

在神學院讀書時，每一班也會有一位老師作同學的生命導師，她會定期約見我們。其中一次約談臨近結束時，她總會有一些行動想我們操練，當然老師十分了解每個同學的個性、性格等，會因應我們的屬靈生命給予適切的建議操練。有一次她給我的操練是行路時要慢慢行，這一個操練對於我這個甚麼也想快，想有效率，很心急的人而言，實在是一個很有用的建議和操練。當然實行至今，雖然偶見成效，但也是要繼續在主裡好好操練。

今日想同大家介紹的書籍，亦與上述的操練有異曲同工的地方。本書名為《慢，是祂故意的》，屬於靈修類書籍。作者形容自己是一個仍然正在康復中的「速度控」，他在書中探討趕急心態令人錯失的種種，以及如何在繁忙的生活事奉中保持從容。從容關乎心態，而非關乎日程。從容不迫不等於懶散，二者實在有天壤之別。作者帶領讀者定睛在耶穌身上，留意祂昔日服侍、禱告、安息的生活節奏，並提醒讀者愛和成長從來都是急不來的。

在匆忙成癮的焦慮世代中，趕急彷彿就是效率，是證明「我很重要」的惟一指標。然而，在趕急中，我們很容易錯過上帝的邀請和機會。我們東奔西跑，忙這忙那，卻看不見聖靈放置在腳前的差事。生活，不應受制於世界的步伐，而要得力於主耶穌的恩惠與從容。作者在書中亦提出了很多值得我們思考的地方：

- 在科技的大力協助下，我們做的事確實多了，但人生更有意義了嗎？
- 我們竭盡全力事奉，日夜不停為上帝做工，是否只是為了逃避停下來的那一刻，害怕與上帝相對無言？
- 我們是否經常走路很趕、做事很急，想用最少的時間做最多的事？
- 我們應該怎樣在工作事奉與休息之間達致平衡？

作者不單探討心態與現代生活模式，亦在各章末附有反思問題，書末更加入小組聚會指引，方便讀者作個人思考或小組研習之用。而在附錄中的「從容不迫五分鐘」亦能幫助讀者實踐所學，操練從容，讓生命重新得力。



本書榮獲《今日基督教》(Christianity Today)年度書獎 (靈修類)