

要愛，不要戰爭：分辨的動力

Bernadette Miles 著

陳德康譯

我以一個想法作開始：

2001年九一一恐怖襲擊後，若美國願意以拒絕報復來向世界展示其威信，那麼我們現今生活的世界將會非常不同。

選擇脆弱可能會扭轉一切。這令我回憶起六十年代的一個大眾運動—「要愛，不要戰爭」。最能抵禦戰爭的可能就是愛，正如聖保祿所說，愛是最大的恩賜¹。我認為我們在個人的日常活動中，都要面對類似的選擇。分辨是深層聆聽天主的藝術。天主是愛，如果我們願意花時間，先注意一下生活裡的小戰役，祂會完全改變我們的生活和世界。我後來會再談這一點，現在大家暫時放下此點，繼續旅程。

背景

在二十一世紀，我們都要面對幾乎出現在人類社會每一層面的改變，而且改變步伐之快是前所未有的。基督徒不會對改變免疫，也不是對社會如何因改變而演化或受影響沒有選擇權。與從前相比，對改變帶來的可能性保持靈活和開放的態度顯得尤其重

¹ 格前 13:13

要。馬丁路德金說：「人類進步從來不是自動的，或無可避免的……朝著以正義為目標進發的每一步都要求犧牲、受苦、爭扎；要求投入者的不倦付出和熱忱。」² 因此，我們必須對要改變的代價和改變帶來的可能性時刻保持警覺。

現今世界改變的步伐加快了，超出了以前世代可以想像的。我記得只是數年前，以手提電話作視像通話及商業性的太空旅遊屬科幻故事，只是人的幻想和存在於卡通片。九十年代（只是二十年前）的互聯網發展永遠改變了我們溝通和提取資料的方式。若要尋找事物的真相，從前動輒要在圖書館花上多天，現在只需在家上網幾秒鐘就可做到。科技衝擊我們教授、學習、工作和生活的方式。吃、穿、旅遊、娛樂、學習、購物模式、居住地點等選擇的多樣化不斷增加。我們每天需要作出的選擇似乎無窮無盡。

不過，我們可以適應這個迅速改變的世界嗎？我有時懷疑二十一世界的生活是否已經太複雜了，幾乎到達人無法應付的地步。

作為一位靈修指導者，我看到很多人因要應付日常生活裡的大小事情，變得焦慮、沮喪、恐懼、絕望。在澳洲，你可能受僱每週工作四十小時，但是經常被要求每星期工作六十小時，沒有補時工資，也沒考慮到工作量的增加對員工的個人及家庭生活造成的衝擊。人面對著不公義的組織制度卻無力發聲，並受困於他們無法應付的生活中。靈修指導是以依納爵傳統和明辨為根基，

² 1961年2月10日馬丁路德金於紐約大學的講話

<http://www.brainyquote.com/quotes/quotes/m/martinluth164280.html>.

可以幫助個人更清楚地看到，什麼讓他陷入不可持續的生活裡，並作選擇以改變現況。然而，我們必須先停下來，準備去聆聽。

工作、手提電話、電子郵件、互聯網、電視、社交媒體等事物，似乎已填滿我們的每一分每一秒。只是想著這些事情已令我筋疲力盡。即使是主日彌撒，都要與體育活動、工作和社交活動競爭。看來我們再沒有時間給予神聖的事物，特別是照顧神聖的自己。

有人甚至提出我們正在目睹人類滅絕的開始³。全球氣候變暖、過度使用自然資源、恐怖主義升級，在認識其潛在危險前便使用科技、複雜的新抗藥病毒(如依波拉病毒)，這只是嚴重威脅人繼續生存在地球的一些例子。你知道目前世界上只有十一個國家是沒有武裝衝突的嗎⁴？

若說在人類的歷史上，生活在二十一世紀是心理上和靈性上最複雜，以及最具有挑戰性的年代，我認為這說法合理。有人說，也許目前人類出現的演變，比從前人類首次出現自我意識的進化更大⁵。

我們無法阻止改變，但是我們仍可選擇。我們可以選擇積極與天主合作，影響改變受造物方向；又或可假設自己對現況無

³ Nick Bostrom, "Existential Risk as a Global Priority," *Global Policy* 4, no. 1 (2013). 牛津大學一隊科學家的新近研究: 存在危機應是全球優先的考慮(Existential Risk as a Global Priority) 突出了因我們對科技發展的後果欠缺認識，導致人類滅絕的危機是確實。他們呼籲國際政策制訂者應嚴肅關注二十一世紀物種滅絕的危機，並提高對能減輕危機的方法的認識。

⁴ 經濟及和平機構(Institute for Economics and Peace, IEP)的最新研究顯示，在涵蓋的 162 國家之中，只有 11 國家沒有涉及任何形式的鬥爭。 <http://www.independent.co.uk> (2014年11月2日11.05am.)

⁵ Anne Hillman, *Awakening the Energies of Love: Discovering Fire for the Second Time* (United States of America: Anne Hillman, 2008).

能為力，順著潮流走。因此，真正的問題是：我們會讓改變發生在我們身上，還是當改變浮現時，我們自覺地參與和作出影響。但是，改變首先要由自己開始。據說聖雄甘地曾說過：「你希望看到世界作何改變，你自己就要先變成那樣。」

在此背景下，依納爵的分辨此恩賜，比以往任何時候都更為重要和適切。

依納爵傳統中的辨別神類

依納爵靈修是使徒性靈修，可以描述為「在信仰層面作選擇的靈修」⁶。這意味著我與天主的關係，將影響我做的每一個決定，而這些決定最終會使我得到釋放，成為世界上能確實履行使徒職責的人。分辨可以是一種工具，將個人的重要決定(如「揀選」⁷)具體化，但分辨也可以理解為一種愛天主的生活方式，人的一生指向天主。正如巴里(William Barry)說：「在行動中與天主結合」⁸。

依納爵靈修是耶穌會的創辦人之一聖依納爵(1491-1556)⁹從其經驗演變出來。依納爵深信天主在世界工作，而每一個人都能經驗天主。他更相信分辨可助人作出選擇：走向天主，創造更美好

⁶ Judith Roemer and George Schemel, *Beyond Individuation to Discipleship: A Directory for Those Who Give the Spiritual Exercises* (Scranton: Institute for Contemporary Spirituality, University of Scranton, 2000).

⁷ 在神操裡，揀選指選擇一種永久的生活方式，是一個召喚或聖召，例如：我選擇結婚、獨身、修道或進鐸。

⁸ William Barry, *Letting God Come Close: An Approach to the Ignatian Spiritual Exercises* (Chicago: Loyola Press, 2001), 124

⁹ 耶穌會是一世界性天主教修道團體，由依納爵·羅耀拉創立。為指出團體的真正領袖，他原稱這團體為「耶穌的伙伴」。教宗保祿三世於 1540 年 9 月 27 日頒發的召書，團體拉丁文名稱為「Societas Jesu」。耶穌會的格言是愈顯主榮(Ad Majorem Dei Gloriam)。"Jesuit Curia Website" <http://www.sjweb.info>.

的世界；或遠離天主，傷害世界和自己。正如聖依肋內所說：「人充滿生氣即天主的光榮。」¹⁰按依納爵靈修，我們細心聆聽，尋找給自己及一切受造物帶來生命力的途徑。

雖然依納爵無法得益於心理學在無意識和心理動力方面的研究的新發展，但是他對自己的內在生命非常清晰。他明白到，若能察覺到自己內在動力的運作，他可以調整自己的生活。憑細心觀察自己的內在生命，他發現靈魂上的各種動態，繼而留意到對自己有益的事物。他將心得記錄下來以幫助他人。他的觀察所得成為辨別神類的規則，是名為「神操」¹¹的個人反省過程的一部份。

辨別神類的規則以下述指引開始：（譯註：神操內文取自侯景文譯《神操通俗譯本》）

以下的規則，是為使人察覺並認出靈魂上的各種動態，好的予以接受，壞的加以拒絕。

有趣的是，依納爵沒有給我們一本規則書，要求我們熟讀及遵守，成為好的基督徒。依納爵是要幫助我們察覺自己的內在活動或靈魂動態，這些內在活動包括：「思想、想像、情感、傾向、渴求、感覺、反感、吸引」¹²。

¹⁰ Michael Downey, *The New Dictionary of Catholic Spirituality* (Bangalore India: Theological Publications 1995). 132

¹¹ Ignatius of Loyola, *The Spiritual Exercises of Saint Ignatius of Loyola*, trans., Michael Ivens (Herefordshire: Gracewing, 2004). 括號內的號碼是依納爵神操內文的編號。奉行神操有兩種模式：30 日的退省 [20]或用 30 週在日常生活裡進行 [19]。奉行神操者以耶穌的生平作有系統的祈禱，並回顧自己的生命故事。退省分為四種不同的動態，依納爵稱之為週（不是星期，而是退省時的不同動態）。

¹² <http://www.ignatianspirituality.com/making-good-decisions/discernment-of-spirits/> (2014 年 11 月 3 日 12.45pm.)

依納爵察覺到自己內在的一些模式，引領他走向希望、平安、自由、喜樂，他稱之為「神慰」，是邁向天主的推動〔316〕。他亦發現有其他活動將他引向黑暗、騷擾、憂傷、分離、絕望，他稱之為「神枯」及離棄天主的推動〔317〕。依納爵邀請奉行神操者¹³積極選擇走向神慰，抗拒神枯。這邀請是辨別神類的規則的中心，而所有規則幫助奉行神操者仔細分辨各種推動或動態，對抗誘使人遠離天主的一切。

依納爵給我們兩套辨別神類的規則。如果我的傾向惡化，可預見相反上文所述的情況會出現，我會從惡神處得到安慰。這種情況可能只出現在自己生活的某個方面，例如：我嗜賭。我相信天主會來騷擾我，提醒我進入賭場會令情況惡化；另一方面，惡神會來安慰我，令我相信今天我會贏大錢。由此可知，分辨和靈修指導助人察覺自己的傾向—離開天主，走向憂慮、絕望、恐懼；或走向天主，得到平安、喜樂、從容。

我認為不論是否有完整的神操經驗，辨別神類的規則在任何情況下也有其用處。假如我們以斷章取義的方式去理解此規則，便會錯過其精粹。

神操

神操是依納爵發展出來的一套默想、祈禱、默觀方法，目的是助人加深與天主的關係。依納爵說：「就如散步、走路、跑步都是體操；同樣地，準備整理靈魂，驅除邪情……也都叫神操。」〔1〕換句話說，如果我們要靈性上健康，就要鍛鍊。我們要認清自己那些私欲偏情阻礙自己向天主愛的邀請開放。

¹³ 奉行神操者(Exercitant) 是指進行神操的人。

依納爵神操的靈修旅程分為四個階段，稱為「四週」。這「週」不是一般理解的星期，而是指靈修旅程的季節或動態。

第一週：我們認識到自己是被愛的罪人，明白自己在天主的注視下，對破壞生命應負上責任。天主無條件地愛了我們，我所做的一切，無法使我得到此愛，或令天主不再愛我。轉化的邀請是去認識天主的愛就在這裡，是無條件的給予，等待我的領受。

第二週：焦點是耶穌與我的關係，及此關係如何影響我的使徒潛質和創造潛力，方法是認清自己在天主前的身份和召叫。轉化的邀請是去認識自己是被召和具天賦潛能的。

第三週：更仔細認識自己的能力，即使面對苦痛，仍能不動搖及忠於召叫。假若要付出高昂的代價，我們能否仍忠於天主的召喚去服務？

第四週：邀請我們使神慰誕生；令從與天主的關係中流出的恩寵、惠賜和渴求能茁壯結果。

我們是否真的視自己為被召、充滿恩賜、被愛？若是，而又是在今天出現的話，會是怎樣的？能否幫我們抵禦現今二十一世紀的潮流，助我們度簡樸生活？可能兩旗默想有助我們進一步反省。

兩旗默想

在神操第二週，依納爵提供了名為「兩旗默想」〔136〕的默想內容。奉行神操者到此階段應已獲得第一週的恩寵，即經驗到天主無條件的愛。我們亦可能開始面對自己的私欲偏情，認出使自己離開天主及扭曲自己的決定的內在推動。我們已依據原則與基礎〔23〕的指引祈禱，原則與基礎挑戰我們要按天主的目的

重整生活；然後默觀永生之王的召喚〔91〕，以揀選跟隨基督，視祂為領袖，為實現天主目的的途徑。依納爵邀請我們默觀基督的降生和生平時，更加留意自己是如何作決定，特別是有甚麼阻礙我們選擇追隨基督的生活方式。

為進一步挑戰奉行神操者，依納爵頗令人驚訝地要求我們作兩旗默想：「一方面是耶穌基督，我們的最高領袖和主宰的旗；另一方面是路濟弗爾，人類頭號仇敵的旗。」〔136〕此處的問題是：「我會選擇耶穌作為伙伴，或追隨世俗的價值？」依納爵如此設定：

「第一前導是歷史 這裡可設想基督號召眾人，願他們都隸屬自己旗下；對面，路濟弗爾也號召眾人歸順牠的旗下。」〔137〕

「第二前導是定像 這裡可設想在耶路撒冷有一廣場，是善人的最高領袖耶穌基督我等主的大本營；再看巴比倫地帶，是人類的仇敵路濟弗爾的營地。」〔138〕

「第三前導是求恩 祈求我所願望的：求天主賜我認清魔魁的詭計，幫助我防避；另一方面更是求天主賞我認清真正的最高領袖指示的真生命，並賞我恩寵，好能效法祂。」〔139〕

場景已定，看來我們正進入戰鬥。依納爵邀請我們細看路濟弗爾和耶穌的領導方式。在向奉行神操者展示他們的不同方式後，依納爵指出，跟隨基督即渴望和作出極端的選擇：

「這裡也有三個階段：第一階段是以貧窮對財富；第二階段是以輕慢、凌辱對世俗的尊榮；第三個階段是以謙遜對驕傲。由這三個階段引領人進修其他德行。」

〔146〕

這是一極具挑戰性的邀請，驟眼看來，相信沒有人會捨財富、尊榮、驕傲，而取貧窮、輕慢、謙遜。在此我們返回我開始時提出的：

2001年九一一恐怖襲擊後，若美國願意以拒絕報復來向世界展示其威信，那麼我們現今生活的世界將會非常不同。

我想指出，根據兩旗默想，選擇拒絕報復成為真實的選項。試想像若謙遜、貧窮、愛是榜樣，這將如何令依賴宣傳和恐懼的恐怖份子解除武裝？然而，我想再進一步，即假設我們的內在生命，每天也要面對類似的決定，那麼在你內、人際關係上和與世界的關係上，你與甚麼交戰？你可會為避免戰爭而選擇貧窮、輕慢、謙遜，而非財富、尊榮、驕傲嗎？

有一次，我聽池雅達(Joan Chittester)在墨爾本一個會議的發言。她說：「不是天主懲處罪，而是罪懲處罪。如果驕傲是我們的罪，最終驕傲會毀滅我們。如果是貪饕，貪饕會毀滅我們。」如此類推。我認為此說法非常合理。渴求得到榮耀、財富或讚賞不是罪，但是如果這些是我作選擇時的主要考慮，可能這將束縛我，並使我遠離我最渴望得到的。因此辨別的首要問題之一是「焦點是我、自我、自尊，或焦點是天主和更大的善」。若選取後者，即使看起來我是選擇輕慢和貧窮，最終我將得到自由，所做的選擇也是最具生命力的，令自己和天國充滿生氣。

在第一週，我們體會到天主的愛比人的任何事成就大。我們不該輕視天主對我們的愛，然而我們能夠以天主愛我們的方式去愛自己嗎？我們會愛自己被扭曲之處，或會向這些地方宣戰嗎。若我們向人或事物宣戰，很自然會採取攻擊或防衛的恣態，我們很可能是在守衛自我：驕傲、榮譽、財富。對輕慢、凌辱和貧窮

的可能性完全開放，或讓自我控制及說服自己，若向自己的不足投降，最終會被毀滅，是兩種不同做法。

現在我想以我從靈修指導得到的經驗舉個例子。

年輕的彼得(假名)已成家立室。他是一位設計工程師，薪金以每週工作四十小時計算。由於時間緊迫，很多時他每天要工作十二小時，甚至週末亦要加班。彼得感到很勞累，但是他要養妻活兒，不能失去此工作。另外，彼得有一想法，天主是希望他以堂區義務工作為最優先，於是他問他的靈修指導如何才能得知天主的旨意。

藉聆聽靈魂上的動態，真正的問題逐漸浮現。彼得缺乏自信，視自己一無是處。因害怕失去工作，他不敢向上司說出實況。另一方面，目前的工作量已對彼得和家人做成困擾，他無法撐下去，再加上彼得相信要為天主付出更多，令情況更惡劣。阻礙彼得向上司反映的靈魂推動利用彼得自尊心製造了些噪音，使他恐懼—「你不夠勤奮；你不懂得如何處理你的工作；你需要更多時間去完成工作是你咎由自取；你向上司反映就會被辭退」。

表面看來，你可能會說，彼得能有此份工作，應該感恩，不應冒失去工作的危險；可能彼得太自我或自私，想減少工作時間。這聲音令彼得與僱主及與自己開戰。要留意的是這些對話全在彼得的腦海中進行。彼得感到挫敗、恐懼、越加憤怒和空虛。他在無能為力和嚴陣以待與僱主開戰之間搖擺不定。在家庭方面，他亦付出代價，因為除了工時長之外，當回到家裡，他只想休息，不願與家人一起。

在接受靈修指導時，彼得發現他聽到另一把聲音—細微溫柔的聲音，輕聲說：「你在我眼中是珍貴的，我愛你」¹⁴。彼得聽到感動得熱淚盈眶。此經驗對彼得來說非常震撼。不要忘記，依納爵鼓勵我們細味神慰，好使我們在神枯時得到力量〔323〕。在接著下來的數星期，彼得反覆咀嚼這些話，感到是天主親密地向他說話。「你在我眼中是珍貴的，我愛你。」他開始相信這些說話—他是可愛的、天賦才能、珍貴的。既然天主向他說了，他就應該相信自己的能力。彼得從祈禱得到力量，亦澄清甚麼才是重要的。

他從天主那裡得到新的信心，不怕羞辱和貧窮，願意冒險。他選擇反抗不公平的現況，向上司說出實情。對彼得來說，這是極大的冒險，但是他信賴他的禱告和分辨過。

出乎意料之外，他的上司聽了，並讚賞彼得的表現傑出，也同意給他得過去數個月超時工作的報酬。現時，若要超時工作，上司會先徵得彼得的同意，不再漠視加班的影響，視之為理所當然的。與彼得一同工作的見習工程師看到彼得的勇敢行為，也樂意與彼得交談，一起研究如何改善工作環境。

彼得開始明白，對他來說，在此人生階段，養妻活兒及家庭生活是首要的。堂區服務會減少與家人相處的時間及增添壓力。就目前來說，儘量與家人一起就是為天主的服務。

天主使彼得從過度工作、過多責任和自卑中釋放。這需要極大的勇氣、細心的分辨、好的同行者、自我如何令自己受困的意識。

¹⁴ 依 43:4

我們必須明白，分辨的規則不是依納爵的創作，而是他的體會。依納爵是從跟隨基督及遵行聖保祿的教導發現這些規則。聖保祿說我們可從效果認出聖神的恩惠：仁愛、喜樂、平安、忍耐、良善、慷慨、溫和、忠信、謙遜、節制、貞潔¹⁵。這直接與七罪宗相對：憤怒、慳吝、懶惰、驕傲、迷色、嫉妒、貪婪。置兩者於兩旗默想中，我們可領略依納爵是如何得到啟發。

對彼得來說，效果明顯是：喜樂、平安、忍耐、良善、慷慨、溫和、忠信。我們可以從果實肯定來源是天主。若我們真心相信，在一切事情上，天主必與我們相偕。分辨需要對主的深度信賴，及與主的親密關係。

懂得區別領人接近天主和誘人離開天主兩種不同的聲音是分辨的核心。我們知道天主的召喚是溫和的。若我們是受催逼，或邀請是激烈的，會危害他人和自己，我們知道這多數不是來自天主。依納爵清楚描述這些不同的推動，「善神」的「接觸是溫和的、輕鬆的、爽快的，就像水滴在海綿上一樣」〔335〕。若推動是來自天主，縱使表面看來是不可能的，我們仍可預期最終會經驗到自由、希望和愛。

另一把聲音的「接觸是激烈的，帶有響聲的和震盪的，就如水滴在石版上一樣」〔335〕。你認識此聲音嗎？聽起來是怎樣的？它是否有重複的主題——*你不够好？你以為自己是誰？你應更努力工作！你就是問題的癥結！*

簡單來說，在做決定時，我們可問三個問題：

這會否給予我和他人生命力？

¹⁵ 迦 5:22.

我是為服侍自我或是為愈顯主榮？

我的焦點是自己或是使命？

良好的分辨就是認識自己，不是認識規則。它需要我們保持與主的連繫；感受心內的靈性推動；認識生命中甚麼是最珍貴的。

俗世的分辨及依納爵靈修指導者的角色

依納爵靈修指導者的氣質的基礎是一個基本信念：即天主真正臨在並工作於我們的生活中；天主對我們的關愛是無限；天主渴望一切受造物(包括接受指導者)能獲得豐盛的生命。因此，靈修指導環節是建基於對天主的信賴；尋求接近天主將引導接受指導者邁向「更」(*magis*)¹⁶，及從內在的局限中得到自由。若接受指導者最深切的渴求與天主的渴求一致，他可自由地選擇最能獲得生命力的途徑，因為他知道這將是天主期望他依循的途徑。令人鼓舞的恩惠是個人潛能的發現使人自由圓滿地生活，因上主與他同在。

戈奈(Maureen Conroy)認為「建立一顆明辨的心，既是藝術，又是技巧」¹⁷。藝術讓我們「注意到天主對每個人的愛的奧

¹⁶ *Magis* (拉丁文拼音“mah-jis”)是拉丁文，意思是「更」(*more*)。要求人反躬自問：我可為天主做多些甚麼？我可為他人做多些甚麼？聖依納爵·羅耀拉用此字催促大家在愈顯主榮在生活中更慷慨。*Magis*應被理解為一種生活的方式，而非單一的行動或一連串的行動，這才表現出人願意積極達至「更」。*Magis*是依納爵靈修的用語，對依納爵來說此詞指向關係，用於人與天主及人與人之間愛的關係。藉此愛可找到「更」的正確意義。愛是自由慷慨的給予，而且必定是為崇敬天主。透過依納爵在神操所說的分辨神類，人重整他的渴求，與天主的渴求一致—包括渴求的內容和方式。強調渴求的一致，尋求「更」是為愈顯主榮，而非為一己的榮譽或私欲。
"Ignatian Wiki" <http://en.ignatianwiki.org/Magis> (2013年12月15日8.23am.)

¹⁷ Maureen Conroy, *The Discerning Heart: Discovering a Personal God* (Illonis: Loyola Press, 1993). xi

妙」。技巧讓我們在此經驗中篩選，好能察覺到未獲救贖的自己，或是自己的那部份逃避天主和愛的邀請。

依納爵說過，即使起初只是兩善取其一的選擇，若我們不留心決定背後的推動力，也可導致我們走向自我毀滅的漩渦。當知道自己是否先以捨棄世俗的財富、驕傲、尊榮作為決定的基礎，我可藉積極作出導向貧窮、謙遜、侮辱的選擇，再調整生命的方向。作為靈修指導者，我的經驗是主動捨棄尊榮、驕傲、財富的決定，使人脫離枷鎖，達至自由。這表示揀選貧窮、侮辱、謙遜使人自由。似乎西方社會的想法卻是財富、驕傲、尊榮是在社會中出人頭地的必要條件。然而，心理學和心理動力學的研究助我們看到，此心態會助長自戀的個人主義。朗蘇珊(Susan Long)提出：

一個自戀的社會助長社會的不斷墮落，或至少增加對社會上墮落行為的容忍。¹⁸

在整個神操，當奉行神操者與天主的關係加深，依納爵將他們的注意力轉到他們作決定的模式上，目的是與天主一同創造及抵抗墮落的可能。奉行神操者要留意自己的情感推動，察覺這些推動會否吸引他走向自由，以至天主，或令他受困於一己的困擾中。

因此，當遇到挑戰要超越自己的能力時，我們能否冒貧窮及羞辱的危險，大膽發聲，拒絕與不公義的制度同流合污？當感到焦慮、沮喪、恐懼時，我們能否探究其根源，及辨別出天主為人所設的前路？或我們仍然是無能為力？

¹⁸ Susan Long, *The Perverse Organisation and Its Deadly Sins*, (London: Karnac Books, 2008), loc 600

分辨支持我們積極抗衡任何限制天主教在世展現其潛能的事物。若我們有勇氣在生活中與天主交心；明辨在二十一世紀走向希望、自由和愛的路徑，我們或許也能幫助世界由恐懼和自戀的文化轉化至愛的文化；找到方法，不只是生存，更是在日益複雜的世界茁壯成長。

參考資料

1. <http://www.brainyquote.com/quotes/quotes/m/martinluth164280.html> .
2. "Jesuit Curia Website" <http://www.sjweb.info>.
3. "Ignatian Wiki" <http://en.ignatianwiki.org/Magis> (accessed 8.23am 15 December 2013).
4. Barry, William. *Letting God Come Close: An Approach to the Ignatian Spiritual Exercises*. Chicago: Loyola Press, 2001.
5. Bostrom, Nick. "Existential Risk as a Global Priority." *Global Policy* 4, no. 1 (2013): 15 - 31.
6. Conroy, Maureen. *The Discerning Heart: Discovering a Personal God*. Illonis: Loyola Press, 1993.
7. Downey, Michael. *The New Dictionary of Catholic Spirituality*. Bangalore India: Theological Publications 1995.
8. Hillman, Anne. *Awakening the Energies of Love: Discovering Fire for the Second Time*. United States of America: Anne Hillman, 2008.
9. Long, Susan. *The Perverse Organisation and Its Deadly Sins*. London: Karnac Books, 2008.
10. Loyola, Ignatius of. *The Spiritual Exercises of Saint Ignatius of Loyola*. Translated by Michael Ivens. Herefordshire: Gracewing, 2004.

11. New Revised Standard Version: Catholic Edition, *The Holy Bible*. NRSV Bible, 1998.
12. Roemer, Judith and George Schemel. *Beyond Individuation to Discipleship: A Directory for Those Who Give the Spiritual Exercises*. Scranton: Institute for Contemporary Spirituality, University of Scranton, 2000.

Holy Spirit Seminary Library