

中文简体

(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。)

去年我读了这本《赢得你心中的战争*Winning the War in Your Mind*》的书，因为我知道我的大多数问题都是存在于我的脑海之中的自戕之举。这里的一些人也因此书而受益。作者是出色的福传牧师克雷格·格罗谢尔（**Craig Groeschel**）他讲述了一个滑稽的故事，他的教会工作人员经常在教堂办公室前玩游戏。有一天，当他上班时，另一位牧师凯文（**Kevin**）躲在壁橱里想吓唬他一下。但是，克雷格（**Craig Groeschel**）意识到有些不对劲，于是迅速打开和关上门，并用脚顶住门。他告诉凯文，他正在用一把椅子把门楔住，但他无法把椅子塞进去。所以，他就撒了个谎，「现在门把手下面有把椅子了，凯文。你出不来了！」。显然，凯文相信了这个谎言，始终没有试着打开门。他只是要求被放出来！然后克雷格就去与一对准备结婚的夫妇会面去了，而凯文被困在里头苦苦等待，他所要做的就只是打开门。关键是我们相信太多的谎言而作茧自缚。

让我们来看看简短的读经二罗马书中的四条真理：「所以，兄弟姐妹们，我以天主的仁慈请求你们，献上你们的身体当作生活，圣洁和悦乐天主的祭品：这才是你们合理的敬礼。你们不可与此世同化反而应以更新的心思变化自己，为使你们辨别什么是天主的旨意，什么是善事，什么是悦乐天主的事，什么是成全的事」(罗12 1-2)

1)我们要认识到的第一个真理是 信德总是紧随着行动。圣保禄的所有书信都以我们的信仰开始，然后是我们应该如何行动。「天主的怜悯」是罗马书前十一章的主题，「因此」后五章是我们应该如何回应。

这一点很重要，因为你不一定要做个好人才能赢得天主的爱，但因为你已被爱了，你就应该好好表现。

我们需要用真相取代谎言。比如，因为他家里没有别人富裕，他不得不穿着仿制的名牌服装，但随后感觉自己很虚伪。小学二年级时他发现自己色盲，所以觉得自己有缺陷。他的父亲是一名小联盟棒球运动员，但克雷格怀疑自己，所以觉得自己不够好。即使作为一名举世闻名的牧师，他也饱受没有安全感的痛苦：上周的布道不够好，本周的也是如此。

因此，他这样写下了自己的心理斗争：

问题：工作过度(他会在周末、深夜工作，牺牲家庭和健康)

谎言：我希望得到别人的认可。

真理：「基督在我们还是罪人的时候，就为我们死了，这证明天主怎样爱我们。」(罗5:8)

宣言：如果耶稣为我而死，即使我没有得到别人的认可，我也有巨大的价值(在你心目中赢得战争，55) (他提出了一个很好的观点：价值取决于某人愿意为它支付多少钱。我们可能认为一幅画没有那么好，但如果它是出自于毕加索画的，那么人们愿意为它支付数百万美元，这就是它的价值所在。有时，我们可能认为我们不值钱，但如果耶稣愿意为我们付出他的一生，那么我们就是无价之宝。)

当我们在脑海中听到这些谎言时，我们必须说出真相。一旦我们知道了真相，我们会采取不同的行动。

2)如果我们想治愈我们的心灵，用你的身体来帮助我们。圣保禄写道：「献上你们的身体当作生活，圣洁和悦乐天主的祭品。」

犹太人献动物祭祀天主；我们通过避免犯罪和行善来献上我们的身体。圣若望·金口写道：「当眼睛不看邪恶，舌头不说脏话，手不做任何违法的事情时，身体就是祭品。不仅如此，手必须施舍，嘴必须祝福咒骂你的人，耳朵必须听从圣经的朗读。

如果我们想治愈我们的思想，不要看手机上的垃圾，停止说脏话—最终。并遵循乔丹·彼得森（Jordan Peterson）的数字法则：挺直身子，肩膀向后--如果你行动得更自信，你就会感觉更自信。

但是，不仅仅是这样！我们以我们的身体和思想荣耀天主！当我们不想祈祷的时候，跪下来--这会驱使你祈祷的意念。当我们感觉不到与天主的亲近时，去圣体小堂，待在那里直到你感觉到与祂亲近为止。别告诉我你在祈祷的时候睡着了；站着祈祷，你的头脑就会更警觉。

圣保禄的这句话实际上是关于敬拜，在祷告中把我们的身体献给天主，就像耶稣在十字架上献上祂的身体一样。毫无感觉的祈祷是最令天主愉悦的。当我们选择在这些神枯的日子里爱天主的时候，我们离结束神枯的日子就不远了。

3)圣保禄说：他所要说的这一献祭「是你的属灵崇拜」，希腊语中「属灵」一词是logiken，因为它与合乎逻辑、合理的东西有关。我不知道你们是否学会了，但我们天主教信仰中的很多东西都强调真理、现实、合理和合乎逻辑的东西，这就是为什么哲学与我们的神学紧密相连，也是我们热爱科学的原因，因为如果这是真的，那就是真的。

我们听说过附带损害（collateral damage）这一术语，这里是属灵的附带裨益。当你寻找好的东西时，你会看到好的东西。总有一天你会心怀感激，你会

开始看到你周围的美好事物。

不，但这不是许愿似的意念。(有人还记得《周六夜现场短剧》中关于自助大师斯图尔特·斯莫利 (Stuart Smalley) 的小品吗？他总是告诉别人说，‘我足够好，我足够聪明，该死的，人们喜欢我。’这很有趣，因为这不符合逻辑。如果人们不喜欢你怎么办？)

附带裨益不能让我们看到我们想看到的，而是看到真相：当生活艰难时，我们身边有善吗？在我们受苦的情况下天主仍然在为我们工作么

在圣保禄生命的末期，他有去罗马传福音的策略计划，福音将从帝国的中心传播出去。但是，这个计划从未实现。他作为等待审判的囚犯抵达罗马。于是，他在监狱里给斐理伯人写了一封信：「现在，我想让你们知道，兄弟姐妹们，发生在我身上的事情真的很糟糕。他实际上写的是更合乎逻辑的：「弟兄们！我愿意告诉你们，我的环境对于福音的进展，反而更有了益处，以致御营全军和其余总人都明明知道，我带锁链是为基督的缘故；并且大多数的弟兄，见我带锁链，就依靠主，更敢讲论天主的道理，一点也不害怕。」(斐1 12-14)

4)保禄写道：「不要顺从这个世界，」而要藉着思想的更新而改变。

所有家长都普遍认为，我们的孩子过度使用电子设备和社交媒体并不好。但是，多年来，我曾与父母交谈鼓励他们坚持自己的信念，发现小学生父母给孩子买手机的主要原因是为了让他们的孩子好融入！这就是为什么圣保禄告诉我们，「不要顺从这个世界。」关于从众，有一件有趣真理：它让我们的孩子变得平庸。根据定义，做别人都在做的事情会让我们变得平庸。我们不应该为了不同而不同，但是，如果我们想让我们的孩子更快乐，更少的心理健康问题，那么我们就必须以不同的方式思考和生活。

希腊语中「转化」*metamorphousthe* 的意思是「圣化」。当天主的恩典开始指引我们的思想时，就会发生蜕变。

经当事人允许，我分享一段我与我们学校的一名学生进行了美好的对话，我问她「耶稣是你生活的中心吗？」

值得称赞的是，她理解这个问题，认真对待它，并给出了一个很好的答案：我不知道。我能考虑一下吗？(这不是人们用在我身上的借口之一，「我会考虑的」，然后就跑掉!)。她是认真的，因为一周后，她告诉我她还在考虑这件事。

所以，我跟她的母亲这样说：「你和你的丈夫做得很好，因为你的孩子比大多数人都幸福！」他们彬彬有礼，慷慨大方。在告诉我和她女儿的对话后，我问这位母亲，「耶稣是你生活的中心吗？」「是的。」你爱耶稣胜过爱你的孩子吗？」「是的，」毫不犹豫地说。重点是：因为她在心中顺从基督，她非常爱她的孩子，她以不同的方式更好地养育孩子，这就是为什么她的孩子更快乐、有美德的原因。

让我们以宣布两个简短的信息来结束：1)我们正在探索在我们的堂区设立精神健康事工，因为我们知道天主希望我们以一种微小但具体的方式帮助我们解决不断增长的问题。有一位天主教慈善家**Andy Szocs**，他甚至没有来过这个堂区，但他热爱天主在这里所做的事情，并愿意支付一份兼职工作的薪金来启动这项事工。所以，愿天主的旨意呈现！2)我们的《圣经之旅》将从**9月14日** 星期四开始。，这是一段见证 视频。

中文繁體

(本篇譯稿為黃謙善神父主日講道，若內容有不一致的情況，一概以英文原稿為準。)

去年我讀了這本《贏得你心中的戰爭Winning the War in Your Mind》的書，因為我知道我的大多數問題都是存在於我的腦海之中的自戕之舉。這裡的一些人也因此書而受益。作者是出色的福傳牧師克雷格·格羅謝爾（Craig Groeschel）他講述了一個滑稽的故事，他的教會工作人員經常在教堂辦公室前玩遊戲。有一天，當他上班時，另一位牧師凱文（Kevin）躲在壁櫥裡想嚇唬他一下。但是，克雷格（Craig Groeschel）意識到有些不對勁，於是迅速打開和關上門，並用腳頂住門。他告訴凱文，他正在用一把椅子把門楔住，但他無法把椅子塞進去。所以，他就撒了個謊，「現在門把手下面有把椅子了，凱文。你出不來了！」。顯然，凱文相信了這個謊言，始終沒有試著打開門。他只是要求被放出來！然後克雷格就去與一對準備結婚的夫婦會面去了，而凱文被困在裡頭苦苦等待，他所要做的就只是打開門。關鍵是我們相信太多的謊言而作繭自縛。

讓我們來看看簡短的讀經二羅馬書中的四條真理：「所以，兄弟姐妹們，我以天主的仁慈請求你們，獻上你們的身體當作生活，聖潔和悅樂天主的祭品：這才是你們合理的敬禮。你們不可與此世同化反而應以更新的心思變化自己，為使你們辨別什麼是天主的旨意，什麼是善事，什麼是悅樂天主的事，什麼是成全的事」(羅12 1-2)

1)我們要認識到的第一個真理是 信德總是緊隨著行動。聖保祿的所有書信都以我們的信仰開始，然後是我們應該如何行動。「天主的憐憫」是羅馬書前十一章的主題，「因此」後五章是我們應該如何回應。

這一點很重要，因為你不一定要做個好人才能贏得天主的愛，但因為你已被愛了，你就應該好好表現。

我們需要用真相取代謊言。比如，因為他家裡沒有別人富裕，他不得不穿著仿製的名牌服裝，但隨後感覺自己很虛偽。小學二年級時他發現自己是色盲，所以覺得自己有缺陷。他的父親是一名小聯盟棒球運動員，但克雷格懷疑自己，所以覺得自己不夠好。即使作為一名舉世聞名的牧師，他也飽受沒有安全感的痛苦：上週的佈道不夠好，本週的也是如此。

因此，他這樣寫下了自己的心理鬥爭：

問題：工作過度(他會在周末、深夜工作，犧牲家庭和 건강)

謊言：我希望得到別人的認可。

真理：「基督在我們還是罪人的時候，就為我們死了，這證明天主怎樣愛我們。」(羅5 8)

宣言：如果耶穌為我而死，即使我沒有得到別人的認可，我也有巨大的價值(在你心目中贏得戰爭，55) (他提出了一個很好的觀點：價值取決於某人願意為它支付多少錢。我們可能認為一幅畫沒有那麼好，但如果它是出自於畢加索畫的，那麼人們願意為它支付數百萬美元，這就是它的價值所在。有時，我們可能認為我們不值錢，但如果耶穌願意為我們付出他的一生，那麼我們就是無價之寶。)

當我們在腦海中聽到這些謊言時，我們必須說出真相。一旦我們知道了真相，我們就會採取不同的行動。

2)如果我們想治愈我們的心靈，用你的身體來幫助我們。聖保祿寫道：「獻上你們的身體當作生活，聖潔和悅樂天主的祭品。」

猶太人以獻上動物祭祀天主；我們通過避免犯罪和行善來獻上我們的身體。聖若望·金口寫道：「當眼睛不看邪惡，舌頭不說髒話，手不做任何違法的事情時，身體就是祭品。不僅如此，手必須施捨，嘴必須祝福咒罵你的人，耳朵必須聽從聖經的朗讀。

如果我們想治愈我們的思想，不要看手機上的垃圾，停止說髒話—最終。並遵循喬丹·彼得森（Jordan Peterson）的數字法則：挺直身子，肩膀向後--如果你行動得更自信，你就會感覺更自信。

但是，不僅僅是這樣！我們以我們的身體和思想榮耀天主！當我們不想祈禱的時候，跪下來--這會驅使你有祈禱的意念。當我們感覺不到與天主的親近時，去聖體小堂，待在那裡直到你感覺到與祂親近為止。別告訴我你在祈禱的時候睡著了；站著祈禱，你的頭腦就會更警覺。

聖保祿的這句話實際上是關於敬拜，在禱告中把我們的身體獻給天主，就像耶穌在十字架上獻上祂的身體一樣。毫無感覺的祈禱是最令天主愉悅的。當我們選擇在這些神枯的日子裡愛天主的時候，我們離結束神枯的日子就不遠了。

3)聖保祿說：他所要說的這一獻祭「是你的屬靈崇拜」，希臘語中「屬靈的」一詞是logiken，因為它與合乎邏輯、合理的東西有關。我不知道你們是否學會了，但我們天主教信仰中的很多東西都強調真理、現實、合理和合乎邏輯的東西，這就是為什麼哲學與我們的神學緊密相連，也是我們熱愛科學的原因，因為如果這是真的，那就是真的。

我們聽說過附帶損害（collateral damage）這一術語，這裡是屬靈的附帶裨益。當你尋找好的東西時，你會看到好的東西。總有一天你會心懷感激，你會開始看到你周圍的美好事物。

不，但這不是許願似的意念。（有人還記得《週六夜現場短劇》中關於自助大師斯圖爾特·斯莫利（Stuart Smalley）的小品嗎？他總是告訴別人說，'我足夠好，我足夠聰明，該死的，人們喜歡我。'這很有趣，因為這不符合邏輯。如果人們不喜歡你怎麼辦？）

附帶裨益不能讓我們看到我們想看到的，而是看到真相：當生活艱難時，我們身邊有善嗎？在我們受苦的情況下天主仍然在為我們工作麼？

在聖保祿生命的末期，他有去羅馬傳福音的策略計劃，福音將從帝國的中心傳播出去。但是，這個計劃從未實現。他作為等待審判的囚犯抵達羅馬。於是，他在監獄裡給斐理伯人寫了一封信：「現在，我想讓你們知道，兄弟姐妹們，發生在我身上的事情真的很糟糕。他實際上寫的是更合乎邏輯的：「弟兄們！我願意告訴你們，我的環境對於福音的進展，反而更有了益處，以致御營全軍和其餘總人都明明知道，我帶鎖鍊是為基督的緣故；並且大多數的弟兄，見我帶鎖鏈，就依靠主，更敢講論天主的道理，一點也不害怕。」（斐1 12-14）

4)保祿寫道：「不要順從這個世界，」而要藉著思想的更新而改變。

所有家長都普遍認為，我們的孩子過度使用電子設備和社交媒體並不好。但是，多年來，我曾與父母交談鼓勵他們堅持自己的信念，發現小學生父母給孩子買手機的主要原因是為了讓他們的孩子好融入！這就是為什麼聖保祿告訴我們，「不要順從這個世界。」關於從眾，有一件有趣真理：它讓我們的孩子變得平庸。根據定義，做別人都在做的事情會讓我們變得平庸。我們不

應該為了不同而不同，但是，如果我們想讓我們的孩子更快樂，更少的心理健康問題，那麼我們就必須以不同的方式思考和生活。

希臘語中「轉化」metamorphousthe 的意思是「聖化」。當天主的恩典開始指引我們的思想時，就會發生蛻變。

經當事人允許，我分享一段我與我們學校的一名學生進行了美好的對話，我問她「耶穌是你生活的中心嗎？」

值得稱讚的是，她理解這個問題，認真對待它，並給出了一個很好的答案：我不知道。我能考慮一下嗎？(這不是人們用在我身上的藉口之一，「我會考慮的」，然後就跑掉！)她是認真的，因為一周後，她告訴我她還在考慮這件事。

所以，我跟她的母親這樣說：「你和你的丈夫做得很好，因為你的孩子比大多數人都幸福！」他們彬彬有禮，慷慨大方。在告訴我和她女兒的對話後，我問這位母親，「耶穌是你生活的中心嗎？」「是的。」你愛耶穌勝過愛你的孩子嗎？」「是的，」毫不猶豫地說。重點是：因為她在心中順從基督，她非常愛她的孩子，她以不同的方式更好地養育孩子，這就是為什麼她的孩子更快樂、有美德的原因。

讓我們以宣布兩個簡短的信息來結束：1)我們正在探索在我們的堂區設立精神健康事工，因為我們知道天主希望我們以一種微小但具體的方式幫助我們解決不斷增長的問題。有一位天主教慈善家**Andy Szocs**，他甚至沒有來過這個堂區，但他熱愛天主在這裡所做的事情，並願意支付一份兼職工作的薪金來啟動這項事工。所以，願天主的旨意呈現！2)我們的《聖經之旅》將從9月14日星期四開始。，這是一段見證視頻。