

## 1) 從刷牙了解到基本功的限制

「向上刷 向下刷 不可放任胡亂刷」，這街知巷聞的兒歌相信啟蒙了不少人刷牙的基本方法，那順著方向刷牙的口訣，成為了筆者刷牙的不二門方。後來從學童牙科保健的牙醫再鞏固了刷牙技巧，再從同學學習了用牙線清潔，一直以為萬無一失。

年復一年，可以這上下刷牙法卻不令牙齒清潔亮麗。原來兒時只學了基本功不足應付長遠需要，一次見牙醫，他細心指導了刷牙的重要竅門：轉動牙刷的方向，對準牙腳的位置，調較牙刷的角度。這樣三、兩下的指導，刷牙不再用牙線亦能徹底乾淨和舒適，是始料不及的大進步。果然，被指導了就大不同。

## 2) 屬靈旅程的指導卻非容易指導

信徒的屬靈追求也是一樣。既然刷牙也需要指導，更何況是信徒的屬靈生命呢！

初信之時，我們都被教導讀經、靈修和祈禱，但都是較單一及粗淺功夫。奈何，有信徒反映讀聖經成為與上帝相交的障礙，經文只能在頭腦上，不能入心，由頭腦到心的距離是那麼的遙不可達！

大家既知道上帝造我們每人都與別不同，但又可知我們每人都各有不同的屬靈氣質？聖言無錯是上帝的啟示，但卻不是唯一，信徒可藉自然界、感官、聖禮、獨處、行動、照顧、奧秘、默觀及理智等，主動操練與上帝相遇。然而，無論哪種方法，各有利弊，我們需要留意自己的傾向，繼而引發的危險。如著重行動主義的信徒，傾向孤立自己或指責別人，所以需要冷靜考慮自己有沒有失衡，是否採取憎恨和憤怒而不是採納愛和憐憫<sup>1</sup>。

信徒的屬靈生命受著不同的沖擊，不但聖言需要有適合的拉比（老師）講解，其生命歷程亦需要有屬靈導師指導及陪伴，以屬靈的眼光參透上帝的心意，免被撒旦所吞噬。

黑夜，對大多數人聽起來也是感到彷徨不安，但聖師如法國的聖女小德蘭、西班牙的大德蘭、十架約翰，又或是加爾各答的德蘭修女，均被上帝引領進入黑夜中。這被動的屬靈操練是痛苦和孤寂，感受不到上帝的同在與安慰，過程中淨化跟隨者的心身，最終堅持者會被帶到與主聯合的天國境界。可是，這黑夜並不是沒有黑夜經驗的聖師能理解，沒有經歷的聖師反而會視跟隨者為靈性軟弱，放棄前行。無經驗者未能適切於黑夜中陪伴，錯誤批評跟隨者，阻礙了其靈命進一步的成長與發展。

在無限的上帝前，無人能預知或限制上帝如何塑造一個人。然而有經驗的聖師或修道者卻能指導信徒探索及了解上帝的心意。信仰難以無師自通，期盼肢體都能在靈命操練的關口有一位有經驗、能信任的導師指導，不錯失上帝的恩惠。

<sup>1</sup> 加里。托馬斯著，陳永財譯。與神相遇：認識親近神的心靈路徑。（香港：基道，2007）。