

(本篇译稿为黄谦善神父主日讲道，若内容有不一致的情况，一概以英文原稿为准。)

今天我们谈的是心灵更新，有两个故事在我脑海里是截然相反的起点。有一次，我和一位朋友在深夜进行了一次深入的交谈，我不记得我们是如何谈到这个话题的，但他说：「我希望我没有和我的女朋友發生關係。」大多数人确实想有性行為，但他表达的是更深层次的渴望。我从未忘记他的话，因为这些话都是发自内心的。

与此形成鲜明对比的是，有一次，一位父亲来找我说，他青少年的儿子在学校里涉及性行为被抓到了。他解释了最具破坏性的部分：「你知道，他哭了，诸如此类，但我不知道他是因为这是错的还是因为被抓到而感到歉疚。」在这种情况下，这个年轻人的心出了问题，因为他从来没有表现出明确的是非意识。

我们大多数人都想要一颗纯洁的心，在那里我们不再受诱惑去犯这些罪。今天，天主说要把祂的律法写在我们心中--这是我要的。我说的不仅仅是性犯罪，尽管圣若望·保禄二世说性行为「关乎人的内心深处」(Christopher West, *Good News about Sex & Marriage*, 42)。我说的是不再懒散，不再在心里谴责别人，不再撒谎，不再嫉妒别人的生活，不再以髒话骂人等等。

今天我们回到了四旬期的旷野，天主把这些愿望放在了我们的心里。虽然这可能是发人深省的，但也是非常美丽的。

以下是第一篇读经的历史背景。大约在公元前1400年梅瑟时代，天主与希伯来人立了盟约，盟约就像婚姻和领养一样，祂使希伯来人成为祂家庭的一部分！盟约的一部分是十诫，也就是如何生活的指南。但是人们不断地违反这

些戒律。

在接下来的900年里，直到先知耶肋米亚，天主一直试图重建祂与祂的子民的关系，直到我们读到今天的经文：「时日将到…。我必要与以色列家和犹太大家订立新约，（这就是天主重建祂的家。以色列是北方的部落，犹大是南方的部落，他们曾经是一个民族，但已经分离了几百年。）不像我昔日…与他们的祖先订立的盟约；我是他们的夫君 [这是最清楚的教训，天主与祂的子民结了婚，所以他的律法不是远方的神强加的，乃是婚内的律法](耶31：31-32)。

新盟约有三个特点：「我要将我的法律放在他们的肺腑里，写在他们心头上；我要作他们的天主，他们要作我的人民。[2]那时谁也不再教训自己的近人或兄弟说：『你们认识上主』，因为不论大小，人人都必认识我…。[3]因为我要宽恕他们的过犯，不再记忆他们的罪恶」(Jer 31:33-34. See John Bergsma & Brant Pitre, *A Catholic Introduction to the Bible*, 797-800)。

首先，十诫写在两块石碑上，但现在天主说祂的律法要写在我们心里。神学家克里斯托弗·韦斯特(Christopher West)说：「没有人会抱怨第五条诫，『你不可杀人』，因为在我们的社会里，谋杀是错误的，这一点已经铭刻在我们的心中。我们不需要人告知这些。但是我们需要第八诫，它告诉我们不要撒谎，因为它还没有写在我们的心里。

这就是现今问题的核心，双关语。在内心深处，我们想爱天主和邻人，但我们一直在犯罪。我的朋友不想和他的女朋友发生性行为，因为天主的法律在他心里。他虽违规打破戒律，但它仍然在那里。

在电影《使命*The Mission*》中，讲述了18世纪南美洲一个奴隶贩子门多萨

，后来成为神父的故事，其中有一个场景是当地人在猎杀一只动物。一旦他们抓住了它，有个小男孩拉着门多萨Mendoza要他杀了它，但他拒绝了。他摇摇头，因为他不想再杀人了。他一生的大部分时间都是在杀人中度过的，现在，在他心里，他不想再这样了。

更新我们心灵的关键是欲望。与其说我们害怕天主的惩罚，不如说我们不想再犯这些罪了。我不想再那样看女人了。我厌倦了色情刊物，厌倦了对家人撒谎，厌倦了找借口，厌倦了和家人吵架。

新盟约的第二个特点是，人们将对天主有一个经验性的认识。「他们都会认识我的。」每个人都知道英国女王，但并不是每个人都认识她本人。天主也是如此。在新盟约中，人们不仅会被教导有关他的事情，还会遇到祂。对我们中的许多人来说，我们体验了耶稣对我们的爱，这就是为什么我们谈论耶稣时，就好像祂对我们来说是真实的，因为祂是真实的。

想想你生活中遇到的所有人。耶稣属于这一类吗？你还记得你第一次见到某人时，你们谈了些什么，他们是如何对待你的呢？你能对耶稣做同样的事吗？如果你知道我在说什么，那么你可能见过耶稣。如果你不知道我在说什么，那你可能还没遇见祂。

但是，如果你想的话，敞开你们的心扉。耶稣想见你。这就是为什么我们的教堂几乎每时每刻都是开放的，为什么一直提供「啟發」（Alpha）和信仰研究（Faith Study）课程，因为我们在这些活动中亲身体会耶稣。

新盟约的第三个特点是，「我要宽恕他们的过犯，不再记忆他们的罪恶。」耶稣通过圣洗、告解和圣体圣事赦免我们。这意味着我们永远不应该因为反复犯同样的罪而气馁。

现在，这里有四种天主更新我们心灵的方式。

1)欲望 ( Desire)。改变我们心灵的愿望已经是一种心灵的净化，是天主所喜悦的。回到我告诉你的那个青少年--他父亲最失望的不是他儿子的罪过，而是他不知道儿子是否知道他做了错误的事。

我们学校的学生都有犯罪，但当我去上课时，一些人明显地关心什么是对，什么是错，他们是非分明。 有些人不关心。这是最可怕的部分，一些人不在乎。但是，对于那些真正关心的学生，我可以引导他们，天主也可以做到这一点。

雅克·菲利普神父(Jacques Philippe)写道：「天主对我们还有什么要求？不是这种善意吗？这位慈悲的好父亲还有什么要求，不就是想看到祂的孩子对爱的渴望高于一切吗？」(*Searching for and Maintaining Peace*, 18) 如果我们渴望成长，那是主所喜悦的。如果我们与我们的罪作斗争，即使我们跌倒了，反复的努力也会让祂高兴。

如果今天你渴望拥有一颗新的心，你已经走了很长的一段路，天主与你同在！但是，让我们怀有这个愿望，并用下面的事情来实现它。

2)圣事。关于圣体圣事最有说服力的事实是，是耶稣在做这件事。哪个更强大：是靠自己净化我们的心灵，还是让耶稣净化我们的心灵？当你在晚上祈祷的时候，你是那个祈祷的人。当你参与弥撒时，耶稣就是那个祈祷的人，你参与了弥撒。当你祈求天父宽恕你的罪过时，这是你在耶稣内祈求。当你办告解时，这是祂的直接行动。

去年的圣周四，我告诉你，当你领受圣事时，你所要做的就是渴望接受恩典，你就会得到

(<http://thejustmeasure.ca/2020/04/09/restoring-relationships/>).。

这是因为自由意志的本质。有些人去领圣体时，很随意，所以他们虽然领受耶稣，但没有恩典，因为祂不会强迫他们接受恩典。但是有些人，当他们领受耶稣的时候，他们会得到有助予成长的超性力量，因为他们想要这样的力量。这完全取决于我们的愿望。

3)玫瑰经。一千年来，圣人们一直信奉这一点，因为玫瑰经要求谦卑，并带我们去沉思耶稣的一生。默想改变了我们的心，因为默想意味着对耶稣生活的深刻思考、反思和接触。每一个唸玫瑰经的人都会成长。不一定每天都要唸五端。只好好祈祷一端，总比匆忙地唸五端要好。

4)诚意的表现。有时，当一根杆子过于向一个方向弯曲时，为了拉直它，我们不得不向另一个方向弯曲。因此，有些人，为了更新他们的心，采取额外的措施，这些措施并不是绝对必要的，但却是诚意的标志；他们不仅做了最少的，而且做了最大的。例如，一些人装备上「Covenant Eyes」软件，一些人戒酒，除了在某些场合，一些人练习沉默来控制他们的言辞。我记得有一个年轻人，在和他未来的妻子结婚之前，他不会独自走进她的房子，不是因为这样做不对的，而是为了表明他是认真的要与她建立一种纯洁的关系。当时我不明白这一点，但现在我明白了。

我现在用一个关于布莱恩·沃奇Brian Walch的故事来结束我的讲道，他的生活包含了天主更新我们心灵的三种方式。布莱恩出生于密歇根州，才华横溢，是高中篮球队的队长，很受欢迎。但他过着双重生活：在父母和神父面前，他是一名虔诚的天主教徒，但他周末酗酒，说很多脏话，还在乱搞男女关系。

高中毕业后，他进入神学院，让所有人震惊了。其他神学院学生想不通他是如何通过心理考试的。虽然大多数人的房间都很简单，但布赖恩带了地毯和

空调，并在那里搞派对。没人认为他能坚持下去。

第一年结束时，神学院学生进行了为期十天的静修。最后一天，避静导师邀请学生大声祈祷，布莱恩说：「主啊，我想告诉你，我真的很抱歉，我意识到我浪费了我的才华，我浪费了你给我的礼物，我辜负了父母对我的信任，我不是他们认为的那个人。我是个大罪人，我想改变我的生活，把我的生活交给你。」没有人把他当回事。

第二年，布莱恩回来了，他变了：他卖掉了自己的车，把钱捐给了穷人，放弃了时髦的衣服，不再咒骂和饮酒。「他仍然保持着同样的微笑，同样的人气，同样的幽默感。但他是另一个人，他花了很多时间在圣体小堂祈祷」(<https://uareloved-blog.tumblr.com/post/2800054817/the-story-of-brian-walch>) 有一天，他坐在圣体龕前的地板上，对风琴手说：「提姆（Tim），你有没有想过耶稣在圣体里一直与我们同在是多么美妙？」

他如此热爱为穷人服务，最终离开神学院去了柬埔寨，去帮助德肋撒修女的修女们当义工。1975年，当柬埔寨开始种族灭绝，人们被疏散时，他写信给他以前在神学院学习的朋友，「这一次，如果我再被要求离开时，我会留下来，因为我觉得有必要把我的血和基督的血混合在一起，拯救这些人的灵魂。」他一直留在那里鼓励人们，教授天主教道理，并秘密参加每天的弥撒，以躲避共产党的抓捕。然而，有一天，他在弥撒中被捕，被带出教堂，被处决，当时23岁。一年后，当一位神学院的朋友遇到圣德肋撒修女时，她说：「啊，你很幸运，因为你是圣人的同学。」

所以我们所有人都有希望！我们可能与我们的罪过斗争，但有了欲望、圣事、玫瑰经和真诚的心，天主可以更新我们的心，让我们可以成为圣人！