

760

神學論集

于斌
圖



天主教輔仁大學神學院

神 學 論 集

160

光啟文化事業發行
香港公教真理學會

2009 年 7 月
天主教輔仁大學神學院
神學論集 第 160 期
◆ 版權所有 翻印必究 ◆

編輯者：天主教輔仁大學神學院神學論集編輯委員會
電話：886-2-29017270 轉 510 編輯室
傳真：886-2-22092010
主編：胡國楨 執行編輯：楊素娥

准印者：台北總教區總主教 洪山川

出版者：光啓文化事業

〔10688〕台北市敦化南路一段 233 巷 20 號 A 棟

電話：(02) 27402022 傳真：(02) 27401314

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

香港公教真理學會

發行人：鮑立德

光啓文化事業網址：

Website：<http://www.kcg.org.tw>

Email：kgc@kgc.org.tw

承印者：永望文化事業有限公司

〔10088〕台北市師大路 170 號 3F-3

電話：(02)23680350、23673627

郵購價：國內—零售每本新台幣 195 元（含郵費）

全年新台幣 710 元（含郵費）

國外—全年美金 28 元；歐元 25 元（含水陸郵費）

港澳—請逕向香港公教真理學會洽訂

手續費：如以信用卡付款免費

如以支票付款：—歐洲另加歐元 24 元

—國外其他國家另加美金 10 元

不接受各種匯票

定價：新台幣 175 元

輔仁大學神學論集

第 160 號

2009 年夏

總目錄見 149~150 期合刊本索引

專 題

依納爵靈修與中華文化續篇

目 錄

編者的話：依納爵靈修與中華文化續篇... 編輯室 165

教 史

聖依納爵神操在中國傳教區
十七及十八世紀經驗的反省..... 鐘鳴旦 167

耶穌會栽培人才模式的實例
輔仁大學「服務學習」課程經驗談..... 嚴任吉 206

靈 修

當代靈修趨勢..... 盧 德 225

馬丁路德的靈修觀(下)..... 普愛民 271

正教會靈修(下)..... 盧德 292

書 評

《正教導師談祈禱》推薦序..... 劉錦昌 307

東西基督靈修傳統交會在台灣

《正教導師談祈禱》編後語..... 胡國楨 310

EDITORIAL..... 編輯室 318

依納爵靈修與中華文化續篇

編者的話

去年夏季號《神學論集》「依納爵靈修與中華文化」專題編輯完成時，編者曾在〈編者的話〉中提出希望天主祝福我們，在今年夏季號能推出「依納爵靈修與中華文化續篇」。果然，我們是蒙天主祝福的，這個夢如今實現了。

本期專題文章有兩篇，都屬「教史」類，是依納爵靈修在中華文化地區推行的記錄，一篇鐘鳴旦神父談十七、八世紀時在中國的實踐，另一篇為嚴任吉神父做輔仁大學「服務學習」課程經驗談。

神操在早期中國傳教區中，扮演了比我們目前所推測更重要得多的角色。鐘鳴旦神父的文章顯示在十七、八世紀這兩百年中，神操以各種樣式傳播實行：最早由利瑪竇做神操第一週的個人退省；後來艾儒略與福建團體藉由圖解和實用默想方法進行的神操；殷鐸澤的神操中譯；法籍耶穌會士帶領的團體退省；到傳教士和來華耶穌會士的 8 或 10 天退省及日常生活中的默想專論。這般多樣性的發展，顯示從傳教一開始，耶穌會士和華人雙方都投注許多心力，在此藉由神操進行的靈修教育與實行。

嚴任吉神父則將耶穌會栽培人材的方式，應用到輔仁大學「服務學習」課程上，是依納爵靈修培育在中華文化地區應用成功的一個例子。特別刊在這一期「依納爵靈修與中華文化」

專題中，供有心人士參考。

依納爵神操應與靈修培育的發展相配合，因此本專題所選文章全與靈修有關。「靈修類」除了繼續刊畢上期普愛民牧師的〈馬丁路德的靈修觀〉及盧德女士的〈正教會靈修〉兩文外，特刊盧德女士的大作〈當代靈修趨勢〉，該文首先談當代人類的靈修需求，認為當代聖德有走向一體多元的趨勢，並指出當代靈修三大受到關注的議題「生態靈修與環保」、「正義和平靈修」、「女性（陰性）靈修」；最後，作者肯定「默觀」是當代靈修的道路，因為它可使人對真理有所覺悟、涵養真實生命。

最後，「書評」欄中劉錦昌牧師及胡國楨神父的文章，都在推介俄羅斯正教會一位靈修大師作品的中譯本《正教導師談祈禱卅二講》，這是「輔大神學叢書」第一次直接正面介紹東方傳統靈修的作品，以平信徒教友靈修為對象。本書以卅二講題幫助讀者對祈禱的意義和方法，作初步的了解。每個論題皆為主教祈禱和牧靈經驗的精華。藉由本書，一邊閱讀、一邊祈禱，期望我們能與天主建立更密切而圓滿的關係，並回應祂對我們的愛。祈禱既是生命中不可或缺的部分，且讓我們總是站在天主面前，與祂一起面對生活上的一切處境，而不再覺得孤單、空虛或無力感。希望這本書的出版不只表達我們對教會大公合一的小小貢獻，也願對台灣天主教友及新教朋友在靈修培育上，都有實質的助益。

聖依納爵神操在中國傳教區

十七及十八世紀經驗的反省

鐘鳴旦¹

神操在早期中國傳教區中，扮演了比我們目前所推測更重要得多的角色。本文顯示在十七及十八世紀的兩百年中，神操以各種樣式傳播實行：最早由利瑪竇做神操第一週的個人反省；後來艾儒略與福建團體藉由圖解和實用默想方法進行的神操；殷鐸澤的神操中譯；法籍耶穌會士帶領的團體反省；到傳教士和來華耶穌會士的8或10天反省及日常生活中的默想專論。這般多樣性的發展，顯示從傳教一開始，耶穌會士和華人雙方都投注許多心力在此藉由神操進行的靈修教育與實行。

引言

神操被視為耶穌會士用以達到其自我宣告的主要目的，亦即「傳揚信德，在生活及教會的道理上裨益人靈」的關鍵工具之一²。儘管耶穌會最初兩個世紀在歐洲實行神操有詳實的文件

¹ 本文作者：鍾鳴旦神父，比利時人，耶穌會士，1959年生。荷蘭萊頓大學漢學博士，台北輔仁大學神學碩士，現任比利時魯汶大學漢學系主任。中文作品有《楊廷筠：明末天主教儒者》、《可親的天主：清初基督徒論「帝」談「天」》等介紹教會在中國歷史上所做本位化努力的專書。

² 見《教宗保祿三世及儒略三世批准而又確定的耶穌會會典綱要》一號，《耶穌會會憲》（台北：天主教耶穌會中華省省會長辦事

記載³，在諸如中國的傳教區中，實行神操的記載卻幾乎付諸闕如。近日關於基督宗教在中國或耶穌會來華歷史的出版物中，很少觸及這個主題⁴。實際上，僅有的一篇短文是在 1920 年代寫成的⁵。

本文擬按時間順序，追溯十七、八世紀神操在中國的實行，由每一時期對應於某一特定的文本素材，來看各自反映出神操的某些層面。這些神操文本，由這兩百年間不同時期抵達中國的傳教士們所翻譯、撰寫或實行。在很大程度上，神操在中國的演變、發展，也反映出在歐洲有關神操理論及實踐上的一些轉變。

處，1976），13 頁。亦可參考《會憲》408, 648 號。

³ 主要見於 Ignacio Iparraguirre, *Práctica de los Ejercicios de San Ignacio de Loyola: Vol. I En la vida de su autor (1522-1556)*, Roma: Institutum Historicum S.I., 1946; id., *Historia de los Ejercicios de San Ignacio: Vol. II Desde la muerte de San Ignacio hasta la promulgacion del directorio oficial (1556-1599)*, Roma: Institutum Historicum S.I., 1955; id., *Historia de los Ejercicios de San Ignacio: Vol. III Evolución en Europa durante el siglo XVII*, Roma: Institutum Historicum S.I., 1973; 及 Joseph de Guibert, *La spiritualité de la Compagnie de Jésus: Esquisse historique*, ed. E. Lamalle, Rome: Institutum Historicum S.I., 1953。

⁴ *Handbook of Christianity in China: Volume One: 635-1800*, ed. Nicolas Standaert, Leiden: Brill, 2001 一書中並未提及；在最近出版的 Liam Matthew Brockey, *Journey to the East: The Jesuit Mission to China 1579-1724*, Cambridge: Harvard Univ. Press, 2007 中，僅有兩處提到關於中國（利瑪竇）但不具重要性：pp. 292, 370。

⁵ Louis Vanhee, *La Pratique des Exercices de Saint Ignace dans l'ancienne mission de Chine*, (Collection de la bibliothèque des Exercices de Saint Ignace), Enghien: Bibliothèque des Exercices, ca. 1920。

一、利瑪竇時代的早期參考文獻：給個人的第一週神操

在傳教士送回歐洲的報告中，幾乎找不到任何對於帶領神操有系統的描述。在各種報告、信件或記述中，也僅有零星的幾處簡短提及。其中最早期的記述之一，是利瑪竇（1552~1610）的《中國札記》（*The Christian Expedition into China*），原文以義大利文撰寫，但更著名的是拉丁文版本，由耶穌會士金尼閣（Nicolas Trigault, SJ, 1577~1628）編輯，1615年首度出版。對於實行神操的初次提及，可於利瑪竇抵達中國大約七年後（1590~1591），在他對中國南部早期傳教活動的描述中找到。其中講述一位南雄城中的六旬耆商（名為 Cotunhoa 柯屯豪，音譯，不確知原名），熱衷崇拜「偶像」，嚴格奉行茹素，對宗教事務特感興趣。透過中國學者瞿汝夔（字太素，1549~1611；1605年領洗，聖名依納爵）的引介，他與利瑪竇接觸，而利瑪竇將基督信仰的教義介紹給這位商人。接受充分教導後，他大概於1591年底領洗，聖名若瑟。其後，利瑪竇寫道：

「因為他仍是異教徒時，習慣於那個宗教的默想方式，所以他想知道我們基督信仰的默想方式。[利]神父送給他會祖依納爵的神操第一週，而他做這些操練，就如信教多年的基督徒做得一樣好。⁶」

約二十年後，1609年，利瑪竇記錄關於在南京的活動時，再度提到學者瞿汝夔：

⁶ *Fonti Ricciane. Documenti originali concernenti Matteo Ricci e la storia delle prime relazioni tra l'Europa e la Cina (1579-1615)*, ed. Pasquale d'Elia, Roma: La Libreria dello Stato, 1942~1949, vol. I, p. 315。

「在此同時，於南京領洗，聖名依納爵的瞿汝夔，也在我們會院。透過與保祿[徐光啓(1562-1633)]的對話，他在宗教事務上變得更加熱心且更堅決。他對我們已在天上的會祖依納爵的神操熱心不減，由第一週神操領受了如此多果實，以致他說自己不再如同起初那般害怕死亡。隨著總告解，他的良心已從令人畏懼死亡的罪之重擔，獲得釋放。以此方式，若從今以後一步步介紹人善用這些神操所帶來的裨益，我們相信有朝一日將在此國度中，獲致令人驚異的極大成果；這民族確實很有能力匯集他們所能持守的果實。⁷」

同年在南京，另一位基督徒也做了第一週神操⁸。這些參考資料雖然簡短，卻讓人得窺神操早期的作法。神操被個別授與有某種靈修經驗的中國人，雖然不見得總是基督徒的靈修經驗。例如在第一個案例中，皈依者曾有佛教背景，如在歐洲一樣，這些操練的授與並非在特定的避靜院，而是在耶穌會士居住之處；且主要是關於所謂「第一週」的操練，目標在於藉由個人皈依，加深人與天主的關係，包括（總）告解。

二、艾儒略編纂的著作：圖解式神操

早期主要的材料來源，並未提到《神操》手冊，雖然可以假定耶穌會士應該人手一冊，甚至有可能是新引進印刷術的日本所印製的版本：*Exercitia Spiritvalia Ignatij de Loyola*（Amasuka: In

⁷ *Fonti Ricciane*, vol. II, pp. 490-491。

⁸ *Fonti Ricciane*, vol. II, p. 490 n. 2。

Collegio Iaponense Societatis Iesu, 1596)⁹。當時歐洲與中國之間，書籍的流通相當迅速，譬如可以注意到，其他與《神操》密切相關的書籍也出現於中國。

1595年納達爾(Hieronymus Nadal, 1507~1580)的重要著作《福音註釋與默想》(*Annotations and Meditations on the Gospels*)首度於安特衛普出版，正符合這樣的情況。如眾所知，依納爵的秘書鮑郎高(Juan Polanco, 1517~1576)相信，納達爾有恩寵，真正了解依納爵心目中耶穌會這個新修會該是怎樣的。為此，納達爾被派遣去公告宣傳《會憲》。可以假定他的《福音註釋與默想》也類似地伴隨《神操》，加以適度解說。這些註釋默想，幫助人開展神目，達到依納爵對禮儀和默想祈禱所懷有的眼界。在依納爵授意下，納達爾將它們彙整成書，主要目的是協助耶穌會的讀書修士學習祈禱，與《神操》中的默想方式有非常密切的關連。

《福音註釋與默想》最具特色的層面，是每段福音故事所附的優美版畫，有助於默想或默觀的內容具象顯現。這書相當受歡迎，很快便流傳廣及南美及遠東等地。早在1599年，中國的耶穌會士便曾索取本書，而確定的是，1605年在他們的南方居所已有一冊。利瑪竇在一封信中寫到納達爾的書：「在這層意義上甚至比聖經更有用；在談話當中，我們也能將單用言詞無法表達清楚的事，呈現在他們眼前」¹⁰。

⁹ Johannes Laures, *Kirishitan Bunko: A Manual of Books and Documents on the Early Christian Mission in Japan*, Tokyo: Sophia University, 1957, p. 54~55。

¹⁰ *Opere Storiche del P. Matteo Ricci S.I.: Vol. 2. Le Lettere dalla Cina (1580~1610), con appendice di documenti inediti*, Ed. Pietro Tacchi

納達爾書中的插圖廣受歡迎，從它在中國的衍生出版品可見一斑。它們首先出現於標題為《誦念珠規程》的圖解玫瑰經中，由葡籍耶穌會士羅儒望 (João da Rocha, 1583~1623) 翻譯，並約在 1619 年於南京出版。《誦念珠規程》的插圖廣為人知，最主要是因為它們已轉換成中國畫的傳統風格。不過，最著名的是一系列約 56 幅版畫的基督生平圖說，標題為《天主降生出像經解》，1637 年由艾儒略 (Giulio Aleni, SJ, 1582~1649) 在晉江 (泉州) 首度出版。這些中國木刻版畫大多是照納達爾的風格製作的¹¹。比起《誦念珠規程》，它們採取中國傳統手法較少，但卻依循《神操》(47 號) 中所提議的「定像」，包括讓人有機會運用可見圖像祈禱的所有特色¹²。

每幅版畫的整體構圖安排，是為讓人投入一系列的心靈動態。這些圖像能引導觀看者，以個人方式經驗到「地點的轉換」。藉由每幅版畫中的書寫文字，與經句的結合而達成。在每張圖片底下，總提到福音敘述元素的一些「要點」。每一要點都以一個中國字或詞標示出來，而在圖本身的某些區塊，能找到這

Venturi, Macerata: Filippo Giorgetti, 1913, p.284。

¹¹ 在耶穌會羅馬檔案庫的版本 (ARSI, Jap. Sin. I, 187)，包含了五十三幅插圖，重印於《耶穌會羅馬檔案館明清天主教文獻》中 (*Chinese Christian Texts from the Roman Archives of the Society of Jesus*)，12 vols., Ed. Nicolas Standaert (鐘鳴旦) & Ad Dudink (杜鼎克), Taipei: Ricci Institute, 2002, vol. 3, pp. 527~582。

¹² 納達爾的插圖也部分被採用為另一本基督傳的範本—湯若望 (Adam Schall von Bell S.J., 1592~1666) 的《進呈書像》: 見 Nicolas Standaert, *An Illustrated Life of Christ Presented to the Chinese Emperor: The History of Jincheng shuxiang (1640)*, (*Monumenta Serica Monograph Series LIX*) Sankt Augustin Nettetal: Steyler Verlag, 2007。

些字詞。藉由依循版畫中這些字詞的順序，默想者跟隨圖中所標出的路線，進行某種「朝聖旅程」。既然這樣的宗教圖片預期要達到將福音中富戲劇性的段落細節，銘刻在中國人心裡的效果，也可以將它們視為神操方法的另一種翻譯。

關於《天主降生出像經解》的一般結構，圖片的安排屬於「福音合輯」(*harmonia evangelica*)，即試圖將各有特色的四部福音材料，按時間順序組合，成為具有一致性的敘事文本。在十六、七世紀的歐洲，這是相當風行的一種文類。《神操》中關於「耶穌生平」默想的指示(261~312號)也依循同樣的結構。

學者往往將《天主降生出像經解》，與1635年首度出版的《天主降生言行紀略》相提並論。但本書並非納達爾評註的譯本，卻是與之類似地，以盧多耳夫(Ludolphus de Saxonía, +1300~1378)所著《依據四部福音及正統派作者之基督生平》(*Vita Jesu Christi e quatuor Evangelis et scriptoribus orthodoxis concinnata*，以下簡稱為《基督生平》)為基礎的編年體耶穌傳記。盧多耳夫的《基督生平》於1474年首度出版，在十六、七世紀非常流行，被翻譯成多種語言，在歐洲各地的主要城市出版。此書也對耶穌會有特殊影響，因為依納爵正是因閱讀《基督生平》而皈依轉變的，他所度的新生活，也影響其《神操》，尤其在積極運用想像力方面。

艾儒略選擇盧多耳夫的《基督生平》作為第一本翻譯著作，而非福音本身，顯示出基督生平中，教導和靈修的幅度更受重視，甚於歷史和禮儀的幅度。如此，《天主降生言行紀略》和《天主降生出像經解》相輔相成。由於深知生動插圖有輔助記憶的效果，耶穌會傳教士將「圖像」視為「文字」的重要搭配，因此不僅運用繪畫與素描來傳達基督生平，也按神操的指示用它們來祈禱。

三、1630 年代福建團體的《口鐸日抄》：默想實用方法

如何將圖像運用於操練中，由 1630 年代的福建團體可以觀察到。福建團體的有關資訊，最重要的來源是《口鐸日抄》，這是一份傳教士與皈依者及有興趣的學者對話的大量記錄，節選自 1630 年 3 月 13 日至 1640 年 7 月 4 日這十年期間。超過廿五位基督徒參與此書的記錄與編纂¹³。除了神學或道德問題以外，也包含有關諸如默想之類的實際交流。例如：1634 年 10 月 1 日的主日（在福州），耶穌會士林本篤（Bento de Matos, 1600~1651?）與一位皈依的中國人進行了以下的對話：

[李]其香曰：聞教中有默想工夫。請問其。

先生曰：人晨不默想，則靈性失其養矣。默想者，養靈性之糧也。但默想工夫，須用記念，明悟，愛欲，三者為之。

其香曰：云何？

先生曰：一，清記念。記念不清，則雜物亂入腦囊。默想時，逐有紛思憶擾之弊。故必蒐羅經典，取其精美者，括諸囊中，隨所抽而用之，以啓明悟之機。二，充明悟。悟機既啓，則觸類引伸，洞徹其隱。因揣其行為意義，取為法則，而愛慕之情動矣。三，發愛欲。既悟斯理，逐熱心嚮慕，或發痛悔之情。或生遷改之念，堅定已志。祈天

¹³ 耶穌會羅馬檔案 (the Roman Archives of the Society of Jesus (ARSI, Jap. Sin. 1, 81)) 的版本重印於《耶穌會羅馬檔案館明清天主教文獻》，第七冊，1~594 頁)。中文文本及有附註的英譯，見 Erik Zürcher, trans. *Kouduo richao: Li Jiubiao's Diary of Oral Admonitions, A Late Ming Christian Journal* (Monumenta Serica Monograph Series 61), 2 vols., Sankt Augustin / Nettetal: Steyler Verlag, 2007。

主賜我神力，毅然行之。斯則默想之大略也。雖然，默想期于行，默而不行，是為無實¹⁴。

這段對話所解釋的方法，與《神操》的技巧一致。靈魂三司（記憶、理智、意志）在基督徒的靈修文獻中，首先是由奧斯定提出這概念，並在歷史過程中，發展出種種不同的特色。依納爵透過盧多耳夫的著作認識到它，視之為默想的方法。《神操》第一週（45號及其後）的第一端「默想」，題為「用靈魂的三種官能默想第一、第二、第三種罪」。記憶，讓人能將建議的祈禱主題及人對此主題所懷有的印象和圖像，帶到意識當中。人以理智進入主題的細節，為能理解它並發現其訊息。這需要人開始了解默想的內容與自己生命之間的關連。此關連激發意志，意志是《神操》中富於情感的官能，人藉由它得以受推動。此種祈禱方法是推論式的心禱，尤其適合處於煉路（或說煉淨的成長階段）的「初學者」（incipientes）¹⁵。福建團體此處清楚提起此方法，顯示它同樣也被應用於中國的初學者身上。

有趣的是，《口鐸日抄》也包含有關讀書方法的資訊。傳教士解釋：由於基督信仰的書籍意義深奧，不能像讀其他書那樣大略地讀。最好是選擇一段，甚至一句，反覆玩味，直到打從心裡了解。值得注意的是，選用來翻譯「to ponder」的詞語正落在「品味」的詞類中（「玩味」；「熟玩而詳味之」）。這描述與依納爵在《神操》第2號所描述的教學法相呼應：「因為博學周知，不能使人滿意，唯有深切地玩味體驗，方能令人心足。」

¹⁴ *Kouduo richao* 《口鐸日抄》，VI.9 (pp. 6a~b; A pp. 397~398)。

¹⁵ Cf. George Ganss, trans. & comm., *The Spiritual Exercises of Saint Ignatius*, St. Louis: Institute of Jesuit Sources, 1992, pp. 154~155。

以此方式，書籍成爲「靈性之糧」或「性命之神藥」¹⁶。

同樣的方法也用於讀經。有一例是傳教士解釋：誦經看書有其益處，但還不是最大的益處；更重要的是默想（「存想」）。默想的方法分三步驟來解說：（一）「記其事」—記憶事實；（二）「釋其理」—推演意義；（三）「發其情」—發現內心感受。傳教士將此法應用於「聖母訪親」的經文。他詢問七位皈依者，他們依序對此經文作詮釋。此處可再度注意到依納爵《神操》概述的默想方法的影響。

十四日。爲聖母幸聖意撒伯瞻禮。先生又謂眾曰：教中工夫，誦經看書，固爲有益，然未爲大益也。必也其存想乎。顧存想有三端：一記其事，一釋其理，一發其情。三者備，而存想之功全矣。今日聖母往顧聖意撒伯日也。請先述其事，子釋其理，而發其情可乎。聖意撒伯者，聖母之親也。聖母方領報之時，天神又將聖意撒伯受孕之奇，兼報聖母。（詳見本論。）聖母因發熱心，速往顧之，山行三日，方至其家，比聖若翰生，始返。子等親聞斯語，不啻親睹其事，亦有存想。可爲余告者否。

問魯可。魯可對曰：聖母貞德可嘉。故天主選之爲母。天神之報，以其貞也。先生曰：然。世之榮福，孰有大子爲天主母者乎。乃聖母當領報之時，尚未敢遽許懼失其貞也。比天神以天主全能告，始致成命於主，斯其堅貞一念，又非尋常可擬者矣。

¹⁶ *Kouduo richao* 《口鐸日抄》，IV.6 (pp.9a-b; A pp. 271-272); VII.37 (p.29b-30a; A pp. 514-515); VIII.21 (p.22b; A p. 570) 亦見於 VI.22 (p.12b; A p. 410) (耶穌)「斯語可味也」。

問其香。其香對曰：聖母諸德咸備，即今日之事，標取四德焉，先生曰：云何？曰：領報而必矢童貞，貞也。聞意撒伯之孕，而熱心頓發，愛也。山行跋涉，艱辛不避，勤也。以天主之母而為人服役者三閱月，謙也。是之謂四德。先生曰：然。之四德者，法其一焉。將終身行而不盡，矧四德之咸備者乎。（……）¹⁷

在第一段引文中所提到的「默想操練」，也可能引述自費奇規（Gaspar Ferreira, 1571~1649）的《默想工夫》一書，他是一位耶穌會士，在華超過 45 年，但其事蹟後世所知不多。此書很可能是第一部對按《神操》進行的默想給予具體指導的著作¹⁸。這部鉅作（共七卷）按全德之路上精進的七項德行，分成七項操練：聖畏、賤世、自賤、少言、忍耐、謙遜、仁愛。每項包含約十五端默想，主要取材自福音（基督生平、寓言等）。每端默想的指導分五節：（一）題論；（二）痛切、自愧、驚訝；（三）仿效；（四）感謝、獻送、冀願；（五）祈禱。這或許是一本至今佚名作品的翻譯。若《口鐸日抄》中的段落參照的是費奇規的《默想方法》，後者成書日期應在 1634 年之前，但也可能稍晚一些（在 1649 年他去世之前）。以下以耶穌 12 歲時留在聖殿的默想，作為範例說明¹⁹：

¹⁷ 《口鐸日抄》，VIII.35 (pp. 31a~34a; A pp. 587~593)，海口，1640 年 7 月 2 日（週一）。

¹⁸ 存於法國國家圖書館(Bibliothèque nationale de France)BnF, Chinois 7332。

¹⁹ 《默想工夫》，卷 1，4a~5a 頁。

第四條：聖母尋覓耶穌

題論

聖母曾一年赴京師日路撒冷，朝拜天主於公聖殿中，同成童之耶穌偕。往一時相失聖母，雖乾乾惕惕心中痛切尋之，然直至三日方能得之。

工夫

一、自愧

汝當自愧，謂耶穌當與汝偕焉，而汝卻不行。其往日路撒冷聖殿之路，即得善之聖路，而反行於罪過俗染之邪徑。又無有聖母之最淨最潔，又想聖母最淨最潔，尚失耶穌，何況汝耶爾當知道汝若行此等之路，雖先曾得之，不但一失之，耳且百千失之。況今既已失之，何以能復得之乎？

一、傲傲

汝當時時恐懼，勿失耶穌。或曾失離，當勿離聖母之側，而行聖母之勤懇、聖母之乾惕、聖母之痛切。如是尋之父，將復得之。

一、感謝

汝當讚美感謝天主，恒施接濟予。人其敬畏己者，主或自照臨之，欲人來願得己；主或自發現，欲人來愛慕己；主或自隱匿，欲人以願、以愛、以痛、來尋得己。

一、祈禱

汝當求主，賜汝以其聖畏，使汝勿失之。若或失之，又求其聖望，以復尋得之。

這些摘自《口鐸日抄》和《默想工夫》的段落也引我們去探究用來翻譯「meditation」的詞彙。常用於基督信仰文本的一個詞是「默想」。這詞在中國古典文本中極少用到，或許是新

構的複合詞。它是由「默」「想」兩字構成，「默」意為沈寂（無言）或安靜，「想」意為反省或思考，帶有渴望或想像的意蘊。這個複合詞所指的，並非一種「淨空心思」，如同佛教的「禪那」（梵語：dhyāna），亦非「反璞歸真」，如同儒家的「靜坐」。操練者專注於某個特定的聖經詞句或段落，用它作為自我省察和道德行動的主題²⁰。

此外，「工夫」是較通用的詞，指花在工作或讀書上的時間和努力，以及持續投入的專注，因此亦可代表「操練」。在最後一段引述所用的詞是「存想」，這詞用於道家傳統中。此段描述太短，不足以確認它是否嚴格而言與「默想」有所不同，但它可以突顯出「默想」（meditation）與「默觀」（contemplation）的差異。後者是用於神操第二週的祈禱方法，聖母訪親屬此範疇。默觀包含注意人物，他們的言語、行動，有相當大的部分是運用想像。一般而言，默觀是觀看或注視，而引發反省和情緒。這方法既引人反省，往往也是推理式心禱。但通常它指一種平易而較富於感情的祈禱，尤其適用於默觀某些福音場景²¹。

這時期幾乎找不到關於《神操》手冊的資料，但這種種參考資料顯示，傳教士積極傳達神操中運用的祈禱方法，尤其是給初學者。

四、《神操》的中譯

最早提到的《神操》中譯本，可在耶穌會傳教士以中文寫下的一張書單上找到，這書單或許是艾儒略在1642年建立的。

²⁰ Cfr. Zürcher (2007), p. 487。

²¹ Ganss, p. 162。

提到此書時，並未指出作者或日期，只寫是 *Exercicios Espirituaes do Nossa Santo Padre Ignacio*²²。另一張更早、與艾儒略的書單類似的書單 (*Litterae Annuae* 1637)，顯示 1636 年並未包含這條參考書目。因此有可能最初的譯本，是在 1630 年代由一位不知名的作者翻譯。不過，並未提及有公開發行的譯本。

後續的參考書目出現在柏應理 (Philippe Couplet, 1622~1693) 於 1686 年發表的書單中。此書單來源，可追溯到稍早的一份中文清單「聖教信證」，原由韓霖 (1601~1644) 與張賡 (大約 1570~1646/7) 所建立。柏應理的書單提到殷鐸澤 (Prospero Intorcetta, 1625~1696) 是 *Regulae Societatis nostrae sinice* 與 *Exercitia spiritualia S. P. Ignatii* 兩書的譯者²³。這張書單的中文版，則只提到《耶穌會例》屬於殷鐸澤名下作品²⁴。既知的是，殷鐸澤由歐洲歸來 (1669~1674) 之後，1674 年接掌管理杭州的中國初學修士；1676 年擔任傳教區視察員 (1676~1684)；接著出任中華省副省會長 (1686~1689)，在此期間，首批中國籍耶穌會士在中國大陸晉鐸，因此他與中國耶穌會士的陶成培育，有密切關連²⁵。幾年後，約於 1690 年，

²² Henri Bernard, "Les adaptations d'ouvrages européens: bibliographie chronologique depuis la venue des portugais à Canton jusqu'à la Mission française de Pékin, 1514~1688", *Monumenta Serica* 10 (1945), pp. 1~57, 309~88; p. 30: Liste C, n. 60。

²³ Bernard, p. 55: Liste G, nn. 225~226。

²⁴ 《聖教信證》，收錄於《天主教東傳文獻三編》全六冊，吳相湘編 (台北：學生書局，1972)，第一冊，351 頁。

²⁵ Louis Pfister, *Notices biographiques et bibliographiques sur les Jésuites de l'ancienne mission de Chine, 1552~1773*, 2 vols, Shanghai: Imprimerie de la Mission, 1932~1934, pp. 322~323; Joseph Dehergne, *Répertoire des jésuites de Chine de 1552 à 1800*,

《神操》中譯本已存在，也由一封耶穌會士李明（Louis Le Comte, SJ, 1655~1728）的信得到證實²⁶，但仍沒有提到譯者的名字。

目前為止，有一文本被認為很可能便是柏應理書單所指的譯本（因此它被歸屬於柏應理之作）。此書為佚名手稿，存於法國國家圖書館內，題為《耶穌會例》²⁷。此書包含兩卷：第一卷是《耶穌會會規》（*Regulae Societatis Iesu*）幾個版本其中之一的內容選錄，其中包括了《會憲綱要》（*Summarium Constitutionum*），即耶穌會會憲的摘要，以及種種會規（*Regulae*），即在耶穌會內日常生活的規則²⁸；第二卷標題為《聖依納爵神行工夫》，可以視之為《神操》的一個譯本，但卻不是較常見的拉丁文版《神操》（所謂的Vulgate版）之譯本，而是極罕見的「行神操者」版本之翻譯。

一般來說，十六、七世紀常見的拉丁文版《神操》幾個不同版本之間的差異很少²⁹。耶穌會對保存自己的靈修傳統很謹

Roma: Institutum Historicum S.I., 1973, n. 414。

²⁶ Louis Lecomte [Le Comte], *Un jésuite à Pékin: Nouveaux mémoires sur l'état présent de la Chine 1687~1692*, Ed. Frédérique Touboul-Bouyeure, Paris: Phébus, 1990, p. 426 (letter 11, to François d'Aix de La Chaize S.J. (1624~1709): "enfin les *Exercices* de saint Ignace pour les spirituels"。

²⁷ BnF, Chinois 7445.

²⁸ 請對照 *Regulae Societatis Iesu - Auctoritate septimae congregationis generalis auctae*, Romae: in Collegio Romano eiusdem Societatis, 1616。

²⁹ 這些版本的清單，見 Ignatius de Loyola, *Exercitia spiritualia sancti Ignatii de Loyola et eorum directoria* (*Monumenta historica Societatis Iesu* 57), Madrid: Rivadeneyrae, 1919, p. 708 ff.; Ignatius de Loyola, *Exercitia spiritualia sancti Ignatii de Loyola et eorum directoria* (*Monumenta*

慎，深怕被控以異端罪名，因而廣泛地透過管控《神操》（1548年初版）的編輯校訂及官方《神操指南》（*Directory*, 1591, 1599）的發行³⁰，來規範神操的實行。這本著作有特定的結構，多多少少可分為四部分：「凡例」（1~23號）是為帶神操者及行神操者的一般註記；「四週」（24~260號）包含了對這些操練的指示；「基督我等主的一生奧蹟」（261~312號）是基督生平 51 個情景的默想要點；最後是各種「規則」（313~370號），例如「分辨神類的規則」。上文提到日本耶穌會士於 1596 年出版的版本（*Exercitia Spiritvalia Ignatij de Loyola*）也符合此結構。

這共同結構的一個例外，是 1614 年在法國里耳（Lille）出版的版本（無標題）：[Ignatius de Loyola], [*Exercitia spiritualia B. P. Ignatii Loyolae*], Insulis (=Lille): Ex officina Petri de Rache, 1614³¹。除了一個相應的法國版本以外³²，這版本只有另一 1679 年於提納

historica Societatis Iesu 100), Rome: Institutum Historicum Societatis Iesu, 1969, p. 725 ff。

³⁰ 重印收納於 Ignatius de Loyola (1919), p. 1003 ff and p. 1111ff。

³¹ Ignatius de Loyola (1919), p. 713, n. 19; (1969), p. 726, n. 19. Carlos Sommervogel, *Bibliothèque de la Compagnie de Jésus*, 12 vols. Bruxelles-Paris, 1890~1932, repr. Heverlee: Ed. de la Bibliothèque S.J., 1960, vol. V, col. 62 指出這個版本特別之處。在布魯塞爾的聖哲研究圖書館（the library of the Bollandists: Museum Bollandium 9 XIII）可找到此書。

³² Sommervogel, vol. V, col. 68~69. 一如拉丁版本，並未提及作者或書名。另有修正擴充版：Ignatius de Loyola, *Les vrais Exercices Spirituels du B.P. Ignace de Loyola, ... Ensemble la Guide ou Directoire pour ceux qui font faire lesdit Exercices*, (second revised, corrected and enlarged edition), Paris: Chez Sebastien Huré, 1620. 1614 年版本中幾個被省略處，在 1620 年版本中再度引入，例如：所有

(Tyrnau / Trnava；昔為匈牙利王國，今斯洛伐克共和國)出版的版本被發現³³。一般而言，此版本的特色為，它從開始便是為行神操(領受神操)者而設，而非為帶神操者設計；因此可稱之為「行神操者版」。此版本只收錄了與行神操者有關的「凡例」(特別是5、11號)，而針對輔導神操者的「凡例」(如6、7、8、9號)則不列入，事實由此可見一斑。再者，1614年版本的印製，往往將書頁排成單面印刷，這樣便很容易將材料一天一天地分發給行神操者，而行神操者卻不會知道接下來的內容是什麼。

《神操》的中文版本顯而易見，是基於「行神操者版」的譯本。既然這中文版本只有一份手稿存留下來，印刷版本的樣貌無法知悉，但很清楚的是，譯者選擇了一本首要是為行神操者而設的手冊，他/她不僅實行這些操練，也能夠讀這本書³⁴。

與原版《神操》相較，「行神操者版」包含了一些其他的變異。這些變異也出現在中文版本中。首先不同的是一般架構。1614年的版本與中文版本完全按照四週的排法，除了在「四週」之前的「凡例」(1、3、5、4、11、4、12、13、20號)以外，默想與規則(神操的第三與第四部分)被排在特定的週之內，而非排在書末。例如「第一週分辨神類的規則」(313~327號)被安插於第一週內；「第二週分辨神類的規則」(328~336號)則放在第二週內；對基督的生平、苦難與復活的默想(261~312號)分別安插在第二、第三及第四週。將內容這樣安排於四週內，使行

的「凡例」(1~20號)都收錄在內(儘管序論中仍提到「凡例」縮減的號碼)，
「與教會同感的規則」(352~370號)亦然。

³³ Ignatius de Loyola (1919), pp. 719~720, n. 32; (1969), pp. 727~728, n. 32。

³⁴ Cf. Iparraguirre (1973), p. 130。

神操者較容易閱讀文本。

原版與「行神操者版」及中文版另一不同之處是，後兩者已加入了一些特定的默想。例如：第一週的第五次操練末尾加入了三個默想：關於死亡、關於審判和大罪造成的傷害；總告解之後附上浪子比喻的經文；第四週耶穌升天之後安插一段關於天堂的默想。序論中對這些附加內容加以解釋，也與在《神操指南》（1591、1599）³⁵中的指示相呼應。

所有與神操原版不同之處，均出現於 1614 年版本及中文版兩者中，這顯示中文版譯者使用了 1614 年版本（或是 1679 年的版本），或者某個至今仍不為人知的版本。

然而，1614 年版本與中文版仍有幾處差異。第一系列的差異關乎結構。儘管兩者均將默想及規則整合排入四週之內，一些例子中安置於某週的位置並不相同。「關於心窄的規則」（345~351 號）中文版中放在第一週的開始，而非如 1614 年版本放在文本的結尾。不過，這點與 1614 版本序論中的評註一致——這些規則在神操的任何時刻，都能派上用場。另一個例子是「祈禱三式」（238~260 號），在 1614 年版本中被分開來，在中文版的末尾卻得以重新組合。這些例子全都可能是譯者按理性所做的選擇。

中文版本有些增補之處。在對基督生平的默想之中，有好幾端在原版《神操》中呈現，但卻不見於 1614 年版本的默想，再次被添補上了：「割損」（266 號）、「三賢士」（267 號）、

³⁵ Ignatius de Loyola (1919), *Directory* (1591): pp. 1041, 1044; *Directory* (1599): pp. 1143 (ch. XV), 1146 (ch. XVII).; Ignatius de Loyola (1620), p. 309 (ch. XV, n. 4), p. 316 (ch. XVII, n. 2)。

「基督平息風浪」（279 號）、「派遣使徒」（281 號）、「瑪達肋納歸正」（282 號）、「飽飫五千人」（283 號）。此處也難以確定為何增補這些，但所做的增補顯示出譯者熟悉原版《神操》，更或許手邊就有一本原版《神操》。

還有些增添之處未見於原版《神操》，也不見於 1614 年版本：在第一週譯者收入了關於「個人審判」、善終、小罪的默想，以及一份為領受聖體的準備材料。在第三週「十字架上的奧蹟」（297 號）的默想，有一段關於耶穌臨終七言的默想，及一段關於耶穌苦難奧蹟的默想。它們反映了在十七世紀歐洲對於《神操》詮釋的轉變，反映出相當負面的世界觀——人類的悲慘不幸、悖命並與天主隔離，並因此需要追隨耶穌基督的模範，回歸天主³⁶。

另一項改編有關默想本身：有些默想比原版的默想更詳細、更長。例如「原則與基礎」（23 號）全然轉換成默想，分為三「款」及好些次要點。

月內第一分³⁷

神行之始基

默想第一款，天主為何而生人？要人識認而讚美之，恭敬之，專心奉事之，而行此終得升天，永受常生之福慶。

工夫當想天主自無始之始，而有意生汝。無教人尚在無中，而于無中取汝為人；不取汝為木石禽獸之類，

³⁶ Cf. Iparraguirre (1973), pp. 128, 445。

³⁷ 《耶穌會例》，卷下，4^a-5^a。

慈然賦汝靈性三司，形之五官，而成全人，爲何，汝當激發神情。如後七端。

- 一，當驚訝，至尊之主，記汝纖微之物。
- 二，當謝，汝主，選汝爲全人，而尚素置無數人于無中。
- 三，當愛，汝主生汝，爲同天主享無窮之榮福。
- 四，當慚愧，向來不知大主洪息，不知自己尊貴。
- 五，當恐懼，爲汝諸醜行意情偏情，不得中天主生汝之意。
- 六，當惡己重罪，因其阻汝升天之路。
- 七，要真心決定，汝全神形三司五官，俱用奉事萬事真主。

第二款，天主爲何而生萬物？生萬物爲人，而扶持人爲得中天主生人之至意。

工夫當想萬物，能扶持汝識認記憶愛敬于天主，又增加汝力量爲奉事天主，汝當激發神情。如後五端。

- 一，當驚訝全善之主，爲汝卑微之人而生萬物。
- 二，當感謝天主洪仁，普施世間諸物爲汝，若世間惟汝一人，天主亦肯存世間萬物以爲汝。
- 三，當輕賤世物，因世物非汝主持，惟用助汝奉事天主。
- 四，當慚愧爲汝向所偏愛于世物，如得天上之福所以由此偏愛陷汝于多重之罪。
- 五，當求天主賜以寵佑，決定改過，用汝全神形與萬物奉事天主，爲天主榮福。

第三款，所以用世間諸物，內有所當用而天主不禁，但人當謹守節度。如簡選願愛其世物，宜願選能扶持以得中天主生人之意。即如肉身平安，而有榮貴壽孝，則不能扶持于得天主生人之意，不如願肉身苦痛卑賤貧窮病夭矣。

工夫當想世間萬物有三種，一，能扶持汝無有阻當；

二，為汝軟弱明白阻當；三，乃平常無損無益，放當細察，汝心內有何阻當為不得中天主生己之意，汝當激發神情。

一，當決定以後惟用扶持汝之物，雖艱難當安心忍守，如貧窘疾苦戮辱。

二，當遠絕所阻汝者，要辭肉身之逸樂。

三，當平易汝心，用前無損無益之物皆當合天主之意。

想畢，與天主相語心祝全獻己于天主，自今已後，決定悔改而再新。

畢念在天亞物各一遍。

基督生平的默想一般分為三點，但這些要點通常比《神操》中的內容長些，有時還有不同內容（例如 267 號「三賢士」的第二點）。這些當中有些可能是譯者所做的改變。因為設想到中國的行神操者可能不如歐洲讀者那樣熟悉聖經故事，譯者可能抱此見解一加入更多解釋是有必要的。關於耶穌 12 歲時留在聖殿的默想可以再度用來作為範例：

默存耶穌十二歲自隱聖殿講道³⁸

默想之初同

預備三業，依題作像如前。

默想第一款，想耶穌至十二歲，隨聖母同聖若瑟于納雜肋得府，往省熱路撒冷府聖殿，慶大瞻禮，朝拜天主。後

³⁸ 《耶穌會例》，卷下，26b.

自隱殿中，與諸司教，講究經旨。

第二款，想聖母與聖若瑟瞻禮而歸，不識耶穌聖意，留頓殿中。歸途日暮，始覺，聖母同聖若瑟遍處憂尋，訪詢親友，痛切三日。

第三款，想聖母同聖若瑟，尋覓至第三日，復尋至省堂，得見耶穌于聖殿，在司教之中，辨論聖道，解釋經旨諸事，載聞再問，諸司教駭異敬服，為其上知，謂其捷答。聖母上前曰：吾愛子，何故素我，今我同汝父痛切覓爾。耶穌起恭應曰：爾何尋我如是切乎，不知我有一吾罷德肋之事，我即可在茲也。

相語心祝猶各發情。

畢念在天一遍。

除了《神操》的文字翻譯之外³⁹，當時出版的還有些因神操而受啓發的其他著作，與之關係密切。一本例外的書是 *Consideraçõs mvi proveitosas pera qual quer Christaõ viuer bem, e Christamente, e alcançar a bemaumentança*（「為以基督信仰的方式善度基督徒的良好生活與獲致救恩，最有益的考量」），是一位不知名的耶穌會士所著，於 1681 年在廣東印行⁴⁰。此書很獨特，因為它屬於少數在中國以西方文字印行的書籍。它印在中國宣紙上，

³⁹ 神操的另一中譯本被歸諸耶穌會士馮秉正 (Joseph Marie Anne de Moyriac de Mailla S.J., 1669~1748)。目前為止仍未發現此譯本，除非上述的翻譯是他的譯作。然而，馮秉正的其他幾本著作與神操密切相關（見下文）。Pfister, p. 601 n.8; Sommervogel, vol. V, col. 331。

⁴⁰ ARSI, Jap.Sin. I, 185。

裝訂也是中式風格。在解釋一些不同的祈禱和默想方式之後，共有四十端默想，按神操的四週分隔開來。在給讀者的訊息中，作者說他不打算寫一本默想的書，因為已有其他優秀作者寫過好幾本這樣的書，但他只想要重新協調，來彌補此傳教區這類書籍的缺乏。

這本書有耶穌會士魯貝理（Andrea-Giovanni Lubelli S.J., 1611~1685）的認可，讀者或者會納悶他本身是否也參與本書的寫作。耶穌生平之後，在 *Considerações* 中最終的默想標題分別為：「有效聆聽彌撒的方法」（Modo de ouvir Missa com fruto）、「妥辦告解的方法」（Modo para bem Confessarse）以及「論領聖體」（Da sagrada Comunhão）。這些標題形成另兩部魯貝里的著作（或者被歸於他名下的著作）：《善生福終正路》（約於 1673~1674）⁴¹ 和佚名作者的《默想規矩》⁴² 的主要部分。類似的默想與指示也能在依納爵靈修的知名作者的著作中找到，諸如皮納利（Luca Pinelli SJ, 1542~1607）、薩拉札（Francesco de Salazar, 1559~1599）或拉普恩特（Luis de la Puente SJ, 1554~1624），但到目前為止都無法確認他們的著作是 *Considerações* 或魯貝里著作的來源⁴³。也值得一提的是穆迪我

⁴¹ ARSI, Jap.Sin. I, 175。

⁴² ARSI, Jap.Sin. I, 174.7（重印於《耶穌會羅馬檔案館明清天主教文獻》第三冊，507~526 頁）。

⁴³ 在 Couplet (1686) 的書目清單中，提到魯貝理是“meditationes praecipuorum fidei mysteriorum”的作者，描述的內容非常近似於拉普恩特廣為人知的著作 *Meditationes de praecipvis fidei nostrae mysteriis*。見 Bernard, p. 56: Liste G, n. 250. 諸如皮納利、薩拉札、拉普恩特及許多其他歐洲靈修作家的著作，可在北堂圖書館（the Beitang Library）找到：見 Hubert Verhaeren, *Catalogue de la Bibliothèque du Pé-T'ang*. Beijing: Imprimerie des Lazaristes, 1949;

(Jacques Motel SJ, 1619~1692) 的《成修神務》，這是一篇關於靈修成全之道的論文。它的三部分遵循對靈修生活的古典式劃分：「煉路」、「明路」、「合路」⁴⁴。

神操譯成中文，遠早於福音或聖經的中譯，這本身便意義重大。一方面，它顯示了神操在華文環境脈絡中所受到的重視，這與拉丁文版、西班牙文版及其他歐語版本數量的增長相呼應。另一方面，譯者選擇「行神操者」版意味著他想到平信徒個人出於自發地做神操的可能性。要斷定此一或許僅有手抄本形式的版本散佈的廣泛程度，是困難的，雖然十九世紀的資料來源顯示它在十九世紀早期散佈很廣⁴⁵。

五、根據神操帶領的團體退省

十七世紀末，法籍耶穌會士來華，帶給實行神操新的動力。他們在法國實行的神操經歷了重大改變，而這批來華的耶穌會士受到這些改變的影響。在十七世紀早期的歐洲，神操是在耶穌會會院或學院個別授與，行神操者能有自己的房間。最普遍的形式是 30 天個人退省。當時，除了培育中的耶穌會士之外，多數行神操者是司鐸及在俗的神學生。但後來出現了較短的神

repr. Paris: Les Belles Lettres, 1969。

⁴⁴ BnF, Chinois 7242。

⁴⁵ Bernadette Truchet, “Les Jésuites en Chine (1841~1844): Regards d’ethnographes?” in *Anthropologie et missiologie, XIXe – XXe siècles: Entre connivence et rivalité*, Paris: Karthala, 2004, pp. 281~301; pp. 289~90, letter of 20 November 1842 (Gotteland?): “Les Ecclésiastiques du pays possèdent tous le livre des exercices traduit autrefois par le P. Prosper Intorcetta ... Ce même Père a aussi traduit nos règles. On m’a promis un exemplaire du premier ouvrage.”

操版本，僅限於第一週的操練，時間則限制在 8~10 天內。再者，特別為平信徒而設的團體退省，開始散佈開來。這導致特為此種操練而組織的「避靜院」的創立。第一所避靜院於 1663 年在耶穌會士休比（Vincent Huby S.J., 1608~1693）的指揮下，建立於瓦訥（Vannes，位於法國的布列塔尼地區）。其他地方很快便起而效法。這些退省往往是為不識字的人們舉辦，逐漸發展為普遍的要理講授、闡述、歌詠、講解圖畫等等。法籍耶穌會士引進中國的，正是此種型態的退省。這在殷弘緒（Francois-Xavier Dentrecolles, 1664~1741）的一封信（1712 年 8 月 12 日於饒州，今江西景德鎮）中清楚顯示出來，他詳述了這些退省如何進行⁴⁶：

新信徒們主要在近年來我們令其進行的心靈退省中對聖寵產生了最強烈的感受。是沙守信[Emeric Langlois] de Chavagnac（1670~1717）神父首先想到讓中國人按聖依納爵的方法從事宗教活動的；他在法國一些省份，尤其在布列塔尼也曾這樣做過，這類宗教活動對改革習俗及聖化這個秀麗省份的百姓起了重要作用。今年，我效法這位虔誠的傳教士，讓我的基督徒進行了三次心靈退省：兩次在饒州，一次在景德鎮。我尊敬的神父，請允許我對您詳細談談；我相信您從中既可瞭解這類退省中保留的程

⁴⁶ *Lettres édifiantes et curieuses, écrites des missions étrangères, nouvelle édition, ornée de cinquante belles gravures: Mémoires de la Chine*, Lyon: J. Vernarel Éte. Cabin, 1819, vol. 10, pp. 82~103: pp. 83~89；《耶穌會傳教士殷弘緒神父致中國和印度傳教區巡閱使神父的信》，收錄於杜赫德（J. B. Du Halde SJ）編著的《耶士中集：中回》（由德弟、一民、沈、朱及耿昇譯為中文），州大象出版社，2005，卷上，第二冊，59~61 頁。

式、它們在新信徒心中喚起的贖罪痛悔的意識，又可瞭解新信徒們從中獲得的利於他們日益走上至善之路的成果。

首先說說我在八天退省期間採取的辦法。那些被接納參加退省的人（他們將其視為一個大恩典）於規定日期來到我的教堂。人員到齊後，我對他們講一次話：說明退省目的、做好退省對他們是多麼重要、他們所擁有的確保其靈魂得救的神佑及手段、必須遵守的規章，以及度過這些聖潔的日子所必需的寧靜和虔敬，以便使悔罪的八天補救往昔漫長的有罪歲月，同時使他們在有生之年充滿虔誠。

談話結束後就舉行祈禱，內容是背誦三遍懺悔誓約，背誦時速度要慢，聲音要低，每一遍之間間歇較長。隨後，他們逐個端莊地走到祭壇跟前，我在那裏向每人分發一個帶耶穌像的十字架和聖母像，還給提出要求的人發幾件贖罪器具；同時提醒他們像在其之前進行此類退省的人一樣，做一件同樣用於聖事的器具。然後，我把他們帶進房間（由於我缺乏住房，所以只得讓許多人同居一室）。伙食極為簡單，我於他們則分文不收，因此它與人們每年向我提供的微薄薪俸是相稱的。上帝對此類宗教活動的降福，綽綽有餘地補償了我因削減本人必要開支而遭受的損失。然而毋庸置疑的是，倘若聖職人員收入更充裕一些，他們做的善事將遠為更多，因為這類事僅靠他們所並不缺乏的虔誠和善意是不夠的。一名傳教士所感到的惟一困難可能就在於此。

整個退省期間，我主要關心的是隨時使退省者全神貫注，同時盡我所能變換每天的活動。這些活動包括：深思基督教的偉大真理和宗教的主要奧義，勸導其遵守上帝的戒律，進行懺悔和領聖體，在逆境中應有耐心，注意使一切最普通的行為也變得聖潔，還要熱心關注教友的永福。我還頻頻要求他們逐個作出符合

信條的信德行為，這可以使他們為重新發願——他們接受洗禮時曾發過願——的儀式做好準備。

此外，我還向他們解釋了展示罪人和遵守教規的義人在今生和死後不同狀況的圖畫。您知道這一如此平常的宗教活動，在布列塔尼舉行的退省活動中，產生過怎樣的效果，它在我們新信徒心頭留下了同樣的印象。我相信這是退省中最實用的辦法之一。最後，他們飯後都有一次個別交談，這代替了課間休息。我在此類交談中向他們轉述《聖經》中某些例子，或是與他們當天思考的真理最吻合的教會史上的種種啓示。這些在實踐中如此再現了的真理，使信念中增添了例證，同時進一步堅定了他們在思考後下定的決心。他們把集體活動之間的空餘時間，或用於閱讀宗教書籍，或在紙上記下上帝啓示他們的高尚的思想，再或是準備全面懺悔。實行這種辦法，白天就不會有任何空閒時間，而環環相扣的種種活動的多樣性，又使他們自己都驚訝這段聖潔的時光，居然過得如此神速。

退省期間的聖餐是與當眾認錯活動結合進行的，以便他們以某種方式補救可能犯下的錯誤；因此，聖餐桌上不作聖體出現時所要求的佈置。如今他們習慣於在某些日子裏來到教堂，匍伏在賜予聖餐的地方，同時以種種信德、謙恭和熱愛上帝的行為（領聖體），為這一如此聖潔的行動做好準備。

我認為最引人注目的活動之一，是敬奉十字架。由於我第一次舉行退省活動時正值聖周，這一儀式自然需要舉行；我發現鑒於人們心理準備遠比平時充分，因此憂傷和痛悔之情格外強烈。他們匍伏在帶耶穌像的十字架旁，淚如泉湧，教堂各個角落一片歎息嗚咽之聲。這一情景使我如此感動，迫使我不時中斷耶穌受難日的祭禮，甚至難以完成儀式。正是這一切使我下了決心：不

管何時舉行退省，這一儀式不可省略。我把這一儀式安排在他們對救世主受難進行思考以後舉行。

最後，退省以一項如同總結的活動結束。即他們要作出書面保證：永不忘記這段聖潔時間裏獲得的聖寵，並以全部的忠誠使自己與之相稱；終生憎惡退省期間之所憎惡；只尊重在此期間所尊重的東西，並以虔誠的一生感謝耶穌基督給他們的無邊的愛。每人在這頁紙下方，還要寫明自己的主要決心，每次領受聖事均應將其隨身攜帶，去世時則要把它放進棺材。此舉可使他們產生強烈印象，並隨時提醒他們忠實履行退省時許下的諾言。

我尊敬的神父，您很容易判斷，一個傳教士不付出巨大艱辛是無法舉辦這類退省的；然而，當他看到大批基督徒因聖寵而致力於悔罪之念，當他滿懷感激之情，擦去因神聖話語的力量和熱忱而使其猶如泉湧的淚水，此刻，他付出的所有辛勞都因充盈內心的慰藉而消退了。

法籍耶穌會士寄回歐洲的信中，多半記錄中國的風俗習慣與科學。然而，這封信闡明了靈修操練是他們使徒工作的核心。這位傳教士對於自己所帶領退省的成功，或許有點過度熱中，但無疑地，他讚賞中國基督徒的虔誠與奉獻。這份報告展示出當時依納爵《神操》實行的新發展，得以充分引介給這些基督徒。

六、傳教士和來華耶穌會士所撰日常生活八日或十日退省中的默想專論

在歐洲的另一進展，是一些靈修輔導者編纂了《神操》，來幫助退省者，藉書冊的幫助，獨自（或幾近於獨自）做神操。

這變得必要，因為越來越多人不僅一次地做神操。這些書遵循《神操》的架構，並包含在 8~10 日退省中每日所做三至四端默想的詳細指示，包括祈禱與靈修方面的解說。

在中國傳教區能觀察到同樣的演進：由來華司鐸撰寫，特為 8~10 日的日常生活退省而設的默想專論數目，日益增多。在這方面，中國傳教區不僅採用法國的靈修傳統，也取用了非常重要的義大利傳統。這點由葡籍耶穌會士林安多（António da Silva SJ, 1654~1726）的《崇修精蘊》可見一斑⁴⁷。林安多或許是在 1710 年代為 10 天退省編寫了這些指示說明，每日三端默想。每端默想通常具有下列結構：主題的一般描述（「題旨」）；預備祈禱（「祝文」，或「小引」）；設想場景（「定像」）；短禱（「簡禱」）；要點（「思」）；對禱（「祝言」）；反省（「覆省」）。書末並附告解與自我省察（*examen*：「省察」）的指示說明。此著作維持手稿的樣式，直到 1893 年耶穌會士龔古愚（Simon Kong SJ）加以編訂。不過，或許從 1738 年（或 1783 年）起，它似乎便以手抄本的方式流傳，並授與那些到耶穌會士居所做退省的人⁴⁸。

《崇修精蘊》其實是譯本，原著乃由義籍耶穌會士卡檀鈕（Carlabrogio Cattaneo, 1645~1705）所撰，於其身後出版的《神操指南》（*Esercizii spirituali di S. Ignazio*, first edition, Venice, 1711）。卡檀鈕是一位聞名的宣道者，一生大半時光在米蘭度過。他依循神操所撰寫的退省指南，在他死後出版，多次重印，並譯成數種語

⁴⁷ Biblioteca nazionale centrale di Roma（意大利國家圖書館）：
BNC.VE, 72 B.218; repr. 香港：納匝肋，1929。

⁴⁸ Pfister, p. 480, no. 2; p. 807 (note 1); p. 889 (note 2); 徐宗澤，《明清間耶穌會士譯著提要》（上海：中局，1949；重印：台北，1958；北京：中局，1989），60 頁。

言。他的默想由始至終指引退省者，包括對禱及用感情推動之處在內。默想原文是以非常典雅的風格寫成，不時顯露淵博學識，且經常引用教父及神學家的文句⁴⁹。可舉第一日開頭的第一端反省為例。

第一日工 此日神工獻于天主聖父

第一次默想題 神工基址

題旨 聖依納爵訓云：人生定向，在讚頌敬事天主，卒歸天堂本國。故此題之義，經緯數目全工，誠乃事主守誠，保存神命之準則。蓋紀綱立，而秩序始彰也。如行遠者，以所止，為所行之定向。既有定向，又當明必由之正道何在，而取擇焉。昔聖伯爾納鐸，常以默想題兩端。命其會士云：汝從何來？汝從何往？我於此日神工，僭加一言曰：汝今何在？共為默想之三端云。

祝文 同前

小引 同前

定像 想萬物如百川流水。天主如汪洋大海。萬物出自天主無限全能，而皆以向主為歸。如百川之出自大海，而皆以歸海為向。我亦列於萬物之一。亦以天主為向。而與萬物同歸於天主也。

簡禱 求主賜我真光，得悉吾生終向之廣大，從茲堅定我心，永不遠離斯向。

首思 汝從何來？想我神形，乃從全無中而來者也。既從全無而來，則知未生我之千百年前，雖有此國此家，而我絕無端倪，可為人所念及者也。我之有無，無關輕重於世，不啻一螻

⁴⁹ *Dictionnaire de spiritualité* vol. II,1, col. 353; Iparraguirre (1973), p. 288 n. 105, p. 505; Sommervogel, vol. II, col. 890 ff.

蟻之存亡而已。嗚呼，出於全無之人，是何本質。經嘗訓人謙曰：汝乃灰塵，何倨之有。夫灰塵雖微，尚屬於有當。我未生以前，雖灰塵之微，亦不及也。我前既屬全無，及今所有之生命，心思呼吸諸能，皆非我能自具。實為主之全能，使之為有者。經所謂從無中，招之使有。若從有中，招之使出也，是則我之所有，俱出於主之全能寶庫，絕無假借矣。然主所未造之人，任其在全無之內，不可勝計。今我先蒙簡拔，享有此生，功力何有於我者。經故曰：吾主爾乃以手造我成我，并以爾手加我也。然而主恩之尤巨者，不但授我以生，且又保存無間，俾勿淪於殞滅。若論我之為我，非特不能自生。雖頃刻自保亦不能也，是知我之本體，皆屬主物，非我自育之物也。天主實為我主，我非己身之主也。是以經為主云：伊造吾儕，非吾儕自造也。一如美麗丹青，皆出於繪畫之士。深幽宅第，受成於肯構之主焉。設有一日，主取所授於我曰：還我所賦靈明，則我所存者何物，如禽獸而已。還我所與覺性，則我所存者又何物，如頑石而已。然此頑然之質，亦屬主物。倘主亦令還之，則我所存，止有依賴之體而已。然此依賴者，亦主物也。主並令還之，則我所存者尚有何物，全無而已。由是而知事主之責，非暫世傭人事主者可比。蓋傭人之值，非生存保養之恩。事奉之道，無怪乎朝夕反覆而無恒也。在吾人事主之職，實含仰報生存保養之恩，超出國君身父之上。更當盡心竭力，歷始終如一日。故我生存在世，非為事己私情，事彼世俗與彼魔鬼者也。彼三者，無一授我之生，實能戕我之靈。惟授生之主，乃本然之主，生活之原。我之敬事，自當切向無他。惟主是奉，理也，義也，我當逐一思維焉。如田園之主，宜享穀菓之奉，僕役舟車之主，宜專使令之尊，無容辭諉也。由是思之，即此名分一端，殊關嚴切。今我事奉之，實不知何在。可謂負所從來矣。

不過，卡檀鈕的 8 日退省在中文版裡轉變為 10 日退省。中文版的文本增補了一些默想，取自另一本廣為流傳的神操著作，即另一位義籍耶穌會士畢納蒙提（Giampietro Pinamonti, 1632~1703）的 *Esercitti spirituali per 10 giorni* (Bologna, 1698)。畢納蒙提是在許多傳教區很受歡迎的神操輔導，他的靈修著作散佈極廣，同時也促成了一波新的敬禮熱忱。他的焦點在於基督徒生活的實行上，而這些默想是以樸直的風格寫成，一般讀者都能充分理解⁵⁰。

另一部與神操緊密相關的著作，是《聖經廣益》，1740 年由法籍耶穌會士馮秉正（Joseph M. A. de Moyriac de Mailla, 1669~1748）匯編⁵¹。這本書反映出十七世紀在歐洲實行神操中所衍生的其他發展。此書的基礎並非神操本身，而是依據禮儀年安排的主日讀經。這些讀經經文直接抄自陽瑪諾（Manuel Dias, 1574~1659）的《聖經直解》（1636~1642）⁵²。每篇讀經後頭接著應實行的德行態度（宜行之德），包含三端默想（聖思），以及包含一篇禱詞（祝文）的求恩（當務之求）。此著作是以相當古典的語言風格編寫成。耶穌在聖殿的這段福音可再次做為例子⁵³：

三王來朝後第一主日 聖史路加第二篇

耶穌一紀，伊等，上日路撒冷，如瞻禮規。禮日既闕，

⁵⁰ *Dictionnaire de spiritualité* vol. XII,2, col. 1763~1765; Iparraguirre 7, p. 258 n. 101, p. 553, 559; Sommervogel, vol. VI, col. 763 ff。

⁵¹ BnF, Chinois 6804。

⁵² 《天主教東傳文獻三編》第四、五、六冊。

⁵³ 《聖經廣益》，上卷，22a~23b。

伊等行返。乃童耶穌，自止日路撒冷。厥親弗知，度在群行。行及程，乃訪求於親族知識。不獲，復返日路撒冷覓之。終三日，乃見在聖殿。端坐司教者中，載聞載問，聽者駭異，為其上知，為其捷答。見則愕。聖母語之曰：兒曷俾我輩若茲，爾父暨予，痛切覓爾。答曰：曷子覓哉。弗知一有吾父之事。予即可在茲。伊等尚弗達於伊言。時同伊，下返納匝肋德而屬下之。維茲眾辭，母畜迺心。耶穌寔加上知，漸增厥齡，日益受寵愛於天主，及眾人之前。

宜行之德 謹守聖寵

聖思 一。天主聖寵，為人之大寶。失落此寶，還有何事。可比其凶險麼。失落世財，必然心中懊惱。失落聖寵，並無懊惱。可為愛靈魂否。失落聖寵，即是失落天堂。竟為天主教之仇，決定下地獄。汝且付之不顧，還說得自愛自己麼。汝為失財而痛哭或為喪子孫而痛哭。救不得所失之財。挽回不得所喪之子孫。白白的痛哭。若為失聖寵而痛哭，可以救回所失之聖寵，為何不哭。一。聖母不見耶穌，慌忙尋覓。汝該隨此表樣。偶然犯罪，失落聖寵，就該立刻盡心尋覓所失之聖寵。若有了重罪，彼時即死，不失落靈魂麼。一。為要不離聖寵，當速離犯罪之處。有人常常犯一樣之罪。因不離此犯罪地方的緣故。若或犯罪之處，難以離開。先該預備盡心求主。雖有萬死萬難之艱苦，也不容陷於罪惡。每早定此主意。每晚小心警省。此罪自然離開。

當務之求 為國家太平

祝文 望天主。慨然應爾民伏求之願。俾知宜行之事。力行所知者。為爾子耶穌基利斯督。亞孟。

此種將默想編纂成書的作法，正呼應十七世紀歐洲的一股演變趨勢，亦即不將神操局限於特定的一段避靜時期，而是在一年期間中進行，將神操操練與每日祈禱整合。有些十七世紀的歐洲作者將整年的默想和退省時期的默想，合併放在同一本書中。《聖經廣益》也是如此。在此書的開端，有幾篇與退省清楚關連的論題：「避靜根本」（ff.3~7）簡短解釋退省的原則，尤其是為八日退省；「八日內每日行工時刻」（ff. 8~10）則針對八日退省中一日的時刻表（每一時辰），提供非常詳細的總覽⁵⁴。

八日內每日行工時刻

卯初起來念早課。至三刻

卯初三刻預備第一默想神工。至卯正

卯正默想。至辰初

辰初查默想神工。至一刻

辰初一刻望彌撒。至辰正

辰正喫茶。至一刻

辰正一刻看書。至三刻

辰正三刻預備第二默想神工。至巳除

巳初默想。至巳正

巳正查默想神工。至巳正一刻

巳正一刻省察一早事務。至巳正二刻

巳正二刻喫飯。至午初

午初隨便或看本日之書或念自己私經或略歌

⁵⁴ 《聖經廣益》，首卷，8a~9b。

一二刻俱可。至午正
午正私省察。至一刻
午正一刻念聖心規程。至三刻
午正三刻預備查自己常行神工。至未初
未初查自己常行神工。至未正
未正寫定本日所查常行規矩以備遵行。至一刻
未正一刻念玫瑰經全分。至三刻
未正三刻預備第三默想神工。至申初
申初默想。至申正
申正查默想神工。至一刻
申正一刻看書。至三刻
申正三刻喫晚飯。至酉初一刻
酉除一刻照前隨便。至酉正一刻
酉正一刻念晚課及自己私經。至三刻
酉正三刻省查自己一日事務私省察。至戌初
戌初看書。至戌初二刻
戌初二刻預備明日默想題目。至戌正
戌正照常就寢。

「八日內默想看書題目」(ff. 11~16) 包含退省每日三端默想和閱讀(「看書」)期間的參考書目。這些書目提到《聖經廣益》中的段落。例如，為第一天，有以下的參考書目⁵⁵：

⁵⁵ 《聖經廣益》，首卷，10a~10b。

八日內默想看書題目

第一日

第一默想。善用暫生。見聖年廣益一編十四日

第二默想。小心時候。見聖年廣益一編十一日

第三默想。小心靈魂。見聖年廣益一編一日

查自己常行神工看默想神工簡易要法與所行相合否。見聖年廣益首編四張

看聖保祿聖傳聖思。見聖年廣益一編十五日

看聖保祿聖傳聖思。見聖年廣益一編十五日

謹隨聖佑。見聖年廣益耶穌聖誕前第二主日

輕己。見聖年廣益聖灰禮儀

重靈。見聖年廣益降臨後第二十一主日

盡心。見聖年廣益一編二日

也有些參考書目指向一本類似的書，即《聖年廣益》(Sheng nian guang yi)，也是由馮秉正翻譯的。將如此詳細的退省每日時刻表安插進來，是沿襲布列塔尼（即今法國）平信徒在團體中做神操的典型方式。在畢納蒙提的著作 *Esercizi spirituali di san Ignazio Proposti alle persone secolari* 中，會發現非常相似的時刻表，是為一般退省或 10 或 8 日退省中的每日操練而設，此書有多種語言的譯本，可在北堂圖書館找到⁵⁶。

《聖年廣益》採用的基礎並非聖經章節，而是聖人生平傳

⁵⁶ Verhaeren, n. 3402 (in Italian, ed. 1699); n. 3707 (in Spanish, ed. 1726)。

記⁵⁷。這些傳略是按禮儀年度中聖人瞻禮的順序編排。正如《聖經廣益》一樣，每節包含簡短的格言（「警言」）、聖人生平（「聖傳」），接著是「默想要點」（「直行之德」）和祈禱（「當務之求」）。在引言中有一段默想的簡短指引：「默想神功簡易要法」，分為四層面：準備（「預備」）、運用圖像（「形象」）、默觀（「默存」）及求恩的祈禱（「祈求」）。接下來是關於祈禱簡短可行的六個忠告（地點、時間、主題等等）。此節尤其強調神操中所謂的祈禱第二式（神操 249~257 號），包含專注於一詞句或一個字，只要還能找尋到意義、譬喻、滋味和神慰，便盡情停留於其上。《聖經廣益》目的在於默想，但如同引言（f. 2b）中所解說的，倘若時間不足以進行默想，也可以僅限於閱讀當日經文。

有幾處當代的資料來源提到，《聖經廣益》乃是「柯羅塞及其他著作」之譯本加上註釋。柯羅塞（Jean Croiset, 1656~1738）是知名的靈修作家，他的許多著作中有一本是關於聖心敬禮的書。他還寫過好幾本關於默想的書，特色為運用禮儀年（包括聖俗兩種）來進行每日默想⁵⁸。然而，將此書與他著作 *Exercices de piété*（亦即 *Année chrétienne ou Vies des Saints et Exercices de piété pour les dimanches, les fêtes mobiles et tous les jours de l'année*, Lyon: Pélagaud, 1868 之更新版）的幾個版本進行比較後，顯示上述的直譯假設無法成立。然而，馮秉正和他的同伴如宋君榮（Antoine Gaubil S.J., 1689~1759）和孫璋（Alexandre de La Charme S.J., 1695~1767）等人由十七世紀晚期和十八世紀早期的法國靈修趨勢獲得啓發，這點似乎是相當清楚的。馮秉正確實深受柯羅瑟（Croiset）大力倡導的

⁵⁷ BnF, Chinois 6786~6791。

⁵⁸ *Dictionnaire de spiritualité*, vol. II,2, col. 2560。

聖心敬禮影響。在 *Lettres édifiantes et curieuses* 一書中所提到的 "un abrégé de la dévotion au sacré Coeur"，與一篇標題為「聖心規條」（聖心規程，約 1740~1745）的短文有關。首先是一段簡短的引言，說明了此一啓示給瑪加利大（Marguerite-Marie Alacoque, 1647~1690）的敬禮要素，及以玫瑰經祈禱來光榮耶穌聖心和聖母聖心的方式。接著是短禱、耶穌聖心禱文與聖母聖心禱文⁵⁹。

在華的耶穌會士也編纂了類似的專論。其中一例是沈若瑟（Joseph Saraiva SJ，亦名東行）與魏福良（Florian Bahr SJ, 1706~1771）合作編訂的《易簡禱藝》（1758）⁶⁰。書中的指示並非針對在退省中所做的神操，而是在日常生活中所行的默想。此著作分為四部分：上卷：祈禱規則（祈禱的意義與規則）；中卷：祈禱助益（包括默想基督生平的要點與自我省察）；下卷：祈禱月課（一個月的默想要點）；續卷：私省察式（自我省察的指示）。著作的可能來源，至今未被辨識出來。不過，在續卷中的自我省察方法（私省察式）是出自依納爵神操中「日用專題省察」（24~31 號）這節的部分譯文。

⁵⁹ 請對照 Jean Croiset, *Dévotion au sacré coeur de Notre-Seigneur Jesus-Christ / contenant une pratique de dévotion pour honorer le sacré coeur de la très-sainte Vierge Marie. l'Abrégé de la vie de Soeur Marguerite-Marie Alacoque...et l'Office de la divine Providence*, Limoges: L. Barbou, s.d. (first edition Dijon. 1680), p. 168ff.: "Litanies à l'honneur du sacré coeur de Jesus" (very similar) and p. 358ff.: "Litanies du sacré coeur de Marie" (de Mailla's version contains variations)。

⁶⁰ BNC.VE, 72 A.160, 236。

結 論

有關神操在早期中國傳教區，還有更多層面需要探究（例如接受的效果、靈修詞彙，尤其是在華文脈絡中的互動），但本篇歷史性的概觀，導向一些初步的結論。中國傳教區往往被呈現為針對「菁英份子」的傳教區，主要透過「科學」知識的傳輸來進行福傳。這篇概觀藉由專注於探討神操的實行，顯示了在此傳教區福傳並非僅定位於菁英階層，而且科學的傳輸與宗教的傳導攜手並進。歷史學者將焦點放在科學與宗教思想上，而非放在靈修與禮儀的實行及教育上，有可能導致的結果，便是神操在中國傳教區扮演了比我們目前所推測的更重要得多的角色，而我們卻不知道。

此外，本篇概觀顯示在兩百年的歷程中，神操以各種樣式傳播實行：神操第一週的個人退省（利瑪竇）；藉由圖解和實用默想方法進行的神操（艾儒略、福建團體）；神操的中譯（殷鐸澤）；團體退省（法籍耶穌會士）；8 或 10 天退省及日常生活中的默想專論（傳教士和來華耶穌會士）。這般多樣性的發展，很大程度上反映出在歐洲實行神操的種種轉變。簡言之，從傳教一開始，耶穌會士和華人雙方都投注許多心力在此種藉由神操進行的靈修教育與實行。

耶穌會栽培人才模式的實例

輔仁大學「服務學習」課程經驗談

嚴任吉¹

本文作者將耶穌會栽培人材的方式，應用到輔仁大學「服務學習」課程上，是依納爵靈修培育在中華文化地區應用成功的一個例子。特別刊在這一期「依納爵靈修與中華文化」專題中，供有心人士參考。

前 言

「服務－學習」在台灣的推廣，除了輔仁大學之外，靜宜大學、東吳大學、台灣大學、中原大學、暨南大學、元智大學等大專院校，也以各種課程模式，推行了幾年。以輔仁大學辦理五次服務學習研討會的資料來分析其推廣，全台146所大專院校中，從最初的幾位老師和幾所大專院校，到約50餘所大專院校，至今已擁有86所大專院校，分別在學務處、教務處之下，以個別的老師為主，或成立了類似服務學習發展中心的架構，推行在概念上非常廣泛的學習方法，包括社區服務、志工服務、清潔勞動服務、實習……等。

2007年5月9日，教育部為推展大專院校學生參與社會服務學習，提升良好公民素質，及實踐公民責任，有效培養學生

¹ 本文作者：嚴任吉神父，國籍耶穌會士，天主教輔仁大學耶穌會單位使命室主任。

未來就業核心能力，訂頒「大專院校服務學習方案」。教育部訓委會指出，最快於 1998 學年度起，將各校在服務學習方面的「組織運作、課程規劃、師資培育、推廣深耕、獎勵與評鑑」等實施策略，列為年度教學卓越等計畫的評鑑指標²。由於教育部在服務學習方面的大力推動，在 1997 學年度結束之前，就有至少五所大專院校舉辦服務學習研討會，對其教育理念、定義，開發服務學習方案的原則、方法，課程的實施步驟，對學生、學校、社服機構的影響力，對學生就業核心能力的影響等，相信將陸續會有更豐富、多元的討論出現。

值此台灣教育最高主管機關主動帶領服務學習之教學方法的推廣，輔仁大學在專業課程中，以「做中學」、融滲式的教學方法推動「服務－學習」，現今已邁入第十個年頭，正所謂「十年樹木，百年樹人」，此刻亦是關鍵時期。輔大推動服務學習的兩個權責單位，即輔仁大學耶穌會使命室，及透過校內法定會議程序正式成立了兩年之全校性服務學習推展委員會。一些關心服務學習的老師、職員們，都懷著誠惶誠恐、如履薄冰的心情，一再檢視過去九年來的工作內容，反思是否有實質的教育意義？在推動服務學習的組織架構、課程模式，以及邀請國外學者演講、主持工作坊，參與在台所舉辦的五屆學術研討會等工作，是否栽培了一顆像樣的「服務－學習」小樹？九年來的經驗傳承，對受教學生的專業教育、人格成長、未來就業之核心能力的培養，究竟有多大的影響力？培育人才的理論基礎是否扎實？是否為高等教育工作，累積了有用的知識和智慧？

² 參閱：《教育部 96 年 05 月 09 日台訓二字、第 0960068580 號函》。

本文試從耶穌會栽培人才的模式來反省，以輔仁大學的經驗為例，最後以面對未來的展望為開放式的結語。

一、耶穌會栽培人才的模式

輔仁大學耶穌會使命室秉持著耶穌會栽培人才的模式，來推動服務學習。在探討這模式所造成的影響之前，宜簡要說明耶穌會使命室在輔仁大學的定位及角色。耶穌會是天主教的修會團體之一，參與輔仁大學在台復校的工作。至今約有 110 名耶穌會士先後被派遣到輔大從事教育工作。2002 年之後，輔仁大學從原創辦的三個單位：中國聖職、聖言會和聖神婢女會³、耶穌會，整合為全校統一的高等教育機構。董事會由台灣地區主教團及三個原創辦單位組成。董事會授權校長治校，另設有學術、行政、使命三位副校長輔佐，下有教務長、學務長、總務長等三人，分層負責，統籌經營校務。輔仁大學原以天主教神職、神父、修女為主體的領導團隊，由原來實際負責的單位副校長（或單位代表），退居為天主教創辦大學之精神、理念、價值的推動者，以及愛與服務的牧者角色。

在台復校四十餘年中，對於天主教大學之使命的反思，先有于斌樞機指出「知人、知物、知天」，羅光總主教的生命哲學也有深遠的貢獻，確認輔仁大學的創辦宗旨、目標和使命特色，乃植基於兩千年來之「唯一、至聖、至公、從宗徒傳下來」的教會，並從其豐富的精神資產與傳承中汲取資源。在天主教

³ 天主教聖言會與聖神婢女傳教修女會（簡稱聖神會）由同一會祖楊生神父（Arnold Janssen）於 1875 年所創立。參閱羅麥瑞著，何麗霞譯，《輔仁大學與聖神傳教修女會》（台北：輔仁大學，2006），137~139 頁。

會內，因不同時代的需求，某些個人或團體在天主內領受多元的恩賜來通傳天主豐富的生命，在萬善、萬美、真根源的天主內，有了「諸聖相通功」、互通、互補、開放的本質，呈現出一體而多元的面貌，目的都是爲了衆人的益處，且都必須與天主教信仰的教導一致，整合至同一信仰內。輔仁大學爲因應時代巨輪的演進，原創辦單位之一的天主教耶穌會，繼使命特色發展委員會而成立耶穌會使命特色發展室，延續並發揮創辦大學、培育人才的教育理想。在愛與服務的福音精神內，以虛心、開放、合作的態度，爲教育下一代效力。

耶穌會由聖依納爵·羅耀拉（St. Ignatius of Loyola, 1491~1557）於 1540 年創立。他原是一名軍人，因天主的恩寵而悔改，立志作耶穌的精兵，並將他與天主親密關係的神秘經驗，寫成《神操》⁴，成爲日後耶穌會士靈修操練和培育的藍本，強調人的自由和不斷追求卓越的精神，爲天主教會提供一股持續革新的力量。耶穌會在過去五個世紀以來，在培育自己的會士和教育其學校的學生方面，都有長期的傳統和其固有的教育特色。本文無法詳述人才培育的實踐過程，僅簡要說明栽培人才的模式。

（一）以自覺為人才培育的基礎

深刻而真實的自我認識，是培育人才的出發點；而自我認識必須奠基於對生命本身無條件的肯定。基於基督信仰對人的肯定，人乃依天主的肖像受造，耶穌會的教育首先是幫助學生認識並體驗：

你（妳）是獨一無二的，無法被複製的；這世上只有一

⁴ 依納爵著，侯景文譯，《神操通俗譯本》（台中：光啓，1979）。

個你（妳），這是上蒼厚愛的明證；你（妳）生活在世上有著獨特的使命，且只有你（妳）才能完成；你（妳）絕對崇高的尊嚴與獨特的價值，因為你（妳）反映著上蒼的面容；你（妳）渴望自由與超越，欣喜愛人與被愛；你（妳）分享宇宙創生不息的真理與智慧；你（妳）之所以是你（妳）（to be），遠比你（妳）所擁有（to have）和你（妳）所做的一切（to do），更值得你（妳）珍惜。

因研究「情緒智商」而聞名的丹尼爾·高曼（Daniel Goleman）指出，「情緒智商」包含五種核心能力：

- (1) 自我認識：覺察與瞭解自己的心情、情緒與動機的能力；
- (2) 自律：控制或引導破壞性衝動與心情的能力，不驟下判斷的習性，能三思而後行；
- (3) 動機：能超越金錢與地位而工作的一種熱情；
- (4) 同理心：瞭解其他人情緒的能力；
- (5) 社交技巧：管理關係，與營建網路的本領，一種尋找共同立場並營造親善關係的能力⁵。

培養上述核心能力的基礎，在於自我覺察和自我認識，如何培養人在動態性和充滿挑戰的生活中養成自我觀照的內省能力與習慣，是耶穌會人才培養的關鍵。克里斯·勞尼（Chris Lowney）在《栽培領袖：耶穌會的人才學》⁶一書中提到：

「許多人投入驚人的時間與金錢，以取得所需的專業資格與技。……他們必須歷經一段自省的心路歷程……這

⁵ 丹尼爾·高曼著，張美惠譯，《EQ》（台北：時報文化，1999），62~148 頁。

⁶ 中譯本見，陳曉夫譯（台北：啓示，2004），109~110 頁。

項歷程包括：以人才自我期許；找出使自己溢出正軌，以至於無法充分發揮全部潛力的個人包袱，特別是那以習性形式自我呈現的弱點；明白指出自我激勵的目標與抱負；不以隨波逐流為已足，而以個人操控意識作為人生行事的準繩；針對所有以上的項目，養成不斷自我提升，尤其是一種每天下功夫的習慣。」

在自我認識這基礎上，教育者才有可能進一步引導學生反思自己的理想、擁有的優點、需要匡正的缺失、激發內在的動機，並朝理想全力以赴。

（二）著重身、心、靈的完整與平衡

人乃身心靈合一的整體，教育亦必須著重身心靈的整合。高等教育包括人的各種向度，校方盡可能提供多元學習的環境，幫助學生在人格養成、專業學習、體能訓練、人際交往、情感教育，及跨學科領域的合作研究方面有所整合，逐漸培養一種「天—地—人」本為一體的整合世界觀、對未來的抱負和遠見，和健康正向的價值體系；有能力摒除生活中種種分心的事物而進行自省，並養成每天自省的習慣；能夠疼惜並尊重自我與他人；深度尊重大自然；學習衡量不同的選擇與做決策的方法；拓展內在的自由，並為自己的抉擇負起責任。

（三）耶穌會的教育以價值為導向

教育者希望引導學生認清事物與事物之間，具有價值高下的區別，瞭解價值觀與理想、情感及行動有關，不是「只要我喜歡，有什麼不可以」。透過適當的引導，幫助學生有反省和獨立判斷能力，能洞悉個人內心的動向和面對人事物的心態，

培養並增長心靈的自由，依循價值觀的引導做決定，並將知識與德行加以整合。在價值引導方面，重要的是激發學生對理想的肯定與追尋，這價值常超越金錢、地位或世俗的榮耀，能為更多人之更大好處而投身。換言之，即事事追求「更」的精神，追求卓越，這是耶穌會對於「盡性」的瞭解與實踐，人常是在實踐自我使命的過程中，處於「不安、不滿足於現狀」，向更大的理想開放的情況中。

(四) 透過愛與服務的行動，邀請學生成為「一位為別人而生活的人」

在所有的活動中，強調「愛」的意涵必須透過具體行動而實踐。在促進社會正義方面，也須從弱小者的角度來考量。培養學生優先為窮人和社會邊緣人服務的渴望。

(五) 邀請學生成為「一位樂於與別人相處共事的人」

團隊精神、國際關懷與視野，與一切善心人士合作等，均為教育學生的理想與目標⁷。

綜合上述，**著重自覺與身心靈的平衡、強調分辨、以「更」的精神追求卓越、拓展心靈的自由、關懷弱小、促進社會正義等**，乃源自修會創辦的目標和源自「神操」的神恩遺產。現今在北美有 28 所、全球約 60 所耶穌會大學院校，均奉行不殆，形成耶穌會培育人才的一種模式，也可說是一種理想的人觀描述。

⁷ 參閱 2007 法管社科醫傳承共融營手冊。

二、耶穌會使命室在輔仁大學的經驗

在耶穌會的《會憲補充規則》⁸指出：

「教育使徒工作……充滿影響力，是本會各種職務中，最重要的一種……因為教育使徒工作，能促進服務信仰的使徒工作，而服務信仰能生出正義。當我們教育工作，在使命的導引下完成任務時，可有力地幫助『整個人的完全解放，並引領人分享天主自己的生命』。」（277 號）

「在整個人類團體的培育上，大學與高等教育機構繼續扮演非常重要的角色，因為在這些高等教育學府裡的學術辯論，會給我們的文化造成重大的影響，這些辯論能關係到倫理、經濟、政治等的未來走向，以及人存在的真正意義。因此，只要我們有能力，就應確保耶穌會投身於這類的高等學府……藉著想像力與信德，往往在非常困難的環境下，我們都必須繼續積極努力地工作，才能維持並加強我們每一座高等教育機構擁有『耶穌會的』與『大學的』特色，並促使這兩方面的特色得以充分實現。」

「耶穌會的大學既然分享了本會的使命，就應在自己學校特有的組織內，和它的真實目標中，去發現一個具體、適當、又符合學校性質的園地，來培養促進正義的信仰……

⁸ 耶穌會於 1995 年舉行第卅四屆大會，為鼓舞並促使會士們在現代社會中更完善地遵守《耶穌會會憲》與《會典》，遂由先前的大會法令，特別是第卅一、卅二，卅三和卅四屆大會法令中，收集成《耶穌會會憲補充規則》，第七篇的主題是：耶穌會的使命與服務工作。本篇的重要內容可參閱：〈耶穌會當前的使命與服務工作〉《神學論集》151（2007 春），124~157 頁，引文將直接引用文件的編號。

耶穌會的大學必須在人文、社會、靈修、倫理方面的培育上是傑出的；同樣，對學生及在校服務或相關人士的牧靈關懷，也應出類拔萃。」（289 號）

「服務－學習」是耶穌會在輔仁大學落實人才培育和教育的使命的一條具體管道，採取融滲式的教學方法，強調「服務」與「學習」並重，由專業課程的老師帶領學生運用相關知識與技能，為非營利事業機構，弱勢的團體服務。透過「做中學」的基本理念，將人本關懷的服務精神融入專業陶冶中，創造師生更深刻的學習經驗，引發更多的學習反省，以改善社會、造福人群為最終目標。「服務－學習」關照到學生全面的健全發展，促進學校師生敏銳覺察周遭環境與人群的具體需要，培養現代公民的素養，發展健康的人格與正確的價值觀，重視平等互惠，肯定人性尊嚴，並透過親身參與而促進社會正義的一種教育方式。因此，服務學習乃突破大學過度偏向「認知」及「技能」的學習，鍛鍊與強化學生的「情意教育」，將實踐與理論之知整合並導向全人教育，以生命態度為培育的焦點⁹。

目前，輔仁大學的耶穌會使命室與五位核心小組的老師，是推動服務學習的權責單位。在主管之下，有專職人員負責全人教育之人生哲學、大學入門和專業倫理，另一位負責共同系所、共同社區的專業課程開發，有人負責教學卓越計畫，另有專職人員負責種子老師、種子學生招募、培育、舉辦研討會，有一位行政秘書負責各種規章、制度、表格維繫與執行。輔大目前將服務學習定位在全人教育中心之下的服務學習委員會，

⁹ 參閱：《輔仁大學服務－學習簡介》（耶穌會使命室 2007 年 6 月出版）。

如何向全校各學院系所有效地推展服務學習，是需要更進一步、集思廣益和共同努力的目標。使命室規劃各類工作項目，內容包括：主管和教職員工的培育、陪伴與關懷、舉辦共融活動、定期舉行節慶、禮儀和相關活動，看重學生事務並培育學生領袖。

以下僅從經驗的角度簡要說明「服務－學習」在輔仁大學過去九年來發展的軌跡、現今的具體目標、推動的類型，以及學生自治團隊與營隊活動。

(一) 「服務－學習」在輔大發展的軌跡

- ★ 輔仁大學從 1998 年的 9 月開始，在企業管理系，試辦人生哲學體驗實作單元。
- ★ 1999 年的 2 月，於法律學院、管理學院，開辦人生哲學課程，體驗實作單元。
- ★ 1999 年 8 月起，設置專責人員，全面推廣人生哲學體驗實作單元。
- ★ 1999 年 9 月，耶穌會使命特色發展室與企業管理系、資訊管理系的老師合作，開發專業課程的服務學習的實作單元。在專業倫理、行銷專題、資訊管理專題等課程中，運用服務學習的方法。學期結束時，舉行慶祝會，同學們將所做的網頁專題，企畫專題成果，透過授權、授證的儀式，免費贈送給被服務的機構。師生、機構、被服務的人員，歡聚一堂，享受知識、成爲有用於他人之軟體、物件，成就感、自信、喜樂、感人的場面，總是讓人感動。
- ★ 2000 年 8 月，獲國科會、提升私立大學院校研發能量專案計畫，核定通過「管理知識與技術整合研究」，進行服

務學習型課程、觀念與方式本土化之研究，為期三年計畫的計畫（2000~2003年）。

- ★ 2001年9月，獲教育部提升大學基礎教育計畫，核定「服務學習導向：人本與專業知識整合」四年計畫（2001~2005），全校開辦人生哲學與專業課程、服務學習專案。在這幾年當中，輔仁大學全人教育課程中心，在輔大特色的人生哲學課程外，在專業倫理、大學入門兩課程中，也開發服務學習的體驗單元。將專業倫理的知識，用於服務他人，同學也在做中學，獲得專業倫理的實用知識。為大學新生，瞭解大學生活、規劃大學生涯的「大學入門」課程，也開始用「服務」學校，或以專業幫忙學生認識學校歷史、現狀的方式，進行課程。
- ★ 2002年2月試辦體育系、公共衛生學系等七個系之團隊議題型，專案服務學習方案。
- ★ 2002年10月學校全面開辦「共同系所團隊」及「共同社區團隊」之團隊議題型服務學習專案。
- ★ 2004年8月在當時的使命副校長一詹德隆神父主導下，於全校的使命特色發展委員會中，設立全校性服務學習委員會，各院及老師代表組成的全校性委員會運作了兩年。
- ★ 2005年獲教育部獎勵大學教學卓越計畫，核定通過「服務學習深耕計畫」的四年計畫，直到2009年。感謝政府大力支持，使學生、老師能使用服務學習的教學理念、方法，使得許多被服務的人受益。

（二）「服務－學習」的具體目標

- ★ 在校園內的推動：希望與全人教育結合推及全校，增加授

課老師的認同與參與，建構服務學習所需之資料庫及線上查詢系統，培訓參與服務學習課程師資及種子學生團隊。

- ★ **對非營利事業組織的推動：**與非營利事業組織建立或互動的關係，設立與國內非營利事業組織之聯絡、協調及供需的媒合機制，建立與非營利事業機構之長期合作網路與機制，舉辦非營利事業機構種籽幹部培訓。
- ★ **對社會整體推動服務學習的目標：**建立完備的推動支援系統，以利全面推廣、發展、創造更多的服務學習專案之教材，並出版發行，以循序漸進地培養種子團隊自主運作。
- ★ **推動國際服務學習的目標：**建構國際服務學習之合作模式，並推廣之，提供服務學習的國際視野與實作體驗範圍，參與國際服務學習組織和相關會議，推動跨國及亞洲內不同文化之間之交流。

(三) 「服務－學習」的推動類型

1. 全人教育型服務學習類

以輔大全人教育特色課程為主，如大學入門、人生哲學、專業倫理、通識課程，以服務實作體驗單元開設。每年平均 26 位老師，50 個班級，3000 學生人次，參與人生哲學服務學習的服務。大學入門及專業倫理課程這幾年也正在開發、推廣中。

2. 專業課程服務學習型

各科系專業課程教師，可以獨立或以系為單位，自組團隊方式進行服務學習之課程。以輔仁大學的院系別來看，資管系、企業管理系、法律學系、學士後法律學系、社會系、社會工作系、宗教系、織品服裝學系、餐旅學系、兒童與家庭學系、食

品學系、營養學系、博物館研究所、西班牙語文學系、義大利語文學系、醫學系、公共衛生學系、臨床心理系、影像傳播學系、新聞傳播學系等，都有個別的老師，或以系為單位，與耶穌會設計服務學習課程。

3. 共同議題型服務學習類

課程老師以系為單位，自組團隊方式進行服務學習議題。包含至少三名教師、三門課程共同參與執行同一服務學習議題。如關懷外籍新娘、原住民的社區營造、文化創意產業、行銷策略等。

4. 共同社區服務學習型

以團隊方式，至少三名教師、三門課程，共同經營一個社區、一個機構的服務學習計畫。在林口、泰山、新莊社區老人、親子活動，圖書館、博物館、外籍新娘等內容，推動服務學習課程。

5. 認養合作服務學習型

鼓勵課程老師，以獨立系所、或團隊方式與合作機構發展長期的服務計畫。本校三位老師課程中的學生，分成 27 小組、與苗栗地區的小學老師所帶領的 27 個班級，進行網上繪本、共學共讀，名稱為「沒大沒小」的讀書計畫。計畫了一兩年，試行了一年，目前已經在爭取恩人的捐助，以長遠的規劃，認養偏遠地區，學習資源較弱的學童們。

台北縣市的國中學生升高中時，全國國中生的基測平均為 190~200：200 上私立高中，240 上公立高中，280 以上則能上台北市頂尖的公立高中。然而台北縣市之外，在花東、屏東地

區，苗栗、新竹鄉下，基測的平均分數是 97~105，好一點的學生才 130~150 左右，便知偏遠、弱勢的學生，多麼需要教學支援的輔助了。據研究，在語言、溝通、表達自我的能力上，學生若在閱讀、書寫能力上，會因有好的老師、好的教學方法有所進步，整體的成績、人格成長都會有明顯進步。「沒大沒小網路繪圖讀本」讀書會計畫，希望在大學老師、學生的努力支持下，今日播下種子，對偏遠地區的學童有長遠的影響。

6. 國際合作型服務學習類型

亞洲的文化有其多元及獨特性，跳躍本土、在地框架的限制，在跨校、跨文化的服務機會中，學生可以因與異文化相遇的衝激，而重新檢視自己的生活，反省自身的價值及身分認同的問題。因此，在地球村「地球是平的」、數位、後現代，傳播資訊，無遠弗屆，不再區分國界、疆域的概念之下，服務學校、服務學校附近的社區、服務亞洲，甚至與姊妹學校服務非洲的弱勢團體，是同樣的重要。

使命室於 2006 年 (23 人次) 和 2007 (31 人次) 年暑假，舉辦的印度加爾各答，垂死之家服務學習之旅，連接織品服裝學系一年級新生，為垂死之家的男女病患，製作了一套新衣。連接醫學院醫學系、護理系、臨床心理系、職能治療系，為垂死之家的病患清洗傷口、行外傷手術、矯正身體技能，以及洗澡、洗衣、餵飯、洗碗筷等勞力的工作。體會德肋撒修女放下身段、空虛自己，成為窮人中的一位，並為窮苦人中的窮苦人服務之心情。修女是長期為嬰兒、兒童、青少年、老人慢性病、精神病患、愛滋病患、垂死的病患，傳達了上天無限偉大的愛。使生病的受到看顧，不良於行的能站起來走路，垂死的人因關懷、

尊重和愛，滿足人格的需求。2007 年暑假，本校也與韓國天主教大學合作，在外蒙古（蒙古人名共和國），舉行醫療、社會服務。韓國天主教大學有包括教授醫師、合格的醫療檢驗師、醫學系學生及其他科系學生共 64 人，做 6 整天、1800 病患人次的醫療服務。協助蓋房子、挖廁所、整建花園，為弱勢者安好居處。

（四）學生自治團隊與營隊活動

耶穌會使命室針對學生的服務工作，在延續約十年的工作經驗中，已組織三個學生自治的團隊。使命室的工作同仁視學生幹部為工作伙伴，以激發潛能而非管理或管教的方式來培養學生的責任感、榮譽感，和活出社會關懷的情操。三個學生自治的團隊如下：

1. 學生發展事務委員會（簡稱「學發會」）

每學年快要結束時，從卸任學生學會幹部中，精選有意願者，籌組每屆的學發會。讓他們開始負責陪伴、照顧新任會長及幹部，協助辦理迎新宿營等年度的學生學會活動，並負責籌備及辦理每年暑假開始前的全校領才營（輔仁大學年度學生領袖研習營），舉辦法律學院、管理學院、社會科學院、醫學院的學會會長、幹部傳承共融營，及寒假的四個學院的學生代表共融營。

2. 大學男生宿舍，有自治幹部的團隊

每棟宿舍有苑代（宿舍學生代表）、內務、環保清潔副苑代，每一層樓有樓代，舉凡宿舍住民的遷進、遷出，以及包含廁所、浴室、大廳、走道等的清潔，一切行政事務，由一位專職的總輔導、三位兼職的研究所學生協助，在沒有專職工友配置的情況下，全由宿舍幹部分工負責解決。

3. 在全校服務學習推動委員會之下的種子學生服務隊

擁有服務經驗的年長、資深同學，接受 16 小時的培育課程，學習激發服務的熱誠，運用自己的經驗、能力，負責協調社服機構、學校、老師、同學之間的相關事宜。領導學生出隊，協助初次服務的同學，引導同學進入服務現場，並協助帶領服務後的反省、分享活動。

對學生幹部的培育，以及對學生教育的理念，均是本著尊重學生，讓學生有權處理自己的事務的概念。讓學生有一個實際的平台，發展所長，主動負責，為同學服務。以學習溝通、信賴，獲得成就感，建立自信。在這樣的教育理念之下，老師、專職學生事務的職員，只是位負責任的陪伴、引導人員。讓學生主動負責，啟發潛能的教育方法，有別與傳統的權威式管理。

此外，在法管社科醫暑期的傳承共融營，及寒假的學生代表共融營，也透過營隊的方式來落實耶穌會的教育理念。法管社科醫傳承共融營延續昔日學會幹部共融營的宗旨目標，強調「透視生命、自由奔放」的宗旨，「自我給予、躍躍欲試」的精神，「參與共融、創新服務」的態度，以「經驗、反省、選擇、行動」為具體的方法來瞭解法管社科醫等學院。學生學會幹部群是一個服務的大團隊，傳承過去的經驗與快樂的服務精神，勇於承擔與接受挑戰，並以信心迎向未來。學發會的學生領袖們累積過去的經驗來擬定營隊的精神走向，包括：

瞭解：瞭解自己想為團隊做的。認清自己的責任與能力。瞭解他人對團隊的人事物的態度及想法。尋找自己在團隊中的定位。

溝通：聆聽分享、交換瞭解。站在對方的角度，去思考對方作決定的原因。

互相支持：互相關心瞭解伙伴的問題與需求，習慣設身處地為對方著想，適時給予激勵與陪伴。

體諒：站在對方的情境，體會對方的感受。

自信：有自信，相信自己所做的決定。不怕失敗，越做越好。

使命感：認同組織存在的重要性，並為組織付出。

願景：法管社科醫各院未來的藍圖，大家一同努力邁進。

共融：法管社科醫各院的經驗交流，互補及增長，感受一家人彼此是兄弟姊妹的感覺。

結語、面對未來的展望

服務學習對學生人格的培養、就業能力的提升、領袖氣質與才華的發掘等，其貢獻是值得肯定的。在輔大近十年的經驗中，無論是專業課程、服務學習的各類活動與實作經驗，服務者與被服務者及相關的合作人員之間，從原本陌生到搭起志同道合的橋樑，彼此支援和關愛、相互尊重與信任，心中有很深的感恩、平安與喜樂。然而，挑戰仍不少，例如：學科專業在服務學習課程的設計，服務學習之理論基礎的建構¹⁰等等，都需要經由研討會、座談會、學術論文的研究來做持續的探討。種子老師和學生的培養也需要投入不少人力與物力，非營利機構與被服務機構的開發也是重點之一。專職人員的穩定性，服務學習網際網路的建構與維繫也有其重要性……這一切都必須更加用心地深度耕耘，尋求整體的配套措施，使之能有某種持

¹⁰ 香港嶺南大學在實踐博雅教育方面亦非常重視服務學習，其出版的相關資料深具參考價值。此外，台灣學術界亦有相關的論文探討這領域。至於外文資料，更值得進一步去涉獵和發掘。

續性和一致性，經驗才能夠有效地傳承，這是耶穌會使命室念念不忘的。

耶穌會使命室與志同道合者的合作經驗中，也逐漸確立了近兩年的新方向：

1. 強化組織架構，備妥各類辦法、制度，建立網站通路，開放資訊。
2. 全面推動輔仁大學全人教育課程、研發社區共同議題、專業課程學群的服務學習模式。
3. 參與國際服務學習組織和相關會議，例如在 2007 年 5 月底參與香港嶺南大學舉辦的第一屆亞太地區的服務學習研討會，在會中有三位老師發表論文。我們將繼續派遣老師參與美國 NYLC (National Youth Leadership Council)，IPSL (International Partnership of Service-Learning) 等國際性的會議、工作坊、研討會，希望將國外經驗導入國內，也希望將輔大的經驗與國際社會分享並彼此學習。近兩年輔仁大學也推動國際性的服務學習模式（到印度的垂死之家、外蒙古、與韓國天主教大學合作等），試圖延續並整合跨專業院系、機構、文化的資源，為教育學生及社會提供服務。
4. 在校園內、國內方面，也要繼續推展，如環保、認養校園清潔工作，接辦工讀生的業務，都在持續努力的開發、實施。

輔仁大學與永齡基金會合作的課輔計畫，以輔仁大學高年級學為主體的課輔老師群，服務輔仁大學附近弱勢的國小學童，國、英、數科目的專案，正在實施中。協助苗栗偏遠地區、教學資源較缺乏弱勢的小學學生，在網上讀繪本專業課程模式等。我們期盼這些工作和努力，能夠對台灣的下一代，即今日

的大學生和小學生有所貢獻，這是我們投身於「服務－學習」的教育工作者所深切關注的。

當代靈修趨勢

盧 德¹

本文作者首先談當代人類的靈修需求，認為當代聖德有走向一體多元的趨勢，並指出當代靈修三大受到關注的議題「生態靈修與環保」、「正義和平靈修」、「女性（陰性）靈修」；最後，作者肯定「默觀」是當代靈修的道路，因為它可使人對真理有所覺悟、涵養真實生命。

前 言

基督宗教千年來不變的靈修僅一，即效法耶穌基督的榜樣、生活在聖神的默感與引導內、回歸於天父並與之合一。這是基督徒「聖三靈修」的基本原型。或者亦如教父乃至中世紀靈修觀點，是基督「道成肉身」（天主無條件、由上而下的恩寵）以便基督徒能「肉身成道」（人性由下而上）的「天主化」（Theosis, Divinization）旅程。

然而，靈修除了建基於聖三的信仰之外，還要求具體地、隨著時代與環境的變遷，回應人們生活與心靈上的不同需求；也因此，在教會歷史中相繼發展出各式各樣、形形色色的靈修

¹ 本文作者：盧德，本名楊素娥，輔大神學院教義系博士、加拿大多倫多大學博士後研究，現任輔大神學院專任研究員。著有《榮格宗教心理學與聖三靈修》（光啓），譯有《聖與俗－宗教的本質》（桂冠）、《聖山沙漠之夜－隱修導師談〈耶穌禱文〉》（上智）。

運動、方法、趨勢與特色來。但無論處在怎樣的世代中，靈修必然是讓天主的「道成肉身」(God's incarnation) 落實在你我平凡的生活。換言之，靈修是「實踐的信仰」(或行動的神學)，是「在此岸，活出來自彼岸的訊息」，它要求基督徒根據信仰的終極價值，持續調整自己的生命態度，以符應天主賦予我們在此時此地生活的聖召。

爲此，本文立基於這整合性(傳統與現代、一與多的關係、神學與靈修、默觀與行動.....等)的靈修需求，首先探討「當代」這一變遷中的大時代與大環境，解讀它的時代訊號與意義；其次，身爲一名當代人，必須涵養怎樣的人格特質與生命態度，以關注當代各層面的靈修議題，蒙召實現我們的天命；接著，再以當代刻不容緩的靈修專題作分論，限於篇幅，這一部分只能列舉生態、正義、女/陰性等靈修主題作探討。本文最後，則以「默觀靈修」作綜論，因爲這是回歸於本質核心之「一」所不可或缺之精神。除非我們能找到處於劇烈變動中，那不變的本質核心要素，否則在當代忙、盲、茫的擺盪裡，極易陷入載浮載沈、迷失方向的困境中。

一、當代靈修需求與特色

(一) 時代背景

廿世紀，人類社會經歷了兩次世界大戰的洗禮，摧毀掉的，不只是建築物、樓房，或是政權、體制，還有人性與生命的價值、尊嚴和意義；簡言之，所有的終極信念與價值，包括人與人、人與神之間的信、望、愛，遑論宗教機制，全都慘遭蹂躪。就在這一片慘遭摧毀的價值體系的斷垣殘壁中，存活下來的人

們急於尋找生命的終極答案，諸如痛苦的由來及出口，卻不再滿足於傳統宗教信仰所提供的解釋，因此，各種「主義」應運而生，其中無神論的共產主義更是獨霸了半個地球長達半世紀之久。

於此同時，科技文明帶動社會快速地復甦，而且日新月異，每一項新興科技的誕生，彷彿一個新世代的更替，其變化速度之快，令人目不暇給。以電腦和手機為例，體積愈做愈小也愈精美，容量卻愈大、功能也愈多、價格還反而愈便宜。短短幾年的時間，拜全球化之賜，這類的科技影響力已橫掃地球村上的大部分居民。有人曾給廿世紀這世代貼上「資訊時代」(或 E 世代)的標籤：它有別於人類文明史上的游牧民族或農業社會(可能維持千年或百年不變的傳統)、或工業革命乃至商業旅行所帶來的契機(仍可維持數十來年不變的工商社會)，資訊時代(E 世代)僅維持不到十年的時間(通常一台電腦或手機使用 3~5 年便需汰舊換新)，現已踏入 F 世代(生活型態端視是否新鮮、好玩)。簡言之，這是一個「瞬息萬變的創意時代」。不經意地，時空背景已經物換星移，人們也陷落到不斷的追逐中，永無止盡。

科技給人們帶來便利與舒適的生活，固然對人類社群有所助益；但也帶來層出不窮的社會問題。富者愈富、貧者愈貧的 M 型化社會，曾經造成人民莫大的恐慌。然而更嚴重、也是始終沒有消逝過的問題，是「物化人觀」扭曲了人性與自我。現在，人不再具有「生而為人」的尊嚴與價值；反之，人變成了大環境這一生產機器所形塑出來的「產品」，由市場來決定「你/妳」的價值，因此「你/妳」已不是一個具有位格主體的人，而是「它」(you are not you but it)，是一個因著功能(好不好用)與外表(好不好看)而被評價的「東西」。

這時代，無奈地，追求人類根本價值與人生目標的責任，由傳統的宗教信仰、牧者或神學家們的責任，逐漸轉移至科學家與工程師們的身上。而在一片樂觀的科學至上主義聲浪中，心理學尤其具有取代宗教之勢。人們由心理學上的發現與解釋，認知到人類本性上的一些根源與變化，進而尋求生存最基本問題的答覆，找到人生努力的方向——即自己（投資自己、自我實現，已不只是心理學、也是經濟學上大聲疾呼的口號了）。時至今日，百年多來的心理學發展，至少經歷了四種不同的研究方法與典範²，為追求心靈成長的人，提供了學理上的踏腳石；同時也為潛能開發、靈性探索等，提供了一條另類的出路。這也是其中一原因，出現所謂後現代主義中「我們要靈修，卻不要宗教」的思潮。很顯然地，這時代已沒有了單一或統一的標準答案，即使某些人仍還保有對絕對真理的信仰，卻已不再滿足於傳統的說法，而要自己去尋找生命的答案。

（二）回應時代訊號

從上述所言的時代特色，我們自問，作為回應「當代」的靈修需求，我們能做些什麼呢？為答覆此問題，並說明當代的靈修需求與特色，這裡借用拉內對「當代性」的如下特徵，指出靈修的一些基本前提：

- 首先是「主體性原則」：也就是以人為中心，包含主體自身的奮鬥以求得救贖（而非所謂的專家或權威提供的標準答

² 即：著重科學研究的行為學派（又稱實驗室心理學）、以佛洛伊德為鼻祖的精神分析學派（主要在探討潛意識心靈）、以人為本來探討人性本質的人本主義心理學派，以及著重靈性開發的超個人心理學派。

案)。在這種轉向主體的氛圍下，教會的工作也逐步轉向主體的思維，建構基督徒反省自我的能力與健全的生命態度，以便有能力和真自由，藉由真實的「選擇」，作自己的主人，決定自己存在的方式，並在此主體意識的覺醒下，做抉擇、超越……活出自己的聖召。

- 其次是理性主義或客觀性原則：在知識與教育普及的社會文化中，當代人被塑造成理性化、知識化、規格化、標準化、集體化的傾向。一切唯有通過理性檢驗，才是真理。靈修在此規則下，也轉向實存的倫理，也就是具體的生活實踐—如何根據信仰的客觀原則，回應時代訊號與社會大眾的整體需求。

簡言之，這是個「轉向自我負責的時代」，而在此強調「作為位格主體的現代人」的意識覺醒觀點下，**靈修是整體生命的統合經驗**；並且，這種主體意識的覺醒，具體落實在你我平凡的生活中，實則亦是延續耶穌基督「道成肉身」的生命，然後試圖在此時此地、由下而上地提升生命體驗與境界，從而「肉身成道」地邁向「天主化過程」。換言之，這趟靈性覺醒的旅程，便是活在當代一歷經廿世紀的洗禮、邁向廿一世紀的時代需求一的基督徒，要活出天主生命與聖召生活（God's incarnation）所必須具備的條件。

（三）當代靈修需求與特色：整體生命的統合經驗

既然靈修必然要回應時代訊號與需求，實際上我們也從教會歷史中各式各樣的靈修派別、靈修運動、靈修大師，也都見到了他們處在歷史關鍵時刻中，所發揮的深遠影響力。同樣，為你我所處的這個世代，無疑地，我們面對社會、政治、文化、

經濟、科技等的鉅大變遷，神學反省也必然得要重新思考，答覆過去我們無需面對（如全球急劇暖化）的問題，或是過去的解答已無力應付或滿足人心的問題（如教友靈修不同於神職主義的特色）。然而，愈是處於多元、快速、劇烈的變動中，當代靈修愈是要求統整、合一的能力，方不致在多元分歧中迷失方向、走向叉路或被牽著鼻子走。這就是前述引用拉內對當代的兩大特性——以人為中心的主體性原則、符合理性知識的客觀性原則——所做的說明。主體意識的覺醒，對當代人何其重要，其中整合能力又是首當其衝必備的條件，才能達成超越二元對立、一體統整的目標。為此，以下我們便分由超越主客對立與二元界限、兼顧個人與團體、整合靈修與神學的一體兩面，以及默觀與行動的結合，來嘗試說明當代聖徒的靈修需求與特色。

1. 超越主客對立與二元界限³

人類史上，一直隱含著二元論（二分法）的痕跡，諸如聖俗、善惡、陰陽等分野。在教會與神學發展中也不例外，尤其是在受希臘哲學二元論的影響下，精神與肉體、來世與今生等的對立關係幾乎成了競爭的敵對狀態。類似的「界線/限」不斷擴散，不僅導致個人的內在衝突、群體間的隔閡，還引發生活中的各種矛盾和張力。從身心靈整合的全人心理學觀點來看，界線愈清楚，人們的防衛心愈強。殊不知，當人們愈渴望快樂，就愈害怕痛苦；愈想要成功，就愈承受不了失敗；愈是努力要變得良善，就愈易受制於邪惡的探索；愈貪戀生命，死亡就變得愈恐怖……人世間大部分的問題，都是因為我們到處設限所致，

³ 參：坎恩·韋伯（Ken Wilber）著，若水譯，《事事本無礙》（*No Boundary*），台北：光啓文化，2007.4 再版五刷。

而妄加設限的結果，就是對立、衝突、作繭自縛。

許多人以為，只要消除了痛苦、邪惡、死亡、疾病等，生活自然會變得美好、健康、快樂、充滿活力。這也代表了許多人錯誤的天堂觀，他們的天堂不是超越二元對立，而是由相對的、正面的一半特質所堆砌而成；地獄則是另一半負面價值，如痛苦、死亡、黑暗、折磨等所組成。然而，儘管醫學再進步、科技再發達，人類不斷致力於正面的發展，消除負面的因素，卻只是製造更多的焦慮、恐慌，承受著更大的震盪不安、感染更多的疏離與挫折感。現代人生活愈是富裕，反而愈加失去生命的目標；人類社會愈進步，忙亂與挫敗感也愈重。這一切的癥結，即在於我們老把正負兩面視為互不相容的兩極。

靈修必得「打破界線 / 限」，以更廣闊的心胸，進入包容、合一的世界中，否則便是一種持續性的故步自封。實際上，包括政治、生態、文化，乃至其他宗教與學科，以及身心靈整合等，這些看似不同的領域，不但互有密切的關係，而且根本就是合一的彼此。所有的現實，包括物理學，都是相對兩極的統一。所謂的主體－客體、時間－空間等觀念，也都相互依存，交織為統一的存在。問題在於：我們將原本一體無間的自然界，劃滿了各種界線 / 限，並分門別類、加工精細，製造出一個又一個彼此各自獨立的藍圖和世界來，然後迷失其間，再回不去那東方玄學或西方神秘學中所謂的「一體境界」。除非認清「一體意識」本身，以及我們如何一再地抗拒它，否則所有的靈修都只是徒然，甚至變成擋箭牌，阻礙人們面對現實真相，墮入以「我執」爭輸贏的假相中。

2. 靈修與神學的一體兩面⁴

二元論（二分法）在基督宗教的世界裡，還導致神學與靈修的切割。自中世紀法國神哲學家 Peter Abelard（1079~1142）⁵起，神學成為理性推論，士林（經院）神哲學到達高峰。即使神學大師多瑪斯和文德仍努力維持理性與默觀的合一，後士林學派的中世紀末期，理性和意志間的裂縫仍持續加大，神學與靈修的分家也各自走了自己的路：學術性的神學因重理論與科學而成了獨立、專門的學問；靈修也因越來越重主觀感受與內省而屢遭神學家們的質疑。至今，教會乃至神學院裡，神學與靈修仍是切割的。神學院的學術培育，以聖經、信理為主流，各門神學課程須得符合嚴謹的學術規範；靈修則難以登上學術殿堂，至多是一些選修（而非必修）課程。

事實上，神學與靈修分家，對兩方都是損失：前者變得越來越生硬、冷僻，後者則無力回答嚴肅的質疑，致使兩者都有脫離現實（活在半空中或活在自己的世界裡）的傾向，以及因主客對立而失去判準的危機。其實，靈修與神學是一體的兩面。沒有靈修，就沒有真正的神學；反之亦然。任何一方都不應把人們藏在一個象牙塔裡，保護我們免除人性經驗的黑暗面。更甚地，尋找生活的天主，靈修是一個冒險，無可避免地將我們帶入完整的真相中，面對面正視自己及其所處世界的光明與黑暗面。

總之，靈修並非僅囿於個人主觀性感受、個人化與天主或神師的關係，或只著重關注心靈問題，否則就會淪為無效和空

⁴ 參：沙德格（Philip Sheldrake）著，〈今日靈修〉（*Images of Holiness: Exploration in Contemporary Spirituality*），香港：公教真理學會，1992。

⁵ 詳見http://en.wikipedia.org/wiki/Peter_Abelard。

洞的靈修。同樣的，靈修效果的質素，往往也是神學反省恰當與否的判準。因為神學不可間斷的任務，便是把我們的靈修拉回天主聖三與降生為人的教義內，使「追隨基督的十字架生命」有更豐富的體會和意涵。此外，為避免過度內在化與個人主義的傾向，教會必須具有「大公」精神，以兼容並蓄地，在個人與團體、入世與出世兼顧下，知行合一地整合生命的各層面經驗。這是靈修與神學不可切割的一體兩面。

3. 兼顧個人與團體

既然隨著人們知識水準普遍提高，人的研究認知不僅從自身、而是更全面地擴及世界的各層面領域；靈修再也不是只屬於靈魂，而是涉及整個人，包括身體和一般物質領域；也不再只是個人，而是涉及所有與我休戚相關的全人類。不但過去肉身—靈魂、物質—精神的二元論基礎站不住腳，而且宗教意識的群體幅度、社會層面、弱勢關懷等，也成為當代靈修中高度受關注的議題。為此，諸如社會正義、和平、生態環保、乃至各類善工等「社會靈修」的需要，是我們反省這時代的靈修特色，必須同時兼顧的兩面向（個人與團體的平衡）。

為能對社會參與有積極的回應，改變與成長是無時無刻、永不停歇的。不僅個人，教會為建造一個大公、合一、交談的世界，各教派與宗教間尋求合作、相互學習、彼此幫助，也讓我們感受到合一的力量，正在促使我們突破以往的重圍，跨越宗教的界限。畢竟，「基督徒」顧名思義，是作為基督的門徒（使徒），全然效法祂的榜樣而活；其中「徒」字顯出兩個人在走路，換言之，基督怎麼走，我們照著走。顯然地，基督「聖言成了血肉，寄居在我們中間」（若一 14），這位社會性的、參與世事的、

降生爲人的天主，是所有基督徒生活的基礎。甚且，「凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的」（瑪廿五 40）。這種積極入世的生命態度，絕非空洞的言論，而是師傅對所有門徒們的訓誨與期許。

當然，靈修不只應反省社會和文化，更應具有先知性的批判精神。最差的靈修，就是盲目地順從文化，或不問情由地抗拒世界。爲此，當代靈修的另一特色，便是默觀與行動的結合。

4. 結合默觀與行動

默觀與行動正如同太極陰陽的一體兩面—陰不只是陰，陰中有陽；陽也不只是陽，陽中有陰；同樣地，默觀中包含著行動；行動中包含有默觀。太極陰陽不僅保有靜動之間的微妙平衡，且具有沈穩的生命活力，引領我們充分去體現天主「既內在、又超越」的特性。一言以蔽之，默觀與行動是一體兩面，幫助我們以不變應萬變地，在此劇烈震盪的世界裡，持守正確而平衡的認知理解和行爲反應。

在這錯綜複雜、變化無常、又充滿懷疑與憤世嫉俗的社會裡，靈修極易走向兩種極端：要麼過度認同這世界，以致熱衷其間而失去判準；要麼徹底脫離這世界，只活在自我架設的空閣樓裡。這兩種人在我們身邊隨處可見，前者的問題是缺乏出世的默觀精神，後者則是缺乏入世的具體行動，總歸一句，缺乏默觀與行動的平衡。神聖的行動與投身於世俗，雖然存在著「彼岸」與「此岸」的對立與張力、存在著肯定和否定生活價值的衝突（因而也是一種「已經」與「尚未」的末世性靈修），但同時也正反映當代靈修的一體兩面（甚至多面化）的完整性。

身爲一名當代聖徒，無須追求完美，卻須追求完整，而完

整包含善與惡、光與暗、靜與動等全面向的發展，如此，人格涵養才得有宏觀的視野（格局）、獨到的眼光（智慧）、慈悲的胸懷（仁愛）、謙遜與喜樂的心（感恩）、有清澈的心境（寧靜致遠），並心存他者、對他者慷慨。簡言之，這些是蒙召成聖的基督徒所須修習的聖德，但當然地，這絕非一蹴可及，而必須不斷地皈依和悔改，其態度便是默觀與行動的結合。

二、蒙召成聖：當代聖徒的特色

（一）聖德（holy）與完整（whole、holistic）

「天主的旨意就是要你們成聖」（得前四 3），而成聖的召叫要求不斷的悔改和皈依，也就是能從錯誤中反省、學習與改變的能力。從某個層面而言，這一聖德的涵養，正如同當代超個人心理學所言之心靈醫治（heal）與全人發展（whole）的關係——因為心靈問題來自於殘缺不全、有所偏執的選擇；而心靈療癒正是將四分五裂的心逐漸調合，將欲求導向正確的方向；簡言之，療癒的過程即是整全合一地，從小我回歸、融於大我。

事實上，由 heal（療癒）、whole（完整）、holy（成聖）、holistic（大宇宙與小宇宙的合一）這些詞彙的相關性來看，已清楚道出它們根本是同一回事，或至少是同一方向的靈修趨勢。我們甚至可說，全部的生活，就是成就聖德的情況。雖然生活中表現的聖德，常是外在化、制度化、具有客觀標準的行為；但其本質卻是內在性的、與天主相遇與共融的結果，然後才可能具體地傾流在與他人交往、融通的關係與生活中。為此，修習聖德必須由內而外、由分裂片段到整全合一的人格發展，而無關乎外在行為的表相（外表常只是硬撐出來光鮮亮麗的頭銜、地位等罷了）。

雖然這看來似很弔詭，因為真正成就聖德的，是放棄使自己完美、放棄爭取成功的欲望、放棄控制一切的要求。而能作到這些，首先必須具備認知和接納真相（reality）的勇氣，並且服膺於來自內在深層的召叫（inner calling），才可能真實接受生命的本然面貌、傾聽自己靈魂裏的權威、臣服於更偉大的那一位、不管好壞都能向命運謙卑地鞠躬表示同意，這樣，我們才可能獲得真自由。

所謂的真自由，是指生命主體擁有力量去做改變、謙卑地學習並接受命運、學會放下，而不再對自我把持不放。由於人是更大之整體的一部分，不能只把自我實現當作唯一的終極目標，而不顧及整體中的其他部分，因此，作為「能夠負責」的生命主體，及「與實相融合」的全息（holistic）生命觀，這是當代蒙召的聖徒邁向一體性境界⁶、走向整全合一必修的德行。

限於篇幅，這裡僅舉一例，說明聖德與整全合一的關聯性，那就是「性」（情慾）的趨動力。在傳統苦修中，很多人以為「性」是靈修成長的阻力，為抑制自己內在慾火焚身的激情，不惜鞭笞肉體，而抵消了生命的能量，以求達致 *apatheia*（無欲）的生活與目標。但實則當代靈修恰恰發現，如何處理情慾問題，正是開啓靈修生命的開端，而且它一路在靈修旅程中，賦予我們活力、方向與認同感；如果我們的方向正確，性的動力能使我們精力充沛地走向整合。壓抑情慾或性衝動，意謂著否定自我的生命，亟欲排除自己的一部分；反之，當我們「看見」（see，包含有「了解」的意思）它、關切它、肯定它所帶來形塑我們生活

⁶ 見拙著，〈從心理學的角度談宗教的生命觀〉，輔仁大學宗教學系「宗教的生命觀」學術研討會發表論文，2008年11月8日。

與行動的力量，那麼性的趨力能成為聖德的能量。由心理學觀之，人格趨於完整或分裂、融入群體或孤單一人、與大地合一或疏離……都涉及我們對性的處理態度。尤有甚者，從靈修角度觀之，「聖人便是那種能將巨大情慾完完全全轉變為創造力、賦予生命能量的人」⁷。這個例子，足以說明聖德與完整對當代靈修有何其重要的影響。

（二）當代聖徒的人格特質

一個整全合一的當代聖徒，會具有什麼樣的人格特質呢？如果我們細心觀察，探尋當代聖徒的特色，會發現很弔詭的，這些聖徒其實就在您我身邊，從表面上看，他們和您我並沒啥兩樣：他們也有生活的負擔，有煩惱痛苦，有肉身上的病痛；所不同的是，他們面對永恆的生命而活，他們生活中的每時每刻，都容許天主的介入，他們接受天主的指引與提升，以致時時處處在作分辨，讓天主的面貌真實透過他們而彰顯。在他們身上，看不到「粉飾的」靈修生活、看不到「討好的」宗教教導；反之，如果我們處處留心，會看到許多「殘缺的」靈魂，但他們願意、且不斷追求靈命的進步，踏實地踩在他所處的時空背景與土地上，依靠天主，全心活出聖神充滿的生命力來。簡言之，他們不斷地在「皈依」，首先是「頭腦的皈依」（意識覺醒），然後是「雙腳的皈依」（社會參與），最後是「全人的皈依」（將整個生命交在天主手中）。

筆者試圖整理以下幾點當代聖徒的特色如下：

⁷ Ronald Rolheiser 著，黃士芬譯，《靈魂的渴望：細說基督徒靈修》（台北：光啓文化，2006），17 頁。

- 有愛人、愛神的能力：具有強烈的感受能力，又能領悟天主的旨意，進而做出確切而實在的判斷，將自己內在的能量轉化為助人、愛人的具體行動。
- 不起眼、很平凡：一個如您、如我的普通人，甚至是邊緣人、貧窮人。但他能默默地、持續地付出，不計較眼前的結果、不在意得失。
- 對人類的景況不致「過度關心」，也不會被生活的壓力和試煉所擊倒。雖然他可能比任何人都更體會到生活的壓力，尤其是處在兩極生活世界—屬世的世界與屬靈的世界—的張力下，所深刻承受的壓力。
- 做很小的事，卻有很大的影響力。其中最主要的影響力，是改變周遭的環境，並以此徹底地感動人。
- 默想的功夫很深。有不為人知的神秘經驗，或甚至經歷深刻的心靈黑夜。
- 不太關心自己（小我），卻關心周圍的一切（大我）。他的目的不在成就自己，而是跨越自我中心主義地，覺醒基督。
- 敬虔和委身，以此整合他整個的人：不太計較事業成就的版圖，或可以量化的成果；所關心的，乃是對天主的忠誠，而持守某種忠於自己、也忠於天主的生活態度。
- 得釋放，因而擁有靈魂的自由。從某種角度而言，他越自棄，就越成為真實的自己。雖然他活在孤獨中，但卻發現他的生活現況，唯有天主可以支持他的「獨一無二」。
- 擁有堅定不移的意象，卻保持靈通變達的心，而且具有分辨的能力，讓生活中的每時每刻，都有天主的指引與提升。

(三) 一與多的靈修整合

由上述當代聖徒的特色可見，不是外在的表象與形式、而是內在與本質，決定了靈修的「質」(而非「量」)。換言之，靈修不是您投入多少時間或學會多少種方法的問題，而是有沒有「靈命的覺醒」，進入本質核心的「一」當中，有整合生命、統合經驗的能力，而不致迷失在多元混亂的世界中。

爲此，當代靈修必須培養高度的整合能力，這就是「一與多」的靈修關係。唯有站在中心點上的「一」(即與上主合一)，方能因應社會高速轉變、劇烈震盪的「多」，而不致隨波逐流、人云亦云地被牽著鼻子走。當然，這早已不只是主觀性感受的問題(不是我們日常生活或私下如何面對天主的問題)，也不只是學術研究的客觀性問題(亦即要求具有立論基礎的客觀論點)，而是打破主客與二元對立、走向終極合一(自我與真我的合一、人與人之間的合一、小我與大我的合一、人性與天主性的合一)的奧秘性靈修。實際上，這也正是「聖言成了血肉，寄居在我們中間……滿溢恩寵和真理」(若一 14)的聖三靈修：它要求我們效法聖子的「道成肉身」，寄居於人間、服膺聖神的默感並在愛中合一、以身心靈全人地回歸天主聖父。這當中，包含了某種「自我覺知」與「社會覺知」，以致我們能不斷地走出自我、走入社會，以此改變自己及其生活，而這種態度便是真實的悔改與皈依。

站在「一」的觀點上，所有皈依於正義、和平、環保、本地化……等，都是同一生命態度的不同面貌。實際上，並沒有單一的生態靈修、女性靈修、本位化靈修、解放靈修、心理學靈修……等個別的靈修向度，它們全是互爲彼此、息息相關的整合性靈修生命。一個人具體地關心其一，不論從任何角度出

發，都必然延伸其關注，終至關注全體；反之亦然，一個人若關注生命本身，也必然關注生活中周遭的每一細節。它們之間休戚與共的關係，正是「一與多」的關係。

舉例來說，如果我們不重生態環保，可能談論身心靈整合嗎？答案當然是否定的，因為身體就是一個小宇宙，我們對待身體的方法，充分反映人類對於自然生態的態度。具體而言，對待身體貪婪縱慾、而不斷予以滿足的生命態度，豈不就是對於大自然予取予求、盡情剝削，以滿足人類無窮欲望的生命態度嗎？！同理，如果我們不看社會正義，能有真正的宗教交談嗎？答案仍然是否定的，畢竟交談的精神不是各取所需，而是走出自己，抱持尊重、學習、謙卑、欣賞的心去瞭解、認識異己；進而，甚至可能改變了原來的自己。如果我們只活在自己的世界裡，如何關注社會上被忽略的弱勢，提供合乎人性尊嚴，以及「上主要求於你的是什麼：無非就是履行正義，愛好慈善，虛心與你的天主來往」（米六8）的社會正義呢？！

（四）當代靈修的一體多元化趨勢

爲此，靈修關注「多元」層面與各種幅度，其實終歸於「一體」性的生命態度。那麼，隨著世界的急劇變遷，當代應關注哪些一體而多元化的靈修趨勢呢？以下試圖整理當前社會迫在眉睫的幾大層面，作爲「靈修即爲實踐神學」的參考：

1. 生態靈修：原指大我與小我徹底合一的宇宙性靈修；但在全球暖化下，現亦指涉環保意識的提升。下文將進一步詳述。
2. 正義與和平的靈修；靈修學觀點下的社會正義，是關注整體（包括政治、體制等系統性問題），尤其關注被社會大眾

所忽略的弱勢族群，採取非暴力的和平手段，發出先知性的呼籲。下文將進一步詳述。

3. 解放神學的靈修：解放神學原是面對拉丁美洲的貧富不均、社會不正義的具體情況所引發出的，由此進一步延伸出「解放的精神」或「解放靈修」來，一方面緊密結合實踐（行動）與精神（默觀）兩方面平衡的重要性，另一方面也期能「在真實的歷史中，回應天主啓示的問題」。
4. 陰性（女性）靈修：隨著廿世紀女性神學的蓬勃發展，女性靈修也帶動了社會很多層面的意識覺醒，其中固然包括男女兩性社會地位不平等的結構性問題；但更重要的，還有陰性特質的開發，已然打破了性別之分，而是全人發展不可或缺的陰性柔情面，在陽剛或理性一面倒的歷史上幾乎完全被忽視。陰性靈修也帶來如右腦與潛能開發等的再發現。下文將進一步詳述。
5. 宗教交談的靈修：梵二開放的精神，肯定歷代不同文化與宗教間，都某種程度握有真理的某些面向，透過基、佛、道、伊斯蘭教等的相遇、交談，學習以開放、尊重、欣賞的心態，肯定自己也接納異己，不僅開拓一己的心胸，也能以合作的精神，共同為創造理想、和諧的社會而努力。
6. 本位化靈修：基督教會作為至聖、至公、至一、從宗徒傳承下來的教會，無可避免在福傳至普世的過程中，要面對與本地文化衝突與融合的過程。以中華民族固有的道統文化為例，歷史上便曾發生過激烈的民族情結與爭議，以致至今仍有一部分人視基督宗教為外來宗教而予排斥。所幸整體而言，本位化的努力已達到普遍的共識；

對文化的傳統精髓及對本地居民的尊敬，使本地化靈修不僅得到肯定與重視，也因著對「一體性」靈修範疇的覺醒，而豐富、滋養、並漸深化基督徒的靈修生命。

7. 兼具個人與團體、出世與入世幅度的社會性靈修：「信德沒有行為是死的」(雅二 26)。沒有社會參與的靈修，只是助長自我中心主義罷了，甚至因過度強調個人、或強調出世的靈修，極易落入「假我」或「成聖的假相」危機中。如何平衡發展，上述論及「當代靈修需求與特色」已多所著墨，不再贅言。
8. 重視教友的參與，及其靈修的獨特性：不久以前，教會高舉教友時代的來臨，甚至有某種程度的反神職主義的主張；不過如今看來，大概仍多為口號而未見實質效果。重視平信徒的參與，並打破神職界金字塔型的官僚形式，而以服務為首要、為核心，以印證耶穌所言「在先的要成為在後的，在後的要成為在先的」(瑪十九 30)及「誰願為王，必先為僕」(教宗若望保祿二世《人類救主通諭》21 號)的靈修精神。這一精神仍將持續作為當代基督徒努力的目標，我們期待教友時代早日真正來臨。
9. 存在主義的靈修：即對於生命的意義、痛苦的了悟與超脫，乃至面對死亡如何作準備……等終極問題，具有高度敏銳的省思與啟悟。能肯定並因而體現自身的存在價值，同時回應天主對他個人在世的聖召。
10. 身心靈(全人)整合的靈修：不只反對過去二元論思想下對身體的輕視與壓抑，甚至重視身體猶如它是靈魂的一面鏡子，而能全人整合一體地發展。這方面的相關研究，如雨後春筍，且仍方興未艾，限於篇幅，筆者不擬在此

詳述。

11. 科際整合的靈修：面對排山倒海而來的大量資訊，處於 E 世代的人必須具備高度整合的能力，才不致被淹沒在日新月異、應接不暇的資訊世界中。尤其是基督宗教與心理學、科學等的對話，更是入世靈修不可或缺的向度。
12. 其他個別需要的靈修：如性、愛、婚姻、獨身、家庭與團體等獨特性靈修需求，亦隨著當代個別主體意識的提升、心理學的研究發現、經過自我抉擇並忠於自己獨一無二的生活方式等，都受到高度的重視。已有愈來愈多人投入如婚姻靈修、女性獨身教友的靈修特色等專門議題中，這也是當代靈修趨勢不容忽略的多元化特色之一。

當代一體多元化的靈修發展，每一主題都能以專書深入探討，但限於篇幅，本文以下僅列生態、正義、女/陰性等三個靈修主題作分論。藉此拋磚引玉，期待更多學界人士指正及深入探討。

三、當代靈修專題分論

(一) 生態靈修與環保

1. 宇宙性靈修

本來，生態靈修是指融合大宇宙（即大我，乃至宇宙大自然的整體）與小宇宙（即小我，包括一己的身心靈各層面）的連結與合一，達至天地人一體。宇宙生命孕育其中、相互寓居，也有人稱此為「宇宙性靈修」或天



地人共舞⁸。教會歷史上最爲人所津津樂道的，自然非聖方濟莫屬⁹。聖方濟對日月星辰、花草樹木、鳥獸蟲魚等大自然萬物的讚頌與熱愛；他以喜樂之情度神貧生活的事蹟，感動了千千萬萬的教內外人士，甘之如飴地放棄一切所有，隨之守貧、度刻苦簡約的生活；這看似一無所有的靈修生命，卻真真實實「因捨而得」，進入「天地與我并生，而萬物與我爲一」（《莊子·齊物論》）最豐盛的宇宙生命中。

然而不幸地，今日整個宇宙生態嚴重遭受危害，預測「2100年全球氣溫可能上升 6.4 度；1/3 物種瀕臨滅絕危機；紐約、上海等城市可能會因爲南極融化而淹沒……國際環保團體『綠色和平組織』集合了全球 2500 多位專家的研究調查，警告全球正瀕臨大災難……」¹⁰。如今，論及宇宙（生態）靈修，已未見其一體性。因爲人類長久以來所採取的生命態度，便是將自然生態給徹底地「客體化」，以致它只剩下「物質性的存有」，是爲人類所管理、所利用、因而可以予取予求的「東西」。自然宇宙變成了產品，而不是生命本身。

2. 生態與環保

「自從造天地以來，神的永能和神性是明明可知的，雖是

⁸ 參：李碧圓著，《天地人共舞：基督徒談宇宙性靈修》，台北：光啓文化，2007。

⁹ 近年由於全球暖化的急劇，教會鑑於聖人的環保意識，更推崇聖方濟爲環保、生態平衡的主保。

¹⁰ 《東森新聞報》2007/11/18。報告中指出，2100 年全球氣溫將會上升攝氏 1.1 度到 6.4 度，海平面可能上升將近 60 公分，而只要氣溫上升 1.5 到 2.5 度，就有大約百分之二十到三十的動植物瀕臨絕種危機，一旦上升 4 度，將會造成物種顯著滅絕。

眼不能見，但藉著所造之物就可以曉得，叫人無可推諉」(羅一20)。但如今，諸天不再述說上主的榮耀；生態困境控訴著人類長久以來的不公義。類似的災害報導不勝枚舉。諸如：「暖化失控！聯合國警告：全球瀕臨大災難」、「IPCC：氣候變遷沒救了，只能努力適應」、「聯合國報告：今年全球冰河融化速度創紀錄」¹¹、「北極冰融...恐爆資源爭奪戰」¹²、「俄媒體預測：第三次世戰可能在北極引爆」¹³、「暖化將淹沒，馬爾地夫擬買地遷國」¹⁴、「南極冰山加速融化，使企鵝無聲地、迷路地往南遷，生存拉警報」¹⁵、「氣候變遷造成食物短缺、乾旱、沿海地區洪災與強烈暴風，可能威脅近十億人口，上億人將更窮」¹⁶、「全

¹¹ 《中廣新聞網》2008/03/16 指出：「從 2004 到 2006 年，冰河溶化速度加快了一倍。其中又以歐洲的阿爾卑斯山、庇里牛斯山和北歐地區最爲嚴重。這些冰河平均以每年 150 公分的速度在變薄。從 1980 年以來，冰河的厚度已經減少 1150 公分」。

¹² 《聯合新聞網》2008/03/17。

¹³ 《中廣新聞網》2008/05/05。

¹⁴ TVBS 新聞於 2008/11/11 指出：位於印度洋上的馬爾地夫，因全球暖化的影響，海平面上升，國家正逐漸沒入大海中，爲了不讓島上卅萬居民淪爲第一批氣候難民，總統納希德擬把觀光收入拿來建立主權基金，要買下印度、斯里蘭卡、澳洲的土地，展開一場大規模的「遷國計畫」。

¹⁵ 《東森新聞報》2007/5/18。

¹⁶ 《聯合新聞網》2008/04/14 報導世界銀行的訊息：過去三年來，全球糧價平均上漲 83%，小麥價格更飆漲 181%。世界糧食儲備日益減少，已降到 1980 年以來的最低水準。糧價大幅攀升讓民衆生活不堪負荷，埃及、喀麥隆、象牙海岸、衣索匹亞、馬達加斯加、菲律賓、印尼等國，相繼因糧食問題引發動亂。糧食仰賴進口的海地更因食品價格上漲引發暴亂，導致政府垮台。世銀估計有 23 個國家可能面臨社會動盪。

球鬧饑荒，近十億人瀕臨餓死」¹⁷。屋漏偏逢連夜雨，全球的肺—熱帶雨林—到 2020 年時只剩 10%，且「人爲破壞嚴重，純淨海洋只剩 4%」¹⁸。筆者 2006 年至河北省邯鄲的一處農村義務教學時，曾經歷一場沙塵暴，親身體驗到乾旱與土地沙化之苦，探其究竟，「中國土地沙化，人爲因素是主因」¹⁹。

暖化的原凶，是二氧化碳²⁰。在氣候變遷下的未來，預測世界現存的 22,000 隻北極熊會在 45 年後絕種；2050 年左右，阿爾卑斯山上的滑雪聖地有 70% 不再有雪可滑；世界最大的珊瑚族群大堡礁，可能在 2100 年之前消失；同時，台灣包括台北盆地內的台北車站、國父紀念館，甚至 101 大樓 4 樓將完全被淹沒；而中國北京將被沙塵暴掩埋。抗暖，是人類的第三次世

¹⁷ 《原住民電視台》2008/12/10 指出：現全世界幾乎每六個人就有一個人處在營養不良的餓死邊緣。據聯合國統計，全球貧窮饑民人數不斷增加，其中 2/3 在亞洲。海地因搶糧食引發暴動；辛巴威饑民在垃圾堆裡撿不乾淨的食物充飢；衣索匹亞的飢民各個餓得只剩皮包骨。聯合國糧食農業組織指出，全球饑民和營養不良人數高達九億六千三百萬的恐怖數字，近十億的人類處在餓死邊緣。

¹⁸ 《中時電子報》2008/02/16。

¹⁹ 《大紀元報導》2007/6/18 指出：中國現有沙化土地，占國土面積 18.2%，並持續惡化中。土地沙化被稱爲「地球癌症」，病因複雜，除了全球氣候變暖、持續乾旱等自然因素，更有不合理的人爲活動，包括濫牧、濫墾、濫伐、濫採、濫挖、過度用水等，導致草場急劇退化、沙化。內蒙古、新疆、甘肅等地，草場退化面積已分別上升到草地總面積的 51.8%、63.6% 和 87.8%。而林草植被的建設速度，也趕不上破壞速度。

²⁰ 據聯合國統計司資料，全球 CO₂ 排放十大元兇依序爲美國、中國、俄羅斯、印度、日本、德國、加拿大、英國、南韓、義大利。以排放總量排名，台灣居第 22 位，但以人平均排放量計，台灣則高居全球第 3 名（11.9 公噸），僅次美國（19.9 公噸）和澳洲（19.4 公噸）。

界大戰，無人能倖免！爲了節能省碳，各國無不使出混身解數，諸如「世界地球日一關燈 1 小時=種 17 萬棵樹」²¹、「環保新生活運動宣言」、「拯救我們的天空—減碳十大宣言」等，一再喚醒世人的環保意識。

當今的生態靈修，自然與環保密切相關。相關的抗暖化錦囊愈來愈爲世人所高度重視，筆者試由食衣住行育樂及再生資源回收等生活層面，做些整理與建議，畢竟這是任何人都責無旁貸，必須當下開始勵行的任務，爲留給後人一個乾淨的地球，基督徒的生態靈修自然不能置身事外²²。

- (1) 食的方面：吃多少煮(點)多少；廚餘可作堆肥；每餐八分飽（吃過多的食物只會破壞健康或養大貪婪與欲望，傷害聖神宮殿及節制的美果）；食材以當地、當時爲佳，不但食物新鮮健康，也減少了包裝、冷凍冷藏、運送等資源浪費和廢棄物的增生；隨身攜帶個人餐具和飲水，以減少塑膠和紙類的垃圾，也能確保個人健康並預防疾病的傳染；煮東西加鍋蓋，所需要的能源消耗量能減少多達 90%
- (2) 衣的方面：盡量選購天然材質，減少石化工業的纖維產品；衣服數量夠穿就好，勿因便宜就過量採買；舊衣資源回收，因布料在製造和染色過程中，會產生不少污染

²¹ 這是由澳洲帶頭發動，全球 26 個城市正式簽署，參與 4 月 22 日（世界地球日）關燈一小時的活動，以提高各界對全球暖化認知。台灣雖無正式簽署，但爲使公部門全面帶頭響應節能，能源局亦函請所有政府機關及學校，在中午 12 時至 13 時，響應關燈 1 小時活動。見《聯合新聞網》等，於 2008/04/21 前後的報導。

²² 資料摘自 1013 期《商業周刊》：「舉手之勞，原來我就能幫地球消暑」。

並耗費相當的能源；沒必要時不隨便換洗衣物；數量少時盡量手洗；洗後盡量自然曬乾或風乾；洗衣劑應慎選有環保標章，才能減少對環境的傷害。

- (3) 住的方面：盡量買節能、省電的電器產品（有些節能產品即使買時較貴，但日後省下的電費卻更可觀）；電器用品能不用就不用（冷氣少開一小時少產生 0.621 公斤 CO₂；溫度調高一度每小時可少 0.19 公斤 CO₂）；隨手關、拔插頭；下班電腦關機（一台電腦持續開一整晚，消耗的能源可列印一萬張資料）；手機充好電即拔掉充電器插頭（只要全球 10%行動電話使用者做到，省下的能源，相當於 6 萬戶歐洲家庭耗電量）。
- (4) 行的方面：能走路或騎腳踏車，就不搭車，既能健身又不污染環境；摩托車雖耗油較少，廢氣排放量卻是汽車的 3~4 倍；路程較遠者，以大眾運輸系統為首選，既節省開銷、減少塞車、體力與精神的消耗，也減少對環境的傷害；四樓以下不搭電梯，多爬樓梯既有益身心健康又節約資源；隨時保持輪胎在充氣狀態，能減少 6%汽油消耗；定期保養引擎，能減少 15%至 50%汽油消耗。
- (5) 育的方面：提倡心靈環保，倡導綠色休閒生活，減輕自然環境的負荷；提倡節葬、潔葬，鼓勵火葬、公墓公園化；拜神祭祖心誠則靈，少用紙錢、鞭炮，不製造污染、噪音。
- (6) 樂的方面：力行綠色消費：購買環保商品；自備購物袋，少用塑膠袋，拒用過度包裝、不易分解、不利回收之產品；改變一次即丟的習慣。
- (7) 資源回收、再生使用：垃圾徹底分類（只要回收一公噸重的

紙，就能節約 17 棵樹、2 桶油，足以供應一戶人家 5 個月所需的電力或減少 25 公斤的空氣污染）；東西用到壞才丟；節約用水包括廢水回收；用省電燈泡，且要用才開、離開即關；愛用再生產品。

不要小看一個小動作或小習慣，在人類與大自然休戚與共、已然成為命運共同體的此時，一點點態度與習慣的養成，都將會改變人類和宇宙的命運。如果亞洲的蝴蝶拍打翅膀竟能形成南美的海嘯²³，那麼我們也能透過一些小習慣的改變，形成正面效應，轉化自然生態，留給我們的孩子一個乾淨適合居住的地球。

3. 簡樸生活

人的最低需求就是維持生命與安全，超過這些，其他都屬於慾望。簡單、簡化、樸實、樸素，它是一種生活態度與方向，在可能範圍內走向你的最低需求，趨向愈來愈簡單，而沒有一定的方式與標準。為此，簡樸就是放慢一點追求慾望的腳步，放棄方便的生活，回歸自然，採取簡單而樸實的生活態度²⁴。而此內在簡樸最深遠的果效，便是引發**高度的知足精神**。這為當代靈修極為重要。

人世間有兩種方法使自己滿足：一是不斷囤積，另一是減少慾望。不幸地，慾望時常都會超過需要與收入，方導致因事奉虛榮而弄得精疲力竭。我們必須學會何時退隱，像耶穌一樣，重新體會上主創造的能力。為此，簡樸與獨處也互相牽連。獨

²³ 即所謂「蝴蝶效應」，引伸為一個小動作集結起來能造成大影響。

²⁴ 區紀復（花蓮鹽寮淨土創辦人），〈快樂的簡樸生活〉《臺灣時報副刊》；http://public1.ntl.gov.tw/publish/sci_knog/51/text73.htm。

處能助我們心靈合一，這合一能釋放我們脫離誠惶誠恐、想要尋求他人稱讚和激賞的心態，而回歸自然、通往大同世界（天國）。今日生活充斥著忙亂、緊張、競爭、爾虞我詐……的社會現象，甚至是紛爭、衝突、傷害、殺戮、貪婪、浪費……等問題；如果大家能有簡樸的精神與生活，社會就會謙虛、禮讓、和氣、互助、互愛……生活安定、社會安祥。如此，簡樸不單帶來健康、快樂、自由的生活，而且與大地和諧共生，也不致對大自然猛取豪奪地破壞和污染。回歸自然的簡樸生活，與建造天國是一體兩面、同時並行的。

回歸簡樸生活可以如何做呢？藉此筆者提供幾點原則與建議，大致整理如下：

- (1) 回歸家庭生活：許多人經營事業，連自己的家庭生活都給犧牲掉了。利用物質來追求安全感，不但捨本逐末，也扭曲了真實人生的本質。
- (2) 接納自己：人不要那麼複雜，把自己化妝成別人的樣子；接納自己與別人的不同，做自己的主人，腳踏實地的生活，才是真正的簡樸生活。反之，人心的焦慮與不安會不斷提升，人與人之間的距離會越來越遠。
- (3) 單純與專注：建立一套正確的觀念：減少身的享受，調整心的焦點，增益靈的修行。不要被周遭事物引誘、打散，被牽著鼻子走，這樣的專注，運用在生活、工作中，就是簡樸生活。
- (4) 減少消費慾望是聰明的選擇。能分辨什麼是「需要」、什麼是「想要」，不擁有不需要的東西；而且東西用到壞為止。能懂得割捨，把太複雜、不需要的東西割捨掉，不但減輕自己的負擔，也維持健康與平衡的生活態度，

這份割捨的功夫便是簡樸。

(二) 正義和平靈修

1. 社會結構性問題

讓我們從一則寓言說起，便能了然於胸，何以社會正義更勝於私人善行，及它如何全面性、結構性的影響我們所有人²⁵：

很久很久以前，有個依河岸而建的小鎮。有天，幾名小孩在岸邊玩耍，發現河上漂流著三具人體。他們跑回城裡求救，居民很快地將人打撈起來。

一個人已經沒氣息了，所以他們將他埋葬。一個還活著，但病得極重，所以，他們將他送到醫院。第三個恢復生氣，是個健康的小孩，他們將他安置在一戶人家裡，照顧他，供他上學。

從那天起，每天都有幾具人體順流而下。每天，鎮上的好居民都會將之打撈上岸，照護他們—送病者去醫院，為兒童找家庭安置，埋葬死者。

這樣持續了數年。每天都有一定數量的人體漂流而下，鎮民不僅期待每天出現的人體，還發展出更精密的組織來打撈、照料他們。一些鎮民慷慨仁慈地照顧這些被救上岸的人，一小群人甚至放棄工作，好能全天服務。全體鎮民都以他們的仁慈為榮。

然而，在這幾年中間，撇開他們的慷慨和努力不論，

²⁵ 摘自 Ronald Rolheiser 著，前引書，第八章〈正義和平靈修〉一文。本文簡明清晰而正本清源地，道出社會正義和平的重要性及其各面向，筆者強力推薦讀者參閱。

沒人想過到河的上游瞧一瞧，在越過河岸、視線所不能及的地方到底有何陰影籠罩，去發現為何每天都有人體漂流而下。

這個寓言以簡明的方式突顯出私人善行和社會正義的不同。私人善行雖回應了無家可歸者、負傷者、死亡者的需求，但它本身並沒深入問題核心：這些人體為何出現在這兒？而社會正義者則會試著到河的上游去，找出造成無家可歸、傷亡者的主因，並改變它。簡言之，正義需要體制的轉變。因此，社會正義嘗試去觀察生活環境中制度面的部分（包括政治、經濟、社會、文化、宗教、神話），才能針對造成人民利益不均的現象提出批判和改革。社會正義的議題包含貧窮、不公、戰爭、種族主義、性別歧視、墮胎、生態破壞，因為這些現象的根由，往往並非個人的罪惡，或是某人不恰當的行為，而是總體盲目不公的制度。

社會正義與改善世界組成的方式有關。為達到人人平等、貧富不再不均，它嘗試以較佳的方式，組織經濟、政治等社會系統，達到人盡其才、地盡其利。而此理想的達成，需要的不僅是私人德行，而更是制度上的。不義之事於現今存在，主要不是因為少數包藏禍心、毫無仁義的不肖之徒，而是因為社會上龐大、不帶個人色彩的不公制度（看來好像超越個人行動的控制）所造成的。這就是社會正義常講的制度不公和制度暴力。然而，我們有時會「只緣身在此制度（山）中，不見制度（廬山）真面目」，為追求真理與正義，我們必須培養解放神學的精神。

2. 解放神學的精神

解放神學是個歷久彌新、永不衰竭的議題，因為它回應時

代訊號，看重在發展脈絡中的社會變遷，以貧窮人和受壓迫者為優先，不斷地站在權勢者和既得利益者的對立面，發出先知性的呼聲，以抵抗不正義的社會結構。基於這樣的立場，它要求人一尤其是基督徒—持續性地皈依、悔改。而當然，要培養此一生命態度，能正確面對時代訊號、對社會需求有所回應，非要有深度的靈修不可。

在當代社會結構中，解放神學占有不容忽視的重要性。原因在於解放神學的靈修觀，是一種不斷打破「意識型態」，誠實面對真相，以負責任的態度來活出「聖召」的靈修。理所當然地，這是任何時代、對任何人、在任何的位置上，都該深思與涵養的生活態度。

當廿世紀中葉，解放神學在拉美發源之初，強調「正確的實踐」優先於「正確的理論」。但隨著時代的演進，以及它在非洲和亞洲不同的脈絡中，面對不同的情境與需求，其反省亦逐步發展，漸漸強調正確的認知（神學、理論）和正統的倫理（行動、實踐）應當一致。確實，不同脈絡與文化中的解放神學具有差異性，但不變的是，社會結構性問題的覺醒與改革，必須「默觀」與「正義」二合一，兩者平衡而不偏廢的發展，才是解放靈修的精神，否則若失其一，另一向度也會隨之失落。

誠如索布里諾（Jon Sobrino S.J., 1938~）所言，靈修是「面對實際情況的精神……是面對具體、複雜的歷史之精神」²⁶。他同時強調默觀和行動的重要性；解放靈修的工作，不僅理論與實

²⁶ 原載自索布里諾《系統神學：解放神學觀點》（*Systematic Theology: Perspectives from Liberation Theology*, p.236）。此處引自吳伯仁，《拉內神學的靈修觀》（台北：光啓文化，2007），233頁。

踐必須整合，而且強調其精神——即靈修全人與真實整體的關係——的重要性，而非只侷限在個人生活的某一特殊領域。為此，他提出解放靈修的三個必要條件²⁷：

1. 對真相的眞誠：亦即對實有「如其所是」的覺察，包含知性地把握真相的眞理，以及對此真相的回應。這一意識，要求人在正義的形式下實踐愛。因此它也是愛的靈修。如同耶穌基督慈愛的行動，並非基於誠命，而是出於憐憫的心，推動祂面對真相、給予眞誠的回應。
2. 對真相的忠實：對真相的眞誠，可能引人到所未期待的地方去，因為對窮人的好消息成了對有權勢者的壞消息。但不管它將引我們到何處，必須效法「上主僕人」的精神，忠實地回應真相到底，甚至受苦、犧牲性命，也在所不惜。
3. 容許自我被真相所帶領：歷史並非全然消極、晦暗不明，縱使忠於真實可能付出沉重的代價，但我們並非只是被動的等待，而是主動的盼望。這盼望就是愛，能使具體的真相成爲「如其所是」。換言之，具體的真相沈浸在恩寵中，真實本身提供人方向和力量，並在這方向上穿越歷史、創造歷史。

作爲靈修的必要條件，除了面對真相的眞誠、忠實和帶領之外，盧雲（Henri Nouwen, 1932~1996）也曾在南美之旅六個月之後，提出「靈修學觀點下的社會正義」神學反省。面對世上無數受苦、貧窮、遭受剝削、被不正義對待的人們，乃至一連串令人心力交瘁的事件，他自問如何才能付出真正關懷與安慰：

²⁷ 同上，231~237 頁。

「究竟我怎樣才能夠進入他們的痛苦中，為他們提供盼望呢？我如何能夠進到他們的生命中與他們共度憂患呢？」在以祈禱的心寫下他所要安慰之人的信件後，他隨即寫下他的靈修心得：

「我其實不需要與他們完全認同，或去背負他們的重擔。因為我們的主——我們的神也是他們的神——已背負了人類一切重擔……我首要的工作是先求那安慰人的聖神，觸摸這些我現在寫信去安慰的人的心腸肺腑。²⁸」

換言之，那真正成就關懷和徹底救援的，是祈禱，是上主自己大能的作為。畢竟，「祂不但深愛那些備受欺壓的，也極愛那些壓迫者。祂踏進歷史，為的是釋放所有的人，叫他們得自由」²⁹。這才真正是解放靈修學的精神，亦即：對人生問題的深刻理解和體驗，比一般講求手段的掌權者的理解力更有深度，也看得更為長久。這種精神，要求人在歷史中持續地聆聽天主，同時回應天主聖言的邀請。

在權力鬥爭中，既得利益者、掠奪者或掌權者為鞏固自己的地位，把自己推入無盡的追逐和焦慮的漩渦之中，人性也因此而變得盲目、過敏、緊張。困在這種心境中的人們，只能著眼於顯赫和一時的外表上，內心卻是空虛的，或至少是缺乏安全感的。為此，從解放靈修學的觀點來反思，唯有回到「基督中心」、提供默想與深度，才能揭穿虛假和謊言。

²⁸ 溫偉耀，《無能者的大能》（香港：基督教卓越使團，1999年三版），55頁。

²⁹ 同上，60頁。

(三) 女性（陰性）靈修

1. 女性靈修 ≠ 婦女靈修³⁰

首先必須先正本清源地說明，女性靈修（Feminist Spirituality）不同於婦女靈修（Women's Spirituality）。前者是立足於女性意識覺醒的基礎，而有深刻的反省、重新予以應有的尊敬和推崇；而後者，則是相對於男性靈修過於理性化的特質，指出婦女靈修比較接近大自然，與自然的周而復始的循環過程緊密相關，也比較傾向或局限於家庭的範圍，而不是陽剛性地作為歷史的開創者的靈修。

換言之，女性靈修不分男女，而是人之為人、陰陽兩性一體所共通的特質，只不過因為傳統靈修一面倒地傾向陽剛（理性）的特色，因而失去平衡，需要我們將原本有但如今卻隱而不顯的陰性柔情面給重新尋回。本文此處的重點便在於此女性靈修的層面上，它的範圍極廣，既涉及歷史、文化、制度等各層面議題，也涵蓋女性獨有的特質，以及「陰中有陽，陽中有陰」的相互關聯性。限於篇幅，本文僅將重點放在後者，不涉入如父權體制或精英主義等的歷史文化脈絡中。

2. 女性靈修的特色

女性靈修源自女性神學，它深深意識到歷史與文化對婦女及其角色所加諸的種種不合理、不正義的限制，遂批判隱含在文化與宗教內的意識型態，不僅鼓勵女性自我實現與自我超越，也邀請每一個人（包括男人、女人）擴展視野，尋找人類團結

³⁰ 參：葉寶貴，〈基督徒女性神學〉《女性神學與靈修》（台北：光啓文化，2003），261~262 頁。

與共融，在天主面前建立互信、互愛、互助的人間天國。因此，它包含了「個人的—政治的」、「私領域—公領域」、「內在一外在」所有層面的關係與靈修。一方面強調自主，另一方面也重視團結，致力於釋放各種壓迫，比如種族、階級、性別與文盲等，並且力行憐憫、祈禱，在行動中包容一切。

著名的女性神學家安卡(Ann E. Carr, 1934~)在《蛻變的恩寵》一書中，便從傳統天主觀中「男性的、尊威的、全能的天父」出發，進而討論基督論、聖母論、教會論。她主張以「友誼」的模式來表達天主的愛，指出女性靈修的三大特色：

1. 締結姐妹情誼：一反父權社會中女性依賴男性，甚至因此敵對而落入孤獨受控的情境，女性靈修強調所有不同年齡層的人，不分種族與階級，應建立支持網絡，締結情誼。
2. 致力於建立一個不競爭、非金字塔型權威階級、非操控型的人間社會。重視個人的人性尊嚴與天賦才能，而不由種族、階級與性別的刻板印象來決定。
3. 維護自然環保：反對父權操控式的環保所造生態的二度傷害（如因河川整治、截彎取直所造成的生態二度破壞），而維護非操控式的自然環保。

「相互關聯」(interconnectedness)，是女性靈修的一個中心課題。正如本文前述提及的，二元論(二分法)極易在父權社會或理性主義高漲的情況下，被切割開無數的界線(界限)來。女性則較傾向一體共融，並尋求各種重新整合的方法，來包容對立，如靈魂—肉體、公共—私下、文明—自然、社會—個人、你贏—我輸、或此—或彼、非內—即外、理性—情感等的對立。總之，以相互合作的生活行動與模式，不僅為個人，也使整個社會如此和諧運作，這就是女性靈修所要投身實現的理想：建立

一個和諧共融的世界。

3. 陰性靈修

為達此理想，女性靈修還有一個核心課題，也是優勢，那便是陰性特質的開發。陰性靈修同樣無關乎男女性別，因為人人皆陰中有陽、陽中有陰。為能不偏廢陰性特質與潛能，徐可之神父以一名男性耶穌會士的身分，整理了聖母無玷聖心婢女會的史耐德修女所著《無可修補》一書，撰寫了〈女性神學與靈修的中心課題〉一文³¹。以下我們便以此超越男女性別之女性靈修，整理六大陰性特質的生命展現：

1. 女性靈修是植根於其自身的生命體驗，並在此體驗中繼續發展，不斷深入、成長，以「講故事」的方式，分享彼此特別的經驗，包括被剝奪、失落，乃至努力與重獲等的深刻經驗，女性深化自身、也豐富他人的生命。
2. 講故事是提高自我意識的好方法，同時也是使女性獲得相互支持的活力泉源。透過敘事模式，女性不僅分享生活經驗，也爭取應有的權力，追求平衡的社會正義與人權。
3. 女性靈修深切關懷整體生命的統合。女性靈修致力於將父權社會與宗教所分割為二的對立面，使之恢復完整而統合起來。其中最基本的整合就是身體與心靈（如：男性宗教社會將心靈精神視為高尚，身體肉軀視為卑下；此分割將女性貶抑為屬於肉體的卑下族群，而女性的生理與生育功能，亦常被男性宗教視為羞恥與不潔）。
4. 在強調身體的美好與聖善中，女性靈修隨之而呈現出來，

³¹ 收錄胡國楨主編，《女性神學與靈修》（台北：光啓文化，2003），248~254 頁。

就是**深切關懷與大自然的和諧**。男性對大自然的控制、占有和暴力性的剝削利用，正是其對女性的同一行為模式的翻版與延伸。唯有重視女性靈修，包括重視一切女性化的事物在內，比如大自然、貧苦殘障、老人、病患等，才能有助於世界更新，使之成爲一個符合人性化生活的世界。

5. **女性靈修拒絕只以頭腦、理性、抽象方式，來接觸宗教，參與信仰。**女性靈修強調禮儀表達，在禮儀中重視分享、有美感、與生活打成一片，彼此互通共融，開展生命喜樂；這同時也是對當前主要教會中的刻板禮儀方式，清楚而有意地予以排拒和擯棄：因爲這些禮儀過分講道說教，僵硬冷清毫無熱情，強化男性聖統與控制。女性主義者更願組成共同參與的信仰團體，而非父權宗教的聖統組織架構，一味強調服從、劃一等。
6. **女性靈修最後、或許也是最重的一個特徵，就是從一開始她們就努力在個人成長中蛻變，和一種有社會正義的政治結構之間，建立起密切內在關聯。**因爲她們深深體驗到，除非社會的政治結構有所改變，她們的困難（受歧視、迫害等）就無法徹底解決；而社會的徹底轉化，必須建基於個人的轉化與蛻變。這也是何以在教內、教外的靈修或心靈成長團體，都以女性居多之故；反之，當男性努力工作賺錢之際，則往往將自己給「物化」爲機器和產品，表面上看來似乎增加了自己的附加價值，實則卻是自我封閉。

四、默觀一道路、真理、生命

本文探討至今，從時代背景與訊號、回應當代的靈修需求與特色，到生態、正義、女性三大靈修專題的分論，最終實際

而論，當代靈修其實沒有所謂的方法或進程，而是一種生命態度，一種回歸本質核心、做真我、與上主合一，回應這樣的召喚，亦趨使我們涵養出終極關懷的精神。

前文已強調再三，默觀與行動如同太極陰陽的一體兩面——默觀中包含著行動，行動中包含有默觀。在此劇烈震盪的世界裡，人心浮躁不安，如何持守默觀與終極關懷的精神，回應時代的需要，本文最後要以「默觀靈修」作結，以期能為身處劇變中的當代人，找到不變的本質要素。默觀看似靜態，卻能提供我們滋養生命的道路、真理、生命。

（一）默觀是當代靈修的「道路」

1. 默觀的字義

默觀，若按中文字面意義分別拆開來看，默即沈默、安靜；觀即直觀、觀照、覺察。簡言之，默觀是在靜默中，向內一觀照我們心靈的深處，體察內在的所有變化；向外一覺察並接納所發生的一切，尊重每一個體生命的表現和他們的自由意志；進而，當內心沈澱了所有的世俗價值、寧靜至極時，我們得以穿透事物的表象，直指本質核心，看清、也擁有生命的實相（reality）；最終，能與真理合而為一，或以基督徒靈修的觀點來說，是終極地與天主成為一體，以致「我生活已不是我生活，而是基督在我內生活」（迦二 20），或換言之，是「以基督耶穌的心為心」。

默觀不同於默想，默想容有語言、文字、圖像、概念和情節；默觀卻捨棄一切，不假借語言、思維、圖像等媒介，不擷取一切，卻在一切中。因為有了寧靜、清澈的心，也就能較不受外在的迷惑，隨波逐流地追求一些不屬於自己的東西，或是

忙、盲、茫地虛度自己的人生歲月，像隻無頭蒼蠅般無知又無盡地追逐。而這，就是我們身處這時代，任何一個人都缺乏、也都迫切需要的靈修精神。事實上，這默觀類似於沙漠中的靜默獨處，而其首要，是尋求自我認識和洞察；這也類似於教會史上所有的苦修與奮鬥，緩慢而痛苦地學習放棄爭取成就、放棄控制一切，同時，也放棄使自己完美的神貧精神。具體而言，這也就是十字架的精神。

2. 默觀的時代性意義與危機

靈修是讓上主透過我們，在此時此地，向我們的周遭傳達祂愛的訊息（亦即在此岸活出來自彼岸的訊息）。然而，我們如何聆聽上主愛的訊息？如何能滿足當代人的需要？又該以怎樣的心，接受自己的限度，而臣服於超越者的力量，讓自身成為生命服務的管道？

時下的暢銷書中，靈修類書籍有愈來愈被看重的趨勢。縱然每人心中對靈修的概念各有不盡相同的見解，但它亦突顯出廿世紀中末葉以來人心的迷惘。尋求靈修的精神固然是好的，但有些人（尤其是西方人）想要把靈修和信仰分開，則會是相當危險的。William Johnston 曾在接受訪問時指出：

「假如你要練習坐禪或瑜珈，你需要有一個信仰來配合，佛教或基督信仰均可，就是不要空空地練習坐禪或瑜珈。很不幸地，很多西方人便是如此，其結果造成許多人在精神上崩潰，變成在情緒上有困擾的病人。³²」

靈修固然重要，但同時必須很小心：任何會助長自我中心、

³² 譚璧輝譯，〈新時代中的神秘主義：訪問威廉·強斯頓神父〉《神學論集》59期（1984春），135-148頁。

自我標榜、自我膨脹的傾向，都無異於體內的毒瘤或癌細胞在滋長。靈修可能的危害程度，並不亞於它的貢獻。誠如一位西藏禪修大師創巴仁波切（Chogyam Trungpa）所言：「只要我們追隨的是一種承諾救贖、奇蹟及解脫的修行途徑，我們就勢必被『屬靈的金鍊』所縛」³³。人們緊抓著金鍊不放，即使它是屬靈的、救恩的，但何嘗不是一種靈修上的物質主義？有很多基督徒對各式各樣的靈修運動趨之若鶩、追著靈修大師跑、參加各種靈修體驗課程、活動、朝聖等，如果未能同時意識到所追逐的一切可能都是誘惑，而期待這些教誨能解決生命中的所有困境，如憂鬱、壓力、挫折等痛苦，那麼結果必然是令人失望的。

人們常犯一個毛病，基督徒亦然，就是只要天主的恩寵，而不是要天主本身。以天主恩寵取代天主，這樣的錯誤發生在基督徒靈修生活上，造成一種實效、甚至是功利主義的結果，便是不斷地「抓」、汲汲營營地「取」，而非「放下」或「捨棄」。靈修很弔詭地，是循著逆轉法則，必須持續地悔改（metanoia）、轉向/皈依（convert），否則就只是助長自我中心罷了。

至於皈依或轉向，如何成為可能？基督是我們唯一的「道路」。然而，這基督不能只是別人所說的基督，必須是自身的體會，也就是個人默觀靈修所得。這條道路，基督已為我們鋪設了，現在，我們便要經由耶穌走向真理。

³³ 梁兆康著，胡因夢、張欣雲譯，《耶穌也說禪》（台北：心靈工坊，2004），224 頁。

(二) 默觀是對「真理」的覺悟

1. 以基督耶穌的心為心

筆者曾在一本心理學書籍中讀到一句話：「不要做佛教徒，要做佛陀；不要做基督徒，要做基督；不要做冥想者，要做冥想」³⁴。這是「一體性靈修」³⁵的極致，是耶穌最後的祈禱以及對所有人的勸勉（若十七 21~26）。

基督耶穌的心，是合一的心，祂自取奴僕形像，以愛來服務世人，至終讓世人能經由祂而「肉身成道」，與天主合而為一（Theosis, Divinization）。正如教父們—尤其是沙漠、曠野中的教父—常強調的，人能靜觀超越的神，是因為神「道成肉身」，在基督裡，神與人中間的鴻溝被廢除了。而今，人可以靜觀天主，其實是我們參與了天主對我們的靜觀，也是因為祂先愛了我們，即使我們的意識當中尚不明白。

上主全然臨在我們的生命中，縱然我們不能在情感和思維上感受到祂。甚至當我們努力操練默觀祈禱，也非得要先歷經煉路，才感受得到明路，而合路也才有其可能。這些化了妝的祝福—貧窮、痛苦、愚笨、犧牲等，一再提醒我們捨棄自己的成見，並如耶穌所言有一顆感恩的心：「父啊！天地的主宰！我稱謝祢，因為祢將這些事瞞住了智慧和明達的人，而啓示給小孩子」（瑪十一 25）；「天主偏召選了世上愚妄的，為羞辱那有智慧的；召選了世上懦弱的，為羞辱那堅強的...」（格前一 27）。

效法耶穌基督的心腸、上十字架的經驗，無可避免要面對

³⁴ Stephen Levine 著，徐愼恕譯，《擁抱憂傷》（台北：立緒，1998）。

³⁵ 張春申，〈位際範疇的補充〉《神學論集》32（1977夏），313~331頁。

和體會羞辱、軟弱、失敗等令人不悅的神枯。不過，出自上主恩寵的神枯，其實是一種莫大的祝福，我們或許可用光作比喻，來形容這種表面上是咒詛，實質上卻是祝福的神枯。處於神枯狀況，就好比被強烈耀眼的光芒照射眼睛，以致短暫失明，不能「看見」上主。但是，那道強烈耀眼的光芒就是上主的臨在。上主的臨在，如光一樣，是那麼徹底、完全、具體；人的肉眼，即我們的理性、情感，不能承受，以致失明了。換言之，神枯經驗中「不能看見」上主的感覺，並非上主離開了，反而是上主太接近了，以致超出了我們有限理性和情感所能容納的幅度。

2. 培養「直觀本質」的能力

為要拆毀我們心中對上主局限的形象、不再規限上主於我們的認知或經驗上，神枯其實是化了妝的祝福。很多時候，是我們沒有開放心靈，容讓上主以祂的方式來與我們相遇；於是尋找上主變成只是尋找一個為滿足自己的假象。曾有位神父說得很好：「天主按自己的肖像造了人，但人往往卻以自己的形象去塑造天主，以自己的方式把天主定型」。神枯的出現，能教導我們放手讓天主作天主，不是作我們的偶像。既然上主不是我們的偶像，我們亦不能清楚界定上主，這種在默觀中所體驗的真理，即是對上主的「不知之知」(knowing in unknowing)。

默觀能培養「直觀本質」的能力，涵養一個人在靈修生活中，如其本然地，看清並接受生命的「實相」(reality)，進而轉化個人的心思意念、思言行為等生活態度，乃至於全人、全然地與天主合而為一。

具體而言，「直觀本質」是透視生命的真相。它要求超越自我，棄絕一切的依附，放棄理性、分析、邏輯、甚至經驗等一

切人們慣用的方法，進入到核心，先是自己的核心，然後走向以天主為中心。

3. 從「自我中心」走向「天主中心」的悟道與禪心

為平信徒，尤其是社會工作者，默觀祈禱極為重要。盧雲和強斯頓兩位神父都強烈感受到，面對這世界上的痛苦、貧困、疾患，人們普遍的第一傾向是快快逃走。我們不想看，因為那些場景令我們內疚，而且一籌莫展，反而使我們更為痛苦。然而在祈禱中，我們能把自己置身於痛苦中，接納自己的軟弱，增強我們面對人世間的病苦的力量。尤其為那些協助弱勢的人，必須面對強勢者或甚至交涉不公義的情況，漸漸有陷於忿怒和趨於暴力的傾向。此時靜下心來，在默觀中去意識並接納這些不正義，當忿怒湧起時，去經歷這種痛苦的掙扎，但在一瞬間，忿怒轉為對正義的愛，從而也會轉為解決眼前困難的力量。這就是一種淨化，它不抵消忿怒（忿怒不該、也無法被抵消的），卻能讓人重新得力。

正如奧修曾言的：「無我」才會有「我的」宗教經驗；唯有「我的」死掉了、心中無礙，禪心方能升起。禪修不是佛教的專利，也不是東方人或東方文化所獨享的。禪修所強調的過程、方法、目標，與默觀相似，是所有人之為人，當心靈沈澱、安靜、寂滅到了某種深度時，進入存在的本質核心之中，而有所「悟道」。基督徒的默觀，會有如禪修中的頓悟般，因為當我們不帶任何預設立場、甚至不著相於「神聖對象」時，你甚至會驚訝地發現，我們所信仰的「神聖對象」全然不是我們先前所認識的那一位，就好像耶穌在世時也常被人指責對天主不敬，祂之所以被定罪，正是因為「褻瀆神」呢！

(三) 默觀是涵養真實的「生命」態度

默觀，是培養一種生命態度，轉化人的自我中心，走向以天主為中心，至終與天主同化。但如何涵養此生命態度呢？

1. 心靈的自由，不在爭取，而在放下

真實的心靈修持，必須先從「放鬆」(relaxation)開始，進而學會「放手」(letting go)。多數人所以為的「認真」，其實是一種「我執」的展現。這些人自我意識太過強烈，迷戀自我的重要性，對自己的判斷力過於執著，反而成了靈修成長最大的阻力。因為固執和自我中心，會阻礙我們的覺察和可塑性；因此，除非我們放手，不再把持不放，甚至於不斷地自我空虛、學習捨棄，唯有如此，內心的改變，才可能擁有真實而徹底的自由。

這種生命態度，真福八端(瑪五 3~10)作了最佳說明：

「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。

哀慟的人是有福的，因為他們要受安慰。

溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。

飢渴慕義的人是有福的，因為他們要得飽飫。

憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。

心裏潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主。

締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女。

為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。」

一個自我捨棄而擁有心靈自由的人，是不需要外在事物來包裝和掩飾的。為這樣的人，少就是多，無就是有；不去爭取，而能放下；死亡就是復活、貧窮即是富裕、悲慘也即幸福。在操練默觀祈禱時，也不會執著於「方法」；所有在過程中使用的方法和象徵，在天人合一之際，也得全都捨棄。

2. 寧靜致遠

當人操練默觀祈禱，由自我中心、自我標榜、自我膨脹，走向天主中心、實現天主旨意、愈顯主榮時，心思靈感將變得細膩、敏銳而源源不絕。此時，真正的聆聽—專注地、甚至忘記自己地去聆聽—才會出現，然後，我們能全神貫注於當下，心中無恐無懼、不再貪婪，亦不企圖表現或打動別人。這樣的聆聽，深具專注力與覺察力，以致「道」臨於我身，我聲我聞皆是道。禪宗有個故事，足以說明這超越語言、真正的靜默，才是最佳的開悟：

「某天清晨，有位禪師正準備為弟子們開示。他剛坐上位時，突然飛來了一隻小鳥，坐在窗台上唱起歌來。牠的聲音如此美妙，使得在場的每一個人都如痴如醉。唱完之後，小鳥飛走了，禪師告訴在場的弟子們：『今天的開示已經結束』。」

默觀的操練，還要求「耐心」。偏偏耐心正是當代人所最缺乏的。實際上，耐心是安全感與信賴感的表現，它也是望德與愛德的基礎；反之，不耐煩的背後便是焦慮感與恐懼感的表現，因此它安靜不下來。面對社會快速變遷而造成的生活不安定，以及人們知識水準普遍提高，基督信仰過去的確定性和自信心已顯得越來越薄弱了。因此，現在任何人要構思有活力的當代靈修，必須更全面地了解人類生命，特別是新的科學世界觀，及由心理學所提供有關人的研究認知。「忍耐」是對話與學習過程中，教會所最需要、最基本的聖德之一。

3. 擁抱生命本身

有了寧靜致遠與耐心的聖德，就不難接受世間的真相了。

心理健康之所以成爲當代社會一個迫切的問題和需求，正因多數人寧願選擇逃避真相。而無論心理輔導或靈修輔導，首要的任務便是揭開干擾我們看到真相的雜質，沈澱（放下）所有世俗的干擾與誘惑，即使心中感到痛，也能選擇接納與寬恕。否則，人們就永遠只會尋求天主的恩寵，而不是天主自己。

筆者曾於導師工作中，輔導一名自殺未遂的女同學。透過她，讓我明瞭到抗拒命運的結果。輕易選擇自我結束生命的人，總覺得天主或命運虧欠了他們，想要以死亡作爲報復手段；然而實際上，他們卻是從未真正活過。究竟是什麼造成他們從未真正活過呢？我想是抗拒命運；或用靈修學術語來說，是不能接受自己竟然不是神，竟不能掌控世界、掌控命運。這些人未能明瞭，其實生命本身，就是一份值得好好珍惜、善加發展的禮物；而且光是人生這趟旅途本身，就已值回票價，不論其間的酸甜苦辣鹹各種滋味。

圓滿的人生，便是盡力讓內在在世界獲得適當的發展，並接受外在世界便是我們修煉的道場、也是我們內在世界的一面鏡子，更是天主爲我們量身打造、使我們「道成肉身」的地方，而能擁抱生命中所有的人、事、物，感恩一切遭遇都是禮物。如此，在默觀中，我們便能適得其所地找到真我的道路、真理與生命。

結 語

世人總想改變別人、改變世界，而未能了解我們其實什麼也改變不了。可悲的是，這種心態實是一種逃避，逃避真實的自己、真實的世界，對別人不接納，也成了對天主的拒絕。這樣的人未能體會世界的虛無，企圖控制世界，或抓取物質性的

滿足（如金錢、事業、愛情等），來掩蓋內心的空洞。於是，這時代的特色、大多數當代人的生活，便只足堪用「忙、盲、茫」一曲老歌來形容。當大部分人自以為是在追求更高的生活品質，或至少是擁有更多的物質和享樂時，殊不知，卻是將自己愈加地蒙蔽在假我與假相中，不但距離生命與真理漸行漸遠，也疏離了真正的自己—真我。而今，在一個物質領域過度開發、也什麼都生產過剩的情況下，所分裂與崩盤的，早已不僅是經濟景氣或股市，而是我們失落了的生命真義，包括：

- 人與自己的關係：於是，人與自己徹底地隔離，不知自己是誰、從哪裡來、追求什麼。
- 人與他人的關係：徹底的異化、疏離的關係，已逼進了極致，這不僅是情緒管理（EQ）與社交能力（SQ）等技巧性的問題，更嚴重的，是我們喪失了愛人的能力。
- 人與大自然的關係：長久以來人類對大自然不正義的剝削、強取豪奪，以滿足一己之私，終導致自然界的反撲，其力道之大，已到了令人束手無策的地步。
- 最終是人與天主關係的分裂：人們試圖以各類學科（尤其是科學）代替宗教信仰，卻迷失在多樣化的道路中，不再能相信什麼，喪失了終極信念與價值。

如今，我們茫茫然地，迷失了人生旅途的方向，也失落了生命的意義，好像無根的浮萍般，沒有目標，只能在汪洋大海中載浮載沈，看看自己能抓到什麼浮木，用知識、理性、物質等來駝鳥埋沙，作為上帝原型的替代品³⁶。然而，人類內心（集

³⁶ 此言出自榮格：「宗教本能乃是一種根深蒂固於人類的本性中……你可以取走一個人的上帝，但只能從另一個上帝來取代

體潛意識)底層的深度渴望,將永無止盡地發出呼聲,召喚人回歸內在,直到我們找著重回根源的道路為止,否則生命將永不得滿足。而這段「尋根探源」的道路無他,唯有「默觀」與「正義的行動」結合。因為唯有祂—天主聖三一能給我們真正的道路、真理和生命。

誠如本文開宗明義所言,「聖三靈修」的基本原型,是任何時代、任何基督徒唯一的榜樣:效法耶穌基督的道成肉身、生活在聖神的默感與引導內、回歸於天父並與之合一。由於當代社會處於高速而急遽的變動中,要求高度自我反省與統整的能力;畢竟「天主的旨意就是要你們成聖」(得前4:3),而聖德(holy)與整全合一(whole、holistic)有關,為此,唯透過默觀與全人的獻身,找到一體的本質核心要素,才不致被多元複雜的發展所迷亂,而能繼續天主的「道成肉身」(God's incarnation)落實在你我平凡的生活中心。

它」。見榮格著,葉頌壽譯,《未發現的自我》(台北:晨鐘,1974年9月四版),61頁。

馬丁路德的靈修觀（下）

普愛民¹

本文作者務實地把靈修培育分作「一般平信徒」、「屬靈菁英」及「神學教義」三個層面來談。按其分析，馬丁路德不但從中世紀晚期天主教靈修傳統的優良因素中，吸收到滋養；也因當時靈修觀的不良因素，作平信徒時在心靈上受到驚駭不安，在受屬靈菁英培育時導致絕望；最後，在神學教育的發展過程中，逐漸形成有「受人為教訓引導」特色的靈修觀。作者並指出路德的靈修觀有六大不可或缺的特徵。本文上篇刊在 159 期（2009 春）127~150 頁。

四、信心靈修觀就是按上帝的旨意而生活：十誡

說來奇怪，路德信心靈修觀的起點和得以持續的基礎，既非聖靈，也不是信心，也不是基督（也就是信經），而是上帝在祂的十誡中所啓示的旨意。因此路德對十誡的解釋，在要理中佔了最大的篇幅。然而，這並非要建立一種藉遵行上帝誡命，而成爲義和屬靈之人的行爲靈修觀（spirituality of works），而是要

¹ 本文作者：普愛民（Dr. Armin Buchholz），德籍信義會牧師，德國漢堡大學神學博士，路德神學的專家。現任教於德國 Giessen School of Theology，並兼任新竹中華信義神學院路德神學研究所所長及教授。本文由中華信義神學院陳冠賢老師譯爲中文，特此致謝。

建立一種信心靈修觀，亦即使人藉由透過信心而成爲義和屬靈的，而能遵行上帝誡命。這信心就是第一誡所要求，也是在信經中所宣認的信心：「信經無非是基督徒根據第一誡的一種回答及承認」²。

十誡究竟在何意義上，被視爲路德信心靈修觀的起點與得以持續的基礎？我們可從三一論式的角度，來區分路德對十誡之觀念中的三個基本層面：首先，針對與父上帝一人類的創造主一連結之創造觀點，十誡乃是「創造之律」（law of creation）。其次，針對與上帝的獨生子耶穌基督一人類的拯救主一連結之救恩觀點，十誡乃是「救恩之律」（law of salvation）。第三，針對與上帝的聖靈一使相信的罪人之成聖者一連結之成聖觀點，十誡乃是「成聖之律」（law of sanctification）。

首先，十誡乃是路德信心靈修觀的起點與得以持續的基礎，因爲十誡乃是「創造的律法」，亦即十誡表達出創造主上帝對所有人類永恆的道德心意。十誡本身以對上帝及對人的雙重關係，簡單地啓示了人類的道德本質，這乃是爲上帝所造，乃是「良善」並使祂「喜悅」。對路德而言，十誡乃是「神聖教訓的總結，討論我們應做什麼事，才使一生爲上帝所喜悅。一切善行皆按這些誡命所指導的標準而做出，爲一切善行的通道與源頭。離了這十條誡命，不管世人眼中視爲多麼偉大寶貴的行爲，也不可稱爲善，而得上帝的悅納」³。

² 《協同書》368: 10 (BC 432: 10). 亦參路德在其有關十誡論述中，對於信心乃是第一誡之履行的精彩陳述。載於 *LW 44: 23-39* (*Treatise on Good Works, 1520*).

³ 《協同書》364: 311 (BC 428: 311). See also *LW 44: 23, 1* (*Treatise on Good Works, 1520*).

就十誡是創造之律的角度而言，在十誡和每個人到某一程度所能認識之所謂的「自然法」(natural law)之間，存在基本的一致性。在「自然法」的概念中，十誡或多或少也出現在非基督徒的道德觀和民事法(civil law)之中，並且十誡也發揮作用，促進或保護公民之義和在創造層次上之社會秩序。雖然遵行律法在這層次上無法帶來任何屬靈的福份，但路德並非藐視這層面，而是將這些事當作創造主所常用的管道，來對墮落人類賜予屬世的福份。對路德而言，當人們試著按這自然法而生活時，他們經常強調與關注人際之間的外在行爲，卻傾向忽略他們與創造主之間的關係，使他們經常從行爲與人際的層面來評估自己或他人是善或惡、義或不義。然而這樣的評估，只能算是在人面前有效，但在上帝面前卻不然，正如我們以下所要說明的。

其次，十誡之所以是路德信心靈修觀的起點與得以持續的基礎，乃是因爲它們被上帝賜予爲要使罪人不斷地明白自己的罪惡與毀滅，因而發現他們對救恩的需要，亦即對信賴耶穌基督之需要，所以十誡可稱爲「救恩之律」。爲達此一目標，對自然人而言，沒有比嚴肅看待上帝的誡命，因而經歷到他自身嚴重的屬靈邪惡和疾病，更爲必要的：對於頂多只能被當成是人面前的義之假屬靈的義、良善和健康，罪人經歷徹底的幻滅。

對大多數的人而言，按十誡要求而生活，似乎相當容易達成，因而「他們疏忽這些誡命，好像它們根本不重要，或早已實踐，完全遵守」⁴；但路德堅持「若按照所當守的，就誰都不能守全十誡中的一條」⁵。此一對罪孽之嚴重的全盤確認，必須

⁴ 《協同書》364: 312 (BC 428: 312).

⁵ 《協同書》365: 316 (BC 428: 316).

是透過對於嚴格要求全心愛上帝與鄰舍之誠命而達成。它們不僅是致力於徹底避免任何邪惡，同時也是投身於實行各樣的良善。同樣地，誠命不只是針對人類行為的外在表現，同時也針對內心深層的動機（就像對上帝的真信心以及對人的真愛心），因而將人內在所隱藏的邪惡暴露出來，正如耶穌的登山寶訓（Sermon on the Mount）所清楚表達出來的⁶。當痛苦揭露出罪的嚴重已然發生時，人才預備好願意接受上帝的恩典，亦即藉信而得罪的赦免和基督的義。罪人首先藉此信心在上帝面前算為義人，並且出於這信心隨之而來的，則是一顆甘心樂意開始真正持守上帝誠命的心。

第三，十誠之所以是路德信心靈修觀的起點與得以持續的基礎，因為聖靈所啟動與活化的信心表現於按著十誠為「成聖之律」（即總括於十誠並在新約中被解釋或應用之上帝所啓示的旨意）的新生活之中。因此真正的屬靈生活，亦即基督徒的成聖生活⁷，最多也只能是履行誠命，而不可能是一個超越誠命、或沒有誠命、或反對誠命的生活⁸。因此，路德所描述履行十誠之生活的

⁶ 在說明十誠時，路德通常會參照新約對十誠之應用（例如登山寶訓），而關注十誠之消極與積極要求，並反對所有傾向於低估遵守十誠之困難度的人：「我確實認為只要遵守這些誠命的吩咐，諸如：溫和、忍耐、愛仇敵、貞潔、善行等，及這些德行所包括的一切，就夠我們手忙腳亂了。」協同書 364:313 (BC 428:313).

⁷ 關於信義宗的成聖觀，參見普愛民（Armin Buchholz），〈信義宗的成聖觀—本於信以至於信〉，載於《成聖觀的對話—基督宗教對話學術研討會論文集》（新竹：中華信義神學院出版社，2007年），45~150頁。

⁸ 事實上，對路德而言，十誠「並非人力可及，誰若能辦到，就真是天使般的天人，超越世人的一切聖潔了。」《協同書》365:317

途徑，實際上具有像基督的特徵，也就是照著上帝形像的人。按照路德的看法，在地上找不到比十誡所教導更高等、更好的方式，來活出討上帝喜悅而良善的生活了⁹。

雖然對基督徒而言，十誡並不具備合法的約束性，像舊約的律法對猶太人那樣，但就某種程度而言，十誡乃是與新約的教導及自然法所呈現之「創造之律」一致，所以是創造主自己所建立之受造生活中的義務與責任。因此，真正的屬靈生命不可忽視或是破壞這受造生活，反倒是要復原以及使其成聖，也就是整個受造生活要再次成為上帝自己的，並且達到祂所設立的目的。這是在各種俗世召命的處境中形成，而這些俗世召命乃藉身處其中之個人活潑的信心成為屬靈的，並非反過來，一如中世紀靈修觀的「屬靈階級」，假定將他們所內在、超越的屬靈素質，傳遞給那些加入他們的人。

路德一再強調所有俗世身分或召命，均有其重要的價值，這些既可在他對十誡的解釋¹⁰中發現，也表現於小問答結尾之「信徒職責錄」¹¹中。信心靈修觀並非選擇它自己獨特而看似「屬靈」之靈性生活方式，而是接受與十誡一致之創造主已啓

(BC, 429: 317) 我想，這種人若不是基督自己，也必定是與祂相似之人。

⁹ 《協同書》364f: 311~318 (BC 428: 311~318)。

¹⁰ 《協同書》338ff: 112~120; 342f: 143~150; 345: 167~169; 349: 195~198; 350f: 206~216 (BC 401ff: 112~120; 406f: 143~150; 409: 167~169; 413: 195~198; 414f: 206~216)。

¹¹ 《協同書》307: 1~311: 15 (BC 365: 1~367: 15)。「此一針對居家生活的經文列表，反映出路德相信構成基督徒生活的是日常生活之關係，而非某種自我選定的靈修觀。」引自 Editors' Introduction to the Small Catechism, in *The Book of Concord*, 346.

示的旨意及所建立的秩序，然後在日常生活之特定關係或召命中著手進行。因此，路德的信心靈修觀乃是提供給一般人之務實靈修觀¹²。

五、信心靈修觀就是對上帝工作與恩賜的信靠：信經

路德的信心靈修觀，是完全地且排他地倚賴信經所宣示之聖父、聖子與聖靈之三一上帝的工作與恩賜。對路德而言，信經中的上帝並祂一切的工作與恩賜就是「我們的上帝」，或更個人化的說法是「我的上帝」。祂是人類的創造者、救贖者和使之成聖者，提供給相信的罪人最迫切需要的資源，來持守十誡，就是罪人憑藉著自己的能力從來都無法遵守，但卻必須遵守的十誡¹³。因此，信心靈修觀的本質乃是根源於全然與三一上帝的關係，這關係正如前述，完全相應於第一誡，並且作為持守所有誡命之基礎。路德說：

「信經與十誡乃大不相同的教訓。後者告訴我們應做的事；信經告訴我們上帝替我們做什麼，賜我們什麼。……十誡本身不能使我們成為基督徒，因上帝的憤怒與不悅仍在我們身上存留，因為我們不能完成祂的要求。但信經將純正恩典帶來，使我們正直，為上帝喜悅。藉此知識，我們愛慕喜歡上帝的所有誡命，因看見上帝將祂自己完全賜給我們，以祂一切恩賜與力量幫助我們遵守十誡：天父賜給我們一切受造物，基督賜給我們祂一切工作，聖靈則賜

¹² 「路德對於西方靈修觀之貢獻，在於他強調在忙於『凡俗』職務之平信徒中之豐富屬靈生活的潛力。」見：Kallas, *The Spirituality of Luther*, 292.

¹³ 《協同書》368: 1~3 (BC 431: 1~3).

給祂一切恩賜。¹⁴」

這三者彼此如何相關連，而三者又如何一同作用呢？

首先，路德以一種極為具體且個人化的方式，描繪出人類生活最基本而持續的觀點，亦即上帝是我的創造主，而我是祂的受造者¹⁵。在論及上帝對我們豐富的賜予和保存（就是一切創造的、物質的或是俗世的福分）之後，他總結說道¹⁶：

「所以，我們從這段得知，沒有誰能從上列的事物或還可繼續列舉的事物中，無論是生命或任何東西，能說是自己得來的，且無論是多麼微不足道，我們自己還是不能加以保存。」

因此，一切我們所是與所有的，都是創造主的工作與賞賜，「全出於祂的恩惠慈愛，是我們本不配受的」¹⁷。對路德而言，這個事實很自然地且無可否認地意味著以下的責任¹⁸：

「因為我們所有的一切和天地萬物，都由上帝天天賜給與保存，所以我們要不斷地親愛、頌讚、感謝祂。簡言之，藉著所賜東西全心全意服事祂，正如祂在十誡中所吩咐要求的。」

「我們若全心相信這些話，就能照樣行事而不昂首闊步自

¹⁴ 《協同書》376: 67-69 (BC 440: 67-69).

¹⁵ 《協同書》369: 13-15 (BC 432: 13-15).

¹⁶ 《協同書》369: 16 (BC 432f: 16).

¹⁷ 《協同書》369: 17 (BC 433: 17).

¹⁸ 《協同書》369: 19 (BC 433: 19). 對路德而言，創造主所賜給我們一切的受造物，也包含人類的創意。因此路德很積極地使用俗世的受造物，來培養教會聖徒的屬靈生活，如音樂（聖詩和聖樂）、藝術（教會圖畫）、風俗習慣（教會年和崇拜禮儀）等。

誇」¹⁹，並且結果是一切事物都將是美好的，因為上帝的十誡乃真正地被履行。然而，事實上沒有人如此生活，反倒是「溺於其瞎眼當中，妄用上帝一切祝福與恩賜，只為自己驕傲、貪婪與肉欲，從不轉向上帝，感謝祂或承認祂是創造主」²⁰。因為實際上，這是人類生活中日常普遍的現實。如果我們現在才開始努力全心信靠創造主上帝，這並未真正解決問題。我們必須注意且承認，我們無法單從創造層面，亦即僅憑藉物質或俗世的賞賜與福份，就能恢復與創造主之間破裂的關係。反之，當我們先變成謙卑並因承認得罪了創造主而感到驚恐時，這看似不好的事才能成為我們最大的益處，因為它會引導我們承認自己需要屬靈、永恆的賞賜與福分，就是那位將自己賜予我們的拯救主²¹。

其次，論耶穌基督的信經次段關乎我們的救恩或救贖：「我們由此認識上帝神性的第二位格，並得知從上帝領受超過今世財物之上的恩賜，即祂如何將自己毫不保留地賜給我們」²²。信經次段以其關鍵性的背景為兩項前設：我們全都領受了眾多受造性的賞賜；我們也都經常誤用這一切。基於這些前設，信經次段一步一步告訴我們耶穌基督是誰，以及祂為我們所行和所受的事，為要成為我們的主²³：

「因為自從我們受造後，在父上帝那裏領受各樣好處以來，魔鬼就引誘我們不順服，致限於罪惡、死亡及一切

¹⁹ 《協同書》369: 21 (BC 433: 21).

²⁰ 《協同書》369f: 21 (BC 433: 21).

²¹ 《協同書》370: 22 (BC 433: 22).

²² 《協同書》370: 26 (BC 434: 26).

²³ 《協同書》371: 28-30 (BC 434: 28-30).

不幸中。使我們招惹上帝的忿怒和不悅，當永受咒詛。我們實在沒有良方、援助和安慰，直到上帝這一永恆獨生的兒子……從天而降幫助我們。……祂從地獄深淵，把我們這些失喪可憐的受造者提起來，釋放我們，恢復父上帝對我們的喜悅和恩惠。祂接待我們在祂護庇之下為己所有，為要以公義、智慧、權柄、生命，與福氣管理我們。」

簡言之，祂「將我們由魔鬼歸回上帝，由死亡歸回生命，從罪惡歸回公義，現今在那裏保存我們」²⁴。耶穌基督—上帝的兒子—已恢復了我們與創造天地之全能主的關係，以至於他已從「在上帝的憤怒和不悅之下」的景況，改變成在「父上帝的喜悅和恩惠」之下。

對路德而言，論耶穌基督的信經次段，是「甚為豐富和廣泛」的²⁵，且無所不包。就時間的角度而言，它包括了過去、現在和未來：上帝與我們之間的關係，完全取決於基督為我們所成就的工作，其中最大也最要緊的部分已經完成（過去式的作為），而剩下的部分，祂此刻正在進行（現在式的作為），以及祂將在末日所必施行的（未來式的作為）。路德甚至強調：「其實我們所宣講的全部福音，在乎要正確掌握這一段。我們一切救贖與祝福皆基於它，其內容非常豐富和廣泛，一生都學不完」²⁶。

為何整個福音是依賴對本段信經正確的理解？又為何我們從未完全地學會？耶穌基督的「福音」之所以是福音，也就是給絕望之罪人那充滿盼望的信息，這取決於對以下之事的瞭

²⁴ 《協同書》371: 31 (BC 434: 31).

²⁵ 《協同書》370: 26 (BC 434: 26).

²⁶ 《協同書》372: 33 (BC 435: 33).

解：我們與上帝的關係並非由我們自己為祂所做的而決定，而是唯獨由祂在耶穌基督裏「為我們」所成就之事而決定。按照路德的看法，這將我們基督徒從世上許多宣稱相信上帝，卻並不真正明白上帝對他們的心意，以至於無法堅信祂的愛與福分之人，徹底地分別與區分開來，因為「他們沒有主基督」²⁷。然而，基督及祂為我們所成就之事，有其豐富寬廣的意義，未曾被全面地學習（亦即被經歷），因為我們仍舊傾向於倚賴我們自己和我們的行為，因此行事為人還是自以為我們是自己的主。

對路德而言，最終一切都取決於這個問題：是否除了耶穌基督以外，沒有其他人真是「我們的主」？然而，「基督如何成為『我們的主』？」這個問題，路德認為不可能單從信經次段論述的基督之工作本身來回答，而必須也考慮信經末段，就是論到將基督的主權帶給我們的聖靈，祂的工作與賞賜。不過，對路德而言，聖靈的信經末段必須是倚賴於、且集中於基督的信經次段，來正確地理解。可以肯定的是，路德的信心靈修觀乃是以基督為中心（Christ-centered）之靈修觀。

論聖靈的信經末段，是路德對信經的解釋中最長的部分，並且論及成聖：「其中所講述正是聖靈職分，即使人成聖」²⁸。但這與告訴我們有關耶穌基督，並祂為要成為我們的主而所成就之工作的信經次段，如何產生關聯呢？根據路德的看法，「成聖不過是帶我們到主基督面前，領受我們自己所不會獲得的（救贖的）祝福」²⁹。路德認為，信經末段是有關現今聖靈將罪人與

²⁷ 《協同書》376: 66 (BC 440: 66).

²⁸ 《協同書》372: 35 (BC 435: 35).

²⁹ 《協同書》372: 39 (BC 436: 39).

耶穌基督相連的工作，並將基督在歷史中為我們所成就之福份，加以傳遞，持續使之發揮作用，甚至加以實現。這一切是一步一步發生的³⁰：

「聖子如何藉祂的降生、死亡與復活等等，奪回我們，獲得治權；照樣，聖靈的成聖工作是藉著下列各項：聖徒相通，罪得赦免，肉身復活與永生。換言之：祂先引我們入祂聖交通，將我們置於教會的懷抱中，在那裏向我們宣講福音，帶領我們歸向基督。」

對路德而言，帶到或來到基督面前，乃至信靠基督等，都是「耶穌基督成為我們的主」這同一件事的不同表達³¹。然而，聖靈這關鍵的工作並非立即發生，而只透過外在的方式，也就是當聖徒群體（亦即基督教會）宣講耶穌基督的福音，就在其中，並藉此發生。「因為不宣講基督的地方，便沒有聖靈創立、呼召及聚集基督教會；並且在教會之外，無人能來就主基督」³²。因此，教會乃是一種傳達福音的次階途徑（second order means），而福音則是聖靈用來將人帶到基督面前，使他們成聖的初階途徑（first order means）。

聖靈的職責就是：透過福音向窮乏的罪人，將基督所完成的工作及其益處，甚至是基督自己，啓示和賜給他們；要不然

³⁰ 《協同書》372: 37 (BC 435f: 37).

³¹ 在《小問答》中，路德如此說：「我信我不能憑自己的理性或力量信靠我主耶穌基督，或親近祂；乃是聖靈用福音宣召我，用祂的恩賜啓導我，使我成聖，並保存我在真信裡……」《協同書》296: 6 (BC 355: 6)

³² 《協同書》373: 45 (BC 436: 45).

無人能認識和接受基督及祂為他們所成就的救恩³³。就像為了向我們啓示創造主的那隱藏之慈父心腸，耶穌基督乃是必須的；同樣，為要透過傳講福音，向我們啓示未知的基督，聖靈也是必要的³⁴。因此，介於三個神性位格，及其在我們生活中之工作間的基本關係與連結，是藉由聖靈的幫助，我們來到基督面前；且透過基督，我們來到父上帝面前。結果是，因為對基督的信心，「有一小群聖潔的人，其社團在基督元首之下」³⁵。但這並非表示「聖基督教會，聖徒相通」（正如信經末段之第一部分所言）的神聖與純潔是在於其自身本質的無罪之中；相反地，是在於耶穌基督，並祂在十字架上為我們所獲得的福份之中。

因此，信經末段論「罪得赦免」的部分，就呼應了前面：

「赦罪乃是恆常需要的，因為雖然上帝的恩典已藉基督獲得，並且聖靈藉上帝的道和基督教會的合一，作成聖之工，但我們因自己肉體拖累仍常常犯罪。³⁶」

對路德而言，從基督徒生命的起始，以至於每日，直到最

³³ 「若非藉聖靈的宣講，打開我們的心，你我都永不能知道基督任何事，也不能相信祂及接受祂作我們的主。救人聖工已完成，基督用祂的苦難、死亡、復活等，賺得了這珍寶，但基督的工作若仍隱藏，無人知道，則一切都屬徒然失落了。為使這珍寶不被埋沒，供人使用與享受，上帝使福音傳開，同時祂賜下聖靈向我們提供與應用這救贖珍寶。」《協同書》372: 38 (BC 436: 38)，亦參《協同書》373: 43 (BC 436: 43)。

³⁴ 路德說道：「主基督若非天父知心的一面鏡子，我們永不得認識天父的喜悅和恩惠。……但若不是聖靈將基督啓示給我們，即會對基督一無所知。」《協同書》375f: 65 (BC 440: 65)。

³⁵ 《協同書》374: 51 (BC 437: 51)。

³⁶ 《協同書》374: 54 (BC 438: 54)。

終的成全，罪得赦免乃是成聖最具決定性的因素，無論是基督徒群體或個人。「因此基督教會的一切安排，使我們能每日獲得圓滿的赦罪，乃藉聖道與記號」³⁷，亦即透過信靠福音，藉著聆聽外在之道（即被傳講的或研讀的）和領受兩個聖禮（洗禮和聖餐）的外在記號。其結果之意義十分重大，不僅針對我們與上帝的關係，也關乎我們與鄰舍的關係：「那裏有圓滿的罪得赦免，上帝赦免我們，我們也彼此赦免、分擔和幫助」³⁸。

既然罪得赦免乃透過聖道和聖禮，這外在途徑臨到我們，因而路德認為，信經末段的此部分同樣也包括所有關於聖禮應該宣講的事³⁹。因為在路德的時代，他認為聖禮普遍被忽視、誤解與誤用，甚至他必須在大小問答與問答講章中，分別以要理的第四、五部分來加以處理：「每位基督徒對於這些聖禮，最少要有基本而扼要的認識，不然就不能做基督徒」⁴⁰。這表示，若沒有這兩項對於路德極有價值之聖禮的話，就無法思考他的信心靈修觀，正如他關於聖禮的一切表達就是最佳的見證。

本文有關路德對於這兩項聖禮的看法，只能提供極簡短的表達，即限於路德所特別重視兩個聖禮之間的共同處，而無法顧及它們的獨特處。對路德而言，兩個聖禮中的決定性關鍵，

³⁷ 《協同書》374: 55 (BC 438: 55).

³⁸ 《協同書》374: 55 (BC 438: 55). 做為上述肯定陳述之消極意涵，路德將傳統的信式「教會以外，別無救恩」（*extra ecclesiam nulla salus est*）改寫成為以下的形式：「但在基督的教會之外（即無福音之地）無赦免，也沒有成聖的事。」《協同書》374: 56 (BC 438: 56).

³⁹ 《協同書》374: 54 (BC 438: 54).

⁴⁰ 《協同書》392f: 1 (BC 456: 1).

就是上帝之道與人的信心⁴¹。正如同十誡、信經和主禱文，聖禮同樣是上帝的道，以及上帝的制訂（ordinance）或命令，而這制訂或命令建立了聖禮的本質與價值，與人的想法或是如何使用的問題無關⁴²。因此，在這兩個聖禮中，上帝的道乃是與外在且可感受的物質成分相連結，並且上帝的道也分別論到聖禮是什麼，以及聖禮賜予領受者什麼，或對領受者產生什麼果效。這是路德聖禮性的信心靈修觀之基礎，因著上帝之道的可靠，所以這兩個聖禮才得以保有其客觀本質和價值。

但是，聖禮真正的領受與使用，並非單憑身體的領受，而是唯獨當領受者相信上帝之道所說或所應許的⁴³。對路德而言，在這兩個聖禮中最為要緊的應許，就是罪得赦免⁴⁴，因為這帶來生命與救恩，並基督為我們所成就之救贖工作的一切福份。因此，路德的信心靈修觀將聖禮視為聖靈用來建立、鞏固、維繫與塑造罪人信心的方法。

雖然路德認為不藉信心領受赦罪，就沒有任何聖潔可言，但他也肯定對基督的真信心，會成長並結出果實，因此也在信徒們裏面帶來持續增加的聖潔⁴⁵。路德認為，當他們憑信心領受聖禮時，其意義和效用就包括了這一切，就是罪得赦免和生

⁴¹ 參見此處與以下：《協同書》300f: 1~14; 394f: 1~10 (BC 359f: 1~14; 362f: 1~10).

⁴² 《協同書》393: 6~395: 22; 403f: 4~19 (BC 456: 6~459: 22; 467: 4~468: 19).

⁴³ 《協同書》300f: 7~10; 305: 7~10; 396ff: 28~46; 405: 33~37 (BC 359: 7~10; 362f: 7~10; 460ff: 28~46; 470: 33~37).

⁴⁴ 《協同書》300: 5~6; 305: 5~6 (BC 359: 5~6; 362: 5~6).

⁴⁵ 路德提到聖靈藉上帝之道「激發和促進信徒成聖，信心與聖靈所結的果實日日長進，天天壯大。」《協同書》374: 53 (BC 438: 53).

命的更新⁴⁶。洗禮就是用來表明，並達成以下之事：舊人死去及罪惡的縮減，並且新人復活及其果效的長成，因此「基督徒的生活無非是日日洗禮，一旦開始而永遠繼續。因為我們必須不斷地清除老亞當的一切，使新人的樣式表現出來」⁴⁷。

再者，聖餐是用來滋養靈魂，使這從洗禮而生之新人的信心得以堅固的糧食：「主賜給我們聖餐禮作為每日的食糧和營養，補養堅固我們的信心，在爭戰中不致退後，反愈戰愈強。因為新生命的本質，必須不斷增長和進步」⁴⁸。因此，信徒每天藉著對基督不斷成長的信心，而活在成為更加聖潔的過程中，而這包括了每天的認罪及罪得赦免。然而，達成全然聖潔的最後一步，卻還未發生，因為這首先是藉著死亡，然後「肉身復活，並且永生」（信經末段的最後部分）而達成⁴⁹。而基督徒則是在這充滿盼望之信心中，等待這事成就。因此，路德的靈修觀乃是一種朝聖與盼望的靈修觀。

最後，關於信經末段，路德如此說道：「這道理務必時常施行。創造已過去，而救贖已成功，但聖靈仍繼續祂的工作直至末日」⁵⁰。因此，聖靈始終是整個靈性生活和信心靈修觀的現今創始者：透過被傳講的福音和聖禮，唯獨祂持續不斷地賜下、加添與強化我們對基督的信心，祂每日藉此傳遞罪得赦免，激發對上帝與鄰舍新鮮的愛心，賜下對上帝誠命的喜愛及持守

⁴⁶ 《協同書》402: 83-86 (BC 466: 83-467: 86).

⁴⁷ 《協同書》400: 65 (BC 465: 65). 亦參見全段：《協同書》400f: 65-73 (BC 465: 65-73).

⁴⁸ 《協同書》405: 24f (BC 469: 24f).

⁴⁹ 《協同書》374f: 57-59 (BC 439: 57-59).

⁵⁰ 《協同書》375: 61 (BC 439: 61).

遵行的力量，因而引發在聖潔上的成長，並且祂最終將透過死亡與復活，使之得以完全。

六、信心靈修觀即持續表露對上帝全然倚賴的認識：主禱文

路德的信心靈修觀乃是禱告的靈修觀。但這並不表示主禱文是唯一該使用的禱文而已⁵¹。對路德而言，主禱文是「最為優美的禱文」⁵²，包含一切我們所需要祈求的，以及一切上帝所願意垂聽的。所有在聖經之內或之外的禱告，都包括在主禱文裏⁵³，並且也都能夠演繹或歸納於它。不僅如此，十誡和信經同樣也包含在主禱文當中。因此路德不僅每天默想十誡、信經和主禱文，也藉此禱告。而主禱文的作用則是做為人對於十誡與信經的回應。要理整體可以、而且也應該用來做為人一生的祈禱書⁵⁴。

雖然主禱文位居要理的第三部分（也是最後一部分），但並非

⁵¹ 事實上，路德在其《小問答》中，緊接於聖禮之後，就是供基督徒家庭所使用之早晚禱文和謝餐禱文，是他自天主教《每日祈禱書》（*Roman Breviary*）改寫而來。參：《協同書》305: 1~307: 10（*BC* 363: 1~364: 11）。可以說，路德和他的家庭禱文以一種基本形式，將他在「修院家庭（monastic family）」所學到之禱告操練，轉移至「俗世家庭（worldly family）」的領域，而他也藉此促進一種以家庭為家的教會（house-church）之結構化的平信徒靈修觀。參：Arand, *That I May Be His Own*, 43f. 96。

⁵² 「直到如今，我仍然像個孩子般地讓主禱文哺育，也如同老人一樣，從中吃喝，未曾滿足。對我而言，這是最佳的禱告，甚至勝過那對我何等親愛的詩篇。的確顯然的，一位真正的大師有創作並教導它。」見：*LW* 43: 200; *A Simple Way to Pray*, 1535。

⁵³ 見 *LW* 51: 180 (*Ten Sermons on the Catechism*, 1528)。

⁵⁴ 參見 Arand, *That I May Be His Own*, 69。

表示它總是而且必定是信徒的日常靈修生活中，最後才出現的部分。如此安排，事實上乃因主禱文被看成是一個有關十誡與信經之邏輯性結果與回應：我們從十誡對屬靈需要有所發現，並對信經提供之幫助有所認知，而十分自然地引導我們通向那作為祈求並領受一切所需、所供應之途徑—主禱文⁵⁵。故，作為請求的禱告預設了兩件事：確認某種需要；相信某一位能夠也願意滿足此一需要⁵⁶。這就是路德對基督徒禱告的基本觀點。

路德總是以主禱文作為勸誡與鼓勵人們禱告所最為必須的。那他如何著手呢？首先，路德強調禱告並非我們的選擇，或是心情的結果，而是上帝嚴肅鄭重的誡命，正如同其他誡命。因此無論我們是誰或我們感覺如何，禱告乃是我們的責任與義務。上帝乃是嚴肅看待祂的命令，以及我們是否順從。的確，如果上帝並不真想善意地回答我們的禱告，那祂也就不會嚴格吩咐我們要禱告⁵⁷。其次，上帝已經賜給我們諸多應許，肯定我們的禱告乃是蒙祂所喜悅，並且確實蒙聽允。因此，祂要求

⁵⁵ 「在我們的情況中，雖有人開始相信，但仍無人能完全遵守十誡，又由於魔鬼、世界和我們的肉體，都竭盡所能反對我們的努力。所以必須不斷呼求上帝，我們的禱告傳入祂耳朵，求祂賜給、保存和加添信心，履行十誡，清除妨礙我們遵守誡命的一切障礙。」《協同書》376: 2 (BC 440f: 2).

⁵⁶ 「祈求式的禱告乃強調信心本身善於接受的性質。在路德對於主禱文禱詞的解釋中，格外明顯。因此與其將禱告視為一種施恩具 (means of grace)，倒不如說禱告乃是信心的途徑 (means of faith)。」見 Arand, *That I May Be His Own*, 164.

⁵⁷ 《協同書》377: 5~6, 8~9; 378f: 17~18 (BC 441: 5~6, 8~9; 443: 17~18).

我們信靠祂的話，而非以不信來羞辱祂，指控祂為說謊者⁵⁸。第三，上帝為要向我們保證如此禱告乃是令祂喜悅，並且必然垂聽，便藉著賜予主禱文，將我們對祂的禱告，放在我們的口中⁵⁹。第四，主禱文賜予我們使用，也是為要帶我們考慮自身及他人的需要，並驅策、催促我們持續禱告⁶⁰。可以說，基督徒尤其是透過禱告，來學習藉信而活的藝術⁶¹。

路德的禱告靈修觀，作為持續表達對上帝全然倚賴之認識，究竟要以何種觀念來理解？如上所述：基本上，路德將禱告理解為人對上帝的祈求，其中預設我們承認某些需要，並相信上帝能夠也願意滿足此一需要。而且，路德看待每個人都是上帝的受造者（甚至可說是墮落犯罪的受造者），處在對創造主永遠且全然的依賴中。因此必須持續地認識、相信，並感受此依賴，同時也用言語陳述出來，無論是藉由祈求或感恩的方式。接下來，我們將以大問答中路德對於主禱文之解釋，進行一些說明。

主禱文的前三禱告關注上帝作為我們的天父。路德認為它們並非指在上帝前的態度、旨意與工作上實現任何改變，而是

⁵⁸ 《協同書》379: 19~21 (BC 443: 19~21).

⁵⁹ 《協同書》379: 22~23 (BC 443: 22~23).

⁶⁰ 《協同書》379f: 24~27 (BC 443f: 24~27).

⁶¹ 筆者鄭重推薦研讀路德於 1535 年所寫之靈修著作〈簡易祈禱法〉（“A Simple Way to Pray”, *LW* 43: 187~211）。當中他分享了一些他個人禱告的掙扎與經驗，並列舉他自己所使用的靈修方法，及具體的例子：首先，路德根據主禱文的每一段禱文，寫下了具體的禱詞；然後分享他自己如何從以下四個角度，以十誡的每一條誡命和信經的每一段來默想與禱告，包括：教導（我應該學習什麼？）、感恩（我能為什麼感謝？）、認罪（我必須承認何種罪？）及禱告（我要祈求什麼？）

在祈求上帝以祂的存有與態度，成為「我們的上帝」，以至於在我們裏面，並在我們當中，成就祂的旨意與工作⁶²。因此，無須我們的禱告，祂的名本身即為聖，但我們祈求這名在我們中間得尊為聖；無須我們的禱告，上帝的國的確自己降臨，但我們祈求祂的國也臨到我們；無須我們的禱告，上帝的旨意必要成就，但我們祈求祂的旨意在我們中間成就。就這個與上帝相關的特殊觀念來看，祂的名、祂的國以及祂對我們的旨意，前三禱告確實就是祈求前三誡的實現，並且也是祈求我們得以領受上帝所賜予我們之作為與恩賜，一如信經中所提及的。既然唯有上帝才能成就這些，那麼祈求就是承認對上帝之依賴，並個人對祂之信心的表達了。

在路德的理解中，第四禱告關乎我們身體、俗世、地上生活之一切需要，也包括了一切為要擁有、維持與享用這些，所必須之事物⁶³。因此，此一禱告處理所有受造界的恩賜，並包含一切源自於自然與前述創造之律，亦即在家庭、公民或政治事務，以及在推動與保護人類生活之勞動與商業領域中之上帝誠命的維繫，祈求賜福⁶⁴。因此，此禱告乃是與十誡的第二塊法版（即第四至第十誡），以及信經首段息息相關。雖然許多人將上帝之創造恩賜視為理所當然，因為即使不虔之人也是每天領受這一切，但路德深知在這一切之中，都是上帝恩慈、不求報償的良善，以及我們持續不斷對創造主的倚賴，因此我們必須

⁶² 詳參前三禱告之具體解釋：《協同書》297f: 3~11; 381: 35~386: 70 (BC 356f: 3~11; 445:3 5~449: 70).

⁶³ 《協同書》386: 71~72 (BC 449: 71~450: 72).

⁶⁴ 《協同書》386f: 73~79 (BC 450f: 73~79).

每日不斷地以第四禱告祈求⁶⁵。

對我們而言，第五禱告乃是每天最需要的禱告，因為它和我們與上帝及鄰舍的關係，直接相關並產生影響。既然我們所有人每天都犯罪或被得罪，那麼我們確實需要的，無非就是不斷地被赦免與赦免別人⁶⁶。顯然，罪得赦免是對於我們違犯十誡的回應，並且透過信經次段與末段，罪得赦免才是可能的。唯有罪確實被上帝所赦免，才能獲得平安的良心，並在我們裏面生出信心與喜樂的心來禱告⁶⁷。路德認為，我們被上帝所赦免，以及赦免別人，乃是一體兩面：既領受上帝的恩典，也分享上帝的恩典。我們領受向上帝所祈求的，乃依靠我們也同樣願意分享給其他人⁶⁸。因此，第五禱告位居整個基督徒信仰與生活的中心，正如我們藉信心領受上帝賜予我們的恩典，並且透過愛，將之分享給我們的鄰舍。

第六和第七禱告，則與信徒生活乃持續遭逢危機有關。因為，雖然信徒已經藉由赦罪獲得好的良心，並且此刻感到安全，但仍必須防範各樣肉體、世界與魔鬼的試探與攻擊。人會被邪情私慾、言語行為所試探，或是忽視或懷疑上帝的話語和作為，而落入自以為安全或沮喪中，甚至陷入罪惡或不信⁶⁹。同樣，信徒也必須預備經歷各樣邪惡、悲慘的痛苦，及在服於魔鬼國度之下的敗壞世界中之傷痛⁷⁰。因此，基督徒每日生活在這三

⁶⁵ 《協同書》387: 82~83 (BC 451: 82~83).

⁶⁶ 《協同書》388: 86, 91 (BC 452: 86, 91).

⁶⁷ 《協同書》388f: 89, 92 (BC 452f: 89, 92).

⁶⁸ 《協同書》389: 93~95 (BC 453: 93~95).

⁶⁹ 《協同書》389f: 100~104 (BC 453f: 100~104).

⁷⁰ 《協同書》391f: 115 (BC 455: 115).

大強敵（肉體、世界和魔鬼）的攻擊、折磨和邪惡之下，「我們更要時刻呼籲祈求上帝，以期祂不讓我們疲倦不堪，以致重陷罪惡、羞恥和不信中。若非如此，我們則連最輕微的試探也不能克服」⁷¹。縱使試探、攻擊和折磨無法傷害相信之人，卻仍必有益於正面的目的：藉由感受我們對於上帝持續不斷之保護與拯救的需要，我們能夠學習禱告，並經歷上帝的幫助⁷²。因此，對上帝之全然倚靠，以及我們殷勤禱告的需要，未曾結束。

然而，按照路德的看法，每一個真切有效的禱告，都必須以全心全意所加上之「阿們」：「即不疑惑我們的禱告必蒙垂聽」⁷³，作為結束。如此的信任與確定，做為一種真信仰的特徵，並非在個人身上被發現，而是基於上帝的應許⁷⁴，亦即基於上帝在耶穌基督裏的工作與賞賜，也就是說，唯獨耶穌基督是路德信心靈修觀的根基。

⁷¹ 《協同書》390: 105; 391: 109~111; 392: 116~118 (BC 454: 105; 455: 109~111; 455: 116~456: 118).

⁷² 見 LW 51: 181 (*Ten Sermons on the Catechism*, 1528)

⁷³ 《協同書》392: 119~120 (BC 456: 119~120).

⁷⁴ 《協同書》392: 121~124 (BC 456: 121~124).

正教會靈修（下）

盧 德

本文作者由歷史沿革出發，首先肯定基督宗教靈修傳統乃建基於同一根源上。即使由於政治、地理、種族、文化、語言、地方風俗習慣等差異，使東方教會的基督徒逐漸發展、並保留他們獨特的靈修傳統與特色。作者進而為這一體多元化的靈修特色整理出六大重點。然後深入兩大靈修典範—耶穌禱文與聖像敬禮，提供具體的屬靈操練方法。本文上篇載於《神學論集》159期（2009春）106~126頁。

四、聖像的靈修學

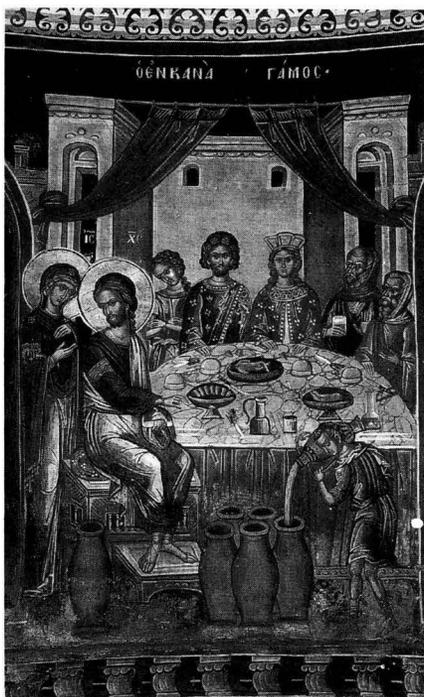
「對正教會而言，聖像是一種生活態度、特有的精神特質與風格，同時也是真理和教導中最精華的部分。這些在聖像主題與元素上，就能非常清楚地顯示出來，像是基督的復活、顯聖容、基督以天父形像降生於世、人以天主肖像受造、聖徒如基督的面容出現、教堂是聖三的具像呈現、聖事禮儀、隱修制度、非受造之光……全都隱藏在聖像裡。……根據基督的話：『人看見了我，就是看見了父』（若十四9）。每件事物都引領人至原型的方向。¹」

¹ 原載於 Lakovos Mainas〈聖像畫的新語言〉一文。此處參照：聖約翰修道院修女們著，《您對聖像畫有何了解？》（台北：台灣基督正教會，2006），130頁。

(一) 聖像的意義

聖像，如一本樸實無字的聖經；是冥想者與藝術鑑賞家之視覺神學；是神人兩性之奧秘、聖言的呈現；恩典的媒介者；聖潔的美德；絕美讚頌之歌；透露著天堂的曙光。具體而言，正教的聖像神學，有如下重要的意涵²：

1. 福音的語言：聖像繪畫者描述聖經中的世界，正如 L. Uspensky 曾言「聖經中的文字是一幅畫，畫出來的圖像也是文字」（見右〔圖二〕迦納婚宴，此聖像即福音書的圖畫版）。
2. 聖事禮儀乃至事奉的語言：聖像將聖事禮儀中的奧秘，予以視覺化，以幫助人生活在正教的禮規中，活出所領受的恩寵。



〔圖二〕迦納婚宴

3. 讚美聖詠的語言：每一幅聖像，都如詩歌般地詠唱，讚美上主之聲繚繞頌吟不停。
4. 教父與聖徒的語言：以教父的訓誨所作的圖像式紀錄，這

² 同上，6~10 頁。

些聖像畫也如同「一本會說話的書」，鞏固我們的信仰，也與其對話，帶來神聖事物的益處。

5. 教義的語言：當人凝視畫中人物，超越感官之上的價值與真理，亦傳達了圖像性的神學，如聖三論、基督論、人學、聖母論、恩寵論等等，全包含在聖像畫的系列中。
6. 導師的語言：聖像引領我們「培育內在基督」，如同諄諄教誨的靈修導師，積極陶冶我們，效法基督以及歷代聖人，同時也藉此向聖人祈求代禱。
7. 教會的語言：藉由聖像，天上的教會、旅途中的教會、煉靈的教會，彼此交流、共融，全然連結並歸於天主之中。也因此之故，聖像在教堂內的布置，都有順序和配置上的整體系列安排，以顯示教義、禮儀、歷史上的價值與優先次序。

簡言之，聖像具有兩大構成元素：其一是藝術，且是禮儀性的藝術；其二是神學，包含教義與真理。每一幅聖像，各有不同的風格、也有專門的技巧；不過，它們卻都具有一致性的表達形式，因為聖像所要表達的，就是「原型」。Photios Kontoglou 解釋道：「這種藝術，是一種畫出來的神學。它並非表現出聖徒外在的模樣，而是他們的精神，以及他們在天國中不會沈淪的特性」³。

（二）用眼睛默想、以直觀意象進入右腦的靈修經歷

既然聖像是不用文字的神學，當然它就不是為做理性分析、而是採取直觀意象的方法，吸引我們在觀看聖像時，便直

³ 同上，28 頁。

接進入右腦的靈修體驗中。因為它們超越語言、無需使用理性，也不會產生衝突，可以心無雜念。這就是正教靈修的特質，也就是由用腦到用心的歷程。雖然開始時，理性和思考仍為必需，但是愈看愈親切，慢慢便會進入我們的心，進而進入我們的整個生命中。

這種用眼看的神學和屬靈經驗，其秘訣和「耶穌禱文」一樣，就是不斷的重複。因此，聖像最好掛在我們每天都可以看到的地方，包括我們工作之處。藉著重複觀看同一幅聖像，它進入而停留在腦海中，到了一個地步，它已內化成為我們的生命和生活態度了。也因此，聖像成為「通往天國榮耀的窗戶」。

每一幅圖畫都是一個象徵，帶給我們各種不同的意義與作用，進而帶領我們走向天國。聖像之所以能帶領我們進入天國的榮耀，先決條件就是不能挑起我們天然慾望的衝動。這就是為什麼繪畫聖像的人故意避免流於表現主義的原因。文藝復興及其後的畫作，為將人的感覺和情感充分表達出來，以使人們與繪畫者產生共鳴，因而畫得非常寫實，但其目標卻只在強化人的感覺，而非將我們引領到更崇高的嚮往中。反之，正教的聖像風格，在於描繪不屬於此世的景象，因而在風格上也扭曲了原先肉眼所見的自然事物，帶領我們到達不存在於此世的空間維度中，進入屬靈深度的真實內在⁴。

譬如，耶穌釘十字架的聖像，不把耶穌畫成很痛苦的樣子，反而顯得莊嚴和神聖，帶有超現實的味道。正是這樣的風格，得以承載超現實的神聖性，將我們轉化至另一個神秘而肉眼無法覺察的境界，而體驗到上主的慈悲和神聖。這種藝術形式的

⁴ 同上，15頁。

本質，絕非表現主義，而是要觀看者超越感官，提升知性的領域，從肉眼的欣賞，轉為心靈的視覺，簡言之，就是將剎那化為永恆。

當然，為達到這樣的靈修目標，繪畫聖像有其必須遵循的原則，以及使用象徵的意義。以下便針對聖像是如何被「寫」⁵出來的，它的象徵意涵和語言，又傳達了什麼訊息給我們，分別來說明其寫作質素與預備。

(三) 寫作「聖像」的屬靈質素和預備

首先，必須謹記在心的是，聖像中的人物角色都是神聖不可侵犯的。其次，欣賞聖像也千萬不要落入形式主義或構圖顏色等的窠臼中。有此正確的基本心態，才不致於產生偶像崇拜的心理，也才可能引領我們脫離凡俗生活，接受聖像的引領，進入真、善、美、聖的境界中。

1. 聖像構圖的元素

I. Vranos 在《聖像畫理論》一書中強調，每一幅聖像都包含著「恆常元素」與「等同元素」。前者是指教會傳達基督教義的部分，因而是永遠不變也不可違背的要素。後者則可依繪畫者的領悟、才華、對於美學不同的詮釋與創造力，展現不同風采，因而可有差異性。舉例來說，在下圖「天使加俾額爾向聖母預報基督降生」中，便包含了：

- 恆常元素：天使加俾額爾（祂的問安與祝福、祂的特徵如翅膀等）；聖母（紅色覆蓋半身的頭巾、三顆星、藍色頭巾、藍色內袍

⁵ Iconography（聖像畫）一字，其中的-graphy 原意即為「寫」。參同上，14 頁。

等)。

- 等同元素：建築物、位置、姿勢與動作、衣服的皺褶、光線、不同物體的色彩等。



〔圖三〕天使加俾額爾向聖母預報基督降生

雖然隨著時代演變，正教歷史中也曾出現過不同學派、技巧、風格等，逐漸被傳統所接受與同化，但聖像的形式絕不會劇烈變化到令教會感到陌生的地步，或引發巨大的爭議。正如 S. Ramfos 在〈光之衣〉一文中所言：

「聖像畫家保存並傳遞的這個部分，並非來自他本身的創作……他的作品中傳達出越多對真理的服膺，作品就

會有更多的美感。這種以謙遜而達到的藝術成就，並不需要僵化在某處的精神狀態來完成，而是精神因對成就感的渴望所被提升到一個高層境界。⁶」

2. 傳遞上主的訊息與寫作聖像者的屬靈質素

寫作聖像的繪者不單講求技術，還要能夠深刻傳達內心的意境。此即意在筆先，寫出來的聖像才能真正傳遞上主的訊息。為此，聖像的繪者不是普通的畫家；在正教會傳統中，寫聖像的繪者必定是奉獻終生的修士。他們在寫聖像之前要有充分的靈修和預備；而寫聖像的過程，也表達他整個的屬靈生命。

然而，不同於西方藝術作品，創作者本人通常表達極強烈的性格特色、作者的掙扎與痛苦、內心的情慾或情緒等；正教會的藝術品則全然不同，作者本人完全地退隱，觀畫者看不到屬於作者本人的性格，聖像畫裡也從來沒有作者的簽名。這種「祂應該興盛，我卻應該衰微」（若三 30）的精神與態度，在聖像中徹底顯明。不過，也正因聖像的目的，完全是為了傳達天主，而天主是為了人，因此默觀聖像得以提升人的靈修質素。畢竟，「聖像畫不是要提供一個邏輯上的、上主的完美形像，而是提供一個生動的途徑，召喚觀畫與畫中人物的原型與實體，進行立即的交流」⁷。

最後，為通傳上主的此目的，聖像繪圖的整個過程，可謂是一個聖事禮儀；而且，從沒有背景的畫版中，將耶穌基督繪畫出來，這過程可說是「道成肉身」的過程。繪畫首先要有畫架、畫版，但它不是一塊平板，而是已經有邊，象徵保護天主

⁶ 同上，87 頁。

⁷ 同上，147 頁。

形像。其次，繪畫的程序首先是黑或深的底色，然後由最深色開始畫至最淺色，一層一層將光明的色彩塗上。因此之故，很多聖像經過一段時間之後，會變得愈來愈深色，這是因為表層淺色的部分脫落之後，底層的深色便突顯出來。這個歷程，表示黑暗是生命的起始點，但透過天主的出現，愈來愈光明。最後，榮耀之處貼上金片，表示絕對的光輝。這種由黑暗進入光明的聖禮的過程，表明天主的光、主的臨在，親自在這聖像顯示出來了。

整體而言，聖像整幅的圖畫都給人靜態的感覺。這種靜態代表平安。縱然要給我們屬靈生命的感動與震撼力，也是慢慢來的。西方油畫的終極點往往都是在畫的後面，但是聖像的終極點卻在前面，要人用靜觀的心，與聖者溝通。因此，靜觀聖像，是靈修的歷程。

(四) 靜觀「聖像」的靈修經歷

由於聖像強調的重點，皆有神學的基礎，而以聖像作為表達的象徵，因此「拜占庭藝術的特色，完全不是自然的，而是屬於敬拜禮儀的、象徵的，而這些都是屬靈的」⁸。為此，我們必須去學習隱藏在象徵背後的意義，不僅是對作畫的風格、特色、象徵符號等有更深一層的了解，進而欣賞它們，並且還要進入它所帶領我們前往的、超越現世的實境。

1. 形象

- 身體：身體的部位和線條，被描繪得如同羽毛般輕盈，而包覆的衣裳也只製造少許的皺褶，因此，聖像不會讓

⁸ 同上，24 頁。

觀者聯想到生理解剖的結構，而是要我們引導視線向內觀看。此外，被釘於高架上的聖人，通常只出現上半身，以此表達祈禱者和禁慾者的模樣。評論家認為，聖像畫裡的聖人好似不具生理的機能，運用這種「無機」的繪圖技法，既生動又含蓄地表達了聖人事蹟，亦即他們犧牲奉獻自己，從而領受聖神的事實；此外，也透顯他們求道的堅定意志，使無論聖人或觀者，都不會看到感官逸樂，譬如耶穌的身體雖無穿著，卻不給人性感的衝動，實際上他們甚至連維持基本的生命條件都沒有。即使是裸體，常在觀者心中注入悔罪感或內在省察，它們表達「墮落時代出現的神蹟」，每個人事物在聖像中，都是神聖、樸實、莊嚴而潔淨的。

- 衣裳：古老的服飾，並非要裝飾身體，而是妝點靈魂。從衣紋觀之，便看不出世俗的動力，而是突顯超現實意義，表達靈性的脈動。而身體的線條經過寬袍的衣裳所包著，表示不受現實世界的影響，突顯經過轉化的靈魂，發出清澈的亮光。
- 面孔：顏色較深，多用棕櫚色，代表土地，不斷提醒我們，人是屬土地、是有限的。不過兩邊的顴骨較高，由此看到的面頰，代表有生命的勁力。
- 表情：差不多每一幅聖像都有類似的表情，因為它們都是要表達同一的對象。
- 眼睛：大而有神，表現出靈性的強度，因為他們已親眼看到偉大的事物。繪者故意運用超現實畫法，使聖像中的聖人多數是大眼注視著你，炯炯有神，是正與你溝通。
- 前額：寬而高，且多數較大而突出，帶有些微失真的表

現，表明它被沈思默想所占據；又因為額頭承載著腦袋，也代表智慧和能力。

- 鼻子：比普通的較長、較窄，因為它不是為呼吸世間的氣息，而是嗅聞屬靈的、天主聖三的芬芳。配合視覺上面孔的莊嚴，也突顯它靈性的神聖。
- 嘴巴：嘴唇通常被鬍鬚所覆蓋，即使被描繪出來也畫得較小，這表明畫中人物只攝取身體所需最小量的食物，甚至「毋需塵世的食物來餵養」（St. Symeon），因它已成了神聖的器官，它的存在是為吟誦讚美感恩上主，並給予親切安祥之吻。
- 脖子：較粗大，是呼氣的地方，表示聖像把生命之氣賜予你，所以充滿生命能力。
- 耳朵：通常都看不見。縱然看見，都是向內彎的，表示耳朵不聽世界的說話，只聽內心的說話，或是隱藏著只聽上主在內心對他說的話。
- 手與足：通常手指是超乎比例的大，整隻手有時甚至和頭一樣大，這是為突顯它拿福音的動作，也表明它所指向的那一位是更偉大的主。打開的手掌，表達殉道者拒絕偶像崇拜；不過對聖母和洗者若翰，則象徵祈禱的立場、姿勢。

2. 顏色

正教的聖像畫中，存在著反自然傾向，經常可見如紅色的馬、紫色的石頭等，與自然寫實的畫風格格不入，用色也呈現出具有象徵性和神秘的特質。畢竟它所要傳達的，是精神上的、永恆價值的訊息。為使靈魂能向神聖的世界敞開，在色彩的組

合上，不是由雙眼、而更是由深層精神上，被潛意識、為心所接收。因此，聖像藝術的用色，大致可整理如下的象徵意義：

- 白色象徵純淨的光，代表永恆、純潔。
- 黑色是神秘而深奧的；有時作為背景，也代表黑暗勢力。
- 青綠色代表清新、澄澈；綠色是希望和安寧的顏色，用來表達生機、屬靈生命的再生。
- 橙色代表神聖的榮光與宏偉。
- 紅色代表熾熱的情感，與神秘本質的溫暖；有時用作表達血、代價和愛。
- 藍色代表天空、深度和盼望；天空藍尤其傳達天堂之光的榮耀。
- 紫色代表權能。
- 棕色代表屬於土地、是卑微的。
- 黃色代表光輝；金色代表絕對的榮耀。金黃色的背景，象徵聖人已在天主聖三的維度中，超越了時間、空間，如同置身於火般熱烈的天堂，也是聖神光芒的所在。而圍繞在聖者頭部的金色光暈，則表示聖人享有「非受造之光」所予的智慧，及與天主之間親密的關係。

此外還值得一提的，是聖母與耶穌的兩聖像畫：前者是「人成為神的母親」，她在生產耶穌之前、之中、之後，都無玷原罪（由聖母頭上的三顆星來象徵）；後者則是「天主取了人性」，是神人兩性一位的天主子。因此在涉及聖母與耶穌的兩聖像畫中，分別以青色象徵天主性、紅色象徵人性。聖母衣著外紅、內青的兩色，代表她是「人成為神的母親」；耶穌衣著則是外青、內紅的兩色，代表祂是「天主取了人性」。本文限於篇幅與黑白稿之故，不克在此圖文並茂來說明，請讀者參閱 292、

296 頁的兩幅聖像。

3. 光線

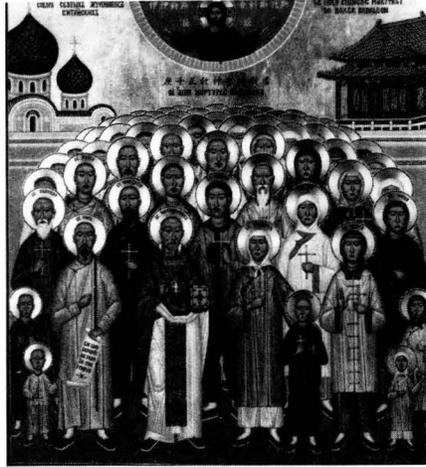
衆所周知，正教神學以光比擬天主、以黑暗比擬魔鬼。聖像中的光線，是「自上而下，由內而外」發出的，帶有一種和平、寧靜、喜樂、永恆的特質。因為它不是來自太陽的自然光，而是來自天國、來自空無。宇宙萬物皆沐浴在這光芒下；而當我們的血肉之軀與這道光結合時，靈魂與聖神合而為一，我們也將與基督一樣「變容」（transfiguration），從原本屬肉體的轉而成為屬靈的。

這就是為什麼拜占庭的肖像畫中，光線照射在臉部中央，臉龐四周則籠罩陰影之故，它能突顯光線與主題的融合為一，亦即：光線的發散不受自然律的規限，相反的，繪者創造光線，因為造物主存在於萬事萬物的中心而發出光。同樣，在神聖榮光的反映之下，我們也能在自身見到這光，它以單純溫和的光芒映照我們、與我們統合，也在我們的靜觀祈禱中，在我們心中如泉水般湧出、如火焰般燃燒。

4. 天使、天上的聖徒

- 睫毛與眉毛，象徵天主所顯大能，對信徒的守護。
- 年輕的外表，是旺盛、持久的生命力。
- 肩膀與手，表示富有創造性與活力的行動。
- 足部顯示移動與激發的特質。
- 翅膀表示天國的高度，其輕盈顯示能完全在空中遨遊。

- 手持的杖，表示莊嚴、高貴，也是所有受造物中最神聖的。
- 太陽穴邊的髮帶，表示智慧的純潔，如一頂冠冕，純真而神聖地包圍著天使們。而頭髮被髮帶繫住，意指祂們不會心猿意馬，而只專注神聖且重要的事上，祂們的思維總是投注在上界。



〔圖四〕中國殉道聖人

結語

本文介紹正教會靈修，從一開始的歷史沿革中，便已清楚指明基督宗教的靈修傳統，乃建基於同一根源上。教會本無東西之分，即使因著政治、地域、文化與風俗民情等的差異，使得教會邁向多元化發展，形成東西方各擁自己的靈修傳統與特色，但無論如何，「只有一個主，一個信德，一個洗禮」（弗一 23）。基督是教會的元首，「這教會就是基督的身體，就是在一切內充滿一切者的圓滿」（弗一 23）。

曾有人戲稱：有「東」就有「西」，如果我們不經意地使用「東正教」的稱謂，那麼與之相對的，豈不成了「西公教」？！這種劃地自限、井底窺天的狹隘胸襟，不僅違背基督是教會元首的信理、違背聖經的教導、也違反大外交談的精神，而且，損失最大的莫過自己，因為正教會豐富的靈修傳統，留傳給我

們天主豐厚的恩寵。本文第二部分介紹正教會的靈修特色與重點，正在在顯明了祂旨意的奧秘。今天我們透過靈修的交流，所見所聞已不只是正教會傳統的眞、善、美、聖，而且得以具體操練「邁向天主化之路」的靈修旅程。

本文第三部分介紹耶穌禱文、第四部分介紹聖像靈修，兩種靈修典範都帶領我們超越時空的限度，進入「非受造神光」的氛圍中。在今日強調身心靈整合的全人靈修中、也在教會內強調的合一共融中，正教會確實是天主獨特的奧秘與計畫，爲所有基督徒保存了靜觀靈修的神恩。

「的確，天主豐厚地把這恩寵傾注在我們身上，賜與我們各種智慧和明達，爲使我們知道祂旨意的奧秘，是全照祂在愛子內所定的計畫；就是依照祂的措施，當時期一滿，就使天上和地上的萬有，總歸於基督元首。」（弗一8~10）

《正教導師談祈禱》

伊拉里翁總主教 電視演講：愛西里爾 譯
輔大神學叢書 87；光啓文化事業 2009 年 6 月初版

本書簡介

健康的靈修生活，能讓每個人有更圓滿、有意義的生活。正如聖教父們所說的：「祈禱是靈魂的血脈和活力」。人總希望得到他人的關心和支持、與他人來往並建立友誼和愛的關係。但有誰能比天主給我們更多的愛和支持？天主就是愛，是愛和幸福的圓滿。祈禱是人與天主直接來往之路。透過祈禱，人體會天主的臨在；祂邀請我們融入祂的生命，以此得到平安、光芒和意義。

本書以卅二講題幫助讀者對祈禱的意義和方法，作初步的了解。每個論題皆為主教祈禱和牧靈經驗的精華。藉由本書，一邊閱讀、一邊祈禱，期望我們能與天主建立更密切而圓滿的關係，並回應祂對我們的愛。祈禱既是生命中不可或缺的部分，且讓我們總是站在天主面前，與祂一起面對生活上的一切處境，而不再覺得孤單、空虛或無力感。

作者簡介

伊拉里翁總主教【Archbishop Hilarion (Alfeyev)】，1966 年生於莫斯科，牛津大學哲學博士、巴黎聖謝爾蓋正教神學研究院神學博士，現任弗里堡大學（瑞士）副教授，主要研究領域為東方教父作品。論文著作超過六百篇，包括三十本信理神學、教父學、教會歷史、教會在當代社會等方面的書，並編寫音樂作品。



《正教導師談祈禱》推薦序

劉錦昌

受業師胡國楨神父交待，以基督教牧師的立場，在推廣靈修生活祈禱的觀點下，來為本書寫序，為徒的只能遵命是從。手中這本《正教導師談祈禱卅二講》，正是一本教人如何祈禱頗為實際的手冊，乃當代著名的正教神學家 Archbishop Hilarion (Alfeyev)，這位俄羅斯正教會 Volokolamsk 總主教區的主教，在電視上的系列演講，所翻譯出來的靈修作品。

總主教正值中年創作之期，擁有牛津大學哲學博士、巴黎聖謝爾蓋正教神學研究院的神學博士學位，是一名多產的神學家，專研東方教父的作品；雖然是神學家，並且學術背景極佳，卻以十分平易的話語，向一般信徒介紹祈禱的理念和方法。

總主教針對四項有關祈禱的基本問題提出回覆：(i) 何謂祈禱？(ii) 如何祈禱？(iii) 為何祈禱？(iv) 向誰祈禱？並且介紹了《耶穌禱文》和《天主經（主禱文）》的意義。首先，他開宗明義地說：「祈禱是遇見有生命的天主」，當信徒在「向基督的祈禱中」，「透過基督的人性」，使「我們發現了天主」；祈禱最重要的就是「永遠保存侍立於天主前的狀態，也就是與天主同在」。總主教認為，祈禱是一種生命對話，透過祈禱，我們可以更了解上主，祈禱是將自己調整到「與上主相同的音準」，將我們的生活、靈魂的每一根弦，與上主完全和諧，如

此便會自然流露出祂的生命。

總主教對於信徒應何時祈禱的問題，指出須如同保祿宗徒所說的「不斷祈禱」。若能整天禱告，無論情境如何都保持祈禱，並多加利用片刻的時間來祈禱，則會感受到自己祈禱中的生命。總主教提倡短禱，他認為稅吏的一句話、十字架旁的右盜也只說了一句話，就得救了；簡短的祈禱可讓人保持專心，因「天主不需要言語，而是人的用心」，祈禱的言語若未深達我們內心，就更到達不了上主那兒。祈禱是靈修生活的指標，要讓自己的生活，與祈禱相當一致：「生活要符合祈禱，祈禱能輔助生活」，最好是「依福音書而生活，……按福音書而祈禱」。

在祈禱的方法上，總主教指出最好先站立靜默片刻；然後聚精會神（心神平靜後）誦念「因父及子及聖神之名，阿們」；然後再站立靜心；接著才禱告。「祈禱應當發自內心的沉靜」。他也建議使用祈禱手冊（經本）。總主教也教導信徒要規律性地每日誦念祈禱經文，並且心向上主，只要注意力不分散，即使五分鐘的早禱、晚禱，已足以使人成為真正的基督徒。祈禱是需要學習的，祈禱前就應預備擺脫一切會阻撓禱告的事物，若體會到內心藉由祈禱而有所改變，生活便會愈來愈不一樣，祈禱的果效是可以感覺得到的。

總主教同時提出，身體在祈禱中的作為。鞠躬對於祈禱會有莫大幫助。為身邊的人祈禱是重要的功課，甚至要為仇敵祈禱。家庭中共同的祈禱可使家人團結，從小就在家庭中培養祈禱氣氛，對一個人生命幫助極大。教會祈禱提供我們祈禱的作息與方法，教會中使用的祈禱文非常豐富，可幫助信徒學會祈禱。「祈禱是一所學校，不僅教授祈禱，也教導如何度靈修生

活」。為真正學好祈禱，一旦發現祈禱中有雜念，要無情地隔絕掉，而短禱可以有助於此。

耶穌禱文乃最好的短禱方式。十九～廿二講便是有關《耶穌禱文》的教導。廿三～廿九講是關於《天主經（主禱文）》的教導；最後一講則提醒我們，「沒有祈禱就無所謂生活，而天主教和教會外也沒有救恩」。總主教此一警語，聽在宗教交談風潮高漲的今日，也許很多人會覺得他保守，但以基督徒的祈禱觀點來說，未嘗不是一次發人省思的時機。基督徒的祈禱與其他宗教的祈禱，實有極大的區別，保祿宗徒深知：這是聖神在我們內，帶領我們呼求的祈禱！

看過 Anthony Bloom 這位俄羅斯正教會主教的祈禱書籍者，一定會體會這位「生活在祈禱中的人」，對祈禱深入的體會。眼前總主教這本《祈禱卅二講》，給人同樣的感受。淺顯易懂，且步步引人進入祈禱核心。但願總主教從上主所領受的靈修生命，以及對祈禱的教導，能開啓尋道者內在生命的首頁，從此寫下自己豐盛的生命記錄。

東西基督靈修傳統交會在台灣

《正教導師談祈禱》編後語

胡國楨

前 言

一年多前，愛西里爾把他自己翻譯好的這本《正教導師談祈禱卅二講》的初稿拿來給筆者過目，打聽是否有在台灣出版的可能性。愛西里爾是俄羅斯裔的加拿大公民、基督正教會的信友，目前在輔大神學院神學系就讀。

筆者近十多年來，在輔大神學院及宗教學系所開設多門有關基督宗教靈修學史及中國基督徒靈修的課程，也在基督宗教教會學的課程中倡導大公主義合一運動。翻閱愛西里爾的初稿後，覺得把這本小書介紹給當今華語天主教世界中的讀者，相當合適，也很應時。本書是俄羅斯正教會 Volokolamsk 總主教區的主教，用極為精簡易懂的話語，向平信徒介紹祈禱的理念及方法。

當今，不論在歐美的天主教圈子裏，還是華語天主教世界中，靈修導師們都愈來愈看重來自東方教會「心禱」的靈修傳統。

東方靈修傳統的特色：心禱

「心」在東方教會靈修傳統裏佔極重要的地位，東方靈修

也可以稱為「心的途徑」¹。當代這「心」字被濫用得大為貶值，爲了明白「心」的真正意義，必須回歸到聖經傳統²。按照聖經傳統，「心」不但指人的情感或情緒，也代表整個人的統一與中心。它是人精神與肉體的連結，是理智、意志和一切官能出發的根源，爲此「心」是人思想、願望和情感的整合。「心」也是整個人最內在的部分，代表人的「真我」；能夠辨別善惡、作倫理的抉擇。

聖經稱人心爲無底的深淵，理由是人心擁有無邊際的視野，具有超越的能力；對靈性價值無止境的開放，對真、善、美有無盡的渴求。最重要的是聖經把心比作天主的聖殿或至聖所，天主親自住在那裏。在這聖殿內，人能直接與天主會晤，聆聽祂及向祂回應，與祂談心。「心」也是人存在的根基，在那裏人本身就是天主的肖像，與肖像的原型（即天主）面面相對。爲此，當我們開啓自己的心門時，透過這同一門徑，我們可以發現真正的我，同時也找到天主的臨在。

祈禱必須把理智及思維帶到心中，如果僅留在理智層面，人便只能思考及知道一些有關天主的事情，無法認識天主本身；必須進入自己心中，才能接觸到天主自己。當我們把理智帶到心中時，它便會停止忙碌的思考，而成爲寧靜的專注。所以，在祈禱時進入內心的聖殿，在靜默中專注並體驗天主的臨在，這就是東方教會靈修傳統所稱的「心禱」。

¹ 有關「心」在東方教會靈修中的重要性，參閱：Elisabeth Behr-Sigel, *The Place of the Heart: An Introduction to Orthodox Spirituality*, (Torrence, CA: Oakwood Publications, 1992).

² 參閱：黃克鏞，《心靈流溢：禮儀以外的祈禱》（香港：教區禮儀委員會，2000），37~65頁。

「知己」及「配偶」模式的靈修型態

有研究基督信仰靈修學史的學者，將基督信仰的靈修型態分成四大傳統³。自古，希臘教父靈修傳統的目標，比較把重點放在達成人與天主面面相對，彼此間的一切「盡在不言中」，靈修者要與降生為人的基督，成為「知己朋友」⁴。這靈修傳統的聖經基礎在耶穌對門徒所說「你們如果實行我所命令你們的，你們就是我的朋友。……我稱你們為朋友，因為凡由我父聽來的一切，我都顯示給你們了」（若十五 12-15）。「在聖像前祈禱」及「用耶穌禱文做心禱」正是這靈修傳統的精華表現，以達到知己面對面時的「盡在不言中」境界⁵。請參閱：本書第十講（22-23 頁），以及第十九～廿二講（44-51 頁）。

人間世界上，知己朋友是平輩間的最親密關係的一種，由希臘教父傳承下來的東方教會靈修傳統就是把天主與人的關係，在靈修的途徑上，以「知己」做比擬來描述。由拉丁教父傳承下來的西方教會靈修傳統，也有類似把天主與人的關係，是以平輩間的最親密關係的一種來描述的特色；他們不是以知己朋友，而是以婚姻生活中的「配偶」來描述。

拉丁教父靈修傳統的目標，比較把重點放在天人之間產生「浪漫溫馨愛情」⁶，靈修者要成為「基督的淨配」。他們經常盡可能地把天人關係中的高峰經驗描述成：透過誦讀聖經，讓

³ 溫偉耀，《追求屬靈的得與失：評基督宗教靈修學四大傳統的優點與危機》（香港：基督教卓越使團，1998）。

⁴ 同上，141~182 頁。

⁵ 參閱：盧德，〈正教會靈修〉《神學論集》159 期（2009 春），106~126 頁。

⁶ 溫偉耀，前引書，13~56 頁。

理智昇華，把聖經的言語從意識層面提升到潛意識之中，最後達致完全渾然忘我地與天主聖言結合，我自己已不再是單純的自己，已經跟天主間成爲猶如夫婦關係中的「你中有我，我中也有你」的境界了。自從聖本篤提倡「聖經誦禱」（Lectio Divina，有人譯作「祈禱式讀經」）以來，熙篤會（伯爾納德）、革新的加爾默羅會（大德蘭、十字若望）等的靈修導師們都很重視《雅歌》。

上述兩種靈修傳統，不論是以「知己」，或以「配偶」關係來比擬天人關係，都強調在寂靜中的「默禱」：「耶穌禱文」如此，「聖經誦禱」亦然。兩者都強調要超越理智和情緒，以整個「心」來跟天主交往，希望達致天人間有若「知己」或「夫妻」關係的境界。近年不少靈修導師已經把這兩傳統（默禱及讀經）綜合得很好⁷，這是基督宗教東西靈修傳統合一的事實，可以促進分裂教會合一的先聲，本書以中文出版也會給中文天主教會中渴望得到靈修輔導的教友們，多一個指導原則。

「父子」模式的靈修型態

西方基督信仰世界從馬丁路德及加爾文等人的改教開始，在新教主流教會的靈修傳統中，把天主視作一位崇高、威嚴的父親，鼓勵靈修者要在天主父親形象下，成爲一位重視理智上的「順命兒女」⁸。

馬丁路德的靈修體驗，是人本來一無所有，並且因爲得罪了神而活在充滿罪惡感及怕被懲罰的恐懼之中；在這恐懼的氛圍中，神白白賜恩給他，他因信而白白稱義，因而從恐懼懲罰

⁷ 參考：黃克鏞，前引書。

⁸ 溫偉耀，前引書，57~98 頁。

的心境中釋放出來，這被釋放是最令人興奮的深刻靈性經驗：猶如一個該判死罪的囚犯，突然被法官宣判無罪開釋一般。神就是這位法官，本該擔死罪的，卻白白得了天恩特赦，有了新的希望。自由、釋放和感恩的感受相信就是馬丁路德最深刻的體驗。

加爾文給了我們另一幅圖畫，就是神是一位偉大、令人敬畏的父親。他說：「真正的敬虔，就是知道神是你的父親，然後帶著一顆真誠敬畏的心去愛祂。不單愛祂，因為祂是你父親；而且，你要懼怕祂和敬畏祂，因為祂是你的主宰……。要做一個祂所認為的好兒女……盡量順服祂，不去頂撞祂，就是寧死也不去頂撞祂。」

新教在這兩大創始者靈修精神理念的影響下，逐漸發展出閱讀聖經以理智的了解為主，把整個靈修生活只侷限在理智所及的意識層面內，因而造成「以理智順服及道德潔淨為衡量標準」、「對神的權威給予最高的尊崇與敬畏」的靈修態度，這種態度的一大缺點就是排他性太強，而後的清教徒運動實乃這靈修傾向的極致發展。

「母子」模式的靈修型態

到了十九世紀末、廿世紀初，美國基督新教世界中出現了靈恩運動，他們發展出來的靈修模式，基本上是在使靈修者深度體驗天主慈愛的母親形象，而投奔母親懷抱，享受母親的關愛，「忘憂主懷中」⁹，體驗母親生命力的大能。

父親與母親在子女眼中是不同的：父親威嚴而令人畏懼，

⁹ 溫偉耀，前引書，99~140 頁。

要人絕對順服；母親慈祥而可親可愛，會滿足兒女所有的需求。母親兼有「配偶」及父親兩者之間的特色，她的角色屬於高一輩，她擁有的比我們多。因此，面對母親的形象時會有很特別的心境，雖然她跟父親一樣高高在上，但總覺得她可以親近、可以倚靠。

靈恩運動參與者採用母親形象的天主觀。當我們想起母親時，便想起生命的來源。懷孕是作為母親的典型現象，懷孕就是一個生命賦予另一個生命，母親把自己的生命直接注入兒女的生命之中。母親的生命力等於兒女的生命力，所以兒女分享並經驗到母親的生命力。父親的生命力是個保護者，產生兒女對他的敬畏，是有距離的；母親的生命力卻成為兒女自己生命的一部分，是可以經驗的。父親的偉大顯得我們的渺小，產生敬畏之感；母親的偉大讓我們分享她的生命力量，所以生命「能力」的感覺很強。

母親是能力和生命的賦予者，這是靈恩運動經驗中重要的內涵。所以，靈恩運動的靈修經驗常是外顯「能力」的表現，例如：說異語、治病、按手祈禱等，在眾人面前有所表現。這樣的「高峰經驗」的表達方式，與向內心探索、強調默禱的「知己」及「配偶」模式的表達很不一樣。

台灣基督新教靈修型態的新趨向

台灣早期那些新教傳統性格比較強的教會，大都教導採行「父子」模式的靈修生活；近三十年來，靈恩運動「母子」模式的靈修生活，在台灣新教內推動的力量勢不可擋。這兩大類型的靈修傳統的共同特色，都是把天人關係描述成上輩與下輩間的關係。「父子型」強調理智上的順服；「母子型」強調外

顯的「能力」的表現。

然而，最近拜陳水扁前總統之賜，在台灣基督新教圈內有一本書一夕爆紅，書名是《窮得只剩下錢》¹⁰。不少新教的團體，包括福音派牧師所牧養的教會，都在推薦教友團體購買、閱讀這本書。好幾位新教的朋友，希望筆者能翻翻這書，跟他們談談我對這本書的看法。筆者找到這本書，從頭到尾仔細讀了兩遍。其實，說穿了，本書作者是在推廣上述「知己」及「配偶」模式的靈修生活。前面七章，作者花了很大的力氣，在理論上說明「人心敗壞了」、「心靈重建的重要性」，而後他用了五章介紹所謂「心靈重建的禱告：心禱」，以及如何運用到具體生活之中。

筆者願意特別指出的是，本書作者在理論上所講的心，並不是本文前述所說聖經傳統中所說的「心」——聖經傳統說的「心」，是指「人的整體」；本書作者所說的「心」，似乎只是整體人（身、心、靈）的「理智」部分。本書作者在前半部談理論時，還是從「父子」型靈修角度出發談靈修。不過，本書後半部，作者確實努力把東方傳統的「心禱」及西方傳統的「聖經誦禱」綜合起來，並大力提倡近來美國熙篤會隱修士潘寧頓（Basil Pennington）及多默基廷（Thomas Keating）等人發起的「歸心祈禱」（Centering Prayer）。

雖然《窮得只剩下錢》的作者，並沒有把「歸心祈禱」靈修操練的來源明白指出；而且，把理論說得非常複雜，對初學者而言，並不是一本值得推薦的參考書。不過，由這現象可以印證，在台灣基督新教界，已經也開始有推廣默禱式靈修的傾

¹⁰ 王陽明，《窮得只剩下錢》（台北：橄欖，2008）。

向。何況，基督長老教會的劉錦昌牧師等人，也在為「靈修研習所」的設立而努力。顯然，本書的出版，不只為華語天主教世界，也為台灣新教信徒靈修生活的發展前景將會有所貢獻。

EDITORIAL

Last summer *Collectanea Theologica* issue number 156 was devoted to the theme of Ignatian Spirituality and Chinese Culture. In the editorial to that number, I expressed the hope of continuing “with the same topic next summer”. I am happy to say that the Lord has blessed our hope and the plan has been realized.

The current issue contains two articles in the history section, both dealing with the experience of Ignatian spirituality in Chinese culture. The first is by Fr. Nicolas Standaert SJ on the implementation of the *Spiritual Exercises* in seventeenth and eighteenth century China. The second is by Fr. David Yen SJ on the service-learning program at Fu Jen University.

The *Exercises* played a much greater role in the China mission than we might have expected. Fr. Standaert shows the great variety of adaptation used in the two centuries he considers. Initially Matteo Ricci SJ (1552~1610) used the first week of the *Exercises* with individual retreatants. Later Giulio Aleni SJ (1582~1649) gave the *Exercises* by way of illustrations in Fujian Province; Prospero Intorcetta SJ (1625~1696) translated the *Exercises* into Chinese; the French Jesuits led group retreats; missionaries and Chinese Jesuits wrote specialised treatises for meditations during eight or ten-day retreats and during daily life. The variety of these developments shows that from the outset the Jesuits and their Chinese converts put a lot of effort into spiritual education and practice by means of the Spiritual Exercises.

Fr. Yen's article looks at how the Jesuit method of training can be used in service-learning courses. Fu Jen University has led the way in developing this kind of course in Taiwan. It is a good example of the successful implementation of Ignatian spirituality in the Chinese context. The courses were started in 1998 and have now grown to cover the whole university. They aim to instill a spirit of service among students and balance the curriculum so that besides their intellectual development, the students also develop an awareness of the needs of society. In practice this means that students are assigned to serve others and to reflect on that experience, see <http://slc.mission.fju.edu.tw/>.

Since the Ignatian *Exercises* are used in spiritual formation, the present issue contains a further three articles on spirituality. Pastor Armin Bucholz's *Martin Luther's Spirituality* and Dr. Ruth Yang's *Orthodox Spirituality* are both a continuation of articles begun in the previous issue (159). Of special notice is Dr. Yang's *Modern Spirituality* which argues that holiness for the contemporary generation is moving towards a multi-faceted but united form, paying special attention to three key areas: 'environmental spirituality', 'spirituality of justice and peace' and 'feminine spirituality'. The author concludes by affirming that 'contemplation' is the way ahead for spirituality today because it enables a person to understand the truth and foster a life lived in truth.

The Book Review section contains essays by Pastor Ching-Chang Liu and Fr. Peter Hu SJ. Both deal with the Chinese translation of a classic of Russian Orthodoxy *Thirty-two Lectures on Prayer by an Orthodox Monk*. This is the first direct introduction to orthodox spirituality published in the *Collected Works of Fu Jen Theologate*. It is intended for lay people. We hope that the publication of this book is not only a contribution to ecumenism but that it also helps in the spiritual formation of Taiwan's Catholics and Protestants too.

Special Topic

Ignatian Spirituality and Chinese Culture

EDITORIAL	<i>Editor</i>	165
SPIRITUALITY		
The Spiritual Exercises of Ignatius of Loyola in the China Mission of the Seventeenth and Eighteenth Centuries.....	<i>Nicolas Standaert, SJ</i>	167
Ignatian Training and Service-Learning in Fu Jen Catholic University.....	<i>David Yen, SJ</i>	206
Modern Spirituality.....	<i>Ruth Yang</i>	225
Martin Luther's Spirituality (Part Two).....	<i>Armin Buchholz</i>	271
Orthodox Spirituality (Part Two).....	<i>Ruth Yang</i>	292
BOOK REVIEW		
Archbishop Hilarion <i>On Prayer</i>	<i>Ching-chang Liu</i>	307
Encountering Spiritual Traditions in Taiwan.....	<i>Peter Hu, SJ</i>	310
Editorial.....	<i>Editor</i>	318

神學論集

COLLECTANEA THEOLOGICA
UNIVERSITATIS FUJEN

依納爵靈修與中華文化續篇

鐘鳴旦 神操在 17-18 世紀的中國傳教區

嚴任吉 耶穌會栽培人才模式實例

盧 德 當代靈修趨勢

普愛民 馬丁路德的靈修觀（下）

盧 德 正教會靈修（下）

劉錦昌 《正教導師談祈禱》推薦序

胡國楨 東西基督靈修傳統交會在台灣