

自從2020年疫情後，教會很多的活動被迫暫時取消，因著科技的發達及普遍性，大家紛紛改為在Zoom上聚會，因化教友之間的來往及互動不至完全中斷。在2020年6月底因緣際會我報名參加了San Jose至聖聖三依納爵靈修中心劉明毅主任主辦的靈修課程，每月在Zoom上聚會一次，每次約2小時。

從2020年8月至2021年6月我第一位接觸到的神師是非常年輕有學養及謙卑的王神父，課前會先提供給大家要看的參考書，上課時也準備好Power Point來解說，王神父引領我們的方式是藉著他與天主愛的關係及他的生命經驗的分享來帶領我們如何在日常生活中做省察，分辨，祈禱來建立與天主更深的接觸及更深入的關係，讓我明白要用開放自由的態度去接近天主，讓聖神居中帶領，而不是用人的力量去修為。

更讓我了解到到天主是愛，讓主耶穌的慈悲，憐憫和愛，治癒我們內心因著原生家庭及各種外力留下的傷口，當我們不拒絕天主於門外時，我們才能與天主同在，我們才能把自己奉獻給天主。

第二位神師是吳伯仁神父，從2021年9月至現在及2024年都會是吳神父輔導我們，吳神父是台灣嘉義人，耶穌會士。他的專長是：基督徒靈修，依納爵靈修，靈修輔導。

吳神父個性平和親切，上課前會提供我們要看的參考書，並把上課時要講的內容章節預先請劉明毅主任Email給各人預習，在上課時神父會展示Power Point來解說內容重點，所以如果自己起先有溫習及劃出重點，就很容易掌握這堂課的精義及要給我們的啟發，課後也會留時間給我們發問問題及分享，藉著他人的分享我也會得著益處，往往會被觸動及被啟發。

我自己的感受是吳神父藉著授課循循善誘，讓我在靈修道路上一點點地打下基礎，使我的靈內生命慢慢地健全地成長，我自己也深深悟出，得到多少除了神師的無私付出外，自己也要有對天主有渴慕才會產生動力來尋求。我覺著每一個人的分享除了分享個人生命經驗外，也是愛的分施及共融，藉著別人的分享我可能會被觸動被引領，與自己，他人及天主共融。

我自己分享時往往有著被觸動及感動，很想要給，往往是聖神在當下推動，很多時我發現當我在分享後，我內心有更深及更清晰的了解認知及觸動，更洞知本体的我是怎麼樣的一個狀態，這會使我靈內生命又邁進了一步。

在2023年7月份上了劉家政神父的課，神父用很輕鬆的一問一答的方式來解悟來帶領我們，使我感受到劉神父與天主的親密關係，也認知到神父的博學，我最記得他講的一句話，不要太在意很多人有機會能問問題，最重要是能很詳盡的回應問題，的確因時間關係太簡潔回應問題是不夠完善，所以重質比重量往往更重要，我學到了。

在2023年8月份邀請了連堅堯老師，他是台灣知名作曲家，從年少開始一直為天主教聖歌能讓更多年青人容易唱頌傳頌而畢生致力奉獻，令人感動。藉著音樂的分享使我感受到天主用每個人不同的專長成為主有用的器囀。

除了感謝以上神師的教導，在此也要謝謝劉明毅姐每月不辭辛勞的為大家服務。感謝讚美天主讓我有機會參加了聖依納爵靈修，恩寵滿滿！