我哋生厭懶、懶散或者冷漠,反而要激發我哋嘅熱誠,同埋最誠懇嘅努力去討好上帝,因為我哋隨時都離死亡好近。 無論僕人見主,或使者奉差向差遣者覆命,都決不自恣放鬆,反而專注到幾乎失常。 我哋又何異於此?我哋都正接近我哋嘅主——或者更準確嚟講,主正接近我哋——同祂可怕嘅審判,喺祂面前,我哋都會赤身露體,交待自己生命嘅帳,然後要接受永恆嘅國度或者永恆嘅刑罰。 當我哋反思呢件事,有邊個可以肆無忌憚?唔係人人都應該被一種比火更猛烈嘅熱誠所燃燒,去成就佢哋主人嘅旨意,免得最終好似嗰個被捆綁起手腳,趕出婚筵嘅僕人?(馬太福音22:13)。

**29.** 如果呢啲例子都未能令我哋心生恐懼,就等我哋試下將未來同而家發生嘅事作比較,更生動咁想像未來。難道我哋唔見到王嘅仇敵點樣喺地牢入面受折磨,有啲人畀鞭打,有啲人畀流放,有啲人畀剝目,仲有啲人差啲就俾人奪去性命? ——但就算係冇犯過任何錯嘅人,都係帶住幾分驚恐戰兢喺佢面前,被差去打仗同做其他艱苦嘅差事?冇人違抗佢,冇人唔聽佢話。 如果連一個凡人嘅君王都係咁,豈不

是更加要對嗰位不朽嘅萬王之王、萬主之主存敬畏戰兢嘅心,除咗照所吩咐嘅去做,唔可以做其他嘢?你聽神嘅話點講?—— *「難道你藐視祂豐盛嘅慈愛、寬容同忍耐,唔知道祂嘅慈愛要引你悔改?」　但因你硬心,不肯悔改,就為自己積蓄忿怒,等到神審判公義之日,祂必照各人所行的報應他們」*(羅馬書2:4–6)。

**30.** 願這成為我們的警告; 並要我哋每日都全神貫注、自我警醒,一聽到號角就即刻精神抖擻咁起身,趕走瞌睡;喺靜室同埋大家聚會時虔誠禱告之後,各人就返自己崗位——靜室助理留喺靜室,廚房助理留喺廚房,其他人就各就各位: 無論在何處,都不可有埋怨、不順服、喊叫或衝突——亦不可懷有惡意,暗中藏於心,表面上裝作和平,卻心存怨恨;一旦有機會,就如毒蛇出洞般攻擊,或如報復心強的駱駝般行仇。 — 一次冒犯已經發生,並已過去。但有真誠的悔改或寬恕嗎?不可再任憑心思意念燃起,也不要被誘惑去 *「以惡報惡,以怨報怨」。相反,要祝福人,因為你被召如此行,好叫你承受祝福。　凡是想要愛生命、見到好日子的人,要守住口,遠離惡言,舌頭要鎖住,不说謊言。　「要人唔以惡報惡,唔以辱罵報辱罵;相反,要祝福人,因為你哋就係為咗承受祝福而蒙召。」「人若想享受生命,見到好日子,就要守住口,唔出惡言;守住舌頭,*唔講諂媚話。」

### *229. 萬有受造之物都為基督復活而慶祝,以花卉裝扮,散發甜美香氣;我哋亦當慶祝呢個節中之節,從自己散發出屬靈香氣,因為我哋已透過各種美德喺內心培養出呢種香氣*

229. 1) 萬有因花朵而裝飾,散發出香甜的芳香,慶祝基督的復活;我們也當慶祝這諸節之首,從我們自身散發出屬靈的香氣,因為我們已藉着各種美德的結合,在內心預備了這香氣。– 2) 但係喺呢啲日子,我哋更應該散發出正教嘅香氣,因為面對破像運動,連主自己都為之羞愧。– 3) 所以,我哋要堅守真道,散發出美德生命嘅香氣。[4, 6]

**31.** 在基督復活節的時候,萬有彷彿脫去一種死寂——那悲傷嘅冬日外衣——重新綻放,好似重新得生:大地披上綠意,樹木長出新葉,動物喺度蹦跳玩耍,海面平靜,一切都化作更美好嘅狀態。 – 但點解會諗起呢件事呢?– 原因係:如果連冇靈魂、冇聲線嘅受造之物,都喺最光榮嘅復活節咁大喜樂,並換上咁節日化嘅外觀,咁我哋——蒙受理性同　,神嘅形像——豈不更加應該以美德裝飾自己,散發出香氣四溢嘅靈魂? – 因為,誠然,那以美德裝飾自己的人,就如同基督的香氣。正如使徒所見證的,他說: *「因為我們在得救的人中,向神散發出基督的香氣;在灭亡的人中,发出死亡的气味;在得救的人中,发出生命的气味。」* (林後2: 15:16)。喺呢方面,都可以咁講,亞當喺違犯誡命之前,因為蒙賜不朽同不腐爛,並沉浸喺天上嘅默想之中,對上帝嚟講就係一股香氣。就好似任何真係繁花似錦、香氣撲鼻嘅樹木,佢被種喺樂園入面,散發出美德。 我哋亦可喺呢度回想起,先祖以撒喺佢仔雅各身上聞到陣陣香氣,就準確咁講: *「呢個就係我仔嘅香氣,好似主賜福嘅塊田嘅香氣」* (創世記27:24),佢肯定係以屬靈嘅意思去理解呢種香氣。 —— 所以,弟兄姊妹們,我們也要散發出屬靈的香氣,並要像一位精巧的調香師,在我們裡面藉著各種美德的結合去調配它。 如此嘅沒藥蒙福;如此嘅沒藥討神喜悅;如此嘅沒藥吸引天使,驅走魔鬼;被呢種沒藥吸引嘅純潔靈魂,就跟隨主基督嘅腳蹤,正如《雅歌》所唱(1:2, 3)。所以,必須永遠都係咁。

**32.** 但係而家,我哋首先要令正統信仰喺對抗破像派不敬嘅情況下大放異彩。破像派大叫:「上帝無形,冇可能畫出祂嘅形象。」—佢哋以為自己講緊好有智慧嘅說話,卻唔知自己講緊乜。—噢,愚蠢嘅人哪! 你承認主耶穌係神咩?我估你會話:「係。」—咁就聽吓佢自己點講:當佢復活之後向聖使徒显现,並以佢無可言喻嘅卑微,將救恩信仰最深奧同最奇妙嘅奧秘啟示俾佢哋,佢就觸摸食物, 以證實佢復活嘅真實,雖然佢聖潔嘅身體復活之後已經唔需要呢啲——佢食嘢同飲嘢,係可以摸到嘅;對嗰啲以為佢係靈嘅人,佢就講: *「你睇吓我隻手同我隻腳,就係我本人。摸摸我,睇吓;鬼冇肉同骨,但你睇吓我有。」* (路加福音24:39)——一個反對聖像嘅基督仇敵會點講?主真係有肉同骨咩? 咁佢可唔可以被畫成聖像?——如果後者唔可能,咁前者就從來都唔存在。但佢話自己有肉身,佢自己——無論係默許定係含蓄——都證明佢可以被畫成聖像:因為呢兩樣特徵係互相假設嘅。 點解呢班偶像破壞者,好似摩尼教徒咁, *要「受刑罰,同受永恆嘅毀滅」*,正如經上所寫(帖後1:9)?

**33.** 然而,弟兄姊妹們,我們在正統教義中,相信我們可以喺聖像中見到我們的主耶穌基督並敬拜祂,且心存平安, 我哋就要將所有熱誠都用喺過一個配得上我哋信仰嘅生活——純潔、無可指責、無瑕疵——咁我哋就唔會喺兩邊跌倒,而係能夠喺兩者之間嫻熟地行,從而達到天國。

***230. 反思升天的主如何將我哋嘅本性高舉得咁崇高,我哋就唔好畀一個唔配嘅人生污糟佢。***

230. 反思我哋嘅本性因升天嘅主而獲得咗幾咁崇高嘅位格,我哋就唔好畀一個唔配嘅生命去玷污佢。 [4, 7] 對我們而言,即將到來的節中之節──我們救主耶穌基督的升天──是一個偉大而超自然的奧秘:因為我們的本性被提升到可見諸天之上,正如經上所寫:*「神,祂有豐盛的憐憫…… 祂使我哋──本來因過犯而死嘅──同基督一齊活咗過嚟……又同祂一齊復活,喺基督耶穌裏面同坐天上嘅位*(以弗所書 2:4–6), *「並坐在祂右邊,遠超過一切執政的、掌權的、有能的、和今世並來世一切的名號;又將萬有服在他的腳下;並將他安置作萬有之首,為教會,」* (弗 1:20–23)。你睇吓,人嘅本性被提升到幾咁榮耀嘅地步?唔係由地到天咩?唔係由必朽變為不朽咩?有幾多人努力想做一個塵世、必死君王嘅朋友?但係我哋──*「從前與神隔絕,因惡行成為仇敵」* (西1:21),不但藉着我主耶穌基督與父神和好,而且得以升到子嘅地位。而家我哋嘅本性已經喺天上,畀一切有形無形嘅受造之物所敬拜。呢就係我哋慈愛上帝對人類無可言喻嘅愛嘅偉大之處! 保羅反思此事,知道這超乎我們心思所及,就禱告說:*「我們主耶穌基督的神,……賜給信的人智慧和啟示,使他們得以認識他……。」 好叫佢向我哋顯明祂呼召嘅盼望係乜嘢,聖徒承受祂榮耀嘅產業有幾豐富,同埋祂向我哋呢班信徒所施嘅能力有幾超乎尋常──就係祂喺基督身上所顯示嘅大能*(以弗所書1:17–21)。 ──但正正就係咁發生㗎!──祂──嗰位至福者 ──透過童女出生嚟到我哋中間;祂順服大自然嘅律;祂釘喺十字架上,*將「我哋債務嘅手寫條例」釘喺上面* (西2:14),降到地底深處,醫治了肉體的軟弱,又因在祂身上恢復了人性,從死裡復活,最後以榮耀升天,在父神面前作為我們的中保──總之,這聖節的意義即在於此! ──當我哋默想呢一切,並認清我哋就係基督嘅身體,就當我哋虔誠咁尊崇呢份恩賜;保持我哋嘅高貴;唔好背叛恩典,亦*「唔好將基督嘅肢體變成放蕩嘅肢體」* (林前6:15),更何況我哋要喺思想同行為上潔淨自己;更何況我哋要棄絕嗰啲與靈魂為敵嘅肉體情慾,*將「我哋生命嘅寶藏」*安全地藏喺自己裏面 (彼得前書2:12)──一個和平、柔和、順服、卑微、有次序的生活──這確是一個有福的生活。 至於享樂、娛樂、笑鬧同放縱,就留畀嗰啲貪圖肉體享受同貪愛生命嘅人啦;佢哋雖然見到,卻唔見到;雖然聽到,卻唔聽到,因為佢哋嘅心硬化咗,耳仔遲鈍咗,以至於分唔清善惡、光暗、生命同死亡。 至於我哋呢班弟兄,就當緊守住*嗰個「我哋所站住、並以神榮耀嘅盼望而自誇」*嘅信仰告白 (羅馬書 5:2);我哋要從聖徒嘅苦行中汲取靈感──當中包括我哋而家所頌唱嘅蒙福者巴科米烏斯──並且要眼明、耳聰、心志堅定,善用我哋所有肢體,好叫我哋按應許成為永生嘅繼承者。

***231. 主嘅升天,令我哋嘅本性都得着高舉:我哋要尊崇呢份恩典嘅偉大,並以各種美德裝扮自己***

231. 1) 主嘅升天,我哋嘅本性都得着高舉:我哋要尊崇呢份恩典嘅偉大,並以各種美德裝扮自己。– 2) 凡不如此者,就唔係基督嘅肢體:所以,凡被任何情慾奴役嘅人,要悔改,效法祂;凡有時受情慾衝動困擾嘅人,要趕快喺任何時候恢復佢哋嘅屬靈寧靜。– 3) 快啲行動;因為死亡永遠咁接近,死後就係未曾悔改者嘅審判。[4, 8]

**1.** 我哋慶祝主嘅升天,呢個係我哋主耶穌基督道成肉身工作嘅最高峰。祂照父嘅旨意成就咗一切,就以榮耀升天,並且同祂一齊復活,將我哋安置喺天上,坐喺祂聖潔嘅肉身裏面。 *「祂榮耀的豐富,和祂大能的超越」*(以弗所書1:18–19),祂使我哋卑微又渺小嘅本性升到神聖嘅王座,並使所有天上嘅權柄都敬拜祂。 當我哋反思呢一切,就當存敬畏同敬虔嘅心,虔誠咁尊崇呢份恩典嘅偉大,並作為基督嘅肢體、祂嘅同承繼者,以配得嘅方式生活, *「在純潔、知識、忍耐、恩慈、聖靈、真誠的愛、真理的道、和神的權能中」*(林後6: 6:7),以盡各樣的順服、敬虔、勤力並謹慎,不說不合宜的話,也不作違背命令的事。

**2.** 所以,玷污自己身體的人,就不再是基督的肢體;懷有惡意的人,就不再是基督的肢體;被任何其他情慾所控制的人,都不再是基督的肢體;因此,他們也不配領受聖事。 因為使徒說:*「人要先察驗自己,然後才可吃那餅、喝那杯;因為無論不吃餅、喝杯的人,若不分辨主的身,就吃了得罪,喝了得罪。所以,在你們中間有好多人軟弱、病快,而且有好多人已經睡了。」 因為「若果我們自己審判自己,就必不被主審判;但主審判我們的時候,祂不過是管教我們,免得我們和世界一同被定罪」*(林前11:28–32)。所以,我們要使自己配得,潔淨自己,好叫我們真能成為基督的肢體,並得以配儀參與聖事。 – 然而,如果因為疏忽,我們被惡慾、憤怒、嫉妒、仇恨,或者其他任何神所憎惡的事所勝,就讓我們不要驚訝。 但願

我哋快快回復到從前良好嘅心境,醒返過嚟,唔好留戀喺呢種罪惡中;因為喺呢件事上故意拖延,就會招致無可推諉嘅定罪。

**3.** 而且,死亡會唔會突如其來呢?──就係琴日,我哋探望咗一位病咗嘅主教,見到佢好痛苦,發燒燒到骨瘦如柴,目光四處飄移,喺處處都搵唔到幫助。 我哋唔會隨時都受到同樣嘅命運咩?——而呢啲折磨同將來嘅刑罰相比又算得乜?只不過係一場夢、一個影子啫。嗰把火永遠唔會熄,嗰條蟲永遠唔會死,黑暗永遠唔會散,捆綁永遠唔會鬆開,咬牙聲永遠唔會停,其他所有折磨都係永恆嘅。 弟兄們,如果我哋認真反思呢件事,就會唔再有慾望、嫉妒、憤怒、好批判人、好造謠,亦唔會做其他惡事; 反而,我哋要保持和平,保持良好嘅態度,心存悔意,行善,照神嘅命令彼此相愛,並且以熱誠同樂意嘅心去行一切所吩咐嘅事,好叫我哋可以避免永恆嘅刑罰,得着永恆生命。

## *232. 主應許要差遣另一位安慰者:呢件事喺五旬節應驗咗;呢件事真係一件大事*

232. 1) 主應許要差遣另一位安慰者:呢件事喺五旬節應驗咗;呢件事真係一件大事。– 2) 咁我哋要點樣回應呢? 我哋要承認君王嘅威嚴;要被激勵去做一切善行,並且反對一切屬乎情慾同肉體嘅事;因為喺嗰啲事入面只有苦毒,而所有安慰只喺神度先搵到。– 3) 所以,我哋要遠避一切唔似祂嘅嘢。

**4.** 我哋慶祝五旬節同聖靈降臨,主就講:*「你哋有呢個福,因為我要離開;我若不離開,安慰者就唔會嚟到你哋;但我一離開,我就會差佢嚟到你哋。」 「祂來的時候,要引導你進入一切真理。」*(約翰福音16:7、13)這何等大的應許!何等大的榮耀賜給我們!祂應許不是差遣天使,也不是差遣人,而是差遣與自己同質的聖靈。 於是,道成肉身嘅獨生子完成咗父所交託嘅工作之後,升返天,聖靈就降臨──唔係另一位神,絕對唔係!──而係另一位安慰者,就如經上所寫。噢,對人類嘅愛啊,真係難以言喻! 神自己就係我哋嘅安慰者。祂安慰嗰個憂傷痛苦嘅靈魂,喺艱難嘅處境中令佢唔至失喪信心,正如聖使徒所見證,話說:*『外面雖然有爭戰,裡面卻有懼怕;但安慰卑微者嘅神,就安慰我哋……』* (林後7:5)。祂安慰那因魔鬼恐懼而驚駭的心,並藉着大膽的盼望,將它提升到無堅不摧的勇氣,正如大衛聖人所見證的:*「主啊,你幫助了我,安慰了我」*(詩篇85:17)。 – 祂安慰那受困擾的心,確證它已蒙賜與神和好及安寧,正如使徒所見證的,他說:*「我們藉着基督勸戒你们,好似神藉着我們懇求一般;我們藉着基督勸戒你们,與神和好。」*(林後 5:20)。 – 你見到呢份量度唔到嘅憐憫嗎?你見到呢份無可比擬嘅恩賜嗎?獨生子喺父面前為我哋代禱,正如經上所寫:*「那坐在神右邊的,也正為我們代求。」*(羅馬書8:34)喺呢個地上,聖靈用好多方式安慰我哋。

**5.** 既然如此,我們又當為此向主獻上什麼呢?──我們所剩的,就只有接過詩篇作者之口,高聲呼喊說:*「我一切的骨頭都說:『主啊,主啊,有誰能像你呢?你救窮人脫離欺壓他之人的手,又救困苦人脫離搶奪他之人的手。』」*(詩篇34:10) 又再有:*「我嘅幫助嚟自造天造地嘅主」*(詩篇123:8)。再者:*「如果主冇幫助我,我嘅性命早就被埋葬」*(詩篇93:7)。 又有一句:*「主係我嘅幫助者,我唔會驚人對我做啲乜。」*(詩篇117:6)既然我哋有咁嘅安慰者──聖靈;有咁嘅無敵力量、偉大守護者──上帝;亦有同路人,我哋就唔好驚仇敵嘅恐嚇,亦唔好畀對立勢力嚇倒, 但有祂作我哋嘅幫助者同戰友,我哋就會勇敢堅定咁衝入苦行同懺悔嘅爭鬥,日復日堅持,唔會畀蛇嘅誘惑所騙,亦唔會喺佢無休止嘅攻擊下灰心;我哋會熄滅嗰種充滿我哋靈魂之屋嘅火──肉體之愛。 我向你保證,呢樣唔係快樂,而係一種危險嘅病;唔係甘甜,而係心智嘅瘋狂同邪惡嘅黑暗。凡係制服咗肉體嘅瘋狂、洗淨咗佢嘅污穢,並以全心緊貼住唯一嘅神──祂係最甘甜、最可欲者──嘅人,就明白呢點。 – 凡是達到此境者,雖然身處肉身之中,卻超乎肉身之上;雖然身處世上,卻超乎世界之上;他們既居於此,又超越可見之境;在他們裡面,聖靈的和煦微風所激起恩典的浪潮,盡可能地將心靈充滿寧靜。

**6.** 既然如此,我們為何要任憑對享樂的愛勝過我們,將我們扭曲到如此地步,並深刻地改變我們,以致我們低頭向塵土、向血肉卑躬,從而與我們至善的神完全疏離?──因此,我們要逃離每種情慾:我們要逃離金錢之愛,它是背叛的源頭; 我哋要逃避無信心,因為佢令我哋同主嘅交通斷絕;我哋要逃避其他一切慾望,無論佢喺我哋靈魂入面以乜嘢形式出現──憤怒、嫉妒、仇恨、驕傲、自以為是,同埋孤立:免得死亡喺我哋未準備好嘅時候搵到我哋,將我哋同神隔離; 而與上帝疏離,就等於與天國疏離。凡不作討神喜悅之事者,無能倖免。願我哋得以逃脫那預留給背叛者嘅將來忿怒;我哋要開始無休止地討神喜悅,潔淨自己,更新我哋嘅靈魂。振作起嚟!主與一切呼求祂嘅人同在。

***233. 諸聖瞻禮日。– 佢哋係邊個?所有殉道者:有啲係用鮮血殉道,有啲係透過自我犧牲。***

233. 1) 諸聖瞻禮日。– 佢哋係邊個?所有殉道者:有啲係用鮮血殉道,有啲係透過自我犧牲嘅行為。 – 2) 我哋都算係佢哋其中一員:我哋嘅暴君(即慾望、激情嘅人同魔鬼)要求我哋背棄上帝,投靠佢哋;但我哋唔肯,所以要承 受外在匱乏同內在掙扎嘅痛苦。– 3) 但願我哋堅持到底;咁我哋就會被認為配得上殉道者嘅福份。 [4, 10]

**7.** 我哋蒙受恩典,慶祝眾節之首──聖五旬節;而家全聖瞻禮就擺喺我哋面前。──今日有幾多、又係咩類型嘅聖人被紀念?有邊個可以數盡天上嘅星星或者海邊嘅沙? – 神嘅聖徒、見證者同殉道者多到數唔晒,佢哋忠心咁抵抗反對真理嘅暴君嘅敵意力量,以勇氣同喜樂忍受各種酷刑──火、刀劍、野獸、車輪、鐵爪同一切邪惡所能諗到嘅方法, 視其折磨為安慰,視鮮血的流淌為喜樂──並憑此信念,踏於烈炭之上,以血息滅熊熊火刑,以凡人之軀行出超越凡人之能耐之事,藉此令暴君與君王心生恐懼──所作何見證? ──證明耶穌基督係上帝嘅兒子,而永生係透過佢嘅名賜畀人,就如經上所寫。但係,捨命嘅人係唔係唯一嘅見證者?──唔係; 同樣,所有過着神聖生命嘅人,聖使徒就講佢哋*「披着羊皮和山羊皮,流離失所,受苦受虐──世人唔配得佢哋──喺曠野、山嶺、洞穴同地下嘅岩穴度漂泊」*。 再後面啲就講:*「既然我哋被咁多見證者嘅雲彩圍住,就當脫去一切惡行,同埋成日纏住我哋嘅罪,忍耐咁跑完面前嘅賽跑,望住我哋信嘅創始者同成全者──耶穌。」*(希伯來書11:37–38;12:1–2) 你睇吓佢點樣稱呼所有熱愛虔誠、自願以忍耐承受憂患人生嘅人──殉道者?

**8.** 因此,弟兄們,我們也數算在殉道者的大軍之中:因為我們愛慕並忍耐地行那背十字架生命之苦路,並守住貞潔的誓約,不否認那擺在我们面前順服的種種爭戰,我們就見證說,耶穌是基督,是神嘅兒子, 我哋作見證,宣告有審判同報應;我哋作見證,宣告我哋要喺基督嗰可怕審判台前交代自己嘅所作所為,點樣堅守陣地,對抗魔鬼──基督嘅仇敵,佢用邪惡念頭同致命慾望嘅誘惑折磨同鞭打我哋,強迫我哋背叛上帝。 誠然,凡被不法的思念和情感荼毒,而順服並跟隨仇敵的人,就以他們的行為和態度宣稱,對他們而言,神並不存在,正如大衛所言:*「愚頑人心裡說:'沒有神'」*(詩篇52:2)。 因為除非敵先喺人嘅心靈入面種下對上帝嘅遺忘──或者可以話係一種對祂嘅背棄──否則佢就無法令心思傾向肉體嘅慾望、放縱犯罪、酗酒、淫亂、大宴、貪婪、偶像崇拜,同埋其他各種不當嘅行為; 但當佢喺呢件事上成功之後,佢就奪取呢個靈魂,將佢從神度撕離,同自己一齊拋入永唔熄嘅火中,受永遠嘅折磨。呢種欺騙有幾咁可怕,帶嚟嘅結局有幾咁可畏呀!

**9.** 但我哋作為基督嘅見證人,仍會發出美好嘅見證;我哋仍會繼續宣認真道,同眾聖徒一齊歡喜,因為我哋被認為配得為基督作見證,冇向巴力下拜──即係話,冇向肉體嘅慾望同其他罪中之樂屈服; 我哋唔會信敵人嘅詭計,當佢想令我哋放棄順服嘅時候,我哋會英勇抵抗,雖然會被擊倒,但唔會被打敗。──如此殉道所結的果效是什麼?要知道:那在眾人面前為祂作見證,並為真實的見證忍受難以想像的折磨的基督見證人,將在將來的時代裡被宣佈為祂的同承繼者,正如使徒所說:*「當那生命──基督──顯現的時候,你儂都要同祂在榮耀裡顯現。」* (西3:4)。與佢哋一齊,願我哋能堅持到生命盡頭嘅見證,得以為配領受永恆嘅賞賜,並與基督永遠同住喺喜樂同快樂之中。

***234. 主日嗰日,願我哋藉住紀念主藉祂嘅復活賜畀我哋嘅福氣,作為我哋嘅教訓***

234. 1) 主日嗰日,願我哋藉住紀念主藉祂嘅復活賜畀我哋嘅福氣,作為我哋嘅教訓。– 2) 當我哋回想起呢啲福份,就忍唔住要被感動,去愛呢位咁深愛我哋嘅主,透過遵守祂嘅誡命,同埋遠離一切令祂不喜悅嘅事。– 3) 為咗加強呢股衝動,就等我哋反思一下人生無常;而家我哋兄弟尤多基莫斯嘅離世,就畀咗我哋一個好機會去做呢件事。 [4, 12]

**10.** 就係今次我哋慶祝嘅復活節當日,如果我哋留心,就已經畀咗我哋足夠嘅教導(Κατηχησις)。因為喺呢日,我哋嘅主耶穌基督令我哋──因罪惡而跌落低嘅──得以興起;喺呢日,佢令我哋──因過犯同我哋肉體嘅未受割禮 而畀判處死刑嘅──得以重生; 喺呢日,佢再次為我哋打開樂園,使我哋得以領受生命樹──即佢賜生命嘅身體同寶血;喺呢日,我哋從死裡復活,可按先知嘅話高呼:*「死亡啊,你嘅刺在那裡?陰間啊,你嘅勝利在那裡?」*(林前15:55)。 你被祂所征服,祂曾說:*「你哋放心,我已經得勝了!」*(約翰福音16:33)。 今日,藉住使徒嘅話語,神父*「同祂一齊叫我哋從死裡復活,並且同祂一齊坐喺天上,喺基督耶穌裡,為要喺將來嘅世代中,用祂對基督耶穌裡我哋嘅恩慈,向人顯明祂那量度唔到嘅恩典」*(弗2:6–7)。噢,難以言喻嘅恩賜! 祂將我哋從咩引到咩?從死亡到生命,從黑暗到光明,從奴役到自由,從敵

意到真正嘅團契;祂甚至施恩,使我哋*「效法祂兒嘅樣式」*(羅馬書8:29)。 這何等的恩典!祂對我們之愛何其浩大!祂竟然將祂獨生子作贖價,為我們眾人付出一切。我們怎能不呼喊:*「主所行的奇事有誰能宣揚?有誰能傳講祂一切的讚美?」*(詩篇105:2)。

**11.** 所以,我哋要愛那愛我哋嘅主,為那為我哋死嘅主捨命,不可再歸向血肉,不可受蛇嘅詭計所騙,不可被今生嘅享樂捲去,亦不可容自己嘗罪惡之果,因為罪惡之果帶來死亡;經上寫着:*「凡知道真理之後又故意犯罪的,就再沒有為罪的祭物;卻有一種可怕的審判盼望,和那要燒滅敵對者的大火憤怒。」*(希伯來書10:26–27)。 所以,我哋要存着警惕同敬畏嘅心事奉主;要智慧同有秩序咁生活;要用謹慎嘅忍耐去盡好所託付我哋嘅責任,精準咁遵守所吩咐嘅,唔論係屬靈嘅事,定係身體嘅工夫,甚至係生火同打水。

**12.** 凡事之上,要記住死亡無可避免地擺在我们面前。──就連此刻,我們的弟兄歐多基姆已經往主那裡去了。 – 如果兄弟嘅死都未能令我哋警醒,咁究竟有乜嘢先可以最終令我哋回頭?如果死亡嘅奧秘都未能說服我哋,仲有乜嘢可以阻止我哋陷入毀滅性嘅慾望?豈唔係眾所周知,就算我哋而家講緊或者討論緊呢件事或嗰件事,死亡嗰個可怕時刻都可能突然降臨? ──對於被罪惡所控制、過犯未經懺悔洗淨、生活放蕩不羈、無律又乖戾的人而言,死亡實在是可畏又難以承受的時刻──但對於愛神的人、虔誠有德、溫柔謙卑的人而言,卻是甘甜且期盼已久的時刻。 所以,弟兄們,我懇求並提醒你哋,要將呢啲話銘記心間,盡力遠離情慾,並以愛懷抱基督,力行美德,好使我哋如此度過一生之後,能喺我哋主耶穌基督裏承受天國嘅基業。

## *235. 回憶有一個人,當佢將要死嗰陣,大聲呼喊:「我畀人嚇親!」,仲未講完就斷氣——由此得出教訓:要過一種隨時準備好面對死亡嘅生活*

235. 1) 回憶有一個人臨死時大喊:「我畀嚇親㗎啦!」話未講完就斷氣——由此得出教訓:要活得隨時準備好面對死亡。 – 2) 然後,暗示呢種狀態最容易喺群體生活入面達到,佢對獨居嘅人表示同情,讚揚結伴兩三人同住嘅人,但更加讚揚喺社群中生活嘅人。 [4, 13]

**13.**今日係主日;我必須同你哋講死亡。 你睇吓我哋嘅兄弟同長輩,一個接一個咁離開我哋。對我哋嚟講,呢啲只不過係提醒我哋,自己都好快會離開呢度;我哋唔會去咩塵世嘅、短暫嘅地方,而係去無物質嘅、永恆嘅居所,一旦入咗去,就冇人可以返嚟。 ── 真係,一聽到死亡就已經好可怕;但係親眼見到就更加恐怖,就好似六日前我哋喺卡利斯修道院長死嗰陣經歷過咁。當時我哋喺佢身邊,見到佢斷氣,都好震驚:佢一秒鐘之前仲同我哋一齊,下一秒就已經離開咗我哋,死喺我哋面前。 真係慘不忍睹,令人毛骨悚然!佢仲有氣喺喘嗰陣,呢位可敬者就講咗句:「我畀人嚇親㗎啦。」講完之後,佢輕輕擺吓頭同埋手,就冇聲咗,連發生咗乜嘢都未及解釋。 ──但我哋已經感受到呢件令人震驚嘅事所代表嘅意義。我同你講呢件事,並唔係想對離去者有任何貶抑;絕對唔係! – 乃要警戒自己,並激勵你哋──務使末後嘅時刻唔會令我哋措手不及,亦唔會喺我哋離世嗰刻,有咁嘅呼聲從我哋喉嚨撕出;我哋要時刻預備好,以無懼無亂嘅態度面對嗰刻。因為經上寫住:*「我已經預備自己,並不至羞愧。」* (詩篇118:60)。但除非我哋時刻警醒自己,堅定不移地保持所行嘅善,並透過悔改糾正所犯嘅罪,時刻安排我哋嘅生活,好似隨時要被提上天一樣,否則我哋就達唔到呢點 。 ──我哋要喺邊個面前現身?唔係要喺萬有之審判者──上帝面前咩?*「天上、地上同地下嘅膝頭都要向佢跪下,每條舌頭都要承認佢」*(腓立比書2:10)。我哋要交代嘅帳係乜嘢?唔係要交代一生中所做嘅一切──行為、言語同心思嗎?

**14.** 每當我一諗起呢件事,就令我驚得失魂落魄。但你就可以無懼地反思──你,就係嗰位順服並將一切信望都寄託喺順服能力上嘅人:因為真正順服嘅生命,就係咁樣。 但係,嗰啲背棄順服、孤身生活、四處漂泊、搵唔到穩固立足點嘅人,喺基督可畏嘅寶座前,有咩辯解可以為自己準備呢?唉,幾可悲啊!罪惡幾誘人啊!點解嗰啲本來喺修道道路上行得正嘅人,竟然會轉回头呢? *「因為他們不曾認識義路,倒不如從來未曾知道;既知道義路,卻又轉去,背棄所交託他們的聖命,這就更不好了。他們真好比那犬返嚐自己所吐的,又好比那豬洗淨身,又回到泥裡去打滾,真係可悲呀!」*(彼得後書2:21–22) 我朋友,你點咗?你難道仲揸住奴隸嘅軛??就係啲離開修道院去獨居嘅人,佢哋就咁為自己開脫,話修道院就係一種奴役。你──已經拋棄咗世界嘅軛、逃離咗佢、從一切肉體嘅習俗中解脫出嚟──你肯定唔會再娶老婆啦?!! 因為呢兩樣嘢係分唔開嘅:世界嘅華麗裝飾同屬於世界嘅一切。──但對過住十字架生活嘅人嚟講,兩者都係外來嘅。──然而,如常,罪就係原因。既然我哋貪慾又貪心,對女仔嘅愛就自然而然隨之

而來。 為咗免得有人作秘密事嘅見證或控告者,我哋唔想同弟兄同住,反而揀咗獨處──或者講得白啲,就係貪婪嘅奴役──好似我哋已經完全賣身畀罪惡,成為肉體血氣嘅奴隸。因此我哋內心嘅秩序崩壞;因此有誘惑;因此有跌倒。 就我個人而言,這令我流淚哀號。我責備、禁止,但他們卻不肯聽從。願這些人留心主所說的話:*「我若沒有來對他們講,他們就沒有罪;但現在他們無可推諉。」*(約翰福音15:22) 我對這些人的血是無罪的。按照*「對你嚟講,就如外邦人一樣」*的誡命,本可以將他們完全從我們當中割除;但由於現今有逼迫,我就暫且擱置,*免得「他們雖然脫離了魔鬼的網羅,卻又被他捉住,擄去服從他的旨意」*(提後2:26)。 但係你哋呢班蒙主賜福嘅人──成雙成三同住,更加可嘉嘅係,按住修道規矩生活,留喺屋企,除非絕對必要,否則唔好亂出門,尤其係去市集同慶典,互相服侍,藉此治理世界, 凡事都按着神聖潔有序嘅方式去做──願恩典同平安加倍賜畀你哋,願你哋喺我哋主耶穌基督裏面,得見天上耶路撒冷嘅祝福。

## *236. 讓我們警醒,以神的話語和盼望主突然降臨的心志維持這警醒,到時警醒的人就會被提上去與祂相見*

236. 1) 讓我們保持警醒,以神的話語和主突然降臨的盼望滋養這份警醒,屆時警醒的人就會被提到空中與主相遇。 – 2) 這些人究竟是誰?他們是穿戴了主在登山寶訓中所列出的美德的人。 所以我哋要咁樣勤力去成就我哋嘅救恩,唔使驚將來嘅逼迫會以任何形式出現。

**15.** 我哋一定要開口講,千祈唔好長時間保持沉默。因為沉默會令靈魂沉睡,而呢種睡覺就係死亡嘅原因;為咗求得擺脫,大衛聖人咁講:*「求你光照我嘅眼睛,免得我睡咗死亡嘅覺」*(詩篇12)。 心裏面運行嘅道,就係湧到永生嘅泉源;有咩可以比呢樣更有益呢?知道呢點,嗰位蒙福嘅使徒就話:*「基督嘅話要豐豐富富地住喺你哋心裏,用各樣智慧互相教導同勸戒。」*(歌羅西書3:16) 你睇吓佢點樣吩咐我哋要互相教導同指示,唔好淨係滿足於自己嘅提醒? 我謙卑地承認,每次同你哋講嘢,我都獲益良多:我得以從今生嘅喧囂中抽身,變得更清醒,並察覺到自己嘅過犯。 因為實在,呢度嘅人生充滿動盪;每日都有惡毒嘅說話同虛假嘅謠言灌入我哋耳中;而且,魔鬼會用與善相反嘅念頭攻擊我哋。呢一切都要靠道趕走,我哋要保持良心純潔,留心我哋所蒙嘅呼召。咁,我哋究竟係被呼召去做啲乜嘢? ──*「事奉那又真又活嘅神」*(希伯來書9:14),*「等候祂從天而降嘅兒子──耶穌,祂曾從死裡復活,又救我哋脫離將來嘅忿怒」*,就如經上所記(帖撒羅尼迦前書1:10)。 但係冇乜僕人會喺等緊佢要向佢交代嘅主人時打盹、休息或者瞓覺,佢只會保持清醒同警覺,並且好渴望見到佢── ──使徒又再清楚講: *「因為主自己要憑着號令、天使長嘅聲音同神嘅號角,從天而降;祂要先叫已經同基督同屬嘅死人復活,然後我哋仍然活着嘅人,就要同佢哋一齊被提到雲裡,去空中同主相遇。咁樣,我哋就可以常同主一齊。」* (帖前4:16–17)。

**16.** 但呢啲人係邊啲人呢?就係心靈貧窮嘅人、哀悼嘅人、清心嘅人、溫柔嘅人、締造和平嘅人、憐憫人嘅人、背負順命軛嘅人,同埋堅守自己告白嘅人──呢啲人要同佢一齊; 但行惡事者、不順命者、作亂者、背離真道者、不聽從者、並一切不義之類──這些人不但不被提到雲裡,也不在主與同在,但──這就最為可悲慘── *「他們要受刑罰,永遠沉淪,離開主的面和祂能力的榮耀」*(帖撒羅尼迦後書1:9):願這等事絕不臨到我們身上! ──既然如此,當我哋知道迫害在即、試煉迫近,就更加要小心謹慎,確保我哋嘅得救。但係,我哋唔好畀襲來嘅試煉嚇怕或沮喪。 *「神若幫助我哋,誰能抵擋我哋呢?」*(羅馬書8:31) 如果祂在以往的迫害中與我們同在,按祂的應許,祂豈能不與我們──這卑微的──在現今的迫害中同在,賜給我們一切事上的力量和能力?我們的仇敵能對我們做什麼呢?──他們會再流放我們?但*「地和其中所充滿的都屬乎耶和華」*(詩篇 24:1)。 佢哋會再監禁我哋?但為基督嘅緣故入監獄,冇乜嘢比得上。佢哋會再用鞭打我哋?但咁樣只會令我哋更加得冠冕。就算佢哋將我哋置之死地又點?因為我哋嘅主自己都曾被處死。 所以使徒說:*「若我們與他同死,也必與他同生;若我們忍耐,也必與他同作王。」*(提後2:11–12)這就如那蒙福的西奧多,基督的至大見證者,我們今日慶祝他的紀念。 他為基督的緣故,凡事都歡喜忍受。我們也要存同樣的信心,在卑微中繼續事奉主;存同樣的盼望,忍受一切憂愁和現今患難的艱苦,好使我們因順服和見證,得以成為天國的承受者,在我們的主耶穌基督裏。

### *237. 被分散。鼓勵我哋因此而喜樂*

237. 1) 分散。令我哋因此而喜悅。– 2) 揭露咗偶像破壞主義判斷嘅荒謬。– 3) 證明對佢哋嘅指責係有理嘅。– 4) 並邀請我哋唔單止以言語,而要以行動,或以一個配得嘅生命,去事奉真理。 [4, 15]

**17.** 昨日我哋慶祝咗主嘅先驅若翰嘅瞻禮,嗰陣時我哋反思咗我哋嘅修道生活。但係當時我哋都一齊喺度,'*我哋喺上帝殿中同行一致*'(詩篇 54:5)。 然而,現今我哋卻被分散——各人去到自己嘅地方——分佈喺各處地方同聚落。儘管如此,因為呢種分散係為咗神嘅緣故,我哋就應該照所吩咐嘅去喜樂;因為主話:*「你哋要喜樂、要歡喜,因為你哋喺天上嘅賞賜係大的。」*(馬太福音5:12) 而且,藉此我哋得以效法主,祂話:*「人若因我受趕逐,就會因你哋而受趕逐;人若遵守我嘅話,就會遵守你哋嘅話。但呢啲事人因我嘅名對你哋做,因為佢哋唔認得差遣我嗰位。」*(約翰福音15:20–21)

**18.** 誠然,猶太人因為不接待子,就證明他們不認識父;同樣,破壞聖像者因為不接待基督的聖像,就證明他們不認識基督。真理明明,然而千中無一識得。 留意佢哋嗰套邪惡嘅論調點樣兩面三刀:有時佢哋話絕對唔可以擺基督嘅聖像;有時又話可以——但只係同戰爭同打獵用嘅標誌一樣; 然而佢哋又堅持話,唔可以向佢哋敬拜,就好似唔會向馬、牛、獅、虎、蛇、魚或者雀嘅像跪低一樣。 聽到呢啲,邊個唔會嘆氣、邊個唔會流淚?佢哋竟然唔覺得羞愧,將基督嘅聖像——連天使都要敬畏、魔鬼都要戰抖嘅——同四腳獸、爬蟲、魚同雀鳥嘅圖像劃上等號,並且好似佢哋咁,唔認為自己有責任去敬奉佢。「咩可怕嘅捏造,仲有更可怕嘅大膽!——仲有咩?——人嘅像就叫人,牛就叫牛,駱駝就叫駱駝;一般嚟講,像都係以所畫嘅人嚟命名——但係主基督嘅聖像, 聖母或任何聖徒的聖像,都絕對不允許被叫作某某,連比喻義都絕對不行,只會簡單地稱為「聖像」,不加任何修飾,好似他們以為如此,就可以避免犯罪。他們充斥著如此的愚蠢與如此的褻瀆! 但你哋,弟兄姊妹,要留心我哋聖父祖先所講嘅說話,知道如果耶穌基督降生嘅地方係聖地、受人敬奉同得名,任何人拎到一粒沙或者一塊石,都會當成神聖嘅寶藏嚟接受、保存同敬重; 難道基督嘅聖像唔更加值得敬重同崇拜咩?因為喺佢入面,我哋可以好似照鏡咁清楚見到佢,並且會激起對佢嘅敬畏,就好似佢親身喺度一樣?因為一幅畫嘅本性就係代表入面嗰個人。

**19.** 為何我——這卑微者——因對破像迷思的憂傷,又因沉默而畏懼刑罰,才於必要中, albeit 短促,講出我所言。若異端者不停止——無論在私下或公開、書面或口頭——以褻瀆之舌對基督; 我哋坐喺屋企,點解唔可以互相傾吓,講吓而家呢個情況下啱做嘅嘢?——如果我哋唔咁做,又點頂得住主嘅震怒?我哋又點可以做我哋祖先嘅信徒?佢哋就喺呢種情況下,將沉默同埋隱藏稱為對真理嘅背叛。

**20.** 所以,我哋應該講同聽,以言行事服侍真理。因為聖使徒唔單止靠佢哋神聖嘅講道征服世界,更靠佢哋無可指責嘅生命,照亮喺黑暗中嘅人,用智慧嘅鹽調味倦世嘅人,佢哋只帶住一條餅同支杖。弟兄姊妹,效法佢哋,我哋都會獲得稱讚:知足常樂、唔貪銀、表現唔貪婪、唔做唔合時嘅離開,亦唔同婦女來往,因為死亡就係由佢哋嚟。 如果我哋行得正,神喺我哋身上就會得榮耀,我哋嘅見證會被高舉,仇敵就算只係少少都會蒙羞,並且被感動歸向神。 但如果我哋唔係咁行,就有危險,唔係得福,反而會落入永恆嘅定罪。願和平嘅神——祂能改變萬有,成就一切美好——賜和平畀祂嘅教會;願祂保守我哋堅守真理,引領我哋進入祂嘅天國。

### *238. 而家就係收割嘅時候。我哋嘅屬靈收成就好似咁*

238. 1) 而家係收割嘅時候。我哋嘅屬靈收成就好似咁。– 2) 我哋嘅果實就係美德。– 3) 糧倉就係謙卑。– 4) 時間就係我哋一生。– 5) 方法就係我哋所有嘅勞苦同順服嘅行動。[4, 16]

**21.** 現今係收割嘅時候,係勞碌同汗水嘅時候,就係詩篇入面講嘅 *「人要出去做佢嘅工,做佢嘅勞碌,直到晚上」* 嗰段經文應驗咗。 (詩篇103:23),佢唔會畀自己休息,直到收割完、打穀完、將收割嘅種子入倉。– 對此有咩好講?– 如果世俗嘅利益都要咁嘅勞力,咁為咗屬靈嘅益處豈唔更加需要? 我哋面前亦有一場收成,正如使徒所言:*「少種嘅,少收;多種嘅,多收。」*(林後九:6) 主又對祂的門徒說:*「你哋唔係講:『到收割嘅時候仲有四個月先?』我同你哋講,抬起頭嚟,望下啲田,因為佢哋已經熟透,可以收割咗。」 收割嘅人得工錢,積聚果效得永生;所以種嘅同收割嘅都一同歡喜"* (約翰福音4:35–36)。咁,呢個收成就擺喺我哋面前。

**22.** 所以,我哋要全心全意去收割果效,收取啲唔係屬肉體、短暫嘅果子,而係屬靈、永恆生命嘅果子:聖潔同平安,愛同喜樂,良善同忍耐,憐憫同溫柔,同其他一切美德。 呢啲就係要靠分辨嚟收割嘅屬

靈果實──務求令一切惡嘅嘢唔好摻雜喺善入面; 即係話,要愛,但唔好偏心;要追求善,但唔好嫉妒;講到弟兄,但唔好帶住敵意;總括嚟講,*就要*誠心誠意*去做「神所喜悅、善美、完全的旨意」*(羅馬書12:2)。

**23.**至於將果實帶入穀倉,對我們而言,就意味著要將它們安全地存放在謙卑的府庫中,正如主自己所吩咐的,祂說:*「你哋做完所吩咐嘅一切之後,就當說:『我哋只係盡咗自己本份嘅僕人。』」* (路加福音 17:10);正如使徒喺呢方面教導我哋,佢話:*「你冇得着嘅嘢,你哋有咩可誇?所得着嘅,又係邊個賜畀你哋嘅呢?」*(林前 4:7)。

**24.** 我哋嘅收成同埋勞力就係咁──唔係得兩三個月,而係要持續到我哋生命嘅盡頭;但係,同將來嘅時代相比,佢只會被算作一日:因為嗰度冇終結;嗰度,每個人都會永遠食用佢哋勞力嘅果實,並且永遠喺此喜樂。

**25.** 所以,我哋要*「將地上的肢體治死:淫亂、污穢、情慾、惡欲,和貪婪」*(西3:5); 只有當我們謙卑地背起順服的軛,互相支持,並且*「互相擔負」,以成就基督的律法*,正如經上所寫(加拉太書6:2)。凡敬畏之心向眾人低頭者,有福;凡勞苦最多者,有福:因為勞苦愈多,賞賜愈大;承擔最後服侍者,將獲得至高無上的榮耀,正如主所說:*「凡要在你们中間做最大的人,就必須作众人中最卑微、最服侍眾人的人。」 因為人子來,不是要受人服侍,乃是要服侍人,並且要捨命作多人的贖價。」* (馬可福音 9:35;10:44–45)。 弟兄姊妹們,讓我們反思這一點,並努力付諸行動,好使我們配得聽見那聲音說:*「好得體,你這又良善又忠心的僕人,你在這小事上忠心,我要派你管理大事;進你主人嘅喜樂裡去吧!」*(馬太福音25:21)

## *239. 收割。人人勞碌而不疲倦:我哋都要咁做──各人都要喺自己嘅崗位上勤力工作*

239. 1) 收割。人人勞作不疲倦:我哋都要咁做──各人都要喺自己嘅崗位上努力。– 2) 佢哋可以推搪病痛,但我哋唔可以;因為所需嘅只有:渴望同尋求。– 3) 教父哋就係咁行,而家佢哋正喺收割呢啲果實。[4, 17]

**26.** 如你所見,而家係收割嘅時候,每個農夫都出嚟收割穀物。無論係辛苦嘅勞動定係熾熱嘅太陽都唔能令農夫疲倦;佢哋由朝早做到夜晚,不停彎腰又直起身,直到完成面前嘅任務。 ──我哋自稱係基督嘅僕人,過住修道生活,我哋有冇收成呢?──有,我哋有──就好似我主耶穌基督對佢門徒講:*「你哋話『到收成仲有四個月?』」 我對你哋講,抬起頭望下田野,因為佢哋已經熟透可以收割。收割嘅人得工錢,亦都為永恆生命結成果;所以播種嘅同收割嘅一齊歡喜"*(約翰福音4:35–36)。 所以,我哋既要播種,又要收割;而且呢兩件事唔係有固定時間,而係無休止、永遠咁喺我哋面前。 所以,弟兄姊妹們,我們要勤力收割:教師在教導上,監督在照顧眾人上,管家在管理上,事奉者喺事工上,初學者喺順服上,守靜者喺默靜上,禱告者喺忍耐恆切的禱告上──凡事都要盡我們所能。 如果喺體力勞動嘅人咁勤力做佢哋嘅工作,而我哋卻懶散同草率咁對待我哋嘅靈性追求;當佢哋即使汗流浹背都唔畏辛苦,而我哋卻對苦行嘅努力感到厭惡,咁樣豈唔係極度不協調? 豈不是有天國喺我哋面前?豈不是有永生?豈不是有難以言喻嘅喜樂?──又豈可能透過懶散而達到任何偉大同可望嘅事物?絕對唔可能。 所以,我哋要從懶散同懶惰嘅沉睡中醒返,全心全意咁投入我哋嘅工作;因為我哋追求嘅唔係嗰啲會腐朽同短暫嘅嘢,而係嗰啲永恆唔朽嘅;好叫人亦可以對我哋講:*「你手所作嘅工夫,你都要收成;你係有福嘅,好處都要臨到你。」*(詩篇127:2)

**27.** 無人可以話:「我好軟弱,做唔到。」 身體軟弱的人頂唔順體力勞動;但在屬靈的追求上,只要你專心,你就有力量行善:你有眼淚,你有心碎,你有健全的心智,你有和平與聖潔,這些最蒙神悅納(希伯來書12:14)。 「無人可以話:『我跌得好慘,起唔到身,行唔直。』你只要心裏面去渴望同埋去追求──祂就會拎你起身,*『祂會由塵土中拎起窮人,由糞堆中抬高貧民』*。」(詩篇112:7) *「跌倒的豈不起來?轉背的豈不歸回?」*(耶利米書8:4)。*「主說:我指着我的永生起誓,我喜悅不使惡人死亡,惟喜悅惡人轉離所行的道,得以存活。」*(以西結書33:11)。 咁我哋有咩福氣嘅藉口,有咩合理嘅理由,唔用盡我哋所有熱誠去實踐誡命,好令我哋得着所應許嘅福氣?

**28.** 看哪,聖先祖們如何勞碌,播種、收割,並將莊稼收進倉庫,而今他們歡喜快樂,等待末日來臨,屆時他們將如日頭般光耀。 所以,弟兄們,我們不可與那班蒙福者疏遠,也不可為了一些微不足道、短暫的享樂出賣我們的得救,結果只會永遠受折磨; 但願我哋以全力,努力跟隨佢哋嘅腳蹤,忍受一切、承擔一切,好使我哋可以喺我哋主耶穌基督裏承受天國嘅基業。

### *240. 平信徒過身時會立遺囑;出家人有時都會立遺囑;究竟係咩種類?*

240. 1) 平信徒死時留遺囑;出家人亦留遺囑;留咗啲乜嘢? ——我哋係呢度嘅寄居者同旅客,唔應該追求呢世嘅嘢。——2) 讓我哋留心呢份遺囑,並去實踐佢,——3) 效法聖父哋嘅榜樣,佢哋都係咁行。

**1.** 收割嘅時候會令身體虛弱,令守夜變得辛苦,有時甚至令到人懶散,連聽教導都懶。但係,照使徒嘅教導,我哋要每日都好似行將就木;而一個將死嘅人通常會講出佢最後嘅說話——喺病榻上同離世嗰刻講出嚟——咁就令聽者專心留意; 我哋喺聽嘅時候都唔好懶散,要好似親身喺遺囑宣讀現場咁,專心留意所講嘅內容。——按肉體行事嘅人所立嘅遺囑,就好似《以斯帖記》入面嗰段,本質上係屬乎肉體,講嘅都係肉體嘅事,即係留畀妻子、兒女、兄弟、親戚嘅遺產有幾多,同埋其他嘅安排,就係通常嗰啲情況。 然而,喺我哋自己嘅生活方式入面,遺囑並唔會作呢類宣告;佢宣告咗啲乜嘢呢?——宣告我哋係地上嘅寄居者同旅客,正如*「我哋冇帶乜嘢嚟到世上,」所以好明顯「我哋都帶唔走乜嘢。」* (提摩太前書6:7),從必朽壞到不朽壞,從羞辱到榮耀,從必死到不死;所以,若有人稱此「遺囑」為福音,亦不為錯:因為連使徒都承認*「與基督同在,遠遠地好得多」*。(腓立比書1:23). 又喺另一段經文入面講:*「我而家已經好似倒出嚟嘅飲品獻祭咁,我離世嘅時候都到咗;我打咗美好嘅仗,跑咗當跑嘅路,守住咗信心;而家為我預備咗公義嘅冠冕,喺嗰日由公義嘅審判者——主——頒畀我,唔止畀我,仲畀所有愛慕祂顯現嘅人。」* (提後4:6–8)。

**2.** 你睇到佢講緊我哋離開呢個世界,就好似講緊福音咁。 而家,既然我哋嘅遺囑就係福音,我哋就當歡喜喺心咁聆聽入面同憑藉佢所講嘅話,並且要熱心追求美德,唔好將心思同心志放喺呢世上任何嘢度,無論係父母, 亦唔好睇向我哋嘅親人,或者任何受造之物,效法一位聖潔嘅長老,佢每次離開洞穴,都會用面紗遮住頭,唔想望住太陽嘅光芒;當人問佢點解咁做,佢就答:「我點解要睇呢道短暫嘅光呢?」呢位愛神嘅人,已超越咗所有受造之物嘅界限,只被對神同一神聖事物嘅思索所佔據。 佢凝視天底下嘅萬物,對至高無上嘅藝術家——上帝——感到驚嘆同讚美;但好快,佢就拋開一切感官事物,沉浸喺對無形之物嘅思索中,從中獲得最精緻嘅靈性喜悅同樂趣。

**3.** 亞伯拉罕先祖亦是如此,經上寫道:*「亞伯拉罕因信,就應許之地如外邦人寄居,與承受同樣應許的以撒、雅各同住帳篷;因為他盼望那有根基的城,其建築者和建造者是神。」* (希伯來書11:9–10)。摩西亦如此,他*「因信離開埃及,不怕王怒;因為他似乎看見那看不見的主,就堅忍不拔。」*(希伯來書11:27)。 所有聖徒都如此,他們不看那看得見的,而看那看不見的;不追求短暫的,卻追求永恆的,藉此盡可能效法神。 我哋都要抱住呢個志向,唔好羨慕呢個世界嘅榮華,亦唔好對照肉體生活嘅人感到驚訝;反而要為佢哋哀嘆,因為佢哋雖然已經領受咗應許福份嘅好消息,卻忙住追求金銀同朽壞嘅享樂。 至於我哋呢班弟兄姊妹,就如使徒所講:*「我哋眾人既然都以無遮蔽嘅面孔仰望主嘅榮耀」*(林後3:18),我哋就要追求屬天嘅事,心思意念放喺屬天嘅事上,*就係「基督坐喺神右邊」*(西3: 1:2), 好叫人對我哋都講:*「你哋唔屬於呢個世界」*(約翰福音15:19),*「你哋嘅歸屬係喺天上」*(腓立比書3:20),喺嗰度,我哋可以喺基督可怕嘅寶座前,喺神公義審判嘅日子裡站得住,毫無定罪,並聽到那令人嚮往嘅聲音,呼召我哋承受天國嘅產業。

### *241. 忍耐係最大嘅美德;佢係聖徒嘅道路;我哋都要喺呢方面出類拔萃。*

241. 1) 忍耐係最大嘅美德;佢係聖徒嘅道路;我哋都要喺呢方面出類拔萃。– 2) 你想出類拔萃?– 制服你自己嘅意志,– 你就可以輕易忍受一切;而且,– 要喺忍耐上熱心; 因為你愈能忍受,就愈能變得更好、更崇高。– 3) 佢通知我哋,雖然佢哋流亡在外,但佢哋過住修道士嘅生活,並接納所有想加入佢哋嘅人;– 佢又補充:長老同位份較高嘅人,要喺各方面為年輕人作榜樣。[4, 19]

**4.** 為咗神,我哋要歡喜喺心咁忍受一切艱難同悲傷,懷住得賞賜嘅盼望。*「所望而見嘅,就唔再係盼望,」*使徒話:*「人豈盼望自己所見嘅?但如果我哋盼望所唔見嘅,就必存忍耐等候。」*(羅馬書8:24–25) 所以,恆忍係所有美德之中最偉大嘅;因為佢哋嘅恆忍,殉道者被賜予天國嘅冠冕;透過恆忍,聖徒贏得咗公義嘅冠冕。 我哋都要喺順服、謙卑、忍耐、盡本份、以及所有需要忍耐嘅事上表現忍耐;咁我哋都會得到同佢哋一樣嘅賞賜。

**5.** 我知道順服的軛;我知道意志受限的痛苦;但我亦知道這般生活的甘甜。因為當人的意志受限時,道路就變得容易,得救就在眼前;所以,一旦意志受限,平安而有福的生命就同時顯現。 在共同生活中

有勞苦,但也有安慰。誰的勞苦多過他的弟兄?──然而他將獲得更大的賞報。 使徒保羅說:*「各人都要照自己所作的工夫得賞賜。」*(林前3:8)有誰不是出於愛心而服從他人?然而,他日他也会因卓越而受到尊崇。因為主說:*「你們中間誰願為大,就必作你們的用人。」*(太20:27) 有冇人扛唔起太沉重嘅任務?就唔好忽略自己能力範圍內嘅事;好叫神喺萬事上得榮耀,亦無人會喺對弟兄有益嘅事上失襯。雖然呢番說話講過好多次,但而家仍然要再提醒你哋:因為擺喺面前嘅任務唔係細嘅。 *「你哋睇,我今日喺你哋面前擺咗生命同死亡。」*(申命記30:19)所以我哋要緊貼生命,遠離永恆嘅死亡,所以我哋嘅說話、安慰、教導同勸勉都係為咗呢個目的。我深信所講嘅話唔係徒然,無論對我呢個卑微者,定係對你哋聽者都一樣。

**6.** 我唔想你哋唔知道,雖然我哋因神嘅道而流亡,但我哋生活得就好似喺修道院一樣:凡係有心出世嘅人,我哋都唔會拒絕。 我哋係透過遍佈各地嘅弟兄去做到呢點,佢哋奉命盡量收留呢啲人,並接納佢哋入會。雖然有好多離開咗我哋,但亦有好多加入咗我哋,而我哋嘅弟兄會正不斷成長。 上帝在我們身上得榮耀;照祂的應許,祂也要在祂自己裡頭使我們得榮耀。但正如領袖們如何,屬下的人也如何──所以我勸你,你作為眾人的榜樣,要敬虔、公義、敬畏神地生活,並以你自己的言行,引導他人行義。 我哋中間唔好有唔雅嘅呼喊,亦唔好有爭吵;*「口裡所出嘅話,都唔好污穢,只要有益於建造,就如場合需要」* (弗 4:29),好叫你哋對佢哋嘅工作唔至因此而玷污,反而因凡事都討咗我哋良善嘅神──主──嘅喜悅,得以算為配得受所應許嘅福氣。

## *242. 變容──將來時代的預表……我們本來受造,就注定要擁有那樣的榮耀和美善*

242. 1) 變容異象是將來時代的預表。我們注定要擁有那樣的榮耀和美善,正如我們最初被造的樣子。– 2)既然如此,就讓我們熱愛這份榮耀和美善,遠離一切醜陋、激情和不純潔。– 3) 但如果呢啲事真係要發生,我哋就當即刻潔淨自己;— 唔好有人話「我做唔到」:因為上帝應承過會為嗰啲尋求祂嘅人成就呢件事,而我哋都有好多榜樣。— 4) 所以,如果有人仍然對此漠不關心、掉以輕心,純粹係佢自己唔肯。

**7.** 而家我哋有幸慶祝神聖變容節前夕,從中汲取教訓,毋須長篇大論,即可盡我哋嘅本份。 主嘅所有節日都提醒我哋救主耶穌基督道成肉身嘅奧蹟,即佢嘅誕生、受洗、被釘十字架、埋葬,同埋第三日復活,並以榮耀升天;而變容節則描繪咗將來時代嘅狀態。 因為就好似在變容山上,主的面容如日頭發光,祂的衣服潔白如光;祂將要照樣從天如閃電,大有能力、大有榮耀地再來,審判眾人;正如聖彼得,雅各和約翰同祂喺山上;同樣地,選民喺天國裏都會同祂一齊,喺那難以言喻嘅神顯現同無可言表嘅喜樂中歡欣。 – 又有誰配得上如此大能?又有誰配得上分享那喜樂?除了那擁有純潔無瑕生命的人之外,還有誰呢?因為我們的神是純潔的,如最明亮的光,只接納純潔者歸於祂;祂既然將純潔的靈魂放在我們裏面,就會以純潔向我們索取。 因為如果佢係照神嘅形像同樣貌被造,好明顯,作為神聖美嘅倒影,佢都分享呢份美。知道呢點,詩篇作者就話: *「主啊,照祢的旨意,賜能力給我的善行」*(詩篇29:8),即賜能力給靈魂的美善;免得靈魂本已被醜陋的罪惡慾望所吸引,並變得醜陋,以致離棄神,或被剝奪神聖的賞賜。

**8.**既然如此承認,我們擁有這樣一個美麗而良善的靈魂,並且必須在復活的末日將它呈獻給神作為憑據; 所以我懇求你哋:要愛佢嘅美,要保住佢嘅善,唔好用我哋嘅心思同心志去追求呢世嘅美,亦唔好去追求肉體血氣嘅慾望;因為呢啲唔係真正嘅美,只係美嘅偶像;其實,佢哋不過係腐朽同塵土。 我哋甚至可以喺眼前見到呢件事:今日最華麗、最靚美嘅人,到咗 tomorrow 就只會躺喺棺木入面,散發惡臭,令所有人避而遠之。咁呢度冇一樣嘢係好或者令人愉快,除咗嗰一樣奇妙嘅美德,我哋要以上帝嘅名義,喺一切之上追求佢。

**9.** 然而,正如經常見到,一個不穩定的心靈會被不敬虔的思想玷污──因為 *「有誰能說自己有清潔的心呢?」* 「有誰能說:『我洗淨了?』」(箴言20:9)──就要盡快潔淨,恢復到從前美好嘅狀態;免得因留喺罪惡中而招致死亡。──亦唔好有人話:「我唔能夠得潔淨,因為我被好多罪壓得喘唔過氣。」聽完主講嘅話之後: *「雖然你的罪如硃紅,要變得如雪一般白;雖然如丹砂,要變得如羊毛一般白。」*(以賽亞書 1:18)你看見神對人類那難以言喻的愛了吗?祂不但應許要潔淨悔改的人,还要將他們提升到高尚美德的巔峰。 – 而呢啲例子就擺喺我哋眼前。先知大衛係人,但佢犯咗通姦同謀殺嘅罪;不過佢冇絕望,快快悔改之後,再次獲得先知嘅恩賜。– 瑪拿西王令以色列人離棄真神五十五年;但佢悔改咗──

並且得着咗救恩。 使徒之首,曾否認主,以眼淚醫治其心,並再次肩負起使徒的職責。埃及的瑪利亞──其他無數例子,我就不一一列舉──她曾墮落到肉體污穢的深淵,卻以應有之方式悔改,之後升到美德的巔峰。

**10.** 因此,只要人真誠地渴望得救,並以熱誠投入此一工作,就絕無任何理由可訴諸無助或不可能。只有那些完全麻木不仁,並故意將自己交於死亡之手的人,才真係無法得救。 —點解我哋要*聽到主話:「以色列家,你哋點解要死?」*(以西結書18:31) 既然永生擺喺我哋面前,點解我哋要揀永遠嘅死亡?我哋良善嘅主每日都呼喊:*「凡勞苦擔重擔嘅人,可以到我跟前,我就使你哋得安息。」*(馬太福音11:28) 然而,我哋卻拒絕拋棄罪惡嘅重擔。祂大聲呼喊:*「我係世上嘅光;跟從我嘅人,就唔會行喺黑暗入面,而會有生命嘅光。」*(約翰福音8:12)但我哋卻轉向相反方向,我哋嘅行為竟然散發出褻瀆嘅言論:*「離開我哋;我哋唔想睇見祢嘅道路」*(約伯記21:14)。──之後,我哋所剩嘅,就只有聽到定罪同拒絕嘅判決:*「行你哋嘅火光,同你哋所點着嘅火焰」*(以賽亞書50:11)。 但願我哋知道,正如使徒所言:*「行異端者必不得承受神國為業。」*(加拉太書5:21) ── 但願這話不至於被公允地說在我們身上。── *「你倘若遵行我所吩咐你嘅,你就係我嘅朋友。」* 主如此說(約翰福音15:14)。所以,我們要行所吩咐嘅一切,好使我們配得成為主嘅朋友,並承受天國。

## *243. 蒙福者西奈大宗主教邁克爾已離世:讓我們尊崇他的紀念,因為他仍然為我們轉求*

243. 1) 蒙福者邁可,希納大主教,已經離世:我哋要尊崇佢嘅紀念,因為佢仍然為我哋代禱。– 2) 但願我哋亦都從佢離世學到一課──要時刻預備好自己,等候離世嘅時刻;因為死亡可以突然到來,正如我哋所見嘅無數例子。—3) 唔好有人話:「我做唔到」,因為呢件事完全喺我哋能力範圍內。[4, 21]

**11.** 我哋嘅靈性之父,希臘聖米迦勒,希納大宗主教,已往見主。 佢嘅一生可嘉,佢嘅言行有力;我哋相信喺將來嘅審判日,連同其他長老同殉道者,我哋都會有佢喺主面前為我哋代禱。所以,唔好畀嗰班臭名昭彰嘅偶像破壞者自以為是,話基督嘅殉道者因為聖米迦勒嘅離世而傷心。 反而,他們應該認清,像他們這樣的人離世,對神之教會而言,乃是一座不可動搖的堅固營壘;對我們這些仍然存留下來的人,則為真理的印證,也是對他們那誤導的異端之駁斥。

**12.** 但因為 *「使人得救的乃是出於信,藉着愛行事」*(加拉太書 5:6),我現今,就如往常一樣,勸你哋要忠實地遵守神聖的誡命,並要時刻預備好自己,以便踏上歸途,因為死亡的時刻無人知曉。 因為你哋知道,我哋之前提過嘅父親,佢突然被劇痛同高燒纏住,第二日就靜咗落嚟,第三日就將生命交託畀主。但就連佢之前,著名嘅帕夫洛-彼得羅夫斯基修道院長亞他那修,都未病倒過一日,就差唔多即刻被接走。我哋聽講有啲人畀雷劈死; 又有人喺海裡淹死;總之,有好多意想不到嘅意外,所以我哋要保持警惕同敬畏,免得魔鬼日日用令人遺忘死亡嘅方式嚟欺騙我哋,突然之間將我哋帶到最後一刻,令我哋大感震驚,屆時就冇機會做任何懺悔。 — 呢啲例子唔係令我哋心生恐懼咩?當我哋諗到嗰陣時我哋條舌頭會打結,發唔到聲,唔係令人毛骨悚然?又或者靈魂同身體分開嗰刻會點離開,雖然可能有好多親 喺度喊,但除咗好良心之外,冇人可以幫到手? 我懇求並勸戒你,要我哋時刻留心,常處於懺悔、淚水、禱告、順服、謙卑、勤力順服同埋一切善行之中,好等到最後一刻,如果我哋因為疏忽同大意而畀佢突然捉到,*免得*我哋 *「喺永恆嘅死亡中睡着」*,而聖大衛就為此求脫免(詩篇12:4)。

**13.** 但係可能有人會話:「我想,但我做唔到。」 ──呢番說話係咩意思?──如果件事關乎違背自然秩序,咁我就認同呢件事做唔到,例如我哋飛唔起喺天上,或者行唔到水面上;又或者用鼻嚟講嘢,用舌頭嚟聞嘢,呢啲都做唔到,係唔自然嘅。但如果件事係自然嘅,又係靠意志嚟決定,咁呢番說話就係錯嘅;就好似我哋可以放蕩不羈、大笑,同樣我哋可以保持尊嚴、淚流滿面;就好似我哋可以畀罪惡嘅慾望同不當嘅思緒糾纏,沾污自己,同樣我哋可以令自己無可指責、遠離情慾;又好似我哋可以變得心灰意冷、堅持作惡,同樣我哋可以被憐憫之心所感動、深感悔悟。 任憑惡慾喺我哋心入面變成習慣,令我哋冇能力做好事,反而喺作惡方面變得好有力; 然而,我們不可絕望──決不可──而要甘願再次投入工作,並在各方面努力,不讓一日,更遑論一小時,在疏忽大意中度過,而要常常警醒謹守,無可指責,心靈純潔,並緊靠神,好使我們也能說: *「我心緊貼你,你右手扶持我」*(詩篇62:9);如此,我們在此世好好度過一生,懷著美好盼望離世,並在那里承受天國。

244. 1) 佢由迦克敦聖若望嘅葬禮返嚟後,讚揚弟兄們仍然保持平時嗰種良好次序,並表達佢希望佢哋永遠都保持咁樣嘅願望。– 2) 然後佢駁斥佢聽過嘅某啲荒謬解釋。 第一種傳聞:聖人喺信仰同生

命上都好聖潔,點解佢會咁樣死?(因腹瀉而死)。第二種傳聞就係,復活之後我哋認唔到對方:因為呢啲身體會腐爛,會散到天南地北。– 3) 最後,附上一段勸勉:要堅守信仰,因為你哋見到有幾多偏離;同樣要過聖潔嘅生活,因為你哋知道仇敵用幾多、幾種風向吹襲我哋。

**14.**近排我雖然離開咗你哋唔耐,但而家返嚟,見到你哋彼此和睦,精神都好好,我就為你哋有秩序嘅生活感謝主, ——呢就係主嘅精明同堅定門徒嘅特徵;願你哋喺呢段時間同日後,都因我主耶穌基督嘅恩典得着加力,咁無論我喺同你哋一齊定係離咗開,你哋都可以一直保持健全同無害。 我離開嘅原因,正如你哋所知,係因為可敬嘅尼西亞宗主教約翰離世。佢喺善工上努力奮鬥,完成咗佢嘅跑程,守住咗信仰,就去咗主嗰度,同先賢同我哋之前離世嘅弟兄姊妹一齊領受殉道冠冕。

**15.** 但係因為佢係死於一場摧殘性嘅瀉肚病,有啲人見到呢點都好驚訝,就話:「如果佢係個好人,點解會死得咁唔好呢?」 —— 這些人因為對這件事的無知而感到困惑:因為死亡究竟是好是壞,並不取決於死亡的方式,而要視乎一個人是否守住了正教的信仰,並過着無可指責的生活;而亡者 precisely 就係這樣的人。 無論人死於水腫、瀉瘙,或任何其他摧殘性疾病——無論在陸上或海上——都無可指責:因為這並非由我們決定,而係藏於上帝的深謀遠慮之中。上帝知道對每個人最有益的是什麼,並依此安排一切,無論是延長生命,還是結束生命。 但係,亦有人講到更過火,害到聽佢哋講嘢嘅人——佢哋話,將來喺審判日,當神嘅兒子嚟審判眾人嗰陣,我哋連對方都認唔到; 因為佢哋話,我哋呢班凡人,點樣可以變成不朽同不死?到時冇咗希臘人、猶太人、化外人、斯基泰人、奴隸、自由人、男女之分,大家都會似天使咁? – 我卻堅持我哋可以認得對方;首先,要記住*「人所不能,神能」*(路加福音18:27);因為我哋所信係復活本身,唔係憑人嘅推理嚟信仰。 因為按人嘅理性嚟講,根本無法理解一個已經腐爛、四散各地——畀野獸食咗、畀雀鳥啄咗、或者畀魚吞咗——嘅身體,點樣可以重新聚合為一,喺末日復活; 然而,藉住神那難以言喻的大能,每一個身體都要重新聚合,並且復活;每個靈魂都要認出自己曾在地上所居住的身體;如果認得自己身體,就無可置疑,它也必能認出弟兄的身體。 而且, ,呢種推理會導致否定將來嘅審判:因為審判只會對已知嘅人進行;冇人會將唔識自己、亦唔為人所識嘅人帶上法庭,只會帶嗰啲為人所識嘅人,正如經上所寫:*「我要責備你,將你的罪擺在你面前。」*(詩篇49:21) 所以,如果我哋唔識得彼此相認,就唔會被審判;如果唔被審判,就唔會按我哋嘅行為得到相應嘅報酬。 而且,主對使徒所講:*「你哋要坐喺十二個寶座上,審判以色列十二支派。」*(馬太福音19:28)呢句話又點樣應驗呢?如果佢哋連要審判嘅人都唔識,呢句又點成就到呢? 因此,從各個角度都可見,這種假設是多麼不恰當,而且與奧古那斯(Origen)的寓言一樣不敬虔。然而,弟兄們,我們仍要繼續相信,我們將會復活,並且我們彼此認得,不是以現今受腐朽之性時的方式, 而係以不朽嘅光輝,照神所講唔出嚟嘅旨意,就好似我哋嘅祖先喺伊甸園墮落之前,都係唔朽身嘅時候識得對方;墮落之後,雖然受咗腐朽,但都一樣識得對方。點解我哋要信喺將來嘅時代,兄弟會認得兄弟,父母會認得仔女,妻子會認得丈夫,彼此都會認得——我仲要再加一句, ——苦行者識得苦行者,殉道者識得殉道者,殉道者識得同受苦者,使徒識得同使徒——眾人都會互相認得,好叫所有歡樂者嘅居所都喺賜予一切其他福份同互相認得嘅上帝度。

**16.**所以我勸你哋:我哋要堅守聖潔嘅信仰;因為你哋睇到有幾多人偏離佢,我哋更應該感謝上帝,因為我哋冇跌入任何錯誤,反而領受並堅守正統嘅信仰。 同樣地,我哋要過無可指責嘅生活:你哋知道魔鬼日日夜夜向我哋吹咩風;但佢對我哋冇辦法,因為我哋時刻都受到對主基督嘅信心同愛心嘅保護。我哋點解仲要再遲疑?呢條龍會離開我哋;我哋要痛哭,以熄滅慾望嘅烈箭;我哋要喺神大能嘅手下自卑,祂就會高舉我哋;我哋要存完全嘅忍耐,魔鬼就會消失,而我哋既得救後,就必進入天國。

### *244.佢由迦克敦聖若望嘅葬禮返嚟之後,讚揚弟兄姊妹一直保持良好秩序,並祝願佢哋永遠都咁樣*

### *245. 筵席既平常又屬靈;買賣既平常又屬靈*

245. 1) 筵席既普通又屬靈;買賣既普通又屬靈。– 2) 我哋係商人;對我哋嚟講,珍珠就係美德;無價之珠就係主基督。 噉,我哋每一個人都要做個有智慧嘅商人。– 3) 我哋嘅市集係由順命嘅行為組成,而呢啲行為同時就係珍珠、買入同埋價錢。[4, 23]

**17.** 時不時、到處都有慶典,就好似而家喺尼哥米底亞嗰度。人哋蜂擁去慶典買賣,但呢啲都唔會持續好耐,因為好快大家就會散開。 但係只有一個屬靈嘅節日,無休止,貫穿一生;喺呢個節日入面,買賣嘅對象唔係金銀、衣物,亦唔係其他任何短暫易腐嘅嘢,而係靈魂嘅得救, 永恆生命、天國——呢啲本

該人人都全力追求嘅事物,卻只有少數人,甚至得一撮人,肯留意;反而將所有注意力同精力都放喺虛空又朽壞嘅事物上。

**18.** 至於我哋呢班弟兄,我哋唔會容自己偏離我哋嘅最高目標,亦唔會放棄呢個好交易;反而當我哋聽到主話:*「神嘅國喺你哋入面」* (路加福音17:21),我哋每日都會盡心努力去達到呢個目標,唔會積聚金銀,而係積聚真信心、無可指責嘅生命、順服、忍耐、謙卑、慷慨,同埋*「愛,就係成全嘅聯繫」* (西3:14)。主喺福音書入面都係咁示範嘅,佢話:*「天國好似一個搵緊名貴珍珠嘅商人;佢搵到一粒極有價值嘅珍珠,就去賣晒佢所有嘅嘢,買返嚟。」*(太13: 45–46). 你哋係好嘅商人,為咗拋棄一切,以所有嘢作代價,喺你哋決定背起十字架,喺聖潔同公義中跟隨祂嗰陣,就買咗嗰粒美好、至高同最寶貴嘅珍珠——基督。 ——正如筵席既係喜樂,又係警醒嘅時刻,我哋都要喜樂同警醒,喺呢個地上嘅筵席度買贖我哋嘅救恩。 那敬虔行事、從不失控的賣者是良善的;那歡喜接受侮辱的買者是良善的;那以忍耐盡忠職守、流血而得聖靈的錢莊業者也是良善的。

**19.** 但係我哋嘅講論既然轉到順服,就當尊敬嗰啲喺廚房盡本份嘅人,因為佢哋更加辛苦,彼此擔起重擔,藉住愛心成就咗基督嘅律法;我哋亦都當尊敬嗌嗰啲照顧弟兄所需嘅人,因為佢哋係主嘅好管家同有經驗嘅執事; 我哋亦要敬重喺詩篇崇拜中,以喜樂同敬畏之心歌唱嘅人,因為佢哋配得更大嘅賞賜。 並且要反思我哋嘅生命係點樣、我哋嘅行為係點樣,以及我哋嘅聖賢先祖以何等完全嘅熱誠作咗一筆何等蒙福嘅買賣;我哋若能好好行完、圓滿完成,亦會同佢哋一樣,滿懷喜樂咁返天鄉,正如大衛聖人所言: *「我靈啊,要歸於你的安息,因為上主對你大有恩典。」*(詩篇114:7)。願我們眾人在臨終之際,都能發出这样的呼聲作為最後的禱告,從而獲得我們主耶穌基督裡面的永生。

## *246. 上帝差祂獨生子降世,作為醫治我們一切靈魂與肉身軟弱、賜下一切福分的恩主:祂在地上所行的事,至今仍繼續行着,人人可自行體會。*

246. 1) 神差祂獨生子降世,為醫治我們一切屬靈和身體的軟弱,並賜下一切祝福;祂在地上所行的事,至今仍繼續行,人人自知。 – 2) 點樣可以唔用盡全心去愛呢位恩主;又點樣可以唔憎恨我哋嘅仇敵——嗰個作惡多端、破壞萬有者?[4, 24]

**20.** 新夏天的開始到咗,喺呢日福音書讀出以下經文: *「聖靈降臨在我身上,因為他膏立我,要我傳好消息給貧窮人;差我出去,宣告被擄的得釋放,瞎眼得看見,叫受壓的人得自由,宣告主悅納的禧年。」*(路加福音 4:18–19) 所以,既然獨生子蒙父差入世為醫治者,我哋就當向祂求,好似失明者得開眼、好似被擄者得釋放、好似傷心人得安慰。 ——但係邊個係瞎眼?邊個畀情慾蒙蔽?邊個係被擄嘅人?邊個畀不潔淨嘅念頭引誘迷失? 「心碎的人有誰?被罪惡壓得喘不過氣的人有誰?」——主醫治這一切人:因為祂不但醫治身體,也醫治靈魂;祂並不只在昔日以肉身顯現,而今以無形的方式臨在眾人之中,繼續宣講福音,除掉世人的罪,醫治各樣的病症和一切的虛弱。 所以,讓沒有人仍然停留喺未得光明或未得醫治嘅狀態;而要佢哋帶住信心前來,*並「從主手裡領受福份,從救主上帝那裡得著憐憫」*(詩篇23:5)。噢,對人類無可言喻嘅愛啊! 祂由無中造出我哋,我哋跌倒後又將我哋扶起,並賜予我哋第三重恩典——修道完善。即使我哋仍然犯罪,祂都唔會轉臉離開我哋,反而歡迎所有前來親近祂嘅人:當我哋心碎,祂就安慰我哋;當我哋流淚,祂就撫慰我哋;當我哋流血,祂就膏抹我哋;當我哋快要倒下,祂就堅固我哋; 當我哋受傷,祂就醫治我哋;當我哋準備要跌入地獄最深處,祂就伸出祂嘅手,並以對人類嘅愛,拯救我哋脫離咁嘅困苦;所以,公平嚟講,每個人都應該咁講:*「如果主冇幫助我,我嘅靈魂差唔多就要住喺陰間啦!」*(詩篇93:17)。 *「我如失喪的羊,迷了路,但主卻眷顧我。」*(詩篇117:13)人人都知道自己曾陷入過什麼試探,以及在患難中如何立即得神作他們的幫助。 而且,祂餵養我哋呢班飢餓者——既用豐盛年成嘅果實餵養我哋嘅身體,又用最純淨嘅奧義餵養我哋嘅靈魂——勝過母親或乳母,祂渴慕我哋,並以慈愛擁抱我哋。 母親只會用奶餵養孩子一段時間;但我們的真主和父卻賜下祂自己的身體作為我們的食物和飲品,而且這恩典永遠長存——噢,難以測度的豐盛!噢,無可逾越的恩賜!

**21.** 怎能不愛如此的恩主?怎能不思慕祂?又怎能不緊緊依附祂,直到我們無法分離?——誠然,若我們對祂並非如此,天空會為我們呼號,大地會為我們呻吟,就連石頭都要指責我們麻木不仁。 所以,為免呢啲事發生,我哋要緊緊咁貼住祂嘅愛,全心全意憎恨魔鬼,並且遠離佢。就好似恩人嘅善行愈多,我哋就愈要愛佢同思念佢;同樣地,魔鬼嘅惡行愈多,我哋就愈要憎恨佢同遠離佢。 因為佢係我哋生命嘅破壞者;正如主所講(約翰福音8:44),佢就係*「從起初就係殺人犯」*。佢照自己嘅詭計,將我哋人類分裂

成無數宗派,用好多罪惡嘅箭射傷我哋,並想將我哋徹底吞滅。　如果我哋唔憎恨佢,就唔會有相應嘅懲罰加諸我哋身上——因為我哋向敵人、靈魂嘅破壞者屈服。但係,弟兄姊妹,我哋要逃離佢,盡我哋全力逃走。　咁,呢種逃離係乜嘢呢?就係遠離惡行同惡念,同時緊靠上帝,將自己獻身於善工。點解我哋要追求善行,以極大嘅謙卑、柔和同順服事奉主呢?因為我哋深信,任何唔以 為根基嘅善行,都係未成熟同唔穩固嘅。　但如果有啲人對自己存着自負嘅高傲,我哋就要謙卑喺神大能嘅手下,好叫我哋唔係徒然奔跑,而係配得上天國嘅基業。

### *247. 而家就係收葡萄嘅時候:由此我哋學到一個教訓,因為我哋都係葡萄。*

247. 1) 而家係收葡萄嘅時候:由此我哋學到一課,因為我哋都係葡萄。 – 作為神嘅葡萄,我哋要結滿美德嘅葡萄串,全心全意獻身於主。 – 2) 唔好後退,亦唔好行兩條路。 – 3) 當仇敵開始試探我哋,就當衝入戰場,並戰勝佢。 [4, 25]

**22.** 而家我哋就將注意力放返喺眼前所見嘅嘢。究竟係乜嘢?葡萄收成嚟到咗;我哋見到,邊度嘅枝頭掛滿咗葡萄串,就有喜悅同祝福;邊度少,就有憂愁同悲傷。「但同我哋有咩關係?」有啲聽眾可能會咁講。　其實關係好大,因為打個比喻講,我哋都係主嘅葡萄園。又或者你哋唔知喺修道剃度禮嗰陣唱咩聖詩?我哋唔係都一齊唱咩?——*「主啊,主啊!請由天而降,垂顧呢個你右手所栽種嘅葡萄園」*　(詩篇79:15–16)。主喺福音書入面唔係都講過:*「我係葡萄樹,你哋係枝;凡住喺我入面,而我住喺佢入面嘅,就多結果;因為離咗我,你哋就乜都做唔到。」*(約翰福音15:5) 所以,我哋呢班由我哋良善嘅主栽種、好似葡萄樹咁,就為祂結滿美德嘅葡萄串,好叫我哋配得上祂嘅祝福。　免得我哋因屈服於情慾中嘅荊棘同蒺藜,而落入嗰個*「凡不結好果子嘅樹,就砍下嚟,扔入火中」*嘅審判。　就我哋嚟講,呢就意味住*要「被砍下」*——經過死亡——然後*「被扔入火中」*,自然係扔入永恆嘅火中。凡行惡者、背棄信仰者,同以惡行敗壞自己身體嘅人,都會被扔入其中:*「無水嘅雲,被風吹行;　秋天嘅樹,結唔到果,兩次死過,連根拔起;海裡嘅狂風巨浪,洶湧起自己嘅羞恥;又好似徘徊唔定嘅星,永遠有幽暗嘅黑夜為佢哋預備咗"*　(猶大書12–13)。　使徒保羅點解要呼喊:*「要逃避淫亂;因為人所犯的罪,都係在身外,但行淫亂的,就係得罪自己身體。」　「豈不知你們的身體,就是居在你裡面的聖靈的殿,這聖靈是你們從神那裡受的,你們不屬於自己?因為你們是重價買來的。」*(林前6:18–20)

**23.** 既然我哋已經用基督寶血買贖,點解唔可以對天對地感到羞愧,唔好再倒退?點解唔可以對自己感到慚愧,外面裝作聖潔,但內心卻充滿各種污穢?我哋要跛行到幾時?究竟幾時先至可以定心,行上一條正路?因為有智慧的人說:*「哀哉,行兩條路嘅罪人!」*(智12:1)——指罪惡同美德,因為佢哋根本無任何共同點。一個家僕,一陣侍奉主人、一陣又侍奉仇敵,根本稱唔上聰明。　我哋要完全獻身於上帝:因為只有咁,我哋先可以分享照上帝心意嘅生命。點解我哋唔好似啞巴動物咁留戀於感官享受,反而要用靈魂嘅力量,去默想天上嘅事,將我哋嘅感官由易逝轉向不朽,由短暫轉向永恆?

**24.** 我哋亦唔會容許嗰個巧言令色嘅惡魔,用邪惡思想嘅毒素腐蝕我哋嘅心;只要佢一播下慾望嘅甜美,或者其他任何惡念,我哋就要即刻將呢個狡猾嘅阿諛奉承者趕走。　點樣?透過禱告同懇求、眼淚同嘆息,以及由衷嘅懊悔。呢就係我哋無形嘅戰鬥,呢就係我哋未曾宣佈嘅抗爭同壯舉。　所以,我哋要效法世上嘅戰士,懷住熱誠,驅走我哋無形嘅仇敵——就好似佢哋雖然受傷,仍然抱住得獎嘅希望唔會退縮一樣,我哋就算遍體鱗傷,都唔會後退,而會堅守陣地,繼續作戰,並靠住神嘅幫助變得更強。 我為此事懇求你哋:因為我就係為呢個目的而勞苦,並向你哋發出呢啲簡短嘅指示。　– 所以,我為行義路者而喜樂,為跌倒者而嘆息。但願我哋眾人都行得端正,做好事,凡事存著謙卑,以詩歌、禱告、敬拜、順服同謙卑去面對一切;和平的上帝就會同在與我哋。

### *248. 既然我哋已經領受咗成聖嘅恩賜,就要保守佢,尤其要遠避肉體嘅慾望;因為佢違背恩典嘅狀態,令我哋陷入奴役,並充滿恐懼*

248.　既然我哋已經領受咗成聖嘅恩賜,就要保守住佢,尤其要遠避肉體嘅慾望:因為佢哋與恩典嘅狀態相違;佢哋令我哋陷入奴役;佢哋令我哋充滿恐懼。不過,克制呢啲慾望,就會帶嚟完全相反嘅結果。

**25.** 當主嘅任何節日到嚟嘅時候,我哋都滿有喜樂。而且理所當然:因為喺呢啲時候,我哋會得着啟示,進入默想呢個節日設立嘅奧蹟。依家亦都係咁,就係尊貴而賦予生命嘅十字架高舉日。　因為有

幾大嘅喜樂同快樂,我哋唔單止被認為配得見到,仲配得親吻同擁抱嗰棵主耶穌基督曾站立、並喺被釘十字架時流下生命之血嘅樹? 有幾多人努力為自己積聚盡可能多嘅朽壞嘅金銀?但對我哋嚟講,恩典係即時嘅:只要我哋一親吻十字架,就已經獲得啟迪、成聖同得釋放。恩典嘅速度就係咁快,恩賜嘅獲得就係咁容易! —— 但要保守呢種恩典,迫切需要禱告同警醒留意,特別係因為容易得嘅嘢通常都唔會好好珍惜。所以我向你呼籲:我哋要提防呢種毛病,要小心保守呢份恩賜。 我哋唔好用虛假嘅說話同無謂嘅閒聊去玷污我哋奉獻咗嘅雙唇;唔好用放蕩嘅目光去蒙蔽我哋奉獻咗嘅眼睛;亦唔好用污穢嘅記憶去玷污我哋已經潔淨咗嘅心。 使徒呼籲:*「罪不可在你们必死的身上作王,使你们顺从身的私欲;也不可将你们的肢体献给罪作不义的器具;倒要将你们自己献给神,像从死裏复活的,并将你们的肢体献给神作义的器具。」*(羅馬書6:*12–14*)*你看見咗嗎?*在律法之下,*罪作王;*但在恩典之下,*義作王。 「所以,罪不可在你们身上作王,因你们不在律法之下,乃在恩典之下。」*(罗马书6:12-14)你看见了吗?在律法之下,罪作王;但在恩典之下,公义既已作王,就释放我们脱离一切罪。 — 就如經上所記:*「但你哋既洗淨、既成聖、既稱義,都係藉住我哋主耶穌基督的名,同我哋神嘅聖靈。」*(林前6:11)我祈求,我哋要尊崇呢個洗淨,保守呢個聖潔。既然我哋已經蒙榮耀,點解要自取羞辱呢? 點解我哋要對呢個身體咁過份保養,因為我哋好快就要丟喺墳墓入面?點解我哋要將慾望嘅快感視為可喜,當佢其實係一種致命嘅疾病?慾望嘅快感係魔鬼嘅餌料;佢係引燃一場無法熄滅嘅大火;然而我哋呢班人,就好似投降咗自己、淪為奴隸咁,被佢吸引。 我聽過一個被呢種慾望附身嘅人講,倒掛喺絞架上都好過要喺呢個罪行面前爬;因為佢就好似一個殘酷嘅暴君,命令佢嘅奴隸:'走'—佢就走;'來'—佢就來;「做某啲嘢」—佢就做;同樣地,呢個罪惡命令佢嘅奴隸去做更惡劣嘅事,就係:「講羞恥嘅說話」—佢就講;「行惡事」—佢就做。通常,好似該隱咁,呢個人會呻吟同發抖:無論喺海上航行,都驚船隻觸礁; 如果佢行過沙漠,就驚會畀賊人擄去;打雷嗰陣,佢以為係特登為佢而響;閃電一閃,又驚會灼親佢;佢睇得到但又睇唔到,聽得到但又聽唔清,感官全部紊亂。有咩比呢種生活更可怕? 我覺得,與其畀摧毀性嘅情慾吞噬,不如畀野獸吞噬,因為嗰種情況下只係身體死去,而呢種情況下連靈魂同身體都一齊死去。但對有德行嘅人嚟講就完全唔同。佢遠離罪惡(我講嘅唔止係慾望嘅甜美,仲有其他所有情慾),佢歡欣雀躍,喺自己入面搵到喜悅;佢以公義為王; 佢唔驚海、唔驚地:因為有上帝住喺佢心入面,危險嘅時候佢就向祂呼求:*「我唔會怕惡,因為你同我一齊」*(詩篇22:4);*「我唔會驚四面圍住我嘅人」*(詩篇3:7); *「地雖震動,山雖倒塌,投入海中,我都唔驚。」*(詩篇 45:3)你而家睇到乜嘢先係好嘅生命?就係呢種生命先係真正有福嘅生命。我哋都係靠住神嘅恩典先得著呢個生命;而家佢就係我哋所有關心同顧慮嘅焦點。 所以,我哋要更加努力,喺呢方面做得更出色,對一切事物都存敬畏之心,喺言行中展現各種順服、各種謙卑,同埋各種心靈嘅純潔。

### *249. 觀察田地點樣播種,我哋要學識喺自己裏面播下屬靈品格嘅種子*

249. 1) 觀察田地播種,讓我們學會在自己裏面播下屬靈品格的種子。 – 2) 夜晚愈嚟愈長:要小心唔好瞓得太耐,就好似要節制其他身體慾望一樣。– 3) 君王已經由戰場返嚟;但唔好灰心:我哋將憂愁交託畀主。

**26.** 而家係我哋播種實物種子—例如小麥—嘅時候;我哋見到人哋由朝早開始就急急忙忙投入呢項工作,一直做到天黑都唔肯停,盡力既要播得好,又要確保夠佢哋全年嘅實體需要。 但係我哋呢班播種屬靈種子嘅人,就瞓緊覺,冇盡本份去播種,咁又點算?到時我哋要點樣頂住永遠嘅飢餓?又可以用咩藉口解釋我哋嘅不作為?— 不如醒返,擺脫沉睡,更加勤力咁去工作,比播種物質種子嗰班人更加落力。 *「少種的少收,多種的多收。」*(林後九3)—但我們要種什麼呢?—禱告、懇求、祈願、感恩、信心、盼望、愛心。 呢啲就係虔誠嘅種子;呢啲就係滋養靈魂嘅養份。但係喺物質嘅播種上,農夫會耐心咁等候雨水,無論朝早定黃昏,幾時落都得。可喺我哋嘅屬靈播種上,我哋自己就係降雨同澆地嘅主人—即係話,想幾時喊就幾時喊,想喊幾多就喊幾多。 既然呢件事咁樣由我哋掌控,我就勸你哋:盡量多播種,多灌溉,多結義行嘅果,等喺靈性收成嚟到嗰陣,我哋可以雙手同胸懷都裝滿屬靈嘅果實,配得上聽見:*「願主嘅福臨你哋」* (詩篇128:8) *「我哋從主殿裡為你哋祝福。」*(詩篇117:26) *「你手所作嘅工夫,你必得收成;你係有福嘅,一切都必順利。」*(詩篇127:2)—就係呢件事,我哋嘅信息就係呢啲。

**27.**但我,弟兄們,要提醒你哋,黑夜漸漸長,白晝漸漸短。你哋都知道,就如熬夜會耗盡身體,過度睡眠亦會肥胖肉身;而肉身越肥,情慾就越熾。–趁此機會,我有話要同你哋講。 咁,*我哋要點做呢*?*「你*

*哋各人可以有詩篇、有教導、有禱告」*:凡事都要有節制,*好叫「眾人都得造就」*(林前14:26),以至於靈命整齊,*免得「因你哋自制力不足,叫撒但趁機攻擊你哋」*。 (林前7:5)。我講呢番說話,唔單止係講瞓覺;亦都係講飲食,同埋其他所有嘢:因為凡事有節制都係好,因為可以令我哋唔會偏向一邊,亦唔會跌倒。

**28.** 現就此事講一句:既然君王由戰場凱旋歸來,或許你哋心裏正起咗諗法,思考教會──尤其係我哋自己──嘅事務由今以後點樣進行。──關於呢點,聖經有指引:*「將你嘅憂慮交託主」* (詩篇54:23),佢會畀條出路;又話*「神若幫助我哋,有邊個能抵擋我哋呢?」*(羅馬書8:31)。就好似佢喺以往嗰幾年保守我哋嘅生命,拯救我哋脫離各種試探同憂愁,我哋相信,由今以後佢都會繼續保護我哋。 所以,我哋要活得配得上福音,以天上為我哋真正嘅生命,喺世上就好似寄居者同陌生人。自古以來,有邊個入咗呢個生命嘅,係永遠留喺度?唔係所有嚟過呢度嘅人,都好似離開異鄉咁,又走咗咩? 因此,我哋喺呢度嘅寄居只係暫時;我哋真正嘅居所同產業喺將來嘅生命──到時,願我哋同所有聖潔嘅承受者一齊,被認為配得,承受天國。

## *250. 指出我喺基督耶穌裏面有幾大嘅福氣*

250. 1) 顯示咗我哋喺基督耶穌裏面有幾大嘅福氣──生命嘅更新。– 2) 靈魂三種能力嘅目的係乜嘢,同埋佢哋點樣因墮落而變得扭曲。– 3) 佢呼籲我哋要用盡所有能力去做正確嘅事,並保持喺主入面賦予我哋嘅高貴品格。– 4) 總結:聖父哋都係咁行,我哋都要咁行。[4, 30]

**1.** 我哋主耶穌基督對我們嘅愛,真係又大又難以言喻。祂唔單止*「來到,向遠處嘅我哋同近處嘅人宣講和平嘅福音」*,正如經上所寫(以弗所書2:17);祂升天之後,又差遣聖使徒向我哋宣講同樣嘅福音──正如保羅所寫: *「因為我們是基督的使者,就好象神藉着我們去勸人。我們替基督求你哋,與神和好;神使那本無罪的,替我們成為罪,好叫我們得以在祂裏面成為神的義。」*(林後5:20-21)。對我們有何等無限的眷顧!對人類有何等難以言喻的愛! *「那素來不識罪的,為我們成為罪。」*如何呢?──祂所講的罪,並非指一個被公義定罪、無可饒恕的行為。祂絕不如此!──因為*「祂未曾犯罪,口中也沒有欺騙」*(彼得前書2:22)。 但祂所講嘅,係祂親自擔取咗我哋因罪惡而腐敗嘅本性,祂*「所擔嘅係我哋嘅軟弱,所負嘅係我哋嘅疾病」*(馬太福音8:17),祂為我哋被釘十字架,受咗最恥辱嘅死。呢就係*「祂替我哋成為罪」嘅意思!*為咗乜嘢?*「使我哋得以在祂裡面成為神嘅義」*。點樣? 藉着從罪惡中得釋放,從我 應得嘅定罪中得釋放,並且喺祂裏面生活同行。呢就係點解祂勸勉我哋,話:*「我哋作為同工,都懇求你哋:唔好徒然領受神嘅恩典。」*(林後6:1)你睇吓祂點樣懇求同說服*我哋*?──*「唔好徒然領受神嘅恩典」*係乜意思?」呢句話意思係話我哋唔好後退,唔好向我哋已經摒棄嘅慾望屈服,亦唔好違背我哋喺神同聖天使面前所立嘅誓言。──但係點樣?但係*「使我哋得以行在新生度」*(羅馬書6:4)──一個純潔無瑕、品行端正、屬天嘅生命。

**2.** 到咗呢度,我想畀你睇下呢個詞語入面最隱藏嘅一種力量。究竟係乜嘢?– 人嘅靈魂有三種能力:思考能力、情感能力同埋意志能力。 思考能力的職責是信聖三一;憤怒能力是對引誘我們的蛇──試探者──生憤怒,並絕對不讓牠靠近我們;渴望能力的職責是渴慕並愛我們的造物主──上帝。但魔鬼腐敗並歪曲了這些心靈的能力後,就開始利用它們來導致我們的滅亡。 點樣做?──引誘我哋嘅祖先亞當入面嘅慾望能力去嘗禁果;煽動該隱入面嘅忿怒能力去殺佢兄弟亞伯;並利用理性能力去引領人類拜偶像。呢個就係我哋妒忌敵人嘅作案手法!

**3.** 至於我哋,就要堅守我哋受造嘅本份:透過三種能力去修養品行,並以聖靈作裝飾,咁我哋就唔會破壞主賜畀我哋嘅高貴品格,因為祂令我哋成為神父嘅孩子。*「但凡接待祂嘅人,」*福音書上話,*「就賜佢哋權柄,成為神嘅孩子。」* (約翰福音1:12)。既然我們因此成為了神嘅孩子,就唔會容自己成為忿怒之子;既然被稱為神嘅繼承者,就唔會容自己成為永火嘅繼承者;既然被承認係基督嘅肢體,就唔好令自己成為淫婦嘅肢體; 唔好將目光放喺世界或者世界嘅事物上;唔好睇向呢個塵世生命虛空短暫嘅誘惑。我假設一下,如果我哋滿足肉體同血氣嘅慾望:*「我哋要返去塵土,血又咩益處呢?」*(詩篇29:10)。我哋去墳墓度睇吓,就會見到慾望嘅甜美點樣完結。就算我哋腰纏萬貫,又點?我哋唔係赤身裸體嚟到呢世?—我哋最終都要赤身裸體離開,除咗自己嘅義行或不義行之外,乜都帶唔走。 正因如此,聖大衛先知呼喊說:*「我向主求一件事,我只尋求一件事:使我一生常住在他殿中,好叫我瞻仰主的榮美,並探訪他的聖殿。」*(詩篇 26:4)

**4.** 看吶,多麼蒙福嘅生命!看吶,我哋聖潔嘅先賢──例如而家我哋緬懷嘅蒙福殉道者保祿──所揀選嘅美好份配,佢嘅奮鬥同壯舉　我哋對佢嘅奮鬥同壯舉所知甚少;效法佢,我哋要熱誠咁繼續我哋嘅苦行,承擔我哋所受嘅迫害,唔好偏離我哋平時嘅所作所為; 我哋要不懈怠咁行緊前;如果跌咗,就要快啲爬起,勝過仇敵魔鬼,好等我哋同眾聖人一齊,喺我哋主耶穌基督裏面,得着公義嘅冠冕。

## *251. 由佢嘅病,佢諗起死亡;由病痛嘅折磨,諗起永恆嘅折磨*

251. 1) 由佢自己嘅病,佢轉去諗死亡;由病痛嘅苦楚,諗到永恆嘅折磨。– 2) 佢講述當時嘅迫害期間,有啲人被光榮化,另啲人則被羞辱,完全失喪。– 3) 對後者,佢用悔恨、責備同埋警告後果嘅說話去addressed 佢哋。 [4, 31]

**5.** 我病咗,但係靠住你哋嘅禱告,我再次康復。但係,我哋要幾耐先可以繼續以呢種方式康復? – 死亡嘅時辰終有一日會到,到時呢種康復就再無可能;佢會嚟,將我從你哋身邊帶走,送我離開呢度,去到另一個地方。　然而,你哋唔好因此而沉溺於被遺棄為孤兒嘅念頭:因為祂話:*「我唔會撇下你哋做孤兒。」*(約翰福音14:18),祂所講嘅係真理──又話:*「我同你哋常同在,直到世紀之末。」*(馬太福音28:20)。　而且,到嗰日我哋會再見;但願──如果可以咁講──係難以言喻嘅喜樂同永遠生命入面!至於我病時所受嘅苦楚,你都知:點樣畀寒戰纏住,震到受唔住;又點樣好快之後一日到晚都畀熾熱高燒折騰。　──我當時受苦時心裏就想:「難道將來的人不被移出塔耳塔洛斯(Tartarus)的折磨,而送去火焰地獄(Gehenna),使可憐的靈魂要受兩種,甚至更多種折磨?」但無論人在嗰度受一重或兩重折磨,從呢度嘅痛苦,就可以推想神對罪人嘅忿怒有幾難以忍受,並且因恐懼戰兢,下定決心盡一切努力,免得陷入嗰啲難以承受嘅折磨。

**6.** 因此,現時*對「某人」的*迫害,反而成為他們彰顯美德的機會,他們*「像明光照耀,將生命的道持定不放,*使人可以*因我得以誇獎,就如基督當日」*(腓立比書 2:15–16)。 佢哋做咗幾多善事?又達到咗幾咁完美?佢哋唔單止已經得救,而且繼續得救,透過所受嘅試煉累積經驗,又好似金喺爐中被煉淨咁,經過憂患同痛苦嘅火嚟淨化──佢哋仲引領其他人行同一條路,從而成為好多人嘅救主,無論係自己人定陌生人。 至於*「其他人」*──雖然真係少之又少──迫害就成為佢哋行惡嘅藉口,因為佢哋放縱自己,冇受服從之律嘅約束,所以可以自由做佢哋嗰啲可恥嘅勾當。咁點解最啱用聖經嘅話去形容佢哋:*「佢哋面皮比鍋底炭更黑」*(哀歌 4:8)?

**7.** 我就向呢啲人呼喊:你哋呢班無法律嘅兒子,離棄咗主,違反咗修道生活嘅規矩;你哋唔識得行得正,反而好似瘸咗咁東倒西歪;你哋落後咗同伴,變得放蕩; 你哋當中有啲人獨自生活;另一些人僱請僕人,甚至因貪愛錢財而做買賣。先知嘅刑罰、使徒嘅威脅,同埋我卑微嘅勸告,都未能令你哋驚懼。你哋其中一個人,為咗美色所迷,竟然淪落到偷竊,甚至背叛神。 「你呢個可悲嘅沉淪之子,你做緊啲乜嘢?」「你唱過幾多次:*『我喺祢靈前逃到邊?喺祢面前躲到邊?』*(詩篇138:7)」 或者,你已經完全被佢擄去,想同誘惑夏娃嗰條蛇結交,並且同佢一齊將我哋嘅祖先亞當逐出伊甸園?你仲未打算背棄嗰位你透過潔淨誓約同佢結合嘅基督,反而要同罪結合──正正就係罪令死亡進入世界嘅原因? 你可曾聽到福音書對此等人高聲呼喊:*「他們的蟲是不死的,火是不滅的」*(馬可福音9:44)?你可曾理會使徒所言:*「神審判行淫者和通姦者」* (希伯來書13:4)?你犯罪能得着甚麼?不就是黑暗,一顆被刀刺透的心吗?不就是坠入绝望的深渊吗?不就是撒但自己,他欺骗了你,而今要像他当年对待犹大那样,逼你套上那绳套吗?醒过来吧,你们这些在黑暗中的人; 你呢班將要滅亡嘅人,要逃離死亡嘅陷阱;唔好畀自己陷入地獄嘅網羅,免得你喺度過着該隱式嘅生活──呻吟、顫抖、見人就逃,又喺將來嘅時代被定罪到火焰地獄;當主*「要喺祂聖徒身上得榮耀,喺眾人面前令人驚奇」*(帖前1:10),賜給忠心遵行祂誡命的人──賜給他們應得的賞賜,同時將反對他們的人送往為他們預備的永恆刑罰。

## *252. 主顯節令我哋諗起主以肉身降世所帶來嘅祝福之偉大*

252. 1) 顯主節令我哋諗起主肉身降世所帶來嘅祝福之偉大。– 2) 我哋應該點樣回報呢?– 我哋獻上喺事奉中背十字架嘅生命,同埋喺破偶像者面前嘅現今見證:就係要喺兩者上堅定不移。[4, 32]

**8.** 顯現節快到咗──喜樂嘅日子近喺眼前,真係大到前所未有。 因為神嘅兒子嚟到我哋面前,唔係用預言同象徵,好似我哋見到佢向舊約聖祖显现嗰樣;而係透過童女所生,親身降臨並向我哋显现──喺歷代以來,冇乜比呢件事更蒙福,亦冇乜喺神自亙古以嚟所行嘅奇事中比呢件事更奇妙。　所以,天使

宣告已經成就嘅奧蹟;星辰顯示天上嗰位已經降生喺世;牧羊人急忙去睇嗰位向佢哋宣告嘅救恩; 博士獻上皇室禮物,並唱出極新之歌,頌揚神極新之作為,藉此神在天上得榮耀,地上得平安,正如使徒所見證,說: *「因為祂本係我們的和平,已經使兩下合而為一,拆毀了中間隔絕的敵意牆,又廢除了那刻在律法上、由規條所造成的敵意,為要自己親身成就一個新人,使和平得以建立;並且藉住十字架,雙方都與神和好,成為一體。藉此,祂就將敵意置之死地。」*(以弗所書2:14–16) 14–16)。先知同義人自古就渴望見到呢件事,但佢哋只係靠信心先見到。 然而,我哋卻*「親眼見過祂,親手摸過祂」*,正如經上所寫──*「我哋看見過,亦作見證」*,關於呢*「生命之道:生命已經顯現」*,我哋亦都得著咗做兒女嘅地位(約翰一書1:1-2)。

**9.** 但我哋*要「為祂所賜畀我哋嘅一切,獻上乜嘢呢?」*對此,大衛先知已經宣告:*「我要舉起救恩嘅杯,呼求主嘅名。」*(詩篇115:3) 但弟兄姊妹們,我們當喜樂,因為我們也被認為配得向主為祂所賜給我們的恩典獻上感謝。──那麼,這感恩又是什麼呢?就是我們所領受的背十字架的生活,以及*「我們既信,就誇得勝;信而得生,信而得榮耀。」*(羅馬書5:2)──呢件事我哋唔應該只係慶祝一日,而要喺我哋整個人生中都慶祝。凡被肉體掌管、被自己慾望擄去嘅人,既無法慶祝──雖然佢 可能表面上睇落好似慶祝──亦無法得自由,因為佢哋係自己慾望嘅奴僕,被賣咗畀罪,正如經上所寫:*「凡犯罪的就是罪的奴僕。」 「奴僕不永遠住喺屋企;兒子就永遠住喺度。」*(約翰福音8:34)既然我哋亦因恩典被稱為兒子,我哋就會永遠留喺屋企,*只要「我哋若能把所信的根基持守到底」*(希伯來書3:14)。 所以,我哋要靠聖靈得力,堅守我哋嘅修道生活,*並且「彼此用愛心互相勸勉,以行善事」* (希伯來書10:24)—在順服、謙卑、柔和,以及其他一切崇德善行上,不鬆懈我們的善志,反而要加倍努力,尤其當我們見到主日漸迫近時。 因為嗰日──偉大而榮耀嘅日子──正漸漸臨近,屆時萬有之審判者將會公開顯現,以祂喺神聖變容山上被使徒所見嘅榮耀示人──祂要按各人所行嘅善惡賞罰。 願我哋同所有聖徒一齊,得見祂──祂以恩慈嘅面容顧念我哋,接納我哋進入祂嘅天國。

### *253. 以色列人喺曠野漂流嗰陣,應許咗佢哋安息;但唔係全部人都入到。*

253. 1) 以色列人喺曠野漂流嗰陣,應許咗佢哋有安息;但唔係全部人都入到。我哋亦都應許咗安息;但我哋入唔到嘅人可能都唔係全部。– 2) 我哋點樣先可以確保自己入到?– 我哋唔可以照佢哋咁做。[4, 34]

**10.** 咁我哋就咁年復一年、由一個季節到另一個季節、由一個節日到下一個節日,喺呢一生入面都冇得休息。 – 但無論如何,我哋都要達到生命嘅終點,進入我哋嘅安息。*「因為凡已經進入祂安息嘅,就同神一樣,脫離自己嘅工夫安息了。」*(希伯來書4:10) 咁,呢個安息究竟係乜嘢?──就係天國,使徒勸勉我哋,說:*「所以我哋要竭力進入嗰個安息,免得有人照舊例跌入不信從嘅局面。」*(希伯來書4:11) — 佢呢番說話係乜意思?就係好似上帝應許以色列人要帶佢哋入應許之地;但因為佢哋之後唔聽命又令上帝傷心,所以唔畀佢哋入去──同樣地,如果我哋唔聽從佢嘅誡命,就絕對入唔到天國。 「主如此說:*『四十年之久,我向他們發怒,說:'他們心裏常常迷背,不肯遵行我的道路。'所以我忿怒中起誓說:'他們斷不得進入我的安息!』*(詩篇 94:10–11) 對佢哋嚟講就係咁;但對我哋嚟講,就唔係四十年的事,而係要一生都順服。因為如果我哋唔努力去遵守神所有嘅誡命,佢都會對我哋講:「佢哋唔可以進入我嘅安息。」 但係冇入去嗰班人嘅骷髏就倒喺曠野;如果我哋都唔入去,咁我哋嘅身體同靈魂都會被拋入有火嘅 gehenna;而呢種刑罰比之前嗰種嚴重得多,因為經上寫住:*「凡棄絕摩西律法嘅人, 「那拒絕摩西律法的人,憑着兩三個見證人的口供,都必不憐憫而死;何況踐踏神兒子、褻瀆那使他成聖之約的血、褻慢恩典之靈的人,他所當受的刑罰,就更加重了」*(希伯來書10:28–29)。

**11.** 那麼,阻礙他們進入的緣由是什麼?不信、埋怨、褻瀆、背叛、剛硬的心、驕傲,以及淫亂。正正就係呢啲嘢害咗佢哋。──所以我哋要逃避呢啲情慾,好似逃避烈火;唔好懷疑神嘅應許,要信佢有能力成就所應許嘅;亦唔好埋怨(林前10:10)、唔好褻瀆、唔好硬心、唔好背叛; *「所以,我哋要彼此相愛,存憐憫、恩典,彼此饒恕,正如神在基督裏饒恕咗我哋。」* (弗4:32),*「常在身上背著主耶穌的死」*(林後4:10),隨時預備為基督而死,並以禱告、懇求、眼淚,以及對天上異象的默想而得更新。 以呢種方式生活,我哋唔會好似古代嗰啲人咁,進入一個流奶與蜜嘅地方,而係會進入溫柔人嘅地界,喺嗰度有生命同不朽之泉,有天上耶路撒冷嘅美,有喜樂同歡欣,有那光耀嘅、福氣滿溢又賦予生命嘅三位一體嘅光輝!

### *254. 童貞勝過婚姻生活*

254. 1) 童貞勝過婚姻生活。– 2) 感謝上帝祂認為我們配得此呼召,讓我們警醒,免得跌倒。– 3) 達到此目的的手段是什麼? 抗爭,並以高尚者勝過卑微者,這正是我們一切努力所指向的。– 4) 我再多說一句:梅門諾兄弟已經返來,請以兄弟之愛接待他,就好似寓言中父親接待離家多年的兒子一樣。 [4, 35]

**12.** 喺競技場比賽嘅人一年得一次——而且時間好短;之後比賽就完咗:勝者、敗者同觀眾各奔東西。 但係,行貞潔競賽嘅人,唔係淨係一日,而係一生都喺度跑;佢哋嘅路,同埋沿路嘅進展 ,都係無形嘅,就好似佢哋對抗無形仇敵嘅戰爭一樣無形。 貞潔係最大嘅美德,可達天庭之巔。——人嘅生活方式分為兩類:一類有婚姻,一類獨身。有婚姻者構成下界,獨身者則居於上界。前者易於腐朽,後者則被認為配得上以不朽之光輝照耀。 就好似有人見到一個有翅膀嘅人,都會驚訝佢有時似人、有時似天使。同樣,一個透過苦行保持貞潔嘅人,對天使同人嚟講都係一個奇觀:雖然在肉身之中,卻超越肉身;雖然喺世上,卻超越塵世; 正因如此,當一個人拋棄世界時,就說他選擇了卓越的生活:主在福音中講道: *「有人生嚟就係咁;有人係人手所變;有人為天國自己變咗。凡能領受嘅,就領受罷!」* (瑪竇福音19:12)。 你睇,對好多人嚟講,呢份恩賜係超乎佢哋能力範圍,只係留畀嗰啲透過自己嘅生活方式,將自己釘喺十字架上嘅人。

**13.** 所以,我哋要為彼此歡喜快樂——我哋要獻上無盡嘅感謝,因為藉住神對人類嘅愛,我哋被召去行咁尊貴嘅呼召,令神得榮耀,而人哋都對此驚嘆。 不但如此,我哋都要盡量小心謹慎咁過活,因為唔少人喺過去同而家都由咁高嘅位置跌落嚟:有啲人因驕傲自大而跌;有啲人因大意同疏忽而跌,呢兩樣都會害到靈魂。

**14.** 咁,點樣先可以從此得救呢?——一隻飛喺空嘅雀鳥有辦法逃離危險;當佢感覺到獵人嘅接近,就會張開翅膀,飛去另一個地方——從而避免畀人捉到。 同樣地,當魔鬼——我們靈魂的獵人——靠近時,就當像被聖靈翅膀所載,在默想中飛向高處,*讓我們「務要追求上面的事,心思意念要留心上面的事」* (歌羅西書3:1-2)。 佢用慾望嘅甜美誘惑你?我哋就用靈魂高貴嘅感覺去對抗。佢用罪惡嘅作為嚇你?我哋就用全心全意嘅嚴謹審判去回應。就咁樣,用一件事去抵消另一件事,用思想去驅逐思想,我哋就可以從摧毀者手上得救。 咁,呢啲爭鬥嘅結局係乜嘢?為肉體爭戰嘅人,得一個會朽壞嘅冠冕;我哋得一個唔會朽壞嘅冠冕;佢哋得暫時嘅喜樂;我哋得永遠嘅喜樂。我哋係有福嘅,*只要「我哋若係至死忠心,就必得着所應許嘅,同埋可誇嘅盼望」* (希伯來書3:6)。 所以,我勸你哋,我哋要堅持禱告同懇求,要心存悔意同流淚,要謙卑、順服、認罪,同埋其他苦行嘅工夫,並靠住神嘅幫助,去打敗仇敵。好啦,講到呢度就夠。

**15.** 論到弟兄米南頓。既然他已經某程度上醒悟回轉,我們就當接納他,*免得那人被過度的憂愁吞沒*。(林後2:7) – 我必須喺呢度同你哋講,照主嘅話,*'犯罪嘅人唔單止係罪嘅奴僕'*(約翰福音8:34),佢仲係一切好德之士所憎惡嘅;或者有啲人會因為同佢接觸而感到羞愧,唯恐自己因此被佢嘅罪污穢。 但既然我哋嘅主耶穌基督冇拒絕嗰個將所有財產都浪費喺妓女身上嘅浪子返嚟嘅時候,我哋亦都唔可以拒絕佢,而要好心咁歡迎呢位弟兄,懷住感恩嘅心高興佢返嚟,並為佢嘅得救禱告。 – 因此,作為我主我救主嘅門徒,若然我哋遵守呢條誡命,就會配得上承受天國嘅基業。

### *255. 有幾多我哋嘅弟兄因為敬拜聖像而喺流亡中受盡折磨至死? 佢哋係正教真理嘅見證。異端就冇呢啲:*

255. 1) 有幾多我哋嘅弟兄因為敬拜聖像而喺流亡中受盡折磨至死?佢哋係正教真理嘅見證。異端就冇呢啲嘢:因為佢哋知道自己嘅根基有幾唔穩固。 然而,我們卻是建造在使徒和先知的根基上。 – 2) 為我們的得救,所剩下的,就只有在這個根基上用金、銀和寶石建造,即聖潔無可指責的生活,並在我們以任何方式犯罪時,藉著懺悔來潔淨它。 [4, 36]

**16.** 我哋嘅兄弟西奧多已經安息——佢係最優秀嘅其中一位,喺順服上有技巧,喺殉道上有堅定,為基督受傷,最後喺監獄同流放中結束佢嘅生命。有咩比呢件事更令人喜悅? 我哋有咁多弟兄(數目多達一百以上)被流放到嗰啲地方;喺嗰度,佢哋好似星星咁發光,將佢哋聖潔嘅身體留低,作為正教嘅見證,畀而家同未來世代嘅人。 我唔單止講我哋自己嘅兄弟會,仲有其他修院嘅弟兄,佢哋都喺流放中結束咗生命。 呢就係神嘅教會最大嘅印證!佢擁有咁多見證人,證明我哋敬拜我主耶穌 基督、至聖神之母,同

埋祂所有聖徒嘅聖像:就算我哋冇其他任何嘢喺手,單憑呢點,就足以用作真理嘅證明,畀任何正常理智嘅人信服。願正教嘅對手蒙羞! 有邊個喺為信仰爭戰嘅時候,曾經受過咁大嘅苦楚?從來冇過!但係佢哋就好似夜行嘅野獸,喺自己引燃嘅異端黑暗中窺視、肆虐;當曙光出現,正教好似晨星閃耀,佢哋就縮返入自己奸詐計謀嘅洞穴。 — 願佢哋畀自己點着嘅火光引到迷路。至於我哋,由主按立喺使徒同先知,以及我哋神聖先賢嘅根基上,我哋將會堅定不移,面對將來,絕對唔會因任何人類嘅威脅而有絲毫動搖。

**17.** 為要得着救恩,按使徒嘅命令,我哋所剩嘅,就係喺我哋真信心嘅根基上,用金、銀同寶貴嘅石頭去建造,而唔係用木、草、禾稭——即係大火嘅燃料。 凡係咁樣站穩嘅人,佢對主嘅信心就乜都撼唔甩。*「基督為我哋贖咗罪,脫離律法嘅咒詛,自己成為咒詛,」*經上咁寫(加拉太書3:13)。所以我哋絕對唔好再自投咒詛。 基督藉住重生嘅洗禮同聖靈嘅更新,用佢嘅血洗淨咗我哋;所以我哋絕對唔可以再返去嗰啲我哋已經離棄嘅可恥行為。 但如果我哋唔咁做,到佢顯現嘅日,佢可能會對我哋講:「我立你哋做我嘅柱子,但你哋竟然將我嘅肢體變成妓女嘅肢體;我已經用血洗淨你哋嘅罪,好叫你哋*『無瑕疵、無瑕癖,亦無其他類似嘅瑕疵』。」*(弗5:27)——然而你哋又再次用慾望嘅惡臭圍住自己,用罪惡嘅污穢玷污自己;我藉聖靈豐豐富富地充滿你哋智慧嘅光,然而你哋卻將自己嘅心思意念變成瘋狂慾望嘅住處; 我本叫你哋成為永恆福份嘅同承繼者,但你哋卻揀咗成為我對頭嘅同承繼者:*「離開我,你哋呢班被咒詛嘅人,進入為魔鬼同佢使者預備咗嘅永恆火裡。」*(馬太福音25:41) 但願我哋永遠都唔使聽到咁可怕嘅聲音,亦都唔使經歷咁難以承受嘅忿怒。咁我哋點解要咁熱誠咁努力,追求聖潔、眼淚同破碎嘅心,無怨無悔地盡本份,晝夜喺神嘅工作上警醒守望,就係怕仇敵趁機侵入,吞噬一個唔留神嘅靈魂? 如果連守夜嘅時候都唔中蛇嘅詭計,就最好不過啦!但係瞓着嘅時候,我哋又點可以做到呢? 但有人會說:我們的本性軟弱,易於犯罪。我亦認同,因為我自己也是同樣的本性。但我所求的就是:一旦有此情況發生,就當即刻悔改、認罪、心存痛悔,並切切渴望恢復我們昔日的良好狀態。 若能日日如此行,則所求者自得;既得之後,乃可蒙許久所盼之呼聲:*「來!」*,並成為天國之繼承者。

### *256. 我哋應該喺屬靈嘅安慰中慶祝節日*

256. 1) 我哋應該喺屬靈嘅安慰中慶祝節日。– 2) 節日會過去,一生都會過去;唔好忘記呢點,要時刻準備好離開。– 3) 透過妥善安排我哋嘅生活,無論外在行為,更喺內心深處。– 4) 並且,我哋唔好偏離任何為此所需嘅嘢。

**18.** 聖誕節同顯主節都已經過去,雖然我哋而家身處逆境,都蒙主恩賜,得以慶祝,以表對主我哋上帝嘅敬意。 但我哋唔會為此而悲傷,反而非常喜樂,因為為咗祂——*「自卑,成為奴僕嘅形狀」*(腓立比書2:7)——我哋甘願流亡,寄居異鄉。 慶祝又豈非要與神親近,就要與物質世界脫離,對塵世及一切世俗之物毫不在意?我們又該如何形容那些居住於曠野、山巒與峽谷的人呢? 「佢哋唔慶祝咩?」 「的確,佢哋喺沉默中慶祝得比其他人更好——比嗰啲有機會喺狂歡、大宴、飲酒中度過節日、忘記自己其實係自欺嘅人更加崇高、更加敬虔——聖經因此譴責佢哋,話: *「你哋喺世上大魚大肉、大肆淫樂;你哋心裏肥得就好似屠宰日嗰日」*(雅各書5:5):因為呢啲人就好似準備好要屠宰嘅豬; *「他們的神就是他們的肚腹,他們的榮耀是在他們的羞辱中」*(腓立比書 3:19);所以,如果我們能約束自己,過一個配得上我們呼召和對基督的承認的生活,就會更好地慶祝我們的節日。

**19.** 然而,我哋唔好忽略呢個事實,我哋嘅日子好似騎住馬咁飛馳,時間就好似旋轉嘅車輪, 令有啲人透過出生嚟到生命,又透過死亡帶走佢哋——但唔係同年紀、唔係同一個時間,有時係年輕嘅人先於年長嘅人,有時係年長嘅人先於年輕嘅人;父母先於子女,子女先於父母;有時同一批唔同年齡層嘅人一齊離世。 所以,上帝命定,因為我哋嘅死期無人知,我哋要時刻準備好隨時離世。所以我哋要保持清醒同警惕,免得死亡突如其來,發現我哋未作好準備;到時雖然會後悔,但都冇用、冇果效。 你哋唔知幾日前我突然病咗,差啲連靈魂都落入地獄?雖然而家我已經康復,但呢個肯定唔會永遠。 而家我年紀漸長,總有一日都要同你哋告別,去同我嘅祖先同兄弟姊妹喺一齊。只願呢件事喺我完全喺基督裏有知覺,同埋良心對生命中所有嘅事都一塵不染嘅時候發生。 當時我被病痛折磨得死去活來,就反思同自己講:如果呢種折磨已經咁慘,將來嘅年代又會點?如果我哋連呢三、四日嘅痛苦都頂唔順,又點能承受永恆嘅折磨?

**20.** 我亦勸你,要反思呢件事,並活得有意識,時刻銘記於心── outwardly,──以至誠敬虔、勤力同忍耐;── inwardly, ──要小心看守我哋嘅心,唔好畀嗰條又大又狡猾又邪惡嘅蛇向我哋低語或者攻擊我哋,亦唔好將神嘅殿變成情慾嘅住處,而要喺各方面努力,務求以潔淨嘅身價呈獻畀主,甚至喺呢度,喺將來嘅時代之前,就開始過一個蒙福嘅生命。 有咩比以清潔嘅心同神和好、安然度日更蒙福呢?但係,冇付出之前嘅勞苦、禱告、眼淚、痛悔、熱心同靈裏嘅火熱,呢一切都做唔到;就算有咗呢啲,仇敵都唔會停止攻擊我哋,喺我哋心裏點起一場無故、意想唔到同無形嘅戰爭。 佢咁做,因為佢見到我哋努力要升到天上,喺嗰度配得上難以言喻嘅喜樂。──但正如「*我以為現時所受嘅苦楚,若與將來要顯現喺我哋身上嘅榮耀相比,就不足介意了*」(羅馬書8:18); 我哋要盡全力,憑住信心同盼望嘅全部力量,打好呢場仗,挫敗魔鬼所有嘅詭計,效法嗰啲喺競技場上比賽嘅人,佢哋喺跑道上拼盡全力,跑到最後連氣都喘唔到,差啲暈過去。 但佢哋嘅賽跑只係一個鐘,佢哋嘅冠冕係會朽壞嘅;而我哋嘅爭戰卻要一生,所以我哋嘅冠冕係不會朽壞嘅,而且我哋其他所有嘅獎賞都係永恆嘅──願我哋能因我主耶穌基督嘅恩典同慈愛而得著呢一切。

## *257. 人要效法聖父,但要效法同自己生活相似嘅人;否則就會有害*

257. 1) 我哋要效法聖父;但要效法同你生活方式一樣嘅人:否則會害咗你。– 2) 以下列出一些舉例……作為引證。– 3) 唔好做唔屬於你嘅事:你係唔係共住會會士?– 效法共住會會士……指出咗具體嘅人。– 4) 曠野係俾隱修士嘅;但你就要同我一樣,忍受共住生活嘅艱苦。[4, 38]

**21.**當我哋閱讀先祖嘅生平並默想佢哋,我哋對佢哋充滿驚嘆。而且理所當然。因為先祖真係奇妙,佢哋雖然身處肉身,卻好似天使咁毫無情欲,從而討好咗主。 但我哋唔單止要對佢哋歎為觀止,仲要盡量效法佢哋;而且要識嘢咁樣效法,即係話,修院生活嘅就效法修院生活嘅,默靜生活嘅就效法默靜生活嘅,隱居嘅就效法隱居嘅,而方丈就效法方丈。因為,效法一個唔同我哋一樣、而係過住另一種生活嘅人,有咩好處? 咁樣唔單止冇益,反而仲會帶嚟明顯嘅害處。好多信徒因為愛神,放棄咗自己嘅生活方式,去追求另一種,結果既丟失咗原本嘅,又未能得到所渴望嘅。

**22.** 作為證明,撇開有關此事的古代記載,讓我們回想一下我們自己人中發生過的事。所謂的詩篇作者從柱子上爬上去帶來了什麼好處?他不是在發瘋時被從上面抱下來的嗎?──而今他既不是金諾維特,也不是柱上苦行者。同一根柱子又為某個薩普里特帶來了什麼好處? 佢唔係為咗正統先從柱上走落嚟,之後又墮入異端,變成賣主求榮嘅人,依家仲係迫害者之中最無情嗰個?—但係我哋都睇吓自己嘅兄弟:我哋嘅彼得,做咗多年門徒,喺嗰種生活好有成就,唔係因為虔誠而去咗曠野? 但佢點樣返嚟,同埋之後點樣,你都親眼見過,所以知曬。同樣,依家仲在世嘅安菲洛希烏斯──佢唔係先做咗柱上苦行者,之後做隱士,而家又東倒西歪,自取其辱?

**23.** 呢一切都係因魔鬼嘅誘惑而發生,佢令人生出攞唔係自己嘢嘅慾望,好叫人連自己本身擁有嘅都失去。就因為呢個緣故,使徒先呼籲:「*弟兄姊妹,各人蒙召嘅時候,就當常處喺神面前,照自己所蒙召嘅地位去生活。*」(林前7:24) 你被召做默修嘅修士?—你就唔使諗團體生活;你被召做共修會嘅會士?你就唔使諗沉默。各人喺自己嘅處境入面 ,就照自己嘅處境去取悅主。各人喺自己嘅處境入面都有榜樣,要照佢哋去安排自己嘅生活。 效法喺修道團體中發光發熱嘅榜樣。佢哋係邊個?唔單止係古代嘅聖徒,仲有曾經同而家仍然喺我哋兄弟會中嘅人。 努力效法大有信心的蒙福者多米提安。努力效法诚心顺服的蒙福者佐西默斯。努力效法蒙福者马可,他以侮辱和羞辱为高贵的荣幸,知道如何保持自己的决心不动摇。 以特倫提烏斯為榜樣,他多年在廚房照顧病人,從未灰心喪氣,也從未逃避自己的工作;甚至當有人提出要他轉去其他崗位時,他都拒絕了,寧願繼續在原本的崗位上忍受艱苦。 你亦要向其他弟兄學習,佢哋當中好多人喺職務上都表現優異,佢哋嘅名字已經寫咗喺生命冊上。你應該效法嘅係佢哋,而唔係啲隱士。

**24.** 讓曠野同山嶺留畀阿爸伊奧尼修斯同佢嗰班人;至於你,就要鍾意服從同克制自己嘅私慾。佢而家冇受迫害,但你為真理嘅緣故正受迫害。 佢冇被監禁,而你哋為主嘅緣故正被囚禁。佢冇畀人打,而你哋為基督嘅緣故已經忍受過毆打。你哋所忍受嘅一切,遠遠勝過喺曠野過嘅安寧生活。──我,喺我嘅謙卑中,亦會講幾句關於我自己嘅說話。 ──既然我以不配的身份成為你哋嘅首領,我應唔應該放棄職務,退返去曠野,或者選擇其他任何可能嘅生活方式?但咁做,無論對一位領袖定係一位要為羊捨命嘅牧人,都唔相稱。對你哋嚟講,亦都唔適合搞其他嘢,或者做除咗而家所做之外嘅任何事。 因為由

此而來的是將來生命的不結果和混亂,而由在修道生活既定的秩序中忍耐順服,則帶來一切屬靈的豐收。所以,願每個人,照神對他的憐憫,和主對他的呼召,行那條路,活那樣的生活,以那樣的方式討主喜悅,好使他得以被認為配得聽見: *「好阿!你這又良善又忠心的僕人,你在那少的事上忠心,我要派你管理很多事;請你入你主人的喜樂!」* (馬太福音25:21)

### *258. 解釋咗乜嘢係修道士之後,佢就繼續描述而家嘅修道士喺邊啲方面比唔上佢哋嘅前人*

258. 1) 解釋咗乜嘢先叫修道者,– 2) 說明而家嘅修道者喺邊啲方面比唔上佢哋嘅前人,– 3) 提醒我哋呢啲做法違背神嘅話語,– 4) 指出應該點樣正確咁行,並作出相關嘅勸勉。 [4, 39]

**25.** 冇嘢比我哋嘅生命更蒙福,冇嘢比我哋嘅生活方式更崇高;只要我哋照所蒙召嘅去生活,我哋嘅生活方式就必須與我哋嘅名相符。和尚就係只仰望上帝、只渴慕上帝、只緊靠上帝、只努力討上帝喜悅嘅人,與上帝同享平安,並成為他人嘅平安之源。 但凡冇呢啲品格,反而懷住熱忱、嫉妒同分裂,就係 *「瞎眼又眼矇」* (已經合埋眼), *「忘記咗洗淨以前罪過」* *嘅人*,正如經上所寫(彼得後書1:9)。

**26.** 知道自己有錯嘅人,都好清楚我點解要咁講。我講呢番說話,唔係想再令你哋難過,而係想加強你哋,好等你哋將來唔會再犯同樣嘅錯誤。 喺我哋祖先嗰陣,誣衊係絕對唔容許;但凡聽到誣衊,就唔係捂耳根,就係將佢化為正面用途。 然而,現今我哋卻輕易聽信讒言,對佢嘅話表現出前所未有嘅熱忱,遠勝過對教會宣讀經文時嘅態度。喺我哋祖先嗰時,冇人會用唔雅嘅方式講嘢,一切都係安靜而有禮;但而家,人哋卻係帶住憤怒、大聲吼叫同扭曲面容嚟講嘢:仲有咩比呢種更可恥? 喺我哋祖先嗰陣,冇人會埋怨;反而人人對所獲得嘅嘢都心存感恩,於是苦嘅變咗甜,唔中意嘅都變得愉快;但而家我哋就成日埋怨,批評呢樣嗰樣,唔止喺自己心裏,仲要喺人前咁做,結果令更多人埋怨,亦令上帝更加傷心。

**27.** 弟兄姊妹們,這本不應該如此,這本不應該如此。這不是修道士的行為,也不是小罪;這是定罪和惱怒的罪:因為經上說: *「惹怒的人必不能承受神的國度。」* (林前6:9) 但埋怨亦非小罪——如經上所寫: *「不可照他們*(曠野中的以色列人)*埋怨,就遭滅命者的殺害。」* (林前10:10) 污穢嘅言語都唔係細罪;經上寫住: *「口裡不可出污穢嘅話,只可出益處嘅話,就如建造嘅話,照需要分賜給人,好叫聽見嘅人都得恩典;唔好叫上帝嘅聖靈因你哋憂愁,你哋本係靠佢得著印記,直到得贖嘅日子。」* (以弗所書 4:29–30) 你哋唔見使徒警告我哋唔好講閒話,免得惹聖靈發怒?又或者我哋唔驚喺審判日要為每一句閒話交賬,正如主自己所講?

**28.** 咁點解我哋唔把呢件事放喺心?點解唔預早準備,好喺將要臨到我哋嘅事面前保持正軌? 你畀人責備過未?就要大度咁包容嗰份尷尬,將自己嘅煩惱壓落心底——好似大衛先知咁做:佢話: *「我羞愧得無言以對。」* (詩篇 76:5)咁樣侮辱就會過去,但你嘅美德就會永遠長存。 擺出嚟嘅食物唔合你心意?——就要為所提供嘅食物感恩;因為你認為唔健康、唔想食嘅嘢,其他人連試都願意試。再者,如果我哋永遠都唔會遇到呢啲嘢,我哋又點可以證明自己有順服呢? 喺呢方面有咩好值得誇口?因為無論禁慾、守夜、臥地,定其他任何壯舉,都比唔上克制自己意志嚟證明我哋喺人生道路上嘅技巧——而呢種自我克制,就係同修道生活密不可分嘅殉道。 *「所以,要脫去一切惡毒、一切詭詐、一切虛偽、一切嫉妒,和一切惡言。」* 正如聖彼得宗徒所命: *「像新生嬰兒一樣,要愛那純淨的靈奶,好叫我們藉着它長大成人,得着救恩。」* (彼得前書2:1–3),如果我哋嘗過主基督係良善嘅,如果我哋渴望永生,如果我哋唔拒絕接受好嘅勸告,如果我哋唔會疲倦或灰心,而係時刻遠離我哋嘅罪過同缺失。 因為我哋若能如此受過良好教養,就無疑會被認為配得上喺基督耶穌裏面嘅永生。

### *259. 謹記道成肉身所賜予我們的恩典,讓我們照祂的聖靈活出更新了的生命,遠離舊有的生活方式*

259. 1) 謹記道成肉身所賜予我們的恩典, – 2) 讓我們照祂的聖靈過一個更新了的生命, – 3) 遠離舊有的生活方式,即由情慾和嫉妒所生的各種罪惡, – 4) 熱心於一切善事,愛慕它們,並為它們憂傷。 [4, 40]

**29.**正如渴者思飲,飢者思食,我哋亦當渴慕聽神之道。因為聽咗之後,我哋得益良多:由冷淡變得熱誠,由熱誠變得更加熱誠。 咁,今日我哋所聽見嘅話語係乜嘢?——經上說: *「神愛世人,甚至將佢獨生子賜畀人,叫一切信佢嘅人,都唔會滅亡,而得永生。」* (約翰福音3:16) 而且唔止係 *「賜」*,而係 *「甚至至於死,而且是死在十字架上」* (腓立比書2:8)。點解會咁?因為亞當嘅不順服,我哋畀魔鬼為奴,受死亡管轄,被賣喺罪惡之下,注定要腐朽。 神嘅獨生子嚟到,祂將自己交出做眾人嘅贖價,唔單止救咗我哋脫離死亡嘅權勢,更用祂嘅血洗淨我哋嘅罪(啟示錄1:5),照經上所講,使我哋成為祂國度嘅後嗣。 你看見

祂那堅定而大能的愛了吗?你看見祂對人類那無邊界的慈愛了吗?祂的慈愛何其深邃,祂的豐盛恩典何其充足,這些都是藉着我們的救主耶穌基督豐豐富富地澆灌在我们身上!

**30.** 咁,我哋呢班可憐嘅靈魂,對此有咩可講,有咩可想?我哋要唔要返去犯罪?要唔要再墮入奴役?要唔要揀取羞辱、敗壞同定罪?──決不!──*「因為我哋若已經同基督一齊死咗,就必同佢一齊活,因為我哋知道基督既從死裡復活,就不再死,死對佢已經唔再有任何權勢。」 豈不知你哋既受洗歸入基督,就都受洗歸入祂嘅死?你哋藉住洗禮同祂一齊埋葬,好叫基督藉住父嘅榮耀從死裡復活,你哋也同樣可以過新生命。* ──所以,弟兄姊妹們,我們要行在這個新生命裡,正如我們領受洗禮時所再次應許的;我們要*「活在聖潔和敬虔中,正如聖徒所當行的」* (弗 5:3),在和平與和睦中,在誠實、高尚與敬畏中,在聖潔與自制中,不被*「我們從前在無知中所懷的慾望」*所捲走 (彼得前書1:14),卻要像逃避大火般遠離昔日嘅情慾,因為我哋已經建立喺我哋信仰嘅磐石上。

**31.** 呢就係更新!咁,墮落又係乜嘢呢? ── 引誘我哋祖先亞當犯罪,令佢被逐出樂園,墮入現今最悲哀生活之下嘅罪惡誘惑;── 嫉妒,就係喺佢自大嘅時候,該隱因為佢嘅祭物被揀中而殺咗佢兄弟亞伯,之後佢一生都喺嘆息同顫抖中度過。 由呢兩種情慾,無數罪惡湧入世界:因此有洪水淹沒地上萬物;因此有所多瑪和蛾摩拉被火與硫磺化為灰燼嘅慘痛命運,以示佢哋罪惡之警告。 你睇吓罪惡同眼目的情慾,加埋世俗嘅驕傲,搞出咗啲咩?

**32.** 但如前所述,蒙神恩典,我哋已經蒙召、得着自由,並被提升為兒子的地位。所以,我哋要堅立喺基督所賜嘅自由度中,同祂所賜嘅榮耀裏,保守自己,遠離一切虛空,並為基督嘅緣故,視任何事物都為無價值。 ──視羞辱為榮耀,憂愁為喜樂,創傷為喜悅,迫害為福樂,死亡為生命;正如我哋聖潔嘅父老同弟兄──佢哋嘅名寫喺生命冊上── ──當年都係咁樣行,而家亦都畀人紀念。 若能如此生活,我哋亦*會「照亮世上嘅光,緊緊持住生命之道」*(腓立比書2:15),將來喺基督再來嗰日,我哋就會被認為配得成為天國嘅繼承者。

### *260. 已經顯示出默想聖父輩生平如何復興我哋內心所有善念,並遠離一切惡行,佢就按各人嘅召命,邀請大家效法佢哋*

260. 1) 已經顯示出默想聖父輩生平如何復興我哋內在嘅一切善,並遠離一切惡,– 2) 佢邀請每個人按自己服從嘅本性去效法佢哋,– 3) 好令我哋得以遠離不順服、懶惰同埋埋怨。 [4, 41]

**1.** 喺呢啲日子,當我哋讀到聖先賢嘅生平,就真係難以言喻我哋從中獲得嘅巨大利益同所感受嘅喜悅。因為你同我講,有咩比默想佢哋嘅不朽勳業、奇蹟同對魔鬼嘅勝利更加甜美呢! 我覺得連石頭都感受到呢份恩典,唔只係有理性嘅人。由此,人心得著啟迪,拋棄肉體黑暗嘅妄念;由此,靈魂被激發,飛向神聖嘅愛。真可以咁講,呢個(即聖徒嘅大會) 就係上帝嘅伊甸園,入面唔係實體嘅植物,而係各種屬靈嘅果實;生命之氣散發香氣;蛇唔會傷害人,反而會畀人所傷;唔會趕人出,反而會畀人趕走,正正就係咁樣。 如果上帝嘅國度喺我哋心入面,咁我就認為冇人會錯,稱聖徒為天國,因為全善嘅上帝好似一位慷慨嘅君王,賜福俾祂嘅僕人。呢個國度之後,塵世嘅嘢對我嚟講有乜嘢重要?虛榮同肚腹又算得乜,最終都要滅亡? 金銀、華麗的衣服,以及其他一切虛空之物算得什麼?──這些都根本無法相比,就好比光明與黑暗、生命與死亡、真理與睡眠無法相比。

**2.** 如果一切都如此,就讓我們*「用說不出的、充滿榮耀的喜樂」喜悅*(彼得前書1:8),因為我們已經得著了更美的分,成為屬天貴族的揀選之民; 並且,不但要因此而喜樂,更當盡力效法他們的品德,好叫人明顯看見我們所蒙的不是虛名,*不是「有敬虔的外貌,卻背了敬虔的實意」*(提後3:5)。 就好似去藥房揀藥咁,人人都因病症揀唔同藥方;同樣,我哋想好好效法聖徒,就要揀啱自己生活方式嘅榜樣,咁先可以從佢哋嘅生命中受惠。我呢個唔配嘅人,就效法嗰啲有資格嘅牧人;管家──就效法嗰啲忠心又智慧嘅管理人; 酒倉管理員──就睇啲以公義同良心管理酒倉嘅人。無論係教士、主人、廚師、飯廳侍者定其他人,只要照佢哋所分派嘅職務,都應該咁諗。只要我哋肯睇、肯學,人人都可以搵到好榜樣。

**3.** 不可有人違抗命令。一被召喚,就當即現身。對管家說「等等,我才來」──尤其對管家──是罪過,亦是可受譴責之事。亦不可有人拒絕履行職務,而要謙卑地盡心盡力,甚至至死方休:這才是真正的修道完美。 亦不可有人埋怨,批評我哋呢度缺東缺西。呢啲人就好似喺曠野埋怨嗰班人,要受同樣嘅審判,佢哋嘅毀滅真係好驚人(民數記第十六章)。──但呢啲人究竟係邊個? ──嗰啲無知、急躁、心

智幼稚嘅人──連呼吸空氣都唔配,更遑論領受咁多安慰。──然而,願我哋至善嘅神賜智慧畀無知者,加增智者嘅智慧,並透過我哋主耶穌基督,喺祂嘅國度裡拯救佢哋眾人。

### *261. 按世人嘅心志所追求嘅一切都係短暫;只有美德先帶來永恆嘅喜樂*

261. 1) 按世人嘅心志所追求嘅一切都係短暫;只有美德先至帶來永恆嘅福樂。– 2) 就連喺呢度都會帶來福樂,正如我哋喺教會每日紀念聖徒時所見。– 3) 咁到嗰度又會係點呢? 喺嗰度,聖徒會好似太陽咁,並且會同基督一齊。– 4) 願我哋努力去配得呢件事,並避免其相反。 [4, 42]

**4.** 喺人群中,有人喺財富中搵到快樂,有人喺權力,有人喺成功,有人喺享樂。但係呢啲都唔配得上真正嘅喜樂,因為乜都唔會永遠存在,都會同呢個現世一齊消逝。就算喺呢度,呢啲都冇辦法令好多人長期得到安慰;佢只係一出現就即刻消失,就好似一場夢。 只有美德先值得欣喜,因為佢係永恆嘅擁有,令擁有者成為「 」。──諗吓歷史上有幾多統治者同安慰者,但冇一個獲得讚揚;相反,有德者嘅光輝卻永不熄滅。

**5.** 而呢點由我哋嘅所作所為就顯而易見。昨日我哋敬禮聖克里斯多福;今日我哋敬禮常懷念嘅以弗所;明日我哋又會敬禮另一位聖人。 因此,好似天體咁,佢哋全年都一個接一個喺教會嘅天際發光;為咗紀念佢哋,我哋開口讚美佢哋,佢哋照亮我哋喺神裏行路嘅腳步。所以,神聖嘅話語真係應驗: *「因為祂所預知的人,祂就預定他們效法祂兒子的樣式,使祂可以成為眾弟兄中的長子;祂所預定的人,祂又召他們;祂所召的人,祂又稱他們為義;祂稱他們為義的人,祂又叫他們得榮耀。」* (羅馬書 8:29–30)對此,我們又當說什麼呢? 我哋唔係都參與咗呢種呼召同榮耀咩?當然係啦。對我哋呢班卑微嘅人嚟講,十字架嘅生命同祝福嘅獎賞都唔陌生;因為直到而家,我哋除咗之前為美好見證所作嘅勞苦,仲要忍受迫害。噢,品行嘅力量真係好奇妙!佢又會賜畀緊守品行嘅人啲咩嘢!

**6.** 但嗰啲都係而家嘅事;將來嘅時代又點呢?噢,有邊個可以形容嗰份喜樂同榮耀呢!主就講: *「當時義人要同日頭一樣發光。」* (馬太福音13:43) 因為祂自己就係「公義嘅日頭」,祂應承咗,凡與祂同心嘅義人,都會同日頭一樣發光,正如使徒所講: *「因為如果我哋同祂受苦,我哋都要同祂得榮耀。」* (羅馬書8:17) 正如主自己向父禱告說: *「父啊,你所賜給我的人,我願意他們也同我在我所是的榮耀裏,得以與我同在,好叫他們可以看見你所賜給我的榮耀,因為創世以先你就愛我。」* (約翰福音17:24) 你睇到我哋會去到邊度?── *「基督喺神右邊坐着」* (西3:1),嗰度有喜樂同快樂,有天使的群眾居住,亦有名字寫喺天上嘅長子之會──嗰度有同我哋一樣品級嘅弟兄同祖先;我哋好快就會去到嗰度,喺嗰度 *「我哋會同祂一齊開始歡喜快樂,「祂以祂的權能治理萬代」*,正如大衛所唱(詩篇65:7)──不是治理千年的或萬年的世代,而是治理一個既不會衰老也不會結束的世代。

**7.** 又有咩人會滿足於此?──就係嗰個熱心到日日、時時都保持清醒、提防自己,免得靈魂瞌睡;因為當我哋咁樣打盹嘅時候,情慾就好似野獸咁攻擊我哋,並奪去我哋嘅靈魂。 但當我哋保持警醒,看守自己嘅時候,獵食者就偷唔走我哋,蛇亦攞唔走我哋。──所以,我哋要警醒,用心思量以上所講嘅話,以及佢嘅相反──威脅違背神旨意者嘅刑罰: 永不熄滅的火、極大的黑暗、永不眠的蟲,以及其他一切;使我們被這些思想充滿並環繞,得以避開仇敵的陷阱,無可指責地從此地過去,並進入天國。

### *262. 我們在由曠野到此地的旅程中,蒙主賜予了許多祝福:我們不但要以言語,更要以行動來感恩。*

262. 1) 我哋由曠野到呢度嘅旅程中,蒙主賜咗好多祝福:我哋唔單止要用口,仲要用行動去感恩。– 2) 咁我哋點樣先可以報答佢呢? – 讓我們為神嘅榮耀而活;讓我們成為基督嘅香氣;讓我們登高,好等眾人看見。 – 3) 為咗呢個目的,讓我們撇棄呢世嘅事物,以天上嘅事物裝飾自己。 – 4) 因為呢啲唔係離我哋好遠;因為佢喺我哋裏面。 [4, 43]

**8.** 我們要常常因神賜給我們的福份而喜樂,並以熱切的禱告,懷著真誠的心向祂感恩。因為,我們想一想,即使在現在,我們所蒙的福已經是何等之大! 當我哋迫住逃走,驚阿加里安人嘅時候,佢唔係喺曠野嗰度,喺我哋被拋落嘅地方養活咗我哋,而且連續好多日?佢唔係當時為我哋打開咗呢度嘅休息之門,呢度有座靚嘅聖殿同合適嘅住處;正正就係嗰位歡迎我哋嘅——我哋同心嘅兄弟? ──神對我們的眷顧何其大!祂豈有本該做而未做之事?──在我們逃亡的途中,祂供應我們麵包、酒、魚及其他所需,多到足夠,甚至有餘,使見證者都驚嘆。 為咗呢一切,我哋呢班可憐人唔應該只係道謝,而要將自己嘅生命

都交出嚟。所以我懇求你,我哋要喺心裏面點起對祂最強烈嘅愛,全心全靈咁緊緊依靠祂,並向祂獻上最感恩嘅謝意。

**9.** 咁我哋點樣先可以報答佢呢?—我哋都要為嗰個我哋敬拜嘅名而活,好叫佢嘅榮耀得著,使佢所講嘅話成真喺我哋身上:*「你哋要照亮人前,好等佢哋見到你哋嘅善行,就榮耀喺天上嘅你哋嘅父。」*(馬太福音5:16) 使徒另處又說:*「感謝神,祂藉着基督耶穌常使我們得勝,又藉着我們在各處散發祂的知識馨香。因為我們在凡被救的人中,對神而言,就成為基督的馨香之氣。」*(哥林多後書 2:14-15) 你睇到咗冇,有德行嘅人就好似基督嘅香氣,無論住喺邊度都散發呢份香氣?德行本身就係咁,唔可能畀人藏住;但凡實踐德行嘅人就會畀眾人所知:經上寫住:*「建喺山頂嘅城鎮係藏唔住嘅。」*(馬太福音5:14) 呢座城就係人嘅靈魂;山就係美德嘅高峰。凡登上嗰度嘅人,*就好似「世上發光嘅燈,緊緊持守生命之道,好叫基督嘅日子得以榮耀*佢哋」(腓立比書 2:15)。所以,弟兄姊妹,我哋都要登呢座聖山。

**10.** 但除非我哋先放低呢世上嘅一切——即係肉體嘅慾望、心思意念,同埋呢生嘅敗壞享樂,否則就上唔到嗰度。離開呢啲,就係通往美德嘅攀升。所以,心要淨除一切污穢嘅念頭;眼要端莊,直視前方,耳要塞住唔聽惡言——舌頭唔好講虛空嘅說話,手要制止唔做唔體面嘅觸碰,腳要行喺和平嘅道路上,所有肢體都要受相應嘅好行為訓練,並藉住基督嘅美而成聖。 世上嘅君王會熱情款待身體美麗、華服嘅人;但天國之王卻鍾意心靈裝備完善嘅人,就算佢哋外表貧窮、失明、跛腳,或者有其他人眼中可憎嘅缺陷。 從呢個角度嚟講,卑賤者變得高貴,無光彩者變得光輝,貧窮者變得富有;正因如此,嗰班蒙福嘅使徒,雖然係漁夫,都成為咗普世嘅領袖;所以聖安東尼雖然冇讀過書,都比有學識者更智慧; 所以——拎個離我哋更近嘅例子——你哋都知,我哋嘅多馬,一個匈奴人、一個奴隸,都升到為基督殉道嘅至高境界,並且名揚天下。

**11.** 哦,我哋仁慈嘅上帝對人類所顯示嘅難以言喻嘅愛啊!佢賜畀我哋一個幾咁方便嘅方法去到佢面前!因為呢件事唔需要任何中間人、唔需要金錢,亦唔需要等候任何好機會;只要有呢個願望,就一切搞掂。 – 所以,你想喺天上成為偉大?就揀做世上最卑微嘅人。你想被稱為上帝嘅兒子?就平息你心入面嘅慾望。你想畀上帝嘅眼見到?就為真理站出嚟。 – 但係,有邊個會滿足於呢啲嘢呢?– 就係嗰個甘願接受教導、鍾意行義、努力追求天上福份嘅人。– 但願我哋都以呢種精神去遵守生命之律,好同眾聖人一齊,喺我哋主耶穌基督裏面,得着天國。

## *263. 讓每個人都全心全意地履行自己的職責,好似在神面前一樣*

263. 1) 人人都要盡心盡力履行職責,好似喺神面前一樣。– 2) 我做我份內,你做你份內:並且我哋要互相幫助,一齊為公義合作。

**12.** 無論執行職務者或監督者,都必須全神貫注、勤力地, —以苦行式嘅虔誠—去履行佢哋嘅職務—無論係管家、副管家、酒窖管理員、廚師、飯廳侍者,定係任何其他人做緊任何差事—好免得落入嗰個可怕嘅詛咒,就係話:*「做主嘅工而草率行事嘅人,有禍啦!」* (耶利米書48:10);反而,佢哋可以成為最配得上主恩寵嘅人,主話:*「咁邊個係嗰個忠心有見識嘅僕人,主人派佢管理全家?主人嚟到嗰陣,見到佢咁做,就祝福嗰個僕人。」 「我實在告訴你哋:主人要派佢管理所有嘅財產。」*(瑪竇福音 24:45–47)你睇吓,佢對做好嘢嘅僕人,賜咗幾大嘅榮耀同賞報!咁就明顯啦,做唔好嘅人就會面對相反嘅下場。所以,我勸你哋:每一個人都要忠心咁盡自己所托付嘅本份,咁樣就可以榮耀上帝,同時保障自己嘅得救。哦,管家啊,要用智慧去照顧團體嘅物質需要,公平咁對待每一個人——唔好偏心或者有私心,而要常存善意同弟兄之愛。 管家,你要確保弟兄姊妹有食物供應,誠心實意地盡你嘅職責,單純為咗安慰佢哋,並且唔好喺儲藏室度有任何食物變壞。廚師,喺預備同調味嘅時候,要心無愧疚,好似你係親自向神獻上你嘅服侍咁。 飯堂執事,要保持飯堂同所有器皿清潔,服侍弟兄就好似服侍主一樣。其他人都要喺自己嘅崗位上照樣盡責。

**13.** 我說這話,並非要叫你哋互相對立,而係要叫每個人,無論蒙召擔當咩職份,都努力盡心服侍人,並將上帝常放喺心裏,因為所有賞賜都係由祂而來。 「我呢個卑微嘅人,唔係都蒙託付去整頓自己嘅家務咩?」「係,實在係最重嘅任務。」「所以,就如我當照顧同看守你哋嘅靈魂,勸戒同教導每一個人,並喺私底下同公開場合向你哋宣講上帝嘅真理同將要嚟嘅刀劍;你哋亦都要勤力盡你哋嘅本份,唔好偷懶。」 – 如 所言,我哋要成為一個身體、一個聖靈,正如我哋被呼召喺同一希望之下——彼此相愛,互

相關懷,互相擔起重擔;好等我哋離世嘅時候,唔會因為疏忽而浪費咗光陰而後悔; 但願我哋時刻預備好呢次離別,真誠咁有信心,離世時帶住清白嘅良心,就可以進入天國。

### *264. 佢哋打埋一齊:呢個暴露咗*

264. 1) 佢哋大打出手:呢件事就揭露咗佢哋。– 2) 呢件事指出驕傲係成因,先令人起「走,摸吓佢;我整死佢」嘅念頭,然後先付諸行動。– 3) 解決呢個問題嘅方法,就係要喺心入面紮根良好嘅意念。[4, 45]

**14.** 我離開你哋只係好短時間;但返嚟之後,我見到你哋當中好亂,我覺得有必要畀大家知道,而且亂到有啲人伸出手嚟,互相瘋狂拉扯,仲有嘥聲同大叫。 至於佢其中一個,都唔算太出奇,因為佢仲係平信徒,未加入兄弟會;但係另外嗰個就真係好令人驚訝,因為佢已經出家做咗和尚,本應該將世界釘喺十字架上,用肉身釘住嗰個十字架。 咁樣,兄弟,你點解會從十字架上下嚟,好似已經擺脫咗釘子,仲用猶太人嘅方式將手按喺基督耶穌身上?因為佢自己講過:*「你哋所做嘅,無論係為我呢班最細微嘅弟兄其中一位做嘅,都係為我做嘅。」*(馬太福音25:40)你難道唔驚講呢番說話嗰位? 你喺你生命守護者──天使面前,唔覺得羞愧嗎?你唔被嗰啲睇住你嘅弟兄同路人嚇怕嗎?主吩咐:*「你哋要照亮人前,好叫佢哋見到你哋嘅善行,而榮耀你哋喺天上嘅父。」*(馬太福音5:16) 然而,你嘅惡行卻令你陷入如此黑暗,以至藉住你,神嘅名被褻瀆。哀哉,我呢個罪人!我哋本被召往生命嘅高峰,卻墮落到何等深低,好似邪惡嘅平信徒咁,為自己帶嚟羞辱。 你話係佢先開打;但你可曾聽過主對嗰個打咗佢面頰嘅僕人,有幾溫柔嘅回答:*「我講得唔啱,就指證我嘅錯;但如果我講得啱,你點解要打我?」*(約翰福音18:23)。 又喺十字架上佢話:*「父啊,赦免佢哋,因為佢哋所做嘅,佢哋唔知道。」*(路加福音23:34)你既然知道呢點,就應該祝福責備你嘅人,為打你嘅人禱告,被人譭謗嘅時候就保持沉默。(林前4:12–13) 但你哋唔效法善人,咁你哋又去效法邊個呢? – 看看使徒所吩咐嘅命令:*「一切苦毒、憤怒、忿怒、嘈吵同毀謗,連同一切惡毒,都當遠離你哋。」*(以弗所書 4:31)但係你哋竟然大打出手,互相扯頭髮、互相扼喉? – 如此,上帝的律法就被藐視了。*「鐵匠徒然煉銀」*,如先知的話所說(耶利米書 6:29)。我雖然卑微地勞碌到精疲力盡,也是徒然。然而,即使如此,我仍不會停止盡我本分,尤其有時我竟有許多專心聽我講的人。

**15.** 咁,呢種邪惡嘅根源喺邊度呢?因為人唔可以淨係譴責罪惡,仲要指出補救方法。惡劣嘅良心搞出呢個邪惡嘅新奇玩意:驕傲嘅自我主張,係個惡毒心腸嘅詭計。 「如果佢同我講咩咩,我就咁咁回覆;如果佢對我點樣,我就照單全收。」──然後,無論因為乜嘢,一旦心頭起咗啲煩,我哋就將原本暗地諗緊嗰啲嘢攞出嚟講。 因為所講嘅真係啱:*「心裏所充滿嘅,口裏就發出嚟。善人從善倉發出善言,惡人從惡倉發出惡言。」*(馬太福音12:34-35)

**16.** 咁我哋就令我哋嘅心成為一個充滿好意嘅寶藏庫。 咁樣,我哋唔單止唔會懷住惡意,亦唔會動手打人;就算有人喺你右面打你一巴,我哋都會轉埋另一邊畀佢(馬太福音5:39),無論發生乜嘢,我哋都會照福音嘅誡命去行。– *「以色列家啊,你哋點解成日要死呢?」*(以西結書33:11)。喺呢度,我哋都應該問吓自己同樣嘅問題。點解我哋要日復日咁虛度光陰、懶散度日,自以為係飲食嘅行家,卻對遵守上帝嘅誡命毫無所知? 不如我哋由今以後堅定自己:唔好憂愁、唔好發怒、唔好大發雷霆,亦唔好大聲吼叫,因為嗰啲好似箭咁射出嚟嘅侮辱言詞,甚至可能比嗰啲更惡劣。 ──我*「喺賜生命俾萬有者上帝面前,喺曾喺本丟·比拉多面前作美好見證嘅基督耶穌面前,囑託」*你──*「要你遵守呢條命令,無可指責,無可責備」*(提摩太前書6章, 13–14),免得我被迫要叫你哋受最嚴厲嘅懺悔刑罰;反而,你哋要喺一切事上,時刻以端正有秩序嘅方式行事,好叫我呢個罪人,蒙神喜悅,帶嚟平安,並且配得永遠嘅福份。

### *265. 佢又責備嗰啲爭吵嘅人;並──邀請眾人歸於和平,並從聖體聖事攞到靈感*

265. 1) 佢進一步責備嗰啲爭吵嘅人;同埋 – 2) 邀請眾人歸於和平,並從聖體聖事攞到靈感。– 3) 對此,他微妙地加入一段關於處女情操的勸言,並讚美之,—4) 並將在神畏與自我犧牲的火中以淚悔改作為達此之道。 [4, 46]

**17.** 我對呢篇救恩講道唔應該感到滿足,你對呢次造就性嘅聆聽亦都唔應該滿足。但我哋兩者都要對呢兩樣嘢有如乾渴者汲水般嘅無盡渴求。 而呢個就係進步嘅標誌,亦係得救嘅條件同行動。因為言語會引致行為──正面嘅言語帶嚟正面嘅行為,反之亦然。既然我哋渴望行善,就必須善用良好嘅教導同有益嘅談話,免得我哋喺所要求嘅事上失誤。 使徒教導的就是這件事,他說:*「口裡不可出任何敗壞的話,只要有益於建立信心,好叫聽的人得益處。也不要使神聖靈憂愁,你倆喺祂裡面,就為得贖之*

*日而受印記。」* 又有一段*經文更嚴厲地說:「一切苦毒、忿怒、憤怒、嘈吵和毀謗,連同一切惡毒,都當遠離你哋。要彼此親切,存憐憫的心,彼此饒恕,正如神在基督裏饒恕咗你哋。」*(以弗所書4:29–32) 你睇吓佢吩咐咩?呢條誡命嘅定義有幾精確?──佢喺其他地方講得更加嚴厲:*'凡屬基督嘅人,都已經同肉體一齊釘咗十字架,連肉體嘅情慾同私慾都一齊釘咗'*(加拉太書 5:24)。意思就係,佢哋好似對罪惡嘅行為毫不動心。 如果真係咁,咁你哋諗吓我哋爭吵嘅弟兄 deserves 幾大嘅譴責?佢哋唔止互相辱罵,仲動手打人。至於你,仲係平信徒,只係我哋當中嘅一員,你竟然動手打一個和尚?──而你,一個和尚,你竟然敢用棍打一個準備發服從誓願嘅人?──唔係; 你已經唔係和尚,而係角鬥士;唔係苦行者,而係強盜;唔係和平之子,而係忿怒之子。難道惡言唔係招致打鬥,而打鬥有時唔係會釀成殺人?──行咗呢啲事嘅人,點解唔要俾適當嘅懺悔,免得佢哋做出更惡劣嘅事?

**18.** 但你哋呢班蒙愛嘅人,作為溫柔和平之主嘅門徒,要彼此之間溫柔和平咁生活──*「要同眾人和平共處,要追求聖潔,因為沒有聖潔就沒有人能見主」*(希伯來書12:14)。要謹記我哋有幸領受主嘅身體同寶血。 領受呢啲最純潔禮物嘅靈魂,唔可以喺自己心入面藏住混亂、狂亂或者唔體面嘅慾望。口,從那不朽之泉汲水,不可說污穢和惡臭的話。眼睛,因寶血而聖潔,不可以獸性目光凝視,亦不可容猥褻的影像印刻其中。那曾領受神聖珍寶的手,不可觸碰任何不雅之物。

**19.** 但係所有肢體,作為基督嘅肢體,都要保持純潔。 誠然,每一美德都偉大而可貴,但無逾於貞潔。貞潔首先在樂園中光照,那時蛇尚未以他的花言巧語欺騙我們的祖先;──貞潔被認為配得上成為基督的母親;貞潔使人成為天使;貞潔使世界升入不朽。

**20.** 到呢度,有人可能會問:我哋要點先至可以得到佢?──除咗經過無數嘅勞苦同汗水,仲有其他方法咩?──因為喺偉大嘅任務面前,一定要有偉大嘅勤力,同埋唔少嘅辛勞。 就好似一把鋒利的劍可以有效咁斬倒敵人,靈魂喺敬畏上帝嘅時候,都要好似喺火中鍛造、喺眼淚嘅水中淬鍊過咁,斬斷魔鬼嘅念頭,將佢哋當作獵物。 如果佢變得鈍咗,就要重新磨快,好令佢唔只殺成千上萬,而係能殺到成群結隊,正如大衛所唱: /因為*從高處攻擊我哋嘅有好多。」* (詩篇55:3),而與我哋作戰嘅惡靈數之不盡;堅持到底對抗佢哋,就會顯露基督嘅真勇士,並使佢成為得勝者。 願神憐憫赦免犯罪者,並堅固行正路者的熱心,使你哋一次又一次遵守神嘅誡命,從而得着天國。

### *266. 有熱誠嘅人唔單止遠離惡行,連惡念都唔起:咁樣佢就可以得著神嘅平安,並透過神聖嘅默想嚟享受呢份平安*

266. 1) 熱心嘅人唔單止遠離惡行,連惡念都唔容許;咁佢就可以得著上帝嘅平安,並透過神聖嘅默想喺其中喜樂。– 2) 所以,我哋要留意自己,唔好畀念頭留喺心靈入面,特別係慾望同憤怒嘅念頭。[4, 47]

**21.** 粗心大意同富裕嘅人連行惡嘅行為本身都視為罪,例如:通姦、奸淫、肛交、不潔淨同其他一切惡行,律法對此非常嚴厲。 但係熱心嘅人,佢渴望逐條遵守誡命,連唔雅嘅心靈幻想都唔會放過,因為呢啲幻想會導致唔雅嘅身體動作,佢會盡一切努力,將呢啲嘢喺自己裏面消滅,並遠離一切有害嘅情慾,保持心靈嘅平安: 即係同我哋主耶穌基督藉住神和好,正如使徒所講(羅馬書5: 1),喺呢個狀態入面,靈魂搵到咗安息,就以極大嘅喜樂歡欣,享受住一種無可滿足嘅甘甜,鍾意留喺神嘅思念中,深入默想祂難以言喻嘅榮耀,甚至忘記咗自己。 但當靈魂從此狀態中醒轉,被難以言表的慾望所動,就會如同一艘在暴風中掙扎的船隻,被拋來擲去;除非主前來援助,否則就有觸礁沉沒的危險。

**22.** 所以,我哋要保持警醒,唔好畀邪惡嘅念頭留喺心入面,要即刻連根拔起。因為如果條蛇搵到方法滲入,慢慢擠入,佢就唔會走,直到帶嚟死亡先肯離去。 聖經為乜嘢講蛇要咬人嘅腳跟──即係佢嘅行動結果──而人要打蛇嘅頭──即係罪惡思想第一次侵入靈魂(創世記3:15)? 所以,我哋要英勇咁對抗思想嘅入侵,喺佢哋所引發嘅慾望未生根之前就將佢哋扼殺,從而遏止罪惡之洪流,好等我哋都可以同大衛聖人一樣講:*「我哋經過火同水,你卻引我哋到安息之地。」*(詩篇65:12) – 然而,唔只係呢種激情(即慾望)會擾亂同腐蝕靈魂;更有甚者係忿怒;因為經上說:*「我因忿怒眼都昏迷」*(詩篇6:8),又說:*「佢哋嘅忿怒好似蛇嘅忿怒」*(詩篇57:5); 又有一句:*「愚昧人胸懷憤怒。」*(傳7:10)最後一句:*「暴怒的急流使人跌倒。」*(西智1:22)。 咁,呢種激情係嚟自邊度?係嚟自自負兼輕視他人嘅心態,以為自己係啲咩(加拉太書6:3),並鄙視比自己低微嘅人。 因為謙卑喺心入面嘅人,效法主,就係溫柔同和順,唔會好鬥或者嘈吵;即使有人冒犯佢,佢都寧願忍受,唔會去冒犯人——佢接受打擊,但唔會還擊。

***267. 順服的行為是互相連繫的;正因如此,我們必須彼此幫助,並且隨時順服有權柄的人,絕不拒絕或拖延。***

267. 1) 順命嘅行為係互相連繫嘅;所以,我哋要互相幫助,並且要隨時,唔好拒絕或者拖延,透過順命嘅行動服從有權威嘅人。– 2) 唔好屈服於擾亂嘅念頭:因為佢哋係由惡者嚟嘅。– 3) 為咗呢個目的,培養耐性,因為喺所有事上都好需要。 [4, 48]

**23.** 今日我哋傾咩好?我會講下我哋生活嘅外在表現,或者按規矩生活:雖然我哋流亡異鄉,但生活就好似喺修道院一樣,唔止一兩個人,而係好多人一齊。 雖然我哋冇享受修院嘅舒適,但我哋仍然可以勉強搵到所需——雖然好困難——而且唔止係為自己,仲要為其他人。因為兄弟同父老,以及過路人同窮人,成日都嚟我哋度。要接待同照顧所有人,唔單止要好大嘅精神,仲要付出唔少嘅勞力。 所以管家作為神嘅管家,必須謹慎同警醒。但如果佢冇一個同佢志同道合、同樣警醒嘅副管家,就冇用。副管家如果冇一個倉管喺所有事上都跟隨佢指示,佢一樣做唔到嘢。 除非倉管有個得力嘅幫手——廚師,否則佢嘅事務都唔會如願以償。同樣地,除非廚師——甚至其他崗位嘅人,同埋所有相關嘅人都有一班得力嘅同工支持,否則佢哋嘅工作都唔會順利。就好似一個身體入面有好多部位一樣; 然而肢體彼此相顧,若一個肢體受苦,所有肢體都同受苦;若一個肢體得榮耀,所有肢體都同喜樂。同樣地,在弟兄姊妹中,若不遵守同樣的秩序,就不會有共同生活、和平與心靈的一致,反而會有被排斥者、分裂和衰敗。 – 如果真係咁,有邊個仲敢照自己嘅私慾行事?或者當要處理私人事務或手藝時,就唔參與大家有益嘅工作?又或者當有人被派做任何差事時,竟然拒絕同唔聽從上面嘅命令? 咁樣嘅人已經唔係門徒,而係叛逆;唔係弟兄,而係陌生人。但如果真係發生咗呢啲事,就要從今以後小心,免得有人犯咗呢類過錯,就要承受呢種不當行為所規定嘅懺悔。你哋唔聽到使徒點吩咐㗎? *「要彼此和睦,彼此憐憫,彼此饒恕,正如神在基督裏饒恕了你哋一樣。」*(以弗所書 4:32)我哋都要彼此如此,互相擔起重擔,好成就基督嘅律法,正如經上所寫。(加拉太書 6:2)

**24.** 我以前問過你哋,而家再問一次:我哋唔好畀自己嘅思想重擔壓倒,而要靠聖靈嘅喜樂,去完成面前嘅爭戰,目光要定睛喺我哋信嘅創始成全者——耶穌身上。佢會賜禱告者祈求嘅能力,又賜渴望得勝者勝利。 你哋唔記得咩,唔係好耐之前,一場風暴突然襲來,但好快又即刻平息?心思念頭都係咁:佢哋會令我哋短暫困擾,然後又會過去。 唉,如果佢哋根本就唔煩擾我哋就好了!點解我哋嘅心靈唔可以永遠都得享平安呢?但呢樣嘢係唔可能嘅,因為我哋善變,連一日都唔會保持一樣;更何況可以永遠都咁樣呢? 但係,我嘅朋友,你睇吓魔鬼嘅無情惡意:就算被趕走,佢都會返嚟;雖然佢係黑暗,但喺天使面前,佢會偽裝成光,試圖用欺騙嚟陷害我哋。但願嗰條蛇遠離我哋,而我哋永遠都宣稱:「我哋唔會背棄祢,基督,亦唔會令我哋嘅告白變成虛假。」 或者你哋唔知道我哋由乜嘢狀態過咗去另一個?我哋唔係由無形入咗有形?由無知入咗有知?由無榮入咗有榮?我哋而家有言語、有知識、有讚美;而你哋係兒子,真係有榮譽,着住金,就係因為你哋金咁嘅順服。

**25.** 咁,仲缺咩?——就係忍耐;使徒話:*「你哋要忍耐,行完上帝嘅旨意,就可以得着所應許嘅。」*(希伯來書10:36) 咁,呢個應許係乜嘢?——主自己講:*「我去預備地方畀你哋。我若預備咗地方,就必返嚟接你哋去同我一齊住;好叫我所在嘅地方,你哋也得以喺度。你哋知道我去邊度,你哋知道嗰條路。」*(約翰福音14:2–4) *「人要奪去你哋嘅喜樂,都奪唔去。」*(約翰福音16:22)反思呢段說話,並仰望將要喺聖徒身上顯現出嚟、無法言喻且超乎所思嘅榮耀,我哋要胸懷大志,堅忍一切:如果我哋要飢餓,就飢餓吧; 如果我哋要夠晒所有嘢,就應付得嚟;如果要死,就死咗,好叫我哋可以喺我哋主耶穌基督裏承受永生。

***268. 謝羅維節期間,放縱肉體感官的慾望,與基督教的精神背道而馳。***

268. 1) 四旬節期間,放縱肉體慾望,與基督教精神背道而馳。 – 2) 我們要感謝主,祂引領我們出離世界,進入我們寧靜的生活,使眾多聖徒由此光照,我們也力求效法他們。– 3) 所以,我們要對祂保持忠信,為我們信仰告白即將面臨的考驗預備自己。[4, 49]

**26.** 將要到嚟嘅日子(謝肉節)通常畀人當做某種節日,因為呢段時間有好多筵席同狂歡,但人哋唔知道,呢啲日子透過禁肉,其實係宣告一般嘅自我節制,而唔係大吃大喝同醉酒。因為嗰啲先係希臘節日嘅標誌。 至於基督徒,雖然佢哋可以凡事節制,但唔可以放縱肉體嘅慾望,正如使徒所教導(羅馬書13:14)。 然而,邪惡既然滲入日常生活,就隨心所欲牽著世界走。我們卻要避免放縱,即使在我們被允許

食用的事物上都要節制,因為我們知道放縱是罪惡之母。　因此,我哋嘅祖先亞當,雖然冇去品嚐嗰啲被禁止嘅嘢,但喺伊甸園入面,因充滿神聖嘅洞見同啟示而歡欣快樂。可當佢打破咗自我節制,去品嚐咗違命之樹,就即刻被逐出嗰個福樂嘅伊甸園。而放縱就成為咗佢嘅死亡之母。　所多瑪人亦然,他們飽食之後,放縱可恥的慾望,自招神怒,被火與硫磺所滅。可憎的以掃亦因貪婪的眼睛,為一餐飯食放棄了長子的名分。 神嘅子民亦都係咁:*「百姓坐下吃喝,然後起來玩耍。」*(出埃及記 32:6)而家呢個年代都一樣:筵席、醉酒、呼喊、魔鬼式嘅舞蹈,唔止日間,連深夜都咁做。無節制嘅惡就係咁;就係因為佢,死亡先入咗世界。

**27.** 然而,我哋要感謝上帝,祂已經將我哋從呢啲虛浮嘅事中拯救出嚟,引領我哋進入一個蒙福嘅生命,喺嗰度冇放縱,而係有節制;冇醉酒,而係有清醒;冇騷亂,而係有平安;冇喧嘩,而係有寂靜;冇下流,而係有感恩;冇放蕩,而係有純潔, 聖潔同貞潔。就係由呢種生命,我哋所有聖潔嘅長老都光耀起來;佢哋喺上帝幫助下,制服咗自己嘅情慾,趕走咗魔鬼,變得好似天使咁,行出奇蹟,　達到天國的榮耀,成為世上令人驚嘆的榜樣──其中就有那蒙福的安東尼,我們剛才讀了他的生平,見到神在天上　how　glorified him──以至於世间的君王都視寫信给他、讀他所写的字句為至大榮耀。 我哋呢班卑微者,都跟隨呢班蒙福者嘅腳蹤;我哋亦都努力以行動去效法佢哋,呢點由我哋和尚嘅完美修為、佢哋對塵世嘅放棄、同故鄉、親人同所有認識佢哋嘅人嘅分離、佢哋嘅謙卑同順服可以證明──呢就係擺喺我哋面前嘅見證,為此我哋亦都忍受迫害。

**28.** 所以,我哋要喜樂,彼此分享喜樂,因為神賜咗呢一切畀我哋,我哋過緊屬靈嘅生活,喺呢個生命入面,如果我哋願意,就可以日日慶祝,以不衰謝嘅喜樂歡欣。　所以我勸你哋要更加堅定咁堅持我哋嘅爭戰,同埋我哋面前嘅信仰告白;因為已經有傳聞話主權者正考慮我哋嘅事,而國王嘅使者隨時都可能出現。但我哋唔好畀呢啲說話嚇倒:*「如果神喺我哋一邊,邊個能反對我哋呢?」*(羅馬書8:31)　祂既然在以往的境況中幫助過我們,就必能在將來繼續幫助我們:只要我們堅定不移,只顧自己,祂就會在一切事上賜給我們力量,使我們能直到最後都活得討祂喜悅,並進入天國。

## *269. 逼迫在門口:讓我們以平靜的心面對,信靠上帝的幫助,並從因信受苦而得賞賜的應許中得著力量。*

269. 1) 門口前的迫害:讓我們以平靜的心面對,信靠上帝的幫助,並從為信仰忍受迫害的應許中得著力量。 – 2) 我哋唔可以同異端結交,尤其要避開嗰啲口裡忠誠但心裏卻係異端嘅人。 – 3) 偶像破壞主義向道成肉身呢個神學教義發動戰爭,亦違背尊重同敬拜上帝嘅誡命。 [4, 51]

**29.** 我哋而家本應該講禁慾,因為聖大齋即將開始。但係四處流傳嘅謠言令我哋無法咁做,反而令我哋嘅思想同言語都轉去其他嘢。　我已經同你哋講過,統治者正審理我哋嘅案件;而家,就如人哋所講,佢透過尼科美底亞嘅總督發動恐嚇──如果我哋以敬虔嘅方式回應,佢就唔會容忍,反而會加快執行佢嘅計劃。　對此,無可多言,但我哋必須為一場新嘅迫害作好準備,深信正如聖靈嘅安慰喺苦難繁多嘅地方更加繁多,正如使徒所言:*「基督嘅苦楚喺我哋身上如何繁多,我哋藉住基督得安慰,亦如何繁多。」　無論我哋係為你哋嘅安慰同得救而憂愁──呢啲係因你哋忍受住同我哋一樣嘅苦楚而得嚟──定係我哋因你哋嘅安慰同得救而得安慰,因為知道你哋既同我哋分擔苦楚,亦都同我哋分擔安慰。*　(林後1:5–7)。喺呢段話入面,使徒已經示範咗我哋要彼此分享苦難同安慰,就好似我哋係一個身體、一個聖靈,*正如*我哋被呼召 *去分享「一個盼望」*(弗4:4)。　所以,我哋唔好灰心或喪氣,而要立志同心同德,為神嘅緣故堅守陣地,做基督嘅好兵,手執 *「屬靈的兵器」*,*「本於血氣,卻藉着神的大能,特為拆毀堅固營壘」*　(林後10:4),即係謹慎、勇氣、貞潔同真理──從而成就主嘅說話: *「他們在這一城追逼你哋,就逃到另一城去。」*(馬太福音10:23)──當我哋去到嗰度,就唔好 *「為我哋要食咩、飲咩、着咩而憂慮。」*(馬太福音6:31)。　因為祂自己說:*「我必不離棄你,也不撇棄你。」*(約書亞記1:5)所以祂也要喺嗰度為我哋打開祂憐憫嘅大門,並且喺一切事上成為我哋嘅幫助者。既然有呢啲應許,我哋又點可以唔喜樂呢?我哋又點可以唔因為係主嘅門徒而歡欣呢? 聖使徒亦曾遭受迫害,主對他們說:*「人若因我辱罵你、迫害你,並虛假地說一切惡言,你就有福。你要喜樂歡欣,因為你喺天上嘅賞賜是大的。」*(馬太福音5:11–12) 所以,而家係喜樂同歡欣嘅時候,因為佢帶畀我哋無可言喻嘅喜樂、永恆生命同永遠嘅國度。

**30.** *「你哋唔好去外邦人嘅路上,亦唔好入撒瑪利亞嘅任何城鎮。」*(馬太福音10:5)我哋要將呢段經文同異端聯繫埋一齊先至明白:所以我哋唔可以入佢哋嘅教堂,亦唔可以入佢哋嘅屋企。　但凡有

和平之子、敬虔的種子所在,我們就留居在那里,並在那里用餐,正如以往的年日一樣。我們要提防那些自稱持守真理、自稱是義的領袖,卻並非如此,反而被引誘,*'欺騙人又被人欺騙'* (提後3:13)*「佢哋嘅審判係公義嘅」*(羅3:8)。我哋要保持堅定嘅信心同無可指責嘅生命,唔好互相貶低或者冒犯,而要喺兩者上都保持完整同完美。

**31.** 本供認之主題係有關我主耶穌基督道成肉身之教義。凡不承認我主耶穌基督可以被畫成聖像者,就不是承認祂曾以肉身顯現;因為以肉身顯現與成為適合聖像描繪之對象,二者實為同一件事。再者,凡不敬拜主聖像者,亦不敬拜主自己。因為聖像上所畫的就是原型,凡注視聖像者,就見到原型在面前。 所以,無論一個人尊敬或褻瀆聖像,或敬拜或不敬拜聖像,同樣都適用於原體,如果聖像畫的是主,就同樣適用於主嘅聖體聖血( )。 所以,凡是敬重主像並敬拜祂聖容的人,就敬重主並敬拜祂;但凡不敬重此像、不向聖容俯伏的人,就不是敬重主,也不是敬拜祂。──雖然圖像破壞者自稱敬拜主,但他們在說謊。 聖經上嘅話就適用喺佢哋身上:*「佢哋口裡承認認識神,行為卻否認神。」*(提摩太前書1:16)但我哋敬拜基督同佢嘅聖像──我哋敬拜天主之母同佢嘅聖像──敬拜聖人同佢哋嘅聖像。 呢個就係我哋由聖先賢嗰度承傳嚟嘅使徒教導。呢個信仰承諾,我──我嘅兒女同弟兄姊妹──喺內住我哋心入面嘅聖靈感動下,懇切咁勸你哋要完完整整、毫髮無傷咁保守住。 – 所以,請為我哋呢班卑微者祈禱,願主賜俾我哋*「言語」*去*「開口」*(弗6:19),使我哋有膽量大聲宣講真理,好叫我哋嘅盼望唔致羞愧;並與你哋一齊無可指責地完成所交托我哋嘅任務,使我哋眾人都得以進入天國。

## *270. 再次,對橄欖節過度奢華及世俗生活的譴責,並感恩神已將修道者從此解救出*

270. 1) 再次,譴責橄欖節的過度奢華,以及一般世俗生活的浪費,並感謝上帝已將修道者從此解救。 – 2) 我哋要為那些按世俗精神生活、效法使徒、先知同所有聖人嘅平信徒而憂傷。 [4, 52]

**1.** 我經常稱讚你哋嘅生活;但唔係出於奉承,而係出於真情,想表達我對照世俗生活嗰班人嘅憐憫,同時亦想令你哋更加熱心。 你哋自己都知道而家嗰度發生緊啲乜嘢:筵席同醉酒、歌曲同舞蹈,仲有敵人喺世上其他嗰啲花招──*「佢哋嘅審判係公義嘅」*,就如經上所寫。但我哋嘅生活方式就唔係咁:日夜我哋都讚美主,照聖先祖傳落嚟嘅律法; 詩歌接詩歌,讀經接讀經,禱告接禱告;然後──在我們的心思裡,警醒察察我們的思念;在我們的心中,以神聖的話語教導;同樣,適時地默靜,並有得體的談話; 而且,我哋互相服侍;一切都按秤和度量衡規整,不過喺節日期間通常都會有啲茶點招待。因為聽主對猶大講:*「你做緊嘅事,快啲做完。」但係當時同席嘅人,冇一個明白佢點解要咁同佢講。 有人感到困惑,因為猶大是司庫,正如耶穌對他說:「為節日買我們所需;或者分給窮人一些。」*你看見了吧,他們既關心節日,也關心窮人?而我們,正如你所見,也努力謙卑地去成就這件事。 但願那賜恩給我們得以分享如此生命的神蒙受稱讚;*「並非因我們所行的義*,因為我們在地上未曾行過任何善事,*」而是「照祂自己的憐憫」*(提多書3:5),祂按祂的慈愛呼召了我們。 正因如此,我哋每一個人都要懷著謙卑破碎嘅心,常常咁講:*「主啊,主啊,我算係乜嘢?我父家又算係乜嘢?竟然令你咁愛我?」*

**2.** 這就是我們的呼召;然而,在世上你幾乎搵唔到類似嘅嘢。因為喺度,黑夜過後是白晝, amidst this age's cares and affairs, in the self-deception of wealth and other troubles;以至人連喘息嘅時間都冇:有時佢哋互相串謀,有時又互相敵對; *「世上到處都充滿咗誓言同謊言、謀殺、偷竊同通姦」*,正如先知嘅話所講(何西阿書4:2),仲有好多其他嘢,難以盡數。 Chrysostom 聖人回顧以上一切,就話呢個世界幾乎連一個靈魂都救唔到。呢番說話雖然可怕,但卻係真嘅。有良知嘅人,都忍唔住要為此而憂傷、哀悼。因為我哋唔都係彼此嘅兄弟姊妹咩? 我哋唔都係同一條血脈?唔都係由同一塵土所造?──如果有人見到一隻動物向懸崖飛撲、直赴死亡,都會忍唔住可憐佢,難道見到我哋弟兄姊妹同信徒嘅滅亡,豈唔更加令人心碎? 正因如此,蒙福嘅使徒為基督十字架嘅仇敵痛哭流淚,以無盡嘅心痛為佢哋禱告(羅馬書9:2–3)。先知耶利米為以色列哀哭,佢嘅眼淚喺聖經入面有詳盡嘅描述。 偉大的摩西向神呼求:*「現在,如果你肯赦免他們的罪,就赦免吧;如果不行,就從你的冊子上塗抹出我的名!」*(出32:32);而所有聖徒,同樣充滿憐憫,從未忘記為身處相似境況的人祈禱。 同樣地,如果我哋想跟隨佢哋嘅腳步,就要*「各人不可只顧自己嘅事,也要顧及別人生嘅事」* (腓立比書2:4),亦要為世界禱告,心裏對放蕩生活者、被異端控制者、被異教蒙蔽者生出憐憫和憂傷,總而言之: *「為眾人懇求、禱告」*,正如使徒所吩咐我哋(提摩太前書2:1)。咁做嘅話,我哋會先於其他人,為自己帶來好處,悔改並從激情嘅習慣中潔淨自己;除咗呢啲之後,我哋就會被認為配得上喺我哋主耶穌基督裏面得着永生。

## *271. 大齋期結束咗嘈吵同閒話,並呼籲平信徒過一個虔誠嘅生活*

271. 1) 大齋期已經結束咗嘈吵同謠言,並呼籲平信徒過敬虔嘅生活。– 2) 禁食能更新靈魂,令佢成為上帝嘅居所;我哋要歡喜迎接同遵守佢。– 3) 但係,當我哋身體上禁食嘅同時,亦要靈裡禁食,遠離仇敵看似吸引,實則又醜陋又苦毒嘅情慾同私慾。– 4) 我哋更當勤力遵守禁食嘅規矩,無論喺教會內外都要如此。

**3.** 四旬期,與年其他時候相比,好似一個寧靜嘅港灣,大家聚埋一齊,都可以搵到靈性嘅平安。 因為呢段時間唔單止對出家人有益,對在家人、對老幼、對君臣、對君王同祭司,對各種人同各個年齡層都係救贖嘅。城鎮同村莊都靜咗,冇咗嘈吵同騷亂; 相反,各處都唱詩篇、頌讚詩、禱告同懇求,透過呢啲,我哋嘅良善上帝得著安撫,就會平息我哋嘅心靈,只要我哋誠心誠意、敬畏戰兢、流淚,並立誓將來改過自新同進步,喺祂面前俯伏敬拜。 – 但願教會領袖向平信徒講道;至於我,蒙派作你等至尊者的首領,我要向你等講幾句得體的話。

**4.** 禁食係靈魂嘅更新;因為使徒話:正如*「我哋外面嘅人雖然朽壞,但裏面嘅人卻日日更新。」*(林後4:16)。 如果靈魂得着更新,就會照着原本的榮美而變得更美;一旦變得美麗,就會以愛吸引那曾說:*「我同父要來,並且要和他同住」*者(約翰福音14:23)。若禁食的常態能帶來如此有益的功效,使我們成為神居住的殿; 我哋就應該歡喜快樂咁接受,唔好畀飲食嘅簡單樸素成為負擔:因為我哋見到,主雖然可以預備多樣豐富嘅食物,但佢喺曠野只用餅同水就餵飽咗幾千人;再者,當懷住熱誠去接受,呢種唔慣嘅飲食都唔會再令人難受。

**5.** 然而,禁食並不限於食物的匱乏,而是要遠離一切邪惡,正如我等聖父所宣告的。 所以,我哋要遠離灰心、大意、懶惰、嫉妒、狂熱、暴躁、放縱同自私;我哋亦要遠離肉體慾望,因為呢條多面嘅蛇連守斋嘅人都會攻擊。 「那果子看起嚟美好,食落又好味,就係害死我嘅果子。」正如聖經所講。但要留意,經文講佢係「外面紅」,而唔係「本質紅」。就好似有人拎一個外面鮮紅誘人嘅石榴,打開嚟先發現入面已經爛晒,慾望嘅甜美亦係如此: 佢虛假地承諾未聞過嘅甜美,但一旦滿足,就變成最苦嘅膽汁——比雙刃劍更鋒利,吞噬住中計嘅靈魂:因此我哋嘅祖先亞當,畀蛇誘惑,觸碰咗禁果,結果攞到嘅係死亡而唔係生命。 由嗰時到而家,凡係同樣俾人誘惑嘅人,都落咗同樣嘅下場。 就如佢自己係黑暗,卻偽裝成光明嘅使者;同樣,佢亦能將邪惡變成良善,將苦澀變成甘甜,將醜陋變成美麗,將致命嘅變成賦予生命嘅——就咁樣,呢個永遠存心害人嘅惡者,無休止咁繼續欺騙呢個世界。 但我哋唔會畀佢嗰啲誘餌呃到,亦唔會似啲貪婪衝向眼見食物而跌入獵人陷阱嘅雀鳥咁倒霉;我哋要用理性將惡嘅迷人面紗揭開,以真身貌相目視佢,咁就容易避開佢。

**6.** 此外,我哋喺詩篇歌唱時要警醒,喺聖詩中要熱誠,喺讀經時要專心;要喺每小時指定嘅時間跪下,並用自己嘅手 labour,因為做工係好事,唔做工嘅人就唔配得食飯; 我哋要互相擔起重擔,最緊要嘅係要努力做到*「彼此和睦,存憐憫、恩慈、謙卑、柔和、忍耐,並多行善」*(以弗所書4:32;雅各書3:17)。*「神賜和平的果效,勝過一切心思所想,要保守你哋的心懷意念,存在基督裏。」*(腓立比書4:7)願你哋喺呢度被認為配得上無可指責咁,喺主復活光明嘅日子裡達到,並喺將來死人復活之後,得着天國。

## *272. 靈命之屋的建造,須比塵世之家更加謹慎*

272. 1) 靈魂之屋要比塵世之屋更小心建造。– 2) 靈魂之屋的建造材料是美德——敬畏上帝和他人,其中節制至為重要。– 3) 每日禁食勝過兩三日禁食,正如神聖誡命同教父榜樣所證明。

**7.** 世人喺自己起座豪華大屋嘅時候,晝夜都唔休息,不停咁做嘢、諗嘢、打理一切,直到完成佢哋想要嘅工程為止; 而佢哋對此咁熱衷,成個心都放喺度(喺建築工程上),專注諗盡辦法去改善天花板同屋頂,用各種大理石裝飾地板,並令其他所有嘢都光彩奪目,好畀鍾意呢啲嘢嘅人睇到都賞心悅目; 如果有人想分散佢哋嘅注意力,令佢哋停止呢啲勞作同追求,佢哋就會好唔開心,好似犯咗大罪咁。 ——然而我哋所建造嘅居所,唔係用會腐朽嘅材料,而係用永恆嘅材料;唔係用石頭同木材,而係精巧地用屬靈嘅美德同恩典編織而成——我哋真係會自滿,喺對呢份工作嘅熱誠上,遠遠落後於佢哋?咁樣唔係最不公義嘅事咩? 嗰座建築,接待咗咁多咁多放縱肉慾嘅人,見證咗咁多主人嚟嚟去去,最終都會被遺棄,失修,直至崩壞; 卻蒙受聖靈,因為正如神聖的使徒所說:*「我們是永生神的殿,神嘅靈住喺我哋入面。」*(林前3:16; 林後6:16);當擁有祂的人從此離去時,祂就降臨到他們身上,永遠與他們 inseparable地同住。

**8.** 但呢座建築係用咩材料建造㗎?──就係喺心入面接受同建立嘅美德。──首先,要攞神嘅敬畏嚟作根基,因為*「敬畏耶和華係智慧嘅開端」*(詩篇110:10); 然後係節制、勇氣、貞潔同真理,佢哋互相緊扣,並以愛為紐帶,就*「互相聯結,成為完滿的體」*(弗4:16),又*「在主裏面成為聖潔的殿」*(弗2:21),正如經上所寫。 弟兄姊妹們,讓我們時常在自己裏面建造這樣的一座殿,並以各種美德不斷裝扮它,好叫我們配得聖靈居住其中,並以我們生命吸引人的美善,吸引天使和聖徒的目光。 ──但既然禁慾亦係美德之一,而我哋而家比其他美德更加實踐,就等我哋向神獻上榮耀,因為我哋已經完成咗賽跑嘅呢一階段。我哋嘅面容可能已經唔同以前,但呢個係好嘅改變,因為禁慾令我哋面帶慘白。 我哋嘅口因遲遲先食而充滿膽汁嘅苦澀;但我哋嘅心靈卻因盼望而得著豐盛嘅甘甜。所以我哋要喜樂,因為我哋揀咗更好嘅道路,並將心志放喺上面。

**9.** 或許有人會說,每日都食會減低禁食嘅完美。 — 絕對唔係;如果係咁,主就唔會吩咐我哋每日求我哋嘅日用飲食;先知以利亞喺曠野都唔會每日畀烏鴉餵食;聖保祿,佢喺聖安東尼之前就開始喺曠野生活,都唔會由天上得着每日嘅糧食; 偉大的聖安東尼自己,也不會將每日一餐,視為比禁食一日或一星期更久的禁食更為可取。而且,我覺得原因就在於此──因為我們的身體整日操勞,會感到疲倦和虛弱,需要休息和營養; 所以造物主就安排咗,令到身體每日食嘢就可以得到維持,再次有能力做更多嘢──而唔會好似餓咗兩、三日嗰啲人咁,拕到虛弱不堪。 —結果佢哋無法同其他人一齊跪下,亦唱唔出應有嘅高聲,亦做唔到其他服從嘅行為。因此,每日進食唔單止畀身體虛弱者,按我哋祖先傳下嚟嘅規矩,連完美者都獲准。 你而家可以見到,我哋當中一切都係按照祖先嘅傳統去建立。願我哋一次又一次蒙賜軀體嘅健康同靈魂嘅力量,好等我哋可以事奉那活著又真嘅上帝,同時等候最後嗰日,到時你哋可以同眾聖人一樣,好似太陽咁光照,並承受天國。

***273. 大齋期已經過去。我哋制服咗肉身,令靈魂充滿美德,好令佢能討新郎基督嘅喜悅。***

273. 1) 大齋期已經過去。我哋制服咗肉身,以美德滋養靈魂,好令佢能討基督新郎嘅喜悅。– 2) 靈魂係基督嘅新娘:所以我哋要令佢保持純潔,好配佢嘅新郎。– 3) 為咗呢個目的,我哋要克制肉體。– 4) 呢個係一件令人憂傷嘅工作,但獎賞好大。[4, 57]

**10.** 第一星期禁食之後,我哋而家睇落同之前有啲唔同;我哋消瘦咗,面色都蒼白咗。但正如使徒所講:*「雖然我哋外面的人行將衰殘,裡面的人卻日日更新。」*(林後4:16) 就好似身體,當佢營養充足嘅時候 ,通常睇落都好蓬勃、好飽滿;靈魂透過禁慾都會得到靈性嘅更新,透過制服身體,我哋就賦予咗靈魂美德──正正就係大衛聖人所祈求嘅: *「主啊,照祢的旨意,賜能力給我的善行。」*(詩篇29:8) 就係憑住呢份美,使徒保羅先肯定佢已經將我哋許配畀基督:*「因為我以你哋許配畀一個丈夫,要將你哋獻畀基督作處女。但我恐怕,恐怕就如蛇用詭計欺騙夏娃,你哋的心思意念亦會被引離,離開對基督純一清潔嘅委身。」* (林後 11:2–3)。你可看見呢份禮物嘅偉大嗎?我哋竟然被認為配得基督做我哋嘅新郎?你可看見,就係嗰位將我哋許配畀基督嘅,都為我哋嘅堅定操心?

**11.** 因此,我哋嘅靈魂就好似一位待嫁嘅處女。就好似嗰位處女唔見男人,盡力保持純潔,直到結婚嘅日子到嚟: 靈魂亦都必須勤力地保持純潔,遠離罪惡腐敗的慾望,直到最後一刻,當它離開身體的婚房,如果它美麗,因善行而光彩照人,就會令聖天使歡喜; 但如果佢畀罪惡玷污,就會令魔鬼得勢,褻瀆基督──呢個諗法同埋呢件事都令人嘆息。

**12.** 因此,我們要克制我們的身體,對待它幾乎到了殘酷的地步,好似用馬嚼子勒住肉體的衝動,免得它將舵手──心──拋入海中,這不僅僅是在這現今的禁食期間,而是在我們的一生中都要如此。 克苦的生活,不正是要抑制情欲、主宰心思、與無形仇敵不斷爭戰嗎?

**13.** 呢啲對肉體嚟講係痛苦嘅;但係*「我哋呢暫時輕微嘅苦楚,要為我哋成就極其重大而永遠嘅榮耀,只要我哋不注目所見嘅,而注目所未見嘅。」*(林後4:17–18) 所以,為咗呢啲看唔到嘅福氣,*「連天使都渴望一窺」*(彼得前書 1:12),為咗我哋嘅新郎基督──我哋已經畀佢訂咗婚──我懇求同祈禱,願我哋嘅靈魂遠離惡行同玷污我哋嘅污穢思想,正如主所講,對任何邪惡嘅事都唔好掛住一念;因為就如火,係由思想中點燃起慾望。 但願我哋從今以後,遠離一切情慾,喺誘惑一開始動念嘅時候就即刻驅走,並以善行照亮我哋嘅靈魂,全心全意投入面前嘅自我克制,好叫我哋, 使我哋得以潔淨咁離開呢度,以無可言喻嘅喜樂升天,並喺天上被認為配得享受基督天國新婦房嘅樂福。

### *274. 有圖像破壞者嘅猛烈攻勢。佢哋堅守不移*

274. 1) 圖像破壞者發動咗攻擊。我哋堅守陣地。佢鼓勵我哋,向我哋保證,上帝會接受呢種為忍受一切而作嘅準備,就好似接受呢件事本身一樣。– 2) 論禁食。 我哋會樂意咁繼續,但唔係憑自己嘅力量。– 3) 佢讚揚禁慾嘅功勞,並 – 4) 邀請我哋喺適當嘅時候做好每件事。[4, 61]

**14.** 昨日有動盪,今日有寂靜;昨日有騷亂,今日有安寧。但願榮耀歸於上帝,祂驅逐了誘惑,使我們堅定不移,即使在等待那向我們威脅的兇險。這些才是真基督徒!這些才是真正的修士! 佢哋為咗美德隨時準備好面對逆境,乜都唔會放喺上帝誡命之上。嗰啲仇敵同迫害者嚟到之後,講完佢哋想講嘅嘢就走咗,佢哋唔係嚇到我哋,反而自己為自己嘅所作所為感到羞愧。 但係主會因你哋揀咗為佢受苦而賜予你哋豐盛嘅賞賜。因為佢滿有憐憫,通常連只係為咗一個堅定嘅好心意而作出揀擇嘅人都會賜冠冕。 誘惑未曾消失,仍然威脅在即;因為到處都有當權者的法令,規定無人可對異端思辨坐視不理。所以,我們要留意使徒所說:*「要對外人行事 wisely,善用時機。」 「你哋嘅說話要常存恩慈,用鹽醃過,咁你哋就可以知道點樣同每個人講話。」* (歌羅西書4:5–6) 喺呢度佢教導我哋,唔好亂嚟咁將自己投入試探,亦唔好對神嘅話語保持沉默;因為主話:*「若有人退後,我心裏就唔喜悅佢」* (希伯來書10:38)。但係講到呢度就夠啦。

**15.** 禁食已經進展得相當遠,並催促我們以更熱切的心志繼續前行,正如各人所選擇的,*「不是出於憂愁,也不是出於強迫,因為神喜悅樂意施捨*的人。」 (林後9:7) 然而,團體生活嘅規矩唔容許人人都照自己意思嚟;但係,對於肯服從嘅人,自我克制嘅一般界限就係:要將自己嘅意志臣服喺人之下。

**16.** 禁慾是好的,因為它馴服情慾,使肉體服從於靈;眼淚是好的,因為它們洗淨心靈的罪污,使之在神面前潔淨;禱告是好的,因為它提升心志,使之成為神的同伴;愛是好的,因為它不顧自己,而將一切都賜予鄰 。 熱誠係好嘅,因為佢減輕我哋嘅勞苦,令靈魂保持青春,連老人家都可以用年輕人嘅活力去行動。

**17.** 所以我哋要愉快而有熱誠:到唱詩篇嘅時候,就當熱誠咁趕快去做;到做工嘅時候,就當勤力咁工作;到要靜默嘅時候,就當有智慧咁靜默;到傾偈嘅時候,就當有節制咁講嘢; 總之,凡事都要照所吩咐嘅,按序合宜咁做,遠離一切混亂同衝動。要照需要嘅程度行禮,亦要喺體力許可嘅時候,按慣例誦唱,同時要顧好自己嘅身體健康。 願和平之神引領你哋歸向那日子的皇后──基督的榮耀復活,賜你哋進入天國,喺嗰度有*「所積蓄嘅義、和平同聖靈中嘅喜樂」* (羅馬書14:17),願神藉住我哋的主耶穌基督豐豐富富地賜福畀我哋。

### *275. 不可與異端者交往*

275. 1) 我哋唔可以同異端結交。即使因此受迫害,我哋都要靠住上帝嘅幫助去忍受。– 2) 凡有分於基督痛苦嘅人,都係有福嘅。– 3) 所以,我哋要堅定信心。[4, 62]

**18.** 當我哋喺修道院外面嘅時候,就盡我哋所能,同埋根據當時情況,喺呢度安頓落嚟。但係而家,因為迫害我哋嘅人為咗基督嘅緣故唔再追趕我哋,我哋就應該聆聽先知嘅話:*「要從他們中間出去,分別出來,主如此說」* (以賽亞書52:11; 林後6:17)。如果有人喺呢方面行得唔同,佢哋自己喺審判日要向主交代。不過,我覺得同佢哋一齊行,就好似對異端者嘅關係毫不在意。 睇下,唔跟從佢哋會點樣令我哋遠離世界,同時帶嚟憂愁、艱難、飢餓、監獄、死亡。*「然而,在这一切的事上,我们藉着那爱我们者得胜有余。」* (羅馬書8:37) 當祂見到有人渴慕祂時,就賜給他力量,為祂的名忍受苦難,正如現今我們紀念的四十位殉道者,連同其他人一齊作見證;因為我們不能說他們與我們本性有別; 但因為他們以真誠的心愛神,所以即使在他們柔弱的肉身裡,仍蒙賜力量,能克服那看不見的仇敵,成就如此的壯舉,為所有基督徒所稱頌。

**19.** 凡被認為配得,即使只係最微小程度,都分享基督嘅苦難,都真係有福:受迫害,就好似祂受迫害咁;受毆打,就好似祂受毆打咁;受鞭笞,就好似祂受鞭笞咁;受侮辱,就好似祂受侮辱咁;被監禁,就好似祂被監禁咁。 而家諗吓點解會寫住:*「若我們與祂同死,也必與祂同活;若我們能忍耐,也必與祂同作王;若我們否認祂,祂也必否認我們;若我們不信不忠,祂仍然信實,因為祂不能否認自己。」* (提後2:11–13) 你睇吓呢啲應許同警告嘅性質同範圍係點。

**20.** 咁我哋就要打起精神,繼續向前──免得我哋辜負咗基督恩典所令我哋已經受過嘅苦楚:放逐、監禁、鞭笞;仲有咩好講呢? 我哋唔都曾經被囚禁過咩?但係呢種生命嘅分享,同時亦係痛苦嘅分享。

因為*「若果一個肢體受苦,所有肢體都同佢一齊受苦;若果一個肢體得榮耀,所有肢體都同佢一齊喜樂。」*(林前12:26) 所以,我哋要成為,並且永遠保持,*就係「一個身體、一個聖靈,正如我哋蒙召同歸於一個盼望」*(弗4:4),以基督為我哋嘅頭,好令我哋討神喜悅,並得着天國。

### *276. 敘述喺保加利亞,虔誠嘅基督徒寧願殉死都唔肯喺聖*

276. 有個傳說講到喺保加利亞,虔誠嘅基督徒寧願殉道都唔肯喺聖大齋期食肉;由此我哋學到一課──要堅決對抗偶像崇拜,直至死都唔退讓。 [4, 63] 喺呢篇講道入面,我想透過一個故事畀你哋啲安慰。呢個故事係咁講。 喺保加利亞,據熟知此事嘅人講,當地統治者頒布咗一條邪惡嘅詔令,命基督徒同我哋被囚禁嘅弟兄喺聖潔嘅大齋期內食肉;而且,服從呢道詔令嘅可以獲免,違抗者則會被處死。 嗰個惡人嘅詔令開始生效;人哋同佢哋嘅妻子、細路仔一齊聚集;有好多啜泣同哀號:有啲人為捍衛基督教律法,有啲人係驚怕肉體死亡;最後──唉!咩慘痛嘅消息!──佢哋被壓倒,屈服咗於嗰個惡人嘅詔令。但係有十四個人,從人群中分開,企喺佢哋面前,開始勸佢哋唔好屈服、唔好投降──更唔好違背基督教律法去食肉。聽到呢番說話,人群中就有人大叫、哀求,話要屈服於現實,之後再透過懺悔贖罪,唔好咁輕易將自己交 於死亡。 但呢啲都冇辦法說服或者軟化佢哋:佢哋堅守立場,目光注視住上帝同應許嘅福樂。匈奴人見到呢班人堅定不移嘅決心,就決定揀一個佢哋入面嘅人,去動搖其他人,令佢哋投降。佢殺咗佢哋其中一個人之後,就將嗰人嘅老婆同細路賣畀匈奴人做奴隸,希望其他見到之後會動搖而屈服……但佢哋反而更加堅定,大聲呼喊:「我哋係基督徒,支持我哋離世嘅弟兄。」就喺呢個告白中,佢哋全部慘遭殺害,並喺主裏離世。 你睇吓,就連而家,神嘅國度福音仍然有咁大能力?──主話:*「凡愛父母過於愛我嘅,唔配得我;凡唔背起自己十字架跟從我嘅,亦唔配得我……」* 又有一段話:*「那殺身體、卻不能殺靈魂的,不要怕;惟要怕那能把靈魂同身體都滅在地獄裡的。」*(馬太福音10:37-38、28) 佢哋遵守福音嘅誡命,一直順服主,跟隨聖馬卡比嘅榜樣,殉道戴冠,人數係對手嘅兩倍──對手有七個,而佢哋有十四個; 而嗰啲人因為唔食豬肉而受苦,呢啲人就因為喺禁食期間唔食任何肉類而受苦,違反咗基督教律法。──噢,福氣嘅人啊!噢,福氣嘅交易啊!喺一瞬間就獲得永恆嘅安息!嗰啲唔認為同異端分子共融係背教嘅人,會對此有咩講法? 如果因為人民在將臨期內同意食普通肉而有背教,那麼在此更甚,因為有非法共祭。那些說為基督聖像受苦不是殉道的人在何方?如果如此,那麼為拒絕違犯基督聖教會律法而受苦的人,就完成了殉道者的壯舉; 當我哋拒絕喺基督聖像上背棄基督 Himself,豈不係一件更加光輝嘅殉道行為?──但呢啲都係無知者嘅說話,佢哋嘅心智畀異端思辨嘅迷霧所蒙蔽,透過自己嘅墮落,想阻擋他人對正統信仰同公義生活嘅追求。 然而,我哋要讚美我哋福佑嘅神,祂榮耀凡榮耀祂者,甚至喺今代都興起殉道者──要記住,如果啲人表面上貧窮、無學識,而且有妻有兒, 為咗基督嘅愛已經撇棄晒一切,難道我哋──作為未婚者同離棄世界嘅人──喺時候到嚟嘅時候,唔更加有責任要證明自己配得上呢啲聖潔嘅信仰同虔誠守護者?但呢件事會喺適當嘅時候,喺基督要求嘅時候發生。 而家,我哋要喺良心入面無時無刻進行嘅殉道中堅定不移;唔好向巴力下拜; 當受思想的攻擊時,我們不可退讓;反而要用眼淚、祈禱、懊悔,以及適當的克制肉身,去熄滅那惡者燃燒的箭矢,好叫我們也能同宗徒說:*「我每日都死一次;弟兄們,我在我們的主基督耶穌裡,以此為誇耀。」* (林前15:31); 並同聖大衛一齊說:*「我因你蒙受羞辱,每日都好似羔羊被牽去宰殺。」*(詩篇43:22),願我哋同佢哋一齊,被認為配得成為天國嘅承繼者。

### *277. 宣報天使,即道成肉身經濟的開始,使我們有義務以屬靈方式慶祝之*

277. 1) 降福之日──道成肉身經濟之始──迫使我哋要靈性地慶祝;2) 並喺此同時,為嗰啲唔接受或唔善用佢嘅人祈禱同哀悼;3) 效法聖保祿宗徒同先知摩西。

**21.** 宣報已經到嚟──主日慶節嘅開始;我哋要慶祝佢,唔好淨係好似好多人咁,而係要明白我哋為咗呢個奧跡先去慶祝同敬禮。 呢個奧跡係乜嘢?──神嘅兒子成為人子,揀咗至聖童貞瑪利亞做媒介,住喺佢裏面,用佢做自己嘅殿,並且完全成為人。──為咗乜嘢目的?*「好叫祂可以贖回律法以下嘅人,使我哋得著做兒女嘅名分。」* (加拉太書 4:5),如經上所寫;使我哋不再做奴僕,而係得自由;使我哋唔再受情慾管轄,而係得平靜;使我哋唔再做世界嘅愛好者,而係做上帝嘅愛好者;使我哋唔再照肉體行事,而係照聖靈行事。*「因為照肉體行事嘅人,心裏所思想嘅就係世俗嘅事;但照聖靈行事嘅人,心裏所思想嘅就係屬靈嘅事。」 因為心思放喺肉體嘅,就係死;心思放喺聖靈嘅,就係生命同平安。心思放喺肉體嘅,*

*就與神為敵,因為佢唔肯順服神嘅律法,而且根本做唔到;凡屬肉體嘅,都唔能討神喜悅。*(羅馬書8:5–8) 總括嚟講,聖禮嘅力量就係咁! 所以,我哋要按屬靈嘅方式去慶祝,並喺其延續中以屬靈嘅態度行事——喺真理同虔誠、喺愛、喺溫柔、喺和平、喺忍耐、喺恩慈、喺聖靈裏——好叫我哋主道成肉身嘅家,對我哋而言唔至成為無果效同無用嘅。

**22.** 不但如此,我哋仲要為呢個世界禱告同哀號。點解?因為神嘅兒子嚟拯救呢個世界,但世界卻拒絕佢:各支派、各民族都拒絕佢;外邦人亦都拒絕佢; 甚至連那些呼求祂聖名的人都拒絕祂——有的是因為他們信仰的不義,有的是因為他們生活的邪惡。——祂本可以做什麼,卻又沒做呢?——這神成為人;祂謙卑自己,順服至死,甚至死在十字架上;祂賜給我們領受祂的身體和喝祂的血; 祂認為我哋配得上被稱為祂嘅父、祂嘅弟兄、祂嘅頭、祂嘅師傅、祂嘅新郎、祂嘅同承繼者,仲做咗好多其他事,呢度唔需要詳細講。——然而祂仍然被拒絕;祂被拒絕,但祂都忍受住:*「我來不是要審判世界,乃是要拯救世界。」* (約翰福音12:47)。——咁,我哋就應該點講呢?真門徒為其他門徒嘅不信而傷心,藉此向師傅同其他門徒表達佢哋嘅愛;同樣地,真僕人都會因為其他僕人嘅不信而心痛。

**23.** 所以,偉大的使徒吩咐我哋 *「為眾人、為君王,和一切在位的人,懇求、禱告、代求,並感謝」* (提摩太前書2:1–2)。佢喺其他地方又咁講自己: *「我說真話,並不說謊——有聖靈在我心裏作見證——我心裏極其憂愁,常有不斷的痛苦;我真願意自己被剝奪,倘若可以使我猶太人得救。」* (羅馬書 9:1-3) 你睇到愛嘅力量未?你睇到對人類嘅愛有幾高尚未?——摩西都向神講過同樣嘅說話:*「你若赦免他們的罪,就赦免他們;若不然,就從你所寫嘅書上塗抹出我嘅名。」* (出埃及記 32:32) —同樣地,我哋作為真而非假嘅門徒,唔單止要關心自己,仲要關心弟兄姊妹同整個世界,為佢哋哀傷同禱告。因為,以呢種方式行主所喜悅嘅事,我哋就會成為永生嘅繼承者。

## *278. 在宣報節,他頌揚童貞*

278. 1) 喺宣報節,佢讚頌童貞;2) 並回顧仇敵點樣向童貞發動戰爭,佢敦促我哋要熱誠咁守護佢。

**24.** 在宣報節,我要嘗試同大家講幾句關於宣報聖事嘅說話——即係要顯示出,我哋被認為有資格承擔嘅處女誓願究竟有幾偉大。因為大天使加百列對邊個講:*「 Ave,恩寵充足者,上主同你!」* (路加福音1:28) 「唔係向至聖童貞瑪利亞講嘅咩?」又有邊個令上帝同聖言自己成為肉身,取人形呢?「唔係透過呢位蒙福嘅童貞女咩?」因此,呢種童貞為眾人帶嚟生命。 這貞潔是美德之后。這貞潔是基督的新婦和引路者。如果你願意,讓我們聽一下聖保祿說什麼:*「未婚的男人專注於主的事,想討好主;但已婚的男人專注於世上的事,想討好他的妻子。」 要分清已婚女子同處女:未出嫁嘅人專注於主嘅事,點樣討好主,好令自己身心聖潔;但出嫁嘅人就要專注於世務,點樣討好丈夫。」* (林前7:32–34)。 你睇吓呢句話嘅威力——婚姻令你冇時間去理會討好主,只得顧及塵世事務;因此,作為一份承繼,處女之身被寄託咗更好嘅份額。 ——但在天國裡,處女亦被優先考慮。因為在聖若望的啟示錄上寫道:*「這些人未曾與女人同污,因為他們是處女;他們要跟隨羔羊,無論祂往那裡去。」* (啟示錄14:4)

**25.** 這就是賜予那些選擇並保持處女之身者的特權! – 他們會跟隨基督,並與祂同喜。– 但我們切勿忘記,這件事愈崇高、愈超自然,我們生命中的破壞者——魔鬼——就愈加努力地想將我們拉下,他利用一種與他本身相反的激情,勝過其他激情。自時間開始以來,他又將多少人拉下,又有誰能數得清呢?– 又有何能比此更可悲呢? – 我哋卻要守住我哋嘅靈魂,就好似護住眼珠咁,保持純潔,獻畀新郎基督,唔好辜負咗畀我哋託付嘅處女貞潔寶藏;我哋亦唔會好似啲魚咁,畀餌釣咗,吞咗魚鉤,最終落得條命。 因為肉體的歡樂,乃是腐蝕而非滋養的魚鉤, — 帶嚟死亡而非生命;願我哋靠住神嘅大能除掉佢,並喺餘生氣息未斷時,保持純潔無瑕,好使我哋凱旋離開此地,喺我哋主基督耶穌裏面,得著天國。

## *279. 逾越節係一個好令人嚮往嘅節日;但係屬靈嘅逾越節*

279. 1) 逾越節係一個好令人嚮往嘅節日;但係屬靈嘅逾越節——從罪惡同情慾中得潔淨——更加值得人嚮往。2) 凡是沒有呢樣嘢,連逾越節都慶祝唔到。3) 但你哋唔係咁;我哋有啲好嘅做法,會引領我哋去到上帝面前。– 4) 所以,我哋要為呢個屬靈嘅逾越節竭力奮鬥,好叫我哋喺將來嘅時代配得上佢。[4, 67]

**26.** 蒙神幫助,我哋已渡過大齋期中段,見到復活節漸行漸近。──但我哋點解咁迫切想趕到呢個來來去去嘅復活節呢?我哋唔係已經做咗好多年咩? 呢個現今嘅逾越節都會過去。因為呢個時代冇嘢係永恆不變;我哋嘅日子好似影子咁飛逝(約伯記8:9),*「我哋嘅生命比跑得最快嘅跑手仲快」*(約伯記9:25),直到佢達到盡頭。 你可能會問,咁復活節唔係更應該被期盼嘅咩?當然係──而且非常之渴望;又點可以唔係呢?但係,嗰個可以每日都慶祝嘅,更加值得人渴慕。咁佢究竟係乜嘢? 罪得潔淨、心存悔意、懺悔的眼淚、良心無愧、克制肉體的淫亂、污穢、情慾、邪惡的慾望,以及一切在行為上所犯的罪。蒙賜有如此心志的人,不是一年一次,而是一天一次,慶祝主嘅逾越節──那極其渴望的盛宴。

**27.** 但係,冇有呢啲品格,又畀情慾所控制嘅人,點可以慶祝逾越節?有邊個可以慶祝呢?佢肚腹係佢嘅神,或者畀肉體慾望所吞噬,或者畀嫉妒所咬噬,或者沉溺於貪財,或者畀虛榮所奴役,或者畀其他情慾所捆綁嘅人,點可以慶祝呢? 有邊個會話畀火燒住嘅人而家好安詳?或者話船難咗嘅人而家仲安全航行緊?呢啲講法根本唔可能。就好似住喺黑暗入面嘅人唔可能喺光中,同樣,行緊罪惡路徑嘅人亦唔可能慶祝復活節。

**28.** *「但親愛的朋友,我們深信你處境更好,且必得著救恩。」*(希伯來書6:9)因為我們的生命,無非是為筵席作準備;試想一下,我們當中正發生著什麼? — 詩篇接詩篇,讀經接讀經,教導接教導,禱告接禱告,好似一個圓圈,引領我哋歸向上帝,同祂合一。咁嘅生活方式有幾好啊!咁嘅生命有幾蒙福,甚至三倍蒙福啊!

**29.** 所以,既然我哋所盼望嘅逾越節已經擺喺我哋面前,我哋就當向住佢努力,盡我哋所能,每日都去遵守──即係,效法主,克制情慾,叫美德復活; 因為*「祂自己曾為我們受苦,給我們留下榜樣,叫我們跟隨祂的腳蹤行」*(彼得前書2:21)。我說這話,並非自以為是審判別人的:*「因為各人要負自己的擔子」*(加拉太書6:5); 但係,作為嗰啲認出神賜畀我哋恩典嘅人,我哋要向施恩者獻上感謝,並榮耀祂──祂唔單止喺現世供應我哋所需,仲會賜畀凡喺末世仍然勤力事奉祂到底嘅人,所有所應許嘅福份。 嗰永恆嘅天上逾越節,願主藉住我哋主耶穌基督嘅恩典同慈愛,賜畀我哋眾人。

## *280. 凡同基督受苦的人有福了;所以,我們要堅定信心,預備自己去受苦*

280. 同基督一齊受苦嘅人係有福嘅;所以我哋要堅定信心,預備自己去受苦。 [4, 70] 而家大齋期已經接近尾聲;而作為佢嘅光榮冠冕,基督賜生命嘅受難紀念即將到來,我哋可以從中獲得極大嘅安慰。 因為如果我哋嘅主同神為我哋嘅罪被鞭笞,咁我哋呢班唔配嘅僕人為佢受鞭笞,又算得乜?如果佢被捆綁、被帶走、被監禁,咁我哋為主同主人受苦,又有咩好驚訝? 但就算我哋要被鞭笞,我哋都會忍受;要被割耳,我哋都會忍受;要被吐唾沫,我哋都會承受;最後,就算要死,我哋都會將自己交託畀呢種永遠蒙福嘅死。 凡被認為配得上分擔基督這些苦難的人,都是有福的!這才是喜樂!這才是不朽!我們難道沒有聽到使徒說:*「再不可叫人擾我,因為我身上帶著耶穌的印記。」* (加拉太書6:17)──好似要講:唔好有人藐視我,因為我身上背負住萬王之王基督嘅裝飾。聖依納爵就係咁,佢自稱「天主承載者」,因為佢將基督嘅苦難承載喺自己身上。 聖尤斯塔修亦是如此,他在痛苦最甚時大聲呼喊:「今我知基督住在我內。」啊,福氣的呼聲!啊,三福的靈魂!──我們為誰的紀念舉行禮儀?為誰的誕辰和安息日而慶祝?為誰的榮耀而興建聖殿? 我哋敬禮邊位嘅聖遺體?──唔係殉道者咩?唔係祕書者咩? 唔係可敬者咩?──如果佢哋喺呢度已經被主認為配得上呢種榮耀,喺將來嘅時代佢哋會受到幾咁光輝嘅榮耀?呢點係超乎理解同表達嘅。──睇吓,一筆好買賣!睇吓,一項福氣嘅交換! ── 透過微小嘅勞苦同善行,獲取永恆無盡嘅祝福。我哋亦要效法佢哋,將我哋嘅血同主至聖嘅血混合。因為呢件事而家就可以做到,既唔係大自然改變咗,亦唔係講*「我係主你嘅神,我唔會改變」*嗰位改變咗。 (瑪拉基書3:6)。祂同樣愛眾人,為眾人而死,以無盡的甘甜等待眾人,希望眾人都得救──而這對祂而言即是豐盛的財富:因為正如使徒所言,祂*「對一切呼求祂的人都豐盛無比」*(羅馬書10:12)。 所以,我們當在此時此地呼求祂,祂必賜能力與堅忍給我們的靈魂;我們當擁抱祂,祂必將我們的仇敵,無論有形無形,化為虛無; 只要我哋依靠祂,祂就會喺死人復活之日、喺祂榮耀顯現之日為我哋加冕;願我哋喺嗰日亦能蒙恩,無受審判咁站喺祂寶座前,並答得好,得著天國!

### *281. 默想主嘅苦難,激勵我哋去分擔佢嘅苦楚*

281. 1) 既已默想主嘅苦難,就當激起我哋同祂一齊受苦嘅心志。– 2) 你哋已經同祂一齊受苦,但要繼續堅持,並喺其他所有美德上都恆心到底。– 3) 因着盼望我哋都要同佢一齊得榮耀而得着激勵:當時,曾經同佢受苦嘅人會有幾大喜樂,而離棄呢件事嘅人就會有幾大悲哀!4) 反思呢一切,我哋要保持自己純潔,並在每一件善事上都表現卓越。 [4, 72]

今日(苦難星期三)為聖日,我哋敬拜:因為喺呢日,主為咗我哋開始忍受十字架嘅苦楚,正如大衛所言:*「列國為乜嘢發怒? 各族為乜嘢徒然謀算?」 「地上君王一齊起來,首領齊聚,要敵擋主同祂嘅基督」* (詩篇2:1-2)。佢哋一齊聚集,密謀害佢哋嘅主;喺嗰陣,賣主嘅猶大就否認咗佢嘅師傅,並出賣咗佢。 之後就係奸詐嘅一吻、綑綁,同埋將萬有之主交畀仇敵審判;當佢被帶到佢哋面前,萬有之審判者被盤問並回答,回答之後——噢,聽落真係好可怕!——佢畀一個僕人打咗一巴,佢都極其忍耐咁承受,並講:*「我若講得唔啱,就證明我講錯;但如果我講得啱,你哋點解要打我?」* (約翰福音18:23)然後祂被誣陷並定罪; 然後祂忍受侮辱、嘲笑、譏誚、啐口水、割耳、用蘆葦打頭、鞭打,並被釘上十字架;祂被高高舉起在十字架上,為祂的殺害者禱告:*「父啊,赦免他們;因為他們所做的,他們不知道。」* (路加福音23:34); 最後,祂被灌上摻有醋的苦膽,這位不朽者就這樣死去,將祂的靈魂託付給天父,死後祂的肋旁被刺穿。以上,簡要的就是主所受的苦難! — 凡有智慧地聽這些事件的福音記載的人,就不再發怒、憂愁、瘋狂、自誇,也不再輕視弟兄,或嫉妒、追求虛榮; 但係會喺各方面努力謙卑自己,心存悔意,自視為塵土灰燼,渴望分擔基督嘅苦難,與祂嘅死同形,好叫自己可以分享祂復活嘅榮耀。

**2.** 所以我哋要堅定,你哋都要堅定;因為你哋已經成為主受苦嘅一份子,並且持續喺同祂嘅團契中。你哋要諗吓自己而家喺邊度:唔係為咗祂嘅話語同見證,你哋先至被放逐同受迫害㗎咩?但係,喺此之前,你哋唔係已經經歷過監禁㗎咩?唔係喺侮辱同譏笑中流過血㗎咩? 豈不是有我們的一些弟兄在患難中英勇地死去?——這在主裏是我們的誇耀!這也是我們的恩賜!——但因我們的心志不堅定,難以依靠,我們無法確定明天會帶嚟什幺; 所以我勸你哋要為主站立得穩,一心同歸於一,用全力爭持所信嘅福音真理,*'不因任何對手而退縮'*(腓1:28),*'亦都唔會因任何事叫人跌倒'* (林後6:3),*「凡事都要彼此守望,務要成為神無瑕疵的兒女。」*(林後6:4) —— 在順服、謙卑、溫柔、慷慨中——*「要忍受一切困苦,因為你哋需要恆忍,好使你哋成就神嘅旨意,得以承受所應許嘅福氣。」 「因為再等一會,那要來嘅就快要到,而且唔會遲延。」*(希伯來書10:36–37)。

**3.** 但如果祂來得快,又毫不遲延,我們又何必*「因患難而灰心」* (弗3:13),而不肯每日都預備好為主而死呢? —因為經上說:*「我們若與祂同死,也必與祂同活;我們若能忍耐,也必與祂同作王;我們若不認祂,祂也必不認我們;我們若失信,祂仍然是可信的——因為祂不能背叛自己。」* (提後2:11–13) 聖徒喺天上見到主同祂大能嘅使者一齊降臨,召喚佢哋進入難以言喻嘅喜樂,為佢哋加冕,同佢哋永遠一同作王,嗰陣有幾大嘅喜樂? 另一方面,嗰啲唔信福音、違背佢誡命嘅人,當時要經歷幾大嘅刑罰——就如經上所寫:*「當佢嚟到要喺聖徒身上得榮耀,喺所有信佢嘅人中令人希奇嘅時候,佢哋要受永遠沉淪嘅刑罰,遠離佢嘅面同佢能力嘅榮耀。」* (帖前1:9–10)。

**4.** 我們心思意念要默想此事,並反思道:*「我們既*因神的話*得以成聖,就要追求潔淨自己,脫離一切肉體和屬靈的污穢,在敬畏上帝中成就聖潔。」* (林後7:1)努力追求最美好,邁向成聖。(來11:16; 6:1),*「恨惡邪惡,親近善良;彼此相愛,互相尊重;熱心而不懶惰,興旺敬虔;盼望中要喜樂,受苦中要忍耐,禱告中要恆切。」* (羅馬書12:9–12);使我哋誠心喺呢種潔淨中存住,得以以合適嘅方式慶祝將要嚟到嘅逾越節,並被認為配得永遠分享天上嘅福氣。

### *282. 主——祂本如是——竟要如此受苦,豈非奇妙?*

282. 1) 主——就係佢嗰種身份——竟然要受咁多苦,難道唔令人驚嘆? – 2) 萬有都為之震動;我哋仲可以無動於衷? – 3) 為咗答謝佢對我哋嘅深愛,我哋要愛佢,並準備好無論喺日常生活定係受迫害,都為佢忍受一切。 [4, 73]

**5.** 主耶穌基督嘅受難紀念,總會令我哋嘅心靈充滿痛悔同柔情,尤其係喺呢幾日(聖周——星期五),就係呢啲事件發生嘅時候。 咁,呢啲痛苦究竟係咩?——主所受嘅暗殺陰謀、俾猶太人拘捕、被帶去受死、出庭見比拉多、受審、被盤問、被打耳光、被唾沫、被辱罵、被嘲笑、被抬上十字架、手腳被釘、嘗膽汁, 祂肋旁被刺穿,以及所有發生在中間的種種——這些事世上無法承載,也無法以人間語言

或天使的任何語言來稱頌。讓我們想像這奧蹟是何等偉大、難以言喻! ──主,祂洞悉人心最深處的意念,引導每一個人的心思──祂自己竟被帶到公會中受審,被判死刑;祂──*「以大能的命令托住萬有」*(希伯來書1:3), 祂親自被交在罪人手上;祂那締結雲中之水並按時滋潤大地的,竟被捆綁而去;*「祂以肘尺量蒼天,以手心量大地,又以度量安設群山」*(以賽亞書40:12),祂竟被僕人手中的鞭打所擊; 祂用各樣花卉裝扮大地,祂竟被羞辱地戴上荊棘冠冕;祂在伊甸園中種植生命之樹,祂竟被戲弄般釘在十字架上。噢,這些異象何等可畏、超自然!

**6.** 日頭見了就變黑暗;月亮見了就窒住光;地見了就震動,石頭見了就崩裂;凡有血氣的,都因見主受辱而戰兢。 ──就係咁,嗰啲冇靈魂、冇知覺嘅元素,好似有生命、有知覺咁,因為驚神,同埋見到呢啲異象,就離開咗佢哋原本嘅次序,並且被改變咗;咁我哋呢,有理性、基督為我哋而死,喺呢啲日子,豈不應該心碎到喊呢? 難道我哋喺此之後,唔會比啞巴更啞,比石頭更硬心?願我哋唔好變成咁,絕對唔好; 反而,我哋要充滿敬虔嘅驚歎,並因一場美好嘅改變而更新,就流淚吧,將我哋嘅情慾獻作祭物,以忍受責備嚟回應主嘅責備,為祂嘅創傷忍受創傷──有人喺順服嘅事工中,有人喺將來嘅認信中。

**7.** 喺呢一切入面,我哋唔係見到無數激勵去追求神聖嘅愛咩?有邊個試過被關喺地牢入面? 有邊個會為咗自己所愛嘅人而自願畀人殺死?然而,我哋至恩典嘅神為我哋呢班被定罪嘅人,忍受咗唔止一次、兩次,而係無數次嘅苦楚。所以,嗰位蒙福嘅使徒反思到呢點,並充滿對神深邃嘅愛,就說: *「我深信,無論係死係生,係天使定係掌權者,係現時嘅事定係將來嘅事,係高處定係深處,或者任何受造之物,都無法將我哋同神喺我哋主耶穌基督裏面嘅愛隔開。」*(羅馬書8:38–39) 因為神愛我哋,*就「將祂獨生子賜出嚟,叫一切信祂嘅人,不至滅亡,反得永生」*(約翰福音3:16–17)。 因為聖徒們自己的行為無法回報這份愛,他們就獻上自己、自己的身體和自己的血;在他們苦行和苦難的勞苦中,他們與大衛一同唱道: *「我當怎樣報答上主,報答祂所賜給我的呢?」*(詩篇115:12)。 – 我哋都要效法佢哋,用同樣嘅聲音時時向主呼求,為佢不停地勞苦,對佢懷住無盡嘅渴慕,並不斷追求一切最美好嘅事,好等我哋同所有聖徒一齊,成為永恆福份嘅繼承者。

## *283. 我為你喺善行上嘅進步而喜樂*

283. 1) 我為你喺行善方面嘅進步而喜樂。– 2) 但唔好止步;要衝到最前,效法聖人,並從應許中得著力量。

**8.** 我憑着自己嘅自由意志同你講,唔係受人脅迫,雖然我本應同你講。因為我對你有神聖嘅熱誠,雖然我係罪人,我都因你嘅進步而大大喜樂。 即使有時我要責備你,就好似唔耐之前咁,但呢一切都係為咗令你認清我對你嘅深厚愛,因為有愛嘅父母喺悉心養育子女嘅同時,都唔會忽略管教。*聖經話:「有咩兒子唔畀佢老竇管教呢?」* (希伯來書12:7)──*「使你哋得以完全,毫無所缺」*(雅各書1:4)。我承認你哋順服又卑微,嚴格遵守你哋父命,可能喺呢個修道團體入面,冇人做得比你哋更好。 我講呢番說話唔係奉承,而係真係如此。又有邊個好似你咁,既精明又喺一切事上都同父心意相合,並按主嘅命令跟從住院長?證明就係:受迫害、被逐出、入獄、受敵意,*以及「為咗對抗罪惡」*嘅爭戰中*「堅忍到流血」*(希伯來書12:4)。──這不是出於你,乃是神所賜的恩典,願祂得著稱讚。讓別人擁有金錢、財產、修道院和各種保障;至於我,只要有你,就足以維護我的名聲,並成為我榮耀的裝飾:因為你是我的一切喜樂、榮耀的冠冕、生命,以及其他一切善美。

**9.** 我只求你哋唔好動搖你哋嘅善心,唔好為善同邁向完美嘅步伐設限;就好似追求物質財富嘅人,財愈多愈唔滿足,你哋喺屬靈卓越上,都要喺最後一口氣之前,不斷向前衝刺。 *「因為現世的生活痛苦,配不上將要顯現喺我哋身上嘅榮耀。」*(羅馬書8:8)你睇唔到聖人嘅生命係用幾多勞碌同汗水先完成佢哋嘅人生旅程?你睇唔到聖徒殉道者係用幾多流血同痛苦先結束佢哋嘅生命? 點解?就係為咗可以同基督合一。 *「因為所見的是暫時的,所不見的是永遠的。」*(林後4:18)太陽唔好咩?但連佢最終都會黯淡。月亮唔好咩?但連佢都會停止發光。星星唔好咩?但連佢哋都會墜落。 天豈不是美好?然而連天都要像衣服一樣磨損,萬物都要改變──正如經上所寫,要有新天新地──並且在基督裏、與基督同享那無法言喻的福樂生命。這些,都是祂所應許我們的。 就憑呢啲提醒,我哋要互相幫助,以屬靈嘅勝過屬世嘅,以神聖嘅愛勝過肉體嘅愛,正如使徒所教導: *「要思念屬天嘅事,唔好思念屬地嘅事。」* (西3:1),唔好沉溺喺慾望嘅污泥度,唔好淹死喺情感嘅泥淖入面, *「佢哋嘅結局就係滅亡。因為我哋嘅生命喺天上,我哋就等緊我哋嘅救主──主耶穌基督──由天而降。」*(腓3:19–20)

### *284. 受傷後,我求醫治,而——看哪,我正對你講——*

284. 1) 受傷後,我尋求醫治,而今——我在此對你說話。——我從此得一教訓:一旦有人受了罪的創傷,就當速速以懺悔得醫治。——2) 唔好拖延;因為死亡可能隨時臨到你,未得潔淨就死,並帶住咁嘅狀態喺審判台前現身,實在可怕。– 3) 小心自己,唔好聽從教人拖延嘅仇敵。[4, 82]

**10.** 我條腿嘅傷令你傷心,呢點係應該嘅。因為你喺喜悅同悲傷時都同情我,就好似愛自己兄弟同父親咁。 我就係咁,從中攞咗個教訓嚟教導你。點樣嘅教訓呢?就係當我因為罪過而受傷嗰陣,我即刻就要醫療同適當嘅休息;所以三日嚟都未能同你溝通。但而家,多得上帝嘅恩典,病已經好咗,我又再次同你一齊——而家我就喺度同你講嘢。 ——靈魂的創傷亦是如此。——有誰因所見所聞而心靈受創?或者被魔鬼的思想引誘,被邪惡的慾望、憤怒、忿怒、仇恨、嫉妒、爭吵、不順服,或者其他毀滅性的激情所吞噬? ——佢哋要即刻開始醫治自己,就係透過懺悔、心碎、流淚、嘆息同心痛,以及其他懺悔嘅補救方法;當已經得到妥善醫治之後,就重回佢哋原本嘅康泰狀態。 但如果唔咁做,罪上加罪,傷痕疊加傷痕;情慾會變成不治之症,我哋就會死喺罪中。

**11.** 但願我弟兄們,我哋唔好咁樣。首先,我哋要防範自己犯罪;因為有咩可以比得上擁有純潔嘅靈魂同唔受情慾污染嘅心智更甜美、更快樂呢? 如果我哋因性情嘅傾向而失足犯罪,就要盡快補救,唔好留下一絲未愈,連一小時都唔可以:因為死亡好似賊咁,你唔知佢幾時會嚟,係半夜定係公雞一啼; 未作好準備就離開身體,實在係大不幸;咁樣企喺基督嘅審判台前,真係極其可畏。 因為,正如使徒所說:*「神的話是活的,是有功效的,比一切兩刃的劍更快,能夠深入到魂與靈、骨節與骨髓的分裂,更能鑒察人心中的思念和意念;並且,在祂眼中,萬物都赤裸裸、敞開開,祂的眼目無所不在。」 「我哋都要向佢交代」*(希伯來書4:12–13)。*「義人若且 scarcely得救,那不敬虔嘅人同罪人又將點樣呢?」*(彼得前書4:18)。 但以理先知在異象中見到神嘅審判,都充滿驚恐同驚愕;當我哋真係要站喺呢張審判台前,我哋會點呢? *「有一道火河,從佢面前流出去;千千萬萬嘅人侍奉佢,億萬人站喺佢面前;審判台擺設咗,冊子都打開咗。」*(但以理書7:10) 到時,有邊個可以堅立得住,邊個可以保持佢嘅勇氣?冇人,除咗嗰啲擁有真信心同善行,同埋嗰啲已經獲得咗勇氣、公義同貞潔——順命之子。

**12.** 所以,我哋要極其警惕,每時每刻都喺恐懼中等待審判。嗰個偷襲我哋、殺害我哋嘅仇敵,亦都唔會藏得住;佢就係成日引誘我哋喺現世放縱懶散,將順從誡命拖到將來先做。 呢條蛇就係咁,佢用罪惡嘅誘人外表嚟誘惑我哋。但我哋要時刻用上帝嘅力量去抵擋同驅逐佢。正因如此,我懷住卑微嘅心,喺呢一刻同你哋講呢番說話,好等你哋聽到我口中嘅五個字,就可以從呢個提醒得到安慰同互相鼓勵。 因為提醒對心靈有益,能時刻更新。效法先祖嘅榜樣咁做,我知道同有信心,我哋一定可以成就我哋嘅救恩,討好上帝,並且配得上祂嘅國度。

### *285. 佢邀請我哋向神感恩,就算佢哋身處異鄉,神都用各種食物養活佢哋*

285. 1) 佢勸我哋要感謝上帝,就算喺異鄉,祂都賜俾佢哋各樣嘅供應。– 2) 又恐怕我哋失去呢種恩典,佢勸我哋唔好喺熱心討好上帝、喺信心同盼望上動搖。[4, 83]

**13.** 我哋應該為主賜畀我哋嘅祝福感恩,特別係喺異鄉嘅時候,即使流亡,我哋都好似住喺修道院咁生活,唔單止滿足自己嘅需要,仲照顧嚟到我哋度嘅人。 你哋唔見到有幾多兄弟姊妹由四面八方源源不絕嚟到我哋度?佢哋除咗向神同我哋嘅卑微求助,仲有邊度可以去?你哋又唔見到有幾多其他流離失所嘅長老同兄弟姊妹向我哋求助,佢哋喺各方面都受住貧窮同缺乏之苦? 幾乎每日都有人嚟投靠我哋;但就算咁,我哋都從未缺乏過任何所需;相反,我哋樣樣都豐充足夠。喺呢方面,我哋除咗講,應承呢番說話嘅真係冇講大話,仲有乜嘢好講呢:*「你哋要先求祂嘅國同祂嘅義,呢啲都必加添畀你哋。」* (太6:33)。的確,我哋蒙賜 *「麥子嘅果實、酒同油」*(詩4:8)同其他所需——全部都超過我哋嘅預期;以至我哋連用聲音去稱頌上帝美善嘅力氣都冇晒。 即使我哋因為呢啲安排而有啲拘束同負擔,但諗吓獎賞有幾大——又有幾多讚美可以歸給上帝?就連修道院嘅院長都驚嘆,佢哋本身冇力氣做嘅事,上帝竟然幫助我哋完成咗。 點解會咁呢?就係要令神嘅大能藉住我哋嘅信心同盼望而顯明。而且,喺我睇嚟,而家喺我哋當中發生嘅事,好似以色列人喺曠野漂流嗰陣發生嘅事。到而家已經四年,我哋既冇播種又冇收割,但係呢段時間神一直供應我哋食物,從未短缺。 佢冇從天降嗎哪畀我哋,卻打開咗有餘嘅人嘅穀倉,餵飽飢餓嘅人。佢冇從磐石出水,卻用虔誠人自己嘅手,從佢哋嘅器皿中倒出酒嚟。佢仲賜咗好多其他祝

福畀我哋,而家唔方便講。　呢啲唔係奇妙,唔係令人驚訝,唔係值得讚美咩?—我再照使徒嘅話講一句:我哋*「雖然貧窮,卻使好多人富足;雖然一無所有,卻擁有萬有。」*(林後6:10)

**14.** 呢啲就係我哋恩典之神嘅恩賜,亦都係祂嘅祝福!令人驚懼嘅係,因為我哋未能體會祂以呢種方式榮耀我哋,可能會得罪我哋嘅恩主——但弟兄們,我哋要謹慎, ——大家一齊:無論在場定缺席嘅——我哋要虔誠咁遵行主嘅誡命,*並「彼此以愛心和善行互相勸勉」*　(希伯來書10:24),唔好放縱自己,唔好屈服於肉體嘅慾望同自己嘅心思意念,唔好好似古時嗰班埋怨者咁埋怨,唔好好似當時嗰班試探者咁試探主——似乎祂將來會為我哋做呢樣嗰樣嘢。　*「信的人能作一切的事」*(可9:22),就如經上所寫。因為如果我們誠心相信,主會在我們所求的,按着祂的旨意,賜給我們一切,無論是為了我們的得救,還是為了我們的身體生命。　我哋會憑住真理之光,成功穿越呢段人生嘅曠野;我哋會手執強大嘅屬靈兵器,將看不見嘅亞瑪力人驅逐逃走;我哋所進入嘅,唔係應許之地——因為我哋唔追求嗰啲暫時同短暫嘅——而係天國;　因為那應許我們的人所講的是真理:*「為義受逼迫的人有福了!因為天國是他們的。」*(馬太福音5:10)

## *286. 人嘅誘惑係外在嘅,容易*

286. 1) 外在的誘惑本於人性,而且是輕微的。– 2) 魔鬼的誘惑則更嚴峻;但如果我們不鬆懈抵抗的熱誠,就能在主 的幫助下克服它們。– 3) 這是永無止境的鬥爭與殉道。[4, 84]

**15.** 當我哋面對所臨到我哋嘅苦難時,就好似使徒所講:*「所臨到你哋嘅試探,無一唔係人所共受嘅。」*(林前10:13)我哋咁講,係為咗嗰位各方面都令我哋鍾意嘅好長老Theoktist。 咁,呢個試煉係乜嘢呢?就係佢被囚禁喺一個叫Chalkis嘅島上,而佢嘅長老——畀手下人誣告話佢唔為當權者禱告——就畀人打得好慘。　誘惑正熾熱起來;而我們大多要為此負責:我們如何能容許被託付管理修院的人,自行不為當權者禱告?又或者,我們如何能容許已經逃離監禁的弟兄和長老,留喺城裡,卻又唔去打擾異端?　*「要從他們中間出來,與他們分別,」主說,「不可沾不潔淨的物。」*(林後6:17) 違背呢點嘅人會受好大嘅苦楚。正因如此,我哋謙卑咁退居城外,唔同城內嘅人住埋一齊,好*「免得趁隙毀謗我哋嘅人搵到把柄」*(林後11:12);到而家為止,主都保佑我哋毫髮無傷。　但祂會繼續保守我哋,只要我哋自己謹守,唔亂講嘢,亦唔好聽啲虛空可責嘅說話。正如使徒所言:*「你哋的言語要常常帶着恩典,用鹽調和,好叫你哋知道點樣回覆各人。」*(西4:6)　–　神嘅兄弟又話:*「要咁樣講,咁樣做,好似唔受律法審判嘅人咁?」*(雅各書2:12)。咁我哋就可以肯定唔會喺唔啱嘅時候跌入誘惑,而會好似擺脫陷阱咁,將呢啲惡除掉。

**16.** 呢就係人嘅試探——即係話,係輕嘅。但係魔鬼嘅試探——嘩!——就重又陰險。仇敵每日、每時、每分都埋伏住嚟試探我哋,搞到抗拒佢好困難,得勝都好難。　但係因為勤力同熱誠可以成就一切應做同所需做嘅事,所以我哋要熱忱咁抵抗,並靠住基督嘅幫助得勝:因為佢同我哋一齊忍受試探;正因如此,佢先話:*「離咗我,你哋乜都做唔到」*(約翰福音15:5)。　所以,我哋要努力唔好跌入呢個試探,唔好畀魔鬼得逞。呢度喺島上嘅監禁,而且只係短暫嘅,其實並唔係真正嘅監禁。真正嘅監禁,就係被趕出神嘅面,拋入極大嘅黑暗之中。　同樣地,喺呢度嘅鞭打,得幾多幾多下,算得乜?真正嘅鞭打係嗰種鞭數無數,所帶嚟嘅痛苦無窮無盡。主話:*「行善嘅,復活得生;行惡嘅,復活受審判。」*　(約翰福音5:29)。所以,我哋要敬畏,要戰兢,憑住住喺我哋裏面嘅聖靈能力,盡我哋全力爭戰,就如經上所寫:*「將各樣的論斷打倒,將一切高抬自己超過神知識嘅,都打倒咗,又將一切心思意念擄入基督嘅順服裏面;　並預備懲罰一切不順服的事」*(林後10:4–6);而且要不住地行。

**17.** 看哪,一場永不止息的爭戰!看哪,一場充滿苦楚的殉道!　凡是被思想不斷攻擊,卻不向它們屈服,也不向巴力下跪,而是抵抗並克服情慾、憤怒、暴怒、恐懼的人,就日日忍受折磨,並可與使徒 同說:*「我每日都死;呢就係我喺我哋主基督耶穌裏面嘅誇口。」*(林前15:31)　並喺佢勞苦嘅盡頭,大膽咁加一句:*「我已經打完咗那場美好的仗,跑完咗當跑嘅路,守完咗信心;而家公義嘅主喺嗰日會賞賜我公義嘅冠冕。」*(提後4:7–8) – 咁,我哋就當行義,彼此如此相勸,並以善行裝備自己,戴上義冠,進入天國。

## *287. 我哋嘅本性係懶散同好瞓。關於應許嘅話語就激發佢*

287. 1) 我哋嘅本性係懶散同好瞓。提到應許嘅話就令佢醒過嚟。– 2) 聖徒同殉道者就喺實踐中示範咗呢點。– 3) 但點解我哋仲瞓緊?我哋要起身,向擺脫慾望同情慾嘅自由邁進 – 4) 並品嚐樂園嘅喜悅同樂趣。 [4, 85]

**18.** 使徒喺對提摩太講:*「你要按時按節傳講;無論得時不得時,都要責備、斥責、勸勉,常以恆耐性同教導。因為到咗有人唔肯聽純正教義嘅時候。」*(提後 4:2–3)就示範咗教師對學生應該有嘅努力。 因為我哋嘅本性蒙蔽、世俗化,又容易忘記教導,所以需要時刻被激起,好似被鋒利嘅刺戳一下,被話語嘅刺痛提醒,好等我哋好似從睡夢中醒返,見到眼前嘅喜樂。 因為呢個目標係咩?唔係天國嘅應許咩?唔係不朽生命咩?唔係難以言喻嘅喜樂咩?唔係樂園嘅甘甜咩?唔係同天使一樣嘅榮耀咩?唔係永恆嘅安息咩?

**19.** 枷鎖同地牢係為咗乜嘢?流放同迫害係為咗乜嘢?酷刑同死亡係為咗乜嘢?唔係為咗令我哋配得上所應許嘅福份,並且逃脫可怕嘅刑罰咩?睇吓殉道者帶住幾大嘅喜悅去流血,帶住幾大嘅樂意去面對刀劍、烈火、野獸,同埋各種其他嘅苦楚。 又睇吓義人係幾咁歡喜咁克制同制服佢哋嘅肉體,佢哋認為冇乜嘢比美德本身更可貴。

**20.** 然而,我們為何仍舊睡覺?為何要放縱那些毀滅且敗壞的私慾,任由它們如箭頭般刺入我們的心?*「要從他們中間出來,與他們分別,」主說。*(林後6:17) 所以,我哋要離開佢哋,好似離開所多瑪同蛾摩拉,嗰兩個城被火同硫磺所滅;我哋要拋棄屬肉體嘅推理,因為佢反對同敵擋聖靈;我哋要從令人勞苦嘅情慾中解脫自己──咁我哋嘅靈魂就會得安息。有咩可以比一個唔受情慾困擾、同神和好嘅靈魂更平安呢?

**21.** 呢啲,就係喜樂同歡欣?呢啲,就係福氣嘅安慰同甘甜? 我哋想嘗到呢份甜美?— 就當遠離嗰啲帶來腐朽同死亡嘅肉體慾望。因為使徒話:*「凡屬肉體的,就必收敗壞;凡屬聖靈的,就必得生命和平安。」*(加拉太書6:8) 我哋想得榮耀?──就要藐視虛空嘅人世榮耀,以謙卑為衣,以各樣善行作裝飾。咁樣,我哋就可以好好過呢段日子,並因我哋主耶穌基督嘅恩典同慈愛,被認為配得上將來嘅福份。

***288. 現時嘅逼迫較輕;但我哋仍要忍受;而今代人因此值得稱讚。***

288. 1) 我哋今日所面對嘅迫害冇咁嚴重;但我哋都要撐住,而今代人因此值得讚揚。– 2) 不過,我哋要時刻準備好,無懼地面對對正教信仰嘅攻擊。– 3) 至於我哋嗰位看唔到嘅迫害者,我哋要不停地與佢爭戰。 – 4) 願我哋堅定喺對神嘅盼望,祂就會賜力量畀我哋。

**22.** 呢三年嚟,我哋過住一種新嘅生活:我哋未至完全受迫害,但又唔可以話冇受迫害;我哋可以見到對方,亦會去探望對方屋企。 呢件事就係神對人類嘅愛。因為佢見到我哋過去長期受迫害已經劫透;所以而家佢關咗監獄,但係照佢深奧難解嘅道路,對正統信仰嘅迫害仍未停止。– 就係咁。 – 不過,若從整體而言,我認為因主的名被迫害的人少之又少。見到每日有咁多弟兄姊妹嚟到呢度,我心裏感到一陣安慰,因為有咁多人冇向巴力下拜,而係喺主嘅轄區內,好似明亮嘅星星咁,保守自己,歸於主。 – 因此,呢一代對後人嚟講係一個讚美嘅榜樣;因為上帝真係喺我哋入面,教會冇失去佢嘅力量,正如主嘅應許永不失效。自古以來所有攻擊佢嘅人都好似海面泡沫咁四散,而佢就好似堅不可摧嘅磐石,喺同一信仰同一告白上堅定不移。

**23.** 我哋應該為此歡喜快樂,但同時要保持警醒,預備好,免得試探突然再度臨到: 因為,要喺一、兩、甚至三 多嘅試煉面前保持我哋嘅信仰告白,都仲未夠,我哋要喺一生中,一直堅持到最後一刻──唔好畀惡言詆毀嚇倒,唔好畀似乎隨時可以撕裂身體嘅鞭笞嚇倒,唔好畀壓迫肉體嘅地牢嚇倒,亦唔好畀其他任何人類嘅攻擊嚇倒; 但係真係敬畏獨一嘅神,萬物都係照祂嘅旨意運行;只恐懼嗰永恆嘅刑罰,經歷嗰種痛苦真係難以言喻; 因為凡眼前一切──無論喜樂或憂愁──都好快就過去,好似一場夢;所以經上寫住:*「佢哋嘅箭好似對細路嘅瘡一樣。」*(詩篇63:8)

**24.** 然而,我們仍須與它們爭戰,更要與那無形的迫害者爭戰,他每日都攻擊我們──他不停地以無形的心思意念鞭打我們,以邪情焚燒我們,並以各種其他情慾誘惑和圍攻我們的靈魂。── *所以,要站穩立場,腰束真理作腰帶,胸掛公義作護心鏡,腳著和平福音作預備鞋;以上述所有,手執信心的盾牌,就能熄滅那惡者所射的烈焰箭;又要戴上得救的頭盔,並持神聖的刀劍,即神的話語。* (以弗所書6:14–17)。呢啲就係使徒嘅命令!我哋亦都以謙卑嘅心宣講佢哋,並懇求你哋喺患難中唔好灰心,喺試煉中唔好疲倦,因為你知道,你哋忍受嘅試煉愈多,你哋嘅冠冕就愈大。

**25.**願神賜給我們力量:因為祂有能力成就祂所應許的;祂有能力加 strength 給我們,使我們不但能忍受創傷,还能忍受火、刀劍、野獸,以及一切此類的事物。使徒深信這一點,就說:*「在這些事上,我們藉着愛我們的主,已經得勝有餘了。」 「因為我深信:無論是死是生,是天使,是掌權的,是現時的事,*

*將來的事,是高处的深处的,以及一切受造之物,都不能使我們與我們主耶穌基督裡的愛隔開。」*(羅馬書 8:37–39) 如果我哋立志要咁樣行,我哋就會參與一場無休止嘅殉道——而我哋嘅份兒就會同殉道者一樣。

### *289. 迫害係一份恩典:人要喺迫害中以配得呢份恩典嘅方式去生活;並詳細解釋咗點樣做*

289. 1) 迫害係一份恩典:人要喺迫害中以配得呢份恩典嘅方式生活;並詳細解釋點樣做。 – 2) 相反,孤立生活特別被譴責,因為它帶來的有害後果——放縱、疏忽和道德滑落。—3) everyone are exhorted to lead a sober and prudent life. [4, 87]

**26.** 上帝喺呢場迫害中畀咗我哋最大嘅恩賜,正如佢自己喺福音書入面所講:*「為義受逼迫嘅人就有福,因為天國係佢哋嘅。」*(馬太福音5:10)所以我哋要小心,唔好因為活得配唔上呢種福氣,而將呢場迫害變成對自己嘅定罪。 首先,受迫害者不應過獨居生活,而應與其他弟兄同住。因為主說:*「因為無論在哪裡,有兩三個人奉我的名聚會,我就會在他們中間。」*(馬太福音18:20) 此外,除非絕對必要,否則他就不應該出去,而應該留在他受到歡迎的地方,像個過路人一樣,並將自己奉獻於禱告、祈求、讀經、詩歌讚美、手工藝及其他在我们中間 customary 的善工; 他必須避開婦女,*要「遠離那不務正業的弟兄」*(帖後3:11),要性情溫和、感恩、有盼望、知足,並準備為基督受苦:因為有逼迫的地方,通常都有苦難。

**27.** 獨居者有悲哀為份:因為智慧人說:*「哀哉孤獨的人!因為他若跌倒,無人扶起他。」*(傳道書 4:10) 佢哋入面有啲人有僕人,就摧毀咗修道嘅自由;有啲人買田地、葡萄園、牛同騾,就自招咗基哈西嘅大麻風。 由此而產生對金錢的愛、貪婪、善變、不肯與弟兄同住的態度、行事怪異且任憑己意、*以及「正如經上所寫,*藉著我們*在異教徒中對神的名大發怨言」*。 (羅馬書2:24),同屬靈嘅墮落:因為一個生活草率嘅人,點可以避免跌倒呢? 使徒說:*「豈不知你哋係神嘅殿,神嘅靈住喺你哋入面?如果有人毀壞神嘅殿,神就要毀壞佢。」*(林前3:16–17) 又有一段經文說:*「不可自欺:無論是行淫者、偶像崇拜者、行奸者、軟弱無用的人、同性戀者、賊、貪婪的人、醉酒者、辱罵者,或以欺騙取利的人,都不得承受神的國度。」*(林前6, 9–10). 我們可唔可以容許自己被算喺嗰班人入面,*嗰班人就係「屬基督嘅人,已經同肉體連肉體嘅情慾同私慾一齊釘咗十字架」*(加拉太書 5:24);又或者*「你哋唔屬於呢個世界」*(約翰福音 15:19);再或者*「我哋嘅公民身份喺天上」?*(腓立比書 3:20)。

**28.** 咁我哋點解要浪費我哋嘅福樂?點解要咁貶低我哋呼召嘅高貴?點解唔跟從嗰啲弟兄嘅榜樣,佢哋行事公義,喺神同人面前過住榮耀同可讚美嘅生命? 係咪到咗時候,我哋要醒返?係咪要自我約束?係咪要關注我哋嘅得救,將我哋最終嘅歸宿同埋點樣要喺基督嘅審判台前現身,時刻擺喺眼裏?既然我哋連每一句閒話都要交代,我哋又點可以回應呢啲重大而可悲嘅罪行? – 但願我哋醒返,就算已經行到人生黃昏;我哋要拋棄私慾, *「脫去暗昧,穿上光明」*(羅馬書13:12),用各樣方法守住我哋嘅心,並盡力討主喜悅,好叫我哋藉住呢種方式得救,成為永遠福份嘅承受者。

### *290. 我所見到嗰個人已經過身,同樣嘅事都會發生喺我哋身上;咁我哋點解仲要溺愛肉體呢?*

290. 1) 我所見到嗰個人已經過身,同樣嘅事都會發生喺我哋身上;咁我哋點解仲要溺愛肉體?– 2) 佢喺臨終嗰陣好痛苦:因為喺嗰種時候,人平時所鍾意嘅念頭就會蜂擁而至——好嘅念頭帶嚟安慰,而壞嘅念頭就折磨人。 – 3) 所以,我哋唔好用慾望或者激情嘅念頭嚟綑綁自己。

**1.** 對靈魂嚟講,有咩比記住死亡更有益、更有救贖?正正係呢個題目,我而家被感動要同你哋講,鑑於恩伊亞主教嘅離世——你哋冇見到佢離世嗰刻,但我哋見到咗,而且從中獲益良多;我哋嘅心靈為之感動,因為認出喺佢身上存在嘅,亦正係我哋自己所擁有嘅。 ——於是佢離世而去,再也不會返嚟呢個世界。佢已經唔需要天、地、海、日、月同星星; 佢已經唔需要再呼吸呢股空氣,亦唔需要用喉嚨發聲,唔需要用眼睛睇、用耳朵聽、用鼻孔聞、用手摸、用腳行,或者做任何屬於呢個人生嘅事,無論大或細;呢個人生嘅大門對佢嚟講永遠關閉,而家佢正等待審判同報酬。 賞賜仍然預備收藏住,正如經上所寫:*「這些人雖然有信心,卻都未得着所應許的,因為神給我們預備了更美的福份,要使他們同我們一同得着成全。」*(希伯來書11:39–40) ——咁我哋又會點呢?——冇其他可能。我哋唔會受同樣嘅命運嗎?我哋唔會照樣返去嗰取我哋之地嘅塵土嗎?我哋唔會照樣死去,變成塵埃同灰燼嗎?我哋嚟望望棺木入面,睇吓我哋而家呢副活生生嘅身軀點樣完結。 — 咁我哋點解要咁摯愛呢副可憐嘅身體,好快就要交畀大地同蟲蟻?點解要自找啲情慾,喺離世嗰陣要面對佢哋?

**2.** 嗰個將死嘅人,仲有氣喺度嗰陣,佢話有兩個身影──一個女人同一個男人──向佢出現,無情咁譴責佢,搞到佢呻吟、喊住求救,又驚到發抖,好驚要離開自己嘅身體。　你睇吓死亡嘅判決係乜嘢?──魔鬼做我哋嘅控告者同審判者。所以,凡係我哋 gladly 接受同付諸實行嘅念頭,就係嗰啲喺我哋離世嗰刻會見到嘅:如果*「我時時將主擺喺面前」*　(詩篇15:8),如果我哋想像生命嘅守護者──天使──就喺我哋身邊,如果我哋心裏浮現某啲聖人嘅形象,咁喺我哋最後一口氣嗰陣就會見到佢哋;　但如果相反,我哋喺心入面召喚罪惡嘅影像,並滋生魔鬼嘅念頭,咁喺臨終嗰刻就會遇到佢哋,既可憐又毀滅性。

**3.** 咁點解我哋要努力確保喺離世嗰刻唔畀呢啲偶像勝過我哋,而要喺當時有純潔嘅心,好等我哋都可以大膽咁講:*「我要喺平安中睡覺安息。」*(詩篇4:9)。因為對有德行嘅人嚟講,死亡就係睡眠,正如主所講:　*「我哋嘅朋友拉撒路睡咗;但我去叫醒佢。」*(約翰福音11:11)如果佢只係瞓咗,就明顯呢個瞌睡係佢得安息同進入永生嘅開始,正如聖使徒所講:*「但基督已經從死裡復活,成為睡咗嗰啲人嘅初熟果。」*;又喺稍後講:　*「死亡被吞滅了!墳墓啊,你的勝仗在哪裡?死亡啊,你的毒刺在哪裡?──因為死亡的毒刺是罪,罪的勢力是律法。但感謝神,祂藉着我們的主耶穌基督賜給我們得勝的權勢!」*(林前15:20、54–57)。──看哪,死亡已被吞滅!　勝利已經賜予!因為主說:*「得勝的,我要賜給他吃生命樹的果子,這樹在神園中。」*(啟示錄2:7)天國嘅道路而家打開咗咩?睇吓,三福嘅爭戰就喺我哋面前!　得勝者,可得冠冕,並嘗永生之味。我哋亦當努力勝過魔鬼,制服我哋嘅情慾,將自己完全從一切惡中潔淨,並修得美德,好令我哋成為樂園嘅居民,配得上分享生命樹。

### *291. 我哋要不停歇、而且懷住熱誠去追求我哋嘅得救*

291. 1) 我哋要不停咁努力,並且懷住熱誠去追求得救。– 2) 士兵為咗塵世嘅君王同塵世嘅利益而效勞;我哋為咗天上嘅君王同天上嘅利益而努力,難道可以偷懶咩?– 3) 睇吓聖人:佢哋當中邊種人冇?但係絕對搵唔到一個係懶散或者疏忽嘅人。　佢哋當中雖然有啲人跌倒過,但嗰啲都係已經悔改,並且熱心同勤力咁去討神喜悅嘅人。– 4) 所以,你呢個懶散嘅人,要起身啦,要聽使徒嘅話,並且要熱心。 [4, 89]

**4.** *「天底下凡事都有佢嘅時候,」*智慧人(傳道書3:1)咁講。而成就我哋得救嘅時候,就係隨時隨地。因為使徒話:*「要常常喜樂,不住地禱告,凡事謝恩。」*(林前5:16) 我哋嘅得救就係由呢三種美德所界定:因為喜樂係所有公義得以成全嘅標誌;不住嘅禱告會令魔鬼冇機會攻擊我哋;　感恩的恩賜是我們對神之愛的心證。既以這些行為在各方面堅固了自己,就當熱心討神喜悅,無論處境如何,都不可灰心,不可因疏忽而懈怠──無論在盡本份、唱詩篇,或做體力勞動──都要凡事都存樂意的心去做,*「好似好嘅建造者,善用神所賜嘅各樣恩賜」*(彼得前書4:1)。

**5.** 難道我哋唔見到士兵喺佢哋王身邊,帶住幾大熱誠去執行佢哋嘅任務?而且係去執行咩任務?去打仗、去殺人、去面對死亡。但係,就為咗短暫嘅榮耀同曇花一現嘅財富,佢哋都樂意全身心投入其中。　但係我哋,被呼召進入天國、進入難以言喻嘅喜樂、進入永恆生命──難道要我哋以懶散同草率嘅態度,去作基督嘅好兵,而唔係以盡心盡力、全力以赴嘅熱誠去作?

**6.** 讀我手裡拿著的書──你就會看見、就會認識書中所述聖父輩的英勇。他們的熱誠何其偉大!　嘩,呢種靈魂嘅烈火焚燒!嘩,呢啲英勇壯舉!而全善嘅上帝點樣榮耀佢哋,好似將佢哋顯現為神,就係透過佢哋所行嘅神蹟奇事。　喺呢度,唔單止一開始就品行良好、從未識過罪嘅人發光發熱,連曾經迷失正路、墮入嚴重罪惡,卻因最真摯嘅懺悔而重回正道嘅人,都同樣發光發熱;咁就冇人可以對得救嘅事抱有疏忽或忽視嘅藉口。　呢種態度只不過係因為佢哋冇悔改嘅生活方式,令自己變得麻木不仁、心硬如鐵。

**7.** 對呢啲人,使徒大聲呼喊:*「醒起,睡着嘅人,從死裡復活,基督就必照亮你!」*(以弗所書 5:14)。*「你難道藐視祂的豐盛、慈愛、寬容和忍耐,不明白神嘅善意原是催你悔改?」　但你以自己惡毒的心和不肯悔改的心,為自己積蓄忿怒,等到神發烈怒和公義審判的日子,到時祂要照各人所行的報應*(羅馬書2:4–6)。你呢個大意嘅人,要留心呢件事;要畏懼呢個警告,從大意嘅沉睡中醒起! – 可敬的兄弟坎底德就這樣離去;在他之前,同樣的事發生在另一個人身上,在他之後,又會有另一個人跟上。沒有人會永遠留在此地。我們都要離去。但那活得好的人有福了,因為他已成功完成購買,並會獲得永恆的獎賞,透過熱心和勤力獲得了最美好的一切。　但係因為市場仲開住,天國嘅交換仲未完成;嚟啦,我懇求你哋,弟

兄同父老,我哋都要警醒,都要清醒,都要趕快去買嗰啲神聖又唔會朽壞嘅福份,好等我哋同所有弟兄一齊,成為天國嘅繼承者。

## *292. 我命令眾人要不懈地追求得救*

292. 1) 我命令眾人務必熱心追求得救。 – 2) 此外,人不可憑外貌判斷他人:因為最緊要嘅係內心狀態。 – 3) 所以,人人都要為呢種內在生命熱心,拒絕惡念,唔好放縱情慾嘅衝動,因為呢啲都會破壞體內一切。

**8.** 我勸凡熱心追求得救嘅人,要更加熱心;又懇求凡疏忽大意嘅人,要從佢哋嘅疏忽同大意中醒返嚟。 因為*「而家就係時候」*(呢段人生)*「就係蒙悅納嘅時候,而家就係得救嘅日子」*(林後6:2)──如果我哋錯過咗,就永遠都搵唔返。 連一日都唔好喺疏忽同大意中浪費,而要趁住仲有時間,盡力積聚永恆嘅寶藏:禱告、懇求、哀求、感恩、眼淚、痛悔、心靈嘅光照,同對天上事蹟嘅默想。

**9.** 而且,我們不可憑自己裡面所存的去論斷弟兄裡面所存的;倒要以為各人暗中自己與自己爭戰,各自追求自己的得救,即使從外面看他似乎另有光景。 喺我哋祖先嘅時代,唔係有好多冇乜名堂嘅人,反而比啲好出名嘅人光芒四射、更勝一籌咩?喺我哋呢個兄弟會入面,都經常係啲出身卑微、默默無聞嘅人,特別係喺殉道嘅時候,比其他人發光發熱得更加勁。 ──點解會咁呢?我覺得,呢個唔係因為外在嘅勤力同熱誠,而係源於一個人內心嘅品性。 因為喺有和平嘅性情、純潔嘅心、謙卑同沉默嘅地方,就有美德嘅國度;主就睇嗰度,正如經上所寫:*「我要向誰仰望呢?向謙卑人同默想人,並向那些因我話而戰兢的人。」*(以賽亞書66:2)

**10.** 所以,人人都要努力,以清淨嘅良心向主交賬,唔好因為懷住罪惡嘅念頭,畀魔鬼趁機而入。因為當我哋滋生呢啲念頭時,你知我哋要受幾多苦,變得幾放蕩,幾唔同;以快樂為名,卻攞到幾多苦澀;但當我哋醒返,返去行正路,就會再次品嚐到幾多平安,同埋最甜美、似蜜嘅寧靜,好似風暴過後喺港口避風。 所以真係令人好奇怪,既然美德咁甜美、咁可愛、咁可望,而罪惡咁苦澀、咁毀滅性、咁噁心,點解我哋會畀罪惡吸引,而唔係更加緊貼美德呢? 大部分原因,都係因為我哋本性軟弱,同埋*「人從小時心裏所存嘅意念,本是邪惡」*(創世記8:21)。不過,我哋唔好再拖延,亦唔好吝嗇任何努力,去回到正路; 主見到我哋嘅勞苦,就會為我哋伸冤,因我哋嘅勤勞賜予我哋永恆嘅賞賜,因我哋喺苦難中嘅忍耐,會賜予我哋公義嘅冠冕,將我哋列喺聖徒之中,並畀我哋喺祂嘅國度有份。

## *293. 我們要警醒,奮力爭戰,因為我們的仇敵多而且警醒不息*

293. 1) 让我们保持警惕,奋力作战:因為我們的敵人多而大意。– 但無需懼怕他們:因為我們有強大的幫手和勝利的武器。– 2) 在可見的戰爭中,有勝利的冠冕;但在我們看不見的爭鬥中,凡不向敵人屈服者, already 已經得勝,並領受冠冕。 – 3) 所以,我們要喺爭鬥中展現英勇,就會被賜福。 [4, 91]

**11.** 我哋要時刻警醒,毫不鬆懈;因為晝夜向我哋發戰嘅,都唔會放鬆。咁佢哋係邊個呢?就係奸惡嘅靈,掌管呢個黑暗時代嘅權勢,佢哋嘅數目多到無可數算,對住我哋嘅憤怒又難以形容。──但我哋唔好驚佢哋,亦唔好畀佢哋嚇倒。 我哋亦有一位同袍戰士同代禱者──聖靈同我哋主耶穌基督。祂*「親自背負我哋的軟弱,擔當我哋的疾病」*(馬太福音8:17);*「自己既受過試探,就能幫助那受試探的人」*(希伯來書 2:18),我哋大膽咁向佢呼求:*「主啊,要審判虧負我嘅人;打敗與我爭戰嘅人。拿著槍同盾牌,起來幫助我;拔出刀來,對付追逼我嘅人。」*(詩篇 34:1–3) — 因為仇敵真係追趕我哋,想害死我哋,喺我哋行路嘅路上設陷阱,用盡方法想將我哋摔入罪惡嘅坑裡。 但係我哋作為戰士,都同樣對住佢哋,*「要穿戴上神嘅全副軍裝,好叫我哋得以站穩」*──*「信嘅盾牌、愛嘅胸甲、得救盼望嘅頭盔」*(帖前5:8):因為靠住呢啲武器,仇敵就會逃走。

**12.** 而家最奇妙嘅係:對我哋嚟講,戰鬥本身就係冠冕。喺公開嘅角力比賽入面,如果角力手唔能夠打敗對手,就攞唔到冠冕。 但係喺呢度,如果被對抗嘅人冇畀對手打敗,佢就已經因此而得冠。呢點可以由一位聖先祖畀我哋嘅啟示睇到,講到有個門徒七次受試探,想冇得長老祝福就去休息,但佢七次都勝過呢個試探;因為呢種恆忍,佢就收到咗七頂冠冕。 所以,如果喺爭鬥本身就有冠冕可得,我哋就請堅守陣線,對抗仇敵,唔好因為爭鬥拖得太耐而疲倦。聖女莎拉唔係畀淫蕩魔鬼折磨咗四十年咩?但佢都冇疲倦,亦冇灰心。 又豈不曉得有位初學者,同樣努力抗爭,當佢嘅阿爸問佢:「你想我為呢場抗爭結束禱告嗎?」佢竟然拒絕,因為佢明白勝利嘅冠冕係預備畀能夠堅持呢類抗爭嘅人?

**13.** 然而,要勝過這場爭戰,沒有什麼比得上禱告、眼淚和破碎的心。所以,當仇敵攻擊,甚至趁我哋自己大意,讓慾望之箭射入我哋心靈時,就應立即藉禱告抵擋佢,佢就會即刻逃走; 我哋會流淚,誘惑之慾嘅炭火就會熄滅;我哋會謙卑自己,主就會高舉我哋。──而凡是孜孜不倦喺神嘅工作上努力,忍受順服之苦,並保持純潔無瑕嘅人,就係有福嘅。 當佢完成咗佢嘅勞苦,帶住滿溢嘅喜樂同無可言喻嘅喜悅,佢就會離開呢度,正如大衛先知所唱:*「佢唔會驚聽見惡報。」*(詩篇111:7) 我哋唔見到戰士喺戰場上展示完佢哋嘅英勇之後,攜住戰鬥同勝利嘅印記,凱旋而歸,滿懷喜悅咩? – 同樣,我們也想起那些在無形大戰中展現英勇、以善行勤勞作戰的人──他們將在神既是建築師又是建造者的大城裡,得著榮耀的稱讚;且蒙眾天使頌揚,蒙主賜冠,承受永恆的安慰。 願我哋亦能因我主耶穌基督嘅恩典,被認為配得上達到呢啲事。

### *294. 神差遣憂患同迫害作試驗;但試驗一完,祂就結束佢哋*

294. 神差遣憂愁和迫害作為試驗;但試驗一完結,祂就會終止它們。我們的迫害持續,因為我們尚未在庇護所前堅定站立。 [4, 92] 我哋心裏嘅渴望同向神嘅禱告,都係為咗上帝教會嘅和平。有咩比和平更有益,好讓我哋可以喺修道院度過寧靜同安詳嘅生活?──然而,迫害嘅延長亦未必冇好處,因為佢提供咗一個機會,證明自己喺信仰上最精明。 使徒為乜嘢講:*「我以軟弱、困苦、患難、逼迫、急難為基督之故而喜樂;因為我幾時軟弱,就幾時剛強。」*(林後12:10) 所以,將「幾耐先完?完咗之後係點?」呢啲問題擺開,我哋就將所有有關此事的憂愁交託畀上帝,因為祂知道點樣安排呢啲或嗰啲境況嘅時長,好叫一切都成為好事。聽聽聖經點講:*「上帝試驗亞伯拉罕。」*(創世記22:1) 你可能會話:「佢只係試咗佢一啲小試探?」唔係,恰恰相反:係好多年,同好多試煉;當佢見到約伯喺信心上已經完美,就對佢講:*「而家我知道你敬畏神,冇將你所鍾愛嘅兒子畀我。」*(創世記22:12) 祂又用更大嘅試煉,喺好多年入面試驗約伯。當祂見到佢喺忍耐上已經完美,就對佢講:*「你以為我造你係為咗其他目的,而唔係要你被認為係義人?」*(約伯記40:3) 同樣地,祂以多年嘅種種憂患試驗其他先知、聖徒、蒙福嘅殉道者,同埋所有可敬嘅義人;祂試驗佢哋、為佢哋作見證,並接納佢哋。對我哋嚟講,亦應作如是觀。 *「你哋同罪惡掙扎,都未流過血」*(希伯來書12:4);我哋未曾被患難之火充分試驗;我哋未曾藉住試煉充分證明我哋信心嘅誠懇。──正因如此,迫害仍然持續!

### *295. 人無論幾罪惡,都可以悔改:例子*

295. 1) 人無論幾樣罪,都可以悔改:例子──大衛(強盜)、埃及的瑪麗亞等等。 – 2) 不可以為佢哋而家享受咗罪中之樂,將來就可以嘗到樂園嘅福份。罪人冇喜樂:只有美德先有喜樂。 [4, 93]

**14.** 對於真心渴望得救嘅人嚟講,冇乜障礙係無法逾越;就算已經墮入罪惡深淵,都可以悔改歸向上帝。而且,有充足嘅證據證明呢點。 其中一個呢啲見證,就係強盜頭目大衛嘅悔改,佢嘅故事最近喺教會讀經表度讀過。 喺呢度我哋見到呢個曾經充滿各種邪惡嘅殺人犯,佢係點樣悔改歸向神之後,竟然達到咁完美嘅境界,連被鬼附身嘅人都醫得好。因為天使對佢講:

由此可見,上帝對人類的愛無邊無際,因為祂不但赦免了他的一切謀殺罪行,還使他成為行神蹟的人。──你想再聽另一個見證嗎? 睇吓瑪拿西,佢五十二年嚟引誘以色列人離棄上帝,強迫佢哋敬拜冇靈魂嘅偶像;但就算係佢,真心悔改之後都得救,並且喺靈裏歡喜快樂咁唱咗首讚美詩畀上帝,而呢首詩到而家上帝教會都仲唱緊。 至於沉溺於肉體情慾後又真心悔改的人,多到數都數不盡。 當中就有神聖嘅大衛,佢姦淫又殺人之後,再次獲得先知嘅恩賜;然後有埃及嘅瑪利亞,佢無止境咁犯罪之後,升到天使嘅形象,並獲得通靈嘅恩賜,等等。 所以,就冇任何理由畀人去諗或者講,任何犯罪嘅人,都唔可以透過懺悔而得救。

**15.** 我們要記住這些榜樣,也當為得救更加熱心,更有盼望,相信如果神藉著祂那難以言喻的憐憫,呼召並拯救那些已經墮落到如此深惡之中的人, 祂更加會拯救我哋,因為我哋日夜都事奉祂。– 但係當聽到有罪人悔改嘅時候,就唔好有人話:

? – 被罪惡奴役的人,既品嚐不到今生的樂趣,也品嚐不到來生的喜悅。告訴我,姦淫、貪食、貪婪、偷竊,以及被其他情慾奴役,有何樂可言? 豈不是這樣放蕩的人,就好似身處火中、被熱病折磨的人一樣在燃燒嗎?所以,更準確的說法是,這些人在此世已經受罰,而來世則因今生這些有害且敗壞的享樂,被投入永恆的折磨。哀號、撕裂衣服,而非品嚐甘甜──這就是罪人與敗壞者的命運。 但係嗰啲鍾意

美德同行善嘅人,永遠都擁有呢啲同其他嘅福份, ,享受無言以表嘅無欲之甜美,就好似所有聖徒一樣,佢哋永遠喺主入面歡欣,認為其他一切都比唔上對上帝嘅愛。 — 效法佢哋,我哋都會歡喜,同享彼此嘅喜樂,熱心追求自己嘅得救,為此投入屬靈嘅爭戰:忍耐、順服、克制己意,同其他種自律;喺呢啲事上得以成全之後,我哋就會成為永生嘅承受者。

### *296. 世上嘅人為咗微不足道嘅利益都肯忍受好多嘢,難道我哋唔應該為咗永恆嘅福份而堅持到底?*

296. 1) 世上好多人為咗微不足道嘅利益都肯忍受好多苦楚:我哋豈不應該為咗永恆嘅福份而忍耐?– 2) 再者,我哋有咩可悲嘅事?又可以期待啲乜嘢?– 3) 所以,我哋要歡歡喜喜、懷住永不衰竭嘅盼望去承擔一切。 [4, 94]

**16.** 修道生活係緊迫同悲傷,係由主所講:*「若有人要跟從我,就當否認自己,背起十字架,跟從我。」*(瑪竇福音 16:24)呢段經文證明。而世俗生活亦都痛苦,就係我哋所見到嘅。 但願我哋將世俗人嘅憂愁留俾佢哋自己去處理;我哋就如應有咁,顧念自己嘅憂愁。──我哋嘅憂愁中夾雜住聖靈嘅喜樂,所以就算係睇落好似憂傷嘅事,都因天上為我哋存留嘅盼望而有份於喜樂。 咁,難道唔係好令人慚愧咩?當其他人為咗一點微不足道嘅榮耀或報酬都可以忍受咁多苦楚,而我哋為咗咁大嘅天國福氣,竟然連降臨喺我哋身上嗰啲微小嘅憂愁都唔肯愉快地承擔?

**17.** 我哋有咩悲傷?──有啲工作係被迫做、唔中意嘅命令、食物同飲品唔合味、衫同鞋唔舒服、崇拜嘅地方或者方式唔順心,同埋其他壓住我哋嘅嘢。 但凡呢啲嘢,雖然令人痛苦,都唔會令我哋偏離正路;因為*「我哋而家所受嘅苦楚,同將來要向我哋顯現嘅榮耀相比,根本唔值一提」*。(羅馬書 8:18)為此,即使我哋每日都要被活活燒死,我哋都應該忍受一切,而唔只係呢啲輕微同可以忍受嘅試煉。 我說這話並非要惹起憂傷,乃是要叫我們得以認識我們那良善的神對我們的愛──祂將我們從世俗的生命中拯救出來,提升到這聖潔而天國的呼召;祂在對我們的要求上,也不是為祂自己; 因為祂本身一無所缺,在萬有中都富足;祂所要求的是為了我們,好叫我們蒙祂的祝福而得救。

**18.** 所以,我哋要撇棄一切懷疑不定的心,靠住忍耐去得著我哋嘅靈魂,高高地擺脫一切可能出現嘅試探,唔好畀任何心思得勝我哋;當為咗試驗同教導我哋,容許有啲令人憂傷嘅事臨到我哋,並投下陰影喺我哋生命上嘅時候, 使我哋都可以好似使徒咁大膽咁講:*「我哋凡事受苦,卻未至被壓死;受困,卻未至絕望;受迫害,卻未至被遺棄;被打倒,卻未至被摧毀;身上常帶着主耶穌的死,」* (林後4:8–10); 並且,藉住呢種美好嘅品格同有秩序嘅生活去討神喜悅,使我哋可以成為我哋主耶穌基督裏天國嘅後嗣。

### *297. 所有旅客都為咗盼望安息而忍受一切艱辛;我哋亦都應為咗盼望永恆嘅安息而忍受一切,好等神可以因我哋得榮耀*

297. 1) 所有旅客都為咗得著安息而忍受艱辛:我哋都要為咗永恆嘅安息而忍受一切,好叫上帝可以因我哋得榮耀。 – 2) 但係,上帝係幾時因我哋得榮耀? – 就係當我哋嘅善行被看見嘅時候。 – 我哋都要成為咁樣嘅人。 – 3) 為此,讓我們效法聖父祖、宗徒及主自己。—4) 主為我們忍受了一切;我们也當忍受,否則我們無得救。—5) 我已忍受了,你们也要在神的大能之下自卑。

**19.** 凡是踏上漫長而艱辛旅程的人,都要勞苦忍耐,面對旅程各種的艱難;然而,懷著對安寧棲所的盼望,他們承受悲傷,克服困難,以全副熱誠和努力不斷向前邁進。 —呢個比喻令我哋明白咩?就係我哋喺今生都行緊一條路──一條又窄又悲傷、又長又辛苦嘅路。 而呢條路亦都唔可能唔係咁,因為我哋一生都要保持貞潔,同時要順服;並且要*「將一切高抬自己、抵擋神知識嘅論調同一切虛假嘅道理撻伐喺地,又要將一切心思意念擄入基督嘅順服之中」*(林後10: 4–5),並按修道生活嘅規矩,去做所有與此緊密相關嘅事。然而,即使喺呢度,都有一個福氣嘅結局。乜嘢呢?就係永恆生命,真神應許畀凡堅持佢嘅試煉者。 所以我哋為咗呢永恆生命,要懷住感恩同忍耐,承擔現世一切憂愁,喺身體同靈裏面都榮耀神。

**20.**至於我哋點樣榮耀上帝,我就用一個例子嚟解釋。兩日前,有啲平信徒嚟呢度觀察我哋,佢哋見到我哋心靈合一──用手做順命嘅工夫,用口誦大衛嘅詩篇──就榮耀上帝,並感恩,因為佢哋得咗造就。 – 主所講嘅:*「你哋要照亮人前,等佢哋見到你哋嘅善行,就榮耀你哋喺天上嘅父。」*(馬太福音5:16)就喺我哋身上應驗咗。 – 咁你哋今次就喺身同心上榮耀咗神。但都要努力喺任何處境中,時刻都榮耀

祂,行得敬虔,遠離一切不體面嘅事,正如大衛所勸:*「唔好嫉妒惡人,亦唔好羨慕作孽嘅人; 因為佢哋會好似青草咁枯萎,好似田野嘅青物咁凋謝」*(詩篇36:1–2)。但要熱心為義人同行善者。

**21.** 喺日常生活入面,凡係投身任何藝術嘅人,都唔會向最差嗰啲學,而係向最頂尖嘅大師學佢哋所揀嘅藝術原則: 向一位高超嘅木匠學木工,向一位最出色嘅畫家學畫畫;一般嚟講,冇人會去模仿冇本事或者無知嘅人做乜嘢,但如果要學,就會學最叻同最專業嗰啲。 如果對待物質同短暫嘅事物都要有呢種規矩同法則,咁喺萬藝之首、萬學之首嘅領域,我哋豈唔應該更加按照聖人嘅榜樣去安排我哋嘅生活,而唔係跟從嗰啲同佢哋相反嘅人? 所以,我哋要效法嗰啲由年輕到年老都保持順服嘅人──唔單止古代嘅聖徒,仲有喺我哋兄弟會入面發光發熱嘅人;我哋要效法嗰啲憑住佢哋嘅純樸,挫敗咗魔鬼所有詭計嘅人; 我哋要效法嗰啲憑住無條件服從,好好指引自己苦修道路嘅人;或者,如果你想,就效法嗰位吩咐話:*「要效法我,好似我效法基督咁樣。」*(林前11:1) 又喺另一處話:*「所以,要效法神,好似親愛嘅孩子;要活喺愛中,就好似基督所愛我哋,為我哋捨命,做咗馨香嘅祭物獻畀神。」*(以弗所書5:1–2)

**22.** 基督如此為我哋向神獻上自己作祭物同供物;我哋豈不應該為祂忍耐少少痛苦,並且存著感恩嘅心?基督忍受咗各種譏諷,正如經上所講:*「譏諷你嘅人所流嘅譏諷,都落喺我身上。」*(詩篇 68:10) 我哋又豈能忍受幾句譏諷同侮辱嘅說話?如果我哋唔跟隨佢哋嘅腳蹤,將來又點同聖徒一齊住?如果我哋唔與佢嘅死同形,唔分擔佢最純潔嘅苦難,又點能同基督一齊作王?──*「義人都幾乎得救,不信的罪人要歸到何處呢?」* (彼得前書4:18)。—你睇*「義人都幾乎得救」*講得多清楚。至於嗰啲急性子、唔能包容,又死死記住舊日侮辱,因而心頭火起、不得平靜,同神無和睦嘅人,根本連「義人」都稱唔上。 —咁佢又喺邊度可以得救呢?—難道因為我哋行事如此,就唔係被逼同基諾維特派嘅團契斷絕關係咩?而且,離開呢度之後,我哋唔係遲早要落入永恆嘅定罪咩?

**23.** 我發瘋咁講:我唔都係一個初學者咩?我唔都有個方丈、一個司庫、一個屬靈嘅父同一個肉身嘅父咩?我唔都有屬靈同肉身嘅兄弟咩?我喺佢哋中間行,就好似喺火中咁,被拋來拋去,喺兩種相反嘅生活方式之間交戰。 但我除咗靠忍耐、適當嘅懺悔,同埋將所有罪責都歸咎於自己,就搵唔到其他得救嘅方法;因為否則喺悲傷中要擁有寧靜嘅心靈係唔可能嘅。 「所以,你哋*要自卑喺神大能嘅手下」*(彼得前書5:6);咁你哋就會得着平安同無憂。經上寫住:*「而家就係蒙悅納嘅時候;而家就係得救嘅日子」*(哥林多後書6:2)。 所以,我哋要從靈魂中除掉一切虛謊,學習行善,並以純潔嘅心呈獻自己,喺祂──賜福俾我哋嘅主面前,趁住嗰日未到之前,嗰日我哋要為每一句閒話交賬。好等我哋帶住盡可能清白嘅良心離開今生,好使我哋配得上永生嘅基業。

## *298. 無論我點解,都仲有你哋當中嘅人坐唔定*

298. 1) 無論我點解,都總有你哋當中有啲人擺唔甩佢哋嘅不安。– 2) 呢就係因為冇愛;冇咗愛,我哋又點算係基督嘅門徒呢?– 3) 所以,我哋要追求和平,懷住對美好事物嘅熱誠之愛。[4, 96]

**24.** 好似我成日同你哋講,只要你哋夠心志去做啱嘅事,就唔使再多講,都唔需要人再嚟提醒你哋做呢啲嘢。 但係而家我見到呢樣嘢仍然極度必要;因為儘管我多次勸勉你哋,你哋當中有啲人仍然心浮氣躁、頑梗不化。我真係好驚訝,本來按時間應該做老師嘅人,竟然仲似細路仔咁,無啦啦做啲冇意義、愚蠢嘅事。

**25.** 呢個嘅原因就係缺乏愛。因為,正如使徒所講:*「愛是恆久忍耐,愛是恩慈;不嫉妒,不誇口,不自誇,不做害羞的事,不求自己的益處,不輕易發怒,不計算人的惡,不以不義為樂,只以真理為樂, 凡事包容,凡事相信,凡事盼望,凡事忍耐」*(林前13:4–7):咁就明顯,當愛缺失嘅時候,相反嘅嘢就會喺我哋心入面掌權──不信、絕望、不耐性、不和、以及無禮。 ──但當我哋處於咁嘅心態,又點能配得上稱自己為主嘅門徒呢?因為佢自己就用斷定嘅說話講:*「凡事彼此相愛,人就因此認出你哋係我嘅門徒。」*(約翰福音13:35) 又喺另一段經文入面講:*「你哋若常住喺我話入面,就真係係我嘅門徒。你哋會知道真理,真理會令你哋得自由。」*(約翰福音8:31–32) 所以,如果我哋冇真正嘅愛,反而懷住仇恨、爭吵同不和,咁無論聽落幾咁嚴厲,我哋都唔係基督嘅門徒,而係基督嘅仇敵。講到呢度,我哋呢班可憐嘅靈魂又點解要活呢?如果我哋唔做主所喜悅嘅事,我哋又點解要呼吸呢口氣?

**26.** *「凡引誘你哋走偏路嘅人,無論係邊個,都要擔當佢自己罪行。」*(加拉太書5:10)所以我懇求你哋,要*「同眾人和平共處」,又要「追求聖潔,因為未有呢樣,就冇人能見主」。 「要小心,免得有人落後,不得神的恩;免得有苦毒的根生出,擾亂人,因此叫多人沾污。」*(希伯來書 12:14–15) 呢啲又係乜嘢

呢?──呢係一種良善嘅熱心,會促使你喺對待奸詐嘅人時,表現出憎惡邪惡同遠離佢,*但對佢哋唔係當作仇敵,而係「當作弟兄咁勸戒佢哋」。* (帖後3:15),好令你哋配得上使徒嘅稱讚,正如經上另處所講:*「凡事要顯出自己是無可責備嘅。」*(林後7:11)。我講呢番說話,係出於對你哋嘅愛同關心,亦都係出於對以利亞下場嘅恐懼。 然而,如果你們不按此理去思想,那麼,日子快到,這條舌頭將會被從你身上奪去,到時你就會明白,我──卑微如我──所對你講的,的確是真。願那盼望眾人得救的和平之神,保守我們眾人,在祂誡命的路上,安然行走,並引領我們進入祂永恆的國度。

### *299.聖提多不接受嗰啲因悔改咗偶像破壞主義異端,但之後又跌返轉嘅人送去修院嘅物資*

299.聖提多拒絕接受由嗰啲曾經悔改佘像破壞主義異端,但之後又背道而馳嘅人送去修院嘅物資。有啲正教徒責怪佢,話佢咁做係煽動對正教嘅敵意同迫害。聖提多為自己嘅行為作辯護。 [4, 97] 佢哋又話,戰爭再度爆發──一次破壞聖像嘅戰爭,一次內戰;基督徒互相剷除,仲有咩比呢個更慘?但我哋要時刻向上帝禱告,為我哋嘅同胞帶嚟和平,無論係世俗事務,定係信仰 matters。 正因如此,我哋先坐喺度,謙卑咁坐住。但係坐住嘅時候,我哋唔可以淨係懶咁坐,而要好專注同忠心咁去做我哋嘅本份,免得自己對人講緊另一套,結果自己反而證明唔配得(林前9:27)。 我哋講呢番說話,係諗住嗰啲已經懺悔,但又再次投奔異端分子嘅人。我哋最近拒絕接受佢哋送嚟嘅嘢,認為對靈魂有害又危險;當我哋嘅部分長老聽到呢件事,就覺得被冒犯,好似我哋搞出咗騷亂咁。 但我哋斷然否認有任何意圖要製造混亂;然而,為咗嗰啲正處於混亂之中嘅人,我哋亦唔可以以任何方式削弱真理,或玷污對基督嘅承認──我哋唯恐犯咗喺信仰上嘅冷漠之罪,正如一位先知所譴責咁: *「佢哋冇分開聖潔同世俗,亦冇分辨污穢同清潔。」*(以西結書22:26) 照此,聖使徒說:*「義和不義有甚么相交?光和黑暗有甚么來往?基督和彼列有甚么配合?信徒和不信者有甚么份兒?神的殿和偶像有甚么分別?」*(林後六14–16)。 又再有:*「我哋奉我哋主耶穌基督之名,命令你哋,要遠離任何不跟從所領受傳授、放蕩不羈嘅弟兄。」*(帖後3:6) 又有一段經文:*「若有人不聽從我哋,就要提醒佢;再犯嘅話,就要同佢疏遠,唔好同佢來往,好叫佢受教訓。」*(帖撒羅尼迦前書 5:11) 呢一切都令我哋心裏充滿恐懼同憂慮,所以我哋決定寧願忍受一切悲傷同艱難,都唔肯出賣我哋嘅忠心同得救。但正如經上所寫:*「若一個肢體受苦,所有肢體都一同受苦;若一個肢體得榮耀,所有肢體都一同喜樂。」* (林前12:26)—而你哋係我哋真正嘅肢體,同我哋心靈最深處嘅一部分—我哋 認為有必要通知你哋發生緊嘅事,好等你哋知道,並喺反思呢度發生嘅事時,同我哋一齊分擔痛苦。 你哋自己判斷下而家講緊啲乜嘢:將為真理被逐出自己修道院嘅人同為背叛真理而奪取修道院嘅人視為平等,並且同兩邊都保持交通,係咪啱㗎?——咁,被逐出嗰班人嘅被逐,難道係白費㗎? 我哋過去為真理勞碌,難道都係徒然咩?而且,我哋又畀人發現係啲說一套做一套、呃人嘅人──對某啲人講一樣,對另一啲人又講另一樣。凡忠心持守信仰告白嘅人,如果見到我哋同嗰班引誘神教會走偏路嘅人打成一片,佢哋有理由為此向我哋哀嘆。 但我哋唔好畀佢哋引誘,同佢哋一齊自取滅亡。以往,時勢所需,我哋堅守不移;而家,我哋同樣要堅定,唔可以動搖;因為使徒話:*「義人若走差,我心裏就唔喜悅佢。」 「但我哋所信嘅,唔係帶嚟滅亡嘅信心,而係帶嚟得救嘅信心」*(希伯來書10:38-39)。你睇吓佢點樣稱呢種信心為「滅亡」?又喺另一處話:*「我對人嘅血唔負責任,因為我冇猶豫過將上帝嘅全旨傳畀你哋」*(使徒行傳20: 26–27)。同樣地,根基於使徒的教導,以及與之相符的聖父們的教導,我們與異端以及被他們引誘的人斷絕交通,並捍衛真信德,*'我們就靠着它站立得穩,且在盼望神榮耀的盼望中自誇* (羅馬書 5:2),努力行得端正,實踐其他一切美德,*使我哋「得以完全,毫無缺乏」* (雅各書1:4),*「神那超越一切明白的平安,必要在基督裏保守我們的心懷意念。」*(腓立比書4:7)。

### *300. 讓我們忍受一切外在和內在的苦難,使用我們慣常的手段,尤以堅定不移的信心禱告為最*

300. 1) 我哋要忍受一切外在同內在嘅苦難,用我哋慣常嘅方法,尤其係以堅定不移嘅信心禱告。– 2) 我哋嘅糧食差唔多用晒;但係主好快就嚟幫助我哋。我哋要盼望祂會繼續幫助我哋,就好似祂幫助雅各、以利亞同其他人咁。 [4, 98]

**1.** 冇人唔受苦就能成為殉道者,亦冇人唔以正確方式成功忍受爭戰就能得冠冕(提後2:5)。 所以,我哋唔好灰心,而要心平氣和咁忍受一切:責備同譏諷,就好似鞭打;克制慾望,就好似流血;心思入侵,就好似魔鬼點起嘅大火。 火要用水淋先至熄得,慾望之火就要靠流眼淚先至撲得熄。因勞碌而倦,就靠安睡床上得以消除;心靈因思緒沉重,就靠將心思託付信得過嘅人得以紓解。呢啲就係救治嘅良方。願

你哋善用呢啲方法,喺主裏面愈嚟愈得醫治。 *「你哋中間如果有人缺乏智慧,就當*向神*求,因為祂厚賜給眾人,並不責備,智慧就會賜畀佢。只要佢信心求,一無疑惑;因為凡疑惑、如海中被風吹動又催動嘅波浪,就毫無指望。」 「這等人休想從神得着甚麼。心懷二意的人,在他一切所行的路上,都是不穩定的。」*(雅各書1:5–8)所以,我們不可心懷二意,也不可容許懷疑動搖我們的禱告。 但願我哋向神嘅禱告,要帶住感恩同誠實嘅信心(腓立比書4:6),咁我哋所求嘅,就一定會得着:外來嘅火會熄滅;狂亂嘅念頭會被驅散,喺神嘅幫助下,我哋就能成功完成眼前嘅順服任務。

**2.** 我想你哋知道,我哋嘅庫房已經所剩無幾(約翰福音12:6);與此同時,我哋嘅開支不斷上升,收入卻有增加;而家我哋連酒都冇晒,呢件事自然令我哋當中最弱勢嘅人非常困擾。 但要堅定信心:主已經從麥子和酒的收成,以及其他必需品中迅速供應,只要我們將盼望完全放他身上,並行他眼中看為善的事,不搖動,他必再次供應。因為他親自說:*「我總不離棄你,也不丟棄你。」* (約書亞記1:5);又有一段話:*「要先求祂的國和祂的義,這些 thing 都要加給你。」*(馬太福音6:33)。即使我們有時會失足,也不出奇:這本是一次試驗,也是對品格的考驗。雅各先祖不也是義人嗎? 然而,佢因飢餓所迫,就差遣我哋嘅祖先去埃及買麥。以利亞先知唔係義人咩?但就算佢,嚟到西頓嘅撒勒法,都對嗰個寡婦呼喊:*「依家畀啲水我飲,同埋一塊餅我食」*(列王紀上17, 10–11)。佢只要求最基本同最必要嘅食物。呢個人係邊個?就係以利亞,佢用言語封住天空,令到一滴雨都唔落;之後又透過禱告,結束咗呢場饑荒。 至於我哋,無論外在環境定內心品格都渺小卑微,就算要受呢啲事,都無不妥;我哋唔應該為此加重負擔,而要喺豐盛時,喺缺乏時都心存感恩。 因為呢個就係基督門徒嘅記號,只要我哋抱住呢種態度,唔單止可以輕鬆承受現世生命嘅憂愁,仲會被認為配得上將來嘅福份。

### *301. 仇敵環繞住我哋,隨時隨地突襲我哋:我哋必須保護自己*

301. 1) 仇敵圍住我哋,隨時隨地突襲我哋:我哋必須保護自己。– 2) 點樣? 透過敬畏神同信靠佢,透過眼淚同研讀神嘅話語;透過守住心思同反思自己嘅思想。– 3) 昨日你喺唱詩時好亂,呢樣冒犯咗聖靈,唔單止冇益,仲害咗你嘅靈魂。由今以後,要按正確嘅方式去唱詩。[4, 99]

**3.** 最近阿加里安人襲擊嗰陣,我哋都嚇到魂都飛,驚自己會落入呢班無神人士嘅殺手手中。呢種驚惶並非冇原因。 但係講到魔鬼對我哋嘅襲擊,我哋既唔會去諗,亦唔驚因為粗心大意而畀惡毒嘅靈魂擄去;雖然我哋知道有形敵人嘅攻擊係喺特定時間先發生,而且有關佢哋嘅風聲會提早傳開,畀想追求自由嘅人有機會逃走。 但係對付無形嘅仇敵,就完全唔同,因為佢哋晝夜不停,每時每刻都只係忙住攻擊我哋,幾乎唔畀我哋一秒鐘喘息;所以呢度嘅恐懼更大,所需嘅自我防範亦更加嚴密,免得我哋淪為呢班仇敵嘅獵物,亦可以避開佢哋摧毀靈魂嘅誣衊。

**4.** 咁我哋要逃去邊度呢?當然係逃向神,正如大衛所唱:*「神係我哋嘅避難所,係我哋嘅力量,係患難中時刻預備幫助我哋嘅救恩。」*(詩篇 45:2) 又如:*「耶和華的使者向敬畏他的人安營,搭救他們。」*(詩篇33:8);又說:*「信靠耶和華的人,好似錫安山,永不動搖,永遠堅立在耶路撒冷。」*(詩篇124:1)。 所以,如果我哋敬畏上帝,又對祂有信心,就唔使驚敵人。但要記住,敵人攻陷防禦工事,大部分都係因為缺乏糧水。 咁,我哋有啲乜嘢呢?──有眼淚,同埋神嘅道。藉住呢啲,靈魂得著滋養同得救;而當佢哋缺乏嘅時候,靈魂就會被腐蝕,淪為擄物。*「當叫基督的話豐豐富富地存在你哋心裏,」*如經上所寫(西3:16),願我哋嘅眼淚永不枯乾。 不過,亦有咩所謂「內在背叛」。咁又係乜嘢呢?──就係住喺我哋心入面嘅情慾,畀肉體嘅詭計激起,令到啲諗法好似賣國賊咁,為敵對嘅魔鬼開門。 佢哋要即刻被趕走,我哋要小心翼翼地守住自己,免得我哋嘅城池──即係我哋嘅靈魂──被攻陷,畀罪惡擄走,成為毀滅性慾望嘅俘虜;反而,願我哋常留喺當初受造嘅美德之中,為造我哋者帶來榮耀,亦為咗讚美我呢個罪人。

**5.** 昨日你哋唱詩嘅時候令我好嬲。所以我請求同懇求你哋,要按正確同適當嘅次序去唱,唔好亂嚟或者亂咗陣,免得唔係得罪我呢個罪人,而係得罪聖靈:因為呢個就係佢嘅命令:*「要按智慧而唱」*(詩篇 46:8)。 若不遵守以下次序,就唱唔出條理:未唱完上一句之前,唔好齊聲唱下一句;無論詩歌唱得大聲定細聲、拖長定急促,最緊要都要保持次序; 因為,凡事都要守次序先至最完美,咁同神對話時更加要如此?──因為無序會引起荒謬嘅幻想同分散心思,而有次序則可保持專注、清醒同大衛先知所見證嘅甜美,佢話: *「你話語對我幾何甘甜!過於蜜糖甘甜!」*(詩篇118:103)。 所以,我懇切地請求大家,務要謹慎地實踐這美德,彼此勸勉、彼此糾正我們的歌唱。以這種理智的方式歌唱,我們的心靈將獲得安寧,彼此互相作好榜樣,並在歌唱中,正如在一切事上,取悅於神,成為天國的worthy繼承者。

### *302. 免得心思閒置而畀罪惡嘅念頭纏住,就要時刻專注喺神嘅心思上——默想神嘅屬性同作為、天使嘅階級、聖徒嘅居所,同埋呢個可見嘅世界:咁樣先可以保持靈魂嘅美善*

302. 1) 免得心思變得遲鈍,被罪惡的思想所纏繞,必須令心思專注於默想神——默想神嘅屬性同作為、天使階級、聖徒嘅居所,以及呢個可見嘅世界:如此先能保持靈魂嘅美。 – 2) 靈魂本受造時所具有嘅美善,喺墮落中失喪,而今藉住洗禮、懺悔同苦修嘅生活得以恢復。 [4, 100]

**6.**心靈就應該永遠留喺度,心就應該住喺度!——要喺警醒中留意上帝嘅作為,行苦修之道,絕對唔好畀自己好似囚犯咁畀人拖來拖去。 大海會乾涸冇水咩?空氣會冇晒畀人呼吸咩?——所以我哋心入面嘅好念頭,就更加唔可以乾涸。當我哋心靈嘅眼睛注視住神奇妙工無邊無際嘅大海( )時,隨住我哋越深入探索,心就冇時間畀塵世事物分散,亦唔會畀惡念纏繞。 因為心靈永遠都處於活動之中,它無法真正靜止;只要我們將它引導到任何方向,它就會不可控制地衝去,無論是向右或向左;如果向右,就必須同大衛呼喊說:*「主啊,願你照你的旨意賜 strength 予我善行。」* (詩篇29:8) 但如果向左,就係下一句:*「你若轉臉,我就憂愁」* (第9節)。神轉臉就係當心思閒雜之事,而靈魂的毀滅性混亂則來自放縱罪惡的圖謀。 所以,我哋要時刻努力,引領佢行正路,畀佢得見美好嘅異象。呢啲異象係咩?就係天上嘅天使群,嗰度講唔出嚟嘅福份,聖徒、先知、殉道者同所有義人嘅光輝居所; 仲有呢個天穹、光芒四射嘅太陽、皎潔嘅月亮、群星,同埋其他所有感官可以感知到嘅事物——唔係叫佢專注喺嗰啲嘢,而係透過嗰啲嘢,令佢嘅心思被提升到萬物嘅創造者——上帝——嗰度,並保持佢嘅美善無瑕。

**7.** 因為神先以佢自己嘅形像同樣貌造咗我哋,賜咗我哋美貌;雖然我哋因不順服而自污、自貶,但佢再次藉住恩典,以美貌衣飾我哋,*就係「重生嘅洗禮同聖靈嘅更新——呢位聖靈係透過我哋嘅救主耶穌基督豐豐富富地澆灌咗我哋」* (提多書3:5);當我哋喺呢度都證明自己唔配,佢又賜咗第三個方法,透過潔淨嘅誓言同懺悔,重拾我哋嘅美貌,*「赦免咗我哋一切過犯,塗抹咗那針對我哋、以律法手書形式寫成嘅罪狀」*。(歌羅西書2: 13–14) 透過十字架的生活,就好似洗禮一樣。– 所以願我哋嘅靈魂常留喺佢嘅美麗之中,好使我哋配得聽見:*「你係完全美麗嘅,我嘅愛人,你身上冇一絲瑕疵。」* (雅歌 4:7) 若果再次被罪污穢 [因為我哋善變,*'無人因污穢而清潔'*(約伯記14:4),*'無人能憑自己心為義'*(箴言20:9],就等我哋快快用懺悔嘅眼淚潔淨自己。 *「洗我,使我雪白過雪。」* 大衛先知如此禱告(詩篇51:9);*「洗淨自己,成為潔淨;從你們的靈裡除掉罪惡。」* 上帝藉以賽亞先知勸勉(以賽亞書1:16)。 而凡係能夠經常淨化自己、棄絕一切邪惡私慾、愛慕並渴慕獨一真神、並每日歡欣期待死亡嘅靈魂,真係有福嘅。——死亡肯定會臨到我哋,我哋都要償還呢筆人人都欠嘅債。 – 但願我哋行過虔誠而公義嘅人生,得以為配:當我哋每個人嘅遺體喺殯禮儀式上接受弟兄姊妹最後一吻時,我哋嘅靈魂能畀天神接引,帶上天堂,享受永恆嘅福樂。

### *303. 講到嗰啲離開寺院之後,跟住墮入邪見,變得墮落*

303. 1) 講到嗰啲離開寺院,之後墮入邪見,變得墮落嘅人。– 2) 佢呼籲大家要保持警惕,指出敵人最想就係引誘僧侶迷失,並將佢摧毀。[4, 101]

**8.** 而家因為有幾個兄弟離開,聽嘅人好少;但就算淨係得一個聽眾,都唔可以忽略呢個教導;因為主話:*「要小心,唔好輕視呢啲細中嘅任何一個:因為我同你哋講,佢哋喺天上嘅使者時常見到我天父嘅面。」 「人子來,不是要滅失喪的人,乃是要尋找、拯救他。」* (馬太福音18:10–11)噢,神對人類的愛真係難以言喻!主以僕人的身份,去到那逃跑的僕人那裡,要將他從魔鬼的捆綁中釋放。 真光降臨,尋找失落嘅德拉克馬,將佢從罪惡嘅黑暗中拯救出嚟。咁我哋豈唔應該謙卑咁效法全善嘅主,為你哋每一個人憂傷、對你哋講正路,甚至為佢哋捨命呢? 噢,如果我有一對翅膀,我就可以飛到每個弟兄團體去歇息——去望望佢哋,同佢哋講啱嘅說話——唔止同佢哋,仲有嗰啲*「行咗該隱嘅道路,急忙投奔比拉姆工價嘅罪過」* (猶大書11)。 我究竟稱呼誰呢?——利奧尼修斯、耶利米和內卡里奧斯,他們既離棄我們,也背叛信仰;而且,作為他們背教的報酬,竟然被委以領導職務——如果我這個卑微的人能見到他們、與他們對話,那麼,即使我什麼都未做,我都會為他們捨命。 我亦都希望見到嗰啲因為我嘅罪過而脫下聖潔修道服,換上不義同罪惡衣裳嘅人,好讓我再次為佢哋哀哭:其中有一位, 據說嗰個 Pigasius 墮落到咁邪惡嘅地步,竟然喺皇室委任下成為人民領袖,發動叛亂,殺人,最後喺戰場上喪命。真係好可悲! 呢個可憐人究

竟墮入咗幾深嘅深淵!首先佢離棄咗兄弟會,跟住 佢放縱自己嘅慾望,畀一件事又一件事腐蝕,好似冇聲嘅畜生;之後佢拋棄咗佢嘅修道誓言,最後就落得咁慘痛嘅下場,正如我哋所聽聞。

**9.** 記起這些事後,我請你為他們禱告,並堅守你自己的道路,絲毫不減低你的苦行堅定;因為透過小小的放縱和懶散,靈魂就被引向毀滅。 所以我對嗰啲獨自生活嘅人感到可憐,並為佢哋哀嚎,好似已經成為魔鬼準備就緒嘅獵物;因為就算有隻狼喺羊圈度掠走一隻羊,豈唔係更加容易喺羊群外面搵到嘅羊嚟大啖一餐? 你哋唔知魔鬼向我哋吹氣時有幾咁兇猛?佢唔止攻擊謙卑嘅和尚,佢見到好多人墮落都會開心,但冇乜嘢比得上成功拉倒一個和尚嗰陣嘅喜悅。 點解佢要咁拚命,日日潛伏埋伏,好似同人摔跤咁,想將順從者從順從中扯出,將噤聲者從噤聲中扯出,將柱上修行者從柱上扯下,將隱士從靜室中趕出?就係為咗經過呢番擾亂之後,佢先可以隨心所欲咁帶領佢哋: 因為凡堅守操守同崗位、實踐美德嘅人,都超乎魔鬼嘅觸及範圍,被高高地托起,遠離佢嘅陷阱。 所以,我哋要用賜畀我哋對抗魔鬼嘅能力,將佢驅走,以敬畏上帝作盾牌,用天上嘅心思趕佢落去,唔好畀佢嘅意念控制我哋;咁樣我哋先能勝過佢,配得上我哋主──行善者基督──所賜嘅義冠。

### *304. 我哋要喺受迫害嘅時候特別警醒:因為就係嗰陣,仇敵先會最猛烈咁攻擊*

304. 1) 我們要保持警醒,特別是在面對迫害時:因為敵人會在此時加緊攻擊。 自從世界開始以嚟,佢已經摧毀咗幾多人?而家佢都仲繼續咁做。– 2) 我哋點樣先可以避開佢嘅陷阱?就係透過謙卑同順服誡命。呢度就用嚟形容正確嘅生活方式──無論外在同內在──並且提到獎賞,作為鼓勵。[4, 102]

**10.** 讓我們過一種配得上為基督受苦的生活,*「在一切敬虔和純潔中」*(提摩太前書2:2),*「像順命的兒女,不效法從前無知時的慾望」*(彼得前書1:14),且在克己精進的努力上毫不鬆懈。 因為,*正如*你哋所見,*「魔鬼如同吼叫嘅獅子,遍地遊行,尋找可吞吃嘅人」*(彼得前書5:8);而家佢見到我哋因受迫害而支離破碎,就更加猛烈咁攻擊,希望而家更易擺走我哋嘅靈魂。 但我哋要喺任何時候、任何地方都保持警醒,靠住神嘅誡命保護自己。到時佢喺我哋身上搵唔到任何把柄,就會羞愧而去。 但如果佢真係搵到咗立足點,佢就會更加猛烈咁攻擊;佢唔會退縮,直到打倒同摧毀咗我哋先至肯停。抑或我哋唔知道,自從世界受造以嚟,佢已經摧毀咗幾多人:佢唔係用罪惡嘅甜美誘惑咗亞當出園,將佢逐出樂園?佢唔係煽動該隱殺咗佢兄弟? 佢唔係將猶大逐出使徒之列,令佢成為眾生命嘅背叛者?佢唔係亦都將無數其他人判處死刑?──就算而家,佢都喺誘惑、煽動同逼使我哋行各種惡,並且差唔多吞噬咗成個宇宙;而避開佢非常困難,需要保持高度警惕:因為佢唔單止透過放蕩卑鄙嘅生活,甚至透過極端嘅苦行,嚟引誘我哋偏離正路,將我哋拉向相反方向,佢以各種方式偽裝自己,設下各種陷阱同欺騙, 喺大地四處張開無數陷阱嚟纏住我哋,正如蒙福嘅安東尼喺異象中所見,並因此自天上蒙示,只有謙卑才能幫助我哋避開佢哋。

**11.** 所以,我哋要穿上卑微謙遜,避免偏離正路,或踏過正路。要行君王之道,唔好向左右偏離,而要準確遵行交託畀我哋嘅神聖誡命,跟隨我哋之前嗰啲聖父長輩嘅腳步,佢哋嘅居所喺天上。 願我哋嘅心思遠離惡念,我哋嘅心靈得着神聖言語嘅教導,我哋嘅口唇只為讚美上帝而開,我哋嘅眼睛只望向正道,我哋嘅耳目唔聽虛空嘅言談,我哋嘅雙手投入我哋嘅勞作, 我哋嘅腳步要行得有秩序,飲食要節制,睡眠要定時,除咗必要之外,唔好違反規矩,唔好有任何自作主張──因為會帶來死亡──或者其他唔體面嘅行為,而要一切都行得敬虔同有智慧。 呢條路唔長,我哋嘅目標好快就到。但我哋嘅努力有咩回報?──天國;為此,我哋要一次又一次地努力奮鬥;如果我哋跌倒,就要趕快爬起;如果我哋打盹,就要醒返同埋保持警惕,制服我哋嘅本性,將屬於地上的肢體治死,並修得美德。 我都同自己講呢啲,因為我都係有弱點,同你哋一樣。願主賜恩,等我哋大家勤力作工 ,行得無可指責,好叫我哋有盼望咁離開呢度,並且配得福氣嘅永恆生命。

### *305. 闡述律法與福音的誡命,並指出兩者之間的分別,且已說明不遵守其中任何一者的人都無法承受上帝的國度*

305. 1) 已經闡述律法同福音嘅誡命,並指出佢哋之間嘅分別,又講過唔遵守任何一邊嘅人都承唔到天國。– 2) 佢提醒佢哋喺死亡、審判同定罪時可怕嘅命運,– 3) 然後佢邀請佢哋趁住主嘅憐憫之門仲開住,返轉頭向主悔改。

**12.** 神──祂創造咗我哋,令我哋由無中生有──好似畀咗我哋入學,好讓我哋可以學習祂國度嘅福音誡命。 正因如此,當祂差遣門徒出去傳道時,就吩咐佢哋說:*「所以你去叫萬民作門徒,奉父子聖靈的名給佢哋施洗,凡我所吩咐佢哋的,都教佢哋遵守。」*(馬太福音28:19–20)。 咁,佢吩咐我哋嘅呢啲誡命係咩呢?──照舊約嚟講,就吩咐話:*「你不可殺人;你不可奸淫;你不可偷竊;你不可作假見證」*(出埃及記20; 申命記5章); 但喺新約入面,佢畀咗更高同更完美嘅誡命,因為佢話:*'古時有人話:『你唔好殺人』;凡殺人者都要受審判。 但我告訴你,凡無故向弟兄發怒的,都要受審判;凡對弟兄說'拉加'的,要受公會的審判。* – 又有一句:*「古人曾說:『你不可奸淫。』但我告訴你:凡看見婦女就動淫念的,心裡已經與她犯奸淫了。」*又有一句:*「古人曾說:『你不可起假誓,要向耶和華成就你的誓願。』 但我告訴你:altogether 唔好發誓。」*又有一句:*「你要愛你嘅鄰舍,恨你嘅仇敵。」但我告訴你:要愛你嘅仇敵,為咒詛你嘅人祝福,為恨你嘅人行善。*」(馬太福音5:21–44)。 你睇唔睇到兩約之間嘅分別?一方禁止行為,另一方卻禁止嗰啲行為所源出嘅心態,務求令罪惡喺呢度無法生根?──而家,如果我哋發現自己既唔係照律法,亦唔係照福音去生活,而係──點講呢?──以異教徒嘅方式生活,嗰日我哋會經歷啲乜嘢呢? ──使徒話:*「唔好自欺,無論係行淫者、拜偶像者、奸夫、行可羞辱之事者、同性戀者、與人同寢者、勒索者、賊、醉酒者、辱罵者、勒索者,都唔會承受上帝嘅國度。」* (林前6:9–10)。

**13.** 就如我以前多次同你哋講過,而家我以最堅定嘅態度宣告:唔好照自己嘅意思去生活;唔好對得救嘅事漠不關心; 唔好有人囤積黃金、買奴僕、飼養馬牛,或者為其他世俗財物自縛,因為呢啲就係最嚴重、最毀滅性嘅罪惡。然而,你哋當中仍然有人執迷不悟,抗拒真理。 但我呢個卑微嘅人,就同你哋嘅血無關,因為我從未停止向你哋宣講神嘅真理,而且一直警告你哋,反叛之子將會有一把劍臨到。*「難道我哋惹主發怒?我哋豈係祂最強嘅食糧?」*(林前10:22) *「斧頭已經放喺樹根度;凡不結好果嘅樹,都要砍咗,拋入火中。」*(馬太福音3:10) 你哋唔驚呢個榜樣咩?唔因呢個威脅而發抖咩?連死亡都唔怕咩──而我哋遲早都要受其支配?我哋要點樣去面對嗰啲通常嚟奪走我哋生命嘅可怕天使?我哋要點樣踏上嗰段漫長嘅旅程,卻冇帶齊所需嘅糧食? 心術不正,我們怎能站立得住,在基督的審判台前?在祂面前,凡膝必跪,凡口必認。若我們在那裡處於此等狀態,就必被差往那有滅不盡的火和不死蟲的地方,那裡有哀號、咬牙切齒。

**14.** 但係免得呢啲事發生,我哋要嚟敬拜,跪低,喺我哋良善嘅神面前流淚,喺祂面前自責、懇求、痛悔、流淚、禱告、禁食、保持聖潔,同埋行義。 因為祂是我們罪惡的贖價;祂尚未向我們關閉憐憫的大門;凡歸向祂的人,祂都並不驅逐,反而恩典滂沱地接納他們,就如妓女、強盜、浪子一般。 嚟啦,我懇求你哋,我哋要起身,要醒返,要專心去做,好似啲讀書讀得好好嘅細路仔,放學後開開心心返屋企咁,我哋作為福音嘅真門徒,棄絕咗今生,就可以歡歡喜喜進入永生。

## *306. 讚揚順服為最豐盛的行動,並責備那些不活在順服中的人*

306. 1) 讚揚順服為最豐盛的善行,並責備那些不活在順服中的人。– 2) 祂不斷勸勉跟從的人在順服上更加卓越,提醒他們那將要來臨者即將到來,並會按各人的行為賞賜每一個人。[4, 104]

**15.** 藉着至善之神嘅恩典,你哋信從並順服我呢個卑微嘅人,只做所吩咐你哋嘅事:喺此之中,唔單止我有喜樂同冠冕,你哋──喺我之前已經立德行做人生目標嘅人──亦都有。 對一個初學者嚟講,有咩比遵行誡命、唔做自己意思更加甜美、更加可欲、更加喜樂?真嘅順服就係咁;有福嘅生命就係咁;呢份工夫又充滿憂愁,又無憂無慮:當人仲受慾望奴役嘅時候,就充滿憂愁; 一旦成功斷絕自己嘅意志,就無憂無慮;因此佢有膽量用使徒嘅話嚟講:*「而家唔係我活,係基督喺我入面活」*(加拉太書2:20)。 因為佢唔再照自己嘅意思去生活,而係透過方丈嘅媒介,照上帝嘅旨意去生活,並且*「我哋眾人既然都以無遮蓋嘅面孔仰望主嘅榮耀,就蒙變成為同一形像,從榮耀到榮耀,就如主聖靈所成就嘅。」*(林後3:18) 咁樣嘅人唔理塵世,唔驚死亡,過住無牽無掛、無所累嘅生活,因為佢已經完全將自己交託畀上帝。 但凡依靠自己嘅慾望,將服從嘅規矩擱置一旁,屈從自己嘅意志同放縱自己,就過住受折磨嘅生活,*畀魔鬼擄去成就佢嘅心意。* (提後2:26)──雖然佢哋有時可能會睇落好似禁食、守夜,或者做其他善事,但呢啲都值得責備:因為*「凡唔出於信嘅,就係罪。」* (羅馬書14:23);凡不照共同原則去做嘅,就係行者自己嘅事,同討神喜悅嘅敬虔無關。

**16.** 所以,我正當地責備那等人,卻讚揚你,並勸你務要更加堅心順服,存忍耐的心,克己,憑信心、盼望和愛心,以及其他一切為自己得救和作全體弟兄榜樣所當盡的修道工夫。 我懇求你哋:因為*「再*

*等片時,片時之後,那將要來嘅,就必快嚟!*」(希伯來書10:37);末日將到,到時*「黑暗嘅行為就都顯明,人心裏所思念嘅,就都公開」*(林前4:5)。 可怕又真實的審判者將要來臨,祂會將初學者帶到初學者之前,將修道院長帶到修道院長之前,將主教帶到主教之前,將貴族帶到貴族之前,將君王帶到君王之前;並且透過彼此互相,祂要定他們的罪或宣告他們無罪,並*「照各人所行的報應各人: 凡堅忍行善、尋求榮耀、尊貴和永生的人,祂就賜給他們永生;但凡自以為是、違背真理、不順從公義的人,祂就向他們施行忿怒和憤怒。 凡行善的,就必得榮耀、尊貴和永生;但那因嫉妒成怒,抵擋真理、不順從公義的,就有忿怒和憤怒。仇敵要喺我哋行善嘅時候對付我哋──佢本性就係*咁;正如主所講:「佢從起初就係殺人犯,無真理,因為佢心裏根本冇真理。」(約翰福音 8:44)「*凡行惡的,就有憂愁和困苦。*」(羅馬書 2:7–9)我哋要對此極其敬畏,謹慎行事,免得臨終時空手,卻要豐盛地結出善工嘅果實。 任憑仇敵在我們的好事上抵擋我們──他本性如此;正如主所說:*「他從起初是殺人兇手,不持守真理,因他心裡無真理。」*(約翰福音8:44) 但願我哋以勇氣同大度對抗佢,用勞碌、汗水、禱告、懇求同眼淚去抵擋佢──藉住我哋嘅奮鬥同主對我哋軟弱嘅代禱,佢對我哋就乜都做唔到,而我哋最終會得勝永恆。

## *307. 講完教導嘅豐盛果效之後,佢就邀請大家一齊合作,喺神嘅居所入面互相建造──*

307. 1) 講完教導嘅豐盛果效之後,佢邀請大家一齊合作,建立上帝嘅殿。– 2) 然後佢勸勉我哋,既然已經成為上帝嘅殿,就唔好畀佢喺我哋裏面玷污;同時亦指出咗達到呢個目標嘅方法。 [4, 105]

**17.** 唔好有人話我哋嘅教導係浪費時間。 不,我哋從佢哋獲益良多:就好似犁對土地,水對口渴者咁,我哋教導嘅話對敞開心扉去聆聽嘅人亦係如此。通常係乜嘢令靈魂腐敗?又係乜嘢喺弟兄姊妹之間造成爭吵、爭拗同分裂?唔係因為缺乏教導同勸勉咩? 有教導同勸勉嘅地方就有和平同秩序;有和平同秩序嘅地方就有聖靈居住。所以我懷住謙卑、敬畏同愛心,努力同你哋講話、勸勉、安慰同提醒,好幫助我自己同你哋,從魔鬼各種試探中得救。 – 我承認,你哋自己對我幫助良多,尤其係弟兄中嘅領袖;你哋都係我同工,一齊行善。聖保祿話:*「我栽種咗,阿波羅澆水,但係叫佢生長嘅係上帝。」*(林前3:6):所以呢件善工唔係我一個嘅,亦都係你哋嘅;其實係神嘅,因為人身上所有美好嘅嘢都係由佢而來。所以我照着神賜畀你哋各人嘅順服, ,求你哋凡事都為咗共同利益,並藉住聖靈喺神嘅居所裏互相建立。因為使徒說:*「除咗已經立定嘅根基──耶穌基督──之外,冇人可以另立根基。若有人用金、銀、寶石、木、草、禾稭喺呢個根基上建造,各人所作嘅工都會顯露,因為到嗰日──審判之火──會將佢照出嚟,用火試驗各人所作嘅工係乜嘢。」* (林前3:11–13)。你睇吓佢點樣將美德比喻做黃金、白銀同寶石,將惡行比喻做木、草、禾稈;當受審判之火試驗時,有啲──即係易腐朽嘅──會被燒毀,而其他──即係耐用嘅──就會完好無損。

**18.** 到呢度,佢又用更嚴肅嘅語言補充講:*「豈不知你哋係神嘅殿,神嘅靈住喺你哋入面?如果有人毀壞神嘅殿,神就要毀壞佢;因為神嘅殿係聖潔嘅,而你哋就係呢個殿。」*(林前3:16–17)成為神嘅殿,真係何等嘅恩典!但如果我哋破壞神嘅殿,就會被神毀滅,呢就真係好大嘅威脅!所以我哋唔好喺自己裏面破壞神嘅殿;既然聖靈已經住喺我哋裏面,就唔好畀自己成為情慾嘅住處; 正如我哋已經從罪中得釋放,就唔好再畀魔鬼奴役。反而要*「務要純潔無過,使眾人因耶穌基督結出義果,歸榮耀讚美與神」*(腓立比書 1:10–11)。 所以,我哋嘅心要保持警醒,充滿對神嘅敬畏,並以不斷思念死亡嚟滋養自己;因為有咗呢種敬畏同思念,罪就冇位可入。 但當心對此麻木不仁、變得剛硬,慾望就容易在我們裡面生根,挑動並困擾我們,直到我們重返那安寧的本來狀態,它才肯罷休。 所以,我哋要努力,喺善行上勤力追求卓越,好等之後可以得着無盡嘅平安;我哋要流淚,好等可以喺主裏面得着喜樂;我哋要忍受呢段窄而憂傷嘅人生路,好等可以得着由此湧出嘅清新生命。 ──而呢度就係最偉大嘅交易。呢度就係最崇高嘅福氣:透過幾番追求德行嘅勞苦,就可以獲得無量同永恆嘅福氣──願我哋都值得獲得呢啲福氣。

## *308. 我哋嘅生命就好似一場橫渡大海嘅航程*

308. 1) 我哋嘅人生就好似一次跨海航行。 2) 心作為舵手,應該點樣駕駛生命之船,先唔會沉沒? 3) 呢啲教訓唔單止係畀年輕人,長者都要受用:因為危險對佢哋嚟講都唔係好遠。 – 4) 所以,我哋要小心,免得浪費咗自己經過長期勞碌先積聚到嘅一切。 [4, 106]

**19.** 人生又好似另一種大海,我哋進入呢個身體,就好似登上一艘船,喺心靈中航行;我哋唔係好似普通船隻咁,時航時泊,而係晝夜不停, 喺惡劣天氣同風暴中;而呢條海危險,唔止危險,仲好長,同我哋嘅

一生一樣長;喺入面,有咁多可怕嘅暴風巨浪,由惡毒嘅靈魂攪起,咁多海盜──即係魔鬼──攻擊我哋,試圖將我哋沉沒,真係難以形容。 咁大衛先知見到呢啲,點解要呼求話:*「願我脫離恨我嘅人,脫離深水;願洶湧嘅水浪唔淹沒我,深淵唔吞滅我,願仇敵唔得勝我」*(詩篇68:15–16)。 —就連大衛呢位偉大而有能力嘅人,都驚到禱告求唔好畀淹死──雖然佢後來真係畀淹死──咁我哋呢班卑微嘅人,又點可以唔驚唔禱告,免得落同樣嘅下場?

**20.** 而我哋嘅心思,就好似舵手,當佢保持警醒同留意嘅時候,就會擋開情感嘅風暴,只係畀襲擊嘅念頭嘅浪花輕輕濺到; 但當佢畀懶散同疏忽所制服,就會向激情低頭,任由激情如滔天巨浪般襲來;佢畀激情淹沒之後,最終就會經歷一場可怕又罪惡嘅船難,聽聞都令人心碎,親身經歷就更加可悲。 我哋生命嘅航程,真係咁可怕又咁危險;所以,我哋要專心咁、警醒咁執住舵,將情欲擋喺門外,任何冒犯或者唔當嘅念頭一出現就要即刻趕走,免得我哋留戀佢哋,畀佢哋將我哋嘅船撞沉。

**21.** 我講呢番說話,唔單只係諗住啲後生仔,連嗰啲長期苦行嘅長者都包括埋;因為魔鬼都唔會放過佢哋,經常令佢哋陷入可憐嘅跌落谷底——正如偉大而敬虔嘅巴西流斯喺某處所講: 「真係最可憐嘅景象──禁食之後、嚴謹嘅生活之後、長時間嘅禱告之後、淚流滿面之後、二十甚至三十年嘅節制之後,竟然因為一念之差同靈魂嘅疏忽,突然間丟晒一切! 」 (第4卷,第222頁──俄文譯本)。 – 就係我,卑微如我,親耳所聞,親眼所見,我痛哭流淚,至今仍繼續流淚,思索點解咁多年累積嘅美德,會畀狡猾嘅魔鬼喺一瞬間盡數掠奪,令虔誠嘅苦行者變得空虛無用。

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

**22.** 但就由佢咁樣,任佢用咁嘅憤怒嚟武裝自己對付我哋; 我哋,無論老幼,無論資淺或資深,都要一致決心,喺神嘅幫助下,唔好畀自己因疏忽而將嗰啲喺多年勞苦功高中所積聚嘅嘢──即係:棄絕世界、順服、潔淨、眼淚,以及由始至終嘅懺悔──葬送,而導致自我毀滅。 但我哋亦都會保持警醒,高揚我哋希望嘅帆,畀聖靈嘅風引領我哋,等到我哋人生盡頭,進入不朽嘅港灣,就可以憑住我哋美德嘅豐盛,得著天國。

### *309. 昨日有國王嘅使者到嚟;我哋全部都嚇到好緊張,因為知道國王對我哋冇乜好感*

309. 1) 昨日國王嘅使者到咗;我哋全部都嚇到慌哂,因為知道國王對我哋冇乜好感。如果我哋知道佢對我哋有好感,你哋接使者嘅方式就會唔同。 咁靈魂就會遇到死亡嘅使者:如果佢對上帝嘅恩寵有信心,就會歡喜忿忿地迎接;如果冇信心,就會驚惶失色。– 2) 所以,我哋要同上帝和好,將天使做我哋嘅朋友。為咗呢個目的,我哋要獻上懺悔嘅眼淚、自我檢討、互相代禱,而最緊要嘅係領受聖事。– 3) 喺呢度解釋咗人應該點樣領受聖事、呢件事有幾得救,同埋人哋好少領受聖體好可惜,並鼓勵大家由今以後要更加 frequently 去領受。

**23.** 昨日,沙皇嘅使者一到嗰度,我哋即刻嚇到六神無主,因為佢嚟得咁突然。後尾知道佢唔係為我哋而嚟,我哋就更加快擺甩咗驚。依家我問:點解我哋會嚇到咁慘? 唔係因為我哋意識到國王唔止對我哋唔滿,甚至憎恨同藐視我哋咩?相反,如果我哋得國王寵愛,算係佢身邊嘅人,當收到佢差嚟嘅使者,知道佢一直對我哋鍾意,我哋唔係應該好開心咩?– 但係我點解要提起呢件事? ── 即係話:同樣地,一個透過行善而獲得上帝眷顧嘅靈魂,喺離開肉身嗰陣,當萬王之王差遣天使嚟接佢,佢唔會驚,反而會歡喜咁望住佢,並滿心喜樂咁去見佢嘅主。 但如果佢唔係咁嘅靈魂,就會被混亂同恐懼籠罩,冇咗內心嘅堅定,亦唔會期望有咩地方可以得到幫助或安慰。因為喺呢度,兄弟同朋友都可以安慰靈魂,驅走佢嘅恐懼;但喺嗰度,呢啲都做唔到,天使會無情又殘酷咁帶走可憐嘅靈魂。 – 聽到呢啲說話,我哋嘅心入面唔係會起啲驚慌咩?如果淨係聽吓都會驚,真係到嗰種境地,我哋要受幾多苦呢? ──到時靈魂要點樣喺基督嘅審判台前現身?──根據先知但以理嘅記載:*「有火河從佢面前流出;有成千上萬嘅天使侍立喺佢身*

*邊,有無數眾多嘅人喺佢面前站立。」* (但以理書7:10),– 而審判者威嚴而無情,每一句話,甚至一句閒話,都要被叫去交代,正如福音書上所說(馬太福音12:36)。 靈魂又點能承受呢一切?──誠然,*「落在永生神的手裡,真是可怕的!」* (希伯來書10:31)。當佢聽到最公義嘅審判,將佢定罪到無盡嘅折磨時,就更加可怕。

**24.** 因此,我懇求並哀告你:趁死亡未至,與神和好,並獲得祂的憐憫;與將來接引我們的天使為友──讓我們內在的眼睛保持警醒,心志堅不可摧,不向情慾的衝動低頭;若我們失足,就當即刻起身; 用眼淚去熄滅那惡者射出嘅烈焰飛箭,反而要提升我哋對基督嘅愛。──經上話:*「義人嘅禱告有功效,有力」* (雅各書5:16);所以我哋要為彼此禱告,喺禱告中互相紀念。 眼淚同痛悔都可以幫到好多,尤其係領受聖事──見到你哋為咗某啲原因而對此疏忽,我真係好驚訝。 主日仍然有啲人領聖事;但係如果禮儀喺其他日子舉行,就冇人出嚟領。就連喺修院,以前想嘅話每日都可以領聖體;但而家好少見,幾乎喺任何地方都見唔到。

**25.** 我講呢番說話,絕對唔係想你哋隨便領聖事,好似佢唔係大事咁。 因為經上寫住:*「人要自考,然後先吃那餅、喝那杯。因為凡不按規矩吃餅喝杯的人,就是褻瀆主的身和主血,要自招審判。」* (林前11:28–29)唔係——我唔係想咁樣;但願永不如此! 但願我哋懷住極渴望盡可能完全參與嘅心,潔淨自己,好令自己配得上呢個恩典。因為擺喺我哋面前嘅餅,就係生命嘅交通,正如主所講:*「我係從天而降嘅生命之餅;凡食呢餅嘅人,就永遠活住。」 「我所賜給世人的糧食,就是我的肉身,我要為世人的生命而賜給它。」*(約翰福音6:51)又說:*「凡吃我肉喝我血的人,就常住在我裏面,我也常住在他裏面。」* (約翰福音6:56)。 你睇見呢份難以言喻、無可衡量嘅恩典嗎?主唔單止為我哋死,仲將自己賜畀我哋做食物。有咩可以比呢個更好咁彰顯祂對我哋嘅大愛?又有咩可以比呢個更拯救我哋嘅靈魂? — 如果而家有人會唔食佢哋每日嘅食物,冇嘗過就感到好痛苦;咁點可以合理呢──當呈獻俾眾人嘅唔係普通麵包,而係生命嘅糧食;唔係普通杯,而係永生嘅杯──卻對有冇人嘗過毫不在意,唔當呢件事為必要? 呢件事證明咗幾咁愚蠢同無知!如果到而家都仲有呢啲事,從今以後,我懇求大家,務必要決心唔好再畀呢啲事發生,因為我哋知道呢份神聖禮物嘅大能;同時,我哋要時時盡力潔淨自己,謹慎咁去領受呢個聖而神聖嘅奧跡。 – 我相信,而且正如真情所是,呢樣嘢會大大幫助我哋保持純潔,因為我哋為領聖體作嘅準備同渴慕,會推動我哋咁做。不過,如果對領聖體抱有冷漠,情慾就會有更多自由同空間嚟誘惑我哋。 – 願呢件事亦都成為我哋通往永恆生命嘅常駐指引,使我哋眾人都因我主耶穌基督嘅恩典同慈愛而蒙 deemed 配得領受。

## *310. 向前──向前──沿住美德嘅道路*

310. 1) 向前──向前──沿住美德嘅道路。 – 2) 點樣?就係每日做好嘢:而有一個示範課程提供畀你。 – 3) 動機:美德嘅美好同甘甜,同罪惡嘅破壞性。 – 4) 乜嘢阻礙成功?唔真誠嘅渴望。 [4, 108]

**1.** 德行係一項不斷演變嘅追求,永遠喺通往目標嘅路上永不止息,並且始終吸引參與其中嘅人向完美邁進。 使徒就講:*「我並非已經得着,或已經完全;但我往前奔跑,要追取基督耶穌所追取我的人。」* ──又說:*「我忘記背後的事,努力向前,向著標竿直跑,要得著在基督耶穌裡,天上所召我往前的獎賞。」* (腓立比書 3:12–14)因此,追求美德的腳步絕對不可停下:因為一停,就開始向惡轉。 所以,我哋唔好喺德行嘅路上原地踏步,而要常懷熱誠,不斷更新,從力量到力量,不斷成長,*直到我哋都成熟,達到基督豐盛身量嘅全部程度*(參見弗4:13)。

**2.** 那麼,要點先做到呢?就係要日日都熱心做好嘢。舉個例:起身就快啲去禱告;禱告完返嚟就勤力做嘢──心裏向主歌唱,手就做工。 一日完咗?就懷住感恩同懊悔去瞓覺;透過呢連串嘅行為,願大衛先知嗰句*「日復日,傳講知識;夜復夜,顯明明白」* 喺我哋身上應驗。(詩篇18:3) 願我哋一日都唔好喺對職責嘅冷漠同思想同心靈嘅捆綁中度過──亦唔好有一晚係放縱肉體慾望同羞恥行為中度過──我唔係講行為:願唔好如此!──連思想都唔好:因為真理之道要求唔單止我哋嘅身體,連我哋嘅靈魂都要純潔。

**3.** 如果我哋要渴望啲咩,就應該渴望美德,因為品嚐到佢嘅滋味又甘甜又令人無法滿足。如果我哋鍾意享受美,有咩比主更可愛呢?萬物都因佢嘅美善而裝飾得咁靚。 然而,邪惡的慾望卻令靈魂發瘋,並比任何野獸更殘酷地吞噬它,使它帶來的不是快樂,而是一生折磨。 「弟兄們,我告訴你們,*血氣之體不能承受神的國;必朽壞的不能承受那不朽壞的。」* (林前15:50) 你同我講,有邊個畀罪惡擄去之後,唔

係感到羞愧、唔係受盡屈辱,甚至唔係被送上死亡之途?又或者,有邊個,一旦美德被彰顯,唔係喺世上被高舉、被視為奇蹟? 試舉兩例——暗嫩同約瑟。豈不是暗嫩因行淫而招致致命嘅恥辱?而另一人喺埃及女子面前保持貞潔,不就令佢成為王?——品德就係咁可親、咁可貴、咁有救贖力量! 但係罪惡就污穢、噁心同具破壞性!然而我哋人類畀一個大幻象引誘,揀死亡而唔係生命,擁抱黑暗而唔係光明 ,鍾意墮落而唔係不朽。有咩比呢樣更值得後悔?

**4.** 咁點解我哋雖然想做美德嘅愛好者,卻做唔到呢?——因為我哋嘅渴望唔係真嘅,而係假嘅:由於我哋自私,想喺各方面都照自己意思,所以如果我哋真係渴望美德,就會揀美德。 – 誠然,自幼就過放蕩不羈嘅生活,會令我哋養成咗難以撼動嘅強烈習慣;但使徒又點講? – *「我因着你们肉体的软弱,就按着人的常话说:就如你们从前将肢体献给不洁和罪恶作奴仆,以至于更深的罪恶;现在也要将肢体献给义作奴仆,以至于成圣。」* (羅馬書 6:19) 換言之,與我哋對罪惡嘅偏向相反,我哋必須對美德充滿熱誠。所以我哋要堅持努力,全恩典嘅神必定為我哋開門,喺我哋裏面成就祂所喜悅嘅,並賜予我哋永生。

## *311. 某人以恩典狀態離世:提供一個榜樣,教我哋要效法佢*

311. 1) 某人獲得廣泛讚譽而離世:提供一個榜樣,教我哋要效法佢。– 2) 好似所有聖徒咁,我哋要記住佢最後嘅時刻,重新點燃我哋嘅熱誠。– 3) 行呢種事嘅人真係有福,接住就勸我哋:我哋都要咁做。[4, 109]

**5.** 我哋而家已經完全確信,我哋嘅兄弟 Theosost 已經離世; 而家要講幾句關於佢嘅說話,因為佢係一個大有美德嘅人,深受好多僧侶同居士嘅讚揚,佢唔單止聽人嘅勸,仲令到人都要聽佢嘅勸;而且佢經過苦難嘅考驗,用使徒嘅說話嚟講,就可以成為正受考驗者嘅幫助。 藉此,他在主裡得着了許多屬靈的兒女;其後,為真理的緣故,他忍受了悲傷與艱難、迫害與試煉——這些都是重大而艱苦的——最終,他因這些試煉而離世,往主那裡去了。 ——但我講呢啲做乜嘢呢?——就係要喺我哋呢位弟兄身上,睇到自己將來嘅境況:即係話,如果我哋行得正、敬虔咁活,死後就好似佢咁,會畀人讚揚,成為後人嘅榜樣,激發佢哋健康嘅熱誠; 但如果我哋唔行得正,咁我哋唔單止唔會獲得讚揚,反而仲要正當地接受無盡嘅折磨:呢個諗法連講出嚟都令人毛骨悚然,更遑論去想像。

**6.** 依家,你睇吓:我哋一個接一個咁離開呢度,去到邊度,喺呢度短短幾日,我哋被安排過住咩樣嘅生活——只係活夠長去考驗同證明我哋嘅美德,然後就去到嗰個我哋要永遠居住嘅地方。 深思熟慮呢件事,就係有智慧者嘅本份;凡係思想嘅人,都必存敬畏戰慄之心,每日自願地死去,每日等候脫離肉身,並因此激發起對未來任務嘅熱誠,按所託付嘅服從,不懈地加倍努力。 因為聖徒嘅自然本領,唔係由其他地方嚟㗎咩?佢哋對死亡都肯順服,唔係由其他地方嚟㗎咩?——殉道者喺肢體被斬斷、鮮血被灑出嘅時候,所展現嘅無敵忍耐,唔係由其他地方嚟㗎咩? —難道唔係由此而來?—唔係因為思念生命嘅短暫同突然死亡,唔係因為要喺可怕嘅審判座前站立,亦唔係因為永恆折磨嘅無盡?—就係由此而來佢哋身上嘅一切;就係由此而來佢哋能夠忍受最殘酷嘅痛苦,好似喺一個陌生嘅身體入面一樣。

**7.** 夜日思想呢啲嘅靈魂有福啦,佢哋過住暫時嘅人生就好似旅客,寄居喺度,等緊使徒所講嗰個有福又無窮嘅生命:*因為受造之物都同心合意的熱切等候,等緊神嘅眾子顯現。 因為受造之物服在虛空之下,不是按自己的意思,乃是因那叫它如此的;並且有盼望,受造之物一同嘆息,等候神眾子顯現。因為受造之物服在虛空之下,不是按自己的意思,乃是因那叫它如此的;並且有盼望,受造之物一同嘆息,等候神眾子顯現。* 你看見所應許的是甚麼麼?就是凡物都要變成不朽壞,*受造之物要從敗壞的奴役中得釋放,進入神眾子榮耀的自由。*(羅8:19–21)你看見所應許的是甚麼麼?就是凡物都要變成不朽壞,受造之物要從敗壞的奴役中得釋放,進入神眾子榮耀的自由? ——咁,聖大衛所講嗰日——*「在祢殿裡有一日,勝過千日」* (詩篇 83:11)——同聖彼得所講——*「一日……就如千年」* (彼得後書 3:8)——嗰日究竟係點樣? 我哋就要將心思意念放喺嗰度;我哋就要將渴慕投向嗰度;我哋就要將思想同願望寄託喺嗰度,好叫我哋透過參與呢啲事,得以逃避呢個世界嘅君王——佢雖然有能力試探我哋,卻冇能力推翻我哋,因為我哋受住克制自己嘅盔甲保護。 ——我以卑微嘅身份,希望你唔單止要避開佢,更要戰勝佢,並從我哋主耶穌基督手上領受公義嘅冠冕。

## *312. 只有真正嘅修士先可以喜樂,因為佢哋唔受塵世煩惱所困,只專注討神嘅喜悅,並保持佢哋嘅潔淨*

312. 1) 只有真正嘅修士先可以喜樂,因為佢哋唔受塵世煩惱所困,只專注討上帝歡心,並保持佢哋嘅潔淨。 – 2) 佢哋亦冇嘢好傷心:佢哋嘅罪已經得赦;由思想同情慾造成嘅創傷,都喺為爭取冠冕嘅

奮鬥中被斬斷;佢哋只要英勇作戰,擊倒仇敵就得。– 3) 我哋要堅定信心;快咗,將要嚟嘅就會到嚟。 [4, 110]

**8.** 使徒吩咐眾人*「要靠主常常喜樂」*(腓立比書 4:4)。 而通常只有真正嘅修士先會喜樂,因為佢哋唔會為妻子、兒女、僕人、金錢、財產或者其他肉體之事分心。佢哋只有一個關注:點樣討主喜悅;專注於此,就係時時喺主裏面喜樂。 因為有咗婚姻、僕人同埋由呢啲嘢引起嘅種種憂慮,呢啲就係神賜畀人子嘅困擾,好叫佢哋受呢啲嘢嘅折磨,就如所羅門所講(傳道書1–2章): 當上述事物分散心思,令我哋無法以敬畏嘅態度紀念上帝──只有喺呢種紀念入面先至可以真正喜樂──就難以喺主裏面得着喜樂。 既然我哋係喺主入面得喜樂嘅人當中,就等我哋常常彼此同享喜樂,並盼望賞賜者上帝因我哋嘅貞潔同不貪心而賜畀我哋賞報;祂甚至應承過,連一杯涼水都要賞報,更何況呢啲偉大同超自然嘅善行呢? 因為潔淨的行為實在偉大而超自然:它觸及天使的領域,並將人恢復到伊甸園裡原本的狀态,當時既無婚姻也無奴役,生命在無憂無慮、無所缺乏的安逸中流淌。

**9.** 如果有人話佢哋唔係喜悅,而係憂傷,咁我就問:呢份憂傷係由乜嘢嚟?──係因為佢哋以前犯咗好多罪?──但嗰啲罪已經因為懺悔、棄絕世界,同埋接受順服嘅軛而得赦免。 ──「係咪你每日都畀自己嘅思想所傷?」──但如果你拋棄佢哋,就正正係你冠冕嘅預嘗。因為佢哋永遠唔會加冕畀未曾上陣嘅人,而只會加冕畀勇士;亦唔會賜賞畀未曾作戰嘅人,而只會賜賞畀英勇作戰並得勝嘅人。 你睇到未?我哋無論指出咩嚟做悲傷嘅原因,其實都係我哋嘅喜樂之源。所以,我哋要憑屬靈嘅喜樂歡欣,起來英勇地抵擋魔鬼嘅詭計,用禱告同懇求抵禦佢嘅攻擊,用謙卑同順服打破佢嘅陷阱, 用眼淚同痛悔將佢淹死,好似法老王咁;用自我責備同認罪將佢趕離我哋;並喺神嘅幫助下,用一切其他善行將佢壓低。 所以,任憑佢詭計多端;任憑佢惡毒奸詐;任憑佢識得揀最有利嘅時機嚟攻擊我哋,想盡辦法摧毀我哋;任憑佢能假裝失敗,好等佢突襲冇準備嘅靈魂,然後為所欲為。 但我哋要堅守崗位,保持清醒同警惕,令我哋心靈嘅眼睛時刻提防,心裏面燃起對上帝嘅愛火,咁樣先可以無敵同堅定不移。

**10.** 願我哋唔好喺戰場上灰心,亦唔好喺對抗仇敵嘅鬥爭中動搖; 因為我哋嘅爭戰同行為嘅結局近咗;只剩返好短嘅時間,就要到嚟嘅事就無可遲延──無論係每個人死嘅時候,定係世紀之末,佢會同天上嘅大能天使一齊,駕住烈火同無可言喻嘅榮耀嚟到,到時*「凡目將見佢」*, 而*「刺透祂的」要為祂哀哭,地上的眾支派都要為祂哀號」*(啟示錄1:7)。那景象何等可畏、難以形容! – 當時,凡努力行善、堅忍不拔、愛慕敬虔、盡心順服,以及凡以各種方式蒙主喜悅的人,都要歡喜快樂。願我們也能夠數算在他們之中,與他們一同在我們主耶穌基督裏享受永恆的福氣。

## *313. 地上生命短暫,自從第一次違背命令開始就變成咁*

313. 1) 世上嘅生命好唔穩定,係由第一次違抗開始就變成咁。– 2) 當我哋棄絕世界,並將自己獻身於順服時,就會從呢種多變中得釋放;但呢件事需要我哋喺所行之道上堅毅不拔。– 3) 所以,我哋要謹慎、要警醒,保持自己純潔;如果我哋犯罪,就要悔改並補贖。[4, 111]

**11.** 我們要聽使徒說:*「我講這話,因為時候短促;從今以後,有妻子的,要像沒有妻子;哀慟的,要像不哀慟;喜樂的,要像不喜樂;買賣的,要像沒有所買;理會世上事的,要像理會不世上事。」 「因為這世界現今的樣子正在過去。」*(林前7:29–31)*「這世界現今的樣子正在過去」*是什麼意思?意思是它逝去、逃走,連一日都維持不下來:昨日天晴,今日多雲; 昨日天氣好, 今日就變差;有人升到高位,有人又由高位跌落;有人由富有變得貧窮,有人由貧窮變得富有;我哋呢條可憐嘅生命受盡無數變化同波折,喺乜嘢都站唔穩腳跟。 – 咁點解會變成咁?就係因為我哋古代嘅魯莽:因為我哋喺伊甸園冇把上帝畀我哋嘅聖誡當一回事,畀蛇嘅甜言蜜語呃咗,所以先至被正當地判咗落呢種多苦多變嘅生活, —正因如此,我主耶穌基督的道成肉身之工才得以成就,將我們恢復到本來的狀態,並重建那無憂無慮、自由安息的居所。因為在變遷中保持堅定,在波動中屹立不搖,乃是智慧與 prudence 的表現。 呢段說話係講緊邊個?──就係嗰啲已經對世界行了十字架,跟隨主腳蹤行嘅人。

**12.** 但係,靠住基督嘅恩典,我哋透過高尚嘅棄世而放棄咗世界,並將自己交託於完全嘅順服,藉此完成返我哋原有狀態嘅回升。 正如我哋因不順服同叛逆被逐出伊甸園,我哋那位全善嘅神就命定,我哋要透過順服同柔和去重獲伊甸園。所以我哋要喜樂,因為我哋行喺順服之中,佢會引領我哋進入永生。 但要做到呢點,就要喺我哋嘅努力上堅定不移,喺我哋嘅患難中保持忍耐。因為如果要靠多啲勞苦同汗水先能戰勝肉體,咁我哋呢種人生路,又豈能唔係由啲有勇氣、夠堅強嘅人先能勝利完成呢?

**13.** 所以,我勸你哋,要站得穩,要常常警醒,心志清醒,只將你哋嘅渴慕放喺神身上,心裏面要不斷思想祂;要用眼淚同懊悔洗淨自己,用禱告同祈求蒙受光照,藉此支取聖靈嘅恩典。 因為冇乜嘢可以令上帝比得上一顆淨化咗嘅靈魂更開心;亦冇乜五彩繽紛嘅草甸可以散發出比得上美德芬芳嘅靈魂更香嘅氣息。如果我哋唔小心瞓着,就要即刻醒返嚟; 即使一日犯罪七次,也要悔改七次——就能蒙接納;即使要受七十個七次嘅苦楚,只要同樣悔改七十個七次,就唔會失去憐憫嘅盼望,正如神嘅應許。我懇求你哋,只要堅定不移,唔好喺跌倒後自甘墮落。 我哋嘅爭扎已經接近尾聲;喜樂同快樂已經近在咫尺,義嘅冠冕亦都咁近——願我哋都能夠因我主耶穌基督嘅恩典同慈愛而被認為配得上佢哋。

### *314. 一位兄弟突然離世:因此有此衷心勸勉,要預備好我們離去,並時時銘記於心,堅心行悅神之善工。*

314. 一位弟兄突然離世:因此有此衷心勸勉,要預備好我們離世,並時時銘記於心,投身於討神喜悅的善工。 [4, 112] 嚟啦,我哋要立一個關於末日嘅救恩約;嚟啦,趁死亡緊迫嘅時刻未到,與上帝和好:因為經上說:*「死亡中無人紀念你,陰間中誰能稱謝你?」*(詩篇6:6)。我哋難道唔見到每日都有弟兄姊妹離我哋而去? 我哋難道唔見到,就好似被牽去屠宰嘅羊,今日仲活住,但聽日就唔再存在?利貝留斯兄弟都離世咗,佢離世嘅消息令我卑微嘅靈魂破碎:因為據人哋講,佢喺自己嘅小房入面被人發現,突然離世,側臥喺床,好似訓覺咁。——佢就係咁樣結束嘅! ——我哋唔知道自己嘅結局會點,亦唔知道會以乜嘢方式離世:係會突然嚟,定有啲預兆?係陸上,定海上?——我哋會喺乜時候孤身一人,定係 surrounded by 弟兄姊妹?有邊個可以測透主嘅心思,有邊個做過祂嘅謀士,知道我哋離世嘅日子、時辰、地點同方式? – 誠然,死亡的確定性令人恐懼,而落在永生神的手中更令人驚懼。所以,我懇求你:我們要常存熱心,常警醒,常作討神喜悅的事。有人說,一個人升到高位;另一個人發大財;甚至有人成為君王。 ——呢啲又算係乜嘢?——一切都好似一場夢咁虛幻——*「佢哋喺瞓夢中離世,眾人喺佢哋手裡搵唔到佢哋嘅財富。」*(詩篇 74:6) *「人一切嘅榮耀都好似田野嘅花。」*(以賽亞書 40:6) 但係,神所揀選嘅人做咗一筆奇妙嘅買賣——攞到啲冇人可以奪走嘅位分。嗰啲係咩呢?有使徒嘅、有先知嘅、有殉道者嘅、有修道者嘅,仲有其他,雖然係當中最低嘅,但都係得救嘅。 佢哋嘅名寫喺生命冊上;佢哋嘅榮耀永不衰殘,佢哋嘅喜樂無法言喻。我哋都要效法佢哋,我哋一定會獲得其中一種職分:因為恩典唔會令人嫉妒,凡有心追求嘅人,都會得到各自嘅好禮——無論細微定偉大、有智慧定無知、年長定年輕。 但如果我哋唔跟隨佢哋嘅榜樣,屋主就唔會畀我哋入天國嘅新婦房,反而會喺我哋面前關 咗嘅門。主話:*「哀哉,那背叛人子嘅人!佢若未生,對佢嚟講會更好!」*(馬太福音26:24) 眾所周知,呢段說話係講出賣者;但同樣可以適用於任何出賣自己得救嘅人。 我哋唔係要諗住我哋偉大嘅神同救主耶穌基督嘅再來咩?我哋唔係要思量嗰位公義嘅審判者對所有站喺左邊嘅人所宣告嘅可怕審判咩?我哋唔係要想像嗰永恆無法熄滅嘅火同難以想像嘅永遠刑罰咩?有邊個可以明白呢? 邊個係嗰個有智慧嘅舵手,能夠好好掌舵,拯救佢嘅靈魂,唔畀惡毒嘅靈制服?至於我哋,既然憑住基督嘅恩典揀咗一條寧靜同和平嘅道路,就要繼續好好行我哋嘅路,用平靜嘅心去面對所有遭遇,並以敬畏上帝嘅心守住我哋嘅每一部分。 眼睛唔好好奇咁亂望;耳朵唔好聽虛浮嘅說話;舌頭唔好亂定罪:因為 「神嘅弟兄說:*'那誣告弟兄,或論斷弟兄,就誣告律法,論斷律法'」*(雅各書4:11); 手要勤力工作,因為使徒有命:*「若有人不肯作工,就不可吃飯」*(帖後3:10);腳要行正直路,行在和平之道上; 心裏 *「不可傾斜行惡,不可助長罪孽」*(詩篇140:4);*卻要「凡事都要端端正正,按次序而行」*(林前14:40),好叫我哋行得好,配得上永恆嘅福份。

### *315. 當我哋保守信仰嘅同時,亦要喺好嘅生命度出類拔萃;特別係貞潔,仇敵喺呢方面對我哋發動最猛烈嘅攻擊*

315. 1) 當我哋保守信仰嘅同時,亦要喺品行端正嘅生活中出類拔萃;尤其係貞潔,仇敵喺我哋當中對此發動最猛烈嘅攻擊。– 2) 佢由可恥嘅念頭開始;然後,煽起慾望,就推動人去行動;更進一步,佢令有慾望嘅人好似患上疥癬咁。– 3) 我哋點樣先可以避免呢? – 當呢啲念頭一開始動時,就要透過禱告去抵擋佢。– 4) 要因為諗住自己已經蒙恩成為神嘅孩子,而家卻因呢個罪成為魔鬼嘅奴隸,從而激發你嘅抵抗心——並且要抵抗呢種慾望同其他所有慾望。

**14.** 使人得救有兩種美德:信心和愛心。若我見到你喺信仰上任何方面有差錯,我都會同你講,並盡我所能,以各種方式引領你走向正統思想。 ——*「人非有信,就不能得神喜悅;因為那親近神的人,必須信有神,又信祂賞賜那尋求祂的人。」*(希伯來書11:6) 既然憑住基督嘅恩典,你嘅信心健全,我暫且擱

置信仰呢個題目,同你簡單講吓關於一個由愛作推動力嘅積極事奉生命。–所以我而家同你講,就好似我一直以嚟都咁講,唔好忽略苦行, 亦唔係講對自己思想嘅掌控,亦唔係講我哋因神嘅憐憫而蒙恩得着嘅貞潔呢個無價之寶,仇敵就對呢樣嘢用盡佢最大嘅詭計,務求偷走我哋嘅救恩。 因為佢知道,憑住呢種美德,我哋就變得同神一樣;相反,失去咗佢,我哋就同冇知覺嘅畜生一樣,正如經上所寫:*「有智慧而無悟性,就如無知覺的畜牲,與之相似。」*(詩篇48:13)

**15.** 哦,自古以嚟,我哋嘅誘惑者有幾多人畀佢用肉慾陷害!直至今日,佢都唔會停止,唔論年輕定年長,唔論大意定勤力,都畀佢哄騙;佢幾乎對每個靈魂都用呢招。 佢就開始用灌輸唔當嘅念頭去調配呢種毒藥;然後,當佢用肉體血氣嘅慾望點燃咗心,就推動佢講出某啲禁忌嘅嘢,跟住又灌輸膽量去觸碰嗰個部位; 因為呢樣嘢會帶嚟死亡:正如使徒所講:*「情慾一動,就生出罪來;罪既長成,就生出死來。」*(雅各書 1:15)。所以我哋要遠離呢個死亡──永恆嘅死亡──遠離呢個摧毀靈魂嘅疾病。我覺得呢個病就好似疥癬咁。 就好似得疥癬嘅人,用指甲搔自己時,表面上似乎好舒服,但實際上卻唔係帶來快感,而係劇痛嘅傷口──搔得越勁,就越嚴重。同樣,被慾望所控制嘅人,所得到嘅唔係快感,而係折磨;唔係滿足,而係空虛;唔係滿足,而係麻木。 呢種人真係可憐:毫無希望,驚惶失措,連影子都怕,更遑論將來嘅審判。

**16.** 咁,一個人要點樣先可以避開呢個惡呢?第一,就係當呢種慾望一出現,就要用盡全力、無一例外咁去抵抗呢啲誘惑。佢出現本身並唔出奇;但佢嘅力量,要麼嚟自心神唔集中、冇用好思想去充實,要麼就係嚟自仇敵嘅嫉妒。 但無論呢種情況點樣發生,都要盡快從跌倒中爬起,禱告、嘆息、流淚,並堅決地 拒絕呢種情慾;情慾好快就會平息,而你就會喺主入面搵到平安。到時你就會明白,冇乜嘢比情慾唔嚟圍攻同奴役你嘅靈魂更苦嘅。

**17.** 你冇聽過主講嘅話咩?*「凡犯罪嘅,就作罪嘅奴僕;但奴僕唔會永遠留喺屋企,兒子就永遠留喺度。」*(約翰福音8:34)既然我哋已經從罪中得釋放,成為兒子,難道我哋要再次將自己賣畀罪作奴僕?既然已經落入神大能的手下,難道要成為魔鬼的臣民?絕不!使徒另處又說:*「因為如果我拆毀我所建造的,我就證明自己是犯法的人。」*(加拉太書2:18) 所以,我哋唔好容自己成為神誡命嘅犯規者,亦唔好再次淪為魔鬼嘅奴僕,既然我哋已經從佢得釋放,*就唔好再自找麻煩,喺「神公義審判嘅日子,為自己積蓄忿怒」*(羅馬書2:5)。 因為經上論到這些人*如此說:「他們的蟲是不死的,火是不滅的。」*(可9:44)*「基督使我們得以自由,叫我們真自由,所以要站穩。」* (加拉太書 5:1),憎惡蛇的卑鄙欺騙,每日抵抗並與之作戰,不但對抗這一種慾望,也對抗其他一切慾望,壓制嫉妒,制服欺騙,憎恨弟兄,以及其他一切惡毒,好使自己避免永恆的刑罰,並得著天國。

## *316. 佢讚揚修道士,稱佢哋為揀選嘅族類,同基督嘅軍隊*

316. 1) 佢讚揚修道士,稱佢哋為基督所揀選嘅族類同基督嘅軍隊。– 2) 無論喺過去定而家,喺異端嘅一切迫害中,邊個捍衛信仰?– 就係所有修道士。– 3) 但既然如此,就讓我們保持純潔,超越一切情慾。 – 4) 不要因為寺院荒廢而灰心,也不要因為我們無法盡如所需地修復它們而氣餒。讓我們務必堅守信仰,其餘一切都會自然就緒。 [4, 114]

**18.** 弟兄同父老!──我唔會停止用「弟兄」同「父老」呢啲尊貴嘅稱呼嚟稱呼你哋,因為我知道喺你哋身上,呢種稱呼真係好貼切,呢個名號亦唔係虛假嘅。 因為真正嘅父兄,就係嗰啲比父母、比兄弟、比自己嘅親人、比自己嘅祖國,甚至比一切可見之物更愛神,因而投入咗一種有共同心志同生命、只有一位父──神、只有一個家園──天上耶路撒冷嘅共同生活。 你哋──我喺主入面親愛嘅弟兄──都係咁樣。我亦都照聖經嘅話稱呼你哋:*「乃要做選民、有君尊嘅祭司、聖潔嘅國民、屬乎他嘅子民,好叫你哋宣講那召你哋出黑暗入到他奇妙光明嘅者的美德。」*(彼得前書2:9) 因為修道生活的光真係奇妙,我哋被呼召進入呢個生活,並喺其中宣揚那以美德覆疊諸天者嘅頌讚。智慧、貞潔、勇氣同真理都喺度居住;喺基督耶穌裏,打敗惡者嘅戰利品都擺喺度。 *「因為我哋雖然在肉身行事,卻不憑肉身爭戰;我哋爭戰的兵器本不是屬血氣的,乃是在神面前有大能,可以拆毀堅固營壘,將各樣的計謀,各樣高傲的事,凡阻擋人認識神之道,就都拆毀了,又將一切心思意念,擄到基督裏面作順服」*(哥林多後書10: 3–5)。

**19.** 如果我哋考慮到可見嘅仇敵,就會見到有幾多、同埋有幾種迫害曾向神嘅教會發動! ──又喺世人眼中最受迫害、被打、被殺嘅,豈唔係嗰啲已經向世界釘死自己嘅人?我唔提遙遠嘅過去;喺而

家呢個時代,同埋一直延續到今日嘅異端之中,有邊個*「為咗對抗罪惡,爭戰到流血都唔退縮」?*(希伯來書12:4)　我哋嘅師傅同弟兄──無論係我哋啲寺院定係其他地方嘅──唔都係蒙福嘅咩?而且,呢啲行為同壯舉真係最屬於和尚;和尚就係教會嘅筋骨同柱石。呢就係上帝恩典賜畀我哋嘅尊嚴嘅本質同程度。

**20.** 但係,有寶藏嘅地方,賊仔就會埋伏, ──因為心靈的寶藏是美德──我提醒並勸告你:讓我們保持警醒和謹慎,免得被罪惡的甘甜所捲走,免得被憤怒驅入野蠻,免得被不信蒙蔽,免得因不肯認罪而變得剛硬,亦免得屈服於任何其他情欲的統治;　但願我哋高高地擺脫呢啲摧毀性嘅情慾,務要勤力向目標邁進,直到生命盡頭。

**21.** 或者有人聽到我哋嘅修道院畀主嘅仇敵掠奪,會感到傷心。但係,我哋點解要為此而憂傷呢?因為我哋自己就係神嘅修道院同殿,經上對佢話:*「若有人毀壞神嘅殿,神必毀壞那人。」*(林前3:17) 呢啲教會經常畀我哋嘅迫害者摧毀,確實令人遺憾同悲傷;但大部分都喺神嘅眷顧下重建咗。或者有啲人會覺得,我哋無法修復同翻新足夠多嘅修道院,去補償受迫害嗰啲,令人擔心。　但而家呢場迫害正侵蝕信心,我哋所有嘅努力都要集中喺捍衛佢同　恢復佢嘅力量──直到呢件事完成之前,只要我哋上帝嘅名仍然畀人褻瀆,聖父哋仍然畀人咒詛,修復佢哋有咩意義? ── 喺擂台上比賽嘅人,如果只跑咗一半路,有邊個攞到勝利嘅獎賞?── 因為經上係咁講:*「除非按規矩比賽,否則無人會得冠冕。」*(提後2:5) 咁,我哋為乜要撇開呢啲諗法,堅守信仰嘅告白,無論心裏定口裏,都信靠呢個永不失效嘅應許:*「你哋要先求祂嘅國同祂嘅義,呢啲 thing 都會加添畀你哋。」*(馬太福音6:33) 願我哋能因我主耶穌基督嘅恩典同慈愛而成為配得。

### *317. 有一個弟兄已經去世;另一個正彌留。難道我哋就 immortal ?– 所以,我哋要記住呢個時刻*

317. 一個兄弟已經死咗;另一個正喺臨終。咁我哋係咪不朽嘅?— 所以,我哋要記住呢一刻。有死亡記憶嘅地方,一切都係神聖;但冇呢個記憶嘅地方,就只係慾望。— 可係,我哋仍然畀慾望所勝。 而家就係時候;唔好拖到聽日;依家就悔改。企起身,對住你嘅慾望禱告,就好似摩西對住亞瑪力咁。　[4, 115] 看吶,我哋兩個兄弟,雅各同瓦西安──一個已經去咗主嗰度,另一個就企喺死亡嘅門口。──咁我哋究竟係唔係不朽嘅?──我哋難道唔會同已經離去嘅人飲同一杯杯嘢? 凡以這件事充實自己靈魂的人有福了,使對死亡的紀念成為生命中的核心。因為凡有對死亡的紀念,就有悔改、痛悔、眼淚、對一切世俗之物心冷淡、對天上之物有喜樂、有光明,並對更美、更屬天的事物有渴慕。　凡此种种若缺失,就会生出邪念,主在福音中(马太福音15:19)曾对此作出谴责,使贪生者陷入其网罗,沦为俘虏。　然而,我哋卻要時時處處記住死亡,並要謹慎行事,務使我哋*「不再照肉體不當嘅慾望去度過餘生,而係照神嘅旨意去行。因為過去我哋隨從肉體同自己心意行事,已經夠咗」*(彼得前書4:2–3)。　我哋畀魔鬼設計嘅詭計誘惑,佢令我哋偏離善意同正當嘅行動,又用惡念困擾我哋,呢啲惡念從來冇帶畀我哋任何益處,只會帶來困擾同羞辱。*「而家就係蒙悅納嘅時候;而家就係得救嘅日子。」*(林後 6:2) *聖靈呼籲:「今日,你哋若聽見佢嘅聲音,就唔好硬化你哋嘅心。」*(希伯來書 3:7) 因為祂看見我們本性對罪的傾向──連一日都難以保持──祂就憐憫地設立*「今日又今日」*為悔改的時機,好叫無人有藉口迴避; 但願人人都──無論罪大罪小、無論犯罪已久或剛開始──聽到呢個救恩嘅呼召,就以全副熱誠,每日透過悔改,更新同潔淨自己。睇吓我哋慈愛上帝嘅大愛,祂賜我哋迅速而容易嘅脫罪醫治。　身體嘅傷口都可以癒合,但要視乎療程長短,先至可以再上戰場對抗敵人。但對我哋嚟講,只要一受傷,如果想即刻再對敵人發動攻擊,就可以即時癒合。　所以,我哋唔好唔每日懺悔,更新我哋嘅心靈;亦唔好畀任何過失──無論係心念、言語定行為──成為我哋鬆懈同灰心嘅藉口。無論我哋畀打倒幾多次,就要爬返起身幾多次,並喺敬畏上帝嘅審判中,再次以我哋全部力量裝備自己,對抗我哋嘅情慾。　當神嘅僕人摩西喺山上雙手向天伸出嚟禱告嘅時候,亞瑪力就被打敗;但當佢放低雙手,亞瑪力就佔咗上風。　同樣地,當我哋嘅心思受慾望困擾,爬上禱告嘅山,好似雙手向天伸出,將意念向神敞開,就會擊倒嗰個看不見嘅亞瑪力;但如果一停手,就會畀佢打敗。 – 你而家睇到我哋要點做咗未?就係喺仇敵攻擊嗰陣,將我哋嘅心同手高高舉起,向能拯救我哋脫離死亡嘅上帝呼求。就憑呢招,仇敵就會潰逃,我哋就會贏得勝利嘅冠冕,並承受天國嘅基業。

***318. 當佢聽到有新嘅逼迫即將因信仰而來,佢就表現出受聖靈感動嘅熱誠,準備忍受一切***

318. 1) 聽到即將有新嘅信仰迫害,佢就熱誠咁表示願意忍受一切。– 2) 然後佢轉入內心嘅掙扎,呼籲我哋要英勇作戰,著上義嘅全副軍裝,並憑藉高天預備嘅幫助。

**22.** 我諗試煉同悲傷又會再度向我哋襲來。 但係,引用使徒嘅說話,好啱喺呢度回顧一下:*「我依家唔把生命當作任何嘢,只為咗完成我嘅行程,同埋由主耶穌交畀我嘅職事,為神嘅恩典福音作見證。」* (使徒行傳20:24)。同樣地,按着所賜給我們的信心分量,我們當行事明智、言語得體,因基督的苦難而喜樂,並且更樂意為祂受苦,而非再次拒絕忍受迫害,因為我們已經歷過多次迫害。 聽到*「我哋進入神嘅國度,必須經歷好大艱難」* (使徒行傳14:22),就等我哋越嚟越渴望受苦,越嚟越肯撐住,好叫我哋更加有把握得着嗰個福氣嘅入口。 或許,蒙神恩典,冇乜唔好嘅事會臨到我哋;但係喺受苦嚟到之前,預備好自己去面對受苦係好事,咁到時先可以得體咁去面對。因為一個冇預備好嘅靈魂,如果冇擺好心態,突然被拋入爭戰,就好容易被擊敗。

**23.** 但係我點解要講打鬥好似乜嘢意外咁?我哋每日都要面對一場打鬥,每日都要打一場仗——唔係用眼見到嘅,而係無形嘅;佢唔係傷到身體,而係傷到靈魂,並且想摧毀佢。 所以,我哋要束起心思意念嘅腰,作為基督嘅兵士,披上公義嘅全副軍裝,要認真打仗,唔好瞓着。因為冇人瞓覺嘅時候值得攞戰利品,亦冇人側臥着就可以收成豐碩;兩者都要付出好大嘅勞力同汗水。 如果係咁,喺我哋嘅爭戰入面,面對箭矢——好似閃電一樣——蜂擁而至,呢種情況豈不更加必然?有啲方向,邪惡嘅慾望圍攻;有啲方向,對榮耀嘅瘋狂;有啲方向,嫉妒;又有啲方向,褻瀆? 魔鬼有好多其他詭計,用盡方法動搖人心,好似想將人吞噬;所以人人應該驚嘆咁呼喊:*「如果主冇幫助我,我嘅生命差唔多就落入墳墓啦!」* (詩篇93:17) *「然而,在这一切的事上,我们在那爱我们者的里面,大有得胜。」*(罗8:37);又如大卫所言:*「借着神,我们要得力量,他必使我们的仇敌仆倒。」*(诗107:14)。*因為祂本係我們的和平,已經使兩者合而為一,拆毀了中間隔絕的敵意牆壁」* (以弗所書2:14);換言之,祂已經征服並制服了魔鬼,並賜給我們力量去勝過他,作為交換,應許我們永恆的生命,願我們眾人在我們的主耶穌基督裡都能領受。

***319. 兩隻豹喺比推尼亞現身,擄人。呢件事令我諗起嗰啲隱藏嘅野獸四處遊走,想吞噬我哋。***

319. 1) 兩隻豹喺比西底亞現身,擄人。呢件事令我諗起嗰啲隱藏嘅野獸到處遊走,想吞噬我哋。– 2) 咁我哋要點做?要投靠喺神嘅蔭下,躲藏喺入面,保持警醒。– 3) 睇吓,Memnon俾人綁架咗;我為佢好似喪親咁哀悼。點解會咁?因為佢獨居,自絕於人:呢種做法我永遠都會大聲憤慨。4) 佢責備弟兄姊妹,因為佢哋洩漏咗佢唔耐之前講過嘅說話(大概係關於異端同迫害)。 [4, 117]

**24.** 我切心願意常時用安慰和造就的話語與你們交通,務要趁著機會就趁著機會。現今我聽見庇推尼亞有件非常之事發生,我就以此為我寫信給你們的題目。究竟發生咗咩事呢? 聽講唔止一隻,而係兩隻或三隻豹突然喺嗰度出現,佢哋唔係獵食牛、羊或者其他動物,而係淨係襲擊人。搞到當地居民驚到唔敢出門,成晚鎖喺屋企直到天光。呢種災禍明顯係神嘅震怒。 ——但我會同你講點解呢則消息特別吸引我嘅注意。因為我哋都有好多野獸,兇猛嘅野獸——我講緊嘅係惡毒嘅靈:惡獸就係憤怒; 邪惡的野獸是慾望;邪惡的野獸是嫉妒;邪惡的野獸是虛榮;其他所有情慾都係邪惡的野獸,佢哋唔單止喺夜晚,連喺日間都大膽進攻,急忙搶奪靈魂作佢哋嘅獵物。 點解蒙福嘅使徒彼得要吩咐:*「要節制,要警醒;因為你哋嘅仇敵魔鬼,好似一隻吼叫嘅獅子,四圍遊行,尋找可吞吃嘅人。」* (彼得前書5:8);又點解大衛聖人要祈禱:*「免得他趁着无人拯救、无人搭救的时候,好似狮子一样,把我夺去。」* (诗篇 7:3)

**25.** 咁喺呢種情況下,我哋應該點做?——除咗*「住喺天主嘅蔭下」* (詩篇 90:1),仲要將心思放喺內心,唔好畀感官嘅飄移分散我哋嘅注意力。 因為當眼睛東張西望、耳朵收納敗壞的流言、口裡說出不體面的話、心思放縱不當的思想時——靈魂就如行經荒蕪之地,輕易淪為野獸的掠物。

**26.** 呢就係而家可憐嘅睦門所遇到嘅事,佢畀魔鬼設局陷害;我唔見到佢沾滿鮮血嘅衣裳,好似雅各先祖當年見到佢仔約瑟嘅衣裳咁,但我見到佢嘅靈魂,就係畀罪惡之劍殺咗。 因為罪惡係死亡嘅母親;我哋嘅祖先亞當——本因恩典而得永生——就係佢嘅罪令佢變咗凡人;罪惡透過大洪水令全世界受摧毀;罪惡吞沒咗所多瑪、蛾摩拉同周圍嘅城邑;而罪惡至今仍將所有犯咗佢嘅人定罪於永恆嘅死亡。所以我哋要逃離佢,就好似逃離火一樣 ,因為跌入火中、俾刀劍擊打,或者落入野獸口中,都比落入毀滅性慾望嘅手中好。 「咁,我哋嗰位可憐嘅兄弟點解會跌呢?」 「就係因為佢同所有人隔離,冇其他原因。」 「因為真理嘅話唔會假,當佢宣告*『哀哉』*俾咁嘅人,就係因為*『佢跌咗,冇人可以再扶起佢』* (傳

道書 4:10); 我因恐懼此,卑微如我,從未停止向他,以及向其他人,反覆重申──我今亦重申之:不可獨處;不可獨行;不可閒遊;不可與婦女獨處,因為由此,如火般,邪情被點燃。 順服的兒子留心這事,聽從,就因主得救;違背的兒子卻被魔鬼活捉,被定罪而死。雖然我無罪,但我仍視自己為這可憐人血的罪魁,因為我本該保持沉默,卻預言了那將要臨到他身上的刀劍;但我仍為他痛哭哀號,好似為自己的一條手臂一般。

**27.** 但係,親愛嘅,我亦有樣嘢要責備你哋。 係乜嘢呢?──喺《聖徒行傳》上寫住:「安那尼亞死咗、埋葬咗之後,*約隔咗三個鐘,佢老婆*撒非拉……*佢唔知道發生咗乜嘢事*」(5:7)。 佢都有察覺──雖然件事喺眾目睽睽之下發生,而且有好多人都喺場;因為嗰度,秩序同對上帝嘅敬畏主宰住一切,每個人都好小心謹慎。但係喺呢度,幾日前我喺私底下講咗啲嘢;結果呢個消息即刻由呢度傳到君士坦丁堡,再由嗰度傳到布魯塞爾。 我無論講定唔講,都覺得好為難:講嘢嘅時候,因為有啲本唔應該公開嘅事被揭露;唔講嘅時候,又唔知點做先最好,唔可以唔問人意見。點解我哋講嘢咁唔收聲?點解要未到時間就自找麻煩? 呢種行為唔係誠實門徒嘅標誌,而係敵對者嘅做法。我懇求你哋,唔好再令自己陷入呢種羞辱;從今以後,我哋要實踐言行有節、謹守禮儀、敬畏上帝同處處有秩序,好等我哋按上帝嘅旨意生活,喺各方面都討好祂,從而成為永恆福份嘅繼承者。

## *320. 佢哋忙住處理塵世嘅事;但我哋關心自己嘅事,而呢件事高於一切*

320. 1) 佢哋忙住佢哋塵世嘅事;但我哋就忙我哋嘅,而我哋嘅事勝過一切。– 2) 所以,我哋要忠於我哋嘅召命,對抗一切違背佢嘅事物。– 3) 為咗呢個目的,人人都要做自己份內嘅工作,並喺適當嘅時間去做。

**1.** 有人對某啲故事感到興趣,仲會大肆吹噓:士兵吹噓戰功,水手吹噓航海冒險,農夫吹噓耕作經歷,其他手藝同藝術嘅人就吹噓自己範疇入面嘅事;總括嚟講,冇人唔會對自己嘅職業抱有興趣。 然而,我哋卻喜悅講述與呢啲事無關嘅故事:因為我哋整個人唔係屬乎肉體,而係關乎靈魂嘅得救、討神喜悅、離開呢個世界,同埋到嗰度嘅安居; 正如使徒所說:「*凡真、凡尊貴、凡公義、凡純潔、凡可愛、凡有美名,若有關於卓越,若有關於值得讚美之事*」(腓立比書4:8), 呢啲就係我哋談話、憂慮同關心嘅主題。有咩可以比呢啲更加令人喜悅同快樂呢?──人人都可以由呢啲同嗰啲事物結局嘅本質睇得出; 嗰啲嘢喺呢個時代嘅範圍之外,既無開始亦無終結;而我哋嘅嘢就喺另一個更高嘅世界開始,而佢嘅終結就超越嗰個世界嘅界限,無限同永恆。因為佢哋嘅本質就係美德,而美德令實踐佢嘅人成為神:因為真係有人咁講: 「*我說:『你哋係神,都係至高者嘅兒子。』*」(詩篇 81:6)噢,我哋蒙受咗幾大嘅憐憫!──「*我哋要因主而喜樂,因拯救我哋嘅神歡呼;我哋要帶住感謝來到佢面前,用詩歌向佢歡呼。*」 (詩篇 94:1–2);「*因為祂在創世以先揀選我們得救,藉着聖靈的成聖和真理的信心,呼召我們歸於祂*」,透過我們領受洗禮,「*使我們得着我們主耶穌基督的榮耀*」(帖後2:13–14)。

**2.** 所以,我哋要堅守信仰,擁抱真服從,保持我哋嘅貞潔不被破壞。我哋只有一個愛嘅對象──新郎基督,祂「*喺美善上勝過人子*」──同一個產業──天國,天上耶路撒冷嘅祝福。 願血肉、財富、榮耀,以及一切虛浮之物,都遠離我們。 – 但係,我哋仍然活喺肉身入面,掙扎就係我哋嘅命運:如果冇咗呢場掙扎,就唔會有美德。如果我哋不幸俾外來嘅念頭擄去,就要即刻令自己清醒,最要緊係懼怕行為上嘅罪,因為佢就好似致命嘅毒藥,會將我哋愈推愈遠,離神愈來愈遠。 我哋要用思想去抵禦思想,用慾望去對抗慾望。而且要做到唔好懶散、唔好自滿;向我哋發動戰爭嘅魔鬼嘅目的,就係透過無休止嘅鬥爭,令我哋陷入絕望同鬆懈,好叫我哋放棄 對佢嘅抵抗。 但如果我哋喺對抗魔鬼嘅爭戰中堅定不移,抵擋佢,免得因佢而受苦,咁我哋無疑會戰勝佢,並領受天上為我哋預備嘅勝利冠冕。 因為神說:「*那忍受試探的人有福了;因為他經過試驗之後,要得生命的冠冕,是主應許祂所喜愛的人所戴的。*」(雅各書1:12)

**3.** 所以,要靠主喜樂。 – 凡是盡各種本分的人,要知道在其中有豐盛的賞賜。凡是讀書的人,要小心,免得因此得罪神。是做工的時候?就去做工。是讀書的時候?就去讀書。 但如果你的弟兄開始做他的工作,而你卻開始讀書,你就不是行在愛中,而是在與弟兄姊妹疏離。你難道沒有聽到使徒說:「*若叫我弟兄跌倒,我情願永遠不再吃肉,免得叫我弟兄跌倒。*」 (林前8:13)。你唔單止令你弟兄跌倒;當你被召時,你又唔出現,為自己搵藉口,唔知道自己咁做,就係「*為自己積蓄忿怒,直到神忿怒和公義審判的日子*」 (羅馬書2:5)。但免得如此,要聽使徒所說:「*凡事都要端正,要按次序行*」(林前14:40):先有行為,後

有教導。 我哋要照聖徒嘅體統互相幫助,作為真正嘅兄弟,為對方捨命,好叫上帝喺我哋身上得榮耀;而我哋為咗祂嘅榮耀行事,就可以成為永生嘅繼承者。

### *321. 末後嘅時候快到咗:我哋唔好偷懶*

321. 1) 最後一刻快要到嚟:我哋唔好偷懶。– 2) 我哋要透過遵守祂嘅誡命去尋求上帝:因為到時除咗美德,冇其他防禦。 – 3) 所以,我哋要記住死亡嘅時刻,並喺嗰時將我哋屬於塵世嘅肢體置於死地:肉體同一切屬乎肉體嘅都係朽壞嘅;只有美德永遠常存。– 4) 有一條準則,用嚟分辨真跡象同表面奇蹟。

**4.**當死亡──呢個對所有人嚟講都一樣嘅懺悔──無可置疑咁擺喺我哋面前,當一方面有得天國嘅盼望,另一方面又面對烈火地獄嘅威脅;我講得閒置,而你哋聽得閒置,豈非不合適?絕對唔係。 相反,正正因為如此,我哋更應該同時做好呢兩件事;尤其當我哋見到嗰日愈來愈近。因為每個人嘅最後一日都喺每一小時、每一分鐘慢慢迫近,而*「有一種可怕嘅審判期待,同埋烈火嘅熱力,要燒滅所有想抗拒嘅人」* (希伯來書10:27),正如聖使徒所言。所以,我們不可懶惰,不可任一日空過於懶散與愚昧;當常存警醒,謹守己身。

**5.** *「我哋要尋索上帝,」*正如《詩篇》所言:*「我哋嘅心靈就會得生。」*(詩篇68:33) 咁我哋要點樣去尋神呢?──就係遵守祂喺福音山訓中講嘅誡命,即係透過謙卑、哀慟、柔和、清心、*以及「和平聖潔」* (希伯來書12: 14),當尋索神的人得著這些,就尋見了祂──尋見了祂,臨終之際就無所畏懼,不懼鬼魔,不驚天使,視之如己人,歡喜快樂地離世歸向主,並以良心作為忠信的伴侶。 但係冇咁樣預備好嘅人,就會陷入無可避免嘅極端境地,冇人可以睇,亦冇人可以求助。譬如,當一個人落入惡人手上,或者捲入海浪,或者喺地震中受苦,或者陷入其他任何極端處境,佢都唔會失去得救嘅希望; 但係喺嗰度,所有得救嘅希望都冇晒,冇人可以拯救或者幫助──唔係天使,唔係人,唔係阿爸、阿媽、兄弟或者朋友,完全冇人; 而可憐嘅靈魂,喺震天動地嘅恐懼同無可安慰嘅撕裂心痛中,離開呢度,然後就會遇到嗰種,連任何言語,就算係比喻,都無法傳達其真實嘅境況。 因為神為愛祂的人所預備的福分既然如此,祂為背叛之子所預備的,也是同樣──眼睛未曾看見、耳朵未曾聽過、人心也未曾想過。

**6.** 所以,我勸你哋要時時記住死亡,藉此*「將地上的肢體治死」*(歌羅西書 3:5),並且從靈魂中根除肉慾。我們從呢種對肉體嘅慾望中得到咗啲乜嘢?完全冇益處,只不過係痛苦嘅折磨。 – 如果你肯,就同我哋一齊望入棺木,親身體驗入面嘅惡臭。凡肉身都係咁:由腐爛開始,亦以腐爛結束。所有人類嘅榮耀好似野地嘅花。只有美德先係永恆不滅、無人可以奪去。 聖徒因愛慕它而蒙神悅納,因此他們的靈魂如今在天上得榮耀,而他們的身體則藉著神跡、奇事和異能,在地上成為我們的避難所。

**7.**既然我講到神蹟,我就提一提,據我所聽,神蹟至今仍然發生。這並不令人驚訝:因為聖靈的恩典,正如當年一樣,至今仍然不斷運行。 然而,人唔應該無分辨咁信晒所有流傳嘅傳聞;因為經上寫住:*「唔好信每一個靈,要試驗吓嗰啲靈係咪出於神,因為有好多人假先知已經出咗去世上。」*(約翰一書4:1) ── 過去同而家,對好多異端同褻瀆神誠嘅人嚟講,藉住神恩典嘅作為,都容許佢哋行出似神跡嘅奇事。所以,人唔好畀呢啲嘢所迷惑,而要憑主所賜畀我哋嘅記號,去試驗佢哋係咪主嘅真門徒。咁,呢啲記號係乜嘢呢?— 主話:*「人若看見你哋彼此相愛,就由此認出你哋係我嘅門徒。」*(約翰福音13:35) 使徒受呢啲說話教導之後,就寫道: *「我若能講人所講的天使語言,卻沒有愛,我就不過響噹噹的鑼聲、叮叮作響的鈸。我若具先知之恩,能洞悉一切奧秘、一切知識;我若有移山倒海的信心,卻沒有愛,我就一無所成。」* *「就算我將所有財產都分給人,就算我將身體交出去被人燒,如果我冇愛,對我嚟講都無益處。」*(林前13:1–3) 你睇吓愛有幾崇高?佢好似一位女王,高高咁企喺聖靈所有恩賜之上,永遠都唔會失效;相反,行異能嘅人有時會跌倒:因為主喺福音書講:*「當日必有許多人對我講:『主啊,主啊! 「我們不是奉你的名講過道,奉你的名趕鬼,奉你的名行過許多異能麼?」我就明明地告訴他們:「我從來不認識你;離開我,你這行不義的人!」*(太7:22–23)噢,這回應何等可畏!這審判又何等可怕! – 所以,我哋要努力追求愛,同埋佢嘅同伴──信心同盼望──而唔係追求行奇事嘅恩賜;好等我哋喺呢個精神裏面過得好,先至可以被認做主嘅真門徒,並承受天國。

### *322. 時間所剩無幾,死亡近在咫尺:我們為何要徒勞地忙碌?*

322. 時間所剩無幾,死亡日益迫近:我們為何要為這些微不足道的事忙碌?—以下是對修道者貪婪的責備。[4, 120]我們的日子如時辰般飛逝,星期如日子,月份如星期,年份如月份。 時間飛逝,驅使人人走向我哋主耶穌基督顯現嘅最後一日,到時*「凡事都赤裸裸地顯露喺佢眼前」*(希伯來書4:13),正如神嘅話所講。咁人點解要徒勞無功咁忙碌?點解一個君王要將希望寄託喺金銀同佢嘅軍隊身上? 點解統治者要誇耀佢嘅財富同牧場?點解有錢人要將希望寄託喺佢嗰啲轉眼即逝嘅財富上?點解沉迷於肉慾嘅人要喺罪惡嘅污泥中打滾?——我哋每日都應該痛哭哀號,並用盡全力喺死亡嘅審判嚟到之前潔淨自己,好逃脫將要臨到不順服之子嘅忿怒。 *「這些人」*,用聖經的話說,*「他們毀謗他們所不明白的事,卻放縱他們所看見的事,好似無知牲畜一樣。哀哉,他們行了該隱的道路,一頭栽入巴蘭那誤導的貪婪,就如哥拉的背叛一樣滅亡。」* (猶大書10:1)。我恐怕呢啲話,雖然係用嚟定罪佢哋,但可能都適用喺你*哋身上——你哋自以為係啲咩*(加拉太書2:6)。因為當一個人為咗佢父親嘅遺產而去遠行,另一個人就想*增加佢嘅「收入」*, 為咗搵食,費盡心機、費盡力氣;另一個人為咗攞到呢樣嘢或者嗰樣嘢,出於貪心,唔係過住修道士式嘅生活——佢哋唔都應該受到同樣嘅審判咩?而嗰啲人,雖然只係攞到一點,雖然微弱,但至少仲有理由為佢哋嘅行為辯解,因為佢哋要對佢哋嘅妻子同兒女負責。 但你呢,已經向世界釘死自己,所有財寶只喺十字架上,仲有咩藉口?你唔係更應該受最嚴厲嘅折磨咩?因為經上寫住:*「有能力嘅,要受大能力嘅痛苦。」* (智慧書6:6);又經上寫着:*「掌權者要受更嚴厲的審判。」*(智慧書6:5);又說:*「所託多,所要求的也多。」*(路加福音12:48)。*「人子啊,你哋幾時先至唔硬心呢? 「你哋點解鍾意虛空,追尋虛假?」*(詩篇4:3),為咗辯解自己嘅慾望而編造藉口?*「你哋要顧念古時嘅世代,睇吓:有邊個信靠主而蒙羞?或者有邊個敬畏祂而畀祂遺棄?或者有邊個求告祂,而祂卻輕視佢?」* (西拉 2:10)。亞伯拉罕先祖唔係照上帝吩咐,離開自己嘅土地去作客旅嘅咩?然而佢竟然成為好多列國之父。雅各先祖唔係淨係拎住一支杖就去到美索不達米亞嘅咩?——然而佢離開嗰度嘅時候,已經成為大富翁。 約瑟唔係畀人帶去埃及賣咩?但係佢喺度竟然成為王嘅左右手。以利亞先知畀耶洗別追殺,連個袋都冇就走咗,但烏鴉竟然餵佢。蒙福嘅使徒出嚟傳道,兩手空空、冇帶半點武器,但佢哋唔係征服咗成個世界咩? 我哋自己喺過去幾年唔都受過迫害同掠奪?但就算喺我哋身上,你都要承認神嘅應許係真嘅。 咁,呢種惡係喺邊度嚟㗎?呢種狂妄又係乜嘢?好似我哋忘記咗神嘅祝福,就好似古代以色列人咁,仲好似佢哋當中有啲人咁試探神。 但對佢哋又點講呢?——*「四十年,我向嗰代人發怒,我說:『佢哋心裏面常常迷了路,佢哋唔識我嘅道。』所以我喺忿怒中起誓,『佢哋不得進入我嘅安息。』」*(詩篇94:10–11) 諗吓可唔可以同樣咁講我哋,因為我哋對恩人唔知感恩,唔滿足於現有嘅嘢。因為呢個,我哋嘅腳喺呢度搵唔到安息,就咁到處漂泊;因為呢個,我哋之間有爭拗同埋吵鬧,就好似平信徒咁; 因為呢個緣故,我哋寧願獨居,都唔想同弟兄一齊住;就算住埋一齊,都只係敷衍啫:因為有錢財之愛做我哋嘅同伴,又點可以真心同弟兄和睦共處呢?根本唔可能。哀哉,呢班愚蠢嘅人! 我講嘅唔係你哋,我嘅弟兄,亦唔係嗰啲喺各處過敬虔生活嘅人;而係講嗰班行惡、唔跟從所受命令嘅人,我懇求佢哋終於行上正路,變得更好,好叫我哋當中冇人滅亡,而我哋都可以同得救。

### *323. 一位榜樣式嘅長老離世咗。讚揚佢嘅苦行同佢忍受破像派施加嘅酷刑之後……佢就教導弟兄姊妹—要記住死亡,遠離一切世俗事物,並激發熱心去追求所有美德。*

323. 1) 一位德高望重嘅長老過身。讚揚佢嘅苦行同佢忍受偶像破壞者施加嘅酷刑…… – 2) 佢教導弟兄 – 要透過紀念死亡,遠離一切世俗事物,並激發追求一切美德嘅熱誠。– 3) 佢鼓勵佢哋咁做,指出呢種行為嘅好果同相反做法嘅惡果。– 4) 佢提到嗰位由耶路撒冷返嚟嘅兄弟已經被派返去嗰度,並且佢正為我哋祈禱。

**8.** 雖然有好多感人肺腑、令人柔和同懊悔嘅故事,但冇一樣比死亡嘅消息更能教人得著教訓。因為死亡對我哋嚟講,無論係聽到,定係諗起,都係一個可怕嘅奧秘。 既然一位可敬的长老现已辞世,为了教化众人,即使简短,也须说上几句。——他由青年直至高年,一生都在修道生活中事奉主,这一点就足以赞扬这位长老; 再者,佢係嗰班堅毅嘅殉道者之一,畀邪惡嘅利奧捉咗去,遭受嚴刑拷打:佢嘅背同胸畀三十鞭抽到血肉模糊,面都畀拳打腳踢打到,仲打斷咗兩隻牙;之後幾年,佢先至喺監獄度放出嚟,重獲自由。 佢就返去以前嘅生活方式—做柱上修道士,關喺自己嘅小房入面,過住極度艱苦同被囚禁嘅日

子,直到生命盡頭,最後安詳咁將靈魂交託畀主。 惡毒嘅迫害者徒勞無功,行咗非法;但英勇嘅戰士戴住殉道嘅桂冠,升咗天。

**9.** 弟兄姊妹們,我哋要點做?要點諗?我哋仲要活幾耐? ——係多,定係少?——又有邊個知道將來一日會帶嚟啲乜嘢?——但係而家,我哋要留心長老嘅死所教我哋嘅功課。因為我哋喺佢身上所見到嘅,好快都會臨到我哋身上。因為冇人曾經越過對佢預定嘅死亡界線。所以我哋要永遠唔好忘記死亡,免得永遠嘅死亡突然臨到我哋。 我哋唔好鍾情呢個現世,免得同神為敵。經上寫住:*「凡想同世界做朋友,就係同神為敵。」*(雅各書4:4)你哋唔知道鍾情呢個世界會令靈魂唔再渴慕脫離身體? 正如以色列人渴慕從埃及的奴役中得釋放,進入應許之地,我們也當切切地渴望脫離這身體中的敗壞勞苦,進入*「最內層幔子之後,那裡有耶穌──我們的先鋒──已經為我們進入了」*(希伯來書6:19-20)。 19–20),即係進入天上耶路撒冷祝福嘅寶庫。 – 所以,我哋要憎惡呢個世界嘅虛空,豐豐富富地積聚美德,用神聖嘅寶藏豐富自己──禱告、眼淚、潔淨、啟悟同無情欲,呢啲就係引向永生嘅指引。 至於飲食、衣着同其他一切身體所需,我哋只係要按住神嘅誡命去生活同工作所需先處理。

**10.** 如果我哋咁樣度過光陰,每一日都係我哋嘅筵席,每一日都係慶典。就算有無數嘅悲傷臨到我哋,都冇嘢可以令我哋清澈嘅良心蒙上陰影。 但如果相反,我哋活喺惡意同嫉妒、殘酷同各種欺騙之中,噢!我哋每日都要面對死亡,審判未到之前,就已經有審判同定罪。到時死亡會好似咆哮嘅獅子咁嚟;可憐嘅靈魂又點頂得住佢永恆嘅苦楚呢? – 因為經上寫道:*「審判從神的殿起首;若是先從我們起首,那神的福音反對的人將要怎樣呢? 」 「義人若且 scarcely 得救,那不敬虔和罪人又要顯在何處呢?」*(彼得前書 4:17–18)。 所以,我哋要常常警醒謹守,常存信心,堅定不移,*'要常常喜樂,多作主工,因我哋知道我哋嘅勞苦喺主面前唔係徒然'*(林前15:58)。

**11.** 至於我哋嘅兄弟蘇格拉底,你哋知道佢係由東方嚟,已經完成咗佢嘅職責,並為延誤道歉。我哋本來希望留佢喺度,做個稱職嘅兄弟。 但因經上寫着:*「那有後裔在錫安、有親屬在耶路撒冷的,是有福的。」*我們便決定再次送他返去,希望藉着他蒙憐憫。我們也應該歡喜,因為我們弟兄中的一位,在眾教會之母聖錫安,已被至聖宗主教按立為祭司。 願良善嘅神保守佢同我哋,並*「成就一切善工,豐豐富富,使我哋主耶穌基督嘅名得榮耀」*(帖後1:11–12)。

### *324. 當被看不見的仇敵攻擊時,我們要投靠那能拯救我們的至高者;祂必保護我們*

324. 1) 當受無形仇敵攻擊時,我們當歸向那有大能拯救我們的,祂必保護我們。只要我們堅心事奉祂。 – 2) 不可驚訝邪念和情慾的興起,這源於亞當的墮落。 雖然我哋喺基督耶穌裏面已經得着更新,但如果我哋唔夠警醒,舊性又會再度抬頭。 – 3) 然而,神嘅聖徒藉住神嘅恩典,已經勝過各種罪惡嘅叛逆。我哋要效法佢哋嘅榜樣。[4, 122]

**12.** *「要靠主堅固,並要以神家一切的軍裝裝備自己,好使你哋得以站立得住,抵擋魔鬼的詭計。」*(以弗所書 6:10–11) 因為佢唔會瞓,佢時刻都喺度警醒,對住我哋守望;尤其見到有人英勇咁同佢抗爭,佢就更加堅持。 所以,當佢攻擊我哋──因為佢晝夜都攻擊──我哋要警醒咁對抗佢,以切實嘅禱告同熱淚,歸向嗰位有能力拯救我哋脫離罪死嘅主,仇敵就會好快逃走。 因為詩篇上寫着:*「你喺急難嘅日子呼求我,我就必搭救你,你就要榮耀我。」*(詩篇49:15) 仇敵傷咗我哋?但主會醫治我哋。仇敵困擾我哋?但祂──就係同海講*「靜下嚟,平靜啲……於是大風大浪都平息咗」*嘅主(路加福音4:39)──亦都會平息我哋內心洶湧嘅思緒。──而神嘅慈愛真係何等偉大! 我哋一呼求祂,祂──呢位良善者──已經滿載憐憫同豐盛臨近;祂應允祈禱者嘅請求,驅散憂愁之雲,以良善嘅思想照亮我哋嘅心。──有咩事係祂唔為我哋做㗎?!的確,只能夠係咁。 因為祂既然為我哋,甚至犧牲自己,死喺十字架上,祂之後又豈會唔賜予我哋一切呢?所以,我哋要堅定不移,全心全意咁事奉祂;要迅速從偶爾嘅跌倒中爬起;要喺苦行嘅場上努力奮鬥,因為知道喺我哋嘅勞苦結束之後,有冠冕等住我哋。 我哋要盡量多用懺悔,因為懺悔係防止跌入罪中嘅繮繩;我哋要保持謙卑,因為靠住謙卑,惡者所有烈火之箭都會被折斷;我哋要守住信仰,因為*「人非有信,就不能得神的喜悅」*(希伯來書11:6)。

**13.** 或者有人會奇怪同驚訝,雖然我哋好熱心努力,但仍然畀唔體面嘅念頭打敗?──但我哋係因為亞當入面嘅過犯先至會咁樣。我哋喺佢入面跌咗,我哋嘅本性就因為貪戀悅樂而變得好受苦。 但係,藉住基督道成肉身嘅降臨,同埋喺聖靈重生同更新嘅浴缸入面攞到力量,我哋嘅本性就返到原本嘅狀態。然而,既然曾經病倒同受苦,如果我哋唔保持警醒,就好容易再次跌入罪中放縱。

**14.** 而且,嗰啲聖徒喺敬畏上帝同愛上帝嘅心入面,將自己鍛鍊得咁樣充足,佢哋唔單止滿足於自己堅定唔移,仲伸手去幫助其他人——趕鬼同行好多其他神蹟。 – 雖然我哋同佢哋嘅生活方式相去甚遠,但我哋仍會盡力效法佢哋;願我哋仁慈嘅上帝接受我哋呢份微小嘅供奉,就好似祂接受佢哋嘅大功大德一樣,並同佢哋一齊賜予我哋祂嘅國度。

***325. 就好似普通旅客一樣,我哋呢班喺地上朝聖嘅人,為咗追求我哋嘅天鄉,唔可以對任何嘢留戀,唔可以自找負擔,而 要直接向我哋嘅目標邁進,受到喺彼岸等候我哋嘅無可言喻福份所激勵,同時亦要警惕如果我哋未能抵達時所面臨嘅可怕後果。***

325. 就好似普通旅客咁,我哋呢班喺地上朝聖嘅旅人,都要為我哋嘅天鄉努力,唔好對呢度嘅任何嘢產生執着,唔好綁住自己,要直接向我哋嘅目標邁進;因為有嗰度等緊我哋嘅無可言喻嘅福份,亦有如果我哋去唔到嗰度嘅可怕後果。 [4, 123] 一般旅客應該互相催促、互相鼓勵,繼續旅程,不向右亦不向左,而要沿住官道行;不但如此,佢哋仲要飲食睡眠適可而止,保持均衡嘅飲食,咁先可以令旅程嘅艱辛減到最輕。 ——你哋肯定可以自己睇到呢個例子想表達乜嘢——就係我哋喺呢一生入面,都係旅人,行緊一條充滿無數困難嘅路——所以我哋都要互相安慰同鼓勵,行直路唔偏離,飲食要節制, 飲水同瞓覺,免得畀佢哋壓得我哋太懶散,行唔落去,亦唔好返轉頭去享受呢世嘅歡樂;因為就算普通旅客,都唔會後退,或者偏離正路,而係專注一條路,努力去到佢哋指定嘅歇息地方。 噢,我哋安息嘅地方有幾靚啊!我哋喺嗰度嘅寄居有幾福啊!佢唔係暫時嘅,而係永遠嘅,而且充滿唔係會朽壞嘅,而係永恆嘅福份——嗰度有喜樂、平安,同無休止嘅慶祝。 福音書上主對此有话说:*「我父家里有许多住处;若是没有,我就早已告诉你们了。我去为你们预备地方。我若去为你们预备了地方,就必回来接你们到我那里,我在哪里,叫你们也在那里。」 「我去的地方,你哋知道,去嘅路你哋都知道。」*(約翰福音14:2–4)睇吓呢個應許有幾難以言喻、難以想像!咁邊個唔會起身,邊個唔會加快腳步,邊個唔會渴望到達嗰啲永恆嘅居所呢? — 蒙福嘅大衛都好嚮往嗰度,唱道:*「萬軍之主啊,祢嘅居所何等可愛!我心靈切慕,甚至因渴想主殿的院宇而消瘦。」*(詩篇 83:2-3)呢啲真係令人嚮往嘅居所。但係喺呢度,我哋就好似寄居喺外,我哋嘅停留唔會太耐。 其實,與將來時代相比,整個現今的時代只不過是一日。既然如此,我們又何必與世界為友?又何必為現狀而驚訝?又何必將目光投向——不單是這或那一樣事物,而是天、地和海,向日、月和星辰,以及一切可見之物? 因為我哋遲早都要離開呢度,咁我哋又何必執著呢?— 「我向主*求佐一樣*,我只會尋求一樣:*就係一生住喺主殿,為要觀賞主嘅榮美,同埋朝見祂嘅聖殿。」* (詩篇26:4);凡被認為配得進入者,就得脫離先知所講嗰可畏嘅日子:*「主的日子對你嚟講係咩?因為係黑暗,唔係光明。」*(阿摩司書5:18)。 但蒙福嘅使徒亦稱佢為忿怒之日,佢話:*「你既硬着心,不肯悔改,就積蓄忿怒,留到神忿怒同公義審判嘅日子,到時佢要照各人所行嘅報應佢。」*(羅馬書 2:5–6) 為咗用我哋自己嘅經歷作例子,至少畀大家一個概念嗰日嘅折磨,請你哋回想一下,唔係好耐之前有個男人嚟到呢度,佢畀魔鬼附身,靈魂受盡折磨,成身都好似燃燒住咁;佢日日夜夜喊叫,喺乜嘢都搵唔到安慰同解脫。 你以為呢種折磨對呢個人嚟講容易嗎?——當然唔容易。但同將要嚟到嘅相比,佢只不過係一場夢罷了。 咁,我哋又點樣先可以忍受後者——那熄唔着嘅火、嗰隻唔會死嘅蟲,同埋其他無數嘅永恆折磨?但係,主啊,藉住祢嘅憐憫,透過祢聖徒同我哋 blessed 嘅父親嘅禱告,願我哋得以從呢一切中得救,並承受賜予信徒嘅祝福。

***326. 從仇敵的陷阱中,到哪裡可以尋得避難所?就遠離一切罪惡,遠離邪惡的思想和慾望。***

326. 敵人的陷阱中,有何庇護之所?遠離一切罪惡,遠離邪惡的思想和慾望。——我們當如此行,受內心和平之喜樂與激情騷亂之破壞性所啟發。 [4, 124] 我哋驚會落入阿加里人嘅手,就由我哋以前嘅居所逃出嚟,而家就住喺呢度。但係,我哋對落入無形敵人手上嘅恐懼,又豈止要更大?我哋又要向更遠、更安全嘅地方逃離佢哋? 咁,呢種逃離究竟係指乜嘢?——就係遠離罪惡,因為魔鬼就好似一把刀咁,千方百計想用罪惡嚟殺死我哋嘅靈魂。——所以我哋要最勤力咁避開罪惡,甚至要由心入面嘅念頭開始:因為罪惡由念頭開始,然後由念頭變成言語,再由言語變成行動。 要唔俾唔健康嘅思想入侵好難,而且你甚至唔會察覺到。——但一察覺到自己畀佢哋捲走,就要即刻透過祈禱、眼淚、由衷嘅 、痛苦同對上帝嘅敬畏,盡快擺脫佢哋; 因為如果我哋容許佢哋留喺我哋心入面,佢哋可能會令我哋嘅靈魂死亡——而且係每一刻都有可能。因為我哋心入面有一場無聲嘅戰爭,日日都喺度打;除非靠上面嘅幫助,對心靈嘅罪惡保持不懈同持續嘅抵抗,否則我哋無辦法避免失敗。 過去三日,海浪點樣洶湧,我哋難道睇唔

見?情慾嘅洶湧亦是如此,只不過更加災難性,因為靈魂嘅船難破壞力更大。但係,海浪嘅洶湧係由神喺背後操控,佢喺適當時候為咗我哋嘅利益吹風;而靈魂嘅洶湧,就係我哋自己造成。 對我哋嚟講,最好就係好似喺某個海港入面咁,保持平靜,唔好開門畀自己嘅情慾;因為一旦我哋開咗門,惡毒嘅靈就好似暴風雨咁吹入,我哋心入面就會起大風波;除非我哋趕快平息呢場風波,否則就得唔到拯救。 我哋有必要令自己陷入咁嘅動盪,受咁嘅騷亂,活得咁驚,好似隨時會船毀人亡咁? —— 不如享受平安寧靜,何必要自找麻煩,招致本可避免嘅不幸?—— 當海上有風暴時,冇人唔會責怪嗰啲離開港口、任由巨浪淹沒自己嘅人係愚蠢? 然而,當我哋投身於情慾嘅動盪之中時,就更加要視自己為無可比擬嘅愚蠢。因為惡毒嘅慾望唔係向我哋嘅心靈吹氣,喺我哋心內掀起一場可怕嘅風暴咩?佢唔係將我哋拋來拋去,好似要將我哋完全淹沒、拖入深淵咩? 嫉妒唔係同樣會令我哋失心瘋,傷及身心?無信心唔係亦都會令靈魂昏暗,令我哋懶散無力?其他各種情慾唔係亦都會將人從自然狀態拉走,令佢哋變得愚蠢至極? 所以,我哋要遠離呢啲破壞性嘅情慾,免得同洪水前嗰班人一樣,叫上帝話:*「我嘅靈唔會永遠與人爭辯,因為佢亦係血肉之軀。」*(創世記6:3) 神稱佢哋為「血肉之軀」,唔係因為佢哋有身體,因為按呢個意思,連神自己都係*「道成肉身」*(約翰福音1:14); 乃因佢哋憑肉體嘅心思,陷喺唔體面嘅慾望入面,冇有力量同埋心志去親近上帝。 至於我哋,既然已經將自己獻上畀神,正如經上所講:*「我哋嘅市民身份喺天上。」*(腓立比書3:20)我哋又當聽見呢句:*「佢哋唔屬於呢個世界,就如我唔屬於呢個世界一樣。」*(約翰福音17:14)。有咩嘢,唔單止喺將來嘅時代,連而家呢個時代都比唔上,比得上擺脫卑鄙嘅慾望,唔畀肉體掌管,而係由聖靈帶領?呢就係至福,呢就係甘甜,呢就係安康,呢就係天使式嘅生活方式。 凡有此等人,外表上與世人無異;然而在靈裡,他們比戴冠冕者更尊貴;他們是世界的主人,身披天國的榮耀,時刻準備啟程,毫不畏懼死亡。 我哋要盡力去成為呢種人,只要我哋全心去渴望,呢件事就係可能嘅。成為咗呢種人之後,無論遇到幾大嘅外在悲傷,我哋都可以喺今生享有喜悅嘅心境;喺將來嘅時代,我哋會同所有聖徒一齊承受天國嘅基業。

### *327. 佢呼籲無條件服從:透過例子展示服從嘅好處同違抗嘅害處*

327. 佢呼籲無條件服從:1) 透過例子示範服從有幾好處,違抗有幾害;2) 將兄弟情誼比喻成一個身體,每個部位都做自己嘅工作,身體先可以存活;由此得出結論:照做就冇問題。 [4, 125]

**15.** 恐懼那將才幹埋在地裡之人的審判——主對他說:*「你這又惡又懶的僕人……你本當把我的銀子交給錢莊家,等我回來的時候,連本帶利都領回。」*我迫於無奈,只好給你這幾句簡短的勸告; 而作為忠心又良善的管家,就當把所講的付諸實行,這正是在神的恩典裡,藉著你們的順服成就的。– 然而,在你們中間有 برخی人不但沒有增加所託付給他們的,甚至差點要揮霍掉屬於自己的一切。 —咁,呢班人係邊啲人?—佢哋就係唔肯順服,只係用一個藉口:*「赦免我」*。—你講緊咩呀,兄弟?你曾經應承就算要死都要順服,而家竟然逃避呢份你本應勝任、並蒙神恩典賜予嘅職責。 但當你哋講「我哋驚過海」嘅時候,呢就係出於無信;就係*「你哋驚喺無所畏懼嘅地方」*(詩篇13:5)。因為如果你哋真係忠於順服,你哋唔止會坐船過海, 但係你脫晒衫,就會赤裸裸游過條河,效法嗰位令人難忘嘅和尚,佢憑住老竇嘅命令,唔驚過湍急嘅河,游過之後毫髮無傷,睇到嘅人都嘖嘖稱奇。 順服甚至能馴服野獸。證明就係《》入面,長老一命令,就將 gehenna 捆綁咗。順服喺死人中都行奇蹟:就好似 Akakios 由墳墓入面大聲呼喊所印證。但講呢兩件事做乜? 神嘅獨生子自己,*「既順服以至於死,且死在十字架上」*,成就咗為世人嘅救恩。呢啲就係順服嘅奇妙作為同果效。 你而家想唔想知道不順服帶嚟嘅可怕後果?——諗諗亞當,佢因為唔聽上帝話、偷食禁果,就將死亡帶入世界;諗諗掃羅,佢唔聽聖人撒母耳,唔單止失去王國,仲喺基遍山死咗; 又諗下嗰位神人,佢畀假先知呃咗,違抗咗誡命,結果畀人拋落獅子窩度畀獅子咬死。 又如彼得呢位蒙福嘅使徒,因為敬畏而唔肯畀主洗佢嘅腳,佢唔係聽過主講:*「我若不洗你,你就與我無分了麼?」*(約翰福音13:8) 同樣地,喺聖優提米烏斯嘅生平入面,嗰個以自己認為嘅「祝福」為由拒絕服從嘅牧羊人,唔即刻就淪為嗰個 *「魔鬼——佢婆母嘅泡沫」*嘅犧牲品咩? 呢就係對唔肯順服、對悖逆者嘅審判:*「凡悖逆*嘅門徒,*必致悖逆」*;*「主必差遣一個無憐憫嘅使者攻擊佢」*(箴言17:11)。

**16.** 總括嚟講,我哋*「喺基督裏雖然多,仍係一身;各自作肢體,互相聯絡」*(羅馬書12:5):一個做眼睛,一個做耳仔;一個做鼻,一個做舌頭;一個做手,仲有一個做腳。 如果所有肢體都唔各自盡本份,反而開始爭吵,眼睛要聽、耳朵要聞、鼻要講、舌要摸、手要行,成個身體唔就亂晒陣,散晒架咩? 既然如此,就等每個人盡自己本份,用神所賜畀我哋嘅恩賜,為咗共同利益服務,記住我哋嘅命運喺神嘅手中。 人

唔一定因為出海就會死喺海,亦唔一定因為留喺陸地就會死喺陸;就好似我哋良善嘅神,自創世以嚟,已經為每個人定咗佢哋嘅生死時、地同方式,每個人嘅結局都會照嗰啲嚟到。　我講呢番說話,唔係主要針對我所講嗰啲人——因為我已經因為佢哋嘅謙卑而接納佢哋——而係為咗所有聽緊嘅人,好叫我哋謹慎自守,無論我哋喺神同祂揀選嘅使者面前所立嘅誓言,都要勤力、無畏咁去成就,就算所吩咐嘅事有致命危險都一樣。　聖教父們如此命定,尤以大巴西略為最。若能如此生活,我們便不會成為罪惡之死的犧牲,反而會活在義中,並被視為配得天國。

### *328. 按照道成肉身嘅安排,如果基督徒已經預備好去面對死亡,死亡對佢哋嚟講就係喜樂*

328. 1) 按照天主降生成人的計劃,如果基督徒已準備好去面對死亡,死亡對他們而言是喜樂。– 2) 所以,我們應如應備妥自己。[4, 126]

**17.**　近排我身體有啲唔舒服:我心入面好煩亂,而且我好似覺得自己快要離開你哋。——咁我,一個卑微嘅人,仲要再活幾耐?你哋睇下,我已經老咗,同我同輩嘅人都已經過身;到咗時候,我嘅結局就嚟到。　——咁,我哋要唔要為此而悲傷?唔使啦。凡屬肉體活着嘅人,如果想,就等佢哋為離別自己嘅妻子、兒女、奴僕、財產,同埋一切令佢哋沉迷嘅今生享樂而悲傷。 但對於我哋呢班已經同世界一齊被釘死十字架、只被十字架所圍繞嘅人,憑住我哋對世界嘅棄絕同對順服嘅承諾,死亡嘅奧秘唔應該成為悲傷嘅原因,而應該係喜樂嘅泉源。我講「我哋」係乜意思呢?所有基督徒都應該以喜樂去面對自己嘅離世。 喺我哋主耶穌基督以肉身降臨之前,死亡——因亞當嘅違犯而主宰我哋人類——就算對聖人嚟講都係可畏可憎。但係喺基督——萬有嘅生命——*「為眾人嘗過死亡」*之後 (希伯來書 2:9)祂為我哋打開並*「更新」咗「一條又新又活嘅道路,經過幔子,就係祂自己嘅身體」*(希伯來書 10:20),正如所寫:*「死亡被吞滅喺勝利入面」*(林前 15:54), – 當我哋死嗰陣,我哋唔再被拋落地獄,而係被提升入天國;我哋唔會*「被安置喺黑暗同死亡嘅陰影入面」*(詩篇87:7),而係升入嗰無法靠近嘅光中,同埋永遠唔會結束嘅生命,呢個就係上帝應許畀愛佢嘅人嘅。 因此,死亡本身不再是可畏的,反而应该是喜悅地迎接——當然,前提是我們要以心靈的預備來面對它。——因為若無此預備,當我們離世之時,回顧已逝的光陰,渴望多得幾日生命以行善,那仍是一幅可畏的景象。　呢種情況真係可怕又災禍深重,因為被困於此狀態嘅人,心裏會憂慮不安,最終陷入徹底毀滅,唔係去領取做好事嘅獎賞,而係接受罪過嘅懲罰。噢,佢將會面對何等可畏嘅景象!

**18.**　免得我哋都落得同樣下場,我提醒並懇求你哋:務要時刻準備好行福氣嘅離世,視每日為生命最後一日,正如聖安東尼教導我哋嘅? 因為如果我哋下定決心要咁做,就永遠唔會放蕩、大意、懶惰、閒懶、好辯、叛逆、無拘無束或者荒謬;　反而,我哋會成為順服、有節制、有痛悔、心存善意、溫柔、和平、誠實、無可指責,並且預備行各樣善事,效法聖人嘅榜樣,佢哋就係咁樣生活,先至配得上領受所應許嘅天上福份。　– 我講晒呢啲,唔係淨係想壯大你哋,亦都係想壯大我自己喺善行上,好等我哋用呢種離世嘅預備過完一生,到離世嗰陣,唔使驚到發抖,而係可以同大衛一齊歡喜喃聲: *「我靈啊,要歸於你的安息,因為上主向你厚施恩典。」*;又說:*「我要在生者之地蒙上主悅納。」*(詩篇114:6,　8)。願這一切都賜給我們。

### *329. 克制自己嘅意志係最偉大嘅壯舉,係基督化同使徒式嘅,雖然而家唔係人人都識得欣賞佢嘅崇高。*

329. 克制自己嘅意志係最大嘅壯舉,係效法基督同使徒嘅做法,雖然而家唔係人人都認同佢嘅偉大。 [4, 128] 勸人悲傷嘅呼籲,會促使品德不足嘅人,同時亦教佢哋去補救自己嘅弱點。因為對品德不足嘅憂傷,無形之中令心靈傾向追求自我完善。　/因為照使徒所講:*『出於神意嘅憂愁,能產生得救嘅悔改』*/(林後七章十節)。但係,我哋要諗吓:究竟係乜嘢令我哋憂愁?　係咪有啲唔健康嘅念頭喺我哋心入面冒起,好似一支敵軍咁圍住我哋嘅靈魂?——但經上寫住:*「雖然有一支軍隊安營攻擊我,我嘅心都唔會懼怕;雖然有戰爭臨到我,我都要信靠祂。」*(詩篇26:3) 又或者,順服的軛是沉重的?——然而又寫着:*「人年輕時擔軛是好的」*(哀歌　3:27);又說:*「我的軛是容易的,我的擔子是輕省的」*(馬太福音11:30)。　又或者,呢種活喺順服軛下嘅生命,唔容許人擁有任何自己嘅嘢?但係使徒有話:*「我哋已經撇下一切跟從咗祢,咁我哋會得着啲乜嘢呢?」*(馬太福音19:27)。—　佢哋就得咗一個又威嚴又榮耀嘅應許。 —難道我哋唔係好似佢哋咁,拋棄咗一切,跟隨主嘅腳蹤?有人唔係離開咗父母?另有人離開咗弟兄

姊妹?有人離開咗妻子同兒女,另有人離開咗房屋同田地?而佢哋全部──最寶貴嘅──都係佢哋自己嘅意志同慾望──呢樣就係人最難做到嘅。 你同我講任何嚴謹嘅禁食或守夜、裸地而眠、唔去浸浴、揀去荒蕪之地、或者其他任何嘅虔誠修行──呢啲都係出自自由意志。出自自由意志嘅事,雖然本身好難,但只要人咁想,就好容易做到; 但係,凡係違背自己意志去做嘅事,雖然本身容易,卻要付出極大努力先能完成。聖父輩稱呢種行為為「流血」;而呢種做法只屬於真正嘅門徒,佢哋可以同使徒一樣講:*「而家唔係我活,乃係基督活喺我入面。」* (加拉太書 2:20)。因為他既然不照自己意思生活,就藉着方丈的意志,為神而生活,效法那曾說:*「我從天降下,不是要照我所喜悅的,乃是要照那差我來者的旨意。」*(約翰福音 11:38) 你睇吓我哋嘅生活方式有幾崇高?唔係好似基督咩?—唔係好似使徒咩?定係我淨係用說話嚟討好你哋?—唔係;真理本身就係我言行誠懇嘅見證。 如果人唔讚美行呢條路嘅人,佢哋嘅榮耀一啲都唔會減少;因為神唔係照人咁樣睇。但係有神嘅審判,亦有人嘅審判;喺呢個世界被視為微不足道,卻顯得偉大嘅人,喺審判日將會證明係最榮耀嘅,就如經上所寫: *「先鋒的,要作後鋒;後鋒的,要作先鋒。」*(太19:30)──所以,要喜樂,又要戰兢:喜樂的是因神恩典的賞賜,戰兢的是因心思的善變,因為我們不會永遠都一樣。為何*要「彼此以愛心和善行互相勸勉」?* (希伯來書10:24),唔好畀自己意志受壓而變得沉重──呢點就係重點──亦唔好喺履行本分時變得懶散,反而要被熱誠所激勵,互相支持,互相擔起重擔,好似兄弟、心志相同、同工咁。 你哋若日復日咁努力,咁行完你哋嘅路,我深信你哋肯定會得着嗰頂唔會褪色嘅榮耀冠冕。

## *330. 在那看不見的屬靈爭戰中,以盼望為本、無畏而有衝勁地與仇敵抗爭,永遠都佔上風:仇敵必從這樣的人面前逃跑。*

330. 1) 喺無形嘅屬靈爭戰中,以盼望為動力,對敵人作無畏而有氣勢嘅抗爭,永遠都佔上風:仇敵會遠離呢類人。– 2) 喺對抗異端嘅爭戰中,唔可以同異端分子來往,亦唔可以提佢哋嘅名,呢點我就已經禁止過。 [4, 129]

**1.** 雖然我言行都軟弱,但以我能力所及,安慰並在靈裡激勵你,是我的本份。 因為,如果對付有形敵人嘅人都要同袍嘅鼓勵,咁你哋──呢班對付無形敵人嘅人──更加需要用勸勉嘅話語被膏抹,並喺靈裏得着提升; 因為你哋嘅爭戰唔係一日,而係一生;而且,如果你哋得勝,就會得着一個難以言喻嘅不朽冠冕,但如果失敗,就要承受無可衡量嘅永遠羞辱?──但我哋唔好容許呢種事發生,亦唔好令我哋嘅盼望蒙羞! 相反,我哋唔好懷疑,只要有神嘅幫助,我哋透過不斷警醒同持續抵抗仇敵,一定會得勝魔鬼。 你哋知道,就連普通士兵,一入戰場都會興奮到極點;佢哋面色大變,睇落同以前完全唔同;嗰一刻,佢哋已經唔會諗自己嘅老婆、仔女、父母或者兄弟──甚至唔會諗起任何人──佢哋嘅心同腦,連同全身,都完全投入喺戰鬥入面。 同樣地,我哋內心都要咁樣,對敵人一啲都唔驚,反而要帶住熱誠同火熱嘅心,好似基督嘅精兵咁,衝向佢哋。 當仇敵見到我哋處於呢種狀態,就會退後,唔敢攻擊;但當佢哋見到我哋嘅勇氣開始衰減,精力同專注力都鬆懈咗,就會拉滿弓,用箭──即係唔健康嘅思想──射傷我哋嘅靈魂。 – 但就算係咁,我哋都唔可以絕望;反而要認清自己嘅失誤,就要悔改,然後再次凝聚我哋嘅力量,投入無休止嘅爭戰。– 就係咁,永遠都係咁。

**2.** 但而家,一種唔同嘅異端爭端喺整個宇宙蔓延。如果你願意,抬高你心靈嘅眼睛,你就會見到成個世界都充滿咗喺呢場爭端中受傷嘅人。因為唔單止係不信嘅異端,亦唔只係行淫、通姦同其他放蕩行為嘅人,先畀蛇掌控; 但係連對呢啲人毫不在意、同佢哋打成一片嘅人,都一樣;因為有句真話:*「摸着瀝青嘅,必被玷污;與狂妄人同伙的,必被砍斷。」* (智慧書13:1) 因此,儘管有人因此責怪我,我仍禁止一位正教基督徒在聖品紀念及聖禮中為某人祝文,該人自稱正教徒,卻從未停止與異端及異端思想者交通。若他於臨終時認罪,並領受聖事; 咁就有正統基督徒可以為佢祈禱。但係因為佢係同異端保持共融嘅狀態下離世,咁樣嘅人點可以被接納入正統共融呢?──聖使徒話:*「我哋所祝謝嘅福杯,唔係同基督嘅血有份嗎?我哋所擘開嘅餅,唔係同基督嘅身體有份嗎? 「雖然只有一個餅,我哋雖然多,仍然只有一個身體,因為我哋都分享呢個餅。」*(林前10:16–17) 由此可見,領受異端嘅餅同杯,就令領受者歸屬於一個反對正教嘅派別,而所有呢啲領受聖餐嘅人就形成一個同基督無關嘅身體。──*「義同不義有咩相干?光同黑暗有咩相通?信徒同不信者有咩共同呢? 「上帝嘅教會同偶像有咩關係?」*(林後6:14–16),正如同一位使徒喺其他地方所呼喊。 ──但為此等人,我哋當哭;為其中仍活着嘅人,我哋當禱告,願佢哋得着解救,脫離魔鬼嘅網羅;至於我哋自己,就當感謝,因為*「神藉聖靈感動我哋,使我哋因信真道而得*

*成聖,得蒙拯救」* (帖後2:13),使我哋能以正統信仰直到今次嘅認信都事奉祂;若我哋無可指責、無可挑剔地成就咗呢件事,願祂賜恩賜祂嘅天國畀我哋。

### *331. 其他事情各有其時;但救恩的工作必須隨時留意*

331. 1) 其他事情各有其時;但救恩的工作,必須隨時處理。 – 2) 所以,我們不可延誤,因為死亡收割每個人,且在此思念智慧和愚昧的童女。 – 3) 因此,我們當起身,熱心預備一切,以迎接新郎的到來。 [4, 130]

**3.** 因為其他事情都有特定嘅時間:有播種嘅時候,就有收割嘅時候;有和平嘅時候,就有戰爭嘅時候;有做生意嘅時候,就有唔做生意嘅時候。但係,如果我哋願意,任何時候都適合做屬靈嘅救恩工作,每日都係好日子。 – 所以,我哋要隨時都熱心做好事,保持良善嘅品格,並充滿青春熱誠去實踐上帝嘅話:*「 」因為「喺神眼中,聽律法嘅人唔算義,而係行律法嘅人先得稱義。」* (羅馬書 2:13) – 所以,無論前面有咩無形嘅戰爭,我哋都要歡歡喜喜咁去打,並靠住神嘅幫助,將一切反對我哋嘅魔鬼思想趕走,免得佢哋留喺我哋心入面,害我哋靈性死亡; 或者,屬靈的收成已經在望?那麼,我們就要勤力收割,好將足夠的糧食積存在我們的屬靈倉庫,免得我們永遠餓死。總有一時是為祈禱,一時是為流淚,一時是為從我們的軟弱中得潔淨,一時是為天國的喜樂。

**4.** 咁我哋點解要猶豫?點解要拖延?點解要日復日咁拖延,唔去整頓我哋嘅生活?豈不是*「現今的时代要过去了」?*(林前7:31)豈不是每日都有無數靈魂離棄我哋? 唔係嗰啲源源不絕打開嘅棺木,就好似向我哋可悲嘅本性宣告勝利咩?——大地又何嘗唔係咁做,佢接收住我哋嘅身體,因為我哋嘅身體同佢本為一体?——難道我哋真係會留喺呢度直到永遠?——我哋難道睇唔到有幾多弟兄已經離去?我哋嘅福氣之父喺邊?我哋嘅靈性同肉身嘅弟兄喺邊? 喺勞碌、體力工作同詩篇歌唱中,我哋嘅朋友同伴侶喺邊?我哋幾咁健忘?——當兄弟或父親離世,我哋即刻被悔恨擊倒,悲傷不已,並立誓從此行義路;但係過咗陣,我哋連悲傷同好意都一齊忘晒。 – 但係,神嘅聖徒就唔係咁樣行:佢哋一生都默想死亡,每日都死,每日都喺世上自我十字架,每日都自願向神回轉;而家佢哋喺嗰度過住蒙福又永遠嘅生命。 – 十童女嘅比喻唔令你哋驚咩? – *「看,新郎嚟啦;出去迎接*佢。」有智慧嘅就去迎接佢,*同佢一齊進咗婚筵*。但係愚昧嘅,因為冇善行,就遲咗,當佢哋呼喊嘅時候: *「主啊,主啊,为我们開門!」* 他們聽到回覆:*「我實在告訴你,我不認識你。」* 於是他們就剩在外面。主又補充說:*「所以,你要警醒,因為你不知道是那日,*也不是那時」 (馬太福音25:6、10–13)。

**5.** 所以,我哋要警醒;要喚醒我哋嘅靈魂,唔好瞓着,要謹慎、有自制、謙卑,保持自己無可指責同純潔,行喺光中;免得死亡突然臨到我哋,將憐憫嘅門關喺我哋面前,冇人可以打開或者幫助我哋。 所以,我哋要趕快預備討神喜悅嘅善工,為我哋嘅末時作準備:懶惰嘅,起來作工; 唔聽話嘅,要開始順服;自大嘅,要謙卑自己;硬心嘅,要柔軟心腸;未悔改嘅,要真心悔改;唔認罪嘅,要開始認罪;懶散嘅,要開始勤力;大家要補好所有缺口——並且努力行善。 我再多講一樣:你哋鍾意女仔嘅,要識嘢;唔好成日同佢哋埋一齊,亦唔好同佢哋逗留太耐;因為咁樣罪惡之火就會被點燃,正如聖經所講:*「人若在懷中攜帶火炭,豈能不燒滅他的鞋?」 「人若走入別人的妻子,豈能不燒爛腳?行淫者也是如此。」*(箴言6:27–29)。但即使處女,若已進入修道生活,就同已受修道誓約者一樣,被視為已出嫁——她的新郎是榮耀的主。 – 我對嗰啲到處遊走、任憑自己、為罪惡編造藉口、又忘記主曾命我哋連那引誘人犯罪嘅眼睛都要挖出嚟(馬太福音5:29),更何況其他嘢。 – 我就對你哋講:*'我哋強壯嘅人,本當擔當嗰啲軟弱人嘅過失'*(羅馬書15:1),並且要作未成形嘅人嘅榜樣。 你哋已經因基督嘅恩典成為呢種人;但要一次又一次咁繼續保持——咁你哋就會喺我哋主耶穌基督入面得救。

### *332. 指出修道生活嘅目標同追求,勝過其他所有身份同階級,而且——儘管有種種艱苦——仍然吸引所有人投入。佢邀請凡被認為配得者,要歡喜快樂、感謝主,並努力成為真正嘅修士。*

332. 1) 指出修道生活嘅目標同追求,勝過其他所有身份同階級;2) 儘管生活艱苦,仍然吸引所有人投入;3) 佢邀請我哋為已經被認為配得上嘅人歡喜快樂、感謝主,並努力成為真正嘅修士。

**6.** 我們當讚美神,因為我們被認為配得*「揀那上好份」*,好似*「坐喺耶穌腳前聽祂嘅話」*咁(路加福音10:39)。 其他人忙於許多事,講東講西,譬如妻子、兒女、財產、金錢;但我們只有一個關心:如何討主喜悅。 其他人為咗塵世嘅凱撒打仗,迫於各種方式——甚至流血犧牲——都要喺凱撒嘅命令面前卑躬屈膝;但係我哋嘅戰爭係出於自由意志,我哋以完全自由去遵行萬王之王基督嘅誡命,希望能夠承

受那無盡嘅天國。　其他人為咗微不足道同短暫嘅利益,踏上漫長又艱辛嘅旅程;但對我哋嚟講,無論晝夜,都要急速前　,好喺嗰度向神嘅威嚴獻上讚美,從而獲得唔係會腐朽嘅金子,而係啲偷唔走、永遠存在嘅屬靈財寶。

**7.** 雖然我哋有時會遇到啲令人傷心同困擾嘅事,無論係外在環境定係內心狀態,但因為呢啲都係為咗神嘅道同我哋嘅盼望而發生,我哋都能輕易承受,甚至可以喺悲傷中喜樂,喺患難中都唔覺得受壓。 我哋嘅生命就係咁,就係用佢嘅悲傷去吸引有悟性嘅人。──邊個唔愛自己嘅父母,對佢哋冇情義?但係,為咗對上帝嘅愛,人子都拋低佢哋,蜂擁嚟到呢度。有咩羈絆比婚姻更親密?按主嘅話,二人成為一體。　然而,就連呢啲人都要被福音之劍割裂,然後被送嚟呢度。喺呢度,統治者放低佢嘅權勢;有錢人放棄佢嘅財富;窮人忘記佢嘅貧窮;孤兒唔再係孤兒;我仲想補充:國王脫下佢嘅紫袍,同其他人一齊被視為平等。　因為我哋嘅弟兄姊妹就係基督嘅身體,喺入面大家平等;我哋嘅居所就係共同嘅救恩港灣,對所有人嚟講都同樣帶來救恩。──同我哋一齊,一切都唔同,唔似世上咁。所以,當死亡嚟臨時,喺我哋度冇人喊哭或哀號,好似嗰啲鍾意生命嘅人咁,反而亡者嘅安葬儀式係喺寂靜中進行:　因為喺呢度,既冇妻子號啕,亦冇兒女喊叫,亦冇親屬編寫哀歌,追述往事;反而離世係帶住喜樂,安放屍體係帶住美好嘅盼望;　雖然有眼淚,但係呢啲眼淚係出於對亡者嘅靈性之愛,並無不妥;因為主自己喺拉撒路嘅墳前都流過眼淚,符合我哋本性嘅自然(約翰福音11:35)。　自古以嚟,有過比呢種更蒙福嘅生命咩?──有過任何其他生活方式,能令到人同神更親近咩?所以,正如大衛所言:*「主已經吩咐祝福,就係生命直到永遠。」*(詩篇132:3)

**8.** 所以,我哋要喜樂,同埋分享彼此嘅喜樂;我哋要感恩,無休止咁感恩;我哋要愛我哋至善嘅神,無限量咁愛祂,因為祂已經將我哋從黑暗召入光明,從卑微召入榮耀,從隱藏召入彰顯。　你哋每一個人知道自己係由邊度嚟到呢個世界,又係點咁急忙嚟到呢度,之後同邊個成為交通,稱佢哋做兄弟,並且同佢哋一齊居住。呢啲福氣只不過係未來應許嘅序曲:　好叫我哋若能盡好眼前所交托我哋嘅任務,竭力忍受一切艱難,結出順服嘅果實,照着運行喺我哋裏面嘅次序同規矩去行,到最後我哋就可以得着:眼睛未曾看見、耳朵未曾聽過、人心未曾想過嘅──神為愛祂者所預備嘅福份。 (林前2:9)。願我哋都得以領受呢個福份。

### *333. 經常操練「死」的人,會加強對死亡的記憶;對死亡及其含義的記憶,會激起對神的敬畏;對神的敬畏會潔淨人心,除掉情慾*

333. 1) 經常思念死亡者,能加強對死亡的記憶;對死亡及其含義的記憶,會激起對上帝的敬畏;對上帝的敬畏能淨化人心中的情慾。– 2) 讓我們行上這條通往喜悅無情之路。

**9.** 有關死亡嘅消息愈嚟愈多──無論遠近──尤其係我哋靈性兄弟同長輩離世嘅消息。當中,格列高利兄弟已經離開咗我哋;佢嘅一生值得讚揚,離世亦蒙福,因為佢為基督嘅緣故喺流亡中去世。 ──咁而家點算?──我哋都唔例外,無論老幼、長老定青年,都要離開呢度。因為死亡係人人都須面對嘅唯一懺悔,有人先於他人離開呢個世界,其他人就跟住之後離開。咁,我哋又點可以唔諗起死亡,同埋當靈魂離開肉體嗰陣會遇到啲乜嘢? 如果我哋冇着上光嘅鎧甲,又點能頂得住天使嘅臨在?如果我哋唔帶埋永生嘅糧食,又點能行嗰條路?　我哋點樣可以經過呢個世界嘅首領──主話:*「呢個世界嘅首領要嚟,但佢喺我入面搵唔到任何嘢。」*(約翰福音14:30)──除非我哋擺脫咗奴役我哋嘅情慾?主話:*「嗰個僕人,主人嚟到嗰陣見到佢咁做,就係有福嘅。」　「我實在告訴你哋,佢會派佢管理佢所有嘅財產。」*看吶,有聲音從天上傳出:*「但如果嗰個惡僕心裏面講:『我主人遲遲未返嚟,』就開始打佢嘅同僕,又同啲醉鬼一齊飲酒食嘢:　嗰個僕人嘅主人會喺佢意想唔到嘅日子,同佢毫無所知嘅時候嚟,將佢劈開兩半,同唔忠信嘅人一齊分佢嘅份;當時就有哀號同咬牙」*(馬太福音24:46–51)。 呢個比喻唔令我哋驚懼咩?呢個威脅唔令我哋身心憔悴咩?因為呢啲唔係神話,亦唔係空洞嘅言詞;相反,言語根本不足以準確描述將要嚟到嘅事:因為嗰度嘅哀哭同呢度嘅哀哭唔同,嗰度嘅咬牙同呢度嘅咬牙亦唔一樣;　但兩者之間嘅分別,就好似夢境同 真實之間嘅差距;而且,嗰度嘅火永遠都熄唔滅,但呢度嘅火可以熄滅;嗰條蟲唔會死,但呢度嘅蟲會死。但又有邊個會去諗呢件事,並細味其中呢? 有邊個見到呢,又聽到呢?因為可以見到卻唔見到,可以聽到卻唔聽到,都係因為心靈硬化同心裏嘅慾望。──邊個有嗰種蒙主喜悅嘅眼淚,每日都潔淨自己,除掉由嗰度同呢度嚟嘅污穢,唔會將呢個潔淨拖到Tomorrow先做?　*「因為,『各日有各日的事』。」*(馬太福音6:34)有咩人將心願放喺神身上,拋棄一切世俗情慾,以至可以同大衛一齊呼喊:*「我心緊*

*貼住你,你右手扶持住我」?* (詩篇62:9)。噢,有福嘅無慾!弟兄姊妹們,我哋就應該係咁!道就係要我哋咁樣預備自己!我哋要心志火熱,著上信心嘅全副軍裝,被盼望所激勵,為旅程做好全面準備。

**10.** 所以,我懇求並勸戒你們:好似我們每日都死一般,務要憑着我們的能力,在一切正確的事上嚴以律己。要知道,自律本身就係美德,雖然會帶來憂傷;但放縱的罪卻會將我們拋入深淵。 我哋要流出自責心同謙卑反思所帶來嘅懺悔之淚。我哋要透過一生的自我克制,與聖天使結為朋友,好等佢哋喺我哋離世嗰刻,亦能慈愛咁將我哋舉向上主。 我講呢番說話,唔係以自己已經行善為由,而係希望同你哋一齊行善;亦因為我本應開口而唔好沉默;更因為我以神嘅愛愛你哋,好叫我哋眾人透過行善,成為永生嘅繼承者。

## *334. 佢責備佢哋停止坦露心意*

334. 1) 佢責備佢哋停止坦露心意。– 2) 然後佢舉神對唔肯悔改者嘅可怕刑罰作例子,以激勵佢哋認罪。[4, 133]

**11.** 近排我因你而心痛,悲傷到難以承受。因為你停止咗平時嘅懺悔,而懺悔係我哋生命中最偉大同最具救贖嘅行為。 – 如果我見到你哋變得更好、更完美,我會好開心,就好似卸下重擔咁:因為醫治人哋嘅軟弱,要付出唔少心力。 但我見到你哋相反嘅情況,就可以推測到原因。因為,你哋同我講,你哋嘅大膽同埋所帶嚟嘅混亂係邊度嚟㗎?唔係因為你哋唔肯懺悔,反而隱藏住你哋嗰啲有害嘅思想㗎咩? 因為我哋罪過嘅起頭同根,就係一個唔體面嘅念頭;呢個念頭一旦顯露,就會被上帝嘅憐憫驅走,但如果被隱藏,就會慢慢變成黑暗嘅行為。所以先有屬靈嘅死亡,先有彼此之間嘅分裂,先有由無知同迷思所生嘅自以為義嘅說話。

**12.** 但,人啊!動物,如我所見,牠們本身就知道哪些食物對自己有害,並會避開;我們豈不更應該期望一個自受洗之時起,就已蒙賜一切善知識的人呢? – 你冇聽過聖經點講,神*「唔曾寬恕古代嘅世界,卻揀選義人挪亞,傳講公義,喺不敬虔嘅世代降洪水」*?(彼得後書2:5) 你冇讀過主*「因燒毀所多瑪同蛾摩拉嘅城邑,就定咗佢哋為 destruction,留俾要行不敬虔之道者作鑑戒」*咩?(彼得後書2:6)你冇成日聽使徒呼喊: *「人不可自欺:無論是行淫的、拜偶像的、行 adultery 的、行同性戀的、和男人同寢的、偷竊的、貪婪的、醉酒的、辱罵的、勒索的,都不能承受神的國度。」*(林前6:9-10) 咁你哋聽咗呢啲,仲可以話自己唔知乜嘢係惡?——呢就係裝模作樣同推搪。——你哋唔驚嗰個威脅?你哋唔喺嗰位令萬有戰慄嘅主面前發抖?——所以,唔好有人畏縮唔肯認罪!

## *335. 佢話自己愛弟兄姊妹,又深信佢哋都愛佢,就邀請佢哋為呢種情誼感謝上帝,並喺佢要嚴厲責備佢哋嗰陣,對佢有啲包容*

335. 1) 既然佢話自己愛弟兄,又深信佢哋都愛佢,佢就邀請佢哋為呢種團契向神獻上感恩,並且喺佢必須嚴厲責備佢哋嗰陣,要包容佢。– 2) 然後佢又勸佢哋甘心樂意地承擔追求成聖嘅勞苦同憂愁:因為冇其他路可走; 而且,因為與此相關的偉大應許,它不會大大減低聖徒本應有的喜樂。– 3) 所以,我們要忠信地行在神的道路上;如果我們失腳,就要趕快再站起來。 [4, 134]

**13.** 神聖經上說:*「愛我的,我也愛他;尋索我的,必尋得恩惠。」*(箴言 8:17)別處又指出愛心的標誌,說:*「愛他的人,他必嚴加管教。」*(箴言 13:25)。 既然我——卑微如我——被派來治理你哋,所以喺我之前嘅勸勉中,我不得不責備同斥責你哋——並唔係要令你哋冒犯——我大膽咁用使徒嘅話同你哋講:*「好叫你哋知道我對你哋有幾豐富嘅愛」* (林後2:4),在你的悲傷中與你同受痛苦,在你的喜樂中與你同得安慰。我還向誰能如此呢?若不是向你,我又向誰能憂愁、能喜樂呢? 你哋係我嘅——我嘅兄弟、我嘅兒女、我嘅父老、我嘅朋友、我嘅骨肉、我嘅愛人、我嘅牽掛、我嘅喜樂、我嘅冠冕,同埋一切可以表達我同你相交誠意嘅一切。 所以我作見證,我深信你哋對我亦係同樣嘅感受;你哋唔係掛住你哋嘅父母、兄弟、親人、故鄉,或者任何其他可見嘅事物,而係只掛住神,並藉住神,掛住我呢個卑微嘅人。 感謝聖靈,祂使我哋得以如此聯合,好等我哋去愛同被愛,成為*「一個身體、一個聖靈」*,因為*「我哋都喺同一盼望之下被召」*(以弗所書4:4)。 所以,我哋要喜樂,同享彼此嘅喜樂;即使我有時要用責備嘅口吻同你講嘢,我哋都唔好互相轉頭,而係要合情合理,出於愛同公共利益,忍耐咁承受責罰。 因為經上寫道:*「我兒,你不可藐視耶和華的管教,也不可在祂責備你時灰心;因為耶和華所愛的人,祂必管教,又鞭打祂所收納的每一個兒子。」*(箴言 3:11–12) 使徒又補充說:*「你哋要忍受管教,因為神待你哋如同待*

*兒子;又有邊個兒子唔畀佢老竇管教呢?但如果俾人管教嘅人都冇份,咁你哋就係行淫者,唔係兒子。」* (希伯來書12:7–8)

**14.** 再者,財富、權勢同埋人所渴望嘅其他嘢,唔係冇代價就可以攞到,而要付出好大嘅勞苦同努力;難道真係有人會以為,要達到上帝同神聖嘅賞賜,會係一件輕鬆又舒服嘅事,而唔係充滿難以估計嘅勞苦同努力? 而呢種假設唔係顯得極度天真同短視嘅證據咩?──點解我哋會聽到*「我哋必須經過重重患難先能進入神嘅國度」* (使徒行傳14:22),又話*「通往生命嘅門窄而路難行」* (馬太福音7:14)? 而呢個係點解?──因為我哋自己唔願意留喺伊甸園起初賜畀我哋嗰個無憂無慮嘅生活同無限嘅喜樂; 但係,因為我哋自己嘅愚蠢,我哋反而揀咗落入呢個充滿慾望同悲傷嘅現世;除咗跟隨我哋主耶穌基督嘅榜樣,經過苦難嘅學校,否則我哋無法再返去嗰度。 *「他因那擺在他前面的喜樂,就忍受了十字架,不理會羞恥。」* (希伯來書12:2)。而且,因為有永恆福分的盼望,使我們為神所受的苦難都能夠承受得住,所以通常都並不算太痛苦;正因如此,對聖徒而言,現今的時代被稱為盛筵。 大衛先知為此作證,他說:*「義人哪,你們要在主裡喜樂!」* (詩篇 32:1),指出永恆的喜樂。同樣地,那蒙福的使徒也確認說:*「要靠主常常喜樂;我再说,你們要喜樂。」* (腓立比書 4:4)。 呢段說話係講畀嗰啲憂傷同流淚嘅人、努力爭戰並堅持到底嘅人,以及經歷種種苦楚嘅人聽;因為為神嘅緣故而憂愁,對義人嚟講正係喜樂嘅源頭。

**15.** 所以,我哋要好似每日都過節咁,為咗神嘅緣故,懷住喜樂去承擔我哋嘅憂愁,唔好畀魔鬼嘅詭計同攻擊打倒。如果我哋有朝一日失咗焦點,畀唔配得嘅嘢引誘,無論係喺思想, 言語或行動,都當速速振作,回轉到從前良善的品行,再次熱誠地為主勞力,因為即使在君王面前,奮戰抵抗的勇士蒙受榮耀,而並非逃離戰場的人。 同樣地,只要我哋堅持到最後一口氣,喺呢場無形嘅戰爭中堅守,就必蒙神恩典,被認為配得上永恆嘅賞賜,並喺我哋主耶穌基督裏得着天國。