

(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。)

当我25岁那年，在纽约圣约瑟医疗中心做义工时，我总是筋疲力尽地结束我的每一天。当我和吉列尔莫（Guillermo）开车回神学院时，他总是因为他的探访而精力充沛，而我则靠在座位上累倒了。他的病人能与人交谈，而我被分配去探访不能说话的病人！我整天都在试图与几乎不能回应的人交流，这让我精疲力竭。

当我把这件事告诉我的上级多洛雷斯(Dolores)修女时，她说，「也许你应该去另一层楼看看。」我反对道：「修女，我不确定我是否应该这样做，因为当我成为神父的那一天，我会被分配在这种情况下工作。」她说：「是的，你会的，到时候，你必须执行任务。但是，当我们有选择的时候，有时候选择一项更有生命力的任务是正确的。」。哇！。我从未忘记她的忠告。她让我初步感受到了耶稣对我和其他人的同情。

我们度过安息日夏天已经三周了，我们在问一个问题：当别人需要我们的时候，我们怎么照顾自己？休息是自私吗？

答案是否定的。耶稣同情福音中的宗徒：他们刚完成使命回来，祂说：「你们来，私下到荒野的地方去休息一会儿吧」(谷6：31)。他们的驱魔、治疗和教导是如此卓有成效，以至于经文說他们甚至连吃饭的时间都没有。所以，让他们安息是耶稣的旨意！

请注意，祂确实为此做了些什么。「他们便乘船私下到荒野的地方去了」(6：32)。我们中的许多人都很难安排一个具体的休息和避静的时间。尽管我们谈论这事，却从来没有做过。

我上周提到的罗伯特·莫里斯(Robert Morris)，他曾邀请一位朋友和他一起吃午餐。罗伯特问道：「你下周四有什么安排？」「没有什么」「太好了！我们下周四一起吃午饭吧。」他的朋友澄清说：「不。周四我什么都不做，...。Robert...。我在星期四这整天没有写上任何东西。我故意地，有意地安排一天什么都不做。」。然后他解释说，几年前他曾濒临死亡，在医院的时候，他向天主抱怨说：「...主。我试着为你服务，...。我不明白我为什么病得这么厉害！」。天主回答说：「儿啊，你一直在违反我的原则。你违反了安息日。你不断地去做事。一周不曾休息一天。这就是你健康出问题的原因。这不是我带给你的。这是你自找的」(Robert Morris, *Take the Day Off*, 17-18)。过后他学会了安排一个真正的安息日。我们也一样，需要安排休息时间并去实践。

但遵行天主的旨意还有第二部分：耶稣对门徒有同情心，对群众也有同情心。「耶稣一下船，看见一大群从，就对他们动了人怜悯的心，因为他们好像没有牧人的羊；遂开口教训他们许多事。」(6：34)。人群如此渴望看到耶稣，向耶稣学习，并被耶稣治愈，以至于他们步行绕湖去追寻祂。即使门徒们需要休息，耶稣也会打断他们来照顾群众的需求。

照顾自己和他人的需求并不矛盾。这一切都是关于遵行天主的旨意和拥有耶稣的同情心。一旦我们有了耶稣的心，我们就不会为安排休息时间而感到内疚，但我们也能很好地处理打断的休息。我们的目标是休息，但完全可以牺牲。

现在，这并不意味着我们应该总是守在电话旁边，以备家人需要我们，或者假设我们是一名房地产经纪人，准备被打断并不意味着我们应该违反安息日，这样我们就可以赚更多的钱。在通常情况下，你可以也应该出外放松一下。但是，如果你发现天主在你外出时呼唤你去帮助别人，倾听他的需求。

圣文生保禄 (St Vincent de Paul) 曾写信给他的神父，关于我们被打断时，我们应该如何回应：「如果一个人正好在我们祈祷时需要药物或其他帮助，请心安理得地做任何必须做的事情。将我们的善行献给天主作为你的祈祷。不要因为你为穷人服务时而中断祈祷感到心烦意乱或者内疚。如果你为了这样的服务而离开天主，祂没有被忽视。天主的一项工作被打断，却能进行另一项工作。所以当你离开祈祷去服侍某个穷人时，记住这是为天主而做的。」(<http://www.liturgies.net/saints/vincentdepaul/readings.htm>)

我们中的大多数人都会犯或这方面或那方面的错误：要么我们从来没有安排每天祈祷或休息的时间，于是我们总是有空，但最终我们却筋疲力尽；要么我们太专注于自我，以至于当别人或我们的孩子打断我们的时候，我们会感到恼火，没有时间为天主要求我们服务的人服务。

耶稣邀请我们今年去做避静。以下是几个选项：

- Opus Dei retreats at Copper Ridge Conference Centre:
- Men's retreat:
- Seton House of Prayer in Kelowna:
- Madonna House:
- Two virtual retreats:
- PRH:

如果你需要更大的灵活性，可以随时去威士拿 (Whistler)，住在任何一家酒店，每天去Our Lady of the Mountains 教堂祈祷，读一本圣书，或者在网上看一些避静视屏。我的同学Fr. Andrew L'Heureux 欢迎您参加每日弥撒，并可找他办修和圣事。

如果你需要帮助，今天就去我们的接待团队。他们有几本指导你如何做退

省有关的书。

别忘了在你家里设置我们去年8月谈到的那个家中祈祷室(祈祷区)，(<http://thejustmeasure.ca/2020/08/16/wheres-your-best-place-to-pray/>)把它作为休息和祈祷的地方。

耶稣希望我们现在全体休息，因为在九月，我们有很多机会成长，并且可以邀请我们的朋友：我们有Journey Through Scripture认识圣经的旅程；The Marriage Course婚姻课程，这样所有的人都可以改善他们的婚姻；Alpha启发课程，是为那些探索信仰的朋友的。我们会在十月初迎来NET。那将是我们执行任务的时间。现在是休息的时候。

上个星期，我告诉你詹妮弗·富尔威勒（Jennifer Fulwiler）靠满溢的油箱生活的故事，以及参与一次的静修如何让她的一切变得不再一样

在避静的最后一天，所有女士们都有办修和圣事的机会，当时有人宣布，有一位乔治神父Fr. George可能来不了了，因为他的侄子和侄女一小时前死于一场车祸。当詹妮弗去办告解时，神父帮她看清了天主的计划。当她办完告解后，她发现和谈话的正是那位乔治神父。于是，她问一位组织者这是怎么回事，得到的回答是：「他的航班是在晚上晚点起飞的，所以他在出发前先来这里。」(Jennifer Fulwiler, *One Beautiful Dream*, 124-130)。詹妮弗试图思量她刚刚经历的事情：一个刚刚遭受悲剧的人仍然为其他人腾出时间，他为她腾出的时间改变了她的生命。他需要怜悯，并按计划接受它，但他也听到了耶稣的呼召，要给予他人怜悯。