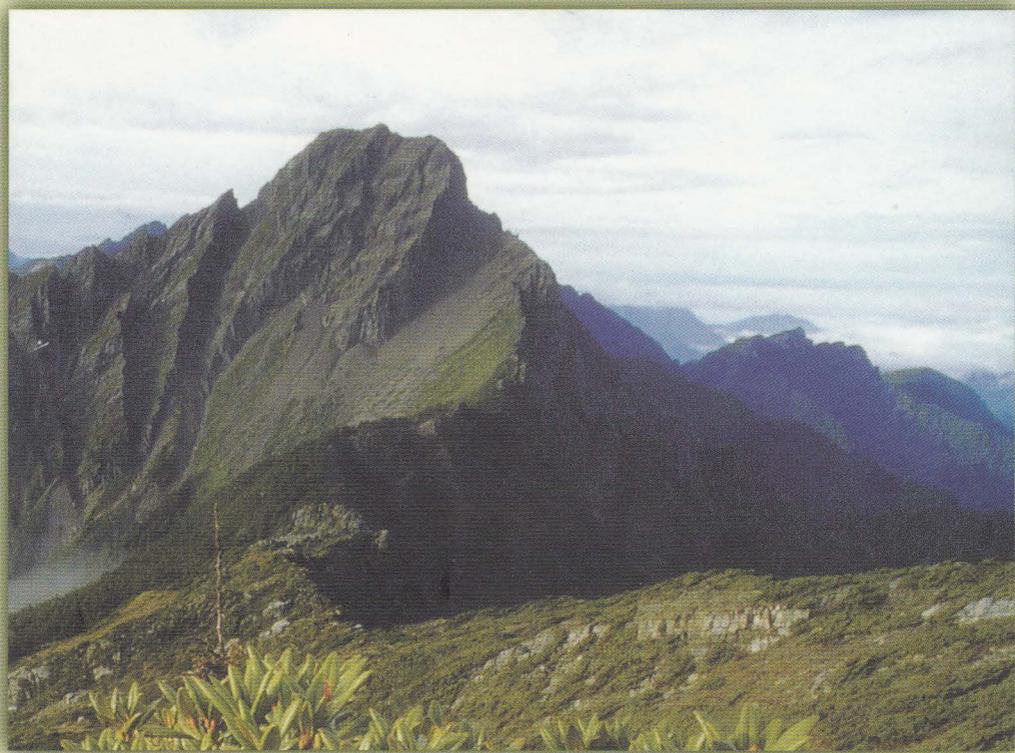


聖依納爵專輯

幽 通 徑 曲

神操退省在東亞 之二

任國琳 著 / 鄭開棻 譯



曲徑通幽

神操退省在東亞 之二

任國琳 著

鄭開棻 譯

光啓出版社 發行

Guilbert Guérin, S.J.

UNE

PRATIQUE

PASTORALE

DES

EXERCICES SPIRITUELS

EN

ASIE ORIENTALE

La deuxième étape (tome II)

Partage d'une expérience

Translated by K. F. Cheng

Copyright © Guérin éditeur ltée, 1997

Chinese copyright © 2001, Kuangchi Press, Taipei, Taiwan

謹以此紀念

我去世的父親 Léopold Guérin (†1967)

母親 Aline Raquépas (†1969)

他們最先以言以行
培養了我在天主教會內
對耶穌基督的信仰

目 錄

序 001

第二階段總論 003

- 一、第二階段的目標 003
- 二、神操指導者的分辨準則 003
- 三、休息日的分配 004
- 四、神操第二階段計劃舉例 005

第十一日：君王的號召 007

- 一、導言 008
- 二、操練 009
- 三、蒙邀奉獻自己 014
- 四、奉獻 017
- 五、附錄：閱讀《師主篇》、福音及聖人行傳 019

第十二日：聖言降生；聖母訪親；耶穌誕生 023

- 一、《神操》中的默觀 024
- 二、默觀耶穌的童年奧蹟 026
- 三、聖言降生 029

四、瑪利亞往見麗莎 036

五、耶穌誕生 038

六、運用五官 042

七、附錄：牧人朝拜聖嬰；耶穌聖嬰受割損；賢士來朝
045

第十三日：獻耶穌於聖殿；逃往埃及；返回本鄉 051

一、獻耶穌於聖殿 052

二、逃往埃及 055

三、返回本鄉 056

四、運用五官體驗逃往埃及和返回本鄉 058

第十四日：耶穌在納匝肋；耶穌在聖殿 061

一、耶穌在納匝肋 062

二、耶穌在聖殿 066

第二階段的第二部分 069

一、內容劃分 069

二、材料分配 069

三、具體計劃 070

四、附錄：關於神修進步的幾方面 070

第十五日：兩旗默想 073

一、導言 074

二、直接的根源 074

- 三、古老的根源 075
- 四、操練 077
- 五、複習或另一操練方式 087
- 六、為耶穌會修士的操練方式 090
- 七、為平信徒的操練方式 100

附論：奉行神操時的分辨神類 105

- 一、導言 106
- 二、為第一週（或第一階段）特別適用的規則 107
- 三、更適合第二週（或第二階段）的規則 110

第十六日：三種人 113

- 一、導言 114
- 二、標題 115
- 三、前導 116
- 四、默想 120
- 五、對禱 123
- 六、有關偏情的說明 124

第十七日：謙遜三級 125

- 一、導言 126
- 二、謙遜第一級 126
- 三、謙遜第二級 127
- 四、謙遜第三級 128

五、概要 130

六、以默想形式為獻身於主者講述三級謙遜 131

七、簡明講述 135

第十八日：選擇—決定 137

一、導言 138

二、一切良好「選擇—決定」的條件 138

三、在哪些事上該作選擇 139

四、選擇的三種模式 141

五、舉例說明第一種模式 142

六、採用第二種模式 144

七、第二種模式的重要性 144

八、採用第三種模式 146

九、自由的層面 147

十、附錄 148

第十八日（之二）：調整生活 151

一、導言 152

二、各種不同方式 153

三、鮑斯高的生活計劃 160

四、獻身者的模式 161

第十九日：傳道生活——受洗；受誘惑的奧蹟 163

一、導言 164

- 二、奧蹟的選擇 164
- 三、基督受洗 166
- 四、與生活的意義有關的神修生活計劃 168
- 五、基督受誘惑 168
- 六、與祈禱有關的神修生活計劃 170

第二十日：加納；步行水面 173

- 一、加納 174
- 二、與愛德生活有關的神修生活計劃 175
- 三、步行水面 175
- 四、與使徒工作、會院或專業工作有關的神修生活計劃 178

第二十一日：召喚宗徒；復活拉匝祿 179

- 一、召喚宗徒 180
- 二、與聖願生活有關的神修生活計劃 182
- 三、復活拉匝祿 182
- 四、與刻苦的生活有關的神修生活計劃 184

第二十二日：耶穌基督進入耶路撒冷 185

- 一、耶穌基督進入耶路撒冷 186
- 二、與日程的安排有關的神修生活計劃 187

附錄：有關動機的簡單測驗 189

第二階段結語 191

序

《曲徑通幽——神操退省在東亞之二》（*Une Pratique pastorale des Exercices spirituels en Asie orientale, tome II*）闡述三十至四十日神操的第二階段。這一階段共十二日，從第十一日至第二二日。闡述第三階段——也是最後一個階段——的第三冊，將於不久之後出版。

採用本書時，手邊應有聖依納爵的《神操》。我所引用的《神操》編號，係按照 *Christus* 期刊 1985 年版本。例如 [18,1]，指第 18 號第 1 節。《神操》，指依納爵所著的小冊；若不加書名號，則指祈禱操練或神修活動。

在這第二階段中，不論為理解，或是為闡述聖經和《神操》中的材料，我從許多神修大師的理念中得到很大的幫助，有時甚至還引用他們的說法，這些都將在內文中一一提及。關於基督生活奧蹟的闡述，大部分都仰仗下列二書的註解：《合一版聖經》（*Traduction Oecuménique de la Bible*，巴黎，1974 年）；《熱羅尼莫聖經註解》（*Jerome Biblical Commentary*, Englewood Cliffs, N.J., 1968 年）。中文版本所引用的聖經章節，根據思高聖經學會的譯本。

本書對若干重要題材作了比較深入的講解，為的是闡明《神操》中某些指示，也為了幫助那些日後有意指導神操的

人。這本關於如何帶領神操的書，首先便是為他們而編寫的。

看起來我似乎過份嚴格地依循《神操》一書的框架，在闡述方面未免刻板；然而要切記，我的目標是具有教育性的，是要幫助那些講授神操的新手體會帶領神操的藝術。

神操中各項操練的講述方式很不同，因為要考慮到講解的長短，而且須配合退省者的神修需要和知識能力〔18,1〕。如果總保持一樣的講述法，恐怕會把那些日後要指導神操的人領入歧途。

第二階段總論

一、第二階段的目標

神操的第一個總目標是為了幫助人轉化心靈，使人更忠心於基督；藉著默觀基督生活的情景，退省者學習更認識、愛慕、事奉基督。因此，神操的第一個總目標，在這第二階段中變得更加明確。

至於第二個目標——幫助退省者按照基督本人的價值觀整頓自己的生活，則成為第二階段的重心。在做這種依納爵式的默想（君王的號召、兩旗）時，退省者被邀請藉著對禱〔98及147〕祈求能棄絕自己，全然輕看世俗，並且全心愛慕、事奉基督。

二、神操指導者的分辨準則

人們常把君王的號召〔91—98〕視為默觀基督生活情景的原則與基礎。在整個神操過程中，這一默想把第一和第二階段貫穿起來。神操指導者要在退省者開始做這一默想之前，思量這人是否已準備好做君王號召操練結束部分的「奉獻」

〔98〕；是否已具有做這一奉獻所需的慷慨，因而顯出已有走完整個神操路程的準備。

在第一階段中退省者面對苦架上的基督所作的對禱〔53〕的品質，已經是一個很好的衡量標準。其後，退省者對半夜起身的態度如何，也是一個很好的指示標記。我指的是「態度」，而不是半夜起身這件事。如果半夜起身的邀請曾在退省者內心激起慷慨的反應，那麼，這人似乎已準備妥當，可以開始第二階段。

三、休息日的分配

在開始第二階段之前，通常有比較輕鬆的一天；這天只做兩次祈禱操練〔99〕，清早一次，晚上一次。這兩次操練用於默想君王號召和做複習。

這是理想的情況。具體情況多半不是這樣。退省者可能還沒做完那以總告解為總結的第一階段；另一方面，指導者也可能需要休息。我個人所採用的方法是：大約每八天安排一個休息日，即退省的第八、第十六、第二四日，在這幾天我不會見退省者。

四、神操第二階段計劃舉例

這第二階段大致分成長短不等的兩部分。

在默想完君王的號召〔91—98〕之後，接著是耶穌童年的奧蹟。人們把耶穌生命中重要時刻的那些有意義的言語及行為稱為奧蹟，這些言行對我們具有教導性及救贖的價值。《神操》中這種對奧蹟的稱呼法，源自中世紀早期的西方基督教徒。

然後是依納爵特有的默想〔136—157〕，以及針對做選擇、調整生活所採取的神修措施〔165—189〕。接著是耶穌傳道生活的奧蹟〔158—164〕。

所以，第十一日，用於默觀世間君王的號召，這能幫助我們默觀永生之王的生活〔91,1〕。

第十二日，可用於默觀天主聖言降生成人或聖母領報的奧蹟，以及耶穌誕生的奧蹟。這兩次默觀之後，做一或兩次複習。如果半夜起身，當天的前兩次操練有兩次複習，否則只有一次複習。以在第四或第五次祈禱操練時運用五官來結束這一天。從這天起，每天都按這日程進行。

第十三日，讓退省者默觀獻耶穌於聖殿和逃往埃及的奧蹟。

第十四日，默觀耶穌在納匝肋的服從，以及在聖殿中找到

耶穌這兩項奧蹟。

以上是第二階段的第一部分。第二部分如下：

第十五日，是「選擇—調整生活」的前導。在考慮身分之後，做兩旗默想——基督的旗和撒殫的旗〔136—148〕。

第十六日，默想三種人〔149—157〕。

第十七日，思考謙遜三級〔165—168〕。

第十八日，進行「選擇—調整」生活〔169—188〕。

第十九日，默觀耶穌受洗和在曠野受誘惑；在生活意義和祈禱方面調整自己的生活〔189〕。

第二十日，加納和步行水面的奇蹟引導退省者在愛德、使徒工作、家庭或職業方面調整生活。

第二一日，藉著默觀召叫宗徒及復活拉匝祿，在修會聖願、面對痛苦的態度上調整生活。

第二二日，只有半天，因為在進入第三階段，也是最後一個階段之前，宜有一下午的散心時間。這半天用於默觀耶穌進入耶路撒冷，以及安排退省者今後如何利用時間。

第十一日

君王的號召

一、導言

在三十天或三十多天〔4,8〕的神操中，所謂的「君王號召」〔91—98〕，實際是一個建基在比喻上的祈禱操練，旨在闡明基督對退省者的內在召喚。

對這召喚，退省者要做的是回答，是奉獻自己。此操練的第一部分是一個比喻〔92—94〕，它看起來似乎有點軍隊氣味，然而回答卻完全不是這樣；決不是兵士對司令官的回答，而是一位願意參與他所愛者生活的人的回答。標題說得很清楚：「默觀世間君王的號召，能幫助我們默觀永生之王的生活」〔91,1〕。實際上，這與傾心愛慕基督的生活有關。

在這默觀祈禱的第一部分中，退省者想像自己置身於一位理想的領袖前；到第二部分時就想像自己在耶穌基督本人前。

整個操練的目的，是讓退省者由於對主耶穌懷有活潑的信仰，而把一生都用來事奉主耶穌。對操練者來說，君王的號召意謂讓基督之神逐漸佔據他的情感、選擇和理智。

二、操練

前導〔91〕

為準備祈禱操練，《神操》提出前導，第一前導以想像一具體事物來幫助人收斂心神。

作為默觀君王號召的第一前導〔91,3〕，我建議男士們先緩慢地閱讀瑪竇九 35—38，女士們則讀路加八 1—3；這是總結耶穌的行動的兩段經文。然後，想像耶穌基督常去的那些地方。

第二前導〔91,4〕邀請人祈求這一祈禱操練所特有的恩寵。首先祈求對上主在人內心中的號召不要裝聾不聽，接著祈求能夠爽快勤奮地奉行上主在人的良心所昭示的旨意。

對召喚不裝聾不聽，就是學習傾聽良心的聲音，接納內心的召喚；這有點像保祿兩次稱讚得撒洛尼人接受了天主的聖言（得前一 6；二 13）。

接納耶穌基督在人內心的召喚，正是瑪谷福音撒種比喻的要點（四 20）。這一節說：「聽了這話，就接受了，並結了果實。」

宗徒大事錄十六 14 記載里狄雅接受了天主藉保祿所講的話；在羅馬禮儀平日感恩祭的阿肋路亞部分也說：「上主，請

開啟我的心，使我注意祢聖子的話語」（參閱常年期第五週星期五）。

這一操練特有恩寵的第二部分，是祈求能爽快勤奮地奉行上主的聖意。這一祈求指示出真心愛主的目的和方法。

真心愛主的目的，就是按照主的聖意、並為求主的歡心而生活。聖保祿厄弗所書適切地表達出這一目的：「我們是在耶穌基督內受造的，為行天主所預備的各種善工，叫我們在這些善工中度日」（二 10）。

在操練過程中將逐步闡述真心愛主的方法：更加愛慕、追隨耶穌〔104〕；效法耶穌〔98,3；139,2〕；甚至甘願忍受輕慢凌辱，為能多多效法耶穌〔147,3〕；最後，與受難的基督同受苦痛〔203〕，與復活的基督同享喜樂〔221〕。

簡言之，第二前導的這一祈求〔91,4〕表明，退省者願意，而且能夠辨別耶穌在他生命的這一時刻對他的邀請。

比喻〔92—94〕

多年來，我曾嘗試以不同的方式，講述君王號召操練中第一部分的比喻。

為司鐸們，教宗若望二十三世這位人物似乎符合這一比喻的全部內容。這種講述方式似乎很有成效，至少在這位教宗逝世（†1963）不久的那段期間。

為已婚者，下述比喻似乎很有益處：一位就讀醫學的學生

向他所愛的少女求婚，同時也說明，他願終生為窮人服務，問她是否同意和他共同生活，幫助他從事這項工作。總之，這個比喻強調：和所愛者一同工作，為了幫助他人。

後來，由於仔細考慮到這一比喻的出發點是上天的簡選〔92〕，這一理想的領袖是領導者同時也是友人〔93,1—2〕；我也思索我在耶穌會士德呂巴克（Henri de Lubac, †1991）的著作之一《歷史與聖神》（*Histoire et Esprit*，巴黎，1950年，第187—188頁）中所讀到的關於若蘇厄這一預像的評述，我終於多半時間都講述若蘇厄及其言行了（蘇一）。來做神操的人通常有相當不錯的聖經認知，至少在臺灣是如此。三十天大退省時利用這一認知，引用聖經章節，似乎總很適宜。

若蘇厄是「吾主天主所簡選的」人間領袖〔92〕。若蘇厄書一5記載：「我和你同在」；就是說，雅威天主許諾幫助若蘇厄。可請退省者閱讀蘇一1—10全文。

然後，看這位領袖怎麼向自己的臣民說：「我決心去征服教外的一切區域」〔93,1〕。蘇一11也記述若蘇厄對百姓下令：「你們應準備食物（即作戰時的口糧），因為還有三天，就要過這約旦河，去佔領上主你們的天主賜予你們作產業的土地。」也請他們閱讀第10—15節。

最後，蘇一16—18記述了百姓的答語，特別是第16節：「凡你命令我們的，我們必都照辦。」

運用〔95—96〕

若蘇厄既是聖經中耶穌的預像，這樣我們就已開始把這一預像運用到吾主基督身上了。

特別要強調，吾主基督對人的召叫是一種在信德中的召叫。此召叫是內在而非外在的，被召叫的人與耶穌基督結合為一。基督邀請人成為他的夥伴、他的同工。

神操此處對退省者所提出的邀請及召喚，可說已在第一階段（即前十天）的祈禱中顯示出來。這人曾自問：「我為基督做了什麼？現在為基督做什麼？將來為基督應該做什麼？」〔53,2〕。這問題的答案往往會成為一種啟示，使退省者看出自己缺乏愛情、內心有罪惡的根、和濁世的價值觀妥協，以及行為不正。

這並不是要退省者在這一啟示前徘徊踟躕。《神操》中清楚說明，基督的意向是「征服全世界，征服所有的仇敵」〔95,4〕。具體地說，基督願意這個人分享他對仇敵的勝利，以便幫助這人克勝各項缺失、罪惡、妥協和不正。

因此，退省者「與基督一起勞苦工作」，也要「與他一起享受光榮」〔95,5〕；正如聖保祿在斐理伯書三 10—11 中所說的：「認識基督和他復活的德能，參與他的苦難，相似他的死，希望也得到由死者中的復活。」

最後，聖依納爵邀請奉行神操者運用理智和判斷力作答

覆。心靈的這兩種官能推動人和善神〔314,3〕一同行動；善神對那些不斷犯重罪的人所慣用的方式是「藉理智的倫理判斷，刺傷他們，咬痛他們的良心。」

附錄：聖經和禮儀中的神國

對那些不喜歡聽《神操》中這個比喻的人（在我講授神操的二十多年中，遇到過幾個這樣的人），以瑪竇二八 18—20 來講述，可使他們獲得神益。這段經文可說包括了《神操》中的比喻及運用。

瑪竇的這段聖經章節是復活基督的宣言，它表明基督的權威和門徒的職務。

基督與信徒同在，直到今世的終結。他仍像在世時一樣是主，是師傅。他經由自己的門徒繼續為主；因為他從天主聖父得到全權，因為父把一切權柄都交給他。

至於門徒們，從十一位宗徒開始，耶穌要他們去宣揚福音，使萬民成為門徒。他們要宣揚的首先是天國，或說天主的國。的確，天主是始終與其子民同在的君王，在確定的時間祂將以威權干預歷史。總之，天主的國是天主對其子民的統治。

另一種陳述法，是採用羅馬禮儀基督君王節的聖經章節。有時，由於奉行神操的時間與禮儀年度配合，特別是與羅馬禮儀年度最後一個主日（十一月底）的耶穌君王節配合，也由於退省者的神修傾向或禮儀素養，採用這個節日的禮儀經文似乎

更合適。

三、蒙邀奉獻自己〔97〕

導言

講述了比喻之後，就以邀請方式提出神國奉獻的簡介。有幾個名詞需要簡單解釋一下。

首先，退省者應該「在事奉上更與眾不同」〔97,1〕。這裡我們遇到依納爵神修所特有的「更」，這「更」在《神操》和《耶穌會會憲》中出現。

此外，聖依納爵請退省者「攻打自己的貪慾，割斷血肉和世俗的私愛」〔97,2〕。這奉獻不該流於空談。人內心若有反抗的感覺，就請他加以抗拒，鼓勵他只考慮基督的號召，而如果上主願意，就奉獻自己以回應此號召。

退省者撇開因本性抗拒而可能產生的反對和反感，以確保自己完全能隨時在真福八端的道路上追隨上主。在神操的這個時刻，要做的不是選擇生活方式或擬定整頓生活的計劃，而是保證日後能作出真確的回應。

神修奮鬥

嚴格地說，奉獻自己時並不考慮要做的選擇，或要擬定的

計劃；然而在神操的這個階段仍宜於簡短說明基督徒神修生活的一要素——進行神修奮鬥的必要性。至少對那些由於所受的基督徒教育及宗教教育不足，因而對基督徒生活的這一方面還沒充分感受的人，應說明這一必要性。尤其在亞洲的中國或韓國，在這些地方儒家性善觀念還相當普遍，雖然人們並不太理解這一點。

承襲奧利振的教義傳統，加西安烏斯認為，自從亞當犯了原罪，人性有了私慾偏情以後，神修奮鬥是免不了的。為加西安烏斯而言，這一奮鬥是上天安排的方法，使我們在神修上邁向成全，增加對付靈魂仇敵的力量，淨化內心的天主聖殿；因此，這一奮鬥成為愛天主的證明（參閱維萊，《神修學辭典》之二；M. Viller, *Dictionnaire de spiritualité*, T. II, col. 239—240）。

此外，聖納德也邀請他的門徒們進行克修之路上的神修奮鬥，即為事奉上主而奮勇與各種激情戰鬥，他說：「你們若不背棄自己，把自己當作仇人，堅持不懈地對自己作激烈而警覺的戰鬥，就不能贏得聖言」（《〈雅歌〉講道集》85，1）。

西方的基督宗教神修大師，如奧利振、加西安烏斯、納德等人都強調神修奮鬥對屬神之人的誕生和成熟的益處；他們也明顯指出在真正的基督徒生活中，努力和自由所發揮的作用。在亞洲，特別是中國社會中，人們都知道，要當徒弟就得努力守戒律。守戒律便是追隨師傅的道路。我們這裡所說的師傅是

基督。

基督徒的自由

神修奮鬥也是增進基督徒真正自由的必經之途。要增進自由，就必須在那些與往日生活中的事件和經驗有關的整體思想、情感上，有所轉變。

因此，在實際生活中，人的自由所要做的努力就是運用每個正常人都具有的這一官能，在所意識到的各種思想、情感中作抉擇。人對這些思想、情感可以接受，也可以拒絕〔313〕。

這種有關自由的教導，是神修分辨的基礎。在我們中國社會中似乎常需要這種教導，因為現行教育對人文教育的這一層面往往忽略不提。

奮鬥及增進自由的目標

退省者的神修奮鬥和自由的增進，常常以「攻打自己的貪慾，割斷血肉和世俗的私愛」〔97,2〕為目標；這裡我們讀到一種「三項組合」的表達方式。聖依納爵的母語是巴斯克語。精通巴斯克語的人指出，聖依納爵著作中三項（或兩項）組合的表達方式，所指的只是一件事實。因此，〔97,2〕指的是：在內心抗拒一切與世俗有關的事物。

對年輕的修道人而言，家人有很大的吸引力，因此可能得特別指出，要抗拒對家人的私愛。這種愛的表現方式有時會太

過分。

在中國文化中，沒有家的人是失落的人；人們說：「這樣的人得不到任何好的影響。」從人們的這種習慣性說法可以看出，家庭是中國文化的中心；也可看出它對年輕人可能有多大的影響力。

此外，在東亞的馬來人社會中，家人很容易依賴一家之中生活過得比較好的人，而這人可能是那個比他們生活過得好一點的年輕修道人。

四、奉獻〔98〕

導言

在我二十多年的神操講授中，只有一個人曾自問，能否以客觀而不是主觀的方式來面對這項奉獻。這人的心靈狀況，很像若望二十三世所描述的那樣。龍卡禮（Roncalli，即日後的若望二十三世）在每天感恩祭之後的謝恩時重作這一奉獻，他在1930年4月28日至5月4日的退省筆記第二號中寫道：「老實說，這為我的確不太容易。」

為讓人放心，也為避免一切誤解，宜於解釋並指出，只有靠上主的恩寵助佑才能向上主做這一奉獻〔98,1〕。

而且，我確實認為，這奉獻是一種召喚，召喚人作基督徒

的英豪式行為，人若不願接受這奉獻就是甘願放棄。如同沃蒂拉（Wojtyła）樞機主教（即當今教宗若望保祿二世）於1971年所說的：「不是每個人都能作英豪式行為，但若連這種渴望也放棄，豈不已經是一項失敗了嗎？」（參閱《羅馬觀察報》英文版，1971年10月15日第5頁）。

內容

聖依納爵邀請人切望效法基督，「承受一切凌辱、一切反對、一切貧窮」〔98,3〕。這裡又是依納爵喜愛的表達方式——三項組合。主要的詞語看來是「貧窮」，它統攝了其他兩個詞語，因為實貧必然會帶來凌辱、反對。

按《聖本篤會規》（*Règle de saint Benoît*）〔58,7〕，樂於接受屈辱是辨識初學生聖召發展的第三個標準。根據《聖本篤會規》專家——本篤會士德沃蓋（A. de Vogüé）——的說法，聖本篤（†547）引用了《聖巴西略會規》（*Règle de saint Basile*）。聖巴西略（†379）所謂屈辱並非輕慢、凌辱，而是地位低下的人所作的卑賤工作，即「上流社會人士認為丟臉的粗活」（《聖巴西略會規》，6）。

加西安烏斯在其《法規》（*Institutions* 4,7）中，把客房中令人憎惡的卑賤服務工作交給初學生做，以培養他們的謙遜。

這些古代基督宗教神修導師一定也贊成人在受侮辱時要忍受，在需要人糾正時要接受。

對聖依納爵來說，「承受一切凌辱、反對」是為了切望效法基督〔98,3〕。他比他的前輩們更進一步嗎？看來是的，因為，對依納爵而言，屈辱不是當人受輕慢、凌辱，或不被尊重時所感受到的那種窘迫；而是受社會排斥的客觀情況，即是輕慢、蔑視本身。

對聖依納爵所說有關凌辱、貧窮的話的理解，可以由耶穌會初學生第二次考驗的目的來證實。第二次考驗安排在為期一個月的神操之後。這種在醫院中服務的考驗把一個月神操中所作的奉獻具體實現出來。關於第二次考驗，《耶穌會會憲》第66條說：「……藉以表示自己全心棄絕世俗和它的排場及虛榮，為在一切事上侍奉為救人靈而被釘在十字架上的造物主天主。」

《會憲》第240條論及同一考驗時，有這樣的描述：「讓他（初學生）在那裏因愛基督而服侍他的窮人。」

五、附錄：閱讀《師主篇》、福音及聖人行傳〔100〕

《神操》〔100〕提及，從第二階段開始，有時閱讀《師主篇》、福音及聖人行傳，很有益處。

我講授神操時，只偶爾勸我們東亞的人讀聖人行傳，絕對不勸他們讀福音合觀，這是因為根本沒有時間閱讀這些。來做

退省者有四分之三是奉獻於主的人，退省期間若有空暇，他們寧願閱讀、默想《每日禮讚》中的時辰日課，例如晨禱或晚禱，甚至參加公誦日課，如同《神操》〔20,4〕中所建議的。

至於《師主篇》，我慣於從退省的第一天，就教人誦讀一章在我看來與所講題材有共同點的；例如，講完《神操》凡例二十〔20〕之後，誦讀《師主篇》上關於清靜的重要性的卷一，20。

我怎麼會習慣性地這樣做呢？首先，我認為《師主篇》的神修內容是《神操》神修的根源。其次，中文書名意謂「師法吾主之篇」，因而對我們這裡的人有相當的吸引力。他們多半在受洗不久，開始學習度基督徒生活時就知道這本書了，往往從那時起就在日常生活中閱讀。

而且這書的陳述方式很像中國聖賢著作的文學類型；這些賢哲都是修德的導師，我們這裡的人喜歡這種類型。

最後，也要論及這薄薄一本書中所包含的豐富神修。這豐富性不是來自它的結構（有些作者特別提出結構問題，但多半都有點武斷），而是由於這書與聖經很相近。一位《師主篇》的研究者迪蒙（G. Dumont）指出，此書引述聖經之次數高達八百多次（參閱《神修史雜誌》，*Revue d'Histoire de la spiritualité*, 1975年，第367—375頁）。

耶穌會士馬蒂尼樞機主教（C. M. Martini）在《與主同在考驗中——關於約伯的省思》（台北：上智出版社，1996）一書

的第 14 頁中，與我們分享他對《師主篇》的看法：「這本書對於人生如戰鬥的意識特強，而且富有智慧、平衡，與安詳感，其原因正是由於作者強烈地體察到了人生如試探這一特質。」在兩個主要的依納爵式默想——君王的號召〔91—98〕、兩旗〔136—147〕——的架構中，人生也被視為有如一場具考驗性的戰鬥。

因此，從這一觀點而言，我們東亞、特別是臺灣和港澳的中國基督徒們，被邀請在三十天大退省的每一天閱讀《師主篇》；這往往能使他們得到長遠的益處。

注意：列在第十一天的這些豐富的材料，只在符合退省者的神修需要時才講授。

第十二日

聖言降生；聖母訪親；耶穌誕生

一、《神操》中的默觀

在一個月大退省的最後兩階段中，《神操》所建議的依納爵式默觀，更是一種扎根於信德和想像力中的善情祈禱，而不是默想祈禱。退省者藉著信德和想像力進入福音所描述的景象，觀看其中的人物，聆聽他們的對話，觀察他們的行動。而後，由於尊敬、愛慕、感激、同情等善情，獲得神益。

激發善情，即《神操》〔3,1〕所說的：「我們……用意志動情。」

法伯爾（Pierre Favre, †1546）在其《回憶錄》（*Mémorial*）中說，善情是：在那受到感動，並進而依附天主及一切與天主有關的事物的靈魂上，所產生的情感（例如第 322 號）。

依納爵的《神操》以及法伯爾的《回憶錄》，都繼承了西方中世紀的一些偉大熙篤會士的傳統。

當聖納德談到 *affectus*（此字為拉丁文）時，指的是情感、愛情、所有感情現象的總和。因此，*affectus* 一詞內涵豐富，包括人的感覺受外來因素——這裡指聖神——的感動、推動而產生的種種反應。簡單地說，*affectus* 就是愛的力量。

另一位偉大的熙篤會士德瑞也沃（Aelred de Rielvaux, †1166）說，*affectus* 指對所認識事物的一種傾向、同感，以及被它同化。他邀請獻身於主的貞女默觀基督的奧蹟，以培養感

性的愛。

因此，默觀基督生活中的情景——即所謂基督的奧蹟，遠比默想抽象的真理，更有益於培養感性的愛。此外，在聖神引導下，這一默觀可導入一種很單純的祈禱。

聖依納爵自己的情況就是這樣。他在羅耀拉城堡的病床上讀嘉爾篤會士（moine chartreux）德薩克斯（Ludolphe de Saxe, †1378）的《基督傳》時，領會了這種祈禱方式——即靠人的力量所修得的（有別於灌注的）默視基督的生活奧蹟的方式。正如中世紀西方基督宗教的許多神修大師——例如熙篤會士納德、方濟會士文德（Bonaventure, †1274）、嘉爾篤會士杜彭（Guigues du Pont, †1297）等人那樣，依納爵也因這條祈禱之路而妥當準備自己，進入結合的默觀。

注意：退省者可能已超過了這種想像力比較活躍的祈禱階段，這種祈禱方式甚至可能不適合他。度了十多年熱心修道生活的人，甚至某些熟悉東方靜默祈禱的人，對這種相當主動的祈禱操練感到頭痛。該怎麼辦呢？既然奉行神操，自然得把對神操材料之用心閱讀、安心研究列入日程。然而到祈禱的時候，退省者可重新恢復簡單臨在式的祈禱，或簡單地注視神操所建議的福音情景。《神操》在一日之末的運用五官〔121—126〕，就是邀請人作這樣的祈禱。

二、默觀耶穌的童年奧蹟

重要性

不論考慮到福音敘述的目的，或考慮到《神操》的目的，耶穌童年的奧蹟——或說耶穌隱居生活的奧蹟——的重要性都很容易明白。

路加、瑪竇兩福音所敘述的耶穌童年事蹟，嚴格地說，只是作為唯一救恩史的歷史前導。救恩史的具體開端是耶穌受洗，由此繼續下去，直到耶穌進入永遠的光榮為止。

此外，福音的耶穌童年記載，是以達味家族的王家默西亞主義為指向的。從這個角度而言，童年敘述的默觀正好承接了君王號召的默想。在此神操指導者要分辨的是：是否對每一位退省者都需要強調這樣的角度。

《神操》默觀耶穌隱居生活的目的，是為了使退省者在意識中時時不忘十字架奧蹟〔參閱 116,2〕，特別是為選擇或調整生活〔169—189〕而做準備，而這只能從受苦的僕人——即基督本人——的觀點來做。

因此，《神操》有權建議退省者默觀福音的這些記載，這些記載極適合神操第二階段的目的，即真心愛耶穌基督。法伯爾——一位神操大師，也是聖依納爵最初的同伴，依納爵視之

為《神操》的最佳實踐者——這樣寫道：「許多人對基督有好感，也愛慕他這個人，但對那些為基督服務的工作卻沒有足夠的興趣」（《回憶錄》，第 303 號）。真心愛基督，在於事奉他。

退省者一旦在被釘的基督前接受了他悲慘的情況〔53〕，就已經準備妥當，可以接受基督生命前三十年的簡單隱居生活了。另一方面，默觀耶穌童年的敘述，比第一階段的默想罪惡奧蹟，需要有更深入的領會能力。

的確，要在基督徒生活中接受這些敘述，需要有成人的信仰，需要有一種能夠對福音中最簡單、最微小的事具有信德的精神，這信德能使人領會到日常生活中連表面上看來最微不足道的事都具有救贖的價值。

因此，退省者默觀耶穌童年的奧蹟大有神益，因為天主的神國在謙遜、沒沒無聞的情況下發展，正如一粒種子等候被種在好地裡才能發芽生長，結出百倍的果實。聖文生（**Vincent de Paul, †1660**）也說：「天主的事物慢慢發展，幾乎不易覺察。」

馬蒂尼樞機主教在《瑪谷福音中十二宗徒的精神行程》（台北：慈幼出版社，1987年）一書第 119 至 121 頁中強調：從耶穌生活的一開始便呈現出，他的救贖工作有兩個重要的特徵：一個是外在的，一個是內在的。

從外在而言，耶穌為把自己顯示給世界，選擇了最不引人

注目的方式：沒有輝煌的行為、生命中沒有重大事件、在宗教或政治上都沒有突出的表現，好像埋在地裡的種子（谷四，26—29）。

耶穌出生在地中海一帶一個當時並無名氣的國家，而且遠離自己的住家（路二 1—7）。

他被獻於聖殿，有如一箇沒沒無聞的人；我們可以說他微不足道（路二 22—24）。再說，他過了三十年退隱的生活（路二 39—40；51—52）。

從內在而言，耶穌為他自己所選擇的價值是貧窮、簡樸，這些價值有如好種子一樣結了百倍的果實（谷四 8，20）。首先在瑪利亞心裡（路一 39—56），接著在若瑟心裡（瑪一 18—25），而後在牧人的接受態度上（路二 7—14），在義人西默盎和亞納身上（路二 25—38），在那些期待以色列的安慰的雅威窮人中（路二 25b），也在像賢士那樣的義人和善心人士之中（瑪二 1—12）。

時間長短

第二階段的第一部分需多少時間？嚴格地說，《神操》以三天來默想耶穌童年的記載〔101—134〕。

《神操》第二階段末有一個很清楚的說明〔162,2—3〕，這說明指出，默觀耶穌童年奧蹟的時間長短，全看退省者是否容易進入默觀而定。因此，對這些奧蹟的默觀可以延長幾天，

或縮減到只有一、兩天。

注意事項

《神操》〔127〕請退省者只思考將要默觀的奧蹟。有人按照這精神在三十至四十天神操期間，連唸玫瑰經時也只默觀那些在祈禱時已經默觀了的奧蹟。我不記得我曾要求人這樣做。依我看，一切都取決於所期望達到的效果。在這點上也像在許多牧靈工作上一樣，要運用原則與基礎的指示：應當「只用那能引我們達到目的的受造物」〔23,4〕。

三、聖言降生（路一 26—38）〔262；101—109〕

導言

對那些宗教素養比一般信徒廣博的人，可能宜於講一點神學；但不是把神學作為祈禱的主題，而是為消除他們腦中也許會有的疑慮。聖言降生是第一等奧蹟，就是說，若沒有從福音而來的特別啟示，憑人力無法認識。

當我們把天主聖言降生的奧蹟，和同一降生成人的聖言所行的救贖奧蹟作比較的時候，不可把降生視為一個為達到高級目的（救贖）而採取的次極方法，卻應將之當作一個造成次極

效果（救贖）的卓越原因。

此外，有一句神學格言表達出天主教整個基督論的關鍵所在：「若沒有承擔，就沒有救贖。」

聖經從兩方面講述聖言降生。首先，聖父出於愛把獨生子賜給我們（參閱若三 16；若壹四 9—10）；其次，天主聖子的自我貶抑、放棄、聽命（參閱斐二 6—8）。

對這一默觀的講述有時會使我們這裡的一些人感到震驚。他們因使徒工作或工作環境中的衝突，以及人際關係上的困難，傾向離羣索居，或只從事有限的活動。這一默觀即使不對他們產生鞭策的效果，也會使他們受到震撼，促使他們在這充滿各種衝突及困難的現實世界、罪惡世界中生活於基督，並與基督一起生活。

降生原則是這一默觀的核心。聖依納爵運用這一原則，邀請退省者不逃避現實世界，卻要他深入其中，承擔起責任，與基督一起合作來救贖我們這個有衝突、有困難的人類世界。

操練

前導〔102—104〕

降生奧蹟總括起來以三點為中心：天主俯視宇宙、決定派天主聖言到地上來、天使佳播奉派來請求童貞瑪利亞的合作。

《神操》〔102,1〕談到「記起那我要默想的歷史」。按照聖經講述時，可引用若一 1—5，聖言存於天主內；路一 26—38，天

使佳播的使命；若一 9—14，聖言來到世間。

為想像地點，即人們居住的宇宙和童貞瑪利亞的住處，有時最好這樣建議：宇宙就是退省者所認識的宇宙，因為基督繼續在這裡降生。而且基督在這一宇宙中等待、期盼退省者與他合作。至於童貞瑪利亞的住處，我完全任憑各人自由想像。

退省者祈求從內心認識耶穌，以便愛慕、追隨他。這是君王號召的具體實踐，是「對主的號召不要裝聾不聽」〔91,4〕。在第二階段的每次祈禱操練中，都繼續祈求這一具體實踐〔105,2〕。

對耶穌基督的內在認識必定是一種深切的認識，是在內心感受品味到的。以這樣的方式認識一個人，就是認識他的愛好、價值觀、內心深處的反應；而且知道他對人生的意義有什麼看法，他為什麼選擇這事或那事，他心靈的傾向如何。默觀降生的奧蹟時，所祈求的是認識那為我而降生成人的天主聖言。

求恩祈禱接下去說：「為能更加愛慕他，追隨他」〔104〕。愛慕基督與追隨基督，是不可區分的。因此，這一愛情能夠使人一方面生活於基督內，另一方面又以基督的精神做日常生活中的工作。

簡單地說，這一求恩祈禱可以是這樣的：更親密地認識基督，更深地愛他，更忠實地追隨他。

默觀要點

講述這一默觀時，按照《神操》中默觀通常所採用的三種方式：觀看人物、聽他們說什麼、看他們做什麼。這種講述法當然有其教導上的次序。然而祈禱者在聖神引導下，完全不需要遵循這個次序。還有，這一講述要簡短，同時忠於福音的記載〔2,1〕。

為觀看世上的人們，不妨提一下具體的生活環境。

關於「天主三位正在俯視地面各處，見所有民族都在盲目地摸索」〔106,3〕，聖經上有好些章節可用，例如創世紀二九32：天主垂視沒有孩子的肋阿的愁苦；出谷記二25：天主眷顧在埃及為奴的以色列子民；還有聖詠十一4及十四2。應當指出，想像中的觀看是隱喻式地運用五官。想像中的聆聽也一樣。

觀看童貞瑪利亞和天使佳播比較容易，只要採用基督宗教的畫作就可以了。

應當指出，這些畫作不是根據對歷史環境的精確認識而有如照相般繪製的，而是由人自己的想像力創造出來的。

接著要聽世人說的話，其中包括「發誓咒罵天主」〔107,1〕。這裡也可停一下，聆聽自己的生活環境和具體情況。

天主三位所說的「我們要救贖人類」〔107,2〕，與聖經一

致。首先在創三 15，天主這樣許下救恩：「我要把仇恨放在你和女人，你的後裔和她的後裔之間，她的後裔要踏碎你的頭顱，你要傷害他的腳跟」。其後，創十五 18 記述上主與亞巴郎立約：「在這一天，上主與亞巴郎立約說：『我要賜給你後裔的這土地，是從埃及河直到幼發拉的河。』」然後是洗者若翰——耶穌基督救贖行動的前驅——的使命。若一 6 說：「曾有一人，是由天主派遣來的，名叫若翰。」

最後，天使對童貞瑪利亞所說的話（路一 32—33）首先描述出耶穌日後的使命；這話是用以色列傳統信仰中表達默西亞使命的詞句來表達的，在依撒意亞七 14、九 6 及撒慕爾紀下七 14—16 中都宣告了這一使命。在路一 32—33 中，天使對瑪利亞說：「他將是偉大的，並被稱為至高者的兒子，上主天主要把他祖先達味的御座賜給他。他要為王統治雅格家，直到永遠；他的王權沒有終結。」天使接下去所說的話意謂著，默西亞的使命是天主聖子自己的使命。聖路加寫道：「因此，那要誕生的聖者，將稱為天主的兒子」（一 35b）。童貞受孕是這獨一、奧秘的父子關係的記號：「聖神要臨於妳，至高者的能力要庇蔭妳」（路一 35a）。

在《神操》結束部分概述奧蹟時〔262〕，聖依納爵只向我們提及天使和聖母所說的話。我們已說明了天使的話，現在暫且停下來聽聽聖母的話：「看！上主的婢女」（路一 38a）。聖母這話不是謙虛，而是宣佈她的信仰。她表姐所稱讚的，也

是她的信心：「那信了……是有福的」（路一 45a）。此外，希伯來文僕人一詞，是王家官員的尊稱。因此，僕人是一種榮銜。聖母的全部光榮即在於事奉上主。

接著是觀看世人的行動，在此退省者可回想他生活環境中人們的行動，這些行動他從報紙、電視上已知道得很多了。

至於觀看天主的行動，退省者可說是進入天主聖三中了。這時聖保祿書信的若干章節很能幫助他祈禱，例如哥羅森書一 15—20。而厄弗所書一 9—10 更是如此：「全照他在愛子內所定的計劃，就是依照他的措施，當時期一滿，就使天上和地上的萬有，總歸於基督元首。」這計劃在有罪的世界實現了，天主聖子「取了一樣的血肉」（希二 14），也取了與血肉有關的一切生存條件，直至受苦和死亡。奧利振在《關於厄則克耳的講道集》第六篇（*Homélie sur Ézéchiél, 5,6*）中，很適切地表達了聖言的行動：「他為同情人類而來到世間。」

最後，觀看在聖母住處所完成的事。

對禱

到對禱的時候，聖依納爵請人尋思「我該說些什麼」〔109,1〕。既然是為祈禱中的交談作預備，因此請人們像《神操》開始的凡例〔3,3〕所明白指出的，當表示更大的尊敬。

聖依納爵接著說：「按照內心所感覺的而祈求」〔109,2〕。這樣，他在心靈的感受方面，為聖神默感留下很大

的空間。人祈求「更能追隨、效法」〔109,2〕降生的聖言，正如得撒洛尼人的「效法主」（得前一 6）。這不是設法模仿基督的態度，而是接受受苦僕人的身分，即基督的身分。請參閱斐二 5—12 有關基督貶抑自己的頌歌。

此外，追隨基督是真正事奉基督的必要條件；基督曾以遵從聖父對人類及歷史的計劃來事奉他的父。「誰若事奉我，就當跟隨我」（若十二 26a）。追隨基督意謂以某一方式分擔基督的命運、他的隱居生活、艱困的牧職、苦難、死亡和復活。

注意事項

1. 為某些難以按照依納爵默觀方式祈禱的人，似乎宜用本篤會的祈禱法，即緩慢地閱讀，反複思索所讀的一些字句，最後停下來玩味所讀的字句。在這種情況下，我建議用羅馬禮儀三月二五日天使報喜節的感恩祭經文（依七 10—14；詠三九（三八）7—11；希十 4—10；路一 26—38），或用十二月二十日感恩祭聖道禮儀的經文，或用羅馬禮儀將臨期第四主日的經文。經文的選擇往往要看是在禮儀年度的哪一時期奉行神操。

2. 我們這裡有些人，默觀預報救主降生時在童貞瑪利亞對救贖奧蹟的合作上留連多時，獲得很大的神益。瑪利亞的自由合作也是我們合作的典範。這些善良的人在默觀時發現了瑪利亞在救恩史上的角色，以前他們只把瑪利亞當作一位出類拔萃的人物，與救恩史沒多大關係。

3.若仔細觀察，會發現這項操練的講述是雙方面的，既強調聖言降生，又強調向童貞瑪利亞報喜。由於有雙重內容，故操練的材料十分豐富，很容易佔用兩整天的祈禱時間。講授神操者應考慮到這種情況，提出他認為對退省者最有益的做法。

4.如果「按照每人願意利用的時間或受益的多少」〔162,1〕，感到「需要延長」這一週（階段）〔4,7〕；那麼，可以講述向若瑟傳報耶穌降生的奧蹟（瑪一 18—23）。這一奧蹟表明（可能是根據古老的傳承），從死者中復活的耶穌，他的世間命運有何意義。若瑟以以色列民族和達味後裔的名義，負責接納因聖神而降生於童貞瑪利亞的聖嬰。

四、瑪利亞往見麗莎（路一 39—56） 〔263〕

導言

路一 39—56 所述的奧蹟邀請我們觀看兩位母親——瑪利亞和麗莎——的會晤。這一奧蹟實際上也引我們觀看兩位母親所懷胎兒的會晤。瑪利亞和麗莎蒙召為她們自己的孩子——耶穌和洗者若翰——的使命貢獻心力。

操練

退省者可依照《神操》〔263〕作操練，也可採用以下提綱。

首先，洗者若翰開始了他作為耶穌基督前驅的使命，他藉自己母親的口指出默西亞：「吾主的母親駕臨我這裡，這是哪裡得來的呢？」（路一 43）。這裡「吾主」一詞指默西亞。

其次，瑪利亞詠唱一篇感恩的聖歌（路一 46b—53），即通稱的謝主曲。瑪利亞所詠唱的，首先是耶穌之母個人的感恩之情（路一 46b—50）；其次是整個天主子民的感恩之情，因為天主與祂的子民以色列所立的盟約已完成了，（一 51—53）；最後聖母瑪利亞詠唱天主記起祂的恩許，始終忠於這恩許，並使之實現（路一 54—55）。

第三，瑪利亞在表姐麗莎家住了「三個月左右」（路一 56）。她無疑履行了聖保祿在他最先所寫的書信——得撒洛尼前後書——中所說的事。聖保祿在得前四 1—12 中說明中悅天主之道，又在得後三 1—15 中勉勵人們祈禱、工作。

注意事項

羅馬禮儀聖母訪親慶日（5月31日）經文的內容也十分豐富，按本篤會的誦讀聖經方法來運用，對我們的祈禱大有助益。

五、耶穌誕生（路二 1—7, 13—14） 〔264〕

導言

福音中關於耶穌基督誕生的記述毫無輝煌之處。正因如此，所以這些記述對基督徒的生活十分重要。它們能使退省者領悟今世天主神國的基本規律之一：外表毫無輝煌之處，內涵卻十分豐富。

前導

耶穌基督誕生的奧蹟可簡述如下：懷孕已八個多月的聖母瑪利亞上路了。不妨想像她「坐在一匹驢背上」〔111,1〕，側身坐著，有點像臺灣少女坐在摩托車後座上那樣，兩腿垂在同一邊。若瑟趕著驢。退省者可想像自己跟在後面，「牽著一頭牛」〔111,2〕伴隨他們。一行三人出了納匝肋，按照「凱撒奧古斯都的上諭」（路二 1），上白冷去「登記」（路二 3）。

可以憑想像力觀看從納匝肋通往白冷的路，很像我們東亞國家內地那種滿佈塵沙的路，路的寬度大到可讓兩匹巨大的駱駝對面走過。路沿著約旦河伸展，在旱季這河通常是乾涸的，露出滿是石子的河床，就像東亞各國旱季的溪河一樣。

祈求在內心認識剛為我降生的主，好能更加愛慕他、追隨他。總之，祈求能發現「天主為愛祂的人所準備的，是眼所未見……人心所未想到的」（格前二 9）；祈求能洞悉「天主的深奧事理」（格前二 10）；祈求能明瞭「天主的事」（格前二 11）。的確，聖保祿寫道：「我們所領受的……是出於天主的聖神，為使我們能明瞭天主所賜與我們的一切」（格前二 12）。祈求聖神啟示給我們天主智慧的深奧及祂救世的計劃，這是「屬血氣的人」所意想不到的（格前二 14）。

默觀奧蹟〔264；114—116〕

旅途〔264,2〕

路加福音告訴我：「若瑟……從加里肋亞納匝肋，上猶大名叫白冷的達味城去，好同自己已懷孕的聘妻瑪利亞去登記」（路二 4—5）。

我加入這旅程，走一百三十公里的遠路，也許要走整整一星期，有好幾夜住在旅舍裡。一行三人，白天辛苦地在沙土路上跋涉，夜間住在客棧裡也很辛苦。

我觀看聖母坐在驢背上，默觀她充滿謙虛的行止。我也默觀聖若瑟——天主計劃的忠僕，朝著天主領他去的地方穩步前進。行路間，每人在心中各自忖度。聖母記起天使報喜時一些美好的事；聖若瑟憶起他的疑惑，及天使顯現給他，對他啟示說，他的淨配是天主之母（瑪一 18—25）。而我，沈浸在這靜

默的環境中，試著欣賞、衡量在我生命中靜默的真正價值。

到了驛站，讓牲畜飲飲水，我們也休息一下。我簡樸地聆聽聖母和若瑟談論旅途中的瑣事，他們提到一些有趣的情境，開心地笑了。我從他們學習到有關友愛的教導，有關我與同輩、屬下的關係的教誨。我傾聽聖母和聖若瑟的聲調，從他們的聲調中流露出十足的自制力。我聽聖若瑟邀請我和他們一起用飯。從這些事上我學到該怎樣出命，怎樣與同伴及同事談話。

整個旅途都很艱苦，為懷孕待產的聖母尤其辛苦。旅途的目的是「登記」（路二 5），是為了「繳納羅馬皇帝向那區域所徵收的人丁稅」〔111,2〕。

誕生〔264,3〕

我觀看聖母和聖嬰，看她怎樣照顧他，怎樣用襁褓把他裹起，「放在馬槽裡，因為在客棧中為他們沒有地方」（路二 7）。

存想耶穌誕生的情況，樣樣都顯出極端的貧窮。從此開始了一個飽受痛苦、虐待、忍受饑渴、挨凍受熱的一生；在飽嘗欺侮、凌辱之後，還要死在十字架上，「這一切都是為了我」〔116,2〕。

耶穌出身貧苦家庭，從年輕的母親取潔禮時所獻上的窮人獻儀——一對斑鳩——就可證明（路二 24；參閱肋十二 8）。

他一生都在匱乏中生活，他的門徒也一樣；甚至有一天，他們大概只能掐麥穗吃（瑪十二 1）。此外，耶穌「沒有枕頭的地方」（瑪八 20）；在他傳道行程中，常常一身風塵（路七 38—44）；他靠虔誠婦女們的資助（路八 3）；他身上也沒有帶錢（瑪二二 15—22）。

保祿六世在 1971 年 6 月 29 日所發表的《福音的見證》（*Témoignage évangélique*）勸諭中寫得好：「耶穌豈不是為俯聽那些天主所特別眷顧的窮人們的呼求而降世（路四 18，六 20）？他甚至把他們看成跟自己一樣（瑪廿五 35—40）。」

聖依納爵邀請退省者，就像自己在場一樣，「伺候（耶穌聖嬰的）種種需要，盡我所能的敬謹服務」〔114,2〕。從我內心自然湧出一股尊敬之情，因為我在聖嬰身上朝拜創造萬物的聖言，在天主的尊威聖善之前感到受造物的卑微虛無，不由得滿心崇敬。

另一方面，在這嬰孩天主前也可有別種態度，可以像方濟會士安道（Antoine de Padoue, †1231）或耶穌會士雷亞利諾（Bernardino Realino, †1616）般，伸展雙臂接過聖嬰，緊抱在懷中。

天使的歌聲〔264,4〕

聖依納爵請我們注意天使的數目和歌聲。路加第二章第 13 節寫道：「忽有一大隊天軍……讚頌天主說：『天主受享光榮

於高天，主愛的人在世享平安！』」

我聽到天使的歌聲，留心傾聽。

我所要默觀的天主光榮，就是天主神聖屬性在宇宙間的輝煌顯示，尤其是祂的行動，即祂對我個人的愛心、大能及忠信。

聖經上所說天主賜給人的神聖平安，是圓滿無缺的，這意謂著富饒、舒適、健康、整合。

注意：當然不一定要照以上方法講授，以上只不過是一種默觀耶穌聖誕的方式。請照《曲徑通幽之一》第 23、24 頁所說明的複習方式，進行每日第一、二次默想的複習〔118—119〕。

六、運用五官〔121—126〕

導言

藉著學習基督運用五官的祈禱第一式（參閱《曲徑通幽之一》第 69、70 頁），及運用五官默觀地獄（參閱《曲徑通幽之一》第 104 至 106 頁），退省者已經學會如何運用五官。

按照祈禱第一式〔248,1〕，退省者已熟悉基督運用五官的方式。這只有在基督運用五官時與他在一起，才做得到。退省者所要效法的，正是基督這種對五官的合理運用。

現在，退省者想像自己也在現場，按照福音所描述的細節仔細觀看這些人，甚至還多想像一點：比方說，這些人的生活環境；物件的顏色、大小；人們的服裝、態度、行動；他們的言語、聲調、誇張之處。簡言之，就是要經由感覺，讓自己親身受到運用五官時所見、所聽、所摸到的生命之聖言的觸動（參閱若壹一 1—3）。

退省者想像自己在觀看、聆聽，這不是為了獲得生動、細緻的圖像，而是為喚醒內心虔誠的善情。

操練時要謹慎，保持內心平安純樸，不要絞腦汁。實行這一操練時，為達到超性效果，而不墮入幻想（例如想像過分而到了幻覺的地步），做操練的人應有認真的準備，並且已被聖愛感動過。

這是第一種運用五官的方式，即直接運用想像的五官。另一方式是把想像的五官隱喻式地運用於非物質的事物或屬性。《神操》中建議人用味覺和嗅覺品嘗「（耶穌的）天主性，他的聖靈魂，和種種德行，以及其他一切的芬芳和甘飴」〔124,1〕。

聖經常請我們隱喻式地運用想像的五官，例如「遙望喜樂」（巴四 36）；「披上你的威能」（依五二 1）。

我們的五官都可象徵性地移轉到心智上：這種移轉以情感為基礎，本質上是在非物質事物前保持我們平常在觀看、聆聽可感覺的事物——如看日落、聽鳥雀啁啾——時的全部態度。

以上這些解釋錄自《神修學辭典》中耶穌會士馬瑞夏（J. Maréchal）的〈運用五官〉一篇（參閱《神修學辭典》之一，col. 826）。

預備經和前導〔121,2〕

與默觀耶穌誕生相同。

運用想像的視覺〔122〕

觀看天主聖言在童貞瑪利亞胎中，從這一奧蹟學習隱藏自己。然後，觀看瑪利亞和若瑟多麼細心、敬謹地照顧耶穌聖嬰。也向聖嬰獻上我的尊敬及我的服務。

運用想像的聽覺〔123〕

聆聽新生聖嬰的哭聲。想起我自己的煩惱痛苦，為天主的光榮和教會的利益而奉獻它們。

運用想像的嗅覺〔124〕

聞到耶穌誕生的地方充滿了聖神果實的甘美馨香（路二7）。祈求能成為「獻與天主的基督的馨香」（格後二15）。

運用想像的味覺〔124,1〕

品嚐聖神的果實：仁愛、喜樂、平安、忍耐等（參閱迦五

22)。祈求愈來愈能夠品味「天主甘美的言語，及未來世代的德能」（參閱希六 5；耶十五 16）。

運用想像的觸覺〔125〕

走近馬槽，脫下鞋，「因為你所站的地方是聖地」（出三 5）。就像這位母親得到許可，十分恭敬地走近馬槽，親吻聖嬰。她十分恭敬，因為先求許可；她一心熱愛，因為要親吻聖嬰。我也向聖嬰獻上我的愛情，我的服務。

對禱〔126〕

再次做君王號召的奉獻〔98〕，或做別的奉獻、許諾、承諾，例如修會聖願。

七、附錄：牧人朝拜聖嬰；耶穌聖嬰受割損；賢士來朝

導言

按照《神操》本身的建議〔162,2〕，可以多花些時間，以依納爵的默觀方式來默觀奧蹟。因此可採用其他奧蹟，如牧人朝拜聖嬰、聖嬰受割損、賢士來朝等。

牧人朝拜聖嬰（路二 8—20）〔265〕

注意事項

凡講述福音中奧蹟的默觀時，都以三個問題為基礎，這些問題的答案就是默觀的材料：1.在這奧蹟中有哪些人？2.這些人在做什麼？3.這些人說什麼？我提到這一講述提綱，只是為了給退省者一點有用的指示。以下我用另一種提綱來講述。

操練

首先，觀看牧人們。有人說，牧人們往往都不誠實，好偷東西，常把羊羣趕到鄰人的牧場上去，也好偷別人的小羊。

據說在基督的時代，人們輕視且憎恨牧人。人們公然剝奪他們的公民權，且像對癩病人似的排斥他們。所以他們才在村子或城市的牆外過夜。然而救恩的喜訊卻首先向他們宣佈。

接著，留心聆聽天使所傳報的訊息，這是一個令人喜樂的好消息：「不要害怕！看，我給你們報告一個為全民族的大喜訊」（路二 10）。接著，天使又宣佈救主降生：「今天在達味城中，為你們誕生了一位救世者，他是主默西亞」（路二 11）。

在舊約中，「救世者」這個稱號通常只用於天主。這位救世者是「主默西亞」。主默西亞這一稱號首先指明耶穌是默西亞，而後也暗示他王權的神聖性。

「這是給你們的記號：你們將要看見一個嬰兒，裹著襁褓，躺在馬槽裡」（路二 12）。這記號一方面讓牧人相信天使所傳報的訊息不是夢，另一方面也昭示出天主實現救恩的方式。這個記號——貧窮軟弱的嬰兒「躺在馬槽裡」，十分像宗徒們傳道時所用的貧窮方法：「我們所宣講的，卻是被釘在十字架上的基督」（格前一 23）；同一書信下文還說：「給你們宣講天主的奧義……被釘在十字架上的耶穌基督」（格前二 1—5）。

在作對禱時，祈求能尊重教會的神職人員，以及人性價值與福音價值的協調；也祈求能尊重基督徒平安的基礎以及秩序的安寧。

耶穌聖嬰受割損（路二 21）〔266〕

默觀這一奧蹟時所應祈求的恩寵，可用英國一位有聖德的道明會會士德奇切斯特（Richard de Chichester, †1253）的話來表達：「更清楚地認識、更溫柔地愛慕、更密切地追隨」耶穌基督。

有關耶穌受割損的記述很簡略（路二 21），也使我們記起洗者若翰受割損的事（路一 59）。耶穌聖嬰經由這一禮儀而正式被承認為天主選民之一。

行割損禮時，聖若瑟無疑地也按照一般父親慣常的做法，表達了對默西亞的期待，就像匝加利亞在讚美歌中所表達的那

樣（路一 68—79）。

按照路一 31—33，聖母得知有關聖嬰名字的啟示；按照瑪一 20—21，他的義父亦得到啟示。依照希伯來文的語源學和天使傳報給孩子的義父的訊息，耶穌一名的意思是「上主施救」。而當天使向牧人傳報喜訊時，稱耶穌為「救世者」（路二 11）。匝加利亞在讚美歌中稱那位若翰要作其前驅的人為「大能的救主」（路一 69），他將「拯救我們脫離敵人和仇恨我們者的手」（路一 71）。的確，世界的救贖將由這個嬰孩來完成。

《神操》中說，聖母「見愛子所流的血，感到痛苦」〔266,3〕。默觀聖母心疼的表情。梵蒂岡第二屆大公會議的《教會憲章》第 57 節提醒我們：「母子在救贖工程中這一結合，從童貞聖母懷孕基督開始，直到基督的死亡，都一直表露無遺。」因此，在行割損禮時已是這樣。

羅馬禮儀 1 月 1 日天主之母節感恩祭的經文，也提供了異常充實的祈禱材料。

注意事項

偶爾會遇到退省者不懂割損禮的手術的情況。奉行神操不是上生物課，只要說手術有痛苦，多少會流點血就夠了。如果這個謎團使他們分心，那麼，或是不談割損奧蹟，或是建議他們按 1 月 1 日禮儀的經文做本篤會式的祈禱。

賢士來朝（瑪二 1—12）〔267〕

導言

如果退省者容易不安，常思忖一些關於賢士來朝奧蹟的歷史真實性問題，可能宜於向他們指出，為否定福音敘述的歷史真實性，需要提出這事在歷史上不可能發生的證據，而且須證明這一敘述純屬杜撰。然而迄今所發表的種種研究都未能提出這種證據。再說，這一奧蹟向我們啟示出天主願意讓我們知道的有關基督生活的一面——基督光照我們的黑暗。

朝拜〔267,2〕

按瑪竇福音，首先來朝拜耶穌的是外邦人，而非以色列民。那些得到救主誕生消息的猶太人對此事完全不感興趣。更有甚者，黑落德王從眾司祭長和民間的經師處獲知「默西亞應當出生的地方」（瑪二 4）之後，便設法殺死嬰孩。世上有權勢的人往往不關心耶穌。

我們和這些東方賢士及世界各民族一起被邀，經由那以永遠之光照亮我們黑暗的基督，尊敬朝拜天父。在此處可回想「原則與基礎」中的話〔23〕。

獻禮〔267,3〕

教父們，特別是金言聖伯鐸（saint Pierre Chrysologue，

†450)，在奉獻禮物一事上看出種種象徵。賢士奉獻乳香，是承認聖嬰的天主性；獻黃金，承認他的王權；獻沒藥，承認他具有真正的人性，終會死亡、被葬。

聖經告訴我們，這些禮物是用來獻給君王的。聖詠第七二（七一）篇第 15 節論及撒羅滿王時說：「願人們向他奉獻舍巴黃金。」依撒意亞第六十章第 6 節論及耶路撒冷的那些話，也適用於耶京的君王：「由舍巴滿載黃金和乳香而來。」聖詠第四五（四四）篇第 9 節提到默西亞君王時，這樣描述他的衣服：「你的衣冠散佈沒藥的芬芳。」

請回想起每次神操開始時的祈禱奉獻〔46〕。也回想起在默想君王號召之後所做的奉獻〔98〕。

被納粹警察處死的德國籍耶穌會士德爾浦（Alfred Delp, †1945 年 2 月 2 日），在他 1945 年主顯節的《獄中默想》（*Méditations de prison*）中，論及賢士們說：「把禮物放在馬槽前，意謂著自由的實現。他們自由了！」（《獄中默想》第一部分〈自由的法律〉）。一切奉獻都使人自由。

返回本國〔267,4〕

賢士們順從地接受了夢中所得到的指示。《師主篇》卷三，37 闡述何謂內心自由；這種自由出於離棄自己，出於自降於天主。

第十三日

獻耶穌於聖殿；逃往埃及；返回本鄉

一、獻耶穌於聖殿（路二22—39）〔268〕

導言

默觀聖言降生和由埃及回國的福音奧蹟，是為選擇生活及（或）調整生活作準備〔169—189〕。

客觀地說，默觀這些奧蹟所要採取的神益是：在謙遜和服從這兩項福音價值的基礎上，增進基督徒的自由。

從內在態度而言，真正基督徒的謙遜使人選擇過實貧的生活。應當完全地、充滿活力地按照福音的謙遜而生活。達到這種情況的標記，便是謹守福音式的服從。聖依納爵在《耶穌會會憲》中把謙遜和服從稱為「堅實而完美的德行」（813）。

操練

到達聖殿〔268,2〕

偕同瑪利亞和若瑟一起上聖殿去。跟他們一起走在那從白冷通到耶路撒冷的小路上。穿過聖殿對面的廣場，廣場上滿是賣東西和換錢的人。體會到在這樣的環境裡心中感到迷失、害怕。他們把耶穌聖嬰像寶貝似地抱在懷中。

梅瑟法律並未規定要奉獻嬰兒，耶穌的父母這樣做，顯出他們願把頭胎兒子獻給天主的熱忱。他們的這奉獻具有豐富的

象徵性意義。緩慢地體會這一點。

和許許多多無足輕重的平民一起獻上簡單的窮人禮品——一對鴿子。後來，耶穌在這同一聖殿中稱讚了窮寡婦的獻儀——從她不可或缺的生活費中所拿出的兩文錢（路二一 1—4）。

遇到西默盎〔268,3〕

雙臂接過耶穌聖嬰（路二 28），西默盎承認天主許給他的在死前見到默西亞的諾言（路二 26）已經實現。現在他欣然等候自己生命的終結。

這位有聖德的老人向聖母預言說，要有一把利劍刺透她的心靈。若干年後，她將面對服從天主聖言的困難（路二 49）。這種服從甚至超出血親關係（參閱路八 21；十一 27—28）。這老人還預言耶穌將成為「反對的記號」（路二 34）。

遇到女先知亞納〔268,4〕

八十四歲的老婦亞納，招呼了耶穌的父母之後（路二 38），向一切希望耶路撒冷得救贖的人，就是所有期望天主子民得救恩的人講論耶穌。

注意事項

1. 牟敦（Thomas Merton）在《默觀生活探秘》（台北：光

啟出版社，1996）一書第 82 頁指出「有些人很容易在自己的心裡，在想像中發現基督面貌的簡單圖像；這是祈禱容易的開始。」

「但對於另一些人，這個想像卻沒有成功。相反地，所付出的努力，其代價可能是問題和紊亂充塞腦海，而使祈禱成為不可能的事。然而僅僅耶穌的名字，或一個模糊的不經分析的基督的觀念，已足夠維持他們的信德，使他們完全浸潤在單純的愛中，意識到他真正以其神性存在我們的靈魂內。」

2.羅馬禮儀「獻耶穌於聖殿」這一節日（2月2日）所表達的奧蹟，內涵十分豐富。

進堂詠採自聖詠第四八（四七）篇。這篇聖詠描寫人們聚集頌揚熙雍山，它是天主的聖山，以色列君王的居所，也是那位於古耶路撒冷中心的聖殿之所在。

讀經一摘自瑪拉基亞先知書三 1—4，描述猶太人民等待默西亞接收耶路撒冷的聖殿。默西亞將是完美的司祭，是天主所鍾愛的，他向天主獻上蒙悅納的祭獻，且滌除人民的罪惡。讀經二採用希伯來書二 14—18，作者教導我們，人們所等候的默西亞與他要來救贖的人休戚相關。天主所派來的默西亞是受過痛苦試探的人，也是擔負人民罪惡的司祭。

答唱詠採自聖詠第二四（二三）篇，第 1 至 6 節歌頌宇宙的創造者，祂也是一位接待義人的朋友，接下去第 7 至 10 節似乎暗示達味為王時把約櫃遷入聖殿的事。

二、逃往埃及（瑪二 13—18）〔269〕

導言

瑪竇二 13—23 所敘述的事件，可視為耶穌君王默西亞主義以及世俗力量對這一主義的反對的象徵性表達。這種反對終於在耶穌受難時達到了其目的。

操練

天主的指示

整個耶路撒冷，還有大司祭和經師們都輕忽耶穌聖嬰。黑落德不像賢士那樣朝拜聖嬰，反而要把耶穌聖嬰與白冷所有的其他嬰孩一起殺死。耶穌已經是「反對的記號」了（路二 34）。

若瑟在夢中得到了那位引領其子民的天主的指示。依納爵曾給一位飽受痛苦考驗的女士寫信，提醒她別忘記天主神聖的引導：「凡念及天主溫柔照顧的人，應滿懷信心地盼望一切事最終都會使他獲益」（1554 年 3 月 13 日）。

逃往埃及

按聖經的記載，埃及歷來是避難的地方。梅瑟也曾為躲避

法郎而退隱外地（參閱出二 15）。最初的基督徒引用「退隱」一詞來表達逃離公共生活，或是度默觀生活，或是表達農民受壓迫而到沙漠中生活以逃避稅捐。用來表達從公開生活中退隱的基督徒的專有名詞是隱士。

居留埃及

聖家在埃及一直住到黑落德去世為止，也許有兩年之久。即使在這塊避難的地方，天主也為其子民永達的幸福而工作；祂感動他們的心，召喚他們接近祂，也促使他們彼此接近。精神和身體上的痛苦總是邀請人和天主一起度更充實、更深刻的生活。

三、返回本鄉（瑪二 19—23）〔270〕

導言

在逃往埃及和返回本鄉兩項奧蹟中，要人默觀的是若瑟的服從，及受苦的僕人的境況。耶穌已經處於這受苦的境況了。

通知〔270,2〕

若瑟在夢中得到了那位引領其子民的天主的指示。耶穌是新以色列，因此這裡講述他在自己生活中重新體會以色列出埃

及的情況。耶穌在自己身上重新經歷出谷記時期天主對其子民的召喚：「從在埃及時，我就召叫他為我的兒子」（歐十一1）。

回到以色列地方〔270,3〕

只有天主能從人類的殘酷行為中救出耶穌。天使對若瑟說：「那些謀殺孩子性命的人死了」（瑪二 20）。

但若瑟一聽說「阿爾赫勞……作了猶太王，就害怕到那裡去」（瑪二 22a）。這個阿爾赫勞為了鎮壓一次反叛，曾在耶路撒冷聖殿中殺了三千猶太人。

隱居納匝肋〔270,4〕

由於阿爾赫勞對猶太的殘酷統治，若瑟、孩童耶穌及他的母親便退避到加里肋亞的納匝肋去。

耶穌在加里肋亞長大、受教育，因此被稱為加里肋亞人（參閱瑪二六 69）。後來也是在外方人的加里肋亞，人們開始相信耶穌基督，耶穌如同一道皓光照亮了黑暗（參閱瑪四 12—16）。

回到納匝肋後，聖家的境況並不穩定，因為羅馬軍隊仍留駐當地，為鎮壓那些想造反的加里肋亞農民；那裡還聚集了大量將被釘死在十字架上的囚犯。

四、運用五官體驗逃往埃及和返回本鄉〔132,2〕

藉想像力觀看。看瑪利亞和耶穌安恬地睡著。也看黑落德怎樣煩躁不安，看他的威脅、他的殘忍。黑夜沈沈，匆忙地準備——帶點麵包和乾果、孩子的襁褓、幾件工具、一些錢幣。鄰居們來幫忙。弱小無力的嬰兒耶穌熟睡著。若瑟把小屋的門關緊，鑰匙託付給一位鄰人。再看最後一眼，動身上路。瑪利亞抱著嬰兒。在滿佈沙塵的路上艱苦地前進。遠遠看到海了。黑夜，滿天繁星。抵達埃及。想到自己的情況以採取神益；完全託付於天主的引領。

藉想像力聆聽。聆聽：熟睡的嬰兒耶穌的呼吸聲；風吹過棕櫚樹之聲；嬰兒耶穌的哭聲；因他們匆匆離開，鄰居的流言蜚語；私下迅速的準備；東西都收拾好了，放在架子上；沙塵路上沈重的腳步聲。聆聽：白冷嬰兒們被殺時的哭喊聲，母親們的痛哭聲；兵士的馬蹄聲；沙漠邊緣道路夜裡的声音；豺狼的嚎叫聲。也聆聽：在埃及，因不懂當地言語，被人們譏笑；有時懂錯了他人意思，但也有好心人對他們說出同情的話語。想起自己不理解時的情況，為完成天主的計劃而接受這些。

藉想像力觸摸、感覺。感覺到：寒冷；刺骨的冷風；急雨；饑腸轆轆；口渴不堪；酷熱的天氣。抱著嬰兒耶穌，抱得

很累；休息散心。想起自己的情況。

最後，藉想像力感覺、品嘗。品嘗：對聖父照顧的安心信靠；對白冷嬰兒們被殺的愁苦；在路上害怕有人追捕；在埃及舉目無親。想起自己所受的痛苦。

第十四日

耶穌在納匝肋；耶穌在聖殿

一、耶穌在納匝肋（路二 39—40；50—52；谷六 2—3）〔271〕

導言

聖依納爵願意我們在這個奧蹟中默觀「吾主耶穌自己給我們樹立的第一種『遵守誠命』的模範」〔135,2〕。總之，這是一種對所有基督徒都有效的基本模範。

前導

福音所記載的是納匝肋人耶穌的日常生活，即一位木匠的職業生活；起先他是若瑟的徒弟，養父去世後他成了師傅。

福音中這些事發生在一間由泥磚所築成的低矮小屋裡。粗陋的入口，一扇木門；還看見幾扇木窗。從屋旁那道泥磚所砌的小臺階走上去，便到達一個平臺。

應祈求的恩典是：更認識耶穌，更密切地認識耶穌，即一種更深入耶穌的心和靈的認識。

操練

耶穌屬瑪利亞和若瑟管轄（路二 51）

耶穌服從若瑟的指導，聽母親瑪利亞的話〔271,2〕。耶穌

就這樣長大成人了。

耶穌——天主之子、全人類的救主、基督君王，屬瑪利亞和若瑟管轄。

耶穌應當給我們這些自亞當首次犯罪之後就天性傾向驕傲的人這個「屬人管轄」的教導。

屬人管轄，這是邪惡的世界所不能理解的。教宗碧岳十二世（†1958）自問：「為什麼聖召這樣少？因為人們不理解納匝肋的教誨。」

如果我們理解了這一教誨，那麼祈求能更深入這教誨。

耶穌在智慧和身量上，並在天主和人前的喜愛上，漸漸地增長（路二 52）

我們首先對耶穌的真實人性發信德。

聖經先強調內在「智慧」的增長。而後說外表「身量和恩愛」的增長。

內在「智慧」的增長只涉及那些靠經驗獲得的人性的知識，而不是所謂灌注的知識；因為，耶穌身為天主，不能在知識上有所增長，他本身就是無限的知識。

外表「身量」或年齡的增長，表示耶穌一年年地成長。童年時，他的舉止像兒童。成年了，他的舉止像成人。

最後，耶穌「在天主和人前的喜愛上」漸漸地增長（路二 52）。身為天主，耶穌擁有完全的寵愛。身為人，耶穌與日俱

增地表現出他所擁有的寵愛。在天主和人的眼中，他愈來愈可愛，不僅因為生活和舉止聖善，也由於他所表現出的和藹可親，待人有節，讓人產生好感。

總之，耶穌的各方面都在增長，身量日益長高，智力日益敏慧，情感日益平衡，內心日益自由；而這一切都是為了將來的事業，那救贖萬民的事業。

我呢？我在寵愛、愛德上增長了嗎？我在人前，尤其在近人前，是不是日益令他們喜愛？我留意自己在親切、喜樂上的進展嗎？

這人不就是那個木匠嗎（谷六 3a）〔271,3〕

耶穌二、三十年沒沒無聞地生活在小木匠棚裡，納匝肋小城裡很少人認識他，以致耶穌在會堂中教訓人時，他們無法懂得：「他這一切是從哪裏來的呢？所賜給他的是什麼樣的智慧？怎麼藉他的手行出這樣的奇能？這人不就是那個木匠嗎？他不是瑪利亞的兒子……」（谷六 2—3）。

耶穌的職業是木匠。這樣，他向我們表明，沒有一種職業是低微的；天主聖意可以要求我們每一個人完成一項很簡單的任務，而我們就應以此為滿足。耶穌說：「我的食物就是承行派遣我者的旨意」（若四 34a），我一生真正的依靠是：知道承行天主的旨意。承行天主的旨意為我應當像渴求食物一樣，是一種願望，一種熱情，這樣做就會使我心滿意足。

耶穌還遵守他天父的誠命，日後當他講道時清楚地表達了這一點（瑪五 21—48；十五 3—9；二二 34—40）。

注意事項

這裡所說與省察良心無關，而是要人思考基督在世時怎樣理解、遵守誠命。

中國的信友們天性傾向做省察，因此得強調這一點。

對禱

對禱時，祈求聖若瑟領我進入內在生命的聖所，求他為我找到一種適合我的靈魂、我內心需要、我使徒工作的祈禱方式。也求他為我找到保持心神收斂，及意識到天主臨在的最佳方法。

或是祈求聖母教導我如何培育那些託付給我的靈魂。

或是祈求耶穌賜我一些他的溫良、謙遜、活力、樂於承行天主的旨意。

禮儀經文

按照本篤會的祈禱方式來讀聖家節（羅馬禮儀聖誕節八日慶期內的主日）的聖道禮儀經文，能夠充實人的祈禱，使人獲得神益。慢慢地唸聖經章節，找到一句中的某一部分或某幾個字，緩慢地重複唸五十遍，而後歇下，停留在這些字句上，仔

細品嘗玩味。

首先，讀經一摘自德訓篇三 2—14。經文述說人對父母的義務。總之，敬畏上主的人，也必敬重父母。

答唱詠摘自聖詠一二八（一二七）。這是一篇歌唱家庭幸福的聖詠。天主把這種幸福賜給義人，即服從天主聖意的謙卑信徒。

讀經二採自哥羅森書三 12—21，描述的是基督徒家庭的德行。

二、耶穌在聖殿（路二 41—50）〔272〕

導言

「我主基督為給第二種『福音全德』的身分樹立典型，拋下義父和生母，獨留聖殿，專心侍奉他的永生聖父」〔135,3〕（參閱格前七 32—35）。

按照《神操》，這一默觀的重點在於聖依納爵的話「拋下義父和生母，獨留聖殿」〔135,3〕，這話與福音相互印證。

對於東亞的信徒，尤其對華裔信徒而言，其文化往往使得孝順在他們心中根深蒂固；有時，有的退省者抗拒這段聖經，他們自問耶穌聖童怎麼能這樣做。根據經驗，我認為最好強調說：按照當時的風俗習慣，十二歲的耶穌已經算成年了，因此

他可以不問父母的意見而獨立行動。這一解釋通常會使人對福音事蹟的反感緩和下來。但重要的還是信德的態度，有這種態度才能服從天主的計劃超過服從父母。

操練

他（耶穌）十二歲時，他們（他的父母）又上（耶路撒冷）去了（路二 41—42）〔 272,2 〕

已經成年的耶穌也加入旅程。他的父母，尤其母親，也許對他提起以前從納匝肋到白冷去的事，那時他正在聖母胎中。

耶穌卻留在耶路撒冷，他的父母並未發覺（路二 43c）〔 272,3 〕

「停留」在耶路撒冷，是這一默觀的要點。耶穌已成年，他可以這樣做。他與義父和母親保持距離，他的天父的旨意超越一切。

過了三天，（他的父母）才在聖殿裡找到了他（耶穌）（路二 46）〔 272,4 〕

我們從福音中好幾種情景，特別是驅逐商販一事（參閱若二 13—22）可以看出，聖殿對於耶穌是什麼。

他的父母「在聖殿裡找到了他，他正坐在經師中，聆聽他們，也詢問他們」。人們「對他的智慧和對答，都驚奇不

止」。他的智慧自然而然地與聖經的意義相合，而天主在聖經中顯示祂的旨意。

我必須在我父親那裡（路二 49c）〔271,4〕

對於耶穌，完成天主的旨意是必需的，是神聖誠命所賦予的義務。耶穌說的是對天父應盡的義務，而這遠比對父母的義務還重要。

第二階段的第二部分

一、內容劃分

上文已說過，第二階段第二部分的內容，首先是通常所謂依納爵特有的默想〔136—157〕及〔165—189〕，繼續默觀耶穌傳道生活的奧蹟〔158—164〕，同時為了選擇及（或）調整生活而採取神修措施（參閱第〈第二階段總論〉第 頁）。

二、材料分配

最近這二十年來，我在東亞帶領為期一個月的神操，從這經驗中我體認到，要照《神操》原來分配的方式〔參閱148,164〕來進行依納爵特有的默想是很難的。

這些默想的材料很充足，神修內容也豐富。而且，前面才進行過的耶穌童年奧蹟的默觀已引領退省者逐步升到神操的頂峰。在默觀了君王號召之後，又做這些童年奧蹟的默觀，此時退省者更渴願效法基督，也更願在主的救贖事業中伴同他。現在已到了神操的頂峰，有許多果實可資採摘。

採摘這些神修果實，得配合退省者神修上的吸收能力。在

我們的環境中，需要十分注意這種配合，何況，按我的能力，我每天只能與退省者會晤一次。若要在這一次會談中向他介紹兩個抽象的默想主題，並請他努力達成不同的目標（如同 139 及 152 號所指出的應求的恩寵），通常只會造成混淆。

三、具體計劃

為使退省者不致混淆起見，我一直認為最好建議退省者用一天做兩旗默想〔136—148〕，另一天默想三種人〔149—157〕，而第三天，謙遜三級〔165—168〕。這是一個月大退省的第十五、十六、十七天。

四、附錄：關於神修進步的幾方面〔135〕

依納爵在「考慮身分的前導」〔135〕這一段承上啟下的說明中，先提到前幾日的默觀，而後引導退省者做選擇，即「反省並祈禱，求他指示我們，應在何種身分或生活方式上事奉至尊的天主」〔135,4〕。

此外，《神操》指出「我們應當準備自己……修成全德」〔135,6〕。不妨對奉行大退省的獻身者建議，在奉獻生活的哪幾點上，上主以其充滿愛心的眷顧，邀請他不斷前進。這不是提供省察材料，而是做準備工作，使人達到全德的地步。

首先，基督徒祈禱生活的頂峰是每日的感恩祭，而時辰祈禱是感恩祭的延伸。至於那以讀聖經來準備、又靠讀聖書來滋養的默想祈禱，也是基督徒祈禱生活的重要部分。此外，每日的午、晚省察、每月兩次告解、每月的小退省，以及每年的退省也是重要的。

其次，要以適當的方法來培養、支援信德生活，如閱讀好的書籍及神學雜誌。還需要對自己內心，或是人際關係及使徒工作上所遇到的考驗，作信德的反省。

第三，個人和團體所度的福音貧窮生活。個人的貧窮涉及房間內的家具、所穿的衣服、外出旅行，以及怎樣使用零用錢、親友饋贈或自己的薪水。團體貧窮涉及如何使用公物，例如：水、電，或許還有財務管理等職務上的福音化態度。

最後，團體生活：如何參加團體活動（感恩祭、散心、用餐等）以增進歸屬感；如何促進彼此間的合作與寬恕。

第十五日

兩旗默想

一、導言

《神操》中〈考慮身分的前導〉這一段清楚說明，這項操練是一種「導引」〔135,5〕，藉著它我們「反省並祈禱，求他指示我們，應在何種身分或生活方式上事奉至尊的天主」〔135,4〕。

兩旗默想的標題〔136,1〕讓我們面對「我主基督」和「路濟弗爾人類頭號仇敵」。接著，從標題到第三前導，可以說在邏輯上有所轉變。標題和第一、二前導〔136—138〕，說的是觀看兩位領袖在各自的營盤裡，然而第三前導〔139〕不僅要我們祈求那與兩位領袖有關的事，即認識兩者，而且也要我們祈求防備撒殫的詭計，及效法基督的恩寵。從邏輯上說，這一求恩祈禱遠超過僅僅認識兩位領袖和他們的陣營。

二、直接的根源

聖依納爵似乎曾經從德沃拉錦（Jacques de Voragine, †1298）的文章得到啟發。德沃拉錦在其所著西班牙文版《聖徒傳》（*Légende dorée des saints*）中提到聖思定的《天主之城》（*La Cité de Dieu*）。他這樣寫道：「他（思定）在這書中論及兩座城，即耶路撒冷和巴比倫；也論及兩城的君王，因為基督

被稱為耶路撒冷之王，而魔鬼是巴比倫之王」（可能是該書第十四章）。

聖思定還強調，這兩座城在今世是混在一起的。每人都可能一時是這城居民，一時是那城居民。而在每人身上，這兩座城也在交戰。

聖思定對兩座城的看法，是由他閱讀多那特派（donatisme）釋經學家泰丘尼（Tyconius, †392/400）對默示錄的評註而來的（參閱《神修學辭典》之五，col. 1353）。泰丘尼說耶路撒冷是生活的天主的教會，這字的意義是和平的遠景；巴比倫則是不虔敬者的城，這字的本義是像巴貝耳一般混亂。

在耶路撒冷聖啟祿的著作，以及《克萊孟講道集》（*Homélie clémentines*，第二或第四世紀）中，也有類似的看法。

三、古老的根源

人們常以兩條道路，或以光明與黑暗，來描繪兩座城這一傳統的教理；而在聖詠中早已有這種兩城的教導。按照聖詠集，在兩條道路之間沒有通路，選擇一條路就是放棄另一條。

「在一百五十篇聖詠中沒有別的角色，一方面是黑暗之王的僕人，另一方面則是追尋光明、厭惡謊言、愛慕律法的人」（參閱洛威《好像看見了那不可見的》；J. Loew, *Comme s'il voyait*

l'invisible；巴黎，1964年，第113、114頁）。

新約肯定這兩座城或兩條道路，以及它們各自的人民的道理，例如「光明之子」（得前五5）；「黑暗之子」（若八12）。

若望福音以戲劇性的手法，描寫世界的真光耶穌基督與黑暗的鬥爭；在耶穌基督受難的三天中，黑暗似乎得到了勝利。

上文所引述的聖保祿致得撒洛尼人書也談到這一鬥爭：「你們眾人都是光明之子和白日之子；我們不屬於黑夜，也不屬於黑暗」（得前五5）。

在新約中，「光明—黑暗」竟成了善與惡兩對立世界的特徵。於是出現了兩個王國或兩座城市，二者分別屬基督和撒殫統治，彼此都努力征服對方。

人們由於生活在光明（耶穌基督）的統治下，或生活在黑暗（撒殫）的統治下，因而分成了兩類——光明之子和黑暗之子。這一區別可以從他們的事業上辨識出來，也因光明（耶穌基督）的來臨而彰顯出來，因為每個人都得聲明自己屬於光明或反對光明。

無論如何，整個新約的前景仍然是樂觀的；黑暗終有一日會在光明之前消失。

注意：我們對這一重要操練的直接根源和古老根源講解得比較長，為的是使讀者，尤其是日後的神操指導者，容易理解。

四、操練

標題〔136〕

講述這一操練時我會指出，在「基督我們的最高領袖和主宰的旗」和「路濟弗爾人類頭號仇敵的旗」〔136〕這一圖像後面，有一重要的教導，即分辨真理與謊言（真理的反面），分辨善與惡。

問題不在於邀請人們在基督的旗幟和撒殫的旗幟之間作選擇，或在明顯的善與明顯的惡之間作選擇；而在於思考如何一個慷慨的人在尋找善的時候會被引向選擇較小的善。而且，這人還可能偏離基督福音的價值觀而誤入歧途，甚至於選擇了那些與福音相反的價值。

簡言之，這一默想思考的是世俗的價值體系和基督的價值體系，其目的是要幫助退省者決心成為基督的親密門徒。

聖經的若干章節可支援這一講述，例如：申命紀三十 15—20 關於兩條道路的教導；聖詠一；瑪七 13—14。

前導

第一前導：號召〔137〕

操練開始時，我們要思考基督怎樣「號召眾人，願他們都

隸屬於自己的旗下」。善牧比喻（若十 11—18）之類的聖經章節可闡明這一號召。

也要考慮敵對的一方，路濟弗爾「號召眾人歸順牠的旗下」。第一週中分辨神類規則的最後幾條有助於人想像魔鬼的號召。規則說，魔鬼表現得像一個力量軟弱，卻「滿懷惡意害人」的婦女〔325,7〕，或者像虛偽的情人，「以詭詐的誘惑注入人心」〔326,4〕。

第二前導：兩座城〔138〕

邀請退省者繼續作準備工作，努力想像「耶路撒冷有一廣場，是善人的最高領袖耶穌基督我等主的大本營」〔138,1〕。

可以參閱歌頌理想君王的聖詠七二（七一）。猶太教和基督教的傳統都承認這一君王是默西亞君王，他被召統治萬國，直到世界窮盡。

在我們東亞國家，有些人發覺聖經上這種圖像不大適合他們的神修口味。這些人最好把耶路撒冷想像成上主所統治的靈魂。

還要努力運用想像力，「再看巴比倫地帶，是人類的仇敵路濟弗爾的營地」〔138,2〕。

默示錄十八 1—3，天使宣佈巴比倫滅亡的神視，有助於想像路濟弗爾的營地。

東亞地區那些不喜歡聖經圖像的人，不妨把巴比倫設想為

抗拒上主的靈魂。在中國文化中，不論在生活上或表達方式上「抗拒」都是一種十分常見的心理感覺，因此這一內心圖像似乎很合適。

第三前導：求恩〔139〕

退省者祈求天主賞他能認清撒殫的詭計，幫助他防備（參閱〔139,1〕。）

當代神學家耶穌會士吉耶（**Jacques Guillet**）再三告訴我們，對觀福音為我們啟示出撒殫是存在的。

此外，退省者祈求天主賜他「認清（耶穌基督）所指示的真生命，及效法他的聖寵」〔139,2〕，即按照耶穌基督的榜樣和步其後塵來度自己的生活。

簡言之，退省者思量自己是否看清撒殫的意向和基督的意向；自己怎樣受世俗及其君王撒殫的吸引，又怎樣受耶穌基督的吸引？

由於耶穌基督和撒殫的影響是在人的內心（聖經所謂的「心」，即思想、願望、選擇的中樞）感覺到的，因此，退省者祈求聖化恩寵佔據他的身心，確保他日後能進行以分辨神類為主的神修奮鬥。

必須承認，只有天父的恩寵能使退省者戰勝惡的力量和世俗的憎恨，正如基督在若望福音所明確教導的（若十五 9—十六 4）。保祿在斐理伯書一 9—11 的祈禱中也表達了這一點。

第一部分〔140—142〕

惡魔〔140〕

東亞的民俗文化表明有許多有害的鬼神存在，因此，對東亞的人講述魔鬼〔140〕很少引起困難。但有時也會有人因為受到現代神話的影響，難以承認魔鬼是有位格的。這時我就講述下面的提綱，在這方面我受到開爾德的《路加福音》一書的啟發（G. B. Caird, *Gospel of Saint Luke*, Baltimore, 1963年，第79頁）。

我們可以承認魔鬼是神話中的人物，但不能把神話與傳奇或童話混為一談。神話是用形象化的方式來表達真理，而這些真理如果用其他方式表達，都不能像用神話來表達那樣容易而且有力。至少有五條這類真理是藉著確信魔鬼存在而保存下來的。主要的三條是：相信有魔鬼，就是相信惡的確存在，而且有很大的力量；惡不僅是人類惡行的總和而已，惡是能對人的生命和社會起作用的力量。此外，惡還是有位格的；善惡的區別只能是自由選擇服從天主或反叛天主的結果。最後，惡是仇敵。

有一段經文可以幫助退省者祈禱，即依十四 12—23 所記載的巴比倫王的死亡。沙漠隱修士在這段經文的好幾處看到魔王路濟弗爾墮落的預像，路濟弗爾這個名字就是從依十四 12「朝霞的兒子」來的。

撒殛的幫兇〔141〕

思考撒殛的幫兇〔141〕時，像谷六 17—29 這樣的聖經經文（黑落德殺死洗者若翰的事，這裡，黑落德代表典型的世俗人，魔鬼在他身上施展了全部力量），很可使人明白魔鬼的控制：「到世界各城鎮去，沒有漏掉一村一鎮，也沒有任何身分或個人被遺漏的」〔141,2〕。

牧靈工作經驗顯出一個事實：某些地方似乎更易受惡魔的影響。如果退省者辦了一生的總告解，回想這一告解時可看出惡魔確曾在某些地方活動。

容易墮入惡魔掌控的地方包括我們的住處、房間、辦公室（包括書和信件）；也許惡魔的行動主要就在這些地方進行。還有客廳，或是那置放了電視、報紙、流行雜誌的散心室。這些非常好的社會傳播工具也散播許多流行的輿論，若不加批判就接受，會對基督徒生活造成很大的害處。還有住宅區，包括飯館、電影院、朋友或熟人的住處等，世俗態度就在這些地方散播。

惡魔的誘餌〔142〕

《神操》指出惡魔施展影響力的方法：「誘惑他們貪財，再使他們陷在虛榮裡，因而大發驕傲」〔142,2〕。

貪財，不必是貪物質財富，但一定與一些讓我們感到某種

程度安全的外在處境有關；比方說，一個手提公文箱、在熟人圈裡受歡迎、攻讀學位、想讓人稱讚、有權威的職位、有影響力的地位、貪愛名譽或成功、病態地滿足不實在的需要、使用及濫用金錢或禮物、設法得到最新式的手錶、電腦或服裝。總之，貪求那些能讓我們得到特別安全感的事物。

而這一切都是為得到世俗的虛假光榮，就是說，想在自己的環境中為人所接受、受人尊敬，雖然這意圖往往未表達出；或者特別想得到某一團體的接受，因而舉止行動都受那個團體的看法、意見的影響。

由此我們墮入極大的驕傲或享樂主義自私自利的行徑中，道德便整個敗壞無遺。

以下節錄一段聖女大德蘭的話，這段話簡明扼要地指出惡魔的誘惑：「我認為，尊榮與財富幾乎常是同時並進的，愛尊榮的人也愛財富……要好好理解這一點。我認為，尊榮總會帶來一些貪愛收入和財富的心」（《全德之路與金言》，台北：慈幼出版社，1991年再版）。

基督與撒殫的對立〔143〕

聖依納爵的文章一向簡潔，但卻三次論及一項啟示的真理：基督與撒殫的對立。我們不妨在這點上多花些時間。「反之，設想……吾主耶穌基督」〔143〕。這是依納爵第三次向我們指出基督與撒殫之間的對立。第一次是在考慮身分的前導

中，那時他向我們說，「在下面第一次操練中，我們可以看到我們的主基督的意向，和他的對頭——人類公敵——的企圖」〔135,5〕。接著，在兩旗默想的第一前導中，想起基督的號召時，也要想到「對面」〔137〕，即路濟弗爾的號召。當聖依納爵用「對面」、「反之」這樣的詞語時，他想指的是基督與撒殫之間深刻而不可消除的對立。

這一對立是救恩奧蹟基本的一面，福音及宗徒書信中以多種方式向我們說明這點，例如：凡基督的使徒都會遇到迫害（瑪十 17—22）；世俗惱恨基督的門徒，而且迫害他們（若十五 18—21）；基督徒受迫害時堅忍到底（得前二 14—16）。

為避免流於摩尼教——主張宇宙善惡二源論——的錯謬，我要指明基督已戰勝了世界（參閱若十六 33）和惡魔，但每個人的生活仍處於基督或撒殫的影響之下。

第二部分

耶穌基督〔144〕

第二部分，我們觀看耶穌在耶路撒冷地區廣場的一個卑下的地方〔144〕。他的外表俊美動人。請用心慢慢閱讀瑪十一 25—30，這有助於我們體味基督那和藹可親的權威。

基督的門徒〔145〕

基督進行的方法是首先簡選宗徒和門徒，而在後來的世代

中又簡選基督徒、修會男女會士、神父、主教、教宗，以便他「神聖的道理」能傳給我們〔145〕。在今天，藉著牧者的勸勉、主教的牧函、教宗的通諭和勸諭，我們得知耶穌基督「神聖的道理」。聖保祿曾對格林多的基督徒說：「……不知道別的，只知道耶穌基督（參閱格前二 1—4）。

基督的做法〔146〕

基督「對他的僕人和朋友們」所說的話〔146,1〕，按若望福音來說，真是朋友之言：「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 15）。他囑咐他們去幫助所有的人，「第一愛慕神貧」〔146,2〕。按照聖詠一三一（一三〇）及耶穌在瑪十一 28—30 的教導，這神貧可以是平凡的社會地位，或是心理上的痛苦、身體上的缺乏。這神貧也指：負有重大責任的獨一無二的任務、受造物的地位、自己的有限和限制；或是處於罪人的地位，但同時對天主懷有很大的依恃心；或是自己覺得當不起，但又知道蒙召做一件超過自己能力的事，如同路五 8 中伯鐸所說的：「主，請你離開我」；或是一切真正與別人相遇的情況，即斐二 3 所載的：「只存心謙下，彼此該想自己不如人」（參閱梅茲，《神貧》；J. B. Metz, *Poverty of Spirit*, Paramus, N. J., 1968 年，第 37—48 頁）。

除了以上這一基本策略之外，還有另一方式：如果天主的尊威願意簡選〔146,3〕，幫助人們達到實貧。修會的男女會士

已被簡選這樣事奉天主。

若不缺乏什麼需要的事物，就不能達到實貧；因此，缺乏必需之物成了神貧的試金石。獻身於主的人若欣然接受這一缺乏，就顯出他們誠心履行神貧願。

最後，引人「甘願受輕慢凌辱，因為由這兩件事（貧窮、凌辱），自然就產生了謙遜」〔146,4〕。對禱〔147,3〕更適切地表達出為何願意受輕慢凌辱：為能多多效法耶穌基督，並為符合天主的聖意。在依納爵所寫的一篇與此相類似的文章——即那篇被置放在《耶穌會會憲》之前的〈普遍的考問〉〔101〕——之中，更強調要效法耶穌基督。對那些有意申請入耶穌會的人要加以詢問，看他們是否「寧願忍受凌辱、誣妄和欺侮，且被視為愚昧（但不可授人以口實而自取其辱），是為效法造物主我們的主耶穌基督」。從這段文字可以看出，這是從聖寵和對耶穌基督本人的熱愛而來的熾熱願望。

在此節錄一段與聖依納爵同時代的亞味拉聖若望（*saint Jean d'Avila, †1569*）的文字。這段相當符合聖依納爵的看法的文字論及貧窮，是這位聖人在羅馬禮儀耶穌升天節後八日慶期內的主日所講的關於聖神的道理：「誰是窮人？窮人是那些不依靠自己而只依靠天主的人；窮人是不依靠自己的意見、自己的力量、自己的才幹、自己的能力的人；窮人是認識自己的軟弱和渺小的人；是那些知道自己是蟲蟻，是會腐朽的人。窮人就是這樣將自己只託付於天主的保護，並相信天主的慈悲如此

浩大，大到不會讓他得不到安慰」（《聖神》，*The Holy Ghost*，倫敦，1959年，第16頁）。

對禱〔147〕

在進行對禱時，退省者從客觀的思考貧窮、凌辱轉向主觀的祈求。他祈求能達到最神貧的地步，而且，如果蒙上主的簡選、收納，也得到實貧。此外，他還祈求，如果合乎天主聖意，甘願忍受輕慢、凌辱，為能多效法主耶穌。

先向聖母祈求，求她為我從聖子那裡得到所求之恩；然後祈求聖子，求他為我從聖父得到所求之恩；最後祈求聖父賞我此恩。我建議退省者利用想像力，使這一對禱更加生動。藉著想像我看見自己在聖母腳前祈求。接著想像聖母領我到聖子前，兩人一起跪在聖子前，聖母為我祈求。最後，在聖母、聖子的引領下，三人一起到永生聖父前，聖子為我祈求。

注意：以上的闡述相當廣泛。通常在講述時很少講得如此詳細。我之所以如此詳盡闡述，主要是為了教導年輕的神操講授者如何帶領一個月大退省。我提出豐富材料，為使人能更理解《神操》內容，並實際加以利用。

聖依納爵請講授默想的人，將要默觀的史實簡單講述即可〔參閱2,1〕；這樣的建議為某些默想不太適合，講述兩旗默想時就是這樣。在作這一講述時，首先要顧慮到退省者心智和神修上的能力，然後再配合聖神的默感。

五、複習或另一操練方式

導言

按照《神操》的指示，這一操練複習兩次〔參閱 148,1〕，即在彌撒前後及晚禱時刻各複習一次。

有時，我不建議退省者作複習，而是把兩旗默想當作第十五日惟一的操練主題。材料如此豐富，因此要用四段祈禱時間來進行。

另外，如果我斷定，退省者在做兩旗默想時似乎沒得到預期的效果，或者我願他們更深入體會這一與基督的救贖使命及他與撒殫的鬥爭有關的操練，我就提供以下操練材料。耶穌會士英格利（John English）的《心靈自由》（*Spiritual Freedom*, Guelph, Ont., 1973 年，第 165 頁）一書，首先讓我在這方面得到啟發。至於闡述方式及聖經章節則出自我個人。

操練

操練所要回答的是一個根本問題。退省者被邀請用整整一天來反覆進行思考。問題可以如此提出：我要怎樣事奉耶穌基督？說得更明確些：我要怎樣與耶穌基督一起從事救贖世界的工作？

這一基本問題可分成三個小問題：第一，我與事物有何關係？第二，我與人們有何關係？第三，我與自己有何關係？

每個小問題以對照的方式加以說明。

與事物的關係

在我的生活中，我與事物的關係可以像擁有大量財富的人那樣，也可以像天主的窮人，即所有的一切都是從他人領受的人那樣。如果我把事物看成我所擁有的財富，那麼我就會貪婪地佔有它們。如果我把它們當作領受來的禮品，那麼我便會欣賞它們。貪得無厭的人常抱怨他所獲得的東西不夠多，或是品質不佳；然而那些將所得到的事物當作贈與的人，則對上主表示感謝。

可以用格前四 7 當作結論：「你有什麼不是領受的呢？既然是領受的，為什麼你還誇耀，好像不是領受的呢？」

與人的關係

在我生活中，我與人的關係可以是尋求光榮體面的機會，也可以是尋求真理的機會。如果我尋求光榮體面，我就渴望控制他人，使他人重視我，對我過度誇讚。如果我尋求真理，就會認為別人比我好，把一切人都看成永生之父的子女。

聖保祿請斐理伯的基督徒改善他們彼此之間的關係：「不從私見，也不求虛榮，只存心謙下，彼此該想自己不如人；各

人不可只顧自己的事，也該顧及別人的事」（斐二 3—4）。

可以用聖保祿的另一句話作為結論：「人不要只求自己的利益，但也該求別人的利益」（格前十 24）。

與自己的關係

雅各伯書三 13—18 論及真假智慧，這段聖經章節可作我這一主題的引言。

假智慧是驕傲人的智慧；驕傲人在成功時，揚揚得意。真智慧則是謙遜人的智慧，謙遜人在成功時會承認一切都是天主的恩賜，因此他會感謝。聖經上多處邀請我們要有謙遜感恩的態度，例如聖詠一三一（一三〇）；這篇聖詠的作者不愧是天主的孩子，既沒有野心，也不擔憂。有一次，耶穌基督在向聖父祈禱時，讚揚聖詠作者的這種態度：「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，而啟示給小孩子（指門徒們）」（瑪十一 25）。

洛威在《向偉大的祈禱者學習》（*La prière à l'école des grands priants*，巴黎，1975年，第102頁）一書中說得好：「在那敗壞一切的三種自高自大、三種人類驕傲自滿的情況（驕傲、權勢、財富）之前，瑪利亞教我們提防驕傲：『祂（上主）驅散那些心高氣傲的人』；提防權勢：『祂從高座上推下權勢者』；提防財富：『使那富有者空手而去』」（參閱路一 51—53）。

驕傲人在不成功時，因過分的無能感而垂頭喪氣；然而謙遜人在不成功時則承認自己能力有限，並祈求上主幫助。

對禱

在向聖母、基督、聖父所作的對禱中，我有時建議退省者祈求真福法伯爾在其《回憶錄》第 303 號（1543 年 4 月 29 日）中所提及的三種恩寵：第一，棄絕自己（參閱路十四 25—33）；第二，全然輕視世俗（參閱迦五 24—26；六 11—17）；第三，熱愛為我等主基督服務（參閱若十四 20—31）。

括弧中的聖經章節不是法伯爾提出的。我有時提出這些章節，作為兩旗默想的補充材料。

六、爲耶穌會修士的操練方式

導言

耶穌會修士是奉獻給上主的人，其身分已確定。因此，《神操》所指示的「求他指示給我們應在何種身分或生活的方式上事奉至尊的天主」〔135,4〕，已經用不著了。

奉獻於主的人已不用再選擇生活方式了，最多將這生活方式重新考慮一下而已〔174〕。所有整頓生活的計劃應當謹防撒彈的欺騙，並以效法基督為主〔139〕。關於整頓生活，聖詠第

一篇教導我們說：有兩條截然不同的路可走。我們今日就是這樣。梵蒂岡第二屆大公會議在〈教會在現代世界牧職憲章〉第 37 號第 2 段中的教導大約也是如此：「除非仰仗天主聖寵，努力奮鬥，否則不可能保持自身完整無失」。耶穌會士庫瑞爾（François Courel）在其所譯《神操》（巴黎，1960 年，第 82 頁，註 3）中明確指出：「基督與撒殫的戰鬥不是在善與惡「兩派」之間進行的，而是善惡二神在一切人心中進行的。在現世的一切工作和所有良心中，善惡總是摻合在一起，正如莠子和好種子摻合在一起般（瑪十三 24—30；36—43）。」

耶穌會士居松在其《個人神修經驗教育》（*Pédagogie de l'expérience spirituelle personnelle*, Montréal, 1968 年，第 308 頁）一書中也指出，「在退省者心中激起並增加他對效法基督及與基督完全同在的渴望，為的是能為天主的光榮而致力於拯救世界的宏偉工程。然後，把注意力轉移到「棄絕」這一根本需要之上，這根本需要是因真正效法基督、與基督的生活結合所引起的。」

前導

第一前導：奧蹟的歷史〔137〕

在這與歷史有關的第一前導中，要回想吾主耶穌在約旦河接受洗禮開始其傳道工作之後，還有在曠野的考驗期之後，怎樣召喚人跟隨他，首先是安德和若望，然後是伯鐸和斐理。此

外還有其他宗徒、宗徒們的繼位者、沙漠隱修士、會祖們及其同伴，直到我個人。我也蒙基督召喚跟隨他。

也要回想我們的主多麼願意藉他的召喚，把所有人都聚集到他的旗下。

此外要切記，為阻撓基督的招呼，撒殫也在工作，正如聖伯鐸所寫的：「你們的仇敵魔鬼，如同咆哮的獅子巡遊，尋找可吞食的人」（伯前五 8）。

請記住，基督每天都在召喚，而魔鬼也每天都在工作。

第二前導：定像〔138〕

設想一大片平地，就像那片位於彰化靜山退省院下面，一直向西延伸到海邊的平地。這塊平地代表上主所在的耶路撒冷廣場；而上主是所有置身於其旗下的人的最高領袖。

此外，設想一塊崎嶇不平的土地，就像退省院南邊的某一塊山坡地。這地方代表巴比倫，即仇敵的領袖撒殫的營地。

若要採取另一種講述定像的方式，可選用依撒意亞先知書第二四至二七章。「在這一敘述世界末日的懲罰和以色列的勝利的默示中，最顯著的是兩座城的主題。那高聳的城市（二六 5）是哪座城？那空虛的城市（二四 10）又是哪座城？……這一座未具名的城市應當是一座象徵惡的城市，正如熙雍象徵著善」（參閱吉蘭，《雅威的窮人》；A. Gelin, *Les Pauvres de Yahvé*，巴黎，1953 年，第 84 頁）。

耶穌會庫瑞爾在其所譯《神操》（第 82 頁註 2）中說得好：「這裡我們再次看到『兩座城』這一傳統主題。」有兩座永遠對立的城市，即基督的城和貝里雅耳（即無賴、流氓）的城（參閱格後六 14—18）。

第三前導：求恩寵〔139〕

祈求能得到雙重光明和雙重力量的恩寵。祈求雙重光明的恩寵：首先是認識、懂得魔鬼的詭計；其次是認清吾主的道路、他的內心態度、他本人的願望——即真正的生命、道路、真理，也認清這位真正最高領袖的教誨。

接著祈求雙重力量的恩寵：第一，得到必要的幫助及所需的寵佑，以免中了魔鬼的詭計，正如念天主經時所祈求的：「不要讓我們陷於誘惑，但救我們免於兇惡。」這裡所說的兇惡，是指邪惡、魔鬼。第二，得到必要的幫助及所需的寵佑，為能效法吾主，欣然跟隨他。

魔鬼的旗幟〔140—142〕

想像情景〔140〕

設想撒殫坐在冒火焰的座位上，有點像坐在一間失火的房屋中。利用我們親眼見過房子著火的經驗來設想撒殫坐在冒火、冒煙的座位上。

還設想撒殫的猙獰可怕。原來的攜帶光明者路濟弗爾因犯

罪而變成了黑暗之王，永遠處在反叛天主的境地；牠成為撒殫，統領「黑暗的權勢」（參閱哥一 13）。

魔鬼的戰略〔141〕

「魔鬼的陰謀」（弗六 11），首先是把牠的屬下安排在每一城市、村鎮、社區、房屋內，連修院及每一個人都不遺漏。請閱讀默示錄第十三章第 11 至 17 節，關於事奉那獸的假先知。「在這裡應有智慧」（默十三 18），好能作分辨。

為欺騙我們這些奉獻於主的人，魔鬼所選擇的是最精細、最狡詐的小魔鬼們。魔鬼既然連吾主也敢欺騙（瑪四 1—11），牠若試著欺騙我們這些被吾主所簡選的門徒，即他的同伴，也沒什麼好驚奇的。

奉獻於主的人是突擊隊，是戰鬥教會的特遣部隊，所以如果魔鬼能徹底欺騙他們，那麼教會很快就會投降。

在教會中，修院是戰略崗位。如果魔鬼能控制修院，讓修院歸牠統治，那麼，教會——地上的天主之城——就完了。

魔鬼的進攻計劃〔142〕

思考魔鬼怎樣囑咐牠的幫兇，首先用那些與貧窮相反的誘惑來影響我們。這或許是邀請我們過安逸的生活，過什麼也不缺乏的日子。

真福謝弗里埃（Antoine Chevrier, †1879）在法國里昂創立

一個專為堂區窮人服務的教區司鐸團體——普拉多（institut du Prado）。他曾說：「對世俗來說，一無所有就是一無所知，也是一無所能。世俗總不問窮人有什麼意見；一無所有，就是一無所知。而且，世俗也不期待窮人帶來什麼好處；一無所有，就是一無所能。」

世俗和撒殫是同一回事。撒殫在我們身上試圖破壞的是貧窮的精神。透過世俗的種種誘惑，魔鬼想要引我們獨立，誘使我們在自己的小天地——哪怕只有自己工作桌那麼大——裡當家做主，慢慢地再引我們發驕傲，反叛天主。

對立〔143〕

「反之，設想最高的真正領袖——吾主耶穌基督。」

惡的勢力、撒殫和世俗，當然都要為天主服務。不經天主聖意許可，什麼也不會發生。基督因他的死亡和復活已戰勝了撒殫，我們是必定得勝的。但我們也得努力隨時準備妥當，好能分享這一勝利，並生活於基督勝利的奧蹟中。

基督的旗幟〔144—146〕

領袖本人〔144〕

藉著想像，長久地凝視吾主——我們的君王，基督君王，我們的領袖。想像吾主基督的樣子，看他謙遜地注視著我們。注視他的眼睛，那充滿溫柔慈悲的眼睛。看他的手，一個木匠

的手，堅強有力，肌肉發達；會拿起鞭子驅逐聖殿裡的商人（若二 13—22），但也會和藹地撫摸那些被母親們帶到他跟前的孩子（谷十 13—16）。觀看他整個舉止，一派純樸，又具有無法形容的神聖莊嚴，「你在世人中最為美麗」（詠四五 3；參閱雅歌五 10—16）。

吾主的作戰計劃〔145〕

基督首先簡選門徒，又在門徒中簡選宗徒。最先是若望和安德，在與吾主同度一晚之後，這兩人成了忠實的門徒。聖若望在寫福音時還記得這一永難忘懷的會晤的準確時刻——下午四點（參閱若一 39）。後來，伯鐸和斐理也與主在一起了。以後是其他的宗徒，別忘了，還有那些跟隨耶穌的聖婦們（參閱路八 1—3）。

再晚，便是保祿、巴爾納伯（參閱宗十三 1—3）、瑪谷、路加等人。

這些人分別去了地中海四周地區——猶太、撒瑪黎雅、加里肋亞、敘利亞、希臘、羅馬、高盧；從那裡，再往美洲、亞洲、非洲及大洋洲。耶穌基督的門徒四處傳播基督的教理，向各種身分的人講道。在這裡，耶穌會修士們可回想耶穌會最初的歷史，也可回想耶穌會目前的使徒工作。這些基督的門徒們做什麼，宣講些什麼？基督教導我們說：「你們該彼此相愛，如同我愛了你們」（若十三 34）。

我們應視自己為突擊隊、特遣隊。這確是聖依納爵的精神，他在〈耶穌會會典綱要〉一開始就向每一位耶穌會士說：「無論何人，希望……在十字架的大旗之下為天主服兵役。」這並不是說我們得迫不及待去尋找待拯救的靈魂，而是說，我們應秉持著在神修上不斷奮鬥的精神來度奉獻生活（參閱弗六10—20），來對抗魔鬼、世俗和肉身。總之，第一戰場是我們的心和心中各種想望。這樣的修道生活觀念來自教會的傳統，並以沙漠隱修士的生活為最初的基礎，首先是偉大的聖安當（Antoine, †356）的生活，其生活正如聖亞大納修（Athanasie, †373）所描寫的那樣。

注意：對那些從事教育工作或服事老年人的獻身者講述這一默想，不妨利用梵蒂岡第二屆大公會議的文件來指明，從事這種工作的人在吾主基督的作戰計劃中佔有什麼地位。

為那些從事教育工作者可採用〈天主教教育宣言〉第8號，第3段。「教師浸潤於使徒精神之中，以身教及言教為唯一師表——基督——作證。……這些教師的工作，實乃名副其實的，完全適合我們的時代，且為時代所需要。」

為那些幫助老人者，可採用〈教會在現代世界牧職憲章〉第27號，第1段。「現在，我們更有義務成為人人的近人，並在遇到的機會裡，積極為他們服務，如：被遺棄的老年人……正在以基督的聖言向我們的良心呼籲說：『凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的（瑪二五40）。』」

基督的宣言〔146〕

首先要思考的事實是：基督對他的第一批門徒們說話就像對朋友說話一樣；他說：「你們來看看吧！」（若一 39）。

接著，留意基督對我們也是這樣說話。他常建議，而少下命令。

對所有被基督遣到人群中作他的信使、他的大使的人（我因領受了堅振聖事及獻身於主，也成為這些人中的一個），基督立他們為天主在人間的見證。

基督對他的使者們有什麼囑咐？他囑咐他們誠心誠意地幫助所有的人，引領、邀請他們達到最貧窮的地步，並甘願受屈辱。

基督的使徒應知道如何邀請人度最神貧的生活（參閱瑪六 25—34）；而如果天主的尊威願意簡選，甚至邀請人達到實際的貧窮。

神貧意謂完全不留戀世間財富，只用它們來更讚美、崇敬、事奉天主〔23,2〕。

應當能夠因父母、兄弟、姊妹蒙召度神貧生活而欣喜，有時還能在信件或談話中提醒他們這有多大的神益。

基督的證人應知道如何邀請人甘願受輕慢凌辱〔146,4〕。基督真福八端的教誨全在於此（參閱瑪五 3-12）。這些甘願受輕慢凌辱的願望當然是神聖的願望，會把那些屬血氣的人，即

那些只靠人的本性能力的人，改變成屬神的人，就是因聖神而生活的人（參閱格前二 14—15）。這些神聖的願望只能是恩寵的效果。總之，當人渴望謙遜時，實際上已在謙遜上成長了。既然只有受輕慢、受屈辱才能得到謙遜，基督就囑咐我們邀請並引領人們甘願受輕慢、屈辱。

聖依納爵在德沃拉錦所著《聖徒傳》中讀到有關聖安當的記述：「一天，他在出神的時候看到世界被密密的羅網覆蓋住。他喊道：『啊！誰能逃出這羅網呢？』一個聲音回答他說：『謙遜！』」（韋之華 Wyzewa 譯，巴黎，1911 年，第 88 頁）。《神操》的作者無疑受了這話的影響。

實貧意謂著有些不方便之處，或缺乏一些今世的財物。因此，這是一種讓人受苦的貧窮。奉獻於主者因所發的貧窮願，被引領、邀請到實際的貧窮中。他應當會欣賞這種貧窮，會為此而感謝主；也應當知道為自己的親友切望這種貧窮。在法國露德見到聖母顯現的伯爾納德，為家中那些因露德朝聖地而發財的人擔心不已：「告訴他們別發財！」（奧克萊《伯爾納德》；M. Auclair, *Bernadette*，巴黎，1958 年，第 214 頁）

所以，生命導師的囑咐分三級。首先，培養神貧和實貧。前者是不留戀世間財物，後者是因缺乏必需的、或有用的財物，而感到不便、受碍。這與生活舒適正好相反。

其次，培養受輕慢、凌辱的願望，而在真正受到時感謝上主的安排。這與尋求凡事自主、世間尊榮正好相反。

最後，培養謙遜，以之作為我們神修生活的基礎。「跟我學吧！因為我是良善心謙的」（瑪十一 29）。這與驕傲之神的「我不要服務」正好相反。

對禱〔147〕

在作上述默想時，我們把基督的囑咐視為客觀上對眾人說的，目的是為幫助人們走上救恩以及更事奉上主的道路。到了對禱時，我們主觀地把這些囑咐應用到自己身上。

我們首先向聖母瑪利亞——我們的母后，耶穌會的母后——祈求，請她為我們求得被聖子收納之恩；換句話說，被收納更跟隨他，更效法他，因而首先在神貧（心裡棄絕現世財物）、實貧（有時因缺乏生活中所需要的或有用的事物而受貧窮之苦）上有所進步；但有一個條件，就是：只要我得到這種恩寵後能更加事奉天主。其次，也在欣然忍受輕慢、凌辱為更效法基督上有所進步，但有一個雙重條件，就是：不致引人犯罪或招致天主不悅。

六、為平信徒的操練方式

導言

耶穌會士德瓦潤（Odilon de Varine）在 1986 年一月份的基

督生活團月刊《進步》（*Progressio*，第 55/1 號）上刊登了一篇關於使命和兩旗的默想。我將這篇文章作了撮要，用來作為那些積極從事使徒工作者的講述材料。聖經章節則是由我提供的。

操練

前導〔137—139〕

• 歷史〔137〕

瑪竇第十六章所述伯鐸的雙重經驗，是一個很好的開端。一方面，伯鐸宣佈他的信德：「你是默西亞，永生天主之子」（瑪十六 16）。另一方面，伯鐸又因反對基督而受到嚴厲的訓斥：「撒殫，退到我後面去！你是我的絆腳石，因為你所體會的不是天主的事，而是人的事」（瑪十六 23）。

• 設想情景〔138〕

想像一個兩軍——黑暗的部隊和光明的部隊——對峙的戰場。

• 應求的恩寵〔139〕

熱切祈求分辨的恩寵：「我曾呼籲，智慧的神便臨於我身」（智七 7b）。

邪惡、黑暗的錯綜複雜情況〔140—142〕

第一，只顧個人使徒工作的效率，把我們的時間、金錢、

才幹、人際關係都用來為自己服務，而不是為主服務。

第二，只顧使徒工作的效率，這使我們成為世俗聲望標準的奴隸。一旦迷上了世俗所謂的成功，我們便開始和別人比較，認為自己比別人強，這是我們以自我為關切中心的明顯記號。

最後，世俗的威望引我們野心勃勃，渴望權力。這樣，我們把自己當成唯一有價值的人。於是裝腔作勢，自以為了不起。

神國、光明的動力〔144—146〕

首先，引領人體驗神貧。在聖經中，窮人常常是那些有能力接受一切的人。「你有什麼不是領受的呢？既然是領受的，為什麼你還誇耀，好像不是領受的呢？」（格前四7）。

然後，邀請人體驗反對和屈辱，也請人贊同于韋蘭神父（Huvelin, †1910）對富高（Charles de Foucauld, †1916）所說的話：「坐最末位，以致沒人能搶我們的座位。」基督也說：「誰若想做第一個，……要做眾人的僕役」（谷九35）。

第三，邀請人像基督一樣，以福音的純樸及謙遜態度為人服務：「跟我學吧！因為我是良善心謙的」（瑪十一29）。

對禱〔147〕

在作對禱時，我們從客觀的觀點轉移到主觀的觀點；祈求

聖母、基督、永生聖父接納我們在神貧和實貧的旗下，在反對和凌辱的旗下，為能追隨耶穌，真正度福音的簡樸及謙遜的生活。

僅次於依納爵本人的最佳神操指導者法伯爾，在指導嘉尼（Pierre Canisius, †1597）做三十日大退省時，曾針對「對禱」這樣說：「第二週，神操建議我們默觀基督的生活，其目的是認識基督以便效法他。在作對禱時，通常會祈求三項恩寵（我說的仍然是對聖母、基督、聖父所做的三個主要對禱）：第一，棄絕自己；第二，全然輕視世俗；第三，全心愛慕吾主耶穌」（《回憶錄》第 303 號）。法伯爾接著說：「許多人對基督有好感，也愛慕他這個人，但對那些為基督服務的工作卻沒有足夠的興趣。他們常常在極大的神慰中想到基督，念及他的德行和完美；但卻不好好思考或完全不去想那些基督願意看見他的僕人們跟隨他所做的事，為的是他們也能做他從前所做的事，而有一天，他們也能在他現在所在的地方。」

附 論

奉行神操時的分辨神類

一、導言

帶領大退省的經驗使我體認到，在東亞，來退省的人們沒有分辨神類的經驗。因此，神操指導者在帶領大退省時有一項重要工作要做，就是幫助退省者在奉行神操期間回顧每天的神修經驗，以辨明各種神類的推動——善神產生神慰，惡神產生神枯。

提到善神和惡神，似乎宜於從理論上自問這些神類是什麼。在實踐上，我不記得我曾闡述過各種神類的理論或定義。我總是提到什麼是聖神行動的特性，什麼不是；在非聖神的行動中我不去探求那一些屬於惡魔，或屬於每人心中都有的私慾偏情或世俗價值觀的行為。

促使我採取以上這一具體立場的原因，是《神操》對各種神類說得不夠明確。且看《神操》怎樣論及神類：

各種神類，首先指惡神和善神的特有表現〔315,2；315,3〕，這種種表現被記錄在我們的內心而對我們的身體也有影響。然後，從外來的影響來說，各種神類，指善神〔335,1〕和惡神〔335,2〕。最後，索性把外來的影響歸於「吾主天主」〔330,1〕及「人類的仇敵」〔334,1〕。

對聖依納爵來說，所謂神類，或指不同神性範疇的表現，或指善神、惡神，或指那些可歸於吾主天主或人類仇敵的影

響。

被依納爵本人稱為《神操》最佳詮釋者的法伯爾，在指導嘉尼的時候，曾在《回憶錄》第 300 號（1543 年 4 月 28 日）中說，分辨神類時，「要留意那透過渴望、動態、熱誠或沮喪、平靜或不安、喜樂或憂愁，以及其他類似的靈性推動所顯示出來的神類，因為根據這些動態遠比根據思想本身更能使人對靈魂及其賓客加以判別」。法伯爾在告訴我們神類的表現方式之後，結論說：這些神類是靈魂的賓客。

請切記依納爵本人及他最佳詮釋者的教誨如何具體幫助退省者重新看自己的神修經驗，並幫助他辨明那在他內的神類。

退省中晤談時，一旦出現各種神類推動的現象，我總要退省者閱讀迦五 22，我認為這一經句是分辨靈性推動是否來自聖神的基礎。「聖神的效果卻是：仁愛、喜樂、平安、忍耐、良善、溫和、忠信、柔和、節制。」愛和天主恩賜的標誌總是喜樂與平安。

然後，讓退省者閱讀分辨神類的規則或其中的幾條，幫助他更理解自己的內心世界，並按情況具體地應用這些規則。

二、為第一週（或第一階段）特別適用的規則〔313—327〕

以下提出幾點可能有助於運用這些規則的意見。事實上，

「為第一週特別適用的」規則〔313,2〕在每一次神操（不論長、短）中都被採用。

首先須指出，第一條規則中的「重罪」〔314,1〕應理解為罪宗——稱之為罪宗，因為會產生別的罪。我實在看不出如何正確解釋這一規則，並恰如其分地將之應用於不斷犯重罪的人身上。這樣的人怎麼會來做神操？

大退省頭幾天，在默想上主仁慈前的惡的奧蹟〔45—72〕時，常會發生惡神使人心神不安的情況〔315,2〕。我總抓緊這個機會，讓人注意這種不安正是惡魔的行動。如果這一行動持續兩三天，我建議對它加以抵制〔319〕。

第二條規則〔315〕，論及各種神類在熱心神修者身上的行動；第三、四條規則，論神慰〔316〕和神枯〔317〕。這些都是神操中司空見慣的情況。

把神枯描述為內心擾亂不安，引人「喪失（對主的）信心」〔317,3〕，對我們這裡的人們十分有用，因他們心中有許許多多積極、消極的感受。按照這些對神枯的描述來重新審視自己的經驗，能使他們更認識自己的內心世界。

東亞傳教士薩威（François Xavier, †1552）宣稱，對天主缺乏信心是傳教士最嚴重的誘惑。

年代離我們較近的一位偉大神修者，負責培育耶穌會年輕司鐸的德牟米尼（René de Maumigny, †1918），在對他所培育的最後一批年輕司鐸作最後一次指導時說：「就算你們做了令

人遺憾的事，就算你們看到自己願意實現的事沒有實現，也不要失望」（哈蒙，《耶穌會士德牟米尼神父》；A. Hamon, S. J., *Le père René de Maumigny, de la Compagnie de Jésus*，巴黎，1921年，第243頁）。

當代另一位神修者，耶穌會士毛拉（F. Mollat, †1962）寫道：「缺乏信德是妨礙我們服從那些有責任對我們發命令者的一大因素。魔鬼總是全力減少我們的信德，直到我們失去它為止」（參閱《師傅，你住在哪裏？》*Maître, où habitez-vous?* 巴黎，1957年，第354頁）。

我之所以要講述這些神修大師的話，是為了表明缺乏信德是來自魔鬼的煽動，也為了說明怎樣利用一些引文向退省者講述分辨神類的一個要素（我稱之為基本分辨），即對天主或長上的不信任只能來自惡魔。講述基督徒神修生活大師的見證，很符合東亞的文化，特別是中國文化。

分辨的另一非常有用且經常使用的要素，是有必要對持續的神枯進行反擊〔319,2〕。聖依納爵邀請我們稍微延長祈禱的時間，例如延長一分鐘；因為經驗告訴我們，神枯時很容易縮短祈禱時間〔12,3〕。反擊的第二點是用心省察。依納爵式省察的第一點，也是最重要的一點，是感謝仁慈的天主賞賜我們各種恩典〔43,2〕。因此，依納爵式省察旨在激發感恩之心。最後，反擊的最後一步驟，是奉獻給上主一項愛情的證明——做一項身體上的小刻苦，例如在飲食上，或在自己屋裡的起居

設備上。關於身體上的刻苦，我提出幾個具體例子，讓人隨從聖神的默感自由選擇。「為第一週特別適用的」規則的最後三條〔325—327〕，以三種擬人法講述撒殲，對讓人更認識撒殲的策略非常有用。

三、更適合第二週（或第二階段）的規則〔328—336〕

我很少有機會向退省者提出這些規則。我常思量為什麼情況會是這樣，但至今我仍沒找出我們東亞牧靈情況之所以如此的原因。是因為東亞的文化特別注意合情合理的事嗎？或者更是因為奉行神操者在神修上還不那麼成熟？是因為做大退省已成為準備發終身願的修道人的一種習慣？或者更是因為這些人對生活的方向已無需再作決定性的選擇？所有這些具體情況似乎都不利於讓人更感受到聖依納爵所謂的神類推動。

如果退省者因「似是而非的理論、詭詐和不斷的欺騙」〔329,2〕而激動不安，就必須採用更適合第二週的分辨神類規則了。似是而非的理論可能會以下面的情況呈現：退省者願意給另一個人寫信，為重建已破裂的友誼，或為過錯請求寬恕。這樣的意向是好的，但黑暗之神可以冒充成光明之神〔332,1〕，使這個懷有善意的人「陷入牠的惡謀詭計中」〔332,2〕；總之，使這人陷入與神操所要求的清靜獨處相反的

各種活動中（參閱〔20〕）。如果喪失了「原來的和平、寧靜」〔333,3〕，「這是明顯的記號，表明這是由惡神而來的」〔333,4〕。

如果聖依納爵明確地對我們說，分辨神類的規則有的「為第一週特別適用」〔313,2〕，有的「更適合第二週」〔328〕；那就是說，運用這些規則的時間並不一定就固定在神操的第一或第二階段。聖依納爵的建議所考慮的更是「慣常的」情況〔10,2〕。以下對此作一說明。

在默觀基督的生活，以及與之相配合的調整生活〔189〕時，退省者有時會對這種調整方法感到厭煩。這時就需要向他指出第二週第一條規則的內容，教導他說，魔鬼「以似是而非的理論、詭詐和不斷的欺騙」〔329,2〕，攻打真正的愉快和心靈的喜樂。此外，第一週第二條規則似乎同樣適用，因為惡神的技倆是「使這樣的人良心不安，憂愁煩悶，加給他種種阻礙，使他不能前進」〔315,2〕。我通常運用第一週這條規則。

另一條「更適合第二週」的規則涉及惡魔的行動，牠甚至用我們願意刻苦的德行來誘惑我們〔332,2〕，設法讓我們做些過分的或古怪的行為。例如，人感到確實需要祈禱，而惡魔也許暗示人在這方面多下一些額外的工夫。這些事就其本身而言是很好的，不過，如果一位老師花太多的時間祈禱，那麼他又如何備課呢？善神所強調的是：忠於每日的神業。

第十六日

三種人

一、導言

在神操中的地位

按照聖依納爵的指示〔148,2〕，這項操練是兩旗默想〔136—147〕那天的最後一次默想；看來它取代了前幾天默觀耶穌童年奧蹟時的運用五官。

在具體的講授環境中，我總覺得無法按聖依納爵的這些指示進行。我自己的做法可能有缺點，但似乎也有益處。尤其是這種做法能使退省者在一整天只集中注意一個主題。首先，這人在作兩旗默想〔136—147〕時思考基督和撒殫的意向，為得到光照，好能實在地面對自己神修上的願望和感覺上的各種推動。然後，以另一整天藉三種人〔149—157〕的默想準備自己的意志。本書一開始所提出的日程分配方式（參閱第 5 至 6 頁），其理由就在於此。

目的

這一默想的目標是：依靠天主的恩寵，使自己的心願意接受天主在自己身上的聖意。「凡不是派遣我的父所吸引的人，誰也不能到我這裡來」（若六 44）。退省者思量自己是否真心願意選擇那些更能光榮天主、救自己靈魂的事。總之，他想知道

道，自從他具體受到基督價值觀的吸引以來，在他心中揭示些什麼。而這價值觀是否強烈到足以緩和神修願望與感覺推動之間的衝突？

提出以上這樣一個問題，是為了使自己履行真理，「履行真理的，卻來就光明」（若三 21）；也為了確保自己的答覆是真誠的，因為「你們中不論是誰，如不捨棄他的一切所有，不能做我的門徒」（路十四 33）。這樣，退省者可說達到了真誠的有福境地。當基督為他的宗徒洗腳時，曾說：「你們既知道了這些事，如果實行，便是有福的」（若十三 17）。

以下引用牟敦的一段文章，這段文字很符合這一默想的目標，並指出其毫不妥協的特性。「我懷疑在這世界上，是否還有二十個人能看透事物的真面目。意思是說，有二十個人是真自由的，不受任何受造物的控制或影響，不留戀任何東西，不留戀他們自己，或天主的任何恩澤，甚至祂的最高、最超性的純聖寵。我不相信世界上有二十個這樣的人。但至少應該有一、兩個」（《默觀生活探秘》第 110 頁）。

二、標題

應當談一下這項操練的標題。直到最近，這項操練一直都被譯為「三種人」或「三種典型的人」的默想。

最近，阿布可蓋克（A. Albuquerque）對《神操》中 tres

binarios de hombres 這一西班牙詞語的用法作了探究（參閱《芒萊撒》*Manresa*, 1995 年，第 165—167 頁）。他指出，這詞源自拉丁文 *homo binarius*，意謂「一個肉體意志與心靈意志互相對立的雙重人」。說這三人是雙重人，因為他們有某種雙重性；「三心二意（雙重）的人，在他一切的行徑上易變無定」（雅一 8）。

這一雙重性是此次默想的核心，因為這一默想促使人「採取那最好的一種」〔149,1〕，進而與一切雙重性斷絕關係。

三、前導

1. 第一前導〔150〕

第一前導提出一個比喻。三種人各得了一筆錢，當然是以誠實手段得到的，「但非完全出自愛天主的緣故」〔150,1〕。也就是說，在他們心內有某種雙重性的根源存在。

由於這些人對天主的愛不夠純淨，因此更加深了這一根源。這根源特別表現在偏愛所獲得的財物上〔150,2〕；總之，是一種偏情。

為了讓人更理解這一操練並將之好好踐行，可能最好先說明何謂對天主的純淨的愛，然後再說明不正的愛好。願意度一種符合福音的神修生活的人就必須追求前者，抵制後者。若不

強調純淨地愛天主，並控制一切有礙自由的繫戀，就很難度一種名副其實的福音化神修生活。

對天主的純淨的愛

聖依納爵在 1553 年 11 月 19 日寫了一封信，這封信對收信人的祝福語句，為神操中「對天主的純淨的愛」作了闡釋。他寫道：「但願神聖且至高的美善把我們全部的愛情和繫戀都引向祂，使我們按祂的旨意——而不是按照別的——愛一切受造物。」因此，對天主的純淨的愛涵蓋了我們所愛的一切對象。如果在對天主純淨的愛上有嚴重缺失，一定會對內心平安造成負擔和阻礙，甚至會成為得救的一個阻礙。

偏情（不良的愛好）

偏情，總是靈魂的一個重擔，使得靈魂進步緩慢或不再進步。聖依納爵一向注重實際，他在 1553 年 12 月 16 日寫給一位弟子的信中，就這方面作了精確的指示：「如果你想知道一位會士的愛好是否正當，就看他是否守服從的規矩，是否服從修會。」

上文提及，在對天主純淨的愛上有嚴重缺失會成為得救的一個阻礙。這種缺失通常表現為偏情。這種偏情本身不一定是得救的直接阻礙，卻可能造成這種後果。由於偏情並非總是顯然有罪的，因此偏情不能直接成為得救的阻礙；然而，偏情以

一個沒有正當理由的行為為其目標，因而它可能是某一嚴重非法行為的根源。也就因這一後果它能成為有罪的，以致危害救恩。

所以，聖依納爵願意退省者「驅逐邪情」〔1,3〕，即驅除一切不符合人的終極目的——「讚美、崇敬、事奉天主」〔23,2〕——的偏情。

說明

例如在對那些從事教學工作者講解的時候，可用下列具體講述這三種人的比喻。

有三位中學老師都得到教程度最好的班級的職務，但她們並不是完全為了愛天主而得到這一職務的。她們對教務主任說，由於她們自身的情況——包括個性、學歷、愛好等，她們只適合教這學生程度比較高的一個班級。

在作開學前的準備工作時，她們都意識到她們把自己的程度估計得過高了。當然，她們都願意得救，也願意每天在平安中找到天主，因此都想卸除這一重擔，即這一妨礙她們在平安中認真事奉天主，而也可能因此妨礙她們得救的事。

2. 第二前導〔151〕

聖依納爵要退省者努力設想自己在吾主天主——就是耶穌基督——和聖人前，主保聖人或許也在場。想像我在他們面前

的目的是「渴望並認清無窮美善的天主所最喜歡的事」〔151〕。

先是渴望，而後認清。首先要激發意志的力量。如果不深深渴望，在認清「最好的一種」〔149,1〕時會有錯誤的危險，甚至還有幻想的危險，因而讓惡魔有機可乘，佔了便宜。

為保持這深深的渴望，退省者在做決定時求助於「無窮美善的天主」。為依納爵而言，「無窮美善」不僅是天主的一個屬性而已，而是天主對退省者的自我通傳（光啟，《神操淺釋》第160頁）

從這第二前導可以看出，退省者不僅願意「安心事奉天主，拯救自己的靈魂」〔150,2〕，而且還更進一步深深渴望「無窮美善的天主所最喜歡的事」〔151〕。

3. 第三前導〔152〕

所要祈求的恩寵是「選擇那更能光榮天主和救己靈魂的事」。退省者祈求這一恩寵，以便能好好選擇，按天主的計劃選擇，從而「採取那最好的一種」〔149,1〕。

這樣的選擇意謂對基督懷有熾熱的愛。因此，除非一個人對主耶穌基督有超性的愛，否則，不可能這樣選擇。只有在恩寵的助佑下，人才能做這選擇，才能祈求這一恩寵。

這一選擇也意謂著把自己完完全全交付給基督。這種交付、自獻，不可能沒有某種困難，某種內心的痛苦，或某種程

度的犧牲；但要接受一切，即使不能歡欣地接受，至少也要慷慨地接受。

人若祈求這樣的恩寵，便會意識到，要選擇最好的是很困難的；因為人的感覺留戀其本身的偏愛，因此會產生很深的震撼。二種不同的渴望——靈性的渴望與感覺的渴望——在人的內心對立，於是人有了分歧。所以，在一種完全保持平心的恩寵下，我們需要懇切祈求天主加強我們靈性方面的渴望。平心的恩寵，將使人超越感覺的各種震撼，並使人將自己的渴望導向唯一的目標：「無窮美善的天主所最喜歡的事」〔151〕。

四、默想

1. 「第一種人本來想擺脫愛財的偏情……可是直到死的時候，他仍不肯採用任何方法」〔153〕。

有時我按第一前導中的說明（參閱第 118 頁）講述以下故事。一所中學程度最好的一班的一位老師，清楚看出自己應擺脫對這一職務的眷戀。她和大家都討論了這問題。總之，人們都對她中肯地說：「為在平安中找到吾主天主，這是唯一的辦法。」另一人也同樣中肯地對她說：「這也是保證能救自己靈魂的好方法。」

這位老師每天都思索這事，半個月過去了，她還沒作出任何決定。

再過一星期就開學了，她還會繼續探討這問題而不作任何決定。

瑪八 18—22 敘述另一故事。一位門徒願追隨耶穌基督，但他要求先去埋葬自己的父親；也就是說，很可能要等到他參加了父親的葬禮以後，即等到他父親死了以後再追隨基督。

2. 第二種人想擺脫偏情，但卻要保留已得的財物（參閱〔154,1〕）。雖然明知放棄財物的身分為他更好，卻下不了放棄財物的決心（參閱〔154,2〕）。

故事中的情況是這樣：這人為了擺脫自己對這一最好班級的留戀，和別的老師討論她的情況。她想藉祈禱讓教務主任突然把她調到另一個班級。一星期過去了，始終沒有消息，當然擺脫偏情的事也毫無結果。

福音中最明顯的例子是富有的少年（瑪十九 21—22）。這位遵守了天主誠命的少年，被邀請追隨基督，但他做不到，「因為他擁有許多產業」，而他顯然也不肯放棄這些產業。

3. 第三種人願意擺脫偏情，他先讓自己保持平心。為解決感覺上的繫戀與心靈上的渴望之間的困難，他轉向吾主天主，完全按照天主置放在他意志中的（參閱〔155,2〕）神修熱情及內在活力去做。

保持平心，並非是純意志力的問題，而是與天主的恩寵合作有關。為此《神操》說「天主放在他（指退省者）意志中的」〔155,2〕，又說「更能多加事奉吾主天主的心」

[155,4] 。

可以照以下方式講述故事。第三種人去見教務主任，交談如下：

「主任，我確信我答應教這一班是錯誤的。」

「那怎麼辦呢？」

「嗯……為補救這一情況，我可不可以和校長談談，向他說明這事的利弊？」

「好的。」（打電話接洽）。

「我已為妳安排好了，讓校長作最後決定吧！」

「我完全同意。」

這人恢復了平安。她這樣做，下一學年會得到天主的降福。

福音中有不少說明第三種人情況的例子。首先，瑪竇蒙召離開稅關，跟隨了那位召喚他的基督：「他就起來跟隨了耶穌」（瑪九 9）。其次，為了天主聖言的降生，天使佳播要童貞瑪利亞與天主的計劃合作；瑪利亞說：「願照祂的話成就於我吧！」（路一 38）。最後，塔爾索的掃祿在去大馬士革的路上意外地看到耶穌基督顯現，耶穌要他往大馬士革去，「在那裡有人要告訴你，給你派定當做的一切事」（宗二二 10）。掃祿照著做了。

五、對禱

對禱與兩旗默想中所做的相同〔156〕。在此，我重新講述這三個對禱。

首先，求聖母為我轉求她的聖子，收納我在耶穌基督的旗下，總之，接納我達到神貧的頂峰；也就是說，除了唯一的天主之外，完全不繫戀任何人或物。這也意謂著使自己的意志服從並符合天主的意志，對於今世財務只在它們能使我接近天主時才使用它們。

被收納在耶穌基督旗下，也意謂著准許我實際上受到貧窮之苦。由於我們本性敗壞，又因為要與貪慾或惡傾向搏鬥，所以必須以練習實貧來對抗這些傾向，並棄絕它們。

其次，求聖母使我能忍受責備、侮辱，以便更完善地效法那位曾為我們忍受責備、侮辱的師傅。這一祈求是有條件的，例如：自己能忍受這一切而不致犯罪，而那些使自己遭受責備、侮辱的人也不犯罪；不會惹至尊天主不悅；不會違反天主明確的旨意。

然後，熱心地唸一遍聖母經，或許照祈禱第二式〔249—257〕來唸，仔細體味每一個字；甚至可照第三式，按呼吸的節拍誦唸〔258〕。

向聖母之子作第二對禱，以便從永生聖父獲得同一恩寵，

慢慢地唸「向耶穌聖靈誦」。

向永生聖父作最後的對禱，求祂賜我這一恩寵，最後唸一遍天主經。

如果由於祈求的內容之故，不建議退省者做這三個對禱，神操指導者可建議退省者在三個對禱中祈求下述這些比較符合聖經的恩寵。

首先，祈求能棄絕這個邪惡世界所珍視的一切，總之，完全棄絕自己，或內心完全自由，請退省者閱讀路十四 25—33 這段有關捨棄的經文。

然後，按照迦五 24—26——論真正的自由，以及迦六 11—17——論與基督同釘十字架，祈求能完全輕視邪惡的世界。

最後，採用若十四 20—31——關於基督徒與天主聖子的關係，祈求全心喜愛為吾主基督服務。

六、有關偏情的說明

講述了三種人默想之後，聖依納爵在「注意」〔157〕這一段中指出，最重要的是要明瞭，如果我們在專心事奉天主與偏愛、厭惡的不正情感之間仍拿不定主意，仍不能保持平心，那麼，就得在對禱中懇求吾主，求祂引導我們選擇那為我們更艱苦的事物，並堅決聲明如果這確實是事奉、讚美至尊天主，我們真正願意這樣選擇。

第十七日

謙遜三級

一、導言

按照《神操》一書的注意事項〔164〕，存想謙遜三級的目的不是提出一項神修生活原則，而是提供一項幫助，為將要作的選擇——選擇生活方式或調整生活——做準備。

在退省的這一時刻，退省者應自問的是，自己與耶穌基督密切結合到了什麼程度；換句話說，是否充分順從吾主天主，以致願意並選擇耶穌基督所願意、所選擇的？

因此，這裡所說的謙遜不是一種看待自己的方式，或對自身的正確評價，而是一種深邃的崇敬，使人的一切事上服從吾主天主。謙遜第三級更是一種內心的順從，願在一切事上效法耶穌基督。

二、謙遜第一級

在謙遜第一級，退省者願意為遵守「天主的誠命」，無論為了什麼也不願「故意犯一條大罪，違反……誠命」〔165,2〕。

有關謙遜第一級的存想圍繞著剛毅之恩進行。如同耶穌會士拉樂芒（Louis Lallemant, †1635）所說的，剛毅之恩「在某些情況中極其必要，在這些情況中人自覺在重大誘惑下無力抵

抗，如果要抵抗就得下定決心不怕失去財物、榮譽或生命」（《神修教理》*La Doctrine spirituelle*，第四部，第四章，第四條，〈剛毅之恩〉）。

這也是聖道茂的教誨。「或是在實際戰鬥中，或是在每天與我們靈魂及救恩的敵人的戰鬥中，……剛毅捍衛正義，面對死亡的危險。剛毅幫助人在被嘲諷及受迫害的情況下遵行教義」（《神學大全》，*Summa theologica*, 2—2,123,5.）。

三、謙遜第二級

在謙遜第二級，退省者已知按照「原則與基礎」〔23,5〕的教導，保持平心，而且無論要付什麼代價也避免犯小罪。這正是紐曼（John H. Newman, †1890）所理解的，他寫道：「教會主張，哪怕日月從天上墜落，大地陷落，在今世磨難中世上有千萬人在極度痛苦中饑餓而死，也比一個靈魂——我不說這靈魂會喪亡——犯一個小罪，完全故意地說一句對任何人都無害的謊話，或者沒有正當理由偷一文小錢更好。」（《聖公會信徒的困難》*Difficulties of Anglicans*，倫敦，1873年，第240頁）。這位偉大的樞機主教於1864年重新審定其著作時，重申了這段他寫於1850年的教理（參閱《為我的生命作證》*Apologia pro vita sua*，倫敦，1897年，第247頁）。

中國偉大的皈依者吳經熊（†1986）重述以上這段文章。他

在 1950 年左右寫道：「我（皈依前）對天主教幾乎一無所知。……予我印象最深刻的是紐曼這句明確的話」（《超越東方與西方》*Par-delà l'est et l'ouest*，Tournai，1955 年，第 174 頁）。

四、謙遜第三級

闡釋

耶穌會士雅格路易寫道，前兩級謙遜「所談的目標幾乎都是屬於倫理的範圍，我們只須看一下所用的詞彙就知道了，比如：法律、故意、誠命、大罪、小罪」。至於第三級謙遜，「不但沒有取消這一層次，反而大大地超過了它。第三級的目標是為效法基督，為肖似他並為了與他一起〔167〕。第三級謙遜一躍而超出了以上兩級。它促使人為了熱愛耶穌基督而追隨他（《神操淺釋》，第 162 頁）。

從情感上說，第三級謙遜使人一心嚮往上主，對接受物質財富和高位感到一種似乎是超性上的猶豫、勉強，除非這些事物對使徒工作顯然十分重要。

可以這樣解說謙遜第三級的真正要點：如果人忠實遵守天主的誠命和良心的客觀要求，而且他的主要動機和首要願望是渴望事奉天主；那麼，為了更密切、更具體地肖似我們的典範耶穌，人寧可為自己選取貧窮和缺乏榮譽，只要他這樣的選擇

不會限制他引領世人更認識、愛慕天主。

這是一個應當在自由決定的基礎上祈求的恩寵〔168,2〕；聖依納爵希望退省者在決定要追隨基督的時候，體驗到這種渴望。

重要的是應當指出，謙遜第三級不僅是行為、舉止的問題，更是渴望、優先選擇的問題。

福音中的範例

福音中一個謙遜第三級的好榜樣是多默的反應（若十一 8—16）。耶穌聽說他的朋友，即住在耶路撒冷附近伯達尼的拉匝祿病了，就準備到耶路撒冷去。門徒對他說：「辣比，近來猶太人圖謀砸死你」（若十一 8）。耶穌回答他們說，拉匝祿不僅病了，而且死了。耶穌決定去耶路撒冷；於是，號稱狄狄摩的多默便向其他門徒說：「我們也去，同他一起死吧！」（若十一 16）

基督徒的範例

渴望肖似那位飽受輕視並被釘在十字架上的耶穌基督，是所有在德國、俄國及其他國家集中營裡的模範基督徒行事為人的動機。根據耶穌會士索麥（Jacques Sommet）的《自由的榮譽》（*L'Honneur de la liberté*，巴黎，1987年，第109頁）一書，米什萊（Edmond Michelet, †1970）就是這樣一個人。「這

個人為了忠於基督的苦難，冒險做他每日所做的事。他這樣做，並非因為這樣做比較有道德；而是為忠於耶穌基督，而做這些在集中營所發生的事」。

長期經驗

謙遜第三級可能是相當長時期的經驗，例如在退省者和他的家庭關係上。在我們東亞國家裡，常有選擇度修道生活的年輕人被家人捨棄的。另一個例子是個人與工作環境的關係。一位忠於職守的年輕營養師，負責察看病人是否都確實得到他們的營養餐。以前這種專為病人準備的營養餐都被醫生享用了。這位年輕人盡自己職責，不讓醫生進入飯廳，但同時他自己也受到了他們的排斥。

退省者也可能在他自己與周圍不公平情況的關係上，體驗到第三級謙遜。他自己是不公平關係的受害者。此外，他還可能在他與那些按世俗智慧——他正盡力不考慮這種智慧——判斷他的人的關係上，體驗到這種謙遜。

在這種種關係上，退省者也體會到耶穌基督所體驗過的承受、謙遜、甚至屈辱。

五、概要

總之，在謙遜第一級的情況下，退省者為服從「我等主天

主」，無論如何也不願犯大罪（參閱〔165〕）。在謙遜第二級的情況下，他具有「原則與基礎」〔23,5〕所述的平心，無論如何也要避免小罪（參閱〔166〕）。而謙遜第三級則領他到「原則與基礎」的「更」〔23,7〕，領他到「更喜愛」的地步，不只是喜愛與「我等主天主」建立關係，而更是與「吾主基督」〔167,2〕建立個人性的關係。這樣，謙遜第三級是接納那位貧窮、飽受凌辱、被人視為瘋狂的耶穌。這種謙遜是順從一種吸引力，這吸引力就是愛。

六、以默想形式為獻身於主者講述三級謙遜

1. 前導

第一前導採取故事的形式，是與基督的一系列特別交談，有點像耶穌在伯達尼與瑪利亞的交談（路十 38—42）。

耶穌基督等候我，為告訴我一些重要的看法，闡明他的救贖訊息。

第二前導是在想像中觀看地點。設想我跪在耶穌基督腳前。他坐在凳子上，一副樸實、熱誠歡迎我的樣子；對於我慷慨的計劃、我的決心，他注意聆聽。

第三前導是祈求恩寵。我祈求能熱心接受耶穌基督的真正

訓誨的恩寵；也祈求剛毅之恩，好能在熱愛耶穌基督的基礎上建立我的神修生活。

耶穌會一位神修大師麥克梅納米（F. X. Mc Menamy, †1949）曾這樣說明對基督的愛：「人，那些誠心省察自己的修道人，在真心省察自己於守會規上的缺失時，總會發現，這種種缺失追根究柢都是愛德方面的缺失，是缺乏了對天主的愛。人在對基督的愛上鬆懈了。」

「在修道生活中，我們很早就學到，若要謹守我們的許諾，應當有戀愛中的人的態度，因為任何其他態度都不足以令人滿意地信守我們最莊嚴的許諾。恐懼感、怕犯罪的心態，乃至應履行義務或遵守會規的思想，絕對不能讓我們做到這點。」

「如果忠於會規、履行義務會成為戀愛中的人的許諾，那麼我們就會有良好的內心態度，以忠實地遵守會規，用心履行義務了」（《八日退省》*Eight-Day Retreat*, Milwaukee, 1956年，第130、131頁）。

2. 關於謙遜的三次交談

第一次交談：像瑪利亞一樣，我留心聽耶穌基督對我說：「你渴望救靈魂，我也渴望；讓我告訴你，我比你更渴望。我的門徒保祿寫得好：『我們的救主天主……願意所有的人都得救』」（弟前二4）。

「想想看，我來到世上，取了血肉之軀，為救贖你，讓你得到救恩。」

耶穌接著說：「你可曾想過，完成救恩的熱望是我給你的？你知道你的渴望真實到什麼地步？你得救的真實意義是什麼？你真的決心採取一切手段為得到救恩嗎？」

「你知道，為了拯救你的靈魂，你應當學習必要的服從和謙遜，以便遵守天主的法律到寧死也不願嚴重違反天主的一條誠命的地步。」

第二次交談：耶穌基督接著說：「那麼，靠我的恩寵，你已下定決心，無論我父把你安排到什麼境況中，你永遠也不犯大罪得罪我。」

「你接受了奉獻一生的召喚，選擇了更好的一份，這是不能從你奪去的；你已把自己所有的一切都獻給了永生聖父，你再不能為了個人而用你的身體、財物和意志了。你發了貞潔、貧窮、服從三願，因為你願更確切、更完善地救你自己的靈魂。這是一條更能確保你通往天堂永福的窄路。」

「你把自己的靈魂維持在一種盡可能完全平心的狀態下，你不想要這項職務勝過那項。在廚房工作、當門房、當要理教師或牧靈工作者，對你完全一樣，只要它能保證為我的神國服務，並使你的靈魂得救。」

「你不為得到現世的利益——例如修會中的高位，而故意犯小罪。如果有人要謀害你，你也不為救你的性命而故意說謊

犯小罪。」

第三次交談：「現在好好聽這最後的勸告。因為你真心願意按我的生活來塑造你的生活，願緊緊跟隨我，成為我的心所尋求的親密淨配，你已扎根在蔑視重罪和故意犯小罪的境況中了。如果能使天主受同樣的讚頌和光榮，你應當願望並選擇一種更貧窮的生活，一種更受貧窮之苦的生活；不但要放棄多餘的東西，也要放棄一切有用的東西，而只保留那些為完成你的職務所絕對必要的。此外，你還當渴望受人輕視，如同聖女蘇比魯（*sainte Bernadette Soubirous*, †1879）所說的，有點像放在門後的那把掃帚；又像真福余剛貞修女（*Jeanne Jugan*, †1879）那樣，從六十歲直到八十七歲被安排在團體中沒人注意的角落，沒沒無聞。」

「所有這一切都是為了使你成為我的心所尋求的特選淨配，使你只為了對我耶穌基督表達你的愛。」

3.三個對禱

首先，向聖母——特選的淨配、全心愛慕耶穌基督的典範——祈求，求聖母為我祈求她的聖子，使我被選為他聖心所尋求的親密淨配，捨棄任何財物和榮譽，只以對天上淨配的熾熱愛情為滿足；而這一愛情使我更肖似他，更爽快地事奉他。

然後向我天上淨配耶穌基督本人祈禱，求他為我祈求永生聖父——一切愛情的泉源，使我被選為他聖心所尋求的親密淨

配。

最後，向永生聖父祈求，求聖父賜我完美的愛情，使我成為基督聖心所尋求的親密淨配。而只有當聖神更臨在時，才能做到這點。

七、簡明講述

導言

退省者思量，自己是否對天主足夠順從，以致渴望並選擇那些吾主基督所曾選擇、生活過的（參閱瑪十一 29）。

謙遜第一級

這是一種順從天主以致成為天主的一個窮人的內心狀態，這窮人知道在天主的計劃中接納天主，並避免一切重罪。

這一內心狀態類似剛毅之恩；那位要與脅迫人的誘惑作戰的退省者，應下定決心，為抵抗誘惑而喪失財物、榮譽或性命（參閱瑪十六 25—27）。

謙遜第二級

這是一種在信德中所做的正當推理，藉推理，退省者願避免一切小罪。例如，一位法國傳教士被控告為美帝國主義的幫

兇，被強迫簽一份虛假的聲明。他拒絕簽字說謊，因此坐了四年牢（參閱瑪五 18—19）。

這一級謙遜的基礎是平心，不貪求財富勝於貧窮，不希圖尊榮勝於屈辱，不希望長壽勝於短命。

謙遜第三級

這是一種渴願，渴願肖似那位受人輕蔑並被視為瘋狂之人的基督。這是順從於一種吸引力，從根本上說，這吸引力是愛。

人可以在很長一段期間具體體驗這種情況，例如，在與家庭的關係上，或者自己是不公平環境中的受害者（參閱若十五 18—20）。為耶穌會士而言，這是聖依納爵在〈普遍的考問〉第 81, 101—103 號中的教誨。

三個對禱

採用兩旗默想的對禱，參閱本書第 123 至 124 頁。

第十八日

選擇—決定

一、導言

以下列出我對《神操》一書的「選擇—決定」〔169—188〕部分所作的某些摘錄。這些摘錄並未將《神操》中的一切建議都列出，因此並非是詳盡無遺的。我也無意對聖依納爵的原文作評註，即使是很簡短的評註。我只是向日後有意指導神操者提出我在向東亞基督徒講授大退省時所證實、所深入理解的部分。這樣的摘錄對他們或許將要從事的牧靈工作會有所助益。

二、一切良好「選擇—決定」的條件

所有的選擇都會帶來一項決定。這項決定就像一粒成熟的果實般，是成熟過程的結果；選擇身分時尤其如此。想迅速結束選擇的過程，確實會損及它的有效性。選擇的過程最好持續數天。

選擇也是退省者以信德眼光看事物所獲致的結果。退省者在神操第一階段得到真正的淨化之後，沈思默想什麼是基督的看法和意向，並思考基督對他的吸引力。

動機和信德的眼光，可以說是一切良好的選擇、一切真正符合天主計劃的決定的基本條件。

對一位選擇了修道生活的人，我有時，特別在這個人缺乏自信時，進一步確定其選擇的客觀性，使他能做更明確的決定。

為進一步確定，我採用簡單的測驗方式，測驗退省者願度奉獻生活的動機。這「有關動機的簡單測驗」是耶穌會士龐方濟（Francisco Parisi, †1978）所設計的，參閱第 189 頁〈附錄〉。

我請退省者在二十幾條動機中，指出最符合他情況的三條，並按重要性排列。

然後請退省者在會談時針對那些沒有選的動機加以解釋，再解釋所選的動機，以及依次排定重要性的理由。從會談中可看出他對動機的理解是否正確。

這樣，藉著簡單的動機測驗，退省者的動機得到澄清，他所作的選擇更加堅定。

三、在哪些事上該作選擇

關於「對怎樣的事務應舉行選擇」〔170,1〕，聖依納爵告訴我們，「有些事一經選定便不能改變」〔171,1〕，「有些事選擇之後仍能改變」〔171,2〕。

聖依納爵舉了兩個一經選定便不能改變的事例：司鐸品位及婚姻〔171,1〕。

聖依納爵接著提出他的指示：「在不可改變的選擇中，一

經選定，本已沒有再選擇的餘地，因為它所造成的關係是不能解除的，如婚配或司鐸品位等」〔172,1〕。

就婚姻而言，若婚姻本身有效且夫妻已同房，在聖依納爵的時代或今日都一樣，「它所造成的關係是不能解除的」。不過，在某些情況下，彼此分開的情況還是可能的。至於司鐸品位，現在也有回到平信徒身分的可能（參閱拉丁教會的《教會法典》，第290—291條）。

在帶領神操時，我曾遇到過一些本來不該領受鐸品或執事品位的人。主要的理由是在領受聖秩時缺乏必要的自由或責任感。另一理由是負責的長上未能在這人領受聖秩之前，以明智且足以令人接受的方式、判斷他是否適合以一種持續的方式虔奉獻於主的獨身生活（參閱科里登等人著《教會法典》正文及評註；J. A. Coriden, et al., *The Code of Canon Law, A text and Commentary*，紐約，1985年，第234頁，第2欄）。

在以上這兩種情形下，若證據充分，准許免度司鐸獨身生活。其次，對久已不度司鐸獨身生活的人，例如已在教會外結婚二十多年，育有子女，其情況已無法改變的人，也可免度司鐸獨身生活（同上書，第235頁，第1欄）。

最後，也有人因為極重大的理由而要求特許脫離修道生活。第一個理由是確信已喪失聖召，不能再完善地度修道生活。這是最普通的理由。

第二個理由是因親人生病或死亡而引起的重大家庭義務，

這義務在修會內無法履行。由於在我們的環境中有許多安老院和孤兒院，所以援用這第二個理由的人已經很少了。

第三個理由是當事人的生活方式不符合修會的性質或目的。這個理由大致與第一個理由相同（同上書，第 517 頁，第 2 欄）。

對於可改變的選擇〔174〕（例如已接受或未接受某一任務或利益），比較容易按各種做良好選擇的方式處理。

四、選擇的三種模式〔175—177〕

《神操》一書在說完選擇的事物之後，論及選擇的三種模式。

聖依納爵認為，選擇具有深刻的聖經意義。「我以你的名字召叫了你，你是我的」（依四三 1），這句經文很適切地表達出這意義。選擇，首先是天主在基督內簡選了人，因為我們是「他所預選的人……與自己的兒子的肖像相同……」（羅八 28—30）。選擇，根本上是基於天主的慈悲和主動，而人以「信德的」服從對之加以回答（羅一 5）。選擇，是與天主訂約，是受到並追隨一種吸引，是全心依附天主。

我從帶領避靜中發現，選擇的三種模式不是三個不同的階段，而是一個三角形中互有關係的三個角。當然，在所有選擇聖召的心靈情況中，三個角不會一樣大，這有別於數學。三個

角雖然不相等，卻同樣真實。通常，在花不少時間聆聽了聖召在某人具體境況中的發展經過之後，我就能讓他領會到，在他的情況中似乎存在著有如三角形的第一個角的第一種模式，即使並不明顯；而他的情況可能與塔爾索的掃祿（宗九 15—16）及稅吏瑪竇（瑪九 9）〔175,3〕的情形大有差別，但仍然是第一種模式。還有三角形的第二個角，這就是第二種模式，這模式包括這個人信仰生活中的情感與神修的影響。最後，我一定會讓退省者按第三種模式的第一方法〔178—183〕進行分辨；這第三種模式相當於第三個角，正如我對退省者所指出的，日後當神修發生危機，信德似乎萎靡不振時，那時就可用聖召的客觀理由、動機作為迷濛昏暗旅程中的航標了。

五、舉例說明第一種模式

為表明第一種模式在我們這一世紀仍然具有現實性，我舉兩個發生在當代的例證。例子中的第一位是法國人，第二位是美國人。

「天主召喚我的時候，我確實知道。祂呼喚我的名字的時候，我十六歲，正在田裡割苜蓿。我還看得見那個地方，我可以準確地找到那方……那時天主對我說話。我不知道如何說……我看到自己是司鐸，我應該成為司鐸。我將是司鐸」（蒙脫里耶《像從火中經過……》；J. Montaurier, *Comme à travers*

le feu ...，巴黎，1962 年，第 73 頁）。

一位年輕的美國人鄧恩（George H. Dunne）正在考慮自己的前途，他想到三種可能：在洛杉磯的羅耀拉大學讀完法律學；申請就讀哈佛大學；或者去柏克萊的加州大學註冊，這樣離女朋友近些。

他開始在簡短的晚禱中祈求光照，以便在這三項中作一選擇。一天夜晚，他又開始這樣祈求，那時好像突然有一堵牆從天而降，把他與這三項選擇隔開。第二夜，同一經驗再次出現。

他更改了自己的祈求；他祈求天主光照他，好能看出天主願意在這三者中選哪一項。那堵牆仍然從天而降。

有那麼一夜，他決定不再提自己的選擇，而只祈求知道天主想要他做什麼。這時，當司鐸的念頭突然出現。以後，儘管經歷過一些危機，但他對自己的司鐸聖召從未懷疑（參閱耶穌會士鄧恩《君王的小卒》；George H. Dunne, S. J., *King's Pawn*，芝加哥，1990 年，第 27、28 頁）。

在東亞，皈依天主教者往往是年輕的成年人，因此有另一種第一模式，即修道願望和領洗願望同時發生。乍看之下，人會懷疑這樣的聖召是出於幻想，但事實上這聖召已堅持了夠長的時間，因而足以證明它是真的。塔爾索的掃祿不就是這樣嗎？他被主召喚的時候，不是還沒領洗嗎？

六、採用第二種模式〔176〕

在作三十日大退省時採用《神操》中的第二種選擇模式，需要一段長久祈禱的時間。理想的情況似乎是十天到十五天。然而，即使有神慰、神枯的經驗，但不一定能延長這經驗的時間，因為時間不夠，比方說，退省很快就要結束了。

在對神慰、神枯的動態作了兩三天有助益的試驗之後，就不妨利用這一經驗進行分辨神類。這經驗還可以在默觀基督傳道生活的操練過程中繼續下去。

如果有神慰、神枯的經驗，但缺少時間；在退省者同意的情形下，可以在三十天大退省之外作選擇。

七、第二種模式的重要性

從以下兩項指示，就可清楚看出第二種選擇模式——即在一切依納爵式退省中，利用分辨神類來進行選擇——的重要性。第一項指示來自《神操》作者依納爵，第二項來自僅次於作者本人的最佳詮釋者法伯爾。

聖依納爵在他親手所寫的〈神操指示〉（*Directoire*）第23號中指示我們：「在第二週（階段）作選擇時，用不著讓那些已選定了身分的人考慮身分的事。為代替這一考慮，可建議他

們在以下兩事中選擇他們所要的。第一，如果能同樣事奉天主，而且既不會得罪天主，也無損於近人，那麼就「渴望」欺凌侮辱，在一切事上與基督一同受辱，為了穿上基督的軍服，效法他十字架受苦的這一方面。第二，為愛基督我等主的緣故，耐心準備忍受一切落在自己身上的類似的事」（依納爵《著作集》；*Écrits*，蒙特利爾，1991年，第263頁）。

以上這邀請——邀請人「渴望」或邀請人「準備」忍受——清楚表明一項選擇，就是邀請退省者作一項選擇。

法伯爾的指示則是針對引領神操者而說的：「一般而言，在你向某人提出建議，要他在工作、信德、望德和愛情上全心全力去達成目標時，若這目標愈崇高，你便愈是向他提供一些激發他辨別善神與惡神的方法」（《回憶錄》第301號）。從法伯爾這項指示的上下文可以看出，辨別是為了「選擇—決定」（法伯爾當時正指導一位退省者作選擇）。

依納爵和法伯爾都認為，應當讓退省者藉著分辨神類作其選擇。引領神操者應向退省者建議一項能激起他渴望效法受苦的基督的目標。這是一項領人進入巴斯卦奧蹟中受苦的一面的邀請。

八、採用第三種模式〔178—188〕

第三種選擇模式的第二種方法

採用第三種模式時，我通常先提及第二種方法〔184—188〕，因為它可說是對所要作的選擇的一種直觀。

聖依納爵建議退省者遵從四條規則。首先，推動我選擇某事的愛應來自對天主的愛〔184〕。第二條規則是我自己要按照我給他人立的規則去做〔185〕。我建議的經文是耶穌與尼苛德摩的會談（若三 1—11）。第三條規則，想像在自己生命的最後一刻，對現在所選擇的事，我那時願意如何選擇。我建議默想（路十二 16—21）糊塗富人的比喻；這富人想累積財物，可是沒想到當晚就要離開世界。藉此比喻，退省者比較容易設想在「臨終時」〔186〕自己願意如何選擇。最後，第四條規則論及最後審判。瑪竇福音公審判的比喻（瑪二五 31—48）完全適合這條規則。

結束時，把「選擇—決定」奉獻給天主，並求天主確認〔183,2〕；這很像回到利用神慰、神枯來做選擇的第二種模式。

這第二種方法比第一種方法更憑直覺，似乎較適合我們東亞人的心態。第一種方法仔細考慮正、反理由，因此理智用得

多；我覺得第二種方法更合乎福音的精神。無論如何，這第二種方法使人能援引福音章節，第一種方法就不行。

第三種選擇模式的第一種方法〔178,2—183〕

應當指出，聖依納爵似乎把第三種選擇模式的第一種方法的運用限定在「其他屬於可改變選擇的任何事物」〔178,3〕上。當我採用這第一種方法做聖召的選擇時，多半會把它簡化一下。我邀請退省者只考慮某一項選擇的正面及反面〔181〕。在考查各種理由時〔182〕，我指出哪些理由的內涵更符合福音精神。此外我還強調，要把那些屬於事實的理由與那些只是可能的理由加以區分。事實總比單純的可能性更重要。

九、自由的層面〔177,3〕

巴爾塔匝爾（H. Urs van Balthazar, †1988）在一段引述聖道茂的話的反省中，為我們闡明第三種選擇模式的一個層面，即自由的層面〔177,3〕。巴爾塔匝爾寫道：「沒有一件事比以一種自由的服從，及全然負責的態度接受上天所賦予的使命，更讓一個人自主。」他引述聖道茂在《論真理》（*De Veritate*）一書中對問題 22 的 a.4 的解答：「一個性體愈接近天主，它愈能深邃地映現神聖的卓越性。一切事物都是由神聖卓越性所推動、驅使、指揮的，而此神聖卓越性自己不受任何其他事物的

推動、驅使與指揮。由此可見，一個性體愈接近天主，就愈不受其他事物的左右，也愈能自定其行止」（《基督徒生活狀態》*The Christian State of Life*，舊金山，1983年，第401頁）。

自由並不是加在人的外面，就像在人的肩上披一件毛衣似的。從存在上說，一個人的自由是與這個人本身的各種形象結合在一起的。這裡所說的形象，是指與這個人以往所經歷的事件及體會結合在一起的整體思想和情感（參閱林趨《基督與普羅米修斯》；M. Lynch, *Christ and Prometheus*，紐約，1976年，第76頁）。

在十五至二十天的祈禱及其他操練的經驗中，退省者的那些與往事糾纏在一起的形象已經轉變，他的自由增長了。這一轉變往往以感恩的形式呈現，換言之，從前的畏懼或怨恨都轉變成感恩。感恩是一個自由的人——具有基督徒自由的人——的行為。

十、附錄

確認所作的決定

根據聖依納爵和聖薩威的說法，在祈禱中祈求確認〔183,1〕似乎與在一個適於作決定的地方祈禱有關係。

達卡馬拉的《回憶錄》（L. Gonçalvez da Câmara,

Mémorial，巴黎，1965年，第129頁）第128號第2段記載以下這件聖依納爵的事蹟。有一位大修士要求寬免其聖願，聖依納爵說（1555年2月16）：「讓他上勞萊特（Lorette，義大利的一個聖母朝聖地）去作決定，因為天主通常寧願在人們崇敬祂的地方，而不是在別處援救人們。」

聖薩威在印度東海岸，思量是否應動身往望加錫島（Macassar，位於印尼的東邊）去，他在1545年5月8日寫道：「在這座神聖的殿宇中（聖多默宗徒堂），我把這事當作一件本分，專心祈求吾主天主，求祂賜我在靈魂內領會祂的至聖聖意（參閱〔180,1—2〕），並堅決承行，我確實希望『賞賜願望的那位，也賞賜實行』」（參閱斐一6；二13）。

神操指導者的介入

神操指導者在人作選擇時介入，是一件很微妙的事。有時會有這樣的情況：客觀地說，所有理由都證明某一選擇是有效的，可是退省者就是無法做這一選擇、無法決定。在這種情況下，他人能取代他的意志嗎？按照耶穌會士瓦郎三（Albert Valensin, †1944），意志可區分為：「不自知的意志」和「迴避的意志」。「不自知的意志其實已經作了決定，只缺一位好嚮導讓他認出自己的道路；在此情形下，神操指導者可以也應當幫助他。迴避的意志則還沒拿定主意，對這種尚未下定決心的情況，神操指導者應當等待。這樣，退省者和神操指導者的角色

不相混淆」(參閱耶穌會士羅什〈神操每週的不同面貌〉；E, Roche, S. J., *Physionomie de la semaine des Exercices*，此文收錄於瓦郎三等人著《閉關退省的重大指示》一書第 31、32 頁；*Les grandes directives de la Retraite Fermée*，巴黎，1930 年)。

第十八日（之二）

調整生活

一、導言

我一定會建議所有奉行三十日神操大退省的人作一個調整生活的計劃（雖然計劃的形式各不相同），這是為了忠於聖依納爵的指示，也是為了我個人的信念，因為我看到那些履行生活調整計劃者所獲得的益處。

從考慮身分的前導〔135〕起，聖依納爵似乎已想到這一調整。他寫道「在下面第一次操練（即兩旗默想〔136—142〕）中，我們可以看到……應當準備自己，好能在我主天主要我選擇的身分上修成全德」〔135,5—6〕。

因此，兩旗默想的目的是似乎不僅是讓人能分辨撒殫的看法和基督的看法而已，還要使人得到某種能引領人修成基督徒全德的傾向，並開始與天主的恩寵合作。就是在調整生活中，這種傾向、這種合作得以落實。

聖依納爵在「改善自己的生活 and 地位」的指示〔189,1〕中，講述了生活上的調整。他指出，這是很有益處的〔189,4〕；他還論及「住宅」〔189,7〕、「財產」〔189,8〕等細節。最後他提出一條對所有基督徒生活都適用的總原則：「在一切事上，除了我主天主的愈大光榮和讚頌外，沒有其他願望。原來每人都該知道：人愈擺脫個人的私愛、私意和私利，在一切事上便愈有進步」〔189,9—10〕。

在聖依納爵其他著作中，這一擺脫自己被稱為剝奪自己、解放自己；總之，就是棄絕自己。耶穌會士拉納（Hugo Rahner, †1968）在《聖依納爵及神操的起源》（*Saint Ignace et la Genèse des Exercices*, Toulouse, 1946 年，第 116 頁）一書中寫道：「古代基督徒的『棄絕』撒殫及其一切浮華……與路十四 33 的『捨棄他的一切所有』相連；而與路十四 27 的『背著自己的十字架』同一意義。在《神操》的基本規則中也能找到這棄絕——棄絕一切私意〔189〕」。

我們以《神操》的這一根本原則——棄絕私意——為中心，來講述調整生活的問題。無論建議人採取什麼形式的生活調整，都不是把枷鎖強加於人，而是提供給人一種結構以幫助並支援他在神修上所作的努力；正如以支柱支撐樹木，讓它長得挺直高大。

二、各種不同方式

以下敘述我在帶領避靜的過程中，依據退省者的神修需要及智力〔18,1〕所採用的各種方式。

1. 簡單的方式

耶穌會士費薩爾（Gaston Fessard）的方式

這一方式適用於那些喜按直觀處理細節而不多加分析的人

的情況。費薩爾（†1978）說：「本堂神父怎樣管理本堂？家庭主婦怎樣管理廚房？僱主怎樣管理工人？一位神父、管理人或秘書，怎樣盡其職務？」費薩爾還說：「在我們的日常生活中，沒有任何一個決定是微小的。」不管一個決定小到什麼地步，一定還在選擇的第三種模式的第二種方法的各種規則〔184—188〕內。這是很合邏輯的。因為若不涉及最微小的細節，算什麼「調整生活」〔189〕呢？（參閱《神操論證》，*La Dialectique des Exercices spirituels*，巴黎，1956年，第89頁）。

聖保祿所提供的方式

另一很簡單的生活計劃模式，是根據聖保祿宗徒的三封書信的倫理教導部分設計成的，適合那些反對把他們的活動及時間納入框架中的人。他們之所以這樣，往往是由於分析能力薄弱。

我建議他們祈求聖神的恩寵，以便能夠：第一，承認他們自己的行為離聖保祿的訓誨還有差距；第二，藉著對保祿的教誨的更正確理解，以符合這一教誨的更實在方式開始遵守確定的更新計劃。

可以採用羅馬書十二 1 至十五 6。此封書信的第九至十一章闡明天主的仁慈，要求人以自我奉獻的態度來回報。在第十二章中，聖保祿勸勉人獻上自己的身體，當作聖潔的祭品，在基督內度新的生活。在第十三 1 至十三 7 中，指示我們對政府

當盡公民的義務。十三 8 至十三 14，講彼此相愛和基督徒的警醒。十四 1 至十五 6，論友愛的特殊例子，即強壯者和軟弱者的相互對待之道。

或者採用厄弗所書四 1 至六 20：我們的行動應與我們度基督徒生活的寵召相稱。四 1—16，在合一中建立基督的身體；四 17 至五 20，善惡兩條道路彼此對立；五 21 至六 9，因基督與教會的結合，基督徒之間有了新的關係；最後，六 10—20，基督徒為信德所作的戰鬥。

也可採用迦拉達書五 1 至六 10：基督徒正當的生活。五 1—12，內在自由的條件：從自我的願望中解脫出來；五 13—25，基督徒愛德蓬勃發展的條件：為我們四周的人服務；最後，五 26 至六 10，基督愛的法律。

2. 為嚴謹的平信徒的方式

在耶穌會士戴梅志（Lewis Delmage, †1974）所著的《聖依納爵神操》（*The Spiritual Exercises of Saint Ignatius Loyola*，紐約，1968 年，第 94、95 頁）中，有另一種方式。他在這本他稱之為「美國譯本」的神操書中，就調整生活〔189〕提出了以下幾點。首先，籌劃怎樣管理自己的家庭、事業、所雇用的人員等。其次，在管理上要注意正義和公平的要求。第三，確定管理上的人事問題和人際關係。第四，安排互相溝通的各種途徑，提供以口頭或書面傳達資訊及指示的方式，並且自己以身

作則。第五，將收入的幾分之幾用來幫助窮人和處境不利的人。最後，如何協助宗教事業。

戴梅志特別指出，不應隨從個人的偏好或偏見，而只尋求那些能為天主作證並能在逾越奧蹟中發揮作用的事。還要堅信，人愈棄絕自私和貪圖個人私利的心，就愈在神修生活上進步，也愈成為成熟的基督徒。

3. 四點生活計劃

最近，我時常採用一種受到嚴規熙篤隱修會會士潘寧頓（Basil Pennington）的啟發的方式（參閱潘寧頓寫於《司鐸》*The Priest*, 1980年3月號，第39—41頁的一篇文章〈保持大博爾山的光明〉*Keeping the Light of Tabor*）。這是一種生活規則，擬訂這一規則需要一種不尋常的分析、綜合能力。有時人會發現這方式很難使用，效果可能也不大。這方式根據的是路十四26—33基督所說有關棄絕自我的教導，因此對那些有能力使用它的獻身於主者來說，肯定會大有成效。這一方式由使用者對以下四個問題的回答組成。

(1)生活目的：什麼是我們生活的目的？或者說，我們這一生真正想做的是什麼？身為人、基督徒、修會會士或在俗團體成員、已婚者、從事某一職業者，我們在什麼事上找到真正的成就？

試著儘量簡要地表達出我們所看到的目標就夠了。

要遵行兩個重要條件：首先，要實事求是，別夢想。若我們一心一意想達成那些非我們的能力所能完成的目標，便會陷於無止境的失望之中。第二個條件，在努力達成這些目標時要充滿希望；與此相反的態度是對天主、對自己都不寄太大的希望。

(2)方法：我們需要藉著什麼、做什麼來達成這些目標？作為一個人，需要一定數量的食物和休息、工作和娛樂、友誼和獨處。作為基督徒，需要祈禱、傾聽天主的話語、受聖事滋養、有基督徒團體的支援。作為獻身於主者，需要一些與修道生活有關的知識，也需要從事使徒工作時所必備的能力和德行，以及運用這種能力時所要具備的某些紀律。

要儘量完全地列出我們為達成這些目標所需要的事物及所要做的事。

(3)障礙：阻止我們達成這些目標的是什麼？使我們不能往這些目標前進的是什麼？只要回顧過去，也許最近六個月的情況就夠了，回想一件有意義的事，即一件對我們最近的生活及活動造成影響的事件，例如一次退省或宣發聖願。在這六個月裡，有什麼因素妨礙我們做自己真正想做的事？做自己真正想做的人？什麼事、什麼人阻止我們進步？首先針對我們自己，我的脾氣、習慣；而後，針對我們的活動，我們對人的影響；最後，針對那些影響我們生活的人的活動和態度。

做這一練習時最好多用點時間，把自己完全託付給聖神，

然後，把所呈現出來的事寫下。

(4)具體行動：為得到我們這一生所願望的，我們要做些什麼具體的事？要訂定一個能將我們的價值觀、選擇表現出來的生活計劃及時間表。把我們每天的需要列出：多少睡眠、食物、祈禱、體操、讀聖書、工作、娛樂等。這一規劃最好做得很精確：幾點起床，因此幾點上牀睡覺；體操時間多長；何時祈禱及祈禱多久；三餐確定的時間。此外，還有每週規劃的事：評估上週情況，準備下週事宜，辦告解的日子。每月規劃的事：做小退省的日子，回顧上個月的情況，準備下個月，拜訪神師。每年規劃的事：假期長短，每年退省的時間和方式。

這生活計劃有益於我們回顧每個月的生活。如果我們用相當的時間來思考，並瞭解實際經過情形，就會看出什麼地方已不符合那不斷在演變的生活情況，因此需要毫不猶豫地把此計劃修改得切合實際。

最後，對擬訂及實行這一生活計劃提出三項注意：

第一：這是對神修生活的一種幫助、滋養；是一種支援結構，好像柵欄，支援向上攀爬的玫瑰。

第二：要擬訂這樣一份生活規則是極端艱難的，因為我們必須把許多有益的事物擱置一旁。若沒有把某些有益的事物擱置一旁，所造成的後果是：我們努力想完成所有的事，卻發現自己在這事或那事上幾乎沒什麼進步，因而經常會有挫敗的感覺。這樣，我們便常常處在一種喪失勇氣、不敢期望有所進步

的危險情況中，後來也就放棄全盤計劃了。

第三：須要鼓起勇氣作選擇，要選定合理數目的有益事物，別的都堅決擱置一旁，使得所選的事物真正能在我們的生活中蓬勃發展。

結論：首先，這種選擇很困難。其次，按這種選擇來生活並承擔其後果，更是難上加難。然而，體驗到這種選擇的效果卻是最美妙的事。

對那些不喜歡處理細節的人，將「四點生活計劃」作摘要可能為他們有用。以下便是這摘要：

在祈禱中思考聖保祿格林多前書二 10—16 的教導。保祿說明了真正的智慧和屬神的人的特徵。

拿四張紙：

第一張：試著盡可能按我們所理解的、簡明地寫下我們現有的目標；

第二張：把我們為達到這些目標所必須做的事，盡可能完全列出；

第三張：把所有妨礙我們接近這些目標的事列出；

第四張：訂定每天的計劃，並安排每週、每月特別事項的時間表（參閱潘寧頓所寫的一篇文章〈「來看看這小屋」方案〉 Come and See the Cottage Program；此文收錄於《修道人雜誌》*Review for Religious*，1980 年五月號，第 354 頁）。

三、鮑斯高的生活計劃

我常向我們耶穌會那些準備晉升鐸品的執事們講聖鮑斯高（Jean Don Bosco, †1888）的整頓生活範例。1841年五月底或六月初，鮑斯高在晉鐸前的退省中擬訂了這個包括九項決定的整頓生活計劃，他以不可動搖的決心終身奉行不誤。

- 非必要時不散步。
- 極其認真地利用時間。
- 事關拯救靈魂時，我隨時準備好行動、受苦、受辱。
- 但願我的每一行動都受聖方濟沙雷的愛德與和藹的啟發。
- 除非真對健康有害，我總滿足於人家給我的食物。
- 我總在酒裡加水，而且只為了健康的理由才喝；就是說，按健康的需要決定在什麼日子喝，喝多少。
- 既然工作是對抗我救恩的仇敵的有力武器，我每夜只睡五小時。除非生病，否則白天不休息，尤其午餐後。
- 每天利用一些時間默想、讀聖書。一天中花些時間拜聖體，或至少在聖體前祈禱。至少用一刻鐘準備彌撒，一刻鐘謝聖體。
- 除非聽告解，而且除非的確需要，我不停下來與婦女談話（參閱施帕德，《鮑斯高》；L. C. Sheppard, *Don Bo-*

sco，倫敦，1957年，第35、36頁）。

四、獻身者的模式

通常我對獻身於主者所提出的，不是上述的生活調整或生活計劃，而是另一模式；這是一種把默觀基督傳道生活的奧蹟與按照不同主題來考慮如何調整生活，這二者結合起來的模式。主題與奧蹟這二者不一定能密切配合，但總可以從福音的奧蹟內容中，找出與調整生活有關的主題。

這裡的調整生活，是指獻身於主者因為渴望度一種更敏銳地服從聖神推動的生活，而在退省中決定採用的生活規則。這既不是一種評估，也不是省察，而是一種願以生活規則表現出來的決心。

這種模式包括七點，與基督傳道生活的七端奧蹟平行講述。我先提出默觀奧蹟，而後是調整生活的主題；一天兩個奧蹟，兩個調整生活主題。除非有意外情況發生，否則，這一擬訂生活計劃的工作需三天半的時間。

以下第十九日至第二十二日，先說明每一奧蹟，而後提及調整生活的主題。

第十九日

傳道生活——受洗；受誘惑的奧蹟

一、導言

《神操》中所選擇、所講述的基督傳道生活的十六項奧蹟〔273—288〕，似乎是以引領人「選擇—調整」自己的生活為目標；因為聖依納爵寫明，選擇是從默觀基督受洗開始的〔163〕。

「選擇—調整」生活的時間看來並不限於這第二階段的第二部分，因為《神操》第二週（階段）的長短是由退省者學習默觀的情況來決定的，參閱〔162,3〕。因此，「選擇—調整」生活可以繼續到第三個也是最後一個階段。

《神操》告訴我們什麼時候開始選擇〔163〕，卻沒有說什麼時候結束。顯然，神操不能給天主的恩寵規定時間。

二、奧蹟的選擇

針對所選的十六個奧蹟，可以說還做了一次精選。事實上，聖依納爵指出，自第五日至第十二日應默觀八個奧蹟〔158—161〕。

神操詮釋者對八個奧蹟的特點持有各種不同的看法，我認為耶穌會士克萊芒斯（Jean Clémence, †1981）的看法最確切：八個奧蹟指向「選擇—調整」生活（參閱〈根據神操論述神修

進步的韻律和結構〉*Rythme et Structure du Progrès spirituel d'après les Exercices Ignatiens*；此文收錄於《依納爵神修中心》*Centrum Ignatianum Spiritualitatis*，法文版，1982年，第81、82頁）。

調整生活的主題只有七個，所以我多半時間只講述七個奧蹟。而在八個奧蹟〔158—161〕中，我以加納的奇蹟〔276〕取代山中聖訓〔278〕。

這一系列奧蹟始於基督受洗〔273〕，「決定—選擇—調整」生活的過程也從這裡開始。接著，退省者默觀基督受誘惑〔274〕；在此基督體驗到惡的力量，這顯示出「選擇—調整」生活總是一場神修奮鬥，是一場由天主聖愛引發的動機與自私的動機之間的戰鬥。

默觀耶穌在加納所行的奇蹟時〔276〕，除了表現納匝肋的耶穌有神聖能力之外，退省者在此也發現代禱者瑪利亞的能力。

默觀基督步行水面〔280〕，對作決定或進行生活調整——不論多麼困難，都是一種鼓勵。

在默觀基督多次召喚宗徒〔275〕時，退省者理解到，「選擇—調整」生活應當是對基督召喚的回應。

到了默觀拉匝祿復活〔285〕時，這一默觀強調，「選擇—調整」生活應是主耶穌在他教會內復活的預見。

最後，群眾以聖枝歡迎耶穌基督進入耶路撒冷〔287〕，表

明「選擇—調整」生活應是基督君王藉信德得勝的先聲。

三、基督受洗（瑪三 13—17）〔273〕

前導

第一前導回想歷史，想基督正處在一決定過程的起點。基督要求受洗，「以完成全義」（瑪三 15），就是說，他要忠於天主在他身上的計劃。這可說是他使命的開始，從此他開始了與撒殫公開鬥爭的受苦的默西亞使命。聖父的聲音認可了這一使命。

第二前導設想地點和人物，由反省者自己想像。

第三前導求恩，強調反省者應祈求天主賜他對基督的心和基督的精神，能有感性的認知。

注意：生長在東亞文化，尤其是中國文化中的人，很容易把祈禱時間只用來思考或做默想，而不進入真正的求恩對禱——與基督談話，把自己的需要告訴他。因此，神操指導者有必要強調這一基督徒祈禱的核心（參閱〔54；109〕）。

默觀要點

首先，基督從納匝肋來到約旦河「為受他（若翰）的洗」（瑪三 13）。基督在罪人中間受了洗；他像罪人一樣。耶穌在

約旦河受的洗禮，宣告並準備他受死亡的洗。耶穌把他的痛苦稱作受洗（參閱谷十 38）。

接著是洗者若翰想避免為基督付洗，他認為自己當不起：「我本來需要受你的洗，而你卻來就我嗎？」（瑪三 14）。洗者若翰藉著抗議來強調耶穌遠勝於他，正如他從前宣講說，日後耶穌的洗比他用水付的洗更強（參閱若三 23—30）。基督回答洗者若翰說：「你暫且容許吧！因為我們應當這樣，以完成全義」（瑪三 15）。聖史瑪竇用「正義」一詞時，指的是徹底忠於天主的旨意。洗者若翰和耶穌一起服從天主的計劃，而基督的行動和教誨將揭示這一計劃的意義。

最後，「忽然天為他開了，他看見天主聖神有如鴿子降下，來到他上面」（瑪三 16）。「天開了」這一說法，意謂天地結合，以及由天上而來的啟示。至於在水面上飛行的鴿子，則讓人想起在耶穌受洗時所發生的新創造，正如創一 2 所敘述的一樣。「又有聲音由天上說：『這是我的愛子，我所喜悅的』」（瑪三 17）。瑪竇把聖詠二 7「你是我的兒子」，與依四二 1「請看我……的僕人，我心靈喜愛的所選者」合在一起；在耶穌身上結合了兒子和僕人兩種預像。天主的寵愛不被視為一種任意的喜歡，而是一項為使命所作的簡選。

四、與生活的意義有關的神修生活計劃

在默觀了基督受洗之後，獻身於主者被邀請深思自己生活的意義：對他來說，生活的目的是什麼？他在夢想中想完成的是什麼？獻身於主的生活、特殊的聖召，對他有什麼意義？

還請他考慮物質生活方面的基本需要。怎樣注意飲食？在睡眠方面，何時就寢？睡多少小時？休息散心方面，到什麼地步？

五、基督受誘惑（路四 1—13；瑪四 1—11）〔274〕

前導

第一前導，觀看基督將面對一場靈性戰鬥，即一場對聖父旨意的愛和自己本身的滿足——食物、光榮、權能——之間的戰鬥。基督體驗到邪惡的唆使力量。

第二前導，聖經中的曠野是荒涼的土地，是魔鬼和野獸居住的地方（參閱肋十六 22；多八 3）。

第三前導，祈求能在基督與惡的力量戰鬥時陪伴他，克勝

各種源於自私的動機。

注意：誘惑有時被當作壞事，這多少是受到摩尼派善、惡二元論的影響。基督受誘惑一事，有助於糾正這種與基督啟示衝突的心態。講述這一奧蹟時，要強調「誘惑—考驗」的積極面。

默觀要點

第一點，耶穌「被聖神引到」荒野裡去（路四 1），為在那戰鬥最艱難的地方，表現出他的勝利和他對撒殫的權柄。基督到荒無人煙的地方，為了體驗天主的權能。他四十天四十夜守齋；「四十」這一數目讓人想起以色列人四十年在曠野中。對以色列而言那是一段誘惑和失敗的時期。耶穌是新以色列，也在荒野中受誘惑。

第二點，遭受魔鬼的三種誘惑。大體上說，三種誘惑都集中在權柄上。它們都與基督的使命有關，因而也與那繼續基督使命的教會有關；它們具有教會意義。所有威脅教會使命完整性的神修危險，都是基督曾經面對過的；而基督指出了教會應怎樣克勝它們。

希伯來書中有兩段經文，可以幫助我們比較深入地理解耶穌的誘惑，與我們的誘惑相類似的奧秘。希二 18：「他既然親自經過試探受了苦，也必能扶助受試探的人。」還有希四 15：「一位在各方面與我們相似，受過試探的，只是沒有罪過。」

現在論誘惑的細節。第一個誘惑是把石頭變成餅，就是要基督利用變魔術的能力來滿足自己一般的物質需要。

第二個誘惑是試著慫恿基督用他行奇蹟的能力，給人們一個記號，一項驚人的表現，教人不得不信。基督拒絕了。他拒絕從聖殿的護牆上跳下去（瑪四 6）。

魔鬼的最後一個誘惑，是想要基督以朝拜牠的行動來換取世上的國度及其榮華（參閱瑪四 9）。這一誘惑使人明白什麼是世俗化的默西亞主義——用政治力量達成默西亞使命。而耶穌說：「去吧，撒殫！」（瑪四 10）。

默觀的第三點，有天使前來伺候他（瑪四 11）。像那些在餐桌邊服務的僕人似的，天使給耶穌基督送來食物。所以，耶穌拒絕在撒殫的唆使下給自己弄來食物；他從天主的使者手中得到了食物。

六、與祈禱有關的神修生活計劃

默觀了基督受誘惑之後，獻身於主者安排自己祈禱生活的
神修計劃。每天參與感恩禮：有什麼意義；為什麼意向；怎樣
利用感恩祭之後的謝聖體時間。唸日課：為什麼意向；出於什
麼動機。每天的祈禱默想：什麼內容；採用什麼方法；獲得什
麼效果；怎樣預備。讀聖書：在聖經中讀些什麼；讀什麼神修
書籍；得到什麼果實。專題省察的主題：需要增進什麼德行；

根除什麼毛病；成效如何；是否有必要調整這主題。朝拜聖體：怎麼做；什麼時候；多長時間。敬禮聖母：做些什麼；什麼時候做；有什麼動機。領告解聖事：每月幾次；定在什麼時候；找哪位神父；這位神父不在時找哪位。寫神修日記：記些什麼；為什麼目的而記。

第二十日

加納；步行水面

一、加納（若二 1—11）〔276〕

祈求認識基督，愛慕他，追隨他；視之為一位具有神聖能力的師傅。

第一，「耶穌和他的門徒也被請去赴婚宴」（若二 2）。我們不妨想像納塔乃耳——他是加里肋亞加納地方的人（參閱若二 1—2）——帶他的朋友，即門徒們去參加婚禮。耶穌，可能也想參與這喜樂的婚禮，因為婚姻是以天主的名義認可兩個人一起生活（參閱創二 24；弗五 31）。

第二，耶穌的母親告訴她的聖子說：「他們沒有酒了」（若二 3），她又吩咐僕役按照耶穌的話去做（參閱若二 5）。對新婚夫婦來說，酒不夠是一件丟臉的事。聖母瑪利亞只提到酒不夠了。這是聖母最微妙的祈禱，這勉強可算一個暗示，甚至連願望都沒表達。瑪利亞對僕役的指示，表明她與他們有很好的關係。這指示還表明，瑪利亞期待耶穌會有非常的行動。她不能懷疑她的聖子有行奇蹟的能力。

第三，耶穌把水變成酒，「顯示了自己的光榮，他的門徒們就信從了他」（參閱若二 9—11）。這奇蹟行得如此隱密，在餐廳裡忙碌的司席什麼也沒注意到。但奇蹟無法隱藏，僕役知道發生了什麼事（參閱若二 9）。這奇蹟顯示了耶穌的光榮，光榮總是看不見的，但有時會從它那出於神聖來源的行動中顯

露出來。於是，耶穌的門徒相信他不僅是教義師傅，而且是一位有神聖能力的人。

二、與愛德生活有關的神修生活計劃

默觀了基督在加納所行的奇蹟之後，「思想體味」〔189,6〕我對自己會院的成員應培養何種信德態度；共同散心時怎樣促進彼此間的交流；集體進餐時維持怎樣的對話；如何與某些成員保持真誠而深刻的交流；在一天當中偶然的接觸中有怎樣的信德態度；與本會其他團體的成員、親友們要培養何種信德態度。

三、步行水面（瑪十四 22—33）〔280〕

1. 前導

史實簡述

當基督在山上祈禱時，他的門徒們逆著風浪在小船上辛苦地划槳。突然，門徒們看見耶穌顯現。

觀看地點和情況

吾主在山上一安靜退隱處祈禱。從這地方我們可以看見革

乃撒勒湖，湖上波濤洶湧，漁船在水上顛簸。

應祈求的恩寵

懇切祈求能親密地認識主，認識他的心靈、精神、行動方式，好能更愛慕他，更在各樣事上事奉他，對他說：「主，如果我能為你做什麼，我會很高興去做，請告訴我吧！」

2. 默觀要點

命令門徒到對岸去（參閱瑪十四 22—23）

在此之前，耶穌以五餅二魚讓羣眾吃飽（參閱瑪十四 13—21）。這是一位多麼有能力的師傅！接著，他命令門徒們動身到革乃撒勒湖對岸等他。他們可能心中很煩惱。

在這時候，吾主照顧羣眾。在設法安撫了他們對現世默西亞的渴望情緒之後（參閱若六 15），他就抽身到山上祈禱去了。

長久觀看吾主，看他那副安詳、完全能控制自己的樣子。他甚至不敢聽那些想要他作現世君王的羣眾的聲音，因羣眾的願望不符合天主聖父的計劃。觀看耶穌祈禱。

祈求吾主賞賜我們安詳、靈魂平安。他是和平的君王。求他賜我們自制力，總不追逐虛榮；總不以被人贊揚為樂，而只因愛德而接受這種贊揚。求上主使我們把我們為別人的好處所做的事都歸於他，把我們以堅定的意志所做的事都歸於他。

聽耶穌向羣眾說話的聲音，聽他命令門徒的聲音。良善心謙的耶穌也堅決地說話。

在湖上（參閱瑪十四 24—27）

我們可能有在大浪中划船的經驗。就像空划一樣，划槳的人繼續划，但對岸還是一樣遙遠。

天快亮時，耶穌或許動了同情心，走向他那些筋疲力盡的門徒們，而他們以為那是一個妖怪。

注意：在東亞民間文化中，人們深信妖怪是存在的。這點可能要說明一下。

與基督相遇（參閱瑪十四 28—33）

耶穌立刻讓門徒們放心。他們所熟悉的耶穌的聲調或許使他們平靜下來，而相信那不是妖怪。伯鐸既然想以自己也步行水面的方式來證實耶穌的身分，似乎他負有其他門徒所沒有的責任。耶穌一說「來吧！」伯鐸就趕快過去。風比原先更大了，伯鐸害怕起來，開始下沉。他大叫說：「主，救我吧！」耶穌立刻拉住伯鐸的手，讓他停留在水面上，並對他說：「小信德的人哪，你為什麼懷疑？」

信德意謂著信任和委順，有這兩項，人就不再信賴自己的力量、計劃了，而把自己託付給所相信的那一位的能力和他所教導的話。

四、與使徒工作、會院或專業工作有關的神修生活計劃

在默觀了基督步行水面的奧蹟之後，「思想體味」〔189,6〕在以下各方面要培養何種信德態度：我的主要工作；在會院團體中的服務工作；義務工作及不定期的義務助人工作。

第二十一日

召喚宗徒；復活拉匝祿

一、召喚宗徒（若一 35—42；路五 1—11；瑪四 18—20；九 9）〔275〕

祈求更活躍地認識耶穌，並且更熱切地愛他；以便跟隨這位神聖的導師基督。

注意：按照《神操》〔275〕的指示，講述這一默觀。

• 「聖伯鐸和聖安德似乎曾三次被召：第一次使他們對吾主稍加認識」〔275,2〕（參閱若一 35—42）。最先遇到耶穌的兩位門徒——安德和若望，可能接受了洗者若翰為他們所指出的耶穌的身分：「看，天主的羔羊！」（若一 36）。他們跟隨耶穌之後，「那一天就在他那裡住下了」（若一 39）。耶穌大概對他們說明了一些關於他本人和他使命的事。當晚或次日，安德跑去找自己的弟弟西滿（伯鐸），並向他說：「我們找到了默西亞！」

接著，伯鐸和安德被召「開始跟隨基督，但尚無心盡棄所有」〔275,3〕（參閱路五 1—11）。有一天，他們捕到許多魚（參閱路五 1），在漁獲豐盛的情況下，他們棄網跟隨了耶穌，可見耶穌的召叫重於漁獲豐富。

最後，伯鐸和安德被召「跟隨耶穌，終身不離」〔275,4〕（參閱瑪四 18—20）。耶穌的門徒必須拋棄一切他可能認為比耶穌更重要的事物：「他們立刻捨下網，跟隨了他」（瑪四

20)。

• 耶穌召喚斐理。耶穌遇到了斐理，便向他說：「你跟隨我吧！」〔275,5〕（參閱若一43）。斐理是貝特賽達人，與安德和伯鐸同城，可能是他們介紹耶穌認識斐理的。此外，耶穌也召喚瑪竇：「耶穌從那裡前行，看見一個人在稅關那裡坐著，名叫瑪竇，對他說：『跟隨我！』他就起來跟隨了耶穌」（瑪九9）。耶穌對門徒們的召喚是這樣的嚴格，竟使他們的生活有了新方向。瑪竇從稅吏一變而成為耶穌的門徒。

• 耶穌「召叫其他宗徒，聖經沒有特別的記載」〔275,6〕。修女們，在此處可默觀跟隨耶穌的聖婦們。她們與他在一起，她們「曾附過惡魔或患病而被治好」，並「用自己的財產資助」基督及其門徒（路八1—3）。

對這一默觀，聖依納爵加上三點：首先，「宗徒們出身卑賤粗俗」〔275,7〕。他們似乎大半是普通的漁民。其次，「耶穌和善地召叫他們，提拔他們至高位」〔275,8〕。召叫雖是必須服從的，卻也讓人心裡感到溫馨。他們被提拔到的高位是成為教會的柱石。最後，「他們因所得的殊恩異寵，竟被提拔在新舊二約的諸聖之上」〔275,9〕。正如基督對門徒們所說的：「我實在告訴你們，有許多先知和義人，想看你們所看見的，而沒有看到；想聽你們所聽見的，而沒有聽到」（瑪十三17）。

二、與聖願生活有關的神修生活計劃

在默觀耶穌多次召喚宗徒之後，首先「思想體味」〔189,6〕修道人的服從：要培養何種合乎會憲的信德態度；與長上保持何種關係；在實踐上，要注意服從的哪一點。其次「思想體味」〔189,6〕修道人在個人和團體方面的神貧：在實踐上要留意哪些點。最後，奉獻於主的貞潔包括兩方面：第一，節制或控制肉身的衝動和性慾，第二，獨身，即沒有伴侶。要培養何種有益的信德態度？

三、復活拉匝祿（若十一1—45）〔285〕

祈求能正確理解跟隨基督前行是門徒跟隨師傅前行，而前行到「選擇—調整」生活的階段，就是參與基督在教會內的巴斯卦奧蹟。

• 「曼德和瑪麗把拉匝祿的病況報告給吾主耶穌」〔285,2〕。基督得到消息後，仍在原地逗留了兩天，為使奇蹟更加明顯（參閱若十一 3,6,15）。既然伯達尼的這兩姊妹知道耶穌的行踪，可見這一家人與耶穌的關係非常密切。她們的兄弟拉匝祿病得很重，姊妹兩人毫無困難就知道往哪兒傳遞訊息。耶穌的遲遲抵達令人難以理解；為這個緣故，聖史若望特

地提到耶穌對拉匝祿的愛：「耶穌素愛……拉匝祿」（若十一 5）。耶穌遲遲不去伯達尼是故意的，但這並非漠不關心的表現。

拉匝祿的復活轉變成天主聖父及其聖子的光榮。

• 「在復活拉匝祿之前，吾主先教曼德和瑪麗發信德，耶穌說：『我就是復活，就是生命；信從我的即使死了，仍要活著』」〔285,3〕（若十一 25）。

耶穌宣稱他本身有使人復活的能力，因為耶穌從聖父得到了這一權能，能讓一切人得到圓滿的生命，並在末日復活。

當然，肉身死亡是全人類共同的命運，基督徒也不例外；但藉著對基督的信仰，信徒們在復活時再活起來。因此信徒已一次而永遠地戰勝了死亡。

• 拉匝祿的復活。「耶穌在流淚祈禱之後，命令拉匝祿復活，說道：『拉匝祿，出來吧！』」〔285,4〕（若十一 35，41，43）。

這是耶穌戰勝死亡的標記，就像他自己復活時一樣。

耶穌所流的並不是同情之淚。耶穌流淚，因為他愛拉匝祿。耶穌祈禱並不是求聖父垂聽，因為聖父已經知道聖子的祈求；耶穌祈禱，是為向那些聽到的人證明，他要因天主之名給人們一個他使命的標記。

耶穌一發言，拉匝祿立刻從墳墓中出來，手和腳還纏著殮布。

四、與刻苦的生活有關的神修生活計劃

在默觀了拉匝祿的復活之後，考慮刻苦的生活。忍受病苦時，應培養什麼樣的基本信德態度；在個人房內、餐桌上，有無可做的刻苦，這樣做有什麼理由（參閱〔87〕）。

也要考慮心理健康方面的基本需要：怎樣使自己有歸屬於團體的感覺；在生活上有成就感；怎樣在感情生活上，能愛別人，也接受被別人愛；怎樣維持自己與長上或負責人之間的對話；怎樣保持神修生活的進步。

第二十二日

耶穌基督進入耶路撒冷

一、耶穌基督進入耶路撒冷（瑪二一 1—17）〔287〕

祈求能好好地領會「選擇—調整」生活是基督因信德而得勝的開始。

1. 預備

「吾主派兩位門徒將一匹母驢和驢駒牽來，說：『你們將牠們解開牽來；如果有人干涉，你們便說：主要用牠們，他會放牠們來』」〔287,2〕（參閱瑪二一 1—3）。

耶穌派人到某人處把某一匹母驢和驢駒牽來，足見耶穌跟這村子的人關係很好，同時也證明耶穌對未來的事有先見之明。

在瑪竇福音中，只有此處，耶穌自稱為「主」。瑪竇願意強調這奧蹟的重要性。

2. 進城

「宗徒們將衣服鋪在驢背上，耶穌便騎上去」〔287,3〕（參閱瑪二一 7）。耶穌進耶路撒冷時騎的不是有錢有勢者所騎的駿馬，而是以色列先祖的坐騎（創四九 11 的猶大；民五 10 的民長）。匝加利亞先知曾強調，當默西亞來時，其坐騎十

分簡樸（九9）。

3.效果

「民眾出城迎接他，將自己的外衣和樹枝鋪在路上，齊聲歡呼說：『達味之子萬歲！因主名而來的應受讚美，歡呼之聲響徹雲霄！』」〔287,4〕（參閱瑪二一8—9）。

當基督進入耶路撒冷時，全城轟動，群眾大聲地歡呼「吾主萬歲」。「賀三納」一詞，來自一首全以色列人都熟悉的慶節遊行聖詠——詠一一八（一一七）25。字義為「希望得救」的賀三納一詞，除了是熱誠洋溢的歡呼聲外，並無其他意義。羣眾用這個字喊出他們心中的巨大希望。

二、與日程的安排有關的神修生活計劃

默觀了基督進耶路撒冷之後，接著考慮如何安排每日時間表：祈禱、吃飯、休息等。每週時間表：回顧、規劃每週活動的時間。每月時間表：安排退省日、評估上月情況、預備下月。最後，每年時間表：安排假期和每年退省的時間。

附 錄

有關動機的簡單測驗

(參閱第 139 頁)

說明：在以下有關聖召的各種動機中，選三項你認為與你的動機最相似的，在右邊空白處以 1.2.3 標明其重要性。若要補充什麼，請寫在空白處。

- 我願找到靈魂的平安。
- 我得到特殊的記號。
- 這是我從小唯一的願望。
- 我願提高我的教育程度。
- 我在家裡找不到幸福。
- 我願為人類的得救而工作。
- 我的神師說我有聖召。
- 我在世俗中覺得不自在。
- 這是我的命運。
- 我願讓父母高興。

- 婚姻對我沒有吸引力。
- 我願把生命奉獻給天主。
- 我願效法我所佩服的某一個人。
- 我在世俗中救不了自己的靈魂。
- 我願為我的罪惡做補贖。
- 我怕我沒有回應天主的召喚。
- 我願成聖。
- 我知道我的一切問題都會消失。
- 我願和耶穌單獨在一起。
- 我愛聖母。

第二階段結語

在開始進入第三個，也是最後一個階段之前，即在第二十二日下午，以一段休息及散心時間來結束退省的第二階段。

本社誠徵基本訂戶

成爲基本訂戶，就不必費時傷神到書屋來找書、買書，本社每出一本新書，隨即寄送到府上，並附上享有七五折優待的郵政劃撥單，您方便時走一趟郵局，即可安然享受精神食糧。我們每月都有新書（元、二月及七、八月合併發行）。一年平均可有廿本書陪伴您，令您愈感生活之充實。

成爲基本訂戶，手續簡單。一通電話留下大名及通訊處就可以了；如果不是個人訂閱而是團體訂閱，則請留團體名稱及負責人大名。

聯絡電話：(02)2368-4922 轉 523-525 發行部

退省書籍推介

- 205101 **活潑的靜觀** 甘易逢著
藉由這份退省資料，助人敞開心扉，在日常生活的一靜一動之間，覺察天主的臨在，體味天主，進而與周遭的人分享。
- 205128 **會晤基督** 張春申主講，譚壁輝筆錄
本書按聖依納爵神操的結構，循馬爾谷福谷中耶穌的公開生活過程，跟隨他、聆聽他、愛他地「會晤基督」；而復活的基督藉著他的話語、行動，繼續地與人會晤。
- 205198 **天主先愛了我們** 張春申主講，許家琴編寫
—若望福音與八日神操
張神父選擇「神學家」若望所著的主題為愛與信的「精神性福音」——若望福音，帶領人做八日的神操退省。
- 205209 **冥想—分享耶穌的生命** 任國琳著
這本帶領人作避靜的書，以若望福音第十至二十章為默想題材，引人深入耶穌基督生命的高峰，分享耶穌豐富的生命。
- 205234 **曲徑通幽** 任國琳著，鄭開柔譯
—神操退省在東亞 之一
「曲徑通幽」是任國琳神父二十餘年來指導三十天神操大退省的經驗之分享。此第一冊，僅包括神操前十天的日程。
- 205235 **祂在我內生活** 朱修德著，胡淑琴譯
—以聖保祿的方式跟隨基督
這是朱神父一系列八日退省筆記書的第一冊。作者多年浸淫於聖保祿書信的瀚海，依照依納爵神操的進程，引導退省者逐步展開豐富的心靈之旅。
- 205238 **大禧年留印** 張春申主講，胡淑琴編寫
—聖三模型的靈修生活
本書透過經文與信仰反省，祈禱中的領悟和體驗，幫助我們領受天主教在禧年所許諾的恩典，並加深基督信仰聖三模型的靈修，以聖母為典範，與父、子、聖神有更深的認識和結合。
- 205241 **偕同基督一起生活** 朱修德著，胡淑琴譯
這是朱神父八日退省筆記書的第二冊。作者將自己豐富的生命體驗與聖經中的人學融合為一，引領讀者透過神操祈禱的操練與耶穌基督相遇，並且與祂一同被派遣到世界上，為人們提供更好的服務。

聖依納爵專輯

- 205234 **曲徑通幽－神操退省在東亞 之一**
任國琳著，鄭開萊譯
- 「曲徑通幽」是任國琳神父二十餘年來指導三十天神操大退省的經驗之分享。此第一冊，僅包括神操前十天的日程。是用心指導神操者必備之指南。
- 205235 **祂在我內生活－以聖保祿的方式跟隨基督**
朱修德著，胡淑琴譯
- 這是朱神父一系列八日退省筆記書的第一冊。作者多年浸淫於聖保祿書信的瀚海，依照依納爵神操的進程，引導退省者逐步展開豐富的心靈之旅。透過神操祈禱的操練，退省者將逐步深入聖保祿的靈修核心，領悟依納爵的內在動力，達至退省的目標。
- 205241 **偕同基督一起生活**
朱修德著，胡淑琴譯
- 這是朱神父八日退省筆記書的第二冊。作者將自己豐富的生命體驗與聖經中的人學融合為一，引領讀者透過神操祈禱的操練與耶穌基督相遇，並且與祂一同被派遣到世界上，為人們提供更好的服務。
- 205243 **曲徑通幽－神操退省在東亞 之二**
任國琳著，鄭開萊譯
- 本書是任國琳神父帶領三十天神操大退省的經驗分享之第二冊。論述神操第二階段——第十二日至第二二日——的日程及動態。
- 20763 **聖依納爵自述小傳·心靈日記**
侯景文、譚璧輝合譯
- 小傳部分是依納爵對鞏路易神父所作的陳述；在質樸的敘述中，傳遞的是天主如何很有耐性地，引領一個人走他的人生路。第二部分是聖人的心靈日記，追隨天意的執著認真，且是熱情洋溢。

加爾默羅專輯

205184 一粒細沙－聖女小德蘭的心靈小路

翁德昭編著，彭瑞婷譯

本書是以聖女小德蘭寫給幾位姊姊的信函為素材，而編寫成的十日退省材料。讀者可以在信函中，看出她對「心靈小路」的認識與喜愛，以及她踐行這條小路的勇敢與堅毅。

205189 祈禱－聖女大德蘭的聖愛之路

翁德昭編著，彭瑞婷譯

本書是一份退省材料，亦可作為祈禱者平日默想的輔助資料。這份默想材料的主題，是聖女大德蘭對於「祈禱」課題的教導，較著重於祈禱的最初起步和幾種方法。

205233 頌揚天主的光榮－真福聖三麗沙

台灣加爾默羅隱修會譯

真福聖三麗沙是一位純真的默觀者，她在加爾默羅會隱修院內度著克苦退隱的生活，喜樂地「找到了天堂」，進而領悟她的整個生命是「頌揚天主的光榮」。本書引導讀者深入麗沙的隱修生活，那是毫無保留的自我交付、充滿燦爛光輝的喜樂、完全被天主滲透，也是基督徒聖召的圓滿實現。

205237 聖女大德蘭的神恩－加爾默羅隱修會的祖產

巴諦思著，台灣加爾默羅隱修會譯

總會長巴諦思神父以豐富的學識和經驗，精闢立論，詳解建基於聖女大德蘭神恩的加爾默羅會祖產。神父從歷史和靈修的觀點來探討，生動地敘述德蘭神恩的具體落實，詳解德蘭隱院嚴格生活的來龍去脈，其中不時穿插一些小故事，非常感人。

國家圖書館出版品預行編目資料

曲徑通幽：神操退省在東亞 / 任國琳著；鄭
開棻譯。-- 初版。-- 臺北市：光啓，2000-
[民 89-]

冊；公分

譯自：Une pratique pastorale des
Exercices spirituels en Asie orientale
ISBN 957-546-403-6(第一冊：平裝)。--
ISBN 957-546-427-3(第二冊：平裝)

1. 天主教 - 靈修

244.9

89006364

曲徑通幽 神操退省在東亞 之二

二〇〇一年五月初版

◎版權所有·翻版必究◎

著者：任國琳 (Guilbert Guérin)

譯者：鄭開棻

准印者：台北總教區總主教 狄剛

出版者：光啓出版社

地址：台北市(100)辛亥路一段 24 號

電話：編輯部(02)2367-1750 門市(02)2367-6024

發行部(02)2368-4922 傳真(02)2367-2050

郵政劃撥：0768999-1 (光啓出版社)

登記證：行政院新聞局版北市業字第 94 號

發行者：鮑立德

E-mail kcpress@tpts4.seed.net.tw

中文網址：<http://www.tec.org.tw/kc>

英文網址：<http://www.tec.org.tw/english/kc>

文字編排：伊甸社會福利基金會附設電腦排版

承印者：永望文化事業有限公司

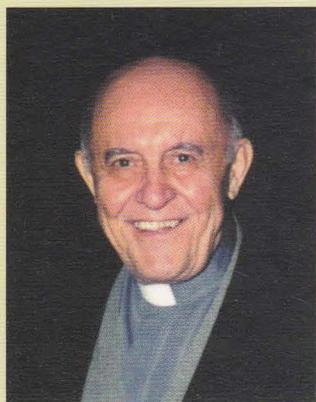
地址：台北市師大路 170 號 3 樓之 3

電話：(02)23680350 23673627

定價：180 元

205243

ISBN 957-546-427-3



任國琳神父 (Guilbert Guérin, S. J.)，一九二六年生於加拿大魁北克省。一九四五年入耶穌會，一九五六至一九六一年唸神學及靈修神學，一九五三年首度來到遠東地區學習中文。一九五九年晉鐸。一九六二至六五年在美國紐約的復旦大學 (Fordham University) 與法國巴黎的 *Hautes Etudes* 研究宗教社會學。一九六五年起，為中國教會服務，直到如今。

他的使徒工作主要是帶領神父、修士、修女及平信徒奉行神操。其服務地區多半是在台灣，但足跡也遍及菲律賓、香港、馬來西亞、新加坡與加拿大各地。

曲徑通幽——神操退省在東亞之二

本書簡介

任國琳神父將二十餘年來在東亞各國，特別在台灣，以中文帶領三十天神操大退省的口頭資料，收集整理，筆錄成書。此第二冊，論述神操第二階段——第十二至第二十二日——的日程及動態。在書中，作者分享自己豐富、獨到的經驗，將神操的動態表達無遺。為奉行神操及有心指導神操者，此皆為一本難得的指南。

ISBN 957-546-427-3 \$180



9 789575 464271 00180

205243