

讓主靠近

深入依納爵靈修的一種方法

Letting God Come Close
An Approach to the Ignatian Spiritual Exercises

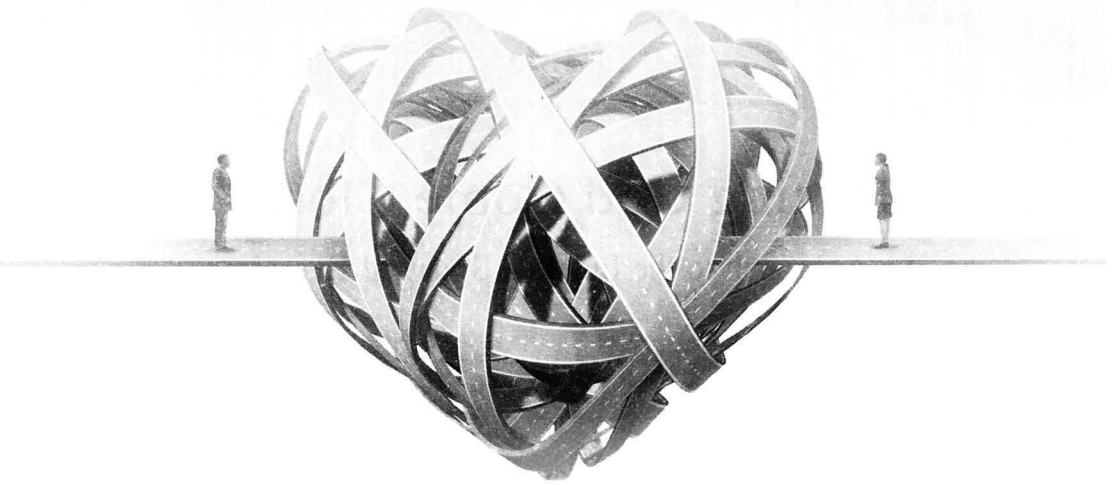
威廉·貝瑞 —— 著 朱怡康 —— 譯

William A. Barry S.J.

劉家正神父 —— 審訂

神操材料的主要價值並不在它提供的框架、詳盡的細節或專門的技巧；

相反地，神操的真實性應以其促成的靈修經驗品質來衡量。—— 吉列·居松 (Gilles Cusson)



讓主靠近

深入依納爵靈修的一種方法

Letting God Come Close

An Approach to the Ignatian Spiritual Exercises

威廉·貝瑞——著
William A. Barry S.J.

朱怡康——譯

劉家正神父——審訂

Letting God Come Close

An Approach to the Ignatian Spiritual Exercises

By William Barry, S.J.

Translated by I-Kang Chu

Chinese Revised by Beda Liu, S.J.

Copyright © 2001 William A. Barry

Published under arrangement with Loyola Press, Chicago, IL, USA.

Chinese complex language rights handled by

Bardon-Chinese Media Agency, Taipei,

in conjunction with Montreal-Contacts / The Rights Agency

Chinese Complex translation Copyright © 2017 Kuangchi Cultural Group,

Taipei, Taiwan.

All rights reserved.

目錄

前言.....	5
第一章：「聽任造物主同受造者、 受造者同他的主天主直接交往」的方法.....	11
第二章：「你要的是什麼？」：渴望在祈禱中的角色.....	31
第三章：渴望天主的啟示.....	45
第四章：原則與基礎.....	55
第五章：神操裡的轉捩點.....	67
第六章：依納爵式默觀：在祈禱中運用想像.....	83
第七章：第二週與歷史上的耶穌.....	95
第八章：分辨神類.....	103
第九章：在與分辨相關的經驗中， 依納爵的自我－天主形象之轉變.....	123
第十章：分辨時的「試金石」經驗.....	135
第十一章：邁向團體分辨：幾個實務建議.....	145
第十二章：在萬事萬物中發現天主：達致愛情的默觀.....	159
台、港依納爵靈修相關機構.....	174

前言

在梵蒂岡第二屆大公會議結束之後，很多修會開始重拾傳統，從會祖身上找尋啟發，再次點燃當年促成修會建立的神恩。耶穌會也不例外，他們發現：會祖依納爵·羅耀拉（Ignatius of Loyola）寫的《神操》¹（*Spiritual Exercises*），一開始原來是為個人、而非為團體設計的。在1965年之前，「個別指導式神操」這概念幾乎前所未聞，而且一百多年來似乎沒人提過。不論在耶穌會士或其他人的記憶裡，都不知道有個人指導式避靜（退省）²的傳統存在。以前神操總是向大團體講授，帶來的影響也很不小。因此，有些耶穌會士覺得個人指導式避靜是新玩意兒，搞不好又是標新立異以心理學插手靈修。

1965年後，耶穌會和其他人士開始學習如何為個人指導神操。訓練課程和計畫如雨後春筍般紛紛出現，很多人也湧向避靜中心參加個人指導式避靜，避靜時間不等，最長的也有傳統三十天避靜。一開始來避靜的人，大多是教區司鐸或男女修會會士，接著天主教平信徒漸漸增加，到後來其他基督教會的人也來參加。現在，美國已經有很多避靜中心，幾乎全年無休提供避靜指導。此外，重新發現依納爵遺產也讓避靜的形式產生變化，很多小團體和個人現在是一邊接受神操指導，一邊繼續日常生活。在美國，這樣做的人每天數以百計，他們照常上班工作、處理日常雜務，但也每天祈禱一

個半小時做神操，並每週一次與靈修導師碰面。

於是，在這項傳統重獲發揚後，神操也在教會裡有了新的生命。相關文章和專著穩定成長，並在 1991 年（依納爵誕生五百週年）達到高峰。我從 1970 年開始投入相關工作，除了帶領神操、培育神操帶領者之外，我也就依納爵靈修的不同面向著書撰文。在依納爵年，我在波士頓學院（Boston College）就神操發表一系列演講，1991 年由萬福瑪利亞出版社（Ave Maria Press）集結出版，書名為《在萬事萬物中尋找天主：聖依納爵神操指南》（*Finding God in All Things: A Companion to the Spiritual Exercises of St. Ignatius*）。那本書試著以簡明易懂的方式講解神操，希望能讓更多人願意在指導之下加以嘗試。現在這本書重點不同，我希望它能對帶領者有幫助，無論是刺激他們的指導創意也好，或者是做個幫襯，讓他們能用來加深人們對神操這個有力的工具的理解和經驗。我修訂了在期刊上發表過的文章，也增加了一些新的資料，希望能藉此說明我指導神操的方式。我希望這本書對尋求天主的人有助益，也能幫助到有心讓造物主與他們直接交往的人。我所有的寫作都是為了一個目的：協助渴慕天主的人，鼓勵他們給天主一個機會，讓祂滿足他們的渴慕。

我將此書獻給慈悲修女會的瑪利亞·雅妮·里德修女（Sister Mary Agnes Reed, R.S.M.）。她不但在小學裡教了我，也一生把我放在心上，時時刻刻惦念著我。她於 1993 年聖週六下午過世，當她在病床上嚥下最後一口氣時，我正好在最後一次潤飾這本書的初稿。我謹以她代表所有盡心奉獻的慈

悲修女會修女，她們對我童年生活影響甚巨，不論在智識上或宗教上都是如此。我對她們感激在心。

感謝家父和家中姊妹，他們不僅極認真地讀了我的稿子，也給了我很多鼓勵。我也要再次感謝我的好友瑪莉卡·喬傑岡（Marika Geoghegan），除了幫忙閱讀草稿之外，她也常常為我注入強心針。從我兩年前擔任省會長之後，會院裡其他十名耶穌會弟兄給我很多協助。沒有他們，我不可能做好我的工作，更不可能有時間、精力寫作。值得一提的是，他們對我的寫作也勉勵甚多。我尤其感謝威廉·羅素（William C. Russell, S.J.）和威廉·迪文（William G. Devine, S.J.）兩位耶穌會弟兄，他們以極高的效率通讀初稿，不僅對書中內容流露高度熱情，也給了我十分有益的修改建議。最後，我想藉此機會感謝麻州劍橋宗教發展中心（Center for Religious Development）以前和現在的職員，他們幫助我改進指導靈修和神操的方法，也在我摸索如何指導神操的早年歲月裡，鼓勵我寫作。

修訂版前言

感謝羅耀拉出版社（Loyola Press）和我的編輯琳達·許拉弗（Linda Schlafer）同意再次出版本書。我在這一版裡做了一些更動，除了刪去重複和不一致的地方之外，也稍做修改以跟上新的發展。我擴寫了最後關於達致愛情的默觀的那一章，也增加一章討論歷史上的耶穌和神操第二週。希望這本

書能繼續幫助讀者，讓大家在天主直接與我們交往的路上得到啟發。

威廉·貝瑞


2001年1月

願天主永獲讚美！

-
1. 編註：本書《神操》中文譯本主要參考《神操通俗譯本》（侯景文譯，台北：光啟文化，2012）、《神操新譯本：剛斯註釋》（喬治·剛斯（George E. Ganss, SJ）著，鄭兆沅譯，台北：光啟文化，2011）。有關聖依納爵生平，引自《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》（侯景文、譚璧輝合譯，台北：光啟文化，1999，再版）。但當所引之中文譯本內容與本書英文原著有出入的地方，為忠於原文，均做了相關修正，特此說明。
 2. 編註：retreat 一詞在本書中譯作「避靜」、「退省」。意指用一段時期，暫時離開日常的俗世生活，靜下心來，祈禱默思，作心靈上的反省。參見《天主教英漢袖珍辭典》，天主教恆毅月刊社，2001。

謹以感恩之心緬懷

慈悲修女會的瑪利亞·雅妮·里德修女，
會名聖母聖誕修女（Sister Mary Nativity）。
她在麻州沃徹斯特（Worcester）聖心小學教導我，
對我和所有受教於她的人，
她都以極大的愛德與信德為我們祈禱，
並始終關心我們，
直到她過世的那一天——
1993年4月10日，聖週六。



第一章

「聽任造物主同受造者、
受造者同他的主天主直接交往」的方法

在《神操》凡例第十五條裡，依納爵敦促帶領神操者不偏不倚，對奉行神操者的選擇保持中立。他在這段話末尾寫道：

講授神操者，不可偏重這一方面或那一方面，但該像天秤一樣中立而不偏倚，聽任造物主同受造者、受造者同他的主天主，直接交往就好了。（第15號）

在第一章裡，我想先提綱挈領說明我的方法，談談我會如何透過一般稱為「三十天依納爵避靜」的方式帶領完整神操（full Exercises）。換句話說，我想呈現我會如何試著「讓造物主和受造者、受造者和他的造物主天主直接交往」。容我引用吉列·居松（Gilles Cusson）的話介紹我的方法：

讓我們談談「整合的」（integral）神操。這未必是指時間長度，亦即，整合的神操未必就是「三十天避靜」。事實上，神操材料的主要價值並不在它提供的框架、詳盡的細節或專門的技巧；相反地，神操的真實性應以其促成的靈修經驗品質來衡量，端視它能否協助退省者預備好自己，在基督裡與天主進行一場有益的會晤¹。

這段振聾發聵的宣告正與我的信念相合。神操以循序漸進的

方式，提供了一套會晤天主在宇宙中的行動的方法。有會晤天主的前提準備與渴望的人，能藉此讓天主滌除他們的偏情（*inordinate affection*），以發掘天主的旨意，並愈來愈融入天主創造宇宙的救恩意向。依納爵自己說過：《神操》的目的是「戰勝自己，整頓自己的生活，不讓某種錯亂的心情影響自己做決定」（第 21 號）。對依納爵來說，「與天主結合」的意義，在於與那位不斷將自己的大能主動帶入宇宙的天主結合。與天主結合意味著讓渴望與行動各循其道、各得其所²。

我帶領完整神操的時間差不多三十年了，所採取的方式也隨時間而有所轉變，在本書中，我會盡可能簡單扼要說明。我帶領過各式各樣的個人指導式避靜，時間長短不一，有時在都市，有時在郊區避靜中心。參加避靜的人形形色色，有耶穌會士、天主教修女、天主教或非天主教平信徒，也有神父和從事各類牧職的人。我也和其他避靜指導者交流，在同儕團體的督導下改進我的方式。而當然，我的方式也受到我的背景影響：我受過臨床心理師訓練，督導過靈修指導培訓，我在美國長大，雙親都是愛爾蘭移民。這套方式是否適合耶穌會士和其他不同文化的人，仍有待觀察。我只希望這套方法能對人有幫助，即使只是拿來當檢驗其他方法的陪襯也好。

原則與基礎

我認為，神操對人的幫助多大，端視他們的渴望有多深而定。但這個主題我們暫且擱下不表，等到第二章再慢慢談。

我相信，有意做完整神操的人，一定強烈渴望發展、深化與天主的關係。如果這份渴望是真實的，它們想必是以對天主強烈而正面的經驗為基礎，我把這樣的經驗稱作情感的原則與基礎。對於尚未對天主產生這般正面經驗的人來說，我想這樣的描述方式會比較好懂。這些人雖然敬天畏神也嚴謹正直，但他們眼裡的天主卻宛若暴君。英國精神分析學家亨利·龔崔普（Harry Guntrip）是這樣說他們的：

病患畏懼、甚至憎恨天主的情況在心理治療中相當常見，用 J.S. 馬坎茲（J. S. Mackenzie）的話來說，他們認知到的天主「總在四處窺探罪人的罪證」，而且「變成放大版的嚴父嚴母……這些孩子在成長過程中畏懼邪惡勝於鍾愛良善，恐懼惡行勝於熱愛德行。」³

伯鐸·法伯爾（Pierre Favre），耶穌會的創會會士之一，在巴黎剛認識依納爵時似乎便是如此。法伯爾接受依納爵的耐心靈修指導四年之後，才準備好操練完整神操。換句話說，為了渴望接近天主、擺脫偏情，法伯爾需要經驗「享受天主」。何謂「享受天主」？我們同樣用精神科醫師馬坎茲的話來說：

享受天主是靈修的最高境界；在享受天主的當中，我們不僅感到福音意義上的救贖，而且還感到安全；我們意識到自己屬於天主，從此不再孤單；

乃至這兩種負面情緒消失無蹤……在這種關係裡，大自然顯得友善而親和；連它廣漠的空間都不再引起恐懼，反而喚出無盡的愛；而近處的美景成為全能天主身上的衣裳⁴。

這種「享受天主」的經驗，能讓一個人渴望更認識天主，讓與天主的關係引導自己的人生。

換個方式解釋情感的原則與基礎，可以說它是一種渴望「無以名之者」（we know not what）的經驗，是一種沛然莫之能禦的幸福感，伴之以對奧祕本身的熱望。思天·摩爾（Sebastian Moore）也談過這種時刻，說它是體驗到上主渴望我們存在。這種受造的經驗給予我們強烈的渴望，渴望上主對宇宙及每一個人的意向獲得成全⁵。魯益師（C. S. Lewis）稱這種渴望為「喜樂」（Joy）⁶，他說這種強烈的期盼和其他期盼有兩個不同：「首先，雖然這種想望極其激烈，甚至激烈得痛苦，但它感覺起來卻似愉悅……這種飢渴遠勝任何飽足，這種貧困遠勝任何富足。」其次，我們也可能像魯益師早年一樣，好一段時間都弄錯這種渴望的對象。魯益師自己總結道：

因此在我看來，如果有人不懈地緊跟這股渴望，不斷去追求假的對象，但發現它們都是假的之後，便毅然決然拋下它們。我相信這樣的人最後一定能明白一件事：人靈之受造，是為了享受某種我

們從未完全領受的對象——不，或許我該這樣說：在我們現有的主觀模式和時空經驗裡，我們甚至無法想像去領受這個對象⁷。

我認為，這種經驗的種種幽微意涵，依納爵已開宗明義在原則與基礎裡清楚點明⁸。

人若是有了這種情感的原則與基礎，便會渴望與天主結合，便會渴望認識天主對自己和宇宙的夢想。我在同意帶領一個人做完整神操之前，總會先試著確認他們對神的正面經驗充不充分？夠不夠讓他們產生這般渴望？在避靜頭幾天，我會建議一些練習，讓避靜者想起慈愛的造物主對他們的夢想，想起祂渴望他們存在，也一直守護他們存在。也會推薦以《聖詠》（《詩篇》）第八、一〇四和一三九篇來祈禱。我通常會建議他們花一整天祈禱，祈求上主啟示他們個人的救恩史。在表達了渴望領受個人的啟示後，避靜者往往會想起某人、某地，或兒時的某件事，信任這些記憶是天主聖神推動的，讓聯想自然生起。在這一天的其他祈禱時刻中，避靜者可以把重心轉往人生裡較後期的經歷。這樣建議的目的是讓避靜者煥然一新，深刻經驗天主對她、對全宇宙的慈愛創造與恩佑，由衷領略她在天主的計畫裡有分，並渴望知曉她在天主計畫裡的角色是什麼。

不過，無論在開始整套神操前多仔細地篩選避靜者，有些人開始操練時對上主還是沒有足夠的信任。遇到這種情況時，花在情感的原則與基礎的時間得多上好幾天。有位入耶

穌會已超過十五年的弟兄，就花了十天左右掙扎能否將生命交託給天主，因為天主在他早年似乎令他失望。花這種時間是很值得的，因為在請人帶領進行完整神操之前，一個人可能並未察覺自己對天主缺乏信心。而沒有信心作基礎，將避靜者帶入神操的下個階段毫無意義。神操是循序漸進的過程，每個階段都須以上個階段的相對「成功」為前提，整座神操大廈也必須建立在堅實的基礎之上⁹。在整套神操開始之前，帶領者若發現避靜者的基礎並不扎實，有智慧的作法恐怕只有穩住陣腳，先幫助避靜者敞開心門，讓天主為他建立堅固的基礎。

我希望讀者至此已然發現：無論是我自己指導神操，或是協助其他帶領者指導神操，都預設了傾聽能力在內。帶領者必須能傾聽避靜者的經驗，並隨時調整指導方式。換句話說，帶領者必須像良好的諮商者一樣，培養出某些基本的傾聽技巧，例如協助他人具體而詳細地講述經驗，以敏銳的同理心回應避靜者，還有在不對他人經驗流露負面判斷的情況下釐清問題¹⁰。在避靜者獲得足夠的實際經驗之前，帶領者往往需要協助和督導，以克制自己給答案或幫助避靜者分辨的傾向，因為避靜者必須先充分覺察自己的經驗才可能分辨。要是帶領者太快認定自己已知曉避靜者的經驗，便可能阻礙「造物主同受造者、受造者同他的主天主直接交往」（第 15 號），從而帶避靜者走錯路。我在本章稍後會回來談督導的課題。

第一週

具備深厚的情感原則與基礎的經驗的人，會了解上主創造宇宙的目的，是讓所有的男男女女與聖三和諧共融、與彼此和睦共處。這樣的人也會知道：在天主對宇宙的慈愛意向裡，每個人都有自己的角色。他們會想活出天主的計畫，但他們也清楚無論是自己還是宇宙，現在都未與天主和諧共融。這種認知引領他們進入神操第一週，在這個階段，避靜者的渴望是認清自己和世界何以未能成全天主的意向。在此同時，他們也會想知道天主並未放棄自己，也未放棄世界。這種渴望可以這樣說：「我希望天主向我啟示祂對我和世界的看法」。

在《黑袍》(*Black Robe*)結尾，小說家布萊恩·摩爾(Brian Moore)把這種渴望描繪得很好。《黑袍》的故事背景在加拿大，作者以酸楚的筆調講述法國征服美洲原住民後，法籍耶穌會士試著讓依洛魁人(Iroquois)和休倫人(Hurons)改信天主教，從而導致當地文化的崩潰。主角拉福克神父(Père Laforgue)親身經歷了這場悲劇，不僅肉體被依洛魁人傷害，心靈也飽受懷疑天主是否存在之苦。在小說結尾，他一邊為休倫部落的人付洗，一邊也明白此舉意味他們的文化走向終結。小說細膩描寫個人與文化的崩潰與罪惡，結尾處這樣寫道：「最後，他心中總算冒出一句真正的祈禱：『饒恕他們吧，我主，饒恕他們，祢愛我們嗎？』『愛。』」¹¹拉福克神父的祈禱和他所得到的回應，正傳達了進入神操第一週的人所感受到的渴望與張力。

在第一週裡，我會讓避靜者不只看自己的罪惡和犯罪傾向，也去看世上自古至今的罪惡。第一次默想可以照《神操》書上的建議，讓避靜者默想三種罪，但也能讓他們默想當前世局，並省思過去的錯誤如何導致今日的問題。這種省察往往能從當天報紙頭條開始，報紙上看似錯綜複雜的種種罪行，其實在在提醒我們邪惡與撒殫的勢力無孔不入，也顯出我們的世界偏離天主的意向多遠。默想社會裡的這些罪惡，能讓人更加認識絕望感，進而心生擺脫世間罪惡的渴望。我會建議避靜者求天主啟示自己的罪，讓自己明白在世上古往今來的罪過裡，自己其實也是共犯。避靜者先前祈求天主啟示自己的救恩史，此時正好以懇求認識一己之罪作結。

在第一週裡，我同樣也會選些聖經經文讓避靜者讀，幫助他們以罪人的身分面對天主和耶穌。例如犯姦淫時被捉住的婦人（若 / 約八 1-11）、以色列民因自己的罪而流亡（依 / 賽四三 1-7）、耶穌給門徒洗腳（若 / 約十三 1-11），以及伯鐸（彼得）三次表白愛耶穌（若 / 約廿一 15-19）。這時，我會建議退省者看著十字苦像向耶穌說話，為這個祈禱時段劃下句點。很多人在覺察到自己的罪惡之後，很難直視十字苦像上的耶穌雙眼，可是他們一旦這樣做了，便能深刻了解耶穌的愛與寬恕。這段時間，他們也做依納爵建議的三重對禱（triple colloquy）。先求瑪利亞轉求耶穌，再求耶穌轉求聖父，最後再求聖父讓自己更明白自己的罪和犯罪傾向，也更認清自己身處的世界的脫序（第 63 號）。這三個轉求也反映出他們的渴望多深，多渴求脫離罪惡、罪惡傾向及錯亂的牽掛。

在帶領這週的操練時，我預設唯有天主能向我們啟示自己的罪和犯罪傾向。精確地說，罪是一種盲點，讓我們無法了解自己真正的樣子。因此我們祈求上主，請祂告訴我們祂對我們和世界的看法，如此我們才能悔罪，並與天主的恩寵合作，努力活出天主對我們和世界的夢想。事實上，在神操的每一週裡，所謂祈求「我之所願」（id quod volo），亦即渴望，指的是求天主給個人啟示。我們會在第三章進一步討論這個主題，我也會在每一週裡間接談到這種渴望的對象。

在第一週裡，那些一直深恐自己隱密的罪過、犯罪傾向或羞愧的事見不得光，甚至不可能被天主寬恕的避靜者，將能把這個千斤重擔放下。我舉一個例子就夠了。假設有人多年來一直擔心自己是同性戀，雖然他理性上能告訴自己：無論吸引他的情色內容是什麼，天主還是愛他，但他依然不敢向天主坦承那些內容是什麼，因為他怕天主會拒斥他。只要這些恐懼讓他無法向天主敞開心胸，他的祈禱經驗或多或少會是膚淺的。天主對他來說顯得遙遠，帶領者也會發現他的祈禱貧乏枯澀且偏向理性，看不太出依納爵預期神操中會出現的那份感動。

如果帶領者敏銳度夠，基於對避靜者的協助之心，可以詢問他的渴望是什麼，還有他在祈禱時段的感受如何。如果帶領者和避靜者已然建立良好合作關係，也能坦誠指出對方的祈禱似乎過於理性而顯得空乏。藉由明智而有見識地質問和溫和地對質，帶領者能幫助避靜者領悟有些事造成他難以親近天主。透過這個過程，避靜者或許能在進一步祈禱時找

出癥結所在。在這一週裡，避靜者有機會向天主和耶穌傾訴自己的恐懼和幻想，並明瞭天主仍以慈愛與關懷的目光看顧著他。這種經驗能讓他打消幻覺，不再誤以為天主的愛是有條件的；這種經驗也能引他脫離自我耽溺，重獲自由，並使他能夠也渴望進入第二週的操練。

我希望在這一週裡，避靜者也能明白天主愛這真實的世界，儘管它的社會結構充滿罪惡又腐敗不堪。換言之，在神操的這個階段，避靜者可以深刻體悟天主希望這個世界變得更好，成為更能讓人活出天主的夢想的地方。雖然世界充滿恐怖、不義與貧窮，隨便翻一下報紙都能看到謀殺和酷刑的新聞，但天主並未拋棄這個世界。在神操的這一週裡，避靜者既能認識天主對世間社會不公不義的憎惡，也能經驗祂對我們世界的愛廣闊豐沛，對我們活出祂的夢想的微小努力無比愛憐。

第二週

關於默想王國這個操練，我相信它能激發我們深層的渴望，亦即完成天主對這個世界的夢想。這個操練也能激發我們的另一種渴望：為完成天主的夢想，不惜為某人獻上我們的全部。從世界誕生之後，各地文學都有男女英雄的神話，世間君王的寓言是其中一種，將臨期時喚起我們希望的猶太聖經預言也是一種。早期基督徒讀到這些預言時，更深信耶穌不只是滿全了它們而已。從某種層面來說，人對這些神話

的反應透露出他們是否具備第二週的渴望。

讓我以《路加福音》第四章十六到廿一節為例。在這一段中，耶穌在會堂裡誦讀《依撒意亞先知書》（《以賽亞先知書》），讀完後說：「你們剛才聽過的這段聖經，今天應驗了。」（路四 21）要是一個人聽了依撒意亞的那些話，想到的主要是自己需要醫治或自由，而不是肩負使命的耶穌，那她或許還停留在第一週的動力之中，焦點還放在自己需要醫治和寬恕。但要是她一聽先知的計畫便至為感動，希望能和耶穌一道完成使命，她便有了第二週的渴望，亦即渴望耶穌向她啟示自己，讓她能更愛耶穌、更緊密地跟隨耶穌。在第五章裡，我們會更深入討論這四週的轉折。

在第二週，我會以依納爵建議的第一日開始。默觀降孕奧蹟，也包括默觀聖三俯視世界，這能提醒我們原則與基礎和第一週的經驗。默觀耶穌聖誕則包括對禱的提示，有助於我們預想耶穌的苦難和十字架。第一天後，我通常會建議退省者花一天讀《馬爾谷福音》（《馬可福音》）前十章。很少有人會坐下來一口氣讀完整部福音書，但好好讀《馬爾谷福音》前十章，用的時間不會超過一個祈禱時段。在這一天的其他祈禱時段裡，退省者可以回頭省思耶穌的生命、傳道和人格，用心回顧耶穌的哪些面向觸動自己最深。在接下來的一、兩天裡，我會請他們仔細玩味前三章，並以呼召十二宗徒作結。

隨後，耶穌上了山，把自己所想要的人召來，

他們便來到他面前。他就選定了十二人，為同他常在一起，並為派遣他們去宣講，且具有驅魔的權柄。
(谷/可三 13-15)

對於大多數的退省者，這幾天應引導他們思考一個問題：我是否想讓耶穌揀選我與他為伴，就像他揀選十二宗徒一樣？在依納爵安排的第四天，他們已預備好花一天默想撒殫和耶穌的價值體系。兩旗默想的敘述雖然深具中世紀之風，但它的寓意超越古今，很容易引起共鳴。以伍迪·艾倫 (Woody Allen) 的《愛與罪》 (*Crimes and Misdemeanors*) 為例，片中講述的正是誘惑得寸進尺的故事。在那部電影裡，一位聲譽卓著的醫生先是發生婚外情，後來又因為情婦威脅要向他太太把事情抖出來，他甚至雇了殺手去殺情婦滅口。他的名聲和財富眼見就要毀於一旦，於是他乾脆扮演起天主的角色，付錢給殺手殺她。《馬爾谷福音》第六章寫的黑落德宴客，也是一個誘惑得寸進尺的例子。黑落德雖然並不想殺洗者若翰，但為了不失臉面，最後還是心一橫殺了他。在這個默想裡，依納爵再次建議作三重對禱，先求瑪利亞，接著求耶穌，最後求天父 (第 147 號)。這三重祈禱在在凸顯一項事實：這兩種價值體系隨時在人心裡準備交戰。如果我們要依耶穌的價值而活，就一定需要天主的恩寵，一定需要聖父將我們放在耶穌的價值體系之內。第四天以默想三等人作結。

第二週其他幾天，我通常會建議閱讀《馬爾谷福音》第八章廿二節到第十章結束。這部分可以當成是一個嵌入的整

體，因為頭尾都是在講盲人獲得治癒。此外，巴爾提買（巴底買）在重見光明之後，立刻「在路上跟著耶穌去了」，而這條路不是通往別處，正是走向加爾瓦略山。在這些段落中，耶穌三次預言自己受難，但門徒卻如睜眼瞎子，不解其意。耶穌也提到了作門徒的代價。在這幾天的神操裡，退省者將持續祈求認識耶穌，好更愛慕他、更緊密地跟隨他，避靜者也將繼續作兩旗默想的三重對禱。

他們在這個階段要面對的問題是：耶穌希望他們如何生活？自己該如何像門徒一樣地運用人生？但我必須有言在先：我會把「揀選」看成天主揀選人，而非退省者揀選了什麼或作何選擇。良·巴克（Leo Bakker）也支持這個看法。

奉行神操者並不是站在一整排選擇之前，從中選出更合乎天主旨意的幾個。照依納爵的看法，有心更上層樓的退省者其實只會看見一個選擇：一生只渴望肖似他世上的主，抑或一生能真正肖似他的主。因此，揀選——第二週的恩寵——其實就是對天主的內在認識（inner knowledge），讓人能更愛他、更緊密地跟隨他¹²。

換句話說，退省者面對的問題是：天主要我像卑微耶穌的門徒一樣生活嗎？但即使答案是肯定的，活出這種選擇的具體細節也要到神操結束時才會浮現。

當然，在這揀選的時間點上，有些人可能認為自己已經

得知天主的揀選或呼召，不僅相信自己應該追隨卑微的基督，而且連具體的生活方式都知道了，例如加入修會或教友福傳會等等。可是這些具體細節未必行得通。就拿依納爵自己在茫萊撒（Manresa）的經驗來說，他當時認為天主要他安貧「協助人靈」，也誤以為自己該在耶路撒冷進行牧靈工作。可是在茫萊撒之後的生活終於讓他領悟：天主揀選他的具體方式終將落實。我也遇過另一位年輕人，他在神操中對卑微的耶穌產生深刻的認識與愛，從而堅信耶穌召叫他做使徒工作，更認定耶穌要他進耶穌會。可是耶穌會出於某個緣故，並沒有接受他入會。因此，他得進一步探求自己受揀選的具體方式是什麼。簡言之，帶領神操者必須慎思明辨，時時留意「獲揀選為門徒」和「實踐門徒生活的具體細節」的差異，因為後者得在變數多端的世界裡落實。

第三和第四週

待退省者更加渴望耶穌向自己啟示祂的受難與死亡，便能順勢進入第三週。退省者在第一週便曾直視十字架上的耶穌，但當時的渴望，是要知道耶穌仍慈愛地看著自己這個罪人，重心主要是自己的需要，現在則是把焦點放在耶穌和他所受的苦上，渴望是同情耶穌。不過，即使是有這份渴望的人，可能也會發現在默觀受難時與耶穌同在出奇艱難。的確很難不如此，畢竟我們原本就對痛苦、苦難和死亡退避三舍。如果我們連自己的苦難和不免一死都很難面對，看著我們所

愛的人受苦和死亡往往更加艱難。

請深愛的人告訴我們自己受著什麼苦並不容易，在他們時日無多時，我們也常拖著不跟他們談生死之事。在避靜者進入第三週時，雖然他們分擔基督苦難的渴望十分強烈，但這些張力還是會持續運作。帶領者必須明辨阻力多大，並協助避靜者抵抗而不喪志。神操裡沒有別的地方更能說明這項事實：神慰並不必然意味感覺快樂或滿足。我遇過幾個人在這週深感痛苦，不僅感受到耶穌當時所受的苦，也感受到耶穌在世上每個人受苦時依然受苦。然而這種經驗雖然痛苦，他們還是願意緊靠耶穌，並在抽離默觀苦難時經歷神枯。

隨著避靜者渴望耶穌啟示復活生活之樂，神操也進入第四週。同樣地，專注默想復活的耶穌可能並不容易。我認為這股抗拒感的原因之一是：人往往暗自希望在耶穌復活之後，就可以把他的受難和死亡當成噩夢一場。可是復活的耶穌偏偏帶著他受難的印記，過去的悲劇並沒有被一筆勾消。一般人難以接受耶穌的智慧，亦即只有透過他所操持的人生、他所承受的死亡，他才會是如今復活的耶穌。「唉！無知的人哪！為信先知們所說的一切話，你們的心竟是這般遲鈍！默西亞不是必須受這些苦難，才進入他的光榮嗎？」（路廿四 25-26）享有復活之樂的唯一方式，就是依天主的旨意接受它是恩寵。

我也認為，抗拒的另一個來源，是人內在深處不願完全順服天主。人很難接受自己千錘百鍊的心血還是有缺陷，也常常不願將復活和神國的成功交託給天主。人很難相信挽救

自己生命的唯一方式是失去它，也不易了解享受生命的唯一途徑是盡力不依戀它。避靜者必須再次被提醒：他們渴望的是恩寵，而恩寵不能憑自己的力量獲得。

三十日避靜進行至此，常常沒剩多少時間來做達致愛情的默觀。這個問題我會在第十一章再做討論，現在先簡單地說：如果這個默觀不得不縮短，我通常會跟避靜者清楚講明，並建議他們在避靜結束後繼續這個操練。我會特別說明這是默觀而非默想，我們祈求的是深切認識天主的偉大贈禮。依納爵在《自述小傳》裡說過，他在茫萊撒領受過好幾次神祕經驗，而它們似乎是這個默觀的基礎經驗。依納爵希望做神操者能經驗天主的創造之觸，還有天主想盡量和我們分享祂自己的那份渴望與努力。實際上，依納爵就是希望做神操者能經驗到全世界和每時每刻都充滿著「天主的壯麗」¹³。

依納爵自己應該也有發現：帶領者需要時時獲得提醒，讓造物主與受造者直接交往。無論是我帶領神操或督導別人帶領的經驗，都讓我明白這樣的提醒往往不夠。帶領者常常會想幫避靜者一把，提供諮商或神學意見、引導方向，在被帶領者遇上困難時尤其如此。於是，在實際的指導過程裡，帶領者往往顯得信心不足，並未堅信天主會與他們帶領的人直接往來。此外，隨著一對一指導的頻率增加，帶領者和被帶領者的人格類型也會漸漸凸顯出來，移情和反移情作用隨之大增。在三十天退省裡，帶領者和避靜者既天天見面，談的又都是非常私密的經驗，上述情形經常出現自不待言。

因此，我合作過的一些帶領者試著建立某種督導機制，

方法大多是定期聚會以進行同儕督導。這一類的督導並不把重心放在缺席方（即避靜者），而是以帶領者的經驗為焦點。先由帶領者分享她帶領某人的經驗，並談談自己的反應、想法和感受。接著再由同儕團體幫助她省察自己的經驗，並釐清她的反應為什麼是這樣。我們鼓勵帶領者講出令自己困擾、關切或驚訝的經驗，如此一來，他們不但能更認識作為帶領者的自己，也能學到自己在哪些地方需要祈求天主協助，才能變成更好的帶領者¹⁴。


結論

在這一章裡，我試著說明自己帶領神操的方式。依納爵從自己的經驗裡發現：天主和他自己都能直接與對方交往，而且這些交往是循序漸進的。也許是因為我受過心理學家的專業訓練，這套循序漸進的過程，在我看來就像人與人間建立親密關係的過程，只不過神人關係還要更深一層。兩個人在建立親密關係時，一開始需要吸引力（情感的原則與基礎）。關係有了進展之後，雙方的自我中心逐漸消失，轉而去關心另外一方（第一週）。如果這份關係繼續真誠推展，雙方也會愈來愈擴展其關心的範圍，不只是彼此而已（第二週）。最後，建立親密關係的人必須能面對痛苦與死亡的艱鉅挑戰（第三週），以全然享受生命本身（第四週）。雖然我用人際關係比喻神人關係，但在造物主同受造者、受造者同造物主直接交往時，這樣的比喻其實味同嚼蠟，遠不足其

豐盛於萬一。

1. Gilles Cusson, *Biblical Theology and the Spiritual Exercises: A Method toward a Personal Experience of God as Accomplishing within Us His Plan of Salvation*, trans. Mary Angela Roudit and George E. Ganss (St. Louis, Mo.: The Institute of Jesuit Sources, 1988), 80.
2. 哈維·艾根 (Harvey Egan) 認為：依納爵的神祕主義是服事型的神祕主義 (service mysticism)，不是神婚型的神祕主義 (bridal mysticism)。他的靈修無法只與天主或耶穌結合，除非是在服事中結合。請參考 Harvey D. Egan, *Ignatius Loyola the Mystic* (Collegeville, Minn.: Liturgical Press, 1991)。
3. Harry Guntrip, *Psychotherapy and Religion* (New York: Harper, 1957), 194–195. 馬坎茲的引文來自於 *Nervous Disorders and Character*。
4. 引自亨利·龔崔普所著之《心理治療與宗教》 (*Psychotherapy and Religion*)，頁 194-195。不過，依納爵顯然不會同意享受天主是神修技巧的終極目標，對他來說，神慰引導人往符合天主旨意的方向而行動。
5. Cf. Sebastian Moore, *Let This Mind Be in You: The Quest for Identity through Oedipus to Christ* (Minneapolis: Winston, 1985)。
6. Cf. C. S. Lewis, *Surprised by Joy: The Shape of My Early Life* (London: Geoffrey Bles, 1955)。
7. C. S. Lewis, *The Pilgrim's Regress: An Allegorical Apology for Christianity, Reason and Romanticism* (New York: Sheed & Ward, 1944), 7–10。
8. 若瑟·泰特洛 (Joseph Tetlow) 也曾在著作中作出類似結論。請參考 “The Fundamentum: Creation in the Principle and Foundation,” *Studies in the Spirituality of Jesuits* 21/4 (September 1989)：「我在這裡提到『創造』時，心裡想的是《若望福音》(《約翰福音》)開頭的『在起初』，還有《厄弗所書》(《以弗所書》)的第一章。因此，我想談的是很不一樣的『開

- 始』，這個開始絲毫不受時間或空間限制，卻也永遠在特定時間與具體空間裡進行。我在這篇文章裡講到『創造』的時候，我指的是天主不斷在受造物存在的每一刻讓它們無中生有，先於一切第二因，也推動一切第二因。」（第4-5頁）我會在第四章裡進一步探討這些原則。
9. 此處可參照艾瑞克·艾瑞克森（Erik H. Erikson）及其他學者關於發展階段的看法。請參考 Erik H. Erikson, *Childhood and Society*, 2d ed. (New York: Norton, 1963)，關於受皮亞傑（Piaget）影響的心理學家，請見 Elizabeth Ann Liebert, *The Developmental Context of Spiritual Direction* (New York: Paulist Press, 1992).
 10. 關於這些諮商技巧的實用介紹，請參考：Gerard Egan, *The Skilled Helper: A Systematic Approach to Effective Helping*, 3d ed. (Monterey, Calif.: Brooks/Cole, 1986)。關於這種靈修指導方式的進一步討論，請參考我與威廉·康諾利（William J. Connolly）合著之《靈修輔導實務》（*The Practice of Spiritual Direction*，中譯本2009年由光啟文化出版）。
 11. Brian Moore, *Black Robe* (New York: E. P. Dutton, 1985), 246.
 12. Leo Bakker, *Freiheit und Erfahrung: Redaktionsgeschichtliche Untersuchungen über die Unterscheidung der Geister bei Ignatius von Loyola* (Würzburg: Echter Verlag, 1970), 255 (translation mine)。哈維·艾根在 *The Spiritual Exercises and the Ignatian Mystical Horizon* (St. Louis, Mo.: The Institute of Jesuit Sources, 1976) 一書中也有相似的觀點。
 13. 我在此引用的是哲拉·曼利·霍普金斯（Gerard Manley Hopkins）的詩〈天主的壯麗〉（*God's Grandeur*）。
 14. 請參考我與威廉·康諾利合著之《靈修輔導實務》第十一章。



第二章

「你要的是什麼？」：
渴望在祈禱中的角色

「你會問我，我想要什麼？」「我開車來避靜中心的時候，想起你總是會問的問題：『你要的是什麼？』我想好了。」我發現：受我靈修指導一段時間的人，還有參加過我帶領避靜的人，常常會跟我說類似的話。這種插曲有時候挺有意思，他們像是要搶我的話頭一樣。很顯然地，我最愛問避靜者的問題之一，也正是耶穌問那兩名剛開始跟隨他的門徒的問題：「你們找什麼？」（若 / 約一 38）如果避靜者發現我很愛問這個問題，而且也開始向自己提問，我想，我當靈修導師的一大部分工作已經完成了。如果我們知道自己祈禱時要的是什麼，就表示快找到方向了。當我們真心相信天主想與每一個人建立親密關係，而且祂會讓我們在經驗裡與祂直接相遇，那麼在我們和天主發展關係的過程裡，最重要的就莫過於認清自己和天主要的是什麼。在這一章裡，我想談談渴望在祈禱裡的角色。

熟悉《神操》的人都知道，每個默想或默觀的前導準備都是：「向我們的主天主祈求我想要和渴望的恩寵」（第 48 號）。依納爵為神操的不同階段（或「週」）點出不同的渴望，舉例來說，第一週是「祈求對我的罪，能深切地痛悔和流淚」（第 55 號），第二週是「祈求對為我們降生成人的我們的主的內在認識，讓我更加愛他，更緊緊地跟隨他」（第 104 號）。在第三章裡我會說明：神操裡的每一種渴望，都是渴望上主給予特定啟示。

表面上看來，依納爵好像在說：「神操到了這個階段，你該渴望這個。」如果帶領者以這種方式解讀，他們很可能

照本宣科地帶避靜者四週，最後避靜者只知道依納爵要他們每週渴望什麼。宣講式的避靜（preached retreats）其實常常這樣，我們老一輩進耶穌會或其他修會初學時，一開始做的三十天宣講式避靜就是如此。但實事求是，要是第二週到了，可是我並不真心渴望進一步認識耶穌，該怎麼辦？或者我這時還很害怕耶穌對我的看法，又該怎麼繼續呢？我猜，大多數遇到類似情形的人，會先假裝自己有第二週的渴望，然後硬著頭皮進行下去。不過我的看法是：如果沒有真正的渴望，我們是不可能跟耶穌變得很親密的。事實上，我認為判斷自己在神操哪個階段的真正標準，是我們「真正的渴望」。要釐清這點，且讓我們看看渴望在各種關係裡的角色。

如果有人打電話約你見面，你腦子裡第一個冒出的問題八成是：「他想做什麼？」其實很多聚會之所以不歡而散，都是因為赴約的人誤解了對方的目的。也許我約某人是因為想跟他深交，可是他以為我約他是想請他幫我修電腦，他樂意幫忙，可是壓根兒沒想過要跟我深交。要是我們不把各自的渴望講清楚，讓彼此更知道對方的用意，見完面後，我們一定深感挫折。人與人間的關係常是如此，要是渴望不明或相互矛盾，相處起來往往會有疙瘩。舉例來說，如果我想親近一位女性，但偏偏我也怕她，我對她的態度應該會很彆扭。又比方說，要是我想和一位幸福快樂的已婚女子交朋友，卻又想跟她有一段情，我和她交談時恐怕很難不感到尷尬。簡言之，人與人之間每一次刻意的往來，都必然伴隨著一個或多個渴望。雖然我們未必總能意識到自己的渴望，但這些渴

望不但不會憑空消失，而且還會影響我們相處時的行為表現。

假如我想跟某人交朋友，可是他並不想跟我交朋友，即使我為了和他交朋友費盡心思，這些努力又能有什麼結果呢？我想最可能的是弄得彼此不歡而散，使我感到很挫折，他也覺得煩不勝煩。要是我還不死心，繼續一意孤行對他示好呢？他很有可能會愈來愈生氣，更不可能成為我的朋友。我猜我會像那些善意被拒絕的人一樣，遲早會對他心灰意冷，甚至覺得他不知好歹，活該像現在這樣沒朋友。友誼強迫不來，只有在雙方都有意願時才能建立，只有在我和他都想和對方交朋友時，我們才能建立友誼。

也許有人不贊成這個看法，抗議說：「可是，我們明明常做自己不想做的事啊！舉例來說，雖然我並不想看電影，但因為你是我朋友，所以我還是陪你去。」但請想想：這個人在乎的是什麼呢？難道不是因為她在乎我們的友誼，她最深的渴望是讓我開心或和我在一起，所以她陪我去看電影嗎？對她來說，我們的友誼比電影重要得多。渴望是關係進展的核心，我相信這是難以否認的事實。

現在，我們進一步來談渴望在神人關係裡的重要性。在《若望福音》第一章裡，洗者若翰（約翰）指出耶穌是天主的羔羊，若翰的兩個門徒受耶穌吸引，便開始跟隨他。耶穌問他們想找什麼，他們反問：「辣彼，你住在哪裡？」他們這時還沒有強烈的渴望，有的似乎只是好奇心。但耶穌並不介意，反而邀他們說：「你們來看看吧！」換句話說，除非我們受天主吸引，對祂有份好奇、期盼或渴望，否則我們不

會從自身開始試著建立這段關係。假如我們打從心裡認為天主很嚴酷，以為祂隨時準備教訓我們的過錯，那麼我們或許會試著討好祂，但絕不會想親近祂。而天主呢？我想祂會用盡全力說服我們祂很慈祥，祂就像耶穌說的一樣，是我們的「阿爸」（「親愛的爸爸」。由於天主沒有性別，所以要解釋成「親愛的媽媽」也可以）。

無論是大自然裡的種種奧妙、我們的受造與生命、新舊約的話語、耶穌本身，或是人生中慈愛、溫暖的人對我們的影響，都點出了天主的渴望。我們往往在這些記號裡受天主吸引，並讓祂靠近。可是，天主不能強迫我們親近祂，或者該說祂不願如此。我們必須要有進一步認識祂的渴望。思天·摩爾也說過，天主渴望我們存在的創造之觸，會在我們內在激發出對於「無以名之者」的渴望，亦即對於我們稱為「天主」的那個奧祕的渴望¹。這種經驗（或可理解為受造與持續受造的經驗），能被視為推進與天主的關係的情感的原則與基礎。正是這份對於「無以名之者」的渴望，讓我們的心除非在祂懷中，否則不得安寧。

很多人需要協助才能看出自己具有這份渴望。他們可能經歷過諸多創傷，以為自己唯一的渴望就是獨來獨往，或是不再受到傷害。對這樣的人說「天主是愛」作用不大，甚至一點效果也沒有。他們可能需要一些幫忙，才敢讓天主知道他們害怕，但是渴望不要繼續那麼害怕。他們或許需要別人推他們一把，才能道出對生命裡種種磨難的憤怒，如果他們深信這些磨難出自造物主之手，他們就更需要幫忙。只要

他們並未完全拋棄宗教，就代表他們對天主仍有企求，哪怕只是確認天主知道他們受了苦也好。有些人也許需要像約伯那樣吶喊：「你們應當知道：是天主虐待了我，是祂用自己的羅網圍困了我。我若高呼說：『殘暴，』但得不到答覆；我大聲呼冤，卻沒有正義。」（約 / 伯十九 6-7）在我看來，約伯似乎要在道盡憤怒與痛苦之後，才能領悟：「我確實知道為我伸冤者還活著，我的辯護人要在地上起立。」（約 / 伯十九 25）換句話說，要讓一個人願意交託生命、信任造物主，並意識到自己依然渴望那「無以名之者」，可能需要相當的牧養關懷與耐心的靈修指導。

約伯的「朋友」想阻止他對天主訴說渴望，但他萬分悲痛，執意要天主對他說話。約伯不願說謊，也不願像他朋友暗示的那樣，開口承認是自己的罪招來禍患。他不接受朋友提出的「公正世界假設」，亦即每個人都該為自己遭受的不幸負責。約伯心裡清楚：他所承受的厄運，並不是因為自己做錯了什麼事，所以他渴望對天主直訴衷腸，更渴望天主直接答覆他。我們基督徒常表現得像約伯的朋友一樣，有些人會對剛失去獨子的母親說：「天主知道什麼是最好的。」結果是讓她難以表白對天主的憤怒，也沒機會講出她多需要天主對此給個答案。我們基督徒有時覺得自己必須捍衛天主，必須阻止受苦的人向天主發怒。然而對某些人來說，向天主發怒或許是與祂溝通最真切的方式，在怒氣背後，隱藏著他們渴望聽見天主回應的拳拳之心。

終於，到了《約伯傳》（《約伯記》）三十八章到

四十一章，天主真的從旋風中答覆約伯了。對我們來說，天主的答覆可能聽來既無歉意也不怎麼令人安慰，可是約伯顯然滿意，因為他說：「以前我只聽見了有關祢的事，現今我親眼見了祢。為此，我收回我所說過的話，坐在灰塵中懺悔。」（約/伯四二 5-6）這還沒完，天主接著也向約伯的朋友講話：「我應向你和你的兩個友人發怒，因為你們講論我，不如我僕約伯講論的正確。」（約/伯四二 7）不論天主在旋風裡說的話還有什麼深意，祂無疑並沒有因此與約伯絕交，也不介意約伯用這麼強烈的方式講出渴望——我要天主給我一個答案。

聖經中另一個類似的例子出現在《撒慕爾紀（上）》（《撒母耳記（上）》），內容也是關於阻礙別人向天主道出渴望。亞納（哈拿）是厄耳卡納（以利加拿）的兩個妻子之一，她想生兒子卻始終不孕，長期鬱鬱寡歡。她的丈夫厄耳卡納見她又是流淚又不肯吃飯，便對她說：「亞納，妳為什麼哭，不肯用飯？為什麼傷心？難道我對妳不比十個兒子還好嗎？」（撒上一 8）換句話說，厄耳卡納要亞納忘了她的渴望，為已經擁有的滿足。我們在這裡並沒有聽到亞納的回答，可是從她的後續行動來看，她顯然並未接受厄耳卡納的懇求。她去了聖殿，「心靈愁苦，哀求上主，不斷痛哭流淚」（撒上一 10）。即使被司祭厄里（以利）責怪醉酒，她也毫不退縮：「我主！你想錯了；我是個遭遇不幸的女人……我是在上主面前傾吐我的心意。」（撒上一 15）亞納知道自己想要什麼，而且她也不怕一再告訴上主她想要什麼。

我們常告誡自己或被別人告誡：要減少渴望，多看看我們已擁有的多麼美好。於是在渴望某些事物時，我們常常覺得有罪惡感，或是覺得自己不知感恩。然而，如果我們只是壓抑渴望，卻並不認為天主聽見了我們的心聲，這樣做只是迴避對天主坦誠而已。結果是我們和天主的關係變得相敬如賓、中規中矩，卻也疏遠淡漠。也許天主不能或不願滿足我們的渴望，但為了持續推進和祂的關係，我們還是該把自己的真實渴望告訴祂，直到我們感到滿意、覺得獲得聆聽，或是覺得得到某種答覆。在《格林多後書》（《哥林多後書》）裡，保祿（保羅）寫道：「在身體上給了我一根刺，就是撒殫的使者來拳擊我……關於這事，我曾三次求主使它脫離我；但主對我說：『有我的恩寵為你夠了，因為我的德能在軟弱中才全顯出來。』」（格後 / 林後十二 7-9）於是，保祿可以不再訴說他的渴望，因為他已經知道天主的答覆了。

所以我甘心情願誇耀我的軟弱，好叫基督的德能常在我身上。為此，我為基督的緣故，喜歡在軟弱中，在凌辱中，在艱難中，在迫害中，在困苦中，因為我幾時軟弱，正是我有能力的時候。（格後 / 林後十二 9-10）

這等信心並不出於神學論證或心靈處方箋，而是來自保祿與天主之間日益坦誠的關係。

可惜的是，我們常濫用保祿這樣的人辛苦獲得的智慧，

隨意嫁接在我們自己和天主的關係上。比方說，某人可能經驗到「靈魂的黑夜」，但一點也不喜歡那種感受。她或許渴望擺脫這種感受，可是從前人的經驗裡，她也知道曾有這種經歷的人後來變得更佳境。也許這種知識讓她稍微心安，但她擺脫靈魂黑夜的渴望並無法因此滿足。如果她自己或她的靈修導師以「這種經驗對妳好」為由，要求她壓抑這份渴望，那麼她與天主的關係反而受挫。為什麼呢？因為她需要的是經驗天主的答覆，而非學習靈修神學的定理。她必須打從心裡認同天主這黑夜增進他們的關係，而不只是在智識上理解而已。這種真知，只有透過相互坦誠才能獲得。

新約裡絕大多數的醫治奇蹟，都是藉著接受者對醫治的渴望而成全。盲眼乞丐巴爾提買的例子（谷 / 可十 46-52）雖然特別，但也不算罕見：「他一聽說是納匝肋人耶穌，就喊叫說：『耶穌，達味之子，可憐我吧！』有許多人就斥責他，叫他不要作聲；但他愈發喊叫說：『達味之子，可憐我吧！』」（谷 / 可十 47-48）很明顯地，不論叫巴爾提買安靜的聲音有多少，他都沒有壓抑自己的渴望。

要求我們安靜的「聲音」，可能來自外頭，也可能出自我們內心。「耶穌沒時間理我這種人的，其他人的問題重要得多，我的問題還不算太嚴重。」這些內在的聲音，可能正反映出我們對獲得醫治的模稜兩可態度。既然巴爾提買能從失明中開出人生的路，我們當然也能從自己的身、心、靈缺陷中開出人生的路，只是有些人或許望之卻步，擔心以後要是沒了這些缺陷，人生不知會變成什麼樣子？有人講過，他

避靜時原本渴望獲得醫治，渴望能擺脫似乎掌控他人生的某種陰霾。可是他一聽到天主問他：「你要我幫你治好這個嗎？」他不得不承認自己不太確定，也覺得天主對他的坦誠表示肯定。出現這些內在之聲的另一個原因，也可能是我們擔心表達出強烈的醫治渴望之後，還是遭到拒絕。「如果我真心希望被醫治，卻像保祿一樣期待落空怎麼辦？我會多失望啊！」² 渴望是十分複雜的東西，也經常顯得矛盾。可是，一旦我們容許自己矛盾又複雜的渴望浮上檯面，就能懇求天主另有所賜。

在巴爾提買的故事裡，耶穌叫他過來問他：「你願意我給你做什麼？」巴爾提買毫不猶豫地回答道：「師傅！叫我看見！」耶穌說：「去吧！你的信德救了你。」我特別為耶穌的話加了粗體，因為沒有巴爾提買的信德，這個奇蹟顯然不會發生。這個奇蹟需要耶穌和巴爾提買一起合作，既需要耶穌的治療能力與治療渴望，也需要巴爾提買的信德和被醫治的渴望。巴爾提買的信德就是他將渴望付諸於行動。

且讓我舉另一個例子說明這點。我有一次為友誼生變感到既憤怒又自憐，以為自己想祈求天主醫治。我默觀《瑪竇福音》（《馬太福音》）第九章廿七到三十節裡兩個盲人的故事，但我讀到耶穌問他們的話時（「你們信我能做這事嗎？」），我突然領悟：我根本還沒準備好要放下自己的自憐和憤怒。如果我真的渴望獲得醫治，我的態度可能也和奧斯定（Augustine）渴望貞潔時一樣矛盾：我希望天主出手，「但不是現在」。我沒有巴爾提買和那兩名盲人的信德，那種在

斬釘截鐵的渴望裡顯露出來的信德。

還有一個例子可以說明渴望何以是付諸於行動的信德。在《馬爾谷福音》第九章十四到廿九節中，有個兒子被附魔的父親的故事。那位父親沒有直接求耶穌醫治他兒子，反而向耶穌說：「你若能做什麼，就憐憫我們，幫助我們吧！」由於他並不相信耶穌有治療的能力，他無法直接渴望獲得醫治。於是耶穌對他說：「『你若能』——為信的人，一切都是可能的！」那位父親馬上回答：「我信！請你補助我的無信吧！」其實他說的是：「請幫助我渴望獲得醫治吧！」

容我再舉最後一個例子，說明何以渴望是建立關係的原料。醫治的發生需要各種渴望的組合：巴爾提買要渴望被醫治，耶穌也要渴望醫治。只要任何一方沒有渴望，關係便無從建立，或至少相互關係不能成立。在醫治癩病人的故事裡，這一點被描繪得很美：

有一個癩病人來到耶穌跟前，跪下求他說：「你若願意，就能潔淨我。」耶穌動了憐憫的心，就伸手撫摸他，向他說：「我願意，你潔淨了吧！」癩病立時脫離了他，他就潔淨了。（谷/可一 40-42）

此時渴望顯然與渴望相遇。耶穌渴望的是相互關係，是渴望與渴望相遇。

在友誼之中，渴望的重要性更顯而易見。《若望福音》第十五章十五節，耶穌說：「我稱你們為朋友。」他也隨即

點出這句話的意義：「因為凡由我父聽來的一切，我都顯示給你們了。」他的渴望是全然坦誠，毫無保留地告訴他們自己的一切。門徒的渴望是盡可能認識耶穌，耶穌的渴望便與他們的渴望一致。當然，他們之間的相互關係若能發展完整，代表門徒渴望對耶穌全然坦誠，耶穌也渴望全然了解他們。雙方面的渴望若少了任何一方的投入，相互關係便不再能成立。

不過，對門徒（和我們）來說，光是渴望相互坦誠不見得能建立關係，最後還是可能功虧一簣。因為如前所述，不僅我們的渴望既模稜兩可又複雜，我們也常心存恐懼，而這些恐懼往往會阻礙我們追求最深切的盼望。為了讓我們和天主之間日益坦誠，我們既需要幫助，也需要醫治，好在只要我們願意尋求幫助，就能獲得援手。舉例來說，如果我們發現自己既想進一步認識耶穌，又擔心會有什麼結果，我們可以先懇求耶穌幫助自己克服恐懼。但我還是得再強調一次：渴望是發展關係的關鍵。

前面提過那位有意擺脫生命中的陰霾、但也誠實告訴天主自己不確定想不想獲得醫治的避靜者，也是說明相互關係的絕佳例子。那天稍晚他終於下定決心，堅定告訴天主他想獲得醫治，也求天主醫治他。但天主的回答令人不解——祂似乎說：「我辦不到。」那位避靜者一聽大怒，畢竟他好不容易才克服自己的不情願，也明明白白告訴天主想要什麼。可是當天再晚一些，他又聽見天主的聲音：「不過，我們一起就辦得到。」他馬上懂了——天主的意思是說：如果他能

不斷渴望天主的援手而不自我退縮，他就能活得更喜樂、勝於更悲愁。「我們一起」就是攜手同行。

我在這一章開頭講過：要判斷一個人在神操的哪個階段，得看他真正的渴望是什麼。我現在再來談談這點。如果避靜者不全然相信天主的慈愛與恩佑，便無法渴望天主向他們啟示自己的罪。要是對天主的良善和愛缺乏經驗基礎，也就是我早前說的「情感的原則與基礎」，就會因為過於畏懼天主，而無法真心誠意道出《聖詠》一三九篇：「天主，求祢檢察我，洞知我的心曲；天主，求祢考驗我，明悉我的思慮；求祢察看我，我是否走入歧途，求祢引導我邁上永生的道路。」（詠/詩一三九 23-24）如果沒有這等真實的渴望，便不適合進入神操第一週。天主這時的渴望應該也不是向避靜者啟示罪惡，而是說服他神是「阿爸」。

同樣地，如果有人說他渴望認識耶穌，希望能更愛他、更緊密地跟隨他，但在祈禱時其實更認同那些需要醫治的人，那麼他真正的渴望應該是獲得醫治。因為第二週的渴望是認識耶穌，重點在耶穌本身和他的價值、情感、夢想及傳道上，如果退省者對這些主題並不真的感興趣，反而繼續關注自己的需要和軟弱，那麼第二週其實尚未到位。耶穌這時可能也更渴望給予醫治，而非召叫同行。

第一週和第三週的差別也在於渴望不同。在第一週，渴望是了解耶穌寬恕了我們，並為我們的罪而死，重點是渴望更深刻地經驗耶穌的愛，體會祂明明知道我們的罪有多深，卻依然愛著我們。第三週的渴望則是盡可能與耶穌同受苦難，

重點在於耶穌的感受和痛苦，並渴望他會給我們這些啟示。在我看來，退省帶領者最重要的工作，就是幫助退省者發現自己真正想要的是什麼。因此每次退省開始，都可以默觀耶穌轉過身來，開口問：「你們找什麼？」（若 / 約一 38）要是聽了這句話能讓她深入內心，會更能知道自己渴望的是什麼，換個方式說——可以更認識此時在與天主的關係裡的自己的樣貌。

-
1. Sebastian Moore, *Let This Mind Be in You: The Quest for Identity through Oedipus to Christ* (Minneapolis: Winston, 1985).
 2. 我曾在另一個脈絡中討論巴爾提買的勇气，請參考拙作《體驗天主：在祈禱中分辨》（*Paying Attention to God: Discernment in Prayer*）第六章〈順服：健全的關鍵〉（中譯本 2010 年由光啟文化出版）。



第三章

渴望天主的啟示

我在這一章裡想說明的是：神操裡的種種渴望，都是為了懇求天主給予個人啟示。有時人們雖然到了避靜中心，但對於自己的期盼或渴望想得還不是很清楚：「我想重拾祈禱」、「我得為靈性電池充電」、「我想為接下來要做的決定祈禱」、「我只是想和神獨處一陣子」等等。帶領者稍加探詢這些渴望之後，往往會發現：雖然避靜者想經驗天主的親近與關愛，但對於天主真的會臨在、真的會讓他們感受得到這件事，其實並沒有抱多大希望。換句話說，有些人對天主期待太小，把祂看得比實際上慳吝得多。

人之所以會給天主冠上這樣的面貌，可能是以為天主不該被「我這種人」打擾，也可能是以為天主高高在上遙不可及。不論他們為什麼會有這種印象，在做神操時一定會遇上瓶頸，無法像依納爵期待的做神操者那般懷有強烈渴望，也做不到《神操》凡例五所說的：「以慷慨大方的精神面對自己的造物主，把自己的渴望和自由奉獻給祂」（第5號）。這些人心中的天主形象需要改變。然而，要改變對天主的看法，更仰賴於對天主的不同經驗，而非讀神學或聽講道。因此若想幫助這樣的人，最好能引導他們向天主求問自己想要什麼、需要什麼，換言之：他們需要重新經驗天主，好能向天主期待偉大的事物。

我舉一個例子來說明。有位四十歲的神父來做三十天避靜，剛開始時十分忐忑。他想重燃獻身生活熱情，但想到接下來要每天祈禱四到五個小時，連續三十天，就覺得有點望而生畏。對他來說，「天主會親密地與你談話」似乎是很遙

遠的事情。他覺得天主高高在上，自己大概一輩子也沒法好好和祂說上一句話。但另一方面，某部分的他又很想與天主親密接觸。避靜頭幾天，他很驚訝自己很容易默觀自然之美，而且避靜的日子並不顯得特別漫長。雖然他還是不信天主會親密地向他說話，但他懇求天主幫助他相信這件事。到了大概第四天，他「為湧現的喜樂驚訝」，因為他的祈禱情況向來起起伏伏，不甚穩定。第二天早上醒來時，他與天主談上話了。他覺得天主對自己說：「你在我眼中是寶貴的。」接下來是舉棋不定的幾天：是要相信這份經驗和它提示的可能性呢？還是該對它的真確性保留一些？最後，大概到了第八天，這次經驗到的現實和其他幾次類似的經驗終於沉入他內心。這正是他暗自期待、卻又不敢奢望的天主臨在的經驗。他從此對天主懷有極大的盼望與渴望，只偶爾受他舊的神人關係框架影響而頓挫。這次經驗改變了他心裡的天主面貌，也改變了他對自己的看法。

人在開始避靜時也常躊躇不決，一方面想親近天主，另一方面卻又畏懼天主。他們可能怕天主要求太高，也可能怕天主像個執法的判官，一來就要定自己的罪。這樣的人需要協助，好將矛盾的自我放在天主跟前。他們想要也需要的是經驗上主，並藉著這份經驗克服恐懼。可以鼓勵這樣的人在祈禱開始時先祈求天主，請祂以不會把自己嚇跑的方式給予啟示，接著再做一些讓天主有機會回應他們渴望的事。他可以去院子或海邊散步，或是靜靜地讀《聖詠》第一三九篇。他需要天主的啟示推一把，克服自我矛盾。

對於這種類型的避靜者，帶領者可以先幫助他們了解天主一直與他們同在，當下也不例外（這一點我們已在第一章提過）。有了這份認識，他們也許能更了解天主。這當中的渴望是天主將他們的救恩史——他們與天主同在的歷史——啟示給他們。人若能懇求天主仔細啟示自己如何與他們同在，往往會回憶起童年時的某人、某地或某事，接著要做的便是讓這些回憶自然浮現。不要去掌控這些念頭、意象和回憶，信任這個過程，信任聖神正停留在我們心裡，讓我們想起天主現在想啟示我們的事。有些人會在這種祈禱裡度過好些天，對自己與天主的關係產生新而不同的認識；或者說，他們得到關於自己的新啟示。

當然，點出天主與他們同在的念頭、回憶、意象和啟示，並不是每一個都同樣重要。但這段祈禱時間的收穫不言可喻，它能讓人在此時此刻獲得全新經驗，接觸以往深鎖的反應、心情和感受。舉例來說，一個人可能首次為他多年前過世的父親流下眼淚，並頓悟過去阻礙他與天主親近的障礙之一，正是他無法坦然面對自己的失落感與憤怒。在這樣祈禱一到兩天之後，大多數人都能誠懇地說出——有時是首度說出——《聖詠》一三九篇的話：「祢造成了我的五臟六腑，祢在我母胎中締結了我。我讚美祢，因我被造，驚奇神奧。」（詠/詩一三九 13-14）

容我再提醒一次：避靜者的渴望是天主給予的個人啟示，這份啟示也同時透露出他自己在天主面前的樣貌。當這份渴望得到回覆時，避靜者會明瞭天主是他自己的天主，而他自

己也是天主的子女。這種「明瞭」是結合信、知、愛的若望宗徒式的明瞭，而避靜者也將打從心底肯定依納爵的原則與基礎。

罪性的啟示

人一旦深刻經驗到天主對自己的愛與關懷，並明瞭天主在自己生命和心裡的核心地位，往往會想開始省察良心。他們醒悟自己與天主對他們的期望相去多遠，也明白自己遠遠不及天主所期待的神人關係。帶領者這時應幫助他們認清自己的渴望，並分辨這渴望從何而來。

一提到良心省察，我們通常會馬上聯想起自我檢討，卻忘了神學的真理：唯有天主能向我們啟示罪過。罪人正因為有罪，是不可能意識到自己的狀態的。認識到自己有罪是天主的恩賜，是天主愛的行為。因此，當省察罪過的渴望生起，帶領者一定要花點時間與被帶領者解釋，為他們釐清這份渴望從何而來。缺乏這份認知，省察罪過有可能變成自我耽溺，甚至遮蔽天主之愛的光照，抗拒天主對自身罪過的洞察。要想認識這種抗拒傾向，去看看一個心窄的人的自我檢討就清楚了。這種自我檢討常不經意但嚴重地阻隔天主對自己的愛，而且很容易蒙蔽心窄的人，讓他們看不見天主向他們啟示真正的罪——不願或不能接受天主的愛。把心思都放在「我的罪」上頭，可能反而擋住了天主的鑒察之光，讓自己察覺不出天主正照明皈依的必要。

人若能深刻信任天主的愛與關懷，往往會自動自發懇求天主啟示自己任性的作為，帶領者通常也會鼓勵他們這麼做。他們能自然而然說出《聖詠》一三九篇的話：「天主，求祢檢察我，洞知我的心曲；天主，求祢考驗我，明悉我的思慮。求祢察看我，我是否走入歧途，求祢引導我邁上永生的道路。」（詠 / 詩一三九 23-24）他們求天主啟示祂的道路，掃盡一切阻礙自己親近祂、跟隨祂的障礙。當這樣祈禱，避靜者常常會驚訝地發現：天主所啟示的，並不是自己原本預料會被檢視的罪，而是皈依的關鍵（例如自以為是、不願接納等）。如此，天主受到容許啟示祂對這段關係的看法，而祂的看法總是出人意料。

避靜者常發現自己的罪主要不是做或沒做到什麼事，而是不願敞開心胸向天主坦承這些事。他們發現不論自己有多少過錯，天主還是希望能親近他們，但因為他們不願或不能向天主坦白一切，這份親密關係也一直受阻。換句話說，他們的罪至少有部分是不信天主會寬恕他們、不信天主真的會愛罪人。他們也會發現：自己之所以不願向天主敞開心胸，是因為不願在天主面前誠實地注視自己的人生。天主對於罪過的啟示，不僅揭露了我們的真實樣貌，也揭露出天主的樣貌，以及祂希望在我們心目中的樣貌。

另一方面，人即使經驗到天主的寬恕之愛，可能還是很難面對一項嚴峻的事實：耶穌明知道他們有罪，卻還是願意為他們而死。很多人或許接受也確定耶穌為全人類而死，但真正令人如坐針氈的，其實是真真切切地去感受：「耶穌明

明知道我是什麼樣的人，竟然還為我而死。」人們雖然想要相信這個事實，卻也害怕、甚至恐懼在想像中靠近十字架上的耶穌，並注視他的雙眼。

之所以會有這種恐懼，可能是因為不願接受這樣的愛，可能是因為擔心耶穌不慈愛地回望，也可能是害怕這樣的愛要求極高，但無論如何，這種恐懼是真實的，因此祈禱也可能變得十分艱難。帶領者最好別跟避靜者爭論，而該幫助他們懇求耶穌，請耶穌以他們能接受的方式啟示自己，好讓他們能順利接受這樣的愛。帶領者也應鼓勵避靜者與耶穌分享他們的恐懼，並盡最大的努力靠近耶穌。這個過程可能得花上好幾天，但避靜者不應匆匆略過進入下個階段，因為這是非常關鍵的步驟，對他們接下來與天主和耶穌的關係十分重要。如果天主賜下恩寵挪開這道障礙，他們將能很深刻地感受到天主的愛，既經驗天主白白賜予的愛的釋放力量，也領悟天主就愛他們現在的樣子。他們會明瞭自己是被愛著的罪人，也會懂得天主確實深愛每個罪人。

渴望認識耶穌

第二週的渴望是：「祈求對為我降生成人的主的內在認識，讓我更加愛他，更緊緊地跟隨他」（第 104 號）。這顯然是對啟示的渴望。除非耶穌向我們啟示自己，否則我們不可能深深地認識他。因此我們懇求這份恩寵，接著默觀福音書的故事。這不是為了進一步了解福音書，而是因為透過默

觀這些珍貴的記錄，我們能給予活生生的主耶穌一個啟示他自己的機會。我們盼望耶穌向我們啟示他的價值觀、他的愛與恨、他的夢想與希望，尤其是他對我們與他的關係和對我們人生的期盼。

在耶穌變得愈來愈真實之後，避靜者可能發現他比自己預料得要求更多、也更令人畏懼。耶穌向他們提出的渴望可能讓他們抗拒，例如耶穌可能渴望他們放棄一切，作他的門徒跟隨他。避靜者可能也會明白自己不但能自由決定，而且即使拒絕，也不會影響耶穌對自己的愛。在此同時，他們也對耶穌生起新而不同的渴望，例如他們可能渴望被揀選為門徒，但也清楚耶穌能自由決定要不要揀選自己。換句話說，很多人在這週的經驗會是：與活生生的主耶穌發展成人（成熟）的關係。

渴望耶穌給予更深刻的啟示，是很多人顯出第三週的恩寵的方式。他們對耶穌有了更個人的認識和更深的愛，也開始懇求耶穌與他們分享自己的苦難，並讓他們參與他的受難與死亡，也就是讓耶穌成為現在的樣貌的那些經驗。很重要的一點是，帶領者此時務必要向避靜者說明：他們懇求的是恩寵，是他們沒辦法靠自己的力量獲得的一些東西。很多人以為默觀耶穌的受難與死亡很容易，到頭來卻發現自己很難祈禱，祈禱內容也枯燥乏味。原因很簡單：除非一個人願意透露自己受的苦，否則其他人不可能感同身受。因此，避靜者必須懇求耶穌啟示自己，好讓他們能與他同悲、與他共苦。在耶穌開始啟示自己時，避靜者可能發現他們求到的比預料

中的更多，他們或許還會強烈抗拒這份啟示穿透他們的心。第三週經常充滿掙扎和衝突。

第四週的恩寵是渴望耶穌啟示他的勝利、他的喜樂、他復活的經驗，以及渴望與他同歡。帶領者此時必須再次強調：避靜者懇求的是恩寵或啟示。第四週的經驗不會自動出現，不是光靠默觀復活敘事便水到渠成。我們必須靠耶穌啟示他自己。此外，避靜者可能也會抗拒認識這樣的耶穌，就像他們先前抗拒自我認識一樣。這樣講好了：復活並不是對敵人甜蜜的復仇。這種勝利或許跟人預期得不一樣。容我再說一次：對於啟示的渴望是難以捉摸的，因為天主和天主子是一項令人驚奇的奧祕。

結論

如果帶領者和被帶領者能把退省時祈求恩寵當成懇求啟示，他們的眼光將能幡然一新。首先，他們會更清楚地了解祈禱是一種關係，最重要的是彼此親近，而非尋求問題的解答或決心「變得更好」。生命中的很多難題和挑戰並沒有解答，我們只能與之為伍，度過它們。不過，人若能明瞭自己並不孤單，就能更平靜地面對這些難題與挑戰，並更具彈性和復原力。鯀夫的妻子雖然無法復生，但他若能將自己的悲傷、憤怒與絕望告訴天主，並經驗到天主親密的臨在，喪妻之痛應該也能變得較能承受。其次，經過這個過程，人不但能更明白光靠意志力無法在祈禱中「得勝」，也能更了解自

己的渴望是只有天主才能贈予的禮物。

這個過程以自由為核心。個人啟示和親密關係都強迫不來，不但天主不能被強迫，避靜者也不能被強迫。有些恩寵就是得靠天主自由地賜予，送給那些願意接受的人。天主希望拯救和釋放我們所有的人，祂也愛我們所有的人，愛到讓耶穌為我們而死，而天主希望我們接受這份愛。不過，作門徒的應許不是賜給每個這麼祈求的人，而某些渴望（例如進入耶穌的受苦之心）不是沒被滿足，就是要等待很久之後才被滿足。另一方面，我們也要更清楚地認知到：這份自由也代表我們在天主面前是自由的。帶領者不應強迫避靜者祈求他們還不想要的啟示，或是他們還是曖昧不清、尚無法真誠渴望的恩寵。天主要的似乎是自發的愛，而非盲目的順服。

人若能以人際交往的角度看待祈禱，與天主和耶穌的關係就能變得更加成熟。他們了解自己在懇求一份親密關係，而不是像小孩討糖一樣地討恩寵。當他們帶著敬畏和悸動走上這條路時，他們能像個成人，明瞭親密關係也要求自己成熟。



第四章

原則與基礎

如大家所見，《神操》裡的「原則與基礎」，讀來就像關於人類實存處境的神學敘述，枯燥乏味。我們往往看不出來的是：這組真理的基礎其實不那麼是神學前提的邏輯演繹，而比較是在神學光照下對生活經驗的反省。在其專題論述中，若瑟·泰特洛（Joseph Tetlow）在書中清晰有力地說明：依納爵的敘述是依我們持續受造的經驗而來。他認為這種經驗是

我們時時刻刻被我們的主天主在所有具體細節中創造的經驗，是我們讓自己傾聽自己最真誠的渴望，聽從天主的呼喚而進入生命。這份渴望從何而來？它是因天主對我們熱切而具創造性的愛而生¹。

既然依納爵的文字和泰特洛的詮釋都說這是一種普世性的經驗，每個人一定都會盼望認識天主、愛天主、服事天主。我們能否說出一種像似普世性的經驗，以為上述這些論述提供一個基礎²？

在《讓此心在祢懷中》（*Let This Mind Be in You*）一書中，思天·摩爾說我們都有渴望「無以名之者」的經驗，而這些經驗往往伴隨強烈的幸福感。他說，這種經驗來自於被天主的創造性渴望觸動，而天主不但渴望我們存在，也不斷維持我們存在。摩爾說：「天主可以被以這種經驗來界定，或者更好說被指涉，也就是說那……在我們心中激發對無以名之對象的渴望，亦即根基性的宗教經驗。」³摩爾也引魯益師的自傳為例，後者這樣描述這份經驗：

某個夏日，當我站在繁花盛開的醋栗樹叢時，心裡突然沒來由地揚起一則回憶，那是我們還住在舊屋時一天早晨的事，但深處的感覺像是隔了幾個世紀，而不是幾年，我想起我哥哥帶了他的玩具花園去托兒所。我找不出夠強烈的字詞描述席捲我的感受。彌爾頓筆下伊甸園的「沛然至福」……或許差可形容那番滋味。那感受顯然是渴望，但渴望什麼呢？當然不是滿是苔蘚的餅乾罐，但也不是懷念過去（雖然看似如此）……可是在我弄清自己渴望什麼之前，那股渴望消失了，整個氛圍瞬間一變，世界又回到原先的樣子，徒留對那股消失的渴望的追念。那只是一眨眼的事，但從某種意義來說，相較之下我以往經歷的一切都無足輕重⁴。

等到年紀更大之後，魯益師才發現：他那時所熱切渴望的，就是我們稱為「天主」的奧祕。

在《神聖旅程》（*The Sacred Journey*）裡，菲德列克·布赫納（Frederick Buechner）也提到生命裡的一次特殊體驗，同樣顯出這樣的經驗意蘊之深、面向之廣。布赫納的父親不幸自殺後，他母親帶他和弟弟搬到百慕達（Bermuda）。在離開百慕達前夕，十三歲的布赫納和一名同齡女孩坐在牆頭，靜靜看著一艘艘渡輪來來去去。就在他們兩小無猜彼此陪伴時，布赫納寫道：

突然，我們赤著的膝蓋碰了一下，剎那間，我被一股無以名之的感覺淹沒，它甜蜜得恐怖，溫柔得刺骨，我頓時發現在遇上它之前，我的生命從不完整……那是一種高不見頂的飢渴，是一種五內俱焚的愛，朝世界的至美之美狂奔，越過朝陽之東、明月之西。那樣的美超越一切極限，只有我們最熱切的渴望可能企及。它是美本身（Beauty itself）和存有（Being）本身，座落在存有中心⁵。

雖然布赫納承認這次經驗可以用很多方法解釋，但他說：「回頭看看那段歲月，我選擇不去否認有位眼不能見的贈予者，也有不少隱而未顯的禮贈，我強烈感到它們不只是自身實存的另一部分，更是萬事萬物最深的基底。」⁶

在安妮·泰勒（Anne Tyler）的《鄉愁小館的晚餐》（*Dinner at the Homesick Restaurant*）裡，也有寫到這種經驗發生在一般人身上的例子。小說中的盲眼婦人杜珍珠（Pearl Tull）被丈夫拋棄，獨自扶養三個孩子成人。她晚年與兒子厄斯德拉（Ezra）同住，要兒子每天念一些她童年時的日記給她聽。但因為大多數內容都很無聊，所以她也總是讓厄斯德拉匆匆念過。她過世前不久，厄斯德拉再次翻開日記讀給她聽。

「今天一大清早，」他對媽媽讀道：「我到屋子後面除草。我跪在馬廄旁的泥巴地上，汗流浹背，圍裙髒污，我邊用袖子擦臉，邊伸手拿小鏟子，突

然一個念頭閃過：此時此刻，為什麼我覺得快樂至極呢？」

他媽媽突然動作一停，不再搖晃身子。

「貝德羅（Bedloe）家女兒的鋼琴聲從窗子飄出，」他繼續讀：「一隻小綠蠅在草地上嗡嗡飛舞，我發現自己跪在如此美麗的小綠地上。一時之間，我不在意會發生什麼事了，我已擁有此刻，這一刻屬於我。」

這篇日記到此結束。厄斯德拉陷入沉默。

「謝謝，厄斯德拉，」他媽媽說：「不用再念了。」⁷

珍珠顯然想在去世之前，再次回憶起這份難得可貴的經驗；或許，她也想讓厄斯德拉知道她有過這種經驗。

有過這種經驗的人，並不是每個都像菲德列克·布赫納一樣，把它詮釋為經驗天主。舉例來說，魯益師要到年紀大了才如此看待那次經驗。不過，有信仰的人確實能這樣詮釋這種經驗，也可以進一步延伸它們的意涵。這種經驗正說明對「無以名之者」的渴望。在另一本書裡，魯益師也把他經驗到的喜樂說成「激烈的渴慕」，它雖然劇烈、甚至痛苦，

卻也充滿歡欣，比滿足任何一種渴望都要來得喜悅⁸。此外，這種經驗也包含強烈的幸福感。身在這種經驗之中，我們不會為自己擔心，也不會為自己的價值或優缺點患得患失，反而會把自己在世上的存在視為理所當然。思天·摩爾將這種經驗詮釋得好：這是一種被天主渴望存在的經驗。因此，我們都是被渴望的。

不過，這種經驗最重要的面向，仍是它們發生在當下，而非過去的某個創造時刻。我們對宇宙創生的想像總停留在亙古以前，例如大爆炸時，或是天主以某種方式推動整個創造過程時。於是，我們一想到天主創造我們，也總傾向把自己的受造想成受孕或出生之時。可是，前面討論的經驗是發生在已在人生旅途上的人身上。如果他們的經驗是天主的創造之觸，那麼我們所談的天主的行動（action）就不是發生在過去，而是在持續進行。當我們有這種經驗時，便是在經驗天主當下的行動。

我們該怎麼理解這點呢？我認為蘇格蘭哲學家約翰·麥慕理（John Macmurray）的看法值得參考。麥慕理提出一套人的哲學（philosophy of the person），立論基礎是行動重於思維（the primacy of action over thought）⁹。之所以說行動包含思維，是因為任何行動都是有意為之（intended）。我之所以有所行動，是因為我知道我有意做什麼。但事件（events）不一樣，事件並非有意為之，就只是單純發生而已，所以它跟行動不同。行動包含事件。我舉個例子說明麥慕理對行動的理解：諸位現在在讀的這本書是我的一番行動，因為它受一個意向

的主導。這個意向就是我想用這種方式介紹我帶神操的方法，以影響本書的讀者。這番行動包含許多其他行動（例如很多的修改），也包含許多事件（例如不帶我意向的打字技巧）。由於我的意向是影響我的讀者，所以這份意向也仰賴讀者的配合，比方說他們得願意花時間看這本書。因此，這本印好的書是我的行動，而讀者在閱讀、反芻這本書時也與我相會。同樣地，我們也能把宇宙理解為天主的一番行動。因此天主始終在行動，一直在做祂的事。在宇宙存在的每個瞬間，天主都在創世、都在創造世上的萬事萬物，因此不論我們察覺與否，我們都在和天主相會。

如果宇宙是天主的一番行動，天主在創造它時便懷著一個意向。那麼，天主對於宇宙這項行動，又有著什麼意向呢？只有人能採取行動，而除非行動的人把意向告訴我們，否則我們不可能知道他們的意向。如果有人付諸行動扶了我一把，但沒告訴我他的意向，我雖然能推測他有意幫我，但也可能是我誤會了，他只是不經心地這樣做而已。總之，除非他誠實地把自己的意向告訴我，我才會知道。如果人與人間是如此，神和人之間何嘗不是？天主有把祂創世的用意告訴我們嗎？基督徒相信，天主已透過耶穌基督訴說祂的用意了。

耶穌所宣講的神國可被視為天主創世的意向。天主創造宇宙的目的，似乎是邀請所有的人分享三位一體的天主間相互的位際生活。此外，天主的意向對我們當前的時代也有寓意：天主的國既屬於這個世界，又不屬於這個世界。祂希望每一個人都像耶穌的兄弟姐妹一樣地生活，並與整個受造世

界和諧共處。換言之，天主關切我們每個人如何生活、如何運用生命。雖然泰特洛在其專題書中較常講「天主的方案」而非神國，但兩者的意義似乎是一樣的。他說，天主的方案

可以說是……存在於天主之內的有限實體，但它並不同於天主。一項方案是具體的事件，是正在進行但隨時需要應變與調整的活動……一切萬物無分大小，都必須從自身為天主的方案做出貢獻；事實上，無論萬物如何選擇，無論它們是擁抱或抗拒天主的期望，它們終究會對於天主的方案做出貢獻¹⁰。

因此，當我們嚐到我在前面說的根本經驗時，我們經驗到的是天主的創造行動，因為天主一直試著把我們所有的人帶入祂的國度、帶入聖三的內在生命。我們或許無法看出這種經驗的全部內涵，但我相信我們都有這個能力。事實上，依納爵已從自己的經驗中看出這些意義，也在原則與基礎裡將它們勾勒出來了（或許他的筆觸帶著當時的神學色彩，但他想描寫的正是這種經驗的意涵）。泰特洛的重點也是如此：當我們經驗到對「無以名之者」的渴望時，我們經驗的是天主的創造行動。這個行動呼召我們每一個人、也呼召整個宇宙，用意是將所有的人帶入同一個團體——天主聖三。難怪魯益師說那渴望帶來的喜樂令他驚訝，雖然「只是一眨眼的事」，但他「以往經歷的一切相較之下都無足輕重」。

當我經驗到對「無以名之者」的渴望時，我就經驗到天主此刻正創造我、正創造我的存在的一切細節。當我陷入那種經驗時，我不擔憂自己以往的錯誤與罪惡，也不煩惱未來可能犯下的過失。我感到與宇宙結為一體，也變得整全無比。我經驗到的渴望是我心中最深刻的渴望，這份渴望也與天主創世的意向相搭配，若我願意，它也將成為主導我人生的熱情。當我們經驗到這份渴望時，是天主聖神將我們領入聖三的團體；在我們沉醉於這份渴望時，在我們渴望的絕對奧祕面前，其他事物都只是相對性的。只要這份渴望在我們心中作主，我們便渴望將生命活得合乎這份渴望，也會盡一切可能讓自己走向那渴望的對象。換句話說，我們會想活得合乎天主創造我們時的創造意向，也會想選擇更合乎我們與神結合的渴望之路。在原則與基礎裡，依納爵道出對天主創造之觸的根本經驗的意涵。

由於天主是天主，而我們的終極幸福在於順乎天主的意向，與祂對宇宙和每一個人的意向和諧，因此依納爵勉勵我們對其他受造物維持「平心」（indifferent）。喬治·剛斯（George E. Ganss）在《神操新譯本》裡特別提到：這個詞是依納爵靈修中的關鍵詞，它「並不是說事不關己或不重要，而是對各種錯亂的傾向持有內心的自由」¹¹。在前面引述過的泰特洛的專題著作裡，他把剛斯譯為「平心」的這個詞譯為「平衡」（at balance），我想這是更符合依納爵原意的。人一旦沉浸於對「無以名之者」的渴望，就不會想讓任何事物阻礙自己滿足這份渴望。因此，我們在做任何決定之前一定會想

保持平衡，好分辨或找出什麼更能讓我們滿足最深的渴望。

羅傑·海特（Roger Haight）也曾這樣解釋：「神國的象徵能調和這份經驗：一方面，天主作為位格性的造物主，祂對祂的創造懷有意向；另一方面，人作為受造物者，也參與了天主的意向。」¹² 海特稍後也談到這個象徵的轉化力量：

神國的特點是：那位與人相會的天主，在相會時顯出祂對世界和人類歷史的神聖意向。因此，這個象徵不僅能更直接地吸引人類意志，也能更有效地影響人類行動。我們的渴望必須幡然轉向，必須渴望順服天主的意志，才會珍惜這個象徵的超越意義。換言之，這個象徵把自然倫理轉化為表現天主的意志，把人對世界的回應同時轉化為對天主的回應，把我們的目標與理想轉化為天主的目標與理想。因此，它也影響了世界的轉化。神國既屬於這個世界，又遠遠超越這個世界¹³。

認真看待這種根本經驗的人，會想進一步操練整套神操，好讓自己擺脫一切阻礙，選擇什麼更合乎天主的心意，也更善於分辨什麼是天主之所願。

結論

在這一章裡，我們討論了原則與基礎，還有它所賴以為


基的經驗。雖然在依納爵寫作《神操》的時候，神學原理的確影響了他的構思，但原則與基礎並不是依神學演繹而出。原則與基礎所根據的經驗，似乎就是經驗天主創造世界及世間萬事，並領會天主意欲人人進入聖三的內在生命，並與每一個人和整個宇宙維持和諧關係。由於天主是唯一的造物主，人人都能依自己的能力獲得這種經驗。不過，即使是那些經驗到天主創造之觸、而且強烈感受到其無窮魅力的人，也未必（常常是不願）多關注這份經驗，並從中發掘它對自己生命的意義。

至於那些留心這份經驗、也用心思索這份經驗的人，依納爵為他們準備了有力的工具——神操，讓他們能「戰勝自己，整頓自己的生活，不讓某種錯亂的心情影響自己做決定」（第 21 號）。他們所經驗到的奧祕者，是為了特定目的召喚萬物存在、召喚「我」存在。由於他們以強而有力的方式經驗到天主對宇宙、對人類和對「我」的意向，他們很能體會宇宙、人類和「我自己」的嚴重失序，所以他們也深切懇求天主改變他們、改變全體人類。

在今日世界，我們很清楚宇宙萬物互依互賴，因此，經驗到天主的創造行動更令我們感慨：影響我們生活的組織和社會結構，違反天主意向的何其之多！我們祈求天主賜給我們勇氣和意願，能盡己所能改變這些不義的組織與結構。

1. Joseph A. Tetlow, "The Fundamentum: Creation in the Principle and

- Foundation,” *Studies in the Spirituality of Jesuits* 21/4 (September 1989), 7.
2. 在以下這節，我會大量引述拙作《在萬事萬物中尋找天主：聖依納爵神操指南》（*Finding God in All Things: A Companion to the Spiritual Exercises of St. Ignatius*, Notre Dame, Ind: Ave Maria Press, 1991.）第二章的內容。
 3. Sebastian Moore, *Let This Mind Be in You: The Quest for Identity through Oedipus to Christ* (Minneapolis: Winston, 1985), 36.
 4. C. S. Lewis, *Surprised by Joy: The Shape of My Early Life* (London: Geoffrey Bles, 1955), 22.
 5. Frederick Buechner, *The Sacred Journey* (San Francisco: Harper & Row, 1982), 52.
 6. *Ibid.*, 56.
 7. Anne Tyler, *Dinner at the Homesick Restaurant* (New York: Berkley Books, 1983), 284.
 8. C. S. Lewis, *The Pilgrim's Regress: An Allegorical Apology for Christianity, Reason and Romanticism* (New York: Sheed & Ward, 1944), 7–10.
 9. 在《靈修指導和與神會晤：一項神學探索》（*Spiritual Direction and the Encounter with God: A Theological Inquiry*, New York: Paulist Press, 1992）裡，我進一步發展了約翰·麥慕理的想法，並將其運用在與神會晤和靈修指導上。
 10. Joseph A. Tetlow, “The Fundamentum,” 8–9.
 11. George E. Ganss, *The Spiritual Exercises of Saint Ignatius: A Translation and Commentary* (St. Louis, Mo.: The Institute of Jesuit Sources, 1992), 151.（見《神操新譯本：剛斯註釋》，第187頁，註二十。）
 12. Roger Haight, S.J., *Dynamics of Theology* (New York: Paulist Press, 1990), 153.
 13. *Ibid.*, 156–157.



第五章

神操裡的轉捩點

在這一章裡，我要談的是神操動力過程中的幾個轉捩點。換個方式說：對於準備好進入神操特定階段（週）的人，我會觀察他們是否擁有接下來要談的這些經驗。神操不能死守進度，不能不問經驗照表操課。帶領者除了仔細傾聽之外，主要任務就是協助操練者認識自己真正的渴望。我們可以把這些渴望當成試金石，用它們來確認避靜者是否已準備好邁入新的神操階段。

原則與基礎

如前章所述，原則與基礎既是依納爵的經驗結晶，也是他後來神學研究的成果。依納爵在靈修上經歷無數憂苦之後，終於體驗到天主是他心中最深的渴望，也明瞭自己是為天主所造，世上唯有天主能讓自己滿足。在茫萊撒的經驗後，依納爵對天主的創世目的心領神會。在原則與基礎中，他以自己後來的神學研究為燈，將這些經驗進一步精煉為結晶。

受到神祕經驗的啟示，依納爵深信：完美的團體——聖三，是純然因愛而動，在祂創造的宇宙裡，依天主肖像所造的人不斷被聖愛之絃牽引，領入聖三的內在生命。在我們心靈深處，我們都被與天主和全人類合一的渴望牽引。依納爵相信聖三希望每一個人這樣生活，希望人人都能成就天主的夢想，與天主一同實現神國。因此，除非我們與天主齊心，讓人生合乎天主對宇宙和每一個人的夢想，否則我們終究無法在此生獲得幸福與安寧。

如果我們曾經驗天主是造物主，曾經驗祂愛我們、要我們存在與祂共融，我們會擁有正向的靈性認同，也會明白我們是天主所愛的，是祂心之所愛。我將這種經驗稱為情感的原則與基礎，是做神操所需要的經驗。我們若能堅定懷抱這份經驗，便至少能粗略體會一項道理：我們應追求天主在心中為我們安排的目標，不讓任何事從中阻撓。我們也會祈求天主挪去所有過度的牽掛（*inordinate attachments*）（即傑若德·梅〔*Gerald May*〕所說的「耽溺、上癮」〔*addictions*〕¹），好讓我們準備好開始神操。

我想，我們很多人都已從自己或別人的經驗得知：要體驗天主對我們的夢想和創造之愛，並在心中牢記這份經驗，並不是件容易的事。不佳的自我形象會從中作梗，要是以為天主「總在四處窺探罪人的罪證」²，便很難讓這份經驗長存於心。舉例來說，心窄的人不容易相信即使自己犯錯，天主還是愛他們。伯鐸·法伯爾雖是最好的神操指導者之一，但他是經過依納爵細心指導靈修四年之後，才準備好做神操。依納爵自己也曾飽受心窄之苦，痛苦得幾乎要自殺³。他瞻前顧後了很長一段時間，才終於相信天主並不是暴君。我們也是一樣：只有在打從心裡相信天主站在我們這邊、也關心我們的幸福之後，才會懇求天主滌淨我們過度的牽掛、並把我們的罪和犯罪傾向啟示給我們。

如果事實的確如我以上所言，我們就該對自己和自己帶領的人多些耐心。我們應該不吝花費時間和心力，讓自己和別人經驗到慈愛的造物主天主，感受到祂邀請我們與聖三共

融，並對這份經驗懷有信心。我們要讓這些經驗成為堅實的基礎，在它們上頭進一步建立與天主的關係。

在這項基礎穩固之前，我們都還活在幻覺裡。我們以為天主需要安撫，事實上天主無可動搖。我們像保祿當初一樣墨守律法，好讓自己就算得不到天主的愛，至少也能被祂勉強接受。這種幻覺讓人以為「我爛透了，根本不值得被愛」，很多人也真的活在這樣的幻覺裡。為了幫助人克服這種幻覺，並對天主抱持基本的信任，教會裡的傳道者必須改進靈修能力和牧養技巧。人只有在信任天主之後，才能進入神操第一週，因為這一週的要求，是真心渴望天主向他們啟示自己和世界的缺陷，娓娓道出他們和世界辜負天主的夢想之處。

第一週

人一旦經驗到天主是慈愛的造物主，也堅信天主是耶穌的阿爸（親愛的爸爸），常會在祈禱時經歷某種蜜月期。他們享受與天主共度時光，祈禱似乎也變得又容易又欣喜。然而，這種蜜月期並非漫無止境。我們都知道自己辜負天主的榮耀，此時也會察覺自己抗拒進一步接近天主。我們既希望天主移開這些障礙，卻也害怕天主真的這麼做時會出現什麼後果。我們發現世界根本不是天主意欲的伊甸園。天主已開始向我們啟示我們自己和社會的罪和犯罪傾向，我們也正進入神操第一週的關卡：渴望天主向我們啟示我們自己和世界的罪，渴望祂寬恕我們，並讓我們更能活出天主子女的自由。

就如我們之前談過的，神操各階段是由不同渴望推進，依納爵的習慣是在每一個默想或默觀之前，把渴望寫在第二或第三個前導說明裡。這些渴望強迫不得，必須真誠地發自內心。換句話說，如果我們沒有推動第一週的渴望，唯一的辦法就是祈求天主賜予這種渴望。在祈禱時，該為自己或自己帶領的人詢問的關鍵問題之一，就是：「我現在真心想向天主求什麼？在我與天主的關係裡，我現在真正想要的是什麼？」誠實面對自己真實的渴望，在增進與天主的關係上是極為重要的一步，其實，在別的關係上又何嘗不是如此？在帶領團體神操時，我們必須銘記於心：團體裡的人，論其渴望，彼此之間可能差異很大。因此在提供祈禱資料時，最好能提醒操練者依從自己真實的渴望。

神操第一週的渴望是：懇求天主啟示我們，讓我們知道自己多辜負了祂對我們的期望，並認清自己過度的牽掛（耽溺）如何從中作梗，阻礙我們活出天主的夢想。但在此同時，我們也希望知道天主仍愛著我們，不論我們有多少缺陷，我們仍是被愛著的罪人。唯有這樣的認識，才能帶給我們克服犯罪傾向的恩寵與動力。此外，我們也渴望天主啟示我們集體的問題，讓我們知道社會、文化、教會和世界多辜負了祂的期望，但儘管如此，祂還是對我們關懷如一。

我們之所以需要再次確認天主愛我們罪人，是因為在靈修旅程的這個階段，我們依舊受幻覺之困，很難打從心裡相信天主愛罪人。雖然耶穌明明已為了我們罪人而死，但這個幻覺就如百足之蟲，死而不僵，「我爛透了，根本不值得被愛」

的念頭，還是時不時會來騷擾我們。除非讓它死去並埋葬這個幻覺，否則無法真正獲得自由。幾時這個幻覺糾纏不休，我們還是會不斷試著去證明自己是可愛的、不斷試著自救。當我們的罪曝光時，我們必須讓耶穌洗我們的腳；當我們的過犯無所遁形時，我們必須凝視耶穌在十字架上為我們的罪受死時的眼神，並從中看見愛。只有那樣，我們才能活在真實世界，儘管它依舊扭曲不堪，天主還是在其中牽引著我們與聖三共融，耶穌正是為了我們罪人，在這樣的世界中犧牲了生命。

在擺脫這個幻覺時，我們將打從心裡明瞭：

天主竟這樣愛了世界，甚至賜下了自己的獨生子，使凡信祂的人不至喪亡，反而獲得永生，因為天主沒有派遣子到世界上來審判世界，而是為叫世界藉著祂而獲救。（若 / 約三 16-17）

懷著這番深深的徹悟，我們能對著十字架上的耶穌說話，就像朋友對待朋友一樣，我們心中充溢的是真正的愛和羞愧，而非不健康的罪惡感。在這種情感推動下，我們將忍不住要問：「我以前對耶穌做了什麼？我現在為耶穌做了什麼？我將來能為耶穌做些什麼？」這時，我們或許就準備好讓渴望在心中生起，去認識、愛慕、追隨基督。

第二週

神操第二週的渴望，就是依納爵在每個默觀前第三則前導說明裡寫的：「祈求對為我降生成人的主的內在認識，讓我更加愛他，更緊緊地跟隨他」（第 104 號）。具備這種渴望的人，心態已經發生根本轉換。在此之前，我們的重心是自己或自己的需要，我們想深切相信天主與我們同在，在我們的破損、罪性，和急迫需求之中，天主就在那裡。但隨著渴望轉換，我們開始想與耶穌同在，想認識他這個人，還有他的價值與使命，在此同時，我們也想加入他的使命⁴。我們與耶穌關係的變化，可以用兩幅圖像來說明：在第一週，我們就像盲人巴爾提買，一心想要耶穌伸出援手，幫忙治好自己的眼盲；到第二週，我們變得像重獲光明的巴爾提買，「在路上跟著耶穌去了」（谷 / 可十 52）。

依納爵並不認為準備好做這種轉換視野的人很多。因此，他似乎總是不輕易給人帶整套神操。很多人因為遭受過身體或心理創傷，除了為自己尋求治療之外，幾乎沒辦法在別的事物上專注太久。我就以身上趕出一大群邪魔的那個人為例：在那群邪魔被趕走之後，「那曾附過魔的人，懇求耶穌讓他同耶穌在一起。耶穌沒有允許他，但對他說：『你回家，到你的親屬那裡，給他們傳述上主為你做了何等大事，怎樣憐憫了你。』」（谷 / 可五 18-19）我這樣讀這段經文，或許多少有點借題發揮，但我們或許能這麼說：這個人被自己所受的苦嚇倒了，以至於無法承受徹底跟隨耶穌、做他門徒的嚴

酷考驗。總而言之，我們應該謹記：不能逼人渴望跟隨耶穌，因為這可能超過他們的能力範圍，反而對他們造成傷害。

即使是渴望認識耶穌，好更愛他、更緊密地追隨他的人，在回應耶穌的召叫時也會產生抗拒。他們會像當初的門徒一樣逃避現實，儘管耶穌三次預言自己的受難，他們卻始終充耳不聞。畢竟，跟耶穌最緊的人也會遭受同樣的命運，至少是類似的命運。當門徒們變得像基督一樣之後，等待他們的就​​是迫害和殉道。因此，這時產生抗拒是十分合理的。

千百年來，與基督建立個人關係、從而變得像他一樣的人，都像基督一樣地受盡苦難。但要注意的是：在這抗拒背後，隱藏的仍是幻覺——以為自己能掌控人生和命運。我們擔心一旦跟隨基督，完全聽憑他的安排，就​​不能再掌握人生。於是這種恐懼導致抗拒，妨礙了我們這個靈修階段最深的渴望——親近耶穌。綜觀四福音書，我們可以看到耶穌不斷對照信心與恐懼，並一再提醒恐懼毫無用處。歸根究柢，凡是被耶穌召叫作門徒的人，對耶穌這番話一定言猶在耳：

誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架，跟隨我，因為誰若願意救自己的性命，必要喪失性命；但誰若為我和福音的緣故，喪失自己的性命，必要救得性命。人縱然賺得了全世界而賠上自己的靈魂，為他有什麼益處？人還能拿什麼作為自己靈魂的代價？（谷 / 可八 34-37）

身為靈修引路人，依納爵當然極為敏銳，他很清楚如果沒有天主的恩寵，我們不可能以這種方式跟隨耶穌。在兩旗默想中，他很明確地指出人人心中都有這兩面旗（或說兩種價值系統），也同時建議向聖母、耶穌和聖父做三重對禱，好讓我們能效命於基督麾下。雖然基督的價值真實可貴，能為我們今生來世都帶來幸福與平安，但因為我們耽溺於財富、名聲和榮譽，我們沒辦法靠自己擁抱基督的價值。在這個意義下，基督教的確是麥慕理口中的「真宗教」。在《關係裡的人》（*Persons in Relation*）中，他鏗鏘有力地寫道：

假宗教的信條是：「不要怕，相信神，祂會讓你害怕的事不發生在你身上。」相反地，真宗教的信念是：「不要怕，你害怕的事很可能發生在你身上，但它們其實沒什麼好怕的。」⁵

依納爵認為：想牢牢跟隨耶穌的人，必須不斷祈求擺脫恐懼和假價值，以緊緊擁抱耶穌的價值。

第三週

神操第二週的渴望是：「深深地認識為我而降生成人的吾主耶穌，為能更加愛慕他、追隨他」。我們想認識耶穌所秉持的價值，還有他的愛、他的恨、他的夢想，以及他的盼望。我們想認識他的心，好讓自己能深深愛慕他，不讓任何事阻

撓自己跟隨他，連對苦難與死亡的恐懼也不例外。當我們領受了第二週的恩寵，就會發現自己對耶穌愈來愈專一，也愈來愈少把目光放在自己身上。這樣的專一不是我們堅毅用心有以致之，而是天主的禮贈，而且這份禮贈我們要不斷祈求。對大多數人來說，得到這份禮贈還未必能常保專一，因為自我中心極其頑強，也許要到進了墳墓才能克服。我有時甚至會想：煉獄存在的神學命題，是否出自克服自我中心的艱辛經驗呢？

儘管如此，確實擁有第二週的渴望的人，還是能逐漸掙脫自我中心的束縛，開始懇求兩旗及三級謙遜的恩寵。耶穌真的成了他們的人生摯愛，作他們最親密的朋友和同伴。等他們走完靈修旅程的這個階段時，他們會像重獲光明的巴爾提買一樣，想跟著耶穌上路（谷/可十52）——上十字架之路。這時，他們已準備好進入第三週。

如依納爵所說，第三週的渴望是：「祈求憂傷和悔恨，因為主是為我的罪而受難」（第193號）。容我再次提醒：務必切記依納爵談的是渴望，而渴望不在我們掌控之內。我們對耶穌的愛在第二週持續茁壯，而渴望同情耶穌、渴望與他一同受苦，正是這份愛的禮贈。另一方面要注意的是：即使有了這份渴望，也不代表相互矛盾的渴望不會存在。我們或許會想和自己最好的朋友同擔痛苦，但這種渴望的後果也令我們望而生畏。分擔別人的痛苦往往讓我們傷心難過，要是他們去世，我們也宛如失去「半個靈魂」（如聖奧斯定描述一位自己鍾愛的人所說），沒有人能輕易承擔這種失落感。

此外，我們的朋友也可能因為不想增加我們的痛苦，所以不願分享自己真正的感受。曾照顧過重症病患的人，常常會發現不論是病患、或是他們深愛的人，都會因為害怕「互相傷害」、害怕分享感受會「讓情況更糟」，結果雙方都變得孤立無援。

至於耶穌，我們假設只要有人渴望和他同苦，他就願意分享自己的苦難；只要我們願意、也能承擔，他也會毫不保留地給出自己（請參考達致愛情的默觀第一端，《神操》第234號）。態度模稜兩可是我們的問題。另外，即使在第二週有過相對深刻的經驗，也不能預設這次退省將一帆風順，一定能深深渴望同情耶穌、與耶穌同苦。我們能盼望的是：在持續耕耘與耶穌的關係之時，他會將這份漸行增長的渴望作為送給我們的一份禮物。對第三週的深刻經驗，可能要到整套神操結束後好幾年才會浮現。

社會心理學家有所謂「公正世界假設」⁶，他們認為我們大多數的想法、感受和行為都在無意間受其影響。依照這個假設，「苦難是咎由自取」。因此，我們一聽說某人得了肺癌，就假定他一定菸癮很重；如果土石流摧毀全鎮，我們就質疑鎮民為什麼把房子蓋在那種地方；聽到女性遭強暴，也總有人怪受害者出入是非之地、交友不慎，或是行為不檢點等等。我們總想為災禍找理由。要了解這種心理，可以想想自己遇上壞事情的反應。每當我們自問「為什麼是我？」時，背後躲著的就是公正世界假設，而合理化壞事的唯一解答，就是責怪自己一定做錯了什麼事。畢竟，如果災禍會無緣無

故地隨機降臨，我們等於隨時處在風險之中，這種恐怖不是一般人受得了的。不過，公正世界假設也會造成隔閡，讓人難以深刻同理別人的痛苦，不管彼此再親也是一樣。公正世界假設也完全無法套用在耶穌身上——絕對無辜的人被凌虐至死，其中豈有「公正」可言？我們之所以難以衷心渴望同情耶穌、與耶穌同苦，這也是原因之一。

有些神學理論用很怪異的方式解釋耶穌受難，可能也是無意間掉入公正世界假設的陷阱。例如有種理論說：為平息天主對人類罪惡的憤怒，耶穌非受盡折磨不可。還有一種理論說：因為罪惡無限地羞辱了天主，所以要彌補這滔天過犯，也非讓一位既是天主也是人的人受難才行。就我看來，這些理論其實只是在捍衛公正世界假設，硬是編出一些怪道理解釋耶穌為何無辜受難。沒被這種假設迷惑的人可能也會問：耶穌明明說天主是祂的「阿爸」，是祂「親愛的爸爸」（或親愛的媽媽），這種理論怎麼可能與天主無窮的愛相提並論呢？

所以我們一定要有心理準備：不論多渴望與耶穌同苦，我們心裡都會抗拒這股渴望。死亡帶來毀滅，它威脅要抹除一切讓我們成為我們的連結。在普立茲獎得獎作品《否認死亡》（*The Denial of Death*）中，恩內斯特·貝克（Ernest Becker）記錄下人類文化普遍恐懼死亡的現象，也精闢描繪出人類有多想否認死亡的可能性⁷。因此，請切記：我們為否認死亡的真實性所建立的心理防衛機制，在即將進入神操第三週時，勢將抬頭。

為克服這些抗拒，依納爵要我們一再懇求天主賜予我們渴望。依納爵從經驗裡得知：一時同情耶穌，並不足以克服這些抗拒。但儘管這些抗拒桀驁難馴，天主的恩寵是無堅不摧的。

有些人確實得到了哀悼耶穌、同情耶穌的贈禮，也明白此時的傷痛，並不同於第一週默想耶穌在十字架上的傷痛。在第一週時，他們會悔恨自己的罪，但也驚訝雖然這些罪把耶穌送上了十字架，耶穌卻還是深情地注視著他們。現在，他們不再把焦點放在自己身上，反而全神貫注於耶穌，一心面對他過去和現在所受的苦。有位女士在避靜時淚流滿面地走進來說：「他死了，我好欣慰他的痛苦結束了。」獲得同情耶穌的恩寵的人，也會發現這股同情向外擴散，讓他們更同情世界上受苦的人。他們由衷感到耶穌仍在世上受苦的人身上受苦，在那些和他一樣被壓迫、擊潰的人身上，更能看見耶穌受苦的身影。我認為，對於苦難世界的這種同情，正代表他們換上了耶穌的心和天主的同情憐憫。我相信天主這時正給予啟示，告訴我們在人類相互攻擊、甚至傷害天主深愛的耶穌時，祂的感受是什麼。在天主賜下這份禮物，讓我們同情憐憫耶穌和許多不為人知的人們的苦難時，我們是以一種奧祕的方式，經驗基督奧祕的身體⁸。

也許，在世上實現公義的最深刻動機，正是從第三週的同情憐憫而起。

第四週

依納爵預期，人一旦體驗過對耶穌的深刻同情憐憫，天主會引出他們對這份恩寵的渴：「因為我們的主基督偌大的光榮和喜樂，而強烈地感到歡欣喜悅」（第 221 號）。渴望的轉化將人帶入了神操第四週。請注意：操練者求的是恩寵，是他們無法靠自己的力量得到的東西。另一點該留心的是：操練者是為了耶穌的緣故而求喜樂。

我們在這週乞求恩寵的事實，正顯示耶穌復活並不自動帶來喜樂。沒錯，雖然聽來奇怪，但我們是會抗拒這種恩寵的。因為要經驗這種熱烈的喜悅，我們必須能正視耶穌手和腳的傷痕。復活不是抹除十字架苦刑的恐怖。為能經驗耶穌的喜樂，我們必須接受這般恐怖奧祕的「必要性」。「默西亞不是必須受這些苦難，才進入他的光榮嗎？」（路廿四 26，粗體為我所加）耶穌之所以能成為如今光榮的耶穌（而非無傷無痕的耶穌），走向十字架是唯一的路。這是耶穌的智慧。


我們很難參透這樣的智慧。事實上，靠自己絕不可能理解——我們需要天主的恩寵。因此，我們必須求天主賞賜與耶穌同喜的能力，而「與耶穌同喜」，意味著接受他的慘死。耶穌受難不只是場惡夢，就像我們在現實生活裡遭受的痛苦

和失落並不是惡夢。我也相信，除非我們接受深愛的人受苦、死亡的事實，否則我們無法全然歡慶他們的生命、經驗他們的復活。恐懼死亡，不僅讓我們無法全然享受人生，也讓我們無法與復活的耶穌同喜、與和他一同復活的我們深愛的人同喜。我想再提一次麥慕理所說真宗教的信念：「不要怕，你害怕的事很可能發生在你身上，但它們其實沒什麼好怕的。」⁹ 耶穌復活為真宗教做了最好的說明：受難和死亡的確都發生了，但耶穌說它們沒什麼好怕的。當我們領受與耶穌在他的榮耀中同喜的恩寵時，我們會一再地歡呼：阿肋路亞！

結論

在這一章裡，我試著說明做神操時的一些經驗和渴望，我們可以藉此判斷被帶領者正在神操的哪一個階段。靈修生活的進展顯然不會平順，不是從一處高原緩緩爬上另一座山峰。要體認到自己是被愛著的罪人，並非一蹴即成之事。任何關係的進展都會遇上波折，都會遇上高峰和低谷，都會一下子突飛猛進，一下子又退回以前的階段，人與人之間的關係是如此，人與天主之間的關係更是如此。即使對整套神操有過很深的體驗，即使在達致愛情的默觀上得到深刻的神祕經驗，也不代表以後和天主的關係不會退步。不過，我們一旦經歷過神人關係的高峰，就會明瞭天主多想將祂自己給我們，而這份認識也將加強我們的渴望，讓我們重返關係中的那種深層經驗。

1. Cf. Gerald G. May, *Addiction and Grace* (San Francisco: Harper & Row, 1988).
2. Harry Guntrip, *Psychotherapy and Religion* (New York: Harper, 1957), 194–195. 亦在第一章中引用。
3. Cf. Joseph N. Tylenda, *A Pilgrim's Journey: The Autobiography of Ignatius of Loyola* (Wilmington, Del.: Michael Glazier, 1985), n. 24. (中譯本見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》，第48頁。)
4. 這個論點得自耶穌會神父威廉·康諾利 (William J. Connolly, S.J.)，謹此致謝。
5. John Macmurray, *Persons in Relation* (Atlantic Highlands, N.J.: Humanities Press, 1991), 171.
6. Cf. Edward E. Jones, Amerigo Farina, Albert H. Hastorf, Hazel Markus, Dale T. Miller, and Robert Scott, *Social Stigma: The Psychology of Marked Relationships* (New York: W. H. Freeman, 1984).
7. Ernest Becker, *The Denial of Death* (New York: Free Press, 1973).
8. 出自拙作 *Finding God in All Things: A Companion to the Spiritual Exercises of St. Ignatius* (Notre Dame, Ind.: Ave Maria Press, 1991), 124–125.
9. John Macmurray, *Persons in Relation*, 171.



第六章

依納爵式默觀：
在祈禱中運用想像

依納爵·羅耀拉最具原創性的洞見是什麼？我認為是在萬事萬物裡都能找到天主，而且人的每一份經驗都有宗教面向和宗教意義。在向鞏路易（Luis Gonçalves da Câmara）口述自傳的第一章裡，依納爵把這一點說得清清楚楚。被砲彈擊傷腿部之後，豪邁、英勇、風流又雄心勃勃的騎士依納爵回到羅耀拉城堡休養。他想像自己成為戰功彪炳的英雄，凱旋歸來贏得一位貴族夫人的青睞。他鎮日沉浸在這樣的白日夢裡。

然而，他在羅耀拉城堡裡找不著喜歡的騎士小說，只好開始讀那裡僅有的兩本書：一本是基督生平，另一本是聖徒傳記。讀物豐富了他的想像，他開始幻想比聖徒們更勤奮苦修、更努力追隨基督。他像幻想自己的英雄事蹟一樣，又這樣沉浸在白日夢裡。一段日子過去了，他並沒有發現自己對這兩種幻想的反應有什麼不同，但事實上是判然有別的。在幻想自己戰果輝煌時，他雖然興奮，但隨後就變得「枯燥乏味」；可是在幻想仿效聖徒時，他不但當下興奮，之後也「心曠神怡」。他說：

當時他沒有留神，也沒有注意查考那種分別，直到有一天他眼睛開了，對這種不同的感受大為驚異，於是開始反省：為什麼有的思想使他煩悶，另一種思想卻使他欣慰；漸漸地明白了使他心情動盪的不同神類：一種是由魔鬼而來，另一種是來自天主的靈感¹。

在我看來，這則小故事不僅透露依納爵靈修的源起，也點出了它的核心——在萬事萬物中尋找天主。如果在白日夢裡都能找到天主，在其他地方當然也可以。在這一章裡，我想反思的是天主如何用依納爵的想像引他皈依，以及神操對於在祈禱中運用想像的建議。

依納爵顯然很會想像。他喜歡讀當時的騎士小說，這些書激發了他的想像，讓他夢想建功立業，為他的君王、祖國和「夫人」效命。他不是唯一一個愛讀小說和英雄故事的人——看看美國，西方小說和電影同樣受到熱烈歡迎，無數的人因此馳騁想像，夢想自己也是行俠仗義的英雄，為殘酷的世界帶來和平與正義。再看看托爾金（J. R. R. Tolkien）的《魔戒》三部曲，巫師、精靈、矮人、人類和哈比人並肩作戰，一起對抗想毀滅世界的魔王。我自己就讀了《魔戒》三部曲五遍，每次看到佛羅多等人勝利歸來接受歡呼時，我總感動落淚。《魔戒》裡的人皇亞拉岡，幾乎就是《神操》裡王國默想那位君王的翻版。他和同伴一起承擔所有艱辛與危險，領導他們穿過死亡之谷，也付出一切拯救世界，免遭魔王毒手。依納爵熱情吸收的也是這樣的故事，它們激勵了他的抱負，也鼓舞他渴望成就大事。

天主運用依納爵強烈的想像力，引導他產生另一種抱負。就文學價值來說，福音書故事和聖人生平也是相當精彩的作品，也很能勾起讀者無窮想像——至少依納爵就是這種讀者。我們不難想見，當他發現羅耀拉城堡只有這種書時，心裡一定相當失望。但他還是漸漸起了興趣，再次融入書中，開始

想像，而曾經讓他決意縱橫沙場的雄心，也令他無比景仰諸聖的英豪作為，矢志踵武前賢。他更發現：較之所有想像能及的世間君王，基督才是更值得效命的英主。最後，他終於恍然大悟：兩種不同的英雄想像，對他的內心也有不一樣的影響。

依納爵發現，兩種想像裡都有天主聖神（聖靈）作工：在世俗功業的想像裡，聖神讓他體會爭名逐利到頭來是一場空；但若用心追隨基督，天主將幫助他與基督永享至福。事實上，依納爵用君王的寓言激發退省者對基督的嚮往，就像早期基督徒用《依撒意亞》裡的受苦之僕鼓舞信徒一樣。我們幾乎可以看到他們正交頭接耳：「記得《依撒意亞》裡那個受苦的僕人嗎？耶穌讓那個故事成真啦！真想不到啊！」

我得在此提醒一件很重要的事：在分辨出兩種想像的差異，並皈依天主後，依納爵並沒有變成完全不一樣的人。他還是一個雄心勃勃、充滿幹勁的人²。依納爵從自己的經驗裡學到：天主自有運用他的想像力的方式，祂能以這種方式教育他，把他引上新的人生道路。在《神操》裡，王國默想是排在默觀基督公開生活之前，它的目的是激發避靜者的想像，讓他們渴望更認識耶穌，好更愛他、更緊密地跟隨他。而我們也已經看到：這個默想的起源，竟然很可能是依納爵養病時所做白日夢而來的洞見！除此之外，他也發現：天主會運用福音書故事引領我們想像，以便把我們帶進福音書的世界，好讓天主向我們啟示祂自己。接下來，就讓我們看看依納爵在《神操》裡的幾個建議。

在默觀耶穌降生和聖誕時，依納爵提了幾個往後每則默觀都適用的建議。對於基督生平的每一則默觀，依納爵的第二前導都是：「定像，藉想像力觀看地點」。在默觀耶穌降生時，他寫道：「觀看這廣大的地球上，居住著那麼多、不同種族的人；然後特別觀看在加里肋亞（加利利）省的納匝肋（拿撒勒）聖母居住的房屋及住室」（第 103 號）。我們一眼就能發現：依納爵在建議如何想像時，已超出了福音書經文所提供的內容。

在陳述這則默觀的文字裡，依納爵勾勒出一幅生動的世界全景圖。他要我們想像聖三「看地面上的人，形形色色各有不同」（第 106 號）。這個想像場面浩大，以天主的眼凝視大地。接著，就像現在用鏡頭拉近場景似地，凝視的目光突然集中到偏僻的加里肋亞，然後再挪到一座小村，最後是一名少女的家。依納爵緊接著提出三點，要人注意「人人各有不同，有的在這，有的在那」，然後「聽聽世人所說的話」、「聽天主三位所說的話」、「聽天使同聖母的談話」，最後「觀察世人的行為」、「觀察天主三位的工程」，並「觀察天使和聖母的行為」。

福音書完全沒提天使報喜時其他地方正發生什麼事，也沒講天主聖三彼此商量了什麼，但依納爵想像經文背後的事。照依納爵想像：聖三必定有在一起商量，因為祂們看見世人大禍臨頭，就要墮入地獄，所以，必須要做點什麼。依納爵相信：如果我們這樣發揮自己的想像力，天主將啟示我們耶穌是誰、他所堅持的又是什麼，好讓我們愛慕他、也想要跟隨他。

在默觀耶穌聖誕時，依納爵再次重提定像的建議，要靜靜者想像地點。

用想像力觀看，從納匝肋到白冷城的路。思考路的長和寬，是否平坦、或是彎彎曲曲穿過山谷和丘陵。同樣，注視耶穌誕生的山洞：大、小、高、低，及怎樣的擺設？（第 112 號）

依納爵不拘束想像力。雖然他親自去過聖地，但他不告訴我們那裡的真實風光，反而讓我們自由想像那裡的樣貌。在默觀時，他也再次鼓勵我們注視場景裡的人，聽聽他們在說什麼，也看看他們在做什麼。依納爵還加了一個「婢女」的角色，並建議「把自己看成一名可憐、微小、無用的僕人，注視他們，默觀他們，並伺候他們的需要，好像我就在那裡一樣」（第 114 號）。這些建議能讓人充分發揮想像，以很多方式設想自己在場景裡頭。我聽過一位小兒科醫生說，他想像自己幫瑪利亞接生了耶穌，把他抱在懷裡交給瑪利亞。由此可見，依納爵相信天主會滿足人進一步認識耶穌的渴望，透過他們的想像力讓他們心願得償。

講到這裡，我想可以用較長的篇幅來好好談談祈禱裡的想像和幻想（fantasy）。靈修史上主要有兩種祈禱方式，其中一種強調非想像式的靜默祈禱。在今天，這種祈禱最有名的範例應該是歸心祈禱（centering prayer），而它在美國最著名的老師是熙篤會神父巴西略·潘寧頓（Basil Pennington）³。

在英國和其他英語系國家，本篤會老神父若望·梅恩（John Main）也對這種祈禱影響深遠⁴。這種祈禱方式提供了一個可貴的機會，讓我們在心靈深處與我們稱為「天主」的奧祕相遇。

另一種祈禱方式則以依納爵傳統為代表，這種方式鼓勵人在祈禱時用上所有官能，不論是感官、想像、心智或意志。雖然我在本書中著重的是這種方式，但請不要因此認為每個人都該用這種方式祈禱。兩種傳統都有值得敬重的歷史，我想大多數人在探求天主時，也都能從兩者中受益。也許有些人特別適合其中一種，但我不打算區分人格類型及其適合的祈禱方式。我鼓勵大家多方嘗試，以各種適合自己的方法探求活生生的天主，畢竟方法只是追求渴望目標的手段而已。遇上天主的目標達成之後，天主與我們建立的關係自會接手。

不過，很多人的確發現在祈禱時運用想像效果不錯，對於探求天主很有益處。讓福音書場景觸動想像，就像閱讀詩歌或小說一樣，並求天主在這過程裡將祂啟示給我們。我們也可以像依納爵所建議的那樣，把自己想像到場景裡去。

在生命中的不同時刻，我們應該會對福音書裡不同的人產生或多或少的共鳴。舉例來說，對未來徬徨不安時，我們可能會對巴爾提買心有戚戚焉。《馬爾谷福音》第十章裡的這位盲眼乞丐，不顧眾人阻止對著耶穌吶喊：「耶穌，達味之子，可憐我吧！」我們心裡或許也有阻止自己呼求的聲音，它們告訴我們祈禱一點用也沒有。但我們可能也會不顧一切地吶喊，並在內心深處聽見耶穌回答：「你願意我給你

做什麼？」我們說自己需要看到方向：「師傅！叫我看見！叫我看見自己的路！」接著，我們把心中的苦痛全都傾洩給他。

另一些時候，我們可能會為自己對聖經場景的反應驚訝。舉例來說，有人讀了《馬爾谷福音》第三章的這個場景：

隨後，耶穌上了山，把自己所想要的人召來，他們便來到他面前。他就選定了十二人，為同他常在一起，並為派遣他們去宣講，且具有驅魔的權柄。
(谷 / 可三 13-15)

這人發現自己在生氣，卻不知道為什麼，他求上主幫助他了解原因。他慢慢想到：基督徒對於哪些人會是自己的同伴，其實是沒辦法選擇的。於是他明白了：原來他是為教會生活中的某些人生氣。這股氣從何而起他都不知道，但這的確影響他的心情，也減低了他做事的效果。了解這點之後，他的某些不安消失了，他也能請耶穌幫助他重新看待自己的同伴、還有耶穌的同伴。

再舉一例：讀到耶穌在最後晚餐為門徒洗腳時（若 / 約十三 1-11），不少人挺驚訝地發現，讓耶穌洗自己的腳原來並不容易。發現自己也會退縮之後，他們終於了解伯鐸當時為什麼會有那種反應。於是他們玩味自己的反應，也請天主啟示何以如此，最後恍然大悟：原來自己真正的罪，是不願接受耶穌的寬恕，不願相信自己被愛、可愛。

每個人的想像能力顯然有別——也許應該這樣說：每個人的想像特長各有不同。有些人能把整幅聖經場景視覺化，不但五色齊備，而且細節詳實，就像是在看電影一樣；有些人聽覺想像力極佳，能在心裡和頭腦裡聽見整場對話；其他人（包括我在內）則看不見也聽不了多少，但能以某種難以言喻的方式感受情節和人物。最後一類人往往很羨慕其他人有那麼鮮活的經驗，甚至對自己「缺乏想像力」有些挫折。事實上，每一個人都有想像力。如果聽別人講手指頭被槌子打到，你會眉頭一皺，代表你有想像力；如果妳能沉浸在精彩的好故事裡，也代表妳有想像力。人與人之間的想像力並不一樣，我們應該讓天主運用我們獨特的能力，而非哀嘆自己所沒有的那種。

想像力栩栩如生、創意十足的人，可以讓天主透過這份恩賜發展他們的關係。我認識的一位女士就是如此。她利用假期來避靜，和耶穌度過相當美好的時光。她說她把心事全都傾吐給耶穌，也詢問耶穌如何處理生活上某些棘手的難題。她做想像祈禱的時間有時是在戶外，有時是在壁爐之前。避靜接近尾聲時，她看見耶穌離開回到城裡，她明白耶穌想告訴她的是：在她的日常生活裡，他還是會繼續陪伴她。

還有一位男士，是在露營度假時長時間祈禱，與耶穌同在。在那次度假中，這位男士醒悟了他和耶穌之間的基本問題——我是否願意、也能夠信任耶穌，把最真實的心聲告訴他呢？也有些人是進入福音書裡的枝節，再創造出完整的故事。有位女士跟著耶穌走苦路，過程裡每個細節都很生動。

在耶穌跌倒時，她甚至還出手扶他，等到耶穌被釘上了十字架，她還是緊緊陪在他旁邊。後來衛兵變得愈來愈凶惡，動手想拽她走，但她就是動也不動，堅持要和耶穌在一起。

在祈禱中運用想像力時，我們很可能會發現：想像裡發生的很多事，其實都是以我們過去的經驗為基礎。那麼，我們怎麼能確定這整件事不只是一場富於幻想的白日夢，而虔誠地名之為祈禱呢？首先，我建議大家信任傳統。因為前人的經驗告訴我們：天主似乎會用聖人們的想像引導他們，讓他們與天主建立親密的友誼，在依納爵·羅耀拉、方濟·薩威（Francis Xavier，或譯為方濟·沙勿略）和瑪佳·安蘭閣（Margaret Mary Alacoque，或譯為瑪加利大·亞拉高）身上都是如此。其次，我想指出分辨的確有其必要，但分辨不是由質疑我們的人性開始，而是信任天主造我們為善。

依納爵撰寫分辨準則時，開宗明義提出了深刻洞見：為那些尋求天主的人，天主的臨在有幾個正面情感當記號：溫和、平安，以及沉穩的信心（第 315 到 316 號）。如果發揮想像力能帶來這些感受，並讓自己信、望、愛三德俱增，而且更渴望認識天主和耶穌，那麼我們就該抱持信心，相信天主正以我們的想像成就祂的目標和我們的善。對於這種祈禱的懷疑應被視為誘惑，當這些懷疑和問題並沒有明確答案時，更是如此。換句話說，如果這些懷疑和問題不斷騷擾你，而且也並未讓你祈禱方式更新或更好，這些懷疑就是誘惑。

關於分辨神類，有位討論祈禱的對象會有幫助，能有靈修導師更好⁵。目前先知道這點就夠了：能將自己的祈禱經驗

向有興趣傾聽的人訴說，有助於增進對祈禱生活方向的信心。光是向另一個人訴說祈禱時的經驗，就能幫助自己更留意與天主的關係，更珍惜自己擁有的恩賜。即使對方只是專注而同理地傾聽，除此之外什麼也沒做，自己還是能從中獲益。因為在描述經驗的過程裡，人往往能發現天主正把自己帶往哪裡，或是自己已經偏離多遠。當然，如果靈修導師能從旁再推一把，適時提出中肯的問題或評語，一定更能幫助祈禱者，讓他們看見祈禱正讓自己與天主更親密。而這份親密關係，也正契合天主一般對待人類、對待每一個人獨特的過往經驗的模式。

這一章的重點，是鼓勵帶領者師法依納爵的榜樣，在協助避靜者時自由揮灑，善用各種能幫助他們與天主相遇的方式。在依納爵傳統裡，想像一向能帶來很大助益。如果避靜者適合想像式祈禱，請務必讓他們相信這是天主的恩賜，能幫助他們更加認識天主。

-
1. Joseph N. Tylenda, *A Pilgrim's Journey*, n. 8. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第29頁。)
 2. 耶穌會精神分析學家威廉·邁斯納 (William W. Meissner)，在其心理傳記《依納爵·羅耀拉：一位聖徒的心理世界》 (*Ignatius of Loyola: The Psychology of a Saint*) (New Haven: Yale, 1992) 裡，有井有條地論證：天主的恩寵建立在依納爵的心理結構上，而這心理結構從未消失。
 3. Cf. M. Basil Pennington, *Centering Prayer: Renewing an Ancient Christian Prayer Form* (Garden City, N.Y.: Doubleday, 1980). (中譯本《神妙的歸

心祈禱：基督徒祈禱的古法更新》，1999年由上智文化出版。）

4. Cf. John Main, *The Heart of Creation* (London: Darton, Longman and Todd, 1988).
5. 關於需要哪種靈修指導，請參考 William A. Barry and William J. Connelly, *The Practice of Spiritual Direction* (HarperSanFrancisco: 1986). (中譯本《靈修輔導實務》由光啟文化出版。)



第七章

第二週與歷史上的耶穌

依納爵是十六世紀的人，他是以十六世紀的方式默觀福音書。在解釋聖經的時候，他絕不會質疑福音書裡的事是否真的發生過。當時的人認定福音書忠於史實，不像現在的人這樣，會去懷疑我們對歷史上的耶穌能了解多少。然而，我們和我們指導的人已經活在另一個時空。今日絕大多數受過教育的基督徒，或多或少都聽過現代聖經學者所提出的問題。此外，受過教育的基督徒也多半受到「懷疑的詮釋學」（hermeneutic of suspicion）的影響，對於每一件事的真實性或心理意義，他們都會從懷疑的角度加以詮釋。

舉例來說，心理學對人類行為背後「真實」動機的探問，受過教育的人應該大多都已耳熟能詳。此外，諸如《時代雜誌》（*Time*）之類的新聞週刊，也常受「耶穌研討會」之類的團體吸引，大篇幅報導關於歷史上的耶穌的「新發現」，並質問我們到底能認識歷史上的耶穌多少，甚至提出更尖銳的問題——我們有可能穿越重重迷霧，認識歷史上的耶穌嗎？對於這些質疑，今日基督徒必不陌生。而我相信：身為靈修指導者，我們必須認知到如今批判、懷疑之風盛行，並意識到這股風氣對當前做神操者已有所影響。

我用一個例子來說明：幾年前，有位經驗豐富的靈修指導者才開始避靜沒多久，就覺得十分煩惱。這位老師以前也在研究所讀過神學，但她這次參加避靜，卻碰上另一位正在讀神學院的女生，與後者的談話是使她不安的原因。那位女生正在上一門談耶穌復活的討論課，她說班上不分師生，主流看法是耶穌並沒有奇特的遭遇，所謂「復活」，指的是他

活在我們記憶裡而已。剛開始避靜的這位女士覺得心煩意亂，因為事實要是真是如此，她等於是把人生和希望寄託在空泛的東西上，自己依靠的只不過是基督徒對耶穌的回憶而已。此外，要是耶穌復活只是回憶，她那些過世的親朋好友還有復活可言嗎？難道他們「復活的生命」，就只是被世上愛他們的人記住而已？我不認為這只是個案。我們指導的人大多數都有這種困擾（即使不是「大多數」，也一定不少），他們受到懷疑的詮釋學挑戰，也面臨後現代對一切信仰真理的質問。

該怎麼辦呢？只用這短短一章，我無法全面回應如何認識真理的問題，更不可能回答如何確認史實。不過先釐清一點就夠了：想在詮釋方法中納入現代認識論、歷史學和心理學的知識理論，同時也容許自己相對確信歷史、哲學與神學真理，並不是不可能的¹。請注意我用了「相對確信」這幾個字。我們是無法絕對確定歷史真相，但我們還是可以做出相對正確的判斷。儘管現代文化瀰漫相對主義與懷疑之風，但我們不必因此進退維谷。以剛剛提到的那位女士為例，我認真看待她的困擾，但也告訴她說：雖然除了信仰和立基於信仰的經驗之外，我們別無證據，可是關於耶穌復活，基督宗教的態度是很明確的，我們相信在耶穌身上發生了奇特的事。我請她和耶穌談談自己的恐懼和焦慮。我也願藉此向靈修指導者們保證：後現代懷疑主義絕不是最終結論。

現代受過教育的基督徒不得不面對懷疑主義之風，很少有人不曾埋頭苦思確定知識是否可能。除此之外，他們或許

也意識到四福音書經過重重編修，所以對於如何詮釋特定經文的意義，他們可能也心生疑慮。因此，靈修指導者最好能多多充實自己，盡可能了解福音書經文可以用何種方法詮釋。比方說，某段經文能視為平鋪直述納匝肋人耶穌的經歷，能當作該福音書論證的一部分，也能看做該福音書對特定群體釋放的訊息。

在此同時，儘管特定經文的詮釋方法可能相當複雜，但這並不代表祈禱者不能用福音書段落來祈禱。何況在神操第二週，避靜者的渴望是更親密地認識耶穌，好更愛慕他、更緊密地跟隨他。換言之，即使現代人更在意福音書編修的複雜過程，但這並不妨礙他們以福音書故事為立足點，引導出自己對耶穌的信仰與愛慕。總之，我想我們應該對依納爵的方法更有信心。對福音書的想像式默觀是可貴的祈禱方式，可以幫助我們進一步認識耶穌²。

這幾年最吸引我的問題之一，正好就是：透過福音書，我們對歷史上的納匝肋人耶穌可以知道些什麼？我的看法是：現代對於歷史上的耶穌的研究不無可取之處，靈修指導者若能妥善運用某些出色的研究成果，其實可以幫到渴望更認識耶穌的人。在《你們說我是誰？》（*Who Do You Say I Am?*）³裡，我從若望·邁爾（John Meier）的作品⁴出發，幫助讀者運用福音書更認識納匝肋人耶穌。最近，我也在《伴隨永恆的愛》（*With an Everlasting Love*）⁵裡運用賴特（N. T. Wright）的著作⁶，前後用了三章的篇幅，目的也是一樣的。在這一章，我想簡單扼要地談一談：帶領神操第二週時，帶

領者可以如何運用這一類資料。

首先，我想我們必須承認：雖然我們在神學上堅稱耶穌也是人，但很多人其實很難從人的角度看待他。我們小時候聽大人提起耶穌，總是發現他們充滿敬畏之情；他們教我們在聖體龕前屈膝，好向他神聖的臨在表達敬意；每次提到他的名字，我們也都該低頭。當然，主日學教我們耶穌是人，但更強調的還是他的神性，因此我們很難想像他也要學上厕所、也要學講話。我們太重視他身為天主無所不知的面向，於是也很難想像：身而為人，他也得歷經一番掙扎才能確立志向。所以，在協助具備第二週的渴望的人時，我們必須意識到：無論是被帶領的人，或是我們自己，其實都很難認真看待「耶穌是人」的事實，都很難接受他除了原罪之外，其實和我們一模一樣。

也許有人會說：就算沒有認真看待這個事實，也沒什麼大不了的。我的看法可不是如此。把耶穌當成和我們不一樣的人，無異於把他當作超人。事實上，有位聽我講過納匝肋人耶穌的人性的神學生就說：「如果他不是和我一樣的人，我就不必認真把他當成應仿效的典範。」我認為這位神學生說得一針見血。如果耶穌是超人，我是能崇拜他沒錯，但我不必認真看待他要我們效法他的呼召，因為我不可能變成超人。

當我在神操第二週帶領避靜者時，這段時間，我總會提醒「耶穌和我們一樣也是人」。是人就預見不了未來；是人都得透過祈禱、反省和自身經驗，才能慢慢發現人生使命；

是人就會受文化影響，吸收該文化的優點與偏見；同樣地，是人就會信任別人，直到有天發現他們其實不值得信任。我不會花太多時間細講，但我會向避靜者點出這一類的事。

比方說，我會提耶穌在青春期的時候，也必須面對自己逐漸萌芽的性意識，我們可以和他談談自己在性方面的成長；在講到耶穌和洗者若翰（約翰）時，我會提一下若翰就像耶穌的師父，並指出和耶穌談談這個話題也許能收穫不少；講到耶穌在曠野受誘惑時，我會提一提耶穌不久前才在約旦河裡受洗，也才剛剛確認自己默西亞（彌賽亞）的使命，因此，這些誘惑從某個層面看來，其實是鼓動他當很多人心目中的那種默西亞；我可能也會跟避靜者提到：根據《馬爾谷福音》，耶穌的家人曾懷疑他瘋了，並請避靜者問問耶穌：因為對自身使命的信念而被當成瘋子，心裡是什麼感覺呢？

在講到耶穌意識到自己與天主的獨特關係、甚至醒悟自己就是天主時，我會說：「我挺好奇他怎麼看待這個念頭，搞不好他當時也覺得自己瘋了。」當風暴日益接近，我會強調耶穌挺身而出，堅信自己作默西亞的方式合乎天主心意。那時的他，除了信任天主、信任自己與天主的關係之外，其實別無保證。而當他在園子裡痛苦不已時，他其實是在最後一次苦思這個問題：我到底有沒有正確理解天主給的使命？畢竟，當時的人不會把默西亞和十字架聯想在一起，要是一個人被釘上十字架，照道理來說，他顯然不可能是默西亞。

對於要走向第二週和第三週默觀的人，這些都是我們可以建議的門路。我發現，避靜者若能以這種方式默觀耶穌，

往往會變得更感謝、也更愛慕他。此外，他們也會更清楚跟隨耶穌的意義。我鼓勵指導者認真看待耶穌的人性，因為由下而上的基督論往往能攀向高處，從耶穌的人性出發，我們更能看出納匝肋人耶穌神聖的那一面，敬畏之心也將油然而生。賴特清楚有力地說明了這一點：

西方正統對於神的看法，長久以來總過於崇高、疏遠而具壓迫性。我們建構基督論的方式，也總是從對神的這種看法出發，試著把耶穌塞進這套框架。結果就是讓耶穌變得像幻影——耶穌只是看起來像真實的人，但實際上並不是。我建議不要先思考「神」的意義，再想方設法把耶穌擺進裡頭去；相反的，我們應該去想：歷史上曾有這樣一名猶太年輕人，他有個風險極高、近乎瘋狂的使命，他騎驢進了耶路撒冷，痛斥聖殿裡的人胡作非為，和朋友們再一次進了晚餐，然後被羅馬政府釘上十字架。以這位年輕人的人生為中心，我想我們可以重新認識「神」的意義⁷。

藉著請耶穌向我們啟示自己，讓我們看到一世紀時那位有血有肉的猶太人，我們和我們帶領的人都將獲益良多，更貼近「神」這個字的真義。當我們心領神會時，我們必然會被人稱之為「天主」的奧祕吸引，並為我們赫然發現的感到驚奇。

-
1. Cf. Bernard Lonergan, *Insight: A Study of Human Understanding* (New York: Philosophical Library, 1957) and *Method in Theology* (New York: Herder and Herder, 1972). 欲專攻聖經研究，請參考 N. T. Wright, *Christian Origins and the Question of God*, vol. 1 of *The New Testament and the People of God* (Minneapolis, Minn.: Fortress, 1992), 29–144.
 2. Cf. Brendan Byrne, “To See with the Eyes of the Imagination: Scripture in the Exercises and Recent Interpretations,” *The Way Supplement* 72 (autumn 1991) 提供對相關議題有幫助的省察方法。
 3. William A. Barry, *Who Do You Say I Am?: Meeting the Historical Jesus in Prayer* (Notre Dame, Ind.: Ave Maria Press, 1996).
 4. John Meier, *A Marginal Jew: Rethinking the Historical Jesus*, vols. 1 and 2 (New York: Doubleday, 1991, 1994).
 5. William A. Barry, *With an Everlasting Love: Developing an Intimate Relationship with God* (New York: Paulist Press, 1999).
 6. N. T. Wright, *Christian Origins and the Question of God*.
 7. N. T. Wright, “How Jesus Saw Himself,” *The Bible Review* 12/3 (1996): 29.



第八章

分辨神類

依納爵·羅耀拉的時代就和我們的時代一樣，動盪紛亂，但也不乏希望。他和我們一樣活在歷史的轉捩點，舊秩序行將崩潰，新世界掙扎誕生。他親眼看到天主教會奮力適應新世界，他也正是教會當時迫切需要的宗教天才。依納爵的過人之處，是明瞭萬事萬物之中都能發現天主，而對於有心尋找宗教意義的人來說，每份經驗都有其宗教向度。發掘內在經驗裡的宗教意義便是「分辨神類」。雖然在依納爵之前，「分辨神類」一詞已有悠久傳統，但隨著《神操》出版，這個詞又被賦予新的用法與活力。依納爵根據自身經驗，在《神操》裡寫下「辨別神類的規則」（第 313 到 336 號）。由於分辨神類常被當成深奧而神祕的過程，好像只有神祕主義者或靈修大師才能領會，我想我們應該深入一點談談這個過程，了解這並不是多不尋常的步驟，而且每個基督徒在生活裡都會用上。

依納爵自己的分辨

我們前面談過依納爵第一次分辨神類的過程。他發現兩種白日夢帶來不同心情，最後的結論是天主想引領他走不一樣的路，希望他離開曾給他帶來很多樂趣的騎士生活。耐人尋味的是：他第一次分辨神類時還是平信徒，並不具備神學或靈修知識，而且契機是再普通不過的白日夢。請各位想想：還有比這更不深奧、更不神祕的事嗎？換句話說，依納爵第一次分辨神類，就是在日常生活裡分辨神類。我們可以從他

的例子看出：分辨神類並不是什麼深奧或玄妙的靈修技巧，沒有靈修天賦的人能用，沒經過神學訓練的人也能用。事實上，《自述小傳》第一章裡寫得很清楚：依納爵即使有了第一次分辨經驗，還在神視中見到聖母瑪利亞，他在靈修上還是沒有開竅——他猶豫不決該不該殺了一個摩爾人。

依納爵當時才離開羅耀拉沒多久，剛剛開始跟隨耶穌的新生活。有一天他騎著騾子趕路，正好遇上一個也騎著騾子的摩爾人，兩人遂交談起來。他們漸漸談到聖母瑪利亞的話題，摩爾人說他能想像瑪利亞不藉男人懷了耶穌，但實在無法認同她生了孩子之後還保持童貞。依納爵試著說服他，可是沒有成功。《自述小傳》裡說那位摩爾人搶先走了，可想而知，他大概是感覺到依納爵愈來愈動氣了吧。

摩爾人離開後，依納爵開始對自己的表現不滿起來，他覺得自己好像不夠盡力，沒有竭盡所能捍衛聖母的令名。他愈想愈不高興，很想追上那個摩爾人給他一匕首，卻也一直猶疑不定。他分辨不出到底該怎麼辦，為自己的躊躇心煩意亂。最後，他乾脆決定讓騾子代他選擇：他放開韁繩，任騾子信步而行。如果騾子沿大路走，就會走到那個摩爾人要去的城鎮，到時候就把他找出來給他一匕首；要是騾子繼續走現在這條路，就放過那個摩爾人算了。後來騾子繼續走原來的路¹。而當然，依納爵並沒有立刻變成分辨大師。

不過，光是從他在病榻上的分辨經驗，我們就能看出依納爵式分辨的精髓。人生是戰場，而代價無比高昂。戰場上對立的兩方是天主和撒彈，兩者與每個人都維持對話關係

（dialogical relationship），可是目的截然不同。天主希望每個人都活得像祂的子女、像耶穌基督的兄弟姐妹。換句話說，天主希望人人得救，也無時無刻為了這個目標在世上努力。撒殫的目的則恰恰與天主相反，牠想讓每一個人疏遠天主、也疏遠彼此。這戰場在哪裡呢？就在每個人的心靈裡。

因此，對依納爵來說，這場爭戰是對話式的：天主試著把人帶向聖三的內在生命，撒殫則試著把人拉離聖三。在一般人的經驗裡，天主和撒殫都在吸引我們，換言之：在一般人經驗裡也能看出兩大陣營的影響。依納爵認為，人類經驗沒有不重要的，因為天主和撒殫每時每刻都在使力。簡言之，用心關注內在經驗是依納爵靈修的標誌，人若想知道天主對他們的渴望，就絕對需要這份用心。

當然，依納爵只不過是認真看待福音書而已。在《一位邊緣猶太人》（*A Marginal Jew*）裡，若望·邁爾這樣說納匝肋人耶穌：

很重要的一點是要理解：在耶穌看來……人類基本上並不是中立地帶，有時候受神聖力量影響，有時候又受邪惡勢力影響……他把人類存在看作戰場，不是由天主掌握，就是被撒殫（也叫貝里雅耳或魔鬼）占領。人或許可以選擇要讓哪個陣營主宰人生（換句話說，人可以選邊站），但絕不可能兩個超自然陣營都不加入。人不是受其中一方主宰，就是被另外一方控制，只要離開其中一個陣營，就

一定會投入另一個陣營麾下。至少長期來看，人不可能對天主和撒殫都維持中立²。

依納爵靈修的這個面向與我們息息相關。在我們身處的時代，很多組織、結構和習慣都大有問題，可是大家不假思索便得過且過。關於對與錯、怎麼生活會更好等問題，今天很少有可資參考的外在標準，讓人能藉此做出明確的決定。此外，就如麥慕理很久以前講過的：我們的文明已走到瓶頸，雖然我們的知識一日千里，高度進化，但相對來說，我們的情感（心）進展有限，而且並不成熟。1930年代早期，麥慕理在一系列英國廣播公司（BBC）的廣播節目中便已大聲疾呼：西方人必須以更成熟、更文明的心來面對發展³。十六世紀聖人依納爵的智慧，與我們今日仍密切相關。

依納爵靈修的另一個面向，現代人也許更難接受。在茫萊撒，依納爵受天主指導，漸漸成為分辨大師。祈禱了幾個月後，他相信天主要他去耶路撒冷生活，也以其一貫的直心腸真的去了。「他堅決的志願是留在耶路撒冷，常去拜訪各聖地，在這個敬禮之外，他還決心幫助別人的靈魂」⁴。當方濟會省會長告訴他不能留下時，依納爵還坦率回答他決心留下。直到省會長以開除教籍相脅，他才同意服從命令，並結論道：「留在聖地不是吾主的聖意」⁵。

良·巴克在評論分辨規則時認為：依納爵留在耶路撒冷的決定，差不多是在卡陶內河（River Cardoner）見到神視時做的，也是他選擇的「第一種時間」，亦即「幾時我們的主

天主如此推動和吸引人的意志，促使虔誠的人不但不懷疑，或甚至不能懷疑，因此隨著提示去做」（第 175 號）。巴克認為，耶路撒冷省會長的決定讓依納爵不得不深思：為什麼一個明顯出於天主的決定（他留在耶路撒冷的選擇），會和另一個顯然也出於天主的決定（省會長的命令）相斥呢？在巴克看來，分辨神類乙組規則第八條（第 336 號，更適用於第二週），就是出自依納爵對這個問題的思考。在這條規則裡，依納爵告誡操練者慎思明辨，仔細分辨神慰過後的那一段時間⁶。巴克也認為，「與聖教會思想一致」的相關規則（第 352 到 370 號），很可能出自依納爵在耶路撒冷的經驗。

對依納爵來說，教會權威顯然是天主旨意的媒介。服從合法權威既是一項明瞭天主旨意的方法，分辨神類便也總與這種方法處在創造性張力之中。依納爵把權威看得很重，但對包括天主教徒在內的很多基督徒來說，權威已沒有那麼重的分量。也許難以理解依納爵的人還不少——這麼一個有稜有角的人，怎麼會那麼輕易就接受了省會長的命令呢？但我們必須了解，依納爵的分辨扎根於「天主教的一套」，他相信結構性的教會機構也是天主旨意的媒介。依納爵靈修非常務實，但也非常屬於天主教的。分辨是在現實世界中進行，而在現實世界中，並非事事皆有可能，至於在天主教會裡，也可能是由合法權威做成最後的決定。

分辨和原則與基礎

我們再多談談依納爵分辨神類的核心要素。首先，分辨神類必須放在第一原則與基礎下了解。若瑟·泰特洛將第一原則與基礎詮釋為「根本要義」(Fundamentum)⁷，我們在第四章裡提過他的看法：在依納爵看似枯燥、猶如教理問答的文字背後，其實是他對天主別具創意而持續創造的行動的體驗。天主永遠在主動實現祂的國度，我們可以配合祂的意向、不配合祂的意向，或是或多或少配合祂的意向。但依納爵明確而慎重地指出：為了我們的益處和幸福，我們必須配合天主的行動。

第一原則與基礎是此一洞見的簡潔表述。容我以本章主旨重釋這項原則的前兩句話：「人受造的目的是與聖三及其他人共融。世界上的一切，都是為幫助我們達成這個共融而造的。」我們必須了解的是：這項表述並不是加在人身上的外在要求，也不是一位至高無上、說一不二的天主的命令，而是在傳達怎麼樣生活對我們最好。神操是一套方法，讓我們能與天主那一番行動與意向相搭配，能成為行動中的默觀者，能在萬事萬物裡發現天主，即使在繁忙生活中的煩人瑣事裡，也能與主相遇。

分辨與行動

在歷史上，大家對神操的目的有兩種理解。一種強調與

天主合一，另一種重視發現天主的旨意。我的看法和巴克及其他現代詮釋者一樣，我傾向結合兩者，把神操當成助人達成與行動中的天主合一的方法。舉例來說，巴克認為對依納爵而言，神慰的首要重點並不是愉快而激動的情感，也不是鼓勵人繼續走他們選好的路，也不是在祈禱上獲得幫助——神慰確實包括這些，但神慰最首要的是：它是一種能讓人明瞭並選擇天主的旨意的經驗。

依納爵在卡陶內河畔受到光照之後，一路走來，分辨內在推動與神慰之流，便與他的選擇形影不離（舉例說：生活方式的選擇）。依納爵持續反思，不斷強調神慰與選擇比肩而行，後來還將此歸納為方法，視之為靈修生活的核心與泉源。將神慰與選擇結合，可說是神操為靈修史添入的新要素⁸。

換句話說，在依納爵靈修裡，與天主合一就發生在以特定方式行動之時，也發生在行動本身之中。用麥慕理的方式說，當我們以行動配合天主的行動時，便是與天主合一。換言之，當我們的行動與天主的國度相搭配時，便是與天主合一⁹。

依納爵在《自述小傳》裡告訴我們，他學會了不信那在他該就寢時到來的「神慰」。他容許自己睡眠的時間已經很少，但這些「神慰」甚至讓他連這點睡眠都犧牲掉，於是他恍然大悟：

在多次思考之下，他反省他給自己規定的夜間一部分時間，為處理天主的事和白天其他一切事項；他因此開始自問這些光明真是來自善神嗎？所得的結論是更好放下那些事，而按他的規定去安歇：他便這樣做了¹⁰。

後來在巴賽隆納和巴黎，他也發現神慰讓他上課不專心、讓他無法牢記文法課程。他漸漸得出結論：這些「神慰」其實是誘惑¹¹。我們可以從這兩件事看出依納爵對於天主在世上行動的奧祕，想得有多深入。對他來說，即使是深刻的靈性「神慰」，如果有害於某項已經分辨而定性為合乎天主的行動，它仍可能被發現是一種誘惑。為了與天主合一，苦修主義要人避開這樣的「神慰」¹²。

對依納爵而言，在日常生活中分辨神類十分重要，因此他經常省察意識。還有，他雖然許可耶穌會士為使徒事工之故，可省略其他一切神修的操練，但唯有意識省察（examen）斷不能省。對他來說，省察就像是神操裡每段祈禱之後的反思。為分辨神類的推動，依納爵要求做神操者反思每一段祈禱；同樣地，在他這位行動中的默觀者看來，一天裡的某個階段也可視為遭遇不同神類的機遇，所以他也對那段時間加以反思，以求發現神類的推動。

辨別神類的規則

天主為我們好，總渴望我們每一個人的行動能配合祂的行動；當我們處在最佳狀態時，我們也會渴望配合天主的行動。那麼，我們怎麼知道自己是否與天主搭配呢？我相信，在我們偏離天主的行動時，也會覺得自己疏離、鬱悶、不滿足，即使我們渾然不知原因何在亦然。我相信，這種不舒服的感覺，正出自依納爵所說的「善神」的作為。他在辨別神類第一條規則裡這樣說：

對於那些習慣犯大罪的人，仇敵通常直接用種種表面的快樂引誘他們。仇敵使他們想像感官的歡愉和快樂，好能把他們牢牢扣住，並使他們更加沉溺在罪過及惡習中。

但對這些人，善神採取相反的行徑，透過他們良好的道德判斷，激起他們良心的懊悔。（第314號）

換言之，當我偏離天主的那一番行動，讓自己的行為受自身的恐懼主導，而非出於對他人的愛，因而背離了天主聖三的共融。這麼一來，便會覺得天主的行動對我來說是一種打擾，如良心之刺。依納爵幻想行俠仗義後覺得憂愁，正是經歷天主這種行動的一個例子。天主不斷在宇宙中行動，好把我們領入與聖三、與他人共融的團體。當我們的行為與這種行動相悖時，我們不但會覺得跟自己不怎麼對勁，也會覺得與別

人也是如此。有了這種見識，我們就不需要天主或善神特別干預（雖說我們仍可能經驗到天主的行動像是一種外來的干預）。

《神操》裡分辨神類的第二條規則，是給那些「洗刷自己的罪過，努力事奉天主，堅決前進的人」。用我們的話來說，就是那些渴望調整行為以配合天主的行動的人。依納爵說：

惡神在這裡所用的是相反的騙術：牠使這樣的人良心不安，憂愁煩悶，並且設置種種阻礙，使他們不能前進。

善神的作為則是激起他們的勇氣、力量、安慰、眼淚、光照和寧靜，減輕他們的負擔，除去他們的阻礙，使他們在善事中向前邁進。（第 315 號）

我們處於今日的處境，該如何理解這些話呢？在先前的
一本書裡，我是這樣回答的：

若你曾經歷「順遂」的時刻，能以相對堅定而無畏的態度活在當下，也與天主的臨在契合，那麼，你就懂得何謂「與天主的那一番行動合一」。在這種狀態時，你就是行動中的默觀者。你會知道自己是在對的時刻處在對的地點，你不會懷疑自己是否該變成另一個人，或是該身處另一個場所。你不需為自己結婚、單身或是擔任神職人員而辯解，此時

此地，你就是你，恰如其分。你明瞭自己的極限、自己的限制，也明白自己在漫長的世界史裡只占個小位置，可是你欣然接受，舉手投足、悠然自得。順乎天主的那一番行動與旨意，能讓你超乎尋常地自由、愉悅而滿足，即使身處憂傷苦難之中也是如此。說到這裡，我們也許會明白為什麼聖週四那晚，耶穌明知道這是「最後」晚餐，還能從容自若地和門徒慶祝？¹³

以這種方式配合天主的意向，就是去經驗依納爵在下一條規則裡說的「神慰」：

神慰就是人靈上的內在推動，使人在我們的造物主天主的聖愛中，開始燃燒、熾熱，因而使他對任何受造物感覺無味，只能在造物主中愛它們。

同樣，或因痛悔己罪，或因默想吾主的苦難，或因其他與事奉天主有直接關係的事，而感動得流淚，因而更加愛主，這也是神慰。

最後，一切信、望、愛三德的增進，一切內心的歡樂情緒，凡是能引人嚮往天上之事，專務拯救靈魂，使人安息於他的造物主天主的，都是神慰。

（第 316 號）

我贊同若瑟·蘇德布拉克（Josef Sudbrack）的看法：依納爵

的「神慰」概念，其實就是現代的「同一性」（identity）概念¹⁴。這種理論認為：要分辨自己的日常選擇是否符合天主的那一番行動，最好的判準是感受到內在與外在發展和諧，並漸漸發現自己與他人、世界及天主關係和諧。人若能養成以這種方式分辨的習慣，便已走在成為行動中的默觀者的大道上了。

至於未能配合天主的意向，則是經驗到依納爵在第四條規則中說的「神枯」：

凡與第三條規則相反的都是神枯，例如：靈魂的昏暗、內心的騷擾、傾向卑鄙的事物，及由各種誘惑所引起的擾亂不安。這一切使人喪失信心，缺乏希望及愛情；人總是覺得懶洋洋的，冷淡、憂悶，好像離棄了造物主天主一般。（第 317 號）

我想，如果造成這種憂悶的原因是犯了罪過，或是與天主的意向疏離，要認出它是神枯並不困難。靈修導師需要警覺的是：這種憂悶也可能是個人對自己社會生活的絕望而起。

對機構組織感到疏離，在我們社會是相當普遍的事。不論是政府、公司，甚至教會，到處都看得到貪婪腐敗。我們不但對肩負管理之責的「衙門」信心全無，對身分相同的同儕也缺乏信任。在街頭、學校、家庭，犯罪每朝每日都在發生。憤怒與仇恨似乎難以止息，而不施鐵腕似乎扼止不了暴力。對於掌控我們生活的組織和模式，大多數人都感到無能為力、

心灰意冷，甚至隱隱覺得這些機構都是共犯。舉例來說，種族和階級問題撕裂我們同胞，讓很多人困在內城區有志難伸。我們意識到自己不但解決不了問題，甚至可能也是問題的一部分。這種感覺讓我們難以祈禱，甚至根本祈禱不了。

然而，要是這些感覺未能開啟與上主更深的對話，也沒能敦促我們奮發向上，盡一己之力改善這罪惡的社會結構，反而坐視它繼續宰制我們的生活，那麼這些感覺就是神枯——在想出更好的形容方式之前，我願稱之為「社會性神枯」（social desolation）。當我們在自己或我們帶領的人身上看到這種神枯時，務必要將這些無助和絕望的感覺帶給天主，請祂醫治。在布魯塞爾一場關於神操的會議上，耶穌會士傑拉德·休斯（Gerard W. Hughes）提出一個有趣的觀察。他發現，曾經為社會公義投注心血的人，在第一週時經常感到「羞恥而困惑」（關於第一週的渴望，請參考《神操》第48號），因為他們不僅看到這個社會的不堪，也赫然驚覺現狀如此自己也有分。但有趣的是，這種既羞恥又困惑的感覺能讓他們得到釋放，因為他們發現：天主絕不樂見社會如此不公，但即使社會和世界如此腐化，祂還是愛著世界，也希望人努力改變它。

一個說明如何運用規則的例子

一一說明分辨神類的每條規則，會占去太多篇幅。我在這裡想強調的是：這些規則並不深奧，與日常生活也並不脫

節。如果我們對自己的經驗多多留心，一定能在生活中發現驗證它們的機會。蘇珊·霍瓦奇（Susan Howatch）最近有本小說叫《璀璨之力》（*Glamorous Powers*），我覺得也能拿來當分辨神類的例子，它讀起來就像靈修奧秘故事。

小說其中一節可以讀出依納爵的兩條規則。故事主角是達若神父（Father Darrow），瑪瑙會（Fordite Congregation）修院院長。達若神父是極具靈修天賦及超自然恩寵的人（小說標題《璀璨之力》也以此為名），但在達若的導師——瑪瑙會創立者——過世後，達若的對手方濟神父升任總會長。達若見到了神視，也把神視詮釋為召他離開瑪瑙會，回到「凡塵俗世」過司鐸生活。可是方濟神父不贊同，他質疑這個呼召的真實性，也要求達若和他一起花點時間分辨。然而達若分辨得並不順利，他一直讓超自然力量和自我控制涉入，刻意扭曲分辨來配合他對該神視的詮釋。他甚至還向方濟院長撒了謊。在第一週的第十三條規則中（第 326 號），依納爵提到：惡神會試著讓人隱瞞實際的經驗。在第二週的第一條規則裡，依納爵也說：「魔鬼是以似是而非的理論、詭詐和不斷地欺騙，專門攻打這快樂和神慰」（第 329 號）。達若不願真誠地分辨神類，結果變得既憤怒又不快樂。但這也開啟下一幕的真實分辨，達若這麼說：

「我昨天騙了你。」再看到方濟時，我對他說：
「我很抱歉。我明明知道該對你完全誠實，才能幫
你做出正確決定的。」

我很驚訝方濟沒問我騙了他什麼。雖然他有很正當的理由責備我，但他完全不想讓我難堪，這令我更驚訝。相反地，他示意我坐下，開門見山說：「這是信任問題，對吧？你還信不過我。」

我硬擠出一句話：「我真的很想信任你。」

「不錯，至少往正確方向踏出一步了。」

「我也真的認為你是一等一的修道者——」

「不，你沒有。你同意我是第一流的管理者，也同意會祖給了我第一流訓練，但我還得證明自己是一等一的修道者。而這就是為什麼我把你的危機處理好，對你、對我來說都很重要的原因所在。你認為我當上總會長的唯一原因，是我知道怎麼利用會祖想要有繼承者的祕密，這一點我心知肚明。好了，我現在得證明他並不是完全離譜，而我也的確是這份工作的合適人選。所以，約納堂啊，請相信我對善盡職守懷有強烈的動機，也請你大可放心，我還不至於需要你常撒一、兩個謊來『幫忙』，才有機會施展分辨的恩賜。」

我再次大受震撼。我聽見自己說：「這麼坦誠得要勇氣，謝謝你。我恐怕無法保證以後都能像你這麼坦誠，但我保證會盡力而為。」

「好，那就戴上你的拳擊手套吧。」方濟毫無不豫之色，點點頭說：「我們再上擂台打一回合。」¹⁵

整部小說的主題，就是達若奮力分辨他的聖召。

結論

依納爵在病榻上做過兩種白日夢，兩者對他的情緒造成不同影響。有一天，他注意到箇中區別，並進而判定其中一組白日夢來自天主，另一組則不是。他因此學到：即使是在俗世的白日夢裡也能找到天主，因為聖神跟著就帶給他憂鬱的感受。以這些簡單的發現為起點，依納爵靈修逐漸發展成熟。依納爵從經驗裡得知：在萬事萬物裡都能找到天主。而「在萬事萬物中尋找天主」這句話，也成了依納爵靈修的特徵。依納爵在病榻的頓悟和後來的經驗，都是教會傳統的一部分。即使到了今天，這遺產仍與我們密切相關。我們只需開始留意自身經驗，並追問天主在自己的經驗之中臨在於何處，就可以了。

-
1. Joseph N. Tylenda, *A Pilgrim's Journey*, nn. 15–16. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第37頁。)
 2. John Meier, *Mentor, Message, and Miracles*, vol. 2 of *A Marginal Jew* (New York: Doubleday, 1994), 415.
 3. John Macmurray, *Freedom in the Modern World* (London: Faber & Faber, 1968). 我曾進一步推展他的想法，並嘗試指出：分辨神類是達成心靈成熟的一項初步法門。Cf. William A. Barry, *Spiritual Direction and the Encounter with God: A Theological Inquiry* (New York: Paulist Press, 1992), chapter 6.

4. Joseph N. Tylenda, *A Pilgrim's Journey*, n. 45. (參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第 66 頁。)
5. *Ibid.*, n. 47. (參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第 68 頁。)
6. Cf. Leo Bakker, *Freiheit und Erfahrung: Redaktionsgeschichtliche Untersuchungen über die Unterscheidung der Geister bei Ignatius von Loyola* (Würzburg: Echter Verlag, 1970).
7. Cf. Joseph A. Tetlow, "The Fundamentum."
8. Leo Bakker, *Freiheit und Erfahrung*, 105 (translation mine). 若望·麥當威爾 (João MacDowell) 在最近一篇文章裡也提出同樣看法：「依納爵給了神慰／神枯第二個功能，對基督徒靈修的貢獻既獨到又無可估量。他以它們 (神慰／神枯) 為分辨神類活動的元素，並透過這樣的分辨來發現天主對自己的旨意——即是所謂選擇。」João A. MacDowell, "Nota Sobre as Noções de 'Moção,' 'Consolação' et Desolação' nos Exercícios Espirituais," Itaiçi: Cadernos de Espiritualidade Inaciana, 1 (1989): 51 (translation mine).
9. 對於這些概念更進一步的發展，請見 William A. Barry, *Spiritual Direction and the Encounter with God*.
10. Joseph N. Tylenda, *A Pilgrim's Journey*, n. 26. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第 51 頁。)
11. *Ibid.*, nn. 55, 82. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第 78、105 頁。)
12. 喬治·阿甚別納 (George Aschenbrenner) 的這個用詞十分貼切，比「良心省察」更能表現依納爵的原意。Cf. George A. Aschenbrenner, "Consciousness Examen," *Review for Religious* 31 (1972): 14–21. (Reprinted in David L. Fleming, ed., *Notes on the Spiritual Exercises of St. Ignatius of Loyola* [St. Louis, Mo.: Review for Religious, 1983], 175–185.)
13. William A. Barry, *Spiritual Direction and the Encounter with God*, 78.
14. Josef Sudbrack, "Unterscheidung der Geister— Unterscheidung im Geiste," in Kurt Niederwimmer, Josef Sudbrack, and Wilhelm Schmidt, *Unterscheidung der Geister: Skizzen zu einer neu zu lernenden Theologie des Heiligen Geistes*

(Kassel: Johannes Stauda Verlag, 1972), 48.

15. Susan Howatch, *Glamorous Powers* (New York: A. A. Knopf, 1988), 57-58.



第九章

在與分辨相關的經驗中，
依納爵的自我 —— 天主形象之轉變

自從當代靈修學揉合現代心理學之後，很多人試著以人際關係的詞彙，描述人與天主之間逐步發展的關係¹。套用這種框架的人，往往會運用佛洛伊德學派所謂「客體關係理論」（object relations theory），並將它應用在與天主的關係上²。這個理論認為：在與重要的人互動時，我們逐漸學會一套「自我－他人基模」（self-other schemata，亦即自我在與他人往來時的內在「形象」和心理結構），我們都帶著這些基模，以之為背景，去接近新認識的人。有時候我們才見到一個人就覺得喜歡或討厭，為什麼呢？客體關係理論的解釋是：在剛認識一個人時，我們常會摻入以前認識的人的形象，並將過去的愛恨帶到新認識的人身上。這個理論也能解釋有些人何以學不到教訓，老是一再毀滅關係。這些基模是自我－他人的心理結構，它們的本質是關係，因為我們是透過關係才建立這些基模。換句話說，不論是這些心理結構，或是與它們相關的感受和思考，都是以人我關係為基礎。我們所有的自我形象都是在關係中建立的。

根據客體關係理論，我們也是帶著所學到的自我－天主基模（self-God schemata）與天主相遇，而這些基模來自於我們與父母和他人的關係、有關天主的教導，以及過去與名為「天主」的奧祕之經驗³。不過，這些基模總是扭曲不實，無法反映天主的真實面貌。換句話說，這些自我－天主基模讓我們對天主的經驗變得貧乏。這麼說來，要增進與天主的關係，便得逐步學習神人關係的真實樣貌，透過聖事、祈禱和其他生活經驗與天主實際交流。神人關係的進展，可以理解

為透過實際接觸而漸漸拋下自己的偶像，或對天主（及自己）所抱持的錯誤形象。就好像認識新朋友之後，如果我們誠心相待，這段關係不但會讓我們更認識這個人，也會讓我們對自己了解更深。

依我看來，評估一個人在人生路上是否走對方向的標準之一，是看他們與天主的關係如何，還有與天主的關係發生了什麼變化。自我—天主基模裡的變化，往往能用來分辨一份經驗是否出自天主，也能藉以判斷人生是在往前進還是往後退。

在這一章裡，我想用依納爵的《自述小傳》來呈現這個過程。我認為，依納爵在《自述小傳》前三章描述的經驗，正好可以擺在他與天主關係逐漸進步的脈絡裡理解。換句話說，他所描述的變化，正反映出他的自我—天主基模漸次發生改變。從這個角度切入，我們可以發現：在《自述小傳》中，自稱為朝聖者的依納爵，確實是從貧乏的天主形象出發，一路領會天主真實的樣貌，直到把天主視為完美的愛人。在這個過程裡，他自己的自我形象也起了變化。

首先，讓我們再來談談依納爵一開始的皈依：他先是在戰場負傷，後來又動了腿部手術，回到羅耀拉城堡休養時，因為注意到兩種白日夢的差異，從而決定改弦易轍，追隨天主。當時，他可以沉浸在建功立業的白日夢裡好幾個鐘頭，幻想到時該如何鼓起如簧巧舌，贏得那位貴族夫人的芳心。在此同時，他也可以花同樣長的時間幻想效法聖人，像聖道明或聖方濟那樣為天主效勞。沒過多久，他發現兩種白日夢

會帶來不同影響。

他在世俗的幻想中感覺很快樂，但到無聊後將它們推開時，便覺枯燥乏味；反之，當他幻想著赤腳去耶路撒冷朝聖，只以野草充飢，並從事所見聖人們實行的刻苦補贖時，不但在那些思想中感覺神慰盎然，還在放棄它們不想時，仍覺心曠神怡。不過當時他沒有留神，也沒有注意查考那種分別，直到有一天他的眼睛開了，對這種不同的感受大為驚異，於是開始自省：為什麼有的思想使他煩悶，另一種思想卻使他欣慰；慢慢地明白了使他心情動搖的不同原因：一種是由魔鬼而來，一種是天主的靈感⁴。

依納爵把兩種白日夢都想像得栩栩如生，而且不管做哪種白日夢，他都一樣雄心勃勃、意氣風發，可是兩者的後效截然不同。他休養期間原本想讀騎士小說，沒想到基督和聖人們的生平激發了他的興趣，而且同樣引起他無限遐想。最後，他發現這兩種幻想給心裡帶來不同餘味，仔細分辨之後，他判斷一種來自天主，另一種來自魔鬼。

做出這項重大分辨後，依納爵走上全新的路，但他並沒有變成另一個人。還記得我們前面提過的那件荒唐事嗎？在往蒙賽辣（Montserrat）的路上，依納爵一度想殺了一名摩爾人。這正好告訴我們：在那時，他的分辨能力遠未成熟⁵。他

當時怎麼看自己在和天主關係中的自我形象呢？在他思考該不該進塞維爾（Seville）嘉都西修院（Carthusian house）時，一個念頭冒了出來：

但在別的時刻他又想周遊世界去做補贖，去嘉都西的願望又冷卻了，因為他怕在那裡不能實習對自身所懷的惱恨⁶。

在前往茫萊撒的旅途上，依納爵心中的天主是何模樣？這段自我憎惡之語透露出很多訊息。看到依納爵那麼厭惡自己，我們不難想見：他這時恐怕把天主看得冷酷嚴厲，而他也因此認定自己卑劣不堪。在他抵達茫萊撒後不久，我們聽出這般自我—天主形象的惡兆：

他每天到茫萊撒去求乞。雖然有人贈送給他，他卻不吃肉、不喝酒；但星期天他不守齋，倘有人送給他一點酒，他也喝。他以前很注意修飾頭髮，這是那個時代的風氣，他也有確有一頭很美的髮；現在他決心任其自然，不梳也不剪，無論白天黑夜總不戴帽子。為了同樣的理由，他也讓手腳指甲隨便長，因為以前他對這樣的事也曾過分經心在意地修飾過⁷。

他以自暴自棄的方式惡待身體，以為這樣就能根除以往習性，

他後來也坦承，這樣做的結果是對健康造成永久傷害。據他說，他就是在這時看到某種像蛇的形象，而且那東西還給他「好大的安慰」，「他由這種景象汲取了很大的快樂和安慰，而且愈看安慰愈大；及至消失了，他便覺憂悶不樂」⁸。依納爵並未聯想起他先前的分辨，他沒有想到之前幻想建功立業時也是這樣，在幻想時覺得快樂，但結束後滿心煩悶。不過，他留意到在這種神視開始前不久，「來了一種折磨他的頑強思想，給他呈現了生活的困難，好像有人在他心中向他說：『在你當活七十年的歲月中，你怎能忍受得了這樣的生活呢？』」⁹隨著這個誘惑到來，他被一股強烈的疑心病襲捲，《自述小傳》接下來好幾頁都在痛切地陳述這段時間的掙扎。

他與這股不安感持續奮戰，甚至煎熬到了想自殺的地步：

有一次他感覺非常困擾，便從事祈禱，他虔誠地大聲向天主喊說：「主啊！請祢救助我，因為我由人或任何受造物得不到救藥哇。倘我曉得能找得到，什麼為我也不算太困難。主，求祢指示我在哪裡能找得到，即使我當追隨一隻小狗，為使牠給我救藥，我也要做。」

在他的斗室中有一個大缺口，離他祈禱的地方很近，他被這些思想盤據，多次受強烈的誘惑，想從那裡跳下去¹⁰。

自我憎恨到了想自殺。諸位不妨想想：在這股惴惴不安背後，他心中的天主形象會是什麼樣子呢？我想一定是像精神病學家馬坎茲說的一樣，依納爵這時認知到的天主「總在四處窺探罪人的罪證」¹¹。依納爵總覺得自己沒完全把罪告完，甚至連聽告司鐸都看出不對勁，命令他不要再告任何以前的罪，「除非顯然未曾告過。這道命令對他雖很顯明，卻毫無用處，他仍常忐忑不安」¹²。對於這時的依納爵來說，天主顯然像個嚴厲的法官，無時無刻都在追究罪惡。

最後，依納爵好不容易有幾天擺脫心窄：

第三天（星期二）祈禱時追憶自己的罪過；一事牽一事，又由記起已往的一條罪過而聯想起另一條，好像認為必須再告一次。這樣反省之後，感覺對生活厭倦了，忽萌了卻此生的強烈誘惑；慶幸吾主驚醒了他這個迷夢¹³。

我們可以想見，依納爵這時終於恍然大悟：原來是魔鬼讓他在茫萊撒憂心忡忡這麼久，這段時間和他打交道的，居然根本不是真實的天主。他說：

賴天主早先給他的教訓，對各種神類已經有了體驗，他開始察考這種「神」用什麼方法進入他心中；他於是心志極清醒地下定決心，決不再告過去的任何事情；從那天起，遂擺脫了他的心窄病，深

信是吾主的仁慈願意讓他從中獲得釋放¹⁴。

天主慈悲大度，並不嚴厲無情，這樣的天主是他可以依靠的。因此，他不必絞盡腦汁去想自己有沒有未告之罪。這裡有個重點值得我們深思：分辨激勵了依納爵的信德，讓他認識天主真實的樣貌。雖然沒人可以向他保證這次分辨沒錯，可是他依著信德而行，相信天主不是殘酷的怪物，成天只想追捕不幸的罪人。

講完這次分辨之後，依納爵馬上提到兩件事。要是在以前，這兩件事一定會讓他游移不定，惶惶不可終日，可是他現在卻能輕易分辨出天主的旨意。第一件事我們之前提過：他判斷睡前到來的那股激烈「神慰」，其實是誘惑，並不出於天主¹⁵。請看，他對天主的認知變化多大！接下來一段，他講到在想像中看到肉，那想像明確無疑地要他放棄不吃肉的決心。即使聽告司鐸要他認真思考這是否是誘惑，依納爵也毫不懷疑這是來自於善神。他說：「在這段時期，天主對待他就如學校的老師對待他所教育的一個學童一樣」¹⁶。他接著講天主啟示自己的五個方式，最高峰是在卡陶內河畔接受了非同尋常的光照。在這次經驗後，他確認之前所見的蛇的形象是誘惑。

接下來幾段，依納爵提起三次面臨死亡的經驗，他的自我—天主基模終於因為與天主相遇而改變。第一次面臨死亡是在茫萊撒，他因病高燒，命懸一線，也以為自己命在旦夕。

此時忽然來了一個思想，給他暗示他是一個義人；他對這種思想非常煩惱，致使他只有驅逐而以已往的罪惡來對抗；這種思想比高熱使他更為痛苦，可惜他使出了渾身解數，終不能完全克服。當高熱稍微減退已不至有死亡的危險時，他開始大聲呼求來探望他的幾位婦女，倘她們再次看見他瀕臨死亡時，為了愛天主，請她們以全力大喊他是一個罪人，使他記住已往對天主的冒犯與得罪¹⁷。

我們可以把這次經驗和下一則做比較。後者是他搭船從西班牙到義大利，航行途中遇上暴風雨，船上的人都認為在劫難逃。

在這種情形下他檢討自己並準備逝世，卻對自己的罪過無所畏懼，也沒有被罰下地獄的恐懼，只是感覺慚愧痛苦，因為他認為沒有善用吾主天主賞賜他的恩惠和聖寵¹⁸。

此時，依納爵很清楚自己是罪人，也為此慚愧悲痛，可是他不畏懼了——因為他深信天主仁慈。這樣的自我—天主形象正反映他的改變，他已相信自己是被全然仁慈的天主所愛護、寬恕的罪人。

依納爵接著談到 1550 年在羅馬的事，當時他又發高燒，自己和身邊的人都覺得活不了了。

在此種情形下，他感覺到很大的神慰，甚至喜極而泣；這為他是常有的事，因此多次避免思想死，為避免享受那樣強烈的神慰¹⁹。

到了這時，依納爵已深深愛上天主，全然沉浸在與天主終極合一的渴望裡，連自己的罪都無暇想起。他的自我—天主形象似乎成了被愛者與愛者之間的那種關係。天主為他上了終極的一課，讓他了悟天主對他、對每一個人的真實身分：完美的愛人。忠於與天主的關係，不僅改變了依納爵的天主形象，也改變了他對自己的形象。

依納爵要帶領神操的人「聽任造物主同受造者、受造者同他的主天主直接交往」（第15號）。在這樣的交往中，可以學到嶄新而真實的自我—天主基模。我們人人都有既定的基模，它們會讓我們對天主及自己的經驗變得貧乏。在《自述小傳》裡，依納爵把自己看作朝聖者，剛開始時以蠡測海，最後才豁然開朗，視天主為愛人。更重要的是：依納爵相信每一個人都能經歷這種轉變。

-
1. 在《靈修指導和與神會晤》（*Spiritual Direction and the Encounter with God*）第五章裡，我也試過這種描述方式。我在那裡將祈禱界定為有意識的關係，也嘗試以《神操》裡的張力勾勒這種關係的發展。
 2. 關於如何把這個理論運用在與天主的關係上，請參考我與威廉·康諾利合著之《靈修輔導實務》第六章（光啟文化出版）。
 3. Cf. Ana-Maria Rizzuto, *Birth of the Living God: A Psychoanalytic Study*

(Chicago: University of Chicago Press, 1979).

4. Joseph N. Tylanda, *A Pilgrim's Journey*, n. 8. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第29頁。)
5. *ibid.*, n. 15. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第37頁。)
6. *Ibid.*, n. 12. (粗體為作者所加，中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第31-32頁。)
7. *Ibid.*, n. 19. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第43-44頁。)
8. 同上。
9. *Ibid.*, n. 20. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第44頁。)
10. *Ibid.*, nn. 23-24. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第47-48頁。)
11. Quoted in Harry Guntrip, *Psychotherapy and Religion* (New York: Harper, 1957), 195.
12. Tylanda, *A Pilgrim's Journey*, n. 23. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第47-48頁。)
13. *Ibid.*, n. 25. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第48-49頁。)
14. 同上。
15. *Ibid.*, n. 26. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第51頁。)
16. 同上。
17. *Ibid.*, n. 32. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第54-55頁。)
18. *Ibid.*, n. 33. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第55頁。)
19. 同上。



第十章

分辨時的「試金石」經驗

依納爵·羅耀拉在卡陶內河得到光照後，終於明白他見到的蛇的形象是來自魔鬼。他是怎麼領悟的呢？在《靈修輔導實務》（*The Practice of Spiritual Direction*）裡，我和威廉·康諾利（William Connolly）在第七章談到：

由此我們看到了人們用來決定經驗是否來自天主的一個準則：他們與另一個他們確認為屬神的經驗作比較。那麼，如果他們在某一方面看到兩者相互抵觸，他們便可決定接受哪一個經驗。很多人都有一塊對天主經驗的試金石，任何其他的經驗似乎與這試金石相違背的話，他們會保持質疑的態度。天主如此明顯地在這試金石的經驗中臨在他們身上，以至於他們能像肯定自身的存在那樣明確地肯定此經驗¹。

也許有人好奇這是何等經驗？我認為，福音書裡耶穌復活後向門徒顯現的段落，正可說明如何運用試金石般的經驗認出復活的天主。思索這些故事，也許不但能幫助我們發現自己的「試金石」，也能幫助別人發現他們的。

舉例來說：復活節當天，瑪利亞·瑪達肋納（抹大拉的馬利亞）在墓園見到一位陌生人，以為他是園丁。她對耶穌的愛令她心急如焚，這時，那位「園丁」對她說：

「女人，妳哭什麼？妳找誰？」……「先生，

若是你把他搬走了，請告訴我，你把他放在那裡，我好去取回他來。」耶穌給她說：「瑪利亞！」她便轉身用希伯來話對他說：「辣步尼！」就是說「師傅。」（若 / 約廿 15-16）

當那熟悉的聲音輕喚她名字時，她馬上知道眼前的陌生人是她深愛的耶穌。

再舉個例子：那兩位黯然前往厄瑪烏（以馬忤斯）的門徒，也在路上遇到了一個陌生人，他為他們講解聖經，也提起默西亞必須受難。雖然他們與他同行時內心火熱，但他們就是認不出他。可是到了目的地以後，他們還是不願讓他走。也許他們的記憶隱隱約約被喚醒了吧。當他們強留那位陌生人一起吃晚餐時，後者「拿起餅來，祝福了，擘開，遞給他們。他們的眼睛開了，這才認出耶穌來」（路廿四 30-31）。耶穌受難前取餅祝福、擘開、分餅的動作，一定以一種原型經驗的方式深深烙印在他們心裡，因此他們一看到這熟悉的手勢，就在那陌生人身上認出了他們的主。他們一度以為耶穌已死，一切希望也隨之破滅。到這時，他們才留意到，與這位陌生人同行時，內心火熱的事實。

我們也能在《若望福音》廿一章裡讀到：伯鐸和其他門徒捕魚捕了一整晚，卻一無所獲。到了早上，有位陌生人「向他們說：『向船右邊撒網，就會捕到。』」他們便撒下網去，因為魚太多，竟不能拉上網來。耶穌所愛的那個門徒就對伯鐸說：『是主。』」（若 / 約廿一 6-7）在對觀福音書裡，耶

耶穌召門徒為宗徒時，要他們「成為漁人的漁夫」，在這裡，《若望福音》的作者似乎有意點出奇蹟般的漁獲，後者在對觀福音中開啟了門徒們使徒性的呼召。對於耶穌的那個如試金石般的經驗再次喚醒宗徒們的回憶，讓他們在截然不同的處境下認出上主。

我想，大多數人應該都對天主有過這類試金石般的經驗（即使不是「大多數」，這樣的人也一定不少）。社會科學研究其實也已指出：大部分人都曾強烈地經驗過天主，至少在英、美兩國是如此²。但另一方面，我也認為：大多數有過這般經驗的人並沒有認真看待它們。我們沒有牢牢記在心裡，也沒有放多少心思在它們上頭。結果是我們只把它們當成人生的一個小插曲，像偶爾犯胃病一樣，過了就不再理會。於是，我們無法把它們當成新處境中分辨天主臨在的試金石。我寫下這短短一章的目的，就是想鼓勵大家多多注意這些時刻。不僅在自己「內心火熱」時留心，也能幫助別人留意這類經驗。

也許有些讀者光是讀這一章便已觸動回憶，不但想起一次感受深刻的經驗，往後也能用它來當試金石。我自己也發現：有些時候，光是對我的靈修導師講一則看似不重要的經驗，都能激起比原始經驗更有力的火花，造就一次深刻的回憶。有些受我指導的人也是如此：當他們在談話中講述自己的經驗時，會意識到：原來某些當初看似微不足道的經驗，其實是天主深刻的啟示。我們有時需要經由他人問及，才會發現有些經驗竟是如此重要。1969年，英國牛津大學成立宗

教經驗研究室（Religious Experience Research Unit），他們在報紙和小冊上刊登廣告，邀請讀者提供宗教經驗，並附上相關個人資訊。結果反應熱烈，英國各地寄來的回覆數以千計，而且很多相當精彩，十分類似我們剛剛討論的試金石般的經驗。阿利斯特·哈代（Alister Hardy）書中的幾則回覆頗具此風：

我明明什麼也沒聽見，卻覺得自己置身在金色光芒之下，似乎一伸手就能碰觸到神，我被祂的同情憐憫緊緊環繞³。

我似乎以某種方式向外伸展，融入周遭事物，並與它們合而為一。在此同時，我覺得輕盈、歡樂而有力，彷彿我開始明瞭宇宙的真義⁴。

有天晚上，我突然覺得自己猛然浮起，飄在一股極為強勁而慈愛的波浪上。要形容那份感覺，唯一稍微接近的言詞是「在此之下是永恆的力量」。雖然我講的像是畫面，但那份經驗不是畫面，而是感覺，我感受得到那兒有股力量。我很確定我的人生受到這次經驗影響，因為它讓我認識了神的愛與無窮無盡的力量。我不曾懇求這種經驗，但它逕自由外而來⁵。

我第一晚跪下祈禱時（我現在都跪著祈禱了），

覺得有道燦爛的光芒籠罩著我，它伴隨著一股溫暖的感覺，籠罩著我的四周⁶。

突然，一股強烈的喜樂橫掃我。那種感覺似乎只能用「橫掃」形容，我只能這樣說。其實我覺得它是從我左邊來的，橫掃我，穿越我，把我完全吞沒。那不是風，我也不知道該怎麼形容，但它就這樣突然出現了。我覺得它在我周遭移動，也穿過了我。它裡頭有極大的喜樂，或者說「狂喜」更貼切一點⁷。

我不曉得要是研究機構沒請讀者提供這些經驗，回覆的人覺不覺得這些經驗對自己別具深意？但我敢說：研究機構表達出對這些經驗的興趣，很可能勾起了某些讀者的回憶，讓他們特別去回想這次經驗，並進一步玩味它們的意義。經歷這個過程之後，這些經驗也能作為某種試金石，幫助他們分辨新的經驗是否來自天主。不過，他們可能也需要別人的協助（例如靈修導師的指導），才會發現這些經驗有這種用途。

如前所述，對依納爵·羅耀拉來說，在卡陶內河受的光照似乎就是這種試金石般的經驗。在《自述小傳》裡，他談到自己坐在河邊時發生的事。

當他坐在那裡時，明悟的眼目被開啟了：那不是一種神視，而是明瞭了、認識了許多事情，有

屬心靈的、有屬信仰的，也有屬學問的；而且是那樣清晰，一切事情都顯得新奇。無法講解他當時所懂悟的各點，雖然很多；只是在明悟中接受了很大的光明；致使當他凝思所受自天主的一切助佑，以及他一生直至現在過了六十二歲時所學的一切，將那些全聚在一起，好像還不及他在那一霎時所領會的⁸。

不僅這次光照給依納爵留下了深刻印象，讓他餘生都回味無窮；這次經驗也增進他的分辨能力，讓他沒過多久就發現那蛇的形象的真貌，並確認它所帶來的「神慰」其實是誘惑。換句話說：在卡陶內河的試金石般的經驗，讓依納爵能在其他經驗中分出麥子與稗子。

瑪達助納和門徒們見到那位「陌生人」時，被他的言談喚起對耶穌的深刻經驗，從而認出他是復活的天主；我們每一個人也都能像他們一樣，透過回想對於天主的試金石般的經驗，來分辨自己眼下的經驗是否是同一「品質」。不過，我們必須玩味、滋潤這類經驗的記憶，並把它們告訴靈修導師。


把這類經驗告知靈修導師有兩個目的。首先，如前所述，訴說經驗有助於深化記憶中的經驗，甚至也能讓我們記起更多起初並未想起的事。有些細節我們可能原本並不留心，但它們仍舊在我們身上留下印記，到訴說經驗時，我們往往才能一一想起。前往厄瑪烏的門徒在那位「陌生人」擘餅之後，

才意識到自己一路上內心火熱；我們也是一樣，常常要到事後訴說的時候，才赫然明瞭試金石般的經驗的全面影響。

其次，向靈修導師訴說經驗，往往能給未來的避靜帶來始料所未及但有益的收穫。在不少時候，避靜者由於神枯和／或抗拒而忘了自己有過的深刻經驗時，作為導師的我，還是記得。因此，要是我帶領的避靜者遇上這種狀況，我就可以提醒他們曾經經驗的強烈神慰，藉此幫助他們抵抗神枯的拖累，或協助他們分辨當下的情況，並判斷哪個經驗更值得信任。我們有時會出現這種情況：神枯是針對和天主深刻親密經驗的一種頑強的抗拒⁹。是故，牢記親近天主的深刻經驗，並向另一個人訴說這份經驗，也可以是一條通向深刻與主親近的暢通無阻之路。

-
1. William A. Barry and William J. Connolly, *The Practice of Spiritual Direction*, 103–104. (中譯引自《靈修輔導實務》第七章〈宗教經驗的評鑑準則〉〔光啟文化出版〕。)
 2. 安德·格雷利 (Andrew M. Greeley) 指出，在他的受訪者中，有難忘的宗教經驗者超過半數。 Cf. Andrew M. Greeley, *The Religious Imagination* (Los Angeles: Sadlier, 1981). 在英國，阿利斯特·哈代在牛津大學的宗教經驗研究室，收到數以千計記憶猶新的宗教經驗。 Cf. Alister Hardy, *The Spiritual Nature of Man: A Study of Contemporary Religious Experience* (Oxford: Clarendon Press, 1979).
 3. Alister Hardy, *The Spiritual Nature of Man: A Study of Contemporary Religious Experience*, 20.
 4. *Ibid.*, 21.

5. *Ibid.*, 76-77.
6. *Ibid.*, 34.
7. *Ibid.*, 57.
8. Joseph A. Tylenda, *A Pilgrim's Journey*, *op. cit.*, n. 30. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第 53-54 頁。)
9. 關於抗拒對天主的正面經驗的討論，請參考拙作《體驗天主：在祈禱中分辨》第四、五、六章（光啟文化出版）。



第十一章

邁向團體分辨：
幾個實務建議

在耶穌會卅一屆大會（1965–66）和卅二屆大會（1974–75）之間，想必發生了些挺有意思的事。在卅一屆大會的文件裡，只要提到靈性分辨或分辨神類，一定是指個人分辨；可是在卅二屆大會的文件中，提到分辨神類大多是指團體分辨。卅一屆大會所關注的，顯然是讓耶穌會恢復神操的活力，尤其是在個人分辨上重拾神操的活力。卅二屆大會雖未忽略這項需要，但的確花了不少篇幅鼓勵團體成為分辨的團體。

真實的團體分辨所要求的心態，其重要性顯而易見，因此它們並不像一般團體對話那麼經常受到驗證。不過，每個團體都應努力具備這些心態，以便在有需要時，團體能以這種特別的方式尋求天主的旨意¹。

在 1966 到 1975 年之間，究竟發生了什麼變化呢？

在北美，指導式避靜運動（給個人帶神操）蓬勃發展，在耶穌會裡如野火燎原。儘管卅一屆大會說得十分委婉：「對於讀書修士（準備將來成為聖職者的耶穌會修士），在他們接受培育的過程裡，應容許他們不時在經驗豐富的神師指導下，做個人神操。」²但到卅二屆大會時，北美的讀書修士已極少以其他方式做神操。在靈修指導中，著重當事人實際宗教經驗之討論，也變得十分重要。

隨著對個別靈修指導的興趣日益提升，以及重新發現聖依納爵編寫神操的最初用意，依納爵靈修的其他面向也

重新獲得關注。在喬治·剛斯主持下，耶穌會源泉研究中心（The Institute of Jesuit Sources）開始出版耶穌會原始文獻的英譯本，其中最重要的莫過於剛斯親自翻譯的《會憲》（*Constitutions*），1970年發行³。在此同時，中心也翻譯出版重要學術著作，例如德基貝（Joseph de Guibert）的《耶穌會士：他們的靈修信理與實踐》（*The Jesuits: Their Spiritual Doctrine and Practice*）⁴，並開始出版原創性研究，幫助英語系的耶穌會士認識他們的靈修遺產。最後在1969年，同樣在喬治·剛斯指導下，美國參贊區耶穌會靈修研討會（American Assistancy Seminar on Jesuit Spirituality）開始發行別具影響力的期刊——《耶穌會靈修研究》（*Studies in the Spirituality of Jesuits*）。梵蒂岡第二屆大公會議呼籲各修會重拾會祖的神恩，北美耶穌會以這些行動予以回應。

1970年4月，《耶穌會靈修研究》才創辦沒多久，若望·伏特萊（John Futrell）即發表〈依納爵式分辨〉（Ignatian Discernment）⁵。伏特萊這篇專論是以他的博士論文為基礎，在關注個人分辨之餘，也以促成創建耶穌會的「慎重審議」（deliberation）為典範，詳加申論團體分辨的重要性。一年半後，儒略·托內（Jules Toner）發表〈團體分辨天主旨意的方法〉（A Method of Communal Discernment of God's Will）⁶。接著是1972年11月，伏特萊的〈團體分辨：經驗之反思〉（Communal Discernment: Reflections on Experience）⁷登場。最後是1974年6月，托內發表〈開啟耶穌會的慎重審議〉（The Deliberation That Started the Jesuits）⁸。從那之後，《耶穌會靈修研究》就

沒有團體分辨的專論了。

即使只匆匆略讀這四篇專論，也一定會發現：伏特萊、托內和其他耶穌會士，在那些年為大小修會團體辦了不少團體分辨工作坊。差不多在同一段時間，於麻州劍橋宗教發展中心（Center for Religious Development）服務的耶穌會神父威廉·康諾利，也應邀主持了不少類似的工作坊。1972年，當我們一起為新英格蘭會省耶穌會全體長上主持這樣的工作坊時，康諾利神父引介我加入這個行列。很快地，我受邀在新英格蘭和國外主持很多類似的工作坊。在擔任培育副省會長（vice provincial for formation）期間，我暫停了巡迴主持工作坊的活動，直到1984年，我才再次與若瑟·麥可米克（Joseph McCormick）神父一同受邀，為在大都會區服務的耶穌會士主持工作坊，協助他們增進團體分辨的能力。令我好奇的是：團體分辨在1970年代早期明明很受關注，到第卅二屆大會時，這股興趣更達高峰，可是關於團體分辨的討論，後來卻突然消失了。為什麼會這樣呢？我自己的猜測是：團體分辨的嘗試之所以沒落，是因為團體所應具備的先決條件不存在了。

我每次主持團體分辨工作坊，一定會詳加記錄整個過程。我之所以想把過程記錄下來，就是希望這些記錄有朝一日能對其他人有幫助。團體分辨現在既然沉寂了，我想我們或許需要一點刺激，好讓團體分辨重新復甦。伏特萊在1970年就曾大聲疾呼：這個時代需要恢復依納爵式的團體分辨。

如果耶穌會在現代教會裡生存的要件，是讓真

實的團體分辨促使它更新自己、適應時代的記號，那麼，讓全體耶穌會士學習實踐真正的依納爵式團體分辨，便是極其重要之事⁹。

雖然時隔三十多年，伏特萊的話仍然振聾發聵，我也相信：我們現在還是需要團體分辨，不只是耶穌會士而已。

我刻意為這一章取了「邁向團體分辨」這個標題。事實上，我參與的很多工作坊並沒有達成真正的團體分辨，原因或是沒能產生需要分辨的問題，或是時間不夠，或是其他契機尚未出現。我在想，團體分辨時的很多嘗試之所以失敗，或許是缺乏伏特萊和托內講的那些先決條件所致。由於無論是伏特萊在 1970 和 1972 年的論述，或是托內在 1971 年的提點，都相對詳盡地著墨於這些先決條件完備之後，該如何實際進行分辨，我現在想把重點放在達成這些先決條件的過程。

團體分辨最重要的前提是：即將參與團體分辨的人，本身已經驗過分辨神類。換句話說：參與團體分辨的每一個人，都必須做過神操裡說的默觀祈禱，都必須經驗過不同「神類」的活動，也都必須分辨過哪些活動來自天主、哪些則否。其次，團體分辨也預設每個人都有能力和意願與其他人溝通，都能夠也願意分享自己在祈禱中，以及祈禱式的反省經驗。我們不應先入為主地認定每個人都有這種能力，因為我們很多人的生長環境並不鼓勵這樣的溝通，甚至還常常故意阻礙這樣的溝通。雖然個人指導避靜的傳統已經恢復，鼓勵宗教經驗交流的靈修指導形式也已長足發展，對於團體分辨所需

的溝通，我們現在的確有了準備，但沒有溝通經驗的意願，這些都是枉然。事實上，讓團體分辨的努力付諸東流的原因，常常是缺乏溝通意願。讓我好好說明這點。

我們什麼時候會向另一個人敞開心胸呢？不就是我們相信那個人不會嘲笑、奚落或輕視我們的經驗的時候嗎？如果有個人開始對我講她的祈禱經驗，而且那份祈禱經驗對她來說深具意義，結果我一下子就改變話題，甚至對她說「我覺得好怪」，她恐怕得很久之後才能再鼓起勇氣跟我討論這個話題了。人在找人商量深深困擾他們的問題時，往往會在敞開心胸之前先試試水溫。同樣地，開始接受靈修指導的人，也要到漸漸信任靈修導師之後，才會逐漸透露自己與天主之間最私密的面向。總之，向另一個人傾訴自己的內在經驗，並不是件容易的事。

如果個人和個人之間是如此，可以想見在團體裡向一群人敞開心胸有多困難。我們之所以不願敞開心胸，原因常常是恐懼。該怎麼幫助團體裡的個人克服恐懼，更願意向其他人吐露自己的心聲呢？以下是我們主持工作坊的人用過的幾個方法。

首先，我們會解釋自己的角色，通常會把帶領者比做靈修導師。靈修指導的任務是助人認識自己對天主的渴望、將這些渴望告訴天主，並準備好樂於接受的心境，以便聽見天主的回應。靈修導師不涉入反省者的渴望或祈禱經驗，而是幫助他們留意自己與天主的關係的變化、分辨哪條道路通往天主，並拿這分辨怎麼辦。同樣地，身為團體分辨的帶領者，

我們的任務是幫助那個團體，讓他們傳達自身作為團體對天主的渴望，並帶著這份渴望在祈禱中尋求天主。我們必須提醒參與團體分辨的個人：他們應該心繫所屬團體的渴望，以團體一員的身分懇求天主予以回應。換句話說，他們應該明瞭：天主對於作為團體的他們有著期許。個人避靜者是向天主祈求自身的渴望，並信任天主會把自己的福祉放在心上；所以，團體裡的個人也是如此，他們是在這樣的脈絡中帶著團體的渴望祈求天主，信任天主會將團體的利益放在心上。

帶領者向參與者指出一個途徑，讓他們以團體成員的身分，在個人祈禱裡走向天主，帶著渴望向天主求助。待祈禱階段結束，參與者回到團體，帶領者應協助他們按自己的意願，或多或少向彼此報告祈禱時所發生的事。一如個人的神師要幫助個人盡可能留意、表達經驗到的一切，對所發生的事，不做任何評斷；同樣，團體分辨的帶領者，也要協助團體用心聆聽，不去評斷其他人分享的經驗。既然這種團體分享的假定是：我們都希望聽見天主對我們這個團體所講的話語，在分享時段也要盡可能保持與個人祈禱時所希望秉持的那種默觀態度。

其次，我們可以指出這個過程是緩慢的，它會隨著對天主和彼此信任的增加而漸上軌道。雖然在場成員信任天主，但關於天主對自身團體的渴望和期盼，他們或許沒想太多。團體裡的大多數成員可能需要培養信任關係，以便相互敬重彼此的敬虔與真誠，並肯定大家都有心為團體尋求天主的旨意。團體分辨的意義在於：團體裡的每一位成員都信任天主，

相信祂會透過他們個人的祈禱、透過他們對祈禱收穫的分享，來啟示祂對這個團體的旨意。因此，參與這個過程的人必須相信：其他人也都會真誠地祈禱，並試著以開放的態度分辨天主的旨意。畢竟，成員們若是願意服從團體的決定，他們的未來便同在一條船上了。

我們通常會把一天分成三個時段——上午、下午和晚上。團體全員在每個時段開始時一同出席，我們則給他們個人祈禱的方向。接下來，每位成員祈禱四十五分鐘到一小時，然後花幾分鐘反省。如果團體成員在十人以下，分享時間全體參與；但若團體人數較多，則分成十人以下的小組，以便彼此分享，並請小組做總結報告。因此，每個時段至少需要兩個半小時。隨著這樣的進程，我們可能得視需求調整架構。比方說，在每個時段開始時，我們可能要遊說該團體找到自己的渴望。

有些團體平時互動不錯，分辨過程一開始就對彼此懷有足夠善意。但即便如此，成員們對彼此、對天主的信任要能深到這個過程需要的程度，還是需要一些時間。如果有個團體由於人數減少而成員感到神經緊繃、工作過量，並意識到沒辦法繼續從事以往所做的一切工作，因此其目標是找到一個最能善用其才華的途徑，那麼，在第一段祈禱時間開始時，我們將建議他們用《依撒意亞》第四十三章一到五節之類的經文：

你不要害怕！因為我救贖了你，

我以你的名字召叫了你，你是我的。
當你由水中經過時，我必與你在一起；
當你渡河時，河水不得淹沒你；
當你在火中走過時，你不致烙傷，火焰也燒不著你。
因為我是上主，你的天主；
以色列的聖者，你的救主……
因為你在我眼中是寶貴的，是貴重的，我愛慕你；
所以我拿別人交換了你，
拿別的民族交換了你的性命。
不要害怕！因為我同你在一起。

我們會指出：以色列人聽到這些安慰的話時正在流亡，他們的聖殿被毀，對未來的盼望也降至最低點。我們會建議這個團體向天主祈求，請祂讓他們宛如聽見這段話語，並以團體一員的身分從中獲得啟發。

接著，他們各自祈禱四十五分鐘左右，然後回到團體，每位成員各依所願分享祈禱時的經驗。對大部分團體來說，這樣的暖身活動能讓他們安心，各式各樣的經驗也能帶來新的啟發。於是，他們由衷體會到了人人都那麼真誠、懷著信仰。他們也常常相當驚訝——原來和彼此談論祈禱竟是這麼容易，竟是這麼愉快！依第一階段進行的情形，我們或許會建議他們在第二階段重複一次，或是請他們懇求天主協助，讓他們知道天主對他們這個團體的梦想是什麼。當他們到達這一點時，我們會請他們各自祈禱，獨自懇求天主啟示祂對

他們這個團體的夢想。

在團體聚會時，我們應提醒他們懷著默觀的態度傾聽彼此，並留意自己傾聽時的內在反應。舉例來說，如果發現自己一聽某位成員講話就起反感，或許會想懇求天主協助，讓自己能從那個人的觀點看事情。團體清楚表明了天主對他們這個團體的願景和夢想之後，他們已準備好進一步祈求天主協助，讓他們發現是什麼阻礙他們去實現天主的夢想。這時就要邁入較艱難的階段了，因為他們會開始碰觸敏感議題，而這些議題可能引起憤怒、懷疑和其他「負面」情緒。此時，帶領者的功夫就得好好派上用場了。

每個相處過一段時日的團體，或多或少都會有些心結或磨擦。我剛剛是以一開始就對彼此心存善意的團體當例子，但很多團體並不是如此，他們在開始團體分辨時可能互不信任，對彼此也沒有多少善意。在帶領這些團體時，我們可能得更早處理負面感受的問題。

有個團體就是如此。整個過程才剛剛開始，他們便已流露出很大的憤怒、不滿、狐疑與不諒解，連帶領者都懷疑自己是不是掀開了潘朵拉的盒子。但我們還是告訴他們：至少整個團體的真實情況浮現得很快，並提示他們也許和耶穌被釘十字架之後躲在樓閣上的宗徒們具有同樣的感覺。我們請他們想像宗徒們當時的感受——罪惡感、憤怒、懷疑與恐懼，種種負面情緒全都混雜在一起。但耶穌來到他們中間，對他們說：「願你們平安！」我們建議他們花一小時祈禱，想想這段經文（若 / 約廿 19-23），然後再回來。當他們又回到團

體時，氣氛明顯不一樣了。剛剛才在彼此發怒、指責的一群人，現在個個講起自己的恐懼與缺陷，在此同時，他們也都談到自己對天主的信心，相信祂會與他們這個團體同在。我們雖然尚未抵達應許之地，但這個團體已經開始改變，逐漸成為能夠進行團體分辨的團體。

伏特萊 1972 年的作品說得好：「一個團體為開啟真正的團體靈修分辨，必須先以團體的身分獲得神操第一週的成果」¹⁰。伏特萊雖未點明箇中深意，但我相信這項先決條件極其重要。在我主持的團體分辨工作坊中，我相信我至少看到一個團體達成這項成果。那是個男性神職人員團體，成員都是會士代表。他們邀請我和另一位帶領四天半的工作坊，好讓他們在接下來的會議中態度更開放、也更有分辨能力。那個修會當時接連發生財務危機、人員流失等問題，很多人十分洩氣，也變得易怒而多疑。在參加工作坊的人裡，有幾位還被其他人當成始作俑者。工作坊剛開始時氣氛不太好，不斷湧現憤怒、懷疑、無助、罪惡感等種種情緒。前兩天起的爭執不少，但我們都覺得大家的信任感在逐漸提升。正如其中一位說的：「我們想了想不到的問題，說了說不出來的話。」

第二天快結束時，我們總結情況如下：

你們感到自己破落、匱乏、無助又有罪，正是因為意識到自己是修會的一員、會士的代表。你們很多人都覺得自己像法利塞人西滿（西門），心裡責備耶穌竟讓那個罪婦給自己洗腳。你們有些人感

到忿忿不平，不滿自己竟要為其他人收拾爛攤子。有人擔心這個團體沒有勇氣做出必要的決斷，也有人害怕連天主都改變不了你們。可是，你們也都渴望獲得醫治，都渴望耶穌能幫助你們再次成為弟兄。也許你們會想重讀一次《路加福音》第七章卅六到五十節，或是再讀一次《若望福音》十三章裡洗腳的故事。

我們也建議他們向十字架上的耶穌說話，並運用神操第一週裡的三重對禱。

到了這個祈禱時段結束後的分享時間，大家變得情感豐沛又相當真誠。有人流下眼淚請求團體寬恕，也有人坦承祈禱時相當空虛，請大家為他祈禱。有幾個人說感覺到團體起了變化，對醫治的渴望正逐漸增長，而其他大多數人都覺得受到安慰，有種獲得醫治的感覺。許多人淚流滿面。分享時間快結束時，他們兩兩一組尋求和解。隔天，他們繼續向其他人尋求和解。最後兩天，我們把焦點放在《馬爾谷福音》裡耶穌和宗徒的關係上。到了工作坊尾聲，他們覺得有希望，也更有信心面對即將開始的會議了。有了這份「第一週經驗」，他們似乎重獲力量，能再次夢想、期望共同組成團體。

在避靜者面臨一些相當痛苦和令人傷心斷腸的經驗時（有時與皈依的過程有關），靈修導師必須信靠天主；引領團體邁向團體分辨時，帶領者更需信靠天主。粉飾團體裡的嚴重分歧很簡單，對沉痾視而不見也很簡單，但這絕不是解

決問題的辦法。有些技巧，只有在信任感和默觀祈禱等先決條件滿足後才能奏效，無視時機尚未成熟、硬是套用這些辦法並不難，可是這無異於緣木求魚。有些團體乍看之下似徹底分裂，也十分容易令人不再期盼天主甚至也能在這種情況下讓奇蹟出現，但他們或許確實盼望以團體的方式得到醫治。我之所以從不單獨擔任帶領者，正是因為我覺得需要同伴，唯有如此，我們才能彼此提醒要祈禱，要把團體交託給天主，並要相信這個團體儘管問題重重，可是至少心存善意。畢竟——我們可以對彼此說——他們一定寄希望於召叫他們成為團體的天主，否則怎麼可能邀我們來幫忙他們成為一個會分辨的團體呢？有個人曾這樣說過：「在做神操時，我變得深深相信耶穌對我懷有夢想。現在，我更相信祂對我們也懷有夢想。」當團體成員能講出這樣的話時，那個團體離步上分辨之途就不遠了。

-
1. Decree 11, "The Union of Minds and Hearts," of the Thirty-second General Congregation, para. 23. In *Documents of the Thirty-first and Thirty-second General Congregations of the Society of Jesus* (St. Louis, Mo.: The Institute of Jesuit Sources, 1977), 475.
 2. Decree 8, "The Spiritual Formation of Jesuits," of the Thirty-first General Congregation, para. 124. In *ibid.*, 108.
 3. Ignatius of Loyola, *The Constitutions of the Society of Jesus*, trans. George E. Ganss (St. Louis, Mo.: The Institute of Jesuit Sources, 1970).
 4. Joseph de Guibert, *The Jesuits: Their Spiritual Doctrine and Practice: A Historical Study*, trans. W. J. Young (Chicago: The Institute of Jesuit Sources,

1964).

5. John C. Futrell, "Ignatian Discernment," *Studies in the Spirituality of Jesuits* 2/2 (April 1970).
6. Jules J. Toner, "A Method of Communal Discernment of God's Will," *Studies in the Spirituality of Jesuits* 3/4 (September 1971).
7. John C. Futrell, "Communal Discernment: Reflections on Experience," *Studies in the Spirituality of Jesuits* 4/5 (November 1972).
8. Jules J. Toner, "The Deliberation That Started the Jesuits: A Commentary on the *Deliberatio primorum Patrum*: Newly Translated with a Historical Introduction," *Studies in the Spirituality of Jesuits* 6/4 (June 1974).
9. Futrell, "Ignatian Discernment," 70.
10. Futrell, "Communal Discernment," 169.



第十二章

在萬事萬物中發現天主： 達致愛情的默觀

關於此一默觀的位置與重要性，在《神操》詮釋史上雖然已有許多討論，但我想大多數當代評論者都會同意喬治·剛斯的看法：它「既是神操靈修經驗的總結，也是其渾然天成的高峰」¹。不過我們還是必須提醒自己：這個操練不折不扣是默觀，而非默想。

在神操第一週，避靜者是以理智、記憶和意志來推動自己趨向渴望的目標，但在達致愛情的默觀中，依納爵並不期望靠默想這個默觀的四端即可收效，就如第一週所做的一樣。我們必須切記：這項操練名之為「默觀」。依納爵的預期是：當避靜者到了這個程度時，將已經相當渴望經驗上主，讓這份經驗在心中燃起心火，更愛天主。麥可·艾文斯（Michael Ivens）說：「（標題裡）『獲得』（attain）這個詞的意涵並不是『得到』（obtain），而更接近於『達致』（reaching to）或『抵達』（arriving at）。要『達致』的『愛情』是我們自身對天主逐漸成長的愛。」²這項默觀的渴望是：「求使我對我所受的一切恩惠具備內在認識，以激起感恩之情，使我能在一切事上，愛慕、事奉至尊天主」（第 233 號）。當我透過天主恩寵明瞭我所有的一切都是恩賜、而且是不配得的恩賜時，我將生起深刻的感恩。也許這是最根本的宗教態度，而依納爵也暗示：這種態度能讓人心生對賜恩者的愛，並讓這份愛逐漸茁壯。彌格·巴克利（Michael Buckley）說：這個默觀「旨在提升意識、增進覺察，達到依納爵稱為『內在認識』的全然人性覺察與經驗，舉凡理解、外在感知與內在感受，皆融匯於其中。」³

當然，內在認識是對神聖啟示的回應。我們可以回想第二週的求恩：「祈求對為我降生成人的主的內在認識，讓我更加愛他，更緊緊地跟隨他」（第 104 號）。這種內在認識無法只靠研究福音書或神學而獲得。這樣說吧：要獲得對另一個人的內在認識，只有在對方選擇向我們揭露自己時才有可能。對耶穌也是一樣，只有他向我們啟示自己，我們才能獲得關於他的內在認識。依納爵明白：我們渴望的這一份愛，是一種誘發出來的愛，是由對方所揭露的內在可愛（interior loveliness）而引發的愛。我們接下來會看到：依納爵念茲在茲的愛是一種相互的愛，這種愛之所以產生，主要原因不是對方對我們慷慨大方，而是我們認識到對方的可愛與內在美。也只有對方向我們揭露自己時，我們才能認識其可愛與內在美。

從默觀的敘述看來，如此一來就不難讓人看出這項默觀的文本就是依納爵在茫萊撒的神祕經驗的結晶。在《自述小傳》裡，他剛說明「天主對待他，就像學校的老師對待他所教導的一個學童一樣」⁴，就接二連三地講了五則神祕經驗。

第一點……某日……他開始神魂超拔，就如看見了天主聖三像琴鍵的形狀，一時淚流如注，並強烈地啜泣起來，致於無法自制……這經驗讓他終生難忘，以至於幾時他向至聖聖三祈禱，便感受很大的熱愛和虔誠⁵。

第二點——一天他懷著很大的神樂，心中想像天主創造世界的情形。他好像看見從其中發出光芒的一片白的東西，天主從其中發出光明⁶。

第三點……一天在這村中的修院聖堂裡他正望彌撒，剛舉揚吾主的聖體，他以靈性的眼睛看見白色光芒從天而降……他在明悟中清楚地看見吾主耶穌基督怎樣在至聖聖事內⁷。

第四點——他在祈禱時，多次而且很長的時間以內心的眼目看見基督的人性，顯示給他的形式有如一個雪白的身體，不很大也不很小，不過四肢看不分明……那時他見到的這些景像使他堅強，使他的信德如此鞏固，致使他多次心想：即便沒有聖經……基於那些所見，他也會決心為之殉道而死⁸。

第五點：（在卡陶內河畔）……他坐在那裡時，領悟的眼目被打開了。雖無神視，但他明瞭、覺察到許多事情、許多有屬靈的事物、以及關乎信仰和學問的事，而且帶著那樣明亮清晰的闡釋，一切事情對他而言都顯得新奇⁹。

依納爵遇上這些經驗時，他還只是靈修生活的新手；此外，他當時對神學也毫無認識。由於這些切身經驗，他樂觀地相

信其他人也能從天主獲得恩賜。因此他認為：一個人走到了達致愛情的默觀時，一定會渴望天主賜下這類個人啟示，而這種渴望的結果，就是懇求獲得「內在認識」。依納爵似乎並不認為自己是因為表現出色才得到啟示，他也不覺得自己是特例。他把得到的一切都看成恩賜，而其他人當然也能渴望天主給予這些恩賜。他相信每一個人都能請求天主給予這種啟示，並期盼天主予以回應。

事實上，對於這種啟示的渴望只是天主創造我們的渴望的相關事物（correlative）而已。在《讓此心在祢懷中》，思天·摩爾也這樣講過。在人來說，是他人的可愛喚醒我們的渴望，在天主來說則恰恰相反。在天主渴望我們存在之前，我們根本不存在。是天主的渴望造成我們的存在，這樣才讓我們成為對祂而言是被渴望的對象。天主的創造之觸持續創造我們、維繫我們的存在，並在我們心中引發相關的渴望——對天主本身，以及對天主所想望的親密關係的渴望¹⁰。

我不禁想起希波的奧斯定（Augustine of Hippo）在《懺悔錄》（*Confessions*）裡一段頗為人知的話：「他（按：人）一想到祢便深受觸動，除非他讚美祢，否則他不能滿意，因為祢造我們是為了祢自己。我們的心除非安息在祢懷中，不得安寧。」¹¹ 在《神聖之愛的啟示》（*Revelations of Divine Love*）中，諾威奇的朱利安（Julian of Norwich）也呼應了奧斯定的感受：

我們恭敬地向我們的戀人懇求一切所願。因為

依照本性，我們的意志渴求天主，天主的好意也渴求我們。我們絕不該停止渴求與想望，直到我們在圓滿和喜樂裡擁有祂。到那時，我們便不再有其他渴求¹²。

在《神聖之愛的啟示》結尾，朱利安以一項更有力的圖像勾勒出天主親近我們的渴望：

天主渴望把每一個人擁入懷裡，藉著這股渴望，祂把祂的聖徒們領入現在的蒙福狀態。祂一得到他們就不斷帶領、不斷汲飲，但祂依然乾渴、也依然想望¹³。

天主親近我們的渴望，也在我們心中創造出相關的渴望。依納爵親身經驗過這份渴望。他也推測有此經驗的人，並不止於他一人。

在《道路雜誌增刊》（*The Way Supplement*）的文章裡，彌格·巴克利談論達致愛情的默觀，他相信其中的四端，其實扼要重述了神操四週的經驗¹⁴。我則相信，這四端也可說是總結了原則與基礎的內在意義。避靜者現在想對天主的獨特性，以及天主創造的意向有一種帶有情感的認識，以至於常懷感恩之心並與天主對宇宙的意向相協調，以之為他們生命裡的第二天性。

在我們仔細討論這四端之前，讓我們先花點時間看看兩

個前導注意事項。第一個說：「愛更應是彰顯於行動上，更勝於在言語上」（第 230 號）。哈維·艾根已經講過：依納爵的神祕主義是服事型的神祕主義，是服事天主在創造中的計畫的神祕主義¹⁵。若瑟·泰特洛在前面提過的書裡，也曾深具說服力地提過：依納爵的原則與基礎，主要根基並不是神學或哲學理論，而是經驗，對我們持續受造的經驗。在他看來，這個經驗是

我們時時刻刻被我們的主天主在所有具體細節中創造的經驗，且是這種經驗：就是當我們讓自己傾聽自己最真誠的渴望，我們便是聽從天主的呼喚而進入生命。而這份渴望來自天主對我們熱切而具創造性的愛¹⁶。

我們甚至能說：整部《神操》的目的，就是幫助人與造物主天主如此合一，以至於人想望在自己人生裡的每一個時刻以行動配合天主的意向。分辨神類在神操中之所以重要，有很大一部分原因是在這裡。依納爵提醒避靜者：愛更是在行動上彰顯，有勝於言語上。這顯示他是一個行動與天主的那番行動相協調的神祕主義者。即使是這項達致愛情的默觀，也不出這個視野。

第二，愛在於雙方相互的通傳。愛者將自己的所有或其中的一部分給與被愛者，被愛者同樣回報

愛者。這樣，有學識的人給予那沒有的人。對財富或尊榮也是一樣，彼此互相分享。（第 231 號）

這段話和以下幾段裡最特別的是：依納爵預設天主想和我們完完全全相互交往。這有什麼特別的呢？因為他所說的是全宇宙的創造主，是什麼也不缺的天主，祂造化天地是出於愛，而非出於需要。依納爵從親身經驗中發現：天主希望相互交往，希望祂和依納爵之間能產生友誼之愛，也希望人人都能與祂產生友誼之愛。在閱讀聖經和帶領別人靈修之後，依納爵更確信這個發現絕非妄想。天主想當我們最親近的朋友，祂熱切地愛著我們，也願我們熱切地愛祂。祂甘冒極大的風險，自願依賴我們的意願，由我們決定讓不讓祂愛我們，還有願不願意愛祂，換句話說，祂由我們決定讓不讓祂完成與我們同在的心願。如果我選擇不與祂往來，天主便不能如祂所願地與我同在，不能成為我深愛的對象。

我最近開始相信：天主對宇宙的意向能獲得實踐的主要原因，並不是聖人們的英豪作為，也不是打造公義世界的行動，而是我們每一個人都願意讓天主靠近，讓天主成為我們親密的朋友。天主國的到來要透過友誼和友誼之愛。當我們每一個人都接受這份友誼時，我們便被轉化。我們愈是讓天主親近，就變得愈肖似天主，用希臘神學家的話來說，就是變得更為「神化」（divinized）。於是，我們的愛變得更普及，並擁抱天主對我們世界的一切夢想——讓每一個人都能在和諧的世界裡和諧共處。對我而言，這種看待世界的方式，似

乎是將指導神操和靈修指導的事工，放在教會牧靈工作的核心。

我們現在更仔細地來談談這默觀的四端。第一，我們懇求能以深切的熱情記起自己得到的恩賜，並意識到自己在接受這些禮物時，既是身為宇宙和人類的一分子，也是擁有獨特歷史的獨特的個人。對那些在原則與基礎和第一週經驗過個人救恩史的人來說，這一點或許能讓天主有機會強化當時的啟示。麥可·艾文斯其實也認為：這一端，可能令人想起神操過程中，所獲得的一切恩賜¹⁷。

依納爵接著寫道：

我要用深切的熱情仔細考慮我們的主天主為我所做的何其眾多，讓我分享祂所有的又是何其眾多，以至於依照祂的神聖計畫，同一個主想要將自己也賞賜給我。（第 234 號）

這是剛斯的譯本，其他譯本對最後一句有不同的翻譯。以艾文斯的譯文為例：「還有，天主如何依照祂的神聖計畫，想要盡祂一切所能把祂自己給我」¹⁸。是啊，盡祂一切所能。這句話的酸楚溢於言表。天主想把自己完完全全給我們，可是祂偏偏不能，因為我們不是天主，而且會抗拒祂的恩賜。

如果我們能體會天主的這份愛和感傷，便能由衷唱出聖雅風·力格里（St. Alphonsus Liguori）的讚頌：「噢！可愛的天主！」若我們能體驗這份神聖之愛，並讓它穿透心房，我

們也會想把自己完完全全地交給天主，並打從心裡說：「主啊，我願將我的全部所有送給祢當作回禮。」依納爵在他名不虛傳的禱詞裡這樣寫道：

主，請祢收納我全部的自由，我的記憶，我的理智，和我的整個意志，我所有和所擁有的一切。主，祢已將這一切都賞賜給我；我現今奉還給祢，主！這一切都是祢的。任憑祢隨意安排。求祢賜我祢的愛和祢的恩寵，我就心滿意足了。（第 234 號）

一旦被這般愛火焚燒，我們便不會恐懼把一切告訴天主，也不會畏懼把自己的人生、希望和渴求交託給天主。我們不會「尋求健康甚於疾病、財富甚於貧窮、榮耀甚於屈辱、長壽甚於短命」，反而會「切望和選擇那些更有助於我們達到受造目的之事物」（第 23 號）。

在《耶穌會會憲》裡，依納爵更令人好奇也更具挑戰的要求之一是：生病的人「應把疾病當成自我們的主天主手中接下的禮物，因為這份禮物並不比健康遜色」¹⁹。要想知道依納爵希望耶穌會士多具信心，我們可以看看若瑟·麥可米克的例子。他曾擔任耶穌會威斯頓神學院（Weston Jesuit School of Theology）的會院院長，擔任過靈修導師，也曾是指導數以百計避靜者的導師。他是位博聞強記的人，也運用這項特長幫助過很多人。但在他生命的最後五年，飽受阿茲海默症摧殘。「主，請祢收納……我的記憶」，我們真的能說，若瑟

的病是一項不比他的健康和過人的記憶遜色的禮物嗎？依納爵顯然會這麼說，為什麼？因為他經驗過天主的自我啟示，他也邀請我們懇求同樣的自我啟示。最近，正好有位在靈修指導過程中經驗親近天主一段時間的女士說，她覺得自己不再恐懼死亡了，她對天主的渴望與日俱增。

在第二端中，我們要祈求經驗

天主怎樣居留在一切受造物中……最後天主也
寓居在我內，賜我存在、生命、感覺和理智；甚至
把我當成祂的宮殿，因為我是至尊天主按祂自己的
肖像和模樣所造的。（第 235 號）

這一點是求天主啟示我們，讓我們知道天主與宇宙裡的一切多麼密切相關。容我在此提出一個想法，談談這種啟示可能有什麼意義。我們得以經驗到天主處身在這個世界，與之不可分，不只是因為祂創造了世界，更是因為祂降生成人。我們的天主不是自然神論裡的天主。自然神論者認為，神創造完宇宙便由得它去，憑它自生自滅。我們的天主一直臨在於宇宙，也不斷為實現自己的意向而努力。此外，納匝肋人耶穌在形體、心理、社會和宗教方面都與整個宇宙相連，也和天主如此相契、成為一體，乃至他就是天主。我們相信他肉身復活，而這個宇宙，是天主永遠的居所。

從某個真實意義來說，這個宇宙就是天堂。現在和死後的差別是：妨礙我們認識真相的阻隔會被移開，我們也將看

見宇宙真實的樣貌——天主的美麗花園。在第二端中，我們懇求天主開我們的眼，讓我們看見真相。如果我們深刻地經驗到天主寓居於萬事萬物，當然能夠在萬事萬物中找到天主，並會敬重一切事物、所有的人，還有我們自己。有這般深刻經驗的人，絕不願濫用自己或其他受造物。我們在此再次見到原則與基礎的縮影，不過現在，我們更深刻、也更神妙地覺察到天主內蘊於這個宇宙。

第三端，我們要祈求經驗「天主如何在世上所有的受造物之中為我勞苦、工作」（第 236 號）。如果天主是如此親身向我們啟示祂自己，我們就會經驗到天主在創造和維持宇宙裡的那番行動，隨之也會全心全意與祂的那番行動相配合。天主在這個宇宙不斷行動，好實現祂的意向。天主一直試著引領我們每一個人以及所有的人，想要讓我們一同進入天主自己的親密三一生活。希臘神學家將這生活稱作 *perichoeresis*——「四處漫舞」。

菲德列克·布赫納在一個出乎意料的地方經驗到了這個「在受造物心中進行的宏偉舞蹈」，地點在奧蘭多（Orlando）的海洋世界。那是一個麗日當空的日子，六條殺人鯨在晴空下滑入水裡。他如此描述這番經驗：

天空與陽光美得炫目，看台上的年輕人個個青春俊美，南方溫暖的空氣輕撫臉龐，周遭的觀眾興奮難耐，喜悅之情恐怕只有表演的鯨魚能夠體會，彷彿整個創造——男人、女人、野獸、太陽、海水、

天地，以及據我所知，天主本身——都躍入那不可思議的至美的偉大、歡騰的舞蹈裡。就在那時，我驚訝地發現自己雙眼飽含淚水。

他的妻子和女兒也有類似經驗。布赫納繼續寫道：

我們為什麼流淚？我想其中並沒有什麼奧秘。我們之所以流淚，是因為我們瞥見那平安的王國，這一眼幾乎讓我們心碎。在那短短的時間內，我們看到了伊甸園，也參與了在受造物心中進行的偉大漫舞。我們之所以流淚，是因為看見生命受造的目的，但也發現它偏離正道。我們領悟何以《約伯傳》會說在天地受造之時，「星辰一起歌詠，天主的眾子同聲歡呼」；我們也霎時明瞭聖保祿的心境，了解他何以即使身陷囹圄或綁赴刑場，仍堅持「在主內應當常常喜樂，我再說：你們應當喜樂！」這一瞥，也讓我們至少部分領會了耶穌這句話的意義：「你們現今哭泣的是有福的，因為你們將要歡笑。」²⁰

在第三端中，依納爵邀請我們懇求天主，請祂讓我們經驗這個在宇宙心中進行的偉大神聖之舞。

最後是第四端，依納爵要我們經驗「所有的一切恩惠和美善如何來自天主……就如光線來自太陽，水流來自泉源」（第 237 號）。在此，我們清楚聽見依納爵在《自述小

傳》裡的神祕經驗的回音。只要我們能經驗從天而降的一切祝福與恩賜，便一定能活在神貧之中。我們將「不偏不倚」（*indifferent to*）、平衡（*at balance toward*）地看待一切受造的禮物與祝福，因為我們已深切了解：它們雖然美好，但也只黯淡反映出「一切祝福之源」的那一位，後者才是我們內心最深的渴望之所繫。

於是，攀上神操頂峰的人繞了一圈回到原地，但他們已更親近我們稱為「天主」的奧祕，在這個過程裡，他們也更認識自己、更認識世界。他們走在行動中的默觀者的道路上，在祈禱與行動的實際生活中有規律性地發現天主。對這樣的人來說，祈禱與行動確實不是兩回事，而是以某種奧祕的方式合而為一。

-
1. George E. Ganss, *The Spiritual Exercises of Saint Ignatius*, 183, n. 117.
 2. Michael Ivens, *Understanding the Spiritual Exercises* (Leominster, Herefordshire: Gracewing, 1998), 172.
 3. Michael Buckley, "The Contemplation to Attain Love," *The Way Supplement* 24 (Spring 1974): 95.
 4. Joseph N. Tylenda, *A Pilgrim's Journey*, 36, n. 27. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第51頁。)
 5. *Ibid.*, 36-37, n. 28. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第52頁。)
 6. *Ibid.*, 37, n. 29. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第52-53頁。)
 7. *Ibid.*, 37-38, n. 29. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》

- 第 53 頁。)
8. Ibid., 38, n. 29. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第 53 頁。)
 9. Ibid., 38–39, n. 30. (中譯本參見《聖依納爵：自述小傳·心靈日記》第 54 頁。)
 10. Cf. Sebastian Moore, *Let This Mind Be in You: The Quest for Identity through Oedipus to Christ* (Minneapolis: Winston, 1985). 魯益師在自傳回憶錄中將這種對「無以名之者」的渴望名為「喜樂」。
 11. Augustine of Hippo, *Confessions*, trans. R. S. Pine-Coffin (Baltimore: Penguin, 1961), i, 1, 21.
 12. Julian of Norwich, *Revelations of Divine Love*, trans. Clifton Wolters (Harmondsworth, England: Penguin, 1966), 71.
 13. Ibid., 195.
 14. Buckley, “The Contemplation to Attain Love.”
 15. Cf. Harvey D. Egan, Ignatius Loyola the Mystic.
 16. Joseph A. Tetlow, “The Fundamentum,” 7.
 17. Michael Ivens, *Understanding the Spiritual Exercises*.
 18. Ibid., 174.
 19. *The Constitutions of the Society of Jesus and Their Complementary Norms* (St. Louis, Mo.: The Institute of Jesuit Sources, 1996), 120, [272].
 20. Frederick Buechner, *The Longing for Home: Recollections and Reflections* (San Francisco: Harper & Row, 1996), 126–127.

台、港依納爵靈修相關機構

台灣：

- 耶穌會
網站：耶穌會中華省
Facebook：耶穌會、天主教、耶穌會、耶穌會中華省資源開發室
- 耶穌會青年使徒工作小組
台北市辛亥路一段 22 號
電話：(02)2365-4205 分機 250 e-mail：fj00017@gmail.com
- 靜山靈修中心
彰化市大埔路 2 巷 1 弄 40 號 電話：(04)712-2259 ~ 61 (三線)
傳真：(04)712-2258 e-mail：manresa.tw@msa.hinet.net
Facebook：天主教靜山靈修中心
- 依納爵靈修中心
台北市辛亥路一段 22 號 電話：(02)2364-6400
傳真：(02) 2368-5416 e-mail：twignatian@yahoo.com.tw
- 基督生活團
台北市辛亥路一段 22 號 4 樓 417 室
電話：(02) 2365-5553 / 2368-5416
傳真：(02) 2365-5127 e-mail：clcroc.tw@gmail.com
- 聖心靈修中心
網站：聖心靈修中心 Facebook：八里－聖心靈修中心
電話：(02)2618-2281 傳真：(02)2618-2151
e-mail：shscbali@yahoo.com.tw

香港：

- 思維靜院

長洲山頂道 27 號

電話：(852) 2981-0342 傳真：(852) 2981-0749

e-mail：xaviersj@netvigator.com 網址：<http://xavier.ignatian.net/>

- 基督生活團

網址：<http://hkclc.catholic.org.hk/>

讓主靠近：深入依納爵靈修的一種方法／威廉·貝瑞(William Barry, S.J.) 著；朱怡康譯.-- 初版.-- 臺北市：光啟文化, 2017.12
面；公分

譯自：Letting God Come Close: An Approach to the Ignatian Spiritual Exercises

ISBN：978-957-546-879-8

1.天主教 2.靈修

244.93

106021685

讓主靠近

深入依納爵靈修的一種方法

2017年12月初版

◎版權所有·翻版必究◎

著者：威廉·貝瑞(William Barry, S.J.)

譯者：朱怡康

審訂者：劉家正

執行編輯：劉小河

出版者：光啟文化事業

地址：台北市(10688)敦化南路一段233巷20號A棟

電話：(02)2740 2022

傳真：(02)2740 1314

郵政劃撥：0768999-1(光啟文化事業)

發行者：甘國棟

E-mail：kcg@kcg.org.tw

中文網址：<http://www.kcg.org.tw>

承印者：中茂分色制版印刷事業股份有限公司

地址：新北市中和區立德街26巷17弄5號3樓

電話：(02) 2225 2627

定價：230元

光啟書號 205348

ISBN 978-957-546-879-8

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回調換。



本書
簡介

許多人渴望認識上主，想透過神操和上主建立關係。但是在做神操的過程中，往往會發現有許多張力在拉扯，例如：雖然想經驗上主的親近與關愛，但對於祂真的會讓他們感受得到這件事，常常並沒有抱多大實際的希望，或是個人內心所懷有的上主形象和真實的上主相距甚遠等等。

威廉·貝瑞神父有超過三十年以上帶領神操的經驗。在本書中，他以實際的經驗，分享什麼是神操各週的內在動力、以及如何有效且清楚地引導做操練的人，在各階段的祈禱中，與上主真實地相遇。


ISBN 978-957-546-879-8



9 789575 468798

光啓書號 205348

定價230元

 光啟文化事業
Kuangchi Cultural Group