

開闊視野之旅

沈紹麗 (Eve)

日資企業行政經理

有幸於8月份參加HKPES主辦「職場生活的默觀與行動」工作坊，領受中國神學研究院的潘怡蓉老師的教導，實在是天父所賜的一份大禮。潘老師溫柔委婉，深入淺出地帶領我們進入一幅色彩繽紛的靈修圖畫，一筆一劃不但深化了我對靈修學的許多觀念，更啟發我對靈修操練產生濃厚的興趣。

開講前先由HKPES總幹事林保照 (Mark) 帶領學員以聖法蘭西斯的《萬物頌》默想大自然，銀幕亮起高山森林、平湖如鏡，春夏秋冬、四季交織的美妙大自然景像，令人頓感遠離煩囂，心靈的眼睛也明亮起來。潘老師謙卑地描述自己只是個端來各種飲品的服侍者，賓客按喜好選擇咖啡、奶茶或果汁，意味著各人可以選擇適合自己的靈修傳統，進深操練。潘老師講解基督教默觀的「觀」是gazing，有別於seeing，指從「看穿、看透」生活各種現象，覺察神的臨在。著名的廚師修士勞倫斯的職場是熱烘烘的廚房，他以服侍神的心服侍人，從煮飯這平凡而重複的日常運作中經歷神的同在，也因此能長期懷著喜樂的心接待人。反思我們也常說「做在人身就是做在主身上」，但為何總是缺乏那份活潑的生命質素呢？也許是因為我們慣了用腦思考、分析，理解後就覺大功告成。我們的見證常流於「神顯大能，遺失的文件找到了」、「病得醫治了」，然後繼續忙碌拼搏，營營役役，根本沒空間和精力留給神，更談不上甚麼屬靈操練了。

除了學習觀看神，原來我們也要學習被神觀



看。我以前覺得東正教的聖像畫沒甚麼可觀性，畫風幼稚、比例不均，文藝復興時期的宗教圖畫就很吸引人，筆觸細膩、栩栩如生。老師講到達文西的《最後的晚餐》，從畫面四角拉兩條長長的斜線，中間交接處正是主耶穌的臉，聽來真是震撼；之後她輕描淡寫地介紹，聖像畫的人物手拿聖經，那本聖經是反過來的，表示視線指向觀畫者，也就是「神在觀看我」，嘩！立時肅然起敬，給聖像畫一個like。

職場人士常身處冷氣空間，每日手執遙控，習慣控制溫度、光暗；今年夏天特別暑熱，我辦公室的中央冷氣格外強勁，同事們就開暖風機對抗；大自然卻不容我們掌舵，人必須謙卑，才能看到宇宙穹蒼彰顯著神的榮美。人在職場身不由己，這裡流行著「掙銀掙到盡」的文化，潘老師提醒我們，賺到全世界卻失去了生命是沒有意義的。對於「失去生命」，我以往會理解為工作過勞引致疾病，縮短壽命；但那刻我想到光陰就是生命，失去光陰就是失去生命，我們應該多操練親近神，何必為意義不大的事，付上高昂的代價呢？潘老師繼續說「選擇不要是因為知道自己要甚麼」，這些充滿智慧的言語，句句深刻我心，一生受用。

休息後，Mark又帶領大家用主禱文拉筋，工作坊全面地照顧到學員心靈和身體的需要。感謝HKPES安排上好的靈修導師和工作坊接待我們，真是好得無比。🙏