



神
修
篇

Sister HAPPY

MG

B976.1

191

天主降生後一千九百三十三年再版

聖若翰
伯爾格滿
每日訓言

山西大同大修道院譯



3 1760 2513 2

SERIES ASCETICA

cura Commissionis Synodalis edita

神 修 篇

公 教 教 育 聯 合 會 出 版

FASCICULUS I.

PESNEES DE SAINT JEAN BERCHMANS

Par le P. J. B. Couderc S. J.

Secunda Editio-1933

Traduit du Français

par les élèves du ~~Grand~~ Séminaire Central
de Tatung, Shansi.

COMMISSIO SYNODALIS IN SINIS

IA Kwan-tung-tiëu Hutung, Peiping

公 教 教 育 聯 合 會 . 北 平 關 東 店 湖 岡 甲 壹 號

聖若翰伯爾格滿每日訓言

正月

一日 我的苦像，念珠，會規本，是我最愛的三樣物件，有了這三樣，我死也甘心了。「聖人死時說的這幾句話，全包括了他一生的行實，也指明了他一生行實的特常。」

苦像

二日 我既成了耶穌的同伴，就該同耶穌一齊被釘，死在十字架上。

念珠

三日 我願意愛慕聖母瑪利亞。（聖人屢次重新定這個主意。）

訓言

一

四日 我寧願粉身碎骨，不願明知故犯一條小規矩，或違背長上至小的命令。

聖人童年

五日 你該尋求天上的寶藏，因為心志高大的人，除此以外不尋求別的。

三王來朝瞻禮

六日 我上學以前必先輔兩三台彌撒，為求天主降福我的學業，（這是聖人七歲時，說過的話，）

七日 吁耶穌，天主之眞子，我朝拜你，你的聖名，是諸名中最美妙的，從來沒有一曲歌調，中悅人耳，一種物件，賞悅人心，可比你的

聖名。吁耶穌，你的聖名，是得真福的保證，因為你是萬福萬樂的泉源，非依賴你，人不能得救。（這話是從聖人的一首辣丁詩中，擇出來的。）

八日 你活着，當常記念死，因為死亡二字，能管束你一生的行爲。光陰迅速如箭，生命逝如流水，一幌就過，現在你該輕看，躲避虛幻之世物，死後好享天堂的永福。人生在世就是爲死，但死又是爲生，因爲人靈魂一離肉身，就起首度永遠的生命。（這話也是從聖人一首詩中，擇錄出來的。）

九日 天主定要滿我的盼望，救我成神父。我的慈父慈母呀，你們好盼望罷，天主定要滿你們的心願，至於學費，並不必作難，我只有

餒首充飢，清水解渴就殺了，（聖人還在孩提的時候，就用了這樣的動心話，懇求自己的父母，讓他繼續讀書。）

十日 看以來的話，就可想到，聖人自生至終，靈魂如何清潔。聖人說，我曾按聖依納爵的神工書，默想過我所犯的罪，但我覺着枯乾無味，毫不動情。過了一年，聖人又說，我又默想那一樣的題目，仍覺着枯乾無味，毫無旨趣。從此可知，聖人沒有犯過一條該痛悔的大罪。

十一日 聖人寫說，天主是可讚美的，因他賞我奉了教，當耶穌的同伴，並保佑我，沒有犯過大罪。

十二日 至論不潔淨的毛病 聖人孩童的時候，連名字也不知道 那

些言說不謹，品行放肆的人，聖人躲避他們，如防瘟疫。（有聖人的師傅，伯多祿愛實利爲證。）

十三日 聖人早已把修德成聖的事業，託與聖母，所以在瑪利納公學得入聖母會以後，喜歡的向人說，天主賞我入這公學，真是一個大恩典，因爲在這裏，我的靈魂，找得了如此貴重的寶藏。

十四日 聖人的真喜歡，就是領聖體，聖人說，我領聖體的時候，設想聖母，在天神及我主保聖人當中，把我主耶穌，親手交給我，我請耶穌，在我心裏安歇，如在墳墓裏一樣，我又發謙遜，信德，愛慕，感恩等情，將我全獻與他，求他賞我要緊的恩寵。

十五日 正月十五 是教皇良十三 於一千八百八十八年 列聖人於

聖品之日。當初有人禁止聖人入耶穌會，聖人回答說，我依賴天主的相幫，沒有作不來的事。

十六日 天主召我入會，度天神的生命，真是天主賞我們的特恩，所以我們該感謝天主。（家信）

十七日 我隨從聖召，是為聽天主的命，料理我救靈魂的大事，為躲避天主嚴厲的審判，怕他向我說，我叫過你 你不肯來 如今遭難 我也不憐惜你。（家信）

十八日 我不能因為順從父母的命，違背天主的聖命，耽誤天主的聖召，（家信）

十九日 我們的生命短促，轉眼即過，千萬別耽誤了，積債天主無價

之寶。

初學

二十日 有一個少年人，同聖人一齊入初學，聖人向他說，我兄，我二人同時入了初學，事奉天主，巴不得我們將來，也能同入天堂，享見天主才好。

二十一日 聖人進初學的時候，適見一位輔理修士，在園中作活，聖人便向自己的同伴說，我們去同他一齊作工罷，因為起首修道，該謙卑自下，習修友愛纔是。

二十二日 聖類思公撒格一進自己的小屋，就說，這是我安居之所，我既甘心選擇了這個地方，就願安居在內。（聖若翰伯爾格滿肯吟詠

這幾句話。)

二十三日 聖人的母親臨終的時候，聖人給他寫信說，母親你勇敢戰爭罷，該學目向上，瞻仰天主給你預備的榮冠。

二十四日 你爲何爲營求暫世的財帛，不圖謀天堂的寶藏呢，只要我們節制自己一點，天主必要多賞我們天堂的財寶。(聖人的父親，隨這幾句話動了心，棄俗修道，也登了神品。)

二十五日 聖人真堪稱爲第二個類思公，撒格受衆人的敬重，另外受幼年人敬愛。聖人用三句話，描寫好學生的情狀，就是好學生作事單爲光榮天主，該熱心，該謙心受教。

二十六日 我若不乘此幼年時代成聖人，恐怕終究也成不了。

二十七日 聖人的一個同憲說，我不必念聖類思公撒格的行實，因為伯爾格滿是他的活像，我天天能看。

二十八日 聖人將發三願，獻自己與天主的時候，給他父親寫信說，你喜慶罷，因為你的兒子，快要死亡，但這是多麼有福的死亡呢，更好說是甘飴的生活，因為我要同耶穌死在一個十字架上，神貧，潔淨，聽命，終身三大願，要釘我在十字架上。噯。這個死亡，是何等甘飴呢。我父，你喜歡罷，你的兒子，因這死亡，必要生活享福。

二十九日 聖人既滿了初學，長上就打發他到羅瑪，聖人說，我很喜歡上那裏，因為那裏能見本會聖人們的遺跡，另外能見聖類思的聖觀。

三十日 聖人辭別初學同窗說，我們要天天代禱，求天主三樣恩寵，第一，恒心保守聖召，第二完全保守貞潔，第三在本會裏，能救別人的靈魂，多光榮天主。

三十一日 我要在聖類思墳墓前，多記念你們，也屢次擔著名，把你們一個一個的獻給聖人。

二月

一日 聖人不意之間，忽然接了他父親謝世的消息。立刻嚇的發了呆，一句話也說不出來。待了一陣，就譊然可親的說，我如今纔真能同聖方濟各一樣說：「在天我等父者。」

聖母取潔瞻禮

二日 聖人趕自己的父親死後，就給親族們寫信說，衆位親人尊鑒，我懇求你們，懇懇照顧我的兩個幼弟吧，使他們的熱心，合聖德同年歲，一齊增長。這樣你們要多中樂天主的心。不然因你們的疏忽懈怠，使他們喪失靈魂，你們要重傷天主的心。

三日 我的亞德盎巴爾多祿茂加祿恐怕我不得再見你們了。如今給你們寫幾句辭別的話，當作紀念。巴不得你們熱心敬主的心，與你們的學問，天天增長。

四日 聖人給他的一位老業師寫信說，請先生代爲費心，務使我弟妹人等，每主日辦神工，勤領聖體。

聖人度日常規

晨起

五日 早晨一醒，我就向天主說，吾主，我今在你台前，你命我何事呢。隨畫聖號，想被釘的耶穌，在我胸中，上邊有天主聖三，發極活潑的善情，從心裏說，吾主，吾主，從清晨味爽時，我勤謹奉事你。我又把吾主耶穌基督，獻給聖父，為感謝他賞我一生的恩典，另外夜間保存我，沒有猝死。末後口親會衣，求天主，因聖母瑪利亞，護守天神，聖依納爵，本月主保聖人，以及在天朝諸聖的轉求，賞我恒心保守聖寵。

每日主保聖人

六日 聖人又接着說，我先感謝昨日的主保聖人，遂後為本日，另選

一位主保。然後念信經一遍，爲證明我願作羅瑪公教的真正信友。又念聖母會經一遍，爲證明我是聖母的眞孝子。末了念三願經一遍，爲證明我願做耶穌會的好會友。

七日 聖人每日早晨，重定以下四個主意。(一)我要把我的思言行爲，全獻與天主聖父，爲光榮他，爲感謝上次領聖體的大恩，或爲預備再領，又爲求一件特恩，比如孝愛聖母的眞情。並把我的思言行爲，同耶穌的思言行爲，合成一個。(二)我今天要善行私省察。(三)日內纔不明知故犯一條小罪，或犯一條小規矩。(四)我要活在會裏，死在會裏。

默想

八日 人起床時，若收斂心神，必能善行默想。

九日 聖人起首默想，先想天主在跟前。然後跪下朝拜，接着念這端經說，吾主，我懇求你，正我意向，管制我靈魂的三司，好將我一切所有，都來爲服事你，光榮你無限的尊威。

望彌撒

十日 進堂時，我心裏懷着敬畏，熱切，兩樣善情。求天主加我寵佑，得沾彌撒聖祭的神益。我也不斷的神領聖體。

十一日 舉揚聖體時，我想耶穌在十字架上，週身流血，爲自己的仇人祈求。見耶穌頭戴茨冠，我就爲神形兩等長上祈求。見右手的傷，就爲我的父母，兄弟，會友，親朋，恩人等祈求。見左手的傷，就爲仇恨，難爲過我，或我所難爲過的人祈求。見肋旁的傷，就爲我自己

祈求耶穌，（一）賞我全心愛天主，（二）點着我救人靈魂的神火，（三）使我恆心保守聖召，（四）使我全完遵守三願，（五）賜我格外孝愛聖母，愛聖體。見耶穌聖足的傷，就想念普世的修士，連世俗人，不分好歹，一齊爲他們祈求。

聖人工作前誦

十二日 吁，吾天主，我的萬有，萬物都欽崇你。我感謝你，因你聖善，至今保存了我。我今定志，賴爾寵佑，作此事工，並我今日和一生的事工，全爲光榮你的聖名，中悅爾心。並中樂聖母，主保聖人，護守天神，以及本日的主保聖人。我願專心工作，不容敵誘侵入我心。

聖人作工後誦

十三日 福哉，天主聖三，我將我纔行之工，獻與你至尊威嚴台前。這未必非我之末行。今天朝諸神聖之前，將此工，和於耶穌的聖淚；苦難，聖死，肋膀聖傷，並童貞聖母之功，本會致命聖人之血，九品天神的讚頌，一齊奉獻你。

用飯

十四日 我用飯時，想見吾主耶穌，與門徒同食。看他的舉動行爲，處處效法。或想耶穌聖嬰，在我心裏，向我乞食，我該把頂上的食物，留下供養他。

談話

十五日 我從本會史上，擇錄些有趣又動心的事跡。我設法同人談論熱心事業。人若不肯同我談論天主，真叫我傷心要死。但若談論熱心事，不如人少更好。

各等行爲

十六日 每行一事，先求天主相幫，善行此事，遂後重正意向，純爲天主的光榮工作云云。工作畢，省察片刻，有好處，便感謝天主。有缺處，便求天主寬赦。

十七日 看聖書前誦。吾主，求你開我耳，暢聆你的聖訓。啓我目，明睹你的神光。看聖書後誦。吾主，求你將爾聖訓，銘刻我心，因我明知這是你的聖意。

十八日 每聞鐘鍊響，我必朝拜被釘的耶穌說，吁，十字聖架，我叩拜你。吁，耶穌，你爲我忍受鞭打，我該如何投報呢。吾主，求你助我善過這一點鐘罷。

日終

十九日 省察畢，求我本日的主保聖人，將我今日思言行爲，轉獻天主。以後念信經，聖母會經，三願經，各一遍。爲證明我從生至死，常要作聖教會，聖母，與本會的眞孝子。也往床上灑聖水。

上床

二十日 上床前，念三端聖母經，頭一端，爲恭敬老來德聖母，敬他得了天主母的尊位，求他保護我，夜間不作邪夢，第二端，爲恭敬孟

太古聖母，教他給孕母胎，無染原罪，求他賞我速睡速起。第三端，爲恭敬合助聖母，慶賀他死後又與聖子耶穌同居，也求他賞我明天早晨，好作默想，并賜我神樂。

睡覺

二十一日 我端端正正的上床，與耶穌同睡。預想明日何時起床，又略想明日默想題目。然後把會規本放在枕上，遂安息於主矣。

日用神糧

二十二日 誰願完全獻己於天主，必須重愛本會爲得自己的終向，所用的方法。這些方法內，我另外看重默想，私省察，並在神師前的誠實。

二十三日 該屢次同神師談論靈魂的事。因爲神師，是天主持選，指引我的人，所以在他跟前，該清漸透澈，如同清水。

二十四日 凡長上命我，或願意我作的事，我都一一記錄出來，勉力奉行。

辦神工

二十五日 我每主日，至少辦神工一次。神工前，先懇求至聖童貞聖母，爲我轉求天主，開明我心，好認明我罪，痛心悔改。然後求吾主耶穌，轉求天主聖父。賞這聖寵。也求聖父，因他無限的聖善，賜我此恩。末後省察，勉力發真心痛悔，結實的定改。

辦完神工

二十六日 我立刻感謝天主。作神父罰的補贖。重新定改。再起首預備迎接吾主耶穌，降來我心。

神工後誦

二十七日 吾主，求你因聖母瑪利亞，及諸聖的轉達，收下我纔辦的神工。若我在告明，痛悔，定改上，有何虧缺，求以爾仁慈聖善，補我不足。盼望你從天看我，如同得了全赦一樣。乃生乃王世世。亞孟。

領聖體

二十八日 我每次預備領聖體，求主保聖人，相幫我妥備我心。先求天主寬體我罪。熱心念幾端經。然後默想耶穌苦難，發信愛二德。

神父念天主經的時候，我就發渴望領聖體的善情說，吁瑪利亞懷抱的耶穌，你是我的長兄。誰能把你交給我呢。我靈魂渴望你，如同渴鹿盼望澆泉一樣。因為你是我的生命，我的力量，求你速來我心。我把這些意願，托聖母，獻與耶穌。那時我彷彿聽見，耶穌向百夫長說，我要去活好他。我就謙謙遜遜的回答說，主子，我當不起你上我心來云云。

吾天主，我把我的靈魂，付於爾手，盼望你的聖體，保存我的靈魂，得享常生。

領聖體後

二十九日 我請我的主保聖人們，相幫我謝聖體。將我靈魂肉身，全

獻與吾主耶穌。每次領聖體，必有小供獻，比如修某德行，或行某善工。我重發三願，定志熱心恭敬聖母，念聖母會經。隨後到天主聖父台前，求他因其可愛聖子之名，賞我緊要恩寵。再感謝吾主耶穌，我纔領他，實不敢當，但求也補我的不足。末了念舉世讚美云云。

三月 聖若瑟月

小避靜

一日 我每月起首，乘有閒暇之日，行小避靜，默想三四次。每月頭三天，默想會規。

會談神業

二日 會談神業，是幾人聚在一處，談論熱心的事。但談有規矩，也

該先預備，平常的論題，是一種德行。照聖人的意見，講論德行，第一，該說明這德行是什麼，並該怎樣習修，第二，該說明心裏外面，如何實行，第三，說明該修的理由，第四，說明進修的方法，末了該取幾個榜樣來，當作表率。

三日 聖人作事，另外有秩序，有規矩。又能預防未來。在他的日記簿上，這類的話很多，比如說，若事情如此如此，我要如此行，若有人這樣問，我要這樣答。

枯乾無味

四日 有人問聖人說，當枯乾無味的時候，你可如何呢。聖人答說，當此時，我就一面念經祈求，一面勞苦作活，並安忍心耐，投奔聖母

相幫。

五日 聖人當枯乾無味時，念這端經說，吾主，求你還我之樂，以爾神光，光照我，以爾真光，照臨我。

六日 聖人心神煩悶的時候，平心忍受，恒心等待天主的顧慰。聖人寫說。我靈魂煩悶時，仍是很平安。

讀書。

七日 念書爲頭純正，乃是一件很有功勞的事。

八日 我要把熱心神工，放在一總的事務以上，並多求天主，賞我前進。

九日 我看重德行，及一切關於靈魂的事業，在一總學問和才幹以上。

十日 事不在多，而在精。求多不求精，多亦無可貴。

十一日 我很重愛比高考米尼神父，因為這位神父，引人修德，與教授學問，有一樣的心火。

十二日 聖人的同憲述說。聖人專心讀書，如同行祈禱一樣用心。聖人也親自說過，我入修會，不爲空閒，是爲出力勞苦。

聖人生日

十三日 聖若翰伯爾格滿在一千五百九十九年三月十三日，生於民國不拉把省地斯忒城。聖人肯稱自己，爲聖類斯公撒格及聖達尼老格斯加的兄弟。

十四日 三月十四，聖人領了洗，取名若翰保弟斯大，聖人說，天主

是永遠可讚美的，因為他賞我成了教友。

讀書（續前）

十五日 異教人，爲反對吾主耶穌，攻斥耶穌的道理，尙且不憚勞力。我爲幫助耶穌，反不肯出力麼。

十六日 世人爲求學問，還不怕費心勞力，我爲認識耶穌，光榮耶穌，能稍加退縮麼。

十七日 我念書，一分光陰也不願就悞，並願虛心領教。

十八日 聖人念書，遇有疑難，就求天主說，吾主，你知道，非你另外相幫，我終不能明白，所以求你相幫我。吾主，求你用掌管萬物的上智，照臨我，相幫我，啓我明悟，好能明白這端奧理。

聖若瑟瞻禮

十九日 聖人一生敬愛聖若瑟也隨機引導別人，認識愛慕這位聖祖，聖母特寵之淨配。聖人每次念聖母禱文，必接着念聖若瑟祝文。

二十日 自從我熱心恭敬聖若瑟以來，凡我所求的恩寵，沒有一件，沒得的。

二十一日 聖人一聽說，哲學總考，定於聖若瑟瞻禮日舉行，就立刻說，聖若瑟要作我考試的主保。考試一完，聖人笑着說，考試員，質疑問難，聖若瑟應對如流。

二十二日 我經驗過，領聖體日前半天，每瞻禮日一點鐘，每一天的工夫，專務熱心神工，毫不防碍讀書。

二十三日 讀書稍有餘暇，我都用爲事奉天主，專務熱心事業。

平常行爲的完全

二十四日 吾主耶穌說，你們該如同你們的在天大父一樣成全，所以不拘作什麼，必要完全。

二十五日 你現在所作的，恐怕是你一生最末的行爲，所以你作去，該如同最末的事一樣。

二十六日 一件事作的好，如甜蜜一般，很中悅天主。又如一張美麗圖畫，標着天主的美善，很悅樂天主的心。我的靈魂，難道你，不肯給天上的慈父，加這樣的歡樂麼。

二十七日 你該時時處處，想天主在跟前。這樣事事都能作好。

二十八日 作每樣事以前，先該酌定作法，裏明神師，然後用私省察勸功夫。力踐實行。

二十九日 凡能相帮我得終向的事，我一件也不輕忽，都要盡心去作。我格外用心讀書。

三十日 我小事要當大事作。小缺欠要作重補贖。

三十一日 我愛查看會友們的德行，因這樣我能多得神益。

四月

習修神質，脫離世俗，

一日 我看我自己，如一貧窮乞丐，蒙本會特恩，屈情收納。我願作衆會友的僕役奴才。

二日 我要來童貞聖母，賞我完全脫離世俗。

三日 我什麼也不戀愛。賴天主的聖佑，我沒有一件脫離不開的事物。妻把利神父說，聖人的小屋，滿著一種神貧的光耀。

四日 我格外躲避嬌羣立異，誰若沒有正經緣故，不照公規行事，就是嬌羣立異，這樣作事，有傷友愛。按公規度日，不但是很穩妥的道路，又能使入修德成聖，不受虛榮的害。

五日 在我屋裏，不存一件富餘東西。若有時，能覺出因神貧受了窮困，是我莫大的榮幸。

六日 在世無依無靠，我便更容易投奔天主了。

七日 衣服不論好歹，我都一樣愛穿。到底我寧愛窄舊衣，因為舊衣

，令我穿着心安神樂。

潔淨

八日 聖人到死，常保存存了領洗時的潔淨。他嘗寫說，我讚美天主，因為他保佑了我，一輩子未犯大罪。別處又說，這個特恩，是聖母賞給我的。

九日 我寧願千死萬死，不肯犯一條至小的罪。

十日 凡能傷害潔德的事，雖一目一視之微，我也全心憎惡。

十一日 一日，聖人把聖奧斯定的認己罪書，還給神師說，神父，這書與我不相宜，有等人，不知謹慎，竟敢看那淫毒的邪書，爲何不看聖人的表樣呢。

十二日 聖人自認說，我的貞潔，全是聖母賞的。聖母白日黑夜，常常保護我。自從我每晚睡覺以前，念一端聖母經，爲慶賀傳報無染罪以來，格外得了他的保護。

十三日 一日，某同憲向聖人說，假如你有一千個心，不都要爲慶賀母用麼。聖人答應說，我若真有一千個心，必定要都爲愛聖母用，因爲凡我所有的，都是聖母賞的。

十四日 聖人說，瞻仰童貞聖母，能遠退一切不潔淨的念頭。你求天主，賞你在說話時，能引導別人愛慕潔德。聖人得了這寶貴的恩寵，憑據很多。

端正

訓言

三三

十五日 聖人的同窗都說，即使一位天神，帶着肉軀下降，也不過同聖人一樣端正罷了。

十六日 與聖人同居共處的人，都明證說，若聖依納爵所寫的端正篇，不幸失落了，單看這位聖人的行事，也能補全。

十七日 聖人寫說，端正之德，能依正道，範圍人內外一切的行動。

十八日 我願意效法耶穌，及童貞聖母的端正。聖母的端正，達于極點，致使聖第阿尼肖讚嘆說，若不相反信德，我要拿聖母，當天主恭敬了。

十九日 聖依納爵很注重端正之德，爲此，詳細訂明修端正的規條。人不端正，是作賤耶穌的苦難，因爲耶穌，爲補贖人不端正的罪，各

肢體上，受了苦。再者不端正，也是傷害本會。

二十日 我們常該端正，因為天主無所不在，處處監看我們。

二十一日 端正能教人每一肢體，得一種特別的光榮。

端正善表

二十二日 聖方濟格沙勿略因為一次與同窗玩耍，過餘發顯輕挑後來做了重補贖。

二十三日 聖代哥來在公堂聽審時，因為端正的緣故，不敢抬頭，怕看見周圍環視的人，

二十四日 某修士行路，路經一河，因為端正的緣故，輾轉岸上，不肯脫鞋。當時就得了天主特佑，見自己已經在河那邊。

二十五日 一次，聖母顯示給一位幼女，囑咐他，該十分端正。且說，你若遵我命，三十天後，我將親來，領你升天。幼女從命，嚴謹自東，謹守三司五官。日期一到，聖母果然降來，幼女一見，喜不自勝，歡呼說，主母，我跟你升天去，說罷遂就嚙了氣。

二十六日 誰若勸你寬縱自待，你不但不可憑信，反當直直向他說，我願意端正，願意熱心。

二十七日 不許你看的事物，你爲何要看。謹守眼目，能預防許多誘惑，又能長養人的熱心。

二十八日 凡你在別人身上，不喜歡的事，你該加小心，自己別作。

二十九日 舉止放肆，行動遲慢，事求華美，心量太窄，都是人所不

喜歡的事。

三十日 言語不檢，利口爭辯，出言譏刺，聲氣傲慢，東瞧西看，搖頭晃胸，粗聲狂笑，喜無節制，手亂指畫，也是人所不喜歡的事。

五月 聖母月 聖人熱心恭敬聖母

一日 我，外愛恭敬聖母的人。

二日 我要全心敬愛聖母。

三日 每瞻禮七，我要作一件謙卑克己的工夫，爲恭敬至聖童貞聖母

。四日 每瞻禮七，談話間，我要勉力提幾句聖母的話。

五日 鄉下的孩童們，玩耍前，先給聖母請安，我看這是很好的風俗

六日 聖人說，若有一天，我沒有得着講論聖母，這一天，就算白過了。

七日 誰熱心敬愛聖母，靈魂不能喪亡。因為敬愛聖母，是升天堂穩妥的執照。

八日 聖人每次提起聖名，必脫帽致敬。每日晚上，把念珠掛在胳膊上。末後幾年，常掛在脖頸上。

九日 聖人一次，向一位同窻說，咱二人比一比，看誰給聖母起的尊號，更多更好。

十日 眞福白而孟樞機主教，并許多高名修士，都一口同音說，若輸

伯爾格滿生在世上，彷彿專爲光榮聖母。聖人親自也說過，我們該引導各方人，熱心恭敬聖母。另外勸他們，信聖母無染原罪的道理。（論聖人對於聖母無染原罪這條道理，發的願，見後十二月八號）

十一日 福哉聖母之懷，懷無始聖父之子。聖人每天好幾次念這句短誦。每次念，每次請安。

十二日 聖人屢次寫信，放在聖母像前，爲求一樣恩寵。聖人說，眞福童聖母，若給我求得某某恩寵，我要念三分玫瑰經，或作某某補贖。

十三日 至聖童貞聖母，賞過本會許多奇恩。我已搜集成書，望衆會友，同看此書，好發現感謝聖母的心。

十四日 我若愛聖母，一定能救靈魂，能到死不出會，又不拘求何樣恩典，必然能得，如同全能的一般。但我若不熱心愛聖母，諸事斷不穩妥了。

十五日 吁，我之慈母，童貞瑪利亞，你是我聖德及超性學問的主標。

十六日 幾時大難忽然臨頭，必須有一穩妥之處，爲藏身避難。但那有一處，能比耶穌五傷，聖母聖懷，天后的縵衣下，更穩妥的呢。

十七日 有人問聖人說，你後來，不作一部光榮聖母的書麼。聖人答應說，我已經許願，要論聖母無染原罪，作一本書。這書的大意，現已就緒，先論聖母無染原罪的預像，後論聖母無染原罪的證理。來了

引聖跡，證據，爲堅固這端道理。（當知，那時聖母無染原罪，尙未定爲該信的道理。）

十八日 我們既是至聖童貞聖母的孝子，便該竭力，攻斥相反聖母特恩的那些錯謬。

十九日 我披閱近代聖人傳時，特別注意兩件事，一是熱心恭敬聖母，一是敬愛聖體。

二十日 聖母養育栽培了我，使我讀書前進，招我入他愛子耶穌的修會。我靠着聖母，盼望救靈升天。沒有聖母，我就全無希望了。

二十一日 你若願意，當至聖童貞聖母的真孝子，就該盡力保存靈魂的清潔。

二十二日 我們的慈母瑪利亞，能醫治我們各種病症。

二十三日 聖母瑪利亞，稱爲仁慈之母，因他在天，常爲罪人祈求。你也該爲罪人祈求。

二十四日 亞物瑪利亞，瑪利亞這句話，解說海星，我們渡這世海，該常仰望他，如北斗。他要引領我們安渡此海。瑪利亞又解說光明。因他聖德之光，如同太陽，光照我們行善。又解說母皇。因他在天上，有莫大的權力。

二十五日 你渡這世海，翻了船，是因爲你沒有定睛瞻望海星。你自己居黑暗之中，不明白天上的事理，是因爲你有求天上的明光，光照你。天上的母皇，能保佑你，且願意給你對症下藥，醫治你各種病症。

但因你沒有求他，所以不得他的援助。

二十六日 你該實心盼望這位母皇，相帮你，攻打你靈魂的三仇。這
個明光，光照你，認透你自己，也認識天主。這海星引領你，不陷於
危險，直達天堂永岸。

二十七日 你該感謝天主，慶賀聖母，因為瑪利亞聖名，所包含的恩
寵，聖母都得了。

二十八日 一千八百五十六年，五月二十八日，教宗比約第九，將可
敬天主教僕若翰伯爾格滿列入真福品。那時耶穌會總長，白克斯神父
，當衆演講說，天主爲幼年學生，特別爲本會三種學生，揀選五位相
稱的做榜樣。就是聖達尼老爲初學的榜樣。聖類思公撒格爲神學修士

的榜樣。若翰伯爾格滿爲哲學士的榜樣。

二十九日 你該感謝天主，因他把聖母瑪利亞賞給了你。聖母好似一個滿盛天露的寶罌。神恩洋溢，任人汲取。

三十日 我一生，常勉力愛慕聖母瑪利亞。到臨終，聖母也要愛慕我。

三十一日 你該感謝聖母，因爲聖母常照顧你，如同你的親母。

聖人每日早晚念的聖母會獻願經

天主聖母，卒世童貞瑪利亞，我罪人某，今日選爾作我之主母，作我之主保，作我之保人。我今定一堅固的主意，以後再不離開你，不說相反你的話，不作相反你的事，也總不許我屬下的人，相反你的光榮。

，所以求你收我永遠當你的僕役，在各樣事裏，相幫我，在萬時
，不要離開我，亞孟。

六月 聖心月

耶穌能心

一日 聖伯爾格滿說，彌撒中，神父念我等罪人的時候，我就想念耶穌
聖心之傷，求他收我連我本會，在這甘飴避難所內，又求他保存，
護佑，傳揚本會。

聖體

二日 我見許多人敬禮聖體，我心裏十分喜歡。

三日 我要用心保存心裏愛慕聖體的熱情。

訓言

四五

四日 我每天至少五次拜聖體。每瞻禮五作幾樣苦工，爲光榮聖體。每生日談話時，務必提幾句聖體的道理。

五日 我最喜見學生們，上課前後去拜聖體。

六日 吾主，我的喜歡，我的甘飴，就是領你的聖體。除了領聖體外，我再無別的喜歡甘飴了。你不是以世人多領你的聖體爲光榮麼。我要用表樣在我的弟兄前光榮你。也要看他們，都是齊全好修士。

七日 領聖體後，我覺着靈魂上神力倍增，如同肉身用飯後一樣。

八日 我若一連數日不領聖體，便覺靈魂如飢如渴，軟弱無力，非重赴這天上神筵，不能解我的飢渴。

九日 彌撒中舉揚聖體時，我同聖多瑪斯一樣說，耶穌基利斯督

爲光榮之君王。

十日 舉揚完聖體，我因耶穌聖心的傷，求天主賞我熱愛童貞聖母，並熱愛聖體。

十一日 聖伯爾格滿領聖體時，發信德說，我口中所含，若非吾主的聖身，我情願讓地獄的魔鬼，將我活活拉去。聖人說的這樣懇摯，是因爲當時誓反教人，常褻瀆聖體。

結合耶穌

十二日 吁，我的靈魂，若吾主耶穌不賜你神慰，反使你愁悶，你也不可因此灰心喪志，因主子不久又要回來。趕耶穌離棄你的時候，你該定睛送他。若魔鬼引誘你回顧世俗，及肉情的逸樂，你該呼號耶穌

說，主子，你既有常生之言，能賞我常生，我還往那裏去呢。

十三日 吾主，你是真葡萄樹，我是一根乾枝，求你別割去我。反求你因大仁慈，以爾聖寵的甘液，浸潤我的靈魂。

十四日 力量非用在相對的物體上，總是白費。這樣我若不取用耶穌的功勞，富足我靈，這功勞全無用了。

十五日 世俗，魔鬼，私慾，爭先霸佔我的靈魂，但無我的允准，誰也霸佔不了。

十六日 若准世俗，魔鬼，私慾，來霸佔我，他們必要如狼似虎的，把我吞嚥了。若把我交與耶穌。耶穌必要救我，也教我的靈魂富厚。

十七日 可愛的吾主耶穌，我切願你佔據我心，使我全成你的。我既

全是你的，你也全是我的。這樣我就心滿意足了。

十八日 吁耶穌，跟隨你誰能走錯呢。因為你是道路，是真光，也是世人行路的南針。

十九日 吾主，你知道，除你以外，我沒別的寶藏，如今仍然不要別的。我盼望沒有一事一物，能奪我心，叫我與你相離。

二十日 聖人奉耶穌爲師表，時時處處追隨不離。聖人或祈禱念書，或吃飯散心，不斷的向自己說，你看看耶穌吧。你作的事，就如同耶穌親自要作一樣。

聖類斯公撒格瞻禮

二十一日 賽巴利神父說，聖若翰伯爾格滿，很尊敬聖類斯公撒格。

聖人親自寫說，我每聽聖類斯的名字，必脫帽致敬。

二十二日 聖方濟格沙勿略得了宗徒的榮號。聖類斯得了天神的榮號。聖人列品的案書，名曰耶穌會天神類斯公撒格的行實，靈跡。

二十三日 聖若翰伯爾格滿，稱道自己實在有福，因為天主賞了耶穌會。稱爲聖類斯的兄弟。聖人用墨水畫過一張聖類斯像，並寫過聖類斯傳略一書。事事勉力效法他。盼望也能同他一樣得善終。

收斂心神

二十四日 有人問聖人說，你怎麼能這樣完全收斂心神呢。聖人答應說，收斂心神最好的法子，是緊守心門。眼目既是心的門，若不緊守眼目，難免不分心，所以該常常緊守眼目。

二十五日 一位羅瑪貴族人問某司鐸說，神父，你想我念申正經時，進堂來是爲什麼緣故。神父說，我想你是因爲熱心。貴族人說，不是，不是。是因爲瞻禮日，我見某處跪着一位小聖人。我來特是爲看他。他真是一位聖人。跪堂裏，雙目下視，身子絲毫不動，作樂弄響，都不能惹他分心。這話是指着若翰伯爾格滿說的。

神樂

二十六日 聖人修德，不但不發現憂苦，反常歡天喜地。爲此人都稱他爲喜樂聖人。

二十七日 我依賴上主的寵佑，總不覺憂愁麻煩。

克除毛病

訓言

二十八日 欲克除毛病，洗淨心神，修德前進。按聖依納爵所教最好的法子，就是專在一件事上作省察。

二十九日 改毛病 該直改到底，連根拔出。不然常得出力戰爭。再說我若不將毛病連根拔除，必常有犯小罪的傾向。日久天長，不免要犯大罪。

三十日 你該乘着毛病沒有扎根的時候，及早剷除。不然等他根深蒂固，再要剷除，那就難而又難了。

七月

聽命

一日 我情願聽人隨便安置我，如同無知的嬰孩一般。

二日 聽命是棄絕自己的私意，全隨天主的聖意，並全心順聽天主的命。

三日 我們聽命，該如同偶像一般。你看偶像，人給他穿華衣，忽又脫去，或移住他處。他全隨人所願。

四日 凡會規，或長上所禁止的，我絕意不求。

五日 有許多與聖人同居共處的人，敢立誓證明，自己從未見過聖人犯一條會規。

六日 我寧願成個病廢人，不願爲保養身體，犯一條會規。

七日 從心裏說，我寧願意死，不願意爲保養精神，犯一條會規，明智歸於長上，我只管聽命罷了。

八日 我從來沒有起過厭惡長上的意思。沒有評論過長上。心裏連一點相反長命的意思，也沒有起過。因為我拿長上的命，當天主的命。

九日 聖人夜間，常把會規本，放在枕下，當作至寶。聖人自立的規矩裏，有一條說，要安息於主之聖懷，並將會規本，放在枕頭下。

十日 不拘如何知心好友，他若召我作一件犯規矩的事，我立刻推辭不允，毫不顧忌。有聖人的一個朋友述說，我屢次伴同聖人，往神父們的住宅去，路過堂門，我屢次請他由堂門入。他常溫和決斷的樣子，推辭說，長上有命，不准由堂門入。

十一日 若依照我，我常要恪守公規，總不用特典，作那公規以外的事。

十二日 我在羅瑪公學，見衆修士，謹守會規，十分歡喜。無論神父學生，正當歡言喜笑間，一聽鈴聲，並刻寂寞無言，靜條條的，各回己屋，再不出一言。有人問聖人說，你怎樣守靜默的規矩呢。聖人答說，不許說話的時候，我若遇見人，必先問候他。人若有求於我，我就去相幫。人同我說話，我也回答。但格外小心，不說一句富餘的話。

盼望天堂

十三日 一千六百二十一年，七月間，聖人向一位神父說，我很盼望死，爲得同天主的結合。聖人也屢次說，我盼望脫了肉身的牽連。我熱切的望死。因我愛天主，也渴望見天主。

謙遜

十四日 謙遜使人認透自己的虛無。自卑自賤，並甘心屬下於天主。又爲天主的緣故，屬下於人。因爲人分有天主的美善。

十五日 我勉力修謙德，（一）因爲謙德，是修德成聖的根基。（二）因爲我若不謙遜，便是個無用的修士。（三）因爲謙遜人，無難行之事。溫良和順的人，眼中無難事。

十六日 若我的爲頭純正，就能成爲謙遜人。所以該當留心做事，不要當人的眼目。我格外留心，省查這件事。

十七日 我依賴天主的相幫，以後還要勉勵，不爲一人一物所阻，就慢一樣善工。

十八日 一切令人自尊自大的意思，該立時消除，這便是拔除，驕傲的根子。因爲驕傲，就是妄自尊大。

十九日 無緣無故，別言自己的短，更不可顯露自己的長處。這樣方能將一切自愛的偏情，克除淨盡。

二十日 爲此外面的善工，能私行更好。不要招邀人的耳目。

二十一日 若有人讚美你，你該實心討愧，想人的褒獎，言過其實。若有人，當你面稱讚別人，不但不可嫉妒生憂，反該實心喜歡。

二十二日 你不可自居人上。該看你的同輩，如長上。對於衆人，總該敬重。那在你眼中行爲不善者，未必非天主所特選，將來承受奇恩異寵。

二十三日 我總不貪求那奇恩異寵，比如顯靈蹟等。因為這些恩寵，能令人起驕傲，陷於下地獄的危險。

二十四日 我若受人壓伏，要平心忍受。因為忍耐，能得很體面的榮冠。又要甘心忍受，同吾主耶穌在厄利瓦園裏一樣說，我們起來罷，前去承受苦難凌辱吧。更要喜歡承受，因為謙遜人，在世就能享受天堂的福。

二十五日 你該盼望受人輕賤，拿你當卑微無用的人。人若不這樣待你，你反該從心裏憂愁，因為你要這樣作，總能得天主的看重。

修謙德的工夫

二十六日 (一) 你該喜歡人不認識你，看你不算什麼。有人慢待你，

你別牢記在心。該盼望人的輕看，並該設法使人輕看你。(二)聽天主的命，該急速。諸事要捨己從人。(三)言語行事，不可鬧人尊敬。(四)該忍受別人的凌辱。(五)別人知道你的毛病，你該喜歡。(六)謊話常該謙遜。不可給自己原情。

修謙德的理由

二十七日 (一)耶穌既然甘居人下，我怎敢傲居人上，不肯自謙自抑呢。吾主耶穌說道，你們跟我學吧，我是重善心謙的。(二)聖母也自卑自下，稱自己爲天主的婢女說，天主看顧了他婢女的卑賤。又說：主之婢女在茲。(三)謙遜人，無求不得。因他掌握天主寶庫的鑰匙。(四)人在世越謙遜，在天的光榮，也越大。(五)世間的光榮讚美，全

是虛假不實的。

修謙德的方法

二十八日 (一)你若願意修德，先該認透自己的卑微軟弱。(二)該求天主，賞你謙德。(三)該甘心受人的輕慢凌辱。若是能毅，還該尋找受輕慢的機會。又該演習，盡卑賤的本分。

謙德善表

二十九日 聖方濟各波爾日亞畫押時，常寫罪人方濟各。有一位會友，夜間無意之間，在聖人面上吐了痰，聖人便心裏自認說，吐的正是地方。有一位大德不凡的人，被一個負魔的幼女，掌擊左臉，他就謙遜遜的，轉過右臉來，讓他打。傲神一見這樣的謙德，立刻離開幼

女，逃走了。魔鬼假冒光明的天神，發現與一位有德的少年說，我是當初顯現與聖母聖若翰的加卑厄爾天神。幼年人答應說，你走差了路，因為我萬當不起加卑厄爾天神看顧我，魔鬼一聽這話，羞愧至極，立刻逃走了。

三十日 有人問聖人說，你不害怕魔鬼誘感你，起驕傲麼。聖人答說，我靠着天主的聖寵，不很害怕。

聖依納爵樂亞拉瞻禮

三十一日 聖人很重愛聖依納爵，每一論及聖人，常是十分尊敬。旁人見他講論這位聖人，格外有趣。聖人臨終前，旁人爲他念列品禱文，他請於精修諸聖之後，加念聖依納爵，及本會諸聖，爲我等祈。

八月

本月十三日 是聖人去世的週年日，爲此可提幾句，聖人臨終前，說過的話。

一日 若天主願意我死。我情願脫離此世，毫不爲難。

二日 天主若許我自便，我願死前，先避幾天靜，好預備善終。但若天主不許，我仍然甘心情願死。（這是聖人末次害病前不多幾日，說的話。）

三日 我求了聖依納爵叫，我死在會裏，到不犯一條規矩。（這是聖人死前十三天說的話。）

四日 你應當小心，醒悟祈禱，因爲你不知道，你幾時死。（這是聖

人於八月初，抄的單上，所寫的話。）

五日 聖人病時，護病的副理修士，向聖人說，若翰你的病，將要如何結果呢。聖人答說，全隨天主的聖意。因為我們生死，全在天主手裏。

六日 有一位聖人的教員，到病房裏看望聖人。聖人向他說，神父，我的月單正抄對了。單上寫說，你該小心，醒悟祈禱，因為你不知道，你幾時死。我想我的死期來到了。

七日 聖人向護病的副理修士說，請你隨時灑掃房屋，開啟窗牖，務使室內清潔，空氣流通。你別怕囉唆我，因我難受的，是叫那來望看我的人生厭。

八日 吾主，我總不願意得罪你。聖母瑪利亞，我總不願意得罪你的聖子，連得罪他的意思，也萬不能有。我寧願千死，萬死，萬萬死，也不敢犯罪。沙彈遠去，我不怕你。（這是聖人末次害病，魔誘頂利害的時候，說過的話。）聖人指着自己的苦像，念珠，會規本，向仇敵說，你看，這是我的兵器。聖人說完了這話，立刻就心安神靖了。

九日 院長問聖人說，你要死，不難過麼。聖人答說，神父，我不難過。我只有一件掛心事，就是怕我死後，比國的本會省長，再不肯往羅瑪打發學生了。因此羅瑪和比國兩處修士，愛情漸疏，不如從前那樣親近了。到底若天主願意我死，我全隨天主的聖意，因為天主知道怎樣更好。就是按我的本心，我也願意死，不願意久留人世了。

聖人終前遺言

十日 我先求仁善的總會長，寬免我這不肖之人，真真不堪爲本會的會友。我多謝耶穌會，我靈之慈母，不棄我之卑微，賞了我多少恩典。我感謝本院院長，並諸位神父，以及護病的副理修士。我也感謝那來望着我的人。神父來送聖體時，我願意躺在地上，請衆位會友，同到跟前。我既不能按照會規，與衆位可愛的神父，神昆等，行辭別的禮。就求院長委派一人，代替我行。我願意穿着會衣死。

十一日 聖人領臨終聖體前，發信德說。我確信這是全能聖父，及童貞聖母的真子。也明證我從生至死，願意當羅瑪公教的信友，作童貞聖母瑪利亞，與耶穌會的孝子。

十二日 聖人臨終時，低聲向院長說，神父，我在這臨終時，頭一個大憂愁，是我自問良心，從入會以來，沒有故意的犯過一條小罪，一條會規，或違背過長上一個命令。神父若願意，可將這話告知衆人。聖人求神父自己裁奪罷了。

聖人臨終

十三日 聖人求在旁助終的人，念聖類思死前的事蹟。一聽的聖類思死前，念過感謝天主誦，自己也同在跟前的人念了一遍。院長因有慶事相催，就向聖人說，若翰你等我回來再死。聖人應命答說，神父，我等着你，在旁的人，看着這命令，很中樂聖人的心。聖人正喘氣的時候，向人要自己的苦像、會規本，同念珠，捆在一齊。滿面帶着笑

容說，這是最愛的三樣物件，拿這三件，我死也甘心了。聖人口裏了以後，放在胸上，末了口呼耶穌瑪利亞聖名，安然而逝。時瞻禮六，早六點半鐘。

十四日 聖人向斯特拉神父說，現今當活如義人，後來才能死如義人

聖母升天瞻禮 聖達尼老去世之日

十五日 有人向伯爾格滿說，聖達尼老在八月初十患了病。難道你也要在聖母升天瞻禮去世麼。聖人說，我若同聖達尼老一樣，單害五天病，恐怕不到十五，就要死。因爲還沒到初十，我已臥病在牀了。

十六日 聖人辭別某會友說，我這是末次與你作別，我們在世不能再

見了。我的弟兄，你知道我在世愛了你，在天我仍然要愛你。

十七日 我若不達到本會的終向，雖入會多年。終歸無用。

十八日 聖人死時，院長囑付他預備同魔鬼打仗，退那相反信德，及虛榮的誘惑。聖人說，依我看來，依靠天主，就能勝過相反信德的誘惑。至於貪虛榮的誘惑，我用神師教給我的法術，想也能得勝。

十九日 有人問聖人說，你想你至到斷氣，常能說話麼。聖人說，我想能夥。因為我求了天主，或賞我相幫比國的兵士，攻打異教，死在戰場上。或賞我至到斷氣，常能說話。我知道。天主要賞我第二個恩典。

二十日 聖人死前不多時，向高爾內略拉比德神父說，我如今，已經

嘗着了天堂的福樂。請神父爲我代禱，別教我厭煩這福樂的甘飴。

二十一日 一位大夫去望看聖人。聖人向他說，先生，我就要走。大夫說，你要往那裏去。聖人答說，往天堂去。

二十二日 我若願意光榮本會，必該成聖人。總會長向白克斯神父說，天主的忠僕若翰，論他爲世俗人，爲修士，都無可指責之處。所以不久就造到了聖德成全的地步。

二十三日 聖人常按會祖所教的法子默想，恒久不變。末了達到默想超拔的地步。聖人親自說，天主賞我神慰，如流水一般。

二十四日 聖人常不斷的祈禱。連看書寫字的工夫。也屢次舉心向主。聖人說，祈禱才能得學問。

聖人愛己聖召

二十五日 我們彼此談論天主所賞與本會的特恩，只要不過餘，是很有益處的事。聖依納爵所建立的會，完全表示耶穌在世所度的生命，天主賞我的聖召，是教我格外依靠天主。聖人每日求天主，賞己恆心保持聖召之恩。

二十六日 我感謝天主，賞我總沒有起過失落聖召的誘惑。我很喜愛我的聖召 我對於本會，神情活潑。愛情熾烈。

二十七日 聖人在羅瑪街上行走，若遇見本會司鐸，必殷勤問候。有人問他爲何如此。他答應說，因爲他們是我的神昆。

二十八日 我要就合衆人。這是本會會友當有的德行，因爲本會的宗

旨，就是尋找人靈，領他們到天主台前。

二十九日 我要常依正理行事，不顧人之說長道短。我還要明說我願意熱心，願意專務神業。

三十日 我們光榮聖教的心，萬不可在世人，貪虛假光榮的心以下。
三十一日 聖人敬重各修會。每見一位修士，就羨慕說，請看聖方濟各，聖奧斯定，聖多明我，或某某會祖來了。

九月

祈禱

一日 我若有祈禱的心神，也勤行祈禱，就不怕失落聖召喪失靈魂。
因為失落聖召，背棄真教，是從忽略祈禱來的。

二日 善行祈禱的人，現世爲他就是天堂。這是說，誰熱心祈禱，現世得享豐滿的神慰。

三日 我求天主賞我在默想，省察，看聖書，及別樣熱心神功裏，常有特別的旨趣。

四日 眞熱心，在於人服事天主，時時現成，處處便宜。

五日 人有祈禱的心神，就能同天主親密結合。與天主親密結合，就能補各樣的缺失。

六日 我若沒有病，常要同弟兄們共同祈禱，因爲與人同工祈禱，能得百倍神益。

七日 魔鬼很厭惡人祈禱，所以千方百計阻擾我們。

聖母聖誕瞻禮

八日 聖若翰伯爾格滿肯小聲唱，瑪利亞，聖寵之母，仁慈之母，護我等於仇敵，救我等於死候。

九日 我們每次祈禱，該全心翕合天主的聖意，並發現我們願意天主所願意的

友愛

十日 我在弟兄前，諸事要謙遜，謹慎小心，溫良和順。弟兄有求於我，無不立允。

十一日 我要保守愛德，如保眼中之瞳。

十二日 我主，我若敢判斷我的弟兄，這算我待你無禮。我若這樣待

你，將來你要如何嚴厲待我呢。

十三日 吁我的靈魂，若世人的交情，使你失落耶穌，如同比拉多一樣，這個交情可有什麼好處呢。

十四日 樣樣事上，常該謙讓。

十五日 你別妄斷是非，該正直誠實，是說是，非說非。

十六日 你別輕意相反他人的意見，反該在無關緊要的小事上，低首下心，服從別人。

十七日 別人待你無禮，你該遵行聖人們的勸諭，不可懷恨在心。

十八日 幾時得了別人的相幫，我就酬謝說，感謝主恩。或說，天主要賞報你，也要相幫你。

十九日 你不要圖個人的私益，該謀衆人的幸福，及天主的光榮。

二十日 我要十分小心，不審斷人，不干預別人的事。我若明見某人癩了過失，無法推諉，就要發哀憐的心，並乘機反心自省，念一遍聖母經，或別的經文，爲使那人回心改過。

二十一日 我最該留心躲避空閒，憂愁，同人往來放蕩不拘。

二十二日 聖人死後，有人找見他一個神業小簿，每頁上有這幾句話說，愛德、愛德、一天說一天，一時說一時。

二十三日 聖人行友愛之下，不求人知。若不幸爲人所知，聖人便覆弄說，這不算什麼，因我喜歡動作，若使你一人去律，恐怕你要困惑。

二十四日 一千六百十六年，九月，二十四日，是聖若翰伯爾格滿在瑪林城，入初學的日子，聖人說；我的聖召，教我跟隨耶穌，所以我該同耶穌，一齊釘在十字架上。

二十五日 一千六百十八年，九月二十五，是聖人發願的週年日，聖人給自己父親寫信說，我要全獻於天主。再不能挽回，這是我一生莫大的幸福。求父親，爲我代禱，相幫我，妥當預備作這全燔之祭。再求至聖童貞聖母瑪利亞，庇佑我，還求父親在孟太古聖母堂，代我獻彌三台。

二十六日 一日聖人正在工作的時候，有人求他相幫，聖人心裏覺得爲難，不愿停工。那人却沒有理會，但聖人心總不安，在這忽然發生

的情思上，私自省察了好幾天，未後告訴自己的神師說，依賴天主的聖信，全得勝了，我想後來，再不能起這樣的情思了。

二十七日 聖人抄完聖文都辣描寫私交情的害處，所說的幾句話，隨後又接着寫說，若私交情叫人耽悞本分，可見他是有危險的，該用心躲避。

二十八日 你該待人如慈母，待己如嚴吏。

省察愛德

二十九日 (一)你該擔待別人的毛病。(二)不可妄斷人。(三)該看人都好，都齊全。該修友愛之工，且要一天多於一天。

三十日 (四)該憐憫人。(五)該與同人同憂同樂。(六)該以好心待人

，喜歡爲人效勞，與衆人行善修好。

十月

一卅 (七)心思言語上，該學着原諒人。(八)同人說話，該辦體面和

護守天神瞻禮 聖若翰伯爾格滿發禮護守天神祝文。

二日 吁天主親愛的天神，自從天主派你照管我，你不斷的保護，指引，管制了我，我尊敬你，因爲你護衛我，我愛你，因爲你看守我，我把我全全交給你，托你照顧，托你引導。我雖辜恩負義，屢次背離你的忠言勸導，但我求你爲愛耶穌的緣故，千萬別離棄我。我若陷入迷途，求你引正我。我若失足跌倒，求你扶起我，求你去我的苦戀，

在艱難中安慰我，在危險中救助我，直到把我領入永福之所。亞孟。

三日 聖若翰伯爾格滿特敬護守天神。聖人寫說，每天早晨，我因至聖童貞聖母瑪利亞，及護守天神之名，求天主賞我恆心到死。凡我所作所爲，務要盡善盡美，爲得聖母，主保聖人，及護守天神的歡心。

四日 我要將我的行爲，合與耶穌，及聖母的行爲，並諸天神讚美天主的讚頌。我每次預備領聖體，必請衆天神作我的伴侶，併設想衆天神在聖體前朝拜耶穌。晚上睡覺以前，必將我的靈魂肉身，全托與護守天神，早晨一醒，就立刻感謝他。

聖人修德成聖的心火

五日 誰願意事奉天主，該常用熱心，謙遜，克苦，三樣兵器，攻打

懶惰，驕傲，放肆，靈魂的三個仇敵。

六日 給我關閉天門，阻擋聖寵到我心裏來的，就是我的毛病。

七日 輕賤自己，是修德成聖的捷徑，也是得享太平的根源。

八日 會規，熱心神工，和本會聖人的傳，這都是我所愛的。

九日 聖若翰伯爾格滿的一位同窗寫說，即便天主打發一位天神，降到羅瑪公學，作成全學生的榜樣，依我看來，他也不過如伯爾格滿一樣罷了。

十日 聖人每次進自己的小屋，必先點聖水，畫聖號，然後跪在桌子前，默禱片刻。

十一日 聖人因為常常留神，盡心勉力，終究造到收斂心神極完全的

地步。聖人說，常想天主在跟前，毫不費難，我常同天主密密談心，連我至微小的行爲，也同天主述說。

十二日 我自己當盡的本分，要嚴加考查。絲毫不查考別人的事。

十三日 你該小心，不可疏忽懈怠，怕天主教你的心硬如鐵石，再不肯甘心聽人的指教。

十四日 我要勉力透澈本會的性質，本會的心神。因爲我越愛本會，越能修德前進。神工書，能教我認得聖依納爵的心神。會規本。及聖人的言行錄，把聖人這個心神，發露在外，一個是用文字，一個是用實行。

十五日 現今能作的便作，不要推到後來。

十六日 凡我應作的事，樣樣要盡心去作。

十七日 聖若翰伯爾格滿總要按自己的聖召，成一位聖人，成聖依納爵的真弟子。爲這個緣故，聖人說，我用心念了聖依納爵并聖人幾個同伴的行實，這是我常看的聖書。這些神父真是我們的榜樣，我們該按他們的表樣，修理我們的行爲。

十八日 聖人雖然謹小慎微，心地却不窄狹。他曾說過，我總沒有染過心窄的病。

十九日 聖人不怕逆境艱難，他嘗說，我們不要敗興失望，因爲天主要照顧我們。

忍耐

二十日 忍耐之德，使我們甘心忍受暫生的困苦艱難，不致心煩意亂，憂傷過度，至於作出不明智的事來。

二十一日 (一)我們先該演習着，外面不要使性動氣。(二)然後再把心內的煩亂、厭惡、憂愁、另外報仇的心情，一概掃除淨盡。

二十二日 (三)該看樣樣事，全是天主安排的，所以都要安心承受。(四)又該堅心、甘心、歡心的忍受。

忍耐的緣故

二十三日 (一)吾主耶穌勸我們修忍耐說，你們堅心忍耐，自能作你們靈魂的主。(二)我們多多忍耐，纔能得享平安。

二十四日 (三)忍耐能成全各樣德行。(四)忍耐能使人敬重，又能引

人回頭改過。

聖人述說幾個忍耐的故事

三十五日 從前有個教友，受外教人的虐待。一日外教人問他說，你的天主給你顯過什麼靈跡呢。他答應說，至少顯過一個，就是天主加我神力，使我能忍受你們的百般凌辱，毫不動怒。

二十六日 從前有一位修士，被一個暴性的同伴，重重打傷。那修士忍氣吞聲，竟把他們同伴感化，回心改過。又有一位隱修士，不幸中了獵人的誤傷，他怕失了忍耐的機會，總不許人療治。

二十七日 有個貧婦，身長毒瘡，滿生蛆蟲，他常常堅心神耐，不出一句怨言。一日聖多明我去望看他，向他要一個蛆蟲。婦人起初不允

，末後允了。但要聖人看後，必須交還。說也稀奇，蟲子一到聖人手，立刻變成一粒珍珠。跟隨的人不願聖人交還，只以信用攸關，不便食言，隨將珍珠交還。珍珠一歸原主，立刻又變成了蛆蟲。

克苦

二十八日 我念念不忘的，就是養生之外，又當以克苦。養育心裏的耶穌。

二十九日 我每次用飯，總要想法行些克苦。

三十日 貪饕是過餘貪求飲食。這種毛病叫人多思慮飲食，談論飲食，厭煩素常之物，希望適口的美味。吃飯時，口嚼目視，狼吞虎嚥。

三十一日 我實在惱惡貪饕的毛病，因為是潔德的仇敵，又阻擋人享

受祈禱的甘飴。

十一月

諸聖瞻禮

一日 聖伯爾格滿敬愛諸位聖人，格外敬愛自己的主保，及本會諸聖人。聖人把自己月月所得主保聖人的名字，都記錄紙上，臨死以前，求弟兄們相幫他，呼號他們的名字。

追思已亡

二日 聖人友愛之德，造到了極點，定了主意，常要發憐憫人的心。至論他救助煉靈的熱心，不言可知。聖人說，彌撒中舉揚聖體聖血以後，我就爲已亡的親戚，朋友，恩人，會友，并無人拯的煉獄靈魂祈

求。

三日 我很怪異，有許多人，不愛談論天上的事。這是因為他們不加工意追求，所以不知道。或者雖知道，却不甚關心。他們雖然這樣推托，終究難免無過，因為人理當追究愛慕這些事。

克苦 (續前)

四日 你該知道，你克勝自己多少，就能前進多少。

五日 我頂大的克苦，就時與衆人同居。樣樣事務，要順從大衆。躲避矯羣立異，與人各別的事。

六日 我爲克制眼目，總不到街上，看世俗的紅華熱鬧。至於聖教非常的禮節。除了一次聖體遊街外 我一概不看。

七日 吾主耶穌，雖然身體軟弱，却勉強背負了重大的十字架。唉，我的靈魂，你的心靈，何其窄小，至於一個小艱難，便能使你懺悔後退。當初西滿幫助耶穌背了十字架，如今耶穌要親自幫助你。

八日 你若願意知道你看重你成神父，或入修會，或作教友的聖召否，該考察你看重耶穌之徒，應有的克苦否。

九日 吁我的靈魂，凡後日能使你痛哭哀傷的言語行事，如今你可千萬別說別作。

十日 我定志，以後每次缺了本分，每次要到長上跟前，求作補贖。

十一日 我的諸凡行止，務要相反世俗人的意見。

十二日 世俗以爲甘美者，你該以爲酸苦。世俗以爲酸苦者，你該以

爲甘美。

聖達尼老各斯加瞻禮

十三日 聖達尼老與聖伯爾格滿真相髣髴，二聖都有天神的美麗，天神的端正，人一見聖達尼老不覺愛慕潔德的心，油然勃發，見了聖伯爾格滿，也有一樣的心情。

十四日 聖類思公勞格及聖達尼老，是富貴人的好榜樣，聖伯爾格滿是平常人好榜樣。

十五日 聖人的一位表妹，名伯爾格滿亞納，一生大德不凡，於一千六百五十九年去了世，他親自說過，他見聖達尼老在天堂，被耶穌聖心的愛火穿透了。又見聖若翰伯爾格滿，愛情雖然沒有這麼大，到

。底他的光榮賞報，可是人萬想不到的。臉上滿顯一種無罪孩童的光輝。

十六日 吾主，我若爲順從別人，忽略你聖寵的默導，我該如何後悔呢。我常要記着，我是聖母瑪利亞，及耶穌會的義子。

十七日 聖人克己苦身，又嚴厲又精巧，不但使自己的肉身無處無苦，又且無時無苦。

十八日 一日天氣很冷，聖人的手臉凍裂。某人見了，向聖人說，你待你肉身嚴厲太過。聖人答說，這個苦楚，並不是我自己求的，即便我自己求的，我也不以爲羞，因爲一個修士，不該以苦工爲羞，也不該以別人眼見自己的苦工爲羞。

十九日 若見天主賞我起首的熱心減少了，我就怕我的聖召不穩當了。

聖人善法美表

二十日 聖人說，你見別人有好處，就該效法。比如我的總會長溫和端肅，純誠正直，常喜形於色，不與人各別。又如我的院長神師，常常心平氣和，始終如一。聖人在他所認識的神父身上，都找見一種可效法的長處。

二十一日 我喜歡人的面容和悅，作事有長規，有秩序。

二十二日 我意以爲雙手端放胸前，比垂手更好。

二十三日 一日聖人誠誠實實向某神父說，我多嚙遇着機會，談論靈

魂的事，覺着心中萬分焦燒，滿腔神火，隱隱欲發。

二十四日 我未曾說話以前，必先默會片刻，想我要說什麼。並求天主節制我口舌，別說一句得罪天主的話。

二十五日 聖人往羅瑪去的時候說，我很願意起程，因我覺着這世上，沒有一件繫戀我心的事。我盼望在羅瑪，總會長許我前往印度，或中國地方去傳教。

二十六日 聖人說，從前有一位修士，多略遇着一件有趣味，或能感發人修德成聖的事跡，就記錄出來，爲得後來同人言談時，好能乘機提說。我也拿定主意，要照樣去作。

二十七日 修士隱居度生，若無管治人靈的本分，總別盼望出外作事

。幾時在外勤勞。傳教救人，便該盼望回院，清淨獨居。這樣可以躲避過餘愛繁華，並過餘愛清淨，兩樣毛病。

二十八日 聖人因爲還不能親身去傳教，拯救人靈，就多爲罪人祈禱，叫他們回頭改過。聖人寫說，你該求天主。看聖母的轉主。賞賜衆人都全心奉行天主的聖意。屬於天主權下，聖人爲內火所催逼。遇了機會。屢次鼓勵。出外傳教的司鐸。比方一次向某司鐸說。切望神父竭力傳揚聖母無原罪的道理。

二十九日 我要勉力總不麻煩人，反要叫衆兄弟在我跟前，都能散心解悶。

三十日 我雖得了普世。若害了我的靈魂。這普世爲我有什麼益處呢

十二月

心內的平安

一日 我們在天主眼前有多大。纔是多大。別人說是說非，全不算什麼。

二日 我全靠天主的照管，總不預算未來的事。

聖方濟各沙勿略瞻禮

三日 聖人寫信說，教友們恭敬真福方濟各沙勿略，一天比一天熱心。真福顯的靈蹟，又多又大，因此普世諸人，連羅瑪聖理部，也驚訝不止。

四日 我要用盡方法，爲得心內的真安神樂。得了以後。還要盡力保存。

五日 一切亂心的事，都是從魔鬼來的。聖人別處又說，人是不安，總是從自愛來的。

六日 除了天主和長上以外，什麼也不能牽制我。

七日 連在莫要緊的小事上。也要討問別人的主意纔好。

聖母無染原罪瞻禮

八日 聖人發愿說，吁瑪利亞，我若翰伯爾格滿，耶穌會不肖的弟子，今與你給聖子耶穌許願，若不相反聖教會的定斷，我要終身辯護你始孕母胎，無染原罪的道理。末後，聖人用自己的血畫了押。

九日 聖人寫了一本小書，名叫十二星冠。書中載有聖母幾樣名稱，就是聖祖所希望者，先知所預言者。絲毫不染罪污者。滿備諸德者。聖寵之總匯。天神世人之聖母皇。

十日 堅信，切望熱愛之童貞。

十一日 聖母使天主降來人世。聖母是運流聖寵的河渠。聖母是最富厚，最大方的母皇。

十二日 天神問候聖母，稱他爲滿被聖寵者。但聖母也是充滿謙遜的。

十三日 聖母瑪利亞，幫助了救世大工。在天主臺前，當我們的主保，庇佑。也是疼愛我們的慈母。

十四日 聖母是聽命，淨貧，潔淨，熱心的榜樣。聖母的端正權完全
。 十五節 聖母瑪利亞是生命之樹，福樂之地，另外是哀憐之母，仁慈
之母。

心內的平安(續前)

十六日 我活一天，說一天。總不掛念後來，我全靠託天主，及長上
的照管。

十七日 棄絕自己心思意願，是克制自己，得享平安最妙的方法。

十八日 幾時見自己的意見，不合天主，及明智人的判斷。若能捨己
從人，這就是棄絕自己的意見。

十九日 不從自己之私意，惟從天主及長上之意，這就是棄絕自己的心願。

二十日 惟不願意招邀謙遜的名譽，方是真謙遜人。

二十一日 你要在靈魂的事業上，當個慳慳人，在天國的事務上，當個好商人。

二十二日 總不該全靠你所用的法子。

二十三日 該多勞動，少說話。

二十四日 小時候學的事業，該一輩子操作，總別害羞。

聖誕瞻禮

二十五日 聖誕瞻禮，那幾天，我望彌撒的時候，要思念新生的耶穌

聖嬰，發信望受三德、朝拜他、並想他如何貧窮。領聖體時，設想我去到馬槽跟前，求聖母把耶穌聖嬰，交給我，叫他安息在我心中，我要親親愛愛的懷抱他，把他獻給天主聖父。也感謝他，懇求他，賞我所盼望的恩寵。還向他說，吾主，除非你賞了我某某恩寵，我不讓行走。

二十六日 天主聖父，我把你的聖子，連他所受的苦難凌辱，全獻給你，爲補我一生的缺欠罪過。

二十七日 我們若不離棄耶穌，耶穌總不肯離棄我們。

二十八日 你想念天生。天主也想念你。

二十九日 各種牲畜，爲得自己的終向，都自然勞動。暖、我的靈魂

，難道你爲得你的宗向，反該常受如許多，如許大的激勵。繼首婆助麼。

三十日 我要感謝天主各樣恩惠。每日晚上，我必雙膝跪地，感念天主，賞我一生各種恩典。

三十一日 聖人說，聖祖依納爵很盼望自己的弟子，有這三樣長處，就是謙遜，聽命，快活。聖若翰伯爾格滿的行實，全滿了聖依納爵的盼望。

祝文

聖若翰格爾伯滿，你輕看了世人的尊敬，一心專務中樂天主。你看長上是代替天主的人，也甘心爲天主犧牲了自己。求你轉求天主，賞賜

我們效法你的善表。亞孟。

聖若翰伯爾格滿每日訓言終

Sisters Ad. 1880

訓
言

1011

24
227714

227714