

# 2009年依纳爵灵修 研讨会论文集

耶稣会◎编著



河北信德社

# 依纳爵灵修研讨会论文集 (2009 年)

耶稣会 编著

河北信德社

HEBEI FAITH PRESS (P.R. CHINA)  
Faith Books (316)—Spirituality Series  
**Seminar Collections of Ignatian Spirituality 2009**

Compiled by Jesuit

First Published in June, 2011

By Hebei Faith Press

(3 Xuefu Rd. Shijiazhuang, Hebei, P.R.China)

All Rights Reserved



信德书林(316)灵修丛书  
2009年依纳爵灵修研讨会论文集

耶稣会 编著

中国河北信德室 出版

(河北省石家庄市学府路三号 邮编:050061)

河北省石家庄百斯特印刷有限公司 承印

印张:6.75 开本:889×1194mm 1/32 字数:135千字

印数:3000 印刷时间:2011年6月

冀出内准字(2011)第A069号

版权所有 请勿翻印

Cum Approbatione Ecclesiastica

# 信德丛书总序

“现今存在的，有信、望、爱这三样”（格前 13: 13）。而“信德是人得救的开端，也是一切成义的基础和根由”（训导文集 1532）。致力并拥有活泼信德的同胞，无论在平静生活里，还是在过往艰难困苦的严峻考验中，或是在今日现代社会和教会内部各种思潮的强烈冲击之下，他们都是心中常有上主，时常充满喜乐。在信德内，明辨天主圣言，遵行主的诫命，以基督的炎炎爱火于变化莫测的风浪中，明智忠诚地为主作证。

信德为我们在昔日重要，为今日中国教会更是需要。我们受河北天主教教务委员会之托，成立信德编辑室，取名“信德”之意，即是愿通过向大家奉献各种圣书——教友们的精神食粮，从而增加巩固我们的信德，维护真理，办好教会，在主内彼此理解，合而为一；在荣主益人，爱国守法中，强国利民，弘扬基督福音。

信德编辑室将遵循这一宗旨，陆续为教友们再版一些教会传统圣书，并不断提供梵二以来具有时代气息的各类丛书。以益神长教友荣主救灵，修德成圣和各界朋友探索求知，寻找真理之用。

信德编辑室 谨启  
1991年8月15日  
圣母升天瞻礼

# 目 录

依纳爵灵修的特色 .....	吴伯仁	001
依纳爵灵修中的原则与基础 .....	尹美琪	025
神操的内在动力 .....	穆宏志	045
以培育的角度看神操的动力		
回应《神操内在的动力》 .....	董泽龙	069
从分辨神类看依纳爵灵修的视野:		
一种彻底实在论的实践 .....	董泽龙	073
依纳爵灵修中的价值观与生活态度 .....	尹美琪	099
依纳爵灵修与平信徒 .....	穆宏志	117
依纳爵灵修的教学领导方式 .....	甘国栋	129
依纳爵灵修与教理讲授 .....	钱珍珠	139
“依纳爵灵修”与“服务学习” .....	严任吉	153
八天神操面面观 .....	甘国栋	163
依纳爵神操与神恩复兴运动 .....	吴伯仁	179
黑暗中重见光明 .....	严任吉	201

# 依纳爵灵修的特色

吴伯仁

我们从依纳爵的《神操》和《圣依纳爵自述小传·心灵日记》，还有他的一部分书信来探讨依纳爵灵修的特色。依纳爵灵修本身不属于一个固定团体，而是普世性的。

依纳爵灵修的特色可分为以下九点来作讨论：

- 1.具体史实的基础
- 2.肯定的灵修途径
- 3.战斗的灵修
- 4.以基督为中心的灵修
- 5.圣三的灵修
- 6.与教会同感的灵修
- 7.使徒性的灵修
- 8.玛利亚的幅度和转祷的灵修
- 9.结论

## 一、具体史实的基础

依纳爵劝告讲授神操者“应将默想或默观的史实，忠实地叙述”，好让操练者能够取得“历史的正确基础”（神操 2）。在《神操》的祈祷操练中如果有两个前导，第一个一定是定像，第二个就是求恩。如果有三个前导，那么，第一个就是历史的背景，第二个是定像，第三个是求恩。这保证贯穿基督宗教的本质是建基在确信(conviction)上，胜于建基在情感上。神操的操练着重在实用上，胜于在思辨上。依纳爵灵修同时有活力和质朴的面向，并且也都适用于简单粗野的灵魂和最博学细腻的灵魂。

《神操》描绘出依纳爵灵修的经验性本质：从经验出发，而且有深厚的《圣经》和教义的基础。它不只是专注在情感和个人的经验上，而且也侧重在教会正式教导的基本教义上。依纳爵强调“安全的教义”，保证此一灵修是可靠的、强而有力的，而不是灿烂的和引人注目的。<sup>1</sup>

同时，《神操》揭露出依纳爵灵修的具体性。罪恶的奥秘不在于从事抽象性的讨论，而是将焦点放在天使所犯的罪、亚当和厄娃的罪和一位该死之人的大罪、操练者本身的罪和地狱（神操 45-72）。这些是第一周的五个祈祷内容，是具体而非抽象的，也不只为分析探讨而已。

---

1. Harvey D. Egan, “Ignatian Spirituality”, NDCS, pp. 524-525.

《神操》第二至第四周的主要默想材料是以《圣经》为基础,以福音所记载主耶稣的生活、苦难、死亡与复活为主。为使祈祷产生更大的神益,操练者需要按照所运用的材料,记起默想或默观的历史,进而依据此历史的背景“定像”<sup>2</sup>。

在默观中,操练者需要运用想象力来“定像”,亦即想象一个地点或情境(神操 47、65、91 等),为能帮助操练者好好记忆,并探究当下默想的材料。事实上,也是为了约束操练者的想象力,不致胡思乱想与当下默想主题无关的事物。当然这样的“定像”,不是考古、也不是想要将真相还原,而是根据《圣经》和教会传授,避免空想和穿凿附会。按照所默想的《圣经》题材,使之具体化。比如默想耶稣治好耶里哥的瞎子这一事迹,我们可以定像耶稣与门徒及一大伙群众,就是按照《圣经》所记载的史实而行。

## 二、肯定的灵修途径

基督宗教的灵修传统中,有两种不同的途径来达到神秘经验的层面:否定的(*via negativa*, the *apophatic way*)灵

---

2.“定像”在《神操》中出现 13 次。依纳爵认为“定像”是将事物整合在一起的心智活动。祈祷中操练者如此进行,为的是让自己顺利地进入祈祷的情境中,有时也包括想象力的运用。参照 George E. Ganss, *The Spiritual Exercises of Saint Ignatius: A Translation and Commentary*, p. 155, endnotes 34.



修途径和肯定的(via affirmativa, the kataphatic way)灵修途径,然而任何纯正的基督徒神秘主义必须包括此两种灵修途径的要素,缺一不可。<sup>3</sup>

### 否定的灵修途径

否定的灵修途径强调天主“永远是更大的”(ever-greater),彻彻底底地不同于任何受造物。最好经由否定,以及在黑夜中来认识天主。天主不是“这”,也不是“那”。所有的图像、观念和象征都必须除去,也就是说不能用一个图像、一个观念、一个象征把天主限制住。天主不是你所想象的那样,天主超越你所能想象的一切。

十四世纪,由佚名的神秘主义者写下的《不知之云》,是“否定”神秘灵修的代表作。这本书完全符合伪狄奥尼修(Pseudo-Dionysius, 约 500),发展于圣维克多·理查德(Richard of St. Victor, 1173)和莱茵河西部地区的奥秘灵修的传统,后来传入西班牙,由十字若望(John of the Cross, 1542~1591)发扬光大<sup>4</sup>。其实十字若望所谈的“心灵的黑夜”的灵修也是属于否定灵修的一个传统。

《不知之云》的作者坚持“没有人能够凭他的知识充分

---

3. Harvey D. Egan, “Christian Apophatic and Kataphatic Mysticism,” *Theological Studies* 39 (1978), p. 405.

4. 欧迈安,《天主教灵修学史》,220页。

了解非受造的天主”<sup>5</sup>。所以,天主是超越人所知所想的一切,我们不可能用一个思想、观念,一个图像、概念把天主抓住。同样,十字若望也指出:“天上和地下的一切受造物 and 无限的天主相比,都不算什么……;所有的高等和低等的受造物,没有一个和天主相似,也没有一个能和天主结合在一起”<sup>6</sup>。所以,天主不是“这”,不是“那”,即使把所有的东西都放在一起,或把所有的不是放在一起,天主都超越一切。否定灵修的天主是所有不是的不是。

《不知之云》的作者进一步教导从事默观的初学者一些简单的技巧,那就是他必须将所有的受造之物,毫无例外地放入“坐忘之云”。这个“坐忘之云”是放置在他自己的下面,在他和所有受造物,甚至是最神圣和最卓越的思想之间<sup>7</sup>。另外,在天主和从事默观者之间,将升起一朵“不知之云”,此时默观者所能做的事,是“以谦冲的爱,举心向主,只向往祂自身,而不企求祂的任何恩惠”,“因为在今

---

5. William Johnston ed. *The Cloud of Unknowing and the Book of Privy Counseling*, p. 50; 郑圣冲译,《不知之云》,20页。对于中文的译文,笔者参照英文的版本,在不伤害作者的原意下,适度对句子的结构和遣词作了调整,以下同。

6. Kieran Kavanaugh and Otilio Rodrigues trans., *The Collected Works of St. John of the Cross, Revised Edition* (Washington, D.C.: ICS Publications, 1991), pp. 124, 174.

7. 郑圣冲译,《不知之云》,25-30页。在此,作者提及,所有的受造物“不仅是指任何受造物本身,也指一切受造物的行动和境遇,没有任何例外”(25页);这些神圣的思想包括:“思念天主的尊威和慈祥,从而获得真知灼见”(27页)。

生,只有凭爱能触摸到天主自身,凭理智绝不可能”,因此唯有凭着“盲目地渴慕天主的愿望”,而能“让内心的渴望、不断地向隔在你和天主之间的那朵‘不知之云’冲去”<sup>8</sup>。

为了使“坐忘之云”和“不知之云”容易生成,默观者需要将内心“一切的心愿浓缩成一个简单的字(词),以便于记住”,此字或短词是对他有意义的。再者,它“将是你在冲击与安宁中的护卫。用它去敲击在你上面的那朵乌云,也用它去擒住一切的分心;把擒住的分心杂念,交给你下面的‘坐忘之云’”<sup>9</sup>。

换句话说,从事默观者是为爱所驱使,渴望与天主合而为一。藉天主赏赐盲目之爱的驱使,不仅净化从事默观者,也光照他,最后使他与爱的泉源相结合。因此,此一爱的道路不全是受苦的,而是一条持续受到喜乐、平安、信靠、坚强、倾注的启示、狂喜和喜悦所滋养的道路<sup>10</sup>。

### 肯定的灵修途径

肯定灵修刚好与否定灵修相对。肯定灵修途径强调在

8.同上著作,17页;34页;35页;40页。

9.英文本用的是“one simple word”(p. 56),中文本译为“一句话”(29页),在此依照英文本,重译为“一个字”。就英文单字的音节有长、有短,因此作者在此特别强调最好选取单音节的字,以便记忆。然而,就中文来看,最好用一个字或两个字的短词吧!

10. Harvey D. Egan, “Christian Apophatic and Kataphatic Mysticism,” *Theological Studies*, p. 408.

万事万物中找到天主。天主和受造物之间有明显的相似性,因此能够经由受造物、图像和象征达致天主,祂已经在创造和救恩的工程中将自己显示出来。肯定灵修的重点是:这个无形无像的天主的降生性,如希伯来书所说,除了罪以外度着和我们一样的生活。基督宗教的降生幅度也是迫使神秘经验者认真地对待天主在历史和象征之中的自我启示,因为耶稣基督是天主真正的象征,是天主的(图)圣像(God's icon)。天主真实地呈现在“肯定”的方式之中。

事实上,肯定的灵修途径稳稳扎根于圣经的灵修和神秘主义。圣经的灵修传统十分肯定人能从所看得见的万物中,发现那自有者——创造者天主(智十三 1、罗一 20)。在创世纪中明显地说人是天主的肖像,是按天主的模样所造的。况且,那不可见的天主竟然也以祂的模样、肖像来创造人(创一 26-27),促使在所有人身上反映出天主的光荣(格前十一 7),正如主耶稣基督一般(希一 3)。主耶稣反映父的光荣。因此,在耶稣基督身上陈述出圣经的肯定灵修传统中最深奥的幅度(若一 18)。祂说:“谁看见了我,就是看见了父”(若十四 9)。这是肯定灵修的一个传统。事实上,在肯定灵修中除了依纳爵灵修以外,方济灵修也是其中之一。所以,依纳爵灵修只是肯定灵修中极具代表性的一种。

依纳爵灵修,特别是《神操》,是肯定的灵修方式中最清楚、也最有影响力的阐述之一。《神操》的主要材料是以福音所记载的主耶稣的生活、苦难、死亡与复活为主,加上

依纳爵自己个人的经验交织而成。藉着《神操》的操练,帮助操练者调整自己的生活,不为任何悖理之情所蒙蔽,进而认识这位为我降生的主耶稣基督,为能更加爱慕祂,更紧紧地跟随祂(神操 21、104)。

### 真正的基督徒神秘主义

任何纯正的基督徒神秘主义必须包括“肯定”灵修途径和“否定”灵修途径的要素,因此“肯定”灵修途径包含“否定”的要素;同样的,“否定”灵修途径包含“肯定”的要素<sup>11</sup>。

就拿“否定”的灵修途径的代表作《不知之云》来说,尽管作者强调“否定”的幅度,他仍然坚持需要经常默想个人的罪、基督的苦难和天主的慈爱、美善和尊威。虽然光有想象和思辨的默想本身不能引人走向默观性的爱,但他深信这些默想确实是圣善和有用的。这是属于肯定灵修的要素。事实上,那些想要在灵修路上前进的初学者,除非从事这些默想,不然他们必然误入歧途,达不到目的<sup>12</sup>。在另一部书《私人辅导之书》(The Book of Privy Counsel)中,他进

---

11. Harvey D. Egan, “Christian Apophatic and Kataphatic Mysticism,” *Theological Studies* 39 (1978), p. 405.

12. 郑圣冲译,《不知之云》,28页。《不知之云》的作者对于默想和默观作了明显的区分。他认为“默想”是初学者从事推论和主动的祈祷;“默观”是唯有在“坐忘”和“不知”之云中,发展出来的晦暗和宁静之爱的密契。

一步论及这些“甘之如饴默想”的地位和价值。事实上,默想是任何更高深祈祷的必要基础,也是绝对不可或缺的。正如《私人辅导之书》所指出的:“一位刚悔改,开始从事祈祷的人,将发现这些默想的祈祷是最安全的道路去意识到他自己和天主”<sup>13</sup>。事实上,这并没有贬低理智的角色:“我必须强调,它们本身都是好的,因为你的理智反映出天主神圣的理智”<sup>14</sup>。因此,渴望从事默观的人必须“养成研读、反省和祈祷的习惯。或是说,要阅读、思考和祈祷……书写的或口传的天主圣言,宛如一面镜子。理性是心灵的眼睛,良心是心灵的映射。正如你用镜子去照见脸上的污点——若没有镜子或别人告诉你,你不会发现它的;同理,心灵的污点也是如此。不阅读或不聆听天主圣言,心灵的眼睛便看不到习惯性犯的罪,良心上的污渍也就无法察觉”<sup>15</sup>。

反过来看,依纳爵灵修是“肯定”的灵修途径中最显著也是最有影响力的代表之一,但在依纳爵《神操》“辨别神类的规则”中所描述的“无前因的神慰”(consolation without previous cause)(神操 330),是依纳爵灵修中最具有“否定”灵修特色的代表之一。这种“无前因的神慰”完全是天主白白地给予。天主自由地进入一个人,自由地离开他。

---

13. William Johnston ed. *The Cloud of Unknowing and the Book of Privy Counseling*, p. 174.

14. 同上著作,57页;郑圣冲译,《不知之云》,31页。

15. 同上著作,92-93页;郑圣冲译,《不知之云》,89-90页。

人无论做什么,都无法编造出这种神慰。依纳爵在卡陶内河畔的经验,就是这“无前因的神慰”强有力的一个例子。他所能做的,只是被动地接受天主的邀请,进入被动倾注的神秘经验中。这种经验的不预期性,揭露了天主自由地在依纳爵身上的行动。依纳爵指出在这经验中,所获得的体会和光照,对事物的领悟、理解,超过一生所学习、所经验、所知的一切经验:“他一生直到六十二岁时所学的一切,将那些全聚在一起,好像还不及他在那一霎时所领会的”(自述小传,30号)。这完全是不相称的。

现今在判断一个神慰的经验是不是“无前因的神慰”时,可从这两个原则来看:一是没有预期的;另一是获得的恩宠与所做的努力相比是不相称的。保禄宗徒在大马士革的经验就是另一个例子。保禄拿着搜索状,到处寻找逮捕信靠耶稣的人。当他在大马士革的路上,复活的主光照他,他跌倒了。保禄问说:“祢是谁?”“我是你所迫害的主基督。”保禄宗徒在大马士革的经验,基本上是相反他的渴求,相反他的行动和意愿,不是他所预期,也是不相称的,因此可说是“无前因的神慰”。路加福音记载天使报喜,圣母的经验也是如此。因为她是一位谦卑的乡下女孩子,而且已经和若瑟订了婚。教会传统认为圣母愿意在家庭的保护伞下,过一个献身的的生活。她没有期盼,也没有预期天主会透过天使邀请她作为降生成人的天主子耶稣基督的母亲:“万福,充满恩宠者。”这也是一个不相称的恩宠和经

验。所以可以论定说,圣母在天使报喜的时候所接受的恩宠也是一个“无前因的神慰”。依纳爵说这时所能做的事情只能是接受,因为天主这样的推动,致使人不但毫无疑问,甚至不能怀疑(神操 175 号)。

### 三、战斗的灵修

依纳爵清楚了解他所生活的环境、当时的教会,他需要不断地奋斗。然而这样的战斗,不只是面对外在的环境,反观个人内在的心灵,也是善神和恶神掳获人心的战场。这是出自依纳爵军人世家的特质。在邦布罗纳的战役中,小城兵力薄弱,守城将领都要投降了,可是他坚持到底,战斗到底。

依纳爵绝不轻易放弃妥协的特质也在灵修中表达出来。依纳爵灵修是战斗的灵修,在《神操》的操练中显露无遗。它是精神的战斗,所用的主要武器是祈祷、省察以及神类分辨。依纳爵在《神操》的第一周花了相当的篇幅,着墨在良心的省察。这是一项内心的战斗,是人与自己的罪过和毛病搏斗的战事。此一艰辛的克修要求无情地对抗自爱、舒适、个人的意志和判断。第二周亦是如此。“两旗默想”中选择跟随耶稣基督时,祈求圣母转求主耶稣选择贫穷、舍弃财富,甘愿效法、跟随受轻慢、凌辱的耶稣;相反追求财富和尊荣(神操 147)。此外,依纳爵明确地陈述:“原



来每人都该知道：人越摆脱个人的私爱、私意和私利，在一切事上便越有进步”（神操 189）。这场拔除恶习和滋长美德的战斗，在于“战胜自己，整理自己的生活，使人不致为任何不正的心情决定自己的生活”（神操 21），好使圣神能在他内自由的行动。

《神操》提供两组神类分辨的规则，为能正视和面对个人内心中种种不同的推动，并帮助人认清善神和恶神推动人心的方式，辨认出恶神似非而是的理论、诡诈的伎俩，以及面对之道，期能觉察出天主圣神的推动，以一颗更自由的心，答复天主的邀请和召叫，为能在一切事上，爱慕、事奉上主。

#### 四、以基督为中心的灵修

依纳爵悔改以后，走上朝圣的旅程。在蒙赛拉圣本笃修院停留期间，他在圣母像前作了献身的“武装守夜”，藉此表达他的决心，舍弃骑士的生涯，穿上贫穷和谦逊的服装，成为主基督的骑士。依纳爵往昔的君王是一般的诸侯、国王；悔改以后，就以主耶稣基督为他的君王，成了主耶稣的骑士。

另外，依纳爵在《自述小传》中，以五点综合扼要地叙述他在茫莱撒所领受的光照，其中包含了默观基督的人性和基督在圣体圣事中具体的临在（自述小传，28-31号）。

依纳爵深深地体会到,在救赎的工程中,天主圣言降生成人。为了人类的得救,主耶稣在最后晚餐以圣事性的方式,且在十字架上以流血的方式交付自己,成为赎罪祭。茫莱撒卡陶内河的经验以后,依纳爵的生活中心,从圣三的第二位转向历史中的耶稣。他离开茫莱撒前往耶路撒冷,朝拜祂诞生、生活、苦难、死而复活、升天的地方,进而转向默观复活升天的永恒基督,祂永远地在世间工作,直到世界的终结。

再者,依纳爵在罗马近郊斯道达小堂的神视,“清晰地看见了天主圣父使祂的圣子基督与自己合而为一”(自述小传,96号)。天主圣父愿意基督收依纳爵为祂的仆人。肩负十字架的基督,遵照圣父的意愿,接受依纳爵的奉献,收纳他在祂的十字架旗帜下,来侍奉天父和主基督。在《神操》“两旗默想”的祈祷也是一样,依纳爵要祈祷操练者祈求,能够经由圣母的转求收纳他在主基督的旗下。

因此,当依纳爵和他的第一批同伴,思考如何称呼他们的小团体时,依纳爵坚决反对以他的名字来命名,称为“依纳爵会”。依纳爵在斯道达小堂的神视,产生了决定性的影响。最后他们一致同意:他们是因主耶稣的名聚集在一起,渴望成为祂的伙伴,主耶稣基督才是这个小团体的中心和领袖,他们愿意以祂的名为名,藉此表达他们侍奉的决心,常随其左右,如使徒般为祂服役,因而称之为“耶稣的伙伴”。

《神操》也显示出“以基督为中心”的灵修：与十字架上的基督亲密对谈，贯穿了第一周。罪的后果完全地被揭露；罪谋杀了天主位格性的爱的礼物——降生的天主圣言。操练者在默想三种罪时，要面对十字架上的耶稣，向祂祈祷，并反问自己，到底“我为基督做了什么？现在为基督做什么？将来为基督应该做什么？”（神操 53）。显然地，操练者藉着与十字架上的耶稣对谈和反躬自问，期望能将生活的重心从“以自我为中心”，转向“以基督为中心”。

《神操》后三周的默观，主要的材料是以《福音》所记载的主耶稣的生活、苦难、死亡与复活为主。因此，此三周“以基督为中心”的本质更加明显。依纳爵劝勉操练者在每一次默祷开始时，要清楚表达出自己的渴望，这样的求恩，大致上是以主耶稣为主要的对象（神操 104、193、221 号）。其实，在“两旗默想”的操练，依纳爵希望操练者在对祷中，祈求他在往罗马路上所恳切祈求的恩宠：“求圣母为我祈求她的圣子和她的主耶稣，收我在祂的旗下”（神操 147）。毋庸置疑地，依纳爵多么盼望操练者也能分享他在斯道达小堂所经验到的恩典。

## 五、圣三的灵修

事实上，依纳爵灵修不仅是“以基督为中心”的灵修，也是“圣三的灵修”。我们要再一次论及依纳爵停留在茫莱

撒时期所领受的光照,其中包括他对圣三的体验,天主如何创造天地,以及卡陶内河综合性的洞察。依纳爵深刻地经验到天主圣三在他心灵内的临在。他内心所受的光照,成为日后终其一生的生活泉源:世界的创始、感恩祭、基督的人性,以具体形象表达出的天主圣三。他曾天天向圣三中的每一位祈祷,他可以向父祈祷、向子祈祷、向圣神祈祷,有时又能向至圣圣三祈祷,他当时灵修经验尚浅,甚至自问如何能对圣三做“四种祈祷”(自述小传,28号)。他的经验就像和弦一样,三个键能够产生四种声音。事实上,他经验到父就是父、子就是子、圣神就是圣神,清楚地看到圣三内在的生活,以及认识天主圣三内在的本质。从此以后,天主圣三成了依纳爵灵修生活的主题,他也以各式各样的比喻、对照的方式不停地谈论天主圣三的奥迹和对天主圣三的热心敬礼。

综观卡陶内河的经验,是关于三位一体天主的奥迹。更具体来说,是有关圣三对外的活动:世界的创始和圣子道成肉身的奥迹,因此依纳爵被吸引进入圣三亲密的内在生活。依纳爵在创造的过程,洞察到万物是由天主而下,进而天主仍然不停地在受造物中辛苦地工作,使得万物能够存在和滋长,最后万物也必然上升返回它们的最后终点——天主那里。就像一个U字型,从天主而来,又回到天主那里去。依纳爵的神学似乎已与保禄和若望站在同一条路线上(参照若一1-5;弗一3-10)。

在“获得爱情的默观”(神操 230-237),依纳爵清楚详述天主的创造、临在于所造的一切事物中,并且支持整个宇宙万物的成长,为使操练者除了对天主所赏赐的恩惠表达感激之情外,也能意识到在万事万物中找到天主,渴望“在一切事上爱慕、事奉天主”(神操 233)。

毋庸置疑地,依纳爵在《神操》第二周“降生奥迹”(神操 101-109)的默观中,便以圣三内在奥迹的幅度,作为默观主耶稣降生的框架。“降生奥迹”说天主圣三的爱俯瞰整个人类,有白人、有黑人;有的享受和平、有的正在战争;有的哭,有的笑;有人生病、有人健康;并且见所有民族都在盲目地摸索,都往地狱的方向走,为拯救人类便决定天主第二位降生成人。圣子接受圣父的“派遣”,在圣神内自愿接受使命。依纳爵希望操练者默观此奥迹时,祈求天主赏赐深深地认识这位为我降生成人的主基督,为能更加爱慕祂、追随祂。

在“默观世间君王的号召”(神操 91-100)的默想,则表达出那些答复永生君王的呼叫,与祂一起同甘共苦的人,将来要和祂一同进入父的光荣。操练者在此发现他所服侍的不只是贫穷、遭受凌辱和谦逊的基督,而是三位一体的天主,因为这位贫穷、遭受凌辱和遭受轻视的主基督,仍然是“万物的永生主宰”、“永生之王”、“天主第二位”、“降生成人的永恒圣子”(神操 98、95、102、109号)。

## 六、与教会同感的灵修

自十五世纪以来，教会饱受内忧外患的威胁。1453年，君士坦丁堡沦落于土耳其人之手。教宗加利斯督三世(Callixtus III, 1455~1458)及接任的几位教宗，组织十字军东征，抵抗土耳其人的威胁，以免信奉天主教的欧洲落入回教徒之手，但也致使教宗们无法致力于教会的改革。

由于文艺复兴运动所带动的一些发展，某种程度上影响了传统的伦理道德；同时，另一方面，基督宗教的人文主义思想兴盛，倡导基于圣经和教父的神学，虽然没有给当时的教会酿成重大的危机，但也导致教会的训导权威受到动摇，也无意间给宗教改革铺了路。

面对人文主义思想所带来的负面影响，教会内部的改革却迟迟无法展开。但是，改革的声音如雨后春笋一般，油然而生。在德国，马丁·路德(Martin Luther, 1483~1546)在一次激烈的演讲之后，于1517年10月31日在威登堡(Wittenberg)教堂门口张贴九十五篇短论，反对大赦。教廷与马丁路德几经沟通无效后，遂于1521年1月3日，开除他的教籍，教会的分裂随之应声而起。在瑞士，慈运理(Zwingli, 1484~1531)同为改革教会的创始人，他不但取消天主教的一切礼仪，摒弃弥撒，捣毁圣像、祭台，甚至抛弃一切的圣事。加尔文(1509~1564)和他的追随者也对法国

的教会带来重大的影响；英皇亨利八世(Henry VIII, 1491~1547)的婚姻问题,导致罗马教廷于1533年9月将他开除教籍,英国国教随之成立。

依纳爵虽身处这样的环境,仍认为“教宗”是“基督在世的代表”。1534年,依纳爵和初期同伴在巴黎致命山宣发贞洁和神贫圣愿,并且决定前往耶路撒冷为服务人灵耗尽一生。但是,他们做了一个约定:在威尼斯等待航行期间,倘若一年内没有机会去耶路撒冷的话,便前往罗马去见基督的代表,接受他的派遣(自述小传,85号)。

在斯道达小堂的神视,依纳爵经验到他和背负十字架的基督一起去服务;更精确地说,是在“基督在世可见的代表”指导下服务。他决定完全将自己交付在教宗的措置之下,这全然是从他那毫无保留地朝向基督的态度中流露出来的。他经验到在这样的服从下,能够更加确信是圣神的引导。因此,斯道达的神秘经验,不仅将依纳爵和天主圣三结合在一起;也将依纳爵和“吾主耶稣的真正净配——我们的慈母圣统教会”(神操353)结合在一起。

《神操》的第二周,依纳爵要操练者专注在“生活方式或是身份地位的选择”或是“现今身份地位的重整”(神操135、163-164、168-169)。依纳爵意识到神类辨别必须在具体的选择、决定中表现出来;而且所作的选择必须在圣教会的范围内(神操177),并且和圣统教会一致(神操170)。

依纳爵在《神操》的“与圣教会思想一致”的规则(神操 352-370)中,强调对于主耶稣基督在世所建立的可见、真实和在历史中的教会,有一个“感受”(sentir)的知识。这不只是理性的认识,而且包含情感的认同,是灵修经验的果实、全人的投身,并且以基督奥体成员的深度感受,激发教会的内在神圣生活,以及对于这个教会有一种“在家”的自在。

依纳爵认为“我们应当放弃自己的判断,常准备着在一切事上爽快地服从吾主耶稣的真正净配——我们的慈母圣统教会”(神操 353);对于圣教会的一切命令,“心中常准备着找寻理由为它们辩护,决不加以攻击”(神操 361);“因为我们相信,在我等主基督和祂的净配教会之间,常是同一圣神治理我们,引导我们获得救恩。原来颁布十诫及管理指导慈母教会的,是同一的圣神,同一的吾主”(神操 365)。

因此,依纳爵的“教会灵修”(ecclesial spirituality),不只是从“以基督为中心”的灵修发展出来的,也是从他的“圣神灵修”发展出来的。事实上,依纳爵忠于教会的权威、教义、教导、实践和习惯,是出自他的灵修本质,即由圣神所引导和带领。

## 七、使徒性的灵修

依纳爵和圣道明、圣方济一样,是他们身处时代有创



见的修会创办人。方济和道明把隐修士从禁院内的独修生活和体力劳动的苦修生活带出来，派遣他们出去传扬福音。依纳爵则给教会带来一种新的修会生活，取代小兄弟的隐修习惯：唱日课经、隐修院的礼仪和隐修士的克守清规。

耶稣会士没有特别的会衣，只是跟随当地教区司铎的装束；日课经是一个很重要的祈祷操练，不过由会士私下诵念，而不是在固定时间、地点的公共诵念；最后，耶稣会士应该每日按照一定的方法操练心灵祈祷，作一般和特殊的良心省察，并接受灵修指导。因为耶稣会士没有特殊的衣着，没有公共的祈祷时间一起念日课，所以他们能够自由到任何地方去，答复使命。“随时待命”就是依纳爵灵修中的词汇，用来表达这样的精神。

这种使徒性灵修的生活环境是什么呢？不是隐修院，不是团体所在的地方建筑，而是整个世界。这是使徒性灵修与修道院式或托钵灵修不同之处。

依纳爵不会强调只为祈祷或宗教经验的缘故做祈祷，而是将祈祷和宗教经验作为寻找、发现并完成天主旨意的途径。祈祷、克己、生活的调整，以及寻找执行、发现和实行天主的旨意的连结，是依纳爵灵修有别于其他灵修传统的特征。因此，依纳爵宁爱一个克己的人，甚于一位长时间祈祷的人。他感觉前者在十五分钟祈祷中的进步，更甚于后者几个钟头的祈祷。依纳爵重视心灵祈祷，特别强调每天

两次的省察,视为与天主亲密交往不可缺少的方法,也是分辨的基础,有助于寻找天主的旨意。因而,他强调“为爱的使徒性服务”的祈祷,并将默观隶属于使徒性服务之下。因此,依纳爵和后来的耶稣会士,从不迟疑教导那些接受他们指导的人,将服务隶属于祈祷之下。然而,对那些蒙召度严格静观生活的人,依纳爵也强调他们的祈祷具有使徒性的价值。

## 八、玛利亚的幅度和转祷的灵修

### 1. 玛利亚的幅度

依纳爵受伤后,在家疗养期间,不仅开始抄录有关基督的言谈,也抄写圣母的话语。在这段期间,圣母常带给依纳爵安慰。有一夜,依纳爵清晰地看到圣母和圣婴耶稣的像,由此获得极大的神慰,致使他对过去特别有肉欲的事感到厌恶,终其一生不再受情欲的诱惑。这也促使依纳爵对于圣母怀有更深的敬意(自述小传 10 号)。

当朝圣者依纳爵前往蒙赛拉的途中,为了保护圣母的尊荣,差一点伤害一位穆斯林。他曾在阿兰扎祖(Aránzazu)的圣母像前守夜,把前往耶路撒冷的计划,完全交托在圣母的手中。当他停留在蒙塞拉的圣本笃修院时,除了花三天的时间办总告解外,也在圣母像前作了献身的“武装守夜”(自述小传,15-18 号)。

当依纳爵和他的同伴停留在威尼斯期间,领受圣秩的同伴陆续举行首祭,依纳爵却愿再花一年的时间做准备,并再次将自己托付在圣母的手里,恳求圣母将他安置在她圣子的身边。依纳爵对圣母的恳切祈求,在斯道达小堂的神视中实现了。依纳爵看到的不是圣母,而是天父把他安置在圣子的身边。终于,依纳爵于1538年的圣诞节在罗马圣母大殿“主的马槽”前奉献了他的第一台弥撒。圣母在依纳爵的灵修生活中,显然占了非常重要的角色和地位。

《神操》第二周的“降生奥迹”(神操101-109)和“耶稣圣诞”(神操110-117)的默观,也突显出玛利亚的地位。在《神操》的第四周,依纳爵要操练者默想耶稣的复活,但他只介绍一个默观,就是“吾主耶稣现给圣母”(神操218-225)。他简单地描述复活的主耶稣降到阴府救出义人的灵魂后,随即显现给圣母玛利亚。除此以外,没有介绍其他主耶稣复活显现的奥迹。依纳爵明知福音中没有记载耶稣显现给圣母,但他却有力地声明圣经假定我们有理解力,“圣经上既然记载了耶稣曾显现给那么多人,显现给圣母也就成了理所当然的事。”(神操299)。

## 2. 转祷的灵修

在《神操》重要的操练中,依纳爵经常要求操练者做“三个对祷”。这显示出“转祷”在依纳爵灵修中的地位。

依纳爵恳求圣母的转祷。在《神操》第一周练的三个对祷(神操63)中,依纳爵首次提起要操练者首先向圣母、而

后向主耶稣,最后向天主圣父分别祈求;祈求圣母为我转求她的圣子耶稣,求吾主耶稣基督为我转求天主圣父。

在第二周的“两旗默想”中,依纳爵再次重申做此“三对祷”。依纳爵深知在做这“两旗默想”的操练者,正在准备自己选择终生的身份地位,或是在调整自己的生活,更需要天主的光照和恩宠,因此操练者要热切恳求圣母的转祷,并经由主基督向天主父祈求(神操 147 号)。同样地,在“三等人默想”、“谦逊三级”中,亦要做此“三对祷”(神操 156、168),为更能效法和事奉主耶稣。

## 九、结论

从十六世纪以来,依纳爵灵修已经喂养了无数的个人和团体,在天主子民的团体中留下了普遍性启示和灵感的泉源。今日的世界,仍有无数的人按照依纳爵灵修来度基督徒的生活。作为华夏子民的我们,如何才能把依纳爵这个人和他的灵修,以更本位的方式表达出来,则是我们这一代身负的重责大任和挑战。

# 依纳爵灵修中的原则与基础

尹美琪

## 前言

据说圣依纳爵 62 岁的时候,有人问他想要为世界留下什么,他的答复是“原则与基础”。由整个神操来看,可以将“原则与基础”形容成贯穿珠子的线,或车轮的轴心,也是进入神操之途的大门。“原则与基础”是由一连串信仰的真理与原则组成,其内涵不只是针对修道与奉献生活之人,而是对所有真正的基督徒都有益处。研习“原则与基础”的目的,由“知”的道理方面而言,是“神修理论的原则”;由“行”的实践方面来说,是“神修生活的基础”。以下将由“原则与基础”的渊源、内容、内在动力、在神操中的地位,以及实际操练等方面来加以说明。

## 壹、“原则与基础”的渊源

### 一、文字

为便于以下各主题的内容描述,于此先列出圣依纳爵《神操》书中第 23 号“原则与基础”的内容:

人受造的目的,是为赞美、崇敬、事奉我们的主天主,因而拯救自己的灵魂。世界上的一切都是为人而造的,为帮助他追求他所以受造的目的。

结论是对于取用世物,常该看自己受造的目的;它们能够帮助多少,便取用多少;能够妨碍多少,便放弃多少。

因此,我们对一切受造物,在不被禁止而能自由选择的事上,必须保持平心和不偏不倚的态度:就是在我们这方面,并不重视健康甚于疾病,不重视财富甚于贫穷,不重视尊荣甚于屈辱,也不重视长寿甚于短命,其他一切,莫不如此。总而言之:我们所愿意选择的,只是那更能引我们达到受造的目的的世物。(侯景文译本)

### 二、思想的来源与表达

追究“原则与基础”写成的时机与文字的来源,神操学者认为是受到了神哲学的影响,有的认为是圣依纳爵在巴黎读书时写的,有的认为是圣人在罗马时才添加入《神操》书中的。然而其内容显然不是圣人读书时才“独创”的,它

的内容并不脱离当时基督宗教的教义,它说明了人生的目的和终向,而这也是所有的基督徒所应努力实践的。

“赞美、尊敬、奉事天主”,是十三世纪多玛斯及中古时期通行的话语,表达人对于天主的基本职责,和耶稣亲自教导的天主经“愿你的国来临”有关:人愿意赞美天主的圣名,尊敬天主的临在,奉行天主的圣意。

圣依纳爵早已知道其中的道理,而在神视后,对天主的爱、人与天主及受造物的关系大彻大悟,以后也按领悟的原则去生活。在读书后和写成文字以前,他已有了“原则与基础”的经验,而这经验的特点就在于“取舍万物的标准”,以及“平心的态度”。

## 贰、“原则与基础”的内容

对于如何诠释“原则与基础”的内容,专家们也各有说法,今举两例加以说明。

### 一、四根柱石:

George E. Ganss S.J 在《圣依纳爵神操与注释》一书中,介绍了 Luis de la Palma 的比喻,把“原则与基础”的内容比作“哥德式教堂的四根柱石”。

第一根柱石:说明人生的目标,人所寻找的人生意义。人为造物主所造,一生即为追求在主的爱内生活,因此而

找到生命的价值与意义。

人受造的目的,是为赞美、崇敬、事奉我们的主天主,因而拯救自己的灵魂。

第二根柱石:是达到人生目的的方法。使做神操的人,正确而明智地使用所有受造物,因为世界上的一切都是为人而造的。

结论是对于取用世物,常该看自己受造的目的;它们能够帮助多少,便取用多少;能够妨碍多少,便放弃多少。

第三根柱石:是做选择的重要态度,保持“中立原则”。在做明智选择的真正理由出现之前,不做任何选择。

因此,我们对一切受造物,在不被禁止而能自由选择的事上,必须保持平心,以及不偏不倚的态度:就是在这方面,并不重视健康甚于疾病,不重视财富甚于贫穷,不重视尊荣甚于屈辱,也不重视长寿甚于短命,其他一切,莫不如此。

第四根柱石:选择的基本原则就是为了更能够光荣天主。其结果就是在今世在永福中,赞扬上主。

我们所愿意选择的,只是那更能引我们达到受造的目的的世物。

以上四根柱石的说法,也有灵修专家以“二原则”、“二结论”加以总结。原则一,人被造的目的就是为恭敬天主,救自己的灵魂;原则二,就是其他的受造物均为帮助人达到人生的终向。至于结论,其一,我们怎么样取用万物,要



看我们人生的目的；其二，为达到这种境界，人必须保持平心的原则，也就是在内心感到自由的情况下做选择。

## 二、现代“神操”操练题材中的指引

“原则与基础”要表达的是人深刻地感受到被天主所爱的经验，因此，赞美、尊敬、事奉不是一个命令，是一个被爱及圣神临在的结果。如圣母玛利亚“我的灵魂颂扬上主，我的心神欢跃于我的救主天主。”（路一 46-47）。或罗马书信五章第 5 节：“天主的爱，藉着所赐与我们的圣神，已倾注在我们心中了。”天主的爱和恩宠并不取决于我们的赞美、尊敬，只是我们不这么做就找不到人生的方向，而赞美、尊敬天主是我们人生的意义与方向。John Veltri 神父，为一些陪伴他人走内在旅程的引导者写了一本手册《Orientation》，其中有部分对“原则与基础”的解说：

### 赞美、尊敬和事奉

事奉(服务)对于圣依纳爵来说，就是拓展天国。事奉(服务)不是一个很狭隘的灵修内容，是与整个宇宙有关。例如，与他人合作来维护生态环境，或保护地球资源与拓展天国是密切有关的。

### 其他的一切事物

所指的就是天主以外的一切，包含了我们的天赋、健康、身体与限度等等。

### 帮助人(追求他自己受造的目的)

这并不是只有“耶稣与我”，而不顾他人的“功利主义”。人们现在都生活在一个地球村，与整个的受造界都是相互依存的，如果有人破坏地球环境资源，这样就与赞美事奉天主无法协调一致。如果我们支持不正义的事情，这个也不可能来自耶稣基督的圣神。帮助人追求他自己受造的目的，意谓一切的受造界是天主给人类大家庭的礼物。

在不被禁止而能自由选择的事上

特别提醒我们，在人与其他受造物方面，人们容易扭曲原来天主给我们的方向与目的。因着人性的贪婪，我们容易滥用很多“其他的一切”，使其变成我们的偶像或者人生追求的目的。如果我们对地位或安定的生活有过度的依恋，就不太容易为了天主而冒险，也不容易选择一个符合天主旨意的生活。

平心

此时此刻，超然而没有偏见地，不受一切会干预我们去做出正确选择的人、事、物的牵绊，而能够保持一颗平衡的心；或者一旦知道了天主对我们的渴望，我们不对祂置之不理。

我们必须保持

其实讲“必须”，如果只讲表面意思容易误导，好像必然要这样。其实在我们人的经验里面，我们只能做到“仿佛”自己是平心或者是愿意平心。真正的自由不是在我们掌握之中，真正内在的自由是天主的礼物。在神操的整个

过程中,可能有那么一天,那么一个时刻,我们体验到自由,发现天主对我们的渴望。这个自由不是时时在我们的掌握之中,而是人一生灵修生活所要追求的目标。

选择那更能引导我们达到受造之物目的的事物

这里有一个“更”的精神,意味着我们渴望超越“在生命中做良好的道德抉择”,就是不以“只做个好人”为满足。在此时此刻,就作为一个天主的儿女来说,我们关注怎么样做才是更好的,愿意超越“我愿意遵守规范”这个心态,这也是愿意进到神操的一个记号。

### 叁、“原则与基础”的内在动力

“原则与基础”会帮助操练的人历经内在的动力,从被爱的受造物,经验到自由和平心,进而愿意愈显主荣。在此将 John English 神父在《灵修自由》一书中所谈的内容简述如下:

#### 一、被爱的受造物

“原则与基础”要表达的是人深刻地感受到被天主所爱的经验,赞美、尊敬、事奉是一个被爱及圣神临在的结果。只有人能认识天主无限爱的表达,可以自由地赞美、崇敬、事奉天主。在这样的自由行动中,人真正地成为圆满的人。只有人可以在“现在”面对未来做自由的选择。“原则与

基础”是来自人深深被爱的经验,来自人完全依靠天主的一种意识,而不是出自天主严格的命令,如果我们把它当成一条诫命,那么在我们的内心就无法产生力量。

如果我们对天主有不正确的印象,如把天主当成冷漠的父亲、最高审判者、警察、严厉的监工等等,就不太容易有被爱的经验。我们可以深刻反省一下在我们心目中的天主的形象和自我的形象。如果没有正确的天主形象,就不易有被爱的体验;如果没有被爱的受造物的经验,就很难开始基督徒的灵修旅程。

“原则与基础”中‘拯救自己的灵魂’意为如果以赞美、崇敬、事奉我们的天主作为我人生的目的,我自然而然会找到生命的意义,用现在的话来说,就是活得有意义、幸福与成全。这也一定包含了与他人一种爱的关系,不是只有自我。

被爱的经验让我们完全依赖天主,天主将我们带进了一个生命,并会一直保守我们。我们的生命就像一根小蜡烛的火焰,充满了光和热,但也是很脆弱的,随时都有熄灭的可能,但我们有一种很安全的感受,是在一个充满了爱的天主的手中。

这不是一种理性了解的工作,也不是要理问答“你为什么生在世上?为恭敬天主救自己的灵魂。”这需要一种深深的意识,在祈祷里的体验。神师要助人增长被天主所爱的意识,这完全是圣神的工作,但我们可以给一些合适的

圣经章节,帮助人做祈祷。单靠阅读文字,并不能经验到受造物的经验,“原则与基础”的真理必须经过许多的祈祷,以及领受天主的恩宠后才能领悟。

避静中很多的神师或陪伴者会以欧瑟亚先知书 11 章、依撒意亚先知书 43 和 49 章、厄弗所书 1 和 3 章、圣咏 8 和 139 篇开始;或者运用以下经文,让人体验到和天主的个别关系和被天主所爱:

我以你的名字召叫了你,你是我的。(依 43:1)

因为你在我眼中是宝贵的,是贵重的。(依 43:4)

我爱你,我永远爱你,因此我给你保留了我的仁慈。  
(耶 31:3)

看哪!我已把你刻在我的手掌上。(依 49:16)

如果一个人没有被爱的经验,那将如何?身为灵修辅导者或助人者,首先你要爱他,接受、肯定、鼓励他;同时你要成为天主爱他的工具,介绍一些方法和机会给他,经由圣神在他内的工作,让他经验到天主的爱。一旦有被天主爱的经验,或许可以帮助他得到一种新生命的自由。

“原则与基础”所谈之爱与“获得爱情的默观”所谈之爱有何不同呢?“原则与基础”之爱的天主是超越的天主,天主是创造者,人是受造物,是造物主与受造物之间的关系,是赞美、尊敬、事奉的关系;“获得爱情的默观”:让人对天主的内在性有更大的意识。天主用祂的手臂环绕着受造物,而天主也在祂内,因为圣神在祂内催迫着他,要他以爱

还爱。因此这是一种相互给予,互为一体的爱情经验。

## 二、平心与自由

世界上的一切都是为人而造的,为帮助他追求他所以受造的目的。

结论是:对于取用世物,常该看自己受造的目的;它们能有多少帮助,便取用多少;能造成多少妨碍,便放弃多少。

人究竟该如何使用万物才是对的?依纳爵没有给我们答案,他只说要在万物前平心。

我们对一切受造物,在不被禁止而能自由选择的事上,必须保持平心。

我们再次强调被爱的经验,因为如果一个人没有被天主爱的经验,比较不能要求他平心或放弃什么。因此,如果要帮助一个人,第一个要达到的目标就是让他体验到被天主爱的经验,引领他在被天主爱的经验中放松自己。

自由是一个继续不断的过程,在这过程中我们持续发现自己的自由,也会意识到,在自己里面有一些以前没有意识到的不自由。因而我们会为自己的过去感到抱歉,也会对自己的未来怀着希望。

这是走向自由的操练,在这过程中人得到真正的自由。这是内在的意识在我们“与自己的存在”,“与其他的事”、“与他人的关系”中被操练。是天主圣神让我们在这些

关系中越来越自由。

心理上的困扰阻碍人的发展与成长,源自心理上的问题会影响神修上的不自由。但是,一个人在心理上不自由,却有可能在神修上是自由的,这也会是很美的经验。不过,这对当事人来说是很辛苦的,因为他被自己捆绑,他也知道被捆绑,但是他与天主的关系是好的,因为他知道天主完全接受他,天主也爱他。天主的恩宠是超过人心理上的限制,就如保禄宗徒所说的“在我身上有一根刺,我曾多次求天主拿去”,但天主说“我的恩宠为你足够了”。(格后十二7-10)

或许关于自由更深的意义,在作神操中运用“分辨神类的规则”时,会体会到更多。人如何面对自己的害怕、焦虑、缺乏平静,或是持续陷入某种诱惑,这都是有关自由的问题,人会经验到自己是在一种被奴役的状态,而不是完全自由的。当发现这种情况,是进行分辨神类很重要的一部分。我们都希望在充满恩宠中逐步地自由,但是一旦我们认为已经达到目的,“我已经得到了,完成了”,这是很危险的。

### 三、愈显主荣

依纳爵说人必须平心,甚至面对那些与人的生物性及心理性密切相关的需要,也要选择更能引领我们“达到受造的目的”的事物,以光荣天主。

不重视健康甚于疾病,不重视财富甚于贫穷,不重视尊荣甚于屈辱,也不重视长寿甚于短命。我们所愿意选择的,只是那更能引我们达到受造的目的地的事物。

平心,表面上看起来有一些消极,因为要相反自己的喜好和欲望。但是,平心的基本动力会帮助人超越这种消极的感受。说到平心,并不是要我们为了找到耶稣而离开所有的一切,而是说基督的爱统御了这个人,他经验到基督爱他。这个爱,整合了这个人,他就能从一切的事物中自由出来,他的渴望和作为都是天主的旨意,去渴望和选择“更”能赞美、崇敬、事奉我们的主天主的事物。因此意识到天主的爱及天主的美善,被天主的爱统御,才能让人自由平心。

平心的价值不在于平心的本身,平心是一个过程与方法,是为了让人能自由抉择,让人能更加与耶稣合一。自由推动人放下自己所恋恋不舍的,将自己完全奉献给天主,而正是这样的放下和献身,带领人转化为另一新的自由。一个人要能在面对一切事物上都自由,只有在他完全被天主的爱所掌握时,面对一切自由,才有能力寻求天主更大的光荣。

因自由和平心而做的奉献和投身的例子如:亚巴郎奉献独子依撒格,圣母的“愿主的旨意在我身上承行”,若翰洗者的“他应该兴盛,我应该衰微”。他们都是被天主的爱所掌握,对天主充满了信赖,因而可在一切其他事物或受



造物前平心。亚巴郎的平心并不表示他不爱他的儿子依撒格,并不是不痛苦,但是对天主爱的经验所得到的自由,可以让他完全地、极度地信赖天主。

我们所愿意选择的,只是那更能引领我们达到受造的目的的事物,也就是更能光荣天主及救自己灵魂的事物。

“选择”是一件非常困难的事,神操在此也没有一个固定的答案和格式。而每个人经过神操的过程,也没有发现有一套订好的规则来完全发现天主对他的旨意,并加以选择。人只是借着祈祷,渐渐地发现自己得到某种自由,体会到天主不断地整理和准备他,让他在自由和平心中产生一种“更”的渴望,因而能够“选择”更多、更大、更光荣主的事。

## 肆、“原则与基础”在神操中的地位

圣依纳爵在《神操》的开始,在第一周的前面,提出了“原则与基础”,这足够让我们了解:这段文字渗透贯穿着全部神操。

其后,他在每次默想开始的“预备经”中,叫我们祈求天主赏赐圣宠,使我们的一切意向、工作和事业,都纯正地为事奉并赞美至尊天主(神操 46),这便是叫我们记起并实践“原则与基础”。

在第一周的“三对祷”中,圣人叫我们仔细认识并深深

痛恨：那相反“原则与基础”的种种罪过、错乱的心情和腐化的世俗。(神操 63)

在“选择”的规则中，以及有关“选择”的默想和考虑中，圣人更屡次提出这基础道理，譬如叫我们分辨“目的”和“方法”，切勿把方法当做目的：

—首先存想了人生的目的，又切愿达到这目的，因而选择某种生活，某种地位，把它当作方法，为能帮助自己奉事天主，并拯救自己的灵魂。(神操 169)“我所以受造的目的”，必须放在眼前，同时设法使我心地平正，没有任何错乱的心情。(神操 179)

—在“选择的第三时间”中，圣人明白地提出平心的态度。(神操 179)

—在“谦逊第二级”默想中，虽然没有明白提出，但意思很是显明。(神操 166)

—谦逊第三级包括第一和第二级。(神操 167)

—至于“第三等人”和“神国”、“两旗”默想中，情愿贫穷、吃苦、受辱，这也无非是用反攻的方法，来打倒那错乱的心情。(神操 155、98、147)

—愿受侮辱，受实贫之苦。(神操 98)

—神贫、实贫、凌辱。(神操 147)

—宁愿选择贫穷。(神操 167)

神操未了的“圣爱瞻想”更是纠正了一切的错乱心情，感激天主的无数恩惠，因而“在一切事上爱慕事奉天主”。

(神操 233)

## 伍、“原则与基础”的操练

### 一、谁适合操练

“原则与基础”既为神操之首，或进入神操之门，似乎只有准备好做神操的人才适合操练。此人应会祈祷，每天可以奉献出一些时间做有规律的祈祷，对自己有反省的能力等等。但是对于未准备好做神操的人，或是尚未建立灵修生活的基础，操练“原则与基础”也可当成是一种准备；或是开始建立基本的灵修生活，如学习祈祷，思考自己人生的目的、与万事万物的关系等。

对于每年做八天避静的人，可以用半天到一天的时间做原则与基础的操练，一方面可当成是一种复习，另一方面，操练“原则与基础”的重点总会给人新的活力。三十天大避静中，一般可以用一天到两天做“原则与基础”的操练，当然也需适应操练者实际的情况。日常生活中的神操，则根据操练题材设定的时间和内容，而有不同的安排。

### 二、操练的重点

如要经验前述“原则与基础”的内容及内在动力，操练的重点如下：

—被爱的受造物、正确的天主与自我形象、充满恩宠

## 的生命史

- 人生的目的
- 人与万物、宇宙、生态
- 人使用万物的原则
- 平心
- 选择
- 更的精神

### 三、如何准备材料

首先要看操练者的背景,准备不同的题材,如同中医所言“对症下药”。主要题材来自《圣经》中不同的章节:对有生活经验的人,可用《论教会在现代世界牧职宪章》第一章“人格尊严”的12号“人是天主的肖像”,第二章“人类的团体生活”的24号“由天主的计划来看人类使命的社会性”助其反省;在感恩祭的礼仪中,感恩经第四式表达“原则与基础”的精神;另外,社会上的善心人的言行,亦是活生生的材料。

所需之《圣经》章节,中文方面可参考台北依纳爵灵修中心之翻译资料,以及朱修德、穆宏志、翁德昭等人所著《日常生活中的神操》,或是光启社出版之朱修德、任国琳等所著之依纳爵灵修避静书籍,其中均列有许多关于“原则与基础”的《圣经》章节。

## 结语

圣依纳爵《神操》中的“原则与基础”，贵在“知”、“行”合一，由其中认识神修理论的原则，并能经由实践而成为灵修生活的基础。经由本文以上的分享，切盼你我常常聆听爱我们的主在生活中不断地邀请：

你这一生的目的是要永远和我生活在一起，我赐给了你生命，因为我爱你，你对这爱的响应，就是让我永无止境地进入你的生命。

世上一切的受造物都是我恩赐给你的礼物，为的是让你能更容易认识我，并欣然地对我及他人以爱还爱。我愿你欣赏善用我给你的一切，以此帮助你发展成一个被爱且去爱的人。

可是，一旦我给你的礼物本身变成了你生活的中心，或你让那些受造物取代了我造物主的地位，结果必然会妨碍你的成长，阻挠你走向真实的生命目标。

因为，在你每天的生活中，面对我赏给你的所有礼物，在那些没有任何约束你能自由选择的事物上，你必须保持可有可无自在安然的平常心。这样，你就不会将你的心思念虑过于集中在健康或疾病、财富或贫困、成功或失败、长寿或短命这类经常牵绊人心的事物上。

其实，任何事都可能召叫你，去对我给你的生命有更

深的回应,但看你如何选择和运用这些事。

你唯一该有的渴望和选择的事物是:更能让我的生命深刻地进入你内,让我的生命和精神在你身上发挥得淋漓尽致,得到最大的光荣。(本段“原则与基础”的现代版出自 John A. Veltri, S.J. 著,台北依纳爵灵修中心编译《Orientations Volume 1》中译本《导向》第一册 85 页)

### 参考书目:

王昌祉《神操诠释》台中,光启,1960。

侯景文《神操通俗译本》台北,光启,2003。

侯景文,谭璧辉合译《圣依纳爵自述小传·心灵日记》台北,光启,1999。

Jacques Lewis 著,沙微译《神操浅释》台北,光启,1993。

John A. Veltri, S.J. 著,台北依纳爵灵修中心编译《Orientations Volume 2》: Part A 《导向》第二册 上集, Guelph Centre of Spirituality, Canada.

Joseph A. Tetlow, S.J. 著,依纳爵灵修中心编译,《选择基督、选择生命—生活中的神操》台北,依纳爵灵修中心。

George E. Ganss, S.J.《The Spiritual Exercises of Saint Ignatius: A Translation and Commentary by George E. Ganss, S.J.》Gujarat Sahitya Prakash, India.

Herve Coathalem, S.J. 《Ignatian Insights》Taichung Kuangchi Press, 1971.

John J. English, S.J. 《Spiritual Freedom》Loyola House, Guelph, Ontario, 1973.

Joseph A. Tetlow, S.J. 《Choosing Christ In The World - A Handbook of Directing the Spiritual Exercises of St. Ignatius Loyola According to Annotations Eighteen and Nineteen》The Institute Jesuit Sources, Saint Louis, 1989

# 神操的内在动力

穆宏志

为了解“神操的内在动力”这个概念,我认为首先要问的问题是:神操为什么有效果?神操有什么力量可以在人的身上发生效果?

的确,依纳爵希望人藉着神操的操练之后,可以产生效果,例如在《神操》上所说:神操是为战胜自己,整理自己的生活(神操 21);为能善行神操,并为使奉行者获得所寻求的恩典(神操 73);为使我们明白对怎样的事物应举行选择……(神操 170);为调整自己的生活,改善自己的生活和地位(神操 189),及神操 210、313、328、345 和 352 号规则中,都有隐含某些目的。所以神操具有目的性,因为有目的,所以神操也含有一定的动力,帮助人达到那些目的。以下,将从六个方面来陈明。



## 一、天主的动力

我们常提到“天人关系”，因此我们先看天主和人之间有什么样的力量能结合在一起，能够产生关系。依纳爵愿意藉着神操，帮助人意识到这个天人关系，而为了达到这个目的（意识到天人关系），神操有不同的阶段、不同的阶段动力以及不同操练的动力。我会按部就班讲下去，当中要注意的是：我讲的是三十天的神操，而不是日常生活神操的动力。

天主对人持续不断地行动，这是天主的动力。在这里我们从两方面看：一是天主的“降下”，二是祂的吸引力。所谓“降下”，因为天主圣三内有圆满的生活，根本不需要人，但是祂却创造了人和世界。受造物本身是在天主之下，因此天主“降下”自己，屈尊就卑。天主按照自己的肖像造成了人，不止奠定人的尊严，也给双方的关系创造了一个动力：天主到人这里来。天主的“降下”明显地表现在“降生成人”：天主与人在同一平面上了，耶稣是成为人的天主。耶稣成为人还不是最低的，死在十字架上达到人的最低点。在那里，祂什么也不能，什么也不是，受着极大的痛苦，成为被人讥笑的。这“降下”也表现在每天中，我们所接受的恩宠，“都像光线来自太阳，水流来自源泉……”（神操237）。天主在每一个人，每一分钟的行动是：祂给人生命，

恩宠……这些都是天主的“降下”。在天主方面,这样的降下行动,都是为了人,为了吸引人接近祂,所以在这方面,就有了“吸引力”这个动力。天主吸引我们,天主愿意我们归向祂,这是恩宠的第一个时刻,祂以不断“降下”的行动“吸引”我们归向祂。人是天主的肖像,这个“肖像”对本体(天主)的倾向,已经是恩宠的开始,而这个恩宠推动人,用所有的一切力量,不断地寻求祂。

## 二、人的动力

如果有人想要作神操,他必须满足某些条件,否则神操不会在他身上产生效果。首先这个人需要有一些基本的力量。

第一个基本力量是可以感受到天主,并且被祂所吸引;我的心灵渴慕祂,只追寻祂。假如一个人对天主没有兴趣,也不想和天主建立关系,那么他大概没有办法也不用做神操,因为神操中寻求的就是天主。因此,在开始神操之前应该澄清这点,如果给他讲跟天主有关的事,而他没有反应,那就不要开始带领他做神操。

第二是爱与慷慨的才能:也就是说有能力去响应、去接受、去承认和感谢。有的人根本没有办法意识到或承认别人为他做了什么,更不用说感谢,人在这种状况,也不能做神操。

第三是有能力觉察到自己有“尊严”(dignity),与此相关连的是,会有“羞耻感”。“尊严”是一种积极和稳定的价值,是人格的重要部分,是人本有的;尊严是自己感觉到的,与别人无关,且超过声誉(reputation)。“尊严”不是在意他人的眼光或判断,而是一种内在的推动,告诉他自己,假如他不这样做,他自己感觉到不对,或觉得没有尊重自己。“羞耻感”与“尊严”有关,不应该分开,但“羞耻感”绝对不是“自卑感”。当一个人会感觉到他是天主的肖像,具有崇高的尊严,或是相反的,他觉得自己让天主的肖像受损,而感觉到羞耻,愿意补救这受损的肖像,那么可以说,这时他已经具备了作神操的条件。

第四是“忠实”的能力,即我自己说的话算数,我要实践我的许诺。因为神操不止是三十天长期操练的过程,而且更是一辈子操练的功夫,因此,需要有基本的忠实的能力。

一个人越有以上所提到的能力,也就越能好好地善用神操中的力量。

人的动力中,还有一点会使神操产生效果,那就是“渴望的力量”,渴望自己借着神操的操练,越来越具有以上四种能力。这种渴望的力量,展现了“更”的意义。

### 三、神操过程的动力

神操是个过程,在这过程中,天主与人的动力协调,从而得到天人共融的效果。为了达到这样的效果,在神操的过程中有一连贯性的安排:前面的操练是为了奠定后面操练的力量,而后面操练的内容是接续前面操练后的效果。因为有前面,才(可以)有后面,借着这个过程,帮助人渐渐地进入分辨的状况,从而做一个在生活中的决定。整个过程可分为四大阶段。

#### 1. 由“狂喜”(创造)到“恐怖”(罪)和“罪的宽恕”

《神操》中重要的“原则与基础”表达了原来天主的计划,是人所渴望并且可能的美好状况,从中肯定天主和祂对人的爱。我们是在这个大前提下想到“罪”,祈祷的进路由“我们失掉什么”到“我们失掉谁”。然后,在此境界中体验“和好”,由“我们得到什么”到“我们借着谁(怎样得到了)”。当第一周的结束时,与天主和好的基本目的已经达到,而因着所得到的宽恕而自然产生深深的感谢,这感谢也很自然的会引领人活出重新振作的生命。

一般人可以在这时(“第一周”)结束神操的操练。但是如果要继续进行“第二周”的神操,则需要注意操练者有没有遇到他的“救赎者”,如果有的话,就可以开始给他讲第

二周的题材：“默观永生之王的召叫”。

## 2. 永生之王的召叫

以奉献活出感谢：在这样的祈祷气氛中，操练者（被救赎者）与“恩人”和“君王”有着直接的接触。不但有接触，而且被召叫。当面对永生之王的召叫，人在永恒的谢恩氛围中（第一周的效果），会强烈地体会到被推动去“奉献”自己，将自己献给这一位永生的君王，在祂的旗帜下，效法祂所有的价值观，跟祂一样的生活，与祂同心合意地在这世界上建立天国。

## 3. “奉献”启发了一系列的价值与态度

●以跟随活出奉献：感谢之心推动奉献，而奉献的实行就是跟随召叫我的那一位，祂就是我生命的泉源。

●以分辨活出跟随：依纳爵在神操中提供两个跟随耶稣的方法，两个生活的方式，为奉行天父的旨意而实行跟随祂（参考神操 135，一种是“遵守诫命”的一般生活方式，另一种是“福音全德”的完全奉献生活）。行神操的人进入分辨的阶段，为跟随基督，计划他具体的生活方式。

●以合作活出分辨：“分辨神类”会帮助操练者澄清怎么和天主合作。无论合作的内容是什么，这样的合作常常是指向使徒性的生活。

●以结合活出合作：与祂一起工作会带来不少的自我

舍弃,因为需要自我舍弃,因此有时也会感觉到痛苦。圣依纳爵称这个自我舍弃和因此感觉痛苦的过程为“工作”(非常有“在行动中默观”的意涵):“从此开始千辛万苦的生活……还要死在十字架上”(神操 116)。在我们的生命经验中,我们知道,同工们一起面对危险,会增加彼此的归属感;共同的痛苦会使同工们及其灵魂深深地结合。但是,完成了神操第二周、第三周,这还不是最后,耶稣早就预报“要同我一起享受光荣”——这就是第四周的喜乐:人因主的光荣而喜乐。当人“因别人而喜乐”的时候,将会促使彼此双方进入更深的结合。这是一个同工、同苦、同乐的过程。

●以爱情活出结合:这就是高峰,只有在爱内才有真正的结合。

#### 4. 完全生活在基督内

人从最底的深渊——罪——不断的向上提升,一直到与天主永远的相通;从“对于一个罪人悔改,在天主天使前的欢乐”(第一周)一直到“对吾主这般光荣福乐的复活,欢欣雀跃”(第四周),人是被一个热烈的“更”的渴望所推动的。因此现在操练者在第四周中,完全地与耶稣基督共融,因此也有能力操练“获得爱情的默观”(神操 230),并且藉着“献己颂”(神操 234)将自己完全地奉献。

## 四、神操每一个阶段的动力

以上所说的神操四周的动力的内容,可以进一步说明如下:第一周包含原则与基础和宽恕(下文中的 1-2)。第二周包含奉献、跟随、分辨与合作(下文中的 3-5)。第三、第四周包含同工与合一(下文中的 7)。最后是在爱内的完全共融(下文中的 8)。

### 1. 原则与基础:狂喜

“原则与基础”的基本目的是奠定操练者和神操之间的共同基础:假如一个操练者的看法与神操的基本观点不同,就无法沟通。因此操练者和神操需要有这样的共识:从信仰的眼光了解天主、受造物、人和此三者之间的关系。操练者必须体会和认同“原则与基础”的内容:人之受造是为了光荣天主。如果没办法进入这样的认同,是没有办法进入神操动力的。因此,我们需要在“原则与基础”上花一些时间,让操练者意识到“天主爱人”的事实,以及人所寻求的是天主本身。而“人是天主的肖像”这个体会,能帮助人对“原则与基础”的认同。

美好的世界是天主给人的礼物,所以受造物不是敌人,而是朋友、是礼物。当人体会到这个礼物,很自然地会流露出感恩之情,并且体验到自己的尊严,并且导向喜乐。

因而我愿意参与天主的计划,在每一件事情上寻求祂。所有受造物都是使我们与天主沟通的媒介,都是为了帮助我与天主沟通。这样自然出现了“平心和不偏不倚的态度”,没有任何东西一定是好的,或另一样东西一定是坏的,他们都是帮助我与天主沟通的媒介。假如任何东西都是为帮助、都能帮助,人选哪一个都是一样的,都是为了帮助人走向天主。这样,神操的内在动力就因着这样的“平心”而开始了。

然而,事实上,天主的这个计划已经被破坏了,以致我们要费心努力才能了解和接受“原则与基础”,然后才能实行它。而且,由于罪的破坏,虽然原则上所有的受造物都能帮助我们,但事实上却不见得是这样,在这时刻,有些能帮助,有些不能帮助;有些帮助得多,有些帮助得少。所以不只是“平心”,亦要以“不偏不倚”(相对于“私欲偏情”)的态度选择“更”能帮助我走向天主的方法。至此,出现第一个“更”的精神,这是属于理性逻辑上的“更”,不是情感上的“更”。理解和接受了这个“更”,才会有“神操”。假如一个人寻求更帮助他走向天主的精神,就可以开始做神操了。

## 2. 第一周:从恐惧到感谢

奉行神操者可能在这个阶段后(第一周)结束。在第一周有各种省察:总省察、日用专题省察,省察的做法,并鼓励人办总告解(和好圣事)。我们现在看一下省察与和好圣



事在操练中的意义。首先要澄清罪的概念，假如奉行神操者还停留在“犯罪”的概念中，神操是很难进步的。我不知道中文是不是对罪有更好的说法，我认为应该用“得罪了祂”而不是“犯罪”，因为用“犯罪”这个词的危险是：“犯罪”只是针对法律，而“得罪”是针对那位。我们应该了解的是：当在我们面对那一位爱我们，不断给予我们所需要一切的那位天主父，而我们却否认祂，反对祂，放弃祂，这就是罪。我们可以这样说，这就好像耶稣对我们说：“你做这个”，我却向他回答：“我不做”；或者是耶稣对我说：“你做那个”，我不但不去做，却举起手来打祂一个耳光。这就是我们的罪，对罪有这样的体验是很重要的。我们应该以这种方式看罪，也慢慢去体验，实际上罪就是如此，是人对那位爱自己的主表示反对、放弃，甚至于去打祂。当人对罪有这样的感觉时，人才会在神操中继续向前走。

第一周的过程是由普遍性的罪，到自己个人的具体的罪。操练是从天使的罪、亚当厄娃的罪，到任何时空的某一个人的罪，再去看自己的罪。这是从大的方面去看罪：我是在这么大的罪的压力下，发现到我个人的罪是如此的悖逆，也深感恐惧。这就是这一阶段的动力。

我们人本身无法了解罪，罪是如此的丑陋，没有人敢去看它，除非有天主的启示。因此，我们很需要祈祷，可是另一方面，此时也很不容易祈祷。说很需要祈祷，因为是启示，启示是一份恩宠，只有在祈祷中，人才能够认清罪的事

实和面貌；说不容易祈祷，因为不愿意也不容易面对这个丑恶的东西。所以，启示常在宽恕的层面上发生，最明显的例子就是达味的罪。达味根本不认为自己犯了罪，一直到纳堂先知去跟他讲，跟他讲的时候还用一个比喻，达味才明白。于是达味向先知说：“我得罪了天主”。而先知马上向他说：“天主已经宽恕了你的罪”。罪就是在宽恕的气氛中被启示出来的，而在神操中也是这样。

在第一周的基本体验也包括：我们犯罪时否认祂，弃绝祂，在此体验到自己无法救自己，体验到这种无能为力是很重要的。现在的文化，包括传统的文化，大大强调“自我实现”。但是操练者这时候体会会到：我需要完全依靠另一位，不是大部分依靠，而是“完全”依靠另一位。因此依纳爵马上在第一个操练的对祷中，安排了十字架上的基督，祂是我们完全依靠的那一位。

面对十字架上的基督，就是面对宽恕。而惭愧与羞耻的真情，应该是从被主所爱而重新得到了尊严的概念来了解。我们意识到“得罪”使我们失掉了尊严，而没有了尊严，就毁损了天主的肖像，因而产生了惭愧与羞耻的感觉，同时也体验到被宽恕，被自己的救赎者所宽恕。这时候，操练者深深的碰触到宽恕他的那一位，因为没有“那一位”，就没有宽恕。在我们默想罪的时候，我们首先要体验我们“失掉了什么”，从体验失掉什么去体验到我们“失掉谁”。同样的，当我们体验宽恕的时候，我们不仅体验我们得到了什

么,也去体验借着谁,如何得到了宽恕。因而在第一周,不仅体验到宽恕,更是体验到基督的宽恕,体验到我需要救赎者,体验到我的恩人是基督。再次强调的是:我体验到的不是笼统的宽恕,而是“基督的宽恕”,是那一位在十字架上的基督的宽恕。

如果一个奉行神操者没有在这一周体验接触到他的救赎者基督,他是无法继续做神操的,因为神操接下来要操练的是:深刻地认识这位基督,热烈地爱慕基督,勤谨地跟随基督。有关这些人,可以鼓励他做一个好基督徒,好好做一个和好圣事,以后努力在生活中常这样做省察,这样就足够了。因为如果继续下去,接下去的操练会因为缺少基督这个脉络而变得很突兀,而操练者也不知道为什么要作那些操练。

### 3. 永生之王的召叫:以奉献活出感谢。

第一阶段的结束是“感谢”,我们感谢拯救我们的那一位——耶稣基督,我们对祂的爱感激不尽。所以我们愿意,也准备答复祂对我的召唤!我把这个阶段称为“永生之王的召叫”,而不是“基督王国的操练”,因为圣依纳爵没有用“王国”,在这里强调的是“永生之王”。这与第一周呼应:召叫我的君王(第二周)就是解放我的救赎者(第一周),两者是同一位,我的力量就来自这一位。神操在这里所强调的,不是天主的召叫(虽然也没错),而是更具体的:“基督的召

叫”——是天主降生成人的那一位。

在第一周我曾体会到,在我没有出路的时候,基督主动来救了我。现在这位救了我的,正在召叫我,面对祂我该做什么呢?假如你有尊严,假如你是一位正人君子,假如你是一个“人”,你就不能不听到和接受祂的召叫。你怎么能只说感谢而不听从祂呢?祂那么爱你,你怎么不感谢呢?祂那么热切的召叫你,你怎能不回应呢?所以感谢变为回应和奉献。

接受召叫是为了“跟随基督”,而不是实行某一个计划。在操练中,没有基督的什么计划,只有基督这个人,祂在召叫你,祂要你这个人對祂有一个答复。因着我内充满尊严的感谢,转化成为奉献。在这个奉献的时候,出现第二个“更”,我愿意“更”跟随基督。而这个“更”的精神会将这个神操经验持续下去。在上面说过,如果在第一周没有遇到救赎者,他就可以在那里结束了。如果他接触了主,可以给他讲这个操练,而这时奉行神操的人要做决定:我要不要“更”进一步?假如他不想做这奉献,那么,他可以结束,回到生活中好好做一个教友:参与主日弥撒,常做和好圣事,毋忘天主十诫,这就足够了。

假如一个人愿意“更”进一步,那就做此奉献。请注意,在这奉献中,没有提到要做什么。这奉献是“人对人,生命对生命”,意思是我把自己奉献给基督,为能与祂在一起。另一方面,我可能会被祂派遣,与祂一同工作。所以,自然

就是以跟随活出奉献。

#### 4. 第二周(上):以跟随活出奉献

本阶段最重要的就是认识要跟随的那位,跟祂建立伙伴的关系。在第二周的操练的求恩中,是祈求能更深地认识祂,一种内在的认识,从而能更深切地爱慕祂,更紧密地跟随祂,而只有“一步一步地”跟随,才能得到此认识。

因此神操的第二周一开始的操练,就从“降生成人”与“童年的奥迹”开始,这是在祂还没有说什么、还没有做什么的时候。因为重要的不是祂说了什么,做了什么,而是耶稣本人,祂在还没有做或说什么之前,祂就已经“是”。重要的是耶稣是谁,以后看到祂的作为,是因为是“祂”说的、是“祂”做的,所以这些言语和作为也变得重要了。重要的是“祂”,因此最单纯的认识祂,就是在“童年时”的默观,在这里我们看的就是我要跟随的这个人的本身。而内在认识的目的是“更爱,更亲近的跟随”。这里出现了第三个“更”,这个“更”的精神给人力量,推动人继续作完神操。因为这个“更”让我愿意花时间认识祂,希望认识祂喜欢什么,祂的作风是什么,祂讨厌什么等等。在这个阶段的最后一段是耶稣留在圣殿中(并没有讲道,只是留在圣殿),这一奥迹为依纳爵而言,他看到了跟随的两条路:或是留在自己的家(关心自己所应该关心的事)或是留在父的家(回应天主的召唤)。一条路是祂的母亲玛利亚当时问祂:“为什么祢

这样对待我们？”玛利亚所暗示的那条路是耶稣为什么不乖乖和她一起回到家里，关心我们的事；另一条路是耶稣的回答：“你们为什么寻找我？你们不知道我必须在我父亲那里吗？”耶稣所说的是留在父的家里，做父的事。两条都是跟随基督的路，既然有两条路，就要有所选择，因此就出现了分辨。

### 5. 选择：以分辨活出跟随

这时要分辨的是：我要走哪一条路跟随耶稣？这里不是分辨要不要跟随，因为这是在“永生之王的召叫中”所做的。在那里，我“已经”决定要无条件地、完全地跟随基督。现在，我只是要看走哪条路来跟随他，所以不是说我要选择魔鬼的旗帜，还是基督的旗帜，我早已选了基督的旗帜。现在我的重点是“认识，了解和选择”。

在“选择”中，要凸显出几件事：

● 只有不带着很多东西的人能跟随耶稣。你带着很多东西，就无法很好地走路。在《教会》这部电影中，有一个镜头正好说明这一点。那位军人想跟随基督，他要入耶稣会，但是他带着很多的武器，他又不愿放弃，所以走得很困难。我们也常是这样，我们要跟随主，但常常带着很多东西，所以我们走得越来越慢，耶稣就越来越远，因为我们跟不上祂的脚步。因此跟随主，贫穷是不可避免的，至少要神贫。

● 只有“爱耶稣超过一切”的人能跟随祂，这也是福音

的话,要不然很容易在“路上”三心二意,心存旁骛。

●唯有“越摆脱个人的私爱、私意和私利,在神修上便越有进步”者,才能跟随主。这个“越”也就是“更”。现在出现了第四个“更”。

●第四个“更”的精神,不是为了神操,“更”是为了我们的生活,是启发一辈子的动力。假如真正接受这个“更”,就可以活出那种做过神操的人生活了。

这时要注意的是:在三十天神操中,有一天是分辨的开始,即所谓的“依纳爵日”。在这一天中有五次默想:第一次做“两旗默想”,以后再做一次,并加上两次复习,四次默想的重点是“认识”,好好认识耶稣与魔鬼的不同作风,只有第五个默想是“三种人”,只做一次,重点是“意愿”。这样的安排值得我们思考,为什么四次是“认识”,而只有一次是让我们看“意愿”。因为真正的悔改是“撤换思想”,假如改变思想,我们的态度自然会改变,所以问题不在个人意愿上,而是在真正认识上,在价值观的认同上。“悔改”的希腊语 *metanoia* 是“改变主意”。明显的例子是圣保禄,他一开始很看重犹太人的一切传统,遇到耶稣后,他才认识到真正有价值的是什么,这从《致斐理伯人书第三章》上可以看到。所以他愿意改变态度,愿意改变行为,是因为他先有了一种新的认识,因而改变了原有的价值观,并且做出相应的改变。

这个阶段中要做的就是了解耶稣真正的样貌:贫穷、

凌辱、谦逊。认识这个道理还算是比较容易的,但是如何用到生活中呢?这就是下一个阶段做的:以合作活出分辨。

## 6.第二周(下):以合作活出分辨

在“永生之王默观”中提到:“谁愿意跟随我,该同我一起劳苦工作”,生活的使徒性意义在那里已经制定了。第二周后半提供时间做选择,且借着认识耶稣的话与做事的样子,培养神操后的使徒生活。现在要做的是吸收耶稣的价值,并且在祂具体生活的状况中,学习祂的态度,例如祂的良善心谦,例如祂对天父的信赖等等。“分辨”澄清怎样合作,这也带出了第三第四周:以结合活出合作。

## 7.第三、第四周:以结合活出合作

有时,痛苦可能与“同我一起劳苦工作”有直接的关系。然而,死亡与痛苦是每一个人终究要面对的。无论如何,也不管什么理由,痛苦的时刻来到,就会促使我们再一次面对基督、认同基督。

在第一周的第一个操练中已经出现了十字架。但是,那时受苦的耶稣距离还比较远,近在眼前的是“人的罪和宽恕的需要”。现在,经过整个第二周的过程,立场不一样了。在第三周中,那一位受苦的耶稣就在前面,反而罪在远处。罪永远不能被忘记,十字架不是天主要的,十字架是因为我们的罪而产生的,是我们强迫给耶稣的。十字架是因



为我们犯罪,或者说十字架就是我们的罪。然而在这里,我们求的是与耶稣有同样的感受。耶稣就在面前,这样,人与耶稣更进一步的结合,借此与基督同感、同受苦。这时,没有更多的话可说,只有安静的让事情发生,接纳与受苦。

在这个祈祷中,人是比较被动的,因为是与耶稣结合,所以不是我要为耶稣做什么,我要奉献给耶稣什么,或我要决定改变什么;事实上,面对十字架上的耶稣,我就只能跟耶稣一样,做不了什么。这时候,我没有能力做什么,我只能看着耶稣,体会祂所经验的一切。我们甚至可以说,耶稣的苦难是需要的,为了使我能够去爱祂;耶稣为我受苦,如果祂不经过十字架的苦难,人们不会了解天主的爱,因此,我也不能真正完全地爱祂。如果我真的爱祂,我应当接受祂的计划,安静地让耶稣完成祂十字架上的酷刑。为了与祂结合,我们所做的,便需如同圣母在十字架下为耶稣所做的一样。所以,在这个情况,我只能让自己安静,接纳受苦。

在默观第三周的时候,我们会有一种诱惑:面对祂的苦难,我能做什么,好能减少祂的苦难呢?想到这些实际上的,我们就会开始走入歧途,又从耶稣身上回到自己身上来了。然而,重要的不是“你做什么”,而是“祂受什么”。耶稣在受难,假如你在做什么,你已经与耶稣不在同一层面上了。假如你和耶稣在一起,是祂受什么,你也和祂一起受,受“你不能做什么”的痛苦。我相信这是最大的苦!你看

着你所爱的人受苦,你却什么也不能做,你根本无法减少祂的痛苦,你所能做的只能是“在”、“安静”、“让事情发生”,仿佛你要克服你的反感而愿意让事情这样发生,并且意识到如果这事情不发生,你永远不会爱那一位。

这是一个很大的矛盾,正因为我爱祂,所以我愿意祂受苦,这样的感觉是非常大的痛苦。唯一的办法是陪伴祂,与祂在一起,所以我用“让”这个事发生,允许这痛苦发生。我说一个例子,在中古世纪有一个法国的国王,他不是基督徒,但他妻子是基督徒。妻子愿意他进教,就请一个主教为他讲道理,有一次主教跟他讲耶稣苦难,国王的反应是:“巴不得我和我的军队当时在那里”,意思是如果我们在那里,那些事就不会发生,耶稣就不会死在十字架上。我们可能不会像那个国王说一样的话,但是我们也会有类似的冲动。但是这不是我们在第三周要做的,我们只能是“安静的在、陪伴、受苦和爱”。事实上,当我想要做什么来减轻耶稣的痛苦,其实背后常常隐含的是:“我不愿意受苦”!而这正与耶稣的心意相背驰。

第三周所完成过程和动力是:在第一周,我们在永生君王的面前,明显的将自己奉献给基督;继而在第二周有所增进,我们与祂有亲密的关系,愿意效法祂的一切;最后在受难时与祂结合而达到高峰。这周操练的祈求反应出这一切,祈求的中心“不在自己,而是另一位,是我跟基督,是超越自己的爱”。

第四周的操练再进一步：所求的是一个“以别人为中心的爱”，是“我与基督同感”。我感觉到喜乐，是因为祂有那么大的光荣。中心是祂，是为祂高兴，而不是为我，完全是以基督为中心的生活。

这一周可视为“培养内涵”的时刻：培养使徒和使徒精神：勇敢、希望、对教会的爱、简单朴素、柔和及仁爱等等。因为不仅是复活，也有圣神降临，现在我的中心完全在祂身上了，为了获得且保留这样的结合，我必须要有爱。所以，最后的默观，也是最后的操练，是“为获得爱情的默观”。

### 8. 为获得爱情的默观：以爱情活出结合

目的是让人“进入天主爱的奥秘中”，爱是结合的基础。

从某一方面来看，好像是绕了一圈又回到开始，回到了“原则与基础”上。其实，这是因为我们的罪，因此我们必须走了这么一大圈，才能真的走到“原则与基础”这里。借着所走过的路（包括岔路，这并不是天主原来的计划），操练者在此时此刻默观人可以如何生活。

这个默观共有四点：前三点几乎是个重复，只有稍微变化，都是“从我的立场看天主”，看天主在每件事上，看天主在其中的工作；第四点反过来是“从天主的眼中看自己”，去看自己所有的都是从天主那里来的，都是天主的恩

赐,所以我的优点、能力等,所有一切都是来自天主。最后的一点使整个的人与天主本身建立直接的关系,这点可以说是从神操到日常生活的过渡,帮助我们体验天主在一切事物中的临在,体验祂的爱,因此让我们可以在日常生活中,在一切事物中去爱。

## 五、神操中每天的动力

一般来说,每天有五个操练。前两个操练可以有不一样的材料(例如第一周、第二周的开始),或是同样的材料(特别是从第二周后半部以后),第三和第四个操练是“复习”前两个操练,复习的意义是加深。《神操》中这样描述:“哪里曾感觉更大的神慰或神枯,或特别大的灵感,便在那里停下。”加深是将祈祷“单纯化”,专注在祈祷中某一两个重要的事件。祈祷单纯化会使圣神的工作更清楚,也使人更注意到神慰和神枯的推动。每日最后的操练是“运用五官”作相同内容的操练。虽然在第一周第五次的操练是“默想地狱”,但也是运用五官来操练这个题材。这种“运用五官”的祈祷不容易解释,有时也不容易使用。无论如何,是要超越理性的中介,直接运用感官的能力,努力“直接进入所默观的奥迹”。

## 六、每次操练的动力

第一周的默想运作是“从较宽广到较具体的”，在操练时可以经验到祈祷的过程越来越强烈。

第二周开始的依纳爵默观有它的特点：以“降生成人”的天主为中心，而耶稣是达到与天主圣三共同生活的唯一道路。藉着默观的操练，耶稣就在今天重新活一次，让耶稣为我生活，因为我也是救恩史中的一部份。因此，需要让自己在默观中进入情境内，上台扮演，并要求“内在的认识”，这也是内在化过程中的一步：从最表面上听他们（当然也包括自己）说什么，看他们做什么，一直到看“透”他们内在的状况。

第三周开始依纳爵提供的第一个默观有六端祈祷题材（平常的操练只有三端），他这样安排的目的是让奉行神操者慢慢地、长时间的默观那时的奥迹，好能更深的渗透它内在的意义。

第四周比较注意到复活者的“临在”，祂属神的力量与这力量在人身上产生的效果：建立团体，实行天国。

每一次操练应该以“对祷”结束，因为“对祷”综合了奉行神操者对整个操练的参与。

## 七、小结

希望经过以上逐步的说明,能够帮助神操指导者协助神操操练者一步一步地进入神操的动力,因而能达到依纳爵所设想的效果:在与耶稣的爱内,“认清天主的圣意,以便调整自己的生活,拯救灵魂”(神操1)。也就是说,操练神操完毕、出静之后,在实际的生活中,人在爱情中回到神操的开端,再一次地开始循回整个神操的动力,一次又一次的向上整合,终至与天主永恒共融的那一天。

## 以培育的角度看神操的动力 回应《神操内在的动力》

董泽龙

穆(宏志)神父以如此短的时间讲解《神操》，给了我不少的触动，整个《神操》的动力，我感触较深的是：神操就是“与主耶稣相遇”，不管是在哪一周。当然第一周是强调“罪”，不过在这里说的不只是一个人的罪，而是说“我得罪了一个人”，得罪了主，这是一种“关系”的破坏。

第二到第四周，不是强调“我为主做什么”。作为基督徒，特别是我们修道人常说要为主做什么，想热心地为主做事。实际上，重点不是做什么事，而是“跟随一个人”，是跟随主。这在《神操》中很重要的，也是画龙点睛的核心点。

我现在分享的是从另一个角度来看《神操》。我们中大多数人没有做过三十天的神操，更少有机会去带人做三十天的神操。那么，《神操》中四周的动力，对我们来说有什么意义呢？我认为这《神操》的动力对我们个人的灵修生活，以及作为培育者来说，有几方面需要我们去留意。我们每

个人都可能在不同的时间里，会处在不同的灵修状态中，这犹如四周的不同阶段。

### 从“扭曲”到“改革”

第一周：从对自己和他人扭曲（罪和不自由的状态）中，到改革与皈依，有时我们会有这样的状态，这是在灵修上的第一种状况。在生活中，我们需要留意自己和他人处在什么样的状况中，如果处于这种“从扭曲走向改革”，“从不自由到皈依”的状态下，我们要留意的是什么呢？正如在《神操》的经验中，我们要留意主：首先是“主的接纳”，“主的宽恕”。所以作为培育者，当我们留意到对方（或自己）现在处于不自由中，同时渴望皈依和改变，我们首先要留意这种动力，即主的态度是“怜悯”。因此，当我们向前来受教的人或受培育者表达时，是否表达了这种怜悯和接纳。

第二个方面，在这种动力中时，我们要慢慢碰触“他的良心”，而不是注意在那种“我不好”、“我不对”的概念，因此去批评自己或他人。这时需要帮助他不要停在行为本身，而是在做错的事中让他体会到他得罪了一个人，得罪了主。不是强调“行为”，而是强调“关系”。

第三方面，与圣依纳爵的经验相似，从不自由走向改革的过程中，帮助自己或他人去“品尝”在这种不自由的状态里面的干枯、痛苦和无奈。其实罪是不会带来快乐的。圣依纳爵在病床上分辨时，他体验到做大事业时所带来的快



乐与开心,但过后觉得很干枯,觉得没什么好的。然而在看《耶稣传》的时候,即使后来把书放下不想了,仍然觉得有安慰,兴趣还是很深的。作为陪伴者,我们培育或陪伴人的时候,借着提问与陪伴,我们要帮助他去碰触他不自由的地方,在那里究竟有没有快乐——其实是没有的——让他体会并明白到这一点。也就是说,当他想走出来却走不出来,或是办了很多次告解仍然没办法,这时候就要帮助他去体验在做那些事情的时候,实际上是很干枯的。这不只是行为的问题,而是关系,在混乱的关系中,他没有平安。

### 从“皈依”到“效法”

第二周,皈依后激发他向上的情感,好能面对挑战。因此作长上或培育的,如果看到一个人在第二周的状况,应给予他挑战,给予其责任,给予其尝试。让他碰触内心更想做什么,不只是做普通日常的责任,而是“更”想做什么。然后共同分辨,什么“更”光荣主,要在这方面多给予他鼓励与肯定。

### 从“效法”到“确认”

第三周:从效法主耶稣到被耶稣所“确认”,这种“确认”我认为很重要。只是“热心”是不够的,“确认”是我们愿意在苦难中与耶稣在一起,我们可以平静地接纳在服事耶稣时,被人误解,遭受批评,接受失败与痛苦,平静地在痛

苦中,与耶稣在一起,这才是被耶稣所“确认”。这与圣依纳爵的第二次神视有关,他的神视是他在罗马城外的一个小圣堂中,看到圣父对背着十字架的耶稣说:我愿意你收依纳爵做你的仆人。所以第三周的动力就是我们有没有这份“平静”与“谦逊”去接纳十字架,愿意坚持平和地接受我们在追随主的道路上所要付出的代价。

### 从“确认”到“更新”

第四周:借着被主“确认”,进入到“逾越奥迹”中,体验到一份“内在的更新”,一份“内在的转变”,这时自己仿佛变成了另一个人。这是一种深深的被改变,这改变使我们内在有一份“丰盛”、一份“喜乐”、一种“创造力”。让我们有一种动力,全心投入到耶稣的使命里面。在过程中,我们会发现主会给予很多的果实,而不仅仅是我们给予主什么。现在看到的不是工作的成果,而是看到所有的一切,都是主所赐予的,因而充满了奉献后的喜乐。

总的来说,不论是作为自己的反省内容或培育者帮助别人时,都需要留意,要了解当事人的状态是趋向四周中的哪一个动力,如此才能给予适当的回应:或接纳、或鼓励、或忍耐、或宽恕、或挑战、或沉默、或派遣、或负担更多责任、或需要休息等。

## 从分辨神类看依纳爵灵修的视野： 一种彻底实在论的实践

董泽龙

放假期间，看一些书并做些反省，反省的题目和自己有关。这是对自己生命反省的结果，因而对依纳爵的灵修有了比较深的体会，自己虽然操练了依纳爵的灵修很多年，但还是需要不断深化。今天，“分辨”的题目是从个人的反省中出发，去体验并分辨，我讲的不是太多关于理论性的东西，这些东西需要跟自己的经验配合，一边看一边回到你的内心，最主要是心领神会依纳爵在讲什么，在经验中去明白。分辨不只是理论上，是需要去体会什么“神类”在里面，并分辨善神和恶神，懂得里边发生了什么，懂得和里面的东西对话。你试着一边听我讲，一边和你内在的动力相配合去体会。所以我建议你尽量把你的笔放下，做我的同行者，陪伴着我走，看我在哪儿，你陪到哪儿。

## 导言

在神操中依纳爵灵修的实在论有三个方面：

### 1. 圣爱瞻想

主要带出“天主在万物中临在”及“对人的自我通传”是真实的。在实践上，我很感动严（任吉）神父讲的“服务与学习”，就是从“圣爱瞻想”这个实在论里边发展出来的。人是可以去爱的，因为被天主所感动。严神父分享他的学生对德肋撒姆姆的“垂死之家”的爱与服务，感动了许多人。爱与服务是“圣爱瞻想”这个实在论里边延伸出来的一种体验，这个我不多说。

### 2. 原则与基础

人生的终向及达此终向的方法——“平心”。

### 3. 两旗默想

是依纳爵神操里边很重要的。我的分享主要从这个分辨的角度出发，来看善神与恶神在人心的恒久对立及争战，而人要作出分辨及选择。

## 分辨神类：依纳爵灵修的视野

我今天的反省主要针对的是第三种实在论：先从依纳爵的经验开始。依纳爵身上前后有两种倾向对比：

**侍奉天主完全聚焦于“外在”的行动：**一般的人也是这样侍奉天主，就是做一些事，这就叫灵修。这种认识常被基督新教所批评，因为好像要做一些事才能得到天主的恩宠，才有它的价值。例如《雅各伯书》上也有所记载：侍奉天主要有行动。（雅 2：14-26）

**对自己“内在”世界的兴趣及认识：**不过依纳爵慢慢地从自己内心来认识这个世界，其真实性不比外在的世界少，内在和外在的世界同样真实，这是依纳爵发展的灵修对我们最大的贡献之一。贡献是什么，让我们一步一步地看。我们从依纳爵生命去看，主要是根据他的自传。

## 依纳爵分辨神类的经验

### 第一种倾向

我们要留意，他开始阅读吾主及圣人的行传时，开始设想许多他认为好的事情。他常向自己说：“圣道明做了这

事,我也当做;圣方济各做了那事,我也要做。”他强调做事,因他做为一个贵族,他是一位很有理想,很有尊严的人,他体验他的尊严,他强调做。“究竟是要实现他那世俗而大胆的梦想呢?还是要致力他想象的献身于天主的事?”他自己对于这两个倾向迟迟无法决定该选择哪一个。所以,此时他基本的重点是放在做什么事上来定位他自己是谁。(自传 #7)

我们继续看他的一些例子:“他继续去蒙赛辣的路程,仍旧思想着要为爱天主而做的伟大计划。他脑海里满是 Amadis de Gaule 和类似的书中所说的事情,他想着做同样的事。为此他决定整夜武装站岗在蒙赛辣的圣母像前,脱去他的衣服,穿上耶稣基督的武装不坐不卧,只是有时站着有时跪着。”这是把自己的内心用外在的行为表达出一种对主的体验。“他于是离开那乡镇,按照他的习惯,思想着他那计划前去了。到达蒙赛辣,做了祈祷,同一位听告司铎商量之后,便以书写的方式办了总告解:这告解延长了三天之久。于是同听告司铎商妥,将那匹骡子留在修院内,将他的宝剑和匕首挂在堂中的圣母像前。”这些行动是跟过去的生活说再见,这都跟“做事”有关系。“这是他向人揭露自己决心的第一人,因为直到那时他还没有向任何听告司铎透露过这计划。”(自传 #17)

“但在中途遇到一个回回,也骑着一匹骡子。他们交谈了起来,提到了圣母;回回说他承认玛利亚怀孕时是童贞,

但他不能相信她生产时仍保留着童贞，并且提出了他想得到的一切自然界的理由。朝圣者提出一大堆理由反驳他，但是枉然，他不能放弃他的意见。最后回回离去得那么快以至转眼就看不见了；而依纳爵却反复沉思适才所遭遇的事。他感觉异常冲动，使他心中不快，好像他旷废了当尽的职务；且引起了他对那回回的愤慨，认为容忍一个回回对圣母胡言乱语，是自己的大错，必须替圣母雪耻才对。于是他想去找那个回回，为他所说的话刺他一匕首；这个愿望烦扰了他很长的时间，最后不晓得怎么办才好。回回抢先走了，说他要去的村庄比依纳爵的路程稍远些，离堤不远，可是在堤这边。”（自传 #15）

“他思考得厌倦了，拿不定主意究竟怎么办，最后只好这样做，就是：他把缰绳搭在骡子的颈上，信马由缰地让它走向路的岔口。倘若那骡子走上去农村的路，他便寻找那个回回，给他一匕首；倘它遵循大路而不走上去农村的路，他便让那事件过去算了。他就这样照决定的去做了：但离农村不远，只有三四十步，而走向农村的路又宽又好，骡子却走上了大路而抛弃了去农村的路，这是吾主愿意如此。”（自传 #16）

这是他的经验，是他特别写下来的。试想一个人写自传，一定不会随意写一些芝麻绿豆和主题无关的事件，当然是选一些重要的事去写。这个为依纳爵是重要的经验，他才写下来。他当时是在考虑“做”什么？而且他想来想去

拿不定主意怎么办时,最后就将这个决定交给一头骡子来作。若这头骡子转向农村的方向,就去杀了那个回回,如果转到另外一个方向,就算了。果然,这头骡子比他聪明,选择了一个不走暴力的方向。从这里我们可以看到依纳爵此时一直强调怎么做,所以他的传记有这样的一句:“直到这时他灵魂上的情形常是一样,品尝着毫无矛盾的愉快,对心灵内部的事也毫无认识。”(自传 #20)这是他写传记回顾的时候,写下一个他对自己状态的结论:对自己内在毫无认识。这也是我们很多人的经验:在刚皈依时,总是要做什么,只是做做做。当然,做事本身并不是不好,只是不够。

## 第二种倾向

第二种倾向可以说是与第一种倾向同时发生的!依纳爵皈依之后基本上有两个倾向:前边一个是强调“做”的方向,不过同时他也有另外一种倾向,是他皈依时看传记而胡思乱想。其实他开始留意到自己内在的感觉:枯燥、乏味。“他在世俗的幻想中感觉很快乐,但到无聊后将他们推开时,便觉枯燥乏味;反之,当他幻想着赤脚去耶路撒冷朝圣,只以野草充饥,并从事所见圣人们实行的克苦补赎时,不但在那些思想中感觉神慰盎然,还在放弃他们不想时,仍觉心旷神怡。不过当时他没有留神,也没有注意查考那种分别,直到有一天他的眼睛开了,对这种不同的感受大为惊奇,于是开始反省:为什么有的思想使他烦闷,另一种



思想却使他欣慰。”这是对内在的东西开始意识到，是内在实在论的开始。（自传 #8）

依纳爵朝圣回来，到西班牙巴塞罗纳和小孩子一起念拉丁文。这时，他经常有神视，宗教经验不停出现，但是这影响了他的学习，以至于总想宗教的事情而没有学好拉丁文，拉丁文总是没有什么进步。“他多次对这事反省，向自己说：‘我在默想或望弥撒时，这些光照却不那么强烈’；就这样逐渐地明了了那是一种诱惑。他祈祷后，便去“海洋圣母堂”（Sainte-Marie de la Mer），那堂离他老师的住宅不远，请求老师在这堂内听听他的谈话。他们二人坐着，他忠实地说明在他心内所经历的一切，为了这个原故他直到现在很少进步；但以这样的言辞向老师做了这样的许诺：‘我许下这两年内绝不旷课，只要我能在巴塞罗纳找到我维持生活的面包与清水便够了’。他做了这次许诺很有效，总也不再那些诱惑了。”（自传 #55）

他的诱惑不是坏的思想，是很有吸引力，很不错的思想，但这些也是诱惑，这是对内在实在论的开始有些关注了。不只是留意思想内容好不好问题，思想的时间、地点恰不恰当也是一个要留意的东西。所以他对内在的东西，不只意识到，而且开始关注。

所以内在世界是很有实在性，依纳爵逐渐从留意自己内在的种种而开辟出一条独特的灵修之路。现在要讲的就是这个内在的世界怎样豁然开朗。

### 芒莱撒(自传 #19)——留意内心的“神慰”经验

他每天到芒莱撒去求乞,虽然有人赠送给他,他却不吃肉不喝酒,来强调外在的克苦行为;让手脚指甲随便长,和过去的生活一刀两断,因为以前他对这样的事也曾经过分在意地修饰过,他愿意以这种改变来表达自己皈依的一种态度。他当时停留在芒莱撒大概有十个月的时间。他住在一座医院,祈祷时间有很多,“每每整日向空中注视着,因为离他不远有一种形态,给他好大的安慰,实在是太好了。他也说不上来那是什么形状,好像有些像蛇的样子;具有各种相似眼睛而发亮的东西,却又不是眼睛。他由这种景象汲取了很大的快乐和安慰,而且越看安慰越大;及至消失了,他便觉忧闷不乐。”这些是内在的经验:一些所谓在祈祷中的一些神视,或者一些幻想,带来内在的一些感动的地方。

### 他对内在世界的挣扎开始熟识(自传 #20)

到目前他对内心的认识还不多。“当那个神视持续时,或者在这开始以前不久(因为持续了很多天),来了一种折磨他的顽固思想,给他表现了生活的困难,好像有人在他心中向他说:‘在你七十年的岁月中你怎能支持得了这样的生活呢?’”这是内在的声音。“然而他深觉这种暗示来自仇敌魔鬼,心中以强力答复说:‘哎!真可怜!你能应许我一

小时的生命吗？”他和内心的恶神对抗，恶神说七十年的生活，他心里说你能够给我一小时的生命吗？这些都是在内心中进行的。“他就这样战胜了诱惑，心地平静了。”

“他每天在圣堂中参加大礼弥撒，同人们共同咏唱晚祷（又名申正经 Vêpres）和睡前祈祷（Complies），他感觉很有神慰；他平常在弥撒中常念耶稣受难始末，常保持着心情的平衡。”

这是他在茫莱撒留意内在的脉动，不再是外面做什么了。所以做神操不只是平平淡淡的，而是有很多“神慰”和“神枯”的起起伏伏，这是我们人性的状态。

### 灵魂的反复——带出对新领域的留意及明了（自传 #21）

“可是在这个诱惑后不久，他开始感到在他的心灵内起了大变化，有时虽然愿意，却在祈祷、望弥撒和常念的一些经文中得不到兴趣；反之，在其他的时间却感到很大的神慰，而且是突然而来的，好像有人把忧愁郁闷除去，就如某人将斗篷从另外一人的肩上掀去一般。他于是开始对这种变化恐惧起来，这是以前从未经历过的。”这是发现内在世界很复杂。“便向自己说：‘我们现在开始的这种新生活究竟是怎么一回事呢？’”他对内在的变化感到很陌生，跟他以前强调外在要做什么很不一样。

从外在行为进入一份“内视”！他现在的兴趣越来越往

内看,为他是一个新的生活,就是留意内在为他是一个新的经验。我们一般的人都是认为外在是最真实的,不过内在这种新的生活是同样真实的,需要去明白发生了什么事。

### 对神枯的存在性体会(自传 #22)

“但在这事上他也被多疑病顽固地困扰。”多疑病就是在没有犯罪的地方认为自己犯了罪。“因为他在蒙赛辣所办的告解,虽然照他所说过的用了很大的心,而且一切都是写出来,但仍好像有些事没有说明,这使他很困扰。他又告明,仍觉不安。他于是寻找几位对神修有素养的人,希望能治好他的多疑病,但是毫无功效。”

以上这些文字表示他开始了对不安的留意,“留意不安”这个行动,让他可以客观地审视不安。有时候“不安”是那么的强大,竟让人无法逃脱“不安”的氛围,在此情况下,我们可以说,这个人成了不安的俘虏。而当人可以逃脱不安,留意不安,人就有自由的可能。如果一个人不留意这些内在的推动,会活得很艰辛,这就是为什么说“意识省察”这么重要。你要描述、留意内在的景况,它就不会完全控制你。

### 在神枯中思想的强度(自传 #24)

“在他的斗室中有一个大缺口,离他祈祷的地方很近,

他被这些思想盘踞，多次受强烈的诱惑想从那里跳下（意即了结此生）。但一想自杀是罪过，便又喊叫说：“主啊！我决不肯做丝毫冒犯你的事。”这是内心的对抗。“他屡次重复像前面的这类话。他想起了一位圣人的故事，那位圣人为由天主获得他很想望的一个恩宠，许多天绝食，直到获得为止。他思考了好长时间以后，决定照做，立志不吃不喝，直到天主救助或已感觉濒临绝境为止；倘若自视已到“最后关头”，若不再吃，在不久便要死亡，他才决定要点面包吃。”这是他对内在的挣扎开始客观化！也就是说，我有这些挣扎，但是我不等同于这些挣扎。

#### 对内在世界逐渐豁然开朗（自传 #25）

“但在第二星期应去办告解的日子，照例将所做的事向神父详细说明，也说了他那个星期什么也没有吃。听告司铎命令他停止戒食；他虽然感觉尚有力支持，却立即服从听告司铎，那天和第二天感觉被解除了心窄。但第三天（星期二）祈祷时开始追忆自己的罪过；一事牵一事，又由记起以往的一条罪进而联想到另一条，好像认为必须再告一次。这样反省之后，感觉对生活厌倦了，忽萌了却此生的强烈诱惑。”

做神操一个很深的信念就是相信天主会直接介入。在人做了所有的事情以后，他的心还是厌倦，庆幸吾主惊醒了他这个迷梦。所以，做神操需要时间、空间。“赖天主早先

给他的教训,对各种神类已经有了体验,他开始察考这种‘神’用什么方法进入他心中;他于是心志极清醒地下定决心,决不再告过去的任何事情。”这是从内在做决定。“从那天起,遂摆脱了他的心窄病,深信是吾主的仁慈愿意给他解除的。”他从开始熟悉了神类之后,这个分辨的过程也是天主的恩宠,在这个熟悉的过程里,天主最后解除了他的困难。所以,他写下《神操》的一些规则:

《神操》333 第五规:我们极应留心思想的进程:如果起始、中途及末后都好,都趋于作好,这便证明是善神而来。可是如果在思想的进程中,有些事结局不好,或引人心散,或不如先前定志要做的事好,甚或使人灵消失了勇气,纷扰不宁,失去固有的平安恬静,这便明白表示确由恶神而来,因为它是我们得神益、得救恩的死仇。

《神操》334 第六规:当人类仇敌露出蛇尾,当它想引起的坏结局被识破、被认出时,受它诱惑的人最好将它带来的好思想即刻审视一番,看看它们的开始和进程,仇敌怎样慢慢引他由甘饴神乐中走入它的阴谋;并从这认识中取得经验,以防卫自己日后不陷入这类圈套中。

“实在论”是什么意思?我们的思潮和情感有一个来源,而不是只说我里面发生什么而已。所谓“实在论”,是依纳爵认识到这个来源,就好似我们研究外在世界那样地去研究。科学家对这个世界很有兴趣:地心吸力、大爆炸、地球怎么来?他们要想办法了解这个世界;为我们过灵修生

活的人，内心世界是同样真实的，我们要怎样去了解呢？

这里强调的是一份正确的理解及判断，最后释放了一个人的心灵。“实在论”是对自己的经验有一份正确的理解与判断。我们常说要反省我们的经验，而反省可以分为两个步骤——即“理解”与“判断”。从经验到理解，再走向判断，这样会释放我们的心灵。这里意含一个区分：“自我”相对于“发生在自我身上种种情感、渴望及想法等”。我们对这两者的分别常不加区分：我对望弥撒感兴趣、我很厌倦、我觉得修道生活很乏味等，以为这就是我，这个我就是这样。实际上，这个“我”跟这些不等同，这一点是很重要。“我很累”，意味着有一个“我”，这个主体我，觉得累，但是“我”本身不是累，我只是“觉得”累，有一个“我”去觉得“累”。我们起初修道时，就像依纳爵以前所说的，只是注意在做什么，认为自己的想法和感受就是自己，认为这个就是我。然而，这个“我”事实上不完全等同于外在的想法和感受。

## 内在世界的实在性

四种的真实（以依纳爵与回回的经验为例）

- **经验性的真实**：跟回回交谈后很不是味道
- **理解性的真实**：还不会理解问题的症结，以及问对的问题。（其他如逃避或偏见……）
- **判断上的真实**：不知如何是好。（其他如鲁莽判断、

典范的遮蔽……)

● **决定及行动的真实**:交给骡子决定。(其他如立刻反应、因循习惯……)

他缺乏理解是因为还没有一个好的提问!他的提问只是“怎么办?”和面对这个回回“如何是好?”他没有问这种要追击回回的思想来自哪?他自己不安的来源是什么?

经验性的真实,是一般人所常有的,比如依纳爵与回回争论后很不是味道,愤怒及罪恶感,出现一些想法如圣母受侵犯,想去对付他,也想放过他,这些是他经验性的真实,这就是我们一般人所说的——内心高兴、很不安、很烦、没味道等等,以为这就是“我”。一般人把“我”停留在经验性的真实,但其实它只是部分而已,不完全是自我。“自我”是什么?“自我”还包含“理解性的真实”:我怎样去理解这个想法,有没有理解“不是味道”等感受的内涵。我们度灵修生活的人有没有进入第二、第三和第四种的真实?

依纳爵有一段时间停留在经验的真实里——第一种倾向。从理解到判断,到决定,他那时还不会,他是慢慢地进入第二种倾向。从这个经验里面他不知如何是好,做不了判断,最后交给了骡子来替他判断,这是他的过程。他没有理解,是他还没有好的提问,从经验到明了、到理解,需要好的提问。我们去理解一个东西,需要问问题。你我为什么不是大科学家呢?因为你我跟牛顿不一样。一般人看苹果掉下来很开心,就去吃掉它,我们不会去问为什么;牛顿



不一样，他问苹果为什么掉下来，去提问才会去理解。在灵修上也需要提问，依纳爵最初不会提问，他只是问怎么办，是杀了他还是怎么样？他只是问了怎么办。他后来学到了，会问这种思想来自哪？他自己不安的来源是什么？明白及判断了有“善神”及“恶神”两种可能性。现在过灵修生活，从理解到判断、到决定，我们要问类似的问题，而不仅仅是问怎么办，这是“内在世界的真实性”。

神操中的两旗默想，大概是依纳爵在这脉络下发展出来的祈祷题材，邀请我们以图像的方式来体会我们思想、情感及价值的源头。在这里，引用一些原文：

### 两旗默想

两旗默想：一旗属最高领袖，我等主基督；另一旗属路济弗尔，我们人类不共戴天之仇。预备经照常。（神操 136）

第一前导：史迹。这里可想基督怎样召请众人，深愿他们属于自己的旗下。敌方——路济弗尔也号召众人归顺它的旗下。（神操 137）

第二前导：设定地点。这里就可想在耶路撒冷地带有大兵营一座，最高将帅基督我等主统领所有善士驻扎其中。再看巴比伦地带的另一营寨，敌众以路济弗尔为魁首。（神操 138）

第三前导：求我所欲。这里应求的是，识透恶魁的奸诈而助我加强防卫。另一方面认清那位名实相符的最高元首

所指明的真生命,并求赐圣宠,好能效法祂。(神操 139)

第一题:想象目前众仇敌的魁首正高坐在上述巴比伦的营寨中,它的座位像烟火筑成的讲坛,它的面目狰狞,可怖可憎。(神操 140)

第二题:想想它怎样召唤无数的魔鬼,将它们分派到普天之下各城各镇里去;没有一省一县,一村一乡不被派到,也没有任何身份或个人被遗漏。(神操 141)

第三题:听听它的演说,怎样训令它们布炼撒网;首先应学它在诱惑大多数人时的作风:就是,先诱感人贪爱财富,再陷他于世俗的虚荣中,最后引他堕入嚣张的傲气里。所以第一阶段为财富,第二阶段为尊荣,第三阶段为骄傲;由这三个阶段诱人陷入其他一切恶习中。(神操 142)

反之,对名实相符的最高元首——基督我等主,应作以下的想法:(神操 143)

第一题:可想基督我等主坐镇在那个耶路撒冷地带的大兵营里,住处谦卑、美丽、可爱。(神操 144)

第二题:可想这位普世的主人怎样挑选许许多多的人做祂的宗徒弟子,遣发他们分往普世,将自己的圣道播散给一切身份及境遇中的人。(神操 145)

第三题:听听基督我等主遣发祂的众仆婢众朋友时所说的话,怎样嘱咐他们去协助所有的人,首先引人酷爱神贫——甚或实贫,如果至尊天主肯挑选的话;第二,引人瞻想侮辱及蔑视,用这两件事使人激发谦德。所以这里也有

三个阶梯：第一阶梯，以贫穷对财富；第二阶梯，以侮辱轻视对世俗尊荣；第三阶梯，以谦逊对骄傲。由这三阶梯引人进修其他一切德行。（神操 146）

对祷：先和圣母对祷，望她代祷她的圣子及其主，收我在祂的麾下；就是：第一，守极度的神贫，如果至尊天主愿意挑选我、收纳我的话，更愿怀抱实贫。第二，只要不致引人犯罪或惹至尊天主不悦，愿身受侮慢凌辱，为能在这一点上多多则效基督。后诵圣母经一遍。

第二对祷：恳求圣子，望祂在圣父前为我求得这恩典，后诵基督之灵魂一遍。

第三对祷：用同样的方式恳求圣父，望祂俯允赏赐我这个恩惠。诵天主经一遍。（神操 147）

附注：这次操练在半夜作，清晨重行一次，弥撒的时刻复习一次，晚祷时刻再复习一次，常以向圣母、圣子及圣父的三段会话来结束。以下三种人的操练应在晚饭前一小时作。（神操 148）

三段对祷，与以上两旗默想中所作的相同。（神操 156）

附注一：这默观在半夜做，清晨再做一次，弥撒及晚祷时两次复习，晚饭前运用五官。每次操练以前须先诵预备经并做三前导，如默观降孕及诞生的奥迹时所作的一样，末了用三种典型的人的三段会话来结束，谨遵其所附带的一条注意。（神操 159）

运用《神操》“两旗默想”的内容,依纳爵强调这个默想的真实性,善神与恶神在我们每人心中怎样运作,每个人逃不了:神类在我们每人身上。依纳爵特别设计这个,想想路济弗尔怎样召唤无数的魔鬼,将他们分派到普天之下各城各镇去;没有一省一县,一村一乡不被派到,也没有任何身份或个人被遗漏。当然基督派遣我们,这位朴实的主人怎样挑选许许多多的人做祂的宗徒弟子,遣发他们分往普世,将自己的圣道播散给一切身份及境遇中的人。分辨神类不是很特别的时候才分辨;分辨在日常生活中,我的内在什么在运作?来源是什么?

我想讲的“两旗默想”不仅是带出一个“思想的框架”给你去参考,因为争战冲突的概念是一回事,但是去经历它而能赋予它名字是另一回事。所以依纳爵的方法论是要我们透过想象与历史去体验它。依纳爵的灵修很重视想象和历史,历史将我们放在真实发生的经验中,带出内在的种种,尤其默观耶稣的历史为他来说是真的。比如说当他在耶路撒冷朝圣时,他细心观察耶稣升天时所面朝的方向(参考自传 #47),因为对他来说,这件事情是一个历史,是重要的,因此他就要留意。《福音》代表真实的种种,他的第二周第一前导就提到历史,有历史就有体会。这不是抽象的反省,而是整个人的投入。就如你“反省”圣体中耶稣的临在意义,与真实“体验”天主在我面前是不可同日而语的,这是我们神修的盲点。我们常说去反省圣体内耶稣临

在的意义，不过体验真实的耶稣临在你面前与你谈话，是很不一样的。我们可以谈很多“两旗默想”，但是真的留意到你内在有两种神类在运作，这是很不同的。依纳爵让我们在《神操》中体会“两旗默想”中的事实，而不是去反省。

以“两旗默想”为例，它设计了两种旗帜的冲突，其实是表达两种势力冲突的原型：一方面是追随世俗的钱财、虚荣及骄傲；另一方面是渴望作基督忠实的弟子，以贫穷及谦逊作为心之向往。依纳爵邀请我们留意历史及第一前导……再以想象来体会这份冲突，不知不觉也就带出我们内在其他的冲突。这冲突彰显在三个范畴中：一是情感，一是渴望，一是想法。想法提供了图像来显示出我们所渴望的价值，其中透过情感来显示出其浓度。所以，情感、渴望及想法是依纳爵灵修的原始材料。我要留意我的情感，我有什么样的想法？我的渴望是什么？我的这些东西需要检验：这些是否是真的呢？应该借提问来明白，要留意来源在哪里。这是我们度灵修生活的人需要学习的。

## 分辨神类的实在性

分辨神类时，我们要留意，我们追随基督常是与世俗人相反的。就如世俗人追随世俗的事，按照世俗所教导的，爱慕并一心追求光荣、名誉及在人群中的显赫；同样，诚心

追随吾主基督的人,爱慕且热切愿望一切相反的事。(耶稣会会宪 #101)“不随同我的,就是反对我;不同我收集的,就是分散。”(路 11:23)这不仅是外在的行为,也是内在动向,留意相反主的一切事,没有遗漏。这些事跟日常生活很有关,不是分辨善恶,而是生活中不太明显的事。比如我自己的一些分辨:我的生活习惯是吃完饭就去办公室;一到办公室就先看计算机。这基本上是一种心态,觉得吃完饭要做事,所以就去办公室,到办公室就开计算机。

在这里,我想强调的是这些不知不觉的行动或习惯中,其实都伴随着想法、情感及渴望,是有两种张力在作用。我们没有很用心去认识它们,当然更谈不上做出正确的判断——即来自善神或恶神,跟着更不用说做一个好的决定。从这例子,大家可以举一反三地去看其他的经验或习惯。我没有反省:我吃完饭就去办公室,这个有价值吗?我发现自己其实工作效率不高,到办公室会看计算机,会上网,会看电邮,其实不是真的做事。其实,轻松一下,反省一下一天的工作,也是很有益处的。但是自己放不下,觉得有很多事要做,不假思索地吃完晚饭就去办公室。在假期中我做了反省,发现自己在办公室并不高兴,只是觉得不去不安心,好像去办公室是办事,其实不快乐,也没有效率,所以发现这并不是来自天主的。现在,我调整自己的习惯,可以不在饭后立即去办公室,可以做做其他的事。所以不要把分辨神类看得太复杂,而是从日常生活中做起。

面对这些,我们通常有两种错误:一种是不去管它,好像没什么大不了;另一种是只看行动的错误,怪自己或他人,但仍然继续那习惯。依纳爵之道是邀请我们在天主爱与接纳的前提下,来看这些行动及习惯背后有哪些神类在运作(即想法、情感及渴望),在平静中去理解他们的来源是什么,最后才作出判断及选择。这样,我们才不致只是去对神类“反应”,而不是“响应”。这就需要时间和空间去做反省,在普通的事上留意我的内在运作情况。比如说我在办公室不快乐,我要留意,或者我在饭后要去办公室,因为我放不下,我着急,我要看这神类是什么?从哪里来?

当然,这里所展示的是一份“更”的精神,不是强调行为的对错或应不应该。谈“更”,只能在“爱”的脉络中去说,因为“爱”是没有止境的,只有在没有止境的爱内,才能讨论“更”的发展。

## 实在论的彻底性——团体的幅度

以上阐述突显了神类在个人身上影响的分量,但似乎很多有心人视“神类分辨”为一种“出世苦修”的历练及过程,跟这个世界的一切沾不上边,例如与和平、正义,或学术上的心理、社会、政治及经济等没有关系。但救赎的计划如果是触及全人类及全世界,或是救赎计划是经过团体而实现,那么恶神的目的是要错误地引导我们,不放过任何

机会,让我们以为要灵修,就得“离群索居”。为了不受此错误的引导,一种在“团体”中分辨神类的辩证幅度也就不可或缺,甚至是更重要了。若团体顺应着善神,就是走向救赎和恩宠的道路,跟随恶神就不免陷入衰落及败亡。

在团体中要留意这两种相反势力的范畴就是:一方是对寻找真相(理)的锲而不舍(intending the truth)及择善固执(intending the good),另一方则是散漫和消极。前者意味对真相的兴趣、尊重及努力,抗衡后者那种简单答案、令人舒适的短期方案的诱惑。这个抗衡的过程甚至有某种痛苦的代价。这里,所谓更好地判断,除了检查正反两面的理由外,先要看事情的真相是什么,更重要的是看是否满足内在的真实渴望。

每个团体都倾向自我保护,而倾向漠视或排斥他人。例如在美国教会出现的虐待儿童个案。首先在了解真相上没有作出努力,例如这种病态发生在神职人员身上需要治疗吗?这种事情能通过调任施虐者去另外一个地方,就能解决及不再发生吗?这种伤害对一个人的影响有多严重呢?保护教会的名声与让这种恶继续发生,哪一个更重要呢?平信徒及专家如何看这种事呢?大概这些提问都没有被认真地看待,就草草以最有效的短期方案来解决了。最后,大家可以看到,这些后遗症要20、30或40年后才再出现,但代价是不是太高了呢?我们要面对真理与善的问题,然后才去做决定。通常团体的发展及进步都需要先知的出



现。

对专业的团体,无论是科学家、政治团体等,都倾向去找容易的答案或短期的成果,而有意或无意地忽略长远的利益。作为其中的成员,要努力问诚实的问题,并努力找最好的解释,并全力抗衡一些方便及贪小利的借口。这里,人性中的贪欲、虚荣及骄傲,正是“两旗默想”点出的真实又恒久的课题。

## 实在论的启发

1、我们一般不会太认真来对待内在的经验。所谓“心理状态”,认为情绪起伏是自然的,人也没有什么办法。况且,很多立时的反应,确实就有即时的效果。譬如你大声喝骂一个下属,他就立刻听你。很有效,状况立刻就改善了,看来这个办法是可行的,因此就不用对内在什么神类花精力了。就算知道是错了,也只留意自己的行为,良心提醒自己不要再犯,除此之外就没什么需要再注意了。彻底的实在论牵涉一个信念,就是内在冲突的种种基本上是有源头,灵修生活有责任将之辨认出来。

2、旧约强调安息日,必须遵守。它的目的不是为了休息之后,可以让平日工作做得更好,而是安息日本身就是目的,更好说平日的工作指向安息。它代表与主同在,主是核心。安息象征祈祷,祈祷是回归最真实的自我。主说:“你

们要听从我的声音”。因此祈祷反省不但是伦理上的,更是天人关系及神类分辨的。所以,祈祷的方式更重要的是去留意及明辨一己及团体的经验、理解、判断及决定在哪。

3、“认识”:意味着不止言语上需要“忍”,行动也需要“忍”;而忍是辛苦的,要去分辨这些神类需要一些修养功夫。而它的前提是内心要有一份“从容”,就像一个科学家要有很多时间空间来认识他研究的对象。所以,散步、祈祷及休闲是很需要的,而紧张、焦虑、忙碌及压力是认清真相最大的敌人。这里有很多地方可以让我们反省“培育”所看重的是什么。

4、旁观者清:需要同行者及聆听者;按照神操中的“预先声明”(神操 22),在人与人的来往中创造及实行一种沟通及信任的文化。

## 结论

在“两旗默想”中,依纳爵并不期待避静者天真地和单纯地选择基督及拒绝魔鬼,从宗教经验到日常生活(伦理)的实践并不是自动衍生的,而是要回到宗教经验中去确认。比如一个人祈祷后很感动,就立刻想做些事,想要盖教堂,但这盖教堂的行动属于常识及操作的范畴,而不是神类的直接推动。

从宗教的神慰经验到日常的具体行动,有人误以为是

自动自发,认为在神慰之下做的决定一定是对的。但事实上不一定,常识及操作要回到宗教经验中去确认,去看神类来自哪里。依纳爵写会规时,对遵守完全的贫穷很感动,但他一直在一个多月的祈祷中求得确认,看自己的感动是不是来自天主。依纳爵不是天真地认为避静者在“两旗默想”中选择基督或魔鬼之后,所做的一切决定都可以“愈显主荣”,而是邀请避静者在“两旗默想”中去求得恩宠,能被接纳到基督的旗下,因此可以追随祂、效法祂:首先是神贫,然后是实贫。这求恩在一个月的神操中超过40次。所以,避静者在“两旗默想”中不是去选,而是求被选。所以分辨神类是求来的,不是我们做完“两旗默想”就会分辨。我们要求主让我们看到,这些神类来自哪里。

希望你借着这些讲解,从自己的经验出发,学习多留意自己内的神类。同时,不仅要留意负面的,也要留意那些正面的动向,哪些来自善神的动力及鼓励。

# 依纳爵灵修中的价值观与 生活态度

尹美琪

## 前言

价值如用在买卖或商业上,是用“价格”来衡量,价格表达的是一物得以交换他物之能力,是为“交换价值”,价格的高下又取决于人需要的多寡。而那些可满足人类欲望的物品,例如食物、水和用具,被认为有“使用价值”。“价值”一词除了经济学,已普遍使用在哲学、文学、社会学及科学等领域,它代表着人们对事物的评价和观念。本文先由价值观及价值体系的诠释着手,进而进入依纳爵灵修中的价值观与生活态度。

## 壹、价值观与价值的等级

### 一、价值观

在每一天的生活中，我们几乎都受到价值观的影响，从事价值判断。但到底何谓“价值观”？在众多的价值观定义中，Milton Rokeach 对于价值观的定义最广为研究者所采用。Rokeach 认为价值观是一种持久的信念，是个人或社会对于某种行为或生存方式的偏好，其主要功能是作为个人行事的准则，而形成价值观的先决条件包括文化、社会、社会制度、个人人格特质等。

耶稣会前任总会长柯文柏神父说过：“价值”这个词，意谓某个东西有个代价，某个东西可爱、贵重或值得，因此一个人准备为此受苦或牺牲。价值给人生存的理由，如果需要，也是一个受死的理由。所以，价值把意义的幅度带进生命中。价值是一道铁轨，能让火车在上面行走，并帮助火车有目的地快速或慢速行驶。人所具有的价值观，反过来定义一个人，给人一个面貌，一个名字或一种性格。

柯神父认为价值有三个锚，他称为“3H”。Head：头脑中的锚，意谓我知觉、了解为何一件事是有价值的，而且我的理性确信其价值。Heart：心中的锚，表达的是不止头脑中的逻辑告诉我，心中的触动也告诉我，某个东西是有价值的；我不仅知觉某物的价值，我的心也会被打动（你的财

宝在哪里,你的心也在哪里)。Hand:当思想和心投入,即整个人投入之后,所导出第三个锚就是手;价值引导人做决定,并且有所行动(爱在行动中表现,而不在言语)。

## 二、价值等级与体系

Rokeach 将价值分为两类。一是终极(目的)价值观:即是有关人的生存意愿所要达到的最后目标,也可说是在人一生当中想成就的目标。二是工具价值:即是人为了达到人生目标,所愿意运用的一些方法,或是保有的一些态度。关于终极价值,Rokeach 经过了一个很严谨的研究过程,列出了一般人会看重的 18 种人生目标:

- 舒适的生活(富裕的生活)
- 内心和谐(没有内在的冲突)
- 令人兴奋的生活(充满刺激)
- 成熟之爱(性及精神上的亲密)
- 成就感(持久的贡献)
- 国家安全(免受外力侵袭)
- 和平世界(没有战争与冲突)
- 愉快(闲适、享受的人生)
- 美的世界(自然、艺术、人文之美)
- 救恩(永恒的生命)
- 公正平等(互敬互爱、机会均等)
- 自我尊重(自尊)

家庭安全(照顾所爱的人)

社会认同(尊敬、仰慕)

自由(独立、自由选择)

真正的友谊(亲密的友谊)

快乐(满足)

智慧(了解生命)

每个人的价值观都会有不同的优先等级排列,每个族群、社会、组织也会形成特殊的价值体系。就以多年前 Rokeach 所列 18 种目的价值的一个统计来说,台湾的大学生一般会把家庭安全跟国家安全放在前面;美国大学生的第一优先则是选择自由,然后是舒适的生活;以色列大学生会把国家安全放在第一,救恩放在第十八;修道人会将救恩放在第一,第二是智慧。

“价值”一词,顾名思义,含有等级的意思,所以我们判断事物的价值常以高低或大小表示该价值的等级。例如:中国文化中孟子说人有小体和大体,小体为物体,大体为心灵,保养物体的人为小人,保养心灵的为大人。孔子认为人民需要食物,需要兵,需要信用;在三者不能同时兼备时,按照孔子的价值是先去了兵,若再不能两者兼备时,再去了食,信用是最重要的。根据孔孟的观点,说明了价值有高下等级之别。

## 贰、依纳爵灵修中的价值观

### 一、基督福音的价值观

由人性的经验、社会科学的研究,都可以发现价值是与人生的意义和目标有关,价值也有高下或主要与次要的区别,需要判断与选择。基督徒亦如此认为。不过,基督徒似乎应该体认 Joseph A. Tetlow 神父所说的,价值观只有两种分类:一是耶稣的,一是其他的。他认为耶稣基督的行动基准和价值判断的体系,与其他的人有着天壤之别,以至于其余的标准与价值观,与祂的比较起来,似乎全都可以归为另一类。

例如圣经所记:真福八端,神贫的人是有福的,因为天国是他们的……(玛五 3-10);你的财宝在哪里,你的心也在哪里(玛六 21);先求天主的国和它的义德(玛六 33);人纵然得了全世界,却赔上了自己的灵魂,为他有什么益处(玛十六 26);凡你们对我这些最小兄弟中的一个所做的,就是对我做的(玛二十五 40);在这些章节里面都表现出了基督福音的价值观。

### 二、神操的价值观

谈及依纳爵灵修,神操可谓是根本的。神操是以基督为中心的,神操中的基督是纳匝肋的耶稣,祂是永远的天



主子,是历史中的耶稣,也是复活的基督。默想罪的时候,体验到罪不仅是与天主之间的分裂,是相反基督或与基督分裂。做神操的人是要与耶稣同甘共苦,同死同生,因此,神操的价值观也就是基督福音的价值观。

神操中几个重要的祈祷也显示出明显的价值观,例如:“原则与基础”强调人生的目的,人要有爱的经验,面对万物时人要自由、平心等等;“君王的召唤”让人由追随世间的君王的渴望,而至追随基督君王;“获得爱情的默观”要让人体验的是爱、是彼此的赠予,爱是付出、是给予。在神操所强调的诸多价值观中,我们将选择介绍“两旗默想”,其目的并非介绍“两旗”的操练,而是期望能帮助我们了解:如何选择我们的价值观。

### 叁、聚焦“两旗默想”的启发

#### 一、“两旗默想”的警惕

“两旗默想”出现在神操 135 号之后,而神操 135 号是考虑身份的前导。在做选择之前,人已然痛悔了自己的罪过与私欲偏情,默观了耶稣的奥迹,慷慨奉献自己追随耶稣。但是,“两旗默想”出现在这里,提醒我们世俗的价值观还在影响我们,我们需要体察自己究竟是属于什么样的价值观?天主要我们过何种生活?我们该怎样面对、整顿生活?

在做“两旗默想”时，操练者所拥有的渴望，毫无疑问地是被认为属于耶稣的旗下。但很多神操的诠释者都认为，虽然我们很渴望天主，但有时我们的渴望来自自己的需求，与福音的价值并不一致。内心中所隐藏的那份对事物的不当依恋，诱导我们选择过去那些容易、熟悉、习惯的行为模式，并且害怕基督带来的新召唤，因而常常选择逃避，或是在选择的过程中会经验到困扰、害怕的情绪、不明的渴望、光明与黑暗、神慰与神枯。以上这些都会影响我们，让我们不容易对天主的邀请及基督福音的价值，做出正确的选择。

在两旗默想中，依纳爵用象征性的语言表达我们生命中的两种张力：一种来自魔鬼，一种来自天主。我们是天父的子女，是天父的肖像，天主住在我们心中，可是我们心中也是魔鬼想要占领的地方。这个默想不是良心的考试，不是用来重新修正自己的良心；而是要我们在祈祷里，在跟天主很亲密的关系里，在被天主的爱与释放的经验里，看到我们确实是被恶所影响，因而在面对选择基督价值的时候，不要轻忽来自另一势力的影响。

## 二、两旗所标示的两种价值

“两旗”的主题或象征，在基督徒的历史与灵修生活中是很普遍的。例如在若望福音中的：光明与黑暗，真理与谎言，生命与死亡。这样的形容，也可在其他宗教的灵修传统中发现。“两旗”是两种旗帜，旗帜表达的是精神、作风、价

价值观。两种力量都想要统御我们的心,而我们的心灵就是一个善恶交战的战场。依纳爵让我们看清这明显的对比:

撒旦的旗帜:财富、尊荣、骄傲

耶稣的旗帜:贫穷、受辱、谦逊

(一) 世俗的价值与魔鬼的策略——财富、尊荣、骄傲

魔鬼让人不自由,让人以自我为中心,成为自私的人,目的是不让人成全与圆满,不让人成为超越和自由的。它要征服的是全世界,没有任何一个人被忽略,撒下的罗网更甚于各种流行疾病。而且,它的方式是倾向于舒适、容易,是迎合我们的人性,是一般人比较喜欢的。保禄的经验让我们了解自己如何误入歧途,为何切愿选择基督却又无法实践。(罗七:14)

魔鬼的规划是:首先诱惑人们贪图财富,如此人们容易达到世俗的虚假光荣,然后产生骄傲。这样,第一步是财富,第二步是尊荣,第三步是骄傲,进而引人陷入别的一切恶情。(神操 142,第三端)

明显的财富就是金钱,金钱意味着特权,有特权者总有办法获得更多的金钱。有了更多的金钱就可以投资,可以买到最好的医疗照顾,可以发号施令。虽然由金钱获得的权威,不一定是值得尊重的。我们必须认出,许多时候财富是使世人混乱、结构失序的催化剂。

财富不只是物质的拥有,不只是金钱,也包括我们如何看待及运用物质的东西,如:衣着、房子、车子、计算机、

手机等,此外还包括我的个性、天赋、学历、专业、名气、别人的称羨等等,这些是否让我沾沾自喜?我的权利、地位、职务,本来是一种服务,但是否很容易变成一种诱惑,用来掌控别人?或是用我的情绪、情感控制别人?这一切都会让人掉入财富的陷阱。

在原则与基础中,我们体会到除了人与天主以外,尚有“其他受造的一切”可以帮助我们用来侍奉天主、服务人群。可是魔鬼常利用这“其他的一切”来扰乱人。越是灵性、好的、善的,愈有可能成为偶像。天主给我的塔冷通和才能会变成财富,恶的力量可以夸大我所拥有的塔冷通,无限地夸大以至变成了骄傲、自我中心。人一旦骄傲起来,他就认为可以自我成全,自我满足,不需要救恩了,并且会被恶神引导去做很多的恶事。

恶的力量不仅是利用我们所拥有的一切让人骄傲,它也会利用我们的短处,夸大弱点,或者是让我们陷入一种自怜自卑的状况,没办法体验天主的爱,因为有天主的爱为我们就足够了。自卑自怜、自怨自艾的人,到哪里都抱怨:例如抱怨团体没有爱,没有温暖,别人亏待了他等等。这种自怜会给人很深的干扰,有可能影响人的身心和行事风格,这样的人可以说是处于一种缺乏善和爱的境况。

面对我们所抉择的福音价值生活,我们可以做些反省:

- 1、当我上了魔鬼的当时,我经验到哪一些生命的起

伏？

2、我是否把一切当成天主的礼物？还是骄傲地把一切看成是自己的成就？或是沮丧地感到一无所有、过度无助？

3、我与其他人的关系如何？我是否希望掌控别人，在其中寻求个人的荣耀？

(二) 耶稣基督福音的价值与策略——贫穷、受辱、谦逊

当遇到魔鬼的陷阱，我们要聆听耶稣的声音：不要害怕，有我协助你。“上主这样说：你不要害怕，因为我救赎了你……你是我的(依四十三 1)。”“你们心里不要烦乱，你们要信赖天主，也要信赖我(若十四 1)。”“我同你们天天在一起，直到今世的终结(玛二十八 20)。”耶稣基督的旗帜是温和、善良、和平、安静、给人信心。祂的策略是让我们从贫穷开始，用贫穷相反财富，用轻慢凌辱相反尊荣，最后带人到达谦逊，相反骄傲。

一般而言，真实的贫穷常让人感到是一种缺憾或祸患，有时也使人身心受到伤害，我们不该盲目地称赞贫穷。但在现实社会里，有不少良心正直的人，也免不掉贫穷的景况。幸而因着天主圣宠的圣化，贫穷容易让人修得若干德性。

前文提及财富不只是物质的拥有，不只是金钱，在此谈到的贫穷也不仅是物质的匮乏或牺牲。贫穷的真正意义是感觉到受造物的贫穷，感受到自己是罪人的贫穷。有时

我们体验到天主的救恩与爱，还能感到自己的贫穷，这是积极的贫穷的经验。或者，我们体会到自己的软弱，这软弱里有天主的恩宠，这种贫穷也可以是喜乐的。

贫穷也让我们比较正确地看待自己所拥有的一切，避免夸大，一切都是天父的礼物；另一方面，也体验到自身并非什么都没有，我就是用祂给我的五个（塔冷通）赚另外五个。天主给几个，我就好好地用。善用天主给我的天赋与恩宠，这是真实的谦逊。

贫穷的益处，在耶稣神圣的策略中，是帮助人达到第二步接受侮辱。贫穷的人在众人眼中，尤其是唯利是图的社会中，是受轻视怠慢的，甚而是受欺侮压迫。而那施予侮辱者，亦不仅是那无知的邪恶者，有时会是心地善良，居位显要者。他们加以侮辱的动机，无论是有心或无意，有罪或无罪，圣依纳爵教导人面对轻视凌辱都该安然忍受。此等自由，相反人本性的愤怒、记恨、报复、羞惭、愁苦、灰心丧志……必须有来自天主恩宠的圣化，才能相似吾主耶稣安心受辱。

人若因着天主圣宠的助佑，心甘情愿地承受了贫穷和侮辱，就容易稳妥地达到谦逊的地步。正如圣保禄的经验，耶稣基督空虚了自己，死在十字架上，天父因而举扬了祂（斐二 7-11）。人类因耶稣的自我空虚而得救，谦逊也应是我們得救及福传的主要条件。

玛窦福音中的天主经结束于“不要让我们陷于诱惑”。

人最大的诱惑，就是认为自己可以善度一生而不需要天主，或是认为可以不经由造物主或天父而达到自我成全。这种骄傲的诱惑，并非全来自外在的环境，很多的困扰实际就在我们的心中，就像保禄说的：我愿意的善我不去做……（罗七 19）

人的本性很容易倾向自私和骄傲，耶稣基督以谦逊引导我们超越并走出自我，带领我们成为一个为别人生活的人，往普天下去传播福音，并且服务那些在我们四周有需要的人：边缘人、穷人、坐牢的人……“你们为我最小的一个弟兄姐妹所做的，就是为我做。”以下的反省，希望有所帮助：

1、当我选择与基督在一起时（贫穷、受辱、谦逊），我经验到什么？当我的价值观与基督一致时，我经验到什么？

2、“生命圆满的时刻”对我来说是什么样的状态？在我的生命中，我如何在每天的生活中，具体地展现天主的恩宠？

3、天主会帮助我行善吗？怎么帮助？别人也是天父所爱的儿女吗？我对他们的态度和行为，可以有哪一些具体的改变？

## 肆、依纳爵灵修的生活态度

### 一、分辨

精确的福音价值或明显的善恶容易选择,难的是有时由于所处的环境价值观念并非一清二楚,可做的选择也不易达于至善,因此即使愿意慷慨付出之人,有时候也面临不知如何选择的窘境。这时候就需要以分辨来帮助选择。基督徒的分辨所关切的是:不仅是做一个好人、一个守规矩的人,更是做一个跟随耶稣的人。我每天的生活,此时、此地可以为天主做的善是什么?我如何活出福音的价值?一个基督徒要完成如此的人生目标,需要时时怀有分辨的态度。

分辨意味着每时每刻,对自我的内在与外在,对周遭的人和事物有所觉察,并有意识地做出所需要的决定。人在一生中重大的分辨与抉择的机会不是很多,然而在每天的生活中有分辨的态度是很重要的。也许,终其一生我们都没有致命的机会,如若善用分辨的精神和态度来生活,可以天天在小事上为主、为人牺牲奉献。

分辨主要是指跟天主一起做负责任的决定。当人注意到从人心里出来的各种念头与渴望时,需要祈求光照与启发,意识到这些是属于基督的,还是属于魔鬼的?“分辨神类”是依纳爵灵修中重要的主题,内容丰富,相关资料与文献不计其数,于此仅仅介绍每天的意识省察,这是培养分辨态度的一个好方法。

## 二、意识省察——日常生活中的分辨



意识省察是发现天主临在我们内的一种方法,并且觉察到我们在这一天中如何响应天主的召唤。依纳爵认为省察是重要的,劝勉人每天在适当的时刻停下来做省察。他强调省察能使我们与天主有一个活生生的关联,这个不是和好圣事前的良心省察,而是回顾天主在我们生活中的临在,以及我们每日生活中的感受。按时做省察会促进我们与天主、与别人、与自己的关系成长,对自我的整合及培养分辨的态度是很有帮助的。

以下是省察的五个步骤:

### 1、祈求光照……

首先让自己放松下来。意识到天主的临在,天主亲切地与我在一起,天主是我的父亲,也是我的母亲,而且比我所想象的更是我的父亲或母亲。我尝试着意识到天主用爱在看着我,无论我是否能时时意识到天主的临在,天主在我的旅途中总是陪伴着我。我恳请圣神的光照,帮助我看到今天我需要看到的事。

### 2、感恩……

回顾一天的生活,求天主帮助我想起一天中我需要感谢天主的事,或是我要感谢什么人。注意看什么浮现在我面前,让感恩的心情充满我的心,感谢天主。

### 3、在一切事上看到天主……(实际生命的省察)

就是在所有的,我们内在的、外在的,接触的人、事、物上,我们要看到天主如何工作。

注意看今天在我外和在我内所“发生”的事件(不是我做了什么,而是发生了什么),这些事和人带给我怎样的感受?我有怎样的自然反应?我用什么态度答复这些人和事?我内在的心情、感受、欲望、驱力、喜乐、痛苦、混乱、爱、生气、焦虑、平安、束缚、分离等等。

选择一个感觉比较凸显的经验来做深入反省:在这经验的底下,我真正的感受和价值是什么?我的反应是否符合耶稣的精神与祂的心情和想法?天主的临在怎样显示出来?我认出天主的礼物和恩典了吗?

#### 4、与天主对话,答复天主……

我求我所需要的恩宠与自由、光照、治愈、力量、忍耐、宽恕、秩序、慷慨……然后把我心中的感受向天主表达出来:后悔、感恩、赞美、祈求……

#### 5、怀着希望,展望未来

我应该要怎样报谢上主,谢祂赐给我的一切恩佑?(咏一一六 12)

## 结语

价值观是一种基本的信念,与人生存的目标及最终状态有关,价值也有先后轻重之别,每个人的价值观也会影响自身的态度与行为。耶稣基督福音的价值观不仅是所有基督徒行事为人的准则,基督徒甚而渴望活出耶稣基督的

生命。圣依纳爵的灵修及神操中诸多的操练神工,欲助人达成与基督共死同生的人生理想。在谈及价值观的主题下,虽非操练“两旗默想”,但由其中所意涵的警惕,帮助我们认清不易去实践基督福音价值的实况,因此,需经常考察我究竟做了何种选择,并经由日常的分辨与省察,帮助我们更明确地抉择基督福音的价值。

### 参考书目:

- 王昌社,《神操诠释》。台中,光启,1960。
- 侯景文,《神操通俗译本》。台北,光启,2003。
- 侯景文,谭璧辉 合译,《圣依纳爵自述小传·心灵日记》。台北,光启,1999。
- Jacques Lewis 著,沙微译,《神操浅释》。台北,光启,1993。
- Joseph A. Tetlow, S.J. 著,依纳爵灵修中心编译,《选择基督、选择生命——生活中的神操》。台北,依纳爵灵修中心。
- 柯文柏神父,《价值观诠释》,节译自 origins cns documentary service June22 1989vol.19 no6.
- George E. Ganss, S.J.,《The Spiritual Exercises of Saint Ignatius: A Translation and Commentary by George E. Ganss, S.J.》。Gujarat Sahitya Prakash, India.
- Herve Coathalem, S.J.,《Ignatian Insights.》 Taichung Kuangchi Press, 1971.
- John J. English, S.J.,《Spiritual Freedom》. Loyola House, Guelph,

Ontario, 1973.

Joseph A. Tetlow, S.J., 《Choosing Christ in The World -A Handbook of Directing the Spiritual Exercises of St. Ignatius Loyola According to Annotations Eighteen and Nineteen.》 The Institute of Jesuit Sources, Saint Louis, 1989

Rokeach, Milton.,《The Nature of Human Values》, New York, The Free Press, 1973.

# 依纳爵灵修与平信徒

穆宏志

## 序言

我们习惯在谈依纳爵神操时想到修会神父或修女,最多是想到教区神父们也可能从中得到益处。如果把依纳爵灵修与平信徒放在一起,好像是比较新的概念。实际上我们想一想,当依纳爵写神操的时候,他还是一个平信徒,而且是十五年以后才成为神父,所以神操与平信徒有着密切的关系。当圣依纳爵最初用神操帮助其他人的时候,那些做神操的人全是平信徒,而且是大学生,并不是神父修女。那么为什么会变成现在这个样子呢?好像是只有神父修女才做神操?那是因为这些平信徒发展成一个相当稳定的团体,而这个团体的成员后来都当了神父,成立了耶稣会。他们决定把这个团体稳定下来;并且当再有人想加入这个团体的时候,他们就用这个神操的方法来帮助新人。

当初的那些平信徒遇到了依纳爵,他用神操帮助了他

们,成为团体后,他们被派到不同的地方,也用神操来帮助平信徒。当时许多修女院也很需要帮助,但圣依纳爵认为他们不该去修女院带神操,因为有不少的人可以协助这些修女院,因此他们应该先去帮助一般的教友,所以是平信徒最先使用神操的。

而圣依纳爵的伙伴在不同的地方,用神操感化一些人,甚至于将他们组织起来,为的是在神父们离开后,让这些平信徒仍能保持良好的习惯:定时进圣堂、领圣事,做些慈善的事等等。可是这些平信徒团体,因为比较没有正规组织,又由于其中的成员俗务繁忙,慢慢就失去联络,做过神操的教友团体也就慢慢消失了。

另一方面,我们也要记得,圣依纳爵的灵修,不仅仅是《神操》,它包括一系列的文献:《圣依纳爵自述小传·心灵日记》、《圣依纳爵书信选集》、《耶稣会会宪》。若想真正把握依纳爵灵修的真义,需要好好研究所有的材料。

依纳爵灵修是一个泉源,从这个泉源中,产生了“耶稣会”。而从这个泉源中,也产生了一些其他的修会,特别是女修会。这些修会除了分享依纳爵的灵修,他们也有自己的神恩,有创会人的精神,但在不同程度上分享依纳爵灵修,这真是天主的奇妙作为。那么作为平信徒呢?这就是我以下要回答的问题。

在依纳爵的时代,耶稣会士也组织了一些平信徒团体,后来就再没有他们的消息了,他们就此从历史上消失

了。但是在依纳爵死后三十年,又出现了一个团体,这个团体比较稳定,叫作“圣母会”(不是圣母军)。这个“圣母会”,是在耶稣会所办的学校中成立起来的,是一个以依纳爵灵修为基础的教友团体,这个团体延续下来了。不过在十八世纪末耶稣会被解散之后,因为再也没有耶稣会士来指导他们,因此虽然团体也继续沿用“圣母会”这个名称,但是却失去依纳爵灵修的精神了。

## 依纳爵灵修与平信徒：一个复兴的团体

在“梵二”后,圣母会中那些比较保存有依纳爵灵修精神的人组织起来,成为一个团体,这就是我将要介绍的团体——基督生活团。我将以“基督生活团”为例,来探讨“依纳爵灵修与平信徒”的关系。

## 团体与灵修的关系

现在我们要看团体与灵修的关系。团体需要“共同的”灵修,共同的灵修建设团体——在教会里参与某一个团体的人,需要有共同的灵修,不然很难建立生命相契的团体。当然,这里所说的“共同的”的程度有深浅之分。

基督徒灵修的内涵是：

1. 对天主、世界、他人、自我以及彼此间的关系有一

种认识；

2. 这种认识包含着价值观和态度；

3. 在生活中发展和表现这个认识所进行的神修操练。

所以，所有基督徒的团体如果要对天主、对世界有一定的价值观和了解，需要有这个共同的灵修。

### “基督生活团”的灵修基础

这个灵修是来自《圣经》、礼仪及教会持续发展中的训海，以及透过我们这个时代的事件而显示出的天主旨意；是以基督为中心，参与祂的生活、死亡和复活，“圣事”的意义即在此。我强调，这个团体的特色是：我们是基督徒，是教会的团体，所以我们分享天主给教会的、给所有基督徒的所有宝贝。

“基督生活团”的灵修首先是肯定美丽的世界是圣善的，是天主所创造的，祂指定“人”为祂的代表，照顾受造物，并且担任受造物的发言人——赞美天主，这是《神操》的“原则与基础”。但是因为人普遍的罪破坏了天主的计划（神操第一周），所以需要基督在拯救普世时所展现的慈悲。这就是团体的灵修基础：本来世界是好的，人以此赞美天主；但此时此刻有多少人在赞美天主的伟大美好呢？我们看到这计划被破坏，就更明白这世界是如何迫切需要天



主的救赎。

从尊重和默想这些事项中,涌现一些生命态度,成为对天主的答复:感谢天主创造和救赎的恩惠,因此把自己奉献给救赎者,在使命中陪伴着祂,进一步跟随祂,因为内在对祂更深的认识和爱慕而度着使徒生活,分享祂的使命。这种生活需要继续不断地分辨神类,以致能在具体的生活中找到天主的旨意,直到在逾越奥迹中与祂结合,而在永恒共融的爱内,达到高峰。这是神操的过程、神操的动力,是神操要培养的态度,就是依纳爵灵修为平信徒的方法。

“我们受召实践的灵修方式,有助于我们开启心灵,在具体日常生活中顺应天主的旨意。”因此,这是一个入世的灵修,在降生成人的奥迹内可找到它的轴线。当然,平信徒的灵修不能是出世的,平信徒生活在人群当中,度着和其他人一样的生活,是入世之人,所以平信徒的灵修是入世的灵修。

这个团体,有没有方法培养、支持和促进这个灵修呢?有的。是借着以下操练来培养这灵修及灵修所带来的态度:每天的个人祈祷(默想/默观),尤其按照默观《圣经》,这是一个基本的功夫,并尽可能参与感恩祭。这为一个教友是不容易办到的,但要尽量参与。因为要过积极的圣事生活,尤其是指感恩祭及和好圣事,是要注意到这个积极性的。有关个人及团体的分辨神类,这个为平信徒并不是太

熟悉,但是以依纳爵灵修为中心的团体,这是很熟悉的。包括有每日省察、定期接受神修指导、对我们的母亲与模范“天主之母玛利亚”的热爱、定期的避静——每年内在的更新,时间长短不一,但每年都应该有的,这有助于修订生活方向,加强与基督的亲密关系。

这个灵修是在一个深度、静默与收敛的气氛内成长。在这个世界上,现在最缺乏的就是生命的深度,而这个灵修注重的就是深度。很多时候,我们对事情的态度是:一有刺激就反应,却没有反省。所以,生命也就没有深度,有深度的生命必须要反省,反省自己为什么对这刺激有反应,我应当如何使自己的反应符合基督徒的态度。这就是依纳爵灵修所说的“深度”,“深度”是需要静默。

我们的文化是一个太吵闹的文化,声音太多,而且常常太大。许多人在上学或上班途中,总是在耳朵里塞耳机;开车的,一上车就开收音机、CD、MP4等,就是害怕安静,总渴望有声音陪伴。然而,没有安静,就不会有深度,所以应培养静默。静默不是由外面来提供的,是要我们自己创造的,这样才有收敛,才能找到天主。因为这灵修最终的目标是:我在一切事物中寻求并找到天主。不然,我们只能找到外面的东西。所以省察的一个重要方向是:我今天在什么时候,在哪里找到天主?什么时候我跟祂有来往、与祂有对话?虽然我与他人谈话,但我同他人谈话时,也同时与天主谈话,是有两个层面的。我做这件事,同时我也在答复天

主。这个需要收敛,收敛需要静默,静默培养深度,这就是这种灵修能帮助我们的原因。

## 基督生活团

我以上讲的是“灵修与平信徒的关系”,现在让我们更进一步来看看团体。我们知道在历史上,曾有过这种以依纳爵灵修建立的团体,但却只是暂时的。现在先让我们看看为什么需要团体。

首先,团体提供归属感。当你在过这种灵修或生活时,不只是你一个人在度这样的生活,而是同另一些人分享同样的生活方式。有同样的态度、同样的语言和同样的基础,团体中的人会彼此支持。我们一个人很难坚持下来,而团体就可以为我们提供这样的动力和支持。以教会为例,教会就是一个团体。

团体可以以不同的方式建立,不见得是我们所讲的团体,一般的团体都会有这几个特点:

●一个团体首先应该是要有连续性的,而不只是一两次活动,不是几个小时就结束了。虽然我们会在活动中有很好的关系,但却不是一个团体,因为当活动结束后,我们就各自回家,不再有关系了。可能还会见面,但这却不是一个团体。

●其次是互动性。一个团体是能够分享生活的,不是

开会,只针对一两个话题。团体是与人有关的,他关心的是人,而不是话题。

●此外,团体需要延长性,不是参加一个运动。比如环保运动,这是一个很好的运动,但不是团体。团体是针对某个思想,某个目标的。

## 基督生活团体的特色

●生活的团体:很多堂区的组织很可能是有具体的目的、有具体的工作,但不是生活。如一个堂区有个礼仪工作组,也有人叫团体,但却常是做工作,要为堂区的礼仪做准备,但不是生活的团体,他们只是在交换意见,而不是交换生活。

●永久的团体:不是暂时性的团体,如青年会、大学同学会,这些不是一直到永远的团体,基督生活团是一个可以终生参与的团体。

●平信徒组成的团体:它不是神父修女等特殊人的团体。神父修女能陪伴、能启发,但不能参加或领导这团体,因为团体不是他们的,而是团员的。

●信仰的团体:这个团体在玛利亚母性的照顾下,效法她对耶稣的奉献和她答复天主使命召叫的态度,为促进天国与天主合作。这个团体是为那些“更”渴望每天“更”诚实答复天主的基督徒,因此不是为所有的基督徒,而是为

那些愿意“更”在教会团体内服务的人。

## 使命

我们讲了“基督生活团体”这个团体以依纳爵灵修为基础,以及它是一个平信徒的团体后,现在我们来看看这个团体存在的目的——“使命”。

●“使命”的基本的因素和存在的理由:一个团体的危机是“说而不做”,一个团体应该有“使命”。“使命”是“基督生活团”的基本因素和存在的理由,假如没有“使命感”,就不是这个团体的成员了。可是要注意,“使命”是临在这个团体,不是因为我要做使徒工作,所以我参加这个团体;而是因为参与这个团体,进而变成一个“使徒”,是成为一个使徒,而不是做工作。这是一个“使徒性的团体”,“使命”是这个团体的特点,所有的人都是使徒,至于做什么具体的工作是另一回事。

●使命来自“召叫”:天主的召叫是终生的,召叫不是几个小时的事,而是天主在你开始时就召叫你,是一种生活方式,是平信徒的召叫,所以团体是终生的。使命来自召叫,而且使命不是做某一个工作,使命是跟耶稣一起,被祂所派遣。

●使命能以不同的层面实行:使命先是影响个人生活;在每一个时刻,每一个地方,你的生活就是一个使徒工

作。别人从你的生活中,看到基督徒,看到基督的价值,基督的风格。所以,我们称这个团体为“基督生活团”,因为首先是你的生活,而后才是某些使徒工作。

●**不限于任何领域**:它不是为了开办学校或幼儿园、探访病人或讲授道理。当然可以做这些事,但是要看需要而做,做什么没有什么限制的,而重要的是分辨:此时此刻天主要我们做什么。基本上,以整个的生活时时处处为主基督和天国的来临作证。“生活就是第一个使命”,以这种态度表现基督的价值观。一般来讲,此态度会以某种使徒活动或弟兄般的服务表现出来,如奉献自己的时间与工作给有需要的兄弟姊妹,花一段时间为别人,这是重要的。但有时无法实现这样的使命,这并不是说你不顾及他人,譬如你刚结婚,没有时间关心别人,只能照顾好自己家庭,这也是你的使命。但某些时候,你要为他人服务。

●**偶而也会答应一个在教会内急迫或临时的服务**:例如主教要来为很多人坚振,这需要有人帮助,这时这个团体的成员可以为这些而服务。

●**使命有“团体性”的幅度**:使命是由团体而来,是团体给予使命,不是个人性的。例如在一个堂区,神父有需要时可以向团体协调人说明,然后由团体分辨,看看团体有没有能力做。如果有能力做,就应想:我们做的理由是什么?怎样去做?然后,这个团体派遣几个成员去做。因此被派遣的团员代表团体,成为团体的手和脚。为此,团体的聚

会,尤其是生活检讨方面,是十分重要的,因为经由生活经验的分享和检讨,大家更能在团体中作分辨。

## 团体

这个团体要想运作得好,不应太大,可以是8到12个人,要安排定期聚会。如果人多了,可以分成不同的小组,这样聚会时才会有比较好的效果。在初期,为了加深灵修,可以每周一次,团体比较稳定之后,可以每两周一次。聚会开始先了解团体彼此,然后分享生活,生活分享应与使命有关,或对我的见证生活有些挑战性,这样我们才不会轻忽了召叫,并且常常注意:“分辨神类”(看我们的使命是什么)→“派遣使命”→“团体支持”→“彼此回顾”的过程,藉此让团体参与每个人的生活和使命。

在此,希望发展以依纳爵灵修建立的平信徒团体——“基督生活团体”,从而使教会更有活力,使平信徒更好地活出信仰,并帮助下一代的平信徒活出信仰,以及更好地活出福音的价值。

# 依纳爵灵修的教学领导方式

甘国栋

## 前言

以下为“依纳爵灵修的教学领导方式”的介绍,希望对于尚未做过“神操”者,能对依纳爵祈祷的方法论,有一个能获益的基本知识;对于已经做过“神操”者,能有“知其然,又知其所以然”的共鸣。

## 一.名词说明

### (一)依纳爵灵修

由依纳爵著作《神操》、《圣依纳爵述小传·心灵日记》、《圣依纳爵书信选集》、《耶稣会会宪》等所综合的灵修精神与方法。

### (二)教学领导方式



是老师陪伴学生成长和发展的理论。包含教学方法、教的艺术和引导的过程，所以不能简化为一种技巧或技术，而是帮助受教者作为一个完整的人应该有的视野和健全的世界观。

依纳爵在十六世纪时，在《神操》所表达的教育知识与学习方法，已包含了二十世纪才发展出的教育心理学与学习理论。按教育方法论，要完全学习并了解一件事，我们的身、心、灵必须与某一特定教材的知识相互配合，在神操上已有上述的内涵。

## 二.《神操》成书的功能

《神操》是为了作为灵修辅导之用，就是如何引导奉行神操者，通过个人祈祷的经验，以便与生活的天主相遇，并与祂神交密谈。最终能坦白地、真诚地认清他们所追求的价值与怀有的信念，对于个人的未来生涯，能自由地思考、分析、分辨，并作出正确的抉择。在这本《神操》中，圣依纳爵条分缕析、小心谨慎地注释各项操练，并非只是理性的思考、知性的行动或热心的神工。每一个过程都是严格的精神锻炼，要求整个人身体、心神、灵魂的投入。“操练”的概念是要求全人参与整个过程，所以一个人不能只依据阅读《神操》或其中的说明来做各项祈祷操练，而是要在讲授神操者的带领下积极地进行操练，才能获得持续而具改造

性的成效。

### 三.神操:全人的参与

依纳爵的神操是讲授或带领神操者按奉行神操者(做避静者)的需要,按日给予祈祷操练,用以帮助奉行神操者,使其能对生活经验加以回顾与反省,帮助他们对天主做更多的奉献与事奉。《神操》所提供的,不只是应该操练的题材,更是全面性的进程,是在协助奉行神操者发现天主圣意的大前提下,指出:

- 应当观察的事实
- 应当想象的景物
- 应当评估的感受
- 应当探测的机会
- 应当考虑的选择
- 应当衡量的取舍
- 应当获致的结论

最后,作出抉择,采取行动,彻底整顿个人的生活。

### 四.依纳爵灵修教学领导的内涵

(一)依纳爵灵修教学包含了五个要素:背景、经验、反省、行动与评估。

### 1. 背景

依纳爵式教育总是先从了解受教者的背景开始,按做神操者的现况、需求之不同而有所调适,以符合个别需要。

### 2. 经验

讲授神操者协助奉行神操者完全彻底地了解他已经知道什么,并帮助其扩展经验,也包括认识较高层次的思考技巧,如逻辑、分析、综合与评估。

### 3. 反省

透过反省,奉行神操者更明白个人的经验,及其对生命的意义。反省是教学典范的关键,能帮助奉行神操者由经验进入行动。

### 4. 行动

在反省经验后,奉行神操者能采取某种行动。这行动可能会因特定的内涵与要素而有所不同,但总括为对天主之爱的还爱。

### 5. 评估

奉行神操者结束操练后,要花点时间想想刚才操练的过程中,哪些步骤对个人特别有帮助?哪些没有?如果未来再进行类似的练习时,个人会再次运用哪些这次所学到的东西?有哪些操练在这次效果是欠佳或不明显的,但会期望在其他情境下,再次练习运用的?

## (二)《神操》的领导动力:经验、反省与行动

- 从经验开始,产生进一步的经验
- 启动个人反省的能力
- 把心得付诸行动

由此可见,在《神操》内有着生气勃勃的教学活动,即经验、反省与行动,三者之间持续不断地交互作用,这便是依纳爵教学领导法的核心。《神操》的基本动力是不断使做神操者对自身的祈祷经验作全面的反省,以分辨天主圣神引领的方向。

## (三)依纳爵灵修教学领导的特色:个别化

讲授神操者表达个别的关心,按奉行神操者的年龄、需求、天赋不同而有所适应;帮助每个奉行神操者发展自我价值,协助奉行神操者个人的成长与人际关系的互动。以通俗语言来表达就是:量身订作。

## 五.依纳爵灵修的教学领导

- 首先强调学习的预备
- 强调传统的学术技巧
- 看重心智运用创造和想象的能力
- 操作后的反省时间

简要的运用说明如下：

### (一) 依纳爵式的祈祷方法

“神操”这个名词,是指任何省察、默想、默观、口祷和心祷,以及以下要说的其他灵修神工。(神操 1)

### (二) 依纳爵灵修的教学领导在祈祷上的说明与应用

#### ● 前一天晚上预备默想的重点

祈祷时的过程与方式,即依纳爵默想法的七个步骤:

#### ● 预备经

#### ● 第一前导:阅读题材

#### ● 第二前导:定像

#### ● 第三前导:求恩

#### ● 祈祷的重点与方式

#### ● 对祷

#### ● 结束经文

#### 应用一:默想——以“记忆、理智、意志”三司操练

建议奉行神操者开始时用一段圣经或祈祷材料以回忆一事实。继而,奉行神操者引发出或回想起个人的经验,进一步地体认后,即能从内在理性的思考,到亲身体会自身的反省,藉由意志改变自己的生活。

#### 应用二:默观——以内在观察人物、聆听言语、注视动

作

用圣经或一个祈祷材料做默观。在定像之后,奉行神操者要利用想象力,让自己置身于某一特殊事件中;透过想象力,他会听到、看到、分享在此特殊事件中所发生的一切行动,进而较理性地思考在想象中所经验的事件对其生命的含意,以获得神益。

奉行神操者运用意志来确定他在默观中了解及所学习到的一切,将成为他自己的一部分,以及他与天主关系的一部分。

### 应用三:运用五官

选一段圣经运用五官来做祈祷。这过程是要让奉行神操者能简单置身在某个特殊情境中;而在此情境中,奉行神操者运用各项感官:用想象的视觉、用想象的听觉、用想象的嗅觉和味觉及用想象的触觉,直接进入情境中并予以个别的响应。这是以一种憩息的态度、充满情感及被动的方式,并且直接进入活泼的响应,而不需在理性上花更多时间多加思考。操练中感到疲累时,讲授神操者可活用“运用五官”的祈祷以帮助奉行神操者。

### 对祷

奉行神操者受邀与天父、耶稣、圣母或祈祷中的一位圣人进行对话。在对话开始之前,依纳爵要求奉行神操者

回归想象,建立真正对话的场景。

### 祈祷结束时的回顾

- 奉行神操者藉由检视、期望获得更佳的祈祷方式。
- 讲授神操者鼓励奉行神操者如果在反省中发现某些重要的事时,不要急着移到其他重点,可以多花点时间品尝、回顾这个祈祷的经验。

## 六. 结论:依纳爵灵修教学领导带来的成长

我还能做什么?这“更”进一步的问题,使奉行神操者继续行动。而有新行动就要开始评估,再次启动另一轮背景、经验、反省、行动与更多评估的循环历程。

我曾经为基督做了什么?我现在正在为基督做什么?我将来还能能为基督做什么?这三个著名的依纳爵式问题,使奉行神操者继续发挥“更”的精神,使自己更成为属于主的人。

### 取材:

Ignatian Pedagogy: A Practical Approach,《依纳爵教学法:实务之道》

Ignatius Knew by Ralph E. Metts, S.J.,《反省教学法新

探——依纳爵之道》，熊名昭译

**反省与分享：**

●你是否学到任何新的灵修方法？如果有的话，是什么？

●你是否渴望更完整或更深刻地去了解依纳爵的灵修方法？如果有的话，是什么？

●在我的祈祷过程中，有哪些部分能反映出本主题所讲述的依纳爵灵修方法？



# 依纳爵灵修与教理讲授

钱珍珠

## 前言

“豺狼将与羔羊共处，虎豹将与小山羊同宿；牛犊和幼狮一同饲养……在我的整个圣山上，再没有谁作恶，也没有谁害人”（依11:6-9），这样的一个美丽天乡，是所有人的向往！耶稣曾经以天主子之尊，按照圣三的救恩计划，道成人身，为我们揭示了这美丽的天国奥秘。祂更实证了为爱牺牲的自我交付，毫不保留地献出生命，完成逾越奥迹，复活升天，也带领我们进入永恒！耶稣在离世之前，曾殷殷叮嘱门徒们，要往普天下去传福音。因此，福传是我们基督徒的本质使命。

传播福音，就是让人认识耶稣、与耶稣的生命交流，受到祂的感动，愿意跟随祂，活出祂的生命和价值观，这是生命的议题。所以，世世代代的基督徒，都以适合当代、当地以及文化背景的方式，帮助人走近耶稣的生命。

梵蒂冈第二次大公会议之后，为因应福传的需要，教会更加重视“成人入门圣事”的施行，强调回到初期教会所强调的慕道过程，

以及基督徒的终身信仰培育,换言之,即是“教理讲授”。

“教理讲授”,是帮助人在不断的抉择中,寻找生命的终向。第一次,也是最重要的抉择,就是皈依基督,领洗成为基督徒。而在基督徒的信仰生活中,仍要不断净化、深化、圣化,也就是在生命中一次又一次的抉择时,都以基督及福音为最终目标。

圣依纳爵,这位有着传奇一生的十六世纪圣人,也是因为和耶稣的生命真实相遇,放下了对世俗虚荣的追寻,成为基督坚定的跟随者。他常自称为“朝圣者”,为他说来,生命是迈向天乡的朝圣之旅。在这旅途中,他为我们留下了珍贵的生命记录,形塑出对后世影响深远的依纳爵灵修途径。

依纳爵灵修,主要奠基于依纳爵的《自传》、《灵修日记》、《书信》和《神操》,让我们可以按图索骥。其中,又以《神操》提供了最多素材、最精致的路径,是集大成之作。《神操》是一种精神操练,一种方法,帮助人的灵性生命紧紧跟随耶稣,融入耶稣,并更加成长。这是依纳爵自身跟随耶稣的生命历程和自我操练,他也据此邀请其他伙伴跟随耶稣,因此,在“教理讲授”中融入《神操》的精神与法门,必然更有力量。

深愿邀请肩负福传使命的每一位基督徒,特别是已具有“教理讲授”经验的同工,一起分享经验,并富于创造性的互相激励,融合依纳爵灵修与“教理讲授”,走出一条更丰饶的新道路来!

在这篇投石问路的短文中,将先说明“梵二”后教理讲授的精义;再简介《神操》;最后,作一综合性的结论:探究如何将依纳爵灵修法门,适切和灵活地运用在教理讲授中。

## 教理讲授

每一位天主子民接受基督的洗礼时,同时分享了基督的司祭、先知和君王的职务;换言之,每位基督的跟随者,都和基督一样,身负传播福音,使人获得救恩的责任。诚如圣保禄宗徒所言:

“凡呼号上主名号的人,必然获救”。但是,人若不信祂,又怎能呼号祂呢?从未听到祂,又怎能信祂呢?没有宣讲者,又怎能听到呢?若没有奉派遣,人又怎能去宣讲呢?正如所记载的:“传布福音者的脚步是多么美丽啊!”所以信仰是出于报道,报道是出于基督的命令。(罗 10:13-15,17)

我们何其有幸,在前人的布道下,被领进天主的家园。现在,应该是我们可以奉派遣、向人宣讲福音、引领人成为“基督的朋友”的时刻了!

因此,“梵二”之后,教会恢复了初期教会的慕道制度,用三阶段、四时期的进程<sup>1</sup>来培育慕道者,使之成为成熟的教友,使教会能健康、活泼、不断成长!而如何培育成熟的天主子民,教理讲授是重要法门之一。

---

1. 梵二“成人入门圣事”,分成问道期、求道期、明道期和习道期。其间,配合着进入新阶段的重要礼仪庆祝:收录礼、甄选礼,和三合一(圣洗、坚振、感恩圣事)的入门圣事。

初期基督徒惯用的“教理讲授”(catechesis)一词,源自希腊文,本意是回声、回响,用来表达“教导”及“领受”讯息。在圣经中,这个词汇偶尔出现,意涵也不完全相同;直到第二、三世纪,才成为专有名词,专指“教理讲授”,也就是教导非基督徒成为基督徒,并在领洗后,继续加深信仰的整个培育过程。

梵二大公会议之后,由于教会相当重视福传及教理讲授的事工,教廷颁布过不少与信仰培育、福传工作相关的文献作为指引。可见“福传”概念不停发展,而教理讲授就更形重要。其中近期且相当重要的两项是:1992年版的《天主教教理》和1997年版的《教理讲授指南》。

1992年版的《天主教教理》<sup>2</sup>,系统性地阐释基督信仰的道理,是极丰富的教理讲授内容,分成信仰的宣认(信理)、基督奥迹的庆典(礼仪、圣事)、在基督内的生活(伦理生活)和基督徒的祈祷(祈祷)四大部分。

1997年版的《教理讲授指南》<sup>3</sup>,则厘清教理讲授的意义、范围、方法、对象和责任,指出教理讲授的重要性,因为它分担了教会的福传使命,关怀人性尊严、贫病弱小、宗教交谈、文化道德等议题,并且界定了教理讲授的双重幅度:

---

2.《天主教教理》,1992年由教宗若望保禄二世颁布,1996年,中文版问世。是台、港两地地方教会精诚合作的结晶。

3.《教理讲授指南》,1997年由教廷圣秩部颁布。中译本正由辅仁大学神学院礼仪研究中心邀集台、港教友合作翻译、校阅中,即将问世。

## 一、对外：宣讲福音

- 1.福音初传(慕道前期)
- 2.慕道培育(入教过程)

## 二、对内：深化信仰、共融、使命。

- 1.对信友的终身培育
- 2.福音新传
- 3.牧民工作

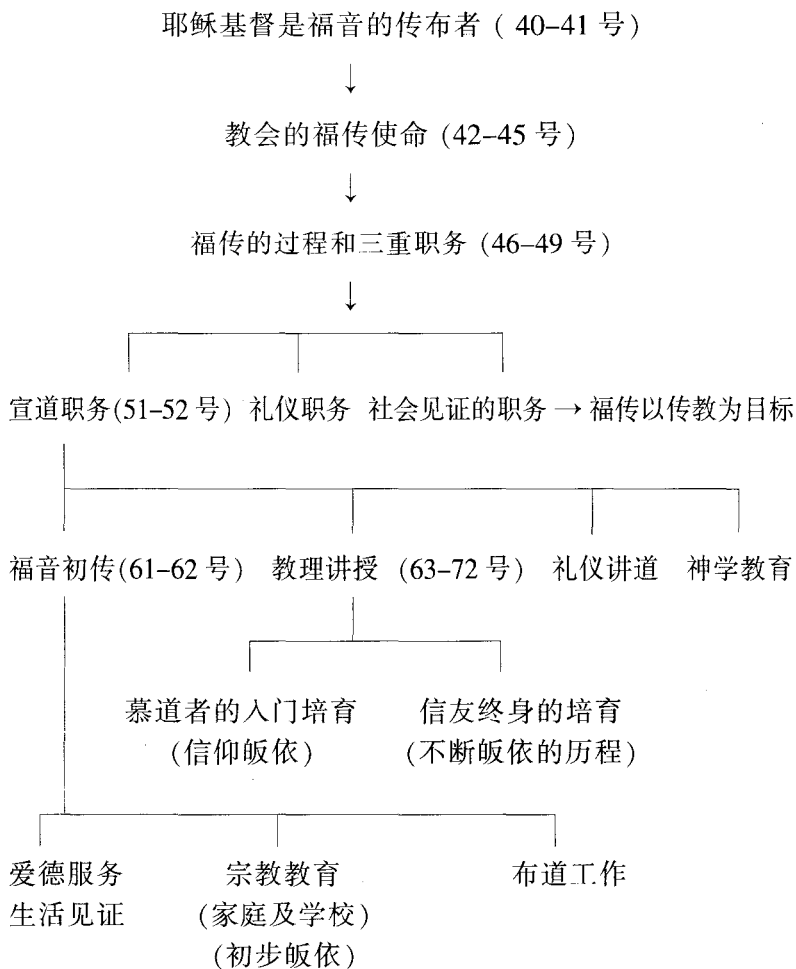
1997年版的《教理讲授指南》阐述了教理讲授的四大元素：

- 一、教理讲授的内容——福音为核心
  - 二、教理讲授的方法——信仰教育法
  - 三、教理讲授的对象——因材施教
  - 四、教理讲授的职务——教会团体的承担和见证
- 《教理讲授指南》更点出“教会福传使命中的教理讲授”，图示如下：<sup>4</sup>

---

4.此表格请参阅《教理讲授指南简介——罗马1997》，香港：教理中心，2000，p. 7。

## 《教理讲授指南》 “教会福传使命中的教理讲授”图示



现在,我们简单的来了解这个重要表格的意涵:

## 壹、透过福传,传递启示

“福传”(evangelization),就是传递天主启示的福音。

### 一、耶稣基督是福音的传布者

天主的启示,在道成人身的耶稣基督身上,圆满地彰显出来。祂本身也是第一位福传者,以自己的生命,向世界显示福音的喜讯和生命的源头,实现天主的救恩计划。

### 二、教会的福传使命

教会,也承继了耶稣的使命,忠实、正确地传递圣经与圣传。

### 三、福传的过程和三重职务

教会透过先知(宣道)、司祭(礼仪)和君王(社会见证)的职务,完成福传过程:使人聆听福音→认识信仰→皈依基督→融入教会团体→参与礼仪、力行爱德→承担福传责任。

### 四、宣道的职务(ministry of the Word)

“宣道的职务”,包括教理讲授,是“福传”的主要部分之一。目的是:

- 1.实践教会的训导
- 2.宣讲基督的福音
- 3.为慕道者和教友提供信仰培育

## 貳、在福传过程中的教理讲授

在福传过程中的各个阶段,都需要不同的教理讲授。

### 一、福音初传与教理讲授

1.使命:耶稣在升天之前,曾亲自吩咐我们“往普天下去传福音”。因此,福音初传,是每位基督徒的使命,让人有机会认识基督。

2.途径:爱德服务、生活见证、布道大会等。

3.对象:不认识基督的人(福音初传),以及冷淡疏离的教友(福音新传)。

### 二、宗教教育与教理讲授

宗教教育,包括学校和家庭两个范畴。

1.学校:学校的宗教教育,是福音初传的重要场地。

2.家庭:家庭中,父母、亲人在宗教上的引导十分重要。

### 三、入门的教理讲授

在福传过程中,入门的教理讲授,是最重要的阶段。

1.目的:增强慕道者的信德、使其信仰日趋成熟,终至皈依基督。

2.特质:

a.全面且系统性的教理培育;以圣言为中心。

b.生活实践:以基督为模范,整合信仰与生活。

c.福音化的价值观:要深植信仰生活。



#### 四、信友终身的教理讲授

基督徒一生都要不断划向信仰的深处去！所以，要注意各种面向：研读圣言及分享；在教会的社会训导光照下，关心时事；对礼仪、祈祷的培训和深化；针对个别处境的教理讲授；灵修培育；系统性且深化的神学培育。

### 依纳爵灵修

依纳爵在十六世纪，透过他自己的皈依经验，以及和天主往来的体验，尤其是在卡陶内河畔(Cardoner River)的顿悟(洞见)经验，写就了《神操》一书。这本书是依纳爵信仰旅程的灵修精华，迄今仍巨大地影响着基督徒和非基督徒，帮助他们调整生活、明辨天主的旨意、并努力实现生命的终极意义。

#### 《神操》的内容

《神操》这薄薄小小的一本灵性操练之书，包括三大部分：

一、前导：20条凡例，是使用《神操》的说明。

二、中心：共分为四周。第一周是“炼路”；第二周是“明路”；最后两周是“合路”。

这四周的重点是：

1.第一周：沉思静观各种罪，和在罪的事实中天主对

罪人无限的爱,为获得净化、重整和皈依天主的渴望。

2.第二周:默观基督的生活,由降生奥迹到荣进圣城。包括“两旗默想”、“三种典型的人”和“三级谦逊”的默想。并探究“选择”的问题:选择生活中的身份、地位,或重整生活和身份地位。

3.第三周:默观基督的苦难,由“主的晚餐”,到基督入墓、圣母回归住所。

4.第四周:默观基督的复活、升天。

在第一周之始,有全部神操的“原则与基础”(23号):“人之受造乃为赞颂、尊敬、事奉我等主天主,由此妥救自己的灵魂。”怀着“平心”面对世物,所取所舍,皆为达到受造目的。

而在第四周的最后,是“圣爱瞻想”,体会天主强烈的爱,并渴望答复天主的爱和召叫。在日常生活中,时时和天主以爱还爱。

## 附录

附录中,包括“祈祷三式”、“耶稣一生的奥迹”和各种不同的规则。

### 1.祈祷三式

a.第一式:以天主十诫、七罪宗、灵魂三司、肉身五官为题。

b.近似心祷:默想经文字句,并停留在触动心灵之处。

c. 近似口祷：诵念经文，默想其意。

2. 耶稣一生的奥迹：由圣母领报到耶稣升天，共 51 个奥迹：

a. 第二周基督的生活：27 项

b. 第三周基督的苦难：10 项

c. 第四周基督的复活、升天：14 项

3. 各项规则：

a. 分辨神类

b. 施舍财物

c. 心窄

d. 与圣教会同感

### 默想原则

一、在默观超性事物时，要多回味。

二、在面对基督生命事件（福音）时，要“仿佛置身其间”。

### 依纳爵《神操》之灵修特质

综观上面综合整理的内容，发现依纳爵的《神操》，将灵修、生活、信仰和学问熔于一炉：

一、以基督为中心的灵修。

二、圣三的灵修。

三、以史实为基础：富有“经验性”和“具体性”的本质。

四、战斗的灵修：引人走向悔改皈依之途。

五、与教会同感的灵修：培养团体团结一致，并分散各处去服务。

六、使徒性的灵修：灵修由内向自我，转向与使徒性结合。

七、圣母和转祷灵修。

简言之，依纳爵灵修的精神就是：

1、在一切事上找到并事奉天主。

2、明智分辨，并以“更(Magis)”的精神，答复上主的邀请。

3、愈显主荣(AMDG)：为人服务，为他人而活，与他人同行。

## 教理讲授与依纳爵灵修

教理讲授和依纳爵灵修的终极目标相同，都是追寻天主。而依纳爵灵修的操练方法，更可以丰富教理讲授，使追寻真道的人，更快、更容易在理智、感情、意志和行为上，成为属神的人。依纳爵灵修对教理讲授可以有的贡献，是显而易见的：

### 一、精神

教理讲授的过程，是帮助人寻找天主，认识基督，愿意

跟随基督,改变自己的价值观和生活态度。依纳爵灵修亦然,帮助人在一切事上找到并事奉上主,整顿生活,以“更”的精神,不断更新。两者的终极,都是天主。依纳爵灵修可以帮助慕道者更真实、深入地认识天主,并学习肖似祂,以致终究合而为一。

## 二、路径

在《神操》中,依纳爵用了“净化、皈依→基督的生命→使命”的灵修路径。教理讲授的过程,也是由人学出发,帮助人认识自己、反省生命,并进入基督的生命,了解圣三的救恩,从而承担教会的使命。所以,《神操》中的素材,教理讲授皆可引用。

## 三、方法

1.《神操》的进路,可以作为安排教理讲授纲要的参考。

2.《神操》的灵修方法,如:祈祷三式、省察、默观、默想、分辨、选择、圣爱瞻想等,可以加入在教理讲授过程中操练,以培育更成熟的基督徒。

3.《神操》涵涉灵修、生活、信仰、学问各幅度十分具体,这样的整合,也是教理讲授过程中,需要着力的。

4.《神操》看重情境和图像,这是教理讲授可以积极运用的方式,激发人的情感,帮助人更真切地投入基督的救

恩事件中。

5.《神操》是“更”的终身培育；教理讲授，本来即是基督徒的终身培育。

切盼在深受依纳爵灵修之益的诸多同好努力之下，能编排出更深刻、更能培育优质基督徒的教理讲授教材，并適切运用。当越来越多人因深受其惠，而改变生活态度，脱离自我中心，时时以他人念，活出基督面貌来时，我们所存身的世界，就“更”接近天国了！

# “依纳爵灵修”与“服务学习”

严任吉

## 什么是“服务学习”

“服务学习”，英文是 Service-Learning。最近在香港的岭南大学举办了一个“服务学习”的讲座。有武汉大学、四川人民大学和贵州大学的教授来参加这个学习，讲座内容非常好，切合了学校和社会的需要。“服务学习”在美国已做了三十年，台湾也做了十年，现在更扩大范围地推广，不仅在大学，中学和小学也在做。

我作为一位神父，在大学教书，教会的人脉对我推广服务学习很有帮助。在今年，我将参加辅仁大学医疗团队到社会服务，共计四十五人。在服务中，计算机系的师生教计算机、服装设计系教裁剪、体育系教排球网球、医学系则给义诊，每项服务都与自己的专业有关。所以，如果你是培育者，你就可以让你的学生到校园外做社会服务，影响会很大的。

“服务学习”源起是美国人在越战之后,很多受伤的美军士兵被送回国,在医院里开刀、截肢、换气管等等,受伤的军人在完成治疗后,回到家里该怎么办?美国政府要求大学里的教授、老师去为他们服务,心理系做心理辅导、康复系帮他们做复健治疗,以专业来给予他们帮助。其中有一间很有名的大学叫南加大,在这方面做得很有成绩,这是美国让大学生服务社会的好例子。

有一部电影是《让爱传出去》,内容是美国的初中生、小学生也在做社会服务。在这部电影中,可以看到小学四、五年级的学生,他们自己写议案,亲手做没有毒的清洁剂,让学校使用。由写议案到做清洁剂,学生都做得非常好。我们不要小看十一、二岁的孩子,只要给他们舞台,这些小孩子也能够为社会服务。关键是我们从小培养他们去观察社会,看社会的需要,让他们意识到自己活在这个社会中。

事实上,在依纳爵灵修中,早已经有了服务学习的关键因素,而且从一开始就运用在耶稣会士的培育中:一方面是让他们留意周围的环境,意识到自己活在什么样的社会中;另一方面是提问,问自己能为他们做什么。就像在神操 53 号中的对祷说的:“我能为基督做什么?”“我能为周围的人做什么?”

在美国,有一间学校开学后,老师让学生们看小区的需要,他们就留意到周围有许多游民,从前都没有去注意。老师就问:对于他们,我们可以为他们做什么呢?有一个小



朋友就说：“我要给他们提供一次好的三明治午餐。”老师问他知不知道要做多少份？学生算了一下说，需要五百份给当地的游民。老师就协助他一起写方案，向学校、教育局、基金会等募捐。但是钱仍然不够，他们继续募捐，后来一些大超市的老板知道了，就给他们提供香肠、火腿和生菜，他们就成功地为这些游民，做成了足够的、像样的三明治。

从上面的例子，大家可以了解到服务学习的意义，其实就是专业课程的老师带领他们的学生，应用自己的专业来为周围的人服务。在我们的传媒系里，刚刚做了一个案例。系院旁边有一个老人基金会，他们要卖五千罐蜜钱来为基金会筹资。所以，我们让学生看机构的需要，再让他们根据自己的专业写企划案，用专业帮助他人。学生们就开始写文字策划案，他们用的名字很有创意，叫“蜜贱人”（Me 贱人）。说的是一个青年人，对父母不好，不与女朋友好好交往，对同学的需要不理不睬，在这种状态下是一个“蜜贱人”。可是吃了这种蜜钱后，完全变成了另一个人：爱父母，爱女朋友，看同学功课不好就主动帮助，扶助老人过马路等等。而影传及广告系的同学，就帮助老人基金会完成了一部约十分钟，非常戏剧性的短片，帮助基金会卖蜜钱。

我们另一个案例是回收计算机。我们知道，城市与农村在生活上有很大的差距，在城市中的机构或个人，不停

地更换计算机。计算机中心把这些计算机收集起来,杀毒后重新安装,然后把这些计算机送到乡下需要的地方。这个案例是传媒系的学生做的,只有六个人,他们了解情况,然后写企划书,准备去实地拍摄。在写好企划书后,他们有一个反省,构想很好,但是中间的一些细节该如何去做,需要费一番功夫,怎么拍摄?花多少钱?怎么修改?他们借着这个服务企划案,学习到怎样完善他们的企划,并且能够脚踏实地的实行,好能实实在在地帮助人。因此他们修改原来的企划,再拍摄,然后剪辑,等等。最后,这个“回收计算机”的案子完成了,效果良好。

有关“服务学习”,可分为四个阶段:“准备”,“服务”,“反省”,“庆祝”,即先行了解对方的需要,做好各方面的“准备”;然后有具体的行动、“服务”;重要的是从经验中反思、“反省”,问这一切跟自己有什么关系,从经验中去学习;“庆祝”是与被服务的机构一起做的,交出成果,“庆祝”是被肯定,是这个过程的高峰。

台湾有一些女子叫做“外籍新娘”,就是从其他国家嫁来给台湾人作媳妇的,也有很多是从越南、菲律宾嫁来的。他们不明白为什么婆婆常拜拜,去庙会,不晓得中国人的庙会是做什么的。学生们制作了短片来介绍这些外籍新娘的生活,其中有一段关键的影像是这样的:一个外籍新娘带着他的小孩,进入一座大大的庙,参加整天的庙会活动,了解了庙会所有的东西。同一年的另一个短片,是拍摄外

籍新娘怎样为她的小婴儿洗澡。由于这个不是我的专业，于是与护理系的老师合作，同学找来了很专业的护理长、医生等，请这些专业人员在场做了很好的说明。

台湾的辅仁大学在十年前就成立了“服务学习推动小组”，全力推动各类型的服务学习方案，由各科系的老师一起合作。首先，是要了解各机构的需求，准备好以后就去做服务。台湾有个特殊教育制度，班中的小孩子有弱智的、自闭症的、发育不健全的等等，而弱智班一个老师要照顾八、九个同学。我们的学生去了就给孩子们洗澡，陪他们玩积木，一个学期做八小时的服务，做完之后回来反省、写报告。学生写来的报告，让人读了非常感动。

传统的教育是：老师讲，学生做笔记，学生将老师脑筋里面的知识，换成自己脑筋里面的知识，是知识的单向传递。知识是很理性的，在这样的学习模式中，学生通常会问：这个句子我看不懂，这是为什么？通过服务学习，学生是从经验着手。老师将学生带离教室，可以看到小区的需要，看到社会的需要。

我们有一个叫“没大没小数字学堂”的案例。我们在台北县的辅仁大学由两个老师开始做起，现在已增加至十个老师，更有不同系的老师参加。方式是每组六位大学同学，共六十组，在网络上一同读绘本，苗栗县有九个小学，由老师跟学生组成六十个小组，每一组六个人，共六十个班的小学生，与大学生在网络上读同样的绘本。为什么一个学

生没有兴趣、没有能力读书呢?是因为他不会阅读。为什么一个不会表达的小学生,可以跟大学生一起读绘本呢?你只要让这小孩子在读绘本的时候,开始在网络上与那些大哥哥、大姐姐聊天,有的小男生就会跟大学女生说:我的个子长得很高,你一定要来见见我。在“没大没小的学堂”中,小学生的创意说不定比我们大学生还多。这是一个老师和学生合作的案子:一个班级的老师带他的学生做服务,或好几个老师合作,带他们的学生做阅读绘本,一起分享经验、思想和感想的服务,是双向互动的教育。

有一个“老人乐活”的服务学习方案,是由护理系的老师开始组织,后来有儿童科学系的老师来讲亲子关系,有医学系的老师和学生也一起来,后来是体育、计算机系的老师也加入了,共有十个系的老师一起合作了。方案是安排这些老人到学校住一个礼拜,由于小区的老人大都没有上过大学,报名和组织工作很不容易做,人数每次是二十五个。课程的第一天是了解大学的教室,第二天是学计算机,第三天是学身体健康,第四天学食品营养,第五天是体育课。一个星期中各个科系的老师合作上课,有些老师带学生作个别的服务。例如:很多的妈妈、老祖母,在家里做饭都有传统手艺,新的科技在食品营养方面有很多的做法,大家就合作一起来做。

此外,他们还参加学校很多的典礼。辅仁大学有个很特殊的典礼叫“祭天敬祖”,已经做了三、四年了。典礼中不

仅是献香、献水果,更重要的是读中国的《诗经》来追思祖先,而且是用歌唱诗句的方式来大声地念,加上表演,是很有震撼力的。老人们觉得还不错,而年轻人也因为有老人在场,因而更深地体会到,原来孝顺有这么深的意义。

## “服务学习”之理念

●人本关怀之服务的精神。创造是人深刻的学习体验,更多的去反省。服务是一种学习的过程。

●健全的学生发展专业之全面关照。学校的教育是创造对社会有用的人,让学生先去碰触社会,去做社会服务时,学生会发现很多问题,他会回来问老师。当他长大后,回到他生活的小区时,他早已经有观念了,他知道怎么解决问题。这样长久做下来,对社会有深远的影响,是现代公民的素养培育。这个实践不仅是理性的认知,更是学生发展专业之全面关照。

●除了讲,还有身、心、灵的感情。在一次服务中,有些大男生说,在他们临走时,平常不讲话的小朋友问他们说:大哥哥你以后会不会再来?他说静默了五秒钟,不知怎么回答,流眼泪了。这是一种情感,因为你真诚地照顾他。很奇妙,服务学习会引导人到一个最简单,最单纯的爱、服务和互动当中。而且,我们的社会太需要的是:超越人与人之间的人为界限。

●突破大学过度重视认知和技能这方面的学习,特以良好之“价值建立”与“生命态度”为培育的焦点,是良好的价值观和建立生命的课程。

我们暑期去印度的“垂死之家”服务已经连续了三年,服务队当中有老师,有学生。每天服务完了,晚上一起做反省。有一个方案是织品服装系的修女带她的学生去“垂死之家”做衣服,需要重新做或是修补很多的衣服。回学校后,他们决定,大一的学生,在这一年内,每人至少做一套衣服。从设计、裁剪,到缝纫,全都是学生负责。衣服做好了,第二年带去印度加尔各答的“垂死之家”,送给那边的老人,让他们很有尊严地穿上。三年来,台湾的大学生不仅送去了做好的衣服,付出了爱心,更藉由这样的服务,建立起更高尚的价值观和生活态度。

## “学习服务”之特色

●“学习”与“服务”并重,并辅以“反省”,相互增强的融渗式的教学方法。

●学生从“做中学”的过程中,培养健全之价值观、完善的社会关怀与公民意识。

●是一种自服务经验出发的教育。

●是一种具备多元化连接的教育。

●重视平等互惠、肯定人性尊严、促进社会正义的教

育。

- 实践知识,整合导向的全人教育。
- 具体落实教育中以改善社会、造福人群为最终目标的知识本质。

## “服务学习”之推动类型

● 全人教育-体验服务学习实作型:以实作型服务之全人教育为基础课程,如大学入门的人生哲学及专业伦理,也包括通识课程。

● 专业教育-专业服务实作型:各科系专业课程老师可以独立或以系为单位自组团队方式,进行服务学习这个课程与单元。

● 共同团队服务-服务学习型:课程教师以系为单位,自组团队方式进行服务学习议题。

● 国际服务学习型:积极发展国际间的合作计划。以海外服务学习活动与交换学生之方式推广服务学习,拓展学生的国际视野,提升学生的国际公民意识。

● 学生自主服务学习型:推展各式具服务学习内涵的青年志工活动。

当然,不管用哪一种服务学习型式,必需要与领导沟通,因为领导的支持是很重要的。

过去,在教育中太注重知识层面,但不是全人的教育。

而这种“服务学习”，是一种体验式的教育。正如圣依纳爵灵修中强调的，从经验开始，借反省，进入知的层面和实践，然后再进一步体验和整合。所以“服务学习”的目标可以为几方面：将学校与社会，老师与学生，专业与行动，学习与服务，甚至与政府机构、非营利机构的各种需求连结起来，使学生不仅在学校学习，也将学习扩展到社会环境中。当学生将专业的知识带到社会，进入服务的场所，会从“做中学”，增强他们的自信与能力，并培养他们对社会的责任感。因服务他人是展现对人性尊严的尊重，流露人们彼此间的关怀，对社会有积极正面的能量。在真正的服务中，我们体验到爱是什么，甚至是爱到受伤的地步，因为有时候需要放下自己所珍爱的一些事物。

服务，就是学习，就是愿意把自己的生命分享给别人，带给别人温暖、喜悦与光明。这就是基督的爱。



# 八天神操面面观

甘国栋

## 前言

神操面面观,这个“面”能有不同的面向,能指操练者的颜面在操练前后的改变,首先是人的面,其次是所反映出的神圣面。一般而言,刚做完八天神操的人,自然会流露出喜乐、活力、能量、内在的光及热心,能让人在他的“外”面上体会“内”面圣洁的力量与改变。除了能指练者颜面的改变外,也能指神操在应用上所呈现的多重面貌,一一说明如下:

《若望一书》第三章1到3节最能表达出这个面像:“请看父赐给我们何等的爱情,使我们得称为天主的子女,而且我们也真是如此。世界所以不认识我们,是因为不认识父。可爱的诸位,现在我们是天主的子女,但我们将来如何,还没有显明;可是我们知道:一显明了,我们必须相似祂,因为我们要看见祂实在怎样。所以,凡对祂怀

着这希望的，必圣洁自己，就如那一位是圣洁的一样。”若望为基督徒描写出“我是谁——我的身份？我的形象？我生命中最宝贵的是什么？”他指出我们是天主的子女，在生活中要逐渐把天主子女的面貌、形象显露出来，直到有一天完全显明了，我们必要相似祂，因为我们要看见祂实在是怎样。换言之，我们对天主的认识是表现在生活中，我们越认识祂，就越能活出祂的面貌，也越能把天主赏赐我的恩宠与尊严活出来。现阶段我们还没有完全相似祂，因为仍在过程中，不过我们能怀有希望，并且在生活中圣洁自己，藉持续的灵性操练使圣洁成为可能，而“神操”就是有效帮助且具体改变灵性的工具之一。

## 壹、八天神操形成的历史背景与服务教会

在一般情况下，全部的神操应该在三十天左右结束（神操4）。原来三十天的神操，如何会变成八天神操？这要回到耶稣会的历史。

1540年，以依纳爵为首的十个人成立了耶稣会以后，到1556年依纳爵去世，这个团体已经从十个人变成一千多人。面对急遽膨胀的会士人数，由谁来带领神操？如何带领？在其间存在一个很大的挑战。因此许多人入修会多年后仍然没有机会做神操。到第三届大会，订定了耶稣会的初学院必须在一个固定的处所，同时从初学院开始接受培

育做一个月神操。后来从 1608 年开始,耶稣会规定,除了在初学院的一个月神操之外,发了初愿之后,在培育中的读书修士每年要做八天神操。到 1616 年第七届大会规定不只在培育中的修士要做,所有的耶稣会士每一年都应该做八天神操。1923 年第二十七届大会再确认,即每位耶稣会士每年必须要做八天神操,这是八天神操形成的历程面貌。

其实,不只耶稣会规定会士每年要做八天神操的灵修操练,做退省也是每一位神职人员或修会会士每年得做的神业。教会法 276 条 2 项 4 款,圣职人员为能达到成全,其中一种方法是必须按特别法之规定做退省。而有关修会会士,按教会法 663 条 5 项:要忠实奉行年退省。所以,神职人员或修会会士每年要做退省,至于做退省时间的长短?如何做?教会并没有明确的规定。对那些愿意分享圣依纳爵灵修神恩的神职人员或修会会士,就会利用年退省的机会做八天神操。近年来,在世界各地也有愈来愈多的基督徒(不分天主教或基督教)在做神操,其中有些人经由神操的经验,聆听到被召唤,因而被培育参与领导神操的工作。

## 贰、八天神操的带领模式

依纳爵在《神操》书中记下了自己寻找天主的经验,所以《神操》一书实际上是给讲授神操者使用的书籍,而不是

给做神操的人阅读的书籍。所以,并不是一个人读了《神操》就懂了神操,而是需要有人讲授与带领。圣依纳爵的八天神操因着参与人数和不同的需要,能有不同的带领模式。

第一种模式是传统的“个别辅导式”神操。“个别辅导式”意即一位灵修导师带领一位或数位避静者,每日进行个别灵修指导。圣依纳爵形容自己在茫莱撒皈依的经验:在那一段时间,天主教导他就像小学老师教学生一样。因此灵修导师在个别辅导时间内与操练者交谈,指导他更敏锐于在祈祷中与天主来往的经验。而这在祈祷中来自天主亲自的教导,将会使人铭记在心,也成为个人在生活及学习的准则。所以,个别辅导式神操的重要性就在这里。

第二种是“讲道式”的八天神操。在一个大团体中,例如教区或修会,可能有几十个或上百人同时做避静。这时不容易做一对一的个别辅导,通常以主题讲道的方式进行:一天两次道理,每次道理讲一个主题及两个默想祈祷材料,然后每个人去祈祷做默想。为了避免把默想题材弄混,一般而言是上午讲两个默想题材,下午讲两个默想题材。

第三种方式是“综合讲道与个别辅导式”的神操。这种应用模式带来更多的弹性,通常由一位讲授神操者主讲,另有几位灵修辅导协助做一对一的个别谈话灵修辅导。在做个别辅导的时候,灵修辅导聆听避静者分享其对于主讲

者所提供的默想题材自己如何去祈祷；而在做默想祈祷的过程中，个人内在的推动和反应是什么。灵修辅导可按照避静者的需要给予协助加以调整，使避静者并非一成不变地按照所听的默想题材操练，灵修辅导可以按需要给予新的祈祷题材，帮助避静者调整自己，找到天主的旨意。

### 叁、个别辅导神操中讲授与奉行神操者的关系

讲授神操与奉行神操二者的关系，影响彼此的互动。神操开始前，做神操者可能会希望由谁来当他们的辅导。带神操避静者有可能是神父、修女或教友。不过，重点不是神操辅导者的身份，而是他的角色，讲授神操者的工作是要帮助奉行神操者和天主建立关系。事实上，第一个带领神操者——圣依纳爵——在一开始带领神操时也还不是神父。神操是教会的灵修资产，是以生命来经验天主的灵修工具，一个人得到这个经验时，就能被培育去带领别人，跟别人分享神操的经验与动力。

首先，在操练前，圣依纳爵说明讲授跟奉行神操这两者的关系：预先声明（神操 22）讲授神操及奉行神操的人为能够彼此合作，得到神操的益处，彼此应该预先拟定，任何善良的基督徒，对别人的言语，常常该爽快地善意地加以解释，不可以轻易地批评。所以，在两个人互动的过程中，讲授神操者必须会聆听，并且听懂做神操者向他表达

的是什么。意思是如果他没有听懂,要再提问以澄清疑惑。所以,圣依纳爵的用语,是一个善良的基督徒对于不合我心意的,或认为不对的,不要很快地下判断,必须要弄清楚;如果没有弄清楚,可以再一次地问那个人他所讲的意思是什么,直到弄清楚为止。相对的,奉行神操者对讲授神操者的态度也是如此。在神操避静的过程中,两个人是合作关系,一起找到天主的旨意。这也就是说讲授神操者不是高高在上,带神操者应随同天主圣神的带领,因为讲授神操的人并不知道奉行神操者在今天的祈祷中会发生什么。所以,为带领个别灵修辅导神操的人,也不会有一套标准教材,应按照每位奉行神操者的情况和需要来给他祈祷的材料。

第二,讲授神操的人没有意思要探听或知晓什么,但若忠实地被通知的话,能够帮助他了解奉行神操者内心的动态(神操 17)。重点是在个别辅导的时候,人能够自由敞开自我,不尝试隐藏什么。对于个人内心的阴影,身、心、灵的罪,被虐待的经验,成长的过程中别人的质疑和挑战,在教会不同的小团体中彼此之间的争端或冲突等等问题,许多时候这些是难以当面启齿的话题,带个别灵修辅导神操者不能勉强做神操者说出内在的挣扎或苦痛,许多时候需要一段过程,只能等待这个人在操练中,自由地把这些经验讲出来。所以,能够向人开放,自由地表达自己,也是做神操的重要条件之一。

第三，讲授神操者重要的工作是忠实地叙述默想题材，在开始时只简短地大概分析说明默想题材即可（神操2），所以做神操的人不应该期待每天要听好几个道理。好的神操带领者就像好的游泳教练，不会只在口头上教人应该怎样游泳，要如何调整呼吸和讲解在水里应该放松，而是让人亲自下水，体验身在水中的滋味，这样才能真的学会。神操中的默想或默观，依照依纳爵方式每个题目会给两三个默想重点，而在一段《圣经》章节中，讲授神操者会告诉做神操者在做默想的时候重点在哪里，但不是讲解《圣经》文字的注释。依纳爵强调做神操的重点不是知道得多，而是因为天主的光照与天主圣神的引领，让做神操者自己内心玩味品尝，如此更能使人满意。所以，做神操者知道哪一句圣言触动了自己，在祈祷过程中，深深地体验到那种被触动的感觉，在个人的默想中有天主的光照与陪伴。

第四，从事神操的人操练时如果心灵没有丝毫的感动，讲授神操者就要问做神操者是不是按照规定的时间祈祷，或是否按这一周的附规进行（神操6）。许多时候做神操者最大的挑战是分心，默想时在想象中分心走意，或在祈祷过程中被许多并非默想题材的人或事所吸引。这时，讲授神操者要提醒做神操者是否遵守默想的方法及附规。

## 肆、八天神操赋予人身心灵的整合

做神操带来的效果是身、心、灵的整合。圣依纳爵强调因材施教,讲授神操者要按奉行神操者的情形来讲授(神操 18-20),即在做神操者所处的情境中,逐步带他进入神操的动力,调整身体、心理与灵性。

### 一、身体

在身、心、灵的整合中,首先是身体。由于日常生活非常忙碌,开始神操时,疲累很容易就显示出来,做神操者前几天会发现常常和睡魔奋斗。以一个比喻来说明:一块土地如果很久没有下雨,有一天下雨了,开始时雨水很少会渗入土地里,必须等一段时间,土壤表面湿润了,雨水才会逐渐渗透下去。人身体也是这样,如果身体很疲劳,内心、灵性就不容易感动。所以开始八天神操时,如果前几天都在休息,不必有罪恶感或努力与疲累对抗。讲授神操者可以清楚地告诉领受神操者需要休息,不必勉强每天做四个默想,按身体状况两个或三个就够了,如果有感动的话,可以做一点复习。这样,等到身体调整好,就可以轻松进入神操的动力。关于身体方面,圣依纳爵还要操练者注意以下几点:

#### 1. 祈祷的地点(神操 75)



在哪里祈祷？地点就是人跟天主相遇的地方，是他的神圣空间，所以能够是在圣堂、户外、阳台或房间内。神操 75 号说：“在我将做默想或默观的地点，退后一两步站着，用念一遍天主经的工夫，举心向上，想我们的主天主注目看着我，随即作一种敬礼天主和谦抑自己的表示。”这好像让人学习谦卑，面对超越有一种敬畏之心。可是，圣依纳爵在这里不是要表达个人对天主的敬畏，而是要人意识到天主的临在以及我和祂的关系，在我生命中祂是谁？

### 2. 祈祷的姿势(神操 76)

接着在神操 76 号圣依纳爵讲祈祷的姿势。如同游泳有很多种姿势一样，目标是游到对岸，使用什么姿势并不绝对重要，只要能够游到对岸去。因此，祈祷的姿势可以站、可以坐、可以跪、可以趴、也可以躺。重点是哪一种对人有帮助，就采取哪一种，如果坐下很容易入睡，则可以采取跪下、站立或缓慢步行。

### 3. 与他人的互动(神操 80-81)

在避静中要守静默，为一些人在神操中守静默有困难，因为不习惯，但必须学习安静，在安静里才能听到天主的声音。此外，在神操 80 号圣依纳爵提到“不要笑，也不要引人发笑”。许多时候在不能笑的场合，人反而不能控制自己，尤其是团体避静的时候，偶而一个动作都会引发一群人大笑。再就是，圣依纳爵说除非要接待人或送别，否则我应收敛双目，保持静默以免分心。

#### 4. 痛悔:饮食睡眠,克苦肉身(神操 82-85)

在操练的过程中,可以按个人的需要做克苦,因为克苦会带来悔改。现在人越来越自我,相对做克苦也越来越困难。个人主义强调自我、自由、个人发展,因此不容易看到做克苦的好处。因为平常没有机会做或少做克苦,做神操的时候就可以练习一下。在饮食、睡眠、身体的肢体上操练,以饮食为例,把多余的拿掉不叫做克苦,能拿掉越多克苦越大,但是不要伤害身体,如果因为克苦而生病,并不是天主的旨意。睡眠也是如此,调整睡眠时间以体验不同的祈祷韵律,并避免贪睡。关于克苦肉身,不必害怕去做,重点是用一些小的方法,让肢体有感受,却不会伤害身体。上述的原则在注意事项(神操 86-90)都有说明,圣依纳爵为达到痛悔目标,建议运用不同的克苦方法,但如果痛悔没有达到效果,反而伤害身体,则应该取消或减少。

#### 5. 按操练的内容调整祈祷(神操 205)

八天神操开始时,讲授神操的人必须注意操练者身心的状况,等待身心恢复后,再调整操练的内容和次数。尝试着除了白天的操练之外,也可以按需要半夜起来多操练一次,以得到不同的体验。一般而言,没有严格的时间表限制在什么时间必须要做什么。所以在这过程中,带领神操者要帮助做神操者在圣神的引导下,经验到自己走向天主的步调。

#### 6. 餐饮间可获得的神益(神操 210, 214-217)

饮食的时候,我们会不知不觉地把焦点放在食物上。在做神操时,学习把对物质的专注转到精神方面。在吃饭的时候,可以想象如果耶稣与他的门徒和你在一起,你会如何取用食物?又会有什么思想?又如,想象与一位圣人一起吃饭,那个圣人会立下什么表样?这些经验会转移人对食物的依恋。圣依纳爵建议按不同的状况,帮助做神操者获得神益。

## 二、心理

做神操时,在心理上重要的因素是渴望。如果做神操只是修会的规定,或主教的指派,如此所得的效果显然有限,真正要获得神益,必须有下列的条件:

1. 以慷慨的心胸,将全部意愿和自主奉献给自己的造物主(神操 5)

做神操首先要有开放的心胸,把自己全部的意愿和自主奉献给造物主。意识到自己要面对的是谁,在内心已经做准备,知道要去跟谁相遇,如此在内心中已经准备好接受祂的恩宠。

2. 让造物主天主自己通传给这虔诚的灵魂(神操 15)

祈祷使人经验到内在有不同的推动,推动我走这一条路?还是推动我走那一条路?举例而言,在答复圣召做神职人员或修会会士后,常常会被问:“你为什么选择走这一条路?”其次会问:“你真的听到了天主吗?”天主如何告诉当

事人呢？圣依纳爵以“天主的自我通传”来说明。天主可以借着一张照片、一棵树来告诉人祂的召唤，天主也可以藉几个琴键向圣依纳爵传递祂三位一体的内涵（自述小传28）。所以，天主的自我通传帮助人把内心打开，以领受祂丰富的恩典。

### 3. 按默想内容调整心情(神操 78, 130, 206, 229)

神操的过程分为四周，每一周都有不同的目标。第一周，重新审视并经验天主的爱，天主给我的自由与恩宠有没有好好使用，了解罪是彼此关系的破坏，一直沉溺在肉情与物质欲望中，是不可能真正快乐的，因此需要皈依悔改，在悔改的过程中需要天主的爱。皈依后在第二周，寻求生命的典范，为我降生成人的耶稣，聆听祂的教诲，经验祂所带来的治愈和邀请。第三周，面对受苦的基督与祂同在，在为我受苦的耶稣身上，回到个人受苦的经验，经由祂的牺牲而得到痊愈。第四周，经由上述的历程自然地与复活的耶稣在爱内喜庆、欢乐。

### 4. 制造外在的祈祷情境(神操 79, 130, 206, 229)

在神操中也可以练习制造一些祈祷的情景，在默想罪、死亡、地狱时，可以在祈祷及生活的场所制造氛围，例如拉下窗帘不要让房间太亮，人面对这种气氛心情自然而然会比较低沉，较容易深入思考。相对在默想耶稣复活的时候，可利用好天气，如阳光、蓝天、花卉，甚至饮食，帮助感受内心的喜悦。

### 三、灵性(神操 20)

“人灵越孤单,越远离受造物,越能够亲近造物主天主;越这样同天主亲近,越能准备自己由至慈善的天主手中,接受圣宠恩赐。”所以,灵性的孤单、孤独能帮助人向天主开放,并经验祂的带领。

#### 1. 内在不同推动,分辨神类(神操 6, 316, 324)

人如果只停留在物质上追求满足,就不能明了自己跟天主的关系,灵性就没有被启发。祈祷时能感受内在不同的推动:神枯或神慰。讲授神操者要向做神操者讲解,神枯和神慰是什么。如果在操练的过程中没有感受到推动,代表操练的过程有问题,应该调整祈祷的方法或材料。过去存在记忆中的许多经验,现在经由聆听圣言,在操练的时候内心会感受不同的推动。讲授神操者要说明不同的灵性状况,以及内在各种推动所带来的意义及效果,帮助做神操的人获取益处,并在日后善加利用这些分辨神类的规则。

2. 当奉行神操的人感觉神枯或诱惑,鼓励他奋勇继续进行,给他揭穿人类仇敌的狡计(神操 7)

灵性成长最大的挑战是“当局者迷”。每一个人在生命中都有盲点,因此懂得自我揭露是非常重要的,如何适时适度地在别人前揭露自己呢?心理学上有一个“四方格”的理论:人知我知、人知我不知、我知人不知、人不知我不知;

白色的格子代表知,黑暗的格子代表不知,灰色代表同时有知与不知。在生活中,人如果越掩饰自己欺骗别人,黑暗的格子(“人不知我不知”)就会越来越扩大,因为我在欺骗自己。可是,当我敢向别人揭露我自己,即“我知人不知”的框格会变成“人知我知”,因此白色的格子会越来越扩大,人越来越透明。同样的道理,讲授神操者可以分享给做神操者,他所看到的盲点,“人知我不知”(即盲点的部分),因着做神操者谦逊地接受,而变成“人知我知”,于是四方格白的部分“人知我知”会越来越扩大。因为能向带领神操者开放分享,在灵修辅导或个人省察时,“人不知我不知”的黑暗格子就会转化成“我知人不知”或“人知我不知”,个人逐渐发现能向带领神操者透明、坦白,自然能向天主透明、坦白,让我的生活越来越透明。

3. 建立真实的关系:我过去为基督做了什么?现在为基督做什么?将来为基督应该做什么?(神操 53, 104)

在神操中,依纳爵灵修引导人从自我认识、自我了解去了解天主对我无条件的爱,我对祂的爱有怎样的回应。对天主的认识在降生成人的耶稣基督身上,因越来越认识祂,爱慕祂并决定跟随祂,在爱与跟随中历经苦难、等待复活,确定自己在生命中要活出这真实的爱。在八天神操中,领悟自己已经跟耶稣建立了真实的关系。回想过去我曾经为祂做什么?确定现在我为祂做什么?期待将来我要为祂做什么?

## 结论：八天神操的效果——自我奉献

许多讲授神操者在八天神操结束前,让做神操者操练“获得爱情的默观”(神操 230-237),现在也有讲授神操者在神操的开始时,即应用这个操练让做神操者来祈祷,仔细地默想,向天主献上自己的所有,并祈求得到神操的效果:“战胜自己,整理自己的生活,使不致为任何不正的心情决定自己的生活”(神操 21)。从开始操练时,并不清楚自己和天主的关系如何,在操练的过程中,逐渐看到自己内在不正当的心情及不自由,经过操练后回到生命的原则与基础:“人受造的目的,是为赞美、崇敬、事奉我们的主天主,因此而拯救自己的灵魂。……对于取用世物,常该看自己受造的目的;它们能够帮助多少,便取用多少;能够妨碍多少,便放弃多少。”(神操 23)

八天的神操帮助人回到自己被创造的肖像。天主原来创造我的目的,是按照祂的肖像分享祂圆满的生命,操练过程中慢慢地去经验内在的渴望,逐步调整回到自己应有的独特肖像。

## 八天神操参考书籍

在灵修辅导人数有限的环境中,很难每年都有灵修辅导带领

八天神操。下列一些神操的著作可以帮助个人做八天神操,或作为带领团体八天神操的参考。

【台北光启文化事业】

☆以下为朱修德神父著作:

- 1.《祂在我内生活——以圣保禄的方式跟随基督》
- 2.《偕同基督一起生活》
- 3.《耶稣与我们的生命》
- 4.《我相信》
- 5.《面对面与奥迹会遇》
- 6.《在今日活出司铎职务》

☆以下为张春申神父著作:

- 7.《教会的自我反省》
- 8.《中国灵修刍议》
- 9.《天主先爱了我们》
- 10.《会晤基督》

【台湾上智出版社】

☆以下为 Corl Maria Martini 马蒂尼枢机主教著作(1-8):

- 1.《从梅瑟到耶稣——逾越奥迹的路程》
- 2.《撒慕尔》
- 3.《与主同在考验中——约伯的省思》
- 4.《亚巴郎——我们的信仰之父》
- 5-8. 以《四部福音》为材料
- 9.《与主接触》Anthony de Mello 神父著作
- 10.《灵之旅》张春申神父著作



## 依纳爵神操与神恩复兴运动

吴伯仁

我个人在 1986 年开始接触并做日常生活中的神操，来帮助我作圣召分辨。进入修会后，念神学时又做了一次日常生活中的神操，此外，修会的培育又有两次一个月大避静的经验，所以我总共有四次完整神操的经验。而对神恩复兴运动的认识是在 1994 年，当时我与神恩复兴运动的青年组接触，接受在圣神内的洗礼，经验圣神的充满。我也运用神恩，包括舌音、先知话、神视等。我会参与团体性的身体或心灵医治祈祷，但我不单独个别做，现今的使徒工作主要的重心放在依纳爵灵修上。从 1994 年至今，我一直与神恩性团体保持联系，我也是讲师之一。

在神恩复兴运动中，强调圣神的充满、神恩的运用和圣神的果实。因此，要讨论神操与神恩复兴运动的话，我们需要先了解一下在神操内的圣神。

## 圣依纳爵神操与圣神

圣依纳爵的《神操》内只有七次提及圣神。六次是在〈吾主耶稣一生的奥迹〉引用圣经章节时提及,但没有进一步的发展。现在将这六次陈述如下:〈圣母访亲〉:“依撒伯尔充满了圣神”(神操 263);〈耶稣受洗〉:“圣神藉鸽子的形象降临在祂上面”(神操 273);〈第六次显现〉:“祂将圣神赋给他们,说:你们领受圣神吧!”(神操 304);〈第九次显现〉:“并因父及子及圣神之名给他们付洗”(神操 307);〈耶稣升天〉:“命他们在耶路撒冷等候祂预许的圣神”(神操 312)。

《神操》最主要的默想或默观的操练,例如具有代表性的操练:〈原则与基础〉、〈默观耶稣基督的神国〉、〈两旗默想〉、〈三等人默想〉、〈获得爱情的默观〉、〈辨别神类的规则〉、〈选择〉等都没有论及圣神。只有在〈与圣教会思想一致〉的规则,意味深长地论及圣神。具体来说是〈第十三条规则〉:“在我等主基督和祂的净配教会之间,常是同一圣神治理我们”(神操 365)。在这条规则,我们确信主基督的神在祂的净配教会中,具有深刻神学意涵的特别角色。但不要忘记,依纳爵在这里所说的是属于《神操》形成比较晚期阶段的内容,大概是他在巴黎读神学的时期。

《神操》写成的第一阶段是在罗耀拉和茫莱撒时期。

《神操》没有留下清楚的有关圣神的踪迹,仅仅在〈降生奥迹〉的默观中,提及“设想天主三位俯视满布人类的世界”(神操 102)。

《神操》没有将下列的事项归于天主圣神,例如:理智的光照、神光、特别大的灵感、神慰、内在的动态和吸引、平安、恩宠、恩惠、辨别神类,只是说善神和恶神。依纳爵将这一切归诸于我们的主天主,没有明确指明来自天主圣三或其中的任何一位。“让造物主天主自己通传给这虔诚的灵魂……,听任造物主同受造物,受造物同他的造物主直接去处理就好了”(神操 15);预备经:“求我们的主天主,赏我圣宠,使我的一切意向和行为,都为事奉赞美至尊无对的天主”(神操 46)。

《神操》中最适合了解天主圣三与信友灵修生活的关系,是父和子的关系。依纳爵十分频繁地详细论述父与子之间的内在对话。在耶稣受洗时:“这是我钟爱的儿子,我满心喜悦的”(神操 273);耶稣显圣容时:“这是我钟爱之子,你们要听从祂”(神操 284);〈山园祈祷〉:“向圣父三次祈祷之后”(神操 201);〈由晚餐到山园〉:“父啊,如若可能,请免我喝这苦爵吧!但不要照我的意愿,当照祢的圣意”(神操 290);〈十字架上的奥迹〉:“父,我把我的灵交付在祢手中”(神操 297)。另外在《神操》的“三对祷”,我们可能想到的是圣父、圣子、圣神。我们多么期盼依纳爵在此能论及圣神,但圣母却是这三对祷的第三位,而不是圣神。

依纳爵对圣三的经验如此丰富，却很少提及圣神，这是什么原因造成的呢？我们可从以下几方面来看：

我们不应忘记，如果圣神长期为西方灵修所遗忘，是圣神本身的特质不引人注意。西方教会的圣三论是以三位的内在生活为反省的出发点，以性体的一致性作为推理的开始。自然而然地，由一个性体走向三个位格化。一般而言，西方教会的圣三论比较抽象，不太具体；比较远避现实，缺乏历史的精神。教友们愈来愈只向“天主”祈祷，这位天主在教友单纯的信仰知识里，仿佛只是一位一体的天主。对于天主圣父，永恒救赎人类的计划，耶稣基督降生成人的奥迹，以及圣神特殊临在的体验，缺乏独特和鲜明的亲身体验。三位天主似乎只是在圣三的内在生活里才有价值。在外在的活动中，天主好像只是一位而已。在如此的历史过程中，教会的圣三奥迹和我们的具体生活渐渐地相形越远，甚至脱节。如此的天主圣三论代代相传，好似信友的感觉只要相信天主就是。这可能也是我们现在许多人的经验，好像不太注意与天主圣三个别的经验。正是这样对圣神的忽略，才在近代兴起神恩复兴运动。先是在基督教，而后在美国的天主教圣母大学开始体验，再次经验圣神的恩宠。

另一个让依纳爵未能更好表达出圣神在他的灵修中地位的障碍，是害怕被视为埃拉斯摩“Erasmus”的错谬学派。依纳爵在亚卡拉和色拉曼卡就受到宗教裁判所的审

问：“你们没有受教育而谈德行毛病；但若非由这两种方式中之一，谁也不能谈这些：或是由于学识，或是由于圣神（的启发）。不过不是因有学识，那么你们谈论是由圣神的感应了；我们愿确切知道的，是否是由于圣神。”（自传 65）依纳爵认为这是一种陷阱，对这样的二分法不以为然，拒绝回答，因为他那时还没有学习神学，他的宣讲很容易就会被归入埃拉斯摩“Erasmus”的学派而引起诸多争议。

最后的关键是因为：经验到圣神是一件事，而详细阐述这经验是另外一回事。后者显然需要更缓慢的过程。更具体来说，“圣神学”不仅是三位一体天主的信理神学而已，亦是对圣神在具体的基督徒生活中行动的反省，基督徒生活是以个人的方式以及教会的方式生活出来。经验圣神不能仅从神学及对信理的探讨，而且也需要从生活及信仰经验中去感受。所以，现在不同的地方出现神恩复兴运动的团体：同祷会、活水、贺撒纳等，他们从生活及信仰经验中去感受圣神。因此，它不是从信理方面，而是从经验的层面出发。依纳爵的圣三经验是在茫莱撒达到高峰；然而，它那“可通传的观念”是随着他生命的不断发展而逐渐成形。依纳爵晚期的著作，例如：《会宪》、《心灵日记》和书信，就更明确地提及圣神和祂的行动。正如神操中比较晚期形成的部分：〈与圣教会思想一致〉的规则中就论及圣神：“在我等主基督和祂的净配教会之间，常是同一圣神治理我们”（神操 365）。

## 依纳爵神操与神恩复兴运动的相似性

借着比较《神操》与神恩复兴运动之间的某些相似点，我们能够发现神恩在《神操》中的地位。探讨《神操》与神恩复兴运动之间的共通点，可分两部分讨论：

第一，都是以“耶稣是主”为中心

第二，在概念和实践上都强调“事奉”和“赞美”

### 一、耶稣的主权

神恩复兴运动的脉络：凡是参加过神恩复兴运动研习会的人，都知道研习会的第一个主题就是“耶稣是主”。当为个人或团体举行心灵治愈，首先要承认和接受“耶稣是主”。在一些场合中，也会一起高喊“耶稣是主”。这是在神恩性团体中一起表达信仰的宣誓：“耶稣是主”、“耶稣是万事万物的主”、“耶稣是世界的救主”、“耶稣是宇宙的主宰”、“耶稣是我个人生命中的主”、“耶稣是主，召叫我不断的悔改、归向祂”、“耶稣是主，派遣我成为祂的见证人”。这样的强调直接来自新约“耶稣是主”的神学传统。“除祂以外，无论凭谁，决无救援，因为在天下人间，没有赐下别的名，使我们赖以得救的”（宗四 12）。耶稣所爱的门徒认出耶稣，说：“是主”（若廿一 7）。

神操的脉络：〈默观耶稣基督的神国〉（神操 91-100）

可说是《神操》第二周的原则与基础。它与第二周其他的默想和默观促使操练者进入不断皈依的过程,并以“选择”为高峰。〈默观耶稣基督的神国〉的两个前祷(神操 91):“第一前祷即定像:这里可用想象力观看吾主耶稣宣道时所经过的会堂、市镇及乡村、山坡、海滨等。第二前祷即求恩:求我所愿望的恩宠。——这里是求吾主耶稣赏我圣宠,使我对祂的号召不要装聋作哑,却要爽快勤奋地奉行祂的圣意。”

注意:依纳爵称耶稣是“我们的主基督”(Christ our Lord)和“我们的主”(our Lord)(上述的引文选自侯景文译本,对原文的翻译不是那么清楚)。其实,依纳爵习惯地使用这个词汇,几乎从《神操》的一开始就使用“我们的主基督”。例如:第一周〈第一次操练:默想三种罪〉(神操 45-54)的第一前祷:定像,就提及“我们的主基督”(Christ our Lord)。

〈默观耶稣基督的神国〉分为两部分。第一部分是思考一位世界的君王向祂的臣民说:“我的志愿是征服全世界,征服所有的仇敌,然后进入我父的光荣。谁愿跟随我,该同我一起劳苦工作,将来也要同我一起享受光荣。”第二部分是把这世间君王的例子,运用到我们的主基督(Christ our Lord)身上(神操 95)。第一端以及这默观的焦点即是“注视永生之王我们的主基督和集结在祂面前的整个世界”(to gaze upon Christ our Lord, the Eternal King, and all the

world assembled before him)。基督王国或王权的普遍性由“整个世界”(all the world)显示出来。依纳爵也在同一默观提及“他们的永生之王、万有主宰”(their eternal King and universal Lord)(神操 97)和“万物的永生主宰”(Eternal Lord of all things)(神操 98)。其实,这默观的主体不是有关“王国”,而是关于“君王”,这位君王召叫众人,并赋予王国统治的计划。主体是耶稣,是主,对祷以“万物的永生主宰”开始。

《神操》第二周第四天〈两旗默想〉(神操 136-148)是伴随〈默观耶稣基督的神国〉而来的。两旗是指:“一方面是耶稣基督,我们的最高领袖和主宰的旗;另一方面是路济弗尔,人类头号仇敌的旗”(神操 136)。这默想是比较撒殛和它无数爪牙的策略和伎俩,以及我们的主基督召叫众人,并“派遣他们到世界各地去,向各种身份、各种境遇的人散布神圣的道理”(神操 145)。如同〈默观耶稣基督的神国〉一样,〈两旗默想〉是以“被接纳的祈祷”结束,如果主愿意的话,就收录在祂的贫穷旗下,并且甘愿受轻慢、凌辱,为能多多效法祂。

在这里,我们看到了《神操》与神恩复兴运动的两个相似点:1、强调耶稣的主权:祂是“主”、“我们的主基督”,以及“全世界的主”。2、撒殛与魔鬼的真实:神操如同在神恩复兴运动中看待撒殛与魔鬼一样,严肃的考虑,但十分的平静。唯有慎重看待耶稣基督是普世的君王,乃能平静地



看待撒殛和魔鬼的存在,不然就会造成恐慌。

## 二、事奉和赞美

神操的脉络:《神操》一开始,〈原则与基础〉开章明义:“人受造的目的,是为赞美、崇敬、事奉我们的主天主……”(神操 23)。〈默观耶稣基督的神国〉的结束,奉献说:“万物的永生主宰……,只要更能事奉祢、赞美祢,我真心愿意……”(神操 98)。“事奉”和“赞美”词汇也出现在《神操》其他关键的操练中。〈三等人默想〉的第三等人:“……他只希望随从天主的圣意,为的是更能全心事奉天主……”(神操 155)。〈三等人默想〉的结束,“注意”提及祈求天主帮助我作好选择的切望“只是为事奉、赞美至美善的天主”(神操 157);〈谦逊三级〉默想的结束,“注意”提及“只要至尊的天主受到同样的钦崇赞颂便够了”(神操 168);〈做选择的前祷〉提及“除了事奉、赞美我主天主和拯救我的灵魂之外……”(神操 169)。

总之,赞美和事奉是天主的恩赐,是我们受造目的之行动,也是我们回应上主对个人的召叫。《神操》鼓励避静者不仅寻求事奉和赞美天主,而且是愈大的赞美与事奉,更好的赞美与服务,并且是“更能引我们达到受造的目的的事物”(神操 23)。

神恩复兴运动的脉络:神恩复兴运动的祈祷聚会通常是以长时间的赞美祈祷开始。接着是教导、见证、求恩祈

祷、舌音、聆听先知话,以及其他共通的内容。赞美祈祷具有关键性的角色。赞美天主,就是称颂祂之所以为天主。赞美天主本身、祂的特质、行动或是创造。赞美是直接朝向天主。舌音祈祷(说语言)是以赞美为主要的目的。“原来那说语言的,不是对人,而是对天主说话,因为没有人听得懂,他是由于神魂讲论奥秘的事”(格前十四2)。舌音是恩赐,同样赞美也是恩赐。人们领受在圣神内的洗礼,无论他们有没有获得舌音,似乎都获得了赞美天主的恩赐。

在神恩复兴运动中,赞美与事奉可以在主的恩赐之架构中找到它们的关系。“你们既然渴慕神恩,就当祈求多得建立教会的恩赐”(格前十四12);“当你们聚会的时候,每人不论有什么神恩,或有歌咏,或有训诲,或有启示,或有语言,或有解释之恩:一切都应为建立而行”(格前十四26)。建立本身就是服务。所以,神恩复兴运动不是为个人,而是为建树团体。

神恩复兴运动和《神操》都是强调“神恩”。“神恩”是以服务为导向的,也是一种与上主相关联的特殊方式。作神操时,祈求的一些恩典往往没有在神恩复兴运动中被命名,例如:肖似贫穷基督的恩典:“爱慕神贫,甚至如果天主的尊威愿意拣选的话,达到实贫”(神操146);三级谦逊的恩赐;在万事万物中找到天主的恩赐等。

## 神操与神恩复兴运动互补：内在医治和分辨

“内在医治”这一个词汇是来自神恩复兴运动团体祈求内在治愈的过程，这概念已有相当程度的发展。这个词汇并没有出现在《神操》中，但它的本质在神操的整个过程中具有核心的地位。〈乙组辨别神类规则〉至少假定某种“内在医治”的程度。

虽然分辨神类的事实存在神恩复兴运动之中，但并未受到相当程度的讨论。今日分辨的神学是源自于对《神操》〈辨别神类的规则〉的诠释。反之，神恩复兴运动发展相当完备的内在医治的神学，在《神操》处理内在医治的课题则少之又少。

现今讨论的目的是要促成神操与神恩复兴运动就“内在治愈”与“辨别神类”主题的对话。

### 神恩复兴运动的内在医治

#### 什么是内在医治？

福音使我们相信耶稣不仅能够身体上治愈我们，而且也能够内在的：灵修上、心理上和情绪上治愈我们。例如：《若望福音》第八章〈怜悯淫妇〉所描述的一样。

内在治愈往往也发生在心理咨商、精神治疗谘商、和

好圣事,甚至是日常生活的环境。当然,我们也能够祈求内在治愈。我们不仅能够为他人祈求,我们也能为自己祈祷。我们从心理学和精神病学知道,在我们内有许多需要治疗的部分是埋在意识层面之下。这些内在的痛苦、压力和哀伤,往往起源于我们没有意识到的过往根源的问题、伤害和冲突。我们只能看到冰山的一角。事实上,在做内在医治的时候,不需要确切地知道是什么需要医治,虽然知道了会有帮助。我们能够祈求情感上的内在治愈,只要意识到需要医治。然后,让上主引领我们下一步需要做什么或是祈祷什么。

这些伤害,往往是他人或自己在无意识下所造成的。它们有的来自我们存在的开始:母胎、婴儿期、童年生活,整个生命的过程等。有些伤害来得相当的早,已经受到压抑,以致几乎不可能发现它们,记起它们,但是我们的主能够看到它们,治愈它们。

### 内在医治和宽恕

神恩复兴运动强调“宽恕”的需要,视之为内在治愈具体的先决条件。由于未能宽恕别人对自己所造成的痛苦和伤害,会造成无法向上主治愈的能力开放。对于那些伤害自己的人所产生的怨恨或愤怒,会在个人内在伤害的四周形成一个硬核。这个怨恨或苦毒能够使伤害与天主治愈的能力相隔离。

情感的内在治愈相当大的程度是仰赖与天主的和好。更精确地说,是对罪的痛悔,以及天主对这些罪的宽恕。在与天主的和好中,痛悔和接受天主的仁慈是一种内在的治愈,一种灵性的治愈。它与情感的治愈联结在一起,并且往往能够导致情感的治愈。另一方面,除非痛悔以及与天主和好的出现,不然藉由圣神德能的内在治愈是不可能的。

然而,痛悔的恩宠时常仰赖宽恕别人。唯有宽恕别人,才能经验到天主的宽恕。因此,祈祷说:“宽免我们的罪债,犹如我们也宽免得罪我们的人”(玛六 12)。这并非藉由宽恕别人,赚得天主的宽恕;而是,宽恕别人使自己自由,致使能够接纳天主对自我的宽恕。如果不宽恕别人,内在的伤害、苦毒、怨恨和愤怒阻碍个人痛悔和向天主开放。这两者为接受天主的宽恕和情感与情绪的治愈是必须的。

有时,我们思考或认为已经宽恕别人,但怨恨、苦毒仍存留在我们内,隐藏起来,不在意识层面,而是无意识的。这就是为什么要宽恕那些伤害我们的人是那么重要,无论他们有意或无意的,甚至在我们内并没有意识到任何苦毒或缺乏宽恕。内在治愈能够发生在个人单独祈祷,或是发生在祈求内在治愈的小组。当然,为治愈最明显的场合是发生在圣事中,特别是和好圣事、病人傅油,以及庆祝主的感恩祭中。

## 《神操》的内在医治：《神操》提供 内在治愈的架构和过程

### 第一周的内在医治

在神恩复兴运动中,内在医治祈祷通常专注在记忆的治愈,也就是建基在个人历史的过去事件的创伤和伤害的治愈。《神操》第一周则是集中注意力在悲伤和痛悔个人的罪。它们的共通点是意识到人被囚禁在有罪和有害的氛围中,并且随时关照原罪和自己的罪对个人内在的影响。

第一周和内在治愈祈祷都是注意对主的经验,但它们都不是以“我”对主的经验为中心,而是以经验中的“主”为中心。更精确地说,天主对这个人白白的爱,以及在天主和这个人的爱的关系上,天主的主动性。

或许,有人会认为《神操》的第一周注意避静者的主动性,而不是天主的主动性。其实,只要约略检视《神操》内文就足以驱逐这错误的概念。第一周所有的默想的第二前祷“求恩”：“恳求我主天主赏赐我所愿望的恩典……惭愧与羞耻的真情”(第一次操练,神操 48 号);“对我的罪,祈求强烈而深切的痛悔和眼泪”(第二次操练,神操 55 号);第三次操练重复第一次和第二次的恩宠以外,加上三项恩宠:“一、使我深切认清,并憎恨我的罪过;二、使我感到我的行为违情悖理,因而深恶痛绝,矢志改邪归正;三、使

我认清世俗的腐败,好能真心憎恶,痛绝世俗的种种虚幻”(神操 63 号)。这是所祈求的恩宠;力量来自天主,而不是来自避静者;祈求天主赐与避静者能够认清在自己内和世界的违情背理。第一周〈附规〉和〈注意〉提供的建议,是为能帮助避静者获得所企望的恩宠,但清楚的是所寻求的恩宠是来自天主。

大体上,在第一周的结束来进行内在医治,是非常适合的时间,因为配合第一周的求恩,特别是伤痛记忆的治愈,有时比默想天主的仁慈或默想个人即将面临的死亡更能使人获得神益。可能进行的方式是:扼要地和避静者一起祈求某些过去伤痛记忆的医治,然后给避静者有关个人祈求记忆医治的纲要,避静者可安静地作操练。更精确地说,祈求内在医治的时间点可放在准备总告解的时刻,在〈默观耶稣基督的神国〉之前。因为内在医治可帮助避静者整顿内在的生活,引领避静者更能进入〈默观耶稣基督的神国〉的操练,回应主基督君王的呼叫。

## 第二、三、四周的内在医治

在第二周中,内在医治可能发生在默观耶稣基督一生的奥迹时,更深地认识、认同和追随这位为我降生成人的主基督的过程。当默观耶稣不同时期的生命时,会产生记忆医治的效果,特别是那些相对应我们个人历史的、早已被隐藏和无意识的记忆。例如,默观降生奥迹,透过运用五

官,可能会治愈早年幼儿期的创伤;默观耶稣隐居生活,可能会治愈青少年期或是与家人之间关系的创伤;默观耶稣的公开生活,以及如何召叫众人跟随祂,祈求“认识祂更深、爱祂更多和更紧紧跟随祂”,必然是治愈的过程。例如〈默观耶稣基督的神国〉、〈两旗默想〉、〈三等人默想〉和〈三级谦逊〉中所祈求的恩赐:“谁若愿意有更大的爱情,在事奉永生之王,万有主宰的事上与众不同;不但甘愿献身服务,且要攻打自己的贪欲,割断血肉和世俗的私爱,作更有关系和更有价值的奉献……”(神操 97)。

当你越愿意效法耶稣基督,你就越愿意放手,放手的时候,你就越来越自由,就会得到内在的治愈。“为效法吾主耶稣,为真真实实地更加肖似祂,我宁愿同贫穷的基督选择贫穷,而不选择财富;宁愿同饱受凌辱的基督一起受屈辱,也不愿享受尊荣;并且为基督宁愿被人视为轻狂、昏愚,而不愿在此人世被人视为足智多谋,因为基督已先被人视为轻狂、昏愚”(神操 167)。

从内在医治的观点来看,第三、四周可视为是那些发生在第一、二周的内在治愈,正在持续不断强化的阶段。第三周假定,在第一、二周已经经历了内在治愈的人,才具有第三周中易受伤害性(vulnerability)的条件。完全地进入第三周,表示进入易受伤害的耶稣的生命。只有那些内在受到相当治愈的人,心理上才能够冒易受伤害的险。第一次默观:〈最后晚餐〉求恩:“祈求我所愿望的。这里是求天主



赏我痛苦忧伤,因为主是为我的罪而去受难”(神操 193);第二次默观:〈山园祈祷〉求恩:“祈求我所愿望的。在默观苦难时所应求的,是与痛苦的基督同苦,与憔悴的基督一同憔悴,因为吾主是为我受了这么重的痛苦,我应痛哭流涕呀!”(神操 203)。

同样,第四周的恩宠证实和加强前面几周的治愈,被治愈的人能够经验到喜乐。在复活主内的喜乐,以及与复活主同乐,是随着在内在医治而来的,也是作为治愈的记号。第一次默观:〈耶稣显现给圣母〉求恩:“祈求我所愿意的。这里是求天主的圣宠,使我对吾主这般光荣和福乐的复活,欢欣雀跃”(神操 221);第一次默观:〈耶稣显现给圣母〉第五端:“以朋友之间的互相安慰作比较,看吾主耶稣怎样担任了安慰者的职务”(神操 224)。

## 神类分辨

### “释放”和〈甲组辨别神类的规则〉(适合第一周)

神恩复兴运动通常不是如同我们谈论依纳爵式分辨的方式广泛地运用“辨别神类”的词汇,神恩复兴运动的分辨只是局限在两个主题上:“分辨先知话的真实性”和“分辨恶神的临在”。保禄宗徒致格林多人前书提供这种用法的圣经基础:“这人从圣神蒙受了智慧的言语,另一人却由同一圣神蒙受了知识的言语;有人在同一圣神内蒙受了信

心,另有人在同一圣神内却蒙受了治病的奇恩;有的能行奇迹,有的能说先知话,有的能辨别神恩,有的能说各种语言,有的能解释语言”(格前十二 8-10);“至于先知,可以两个人,或三个人说话,其余的人要审辨”(格前十四 29)。

我们通常会比较辨别先知话的真实性。其实,在神恩复兴运动的释放祈祷中辨别恶神的临在,与依纳爵的辨别神类规则作对话,则更是有益的。

教会的传统一般对魔鬼黑暗势力的影响,一般可分为三种:

1. 魔鬼的诱惑:这是魔鬼一般的活动,唆使人们离善趋恶的作为,让人在不知不觉的情况下,逐渐陷入到魔化的境遇之中。

2. 魔鬼的压制:魔鬼压迫一个人的性格上易受伤的一面。因为每人的性格不同,因此所受的影响亦各有所区别。例如:可能陷入七罪宗之一,或只是一种心理上的苦闷:抑郁、恐惧、烦恼等。

3. 附魔:魔鬼控制一个人的官能,当事人所展现的行动,都是魔鬼的主动作为。个人通常无法自由、自主地行动,已经成为魔鬼的工具。

在神恩复兴运动中,“魔鬼的压制”通常可藉由“释放祈祷”来加以解除。“附魔”要由得到主教适当授权的神父,举行特别的驱魔礼,才能得到解除。“释放祈祷”是一种命令,以耶稣的名字和力量命令魔鬼的影响离开某个人或某

个地方。这可以是一种非正式的祈祷,也就是以笼统的方式来做祈祷,但也可以是一种正式的祈祷,由他本人明白陈述似乎完全失去控制的生活部分(恐惧、仇恨、忧郁、反常的性欲活动、毒品等)。这种命令魔鬼离开或是谴责魔鬼的传统,或许是〈甲组辨别神类的规则〉建立的基础,特别是第 11 条至第 14 条(神操 324-327)。无论如何,神恩复兴运动的释放祈祷帮助我们注意〈甲组辨别神类的规则〉中某些重要的因素。

另一方面,辨别神类的规则非常重视恶神的存在和影响。今日《神操》的诠释家,一般都同意依纳爵使用“善神”与“恶神”的词汇是指向理性和位格的神类。“善神”就是天主、圣神和天使;“恶神”则是魔鬼或其他的邪灵。若运用辨别神类规则的时候,好似邪灵不存在,或是不管它们是否存在,则是损害辨别神类规则的意涵。神恩复兴运动对待撒殢和它的爪牙存在的严肃性,符合教会训导的态度。这提醒我们在解释辨别神类规则时,也应采取同样的态度。

大体上,在《神操》第一周适当的时间,可以引领避静者重发领洗誓愿,特别是运用复活节礼仪弃绝魔鬼和它的一切作为的格式。而后,可以静静地以耶稣的名和权威为他们作释放的祈祷。

“在圣神内行走”和〈乙组辨别神类的规则〉(适合第二周)

依纳爵认为〈乙组辨别神类的规则〉是适用于那些生活在“明路”，恩宠权下的人。因此，乙组的规则为那神恩复兴运动称之为“在圣神内行走”提供了一个实践的概要。

“在圣神内行走”表示即使在小事上，都按照圣神的灵感来生活、行动和作选择。由依纳爵的分辨观点来看，就是使〈乙组辨别神类的规则〉成为日常生活中务实的纲领，亦即在神慰的光照下度生活。

“在圣神内行走”就是注视着主来度生活，朝向祂的方向迈进。因此，“在圣神内行走”提醒我们辨别神类的规则是一条为主生活的道路。

## 结语

一般来说，人们常认为神恩复兴运动是团体的敬拜、赞美、手舞足蹈，情感澎湃，甚至被误以为是歇斯底里的情境，以为前往参与神恩复兴运动都是要寻求身体医治或心灵医治，好似正常人无需前往似的。反之，从事依纳爵神操的人，常是个人的（即使是团体的避静，也常是个别见神师）、安静的、运用内在的三司和五官从事默想或默观，外在不容易看到他们的成长和改变，常是内敛而不是外显的。因而，认为依纳爵灵修与神恩复兴运动，一静、一动之间是不相合的。其实，这只是外在的表象而已。

本文的探讨就是从依纳爵灵修与神恩复兴运动的内

涵着手,端看两者之间的同与异。从以上的探讨得知,两者是有其相似性的,特别是以“耶稣是主”为中心,以及在实践上强调“事奉”和“赞美”。另一方面,也指出各自的着重点“分辨神类”和“内在医治”,可以作为相互补足的部分。希望这样的剖析和探讨,能消弭某些投入两者之间的人所产生的不必要的误会和理解,祈使基督徒能按照天主圣神的带领和光照,在不同的灵修和运动中,都能满渥主所赏赐的恩典。

# 黑暗中重见光明

——以《战火情人》、《中央车站》为例，  
谈电影在依纳爵灵修中之运用

严任吉

现代的“大众传播媒体”，指的是运用报纸、杂志、广播、电影和电视，以及计算机、数字化和网络，把传统的大众传媒每一个单一媒体的特色，如报章杂志的文字力量；广播的声音；电影、电视的影像声光效果，发挥到极致。同时把大量的生活信息、科技、学术的研究，各类事务的深度报导，用文字、影像、音响，富创意的艺术形式，无远弗届的传输给使用者。传媒在不断的影响大众，建构我们生活的世界、思维方式和行事，为人的意识形态，提供一个重要的建构标准。

“依纳爵灵修”源自西班牙罗耀拉的圣依纳爵，他是耶稣会的会祖。圣依纳爵以跟天主来往的亲身经验及个人的灵修，直接转化为陶成耶稣会士的标准课程。他的神修精神和理念也型塑了全世界耶稣会承办的高、中等教育，也

为使徒工作,树立了典范的模式。依纳爵把与天主的来往经验书写成的《神操》,这种“避静的灵修方法”,在过去四百年来,影响了无数的个人及团体。

依纳爵的神操,在形式上有一天的、三天的、五天的和八天的,以及一个月的大避静。目前依纳爵灵修中心正在推广的有八日、十日和半年的平日神操。避静进行的方式,有个别辅导式,也有对团体,主要以讲座、讲道形式或提供默想题目。时间长短的区分,辅导方式的不同,以及个人的投入程度,会影响做避静者的获益深度与广度。

《神操》的架构基本上分为“四周”。第一周的主题,是协助做避静的人,体会、意识到自己是一位上主所爱的罪人,从操练的过程中,检视自我(或某一阶段)的生命史,把自我从罪恶的渊藪中、罪的错觉和幻影中救拔出来,重新建立生命的原则与基础,恢复天主子女的自由,展现基督徒喜乐、平安的生活面貌。第二周的主题,是认识降生成人的天主,喜爱祂、跟随祂,在基督的生命经验中,学习拥抱上天对人类无可限量、永无止境的怜悯与慈爱。第三周,我们称为苦难周,是瞻想基督,降生成人的天主子,为了爱祂的父,承受的苦难。我们伴随基督,接受生命中因罪恶、人性的限度和各种的破坏行动所带来的伤害、痛苦,并且让我们对人生,在无法忍受的焦虑、痛苦中,仍怀着希望,不致于落入灰心丧志的绝望中。第四周,做避静的信徒与基督一起复活,享受基督战胜法律、罪恶、死亡,以及复活生

命的欢乐,因着复活的信仰,逾越奥迹的经验,成为天主怜爱世人的见证人。

电影在很多人的眼中,只是一种娱乐的商品,但也有不少人肯定电影有传达信息及社会教育的功能。电影是具声光效果的活动影像;是导演、编剧、摄影、美术、音乐和剧场经验等,丰富人生经验的缩影。电影的创作,是人类经验重制的过程。电影是有理论架构基础,与纯熟技能、技术,综合而成的创作。电影是艺术,是在叙述人的故事的艺术。不管剧情电影,还是讲究真实性质的纪录片,或是较强调实验性质的实验电影,都是人对经验的反思、反省之后,透过声光、视听语言,传达人类生存中各种不同形态的故事。

为做避静的人而言,电影是最容易碰触到一位在身、心、灵各面完整的人。人类的精神、身体的感官功能、理性、感觉、意志、态度、行为习惯、生活的动机和想象力等,都很容易与电影的影像故事连结。而个人的想象力与情感,在具体的时空图像中,很容易与电影的故事连结。参加避静的人,也不只是一个空无的躯体,是与他的家庭、成长环境和学校教育,尤其是社会、文化的脉动和工作环境的人与物,息息相关。如果做避静的人,对电影的视听语言特性有所了解,更容易进入电影虚拟的情境,获得替代性的经验,对默观、瞻想的“定像”部分,与人物的对话和交流,情感的互动和推理等,均有帮助。这对于自我生命的经验,有着创意的启发性,获得分辨、重整和再次出发的力量。



电影语言呈现一些特色,如与观众的互动,产生临场的感觉,有“亲密”临在的体会。有时观众随着电影的故事,会自然地随着时光岁月流动,一方面让人感觉比真实的人生情况还真,另一方面又可以跳出虚拟情节,保持客观、距离感,以维持冷静的分辨和批判的态度。电影是光影的产品,反映现实的生活面,述说人生中一段段的故事。在全球化的时代,跨越文化疆界,人际关系互动紧密的当下,电影故事的全部或片段,如同《神操》中取用默想的题材,运用万物的原则一样,有来源、有结果,有动机与发展,有意想不到的状况,“为个人的灵魂好处,有多少用处,就取用多少。”(神操 23)电影提供了默观、推理很好的具体真实世界的型构与脉络。

电影故事本身往往有好几层意义。以《战火情人》(Beyond Boarder)为例,电影开场,女主角安洁莉娜裘莉,一边弹奏舒伯特的钢琴曲,一边有她在问自己的旁白:“我究竟为何而生?又为何而活?”“我是谁?我在做什么?我到底在追寻什么?”电影开始的点题,是人生总会回答的最根本的问题,也是《神操》第一周,做神操者要在天主的爱内,重整自己的生活时,必要回答的人生大问。接着女主角从富家女,到有钱丈夫的太太,再从国际志工机构的职员,到联合国救灾总署的驻欧洲代表官员,最后为所爱的人付出了生命,给她在电影开场所提的问题,做了最佳的批注。电影中的男主角,是专业医师的身份,他全心投入国际难

民的救灾服务,他与女主角的爱情故事等,都有强大的吸引力。他拯救过一位营养不良、饥饿致死的非洲儿童,并且协助孩童亲手埋葬因战争而饥饿死亡的家人。他多次、这类非常具体的“为朋友牺牲生命,没有比这更大的爱情了”经验,改变他对虚伪的、功利的,资本主义社会的人际关系模式,也不以个人所拥有的物资等价值评断所接触的人与事。这不正是《神操》第一周,愿意达到“真福八端”的精神,以“平心”的态度(神操 23)来面对人生的境界吗?

《战火情人》是 1985 年,发生在英国伦敦富有的社群中,从事人道援助的故事(这是电影故事发生的时空)。电影中,有贫有富,有幸福美满的家庭与战乱的生活,形成强烈的对比。为从事人道援助的人,如教会内做慈善、公益工作的人,总是可以问:教会的爱德工作,与富有的工商人士的态度有何不同?我们的爱德,是否也是以有钱人的高姿态来对待穷苦的人?难道只有施舍的态度,而没有自然的、为天主无私的大爱做见证的心怀?电影若用在避静的情境中,故事在导师的引导下与避静者的分享中,可以协助避静者分辨、反省自己的使徒工作,以寻求跟随基督的脚步,选择合乎天主旨意的方向。电影中有“家庭的议题”,“外遇与爱情”,“什么是真正的爱”的问题。所以社会工作者和社会学家、国际救援机构专家等,都可以探索他们工作层次的意义。

电影《中央车站》,是一部巴西新写实派导演的作品。

主要的角色所使用的名字,全是旧约、新约、救恩史中,包含耶稣在内的关键的人物。电影中人物的生命故事,刚好是个人,甚至是整个社会皈依,学习互相疼惜、真诚互助、展现光明和希望的一个比喻。在基督徒信仰生活中,信徒是在和好、圣体等圣事中与天主相遇,而朝圣、礼仪是一种高峰经验。电影中的朝圣、礼仪情节,刚好是人们从绝望、痛苦和死亡中走向光明,迎接复活的美景。《中央车站》被喻为是一部描写“迷失的父亲,国家的救赎”的电影,能协助参与避静者,进入更宽广的历史轨迹:国家、社会、人生的脉络中,确认个人对周围环境的使命。

电影是一个事件的整体,是主题和故事的完整呈现。电影是很多部分的整合,以汽车为例,是由电力、引擎、镜子和轮子等,很多“部分”组合而成,有一定的原则与架构。我们人类的理性倾向,是会在故事的架构与连贯中,寻求一种生命的节奏、韵律,重组一种意义。在做避静时,可以运用故事的情节,重组自我个体的生命意义。这是一种持久的,有生命力的,强而有力的过程。

电影中的每一件道具,无论是马、动物、汽车或椅子,只要是在电影中出现的,都是导演精心安排。当中的每一个决定,都有一定的涵义。所以,带领避静的神师,可用来引导参加避静者,做出合适的决定。每一个镜头的摄制,也都是为电影艺术创作的过程,产生动机,推展剧情,调整电影中的角色,改变自我认知,重新下决心的时机等。这一切

一切可以伴随避静者,以灵魂、心智、呼吸的脉动,一起再次整合自己基督徒的生命。

依纳爵灵修的核心,不是教导人关在自己生活的小圈子中成长,而是要学习观察时代的讯号,放眼天下,看“两旗”的对立中(神操 136-148),主在哪里召唤我们。这要我们自问:在世界的何处,看到哪里有需要,就前去为祂的子民服务,宣布天国来临的福音。“梵二”之后,教会的整个神学方向,重点是走向世界,是与全球化的真实世界(区域性的地方教会)互动。教宗若望保禄二世曾说:“人是走向天主的道路。”人是天主的肖像,看到人就看到天主。从个人,到整个已经被祝福的世界,是天主临在,分享真善美圣生命,领受天主救恩的教会,为福音传布的园地。

教宗若望保禄二世,曾在其致全教会的《救主的使命》通谕,指出《圣经》中“宗徒大事录”第十七章,记载保禄大宗徒曾在当时闻名的最高法院所在地——阿勒约帕哥——向当地的饱学之士宣讲。教宗说:“现代的第一个阿勒约帕哥是传播界,因为传播界连结了人类,使人类成为所谓的地球村。”电影是一个窗口,反映人类救恩、个人、社会和国家在主内生存的窗口,体验上主无限仁慈的地域,为“圣依纳爵灵修”提供了一个强有力的经验、反省、行动的参考方式。

装帧设计  
信德工藝



信德书林(316)灵修丛书  
河北信德社