

#Mercy2Earth Examen (對受造物慈悲的省察)

吳雯菁 譯

教宗在2016年9月的〈照料受造界祈禱日文告：慈悲對待我們的共同家園〉中，提醒我們，為在生態皈依的道路上前行、以整全的愛及關懷來回應受造界，基督信仰中的良心省察是首要的步驟之一。據此，我們根據教宗的訊息、以及聖依納爵所發展出來的省察模式，為大家提供這份#Mercy2Earth examen (對受造慈悲的省察)。我們邀請你在四旬期當中使用這份省察材料，以深化「關懷受造」的意識與召叫，亦可用於和好聖事前的反省。

#Mercy2Earth examen (對受造慈悲的省察) 包含6個步驟：

1. 憇息在天主的臨在中

當我們轉向那永遠等待祂孩子的回頭、充滿慷慨與慈悲的天父時，我們能夠承認自己對待受造物、對待窮人及未來世代所犯下的罪。

在你開始前，花一點時間記起你正存留在我們充滿愛的造物者之內。閉上眼可能會帶來幫助，也可以深呼吸，祈求能夠深刻地聆聽天主在你內在發出的話語。

2. 感謝天主的創造、及祂所創造之物

首先，感謝並承認這世界是天父愛的禮物。

為天主以各種方式藉由受造物對你帶來的祝福表達感謝。這可能包括你的早餐、這一天的飲水、你最喜愛的樹、聽見的鳥鳴、對你具有特殊意義的自然場所...。

感謝過去與現在曾經和你一起編織生命的人們。可能是那些幫助過你的人，你的老師、為你準備食物、製作衣服、以及數不盡的其他人。教宗邀請我們「以愛心意識到，我們並未與其它受造物脫離關係，而是與它們組成一個絕妙的宇宙共融。」 我們的生活與其他許多的人們相互依賴、緊密相連。

3. 反省你曾經聽見的「大地與窮人的哭喊」

由於我們每個人都在製造輕微的生態破壞，因此必須承認「我們或多或少都對環境的紊亂及毀壞負有責任。

花時間反省教宗在文告中提出的問題：

- 我是否警覺到「大地與窮人的哭喊」？
- 我是否意識到這個自然世界、動植物所承受的痛苦？
- 我是否花時間學習全球所面臨的社會與經濟現實？
- 在哪些方面我有意識地為關懷受造界而努力？在哪些方面我有所不足？
- 在哪些方面我所消費的多於我所需要的？
- 我如何能夠幫助彌補，過去和現在宗教上的不容忍，以及我們對其他宗教、女性、原住民、移民、窮人及未出生者的不義行為？

4. 尋求寬恕，對於你在關懷受造物上曾有的缺失

在認真的意識省察及誠摯的痛悔之後，我們可以承認我們對於創造者、受造物、以及對我們弟兄姊妹們的罪。
將那些與關懷我們共同的家園有關的缺失帶到天主前，並請求寬恕。如果你被碰觸得很深，你可能會想要將你的反省帶到和好聖事中，在那裡真理能夠使我們自由。

5. 定志，以慈悲的方式對待受造界及你的鄰人

良心省察、痛悔與並向我們的富於慈悲的天父告明，會帶領我們走向堅定的悔改，這樣的皈依會帶領我們以更尊重自然的方式、具體的思考和行動。

向天主祈求恩寵，為了認識你如何受邀更好地關照受造界、窮人與未來的世代。教宗在文告中提供我們以下的方向：如同慈悲善工，關懷我們共同的家園需要落實在簡單的日常實踐上，以能打破暴力的邏輯、剝削與自私，在每一個行動上尋求建造更好的世界。

一些簡單的問題可以幫助我們定睛在這目標上：我們想要為那些在我們之後、正在成長中的孩子留下什麼樣的世界？為了在現在及未來能夠更好的關照我們共同的家園，在你個人的生活、或你所屬的群體可以有什麼樣的改變？

你可以參考我們提供的#Mercy2Earth 方向，並參與全球天主教在#Mercy2Earth 周末進行的共同關懷家園行動。（參考網頁 mercy2earth.org）

6. 結束禱禱

為你的省察作結束，並感謝在這時間內所領受的慈悲之愛，最後以教宗在文告中的禱詞作結束禱禱：

窮人的天主啊！
求你幫助我們解救這世上被遺棄和被遺忘的人，
他們在你眼中是如此的寶貴...。
慈愛的天主啊！
求你指示我們在這世界的何處做你的工具，
愛世上的所有受造物。
慈悲的天主啊！
求你讓我們蒙受你的寬恕，
並在我們整個共同家園中傳播你的慈悲。