



中華靈修未來

(上)



中華靈修未來

十六講

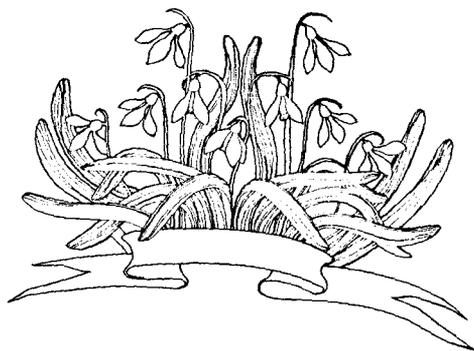
(上)

自作聰明活見鬼

死心塌地誠如神

徐可之／著

獻給
天上母親和
她心愛的中華子女



目 錄

序	5
寫在前面——十六講的架構與關聯	7
第一講 簡介靈修與基督靈修	11
第二講 靈修生活與小型教會團體	29
第三講 試從經書看靈心成長 ——一旦明事理，嗚然悟心盲	53
第四講 平信徒的神修指導 ——試從個人經驗看靈心成長	71
第五講 靈修神學的歷史傳承	85
第六講 萬有呻吟待長成 ——試談保祿「奧秘」與靈修成長	105
第七講 試從心理看明辨神類 ——靜觀皆妙化，天心不言中	139
第八講 分辨者 ——明辨「成長」的典型實例	163

序

《白首共此心》出版後，獲得不少兄弟姐妹的青睞與支持；其中更有些奉獻生活中的熱心姐妹，最近不斷提醒、催促，要作者盡快將該書之後的一些文章，收集成另一本書來提供給大家閱讀使用。在如此的偏愛、鼓勵下，隨又依樣畫葫蘆，收集整理了十六篇而成書，並名之為《中華靈修未來十六講》。

其內容結構與書名標題意涵，都於開端〈寫在前面〉中有所交代，此處無須多贅。在此惟願與眾兄弟姐妹，同心感謝、讚頌天父：是祂的那雙無形大手在默默牽引照顧，使這個重生後而到達「知天命」之年的小生命，受到如此眾多的有形愛護，深感生命共融的豐滿與富足。

流水歲月忽忽又將十個寒暑，但內心仍如當初一樣，願將這小書再完全放在天上慈母手中。今年適逢國際婦女年，除以寸草微衷敬獻天上中華母后和她心愛的中華子女外，同時也滿懷熱忱與敬愛，將本書獻給地上所有的中華母親：不僅是有子女的母親，也包括獨身奉獻而在心靈上作母親的所有女性。並且不分中外，凡獻身為中華福傳而孕育心靈子女的都在內，她們都是中華母親。深信在天上母親的慈愛春暉中，這本小書也

會像上次那本一樣，藉著地上好多中華媽媽的手，很快就能分送給各處的中華子女。

最後，由於這十六篇資料大都是寫於花甲之年左右，因而願藉當時「隨心」所編成的兩首小詩，一方面來表達身為「天父心愛子女」的喜樂與滿足（一），同時更願透過彼此的分享和共同努力，能將這生命的喜樂與共融，帶給那麼多正在渴望獲得「生命活水」的兄弟姐妹（二）。

（一） 平生無大志，惟求不愧天；
六十寒暑盡，微衷頌加年。
加年復何望？坐臥隨遇安。
形色秋風去，真如落葉還；
耳順皆妙旨，悠悠返本源。

（二） 花甲寸草心，黃昏樂天吟；
大地鐘聲起，悠悠喚歸真。
歸真九州立，再造華夏魂；
億萬同誦禱，興安達崑崙。

一九九五年乙亥季夏於靜山心園

寫在前面

十六講的架構與關聯

靈修生活的中心目標，就是全人的發展、成長、長成。在此過程中，首先是個人必須用「心」努力，使自己與生命根源有真實的接觸，日益增強、加深與「根、源」之間的交流共融。《白首共此心》就是以此「交流共融」的個人努力為中心而編排，雖然各篇自有其角度上的不同。這本《中華靈修未來》是以團體為中心，從教會整體來看應如何推展、加強這天人之間的生命交流與共融。

十六篇分為四個小單元，每單元四篇。第一個單元首先從靈修的最廣角度，來簡單說明基督靈修的真正內涵，和其一體多元的不同面貌。接著就以「小型教會團體」為基礎來看整體教會的靈性成長方向與努力。因為信仰的深入生活和靈心成長，一般都是要透過小團體的親切聯繫和彼此間的愛心鼓勵與支持，才能真正的落實、生根、充滿活力。當然成長的活力是來自「生命之言」，就是由吸收、消化經書的「生命之言」而獲得豐富的靈性滋養。第三篇「試從經書看靈心成長」，即針對此點而有較深入的分享與說明。在成長過程中，我們都會碰到困難、疑慮、困惑等，而第四篇「靈修輔導」或「神修指導」，正是

為答覆這方面的各種需要。

第二單元更「有系統」的來分享靈修生活的落實與成長。先以「靈修神學的歷史傳承」，簡短說明靈修生活的基本架構，和其在長期歷史中如何一脈相傳，並不斷的改進、適應、創新。然後介紹如何有系統地深入經書，而獲取更豐富的生命活水與靈性滋養，以保祿書信為例而有「試談保祿奧秘與靈修成長」。第三、四兩篇是將成長過程中的一個中心課題「心靈明辨」，作了一番有系統的處理，後者是此明辨「成長過程」中的一個典型實例。此明辨過程在其內心體驗上，和中國文化傳統中的「三十而立，四十而不惑，五十而知天命」等等，可說有異曲同工之妙。本書（上）的小標題「自作聰明活見鬼，死心塌地誠如神」，就是從這裡摘錄出來的，其意指是：有系統的靈修成長必須如此下真工夫，用「心」努力，穩步前進。因為成長不跳級，越認真、踏實，就越長得順利、輕快，生命也就自會進入「悟」境而誠明如神。反之如果「投機取巧」，自作聰明，那也必然有其「鬼」果出現。

第三個單元是以「專心」度靈修生活（至少應該如此）的修會團體為重心，先介紹奉獻生活的歷史發展和梵二後的革新努力。如果一般信友都有福傳使命和責任，來努力使信仰本土化，那度奉獻生活的兄弟姐妹，豈不「更」是如此嗎？「試從心理看本土化的化程」放在這裡，也正是為此。「專心」度靈修生活的人，不論從天心（天父的心願）或人意（教會的期望）來看，都應於塵世生活中就能逐漸流露出天國的喜樂、自如、圓融。「悟一看山又山忘古今」就是以本土化的方式，來表達

這方面的成長方向與努力。本書（下）的小標題「曇開午夜芳有道，月現湖心水無痕」，即由此摘錄而來。最後一篇「論老子的道與德」，是藉以說明本土化的努力，除和「生命根源」日益打成一片之外，同時也必須深入中國文化來融會、整合，才能真正使福音本土化而開出靈性通、悟的花朵。本篇原是作者於一九六〇年哲學畢業時所寫的一篇「專題研讀」小論文，現在看起來自然覺得相當幼稚，很不周全。但讓它以當時面貌出現，連參考書目都不加上近三十多年來的重要新著，目的是想指出，此番本土化的涵養化育，尤其是為度奉獻生活的兄弟姐妹，似乎應在整個培育過程就要認真研讀，逐漸與基督福音整合為一。

第四個單元以聖事為中心，尤其是聖體與和好聖事；這為教會整體和每位信友的靈性成長，都是天賜的日用食糧與妙藥。結束時以「情為死結抑或活泉」來表達身心的「天然」互動和神妙的相合為一。在聖事的滋養與保健下，整個生命才會逐漸流露出「生命活泉心底湧」的自由奔放，使人因此而體驗到「別有天地與人間」的活力與喜樂。

當然，在表達上不能不篇目分明，逐步分享，但在具體生活中並非如此「你、我」不同。身為天父的寶貴子女，我們都有活出「生命圓融」的天賦使命與責任。所以這十六講的四個小單元雖各有其不同重心與目標，但靈活運用、融會貫通，才是教會整體靈修共同走向成熟圓融的真正意義。

最後再冒「囉唆」之嫌，將六十歲那年的一首小詩稍微改換一下而放在這裡，用以表達生命分享的愚誠，和不論年紀大

小，都應在靈修成長上不斷努力，直到面對天父而進入生命的圓滿交流與共融：

花甲又五何匆匆，寶島神州異夢中；
故園昨夜秋風起，往事今晨落葉情。
返老還童非藥石，歸根復命自蓬茸；
晚霞無際山光好，隨遇而安合大通。

第一講

簡介靈修與基督靈修

引言

多年來一直在靈心成長、體驗，以及整合等各方面，不斷留心努力，並將所獲得的一些粗淺心得，隨時以獻曝的愚誠提供給大家分享、印證。

但對於一些「觀念」上的問題，大都略過不談，或刻意避免涉及。因為這些問題，一方面談起來相當乾枯乏味，同時另一方面，為一般的靈修「實用」，又幾乎都是可有可無。就如形上學所探討的何謂「存有」，聖事神學所講論的餅酒如何「變質」等，其本身雖然精深奧妙，但為一般人的生活與信仰來說，知與不知，又有什麼影響呢？當然為這方面的專業人士，或對這些問題有濃厚興趣者，此種探討與論著那就非常寶貴重要了。對靈修上的一些觀念，基本上可說也是如此。

一兩年前（1990～91）由於《神學辭典》的需要，必須在這方面用「心」作一番整理和表達。現在將其中有關靈修的幾個「條目」編連在一起。綱要如下：

- 一、靈修的廣泛內涵
- 二、基督靈修真諦

三、基督靈修的一體多元

- (一)西方靈修
- (二)東方靈修
- (三)修院靈修
- (四)教友靈修

一、靈修的廣泛內涵

靈修（Spirituality）或神修（六十年代以前通常都用神修）是指身心修養的專門學識與習修過程。由於對「人」的存在和其終極嚮往有不同的認知與信念（不同的哲學思想與宗教信仰），因而對靈修的理論與實踐也有很多不同學說與宗派。比如基督靈修、儒家靈修、佛教靈修等。

但就靈修本質而言，一般都包括下列三點：

- (一)人爲萬物之靈，是一個有「靈」性、有精「神」的存在；
- (二)人性有其天然的終極嚮往與圓滿，靈「修」就是要幫助人修持身心，以到達此終極圓滿；
- (三)修持身心的具體方法與步驟，由初學入門到心靈長大成熟。

在此共同的架構中，當然仍有很多不同，尤其對人性終極圓滿的修成與實現，更有著本質上的差異。從整體來看，可說有人性超越與自性圓融兩種不同信念與實踐。試分別簡述如下。

(一)人性超越

此種信念下、實踐中的靈修，首先是肯定人性自天，人有其天然的根源，所以人性自有其受之於天的「當循之道」。靈修就是要使人遵照此當循之道而生活，日漸呈現出人性的原本

真貌，以達到天人合一的圓滿境界。

中國文化中的「天命之謂性，率性之謂道，修道之謂教」（中庸），言簡意賅，指出了此種靈修的最基本信念。如果再將此「修」道落實於「在明明德，在親民，在止於至善」（大學），那就是儒家修持的基本過程與終極圓滿。在此整個過程中，人與天常是相通的。

「修」的起點是「在明明德」——明白看清人性本有的天賦「明德」；說得更具體一些，就是清楚體驗到「惻隱、羞惡、辭讓、是非之心，人皆有之」（孟子）。進而依此「明德」而生活，並推己及人——「在親民」（即在生活中逐漸養成「四海之內皆兄弟」的大同胸懷）。最後此種「盡性知天」的靈修終點是「在止於至善」——天人合一，就是人與其根源「至善」合而為一，「止」於天人共融的圓滿境界。

（二）自性圓融

此種靈修的基本信念可用成語「自求多福」來表達，肯定一切都是操之在我。人性的終極圓滿就是人性自身的充分實現，不必過問人性之上是否更有其他存在，尤其是超越人性的至高存在；有些學說更明言否定此超越人性的至高存在。前者如狹義的人文主義，後者如唯理、實證、唯物等哲學思想與信念。

就靈修整體來說，佛教的修持對此有相當徹底的信念與實踐。只要努力修行，人人可以成佛——這是佛教對人性的徹底肯定。但在人性之上，佛教靈修否定有神（造物主）的存在，也不相信人有不死不滅的靈魂。所以「佛教是徹底的無神論者」（聖嚴法師），但絕非唯物論者，因為「佛教相信：生命的因素是永恆的，就是精神不滅——沒有開始也沒有終結；本來如

此，這就是生命的實際情況」（同前）。

至於「見性成佛」的修持之道，最基本的實踐是「諸惡莫作」（戒絕殺生、偷盜、淫亂、妄語等），進而「眾善奉行」（比如救生、布施、誠實、慈悲等）；這樣使自己的六根日益清淨，心目逐漸明亮，終能解脫一切煩惱，而到達「我、法皆空」的真如境界。

二、基督靈修真諦

基督靈修（Christian Spirituality）是指依照基督所顯示的「生活規範」，而逐漸建立起來的身心修養的專門學識與習修過程。就動態方面來說，就是效法基督——依照其生活典範而生活；以靜態而言，即是集合這些生活經驗而逐漸整合為修持身心的專門學識——靈修學或靈修神學。

說得更具體一些，一個基督徒的靈修生活，就是依照福音聖訓與教會傳承，在基督奧體（教會）內積極成長，以到達天人合一的終極圓滿。其發展情況可分為五點，簡述如下。

(一)人藉著洗禮，由水和聖神而「生」為天父的子女；努力使此「新生命」積極成長茁壯，因而在生活中能日益呈現出天父子女的真正面貌，這就是基督徒靈修的基本內涵，也是天主子女的天賦使命與責任。但是人性自身的情慾衝動，和周遭環境中的不良風氣與各種污染，都能影響、甚至傷害、破壞此新生命的積極成長。

(二)必須勝過這些阻礙與困難，使天主子女的生命不受到污染和傷害。基督以身作則，給我們樹立了克勝困難、誘惑的生活典範：對生活需要的過分掛慮，對人際熱情、讚賞的渴求與

把持不捨，對財富、尊榮、權勢的貪、迷、甚至崇拜，基督皆以「經上記載」（天父的訓誨與心願）為準則，一一予以克除戰勝（參閱瑪四1～11），清楚顯示出「父的愛子」的天然真容與胸懷——一心常作父所喜悅的事，完全依照父的心願而生活（參閱若八25～30）。基督徒為戰勝傳統中所說的三仇（魔鬼、世俗、肉身），自古迄今，雖在方式上顯有不同之處，但基本上莫不以此「愛子典範」為依歸，今天的靈修趨勢更是如此。

（三）除消極的「不可與此世同化」（羅十二2）外，當然更要積極地「穿上新人——懷有基督所懷有的心情」（弗四23～24，斐二5）。其中最重要的是生活真實，「以心神以真誠朝拜父」（若四23），即使為此信仰而遭受迫害，甚或犧牲性命也在所不辭（教會傳承對此一直十分重視，認為此種捨生致命，是「穿上基督」的最好明証）。同時要對人，所有的人，一視同「人」，甚且「應當愛你們的仇人，為迫害你們的人祈禱」（瑪五44）；如此的「以善勝惡」，自然會發光照耀，「使他們看到你們的善行，光榮你們的在天之父」（瑪五16）。基督徒靈修的內在活力和基督奧體的不斷成長茁壯，其秘訣就是在此，古今皆然，四海攸同。

（四）此活力的根源是基督，人必須與基督合而為一，才能活力充沛，「正如葡萄枝若不留在葡萄樹上，憑自己不能結果實，你們若不住在我內，也一無所能」（若十五4）。和基督結合為一的方法，主要是藉著虔心祈禱與勤領聖事，尤其是聖體與和好兩件聖事。

在感恩聖祭中，基督使自己的體血成為飲食，讓我們吃下去、喝下去；使我們與祂有真實的生命交流和共融，同時也使

我們彼此之間，因著祂、在祂內，有同樣的合一與共融（就如葡萄樹之喻所表達的一樣）。藉此「生命之糧」的滋養，我們自己的生命（我們的才能、時間、所有、所是）也自當變成「飲食」，甘心給需要的人「吃、喝」取用，「因為祂為我們捨棄了自己的生命，我們也應當為弟兄們捨棄生命」（若壹三16）——生命的通傳、發展、成熟、圓融，就是這樣培育、長成的。

在和好聖事中，基督使我們體驗祂的完全接納和寬恕——「不是健康的人需要醫生，而是有病的人；我不是來召義人，而是來召罪人」（瑪九12～13）。藉著基督的不斷接納、寬恕、建立，我們對自己以及彼此之間，也自然會學得更能接納寬恕，相互支持建立，逐漸流露出與基督成為一體的手足之情。

當然，聖事的功效是在日常生活中，藉著虔誠的讀經、祈禱而發揮出來。除個人的「進入內室，向暗中之父祈禱」以外，還有團體性的聚會分享，「彼此教導規勸，以聖詠、詩詞，和屬神的歌曲，在你們內懷著感恩之情歌頌天主」（哥三16）。

（五）梵蒂岡第二屆大公會議（1962～1965）強調教會整體的靈修革新與成長，不僅是聖職人士和修會團體，而是所有信友都蒙召為「聖徒」，每人在其不同的生活中都有活出「基督全德」（天主子女的真正面貌）的天賦使命與責任。大會也同時強調指出，此種修德成聖並非只為獨善其身，而是要兼善天下——教會整體都應盡力，將「福音」（生命的好消息）帶給尚未「認識天父和祂所派遣來的耶穌基督」的兄弟姐妹。

在梵二後的靈修革新努力中，就如教會在其不同時代的成長過程中一樣，也及時出現一些「運動」與團體，來推動教會靈修更能配合時空的具體需要而成長發展（比如基督活力、聖

神同禱、普世博愛、在俗團體、泰澤祈禱等)。

所以基督徒的靈修，就整體來看，常是這樣在基督奧體內，藉著聖神的引導和推動，走向與天父的圓通與共融——人性所渴望的「天人合一」與終極圓滿。

以上所述，都是依據天主教會的靈修實況，至於十六世紀以來所形成的許多基督信仰派別（在我國通稱之為基督教），其個別靈修情況此處無法論及。

三、基督靈修的一體多元

(一)西方靈修 (Western Spirituality)

「西方」在教會的傳統中，一般是指以羅馬為中心的拉丁語系地區，今天更是指歐洲和北美。拉丁和盎格魯撒克遜語系的文化思想型態，和在宗教信仰與靈修生活的表達方式上，自然和東方有相當的差異。在此特別指出它和中國文化與靈修之間的差異，其他自可不言而喻。

西方思想型態著重於理性分析，所以在靈修生活的祈禱方面也是以「三司默想」為主；而且在講解上，可將記憶、理智、意志的功能分析得清清楚楚，使初學默想的人很容易感到條理分明，有路可循。

而東方則強調用「心」，要人去心領神會；所以教人「靜坐」，去慢慢體驗，使人逐漸「空」下心來，為能「看」到真相——明心見性和盡性知天的本意就是在此。

對克修工夫來說，西方的「悔罪修德」的基本模式是：先將罪的本質與醜惡（或德行的尊貴與美好）分析清楚，然後再分別以相對的方法，一一予以克除（或加以修練培養）。比如

驕傲，先界定其本質為何，然後指出其醜惡可怕，其不同等級以及其為害之大小輕重等，最後列舉其克除方法（由小而大，由淺入深，一一予以克除）。

東方的「克己復禮」是先從人性本身開始，教人「率性一修道」，使人遵照「天性」而生活。在人的天性中就有「惻隱、羞惡、辭讓、是非」之心，所以「人」在生活中應彰顯此天賦「明德」，不然的話，「人之所以異於禽獸者」還有什麼呢（孟子離婁下）？

所以東方是教人怦然「心動」而奮起力行，是由心動到力行——誠於中而形於外。西方則是以「理智」的清晰、明亮，來說服、推動「意志」去努力獲得，而且是志在必得。在認知過程上，西方是鎖定目標，弄得一清二楚（就如西方醫學，手有病治手，腳有病醫腳，清楚了當）。而東方常是先看「整體」，要人從「根、本」上著手；就如治病主要是將「氣血打通」，疾病自會痊癒。

在此只是指出東西靈修的方式不同，並無任何褒貶之意。相反，此二者更可相互截長補短，整合為更完美的靈修方法。

說得更清楚一點，理性分析是西方靈修工夫的特徵與「天性」，過去對「悔罪修德」是如此，今天所強調的「價值內在化」仍是如此——天性使然，應以之為榮。東方則注目於「整觀」全體，使人以「心」去體認人的天性真相；「克己復禮」就是依照天性而活一個真「人」的生活，使自己逐漸成為一個「真人」。

在克修方面，西方的分析透徹，目標明朗，大有助於東方的籠統概括、模糊不清的困難與不足（尤其是於靈修生活的淨

化階段)。東方的反身而誠，靜觀自得，很能調整西方的分析太多，過於講「效率」的靈修努力，特別是在明化階段中。

一旦進入「合一」境界，雙方的分別與特徵也就微不足道了——因為真正的合一體驗，只能心領神會，是無法以語言清楚表達的。（至於禮儀上的不同表達，由於梵二對本位化的努力推動，東西方各在其不同的「盡性」發展中，彼此都能獲取互補的功效，甚或更好的整合）。

(二) 東方靈修 (Eastern Spirituality)

教會傳統中所說的東方是沿用古代羅馬帝國的說法（東方以拜占庭為中心，西方以羅馬為中心），如以語言來分，就是指希臘和閃族語言的地區（以色列、敘利亞、阿剌伯、美索不達米亞等）。和西方拉丁教會相比的話，這些地區的靈修生活，自然有其顯著不同的表達方式——因而也稱之為東方靈修。

但今天所說的東方更包括中國、印度等亞洲地區（就如現在說西方，不僅指歐洲各國，也包括北美在內）。所以在此先簡短說明一般所說的東方靈修（近東或中東），然後再介紹一下今天所指的東方靈修（遠東或東亞）。

1. 東方靈修（近東或中東）

東方教會的禮儀可說是他們靈修生活的具體說明。一般來說，他們多利用有形事物來象徵所舉行的奧跡，比如圖像、燭光、多次獻香、美麗的詩歌、不斷的詠唱等。禮儀的中心自然是基督的生活奧跡——逾越奧跡。參加禮儀者聚成「基督的身體」，共同向天父表達感恩與讚頌，具體實行「天主子民的工作」——希臘文「禮儀」的原意就是「民眾的工作」。在感恩聖祭中大家和生活的基督合而為一，藉著分享同一的「生命之

糧」而有生命的交流與共融。

東方的禮儀和祈禱常很生動地宣示未來——熱切期待基督的光榮來臨和宇宙的萬象更新。這不僅是末世信仰（基督再來）的生活傳承，更是為旅途中的天主子民，多次是由於社會環境不利而遭受困難痛苦的子民，成為面對生活挑戰的活力泉源。藉著「合一之神」的推動，使他們對周遭的分裂、仇恨，能一直懷有「終將和諧統一」的希望。

在祈禱生活上，東方靈修更是用「心」去體驗；強調進入內心的「寧靜」去默觀、體驗（Contemplate and experience）天主的臨在。此種體驗常含有神秘意味，因為是人在心靈深處和「生命根源」的直接接觸，是每人親身去體驗「居住」在自己心靈深處的天主聖三——這只能以「心、神」去領會，無法用言語來表達，有時完全是無可言傳。

當然，為達成這樣的默觀祈禱，東方靈修有其自古相傳的「淨心法」，教人如何有效地克制偏情（Passions），逐漸使身心整合為一而到達「中和」（apatheia-passionlessness）。

此外東方靈修也很重視聖像敬禮（Icons），尤其是天主之母的聖像。在此所表達的更是畫中人物的「神情與心境」（spirituality），使在像前祈禱的人能藉此而舉「心」向上，渴望進入、懷有（相似）如此「屬神」的靈心境況。其最終目的當然是藉著有形事物的幫助，而達成與無形天主的合一。

2. 東方靈修（遠東或東亞）

近幾十年來，尤其是梵二大公會議之後，教會靈修方面興起一股「汲取東方靈修精華」的熱潮。對中國教會來說，《相逢寧靜中》（1979），《無聲之樂》（1979），《中國靈修芻

議》（1978），《吉光片羽》（1989）等幾本譯著（均為光啓社出版），都是這努力汲取與整合的實例。

但就靈修內涵而言，禪宗與老莊的體驗與理想，應可在教會的正統默觀生活中，尋獲徹底的整合與完成；而儒家所追求的「參天地之化育」的內聖外王（天人合一的境界），也正和教會的「寓靜觀於行動」（Contemplative in action）的靈修理想不謀而合——「在一切中都能找到天主」的靈修境界，就是完美的「參天地之化育」和道地的「內聖外王」。

（三）修院靈修（Monastic Spirituality）

初期教會在長期的教難與迫害中，體驗到「捨生殉道」是與主基督結合為一的完美方式。教會獲得全面的和平之後，隱居曠野的修院靈修，是尋求以「不流血的方式」，來達成與基督的結合為一。

他們放棄世上的一切，並不是消極的厭世或逃避，而是要積極地與基督一起「戰勝世界」（若十六33）。就如聖安當（約251-356）一樣，他們完全遵照基督的話，「變賣你所有的，施捨給窮人……然後來跟隨我」（瑪十九21），並用強硬的方法（齋戒、苦工、誦經、祈禱等），戰勝世界的「肉身的貪慾，眼目的貪慾，以及人生的驕奢」（若壹二16）。其目的是為「脫去舊人」，就是順從享樂的慾念而敗壞的舊人；「穿上新人」，即在心思念慮上改換一新，具有真實正義和聖善的新人（弗四22～24）。

就如「醉心塵世」的人，一心追求此世的財富、聲色、權勢、尊榮等，這些「醉心天上」的人，同樣，或更好說，更是一心「追求天上的事，在那裡有基督坐在天主的右邊」（哥三

1)，陶醉於天人相契的交流與共融中。此種生活的本身，對世界的「驕奢淫佚」，就是一股生命的清流，就是在不斷「喚醒人心」的曠野呼聲——天國的呼聲。

修院靈修的特徵首先是「靜」，由斷絕塵世的囂嚷而退入曠野的安靜，進而努力獲得內心的完全「寧靜」——*hesychia* (*tranquility*)，使自己的身心整合為一，完全順從天主的引導、推動而生活。

再者就是以「心」——完整的心，去接觸天主，「體驗」祂的親臨（而不在於用很多的思想或推理），尤其是「住在」我們內心深處的臨在。

第三，為幫助靈心的淨化與成長，通常更是強調遵守會規，接受輔導，比任何其他苦工、齋戒等都更能中悅天主。

最後就是公共誦禱與禮儀，這是日常生活的中心，是團體的偉大而神聖的事務——「天主的工程」。他們一般都是早上三時左右起床，偕同萬有吟詠讚頌天主——熱切期待天主子女的顯揚，虔心促使基督早日地光榮來臨（羅八18~19；伯後三11~13）。

(四)教友靈修 (Lay Spirituality)

在梵二大公會議所推動的教會革新努力中，教友靈修是其主要重點之一，自然受到了普世教會的關懷與重視。從教會的成長過程來看，教友團體本來就是宗徒們所一心關懷的「基督的身體」（格前十二12~13）和「天主的家人」（弗二19），渴望他們在基督內不斷成長聖化：「脫去舊人，穿上新人——懷有基督所懷有的心情，作天主的純潔無瑕的子女」（弗四21~24；斐二6~15）。宗徒們的這些「靈修訓言」，自然是福音

聖訓的生活詮釋與落實：「你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣」（瑪五48）。

所以教友靈修的理想與目標從開始就已很明確具體，而且是一脈相傳，一直到今天。梵二大會所強調的「教友地位與使命」（教會憲章第四、五章），也正是此靈修傳承的「此時此地」的具體詮釋與落實。梵二後的「教友靈修」專文與著作，基本上也都是在努力推行梵二大會所渴望的教友生活革新，提供適應不同時空需要的講解與方法。

從這些努力與資料中，可綜合出下面主要兩項：(一)生活與工作的聖化；(二)生活工作的福傳與小型教會團體。

1. 生活與工作的聖化

教友靈修的核心是家庭生活的聖化。所說的革新，一方面是「革除」有害於家庭聖化的一切事物，另一方面更是「更新」有助於家庭聖化的信仰認知與落實方法。

首先是對婚姻聖事的信仰認知與生活落實：比如透過婚前輔導，使雙方更深入地了解男女身、心方面的不同需要，並如何相互接納配合、忘我付出，以達成「二人成爲一體」的真正結合；在婚姻生活中如何日漸活出「聖」事的天賦功效——彼此「甘心爲對方犧牲自己」而相互獲得聖化，就如「基督愛教會，並爲她捨棄了自己，使她聖化」一樣（參閱弗五22～33）。

再者就是子女的培育與聖化。一方面以父母的「天性」一心愛護自己的子女，同時也由信仰而接受此「天賦」使命，將生命的好消息「天主是愛」通傳給他們，使他們也成爲「天父的寶貴子女」。

爲達成家庭生活和諧與聖化的雙重目標（夫妻之間與父母

子女之間），真正的「祈禱」與領受聖事是非有不可的（祈禱就是個人和家庭必須有「面對根源」的時間，以適合每人生活情況的具體方法，真正能接觸並體驗到天主的臨在；領受聖事，尤其是聖體與和好聖事）。

至於工作與職務的聖化，特別是在於以「基督心態」去面對、去操作：一方面視之為「承行天意——中悅天父」的機遇與方法，同時也肯定努力工作、善盡職務，就是在建立、增進社會大家庭的福祉，就是在默默實踐「愛人如己」的天賦使命。

2. 生活工作的福傳與小型教會團體

梵二大會所強調的教友福傳使命，當然首先是在於日常生活工作上的「自然流露」：將天父心愛子女的喜樂、踏實、和善、真誠等特徵，自然地表達出來（誠於中而形於外）。但是「並不止於生活的見證，真正的傳教必尋求機會以言語來宣講基督……因為『基督的愛催迫著我們』（格前五14）」（教友傳教法令6）。

為使此「生活傳真」與作證更生動有效，各地教會都在推行建立「小型教會團體」（或基信團—基層信仰小團體）；藉著相互的分享、鼓勵、幫助，使每人在整個生命（自然也包括靈修在內）的發展與成長上，能日益充實、穩定，逐漸邁向「天人合一」的真正交流與共融。

參考書目

- ① 陳文裕著，天主教基本靈修學，台北：光啓出版社，1988年，5～16頁；281～284頁；288～291頁。
- ② 呂穆迪譯，宗徒時代的教父，香港：真理學會發行，1957年。

- ③ 史南良培著，蔡秉正譯，新約的倫理教導，香港：明愛印刷訓練中心，1989年。
- ④ 張春申著，聖保祿論基督與教友生活，台中：光啓出版社，1959年。
- ⑤ 張春申著，中國靈修芻議，台中：光啓出版社，1978年。
- ⑥ 德日進著，鄭聖沖譯，神的氛圍（修訂本），台北：光啓出版社，1986年。
- ⑦ 伴渡、李純娟合著，吉光片羽－靈性修持新探，台北：光啓出版社，1989年。
- ⑧ 戴邁樂著，鄭聖沖譯，相逢寧靜中，台中：光啓出版社，1979年。
- ⑨ W. Johnston 著，劉河北譯，無聲之樂，台中：光啓出版社，1979年。
- ⑩ 池鳳桐著，基督信仰探源，台北：恆毅月刊社，1989年。
- ⑪ 神學論集44（1980年六月），〈靈修的意義〉，張春申，147～157頁；〈基督徒的靈修〉，溫保祿，159～171頁；〈基督徒靈修傳統中的默想方法〉，高士傑，217～236頁。
- ⑫ 侯景文譯，聖本篤的身世、會規及靈修，台中：光啓出版社、熙篤神樂院發行，1980年。
- ⑬ 梁湛美講述，蔡素美筆錄，〈聖本篤的靈修〉，神學論集⑤①，1982年四月，105～114頁。
- ⑭ 胡國楨，〈中國基督徒的靜坐〉，神學論集③⑦，1978年十月，333～375頁。
- ⑮ 傅佩榮，〈中國思想與基督宗教〉，神學論集③②，1977年七月，179～219頁。
- ⑯ 方東美著，馮滙祥譯，中國人的人生觀（The Chinese View of Life），台北：幼獅文化事業公司，1988年七版。

- ⑰ 牟宗三著，中國哲學十九講，台北：學生書局，1986年第二次印刷。
- ⑱ 楊慧傑著，天人關係論－中國文化一個基本特徵的探討，台北：大林出版社，1981年。
- ⑲ 釋聖嚴著，正信的佛教，台北：東初出版社，1985年十二月五版。
- ⑳ 聖印法師譯，六祖壇經今譯，台北：天華出版公司，1980年。
- ㉑ 吳經熊著，吳怡譯，禪學的黃金時代，台灣：商務印書館，1984年十二版。
- ㉒ 中國主教團秘書處編譯，梵蒂岡第二屆大公會議文獻，台北：中國主教秘書處出版，1975年，〈教會憲章〉，第二、四、五章，16～17頁；56～73頁；〈教友傳教法令〉，453～495頁。
- ㉓ 中國主教團傳教委員會編印，福傳文集，台北：中國主教團傳教委員會出版，1987年，113～140頁；501～585頁。
- ㉔ 陳明清夫婦，基督徒婚姻生活中的靈修，神學論集⑤②，1982年七月，273～279頁。
- ㉕ 房志榮、張春申等，教友在今日教會使命中的角色（第十二屆神學研習會），神學論集④④，1985年七月。福傳大會追蹤－大家來談小型教會團體（第十五屆神學研習會），神學論集⑧⑧，1989年七月。
- ㉖ 房志榮、徐英發等，教友靈修與小型教會團體（第十六屆神學研習會），神學論集⑧⑧，1991年一月。
- ㉗ Jess S. Breña (Ed.), Lay Spirituality Today ~ Written by Lay People Themselves, Taipei: Kuangchi Press, 1988.
- ㉘ George A. Maloney(Ed.), Pilgrimage of the Heart - A Treasury of Eastern Christian Spirituality, San Francisco: Harper & Row, 1983.
- ㉙ ST. John Climacus, The Ladder of Divine Ascent, New York:

Paulist Press, 1982.

- ⑩ Bernard McGinn, John Meyendorff, and Jean Leclercq (Eds.), *Christian Spirituality: Origins to the Twelfth Century*, New York: Crossroad, 1985.
- ⑪ J. A. Komonchak, M. Collins, D. A. Lane (Eds.), *The New Dictionary of Theology*, Dublin: Gill & Macmillan, 1987, "Spirituality", pp. 972~986; "Monasticism", pp. 670~673.

(原刊神學論集⑨4 1992年冬)

第二講

靈修生活與小型教會團體

引言

依照所參考的一些資料，特別是在《樁》這本書中，對小型教會團體就已經有好幾種不同的說法與界定。但為更簡單明瞭，我選用了「那裡有兩三人因我的名聚在一起，我就在他們中間」（瑪十八20）。換句話說，以基督為中心而團聚的若干人，就是這樣的一個小團體（至少就靈修觀點而言，我覺得這是相當確切具體的一種界定與說明）。這裡所說的靈修生活，是指天人之間的生活聯繫，就是我們在基督內、藉著聖神、與天父之間的生命交流與共融。

對小型團體與靈修生活有了如此的「簡界」後，下面我們要分為三部分來分享，綱要如下。

一、小型團體的靈修基礎——知行合一

(一)正確了解經書——「活」而不思則罔

(二)足踏實地生活——思而不「活」則殆

二、小型團體的靈修活力——積極成長

(一)身心成長過程——靈修成長方向

(二)經書啓示成長——靈修成長動力

(二)祈禱滋養成長——靈修成長體驗

三、小型團體的靈修特徵——喜樂充實

(一)萬物靜觀皆自得——八風默會父心同

(二)破傷蘆葦不忍斷——將熄燈心挑又明

(三)麥粒不死單粒在——單粒成泥百粒來

結語：四海皆兄弟，丹心照大同

一、小型團體的靈修基礎——知行合一

中國文化傳統特別重視根、本，修齊治平的生活理想莫不以此為出發點。我們在中學國文課程裡，大都讀過、甚或背過：「臣聞求木之長者，必固其根本；欲流之遠者，必濬其泉源；……根不固而求木之長，源不深而望流之遠……雖在下愚，知其不可，而況於明哲乎？」這裡所說的根本、泉源，都是「活」的，要不斷加深拓展，才能茁壯繁茂，湧流奔放。我們的靈修生活基礎也是如此。試分為兩節來分享說明。

(一)正確了解經書——「活」而不思則罔

梵二後的信仰生活革新，最顯著而富有活力的兩個地方，就是禮儀本位化與讀經運動的積極發展。後者對小型信仰團體來說，更是盛衰存亡的關鍵所在。

根據所翻閱過的一些資料和個人與小型團體的一點接觸經驗，讀經在此情況中所面臨的挑戰，一般來說就是如何把握住正確的方向，使人真能了解經書的「生命內涵」。因為很多次的負面後果，正顯示出這「正確方向與真實了解」的不足，甚或完全缺乏。比如參加者感到空泛、雜亂、太理想、不切實際、毫無感受、不知所云等等。當然這裡面有很多因素在（比如年

齡的大小，信仰經驗的多寡，對經書的熟悉與陌生等），但主要因素之一，我覺得還是在於如何使參與者有正確的方向與了解。舉例來說可能就會更清楚。

谷一1~11這段經書的重點是：(1)若翰在曠野裡出現，他就是先知所預言的「曠野呼聲」；(2)若翰宣講悔改的洗禮，群眾認罪受洗；(3)耶穌也來受洗；(4)耶穌受洗後的景象。

要把握住正確的方向並真實了解，就是要先集中心力，看清「曠野呼聲、宣講悔改、認罪受洗」的關係與意義（避免分散到枝節上，比如談太多曠野的情況，在曠野中生活的困難；蝗蟲能吃嗎？只吃蝗蟲野蜜能生活嗎？約旦河的情形如何？為什麼要下到河裡受洗？……）雖然同時放一段猶太曠野與約旦河影片（或幻燈片或用一些圖片）能有很大的幫助。

要往心靈和生命的方向看：曠野呼聲就是喚醒沉醉心靈的一切推動（內在外在，一切振聾發聵，引人深思，使人返本歸根的言行事故，都可視為曠野的呼聲）；認罪悔改就是修直、修平上主的道路；接受洗禮是表示洗去過去的污穢不潔，重新開始一個正直潔淨的生活。比如我們內心的忿怒、仇恨、兇悍、狂妄等等，這些在心理心靈上就是如丘如山，一定要設法剷平，否則一旦爆發出來，必然會造成傷害甚或毀滅。再如內心的詭詐、貪婪，或悲觀、失望等，就是心理心靈上的崎嶇不平或深坑深谷。所以「修直上主的道路」，就是使內心恢復其應有的平定與充實。

說得更詳細一點，就是藉著「悟以往之不諫，知來者之可追」而認錯悔改，把仇恨、狂妄的山丘一律剷平除掉，以正直、真誠來代替詭詐謊騙（使崎嶇變為平坦），以信賴、知命、樂

天，填平貪得無厭或悲觀失望的深坑深谷。這樣人與根源之間的關係（同時也是人與人之間的關係）便重新建立了起來，恢復了其應有的和諧——修直修平了人與上主之間的道路。

洗的象徵意義相當明顯，我們的口語中就有洗手不幹（痛改前非）、洗心革面（重新做人）、洗耳恭聽（排除雜念，專心聆聽）等。基督也來接受悔改的洗禮，在外表上和一般人完全一樣；但祂受洗的真正意義，卻藉著所發生的「景象」都一一表達了出來。同時也告訴我們，在新約洗禮中（我們受洗時）所發生的事跡：天人之間的生命交流與共融；人一有天父所通傳的生命，祂立即宣佈「這是我心愛的子女」。

對基督受洗與新約洗禮的關係與內涵，我在別處已更詳細地分享過，這裡就不再重複了（請參閱拙著《白首共此心》，240—242頁）。對經書的「生命方向」能這樣把握住，對經文的了解也自然會比較真實正確，至少可說「雖不中，不遠矣」。隨著真知，自然就是力行。

（二）腳踏實地生活——思而不「活」則殆

經書所載，尤其是新約，既然都是「生命的話」，那自然只有透過生活的體驗，才能心領神會其生命的活力與真諦。一般對讀經所表達的空洞乏味，其癥結也正是在此：和具體生活連不起來，更遑論打成一片了。所以讀經的秘訣就是立即去如此生活——知行合一。現在仍用前面所舉出的實例來加以說明。

「曠野呼聲」既是指一切喚醒心靈的推動，所以這「呼喚」也會出現在我的每天生活中。比如因人地事物之不順眼、不順心，而忿忿不平甚或火冒三丈（家庭中夫妻之間，父母子女間，工作上的人事間，修會團體中的兄弟姐妹間等等），這時「修

直上主的道路」的呼聲，就是要我把這些忿怒冒火的丘山，設法予以剷平——先接受不理想的現實，然後採取有效的方法來加以改善。

如果我過去已多次「爆發」過，而結果常是弄得雞犬不寧，甚或燒得大家面目全非（當然也包括我自己在內），現在這呼聲要我放棄那些只能傷人害己，而又完全於事無補的解決方法，至少要設法減少這些只有百害而無一利的衝動（氣太大就會氣病或氣死），慢慢學著「就事論事」來解決問題——這就是生活上的認錯悔改，接受洗禮。

一次在公路上的一個十字路口，看到一個小車禍，兩部轎車在轉彎時相擦撞，損傷並不嚴重。但兩位司機從車裡出來大聲叫罵，其中之一立即脫掉上衣，對方當然也不甘示弱。就在這時，綠燈亮了，我坐的公車立即開動，沒有看到「究竟如何」。

但在車上我自己在想，如果他們兩人真的打了一架，結果一定是兩敗俱傷。本來只有輕微的車傷，現在還要加上更重的人傷。退一步來說，就是車子都報銷了，換部新車也並非那麼難，但如果人打瞎、打死了，那又怎樣呢？反過來說，如果兩位司機能平心靜氣，就事論事，按理來修補賠償，事情很快就解決了（更進一步，如果兩人態度良好，相互謙讓道歉，說不定還會因禍得福，彼此成了很好的朋友）。

這件事為我就是很響亮的曠野呼聲，喚醒我在生活中遇到「意外事件」時，先設法平心靜氣接受下來（不接受也不改變什麼，因為已經發生了）。然後採取積極有效的方法來處理解決，至少要設法避免再製造更多的痛苦，使不幸上再加不幸。

這就是「修直上主的道路」，把忿恨報復的情緒丘山或悲觀失望的內心深谷，盡快予以剷除或填平。如果我能把自己的心「修」得這樣平坦穩定，上主也就來到我的生命中了。

我們在家庭生活中，修會團體裡，以及工作上的人事間，如果會洗耳傾聽這隨時在召喚我們的「曠野呼聲」，我們的生活必然會更輕鬆，工作會更順利，身心會更健康（至少不會惡化到「看見她就想吐」或「真想把他宰掉」的地步）。讀經的目的就是要這樣每天在生活中認真練習，足踏實地去做——不斷悔改受洗。對「我是天父的心愛子女」，同樣也要在生活中每天認真去體驗，使這最基本的信仰事跡，能逐漸變成活生生的生命事實。

經過如此練習體驗，小團體的讀經就不會再令人感到空洞乏味，而且更會使人逐漸感到真實，充滿活力。我們的古聖先賢早已體驗到：「學而不思則罔，思而不學則殆。」套用在我們的信仰生活上，也正是如此。莫名其妙的信仰與生活，自然不會有所感受，甚或一無所得。

反過來說，對經書、信仰一直在知識與了解上用心思，而不足踏實地去生活，那就相當危險，甚或能變為幻想失常。所以我們在此將這句古訓戲改為「活」而不思則罔，思而不「活」則殆。我們的讀經所以能成為小型團體的靈修「生活」基礎，就是因為它是建築在「正確了解與實地生活」的知行合一上（也可戲稱為知而不行則罔，行而不知則殆）。

《椿》中有篇文章，記述一個「基層團體的聚會過程」，十分具體，值得一讀（見該書第130～138頁）。

二、小型團體的靈修活力——積極成長

有了穩定的生活基礎之後，接著自然就是積極成長。就如一個健康的兒童，他的身體會不斷增高茁壯，朝氣蓬勃，洋溢著生命的活力與喜悅；同樣，小型團體的靈修活力與成長，也正可依此「藍圖」而積極推展。試分為三節來說明。

(一)身心成長過程——靈修成長方向

發展心理學所指出的一些成長現象與特徵，我們不妨用為靈修成長的借鏡，因為生理、心理、心靈本來就是人的一體三面，在成長過程中必須面面顧到，使全人積極成長，不可有所分隔或偏廢。比如兒童期的行為特徵是強烈的好奇、喜愛探索冒險、好動、逞強、一有需要立即就要獲得滿足（隨本能衝動，不會約之以禮）、幻想豐富、觀念幼稚等。

對宗教信仰來說，赫洛克（E.B. Hurlock）所提供的三幅插圖，可說表達的恰到好處，正式入學前的兒童（幼稚園階段）睡覺前跪在床前祈禱，其禱詞是：「天主，求祢給我一雙溜冰鞋！」六七歲的兒童祈禱是：「天主，求祢幫助我做好數學習題！」十歲大的兒童祈禱時說：「我不懂為什麼要祈禱，天主永遠不給我所求的！」進入成年期後，自然就丟開了兒童的幼稚幻想，在生活中逐漸去面對真實而穩定下來。

現在就依此來指出靈修成長的幾個重點，也就是積極的成長方向。

首先是由追求新奇好玩、顯靈顯聖，逐漸走向內在的穩定踏實、真誠信賴。日常生活中有很多這樣的實例，不但在一般信友和青年身上，隨處可見；在修會團體中也往往俯拾即是，

屢見不鮮。比如聖誕夜時，聖堂中大都是座無虛席，甚或人滿為患（其中往往有些還不是教友）。再如傳說某處聖母顯現，大家就成群結隊（甚至扶老攜幼），非去朝聖不可。還有1988年初，在我們的某些修會團體中，傳閱著一份由美國一個聖母軍團員所散發的「預言」。大意是，該團員依據「基督給五傷畢奧神父的特別啓示」，說在1988年8月15日那天，要開始有好幾天的天昏地暗，漆黑無光（天主要懲罰世界）。聽說有的修會團體會要大家預備好蠟燭，多多祈禱，以準備大黑暗的來臨。

請不要誤會，我完全無意要抹殺這些實例中的信仰因素，相反，我非常重視這樣的童心熱情，因為我自己也是這樣成長過來的。但這裡所要強調的是，對信仰中的「趨求新奇好玩、顯靈顯聖」的因素，小型團體應逐漸意識到，並進而使自己的信仰熱誠，日益踏實穩定；使自己的靈修生活，慢慢轉變為對天父、對基督，以及對天上母親的孺慕信賴與真誠孝愛。

和此密切有關的另一個成長重點，就是小型團體的成員，要逐漸體會出「一廂情願的自我滿足」，實在幼稚可笑，有時更是蠻不講理（就如前面提過的插圖，三四歲的小孩求天主給溜冰鞋，六七歲的求天主幫他做好數學習題，十歲大的就乾脆說：天主永遠不給我所求的，我不懂為什麼要祈禱）。

對此幼稚心態有了「會心微笑」的體驗後，下一步自然是要學著去體會天父的心願，並進而去發現「父之愛子悅父心」的真實與美好。就如基督一生所追求、所自然流露出的生活傳真：父啊！願祢的名受顯揚，願祢的國來臨，願一切都照祢的心願實現！

有了前面的成長體驗後，第三個重點就是要試著進入生活

的逾越奧跡。只有在此階段，我們的靈修生活才能真正穩定下來，才能真正到達成熟。

一說逾越奧跡，多少總會令人有一種深不可測、遙不可及的感覺。為避免這種空洞感或不知所云，我想在此用最常用的話說出它的生活意義。萬事順利，我們很容易感謝讚頌天父；事情不順利的時候，也學著接受並感謝天父，這是逾越自我的第一步。禍不單行，莫名其妙，如果這時我還能含著眼淚投奔天父，一心信賴祂，這是逾越自我的第二步。

說到這裡，我覺得已經有人在暗自驚問：「我的天哪，那麼可怕！小團體的人不都被嚇得跑掉才怪！」請放心，讓我再解釋幾句。我們所謂的順利或不順利，都和我們內心的「底稿」有關。如果我們已「內定」必須如此如此，絕不容許有「不如此」出現，那我們已注定了給自己找麻煩，自討苦吃。因為生命中有許多因素都不在我們手中，而我們的童心，卻一廂情願地認為一切都必須照我的心願實現，這就是我們的矛盾、執迷、蠻不講理、啼笑皆非。

我們的古聖先賢早就給我們說過，「生死有命，富貴在天——謀事在人，成事在天，不可強也」。如果我們肯接受這項古訓，我們的「苦結」已鬆了很多（至少不會因無顏見江東父老而一了百了）；如果再能進一步和天父連起來，那更可轉苦為樂，安順天命了。

剛才所說的「禍不單行，莫名其妙」，實際上也是我們自己內定的那個苦結在作祟。因為我們的「一廂情願」本來就不符合事實，而我們一直繼續「非如我願不行」，當然結果會有更多的「事與願違」，這就是我們一般所說的禍不單行；而這

些「不幸」，對我們不肯面對事實的「盲心」來說，自然是「莫名其妙；豈有此理！」比如前面所說的那兩位司機，以及日常生活中所發生的大小意外與不幸，都是很好的實例。

如果我們會利用，這些「倒楣、不幸」都是幫助心靈成長的好機會；如果不會利用，那就一直是禍不單行，甚或會一直到底死不瞑目。「一切的事都幫助愛祂的人獲得益處」，這是經歷過人間好多倒楣、不幸的保祿（比我們一般所遭遇的都更多），給我們所分享的生命體驗。

所以從信仰的角度來說，我們所說的不順利、倒楣、禍不單行等，其實正是要喚醒我們「舉心向上，把目光轉向天父」（不要一直心迷於人地事物中）的大小棒喝。

如果一敲就醒，很快能逾越過自我的「一廂情願」，那下面就不會發生禍不單行。如果小棒敲不醒（小不順與小不幸），大棒就會接著打下來（並不是天打天罰，而是我的心愈盲，自然就摔得愈重）。

這可使我們看出，逾越自我的第一步和第二步，從負面來說，就是破除我們的心盲與執迷；積極而言，那就是心靈的開竅——「明心」見性的開始。第三步是自我的完全逾越，連命也不要了，生死都完全放在天父手中。而逾越的奧秘正是在此顯得最清楚：不但內在的「莫名其妙，豈有此理」一掃而空，連外在的人地事物也變得更順利和諧，方圓自如了。這在下面要舉的實例中會看得更清楚。

（二）經書啓示成長——靈修成長動力

這裡我們可分別從人物與動力兩方面來分享說明。古羅馬有句成語說，「語言能感動，榜樣更吸引」，這和我們文化傳

統中所說的「身教勝於言教」，正相符合。現在就先舉幾個有德表的人物，然後再指出經書的動力。

《椿》中有篇〈神修與基層團體〉，該文最後特別舉出「亞巴郎與梅瑟的神修觀」，當作現代基層團體的神修模範。主要意思是說，亞巴郎立即回應上主（不顧一切，離開故鄉），這不只影響了他個人的生活，也關係到一個民族要走的道路；梅瑟為一個習慣於奴隸生活的民族，開出一條自由之路，領導他們建立一個自由的國家。

除了舊約中的人物外，我們也不妨舉出幾個新約中的人物，或許他們更接近我們，更能吸引我們。

比如伯鐸與若望，他們的成長過程，為我們每人都能是一種莫大的支持與鼓勵。他們的教育程度、天賦才能、家庭背景等，可說都不會比我們好多少，或許更可說，在很多方面都比我們差。他們對老師基督的言行所表達的反應（現代更常用所給的回饋），和你我的本能反應完全一樣：順我心意的一律歡迎，完全接受（比如驅魔治病，飽飫眾人，建立天國等）；不如我意的根本免談（比如老師說要受苦，被殺害，然後復活）——「絕對不可能！」但他們始終跟著老師走，跌倒又爬起來（雖然摔得相當重），最後都成了教會的柱石。

如果看他們在團體方面的成長，為我們今天的小型團體，也同樣可提供很大的鼓舞力量。他們在個人和團體身上所顯示出的軟弱與缺點，尤其能給充滿人性軟弱和缺點的我們，特別打氣：放心，不要怕！只要恆心跟著祂走，結果一定會出乎意料之外。就連他們中間的最大不幸事件——猶達斯的自殺身亡，也能從反面給我們很大的幫助：只要以此為鑑，不那麼自作聰

明到底，我們的軟弱也自會顯揚祂的德能。

當然這裡面有很多的地方可深入長談，但為今天的時地而言，只能到此為止，其他就留給我們的小型團體，慢慢在生活中去體驗、分享、印證吧。

從基督的小團體到現在，歷代教會中都有這樣的生活實例。一旦為基督而敢放開一切，連生死都置之度外，結果常是意想不到的豐收、興旺、順利。勞改營中的兄弟姐妹處處都建立了基督小團體，印度德蘭修女赤手空拳而興辦了那麼多貧病老弱的收容所和療養院。

我們的地方教會中也有相似的「小型」實例。這些人所以能如此富有活力，他們所發生的影響能如此深遠廣大，其秘訣就是在於會吸取經書的精華而與生命根源打成一片。教會中的仁愛工作、醫療服務，以及在社會、文化、教育等各方面所作的努力，也都是由於經書的啓發推動，一如「撒在田裡的種子，放在麵團中的酵母」，不斷在萌發、滋長、擴展。

對我們的小型團體來說（已成立或將要成立），這些「事業」，這些不斷在彰顯天主德能的「基督工程」，自然也是最有力的藍本與鼓舞。

換句話說，小型團體的成長茁壯，就是要這樣從經書中汲取啓發與活力，依照自己的天賦才能、生活環境、工作職位等，在士農工商、政經文教各方面，積極發揮生命活力，以具體的愛心服務，活出「天父心愛子女」的面貌——這就是小型團體的真正成長。

（三）祈禱滋養成長——靈修成長經驗

前面所說的正確了解經書，以及剛才所分享的由經書汲取

啓發與活力，如果要成爲生活的事實，那就必須透過祈禱的滋養與培育。我們所說的祈禱是指與「生命根源」的生活接觸，就是和天父、和基督、和聖神之間的真實交流與共融。和生命根源的接觸方式自然有很多，但我們這裡只談小型團體和每人的「天人交流與共融」。先說個人，再談團體。

「你們祈禱時，要進入內室，關上門，向你暗中之父祈禱；你們祈禱時，不要嘮嘮叨叨，以爲多言，便可獲得垂允；你們的父原知道你們需要什麼。所以你們應當這樣祈禱：我們的天父，願祢的名受顯揚，願祢的國來臨，願祢的旨意奉行在人間，如同在天上」（參閱瑪六5～13）。基督給我們留下的「祈禱指南」與生活傳真，一方面是非常簡明，同時又是那麼精深，而且老少咸宜，萬國攸同。

我想我們都看過不少的祈禱書籍，使用過不少的祈禱方法，但我目前的感受是（在此完全無意輕視任何祈禱書籍與方法的重要與價值），只是個人的一種感受，就好像那個悟不空的孫悟空，拼命在那裡翻筋斗（自以爲神通廣大，一個筋斗就有十萬八千里），但折騰了半天，結果還是翻不出如來掌心。所以現在就依照基督，這位「由天主而來的師傅」的訓言，給大家分享幾句，當然最重要的還是個人在生活中，要認真地用「心」去體驗。

祈禱的第一步是「進入內室，關上門」。如果在繁忙之餘能有這樣的一個小室，當然是非常理想，但更重要的是進入自己的心靈內室（也就是我們常說的收斂心神，或收心、調心等）；關上心門（大德蘭說這樣以免「爬蟲走獸」隨便進來）。

心這樣收拾好之後，然後「向暗中之父祈禱」，就是以子

女真情面對如此愛我們的天父，或更童心一些，完全撲在祂的懷裡（當然這只是人的說法，不論我們意識到與否，我們常在祂眼前、手中、懷裡——因為「我們生活、行動、存在，都在祂內」。參閱宗十七27~28）。

「不需要說很多話，你們的父原知道你們需要什麼」，我覺得基督在此是要我們對天父有子女的依恃、孺慕、信賴。這是祂自己對父的「父子情深」的自然流露。

所以進入真正的祈禱（基督所傳授的祈禱），就是由心底向天父發出子女的依恃與信賴，慢慢能在內心深處體驗到一點「父子情深」的真實與美妙。在這與父的「真實接觸」中，自然不必為自己的需要而嘮叨不停，但這並不妨「在一切事上，以懇求和祈禱，懷著感恩之心，向天主呈上你們的請求；以聖詠、禱詞、及屬神的歌曲……因耶穌基督之名，為一切事而時時感謝天父」（參閱斐四4~7；弗五17~21）。

在此我們可清楚看出，誦念經文、詠唱詩歌，如果是由心底向天父所發，為中悅祂的父心而吟誦歌唱，自然都是很好的祈禱（有口無心，僅是聲響，那就不是祈禱了）。

總結一句，基督所教的祈禱就是「以心神、以真誠朝拜父」，在這真心朝拜中自然也有感謝、讚頌、孺慕、信賴等——這樣的「真心誠意」也正是我們的古聖先賢所說的「敬如在」。

分享了祈禱就是真心面對根源之後，現在我們要面對在祈禱中常會遇到的困難。為能長話短說，節省時間，我改用「自言自語，自問自答」的方式，說出個人的幾點感受（就如舊式拜苦路中有「我的靈魂，你想一想」那樣）。

首先是「我祈禱常分心」：先看看你的心分到哪兒去了；再看看那些使你放心不下，甚或念念不忘的人地事物；最後看看你能否把這一切都放在天父或基督的手中（如果你和天上母親的關係特別好，自然也可完全交給她——她和基督永遠是「母子同心悅父心」，絕對安全可靠）。

再者就是「我現在祈禱覺得很空洞，感到是白費時間，還不如多看書、多工作更好」：你所說的空洞，是否因為現在祈禱時，不像以前那麼有感受，比如喜樂、熱情、光照、欣慰等；如果是這樣，那你要看一下，得到「自我滿足」就興高采烈，得不到滿足就覺得是白費時間；「根源」在哪裡？祂的心願是否也要看看？你以多看書、多工作（想如此去作或已經在作）來代替祈禱，是否仍在一直尋求「自我滿足」？

第三種困難是「我真的好忙，很難找到時間祈禱」：說得輕一點，你是不知所云；重一點，你在自欺欺人；如果實話實說，那就是天父、基督為我都不重要；使我「真的好忙，沒有時間祈禱」的人地事物，比天父、基督更重要。因為經驗告訴我們，人為自己「心中最寶貴的一位」常會找到時間，常有辦法。

第四種困難，「很多年來，在祈禱上常是進進退退，依然故我，看不到有什麼效果」：能體會到自己在祈禱上沒有長進，本身是好現象；如果你真想進步，必須在「心專、意誠」上下工夫（心不專一，意不誠切，是祈禱不長進的癥結所在）。日常生活中我們有很多的「迷」，比如球迷、影迷、棋迷、書迷（當然更有財迷、賭迷、色迷等），假如你對電影、小說、異性朋友，或不不論任何人地事物，曾經有過一些迷的經驗，那你

現在看一下，在祈禱中你對天父，或對基督，或對天上母親，也曾迷過嗎？如果你肯為「祂」而迷，你的生命馬上就會改變。要不要試試看？

還有一種困難，也許更好說是困惑，「為什麼要常在聖堂裡祈禱，我覺得面對大自然更容易引發讚頌感謝的心情，更能幫助我作好祈禱」：在聖堂中，尤其是在聖體中的基督面前，你不覺得和面對大自然不同嗎？基督的「有形」臨在，正配合我們的「可感可觸」的需要。面對「我生命中最寶貴的一位」，如果還不如面對花草樹木更喜樂，你不覺得好笑嗎？大自然當然可以好好欣賞利用，但它們和創造者不可同日而語（就如兒童只喜歡糖果玩具，不肯親近給糖果玩具的父母，是否同樣可笑）。

為個人祈禱所說的一切，當然也能為團體有用，但小型團體也有適合其本身的祈禱方式，比如聖經誦禱、神恩祈禱，尤其是團體感恩祭，此外自然還有共同誦念玫瑰經、拜苦路、常年退省等。這裡無法一一多說，但其主要關鍵（就是使小型團體真能從中汲取活力而積極成長），仍是在於全心參與並認真在生活中去體驗。

三、小型團體的靈修特徵——喜樂充實

喜樂充實是一個真實生命的自然流露。我們的小型團體，如果基礎穩定，不斷從「根源」獲得活力而積極成長發展，自然也會流露出生命的充實與喜樂。下面我們要從三方面來看這「誠於中形於外」的生命「正果」（真正的生命果實），這樣會顯得更具體，更有象可徵。

(一)萬物靜觀皆自得——八風默會父心同

就如前面所說過的，成年期與兒童期的顯著不同，是在於前者會面對真實，生活日益穩定（其反面是受本能衝動所驅使，喜怒不定）。小型團體也是如此。如果長得好——向「長成」的方向積極發展，它對不理想的現實（尤其是不理想的教會現實），一定會更容易接受，同時也會體驗到，其本身也在逐漸更穩定踏實，整個生活會顯得更樂觀、更輕鬆、更和諧。

這和前面的「靈修階段」正相反：很難面對不理想的現實，甚至無法接受；很容易火冒三丈，要「馬上」革新一切，但往往弄得雞犬不寧，許多次更碰得頭破血流，兩敗俱傷。

如果用基督的話來表達，我們不妨讀讀這一段：「不要為你們的生命憂慮吃什麼或喝什麼……你們仰觀天空的飛鳥，牠們不播種，也不收穫……，天父還是養活牠們，你們不比牠們更貴重嗎？你們中誰能運用思慮，使自己的壽數增加一肘呢？關於衣服，你們又憂慮什麼？你們觀察一下田間的百合花怎樣生長：它們既不勞作，也不紡織；可是我告訴你們，連撒羅滿在他極盛的榮華時代所披戴的，也不如這些花中的一朵……信德薄弱的人哪，何況你們呢？……你們先該尋求天主的國和它的義德，這一切自會加給你們」（瑪六25～33）。

在基督這樣透明的「生活傳真」中，我們可清楚看出「有根」與無根的顯著不同。一個無根的生命常是憂慮恐懼，隨時隨地都要強得巧奪，拼命維護自我安全，而結果必然會造成衝突紛爭，混亂不安，甚至流血拼鬥，兇殺毀滅。有根的生命正相反，一如「生命導師」所傳授的，常是心安理得，隨處散發出輕鬆喜樂，溫暖和諧。

在個人靈修輔導過程中，我戲稱這階段為「疑神疑鬼疑心鬼」，其積極成長方向與特徵是日漸「自信自如自真如」。小型團體與個人都是要這樣成長過來，就如前面所分享過的，一定要先穩定基礎，使自己「有根」，然後才能「根固而求木之長」。而積極成長就是在「有根」的體驗中，日漸自信自如（內在的自我肯定與確是天父的寶貴子女，慢慢連接起來而融合為一，外在的生活行動自然也就變得更輕鬆放心，和諧安定），取代了以前的衝動、不滿、緊張、掛慮等（都是一些悲觀的內在情緒與消極的外在反應）。

換句話說，在和「根源」的真實接觸中，我們很快會發現，我們好多的「消極不滿，疑神疑鬼」，原來不都是在外面，而更是在我們內——我們自己就是那個「疑心鬼」。對自己有如此的「會心微笑」，整個生活的方向自然就會走向「真如」——真正如同天父心目中的子女，逐漸顯出「真如天父子女」的面貌。自己的內在一旦安定和諧，對外在的一切也就會感到「萬物靜觀皆自得」，不再怨天尤人，瞎馬亂衝了。

如果小型團體的大部分成員，至少十分之二三的人能在生活上如此有象可徵的話，那整個團體的穩定和諧，已是自在不言中。更有進者，這樣的小團體會更能接受現實的挑戰，甚至面對挫折仍可繼續向前，不會輕易灰心，更不輕言放棄。

雖然這階段的功力還只是「八風吹不動」的初級，但至少已能於順、逆、成、敗中（不僅於順利成功時，也能於困逆失敗時），去默默體會天父的照顧而學得積極成長的寶貴經驗。

當然在開始的時候，這種經驗是相當痛苦，不論個人或團體都會掙扎排斥，但經過一兩次的「痛定思痛」（尤其是在聖

體中的基督和天父面前），內心會清楚看到，就連挫折與痛苦，也是天父幫助我們成長的好機會。對成敗得失，榮辱毀譽，能慢慢放開一些（至少不再抓得那麼緊），小團體的靈修成長也就更顯明可見——由「八風默會父心同」所流露出的充實喜樂，是無法不引人「注目」的。

(二)破傷蘆葦不忍斷——將熄燈心挑又明

一個內在穩定和諧，同時又能於八風中（各種境遇中）默會父心的小團體，不但不會自滿封閉，自我陶醉，相反，它會更敏感於四周環境，尤其是「兄弟姐妹」的迫切需要。這是靈性生命真正有根的必然標誌，是「真如天父子女」生活的自然流露——推己及人，民胞物與。

因為人的天性，特別是由基督的「生活傳真」所顯示的人性「原本」，原來就是共融的，整體的，是「四海一家，善與人同」的。「惻隱之心，人皆有之」，這是人性的一種「天賦本能」。一個以基督為「根」而生活的個人或小團體，特別是已能面對「雨打風吹」而不動搖的小團體，至少可說在基本上已「懷有基督所懷有的心情」。

基督對人（所有的人）的惻隱之心，憐憫之情，最顯明的表達就是「破傷蘆葦不忍斷，將熄燈心挑又明」。如果說一個真有基督心情的小團體，很容易封閉自滿，不會關心四周兄弟的需要，那是一種不知所云的矛盾；如果擔心這樣的小團體會自我陶醉，這正是我們的成語所說的杞人憂天（其實這種「擔心」倒是有些令人擔心，不是嗎）。

請不要誤會，我們在此絕對無意批評任何人或抱怨什麼，只是就事論事，設法從已發生的事故中（尤其是從自己的失誤

中），學習更有助於成長的寶貴經驗。因為事實告訴我們，一個靈修根柢還很膚淺的小團體，如果急著去散佈愛心，從事很多使徒工作，結果常是不久之後，就「事」我相違，賦歸田園（愛心之事也不作了，團體聚會也不來了）。反之，今天在我們的地方教會中真能任勞任怨，不斷努力在從事各種使徒工作的小團體，也正是那幾個在靈修根柢上下工夫，在生活上比較踏實穩定的小團體。

此外在我們的社會中，也有一些事實很能在這方面幫助我們。比如有些家長，因為太「心切」於望子成龍或望女成鳳，而結果往往使子女精神分裂，遺憾終身（父母的愛心我們絕不懷疑，但所用的方法卻是非改不可）。

為我們的小型教會團體，特別是即將成立的小團體，我們一定要開始就從「根」培養（至少不要重蹈「太心切」的舊轍）；在基督內根深蒂固的小團體，必然會流露出「破傷蘆葦不忍斷，將熄燈心挑又明」的基督心懷（根不穩固，小團體本身很快就會變成破傷的蘆葦和將熄的燈心）。

（三）麥粒不死單粒在——單粒成泥百粒來

有「根」才能穩定，有「愛」就會關心別人；這樣的小型團體繼續成長發展，自然就會到達成熟——甘心捨己為人，甚至捨生取義。小型團體的這個靈心特徵，和前面所說的「真正進入逾越奧跡」的成長階段，遙相呼應，互為因果。

換句話說，個人以及小型團體除非先經過前面的逾越成長（就如兒童逐漸長大成人），一定無法流露出「甘作羔羊」的人性完美與充實。西方有句古老的哲學成語說，「除非己先有，無法施與人」，用在這裡，特別顯得確切恰當。

因為安定穩重以及慈善工作，都還能偽裝假冒（就如電影電視中的點藥水流眼淚一樣，如果誰看過光啓社製作連續劇的經過，看電視時就不會那麼感動流淚了），但這「甘心犧牲，視死如歸」的人性光輝，是無法假裝仿冒的。越裝越不像，其本身就是一種矛盾。因為偽裝常是為「利己——尋求自我滿足」，而甘心捨棄生命則是完全的「捨己——毫無自我利益」。

所以單就人的層面來說，這兩者是恰恰相反，不可能同時存在。如果再加上面對「根源」（面對「真誠」同時又偽裝欺騙），那更是矛盾可笑，無法成立了。

從積極方面而言，「麥粒不死單粒在，單粒成泥百粒來」，是基督自己的逾越寫照，是最完美的人性光輝。如果不是祂以「生活傳真」給我們顯示，常以「自我為中心」的我們，連做夢也不會想到。就是在祂清楚顯示之後，我們的「本能反應，血肉之見」，不仍是望而生畏，拼命逃避拒絕，完全不肯接受嗎？你我對此都很有經驗，不必多說。所以在如此「曲高和寡」的靈性層面上，魚目混珠是很難混過的，不是嗎？

強調指出這「甘作羔羊」的靈修特徵是絕對真實可靠之後，現在要看看這特徵在具體生活中，在個人與小型團體身上，何時何處會有形可見，以免因前面太強調其「曲高」，以致使「和寡」，好像變得幾乎無人能、甚至完全無人能和了。

但實際上並非如此。比如一個母親在家庭中，茹苦如飴地照顧子女，默默地為他們付一切；看他們順利成長茁壯，就是她的喜樂。這股天然的母性光輝，如果再加上信仰，它就是「麥粒成泥百粒來」的真實寫照。再如在教友以及修會的某些團體中，我們常會看到（如果我們會用「心」去看）一兩位，甚或

兩三位，默默地在付出一切，很少批評抱怨，這就是「麥粒成泥，甘作犧牲」的有形可見。

當然這特徵的表達在程度上能有很大的不同，但任何默默付出的愛心，甘願接受的犧牲，都是這「捨己為人」的萌芽與初現。如果細水長流，自然就會水到渠成。

在此也不妨順便指出，「麥粒成泥，甘作羔羊」是一種心態，而非必須要照字面去實現。我們大多數人都不會「被牽去宰殺，流血犧牲」，但如果有此心態，遇到機會自然就會流露出來。

比如聖國柏司鐸（在納粹集中營替一位同伴受死），五十年代的董世祉神父（在四川重慶講完「兩全其美」的信仰宣言後，不久就被關入監獄，再也沒有消息），以及許多坐監、勞改的兄弟姐妹，都是最好的實例。大陸教會、波蘭教會的蓬勃活力，也正是這「麥粒成泥百粒來」的具體寫照與說明。

最後這特徵非常特別：你必須完全不想它，它才會自己出現；如果你刻意去追求，它就消失不見了。

結語

我們分別從基礎、活力、特徵三方面，分享了小型團體的「靈修生活全貌」，其實這本來就是人性應有的天然面貌。所以我們的靈修生活，並非高不可攀或遙不可及（好像只是一種理想），而是近在你我內，我們每天都能如此去體驗、印證，因為其本質就是完全依照人之天性而生活的「人性生活」。我們的古聖先賢所渴望的天人合一，也正是在此找到了具體的解答與完美的實現。

我們的小型教會團體，尤其在開始時，我覺得應強調要從「根」做起。這根當然是指信仰的根，但同時也包含著我們傳統文化的根。我們的祖先，世世代代，一直在告訴我們，要作一個「推己及人」的人（老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼），要作一個有「禮義廉恥」的人，在必要時能作一個「殺身成仁，捨生取義」的人。這樣的「人」和天父連起來，就是基督給我們所顯示的人——「天父的心愛子女」，同時也是我們古聖先賢所渴望的「天人合一」的人。

如果我們的小型團體，能如此「有根」地成長發展，我們的文化傳統所嚮往的「四海兄弟，世界大同」，自會變得有形可見。說得更具體一點，印度德蘭修女的生活工作，如果是在中國文化中，其生活本身就是「四海皆兄弟，丹心照大同」的活現。這不就是「根、本」上的福傳嗎？

主要參考書

- ① 《椿——基督徒基層團體參考資料》，示編輯委員會，香港，1978。
- ② 《福傳大會文獻》，中國主教團，民國七十七年（1988）。
- ③ 《團體生活的心理觀》，馬能諦著，胡安德譯，上智，1982。
- ④ 《發展心理學》，赫洛克原著，胡海國編譯，桂冠，民國六十五年（1976）。
- ⑤ 《神學中的人學》，谷寒松著，光啓，1988。

（原刊神學論集^㉔1989年夏）

第三講

試從經書看靈心成長

一旦明事理，嗚然悟心盲

生命是一個成長過程，而教會內的「讀經運動」更是要推動我們在靈性生命上的積極成長。近幾年來，由於在靜修輔導中的深入接觸與分享，使我對經書似有日益簡明具體的感受，好像摸到了一扇門，很容易和生活打成一片。

就如從小到大（兒童到成人），是我們每人都有成長經驗，在靈性生命的成長上基本上也是如此。經書的「生命之言」可幫助我們將已有的成長經驗，「自然而然」地運用在靈性生命的成長上，使全人都有「活」起來的感覺——左右逢源，既清新自在，又深刻落實。

現在就將此「活門」努力描繪出來，並以獻曝的愚誠，提供給「基督愛內成一體」的兄弟姐妹，共同參照印證；更願能一起進入此門，共同暢飲「天井」中的生命活泉。全文綱要如下：

一、經書啓示成長：

(一) 基督的生活宣講

(二) 初期教會的體驗

二、舊約蒙童期：

(一) 新奇好玩，顯靈顯聖

(二)自我滿足，勝過對方

(三)福壽物化，血肉無明

三、新約成年期：

(一)由表相看到真相

(二)由血肉進入心神

(三)由自我轉向根源

(四)由分別走向大同

四、結語——落實於生活中

一、經書啟示成長

(一)基督的生活宣講

基督帶來的「好消息」，實在是一個成長的喜訊。譬如撒種的比喻、莠子的比喻、芥子和酵母的比喻等（參閱瑪十三1～43），都是借物喻人，描述生命成長、結實（以及長不成、不結實）的各種情況，親切自然，老少咸宜。再如葡萄樹（若十五1～11）、葡萄園（瑪二十一～16，二十一33～44）、童女、元寶（瑪二十五1～30）等比喻，也同樣都是在表達「生命成長」的道理：結出豐富的生命果實，充滿喜樂；或生命空虛、悲恨切齒，悔之晚矣！

比喻之外，基督更屢次直接表達對「生命成長」的渴望，特別是對其十二弟子的渴望：「你們還不明白，還不了解嗎？你們不記得五個餅分給五千人，你們收滿了幾筐碎塊？……你們怎麼還不明白，我不是指著餅向你們說的呢？」（參閱瑪十六5～12；谷八14～21）。

但在生命成長過程中，基督的這幾個弟子，實在也夠「笨」

的，一直到老師死，他們還沒有「長」起來。老師復活後，仍然繼續幫助他們：「你們的心竟是這般遲鈍，默西亞不是必須受這些苦難，才進入祂的光榮嗎？」（參閱路二十四25～27，44～47；谷十六9～14）。

（二）初期教會的體驗

經過「逾越」的考驗，宗徒們終於靈心開悟而長大「成人」了。以前的幼稚幻想——「老師要作君王，給以色列復興國家」（參閱路二十四19～21；宗一3～6），隨著老師的有形離去而破滅消散。但基督的母親卻在這時和他們在一起；他們「都同心合意地專務祈禱」，內心逐漸穩定整合了起來。靈性之光在「同心祈禱」中不斷增強，照亮了他們內心深處的黑暗，衝破了疑懼、寡信等各種烏雲——「五旬節日一到，他們都充滿了聖神」（參閱宗二1～4）。

這靈性上「長大成人」的明顯特徵，就是他們對「生命」的了悟與貫通：他們與老師之間，開始有完整的生命交流與共融。以前他們認定是「絕對不可」，完全無法接受的事，現在成了他們生活和宣講的中心：「就是你們所釘死的納匝肋人耶穌，天主使祂復活了；除祂以外，決無救援。因為在天下人間，沒有賜下別的名字，使我們賴以得救的」（參閱宗二22～36，三12～15，四8～12）。

宗徒們有了這番「長過來」的深切體驗後，也就變得像老師一樣，一心為「羊群」的靈性成長而貢獻一切，甚至捨棄生命也在所不辭。在他們所留下幾封信函中，可說都是在鼓勵信友們要恒心堅忍，結出生命的果實。譬如「弟兄們，直到主的來臨，應該忍耐。看，農夫多麼忍耐，期待田地裡寶貴的出

產……你們也該忍耐，堅固你們的心」（雅五7～8）。伯鐸前書說：「你們原是藉生活而永存的天主聖言……是由於不能壞的種子，得以重生。所以你們應如初生的嬰兒，貪求屬靈性的純奶，為使你們靠著它生長，以致得救」（伯前一23，二2）。

保祿在這方面的體驗與表達，更是懇切感人，隨時都會流露出他對「基督團體」的渴望——渴望他們在基督內早日長大成人。「弟兄們，我從前對你們說話，還不能把你們當作屬神的人，只能當作屬血肉的人，當作在基督內的嬰孩。我給你們喝的是奶，並非飯食，因為那時你們還不能吃，就是如今你們還是不能，因為你們還是屬血肉的人」（格前三1～3）。「當我是孩子的時候，說話像孩子，看事像孩子，思想像孩子；幾時我一成了人，就把孩子的事丟棄了」（格前十三11）。「我們各人所領受的恩寵，卻是按照基督恩賜的尺度……為建樹基督的身體，直到我們眾人都達到基督圓滿年齡的程度；使我們不再做小孩子，為各種教義之風所飄盪，所捲去……反而在愛德中持守真理，在各方面長進，而歸於那為元首的基督」（弗四7～15）。

二、舊約蒙童期

在舊約的背景中，基督所指出的靈性成長「不是為廢除法律或先知，而是為成全」；祂常用的說法是：「你們一向聽過給古人說……我卻對你們說……」（參閱瑪五17～48）。保祿更把認識基督之前的時期看作「蒙學」期，梅瑟法律是啓蒙師，領人歸於基督。人一旦有了「基督信仰」，就不再處於啓蒙師權下了（參閱迦三23～25；四1～11）。

從心理角度來說，兒童的顯著特徵是好奇、幻想，依照本能的「快樂原則」（Pleasure Principle）而生活。現在我們就以靈、心整合的方式（靈性成長與心理成長的相互配合），來指出「信仰蒙童期」的主要特徵，這可幫助我們很容易看清楚什麼才是真正的信仰成熟——在基督內的長大成人。

心靈的幼稚和心理的幼稚很相似，而個人信仰的蒙童期和一個民族的懵懂，也是大同小異。如果我們會參照運用，那就更容易「長過來」，減少好多無謂的掙扎與痛苦。

（一）新奇好玩，顯靈顯聖

舊約中有很多這樣的題材，我們選一兩個作為實例，其他自可舉一反三、不言而喻。

首先我們可看「厄里亞與假先知比試」（列上十八21～40）。如果我們以「童心」來看或是講給兒童聽，大家一定會看得專心，聽得「入神」。厄里亞一人對四百五十人；同樣兩隻牛犢都殺好放在木柴上；看誰的神能降火焚燒犧牲，誰的神就是真神。巴耳神的四百五十個先知「從早晨直到中午呼求巴耳，但沒有動靜；他們也在祭壇旁跪下起來，跳個不停。」厄里亞譏笑他們說：「再大聲呼喊吧！也許他出去旅行或是正在睡覺，必須把他叫醒。」他們就更高聲喊叫，並用刀槍割傷自己，直到全身流血；一直到晚祭的時候，仍然沒有聲音，沒有反應。

就在此「一無所能」時，厄里亞叫民眾過來，站在他重新整修好的「上主祭壇」旁邊；然後吩咐他們盛滿四桶水，倒在全燔祭（牛犢）和木柴上；「再倒一次！…倒第三次！」祭壇周圍都是水，四處奔流；厄里亞一呼求上主，立即有火從天降

下，燒盡了牛糞、木柴，也燒乾了四周的水；全體民眾俯伏在地說：「雅威是天主，雅威是天主！」厄里亞隨即吩咐民眾捉住巴耳的先知，一個也不讓逃走，把他們全部殺掉。

再如出谷紀所謂的「十大災難」（出七～十二），其表達方式和基本心態，如果以基督的「逾越」來對照一下，那就玉石分明，可立即看出成熟與幼稚的截然不同。一是童心式的一廂情願，就如兒童騎竹馬神遊太空，戰勝外星人，驚險奇妙，「好玩」極了。一是全心信賴天父，雖然一直到被釘死在十字架上，都沒有任何動靜（比如大地崩裂，吞滅那些惡人），甘心讓自己的血流盡，而不是殺盡敵人或他們的長子。

（二）自我滿足，勝過對方

這個特徵我們也選用「實例」來說明。這不僅比用文字要簡單方便，而且在效果上還會事半功倍。譬如梅瑟頌以民過紅海後的「凱旋歌」（出十五1～10），其歌頌的中心與重點是：「雅威將法郎的戰車與騎兵，全部淹沒海中，毀滅了他們。」在心態上很像幼童靠著爸爸的幫助，勝過了其他小朋友，且能騎在他們身上——好得意，好神氣！

第二個例子我們可用「大讚歌」（詠一百三十六）感恩頌，頌唱者敘述上主的種種恩惠，全體同聲答唱「因為祂的仁慈永遠常存」。先歌頌上主偉大寬仁，創造了宇宙穹蒼、日月星辰——表達得很好，顯得相當成熟有智慧。

但從第十節開始，「童心童語」又都跑出來了：祂擊殺埃及首生、祂淹沒法郎軍隊、祂嚴懲強悍國君、祂殺死這個、祂殺死那個，祂使以色列佔領他們的土地——「因為祂的仁慈永遠常存！」

說這些都是「童言」，因為我們有基督的「真言」作比照，祂的宣講和生活懇切告訴我們：「你們當愛你們的仇人，為迫害你們的人祈禱，好使你們成為你們在天之父的子女。因為祂使太陽上升，光照善人，也光照惡人；降雨給義人，也給不義的人」（參照瑪五43～48）。

由此可見，在基督的心目中，所有的人都是天父的子女（四海之內皆兄弟），而我們的「懵懂、愚昧」卻在製造分裂、仇恨、殺害、毀滅——並且在這一切中，我們一定要「勝」過對方，非「贏」不可。

（三）福壽物化，血肉無明

此一特徵可說是上述幼稚心態的自然結果。就如兒童尚不了解事物的真正價值，自然會以外在的吸引來作選擇的標準。為一個兩三歲的孩子，面對一隻精美的小小手錶和一個顏色顯亮的大汽球，他一定會跑著去抱汽球，而不會選手錶。

同樣，當我們心靈尚在幼稚階段時，我們所認為的福樂賞報（以及其反面的災禍、痛苦、懲罰），自然都局限在「顏色顯亮」的外表上，而無法了解心靈福樂的真相。

因此舊約中所強調、重視的祝福是：「我要使你成為一個大民族；請你仰觀蒼天，數點星辰，你能夠數清嗎？——你的後裔也將這樣；我必多多祝福你，使你的後裔繁多，有如天上的星辰，海邊的沙粒」（參閱創十二1～3；十五1～6，廿二15～18）。

當然子孫眾多就必須土地廣闊，出產豐富；所以上主同時也要「賜給以色列子民：從曠野直到黎巴嫩，由大河直到大海日落之地，都是你們的領土」（若蘇厄書就是奪取這塊土地的

記載）。這塊土地是「流奶流蜜」的福地：「羊群滿山遍野，佳禾滿坑滿谷」——聖詠六十五（六十四）以詩歌方式在歡呼描述。

現在我們以基督所顯示的「成熟心靈」，來看看這些記載。

首先，就是所說的「後裔繁多」，以當時情況而言，充其量也不過幾十萬人。

再者，十二支派所攻佔的土地，比他們所希望的「由大河（幼發拉底）直到大海（地中海）日落之地」小了很多很多；即使全照他們的希望實現，實際上仍只是一塊小地方。

第三，這塊土地相當貧瘠，非但不流奶流蜜，而且多處連水都沒有。

第四，他們所用的「攻佔、殺絕」手段，其結果是永無寧日——不斷「動槍流血」；過去如此，今天似乎也未有多大改變。

而基督帶來的「福音」，圓滿的喜樂，首先是人同為天父子女，彼此必須接納寬恕，這樣才能從根拔除分裂、仇恨，才能徹底消除彼此相加的殺害、毀滅。「溫良的人是有福的，因為他們要承受土地；締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女」（參閱瑪五1~12）。

人果能朝此方向成長發展，大地將成為人類所同居共享的「福地」；自然的富源，將為人類湧流出「奶和蜜」——四海一家的交流與共融。

心靈的「無明」在面對痛苦時，尤其顯得格外分明。就如兒童喜愛糖果、玩具，而不肯「吃苦」作功課；不得已而讀書作功課時，心裡仍在等著快作完後，所要得到的玩具和糖果。

舊約所說的「這實在是一個有智慧，有見識的大民族！」（參閱申四1～9）積其上千年的生命經驗，對痛苦（善人爲何受苦）所給的「智慧」解答，可說就是約伯傳。

這個傳奇故事所描述的主角，的確是一位「十全十美」的古聖先賢，尤其在他突遭無妄之災而家破人亡時，仍能俯伏叩拜說：「上主所賜，上主收回，願上主的名受讚美！」（參閱約伯傳第一章）以當時人類的心靈情況而言，這實在是「完善」之至，無以復加了。但在其「足踵到頭頂都長毒瘡」的痛苦中，約伯雖努力「由天主接受災禍」，可是也無法不「詛咒生日，厭惡生活，自嘆命苦，哀訴慘狀」（參閱約二～七章）。約伯的好友輪流苦勸他向上主認罪悔改，痛苦即可消失；而約伯堅持問心無愧，一身清白純潔，自己完全是無辜受難（參閱約八～三十七）。最後上主向約伯講話，約伯懺悔認錯，上主加倍報答他：財富之外，又生七男三女，安享一百四十歲高齡（人生七十古來稀），見到子孫直到第四代，然後壽終謝世（參閱約三八～四二）。

如將基督的「親身遭遇」和此傳奇描述相互對照一下，可立即看出：舊約的最大智慧仍停留在「此世」的層面上——今生會獲得「加倍」的賞報（財富、子女、高壽、尊榮等）。基督完全純潔無罪，卻被打得遍體鱗傷，釘在十字架上（連用手來撫撫傷處都不能）。

如以舊約的心態來描寫講述的話，至少此時應天降烈火，或大地裂開，消滅那些冤枉殘害祂的惡人。但一直到死都毫無動靜。祂死後被埋葬，第三天悄悄地復活，依然沒有什麼「賞報」出現。殺害祂的那些人繼續有權有勢，享受榮華富貴，沒

有遭受什麼「現世應得」的報應。

此種不同，可使我們「看清」心靈成熟與幼稚，畢竟玉石迥別，相去「天壤」。一是「屬於下地」，所講論的智慧仍是下地的智慧；一是「來自天上」，祂所講論的話「就是神，就是生命」（參閱若三31~35，六61~64）。

最後我們不妨以一首有如兒歌的小詩，來總結以上所述，這樣或可更易於「默存心頭」（牢記在心），不斷在生活中提醒自己，努力向基督的「圓滿年齡」積極成長。

門前小坑水，世上大汪洋；
手拙怨衣袖，足粗羨褲長；
祇知糖果好，無力喻書香；
一旦明事理，嗚然悟心盲。

三、新約成年期

從蒙童期的幾個特徵中，我們已大致看出靈心成長、成熟的積極方向。在此「新約成年期」的部分裡，我們要從基督的「生活傳真」中，特別舉出四個重點，希望更能有助於心靈的長大、成熟——「懷有基督所懷有的心情」。

(一)由表相看到真相

這可從兩方面來看，一是從象徵到實體，一是由外表到內心。先說象徵，再談內心。

「破傷的蘆葦，祂不折斷；將熄的燈心，祂不吹滅」（參閱瑪十二15~21；依四十二1~4），從基督的治癒疾苦、召選稅吏、接納罪婦等事跡中，我們可立即看出「破傷蘆葦、將熄燈心」的象徵意義，每一個人在基督心目中都是寶貴的，祂渴

望每人都能活得像天父的心愛子女。再如洗者若翰宣講悔改的洗禮，「修直上主的道路」，其實體內涵是指人心的憤恨、狂妄、詭詐、貪婪等，這些必須剷平、填滿，使內心恢復其應有的平靜與安定（這在別處已分享過，無須重贅，請參閱神學論集⁸⁰246～247頁）。

經書中有很多這樣的象徵題材，現再舉一例以概其餘。「豺狼將與羔羊共處，虎豹將與小山羊同宿；牛犢和幼獅一同飼養，一個幼童即可帶領牠們」（參閱依十一6～9）。透過基督的「生活傳真」，我們似不難體會此段經文的實際意涵：恢復原有的自然和諧，尤其是人性內心以及彼此間的本然和諧。

比如，人有溫和與凶猛、善良與殘暴等不同面貌與心態；一個女性如果凶得像隻老虎，那和她接近的人很快就會被「咬傷」，甚至咬死；反之如果她能發揮母性，就像老虎媽媽照護保護牠的虎寶寶一樣，那麼和她生活在一起的人，真是最溫暖安全、最快樂幸福了。男性也是一樣，一方面可充分發揮其人性本有的溫和善良，但同時於面對邪惡、危難時，更能勇猛直前，奮戰到底。

基督和其母親就是這人性「本然和諧」的完美典型：在無比剛強的男性中，基督也充滿著「如同母雞把小雞聚集在翅膀底下」的慈愛與溫暖；聖母有春暉浩瀚的母愛，同時也有「站在十字架旁」的無比剛毅和勇氣。人在內心有了這樣的本然和諧，那人與人之間以及與大自然之間的和諧，已是不言而喻了。

從象徵能逐漸看出實體之後，由外表進入內心就會相當容易。譬如「用不潔的手吃飯（進食前不先洗手），並不使人污穢；由內心發出的惡念——凶殺、邪淫、貪婪、狂妄等才使人

污穢」（參閱瑪十五1~20；谷七1~23）。

基督和其當時的宗教人士，尤其是法利塞——熱誠派人士的最大不同，可說就是在於外表與內心。基督強調一切宗教行爲，比如祈禱、施捨、禁食等，都應在內心面對天父而行，「父在暗中看見，必要報答你。而不要如同假善人，在人前行仁義，爲顯示給人看。我實在告訴你們，他們已獲得了他們的賞報」（參閱瑪六1~18）。同樣，由此「內心」基督稱讚一位窮寡婦的捐獻，說她「比所有投錢的人投的更多」，雖然在「外表」上，她那兩個小錢比誰投入的都更少（參閱谷十二41~44）。

這可使我們清楚了解，基督帶來的「成人」信仰與心靈成熟是：「不是凡向我說『主啊！主啊！』的人就能進天國，而是那承行我在天之父旨意的人，才能進天國」（瑪七21~23）。

（二）由血肉進入心神

這可說是基督在「新、舊」之間所劃的分界線，也是初期教會在心靈成長上所體會的，「屬靈屬神」和「屬血肉」的根本不同。基督的信仰心態可用一句話來表達，那就是「以心神以真誠朝拜父」。由此對根源的「誠一敬」，而流露出對「人」的真正接納與關懷：「你們一向聽過給古人說：不可殺人……我卻對你們說：凡向弟兄發怒的，就要受裁判。你們一向聽說過：不可姦淫……我卻對你們說：凡注視婦女，有意貪戀她的，他已在心裡姦淫了她」（參閱瑪五21~37）。

「血肉之見」所以是無明，行不通，因爲其本身就不符合事實，其方向正和成長相反，長不成。譬如基督說：「人子必須受很多苦，且要被殺害，但第三天要復活。」宗徒們的反應是：「不可能！這事絕不會臨到你身上！」而基督對他們的「好

心」（絕不讓老師受苦，被殺害），不但不領情，反而責斥伯鐸說：「退到我後面去！你是我的絆腳石，因為你所體會的，不是天主的事，而是人的事」（參閱瑪十六21～23；谷八31～33）。

我們在遇到「意想不到」的情況發生時（比如預定計劃不能實現，希望的成果落空，親友發生意外，健康突然惡化，祈禱陷入乾枯黑暗等），是否和宗徒一樣：不可能！絕對不能是這樣！這正是我們「由血肉進入心神」的好機會，宗徒們也是這樣成長過來的。

當然，基督在生活中不只是幫助那十二個弟子成長，而是幫助所有的人都能這樣進入心神，長大起來。

比如祂懇切告訴那些熱情尋找祂的群眾說：「你們不要為那可朽壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌……使入生活的是神，血肉一無所用」（參閱若六26～71）。

對編故事以否認復活的質問，祂也清楚予以開導：「你們錯了……復活的時候，也不娶也不嫁，就像天上的天使一樣」（參閱瑪二十二23～33）。

連對那些想陷害祂，甚至要殺掉祂的人，祂仍是「像母雞聚集小雞一樣」，懇切勸告：「如果你們是亞巴郎的子孫，你們就該作亞巴郎所作的事……假如天主是你們的父親，你們必愛我，因為我是由天主來的。假如我不作我父的工作，你們就不必信我；但若是我作了，你們縱然不肯信我，至少要信這些工作，如此你們必定認出父在我內，我在父內。光在你們中間還有片刻……幾時你們還有光，應當信從光，好成為光明之子」（參閱若八31～59，十22～39，十二20～36）。

基督如此強調這點，因為「擺脫血肉，進入心神」是心靈成長的唯一門徑，是靈修上「出死入生」的基本關鍵。

（三）由自我轉向根源

人一旦能「進入心神」（或至少能看出「血肉之見」是自討苦吃、無理取鬧），同時也就起步走向根源了。用心理的詞彙來說，這就是兒童逐漸學習著擺脫「快樂原則」，而以「實際原則」（Reality Principle）來生活——開始長大成人。兒童只知尋求「自我滿足」，還不會去體會「父母心」的春暉無際。

心靈上的兒童也是如此，只知求天主給我這個，給我那個（而其內涵不外乎是「福祿壽禧」——成功順利、健康快樂、長壽多福等）；不會去求滿全天父的心願，更不會求吃苦犧牲，以悅樂父心。

基督的「圓滿年齡」——成熟信仰，則恰恰相反：「你們先該尋求天主的國和它的義德，這一切自會加給你們」（參閱瑪六24~34）。祂的生活是——心有父，常作父所喜悅的事（請參閱拙文〈盡付須臾悅父心〉，神學論集③404~412頁）。

祂這「生命無他望，惟求悅父心」的自然流露，使我們不能不想到祂和母親間的親密關係，在母懷中祂已懷有了「照你的話成就」的心情，在生活中自然是常常「照你的意願實現」，尤其在痛苦掙扎中更是堅定不移，深切感人。

祂在這塵世上雖只生活了短短三十幾年，但卻充分活出了人性能有的一切光輝——「天人合一」的終極和諧與圓融。當然祂也切望我們都能分享祂這「合一」生命的圓滿喜樂，天人一體的生命交流與共融。所以祂教我們要不斷向生命根源之父祈禱：「我們的天父，願祢的名受顯揚，願祢的國來臨，願祢

的旨意實現，在人間一如在天上！」祂也在父前時常為我們祈求此「成長」的恩寵：「父啊！求祢使他們合而為一，就如我們原是一體一樣。」

在這點上，有時我們不妨「看看」自己，特別是完全奉獻給基督的兄弟姐妹，隨著年齡的增加，我們的心靈也在「成長——長成」嗎？在日常生活中，我們所宣發的三願和基督教我們常求的「三願」，是否正在日益合而為一？還是往往心口不合，口願心不願？甚至變成了很多的「怨」？如果我們內心有很多怨，又怎能流露生命的喜樂？沒有「生命活泉心底湧」的喜樂，又如何能走向基督所切望的終極圓融呢？

（四）由分別走向大同

基督帶來的成熟信仰，取消了人與人之間的任何歧視與隔離。就我們每人的成長經驗來看，稚齡階段（比如三至六歲）我們會把自己門前的地盤，只有「我的」朋友可以在此一起玩，外人不可以，「敵人」更是要趕出去。上小學後，地盤擴大至學校地帶。進入大專之後，心胸也由省市擴大至全國、全球，對人不再那樣「敵我」分明，而是逐漸走向「四海一家」的人性共融。

基督的「生活傳真」完全實現了中國文化所渴望的民胞物與，天下大同。首先祂不再分外邦人與猶太人，而是一視同「人」。祂不但治癒羅馬百夫長的僕人和客納罕婦人的女兒，並且刻意稱讚他們的信心，以「激勵」自己的以色列同胞應該更有信心：「在以色列我從未見一個人有這麼大的信心！將有許多人從東方和西方來，同亞巴郎……在天國裡一起坐席；本國的子民反要被驅逐到外邊的黑暗裡」（參閱瑪八5～13，十五

21~28)。

祂更進一步把猶太人最輕視的撒瑪黎亞人（視之為雜種，根本不算是人），毫無保留地當作近人，甚至比漠不關心的司祭和肋未人更是近人：「你以為這三個人中，誰是那遭強盜者的近人呢？……你也照樣去做吧！」（參閱路十25~37）

基督不僅以言，更以行來表達祂由衷的重視與愛護。宗徒們對撒瑪黎雅人怒火填胸，要嚴厲報復：「主，你願意我們叫火自天降下，焚毀他們嗎？」基督卻嚴厲責斥宗徒們，並教訓他們當有怎樣的精神（參閱路九51~56）。

祂和撒瑪黎雅婦人親切交談，把「湧到永生的水泉」帶給她——「同你談話的我就是」，然後又在該鎮（息哈爾）住了兩天，使很多撒瑪黎雅人都能「認識」祂（參閱若四1~42）。

初期教會在「合一之神」的推動下，很快也超越了法定的人為阻隔——「天主稱為潔淨的，你不可稱為污穢！」（參閱宗十），完全取消了「受割損與未受割損」的任何區別——「都藉著對基督耶穌的信仰，成了天主的子女」（參閱迦三26~29；哥三8~11）。這可使我們看出，在心靈上越長大成熟，就越能「愛人如己」——由衷接納重視所有的人和每一個人。

我們的古聖先賢所體會到的「四海之內皆兄弟也」，其基礎與完成不正是在此嗎？我們在生活中，尤其在獨身奉獻的生活中，是否有「分別心日減」的真正成長？「基督愛內成一體」的大同喜樂，是否逐漸變得有形可見？中國文化與生命好消息的合而為一（福音本位化），可說就是在此，而你我的生活都是此合一的重要一環。身為天父子女和中華兒女，這正是我們的「天賦」使命——蒙召被「派遣」深入中華民族與文化。

四、結語——落實於生活中

「爲此，凡成爲天國門徒的經師，就好像一個家主，從他的寶庫裡，提出新、舊各種物品」（參閱瑪十三52）。藉著基督的「生活傳真」，舊約的「蒙童」稚語，都可成爲幫助我們心靈長大成熟的日用補品，其使用方法就是我們「從幼兒到成人」的親身經驗。

記得很多年前，讀過張秀亞女士的一篇散文〈童心〉，其大意是敘述山山、蘭蘭小時候買了小鴨來養，由於天氣還冷，晚上他們要媽媽給小鴨蓋被子。媽媽告訴他們說：不行！小鴨會悶死的。但是「童心」不放心，還是偷偷給鴨籠蓋上了棉被。第二天早上，小鴨都「翻車」了。山山、蘭蘭很難過，就彼此說：「小鴨都凍死了，媽媽還說不要給牠們蓋被子呢！」

用這樣相同的「童心」（也就是前面所說過的「手拙怨衣袖，足粗諉褲長；只知糖果好，無力喻書香」的童心），我們可從舊約進入新約，由閱讀誦念而落實到日常生活中。比如聖詠一三六我們常會用到（前面已提過），但現在卻要加上「新」的部分。誦念「童言」部分時（祂擊殺、淹沒、嚴懲等），我們可體會這份「童心」的可愛好笑，把自己的一廂情願都放在上主身上（就如山山、蘭蘭說媽媽不肯給小鴨蓋被子，「所以」小鴨都凍死了），但接著要誦念基督的「生活傳真」：

仁慈的天父，祢讓祢的聖子進入人世，生在野外的山洞中——因爲祢的仁慈永遠常存；祢使祂三十多年做木工，生活清苦，受人輕視——因爲祢的仁慈永遠常存；祢給祂傳油，派遣祂「給貧窮人傳報喜訊……」——因爲祢的仁慈永遠常存；祢

使祂「成爲反對的記號」，受人迫害，被釘在十字架上——因爲祢的仁慈永遠常存；祢使祂血肉模糊，受侮辱、傷害不能再多的時候，從十字架上寬恕那些傷害釘死祂的人——因爲祢的仁慈永遠常存。

「新、舊」連起來之後，要立即「落實」到我們的生活中：

仁慈的天父，祢也讓我被人誤會——因爲祢的仁慈永遠常存；祢讓我碰到不順利，而且禍不單行——因爲祢的仁慈永遠常存；祢使我藉著這些不幸，逐漸心靈開竅——因爲祢的仁慈永遠常存；祢使我慢慢看出，過去的好多痛苦，原來都是自己在無理取鬧、自討苦吃——因爲祢的仁慈永遠常存；祢使我終於能體會一點點祢父心的春暉無限——因爲祢的仁慈永遠常存！

附誌

欣逢耶穌會四百五十週年誕辰（1540～1990）暨黃老神師振國神父晉鐸五十年金慶，謹以此拙文聊表衷心祝賀與無盡感激之微忱。

（原刊神學論集⑤1990年秋）

第四講

平信徒的神修指導

試從個人經驗看靈心成長

引言

神修指導和一般的心理輔導的基本不同，是在於前者更注意到生命的「根源」，常設法使生命與根源之間能不斷加深其交流與共融。如以成語來表達，一般心理輔導可說是在於使人「心安理得」，而神修指導更要使人「知命樂天」。當然此二者之間，並非截然分明，更非對立，而是（且也應是）相互會通，共同成長共融的，雖然有時「人」可以置一方於不顧。

下面的分享是筆者個人的一些體驗，一些在具體輔導中所用的方法以及所常見的一些效果。在此成長體驗中，我們可清楚看出，神修與心理相互配合，才能使人走向「完整」的身、心合一，才能使人逐步實現生命的最深渴求——天人之間的會通與共融。全文分四點來分享：

- 一、放鬆自己，安靜下來；
- 二、自我調整，相互肯定；
- 三、天父的寶貴子女；
- 四、子女的信賴與孝愛。

一、放鬆自己，安靜下來

心靈成長的必要條件，首先就是「靜」下心來。乍看之下，這似乎太簡單了，根本不成問題，但事實上卻相當困難！所以一開始就讓當事人盡量放鬆；如有積壓的情緒，鼓勵他們放心表達出來（此處之「他」代表男女兩性，以下都是如此）。此外為放鬆身心，筆者也多次提供一些方法。比如慢慢呼吸，「暗示」放鬆；設想一個最令人「心曠神怡」的境地（比如海濱、花園、樹林、山水等），讓自己「置身其中」，舒暢一下……

當然這些方法需要「練習」，但其效果常是顯而易見——只要肯用「心」，必然不虛此「練」，而且往往會有「驚喜」出現。一位年近不惑的教友，多年來焦慮緊張，容易失眠，很多時候需要用安眠藥來幫助自己入睡。經過數次交談並學習「自我放鬆」之後，很快就寫信分享說：「我於七日下午……安返××家中，一切順利，感謝天主。七日晚十一時入睡，用您教的調節呼吸、放慢呼吸的方法，幫助自己放鬆。結果很快就睡著了，而且一覺到八日早上十一點多，剛好睡了十二個鐘頭。從來沒有這麼睡過。睡得好熟、好甜，甚麼都沒想，甚麼都不知道。」

表達積壓的消極情緒，為一些比較「細心」或熱心的信友來說，往往被視為「這是背後說人壞話，批評別人」，是不對的，覺得有罪惡感。尤其是所「談」的對象，如果是家中長者或教會牧人，那就更覺為難了。

在此種情形下，我平常先讓他們看出「感覺」和批評之間的不同。感覺本身並無好壞對錯的問題（倫理方面），就如被

蚊子叮到會覺得發癢，天熱冒汗會不舒服等等。表達出這些感覺也沒有什麼不好或不對。如果因著發癢就「恨」蚊蟲，非抓住打死它不行；或因冒汗不舒服就怨天尤人，甚至憤怒咒罵；那這些怨、恨、怒、罵，和前面所說的「感覺」已是完全不同的兩回事，不能相提並論或混為一談。

所以表達出消極的感覺（被壓抑的情緒）並非不好；正相反，表達出來會使人輕鬆，會有助於看清真相，會更容易面對問題而獲得解決。

當然輔導者應「知道」如何來處理這一切，使當事人於「情緒發洩」之後，以及因此而「打開」的創傷，都能獲得適當「治療」而平復痊癒。否則的話，那就不應對此輕易「嘗試」，以免當事人在心、靈方面蒙受更大損失與傷害。

一般來說，如果這「自我鬆、靜」作得好，隨後的成長練習都會比較容易而有效。所以在此種「鬆、靜」的基本動作上，寧可多花點時間，用心練習，常比輕易帶過而急於「硬吞」其他東西要好得多。因為經驗告訴我們，「成長不跳級」，急衝亂跑一陣之後，還是得回到原地重新開始！

二、自我調整，相互肯定

內心安靜下來之後，再面對問題或困擾就會看得更清楚，更深入。當事人在輔導的幫助下，這時要注意到一個常被忽視的因素：自己和外在困難的關係。平常我們都認為困難是外在的，比如環境不好，人不合作；被人輕視、誤會，甚至利用、陷害等等。現在要讓受輔者（接受輔導的人）暫時放開外在人、地、事物，「專心」來看看自己的「內在」情況：對自己夠認

識嗎？夠肯定、欣賞嗎？……

在此我常會介紹很不同的「人格類型」，使人意識到「原來」就是彼此不同：有的是「急驚風」，有的是「慢郎中」；有的溫暖如三春，有的嚴肅似深秋；有的幹勁十足，忙個不停，有的「笑談古今」，懶得一動……

再者，就是指出我們應如何肯定自己，使自己在生活中，尤其在面對困難、挫折時，能有足夠的穩定與踏實。

由於在成長過程中，我們大都帶有「肯定不足」的缺陷，因而形成了一些「心結」，也就是心理術語所說的葛藤（complexes）以及自衛機轉（self-defense mechanisms）。這些消極的心結和自我防禦，正是阻礙我們真正成長的最大困難，也是使我們在人際關係上「衝突不和」的主要因素。所以解開這些心結，加強自我肯定與欣賞（也就是調整自我形象），是此一階段的主要目標和「練習」。

受輔者對此種練習或調整，往往會要求一種標準：要練到什麼程度才算「足夠」呢？我平常讓他們自己很輕鬆地來「自我體驗」一下：雙手蒙住眼睛，平心自問，「如果再有一生，我是否願意像現在一樣？」如果答覆是搖頭、否定，那成長的標準就是：最低要達到「還可以是現在這樣」，更進一步是「願意像現在一樣」，最後是「再有幾生，也都要像現在一樣」。

當然我們這裡所說的「像現在一樣」，更是在信仰與神修的基礎上而說的，也就是肯定：現在的「這個我」就是天父的寶貴子女，所以我當因此而感到「三生有幸」，也因此而甘心願意永遠如此。

這些練習與調整自然需要時間和努力，但這並不增加生活

上的任何負擔，只要「有心」就夠了。而且認真練習的結果，雖不能說是立竿見影，馬上有效，但一般在五六週內就可體驗到一些生活上的改變，和對人、地、事物的「不同」反應。最常見的效果可歸納為下列幾項：

- (1)緊張、焦慮、恐懼等，顯著減少；
- (2)更能接納人的軟弱有限，更容易與人溝通、合作；
- (3)遇有困難或挫折，會更積極面對，採用「有效」方法來解決（不再像以前那樣一直怨恨、氣忿、難過等）；
- (4)因而在工作上會感到比較輕鬆，甚或「勝任」愉快；
- (5)家庭生活逐漸更和諧，更喜樂；
- (6)信仰生活不再只是責任與負擔，開始體驗「生命」的接觸和「愛」的眷顧。

此外在這個階段的輔導過程中，我常會視不同需要而鼓勵他們參加一些「活動」，比如夫婦懇談、家庭重塑、某些「成長營」等等。至於我個人所常用的一些「練習」和資料，有的在他處已介紹過，其他都在文末參考書目中可隨時找到，這裡也就無須贅述了。

三、天父的寶貴子女

神修指導的中心，就如在引言中已經指出，是使人與「根源」之間能日益加深其交流與共融。而基督信仰的核心，正是要使人「意識」到身為天父子女的寶貴和幸福。所以我們所用的一切方法，都是為幫助「人」向此方向發展，逐漸由此「登堂入室」，使人會在生活中「體驗」天父的臨在與眷顧。

在這方面，首先我會讓當事人澄清一下自己心中的「天主

形象」（image of God），然後看在信仰中有否需要特別「充實」的地方。如果信仰方面有任何疑問（從兒童時代一直到目前），我鼓勵他們盡量表達出來，不必顧慮會被視為幼稚無知、信德不夠，甚或「違反信德」等（因為一定不會）。

一般來說，大都是對聖經上的一些事蹟或詞句有困難（比如原罪故事、人的起源等；難解的詞句如：誰不「惱恨」自己的父母、不能作我的門徒等）。針對這些困難，並依照當事人的不同情況，自然要設法給予令人滿意的答覆與疏導。更大一些的疑難是有關某些聖事的真實或內涵，比如基督如何在聖體中「真實」臨在，婚姻中有不忠實為何不能離婚等等。可能最難說出的就是對「天主存在」有懷疑，對聖經中的一些奇蹟覺得是神話。

面對這一切，筆者會用「陪伴」、分享等分式，和當事人一起來找出問題的癥結所在，然後從「根」著手，設法徹底「解除」這些內心深處的「老結」。

由於問題表面和其「根本」困難，能有很大差別，甚或完全不同，所以在輔導過程中，不能太停留在問題表面上，「一心」要解決問題，而是要「隨機應變」，帶領當事人慢慢「放心」面對疑難的根本所在。舉個實例就會顯得更清楚。

弘義於個別談話中提出一個「苦思已久」的問題：「猶達斯被罰下地獄不是很不公平嗎？」

在此就事論事，先和當事人「看」一下：猶達斯出賣老師是為「幫助」祂完成救世大業，還是為「獲得」他想要的那三十塊銀錢？再者，基督的苦難死亡是因被出賣才得以實現，還是當時的政教領袖已決心要除掉祂，不管猶達斯出賣與否，他

們一定會實現「他們議決要殺害耶穌」的計劃？然後從基督被判死刑來看猶達斯的後悔與自殺，可清楚顯示他絕對無意要傷害老師，更不願意要人將祂處死。

所以「出賣耶穌」這件事，只是他自作聰明，想藉此機會來得到他想要的一些錢，然後「平安」離去，不再跟隨這位「不要作君王」的老師了；而同時也不會讓老師受到傷害，因為祂自會走開，不會被抓住砸死的（至少猶達斯可如此推斷，因為已有事實擺在前面，這次自然也不會例外。參閱若七40～49；八37～59；十31～39）。

但可惜事與願違，他發現自己被「聰明」所誤，非常後悔，並立即設法補救（參閱瑪廿七3～4）；在確定無法挽回時（不讓老師被處死），他悲傷絕望而「上吊死了」。

在此我們可清楚看出，猶達斯完全無意要「幫助」老師完成救世大業，而他的悔恨自殺也絕非天主或基督要罰他。正相反，基督一直在「幫助」他不要自作聰明（參閱若六67～71；十二1～8；十三1～30）；但他一意孤行，最後成為「自我毀滅」的悲劇。此外我們還可以假定，如果猶達斯因後悔而再回到基督這邊來，老師仍會寬恕接納他。可惜他沒有回來，而以自殺結束了一切。

對弘義的表面問題作了簡短的解答之後，筆者「順便」和他談一下家庭背景，看他如何對「公平、正義」特別敏感等。長話短說，當事人逐漸「看」出，由於童年的家庭不幸（寄人籬下而飽受欺負），內心深處常隱約感到「老天」不公平，「為何讓我生來就受這麼多苦？」經過這樣一番「清除、治癒」，弘義才慢慢在心靈上「平復」下來，開始能體驗「福音」的真

意：天父如此愛世界，竟使我們成為祂的心愛子女。

當然每人情況不同，所以輔導「重點」也因人而異，但其目標常是引人「接觸到根源」，使人能「體驗」天父的慈愛照顧。至於讀經、祈禱、領受聖事等，在此階段自然更需要有「規律」，雖然由於工作環境、職務地位等，無法作「統一」安排（在定期晤談過程中，基本上這些都不會有大問題）。

四、子女的信賴與孝愛

在生活中能稍稍體驗天父的臨在與眷顧時，我們也就要多加「培養」作子女的真正情懷——對天父的完全信賴與孝愛。就神修成長過程而言，這階段是要使人積極「懷有基督所懷有的心情」（天父子女的真正情懷），同時在消極方面，就是努力減少、消除「信仰幼稚」的一切想法和行爲。試分別多分享一下。

信仰幼稚的基本心態和表達模式就是「求福免禍」，在心理方面稱之爲「心理投射」。實際上這是一種「一廂情願」的自我滿足，也是一種自我防禦，其效果只是「畫餅充饑一望梅止渴」式的無濟於事（這在拙文〈心理投射與信仰成熟〉中已分享過很多，此處僅談在信仰成長上應如何突破此種幼稚模式）。

在神修交談中，我會使當事人「意識」到，心靈成長就是逐漸由自我中心而轉向「另位中心」（other-centered）。對信仰來說，就是祈禱與生活中，慢慢轉變爲以「基督爲中心，天父爲依歸」；設法體會基督和天父的心情與意願，而不只是尋求自我的需要和滿足。福音中的「宗徒成長過程」，是我們這

方面走向「長成」的最好實例。日常生活中隨時隨地都可對此獲得比照與印證。

下面的一個「自述」個案，雖然是消極方面的，可說相當具有代表性。這是一九九三年八月十六日「中副」的一則報導，標題是「成功女性的宗教觀－信仰不一定來自宗教」，現將其中要點摘錄於下：

「曾經，我是個虔誠的基督教徒，現在我沒有任何宗教信仰，但是，我有非常適合我的心靈寄託。

小時候，家裡附近有一座教堂，經常隨著同伴到教堂，覺得做禮拜感覺很好……到了小學六年級，我便受洗成爲基督徒。

成爲教徒之後，我按時上教堂，我每天禱告，行爲舉止就像是個標準（或者說是模範）教徒……在教會，我幾乎完全遵守新規，我儘量做到沒有缺點的教友。

然而在我讀大學一年級的那一年，我失戀了，向上帝禱告，教友的安慰，都沒有辦法減輕我的痛苦，我埋怨上帝這麼對待一位虔誠的教友，決定不再上教堂。

我學的是心理學，這是一門了解自己、了解別人，也關心別人的學科，有很多心理輔導的課程。透過它，我開始了解自己，也試著輔導自己……

在大三那年，我到救國團張老師服務機構當義工，也接受一些專業訓練。在張老師服務機構，我的工作去幫助別人渡過難關，分析受創者的心理，給予安慰及輔導，進而使他再成長。這樣的工作不僅讓我能幫助別人，也治癒了我失戀的挫折感。我發現透過應用心理學，確實可以使人的生命、心理重生與再成長。

結婚後，雖然先生是虔誠的基督徒，但仍無法使我再回去成爲教徒。尤其是在兩位我最親密的女人——祖母和母親相繼過世之後，我更覺得，宗教無法撫慰我心靈的傷痛……先生也曾帶著我們禱告，但也只是獲得極短暫的平靜，對我的幫助依然不大，而我也更確信，我將不可能再信仰任何宗教了……

人是應該有個信仰，做爲心靈對話的對象，雖然，我不再是教徒，但心理學則是我目前最好的心靈寄託，也可算是一種非儀式的宗教信仰吧！」

我們說這個實例很有代表性，因爲很多信友在其「信仰成長」過程中，包括筆者個人在內，都會遇到「幾乎同樣」的困難。而此種困難的核心，就是我們「不知不覺」地將神（上帝或天主）視爲「滿足我需要」的一種存在。如果不能滿足需求，那我們的心靈寄託就變成「徒託」一空，令人大失所望，當然我們「心裡」會覺得：這種宗教信仰又有什麼「用」？！

但在輔導過程中，這也正是要和當事人共同「看」清楚的一個重點：宗教信仰只是一種心靈寄託嗎？信仰中的神只是爲「滿足我的需要」嗎？果真如此，那這樣的宗教信仰正是十足的心理投射（一如前面所說過的一樣）。

然後更進一步「看」基督信仰的基本內涵，就是基督以其「苦難、死亡、復活」所表達的信仰內涵。在此要讓當事人「平安、踏實」地慢慢去體驗，基督信仰的核心如何是：上愛天父——「一心作父所喜悅的事」；下愛眾人——「甘心付出自己的生命爲大眾作贖價」。而這和一廂情願的「自我滿足」或心理投射，恰恰相反，「根本」上完全不同。

經過這樣一番「清除、淨化」之後，信仰成長自然就會穩

定踏實，而「結出三十倍、六十倍、一百倍」的生命果實，也就更確切「可望」了。

現在藉著一位受輔者的分享（抄錄其信中的一段），可使我們看到此方向成長中的喜樂：「這幾個月來……雖然忙，但很有意義而充實，過去……你教導我的都用出來。自己在重溫中領略更多，其實自己也在重新整合，也悟了不少。祂在心中的位置多了，很意識到是為祂而工作……和××等（他人）合作是愉快的，自己也覺得成長了。」

結語

以上數點，是筆者由輔導體驗中，將一些心得加以反思整理而扼要表達出來的。現在謹以獻曝之心提供給大家來參考印証。

其中所說的「階段」，當然不是時間方面的「先後」截然分明，也不在「練習」中的完全隔離，而更是語言文字上的表達方便和「眉目」清楚。因為生命的成長是心、靈互動，密切相關而共融的，雖然其整個過程確可分成不同階段，而每一階段也確有其顯著的特徵與不同。

心靈輔導（神修指導）更是一種「生命成長」的分享，使「有心」聆聽者能自由參照取用。而與根源之間的真正接觸，更是因人而異，無「法」劃一處理。但真正「接觸到根源」的反應，一定是和諧、喜樂——天父子女生命的「自然」流露。

這生命的完美典型與楷模，當然是「父的愛子」，耶穌基督。我們的心靈成長也就是「背起祂的軛，跟祂學」，使我們逐漸與這位愛子的「肖像相同」。所用的方法自當隨時適應、

變換、改進，但其終極目標常是使人在這位「愛子」內，能日益體驗到自己也是天父的「心愛子女」，因而在生活工作中慢慢會從心底說出：「願祢的名受顯揚，願祢的國來臨，願祢的心願在天上人間，完全實現！」——這就是人性所渴望的「生命的完整交流與共融」。

主要參考書目

- ① 梅爾茲原著，朱森榮等譯，《人性的開拓——超越自我的心理學》，台北：桂冠圖書公司，1985年第十一版。
- ② 王甫昌編譯，陳一騏校訂，《知人又知心——16種人格氣質類型》，台北：哈佛管理叢書，1990年三版。
- ③ 唐理查·里索著，吳振能等譯，《性格型態》，台北：遠流出版公司，1991年。
- ④ 鄭玉英、王行編譯，《家庭重塑—探尋根源之旅》，台北：心理出版社，1991年再版。
- ⑤ 約翰·布雷蕭著，鄭玉英、趙家玉譯，《家庭會傷人—自我重生的契機》，台北：張老師出版社，1993年。
- ⑥ 馬斯洛著，劉千美譯，《自我實現與人格成熟（存有心理學探微）》，台北：光啓出版社，1989年。
- ⑦ P. Campbell, E. McMahon 著，若水譯，《內觀自得》，台北：光啓出版社，1990年。
- ⑧ Piero Ferrucci 著，若水譯，《明日之我》，台北：光啓出版社，1991年。
- ⑨ 拙文〈多元共存—不同人格典型素描〉，〈心理投射與信仰成熟〉，見《白首共此心》（光啓出版社，1988年再版），第二講，第四講（二）；〈靈修生活與小型教會團體〉，〈試從經書看靈

心成長〉，見《神學論集》第80期（1989年夏），第85期（1990年秋）。

- ⑩ Bernard J. Tyrrell, *Christotherapy II*, New York:Paulist Press,1982.
- ⑪ Maria Beesing et al., *The Enneagram — A journey of self discovery*, Denville, New Jersey:Dimension Books,1984.
- ⑫ Charles J. Keating, *Who we are is How we pray-Matching Personality and Spirituality*, Mystic, Connecticut: Twenty-third Publications, 6th printing,1991.

（原刊神思第20期）

第五講

靈修神學的歷史傳承

前言

現代靈修神學特別強調，信仰知識必須與具體生活打成一片。在此「生活化」的過程中，自然需要不斷尋求方法，來使靈修「知識」能在生活中真正獲得「落實」。正因這番足踏實地的努力，並在方法上不斷適應改進，「推陳出新」，靈修神學似日益受到重視與肯定。為一般「有心修持」的兄弟姐妹而言，一說到靈修「神學」，似乎就有「莫測高深，望而生畏」的感覺。

本文就針對此種感覺，將靈修神學的來龍去脈，主要內涵，作一簡明的介紹——看完之後，希望能有「了然於心」的輕鬆和喜樂。所用資料原是為《神學辭典》的幾個條目，和此處所要的「簡明」目標，正相符合。全文綱要如下：一、靈修神學；二、克修；三、神秘神學；四、神秘思想與生活。

一、靈修神學（Spiritual Theology）

靈修神學（或稱靈修學、神修學等）是神學科目之一，其目標是幫助人如何修持身心，以到達天人合一的終極圓滿。說

得更具體一些，就是如何使天主子女的生命積極成長發展，而到達與天主合一的終極圓滿。先簡述其主要內容，再指出其歷史發展，以及當前本位化等幾個問題。

（一）靈修神學的主要內容

雖然不同的作者能在編排和所強調的重點上各自不同，但其主要內容常包括下列三項：1.天主子女生命的內涵；2.此生命的成長過程；3.幫助成長的方法。試分別簡介如下。

1.天主子女生命的內涵

首先是依照福音與傳承來深入探討此生命的本質與內涵（比如若望福音與書信強調此生命是由水和聖神而「生」，人藉此重「生」而成爲天主的子女；保祿宗徒則清楚指出，人受洗而完全歸屬於基督，成爲天主的義子，聖神的宮殿等）。但更重要的是「看」基督如何充分彰顯了「父的愛子」的生命，活出愛子的原本真貌。然後再看宗徒們以及歷代對此有豐富經驗的人們，如何在基督內也明顯地活出了天主子女的真正面貌。

當然這些都是爲幫助我們，如何在具體生活中也同樣去體驗此生命的寶貴與深奧，並設法努力使此生命能積極成長，日益流露出其天賦內涵，彰顯出天主子女的「天生」容貌。

2.此生命的成長過程

在教會靈修的古老傳統中，遠自第五、六世紀已將此成長過程分爲開始、前進、成全三個階段，或以煉、明、合三路來表達。其實保祿宗徒也曾用「初生嬰兒、兒童期、成年人——達到基督圓滿年齡的程度」來表達此生命的成長。基督自己所講的「種子成長」比喻（發芽、長大、結實）也正是如此。

名稱、分法能因時空的變化而有所不同，但成長的實質內

涵常是一樣：首先是解除、擺脫、淨化有害於成長的各種困擾、阻礙、污染；進而使日漸潔淨明亮的身心，深入地與基督契合而打成一片；最後在聖愛之神內到達與天父合一共融的終極圓滿。

現代心理學爲此成長與淨化，提供了豐富的參考資料和許多可行有效的具體方法。比如針對靈修上的初期淨化（擺脫私慾偏情的困擾，戰勝世俗魔鬼的誘惑等），心理學給我們看心理幼稚、人格不成熟的具體情況。了解此種幼稚，不成熟的家庭背景，形成經過，以及在生活中如何不斷地惡性循環，會對心靈的修持與淨化有很大的幫助。因爲生理、心理、心靈原是全人的一體三面，彼此交感互動，密不可分。

從正面來說，心理成熟的踏實、穩定、接納、創新、坦蕩、達觀等特徵與優長，和靈修成長中（明路上）的誠樸專一，謙卑信賴，心靈明辨等恩寵與德能，正好配合無間而相得益彰。心、靈（心理與心靈）能如此和諧一致，自然更易於超越多種的物累與我執。一般來說，人果能修持身心到如此純潔和諧的境況，那在萬事萬物中「看」到天主的臨在，並欣然與之合一共融，可說已近在眼前，不言而喻了。

3. 幫助成長的方法

靈修神學一般都會首先指出聖事禮儀的聖化功能，並教人如何積極地參與、領受，尤其是感恩聖祭與和好聖事，使靈性生命能藉此而與基督密切契合，獲得聖化——日益「懷有基督所懷有的心情」。

再者就是虔誠閱讀聖經和熱心祈禱，使天主的「生命之言」逐漸滲透我們的生活，在我們身上日益「成人」——越來越呈

現出天主子女的真正容貌。在教會的悠久傳承中，許多聖人聖女都在祈禱方面給我們留下了寶貴的參考資料。看他們如何以不同的方式，由淺入深，逐漸到達「天人合一」的終極圓滿，自然為我們的祈禱生活與靈修成長，會有很大的鼓勵和幫助。因此閱讀聖書和接受靈修輔導，也是教會一脈相傳的有效方法。

此外在不同時代裡，教會中常有一些敬禮和「運動」在幫助靈修生活的成長，每人應以「明辨」之心善加選擇取用。但對基督聖體與天主之母的敬禮，卻是古今皆然，早已成為靈性生命成長的必要因素。雖然在方式上能因時空的變化而有所不同，但實質上常是一樣，就如現代對基督的無限慈愛之心（尤其在聖體聖事中），和對聖母的無玷之心（特別藉著誦念玫瑰經）的特別敬禮，便是很明顯的實例。

至於基督活力、神恩復興、普世博愛、新慕道團等運動，那就必須因地制宜，因人而異，「幫助多少就用多少」。而且這些運動的本身，似乎就是後浪推前浪，新運興起，舊運即大江東去了。

（二）靈修神學的歷史發展與本位化

1. 靈修神學的歷史發展

教會初期的一切著作，可說都是針對信仰與靈修生活。一直到十八世紀，靈修神學才逐漸成為神學中的一個專門科目。由於脫利騰大公會議（1545～1565）的革新努力，再加上當時文藝復興（尤其是對自然科學的專心研究）的影響，教會神學也因此而有了整體的調整與安排，更詳確地分為不同科目，在信理、倫理、聖經等各方面，作專門深入的研究與講述。

這時期的聖女大德蘭（+1582）、聖十字若望（+1591）、

聖依納爵羅耀拉（+1556）等人，對教會靈修生活的革新有很大貢獻，他們的著述對未來靈修神學的發展，影響深遠，一直到今天。

十七世紀有很多「神秘神學」著作問世，但內容是講論整個的靈修生活。1655年方濟會士基所斗包歇爾斯基（Chrysostom Dobrosielski）出版了《克修與神秘神學綱要》。

十八世紀出現克修神學與神秘神學互分為二，其理由是：克修部分是人力所可達成的境界，神秘階段則完全是天主的特殊恩寵，人只能接受，無法主動獲得（如灌注默觀、神秘結合等）。此一分法在教會靈修神學方面，引起了長久的爭論，一直到本世紀中可說才告結束（爭論焦點是：靈修成長是由主動克修直接進入神秘生活？還是神秘生活，尤其是灌注默觀，和主動克修並無直接關聯，而是來自天主的特殊恩寵？）。梵二後的靈修學者更集中心力來強化、加深「天人相通」的體驗，並因此而增進團體人際間的交流共融，不再去過問這些「玄理妙論」了。

2. 靈修神學與本位化

在教會本位化的努力中，靈修神學自然也不例外。八十年代有《天主教基本靈修學》（陳文裕著，1988）問世，這是一本以中文介紹西方靈修神學的著作，相當完備。四十年代的《神學修》（匈牙利耶穌會士馬駿聲著，1948）是第一部以中文引介西方神修學的完整著作。

至於真正本位化的努力，其初果是《中國靈修芻議》（1978），這是張春申神父和聖功會修女共同努力的成果。李純娟修女的《吉光片羽》（1989），內容雖相當簡短，但所提出的

幾個基本觀念（如何以中國文化與靈修的心境來表達教會信仰與靈修的基本信念），很有「挑戰性」，值得國內靈修以及神學界的留心深思，以逐漸走向深度的本位化。其他如《天人之際》（成世光著，1974）、《靈修學在中國》（趙賓實著，1979）等，以及《神學論集》中的一些有關靈修本位化的文章，都是很好的參考資料。

二、克修（Asceticism）

各個文化與宗教都有其修持的理想與方法，這裡只介紹基督信仰——天主教會的傳統修持與近況。

（一）教會的克修傳統

克修一詞的希臘原文（*askein, askesis*）是指操練，特別是體能的操練，進而引伸為倫理心神方面的修練。為達成基督以言以行所顯示的生命理想——人性完美（瑪五43~48），人在生活中就必須作明確的取捨，努力「擇善」固執，恆心到底。保祿以「體育競賽」（格前九24~27；斐三12~14）或「兵士戰鬥」（格後六3~10；弗六10~20）所表達的靈修努力，宗徒們也都真真實實地「打完了這場好仗，跑到了賽程的終點」（弟後四7），完成了與基督「同心一體」的永久合一。

初期教會直接由宗徒傳承學習了此種「效法基督——與祂同死同生」（斐二5~11；若壹三16；弟後二11~12）的靈修生活——克己修身以達成與基督的合一。

此後教會的靈修生活，克修努力等，在其長久的成長過程中，雖因時地而有不同的表達方式，但其中心理想——「與基督同死同生」，和基本修持方法——「背著自己的十字架跟隨

祂」（瑪十六24），始終一脈相傳，一直到今天。

爲更清楚起見，現將此傳統的主要因素列舉在下面。

修持理想：與基督同死同生——參與祂的苦難，分享祂的復活（斐三10～11；羅六3～14）。

基本方法：每天背著自己的十字架跟隨祂。

生活落實：	淨化身心	死於罪惡
		脫去舊人
	積極成長	穿上新人
		活於正義

死於罪惡：「若是你的右眼使你跌倒，剜出它來扔掉……倘若你的右手使你跌倒，砍下它來扔掉，因爲你喪失一個肢體，比你全身被投入地獄裡更好」（瑪五29～30；谷九43～48）。

脫去舊人：戒絕淫亂、不潔、貪婪、放蕩、醉酒、忿怒、謊言、仇恨等（迦五19～23；弗十17～22；哥三5～9）。

穿上新人：在心思念慮上改換一新；一心思念、追求天上的事，在那裡有基督坐在天主的右邊（弗四23～24；哥三1～4；10～14）；懷有基督所懷有的心情（斐二5～11）。

活於正義：在基督內活於天主；有如從死者中復活的人，將自己的身體獻於天主當作正義的武器（羅六3～14）；常懷感恩之心，以聖詠、詩詞……讚頌天主（哥三15～17；弗五17～21）；我們是天主的子女，基督的同承繼者；只要我們與基督一同受苦，也必要與祂一同受光榮（羅八12～17）。

（二）克修神學近況

如上所述，教會的修持傳統與主要因素，常是一脈相傳，

始終如一。至於其系統性的整理，逐漸成爲「克修神學」，那是比較晚近的事。十七世紀有《克修神學與神秘神學綱要》問世，十八世紀更將此二者的內容劃分清楚：克修神學講述人力所可達成的靈修境界；神秘神學則專門研討「神秘狀況」完全來自天主，人無法主動獲得。爲避免不必要的爭論，現代靈修學者大都採用「靈修神學」的說法，將二者包括在內，不再堅持一定要如何劃分。

現將克修神學的主要內容列舉於下，並指出如何可與現代心理學的資料相互配合。

一、克修神學的整體目標：使信仰生活——天主子女的生命，在日常生活中獲得充分的發展與成長。

二、天主子女生命的「天然真貌」：

(一)與天父、基督，以及聖神的關係；

(二)與聖母、教會，以及天上大家庭的關係；

(三)在此可利用的心理資料（不同人格典型——個性特徵，形成因素等）。

三、靈性生命的成長過程：

(一)淨化階段——1.克除私慾偏情，使本能衝動與各種情緒都能「合情合理」而走向「致中和」；2.戰勝塵俗邪惡，擺脫一切執迷物累（貪求財富、權勢、尊榮等）；3.心理資料——心理葛藤、自我肯定、不成熟的特徵與後果等。

(二)明化階段——1.內心日漸「清、明」，生活更「有根」，更踏實；2.神業更規律、有恆（祈禱、聖事、聖書、接受輔導等），基督逐漸成爲生活的中心；3.心理資料——發展心理學，人格成熟的特徵與影響等。

(三)邁向合一——1.生活逐漸「一心有祂」；2.對一切事物皆以是否「中悅天父」為取捨準則，不再為「貪、懼」之情所左右；3.熱愛教會與人靈，甘心付出一切；4.心理資料（高峰經驗、心理整合等）。

(四)靈性生命的成長方法：祈禱、聖事、聖書、敬禮、接受輔導等。

三、神秘神學（Mystical Theology）

神秘神學通常是靈修神學的一部分，其目的是針對神秘體驗與現象，作有系統的講述和整合。分三點介紹：(一)發展過程；(二)具體內涵；(三)未來方向；簡述如下。

(一)神秘神學的發展過程

神秘一詞，其希臘本字（*mystes, mystikos*）的原意為秘密，特別是指宗教禮儀中的秘密事物，只對參禮的信者顯示，外人不得知曉。初期教父用此詞彙來表達聖經的奧秘意義，以及基督在聖事中的奧秘臨在。

第五世紀有《神秘神學》著作出現（作者託名為阿勒約帕奇的狄歐尼修——*Pseudo Dionysius Areopagita*），經學者深入研究，一般都認為是當時敘利亞的一位隱修士所寫（此外還有《天主名號》、《天朝聖統》、《教會聖統》等著作；將這些著作都合在一起，稱為《狄歐全集》——*Corpus Dionysianum*）。若望·艾留哲納（*John Scotus Eriugena*, +877年左右去世）將這些作品譯為拉丁文，對教會靈修產生了很大的影響。這本最古老的《神秘神學》，主要是說明人對天主的真正認識，是藉著默觀祈禱（先經過感官的淨化與心靈光照），完全與天

主結合。此種知識「是與至高光明密切結合的果實」，超越一切人間智慧——「無上真光光照人靈，使她完全沉浸於天主的知識海洋，高深不可深量」（希臘教父全集PG.3.648）。

由於此書的流傳與影響，「神秘神學」在教會中逐漸形成共識：就是有關人對天主藉著無法言傳的默觀，所獲得的直接認知（和「自然神學」——藉著萬物而獲得對天主的認知，以及「信理神學」——由啓示而獲得對天主的認知，劃分得清清楚楚）。聖十字若望的說法是：「默觀就是神秘的神學，神學家也稱之為隱秘的智慧；聖道茂說此種智慧，是天主藉其聖愛而直接通傳、傾注於人靈的」（心靈的黑夜，第二篇第十七章）。

十七世紀有許多「神秘神學」問世，但其內容是講論整個的靈修生活。若翰·司卡拉梅立（G.B.Scaramelli，+1752）的《克修指南》（*Direttorio Ascetico*）與《秘修指南》（*Direttorio Mystico*）於1754年出版，前者講論人的努力修持所可達成的境界，後者講論靈修生活的神秘階段，完全有賴於天主的特殊恩寵，人無法主動達成。當時神學界大都相當接受此一分法，但日後卻引起了長久的爭論。

本世紀初思定步嵐神父（Augustin Poulain,1836～1919）出版《祈禱生活的恩寵》（*Les Graces d'Oraison*）一書，對神秘神學與克修神學作了清楚的界定：前者專門研討祈禱生活的神秘境界，是人力絕對無法達成的；後者講述一般的靈修生活情況（包括單純默觀在內）。步嵐認為這是靈修中的兩種不同道路，都能引人到達最高的成全。反對此說法的回應相當強烈，肯定走向成全的道路只有一條，克修靈修與神秘靈修只是兩個不同

階段而已。此種爭論可說一直到梵二大公會議後才平靜下來。

(二)神秘神學的具體內涵

通常都是首先指出(一)神秘生活的性質與特徵；進而說明(二)神秘生活的發展情況；最後講述(三)神秘生活中能附有的一些神秘現象。

1. 神秘生活的性質與特徵

依據有神秘生活經驗的人，比如大德蘭、十字若望等，此種生活的特性可歸納為下面幾點。

第一是此種生活體驗完全超越人力之所能，是天主自己直接和人靈接觸，使人「感受」到祂的親臨。

再者就是對此種「親臨」的感受與體驗，人只能感激地接受，絕對無法以自己的能力來形成，使之產生，或予以複製。總之，人對此真實的「親臨」自會深信不疑，也無法忘記，雖然「什麼也看不見，聽不到，什麼也不了解」（七寶樓台第84頁），但確切知道這是天主的親臨。

第三，由於「感受」此種親臨，人靈深處會有最深的平安、甘飴、滿足、喜樂（人間的甘飴喜樂等絕對無法與之相比，也無法假冒）。

最後，天主的此種直接親臨，對人的心靈而言，也是一個成長過程：由淺淡而深強，由短暫而持續，由部分而整體，由偶然結合而成為「住在一起」的天人合一。

有此生活經驗的人，在其日常生活中自然也有象可徵，比如：(1)由於內在「一心有祂」，外在自然流露出明顯的脫然物累與我執；(2)明顯的愛人熱忱，完全的忘我付出；(3)熱愛軟弱的教會——基督的奧體；(4)渴望多多承受痛苦與辛勞；(5)熱切

尋求人靈的歸依與聖化等。如果用更簡短的話來表達，那就是：完全忘我，一心有祂；甘願為兄弟姐妹的利益而付出一切。

2. 神秘生活的發展情況

依照聖女大德蘭的講述，一般都分為四個階段：寧靜結合（第四樓台），完整結合（第五樓台），超拔結合（第六樓台），神化結合或神婚（第七樓台）。

然後分別說明每個階段的情況和應留心注意的一些事項。比如「寧靜結合」會使人的官能「自動收斂」而寧靜下來；使人由心靈深處擴大開暢；體驗到直接由天主而來的甘飴溫馨，往往連身體都能分享感受到（這和世上的溫馨甘飴「根本」不同，無法相比也無法假冒）；此種結合的效果會使人完全死於世俗，而一心渴望沉醉於天主；深切的謙卑自下；對天主有子女真情的敬畏與孝愛等。

生活在此階段中的心靈，應留心注意天主在內心的任何推動，並立即謙遜爽快地配合順從；不可勉強進入此種寧靜（因為完全不在自己手中）；在此寧靜中時，應一心與天主契合，不必注意其他官能，尤其是想像的一些活動；應全心奉行日常的祈禱神業；避免對天主的任何疏忽與不忠實等。對其他階段也都依此模式而予以講述說明。

3. 神秘生活中能附有的一些現象

這些「附有」現象，並非神秘生活的必要因素，而是可有可無。在神秘生活的歷史中，這些現象一般是：神視或神見、個人啓示、印有五傷、身體騰空、奇異光輝或芳香等。神秘神學不僅對這些現象給予必要的解釋與說明，而且還歸納出一些標準與特徵，為能鑑別非由真正「神秘因素」而造成的一些類

似情形，比如心理失常、邪魔附身等。

(三) 神秘神學的未來方向

由於過去對克修與神秘、「單線或平行」的長期爭論，使人感到神秘神學的範疇太過狹窄；再加上梵二後的神學發展與推動（特別是拉內神父對過去神秘神學所提出的批評與建議），使現代神秘神學看到更遼闊的未來方向：

1. 必需以福音啓示為基礎，以基督逾越奧跡為典範，並以宗徒生活為楷模，來研討整合教會的神秘生活。

2. 應從人性自「天」的根本去看天人關係，人性本身內就有「歸根、返本」的神秘天賦。

3. 「人性意識」（human consciousness）的發展，其本身就是在於不斷體認生命的根源——天主是愛，並努力日益與之接近而到達合一。

4. 不只人性在渴求「天人合一」，宇宙萬物也都將「總歸於元首基督」（德日進對保祿的「奧秘」所作的吸收整合，神秘神學應更予以深入反省研討，重新加以整合）。

四、神秘思想與生活（Mysticism）

有關神秘體驗與生活，可說相當普遍，每個文化與宗教中都有這方面的傳說與記述。此處僅扼要指出：(一)天主教會內的神秘體驗與生活；(二)中國文化中的神秘體驗與教會神秘生活的可能整合。

(一) 天主教會內的神秘體驗與生活

依照教會的成長過程，可分為三點，簡述於下：1. 基督的生活傳真；2. 宗徒生活傳承；3. 歷代教會的生活表達。

1. 基督的生活傳真

基督生活中的一個最顯著特徵，就是福音所說的「父的愛子——常作父所喜悅的事」。祂與天父的關係，一方面是如此親切自然，使人可隨時「看」到祂常和父在一起：在一切中祂都會看到天父（天空的飛鳥、田間的野花、禾苗、莠草、收割莊稼、婚宴、葡萄園等等任何事物）；但另一方面又是如此高深莫測，多次令人，尤其和祂朝夕相處的十二個弟子，滿頭霧水，百思不得其解（祂遣散熱情高昂的群眾，獨自退到山中去面對天父；明知前面是苦難、被殺害，祂堅持走上前去，絕不逃避，因為「父給我的這杯，我豈能不喝嗎？」——如此與父同心一體，視死如歸）。

實際上祂之所以被殺害、被釘死，就是因祂明確顯示並要人相信接受：祂就是父所派遣的那一位——默西亞，天主子；祂與父原是一體。

祂的整個生活，尤其是祂的苦難、死亡、復活（逾越奧跡），基本上所要顯示的就是這樣一個簡明、深奧的生命好消息（福音）：一心完成天父託給祂的使命（父的工程），交出自己的生命為大眾作贖價。所以一方面祂是為「中悅天父」而甘心接受一切，包括苦難死亡在內；另一方面，祂同時在这一切中，尤其在祂受苦與被釘在十字架上時，對「人」（所有的人，包括那些釘死祂的人在內）顯示了完全的接納和寬恕。

對教會來說，基督這樣的「生活傳真」，是一切神秘體驗與生活的基礎與泉源，同時也是鑑別神秘「真、偽、虛、實」的依據和準則。

2. 宗徒生活傳承

宗徒們的生活傳承，特別是有關伯鐸、若望、保祿等幾位宗徒的生活傳承，其中都有些顯明的「神秘事件」（比如伯鐸看到異象而接受外邦人，預知死期已近而更積極照顧信眾；若望獲得神視而描述教會成長的奧秘；保祿的歸化，「被提到三層天上去」，獲得無法言傳的神秘知識等）。

但這些事件所以可靠，並不是由於它們本身（看到異像、預知死亡、神魂超拔、預見未來、神秘歸化、被提到三層天上等），而是因為宗徒們的生活和基督打成了一片，甘心像祂一樣，完全付出自己的生命——其目的是一心引人歸向天父，渴望眾人都在基督內合而為一，成為一牧一棧。

所以宗徒傳承對「神秘生活」的保證是：(1)與基督同心一體，生死不渝——「對我來說，生活就是基督，死亡乃是利益」（斐一21）；(2)為弟兄甘心付出一切，甚至流血犧牲，也在所不辭——「因為那一位為我們捨棄了自己的生命，我們也應當為弟兄捨棄生命」（若壹三16）。

3. 歷代教會的生活表達

宗徒之後的初期教會，不斷受到迫害，許多人被殘酷處死。但神秘的是在此長期迫害中，無數被處死的聖職人士與信友，不但不恐懼仇恨，反而因此能「參與基督的苦難死亡」，感到喜樂和榮幸。安底約的聖納爵主教（+107）、聖伯力康主教（+155）等，都是這視死如歸和神秘喜樂的具體例證。

此種「甘心與基督同死同生」的明顯效果是：基督信仰在羅馬帝國迅速發展，皇家貴族也逐漸接受信仰，最後到第四世紀初，君士坦丁大帝也信奉了基督。教會獲得安定和平之後，那股「以捨生殉道來與基督結合為一」的神秘力量，才改變了

其表達方式：以不流血的殉道方式與基督結合為一。

隱修生活就在此時蓬勃地發展開來。成百上千的男女甘願放棄都市的繁華生活，退到埃及、敘利亞等地的沙漠曠野裡，一心去尋求與天主的親密合一。聖安當（+356）、聖巴格模（+346）、聖巴西略（+379）等都是此種神秘生活的典型與導師。他們所傳下的生活「規章」帶入西方教會後，聖本篤（+547）就在其影響之下而編寫了本篤會規，奠定了西方隱修生活的模式，世代綿延，一直到今天。

這些曠野中、隱修院裡的古聖先賢，以言以行，完全實現了「以不流血的方式」，來達成與基督結合為一的理想。他們的神秘生活所以真實可靠而影響深遠，就是因為他們一方面與基督完全打成一片，同時對他們當代社會的「驕奢淫佚」，也是一股淨化的清流——他們的生活在宣示一種強烈的對比：就如「醉心塵世」的人一心追求地上的聲色權勢而沉迷其中，同樣，「醉心天上」的人，自然也是一心尋求與天主結合，陶醉於「天人合一」的喜樂與共融。

十三世紀初，聖道明（+1221）、聖方濟（+1226）揭示了神秘生活的新方向：將修院中「一心結合天主」的體驗，帶給院外的兄弟姐妹共同分享。聖文德（+1274）、聖道茂（+1274）更將一切知識學問，與神秘生活和福傳行動整合為一，打開了「使萬有總歸於元首基督」（弗一10）的終極遠景。

十六世紀有聖納爵羅耀拉（+1556）、聖女大德蘭（+1582）、聖十字若望（+1591）等，以其自身的明顯神秘生活，使教會獲得內在的真正革新。他們的生活方式雖大不相同，但所表達的神秘特徵卻如出一轍：與基督和其奧體教會完全同心

一體，生死不渝；並為福音廣傳而盡付一切，渴望所有的人都能在基督內合而為一。

十七、十八世紀的聖方濟·沙雷（+1622）、聖雅風（+1787）等，以及近代的聖鮑思高（+1888），聖女小德蘭（+1897）等，在其完全不同的生活情況與工作中，所共同顯示出來的神秘容貌，可用當前印度德蘭修女的話來刻劃描繪：一切為基督（完全與基督同心一體）；在窮苦中的最窮苦人身上服事祂（為最小的兄弟姐妹甘心付出一切）。

總結以上所述，我們可清楚看出教會的神秘體驗與生活，在其整個成長過程中，常有下列幾項因素：

(1)完全放開一切，而「只以認識我主基督耶穌為至寶」（如此與基督同心一體，自然也就和天父合而為一）。

(2)同時和基督的奧體——教會，完全打成一片，生死不渝。

(3)甘心為兄弟姐妹付出一切，渴望「眾人都合而為一」。

(4)此種生活豐富多產，影響深遠（常會產生很多的心靈子女，使無數的人獲得更豐富的生命）。

依據這四項因素（其本質就是基督的逾越奧跡），我們可鑑別過去、現在，以及未來的「神秘體驗與生活」，清楚看出其真偽和虛實。

(二)中國文化中的神秘體驗與教會神秘生活的可能整合

中國文化所一直嚮往的人性終極圓滿——天人合一，其中自然就包含著對此「圓融合一」的一些體驗。說得更具體一些，儒家對「天、天命、人性」的體驗，老莊對「道、真宰、真人」的描述，就是此種神秘體驗的具體說明。比如孔子的「天之未喪斯文也，匡人其如予何？」（對其天賦使命的深信不疑而坦

然無懼)；孟子的「盡心知天，捨生取義」(對人性根源的明確肯定，並於必要時可視死如歸)等，都在表達「天人相契」的神秘體驗與效果。

他們的生活傳承能如此影響一個民族和文化，一直綿延到今天，如果不是由於他們和「人性根源——天」之間有深切的體驗與契合，那就不知應如何解釋了。老莊的「歸根復命，心齋、坐忘，同於大通」等，也同樣是在表達對「萬有根源——道」曾有過一些切身的體驗與會通。

如與基督生活和教會傳承參照對比的話，可說祇需將這些神秘體驗中的「天、道」視為天父，就可豁然開朗而融合貫通了——「從來沒有人見過天主，只有那在父懷中的獨生者，身為天主的，給我們詳述了」(若一18)。

在此參照對比下，老莊的「靜、虛、返樸，心齋、坐忘」等體驗，應可相當配合教會的默觀生活；而儒家的「盡性知天，捨生取義」等，正可和教會的「使徒生活」打成一片。但此兩者並非截然對立，相反，它們更可整合為一，成為教會所說的「行動中的默觀者」(寓靜觀於行動)，能「在一切中找到天主」——神秘生活中的道地「內聖外王」。

參考書目

- ① 陳文裕著，天主教基本靈修學，台北：光啓出版社，1988年
- ② 歐邁安著，蔡秉正譯，靈修神學，香港：生命意義出版社，1989年
- ③ 方友儒著，神修入門，台中：光啓出版社，1966年
- ④ 馬駿聲著，神修學(上下兩冊)，澳門：慈幼印書館，1950年重

版

- ⑤ 趙雅博譯，聖女耶穌大德蘭自傳，台北：慈幼出版社，1983年再版
- ⑥ 趙雅博譯，七寶樓台，台中：光啓出版社，1975年
- ⑦ 聖十字若望著；黃雪松譯，心靈的黑夜，台中：光啓出版社，1977年
- ⑧ 伴渡、李純娟合著，吉光片羽——靈性修持新探，台北：光啓出版社，1989年
- ⑨ 甘易逢著，明鏡譯，靜觀蹊徑（新增譯本），台北：光啓出版社，1988年
- ⑩ 德日進著，鄭聖沖譯，神的氛圍（修訂本），台北：光啓出版社，1986年
- ⑪ 張春申著，中國靈修芻議，台中：光啓出版社，1978年
- ⑫ 成世光著，天人之際，台南：聞道出版社，1979年四版
- ⑬ 趙賓賓著，靈修學在中國，台北：恆毅月刊社，1979年
- ⑭ 胡國楨，中國基督徒的「靜坐」，神學論集⑳，1978年十月，333～375頁
- ⑮ 高士傑，基督徒靈修傳統中的默想方法，神學論集㉑，1980年元月，217～236頁
- ⑯ 成世光，靈修生活之三：修身克己，神學論集㉒1980年元月，257～261頁
- ⑰ 吳經熊著，內心悅樂之源泉，台北：東大圖書公司，1983年三版，「中國哲學之悅樂精神」，1～26頁
- ⑱ 吳經熊著，吳怡譯，禪學的黃金時代，台北：商務印書館，1984年十二版
- ⑲ 赫洛克原著，胡海國編譯，發展心理學，台北：桂冠圖書有限公

司，1977年修訂再版

- ⑳ 馬斯洛著，劉千美譯，自我實現與人格成熟——存有心理學探微，台北：光啓出版社，1988年
- ㉑ Harvey D. Egan, *Christian Mysticism ~ the future of a tradition*, New York: Pueblo Publishing Company, 1984
- ㉒ J. A. Komonchak, M. Collins, D. A. Lane (Eds), *The New Dictionary of Theology*, Dublin: Gill et Macmillan, 1987, "Mysticism", pp.694 ~ 697

第六講

萬有呻吟待長成

試談保祿「奧秘」與靈修成長

前言

對保祿「奧秘」感到一種特殊的好奇與吸引，已有相當長的一段時間。讀神學時，自己曾在這方面做過一些努力，並寫了一篇當時課業所要求的研究報告，時間是在一九六四年左右。十多年前，初次上神修課時，又曾利用這篇東西而進一步探討了保祿的奧秘與神修的各種關係。

一九八八年春再次被召來上靈修課，除了利用塵封已久的講稿外，自然也加上了一些資料方面的整理^①，和自己在生活中對此奧秘所累積的一些體驗與整合。現在就「新舊合一」而成此文，提供給大家分享。

全文分爲兩大部分，第一部分是舊稿，除前面幾個地方作了一些安排上的修改外，其餘全如舊觀，這樣更可看出當時感受的原貌。第二部分是「新感」，就是把近年來的一些感受，用「心」整理了一番，成爲眉目比較清晰可「閱」的幾點。全文綱要如下：

一、保祿的「奧秘」與神修

(一)這奧秘是什麼？

- (二)它與神修有何關係？
- (三)它如何與具體生活打成一片？
- (四)這「奧秘」的文化背景與來源。

二、父愛深深你我中

(一)保祿的驚嘆

外邦人繼承恩許——保祿的深「驚」

以色列頑梗不化——保祿的浩「嘆」

教會世代受用——保祿的無盡驚喜

(二)我們的默會

太空彰妙化——星河展奇工

寰球渺粟轉——人類螻蟻爭

稚口誇轟烈——蝸鳩笑大鵬

一、保祿的「奧秘」與神修

讀致厄弗所人書前三章，我們不能不感到保祿在驚訝天主的一項奧秘，使他反覆講述而仍嫌辭不達意。「我原是一切聖徒中最小的，竟蒙受了這恩寵，得向外邦宣佈基督那不可測量的豐富福音，並光照一切人，使他們明白，從永世以來，即隱藏在創造萬有的天主內的奧秘，為使天上的率領者和掌權者，現在藉著教會，得知天主的各樣智慧，全是按照他在我們的主基督耶穌內所實現的永遠計劃」（弗三8~11）。

為了便於探討，我們分為下列四點：(一)這奧秘是什麼？(二)它與神修有何關係？(三)它如何與具體生活打成一片？最後再簡短指出(四)這「奧秘」的文化背景與來源。

(一)保祿奧秘的內涵

在新約中奧秘這個字共用過27（或28）次，保祿書信中佔了20（或21）次②，現在按照保祿書信的時間順序來看看這奧秘的意義③。得後是關於末世預兆「邪惡的奧秘已經在活動」（思高的譯文為罪惡的陰謀）。

格前二7～10講「天主的奧秘的智慧，這智慧是天主在萬世之前為使我們獲得光榮所預定的，今世有權勢的人中沒有一個認識它……可是天主藉著聖神將這一切啓示給我們了」。

格前四1「人當以我們為基督的服務員和天主奧秘的管理人」；十三2「我若有先知之恩，又明白一切奧秘和各種知識……但我若沒有愛，我什麼也不算」；十四2語言神恩「是對天主說話，因為沒有人聽得懂，他是由於神魂講奧秘的事」；十五51～52是關於末日復活的事：「看，我告訴你們一件奧秘：我們眾人不全死亡，但我們眾人卻全要改變……」

羅十一25指「猶太人先執迷不悟，但終必歸向基督」為奧秘；十六25～26說出他所宣講的奧秘。「這奧秘從永世以來……」這裡的奧秘是指天主的救贖計劃，從永遠一直是隱秘的，現在藉著宗徒的宣講而啓示了給人類。

哥一26～27更指出「這奧秘為外邦人是有如何豐盛的光榮，這奧秘就是基督在你們中，作了你們得光榮的希望」；二2說天主的這奧秘就是基督，在他內蘊藏著智慧和知識的一切寶藏。

在弗的前三章中特別講了這奧秘的深意。弗一3～12天主於創世以前已在基督內揀選了我們，使我們在他的愛子內，因他愛子的血，獲得罪過的赦免，而成為義子。「賜給我們各種智慧和明達，為使我們知道他旨意的奧秘，全是在他愛子內所定的計劃……」這裡的奧秘包有了整個的宇宙（Cosmic

perspective)：使上天和下地的萬有，總歸於基督元首。弗三3～6特別指出這奧秘是「外邦人藉著福音在基督耶穌內與猶太人同為繼承人，同為一身，同為恩許的分享人」。弗五31～32保祿稱教會與基督間的結合為奧秘，婚姻聖事為此奧跡的象徵。在弗、哥結尾，保祿要信眾為他代禱，好使他能放心大膽地把這天主的奧秘傳給所有的人（c.f弗六18～20；哥四3～4）。

最後在弟前我們看到這奧秘已漸漸成了禮儀歌詞，稱為「信德的奧跡」，「虔敬的奧跡」。弟前三16「毫無疑問，這虔敬的奧跡是偉大的，就是：他出現於肉身，受證於聖神；發顯於天使，被傳於異民；見信於普世，被接於光榮。」

從以上這些地方（除得後二7「邪惡的奧秘」以外），我們可把保祿宗徒所說的奧秘歸納為下列幾點：

1.它是指天主的救恩計劃，這計劃是從永世隱藏在創造萬有的天主上智內，現今藉著福音的宣講而啓示了給人類（格前二7；羅十六25～26；哥一26～27；弗三3～6）。

2.這拯救計劃的中心是「使上天和下地的萬有總歸於元首基督」（弗一9；哥一19～20）。

(1)在天上：使天上的率領者和掌權者（天上的一切受造）藉著教會明瞭天主的深奧智慧，就是在基督內所實現的永遠計劃（弗三10～11；哥二15）。

(2)在地上：所有的人，不分猶太人或外邦人，都藉著基督的血與天主和好，並在基督內成爲一個（弗二1～22；哥一21～22；二13～14）；其他一切受造物都渴望天主子女的顯揚，並藉著基督而重歸於天主（羅八19～21；格前五27～28）。

(3)在基督內居住著整個的圓滿：

一切都是藉著他，在他內，並爲了他而受造（弗五23；哥一15～17）。

他是教會的頭，教會是他的身體，他的新娘，他的圓滿（哥一18；弗一22～23；五25、32）。

3.這奧秘計劃的完成，是基督要把一切惡勢力，最後連同死亡也完全消滅，使一切重歸於父，使天主成爲萬物之中的萬有（格前十五24～28）。

4.這一切都是父在愛子內，偕同聖神而定的永遠計劃（弗一3～14；三3～11；羅十一30～36）。

(二)它與神修有何關係

1.超越時空，遼闊無際

我們對保祿的奧秘有了清楚的概念後，一定不難看出，一個在基督內生活的人有著怎樣一幅無法描述的遠景 換句話說，除非我們先瞭解一點天主的奧秘計劃，我們便不會領會到基督徒生活的深遠意義。在此奧秘的光照下，我們先可看一下我們蒙召在基督內生活（神修生活）的縱橫兩面的事實。

從歷史的時間一面來說，我們的蒙召是天父「於創世以前」就在他的愛子內揀選了我們，使我們藉著基督而成爲他的子女。整個人類都是在等那「時期一滿」，爲能在基督內找到萬有的重建（c.f 羅十一30～36；弗一3～10；迦四4～7）。基督來到之後，一切都將隨著歷史的進展而逐漸實現這「總歸元首基督」的計劃。

從空間的橫面來看，一切受造物都在嘆息呻吟，渴望擺脫敗壞的控制，獲享天主子女的光榮自由（c.f 羅八21～22）。

也只有在這奧秘的啓示中，我們才能瞭解宇宙萬有的存在

意義，才能看清人類所渴望追求的終極真相。在此我們也可看到，蒙召在基督內生活當有如何的遼闊胸襟；它本質上超越一切個人和區域的界限，它是團體性的、宇宙性的，不為任何空間和時間所限制。這不是一個美麗的空想，現在就讓我們看一下，蒙召在具體的環境中是怎樣一回事。

2. 基督奧體，四海兄弟

蒙召在基督內生活的人組成一個團體——教會。梵二對教會奧跡有了更深刻的認識和講解，現在我們就依據教會憲章來研究一下教會——基督奧體的意義，這樣我們就更明瞭作這奧體的肢體有何意義。

我們已經看到了，天主的拯救計劃的中心是基督，祂成了人類的一份子，把天主父的愛通傳給了人類。藉著成人（取了人性），基督和整個人類大家庭取得了連繫；藉著祂並在祂內，天主也成了所有人的大父。

教會，基督的奧體，祂的有形的「生活在人間」，在本質上就是父在愛子內，藉著他們的互愛之神，把生命通傳給人類。從這由上而下的生命通傳（父在子內藉著聖神，而把生命通傳給我們），便不能不包括人與人間的平面關係：蒙召的都是在愛子內作子女，在這生命與愛的交流中，彼此都是兄弟姊妹。

教會既是在基督內而與聖父有生命的交流，那麼由於聖神的不斷推動，在同一基督內作兄弟姊妹的信友，便不能沒有生命的交流與共融。換句話說，教會與天父間的生命交流便不能不包括信眾間的生命交流與共融。

基督是這生命交流的中心，藉著他，在他內（由上而下）我們成為天父的子女；藉著他，在他內，我們彼此成為兄弟姊

妹。這生命的交流中心現在是藉著教會而顯示給世界。

教會在聖神的推動下，隨著人類歷史的進展，不停地把基督的福音帶給世界，不停地向黑暗和邪惡作堅決的鬥爭。她以心神和真理敬拜天主，不斷更新自己，把天主的各種智慧逐步顯示出來，一天比一天更能顯揚基督的超越知識的愛。

教會以基督淨配的身分，繼續基督的拯救使命而向天鄉邁進，並要一直到基督再次光榮來臨時把一切計劃完成。只有那時教會才能同基督一齊進入天主的光榮，天主要在萬有中作萬有。

3. 乾坤妙體，萬象更新

這奧秘也有其宇宙性的一面。近廿幾年內，所謂的「德日進主義」很流行，這思想的中心就是保祿的奧秘。它認為一切都是以基督為終點而進化，在基督內達到最後的終極圓滿。由於基督的成人，不只是人類受到了神化，就是整個的物質界也受到了祝聖。

為那些會看的人，到處和在每一件東西內都能找到天主的臨在。一切都因著基督的血而受到了聖化，沒有什麼再是塵俗的了。「因著創造，尤其因著降生的奧蹟，一切都已受到祝聖；為能分辨的人，可看出在每一受造物中都是受基督的吸引而走向最後的完成」④。人類大家庭和宇宙萬有，不再是兩種敵對的力量，而是在向著終點——基督，進化發展，直到最後的統一，就是啓示中所說的新天新地。

總結以上所述，我們可看出基督徒的豐富生命，只有在這奧秘的光照下，才能顯出它的深義：

——他是在萬世之前，蒙召預定在子內作天主的子女；

——他由於獲得天主的生命而成爲基督的肢體；

——這生命的通傳是團體的、教會的，它當（其天性本質是如此）通傳給他人，給尚未獲得的人；

——他既是教會肢體，就如教會是合一和得救的普遍聖事，他也該是基督的恩寵的一個標誌。

——基督在教會內的可見使命（帶救恩與人——使人獲得生命）也是他的使命，按照每人不同的生活地位和工作；

——整個宇宙要偕同教會——天主的子民，走向光榮基督的最後目的，所以沒有人該是陌生的外人，也沒有什麼再是塵俗不潔的事物。

——基督徒的生命（神修生活）在此奧秘內，藉著與基督的結合，才能充分地發展，才能達到至高的完美。

整個神修生活的基礎，一切神修的深義和美麗都當在這奧秘內多少看出，因爲它是整個的拯救和聖化的永遠計劃，包括了整個的人類和宇宙。

(三)與具體生活的關係

1.對個人

(1)「我——你」關係的增進，在於更認識對方的可愛。從保祿的奧秘可看出天主對我們的深愛：從時間來說，是從永遠到永遠；從空間來說，在整個宇宙裡我佔多少地方？從人類來說，我是多少億兆中的一個，而天主卻特別揀選了我！

我在這奧秘裡（救恩計劃裡）有一定的位置和使命，藉著基督，天父把他對我的愛完全顯示了出來。我的答覆當是完全的開放。

(2)認識這奧秘是一切蒙召度神修生活的最深基礎（不論生

活地位，因為這奧秘包括所有的人）。保祿書信的對象是厄弗所教會，不只是為某些人，而是為教會團體。這奧秘也是任何神修階段的基礎，因為它是開始、成長、完成的總合。

保祿自己是在神秘生活高峰時寫了這信（厄書），他默觀天主的奧秘，不禁地寫下：「因此我在天父面前屈膝，求他依照他豐富的光榮，藉著他的聖神，以大能堅固你們內在的人，並使基督因著你們的信德，住在你們心中，叫你們在愛德上根深蒂固，奠定基礎，為使你們能夠同眾聖徒領悟基督的愛是怎樣的廣、寬、高、深，並知道基督的愛是遠超人所能知的，為叫你們充滿天主的一切富裕。願光榮歸於天主，他能照他在我們身上所發揮的德能，成就一切，遠超過我們所求所想的。願他在教會內並在基督耶穌內獲享光榮，至於萬世萬代！阿門」（厄弗三14～21）。

(3)神修生活裡有「波動」的現象：高潮時一切充滿光和熱，滿心喜樂，覺得什麼都能，巴不得一下都作完；低潮時滿心苦悶，一片黑暗，天主不知道到那裡去了。喜樂、順利時，在這奧秘中要看到天主的愛（是他計劃一切），我完全在他的手裡，當抱一顆完全開放和感激的心（謝謝！），更要透過喜樂而看到給喜樂的父！（一步一步地前進！）

低潮時，我們的反應一般是漸漸懷疑：這真是我當度的生活嗎（當走的道路嗎）？天主會要我走這條道路？以前的同學都已成家立業，我到現在什麼也不是，什麼也沒作！為什麼這樣白費時間？也許更好再從頭作起……

在這奧秘中，我們看到天主的永恆的愛，不受什麼「外來」影響，不改變；我們的生命意義就是在於完成我在他計劃中的

使命，此外全是浪費時間，浪費生命！

這裡的「成就、貢獻」，不是以一般的標準來衡量，而是在於我的完全開放，願意完成祂給我的使命。（在黑暗中只有信德的光明；越瞭解此奧秘的深義，越能加深對父的信心）。我的最大成就與貢獻原來就是完成他給我的使命。

祈禱、默想有時會一片死寂，毫無「心得」，我們開始想這可能是白費時間，不如去作事更有意義。在這情形下，不妨回到這奧秘的園地中來，看父在他愛子內所預定的計劃，使我在子內作子女而歸於他，為頌揚他恩寵的光榮。「謝謝！求你來完成在我身上的計劃。」

有時工作失敗（再加上祈禱乏味），不免覺得「我太無用，算了吧，反正是沒有希望。」在這神修和心理的「下沉」時，這幅奧秘的遠景會給我們「打氣」！我所想望的成功是什麼？是實現天主對我的計劃，還是別有用心？任何我以為的「有聲有色的作一番」，如果不是實現我在奧秘中的使命，都是白費；而且真正實現天主的計劃，也不一定我所想的「轟轟烈烈的作一番」，很可能是默默無聞，但並不庸碌的一生。我在天主計劃中的價值是唯一的，也只有我去作才能實現（任何的自卑都沒有立足的餘地）！

神修多年沒有進步，進進退退，依然故我。把天主的計劃放在眼前，慎重的看一下：這計劃一定要實現，但我能夠把我當實現的部分給破壞；如我破壞此計劃，我毀滅的是我自己！

「人子固然要照經上所載的而離去，但那出賣人子的是有禍的；他還不如沒有生在世上更好。」天主沒有要我作不可能的事（有多少人為了現世的一些利益而肯付出更大的代價），

他只要我常常開放，對他的召喚說「是」。我真的連這「是」都不能說嗎？

2. 對團體

(1)起初覺得一切都那麼美麗可愛，經過一些時間便開始發現團體中有不少缺點，甚至有「意想不到」的缺點！若再有個與長上間的困難、工作的困難、祈禱的困難，很容易便走向或是「洗手不幹」，或是「當一天和尚撞一天鐘」的消極境地。

在保祿的奧秘——拯救的計劃內可看到：天主的計劃是團體性的；如同我個人在成長的過程中不能沒有「跌倒爬起」的現象，同樣一個團體也不能沒有「起伏」的經驗！有缺點的個人不可能組成一個沒有缺點的團體。最後的理由是基督取了我們的軟弱人性（除了罪以外，他接受了我們的一切），他願我們在他內慢慢地長大，長到他身體的完美程度。

如果我們如此開放，我們也能彼此開放，真正交談。真正的「手足之情」更在於彼此幫助，一同前進。有了這樣的一個深刻的團體感，團體便不自覺的會變得幸福。

(2)對「聖」教會也有同樣的情形，我們會發現許多人一方面的缺點。歷史說的清楚極了，將來也不會完全改觀。教會的奧秘也正當在此看出！天主正是要藉這個充滿人性缺點的教會來顯示他各種的智慧。

從基督時代就有「他們爭論誰最大」，「你們中的一人要出賣我」；初期教會有「你們這不是欺騙人，而是欺騙聖神」（宗五）；「希臘化的猶太人對希伯來人發出了怨言，因為他們在日常的供應品上疏忽了他們的寡婦」（宗六）；爲了帶馬爾谷同去與否，巴爾納伯和保祿起了爭執，以致彼此分離（宗

十五36~40)；爲了和外邦人來往，保祿當面反對了伯多祿，「因爲他有可指責的地方」（迦二11~14）。

但在這一切內「有我的恩寵爲你夠了，因爲我的德能在軟弱中才會顯示出來」（格後十二9）。

3.對世界

不少人在工作而不見效果之餘（無人領洗、進修會……），便嘆息現在的世界太壞了，到處都是罪惡，給他們講道理簡直是「把珍寶扔到豬前」。有的人是對任何「新」東西都奉爲至寶，好像是唯一的「福音」，有的人則完全不接受。

從保祿的奧秘來看，宇宙世界已基本上被祝聖、救贖了（因著基督的成人、受死），一切都是爲了基督，向著他，並要在他內達到最後的完美。我對宣揚福音，帶生命給他人所作的一切努力（只要我真誠地去作），都沒有白費。一切都在進展、成長的過程中；「新」的東西和一切努力，都當在如何實現天主的計劃上而顯出其價值。

我當以分辨的智慧來對待一切，看哪裡是天主的神恩，哪裡是反對者的詭計。「大地和人力的產物可變成我們的生命之糧」，一切都將在基督內達到「爲頌揚他恩寵的光榮」的最後目的。

(四)這奧秘的文化背景與來源

看過了保祿的奧秘與神修生活的各種關係之後，現在讓我們簡短指出這奧秘的文化背景與來源。雖然這問題現在已塵埃落定，不再成爲問題，但瞭解一下當時的爭論要點，爲我們仍能「因」故知新，有所助益。

本世紀初期，有些基督教的自由派聖經學者（如Reitzenstein

等人），認為保祿的奧秘是從當時希臘的神秘宗教儀式拿來的，現代的聖經學者（如K. Prumm等），對此事作了深入的研究後，認為保祿的奧秘和希臘的神秘宗教儀式無關。神秘宗教儀式在保祿時代盛行於希臘（如格林多、厄弗所等地），保祿一定知道有關這些儀式的情形。

這些神秘儀式都是根據神話而形成的，比如Eleusinian mysteries是關於Demeter女神，經過千辛萬苦找她女兒的故事；先在上各處都找不到，最後在陰間找到了她^⑤。Orphic mysteries講Orpheus跑遍陰間尋找她的愛妻Eurydice^⑥。這些神秘儀式的內容就是重演神話中人物的經歷，來表示出痛苦、幸福、生命、死亡、愛與恨、結合與分離、生育與絕後的各種情形；有些是關於兩性的結合，先以象徵的東西表示，然後以自己與神的結合（司祭代表神），來保證能獲得今生和來生的幸福（考古學家發掘出的壁畫和其他物品，都能告訴我們這些神秘儀式的內容大概情形）。

保祿在弗五11～12「不要參與黑暗無益的作為，反要加以指摘，因為他們在暗中所行的事，就是連提起也是可恥的」，很可能是指這些神秘儀式而說的。

保祿對當時異邦的宗教儀式的一般態度也是很明顯，如弗四17～24；羅一18～32等。保祿的奧秘是由舊約中的奧秘而來（如Deden, Cerfaux等），特別是默示體裁的文獻，如達尼爾先知書（c.f. 二16～47）。保祿是深受猶太教育的人，以宣揚基督的奧秘為榮，說他的宗教思想主要是來自舊約與基督的啓示，自是合情合理。

二、父愛深深你我中

十多年前對保祿奧秘所作的一些粗淺反省與整合，不只是講稿因束之高閣而變黃，就是在生活中，也很少再對此奧秘作過直接的研討、分享，或個人方面的深入思考與體驗。但奇妙的是，儘管稿紙上的反省久已塵封發霉，但在內心所留下的重點，卻好像撒在田裡的種子，一直「不知不覺」地在發芽滋長。為避免蕪雜零亂，試分為兩節六點來表達。

（一）保祿的驚嘆

保祿生長於僑居地塔爾索（在今土耳其南部，近地中海），從小受過良好的宗教培育，長大後又在耶路撒冷名經師加馬里耳門下學習深造，「對祖傳的法律受過精確的教育，對天主也是滿懷熱忱……按照教中最嚴格的宗派，度著法利塞人的生活。在猶太教中，我比本族同年人更為急進，對祖先的傳授更富熱忱」⑦。（保祿的這份「愛國熱忱」，我們多次也會在僑居海外的中華兒女身上看到，他們對祖國的嚮往和所表現的熱誠，往往「比本族同年人」更為忠勇感人）。

認識基督之後，他對祖先傳授的熱誠，也就逐漸轉到基督和其奧體教會的身上。二十多年的時間，他所建立的基督團體（地方教會），和他為此而經受的一切（參閱格後十一21～29），都是這份熱忱與赤誠的具體寫照。

從他豐富的福傳經驗中，尤其從他所遭遇的各種不幸事件上（比如鞭打、杖擊、石頭砸、翻船、誣告、陷害、帶鎖鏈、被囚禁等），我們可看出他如何藉著這些不幸，而日益加深其對「天主奧秘」的了解，並將一切整合為積極成長的寶貴經驗

——「天主使一切幫助那些愛祂的人，就是那些按祂的旨意蒙召的人，獲得益處」。

1. 外邦人繼承恩許——保祿的深「驚」

保祿的福傳方式，常是先到猶太人的會堂去講道，先給自己的民族同胞傳報救恩的喜訊，而結果也常是出乎其意料之外。絕大多數的人不但不肯接受，反而激烈地加以反對、侮辱，甚至發動迫害，加以毆打，想把他除掉。就在這備受同族僑胞的排斥與迫害下，他只好滿心感傷、悲嘆，轉向肯接受福音的外邦人⑧。

多年生活在這樣鮮明的對比中，就是一方面猶太人所輕視的外邦人（甚至認為他們比狗還不如），很快樂的接受基督為主，歡欣踴躍；另一方面是上主的選民，自己的同胞，卻如此頑梗不化，自絕於復活奧蹟的救恩喜訊。

保祿自然無法不意識到「天意」的無窮奧妙，深不可測，因而情不自禁，由衷發出無限的驚訝與感嘆：「啊！天主的富饒、上智和知識，是多麼高深！祂的決斷是多麼不可測量！祂的道路是多麼不可探察！」（羅十一33～36）。

隨著教會的成長發展，天主奧秘的真正面貌，也在不斷地揭示顯露，日益清晰可見。在此奧秘中，可能讓保祿最感驚訝的，就是外邦人藉著基督的死亡與復活，和以色列共同成為恩許的繼承人。

「你們從前生來本是外邦人，被那些稱為受割損的人……稱為未受割損的人；記得那時你們沒有默西亞，與以色列社團隔絕，對恩許的盟約是局外人……但是現今在基督耶穌內……藉著基督的血，成為親近的了。因為祂以自己的肉身，拆毀了

中間阻隔的牆壁，就是雙方的仇恨，並廢除了由規條誠命所組成的法律，為把雙方在自己身上造成一個新人，而成就和平……藉著祂，我們雙方在一個聖神內，才得以進到父面前。所以，你們已不再是外方人或旅客，而是聖徒的同胞，天主的家人」（弗二11～19）。

這裡所說的「被那些稱為割損的人……稱為未受割損的人」，是一句相當有「情緒」的話。受割損是成為上主選民的標記（至少以色列人自以為是如此），他們稱外邦人為「未受割損的人」，意思是未受割禮的髒東西（污穢不潔，令人憎惡）。所以保祿在此特別指出「割損本是人手在肉身上所行的」，言外是說，這種人為的割切，現在藉著基督的血，已成為過去，毫無重要可言了^⑨。

另外一句就是基督「以自己的肉身（流血犧牲），除掉了雙方的仇恨（尤其是以色列對外邦人的輕視與仇恨），並廢除了由規條命令所組成的法律」，這對保祿來說，又是一件令人非常驚訝的事。他從小就熱愛祖傳的法律，並以法利塞人的熱誠嚴格遵守，「就法律的正義說，無瑕可指」（斐三6）。

但在基督內這些都已過去，現在是「由於信仰基督而獲得正義；藉著信德領受聖神，成為天主的子女」^⑩。這樣的子女是「新人」，完全擺脫了法律的束縛——「藉著基督的身體已死於法律」^⑪，充分享有子女的自由（不再是法律與罪惡的奴隸），與基督一起而共同成為天國的繼承人^⑫。

2. 以色列頑梗不化——保祿的浩「嘆」

在對天主上智「奧秘」的驚訝中，保祿同時也有著深切的感傷與悲嘆。一方面是自己的民族同胞（就如前面已經提及），

頑固執拗，「心耳未受割損」，不肯接受基督的救恩^⑬；另一方面就是有些已接受復活喜訊的猶太基督徒，仍強調割損與法律的重要。「若是你們不按梅瑟的慣例行割損，不能得救。必須叫外邦人受割損，又應該命他們遵守梅瑟法律」（宗十五1～6）。

前者是他的「外患」（保祿不斷受到這些人的打擊、迫害；他們多次以陰謀陷害保祿，一心一意要把他殺掉），後者是他的「內憂」（他們潛入保祿建立的基督團體，強調猶太化的重要，從中加以破壞）。

外患已足夠令他悲痛，「我在基督內說實話，並不說謊，有我的良心在聖神內與我一同作證，我的憂愁極大，我心中不斷的痛苦，為救我的弟兄，我血統的同胞，就是被詛咒，與基督隔絕，我也甘心情願……弟兄們！我心裡所懷的切望，向天主所懇求的，就是為使我的同胞獲得救恩，我可以為他們作證：他們對天主有熱心，但不合乎真知超見……」（羅九1～5；十1～4）。

內憂更使他嘆不勝嘆、防不勝防，「我知道在我離開之後，將有兇暴的豺狼進到你們中間，不顧惜羊群；就是在你們中間，也要有人起來講說謬論，勾引門徒跟隨他們。因此，你們要警醒，記住我三年之久，日夜不斷的含淚勸勉了你們每一個人……」（參閱宗二十26～32）。

面對這些「假宗徒、假兄弟、欺詐的工人、兇暴的豺狼」，到處散佈謬論（必須受割損並遵守梅瑟法律；保祿不是真宗徒等），破壞羊群在基督內的同心一體（有的說屬阿頗羅，有的說屬刻法，有的宣講另一種福音等），保祿自然是憂心如焚，

不得不聲色俱厲地嚴加譴責，迎頭痛擊。迦拉達書和格林多後書十至十二章，都是顯明的實例，這裡無須贅述。

保祿在羅馬坐監時，對這種「內憂」仍是放心不下，一再提醒基督團體（地方教會），尤其是教會的牧人，要小心防範，以確保羊群的安全合一。「此外，我的弟兄們！你們應喜樂於主，給你們寫一樣的事，為我並不煩難，為你們卻是安全。你們要提防狗，要提防邪惡的工人，要提防自行割切的人。——你們既然接受了基督耶穌為主，就該在祂內生活行動，在祂內生根修建……你們要小心，免得有人以哲學、以虛偽的妄言，按照人的傳授，依據世俗的原理，而不是依據基督，把你們勾引了去……你們也是在祂內受了割損，但不是人手的割損，而是基督的割損，在乎脫去肉慾之身……為此，不要讓任何人在飲食上，或在節期或月朔或安息日等事上，對你們有所規定。這一切原是未來事物的陰影，至於實體乃是基督」（斐三1～11；哥二6～23）。

這些內憂外患，「外有爭鬥，內有恐懼」（格後七5），一直到他去世，都沒有離開過他^⑭。以一般人的眼光來看，這些都是很大的不幸和痛苦，很容易令人感到厭煩、怨恨，甚至絕望。但保祿卻能在如此沈重而長久的憂苦中，就如對他身上的那根刺一樣（參閱後十二7～10），真可說是茹苦如飴，死而後已。

雖然他在有生之年沒有看到任何改善的跡象與希望（猶太人依然頑梗如故，到處繼續迫害他，設法置之死地而後快；「猶太化」的頑固派更是到處繼續破壞基督團體的和諧，大有腹患成災，難以遏阻之勢），保祿依然能「在絕望中仍懷有希望」

（亞巴郎的真正後裔^⑮），驚嘆天主的奧秘，深信祂的救恩計劃必會實現：「弟兄們！免得你們自作聰明，我不願意你們不知道這項奧秘的事，就是只有一部分（猶太人）是執迷不悟的，直到外邦人全數進入天國為止；那時，全以色列也必獲救……因為天主的恩賜和召選是決不會撤回的……他們如今叛逆，這是為叫他們今後也蒙受憐憫，因為天主把眾人都禁錮在叛逆中，是為要憐憫眾人」（羅十一25～32）。

3. 教會世代受用——保祿的無盡驚喜

保祿在其對天主的深驚浩嘆中，使他成為他終生引以為榮的「外邦宗徒」——「向外邦宣佈基督那不可測量的豐富福音；使他們能認識天主的奧秘——基督，因為在祂內蘊藏著智慧和知識的一切寶藏」（參閱弗三7～11；哥一25～29；二1～3）。他的生命所以能如此豐富堅強，對天主的奧秘能如此深入洞察，其秘訣與絕竅也就是我們傳統文化所強調的至誠如一，生死不渝。

「我或生或死，總要叫基督在我身上受頌揚，因為在我看來，生活原是基督，死亡乃是利益」（斐一20～21）。從他這樣豐富、寶貴的成長體驗中，我們不妨隨手選取幾個重點，作為我們積極成長的借鏡、幫助、鼓勵。

(1)我們都會遇到「意外」事件（完全出乎意料之外），使我們深感驚嘆。如果我們會接納、利用，這些「驚、嘆」，就如對保祿一樣，都會幫助我們日益深入了解天主的奧秘，使我們成為「奧秘使徒」——基督福音的使者和證人。反之，如果我們不肯接受，那只有徒增煩惱，自討苦吃，對已發生的事情不會有任何改變。

(2)保祿成爲外邦人的宗徒，是他始料未及的事。他原先的理想是完美地遵守祖傳法律與宗教習尚，不容許任何人加以破壞；再者就是他對民族同胞的滿腔熱情，一心想使他們獲享基督的救恩，而他們卻竭力加以排斥、侮辱、破壞。可說他是在前後理想都已破碎的情況下，才被「逼上梁山」——天主奧秘的深山，而「落草」與外邦人爲伍的。

但就事後來看，他所成就的一切，遠比他的「前後理想」都要好得多，也可說根本無法相比（如果他的「熱愛並衛護祖傳法律」的理想完全實現，而今又如何？其結果而今又安在？如果他的後一理想完全實現，他又能救到多少同胞？充其量也不會有幾十萬，或許連十幾萬，甚至幾萬都沒有）。

這就是成長的重要關鍵，或「一念之差」的真正內涵：我們是對自己的「理想」把持不捨，還是以「盡其在我，樂順天命」的心態，而努力去追求並實現天父的計劃與心願？

(3)了解天主奧秘的「秘訣」就是心有基督；心越完整，越專一，了解也就會越多、快、精、深。（保祿對基督的那份心情，確已達到了「同心一體，生死不渝」的境界，前面剛已提及，此處無須另贅。）反之，心不專一，常是困難重重，「雖時常學習，但總達不到明白真理的地步」（弟後三7）。

(4)人一旦以「心有基督爲至寶」時，他爲基督「自願損失一切，視一切爲廢物」的那些東西，也都會變成有利於心靈成長和了解天主奧秘的有力幫助，而且在基督內他將更完美地擁有這一切，一點也沒有失掉。

保祿對祖傳法律的執著和對民族同胞的熱情，都特別幫助他更深入了解救恩的奧秘，並使他成爲「保祿的心就是基督的

心」。還有什麼比這樣的「生命果實」更為寶貴？比這樣的「立德、立功、立言」更永垂不朽？

(5)在教會的成長過程中，保祿世世代代所發生的影響（所產生的心靈子女），一定不是他當時所能想到的。當時他「又軟弱，又恐懼」地努力工作，爲了應付不同的需要，有時不得不以書信的方式來處理。他怎會想到，他的那十幾封書信，竟能世世代代地影響著整個教會和普世人類？現在他從「彼岸」看這些綿延不斷的效果，一定也會不斷地感到驚奇：一個如此軟弱有限的生命，竟能發出這樣深遠的影響力，產生這麼多的心靈子女！

我們的生命也是如此，不管在外表上是如何的軟弱與微不足道，如果與基督打成一片，它也將產生我們意想不到的效果——結出豐富而常存的「生命果實」。不與基督打成一片，此生歲月同樣也要很快過去，不論其外表是如何轟轟烈烈，最後結果是沒有「常存的果實」。

(6)只有在「基督奧秘」中，我們才能透徹了解「人生奧秘」——人之生命的奧秘，宇宙萬有的奧秘。保祿深感自己是「罪魁」（參閱弟前一12～17），但他「全心」進入「基督奧秘」後，就轉化爲教會的永久柱石。

我們也可虔心自問：我對自己深感如何？我要自己轉化爲何？——看我「如何」進入基督奧秘，就可「預知」一切了。

(二)我們的默會

保祿在講天主奧秘的時候，多次用到「從永世以來」，「在萬世之前」，「世世代代所隱藏」，「於創世以前所預定」等說法^{①⑥}，其原意自然是要表達，我們對此奧秘本是一無所知，

而且根本也無法得知，因為在各方面它都超越了我們的認知範圍和認知能力的本身。

但他所要強調的卻是「現在藉著教會、福音的宣講」而啓示了給我們⑰。在這樣的強烈對比之下，更顯出對此奧秘的「知」曉與了解，是如何的珍貴、難得！

從保祿的宣講到現在，教會在其成長過程中，已經歷了將近兩千年的世海滄桑與時空變化，我們對此奧秘的揭示與顯露，自可利用這些「歷史發展、宇宙進化」來觀察比照，這樣我們或許會比當初看得更清楚一些，了解得更完整一點。

1. 太空彰妙化——星河展奇工

首先我們可從今天對太空的了解，來比照一下保祿當時在這方面對奧秘的感受與分享。

「祂於創世以前，在基督內已揀選了我們……爲使我們知道祂旨意的奧秘」（弗一3~10）。這裡所說的「於創世以前」，當然是強調我們一無所知的時候，天主就早已成竹在胸——擬定了這奧秘的計劃。

但是保祿對創世的了解，一定是以當時的看法，尤其是以猶太宗教對創世的看法爲依據。我們今天對這些看法以及舊約上的創世故事，顯然已大有不同。

再者就是保祿對「已創」的世界宇宙（他所認識的羅馬帝國和當時對天文地理的了解），和我們現在的太空科學在這方面所做的探究與了解，那更是不可同日而語了。

如果我們把這些不同，放在生活中去體會「天父於創世以前已揀選我爲明瞭其心意」的奧秘，至少在時空方面會增強、加深我們的感受，因而對「父心」的廣、闊、高、深，也能引

發無盡的感激讚頌，甚或進入「欲辨忘言——渾然坐忘」的真境妙地。

「地球是太陽系的一員，太陽系又是銀河系的一小部分，而銀河系也只不過是宇宙無數星系中的一個而已。宇宙的浩瀚，由此可以想見。」^⑱這是現代科學對我們的地球和宇宙所作的最簡短描述。

就時間來說，地球的年齡是四十億年以上，其所在的太陽系是五十億年以上，而銀河系則是一百億年以上。宇宙的年齡（誕生、開始），依據現代科學的推測是在一五〇億年以上（有些科學家認為應早至一七五億年，一般假定為一五〇～二〇〇億年之間^⑲）。

一九八五年有美國的一個太空科學組，偶然發現一條遙遠的星河，距離地球在一四五億光年以外（下面我們要指出一個光年的距離是多遠）。柏克萊大學教授史賓納德說：「這個數字聽起來不怎麼樣，但它實在很大。以時間而言，我們可追溯到諸銀河系剛剛形成之時。」^⑳

由於這些數字實在很大，所以我們要特別小心，以免說得太離譜（比如去年的《神學論集》中，有位作者說：任何涉獵過天文學的人，都會聽過什麼叫「天文數字」，比如說，有些星系距離地球 10^{20} ——即一之後有二十個零，光年那麼遠^㉑）。

就空間來說，地球與太陽的平均距離（中心至中心）為一億五千萬公里，陽光到地面需時八分十九秒。太空的距離以光年作單位來計算（光速每秒約三十萬公里），一個光年的路程（距離）是九兆四千六百零八億公里。太陽比地球大一五〇萬倍（地球赤道的週長為四千零七十五公里），由太陽到銀河系

中心的距離是三萬光年（銀河系到仙女座星河系是二百萬光年）。

牛郎織女二星（七夕牛郎織女相會的故事，千古流傳，家喻戶曉），我們都很熟悉，它們位居銀河「兩岸」，前者距離地球十七光年，後者為二十六光年，而它們彼此之間則相距十六光年。（因此一位很有天文素養的作者曾幽默地寫說：這麼大的距離，怎可能一夕相會呢？）牛郎星的直徑比太陽大一倍半，織女星則大兩倍半，所以表面積要比太陽大好幾倍。它們都是發光很強的恆星（表面溫度約攝氏七千五百至一萬度，而太陽則為五七七〇度）。織女星的光就有六十個太陽那麼亮²²。

整個銀河系呈橢圓形，直徑約為十五萬光年，迴轉一周約需時二億五千萬年。銀河系中有二千至二千五百億顆恆星（就如太陽、織女星等），如將行星一併計算（比如太陽有九個行星），科學家估計銀河系中至少有一兆以上的星球²³，而在宇宙太空中至少還有一千億條星河²⁴。

2.寰球渺粟轉——人類螻蟻爭

僅就以上對宇宙太空的簡短描述，我想我們一定會有一種望「空」興嘆之感。上下四方之「宇」和古往今來之「宙」，原是那麼「久遠無數計」，令人無法想像。

當然到此並非歎為觀止，因為就現在的太空科學進展的速度來說，意想不到的新發現會隨時出現。「現在很多科學家相信外星有生命存在，也許有數百種，甚至數千種文明……爲了取得更多的證據，科學家已針對數千億個星球，展開全面搜索。他們採用最新的無線電波偵測器和星際望遠鏡，探測範圍比以往所有的電波偵測研究還要超出一百萬倍。如果偵測器測得異

常，或是「智慧」訊號，電腦將立即標出位置……加州理工學院教授衛斯特費說：最令人敬畏且博大的學問正在等著我們，而最令人興奮的是，它是我們過去做夢也沒想過的。」^⑤

置身於如此浩瀚無垠的宇宙，我們的地球自是相形見绌，顯得微不足道。比如從月球看地球，可說還是一個「大」球（地球比月球大五十倍，彼此間的距離是光速一秒多一點點）；如從太陽系其他星球來看，地球已變得像顆綠豆，從銀河系其他恆星來看（比如牛郎織女），地球真是渺滄海之一粟，比穀粒、芥子還要小；從其他星河來看，那更是一粒微塵，根本無法辨認其有無了。

如果我們能這樣面對真實——面對「寰球真相」，我們對自己的生活以及人生百態，也自會有顯著的不同感受。比如在生命中我們認為的「大事」，志在必得的成就等，辦不成、得不到就「無顏見江東父老」，真的是那麼重大、那麼非有不可嗎？

僅從光速一秒之外的地方（月球）來看地球上的大事，比如國家民族間的戰爭，經濟市場、能源上的爭奪等，是否已顯得像兩窩在拼個你死我活的螞蟻？記得小時候讀過一篇文章，題目是〈觀蟻戰〉，作者好像是薛福成，其原意就是在諷刺人間戰爭。可惜現在一下無從查起。

如果在銀河系中，我們的整個地球已渺如芥子、沙粒，那我們所認為的「天大事件」，得不到就活不下去似的，果真是那麼「重大」嗎？

筆者有幸能分享到許多兄弟姐妹的成長體驗，尤其是在靜修輔導過程中（很多都是痛苦的掙扎與辛酸的眼淚），因而也

更能體驗「面對生命真相」所能帶給人的解放與自由。

麗達在修會中已十五年以上，工作方面認真賣力，可說做得有聲有色。但在內心一直認為自己的學歷不夠，會被人輕視。多次向長上請求讀書深造，可惜總是事與願違，非常痛苦；有時再加上工作上的困難和挫折，令「人」感到生不如死。

長話短說，麗遠於靜修輔導過程中，慢慢認真去體會「天父於創世以前，已揀選我為其心愛女兒」的奧秘，內心的風暴很快就平靜了下來，痛不欲生的「死結」也逐漸鬆解，而終於完全打開。

這付「奧秘」之藥相當有效，認真服用，不僅能醫治心靈上的重大疾病，且能增強精力，促進成長，甚至面對絕症，也往往會有「起死回生」的奇跡出現。一般的用法就此簡介如下。

(1)先盡可能好好休息，等頭腦足夠清醒、身體不太乏累時，就集中「心」力，認真面對事實。

(2)僅就目前科學所知，太空中至少有一千億條星河，我們的銀河系自身就擁有一萬億以上的星球，而我們的地球，充其量也不過是這一萬億中之一個小球而已。

讀書深造，獲得渴求的專長、學位；計劃完全實現，心願一一達成；或是默默工作，從未受到特別重視與栽培，甚或屢被誤會，調來調去，根本談不上自己的計劃與心願。

假如我置身星空而俯視塵寰，以高學的心靈來「遐觀」人世，上面所說的那些事故，我是否會發現其本身並非那麼重要，那麼大得不得了？

就如同小時候，我好容易抓到一隻蜻蜓或一隻蝴蝶，尤其是一隻小鳥，又蹦又跳，快快拿給媽媽看。但她一下沒拿好，

小鳥飛掉了。當時爲此哭得那麼傷心，非要媽媽立刻再抓一隻不可……事後回顧那隻蝴蝶或小鳥，真有「天塌下來」那麼重要嗎？當時那麼「傷心」，流那麼多的眼淚，甚至飯也不肯吃，現在是否覺得非常幼稚可笑？

(3)「天主於創世以前……」，就是在我一無所知的時候，或是依照現代科學推測，早於一五〇～二〇〇億年之前，「大爆炸」（或大霹靂）尙未發生、宇宙尙未出現以前，天父在其心目中就「要有我——揀選了我」。

然後隨著宇宙的出現，星河逐漸形成；我們的銀河系於「大爆炸」後五十億年才誕生出現，慢慢成長發展；此後它在自己的懷中孕育了我們的太陽系，經過將近五十億年的撫養呵護，太陽系終於能獨立運行。經過十億年的成長奮鬥，我們的太陽系也有了自己的子女——地球就是其九個子女中的一個。

從誕生到現在，我們的地球已度過了四十多億年的歲月，可說已進入中年。它的母性光輝——涵容多產，在「四時行焉，百物生焉」中完全流露無遺。現在仍以每小時十萬八千公里的速度，帶著它孕育的各種生命，繞日運行不息，生生不已。

天父就這樣經過如此漫長的準備（如果祂於創世以前就「要有我，揀選我」是真的），一直到「時期一滿」，祂就讓我藉著父母而來到了這個世界上。

如果天父這樣寶貝我（就如父母一般都很寶貝自己的子女），要我長大成人而慢慢去「了解祂心意的奧秘」，祂的照顧能那樣使我「生不逢時，處處倒霉」嗎？如果祂於創世以前就揀選了我，祂對我的計劃能如此不可理喻、糊塗矛盾嗎？還是我「不懂事、太幼稚」，不會了解「祂心意的奧秘」？

3. 稚口誇轟烈——蜩鳩笑大鵬

「當我還是兒童時，說話像兒童，看事像兒童，思想像兒童；等我一旦長大成人，兒童之事，我就棄置不顧了」（參閱格前十三11）。保祿在其成長體驗中，很清楚意識到，為能了解天父心意的奧秘，我們在心靈上也必須先「長大成人」。

成長的關鍵與特徵就是在於擺脫「血肉之見」，成爲一個「靈明屬神」的人。

保祿對其心靈子女（基督團體、地方教會）在這方面的渴望，實在是懇切動人，躍然紙上。「我們在成全的人中也講智慧，不過不是今世的智慧……乃是那隱藏的天主奧秘的智慧……弟兄們，我從前對你們說話，還不能把你們當作屬神的人，只能當作屬血肉的人，當作在基督內的嬰孩。我給你們喝的是奶，並非飯食，因為那時你們還不能吃；就是如今你們還是不能，因為你們還是屬血肉的人。我們各人所領受的恩寵，卻是按照基督賜恩的尺度……為建樹基督的身體，直到我們眾人都達到對於天主子有一致的信仰和認識，成爲成年人，達到基督圓滿年齡的程度」（參閱格前二6~7，三1~3；弗四7~15）。

我們小的時候，很不容易了解父母的「心意」，甚至會「氣」他們沒有愛心。比如當我們得不到所渴望的糖果、玩具時，或是被逼著去讀書做功課，我們當時的反應不是一些「血肉之見」，幼稚可笑嗎？

在心靈的成長上也是如此。天父不照我們所求的給我們（比如健康、順利、成功、長壽等），我們「童心」的直覺反應就是天父不聽我的祈禱；在比較嚴重的情況下（比如求父母病癒而人竟死亡，求事業興旺而公司倒閉），我們甚至連祂的存在

也會懷疑，或乾脆把這「沒用的信仰」完全丟掉不管了。

在這方面的成長關鍵，就是學著慢慢放開這些只尋求「自我滿足」的血肉之見，進而去面對真實，用「心」體會天父的心願——了解祂心意的「奧秘」（在〈心理投射與信仰成熟〉一篇拙文中²⁶，對此有更多的說明和分享，這裡就無須多贅了）。

我們一旦在心靈上開始長大，我們的生活也自會逐漸變得輕鬆喜樂，對人地事物的反應也就日益顯得「靈明有神」。以前認為的天大事件，現在會適如其分地去「看」待（比如不能得到自己渴望的學位、工作，或親人不幸去世等，現在至少會含著眼淚放在天父手中，深信祂心意的奧秘比我的想法更好）。一般所說的轟轟烈烈，現在會更以內在的「深深切切」來體會，而不再只看外表上的高大、轟動、壯烈。

安德初入修會，抱著「使整個中華民族都獲享救恩」的雄心宏願而奉獻一切（「童心」所想的轟轟烈烈不是大都如此嗎）。但十年過去了，連自己的家人都未領洗入教，在信仰方面依然是只有安德一人。再過十年，還是沒有多大改變。安德自己的使徒工作，雖然相當不錯，但和「童心」所想的千萬人聽道領洗的盛況相比，那最多也不過是「小貓三隻、四隻」，相差太遠了。

外面一般的大公司企業，很多都是以大廈的「高」或連鎖商店的「多」，來顯示自己聲勢浩大，氣派壯闊，「勝」過其他同行業者，甚至凌駕一切財團之上。從心靈成長角度來看，這種「爭高逞強，勝過他人」，是否相當幼稚，令人啼笑皆非？「雨打風吹何處是，漢殿秦宮²⁷？」豈非一語道破外在高大的

真相？——原是如此短暫空虛。

莊子的小故事，我們大家都相當熟悉。大鵬鳥要鼓起像「垂天之雲」的大翅膀，沖上九萬里的高空，飛往南海天池去。蟬和斑鳩看到就譏笑說：「我振翅起飛，到了樹上就可以停下，氣力不夠也可落在地上，那又何必高沖九萬里而飛往南海呢？」

⑳

我們在生活中一遇到不順心，不如意，很容易就怨天尤人，是否也在顯示我們心靈上的幼稚與無知？從正面來說，為能「了解祂心意的奧秘」，我們必須先放開我們的「稚見童心」，學著接受「不順我心」的意外事件。

從這樣認真的練習中，我們很快就會體驗到：越會放開，就越能體會祂的心意；越能體會祂的心意，自然就越能進入祂心意的「奧秘」——比我想的要好得多，根本不成比例，實在我們的語言到此為止，不知「如何說」了。

總結以上幾點，變成一首小詩，或許更便於記憶。

太空彰妙化，星河展奇工；
寰球渺粟轉，人類螻蟻爭；
稚口誇轟烈，蜩鳩笑大鵬；
恍惚真如見，渾然坐忘中。

結語

保祿所指出的天主奧秘，歷時越久，我們知道的越多，越顯出其奧秘的真諦——天父心意的「長、寬、高、深」遠遠超出我們的認知與了解。最後願以中國文化傳統之「心」，把所分享的「新舊」感受，綴成幾個簡短詩句，讓我們在生活中，

慢慢用「心」來體會這「無可言、不可道」的父心奧秘吧。

太初混沌大鴻蒙，
道降塵寰竹在胸；
時空久遠無數計，
萬有呻吟待長成；
羔羊自獻全忠恕，
人性真光四海同。
天心密密誰知曉？
父愛深深你我中。

附註

① 六十年代初的參考書，現已大都過時，因此只保留仍有參考價值的幾本，其他一併略去。同時也加上一些新近有關的參考資料。

1. Daniel-Rops, Saint Paul, Conquerant du Christ. Paris, 1952
2. Holzner, J. Paul of Tarsus. Translated by F.C. Eckhoff, New York, 1946
3. Cerfaux, L. Le Christ dans La Theologie de Saint Paul. Paris, 1951.
4. Prat, F. La Theologie de Saint Paul, 43 ed., Paris 1961.
5. Prumm, K. "Mysteres" in Dictionaire de La Bible, Supplement, VI. "Mystery Religion" in New Catholic Encyclopedia, Vol X (McGraw-Hill, 1967), pp.153-164
6. Brown, R. E. "Mystery In The Bible" in New Catholic Encyclopedia, Vol. X, pp.148-151
7. Bulles, A. "Mystery In Theology" in New Catholic Encyclopedia,

Vol. X, pp.151-153

8. McKenzie, J. L. "Mystery" in Dictionary of the Bible (Geoffrey Chapman, 1968), pp.595-598

9. 房志榮，《保祿使徒的生活、書信及神學》，光啓，1974年。

10. 穆宏志，《宗徒書信主題介紹》，光啓，1988，頁1~193。

11. 馬迪宜著，胡安德譯，《保祿的自白》，慈幼，1987。

- ② 格前二1的「奧秘」有的古本為"Martyrion"，其他二十次在：羅十一25；十六25；格前二7；十五15；弗三3、9；五32；哥一26、27。天主的奧秘：哥二2；格前四1；格前十三2；十四2。基督的奧秘：弗三4；哥四3。天主旨意的奧秘：弗一9。福音的奧秘：弗六19。信德的奧秘：弟前三9。虔敬的奧秘：弟前三16；得後二7邪惡的奧秘（罪惡的陰謀）。

- ③ 保祿書信的寫成時間大約如下：得，公元五十~五一年於格林多；格前，五十六年於厄弗所；格後，五七年於馬其頓；羅，五八年大概於格林多；哥、弗，六三年於羅馬；弟前，六五年大概於馬其頓；弟後，六六年於羅馬。六七年為主捐軀。

參閱：思高聖經，〈保祿書信引言〉，頁1737~1855。

《保祿使徒的生活、書信及神學》，房志榮，光啓，民63年，頁25~67。

《宗徒書信主題介紹》，穆宏志，光啓，民77年，頁30~192。

- ④ 參閱《神的氛圍》，德日進著，鄭聖沖譯，光啓、先知，民62年，頁34~35；同書修訂新版，光啓，民75年，頁51~52。

- ⑤ Cf. Dictionary of The Bible (by John L. McKenzie, S.J.), 1968, p.595. I; New Catholic Encyclopedia, Vol. X. pp.156~159.

- ⑥ Cf. Dictionary of The Bible, p.595, III

- ⑦ 參閱宗廿二3~5；廿六4~6；迦一11~14等處。

- ⑧ 參閱宗十三44～52；十四1～7；十七1～14；十八1～6等處。
- ⑨ 參閱迦六11～17（特別是15）；迦五1～6；11～12；羅二28～29；斐三2～11；哥二6～15。
- ⑩ 參閱羅四23～25；五1～2；八12～16；迦二15～21；四4～7；斐三8～9等處。
- ⑪ 參閱羅七4～6；八1～4；迦四4～7；二19～21等處。
- ⑫ 參閱羅八14～17；迦三23～29；四1～7；弗三6；哥二16～23；三1～4等處。
- ⑬ 參閱宗七51～53；羅二25～29；哥二11～12等處。
- ⑭ 參閱弟前1～3～9；弟後二14～18；鐸一10～11；14～16；二8～9。
- ⑮ 參閱羅四1～25；特別是13～22。
- ⑯ 參閱羅十六25～26；格前二6～8；弗一3～10；三8～11；哥一25～28。
- ⑰ 參閱前註與弗三3～6。
- ⑱ 參閱《宇宙Cosmos》，卡爾·薩根（Carl Sagan）原著，沈君山審訂（中文版），環華，民70年（共四冊）；第三冊，《人類與宇宙》，第七頁。
- ⑲ 參閱《宇宙——②太陽系的探索》，頁13～14；《③人類與宇宙》，頁39；頁60～67。
- ⑳ 參閱「聯合報」，民74年10月6日，「一四五億光年外，發現最遠的銀河」。——附誌：歐美以千為單位，因而稱為10,000（十千）；100,000（百千）；1,000,000（千千，為一個Million），一千個Million為一個Billion；中國更進一步，以萬為單位，所以是十萬（10,0000）、百萬（100,0000）、千萬（1000,0000）、萬萬（1,0000,0000即一億）；一萬億為一兆（就是一後面有十二

個零）。

- ②① 如果說我們的宇宙「可能」有 10^{20} 光年那麼浩瀚無際，自然是毫無問題；究竟如何，可讓太空科學慢慢去發現。但到目前為止，科學所發現的最遠星河，是在一百四十五億光年之外。而作者卻說，有些星系距離地球有一萬萬兆光年那麼遠，不知有何依據？其原文如下：「比如說，有些『星系』距離地球 10^{20} （即一之後有二十個零）光年那麼遠。即是說：假如我們能製造出一架『光速飛機』，我們也要經過1,000,000,000,000億年，才能抵達那些星系。當然，那還不是宇宙的盡頭」（神學論集72，頁315～316）。
- ②② 參閱〈今夕何夕——臥看牽牛織女星〉，劉本炎，中央日報，民73年8月3日。
- ②③ 參閱《人類與宇宙》，頁60～63。
- ②④ 參閱〈探究外星生物——人類的浩瀚宇宙拓荒〉——（這份剪報來自聯合或中央日報，時間應是民73年左右；當時未註明來源與日期，現在一時無法查對）。
- ②⑤ 同前註（該文末提出：取材自《美國新聞與世界報導雜誌》）。
- ②⑥ 參閱《神學論集》51，頁125～149；或拙著《白首共此心》，光啓，民75年，第四講。
- ②⑦ 〈浪淘沙〉，辛棄疾（參閱《宋四家詞選箋注》，鄭利安，中華，民60年，頁144）。
- ②⑧ 莊子，逍遙遊：「鵬之徙於南冥也，水擊三千里，搏扶搖而上者九萬里……蜩與學鳩笑之曰：我決起而飛，槍榆枋而止，時則不至而控於地而已矣，奚以之九萬里而南為？」（參閱《新譯莊子讀本》，黃錦鉉注譯，三民，民63年）。

（原刊神學論集^{⑦⑨}1989年春）

第七講

試從心理看明辨神類 靜觀皆妙化，天心不言中

明辨神類在教會的靈心成長過程中，一直受到相當重視，歷代神修人士在這方面也留下了不少的生活紀錄與著作。西方教會對這些資料已有相當完善的整理①，中文方面於近些年來，也逐漸有專題性的文章出現，雖然大都以翻譯為主②。此外更引人注意的是，現代已有人從心理方面來探討明辨神類，並明確指出，一般的心理困難和生活中的「偏見」，如何能影響甚或左右人的明辨能力③。但到目前為止，這方面的資料似乎還不很多。

下面就是筆者依據手邊的有限資料，再加上個人的一些生活體驗與整合，草成此文給大家分享。綱要如下：

一、明辨神類與心理成熟

(一)傳統中的明辨特徵

(二)明辨特徵與心理成熟

二、明辨與心靈成長

(一)心靈兒童期：1.疑神疑鬼疑心鬼

2.自信自如自真如

(二)心靈青年期：1.窮急窮忙窮急鬼

2.樂天樂地樂天人

(三)心靈成年期：1.自作聰明活見鬼

2.死心塌地誠如神

三、心靈明辨是一個成長過程

四、附錄：明辨神類的歷史發展

一、明辨神類與心理成熟

西方靈修學者對教會傳統中的明辨神類，已有相當好的整理，上面已經提及。現在就將這些資料扼要指出，使我們可看出歷代傳承中明辨神類的主要根據。然後再看這些特徵，如何與現代心理所說的「成熟與不成熟」，相互參照配合。

(一)教會傳統中的明辨特徵

紀貝爾神父在其《靈修神學》一書中^④，先簡短說明其資料來源，然後依據一本十八世紀的名著《辨別神類》，將善神與惡神在人的理智與意志方面的不同推動，平行列表對比，相當簡明醒目。下面就是他這個對照表的中譯^⑤（附註中有英譯以備參考）。

善神的特徵	惡神的特徵
	<u>在理智方面</u>
(1)真實（使人認識真理）	虛假
(2)不關心無用之事	空幻、無用的心思念慮
(3)光照理智（雖然想像 仍留在黑暗中）	想像中的黑暗或 假光明
(4)使理智受教	固執己見
(5)中庸，有節制	誇大、過分、偏激
(6)思念謙遜	驕傲、虛榮

在意志方面

(1)內在的平安	擾亂，不安
(2)真實有效的謙遜	驕傲或假謙遜（只是 一些謙虛空話）
(3)信賴天主，不信賴自己	冒失妄望或失望
(4)意志適應順從（對天主 或導師開放心靈）	固執、硬心（對天主或 導師過分保留，不開放）
(5)生活行動，意向純正	意向不正
(6)耐心接受身心的痛苦	對痛苦考驗不忍耐
(7)內在的克己	偏情的妄動
(8)純樸，誠懇	假裝，虛偽
(9)心靈自由	心靈為世物所束縛
(10)熱切效法基督	和基督疏遠
(11)忘我的愛德，溫和良善	假熱誠，虛假酸辣

(二)明辨特徵與心理成熟

有關心理成熟與不成熟的特徵，多年前我們已介紹過⑥。此外也有馬斯洛的一本中譯於三四年前問世，其中對此有很好的參考資料⑦。現在就將這些資料和傳統的明辨神類，相互參照使用。為了簡明方便，我們一併濃縮為下列幾點。

善神的特徵

- (1)使人認識真理，
不關心無用之事
- (2)使理智受教，謙遜；

心理成熟

- 面對真實，
生活方向實際
- 心地開放，接受人的有限，

- 看法中肯，有節制
- (3)內心平安，自由；
真實的謙遜，受教
- (4)信賴天主，不信賴自己
純樸，誠懇
- (5)安心接受挫折痛苦，
熱切效法基督
- (6)真誠地愛人，忘我

- 多元共存
- 不只受本能驅使
有合理的價值體系
- 知道自己是誰，
能「真誠相見」
- 敢負責、決定，
對生命肯定樂觀
- 接受別人，
不以自己的標準衡量一切

惡神的特徵

- (1)虛偽、欺騙，
作空幻無用之想
- (2)固執己見，誇大
偏激，追求虛榮
- (3)內心擾亂不安，
假謙遜，固執
- (4)不信賴天主，失望；
偽裝，假惺惺
- (5)在考驗中不耐，
內心為世物所束縛，
和基督疏遠
- (6)假心火，酸辣

心理不成熟

- 逃避，不敢面對真實；
方向不實際，幻想一下改變一切。
- 自我中心，封閉防禦，
「天才或自抹」
- 情緒不穩定（喜怒無常）
封閉，不信任
- 基本不信任，對人生失望；
外在面具，內心破碎
- 不敢負責任，以感覺為轉移；
對生命死亡
茫然若失
- 缺乏真切的人際關係

現代靈修輔導特別強調心靈成熟，其實這就是心理與心靈的整合。有關此種整合，我們已在不同的情況下多次提出⑧，此處無需多說，而且實際上也無法在此再一一說明了。期盼從事靈修輔導的兄弟姐妹，能在這方面多多分享心得與體驗，彼此相互參照、印證、鼓勵。

二、明辨與心靈成長

就如發展心理學將人的成長分為不同時期，我們在此也將心靈的成長簡單地分為三個階段：心靈兒童期、心靈青年期、心靈成年期（這和傳統的靈修三階段，煉路、明路、合路，或起步、前進、完成等，也可相互參照）。

此種分法有其很實用的一面，就是我們可利用心理成長階段的的不同特徵，來幫助我們更深入了解心靈成長過程中的不同情況，因而更易於推動心靈的發展與成長。

(一)心靈兒童期

這和心理發展中的兒童期有所不同。就生理年齡來說，這些一般都是二十歲左右的人。再者就是我們假定，他們都在認真尋求其靈心的發展與成長（比如修會中的初學階段以及暫願時期）。為更便於表達，下面就話分兩面來說明：首先指出這時期的明辨困難究竟何在，然後再指出當循的成長方向。

1. 疑神疑鬼疑心鬼

這時期的顯著「靈心需求」是急切地肯定自己。如果此時在心理方面對自我肯定也很缺乏的話，則此種靈心需求就會更加顯明，雖然其表達方式往往正是相反。比如在內心深處很想知道，自己在靈修成長上已達到了什麼程度。如果當事人已閱

讀過一些靈修著作，在和輔導的談話中便會急於印證，自己的祈禱是否就是「靜觀」祈禱（大德蘭所說的第四、五樓台），內心的乾、苦是否即十字若望所說的心靈黑夜等。

在具體的生活中，會覺得自己的靈修比別人更有深度（尤其是對生活在一起的同伴們）；對別人的反應相當敏感，往往爲了他人的一句無心之言，或長上的一種無意反應（比如院長或導師的沈默不語），就會難過好久。有時更會在「忍無可忍」的情況下，去找對方講個清楚。但很多次對方的反應是：根本沒意識到這回事，也完全沒有這個意思！用實例來說明似乎會更清楚。

幼真在修會中已五六年了，讀書、工作、祈禱，都很認真賣力，而且在天資、才能、相貌、健康等各方面，也是相當「富裕」，但其奉獻生活並不快樂，最多只能以憂喜參半來形容（在此再重說一次：請不要「猜」所說的是誰！惟請以「見賢思齊，見不賢而內自省」的心懷，來參考利用，使有助於自己以及其他兄弟姐妹的心靈成長）。

在輔導過程中，幼真逐漸談出其困難之癥結所在。小時候由於兄弟姐妹比較多，父母工作忙碌，尤其是母親，心有餘而力不足，無法照顧得那麼週到。而且幼真小時很乖巧，常會照顧弟妹，自己也從不讓父母擔心。

入學讀書後，成績很好，但她不記得曾爲此而得到過父母的誇獎鼓勵。在親友的談話中，別人多次誇讚她聰明乖巧，但是母親常「淡然」置之，不加可否（其實媽媽當然心裡很高興，只是不好意思表達而已）。

正如另外一位媽媽，當親友鄰居同聲誇讚其女兒時——「妳

這個女兒真好！什麼都不要妳操心，而且讀書常考第一名。」她的回答常是：「我這個醜丫頭只是會讀書。」小女兒聽了多次之後，真覺得自己是個「醜丫頭」，一直到進入修會多年後，仍覺得自己「醜」得不敢抬頭呢。

由於缺乏父母的積極肯定，幼真在內心深處（潛意識中），同樣也覺得自己是個「醜小鴨」——「我不行，不好，沒人重視」，因而在生活中很容易感到被冷落、不受重視。但其真正的渴求，就是他人、尤其是「長者」的讚賞與肯定。

2. 自信自如自真如

像幼真這樣的渴求肯定（雖然當事人一般都意識不到），會使人在許多事上暗暗和他人比較。比如他們做事會更認真努力，但同時非常注意別人的反應，尤其是長者的反應。幼真很多次的痛苦經驗，就是感到自己的努力都是白費（比如佈置聖堂、安排禮儀、準備飲食、負責慶節等）。自己的這些「盡心盡力」，根本沒有人欣賞，而且常會得到消極的批評、不滿，甚或長上的責備。

會談中她屢次流著淚，很悲憤地喊說：「都是我不好！別人作什麼都會得到欣賞鼓勵，我作什麼都不對、不行！……反正都是我不好！」

經過一段輔導過程後，幼真逐漸看出此種內在的矛盾：以工作成就來爭取別人的肯定重視，其結果常是適得其反。換句話說，自己由於缺乏足夠的自信，拼命以外在的工作成就來建立內在的自我肯定，實際上是隔靴搔癢，甚或緣木求魚。這裡所需要建立的是：個人的基本自信，和因此而對他人的基本信任。

為建立這樣的深度自信，也就是以前所說過的「調整自我形象」⑨，自然需要一些時間和耐心——不是「一看就懂」，一懂就馬上可以調整過來！一般所用的方法可簡稱為「明指與暗示」，就是認真找出個人的優點、才能、成就等，明確地予以肯定；然後再以心理暗示（或自我催眠），將「我不行——醜小鴨」改換為「我很行——美天鵝」的自我形象⑩。

當然這些心理方面的努力，可以和信仰與祈禱生活完全配合起來。而且在自我調整的過程中，尤其是開始的一段時間裡，最好有「有經驗」的輔導從旁協助！

幼真經過一年多來的努力，基本上已能明確地肯定自己：在天主和人前都是一個寶貴的女兒。現在對他人的反應已不再那麼在意了，而且同時還可以看出，別人的反應（包括長上在內），都是和每人的工作忙累、情緒高低、成長背景，以及「道行」深淺等因素密切有關，是每人「自家」的事。過去對別人的反應，疑神疑鬼，以為都是對「我」而發，現在覺得實在幼稚好笑。有此會心微笑之後，幼真發現過去的緊張痛苦，現在已大半消失，即使生活工作中偶有衝突，拜一下聖體，也就可安然入睡了。

（二）心靈青年期

心靈的成長階段是前後連貫銜接，彼此交感互動的。它們之間的相互影響，比我們一般所想像、所覺察到的還要更大更深。心理方面的不同成長階段，在此可給我們提供相當實用的參考資料⑪。

從這些資料和個人的生活體驗中，我們可看出心靈青年期的發展，如果在前一階段無法突破「疑神疑鬼」的束縛，無法

使「自我肯定」的需求獲得適當的滿足，那麼在此時期，這些困難不但會日益顯著，而且更往往會變本加厲。

反之，如果前面發展順利，心靈成長在這一階段，也自然容易進入更深的和諧與喜樂。試分別多說幾句。

1. 窮急窮忙窮急鬼

生活實例常比理論性的論述更生動易解，對心靈方面的事物可說更是如此。下面以「疏樂」為名所表達的一些情況，也許就是你我所多少曾有過的切身經驗。

疏樂於終身願後不久，被派去負責某處的青年活動。這本是她很喜歡的工作，所以立即就「進入情況」，全心全力要把活動辦得有聲有色。一個比一個更用心籌劃，一次比一次更「席不暇煖」！

一年多的拼命努力，疏樂的團體生活以及個人的祈禱也都幾乎「拼」上去了。長上的提醒和勸告使她很反感氣忿，有時也會清楚表明：「你們不了解年青一代的需要！」再過一年多，她自己也累了（因為無法常變新花樣，而且個人的體力總是有限）。

對活動方面的一些批評和建議，她都覺得是在批評攻擊她。但她意識不到，這些反應都是來自她個人「以成就來肯定自己」的心理需求！她拒絕接受心理輔導，只願意偶爾去見見老神師。在不得已的情形下，長上讓她去休息一段時間，然後派往一所學校負責宗教輔導。

到學校之後，她很快又進入了自己的工作模式：拼命作得好，「時間不夠」，睡眠不足，體力透支。長話短說，三年的教書與宗輔活動，疏樂成了一個不會笑的人，尤其是在自己的

修會團體中。最後她覺得幾乎要崩潰；因為不斷靠藥物支持，使自己內心產生一些莫名的焦慮和恐懼——不時會出現自殺、精神分裂、出會、進隱修院等，各種令人坐立不安的意念和衝動。這種情況使她痛苦不堪，滿腔怨恨：「一個還不到四十歲的人，就這樣毀掉一生嗎？」

還好，她終於在好友的催促和長上的安排下，同意暫時停止學校的工作，好好去接受一段時間的心理治療。

2. 樂天樂地樂天人

我們自己的內在衝突與無意識心境，會影響我們的一切心理活動：影響我們對外在事物的感受和反應；影響我們對事物的看法與了解；影響我們對事物的評價與審斷，最後影響我們的決定和行動^⑫。

就如上面所舉出的幼真與疏樂，除非當事人先調整自己的心境和自我形象（就是對自己先有足夠的肯定和欣賞），他們便無法對外在事物有正確、合理的反應。別人的一些無心言行，他們會敏感為對他們的批評與輕視。因著對別人言行的誤解和反應不當，他們所決定的行動自然也不符合事實，比如和別人「理論」，發生衝突，甚或採取敵對報復等。所以只有當我們對自己的形象調整到足夠真實時，我們才能「看」到外在事物的真相。

幼真和疏樂目前都已是過來人，但她們之間有著顯著的不同。前者從心靈兒童期已開始在自我調整（雖然當時不夠認真，進行緩慢），目前在其生活與工作中，對周遭的人地事物就顯得比較輕鬆和諧。而後者疏樂，由於拖延太久，雖然目前在生活工作中也能相安無事，但內在的喜樂和諧，一時還「發」不

出來——內心尚不足，當然無法流露於外。可是就年齡或會齡來說，疏樂比幼真都大了十歲左右，而在心靈成長上卻是「在先的成爲在後的，在後的成爲在先的」。

當然這並不是最後的定局，但事實總是很好的說明和提示：成長的時間是有限的；誰越能早日奠定「自信自如」的基礎，就會越快體驗生活中（與人地事物之間）的融洽和諧，也就越能及早成爲一個「樂天樂地——與萬有和諧」的樂天人。

（三）心靈成年期

在人格發展八階段中，艾力克森（E.H. Erikson）簡明指出成熟期的特徵爲「統一完整」（Integrity），其負面的後果就是「悲觀絕望」（Despair）^⑬。心靈方面的情況可說也是大同小異。下面就先看此階段的負面情況，然後再說明正面的心靈成果。

1. 自作聰明活見鬼

從以上所指出的心靈連續發展來看，如果有人一直在負面成長，那到此成年期後，便隨時會顯出「沒長成」的啼笑皆非，甚至對生命冷漠與絕望。

「孤行」在修會中已過了銀慶，生命也將進入「知天命」的金色年代。但就在這時候他作了一件「一鳴驚人」的憾事。他一直以工作成就來肯定、支撐其消極的自我形象。

在剛過進會銀慶的第二年（此時已四十九歲），他告訴長上要爲大眾傳播工作興建一所大廈。雖然他和這方面的人士已有幾年的接觸（爲他們講道理，作輔導神師等），但長上明白告訴他，不要涉及他們財物的事！這本是修會的一向作法（禁止會士涉及一切俗務），而當事人對建築、貸款等事，又是完

全外行。長上再三勸阻，但孤行自以為沒問題，一定能順利完成。

事後不到一年，他發現被人利用，上當受騙，弄得自己身負巨額債款，連利息也無法支付。雖然他開始東藏西躲，但很快就被逮捕。這不但毀了他的半生奉獻生活，更在其「知天命」之年，還得坐監受刑，憂慮著如何擺脫債務的糾纏。

當然此種情況不僅發生在修會團體裡，在一般的社會家庭中更是屢見不鮮，時有所聞。比如在賭「大家樂」或玩股票的那段狂熱時期裡，有不少已身為祖父母的長輩，仍會自作聰明而被牢牢扣住。財物損失可說還算小事，但為此而弄得精神崩潰或自殺，豈不更是千古遺憾。

不過此種悲劇性事件，平常都不是「突然」發生的，而是其來有自，早已「孕育」在一個生命和心靈的成長過程中。

2. 死心塌地誠如神

一個不斷在積極成長的心靈，在此成年期所「形於外」的，不只是和諧喜樂，更有一種「生死如一」的人性光輝，一種難以描述的純、真、專、誠。

在印度德蘭修女身上，我覺得和她接觸過的人，都會感到此種「靈性之光」的溫暖與活力。她生命中有不少「死心塌地——至誠如神」的感人小故事（比如《比死更強》一書中所描述的）^⑭，下面的一件是筆者在我們的電視中偶然看到的。

當時黎巴嫩正戰火瀰漫，德蘭姆姆要進入戰區將一些殘障兒童帶出來，送往安全的地方照顧。電視畫面上是她和一位聯合國負責人（或是一位美國官員）在談話，內容大致如下（這是好幾年前看到的，詳細情節已記不清楚了）。

德蘭姆姆：我要進去把孩子們帶出來。

負責官員：不行！我們無法保護妳的安全！

姆姆：明天會停火。

官員：停火？不可能停火！

姆姆：是的，明天會停火。

官員：現在戰爭激烈，彼此打得像瘋狂了一樣，明天絕對不會停火！

姆姆：是的，會停火，我祈禱了。

官員：（笑了起來）我也是個有信仰的人，我也祈禱，但是明天不會停火的。

接下去的電視畫面是德蘭姆姆抱著一個兒童送上娃娃車，安全地把他們帶了出來，因為第二天真的停火了。

可能有人會說，這是「奇蹟」性的事件，不會發生在我們的日常生活中，更不可將此種事件視為心靈成熟的特徵。但如果我們以生活「符合事實」為心靈成熟的特徵，那就不必太注意奇蹟或平凡了，不是嗎？

其實我覺得，德蘭姆姆的心靈明辨是那麼符合真實，只是我們的「被蒙蔽的心目」看不見就是了。此外在我們的生活接觸中，多少也會看到一兩個「心靈成熟」的實例吧。

「若愚」在戰亂中有過好幾次的生死經驗，最恐怖的一次是飛機轟炸。當地的天主堂和學校是那次轟炸的目標。飛機來時，若愚正在一個草棚下誦念日課（該草棚離學校只有兩三百公尺）。那時的炸彈火力雖然比現在的小，但爆炸時也能把校門前的大石獅，飛送到馬路對面的院子裡。

轟炸過後，我們學生都從地下防空室出來，大家仍是心有

餘悸，不太講話。而若愚卻面帶微笑，安慰我們說：「我在草棚裡看著飛機的轟炸和離去。」像這樣「生死如一——死心塌地」的生命實例，你一看到就會「受用」一生，不是嗎？

如果從心靈明辨來看，若愚的不慌不亂，決定留在草棚裡繼續祈禱，是否更「符合事實」的需要？反過來說，如果嚇得東奔西跑，是否更有生命的危險？在當時情況下，亂跑一定會更容易遭受飛機的掃射。

三、心靈明辨是一個成長過程

教會靈修傳承中，尤其是在「辨別神類的規則」^⑮的影響下，一般都會將此明辨視為一套方法或技巧。但從以上所說的一切來看，此種明辨更是心靈上的一個成長過程——對寫《辨別規則》的作者來說也是如此^⑯。

在心靈的幼稚階段，當事人還「看不清」事物真相，沒有什麼規則、技巧能使他看得明白。就像幼真那樣的情況，只有成長過來（能逐漸自我肯定與欣賞）以後，才能「看」到自己和事物的真相。否則便會一直受到「醜小鴨」的成見（或假象）所左右，無法作出真正的明辨——「符合事實」地決定取捨。

正如一個三四歲的兒童，面對漂亮的糖果和玩具，同時也告訴他讀書寫字的重要（將來會成為大人物等），如果要他「明辨」取捨，我們都知道他一定會雙手去抓糖果和玩具。為能真正「看清」讀書的重要，那還需要一段成長的時間。

此一成長過程既有其「天然」的連續性，所以其成長方向必須正確，而且是越早越好。如果方向偏差，其謬誤自然也是越久越嚴重。前面我們在疏樂和孤行二人身上所看到的，就是

這「冰凍三尺」的具體說明。

但這連續發展並不排除「辨別規則」，或認真學習一些明辨特徵。相反，在此心靈成長過程中，更需要有一些規則來幫助，有一些特徵來明確指出正負方面的成長方向。雖然這些規則（或特徵）的本身，並不就是心靈明辨。意思是說，只是了解、運用這些規則與特徵，那還沒有「學到」真正的心靈明辨。

舉個實例似乎會更清楚，比如我們小時候練習書法，一定先要有字帖或範本（學畫學琴等也是一樣）。但這些範本並不是書法本身，而我們的用功臨摹，也是為幫助我們「學會」書法的必要練習。一旦我們練得「到家」了，書法的風格神韻，揮灑自如，也就自會「了然於心」，不言而喻。

這可使我們清楚看出，範本與臨摹雖然是學習書法的必要幫助，但書法不是這些。真正的書法首先是「了然於心」的揮灑自如（誠於中），而在此自如中一定會流露出其特有的風格神韻——書法的「形於外」。我們所說的心靈明辨也正是如此。

當然此種了解更是為作心靈輔導的兄弟姐妹，因為這在幫助他人成長的時候，可使我們「靈活」地運用這些分辨規則或特徵，而不拘泥於字面或某些傳統表達方式。對心理學所提供的資料（就如成熟與不成熟的特徵等），我們自然更需要靈活運用，隨人、隨地、隨時而制宜，為能幫助人走向真正的心靈明辨，到達人性的真正成熟。

如果以中國文化之「心」來看此明辨與成熟的話，其起點自然是「求其放心」（將散失於外、甚或偏離迷失的心收回來），也就是「大學」所開示的正心誠意。其整個成長過程的努力，就是使自己的「心緒」（內心的動向與各種情緒），能

逐漸「致中和」——使喜怒哀樂等都能靜守於中，在需要發出時都能發得合情合理。內心一旦到達中和，人性的「盡心知天」或至誠圓融就「活」現於外了。

這樣的一個生命，在其具體生活中，自能人盡其才、地盡其利、事盡其宜、物盡其用（也就是中庸所說的參贊天地的化育）。我們的古聖先賢對「人」的理想，就是這樣一個與天地萬物相「通」的人——更常用的說法是天人合一，比較奧妙的詞彙則稱之為「至誠如神」（見中庸第二十四章）。

總結以上所述，我們可以說，對人性心靈的真正成長，古今中外都有「光明喜樂」的同感，雖然表達方式很不相同。因為生命的充實圓融，本來就是光與喜樂。所以在成長過程，如果需要付出一些代價，那就不必常愁眉苦臉，「咬緊牙根」來突破困境，衝過難關。相反，這些代價或十字架，可在一念之間，以幽默輕鬆的心情，安然背起，欣然付出。

其實，如果我們一旦悟到，真正成長必須付出代價，而「欣然」付出，一定會長得輕鬆順利；「悲然」付出，就必定活得痛苦，長得艱辛，那時我們就不難「明辨」取捨了。

為使我們能在「心靈明辨」的成長過程中，更易於看到其輕鬆的一面，前面我們已用三副「鬼聯」來助興。在結束這些「獻曝」的分享之餘，再以一首小詩來「含笑而終」，或許可增添一分喜樂吧。

萬有本和諧，庸人偏自聰；
自聰活見鬼，急死猶莫名。
何日當頭棒，恍然悟至誠。
靜觀皆妙化，天心不言中。

四、附錄：明辨神類的歷史發展

看過了現代對「明辨神類」所作的整合努力之後，也許有人更想知道(尤其是從事靈修輔導的兄弟姐妹)，此種明辨在教會靈修發展中又是怎樣的呢？如對此問題有一簡明而完整的了解，一定對自己的心靈充實和協助他人的成長，都會有不少的便利與幫助。筆者正好於不久前寫了這樣一個「條目」，現在徵得《神學辭典》編輯的同意，先在此刊出給大家分享。

教會靈修傳統中的辨別神類（Discernment of Spirits），源自福音的「要提防假先知——可憑其果實來辨別他們」（瑪七15～16）。此外還有從辨別天象（陰晴風雨）的常識，基督哀嘆法利塞人不能「辨別時期的徵兆」（瑪十六3）而認出默西亞的來臨。若望福音指出「你們縱然不肯信我，至少要信這些工作，如此你們必定認出父在我內，我在父內」（若十38）。

宗徒們在跟隨基督的過程中，也是從「心地遲鈍 - 血肉無明」，到完全心靈開悟而看清真相。從「撒殫，退到我後面去！……你所體會的不是天主的事，而是人的事」（瑪十六23），到「除祂以外，無論憑誰，決無救援，因為在天下人間，沒有賜下別的名字，使我們賴以得救的」（宗四12）。

他們如此「辛苦」地成長過來，自然也渴望基督徒團體「在主內生根建立」——在信仰上必須「慎防假基督、假先知、假教師」（若壹二18～22；四1～3；伯後二1～3），生活中要努力擺脫血肉私慾的束縛，完全「隨從聖神的引導」而生活（羅八12-14；迦五16-25）。

宗徒們所給的「辨別準則」就是他們親身的「辛苦」體驗，

明認基督爲主或是否認祂（爲默西亞，天主子）。血肉之見、塵世風氣，以及邪惡者魔鬼，都是「反基督」，都是「真理、生命」的破壞者，引人迷失喪亡，所以必須「憑其果實來辨別他們」。

教會歷代相傳，不斷引用宗徒們的訓誨，比如：「親愛的諸位，不要凡神就信，但要考驗那些神是否出於天主」（若壹四1~3）；「不要消滅神恩，但應考驗一切，好的要保持，各種壞的要遠避」（得前五20~22）；「你們不可與此世同化，反而應以更新的心思變化自己，使你們能辨別什麼是天主的旨意」（羅十二2）等等。而其「辨別準則」常是在於是否「明認基督爲主」和是否有助於「建立教會——基督的身體」。

隱修生活傳承使「辨別神類」逐漸系統化，清楚指出一些善神（天主或天使）與惡神魔鬼的「行動特徵」，教人如何「看出」魔鬼的詭計而不受害。

傳下來的主要資料有本都的埃瓦格留（Evagrius Ponticus, +399）的《修練》（Praktikos），若望·賈先（J.Cassian, +435）的《神修講話》和天梯若望（J.Klimakos - John Climacus, +649）的《天國階梯》（Scala Paradisi Ladder to Paradise）等。聖師納德（+1153）視辨別神類爲一種神恩或德能；聖道茂（+1274）將辨別神類分爲一般性的和神恩性的兩種，前者屬於智德，後者是特殊神恩——真正的「辨別神類」。

此後有若望·熱爾松（J.Gerson, +1429）和卡督先會士狄歐尼修（Dionysius the Carthusian, +1471）分別編寫了《論辨別神類》，專門討論此問題，但其觀點均以聖師道茂爲依歸。

聖依納爵·羅耀拉（+1556）在其《神操》中留下兩組「辨

別神類的規則」，對教會靈修有相當的影響。

此後包納樞機（Cardinal J.Bona, + 1674）和若翰·司加拉梅立（J.B. Scaramelli, + 1752）又有專著《分辨神類》問世，將過去有關資料一併加以蒐集綜合，清楚列出善神與惡神的「行動特徵」——在人心靈中所產生的影響與結果，使人可「憑其果實而予以辨別」。

近代靈修著作，比如若瑟·紀貝爾（J.De Guibert, + 1942）在其《靈修神學》中，就引用了司加拉梅立所列舉的十七種特徵（六種是在理智方面，十一種在意志方面）。

梵二大公會議後，教會努力推行靈修生活革新，辨別神類也因而獲得廣泛的重視。專門文章與論著相繼出現，而其重點更是在生活實用方面。

尤其值得注意的是，有人從心理方面來探討此問題，比如磊思·盧拉神父（L. M. Rulla）在其《分辨神類與基督人學》（Gregorianum ⑤⑨，1978）一文中，清楚指出一般的心理困難和生活中的「偏見」，都能影響甚或左右人的整個分辨過程（其心理過程是：由外在的經驗感受而進入對事物的了解，再加上內在的反省與價值審斷，最後負責決定而採取行動，這些心理活動都會受到人的內在衝突與無意識的影響甚或左右，其中也包括一些不正確的「理所當然」在內）。這些心理困難（尤其是情緒不穩定和人格不成熟），如能獲得疏導與解除，分辨的良好基礎已盡在其中了。

用一句古老的理學語言來說，那就是「無欲則靜虛動直；靜虛則明，明則通」（周子通書第二十）。

附註

- ① Cf. Dictionnaire de Spiritualite, Vol. III, Col. 1222-1282, "Discernement des Esprits" 或 Edward MALATESTA, S.J.(Ed.), "Discernment of Spirits", transl. by Innocentia Richards, Collegetown, Liturgical Press, 1970
- ② 參閱高士傑〈辨別神類簡史〉，神學論集42，1979年冬，頁485-495。胡國禎編譯，〈神操中分辨神類規則的結構〉，同上，頁501-522
- ③ Cf. Luigi M. RULLA, S.J., "The Discernment of Spirits and Christian Anthropology", in "Ignatian Spirituality—Four Essays", CIS, Rome, 1979, pp.25-60; the same in "Gregorianum" 59, Rome, 1978, pp.537-569
- ④ Joseph de GUIBERT, "The Theology of Spiritual Life", London: Sheed at Ward, 1956
- ⑤ 同上，pp.137-138, The Principal Signs of Good and Bad Spirits Scaramelli in his Discernimento degli Spiriti(1753), Chapters 6-9, gives the traditional rules in a short and complete form. We shall give here the signs garnered by him from the works of predecessors. (The numbers refer to the sections of his book in which he explains each.)

*Characteristics of
a Good Spirit*

*Characteristics of
a Bad Spirit*

In the Intellect

(1) True(61)

False(75)

(2) Not concerned with
useless affairs(63)

Futile, useless, vain
preoccupations(78)

- | | |
|--|---|
| (3) Illumines the intellect
(although the imagination
remains in darkness)(65) | Darkness, or deceptive light, in
the imagination(79) |
| (4) Docility of intellect(67) | Obstinacy of opinion(81) |
| (5) Discretion(69) | Exaggerations, excesses(84) |
| (6) Humble thoughts(71) | Pride, vanity(91) |

In the Will

- | | |
|---|---|
| (1) Interior peace(94) | Perturbation, disquiet(121) |
| (2) True, efficacious humility
(96) | Pride, or false humility(humble
in words only)(123) |
| (3) Trust in God, distrust of
self(102) | Presumption or despair(127) |
| (4) Flexible will (ease in
opening the heart to God
or director)(104) | Obstinacy, hardness of heart, un-
due reticence with God or di-
rector(130) |
| (5) Right intention in action
(100) | Devious intention(135) |
| (6) Patience in pains of mind
and body(108) | Impatience with trials(138) |
| (7) Interior mortification
(112) | Rebellion of the passions(141) |
| (8) Simplicity, sincerity(115) | Duplicity, dissimulation(144) |
| (9) Liberty of spirit(116) | Soul bound by earthly ties(145) |
| (10) Zeal for the imitation of
Christ(118) | Estrangement from Christ(146) |
| (11) Charity that is meek,
kindly, self-forgetful
(119) | False, bitter, pharisaical zeal
(147) |

- ⑥ 參閱拙文〈心理成熟與成熟的信仰〉，見《白首共此心》，光啓出版社，1988再版，73-80頁
- ⑦ 馬斯洛著，劉千美譯，《自我實現與人格成熟－存有心理學探微》，光啓出版社，1988。其中列舉有關人格成熟的特徵，如31-32頁；55-56頁；209-210頁等
- ⑧ 參閱拙文〈靈修輔導管見〉，神學論集44，1980年夏；〈試從經書看靈心成長〉，神學論集85，1990年秋；〈心廣體壯自圓融〉（見《白首共此心》第十二講）等
- ⑨ 參閱〈悟與靈修成長〉，神學論集70，1987年冬，509-511頁
- ⑩ 參閱《人性的開拓》，梅爾茲著，朱森榮等譯，桂冠，1985年十一版。Cf. Paul ADAMS, "The New Self-hypnosis", Parker, N.Y. 1970(3rd ed.)
- ⑪ 參閱《發展心理學》；"Identity - Youth and Crisis", by E. H. Erikson, New York: Norton, 1968, etc.
- ⑫ 參閱〈分辨神類與基督人學〉，見注③
- ⑬ Cf. Erik H. ERIKSON, "Identity - Youth and crisis", New York: Norton 1968, pp.94; 139-141
- ⑭ 參閱《比死更強》，傅文輝譯，光啓，1978年再版，89-94頁
- ⑮ 侯景文譯《神操—通俗譯本》，光啓，1979年，149-158頁
- ⑯ 參閱〈依納爵—分辨者〉，神學論集90，1991年冬，531-546頁

主要參考書目

- ① 陳文裕著，天主教基本靈修學，輔大神學叢書之廿三，台北：光啓出版社，1988年，111-124頁
- ② 歐邁安著，蔡秉正譯，靈修神學，香港：生命意義出版社，1989年，372-394頁

- ③ 高士傑，聖經中的辨別神類；辨別神類簡史，神學論集，42期，1980年1月，477-483頁；485-495頁
- ④ 詹德隆，分辨神類的實行，神學論集，45期，1980年10月，413-428頁
- ⑤ Michael Kyne著，嚴任吉譯，分辨神類與基督徒的成長，神學論集，42期，1980年1月，533-540頁
- ⑥ Michael J. Buckley著，胡國楨編譯，神操中分辨神類規則的結構，神學論集 42期，1980年1月，501-522頁
- ⑦ Luigi M. Rulla, "The Discernment of Spirits and Christian Anthropology", *Gregorianum* 59 (1978), pp.537-569
- ⑧ William A. Barry, "Ignatius of Loyola's Discernment of Spirits", *Human Development* 11/3, Fall 1990, pp.5-11
- ⑨ Michael J. O'Sullivan, "Trust Your Feelings, but Use Your Head: Discernment and the Psychology of Decision Making", *Studies in the Spirituality of Jesuits* 22/4, Sept.1990, pp.1-41

(原刊神學論集㉓1992年秋)

第八講

分辨者

明辨「成長」的典型實例

引言

明辨是非是人性本有的一種天賦能力，中國傳統文化對此能力的表達與肯定，相當直截了當，簡短而又深切：「是非之心，人皆有之……無是非之心，非人也」（孟子公孫丑上，告子上）。

但是一個人能完全依照此天賦「明德」而生活，使其人性光輝得以充分彰顯與發揚，那就必須先有深厚的「修養」工夫才行。用信仰的語言來說，就是必須藉著個人的克己努力，和聖神的光照淨化，我們才能擺脫本能情慾的束縛，逐漸活出天主子女的真正面貌——從一個「屬血肉」的人，進而成爲一個「屬神」屬靈的人（參閱格前三1~3）。

依納爵的生命成長與改變，從一團血肉到完全屬神屬靈，就是我們今天要觀察、欣賞的一個實例。看他的轉變、掙扎、成長，一定有助於我們自身的奮發向上；藉著他的「明辨」整合，一定能鼓舞我們更積極地自我整合，「穿上新人」。這可使我們在「屬神屬靈」的成長道路上更有信心，更樂觀地走向長大成熟的喜樂。全文分四部分，綱要如下：

一、祈禱中的分辨者

(一)蒙童期：故居養傷，離鄉退隱

(二)成長期：曼肋撒苦修，聖地朝聖，讀書晉鐸

(三)成熟期：總長職務，靈修日記

二、與伙伴們共同分辨

(一)巴黎致命山發願

(二)羅馬建立新團體

三、分辨的規則

(一)甲組內涵與實用

(二)乙組內涵與實用

(三)心窄內涵與實用

四、分辨與心靈成熟（結語）

一、祈禱中的分辨者

從一五二一年六月在其故居羅耀拉養傷，到一五四一年四月接受當選為首任總長，依納爵的靈心分辨經歷了一個二十年的成長過程。我們將此過程分為三個階段來觀察、分享：從其故居養傷到離鄉退隱，我們稱為他靈心分辨的學童期；從曼肋撒苦修到他讀書晉鐸，我們稱之為成長期；從他擔任總長職務到其去世，我們稱為他靈心明辨的成熟期。

(一)蒙童期

1.故居養傷

依納爵的受傷使他幾乎死去，而且他也接受勸告，領了臨終聖事。但病人特別恭敬聖伯鐸，他深信是因此虔誠而獲得了天主的特殊眷顧，使他能脫離死亡的危險，重新活過來並逐漸

康復。我們假定這次「生死關頭」的祈禱，對他生命改變與成長一定有相當大的影響，雖然他在《自述小傳》中並沒有什麼說明。

再者就是他自己所說的，對「世俗的幻想」和對「聖人的幻想」在其內心所留下的不同感受。這是他心靈分辨的「開竅」，也是其神操中「辨別神類規則」的原始基礎。

我們不妨重溫一下他自己對此所說的幾句話：他在世俗的幻想中感覺很快樂，但到無聊後將它們推開時，便覺枯燥乏味；反之，當他幻想著赤腳去耶路撒冷朝聖，只以野菜充飢，並從事聖人們所行的刻苦補贖時，不但在那些思想中感覺神慰盎然，還在放棄它們不想時，仍覺心曠神怡。

不過當時他沒有留神，也沒有注意查考那種分別。直到有一天他的眼睛開了，使他對這種不同感受大為驚異，於是開始反省：為什麼有的思想使他煩悶，另一種思想卻使他欣慰。慢慢地明白了使他動盪的不同原因：一種是由魔鬼而來，一種是天主的靈感（自述小傳8，以下簡稱自傳）。經過這次的內心光照與震撼，他的生命方向有了徹底的改變：渴望效法聖人們的齋戒苦行。等傷一痊愈，就立即去耶路撒冷朝聖。

2. 離鄉退隱

他繼續閱讀基督行實和聖人傳記，一方面對祈禱更深入，更有「心得」，同時也切望自己的傷能及早痊愈。他的「心靈分辨」也在默默地加強加深中，他開始摘錄並「用心」抄寫聖書中的重要詞句和段落，一心嚮往著康復之後的「朝聖、隱居、補贖」的生活。

一五二二年二月底或三月初，依納爵離開了故鄉勞耀拉，

開始他似乎已「胸有成竹」的新生活。從他被送回養傷到他離去，共有九個月左右的時間。雖然在此期間他獲得了非常豐富的天上恩寵與光照，但其心靈分辨尚在蒙童階段。

他在路上和一個回教徒相遇的「趣事」，就是這蒙童階段的明顯寫照。他自以為「必須替聖母雪恥」，殺掉那個對聖母胡言亂語的傢伙。還好他信「騾」由韁地讓騾子來作決定，使他沒有作出「熱心」的大錯事。他自己對此階段的心靈狀況，說是「這個尚是盲目的靈魂」。當時他一心想作「大」補贖，而且還要比其他聖人們所作過的更大。

多年後他對此種心態的「分辨」是，當時「他不知留神注意任何內在事物，也不曉得什麼叫謙遜，什麼叫愛德，什麼叫忍耐，連節制的機智和這些德行的分寸也不曉得。只是一心一意想作這些外在的大事情」（自傳14）。

從依納爵的這些體驗和分享，可使我們清楚看出，即使一個領受豐富恩寵的心靈，也不會在分辨上馬上長大成熟——這需要時間，心靈明辨本身就是一個成長過程，一個心靈長大成熟的過程。

(二)成長期

1. 曼肋撒苦修

依納爵在蒙賽辣向一位本篤會司鐸辦了總告解，並同時和聽告司鐸「商妥」（首次接受靈修輔導），將所騎的那匹騾子留給修院，將寶劍和匕首掛在聖堂中的聖母像前（自傳17）。1522年聖母領報節前夕（三月廿四日晚），是依納爵「脫去舊人，穿上新人」的決定性時刻。

但他所選用的方式，也正是他「心靈明辨」的初期表達：

就如騎士小說中的騎士武裝守夜，獻身君王，他也要在聖母祭台前守夜祈禱，獻身於聖母和基督君王。

當然他不會在其《神操》中要其他人也如此「守夜」，但為瞻想要歸屬基督旗下的人，依納爵卻指明「這次操練在半夜舉行」，然後白天再重複三次（神操148）。由外在的表達而進入內心的改變，自是不言而喻。

守夜祈禱之後，依納爵於聖母領報慶日的一大早，便動身去了曼肋撒，開始其「大」補贖的苦修生活。他在曼肋撒一共住了十個多月，這段時期使他在「心靈明辨」上有了很大的成長和收穫。他個人對此時期的感受是「天主對待他，就如學校老師對待自己所教育的一個學童一樣」（自傳27）。

依據他的自述分享，他在「明辨」方面的成長可綜合為下列幾點。

首先是他清楚體驗到，一切使人對靈修生活、教會禮儀、尤其是感恩聖祭，感到空虛乏味，以及畏縮逃避的思想與困擾，都是來自仇敵魔鬼。抵抗並戰勝這些困擾的方法，是繼續恆心祈禱，參與聖祭，並「同專務神修的人交談」（自傳21）。依納爵對折磨他的一個頑強思想，「這樣要活七十年，你怎麼能受得了？」他心中強力答覆說：「可憐蟲！你能給我許下一個小時的生命嗎？」就此他戰勝了誘惑，恢復了心靈的平靜（自傳20）。

第二是對任何「美麗的景象」，如果於開始時，使人「汲取很大的快樂和安慰，而且越看安慰越大，及至消失了，便覺憂悶不樂」（自傳19），那就可清楚認出，這些也是來自仇敵魔鬼（自傳31）。

第三，使他看出「幫助人靈事奉天主」的寶貴和重要，因而減少或放棄他所作的一些嚴厲苦工，並開始注意保持身體和衣著的整潔（自傳29）。

第四，「心窄多疑」的痛苦考驗與洗煉，使他獲得心靈的深度淨化，並在其《神操》中留下了「辨別心窄」的規則。

第五，豐富的特殊光照與神秘恩寵，使他對「心靈的操練」與成長，有了深切的體驗。日後的神操以及分辨神類的規則，都在此時的「體驗」中奠定了基礎。

2. 聖地朝聖

經過曼肋撒的苦修與淨化，依納爵可說已從一個「屬血肉」的人，完全改變成爲一個「屬神」屬靈的人。雖然在「心靈明辨」上他也有了很大的成長，但是離開成熟、圓通的境地，還有相當長的一段路要走，還需要「假以時日」。

一五二三年二月中旬，他由曼肋撒到巴賽隆納，準備去聖地朝聖，並決心要一生留在那裡爲人靈服務。但事與願違。他雖然以最大的虔誠，幾經波折，才到了聖地，但是天意難測，當地方濟會省會長神父以宗座授權「可將拒絕服從者開除教籍」爲依據，要他盡快離去（自傳46~48）。他於一五二三年九月四日到達耶路撒冷，九月廿三日便被迫離開，在聖地的時間一共還不到三個星期。

綜觀他這次的朝聖經過，在時間方面，從動身出發到再返回巴賽隆納，一共是一年左右（一五二三年二月中至一五二四年二月中）。對其「心靈明辨」而言，我們不妨指出幾個重點來分享參考一下。

首先是於完全服從方濟會長的命令中，清楚看出「留在

聖地不是吾主的聖意」（自傳47）。但他對此並未死心，一直仍希望著「後會有期」（十五年後，即至一五三八年將一切交給教宗安排，才完全放棄此計劃）。

再者就是在朝聖過程中，他決心要對天主表達「完全信賴」，遇到疑難，他立即去找聽告司鐸，尋求輔導和指示（自傳36，40）。

第三是他於上船去耶路撒冷朝聖前，患病發燒，醫生認為如果這時動身，一定會死在那邊，可是「他還是那天上船走了」（自傳43）。但日後他在會憲中卻明確指出，會士患病時應服從醫生：「患病的時候，不單該以極純正的意向，服從靈魂方面的長上，使他們管理自己的靈魂；而且還該以同樣的謙遜，服從身體方面的醫生和護士，使他們管理自己的身體」（會憲89,272）。

3. 讀書晉鐸

由聖地返西班牙途中，依納爵不斷考慮要何去何從，「分辨」的結果是，「更好先讀些書才能幫助人靈，遂決意去巴賽隆納」（自傳50）。從他於一五二四年二月中旬在巴賽隆納開始讀拉丁文法起，到他在威尼斯於一五三七年六月廿四日被祝聖為司鐸止，其間整整是「一去十三年」。當時他已四十六歲！這十三年的生命體驗，使他在「心靈明辨」上，確已達到了「不惑」的境界。

除了他的深度祈禱生活和驚人的毅力之外，在其明辨的成長上也有下面的明顯幾點，可提供我們作為心靈成長的借鑑。

第一，凡阻礙專心讀書的一切，即使是「對靈性事物有新的領悟和新的神慰」，或是有很多靈修計劃，以及忙著熱心幫

助別人等，都是來自仇敵的誘惑（自傳54,82）。

第二，讀書必須腳踏實地，認真用功，沒有其他方法可代替（參閱自傳73）。

第三，為能安心讀書，必須生活穩定，不為經濟拮据所困擾（參閱自傳74～76）。

依納爵的這些切身經驗，日後都「編入」了會憲第四部分（參閱會憲339～340，360～362）。

（三）成熟期

1. 總長職務

一五三七年晉鐸後，依納爵沒有立即舉行首祭彌撒，而是等到一五三八年的聖誕夜才奉獻首祭。這為他「靈心明辨」的到達圓融，可說是最後的一個階段。他不立即舉行首祭，和其一心想去聖地的願望很有關係，因為這時正是他們在等待乘船去聖地的那一年時間。這是他們在「巴黎聖願」中所作的許諾：「他們也決定在威尼斯對航行的機會等待一年，如果那年沒有去的機會，便撤消去耶路撒冷的聖願而去見教宗」（自傳85）。依納爵一直都在期盼著能盡快再去聖地，並在那裡舉行首祭。

航行終於無望，他們遂於一五三八年十一月廿三日，將自己呈獻給教宗保祿三世，請他隨意派遣他們。依納爵「去聖地服務人靈」的心願，也終於到此完全結束。他對使徒工作的「心靈明辨」，從此而改變為「無論何處，只要基督的代表教宗，為天主的更大光榮而派遣我們，我們便欣然前去」（會憲603）。

為依納爵個人來說，他的「接受總長職務」是他心靈明辨的最後考驗。同伴們一致選他為總會長，但他自認「滿身陋習，貧乏可憐」，實在不堪當此重任。他請求同伴們重新考慮，重

新再選。一星期後第二次投票，結果和上次完全一樣。他仍不願立即接受，他要留給聽告司鐸來決定。聽告神師告訴他，必須接受當選，拒絕接受就是抗拒聖神。他請神師以書信方式將此決定告訴他的同伴們，這樣他才於一五四一年四月十九日「安然」接受總長職位。

依納爵個人的一切從此完全消失，他與「背十字架的基督」完全打成了一片，他的「靈心明辨」也因此而進入了明通、圓融的境界。

2. 靈修日記

依納爵的心靈日記只有兩小冊保存了下來。一冊是一五四四年二月二日至三月十二日，另一冊是同年三月十三日至一五四五年二月廿七日。

為認識他在「心靈分辨」上所慣用的方式，和他在進行分辨時是如何「用心」努力，他的部分日記可使我們一睹廬山真貌。

當時他的分辨對象是有關修會生活的「貧窮」，就是「在會院或本會管理的聖堂內」可否有適當收入，或是不可有任何收入。分辨之前，他常是先將雙方的優、缺點，清楚地列舉出來。對此次分辨他留下的手稿是：「沒有收入的缺點，是有部分或適當收入的優點」，然後他列舉了八項優點。同樣，「有收入的缺點，是沒有任何收入的優點」，在此他列舉了十七個優點。

我們通常認為，在兩相比較之下，再經過祈禱考慮，就可作出決定而結束分辨。但依納爵在此所作的「用心」與努力，完全出乎我們的意料之外。他尋求的不只是理智方面的「明」

白清楚，而更是深度祈禱中的「安心」。為能獲得對「有收入或沒有任何收入」的完全安心，他用了四十天的時間（僅就日記所載），尤其在每天的感恩聖祭中，不斷向聖母、基督、聖神、聖三懇切祈禱，每天都流下很多「溫暖和敬愛」的熱淚。為使我們也能體會一下，依納爵在這方面所表現的驚人努力與細心，我選讀他於結束此次分辨時的一段日記。

最後，我想事情本身並沒有什麼困難，結束聖三彌撒會更中悅天主，不需要等待或尋找進一步的證明，或為此再舉行更多的彌撒。分辨之後，覺得結束更能悅樂我主天主，同時感到希望天主遷就我的願望，也就是當我有特殊安慰時，結束一切……

懷著這種思想，黑暗開始漸漸遠離我，眼淚流出並逐漸增多，失去了所有為此目的再舉行更多彌撒的願望……淚水既已停止，可見現在停止似乎更好。如果繼續尋找，或等到晚上我會繼續尋找下去。既然無任何理由這樣做，因此，我在天主、吾主及所有天朝神聖前，將這結束，不再繼續探討。

雖然在最後的決定中，經驗到內心的感動，飲泣及眼淚，甚至有時淚如泉湧，但是我認為事情已經結束了，不再尋找，不再舉行聖三彌撒，不再要求任何安慰，今天一切都結束。選擇完全貧窮的過程也到此結束（日記40）。

依納爵在耶穌會會憲中稱「貧窮為修會的垣牆」，要大家「愛慕貧窮如同母親」（會憲287,553）。從他這個修會的450年歷史來看，他的這番「用心」實在並沒白費。他對貧窮的分辨與選擇，的確是相當明通圓融，穩定可靠。

二、與伙伴們共同分辨

依納爵在其建立修會團體的過程中，和同伴們自然有過不少的共同討論與分辨。這裡我們特別舉出兩個實例，使我們能體會一些此種團體分辨的真正意義。這兩個實例對耶穌會的成立曾有過決定性的影響，而且其中之一的「分辨過程」，目前在世界各地，可說已成為團體分辨的通用「範本」。

現在就介紹依納爵和其同伴們的「巴黎聖願」，然後再看他們如何在羅馬「建立團體」。

(一)巴黎致命山發願

一五三四年八月十五日，依納爵和六位同伴，在巴黎致命山旁的一個聖母小堂內，共同發願獻身基督，一生為人靈服務，並度嚴格的貧窮生活。

至於他們「如何」達成了這次的重要決定，我們只有很少一點資料，可幫助我們看到此次的分辨過程。自述小傳上說：「在那時期他們已經決定了要作的事，就是：去威尼斯和耶路撒冷，為服務人靈而用盡他們的一生；如果不准他們留在耶路撒冷，便回羅馬去見基督的代表，他認為在哪裡更能光榮天主，裨益人靈，便派遣他們到哪裡去」（自傳85）。

依照依納爵對重要決定的「細心」分辨來看，這次的發願一定是和每一位同伴都作過長時間的祈禱、考慮、共同分辨，才慢慢作出發願的最後決定。其分辨之「細心」處，可由聖願中的附加條件看出來：「他們也決定在威尼斯對航行的機會等待一年；假如那年沒有去地中海東岸的機會，便撤消去耶路撒冷的聖願，而去見教宗……」（同上）。

（二）羅馬建立新團體

去聖地的希望完全消失後，依納爵和其同伴們，依照他們的「巴黎聖願」所附加的許諾，便於一五三八年十一月下旬去晉見教宗，完全奉獻自己由他隨意派遣。他們很快就在羅馬各地，從事各種牧靈工作，而且可說是供不應求。在此多種以及多方需求的壓力下，他們感到很快會四處分散，很難再保持這個已數年相聚的團體。因此他們決定要認真面對此一嚴重問題，並於一五三九年三月開始了他們的共同考慮與分辨。

第一個問題是，他們既已獻身基督及其代表教宗，讓他隨意派遣，那他們是否應保持不要分散，並組成一個團體？或是就此因使徒工作而各自東西？爲了不妨礙他們已從事的牧靈工作，他們決定在每天的感恩聖祭和個人的祈禱中，特別爲此熱切祈禱，然後晚上聚在一起，分享每人對此問題的看法和感受。

他們很快就有了結論：既然是天主使他們聯合在一起，那他們就不應使之分散，相反，更該使之加強。因爲聯合一致更能面對困難，在使徒工作上會更有功效。但是隨之而來的第二個問題，也就更爲困難了。

第二個問題是：他們都已發過貧窮和貞潔的聖願，現在是否也需要加上服從聖願——服從由他們中間所選出的一位長上？這問題的最大困難，是教會當時不希望再有新修會團體成立。如果他們發願服從，組成一個新團體，教宗很可能會要他們去選擇加入一個已有的修會，或按照某一修會的會規而生活。

爲更能安心面對此重要問題，他們本想退居靜處，專心祈禱分辨，但怕因此會引起一般的猜測與誤解，或因而完全中斷已開始的使徒工作，最後還是決定，在外表上不作任何改變。

此外他們也決定要用神操中的「選擇」方式，來進行這次對服從的選擇與分辨。

每天晚上他們聚在一起，分享每人在祈禱中對此問題所獲得的光照和感受。他們先分享反面的理由和困難，然後再分享接受服從的好處與優點（就如依納爵於「選擇貧窮」時所作的一樣）。經過相當多的祈禱、分享、反省、分辨，他們終於獲得一致的結論：選擇服從他們中間的一位。因為這樣他們更能實現原有的計劃和理想，就是在一切事上承行天主的聖意，並使這小團體更形穩固，更能服務人靈，以達成其受託的使命。

他們深知這項選擇的重要與影響，遂決定以一種「隆重」的方式來表達他們內心的感謝與重視。一五三九年四月十五日，他們共同參與法伯爾神父主持的感恩聖祭，從他手中恭領聖體，並在「選擇服從」的文件上簽名，同時許下要加入未來的耶穌會。當天和依納爵一起簽名的同伴共有十一位。

這次的共同分辨與選擇，決定了未來耶穌會的方向和其「進行方式」。他們的這次分辨過程與紀錄，經由最近三十多年來的發掘與研究，可說已在世界各地，尤其是在耶穌會團體以及和該修會有關的團體中，不斷被用為「團體分辨」的最好實例和通用「範本」了（參閱神學論集20，47）。

三、分辨的規則

對神操中的「辨別神類」規則，近些年來有不少文章和著作，特別加以分析、研討，使它們更能適應現代的需要，更能落實於具體的靈修生活中。現在讓我們分享一下其具體內涵，以及在日常生活中如何加以運用，使之落實。因為這些規則不

是學術研究或理性思考的結果，而是一個生命的深度體驗，以及豐富神祕經驗的靈心傳真。

（一）甲組規則的內涵與實用

這一組的辨別神類規則共有十四條（神操313～327），可分為三部分：第一部分（即第一第二兩條）說明善神與惡神在人靈上的不同推動；第二部分（共九條，即三至十一條），說明神慰神枯的不同，以及人靈在此不同情況中應如何自處；第三部分（最後三條）指出惡神魔鬼的「鬼性」，和戰勝其詭詐謊騙的具體方法。

依納爵於此組規則之前，特別指明其目的：「使人覺察並認出靈魂上的各種動態，好的予以接受，壞的加以拒絕」（神操313）。他說這為第一週特別適用，當然不只是為神操的第一週，也是為所有「有心」開始度靈修生活的人。就如上面已經說過，這些規則是心靈的體驗與傳真，而不是一些理性的知識和條文，所以必須「用心」去生活才能了解其真意（其實任何生命的體驗都是如此，比如寫字、彈琴、打坐、運動等，都必須認真練習，才能有所體會）。

第一部分，一、二兩條說，對一個生活在惡習和罪過中的人，惡神慣常叫他貪求這些空虛的快樂和感性的滿足，使他沉迷其中而不自覺。善神則藉著各種機會，使他感到生命空虛，良心不安，幫助他面對真實，看清事實真相。

但是對一個悔過自新，「決心」事奉天主而努力修德向上的人，善神與惡神的推動恰恰相反：惡神在此常用「似是而非」的欺騙，使人感到擾亂不安，困難重重，因而心生畏懼，想要退卻、逃避等。善神則不斷光照、安慰、鼓勵，增加其勇氣毅

力，使他更容易勝過困難，恆心修德前進。

依納爵在這短短兩條中，和我們分享了他「回心向善—悔過自新」的初期經驗，就如我們前面在其心靈分辨的蒙童期和成長期中所看過的。而此種體驗也是每一個「決心悔改」的心靈，都會「大同小異」地體驗到的。

第二部分，三至十一條，是依納爵對「神慰神枯」的經驗分享，而這些體驗和困難，在我們每人的靈修初期也一定會出現。如果事先能了解一些這種情況，事先在心靈上有所準備，那就會「少費周章」，少走不少的冤枉路，而在積極成長上就會更輕鬆喜樂，甚或事半功倍。

這些規則需要在生活中去體驗，在體驗中去和輔導神師交談、印證，現在我們無法對此一一解釋和分享。用兩句普通的話來說，就是：在欣慰時不要熱情太高，「得意忘形」；在乾枯時要恆心自持，而不是輕易就灰心退縮，放棄初衷。

第三部分（最後三條），依納爵告訴我們，魔鬼的「鬼性」是欺軟怕硬，虛情假意，常找人的弱點而偷襲。所以戰勝牠這些詭計的妙法就是對牠兇，剛強不怕；有疑慮立即找輔導神師交談，向他披露一切；在個人的弱點上多努力操練，不給敵人有機可乘。依納爵在此所用的比喻故事（雖然有的地方對女性似乎不太公平），相當生動有趣，令人一讀難忘。大家不妨試試看。

（二）乙組的內涵與實用

對這組的八條規則（神操328～336），依納爵的說明是：「這些規則和甲組規則有同樣的效果，使人更能分辨神類，也更適合第二週」（神操328）。所說的第二週自然是指神操，但

其內涵是指在靈修生活上已由初期而進入「成長階段」的人。這些規則可幫助人「更能」分辨神類，因為第一組在此階段已不夠用。此階段中的不同情況和困難，正可由依納爵的這些分享而獲得幫助與解決。

第一和第七兩條，指出善神惡神和人靈接觸的不同方式與效果。第二、第八兩條說明何謂「沒有前因的神慰」，人領受此種神慰時應特別注意什麼。其他四條（第三至第六條），說明惡神怎樣冒充天使欺騙陷害人靈，和我們如何可識破其陰謀而戰勝牠。

有關心靈的事物本來就不容易描繪說明，到此成長階段自然是更為困難（到神妙合一階段已是完全無法說明）。但是依納爵在此所描繪分享的，如果我們多少已有過一些體驗，一定會覺得非常親切具體，簡潔明瞭。對尚未體驗到的人來說，這些規則會是紙上談兵，甚或不知所云。

（三）心窄的內涵與實用

依納爵對此「辨別心窄」的分享並未稱為規則，而是稱之為六點注意（神操345~351）。當然名稱本身並沒有什麼重要，更重要的是其內涵。第一、二兩點分別說明判斷錯誤與真正心窄的不同。第三點指出短暫心窄如何能淨化心靈。四、五兩點說明仇敵魔鬼如何以此陷害人靈，和人應如何以反方向的努力來戰勝此種困擾。最後一點，教人如何克服「找藉口」（比如怕虛榮或其他罪過）來逃避或不敢為光榮天主而說話行事。

就如前面已經提過，這是依納爵在曼肋撒親身經歷的痛苦考驗與洗煉，而且至少有兩三個月的時間（最痛苦時他曾大聲向天主喊說：「即使我當追隨一隻小狗，為能獲得救藥，我也

要作！」他甚至想從室內的缺口處跳下去，以結束此生），最後「吾主使他擺脫了這種心窄病」的嚴厲磨難（自傳22～25）。

當然，此種心窄的困難不是人人都有，但為在靈修生活中不幸有此遭遇的人，依納爵的這六點分享（從其錐心刺骨的痛苦體驗中所凝聚成的六點心得），實在是宛如沙漠中的甘泉，天賜的一服心靈妙藥。為沒有此種困難的人，至少是一項寶貴的知識，如果在靈修生活方面作輔導，那就更是非讀不可了。（現代心理學對此種困難，給我們指出一些成長背景中的具體因素；在今天的靈修輔導中，我們自然會參考利用，使靈修與心理在幫助此困難中能獲得整合。）

四、分辨與心靈成熟

我們對生命體驗的分享，尤其是透過文字所作的表達，都有其一定的時空因素在後面。依納爵的生命分享，特別是他「精心」編寫的分辨神類和心窄的規則，自然也不例外。如果我們把以上有關他的「心靈分辨」所作的一切介紹與分享，用我們現代的語言來表達的話，可說就是一個心靈的成長過程。

他所用的仇敵魔鬼，我們不妨以更廣的角度，看作是一切有害於心靈成長的事物。魔鬼當然是有，但平常我們看不到牠們；心窄、懶散、畏縮、逃避等，可視為魔鬼的誘惑與詭計，但這些「推動」的後面，也有很多我們個人的成長背景和心理因素。

對很不容易抓到的魔鬼，我們似可不必多費心力，但對我們內在的自卑、懷疑、自作聰明等，我們卻可大有所為，而且也必須面對這些葛藤和「真我」，全力予以疏導、肯定、提昇、

整合。

依納爵的心靈明辨過程，在目前這樣的一種表達方式下，我覺得可綜合為下面三個階段，每一階段自然都有其正負兩面的結果與特徵。

第一階段是由疑慮重重到自我肯定。說得可笑一點，就是由「疑神疑鬼」疑心鬼，到「自信自如」自真如。

第二階段如果是承接上一階段的負面結果，就是一個沒有「自我肯定——自信自如」的心靈，現在一定會以拼命的工作和成就來「肯定」自己，其生活流露自然是「窮急窮忙」窮急鬼。反之，如果是積極成長的話，那這樣的心靈也自會流露出「樂天知命」的滿足與喜樂——「樂天樂地」樂天人。

第三階段，一個心靈如果一直在負面發展惡化，結果會弄得處處是「自作聰明」活見鬼，甚或精神崩潰、失常。正面的生命長大成熟，自然會流露出「死心塌地」誠如神的明通與圓融。

現在將此三階段的特徵集合為三幅「鬼」聯，這樣可能會更容易記得：

疑神疑鬼疑心鬼，自信自如自真如；

窮急窮忙窮急鬼，樂天樂地樂天人；

自作聰明活見鬼，死心塌地誠如神。

主要參考書目

- ① S. Ignacio de Loyola, "Obras Completas", Ed. by Iparraguirre I., E Dalmases C., BAC, Madrid, 1977
- ② Cándido de DALMASES, S.J., "Ignatius of Loyola - Founder of the

Jesuits, His Life and Works", Translated by Jerome Aixalá, S.J.,
Gujarat Sahitya Prakash, Anand, India, 1985

- ③ 侯景文，譚璧輝譯，聖依納爵自述小傳，心靈日記，光啓出版社，台北，1991
- ④ 侯景文譯，神操—通俗譯本，光啓出版社，台中，1979
- ⑤ 吳貞慧，聖依納爵神修中的團體辨別神類，神學論集20，（1974年夏），251～272頁
- ⑥ 高士傑，團體辨別神類，神學論集47（1981年春），83～98頁
- ⑦ M. J. Buckley著，胡國楨編譯，神操中分辨神類規則的結構，神學論集42（1979年冬），501～522頁
- ⑧ L. M. Rulla, "The Discernment of Spirits and Christian Anthropology", in "Ignatian Spirituality ~ Four Essays", CIS, Rome, 1979
（原刊神學論集⑩1991年冬）

國家圖書館出版品預行編目資料

中華靈修未來：徐可之著。 -- 初版。 -- 臺北市：
光啓，民 85

面；公分 -- (輔大神學叢書：41)

ISBN 957-546-262-9(平裝)

1. 天主教 - 信仰

244.9

85002861

中華靈修未來(上)

一九九六年五月初版

二〇〇一年九月初版二刷

◎版權所有·翻版必究◎

著者：徐可之

准印者：台北總教區總主教 狄剛

出版者：光啓文化事業

地址：台北市(100)辛亥路一段 24 號

電話：(02)2368-4922

傳真：(02)2367-2050

郵政劃撥：0768999-1 (光啓文化事業)

登記證：行政院新聞局局版北市業字第 94 號

發行者：鮑立德

E-mail kcpress@seed.net.tw

中文網址：<http://www.tec.org.tw/kc>

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

承印者：永望文化事業有限公司

地址：台北市師大路 170 號 3 樓之 3

電話：(02)23680350 23673627

定價：180 元

205201-1

ISBN 957-546-262-9



本書簡介

靈修生活能帶給人全人的發展及成長，本書以團體為中心，從教會整體看如何推展天人間的交流與共融。內容共分四個單元，融會貫通之後，有助於教會整體靈修走向成熟圓融之境。

ISBN 957-546-262-9 \$180



9 789575 462628 00180

205201-1