

煉淨光明合一

靈性成長的心理學

凡找的，就必找到。

葛羅謝爾◎著

張令熹、沈映志◎譯

煉淨、光明、合一

——靈性成長的心理學

葛羅謝爾 著

張令憲、沈映志 譯

 光啟文化事業
Kuangchi Cultural Group

Spiritual Passages

The Psychology of Spiritual Development

By Benedict J. Groeschel, C.F.R.

Translated by Sherlock Shen, Maria Chang

Copyright © 1983 by Benedict J. Groeschel

Copyright © 2006 by Kuangchi Cultural Group, Taipei, Taiwan

All rights reserved.

目錄

序言 005

第一部：靈修的心理學

第一章 上主的召叫 013

第二章 我的靈修有多少基督信仰的成分？ 027

第三章 認識人類的發展 061

第四章 宗教性與靈性的發展 115

第五章 心理學與靈修 153

第二部：心理學上對於靈修三路的了解

第六章 靈修生活的第一階段：煉淨 175

第七章 靈修生活的第二階段：光明之路 231

第八章 靈修生活的第三階段：合一之路 275

第九章 下一步，好好走 325

附錄	
關於靈修三路教理的歷史性註釋	3
釋	3
註	9

序言

若你是個試著認真看待自己靈修發展的基督徒，而且你也希望在這方面以某種方式協助他人，本書就是為你而寫的。不過，這不是一本「如何做」的書。這類的指南能用處，但是它們就像簡化過的高速公路地圖，在你走岔了路的時候就不太幫得上忙。本書並不想提供另一張簡圖，卻打算將當代心理學中某些較為穩妥的洞見，與靈修旅程的經典大綱連結起來，這大綱內容取自於浩瀚而引人入勝的靈修作品。本書的直接目標是協助你找到自己在這旅程中目前所在的位置，並認出你個人的特性，它們長久以來可能一直妨礙你走向天主，更加認識祂和事奉祂。本書整體的研究目標，是幫助你充滿活力地預備自己，在靈修路上辨認並踏出良好正確的下一步。

我們所要探究的領域，包含了一脈相傳，未曾中斷的深湛靈修作家，他們中有許多位聖人；以及科學心理學家的多樣組合，他們中有些是天才；還有些是上述兩個羣組的交集成員（例如奧斯定和十字若望）。因此，我覺得要努力追求原創性似乎顯得狂妄；

因而本書無意呈現出原創性，除了在少許清晰定義之處，我試圖在基督徒靈修傳統的教理，與被稱為「現代心理學」的雜燴中，經過檢驗而較為可靠和踏實的洞見這兩者之間，作出有用的綜合。由於心理學的普及，現代人變得更加自我意識到靈性上的需要。我真正的目標，便是表達在古老智慧與現代人深刻感受到的靈性需要之間，實際而能夠發揮作用的關係。

本書可用不同方式、為不同目的閱讀。若你是為自己個人成長而閱讀，你可能會覺得比較好的做法是先跳過有關將心理學應用於靈修的第五章，最後再讀它。你也可能發覺在閱讀過程中，用第九章提供的默想作導引會有幫助。另一方面，若你有興趣對宗教發展的心理學作更學術性的探討，你或許會發現，早些閱讀第五章，檢視自己目前對於心理學之運用及誤用的想法，相當具有挑戰性。不過，你終究會發現，將本書綜論的經典概念應用到自己的靈修旅程中，即使你不同意我對它們的詮釋，也會很有幫助。卻司特頓（Chesteron）曾觀察到，我們與天主的關係，是唯一真正重要到值得爭論的主題。

本書為誰而寫？

朋友們曾建議我，為那些有信德的基督徒而寫，這些基督徒正在尋找通過時間考驗

的某些解釋，好能明瞭自己在試圖跟隨基督中所經驗到的。雖然以下所寫的，是出自我將近半個世紀在天主教教會中的基督徒經驗，我在寫作時也觀照到其他的基督徒。我特別想起一位非常熱心的年輕浸信會牧師，他在參與過一次關於靈修生活的講座之後告訴我，這是第一次有人能夠告訴他「這一生中在我內心所發生的事」。我也常發現福音派基督徒非常能夠領受，因為他們對於靈修的研討不甚熟悉。在本書的研討中所運用的靈修發展途徑，在天主教及東正教的基督徒（還有聖公會教徒）當中比較廣為人知，雖然這些人當中仍有許多從未聽說過靈修三路的教理。在這些書頁中，我也想起許多自己曾接觸過的，正處於追尋旅途中的青年朋友。

為數越來越多的人已脫離了自己家庭的宗教基礎，尤其是青年們。他們在青春期間對宗教的經驗，往往不如他們文化中相反的訊息那麼令人難以抗拒。有時候，宗教經驗在剛開始時會令年輕人反感。本書也是為重新發覺信仰的召喚，並加入尋求天主者行列的年輕朋友而寫。

這不是一本有助於放鬆心情的床邊故事書，也不是大家都愛讀，發覺它非常滋養且令人愉悅的作品。要從這本研討性的書中獲益，必須花功夫去了解與行為類型和發展階段有關的某些差異特質。我希望在細心解釋後，這些差異會協助個人在自我認識上成長，或者也幫助靈修輔導了解他人。

雖然本書不是以敬禮的風格寫成，但對偉大神秘家作品的引述會貫穿全書，有如織品中的纖維脈絡一般。應懷著虔敬一再閱讀這些引述，並把它們寫進心坎裡。本書的其餘部分，則應以審慎批判的眼光閱讀，理想中，最好也帶著祈禱的態度，靜靜坐在舒適的椅子上讀；若你喜歡的話，還可以啜飲一杯咖啡。

致謝

我必須向許許多多的老師和作者們表達感激，這些年來，他們激發了我對於靈修旅程的興趣。我能在書中引述大多數的主要作者，但那些最好的老師，單是專心一意地走過這趟旅程，在書中大部分卻看不到他們的名字。

我深深感謝查爾斯·潘德佳（Charles Pendergast），在準備原稿的過程中他提供了非常寶貴的協助；同樣地，也感謝羅傑·索仁提諾（Roger Sorrentino）、馬丁·歐利維理（Martin Olivieri）和約翰·林區（John Lynch）為我校閱。我很感激經常給予鼓勵和忠告的理查·佩恩（Richard Payne），以及提供我學術上的建議的達衛·布魯門叟拉比（Rabbi David Blumenthal）與威廉·史密斯神父（William Smith）。最後，我必須謝謝我慷慨的打字員：卡琳·薩慕爾（Karin Samuel）、艾蓮·芭容（Elaine Barone）和夏洛蒂·羅薇

(Charlotte Lowitt) ，為了她們的耐心和技巧；還有凱薩琳·寇欣 (Kathryn Cousins) ，謝謝她協助準備索引。

嘉布遣會士本篤·J·葛羅謝爾

一九八二年聖神降臨節

於紐約拉奇蒙 (Larchmont) 聖三避靜院

Jesu, spes poenitentibus

Quam pius te petentibus

Quam bonus te quaerentibus

O quid invenientibus?

耶穌，懺悔者的希望

對那些祈求的人，祢是多麼仁慈

對那些追尋的人，祢是多麼美好

對那些找到的人，祢定會是怎樣的珍寶？

——聖納德 (St. Bernard of Clairvaux)

煉淨光明合一

第一部

靈修的心理學



第一章

上主的召叫

一個曾經沉溺於追求俗世享樂的年輕人坐在教堂的後面哭泣；一個曾經掛念事業與前途的女大學生凝視著窗外，並墜入一段相當長時間的自我省視，她的時間觀在永恆之前崩解了；一個忠於科學研究的教授將他的實驗工具擺下，開始思考那無法被量測，卻更加真實的事物；一位神職人員在禮拜中突然停頓下來，並震懾於他剛才因主之名所說的有關聖體的話語；一個家庭主婦在嬰孩的臥床旁出神地沉思著那載著她的生命之流——它的源頭和它的歸向；一個囚犯雖身在孤寂的監禁中，卻知道他並不是真的孤單；一個吸毒者在難耐的毒癮中絕望地吶喊著，有誰能將他從這堅不可摧的籠牢中解救出來。

這些並不是幻想中的人物，我認識他們每一位。他們是這個令人困惑的年代中，許許多多經驗到來自內在超越思辨與情感的召叫的其中一些例子。對「靈性」（我們給這類的經驗一個名字）的好奇遍及了這個世俗化世代的每一個國家與文化，越來越多家傳

的單純、傳統的宗教信仰與儀式被科技和利己主義的心理學腐蝕了。然而，在現代城市中無所依託的無名大眾中產生了許多年輕人，他們正在尋找，甚至有時聲稱已找到了那超越狹隘感官認知的意義與真理。這是個弔詭的現象，正當有歷史、有文化的宗教漸漸勢微時，人們對奧祕的感知卻是與日俱增。這種現象早在一九五〇年偉大的心理學家戈登·歐波特（Gordon W. Allport）便已發現¹。

誠如榮格（Jung）指出的：如果一個人擁有堅定的信仰，並且在教會和家庭陶成中以傳統的方式表達宗教情懷，那麼要有宗教性的表現就容易多了。但是有許多人需要追尋更強烈的，更意義深遠的宗教表現，這樣的追尋多半伴隨著困難。這本書希望為擁有這兩種經驗的人——傳統的與令人驚異的——開啟一段旅程。

什麼是靈修生活

「靈修生活」究竟是什麼意思？是指正規的宗教嗎？不完全是。是指專心致力於內在的思維、靈感、意象？是可以這麼說，但靈修大師說，這些內在的事物常常也正是靈修的障礙。那它是不是指智性上的思慮，或者是偉大的宗教領袖們的教導中所包含的廣大知識？並不盡然，歷史上有些在靈修上很有成就的人並沒有智性上的聰敏。比較令人

信服的定義應該能夠包含靈性與智性兩者，就像在教室的課桌一邊坐著聖文德（St. Bonaventure）和紐曼樞機（Cardinal Newman），另一邊坐著聖女小德蘭（St. Thérèse of Lisieux）和布思將軍（General Booth），而聖方濟（St. Francis）和聖女伯爾納德（St. Bernadette）則心煩意亂地望著窗外，怎麼也無法專心於課業。雖然神聖的經典在猶太教、伊斯蘭教及基督宗教的追求者生活中很重要，但即使一個人擁有《默示錄》的智慧，他仍不能確定在靈修上是進步的。因為在上主所啟示的宗教中，第一位偉大的靈修追尋者——亞巴郎——並不曾看過聖經，而其他許多聖人也從未讀過聖經，因為根本不識字。

或許對靈修生活最好的描述是：完全地回應內在天主的召叫。然而靈修生活並不是把自己關起來，它是融合在人的生活各種複雜的行為中，一連串不斷成長且協調的回應。把靈修生活與一個人日常生活分離是自古以來不斷發生的錯誤，當一個人決定答覆內在經驗到的天主的召叫，並努力地讓這個召叫成為行動與抉擇的中心，他或她才真正堪稱度靈修生活的人。於是，這個召叫便成了使答覆者得以整合的要素，靈修生活也就成為一生的工作。聖納德（St. Bernard）的這段話是對這條道路上的旅者最好的描述：「對那些追尋的人而言，祢是多麼美好呀！」

很可惜的是，大部分被吸引進入靈修生活的人不是不夠認真，就是無法貫徹到底。我們以主的召叫為中心安排生活，卻又老是帶著令人分心的雜務和相互抵觸的目標。於

是，當靈修生活遇上不太把「埋在田裡的寶藏」與「有價值的珍珠」的比喻放在心上的人，戲碼就上演了，通常是悲劇。我們多半傾向於為了農田和珍珠的價值在那兒討價還價。我們跑到曠野去尋找天主子時，祂早已如我們常忽略的旭日一般地來到。

方法

學習靈修的方法就是問下面這些問題。首先，「我在找什麼？」其次，「我是否以基督的方式尋找？」再其次，「什麼阻礙了我的去路？」再而問，「身為人，我是誰？」最後，「我現在在旅途中的哪裡？」

注意一下這些問題的許多可能的答案，對讀者的默想與洞察問題來說是很重要的。對於這些可能的答案，都有些經典的、靈修的及心理學的分類可供諮詢與對照。需要注意的這一點是，這些分類彼此間是有交集的，所以你可能同時歸屬於兩個類別（例如：焦慮與憂鬱）。或者可能發覺你正同時經歷煉淨與光明兩種過程的影響。這些分類（包括接下來要介紹的「上主的四種聲音」）並不是十分精確的，但涵蓋甚廣。如果你並未在某一個或兩個分類中找到自己的所屬，那你不是缺乏自我認識，就是非常獨具一格。

我在找什麼？

受到靈性刺激的我們究竟要找什麼？有個關於致力於靈修生活的人的研究顯示，這些人並不一樣，不論他們是聖人，或者仍在努力成聖的階段。葉默·歐布利恩神父（Elmer O'Brien）在他的《神秘經驗之種種》（*The Varieties of Mystical Experience*）中得到一個結論：神秘主義者每個都不一樣²。當潛心於靈修生活的基督徒向其他人展現他們的體驗時，他們在聆聽並答覆天主的召叫上的差異便十分明顯了。這差異反應了神性的無限包容，同時也是默想的豐沛根源。誠如威廉·詹姆斯（William James）所說的，這正顯示了每個個體的獨特³。

我們在受造之初便擁有探索尋找天主的能力，作祂教會的活石，作與無限的天主相親的有限的受造物。不論在任何場合，任何時候，個人的獨特性都是被保障的。就像徐格爾（Von Hügel）在他對宗教的奧秘要素不朽的研究中所強調的：「靈修生活的奧秘，就是在不可思議的多元中的和諧」⁴。

在這浩瀚的多元當中，每個人，依著那創造並賦予我們每一位永生的上主的旨意，都會找到一個獨特的位置。從這樣的個性我們可以建立一些各具特色的典型，依據個別

的經驗作歸納。就像我們將元素、星星、動物依照大小、形狀、成分、密度或其他許多不同的標準分門別類一樣，對於人，也可以依照他們在歸向天主的旅途中的盼望作歸類。這樣的分類並不像動物的物種之別或金屬元素表那樣逕渭分明，而是像心理學上對人類行為的分類，每一項都和其他項息息相關，如同彩虹的各個顏色相依。為了簡化深奧且古老的哲學教導，我將這分類稱為「上主的四種聲音」⁵。

上主的四種聲音

答覆天主的方式並不只一種，雖然藉著那成為血肉的聖言——基督——的啟示，基督徒得以認識三位一體的天父，這是度聖善生活的根本。然而在與天主建立起這樣密切的關係之前，人們還是以自己主觀的方式答覆上主。

在許多偉大的靈修者身上，我們可以看到他們感知天主的模式也是形形色色。這裡用來描述對天主的認識所用的術語，是源自希臘哲學對神的研究所發展出來的傳統用語。這類哲學的傳統或許比較適合用來研究人答覆天主的形式，而不是聖經中的觀點。因為聖經單純地以人是完全地答覆天主、只有部分答覆或否認天主，來評斷他們是聖人、不太熱心的教友或迷失的羊。西方哲學認為人是透過「一」、「真」、「善」、「美」等

面向來認識並探尋天主。如果你仔細觀察一下自己或身旁好友的靈修生活，將會發現大多數人符合於其中的一或兩個面向。舉幾個偉大的基督徒來做例子應該會比較清楚些。

視主為「一」

在智性與情感上尋求整合的人將天主視為一、至高的、生命的整體。通常這樣的人總是充滿內在的矛盾，像是有許多彼此相衝突的力量要將他們的自我撕裂。這些分歧的力量使得他們無法維持一個正常人應有的平衡，這時天主被視為終結混亂，帶來合一的那一位。

熱那亞的聖加大利納（St. Catherine of Genoa）是十五世紀偉大的在俗修道者。徐格爾曾描述她是個充滿著強烈衝突的人，當時她只有一個選擇：不是臣服於天主的召回，就是看著生命分離析⁶。她運用驚人的能量與天賦去探尋靈修生活，同時也引領著世上最大的慈善機構之一。她開啟了天主教會的改革。如果你讀她的一生，就會感動於她持續不斷地將全副精神致力於追求聖善的生活。加大利納原本可以度著將文藝復興式的奢華與虔誠的高尚體面結合的生活，但她發現這是不可能的，只會令人沮喪。經過幾年慢性憂鬱症的精神煎熬之後，她決定將她全副的精神用來愛主與愛鄰人。她追求合一的

意圖那麼地強烈，使得她將全心侍奉主與對丈夫、家人、朋友的愛融合在一起。

當代的法國作家惹內（Jean Genet）則是另一個非常不同的身陷矛盾的例子。他嘲弄一切靈性的事物，又指責監獄中的神職人員講論的不是天主。惹內想藉著與邪惡立約來尋求合一，他嘗試著在追尋邪惡的過程中仍擁有那修道者才有的純潔心靈。他甚至稱撒彈為聖。然而，邪惡的特性原本就是永遠也不能滿足，他的生命當然更墮入前所未有的矛盾與衝突中。追求邪惡是不可能得到那為人帶來平安的合一的，惹內就是最好的代表。因為邪惡的本質，就是人性的崩解。根據我自己親眼看過的一些匿名戒酒會成員的經驗，尋求心理上平衡的人常會發現——對生活中的不堪的恐懼，往往讓他們臣服於合一的天主。

如果你覺得被天主是「一」所吸引，你應該接受這為你靈修生活的方向，不要抗拒它。有缺損的人性所產生的異常反應之一，便是當我們所尋找的答案出現在面前時，卻拒絕接受。因為我們變得太習慣於苦難與困惑，許多深陷這類情結的人彷彿在說：「唯有在自我的衝突中，才感受到真實的我。」在對天主全然的委順中，這一切矛盾困惑都會終結，祂能領我們達到如山中聖訓所描述的那般完整如一。那些蒙召且付出心血的人，將會得到世間所不能提供的平安，不要害怕去求取。

視主為「真」

第二個幅度是那些因看見天主的真實而蒙召的人。追求真相的熱情往往包含了許多其他種類的熱情，使得真相的追尋者通常比別人更沉著、有條不紊，也更充滿好奇。他們喜歡發問和探索，以跟人討論他們的洞見為樂。這樣的人因感受到天主就是最終的真相，是真理的本身，是無限的存有（Being），是那純粹的「臨在」而被召喚。他們與「一」的追尋者之間的差別可能不如我們所想的大，但他們比較沉靜，也較少衝突。然而他們仍然可能被一些負面的力量所驅使，以他們的特質，若不是用來尋找真理，就可能變得容易沮喪、多疑或憤世嫉俗。

聖多瑪斯·阿奎納（St. Thomas Aquinas）無疑是這類追求真理者的代表人物之一，不只是因為他的人格特質符合這個典型的定義，更因為他在追求真理上的成就。他對真理的理解已超越了理性的思維。在他人生最光輝的時刻，他親身經歷了令他啞口無言的真理的啟示——那對真理本身最極致的闡釋。「天主已將這些啟示給了我，我所教導與撰寫的一切現在似乎顯得毫無價值了⁷。」然而，也有一些追尋真理的洞察力卻又轉而遠離的令人傷感的例子。勃特蘭德·羅素（Bertrand Russell）——一個總是依著主觀認定

而為的熱情的追尋者——顯然曾被真理輕撫過。自他拒絕了真理之後，便成為一個同樣熱烈的宗教與信仰之敵，直到死去。希望至少這樣的熱情能為他帶來一點補償。

追求上主以「真」的人在靈修上所會遇到的最大危機倒不是中途退出，而是這條路走走，那條路走走，結果還是逗留在原地。現代學術界出版了大量理論（其中有些確有其價值），製造了一堆複雜難解的想法，讓人遠離生命的真相——天主。很不幸地，在哲學、神學及啟示的真理上都有深刻洞見的教會，卻意外地給學術化的研究與使人對天主的感應遲鈍的純理性提供了溫床。聖方濟這簡單的禱詞是真理的追求者遇到這項執拗的誘惑時的解毒良方：「我多麼希望認識祢，好使我能夠愛祢。」

視主為「善」

另外兩種幅度彼此間有高度的相關性，但與前兩者則大異其趣。他們是視主為善與視主為美的追尋者。視主為善的追尋者是人類中最受鍾愛的，也是最親切的。在他們身上很少有防備的心理。對大多數的人而言，防備正反應了內在的掙扎。因此他們通常是喜樂的、慈悲的、樂與人交往的。但他們在這個滿是創傷的世界受苦不少，常常被操弄、欺騙，甚至背叛。其他人喜歡占他們的便宜，幾乎不顧他們的感受。善良者的過失通常

都是無意的，而且是受人操弄、軟弱或毫無心機的结果。被良善吸引的人如果不能持續那對主超越俗世的追尋，通常會遭遇災難。換言之，如果他們能夠堅持信仰求取良善，將能自然地度一個寬仁、服務的人生。

聖方濟就是這樣的人。聖文德形容他是個慷慨、喜樂、慈悲的人，如同天真的少年一般。很少人會像他自己所堅持的，稱他在達彌盎堂（San Damiano）的經驗為罪人的皈依，那比較像是度良善的生活中的一個合理的發展。但聖方濟的一生卻是充滿了背叛、操弄與哀傷。他擁有如鴿般的純樸更勝於蛇般的機智。在他尚在人世時，他最糟的對頭就被選為他修會的會長，這不禁令人感嘆，墮落的人類是怎樣對付這般善良的人。但像聖方濟這樣追求良善的人能超越他們的眼淚，並在任何地方找到慈善的上主。同時，他們會不斷地反省著他們未能如應有的那樣事奉上主。

追求良善者的危機是令他們茫然若失的幻滅。他們可能遭到誘惑——如同亞斯的神父（Cure of Ars）一般——而逃離一切，或者停留在追求那低於天主的存在，並遠離一切的醜惡與缺損。聖方濟始終定睛於十字架的光榮是有道理的，它教導他良善，在世間終究會遭到拒絕與誹謗，我們應該有上十字架的準備，並以此為唯一的榮耀。

視主為「美」

最後是以美的向度追求天主的人。他們是個複雜的族羣，因為美可以是某種虛幻的迷惑。如同希臘人所知和柏拉圖所教導的——唯有超越了短暫性的美感到達絕對的境界，我們才能真正發現無誤且無限的美¹⁰。由於美與愉悅是同一種經驗的兩面，對於神之美的追求者而言，總是免不了遭受滿足於較低層次的誘惑。

追求神聖之美的最佳代表莫過於年輕的奧斯定（Augustine）。在擔任主教後，他複雜的性格伸向其他的方面，但對《懺悔錄》（*Confessions*）中的奧斯定來說，「天主是美，亙古常新」。下面一段文字說明了對美的召叫的答覆：

當我愛祢的時候，究竟愛的是什麼？不是任何有形之物的美，不是四季的變化，不是炫目的光芒，不是歌曲動人的旋律，不是花、油和香料的迷人氣息，不是瑪納或蜂蜜，也不是肉身之愛的擁抱。這些都不是在我對主的愛中所愛的東西。然而在某種意義上來說，當我愛天主的時候，我的確愛光、旋律、香氣、食物和擁抱——那屬於靈魂的光、聲音、氣息、食物與擁抱。當我漂泊的靈魂被光明照耀，當我聽

著時間帶不走的聲韻，當我呼吸著再大的風也吹不散的香息，當我吃著永遠不會匱乏的糧食，當我沉醉在永遠飽滿無缺的擁抱，我知道，這便是我愛主時所愛的一切。

我對祢的愛來得多麼遲呀！哦！那麼古老卻又永遠新穎的美，我對祢的愛來得多麼遲呀！看呀，祢在我的內裡，而我卻在外頭。我向外尋找祢，在我的醜惡中，看到那些祢所造的美麗事物。祢與我同在，而我卻不同祢一起，我被那些不屬於祢的事物包圍，使我遠離了祢。祢召回並高聲呼喊我，打破了我的聾聵；祢撒下光柱照耀我，驅逐了我的瞽盲；祢輕噓出香氣溢滿我的呼吸，使我更加渴望祢；我嘗過了祢的滋味，現在唯有祢是我解饑止渴的佳餚；祢輕撫我，而我早已燃燒在祢的平安之內¹¹。

對美的追求者而言，一路上有許多危機。從自稱有固定祈禱習慣的米開朗基羅（Michelangelo），到只在遇麻煩時才祈禱的奧斯卡·王爾德（Oscar Wilde），有各色各樣的神聖之美的追求者，在過程中遭遇阻礙。人類的每根纖維幾乎都在呼喊渴望某種程度的愉悅或美。神聖之美的愛慕者必須特別保持警醒，他或她也必須準備隨時沉落谷底，並再一次爬起來。如此，他或她才能覺察到何時需要悔改，並藉著尋求寬恕而再次獲得平安。如果少了這些，他或她會將自己躲進愚蠢的宗教狂熱，或完全相反的享樂主義裡，

變成一個哀傷的小丑，在虛偽微笑下暗自流淚。

了解你的召叫

了解自己靈修生活的第一步，是去搞清楚是什麼吸引我們——合一？真理？良善？還是美？我們的救主向我們保證：「凡找的必要找著，敲門的必要給他開門。」印度人明智地說：「你渴望什麼，就成為什麼。」我們都被天主四種聲音中的一或兩種所帶領著，但其他的幾種也不會就完全沒有了。而我們要注意的危險永遠是滿足於較低的層次，我們尋求天國，卻在一些與天國不相干的事物上嬉戲。這些事物不是帶我們遠離天國，就是充其量把我們掛在天國和地獄之間，差不多就是煉獄之境了。「你的財寶在哪裡，你的心也必在那裡」（瑪六21）。當心神不專一時，旅程就變得漫長而煎熬，生活就如同煉獄一般。我們要明白，心理上的不專一也是某種精神官能症，例如事奉兩個主人。學習靈修的目的，是當天主召叫我們時，我們能藉著主的恩寵認出、了解並克服這種尋求次於天主事物的精神病。

第二章

我的靈修有多少基督信仰的成分？

對於本章標題所提出的這個問題，光是回答「完全」或「還不足」都顯得太過簡略了。本章的目的在於認識其他宗教的靈修，以及對照一下你的基督靈修與它們之間的異同。我們將接著去認清基督靈修中某些特別的面向，那在不知不覺間被忽略或也在許多當代宗教思潮的趨勢中被反對的部分。你應明確認出真正基督徒的世界願景如何融入你的靈修生活，又在哪些地方融合。

其他宗教的靈修

今天有相當多數的基督徒——特別是年輕的成年人——被源自猶太——基督宗教傳統之外的思想與著作所吸引，有時候也從那裡獲取一些幫助。或許人們只是因為從未真

正了解基督宗教靈修的傳統，又太早放棄基督宗教，才會發生這樣的興趣。

幾年以前，一位在童年時期離開教會的女作家寫了一封憂心忡忡的信給我，提到有很多年輕人開始對東方的宗教產生興趣。她自己則是才剛認識基督靈修，儘管她一直在教會所辦的學校和大學受教育。她很驚喜一個神職人員了解許多靈修作家，更驚訝的是我竟然還讀過非基督宗教的經典，且發覺它們頗有助益。

不要逃避這個問題：「你是在尋求基督宗教的天主嗎？」我並不是在貶抑或輕視其他宗教，但我同意達賴喇嘛在紐約聖派翠克大教堂（St. Patrick's Cathedral）中所提到的，當我們相互尊重彼此的宗教時，也必須認清它們之間是非常不一樣的。他說：「佛教就是佛教，不是基督宗教。」

除了某些可能是自幼刻意培育的成果外，學習跟天主建立關係可以說是所有人類最古老，也最一致的努力。幾乎每個偉大的文化都會產生出為大眾所篤信的宗教，和透過祈禱以獲得神聖力量的靈修，或者代表該文化的神蹟記號。除了基於天主給亞巴郎的啟示所產生的相關宗教外，其他幾個重要的靈性上的活動也發展得相當枝繁葉茂，包括了佛教、印度教以及希臘羅馬的哲學宗教，後者經由柏拉圖得到了完美的闡釋。這些活動大致上都呈現出某種靈性的提升，這是它們與基督靈修所共同擁有的一個最重要的特質。由於各個宗教之間有相當大的差異，我想針對它們共同的靈修元素作個概述，但必須先

道歉的是這樣的敘述可能過分簡化了一點。基督徒的讀者們可以藉由以下對這些靈修活動的扼要介紹而了解並欣賞它們。我也希望這扼要的介紹對那些在猶太——基督宗教之外的靈修者的經驗而言是夠中肯的¹。

就像在靈性上被喚醒了的基督徒，人會越來越意識到內在靈性的渴望。他或她會存在（有時在理智上也許視為非存在）的某個面向所吸引，而被領入個人堅定的信仰。這樣的信仰可視為是神聖的星星之火，這星火需要感官所經驗的外在世界與由情感、思慮、直覺所構成的內在世界的共同投入。追尋者會因著相近的經驗與渴望，與其他的夥伴相遇，也許遇到的是個老師或古魯（guru，印度的宗教領袖）也不一定。這時人會不斷地修正自己的舉止，克服小德小志，過真正肖似天主的生活。藉著依靠來自神聖存在的助佑，他會對大多數人所無法了解的奧蹟有更多的認識。當他要跨越死亡門檻時，他會希望投入那神聖的生命之河。生活與慾望上保持純淨會讓他準備好進入這神聖之境，不論他視之為存在或非存在（nonbeing）。

大部分的人——特別是從事靈修的人——都注意到他們的美德是多麼不堪一擊，而真理又是這麼難以捉摸，許多人相信要臻於完美需要好幾世的時間。因此轉世常被視為是個相當可信的理論²。由於靈修進展是奠基於一個人了解到什麼（也包括非以理智方式所得的了解），所以「靈知」（gnosis, knowledge）這個詞被某些靈修的活動所用，但

很不幸的，「具靈知的」（gnostic）一詞也在許多偽神秘主義的活動中出現，而這類偽神秘主義隨著各種不同的民間信仰呈現不同的面貌，它們之中有一些具有動人的靈性，有些則愚蠢，有些甚至駭人聽聞。路西亞斯（Lucius）的感恩禱詞中道出了追求靈知如何也可以貼近基督徒的靈修經驗：

人類至聖而永恆的救主啊！祢總是以寬容對待軟弱，對孤苦的棄兒施予甜美的母愛。然而我的心靈太過窄小，無法給祢相稱的答謝；貧乏如我，又不能為祢獻上適切的祭品……因此，我只能滿懷感激地做一個虔誠的窮人所能做的——我會將祢神聖的面容和至聖的存在埋在我心胸最深處，永遠地存留，並珍視它更甚於我的靈魂³。

當探討過這些靈修活動是如何不同於基督宗教之後，我們要再回頭談談它們及其真實性。一如我們所見的，現今許多年輕基督徒被這些靈修活動所吸引，因此將它們與基督宗教的靈修經驗作適度的聯結時必須非常小心，同時也要分清其間差異。

聖經宗教的靈修

再一次地，我們必須作過度簡化的敘述，就像藝術家用水彩的筆觸輕撫過畫紙，希望既不失真，又能勾勒出一個龐大而錯綜複雜結構的大致輪廓。有三個宗教是源自聖經中天主直接的啟示，分別是猶太教、基督宗教及伊斯蘭教。這三個宗教都奠基於天主與某個人之間所立的盟約。天主，那奧妙、無限的存在，更奧妙的是祂似乎十分有興趣與祂所創造的人立約，也真的這麼做了。

穆斯林是透過希伯來經典——一部敘述主內經驗的浩瀚靈修文學巨著——認識上主，也就是阿拉。在伊斯蘭的靈修中不難發現許多靈識的蹤跡，因為它長期接受東、西方傳統的共同影響。

猶太人——上主的選民——對這位貼近個人卻又難以言喻且令人敬畏的上主的認識，是透過他們在不同時期，用不同形式寫成的經典。其中所記載的被認為是上主的話。

基督宗教——很不幸地後來分成許多不同的教派——則以成為活生生聖言的基督福音為它啟示的來源。有關基督的記載與啟示皆由其唯一的權威，即大公會議與羅馬的主教蒐集和出版。這項工作在基督死亡與復活之後的四世紀內就已完成了。

由於啟示是已被接受的事實，這些以聖經為基礎的宗教之中的各個靈修流派都強調服從信仰的重要。對於古老的東方或柏拉圖的信徒而言，一個人是否想要輕鬆地在生命之河裡，隨著它歸回源頭的流動而緩游，是他個人的選擇。這條河本身並不關心你的選擇是什麼，但你如果想逆流而行，例如某些暴君所做的，那就難逃噩運了。然而，對於信仰亞巴郎的天主的人來說，「選擇」可不是這麼一回事，是天主召喚了你，祂給你承諾，同時也命令你：「按照我的意願行事，遵守我的誠命。」不論你認為的救贖是什麼，都會從祂愛的慈悲中得到它。

聖經的信仰者也深信這個世界是人墮落的結果，他們跟原祖父母一樣巴望著重回樂園，他們需要被拯救、被釋放、被治癒。在非聖經宗教中，這樣的救贖觀念並不多見。許多非聖經宗教相信人可以靠自己了解神聖的境界，並因著這樣的了解而得救。成道的人可以超越死亡，因為對這樣的聖者來說，永恆的生命是萬物的天性之一。但在聖經啟示中的天主會親臨並拯救那些會迷失的人。

伊斯蘭教與猶太教有許多相當美而豐富的特質，他們在靈修、公開的朝拜、善工及先知教誨上都保留了許多「沒有答案的問題」，如他們所必須做的。這些未解的問題被猶太及回教的聖人們織入他們代代相傳的奧秘中，尤其是關於救贖的本質及其完成的問題。舉幾個例子也許比較容易去了解這「未可知且仍在進行中的奧秘」。

伊斯蘭教非常強調上主的神聖性與至高無上的君權，它的主要聖地——麥加的卡巴清真寺（The Kaabah in Mecca）——是一個完全敞空的空間，象徵著真主是不可限定的，亦可說是超越萬有的存在。清真寺中過去曾放置過異教的偶像，是被穆罕默德清除淨空的。唯一的回教女修行者蕾比亞（Rabi'a of Bosra, 752-801 c.）將奧妙的真主的靈修放進她的祈禱中：

哦主！無論祢給了我什麼俗世之物，也把它給我的仇敵吧；無論祢在來生給了我什麼，也把它給祢的朋友；因為祢給我的已經足夠了。

哦主！假如我因為恐懼地獄而朝拜祢，把我投入地獄燃燒吧！假如我為了希望進入天國而朝拜祢，把我排除在天國之外吧！但若我朝拜祢只是因為祢，那麼，請不吝賜給我祢永恆的美吧！⁴

雖然我們無法一一闡述伊斯蘭的神秘主義傳統，恐怕連基本的說明也難，但讀者需要了解，這個宗教對於那看顧並憐愛人的全能者的臨在有相當深刻的領悟。這樣的「臨在」在神聖的、並被虔誠的信徒銘記在心的可蘭經中大量地呈現出來。伊斯蘭教認為可蘭經中的啟示是人類信仰的中心，而教徒們主要的任務便是將它發揚光大。

我長大的地方鄰接著世上最大的猶太社區，讓我對猶太靈修的那種獨特氣質深深著迷。為了說明一下怎麼著迷法，我講個小故事，可以算是「無解的奧秘」（mysticism of the unanswered question）的一個例子，就像佛羅倫斯的聖母孺子像一般，有著朦朧、未經修飾的美。有一天我在街上遇到一個好朋友，他是個拉比，我們一起去安慰一對年輕的猶太夫婦，他們的兒子在一場意外中喪生了。我們按門鈴時，這位虔誠的、曾經歷過二次大戰屠殺的恐懼的拉比輕輕地拉著我的手臂說：「不要試著去回答『為什麼』，只要與他們同在，並聆聽就好。」這個故事突顯了猶太靈修高深的特質，亞伯拉罕·依撒格·庫克拉比（Rabbi Abraham Isaac Kook）對此有精闢的闡釋：

只要這個世界照常運轉，沒有發生什麼突如其來的大災難，人們總可以靠著社會上的一些淺薄的概念、理論及活動來滿足自己的需要。他們可以藉著外在的資產來得到內在的富足。但這是在沒有遭遇邪惡與混亂侵擾的情況下。一旦這一切發生了，那個可見的世界便開始搖搖欲墜，那時，這些只想維持存在的表象的人將變得貧困而恐慌，然後他們才會感受到對那超越外在俗事影響的內在洞察力的深切渴望。從這內在的泉源，他們才能找到使乾涸的外在世界充滿生命力的活水⁵。

猶太教的中心思想，是重修天主當初以可見的形象顯現並帶領以色列子民時，與祂的選民之間親密的盟約關係。雖然猶太教徒始終能感受到天主的臨在，不論在梅瑟五書的時代或現今在以色列社區，但他們仍然期待著天主以可觸及的、完整的方式出現，如同那時主的光輝臨在方舟及猶太的聖殿中。這便是對默西亞盼望的核心。另一位拉比朋友告訴我一個故事，是關於一個非常特別的片刻：某個清晨，鳥兒們唱歌讚美牠們的創造者時，他六歲的大兒子悄悄地走進他的房間，輕聲地對他說：「爸爸，我想我聽見默西亞的號角聲了。」對於猶太人而言，這樣的盼望與祈禱也是「無解的奧秘」之一。

雖然猶太靈修沒有提到這段旅途的終點是「與主合一」，但透過悔改、滌罪、成聖的教導與啟發等過程而建立的與主的關係，已經可以視為世間的人所能達到最親密的了。這些奧秘的片刻讓他們可以稍微窺視一下默西亞時代與預許的來世是怎樣的境地⁶。

基督徒們千萬不要輕視這猶太神秘經驗的精髓——盼望。對於許多聖人，盼望正是通往上主的道路。而教會也正是如此「盼望」著基督的再次降臨。

基督徒靈修

我們粗覽了非聖經宗教的靈修深度，也概略地認識了伊斯蘭信仰非凡的美，與猶太

教獨特的奧秘，這些都是我們討論的背景。現在接著要看的是基督靈修。關於這個主題的著作已經有好幾個圖書館這麼多，要細看這個龐大的題目是不可能的，更不用說傻想到想為它再增加什麼「新的」觀點。我們將試著轉而把焦點集中在基督徒靈修的發展上，這也是整個基督徒靈修架構中深具意義的一環。而我們討論的基礎便是：「我的靈修有多少基督信仰的成分」。

道成人身的耶穌就是基督靈修的中心。這個中心的意義並不是像地心引力的某個點，而是在黑暗且無生命的宇宙中唯一的真光，也就是物質世界的光與生命的來源（「萬物是藉著他而造成的」（若一3）），同時救恩與靈性生命也是由他而來。「凡接受他的，他給他們權能，好成為天主的子女」（若一12）。《若望福音》開宗明義的這幾句話，是偉大的基督論頌歌，也道出了整個基督宗教靈修的關鍵教義。

下列這段話出自《斐理伯書》第三章八—十六節，是教會靈修教導中強調基督論的基礎之一：

不但如此，而且我將一切都看作損失，因為我只以認識我主基督耶穌為至寶；為了他，我自願損失一切，拿一切當廢物，為賺得基督，為結合於他，並非藉我因守法律獲得的正義，而是藉由於信仰基督獲得的正義，即出於天主而本於信德的正

義。我只願認識基督和他復活的德能，參與他的苦難，相似他的死，我希望也得到由死者中的復活。這並不是說：我已經達到這目標，或已成為成全的人；我只願向前跑，看看是否我也能夠奪得，因為基督耶穌已奪得了我。弟兄們！我並不以為我已經奪得，我只願一件事：即忘盡我背後的，只向在我前面的奔馳，為達到目標，為爭取天主教在基督耶穌內召我向上爭奪的獎品。所以，我們凡是成熟的人，都應懷有這種心情；即使你們另有別種心情，天主也要將這種心情啓示給你們。但是，不拘我們已達到什麼程度，仍應照樣進行。

非聖經宗教的追隨者是透過完美地仿效他們心中神聖的形象而尋找並認識神；以色列聖典的虔信者則是要進入與天主的盟約中，他們認為唯有天主能透過盟約拯救並聖化他們。基督徒並不這樣看待救恩。基督徒的救恩與聖化是因著在他內有基督的啟示，這啟示是一種對救恩的了解，它超越了理智上的理解進而在心理上成為真實，稱為「活生生的信仰」。由於信仰是如此深刻地揉合在生活裡，當我們了解了它拯救的力量，信仰與善工孰輕孰重這樣的重大神學論辯，便顯得只是語意上的問題，並不需要在上頭大做文章。因為當一個人擁有聖保祿宗徒在《斐理伯書》中所說的信德時，生命會自然成為一連串的善行，住在他或她內的基督會透過這個人工作，最根本而不可或缺的善工便是

接受基督住在其內這個認知。

基督對全人類的救贖與恩典是基督靈修的基石與核心，這一點如陳腔濫調一樣被不斷複述，像一片被聽爛的唱片，裡面一些十分重要的意義常常就這樣被略過。或許這可以解釋為什麼不論哪一個宗派，基督徒中有這麼多人不明白他們靈修的獨特性。許多淡出教會又心有所尋的基督徒傾向於投入其他的靈修系統，而不只是如我們所建議的欣賞它們就好。這是個很重要的問題，值得好好檢視一下你自己：「我的靈修有多少基督信仰成分？我是否曾想過（也許偶爾）走另一條不同於新約精神的道路？」

檢視這個問題的其中一個方法，是看歷史上基督宗教如何在其內各種不同的潮流影響下保持基督靈修的純度。一些試著把新約聖經的教義——特別是若望與保祿的著作——與他們當代的思潮結合的虔誠信友們，為維持基督靈修的傳統作了相當多的努力。與其回顧基督靈修的教義，不如讓我們來看看現今基督靈修所遇到的挑戰，並由此探討一下對今日的基督徒而言，有哪些特別重要的靈修成分需要了解。

人性的一體性

也許你會說：「嗯！我當然相信人性是一個整體，我又不是個二元論者。」讓我們

仔細來看看。

可想而知的，基督靈修最早的挑戰之一是來自初期教會中由希臘哲學皈依基督的成員，格林多人（正是前述的那批皈依者）前書可以說是保祿宗徒在指正現在靈修取向的基督徒常犯的一個錯誤，也就是傾向於將人看待為一個靈魂暫時地借用一個身體，這種想法很像是笛卡兒說的住著天使的機器。很奇怪，即使在非宗教的俗世社會中，這也是相當普遍存在的誤謬。丹尼爾·揚克拉維奇（Daniel Yankelovich）便指出，人性中這種將「我之所思」與生命的其他部分分離的怪異想法，即是已主宰美國文化十五年的自我主義神話的中心思想。自我實現理論的追隨者事實上都是二元論者，他們把自我的滿足與對其他人類的責任分開，甚至對自己的家人也一樣⁷。

從摩尼教到現代基督科學教派的靈修作家，至今仍質疑死而復活以及人類靈性上是一體的奧義。就如同把人看成是個身體配上程式（不論其心理上多複雜）是背離基督宗教的教義一樣，把人看作只是個靈魂也是同樣偏頗。一個平衡的靈修是兼具人文主義與末世論的，它重視在世的生活與行為的根本重要性，因為此生決定了其永恆的生命是如何，在最後審判時會原原本本地呈現這個人的一切。值得注意的是，基督宗教認為在現世與永生之間、肉身與靈魂之間有著動態的張力，伊斯蘭與猶太靈修裡也有這樣的觀點。基督聖言成為血肉的道理便是這種動態張力的最高表現⁸。保祿宗徒對從新柏拉圖派哲

學皈依的格林多人所解釋的基督內的復活的道理，可說是對這張力最具決定性的說明與解答。

一個信友如果掙扎於某些像是無法控制的性衝動等非比尋常的行為問題，或者是如酗酒等物質上的成癮，那最好檢視一下在他或她內是否有這類二元論的傾向。在清教徒式的思想過度保守，及相反地認為物質世界裡的行為對靈性沒什麼重要性的觀念裡，都隱約地否認人的一體性。我們要仔細檢視我們的心態是否是從福音的角度出發，而不是長久以來被扭曲的角度。

基督的超然存在

基督靈修的第二個挑戰是我們都傾向於用自己認為的神聖形象來設定基督。我們都有自己的基督，只要在星期天的早上轉開收音機聽幾個頻道，就不難驗證在誠心的基督徒中間究竟有多少個基督。如前所述，所有宗教的靈修覺醒多少都透過一些內在的圖像，毫無疑問地，這是對創造萬物拯救人靈的神的投射。但把這圖像當作就是基督未免太隨便了點。它當然跟基督有關，也跟基督為我們建立及分享的新身分——天主的子女——有關。但是用自己屬人的經驗來設定基督，則忽略了救恩的精神。例如說，這樣的想法

便將歷史上納匝肋人耶穌以及祂在世間生活所要教導的一切意義都給排除在外了。這個普遍的誤謬——過於簡化——的問題之一就是，它容許人隨自己的心意只選擇基督的某一部分生活來看。許多人很討厭某個特定的虔敬基督形象，或是十九世紀太甜美和悅的善牧畫像。然而他們卻珍視心中某個毫無根據又主觀的基督圖像。

這種將內在的圖像完全等同於基督的傾向也否定了教會存在的必要性，而教會，這個實存的基督徒社羣，是基督臨在世間的奧蹟。奧斯定對於這種傾向的評論是：「你如何能愛慕親吻頭，卻踐踏其他的肢體？」基督靈修一向認為所有領洗的都是基督的肢體，而所有未領洗的則是潛在的肢體。將自己內在圖像視為就是基督的人，會成為靈修上的精英主義者。長久以來聖人們都了解基督是非常不同於人所想像的，他對同時代的人沒有任何防備——不論是朋友或敵人。因此，你必須問自己兩個問題：第一、我的基督圖像有多少成分只是我自己希望看到的樣子？第二、你對基督的認識是否一直在增長，且是在聖經與聖統的指導下？

從內在對基督的體悟所衍生出來的意向中最危險也最離經叛道的，是單純地認為歷史中的基督是老師中的老師，以及人類中最肖似天主的一位。更有甚者認為基督是天主教在靈性上收養的兒子，同樣地，我們也可以如他一般被天主收養。然而教會並不將耶穌基督視為導師中的導師，如果人只接受福音中所記載的基督，就不會以訛傳訛說他曾這

樣宣稱過。不同於佛陀或拉瑪克里希納（Ramakrishna），他並未宣稱他發現了某條通往至福的道路，或者接受過特別的啟蒙。他說的是，他是天主之子，從天降來，與天父同性同體。他的門徒們也是這樣向普天下宣告的。任何人在讀若望及保祿的著作時，都無法不正視基督的門徒們所作的這個無與倫比的宣告，甚至在保祿最早的書信中也這樣說。這是教會的基督，以前是，現在也是。馮·巴德薩（Von Balthasar）在他的經典作品——《祈禱》（*Prayer*）——中對這點有很好的總結（任何想探討這個主題的人都該看看這本書）：

從人出發而導向神的神秘主義或宗教是一種情感之愛（eros），它的修行動力是逃離並徹底超越世間的事物——必須是、確實是、也無可非議地是這樣的發展過程。但是它在想要超越事物（它們指出通往神的途徑）的渴望中，只視它們為非神之物，會使它陷入世界與神兩頭落空的危險：失去世界是因為它不是神；失去神是因為祂不是世界——然而神若沒有世界的一切可反映出祂的存在，那便只能體驗到祂是一個絕對的空——涅槃。基督從我們感官與心神可感知的世界回到天父那裡，第一次為默觀開啓了一條真正的道路。他並不反對那些能教導人認識天父的圖像和概念，當他還在世間，以人的身分與眾人在一起時便設想發明了這作法。相反地，

他將它們從世俗的、實際的層面，轉化為天國的、靈性的層面；從預言轉變為圓滿實現；死後將與他一起升到天國去的我們，藉著他從世界升到父那裡去的整個過程，得到權柄，與他一起把舊世界變成新的、靈性的與神聖的世界——這是保祿神學的核心⁹。

梵蒂岡第二次大公會議最重要的貢獻之一，就是宣告基督是人類與個人唯一的救主。在《教會》憲章中，與會的教父們按天主的旨意再次重申這個教義，以糾正那些淡化基督靈修，且否定人類現世生命重要性的觀念。在大公會議的當時，這項聲明還讓人感到太遙不可及了些，以至於不到二十年之內，新任的教宗若望保祿二世必須在《人類的救主》通諭中再次強有力地聲明這項教義¹⁰。對教會正統的靈修傳統有興趣的人可以在自己的生活與觀念裡默想歷史上的基督、教會與救贖。後梵二時代一個可悲而愚蠢的現象是：在基督靈修及教會教育中降低了基督的獨特性。我們得問一問自己是否受了一點虛假的神體一位論主義（Pseudonitarianism）的影響。當達賴喇嘛提醒我們佛教與基督宗教有根本上的不同時，某些基督徒似乎顯得相當驚訝。對基督徒而言，這個根本的不同就是基督。

善與惡

基督靈修最重要的、最長久的、也最麻煩的挑戰總是來自惡的問題。許多宗教心理學家認為，人類最強烈的宗教動機就是尋求惡的問題之解答¹¹。若真是如此，就難怪對靈性有興趣的人們總是在他們靈修的旅途中，對抗或克服邪惡、罪及痛苦的奧秘。

邪惡為何存在？它與人有什麼關係？以及它帶有怎樣的破壞性？這都是謎。關於惡的任何一個問題，尤其關乎道德的惡，亦即罪的問題，都會對你的靈修態度有深遠的影響，影響著你靈修的發展。因為這發展就是在對抗內在與外在的惡。我們從基督那兒學到的偉大的祈禱便是：祈求拯救我們免於凶惡。

邪惡的存在總是會對信主的人造成困擾，這在天主和魔鬼之間的矛盾讓我們把聖經開開合合。走在靈修道路上的人總是落入兩個極端：不是將邪惡視為實際的存在，就是認為它根本不存在，一切不過是理智上的錯誤判斷罷了。邪惡並不是一個存在，但卻是一個事實。即使黑暗王子也是善的，因為他是天主所造，也因天主而存在（這是實體上的善）。而他道德上全然的惡則是因為他徹底地拒絕天主的權威和意旨。因此教會的教父和聖師們視邪惡為缺乏某些應有的善的元素或品質，就像黑暗是欠缺本應存在其間的

光。身為信友，如果我們想在靈修上有所成長，就應該抗拒這種惡的負向品質。聖奧斯定在他的《獨白》（*Soliloquies*）裡有一段極佳的禱詞，是關於他對惡的奧秘的解答：

天主，萬物因祂而有，離開祂則不復存在！

天主，祂並未允許喪亡臨於那原就傾向自我毀滅者！

天主，祂在虛無之中開創這世界，那眼睛所能見之最美！

天主，祂並未引起災禍，但挽救它不會成為最糟的！

天主，祂顯現給真正尋求庇護的人，邪惡於是灰飛煙滅！

天主，祂使宇宙即使在它最反常的一面也是完美的！

天主，祂並不介意荒腔走板，因為在最終，最低劣的也會崩解，與優質的一起

融入和諧之中！

天主，任何有能力愛的受造物都愛祂，不論它是否意識到！

天主，萬物都在祂之內，祂不以任何受造物為恥，不論是惡意中傷祂，或是誤

入歧途的，祂都不以之為恥！¹²

正如聖奧斯定所見，物質之惡的最甚者也可能導致某種善的結果：若沒有地震及火

山，可能不會有大氣層，也就沒有生命。很重要的一件事是，道德上的惡並不是什麼特定的東西，它只是缺乏道德上的善，缺乏對人類意志正確的理路，以至於無法讓人的行為完全合於神聖的意志。像是饑餓與荒災等物質上的惡，常是肇因於世世代代以來的剝削，與社會的缺乏責任感等道德之惡。

相對性的惡或發展過程中的某種錯誤所導致的惡，是我們現在所要說的最重要的觀念。「當我是孩子的時候，說話像孩子，看事情像孩子，思想像孩子；幾時我一成了人，就把孩子的事丟棄了」（格前十三11）。邪惡在靈修生活中，或在任何形式的心理發展上通常都是相對性：一個人沒能如他或她所應有或能有的那樣發展。雖然個人道德責任的表現旁人是不可能很精確地評斷，但保守來說，一個度靈修生活之人的意向與行為很少是出自純粹的惡意。邪惡的行為常常會在應該跨越的發展層面上表現出某種退化或不健康的依戀。道格·哈瑪紹（Dag Hammarskjöld）在他的著作《標記》（*Markings*）中舉了一個動人的例子，敘述一個小女孩天真地以她有一件連身裙而感到自豪，即使那件裙子是別人穿過的二手貨。她這樣的舉動是健康的，而且可能被稱為是種美德，因為她沒有因為裙子不是新的就噘著嘴發脾氣。可是對成年人而言，為自己的衣裳感到驕傲顯然不是什麼屬靈的舉動，它變得與虛榮和道德上的惡有關，因為它表達，甚至強調了與靈修成熟度不相稱的價值觀。

寂靜主義與魔鬼

或許靈修上最常發生的錯誤是完全否認惡是存在的，這確實是許多東方宗教的看法。基督徒們已被對物質及道德的惡採放任態度的「寂靜主義」帶進這樣的觀念中，其結果就是許多人看不見他們身旁饑餓又赤裸的基督。與之相反的態度是認為惡是一個或多個實存之物，這是祆教（Zoroastrianism）的微妙錯誤。對基督徒而言，即使是黑暗王子也不被視為是實存的惡（existential evil），因這個奧秘的存在與我們共享愛的天命，卻自願在永生的每一個片刻阻撓這份天命。聖人們認為我們多多少少都與這個醜陋的勢力有些契約。由於所有自願犯下的罪都助長杜斯妥也夫斯基（Dostoyevski）所說的「惡之奧體」，它是一道無愛的潮汐，掃過歷史。因此我們最好記住，撒彈並不是另一個神。當邪惡人格化之後，既不是無處不在的，也不是全知全能的。或許惡的特性便是它的平庸、乏味，與逐漸窄化以致無物。當你認識一個臣服於邪惡且全然地自私自利的人，就是在目賭邪惡是多麼徹底地一無是處，以及它將引領人到多可怕的非存在。我們都面臨善與惡的抉擇，當它們突然站在我們面前，聰明的方法是停下來觀察，邪惡的那條路會通向哪裡。它通向絕望與虛無。

在道成人形的聖言身上，我們看到存在與良善是那麼深入於人，以至於相對的惡能做的最糟的事，便是致一個無辜的人於死。但最終邪惡是一點力量也沒有。基督並不與那些出賣給邪惡的人搏鬥，「你以為我父不能為我派來十二軍的天使保護我嗎？」（瑪廿六 53）但他絕對的靈修品質，他對天父的無條件服從，以及他的愛，克服了非存在，或甚至反存在，如最邪惡的人所做的事。

儘管邪惡的言論與著作並不是一種流行的風潮，不論是將其人格化的或其他別的，但我們從事靈修的人應該仔細檢視我們對惡的觀念。正統的神秘家一致視其自身在進行一種屬靈爭戰。這觀點與福音的精神一致，卻與寂靜主義完全背道而馳。我們應該徹底檢查自己對惡的觀點，這對保持正確的基督靈修是必要的責任。

原罪

如果原罪這個詞令你尷尬，或許你該問問你自己是不是一個白拉奇主義者（Pelagius）。這方面我可以作某種程度的挑剔，因為我住在紐約，這裡每個人都相信人有原罪，即使是無神論者。在任何一个大都會區，受著各種各樣社會與人類的苦，不免心懷疑惑：「我們真的得救了嗎？」只有在平靜而富裕的郊區，遠離社會問題的人才會問：「我們有迷

失嗎？」「有什麼問題嗎？」

這狀況讓我們看到更大且更長久以來的問題，關於道德的惡與它的起源。對於這個問題在不同時期有不同的答案，其中極有影響力的是第四世紀時塞爾特修士——白拉奇——所提出的：道德的惡是導因於壞榜樣與差勁的教育，這就是原罪的本質。白拉奇指出孩子畢竟生來是天真無邪的，如果適當地撫育長大，這樣的天真會存留下來並且呈現出高度的道德責任感；但如果是在道德低下的環境中長大，則會變成充滿罪孽而毫無責任感。基督是我們的救主，因為他教導我們如何度具有美德與道德責任的生活。這與古代希臘和今日絕大多數基督徒對「神聖」的觀念並沒有多大的不同。這個觀點有許多複雜的系統，你可能會發現其中有些部分也存在於你的人生觀中。我們必須非常小心地思考這樣的問題，因為白拉奇主義在發展之初是個非常興盛的異端，在對靈修很關注卻又缺乏資訊的基督徒之間隱隱地流傳。

白拉奇主義十分危險，因為它以出生的環境與原生家庭狀況來區分得救與否，它增強了社會階級的差異。雖然它看似對人類天性更為開明與正向，否認在新生兒身上有任何固有的失序與混亂，但它使它的擁護者不停地追求外在道德環境的完美。因為如果一個人生在虔誠的家庭，又受良好的教育，那他就沒有理由與罪扯得上關係，他得為自己負完全的責任。難以駕馭的意念（過去稱為色慾）也不是藉口。在白拉奇主義者身上有

著出身於塞爾特民族的死硬清教主義，甚至到今日還深深影響著他們。我們應該注意這個有點道理的雋語：塞爾特人通常是道德嚴苛的白拉奇主義者，儘管他們對人性的看法是採喀爾文主義。由於白拉奇否認人類生活中的一個明顯的事實，也就是這個極美好又矛盾的受造物確實有某些不健全，所以他的追隨者在道德上對人類存有越來越多不切實際的期待。

白拉奇在神學上最大的對手就是聖奧斯定，他並不是出生在能讓小男孩有良好行為的寒冷修院小島，卻是在衰落混亂的羅馬帝國，這個異教徒的國度。他深切地領悟到保祿所教導的，基督來是為拯救我們脫離宰治我們內在與外在的邪惡勢力。即使神聖的法律無法拯救我們，基督也能拯救我們（見《羅馬書》第六及七章）。奧斯定從不相信邪惡是某種存在的實在，但他告誡我們，即便是最好的人也無法自救。他對於受創的人性中的良善有非常重要的、存在性的觀點。《懺悔錄》雖然不似白拉奇對人類有著鼓舞人心的看法，卻建立了基督神學的教導，並對西方思想提出極佳的呼籲，不論是天主教或基督教，信者或不信者皆然¹³。對原罪的第三種觀點是視它為墮落至極的人性，若公平一點來看持這種想法的人，他們並不是以某種否定或鄙視人性的受虐心態為出發點，而是因著在美化、吹捧人類的文藝復興時代裡，對光榮天主與基督的渴望。喀爾文不打算作個中庸者，他想在一個虛假的時代裡成為真實的。他的「唯獨光榮天主」（Soli Deo

(Gloria) 是許多天主教的改革者都接受的言論。

雖然如此，人性是全然的墮落這個立場實際上卻阻斷了喀爾文教徒靈修的可能性。如果一個人認為成義與救贖完全是來自自身以外的，也就是基督將它施予墮落的人靈，就像路德（Luther）說的，如同白雪覆在一堆糞上，那麼靈性的發展就變得很荒謬。因為如我們先前所見的，外在的禮節及良好的舉止，被當作是注定進入至福的先兆，喀爾文主義像是實際應用了的白拉奇主義。儘管這兩個理論是完全的相反，但初期的白拉奇主義的天主教徒及喀爾文主義者卻都對外在行為有相同的要求，並且在孩童的撫育上經常彼此爭相不切實際。最終他們都對一千五百年來由偉大靈修作家所累積的靈修成長的可能性不理不睬。

就這點而言，你最好能夠檢視一下自己的偏見在哪兒。教會內的教父及聖師們一直教導我們，人性雖然是受創的，卻仍是良善的。唯有基督能拯救人，他來像是播種者尋找良土，也像聖經比喻中的新郎，等待著他的邀請被接受。雖然在救恩的每一個階段都需要神聖的幫助與實際的恩寵，但人的答覆與合作仍是不可或缺的。唯有透過加深與天父的親子關係，而這關係是基督以人的身分全然地服從，為我們贏得的救恩和個人的聖德才有可能。我們必須以祂為典範，為了活出基督耶穌之內賜予生命之神的法律（羅八 1 | 2）。

奧斯定常常被認為是過度悲觀，有人說以他的觀點，人對自己的靈修成長根本沒有貢獻。但這樣的評斷對這位「恩寵聖師」(Doctor of Grace) 而言並不公平。下列這段引述清楚地表達了掙扎、勝利以及靈修奮鬥的成果：

因此，我們必須先從高傲的虛榮中被擊倒，走向精神上的謙遜，這樣的提升，才能享有真正的歡欣鼓舞。天主的聖言——基督——是能在我們內創造出這種謙遜的任何事物中，最光榮也最溫和的。他以說服代替暴力，來征服我們的桀驁不馴。透過他，天主教將自己顯現給眾天使，他是天主教的力量與智慧；鎮日被可見事物所迷惑的心無法認出他來，他必須如此屈尊就卑，取人之形，以顯現並運用他的人性，為了使人明瞭：比起因著跟隨天主的典範而成為平凡卑微，更該害怕的是因著人的驕傲而趾高氣揚。因此這位被傳揚至普天下的，既不是佩帶俗世冠冕的基督，也不是坐擁世間財富的基督，而是被釘在十字架上的基督。這在最初被大多數傲慢的人所恥笑，而如今仍被一部分人嘲弄。這個信仰的對象在最初只是對少數人，現在則是對多數人。在最初，儘管大多數人都在嘲笑，被釘死的基督的事蹟仍對著少數相信的人宣講：癩子得到力量行走，啞巴說話，聾子聽見，瞎子看見，死人復活。以這樣的方式，最後終於說服了這個世界的傲慢，使之相信即使在這個世界當中，

也沒有任何一樣東西比上主的謙卑更有力量¹⁴。

安生 (Anselm)、多瑪斯、文德、十字若望 (John of the Cross) 以及紐曼，全都接受奧斯定對保祿神學的詮釋，並在其上再增加自己的洞見。大多數當代的天主教神學家似乎也是如此。東方的靈修發展出他們自己的一套，並對基督是救主的角色有它自己神秘且圖像化的詮釋方式。然而撇開語言上的論戰不提，東西方的靈修立場還是比較相近，而不同於白拉奇主義及喀爾文主義。先不管某些觀點上的不同，東方與西方的相近之處就在於天主教與東正教的神學很明確地支持靈修。它們都維護著這樣的洞見：一個人必須去滋長他或她對在基督內，藉著聖神，成為天主的子女這個恩寵的回應。

那你呢？

那麼，親愛的讀者，你是哪一類呢？不要嚇得舉起手來說：「我接受所有我的教會的教導」，或「我聽從梵二或梵一大公會的決議，或兩者都聽。」如果你是以前所信仰的聖經或聖傳的教導建立你的靈修生活及態度（如同基督徒應該做的），那這個對普遍的誤解的回顧將是值得的。你是天主教裡的白拉奇主義者嗎？那真是行不通的。你的好

朋友中可能有一些是偽印度教或白拉奇主義者，我就有一些朋友是。但如果你想將生活建立在基督靈修上，那你的知識應該是正確而真實的，也就是說它必須確實根據聖經及聖傳。然而，還有最後一個問題，你是否與基督一起祈禱？

基督徒的聖德與禮儀

由於基督是基督徒靈修生活的中心與源頭，透過教會的禮儀生活與他緊密地結合便是不可或缺的。這裡使用禮儀（liturgical）這個詞有著相當豐富、包羅萬象的意義，包含了基督這位活生生的天主聖言藉著聖經、聖傳及聖事整個的呈現，並在象徵基督親臨的神聖祭獻——聖體聖事——達到榮耀的中心。早在沙漠教父（desert fathers）這羣基督宗教最早的修道者時代，就有一些虔誠的信徒，甚至聖人，似乎並沒有按照教會的禮儀生活。仔細檢視他們的生活便不難發現他們確實是以教會的基督為中心，只是他們有一點排拒團體的傾向，使他們不太參與日常的禮儀。科克主教（Bishop K. E. Kirk）就曾經點出，以前的隱修士（我有點想加上現今的隱修士亦然）傾向於站在教會的邊線上¹⁵。

聖人及偉大的靈修作家們——在他們或她們生存的年代裡都是平民百姓——都生活在基督的光照中，他在教會內教誨、拯救、聖化，一如他在世的時候。像馬米翁（Mar-

mion)、瓜迪尼(Guardini)、包耶爾(Bouyer)及馮·巴德薩這類當代的靈修作家已將他們對基督靈修強烈的體悟作明確的聚焦。每個人都可以透過堂區的禮儀與基督結合，包括小孩。每一位積極的教友都可以找到各種面向的禮儀生活——社會的、教育的、文藝的、聖事的、奧秘的。對靈修有興趣的人，特別是以靈修為生活焦點的人，會在逾越奧蹟(Paschal mystery)中找到對存在最高的表達，禮儀便是這項奧蹟生動的呈現。教父們認為，雖然基督認識也愛我們每一位，但我們仍應當走向他，成為他奧體的一部分。這並不是一個虛幻的抽象概念，對於靈性敏感的人而言，這表示一個靈修上根本的事實。

你是否也以逾越奧蹟為你靈修生活的中心？對基督徒而言，靈修的進化意味著以基督為典範，並靠著他的恩寵，如天主的兒女一般成長。若望宗徒的著作——尤其是《若望福音》第十四至十七章——闡明了與基督合一的精義。保祿的作品甚至更創造新的觀點：「與他同生，與他同死」，以表達這個在世界宗教文學中非常獨特的觀念。

根據耶穌告訴我們的，在基督內成長意味著讓自我的某部分死去，以便同他一起生活。這種自我棄絕通常稱為「十字架的道理」，因為基督在《瑪竇福音》十六章24—26節說：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架來跟隨我。」

在禮儀中，基督徒投入死亡與生命的奧秘。聖體聖事同時慶祝基督服從天父而經歷的死亡與復活，並在我們在世的「現在」為我們顯示人類存在的最終真理——聖人們與

基督一起享永生。馮·巴德薩說得好，聖體聖事的核心應該要有默觀¹⁶。默觀不只是像非聖經宗教所採取的單純冥思的方式，它一定是動態地與基督一起接觸並臣服於主。這不是一個象徵符號、神話甚或是追憶，而是透過聖神參與天主三位一體真理的核心。虔敬的人總是想尋找更多的一些什麼，因為他們尚不夠深入地去看他們已經擁有的。聖十字若望對那些不夠深入去看基督奧蹟的人有以下的忠告：

主已賜給我們祂的聖子，祂是天主唯一的聖言，一次而永遠地傳達給我們，今後將不會有更多的啓示……天主已如此發言，也沒有留下任何隱而未述的事。那些祂曾對先知們作的局部啓示，如今祂都藉著祂的聖子完全地顯現給全人類。因此，誰再以陳舊的方式質問天主，也就是要求異象與顯現，就是觸犯祂；因為祂不是只把目光放在基督身上，而把其他的擺一邊。對這些人天主的回答是：這是我的愛子，我所喜悅的，你們要聽從他。我已藉著子將一切顯示給你，你要定睛看著他，因為我所要說、要啓示的一切都在他身上。你在他那兒找到的，將更甚於你所望或所求的。他是我完整的發言與回應，我所有的異象與啓示；當我讓他成為你的弟兄、師傅、同伴、救贖及報酬時，我便是在發言、在回應、在施予異象、在啓示。在大博爾山上，我將聖神降在他身上並說：「這是我的愛子，我所喜悅的，你們要聽從

他。」……有了基督，你不再向我求什麼了……注意看著他，你們會發現我已將所有給了他。若你渴望從我這裡得到慰藉的話語，看我的聖子如何服從我，為我的愛而傷悲，你將會知道我給你的回答是多麼地非比尋常。若你想了解天主的奧秘，注視基督，你會找到最深邃的奧蹟，主的智慧與非凡全都在他之內。宗徒們說：「在他內有所有的智慧與知識的寶藏。」這寶藏比你想知道的對你更甜美而有益¹⁷。

我的基督靈修生活是動態的嗎？

許多山園祈禱的畫作都以各種不同的絕望、力竭、痛苦的角度描繪我們的救主。每一幅藝術作品都呈現出一個承受極大痛苦的人。不可否認地，聖經裡的確這樣記述著道成肉身的基督深深地掙扎、游移在神與人之間。然而這些畫作對我而言似乎顯得異常的焦慮與被動，不太像是一個說「不要按照我的意願，但照你的意願成行」的人會有的表現。不過有一幅作品表現出了某些不一樣的東西——動態張力（dynamic tension）。威廉·布雷克（William Blake）鮮為人知的作品畫出基督身在全然的黑暗中，雙手伸向天空中劃破昏黑的一道光，那是一位天使以同樣的手勢伸向他。布雷克的圖像也許不是最符合福音的描述，但任何認真地試著跟隨基督的人都會體會到在與基督合一的過程中的心

急與切望，在痛苦、孤獨的長夜裡，我們是身處黑暗的基督，而他便是那位伸手向我們的天使。

想要在教會正統教導與傳承的靈修中成長的基督徒們會了解到儘管有原罪帶給我們的傷害，這樣的成長仍是可能的，而且必須與信友的社羣結合，進而透過這社羣與全人類結合才能達到這成長。卡爾·拉內（Karl Rahner）說，罪的創傷遍布整個生物界、社會與關係，成為每一個人類生命實相的一部分¹⁸。罪是內在的，也是外在的。基督以他的救恩之語使我們也能喊出：「阿爸！父啊！」現在我們美好的人性——好在它還沒有本質上的朽壞，甚至好在它的運作本身——可以發揮它的潛力去「穿上基督」。這不是因著某種像阿波羅那樣神奇的境遇或者象徵性的重生而達成，而是因著一個歷史上存在的人類，他是天主之子，在痛苦中死去，又在光榮中復活，現在坐在天父的右邊。所以基督靈修深深根植於人性，又完全地屬於神性。它同時連結人間與天國，不否定任何一方，卻擁抱兩者。它立基於一個特別的人，但也需要每一個人有意識地、自由地，且持續地讓他或她的人性成長，並進入神性。

這是我們蒙召的原因。肯定基督靈修的獨特性並不是要輕視任何非聖經宗教所發現的靈修途徑；也不是要詆毀宗教哲學的方法；更不用說去貶抑伊斯蘭及猶太靈修的洞見。有信仰的基督徒們不難在這些靈修活動裡看見，基督以他的死亡與復活為我們贏得的恩

寵在其中工作。只是基督徒透過天主的啟示與教會的教導，能意識到這恩寵的來源，以及它運作的方式。自許為有信仰的基督徒，並走在永生天主之子納匝肋人耶穌所建立的道路上的我們，應該有相稱於我們身分的思想、感受與行動。

第三章

認識人類的發展

了解那些蒙召的人：約翰神父、瑪莉修女與傑瑞

下列的個人史都經過他們本人的同意，讓我用他們的過程來說明宗教的發展。我修改了其中一部分的細節。我們將以這幾個例子與下一章（第四章）討論宗教與靈性的發展相對照，並增加一點其他部分來闡明某些重要的觀點。

約翰神父的故事

約翰神父在一個愛爾蘭天主教地區長大，那裡大部分是虔誠、活躍的天主教徒。其餘則是誠摯的猶太人與新教徒。在他的生活中，敬拜上主是毫無疑問的。約翰在教會學

校表現得還不錯，當輔祭，又是童子軍，在一個大型天主教預備學校上學。沒經過太多考慮，也沒有痛苦的掙扎，他與幾個同學一起進入教區的神學院。裡面的規定很嚴格，但同儕之間濃厚的情誼彌補了那些不適。神學生除了八年的課業外，也要學習在一個較沒有人情味的系統中生存，不僅因為它重視正統規範，也因為每一班神學生的人數都相當多。一個神學生很快會了解到，教區並沒有神職人員的缺，尤其是沒有缺給「你」。所以，你如果想被任命為神父，最好融入這個系統。學科成績的好壞是先決條件。由於約翰沒得過什麼獎學金，又只想當堂區神父，所以他自動避開了這教區神職的選拔過程，但還是經常對將任命機會給學業成績較優異的學生一事感到憤憤不平。

儘管與幾個一起長大的鄰家小孩還保持著一些聯絡，約翰最好的朋友自然都還是神學生。高中時他曾經約會過幾次，但進入神學院之後約會是被禁止的。他並不埋怨這點，他的朋友們也不會。那些在暑假期間偷偷約會的人，通常到秋天就待在家裡不會再來了。終於，約翰被任命了。他滿腦子的裝備是一大堆的神學與一點點的牧職技巧，在那前梵二時代裡，他未曾學過應用心理學、諮商輔導，或甚至更多一些如何做一位牧人的方法。他主祭的第一台彌撒對他的父母及家人而言是一場光榮的盛典，對他個人也算是成功的喜悅。

他與其他四位神父一起被分配到一個大堂區，並滿懷熱情地投入「孩子們」的工作，

雖然他的同僚中有人認為青年活動對堂區來說是不必要的裝飾，而且很麻煩，但約翰很努力地工作，而且還受獎勵到教區的青年辦公室兼職。三十歲那年，他開始對這些事失去興趣，敷衍行事。孩子們敏感地發現了這狀況，那些參加六點四十五分平日彌撒的老人們，也不再帶著愉悅的心情迎接他照例地走上祭台。他與神學院時期的同伴們失去了聯絡。有一天，他最好的朋友之一打電話來向他「道別」，他要離開神職，而且更令人吃驚的是，他認識了一個渴望與之結婚的對象。約翰聽了大為震驚，痛苦的懷疑開始侵襲他，使他陷入有一點嚴重的沮喪。他讓他的本堂神父感到困擾，而他的本堂神父也讓他不好過。他不再跟其他神父一起做事，堂區的青年也感受到他的冷漠而疏遠他。

約翰報名參加一個避靜，並在中途退出。他沒有辦法祈禱，彌撒成了沉重的負擔。他真的相信這一切嗎？他是否是個偽善者？

堂區的一個年輕女孩在一次聚會結束之後等他，告訴他，他看起來不太好，並表達她的同情。有什麼問題嗎？一開始約翰有些不悅，但他還是坐下來談了。她說他需要一點社交生活，下個星期天她有一些朋友會來一起野餐，她的父母會參加，還有一些跟她同年齡的單身上班族。約翰說他會去，這真是太棒了，他有好長的一段時間沒有笑了。這羣單身青年一直拿他的黑袍開玩笑，說一定要幫他買件運動衣。他說他已經有運動衣了，下次再見面時他一定會穿得迷死人。事實上，他為了這緣故特地去買了新運動衣。

那真是個愉快的傍晚。他感覺好多了，祈禱也熱烈多了。六點四十五分平日彌撒的老人們想，他又回到以前的樣子。不久，在另一次單身聚會上約翰遇到一位很特別、迷人的女孩。莉絲是虔誠與不敬的不尋常混合體，她會默想，也會說些溫和的黃笑話，並參加社會運動。她告訴約翰他是孤獨的、落伍的、無望的。當她看到他在這番評論下感到沮喪時，她笑了。但到了大家相互吻別時，她輕輕在他耳邊說：「打電話給我。」

這份關係滋長著，很棒，充滿著繽紛的色彩。約翰開始覺得墜入了飄飄的太空。這是錯的，但看起來卻不像是錯；這是罪，但對天主而言它是罪嗎？它並不像是個罪呀！約翰告訴了他的告解神父，神父給他一些告誡，並要他祈禱。他無精打采地照著試了，但卻沒有很好的效果。莉絲和約翰都是教友，也都以各自不同的方式愛教會。莉絲也很害怕，但從未告訴約翰。她對一位驚訝於所發生的一切的朋友說：「男人靠的是思考，女人靠的是感覺。」大部分的單身朋友支持他們，邀請約翰參加第一次聚會的那個女孩反對莉絲這麼做，繼續發展下去約翰將失去神職，而莉絲可能被逐出教會。莉絲回答道：「教宗知道什麼？」話出口連她自己都嚇了一跳。

約翰離開神職，他的父母非常吃驚，但兄弟姊妹們都很支持。「這是他的人生。」他們說。約翰花了好一陣子時間找工作；莉絲在經濟上幫助他。他們在市政廳結了婚，約翰也準備了申請寬免的文件。約翰告訴我，婚後他早上起來還是不敢相信這一切是真的。

約翰與莉絲共同經歷過他們的夢想與幻滅，因著對彼此的愛，在各種困難中堅持下來。莉絲坦承，她發現約翰有些失望。當寬免令終於下來的時候，他很開心。他們得要通过一項宗教服務才能換取在教會內重發婚姻誓約，這讓莉絲很不高興，但還是為約翰答應了。

約翰發現他逐漸被他所在的堂區吸引，並注意到自己會對星期天的講道有批評性的分析。當地的神父中有些是他的老朋友，他們給他一、兩個堂區工作，他覺得非常高興。莉絲告訴我：「他還是一個神職人員，我想他永遠都會是。」

事實上，約翰是陷入了發展上的危機。在那同時，教會也正經歷一場制度上完全的改革。他變得對使命沒有熱情，並與先前支持他的神父朋友們疏遠。約翰是個典型的視天主為合一的門徒，宗教上的事物總是能讓他維持完整，信仰上主是他生活的整合力量。當外在的支持不見時，他的運作系統就顯出嚴重的缺陷。

當神職的使命崩潰，約翰在靈性上和心理上都无法面對自己。如果他沒有遇到一位可能成為配偶的人，也許會越來越疏離，也越落進嚴重的抑鬱。如果他有多一點洞見和更好的祈禱，可能會重新肯定並回歸他對神職的誓約。堂區的小孩和老人們都在等著他。然而由於他有限的資源、對生活沒有適當情感上的準備，以及缺乏真正的洞見等，幾乎註定了他會走上現在所選擇的這條路。就算不是碰到莉絲，也會是其他人。

若只是單純從心理的角度來了解約翰的難題並不能切中要點。約翰曾是，也一直是個有信仰的天主教徒。他很重視神職，試圖去祈禱，去維持它。影響他生命的力量是同時來自靈性與心理，那才是問題的重點。對他和他的妻子而言，後半輩子生活的問題將一直圍繞在靈性與心理的層面上。若你想要了解約翰，就必須花時間去研究發展的兩個面向——靈性的與心理的。如果約翰想要調整得好，像個有信仰的虔誠基督徒一樣，那他也必須從這兩方面著手。

瑪莉修女的故事

就像約翰一樣，瑪莉也在二次大戰後進入天主教學校就讀。她的家庭屬於中上階層，有愛爾蘭與德國血統，卻是道地的美國人，只有她的曾祖父母是歐洲籍。瑪莉的父母希望給他們的孩子最好的，因此教育便是她們家最重視的項目。瑪莉在一所由修女經營管理的女子中學讀書，她過得很愉快，但覺得學校很嚴格。十八歲那年經過一番審慎地考慮是否進入修會之後，她選擇到非教會大學讀醫學院預科的課程。瑪莉對於當時稱為「心禱」的祈禱方式產生興趣，學會了這種默禱的技巧後，便很認真地實踐在整個生活中。雖然她從來不是個叛逆者，但還是很討厭會束縛她的規定。的確，若讓她自己來，她總能自然遵循著某個原則，這比別人強加給她的外在規範真實多了。在大學的第三年，瑪

莉開始認真考慮她的聖召。她用非常個人化的口吻回憶這整件事：「我相信基督在召喚我為他人做些什麼。我了解他，向他祈禱，而他也回應我。」她笑了，並補上一句：「我還有什麼別的好做呢？」瑪莉考慮到做個醫師又是修女恐怕太複雜了，所以她轉向護理發展，希望有一天能從事護理的教育。她在離家有點距離的地方找到一個女修會，在那裡她可以有新的開始。她很享受初學和最初幾年的時光，她獲得了高等護理教育的學位，三十六歲時已是個有經驗的老師，在她修會的大學任教。一切對瑪莉來說似乎是一帆風順。

但是教會出現了突如其來的巨變。梵二大公會議和新的「自我實現心理學」所帶來的複雜轉變吹掠過她的修會，就如它橫掃著全美國的教會一樣。原本毫無疑問的事突然間變得不一樣了。作她初學導師的修女離開了修會，並很快地結了婚。大家甚至質疑修會是否還要從事護理和醫院行政的工作。新進的成員幾乎都走光了，有種莫名的不安感瀰漫著。樂觀的瑪莉心想一切都會自然解決的。她說服自己越過山頂之後就會有答案，答案卻一直沒有出現。

漸漸地，瑪莉變得沮喪。剛開始也找不到原因。她把一切都跟神師討論，他是她母校的一位智者。有一天，他對她說了一長串話：「瑪莉，妳在生天主的氣。妳覺得對他很失望，為何不面對這個事實？」她回憶起當時回家好好的大哭了一場，甚至發起脾氣來，對天主唸憤怒的聖詠：「主，祢在哪裡？祢為什麼睡著了！」她也提出這樣的問題：

「我該離開修會嗎？又有誰會在乎呢？」但瑪莉有靈修的方法與資源，這是約翰未曾開發的。經過了幾個星期的痛苦，她下了個決定，她要留在修會，繼續她的工作，就算其他人也都走了也一樣。但再也不做個盲目樂觀的人了。瑪莉覺得要以那大而老舊的總會院為家恐怕太令她痛苦。老修女們是她真正可以信賴的夥伴，但她總不能四十歲就搬進醫院住。於是，她找了其他幾個修女，有些來自別的修會，在得到允許之下租了一間不太大的房子。這是幾年來的第一次，她開始再一次去體驗修會生活。她繼續教職，但也參與工作所在的那小城市的其他生活面向。她仍照常拜訪她的朋友們——那些老修女，若時間允許也參與修會所有的活動，雖然有時覺得很辛苦難捱。

瑪莉說她在祈禱中找到了自己的定位與意義。生命並不會照著她所意料的發展，但她意外地發現了某種平安，想要與他人分享。現在留下來照顧老修女的年輕修女那麼少，將來要怎麼辦呢？永遠樂觀的瑪莉將這問題交給天主，並對我們述說她在那些很少數現在加入這修會的年輕女性身上所看到的真正的勇氣。她會這樣告訴你：「她們有勇氣與信德。」依我這樣聽下來，很顯然地瑪莉可能和其他和她一樣的人同樣地也是深具信德的。

瑪莉的生命可以視為如同直線般的成長。就像許多視天主為善的追隨者，她感覺被背叛，但仍持續地給予和成長。她的韌性奠基於幾件事上：從父母那兒繼承了樂觀的態度，一個安穩的童年；她持續不斷地用思想、學習、祈禱與行為培養著她的信仰；她的

獨立性在心理上支持著她走下去，這獨立性常是因有意識地努力不受強烈的依賴需求影響而得來的。當我們探討心理及靈性的成長時，瑪莉將可以作為我們一個有趣的範例——她並非只是個僥倖存留下來的人，而是經歷過支離破碎的時局而有真實成長的人。

傑瑞的故事

第三個，也是最後一個故事，在某種程度上是最有趣也最難闡述的，因為它聽起來太過戲劇化，簡直像是捏造的。在心理層面上，對學藝還不太精的人類行為科系學生而言好像沒有一點道理。但傑瑞代表著相當多數的人，他是個視天主為美的跟隨者，就如我們這一個世代許多人在剛成年的那段時間一樣。

傑瑞生長在富裕的郊區，他的父母同時兼好幾樣工作，他們有一大筆債要還，卻還是盡力地掩飾入不敷出的事實（甚至他們對彼此也是這樣）。雖然他們有兩輛車，並加入了一個湖濱俱樂部（一個次級的鄉村俱樂部），但他們必須不斷軋著票子去保有這一切。

傑瑞的父母有個成功的異族婚姻。他父親是化學工程師，一年會去幾次公理教會（Congregational Church），算是冷淡的教友。傑瑞的母親是義大利裔的美國人，有個令她又愛又排斥的大家庭。她很少提到她的原生家庭，但每當她與家人在一起時，又非常享受那種熱情與幽默的嬉鬧。為了補償她對家的疏遠，她學做佛羅倫斯陶器當嗜好。讓

她引以為傲的是，她的父母比起其他許多移民要有教養得多，而且送他們的每個子女都上天主教學校和大學。

傑瑞有一個姊姊和一個妹妹，她們在還是十來歲的少女時，就熱中於嫁給成功的男人並從此過著幸福快樂的婚姻生活。他承認他覺得他的姊妹及姊夫妹夫有點令人厭煩。她們其中之一現在正在離婚邊緣。在高中時有著優秀的學習能力的傑瑞熱情地擁抱並嘗試每一樣事物，不但是個相當傑出的運動員，他還對藝術、音樂、戲劇及女孩都很有興趣。他那時對宗教並不是很認真，但很喜歡宗教的美。他外公外婆堅定的信仰激起了他的好奇心，因為這份信仰為他們的晚年帶來許多慰藉。

毒品真的把傑瑞嚇壞了，根據他的描述，他有些朋友已經「沉淪在煙管下」。然而，他也曾享受於一邊吸著大麻，一邊幻想著他是柯立芝（Coleridge，譯註：英國浪漫時期詩人，曾吸鴉片尋求靈感，並將經驗寫入詩中）再世。現在他為此感到很窘，但仍然認為大麻使他的心智更加開放，可以容納更多新的知覺。

大學的時候，傑瑞徜徉在自由與美當中。由於離家遠，他決定去試驗各種形式的美與歡愉，特別是性。雖然他一直想結婚並組一個家，但在性關係上卻很複雜隨便，只是他還算小心，不會跟不知道自己在幹麼的女生走得太近。有幾次傑瑞甚至在酒後嘗試同性戀遊戲，但他覺得這不但無法滿足而且危險。

後來就像他所崇拜的但丁（Dante）一樣，他遇到了他的碧翠斯（Beatrice）——他愛上了佩蒂（Patty），一個虔誠的福音派信徒。她堅定的信仰讓他有些不舒服，但他覺得她親切、果決、有信心的特質有著「不可思議的吸引力」。為了追求她，他開始進教會，有時去她的教會，有時去他自己的。她堅持在婚前守貞讓他很困擾，這似乎太迷信、過時又不符合人性。性愛是愛的表現，天主創造了它就是為了讓人享受的。他最後說服了佩蒂他是對的，並有了幾個星期短暫而痛苦的性關係。儘管佩蒂之前並沒有性經驗，但她還是持續著這樣的關係。突然間，「她崩潰了」，陷入很深的憂鬱。她告訴傑瑞她感到非常受傷與憤怒，他當場說要娶她，「我永遠忘不了她看著我的眼神，充滿憤恨與痛苦。」他們的友誼就此結束了。佩蒂最後得到教會內輔導的幫助走出陰影，並與別人結婚了。

傑瑞感到孤獨悲悽，不知所措。即使多年之後再提起這事，仍舊熱淚盈眶。「我從未想過要傷害誰，我只是想要幸福，想要快樂。」傑瑞開始祈禱。在領洗和領聖體的數年之後，他去辦了告解。回首這段往事，他了解到這整件事給了他靈修上很大的覺醒，儘管至今仍對佩蒂感到十分愧疚。傑瑞對他的人生做了全然的改變。有一陣子他參加一個祈禱團體，甚至領受「聖神的洗禮」。後來他不再積極參與聖神同禱會，但覺得那段團體祈禱及受邀來體驗天主的時期，是他一生中更有價值，也最值得珍惜的時光之一。

隔年的聖誕節他從學校回家過節，他告訴家人他參與教會活動，並計劃成為一位神

父或修士時著實嚇了他們一跳。他媽媽說：「我不知道是該笑還是該哭，所以我兩個都做了。」與學校裡同樣在從事神恩復興運動的神父討論過後，他決定到拉丁美洲從事一、兩年在俗傳教的工作。他必須先上六個月的課，因為他對信仰了解得太少。聖經已成為他平日生活的良伴，他也對靈修文學產生了濃厚的興趣。傳教的那段時間使他的信仰成熟、穩固。傑瑞現在明白信仰與服務窮人是他下半輩子的目標。二十九歲時他找到了一直在尋覓的美，在眾人身上找到了。他現在還不確定他的使命是神職，婚姻，還是獨身服務。他的神師建議他耐心等待。就像瑪莉修女一樣，他感到非常平安，他深信天主教帶領著他，並會為他開啟另一扇門。在此同時，他在一個有創造性的社會服務機構工作，並與其他兩位對修會或獻身生活有興趣的年輕人同住。他們一起祈禱，度非正式的修會生活。傑瑞知道不會永遠這樣下去，他願意等待天主的旨意，由祂領路。

傑瑞並不像你所想的那麼特殊，他宗教上的興趣比大多數人濃厚，但對大部分神師而言卻是很常見的。他的旅途距離終點還很遙遠，他還需要處理罪惡感的問題，好消息是他已注意到這點了。他並不害怕現在的熱忱可能有某些成分只是心理層面上的。他會笑著告訴你，他太喜歡與窮人一起工作了，以至於這根本不能算是一種補贖。他真正的補贖是融入所在的堂區，他也很開心地這麼做。只是這個堂還沒準備好面對這樣一顆熾熱的心靈。有鑑於補贖都是克苦型的，他向我發誓，哪天我若聽到他要主持堂區的實果

遊戲，那我就知道他已找到最克苦的補贖了。傑瑞代表著一羣只是需要認真地對待生活的年輕人，他們也是使教會繼續運作的力量。

在我們繼續探討心理與靈性成熟度的過程中，會回顧約翰、瑪莉與傑瑞的故事，並會介紹另外幾個人。他們可以幫助我們把靈性發展的抽象分類具體化，讓我們知道我們認識的人——甚至我們自己——屬於哪個典型。

模子與花園——發展的兩種範式

在過去，許多真正有宗教感的青年，尤其是那些進入神學院或度修道獻身生活的人，都像從同一個模子——一個靜態的、基本上沒什麼創造性的心理評估標準系統——鑄造出來的，直到最近情況才有改變。這個靜態的觀點也確實遍布在整個現世的教育中。一個人常常被期待透過禮儀儀式或公開的獻身承諾來實現成熟的美德；而一旦披上修道人的長袍或發了婚姻誓約，人們就會期望這個人表現出高度的成熟。這樣的原則與觀點並不考慮一個個體的過去與未來的潛在因素。年輕人被要求要恪守一個固定的行為模型，如果他們不這麼做，就會被認定是有不良意圖的。約翰神父的個案史說明了梵二之後修會生活中的許多發展，是對這種觀點，也是對這個「模子」所做的反應。然而要摒除這

個基於外在規範的靜態觀點，就會冒著失序、混亂的風險。若作一些改善，賦予一些活力，並結合啟發性的理解，或許也還可以救起這個靜態觀點中某些好的部分。

艾瑞克·艾瑞克森（Erik Erikson）的著作《童年與社會》（*Childhood and Society*）出版之後，俗世的心理學開始對人類的成長有了更具創造性、啟發性的見解¹。艾瑞克森整合了許多心理動力學的理論，將人的成長分為八個階段，並提出每一個階段中關鍵性的衝突。艾瑞克森借用了佛洛伊德（Freud）的理論，但在對人類潛能發展方面的描述卻遠超過佛洛伊德的原始見解。有時他似乎也在反駁佛洛伊德的悲觀主義和反靈性的偏見。艾瑞克森所說的潛能中有一些應該稱為「靈性的價值」，像是個人的無私奉獻與智慧等。在他的整個工作中，他確立了發展心理學的基本洞見，也就是人類是處在一個不斷轉化的過程中。當我們循著適當的途徑轉化時，就是在成長。當我們停止成長，或停止參與更有創造性和更有益的轉化過程，就是在負向的轉化過程中，或可稱為退化。

關於發展的另一個觀點是榮格用畢生的時間開發出來的，著重於人的更難以捉摸、更內在的部分²。當他用「陰影」（shadow）與「原型概念」（archetypal ideas）等很有效力的概念指出各種走向成熟的內在掙扎的同時，不難了解到容格不變的主題就是轉化／成為（becoming）。事實上，可以說榮格才是開拓者，而不是艾瑞克森；然而前者的理論太複雜，對於發展的這一部分顯得沒有艾瑞克森那樣清晰突出。

從另一個不同的角度來看，戈登·歐波特並不將人格特質看成一個靜態的單元，而是許多特性動態地、複雜地組合在一起，並且也是在一個轉化的過程中³。事實上，「轉化」就是歐波特對人格特質的研究標題之一。

許多重要的作家已對人類發展中的轉化這個概念產生興趣，皮亞傑（Piaget）廣泛地在兒童成長方面測試了這概念，而更近期的研究則將焦點集中在中年，像是列文遜（Levinson）等人⁴。伊芙琳與詹姆士·懷海德（Evelyn and James Whitehead，譯按：光啟之前出版這對夫婦的著作時，採用了中文化的名字：白大誠、尹瑋玲）對這些研究以及它們與宗教成長的關係作了十分有價值的整合⁵。

為了解靈性的發展，全面地理解生物的發展天性是極其重要的。問你自己這樣一個問題：「橡子何時變成橡樹了？」若以亞里斯多德式靜態的觀點來回答，你可能會很審慎地說：橡子（潛在的橡樹）停止了存在，而橡樹則是進入存在。然而你必須考慮一件事，橡子的生命從未停頓片刻，直到橡樹死去為止，那可能已是幾百年後的事了。這段時間內同樣的生命持續存在著，且一直在轉化的過程之中。如果你深思這種嶄新而較不顯著的看待生物的方式，便會開始看到「隨時間變化的存在」（being-in-time）。

現在讓我們把注意力放在人類身上。未出生的小孩從存在的那刻起便在長大中。老年人不斷地在轉化，但內在的小孩卻從未完全地消失。即使到了很大的年紀也是一樣。

事實上，在壓力或創傷所導致的退化（或退縮）的時期裡，那個久遠以前的小孩可能再度出現，並暫時支配這個個體的整個性格與行為⁶。

當生物被以這樣的方式（我們稱之為發展性的觀點）看待時，當下，或說「現在」會發生什麼事呢？乍看之下當下幾乎是過去與未來間的斷層。然而，當我們完全用發展觀點來考量，當下便有了前所未見的新義。當下的片刻變成了整體的過去；同時，在不同的程度上，當下也透過人類意志的創造性運作去決定未來。在當下的片刻，能夠反省的自由人不能成為他的過去所將他塑造成的樣子，還能在他當前情況的潛能限度內成為他所決定的樣子。因此，他也決定了自己將成為怎樣的人。

或許對這個過程的敘述中，最具戲劇性與啟示性的莫過於福音，其中不僅記載了默西亞（Messiah）世間生活中的幾件大事，也描述了他如何組織並教導他的門徒們。在整部福音裡，我們可以找到門徒們從平凡人到靈性成熟的人的發展軌跡。但你可能會抗議，這些人實際上並沒有發展出什麼名堂來，他們在最初的考驗中敗得很慘。但誠如西恩那的聖加大利納（St. Catherine of Siena）對這事的洞見，對於聖伯多祿與宗徒們的發展與成長，這失敗的黑夜是必要的⁷。發展意味著永遠去嘗試稍超越自己能力的事物，這點可以明顯地在幼兒嘗試走路得到驗證。這就是為什麼偉大的藝術家們總是努力使他們的技巧臻於完美；而這也是為何聖方濟在他世間的生命到了尾聲之際對修士們說：「至今

為止我們什麼事也沒做，現在讓我們開始吧！」在這一點上他倒是與其他許多偉大的神秘家頗為相似。

現在我們進入了一個令人費解又抽象的新觀念。你可能会疑惑：「是否在某種形式上，我同時存在於靈修生活的所有階段中，這到底有什麼差別？我現在在哪個階段就在哪個階段了呀。」的確也是。但每個因了解到有個神聖的生命存在其內而開始成長的人，也就是那些經驗到天主聖言在他或她的生命中所產生的豐沛力量的人，都會覺知到自己在這段旅途的哪個特定階段。下一章會對旅途中的三個階段作更完整的闡述，這裡我們只需記得這三路或三階段是煉淨（*purification*，亦譯為煉路）、光明（*illumination*，亦譯為明路）與合一（*union*，亦譯為合路）就可以了。

如果你仍然懷疑這個複雜的考量是否真的有幫助，那麼當你了解到透過這種角度的抽象發展原則來看，你已經體驗到偉大默觀生活的一角，甚至淺嘗了天上的生命時，一定會嚇一大跳。這也許是個新觀念，但卻是千真萬確的。教會的教父們稱初學者的這種強烈的體驗為天主之光的「星火」。即使是靈修上初次覺醒的孩子或成人也小小地分享了默觀的一道光，這個令人驚喜的領悟給了我們幾個結論。首先，所有這類的經驗都應該認真地看待，即使它們大多是基於心理或情感的需求。靈修的歷史不斷地向我們說明，就如同聖方濟與熱那亞的聖加大利納的轉變，最瞬間的經驗也應該被視為神聖行為的展

現，並因它們在歷史上留下深遠的正面影響而受光榮，儘管它們明顯地充滿了心理性的意義。我們會在下一章再回來討論這有趣的主题⁹。

從發展性觀點得到的另一個結論是：即使是一個已有進步的人，仍然相當可能退步或退化的。這就發生在約翰神父身上，儘管是可以重新再進步的。對於這個經驗更適切的說法是，在人格動力（personal dynamics）中，較早期、較不成熟的狀態從未真的過去，當目前的人格機制無法處理當前存在的壓力時就會重新浮上水面。此外，這個人可能已決定了退縮，並趁著某個較容易的機會退出。若如此，罪與道德的缺失將會充斥這個旅途，因為隨著靈修的進展，壓力與挑戰也會跟著增加，永遠有退縮的可能。「我們爬得多高，撒彈也就爬多高。」這句愛爾蘭的老格言直截了當地說明了這現象。瑪莉修女可能也曾退縮，但她很懂得運用她從未想到的內在資源。

發展分析的第三個，也是最重要的結論是：我們必須持續為了下一個層次而努力。簡言之，我們必須奮力地踏出正確的下一步。才不過十年或二十年前，奮力臻於完美這個觀念常被錯誤地使用，因為當時完美只被認為是個靜態的固定真理——到達「那流奶流蜜的福地」。凱薩琳·何姆（Katherine Hulme）¹⁰的《修女傳》（*The Nun's Story*）以戲劇性的方式呈現了這個觀念會導致什麼不堪的景象。那些優秀的、靈修高深的人中，有一些會受到虛假的完美理想所箝制，像何姆的修女院長一樣。如果我們再看希臘教父

(Greek Fathers) 借用體育運動來說明為完美所作的努力的類似例子，就一定會發現：每天做一點發展性的、動態的成長，要好過迅速達到某個程度，然後，不計任何代價地用人為的嚴苛戒律來保持它。

人類發展的各階段

如前所述，近幾十年來在人類發展的階段上有相當多卓越的研究。榮格和艾瑞克森已對從幼兒到老年的整個一生作過深入探討，為幾個年齡層及幾個人格發展的特質作出特定的研究成果。列文遜的《人生的季節》(Seasons of a Man's Life) 已在談轉化的觀點時提過其中內容。紐格頓 (Neugarten) ¹¹、韋倫特 (Vaillant) ¹² 及其他學者則對中產階級在中年時期的不同狀態作探討。其中奧斯卡·列維斯 (Oscar Lewis) ¹³ 及富蘭克林·弗雷瑟 (Franklin Frazer) ¹⁴ 更專門研究受到貧困和不正義壓迫者的生活。富勒 (Fowler) ¹⁵ 與他的夥伴們對宗教人士的發展作了大量的相關查考。誠如已經提過的，關於將這些主要理論應用於靈修上相當活躍的基督徒之發展上所做的摘要，沒有比伊芙琳與詹姆士·懷海德整理得更好、更完整的了 ¹⁶。

以本書的範圍恐怕沒辦法探討所有這些理論或甚至其中任何一個，但就如在第二章

所做的一樣，我們將試著把這些理論中的某些主要洞見放進我們對靈性發展的討論中。必須注意的是，這些理論系統全都沒打算要分析靈性發展，不像神秘主義者與偉大的靈修作家們長久以來都投入其中鑽研；即便是懷海德夫婦研究基督徒生活的類型時，真正的著眼點，仍然在於教會團體內的人類發展。他們小心翼翼地避開聖奧斯定或聖十字若望所談的靈修心理學。他們將基督徒當成一個具有社會性的宗教人，來研究其人類發展，這不僅是合理的，同時也可以在我們談到靈修發展時，為這討論注入更多的光照。

了解你自己的發展：身為人，我究竟是誰？

請用下列發展理論的摘要來判定你自己生活中重要的事件或傾向。沒有人擁有完美的發展過程，因為我們都生於一個墮落的、受創的世界；一路上都會看到缺點和毛病。當這個檢視展開時，要記住下列的問題：

在我成長的環境中——我的家庭、學校、工作、鄉里、教會——有哪些優點與缺點？

為了善用優點，補足缺點，我發展出哪些習慣或特性？

我通常靠著哪些內在的資源來面對、補足缺陷？

我會以怎樣的方式、退縮、躲藏、偽裝，為了逃避我所害怕的事實？

這些經驗對我今日的生活有什麼影響？

這也有助於辨明人生中的轉捩點或危機。有許多需要下決定的特別時刻，常常被許多討人厭的事物和沮喪的情緒干擾。一個宗教性的轉變就會發生在這樣的時刻，或者在一個不利的決定出現在生命中時。而決定不去作決定，恐怕是一生中最糟的決定了。由於用發展的觀點來評鑑自己的靈修生活十分重要，接下來對發展心理理論的摘要應該會對讀者有幫助。當你閱讀這摘要時，試著檢視一下你自己發展中的成功與失敗，良機與匱乏。這份理解會深深地幫助你認清那些過去尚未完成，卻必須要做的事。

生命的前期（零至六歲）

沒有人能控制生命最早的幾年，儘管它們是最重要的。在這個時期人格大致的輪廓就已經成型，雖然後來還是可以自由地在這個基礎上發展，但遺傳的天賦及早年的環境會影響這後來的一大半輪廓。儘管生命前期很重要，但我們應該避免陷入決定論，也就

是相信過了兒童期之後就不可能有真正的心理變化。一個相似的說法也許可以幫助我們免於這誤謬。早期的生命提供了一個基礎，對某些人而言大而廣；對另一些人則小而狹。一個擁有蒙祝福的環境所給予的堅實基礎的人，未必就會有健康的人生；另一方面來說，一個早年乖舛的人可能克服障礙，導向美好的人生。一個擁有廣大基礎和優秀潛力的人可能蓋出一棟大宅第，也可能蓋一間陋室；而一個擁有較適度潛力的人，卻可能建造出一幢迷人的村舍。

根據艾瑞克森的說法，幼兒時期相當重要的基石是學會信任、建立自主性，並發展出面對困難的主動性。孩童若沒能發展好這些關鍵性的價值，他或她就會受苦於懷疑他人、羞愧和缺乏自信等極有害的思維，以及病態的罪惡感。未能發展出這些領域並不一定是怠忽的家庭環境的結果，它可能是因為父母要孩子依他們的期望發展，或者也可能源自不幸或疾病留下的精神創傷。事實上，發展失敗可能來自許多當時無法了解的環境因素。怪得很，同一個家庭裡可能一個孩子為了一個嚴重的發展挫折受苦，而另一個卻不會。一般而言，發展失敗稱為「固著」(fixation) (白話點說就是「停滯不前」)，會導致有些部分的心理生活停留在孩提的層面上。

發展信任能力上的嚴重匱乏會致使後來的人生有精神病的傾向，也就是進入一種永久性的精神狀態——極度扭曲現實，並逼迫著這個人退回自己的世界，或陷入混亂、不

穩定的情緒。早期的發展失敗也可能衍生出犯罪型人格，一個人對他或她自己的行為缺乏主動的道德感。這類情況有一些不同的名稱，但最常用的是「反社會」或「精神錯亂」型人格。

在這兩類嚴重人格發展不全下的人可能都非常虔誠於宗教，然而他們的宗教發展是非常特殊的，與偉大的靈修作家所提供的要點幾乎沒什麼關聯。雖然如此，以我的觀點，有些被正式封聖的聖人，像聖本篤·若瑟·拉布爾（Benedict Joseph Labré），也呈現相當的精神病傾向。犯罪型人格者也有他們的主保聖人，即聖傳中稱之為「右盜」的奇特人物。任何熟悉他這類型人格特質的人很容易從他在加爾瓦略山上與耶穌那段具操控性的對話看出他的人格類型。

在下一個階段我們會認識到，跟病態的羞愧感與缺乏自信有關的人格獨立性發展不全，是許多人特質中的一部分。他們一生都掙扎於惱人的無用感與恐懼之中，他們通常是負責任的、懂得關懷的人，能幹，甚至有才華。但生命對他們而言是個漆黑的森林，而他們始終是孤獨的。這些人的靈性成長經常充滿痛苦的掙扎，但當他們在靈修上有所成長時，往往可以克服一些過度的恐懼。歌劇〈斷頭臺上的修女〉（*Dialogues of the Carmelites*）中，那個膽怯的修女克服恐懼而返回遭到判決的修會，就是一個天恩如何幫助這樣的人的例子。

成長一直停滯在第三期（三至六歲）的人不會發展出真正解決困難的能力，或者更常發生的是，唯有在矛盾衝突下才能完成。他們總是有罪惡感。而人格障礙的表現相當多樣，從典型的神經過敏性的矛盾到自我毀滅都有。他們通常會在性的定位上遇到困難，可能過度在意性，害怕它，或者發展出抑制的形式，呈現偏差。

許多靈修上有進步的人來自這個族羣。在靈修文學的領域裡充滿了克服顧忌與恐懼、趕走慾望與沮喪的人。在近代與這一連串現代問題有關的人物中，我們可以找到的有一生都在與罪疚抗爭的聖約翰·紐曼（St. John Neumann），以及在幼年期遭遇的困難，致使他們後來渴求把全世界的罪都攬在自己身上的賽門·威爾（Simone Weil）與查爾斯·德·富高（Charles de Foucauld）。我們之前檢視過其個案史的幾個人中沒有一個屬於這些族羣，因為他們都太健康了。我們必須記著，有一些偉大的靈魂在這個層次上至少顯現出某些固著的跡象。

幼兒期與青春前期

緊接著幼兒期的前期，艾瑞克森相信健康的幼兒會發展出創造力和個性，這在成年時會成長為對下一代的寬容與無私的關懷。雖然年幼的孩童離完全利他的生活還早得很，

但他們仍然有能力展現出懂得尊重他人權利與需要的一種勤勉而有秩序的自我表達。然而，也許是在幼兒期的第一年發生了嚴重的錯誤，許多孩子有強烈的自卑感。競爭——缺乏對每个孩子不同的天賦與需求的關注——與過度地合乎規範往往導致孩子的自卑感增加。不難看出前面提到的約翰具有一些足以片面將他歸為這個族羣強烈的特質。這些負面的特質並未馬上顯露出來，直到他在面對職務的壓力並開始產生退縮時才展現。許多孩子的自卑感在體育或學術研究上超乎預期的成就中獲得補償，讓他們在發展上變得頗有一點不均衡。而其他的孩子則變得憤恨、消極或甚至有施虐的心態。另有一些孩子接受了自卑感，並尋找著很快在步入成年期時就會褪色的歡愉。遺憾的是，現代的西方社會充滿了發展到青春期的後便被享樂主義的反文化腐化的人。他們並沒能成功地面對成年生活的挑戰。

另一方面來說，那些達到真正勤勉境界的人有很多成了教會的聖人，普世皆知的偉大男女。產量豐富的勞工、創作力驚人的作家，以及機構的創立者，他們存在於各種形式的人類奮鬥中，在宗教界有許多代表性的人物。不談超凡入聖，而以一個平常的基督徒身分去行好的、有影響力的事也是相當普遍。在各領域中沒有很高的靈修程度但很有影響力的基督徒便屬此類。（懷海德夫婦對這樣的人有很好的描述。）瑪莉修女或許是此類型很好的代表，她並不視自己已達到某種了不得的程度，且拒絕任何自命不凡的英

雄式的行徑。雖然逆著潮流而行，但她並不傾向於表明她的立場與態度；然而她卻已在她沉默的忠誠裡建立了英雄主義。

青春期末期與成熟期之初

在複雜的多元文化中，了解青春期末期對全面地領會靈性發展而言具有主要的價值。因為青少年是幼兒過渡到成人的階段。在農業社會裡，青春期末期可能只有短短幾個月，然後就依著明確的習俗與已成慣例的人生慶典迅速地變成一個大人。在如我們這樣繁榮高度發展的社會裡，青春期末期延伸到二十歲左右勉強算是個結束。青春期末期真正的終點，是在一個人能夠成為社會中獨立、自給自足、自我管理的一份子時才算。

青春期末期可能會衍伸出許多問題（特別是延長了的青春期末期）：沒有目標、厭煩、縱情於慾樂，以及無可避免會產生的自我厭惡或內疚、自我毀滅的傾向，和其他一些心理上的問題。對那些童年有創傷的人尤其如此。對前面提過的那些已經有嚴重的固著問題的人而言，青春期末期的危機會尖銳地（常常也是不幸地）聚焦在童年時期隱藏起來的缺陷上。即使對那些進入青春期末期時已有勤勉與自我表現的意識的人而言，那仍是一個難熬的時期。大多數的成年人都不願意再次經歷青春期末期。

艾瑞克森認為青春期中最主要的衝突是一個人處在本身的個性與扮演的角色之間的混淆。這衝突與許多不同的事有關，像是生涯或職業的選擇、辨明性別角色與建立性別認同，以及接受或拒絕家人的宗教等信仰問題。它也牽涉到各種密切個人關係的嘗試，包括同儕關係、未來配偶的選擇，以及主僱關係等。不幸的是，青少年們通常會將關係變得頗具操縱性，他們學到較多的是將別人像物品般利用，而不是尊重別人是個獨立的個體。

青春期的開端與結尾對有興趣於宗教發展的人而言特別重要，這兩個時期可能都對宗教存有強烈的正面或負面情感。不論是青少年時期的前幾年或後幾年，都可能出現深遠的宗教上轉變，開啟一連串超越一個人原本能力的思維，並需要幾年的時間去重新適應。任何與十八、九歲或二十出頭有志於宗教者相處過的人都會知道他們非常反覆無常，一會兒熱心積極，一會兒又不負責任，甚至有反宗教的行為。這通常讓成年人覺得偽善，但他們忘了這樣的反覆無常其實是行為與理想之間衝突的反射。若依靜態的獻身宗教的觀點，這樣的善變是被壓抑的，這會導致偶發性的退化或憤世嫉俗。當一個人過早受召募參與教會使命特別是如此，約翰神父的例子裡可以明顯看出。更有智慧也更人性化的發展方式需要多一點耐心與個人特質。如前所述，這樣的發展方式也必須有堅實的道德與文化的規範引領，如此這個個體才不會在他或她成長時失去方向。

待會兒我們會看到，青春期中可能會伴隨著真正的靈修覺醒，使得一個非常年輕的人

不偏不倚地走在煉淨之路上。在聖人的行列中有一些人就在近二十歲時進入這樣的階段。可惜的是，傳記是種有限的工具，而聖人傳記更是有限，關於那些靈修覺醒的青少年經歷過怎樣的奮鬥與掙扎我們缺乏豐富的資料。從小德蘭身上，可提供我們一些真實的洞察，但她的進境是很不尋常的——這麼說一點也不誇張。舉例來說好了，對於致力於成為一個好的基督徒的青少年在性方面的衝突的心理學討論就少得可憐，在這個領域我們還有好些事兒要做呢！¹⁷

傑瑞就是這類認真青少年的典型，他迷失了方向，後來又體驗了明顯的皈依。接受召回最好的時機就是在懷疑與困惑的時候，就像經常在皈依中會發生的一樣。純粹的心理學無法說明在這樣的皈依中天恩的運作，也就是體驗到上主在召回中的寬恕與治癒。這寬恕與治癒是那麼有力，又那麼完全，我懷疑任何想認真探討皈依的人是否真的能撇開這個可能性。傑瑞——一個善於表達又有高度客觀自覺的年輕人——是在青春期末聲成功經歷了靈性與心理皈依的傑出例證。

青春期的第一點一點地度過，它的終點意味著一段新生活要開始了，一段擁有穩定、互相扶持的關係的生活。根據艾瑞克森的說法，建立這種關係的過程若成功則是「親密」(intimacy)；若失敗就落入「孤立」(isolation)。很重要必須了解的一點是，只有少數人是變得全然孤立，這稱作「精神病態適應症」(psychotic adjustments)。許多種不夠好

的及根本令人不滿意的關係（即使在婚姻中）可能或多或少存在著孤立。下面的一段話，懷海德夫婦對宗教人生活中良好的親密關係有很適切的描述：

親密常常是性表達或浪漫分享的同義詞，我們則將它用在更廣義的心理狀態，用來說明能使一個人與他人深度分享的那些能力。這些能力會在許多關係中起作用——友誼、工作上的合作、團體生活等。不論何時，有人與人間的接觸與關聯，親密就會存在其中。親密的能力若發展得好，會使我能以相當多樣的、適合我自己個性與情況的方式與不同的人相處。因著這些親密的資源，我會想要靠近他人、分享我的天賦與志向，將我的生命與希望跟某個人或少數的他人相結合¹⁸。

從以上的描述，我們可以清楚看到教會內的關係與教友間積極的互動有助於我們建立廣泛而多樣的關係，就算沒有到利他的程度，至少也是一般水準。在許多國家，一個人離開學校之後真正的集會場所不是教會就是酒吧、俱樂部形式的活動，後者多半是自私自利的。除非有機會帶著令人鼓舞的理想參與服務性的活動當義工，否則大多數人都沉溺在與世隔絕的自我追尋中。我們都看過一些夫婦（通常是疏離的）完全被家庭占滿了，最後家變成了既是城堡，也是監獄。

另一方面來說，宗教的作用可能也威脅到一個人使關係親密化的能力。對靈修不正當的投入可能使人表現得脫離生活，把靈修主要都建築在玄想與昇華的事物上。

揚克拉維奇已證實了過去五十年來，追求富足的倫理觀已影響了美國人。這影響是那麼地強烈，使得許多美國人追求（或至少傾向於追求）他們自己的成就，而不顧他人的需要。這使得為他人獻身的意識降到了谷底¹⁹。這樣的倫理觀也明顯地在近來的靈修活動中存在，許多優秀的基督徒轉而專注於他們自己，並且不幸地成了「他們自己的小我跟天主的關係」。這個天主可能只是他們自己製造的小神。走出去！去歸屬於整個的基督！因著憐憫和愛。對那些致力於靈修的人，這是個命令，儘管他們會感到驚訝或受傷。聖奧斯定堅持靈修應該與基督的所有肢體有關聯，對於他自己所處的頗為自私的年代而言，這是個相當恰當的教誨²⁰。

當我們對靈修有真正的覺醒，就會經常保持警覺，以免落入互相利用的、不適當的關係。在這方面，已有相當靈修程度的成年人可以帶領新進的人。年輕人需要被引進共享的、相互扶持的、慈善的活動。如果關係走到了情感昇華的過程，即使一個人了解到他或她對別人的「愛」有大部分是基於心理上的需求，不論是有經驗的成人或尚在努力中的年輕成人都沒有必要退卻。做善事和具有完全不同價值觀（或沒有任何價值觀）的人分享全部的不幸與困境等，都是治療親密不足及情感脆弱這些阻礙靈修成長之病的解

藥。聖文生·德保（St. Vincent de Paul）說：「愛窮苦的人，你的生活就會充滿陽光。」
可以想見這位聖人已經了解了幫助別人對他自己發展的價值。

另一個不易被察覺的孤獨形式在這裡也需要提一下。常常會有一些情況是因著宗教相關的偉大目標或工作而逃避親密。年長的成人不論偏好其中哪一種目標，都可能看不見正在發生的事實，那就是把大量的能量耗在這個目標上可能對真實的關係是一種逃避。這目標可以是宗教的、社會的、政治的，或以上皆是；可能是寬容的、保守的，或激進的、支持或反對社會體制的。不論這目標是什麼，參與它總比躲在家裡或迪斯可舞廳自娛來得好。但聰明的人應該記住，不論投身的目標有多麼正當，某些熱忱可能是在逃避真正的關係或成長。

性的成熟

性的親密在大部分成人的生活中扮演相當重要的角色。一段時間之前我決定對我完全不了解的事最好閉嘴，於是我唯一能做的就是推薦與這主題相關，且宗教觀開明、有見地的書來閱讀，特別是幸福的已婚人士所寫的書。在我看來，似乎這一方面的忠告常常來自那些在建立長久的婚姻關係上並不很成功的人。獨身者經常因著自己的天真，誤

以為性的親密就是真正的關係。性的交流通常都發生在缺乏真正親密關係的狀況下。這表示著逃避親密，並且會導致把他人視為「性對象」。

由情慾出發的人際關係所產生的浪漫思維常讓人對婚姻有不切實際的態度。如果你認識看一九四〇及一九五〇年代電影長大的人就會知道，愛情故事是令人愉悅又迷人的。但也會讓有意接觸宗教的人產生靈修上的逃避現實，因為宗教啦，靈修啦，常被標上受苦與失望的標籤。讀者們對於浪漫愛情故事恐怕要深思呀！

如我們所了解的，對浪漫的迷戀基本上是成年生活早期的一個現象。停留在對性發展的這個階段有不正常依戀的人，後來的生活不是很浪漫就是很失望。這說明了一些事，比方說發願獨身的人，如神職人員等，常常不是開心地覺得婚姻生活很浪漫，就是悲哀地對他人的婚姻感到失望。今日的世界沉浸在性的剝削與浮濫現象中，當然就需要服一劑浪漫囉！這或許可以解釋一個奇怪的現象，那就是已經幫助成千成百的夫婦重新找回他們婚姻中浪漫情懷的「夫婦懇談運動」，是由西方世界一個唯一眾所皆知的男性獨身團體所創立的，也就是天主教神職人員。

一個有普通職業的守獨身者是否能過著平衡而情緒穩定的生活，這問題近年來在宗教心理界吵得火熱。有些企圖合理化某種獨身生活方式的人已經變了調，使得最後的產物可能是獨身（也就是未婚），但非守貞。這不大可能是福音的精神。我倒也想在這已

持續太久的獨身論戰中再加一點，我認為一個人在生命的早期就獻身為守貞的獨身者，可能讓性的發展維持在成年期早期的程度。這意味著沒有將自己藏在各種不同的孤立中的情緒穩定、平衡的獨身者，可能為牧靈工作帶來一份特別的柔軟，以及對婚姻中持續浪漫情懷的可能性的一種信念，若說這有點天真，卻也是人們相當需要的。天主教的畢業生常會找到某個特別的修女、修士或神父，在其他的神職人員或修道者不諒解時仍能給予一份特別的了解。

對人類性關係態度不成熟的並不只限於教友或獨身者，那些性經驗廣而豐富的人也時常表現出這類的不成熟，而且程度嚴重得驚人。過分地親密而不拘禮節並不總是會結出了解與成熟的果實，因為大體上人類的成熟（特別是性觀念的成熟）扎根在人格的許多機能與動力上，而不是一些生物學上的感受。我曾與《愛的藝術》（*The Art of Loving*）的作者，著名的心理學家佛洛姆（Erich Fromm）有個愉快的喝咖啡交談的機會。熟悉佛洛姆的人都知道他是個溫和又帶些理想性格的人。將近談話的尾聲時，我鼓起勇氣問了他一個尖銳的問題。我解釋道，在讀完《愛的藝術》之後我有個結論，似乎只有聖女大德蘭（St. Teresa of Avila）與聖十字若望兩個人有能力達到你書中所定義的那種自我奉獻又利他的理想關係。這位老紳士的眼光一閃，承認說：「哦！是的，的確是如此。而他們並不真的有這樣的興趣。」

受阻礙的性發展——一種局部的親密不足

沒有一個對成年期前期中肯的討論會不提到受阻礙的性發展這個問題。這議題十分不同於前面提到的，可能發生在為宗教因素而選擇獨身者身上的成年期前期發展穩定化問題。許多已婚或單身的人有局部的性固著徵兆，這使他們的發展程度遠低於成年期前期。他們表現出對性過度關注的症狀，或相反地呈現另一類症狀，像是清教徒般對性的拒絕（有時稱為極端的莊重），或性認同混淆（也誤稱為「雙性戀」或「同性戀」）。性方面受阻礙的人深深地被執著的思緒與想像或全然違背道德信仰的強迫性行為所苦。他們可能將自己貼上某個標籤，藉以把自己歸在這一類或那一類。這標籤是某個與本質有關的詞，以表示一個人在本質上屬於這個或那個特性。通常它是在宣告這是上主的傑作。「同性戀」(homosexual)或「雙性戀」(bisexual)常被用作這類的詞。很不幸地，有些倫理學家為了使自己顯得通情達理，找了一些理由同意那些將病態或心理上不正常運作的現象合理化的說詞，然而那其實是受阻礙的性發展。許多有這類問題的人強烈地認為他們不應該被用「病」這樣的字眼來形容。然而所有的人類都有某些病，「性病態」的確是個挺嚇人的詞兒，但它使用在人的性發展中任何運作不良的狀態。一個人說話結巴，或一支接一支不停地抽煙，或過度擔心他或她的健康，或吃得太多，都算是一種病

態。希望這些人——包括有性病態的人——能努力改善這些心理失調的問題。

受阻礙的性發展有很多表現方式，特別是那些被稱為「偏差」的行為，像是性關係複雜、同性戀、施虐受虐狂，及對性快感成癮等。偏差行為與任性的慾望長期以來被視為違背基督徒道德律法的，它們通常也被認為違反社會的傳統與習俗。因此，社會傾向於忽略它們的存在，或者至少視這些有強迫症狀者為缺德的，或邪惡的。正如對於精神疾病及酒精中毒這些領域，有更多開明的看法陸續地變得普及，這些性方面的問題可望被正確地認知——它們是受阻礙的性發展所導致的病態傾向，或者有時是因著不良的示範，伴隨著自毀意識與負面的自我形象而衍生。要在實際中呈現這些問題的道德面向，最好的方法就是協助一個人去看到在遵守道德律法（以聖經與聖傳和教會最高的牧靈權威最近一直重申的事項為基礎）中，可以自我調適而過更好的生活。我們也必須幫助人相信，福音中要我們改變的命令是可能為我們帶來靈修成長的。多年的心理學與牧靈的經驗讓我確信，如果一個人有意要細細探討人完整生命與天命，而不是被這個或那個痛苦的環境占滿心頭，這應該是唯一務實的觀點了。

親密與靈修

因此，親密是成年期前期一個很大的任務。不論一個人的生活方式是什麼，如果想

要在靈性上成長，就必須與他人一同成長。我們惟有在與他人的關係中才能學會成爲一個個體，並以此持續運作，這是哈利·史塔克·蘇利文（Harry Stack Sullivan）的洞見，也是靈修生活很重要的觀念²¹。最近一次造訪一個遵行聖博諾（St. Bruno）隱修傳統的隱修院時，我驚訝地發現在那裡有真實的、深刻的關係的可能性。修士們過著世人視爲獨居的生活，卻又彼此有相當適切地關係。這樣的隱居生活的確會有某些危險；親密可能會不見，人們甚至可能利用進入這樣的生活來逃避親密。然而，有智慧的領導者不會讓這樣的事發生，以免阻撓了福音中的靈修基礎。

經過幾個小時用蹩腳的法文與一位之前不認識的隱修士深談之後，在我們之間起了一種特殊的親密聯結。這使得後來那個下午，在火車上與一位親切、和善、足足講了兩個小時的話卻言之無物的女士比鄰而坐，顯得令人不悅。她表現出一種無害卻膚淺的生活，使得她未察覺在她之內的真實深度。她不懂什麼是內在的生命，因為她從不了解獨處是親密的另一面。

就在不久以前，修會生活的慣例是阻止親密的，不論是相互的分享或使自己呈現無防禦的狀態，都是不被鼓勵的。而這卻是親密的兩個基本要素。這使得親密出現危機，並讓整個天主教世界裡的人都承受很大的痛苦。那些被教導要完全壓抑自己以控制性慾的人，忽略了除了性之外的（也就是大部分的）各種可能的親密。有些生活相當受限的

神職人員或修道人，突然看到親密關係以性的方式呈現（正常來說只有在婚姻裡才存在），就認為這是真正的關係的唯一形式。這正好是約翰神父所面對的問題，他只有與其他神父之間有限的關係，對其他的關係顯得幼稚。

某種道德的相對主義促成了這種陷入性親密的逃逸，這使得甚至那些教會外，但十分敬重天主教信仰與理念的人都覺得吃驚。神職人員特權的一種退化形式——把某些特定的維護法律者放在法律之上——這個問題，自從它在十九世紀反教權主義的雄雄烈火中被狠狠地燒掉後，第一次浮上檯面。但能夠了解這不光彩的特權背後所隱含的合理化心態的人就會知道，這大多都肇因於未能訓練年輕神職人員及修生運用發展健康而無關係性的關係。這些關係是更細緻的，有時也要求更多；然而它們卻是相當可被接受的，因為跟性的吸引力與表達幾乎無關。

約翰神父從沒想過他有個能超越法律的特權，而且如果有人告訴他，他有特權的話，他一定會覺得受傷。但在發現自己被漸漸超過他所能控制的力量吸引後，他必須要去合理化它。莉絲也一樣，她比外表上呈現出來的更在意這一切。再過個幾十年，這樣的合理化便不會被允許，並且約翰也可能會有能力抗拒壓力。許多確實抗拒了壓力的神職人員與修生擁有更高的內在獨立性及更積極的靈修生活。

傑瑞因為缺乏宗教的信仰，且宗教的經驗也有限，所以陷入以時代為藉口的合理化

中。他的女朋友佩蒂有堅定的看法，使得她能夠帶著許多個人的痛苦去克服矛盾與衝突。向來有良好關係的瑪莉修女並沒有在一開始就被擊倒，儘管對生活狀態感到失望，她還是可以不算合理化就能維持她的價值觀。

親密並不是施捨，它不是對天主或對人類同胞的愛，但它是讓一個人準備好去接受聖愛的一種方式。自新約時代以降的每一位重要的靈修作家都在不斷地重複著聖經中的這個問題：我們若不愛看得見的近人，又如何能愛看不見的天主？靈修與祈禱——不論它們需要多大程度的獨處與靜默——只有在一個人是開放的、好施的、無防備的狀態下才能朝向聖愛成長與發展。這樣的特質通常會帶來痛苦。基督對門徒最後一次的講話中，明白表達了以成聖來看，他認為寧可愛過而失去，也勝於根本不去愛。

中年

根據艾瑞克森的研究，對於中年人來說只有兩種選擇，不是生產創造，就是停滯。他聰明地暗示了即便是那些過去有發展上困難的人，也有機會用某些方法調整、補足，而變得有生產力。他也清楚地斷言，與生養下一代以承續生命這種典型的生產形式比起來，宗教性的獨身生活一樣有創造性²²。

我們已經提過，像列文遜等近期的研究已集中注意在中年生活。與其複習這些研究（對中年有興趣的人我們強烈建議去看看），我們比較想試著綜合《人生的季節》一書中的洞見，對靈性的發展會有適切的了解。

作選擇的時刻

列文遜的研究指出，中年早期的任務是作出與後半輩子有關的選擇。這些選擇最初是在二十五、六歲時暫時性地產生，在收集了新的資訊並發展出更成熟的判斷力之後，將在三十出頭時重新確立或可能改變這些選擇。列文遜發現他研究的那些人在青春期末期及成年前期已發展出對人生的一套夢想或理想化的概念。不真實的期望必須在他們三十到四十歲之間的這段過渡期獲得處理，否則一個人將會過著充滿幻想與失望的渾噩生活，這會帶來許多負面的人格特質，包括不事生產的習慣，停滯並背離生活，或者更乖僻的行為，像是成癮或性的偏差等。雖然艾瑞克森與列文遜是用不同的方法切入同一個主題，但兩人都證實一個人有需要為了達到健康的調適而作選擇。

選擇對靈性成長而言具有極大的重要性。只有當宗教變得狂熱或昇華到一種危險的程度而具有相當的強制性時，一個人才會沒有選擇可作。撇開狂熱性的宗教不談，外在的宗教行為與內在的靈修努力都與深思熟慮和選擇息息相關。企圖從需求與慾望等純粹

心理動力學的短視觀點去了解真正的宗教與靈修是無濟於事的。這類觀點忽略了走過人類歷史的聖人、神秘家與宗教領袖所組成的偉大軍旅。他們是能作選擇的男人與女人。他們選擇了相信他們看不見的，並去追求與未處理的童年需求無關的理想，還常常因此犧牲了自己的生命。

在心理學與宗教領域的現代作家中，沒有人比維克特·弗蘭克（Viktor Frankl）把選擇的重要性闡釋得更有力的。他早期的著作——《活出意義來》（*Man's Search for Meaning*）²³

——是描寫一個經歷過集中營裡凌虐、監禁與長期處在恣意謀殺的威脅中的人的熱望。這樣的人生經驗著實成為他的夢魘。他必須選擇一種態度來面對納粹所做的不正義的一切。教友們很少面對如此戲劇性的挑戰，然而，褪色的青春時期夢想或許對一個人的每個選擇的可能都造成挑戰。福音中基督逐漸為追隨者們揭露天國真正的模樣時，對他們是何其戲劇化的選擇上的挑戰啊！這些追隨者對實踐這挑戰的無能就像天國一樣大得令人害怕。他們必須繼續向前，選擇他，即使知道他們將會失敗，而他也將死去。「跟隨我」被「你們將會棄我而去」取代；「撒彈已像篩麥子一樣篩你們」跟著的是「我已為你祈求，你要堅定你兄弟的信仰」。基督徒的選擇真的是超過自己個人的能力。

當生命的抉擇沒受到正視或審慎地決定，一個冷淡教友的熟悉身影就會在中年開始出現。信仰雖然還沒被毀壞，但在表現上卻很敷衍。靈修的成长慢了下來，或根本就沒

有了。不管是多好的人，耶穌說「我來是把火投在地上」的挑戰似乎與其生活沒什麼關係。

安頓下來的時刻

列文遜稱生命的下一個時期為「安頓」。我認為他可能可以用個更好的詞兒，比較不會有死氣沉沉的意味的，但他對生命中這個階段的敘述則更有鼓舞作用。對成熟的人而言，這個時期應該具有下列的特質：穩定、真誠、高尚的目標、展現抱負的機會，以及更願意冒險。

在進一步看這個時期之前，我們應該先看看能夠說明這個時期的動力學的兩個例子。我們將停下來認識一下卡爾神父及海倫，試圖在動盪混亂的時節中安頓下來會遇到困難，也會得到成功的喜悅。他們的生活就是例證。

卡爾神父的故事

卡爾神父生長在美國中西部平原的一個個性剛烈、井然有序的德裔美國家庭。他的父母是農人，要養活一大家子人，他們堅信在求生存奮鬥中沒有餘力和時間去質疑或探討什麼。早年他進入一個積極活躍的修會所辦的神學院，並幾乎一帆風順地接受任命成為神父。他在一所在俗的大學得到音樂碩士學位，而且很享受有機會一窺教會外的世

界。卡爾很高興回到他想要的大學，並樂在教書。事實上他享受著生活中的每一件事。他很快地成為年輕的院長，並被認為是個親切、有能力而從不問問題的人。因為興趣，他採用一九五〇年代的禮儀方式；他最接近要生氣的一次是幾位神父在未獲得正式批准之前就將祭壇轉向。

一九六〇年代後期他接任一個在神學院中相當大的會院團體的院長，事情開始起變化了。大家叫他獨裁者，當他經過時所有對話都會自動停止。他看著事情朝他所不願見的方向發展，於是做了以前從未做過的事：他與會院團體衝撞對立，並終於被解職。卡爾，這個在生活中從未嘗過敗績的人，這次敗得很慘。

他決定要反擊，拒絕任何他可以作的改變。後來他被派到一個小堂區作本堂，感謝天主，那裡的人很喜歡他。他也漸漸喜歡上他們，但若說到要接近同儕還是令他極度不悅。卡爾很喜歡堂區工作，因為他可以有多一點時間祈禱與閱讀。有一天，幾個年輕人請求組一個祈禱團，一開始他很不高興：「胡鬧！彌撒有什麼問題嗎？難道有那還不夠？」最後他同意了。某個晚上他們邀請他一起參加團體，並表示也會有些年長的人在場參與。他把這視為是個挑戰。

卡爾跟年輕人在一起覺得很開心，儘管不太喜歡他們的音樂。這有點像在神學院的時光，總是被年輕人圍繞著。某個晚上，他們說要為他祈禱，這並不會有什麼傷害。但

私底下卡爾害怕拒絕這邀請，因為他喜歡這團體，也需要被這團體喜歡。他跪下，而他們用了很長的時間為他祈禱。突然間他覺得他的手開始飄在空中。他失去控制了，他開始唱歌，並說著某種沒有文字的話。他們稱之為異語神恩（the gift of speaking in tongues，或譯為舌音祈禱）。團體中所有的人都感到非常高興。卡爾變成一個有神恩的人，那感覺好不真實。

那晚他存活下來了。隔天早上他覺得很窘，他很仔細地考慮了一下：也許他不該再去了……「總部」的人會怎麼想？「卡爾失了魂了。」但卡爾神父還是又去了；他改變了。他並沒有變成全世界最有神恩的人，但在所有刺激與興奮感沉澱之後，他發現自己適應得很好。他加入了一個由神父組成的神恩復興運動團體，真的很棒，他感覺又活起來了。他將這話視為座右銘：「我這個兒子是死而復生，失而復得了」（路十五24）。卡爾現在已經六十歲了，他希望繼續留在這個堂區，並得到一個將來會成為下一任本堂的得力助手。他看事情變得柔軟，而且深深地被教宗若望保祿二世的著作所鼓舞，「他所說的深得我心。」卡爾這麼說。有時候卡爾了解到他已經變了。他的同儕大部分不相信他已變了，仍然把他當作以前那個老獨裁者一樣對待。「又如何呢？」他真正的團體是他的堂區、他的祈禱團體以及因著這團體所認識的朋友們。他暗暗地對自己笑說：「我真是死而復生，失而復得了。」

海倫的故事

海倫現年五十七歲，是三個已長大並成家的孩子的媽。她是波蘭裔的美國人，並以她的血統為榮。她父親是小有成就的音樂家及音樂老師；她母親在波蘭受教育，第一次世界大戰後與丈夫來到美國從事家庭教師的工作。海倫嫁給一位學法律並有東歐背景的人，但他一直未能進入法律界。在他們最大的孩子十歲那年，他對海倫說他要離開她。她愛她的丈夫，對這事難以承受。他偶爾會資助小孩的費用，直到最小的孩子十八歲為止。海倫非常驚訝地發現，他還與她在一起時就已經維持著一段婚外情。

自從她的丈夫離去之後，海倫就一直依靠著她的娘家與天主。她始終是個深具信仰的人，並開始實行在靈修書上所讀到的，特別是大德蘭的著作。她媽媽幫忙帶孩子，而海倫則成為一個執行秘書。

她一開始覺得很孤單，但漸漸地因著閱讀與偶爾跟孩子一起旅行擴展了她的視野，也加深了她的靈修生活。儘管也有一、兩個好男人對她有興趣，但海倫決定了不再婚，因為她的信仰反對離婚。她也承認，一次婚姻就夠受的了。

她發現很難放她的孩子們自由地飛，即使她決定了要這麼做。在她的三個孩子中只有一個是真正實行天主教道理的，這為她是個很大的責任。大約四年前，海倫參加一個

叫作「失婚的天主教友」(Separated and Divorced Catholics)的組織，它幫助人們處理他們所面臨的問題。她最初很不情願參加這團體，因為她將這些問題沉澱下來已好一段時間了。她並不將自己的生活視為一場悲劇，而是一段有主相助的奮鬥。她的丈夫過著悲慘而不幸的日子，有時甚至跑來請求她的幫助。她已試著原諒他。「失婚的天主教友」為海倫打開了新的遠景。儘管這組織在社會的面向上並不活躍，她還是幫助了許多近來不斷湧現的離婚男女作必要的調整，並幫助他們在試煉的時刻保持信仰。海倫與這些人一起工作使她的靈修越來越增長，這給了她極大的平安與快樂。

懷海德夫婦把列文遜的觀點與某些基本的宗教價值作連結，將中年的挑戰分為三個區塊。又一次地，他們的觀察相當有洞察力，值得大量引用：

在心理學上，中年是被三個交織在一起的主題所支配：個人力量、關懷與內在特質。

個人力量——中年人想要，也需要在她的或他的工作上成為令人激賞的。能力與經驗加起來，使中年人站在一個權威的地位上。對責任的渴望、對領導地位的嚮往、管理的能力是激發中年生活的重要因素。它們使得一個人有展露個人力量，並服務廣大社會的管道。

關懷——中年人想要，也需要對他人負責。成熟的人「需要被需要」。中年人的許多能力與力量都集中在培養上——培養孩子、年輕的同僚、客戶、某個制度或計劃。中年人常能獻身於利他的行為，為他人的福祉與需要無私地服務。他們的心裡資源使得這般慷慨的關懷成為可能。

內在本質——中年時期擴展責任範圍的外向活動也伴隨著內在的活動。對自我的敏感度會增加，並且越來越專注於內在的需要。對某些人而言，這新的內向性頗為可怕，它感覺起來像是「中年的憂鬱」，令人想逃開它。另一些人則欣然接受，視之為新的，或重新拾回的內在生活經驗²⁴。

從對內在本質觀念的介紹中可以注意到，懷海德視象徵與本質的成長為基督徒中年生活不可或缺的一部分。的確，這內在在本質的成長對很多人來說可能表示著首次真正的靈修覺醒。對某些人而言，它像是復活了一樣，雖然那並不完全是稀有的事件。對另一些已經把內在成長當作目標有一段時間的人而言，可能會突然發現這新的成長更輕鬆也更自然了，但它可能會打亂了原本投身在善工中的生活。對海倫這個個案來說，這是確實發生的。這乍看之下好像她只是碰巧運氣好；也就是像大家常說的：「天主放了她一馬。」但事實上，是她對自己承諾的那份堅持，加上天恩的運作，把她帶進一個新的、

更平安的發展境界。

內在本質的成長對其他人可能是個煩亂的經驗，一段黑暗期。這樣的人會視之為「感官的黑夜」（Dark Night of the Senses），介於最初階段或煉淨之路的尾聲，與光明之路的開端之間的一段淨化時期。「我仍極度地害怕／若我有了祂，其餘一切將不再有價值。」法蘭西斯·湯普森（Francis Thompson）在他的詩作〈天堂的獵犬〉（The Hound of Heaven）中這段話，總結了大多數中年人的經驗，他們已到達某個臨界點，超出恩尼斯特·貝克（Ernest Becker）稱之為「否認死亡」的時期了²⁵。

卡爾神父就是這類型的人。回顧在神學院生涯的尾聲，他了解到他的憤怒掩蓋著相當多的傷痛與黑暗。他也了解到這黑暗剝去了他的自滿、野心及過度制度化的靈修。他把進入神恩復興運動當成是天主直接的禮物，他以前從未以這樣的觀點想事情。

瑪莉修女也曾經歷過這樣的黑暗，但她並沒有這麼多東西好喪失。卡爾，一個以真理追隨上主的門徒，比以良善追隨上主的瑪莉經歷了更多的苦難。

我們也應該注意到，約翰神父在他的婚姻失去如夢般的品質時，也經歷了一番真正的黑暗。他正在開始恢復他的平衡與信仰，並且希望在一個渴望積極參與教區生活的被免職的神父這個困難的角色裡找到意義。這樣的角色有真正靈修的潛在價值。然而，這可能與他的太太莉絲產生一些衝突，因為她還沒準備好進入與教會這樣密切的關係。

從中年開始，存在便有更大的目標感。人生是一段旅程這樣的領悟變得更清晰，並且從某個觀點來說，我們了解到我們不可能活到現在這個年紀的兩倍之久。上一代的長者與導師們開始逐漸死去或失能，其餘的——常是那些最受敬重的——則沉緬在內在的世界裡；許多外在世界的事對他們來說已不再那麼急迫，而且他們可能像漢諾克（Henoch）一樣不再出現在人羣之中。

如果內在特質沒有被接受為中年生活的一個構成要件——即使這個邀請不請自來，還是得接受——就會出現老青年的災禍。有時候這樣的人看來有點可笑，但一個微笑的背後常含有深深的不悅：我們在四十歲晚期的時候會知道我們也有相似的傾向。這些遠離中年的老青年們並不一定就跟年輕人有良好的關係。事實上，年輕人會直覺地懷疑這些人想與他們競爭。更確切地說，老青年用非常可悲的詭計來拒絕向內看，並否認年紀漸長。這樣的人往往被極度著迷於性所苦，這也象徵性地代表他們掙扎著不要變老。他們試著表現出年輕人的活力，並企圖再活一次或首次活出祈克果（Kierkegaard）所說的「青春之夢」。青春，如他所指出的，是年輕人如花一般盛開的時節，但它表現在成年男人或女人身上則顯得令人厭惡²⁶。

中年晚期及老年

當中年期漸漸邁入五十來歲，真正開始感受到身體的衰退。當別人開始取而代之，一開始是在身體及物質上的活動，漸漸連精神的活動也是，生命中一個很大的問題升了起來：「我接受自己真正的樣子嗎？」列文遜以俗世的角度斷言，新的生命狀態須建立在一種俗世的智慧上，類似於聖依納爵（St. Ignatius）所說的「靈修上的平心」（spiritual indifference）。如果一個人一直抓著理想化的青春不放，會造成怨苦、消極的反抗（negativism）與過分倚賴的結果。艾瑞克森毫不猶豫地稱生命尾聲時的主要衝突為「自我整合與絕望」（Ego integrity vs. despair）。列文遜與艾瑞克森都建議，當老年期最初的徵兆變得明顯，人需要「默想」，以消除生命的衝突並為死亡作準備。沒辦法做到這點的人可能會加速自己的死亡，而且可能實際上是因緊抓住生命不放而死。我們都認識與卡爾和海倫情況類似，卻沒能像他們一樣調適的人。

在中年時已經過著靈修的生活，或至少開始走這條路的人——也就是說向內在看與默想——會自然發展出新的、替代性的行動，以取代那些不再適合的。例如慢跑者也許學著漫步；愛看電視的人可以試著再一次享受閱讀的藝術。許多人會學習放慢生活的步

調，以便能從少許的事件中得到更多的意義。有時候能在靈修上有真正成長的人並不符合一般對宗教人的印象。天主以無法思量的方式工作，祂甚至不會受限於我們在第一章裡所提到的祂自己訂的客觀救贖計劃。就像比喻中說他不會去服務但還是做了的那個兒子一樣，有很多基督的門徒沒有這樣的認知。換句話說，有些一般的天主教徒，甚至是一般的門徒（暫時調和而最後陷於矛盾的那些），開始在這生命中重要的關頭棄守了。他們退回到窄小的心智，並成天憂慮生理上的健康與舒適；他們失去了多年奉獻所得的成果，因為他們已很久不給予了。「不要害怕死亡，要害怕不曾真正活過。」是紐曼對這些人的提醒。

要緩解明智者與絕望者之間的二分法，我們可以提起那些處於中間地帶者；那是大多數真誠的人的結局。他們不情願地放下掌控權，傷心地接受身體上不利的條件，並勉強地把權杖交給接棒時連看都不回頭看的下一位跑者。這介乎明智與絕望之間的狀態，就像在末世論中介於天堂與地獄間的，你記得的，那個叫作煉獄（Purgatory）的處境。這個神秘的詞兒並不只是用在指死後的一段過渡期，它也同時用在靈性上仍有成長可能的世間的存在。煉獄的觀念讓很多基督徒感到很困擾，因為他們沒有以靈性成長的角度去了解。很不幸地，那些意識到自己的靈性生命有需要被治癒的人，從未被教導過那就是煉獄。

在漫長而活躍的生命的最後幾年，法蘭克·席德（Frank Sheed）發現煉獄的教導是很有意思且必要的。他寫道：「我無法想像一個沒有煉淨可能（那就是煉獄這個詞的意義）的未來生命——並不是因為它是我應得的，而是因為它正是我需要的。想到以我這般含有污點的狀態進入全然純淨的主的臨在，讓我覺得反感。我的意志需要被修直，而沒有痛苦無法完成這事——不是受刑罰的痛苦，是根植於次等天性的習慣壓迫我意志的痛苦。不論現在或死後，我必須在天主的幫助之下，用我的意志修直自己的意志。祂會幫助我完成這事，但不會替我這麼做」²⁷。

熱那亞的聖加大利納對此有個偉大的洞見：煉獄從這一生就已開始，並且只有在一個人還有必要作最後的準備時，才會持續到死後的生命。她建議完全地接納那神聖的意志彰顯於一切中——身體上、心理上與靈魂上，作為煉淨的方式。她告訴我們這是能夠離開生命衝突的道路，並指出它便是純愛的教義。倘若一個人能夠達到全然接受生命，人生的最後階段就可能是美好的。它可能持續幾十年。默觀式的祈禱（嚴格說來還不是默觀）會開始流過人的心智，套用霍普金斯（Hopkins）喚起情感的詞語來說：「像揮舞的劍所發出的光芒……像破罐而出的油四處滲流。」這位詩人用對聖神顯現的描述總結〈上主的偉大〉（God's Grandeur）這首詩：「……聖神臨於大地／籠罩世界，帶著溫熱的胸膛以及，啊！明亮的翅膀。」

與其和年輕人競爭，不如支持他們，同樣也能獲得滿足，不論這支持是受到感謝，或被視為理所當然，或者忽略。幾乎每個年長的人都會遇到的徒勞無功與失敗的經驗，現在轉變為聖方濟的謙遜祈禱了：「現在讓我們開始吧！」一個人要學會接納自己的缺點。有一次我在傳教會向一位老修女坦承我覺得自己很虛偽（這是所有因聖召的職責，而必須宣講那超乎自己能力的聖德的人之通病），她的回答是：「哦！得了吧，神父！我都已是個騙子好多年了呢！」那為我是個多深的感動經驗呀！這種非常腳踏實地的靈修，是人老心不老的人的特質。事實上這位修女在七十六歲時才正要開始她的新工作——她的第四份工作。

生命的階段與個別差異

我們要再次強調，在使用任何分類時都有忽略個別性的危險，不論它們是靜態的或發展性的。每一個生命與人格都有其獨特之處。儘管被同一個主召回，同樣經歷世間苦難，也同享天國的榮耀，聖伯多祿與聖保祿所過的生活、擁有的特質與能力卻是完全不同。他們在一些重大的事情上產生了衝突，無疑地這使他們彼此都痛苦。每個生命都不相同；隨著個人不同的才能而產生豐富多變的人生，也帶來相應的苦與甜。當人生結束

時，所有隱藏的事物也將被彰顯出來，在靈魂的暗處所下的決定要被攤在白晝下，少數人私底下的耳語要在屋頂上宣講。聖大德蘭曾說：「唯有屬天的道路是走向天國的。」我們可能再加上：魔鬼的道路是走向地獄，而通往煉獄的道路則是矛盾衝突與苦難。或許在人類之間造成比在動物之間大得多的差異性的因素就是人類評價與塑造事物和經驗的能力。決定、自由、選擇——無論你想怎麼稱呼它——左右我們人生旅程的方向。看一些近代歷史上的例子會有所幫助。

因著超過任何個人或國家的控制的巨變突然降臨而造成的相同衝突，改變了聖國柏（St. Maximilian Kolbe）與他的加害人亨利奇·希姆勒（Heinrich Himmler）的生命，並使他們的生命提前結束。然而他們當中一個獲得永生與封聖，另一個的結局則是死亡與定罪。同一場戰火也奪走了聖女愛娣·史丹茵（Edith Stein）與阿道夫·希特勒（Adolf Hitler）的生命。只要人的心智還能判斷這些事，就一定知道一個在天堂，一個在地獄。對許多存活下來的人——俘虜與擄人者、被害人與他們的加害人——而言，生命仍處於煉淨的過程。既然時間已讓記憶模糊，治癒了創傷但留下疤痕，並且掩蓋了罪行，這試煉什麼時候會結束呢？它存在於所有人類的事物中，問題是：在任何一个特定的時刻，這些倖存者要作什麼選擇？人生是一連串的選擇，一連串的「此刻」組成了這些人的人生。他們每個人都有機會轉換行動的方向，並重新塑造人生。不論聖國柏或希特勒，都

曾經有可能在他們人生道路的許多十字路口選擇另一條路走。

從這些人的生平舉兩個例子來說明決定的力量，就非常清楚了。希特勒的建築師亞伯特·史畢（Albert Speer）提到，在第三帝國垮台之前，他只有一次看到希特勒極度地煩亂。一九三五年，這位元首與堅決反納粹的慕尼黑樞機主教福爾哈貝爾（Cardinal Faulhaber）有個本來只打算敷衍應付的會議。原定半小時的會議結果卻拖了幾個小時。這場會面結束時希特勒發抖得很厲害²⁸。仔細看這位樞機主教後來的生涯——對希特勒最直言不諱的批評者之一，並且始終是猶太人堅定的護衛者——我們合理地認為，福爾哈貝爾主教當時是在對希特勒指出他所走的這條路在靈性上的含意。希特勒從未逮捕福爾哈貝爾，即便是在他教區的教堂裡基督與聖母的塑像上都掛著有達味之星的黃色臂章。但希特勒卻拒絕了這個皈依的召叫。在一九三五年時他確實還有選擇的機會。另一方面，國柏就像集中營裡所有其他的波蘭神父一樣，在被占領的波蘭有個自由且賣國的工作等著他，只要他在一份譴責天主教會的文件上簽名就可以了。甚至在牢裡挨餓受苦至死的這段時間中，也還有作不同選擇的機會。但也像每一位在集中營裡的波蘭神父一樣，他拒絕妥協。希特勒與國柏都在「此刻」擁有自由，兩人都被過去下的決定所牽引，也都繼續選擇他們已經歷過的。弗蘭克（曾經歷過與國柏神父同樣的集中營的生活）指出，人有自由去用存在的片刻達成他的意願，無論那是什麼。

第四章

宗教性與靈性的發展

在用滿大的篇幅概略地描述工業化文明（在農業社會裡會有些不同）中的人類發展各階段之後，我們現在可以把靈性發展的概念運用在這架構中。一個人在任何文化中都可以有靈魂層面的成長，但就像骨架的構形決定雕像的長相，文化因素也影響了靈性的成長及其外顯行為。

宗教性發展

我們至少有兩種方式看待靈性成長。第一種是從個體的角度來看，他或她的需要與滿足；第二種則是檢視神恩在他或她生活中的影響與運作。若用個稍微武斷的方式來命名的話，我們稱前者為「宗教性發展」，而後者為「靈性發展」。

童年的宗教信仰

宗教性發展——已被許多人類行為的學者所注意——單純地是個體回應他們所相信的神聖存在的課題。儘管徐格爾對宗教性發展的研究體系在相互連貫性上並不是最精確的，但他所描繪的宗教性發展的輪廓卻十分出色、簡明且最切合我們所要呈現的主題¹。為了介紹這個研究體系，我必須先說我借用了一些歐波特、克拉克（Clarke）、巴賓（Babin）與其他人的見解，來使徐格爾的架構更充實²。另一件需注意的是，我們在這裡並不特別著重在道德與倫理觀念的發展，在後面會稍微提到它們。

依照徐格爾的見解，幼兒期的宗教是情緒性的，因為孩子總是帶著情緒思考。孩子在整個幼兒期的精神生活都是充滿活力的、務實的，並總歸於雖然多變但單一的情緒。這裡用「單一」這個詞指的是在一個時間裡，只有一種情緒佔滿孩子的意識。就像佛洛伊德所觀察到的，人類最顯著的基本情緒是焦慮，或深度地害怕無意義與被遺忘。這些情緒深達一個人根本的存在。情況本來不該是這樣的，但它現在的確就是如此。無疑地，就是這個恐懼使艾瑞克森提出第一個人生重大的衝突，也就是信任與不信任。關於這個恐懼有一個很有力的圖像，就是我們的原祖父母懷著驚恐站在失去的樂園門口，渴望著

被遺忘的平安，並害怕著未知的將來。

如我們所知的，當孩子了解到在自己的生活裡有超過個人可以控制的力量在運作，宗教便在心理層面上誕生。榮格意識到，沒有準備好以宗教的方式處理這根本的恐懼，以及恐懼所引出的期盼與渴望的孩子，將來會為精神官能性的衝突所苦。沒有能力表達與處理宗教的渴望會引發這樣的衝突。榮格終其一生都不相信有一個客觀的真理符合這個需要，但在他死之前已了解人相當需要學習宗教性的表達³。

宗教對孩子們（和那些信仰停留在小孩發展階段的人）而言是種用祈禱、懇求和善工控制與操縱神聖存在的活動。宗教教育可以也應該用正面的、有良好神學基礎的情感與觀念建立神的形象。然而，影響孩子對神的印象最深的是日常生活經驗、父母、家庭、手足、師長以及教會，如果他或她有歸屬於某個教會的話。因此之故，為了孩子的好處而為的最有價值的工作，就是給他們所認識的神國的人們正面的且良好定義的形象——基督、童貞聖母、聖人……等等。但不論這些形象如何的正向，宗教經驗就像是人與人之間的關係一樣，仍是一種「補償」（quid pro quo），也就是說做好事以得好報。做好事者於是誕生了——廟宇、醫院、學校的創立者。整個外在的宗教建築都是奠基在這樣的動力上；從聖伯多祿大教堂（St. Peter's Basilica）到泰姬瑪哈陵（Taj Mahal），從男孩鎮（Boys' Town）到關懷（Care）組織。發展到成年階段的更深的靈修形象可能會鼓舞這

樣的作為，也可能不。坎特伯里的聖艾德蒙（St. Edmund of Canterbury）與亞西西的艾里雅思修士（Brother Elias of Assisi）都建造過美麗的教堂，前者是出於他的聖善與對天主的愛，而後者則是出於想收買天主的慾望。一個死後成了聖人，另一卻成了叛教者。

青春期的宗教信仰

幼兒期結束時孩子會發展抽象推理的能力。在此之前，對絕大部分的西方小孩來說，天主就是個留著白鬍鬚的老人。但突然間天主可以被概念化為一個精神體，一個看不見卻無所不在的存有。宗教性的青春期於焉開始了。在十一、二歲時這種抽象思考天主的能力相當於神學性的沉思。它可能使青少年陷於懷疑或甚至根本無信仰。受到行為問題及心理衝突困擾的青少年會幾近暴戾地拒絕天主及許多與社交有關的態度。虔誠的人們傾向於將這衝突視為是魔鬼在作祟，並且是一個惡果的先兆；然而在天主的聖意中，這衝突可能是為了後來的青春皈依作準備。關於這類衝突的例證沒有比《懺悔錄》第四卷中的那個事件更有力的了，當時年少的奧斯定差一點剝奪了他垂死的朋友受洗和得救的恩典。在往後的餘生裡，這位後來成為恩寵聖師的少年經常回想這段往事，成為他進一步向天主懺悔與感恩的動機。

青春期的宗教信仰是理智與思維上的，這是青少年所有的精神生活，他們已被鼓勵這樣去發展，並且不會被家裡當他是小孩的心態或快樂主義的文化所阻撓。雖然情緒還是非常強烈，但成長中的年輕人越來越用智性而非情緒來理解生活中的事。

宗教的議題會提升某些人的信仰，以至於青少年變得很熱切地參與聖經的研究與教會事務。或者他或她會變得很有哲學氣息，質疑萬事萬物。真的有神嗎？祂是什麼樣子的？耶穌基督是神嗎？如果是，又為什麼是？因此他們成了神學家或哲學家，或至少是這兩大成人尋求之事的追隨者。然而常有一些哲學或神學非常優秀的學者從未在情感上有任何進步。青少年的疑問與熱切地投身已讓十幾二十歲的那幾年充滿明顯的個人需要。除非年輕人的宗教信仰能變得成熟並持續進步，否則他們在往後的人生裡將變得過時、迂腐及任性。

成熟期的宗教信仰

唯有對信仰成熟的奉獻（意味著自我的死亡）能解救一個思想者，使他或她成為真理的熱愛者。久遠以前柏拉圖就觀察到，一個人只有死於自己之後才能成為真正的哲學家（真理的愛好者，而不只是概念的學者）。舉個例子或許更清楚些。

紐曼樞機與喬治·泰瑞耳（George Tyrrell）在極相似的環境中長大，受過高等教育，將他們優秀的青少年心智琢磨成具有絕佳能力與機敏的工具。兩人都為不了解，有時甚至無法了解他們的同儕而受苦；都非常敏感且被生命捉弄得傷痕累累；也都極為真誠。一個死時是個偉大的護教者，留給後世的遺產隨著時代的流轉結出更豐碩的果實。而據泰瑞耳的朋友徐格爾說，泰瑞耳死時是個痛苦而充滿仇恨的人，一個常年陷落在成年人少年心的衝突中，無法跳脫去相信、去愛的悲慘例子。因此他的生活是解不開的矛盾與狂怒⁴。我們讓紐曼來解釋一下這兩種態度中間的差別吧：

信仰，依照它特別的天性，就是單純而完全地靠見證接受那我們無法用理智去了解的。

當然，有許多的情況下，我們以部分的理智加部分的見證來接受某個陳述為真是可容許的，也是正確的。我們靠著自己的知識與對可能性的判斷力來增補對他人的資訊；如果它非常奇怪與過分，我們就中止對它的認同。這是無可否認的；畢竟，有些真理非得要靠見證，否則沒辦法傳達給我們，而有些見證本身就含有讓我們得接受的必要條件。

關於啓示的真理，運用理智去辨明什麼是理智可達到的而什麼是不能的，這不

是理性主義；當缺乏明確的啓示時，去探究我們與生俱來的教會的真理，這不是理性主義；若啓示被賜下了，去確定接受啓示的必要證據，這不是理性主義；拒絕沒有充分證據的啓示，這不是理性主義；在認出啓示是來自天主時，去研究其中宣告的意義，並加以解讀，這不是理性主義；用它的教導（如它能被正當使用的程度）來探究它的神聖性，這不是理性主義；以將它當作是整體的一部分的角度，把它拿來與我們過去的經驗相比較與連結，這不是理性主義；讓啓示與啓示相互從屬，找出它們彼此間的關係，並追蹤它們直到它們合理的結果，這也不是理性主義。這些都不算是理性主義；但是接受了啓示，然後作個解釋搪塞，這是理性主義；把它當上主的話般講論，卻又當人的話一般對待，這是理性主義；拒絕讓它為它自己作證，這是理性主義；聲稱被告知天主對待我們的原因與方式，然後再加給祂我們自己的動機與眼界，這是理性主義；結結巴巴地說著對天主啓示不完全的知識，這是理性主義；把不明顯的啓示撇在一旁，彷彿它從未被賜下，這是理性主義；對於那啓示給我們的只接受一半而不接受另一半，這是理性主義；假定天主啓示的內容就是它的證據，這是理性主義；對啓示建構不必要的假設，然後對它們斷章取義、作註及加油添醋，並修剪、裁切、扭曲它們，為了使它們符合我們為啓示制定的概念，這是理性主義。

理性主義者把他自己，而非他的創造者，當作是中心。他並不走向天主，卻暗
示著天主應該走向他⁵。

紐曼與泰瑞耳的差別想必是在邁向成熟宗教的巨大的一步：自我的超越或自我毀滅（如果寧可選擇這個的話）。自我毀滅這樣的詞嚇壞了許多人，也不是現在流行的觀念，但它卻是出自基督自己的話。孩子用祈禱和善工控制天主的傾向，與青少年用思維與理解力控制祂的企圖都必須結束。這兩種態度所表現出來的基本焦慮必須被根除。耗費在控制天主的情緒需求現在必須轉變為信任；把天主窄化在人的思慮範疇中這種對理智的著魔現在要向信仰的行動讓步。這兩個改變構成了真正的悔改（*Metanoia*），也就是因著恩寵產生一個態度上根本的改變。悔改發生在兩個層面上：心與腦。不論是信仰或信任，都不會摧毀心智的運作或情感的活力，但它們都會使人類這些主要的能力遠離支配天主的衝動。人臣服於恩寵這個舉動不可能沒有天主直接的幫助，因為它完全違反人的本性。「除非受聖神感動，沒有一個能說耶穌是主」（格前十二3）。信德與望德是神學上的美德，它們不是自給的。它們不會從個體的存在產生出來。它們是禮物，就像所有的禮物一樣必須被接受才有。它們為仁慈或愛等更大的禮物作準備。它們有效地終止了童年與青春期信仰自我中心的面向，並預備好默觀或聆聽天主之路。

信德與望德確實需要「願意」這個內在的行動。這是人跨出狹窄的個人安危界線的選擇。以成熟的型態而言，信德與信任（最大的望德）意味著讓小孩與青少年的自我死去。做善工與思考神聖事物的衝動並不會就此結束，而是被轉換，使得聖殿的建築者與書的寫作者能與聖多瑪斯一起說出：「除祢之外，別無他物。」或與聖大德蘭一起說：「唯有天主。」從柏拉圖到馬斯洛（Maslow）的每一個人都了解到超越自我的必要性。也許沒有人比法蘭西斯·湯普森（Francis Thompson）更能指出下一步了，他在孩童與青少年的掙扎中辛苦地活著。這首詩描繪了自我的轉變：

刺穿你的心以找出那答案；

你帶著的

只是別人不要的；

學會作夢 當你清醒時，

學會醒悟 當你睡眠時；

學會澆灌歡愉 用你的眼淚，

從淚水中 學會征服淚水，

盼望吧！因為你不敢絕望，

歡欣鼓舞吧！因為你不敢悲傷；

耕作你那塊頑石 直到它開花結果；

領悟吧！因為除你之外沒有人會相信；

失去吧！你會收到你所失去的；

死去吧！因為沒有別的方式能夠生存；

當塵世與天國揭下了它們的面紗，

而默示使你暗淡無光；

當你的視覺使你目盲；

看不見你平凡의 同伴所見的；

當他們的所見對你是盲目；

他們的生活對你是死亡；

他們的光明對你是最晦暗；

不再尋找……6

靈性發展

在接受了包含恩寵的行動與信、望、愛三德的靈性發展的定義之後，我們可以繼續細看這個發展。信德與信任上重大的躍進會帶來成熟的靈修生活，它通常不會在青春期末前發生（也可能到了很晚年才出現）。有人可能在此之前就有靈修覺醒，但若真如此，年輕人必須小心不要太早作最後決定性的選擇。恐懼與思慮可能被迫轉為隱匿，卻會在往後的生命裡以更危險的形式捲土重來。在後梵二時期，許多基督徒（包括神職人員與修士、修女）感受到強烈的精神錯亂，可能可以部分歸因於這種過早的決定，以及太年輕就對信仰生活有不自然（雖然真誠）的奉獻。過早決定以教會為生涯的選擇，以及對靜態靈修進展觀點無限制地投入，製造了至少整整一個世代太早死於自我的人。後來他們又被迫得去處理年輕修生的矛盾與疑慮。當這狀態再加上對性不切實際的態度時，一九七〇年代大批修道人與教會疏遠就變得容易理解了。

對基督徒而言，靈修生活實際上是開始於一連串接受基督的恩寵——特別是超性三德（*theological virtues*，即信、望、愛）——的決定。要說真正地領受仁慈恐怕還早，不過已經算有成熟的信德了。從聖經與神學的角度來看，確切的基督徒信德是如何的，在

魯道夫·舒納肯堡（Rudolf Schnackenburg）頗具啟發性的小書《新約裡的信仰》（*Belief in the New Testament*）中找得到⁷。然而，靈修生活在生命中很早就以收養（成為天主的義子／義女）或降臨的形式開始。就神學上來說，基督徒因著領洗並與基督結合而有了基本的開始。馮·巴德薩說得好，靈修生活基本上就是基督的生活臨於天主所收養的子女身上，而當一個人成為基督的肢體時，它便開始了⁸。我們已討論過那些被基督的恩寵觸摸，而在可見的教會與聖事體制外成聖之人的有意思經驗。天主的恩寵有時候在童年或青春期（偶爾會在久遠之後）透過宗教的經驗，在意識的層面冒出來。這種心理學上認為是「覺醒」的狀態標定了有意識的靈修生活開端。新的成年領洗的儀式在禮儀上有效地結合了兩件大事：藉聖事與基督合而為一，以及越來越在心理上奉獻於超性三德與倫理德行的實踐。

靈修三路

以下對靈修三路——煉淨之路、光明之路、合一之路——道理的敘述將強調理論的經驗面；心理學上的說明將在第二部分再提。所有這些細節，讀者們不會在任何特定的概論中找到，但會在這個歷代共同經驗的許多表現中反映出來。必須強調的一點是，我

們要把注意力集中在這個經驗的心理層面上。我們先敘述現象，著重事件而非原因。許多年輕的讀者對這三路不太熟悉；關於這一般旅途中會發生的事的摘要可能會幫助年長的讀者們。

覺醒

除了那些一直在高度宗教性的環境中過著虔誠生活的人外，絕大部分的人都會經歷「覺醒」；也就是一個，或一連串對難以了解的事實難忘的體驗。這體驗可能是令人安慰的，也可能是險惡的，或者兩者都有。它通常在平淡無奇的環境下發生：與陌生人的相遇、一場婚禮、某個葬禮、拜訪教堂或醫院，或到海邊。以前沒見過的現實界的面向現在變得顯著。它可能是非常深入地覺察到聖父、聖子或聖神如人一般的臨在；或者也可能是突然而嚇人地與自我相遇。

這體驗的真相對懂得它不同於自我暗示或富詩意的靈感的人而言是很明確的。在下面的引文中，卡爾·拉內對聖依納爵的經驗作了一個現代版的翻譯：

我真的遇到了天主，生活的、真實的天主，祂值得這個無可取代的名號。這樣

的經驗是不是奧蹟在此是無關緊要的；到底如何能將這樣的經驗用人類的概念去理解則是由你們神學家們去思考了……我的經驗當然有它自己的故事。它的開始是微小而平淡無奇的；我對它的講述與寫作，現在看起來，在某種程度上，即使對我都不是動人而天真的，並且其真實的意義只能讓人間接而遙遠地看見。但有一件事是確定的：自從在茫萊撒（Manresa）那事以來，我對天主的不可理解性的認識越發強烈，也越完全……

天主本身：我認識天主本身，而不是人類言語對祂的描述。我認識天主與自由——祂那不可或缺的一部分。唯有透過祂才能認識自由。自由並不是有限的真理的總和，也不是任何對它們的算計⁹。

覺醒常常也是一個光明與黑暗、矛盾與對比所交織而成的經驗。一個人會被舉起，也會被拋下。有一位在監獄裡的年輕人——顯然是受馬里旦（Maritain）與牟敦（Merton）作品的影響而放棄了無神論——寫了如下的信給我：

我猜相信超自然的存在是人類的天性。我確信每個人都有這種信仰的需要。我自己過去曾試圖，也成功地壓抑這需要。曾經有一度，我幾乎沉浸在無神的觀點之

中。現在因著我所閱讀的書籍，特別是《七重山》，這種需要又浮現了出來。這本書就像催化劑一樣，刺激我去思考並注視我不穩固的信仰與觀念。這有點難解釋。它像是用吸管喝汽水，汽水沿著吸管爬上來進入口中，令人感到清新舒暢，然而你一旦放開壓力，汽水就馬上掉回瓶子裡。這是最接近我的感受的說法了。有些時候我進入深度的思索中，它是那麼令人心神振奮，但隨後我又讓自己落回原本的我，所有這段時間得到的似乎都消失無踪，直到下次這種感覺再度回來。它們會週期性地出現，卻不會持久。它們來，並稍作停留，我就變成不一樣的人，但我就是沒辦法讓它們永久成為我的一部分。我仍繼續試著追求它，希望最後我能永遠牢牢抓住這道我既嚮往又抗拒的光照。

這位受監禁的年輕人所體驗到的高度與深度，與聖奧斯定從知識獲得的是多麼相似呀！

哦！主，這就是祢創造天國與人間的開始：用祢富於絕佳雄辯與絕妙創造力的聖言，祢是祢的聖子、祢的力量、祢的智慧、祢的真理。那照耀了我卻未能持續，敲擊我的心卻沒留下傷痕的光是什麼？我害怕得退縮，我渴望得著了火；害怕的是我與它之間的差距，渴望的是更加肖似於它。它是智慧，智慧的本身，在那些片刻

裡照耀著我，清除我的烏雲。而烏雲又再一次來將我包圍，當我的力量被雲的陰暗與我自己罪的沉重擊潰之時。我的力量因貧困而衰弱，使我無法再堅持我的善；直到祢，我主，用仁慈對待我的罪惡的那一位，再一次來治療我的軟弱；將我的生活從腐化中贖回，並用同情與憐憫將我覆蓋，又用善良的事物填充我的理想；我的青春將會重獲新生，如鷹一般飛翔。我們靠著希望而得救，所以我們以耐心等待祢的應許¹⁰。

因著一個人對覺醒的反應程度——反應永遠是無可避免的——生命將有所改變。有些人可能轉身逃離，這恩寵的經驗會追緝他——套用法蘭西斯·湯普森的形容——「夜以繼日，日又繼夜」，直到抓到為止。有些人轉身離去後就不再受到邀請，如我們已說過的羅素的例子。又有些人終其一生被它纏繞，就像詹姆士·喬伊斯（James Joyce），一直沒能抑制這召喚，卻也從未真正答覆。還有些人是全然地回應，像聖方濟。多瑪斯·薛拉諾（Thomas of Celano）說，在達彌盎堂的獨特經驗之後，方濟已經變了一個人¹¹。

在我們之前已提過的人中，有兩個人為我們提供了靈性覺醒的好例子。傑瑞的案例是最典型的。直到女朋友與他產生衝突之前，他只不過是個具宗教性的人，也就是某個有宗教敏感度的人。宗教影響著他的興趣，但影響不了他的道德行為或重要的信念。這

個機緣讓他變成一個了解生活中靈修信息的人，向他揭示了自己道德上的缺陷與自戀。他著實覺醒了。

另一方面，海倫始終是個忠實的基督徒，丈夫的離棄使她了解她需要更深的靈修生活。那確實是第二次的覺醒。這並不稀奇。卡爾神父的新覺醒經驗——或一般稱為「復活」——也很類似。在這些案例中我的感想是，人在靈修旅程中迅速地重覆前面仔細討論過的各階段，然後繼續向前，面對在困境中等著去完成的新課題。

一個人的覺醒可能徹底影響其他人的生活，好比像是宗教機構的創始人，或熱那亞的加大利納和西恩那的加大利納這樣引發教會重大改變的平信徒。另外有些人答覆的方式可能非常隱秘，以至於直到死後才為人所知。道格·哈瑪紹就是很好的例子，他日記式的回憶錄原本從未打算出版¹²。

撇開一些特殊的情況不談，有一件事是確定的：當覺醒很具體地發生在一個人身上時，不論接受或拒絕，那個人都不會再跟從前一樣了。

第一階段——煉淨

一個覺醒要「起作用」可能要花好幾年的時間，而且它會經常發生。當它終於被接

受，一個人要把他或她的生活與那召叫建立起關係。這種重新安排及重新評估生活的需要已在傑瑞的例子看到過。那是場為了改變所做的奮鬥。

里昂的故事

或許另一段個人史能夠把煉淨說明得更清晰些。里昂生長在一個法裔美國人的大家庭裡，有幾個兄弟姊妹。他很早就意識到來自同性的吸引力，在他居住的新英格蘭小鎮裡他沒辦法向任何人表達這事。

當他離開家鄉到一個大州的大學讀書之後，他積極地向外尋找，並很快地上演同性戀的戲碼。他沒有感受到很多抑制，並且將這一切合理化為：「天主這樣創造我，祂一定希望我享受它。」里昂正是這樣做。他不覺得有必要跟家人分享他的生活方式。「這不關他們的事，」他自己想著「而且他們也不會了解的。」

畢業之後，里昂找到一份相當不錯的工作，並搬到某個有著很開放的同性戀社羣的大城市去。他雜交，但總有些遺憾，因為他一直希望能與一個永久的伴侶定下來。大約三十歲左右，里昂開始感到沮喪，他的生命一無所成。某天他突然有個想法：「這是因為我的生活弄得一團糟，而且我遠離了天主。」

里昂參加了一個聖神同禱會，並且非常認真。不到一年他已有相當的改變，使得他

希望有一天能結婚並組一個家庭。里昂同時也屬於另一個虔誠的人所組成的祈禱團體，試著克服同性戀的行為。他承認夜晚時總是寂寞而難熬，重拾的信仰與祈禱生活給他很好的支持。

像里昂這樣遠超過平常宗教習慣的經驗可能讓一些人感到畏懼。改變的召回有時候會帶來憂傷與痛苦。許多人會跟湯普森問一樣的問題：「祢收割的田地難道一定要用腐朽的死亡作肥料嗎？……難道祢在用木頭作畫之前非得先將它燒成炭嗎？」其他人會繼續，並懷著極大的熱忱開始面對改變的課題，不料才發現事情並非總是這麼簡單。奧斯定對《羅馬書》的回應——「我不再進一步閱讀了，我沒有這需要」——是根據他已經通過了許多衝突，並在「勝利的狂喜之後」繼續奮鬥的事實。

也許對視天主為人的人而言，挑戰就是基督對門徒說的：「跟隨我。」亞巴郎（Abraham）與梅瑟（Moses）、貞德（Joan of Arc）與富高（de Foucauld）的召回也許比大多數人更戲劇化，但當然不會是比大多數人更重要。天主並不會減低祂的音量，只是我們有時候選擇當聾子罷了。

有一些回應是可以作某種時間先後的連貫的。就像我們之前提過的，這趟旅程並不是只有單一的生命地圖，一個階段開始時，另一個仍然在進行。第一段路（或稱煉路）的步驟基本上是整合的。一個人把他或她的外在行為、活動、態度、渴望逐漸趨向他或

她所相信與視為真理的。對基督徒而言，這個達到目標最好的指引就是「山中聖訓」（Sermon on the Mount）。如果他或她能專注於這個總結了「通往天國的道路」的教導，他或她必然會成長。

道德整合、信念、信任

整合需要宣告放棄嚴重的罪，然後是拋棄故意犯下的罪，最後則需要去面對疏忽的罪以及種種責任。最後一項真的是又大又可怕，以至於許多真誠的基督徒從未勉力去消除疏忽的罪，他們仍是虔誠的，只是沒什麼動力去臻於完美。處理完疏忽之後還必需努力去除不成熟的態度與不完美。對完美的努力並不是要吹毛求疵，而是要正視整個使人無法完全生活在福音精神中的價值系統。吹毛求疵與過度強制的行為是一種不自覺地把外在的完美偽裝成內在皈依的企圖。先不談誠摯地想變得更好的企圖，我們經常無法認清行為反映出心態，而這才是我們必須改變的。

最後，當一個人的生活慢慢地與福音更加協調，他或她會了解需要修正。這種需要常常與宗教市場裡粗淺的無聊對話很不一樣。我們必須找到方法來減低個性中自我中心部分的控制慾，並釋放寬容、利他及存在的本能動力的部分。人要面對兩個自我，第一

個自我是真正天主的小孩，在恩寵與美德的影響下，於生活中逐漸展現出來。這個自我永遠對天主的旨意採更加開放的態度，這必須被增強。另一個自我是自我中心的形像，它可以是表面上非常虔誠的，但終究是用自己的偏好看待每事每物，甚至是天主聖意。這自我必須被減低。如果一個人在二十幾歲了解到這兩個自我的存在，會暫時性地加深矛盾而找不到出路，因為這時的人格仍在發展中，生活還有很多夢。一個人需要同時，並表面上在同一領域中經歷成長與衰退。比方說一個人可能增長了施予宗教教導的能力，但同時降低了對於別人是否喜歡接受這教導的在意程度。在四十歲中期人開始穩定下來，變得沒那麼需要去競爭、獲勝或被接受，並進入了使自己成為自己的克修（mortification，或譯為克苦、苦修）過程——用列文遜的術語來說。

下列引文出自終身都是靈性心理學學者的阿道斯·赫胥黎（Aldous Huxley），其中對「克修」這個最受人詆毀的概念有相當豐富的見解。

克修或刻意死於自我的觀念，在基督宗教、印度教、佛教與多數其他主流、非主流宗教基本教義的權威著作中反覆地訓誨著，每一個曾活過並宣講普世哲學（*Perennial Philosophy*）原則的聖者與靈修改革者也都不停地如是說。但是這「自我棄絕」（*self-naughting*）的本身從來沒有真的被當成很重要的事（至少對任何一個真

正知道自己在說什麼的人而言）。它只有手段上的價值，是達到另一件事不可或缺的工具。

克修是排除固執、自私、自我中心的思維、欲望與想像最好的方法。極端身體上的苦行不可能達到這種的克修。而接受在日常生活中發生在我們身上的事（當然，自己的罪除外）是可能達到這種克修的。

克修的實行就像在大多數其他領域一樣，沿著細細的刀鋒邊緣而行才是進步。刀的一邊潛藏著自我中心式苦修的錫拉若礁（Scylla）；另一邊則是漠不關心般寂靜主義的克里布地斯女妖（Charybdis）。普世哲學的倡導者所教導的神聖的平心並不是禁慾主義，也不是純粹的消極被動。它是一種主動的棄絕。對執著於自我意志的捨棄，並不是為了讓意志放假永久不再用它，而是為了讓神聖的意志能運用受節制的心智與身體作為行善的工具¹³。

對基督徒而言，煉淨之路的終點常是結合了寬容與強有力的拒絕兩者。人依靠著與基督合一、有更多祈禱與反省、更多聆聽而少操縱與臆測天主的更好的生活。信德與望德成熟。透過聖經禮儀與聖事，對充滿恩寵的生命有更多經驗上的體悟。每日祈禱、經常地接觸禮儀中生活的基督開始改變一個人。慷慨而熱忱的答覆克服了因為家人與朋友

不再了解這人在做什麼而生的衝突。展現慈悲與投身善工等使徒性的召叫開啟了愛與利人的泉源。就像聖文生·德保教我們的，貧窮的愛成了靈魂的良藥。

拋開這些抽象深奧的神學語言，我們會說一個人在美德的生活中成長了。在聖神的影響下，倫理的四樞德——勇、智、節、義——與超性三德——信、望、愛——漸漸主導一個人的行為。

然後，突然間人變得極度容易受傷。他的率真碰上了拒絕。想要給予兄弟般的情誼，卻被懷疑或被當作好施恩惠或有病而拒絕。自我坦白反帶來嘲笑。騙子視他為肥羊而盡情下手。他試著原諒，但這個不祥的數字四九一（七十個七次再加一）卻映入眼簾。經歷了這一切的衝擊，疑惑便油然而生。這是天主的旨意嗎？真的是天主主要的嗎？約伯的安慰者說（通常出於善意），在他充滿恩寵的生命中大部分時候都是包著自私的假度誠；那不是來自基督的邀請，而是來自冒牌的耶穌。修道的經驗退回到過去。這經驗真的發生嗎？「你就是默西亞嗎？還是我們必須再等另一位？」

第一重黑暗

這個時候人的靈修生活開始面對覺醒之後第一個重大的爭戰。在這黑暗裡，需要下一個忠於主的決定。這中間有個體認會越來越明顯，就是人真的沒有持續下去的力量：

身體、自利，甚至靈魂都在喊著：「我們支持不住了！」

在熱那亞的聖加大利納的《對話》（*Dialogue*）中，以下悲劇性的節錄裡，身體與自利對他們旅途的同伴——靈魂——抱怨。靈魂對自利說：

然而我知道在這世界上

沒有一樣食物是同時適合我們兩個的。

我們把天國，那個我食物所在之處，

遠遠拋在後方。

我還找不到回去的路嗎？

我們用世間的歡愉滿足自己的那天，

主對我們關上了門，

把我們留給了我們的慾望。

現在我們懷著困惑與急切的心

轉向祂，

是因為我們可以利用祂，

而不是因為離開了純粹的慈悲，

那祂更希望我們有的理由。

每當我想起因跟隨你而失去的，
幾乎令我絕望。

我理當被鄙視，被天主、被你、被地獄、被這世界鄙視。
因為跟隨你，

這個我以為能幫我滿足需要的人，
我已變成了這世界的一個物品。

我從未得到我所尋找的平安，
即使擁有我在世上所要的一切；

你所有的慾求與歡樂都增加著
我的不安。

但儘管如此，我還是固執著我的困惑，
希望著在某個世間的未來，這世界能滿足

我的渴望。

為了贊同身體的慾望，假借了必要之名——
一種會直接通向過剩的想法——

頓時間我已身陷罪污之中。

我變得乾枯與沉重——一件世間的物品。

身體與自利的思念與食物

都成了我的；

而你，自利，

這麼緊密地把你自己和我與身體綁在一起

讓我幾乎要窒息了。

在我的盲目無知裡，痛悔，我唯一的善，

已久久不在我內運作。

我繼續迷失在令我羞愧的事物中，

而我每跨一步都是遠離天主，

我的不幸也成比例增加。

我嘆息，帶著熱切的渴望，不知道我在尋找的是什麼——

而那是激勵的力量，對上主的直覺，那是我與生俱來的。

天主，全善者，不會棄祂的創造於不顧。

祂總是會給他們記號與話語，

若人注意，就會得到助益；

而若人拒絕，情況可能會更糟。

因此，我忘恩負義地加深我的罪，

把歡愉帶進罪裡，甚至誇耀它。

我收到的恩寵越多，

就變得越盲目，也越饑渴。

若主沒有救我，我早已枯萎死去。

可憐的我啊！除了主還有誰能救我呢？

於是，在讓靈魂將它自己耗盡於無益的探索之後，天主光照了它。靈魂了解了唯有天主能解救它離開它的錯誤、它所陷入的危險。在精神與肉體的死亡來臨，並變得願意像一隻動物一樣被宰殺的片刻保持著全然地清醒，靈魂被恐懼壓倒了。它盡可能地轉向天主說：「Domine fac ut videam lumen（哦！主，請讓我看見光），好讓我逃離我仇敵的陷阱」¹⁴。

這奮戰可能持續好幾個月或幾年。我任意地為它命名為「第一重黑暗」（而不是第

一個黑夜)。後面的那個詞兒已經有點透過聖十字若望的著作而被列品封聖了。他用這個詞來形容靈修旅途後來會遇到的一種經驗，在明路結束時會發生。為了避免混淆，我用第一重黑暗來表示現在正在討論的經驗。就像在聖加大利納的《對話》中指出的，它發生在煉路的終點。

如果一個人在一個有責任的位置——神職人員、修士、修女或教友——他就會被期待要微笑。「悲傷的聖人是差勁的聖人。基督徒永遠在笑，也永遠在慶祝。」（又聖母經〈*Salve Regina*）中的涕泣之谷被稱為是巴洛克的餘物。離鄉背景的人常覺得孤獨。接著某些人無法控制的事發生了：通常是失敗，也許是背叛、崩潰、事業失敗或甚至死亡。然後生命完全崩解了，人變得一無所有。在那時能哭已是幸運的了。以某種非常實際的方式來說是死了。很多重要的事被當成瑣事一般放在一旁，套用羅耀拉的話說，人變得抽離、客觀、「毫無偏私」。有一個死人躺在生命的舞臺上，他或她看起來好熟悉呀：「哦！是的，那就是我。有沒有誰來把我帶走，讓他們好排練下一場舞？」這其中有些第一重黑暗的感覺。

前面提過的人中有一些經歷過這樣的黑暗：卡爾神父、瑪莉修女、傑瑞與海倫，都在覺醒之後走過這一段路。約翰仍在經歷它，因為他的婚姻並沒有能夠滿足他所有的希望。對大部分的人而言，這黑暗期的結束是非常突然的。

在一個小時、一天或一個星期內，一個新的世界露出曙光來——鮮明、潔淨、無拘無束。生命根本的焦慮已悄無聲息，因為一切都失落了；所有這些都靜默下來，是因人沉憩在深深的海底。一道怪異的光劃破了海水穿了進來；怪異是因為它原本就一直在那裡，只是被藏在山的後面。它就好比東方天空開了一扇大大的門。在寂靜中就能聽見音樂；它聽來很熟悉，以前從未聽見是因為有太多雜音，太多令人分心的事物。有一種臨在，它既熟悉，又帶著奇特的新穎；柔軟、溫和但具威嚴。

第二階段——光明

對那些沒有選擇往回走的人，光明之路就開始了。許多人誤會了這條道路，而遲疑著要不要承認，若是他們並沒有到達那裡，他們至少已研究過它，也得到了它反射的光芒。光明這個詞聽起來太充滿讚揚的意味。有些到達第二階段的人害怕繼續向前，即使門是大開著。他們害怕可能會找到真正的幸福與完滿。這麼久以來，不幸、苦難與誘惑已是他們大部分的生命，沒有辦法就這麼放棄。「如果我不幸的，就不會被期待做很多事。如果我停止不幸，將會經歷身分認同的危機，因為那不幸的我將不再是我。如果我繼續走這條靈修的道路，我會被要求要買價值連城的珍珠，或要變賣所有家產就為了

去買埋在田地裡的寶藏。或許我應該停在這裡不動。」這類的想法會閃過腦際。「然後他傷心地離去，因為他有很多財產。」

如果人在第一重黑暗的尾端就停下腳步，生命就會變成漫長的黃昏。可能可以說這樣的人在黑暗中來回穿梭。自我的死亡呈現盤旋不去的狀態，像末期疾病。靈修生活像是個病房，靈修的指導者好比是富人的醫生，醫治那些從來不覺得配得上更好的，並隱地設法享受不健康的人。

其他的人是很慷慨的，但他們誤解了明路的意義，以為它將不會有罪與掙扎。他們會經驗到兩者，因此他們認為他們一定是在自我欺騙。

還有另一個逃避明路的理由：害怕一個沒有自我追尋的生命。奧斯定遭遇過這種威脅：「你將永遠不會再有我們了，你真能沒有我們而生存嗎？」他的惡習喊著。或者人可能對他或她已設法克服的有所顧忌。他或她最近才剛從外在的完美或人為虛構的純潔等奴役性的觀念解脫出來，難道明路意味著還把所有這一切再經歷過一次嗎？

這些都不是毫無根據的恐懼。靈修作家們指出，明路所帶來的自由常常更嚇人，因為人會感受到更深而根本的衝突。被壓抑的病癥、掩飾了的懷疑，以及自私都揭下了面具展現在人的眼前。因為此時人已有比以前多一點的力量，所以挑戰也更大。

然而，當人繼續前進，內疚與擔憂便被悲傷與眼淚取代了。不僅是因為有著種種失

敗的過去，也因為所有的不完美被光明無情地照亮的現在。天父的愛、歸向基督的深情
 召回、聖神的禮物加在一起使得自私、貪心、靈性的不成熟以及缺乏社會責任感變得幾
 乎難以令人承受。煉淨的痛苦越來越強烈，人察覺到自己放在與天主相愛之路上的障礙。
 熱那亞的聖加大利納對煉獄的描述，對身在明路中的人顯得格外重要。他或她可能被吸
 引與最窮、最被拒絕的人生活在一起，以生出分享與給予的需要。這需要的存在也緩和
 了罪疚，並開始去承擔某些基督曾經歷而窮人們仍在經歷的事。人會為了沒能再做更多
 而感到挫折——就像聖保祿的挫折。「基督的愛催迫著我們。」

必然地，善工——甚至是不朽建築之類的——變成了明路上的標誌。熙篤會的考特
 神父（Dom Chautard）在《使徒事業的靈魂》（*The Soul of the Apostolate*）中說，教會使
 徒事業的效力與進入明路的基督徒人數直接相關¹⁵。仁慈、創造力與熱誠已不再像在上
 一個煉路的階段那樣是種責任；它們成了一種回應，帶給這個明路上的人某種平安與和
 諧，而他／她開始了解為何聖方濟當初在亞西西挨家挨戶猛敲門，含淚哭喊著：「愛不
 被愛了」，叫醒每個睡夢中的人。大多數在明路中的人不太知道，在聖愛的光輝中看見
 他們缺乏愛的特殊經驗裡，他們要開始準備接受黑夜的尖銳考驗了。

在明路中的人，祈禱有相當大的改變。聖大德蘭說，它就像是從天主賜予的天然水
 泉湧出，而不是來自用閥門與幫浦做成的人工噴水池。在它內有溫和的喜悅與釋放。天

主無所不在。基督在善與美中顯現，而他的十字架則出現在醜惡與害怕中。意識中充滿了圖像；而心大大地被脹滿，如洪水般氾濫，並燃著熱火。技巧與手段被丟棄；它們變成「超載的行李」，因為祂在那裡。

在明路上的基督徒以聖經為生，並以聖人的著作為食。尊崇與敬畏在他的內在滋長，靈魂看起來不再那麼像是個陰影，而像是天主聖三光榮停駐的內在處所。世間教會的禮儀與人嚮往的天國禮儀息息相關。聖母瑪利亞所過的生活便是人道德生活的概要，而她的虔誠、勤於祈禱也成了答覆呼叫的典範。一道弧形的光芒自人間上達天國又返回人間。雖然人有時候強烈地為教會、為人類、為年輕人、為老人、為瀕死的人而受苦，但在聖愛的奧蹟中，這樣的痛苦至少都在某方面與取了人身的天主聖言結合。

隨著明路的進行，人會被靜默與鎮定所包圍。這大多反應在祈禱中——寧靜的祈禱（the prayer of quiet），聽比說所得到的回應更多。范肯（Van Kaam）神父形容得好，溫良成了人顯著的心情¹⁶。如果他或她正在經歷中年後期，懷海德對兩極調和的觀察資料在此會有幫助¹⁷。像創造與破壞、依戀與隔離、陽性與陰性等兩極對立開始得以被解決。柯慎士（Ewert Cousins）注意到聖文德在方濟會的生活，敘述的是一個類似過程但在靈修層面有更強烈體現的經驗¹⁸。這種兩極同時存在的現象是明路後期的特性。調和會在天主無限、純粹的臨在中產生。天主彷彿成為一個人的全部。被理性的燭光照亮的這內

在的圖像——用文德極佳的比喻來說——是所有注意力的中心。一個人放棄了一切又像是擁有一切，而這都是值得的。

黑夜

突然間一切都消失了，黑暗住進了內在的宮殿。熾烈發光的聖像與聖母的慈愛圖像都完全熄滅消失。美麗、忠貞、愛、希望——甚至天主的臨在——都失聯了，像是斷掉的電線。沒有一場風暴比得上初嘗黑暗時的經驗。借用聖十字若望非常擅於描寫的詞句，那兒只有個沒有風、沒空氣的悶熱夜晚，在中間的是個孤單受驚的靈魂，全然地挫敗與徹底地一無所有¹⁹。黑暗的第一個階段主要是一種神枯經驗。原本以為早就死去的孩提時的自我又像幽靈一般地再度出現。它帶著受壓抑而未滿足的需求，在夜裡哀號痛哭。長久以來在內在聖殿的美中安靜憩息的肉體高喊著：「還不算太晚——回來吧！」一個人回到家裡，卻發現家中住著七個魔鬼的比喻可能是唯一適合這狀況的聖經章節。

如果在這些令人分心的事物及強烈的感覺中還能有任何祈禱出現的話，那一定是個神枯的祈禱。一個在靈修生活上很有斬獲的老人用下列的比喻來形容他在黑暗期的祈禱：他說，他唯一的慰藉是他也嘗到了瑪利亞和若瑟匆忙地回到耶路撒冷，找那交託給他們卻因他們明顯地疏忽而走失的孩童基督時的驚恐與孤立無助。這個描述更像是聖十字若

望所稱的「感官的黑夜」(the Dark Night of the Senses)。它真的是純粹與天主結合的祈禱的開端。在心理層面上，一個人可能還沒準備好這麼純粹地接近天主。當黑夜漸漸散去，非常進化的靈魂會與天主深深地結合，進入出神狂喜的境地。在那之後，接踵而至的是第二個黑夜，正確地說是「心神的黑夜」(the Dark Night of the Spirit)。由於只有靈修進展極高深的靈魂才會達到這個境界，所以我們現在只是稍微提一下，因為常有人錯誤地把它用在並沒有那麼深的黑暗經驗。

在感官的黑夜中有些責任是必須盡的：有課要教、有人要照料、有朋友要鼓勵、有道理要講述。那些經歷黑夜的人說，他們變得幾乎從工作中被抽離出來，好使聖神把幫助別人的話語和智慧放進他們口中，但卻無法觸及他們自己的心。

最糟的是，在明路中甘美的懺悔，為違背上主的過失及未能愛祂而流的治癒之淚，現在都乾涸了。聖十字若望告訴我們，接著下來就是逐漸增加的、駭人的憂慮，憂慮會迷路，憂慮這麼多年來渴望著與主合一，卻一直到死都未能嘗到這果實。

有人告訴我們，沒有經歷過這恐怖境地的人不會明瞭那是什麼。我們只能聽說而已。不明智的人會拿出一些神學上的論述，說這種感覺是對希望及基督徒的良好樂觀態度的一種拒絕，這反而顯示出其實他們自己忘了去默想這段話：「祢為什麼捨棄了我？」(瑪廿七 46)

黑夜並不像第一重黑暗那樣有戲劇性的結尾。關於這結局的描寫也多半令人掃興。
真福亨利·蘇查（Blessed Henry Suso）寫道…

當主認為是時候了，祂就會獎賞這可憐的殉道者，為了他所受的所有苦難。祂享有心裡的平安，並在安祥與寧靜中接受許多寶貴的恩寵。祂從靈魂極深處讚美天主，並為了同樣這些苦難而感謝天主，現在若為了整個世界，祂願意承受²⁰。

所有一切都不見了，剩下的只是光溜溜的人類意志，沒有支援，沒有裝飾，也沒有補給或獎賞。人堅守著持續對天主忠實的渴望。艾略特（T. S. Eliot）在他的〈四首四重奏〉（*Four Quartets*）中說，這經驗不同於過去任何其他信、望、愛的經驗。單純地對天主純粹的臨在說「是」；單純地接受去愛的恩寵。內在的圖像不見了。天主要對一個人說話不再是透過「人的舌頭、天使的聲音、模糊的比喻或隆隆的雷聲，而是在寂靜之中，祂說著祂無始無終的話語」（聖奧斯定）。與主合一由是開始。

有些跡象顯示，進入合路的旅途是最終的臣服，甚至是要接受永遠地失去的可能，如果那是天主的旨意；當然，那不是。

第三階段——合一

這段文字內容，要求簡述合一之路，然而那卻是不可能的。當一個人企圖要描述這個極少數能達到這天賜的默觀境界的人才有的與主合一的經驗時，卻找不到適當的言辭，而思緒也像是消散無踪似的。頗有一點像想要試著說明永生的概念，卻只是引來永續不斷的教會服務——不是個很有助益的比喻。

也許討論合路最好的方法，就是說它不是什麼。它不是任何感官上驚人的感受。它比較像是正午時分高掛在無雲天空中的太陽。有人認為如果我們沒有先潔淨所有的自私與缺陷前就能體驗到它，那我們會感到無趣與厭煩，就像小孩對偉大的音樂厭煩一樣。根據聖奧斯定的說法，它是天主口中的一個字，沒有起始，沒有終結，且兼容並蓄。

沒有波瀾壯闊的感受，合路仍是極其引人入勝的，就像愛的無聲喜樂。也許，在超越了最初強烈的衝動之後，人類的愛會是這方面很好的例子。當我們看到某對在彼此的存在中感到平靜與安祥的老夫婦時特別能體會。許多聖人用夫妻間的愛作為合路的象徵。但人類的愛是有限的，並受制於時間；愛人們唯一能讓愛永存的方法，便是將它與它所來之處，也就是它所象徵的聖愛相連。

偉大的女神秘家們對合路的體驗似乎多半是主向她們走來；而男性則視它為一段通往新天地的旅程。然而當一個人遇上合路最普遍的形式時——存在於度平安與感謝主的生活的長者當中（這常被世界當成笑話）——那看起來就像孩子般天真的讚美詩。對所有觀察到一個身處於合路者的人而言，都有一個清晰的感覺，就是那是一種動態，其根源超越人類天性與極限。

為了現在進行的討論，也為了完成我們這靈修三路的整幅水彩畫，也許下面聖奧斯定的話，能夠將我們在還差得很遠的發展層面上得到的經驗與這最後的階段掛上勾。「如果這經驗能持續，所有其他較次等的都被移去，而這個經驗把看到的人包圍在內在的喜樂中，使得整個生命就像觸到神聖實相的那一剎那，這難道不叫『進入上主的喜悅嗎』。」

將心理學應用於這旅程

我們前面已簡略說明的靈性旅程，許多世紀以來不同文化中的作家都已經以這樣的方式描繪過了。當我們在第二部分試著說明它的心理動力學的理论性見解時，必需牢記那是個最受限的觀點，只能算是整張圖的一半，而且是較次要的一半。下一章我們要暫時停下來，在把當代心理學推論這樣有限的工具運用在如此崇高、超拔的事物之前，先

小心地檢視其中的限度與偏差。

第五章

心理學與靈修

當代宗教光景中的心理學

梵二大公會議後所帶來最重要的問題之一，便是當代的心理學理論對基督徒生活及教會儀式產生的相關效應。在遍及普世的層次上，這整個討論範疇深深影響到宗教教育、司鐸的訓練、宣講，以及修道團體的整體組織與未來。心理學理論也影響到關於婚姻和道德神學的法令規範及實行，尤其是和好聖事的常規、實行與要求的條件。自從佛洛依德、榮格及他們的同儕將人類心智的研究從實驗室搬到市井大街的辦公室以來，就連似乎和心理學關係很遠的聖經研究和禮儀神學都受這股改變的風潮波及。一些屬於學術界，而大部分人都不懂其方法論、研究範疇與限度的學科，如社會心理學、心理人類學，甚

至推論統計學等，有時都會成為主教會議、修會諮議會及堂區會議使用的資料——它們被視為客觀事實，然而這些團體幾乎沒有工具可評估呈現眼前的這些資料之有效性。而這種做法往往是出於最真誠的動機，想為實際問題提供解決之道。

若你曾討論過以下問題或類似的問題，你已經深深涉入某門你或許連名字都不清楚的學科之複雜世界中。例如：如果你曾經探討過在教區或堂區中讓不同族羣更加平等共融的可能性，因為福音要我們這麼做；或者，你選擇了某種建設性的社會改革方式來改善有關種族的態度，那麼你對付的正是社會心理學。你接受了精細引證過的特定實驗所得到的結論，但這些實驗原有嚴密的定義界限。稍後，若是在童子軍團體中成功達到種族共融的目標，但校車的窗子卻被打破，多人受傷，而你對為何如此感到訝異，那便是由於你運用了自己並不了解的威力強大的工具。

另一方面，倘若你身為修會團體的一員，參與有專業顧問引領的諮議會，而完全按照各個專業顧問所建議的去做，見到的結果卻是一切都弄得支離破碎；那麼你便見證了社會分析的技巧在實際運用中會發生的事。這些技巧固然本身或多或少有其效用，但卻有特定範疇的限制，從來就不是為提供修會團體努力尋求的解答而設計的。窗簾吊桿是很有用，也是很好的設計；但你若用它們來造吊橋，那麼你一定只能看著橋垮掉。

將討論話題換個區域，可以客觀考量婦女在教會中未來的角色。關於這議題，存在

著各種各樣的意見，而其支持者也聲勢相當，這些意見或基於人權，或基於傳統，還有基於神學、聖經、歷史、發展心理學，以及幾乎每個人都以其為最終判斷基準的——常識。持正反意見的兩方都能訴諸於心理學；而答案卻取決於他們徵詢的是哪些心理學家 and 社會科學的學者。任何對於女性角色的討論，必然包括對男性角色的考量，因為對於人類心理學家而言，女性特質和男性特質並非可以分開的兩個盒子，而是全然相關的兩極，若是缺了一方，將無從了解另一方。我不會過於天真地認為，教會中女性和男性角色的問題，光靠人類學和心理學就能提供快速輕鬆的解答。不過，若我們要從這些學科中尋找資料和理論上的解決方式，我們首先必須了解它們的目的和運作方法。

或許在當代教會中，沒有任何學科比推論統計學這神秘的研究提供更多的資訊和混亂。每個主教團和修會會長、各修會、教區以及教育部門，在某些時刻都遭遇過一堆複雜的電腦輸出報表，而真正看得懂的人少之又少。送來這包資料的人，通常是某社會學科或心理學科範疇的專家，而非統計專家，接著，這專家會幫助大會根據這深奧的資料達成實際結論。如此運用心理學資料，這底下通常有些盲目的危險預設，其中包括了：

1. 這資料準確地呈現了多數人的意見。
2. 多數人的意見一定是正確的。
3. 即使大多數人違反了法律、傳統，及先前智識與道德上的約束承諾，仍然一定要

遵從多數人（即便個人或少數人的權利遭到忽視亦然）。

這樣的程序是法西斯獨裁：絕對多數的統治；它摧毀了保留少數族羣權利的民主。更有甚者，它還是資訊不全的法西斯，因為推論統計的資料能提供這類解答，而據以作出如此決定的情況，可說少之又少。一份問卷或調查收效如何，端賴作答者所填的內容而定。在資訊科學中常引用的一句格言是：「你若輸入垃圾，得出的也是垃圾。」在一次經驗中，我必須參與社會心理學對一個修道團體的研究。雖然構想明明出自真誠，從科學觀點來說，這研究顯然無效。幸運地，在這個案例中，多數參與者的常識告訴他們這是無效的。可悲的是，當人們在某樣就科學而言不啻掛羊頭賣狗肉的事情上花了大筆經費之後，常識就不見得會佔上風了。

大眾心理學

心理學和音樂相彷彿，可分為古典、半古典和通俗模式。古典心理學，尤其是實驗心理學，往往與通俗的大眾心理學沒有太大關連，就如巴哈跟搖滾樂不相干一樣。但無疑地，比起古典音樂，通俗音樂對多數人的生活有更大影響。但在最底層的部分，這兩種音樂是相關的。許多偉大的音樂家剛開始時，演奏的是他孩提時代的通俗音樂。而在

一個大眾媒體或公眾教育中都接觸不到任何有專業素養的古典樂的時代，今日有潛力成為古典大師的人，很可能會從通俗音樂最平庸的模式開始學習。正如在音樂上，靈修上被視為表達真實狀況的通俗典型不見得沒有效用。你只需想想，多少精湛的靈修者是由通俗方式的敬禮開始，而且終生都維持著其中的某些敬禮。（玫瑰經就是個輝煌的例子，說明了通俗敬禮也能成為古典靈修的一部分。）

就如通俗音樂影響了當代文化，近年來大眾心理學也對教會生活有很大的影響。如同音樂，大眾心理學也有從半古典到油嘴滑舌追逐潮流的不等層次，涵容的範疇更是由真知灼見到空洞的廢話都有。大眾心理學和通俗音樂、藝術，以及電視宗教有著共通的主要問題，那就是它們通常不以效用與真實性為基礎，卻是基於商業考量。就像我們這時代的速食業生產廠商一般，大眾心理學家可能會問：「什麼東西有賣點？」而非「什麼為客戶有幫助？」

講過上述這些後，儘管如此，大眾心理學確有相當貢獻，幫助人們活得更健康，尤其是它在與某些經科學確認，或至少認真分析過的技巧有所關連的情況下。相反於大眾的意見，許多最有效的心理技巧並非經過實驗證實，但它們至少經由各種博學多聞的專業人士審慎評估、頻繁測試過。大眾心理學的技巧（例如「我OK，你也OK」的口號）也有種趨勢：在一段短時期內似乎挺有意義的，但之後迅即消逝無踪。這種技巧隨波逐

流的性質，或許相當反應出現代文明變化無常的本質。

大眾技巧有時候在限度之內會有幫助，尤其是在協助人們獲得自我認識這方面。不過，若修道團體或堂區建基於這些技巧上，將會是建立在沙土上。對相當真誠的大眾心理學所能懷有的最佳期望，即是它會作出某些持久的貢獻，而能永久地整合到某個社會、機構或個體中。這事發生的可能性，首先便和在大眾運動上投注了多少鄭重的思考及智識上的誠實，有直接的關連。一九六〇年代晚期對於團體過程與團體動力的著迷，實際上是基於某些非常嚴正而紮實的理論與實驗。當大眾熱忱消褪，縱使專業人士曾為天真的熱心者及偶爾出現的騙子而感到困窘，它仍留下對於心理治療和人性理解的實質貢獻。

此時，你應坐回位子上自問：「有關心理學，我真正懂得什麼？若我要將它與我的或他人的靈修生活這般重要的事情連結起來時，我過去是從哪裡得到某些心理學概念的？我單是天真盲從地接受觀念嗎？我曾否不怕麻煩地去了解嚴肅的心理學理論在使用時的限度？我曾經選擇大眾心理學嗎？若是如此，我曾否以我認為確定可靠的事物來檢測它？我是否曾以福音、教會的教導，及我自己的常識來衡量它？或者，我是否曾扭曲了自己的信念來迎合未經檢測、可能轉眼便會消逝的奇想？更糟的是，我是否曾削足適履，妥協自己的信仰，向當代的享樂主義和消費文化靠攏？簡言之，我是否與世俗精神同流了？在所有這些閃亮的裝飾品下，我買到真正的金箔了嗎？我是否真正運用天主賜給我的智

力思考過？」

在納粹早期，榮格就對他們發出嚴厲譴責，起因是他們只如鏡像般反映出當今世代似乎想要的東西。他感覺到，任何有效的世界願景一定要植根於人類過去五千年的歷史，同時也致力於當前局勢的議題。比起光是反映眼前一刻的短暫需要和概念，這任務艱難得多，卻也更有價值得多。教會與社會中的當代議題，都應以榮格的標準加以審慎衡量。

「心理學」這名詞意味什麼？

行為科學包括了心理學、精神醫學、社會學和各種組合及支派，例如社會心理學和社會工作。「心理學」這詞彙是個大雜燴，用以指稱對人類行為的各種研究，即便實驗心理學常會研究動物，而許多社會科學處理的是團體而非他們的問題。對靈修有興趣的人，由於他們的個人取向，在指涉心理學時通常意味的是治療派的心理學。因此，他們在用「心理學」這詞彙時，往往包括了與治療心理學相關的領域，例如心理治療、人格理論以及諮商。正如本書所提示過的，近來心理學的視野範疇已有所延伸，而將發展心理學也包含在內。

若將所有行為科學全都搬進一座大樓，按適合的比例將辦公室空間分配給各個學科

內種種不同的思想學派，它們的組合相當於一個動物園，也就是說，一個包羅萬象的小樣本，從企鵝到鱷魚都在其中。就像動物園中的動物一般，追隨這些學科的人們將會到處走動，製造噪音，但除此之外它們很少有共同之處。設想在這些學科之間有種假定的共識，而能基於此共識發展任何答案、理論或態度，實屬不智，而這種構想也不會比為動物園中的「平均動物」作一幅合成圖片更高明。在動物園中所有生物的平均身高和體重，是個無意義，甚至會誤導人的資訊。（若是將所有動物園中的虱子跳蚤也算進去，這數字的變動落差之鉅，從數毫克到數噸都有可能。）而隨著這句熟悉的開場白：「當代心理學家說……」所帶來的資訊，還更加能誤導人也更危險。

儘管如此，校園中的行為科學大樓與公園中的動物園都能是有益資訊的來源。例如，在結論上較為統一和謹慎的實驗心理學，便能告訴你聚斂心神以及行為改變的過程¹。治療心理學和精神醫學也能夠幫助我們，倘若我們明瞭治療技巧底下隱含的概念並小心運用的話。如我們將看到的，教會中破裂的皮囊，往往是將好的治療心理學的方法運用在生活狀況中的結果，這生活的現況實際呈現出舊皮囊。至少有一個男性修道團體完全消失無踪了，因為他們沒有人思慮夠周詳，去審視某個特別療法基地的心理和神學預設。

一種真正有效的技巧（譬如心理分析）或許可能是由一個像佛洛伊德這樣的人所制定的，這事實使得相關議題更為複雜，因為根據佛洛伊德自己的公開聲明，他反對所有

由啟示而來的宗教，尤其是基督宗教。心理分析為基督信徒常常有效；它也能「領洗」，而許多心理分析師也確實這麼做了。只需想想布雷克蘭（Brace land）、史托克（Stock）、利伯格（Zilboorg）、喬依士（Joyce）及史騰（Stern）諸君在這方面的努力就夠了。但不加分辨且條件不足地運用心理分析，卻多次讓信徒陷入深深的危機，而再也無法平復。以上引述的作者在與心理分析的相遇中，信仰顯然都更為堅定了，他們能將麥粒和糠秕區分開來。不過，情況不盡然都是這樣。正如所有學術領域，在治療派的心理學中，解答既不是逃避隱藏，也不是盲目跟進。歷史一次又一次地證明，正確的回應既非譴責伽利略，亦非將史賓諾莎（Spinoza）封為聖人。不幸的是，這兩種做法顯然仍在基督徒世界的各個階層中持續發生。我們或許應好好沈思漁網的比喻，並花些時間坐在海岸邊，將漁獲加以清理分類。

發展心理學

在了解靈性生活的洞見上，顯然當代在發展心理學上的趨勢，比治療心理學方面的走向對我更具鼓舞作用。這種樂觀看法至少出自於兩個因素。基督徒傳統（以及多數的其他宗教）中的靈修作家和神秘家當中，普遍的思考傾向一直都是發展性的，正如我們

在對於靈修三路的討論中所表達過的。過去二十年來，靈修作家則熱衷於思考病理學和病態，常在軟弱和罪的一般標題下進行這類討論。第二，他們一直在尋求方法鼓勵持續的成長，也就是發展性的解答。我受發展心理學的吸引，是因為比起治療心理學，尤其是大眾化的治療心理學，發展心理學就本身而言更統合得多，也更加整合於行為科學的一般領域內。發展心理學在理論建構上傾向於使用較為客觀的資料，對於其結論也更謙遜。智識上的驕傲與缺乏包容，往往讓治療心理學的歷史名聲遭到損害，尤其是在大眾心理學的部分，然而在發展心理學中，卻不見此種現象，這才是學術研究較適宜的作風。因此，對於發展心理學蘊藏的哲學內涵比較不需要費心。這些底層的基礎向來都不是從基督徒的觀點出發，也顯得與信仰完全無關。但它們很少直接與宗教對立。我們在這分析中，將會同時用到這兩個心理學支派。在此納入需要謹慎以對的治療心理學，是因為許多靈修問題與心理治療和諮商的需要有關連。

治療心理學

治療心理學的許多層面都必須在靈修輔導中實際應用，既是如此，我們在此將僅限於摘要描述治療心理學與靈修的關係。這摘要是以問答的方式作整理，而此處提出的幾

個問題，或許細心的讀者已經想到了。

1. 心理適應和靈修發展是同一回事嗎？

答案：「不是。」不過，心理適應的確與靈修發展相關。這問題可用另一種方式提問：我是否調適良好，同時也在靈修上成長？心理適應是種動態和持續的過程，在其中，個人努力運用自己的才能創造生產，同時適度地滿足全個人需求。完美的適應或平衡是個抽象的理想。人類總是在現實情勢的參數中達成適應。我在發現自己所處的情勢中作出適應。不幸地，防衛機制在無意識間扭曲真實，而使得人們能做出愉快的適應，但最終卻毀損了自己和他人。許多人在實際上忽略自身潛力，並將有待他們去做的許多事省略，在此同時卻經驗到自我實現和自我滿足。聖經常講到志得意滿的人擁有短促而罪惡的快樂。在《路加福音》十六章，富翁因忽視他人的需要而遭到譴責。儘管如此，一個成熟的生命適應，包括了對於人類處境的確實認知，能對一個靈修導向者的成長作出有力的貢獻。

另一方面，靈修發展是建立在神聖恩寵上。天主並不是心理學家，祂在對人和方法的選擇上自有主張。讚主曲（Magnificat）的字句——「祂從高座上推下權勢者，卻提拔了卑微貧困的人」——提供了聖經和傳統中的熟悉主題。靈修的發展，主要關乎個人是

否願意開放地回應天主，也同樣願意擁抱真理——至少就這人所認知到的真理而言。在生命早期，心理適應的幅度就已由周遭環境和形勢決定了。若你對自己童年的經驗不太有印象，那麼回想一下，從梅瑟和達味的時代以來，天主的聖意一直都召喚那些從心理觀點看來似乎並不適合的人選，來答覆祂的使命。記起許多列品的聖人終生都與童年的傷痕與病狀掙扎奮戰，也是好方法。

如我們已注意到的，在心理適應和靈修成長間存在著明顯的關係。好的適應會導致防衛與焦慮的全面減退，因而帶來對真實較好的認知，這當然對靈修成長有幫助。另一方面，在靈修上成長意味著在信仰及信任上成長，大大減輕擊潰自我的焦慮，病態便是建基於這種焦慮上。因此，在聖善上持續成長的人應會經驗到對現實較佳的適應。真正的內心平安，是靈修成長和心理適應這兩者的標記。

2. 在某些宗教系統中，要服從更高實體的秩序，就必須棄絕自我並自我犧牲。這樣的系統能對其追隨者提出自我實現的可能性，一如多數心理理論中所提議的嗎？

這問題表達了治療心理學與基於啟示宗教的超越價值之間的衝突。如我們在第一章中看到的，啟示要求出於信仰的服從，甚至可能迫使人捨棄性命。基督宗教、猶太教和回教，還有其他的啟示宗教也一樣，常要求人將天主和他人的權利放在自己的權利前面。

天主教教會常因為要求個人的欲望應受制於他人的需要和權利，而失去勢力（就如在英王亨利八世的案例中那樣）。

超越性秩序的命令和服從有位格的天主之急務，對那些抱持無神論或自然神論——亦即特別肯定一個不具位格的神祇，如史賓諾莎所相信的神——的世界觀的人是無法理解的。某些無神論者跟從一種運動，賦予「神聖狀態」類近於宗教的認同，實際上這些人比起那些將人類舉揚至類近神聖層次的人——如世俗的人本主義者，更能夠了解服從和超越自我的獻身之需要。真正的問題在於超乎自我滿足的獻身與承諾，無論這自我尋求可以被描述得多麼高貴。

自我實現的概念經歷了種種演進。為信徒來說，終極的福分或幸福是來到天主前，祂是不變的、滿全一切的真實。奧斯定對那些在次級事物中尋求幸福者的警告，在此值得注意。「尋求你所尋求的，卻不顧你在哪裡尋找它。不要在死亡之地尋找生命。」在靈性的追求中，有一種圓滿，它與過去二十年來所提倡的自我追尋非常不同。若按馬斯洛自我實現的意義來說，我們幾乎不能以「自我實現」這個詞彙來描述達民神父（Father Damien）或史懷哲（Albert Schweitzer）的投身。任何一九七〇年代晚期的社會心理學與治療心理學學者，都哀嘆當代場景中放任不羈的自我主義（selfism）。有幾位將之視為西方文化衰微的導因，而有些人更毫不遲疑地直接將之歸咎於心理學上頭。

以下引述出自美國心理學協會的已故主席，社會心理學家唐諾·坎培爾（Dr. Donald Campbell），他避開了自我主義的靈性問題，但指出了它對我們文化的危險效應。

今日在心理學中，存在著普遍的背景預設：由生物演化所賦予的人類本能衝動，為個人和社會而言都是正確的和最適宜的，而壓抑或約束的道德傳統是錯誤的。現在從科學上可視這預設為錯誤的。心理學對這背景觀點大肆宣導，將它教導給或許百分之八十或九十的大學生，以及比例越來越高的中小學生，而成了侵蝕社會約束系統之維繫的幫凶，這約束系統可能是極有價值的，經過社會演化的過程而來，只是我們還未完全了解它³。

坎培爾對於自我主義的攻擊並非獨一無二的特例。保羅·威茲（Paul Vitz）分析了這不經思索的自我主義之根源，和它作用於我們的價值和文化之效應。克利斯多夫·拉許（Christopher Lasch）在《自戀文化》（*The Culture of Narcissism*），以及威廉·祁帕崔（William Kilpatrick）在《認同與親密》（*Identity and Intimacy*）中，都表示自我主義已損害到永久投身的奉獻，而一切文化與家庭生活正是在這奉獻上才得以建立⁴。不經思索便接受自我主義，尤其是羅傑式（Rogerian）的類型，對於教會的修道團體已經造成了很

大的破壞。

既然這些自我主義的理論如此受歡迎，又明目張膽地投入一種享樂主義式的自我放縱，我們上面提到的關於更高秩序之要求的問題，似乎答案定是兩者不相容。雖然出於最人文的考量動機，但羅傑特別避免檢視超越個人自己的適應概念的更高秩序。為了孩子的福祉（也可能是為了妻子或丈夫），為人父母的必須否認個人渴望和衝動，這確實可能發生。那些自認身體力行的基督徒，在面對自我實現與屬於基督徒價值的更高秩序之間的衝突時，為了避免與福音正面交鋒，一般會採取合理化的方式，說：「我不能做。」這聽起來總比說：「我不願做」來得好些。而既然心理學揭露了許多真實的，但也是相對的、心理上的不可能的領域，這樣的合理化既舒適又方便運用。

丹尼爾·揚克拉維奇在新作中，將這種思考大大歸咎於羅傑、佛洛姆，並且尤其責怪馬斯洛⁵。揚克拉維奇指出自我實現的哲學本質矛盾的特性，而過去二十年來，這種哲學已經盛行於心理治療和整個美國文化中。如神秘家許久以前就得知，自我追尋導致不可避免的寂寞與孤絕的挫折。我們都見過在那些富有的怪人中，這種情況以極端的模式發生：終極的自我追尋往往導致精神分裂。揚克拉維奇也樂觀地提出，許多年輕人正邁向奉獻的新文化，並走向一種神聖感。

3. 因此個人心理上的利益，是否與更高的價值秩序不相容？

針對坎培爾對自我主義的譴責，許多心理學家反過來指控他壓迫個人利益，置之於社會利益之下，並宣稱他偏愛後者。

保羅·威茲——他的書值得高度推薦給所有對這個主題有興趣者——觀察到，對於坎培爾譴責的回應，代表著這問題只得到低層次的呈現。威茲繼續做了以下的澄清：「更高的宗教宣告：透過天主的愛，透過超越的經驗，個人得以變得大為富足。而靈性轉化的重要結果之一，便是更大的利他行為。因此，在宗教的詮釋中，個人與社會並不衝突，卻是基本上相互合作的」⁶。

對靈修生活有興趣的讀者或許已得到這結論，但害怕把它大聲說出來，因為自我主義的防禦暗號如此根深蒂固，甚至連在修道團體也如此。不過，威茲的答案確實意味著對於某種靈修可能性的接納，按心理學目前的解析，這超越了它作為一門科學的眼界或期望。靈性轉化、默觀，以及個人與社會利益最終的合一，對於這些概念，心理學通常不願延伸到它們上頭——除了激動到否定它們之外。正如威茲常指出的，當代心理學在其原則上抱持不可知論，而在其偏見上則是無神論。因為宗教的普遍性，大眾心理學較少展示這些成見。不過，一般的科學，尤其是心理學，只有在企圖否定超越界時，才獲

得許可而轉移到神學和哲學的討論領域，這是可觀察到的現象。普遍來說，當前後連貫的答案只能在訴諸於同時包含了個人和全人類的實體（Reality）中找到時，這些科學卻是不容接近這思想領域的，就像在此討論的情況。弗蘭克注意到這種偏見對現代社會歷史造成的可怖效應；按他的意見，就是這種思考建立了納粹的集中營⁷。

4. 有鑑於在治療心理學中對於自我主義的普及接受，是否還有希望採納靈修，或其他要求自我超越和超乎個人樂趣及興趣而獻身的結構？

這問題以許多種方式，由那些關心家庭生活、修道生活、牧靈工作之存續，或者任何個人於其中發現自己的尊嚴超乎個人利害以外的社羣之存續的人提出。好幾年來，我也觀察到一個小小的奉獻與利他趨勢，在後青春期的青少年或年輕的成人之間持續成長。這類趨勢似乎常常是對享樂主義的厭倦所生的反應，有時候是由恩寵與信仰的經驗所衍生，這樣的經驗與年輕人成長環境中一直伴隨的享樂取向、自我中心的價值完全背道而馳。沒有內涵的尋歡作樂，不可避免地會自食其果：無聊、疏離、倦怠，以及消極的敵意。為年輕人而言，他們對東方或西方的靈修教導如此不熟悉，以至於這些教導突然變得具有魅力。

揚克拉維奇看到：「現在有些零星片段的證據顯示，美國文化正朝向新的奉獻倫理

演進。」我很欣喜於這樣一位傑出的社會科學家已觀察到我也留意了好一陣子的事。他注目於社會責任與神聖感之間持續成長的關係，而這神聖感若非特別有宗教性，也一定與宗教倡導的價值有關。揚克拉維奇繼續說道：「這萌芽中的倫理，現在正環繞著兩種奉獻凝聚力量：更密切和深入的個人間的關係，以及由某些工具性價值轉換到神聖性／表達性價值」⁸。

當許多其他的徵兆顯示年輕人正在拒絕自我主義的文化，在此同時，中年人往往無法了解這種對於明顯自由的拒絕，而且這自由是不到一世代之前才贏得的。他們還記得那些過度操控和壓抑的日子。在同樣的那段時日中，有許多嚴肅認真而致力奉獻的人與他人不相往來，這並非很久以前的事。中生代相當覺察到，道德禁制並非通往利他主義和創造力的筆直大道。我們今日面對的任務，是挽救過去這二十年中所學得的價值，而不再執著於出於反彈的「自由主義」及已證實具破壞性和讓人失去人性的那些自我實現概念。

在這個關頭，就教於形式合宜而真確有效的靈修，或許會是極大的幫助。在所有時代和各種宗教背景中，確實有為數眾多的年輕人顯示了對於靈修價值與教導的真實興趣。祈禱、分享默觀經驗、建立於人類生活之神聖上的社會責任，都是對社會日益重要的價值。有一兩年，靈修甚至成了一種時尚潮流，雖然我懷疑這也是自我主義的一部分。現

在既然這潮流已退，各地的人們正在社會與團體中，發現具超越意義和美的吸引力。由這興趣導致見聞廣博而整合的靈修是很重要的，而這樣的靈修是奉獻給他人的，並具有真正的神聖感。在第二個千禧年接近尾聲之際，這是教會的任務。教會能在心理學中找到盟友或障礙。然而，這是信徒自身和心理學家同樣必須面對的議題。若是美國有組織的修會團體無法把握住這個揚克拉維奇稱之為我們第一次文化革命的時機，他們會繼續式微。而他們的老搭檔／對手——心理學，會獨自留下來面對一個超過其目的與能力的挑戰。然後我們會回到另一回合，心理學家和精神醫師再度成為哲學家 and 詩人，而司鐸只能充當他們的虔誠司酒。主啊，但願事情不會如此發生！

5. 在對靈修的了解上，心理學有幫助嗎？

當你合適且謹慎地運用心理學時，是的。靈修並不存在於真空中。它是人類成長與發展的一個階段，雖然它是對恩寵的原動力所作的回應，而恩寵的幫助則來自超乎人類的源頭。人類會對許多外於自身的勢力作回應。一切回應，包括對恩寵的回應，在用到所有行為科學的方式中，獲得最佳的研究解讀。

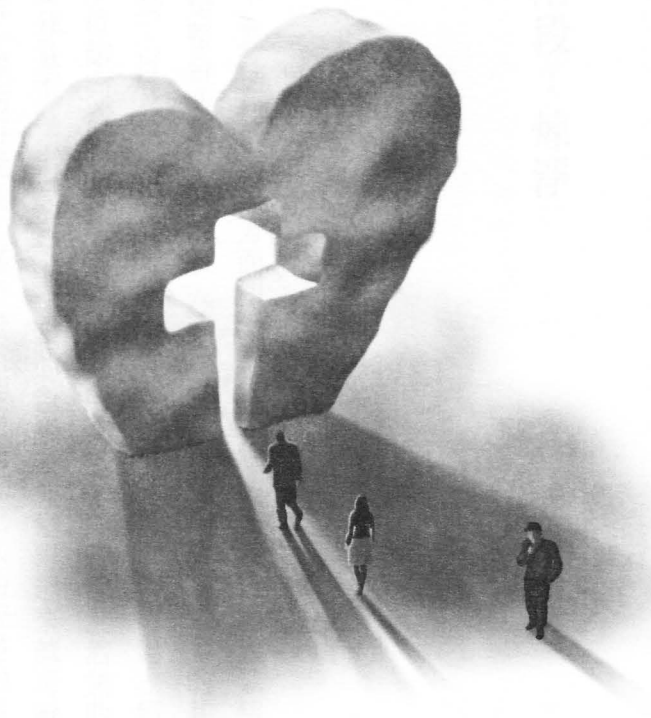
一個人是在社會脈絡中回應恩寵和啟示，而社會學和社會心理學這兩者都開啟了很大的理解領域。個人以自己已發展成形，帶著許多傷痕與創傷的人格來回應；因此治療

心理學也能大有幫助。人類在不同的發展階段，以不同方式回應，因此發展心理學和實驗心理學都能提供許多洞見。將這些記在心中，我們現在將轉到對靈修之路心理方面的考量上。

煉淨光明合一

第二部

心理學上對於
靈修三路的了解



第六章

靈修生活的第一階段：煉淨

第一步——道德整合

在靈修發展上最重要的一步，並且為缺乏這方面知識的人來說，也是最讓人氣餒的一步，便是煉淨的第一步驟：道德整合。剛皈依的新人或最近才自覺到屬靈生命的基督徒會被毫不留情地推向改變、成長，以及種種看似矛盾的行為之複雜情況：舊傷才癒，新傷又生；在聖神內成長，自我本位傾向消滅；為天主的力量所充滿，同時卻全然無助。生命和光陰這兩項寶貴禮物的重要分量不減，但卻染上超越的色彩。罪變得越來越可厭；然而在這個人變得益發自由的同時，罪的可能性，甚至遭壓抑而遺忘已久的叛逆和自私自利的原始傾向卻回到生命當中。在這個人正蘄露覺醒而進入靈修生活的漫長旅程之際，

痛苦與歡樂、美德與罪、信與不信環繞著他／她打轉。

煉淨的工作

當天主的召喚來臨時，會有許多工作要做，這是十分明顯的。這由我們以上討論到關於天主視我們的人格而向我們說話的特別幅度（天主的四種聲音）已顯示出來，也從我們已見到的個人發展需要，以及抵制我們完整發展的病態阻力上得到證明。在自我覺醒中召喚我們的天主是絕對的存有（Absolute Being）。祂將自己恩寵的召叫按我們的需要做調整，好讓我們終究能將自己全然依順祂。正如所有靈修學派的門人都曾觀察到的，對於絕對者（the Absolute）的委順乃是在聖德上成長的要件。

在基督宗教中，個人往順從天主的方向發展，並非偶然達致；只能憑藉天主子的恩寵，並按祂的教導成就。這活力不是來自一堆看似神聖特質的奇異組合，而是源於為天主所接納，而成為祂的子女。「山中聖訓」這由法律而衍生但卻超越法律的驚人文獻，提供了基督徒生活法則的基礎。

在這裡並不適宜將關於基督徒道德的教導通篇複習一遍，或者附上涵蓋許多基督徒克修重點的摘要。但確認這一點是必要的：這些法則至今依然發揮效用，其效力正如在

基督剛剛給了眾人道德教導之後，仍有點迷惑的羣眾找路回家時一樣。因此，我們遇到這樣的問題：

1. 我是否以基督的道德教導為準而生活？

在我們對照煉淨之路而檢視自己的生命時，這個問題為我們恆常是重要的。現在這個時代，基督徒當中不時可見道德相對主義之際，它尤其重要。而今學習冥想的方法蔚為潮流，但目標只在於製造宗教經驗，卻將道德皈依的命令置之不顧，因此這問題更切合時宜。將宗教經驗與生命的清白正直劃分開來的傾向，代表著古老而危險的諾斯底主義（*gnosticism*，強調以靈性知識為得救途徑的思想派別）傳統最糟的一面——這種傳統違背了聖人的生活與教導。

因此，這裡提出的道德問題分為兩部分：接受責任和積極努力踐行這責任要接受客觀的道德規範，需要經常作個人檢討。光說「我全都接受」、「我能做到的就會去做」或「基本上我會試試看」，是不夠的。依據基督徒道德法律生活，是個漸臻成熟的過程。人若是在成長，那麼新視界和新挑戰會一直出現。昨日的善工，今日看來可能更像是追求自我的陷阱。昨日的不盡完美，今日或許卻成了不知感恩或疏忽的罪過。更令人驚訝地，以往信任的行動可能突然顯得是明目張膽的放肆或自欺。

此外，人還要奮力對抗最普遍和詭詐的防衛機制：合理化與智識化。前者會為惡行或逃避善行找到好理由，後者提供各種詭辯托辭，歪曲真理。這些防衛機制必須加以謹慎檢視，因為它們是魔鬼的王牌，經常用來對付會閱讀本書這類書籍的人。

對於這些防衛機制帶來的效應有所認知，是大有用處的心態裝備，因為這些效應足以顛覆思想學派，甚至摧毀某個國家民族中的教會。防衛機制通常根深蒂固地存在我們的思考中，有時或許也被認為是必要的。重要的是保持警醒，好讓我們在行為中的防衛特質浮現到意識層面時，能自我察覺。我們生活在這個與基督信仰相去十萬八千里的世界，並且受這世界的價值觀浸染已深，以至於若是在一瞬間剝去我們這兩種防衛機制（合理化和智識化），我們或許會感覺陷入絕境。單是想想社會的不正義吧，我們生活在富裕的國家而不自覺地成為其中一部分；再去沈思這富裕的源頭，它們藉由合理化和否認而被美化遮掩了。這會讓我們穿透防衛，看到隱藏在背後的真實，獲得簡要而震撼人心的洞察。我們需要在神聖的寬恕中，得到由信仰而生的勇氣，好讓自己能正視現實，漸漸更清楚地認識它的種種範疇。

對真實如此清明的瞥視，往往能由個人與貧窮者一起工作而達致。我很難想到有任何人從未由近處觀察過那些負載著今世貪欲所造成的重擔的人們之困境，而能在靈修上真正有所進步。聖人告訴我們，要脫免自我中心的束縛，就必須與貧窮人一起努力工作。

同樣地，關於貞潔非常有效的講道，常發自那些一度曾是色欲的犧牲者之口，這也是真確的；類同地，失職違法者能夠提醒我們，自己也有可能犯不誠實的過失。窮人為我們也具有啟發性，引人走向愛與慷慨的層面，而他們自身所表現的愛和慷慨往往能讓已有良好根基裝備的基督徒感到驚訝，學會謙卑。

為某個正在尋求淨化內心的人，他／她需要客觀的道德秩序，以及將此種道德秩序加以詮釋的教會，這需要已是迫切而清晰的了。儘管許多人將教會的道德教導視為負擔或強加的義務，成為屬靈基督徒的人會滿懷感謝地歡欣接受牧靈部門的指引。與在靈修生活上漸漸成長的年輕成人一同工作的人，常常發現他們不僅是馴順，而且也渴望在我們這個自我中心、玩樂取向的社會中，建立自己的行為規範。青年相當能應對這事實——為新的情勢，必須找出新的規範。他們了解，即便是在信仰上認真許諾過的人，也往往彼此意見衝突。但年輕而新近才覺醒的基督徒對於沒有道德規範的宗教體系會嚴加拒絕，並尖刻地批評那些聲稱領導其他基督徒，但自己其實是盲目嚮導的那些人。我曾聽過他們抱怨這事數年之久，而且抱怨的聲音還有逐漸增強的趨勢。

當然，更大的問題並非：「我是否接受超乎自己防衛機制的法律？」而是「我是否依靠基督的法律而生活？」除非你已經是聖人，答案將會是：「只有部分而已。」這正是「發展」或「逐漸變成」的意義。以往曾經用這樣的禱詞教導準備初領聖體的孩子：

「親愛的主，我將我心、我靈交給祢。」這是很好的想法，但不完全傳達真實的狀況。比起多數成人，孩子並不見得更加準備好交付自我而順服於天主。若你在離世前能有十分鐘完全委順天主，你在靈修上的進展將超過任何人所預期的。

一個基督徒的成長，或者身為任何一種信仰的真誠信徒，確實要求恆常的努力。這包含了無盡地嘗試去淨化動機、改善行為、更有效地運用潛能，以及越來越敏於感受他人的權利。這確實是我們必須進入的窄門。遵從基督道德教訓之重要性，在每部福音中都有描述，只是各自從稍微不同的觀點加以說明。或許《若望福音》以毫不妥協的訊息，最為強烈地陳述了靈修生活的道德律：「如果你愛我，就要遵守我的命令」（若十四 15）。但這很明顯地是個長期的任務；宗徒的經驗已顯示，這是個逐漸轉變的過程。

2. 關於軟弱的罪過又如何呢？

我們在第三章對於病態心理的討論，與現在這主題特別相關。多數經驗到信仰覺醒而開始成長的人，會認出至少自己有意識、明知故犯的罪，其根苗與病態深深交纏在一起。我們用「軟弱的罪」這詞語來描述它們。與病態相關連的罪涵蓋了不道德行為的整個系譜，從不知節制到不正義的行徑、虛榮自私到性方面的罪過都在內。

與罪的奮戰，可說是與「陰影」的奮戰——這是榮格心理學說所用的貼切稱呼，用

來描述本我（*id*）需求的複雜動態，在經過組織和予以連貫表達後得以整合進入意識層面的生活。既然恩寵是建立在天性的基礎上，依同樣邏輯可推論罪亦如是；因此，我們的病態症狀便成為靈性仇敵的工作基地。將這些仇敵分類為世俗、血肉及魔鬼，並未不當。

弔詭地，軟弱的罪（甚至偏頗的惡意）最可怕的效應之一，便是心理上罪疚感的產生。「罪疚」這個詞帶有的含意，包括了道德責任、人墮落後的效應，或者由某種幻覺虛構的罪而生出的絮叨不休心境。在此我們用它表達所有負面的、自毀的感覺，將個人對於成為神聖者義子的希望意識抹滅，並驅使他／她走向進一步的罪和惡行。

在基督早期的生活中，他奮力工作，在寬赦罪的同時也教導天主的法律。他並不把罪疚感埋藏起來或祈願它自動消失，也不告訴某些人說他們太嚴苛地判斷自己了。總歸來說，他並沒有扮演許多現代治療者的角色——他們認為自己能用談話或願力消解人內心深刻的罪疚感。基督寬赦罪疚。這是他在公開生活中顯示天主性的第一個標記。「除了天主外，誰能赦罪呢？……但為叫你們知道人子在地上有權柄赦罪……起來，拿你的床，回家去吧！」（谷二 7—11）

基督消滅罪和罪疚。「你的罪得了赦免」（路七 48）。「去罷！從今以後，不要再犯罪了」（若八 11）。這治療的召喚是獨特的。今日它能夠發揮的效能，端賴我們能夠並願意讓它發揮到什麼程度。多數有心於靈修的人極其願意回應這召喚。但因著病態和

防衛機制，他們只能做到部分跟從。那便是「逐漸成為」的戲劇。當我們做出回應，我們便每天都更多一點自由，更多一點脫免了罪疚。

在這場脫離罪縛的奮戰中，辦告解是極好的工具，無論在聖事或非聖事的層面上皆如此。明智而妥善地運用和好聖事，為個人的成全是最有力的管道。沒有這種聖事或是因環境而無法辦此聖事的基督徒，可以向自己信賴的另一位信仰知識良好和經常祈禱的人告罪。這類似於在匿名戒酒會（Alcoholics Anonymous）中第五步所要求的告白。告解是很大的解脫，讓人靈向基督的寬恕開放。

當代最偉大的告解支持者之一，是泰澤的羅哲弟兄。雖然他是在喀爾文教會的傳統中受教長大，而該教會已經不再運用告解，他卻發現了告解的意義和價值。「天主教首先是聖體聖事的教會，但她還擁有另一項特別的禮物。她知道如何保留人來賜與寬恕，在地上釋放那在天國中會立即得釋放的，從我們的肩上卸下過於沈重而難以背負的重擔，拭淨過去，即使才不久之前的過去亦然。告解給予我們機會，盡可能出於自發地表達我們良心感到沈重的負荷。沒有人能道盡自己的過失」（泰澤羅哲弟兄語）。

3. 我對大罪有何想法？

或許在淨化階段，一個人最痛苦的經驗便是犯了大罪。這樣的淪落能使人失去力量

和混亂不已，以至於除了罪本身以外還導致接二連三的不幸後果。犯了大罪，或者認為自己犯了大罪的人，可能會遭受極大的憂鬱消沈，在某些情況中甚至會絕望。這樣的狀況，尤其是在衝動之下犯了罪，可能讓人陷入更不可接受的行為。比這更悲慘的境遇，便是將這罪行合理化為無足輕重或出於美德的行為表現。「我是為了愛才這麼做。」達味也是「為了愛」而殺了他所看上的女人的丈夫。若要獲得真正的洞察，一定要誠實。

靈修生活的入門者和他／她的靈修輔導者雙方都要有能力應對這悲劇性的狀況，這是很重要的。成功，尤其是在靈修生活早期的成功，與人有能力以建設性的基督徒方式去對抗罪有很大的關係，並且若是可能的話，還要將誘惑和罪轉化為靈修發展上具有活力的動機。

以下的這個問題可能會是有用的引導。

4. 我如何運用我的罪？

你得仔細沈思以下的提議，它是由古典道德神學、當代的道德思辨神學、當代心理學理論中較為可靠的成分、以及過去的靈修導師所傳承下來的操練所擷取的。這些都能提供穿越沙漠的路徑，這路徑或者和以色列子民在上主誘導下到達預許之地的路相去不遠。

或許我們首先應再度肯定大罪，亦即致死之罪的可能性。聖經以及所有偉大的教會

靈修作者都清楚宣告了人類在道德上足以致命的行動，斷絕了與天主的關係。如此嚴重的行為導致永久性的靈性損毀，讓人與我們作為天主子女的永恆福分隔絕。儘管如此，當代社會卻否認有致死之罪的可能。在一篇有著傑出洞察，將道德教導與靈修生活的價值相混合的聲明中，美國的主教們於一九七八年堅決重述聖經誡命——在人類行為的許多領域內，應避免嚴重道德錯誤¹。在一九七九年對芝加哥主教們的致詞中，教宗若望保祿二世讚揚這篇聲明，並重申牧靈訓導應基於基督的道德命令之必要²。再早幾年之前，美國最傑出的心理學家之一曼寧吉博士（Dr. Karl Menninger）提出了有前瞻性的問題：「關於罪，究竟發生了什麼事？」³曼寧吉在書中挑戰我們文化的道德主觀論，並且建議：認清罪的真實性，將會大為減輕道德相對主義和通俗心理學所帶來的昏暗和焦慮。

大罪（致死之罪）之可能性的教理（它確實是教理），是我們背離自己成為天主教子義女的信仰之黑暗面⁴。為了成為天主的孩子，人必須自由地說「是」。能夠自由地說「是」，也意味著說「不」的自由。對天主的愛說「不」，是地獄的開始。

大罪與在衝突掙扎中犯的罪

道德神學家賦予「實質的罪」（material sin）之定義是：一項行動（在此還不算真正

的罪），是在明知故犯的狀況下去做，而嚴重違反了道德律。我認識許多貧困、缺乏社會資源的弱勢者，他們不了解自己應建立穩定的婚姻關係，或者也不明白沒有結婚而同居在道德上是錯的。這往往是大眾長年以來忽視窮人的罪所造成，而非窮人自己犯罪的後果。對這種行為並不需要做文章，除了是要說明許多明顯有罪的行為也屬於這一類，特別是在世俗文化中。這樣的行動違背了許多人所不知道的道德律，因而道德律也就失去影響力，這些行動造成了個人和社會、家庭生活和孩子的傷害。這些人在人類苦難所佔的分量之多，令人害怕。（但在這樣的情況中，究竟真正的道德責任落在何處？）

當我們在靈修生活中成長，我們漸漸意識到個人行為的某些層面，能帶來毀壞的後果，而自己先前卻否認這些或將之合理化。例如，我們質問自己是否面對了我們對窮人的責任。在這主題上，若我們想要避開富裕者的合理化，經常的自我省察、改變和皈依是必要的。

還有另一項更具重大意義的罪，即便在我們的語言中沒有一個現成的簡單詞彙可描述它。一度曾用幾乎屬於禮儀範疇的詞彙來表達它：「人在不完美的狀態下犯的罪」（*sin imperfectly committed*）。這是某種根深蒂固的行動或習慣，與自毀的病態心理相關，或者佔據了人在生活調適中很大的一部分，以至於大大減損他朝向其他方面行動的自由。即便是過去那些採用嚴格道德標準的聽告解神父們，也從不忽視這現象。這個將

自由減至最少，並連帶地也縮減了真正責任的複雜議題，可以用標示著「肉慾」的這個嚇人包裹來概括之。隨著現代心理學的進展，這包裹的內容得到檢視；而達成的虛浮結論往往是，幾乎沒有人應認真地對任何事負責。聰敏的道德系統把主要焦點放在個人的情況下，而不太理會聖經、神聖傳統和教會的教導權威，而讓人們心中產生這種印象：正式、嚴重的罪相對而言幾乎是不可能存在的。對於病態心理和發展心理學有所了解，會令人更明瞭肉慾的意義，這是真的，但這些觀點經常出自佛洛依德之類的心理學家。作為最富於影響力的思想家，佛洛依德深信人類完全且偏頗地享受樂驅使；更有甚者，天主關切個人、富於慈愛，而創造了有能力對祂說「是」的人類，在他看來不過是神經過敏的幻象。因為佛洛依德和其他人的影響，對於人因種種限度能犯下重罪的洞察，常在運用時達不到效果。

最後，還有另一個和美德的古典概念有關的問題：一個善良的基督徒，是否只因單一罪行就喪失了救恩，真正向天主和作為天主子女的恩寵說「不」了嗎？幾世紀以來，許多靈修導師都熟悉這個實際而真切的問題。與發展危機或病態心理相關的嚴格禁止的行為，常普遍地在各處發生；從《宗徒大事錄》的時期以降，諸如憤怒、性放縱、欺詐或怨恨等行動便一直是投入信仰的基督徒當中的禍患。聽告解的神父將告解者交付給天主的仁慈，而建議在這些失敗上真心悔改將為信賴、感激及了解他人的動機加分。不過，

心理學的重大影響，卻使得許多講究理性邏輯的神學家認為有必要對這個似乎相當雜亂的系統，找到智識上清晰表達的答案。於是涉及已知的這個基本選擇，便有各式各樣的解答，以高度技巧和牧靈考量提出。或許出於善意的罪在靈修神學中是最深奧的奧秘。在《若望福音》中，基督所揭示的最後奧秘與宗徒們個人的渙散失常有關：「現在你們相信嗎？看，時辰要來，且已來到，你們要被驅散，各人歸各人的地方去，撇下我獨自一個」（若十六31—32）。然而他卻為他們祈禱，並相信他們會悔改，而能靠他們來領導他的教會。

關於基本選擇的理論，有兩個問題：在心理學上，人能同時選擇完全相反的兩樣事物的這種解釋是不相宜的；這只是讓合理化有方便的藉口。馬丁路德也碰上同樣的問題，他曾遇到一些相信自己已獲得拯救的士兵們，如同先前一樣地繼續他們在戰場上殘忍的行為。在他們單純的思考方式中，他們是天主的子女，罪無法用來反對他們。這位偉大的宗教改革者對於基本選擇會怎麼說，令人好奇。

較諸於抽象的道德神學，我本身對於靈修發展更有興趣，因而期望神學家永遠不要徹底解決仍在犯罪但也在奮力掙扎向善的信徒的這個謎題。伯鐸和保祿若不曾犯罪，還能成就些什麼？他們若沒有罪，看起來會多麼虛矯啊！即便他們已經到了生命後期，離殉道之日不遠，他們仍顯出缺乏定見和具攻擊性的徵兆。當然，他們的傾向並非大罪，

但若他們順著自己的傾向走——伯鐸一輩子躊躇搖擺，而保祿則習於冠冕堂皇的雷霆之怒——我們就會失去兩位在靈修生活上的傑出典範。正如所有其他在靈修旅程中的人一樣，宗徒的罪過和失敗，尤其是早期的，是靈修生活中一項凌亂的要素。從「天主使一切協助那些愛祂的人」這類的話來看，罪過也是一項必要的背景。與其將注意力集中在過去的罪是否真的致命，不如藉由我們在努力去愛天主上明顯的矛盾，激發自己深刻的悔改。我們必須規避一切的罪；我們必須在一切的罪上悔改。

5. 如何運用小罪作為我的成長契機？

小罪令人困惑的狀況，是我們在靈修生活早期會遇到的另一項奧秘。摘要地說，小罪就是在小事上對天主說「不」。對於歷來最偉大的神學家，光是對天主說「不」怎麼能夠是「小」罪，就已經超出他們聰明才智的範圍了。多數神學家認為，這最終反映出天主無限浩瀚的仁慈。在祂遭到自己所造的受造物拒絕之際，祂不僅寬恕我們，還容許自己被怠慢。我相信小罪的存在，它是教會向來認可的事實，反映了基督的溫和，這般寵愛的記憶，為猶太教和回教一直是難以理解的，雖然他們的靈修領袖實際上也已學到如何默默應對人對永恆者的怠慢。

小罪和大罪同樣可以歸類分為：明知故犯的罪、軟弱的罪或在衝突掙扎中犯的罪。

這兩類的罪到處可見，從或多或少較無害的閒談他人是非，到有口無心地參與禮儀都在內。詛咒發誓、玩牌作弊、以及善意的謊言也都是典型的小罪。數算這些罪能導致嚴重的憂鬱，但我們應謹慎省察我們的行為，每天為這些過失而悔改。

在需要和強烈衝動驅使下所導致的罪尤其重要。簡單地說，它們可以稱之為「重罪輕犯」（*mortal sins poorly committed*）。強烈衝動是只尋求樂趣、自毀性的習慣，能嚴重妨礙靈修生活的進展，因為它們帶來自身不健康的補贖方式。奧斯定的「就是現在」可以和「時候未到」交替出現。在這點上，一位靈修輔導能大有幫助，提出洞察並給予鼓勵和支持。處於危機中的人可能會飽受憂鬱、自疑和怨懟之苦，而祈禱的時刻則可能全然枯燥乏味。

教宗若望保祿二世在一份坦率的文件中，給予司鐸們以下的勸告（司鐸一度被人認為應是沒有罪過的，以至於他們只能私底下暗自去辦告解）；這段話對尚在煉淨之路上的，可能都會有幫助。

我們所有人都必須每天重新皈依。我們知道這是福音中提到的基本要務，是針對每個人而說的，而我們更有必要把它當成是對我們（司鐸）說的。若我們有義務協助他人皈依，我們在自己的生活中也同樣必須持續這麼做。皈依意味著回歸我們

聖召的恩寵本身；這意味著默想基督的無限美善和愛，他對我們每個人說話，按名字一一呼喚我們。他說：「跟隨我。」皈依意味著持續不斷地在我們心靈之主面前向他「交帳」，報告我們的服務、我們的熱忱和忠實，因為我們是「基督的僕人和管家，他將天主的奧蹟交託於我們」。皈依也意味著「交帳」而報告我們的疏忽和罪、我們的膽怯、缺乏信德和望德，只「以人的方式」思考事情，而不是「以天主的方式」。在這方面，讓我們回想起基督給伯鐸本人的警告。皈依為我們意味著在和好聖事中再度尋求天主的寬赦和力量，因而常能重新開始，日益進步，克勝自我，在靈修上有所斬獲，愉快地施予，因為「天主愛愉快的施予者」。

皈依意味著「不斷祈禱，永不氣餒」。確實，要達到皈依、靈修上的進步和成聖，祈禱是為整體最重要的條件⁵。

這些教宗提出的建議適用於所有罪人和一切的罪上，只有一項例外——我們現在即將談到它。這些勸言在大罪或日常生活的小過失上，都能發揮實際效用。

為犯罪而痛悔的態度，將基督徒帶到耶穌基督跟前，唯有祂能寬恕罪過。基督並不將罪抹去；祂並不否認它說「世人皆如此，沒什麼大不了的」。他非常認真地看待它，而最終還為此付出自己的生命。但他以愛摧毀了罪，並吩咐我們與伯鐸和保祿一起，常

常重新來過。

憂傷之罪與致死之罪

「致死之罪」原指任何大罪，亦即任何嚴重違反神聖法律的罪行。在此我對這名詞的用法是更嚴格狹義的，按字面意義來描述能使靈性生命喪亡的罪。這真正是「不赦之罪」，因為連它作為罪的存在都遭到否認，因此也無法痛悔改過。

有一種導致憂傷的罪，靈修輔導若帶領過被犯罪惡習糾纏的人，便會熟知這種罪。某人或許會認出這種罪如同鎖鍊般網綁他，使他混亂而痛苦。另一個人則可能認命地接受，視之為躲不掉的奴役。或許他曾嘗試過各種方法，從每日守聖時到接受心理治療，而最終將它合理化，說服自己相信：「天主就是把我造成這個樣子。」他活在這種期望中：某個天意安排的轉捩點會出現，譬如末期癌症或殉道，而讓他脫離奴役。有人確實這樣希望，並相信慈悲的父遲早會讓他解脫。不過，就像列文遜所著的《人生的季節》中的人一樣，他受困於反覆無常的行為和無益的習慣，最終可能將自己耗竭。這樣的人能對自己和依靠他們的人造成傷害，並浪費了自己生命所擁有的大半時光。他們通常會獲得突如其來的恩寵，而變得和奧斯定一樣，在試圖扭動掙脫鎖鍊，與自我爭戰一段時

間之後，真誠地擁抱接納了皈依。但無論後來可能發生什麼而導致他們轉向天主（這人每天為此而祈禱），在目前受束縛的狀態下，他們在靈修生活上不可能有多少實質進步。他們多數人往往固著在煉淨之路的開始階段，而在掙扎中唯一能有的進展便是獲得更大的信德與信賴。有時候，與主相遇的經驗或神恩復興運動會是一波恩寵的來源，將他們沖離自己身陷其中的沙洲。正如奧斯定⁶，他們初次清晰聽見了聖保祿對羅馬人說的話：「我們行動要端莊，好像在白天一樣，不可狂妄豪飲，不可淫亂放蕩，不可爭鬥嫉妒；但該穿上主耶穌基督；不應只掛念肉性的事，以滿足私慾」（羅十三13—14）。

傑瑞與里昂正是這種人的典型代表，雖然他們有相當大的困難，仍能接受恩寵。我還認識其他的人，必須掙扎奮鬥好幾年，才達到傑瑞在幾個月當中的進展。

固著在煉淨初期的人們必須逐漸了解到，他們的第一個錯誤，就是經常去注意血肉的渴望。他們無法再將自己的誘惑收藏好放在某個小角落，像是一張票、電話號碼或令人開心的糖果，引導他們走向誘惑和沈淪。誘惑是一定要面對的。

既然許多真誠的人都發現自己處於深刻的衝突中，或許在此可提出另一個值得檢視的真實案例。

比爾的故事

比爾在一個嚴格的愛爾蘭天主教家庭中長大。他描述自己早年是個相當「有手腕的人」。在他積極進取的事業感背後，潛藏著贏得認可的強烈需求，這是他年少在家時不曾由父親那裡獲得的。比爾的無窮精力，很大一部分來自壓抑的憤怒。

比爾娶了一個女孩，他說她「從過去到現在都是個聖人。」他是他所認識的人當中最好的天主教徒。儘管這說法或許誇張了點，他的妻子確實是個很有耐心和見識的好人。

比爾酗酒的問題是從工作開始的。他是個業務員，銷售建築設備，交際應酬的開銷很大。當他十來歲的兒子們開始進入叛逆期而反抗他時，他轉而依靠酒精來控制自己的脾氣。孩子們在對父親的畏懼之下長大，但漸漸厭煩了他習於掌控的方式，也對他的情緒爆發感到羞恥。愛轉成了恨；至少有一個兒子發展出嚴重反社會性人格的症狀。

比爾敘述：「我對一切都感到沮喪。我對天主感到抓狂，也對教會、自己的家庭、太太的娘家，還有我的公司憤怒。我講話越來越大聲。一天，我的妻子蘿絲告訴我，我是個酗酒者，應該去參加匿名戒酒會。我從未真正對蘿絲生氣過；但那天我差點打了她。感謝天主，我沒有這麼做。她告訴我她已經參與匿名戒酒會好一陣子了，如今為了我的緣故，她不願再繼續幫我隱瞞下去了。」

「我試著控制自己喝酒的習慣；但我無法做到。我去辦告解，也做了避靜；我做了所有的事，只因我不想去參與匿名戒酒會。我憎厭軟弱，而且認為只有軟弱的人才需要那種幫助。」

比爾的酗酒又繼續了兩年。這期間他時而能維持一週左右的清醒和宗教熱忱。他試著接近兒子們，但幾天之內又跌回酗酒的老毛病，醉得不省人事。最後比爾去參與匿名戒酒會。幸運地，他就此展開了新生活，但他花了很長時間才達成維持三個月清醒的進展。

比爾謹慎地進行匿名戒酒會的十二步戒酒計畫。他在第五步驟上花了許多時間與兒子們一一談話，坦白認錯，過程中有位參與戒酒計畫的修士在旁陪伴協助他。認識比爾的人都說他現在變得不一樣了。他向別人開放，也更能夠控制自己的脾氣；最重要的，他現在是個快樂的人。他不再需要證明自己了。他閱讀聖經，並發現盧雲（Henri Nouwen）的書為他很有幫助。他努力幫助匿名戒酒會中其他的人。他的兒子仍在復原當中，而比爾耐心地協助他。他與罪疚感掙扎奮鬥，若是他任由這種感受支配擺佈，可能會毀了自己。加入匿名戒酒會後，比爾奮力保持清醒的戰鬥持續了一年之久。他是受困於「憂傷之罪」者的典型範例。

基督徒經常試著克服混合了心理和道德成分的問題，就像酒癮，必須在起初決定改變之後奮鬥一段長時間。而時間的長短顯然與問題的深度成正比。任何強迫性症狀都是

嚴重的問題，無論是某種癮癖，如酒癮或毒癮，或是行為上的難題，如性變態或賭博。某些強迫症候有時候是沒有被認知到的，例如強迫性的負面講話模式。它們往往和其他問題有關連，像是神經過敏的憂鬱症或躁鬱症傾向等。與強迫症候奮戰的人需要耐心，並堅決相信這是一定要克服的。與強迫行為妥協是無用而且危險的，就像是告訴酗酒者他可以喝一點點酒一樣。

若是某個正與強迫症候纏鬥的人渴望在靈修生活上進步，靈修輔導或是基督徒同儕不應對這樣的事感到驚訝。強迫症候本身可能是個機會，讓這人更認真地看待靈修生活。而有些已投身基督徒生活的人，也可能會在靈修的煉淨之路上有了相當進展之後才遭遇強迫症候。

在工作中與許多這樣的人接觸後，我的印象是有兩個常見的錯誤使人們無法盡快地克服強迫症候：

1. 無法找到有效的管道紓解深刻的焦慮，這焦慮或許以寂寞、憤怒或沮喪的形式發顯出來。我們在本章的下一節講到信德與信賴時，會從靈性上的幅度檢視焦慮。
2. 無法抗拒生活中能滿足強迫症候的各種要素。即便他們決心要改善行為，有強迫症候者通常仍保留著耽溺的可能性。

要克服強迫症候，往往需要進行心理治療或諮商，而若是靈修輔導能和治療師溝通，

這時治療和諮商會最有效用。類似匿名戒酒會這樣的活動預先排除了治療的需要，但卻不排除靈修輔導從旁協助——若是參與者對成長有興趣的話。若是強迫症候有某種道德意涵，依我之見，應找一位固定的告解神父，神父至少要見過當事者，也知道他／她的名字，而當事者也應下決心，當自己再度沈淪的時候，每次都要找這位神父辦告解。

真正致死之罪

有另一羣組應與致死之罪放在一起考量。這些人是最不快樂的，他們將自己的罪變成了美德。他們真的無法悔改，因為他們做一切的事都如此「有美德」。他們說自己就是做了惡事，也是出於愛天主和人類同胞們。他們教導的福音是甜甜的糖果蜜餞，因為省略了一切「惡行與德行，懲罰和榮耀」——這是借用聖方濟在指導他修會的宣講者時所說的話⁷。

將惡行竄改成德行當然不是新鮮事。在致羅馬人書開頭幾章，聖保祿痛罵那些以合理化和否認來自欺的人。在教會中一直都存在的否認罪的傾向，構成整個教會中的「反傳統」，由類似博爾亞家族（the Borgias，西班牙貴族，十五世紀時權傾一時，成員中有教宗、總督，但多半品行不良）的人及與其氣味相投者構成，他們的言行範例在個人層

面上一致地否認了罪的實際存在。奇怪的是，這樣的人卻也會顯出對關於靈修的事情有興趣。當然，他們在這種情況下是不可能有所進步的。有些默想方法或許讓人在表面上感覺到獲得靈修上的進步，但事實上卻是我催眠。在這些狀況中，進步的虛浮表象實際上助長了個人靈性的危險，因為它增強了對罪的否認。

因此，我們現在講到的正是最危險的情況：天主無法寬恕這人的罪。天主寬恕過數以億計的罪；然而，祂的全能卻無法違背祂給予人類自由意志的決定。在個人運用自由意志抗拒聖神而拒絕悔改的情況下，天主自己也無法寬恕不知悔悟的罪人。既然不知悔悟是如此可怕且違反人性，也違反我們對幸福的基本追尋及天主「四種聲音」的吸引，它大概從來都不是個明顯的選擇。個人藉由否認、偽裝或其他防衛機制，暗暗地拒絕悔改。基督將這稱為：瞎子硬說自己看得見。

對於罪和失落的神經質懼怕

若是你有適度的真誠（全然真誠是聖人的境界），就不用多慮自己會在靈修上盲目而神經質地懼怕。這樣的恐懼可能是靈性神經症的病徵，顯示出對於天主的愛和仁慈缺乏信賴。聖神確實將真理顯示給那些要求它的人。但人應慎察靈性盲目，因為我們的靈

性透視還不完整。靈性上完全盲目及否認個人的罪與悔改的毀滅性成分，在教會史中是經常出現的主題。有些時候歷史嚴厲地判斷了基督宗教界的某些時期和事件，以及那些自稱是基督門徒們的活動。宗教改革前的歐洲充斥著一大堆相反於福音的行為。那些導致醜聞的人當中，多數盲目地至死仍否認自己所行的惡事。若不是那些夠勇敢而能看見自己的罪的人挺身面對自己時代所犯的錯，西方世界原本會繼續走下坡。或許那些意識到內修生活的人最大的責任便是溫和但卻堅定地正面挑戰靈性盲目。聖人會建議我們從自身開始。

過渡到煉淨之路的第二階段

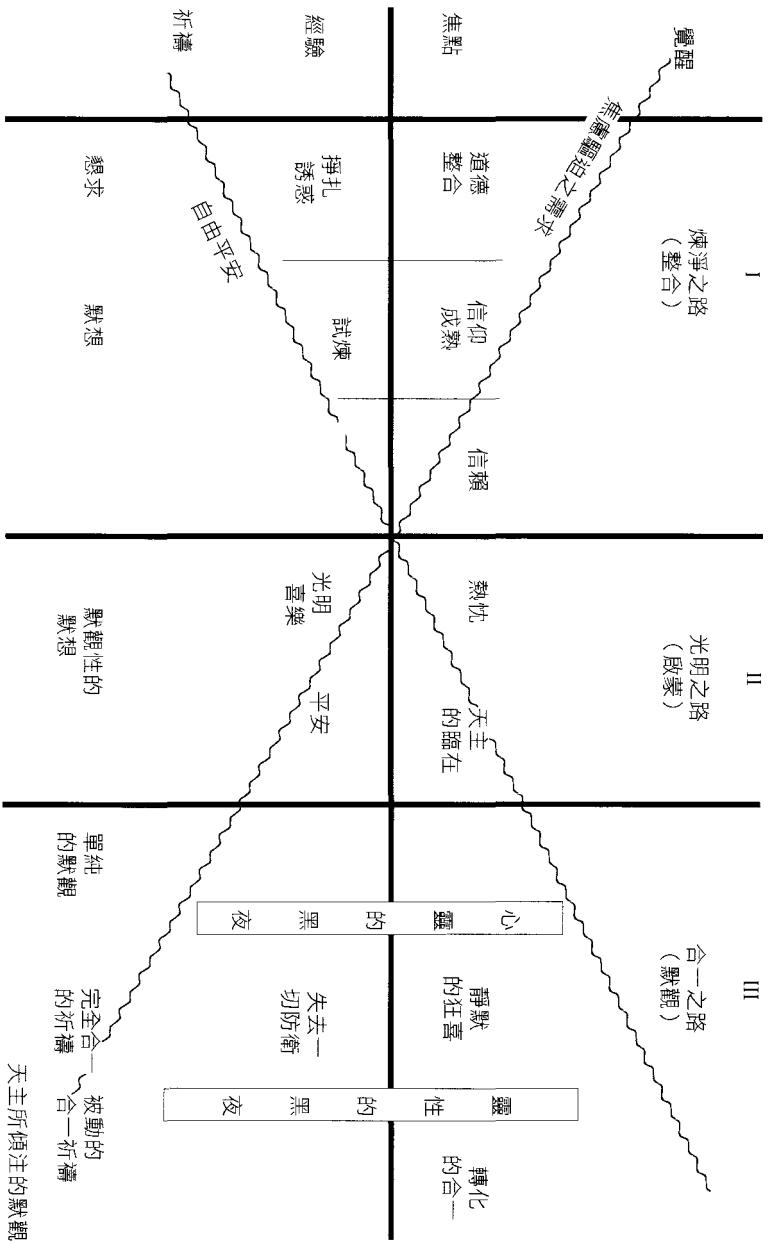
煉淨之路的第二階段，其焦點在於成熟信仰與信賴的發展。當道德整合已大致完成，我們會注意到基本的焦慮消退。正如才剛展開一段長途旅行的旅人，我們現在能汲取個人經驗來評估旅途的未來階段。接受基督的寬恕與恩寵的奮鬥使我們在經驗上察覺到自己是天主所愛的，這層嶄新的意識是棄絕罪非常有力的動機。旅人初次感覺到天主子女的自由，有如清風吹拂。當罪和其強迫行為減退，更強的對抗力——心靈自由與內在平安便充滿了他／她。罪，或至少是犯罪的可能性，在今世絕不可能完全消除抹去，但它

強有力的掌控實質上已被擊破，新的整合機會開始出現。

基本焦慮和內在平安的理論

現在顯然是個適當的時候，來介紹焦慮和內在平安的理論，我已經在這方面花了好幾年時間研究。這觀點是嘗試性的，也開放接受指正。它不完全是原創的，也不特別複雜，但提供了一套心智策略，可以一貫運用來釐清伴隨著靈修成長的心理現象。

由奧斯定到佛洛依德，在他們之前還有聖保祿，偉大的心理學家們認知到在人類內心有種可怕的焦慮，對於徒勞無功和勞苦困頓的恐懼，由嬰孩時期開始便縈繞不去。當我們意識到自己人格中的靈性成分，我們日益覺察到對於生命超越層面的意義之可能，而這種覺察開始讓焦慮得以緩和。生命，在一系列偶發事件之外，有了另一層意義。有兩樣事情的發生是彼此相關而成反比的：焦慮衰退，平安便開始充滿內心。既然我們之前定義為「受驅迫之需求」的病態心理，是釋出焦慮的一種方式，一旦病態的慾望鬆開了掌控，我們便漸漸經驗到自由。防衛心使得真相模糊不清；當恐懼和焦慮減退，防衛的需要也隨之減少，我們便開始看見真理。下列圖表中提出了這些反相關的項目，各自象徵著焦慮和平安，為靈修發展的心理學做了大概的摘要。



讀者會觀察到一條起伏波動的線條（它會起伏或波動是因為生命中原有起起落落的傾向），理論上代表著焦慮、受驅迫的需求（病態徵兆）以及防衛的逐漸消滅。這條線與另一條相反的線交叉，而另一條線代表的則是內在的平安，以及靈魂初次經歷過黑暗之後，脫離病態而獲得自由以及面對現實的能力（真實）。這圖表也能提供某些心理學上對於「光明之路」的理解，在這時期，個人體驗到以往從未如此長久地享有的實質自由和內在平安。

關於這張相當理論化的圖表，很重要的一點是要注意兩項與先前對「三路」所做觀察有關的特徵。第一，這樣的圖表呈現了相當大的過度簡化，就如同道路圖一般。個人經驗遠比這圖表所顯示的要來的複雜得多。波浪狀的線條代表的，可能是無數次的跌倒和恢復。而且即便在早期，也會有許多自由大過受驅迫的需要的例子。第二，在生命旅途中人也可能退步或滯留，因此而經歷好幾個相同階段。

任何生命地圖（正如我們已顯示的）都會按一個人主要的樣子，或套入模式，置之於旅途的某一點；然而以某種方式來看，他或她其實同時處在所有階段。處在煉淨第一階段結尾的某人或許已經驗到光明的某些層面，但也可能退縮回到起點。這闡釋了上面討論過的有趣概念，亦即「成為」（becoming）或「在時間中的存有」（being-in-time）。

危機時期

危機終究是個十字路口。正如幾位作者（尤其是懷海德夫婦）所指出的，它是痛苦的時期，但也是個有助成長的特別機會。隨著道德漸漸整合和煉淨之路第二階段的新任務出現，某些挑戰也會浮現出來，值得在此一提。

在這些挑戰當中，首先便是走回頭路的衝動。正如奧斯定所察覺的，人所習於享有的樂趣比起前頭不那麼熟悉的靈修目標，有更強烈的吸引力。聖伯鐸的問題：「我們捨棄了一切，跟隨了你；那麼，將來我們可得到什麼呢？」（瑪十九27）是非常真實的。在此刻，人必須單靠信德前進。

其次，此時道德整合仍相當薄弱，因此個人可能經驗到不那麼頻繁，但卻更為痛楚的失足離開恩寵。這為那些自幼年起便遭到嚴重神經性衝突（*neurotic conflicts*）的人尤其真切。

在這關頭最重要的問題是：「你真正想要什麼？」最具鼓勵性的閱讀，便是從宗徒的觀點來理解的福音了。福音顯露了他們長期所受的鍛鍊以及經歷困難階段的過程，在此期間基督經常直接對抗他們隱微的世俗目標和自私。

最後，在這漫長的過渡期中，個人獲得第二次真實的恩寵經驗。初次的經驗是美好的召喚：「跟隨我」，先前已描述過的覺醒。我們學到單靠自己的力量，無法真正地跟隨祂。恩寵是天主白白給予的禮物，使我們成為義子，能夠接受基督是我們的主和救贖者。恩寵是靈修生活中賦予生命的力量。在回溯一個人的心理發展時，常會聽到有人這麼說：「我過去不曾體會到自己活著，一直到三十歲」，或者是在其他的年齡，人才開始自覺到要為成功而奮鬥，生命臻於成熟。個人在為道德整合的奮戰告終時，也會有類似的發現；但現在這陳述應改成：「我過去不曾體會到自己在基督內活著。」

在過渡期中，個人第一次領悟到信仰的偉大真理。在與病態自我的苦楚衝突期間，他或她漸漸認出這些真理：信仰的絕對必要性；若非天主的神聖意志，要跟從祂根本不可能；天主全然至高的主權；人類所做的一切嘗試都無法適切表達信仰真理；降生成人和救贖的意義。就在那時刻，有個輪廓開始在個人的內在生命中顯現出來，那便是基督的輪廓。這經驗一點也不抽象。人會察覺：不加思索地使用「基督」這個詞彙，好比常聽到的「為基督做這件事」或「為了基督的緣故」，已讓它變得平庸無奇。所有這類的表達，一旦真正有其意義，就變得靜默無聲了。進入煉淨之路新階段的人完全覺察到某位的臨在，那位受過苦的人。「是主。」

第二步——成熟的信仰和信任

當我們開始放掉自己的防衛機制，看透我們的合理化和智識化，我們便要面對兩項相輔相成的任務。這在第三章討論到徐格爾的宗教發展分析時，便提到過。這兩項任務便是超越稚氣淺薄的宗教信仰和青少年期的宗教推論。這兩種行為就某個特定階段的發展而言是適宜的；兩者都代表著心靈的成長達到某個程度，兩者也都回應人性的需要。孩童試圖以類似迷信的信念，來應對生活中的恐懼，想要以善工來控制天主。青少年則運用好奇心和理性分析，藉著界定天主能做什麼和必須做什麼，來掌控神聖者。我們也了解這些發展階段的經驗必須轉變，好能在成熟的靈修生活中持之以恆。孩童式的狂熱崇拜要變成慈悲的善行；青少年式的質疑要變為帶著敬畏之情的哲學和神學。不幸的是，善工和理性推想都能為那些選擇不要成熟的人提供掩護，讓他們陷在自己的工作或理念中。

信仰——理智的悔改

由青少年的信仰轉化為成熟信仰，並不像由孩提的宗教狂熱轉為信任那麼難。因為

宗教的合理化是附屬次要的，它只是一種生活的調整。從某些方面來說，相信天主的存在，要比信賴祂來得容易。因此，弔詭地，超越青少年式的信仰常發生在超越孩提式信仰之前。

青少年的宗教信仰是基於清晰理念，或者說，「什麼是合理的」。「確定」或「清楚」在最終的分析裡，多半是主觀經驗。這在哲學的角度而言未必為真，但就心理學來說卻是無可置疑的真實。為某人來說很清楚的事，為另一個人來說不見得清楚。清楚既有著相對的主觀性，它本質上也就游移不定，而這種游移不定的特質能在兩種適應不良的態度中觀察到：狂熱心態和長期的不確定。當青少年式的信仰受到恐懼的推導，它能夠成為非常強有力的經驗，而促成非常防衛和偏執的態度。宗教狂熱（它實在是飽受威脅的偏執信仰經驗）否認個人潛藏的根本不確定性，將自己內在的衝突投射到別人身上。通常投射的標靶是魔鬼或那些被想成為魔鬼做事的人。在那些為自己內在的混亂所威脅的青少年身上，狂熱心態是可以原諒的，並且需要耐心而溫和的了解。要知道一個基本上健康的人也可能經驗過某些誇大妄想的觀念構成，這是對人性普遍理解的一部分（我們不都曾經歷過嗎？）。然而，要協助處於這種情況中的人，必須進入他或她有點扭曲的世界圖像，試著緩和他或她的恐懼。那些受恐懼威脅的成人往往會吸引青少年，並將自己和這些年輕人的恐懼加成放大。這便是青年狂熱崇拜的來源。其他未能達至完全成

熟信仰的人或許會加入這些狂熱的青少年，與他或她形成某種關係，但若這年輕人繼續前進，邁向比較不受威脅而更為成熟的信仰時，這份關係必定會幻滅。

不過，邁向成熟信仰的最大陷阱，並非狂熱心態下錯誤的確定性，而是永久執著於無止盡的一系列日益複雜詭辯的推想思考。有些天資聰穎的人會落入這種陷阱，而一再重複不穩定的清晰經驗，以及由這些經驗而生的無止境的防衛。那些在孩童和青少年期因為聰明而遭到拒絕或譏諷的成人，尤其容易發生這種問題。不難理解，他們在早年便學會將自尊建立在自己的知識力量上。就如他們的競爭者可能沈迷於運動方面的成就，他們也過度投入透過智性遊戲來自我表達。一些真正聰穎又善體人意的基督徒會浪費好些年去發展一套精細的理論和分界，但卻無法超出這類智性操練的範疇而做出信仰的躍進，這樣的例子屢見不鮮。

這兩種困在青少年期（狂熱者和過度思考者）的信徒之特徵，竟奇異地相似。雖然他們可能會彼此爭執，各自給對方冠上疑心病和反啟蒙主義者的綽號，他們兩方卻都能夠真誠而專注地投入宗教和靈修。然而，這兩類沒能超越青少年時期的人，都展現出心理上停滯的徵兆：怨苦、厭煩，一頭栽進典型熱狂的、無回饋性的活動裡頭逃避。

這種困境的解決之道，便是躍入成熟的信仰。這個詞語可能會讓那些最需要做出這跳躍的人覺得不舒服；因此，對於成熟信仰的心理分析或許會有幫助。我們首先會檢視

成熟信仰的主觀特質，接著是它的源頭和過程，最後是它與焦慮消退的關係。

正如我們已經了解的，青少年的信仰是基於試著掌握住清晰理念，直到找到更好的解釋為止。根據聖十字若望的看法，成熟的信仰正相反。它不是游移不定的，而是確定的，因為這信仰的源頭是天主。以成熟信仰而言，神聖恩寵藉由啟示和個人啟蒙而闖入平常的認知過程中，讓個人有能力去相信。成熟信仰正如道德整合的最後掙扎一般，毫無誤差地向個人顯露自我之外的一股推動力——亦即恩寵的力量，這是再怎麼強調也不為過的。是否有人能主觀上對這種經驗毫無自覺，便達到煉淨之路的較晚階段，我對此懷著鄭重的質疑。

更重要地，成熟信仰是神秘而隱微的。它超越平常的神學推想——基於理性所能掌控的類比思考而得到的清晰概念。這些在青少年期信仰和智識推斷中所用到的類比，其源頭應植根於天主的啟示。類比使得肯定式神學的任務成為可能。然而，聖十字若望所說的信仰是超越一切類比的信仰，通常稱為「否定神學」，即指它是基於對非真實的否定，而不是對真實的肯定。

舉一個例子便能澄清類比式信仰和否定式信仰。天主啟示了祂自身是活著的，具有人的位格的天主。身為人類，我們共同分享對於「人」的概念，因而便會以類比的方式將這概念應用於天主。這是個有用的類比，每個孩子和青少年都能明瞭，雖然才剛發展

出抽象思考能力的年輕青少年，類比理解力會比孩童好些，孩子們會將天主看成類似盤古氏之流的老人。唸神學的學生會更進一步，抽掉神人同形的思考，而推想到最為崇高、不具限度的人的概念。神學家能夠檢驗人的觀念，以及與此類比相關的聖經和要理，尤其是隨著心理學將它對人的定義作更精細的論述，這類思考也推進到近乎無限的細緻琢磨。

然後，神學家或學生在心禱中也緘默下來，經驗到與天主的神秘關係及知識。個人經驗超越了對於人的一切概念。此刻，天主成了既不亞於人，亦不多於人，然而就我們對「人」這個名詞的了解而言，祂超越了人。

在這主題上，聖十字若望的教導值得細細研讀，以下是他的本文：

神學家說，信德是靈魂確實而隱晦的習慣。它是隱晦的習慣，因為它引領我們相信上天啓示的真理，而這些真理超乎一切自然的光明，並無限地超過了所有人類的理解力。將信德過度的光明放送給人的結果，是這為他反成了黑暗，因為更為明亮的光會蝕去和阻抑較為黯淡的光。太陽便是如此地讓其他一切光源都變得晦暗不明，以至於當它照耀時，其他的光彷彿都不成其為光；太陽的耀眼使得眼睛不堪負荷視覺，令它們暈眩、盲目，奪去它們的視像，因為它的光為視覺官能而言是過度而超出比例的。同樣地，信德之光以它的豐沛阻抑了智識，令其暈眩。因為靠自己

的力量，智識僅能理解自然知識，雖則它具有潛力，只要我們的主願意，它便能被提升至超自然的表現。

人自己只能以自然的方式認識事物；也就是說，憑藉感官來認知。若他要以這種自然方式認知，那麼幻影和物種都必須自身呈現在他眼前，或是透過類似者呈現出來；否則他便沒有能力自然地認知。若是將某個人從不認識的事物，或從沒見過這種樣子的物體講給他聽，最終他並不會比以往擁有更多知識。

舉個例子，倘若告知某人在某個島上有種動物，他從沒見過這個種類，也沒看過跟它長相肖似的動物，那麼不管告訴他再多關於這動物的事，在他腦海中，這個動物的概念或影像，不會比之前更多。

另一個更清楚的例子會讓我們更明白這個主題：若是告知一個天生失明的人關於白色或黃色的性質，無論他得到多少指示，他都絕對無法了解。既然他從未看過這些顏色，也沒見過相似的東西，他便沒有管道可形成關於它們的判斷。他只能抓到它們的名字，因為名字是藉由聆聽而辨識的；但不可能認知它們的形式或形象，因為他從未看過這些顏色。

信仰對於靈魂而言也是如此——它告訴我們自己從未見過或認識的事，或是它們本身，或是與它們類似的事；實際上世間並沒有肖似它們的事物存在。自然知識

的光明不會將屬於信仰的事物顯示給我們，因為這樣的事物與任何感官都不相稱。然而我們仍透過聆聽而認識它，藉由相信信仰的教導，遮蔽我們的自然光明而引領它順服。聖保祿說：信仰是出於報道（*Fides ex auditu*）（羅十17）。這等於說，信仰不是從感官而來的，而是靈魂對於藉由聆聽而進入心靈的事物的同意。

更有甚者，信仰遠遠超出這些例子所教導我們的。它不僅不生產知識和科學，而且如我們所說，它將一個人所擁有的其他任何可賴以判斷的知識或科學也予以剝奪和遮覆。其他知識是藉著智識之光而獲得的，但信仰所給予的知識則不是。信德將智識之光歸零，而且倘若智識之光不變得黯淡，便會失掉信仰的知識。因此，依撒意亞說：假使你們不相信，你們便不會了解（依七9）。

很明白地，信仰為人來說是黑夜，但它以此方式給予他光明。它為他帶來越多黑暗，便散發出越多光明。因為藉由使他失明，它啟蒙光照了他，根據依撒意亞所說的，若你不相信便不會了解，也就是說你便不會擁有光明（依七9）⁸。

要表達聖十字若望在這段中所描述的經驗，「直觀」或許是最佳詞彙。直覺是超乎理性分析的領悟力；不像在鑑賞偉大藝術或音樂那樣，它並未對各部分詳加分析，便察覺領會到整個實體。既然信仰的源頭超越人類心靈，光是引介直觀的概念並不足以解釋

或說明與成熟信仰相關聯的現象，尤其是對信仰的確定。對直觀進行的任何分析，本質上必定受限，因為直觀的運作模式是神秘的。基於經驗的描述是最佳嚮導。本書卷首的獻辭中引用的聖納德所寫聖詩的另一節寫著：「沒有唇舌能述說，沒有文字能表達，唯有經驗才能相信。」巴斯噶（Pascal）的《回憶錄》（*Memorial*）試圖描述神秘直觀的經驗。他寫《回憶錄》是為了幫助自己回顧和重新檢視所發生的事。在閱讀這篇顯然文字和思想都不夠用的敘述時，要回想起巴斯噶是個天才，這點很重要；他的文學和數學著作都以表達的準確和清晰而聞名。

回憶錄

於主曆一六五四年

十一月二十三日，週一，聖克勉（St. Clement）慶日

教宗兼殉道者，以及其他在羅馬的殉道聖人，

殉道聖人克利梭崗努（St. Chrysogonus）及其他殉道者紀念日前夕。

從晚間十點半

直到約午夜後半小時

火

亞巴郎的天主，依撒格的天主，雅各伯的天主

並不特別眷顧哲學家和博學者的天主

確切喜樂，確切情緒，視界喜樂

耶穌基督的天主

Deum meum et Deum vestrum.

祢的天主就是我的天主。

寬恕世界和一切不是天主的事物

唯有在福音教導的路徑中

能找到祂。偉哉人類靈魂。

好天父，世界沒有認識

祢，但我認識了祢。

喜樂喜樂喜樂和喜樂的淚

我曾將自己與祢隔絕

Dereliquerunt me fontem [aquae vivae]

我的天主，祢會離我而去嗎？

請別讓我永遠與祢隔絕

他們擁有永生，那些認識祢的人

唯一的真天主和祢所派遣的

耶穌基督

耶穌基督

我曾將自己與他隔絕，我曾逃逸，背棄了，釘死了他⁹。

或許巴斯噶的《回憶錄》比其他任何神秘主義文學的文獻都更能闡明成熟信仰知識之神秘特質。我們也可以問：人類知識能夠在此種境況下成長，或者心智純粹只被動地運作，如同鏡子一般？聖奧斯定清楚地定義了在這種知識領域中的發展過程。他表示，將信仰的直觀視為真正的人類知識是正確的，因為在人類知識當中，個人智能並不單是被動的¹⁰。

奧斯定的信仰分析是由以下的步驟組成：首先，我們運用理智來到超越理智的奧秘前。我們藉由理智知道天主是人（在此情況中，是由天主的啟示推論）。但祂何以會是人？祂既不改變，也不成長，也不衰退；然而我們所認識的所有人們都會這樣。我們面對奧秘；我們暗暗地或明顯地向天主懇求信德，而信德的恩寵幫助我們接受這奧秘，並推進到它內。

對於超越人的人（Person-beyond-person）的新直觀充滿我們的意識，有如一首偉大的交響曲。現在我們知道天主是超越人的人；理智可能會提出一些新的問題。例如，對信仰的洞察如何影響我與他人的關係，他們也由天主那裡領受了人的身分（personhood）？或者，我如何開始與這位超越人的人發展關係？根據聖奧斯定所說，這便是「我相信，所以我會了解更多」的意義所在。

在信仰知識中成長的驚人可能性，是所有人都可以獲得的。然而，研究一種或多種形式神學的人，同時有其優點及缺點：他或她對天主啟示內容的了解帶來許多在信仰中成長的機會，但相對地陷入智識遊戲而不可自拔的可能性也更大。為此緣故，教會給予聖奧斯定和聖多瑪斯這類神學家特殊的尊榮，因為他們運用理智，既在肯定式神學上做出貢獻，也促進了對信仰奧秘的直觀式領悟¹¹。

信仰的源頭

或許在宗教心理學中最令人困惑的問題，便是關於信仰根源，以及緊隨著信仰經驗而來的，相信的過程。知識豐富的基督徒，有時候會基於許多世俗學者研究宗教信仰的現象，並且稱許基督宗教對於文明在文化和道德上的貢獻，而加強他們對基督信仰的投

入。每個人都讚美信仰全盛時代的大教堂。人類似乎自然而便具有宗教傾向，也確實是如此。很重要的，要認知到宗教經驗在心理上可能是許多因素產生的結果。有些宗教經驗扎根於信仰內；不過，臆測所有的宗教經驗都源自信仰的恩寵，卻是個錯誤概念。

人類會自然相信天主嗎——若非相信自我啟示的天主，至少也相信哲學家們的天主？某些對宗教的傾向似乎是自然的。在致羅馬人書中，聖保祿顯然為異教徒的不相信而譴責他們，因為有這麼多理性的動機讓人接受天主的存在。

這問題的根源是「自然」這個詞彙，它有兩種不同的意義。它能適用於對於宇宙的觀點，也就是透過感官認知，並藉由人類理解力得到綜論的物質世界；在這層意義上，它指向「自然科學」。此種觀點總是蘊含著這個假定：世界是自行存在的。它將人類置於一個封閉系統當中，好似龐大機械的部分，或是「鐘」的零件，它可能由偉大鐘錶匠製造，但也可能這個匠人並不存在。在我們的文化中，「自然」的這種意義幾乎盛行於各式各樣的學術研究和娛樂活動間。很遺憾的，它成了我們文化的一部分，影響如此之大，以至於讀者或許會訝異：自然還能有別的意義嗎？不過，這層物質上的定義只讓人類劃地自限，囚禁心靈；它意味著超乎宇宙的事物知識若非無關緊要，就是有違人性。

「自然」也可以描述由事物的本質或基本存在中流露出來的，也就是它自身的秉性。在這層意義上，人類運用理智是「自然」而然的，或者可說這是人的本質；而為一切生

物來說，保存生命是「自然」本性。天使「自然」不是宇宙的一部分，或者說不屬於上述第一種定義的自然界。天使無法與花園中的「自然」交談；然而天使們卻擁有自己的自然特質。

在討論信仰的起源時，應將自然的第二種意義記在心裡。按聖奧斯定所說，人類相信生活的天主創造了他們，是很自然的。這與他們的自然本性協調，因為相信存在的真實不變源頭，是人類心理的迫切需要；身為受造物，人渴望愛那不會因偶然的機遇而毀壞，也不會隨時間而減損的永恆存在。這為社會也是必要的：社會必須建立在人與人之間的愛上。這份愛需要一位慈愛的存有（Being），祂的愛超乎人類本性，因充滿仇恨的行為也能是出於人性。這慈愛的存有（神），邀請人們做慷慨、仁慈和寬恕的回應。人類自然的天性，以一切方式呼喚著他或她去相信這位慈愛的存有。

古代教會的思想，可以總括在這句話中：*anima naturaliter Christiana*，意即：人類精神自然而然是屬基督的。人類不僅是信仰者，而且還是基督徒。這古老的基督徒概念，為那些活在封閉的「自然世界」視野中的人是無法明瞭的，但教會一直持續地傳揚它，直到我們這個時代，最高的牧靈權威仍在這麼做。

人自然是個基督徒，此話怎講？人類從個體和集體的角度來看，都展現出混亂失序和迷惑的明顯徵兆，我們稱之為「原罪效應」。就連像佛洛依德這樣的非信徒也與這種

現象搏鬥。在人類墮落（the Fall）的觀念架構中，我們能夠思考人類自然而然是基督徒，因為他或她所做、所經驗的一切，都與對救贖和拯救的需求相呼應。

在我們的時代，人對於被拯救的自然需要，是由教會的首席牧者引人注目地重申。教宗若望保祿二世的第一封通諭，主題正是這「自然的」需要：

世界的救主！在祂內曾以新的更奇妙的方式，啓示了有關創世的基本真理，《創世紀》證實造世而多次說：「天主看了認為好」。善出自智慧和愛。在耶穌基督內，天主為人所創造的有形世界——當罪進入而「屈伏於空虛中」的世界（羅八20）——重新恢復它與天主性智慧和愛的來源的原始關係。的確，「天主竟這樣愛了世界，甚至賜下了自己的獨子」（若三16）。這種關係既因亞當這個人所中斷，卻在基督這個人身上重振（參考羅五12—21）。我們二十世紀的人，還不信服外邦使徒有關「一切受造物直到如今都同受產痛」（羅八22）和「熱切地等待天主子女的顯揚」（羅八19），那「屈伏在敗壞狀態之下」的造物的那些極有力的話嗎？¹²

上文中人類對於基督的自然需要的這種表達，很容易會讓許多信徒感到不安，這是由於封閉的世界體系（自然的另一個意義）哲學已佔據了我們思想中非常大的一部分。

若是了解到教宗的教導終究只是對於梵二大公會議文獻中〈論教會在現代世界牧職憲章〉（*Gaudium et Spes*）所做的評註，這些信徒大概會感到驚訝。讀者要記住以上對於「自然」這詞彙的描述，這樣便可以在新的光照中了解下文：

誠然，除非在天主聖言降生成人的奧蹟內，人的奧蹟是無從解釋的。第一個人亞當，是未來亞當（羅五14）主基督的預像。新亞當基督，在揭示聖父及其聖愛的奧蹟時，亦替人類展示了人之為物和人的崇高使命。祂號稱為『無形天主的肖像』（哥一15），是一個完人，祂將因原罪所損壞的相似天主的肖像，給亞當子孫恢復了起來。就因為祂曾取了人性，而並未消滅人性，故我們所有人性，亦被提升至崇高地位。因為祂的降生，天主子在某種程度內同人人結合在一起。祂曾以人的雙手工作，以人的理智思想，祂以人的意志行事，並以人的心腸愛天主愛人。祂既生於童貞瑪利亞，祂真成了我們中的一員，除了罪以外，祂和我們完全相似¹³。

信賴——由基本焦慮轉向悔改

煉淨之路的最後奮鬥，在於實質上放掉對生活的焦慮。在我們心靈生活的諸多組成

元素中，沒有什麼比焦慮的恐懼更能驅迫和控制我們的了。在此，焦慮的恐懼指的是對於我們受到無法掌控的勢力威脅這事實，經常感到不安。即便人常有意識地受歡樂、對善的渴望，甚或心靈福分等等動機推動，恐懼和焦慮仍是促成他們行動很強烈的要素。歡樂僅提供焦慮恐懼短暫的休止；擁有某些好東西帶來片刻的安全感；以宗教慰藉阻擋對於遭人遺忘和永久喪亡的恐懼也只是一時的。但我們既知道恐懼還會回來，它便會繼續影響我們的渴望和行動。

心靈動態的引導者一致地認出，靈修生活上的成長能讓焦慮性恐懼消失。恐懼的動機被視為幻象，或是暫時的、可克服的障礙。沒有任何講靈修的偉大宗教曾將恐懼的根源視為自身具有超越性的實體。有關於於地獄的恐懼呢？即便是對永久喪亡的恐懼在適切的了解下，也是對永恆利益的剝奪而已，而且這是基於人在世間所做的許多決定，而非今世之後做的決定。然而，對永久喪亡的恐懼是普遍性的，不是輕易就能摒除的。在各種恐懼中，它是最根深蒂固的，因此常被不恰當地稱為「畏懼天主」。但在最終的分析裡，它是對於喪失超卓事物的恐懼，而非對於具有超性的邪惡之恐懼，而只有在像祆教（Zoroastrianism）這種真正二元對立的宗教中才有這種超性邪惡的觀念。

對於永死的這種基本恐懼是如此深刻，以致多數人都不提它。正如我們很少想到天堂，我們也很少想到地獄。我們的恐懼卻跟那些分量較輕的事有關，例如：失去健康或

穩定的經濟。我們害怕那些威脅到我們鍾愛者幸福的事物，而在這種恐懼中，往往我們彼此都覺察到這帶著很強的自利成分：「我需要你，所以你要活得好好的」，這是藏在我們的許多掛念之下的基本態度。我們害怕失去社會地位和別人的好評。比起其他種種，我們更害怕自己：怕因著年紀或疾病而喪失力量、怕失去控制或心智的平衡。我們害怕自己的世界由於天災或人禍而崩潰；我們害怕戰爭或環境遭到破壞；簡言之我們害怕生活，也害怕死亡。我們當中會讀像本書這類書籍的人，一般而言比其他人有更好的防備，因此我們會否認自己的恐懼，然後我們便因為自己不害怕而害怕。許多虔信宗教的人進展的速度過於緩慢，便是被自己所否認的恐懼，或那些浮淺地投射到其他事上的恐懼所宰制。

耶穌基督在培育他的宗徒時，經常教導他們信賴的必要性，但他也告訴他們可怕的事：警告他們關於那要來臨的天主義怒；預言他自己的死亡；告知他們將會經歷試煉篩選，如同篩麥子一樣。但縱然如此，他仍告訴他們要信賴天主，要有信德和望德，相信天父會看顧他們。基督所教導的信賴，並不是基於否認受苦或邪惡的實際存在。納匝肋的耶穌是個非常腳踏實地的人，他不可能這麼做。即便惡會消逝，它還存留之時就是真實的。他教導門徒以懷著愛的忠實克服它。他未曾教導他們否認世間惡勢力的存在，但他確實教導了對天主的信賴會比邪惡存留更久，也將引導人到達那永不消逝的真實。

在古代，死亡的危險是常有的事。疾病、戰爭、對人民殘酷的刑罰，在在使生命顯得脆弱不堪。比起現在，受苦和死亡顯然更是日常實存的一部分。多數古代的人以命運的概念來應對這些恐懼。猶太人往往傾向於將不幸視為天主的懲罰，雖然正如我們在《約伯傳》中所看到的，它的另一層意義是創造奧秘的部分。基督超越了這些概念，教導我們真正的信賴和希望要集中在天國上。他不否認人類對日常需要的期望之價值。他建議的禱詞中，便祈求滿足人們對日用食糧的需要。但終究基督也親自面對最令人畏怖的恐懼。他在山園祈禱以及苦難和臨終前的時刻，都明顯地反映出自己的恐懼。對這些恐怖的事件，他並不裝出若無其事的樣子。他正面遭遇了形式上最粗暴的邪惡；祂具有非凡的洞察力，以超乎人們想像的方式受苦。

耶穌基督最終的訊息便是信賴天主，並相信祂有由惡事中帶來善的能力。基督徒的信賴的訊息是要在絕望之處仍然信賴，並由聖神那裡獲得這般信賴的力量，祂是唯一能供應這力量的來源。

瓜蒂尼（Romano Guardini）很清楚地看到，這種信賴挑戰了人類存在性的焦慮¹⁴。這樣的信賴有許多名稱：對天主的信心、委順於天主聖意、圓滿的喜樂、心靈無所掛礙。這些名詞各自衍生出相關的靈修文學，並且都指出這信賴和對天主更圓滿的愛是分不開的。這些名詞聽起來或許互相矛盾，但它們的共同基礎是：都引領我們試圖整個人去回

應天主絕對的愛情。聖方濟的「圓滿喜樂」概念，促使他在遭遇夥伴的辱罵和敵意時仍歡喜以對；這也正是聖十字若望的「絕對棄捨」所表達的，他這麼說：「只要想天主決定了一切的事，把愛放在沒有愛的地方，那你就會找到愛。」聖方濟的「全」(omnina)，正是聖十字若望的「空」(nada)的另一面。信任和委順是同樣的事，雖則後者帶著一絲較為不祥的味道。基督徒出於虔敬，往往會將信賴的觀念與某種敬禮相連結，而且常是因著某位聖人的啟發。對耶穌聖心的敬禮成為圓滿信賴的特殊表達，是源於聖瑪加利大(Margaret Mary)和她的輔導神師真福高隆汴(Claude de la Colombière)的教導。聖蒙福(Louis de Montfort)則將同樣的觀念與對聖母的敬禮相連。天主教這種以敬禮來表達信賴的例子比比皆是，在多數靈修運動的靈修中都能找到，縱使它們可能會以不同的方式表達。

基督徒的神學一直必須與這種完全信任和委順的洞察掙扎纏鬥，因為它有可能導向異端的寂靜主義(quietism)。人們會得到的印象是，若是這整個觀念就此消失，神學家很可能會額手稱慶。這是因為他們尚未達到能了解全然委順之必要的靈修發展層次。我猜想，聖十字若望所描述成熟信仰的絕對特性，及許許多多的神秘家所講授的信賴之絕對特質，這兩者將持續讓許多學者們不安，直到時間的終結。然而信賴的靈修觀念將持續受到接納，因為那些超越了幼年期的狂熱宗教迷和青少年期的智識宗教心境的人在走

過這些路之後，將獲致直觀的表達。

心靈的黑暗

此刻需要引介的名詞是「心靈的黑暗」(spiritual darkness)。對此名詞進行透徹的分析，將超出本書的範疇，並且有幾位卓著的靈修作者已提供了此種分析。為我們現在的目的，描述這經驗便足夠了。心靈黑暗是心理上非常不舒服的狀態，會陷入這種狀態，若不是因外在的緣由，例如痛苦的失落或創傷，就是因著內在衝突而導致憂鬱和深刻疏離感。它能來自外界，譬如鍾愛的人死亡或一場有意義的奮鬥終告失敗；它也可能源自內心，在此情況下我們真正遭遇自身防衛模式的崩潰瓦解，或經歷某種情緒和心理上的耗竭，燃燒殆盡(burnout)。這可能由疾病或囚禁而導致。注意到這點是很重要的，因為人們往往將心靈的黑暗單單與神枯或某些內心狀態聯想在一起。這種誤解或許是由於有關這主題的書，作者多半是那些除了神慰之外已經別無他物可損失的人。於是，在修院裡閉關的修女跪在冷冰冰的迴廊石板地上，便成了大眾對「心靈黑夜」的固定印象。但我認為多數人的黑夜經驗，是發生在廚房餐桌或辦公桌前。

任何讓人有機會去信賴天主，對祂抱著信心的艱難環境，都可稱之為「黑暗」。這

之所以成為靈修經驗，是因為在其中的人能操練自己的信、望、愛三德。一位在祈禱中遇到困難試煉的修道人或許沒能信賴天主和接受祂的旨意，因而這黑暗便不會成為有收穫的宗教經驗。另一方面，一個居住在擁擠工業區的年輕媽媽或許會在她的小廚房裡轉向右石膏聖像，痛苦地接受自己小孩的死亡，但仍懷著愛信賴天主。這會是個黑夜的經驗，而許多默觀者便是在這種狀況下陶冶出來的。

去推測一切這類經驗中的共通要素，是很有意思的。或許以下的解釋能提示心靈黑暗經驗中的一項共同因素。正如我們已了解的，人類透過自己的防衛機制這層濾鏡來觀察現實。若是在令人目為之盲的一瞬間，痛苦的現實經驗衝破了防衛而讓它粉碎消散，那麼這個人或能在恩寵的幫助之下，明白並接受真相。

丹麥哲學家祁克果同時也是路德教派的靈修作家，他曾以驚人的清晰指出：唯有黑暗才剝去我們內在的心靈防衛。它讓內在的一切聲音靜止，只留下天主的聲音。每位讀者一定都有過生命的虛幻夢想遭遇逆境黑暗而粉碎的經驗。

必須喚醒那作夢的人，而這睡著的人陷得越深，或睡得越沈，喚醒他便越是重要，也必須更強而有力地喚醒他。青年若未經驗到喚醒他的事物，在此情況下，這幻夢生活便在成人階段中持續下去。無疑地成人會認為自己不再作夢了，某種意義

上他確實如此；或許他會譏嘲蔑視青年的夢想，然而在永恆與最深刻的意義上，他卻並不清醒。所以他的生活遠不如青年的生活來得意義重大，其實應受輕蔑的是他的生活；因為他已變成了一棵不結果的樹，或者好似一棵枯死的樹，而不應看輕的，反是青年的生活。孩童和青年的幻夢生活是花開時節。但為一棵會結果的樹而言，花開時節是尚未成熟的時期。一度曾光禿禿地挺立，而後開滿了花的樹，而今花朵落盡，這看起來的確像是退化；但它也可以是進步。花開時節是美麗的，在孩童與青年內盛開的期望也很美；然而它卻是不成熟的。

繼之而來的苦痛不幸喚醒了夢想者，這苦痛就像一陣風暴，將花朵硬生生扯落。儘管如此，這苦痛並沒有奪去希望，卻增補了希望。

苦痛能將一切世俗的聲音蓋過，那正是它的任務，但它卻無法淹沒人內在的永恆之聲。或者反過來說：正因那內心的永恆之聲要求人聆聽，它便用苦痛宏亮的聲音來讓自己被聽見。然後，藉著苦痛的助力，一切不相干的聲音都歸於靜默時，人便能聽見這內在的聲音了¹⁵。

在大多數我們引用過的個人歷史案例中，黑暗或試煉期正是心靈實質成長的時機。瑪莉修女和卡爾神父經歷一段與自己曾貢獻良多的團體真正隔離的時期。傑瑞的掙扎在

黑暗中開始，但他繼續克服了更多失望的經驗。海倫遭丈夫拋棄，卻決定讓這成為自己心靈成長的契機。

但光是黑暗和試煉還不夠。學習對天主的基本信賴，以及同樣重要的，讓自己對追求世俗舒適和功名的興趣減退，這些為所有的人都是必要的。直到你領會有些事比其他的事更重要，而失落某些好東西會引人獲得更大的神益，你才能夠從黑暗經驗中成長。

唯有在人朝希望和信賴邁出躊躇的第一步時，才會學到黑夜的重要功課。若不接受恩寵，根本就不可能踏出這些步伐，而這恩寵是以神學德行的形式呈現。要踩出的第一步，也是第一課，便是天主至高無上的主權。唯有在黑暗中，當我們明白了自己的絕對不足，才會學到這一課。我們就是無法獨自做成任何事。我們在自己生命中，第一次面對真實謙遜的可能性。英語系的靈修作家賀德（Gerald Heard）做了以下的描述。要說在此階段之前所做的一切都沒有真正價值，為我而言似乎是有點誇張，但我在此完整引述賀德的教導，因為即便在神學上不盡然精準，至少他確實傳達了人在主觀上可能會經驗到的：

我們必須毫不遲延地走上解構自我之路——拆解那忙碌而蓄意受欺瞞的自我，這條小徑陡峭難行，充滿痛苦和屈辱。唯有如此，天國才會來臨，它必定要完滿地

來臨——來到我們內，在這裡，只有我們自己能決定它是否將到來。「天主的國就在你內」，是的，但這唯有在我們準備好讓那有力的永生胚芽成長時才會發生……我們每個人都帶著自我之愛緊緊的三重束縛——對於自身慾望和舒適的溺愛、對於自己所擁有財富的貪愛，以及對於自我地位、階級和名望的偏愛。除非我們埋葬這層堅硬而且會繼續硬化的外殼，讓它在土裡腐爛，轉化為滋育新生命胚芽的養分，否則就沒有希望。我們確實可以說，靈修生活的整個秘密就在於這讓自己清醒過來的痛苦掙扎，成為真正有意識的人。反過來說，邪惡的伎倆和過程對我們所做的恰相反：哄我們睡著；讓我們分心而沒留意到內心不知不覺間生出的意念；告訴自己我們是為天國忙碌的工人，其實我們卻心不在焉地散播了死亡，而非生命。

那便是聽來有點嚴厲的專有名詞——煉淨，它是第一步。我必須從自己開始，和自己在一起，直到某些意向在我的行動中出現，而我的言行達到某種一致性。我一定不能逃遁到指責、強制施壓、甚至優先為別人考量當中。若是我能，我就會這麼做；那是自我的不變伎倆……接著，在完全棄絕事奉兩個主人之後——一是我的自我形象，自以為建築大師，藉著積極行善獲取名望；一是天主——接著便進入下一步：光明之路。要擁有創造性行動的能力，我仍然差得遠。那是專屬天主的權力。但我終於得以看清事物的本貌。恐懼、匆促和焦慮都離我而去。為什麼？因為，雖

然我仍極為無知，卻終究明白了一件事。我知道天主存在。全然的真，完滿的創造力量，宇宙萬物全在其掌握之中。整個時間和空間不過是個偶發事件，在無可測度的秩序、力量，以及完滿存有的光榮中一個微小的插曲。一旦我明瞭，真正地明瞭了，一旦我得到光照啓明，我便達成更接近天國，也讓它更接近我的完整的一步；我不再是絆腳石了。我不再是個令人不信天主的理由了¹⁶。

然而，黑夜最重要的經驗是來自天主的拯救，這是黑暗結束的標記。它就像復活節清晨的復活奧蹟。我們就如同瑪利亞瑪達肋納一樣地到達，起初往往還不了解發生了什麼事。光明溫和而緩慢地帶來領悟，直到我們了解自己確實學到過去從不知曉的事。諸聖的生平提供了豐富的例子，只是不幸地，在聖人傳記中常將他們呈現為好萊塢式的喜劇收場。當然，天主的實際作為是相當不同的。黑暗的起因可能仍在那裡，悲傷的淚水也仍會流淌；但儘管如此，一種輕柔溫和的新光明正在這人內心深處升起。

有許多文章段落可以引用來說明這個最後階段，而我選擇了以下摘自紐曼樞機的一段，因為他在寫這篇文章時，生命中還有許多黑暗存在。紐曼離開了他所鍾愛的英國國教會，當時他的影響力正達到巔峰。他也參與發起了牛津復興運動（Oxford Movement，一八三三年眾多英國國教的教士在牛津大學倡導的運動，主張恢復宗徒傳授和聖事的聖

寵功效，許多人因而改宗天主教），而這羣創始夥伴的情誼可說是人類史上最有效成的友誼之一。天主教教會在疑忌中接受了他，而且若坦白說，許多人顯然基於嫉妒而對他懷著敵意。他失去了原有的朋友，置身於陌生人當中。要到許多年後，他才在世人眼中得以平反，證明自己的真誠。在當時的黑暗處境中，他寫下這篇有力的沈思。為我而言，在英文寫作中，這似乎是最能說明信賴與謙遜的一篇陳述。

天主創造了我，為祂做些有限的服務；祂將某些工作交託給我，而沒有交託給別人。我有我的使命——或許我在今世永遠不會知道那是什麼，但在來世中將會告訴我。我是鏈條上的一環，人與人間的連結之所繫。祂創造我絕非沒有目的。我應行善，應做祂的工作。因此，我會信賴祂。無論發生什麼，無論我在哪裡皆如此。我不可能遭祂拋棄¹⁷。

我們不可能就這麼結束對黑夜的討論，而略過一個常見的問題不談：就是經歷過黑暗，獲得無所掛礙的自由，然後又退回自己先前狀態中的人。我猜想我們有許多人是經歷了好幾回黑夜，才得以確定進到光明之路。我們看到光明，但卻折返原路。我的懷疑是，我們是這麼習於自戀的陰鬱，如此遭罪惡感控制，又和自我詆毀緊黏在一起，以致

單是想到在天主的光明中心靈平安，就嚇著我們了。套句老話說，若我們發現自己心靈平安，可能會突然陷入身分認同的危機。所以我們一直遲延滯留在路上。我們退縮回來，因為我們知道若我們經驗真正的無所繫戀和棄捨委順，就必須放棄我們珍惜的企圖心、我們世俗和心靈的財富，以及相當多的自我決心。正如以色列，我們願意欣然擔任天主的僕役，但同時也願意保留對自我的掌控。正如宗徒，我們願意伴隨基督到祂去的任何地方，但我們也喜愛光榮進入耶路撒冷的聖枝主日，遠多過受苦受難的聖週星期五。我們願意自我保留擁有開放的選擇，因此我們必須一次又一次地經歷黑暗，直到最後才降服。

第七章

靈修生活的第二階段：光明之路

在黑暗的盡頭，當焦慮終於降到較個人平安與信賴為低的程度，驅迫人的需求實質上也沒有自由那麼引人入勝時，嶄新的經驗就開始了。這種經驗在多數靈修導向的宗教中，稱為「啟蒙」（enlightenment）或「光明」（illumination）。奧斯定用後者來稱呼靈修旅程的中間階段，現在這已成為基督宗教中的慣用語¹。他將《創世紀》中光的創造，視為人在靈修上獲得光明的象徵。這圖像成為基督徒對光明之路（或稱「明路」）的觀點中最重要層面的基底，也就是說，我們自身之內並沒有光源。光是贈予我們的禮物。談到創造世界和光照靈魂之間的類似處，奧斯定說：

在祢眼中，讓易變的人認識那照亮他的不變的光並不相宜，因為光認識它自身。

因此，為祢而言，我的靈魂就像乾涸無水的土地，因為正如它無法自行光照自己，

它也同樣無法自行解除它的乾渴。因為在祢那裡有生命的泉源，藉祢的光明我們才能把光明看見！²

在多數宗教中，對於光或光明的主觀經驗，似乎是靈修旅程中間階段的常見典型。儘管這經驗有著普世性，要注意到我們在此有意呈現的是基督徒的旅程，這仍是重點。在接下來的冊頁中我會做兩項預設：世上所有宗教的成員以及一切靈修追尋者，都有可能獲得源自天主恩寵的心靈光明；其次，唯有當人在聖經和基督徒傳統的引導下，才能得到對這光明的構成要素最為正確和充分的了解。若不陳述這兩項預設，我便是不誠實。在此所呈現的，是特別基於教會的教導和基督徒諸聖的生平。基督徒（以及猶太教徒）對光明的教導最醒目的特質，便是光明是來自天主的光，而非我們自身的。「藉祢的光明才能把光明看見」（詠三十六10）。

光明經驗——當代的描述

處於靈修生活早期的人，漸漸更加意識到天主「就在那裡」的真實存在。祂的超越和我們與祂的關係，我們經由信德與望德而走向祂的奮鬥，都是清楚的經驗。隨著通往

自由的障礙崩解，也撤除了最有力的防衛，我們會慢慢覺察到天主在我們內的臨在。對這經驗及它所帶來的種種效果，牟敦（Thomas Merton）在謝世後才出版的《行動世界中的默觀》（*Contemplation in a World of Action*）一文中提供了極佳的描述：

默觀生活的真正重點，一直都在於信仰和個人自由幅度的加深，以及在我們實現與天主的直接合一和「經驗」到這份合一之處，有所領悟。我們的覺醒不僅在於了解到「就在那裡」的天主身為統治宇宙的君王（祂的確是）之浩瀚無限和尊威，也在於對於祂直接且個別地臨在我們自身的存有內，發展出更為密切和美好的察覺。然而這並不是汎神論式的合併，也不是將我們的存有與祂的存有混為一談。相反的，在這領悟中存著清楚的衝突，那便是：雖然某方面來說祂比我們更真地是我們的真我，但我們並不同於祂；雖然祂愛我們遠比我們能愛自己的程度更深，我們卻與祂對立，而在與祂的對立中，我們與自己最深的自我對立。若我們只涉入自身表面的存在，汲汲於追求外在，只顧那些自我的繁瑣掛慮，我們便不真於祂，也不真於我們最深的自我。為達到對祂和我們自身的真實覺察，我們必須捨棄自私和有限的自我，進入整個嶄新的存在境界，發現內在動機與愛的核心，這會讓我們以全新的光明看待自己和其他的一切。無論你稱之為信仰、默觀的啓明（更進階的階段）、

對天主的察覺，甚或神秘的合一；這一切都是同種領悟的不同層面和層次：這便是對我們自身在基督內的新覺察之醒悟——我們在祂內受造，由祂救贖，在祂內，偕同祂一起轉化並受光榮。套布雷克（Blake）的話說，「知覺的門戶」敞開了，整個生命有了全新的意涵：我們存在的真正意義，常態下因疏離的生活中種種令人分心的例行事情，而遭蒙蔽和扭曲，此刻在核心的直覺中得以顯露。在漫無目的的行為（活得像機器一般，任由一時衝動和他人的建議牽著走）相對的無意義和瑣碎中所失落和消散的，在經過充分整合的、意識到的重要中得以聚合起來。按基督徒的傳統，這特別、耀眼出色的焦點，是出自於愛與聖神的化工。這看到一切都「在天主內」變了面貌的「愛的知識」，正來自天主，並為天主創造與救贖的愛而工作，朝向在天主光榮內的成全。這是一種默觀的知識，是實踐和活出信仰所結的果實，也是聖神的禮物³。

這段話帶著對於在靈修路上的人的聰慧關心，簡明地摘述了基督徒對光明之路的觀點。每個走在這路上的基督徒，都應對光明經驗的意義和描述懷著重大的興趣，因為坦白說，多數真誠的靈修旅者都只到達這階段。被適切地稱為「黑夜」的後期黑暗，尤其是合一之路，為我們多數人直到死亡那一刻都還遙不可及。或許我們的煉獄大半是由死

亡本身的暗夜構成，繼之而來的則是天國中合一之路的經驗。光明之路是與天主合一的準備階段，或者說前導序曲。即便那些在今世達到合一之路的人，也必須在光明之路中走許多年。用雙關語說，得到啟蒙的自我興趣／利益（self-interest）提示著我們要密切注意對光明之路的描述，因為在其中的人能以種種不同的方式體驗到它，也因為在這許多錯綜複雜的小徑上很可能會迷失了方向。

光明之路的經驗

「光明」這詞彙似乎暗示著一種會消逝的光照經驗，一種「顛峰」經驗；然而光明之路卻完全不是這樣的。它是持續的狀態，處於其中的人比以往更容易祈禱，也更容易放棄那些浮淺表面或阻礙進步的東西，並且為了天國的更加實現而努力工作。行善變得更容易，因為人已經往正確的方向邁進了一步。在我們的奮鬥和成就中，我們認出是恩寵的力量和天主的善，讓我們有能力去行善。這種認知讓人比較不會去判斷和要求他人，反而有更多的接納。易於行善的能力持續增長，因而即便在這條路上的人仍會犯錯，卻不斷地成長。偶爾走叉了路和重重跌一跤都是很有可能發生的，但只要人不走回頭路，便會持續進步。歸結以上所說的，光明之路顯得像是個免於困擾的經驗，在此階段的人

應該是所有人的朋友。事實上，相反的狀況也成立。輕而易舉便能行善的人可能會惹惱許多別的人。那些從未開始靈修旅程的人或許根本不理會這整個局面，僅視之為無害的過度熱心。那些在淨化之路上的人會嫉妒，縱然他們也是好基督徒，而且自己有一天也必會走到光明之路的境地。我們像是受囚的人，禁錮於當下，而帶著此刻有限的觀察理解力，往往會輕視已達成我們渴望做到之事的那些人。

光明之路最令人沮喪的部分或許還不是他人的嫉妒，而是我們自身內在混亂的揭露。隨著漸漸放下否認和合理化的防衛機制，這人必須抗衡先前所不知的無意識難馴的層面。為了才剛剛找到的自由，這獲得光明的人也需付出代價，那便是面對罪及背叛天主的可能，而這是他／她以往從未經驗過的。與其說光明之路是萬里無雲的夏日晴空，不如說它是暴風雨後的春天早晨。縱然一切都洗滌得乾淨清爽，天空中有雲朵和陽光，但也有許多東倒西歪的樹木，甚至偶而還會有通電的鐵絲網阻擋去路。我們會由不同的層面來檢視這經驗：情感的祈禱、聖事、美德的恩賜、使徒工作的自在和效果、危險試煉及抗衡之道。

情感的祈禱與默觀性的默想

將靈修旅程光明階段的開端顯示得最清楚的，莫過於情感的祈禱（affective prayer，或譯為善情祈禱）的到來。祈禱風格的改變往往是突然間發生的。在《懺悔錄》中，奧斯定總結他由罪惡皈依之效果的這段話，提示了明路上的祈禱之本質：

主，我是祢的僕人，祢的僕人和祢的婢女的兒子。祢解除了我的桎梏，我要向你做頌揚之祭。願我的心，我的舌，稱揚祢；願我的骸骨呼著：「主，有誰像你！」願它們這樣呼著，請祢答覆我的靈魂說：「我是你的救援！」

我是誰？我是怎樣的一個人？或在行為裡，或在言語裡，或在意願裡，什麼惡，我沒有做呢？慈善的主，祢看透我死亡的底層，祢的右手澄清了我污穢的心淵。結果，我從前所要的，現在已不要了；我現在所要的，就是祢從前所要的。

在一連串的歲月裡，我的自主權，藏在那裡？耶穌基督，我的靠山，我的救主，怎樣一剎那間，它從神秘之地，跳了出來，使我的頸項，接受祢的溫柔之軛；我的肩胛接受祢輕易之擔？戀慕虛假幸福的念頭，忽然煙消霧散，我正樂也融融。從前

我怕失掉它們，現在我卻樂於同它們告別。

祢是真實的，最高的甘飴，從我身上，驅逐它們遠颺的是你，取代它們住在我身上的也是祢。祢比什麼快樂都更甜美；這自然不是對血肉而言。祢比什麼光線都更明亮；比什麼祕密都更深奧，比什麼爵位都更高超；這自然不是為驕傲人們的。

我的心早已脫離了貪多務得的漩渦，和藏垢納污的慾海。我同祢談話，有如知心好友對談一般。主，吾主，祢是我的光明，我的寶貝，我的救援⁴。

祈禱起了轉變，而且確實比以往更容易了。先前的默想大半是內心獨白，即是以福音的教導做自我評量；現在它卻進展到與基督的溫和對話，其特徵是實質內涵，超過言語。

這階段的人意識到祈禱的步調緩了下來，從匆忙快節奏的讚歌變成了溫柔抒情的旋律。祈禱常常包含了幾句讚美上主的聖經經文。

在光明之路階段，天主的臨在，以及大多數基督徒也會體驗到的基督的臨在，在人靈內變得日益清楚。這臨在不是對於神學信念的回應，而是一種獨立不受個人努力及意志作用影響的覺察。隨著這覺察的增長，經驗聚焦於個人的情緒動力。聖文德（St. Bonaventure）提出的說法是，我們進入內在的聖殿，在那裡天主神聖的肖像就銘刻在我們自身存有的牆上⁵。在明路的歲月中，強有力的昇華機制將精神能量的河流導入心中，有

如熔岩一般。這股能量有力的釋放為心靈的黑夜提供了背景，未曾經驗過明路的祈禱，便不可能經驗到心靈的黑夜。

經驗到情感祈禱的人，不應再固守舊的祈禱方式。在煉淨之路階段，口禱、熱鬧的相遇聚會、熱心的聖歌和通俗敬禮都有幫助而且必要，尤其是在開始時。現在可以把它們放在一邊了。我們身為團體或堂區成員而視之為義務的禮儀祈禱，能夠不冒昧地轉型。參與禮儀有很多種適切的方式，只有刻板的人才會期望每個人都以同樣的方式參與。幸運地，禮儀改革提供了不同風格的慶祝禮儀：人可以選擇參與很有參與感的，適合十來歲青少年的禮儀；也可以參與梵二之前肅靜的禮儀方式，或是適合退省者的寧靜的當代禮儀。（青少年有時候也會更喜愛後者。）可以保留通俗敬禮，以不同的方式運用。玫瑰經或苦路都可以改編成嶄新且更有效果的祈禱風格；尤其是前者，它為許多人一直是默觀性默想的陶成學校。

基督徒情感的祈禱，焦點在於基督這個人上。基督論的教義成為無盡力量與成長的泉源。心智上，應由新約得到飽足。祈禱應藉著明智的教導和評註獲得知識，但會遠遠超乎僅僅對經句文義上的檢視。正如俄國東正教的祈禱聖師布萊謙尼諾主教（Bishop Ignatius Brianchaninov）所提出的，最有力量的祈禱結合了理智與心靈，這樣，理智所產生的燃料才能讓心靈祭壇的火焰持續燃燒⁶。

我們已經提到過幾位當代的作者，能為情感的祈禱提出良好指引，尤其是聚斂心神注目基督的祈禱。《師主篇》（*The Imitation of Christ*）的第三卷或克雷倫斯·恩茲勒（Clarence Enzler）廣受歡迎的《另一個自我》（*My Other Self*）都是情感的祈禱訴諸文字的例子⁷。儘管聖奧斯定擁有驚人的智識能力，但為我而言他的《懺悔錄》是書寫流傳下來的情感祈禱當中最細膩的一篇。在書中，純粹流露感情的祈禱經常打斷他智性的討論。

處在情感的祈禱這層次的人，總會有不幸淪為靈修上的自大者之危險。光明之路可能因諸般惡端而變得黯淡，包括虛榮和一絲驕傲。為預先防範這種發展，在堂區或團體中參與禮儀是必要的靈修鍛鍊。提醒自己耶穌基督常在聖殿中，是有益的。這座聖殿並不是以它禮儀的神秘特質或司祭羣的深厚靈修而聞名。他身旁常圍繞著祈禱的人們，而他們的祈禱還停在最孩子氣和狂熱性的層次；但這些人卻是他所鍾愛的，他也聆聽他們。

我是在哈波德（F. C. Happold）的著作《第一次看到「默觀性的默想」，這個詞彙對於光明之路的祈禱，提供了引人入勝的洞察。我們將看到，默觀在最高的形式上，是天主所傾注的恩賜；它與個人能力的關係還在其次。另一方面，默想則相當出於人為的努力，有步驟和技巧；它需要人花費很多力氣並採取主動。光明之路的祈禱似乎結合了這兩種力量。天賜德行，尤其是信德與望德，開啟了人內在的耳朵，聆聽天主的聲音。

不過，它們尚未充分準備好傾聽祂在靜默中發言的聲音，因而需要人為的努力和費力。既然我們沒有準備好聆聽主那簡樸而單純的言語，我們必須經由過濾自己的思維而發現祂的話。介於我們和無限的天主及祂的聖言之間的宗教，其中的許多作為並不是為了將祂帶到我們這裡來，反而是在我們越來越得到淨化和更好的準備之際，讓我們逐漸接近祂。我相信這便是情感的祈禱或默觀性的默想要達到的目的。

聖事

聖體聖事

要描述光明之路的祈禱，若不提到對在聖體聖事中的基督之覺察，便不完整。他在聖體聖事內作為禮儀上的犧牲祭獻、聖事，並靜靜的臨在。為天主教的聖人們，聖體聖事一直是明路祈禱的焦點核心。取決於個人性情傾向、當代的神學環境或教義的發展層次，基督徒曾以不同方式去接近基督在聖體聖事中的臨在。冒著顯得新奇的風險，我想提出：已獲啟明者在所有地方都會看見基督，尤其是在聖體聖事中，因為他們已經先

在自己的存有深處觀察到他了。基督普遍性的臨在，以最重要、最神秘的方式貫注在聖體聖事中，在我們紀念藉由他愛的犧牲所達成的救贖之際，在具體而微地透過領受聖體而顯示的親密關係內，也在他真實臨在所象徵的人與人之間的親密中。試圖以純然抽象的神學詞彙來衡量諸如方濟、多瑪斯（Thomas Aquinas）、小德蘭和國柏（Maximilian Kolbe）等聖人們直觀的熱忱敬愛，必定會抓不到重點。如此深奧的宗教經驗並不仰賴抽象的神學證明。不如說，為在偉大聖人的生命所能觀察到的一致性，提出智識上的敘述說明，乃是禮儀神學的任務。

光明之路的人對基督在聖體聖事中臨在的直觀，會延伸到生命的其他層面。對於聖母瑪利亞的敬禮，在靈修上象徵著聖化了的人性以及一般女性特質（womanhood）的奧秘，特別是母親和童貞這兩種狀態的奧秘，同時也表達對瑪利亞作為個人靈性上的母親的敬重，這些都是光明經驗的特徵。這不僅符合天主教和東正教的靈修，有時候改革的基督新教也有這樣的經驗。檢視基督的母親那深長的奧秘經驗，已超過本書的範疇；不過我們或許可以推薦用默想的方式，閱讀教宗若望保祿二世在第一封和第二封通諭結尾處對這主題的解說⁹。

具有聖事性的世界

聖人們最吸引人的特質之一，便是他們在物質世界中對天主臨在的直觀覺察。原始的初民往往因為世界是危險的，而把它看做神聖的。他們時而將世界視為惡靈居住之地，時而視它為生命的搖籃與死亡之井。文明人則傾向將世界視為花園，物質財貨的來源。然而他們經常出於荒唐任性和貪婪而糟蹋污染它。然而，在聖人身上，某種程度而言也在獲得光明啟蒙的人身上，世界重獲它作為第一本關於天主的偉大之書與啟示的本來面貌；佛教徒、印度教徒、回教徒、猶太教徒以及基督徒都來到這本書前，一同讚美上主。具有聖事性的世界（sacramental world）述說著超越界，在這所偉大的全球性聖殿中，每個追尋者都會找到他相信自己正在尋找的。當我在美麗的花園和佛教禪寺（Kama Kura）中發現耶穌基督的臨在時，心中的感動是多麼深啊！為我而言，基督真正臨在於那裡，雖然我確信沒有佛教徒會完全懂得我的經驗。然而卻有人告訴我，曾有佛教徒拜訪過亞西西（聖方濟的故鄉）而在心靈上感到彷彿回到家那樣親切。

某些人比其他入更容易體驗到聖事性的世界這種經驗；因此，個人對它的察覺並不必然是他們已進入光明之路的徵兆。光明路上的人是直觀的關心環保者，但不見得所有

關心環保者都是已獲光明啟蒙者。這兩者間可能有某種關係。人很難想像有靈修素養的人有意識地去剝削環境，或者對於美缺乏敏感，因為美也是天主的聲音之一。

為基督徒而言，具聖事性的世界具體實在地反映出基督。在像克雷孟（Clement of Alexandria）這樣的早期基督徒作家的寫作中，便能發現這種直觀。在中世紀，對於具聖事性的世界之欣賞達到高峰，或許在聖方濟的「太陽兄弟之歌」（Canticle of Brother Sun）中可找到最精純的表達¹⁰。在中世紀晚期，甚至將物質世界視為天主吸引人來愛慕祂的工具。以下托迪（Jacopone da Todi）所寫的這首詩，提示了最純粹的聖事感受：

靈魂如何經由感官，在一切受造物中找到天主

噢愛，神聖的愛，祢為何苦苦包圍我？

在對我的狂熱熾愛中，祢一刻也不停歇。

祢從五面向我逼近：

聽力、視像、味覺、觸感和氣味

只要一出現就會被逮住；我無法從祢跟前躲藏。

若我藉著視覺往外走，我便看到愛

以每一種形狀和顏色彩繪出來

邀請我走向祢，在祢內居住。

若我穿越聽力之門離開，

我所聽見的唯獨指向祢，上主；

我無法打從這道門逃離愛。

若我藉由味覺出走，所有味道都在宣告：

「愛，神聖的愛，令人饑餓的愛！」

祢的鈎鈎捕獲了我，因為祢要在我內為王統治。」

若我穿過氣味之門，

我在整個受造界感受到祢；祢攫住了我

並透過香氣讓我受傷。

若我經由觸感外出，

我在一切受造物身上找著祢的輪廓；

試著逃脫祢根本是瘋狂之舉。

愛，我逃避祢，害怕把我的心給祢；

我了解到祢讓我與祢合一，

我不再只是我，也無法再找到我自己。

若我看到在一個人內的惡，或缺陷，或誘惑，

祢便將我與他融合，讓我受苦；

沒有限度的愛啊，祢究竟是誰？

那便是祢啊，噢被釘的基督，

是祢佔有了我，

拉我脫離汪洋，登上了岸；

在那裡我因見到祢受創的心而難受。

祢究竟為何忍受痛苦？

是為了讓我得治癒¹¹。

總結來說，光明之路在心理上代表著降低防衛而衍生的效果，開始釋放憤怒，病態的需要逐漸休止。因為它是短暫的過渡期，這種狀態很少藉著最終達成的方式顯示出來。焦慮的恐懼得以減低，但仍然存在。個人更清楚地察覺到真實，尤其是它的超越層面，但這絲毫算不上是完滿的察覺。當我們轉而談論光明之路的美德與陷阱時，應將這事實謹記在心。

德行的恩賜

按許多經典作者的說法，光明之路的特徵，在於天賜德行（infused virtue，指天主傾注於人的美德，並非人努力修養得來的美德）的發揮運作。這概念與有關心理調適或大眾靈修的當代著作，可說是大異其趣。

現代人喜歡自認為一切都靠自己就夠了，而且就連屬於天主的事情也是這樣。「天賜德行」這種概念，對現代人的心智是種公然挑釁。根據聖多瑪斯的意見，天賜德行是天主所賜，這些美德指引我們走向天主，雖然其中有許多是有關於日常活動的，例如節制飲食和充滿幹勁地實行義務¹²。道德方面的美德——謹慎、公義、堅毅、節制（傳統稱為智、義、勇、節四樞德）——可以是自然的人格特質，也能是天主所賜的恩寵。當這些美德在某個明路上的人的靈修生活中得以發揮時，我們會說是天主將它們灌輸到我們內的，即使它們先前已經有如天生的性情般呈現出來¹³。良好的心性特質與天賜德行許多方面存著差異，在心理經驗上有所不同。某個人可能並不真正喜愛節制，有時候還會如同酗酒者般有種想要毫無節度的衝動；但天賜德行能夠提供一股超過他／她自身的力量。因為節制是合理表現而踐行節制的人，和為了滿全天主法律而有所節制的人，動機上是不同的。著名的神秘家馬特·托伯特（Matt Talbot）曾是酗酒者，後來洗心革面，他在自身之外找到力量和動機。有許多人也像他這樣，為愛天主而達至清醒。

天賜的道德德行，都與諸般美德中最大的一項——慈善有關。如我們曾注意到的，信德與望德都是超德（theological virtues）；它們不像道德德行，並沒有真正天然的素質。對天主和近人的愛也是如此。固然，超越界有其吸引力，而在許多人身上確實能找到同情，但純粹只為天主本身而愛祂，並愛我們的近人而不求回報，這純然是由天主而來的

禮物。這在涉及愛仇敵時尤其真實。（對這些美德更為詳盡的神學解釋，我建議可讀迦理果拉格瑞（Garrigou-Lagrange）的《內修生活的三個時期》（*The Three Ages of the Interior Life*）。

天賜德行這個概念，在我們這些靈修追尋者的世界觀上，是否有實際的應用之道？它在我們生命中心和道德的導引上，也會造成相當大的實際差異。

天賜德行與世界觀

天賜德行的概念，影響到我們人類心理學的世界觀。靈修者不能完全基於大眾心理學或心理科學的層次來引導自己的生命。心理學最多也只能提供品德生活的明哲理想。（它很少達成這任務。）它無從知曉天賜德行，會協助人們超越自己可以預測的限度。許多人往往經驗到天賜德行的效果，但卻沒有認知到這回事；因此，現代心理學一貫地低估人類真正的潛力。站在維護心理學家的立場，應該要說：他們在觀察虔誠信徒的德行時，經常發現的只是諸如昇華和壓抑之類的防衛機制。必須諒解心理學家會為虔誠者的美德和瑕疵所困惑，因為他們缺乏對於靈修生活的知識。我與一些深思的心理學家交談所得到的印象是：他們並不真的相信聖方濟或甘地的美德懿行是能原慾（libido）的

昇華來完整解釋的，也不可能以任何完全能接受科學檢視的力量之昇華來解釋。

天賜德行也影響我們對道德的觀點。在現實中，我們自己的一份實際道德理念，與其說是汲取自以基督和教會的教導為基礎的信念，不如說是得自周遭環境。若我們都有易受他人影響的傾向，我們通常接收了當代社會習俗的很大一部分。許多好基督徒活在靠奴隸制度支持，並且拼命打仗和掠奪的社會中，而縱使他們自身善待奴隸並試著成為締造和平者，他們也只是偶而經驗到良心的苛責。更小的一撮人具有「大聲說不」的心理傾向。無論對錯，他們喜歡獨排眾議、抵制潮流，而很容易基於對社會現實的批判而做出道德判斷。有時他們對世界貢獻良多，例如讓競技場肉搏的血腥遊戲終止的隱士；有時他們則顯得有點愚昧，例如那些在美國推動抵制飲酒的憲法修正條款的人士。

當那些曾領受天賜德行之助力的人面對當代道德議題時，他們必須勇氣十足，但也要懷著謹慎和了解的態度。他們可能發覺要實行某些德行是很容易的，然而他人卻會覺得困難。某些道德教導或永恆真理的重大意義，對他們而言再明顯不過，然而廣大羣眾卻可能會視而不見——他們只從周遭人們的行動汲取倫理常規。

我在此所指的並非理想或福音勸諭，而光是將基本的道德原則應用在與和平、正義、同情相關的事上罷了。

誠實地讀一遍基督在新約中的教導，會顯示出雖同是為了靈修上的精進，他會區分

教導訓誡和對個人的諮商勸告；他以不同的方式對待人。基督從未對那些陷溺於肉欲而犯罪的人疾言厲色，雖然他堅決教導不可暗藏罪惡的慾念。另一方面，他卻對宗教上的假冒偽善者毫不留情。

對於天賜德行之效應懷有深刻銘感的了解，能讓基督徒打好基礎，以寬容同情對待那些在認知或行為表現上有所缺失的人。經驗會教導我們：若沒有天賜德行的助力，無論在道德或神學上，我們著實都會陷入最糟的情勢中，那便是——明知什麼是正確的事，卻做出錯誤的事。很可能是對於天賜德行的經驗以及對於這些美德在靈修與心理上的重大影響之了解，使得教會歷史中聖人與罪人相處融洽的現象一再反覆發生。如同基督一樣，聖人一直都是基督徒中最少判斷他人的，這一點非常明白。

天賜德行與自我形象

穿越煉淨之路的旅程，通常會讓一個人的自我形象變得殘破不堪。靈修路上的旅人在開始時往往有一幅慘澹的自我肖像；雖然它並不會因著煉淨而變得更糟，到了煉淨的終點，這人顯得像是患了傳染病而剃去毛髮，並作殺菌處理的模樣。結果是消過毒但卻毫無吸引力的形象。在我的經驗中，多數處於初次黑暗經驗中的人寧可不要討論自我形象。

伴隨著對天賜德行的效果日益增長的覺察，光明之路給予人信心，這信心是基於天主的恩賜。自以為義可能會悄悄潛進內心，但這個過程很慢，因為對黑暗經驗的記憶還會持續存留，外加驚恐地理解到人究竟能有多不堪。因此，在光明之路上的入能夠勇敢但卻不魯莽，向令人困擾的經驗開放卻不受危害。那些還有待經驗光明之路的人經常在這事實上失守出局。由於尚未獲得光明之路的內在力量，他們在嘗試去做和已獲啟明者同樣的事情時，只會在軟弱中垮掉，而感覺受騙和遭到誤導。

對立的解決

光明之路通常是中年晚期的經驗，一般而言在這時期個人也會碰到衝突對立在心理上的解決。靈修作家傾向於把對立的解決視為光明之路的一部分¹⁴。

在人格中存在著兩極，代表了態度之階段或行為上對立的極端。我們能夠既有破壞性又有建設性；一方面拘謹克己，另一方面卻自恃好勝。同一個人可能在這個時刻顯得內斂，在那個時刻卻外放。我們能夠吝嗇也能慷慨；能締造和平也能發動戰爭。我們或可貞潔苦修，或可縱情逸樂。若個人要在防衛機制消退之際成長，能依靠也能獨立的能力是絕對必要的。多數人在自己的挑釁和順從，甚或自我貶抑的傾向之間會有衝突掙扎。

罪疚、贏得人心的需要、害怕報復或者不傷害別人的考量，這些全都聯合起來造成一個徹底衝突矛盾的人。光明之路帶來目標的澄清、防衛的消退，並透過信任天主而使基本焦慮得以減輕，因而為對立的兩極提供了有效的紓解。

對天主的愛

打從我們心靈覺醒的最初時刻起，對天主的愛便吸引著我們——渴望擁有神聖者，也為祂所擁有，而這份渴望已讓我們付出極珍貴的代價。現在，因著天賜的慈善美德，個人經驗到一股內在的力量，包含了感激、敬重、熱忱，以及內心極大的喜悅，驅迫著我們的行動與祈禱。漸漸地會認出這力量便是藏在富於感情的祈禱後面的推動力。有時候它強烈到令人驚怕的程度。「當神聖的火焰將我整個吞噬時，還會留下什麼？」天主是吞噬一切的火焰—*Deus Ignis Consumens*—第一誠的字句有時在理智和心靈中熾熱發光，而我們渴望著天主，就連祂臨在時也如此。我們可能會以為這便是旅程的終點，但這想法只是個常見的老錯誤。

天賜德行的行動與昇華的能量交融。熱烈的祈禱生活成長進到寧靜的祈禱，一種幾乎全然靜默的敬拜；於是光明之路的第二階段展開了。縱使這經驗常只是靈修生活的中

途光景，多數人會願意放下自己擁有的一切來換取它。這往往使得他們的外在行為舉止徹底轉變，而讓人誤認為他們已是走在合一之路上的。沈靜溫和成了他們的標記，讓人既想親近他們，又對他們有點肅然起敬。由於寧靜祈禱的力量，他們可能變得較不適合實際的任務。修道、牧靈或家庭習以為常的例行義務，為他們真正成了某種負擔，但因著天賜德行，他們仍高興地履行這些義務。幸而寧靜的祈禱往往在中年晚期或老年才出現，因此別人已經準備好，甚至迫不及待等著承接他們的責任。那些喜愛寧靜祈禱的人可能會設法寂靜獨處並尋求比較不受干擾的生活方式。他們可能將這錯誤詮釋成隱修生活的聖召，而最好勸告他們繼續保持現況，不刻意尋求也不拒絕祈禱的特殊恩寵，它自會來到。

對近人的愛

光明之路的兩個階段都有著慷慨日漸增長的特徵。對於佔有的愛好，讓位給肖似於天主而渴望自我給予的愛。常用的詞彙是「利他主義」，但這泛指天性慷慨而充滿活力的種種形式，不夠貼切。愛近人的美德具有一股火焰和熱情，這在單純的利他者身上很少見。

在此階段，會漸漸地博愛眾人，因為他們是天主的子女，在許多方面反映出基督的臨在。在煉淨之路期間，蒙主惠允而得在有需要的人身上瞥見基督的臨在，如今被另一種愛取代，那便是關懷所有我們所遇見的人，甚至也愛仇敵。這是天賜德行發揮作用的確切記號。心理學完全無法理解這回事。實際上，愛敵人還會顯得有點病態。

在光明之路中，慈善的美德並不忽視正義及其要求，因為一切天賜德行都相互關連。一個人可以慕義如饑似渴，同時又為壓迫者祈禱。聖國柏便是一例，他曾寫下「不要因我們這時代的災難而沮喪，只要奉獻出你的生命，讓所有靈魂藉由神聖的愛獲救。」這特殊的慈善稱為「使徒熱忱」（apostolic zeal），亦即履行基督的使命，為世界帶來救贖的真正渴望。這在光明之路中有著獨特的重要性。雖然就神學而言所有基督徒都受召以相稱於他們天職的方式傳播福音，然而事實上，對於會讀本書這類書籍的人來說，很可能一項為他人的靈性福祉服務的使徒工作將是單單留給他們的機會。如果你正在閱讀本書，或許你有著成為使徒，為福音作見證的召叫。即使你的聖召是在封閉的團體生活或獨身生活中祈禱，你也可能蒙天主聖意揀選，召喚你有意識地為祂的國做點事。為你來說，光明之路的效果是很重要的。

走在煉淨之路的人可能會帶著熱心和專業興趣去進行使徒工作。然而，疲乏、失敗、欠缺機會都會干擾到人。即使我們確定自己是在承行天主的旨意，我們仍冀求世俗

的賞報，或者至少某些補給援助，就如宗徒們也曾這樣希冀。「我們放棄了一切，將會獲得什麼報酬？」

我們所給予的總有限度，因為我們所能給予的真正有其限度。我們按自己的力量操作進行，將精力用盡，以打發天賜德行的驅迫衝力。修道生活及神職身分能夠造成這種平庸的機構化，以至於任何對天賜的慈善之熱忱所做回應皆被視為對他人的威脅，這是悲哀的事實。我們個人有時對天賜德行的召叫聽而不聞，而且還會加入他人一起批評那些受到啟發而願去多做一點的人，使事情更糟。

然而一旦達到光明之路的動量，使徒很少會在乎他人的意見。對批評抱持的平心、不受牽絆及所懷熱忱，是他人難以企及的。當使徒尋求支援卻無法找到時，他或她可能會受傷，感覺孤立和遭人誤解，但會在天賜的慈善德行中找到援助。

許多檢視了內修生活進階階段的現代心理學家已注意到天賜德行的效果，但卻無法辨認自己看到的是什麼。對靈修有興趣的美國精神病醫師弗利茲·康可（Fritz Kunkel）認知到天賜德行的運作而寫道：

我們越靠近核心，便越將形象置諸腦後，我們的恐懼也益發轉為焦慮。而若我們面對焦慮，它便轉變成敬畏。那一度看似黑暗力量的，現在發顯自身為光明力量。

在風暴後，繼之而來的是地震、烈火，最後是寧靜細微的聲音（列上十九 11—13）。

神性恐怖和毀滅的層面——神學語言所說的「尊威」（*tremendum*）——起始於人類的主觀經驗。若我們的宗教信仰和拘謹的神學被天主恩寵擊潰，這樣的經驗是無可避免的。我們活在自己稱之為堡壘的囚牢中；一個外來的士兵洞穿門戶，藉由爆破城牆來釋放我們——而我們帶著破碎本我的最後一絲力量與他奮戰，罵他流氓、無賴、惡魔，直到自己精疲力盡、被壓倒並解除武裝。然後，當我們帶著無所偏私的客觀注視這個勝利者時，才認出他來：聖彌額爾正微笑著收劍回鞘¹⁵。

《師主篇》包含了对光明之路的簡要描述，觀察相當敏銳，並未略過任何積極正面的元素。為那些想了解這路徑並期望有一天能到達那裡的人，可以沈思下面這段話而獲益不少：

仁慈之父，安慰人的天主，我雖然當不起祢的安慰，可是祢仍不時來安慰我。所以我讚美祢，顯揚祢和祢唯一的聖子及安慰人的聖神，於無窮之世。

主，天主，愛我的天主！祢到我心中時，我的心神就雀躍歡欣。你真是我的光榮，我心的歡樂。在困苦中，祢是我的希望，是我的護衛。因為我的愛情仍微弱，

德行又不堅固，所以需要祢來堅固我、安慰我。還懇求祢常常來惠顧我、教訓我。求祢消滅我的邪情，割斷我的私慾。這樣獲得了痊癒，心裡潔淨了，我纔能一心愛主，忍受艱難，恆一不變。

愛情真是卓絕之事，真是無價的珍寶，能輕減人的重任，忍受各樣艱難。因為人有愛情，重任也不覺其重，苦難反而覺得甘飴有趣。愛慕耶穌的愛是珍貴的，它能督促人作出偉大的事業。能激發人修全德的願望。愛情常向上高飛，世俗低下的事，拉扯不住它。愛情願意自由，願意割斷一切愛世俗的心，以防它的內在視野受阻擋，世福牽絆它，困難得勝它。

這愛情甘飴無比，剛勇無比，高大無比，寬廣無比，喜樂無比；天上地下，惟獨愛情最廣遠，最美妙。愛情生於天主，也惟獨天主是愛情的終向。

愛主之人，如奔如飛，心內安樂，自主自由，世物牽引不住。他為一切而捨棄一切，並在一切中獲得一切：因為他止息在萬物的根源上。他所愛的不是恩典，卻是施恩的主。

愛情常不知界限，它的热情超出一切的界限。愛情不覺任重，不怕勞苦，它願意實行超過它能力的事。愛情認為無論如何沒有不可能的事，它覺得事事可做。所以各樣事情，它全能做，沒有愛情的人所做不來的，它也做得來。

愛情常醒著，寤寐間它不沈睡，疲乏卻不知倦，受壓迫卻能屈能伸，警戒時也不慌亂；就如烈火炎炎，它奮力向上，穿透障礙而不受損傷。

有愛情的人，會認識以下的這種聲音。人靈發出活潑的愛情，在天主前大聲疾呼：我的天主，我的愛情，祢全是我，我全是祢的。請加增我的愛，使我學會以心靈內在的口唇品嚐愛情的甜美，溶化於愛情，沈浸在愛情中，是多麼的甘飴。讓我在愛中渾然忘我。讓我在熱情和驚奇中，超拔於自我之上¹⁶。

光明之路的危機和試煉

初學者很難相信，如此平安的描述能與一個也蘊含危機的生活階段搭配起來。這使得光明之路的危機更顯得有點陰險的意味。我們必須留神察看這些危險，它們的根源幾乎全都始於煉淨之路中。早先犯下的錯誤可能要到稍晚才結出惡果。

不過，在我們考量由早先的錯誤而衍生的危機之前，應注意到光明之路本身固有的一項風險，它與先前的過失無關，而是任何形式的成長所共有的風險。要成長就必須開放自己，迎向不可預見的挑戰。在光明之路中，我們越來越顯露自身真正的存有，即我們內在的心靈，其高度、深度、力量，以及為善或為惡的潛能。個人的不真誠和不一致

最終會將某些「心靈旅者引至自我毀滅。你是否曾懷疑過，倘若猶達斯從未聽過「跟隨我」的召喚，他的命運將會如何？

在我們洞察自己的靈魂之際，顯然天賜德行會是必要的嚮導，讓我們確保平衡。不僅是心智黑暗面的陰影及藏匿其中的野獸和妖魔，還有隱蔽的無意識也可能蘊含著相當擾人的要素。當光明照耀在我們的惡性和虛矯的美德上，我們可能變得消沈，憤世嫉俗地譏嘲自己或他人的德行。

對於光明之路的黑暗面，敏銳的靈修作家佛納隆大主教（Archbishop Fénelon）作了以下的描述：

隨著光明的增加，我們看到的自己比我們原先所想的更糟。當我們看到由自己內心深處湧出一大羣可恥的情感，有如骯髒的爬蟲類由隱蔽的洞穴中爬出來，我們會驚異於自己先前的盲目。我們過去絕不會相信自己窩藏了這類東西，因而在驚駭之餘只有目瞪口呆地看著它們逐漸現身。但我們不必驚異也不用消沈。我們並不比先前更糟；相反地，我們比以前進步了。但是在我們的缺點消滅之際，我們藉以看見它們的光卻益發明亮，於是我們滿懷恐懼。為了讓你寬慰，要銘記在心，我們唯有在療癒開始時才會認知到自己的疾病。只要痊癒的徵兆尚未顯現，我們便不會意

識到自己病得有多深；我們處於盲目的預設和僵硬狀態中，只不過是自欺的受害者。

當我們隨波逐流之際，並不意識到湍急的溪流；但當我們開始抵抗，逆流而行，無論動作多麼輕微，都會感受到這水流了¹⁷。

若是我們試圖在靈修路上往前邁進之際，也想避免危險，靈修輔導便成了不可或缺的好。好的輔導是珍寶，但那些沒有輔導的人也可以得到指引，正如范肯神父（Van Kaam）已在《自我靈修輔導的原動力》（*The Dynamics of Spiritual Self-Direction*）中清楚指出了。然而，當自己心神的暗室清楚顯露出來時，我們尤其需要與朋友（至少一位）分享我們的恐懼，並讓我們確定自己的經驗並不是異乎尋常的。擔任靈修指引者的人若不向他人的黑暗面開放，那比沒有朋友可傾訴還更糟。

來自內在的危機

光明之路最大的危機便是靈修上的「貪」，強迫性的自以為義，以及一種認為自己蒙揀選去實踐一項特別使命的信念。靈修上的貪念，是當我們對心靈旅程太過著迷，而忘記了或盡可能縮減其他的責任時所發生的問題。這種不健康的昇華代表著對自我徹底

不滿，而以極度的靈修感受來補償。然而，許多聖人都注意到在履行生活的尋常義務中可以找到天主。

在這個階段，在靈修上自以為是的傾向非常普遍。我們願意分享最近才獲得的靈修洞察，但往往那些尚未達至我們領悟程度的人會對這些事缺乏興趣、覺得困窘，或者感到自己受威脅。我們在此時遭到嚴拒，很可能會憤怒不已，而導致蘊含著怨懟的熱忱，它其實是攻擊性經過稍微偽裝後的形式。在這樣的時刻，已經歷過光明之路，平靜而有經驗的朋友是很重要的，能夠支援並了解這位新近才獲得啟明，基本上方向正確但卻走岔了路的人。

最危險的幻象便是自己獲得特別召喚的念頭。許多人在光明之路的第一陣光輝活力中，會受「默西亞情結」所困。若我們沒有經驗而又不看書，我們可能會自命不凡，而不明白其實自己的經驗是很普遍的，而且距離靈修更高層的領域還有一段長路。再一次，當天主聖意容許這特別的人落入不那麼特別的惡行和問題窠臼時，耐心和了解都會對他／她有所幫助。

為那些正要跨入默觀祈禱門檻的人，聖十字若望列出了另外三項危險：驕傲、耽於肉慾、以及靈修上的貪婪¹⁸。老仇敵現在以新的方式重現，據我猜想，這是放掉許多防衛機制的結果，尤其是否認、壓抑，以及形式化的反應。在日常機能的運作中，已經進

展到這裡的人事實上不那麼受到拘束，是故必須面對有罪的、自我中心的傾向——他們一度以為已經克服了這些。實際上，這些傾向只是遭到否認和壓抑而已；有時候連某些靈修輔導都會對此感到驚訝，因為他們可能假設在光明之路中，這些應已不成問題。

為那些在光明路上的人而言，驕傲可能是強烈的誘惑。他們能對別人的靈性福祉有所貢獻，而且在對這方面所知不多的人會感到迷惑而或許印象深刻的事上，他們也擁有某種程度的信心。那些走在光明路上的人很可能會被選為教師或輔導。向他人宣講，而自己不用接收訊息，是條容易的逃避之途。對那些不聆聽或在靈修生活上另有蹊徑的人心懷憤怒，也是很大的誘惑。

當好些人都對這些靈修成長的事有興趣時，便會出現一種靈修上的競爭。靈修輔導和作家們常常互不欣賞；他們彼此較勁，有時還暗暗攻訐對方，顯示出驕傲尚未絕跡。

因著血肉的私慾，嚴重的道德淪落仍然可能發生。這可能是憤怒、毀謗或者與性有關的罪。在每種狀況中，這人都在與壓抑至今才發作的生命元素搏鬥。這樣的淪落可能殺傷力很大，而導致憂鬱或絕望。更糟的是，個人可能將自己的行為合理化，否認它在道德上真正的重大意義。

更複雜細緻的合理化可能發生在那些靈修上已有所進展的人身上。他們既不復壓抑，便可能第一次「墜入情網」，或以某種新的方式掉進愛河。探索和在基督內的他人彼此

關係上嶄新而更親愛的方式，與用自己新發現的自由來放縱自己和他人並自欺欺人，這兩者間只有一線之隔。

因此，驕傲與它的子女：自以為是和自欺，又回到生命裡來。聖十字若望毫不遲疑地稱這些為仇敵的攻擊，而他指的當然是黑暗王子撒彈。但在今日他可能會將這當中的某些態度歸諸於人內在無意識的作用力。

聖十字若望還提到另外兩種危險：心靈的倦怠和不冷不熱；現代心理學或許也多少能幫助人明瞭它們。

心靈倦怠與不冷不熱

西班牙的神秘家注意到，有些人在靈修生活中有了一些進展後（他稱這些人為「初學者」），可能突然變得懈怠或不冷不熱。他們逐漸失去興趣，有時完全放棄了靈修生活，讓它淡出成為往事，有如一場夢或褪色的戀情。若他們的生涯或專業迫使他們保有「修道」的身分，這樣的人會繼續下去，但毫無熱忱。明路的光熄了，他們慢慢地回到原先嚴密防衛的狀態。

對於自己先前靈修上的興趣，他們的態度往往變得非常防衛。他們或許會試著藉由

挖苦和嘲弄來拉開自己的距離，彷彿事不關己；或者在回想時他們會變得憂鬱。在此，有一兩件事正在發生。第一，他們過去的力量有很大一部分是受壓抑能量的昇華，尤其是自我主張或性的驅力。一旦壓抑和昇華不再必要，因為他們已經有所認知並自發地解決了某些內在衝突，他們壓抑的能量有許多便消耗掉了。他們已臻成熟，而在這過程中與青春期的力量源頭失去了連結。往往可以在年輕的神職人員間，或是在那些甫自負載著許多情緒的成長團體聚會活動「畢業」的人身上，觀察到這種現象。

治療不冷不熱的藥方很明顯。在湯奎瑞（Tanqueray）的經典指引中，他建議可以經常與一位好的告解神師會談，熱心於祈禱的行動，並且，若無法懷有熱忱，至少也真誠地履行自己的義務¹⁹。

這樣的決志，是存在主義派心理治療的基礎，實際上也能是任何療程的要素。心靈倦怠是由諸般環境因素聯合造成：喪失昇華的能量、缺乏心靈上的火花激發而導致厭倦，以及不願放棄個人的自我滿足。意志的行動能消除某些環境條件下導致的心靈倦怠，這些環境包括了：失去昇華的能量、缺乏靈性火花刺激而引致的厭倦感，以及不願放棄個人的自我滿足。

心靈偏執

聖依納爵羅耀拉是分辨大師，也是卓越的靈修心理學家。他以銳利的目光注視許多自己所認識的明路中人，並為了診斷現代語彙可能稱之為「心靈偏執」(spiritual paranoia)，而他稱之為「惡神」(evil spirit)的症狀，訂定了一些非常好的規則。聖依納爵注意到，某些非常熱心的人有種傾向：他們會涉入一些為自己帶來麻煩，也干擾他人靈修成長的計畫中。他主張若一個計畫真是好的，便不會包含任何與天主旨意相違，或違反人靈福祉的成分。他觀察到惡神會提出與至高的靈性渴望相合的計畫，但同時這樣的計畫也有賴於自我意志或自我誇耀。漸漸地，透過自滿、傲慢、以過度嚴格或刻苦的偽裝面貌出現的企圖心，這計畫成為自我私愛的表達。人努力獲得的靈修進展一點一點流失，而防衛又重新建造起來了。若是將這個為惡神的陷阱所困的人突兀地叫來自我表述，他／她能作出優秀的辯解：例如，他／她或許會解釋說自己現在是個進入較高修煉階段的人，已經成功通過了試煉和誘惑的時期，早就超越自我私愛和自我意志的幼稚毛病了。而這人的確一度超越過這些障礙，但現在不知不覺地又讓它們再生了。

聖依納爵並沒有建議說，解答就是去度個假，暫且別做任何努力了；那完全不是他

所要表達的。然而，這位偉大的改革者確實堅持：我們應自問一項計畫是否與我們的及他人的靈性利益相互整合（這是我的用語），從它的開端、成形過程到最終結果。他表示若我們感到怨苦，或有些導致散漫和馬虎隨便的事情，我們應回顧整個思緒的過程，去看惡是由哪裡進來的。依納爵特別強調，善神的工作是溫和的，而惡神的工作卻是粗暴的。

湯奎瑞對於這點又加上一些值得重提的洞察。他提出惡神的記號如下：炫耀美德的行動、輕視小事、渴望以宏大的態勢獲得聖化、虛假的謙遜，以及經常抱怨和不满，在此面具下掩蓋的是拒絕為任何事耐心受苦。

當一個好計畫出現時，在靈修生活中掙扎奮鬥的人往往不知道該怎麼做。我們多半有足夠的自知，明瞭即便我們最好的意向也從不單純，但我們不能等到自己完美如同天使時才來做事。不過，等待一星期左右，看看這想法是否能在一點點時間流逝後還存留下來的種子，這是個滿好的主意。了不起的想法多半就只停留在想法的階段，有如大多數栽植下的種子，並不會生根。若是某個想法在我們善意的忽視下繼續留存（例如，若是某種人性的需要持續闖入腦海），在一段時期的祈禱後，我們應規劃出一個初步實驗的計畫。若是門戶持續地一扇扇打開，我們便應繼續下去。如果計畫需要通過許可，而且甚至是勉強地核准，這是好的徵兆。善神叮囑我們細心地提出企畫案，而且要帶著無所偏私的

態度。在我們的聲音中突然顯出了自我本位或懷怨熱忱的警訊，不見得就是該放棄計畫的記號；不過，正如依納爵所建議的，這意味著我們應回顧整個過程，檢視惡從哪裡進來。

在此刻，能發生的事當中最好的就是我們經驗到強烈傾向於退出，放下這整件事；而天主聖意會突然把某人放在我們途中，教我們一定要嘗試。有句意第緒諺語說：「誰會需要它？」這話或許為我們的感受作了很好的總結。儘管如此，若我們仍堅毅地度過這關卡，那麼很可能實際上天主的聖意正召喚著我們去做這項工作。

人們普遍的想法是：若我們為主而展開一項計畫，其中的片段細節自會塵埃落定，各就定位。但事情卻並不是這樣。光是想想天主最大的計畫就夠了，而這在四部福音中都有記載描述。默西亞的道路，一路上罕有鮮花綴飾。不妨回想《若望福音》中的一幕（第六章），當基督講到吃他的肉、喝他的血之必要後，許多門徒離去了。他向少數幾個留下來的門徒提出的問題是何等沈痛：「難道你們也願走嗎？」

災難一視同仁地發生在善神導引的計畫，也發生在惡神的計畫上。成功從來都不是天主旨意的標記。正如加爾各達的德蕾莎姆姆曾下過的評語：「天主召叫我們忠實，而不是召叫我們成功。」在某項特定的計畫中，若我們擁有在面對艱困挫折時繼續奮鬥而不怨懟的恩寵，為我而言這便顯得是個出自於天主工作的計畫。

尋思這種經驗的例子之際，我明瞭到用別人遭遇的困難舉例，有點危險。今日，當

許多人都在靈修路上迷途時，利用另一個人的混亂來說明這問題並不適宜。所以我決定用自己個人經驗作為材料，即便它離光明之路還很遙遠。

我成為神父後，頭先十四年在紐約多布渡口（Dobbs Ferry）的孩童村（Children's Village）度過。孩童村是個治療中心，收容了三百個有情緒問題的男孩，而我在那裡擔任輔導，這項使徒工作既吸引人，也需要全心投入。那些滿十八歲或更年長的男孩們不再符合接受公共協助的資格，而我逐漸變得深深關切他們的福利。特別是其中有個男孩——我們姑且叫他傑米——遭到棄兒般的命運。我看到他真正在一間酒吧裡過活，為賺取伙食而工作，夜晚便睡在吧檯後邊。另一個男孩則被拋棄而流落街頭；我帶他到警方所建議的一間旅館去，結果竟是一家妓院。那間「旅館」中的人看到一位修道人和警察同來，每個人都以為那地方遭到臨檢而開溜了。

很清楚的，我需要為無家可歸的男孩們找個住所。我反覆考量，取得了必要的許可，然後有很長一段時間都在找適合的房子。在布魯克林的綠點（Greenpoint），一座老房子著實讓我絆了一跤；它原是個俱樂部，波蘭裔堂區的教友們慷慨地將它贈送給我。事情逐漸各就各位，酒吧的男孩也搬了進來。仍有堆積如山的問題，但卻總有解答。花了六個月的時間，然而在天主和許多朋友的幫助下，房子開放了。好在我無法預見在前頭等著我的艱難奮鬥，否則我可能在計畫開始進行之前便放棄它了。我仍記得自己在祈禱中

與虛榮和驕傲掙扎奮戰；但這掙扎並不太大，因為我確切知道一切都是天主聖意所成就的。這一點很清楚。雖然我還是對這房子的事持續感到異常焦慮，卻以為自己平安了。

上主需要將我淨化。我曾祈求讓這件事成為祂的化工；現在祂親自接手了。

有人將一個年輕人帶到我這裡來，我不太喜歡他的外貌。按他的說法，他剛從中美洲來到這裡，但實際上卻是最近越獄出來的。他讓每個人都很不舒服，我便告知他必須在一星期內找到工作並離開。他咒罵我後立刻離去。第二天他闖進了這座房子，大肆破壞：在剛鑲了板飾的牆壁上塗寫髒話，搗毀家具，還拉另一個住在那裡的男孩作幫兇。我在警察局裡情緒崩潰，哭了起來；幸而之後有十年我都没再回去那警局。警員並不表同情，還告訴我試著幫助這種人，根本是我自己的錯。我的助理弟茂德修士、一位名叫喬的神學生和我一起，整整工作了二十四小時，才恢復了秩序。在生命中的這一天，我的虛榮和驕傲全都付之一炬，而我甚至沒有停下來祈禱。當我終於有片刻的時間作祈禱時，天主就臨在那裡，在我的自我本位的殘骸廢墟當中，比以往更清晰、更明亮。

即便我們的工作是由善神而來，它們仍可能與自我糾纏不清。我們的動機絕不會全然純粹，必須讓天主以祂的火焰來煉淨我們。祂的行徑不是我們的行徑。有時候好事多磨，要歷盡艱難才得以完成；也有些時候祂會派遣天使來支撐我們，以免我們碰到石頭而撞碎。在這個案例中，我仍然必須與那個憤怒的罪犯纏鬥，他每天都來大喊大叫，威

脅著要把房子燒掉。這回警方提供的幫助管用多了：他們建議我去嚇嚇他。我得去對抗巨人哥肋雅——而我連投石的彈弓也沒有。不過，上主為我送來一位朋友，他是個善於模仿的演員，演出的戲碼包括維妙維肖地模仿幫派份子。於是有一天，在「地獄廚房」的危險角落便上演了一齣心理劇，對白很少，但大部分的意義不言而喻。那一晚，我的對頭便因為害怕某個黑幫而動身前往加勒比海，不過這個幫派壓根就沒聽說過他。我們再次的會面是在監獄中，彼此都很友善。若是當危機過後，天主開懷大笑，並且也幫助我們大笑，這可能表示善神在幫助我們提升。

若我們無法認出推動我們的神類，我們便有心靈偏執的風險。我們趾高氣昂，自滿「狂妄」，正如同格林多人書對嚴苛無情狀態所作描述的舊版翻譯。我們引起不必要的痛苦；我們開始注視著事情，為自己的有價值找出合理證明，以發現不正當的行為為樂——尤其是別人的。我們多半夠聰明而會去攻擊真實的惡行，例如不正義、愚昧、煙草、戰爭，或混亂的性關係。我們大發雷霆，極端憤慨。別人竟不要臉地反擊——他們原本就缺乏教養——於是懷怨的熱忱接管此事，成為我們的動機理由。我們的憤怒可能比我們攻擊的惡行更具殺傷力。當薩伏那洛拉（Savonarola）在義大利四處猛烈砲轟，預告天主啟示給他的天譴災禍（他敢於說實話譴責當代的罪惡，這一點還真令人欽佩）之際，熱那亞的聖加大利納（Catherine of Genoa）卻在家裡看顧病人和窮人。她終生未曾離

開過熱那亞，也沒做過什麼了不起的大事，單是組織祈禱團體去照顧患病的窮人而已。但在歷史的裁決中，「在那些紛擾的時代中，開始了天主教教會有效改革」²⁰的人卻是她，而非那位性烈如火的教師。

當我們感到瀕臨心靈偏執的邊緣時，應稍稍撤退，多花點時間探討這個議題。在一段時期的熱心祈禱後，我們應將整件事在上主前攤開。在此宜作自我省察：我們是否在進行偽裝的報復之際，意外地傷害了他人？我們是否判斷他人，而明顯違犯了福音的勸導？若我們斷定自己確實曾經有點偏執、自誇，或懷有被迫害妄想，應謙遜地祈求光照，好能回到正路上，並且也為能堅毅地走在這條路上求恩寵。在這點上，我們常會猶豫不決，害怕自己缺乏這麼做的力量。此刻天賜德行會前來解救，讓我們再次學到經常複習的這一課：在增強我們力量的祂內，我們能做一切事。

愛慕正義

關於在明路中對正義的愛慕，必須作最後一點說明。作為天賜的道德德行之一，正義往往為虔誠信徒所忽視。靈修導向的人往往因著他人的嫉妒而吃一點不正義的苦。既然他們自己嘗試做到公平並施予，他們不太能看見我們活在一個邪惡世界的事實。他們

經常無法與不正義相抗衡，所以他們便看不見它；當他們確實看見它時，他們保持沈默。沈默的傾向幾乎無法表達出天賜的正義德行。我們在兩位猶太公議會的成員身上可以發現這讓人傷心的例子：阿黎瑪特雅人若瑟和尼苛德摩，他們雖有勇氣去請求領取耶穌的遺體，卻不敢對抗不義的判決為他辯護。我不譴責他們；即使他們抗議，也不會起什麼作用。然而，在他們的行動中，我確實發現對自己的警告：在他們的餘生，必須帶著自己的沈默繼續過活。

有時候沈默是最好的或唯一的路線，但有時候並不是。對靈修成長有興趣的人必須克服對於與物質有關的事物保持疏離的傾向。他或她對於那些因不正義而受苦的人，應培養恆常而真誠投入的興趣。人越能夠直接與不正義的犧牲者建立連繫，分享他們的命運，為他們請命和辯護，便越會在靈修上成長。

光明之路的啟示之一，便是人自身的絕對貧窮和依賴天主。在寧靜、摯愛和尊重中分享窮人的命運，並認同他們，會讓我們清楚地感受和了解到這個啟示的訊息；同時，也有助於控制那在光明之路將近尾聲之際開始湧現的悲傷浪潮。天主的喜樂有個刺眼的對照，就是「我們並不愛祂」的悲劇。了解到天主是不正義最大的受害者，「愛並沒有得到愛的回報」，這種領悟開始在靈魂中成長。因此，我們必須認出：那些受壓迫者、窮人、遭人欺騙掠奪者以及受困者，將是我們在這世上發現天主的唯一希望。

第八章

靈修生活的第三階段：合一之路

本書是為追尋者而寫的，也就是為那些對靈修生活有興趣，並且也已邁向它的最終境界——默觀——而有所進展的人。在那些到達靈修生活更高層次的人，擁有「找到」的經驗後，有些經驗應告訴那些尚在「尋找」的人。以下這一章便是出於如此的意圖。不應將它解釋為指南，來引導那些蒙揀選而到達合一之路起始處的人靈，甚或那些有榮幸擔任他們靈修輔導的人。在辨認幾種黑暗時期，尤其是感官的黑夜上，這一章可能會有一些實質的幫助。

這一章實是基於偉大神秘家的著作而寫成的摘要，尤其是聖文德、聖女大德蘭，以及聖十字若望。若是某個人正處於與天主合一的境界，或者正經歷合一階段的某個初始試煉時期，這幾頁的內容可以幫助我們辨認出來；然而，本書的主要目的是給那些在心靈旅程中的人一點概念，讓他們知道前頭可能有什麼光景。正如我們已在任何發展順序

中觀察到的，某方面來說，不論在哪個特定時間，我們皆同時具備了這旅程中所有階段的不同特性。那麼，留意到我們會經驗片刻的默觀，甚至是那種由天主傾注的默觀，並不算太冒昧。這完全是出於天主的慷慨大方，沒有別的原因。這能給予路途中的旅人希望。

唯有不熟悉這些神秘家著作的讀者，會對這章中所描述的步驟和宏偉的高度感到震懾。我們現在明白，我們過去認為是高山的经验，實際上只是山麓小丘，而當神秘家講到真正的山嶺時，我們為敬畏所籠罩，因為我們先前對這些事情沒有概念。這就像你一直生活在大草原上，而突然聽說有喜馬拉雅山一樣。我建議你容許自己，讓所聽聞的事帶來的驚畏籠罩你；這有益於謙遜。

我也必須提醒，這一章有點悲傷的意味，尤其是讀到那些平凡人設法攀登高峰，了悟隱而不顯的奧秘時。為何我們一直在途中滯留，讓無用的行囊造成自己負擔呢？為何我們將只有一回的世間生命，虛擲在那些比起追求天國，價值低微許多的事物上呢？這後面還跟著最痛苦的問題，那便是：為何我們沒有呼喚自己所愛的那些人走向對天主更深的愛呢？若我們真想要認識天主仁慈的深奧，一定要面對這些問題。我們確實是無用的僕人。

合一之路的一般模式

正如聖十字若望和大德蘭這兩位我們在這段旅程上最為準確和精密的嚮導所描述的，合一之路（或稱合路）包含兩種不同的默觀經驗，其一是簡單寧靜的默觀，然後較晚階段的全心貫注的默觀。第一種或稱作養成的默觀，其實是合一的前導，是在明路晚期漸漸發展的，特別是作為深入的收斂心神祈禱的增強。這種過渡的轉變似乎大半時候是逐漸發生的。

在養成的默觀和天主傾注的默觀之間的區別上多作文章，已超過了本書的目的。較早期的作家通常不會提到這樣的區別，但在最近幾世紀這道區隔線已變得更鮮明。據湯奎瑞的說法，養成的默觀「在最底層，不過是變得簡樸的情感祈禱」，可將它定義為一種默觀，在這默觀中我們的智識和情感動作變得單純簡樸，是我們自己的活動在恩寵協助下導致的結果¹。

漸漸地，天主傾注的默觀賜給了我們，而且絕對是白白得來的禮物。它是非常不一樣的經驗，在其中智識和意志的動作在特殊恩寵的影響下得以單純化，這恩寵抓住了我們，使我們得以領受天主在我們內所產生的光明和情感——但這永遠經過我們的同意？。

人接受這種恩寵，但絕對無法導引它發生。天主傾注的默觀始於非常靜默的祈禱。通常這靜默剛開始時乾枯無味，稱這經驗為感官的黑夜，是很合宜的。緊接而來的是一段甜美的靜默，導向稱為「與天主圓滿合一」的祈禱時期。這引向一段幾乎襲捲整個人，壓倒常態心理過程的經驗，稱為「神魂超拔的合一」。繼之而來的是人類所知的一切試煉中最可畏的「心靈的黑夜」（這稱呼也很貼切）。最後，是轉化的結合，也稱為「神婚」。若你讀了這些詞彙而開始感到有點暈眩，安心吧。打個比方，我們可說是置身於外太空。我們就像天文學系的學生，注視著銀河系星羣由數百萬光年外傳來的黯淡光芒。或許這讓我們得窺這句話中蘊含的奧秘之真實：「眼所未見，耳所未聞」。

心理學與合一之路

當代心理學在了解這些人類成就較高領域的部分，幾乎是什麼也沒做。極少有當代心理學的學生覺察到與默觀有關的狀態或相關著作³。因此，我必須要有點原創性，尤其是在焦慮和防衛的衰減理論這方面的應用上。我對於合一之路以心理學來說可能意味著什麼所作的任何觀察，很明顯是試驗性的，並對可能提出的建議、批評，甚至直率的拒絕開放。我的願望是這些觀察能拋磚引玉，讓在靈修上更有經驗，而也熟悉稱為「現

代心理學」這門有限的科學的人提出更好的見解。在這點上，運用心理學概念來了解默觀，正有如用牛頓的望遠鏡來測量遙遠星雲的距離。

由於缺乏當代的理論研究，促使我們運用個人的故事來作部分的討論。在任何心理學探索的開始，運用個人故事是相當合理的工具。我限制自己只用我個人所認識的人來敘述，而且我有能力對他們的生命作出某些推論。似乎引那些已經過世的人為例子是較好的作法，因為他們中某些人的生平如此不尋常，不太可能隱藏他們的身分。這些人當中有兩位與我一樣，都是嘉布遣會士（Capuchins，方濟會三派之一）；因而應聲明，我並沒有任何用這本書做公關的意圖。我純粹只是受限於必須引用那些我所熟悉，也一直有機會細心觀察的人為案例。

過渡到天主傾注的默觀

對於某樣物事的美有某種直觀的覺察，認出它的整體合一性，這在傳統上稱為「默觀」。近年來，人們常將這類經驗與意識的阿爾法（alpha）狀態聯想在一起。它是一種自發誘導的狀態，一種有意義且專注的認知形式，但並非我們所意謂的默觀，雖則它不盡然毫無關聯，有可能是默觀在受心理影響的生理層面上（psychophysiological）的構成

要素。

湯奎瑞簡單明瞭地以下述方式定義天主傾注的默觀：「一種簡樸、摯愛的，對於天主與神聖事物的長時間凝視，在聖神的恩賜以及一種特別而真實的恩寵影響下發生，這種特別的恩寵佔據了我們，使我們以被動而非主動的方式行動」⁴。

要了解養成的默觀和天主傾注的默觀之間的區別，或許最好是用主動／被動的類比，這是聖十字若望最喜愛的主题。這種類比幫助我們了解這位了不起的人對天主的完全獻身與信賴。「如果……這種愛的知識是由人靈被動地領受，並依照天主超乎自然的模式，而非按照人靈自然的模式，那麼一個人若要領受它，在本性的運作上應息心絕念，不受牽制、閒散、靜默、平安、清朗，依照天主的方式。大氣越是清淨，將那些蒸騰漂浮的氣體掃除一空，越寧靜和單純，太陽便越能照亮它，使它溫暖。一個人不應受任何事物牽絆……他對一切事物，應抱著自由的態度，心如止水」⁵。

我們將不再對這定義進行冗長的分析，而會在研讀以下的描述之際，讓這默觀的概念成長。

默觀的初階——與天主單純的合一

從光明之路過渡到與天主合一，有賴於強調重點的改變，正如在許多發展性改變當中所發生的，某個現象漸增而同時另一現象漸減。在默觀性的默想經驗或簡樸的祈禱期間，那些在明路尾聲的人經驗到越來越多的默觀插曲事件，而且這些都超越他們自己的能力。就像他們很久以前在這段旅程開始時經驗到的，對天主的覺察的一星火花或靈光一閃，這些覺察經驗不見得具有壓倒性的震撼力，但卻扣人心弦。寧靜的收心動作可能在此之前或之後到來。但這些動態比起寧靜默觀的時刻，顯然更具自發性。突然間衝擊這人的問題是：我願意降服並珍惜這些強烈意識到天主臨在的片刻嗎？我願意以培養美德習性和慷慨自我給予的生活來增強堅固它們嗎？這不是新問題，但現在它帶有一種特殊的緊迫。重要的是注意到在主觀上，這些狀態與病態的自我疏離大不相同。這人並沒有要逃避的心理衝突。沒有真正的義務妨礙，也不缺乏對他人的了解。恰恰相反：這個人對於那超越自身者的臨在抱著開放心態——那是天主的臨在，帶來一種對於其他人與事物之臨在的嶄新開放。徐格爾曾用「萬有在神論」(pantheism) 這個詞彙表達萬物都在天主內的意義。雖然這是哲學名詞，但它符合這經驗的主觀性特質，而這必須與瀕

臨崩潰者的經驗謹慎地區分開來。有經驗的輔導通常能很快地透過觀察可見的不同線索而看到這差別，分辨出一個人究竟是正在走向合一之愛，或是精神分裂。隨著屬於明路的情感的新禱漸減，而這嶄新和簡樸的養成的默觀經驗取而代之，便出現了一段與天主單純合一的時間。

人能從那些正處於過渡到合一之路的人身上觀察到以下的行為特質：他們心靈極單純，縱使因軟弱而有時可能在行為上退步，卻絕不致故意犯罪。他們能輕易做到在行為上極為自制自主，毫不費力。他們不再倚靠壓抑、反應模式和其他總不適切並引起衝突的防衛。觀看一個處於合路中的人，宛如觀賞音樂名家演奏他或她所熟練專精、控制自如的樂器。或許有個特殊的例外，就是傷痕深烙的人，帶著心理上深刻的創傷，而確實降服於天主。在輔導這方面，需要有更多經驗才能在這種人身上看出成長，因為當深深的傷還在，一些病態症狀與合一之路同時存在這人身上。例如，法蘭西斯·湯普森便顯然是這種受過損傷類型的人之一，而他的詩卻反映出對靈修生活層次相當高的洞見。

藉此，噢歌者，若你看見我們便會認得。

當人們對你說：瞧！基督在這裡，

當人們對你說：瞧！基督在那裡，

相信他們：是，還有這個——而你便是先知，

當你一切清晰呼喊

僅僅是：瞧這裡！瞧那裡！——啊呀，瞧，每個地方！⁶

單純覺察的源頭

若我們問對於天主臨在的這種單純覺察的心理學基礎是什麼，為我而言似乎是淨化過的渴望或單純化的意志。實際上，這種對天主臨在的覺察真正的源頭，自然是天主在一切事物中的積極臨在。湯普森將基督的臨在說得如此美，那是道（Logos）的臨在，亦即聖言，在祂內，藉著祂並偕同祂萬物受造。由信仰得到啟蒙的基督徒個人，在簡樸的合一之路會漸漸發現基督的臨在——祂處處都在。

但心理學上的問題仍在。這覺察如何發生？我的印象是，對天主臨在的覺察，是因著一份單純渴望而成長：那便是接納天主旨意，並按照它生活。於是這人的心神變得一片沈靜，而實質上天主的臨在一直在那裡，此刻在心理上便顯現出來。中世紀的一位偉大靈修心理學家艾克哈（Meister Eckhart），在他的一篇談論不受牽絆與天主臨在的簡短證道詞中，對這過程作了相當敏銳的分析⁷。他的意見是與天主合一的心理過程本質並

不是對天主的覺察，而是在理智和意志上向天主開放——也就是不受矛盾的渴望、隱藏的目標及未解決的衝突干擾，而因著放掉防衛機制和其他不面對真實的行為，在各層面上向真實開放。

聖神的恩賜與默觀

有些靈修作家認為，進入合路的時刻正是考量聖神恩賜的合宜時機。這些恩賜是靈修生活中美妙而具有激發作用的要素，人們卻很少給予適切的注意。

我們已經思考過道德德行（智、義、勇、節）與超德（信、望、愛）的差別。基督徒的一切美德，無論是道德上的或超性上的，都是天主所賜的禮物，雖然道德德行建立在培養的良好品格上，而超德唯有經過聖寵領受。道德德行雖與良好品格有別，也召叫我們朝更崇高的目標努力，效法基督為他人的得救而生活和勞作。基督徒往往沒有認知到自己聖召的崇高，因為他們缺乏有意識地指向這些美德。聖神的恩賜還更為驚人，因為它們讓所有美德，包括信、望、愛在內，得以更完滿地付諸實行。「上主的神——智慧和明達的神，超見和剛毅的神，聰敏和敬畏上主的神——將住在他內，他將以敬畏上主為快樂」（依十一 2—3，原文引用的版本為新美洲聖經，New American Bible）⁸。

在最早的希臘文舊約聖經（the Septuagint）及拉丁文聖經（the Vulgate）中，上述經文裡的「敬畏上主」這詞彙第一次出現時，用的是「虔誠」，這在新美洲聖經中也有註解說。這段經文成為傳統加給聖神恩賜的名稱之來由，而在後來的基督徒靈修得以發展。當我們在早期的靈修生活中，曾超越自己靈性成熟的層次而祈禱，或許便是經驗到明達和聰敏的恩賜。這些恩賜中最大的是智慧，它讓我們愛天主甚於愛正在消逝的今世事物。即便在我們的早期生活中，若是沒有智慧之神和這恩賜的微妙作用，我們不會得救。

若你從未多想過這些恩賜，或許是因為唯有在意向達到相當的純淨度後，它們的效果在個人生活中才會變得明顯，且成為活力充沛的一部分。要了解一個處於合路中的人，就必須認知欣賞這些恩賜。在受洗時它們便已徹底地被施予，而後在這個漫長的旅途中，一直在這人的生命中心靜地發揮作用。確實可以將天主臨在的靈光閃現視為這些恩賜的效果，而按聖多瑪斯和其他神學家的說法，這些恩賜沒有天賜德行那麼積極活躍。德行會導致我們去做一些事，這些恩賜卻不會；但它們讓我們開放，抱著新的馴順態度迎向恩寵¹⁰。恩賜的結果是我們在整個生活中，變得對恩寵的影響更開放。或許舉個簡單的例子會有幫助。當我們可能遭到批評、誤解，及不公平的對待時，某種德行（勇德）使得我們願意去面對困難的情勢。在這考驗之際，聖神的恩賜——在此情況下是智慧、超見和剛毅——則在我們內運作，賜予我們當時該說的話和智慧。用比較大眾化的語彙

來說，德行給我們力量行善，恩賜則給我們「有格調」地去執行這事的能力。正如有人曾針對自然的天賦才能（也是一種恩賜）說過：當天主沒有賜予，你便不能將它硬裝進一個人裡頭。

聖神的恩賜促使我們去做有德之事，並以合宜的方式完成。勇德與信德這些德行給予聖艾蒙·坎庇恩（St. Edmund Campion）力量站在不公正的判官前，即使他已遭酷刑折磨得半死，仍不屈服。而他在大膽而勇敢地作出了不起的辯護時，領受了恩賜，結果是他的控訴者之一皈依，而最終也成了聖人——聖斐理·何瓦德（Philip Howard）。

聖神恩賜的運作是這般重要，以至於聖多瑪斯教導它們是救贖所必需的，而他的論據則是基於《羅馬書》第八章十四至十七節：「凡受天主聖神引導的，都是天主的子女。其實你們所領受的聖神，並非使你們作奴隸，以致仍舊恐懼；而是使你們作義子。因此，我們呼號：『阿爸，父呀！』聖神親自和我們的心神一同作證：我們是天主的子女。我們既是子女，便是承繼者，是天主的承繼者，是基督的同承繼者；只要我們與基督一同受苦，也必要與祂一同受光榮。」聖多瑪斯的這段議論可能顯得驚人，但這應引發我們考量，過去我們有多少次是在某種特別的啟發下行善和遵守天主法律，或是被引導而悔悟。聖多瑪斯引述聖詠一四三首第十節「願祢的善神時常引導我，走上平坦的樂土」，而注意到除非在聖神的感動和引導下，沒有人能領受樂土福地¹¹。聖神恩賜的作用使得

宗教的一切善工有趣而充滿活力。即便是信仰的真理，若在未受恩賜感動的方式下呈現出來，也能顯得非常枯燥。

或許你曾聽過神學上非常正確，但卻全然乏味的證道詞。這便是缺了恩賜的作用。另一方面，又或許你曾感到奇怪：為何一個默觀的人對某個靈修主題這樣著迷，而你卻一點也不受感動。聖神的恩賜並未在你內工作。靈修上已有進展的人，能因著聖經的一字一詞，或是一朵花而大受感動。這並不是因為新發現而生但也很快冷卻的宗教熱忱，而是深遠的、幾乎籠罩了整個人的興趣，可與音樂天才在作曲時的全神貫注相比擬。（根據迦理果拉格瑞的說法，聖多瑪斯毫不遲疑地將自然啟發與聖神的恩賜作類比，前者讓人不刻意但卻把某種工作做得非常好，像非常有創意的天才就是如此，而後者卻是在超性的層次上）¹²。迦理果拉格瑞將恩賜的作用稱為日益增加的對於「內在主人」的全然馴順。他作了以下的解釋並舉例：

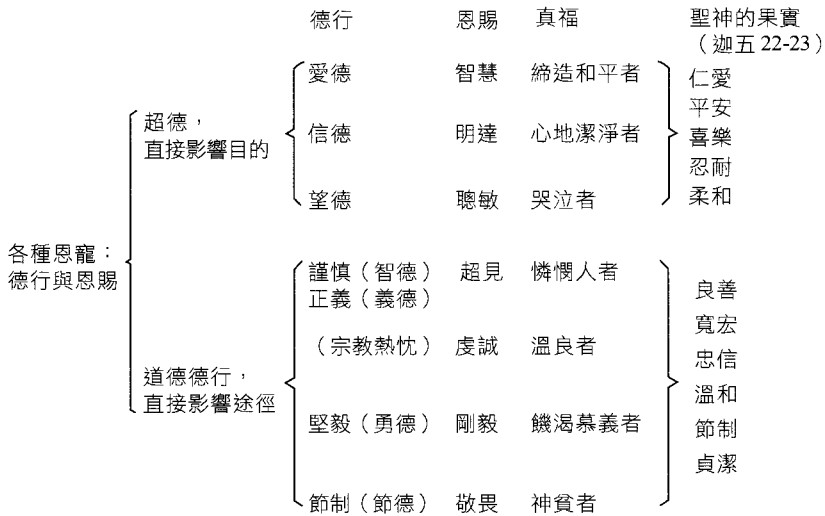
按恩寵的先後，神聖動態的第三模式是天主特別推動一個靈修之人的自由意志，這人藉著聖神的恩賜而易於接受神聖的啟發。在此，正直的靈魂受到直接的引導，並非靠著信仰所啟蒙的理性，而是聖神親自以超乎常人的方式……它是恩寵運作的
一種崇高模式，引導人達至德行和恩賜的最高舉動：信德在明達之恩的光照下，變

得更加透徹並帶著默觀的態度；望德在聰敏之恩的啓發下，知曉一切無常世物的虛幻，轉化成對天主安排的完備信心和出於孝愛的委順。而智慧之恩的光明則邀請愛德與神聖者親密結合。就如蜜蜂或信鴿在本能的引導下，以令人驚嘆的準確行動，而揭露啓示了那引導它們的上智；聖多瑪斯說，正是這樣，「靈修中人傾向於藉著聖神的本能而行動，並非主要透過他自己的意志，按依撒意亞的話來說：『他要來臨，好似被上主的神催促的急流。』」（五十九 19）」¹³

若要逐一檢視聖神的恩賜及其運作，便超過了本書的範疇；縱然如此，仍值得一提的恩賜一般與特別德行的實踐相關。這些恩賜一同引領人達至真福八端的完滿實行，最終讓人靈滿載有德基督徒生活的果實或精神賞報。以下圖表摘自迦理果拉格瑞的著作，為對這些恩賜作默想式研究者提供了優良指南¹⁴。

簡樸默觀的祈禱

進入合一之路的人蒙天主召叫而進到單純而超越自我的超性覺察，意識到天主的臨在，在自己內的基督。對於這養成的默觀最初經驗，有數不清的出色描述，而養成的默



觀也稱為簡樸默觀，因為它的特色便是極單純的祈禱。為尚不熟悉默觀文學的讀者，我謹慎地選了三段描述：一段是古代文獻，作者者是尼撒的聖額我略（St. Gregory of Nyssa）；另一段出自天主教改革時期，聖女大德蘭的著作；還有一段是屬於現代的牟敦（Thomas Merton）的作品。以默想的方式閱讀這三段引文，應能給人對簡樸默觀的一些概念。聖額我略的摘述在專用語彙和概觀上看來，極具柏拉圖的概念化傾向。不過，它確實表達了那些達至默觀者的一般印象：他們必須經過一段「感官的黑夜」時期，才能找到內在的神性。

對天主的默觀不是視覺或聽覺的

效應，亦非藉由任何心智的慣常認知

所理解。因為它是眼所未見，耳所未聞，亦不屬於人心通常會想的那些事。願意就近崇高知識的人，必先淨化自己的生活方式，戒避貪圖感官享受和非理性的情緒。他必須將由先前概念而衍生的各個意見洗掉，並由與自己的伴侶習慣性的交流中退開；這伴侶指的便是感官知覺，因為它彷彿與我們的本性結合而成為其伴侶。當他受過如此的淨化後，接著便能登山攻頂……因為將一切觀察到的事拋在腦後，不僅是感官所了解的，還有智能認為自己所見到的，它便會持續穿透得更深，直到智能藉著它對了解的渴望，找到通往不可見與無法理解之境界的管道，而在那裡見到天主。這便是所尋獲的真知；這是由不見所構成的看見，因為在此所尋求的超越了一切知識，不可理解有如某種黑暗般，四面八方地環繞著它，將它隔離。因此，崇高的若望洞徹那發光的黑暗，說：從來沒有哪一個見過天主，因而肯定了神聖本質的知識不僅是人無法獲得，各個有智能的受造物也一樣¹⁵。

聖額我略對神聖黑暗的描述不應誤導我們；並不是說這人完全脫離自我，而彷彿被吸引進入與自己的存在隔離的境域。儘管這樣的概念可能在古代廣為流行，它卻不是聖額我略所談論的。他在關於真福的第六篇講道中作了以下的觀察：

主並沒有說知道有關天主之事是有福的，反而說在自身內擁有天主，才是有福的：心裡潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主（瑪五8）。據此，我不認為他意謂那潔淨了靈魂的眼目的人會享有對天主的直接神視；這令人驚嘆之語反而教導了我們，天主聖言在對其他人表達得更清楚的一句話中同樣的功課：「天主的國就在你們內」（路十七21）。這教導我們：潔淨了自己的心，不受各個受造物 and 激情衝動牽絆的人，將會在自身的美中見到神性的肖像。我想，天主聖言同樣也在這短短的一句話中，給予我們以下的忠告：你們一切有死之人，在自身內有著見到至高之善的渴望，當人家告訴你天主的卓絕尊威高於高天之上，祂神聖的光榮不可言喻，而其美好難以形容，其本性難以接近，此時不要因絕無可能見到你所渴望的而絕望。因為在你能把握的範疇內，你確實擁有對天主某種程度的知識，你能獲得它。因為當天主造你時，祂立即賦予了你本性這份成全；在架構你的本性時，祂銘刻了模仿祂本性之完美的肖像，如同人將一枚紋章的輪廓印在蠟上。但那傾倒於人內而整個掩蓋過這神聖銘刻的邪惡，使你的成全毫無用處，將它以惡的外殼隱藏起來。於是你必須藉著有德的生活，洗掉那好似灰泥石膏般漸漸黏附你心的塵埃，然後你神性的美便會光輝再現¹⁶。

要學的第一課便是：默觀為我們的各種能力，甚至智能，都是一種黑暗；因此這與天主的單純關係，超乎我們對於信仰真理有意識的覺察之外，不像明路的默觀式默想。它是一份在「黑夜」中所贈予的禮物。

我們接下來轉向聖女大德蘭，她或許是最容易了解的神秘家，因為她的解說清晰，又採取非學院派的途徑。接下來在本書中許多有關合一之路的敘述，她將會是我們的嚮導。大德蘭為簡樸默觀舉了個迷人的例子，將它解釋為一份非常個人的禮物。我想，對她所用的「恩寵」這詞彙的最佳了解，乃是指聖神的恩賜。

我花了許多年的時間讀很多書，卻對我所讀的內容全然不解。很長的時間以來，雖然天主教在教導我，我卻無法吐露一個字去向他人解釋祂的教導，而這為我是不輕的考驗。當祂願意如此時，祂能以一種令我驚異的方式，在一瞬間教導一切。我能十分真實地這麼說：雖然我過去習於與許多靈修之人談話，而他們也會試著向我解釋天主教正在教導我什麼，好讓我有能力講論它，但我卻如此愚昧，無法由他們的教導獲得絲毫利益。或許因為祂一直是我的老師——願祂在一切事上受讚美，因為我對於自己能夠說這是事實而徹底感到羞愧——這可能是出於祂的旨意，讓我在自己的知識上不受惠於任何人。無論如何，雖然我未曾這樣許願或祈求……天主卻突然

賞賜我對這整個事情完全清楚的了解，所以我能這樣以令人們驚訝的方式談論它。其實我自己比我的告解神師們更為詫異，因為我比他們更意識到自己的愚昧。這事不久之前才發生。所以現在，除非這會使我良心不安，我不企求學任何上主未曾教我的事¹⁷。

看過大德蘭所強調的合路的被動性之重要後，我們更能徹底了解在前面的某一章中，由她自傳摘錄的合路祈禱例子。說到靈魂如同一座有待栽培的內在花園，她舉了這個默觀的例子：

且讓我們先不考量這花園如何能得到灌溉，好能知道我們必須做什麼，該如何動工勞作，收穫是否會超過勞作，以及這勞作必須持續多久。為我而言，花園能以四種方式獲得灌溉：直接從井裡取水，這要耗費我們很大功夫；或者藉由汲水的滑輪和桶子，此時水是藉著絞盤汲引；或者靠著溪流水渠，這能更好地供給土地水分，因為它滲透得更為徹底，而且也較不需要時時灌溉，為園丁更為省力；或者透過傾盆大雨，此時主親自灌溉它，而我們全不出力，這方式收效最佳，上述的那些方式根本無法比擬¹⁸。

最後我們來看看牟敦對默觀的描述，這應極有幫助，因為它是以當代詞彙寫的。儘管它可能缺乏大德蘭所舉例子的平易清晰，卻強調默觀確實是一種回應，回應那召叫我們藉由聖神恩賜，超越本身自然能力的內在「主人」或「教師」：

默觀是人智性與靈修生活的最高表達。它是那生活本身，全然清醒，全然活躍，全然意識到自身活著。它是心靈的驚奇。它是對生命與存在之神聖自發的敬畏。它是對這事實——我們內的生命及存有承續自一個不可見、超越而無限豐富的「源頭」——鮮活的了解。最重要的，默觀是覺察到這源頭之真實。它隱約模糊地認識這源頭但又帶著一種確定，超越理智也超越單純的信仰。因為默觀是某種心靈的視像，理智與信仰因著本性便渴望它，因為若沒有它，它們必定一直仍是不完整的。然而默觀並非視像，因為它「不見」而見，「不知」而知。它是更具深度的信仰，是種太深奧的知識，無法以形象、文字甚或清楚概念捕捉到。它能以文字和象徵暗示，但就在默觀的心智試著表達所知的那一刻中，它立即收回自己所說過的，並否認剛才肯定的……我在此所說的默觀不是哲學性的。它不是對種種形而上要素的穩定意識，將它們理解為不變而永恆的靈性客體。它不是對抽象概念的默觀。它是透

過我在天主內的生命，或者透過「子女的身分」，對於天主的宗教性領會，一如新約中所說的。「凡受天主聖神引導的，都是天主的子女……聖神親自和我們的心神一同作證：我們是天主的子女。」「凡接受祂的，祂給他們權能，好成為天主的子女……」所以我所說的默觀是一種具宗教性和超越性的恩賜。它不是我們能自行獲得的，不靠智識上的努力，或是我們自然能力上的臻於完善。它不是由專注於自我內在的精神存有而導致的某種自我催眠。它不是我們自己努力得來的成果。它是天主的禮物，祂因自己的仁慈而完成在我們內隱匿而神秘的創造工程，藉著啟蒙我們的理智與心靈，藉由喚醒在我們內的這種意識：我們不過是在祂的唯一聖言內所發的隻字片語，而創造的聖神居住在我們內，我們住在祂內。我們「在基督內」，基督也住在我們內。在我們內的自然生命，在基督內，藉著聖神已得以完整、提升、轉化和實現。默觀甚至在某種意義上是種經驗，是對以下這每個基督徒都朦朧地相信的真理之覺察和了解：我已不再是自己活著，而是基督在我內生活¹⁹。

以上引述這三位的有力文章，強調了默觀絕對是一份禮物。不過，正如我已經表示過的，若設想默觀是隨便贈與，在個人這部分沒有做任何準備，這就錯了。在天主這方面，祂有可能按自己聖意安排，賜予遠遠超出任何準備的非凡恩賜，正如祂賜予聖女伯

爾納德神秘神視的禮物。不過，這並不是所謂的靈修中的常軌。由神秘家的生平可資證明，個人常須為領受默觀的恩賜而作漫長而沈悶的準備。默觀不是由人格或自我中流溢出來的；而是如聖額我略所提出的，人藉著滌淨自己在人格上妥為準備，好能進而發現那原已存在自身內的神性。

馬瑞裘（Joseph Maréchal）在他值得注目的《神秘家心理學與研究》（*Studies and the Psychology of the Mystics*）一書中，以生動的表達描述了個人與他所領受的默觀恩賜之間的關係：

默觀者……將他內在的注視凝於對天主至純正的表達——絕對合一（Absolute Unity）這個概念上。因而他便把力氣放在心智自然發展最為核心的路線上。更有甚者，感謝那收斂心神且往往冗長的操練：口禱及心禱、道德行動、克苦、謙遜，他將自己對天主的概念與一切為他最珍貴、最親密的連結起來，並且這份連結日益密切：天主成了他自我的柱心石、他觀看自己一切進展之基準點、內蘊豐富的象徵、將他一切經驗吸收同化的力量、他所有夢想的模範、他一切情感的核心、主導他一切行動的原則——簡單地說，天主成為他整個心理上存有的平衡中心和生命衝力。當默觀者得以由時空的多樣變貌中釋放，進入祈禱時，藉由他自己整個生命歷程，

而在他內準備好的有力協調覺醒過來，而被封在益發收斂的心胸中。讓我們聆聽在這一點上，不單是神秘家，就連一個純樸的祈禱者也會說出的話：「上主，祢整個隱藏在每樣事物的中心……我懇求祢，將我心轉向祢，進到我自己的內室，我靈魂深處，好讓我在那裡，在受造物的緘默與放肆思想的沈靜中，能一直和祢在一起，不停地瞻望祢的臨在，愛慕朝拜祢，聆聽祢的聲音，將我飄泊流離的慘況向祢揭露，而在祢內找到安慰」²⁰。

感官的黑夜

在簡樸合一的祈禱開始後不久，個人便陷入初次名符其實的黑夜，或稱感官的黑夜。我們已經討論了先於黑夜的簡樸合一之默觀祈禱，所以我們或許能檢視這兩者之間的關係，它們在心理上可能互為因果。對於這兩種黑夜——感官的黑夜和稍後出現的「心神的黑夜」，沒有人比聖十字若望描述得更好。在讀他的文字的同時，應謹記在心他所描述的特別是與合路有關的經驗。至於本書稍早描述過的，淨化之路的受苦與黑暗經驗，聖十字若望的著作只能以類比的方式來比對應用。

聖十字若望用了幾個類比來澄清黑暗經驗之目的。我想其中最佳的比擬，是以火和

木柴來說明，將這整個過程描述得很好：

為了進一步澄清這事，我們應留意這裡所說的，淨化心靈與摯愛的知識或者神聖光明，對於靈魂的效應就像火對於木柴的作用。靈魂為與神聖光明結合所經歷的淨化和準備，正如木柴要轉化成火所做的準備。火開始放到木柴上時，首先會使木柴乾燥，趕走濕氣，讓它將所含的水分全除淨，然後逐漸使木柴變得黝黑難看，甚至冒出臭味。藉著將木柴整個烤乾，火帶來亮光，驅散一切與火相違的醜惡和黑暗的次要事情，最後，火靠著熱度，使木柴從外層開始燃燒起來，將它轉化成火，而變得和火自身一樣美麗。一旦經歷了轉化，木柴便不再具有自身原有的積極或消極特性，除了重量緻密，它與火一般無異²¹。

為我而言，此處的類比似乎是說明那稱為「乾枯」的黑暗經驗，僅是新層次的功能作用在心理上的結果²²。不過，這也包含了處於某種如火一般超出自己控制的力量之掌控下的驚恐經驗。這經驗與尋常的厭煩無聊能夠有所區分，因為在黑暗中個人在任何事——無論是天主或受造物中，都找不到安慰。個人拼命想要取悅天主，但卻感覺自己在退步而一事無成。最終，這人無法默想和反省。在心理學上，這人由於最有力量的防衛

機制之崩潰，內心被迫靜默；這防衛機制就是昇華。天主所傾注的默觀不僅不需要昇華，昇華反而還會妨礙它。在兩個世代之前，防衛機制的概念尚未清晰為人所知之前，幾乎所有的靈修作家都視感官的黑夜為天意迫使個人進入內在的沈默和自我降服。儘管他們的觀點確實是對的，再加進昇華作用之解除這個因素，卻能擴充我們對黑夜的了解。其他的防衛機制，例如否認、合理化、智識化，在明路階段還以非常收斂的形式勉強存留，現在也全部消失無踪，只留下這個失去防衛而心理上赤裸裸的人。漸漸放掉防衛機制，結果會導致原我或原欲的勢力作最後的攻擊。湯奎瑞提到：可怖的誘惑會攻擊信德、望德、貞潔和耐心，這些都在預料之中。猶豫顧慮、擔憂、衝突等在心中肆虐，引起某種類似神經衰弱，或可稱為神經崩潰的病徵²³。

最後，進入合路的人很可能遇上許多人際上的困難與誤解，靈修作家提出的意見將之歸咎於他人的惡意。不過，我可不這麼確定。或許由光明之路進入合一之路的人感到孤立，而這感受可能引起更進一步的孤立。朋友變得疏遠，因為他們得不到以往慣常的支持。而批評者和敵對者（合理地誠實的成熟者身旁從不乏這些人）很可能會吹毛求疵（即便他們可能也有相當的靈修）。既然對有德行的基督徒，我們的標準圖像往往基於宗教名畫月曆上莊嚴華美的人物，勝過基於福音，我們很可能會發現自己遭到走上合路的人迴避，因為合路的經驗已將他的優先事項徹底改變了。

最後，還有俗世也會介入。生活正直的人總是會惹惱（這還是個較不強烈的詞彙）那些滿腦子俗世價值的人。他們「彎弓搭箭」準備攻擊，並可能破壞這人的生命和名譽。聖十字若望自身便受過這樣的苦。而大有理由明瞭箇中滋味的紐曼樞機觀察到：人越受吸引而靠近天主，俗世便越不了解他。在湯奎瑞的觀點中，正經歷黑夜的個人，也有可能遭受「外來的災厄」，例如疾病、在聖召工作義務上的無助，以及被他人認為愚蠢的感覺²⁴。這些苦楚可能反映出在危機時刻侵襲個人的消極敵意，但我總是不變地觀察到，許多不幸事件神秘地匯集在此時，侵襲合路上的人。靈修輔導開始感受到一場與怪異的連串災禍之爭鬥，而這些災禍可能看似與天主的安排正相反。

聖女大德蘭曾在一段令人受益匪淺且富於啟發性的話中，描述過由這種神枯中終獲釋放的經驗。她認出是恩寵拯救了她，而這並未經過她的同意。「在這風暴中，除了等待天主的恩慈之外，別無解救之道」²⁵。她沒有抗拒，這恩寵便自然地到來。聖奧斯定在講到自己的皈依時，也作了相同的教導。「祢高聲呼喊我，打破了我的聾聵；祢明亮光燦地燃燒著，驅逐了我的瞽盲」²⁶。迦理果拉格瑞表示，許多人在有過這種經驗之前，感覺恩寵藉由我們的同意才生效；但在這樣的經驗之後，他們只能同意奧斯定、多瑪斯和大德蘭所說的，事實恰恰相反²⁷。

在這點上，似乎宜於再提出兩個對於試煉時刻的進一步觀察。考慮到個人常描述到

的外在難題，它們有可能是「中年危機」的一部分。像聖十字若望和大德蘭這樣非常強毅的人，可能沒有意識到年齡和生命階段對他們的影響；他們或許也不了解擁有非凡天賦的人，會使得別人不舒服和心懷怨憎。在公眾眼前邁進合一之路的人尤其容易受傷害，來自他人的敵意和年齡變遷兩方面的傷害。他們可能像大德蘭一般，對於順服接受被交託給自己去建立的工作安排，還沒有心理準備；或者如同十字若望，並未料想到要忍受那些一度與自己友好者的苛待。或許應將這些試煉看成類似於父母因著孩子的拒絕，或教師看到學生與自己教導的方向背道而馳所受的苦。這兩種經驗都有可能在中年尾聲時發生，而且相當強烈。

給協助者的建議

為經歷感官黑夜的人，在需要的時候有朋友在旁，的確是莫大的福佑。若你蒙召去與處於這危機當中的某個人為友並支持他／她，以下的建議或許會有幫助：

1. 敏感於一個成熟的人可能會掩蓋的受苦的深度。
2. 要鼓勵他／她，但也要堅強，並堅持個人應保持為正常義務忙碌的狀態。
3. 清楚地指認出問題是心靈的黑暗經驗，並選擇一些神秘家著作的簡短段落加以運用，尤其是聖女大德蘭和聖十字若望的著作，好讓這人信服事實上這是個「黑夜」經驗。

4. 這個人若有兩個靈修上的朋友，會很有助益：一位朋友堅持而強硬，另一位則仁慈而給予支持。一個人很難同時履行這兩種任務，而通常人會選擇單是仁慈而給予支持。這可能使危機拖延更久。

5. 處於黑暗經驗中的人可能會在為窮人和受苦者工作中，獲得很大的紓解。

6. 留意黑夜將盡的徵兆，也就是：一種痛苦而執著的渴望，期待與天主更親密合一。這種感覺能帶來極大的不適，但應指出這樣的渴望會讓這人向著天主神聖的釋放敞開心胸。

7. 最後，乾燥沙漠的圖像頗有用處。若是你選了靜止無風的一天站在沙漠裡，所有東西都不會移動，很像身處於一幅畫中。那裡顯然沒有生命或美。慢慢地，你注意到某種特殊的美，強而有力，超越情緒或思維。那時，你便已習慣沙漠之美，得以在那裡找到天主。

寧靜的合一祈禱

我們所說關於簡樸默觀祈禱的許多特質，也適用於合路的下一階段，稱為「寧靜的祈禱」。既然本書並非為提供處於合一之路者指引而寫，讓我們止於簡單地敘述這階段包含三個連續的步驟：

1. 深奧而被動的心神收斂，引致極大的寧靜，在其中個人一切機能都喜樂地著迷於對天主臨在的覺察。

2. 對於天主臨在的覺察，蓋過一切。

3. 一種保持警醒的睡眠，睡眠中人仍有意識，但所有心理能力都得以在天主內安歇。聖女大德蘭在《七寶樓台》中所寫的四層樓，對這些步驟有很美的描述。為讀者而言，或許最好是舉一個當代的例子，並描述處於這狀態中的人，在友人眼中可能會是什麼樣子。

法蘭克·席德的晚年

提起法蘭克·席德（Frank Sheed）與其妻麥曦·渥德（Maisie Ward）的名字，上百萬西方的宗教類書籍的讀者都會知道。半世紀以來席德與渥德（譯按：Sheed and Ward 亦為出版社之名，該出版社即這對夫婦所創）完全投身於寫作和出版的使徒事業。雖然我從十幾歲起就知道法蘭克，有幸與他熟識卻是在他退休後的事（這起因於他和我皆分享與齊里利亞一家人的友誼）。在他生命的最後七年，我每年會有幾次機會觀察這位了不起的基督徒，尤其是在他關照病入膏肓的愛妻以及為他自己的最後一程作準備時。無論過去或現在，我的印象都是：法蘭克·席德的晚年是合一之路的極佳範例，因為或許一

位修道者都無法活得這般豐富，然而一個處於日常俗世中，仍感親切與平安的平信徒卻做到了。法蘭克喜愛簡陋樸素的東西。他住在澤西市（Jersey City），幾個房間裡簡單地擺著家具。他特別欣賞這城市著名的剛健信仰與直率作風。法蘭克周遊英語語系的國家，從澳洲到英國，到處演講並為基督作見證，直到他在世的最後幾個月才停歇。雖然他的健康狀況真的很差，但他從不抱怨。由幾個事件便可以見出一位偉大基督徒可能達到的極有力量的經驗。在他妻子過世後不久，我提到他必定非常想念麥曦。他立刻望著我的眼睛說：「噢，恰恰相反，我感到跟她比以往更親近。」這並非陳腔濫調的評語，很清楚地，他是出自真心這麼說。法蘭克從不說虛矯的話。

我常會見到法蘭克進到一種溫和的入神狀態。他往往顯得是在聆聽他人無法聽見的事情。他參與禮儀時非常虔誠，但似乎對於我們處在彌撒的哪一段落有點失神。他似乎是參與彌撒整體（in *globo*），而非以可區隔分段的方式參與。

有一天我遇見他時，他正安靜地坐在房間裡，良久處於入神的狀態。我向這位出版了成千書籍的人說了句愚昧的話：「法蘭克，我能找點東西給你讀嗎？」他抬起眼來，說：「我的老天，我全都讀遍了。我只想聽。」

席德不是個愛展示自己虔誠的人。在這方面，他是非常謙遜的人。你能從他所沒有說出來的東西中學到最多，正如所有明智的人皆如此。他不抱怨，不爭論，也不判斷，

即便對於某些他覺得有點過了頭的神學家，他也試著盡可能少下斷語。就連這些批評，他也會相當謹慎溫和地表達。他比較傾向於表達對整個事態的異議，而鮮少將矛頭指向特定的人。

為熟識他的人而言，毫無疑問地，天主的臨在為席德極為明顯。他所到的每個地方，基督都在。他在各種大大小小的事中發現祂的臨在，尤其是在與人的關係當中，並在其中找到極大喜樂。那些熟悉他的人會注意到，要認識他而不感覺他是你的朋友，以某種特別的方式了解你，這簡直是不可能的。

這些由席德生平舉出的例證，可以提供讀者參考，在那些基於聖召和謙遜而無由表達自己內修生活的人身上，找到簡樸合一生活的蛛絲馬跡。

默觀的第二階段——圓滿合一與神魂超拔

高度靈修生活接下來的兩個階段，通常是分開來考量的。我們既不試圖對於這些狀態作徹底詳盡的描述，而後者似乎又是來自前者的合理結果，所以在此將這兩者放在一起考量。與天主的圓滿結合，正意味著人的心智、意志的一舉一動與天主的慈愛計畫全然和諧。相關的各種比擬，層出不窮。大德蘭用蠶與蠶蛾所作的平易比喻，展示出這恩

寵帶來全然轉變的力量。她先是作了對蠶的描述：

你們一定聽說過蠶如何做絲的神奇吧，這個只有天主可以作為發明者。此外，你們也知道，牠是如何來自一顆像胡椒子那麼小的卵……當天氣變暖，桑樹萌發嫩葉，卵便開始了生命，在此之前則宛如死物。牠們用自己的小嘴，逕自吐絲，做成厚厚的小繭，而將自己關閉在內。外型醜陋而肥胖的蠶，生命便在那裡結束，然後從這小繭中生出一隻美麗的小白蛾²⁸。

燃燒的赤忱、全然不受自我牽絆，以及個人完滿的順服，這一切共同協力之下，產生了嶄新的存有圖像（大德蘭的小白蛾）。這個人擁有滿全的平安，不懼怕任何人可能加給自己的傷害，充滿了一種不出風頭、摯愛的慷慨。在此狀態中的人有很強的力量贏得他人的心，能解讀他們的心思並觸動他們的心靈，而常會成為有力的臨在，為人帶來治癒。

磁鐵與它對金屬的吸引力是眾作家常用的圖像，包括了艾克哈和聖方濟·沙雷（St. Francis de Sales）²⁹。人類之愛的圖像也常被援引，尤其是聖納德、聖文德和聖十字若望³⁰。熱那亞的加大利納作了以下的描述，充分反映出在心靈淨化結束時，個人所感受到的與

天主圓滿合一：

無論遭受多強烈的痛苦，人靈重視天主的法令於一切事物之上，因為不管有何感受或想法，祂都在這些之上，超越這一切。如我已說過的，這種知識並不是來自智識或意志，而是來自天主，遽然而至。天主令人靈忙於注目祂，無論以多麼細微的方式，而人靈全心繫念著天主，便不由得忘卻了其他的一切³¹。

或許此時最為有力的心理覺察，乃是對於天主臨在於人靈之內的絕對信念。可以推測在心理方面，所有防衛現已減至實質上空無一物，現在你所面對的，是個原罪之創傷顯得已經治癒的人。在這層次的人不復經驗到需要來自於人的堅勵和贊同，因此他們寧靜溫和，一點也不礙眼。他們大半是較年邁的人，而俗世很樂意忽略他們，或者施捨似地摸摸他們的頭。若他們比較年輕些，還涉入其他許多人的生命，像是聖十字若望，很可能他們會遭遇難以避免的麻煩。納粹黨衛軍的守衛們對聖國柏的反應確實可提示，他在生命中最後一段日子至少是處於這種高度默觀的狀態。十字德蘭·本篤修女（Teresa Benedicta of the Cross, O.C.D.，俗名 Edith Stein）的情況也相同，她在死亡集中營恐怖的混亂中工作，卻找到了恩寵、平安，整個人進入祈禱中。

這種合一在個人的人際關係上產生的效果，能從以下的一段引文中看出來，它摘自於一封信，描述本篤修女在奧斯威茲（Auschwitz）死亡前幾天的情況。朱利亞斯·馬肯（Julius Markan）是個來自科隆的猶太商人，在韋特伯克集中營（Westerbork Camp）裡留下了下面這段對她的描述：

在八月五日送來的一批囚人中，本篤修女平靜沈著，因而顯得與眾不同。眾人因住在如同軍營般的大牢籠而心情沮喪、新來的人引起的騷動，這一切真是筆墨難以形容。本篤修女就像個天使，在婦女間到處走動，安慰她們，幫助她們，讓她們平靜下來。許多母親幾乎到了快發狂的地步……本篤修女照顧幼小孩童，幫他們梳洗，留意他們在餵食和其他方面的需要。在她留在那裡的整個期間，她都在幫人們洗滌和清潔，愛德行動一個接著一個，最後每個人都驚訝於她的善良³²。

按達到最高境界的神秘家的說法，這般大度的沈著以及與天主的合一，時而會有一種稱為「神魂超拔」（ecstasy，或譯為「出神」）的經驗伴隨而來。更謹慎地細察，看究竟什麼是神魂超拔，什麼不是，這很重要。覺察到不同的心理狀態的大多數人，會意識到特定的「先於神魂超拔」（pre-ecstatic）的經驗。這些經驗的特色在於一般知覺中

斷，而全神貫注於某種喜悅的刺激上。自然的出神，能是一種美感經驗、性經驗，甚或運動的經驗。赫胥黎在《知覺之門》（*The Doors of Perception*）中，對於全然凝神專注作了周延的研究，處於這種狀態中的人極為專注在特定的覺知上，以至於所有外在官能都暫時中止，既聽不見也看不見任何東西。在神恩復興運動中，常有所謂的「安息在聖神中」（*slaying in the spirit*）的經驗（在某些情況下他們會倒在地上，在幾秒鐘的時間內感覺是很舒服而愉悅地睡著了）。這是否應稱為神魂超拔，還不很清楚，但它確實具備了神魂超拔的某些特質，並且這常發生在下定決心不屈服的人身上，向來也為人所知。雖然這些經驗可能彼此有關連，但卻不是我們這裡所談到的。對於內修上的神魂超拔，什麼被認可為真實的經驗，大德蘭為我們作了很好的描述。她顯然在描述兩個階段：首先，一種強有力的驚奇感臨到個人身上，期間很短，僅有片刻；其次則是一種獨特的經驗，聖女稱之為創傷。

現在，我們開始要講神聖配偶到靈魂這裡來的方式了。我們看見，在祂完全屬於這裡之前，祂先使她熱烈渴望祂，用很微妙的，靈魂所不了解的方法……這是很微妙的衝動，是從靈魂最深處升起的，我沒有辦法找到適切的比喻，它們與我們在現世靠自己努力所能得到的一切，完全不同；也與我們所提過的神慰完全不同。

很多次，只要是靈魂分心走意，忘卻了天主的時候，至尊天主立刻就喊醒她。祂的行動迅速，如劃過天際的慧星。縱使外界未聞聲息，但靈魂卻有如聽見一聲響雷那樣清晰，了解到是天主在召叫她……她感到有一種莫可名狀的甜蜜方式傷了她，然而她卻不知道自己如何受了傷，又是誰傷的。她清楚知道這創傷是某種寶貴的禮物，也總不想治癒它。她知道祂臨在，但祂卻不願揭開真貌，讓她享受祂的親在。這是很大的痛苦，但同時又充滿喜悅甜蜜³³。

靈魂超拔的第二種經驗，聖女稱之為「神樂」(rapture)。通常將神樂描述為有如乘著鷹翼，或是在飛行中。大德蘭以下的描述，令人懷疑這或許正是聖方濟在身上出現五傷聖痕時所感受到的心理經驗。重要的是，要留意到大德蘭堅信在神樂中，個人領悟天主的秘密。否則，她只會將這些經驗看成情緒上的小插曲。

有一種神樂，靈魂雖然並沒有在祈禱中，只要憶起或聽到關於天主的一句話，便被觸動而發生了。至尊上主，彷彿是由於同情心的感動，在看見靈魂受了很多痛苦，一直渴願與祂結合之後，祂由靈魂的內部，增強我們已提過的那團火花。於是靈魂整個燃燒了起來，彷彿鳳凰般得以更新，她能虔誠地相信她的過失已蒙寬恕。

當她變得如此純潔，主便來與她結合，這除了兩位當事者之外，沒有人了解；就連靈魂也不知道之後如何能解釋這種結合。但她確實有內在的了悟，因為這種神樂的經驗並不像一般的昏迷或癡癩，在後者的情況下，內在與外在都無所覺知³⁴。

可以說大德蘭清楚地表達，在神樂中，人會意識到內心世界，並確實意識到罪的寬恕。這真是美好的釋放經驗。在這之後，天主便揭露祂的秘密。大德蘭用了一個平易例子來解說：她造訪阿爾伯爵夫人的寶物廳，為其中珍寶而驚呆了，但她的靈感並非來自塵世的光彩陳列；她要提出的是上主讓她造訪寶物廳，好能在此經驗和覺察天主秘密這兩者之間作類比。她陳述：在這種知覺暫停的狀態下，天主讓有關天上事物的秘密顯示給人，而這些秘密便銘刻於記憶中。若這些恰是她稱為「智性的」神視，個人並不知道該如何講論它們。她斷定在這些時刻中必會有極其崇高的神視，而世上無人具備將它們向他人解釋所必要的悟性。

在以下的引文中，聖文德對於默觀的見解似乎可與大德蘭的經驗相提並論：

我們的心充滿了這一切智性的光照啓示，就像是天主的房舍，有神聖智慧居於其內。它成了天主的女兒，祂的淨配和朋友；它成為肢體，以基督為首，並成了基

督的姊妹和共同繼承人；它成了聖神的殿宇，以信仰為根基，憑著望德建立，藉由身心的聖善而獻於天主。這一切都靠著對基督最真誠的愛而完成，這份愛是由聖神帶到我們心中，祂是給我們的恩賜，沒有祂，我們不可能知悉有關天主的隱密事物³⁵。

聖文德對於聖方濟五傷聖蹟的描述，是對靈修上的神魂超拔最引人入勝的記述之一，而這個經驗還有身體上的奇蹟伴隨而來。在《聖方濟的生平》（*Life of St. Francis*）中，我們讀到：

他那熾愛天使（Seraph，即依撒意亞先知書第六章中述及的「色辣芬」）般熱烈的渴望，將他提升至高天，進入天主內；而藉著他甘飴的感同身受之情，他被轉化成祂，曾因過度的愛而選擇被釘十字架的那一位。在某個早晨，約莫是光榮十字架的慶節時分，當方濟正在山腰上祈禱時，看見一個熾愛天使從高天降下，祂有六個火焰般發光的翅膀。在快速的飛行中，熾愛天使以一個釘在十字架上的人的外形到達某一點，他的手脚伸展成十字的形式，被固定在十字架上。兩個翅膀高舉過頭，兩個伸展開來飛翔，兩個蓋住他的全身。當方濟看到這景象，他的心洋溢著兩

股混雜的感情，同時喜不自勝而又傷痛已極。他因著在熾愛天使外表下的基督那般慈愛地望著他而欣喜，但基督被固定在十字架上的這個事實，以一種感同身受的悲痛刺透他的靈魂。他見到如此深不可測的神視，驚異萬分，因為他了解基督苦難中的軟弱和熾愛天使不朽的精神本質毫不相容。最終他藉由來自上主的啓示而了悟，神聖的天意將此神視顯示給他，好讓愛慕基督的他預先知曉自己將被完全轉化，肖似於基督被釘十字架的模樣³⁶。

必須一提的是，由大德蘭自述及聖文德對聖方濟所作描述的這些經驗，字義上皆與格林多後書十二章一至四節有類同之處，在這段書信中聖保祿描述了他進入天堂的神樂。對於聖保祿這段獨特的報導，聖經學者曾大書特書，並且似乎同意這為保祿來說是非常個人的經驗，而在特質和詮釋上卻與虔信神秘主義的希臘異教徒所指稱的「天堂之旅」大異其趣。我們的目的並不在進到這段經文的闡釋問題中。不過，指出這一點是合理的：聖女大德蘭與聖文德在他們的描述上，皆可能曾受聖保祿的文字影響，也就是他「被提到樂園裡去，聽到了不可言傳的話，是人不能說出的」³⁷。

大德蘭講過其他世界的神視。她向來實際，並指出重點：這種經驗全是為了讓靈魂充滿渴望，嚮往著全然享受那吸引它靠近的唯一真主。她清晰地講到一種死之渴願，這

與心理學上所認知的自我毀滅的病態執念大不相同³⁸。被吸引至這種神樂層次者必須實習特別的超然心態，好能留在這涕泣之谷。世上其他的人，甚至於教會界，在試圖了解那些乘於鷹翼上的人時往往一敗塗地。若你對這些狀態感到好奇，我建議你用心地閱讀《七寶樓臺》和聖文德的《進入天主內的靈旅》（*The Soul's Journey into God*）。

在神魂超拔現象的探討上，湯奎瑞採取了較大德蘭更明確的途徑。他總結對這種狀態中的人所作的心理觀察而這樣說：神魂超拔的特色是身體上無感受，生命過程變得緩慢，呈現一種靜止狀態，處於其中的人眼睛一直注視著某種看不見的「目標」；在神魂超拔結束時有種疲憊感，繼而完全回復活力。他指出內在官能在不同層次上暫時中止；有時候個人能夠回想這經驗，有時候不能。

有些當代的實驗心理學家曾注目過與這些深刻的凝聚心神和祈禱片刻有關的現象。他們得到的一般結論是，這種狀態不必然代表人格的分裂或退縮等病態，因為並沒有人格瓦解的其他相關病徵。這些深奧的宗教經驗或許代表著個人至高的機能整合。為決定究竟是發生了真正的神秘經驗，抑或所報告的是精神異常的現象，肯尼斯·渥尼克（Kenneth Wapnick）提出了最實際的建議：我們僅需評估這些狀態的心理效應，並決定它們是與個人機能的統合有關，還是與解離有關³⁹。不巧地，亞瑟·戴克曼（Arthur J. Deikman）非常聰慧的研究需要對於實驗心理學的概念有相當高度的熟悉。不過，他的著作

相當有創意，對這個主題有興趣的人或可從閱讀他的研究中獲益。戴克曼的實驗指出，在神秘狀態中，會發生某種脫離自動現象（deautomatization），讓個人強烈感受真實、合一、無可言喻的經驗。從實用觀點來看，這種機能狀態是比較沒有有效用的。然而，正如戴克曼指出的，它使得個人心智自由地經驗到真實的世界中，之前遭到排除或忽視的層面。從心理學的研究觀點來看，他會看到個人將意識專注於我們一般在常態的心理機能運作下，不太可能將心神集中其上的事物⁴⁰。

渥尼克也對宗教上神魂超拔與精神異常之退縮兩者的效果，作了謹慎的比較，將大德蘭的記述與某位有學養的精神病患的敘述放在一起對比。渥尼克似乎作出在此領域多數研究中會達成的一般結論，也就是，以個人整體生活的調適及心理機能，來評估神魂超拔經驗的效果。以下的記述，是我在一次不尋常的機會中，觀察到一位知名且受尊崇的人神魂超拔，而他個人的聖善便已值得記錄。這記述應可驅散對於這種經驗是否真正發生過存疑者的疑惑，也應能詮釋說明大德蘭和其他人提出的一些觀察。

索拉努神父的神魂超拔經驗

索拉努·卡瑟（Father Solanus Casey）是一位司鐸，他大半輩子都在底特律居住和工作，死於一九五七年，享年八十六歲。他過世時，受到數以千計的人景仰悼念，因為他

靈修極深而又謙遜，同時也是一位醫治者。天主賜予他許多超感心理學（parapsychological）和超自然神秘的驚人天賦，例如預知未來事件的能力。這位謙遜的人，曾有數年在紐約的嘉布遣會各個修道院擔任門房或守門人的工作，在底特律則工作了三十年，在那裡，他也是幕後推動設立一間供應熱湯給窮人的大型廚房的靈魂人物。

一九五〇年，當我抵達印第安那州杭丁頓（Huntington）的嘉布遣會初學院時，索拉努神父已在那裡，顯然是個很有靈修深度的人。他終日祈禱，並接待來尋求他的指點，請求他代禱，甚至求醫治的人，這些人所排的隊伍往往長得不見盡頭。雖然他從來不曾講道或聽告解（因為他早期沒通過神學考試），但他確實以心神極為凝斂，但絕不虛矯的方式舉行聖體聖事。事實上，在我與他同住的那一年，我得以觀察到他的這種例外行止只發生過一次，其經過如下：

那天夜裡很熱，我不能成眠，大約在清晨三點時，我決定起來在修院周遭走走，於是來到通往修院小聖堂至聖所的側門。在黑暗中跪了片刻後，我察覺小聖堂中還有別人在，而且離我很近。稍稍吃驚的我伸出手，打開了聚光燈，至聖所頓時一片通明。就在我前方十呎處，索拉努神父跪在祭台最高的一級階梯上，雙臂展開，正在深沈祈禱的神態。他顯然全然沒察覺燈光已轉亮，雖然他半睜著眼，以極熱烈的目光凝視著祭台上的聖體櫃。我確定他不曉得我在場，因為倘若他知道有人在觀察自己，以他的作風，絕不

會仍維持著這特別的祈禱姿態。我注視著這景象，有三、四分鐘之久。他完全不動，看來幾乎沒有在呼吸。事隔三十年，我仍能回想起自己在他凝視聖體櫃的眼神中所觀察到的，那種深長的天主臨在感。回想中，我此後再也沒見過這樣的凝神注目，雖然在一場音樂演出中極美的片刻，或是一位成效卓著的傳道者在講道的高峰時，聆聽者的專注勉強可以比擬，但差距仍然很遠。在我一生中，從未見過有人更為全神貫注。待了幾分鐘後，我感覺到自己冒失地闖進了一件非常私人、極為親密，而我原不應在場的事件中。於是我關燈離開。後來我才知道，早上第一批進小聖堂的弟兄們，往往會發現索拉努神父已在聖堂裡，或者正在祈禱，或者偶爾在祭台腳蜷身睡著了。

雖然索拉努神父的一生充滿了不尋常的事，還有許許多多的人來向他求助，並且往往獲得治癒或幫助，他的心智仍非常清楚健全。他很安靜，常會隱遁而不讓自己受注目。他很有幽默感，對他人充滿興趣，待人總是有禮而尊重。雖然他極為克己，卻注重健康，在他七十多歲將近八十時還去慢跑，而且是我所認識的第一位慢跑者。儘管他以聖善聞名，卻酷愛以小提琴演奏「黃鼠狼蹦蹦跳」(Pop Goes the Weasel)和「馬可莉媽媽」(Mother McCree)這些他喜歡的曲子，來娛樂初學的修士們。美國的主教們已經提呈索拉努神父的案由，希望教廷能考慮將他列入真福⁴¹。

心神的黑夜

在考量最終的黑夜，即心神的黑夜時，最佳的嚮導莫過於聖十字若望。他不僅描述了它的不同層面，也強調地陳述它的目的在於淨化。他描繪了一幅圖像，在其中，極有進境的靈魂為了淨化，要經歷幾個階段的黑暗與乾枯，甚或陷入完全的黑暗中，深信自己已遭天主永遠棄絕⁴²。他列出處於這個層次的人會有的某些瑕疵，而提出「『舊人』的污染猶存留在「心靈上」的說法。對絕對潔淨的渴望可能是個難以抓到的概念，但在《愛的活焰》中，他澄清了這個問題，談到記憶、理智和意志就像靈魂的廣袤洞窟，正如天命要讓它們擁有的那樣深玄，那樣空虛。他指出，處在這個層次，「任何滯留在他們內的小事，都會造成他們的負擔，使他們迷惑」，然而當這些洞窟清理一空，歸於純淨，對於天主的饑渴就會壓倒一切，讓靈魂充滿痛苦。當我們所描述的淨化已然發生，而神聖者卻尚未將自己通傳給靈魂而達至圓滿合一，此時會經驗到一種難耐的愛，以至於這人若不為天主所充滿，就會死去似的。於是我們會發現：這種黑暗，其實是對於不成全與絕對渴望所生出的反應。

此時，有可能是自我正在瓦解。按我的意見，至少應去探索這樣的概念。一種完全

超乎所有先前經驗與心理能力的美善，正召喚著這個人，但卻非召喚其自我。

聖文德藉著使用「最高級」的形容詞，來說明這種絕對的經驗，以顯示語言已無法適切表達此種層次。他主張創造的本質，也就是天主聖三，「重要無比、神聖無比、卓越無比，擁有神聖智慧的基督徒之督導者，指引我們進入至高的未知、無比光明及至為崇高的神秘交流之巔峰」。但這經驗「隱藏於靜默那無比光明的黑暗中，它在極度晦澀中秘密地教導」⁴³。

或許淨化與自我機制的毀滅兩者同時在此發生。就算是這樣，由耶穌在十字架上的話「我的天主，我的天主，祢為何捨棄我？」可見其梗概的這般試煉，最終的結果乃是全然的平安，心靈一切的感覺與精神機能以完全休息。此刻一切安靜不動⁴⁴。

通往人類存在於塵世中可能經歷到的最極致經驗，已經預備好了：這種存有的狀態如此之美，那些體驗過它的人都說這是得見天主的神視之開始。

轉化的結合或神婚

就連我們的靈修嚮導都發覺，這座心靈山峰的最高層次難以描述。我們了解神魂超拔和神樂時，還有可供運用的類比，但正如大德蘭所指出的，處於第七樓台中，是全

然不同的一回事。她陳述有所進展的人先前是被召喚來到靈魂最崇高的部分（在神樂中），但現在卻被召喚進入它的核心，經驗見到天主的神視。「我們的天主願意讓靈魂之眼的鱗片掉下來，以使用奇特的方式看見並了解一些祂所給的恩惠」⁴⁵。

通常將轉化的結合描述為對天主聖三的神視，以及所有渴望與決定的合一，即個人與神聖存有的全然和諧。大德蘭舉的例子是天降甘霖與地上的水混融在一起，兩者再也分不開。要對這種高遠的狀態有些許概念，我們將考量神視及意志的結合這兩項要素。

大德蘭針對神視寫道：

從靈魂一被引入這個居室之中，至聖聖三的三位，使用一種理智的神見（即神視）或真理的表示，藉著首先光照精神的火光，將自己顯示出來，好似是無可比擬的光團。她看到這三位是不同的；然後靈魂由於所賜給她的奇妙知識，更完整確信的了解三位只是同一實體，同一能力，同一智慧，同一天主！我們由於信仰認識的，可以說，現在她是由於親見而了解了，但是她並不是透過身體的眼，也不是透過靈魂的眼看見，因為這並不是一種想像的看見。三位在此都與她交融，向她說話，並讓她懂得吾主耶穌在福音中所說的話：祂要偕同父和聖神，到愛祂並遵守祂誠命的靈魂內居住⁴⁶。

聖文德用安在約櫃頂上的智品天使格魯賓之象徵說明。在此象徵中，天使轉面朝向慈悲天主之寶座，聖文德以此作為神聖臨在的焦點。他說，我們的靈魂就像個格魯賓，「默觀著天主的精粹屬性……然後其他格魯賓默觀三位的特質……你會驚異於可溝通性與個別性並存，而這樣兼容並蓄的還有共同實質與多元性、相互平等與秩序、同為永恆與產生、彼此親密與派遣。」

他繼續說道：「這思量是心智啟明之圓滿，宛如在創世的第六天，它看到人是依天主的肖像而造。」關於這種經驗的心理效應，聖文德給了我們一些概念：「藉由純淨心智無可測度和絕對的神魂超拔，而超越你自己與一切事物，將一切拋諸腦後，得以自由，你將升至神聖黑暗那精粹絕倫的光輝」⁴⁷。

要了解神秘家在此層次所發現的理智經驗，幾乎是不可能的。他們的話語僅給我們一點點對於光內有光的印象。談論這轉化的結合的另一層面或許比較容易，那就是意志的結合。在我們生命中，有時候我們個人的偏好與天主的意志似乎交會了，而我們充滿喜樂，感到幸福洋溢。讓我們的渴望全然順應天主意志的經驗與此類似，但更無限量地超過它。這是超卓的恆常性（homeostasis）——也就是，在心理需要與滿全之間達到永久平衡，這種平衡不是建立在正消逝中的現實上，而是奠基於絕對和不變的存有上。它

是平安的本質。為說明這種靈修發展層次，我可以很容易地從聖女大德蘭或其他偉大神秘家的生平中找到可引述的例子。然而，我選擇描述某個我自己曾認識體驗過的人，一個完全默默無聞，不為人知的人，但我認為他以極簡單的方式，將轉化的結合中兩大要素整合在一起：對天主的神視，和祂意志帶來的平安。

易西鐸神父的經驗

當我抵達加州聖塔因涅 (Santa Inez) 的嘉布遣會初學院時，我遇到那裡的初學導師馬理安神父 (Father Marian)，他是我的同學，向我說：「我們這兒有位聖人。」他指的是易西鐸·甘乃迪神父 (Isidore Kennedy)。神父於一八九七年生於愛爾蘭提頗瑞里郡 (County Tipperary) 的杜榕邦 (Drombane)，當時約七十三歲。身為聖人的忠實仰慕者，我立刻著手安排坐到這人隔壁，他看起來十足是位聖者，清瞿，有白鬍子，帶著迷人的微笑。我聽到他才剛剛出院，之前住院好幾週，「好讓他積水的肺乾透」。他向我保證，這些年來醫院已經大有改善，而他這趟醫院之行「很棒」；「他們都對我好得不得了。」我又聽到，他還是個十來歲的小修生時便感染肺結核，自此以來，這是他第六十六次住院。我詢問了幾個聖人仰慕者會提的問題，因而得知他覺得每次長上派任他的工作都比之前的工作更好。他確實常被單獨派駐在荒涼小鎮，然而他說，因為聖體聖事的緣故，

自己在那些地方從未感到寂寞。

在夾雜著謎語、笑話和愛爾蘭姓名之語源探究的愉快談話中，我得知他在十八歲時早已接受了自己必死的事實，然而他卻未曾在那時死去，當時他便決定，在餘生中都要將生命當作來自天主的禮物，並按那顯示於他的聖意，順應天主的意志而生活。我聽到，他在這些年間從未抱怨過，而且確實經驗到很大的喜樂。他的上級省會長恩達神父（Father *Enda*）向我透露這件奇事：「他一向完全服從，但卻也總是做了自己的事」，就是祈禱和照顧窮人。原給他作為院長住宅的那些小木屋，都成了西部野草的庇護所。我得知，現已退休的他，每天花好幾小時在小聖堂中靜靜坐著，進入深刻收斂心神的祈禱狀態。有一天，我大膽地坐在他後面，發現他的背並沒碰到長凳，呼吸十分緩慢。對於一切視像和聲音，他似乎渾然忘我，不受干擾；然而若是被委派了接聽電話或應門的工作，他會立刻回應。初學生將他這種收斂心神的深刻祈禱叫作「易兮之旅」（*Izzy's trip*，此處 *Izzy* 似是對易西鐸神父之暱稱，也與 *casy*「平易」之音相近）。

在我留在聖塔因涅的最後一天，這隱修生活的核心即將揭曉，而我將要聽到我確信在自己所聽過的話當中，對於合一之路的最佳描述。當易西鐸神父到我的房間來領受和好聖事（或按當時所說的，「來辦告解」）時，為了這個人的謙遜和純真，我真是萬分惶恐，懇請他坐下來。我請求他告知這一生的秘密。起初他否認自己有秘密，但經過一

番好言勸哄，他才了解到我對人們如何祈禱很感興趣。我一直沒將他的回答洩露出去，直到他於一九七三年十月一日去世。我想，在這回答中，包含了轉化的結合之經驗：「嗯，若你願意這麼稱呼它，我的秘密呢，其實沒什麼。就只是某種……想像，當事情不盡如意時，會浮現在我心裡。從我少年生病時，這就在我身上自然地發生，而現在更常在日間也發生。無論何時，當我停下來思量時，為我來說，就好似我這一生都是坐在最後晚餐中若望的位子上度過的。」

第九章

下一步，好好走

當我們完成對靈修之旅的概略勘查，並回想當代心理學中所描述的個人發展與邁向成熟的步驟之際，我們必然會驚異於個人的複雜，以及要了解人在靈修生活中所處位置的困難。忽視靈修或心理因素的危險，在前面已經指出過。唯有當我們在每個人生活裡豐富的個體性中，將這兩樣要素整合在一起時，對於天主召喚所活出的回應，其真實幅度才會顯露出來。

在此，有個類比或許派得上用場。要繪出船在海上的位置圖，則必須先計算它的經度和緯度；其交會點就是這艘船的正確位置。即便如此，你對於船本身仍所知不多，包括它的大小、目的地、動力源、承載量，以及全體船員的能力等。要得知這些不僅是細節，更是核心真相的事實，你必須檢視船的個體實況如何。為正走在生命旅程中邁向天主的人，這是個中肯的比喻。首先必須以這兩條線：靈修成長與心理成熟，來考量個

人。接著則必須評估形成這個人與其目標的個別作用力，以及推動他／她生命的不同能量來源。我們已經從靈修發展方面來看過這些資源，諸如恩寵與聖神的恩賜，就像是船本身以外的力量；可以將它們比擬為風與浪，船若要抵達港口，這些都是重要因素。在這一章中，我們試圖為這些要素作一篇有用的摘要。

以下一系列的問題，是針對讀者提出的。我建議您也閱讀問題後的默想，並應用在自己身上。這樣，當您有機會考量別人的靈修旅程時，這些問題和默想或許會有幫助，因為您已先向您知之最深的人提問過了。最後，當您坦率誠實地用它們來自省時，您也加深了自己對天主的知識。聖奧斯定在他的祈禱中，認出了對於自我的知識與對天主的知識之間的關係：「噢天主，但願我認識自己和認識祢，並且一切的事都為了祢去做。」以下這些默想是仿效奧斯定《懺悔錄》的風格而寫成，可視之為祈禱。

1. 我聽到天主以怎樣的聲音呼喚我？

噢天主，是祢的合一在我靈魂內在的動盪中向我呼喚，在我所見到的內在與外在混亂中給予我些許穩定嗎？這些混亂多麼令我恐懼啊！祢的生命與目的是整合為一的，這合一在自然律中如此明顯，但在人類歷史中卻遭到這般扭曲；是這合一在呼喚著我最深的內在存有嗎？

或者，是你不變亦不可改變的真，由你的合一以及對一切事物的無限知識發出呼喊，召我前去？我是否在認知到那真理的些許層面中找到平安，藉此真理，人類存在中的黑暗衝突得以理出秩序，而變得可以了解？

噢主，當我看到美好的人與事遭逢變故而面目全非甚至毀滅，在失望和悲傷中，我尋求的是你的善嗎？我總是在你的善中感到歡欣，正如孩童在草地上玩耍一般；這讓我滿心喜悅，現在我知道自己更受吸引去尋求你，超過一切美善之事，因你本身是善。

或者，最吸引我的是美？我常經驗到它：視覺、聽覺、味覺和觸覺上令人欣喜的事物，悅樂各種感官，尤其是我的心智和想像。從我還是個孩子時開始，我是否便曾聽到你在美當中召喚我，在日落中、在歌聲中？而一旦佔有美的事物，這美往往反而消逝無踪，我是否經常因此而悲傷，這事實並提醒著我去尋求你，你是永不消逝的美？

或者，是否你一時以這種聲音向我說話，一時又以另一種聲音？你該不會是同時以兩種聲音呼喚我吧？你以這所有聲音呼喚我，因它們為你只是一個聲音嗎？你是絕對的唯一，卻又是一切多元變異之來源，因而你的聲音之種種不同，不是應在我內被發現，而非在你嗎？你是一切真、善、美，你用一切正在消逝的事物之變異與多元來召喚我嗎？甚至在惡劣的環境中，當衝突狂飆，因為我們容許自由導致不和諧，而忘記了我們是你鍾愛的兒女，你不是也在呼喚我嗎？噢天主，你是我心神之父、之母，請賜我恩寵，以

我整個人的存有去回應祢的召喚，而得以及時歸向祢，預備好認識祢和愛祢。請提醒我，為愛祢我必須逃出私我之愛的牢籠，並愛那些祢所愛的人。

2. 心理層面上，我是誰？

在福音中，主耶穌基督，祢揭露了我們的軟弱與堅強。以人的思想明瞭，懷著人的心去愛的祢，唯在顯示了祢對他們的愛之光榮，特別是在大博爾山上和最後晚餐中，之後才讓宗徒得知他們驚人的軟弱。噢主，祢每日都將我的需要、我的創傷、我小小的神智不清、我生命的傷痕顯示給我。祢顯露自己如何在這些當中尋找我，在這些軟弱中將祢愛的關懷顯示給我。當我從祢面前逃開叛離時，祢仍呼喚我，只要我不對祢充耳不聞，祢便預備將自己的慈悲顯示出來。

我主，我的救主，請在祢溫和教導的光明中，將我的罪和恐懼顯示給我，以祢的山中聖訓揭露我的貪心。請透過祢在革責瑪尼園的祈禱，克服我的焦慮，並以祢在苦路上背負十字架的身教，打破我的自私與世俗精神的束縛。靠著祢在十字架上的臨終遺言，讓我在生命的衝突與黑暗中得以堅強。但最重要的，請藉由祢的死亡與復活，帶給我平安，並教我認識祢的愛情；除去我最糟的恐懼，即懼怕遭人遺忘和落入虛無。請幫助我看到，生命是個旅程，而死亡僅是一扇門，由祢開啟，而引向更豐富的生命。

請讓我不要因為死亡好似會切斷一切聯繫，便害怕去愛他人。讓我不怕向人們開啟自己的心，也在回饋中接受他們的心。讓我相信，一切人類的愛能在祢內找到恆久的、超越死亡的希望，倘若它願意的話。在今世的憂苦中，讓我不要退縮到憂鬱裡，或是在絕望中隱藏自己。相反地，請幫助我認知，愛與友誼的真正喜樂，指向那更大的愛之真實存在，這是分享的愛，經過神秘轉化，好讓我們彼此相愛，如同祢愛了我們一樣。當人的愛傷到我時，請祢為我醫治，並作我的勇氣。祢也曾受傷過，而為祢的子女來說，祢的傷是永不消逝的愛之標記，這愛能夠原諒一切，甚至讓那些傷人者成聖。

3. 靈修上，我在哪裡？

噢聖神，請恩准我不要從這問題前畏縮，並躲藏在虛假的謙遜中說：「我哪裡也沒有」，因為那會否認祢在我靈魂內的工作。我聽到祢的呼喚，起初，我懷著喜樂歡欣地回應；稍後，理解到繼續走下去的代價，我的心變得畏怯。我已付出很大的代價，或者仍推託搪塞，固守鄙陋，因為怕被祢的美和力量吸引推動？我是否已盡力相信，並順服於祢的奧秘，好讓祢教導我更多？我是否信賴並接納祢賜予的望德，即使當我所珍惜的一切都被奪走？我是否相信祢並未降災給人，但祢卻能夠由災禍中帶來更大的福分？噢天主，我曾否相信，用好或更好都不足以形容祢的旨意，因它實在是最好的？

我是否曾看到祢的光明在我內以及我周遭的一切中照耀，並在這光流入我存有的內在資源時滿心喜悅？祢的光是否已帶給我超乎想像之外的平安和祈禱中的寧靜休憩？我是否已讓祢的恩寵與德行引領我脫離惡行，並渴望行善？我是否讓祢創造的恩賜透過我流向那些天命安排他們領受的人，抑或我仍與他們在生命的市集中心討價還價，期望獲得某些易於消逝的報償？我是否曾拿祢的光來換取陰影，只求人的接納？當我應除了祢的能力之外，什麼也不帶就上路之時，我是否因堅持要攜帶外袍、棍杖和行囊，而沒能成為祢祝福的器皿？我是否已讓祢引我進入靈魂沈靜的沙漠，在那裡能聽到祢的聲音？在祢賜予禮物之際，我是否曾留意，並將我的心向祢——我的最佳導師——敞開，領受祢給予的智慧與敬畏這些永不褪色的禮物？我是否已將這些珍貴禮物與我所愛的人分享；是否曾將它們提供給那些輕視我的人，好讓我們有再度成為朋友的機會？在黑夜中，我是否單單讓祢拯救我，還是我已經畏縮而往回跑，不信賴祢那無邊無際的愛？當我得知祢的朋友聽聞了秘密的話語，並到處見到祢神聖的記號，我是否渴望跟隨他們，還是聳聳肩，報以嘲笑？我是否曾愚蠢地用時間的標尺來測度永恆？

噢聖神，當我遇見那些真正有福的人：心地純潔謙卑的人、以愛來面對仇恨的真正締造和平者，我曾否在他們身上認出並感謝祢的化工？那些未被發現、默默無聞的殉道者和證道者在今世中讚美祢時，我是否曾留心聆聽？無論我聲音多麼微弱，我曾否加入

他們讚美的大合唱，而正是這讚美之音維繫著世界，讓它不至於自毀；抑或，我聽得更清楚的反倒是那些發聲的鑼、發響的鈸？

噢主，何時我會愛祢，並在祢內愛其他所有的人？何時我將渴慕祢，如鹿切慕奔流的溪水？何時我會讓祢將我的靈魂舉揚於鷹翼之上？噢主，不，這並非真正問題所在，也不是最佳的祈禱。請教導我，無論我在哪裡，讓我能走向祢的旅程中邁出好的下一步。讓我心甘情願地去做最切實的事：當祢站立在此時、此地的真實中敲門時，聆聽祢，我也正站在此時此地，預備好好邁出向祢走去的下一步；並且，在祢持續不斷的幫助下，接著走下一步，再下一步……阿門。

附錄

關於靈修三路教理的歷史性註釋

我們既已將靈修生活定義為對信仰的回應，有趣的是，可以注意到：深植於教會傳統中的靈修生活理論大綱，主要並非基於神學考量，也全然不受限於基督宗教。它基本上是個心理上的理論，其基礎在於許多世紀以來，世界各地的許許多多靈修方面很有經驗的老練輔導或指引者之觀察。真的，經由奧斯定、尼撒的額我略，以及教會的其他教父和聖師，還有神秘家和靈修作家，這已融入基督徒的經驗。在天主教會中，將它稱為靈修三路的教理。雖然它稱為教理，並不意味這概念來自天主啟示；它僅是基於觀察而衍生的教導。儘管如此，能從神學角度來考量靈修三路或三個發展階段，而例如湯奎瑞、迦理果拉格瑞，以及鮑耶（Boyer）等現代作者都曾以出色的神學洞察這麼做過¹。即便如此，神學必須攙入心理學基於實際經驗的觀察。這些現代作者追隨著神秘傳統，這傳統在中世紀由幾位靈修作家清楚發聲，包括聖文德，對這主題有興趣的人都應一讀

他的作品《進入天主內的靈旅》²。聖十字若望以及天主教復興時期的神秘心理學家也運用這教理，並以進一步的觀察增強它。

在其他既存的世界宗教中，對於這教導有許多種表達，而無疑地在希臘羅馬的哲學宗教中可以找到許多例子。或許以下摘自第十世紀的回教神秘家阿比卡耶（Abi-Khayr）的這段引述，能提供最好的例子，說明非基督徒作家對這教導的接納。阿比卡耶列出了六個階段，每兩個接續的階段可代表靈修生活的一步。「門」（gate）代表黑暗或轉變時期，久遠以來就與由一階段過渡至另一階段聯想在一起。

當人詢問他：「人何時才由他的欲望中解脫，得以自由？」他答道：「當神釋放他時。」這並不受人的努力影響，而是藉神的恩寵和幫助達成。首先，祂讓人在內心產生達到這目標的渴望。接著，祂向這人開啓悔悟之門。然後，祂將他投進自我屈辱中，如此，他會持續奮力掙扎一陣子，以自己的努力為傲，自以為有所進展（或達到某種成就；但之後他陷入絕望，感覺了無喜樂。接著他才明白自己的工作不純淨，沾染了塵埃；他悔悟而領會到他原以為是自己的善工，其實是藉著神的恩寵和幫助完成的，而他將這些歸諸自己的努力時，便犯了多神論的過失。當這彰顯出來時，喜樂的感受進到他心裡。然後，神向他開啓確信之門，於是有一段時間，他

會接受任何事都來自同一源頭，而對於侮慢、卑視皆能容受，因為確知這些經歷是由誰而來，與此相關的懷疑已被從心裡除去。然後，神向他開啓愛之門，在此，有一段時間自恃仍會流露出來，而他要受責備，也就是說，在他對神的愛中，無論會有什麼事臨到他身上，他都無畏地迎上前去，絲毫不介意受責難恥辱；但他想的仍是「我愛」，而一刻也不能安歇，直到他領悟：是神愛了他並讓他存留在愛的狀態中，而這是神聖的愛與恩寵之效果，並不是他自己的努力。神繼而向他開啓合一之門，使他得知一切行動都取決於全能的神。於是他領悟到一切皆是祂，一切有賴祂，一切屬於祂。祂將自滿置放於祂的受造物上，為了試驗他們。在祂的全能中，祂令人們固守這錯誤的信念，因為全能乃是祂的本質；這樣，當他們對祂的本質有了敬意時，他們將明瞭祂是上主。先前單是聽聞到的，現在這人默觀天主的化工之際，直觀地領悟了。然後他才全然認知，自己沒有權利說「我」或「我的」。在此階段，他注視著自己的無助：渴望離他而去，他變得自由且平靜。天主所願望的，就是他的願望。自己的願望消失了，他由自己的欲望中解放出來，而在今世與來世中都獲享平安喜樂！³

靈修三路的教理——活躍與幸福

現代的許多作者都採用心理導向的途徑來闡明靈修三路。這趨勢反映出人們對於內觀心理學日益增長的興趣，可以說這早從聖十字若望和大德蘭的時期便開始了。在現代，承襲這傳統最有意義的作者之一，便是聖公會（英國國教）的平信徒艾芙琳·昂德席（Evelyn Underhill），其作品多方面深受她的靈修輔導徐格爾啟發，將靈修三路再加上序幕階段，即「覺醒」⁴，而藉此對這方面的了解有實質貢獻。當代作者范康神父（Father Adrian van Kaam）雖然沒有像昂德席那樣明確地以文字對此模型作出補充，也在對靈修三路的討論中帶來許多洞察。在關於這三路的教理及一般神秘神學的了解上，他的兩本作品《自我靈修輔導的原動力》（*Dynamics of Spiritual Self-Direction*）及《超越的自我》（*The Transcendent Self*），都提供了由當代心理學理論出發，極具啟發性的洞察⁵。威廉·莊士頓神父（Father William Johnston, S.J.）討論過特別與靈修三路的進階階段中祈禱、默想與默觀經驗有關的特定問題⁶。亨利·盧雲神父（Father Henri Nouwen）也曾以極吸引人的方式討論過初學者以及向光明之路邁進者的經驗，提出心理學上的洞察⁷。喬治·馬隆尼神父（Father George Maloney）以其在東西方神秘傳統中的獨特背景，能夠

在這兩種不同的途徑間搭起橋樑，而在對於光明之路及明路與合路祈禱的了解上提供了新的見解。

有些實用的書將焦點放在靈修旅程的特定概念上，而並未直接提到三路的教理，然而作者清楚地顯示了他們的作品與這個過程有關。當今的其他著作也證實了三路的經驗是當代光景的重要部分：威廉·馬內瑪拉神父（William McNamara）對加爾默羅隱修傳統採取了新鮮而充滿活力的探討途徑；巴西爾·潘寧頓神父（Father Basil Pennington）討論了與默觀式冥想有關的技巧；愛德華·法瑞神父（Father Edward Farrell）在大眾的層次上對冥想祈禱做了有效的引介⁹。摩頓·科瑟（Morton Kelsey）教授的作品反映了對於靈修的深度了解，視之為淨化的旅程，並展現了在各種層次的人類經驗上，對於靈性品質日益增長的覺察¹⁰。英籍聖衣會的露絲·波羅修女（Sister Ruth Burrows），帶給我們幾本在祈禱更為進階的方式上很有幫助的書¹¹，而忙碌的耶穌會傳教士多瑪斯·格林神父（Father Thomas H. Green）則回饋了美國一些非常有啟發性的簡潔作品，無論處於順境或逆境，閱讀他的書都能獲益¹²。

許多當代的靈修作家，幾乎全都受到現代心理學理論的影響，並藉著討論靈修旅程中的某一階段，而使我們對靈修經驗的知識得以擴增。儘管某些作者不會使用「靈修三路」這名詞，讀者仍不難分辨出他們的洞見是在這古老教導的架構之內。在認真地將臨

床心理學應用於靈修發展的作者當中，尤其必須一提的是呂濟·盧拉神父（Father Luigi Rulla, S.J.）和他的同僚¹³。而約翰·麥東納博士（Dr. John McDonagh）則採取了富於創意的另一途徑，試圖將臨床理論與個人宗教經驗作出綜合¹⁴。

註釋

第一章 上主的召叫

- 1 G. W. Allport, *Waiting for the Lord*, ed. P. Bertocci (New York: Macmillan, 1978), pp. 56-58.
- 2 E. O'Brien, *The Varieties of Mystical Experience* (New York: Holt, Rinehart & Winston, 1964), pp. 3-6.
- 3 W. James, *The Varieties of Religious Experience* (New York: Modern Library, 1902).
- 4 F. von Hügel, *The Mystical Element in Religion*, 4th ed. (London: James Clark, 1961), p. 65.
- 5 要從本書學習，極為重要的是要了解這差異。幾乎所有應用在不同的人身上的差異區分，都類似此處的分類。當我們說某人年輕或年老，友善或不友善，甚至善或惡，我們都是將人放在一個類別中，而指向有相關的另一個類別。年輕，就會漸漸年老；非常善良，意味著有可能變得無品德或惡劣。
- 6 Von Hügel, *The Mystical Element in Religion*, pp. 220-25.
- 7 *The Life of St. Thomas Aquinas*, ed. Kenelm Foster (London: Longmans, Green, 1959), p. 46.
- 8 B. Russell, *Mysticism and Logic* (London: Allen & Unwin, n.d.), pp. 1-32.

- 6 Bonaventure, *The Soul's Journey into God, The Tree of Life, The Life of St. Francis*, trans. E. Collins, Classics of Western Spirituality (New York: Paulist Press, 1979), pp. 185-90.
 - 10 Plato, *Symposium*, 211, in *The Dialogues*, trans. B. Jowett, 4th ed. (Oxford: Clarendon Press, 1953).
 - 11 奧斯定，《懺悔錄》，卷十，第六章及第二十七章。英文版：Confessions, trans. F. Sheed (New York: Sheed & Ward, 1965), X, vi and xxvii.
- 第二章 我的靈修有多少基督信仰的成分？
- 1 建議有興趣的讀者可研讀L. Bouyer所著的 *Introduction to Spirituality* (Collegeville, Minn.: Liturgical Press, 1961)，第一、十、十一章。對於東西方靈修所進行的比較，在W. Johnston的 *The Still Point* (New York: Harper & Row, Perennial Library, 1971) 一書的第二、三、四章有傑出的介紹。
 - 2 例如，見柏拉圖 (Plato) 的 *The Republic*, book X, in *The Dialogues*, trans. B. Jowett, 4th ed. (Oxford: Clarendon Press, 1953)。
 - 3 引述自A. Wikenhauser, *Pauline Mysticism* (New York: Herder & Herder, 1960), p. 232。要探討新柏拉圖主義與基督信仰之間的異同，可由完整閱讀這本書的第四章中獲益。
 - 4 引述自A. Fremantle, *Woman's Way to God* (New York: St. Martin's Press, 1977), pp. 53-54.

- 5 引述 H. Weiner, *9 1/2 Mystics: The Kabbala Today* (New York: Collier, 1969), p. 4. (註) 參考 Abraham Isaac Kook, *The Lights of Penitence, The Moral Principles, Lights of Holiness, Essays, Letters, and Poems*, trans. Ben Zion Bokser, Classics of Western Spirituality (New York: Paulist Press, 1978)。
- 6 為更進一步的探討，參考 D. R. Blumenthal, *Understanding Jewish Mysticism*, 2 vols. (New York: KTAV Publishing, 1978, 1982)。
- 7 D. Yankelovich, *New Rules* (New York: Random House, 1981), pp. 241 ff.
- 8 *Fundamentals of Catholic Dogma*, ed. L. Ott (Dublin: Mercier Press, 1954), pp. 96 ff.
- 9 H. U. von Balthasar, *Prayer* (New York: Paulist Press, 1967), pp. 44-45.
- 10 教宗若望保祿二世，《人類救主》通諭 (*Redemptor Hominis*, Boston: St. Paul Editions, 1979)。
- 11 G. W. Allport, *The Individual and His Religion* (New York: Macmillan, 1950), pp. 61 ff.
- 12 Augustine, *Soliloquies*, trans. R. E. Cleveland (1910)。見 *An Augustine Reader*, ed. J. O'Meara (Garden City, New York: Doubleday, 1973)。書中第 38 頁所給的資料。
- 13 關於白拉奇與奧斯定之間的論爭，有篇優秀的摘要，見 T. J. Van Bavel, O.S.A. *Christians in the World* (New York: Catholic Book Publishing Co., 1980), pp. 38-41.
- 14 奧斯定的書信 (*Epistle 232: 5, 6*)。摘自 E. Przywara 所譯 *The Augustine Synthesis* (New York:

- Sheed & Ward, 1945), p. 170。
- 15 K. E. Kirk, *The Vision of God* (New York: Harper Torchbooks, n.d.) pp. 174 ff.
- 16 H. U. von Balthasar, *Prayer*, pp. 8-9.
- 17 John of the Cross, *The Ascent of Mount Carmel*, bk. II, chap. XXII, 5; 引自 *Come South Wind*, ed. M. L. Shradly (New York: Pantheon Books, 1957), p. 41.
- 18 K. Rahner, *Foundations of Christian Faith* (New York: Crossroad, 1978), pp. 106-8.

第三章 認識人類的發展

- 1 E. Erikson, *Childhood and Society* (New York: W. W. Norton Co., 1950)。
- 2 有許多榮格所著的書和關於榮格的書。其中一本讀來不費力，且一般來說與這個主題有關的是 C. G. Jung, *The Undiscovered Self*, trans. R. Hull (New York: New American Library, 1957)。
- 3 G. W. Allport, *Becoming* (New Haven: Yale University Press, 1955)。
- 4 D. Levinson, *Seasons of a Man's Life* (New York: Knopf, 1978)。
- 5 E. Whitehead and J. Whitehead, *Christian Life Patterns* (Garden City, N. Y.: Doubleday, 1979)。
- 6 對這個動態的演進觀點的內涵，波倫 (Bernard J. Boelen) 曾在他的探討心理成熟的著作中謹慎檢視過，這本書有趣地混合了哲學與心理的洞見… *Personal Maturity* (New York: Continuum/Seabury, 1978)。

- 7 Catherine of Siena, *The Dialogue*, trans. Suzanne Noffke, O.P., *Classics of Western Spirituality* (New York: Paulist, 1980), chap. 63. 參考 R. Garrigou-Lagrange, *The Three Ages of the Interior Life* (St. Louis: B. Herder, 1948), vol. 2, chap. 3. 這是對靈修三路的經典研究。
- 8 這任務的第一階段或是挑戰，是道德整合與信仰與信賴之發展。在第二階段中，個人充滿對三位一體的天主居於內心日益增長的自發感，以及行善工的熱忱和精力。在最後一階段，在經歷強烈的黑暗之後，個人活在與天主的合一之中，而盡情展開聖人的生活。
- 9 在一篇非常有趣的當代「皈依」敘述中，葛理芬 (Emilie Griffin) 妥善處理了對於皈依的心理詮釋問題。她在令人驚訝的答案中接納在皈依事件中有某些心理要素的可能性，但仍主張皈依者的人格與神學上的重要性。為那些迫不及待地想要分析宗教經驗甚或一切有意義的人類經驗的人而言，這是很富於挑戰性的觀點。參考 E. Griffin, *Turning*, (New York: Doubleday, 1980) .
- 10 K. Hulme, *The Nun's Story* (Toronto: Little, Brown, 1956) .
- 11 B. Neugarten, *Middle Age and Aging* (Chicago: University of Chicago Press, 1968) .
- 12 G. Vaillant, *Adaptation to Life* (Boston: Little, Brown, 1977) .
- 13 O. Lewis, *La Vida* (New York, Random House, 1965) .
- 14 E. F. Frazer, *The Negro Family in the United States* (Chicago: University of Chicago Press, 1966) .
- 15 J. Fowler and S. Keen, *Life Maps* (Waco, Tex.: Word Books, 1978) .

- 16 E. Whitehead and J. Whitehead, *Christian Life Patterns*.
- 17 參考 T. Tyrrell, *Urgent Longings* (Whitinsville, Mass: Affirmation Books, 1980) .
- 18 E. Whitehead and J. Whitehead, *Christian Life Patterns*, p. 73.
- 19 D. Yankelovich, *New Rules*, (New York: Random House, 1981) ,chap. 3.
- 20 參考 T. J. Van Bavel, *Christians in the World* (New York: Catholic Book Publishing Co., 1980) , pp. 80-95.
- 21 尤其可參考 H. S. Sullivan, *The Interpersonal Theory of Psychiatry* (New York: Norton, 1953) .
- 22 E. Erikson, *Childhood and Society*, p. 267.
- 23 V. Frankl, *Man's Searching for Meaning* (Boston: Beacon Press, 1962) .
- 24 E. Whitehead and J. Whitehead, *Christian Life Patterns*, p. 114.
- 25 E. Becker, *The Denial of Death* (New York: The Free Press, 1973) .
- 26 S. Kierkegaard, *Christian Discourses*, trans. W. Lowrie (London: Oxford University Press, 1939) , pp. 112-13.
- 27 F. J. Sheed, *Death into Life*, (New York: Arena Lettres, 1977) , p. 133.
- 28 A. Speer, *Inside the Third Reich: Memoirs*, trans. R. and C. Winston (New York: Macmillan, 1970) , p. 101.

第四章 宗教性與靈性的發展

- 1 F. von Hügel, *The Mystical Element in Religion*, 4th ed. (London: James Clark, 1961), pp. 50-53.
- 2 G. W. Allport, *The Individual and His Religion* (New York: Macmillan, 1950) · · · 譯者 W. H. Clarke, *Psychology of Religion* (New York: Macmillan, 1958) 以及 P. Babin, *Faith and the Adolescent* (New York: Herder, 1965) .
- 3 F. C. Happold, *The Journey Inwards* (London: Darton, Longman and Todd, 1968), p. 34.
- 4 von Hügel, *The Mystical Element in Religion*, Preface to the 2nd edition (1923), p. vii.
- 5 J. H. Newman, *Essays Critical and Historical* (London: Longmans, Green, 1901), pp. 31-33.
- 6 F. Thompson, "The Mistress of Vision," in *Poetical Works* (London: Oxford University Press, 1969), p. 186.
- 7 R. Schnackenburg, *Belief in the New Testament* (New York: Paulist Press, 1974) .
- 8 H. U. von Balthasar, *Prayer* (New York: Paulist Press), chap. 2.
- 9 K. Rahner, *Ignatius of Loyola*, trans. Rosaleen Ockenden (London: Collins, 1978) . p. 12.
- 10 奧斯定，〈懺悔錄〉，卷十一，第九章。英文版本 · · · Augustine, *Confessions*, trans. F. Sheed (New York: Sheed & Ward, 1965), XI, ix.
- 11 T. Celano, *Legenda Secunda: Lives of St. Francis of Assisi*, trans. A. G. Ferrers Howell (London,

- 1908) ; as cited in E. Underhill, p. 180.
- 12 D. Hammar skjold, *Markings* (New York: Knopf, 1970) .
- 13 A. Huxley, *The Perennial Philosophy* (New York: Harper & Bros, 1944) , pp. 96, 101 ff.
- 14 Catherine of Genoa, *Purgation and Purgatory; The Spiritual Dialogue*, trans. S. Hughes, *Classics of Western Spirituality* (New York: Paulist Press, 1979) , pp. 105 ff.
- 15 J. B. Chautard O.C.S.O., *The Soul of the Apostolate* (Trappist, Ky.: Abbey of Gethsemani, 1946) , pt. 4, pp. 103-45.
- 16 A. van Kaam, *Spirituality and the Gentle Life* (Denville, N.J.: Dimension Books, 1976, 1980) .
- 17 E. Whitehead and J. Whitehead, *Christian Life Patterns* (Garden City, N. Y.: Doubleday, 1979) , p. 128.
- 18 參考 E. Cousins, *Bonaventure and the Coincidence of Opposites* (Chicago: Franciscan Herald Press, 1977) , pp. 73-78, 247-49; and the Bonaventure volume, edited by Cousins, in the *Classics of Western Spirituality*, pp. 24-27.
- 19 十字若望 · 《心靈的黑夜》 · 英文版 ··· *The Dark Night*, in *The Collected Works of St. John of the Cross*, trans. K. Kavanaugh, O.C.D., and O. Rodriguez, O.C.D. (Washington, D.C.: ICS, 1973) , pp. 295 ff.
- 20 引證於 E. Underhill, *Mysticism* (New York: Dutton, 1961) , p.412.

第五章 心理學與靈修

- 1 可參考 *Altered States of Consciousness*, ed. C. Tart (New York: John Wiley, 1969) , 尤其是其中 Deikman 的文章。
- 2 F. Braceland and M. Stock O. P., *Modern Psychiatry: A Handbook for Believers* (New York: Doubleday, 1963) ; G. Zilboorg, *Psychoanalysis and Religion* (New York: Farrar, Straus and Giroux, 1962) ; A. Joyce and M. Stern, eds., *Holiness and Mental Health* (New York: Paulist Press, 1972) .
- 3 摘錄 P. C. Vitz, *Psychology as Religion: The Cult of Self-Worship* (Grand Rapids, Mich.: Eerdmans, 1977) , p. 49.
- 4 C. Lasch, *The Culture of Narcissism* (New York: W. W. Norton, 1975) ; W. Kilpatrick, *Identity and Intimacy* (New York: Dell, 1975) .
- 5 D. Yankelovich, *New Rules* (New York: Random House, 1981) , pp. 234 ff.
- 6 Vitz, *Psychology as Religion, The Cult of Self-Worship*, p. 49.
- 7 V. Frankl, *The Doctor and the Soul* (New York: Knopf, 1966) , p. xxi.
- 8 Yankelovich, *New Rules*, p. 250.

第六章 靈修生活的第一階段：煉淨

- 1 *To Live in Christ Jesus* (Washington, D.C.: USCC, 1976) .
- 2 *Pope John Paul II in America* (Boston: St. Paul Editions, 1980) , pp. 173-192.
- 3 K. Meninger, *Whatever Happened to Sin?* (New York: Hawthorne Books, 1973) .
- 4 《天主教基礎教理》*Fundamentals of Catholic Dogma*, ed. L. Ott (Cork: Mercier Press, 1954) . 479 頁及其後。
- 5 Pope John Paul II, *Letter to All Bishops and Priests of Holy Thursday, 1979* (Boston: St. Paul Editions, 1979) , 第十節。
- 6 奧斯定·《懺悔錄》(*Confessions*) 卷之第十一章。
- 7 *Rule of St. Francis*, chap. 9. 亦可參考 *The Writings of Francis and Clare*, ed. R. Armstrong, OFM. Cap., and I. Brady, O.F.M. (Ramsey, N.J.: Paulist Press, 1982) 。
- 8 《登上加爾默羅山》(*The Ascent of Mount Carmel*) 卷一·第三章·收錄於 *The Collected Works of St. John of the Cross*, trans. K. Kavanaugh, O.C.D. and O. Rodriguez, O.C.D., (Washington, D.C.: ICS Publications, 1973) , pp. 110-11.
- 9 斯噶 (Blaise Pascal) 著·引文見 *The Soul Affire*, ed. H. A. Reinhold (New York: Doubleday Image Books, 1973) . pp. 356-57 .

- 10 E. Przywara, S.J., *An Augustine Synthesis* (New York: Sheed & Ward, 1945), p. 59.
- 11 在此很重要的是：要注意到在天主教神學中，也有其他的對於成熟信仰之晦暗知識的其他理解。這裡所給的詮釋主要是奧斯定式的。從多瑪斯的觀點來看，信仰之真理的隱晦本質當然是被體認到的。不過，強調的重點在於將智識淨化，脫離智識好奇的知覺。以下的引述摘自傑出的道明會神學家歐邁安 (Jordan Aumann) 神父所著的《靈修神學》 (*Spiritual Theology*)，他對我們先前已從奧斯定觀點討論過的問題，提出了多瑪斯式的見解：
- 且不論信仰的本質原來正是針對看不清楚的事理，因而又必然是暗晦不明的一種認知；事實上正因為這個緣故，天主內在生命唯一可能的認知，便一定得全靠信仰之力。天主不可能由任何受造的可認知形象，明確清晰地表達、呈現出來。天主的清晰明確神見和知識，已經替人保留在榮耀的真福直觀裡；雖然在現世間，信仰也使人約略品味到天主的神秘莫測，但那樣的見識畢竟是暗晦不明的。不過，信仰的知識由於對象的緣故，比起人世間全部感性及理性對天主的證明，更為起卓，更顯確切。心靈必須以信仰之光，滲透、充沛它的全部生命與行動，日益堅持信仰由天主權威所傳授的真理。漸漸地，他會晉升到一定的狀態，可以透過信仰之光判斷，正如天主觀察造化一般地去了解萬物。(《靈修神學》下冊，民國八十四年光啟出版社出版，89-90頁)
- 12 若望保祿二世，《人類救主》通諭，第八節。
- 13 〈論教會在現代世界牧職憲章〉 (*Gaudium et Spes*)，二十二節；引述於《人類救主》第八

節。

- 14 R. Guardini, *Faith and Modern Man* (London: Catholic Book Club, 1952), chap. 7.
- 15 S. Kierkegaard, *Christian Discourses*, trans. W. Lowrie (London: Oxford University Press, 1939), pp. 113-114.
- 16 Gerald Heard, in *The Choice is Always Ours*, ed. D.B. Phillips (Wheaton, Ill.: Re-Quest Books, 1975), pp. 153-4.
- 17 J. H. Newman, *Meditations and Devotions* (Wheatthampstead, Hertfordshire: Anthony Clarke Books), pp. 6-7.

第七章 靈修生活的第二階段：光明之路

- 1 C. Butler, *Western Mysticism*, 2nd ed. (New York: Harper & Row, 1966), p. 28.
- 2 奧斯定著，《懺悔錄》卷十三，第十六章。
- 3 T. Merton, *Contemplation in a World of Action* (Garden City, N.Y.: Doubleday Image Book, 1973), p. 175-6.
- 4 奧斯定著，《懺悔錄》卷九，第一章。
- 5 Bonaventure, *The Soul's Journey into God...*, trans. E. Cousins, *Classics of Western Spirituality* (New York: Paulist, 1979), p. 87 ff.

- 6 *The Art of Prayer*, ed. Iugmen Chariton of Valermo and T. Ware (London: Faber & Faber, 1966) .
- 7 C. Enzler, *My Other Self* (Denville, N.J.: Dimension Books, 1958) .
- 8 F. C. Happold, *Prayer and Meditation* (London: Pelican Books, 1971) .
- 9 教宗若望保祿二世·《人類救主》通諭 (*Redemptor Hominis*) 及 *Dives in Misericordia* .
- 10 Francis of Assisi, *The Writings of Francis and Clare* (see chap. 6, n. 7 above) .
- 11 Jacopone da Todi, *Lauds*, trans. S. and E. Hughes, *Classics of Western Spirituality* (New York: Paulist Press, 1982) , no. 82, p. 239.
- 12 Thomas Aquinas, *Summa Theologica*, IIa: IIae, q. 63. 參考 A. Tanqueray, *The Spiritual Life: Ascetical Mystical Theology* (Tournai, Belgium: Desclée, 1930) , chap 2, pp. 472 ff.
- 13 St. Thomas . 同上。
- 14 參考 E. Whitehead and J. Whitehead, *Christian Life Patterns* (Garden City, N.Y.: Doubleday, 1979) , pp. 142 ff. · 對於在中年生涯出現的兩極對立作了詳盡討論。
- 15 F. Kunkel, *In Search of Maturity* · 摘錄於 *The Choice is Always Ours*, ed. D. B. Phillips (Wheaton III.: Re-Quest Books, 1975) , p. 157.
- 16 《師主篇》(光啟文化事業出版)卷三·第五章。原文引用的英文版本是 *Imitation of Christ* (Milwaukee: Bruce, 1949) 。(此段譯文在對照原文後，略有修改。)
- 17 *Spiritual Letters of Archbishop Fénelon*, trans. H. L. Lear (New York: Longmans, Green, 1909) ..

- 摘錄自 *The Choice is Always Ours*, ed. D. B. Phillips (Wheaton Ill.: Re-Quest Books, 1975), p. 199.
- 18 聖十字若望·《心靈的黑夜》，第一篇·第二～七章。
- 19 Tanqueray, *The Spiritual Life*, p. 596.
- 20 J. Olin, *The Catholic Reformation from Savanarola to Loyola* (New York: Harper & Row, 1969), pp. 16-17.
- 第八章 靈修生活的第三階段：合一之路
- 1 Tanqueray, *The Spiritual Life: Ascetical Mystical Theology* (Tournai, Belgium: Desclée, 1930), pp. 605-6.
- 2 同上。
- 3 在我們尚未提過的研究靈修心理學的少數幾位學者中，應留意到魯汶（Louvain）的 Joseph Maréchal, S.J.·著有 *Studies in the Psychology of the Mystics*, London: Burns, Oates & Washbourne, 1927（可透過 Magi Books, 33 Buckingham Drive, Albany, N.Y. 12208 購得）；以及 Hilda Graef·著有 *Mystics of our Times* (Ramsey, N.J.: Paulist Press/Deus Books, 1962)。
- 4 Tanqueray, p. 650, n. 8.
- 5 聖十字若望·《愛的活焰》·*The Living Flame of Love*, stanza III, 34.

- 6 F. Thompson, "Orient Ode," in *Poetical Works* (London: Oxford University Press, 1969), p. 202.
- 7 Meister Eckhart, *The Essential Sermons, Commentaries, Treatises and Defenses*, trans. Edmund Colledge and Bernard McGinn, *Classics of Western Spirituality* (Ramsey, N.J.: Paulist Press, 1981), pp. 251-52.
- 8 聖多瑪斯將這些恩賜定義為本質上是超乎自然的永久特性，人藉此得以完滿地預備好遵從聖神。 *Summa Theo.* IIa, IIae, q. 9, a. 3 及 Ia, IIae, q. 68, a. 8.
- 9 R. Garrigou-Lagrange, O.P., *Christian Perfection and Contemplation* (St. Louis: B. Herder Book Co., 1946), pp. 271 ff. 推薦對神學以及德行和恩賜有興趣的讀者，可以一讀這段傑出的摘要。
- 10 Tanqueray, p. 609。他總結了主要的神學註釋，尤其是聖多瑪斯的。對有關恩賜的神學有興趣的人，應參考 Tanqueray 或 Garrigou-Lagrange。
- 11 引述於 Garrigou-Lagrange，280 頁。
- 12 同上，288 頁。
- 13 同上，292-93 頁。
- 14 同上，296 頁。
- 15 Gregory of Nyssa, *The Life of Moses*, trans. by A. J. Malherbe and E. Ferguson, *Classics of Western Spirituality* (New York: Paulist Press, 1978), pp. 93-95.
- 16 Gregory of Nyssa, *From Glory to Glory*, trans. And ed. J. Danielou, S.J., and H. Musurillo, S.J.

- (New York: Charles Scribner's Sons, 1961), pp. 98-101.
- 17 Teresa of Avila, *The Life of Teresa of Jesus*, trans. E. A. Peers (New York: Doubleday Image Books, 1960), pp. 136-37.
- 18 同上，p.128.
- 19 T. Merton, *New Seeds of Contemplation* (New York: New Directions, 1972), pp.1-4.
- 20 Maréchal, *Psychology of the Mystics*, p.176.
- 21 聖十字若望，《心靈的黑夜》第二篇，第十章。
- 22 這與在《不知之雲》中所描述的黑暗經驗不無相似之處，此書最近的英文版本，請參考 *The Cloud of Unknowing*, ed. W. Johnston, S.J. (Garden City, N. Y.: Doubleday Image, 1973)。
- 23 Tanqueray - pp. 668-71.
- 24 同上。
- 25 大德蘭，《七寶樓臺》，第六樓臺，第一章，第十章。英文版見 *The Collected Works of St. Teresa of Avila*, trans. K. Kavanaugh, O.C.D., and O. Rodriguez, O.C.D. (Washington, D.C.: ICS, 1980) - vol. 2, p. 364.
- 26 奧斯定，《懺悔錄》，卷十，二十七章。
- 27 Garrigou-Lagrange, *Christian Perfection and Contemplation*, p. 254.
- 28 大德蘭，《七寶樓臺》，第五樓臺，第二章。

- 29 Meister Eckhart, "The Counsels," trans. Colledge and McGinn (見註7)。Francis de Sales, *The Love of God*, trans. J. K. Ryan (Garden City, N. Y.: Doubleday, 1963), vol. 2, VI, chap. 7.
- 30 *Works of St. Bernard of Clairvaux*, vol. III, *On the Song of Songs* (Kalamazoo, Mich.: Cistercian Publications, 1976)；Bonaventure, *The Soul's Journey into God*，尤其是第四至七章；聖十字若望則特別愛在詩中運用這圖像。
- 31 Catherine of Genoa, *Purgation and Purgatory*, trans. S. Hughes, p.87.
- 32 Teresa de Spiritu Sancto, O.D.C., *Edith Stein*, trans. C. Hastings and D. Nicholl (London and New York: Sheed & Ward, 1952), p. 217.
- 33 大德蘭，《七寶樓臺》，第六樓臺，第二章。
- 34 同上，第六樓台，第四章。
- 35 Bonaventure, *The Soul's Journey into God...* *The Life of St. Francis*, trans. E. Cousins, Classics of Western Spirituality (New York: Paulist, 1979), p.93.
- 36 同上，p.305-6.
- 37 這段經文的註釋討論，可參考·A. Wilkenhauser, *Pauline Mysticism* (New York: Herder & Herder, 1960)。
- 38 大德蘭，《七寶樓臺》，第六樓臺，第六章。
- 39 Kenneth Wapnick, "Mysticism and Schizophrenia" in John White ed., *The Highest State of Con-*

- sciousness (Garden City, N. Y.: Doubleday, 1972) . pp. 153 ff.
- 40 A. J. Deikman, "Deautomization and the Mystic Experience," in *Altered States of Consciousness*, ed. Charles Tart (Garden City, N. Y.: Anchor Books, 1972) , chap. II (reprinted from *Psychiatry* vol. 29, 1966) .
- 41 J. Derum, *The Porter of St. Bonaventure* (The Father Solanus Guild, 1730 Mt. Elliot Ave., Detroit, Mich. 48207) .
- 42 聖十字若望，〈心靈的黑夜〉，89頁及其後。
- 43 Bonaventure, op. cit., p.114.
- 44 聖十字若望，〈心靈的黑夜〉，146頁。
- 45 大德蘭，〈七寶樓臺〉，第七樓臺，第一章。
- 46 同上，215頁。聖經引文出自若望福音十四章。
- 47 Bonaventure, op. cit., pp. 106-8.
- 附錄 關於靈修三路教理的歷史性註釋
- 1 A. Tanguerey, *The Spiritual Life: Ascetical Mystical Theology* (Tournai, Belgium: Desclée, 1930) ; R. Garrigou-Lagrange, *The Three Ways of the Interior Life* (St. Louis: B. Herder, 1948) ; L. Bouyer, *Introduction to Spirituality* (New York: Desclée, 1961) .

- 2 Bonaventure, *The Soul's Journey into God...*, trans. E. Cousins, Classics of Western Spirituality (New York: Paulist Press, 1979) .
- 3 Abu Said ibn Abi'l-Khayr, cited in *Treasury of Traditional Wisdom*, ed. W. Perry (New York: Simon and Schuster, 1971) , p. 553.
- 4 Evelyn Underhill, *Mysticism* (New York: E. P. Dutton, 1961) .
- 5 A. van Kaam, *The Dynamics of Spiritual Self-Direction* (Denville, N.J.: Dimension Books, 1976) ; *The Transcendent Self* (Denville, N.J.: Dimension Books, 1979) .
- 6 W. Johnston, *The Inner Eye of Love* (New York: Harper & Row, 1978) .
- 7 H. Nouwen, *Reaching Out* (Garden City, N.Y.: Doubleday, 1975) .
- 8 G. Maloney, *Inward Stillness* (Denville, N.J.: Dimension Books, 1975) .
- 9 W. McNamara, *Mystical Passion* (New York: Paulist Press, 1977) ; M. B. Pennington, *Daily We Touch Him* (Garden City, N.Y.: Doubleday, 1981) ; E. Farrell, *Prayer Is a Hunger* (Denville, N. J.: Dimension Books, 1972) .
- 10 M. Kelsey, *The Other Side of Silence* (New York: Paulist Press, 1976) .
- 11 R. Burrows, *Guidelines for Mystical Prayer: Interior Castle Explored* (Denville, N.J.: Dimension Books, 1980) .
- 12 T. Green, *Opening to God* (Notre Dame, Ind.: Ave Maria Press, 1977) , *When the Well Runs Dry*

(Notre Dame, Ind.: Ave Maria Press, 1979) , 後者已有中譯本: 《井枯之時》, 光啟文化事業出版。

- 13 L. Rulla, S.J., *Depth Psychology and Vocation* (Chicago: Loyola University Press, 1971) .
- 14 J. McDonagh, *Christian Psychology: Toward a New Synthesis* (New York: Crossroad, 1982) .

靈修叢書

書號	書名	著(譯)者
20544a	師主篇	耿稗思著，光啟編譯館譯
20593	父，隨祢安排	高薩德著，王敬弘譯
205120	不知之雲	鄭聖冲譯
205145	天主教基本靈修學	陳文裕著
205162	且聽且禱	葛羅謝爾著，茫茫譯
205173	默觀生活探秘	牟敦著，江炳倫譯
205212	井枯之時——入門後的祈禱	多瑪斯·格林著，沙微譯
205236	天堂在我心——領受渴望已久的真福	葛羅謝爾著，梁偉德譯
205258	神對他無所隱藏的人	艾克哈著，陳德光、胡功澤合譯
205264	踏腳石，絆腳石 ——心理問題的靈修答案	葛羅謝爾著，梁偉德譯
205267	榮格宗教心理學與聖三靈修	盧德著
205271	神聖的軟弱——透過情緒走向上主	羅伯·費彬著，黃美基譯
205272	癒我原傷	葛羅謝爾著，譚壁輝譯
205277	從枯井中汲水	多瑪斯·格林著，姜川譯
205280	當為世界之魂 ——初世紀基督信徒靈修文選	泰澤團體編著，逢塵瑩譯
205282	煉淨、光明、合一 ——靈性成長的心理學	葛羅謝爾著 張令憲、沈映志譯
206142	走出黑暗	葛羅謝爾著，張淑華譯
20702	懺悔錄	聖奧斯定著，應楓譯

國家圖書館出版品預行編目資料

煉淨、光明、合一——靈性成長的心理學 / 葛羅謝爾 (Fr. Benedict J. Groeschel, C.F.R.) 著, 張令憲、沈映志 譯

-- 初版 -- 臺北市: 光啓文化, 2006 [民 95]

面; 公分

譯自: *Spiritual Passages : The Psychology of Spiritual Development*

ISBN 957-546-561-X (平裝)

1. 天主教-靈修 2. 基督徒

244.9

95005110

煉淨、光明、合一 ——靈性成長的心理學

中華民國九十五年四月初版

◎版權所有·翻版必究◎

著者: 葛羅謝爾 (Fr. Benedict J. Groeschel, C.F.R.)
譯者: 張令憲、沈映志
准印者: 台北總教區總主教 鄭再發
出版者: 光啓文化事業
地址: 台北市(106)敦化南路一段 233 巷 20 號 A 棟
電話: (02)2740 2022
傳真: (02)2740 1314
郵政劃撥: 0768999-1(光啓文化事業)
登記證: 行政院新聞局局版北市業字第 94 號
發行者: 鮑立德
E-mail: kcg@kcg.org.tw
網址: <http://www.kcg.org.tw>
承印者: 永望文化事業有限公司
地址: 台北市師大路 170 號 3 樓之 3
電話: (02)2367 3627
定價: 350 元

光啓書號 205282

ISBN 957-546-561-X

煉淨光明合一

靈性成長的心理學

耶穌，懺悔者的希望

對那些祈求的人，禱是多麼仁慈！

對那些追尋的人，禱是多麼美好！

對那些找到的人，禱定會是怎樣的珍寶？

——聖納德 (St. Bernard of Clairvaux)

若你是個試著認真看待自己靈修發展的基督徒，而且你也希望在這方面以某種方式協助他人，本書就是為你而寫的。不過，這不是一本「如何做」的書。這類的指南能有用處，但是它們就像簡化過的高速公路地圖，在你走岔了路的時候就不太幫得上忙。本書並不想提供另一張簡圖，卻打算將當代心理學中某些較為穩妥的洞見，與靈修旅程的經典大綱連結起來，這大綱內容取自於浩瀚而引人入勝的靈修文學。本書的直接目標是協助你找到自己在這旅程中目前所在的位置，並認出一些路上的障礙——你的個人特性，它們長久以來可能一直妨礙你走向天主，更加認識祂並服務祂。本書研究的整體目標，是幫助你充滿活力地預備自己，在靈修路上辨認並踏出良好正確的下一步。

ISBN 957-546-561-X \$350



9 789575 465612 0 0350

光啓書號 205282

定價 350元