

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。)

两个月前，我们讨论了在我们的一生中，我们从天主那里得到了多少怜悯，并用1到5来打分。今天，让我们思考另一个现实：以1到5来衡量我们在生活中经历了多少痛苦。请注意，这个衡量方式包括了我们痛苦的反应，因为这通常是我们所忍受的痛苦程度的表现。

1-关于痛苦，我没想过太多(因为我没有经历过太多)

2-我的生活中发生了太多糟糕的事情，以至经常感到沮丧。

3-有几次，痛苦的程度让我不得不思考它。(注意，在第二级中，我们感到沮丧，但不去想它。在第三级，我们开始问问题，因为痛苦太大了。)

4-我的痛苦如此强烈，以至于我认真地思考为什么这种事情经常发生在我身上。

5-苦难总是萦绕在我的脑海里，因为我一生都被逼到极限。

这不是一个完美的尺度，因为我们对痛苦的感知是非常主观的。我关注的关键观点是，我们的苦难会促使我们思考多少。我们想得越多，我们就越能成长。如果我们不去思考，苦难只会导致憎恨。

今天是关于期望逆转的四部分系列文章的第三部分。今天的消息是：苦难是一个机会。这不是一件好事，如果你真的正挣扎其中，我并不是要给你冷冰冰

的安慰，但苦难也可以带来好事。我认识一个年轻人，他的哥哥天生失明，他小时候目睹了很多人去世。我告诉他，在我看来，这可能是他在灵性上比大多数同龄人更成熟的一个原因。

我们不会考虑天主为什么任凭苦难发生的问题，因为我们已经这样做过几次了。现在，让我们默想福音中所说的五句话，每句话都帮助我们将苦难视为机会。

「在当天晚上，耶稣对门徒说：『我们渡海到对岸去罢!』他们遂离开群众，就照他在船上的原状，带他走了；与他一起的还有别的小船。」(谷四35-36)。耶稣指示门徒过河到东岸，那是外邦人的领地，因为他想和他们分享福音，那将是门徒们第一次去那里。所以，『我们渡海到对岸去罢!』这句话，象征着他如何努力使我们成熟。我们现在所经历的苦难是经耶稣允许来帮助我们成长的!

例如，你们中的年轻人知道，你们这一代人挣扎在如此多的焦虑之中，部分原因是，尽管不是你们自己的错，你们一直是最受保护的一代。解决办法不是避免导致焦虑的痛苦。方法是每当你遭受痛苦，借机增强力量和韧性!不要让你的父母为你做所有的事情(做饭，打扫，开车送你到这到那)，否则，你会变得软弱和依赖。

受苦的一个重要的目的是在内心建造天堂。如果生活美好，我们通常都会很开心，但那只是天堂的一部分。然而，如果人们对我们不好，我们生病了，我们的幸福就消失了。但是，有些人，因为他们充满了耶稣的爱，内心有天堂:当人们对他们不好的时候，他们仍然爱;当他们生病的时候，他们仍然爱着，所以天堂就在这儿-心里，没有什么能把它从他们身上夺走。

忽然，狂风大作，波浪打进船内，以致小船已满了水。耶稣却在船尾依枕而睡。他们叫醒他，给他说：「师傅!我们要丧亡了，你不管吗？」(4:37-38)。他们的话不是质疑而是指责。指责耶稣不关心是我们脑海中最具破坏性的想法之一」(Daniel Mueggenborg, *Come Follow Me, Year B, 192*)。问耶稣我们为什么受苦是可以的，但不要怀疑他对你的爱。

几周前，我们播放了Kevin Chow受洗后的视频。他的一个主要反思是，他不想总是去找天主要东西，因为他知道，把我们与天主的关系看作是一种交易是错误的: 我们遵守他的规则，他就会祝福我们。我得到了他的允许，在这里讲一件他没有说的事，那就是在新冠肺炎疫情封锁期间，他经常来教堂祈祷，当我看到他时，我知道他很痛苦。重点是: 他做了对的事情，去找耶稣，没有控诉祂也没有跟祂交易。

在教堂建筑中，教堂的主体被称为中殿，意思是船(不是开玩笑)，因为它有一个颠倒的船的形状(<https://i.ytimg.com/vi/otVWIANAOfc/hq720.jpg?sqp=-oaymwEhCK4FEIIDSFRyq4qpAxMIARUAAAAGAEIAADIQj0AgKJD&rs=AO4CLAxYWQRxmQej2kmwvPOqAup6jC4nA>)(以相同的角度拍摄教堂，然后将其倒过来)。耶稣就在会幕里，看起来好像睡着了，但他掌管一切。受苦是接近耶稣的机会，而不是交易

耶稣醒来，叱责了风，并向海说：「不要作声，平定了罢!」风就停止了，遂大为平静。」(4:39)。耶稣有能力战胜所有的痛苦，并在合适的时候给予救助，如果我们知道了这一点，就会充满自信和勇气地生活

我读过一个故事，讲的是一个执事因为他没有犯下的罪行而进了监狱。在不同的地方，有人三次告诉他耶稣对圣保禄说的话，我的恩典够你用的(哥林多后书12章)。入狱前，他承认他只在理性上认识耶稣的力量 入狱之后，他亲

身体会到了这一点(Jeff Cavins & Matthew Pinto, *Amazing Grace for Those Who Suffer*, 46)。苦难是我们真正认识耶稣大能的机会，这样我们知道自己被照顾着

耶稣对他们说：「为什么你们这样胆怯？你们怎么还没有信德呢？」(4:40)。对父母来说，生活中最痛苦的事情之一就是孩子不信任我们。耶稣也是如此；当我们不信任祂时，我们对祂就没有信心。

如果我们爱耶稣，苦难就是我们给祂的最好礼物的机会，那就是对祂说，我知道你是好的。我知道你会照顾我的。

「他们非常惊惧，彼此说：『这人到底是谁？连风和海也听从他！(4:41)。在暴风雨中，门徒称耶稣为“师傅”，这是真的，但这还不够。这就像称呼我们的父母为先生或女士一样——忽略了他们的基本身份。同样地，当人们只把耶稣当作一个老师时，这是不够的。祂是上帝。祂没有请求天父平息风暴，而是自己平息风暴，因为祂也是天主

当我们从苦难中脱身，看到了耶稣是如何佑护我们的，希望我们就会明白祂是天主，并如此称呼祂

回到我们所忍受的苦难的衡量，那些遭受过苦难的人实际上有更多的机会。我没有遭受太多的痛苦，但已经足够让我思考很多了。

我就简单地分享一下，因为有些人认为这对你有帮助。当我还是个孩子的时候，我记得我朋友们让我深深失望，但这把我引向了耶稣。我在高中时被打，但那使我改变了自己的行为。耶稣让我放弃婚姻，那感觉就像死亡一样，因为我所有的个人梦想都幻灭了。但是耶稣给了我更好的东西，祂自己，我

经历了复活——我们中的一些人经历过。和平是如此美好，我希望我们所有人都能经历这种死亡体验!

我希望你更多地反思你的苦难和耶稣在你的生命中的作为，这是到达“彼岸”的唯一途径。苦难是一个机会。

中文繁體

(本篇譯文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。)

兩個月前，我們討論了在我們的一生中，我們從天主那裡得到了多少憐憫，並用1到5來打分。今天，讓我們思考另一個現實：以1到5來衡量我們在生活中經歷了多少痛苦。請注意，這個測量方式包括了我們對痛苦的反應，因為這通常是我們所忍受的痛苦程度的表現。

1-關於痛苦，我沒想過太多 (因為我沒有經歷過太多)

2-我的生活中發生了太多糟糕的事情，以至經常感到沮喪。

3-有幾次，痛苦的程度讓我必須思考它。(注意，在第二級中，我們感到沮喪，但不去想它。在第三級，我們開始問問題，因為痛苦太大了。)

4-我的痛苦如此強烈，以至於我認真地思考為什麼這種事情經常發生在我身上。

5 - 苦難總是縈繞在我的腦海裡，因為我一生都被逼到極限。

這不是一個完美的尺度，因為我們對痛苦的感知是非常主觀的。我關注的關鍵觀點是，我們的苦難會促使我們思考多少。我們想得越多，就越能成長。如果我們不去思考，苦難只會導致憎恨。

今天是關於期望逆轉的四部分系列文章的第三部分。今天的信息是：苦難是一個機會。這不是一件好事，如果你真的在掙扎其中，我並不是要給你冷冰冰的安慰，但苦難也可以帶來好事。我認識一個年輕人，他的哥哥天生失明，他小時候目睹了許多人過世。我告訴他，在我看來，這可能是他在靈性上比大多數同齡人更成熟的一個原因。

我們不會考慮天主為什麼任憑苦難發生的問題，因為我們已經這樣做過幾次了。現在，讓我們默想福音中所說的五句話，每句話都幫助我們將苦難視為機會。

「當天晚上，耶穌對門徒說：『我們渡海到對岸去罷!』他們遂離開群眾，就照他在船上的原狀，帶他走了；與他一起的還有別的小船。」(谷四35-36)。耶穌指示門徒過河到東岸，那是外邦人的領地，因為他想和他們分享福音，那將是門徒第一次去那裡。所以，『我們渡海到對岸去罷!』這句話，象徵他如何努力使我們成熟。我們現在所經歷的苦難，是經耶穌允許來幫助我們成長的!

例如，你們中的年輕人知道，你們這一代人掙扎在如此多的焦慮之中，部分原因是，儘管不是你們自己的錯，你們一直是最受保護的一代。解決辦法不是避免導致焦慮的痛苦。方法是每當你遭受痛苦，藉機增強力量和韌性!不要讓你的父母為你做所有的事情(做飯，打掃，開車送你到這到那)，否則，你會變得軟弱和依賴。

受苦的一個重要的目的是在內心建造天堂。如果生活美好，我們通常都會很開心，但那隻是天堂的一部分。然而，如果人們對我們不好，我們生病了，我們的幸福就消失了。但是，有些人，因為他們充滿了耶穌的愛，內心有天堂:當人們對他們不好的時候，他們仍然愛;當他們生病的時候，他們仍然愛著，所以天堂就在這兒- 心裡，沒有什麼能把它從他們身上奪走。

「忽然，狂風大作，波浪打進船內，以致小船已滿了水。耶穌卻在船尾依枕而睡。他們叫醒他，給他說：「師傅!我們要喪亡了，你不管嗎?」(4:37-38)。他們的話不是質疑而是指責。指責耶穌不關心是「我們腦海中最具破壞性的想法之一」(Daniel Mueggenborg, *Come Follow Me, Year B, 192*)。問耶穌我們為什麼受苦是可以的，但不要懷疑祂對你的愛。

幾週前，我們播放了Kevin Chow受洗後的影片。他的一個主要反思是，他不想總是去找天主要東西，因為他知道，把我們與天主的關係看作是一種交易是錯誤的:我們遵守他的規則，他就會祝福我們。我得到了他的允許，在這裡講一件他沒有說的事，那就是在新冠肺炎疫情封鎖期間，他經常來教堂祈禱，當我看到他時，我知道他很痛苦。重點是:他做了對的事情，去找耶穌，沒有控訴祂也沒有跟祂交易。

在教堂建築中，教堂的主體被稱為中殿，意思是船(不是開玩笑)，因為它有一個顛倒的船的形狀(<https://i.ytimg.com/vi/otVWIANAOfc/hq720.jpg?sqp=--oaymwEhCK4FEIIDSFRyq4qpAxMIARUAAAAGAEIAADIQj0AgKJD&rs=AOn4CLAxWQRxmQej2kmwvPOqAup6jC4nA>)(以相同的角度拍攝教堂，然後將其倒過來拍攝教堂，然後將其倒過來)。耶穌就在會幕裡，看起來好像睡著了，但祂掌管一切。受苦是接近耶穌的機會，而不是交易。

「耶穌醒來，叱責了風，並向海說：「不要作聲，平定了罷！」風就停止了，遂大為平靜。」(4:39)。耶穌有能力戰勝所有的痛苦，並在適當的時候給予救助，如果我們知道了這一點，就會充滿自信和勇氣地生活。

我讀過一個故事，講的是一個執事因為他沒有犯下的罪而進了監獄。在不同的地方，有人三次告訴他耶穌對聖保羅說的話，「我的恩典夠你用的」(哥林多後書12章)。入獄前，他承認他只在理性上認識耶穌的力量。入獄之後，他親身體會到了這一點(Jeff Cavins & Matthew Pinto, *Amazing Grace for Those Who Suffer*, 46)。苦難是我們真正認識耶穌大能的機會，好讓我們知道自己被照顧。

耶穌對他們說：「為什麼你們這樣膽怯？你們怎麼還沒有信德呢？」(4:40)。對父母來說，生活中最痛苦的事情之一就是孩子不信任我們。耶穌也是如此；當我們不信任祂時，我們對祂就沒有信心。

如果我們愛耶穌，苦難就是我們給祂的最好禮物的機會，那就是對祂說，「我知道你是好的。我知道你會照顧我的。」

「他們非常驚懼，彼此說：『這人到底是誰？連風和海也聽從他！(4:41)。在暴風雨中，門徒稱耶穌為“師傅”，這是真的，但這還不夠。這就像稱呼我們的父母為“先生”或“女士”一樣——忽略了他們的基本身份。同樣地，當人們只把耶穌當作老師時，這是不夠的。祂是上帝。祂沒有請求天父平息風暴，而是自己平息風暴，因為祂也是天主。」

當我們從苦難中脫身，看到了耶穌是如何佑護我們的，希望我們就會明白祂是天主，並且如此稱呼祂。

回到我們所忍受的苦難的衡量，那些遭受苦難的人實際上有更多的機會。我沒有遭受太多的痛苦，但已經足夠讓我思考很多了。

我就簡單地分享一下，因為有些人認為這對你有幫助。當我還是個孩子的時候，我記得我朋友們讓我深深失望，但這把我引向了耶穌。我在高中時被打，但那使我改變了自己的行為。耶穌讓我放棄婚姻，那感覺就像死亡一樣，因為我所有的個人夢想都幻滅了。但耶穌給了我更好的東西，祂自己，我經歷了復活——我們中的一些人經歷過。和平是如此美好，我希望我們所有人都能經歷這種死亡體驗!

我希望你更反思你的苦難和耶穌在你的生命中的作為，這是到達「彼岸」的唯一途徑。苦難是一個機會。