

主題十：「出入平安」（普及班 G01 組學習的成果）

編輯：G01 組長 Dominic Chow （2025 年 9 月 1 日）

—— 學員們與組長互動的分享 ——

《了解神聖》網上課程第二部分的第十三課：「出入平安（理論）」

Canny 組員：基督徒不一樣的出入平安

出入平安是甚麼呢？當我們有了軀體，自然有動有靜、有出有入，人生本是如此。在一動一靜中我們會祝願有平安，但我們這些希望和願景，是很取決於究竟自己是一般的世俗人、抑或是剔除神聖的宗教人、抑或是效法耶穌基督的基督徒，因為基督徒的出入平安願景是超凡的與眾不同。

通常中國文化所指的平安就是平穩、安全、沒有危險，好話說盡，可是最終也要出生入死面對死亡。但在猶太文化中，平安就是(shalom)，它不單只包含和平-比平安更高的層次，還有「完整」、「圓滿」、「幸福滿足」等意思。平安是由天主所賜，祂就是平安的源頭。上主對耶肋米亞先知說：「誠然，我知道我對你們所懷的計劃，是和平而不是災禍的計劃，令你們有前途，有希望。那時，你們呼求我，前來懇求我，我必俯聽。」（耶肋米亞書 29:11-12）。

在創世之初，天主與人的關係本來是完好無缺的，祂願意將天上的平安賜給人，可惜人犯罪以後與天主的關係破裂，無法圓滿。天主深愛世人，派遣祂的愛子耶穌降生成人，作為天主與人的中保。耶穌以無罪之身，為罪人作贖罪祭，被釘在十字架上，受難-死亡-復活-升天。耶穌出死入生戰勝了死亡，為人帶來了永生的福樂。

耶穌在光榮復活後對門徒說：「願你們平安！」表示門徒與天主的裂痕已經修補了，並且與他們分享天上的平安。耶穌曾對門徒說：「我把平安留給你們，我將我的平安賜給你們；我所賜給你們的，不像世界所賜的一樣。你們心裏不要煩亂，也不要膽怯。」（若 14:27）他又安慰門徒：「我給你們講了這一切，是要你們在我內得到平安。在世界上你們要受苦難；然而你們放心，我已戰勝了世界。」（若 16:33）因此耶穌不是為門徒消災解難，保佑他們從此平安順遂，祂早已說明門徒是會受苦受難的，但是聖父聖子聖神的平安會與他們同在，因而令他們無懼面對世界的種種挑戰。原來最自由的境界就是放棄自由，最高生命的境界就是放棄生命，死亡並非結束生命，而是永生的開始。

基督徒在領洗以後，脫去舊人成為新人、成為主的居所、聖神的宮殿，也會獲享聖三所賜的平安。當人時常效法基督，在祂的道路上邁進，愛主愛人、和平友愛、慈悲喜捨、無分彼此、互助互讓、白白得來、白白分施、原諒自己、寬恕別人、以身作則、傳揚福音，那時天主神聖的平安便會臨現，使深信主的人在風雨中無畏無懼地勇往直前。

《祥》

平安極珍貴，在心中滿平靜，平安極珍貴，是天主的眷顧，能教我變換，盡力去做個和平人，平安是福氣，載於心，更莫辭！

《方濟各的祈禱》

天主，使我作你和平的工具，在有仇恨的地方，讓我播種仁愛；在有殘害的地方，讓我播種寬恕；在有猜疑的地方，讓我播種信任；在有絕望的地方，讓我播種希望；在有黑暗的地方，讓我播種光明；在有憂苦的地方，讓我播種喜樂。

《主禱文》

我們的天父，願祢的名受顯揚；願祢的國來臨；願祢的旨意奉行在人間，如同在天上。求祢今天賞給我們日用的食糧；求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣；不要讓我們陷於誘惑；但救我們免於凶惡。亞孟。

組長：Canny，感謝妳為大家做了一個十分好的分享！

基督徒的「出入平安」確實是與別不同的，就是與一般的世俗人及剔除神聖的宗教人不同。基督徒的平安是耶穌基督所賜予的平安，是超凡入聖的。耶穌說：「我把平安留給你們，我將我的平安賜給你們；我所賜給你們的，不像世界所賜的一樣。」（若 14:27）

猶太人慣常以「平安」（希伯來語 shalom）互相問候，而那猶太人的 shalom 觀念用在聖經上，其含意是非常豐富的。事實上，世界上沒有一種文字，能夠用一個字來表達出聖經上的「Shalom」意義。它象徵圓滿和完美、一無所缺，並發自內心的安靜平和及滿足的境界。

Ada 組員：出入平安(理論)

如果我們想做到(入者平安，出者健康)，那麼讓我們一起想想在我們生命之中是不是有些東西缺少了，就是我們的平安。所以，平安和喜樂可以成為我們生命的力量，不過，似乎我們身處這個地方實在不是很平安，亦不是很快樂，因為鬥爭和物質的影響，健康和疾病都使我們對著遠景有點別的憧憬。希望這個題目能夠使我們可以體驗到生命的價值和意義。有時遇到困境時也會問問自己「你心中有平安嗎？你幸福嗎？你活得開心嗎？」如果我們能夠看透自己的時候，你就會發覺到我們的可憐，是因為我們大家在鬥爭，大家不知足，大家不願意在生命之中跨出一步，放下自己的鬥爭，及放下自己的執著，用愛心去幫助那些需要幫助的人。曾參加為露宿者派飯，我記得在露宿者的生命之中，給他一碗飯也很開心，因為他在沒有之中，有人關心，他會很感謝，他吃飯的時候會感到幸福。我們不幸福，因為我們一邊吃，一邊抱怨，一邊做，也在埋怨。其實，在信仰之中，天主說：天主不看情面，但天主在愛之中給我們力量，所以「不看情面」這句話，並不是恐嚇的話，

是一股喚醒的力量，祂透過聖言要我們徹底地反省一下，生命中甚麼才算是喜樂，平安，甚麼是幸福。我們為了提升這份愛的高尚情懷，在信仰上，我們特別願意和天主一起，與天主一起的時候，我們看看時代的徵兆，或是我們看看早晨離家工作黃昏平安回家的親人，你覺得平安幸福嗎？

我們都談過有愛心便有平安，好像聖經所說的孩子們，我們愛不可只用言語，也不可只用口舌，而要用行動和事實。這就是出於真理，因為說了，做了，是真實的，說了而不做的話，是自我欺騙自己，也欺騙別人，如果在信仰上，我們說還騙了天主。所以，我們說實踐真理，力行仁愛，這才是基督徒的方向，創造幸福，創造喜樂，創造平安的方向。

我們會問：如何實踐，如何力行呢？聖經中有個故事，這個故事說關於葡萄樹，你要這棵葡萄樹結出好的果實，你便要將不好的枝條剪掉，好的枝條便要整理，修剪和整理是很重要的。實踐和力行，就是修剪和整理，我們要修剪我們的心，整理我們的心，修剪自己就是剝落自己，將不好的事掉棄。所以，我們會說心病要從自己的心醫治，如果你自己不治好自己的話，永遠執著，永遠埋怨的時候，何來平安？何來喜樂？所以，在修剪之中，不要怕痛，大刀闊斧地修剪，將不好的習慣剪掉，你便能有好的生命，然後，它會種出的便是善果。在實踐之中，我們也要認識，認識自己是否願意努力，人人都可以做到，只是我們不努力，不努力就是懶惰，懶惰會使我們有很多藉口，「我沒有力量」、「我身體不適」、「我睡得不好」、「我吃得不好，所以我不能辦事」，其實，不是的，有很多事，我們認識了之後，我便要從心中的善，拿出我們生命的堅信，沒有虛偽，不要自己騙自己，要學習耶穌所說的良善心謙，然後也學習相親相愛。在相親相愛之中，我們更明白善惡是非，是要我們在內心發展出來。這個發展就好像我們經常強調的，祇要我們心中是潔淨，就如同發亮的明珠，但是這顆明珠很多時被我們的慾望染上了塵，何來發光呢？所以，我們心中的明珠已被塵封，就要學習去塵，要是我們能這樣做的話，快樂在心中出來。所以，我們會說力行仁愛，就在於我們能否灑脫地化成飛鳥展翅高飛，逍遙自在，天地皆樂。

組長：Ada，感謝妳為大家做了一個十分好的分享！

妳說：「平安和喜樂可以成為我們生命的力量，不過，似乎我們身處這個地方實在不是很平安，亦不是很快樂，因為鬥爭和物質的影響，健康和疾病都使我們對著願景有點別的憧憬。」

當人生活在充滿鬥爭的環境中，或者缺乏金錢和物質的保障，又或者受到疾病煎熬的時候，的確會感到不平安，不快樂。因為世俗人所追求的平安只是著眼於生活平穩、一帆風順、趨吉避凶，那是與基督信仰所說的平安不一樣。事實上，我們藉著基督的救恩成為基督徒之後，並不會改變那現實的生活景況，也不能趨吉避凶。雖然如此，基督徒應該是平安喜樂的，因為基督徒的希望，不在於能否掌控世事，而在於我們認識的天主是極愛我們的。即使在我們經歷患難時，我們也相信天主是在暗中用以成就救靈的工作。

妳說：「有愛心便有平安。」的確，生命的豐盛在於愛的慷慨。愛主愛人，令人不單是自己，而是藉着自己的少少努力，讓他人也能進入天堂。且看妳曾參加為露宿者派飯，能夠看到在露宿者的生命之中，給他一碗飯也很開心，因為他在沒有之中，有人關心，他會很感謝，他吃飯的時候會感到幸福。

John 組員：請容讓我對出入平安這話題分享一點點不成熟的見解。平安表達了沒有危險、不受侵害，或狀態平穩、沒有動蕩的意思。既是一種美好的祝願、也是對生活的希望和憧憬。安，也可以是指內心平安。

中國傳統哲學思想充滿了關於安這辭句的教義。莊子《養生主》安時而處順，哀樂不能入也。莊子可以無動於衷地不為得失所干擾，完全得力於一個順字，安於時而居其順，自能得到精神上的寧靜。此外北宋《石門文字禪》有文章以：隨所寓而安之為舟舫，來形容一種順應自然、不為外物所拘束的心境。隨遇而安這個句語，後來被引申為形容人能夠適應各種不同的環境，不論身處何種境遇，都能保持平和的心態，不為外物所困擾。

從我們的天主教信仰立場來說，平安其實也表達了美好的祝福。馬爾谷福音第五章記錄著耶穌治癒患血漏十二年的婦人的事件，當時耶穌向婦人說：女兒，你的信德救了你，平安去罷！耶穌跟著在馬爾谷福音第九章中敦促：在你們中間當有鹽，又該彼此和平相處。另外耶穌在若望福音第十四章安慰我們：我把平安留給你們，我將我的平安賜給你們。然後在若望福音第十六章再次強調：我給你們講了這一切，是要你們在我內得到平安。這些當然都是主耶穌基督衷心的祝福和誠摯的勉勵。

民間智慧亦有不少類似的辭語。例如：知足常樂，無求乃安。又例如：身安不如心安，屋寬不如心寬。所有這些都是嚮往內心的平靜與外在的和平。回望我過去十七年的退休經驗，由於已經再沒有工作上的矛盾得失、衝突對抗，生活逐漸變得無求而安。就算在堂區做志願工作，也只求心之所安，更是沒有爭執的必要。對錯得失，我雖還沒有置若罔聞的修為，仍可以處之坦然，淡然一笑。最大的啟發來自於格林多前書第十三章的教導：但我若沒有愛，為我毫無益處。因為假若沒有對主對人的愛，就沒有真正的內心平安。

組長：John，十分感謝你對「平安」作出十分深入細緻的分享！

如果我們能夠「隨遇而安」就能夠讓自己常保持平和的心態去面對各種不同的境遇。為基督徒而言，我們更能夠「隨遇而安」，因為主與我們同在，並賜給我們平安。無論環境順逆、疾病健康，都有主的相伴，我們就能夠活出平安（主內的平安）。

你退休後的經驗非常好，「生活逐漸變得無求而安。」因為你得到格林多前書第十三章的啟迪。誠然，聖保祿在格林多前書十三章所描述的愛是屬於上主至高神聖的愛，有它才能使一切的愛有了永恆存在的意義。

「愛是含忍的，愛是慈祥的，愛不嫉妒，不誇張，不自大，不作無禮的事，不求己益，不動怒，不圖謀惡事，不以不義為樂，卻與真理同樂：凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。愛永存不朽。」（格前 13:4-8）

你說得好：「我若沒有愛，為我毫無益處。因為假若沒有對主對人的愛，就沒有真正的內心平安。」

組長：各位同學：

對於「出入平安」這個主題，我想同大家分享一些個人淺見。

「出入平安」是一個常見的祝福語。特別是在送別時，祝福對方外出與歸來都能夠順利安全、無災無險。這個祝福表達出對他人行程安全的關愛，希望一切都平安順遂。

「出入平安」所祝願的「平安」泛指沒有事故、危難、一切穩妥順利。這是關注人「出」與「入」時的安危，即是關注人的生命。而人的生命則是生死攸關的事情。這令我想起「出生入死」與「出死入生」的問題。

「出生入死」有兩種主要含義：一是比喻人從出生到死亡的自然過程，是指生命的自然循環；二是比喻冒著生命危險投身險境，形容一種竭盡全力、不畏犧牲的奉獻精神。比如士兵在戰場上為保衛國家而奮鬥的犧牲精神。

「出死入生」意謂從死亡的困境中獲得拯救或經歷九死一生的冒險行為。而「出死入生」在基督信仰方面具有更深層的意義。

「我們知道，我們已出死入生了，因為我們愛弟兄們；那不愛的，就存在死亡內。」（若一 3:14）

主耶穌說：「聽我的話，相信派遣我來者的，便有永生，不受審判，而已出死入生。」（若 5:24）

人需要有一個「家」。「家」提供人生活上舒適與安全及享有自由空間的居所，也是讓人可以面對生活挑戰的避難所。我們經常在這個「家」出出入入；由「家」外出去辦事、工作、旅遊等，然後再返回屬於自己的「家」。

在基督信仰上，我們現正走上歸家之路。主耶穌說：「你們心裏不要煩亂；你們要信賴天主，也要信賴我。在我父的家裏，有許多住處。我去，原是為給你們預備地方。」（若 14:1-2）耶穌賜給我們的「平安」與一般人所渴求的不同，並非是讓我們避災免禍，沒有事故、危難、一切穩妥順利，而是給我們有力量去走完這人世的旅程，終能安然返回那預許的天上永恆家鄉。

Lucia 組員：出入平安（理論）

分享：

出入平安，簡簡單單的四個字，神父卻能為我們從普通日常生活上先就「出入」這兩個字，引出多方面的思想來，比如國家上的出境入境、新嬰兒的出世入世、人生必經的出生入死、基督信仰的出死入生、門第身份的出生與出身；甚它如出門、出路、形容經濟上的入不敷出、量入為出；健康上的病從口入、倫理上的禍從口出；塵世生命最後的入土為安一是落地生根、抑或是落葉歸根；還有那趣的觀察又略含哲理的先進先出及後進先出的理念等等。原來我們生活上這許多的「出出入入」其實在在都已成為了我們生命中不可或缺的一部份。

「平安」，神父又由「安」字這字本身的造形說到家居，比如中國人的肉食豕（豬）與「安」這字造形的上部份合成，就是一個「家」字；有朋到訪你盡地主之誼就是「宴」，這都可以算是「賓」；但如果家裏有隻牛，那就是「牢」，是「坐監」，比如社區中的門禁，把「你」，「我」的界線劃得清清楚楚。因此當說「出入平安」時，我們是如何看待這個「安」字的，都可引來反思。

凡俗生活中我們祝願別人出入平安，多是指無災無禍無病無痛那種善意的祝禱；這與基督所說要賜予信徒們祂的平安的平安，有根本上的不一樣。基督的「平安」不在於外而在於內，它不會受週遭惡劣環境的影響，它只在我們的心內工作。基督的平安純是一種恩賜，是一種基督的親臨，這「平安」，人是不能從任何人為的外在環境中找得到的。

信仰挑戰我們，在俗世中，可以如何尋找得到一個固定，安全舒適而又平安，可以讓我們自由地「進」與「出」的家？耶穌啟示我們，他就是那安全家居的「門」，通過祂，就可找到青草場；祂是那條通往平安天家的路，而這條路，是現時此刻就要開始走，是要倚傍著耶穌來走的，因為，「離了我，你們甚麼也不能做。」（若 15:5）。

組長：Lucia，感謝妳為大家做了一個很好的分享！

是的，「出入平安」四個本來是簡單的字，經夏神父逐字拆解並引入更多深層的意義，就讓我們茅塞頓開。

誠然，凡俗生活中我們祝願別人出入平安，其意義與基督所說要賜予信徒們祂的平安之「平安」有根本上的不一樣。基督的「平安」不在於外而在於內。外在的惡劣環境會導致人內心不安，不過，基督所賜下的「平安」就是祂的臨在，並使我們不怕凶險。

妳在分享中提及家的「門」。「門」是建築結構中不可缺少的一部分，它不僅提供人們進出的通道，還能有效阻擋外界干擾，保障安全，並維護室內環境。「門」令我們的居所成為一個固定、安全舒適的家。耶穌說：「我實實在在告訴你們：我是羊的門。」（若 10:7）耶穌是善牧，我們是祂的羊。善牧引領祂的羊由門平安地進出。

《了解神聖》網上課程第二部分的第十四課：「出入平安（反思）」

Canny 組員：我的出入平安反思是憑著頌恩的歌詞及聖詠 23 篇寄意。總括來說，領洗以後在天聖父是我的父親，我的上主，我的心靈已成為上主的居所，聖神的宮殿。我縱使在人生路上不時遇到大大小小的考驗，也會感到平安穩妥，因為上主的慈愛常在，祂是我的牧者，我實在一無所缺。

我此生要以愛還愛、盡忠跟隨基督、宣揚福音、不怕吃苦、積極祈禱、熱愛聖言、傳教救靈、愛人如己、服務社群、勤領聖體、勤辦告解、只追求天上的事、活出基督的精神，盼望將來在天鄉得享永福永樂。

我是教友，頂大光榮，領洗以後，做耶穌兵。現在唱歌，發顯愛情。我是基督徒。在天聖父，是我父親，在天聖父，是我上主。[我是教友]

主的居處在我心，匯合是一體；賜給我無窮樂暢，憑著基督。基督居處在我心，不必再驚惶；聖子乃是父特派，常在我身傍。[主的居處在我心]

祂未曾應許天常蔚藍，祂未曾應允花兒常開，祂卻恩許祂的慈愛常在。是的，仁慈的主，懷念你的恩德，就是絕妙的禱詞。[主慈頌]

上主是我的牧者，我實在一無所缺。祂使我臥在青綠的草場，又領我走進幽靜的水旁，還使我的心靈得到舒暢。祂為了自己名號的原由，領我踏上了正義的坦途。縱使我應走過陰森的幽谷，我不怕兇險，因你與我同住。你的牧杖和短棒，是我的安慰舒暢。在我對頭面前，你為我擺設了筵席；在我的頭上傳油，使我的杯爵滿溢。在我一生歲月裏，幸福與慈愛常隨不離；我將住在上主的殿裏，直至悠遠的時日。[聖詠 23 篇]

我們都是基督宗徒，多麼光榮！我們盡忠跟隨基督，宣揚福音。我的口號不怕吃苦，喜歡祈禱；我的精神熱愛耶穌，傳教救靈。我們都是基督宗徒，多麼光榮！我們盡忠跟隨基督，宣揚福音。我的旗幟愛人如己，四海一家；我的食糧聖體聖血，充滿活力。[宣揚福音歌]

組長：Canny，十分感謝妳同大家所做的分享！

妳分享的聖歌及聖詠第二十三篇都是我所喜愛的，全部都讓我感受到主內的平安。

妳說：「我縱使在人生路上不時遇到大大小小的考驗，也會感到平安穩妥，因為上主的慈

愛常在。」的確，當我們感受到天主愛的臨在，即使在試煉中，我們也不會害怕。

你繼續說：「宣揚福音、……，盼望將來在天鄉得享永福永樂。」是的，按天主教的教導，教友在追求完滿的天國過程中，是需要通過一系列的信仰實踐和道德行為來獲得內心的平安。這些包括：祈禱、領受聖事、行善、愛人如己等等。

【我是教友】這首歌唱出我們作為基督勇兵的光榮。我們藉著領受聖洗聖事，成為天父的兒女，而獲享在主內的平安。

【主的居處在我心】這首歌道出基督臨在於我們心中而令我們感到平安，因此我們不必再驚惶。

【主慈頌】這首歌讓我們明白天主並無應允我們有美滿的人生，但是祂卻恩許祂的慈愛常在。這是天主恩賜我們最大的平安。

【聖詠 23 篇】是一篇令我們在逆境中感受到無比安慰及平安的聖詠。特別是這一句話：「縱使我應走過陰森的幽谷，我不怕兇險，因你與我同住。」

【宣揚福音歌】我們因為成為基督徒而感到平安喜樂，因此也願意與人分享這份平安喜樂。

Ada 組員：出入平安 ——（反思）

好多時候我們會將這個題目關注在健康，工作或是其它等等，亦因為這個原因，大家會集中精力小心翼翼地害怕不幸的事情發生。

以往我會將精神留心身邊一些事情，（或許不會發生），恐怕有一天會出現在自己或家人身上，然而，經過這些年，我發覺有好多事情會不覺間出現，使你措手不及，它亦使我明白有好多事情不是由你可決定的。我們真正需要是內心擁有的一份平安，一份上主賜予的寶物。

教會每天都叫我們反省，看看我們的生命，而這份力量其實就是我們生命的智慧，你會發覺原來我們每個人都是很好的。心，本來就是好的，不好是因為我們加上別的東西，當我們加上貪和鄙視，那顆心便是「貪心和自大」，假果我們的心加上「仁愛和慈」的話，那就是仁愛，慈善的心。所以，人要怎樣在心中加添平安，就是我們如何能擁有的德行。

所以，慈愛和儉樸的德行比一切東西都更為寶貴，聖經亦提到，「縱使你得到全世界，但賠上你自己的靈魂，為你有甚麼益處呢？」縱使你穿得很美，但一開口便罵人，說髒話，你的美在哪裡呢？外表美麗，卻看不見你內心美麗。所以，當我們走出來，舉起雙手祈禱讚美的時候，我們應該有高超的智慧，這個智慧就是讓我們能夠在人的面前，使別人感受到生命活着的美善與平安，然後不與人同流合污。人說髒話，我也說髒話，人家踢你一

腳，你踢人三腳，不是這樣鬥爭，而是大家都看看甚麼才為大家更好，幫助大家能夠在平安中生活。

所以，在寧靜之中，思念智慧，就學會反省和懺悔，在誠心之中，作出交付，你就會幫助別人在生命中，互相分享，分享基督的神聖生命，分享人的愛的互相扶持的力量，這就需要自覺，學習喚醒我們的生命。時時醒悟，處處祈禱，常常預備，默默實踐，毋忘寬恕，擁抱萬有，一生一世，頌主慈恩。這就是我們基督徒每晚的祈禱。

在聖經中，特別是《斐理伯書》第2章第5節說道：我們應該以基督的心為心。基督的心是空虛自己，無我的一顆心。因此，我們亦能帶出人與人之間那份關係，不是祇看自我，而是在無我中的包容，從而得到內心一份真正平安。

組長：Ada，十分感謝妳同大家所做的分享！

其實，好多意外事件（例如：工業意外）是可以減少，甚至是避免的。不過，天災人禍、疾病等逆境就不是我們能夠控制；一旦出現在我們身上，那就真的會令我們措手不及的。

是的，人的心本來就是好的，因為人與生俱來，就有一個來自天主的良心。不過，人心的好與壞是取決於人的自由意志取向。如妳所言：「當我們加上貪和鄙視，那顆心便是『貪心和自大』，假如我們的心加上『仁愛和慈悲』的話，那就是仁愛，慈善的心。」一顆仁愛和慈悲的心必會有上主的平安。

妳引用《斐理伯書》第2章第5節：「你們該懷有基督耶穌所懷有的心情」。

那是耶穌所懷有的什麼心情呢？「他雖具有天主的形體，並沒有以自己與天主同等，為應當把持不捨的，卻使自己空虛，取了奴僕的形體，與人相似，形狀也一見如人；他貶抑自己，聽命至死，且死在十字架上。」（斐理伯2:6-8）

耶穌為愛我們罪人，而甘願空虛自己，貶抑自己，聽命至死，且死在十字架上。祂這一切都是為了帶給人們真正的平安。

聖保祿告訴我們應該要「懷有基督耶穌所懷有的心情」，就是要懷有甘願為人犧牲的愛心，而帶給人天主的平安，我們也因此而獲享天主的平安。

John 組員：觀看深化班學員反思報告的課堂錄影後，我也想對出入平安這話題再說說自己的個人想法。

臨安城是南宋都城，位于今天浙江省杭州市。南宋王朝偏安江南，朝廷苟且偷安，建都臨安有臨時安置之意，同時亦有君臨即安的意思，均是對安定的憧憬和祝願，能夠有臨時的偷安、短暫的偷安，均總勝於不安。然而這種安，絕非順應自然、隨遇而安的安，卻是一種被迫接受、無可奈何的假安。與此鮮明對比的是唐詩人白居易《初出城留別》句：心安

是歸處。和北宋文學家蘇軾《定風波》類似的句子：此心安處是吾鄉。兩者都傳達了寧靜和滿足的情緒。

主耶穌基督在受難前夕，門徒在晚餐廳相聚時，向他們應許了平安的恩賜，為在他們心中播下主基督確實親臨的喜悅。為了紀念這件事，在彌撒感恩聖祭的共融禮中，主祭與信友互相鞠躬，行平安禮。互祝平安被置於領受共融聖事之前，是有其特殊神學意義，其基礎是默觀感恩聖祭中的逾越奧蹟：復活主基督親臨祭台上給予逾越的問安。基督的平安，是祂以自己的聖死和復活所帶給世界的救恩效果。平安禮目的是彰顯主內的平安、與主共融的愛德。

兩星期前的早上彌撒中，福音讀經用了瑪竇福音第十四章的耶穌步行海上。伯多祿模仿耶穌，也在水面上步行。起初因為他的內心充滿著耶穌，而他的眼睛亦專注於耶穌，因此他有信德在水面上行走。但當他將注意力轉移到海上時，見風勢很強，就害怕起來，失去了信心，遂開始下沉。當我同樣地將注視從耶穌身上轉移到其他世俗事物時，我就會失去平安。因為我意識到只有住在主耶穌之內時，我才會得到平安。我亦明白與主耶穌同行，風暴不會消失，生命不會總是出入平安，但是有主的陪伴，我有信心面對風暴。

組長：John，十分感謝你為大家做了一個很好的分享！

誠然，苟且偷安只是臨時、短暫的偷安，而非真正的平安。即使一般世俗人所企望的平安也不是真正的平安，唯有耶穌基督所賜下的平安才是最好的。就如你在分享中提到，主耶穌基督在受難前夕與門徒在晚餐廳相聚時，向他們應許了平安的恩賜，為在他們心中播下主基督確實親臨的喜悅。當時，主耶穌說：「我把平安留給你們，我將我的平安賜給你們；我所賜給你們的，不像世界所賜的一樣。你們心裏不要煩亂，也不要膽怯。」（若 14:27）耶穌所賜的平安是不像世界所賜的。

耶穌不只是在離別的時候向門徒們預許平安的恩賜，且在復活後顯現時再賜給他們平安。「正是那一週的第一天晚上，門徒所在的地方，因為怕猶太人，門戶都關着，耶穌來了，站在中間對他們說：『願你們平安！』」（若 20:19）

你說得對：「彌撒中的平安禮目的是彰顯主內的平安、與主共融的愛德。」我們互祝平安，那是互祝主內的平安！

要獲享主內的平安，是需要信德的。正如你舉出伯多祿朝向耶穌步行水面的故事。當他凝視耶穌時，他心內就有平安並有力量走向耶穌。不過，當他把注意力放在驚濤駭浪的水面時，他的心神就離開耶穌而令他心裡不安，所以再無力量走向耶穌而下沉。

每當我們遇上逆境的時候，無論如何我們都要對主耶穌懷有信德，不為任何不利的事物所影響。只要我們能夠凝視耶穌，主的平安必會在我們心中，並讓我們去安然面對一切逆境的挑戰。那麼，我們就真正能夠「出入平安」。

組長：各位同學，這是我對「出入平安」在信仰生活上的反思標題：《進入真正平安的通道》

以下是我的分享內容：

「出入平安」是我們在俗世生活中一個常見的祝福語，這個「平安」的祝願是希望大家在外出及返回的旅程中都能夠順利安全、無災無險。我們有這樣的祝願，是基於我們生活在此世界的境況實在令人不安，因為我們耳聞目睹數不勝數的天災人禍、意外悲劇、罹患惡疾等事件。而事實上，這些厄運不是我們可以掌控及阻止的。

其實，不平安是發自內心的。記得孩童時，我常常聽到一些關於鬼的故事，因此，一到黑夜我內心就會出現無名的恐怖，而令我驚慌不安。當年我是跟外祖父母住在貧窮的木屋區，屋外沒有街燈，只有月光和星光；而小木屋內則用一盞微弱的火水燈照明。由於小木屋的結構非常簡陋，因此風是可以進入屋內的。當有風的時候，火水燈的火光就會閃動，令到屋內更似鬼影重重的感覺，真是好得人驚啊！我需要有人陪伴才會感到平安。

我外祖父母是天主教徒，故此我從小就跟他們去參加彌撒。我七歲領洗成為天主教徒，但當時對基督信仰認識非常膚淺。直到入讀中學後，我才開始去探索天主教的教義及參與不同的公教青年信仰團體活動，同時也有參加堂區善會。天主就這樣一步一步的引領我去認識祂，並與祂建立關係。回望過去的人生，有好多不如意的遭遇，令自己感到不安。起初我對於不安的事情會感到苦惱，後來在祈禱中感覺到主與我同在，讓我可以安然面對挑戰和困難。誠然，面對令人不安的事情，我身為基督徒雖然不能改變事實，但是能夠藉著基督的信仰去跨越凡俗的不安，而進入主內的平安——一份在逆境中仍然能夠心存讚頌和感恩的喜樂，乃是來自基督的恩寵。

在基督的信仰中，「平安」與「天國」有著密切的關係。天國是我們基督徒追求的終極目標，而平安是體現天國的內在基礎。實現天國，意味著我們獲得與天主完全和諧的狀態，而這種和諧也帶來內心的真正平安。因此，「天國」是我們的目標，而「平安」則是達至「天國」的途徑和結果。

我們要怎樣進入天國呢？主耶穌說：「你們要從窄門進去，因為寬門和大路導入喪亡；但有許多的人從那裏進去。那導入生命的門是多麼窄，路是多麼狹！找到它的人的確不多。」（瑪 7:13-14）主耶穌又說：「你們竭力由窄門而入罷！因為將來有許多人，我告訴你們：要想進去，而不得入。」（路 13:24）另外，追求金錢財富是進入天國的障礙，所以主說：「我實在告訴你們：富人難進天國。我再告訴你們：駱駝穿過針孔，比富人進天國還容易。」（瑪 18:23-24）

既然主耶穌已經告訴了我們進入天國是如此困難的，那麼，我們需要怎樣做呢？可幸，主耶穌在山中聖訓揭示了「真福八端」的真理（參考瑪 5:3-10），那是重要的天國聖訓及如何爭取天國的方法。「真福八端」具體地描述了獲得天國福樂的途徑，其中包含了許多與平安相關的特質，例如「為義而受迫害的人」、「締造和平的人」等等。

俗語說：「有錢萬事足」。無疑那是基於物質生活的滿足，而讓人感到幸福平安。主耶穌卻在真福八端首要的教訓就指出「神貧」才是真正的幸福。「神貧」是對金錢的態度，不願意作金錢的奴隸。其實，「神貧」是真福八端的根基。可以說，不能做「神貧的人」，就好難做「哀慟的人」、「溫良的人」、「饑渴慕義的人」、「憐憫人的人」、「心裏潔淨的人」、「締造和平的人」及「為義而受迫害的人」。

主耶穌囑咐我們要竭力由窄門進入天國，「真福八端」就是那窄門的門檻。不能跨越那門檻，我們就難以進入天國，比駱駝穿過針孔更難。

實踐「真福八端」是獲得真正幸福平安的門徑。「天國」是我們的目標，而主耶穌訓示我們通過此門徑去進入「祂的平安」，繼而邁向那充滿喜樂、和平與永恆生命的終極歸宿——完滿的天國。

好了，那度窄門在那裡可以找得到呢？主耶穌說：「我就是門，誰若經過我進來，必得安全；可以進，可以出，可以找着草場。」（若 10:9）我們就是要通過耶穌進入天國，而且是「出入平安」的。同時，祂也是我們通往那度窄門的道路，因為主說：「我是道路、真理、生命，除非經過我，誰也不能到父那裏去。」（若 14:6）

雖然如此，我軟弱的人性令我無力去跨越那窄門的門檻，因為世俗的誘惑實在太多。不過，耶穌在祂的受難前夕，告訴祂的門徒，說：「醒寤祈禱罷！免陷於誘惑；心神固然切願，但肉體卻軟弱。」（瑪 26:41）是的，我要醒寤祈禱，並藉著祈禱獲得力量去戰勝肉體的軟弱。耶穌還鼓勵我們，說：「你們求，必要給你們；你們找，必要找着；你們敲，必要給你們開，因為凡是求的，就必得到；找的，就必找到；敲的，就必給他開。」（瑪 7:7-8）

主耶穌是恩寵的泉源，我要遵守祂的命令，祂必會求天父賜給我天主聖神，因為祂說：「如果你們愛我，就要遵守我的命令；我也要求父，祂必會賜給你們另一位護慰者，使他永遠與你們同在：他是世界所不能領受的真理之神，因為世界看不見他，也不認識他；你們卻認識他，因為他與你們同在，並在你們內。」（若 14:15-17）領受聖神是我們基督徒獲得天主恩寵的重要途徑，而聖神所帶來的喜樂和平安，是通往天國的重要力量。

雖然我們基督徒在人世的旅途中仍然會遇到不少挫折和困難，別人看來那是不平安的事，但是耶穌基督會賜我們足夠的恩寵去安然面對一切的挑戰，並藉著聖神帶來的喜樂和平安，就能夠穿越窄門，進入天國永恆的福樂和平安。耶穌基督就是讓我進入真正平安的通道。

在人世的旅程並非只有我一個人行走，而是有無數我認識及不認識的基督徒和非基督徒一起在這旅途中。有人漫無目的地走，有人向著不同的目標及方向行走。與我同行的主內弟兄姐妹，雖然大家都是基督徒，但是當中也有不少喜歡那寬門和大路，而不願意進入那導入生命的窄門。為此，我祈求天主降福在世旅途中所有人，讓我們都能夠認識耶穌基督是那導入生命的窄門，同時也是我們通往那度窄門的道路、真理、生命，並能夠安然到天父那裡去，享受那永恆的平安和喜樂。願天主塑造我成為傳揚福音的工具，讓更多人能夠看到那從窄門放射出來的真光——救世的真光。

Lucia 組員：反思分享：

耶穌在最後晚餐對門徒說他要把他的平安賜給他們，說是賜給，那即是白白的給予。既已是給予，即基督是付出了的，付出了，就不會再收回；一如在十字架上基督低下頭，交付了靈魂一樣。基督的「付出」，使我們能再次進入天主的生命與愛中。

「願你們平安！」（若 20:19）—復活的主向宗徒們顯現時說的第一句話，象徵著救恩的完成與人與天主之間的新和平，然而，基督徒可如何去回應及延展這新和平？就是要說話像基督，行事像基督，因為主說「就如父派遣了我，我也同樣派遣你們。」

宗徒大事錄就記載了初興教會如何為復活的主作証，面對於各種迫害與虐待，他們無懼，且是歡歡喜喜的，深覺自己配為基督的名字受侮辱。（宗 5:41）何解？就是因為基督的平安已住在了他們的心中，而這平安，不是人世間任何的舒適安樂所能替代；也不是任何的艱難險阻所能奪去的。他們明明的履行了基督那「不怕那殺害肉身，而不能殺害靈魂的」的教誨。

我要謹記：這平安，不是憑人力自得而是要謙遜地敞開心房，讓聖神寓居在心中，才可得到的。

組長：Lucia，十分感謝妳為大家做了一個很好的分享！

的確，耶穌賜給門徒們的「平安」是白白的給予。而且基督付出了祂的「平安」就不會再收回。不過，在門徒們內有沒有平安，那是「授予及收受」的問題。耶穌白白給予我們平安，那是不可置疑的事實。如果我們在任何情況下（包括在似是絕路中）都信靠主耶穌，

平安必然存在我們心中；假如我們在逆境中產生懷疑，不願意背起自己的十字架跟隨主耶穌，主的平安則會被我們心中的恐懼而拒絕於心房的門外。

妳在分享中引述宗徒大事錄的記載，指出初期教會的門徒們為復活的主作証，面對各種種的迫害，他們依然無懼痛苦，且歡歡喜喜的去面對。因為他們深覺自己配為基督的名字受侮辱。他們確實履行了基督的教誨：「不怕那殺害肉身，而不能殺害靈魂的」。因此，我們不要為肉身所承擔的困難而感到沮喪不安，因為那不能殺害我們靈魂的事情必會過去。只要我們能夠堅信主耶穌在痛苦中仍然與我們同在，並給予我們祂的安慰及平安。而且，主耶穌也賜予我們聖神，讓我們藉著聖神獲得精神和力量去跟隨耶穌，去面對人生的種種困境和挑戰。那麼，我們就會獲得真正的平安。