



The Jesuit Guide to (Almost) Everything
A Spirituality for Real Life

〈下〉在主內生活

平凡見神妙

耶穌會士分享的生活指南

深刻的洞察、幽默、踏實。這裡會有您渴望將日常生活與靈修結合所需要的方法與資訊。

紐約時報暢銷書作者

詹姆士·馬丁 JAMES MARTIN, S.J.

陳芝音-譯 黃美基、劉家正-審訂

史無前例，三任耶穌會省會長聯合推薦

李驊神父 (耶穌會中華省會長) · 詹德隆神父 (天主教輔仁聖博敏神學院校長)

劉家正神父 (耶穌會澳門會院院長)

吳伯仁神父 (天主教靜山靈修中心主任) · 唐傳義先生 (靜宜大學校長) 熱情推薦 (按姓名筆畫排列)



〈下〉在主內生活

平凡見神妙

耶穌會士分享的生活指南

紐約時報暢銷書作者

詹姆士·馬丁 JAMES MARTIN, S.J.

陳芝音-譯 黃美基、劉家正-審訂

The Jesuit Guide to (Almost) Everything:

A Spirituality for Real Life

Part 2: The Jesuit Way

By James Martin S.J.

Translated by Chih-Yin Chen

Copyright © 2010 by James Martin S.J.

Complex Chinese Translation Copyright © 2016 by Kuangchi Cultural
Group, Taipei, Taiwan.

Published by arrangement with HarperCollins Publishers, USA
through Bardon-Chinese Media Agency

博達著作權代理有限公司

All rights reserved.

目錄

生活智慧，從分辨開始—唐傳義/005

鏡映：從耶穌會到人生指南—劉家正/007

下冊



1 簡樸生活/013

向下移動帶來意外的自由



2 宛如天使？/057

貞潔、獨身與愛



3 行動勝於言語/079

友誼與愛



4 順其自然/119

服從、接納與受苦



5 我該怎麼辦？/163

依納爵的抉擇之道



6 做你自己/201

工作、職業、生涯、聖召……以及生命



7 行動中的默觀者/257

我們的為人處世之道

致謝/269

延伸閱讀/273

依納爵靈修相關機構/283

上冊



一種為人處世之道

依納爵靈修是什麼？



六條路徑

靈修、宗教、追求靈修而非宗教，
以及介於這兩者間的一切



你要什麼？

渴望與靈修生活



美麗的昨日

找到天主，也讓天主找到你



開始祈禱

我找到天主了……現在呢？



與天主為友

威廉·貝瑞神父的洞見



你在哪裡，天主就在那裡與你相遇

依納爵傳統的祈禱

生活智慧，從分辨開始

工作、婚姻、親子……，響不停的電話，Line 不停的叮咚，忙碌的生活、沉重的壓力，讓我們經常在瑣事中忘記了身為人的基本價值，失去了反省的力量。

「靈修」一詞，看來深奧又充滿宗教意涵，但其實靈修就是一種提醒。個人苦修或團體修練只是落實靈修精神的方式不同，相同的是價值觀的改變，讓人們在面對問題或困難時，得以用不同的角度看待事情，重新理解、分享事物與人的關係。

在基督生活團裡，80 多歲的弘宣天神父在 2015 年初因車禍住院，大家都很不捨，紛紛安慰他說，這是天主的安排。但弘神父聽了馬上反駁，這不是天主安排，這是人為疏失，不要把所有事情都當成天主安排，而是要學習在所發生的事件中看到天主。這次車禍讓他看見，當他受傷無法四處走動時，許多人會主動回來探望、協助他，他不再需要一個人獨力承擔，而是可以藉助人際互動的力量來完成許多事情。生活中難免遭遇到困難的事情，你可以深陷其中不斷悲傷，但如果願意換個角度就可以看見不同的意義。

只有靈修沒有生活，無法與外界產生連結。依納爵靈修在生活裡看見天主，從理解自我的渴望，分辨人生方向，做出好的選擇，在天主內找到一切。對基督生活團而言，生活就是修練。我們在團體裡分享生活，團體協助分辨、給予支持，並在

行動後分享結果。成功與否並非是判斷行動成果的唯一指標，重要的是在過程中對自己的使命，產生更正面的觀察與成長。

許多人都會祈求平安、財富或是解決困境，但透過依納爵的基礎和團體的力量就能重新看到自己與天主的和好關係，轉念接受外界所有的狀態，不再祈求免於災難或財富，而是祈求天主賜予自己力量，具備足夠勇氣來面對困難。

《平凡見神妙》從靈修、生活、分辨到行動，將愛、轉職、買房等生活中的種種問題，以淺顯有趣的真實案例，提供了各種不同的思考面向，幫助我們分辨自我，在抉擇時可以有更明確作為。由衷感謝詹姆士·馬丁神父不斷提醒我們相信天主，帶領我們找到天主。「跟隨天主的邀請就有平安」是依納爵式分辨的中心，期盼各位讀者在本書中能看見天主，活出價值，活出基督。

唐傳義
靜宜大學校長

鏡映：從耶穌會到人生指南*

本書原名 *The Jesuit Guide to (Almost) Everything* 或可直譯為「耶穌會導覽：（幾乎）無所不包」。其實再仔細端詳，書名正下方還有兩行容易為人忽略的描述：一種真實生活的靈修（*A Spirituality for Real Life*）。喔，如何將這兩樣看似屬於絕然不同世界的東西擺在一起等量齊觀，難免令人迷惑不解。而這就讓讀者即時領教了本書的內涵與風格，然而弔詭的是：讀者這時卻仍然未必對此遭遇有所知曉。再來，雖然作者還謹慎地加上「幾乎」（*Almost*），不過還是掩飾不了那看起來比較起眼的「無所不包」（*Everything*）。何許人也，如此放膽！這讓本人聯想當年在一所企管學院求學時，被一位教授當眾幽了一默的故事（其時自己已做了四年耶穌會神父）。教授是這樣說的：在西班牙某個傳統濃厚的鄉村，居民既虔誠又進取，家家都盼望孩子日後不是修道做神父，便是經商（後者用現在的話來說，就是做總經理或執行長的意思），猶有進者，他們還希望無論如何要合乎天意。家長們於是想出一項頗具創意的辦法，來及早預知孩子的前途：孩子出世後，給他兩樣東西，一手聖經，一手鈔票。若是孩子選擇聖經，以後便是當神父的命；若是孩子選鈔票，未來就是經商的料。其中有一個孩子，兩樣都要！猜猜這孩子的前途是什麼？答案：耶穌會神父。話說回來，這大膽的作者詹姆士·馬丁是何許人物也？不妨也來

谷歌（Google）一下，網頁上有數則報導，其中一則開頭幾行想說的無疑是：他於 1982 年畢業於美國頂尖的賓州華頓商學院，曾在融資企業和奇異家電公司工作數年，而於 1988 年加入耶穌會。（坊間有另一本描寫耶穌會的書——《栽培領袖：耶穌會的人才學》，熟悉該書作者克里斯·勞尼（Chris Lowney）的讀者，或許會發現兩位作者在生命的軌道上有幾許相似之處吧！）日後任職該會所經營的《美國》雜誌，「撰寫和編輯 10 多本書，其中有許多主要是關於他自己的經驗。」難怪！

讀者不難發現，其實這本書底子上可說是一部關於耶穌會及其會士生活與工作的小百科。作者的膽識和熱情與其才華相得益彰。落筆之處，其難度在於：既要跨越耶穌會長達四百七十年的歷史縱深，又要囊括耶穌會士所遍布的全球各個地域、文化、社會、歷史、政治、經濟所網織的脈絡（按：今日耶穌會分布全球各地約一百二十二個國家、地區）。本書原文篇幅長達四百多頁，在光啟歷年所出的中譯書籍中，應可歸入重量級。雖然如此，相對於上述作者所欲涵蓋的縱深與廣度而言，仍不免顯得篇幅有限，而在此局限內，作者一面借助今日通訊、交通科技，並基於廣泛的個人經驗和人際網絡，四處採訪，旁徵博引，引經據典，超越生死界限；一面又要持守萬變不離其宗，貫穿耶穌會於數世紀以來處於天人之際的種種複雜現實，由始至終，一脈相承。也可謂是「通古今之變，究天人之際」了。其間作者在多方面以其個人獨特的手法，展現耶穌會及其會士生活的特質：於多元張力、弔詭中，孕育生機、尋求創意與革新、持守平衡。遊筆之間，透過自己生命不同階段的旅程——入會之前的信仰、靈修生活啟蒙、初學、讀書階

段、實習、靈修培育、使徒服務事業——而將上述更遠大、更深邃的人生版圖以有條理而又富於詩意的手法呈現於讀者眼前，讀者可以感受作者與其所描繪的遠大而豐盈的生命現實之間，有著一種深刻而和諧的共鳴，字裡行間洋溢著一番喜樂、積極而進取的色彩。有如陽光經過一面鏡子折射出來的光彩。就此而言，本書可謂作者詹姆士·馬丁神父的個人自我畫像。相信讀者於字裡行間與作者及其諸多前輩生命故事互為感應之際，當能為自己人生旅途中所遭遇的點點滴滴，獲得一番指引。

耶穌會在發展的過程中，難免樹大招風，朋友與支持者、敵人與反對者兩者頗為可觀。之於對耶穌會的了解、描述與評論，亦往往各執一端：視之為聖人者有之，以其為魔鬼者亦不乏其人。正如該會歷史學泰斗歐馬利（John O' Malley）神父在其近著（2014）《耶穌會士：從依納爵直到今日的歷史》（*The Jesuit: A History from Ignatius to the Present*）一書序文所指：在這方面，歷史學者要到晚近二十年來，方有驚天動地的變革，轉而能對耶穌會士有較為持平的觀點，只單純地針對這項中肯的問題來從事探討：「他們（耶穌會士）到底像是何許人物？」就此而言，本書作者是個弄潮兒。

無疑耶穌會的歷史長河孕育了作者的才華，而作者的這幅自我畫像，也反映耶穌會本身在此一長河中所孕育而生的典章制度。後者不僅呈現一般天主教修會生活的共同屬性（例如三個誓願、團體生活等等），也在此脈絡中凸顯源自耶穌會會祖依納爵·羅耀拉的所謂依納爵靈修、該會的宗旨與特色、使徒事業、為人處事之道，乃至其在歷史上的變動、與教會及全球各地文化、人民、國家政權的相互關係等等。觀諸一般介紹耶

耶穌會或其會士的書籍，除了一些例外，其內容往往不免偏重於兩極之一端：理論或個別經驗。這種情況，實不足為奇，因非如此，很難在有限的篇幅中，掌握其深度與品質，而深度與品質正是耶穌會向來所推崇的兩項價值。本書在上述兩極之間，相當成功而頗具創意地掌握了其間的平衡。如此，作者於有形無形之間，形塑了一種獨特的風格。難怪各方有識者佳評連連。

對許多想認識或進一步認識耶穌會及其會士的讀者而言，這會是一本分量十足的「入門書」。而對已入門者，本書則能讓人有溫故而知新之感，喚起更深一層的共鳴與共融。雖然作者生活的世界以美洲本土為其重心，在非洲也有過相當的生活體驗，相對而言，對其他地域像歐洲、尤其是亞洲和印度的涉獵，似乎較為單薄，畢竟那也是人生自然所限，無可厚非。若要期待一部以其他地域為重的類似作品，則似有待生活於這些地域中的後起之秀，一如他們的先輩那樣，在時代陽光風雨中，承先啟後，在另一套色彩繽紛的政治、社會、文化脈絡中凸顯耶穌會看似歷久而不衰的精華。這樣看來，本書不僅是一座里程碑、一個路標，並且也足可為一種典範，有助讀者從中獲得啟發，一窺自己神妙生命的底蘊和導向。

劉家正

耶穌會澳門會院院長

*上冊初版時，本文題為〈認識耶穌會，認識自己〉。

平凡見神妙

耶穌會士分享的生活指南

〈下〉在主內生活



夜晚，依納爵會走上屋頂，
在廣闊的穹蒼下，靜靜地與天主談心。

1.簡樸生活

向下移動帶來意外的自由

在本書上冊，我們已經討論了祈禱。我可不想讓你以為依納爵之道沒有別的，只是成天祈禱而已。別忘了，依納爵的理想之一，就是行動中的默觀。

所以談了那麼多祈禱，我們該放輕鬆一下了。來談談依納爵靈修對你的實際生活、外在行動會有什麼影響吧。

首先我們要從令許多讀者聞之膽怯的三個理念出發，它們處於依納爵式願景的核心：貧窮、貞潔、服從。要找到比這更令人畏懼的詞彙，可不容易。

每個人都想避免貧窮，不是嗎？誰會想要一貧如洗？難道不是每個人都渴望盡量變得富有、或生活無虞嗎？認真工作、別輸給人了！對吧？這就是資本主義背後的動力——如亞當·史密斯（Adam Smith）所見，人人追求自身利益，就能使社會福祉得到最好的保障。新教徒的工作倫理，以及認為神會以錢財來祝福那些工作勤奮的人，已成了美國文化根深柢固的一部分。在這套模式底下，貧窮不僅是該避免的，更是叫人丟臉的。

所以，自願的貧窮聽起來頗荒謬，對很多人來說，這不屬於美式作風。

貞潔呢？誰會不想要性生活？「性」是愛的極致表達，對

多數成人來說，也是健康情感生活的一部分。

但我們置身其中的文化，一切都跟性脫不了關係，不是正準備要做愛，就是還要更多：黃金時段的電視節目、雜誌廣告、流行音樂、網路，無不如此。就算你不是個老古板，也得承認我們活在性欲泛濫的年代。在這樣的環境下，守貞聽來像個笑話。或者根本就是病態。

那服從呢？大概幾乎跟守貞一樣「可笑」。在這個人們理所當然地伸張言論、行動、和做自己的自由文化裡，服從聽來像是思想控制，或更糟，像奴隸制度。《漫步修院迴廊》（*The Cloister Walk*）作者諾瑞詩（Kathleen Norris）就這樣寫過，許多人視服從為「狗兒身上的良好特質，在人身上就不對勁了」。你怎麼會想要別人教你怎麼做、怎麼說、或怎麼想？再說，如果「生命、自由與追求幸福」的權利是我們政治體系的基礎，「服從」看來又是個反美式的作風。

在這個高舉金錢、性愛、自由的文化裡，談貧窮、守貞與服從的宗教生活不但牛頭不對馬嘴，甚至是種威脅——威脅到經濟、社會網絡、我們的政治系統，還有個人的生活福祉。任何健康的成年人都該鄭重拒絕、甚至反抗這三件事。對吧？

嘿，且慢。

因為這三點可正是聖依納爵·羅耀拉和早期的耶穌會士，透過對天主所發的終身誓願，尋求擁抱的呢！

依納爵幹嘛這麼做呢？為什麼耶穌會士今天還要這麼做？

理由何在？

貧窮、貞潔、服從，並不是依納爵發明的想法。「發願」的生活，是天主教修會如本篤會、道明會、方濟會的古老傳統，是早在依納爵出生之前幾百年就有的傳統。（所有的天主教神父與主教，都應當過著簡樸的生活，但嚴格說來，只有修會會士需要誓發貧窮願。）

為什麼修會會士要這麼做呢？有兩個原因：一是神學方面的，一是實務方面的。

神學方面的原因是，修會會士要盡力效法納匝肋的耶穌。雖然耶穌可能出身於中下階級，但祂成人後過的是窮人的生活（耶穌在《路加福音》九章 58 節說：「人子沒有枕頭的地方」）。

這便是貧窮。

再來，雖然耶穌可以選擇結婚，但祂沒有這麼做。有許多理由可以支持這說法，其中最主要的是這個：福音作者提過幾乎所有的耶穌家庭成員（谷／可三 32 有個人說道：「祢的母親和祢的兄弟姊妹在外邊」）。如果耶穌有妻子，這邊卻沒提起，似乎不大可能。

這是貞潔。

還有，耶穌雖然可以隨心所欲作任何事，祂卻服從了祂父的旨意，即便是要祂走上十字架（耶穌說：「不要隨我的意願，惟照祢的意願成就」，路廿二 42）。

這就是服從。

耶穌是貧窮的、守貞的、服從的。這就是修會會士發三願的主要原因：要效法基督。

第二個原因則偏向實務方面。這三願有助於修會團體的日常生活。貧窮，表示不再擁有屬於自己的東西。一切都是共享的。這使團體生活更簡樸、有助於合一。守貞，意謂放棄婚姻生活，便能有更多時間奉獻給所服務的人。服從，表示凡事最後都有人負責領導、管理，權威從屬，上下條理分明，在權威方面界線明確。這三願對團體的運作都各有幫助。

到這邊我打賭你會說，那好啊。或者可能說：那又怎樣？或甚至說：我大概可以跳過這章了吧？你會這麼想：我又不在修會裡，我也不想要過貧窮、守貞或服從的生活。耶穌會生活的這一面還能教我些什麼嗎？

能教的可多了。接下來這幾章，我們就要一樣一樣來談這些看來「嚇人」的理念，還有它們如何能幫助你過更滿意的生活。首先要談的，就是貧窮。

無上喜悅的原由

戴邁樂（Anthony de Mello）是一位印度籍耶穌會神父，以他的靈修卓見而聞名，他尤其擅長說比喻和故事。他於 1987 年過世，生前在靈修生活方面有許多著作，是天主教界知名的演講者。

戴邁樂的比喻，有些取材自印度文化，有些是他自己的創作，有些則融合各家之長。下面是一個關於托鉢僧（智者）的故事，描繪了戴邁樂對財富與貧窮的看法。如同他的許多故事

一樣，這一篇的靈感出自東方靈修，但本質上是依納爵式的。篇名為〈寶石〉¹。

一名托鉢僧路過村邊，打算在一棵樹下過夜，這時跑來一個村民，說道：「寶石，給我那珍貴的寶石。」

和尚問：「什麼寶石？」

「昨晚濕婆神在夢中告訴我，傍晚到村外，會有一個托鉢和尚給我一粒珍貴寶石，使我永遠富裕。」

托鉢僧在袋子裡找到一塊石頭，說道：「也許就是這個吧！」把它遞給村民，「幾天前，我在一條林間的小徑上發現的，你儘管拿去吧！」

那人驚喜地注視寶石，它像人的頭那樣大，想必是世上最大的一個。

他拿走寶石，到了晚上輾轉反側難以成眠。翌日天剛破曉，就去叫醒那位托鉢僧，說：「告訴我，你怎麼能如此輕易地把寶石給人？」

對我來說，貧窮是個奧祕。但不是像你想的那樣。

這奧祕令我不解之處，在於為什麼有更多的人，選擇不過簡樸的生活。我的意思不是說所有的人都該賣掉一切，沿街乞討，披頭散髮連指甲也不剪，住在山洞裡。依納爵剛皈依時，就是過著這樣的生活（連他後來也覺得這太過火了）。我要說的是，像戴邁樂在比喻裡所呈現的，不被自己的財產控制，才能邁向靈性的自由，而大多數人都會說，他們想要這份自由。

貧窮讓依納爵能夠跟隨福音裡那位「貧窮的基督」，除卻不必要的累贅，而認同納匝肋耶穌所愛的窮人們。由此，貧窮成了喜樂的來源。1547年，依納爵寫信給義大利帕多瓦城（Padua）的耶穌會士，他們正為了如何達到三願的要求而煩惱。信中他說貧窮「對那些自願擁抱它的人，乃是無上喜悅的原由」。這個令人驚奇的真理，我在耶穌會生活的開端，就有所體會。

富少年

在坎庇恩更新中心（Campion Center）作完八天避靜後（主題是默想耶穌為朋友），我問耶穌會士，是否能夠在同年夏天入初學。他們很明智地建議我再等一年，會有更多祈禱經驗、更熟悉耶穌會。但我迫不及待，希望他們再考慮一下。最後他們同意讓我開始著手入會的程序，但也警告我，這麼晚才決定意謂我只有很短的時間辭職、打包搬家、於8月28日入會日子前作好準備。所以我趕緊著手一連串流程：好幾次深度的面談、無數的心理測驗、好幾份長篇自述、找出領洗證明等等。

8月15日，聖召負責人打電話通知我已被接受。我的妹妹一本正經的說道：「這就是所謂的『得到聖召』吧！」

雖然沒有人建議我這麼做，我隨即開始處理我的財物（多數耶穌會士等到初學最後要發願時，才會完全放棄自己的財產）。

儲蓄和車子歸給父母。成套的西裝留在我父母家，以背水一戰，其他的衣服都捐給二手慈善機構，拿去分給窮人。我的

書則全給了在一個悶熱的午後，來家裡清書櫃的朋友們。其中一個還說：「我真希望我有更多的朋友進修會。」

當我寫下這些字句時，我還記得那時最初迸發的歡樂。多麼解脫啊！不必再煩惱我西裝的色調是否恰當、鞋子的品牌是否正確、領帶樣式合不合宜。不必再煩心要租房子還是買房子。不必再煩惱需不需要買一個新的這個還是新的那個。

幾個月之前的主日彌撒，福音的讀經正是有關請教耶穌永生之道的那個「富少年」。《瑪竇》（《馬太》）、《馬爾谷》（《馬可》）和《路加福音》都記載了這件事，說明它對初期基督徒的重要。根據《路加福音》，當耶穌告訴他要遵守十誡時，那人答道：「這一切我自幼就都遵守了。」（路十八21）耶穌知道他是個善良的人，《馬爾谷福音》還說耶穌「就喜愛他」（谷／可十21）。

《路加福音》的耶穌又說：「你還缺少一樣，把你一切所有的都變賣了，施捨給窮人，你必有寶藏在天上，然後來跟隨我！」

但如路加所載，這富有的人「聽了這話，異常悲傷。」他不想放棄他所擁有的。《馬爾谷福音》寫得更絕：「聽這話，那人就頗感震撼，憂鬱地走了，因為他有許多產業。」

這段故事常被解釋為，進天國唯一的方法，就是賣掉一切你所擁有的。「那些有錢財的人，進天主的國是多麼難啊！」耶穌在《馬爾谷福音》中如是說。所以這一段聖經對很多人都難以接受。我一個朋友就說過：「我討厭這個故事！」他覺得耶穌的要求太荒謬了。「誰做得到啊？」他問道。

但就我來看，耶穌並不是說，為了做個善人，你任何東西

都不能擁有。聖道茂（St. Thomas Aquinas 或譯聖多瑪斯·阿奎納）就說過：「擁有幾樣東西，對穩當的生活是重要的。」生活在修院和修會以外的人，總是需要些財產維持生活。

除了強調簡樸的生活之外，耶穌更以祂直覺的理解，指出是什麼阻礙了年輕人更加接近天主。祂確切點出了依納爵所指稱的「混亂失序的依戀」。對別的人，耶穌也許會說的是：「放棄你的地位。」對另一個，祂可能會說：「放棄你追求成就的欲望。」耶穌不僅是邀請這年輕人度更簡樸的生活；祂還指出了一種不自由的狀態，並且說：「丟掉一切阻礙你追隨天主的事物。」

那個夏天，我放下了自己的包袱，頓覺內心輕鬆。你也許看得出來，這裡面其實還有點靈性上驕傲的成分在（當你覺得「看，我有多神聖啊」，那就是靈性的驕傲）。不過，喜樂之情與這驕傲關係不大，而跟赫然發現自己內心少了負擔、對天主更加開放有關。

當然，我還得帶一些東西去初學院。我可沒有赤身露體的出現在大門口。「得到聖召」的第二天，初學導師就打電話來通知我需要打包的清單：可供兩年生活換穿的內衣褲和服裝，一般神職人員的黑色上衣、黑長褲、黑皮鞋，一些自己想看的書。所以，我並沒有真的把一切都丟了。

但是初學生活較之我先前所過的，是頓然簡樸得多了。只帶著幾件衣服、幾本書，嗯，感覺起來簡單清爽。就好像你只帶了一兩個箱子去度假那樣輕鬆。你會驚訝地發現你只需要這麼少東西，就可以生活。你會覺得，何不一輩子都這麼生活呢？（誠如大衛說的：「留心當下的感覺。」）

沒幾個人能夠，或者想要，過著像修會會士般的生活。你得置裝、你得買房、也許還得有部車才能去上班。如果你有小孩，就需要更多東西才能照顧、養育他們。重點不在於你必須放棄一切，而是：你愈是克制自己不去買那些不必要的東西，你就愈能擺脫那些你不用的東西，愈能讓自己的生活簡單樸實。你生活得愈簡單，就會覺得愈自由，你也變得更自由。

原因有幾個。

第一，你的所有物不只花錢，更花時間。想想，你花了多少時間在考慮該穿什麼。你要考慮、要比價、要購買、要洗滌、要清理、要存放、要替換。你的房子、你的車子、你的家具、你的電視、你的日用品、你的電腦還有林林總總的電器用品，都是如此。你決定買得愈少，就有愈多時間關注那真正重要的事。

第二個原因比較沒那麼明顯。消費主義的文化是基於比較。我在奇異家電（General Electric）工作的時候，我們這些員工常被告知衣著在這一行的重要性。我的經理說：「穿出你想要的工作身分，而不是你現在的工作身分。」又有個朋友說：「用你一週薪水的錢買雙好鞋。」而一年一度「邁向成功的得體衣著」研討會上，顧問會說：「絕不要用條紋領帶搭配條紋襯衫。」我花在比較自己和上司穿著的時間實在多不勝數。同樣也花了太多時間在比較車子、房子、家具、音響。你愈少買東西，就愈不用花時間比較自己和別人的東西。

最近我去拜訪妹妹一家人的時候，穿了一件舊的短袖格子衫。我九歲的外甥說：「吉姆舅舅，你這件衣服在二十年前就已經過時二十年了！」我大笑，問他哪裡聽來這種說法。他說

他從卡通裡聽到的。購買、擁有、比較的欲望，從小就被培養出來了。

第三，這社會生產愈多物品，我們就想要得愈多，或者會促使我們想要更多，而我們只會更不快樂。易貴格（Gregg Easterbrook）在其《進步的弔詭》（*The Progress Paradox*）一書中提點得好：「儘管物質享受愈來愈多，卻沒辦法讓我們感到快樂；甚至物質上的豐裕，反而漸漸引起了不快樂——因為根本不可能去擁有經濟創造出來的一切。弔詭的是，讓自己從想要更多東西的欲望中釋放，反而活得更滿足。」

IFS 永無止盡的競爭

耶穌會倫理神學家卡伐諾（John Kavanaugh），經常論及消費主義文化的問題。《在消費社會中跟隨基督》（*Following Christ in a Consumer Society*）一書裡，他談到這文化對我們，特別是對家庭的侵害：

關於家庭的壓力與破碎，在我和一些父母及其子女的對談當中，沒有什麼比下述的這個力量更普遍、更有力、更加誘人深陷：那就是資本主義消費文化的意識形態，以及隨之而來的，不斷囤積的夢魘、超時的工作、頻頻催促著滿足新的需要、購物商場的神聖化、處處強調經濟上的比較、金錢和財產萬能的想法，還有生活各層面永無止盡的競爭。



階梯模式

對我們居住的這個消費主義世界，最精要的分析之一，就是耶穌會士布雷格里（Dean Brackley, S.J.）在1988年《耶穌會靈修研究》（*Studies in the Spirituality of Jesuits*）期刊上所寫的一篇文章。這是我剛入初學時所研讀的內容之一。布雷格里神父特別有資格談這個議題，因為他曾在南布朗克斯區（South Bronx，譯註：紐約著名貧民區）待過，協助當地的貧民。幾年後他又到薩爾瓦多，接替在該國為窮人服務而被暗殺身亡的耶穌會士。

他的文章篇名為〈向下移動〉（Downward Mobility），是借用了荷蘭神父盧雲（Henri Nouwen）的說法。布雷格里將當前世界的理念，概括為「向上移動」（Upward Mobility），並與依納爵在神操中邀請我們走向超然與自由的願景，作一比較。

本來，使我們去尋求並不斷努力「向上移動」的動機，是來自健康的心態：就是我們的渴望。

我們所有的人，對天主都有一股自然的渴望。但是布雷格里明白指出，消費文化卻告訴我們可以用金錢、地位和財產滿足這樣的渴望。不信嗎？只要回想一下，那些保證你只要再買一樣東西，就會快樂的電視廣告。

這個機制是怎麼運作的？底下簡短提出布雷格里所分析的十二步驟，再加上我的一些評論。你可以看看，是否吻合自己的經驗。

1. 消費文化基本上是個人主義的，大家追求私人的，而非

較具團體公益的目標。在競爭的環境下，人人只求為己。

這並不是說個人的目標在本質上是負面的。個人的追求是資本主義系統的基礎，而這系統或許可說是生產與分配最有效的經濟系統。但是其危險在於只對自己的利益感興趣，而無視那些不屬於自己家人、朋友或社區的外人。

2. 人很容易想用擁有或消費，來減輕自己的不安全感。我們企圖用各種物品來填補自己的空虛，卻不靠天主或者建立愛的關係。若不是因為人的這種衝動，廣告業恐怕也撐不下去；它的存在就是為了製造對產品的欲望。
3. 個人主義和消費主義導致階梯模式成了文化的主流——總有些人在更高的位子。一些人位於頂端，另一些人則落於底層。
4. 個人透過某些社會象徵來顯示自己的地位——職稱、財產、資歷等等。一個人的價值，全看他的財富或工作。

可能這就是在社交場合談薪水成了禁忌的原因：這是最快把人分級的方法，也是社會決定我們價值最主要的方法。知道對方賺多少，馬上會讓你以某種特定眼光來看待他。如果對方賺得比你少，你可能會覺得他「差一等」。如果他賺得較多，你可能會欽羨不已，覺得自己「差人一等」。大部分聊天的話題，在朋友間都可被接受——家庭問題、病況、親友過世——但是，薪水始終是個禁忌，正是因為它所含的力量。

5. 逐漸地，你將這些外在標準內化了。你也以自己的工作、薪水、「生產力」，來評斷自己。

的確，我們所有人生來就是要行動、要做事、要工作。但當你只用這些標準來評斷自己的時候，你就成了「工作機器」（human doing），而不是「真正的人」（human being）。

同時，如果你不是在階梯的較高處，或者向階梯上方移動，你會感到自卑。為了獲得歸屬感，你會更加急切地向上爬。

6. 在階梯頂端，是神化了的人物——名人、男女富豪、時尚模特兒。在底層則是那些「失敗者」——失業的人、難民、街友。

因此，我們很容易忽略窮人。他們的存在隱隱威脅著這套系統的運作，因為他們提醒著我們，階梯的不完美。我們會自忖，萬一我也變成那樣怎麼辦？這種念頭會讓我們更急於脫離「失敗者」的階級。

7. 在這情況下，競爭成了社會生活的導引力量。旁人的成功不會讓你更有安全感，只會帶來威脅。正如維達爾（Gore Vidal）說過的：「光是我成功還不夠。我要別人都失敗。」
8. 人只有向上爬，才有安全感。布雷格里指出，不是每個想要向上移動的人都驕傲成性或者渴望權力。可是就連那些富於同情心的人，也被迫面對這階梯帶來的危險。那就是，人傾向只問「這對我有利嗎？」而不問「這是對的嗎？」
9. 因此，呈現出來的社會模式不僅是階梯，更是金字塔。同一羣人聯合起來抗拒來自底層或頂端的威脅。分裂不

僅在個人與個人之間產生，更發生在社羣之間。

10. 不可能每一個人都站到頂端。所以那些在上面的，努力維持他們的地位，讓那些底層的人留在原地。透過權力運作，讓較低階的人不是依賴、就是缺乏組織、或對情況無知。
11. 社會階級、種族、性別、性傾向、受教程度、外貌及其他因素，決定了金字塔的組成。這又使分裂更為加深。
12. 最後，社羣之間的競爭，使得合作與信任不復存在，只剩恐懼、不信任，我再加上一點：孤單。

你可能不會全盤同意這些論點。但是整體而言，布雷格里的模式把我們多數人生活的消費主義世界，形容得十分透徹。

為了向上移動，為了保持我們的地位而不斷奮鬥，需要時間與精力。為何不至少放下一一些些，好從中解脫？這就是依納爵之所以說貧窮，是一種簡樸的生活方式，一種「向下移動」，一種放開上述價值觀的生活，對那些擁抱它的人，「是無上喜悅的原由」。簡樸的生活不是懲罰，而是邁向更大的自由。現在，我們就來看看依納爵怎麼教我們度簡樸的生活。

明智的簡樸

在《會憲》中，依納爵以這些話開始他對貧窮的論述：「當愛慕貧窮如修會的堅固圍牆，應盡力賴天主的聖寵保持其完整²。」這是最基本的。

依納爵對簡樸生活的看法，是從自身的經驗而來。在家族

城堡得到皈依的經驗後，他做的新事當中，其中一件就是將自己的騎士盔甲獻於聖母像前，並且在蒙賽辣（Montserrat）的本篤修院把身外之物幾乎完全送掉。

三月聖母瞻禮的前夕——即 1522 年的夜間，他非常祕密地去見一個窮人，將自己的衣服全脫下來送給了他，然後穿上他自己選擇的衣服，跪在聖母的祭台前³。

這是毫無保留地回應了耶穌在福音中對富少年的邀請。對依納爵來說，這是一條跟隨基督的明確道路。他的回應，也是依循其他修會的做法，特別是他崇拜的亞西西聖方濟（St. Francis of Assisi）所創立的修會。正如歐馬利（John O' Malley）在《初期耶穌會士》（*The First Jesuits*）中所言：「方濟對他的影響，無論直接或間接，沒有比強調放棄物質財產這一點更加明顯的了。」

後來所發生的事，也很感人。有個人跑來告訴依納爵，那乞丐後來的遭遇：

在他離開蒙賽辣已有一（古）里之遙時，被他後面急忙追來的人趕上，這人問他：是他將衣服給了一個窮人嗎？他回答說是，同情的眼淚也涔涔落下，因為他曉得人們拿他贈送衣服的那個窮人當賊來折磨⁴。

之後近一年的時間，依納爵在茫萊撒（Manresa）小鎮上，

過著退隱的生活，終日祈禱、乞求施捨、禁食。他過著極端貧窮的生活。

他每天到荳菜撒去求乞。雖然有人贈送酒、肉，他卻不吃也不喝……以前他很注意修飾頭髮，這是那個時代的風尚，他也有確有一頭美髮；現在卻決心任其自然，不梳也不剪⁵。

他甚至決定要效法一位聖人（我們不知其名），這聖人只為向天主祈求一個特別的恩典，曾有好幾天不進食。依納爵也這麼做，直到他已到「最後關頭，再不吃的話就要死亡了」。他變得消沉沮喪，甚至想自殺。

漸漸地，他了解到這樣嚴苛的生活不僅危害健康，也讓他無法做他想要從事的工作。歐馬利寫道：「依納爵的切身經驗，很早就說服了他，對『實際的貧窮』過度嚴格的理解，反而會妨礙他『拯救人靈』的企圖；往後他和他同會的夥伴，會看得更加清楚，那種理解對他們所創立的團體，是多麼不切實際。」

舉例來說，幾年以後，依納爵堅持仍在受訓期間的耶穌會士，要適當地照顧自己的身體，好能從事他們的工作。他在《會憲》中寫道：「為事奉天主，適當地維護健康和體力，值得稱讚，也是每位會士所應注意的⁶。」

這也是為什麼依納爵活出簡樸生活的方式，能對許多人有所幫助。這方式不要求人成為衣不蔽體、啃樹皮、穴居山洞的隱士。它只要求你過得更簡單。這是明智的簡樸。是溫和的苦

修。是健康的貧窮。

對依納爵來說，貧窮本身不是目的。首先，它是一種方法，讓自己與「貧窮的基督」成為一體；其次，它是一種帶來釋放的方式，好讓人更容易跟隨天主；最後，它也是認同基督所愛的窮人的方式。總之，貧窮是「使徒性的」，讓依納爵得以投身天主的工作。

綜合上述，貧窮成為依納爵靈修的重要部分，最後成為他和他的跟隨者充滿生命力的強力來源。就如比利時耶穌會士及靈修導師狄亞爾（André de Jaer）在《同心協力共赴使命》（*Together for Mission*）一書所言：「開始時只是一味追求苦修的心意，很快就成熟化為全然只信靠天主的渴望。當他開始撰寫《神操》之時……他藉著自己的經驗，寫下也能對他人有助益之道。」

富貴生榮華，榮華生驕傲

依納爵重視貧窮，還有一個理由，就是他注意到往上爬的這種心態，會微妙地引人遠離天主。

神操第二週提到依納爵靈修當中一個核心的意象：稱作「兩旗默想」（Two Standards）。在此依納爵要我們想像兩個「陣營」，在兩種不同的旗幟之下（或說兩個「陣營」），預備出征。一邊是撒殲；一邊是基督。這個默想，顯然受到依納爵軍人生涯的影響。

這個默想的目的是要幫助我們了解人性的運作。透過某些對現代思維來說也許覺得陌生的生動意象，依納爵使我們察覺

那多數人都不陌生、為做出正確抉擇必經的內在戰鬥。

打從皈依起，依納爵就可以辨認那推動他朝向天主的力量（當他想著事奉天主時所升起的安慰之感），和那使他遠離的力量（當他計畫追求世俗名利時浮現的枯燥之感）。依納爵相信，一個做分辨的人，必能辨別這兩股力量，做出正確的選擇。在依納爵靈修中，稱之為「分辨神類」（discernment of spirit）。

因此「戰鬥」對依納爵是一個關鍵性的象徵。他相信邪惡在此世的臨在，不僅是某種模糊抽象的力量，而是具有位格實體的存在——就是鏗而不捨，要使我們遠離天主的撒彈。神操把一切推動我們朝向天主的稱為「善神」（good spirit）；而把將我們從天主拉開的稱為「仇敵」（the enemy），或「人性的仇敵」（the enemy of human nature）。

最近我常用托爾金（J. R. R. Tolkien）的《魔戒》三部曲（*The Lord of the Rings Trilogy*）——不管是小說也好、電影也好——來讓人了解依納爵腦中的想法：一邊是邪惡巫師薩魯曼的大軍和醜惡的半獸人；另一邊是可貴的佛羅多和他的哈比人同伴、人類和精靈同盟。《哈利波特》（*Harry Potter*）系列——同樣，小說也好、電影也好——則是另一個描述此類戰鬥的現代版：一邊是佛地魔與他的邪惡同黨，另一邊是哈利和他堅毅的友伴。

但你不必和依納爵想法分毫不差，也能從他的靈修中得益。在《分辨神類》（*The Discernment of Spirits*）一書中，蓋勒格（Timothy Gallagher, O.M.V.）將「仇敵」的概念簡明地概括在這句話內：「那些會讓我們遠離天主的內心活動」。

除了這個戰鬥的意象之外，更重要的是對這兩邊的運作有所了解。在「兩旗默想」中，依納爵請我們想像基督召叫人們投入祂的陣營，投入一種簡樸的生活、拒絕名譽的誘惑、渴望謙遜的生活。換句話說，基督邀請我們，如同祂邀請了富少年一樣，享受沒有過分依戀的生活。

依納爵接著邀請我們，想像撒殫如何對牠手下「無數的魔鬼」面授機宜，怎樣透過牽絆，誘使男男女女入彀。同樣機智的文學技巧——有經驗的魔鬼向小魔鬼傳授要領——也在數百年後，在英國作家魯益師（C. S. Lewis）所寫《大榔頭寫給蠹木的煽情書》⁷（*The Screwtape Letters*，舊名《地獄來鴻》）裡出現。

依納爵告訴我們，仇敵是這麼做的：首先，牠們誘惑人渴望財富，財富帶來名望，名望往往帶來過分的驕傲，而驕傲通往一切罪的行動。任何耶穌會士都可一言以蔽之：「富貴榮華生驕傲」（riches to honors to pride）。

這是個狡獪的伎倆，因為財富與名望的確誘人。個人的經驗也告訴我，確實如此。

1115 來自神操的提醒

下面這段話是依納爵在《神操》中，提及生活不夠簡樸而逐漸產生的危險。在「兩旗默想」的部分，他請我們想像撒殫教導牠的手下，如何誘惑人類走向驕傲⁸：

牠們首先要誘惑人貪戀財富（牠通常都這麼做，至少大部分情況是如此），好讓人容易得些世俗的虛榮，最後就驕傲自大起來。像這樣，第一步是財富，第二步是尊榮，第三步就是驕傲；從這三步，仇敵就能慫恿人犯下所有其他惡行。

這幾年我出版了好幾本書，也為報章雜誌和網站寫了一些文章，因此受邀到不同的地方演說，其中也包括廣播和電視。整體來說，我很高興得知有人覺得我的文字對他們助益良多，畢竟耶穌會士的任務就在於「幫助人靈」。愈多人能讀到這些靈修生活的書，愈有可能多幫助一些人。

在電視和廣播上現身說法也有其價值，不只是因為能藉此推銷書籍而幫助人，更是因為能向幾百萬人談論天主——比我在主日講道時的聽眾更多（當然，講道也很有趣）。在梵蒂岡第二次大公會議擔任顧問的美國耶穌會神學家穆雷（John Courtney Murray）曾說過，耶穌會士應當把世界帶給教會，也把教會介紹給世界。運用媒體就是其中一種方式。

不過運用媒體也會有種危險。雖然我盡量讓這些事——出書、寫文章、在媒體露面——在心中船過水無痕，但它們仍是大環境稱之為「成功」的事物。它們正是依納爵會稱之為「財富」中的一例。

在這幾次偶爾的成功之後，就有家庭、朋友、熟人甚至是陌生人的稱讚。那些就是依納爵所說的「尊榮」。雖然我對這些讚美十分感激，但其中有種詭計悄然成形。



經歷這些成功之後，我開始注意到自己的內在悄悄浮現某種志得意滿的感覺。我幹嘛還要在我團體輪值主持彌撒啊？我很忙耶！為什麼我得去負責清空洗碗機？我還有更重要的事要做呢！

雖然我並沒有真的按自己的感覺行動，但發現自己會有這些感覺也令我難過，尤其是在了解神操之後。靈修導師笑著對我說：「富貴榮華生驕傲！」儘管成為耶穌會士超過二十年了，我仍跟其他人一樣會受到這樣的誘惑。

這有力地提醒了我人性軟弱的一面，必須時常保持警醒；同時也提醒我，依納爵對於人之愛「財」、「善神」、「仇敵」、與人性是怎麼回事，都有犀利的洞見。

ius 大問題

依納爵知道，教會內的名望也能使耶穌會士變得驕傲。被任命為主教或樞機，會給自己和家族帶來許多財富和名聲，特別在依納爵的時代，這樣的地位往往使人趨之若鶩。因此，在《會憲》中，對於耶穌會士要成為主教或樞機，有許多限制。下面是一段有趣的小故事，談到一位初期耶穌會土方濟·博日亞（Francis Borgia，沒錯，就是那個顯赫的博日亞家族）如何被拱出來作樞機。這則故事來自初期會士包郎高（Juan de Polanco）的日記，他用「我們」表示耶穌會士們。結尾那句話是我的最愛。

我們總算從大問題中解脫了……因為整個城（西班牙的瓦倫西亞）都傳言說方濟·博日亞神父被迫接受樞機主教的榮銜，良心承受了犯大罪的痛苦。從羅馬那邊的來信說明依納爵神父已把這事擋下來了，因此大家都鬆了一口氣。我們這邊的反應都是這樣，不過方濟神父的某些親戚可不這麼想。

真過得貧窮嗎？

關於耶穌會的貧窮，最常聽到的一個笑話是這樣的：第一年的初學生在隆重慶祝聖依納爵·羅耀拉慶日（7月31日）時，拜訪較大的耶穌會團體，通常這時候都會有一場豐盛的晚餐。初學生看見寬大的餐廳、典雅華麗的布置、桌上鮮花牛排樣樣不缺，都會嘆道：「這算貧窮的話，那要守貞也沒問題！」

耶穌會士自己比其他人更愛取笑這事。耶穌會的貧窮本該是真正的貧窮，幫助我們與「貧窮的基督」站在一起。它也該是「使徒性的」，使我們有充分的自由來服務。初期的耶穌會士努力不懈地活出貧窮，樂於住在最惡劣的環境、吃最差的食物、穿最粗糙的衣服，好能更加緊密地跟隨耶穌。

但是現代耶穌會士的住宿安排上有時相當舒適，尤其是在美國。某些大學或中學的耶穌會團體，可能有多達五十人住在同一屋簷下。因此某些務實的安排是不可避免的：如寬大的客廳和餐廳（才能容納這麼多人）、主廚與整個廚房團隊（尤其是在有年老耶穌會士的團體中）、多台洗衣機（不妨試試如何



在五十人共用一台洗衣機的夾縫中生存）、足夠的食物。

從外人眼中看來，這種團體生活可能還是頗為享受。有些耶穌會士悻悻地稱之為「全套服務團體」（"full-service" communities），會士自己也如此看。每一個耶穌會團體都盡量過得簡樸，但在各樣供應都富足的情況下，有時很難感覺到實際上的簡樸。換句話說，在簡樸的生活型態上，耶穌會士也常和其他人一樣：在這富足的文化中，他們得為活出簡樸而奮鬥。

一位失業的朋友說：「你們發願要過貧窮生活，而我可是真的在過！」這是個公道的批評。因為我們共享一切，所以最基本的需要——食物、衣著、住所——是不虞匱乏的。

但這批評也不正確。發願終身貧窮，就是只靠著有限的預算簡樸地生活。我們每月給個人花用所需的津貼，我們叫它「零用錢」，數目並不多（我初學時是三十五塊美金）。耶穌會士自己沒有房子或車子。所有的收入——薪水、捐獻、禮物、版稅——都歸給團體。

我們要做長途旅行時，需要經過批准；要買較昂貴的東西，「零用錢」買不起的，如眼鏡、新西裝或新大衣，也是如此。有時這些要求也會被打回票。我在奈洛比（Nairobi）服務了一年以後，有幾位平信徒邀我和他們去印度洋海岸的學生旅館，度假一個禮拜，總共要花一百美金。我的耶穌會長上告訴我那是不可能的。當我試著用別的理由說服他的時候，他笑了：「這跟我覺得旅行好不好一點也沒關係。」他說：「我們根本就付不起。」

跟某些有錢的美國人相比，我們過得極端簡樸。跟世上許多貧困的人相比，我們是沒過得那麼簡樸。但是，每個耶穌會

神父和修士都渴望盡量不受外物所囿、渴望熱愛貧窮、渴望盡力活得簡樸，如同依納爵希望的。一位靈修導師告訴我：「你的誓願使你能活得簡樸。有多簡樸則取決於你。」

幸好，除了依納爵，在這方面我還有許多榜樣——就是我在上冊第一章提到的「活的會規」，其生活足以作為他們耶穌會兄弟的模範。當中有許多人正是因為簡樸而受敬仰。

我曾和一位年紀較長的耶穌會士若望住了好幾年。明智、敏銳、富於同情，若有所謂活的會規，他實至名歸。由於1940、50年代的訓練，他習慣稱我「先生」。早餐時他會說：「先生，早安！」我晉鐸後的那個禮拜，他的招呼就改成：「早安，神父！」

當我還被稱作「先生」的時候，有一天我去敲若望的門，問他可否聽我告解。他的房間簡直是「簡樸」的化身：一張老舊的地毯，牆上除了幾張框裱相片，空無一物，

一個十字苦像釘在搖搖欲墜的木製跪凳上方，幾張舊塑膠椅，低瓦燈泡。

我瞄了一眼他的床，是單人床。沒有床頭板，就是一張彈簧床墊放在搖搖欲墜的金屬床架上。但引起我注意的是那條黃色的床罩。廉價的人造纖維，勉強覆蓋整張床，看起來有夠老舊，褪色磨薄到快變透明了；這是我能想像最克難的床罩了。

我說道：「神父，我覺得這床罩該換條新的了。」

他笑道：「先生，這條就是新的！」

我不禁慚愧地想起，上個禮拜我才要求買新床罩的錢（其實我真的不需要）。這趟拜訪提醒了我，對耶穌會士來說，在物質方面我們真正需要的並不多。

自願的貧窮也會激勵我們，去幫助那些真正處於貧窮的人。如同初期的基督徒會說，櫥櫃裡掛著那件多的大衣，並不是你的；它屬於某一位窮人。

直接服務窮人們的耶穌會士——無論在國內或海外——似乎往往更能擁抱貧窮，就是依納爵期待他的會士兄弟們能活出的那種貧窮。一部分原因是，在那些國家裡，資源甚為有限。但另一部分，則是因為與物質上貧窮的人親身相處的經驗，從他們身上，耶穌會士能學到什麼是真正的貧窮，比從神操中學到的還多。與窮人的密切相處，會使人明瞭為何依納爵稱貧窮「如同母親一般值得熱愛」。這就是我在東非服務時所領悟的。

高蒂、阿斯丁、露依絲

受耶穌會培育期間，我的省會長派我到肯亞的奈洛比，在耶穌會的難民服務中心工作，這個組織於 1980 年由當時的耶穌會總會長雅魯培（Pedro Arrupe）創立。

耶穌會難民服務中心（簡稱 JRS）也屬於耶穌會為窮人的服務工作。自耶穌的時代起，這服務就是基督門徒身分重要的一環。《瑪竇福音》裡，耶穌提醒祂的門徒，鑒別門徒的標準不在於他多常祈禱，也不在於他去哪個教會，而在於他怎麼對待「我家中最小的那些兄弟」，也就是窮困的人們（瑪／太廿五 40）。

對人所行的慈善事工（corporal works of mercy，包括給飢餓者食物、給赤身露體者衣服、探訪犯人），一直是基督徒服務

的中心。有許多知名的聖人，正是因他們為窮困者的服務而出名，從亞西西的聖方濟到德蕾莎姆姆（Mother Teresa）皆然。依納爵渴望聽從「照顧最小兄弟」的召叫，也是如此。

從一開始，為窮人服務就是耶穌會使命的焦點，而不是一般人常以為的建立學校。順帶一提，建學校原先的目的不只是教育年輕人、幫助他們的人格發展，也是為了促進公益。按依納爵的祕書包郎高所記載的，初期耶穌會士希望畢業生將來能「成為牧者、官員、執法者，任職於那些促進眾人好處和利益的重要職位。」

1540年教宗保祿三世批准耶穌會成立之後，耶穌會士就開始探訪醫院和監獄，照顧臨終者，關照孤兒、從良的妓女和她們的子女。當饑荒、水災或瘟疫爆發時，耶穌會士就迅速組織起來，提供受災者直接有關身體的照顧或經濟援助。

當然，也有其他修會參與這樣的慈善工作；因為這就是基督徒生活的一部分。但耶穌會士的不尋常之處，用歐馬利的話來說，在於「明確表述」（explicit articulation）了這些慈善工作，以之為這新修會的核心要素。

歐馬利在《初期耶穌會士》中寫道：「在某些情況下，這種投入甚至達到了英豪的程度。」1553年，義大利的佩魯賈（Perugia）瘟疫橫行，耶穌會士幾乎是孤軍奮鬥，堅持為患者服務，最後也有好幾位會士死於瘟疫。磊思·公撒格（Aloysius Gonzaga）是早期耶穌會的聖人之一，他因為照顧瘟疫患者，於1591年染病去世。死時才二十一歲。

他們所做的一切，不僅是遵循猶太——基督宗教為人服務的傳統，也是遵循依納爵的勸言，那就是「愛情應表現於行

動，甚於言語」。

我在肯亞的工作，是幫助那些落腳奈洛比雜亂貧民窟的難民，開始自己的事業，好能供養自己和家人。主要工作內容就是探訪難民。他們的住處窄小簡陋，常看到的是除了一張床墊、一盞煤油燈、一個燉鍋、一些箱子、幾個塑膠桶用來存放水和食物，此外什麼也沒有。

這樣的貧窮——連人性基本需要都不能滿足的情況——不是耶穌會士，或者是任何人，想要過的生活。非人化的貧窮，是許多耶穌會士盡其一生奮力改變的，無論是透過直接服務窮人，或是為他們發言。耶穌會為效法基督，自願貧窮的目標，和折磨地球上數億人的非自願貧窮，完全是兩回事。

但這兩者又有密不可分的聯繫：簡樸生活意謂著人有較低的需求，只拿取世界較少的資源，因此更能給予那些生活在貧窮之中的人。簡樸生活就能幫助窮人。

參與窮人的生活，也會鼓勵人過得更簡樸。你會看到，窮人如何用這麼少的東西過活，而且他們在某些時候擁有更多自由，常對他們所擁有的更慷慨，有時比有錢人對生命更心存感恩。

IHHS 學習什麼是貧窮

伯鐸·雅魯培，於 1965 至 1981 年擔任耶穌會總會長，即便是在嚴肅的議題上，他也有幽默感。有一次，有兩個年輕的美國耶穌會士到羅馬耶穌會總會院去。雅魯培神父問他們此行的目的。他們說要去印度服務

窮人（那是培育計畫中的一部分），中途經過此而已。後來，雅魯培對一個助理說：「為了讓我們的人學習什麼是貧窮，還真花了不少錢！」

當我思考窮人在哪些方面教導了我們時，我就想起幾位我在肯亞認識的難民⁹。其中一位有個美妙的名字，叫「高舞蒂歐撒」（Gaudiosa，字根在拉丁文中是「喜樂」的意思），我們都叫她高蒂，她是盧安達的難民。1960年代她和家人流徙至奈洛比，是其國家內部胡圖族與圖西族長期鬥爭下的受害者之一。

她也是個手巧的裁縫師，在我來的前一年，她從難民服務中心獲得一筆資助，買了一台家用縫紉機。就從這個有限的開始，她和幾位盧安達婦女有了頗具規模的裁縫生意，店名就叫「輝煌裁縫」（Splendid Tailoring Shop）。

有一天高蒂到我們的辦公室來。那時候我們才剛決定要開一家商店——取名「雙手中心」（Mikono Centre）——給難民販售他們的手工製品。我正試著讓神父和其他修會會士，對難民的手工藝品產生購買的興緻。

高蒂和我討論，要為神父們製作繡有「奇騰織」（kitenge）的祭衣領帶，這是盧安達服飾上一種色彩鮮豔的棉織紋。對這個手巧的裁縫來說，領帶很容易製作：就是兩片布成V字型縫在一起。領帶是我提議的，因為它對來訪的歐美神父，或者來當地堂區傳教的神父，都可能頗具賣點。再說，高蒂的店裡向來不缺「奇騰織」的存貨。

高蒂的「奇騰織」領帶賣得飛快；幾乎難有庫存。當我在



第一個禮拜預定二十多條的時候，她雙手互握身前，低下頭，說道：「天主真是好。」

「是啊。」我說，只是為什麼她這麼想呢？

「為什麼？」高蒂拍手大笑，顯然很驚訝我會問出這麼可笑的問題。她喊道：「吉姆修士！天主幫助我用掉那些剩下來的奇騰織。天主給了我做這些領帶的錢，還賺得這麼輕鬆。祂把這項生意給了我的店，給了我那些夥伴。你一定看得出天主是多麼、多麼好吧！」

許多難民也像高蒂這樣，無論境遇好壞，都想到天主。也許我終究會分辨出天主的手在哪作工，但高蒂卻是一望即知。許多難民與天主的關係，正如她所表現出來的那樣。用友誼的比喻來看，高蒂讓自己跟天主更親近，比起我來，是天主更要好的朋友。

另一位朋友是莫三比克來的木雕師父，名叫阿斯丁（Agustino）。我第一次看到他是在奈洛比繁忙的街角，阿斯丁坐在一塊木板上，仔細地雕著他美麗的黑檀與紫檀木塑像，想要賣給過往的路人。當我問他，要不要改成擺攤在「雙手中心」外的樹下，也許會有更多顧客經過，他立刻同意了。他第二天就出現在我們的中心門外，一直到現在還是在那兒做生意。

有天早上，阿斯丁興奮地向我展示一座三呎高的龐大塑像，是從同一塊黑檀木雕刻出來的。作品名為「生命之樹」，刻著男人在田裡工作、女人在餵養小孩、還有孩子們嬉戲的景像。因為做得十分精美，價錢也很昂貴。我沒把握在我們的店裡賣得出去，也老實跟他說了。

當阿斯丁企圖說服我買下不成之後，我同意讓他放在店裡

寄賣。「你會幫我祈禱它賣出去嗎？」阿斯丁問道。我說我會，但我內心頗有疑慮，它實在太大太貴了。我們把這塊沉重的木頭拖進店裡，放在其中一個展示桌上。

幾分鐘後，一位開著綠色路華（Land Rover）休旅車的女士進了我們的私人車道，走進店裡，看到那尊巨大的木雕，立刻就買走了——還比我們開的價錢多付了幾百先令。

「看到沒？」阿斯丁說，「你的祈禱應驗了。」

說到要求助，阿斯丁的第一個念頭就是向天主求救。說到要感謝，他的第一個直覺就是要稱謝天主。他比我更依靠天主。

往後我同他聊了更多，慢慢了解到他的信賴與他的貧窮有關：日常生活的不穩定，提醒他最終必須依靠天主，這是生活富足的人常不以為意的。阿斯丁也好像天主的一個密友。許多窮人，至少在我的經驗裡，都表現出這種特質。

天主在我們所在之處與我們相遇。而窮人往往已經在祂旁邊了。

只不過，太過美化窮人，也是個危險。不是所有的人都是一個樣，也不是所有的人都有此虔誠。也不是所有人都信神。甚至使用「窮人」這個詞，本身也有問題。高蒂和阿斯丁是個別的人，而不是被稱之為「窮人」的、某種模糊的社會學羣體的成員。

但我服務的難民們，大體上來說，都比我更隨時依靠天主、更隨時稱謝祂。

這種感恩之心，也使他們中許多人更加慷慨。有個下午，我去探訪露依絲（Loyce）。她是個烏干達（Uganda）婦女，我們也補助她買了台縫紉機。她住在奈洛比市區外一座簡陋的木

屋裡，四周都很偏僻。我到了她那昏暗的家裡，發現露依絲已經準備了豐盛的一餐：烤花生、蔬菜，甚至還有她平常也難得吃的肉。這一定要花掉她一個禮拜的生活費。我為她的慷慨而震撼不已。露依絲所給的，就像耶穌在福音中說到的那位窮寡婦那樣，是「由自己的不足中」拿出來的（谷／可十二 41-44）。

不是所有的難民都像露依絲這般慷慨。之前也說過，一概而論是不對的。但與許多難民相處的經驗使我明白，當你不再把人事物視為理所當然，當你能夠數算自己所受的祝福，感恩之情自會增長。

就像高蒂說的那句話：天主真是好。

在肯亞，每次發生這些事的時候，我都會想起聖經上一句曾讓我費解不已的話。「卑微人一呼號，上主立即俯允。」我們初學時唱過一首頗為流行的聖歌，裡面也有這一句。可是，為什麼天主會特別俯聽卑微的人呢？為什麼不是說天主俯聽每一個人呢？這聽來總有點不公平。同樣還有《聖詠》裡那一句「上主親近心靈破碎的人」（詠／詩卅四 18）。為什麼？

在肯亞，我有了答案。在許多人的生活中，太多東西將我們與天主隔開：對地位、成就、外表等等掛心不已。而難民與天主之間就少了些阻隔。大體說來，他們更意識到自己對天主的依靠。像高蒂，在順境時讚美天主；像阿斯丁，在急需時呼求天主；像露依絲，以慷慨表達感恩。

窮人們讓自己靠近天主，他們與天主之間的阻隔較少。他們依賴天主，和天主做朋友，更常感謝祂。所以天主也靠近他們。這是依納爵要耶穌會士喜愛貧窮「如同母親一樣」的一個原因。

向下移動？

你可能會這樣想：高蒂、阿斯丁、露依絲的故事很有啟發性，但跟我有什麼關聯呢？你想要我過得像個難民嗎？

每次我提到要過更簡樸的生活時，人們的反應不外乎下面兩種極端：

1. 你瘋了嗎？我不可能放棄我擁有的一切！這太可笑了！（這種反應最常見。）
2. 我想到我擁有這麼多不需要的東西，是有罪惡感。當我想到那些窮人，我也覺得很難過。可是我不可能過簡樸生活。叫我改變是不可能的。（這比較接近《瑪竇福音》裡「富少年」的反應。）

這兩種反應，前者表現出憤怒，後者表現出絕望。

兩者都使我們與自由絕緣。如果我們用一句「我不可能那樣生活」，忽視得自窮人的深刻理解，拒絕走向簡樸的邀請，那麼這些理解與邀請，就永遠不會在我們的生活中產生改變。不去接收這些訊息，也會讓我們更容易拒絕它們。同樣，若我們只是自怨自艾，覺得毫無可能改變，就是變相地推卸責任，好讓自己用不著改變。

兩者都意謂著自由無法扎根。

度簡樸生活的邀請，並不是說你得放棄擁有的一切。交出

一切財產只是極少數人該走的路，這些人大多過的是團體生活。我們也不必活得像高蒂、阿斯丁或露依絲那樣。可是，與他們境況相對的另一面——就是完全沉迷於我們的消費文化，一個告訴我們只有擁有更多才能快樂的文化——仍是條死路。

度簡樸生活的邀請，也不是說你得一再自責。雖然，時不時受良心所刺，也是件好事。依納爵說，良心的聲音有時就像「滴水穿石」，它是一種銳利的感覺，喚醒你面對現實。如果你對自己擁有太多而感到內疚，或許這正是來自天主的邀請，要你給掉其中一些，活得更簡單。

不過這份邀請，是要我們走向自由，而非自責。轉向簡樸的生活方式，會使我們自由，提醒我們，自己對天主有所依賴，讓我們更加感恩，使我們渴望不只是少數人，而是所有人都「向上移動」。最終這也會推動我們去接近那被遺忘和被遺棄的人，這原是納匝肋耶穌服事的核心，以及舊約時常論及的主題。簡樸的生活方式會提醒我們，像東非的難民這一類我們可能從未遇見的人，也是我們生命的一部分。正如布雷格里在〈向下移動〉中所寫的那樣：

這個真知灼見揭示了全人類最根本的平等，遠超出一切歧見分化。換句話說，邊緣人有粉碎我的世界的潛力。當我能認同那些邊緣人，讓他震撼我的內心，那座階梯就坍塌了，看得出那只不過是個巨大的騙局。至少對我而言是如此。那些偉大人物的優越與小人物的卑微都化為無形，好似那一刻，我們全部的人都赤身露體，在平等的立足點上。這份體會具有關

鍵性的意義，顯示人們認同邊緣人，我們就能認同每一個人。使我能這麼說，「這些人都和我一樣。」

所以，結果是，高蒂、阿斯丁、露依絲和你也有著密切的關係。

但是，我該如何做？

說到這，問題還在：你要怎麼樣過簡樸生活？既然你沒有受召喚放棄一切，你要怎麼讓生活更簡單，並且回應這份邀請：用較少的物品生活，使自己與天主間更少阻隔？

這裡我建議三個步驟，難度依序增加。然後再加上一個挑戰。在这一切事上，要相信天主會一路幫助你，因為這是通往自由之路，是天主願意你所行的。

第一步，丟開所有你不需要的東西。這很明顯是讓生活簡單化的第一步。而那些東西該怎麼辦呢？前面說過了，你用不到的那件大衣不屬於你，而是屬於窮人。跟附近的教會、收容中心或舊衣回收處聯絡吧。

不過有個友善的建議：別把破爛的東西送給窮人——直接丟了吧。初學時我在波士頓的遊民收容中心服務過幾個月。有一天，我把一件破爛的橘色羽絨外套拿給一個遊民，他叫道，「噢，這我不要穿！」我的第一個念頭是，有得穿他就該感恩了。但他好似看出我在想什麼，反問我：「你會想要穿嗎？」我可不想。窮人也該有像樣的衣服，跟你我一樣。

第二步，分辨「想要」和「需要」的不同。這件東西是

「有了也不錯」，還是「一定需要有」？你「需要」更大的電視、剛推出的手機或最新的電腦嗎？還是只是因為你的朋友剛買，或者你看到廣告而心動了？要抗拒自己想要擁有朋友也有的東西，或者市面上說你需要的產品，是不容易，但再說一次，拒絕這些誘惑能帶你走向自由。

你可以把這想成是在減肥。它很困難沒錯，但當你少吃那些不必要的熱量時，你會感覺更好。若是你少做不必要的購買，你也會覺得更好——更輕爽、更健康、更自由。在購物方面也來「瘦身」吧！

第三步，丟開那些你覺得你需要，但實際上沒有也可以活下去的東西。這一步要從你知道你不需要的東西，跨越到你認為你需要，可是在必要的時候，也可以放棄的東西。這一步，到我已經發願安貧二十年後的現在，也還覺得困難。但走在這條路上，我始終感到更喜悅。我有位朋友在我父親病重時照顧他，後來我送給她一件珍貴的物品：那是東非一些難民朋友送我的七彩百衲被，以前我都會拿來蓋，我也捨不得把它送人。但每次我看到那位朋友，想起她如此仁慈慷慨，我覺得那麼做很值得。

最後，我要給你一樣挑戰：去認識窮人。對某些人來說，這很困難，畢竟我們有時早已習慣忽略他們，把他們看成是懶惰的人，或者害怕他們。但是，找機會在遊民收容所或愛心廚房當志工（你也可以幫你的孩子找尋安全合適的志工機會），你會認識屬於自己國家的高蒂、阿斯丁和露依絲。你很快會發現，他們不是「窮人」，而是各自有著獨特故事的個體。

他們通常都吃過不少苦，而且一開始，很可能不容易親

近，但關於感恩、堅忍、親近天主，他們能教導你許多。

神貧

許多窮困的男女出於本能會轉向天主：就像高蒂在喜悅之時、阿斯丁在盼望之時所做的那樣。這是因為，伴隨著物質上的貧窮，他們往往也活出了另一種貧窮：就是徹底地體會自身對天主的依賴，也稱作「神貧」（poverty of spirit）。

在許多靈修與宗教的範疇中，神貧的概念往往被人所忽略。聖瑪竇所記錄的山中聖訓（瑪／太五 3-12），開頭第一句就說：「神貧的人是有福的」。可是對許多教友來說，這些話就和耶穌第一次說出來時一樣難以理解。如果你問一個虔誠教友，是否該行愛德，他會答是。若你問他是否應實踐神貧，他的反應則會是：「嗯？」

也許用不著意外，我是在東非時，以一種迂迴的方式，見證了真正的神貧。

雖然在出發前，我已期待著奈洛比之行，但抵達後卻深陷落寞當中，一方面和美國的朋友失去了聯繫，又擔心自己撐不過在東非的這兩年，甚至害怕可能染上罕見的熱帶疾病（離開之前，醫生給我一本管用的小冊子，指出我在那裡可能染上的各種怪病）。

除此之外，我被指派的第一個工作，多半是文書處理工作。難道我來肯亞就只是要整理文件嗎？當時我還不知道，再過幾個月，我就要開始經營小本生意，那可說是我做過最棒的工作，不過此時此刻，生活只有無聊與寂寞。

在這低潮期，耶穌會的培育導師寄來一本書鼓勵我：是德國天主教神學家默茨（Johannes Baptist Metz）所寫的《神貧》（*Poverty of Spirit*）。

默茨認為，神貧是每一個人在日常生活中都要面對的、內在的有限。它是心靈的覺醒，不僅意識到天主所賜予我們的才華和天賦，也意識到自身的有限。神貧就是承認我們無力改變生活中的某些面向。默茨寫道：「我們全都是無法自足的一種物種，我們全都被無止盡的懷疑、內心的不安與不滿所糾纏。」

神貧也在於承認每個人都要面對失望、痛苦、磨難、以及最後的死亡。雖然只要認真思考過人生，應該不難看出這一點，但西方文化常促使我們逃避、忽視或否認這項基本的真理——我們只是有限的、血肉之軀的人。只要身為人，就免不了受苦、對發生在自己身上、別人身上和周遭的事，感到無能為力。承認這一點，就是向神貧又邁進了一步。

不同於我在奈洛比每日之所見、那使千百萬人類同胞陷於悲慘的物質貧窮，神貧乃是我們應當追求的。我對物質貧窮沒有浪漫的幻想；我曾踏過那些髒臭的泥濘，也曾穿過惡臭的垃圾山，和貧窮的難民在簡陋的小屋裡吃飯，看過各種身體的殘缺與疾病。這樣的貧窮不可能被美化。

但神貧是另一回事：它以獻出生命為目標。

神貧也是謙遜的另一種表達。缺乏神貧，會拒絕承認自己對天主的依賴，妄想靠自己完成一切，等到失敗的時候就很容易陷入絕望。神貧既是意識到我們根本上依賴著天主，它也是靈修生活的中心。

默茨在書末寫道：「所以神貧不只是眾多德行中的一種，

它乃是隱藏在一切超性行動背後的要素，『信、望、愛三超德』的基礎。」

三級謙遜

依納爵格外重視神貧。在神操中，接著兩旗默想之後，他就提出了一套構想，即三種保持謙遜的方式，又稱作「三級謙遜」。

耶穌會士費林明（David Fleming, S.J.）所著《求引領我與你為友》（*Draw Me into Your Friendship*）一書中，談到依納爵列出了謙遜的各種幅度，並勉勵我們選擇更深一層的謙遜，好能更緊密地跟隨耶穌。在《奮顯主榮》（*Stretched for Greater Glory*）一書裡，耶穌會士阿甚別納（George Aschenbrenner, S.J.）把這三級謙遜稱作「三種愛的方式」。

第一級謙遜就是始終服從「天主的法律」，過正直的生活。不去做任何使你與天主決裂的事。你要做出正確的選擇。阿甚別納說：「這就如同愛一個人，願意去回應他（在這例子中，就是天主）明確表達的渴望，不計任何可能的麻煩。」

第二級謙遜則是在生活中有所選擇的時候，盡力不去偏愛那可能帶來財富、名聲或長壽的選項。這就是典型依納爵式的「持平之心」或「無過分的依戀」。你不僅要去做正確的事，更要自由地接受生命中發生的一切。在這一階段，費林明說：「做選擇時唯一的真原則，就是奉行天主的旨意。」對一切保持超然，盡力絕不背離天主。阿甚別納說：「這『愛』的等級，超越第一級，想著平心的自由。」

第三級謙遜，是「最成全」的方式，即真正地選擇那較卑微的一切，好能相似基督。你是這麼地渴望跟隨祂，以至於如同費林明所說：「祂的經驗都反映在我的生活裡。」換言之，你選擇成為貧窮的，甚至是被排斥的，如同耶穌一樣。阿基別納說：「在此，渴望效法成了熱切地期待分享……那摯愛的基督整個人和祂生命的狀況。」

這是種被虐的傾向嗎？那些覺得基督宗教「病態」的刻板印象又一明證？不，除非你有所誤解。第三級謙遜不是為貧窮或受排斥本身而去尋求它們，而是把這當作與基督感同身受，並使自己從過於利己中解放的一種方式。可以再用一次友誼的比喻：當你的朋友受苦時，你願意和他一同受苦嗎？

第三級謙遜對我常常是不可企及的目標：大部分時間我能做到第二級謙遜就不錯了！但第三級謙遜十分重要，能幫助我們脫離阻礙我們跟隨天主的、扭曲的牽掛，邁向自由。就如耶穌會士戴理（Brian Daley, S.J.）在〈更像基督〉（To Be More Like Christ）一文中所說，這種謙遜使我們得以「盡可能地免於根深柢固的自我中心，並盡可能地實現耶穌對每個人具體的召喚，就是按祂的肖像，成為祂的門徒。」

✚ 你相信什麼？

耶穌會裡有很多笑話，和我們努力保持謙遜有關。其中一個笑話說，有一個耶穌會士、一個方濟會士和一個道明會士去世了，正要前往天堂。他們被領到天主的寶座前，那是個宏偉、鑲了鑽石的黃金寶座。天

主對道明會士說：「聖道明的跟隨者，你相信什麼呢？」道明會士答道：「我信天主聖父，天地的創造者。」天主又問方濟會士：「聖方濟的跟隨者，你相信什麼呢？」方濟會士答道：「我信祢的聖子耶穌，來世間與窮人同甘共苦。」最後天主自祂宏偉的寶座上轉向耶穌會士，問道：「聖依納爵的跟隨者，你相信什麼呢？」耶穌會士答道：「我相信……祢坐了我的位子！」

神貧的人是有福的

神貧不會奪去生命裡的歡樂。事實上正好相反。它通往喜樂，因為它使我們甘願從根本上依靠天主，因此而得自由。費林明寫道：「弔詭的是，我們的確成了富有的，擁有那只靠天主賜予而得、無人能奪走的身分。」

「依靠天主」聽起來像是懶人的藉口，好像你自己什麼也不必做。但事實正好相反。這是一個很實際的態度，好提醒你自己，你不可能辦到所有的事；許多事遠超過你的能力所及；有些事則不受你的掌控，需要交給天主。神貧使你從自以為一切只能靠自己的絕望中，解放出來。

這種態度也能把你從時下常見的誘惑——「工作狂」和「救世主」的包袱——中解放出來。你很容易把自己想像成是不可或缺的人，凡事都得靠你，你必須做所有的事。勤奮可能在不知不覺中淪為驕傲。「你看，我這麼忙——我重要的很哪！」或者，「什麼都得靠我才行！」神貧提醒我們，我們能做的，不過是那麼一點點罷了。



或者像我抱怨有太多事要做的時候，靈修導師跟我說的：「救世主只有一位，那可不是你！」

在肯亞，一次又一次的經驗，使我放下要把一切弄上軌道、解決所有人問題的那種期待。不只因為本來就辦不到，更因為這辦不到的狀況，只會讓我陷入無力的絕望。現實處處如此。那些獲得補助縫紉機的難民，有時回到家，會發現鄰居因為嫉妒把他們的房子燒了。有個名叫若望的烏干達籍牧牛者，努力打拼事業：找一塊地、尋覓適當的乳牛品種，也買了合適的牧草，可是仍不得不放棄他的事業，因為旱災使草地枯乾，牛隻要吃的草也沒了。我還記得，我和他站在牧場外，他喃喃自問：「我現在還能做什麼？」

我沒有答案。我不可能讓天下雨。在這枯竭的地上我也生不出水來。我能做的，只有再找別的補助，來幫他度過難關，為他祈禱天候能有所轉變。神貧反映出人的現實：面對改變，我們常感到無能為力。

ins 深刻的幽默

讓我擁有足夠深刻的幽默，好免於自傲自大。

在我荒謬行事之前，先察覺自身的荒謬。

讓我體會到，當我謙卑自下，才是我最富人性、最真實、最值得受你重視的一刻。

——耶穌會士羅德（Daniel Lord, S.J., 1888-1955）

神貧也使我們從不斷行動、不斷工作、不斷活動的需要中

解放出來。它鼓勵我們有時說「不」，因為你知道，你不可能什麼都做、什麼人都討好、什麼聚會都要露面，也不可能給每個朋友都打電話、輔導每一個有需要的人。神貧就是承認，你無論在家裡、在工作場所、在教會，都不可能辦到每一件事。神貧讓你不至淪為「工作機器」，而是作一個「真正的人」。

諷刺的是，我們愈是慷慨地渴望做所有的事、照顧所有的人、讓每個人都滿意，愈是不能集中注意力、愈容易分心，對誰都沒好處。相反的，如果對某件事說「不」，反而同時也對別的事說「是」。

對某個你真的不勝負擔的職務說「不」，就是對已經在你面前待做的一切，更專注地答「是」。

所以，神貧不是通往悲苦，而是通往自由之路。它不是什麼神祕的教條，只有聖人才辦得到，而就只是接受現實。提醒自己，你在根本上對天主的依賴，這種態度使你對來自天主的祝福，抱持更為感恩的心，因為你明白這些祝福有多麼珍貴。這是為什麼耶穌稱神貧的人為「有福的」，在希臘原文中，其意思是「快樂的」（happy）。

最後我要說個雅魯培神父的故事，這位前耶穌會總會長，曾戮力邀請耶穌會士們同窮人在一起。這個故事絕妙地總括了依納爵對於簡單生活、貧窮與神貧的洞察。

多麼強烈的對比

雅魯培神父以他對窮人的愛著稱。有一次他去拜訪一些在拉丁美洲極其窮困的貧民區工作的耶穌會士。拜訪期間，他在

一棟破舊的建築內為當地人舉行彌撒，禮儀當中還有貓狗竄來竄去。下面是雅魯培在《一位耶穌會士的靈修之旅》（*One Jesuit's Spiritual Journey*）這本訪談集中，自述彌撒之後所發生的事：

彌撒結束時，一個外貌粗鄙，教我幾乎有些害怕的大塊頭說：「去我家吧，我有東西要給你。」我還在猶豫，不知該不該接受，但跟我同行的神父說：「去吧，神父，他們是好人。」我去了他的家；那是棟搖搖欲墜的小房子，他請我坐下，那也是張搖搖晃晃的舊椅子。但從那位子我可以看到夕陽。大塊頭對我說：「先生，你看，這有多美啊！」我們安靜地坐了幾分鐘。直到太陽消失。那人又說：「我不知道怎麼謝謝你為我們所做的一切。我沒有什麼可以給你，但我想，也許你會喜歡這夕陽。你喜歡，對吧？晚安囉。」然後他跟我握了握手。

我離開時，心想：「這樣溫柔的人，真是少見。」正當我漫步走過巷子，有個衣著破舊的女人向我走來；她親了我的手，看著我，以充滿感情的聲音說道：「神父，請幫我和我的孩子祈禱。今天我也參加了你舉行的那台美麗的彌撒，可我得趕回家。只是我什麼都沒法給孩子。請幫我向主祈禱，祂一定要幫我們的忙。」然後她就匆匆消失在回家的路上了。

多虧這台為窮人舉行的彌撒，我學到了許多事。這和世上那些冠蓋雲集之處，是多麼強烈的對比啊！

* 本書附註皆為編註，除另有標明。

1. 戴邁樂著，周佩玉譯，《弦外之音》，台北：光啟文化，2015，六版。
2. 侯景文譯，《耶穌會會憲》，台北：光啟文化，1976，第553條1項。
3. 參見聖依納爵著，侯景文、譚璧輝合譯，《聖依納爵——自述小傳·心靈日記》，台北：光啟文化，1991，39頁。
4. 參見上引書，40頁。
5. 參見上引書，43頁。
6. 參見《耶穌會會憲》，第292條1項。
7. 魯益師著，曾珍珍、顧華德譯，《大榔頭寫給蠹木的煽情書》，台北：道聲，1900。
8. 參見《神操》142號。
9. 相關故事，請見馬丁神父著，譚璧輝譯，《雙手編織愛》，台北：光啟文化，2013。

2. 宛如天使？

貞潔、獨身與愛

下面就是聖依納爵在《會憲》中，論貞潔（Chastify）之德那「赫赫有名」的開頭——呃，也是結尾。

關於貞潔聖願無須乎解釋，顯然當完美地加以維護，這方面要在身靈上努力效法天使的純潔。既然如此，我們便要說說服從聖願了¹。

初學時，第一次念到這段的時候，我對大衛·唐納文（David Donovan）說：「就這樣？我是不是漏了聖依納爵其他有關貞潔的討論？」

他笑了，「沒有，就這樣了！」

歐馬利在《初期耶穌會士》中也提過，雖然依納爵和最初的耶穌會士，在其他場合對會士貞潔有過一些反省，但多數時候，貞潔聖願都被看作是「明確而毋須解釋的」。

所以，照依納爵所說，耶穌會士要像天使一般保持貞潔。但我們都知道，天使是沒有性器官的！

十六世紀的基督徒，包括依納爵和早期的同伴，與我們今日看待「性」的眼光全然不同。首先，如同依納爵所言，當時

貞潔被大力強調為通往靈性「純潔」之路。完美的基督徒應當努力效法耶穌、瑪利亞和諸聖（及天使）的純潔。而這純潔包含了貞潔。耶穌會初期會士之一，伯鐸·法伯爾（Peter Favre），年紀尚輕時就是如此決定，他寫道：「我大概十二歲的時候，有時會到田野幫忙看守（自家）羊羣，就是在那兒，懷著對純潔的渴慕，我充滿喜悅地向上主發誓終身持守貞潔。」

那是張令人心酸的形象——豔陽高照的日子，身在野花叢中的法伯爾，熱切地向天主立下年輕的誓願。但今天很少人會鼓勵這樣的承諾。從某方面來說，純潔不意謂著抑制性。純潔來自一顆純潔之心，而已婚的男男女女中，許多人也有這顆純潔之心。從另一方面來說，哪個十二歲的孩子（不論是當時或是現在），能對性有適當的了解，而許下一生持守貞潔的誓願呢？但畢竟法伯爾生長在不同的時代。

過往的修會會士，也願意用極端的手段來鼓勵，或用他們的話來說，「護衛」貞潔。法伯爾年紀更長時，又立下另一承諾：永不把臉靠近任何人——無論是男是女，是老是少，好更進一步持守貞潔。聖磊思，從貴族成了耶穌會士的青年，「謹守眼目」，意思是絕不正視任何女性的臉——也包括他的母親！

不過，為法伯爾認識、並為磊思所欽佩的聖依納爵本人，卻和許多女性有著溫暖的友誼，他以信件或會面的方式，為這些女性服務，是深受重視的靈修導師與顧問。正如《神操再造》（*The Spiritual Exercises Reclaimed*）的作者所述，依納爵的許多女性友人以支持依納爵和他的新修會作為回報，特別是經濟上的支援。有兩位女性——依撒伯爾·羅瑟（Isabel Roser）

和環娜（Juana，西班牙攝政公主）——甚至發願成了耶穌會士。該書作者寫道，「對依納爵更準確的描繪，說明他不是獨善其身型的人物，而是人際往來型，這些人際關係中也包含特定的女性們。」

以上形形色色的歷史，帶來了爭論性的問題：修會裡的持守貞潔能教導我們什麼嗎？聖依納爵對貞潔的看法，能教導我們什麼嗎？生活在把性當作危險——甚至邪惡——背景下的人，真能教導我們健康的、愛的關係嗎？

我想你不至感到意外，我對以上問題的答案全都會說：是的。

不過，你可能會意外，我的答案和節欲與純潔較無關，而和愛與友誼較為相關。因為，貞潔之德關乎愛。

貞潔？獨身？

會士貞潔可說是修會生活各方面中最難解釋的。人們腦海中浮現的，往往是冷冰冰討人厭的老神父，或是尖刻壓抑的修女，這種刻板印象——徹底排斥自身的性欲，自絕於愛和人際間的交流，還有嚴厲、冷漠、存心不良，甚至有些殘酷。喔，還有點瘋狂。

在天主教會面臨性侵害醜聞的危機，而一般大眾又都認為是貞潔惹禍的此刻，談貞潔誓願，比任何時候更教人感到疑慮。現在人們不但覺得貞潔是瘋了，還是不健康的、病態的，同時（這會令十六世紀的基督徒不敢置信）是危險的。

一般人的想法大致歸為三點：

1. 貞潔是不自然的。它試圖抹去生活中天生的一部分，而會帶來不健全的行為。
2. 貞潔是不健康的。所以修會吸引那些心理不健康的人。
3. 貞潔是不可能做到的。立誓守貞的人要麼就是惺惺作態，不然就是難以貫徹，所以說要過獨身守貞生活的男女根本都在說謊。

在我繼續討論之前，我得先解釋貞潔（chastity）和守獨身（celibacy）這兩個雖然常見，但其實有所不同的概念。這有點複雜，且聽我道來。

嚴格地說，貞潔是指以愛適當地活出我們的性，所有的人都有這個召喚。在《愛的追求》（*In Pursuit of Love*）這本談論性生活的書中，耶穌會倫理神學教授傑諾維齊（Vincent J. Genovesi）曾引用另一位作者的說法：持守貞潔者的生活，就是讓性「外在的表達」能夠「由愛來支配，充滿溫柔而全然地意識到對方」。傑諾維齊總結另一位神學家所述，稱貞潔為「性方面的誠實」，因為我們的肉體關係「忠實地表達」了我們個人給予對方承諾的程度。換言之，貞潔的目的是接受和給予愛。

天主教會相信每一個人——無論已婚、單身、已發願、已晉鐸、平信徒或神職人員——都受召活出「這種」貞潔：肉體的關係反映個人投入一段關係的程度，適當地活出性的能力，以愛和對另一個人的關懷，來引導你的性能力。多數人都會認同這些普遍的概念：在性關係中的愛、承諾、誠實和關懷。

獨身則不同。就嚴格定義上而言，指的是對天主教神職人員在婚姻上的限制。舉例而言，耶穌會士在初學之後所發的是

貞潔聖願，但神父（或稱司鐸）在晉鐸時則承諾持守獨身。

守獨身是教會法（church law）的規定，理論上來說，可以由天主教會取消。教會歷史前半段當中，並沒有限制結婚，許多神父是已婚男性。正如科森斯（Rev. Donald Cozzens）在《獨身解禁》（*Freeing Celibacy*）中所言，直到十二世紀，神職人員守獨身才成為整個西方（拉丁）教會的常規。比方說，我們知道伯鐸已婚，因為《馬爾谷福音》曾提及他的岳母（谷／可一29-31）。就算是當代，也有許多已婚的天主教司鐸：東方禮教會（即一些天主教會分支）中的司鐸，還有從其他基督教派改宗天主教但保持其已婚身分的司鐸。就算是天主教徒自己，對獨身與貞潔也常混淆不清，以為兩者意義相同。而且，司鐸獨身與修會會士守貞潔兩方面的靈修，也頗有類似之處。有的人則會用「會士貞潔」（religious chastity）一詞，來區分修會那種貞潔生活和所有人都受召而活的貞潔生活。

很難搞清楚吧？

所以接下來我要進入正題。我要討論多數人心目中的那種「貞潔」，就是投身宗教信仰而戒避性生活的貞潔。更重要的是，我要說明這種「會士貞潔」的生活可以教導你什麼——即便你是個天天都享受性生活的人。

愛的貞潔

再說回之前的刻板印象：冷漠、僵化、充滿苦毒怨恨、討人厭的神父或修女。諷刺的是，歷史上最富愛心的一些人物——就連非基督徒也敬仰的人物——也過著貞潔的生活。想想

亞西西的聖方濟或德蕾莎姆姆。有誰會說他們沒有愛？況且現在你也知道了，聖依納爵本人是個熱情、慷慨而且充滿愛的男性。

更妙的是，想想納匝肋的耶穌。大多數嚴謹的聖經學者同意（儘管理由各不相同），耶穌終身未婚。有誰會質疑耶穌不是充滿愛的人呢？

每次我聽見「神父很冷漠」的刻板印象時，都好希望跟那些人介紹，那些我認識的、滿懷愛的神父、修士和修女，那些度著充滿愛的貞潔生活、散發愛的光輝的男男女女。

我真希望你見見我的朋友鮑伯（Bob）。他雖然身患慢性病，仍在南達科他州（South Dakota）貧瘠的美國原住民保留區服務多年，現在則在波士頓擔任靈修導師與藝術治療師。耶穌會士裡少有比他更充滿愛、更受人喜愛的了。鮑伯身量矮小，但笑聲驚人。要是你跟鮑伯在同個戲院看電影，他的哈哈大笑會讓所有人都轉過頭來。

他所服務的原住民先是稱他「大笑的小個兒」，「但那名字沒有用多久，」有一回他解釋道：「後來他們都改叫我嗓音柔和的神聖之鷹。」

鮑伯是我碰過最好的傾聽者之一。人們和他談話，很自然地感到放鬆，也許是因為他們看見他生理上的缺陷，就想到這個人必然明白怎樣在生命裡苦中作樂。有好幾次我碰到一些私人的困境，鮑伯認真地聆聽，專注在我說的話上。這是一種貞潔之愛。

我還想跟你介紹提姆（Tim）。在我們的神學研究生涯裡，鮑伯、提姆和我同住在麻州劍橋（Cambridge, Massachusetts）

的耶穌會會院。提姆是個安靜、認真用功的傢伙，念完神學後被派到芝加哥市內一個堂區作本堂神父。我在芝加哥動完大手術休養的那年夏天（就是我在手術台上得到啟示的那次），提姆給了我一份大禮。

儘管當本堂十分忙碌，他仍開車到埃文斯通（Evanston）的耶穌會會院來探望我，一小時的車程，天天如此。那兩個禮拜他都忠實地來探望我，逗我大笑、帶我去兜風、幫我做飯、讓我談談自己經歷的事。我們同住的時候，並沒有那麼親密；但從那個夏天以後就不同了。他的慷慨——溫文、低調、無私——也是一種貞潔之愛。

我也希望你有機會見見曼迪修女（Sr. Maddy），我在麻州格羅瑟斯特（Gloucester）退省中心的朋友。我之前提過，我們初次認識是兩人都在東非服務的時候。曼迪修女務實而勤奮，總是滿面笑容，一頭短髮，和另外兩位美國籍修女在坦尚尼亞的偏遠地區服務，在名為柯瓦克（Kowak）的村裡開設女子學校。

118 愛上了，就留在愛裡

出自耶穌會士雅魯培神父的這個默想，大概是他最為人所知的文字。不過有個問題：所有他的信件或演講稿中，都找不到這段文字。他的顧問之一，奧奇夫神父（Vincent O'Keefe, S.J.）跟我說，這大概是某人在討論會中記錄後流傳出來的。而且，奧奇夫神父又說，這些聽起來就像雅魯培會說的話。

世上最實際的事，莫過於找到天主。然後義無反顧地愛上天主。你所愛戀的那位，那攫住你想像的，會影響一切。這將決定，什麼使你得著力量，在清晨奮起；如何度過每個夜晚，週末如何安排；讀什麼樣的書，認識什麼樣的人；什麼讓你心碎，什麼又讓你驚奇而滿懷喜樂和感激。

愛吧，留在愛裡。這會決定你的一切。

放假的時候，三位修女就會造訪我們在奈洛比小小的耶穌會會院。曼迪修女非常會做菜，而且很享受為我們團體準備份量驚人的義式料理——所以每個人都很期待她休假的時候。在坦尚尼亞服務兩年後，她生了重病，不得不離開科瓦克的修女和學生。幾年後她才得以再度回來，好好與他們道別。

從那時我就和曼迪一起帶過多次避靜。因為某種身體方面的限制，曼迪在占地廣大的退省中心走動十分不便。但即便是零下的氣溫和兩呎深的積雪，她喜樂的精神仍然不減，笑聲也不減。

幾年前，我報名參加在格羅瑟斯特舉行的一個避靜，發現她碰巧是我的靈修導師。我覺得有個熟朋友作導師，總是有點不自在。「那，我只好把你當成跟其他導師沒兩樣囉。」我這樣告訴她。

她發自內心地笑了。「我也會把你當成跟其他避靜的人一樣的！」

曼迪果然是個敏銳的導師，幫助我度過那段生命中的困頓。



時期——巧妙地拿捏當朋友與當導師之間應有的責任。她在坦尚尼亞對學生認真的服務，她在格羅瑟斯特避靜中心耐心的傾聽，還有許多其他的服事，都是貞潔之愛的表達。

這三位發願守貞潔的朋友——鮑伯、提姆、曼迪，都各自以不同的方式顯示他們的愛。每一位都提醒了我，聖依納爵在《神操》中說的一句話：「愛情應表現於行動，甚於言語。」

貞潔與愛的關係

貞潔的一個主要目標，就是盡其所能地，能愛多少人，就愛多少人；能愛得多深，就愛得多深。這對那些習慣消極地定義貞潔——貞潔就是沒有性生活——的人來說，這是頗為陌生的說法。但這其實是教會悠久的傳統。貞潔也是一種愛的方式，正因如此，貞潔對每個人都有值得學習之處，而不只是針對修會人士而已。

貞潔也使人有更多空間，隨時準備好去服務別人。因為沒有伴侶或家庭，我們較容易接受派遣。正如耶穌會《會憲》所言，貞潔「本質上是使徒性的」。原則上，它是要幫助我們成為更好的使徒。就如同所有的聖願一樣，貞潔幫助耶穌會士「答覆需要」，這也是依納爵所期待的。

所以貞潔同時表達了愛和自由。

不是所有的人都該守貞潔（請記得我說的是會士的貞潔）。顯然，大多數人受到召喚投入浪漫的愛、婚姻、性的親密、養兒育女及家庭生活。他們表達愛最主要的方式，是透過另一半以及他們的兒女。那是比較集中式的、獨占性的愛的表達。已

婚夫婦和為人父母的，並不是只愛自己的家人。而是他們愛的主要對象是天主和自己的家庭。

對於身在修會的人來說，情況正好相反。你發願守貞潔，奉獻自己來愛天主，盡可能地愛更多的人，答覆他們的需要。再強調一次，不是說已婚和單身男女就不能這樣做。只不過，這是最適合修會人士的方式。

會士貞潔生活也提醒我們，即使不投身一段一對一的親密關係、即使沒有性生活，仍能完整地活出愛。正因如此，守貞者在這個常把愛人等同於上床、性泛濫的文化中，有著指標性的作用。所以，貞潔能幫助我們重新界定事物的優先順序：生命的目的，不論單身、已婚或修道者，都在於愛人。

誰愛得更多？是新婚燕爾、盡情享受魚水之歡的夫婦；還是因為家庭責任而較少行房，但彼此承諾仍堅定的中年夫婦；抑或是已經因為病痛而沒有性生活，但仍溫柔相伴的老夫老妻？已婚的丈夫愛自己的妻子，或是單身的女子愛自己的朋友，哪一個愛得更多？獨身的神父和擁有性生活的人妻，誰愛得多？

答案是：他們都愛著。以不同的方式。

順便一提，貞潔並不會引起不健康的行為。我認為，天主教會的性醜聞問題，只關乎小部分心理不健康而根本不該被允許進入修院或修會的人；以及，有些主教不該只是把這些人移調至其他堂區。性醜聞不是守不守貞潔的問題。

貞潔也需要練習。你不是一結婚就能當個完美的丈夫或妻子。同樣，你也不是在發願那天，就完全了解貞潔是怎麼回事。你需要時間來完整地活出所發的聖願。這也是初學與修院

生活的一個目的——它們的功能有點類似訂婚，讓人看看這個生活方式是否真適合自己。

「當有非分之衝動時怎麼辦？」朋友最近才問了這個問題。沒錯，守貞潔的男女也會受到別人吸引，有性的渴望。畢竟，我們是人嘛。但有這種情況發生時，你會提醒自己幾件事。首先，告訴自己，這很自然。其次，提醒自己你所選擇的生活不允許去滿足它。第三，如果你一直對性的親密有著強烈的渴望，這說明你的情感生活可能有所缺乏。那是什麼呢？是缺乏在祈禱中與天主的親密關係？缺乏充實的友誼？缺乏工作上的成就感？在你的貞潔生活中，是否有哪裡沒有回應天主的愛？因為守貞者不僅是發了貞潔的誓願，他同時也相信在當中天主必要幫助他。

貞潔也給其他人一種安全感。別人知道你已承諾去愛人，不會利用他們、操縱他們、或別有用心。這讓人安心。所以他們通常在愛的方面更覺得自由。

我曾提過，幾年前我跟紐約市的一個劇團合作，他們當時正在籌畫一齣關於耶穌與猶大的非主流戲劇。一開始，我協助編劇的研究工作，並和飾演猶大的演員見面。到後來，我受邀和導演及整個劇組一起工作。

我們花了不少時間坐在戲院大桌旁，談論福音、談論耶穌、談論罪、恩寵、絕望與希望。「為什麼猶大要背叛耶穌？」「為什麼耶穌被釘後，門徒都逃走了？」「耶穌是否曾和瑪麗·德蓮談戀愛？」這些熱烈的討論與我和天主教友們的對話截然不同，通常教友（包括我自己）都會覺得事情早有答案。

同時，這羣人所處的世界——劇場——對我來說，是很

陌生的。開始的時候，他們根本不認識我，我也好奇他們對我這個耶穌會神父會有什麼反應。他們知道我獨身，所以他們相信我沒有別的目的，就只是要來幫助他們。也許是因為這樣，有些人很自在地跟我——這個他們幾乎不認識的人——分享他們生命中某些最私密的細節，向我吐露他們的悲傷，也分享他們的喜悅。

他們的信賴是一份禮物，可說是幫助我愛上了他們所有的人。常常我一走進後台，就被笑臉與許多擁抱圍繞。

其他時候，我則體會到我的臨在不僅是為了給予愛，也是為了接受愛。表演結束時，我意識到自己不能對他們的愛緊抓不放。雖然我希望，之後仍跟其中一些人保持友誼（我們確實有），但我知道，我不能「占有」任何人的愛。愛必須是自由的給予，自由的接受。

這也是貞潔教導的功課之一：愛不是任何人的所有物。

我的朋友克里斯是耶穌會修士，在紐約市工作，他曾說過當學校老師也有類似體會。「就像一個學年結束的時候，」他那時說，「你得自由地去愛，自由地被愛，可是你要記住，你不能抓著不放。」就像耶穌在祂復活後說的：「別拉住我不放。」

這可說是守貞者最好的獻禮之一：不但顯示出愛有許多方式，更顯示出自由的愛，就是愛一個人而毋須依戀不放，對愛人的與被愛的都是一份禮物。我們常禁不住去想，愛一個人——無論是另一半、男朋友或女朋友、甚至只是普通朋友——就是依附著他，不與他分開，這是占有不易被察覺的另一種形式。但，愛原來是接受不占有彼此的那一份貧窮。

所以，貞潔應該能教導這個世界，一種自由的愛，一種愛的自由。

這有可能嗎？

只是，會士的貞潔真有任何可能健康地、完整地、誠實地活出來嗎？

藉著天主的幫助，這是可能的。讓我簡單地談談我自己對貞潔的經驗，希望能作為你看待自己生活中愛與被愛的一些反思。

開始初學後幾個月，大衛告訴我，在我耶穌會士生涯中某一刻，必然會愛上別人，或是有人會愛上我。我超驚嚇的！

他的回答令我難忘。「如果你沒有不時愛上別人，」他說，「那你一定有問題。」跟著他又解釋：「這是人性的，也是自然的。問題是：當你愛上時，你會怎麼做？」

司鐸，以及修會中的男女會士，都必須接受他們有墜入情網的可能性。如果你希望作個有愛的人，你就得冒著可能「墜入情網」的風險。身為真正的一個人，耶穌也向這個可能性開放——在祂向別人獻出自己的心，也開放自己接受別人的愛的時候。

你可能讀過一些熱門小說的內容，不過耶穌並沒有祕密結婚。新約很清楚地表達了納匝肋的耶穌終身未婚（我之前說過，福音作者很廣義地提到了耶穌的兄弟姊妹，如果祂有妻子，卻完全一字未提，是很奇怪的事）。但就人性來說，耶穌與你我一樣，都會陷入愛情，也會讓別人愛上祂。而祂的回

應，就是以貞潔而深刻的愛來愛人。

當修會會士陷入情網時，他該怎麼辦？他必須做出抉擇。或是認清自己無法繼續活出聖願，而必須離開修會；或是重新確認自己對當初所發聖願的承諾。大衛說，這就有點像已婚夫婦愛上了伴侶以外的人。在這兩種情況中，你都要提醒自己曾經做過的承諾，採取尊重這承諾的下一步行動。

大衛是對的。初學過了不久，我就愛上某人。這份愛情的深度，和我感受到的熱情，超出了預期，是如此強烈而令人困惑。有好幾個月，我都相信那個人是我想要共度餘生的對象。這既美好，又可怕。美好是因為，我在愛中，也被愛著。可怕是因為，若繼續這段感情，我就得離開耶穌會。

在這一團混亂裡，我跟我的靈修導師碰面。他聽我說了自己的事，講了跟大衛幾乎一模一樣的話。「談感情是身為人的一部分，甚至也許是你能做的，最人性的一件事。那表示你是個有愛的人。對任何人這都是件好事。」他停了一下。「但是你必須決定你現在要怎麼做。你可以自由地離開耶穌會，繼續追求這段感情，或者自由地尊重你的承諾，結束那段關係。」

在經過祈禱、靈修指導和跟朋友的談話後，我明白雖然自己一度墜入情網，但仍強烈地渴望持守原先的誓願。離開修會有時聽來很吸引人，但當我回首過去的年歲，我知道我很高興自己仍是一個耶穌會士。同時，我知道守貞潔的生活使我的人生如許豐盛——我有的不只是一段一對一的關係，而是許多關係。

如同依納爵躺在病床上，「分辨」他對生命中兩條道路的感覺一樣，當我想到離開耶穌會，就覺得沮喪、挫折、不安。

當我想到留下來時，就覺得平安、充滿希望、精神振奮。「嘿，那樣聽起來很清楚了呢！」有個密友當時這麼說，「你不是很信依納爵那一整套東西嗎？」

愛上人的經驗，使我對心與理智方面的智慧有所增長。這也使我對人的處境，多了一些體悟，在我輔導旁人時有所幫助。這麼說吧，這幫助我變得更像個人。

並且，這經驗還幫助我看清，生命中常有不同的渴望相互競爭。依納爵靈修要求我們去分辨哪一個是較大的渴望，或者哪一個是「主宰性的渴望」。這些相互競爭的渴望並不否定你過去做的決定，只會讓它更真實。哪對夫妻偶爾不這麼想呢？哪個人沒有後悔錯過生命裡某次轉折的機會？關鍵在於認清哪一個是自己主宰性的渴望，同時也尊重你原先做的承諾。

貞潔並不容易。你愈是有愛，就愈容易愛上人，也愈容易讓人愛上你。

修道人的貞潔生活同時也是寂寞的。不論你有多少朋友，不論你與家人怎麼親近，你的修會團體多麼友愛，你的牧靈工作有多成功，到了晚上，你還是要面對一張冷清的床。你沒有一個人可以分享高興的事，沒有一個肩膀可以靠著哭泣，辛苦的一天過後，也沒有那麼一個人總是等著擁抱你。單身的、離了婚的、喪偶的男女，也都知道這種感受。

耶穌會會士謝頓（Charles M. Shelton, S.J.），丹佛市瑞吉大學（Regis University）的心理學教授，在最近一次談話中這麼形容：「每次我和年輕的會士談貞潔的時候，我都會開門見山地說，貞潔意謂著你永遠無法成為任何人生命中最重要的那一位。他們先是面帶疑惑，接著有幾個人會提出問題。片刻之

後，我再問他們，是否能接受他們永遠無法成為任何人生命中最重要的一位。最後我說，即使你現在覺得沒問題，每個耶穌會士都會在某時某刻，尖銳地感受到這一點。這是個討論貞潔願的現實面，很有用的出發點。」

講到最後，謝頓說，貞潔聖願不在於你做了什麼，而在於更深刻的東西。「我初學時，如果有人問我，為什麼不做愛，我會說，『因為這違反我的誓願。』現在我會說，『因為那不是我。』」已婚的人，也可以說出類似的話。電影《發暈》（*Moonstruck*）裡，有個友善的男士向一位同年的已婚女性求歡，這位女士就用這句話拒絕了他：「我知道我是什麼人。」這是人格完整與承諾的問題。

最後，謝頓說，貞潔還是有些「與眾不同」的地方。比方說，謝頓在大學裡面是兩個球隊——足球跟棒球——的隨隊司鐸。這表示他得花時間跟學生相處、關心他們是怎樣的人，他們在做什麼、陪他們參加比賽、認識他們的家人。若是他有一個家庭，這些事會剝奪了他理應花在家人身上的時間。

他說：「但，還不止如此，我慢慢了解，我並不想用擁有妻子兒女，來交換那些時光，來交換那些在學生畢業之後，依然綿長的情誼，或者是我陪伴學生度過困難的那些日子。貞潔使我有機會擁有我踏入婚姻後所不可能擁有的，而那些東西具有和婚姻同樣深刻的意義。這就是貞潔為我而言『與眾不同』的地方。」他和結婚的夫婦形容他們的愛一樣地來形容守貞潔：它是一份特別的禮物。

怎麼樣貞潔地活出愛？

說到這，你可能還是要問：那又怎樣？如果貞潔對耶穌會士很有意義，那又怎樣？或者更坦白地說，性就是我生活中很享受的一部分，所以貞潔跟我有什麼關係嗎？這個嘛，即使你不是天主教的神父或修會會士，會士貞潔背後的深刻意義仍然對你有所幫助——提醒你，除了性愛，還有各種給予和接受愛的方式。我的朋友曼迪、鮑伯和提姆都過著貞潔的生活，他們以行動，在我生命中不同的時刻，向我表達了愛。這些表達和性愛的表達同樣有價值、有意義、同樣地重要。

會士的貞潔，意謂著以非羅曼蒂克的關係，來愛其他人。你想想，這其實包含了你生命中大多數的人。若你是單身、離婚或寡居的人，這關係等於包含了所有的人。如果對一段關係你已心有所屬（已婚、訂婚等等），那就是除了個人以外，與其他人的關係都是非羅曼蒂克的。所以，貞潔之愛的智慧，比你乍聽之下所以為的更加切身。

那麼你要怎樣在自己的生命中，貞潔地活出愛呢？

讓我介紹幾種簡單的方式，這些方式是以依納爵的名言「愛更應表現於行動」為其基礎。

第一，富於同情地聆聽。我說過，我的朋友鮑伯（「嗓音柔和的神聖之鷹」）是個很好的聆聽者。幾年前，他陪伴我度過了個人的一個難關，就是以聆聽我開始。但真正的聆聽是一門藝術。在鮑伯開口說第一個字之前，他先全神貫注地聽我說完整個故事，大概花了快一小時。若是沒有真正的、富於同

情、專注的聆聽，接下來的步驟——建議、指導、安慰——都沒有用，因為你沒有花時間來了解對方。

富於同情的聆聽，讓人感到受尊重和被愛。我們對自己的困難常會羞於啟齒，特別是當我們覺得自己得負一部分責任的時候。能夠有人傾聽自己最難為情的錯誤，會讓我們在困苦中感到被愛，任誰都歡迎這樣一份禮物。

在快樂的時候，傾聽也很重要。讓你所愛的人，向你分享好消息——就算她分享的那一部分生活是你所不熟悉的，這會使她更加快樂。

第二，陪伴對方。初學時我們以一個耶穌會修士的身分，在醫院服務，曾學過「臨在的牧靈服事」（就只是陪著另一個人），是牧靈關懷中重要的一環。雖然為一個生病的人，你能做的時常很有限，但你可以陪在他／她的身邊。

這種情況，也常發生在你所愛的人經歷困難的時候，因為我們無法幫他們解決什麼，我們能做的、最能表達愛的事，就只是陪著他們。伍迪·艾倫（Woody Allen）說過，「生命中百分之九十都只在於『我在』。」貞潔之愛在某方面也類似這樣。我在芝加哥長期休養，提姆天天來探望我的那段時間，他安靜的臨在除了伴我走過康復之路，同時還表達了另一件事：他的臨在比任何電話或卡片，更令我覺得窩心。

第三，採取一些實際的行動。另一方面，有時你還是得做些什麼，而不只是聆聽和陪著對方。曼迪來坦尚尼亞的時候，她協助成立了一所學校，教育那些住在偏遠地區的少女。當她來奈洛比拜訪我們的團體時，為我們煮了一桌她拿手的義大利好菜。她的行動很實際，這是她幫助他人的具體方式，因而表

達了她的愛。這是「愛情應表現於行動，甚於言語」的又一明證。

這裡有個好問題：有哪些貞潔之愛的行動，能成為我生命中的一部分呢？何不這樣：幫你年邁的母親清理房子。載朋友去看病。幫生活壓力大的年輕夫婦帶帶小孩。約朋友吃飯，不必等到她生日或某個特殊節日。寫信給一個你覺得他有點寂寞的人。朋友生日時留言祝他生日快樂，並告訴他你為什麼看重這份友誼。這些都是愛的方式。

第四，自由地去愛。愛最難的一個地方，就是讓別人以他們能做到的方式來愛你，而不是照你想要被愛的方式。你是不是曾發現，自己希望親愛的人應該要這樣或那樣做？你會說，如果她真的愛我，她就會這麼做。我們常期望所愛的人完全關注我們的需求。但你所愛的人可能無法全照你要的去做。在某些婚姻中，伴侶可能必須要求彼此，更密切地留意對方的需要。儘管如此，做這樣的要求（無論你是強烈表達或只是默默相信）基本上是奪走了對方的自由。這會讓愛的關係變得廉價甚至受到摧毀。

比方說，我有好幾位密友並不擅於「保持聯絡」。他們一直都是這樣——不論是跟我，還是跟其他所愛的人。接納他們的樣子，不但表示出你信任他們的愛，也是對他們選擇怎麼愛人表示尊重。

讓對方自由地做自己，就是一種愛的方式。它表達的是：「我愛你本來的樣子，而不是我想要你成為的樣子。」這也是尊重天主創造的人。

第五，學習寬恕。即使是那些最愛我們的人，也會有傷害

我們的時候。也許是他們說了太過火的話，或是不經意地刺傷了我們，甚至可能是背叛我們。你能原諒他們嗎？我遇過最不快樂的人，其中就有一些拒絕原諒伴侶或家人，身陷苦楚與反控對方的天地中。

寬恕能使對方從罪惡感的束縛中釋放，也幫你從自己的憤怒中釋放。這並不簡單，但它會成為治癒原諒者與被原諒者的愛的行動。或許這也是為什麼，納匝肋的耶穌在祂愛的事奉生涯中，一再強調這點的原因。

第六，祈禱。祈求天主幫助你所愛的人。祈求天主親近他們。最重要的是，祈求天主幫你看見他人在天主眼中的樣子。

說這些小事是愛的行動，可能聽來有點奇怪。但是它們都是貞潔地表達愛的方式。再說，就如同所有真正愛的行動一樣，這些行動做來也不容易。「比起愛的夢想，愛的行動實在艱辛可畏。」杜斯妥也夫斯基（Fyodor Dostoevsky）如是說。

當愛人如此困難時，要記得天主希望我們去愛，並且我們去愛人時，祂永遠在我們身旁。

這些貞潔之愛的方式，可以幫助那些沒有投身感情關係、或害怕無法活出愛的人，體會到他們也能過著愛與親密的生活。那些行動雖然不包含性生活，仍是一個人能給出的、最有力的愛的記號。

同時，為那些困於情感關係中只剩下性的人，貞潔生活的智慧提醒我們，愛遠比只有性交更寬廣，並且美好。

最後，這些見解也可以幫助那些健康、美滿性生活的夫妻，提醒他們愛有許多面貌。貞潔生活的智慧能豐富我們所有人的生命，不論我們是否發願過那樣的生活。

你可能會注意到，這邊提到愛的許多情況也適用於友誼。這又是貞潔生活對每個人都能有所啟發的另一面。因為能健康地活出修會貞潔生活的人，同時也深深地珍惜著他／她的朋友。

友誼為耶穌會士的身心健康十分重要。為單身者也是如此。為已婚者也是如此。為所有人皆然。所以，我們該來談談靈修生活中較少被提及的一環：友誼。

1. 參見《耶穌會會憲》，第 547 條 1 項。

3.行動勝於言語

友誼與愛

有些人始終認為修會會士都不用在乎真實生活中的人際關係。他們是這麼想的：既然我們整天都在祈禱，根本不需要跟實際中的人打交道，也不用理會人際方面的煩惱。他們把我們，想成類似隱士那樣，跟「朋友」這種世俗的東西毫不相干。

可是實際上，耶穌會士對發展友誼有著諸多經驗。首先，作為守貞潔的人，我們選擇不像已婚男女一樣，擁有性的親密關係。所以除了依靠與天主、與家人和與修會團體間的友誼之外，就只能依靠親近朋友的愛，其中有男性，也有女性。

第二，耶穌會士機動性高，常從一個工作調往另一個工作，一個地方調往另一個地方。在我過去二十年耶穌會士生涯中，我住過波士頓、牙買加、紐約，再回波士頓、芝加哥、奈洛比，再回紐約，再回波士頓，然後又回到紐約。每次搬遷，都要再找新朋友或重新聯絡朋友。儘管一般人對獨身的刻板印象並非如此，耶穌會士在結交與保持親密友誼這方面，必須不斷成長。還有，我們非常珍惜這些友誼。

單身、離婚、寡居的人都了解這一點。我有一個單身朋友，公司想叫她調往很遠的地方。她的上司說：「妳未婚又沒有小孩，搬家要容易得多。」可是正因為她沒有先生小孩可以

跟著她走，作她的情感支持，她不想離開，因為這樣她就得離開她唯一的依靠——她的朋友們。朋友是她獲得愛與情感最主要的來源。

還有另一個常見的印象，就是說耶穌會士不懂人際關係，因為他們都太「聖」了。我的妹婿曾經跟我說：「住在大家都不吵架的地方應該很不錯吧！」

「你的意思是？」我問。

他說：「這個嘛，耶穌會士不是有規定，一定要好好對待別人嗎？」

這一語道出一般人對修會的看法：他們全都是和睦相處的一羣聖人。對此我只能乾笑：「哈！」

所以我們對友誼具有足夠能力維持的第三個理由，就是我們生活在修會裡，跟真正的人、就是有著激烈意見和興趣南轅北轍的人住在一起。隨著時間過去，你會習慣跟各種不同性格的人來往。在我妹婿認識到耶穌會士真實的生活之前，他一直都以為我們有超凡的好脾氣。

他們是天使嗎？

這讓我想起一個故事，也許杜撰的成分居多，是關於 1860 年代的美國耶穌會士。當時他們正要在馬里蘭（Maryland）鄉間名叫伍斯達克（Woodstock）的小鎮上，為年輕的會士建立一所神學院。那時候有為數眾多的人加入教區修院和修會，所以神學院得建得夠大才行。

耶穌會省會長和建築師詳加討論，規畫出校區平面圖，預

定建數百個房間，提供給耶穌會神父、修士與尚在培育中的讀書修士（scholastics）；還有教室、一間超大的餐廳、裝飾精美的聖堂。一切細節都準備就緒。反覆斟酌藍圖之後，省會長把平面圖寄給耶穌會在羅馬的總會院。

幾個月後，圖樣被退了回來，只在藍圖下方，潦草地寫了一句拉丁文：「Suntne angeli？」

意思是：「他們是天使嗎？」

原來，建築師漏了浴室！

我們當然不是天使。除了需要浴室之外，我們還會發脾氣、小心眼、對人不耐煩（岔題一下，後來建築師火速補上兩棟高樓作為浴室。幾年過去，有次來拜訪的修女寫了首詩，歌詠耶穌會士們在「白色高樓」裡進行他們的思考。這話恐怕不假）。

耶穌會的團體是個美好的祝福。過去廿一年中與我同住的，都是喜樂、熱愛祈禱而勤奮的人們——但每一個又都那麼不同。有句話說得好：「要是你認識一個耶穌會士，就只是認識了一個！」像是有位專攻老人研究的弟兄喜歡飛蠅釣（fly-fishing）。有一位愛養寵物貂的監獄神師。又有另一個弟兄是前政治顧問，也在酒吧駐唱。所有的弟兄都以他們的人生智慧豐富了我的生命，以他們的信德激勵我，勇於去做個更好的人。做了耶穌會士廿一年，我無法想像自己的生命沒有這些耶穌會朋友。每當我想起耶穌許諾門徒，那跟隨祂的人將得到「百倍」於他所放棄的，我就想到這些耶穌會的朋友。

但是團體生活也是一項挑戰。有弟兄覺得我們生活得不夠簡樸，但有弟兄又覺得我們過得太簡陋。有人覺得在洗衣機裡

看到上一位的濕衣服還留在那裡時，應該幫忙放到烘乾機去，他認為這是基本禮貌。可是有人卻因此大發脾氣：「我的棉襯衫被你給搞皺了！」

更嚴重的是，就像任何有人的地方一樣，在團體中恨意會滋生，也會彼此猜忌，關係冷淡。有個弟兄就開過玩笑，說弟兄們以前常說起「冷宮」，就是假想省會裡最冷漠的那些耶穌會士們住在一起的地方。「可是我們一直爭辯，」他說，「誰會是院長？誰最冷漠？」

十七世紀有個廿二歲就過世，還沒來得及完成培育的耶穌會士聖若翰·伯滿（St. John Berchmans）。他曾說過：「*Vita communis est mea maxima penitentia.*」有些耶穌會士把這句話譯為：「日常生活就是我最大的補贖。」這指的是所有人要度過日常生活就夠艱難的了。但是多數的耶穌會士覺得，比較貼切的翻譯應該是這樣：「團體生活就是我最大的補贖。」（不過換個角度，杜勒斯樞機〔Avery Cardinal Dulles〕也說過，「我也好奇，團體又是怎麼看伯滿的！」）

跟所有的團體——家庭、企業、堂區——一樣，耶穌會團體中有歡樂也有辛酸。要能跟他人和睦相處，保持健康的人際關係，得花許多的愛、耐心與智慧。

但是，這是每一個人都會面對的挑戰——不是耶穌會士獨有的。我們所有人都受召彼此憐憫，以愛、耐心和智慧活出健康的人際關係。我們都不是天使。

基於我們對愛和友誼的共同渴望，以及我們共同的人性軟弱，依納爵和耶穌會傳統對愛、友誼和人際關係又有哪些教導呢？

預設

《神操》一開始就提出一項良好的建議。依納爵稱這一部分為「預設」（編註：或譯為「預先聲明」），他說我們「對別人的言語，常該爽快地加以善意的解釋，不可輕易批評¹。」

總是先假定對方是善意的。依納爵還說，如果我們不確定對方是什麼意思，你應該「詢問那說話的人是什麼用意」。依納爵把這至關緊要提醒放在神操的一開始，好確保靈修導師和避靜者之間不會彼此誤解。這兩者可以預設彼此都在盡力而為。

這智慧不僅可運用在靈修指導上；不論是家庭、工作場所或朋友之間，為健全的人際關係，這都是關鍵性的智慧。雖然說大多數人原則上也同意，但我們往往做出相反的舉動。我們期待他人按照我們的動機來判斷我們，但我們卻照別人的行動來判斷他們。

該注意不要隨便指責別人的不是。要考慮你近人的動機，即便他的行動從表面看來很糟糕，但往往有許多時候是正直清白的。

——依納爵·羅耀拉

換句話說，我們常對自己說，我用心良苦，對方怎麼都沒看到？可是當說起別人的時候，我們卻常常認為對方不懷好意。我們會說：「看他們做了什麼！」

「預設」的內容提醒我們，想想對方的動機，這會幫助我們將人際關係建立在開放的基礎上。假定對方是在盡力而為——雖然有時這也不容易——而不是要扯你後腿，那麼你就會以開放的心胸，來面對每一次的互動。

「預設」也幫我們從怨恨與憤慨中脫身。讓你盡量不至於在不愉快的關係裡打混仗。你毋須武裝自己，像是要和敵人作戰一樣，相反地，你可以放輕鬆些。

有時候，對方是真的有意扯後腿——比方說，在一間意見分歧的辦公室，沒有什麼人是天使。就算這樣，也不一定要把人與人的互動變成戰爭。與其全神戒備隨時應戰，不如卸下盔甲。這會讓其他人覺得跟你好相處一些——因為很可能你也身陷這人事問題當中。「預設」的提醒使你從憤怒中轉移，給別人情緒上的彈性空間，能夠在較平和的狀況下面對你。這甚至可能成為他／她改變的契機。

我的母親有次跟我說，在她家附近的超市有一位收銀員，長得「一臉凶狠壞心」的樣子。其他收銀員都不喜歡她。但我母親牢記她自己母親的教導，可以說是「預設」的另一版本：「對人要和善，因為你永遠不知道他們的家庭裡有哪些不幸。」所以我母親決定要對這位收銀員格外和顏悅色，盡量跟她攀談幾句。過了一陣子，這位女士的態度也軟化了。母親說：「我發現，她照料著生病的母親，自己又因為車禍，脖子也有毛病。」你永遠不知道，人們背後可能有哪些辛酸。

「預設」也幫助你能接納改變、成長、寬恕。初期的耶穌會士之一法伯爾，與那時新立的基督教派有許多來往。在那個時代，天主教徒與基督教徒彼此水火不容。對許多基督教徒而

言，天主教徒就是「教皇派」，羅馬就是「巴比倫」，教宗本人則是「敵基督」。對天主教徒來說，基督教徒就等於異教徒。

法伯爾堅決不讓這些想法關閉他的心門，這在當時是非常與眾不同的。他對一位尋求建議的耶穌會士寫道：「要記住，如果我們真想幫助他們，就必須以愛謹慎地考慮他們的情況，在真理、行動上來愛他們，從我們的靈魂中屏棄那些會削弱我們的愛或對他們尊敬的一切。」在那個充滿惡感的時代，這個說法的確令人驚奇。

在這個問題上，我最喜歡法伯爾所說的一句更簡單的話：「要留意，留意別讓你的心把任何人拒於門外。」

儘管開放的態度不能治癒所有的關係，但它能給改變帶來契機，而且絕對不會讓事情變得更糟。「預設」能使健康的關係更健康，使不健康的關係沒那麼不健康。

依納爵和他的朋友們

在交友方面極富天分的依納爵，有一大羣保持親密關係的朋友（這也是為什麼他對寫信充滿熱情）。的確，依納爵對初期耶穌會士最早使用的稱呼，不是「信仰的護衛者」，或「基督的士兵」這一類的名堂，而是更簡單的。把這一小批人稱為「主內的朋友」。

友誼是他生活中的要素。在他最親密的朋友當中，有兩位是他大學的室友。伯鐸·法伯爾來自法國的薩沃依（Savoy）地區，方濟各·沙勿略則是西班牙人，他就是後來為人所知的

聖方濟·薩威。

1529年，三人在巴黎大學的聖巴比學院（Collège Sainte-Barbe）相遇，這是當時歐洲最頂尖的大學。與依納爵相遇時，法伯爾和薩威兩人因為同寢室的關係，已經是好友。之前幾年，這兩人都在攻讀碩士學位，並且成績優異。他們在遇到依納爵之前都聽說過他：這位前軍人在校園中風評並不佳，以嚴厲的靈修操練和乞討施捨的習慣聞名。依納爵卅八歲，比當時廿三歲的法伯爾和薩威年長許多。而他上大學的過程也曲折得多。在從軍、養病和皈依之後，他又花了數個月祈禱分辨未來該做些什麼。

最後，他決定他需要接受教育。所以依納爵回到學校，跟年輕男孩一同上最基礎的文法課，然後又到阿卡拉（Alcalá）和撒拉曼卡（Salamanca）的大學念書。他求學的過程，使他那才領會不久的謙遜，為我們留下甚為鮮明的圖象：這位曾不可一世的軍人，縮在那張太過窄小的桌子後，跟其他少年們一起坐在教室裡，補回他失去的光陰。

數年後，他進入巴黎大學，在那裡和法伯爾與薩威相遇。按法伯爾的說法，當時他們三位共用「同一個房間、同一張桌子、同一筆錢」。

依納爵所過的簡樸生活，使他的新朋友們印象深刻。他在靈修上的敏銳亦然。對法伯爾這位終身飽受「道德潔癖」（就是說，常流於過度自我批判）困擾的人而言，依納爵實在是天賜良友。「他讓我了解自己的良心」，法伯爾寫道。最終依納爵帶領法伯爾做了神操，徹底改變了法伯爾的人生觀。

儘管成長背景截然不同，他們仍培養出一份友誼。這正是

依納爵和他的朋友們，在人際關係上特別鮮明的一個啟示：朋友不必來自同樣出身。與你共通性最少的朋友，可能對你個人的成長反而最有幫助。依納爵和法伯爾相遇之前，兩人過著極端不同的生活。法伯爾十九歲來到巴黎，在此之前，寫作傳記的人說他「出身寒微」，少年時代在田間放牧度過。在對聖母、聖人、聖髑、遊行儀式還有單純的虔誠中長大的法伯爾，一直忠於兒時這份簡單的信仰。而依納爵卻曾在宮廷中任職多年，其中還有段時間當了軍人，歷經戲劇性的悔改，投入極端的苦行，浪跡羅馬與聖地以便追隨天主的旨意。

這兩個朋友，一個未曾見過世面，另一個見多識廣。一個始終以信仰為精神寄托，另一個追隨天主的路迂迴曲折。

最後，依納爵透過神操所提供的自由，來幫助法伯爾做出重大的抉擇。法伯爾當時猶豫不定，某方面聽起來格外相似現代人，就像今天任何一個大學生會有的那種猶疑。他在自己的日記中說起這事：

在此之前——我是說，在天主透過依尼高²幫助我對人生的前途做出決定以前——我一直對自己感到不確定，老是在不同的念頭間打轉，有時想要結婚成家，有時想做個醫生，有時想做律師，有時又想做講師，或是做個神學教授，又或是毋須取得學位的神職人員——有時又還想當修士。

慢慢地，法伯爾決定加入依納爵所踏上的新旅途，在當時還不知道會走向何方。法伯爾有時被稱作「第二位耶穌會士」，

對於這個冒險之途從一開始就滿腔熱血。他寫道：「到最後，我們有著共同的渴望與意志，有著共同堅定的決心，活出我們現在所過的生命。」朋友，改變了他的生命。之後，依納爵還曾說，法伯爾是所有的耶穌會士中最會帶領神操的。

依納爵也改變了他另一位室友的生命。方濟·薩威，1506年於薩威堡出生，是位傑出的學生和運動員，十九歲開始在巴黎念書。為他寫傳的作者都說他是個幹勁十足的年輕人——充滿了無限的企圖心。有位傳記作者這麼說：「薩威先生完全不像法伯爾那樣作風平凡謙卑。」

比起法伯爾，薩威對於改變要抗拒得多。只有當法伯爾離開宿舍回家訪親，依納爵得以和這位驕傲的西班牙之子獨處時，他才能逐漸瓦解薩威固執的對抗。據說是依納爵引用了新約一句話：「人縱然賺得了全世界，卻喪失了自己，或賠上自己，為他有什麼益處呢？」（譯註：路九 25）歐馬利在《初期耶穌會士》寫道，從此，薩威的皈依「同法伯爾一樣堅定，但較他更為劇烈，因為當時他的人生本來還有許多世俗的野心夢想。」

在閱讀這三位——會祖依納爵、傳教士薩威、靈修輔導法伯爾——的書信與日記時，誰都不可能忽略他們各自擁有不同的脾氣和天賦。

在後期，依納爵基本上成了主管，領導耶穌會的初創時代，將許多時間投注於寫作耶穌會《會憲》。薩威成了在世間奔波的傳教士，寄回一封封使耶穌會兄弟們為之毛骨聳然的驚奇冒險故事（其實對整個歐洲都是，因為他的信對當時的天主教徒，就好比今天的冒險動作片）。另一方面，法伯爾的餘生

則成了一位靈修導師，在宗教改革的氛圍下傳播天主教信仰。他的工作較具外交性質，在當時各類宗教戰爭之下，進行有技巧的協商。

1545 在愛和心神上相通

1545年，方濟·薩威從印度寫信給在羅馬的耶穌會同伴，表達他對遠方朋友們的愛：

我們的主天主知道，比起寫下這些不知收不收得到的信，若能與你們見面，帶給我靈魂的安慰要大得多，因為這些島嶼和羅馬之間相隔實在太遠；天主雖使我們來到遠方，我們的愛與心神仍是相通的，因此沒有理由……對主內相愛的彼此，減少愛和關心。

他們的書信往返，顯露出三人的個性有多麼不同。他們也讓人容易看到彼此之間的愛情有多深。「我絕不會忘了你。」依納爵在一封給薩威的信中如此寫道。在旅途中，要是薩威接到了來自同伴的信，他會小心地把簽名的部分割下來，帶在身上，按薩威傳記作者舒哈默（Georg Schurhammer, S.J.）的說法，「視若珍寶」。

依納爵、薩威與法伯爾的不同成就，始於1534年他們在天主和彼此面前的承諾。在巴黎致命山附近的一間小聖堂裡，這三個人，與另外四位從大學新加入的朋友——萊內斯（Diego

Láinez）、薩爾梅隆（Alfonso Salmerón）、羅德里格斯（Simon Rodrigues）和鮑巴第拉（Nicolás Bobadilla），一同發了神貧和貞潔願，一起將自己獻於天主。（再加上 1535 年之後加入的另外三位：克羅德·傑（Claude Jay）、高督爾（Jean Codure）和布羅特（Paschase Broët），「第一批耶穌會士」就全員到齊了。）

即使在當時，友誼已是他們心中最重要的。萊內斯說過，雖然他們不住在一起，但會盡可能聚在一起用餐，時常一起談心，強化了某位耶穌會作家稱之為「人性的合一」。在《耶穌會靈修研究》系列中，有一篇絕妙之作，標題是〈耶穌會士生命中的友誼〉（Friendship in Jesuit Life）。心理學教授謝頓如此寫道：「我們禁不住猜想，要是耶穌會早期的夥伴沒有這麼深厚的友誼，這個修會是否能撐得下去。」

初期耶穌會士的友誼模式，來自於依納爵的「為人處世之道」。既然找不到更合適的語言來描述，他們就試著不要「占有」彼此。這也可以說是一種貧窮。他們的友誼不是以自我為中心（self-centered），而是指向他人（other-directed），永遠尋求對方的好處。在這點上，最清楚的記號就是依納爵願意讓薩威離開他，成為教會最偉大的傳教士之一。

事情差點就不是這樣。依納爵原本想要派去印度傳教的人病了。「這兒有個任務給你，」依納爵說。「好，」薩威答道，「我隨時可以出發。」依納爵知道，如果他派薩威出去，他可能再也見不到這最好的朋友。

薩威也心知肚明。薩威從葡萄牙里斯本出發時寄出的一封信中，寫下這些令人動容的話：「最後我們求我們的主天主，

賜予我們來世相聚的恩寵；因為我不知道，此生我們是否能再見彼此一面……誰要是先走了，卻沒看見他在主內所愛的兄弟，一定要懇求我們的主基督使我們在那裡相聚。」

薩威在旅途中寫給依納爵的信都很長，不僅報告了他所探索的新國家、遇見的新民族，也表達出他那持續不斷的情感。兩人就像好朋友一樣想念著對方。兩人都明白，在他們彼此再見面之前，其中一位很可能已離開人世。

薩威寫下這些話：「（你）寫信告訴我你有多渴望在你離開人世前，必要再見我一面，天主知道，這些富於感情的話語，是如何深印在我的靈魂，而每當我想起這些話，又落了多少的淚。」據說，薩威跪著讀依納爵寫來的信。

薩威的預感很準。從里斯本到印度到日本，數年的舟車勞頓，薩威踏上開往中國的一艘船，這也是他最後的一站。1552年9月，和依納爵告別的十二年後，他抵達上川島，緊鄰中國的海岸。患病發燒的他，困在島上的一間茅屋，只差一步就能接近他最終的目的地。他在12月3日過世，遺體先葬在上川島，而後，被帶回印度果亞。

✠ 親愛的兄弟們

因為我永不會忘了你們，永遠特別地記得你們，我想要讓你們知道，親愛的兄弟們，我從你們親手寫給我的信上，

把你們的名字剪下，和我所發的誓願，都一起隨時帶在身上，這就是我的安慰……我首先要感謝我們的主

天主，其次要感謝你們，最親愛的修士與神父們，因為天主造了你們，使我能隨身攜帶你們的名字，而獲得如此大的安慰。既然我們很快就要在比今生享有更多平安的來生碰面，我就寫到這裡吧。

——聖方濟·薩威，1546年於麻六甲羣島寫給羅馬耶穌會同伴的信

幾個月後，居住在羅馬耶穌會總會院的依納爵寫信要薩威回家。那時他還不知道，自己最好的朋友已經過世了。

友誼與自由

我們從早期耶穌會士的友誼——特別是在依納爵、薩威與法伯爾之間——得到一個重要的體會，就是自由與愛之間錯綜複雜的關聯。

友誼在任何生命中都是個祝福。對有信仰的人，它同時也是天主傳達祂自己友誼的一個方式。但若想要友誼生氣蓬勃，無論是友誼或是朋友，都不能被當作所有物來看。給朋友最好的禮物之一，就是自由。

這是早期耶穌會士生活中，持續出現的主題。要是依納爵自私一些，就會把薩威留在羅馬，陪伴、支持他，而不會給這位朋友機會，隨從自己的心。謝頓在〈耶穌會士生命中的友誼〉一文中提到，友誼為早期耶穌會士是個「安全基地」，是個安全之處，讓他們樂於生活、完成自己的工作，而不是成天



擔心彼此關係如何。

這對你有何啟示呢？畢竟，你又不曾過著像依納爵、法伯爾或薩威那樣的生活。儘管如此，我們有時仍會發現自己想要占有、控制或操縱我們的朋友、伴侶或家人。

有多少次，你不禁想著，自己的朋友為何不能成為「更要好」的朋友？又有多少次，當個「更要好」的朋友指的是滿足「你的」需求？你是否常常自問為何朋友或家人不能多支持你一點？你是否常擔心，自己這個朋友做得好嗎？這些感覺是很自然的。我們大部分人也知道，當看見朋友遠離、改變、不能常見面時，我們有多心痛。

所以依納爵、薩威和法伯爾如何能保持親密友誼，同時又能給彼此自由？

我常得提醒自己，我的朋友不只是為了支持我、安慰我或滋養我而存在。幾年前，我最要好的一個朋友告訴我，他將被派去西非迦納的一個堂區工作。

麥特（Matt）對他在西非的工作早有準備。在他的陶成生涯中，曾兩次到迦納，在偏遠的村莊與貧窮的漁夫和他們的家庭同住，一邊在一個小堂區服務，一邊學習當地的語言。之後，在研究所念神學時，我們在同一個會院，他也選了一部分與西非的工作有關的課程。

麥特告訴我，他有多麼興奮，能以神父的身分回到迦納。我知道他有多麼認真準備這項工作，也知道他有多愛迦納，我理當為他高興才對。但我卻自私地感到遺憾，因為我知道有好幾年不會再見到他了。不論是誰，要說再見都很自然會傷感；只有機器人才不會覺得難過。

不過，希望麥特能留下來——滿足我的需要，要從這一點抽身的確困難。這有違依納爵和薩威所流露的那種自由——看重另一個人的好處。這點表現出來的是占有欲，有時會定型了我們的人際關係，如果不加警覺，甚至會傷害關係。我們需要的是依納爵式的自由與無過分的依戀。

耶穌會靈修作家威廉·貝瑞（William Barry），也是一位專業的心理學家。最近我向他請教這種在友誼中的占有欲傾向。他這麼說：「你需要親密的朋友，但不要因為渴望他們留在你身邊而纏住他們，這對任何人來說都一樣，不是只適用於耶穌會士。」他也拿早期耶穌會士來作範例。「方濟·薩威對他的夥伴們感情甚深，但這沒有阻止他自願前去傳教，從此不再見到他們。」

另一個十七世紀的故事，也描繪出這種自由。就是西班牙馬約卡島（Majorca）耶穌會大學的門房雅風·羅德里格（Alphonsus Rodriguez），與另一位耶穌會士伯鐸·克拉威（Peter Claver）之間的友誼。

雅風進入耶穌會的過程有些曲折。1533年出生的他，是塞高維亞家境富裕的布商次子。伯鐸·法伯爾初次來這城市傳道時，羅德里格一家熱心款待了這位耶穌會士，事實上，正是法伯爾為小雅風舉行了教會內重要的成長儀式——初領聖體。

十二歲時，雅風被送到耶穌會在阿卡拉的大學念書。但是父親的去世中止了他的學業；他被迫回到家中承繼家業。雅風二十七歲結婚，他和他太太瑪利亞共養育了三個子女。但他太太和子女不幸相繼過世。沉重的賦稅與開支使雅風瀕臨破產，許多傳記作者描繪此時的他感到一籌莫展。在絕望中他向耶穌

會士尋求指引。這位失意的鰥夫祈禱多年，想要得知天主對他的渴望。

慢慢地，雅風在內心感到成為耶穌會士的渴望。三十五歲時，他已經太老了，不可能完成升神父需要的漫長培育，因此被拒絕入會。但是當地的省會長很清楚他的聖德，因此在兩年後，允許雅風入初學作修士。據說省會長曾說，即使雅風沒辦法通過考核成為修士或神父，他可以入會來成為聖人。1571年，初學後六個月，他被派到馬約卡島的耶穌會學校作門房。

每當門鈴響起，我前面提過，雅風修士總是說：「主，我來了！」這是為提醒他，就像耶穌自己站在門外一樣，以那樣的敬意招待每位訪客。

1605年，伯鐸·克拉威，一個二十五歲的耶穌會神學生，和七十二歲、謙卑的雅風在大學相遇。兩人幾乎每天碰面，作靈修的交談。後來，雅風鼓勵伯鐸考慮投身海外傳教。這個可能性震撼了伯鐸，後來，他寫信向自己的省會長請願，就被派到卡塔赫納（Cartagena），即今天的哥倫比亞，在那裡服務被人口販子抓來賣到南美的西非奴隸。由於伯鐸不眠不休努力地供給、輔導、安慰這些處境悲慘的奴隸，人稱之為「奴隸的奴僕」（el esclavo de los esclavos）。

聖伯鐸·克拉威這位偉大的傳教士，後來因為他的英豪之舉被封聖。聖雅風·羅德里格被封聖，則是因為他獨特的英豪德行：終其一生的謙遜。

雅風和伯鐸每天相聚，建立起他們的友誼。但這並沒有阻擋雅風鼓勵伯鐸自願前往南美工作。雅風給伯鐸的禮物，不僅是一份友誼，更是自由，就如同依納爵、法伯爾與薩威之間贈

予對方的那樣。

健康友誼的阻礙

既然自由是人際關係的核心，莫怪乎耶穌會心理學家謝頓，在他對耶穌會友誼的研究中，把「占有」列作健康友誼的頭號阻礙。你的朋友可能沒辦法回報你同等的熱情，因為他的注意力也許在別處，像是吃緊的家計或工作。有的朋友可能會搬到別的城鎮，也可能因為結婚或生子，沒辦法多與你相處。這些情況都可能加重你的占有欲，更加渴望控制對方。

友誼有一部分是給對方成長與改變的自由。對友誼的渴望不該蓋過朋友本身。但就像貝瑞神父在某次談話中說過，渴望自由也可能趨向另一個極端。「危險在於，因為人們可能變動、離開，或甚至死去，你就不想要跟任何人交心。」

謝頓神父對友誼中隱藏的陷阱這份提醒，不僅對耶穌會士有益，對任何想建立健康友誼的人都適用。

「太過忙碌」則是另一個讓友誼崩潰的因素，因為人們太忙了，以至於無法和彼此保持來往，不再有所聯繫。幸運地，我有福結交許多朋友，既然我沒有婚姻的牽絆，就有更多時間和他們保持聯絡。對已婚夫婦來說，這樣的負擔有時可能過於沉重，要好的朋友也可能失去聯繫。

已婚者讀到這裡可能會想，那我該怎麼在婚姻的各種責任與維繫友誼之間保持平衡呢？重點是不要增加負擔，而要釋放它們。婚姻永遠不可能提供伴侶間所有的情感需求。婚姻本身的目的也不是為此。在過去，婚姻的內涵包括了扶持、供養整

個大家庭，以及周圍的社羣。已婚者也很需要朋友。在婚姻之外健康的友誼，也會幫助夫妻本身的關係。

THS 你一定要記住

耶穌會士對人際關係最好的忠告，有時相當直接了當。歐馬利還是耶穌會初學生時，一位年長的神父要他在團體生活上，牢記三件事：首先，你不是天主。其次，這裡也不是天堂。最後，別耍白目。我要是早點知道這些法則的話，那幾年我就不用白白自怨自艾了。

說到健康的工作態度，就一定得考慮工作過度的問題，關於這一點，我們會在下一章談到。現在我只想說，若是你的工作太耗時間精力，以至於無法維持友誼，縱使你能靠工作賺更多錢，你的生命也只會變得貧乏不已。

另一方面，如同謝頓所說，過度沉溺於自身情緒時，也會有危險。在這裡就是太過專注在友誼上，斤斤計較所有的感受，企圖解讀每句話、每件小事。依賴會讓友誼窒息，使最慷慨的朋友也要退避三尺。健康的關係該像火焰一般，發散光芒，使兩人都感到溫暖；如果不加留意，可能會熄滅，但若太過在意，則令人窒息。

「競爭」則是另一項危險。當前文化以人們做的工作和他賺了多少來決定他的價值，因此處處和人比較的心態特別難避免。謝頓要我們反省，朋友的成功是否為我們的自尊心帶來威脅感。如果答案是肯定的，也許我們該更認真地思索自己生命

中有哪些祝福。

我還要加上，「嫉妒」也同樣致命。若能對自己生命中的祝福抱持感恩（意識省察會有所幫助），了解他人的生命裡有恩賜也有掙扎，就能遠離那種心態。如果不信，可以跟你的朋友聊聊他們碰到的困難。

謝頓接下來談「吐苦水」的關係，就是說朋友聚在一起只是為了大發牢騷。在這樣的情況下，整個世界彷彿罩上一層黑布。抱怨像病毒一樣散布在所有的對話裡，直到一切看來都是徒勞，兩個人都陷入絕望和失意。謝頓也對「受損的關係」提出警告，這種關係使人陷入不健康或具毀滅性的行動，像是酗酒或藥物濫用。

在這兩種情況中，你都該問自己，這是否是個健康的友誼。如果不是，能不能和對方談一談？或者為了自己的健康著想，你是不是該從這樣的友誼中抽身？我的一位靈修輔導就很直接地問過：「如果我作你的朋友，對你的聖召有好處嗎？」

儘管如此，「愛」最基本的一部分，就是維繫那些「不好相處」的友誼。依納爵的一個同伴，羅德里格斯的故事，就是最好的例子。

特別的愛

初期耶穌會夥伴中，有一位特別難相處。葡萄牙學生羅德里格斯，是 1534 年與依納爵一同在巴黎發貞潔與神貧願的六個同伴之一。耶穌會建立之後，依納爵要羅德里格斯擔任監督所有葡萄牙耶穌會士的重要職位。

但是，如同班格（William Bangert）在《耶穌會史》（*A History of the Society of Jesus*）所說，很快羅德里格斯就「顯得不穩定與不服從，讓依納爵幾乎要把他開除」。此人慣於抱怨，對他轄下的會士過於放縱；因此，葡萄牙的耶穌會愈來愈混亂。

之後，羅德里格斯成了葡萄牙國王約翰三世的告解神師，長駐宮廷——仍然兼任省會長之職。與他同時代的人寫道，據說羅德里格斯行事使人側目，因為他不能沒有「豪宅與排場」。

依納爵怎麼回應這位難以相處的朋友呢？

依納爵沒有氣憤地責罵他，而是寫了好幾封信給這位老朋友，並且希望羅德里格斯更常寫信給他，好讓依納爵能幫他解決問題。不過，依納爵也沒忽略自己身為總會長的職責，面對日益嚴重的危機，他於1551年12月解除了羅德里格斯的職位，派他到西班牙。不幸地，羅德里格斯的行為依舊令人難堪，依納爵不得不調他回羅馬。

就連依納爵這麼穩重的人，對此也必然感到痛苦：他最信賴的密友之一有負所託。依納爵也許對這朋友感到失望；也許對他曾給予羅德里格斯的信任感到難堪；也許對他的冥頑不靈感到憤怒。

但是依納爵仍然尊重他的朋友，謹守「預設」的原則，先假定對方的善意。在解除羅德里格斯葡萄牙職務的信中，依納爵沒有提到羅德里格斯的問題與缺點——雖然兩人都明瞭於心——而是提出羅德里格斯擔任省會長所背負的重擔，「也許不宜再讓你背負這麼辛苦的责任」了。請羅德里格斯回到羅馬之後，依納爵關懷地寫下，他希望維持這位朋友的名聲，供給

他未來所需。這封慷慨的信中沒有絲毫怪罪之意。

依納爵甚至還說，他很珍惜與羅德里格斯的友誼。他說，如果他對其他耶穌會士有著友愛之心，那麼，他對最初的夥伴們更是情感滿溢，「尤其是對你，你知道，我在主內一直對你有著一份特別的愛。」這封了不起的信，表達出依納爵有多麼了解友誼與愛的價值和挑戰。

我們都有陷入麻煩當中的朋友和家人，有的做出自我毀滅之舉，令我們失望，有的雖然擁有愛他們的人盡力協助，仍無力或不願改變。這些時刻可能延續幾個禮拜、幾年、或一生。在這些情況中，我們受召來作特別的朋友，不只是一要鼓勵他們過健康的生活，更要對他們表示「特別的愛」，如同依納爵對羅德里格斯那樣。

如果你覺得你身邊的關係，已經糾結到根本不可能做到這些，別忘了，依納爵要面對的可是極端複雜的狀況——要在下面這些事中達成平衡：對西班牙與葡萄牙耶穌會的責任、對這些耶穌會士在學校與堂區共事人們的責任、必須跟葡萄牙國王保持良好關係、希望保住耶穌會的名譽、還有期待自己仍能仁慈對待他的這位老朋友。

依納爵之所以能在各方壓力下穿梭，靠的是「為人處世之道」。第一，依納爵畢竟是寫出「預設」的人，他願意設想羅德里格斯心存善意。其次，他坦率面對，但不嘲諷。第三，他對什麼可行、什麼不可行，有著實際的期待，願意做出可能是痛苦，甚至讓人誤解的選擇和行動。第四，他明白，愛有著絕對的重要性。第五，他態度夠「超然」，明白他可能無法改變這位「難相處的朋友」。根據《初期耶穌會士》所述，羅德里

格斯終於接受了依納爵行事的智慧。

依納爵對於友誼的天賦，來自於他對愛德、誠實、理性、愛和超然的天分。

心神的合一

寫這一章的時候，我的一個好友打電話來找我。戴維（Dave）進入耶穌會之前，是個數學教授，也是我認識最嚴謹、最勤奮的人之一。同時也是最善良的人——我想我從沒聽過他講一句批評別人的話。在芝加哥念哲學時，我們住在同一個會院。（我們兩人房間隔著的牆太薄，所以，無可避免會聽到對方講電話，因此我們之間幾乎沒什麼祕密！）

不過就跟許多耶穌會朋友一樣，我們現在已經不住在一起。戴維在芝加哥服務後，我們幾乎沒再見過面。

我跟戴維說了正在寫這一章的事，然後問他：「為了維持良好的友誼，你認為需要什麼？」

「最重要的是保持聯絡」他說，愈是因為距離和忙碌，讓我們很難保持友誼時，愈是需要努力保持聯絡。而且，戴維說，當你最想忽略友誼，使得自己陷入孤單之時，正是你最需要藉著培養友誼，來好好對待自己的時候。

即使有時空阻隔，仍能維持深厚的友誼。戴維說：「就像那些很了解彼此的人，我們都有一些共通的地方，讓我們能重新接上線，所以距離不是太大的問題。」

依納爵把這稱之為「心神的合一」，耶穌會士藉著這相通的心意，以同伴的身分，就算相隔千里，也能在共同的目的上

合而為一。這對任何友誼都是個美好的目標：心神的合一。

在戴維這通福至心靈的電話之後，我決定打給其他幾位朋友，有男有女，都是熟悉依納爵靈修的人，我要問問他們，依納爵之道在友誼與愛方面，給他們什麼教導。

許多人的體會跟謝頓神父談友誼的文章不謀而合，這篇文章不只談了該避免什麼，同時也有些建立健康友誼的正面提示。不妨來看看謝頓神父的一些建議，還有來自我朋友的智慧。

謝頓先談到，好朋友「了解彼此的生命」。這不是理所當然嗎？但是，友誼也可能成了單方面的。有時你會認為朋友或家人是為了滿足你的需求而存在的——好比心理醫生或是生命線那一類的，忘了你也必須主動了解對方的生命。施與受，缺一不可。依納爵在《神操》中寫道：「愛存在於兩者間互相交流，向對方分享。」

我在奈洛比和格羅瑟斯特的朋友曼迪修女，也指出這個互動——但是她想強調「接受」的那一面。她說：「你得讓你的朋友『對你』表達友情，有時，接受更難。」她引用她最愛的一句話：「朋友知道我心中的那首歌，在我想不起它時，就對我唱。」

當我問比爾（Bill）——緬因州波特蘭市一所高中的校長，我是否可稱他為我最老的耶穌會朋友，他大笑。「請你說是最久的，不是最老的！」比爾和我在同一年入初學，一起經歷了二十多年的耶穌會培育，我們對彼此極熟。他很好相處，人很親切，有許多朋友。

對比爾來說，友誼的「要求」包含了主動。他說：「說出想跟對方見面很容易，可是也很容易淪為說說而已。如果你不

主動，友誼會磨損終至消逝。」

寶拉（Paula）是我在研究所認識的朋友，她和很多會士一起上課，是位活潑但談吐溫柔的女性。拿到神學學位十年之後，她現在已婚，有兩個小小孩，在俄亥俄州克里夫蘭市的耶穌會大學作校牧。

「你要問的是跟耶穌會士的友誼還是跟其他人的？」她說：「因為跟耶穌會士作朋友需要一整套不同的技巧！」

回歸正題，寶拉認為「意向」是很重要的一環。她問：「除了當初相識的環境，還有什麼核心價值使你們聚在一起？你們只是要好的大學朋友，還是有更深的東西？你們能一起討論生命中有意義的事物嗎？」

寶拉同意謝頓對占有的警告，甚至——她提的這點頗出我意料——在婚姻中亦然。她認為依納爵靈修在這方面使她獲益匪淺。她說，「神操的〈原則和基礎〉，就談到不要執迷於任何人、事、物。這也包括你的另一半。」

「我第一次聽說要對我的丈夫保持『超然』的時候，覺得真是太荒謬了！」寶拉解釋道。「可是年紀漸長，我才領悟，雖然這份關係很美好，它不該比我和天主的關係更重要，因為總有一天這份關係會結束。你不能完全依賴別人，只想在一個人身上滿足你一切需要。因為總有一天，他們也做不到。」她常和那些把男女朋友當成生命中心的大學生，分享這份領悟。

把天主當作中心，就代表少愛你的伴侶一些嗎？「噢，不，」她立刻回道：「如果天主是中心，還是有其他人的位子。事實上，更有空間。」

謝頓在他的文章中提到，好朋友也能夠「分享他真正的感

受」，並且聆聽對方的感受，即使這樣做可能會讓自己感到不舒服。這邊有個好問題，哪些人能讓我信任到足以自由分享所有負面的情緒？換句話說，我能對誰坦誠相告？

首先，你得對自己坦誠。我有一個密友叫喬治（George），比我早一年入初學。現在在波士頓監獄擔任牧靈司鐸。他告訴了我一些依納爵靈修如何幫助友誼的深刻見解。

喬治說：「因為依納爵靈修幫助我們對自己誠實，因此它也會讓我們的友誼變得更坦誠，我的朋友就是讓我能做自己的人；他們知道我的擔子，我的限度。他們欣賞我的長處——可能比我自己還欣賞。當我想起依納爵說『天主所愛的罪人』，很容易會轉念想到『朋友所愛的罪人』。」

這就是說，以同情之心看待自己，也看待自己的朋友。喬治說：「對自己多些同情心，讓我對朋友能有更多同情之心。」

擁有一位能指出你缺失的朋友，對你的進步大有裨益。

——聖依納爵·羅耀拉

除了喬治，我的每位朋友都明確指出依納爵靈修和友誼的關聯。鮑伯是紐澤西州澤西市一所高中的校長，是位極佳的聆聽者，也是位極棒的朋友。鮑伯思索的是友誼與依納爵對「渴望」的看法有何關聯。

鮑伯說：「從依納爵的角度來看，天主與人有著直接的往來，通常這透過我們的朋友而發生。所以，具有支持性與挑戰



性的友誼，是我們發現天主主要的途徑之一。我們發現自己是被愛的個體，而我們在朋友身上發現這一點。」

我們對友誼的渴望來自天主，他說：「就是那種想要發現另外一個人是怎樣的渴望。那也就是對『無限』的渴望，那樣的渴望是來自天主。而這想與無限有份的渴望，最終只有我們的朋友，天主，才能予以滿足。」

耶穌會士發展友誼的一種方式，就是透過稱之為「信仰分享」的練習。這練習也許可以指點你如何與你的朋友，建立坦誠的關係。

多傾聽

初學時，每個禮拜天晚上團體會聚在一起，做「信仰分享」，就是和彼此聊聊自己的靈修生活：我們在日常生活中哪些地方經驗到天主，我們的祈禱生活如何。

其中有兩個規定：第一，所有的分享都要保密。第二，一個人分享完後，其他人不可發表意見，除非是要提出問題釐清語意。

第一條規定很合理。第二條聽來有點可笑。在這之前，如果有人談到他的困難，我會想說：「你要不要試試這個？」如果有人說他想念過去，我會說：「我也是。」如果有人說他很寂寞，我會說：「你可以來找我。」我搞不懂為什麼初學導師要我們保持沉默。

漸漸地，我明白了：這是為了讓我們能傾聽。

傾聽是一門失落的藝術。我們想要傾聽，我們想要認為自

已在傾聽，可是我們往往太忙著計畫自己要怎麼回應，或者要給出什麼建議，以至於根本不專心。

如同我們的初學導師葛瑞解釋的，在初學時已經有夠多機會可以得到安慰、輔導及建議。上面的練習，要反映的是依納爵較不為人知的一句話：「少說，多聽。」我們也被告知，嚴格地對一切保密，會讓人覺得更安心。

我慢慢愛上了信仰分享。當我的初學同伴，還有葛瑞跟他的助理大衛，分享他們在前一週如何經驗到天主時，我滿心驚奇。看到這些夥伴各種不同的面貌，還有他們全都多麼努力在聖德上成長，努力做個更好的人，更好的耶穌會士，令我驚嘆不已。

✚ 傾聽最重要！

耶穌會士有時並不擅長聆聽。耶穌會的故事裡我最愛的一個，聽起來像是捏造的，但我的確認識這兩位當事人！

其中一位是年老而明智的神父，向來以他的靈修指導出名。另一位是我朋友凱文，那時還只是個初學生。一次耶穌會的聚會中，兩人碰了面。老神父問道：「凱文，你是哪兒人？」凱文答：「波士頓。」

然後，凱文想要請問這位年高德劭的靈修導師一個重要的問題。他說：「神父，你覺得靈修指導中最重要的一部分是什麼？」神父答：「很簡單，凱文。就是傾聽。你得做個好的傾聽者。要當一位好的靈修導師，



傾聽是關鍵。」凱文說：「謝了，神父。我獲益良多。」
接著，神父又問：「那麼，凱文，你是哪兒人？」

在做這樣的信仰分享幾週後，我不僅讚嘆天主在他們生命中的工作，也更能容忍他們的脾氣。當有哪位初學生顯得暴躁時，我會想起他提過家裡的某個困難。有人臉色難看時，我會想起他在牧靈工作上遭遇了棘手的問題。他們面對外界的方式，受到這些經驗的影響。這幫助我回到「預設」，為能以善意從寬相待。

我的朋友克里斯（Chris）是位耶穌會修士，在聖召小組工作了好幾年，幫忙招募、篩選進入耶穌會的人。克里斯有一大羣朋友——耶穌會內外都有。當我們討論起友誼與愛時，他指出傾聽的重要，然後說了他對信仰分享的看法。

克里斯說：「我一直都知道，信仰分享十分重要。」他舉了一個例子：「早先我跟一個我覺得很難相處的耶穌會士住在一起。信仰分享時，我了解到他遭遇的困難，這幫助了我，因為當你知道某人正在掙扎時，就比較不會冷落他或妄下判斷。」

專注而富同情地傾聽我初學的夥伴們，也幫助我不那麼不切實際。在這之前，我以為每個人都過著健全、完善的生活。只除了我——至少我是這麼想的。信仰分享是我第一次發現，每個人的生命都有喜樂，也有困苦。我們所有人，都比表面上看來的更不簡單。

我們應當緩於發言，耐心聆聽所有人……我們應當多多張開耳朵，聆聽我們的近人，直到他已大概說盡他所想說的。

——聖依納爵·羅耀拉

傾聽也讓我更能夠與朋友同樂。當某位遭遇困難的初學生體驗到治癒時，我更能與他一同喜悅，因為我知道他曾有過怎樣的困難。

我們大部分人都沒有時間，每個星期花一小時與朋友做信仰分享，或任何形式的分享。

但這個概念，對在家庭中發展愛的關係，或是保持良好的友誼，都是很重要的功課。首先，在你開始安慰、給建議或者表示同情之前，要好好地傾聽。第二，傾聽時盡量不要下判斷。第三，你愈了解朋友的情況，就愈能體會、同理、安慰甚至原諒你的朋友。第四，你愈能坦誠地分享，就愈能提出較具挑戰性的實話。第五，你愈傾聽、愈了解朋友的生活，就愈能和朋友一起分享喜悅。

這些簡單的原則會使你的友誼與話題更有深度，使你對朋友有更深同情心。你會開始發展出真正親密的友誼，就像聖方濟·沙雷（St. Francis de Sales）說的：「心與心的對話」。

謙遜與友誼

一位耶穌會倫理神學教授基南（James Keenan, S.J.）曾寫過，同情就是願意進入另一人生命中的「混亂」。但就算是最



好的朋友，有時也避免攪和到別人生命的混亂中。有時你也會感到朋友的困難對你過於沉重，因為無法為他解決而感到沮喪。你也許會發現，自己下意識地躲開那些有工作壓力、婚姻或人際問題、患重病甚至面對死亡的朋友或家人。你覺得自己幫不上忙的那一刻，該如何是好？

此時你需要的，不是做些什麼，而是陪伴。要記得，你不是全能的。比方說，我進初學不久，我的兩個朋友就大吵一架，彼此陷入冷戰。我跟我的靈修導師大衛坦言，不能讓他倆和好，對我來說有多麼沮喪。我一直覺得自己很失敗，不是個好耶穌會士。這讓我煩透了。

「當個耶穌會士不就是要能做到這些嗎？」我問。

「你從哪裡得到這種想法？」他問。

我說：「這個嘛，耶穌就是這麼做的。耶穌幫助人們和好。耶穌會讓他們跟彼此說話。耶穌會一直努力，直到他們重歸於好。不是嗎？」

大衛說：「是沒錯，耶穌大概可以辦到這一切。但我有個消息要告訴你，吉姆。你不是耶穌！」

我們倆都笑了。不是因為好笑，是因為這倒是真的。在朋友與家人最痛苦的那些時刻裡——生病、離婚、死亡、對孩子的擔心、經濟困難——我們多半不能製造奇蹟。有時我們的努力使事情有所改變，有時則沒有辦法。

矛盾的是，承認自己的無能，才會擺脫必須弄好一切的負擔，讓我們能真正地陪伴對方、傾聽對方。《紐約客》(New Yorker)雜誌裡有則漫畫，一個女人不耐地對朋友說：「你要是不讓我解決你的問題，我們也不用做朋友了！」

謙遜不只在於你對朋友的態度，也在於你對自己的態度。你不只不能解決你朋友所有的問題（同時認清你的朋友也不能解決你的），你還要能承認自己的缺點。這為培養健康的關係來說，非常重要。換句話說，你需要道歉，也需要寬恕。

過去我曾做過許多不顧他人的事。聊他們的八卦、把他們往壞處想、想要控制他們去做我希望他們做的事。當我發現我該尋求寬恕（這是基督信仰的核心）時，我常看到，他們也來向我尋求寬恕。

「罪」存在於所有人的情況中，這也包括耶穌會的團體。有人的地方，就需要道歉與寬恕。尋求寬恕並不容易，因為它始終牴觸我們自以為是的傾向，磨練我們的謙遜。

幾乎每一次，對方都會原諒我，友誼也會變得更堅定。但也有過一兩次，對方不願意。此刻只能為對方祈禱，永遠接受和好的可能。再次提醒你，要記得，就像我不能強迫別人愛我、或甚至只是喜歡我，我也不能強迫別人原諒我。

健康的友誼

讓我們再回到謝頓神父對健康友誼的提醒，看看你能不能獲得些對友誼與家庭關係的真知灼見。

他說，友誼若缺乏坦誠，就會枯萎、凋零。威廉·貝瑞對此做了傳神的描述。不久前他對我說，「坦誠是很難的事，但是當痛苦發生時——像是對方生病或面對臨終，或者你因為某些理由而感到憤怒，如果你們不能好好談談，就會漸行漸遠。如果有什麼是你放不開的，到最後，你什麼都不能聊。很快地，

你就連一個朋友也沒有了。」

謝頓提到，願意接受挑戰（責難），不只是我們該為朋友做的，也是朋友該為我們做的。你能否接受來自朋友不時的挑戰（責難）——當你表現得過於自私，有時可能還需要道歉的時候？

我的朋友克里斯說：「待人坦誠有兩大難關，一是你知道，你的朋友不想聽到某些事。另一關是你自己不想說——特別是當你知道，錯的是你。但是，謙卑承認自己的愚行或錯誤，是很重要的。」

朋友總是希望對方好。對想要彼此相愛的一家人來說也是如此。依納爵給方濟·薩威自由，讓他成為他受召成為的人，即使這使他與依納爵遠隔半個地球。這一點也意謂著當對方成功或過得不錯時，你能為他高興。

耶穌會士有時頗為好勝。在許多情況下這是好事，自然的競爭心激勵我們有更大的成就。事實上，聖依納爵自己躺在病床上時，就曾想著如何與聖方濟和聖道明一較高下，「我何不來做聖方濟做的這件事，或聖道明做的那件事？」如果不是因為依納爵有著健康的競爭心，就不會有耶穌會的存在了。但隨著依納爵年歲漸長，他放棄了具有黑暗面的野心，甚至在耶穌會《會憲》中，為限制不健康的野心和會士彼此間的競爭，也有了一些規定。

在朋友、手足、鄰人、同事之間，「競爭」屢見不鮮。套用福音的說法，哪裡有兩三個人聚在一起，就會有它。在我念哲學和神學時，不妨有一些競爭心。每當我看到總是用素面藍色文件夾，把筆記整理得一絲不苟、做事井井有條的朋友戴

維，在考前幾天開始用功的時候，我就知道我該念書了。戴維的勤奮促使我也要做得更好。

但過多的競爭心卻是有害。那種希望對方失敗的競爭心，就會導致友誼的結束。

謝頓神父還列了最後一項幫助友誼的原則。那就是你該學習何時要保持謹慎的沉默（discreet silence）。有的時候，我們的朋友或家人並不需要建議。至少不是在當下。

我的朋友史蒂夫（Steve），另一位耶穌會高中的校長，這回是在紐約市。他也同意這一點。史蒂夫有許多朋友，這要歸功於他熱情洋溢的幽默感，還有他對生日、對方伴侶甚至寵物的名字，有過人的記憶力。他的朋友很習慣他說出這一類的話：「今天不是你母親的生日嗎？」

史蒂夫談到友誼中的謹慎。他說：「我很直接，喜歡講重點，我也喜歡談話的時候直指重點，特別是生活忙碌的時候。但是，你也要保持謹慎：學著什麼時候該提起，什麼時候先放一邊不提，等適當的時機——就是對方聽得進去的時機，而不見得是你想說的時候。」

對於謝頓的建議，我想再加上幾樣。首先，朋友會給彼此改變的自由。你在幾年前、或者在高中、在大學、工作或初學時認識的人，如今可能已徹底不同。所以千萬別逼對方做那個你以前認識的他或她——再說，這也是不可能的。這是我們能給朋友的一部分自由。也是我們能給另一半的自由。最近有位已婚的朋友告訴我，「婚姻最大的殺手，莫過於缺乏成長和改變的自由。」

第二，友誼歡迎新朋友。友誼歡迎不同人加入，而不是排

他的。聽來沒錯吧？但是「排他」在耶穌會是令人玩味的詞彙。

說起整個二十世紀，有些耶穌會長上強烈反對「特殊的友誼」。在年輕的會士之間，太過「排他」或「特別」的情誼，被認為會導向或促進過於親密的關係，可能會使有同性戀傾向的會士打破守貞的誓願。為了防止排他的關係，耶穌會長上要求初學生在自由時間散心時，一定要三人同行。Numquam duo, semper tres，這句常被提起的拉丁文，意思就是：絕不能兩個，一定要三個。

這種態度反映了對於同性戀普遍的誤解（就是認為男同性戀無法守獨身，或者不可能與彼此保持親密的純友誼）。更重要的是，這反映了對友誼普遍誤解。有個非常親密的朋友是種祝福，不是詛咒。

但是我們也不該忽視與此相關的正面提醒：耶穌會長上知道過於排他的友誼，會使人孤立，而與大團體失去聯繫。當友誼變得封閉，排除其他人時，就會愈來愈不健康，容易過於沉迷、有不切實際的期待，然後使雙方都受傷。

你可以問問自己幾個問題，檢查自己是否有不健康的「排他」傾向。你是否不願接受其他人加入你跟某人的友誼？當你的朋友花時間和其他人在一起時，你是否感到嫉妒？你是否覺得某人應該隨時能夠陪伴你？如果你的回答是「是」，也許你需要提醒自己，你的朋友不是只為了當你的朋友而存在。

你和天主的友誼也是同樣的道理。在《分辨之心》（*The Discerning Heart*）一書中，仁慈傳教會修女康芮（Maureen Conroy, R. S. M）說，「當我們與天主的關係成長時，我們會想要和他人分享這份給予生命的愛。」我們和天主的友誼不是排他

的，而是包容的——接納他人的。

第三，友誼需要幽默感作它的酵母。友誼最重要的一部分，就是盡情歡樂，開懷大笑——這些都是健康的心理與靈修所必備的。友誼是有趣的——在靈修上很少人提這個形容詞——其中一部分的樂趣，來自幽默與笑聲。

所以好朋友會提醒你，別太死板嚴肅了。我的朋友克里斯有次聽我抱怨些小事，在發了好幾分鐘牢騷以後，我認真地自嘲道：「我的生命真是個十字架！」

他馬上接口：「是啊，可是，是你的十字架，還是別人的？」

這真是一語驚醒夢中人。每當我過於專注自己的問題時，我就會想起克里斯輕鬆但意味深長的玩笑。幽默能幫我們洩掉過於膨脹的自我。

第四，朋友需要互相幫忙。這不只是聊天、分享和傾聽而已！有時你的朋友需要你採取行動：去醫院探望他、幫他搬沙發、臨時看顧他的小孩、借車子的充電線給他、載他去機場。這是幫助人靈最基本的一部分，也是所有人的召喚。就像費林明在《什麼是依納爵靈修？》（*What Is Ignatian Spirituality?*）中寫的，「幫他人的忙不需要大量的訓練和一堆的學位。」

在感恩中成長

寫到這裡，我談的友誼似乎偏向實用主義：朋友應該做這些事、避免做那些事，就能成就這樣的友誼。但是友誼（事實上，所有愛的關係）都不是用來製造快樂的工具。也許更好的

比喻是，友誼是花園裡美麗的花朵。除非你是隻蜜蜂，否則這些花之所以在那兒，不是要為你做什麼，而是要讓你多多欣賞。

這就回到討論的最後一部分：感恩。

依納爵之道重視感恩。《神操》處處都表達出對天主恩賜的感謝。「再看一切美善、一切恩惠都來自天主，」他在第四週寫道，「來自天主至高無上的能力……像光線來自太陽。」如同上面提過的，省察以謝恩開始。對於依納爵來說，缺乏感恩是「最糟糕的罪」，實際上它就是「一切不幸與罪的起因、開始和根源。」

當我問史蒂夫對友誼的看法，他提到的第一件事，就是在良心省察時，回想感恩之事。「當我想到友誼時，我腦海中浮現的第一件事，就是在一切事物上找到天主。」他說，「這是我在省察中的收穫。在省察時，天主時常引導我看到祂認為重要的事——而不是我那時一心想著的事。祂讓我想起的多半是我的朋友，或者和其他會士們的互動——只是最平凡的畫面：和某個會士在走廊上的聊天，或者聽他講道。省察幫助我對朋友更在意、更感恩。」

寶拉有些諷刺地提出，雖然每個人嘴上說他們很感謝自己的朋友，良心省察會讓我們更容易專注在感恩上。「省察永遠對友誼和家庭關係有幫助，」她說，「因為它幫助我們感恩。」曼迪修女甚至覺得朋友不在的時候，也該感謝他們。「每晚做省察時，我都會感謝我的朋友——即使在那一天我並未跟他們聯絡。無論他們身在何方，我感謝他們。」

保祿是波士頓一所規模頗大的耶穌會院院長，他說感恩是友誼中最常被忽略的一部分。許多年來，保祿在波士頓和芝加

哥負責培訓年輕的會士。對於靈修生活的輔導，他有畢生的經驗。「友誼中最重要，就是感謝友誼這份禮物，並且持續那樣的感恩之情。」他說。

保祿點出耶穌會士友誼中共同的毛病，正是來自缺乏感恩。沒有感恩，你就會把友誼當作理所當然。

「你會忘了它需要一些努力。小事也很重要：花些時間打電話、保持聯絡。如果人們記得一段友誼，而且感謝它，就會更想努力保持它。」

真正的友誼很難獲得，保祿說，需要努力和耐心。「有少數人，因為各種原因，很容易交到朋友並保持友誼，但是大多數的人都必須找尋友誼，耐心等待它的到來。當我們想像友誼時，我們常以為事情能很快有所進展。但是就如同所有豐富而美好的事物一樣，你只能慢慢來。」

這一章或許幫你發覺一些方法，加強或加深你對家人、對朋友關係的了解。不過對某些一提到友誼，只感到自己孤身一人的讀者，又該怎麼辦？如果你是這樣的話，你仍然可以在祈禱中，享有天主的友誼，看看天主在你的工作、你讀的書、你的興趣當中，是怎樣與你來往。

然而，我們該對那些渴望交到好朋友的人說什麼呢？

不可小看孤獨的痛苦：我認識許多寂寞的人，生活往往被悲傷包圍。也許我能給的建議是，對認識新朋友，始終保持開放的態度而不要絕望，盡力相信天主願意你有一天找到朋友。對友誼的這份渴望，是來自天主的邀請，使你走向他人。要相信，天主渴望你有自己的團體，雖然這目標看來還很遙遠。

「對那些自問為何友誼還不更快地來到生活中的人，」保

祿說，「我想更重要的是去愛、去踏出第一步。畢竟看來大多數的人，還得學習過一個付出多於領受的生活。」

「不過到最後，」保祿說，「就算你付出了這麼多，而這一生只找到一個朋友，那也是值得的。」

1. 參見《神操》22 號。

2. 依尼高就是依納爵。

4. 順其自然

服從、接納與受苦

關於「服從」在耶穌會士生活中的地位，聖依納爵表達得非常清楚。底下是他在《會憲》中，關於服從願的序論。這一節的標題是「關於服從的事項」。

人人都要力求持守服從，且應於此出類拔萃，不但在有責任的事上，連在其他方面，長上雖只是示意而並未明顯出命，也要如此¹。

換句話說，我們耶穌會士應當要特別服從，甚至只要長上稍微表示心意的，我們就該行動。還有，我們應當接受長上的命令，「如同出自我們的救主基督」，因為我們是出於愛天主而練習服從。一旦知道了長上要什麼，我們應當隨時準備，放下手邊的事——甚至是「寫字差一筆未成」。

多數人覺得這很難理解。再引用一次作家諾瑞詩的話，大多數人把服從看成「狗兒身上的良好特質，在人身上就不對勁了」。很多人甚至覺得「長上」（superior）一詞（就是會院院長的意思）十分詭異。一位耶穌會朋友瑞克·格里（Rick Curry），有次碰到跟他辦公室同棟樓的一位心理治療師。那時瑞克跟另

一位耶穌會士在電梯裡。瑞克向她介紹，「這是我的長上（譯註：superior 有優越之意）。」

他的長上離開後，瑞克的朋友說：「你幹麼說那種話？」

瑞克問：「什麼話？」

她說：「他怎麼會是你『長上』？你樣樣都跟他一樣優秀！」

瑞克大笑，跟她解釋了長上的意思。

在討論耶穌會士對服從的經驗之前，我也要解釋一下所謂的服從願。這經驗或許對你的日常生活也有幫助。

服從是一種傾聽

在依納爵的時代，服從（obedience）是修道生活很自然的一部分。當他與那班緊密的朋友決定成為一個修會的時候，不可能會想出別種組織的方式。服從一直都是，現今仍是，幾乎每個天主教修會的一部分。

這個字來自拉丁文的oboedire，其中包含了「聽」的字根。服從 oboedire 原來就有「聽」或者「聆聽」之意。就像神貧與貞潔願一樣，服從是為了幫助我們跟隨耶穌的榜樣，祂聆聽，並且順服天主父。

男女修士相信，天主不只透過他們的日常生活與祈禱來工作，同時也透過他們長上的決定。長上們所做的，就是試著採取正確的途徑來行動。我們相信，天主的神透過長上的決定來工作，長上與他所照顧的會士一樣，都努力嘗試「聆聽」天主。

這並不是說長上的決定全憑自己的個人意志。會士與長上

會一同試著分辨，天主所要的是什麼。當某個會士即將被「派遣」去從事某樣工作時，長上會格外留意會士的意願，因為他知道——身為讀者的你現在也知道了——天主的意願會在這項決定中彰顯。這就是耶穌會會祖所想要的。

耶穌會士貝瑞與杜赫提（Robert Doherty）在《行動中的默觀者》²（*Contemplatives in Action: The Jesuit Way*）提到，只要想想依納爵所處的生活圈子，都是階級分明、重視權威的——國王與貴族的宮廷、軍隊、學院、教會，你就會驚訝於他對個人分辨的堅持。這兩位作者如此寫道：「依納爵也希望天主的旨意，能夠透過人自己的經驗而彰顯出來。」

長上要怎麼得知一個人的心願？這就要透過我們稱之為「訴心」（account of conscience）的慣例。省會長一年一次，與每一位轄下的會士見面，討論他的工作、團體生活、誓願、人際往來與祈禱。長上藉此對會士的內在生活，有較清楚的了解，可以做出比較好的派任決定。

一旦長上做出決定，如果會士認為枉顧了他本身的意願，他可以請求長上再加考慮。這就是所謂的「陳明」（representing）。如果仍舊有所不滿，會士可以向更上層請願——甚至可到總會長。但到最後，除非是事關良心，否則會士必須遵守服從願。在祈禱、溝通、分辨後，就算你仍覺得這是個差勁的決定，還是必須接受它。

✚ 狡猾的耶穌會士

耶穌會士在服從這件事上，就算不到狡猾的地步，也得要精明才行。有個笑話說，一個耶穌會士對於他的某個壞習慣覺得良心不安。他問長上：「神父，我可以在祈禱時抽煙嗎？」長上感到錯愕，答道：「當然不行！」這個會士向另一個有同樣壞習慣的會士提了這件事。思索了一會兒之後，第二位會士問道：「神父，那麼我可以在抽煙時祈禱嗎？」「當然可以！」長上答道。

或者就像某個傳說中的耶穌會長上講過的：「我分辨、你分辨、我們一起分辨，但是由我來決定！」

1960年代左右起，耶穌會長上回歸依納爵原始的概念，就是說不但天主透過人的意願、希望與天賦來工作，而且如果做的是自己喜愛的工作，會表現得更好。比方說大部分在大學裡教書的會士，都為了他們的工作而接受培育多年，也很高興能運用他們的學術訓練——長上們也很高興派他們到大學去。不過，留意個人意願與天賦，一直以來都是耶穌會分辨的一部分。英國耶穌會士霍普金斯（Gerard Manley Hopkins）在1874年寫道：「如果我們中有人對某個工作，像是外方傳教，表示出熱情與才能的話，通常都會被派到那份工作。」

服從長上的意願常常是個喜樂的經驗，因為你會覺得你的意願和大團體的需要正好契合。但某些時候，你會被要求到自



己不會選擇去的地方，或者做你不想做的事。

對服從這一面無法接受的許多讀者，也許能接受這個比較實際的理由：總得有人主持大局。維持一個世界性的修會，就像依納爵所做的一樣，需要有一個人，一個最終權威的角色，來領導整個工作。所以服從願和另外兩個誓願一樣，始終具有「使徒性質」（apostolic），就是說，它幫助我們更有效率地達成任務。

實際上，我一直很訝異，有那麼多人對修會的服從嗤之以鼻，但在自己的生活中卻忠誠地實踐。許多人在專業工作上會聽從上司，即使上司做出可能不是自己想要的決定。我在奇異家電工作時，看過許多資深員工被派到遠地，但他們根本沒想過要抱怨，因為他們對公司忠心耿耿。這些決定，被視為達成組織目標必要的方式——一個修會的決策也是如此。

在美國企業界待過六年，我敢說，你在耶穌會，會比在企業界，對這些決定更有發言權。你的修會長上相信你個人的期望、看法和結論是值得看重的，而在商業界的管理階層裡，有時並不作如是想。

除了一般修會成員都會遵守的神貧、貞潔、服從三願之外，依納爵還要求不少耶穌會士發下所謂的「第四願」。這個特別的誓願與教宗有關。在培育過程接近尾聲時，耶穌會士承諾「在使命方面特別服從教宗」。

這一誓願背後的意義是什麼？正是當今流行的「全球行動力」（Worldwide Mobility）。依納爵看待第四願的重點不在於教宗本人（雖然他也期待會士們對教宗懷有深刻的敬意），而在於教宗對普世教會有著全面性的了解，知道哪裡最有需要。

歐馬利在《初期耶穌會士》中寫道：「這項誓願是基於教宗有著在『上主的葡萄園』裡，最有效的工作分配所必備的廣闊視野。」

「這是傳教士的誓願，隨時『待命』，『前往世界各角落』。」歐馬利神父在最近的一封信中如此表示。

依納爵的用意很明顯：耶穌會士的服從是耶穌會的標誌。但除了能讓修會有效地運作之外，服從還有哪些益處呢？

貧窮使你能自由地過簡樸生活，從對財物的掛念中得釋放。貞潔使你能自由地愛人，能更自由地行動。服從跟自由也有關係。它使你從過度的利己、事業心或驕傲中解脫，讓你能夠回應團體更大的需要。不用再自問，哪條路最能讓我成功？服從要求你的，是信賴你的長上能回答另一個問題：顧及團體的需要，應如何善用這人的天賦？因為原則上他更知道較大的需要是什麼。

服從使你能自由地為此而服務。

耶穌會又是如何將之付諸實踐？如果你問耶穌會士什麼是服從，大多數人會提及的是被派去傳教，或是擔任新工作的經驗。聖方濟·薩威前往南洋羣島，或者聖依撒格·饒格（St. Issac Jogue）前往新法蘭西時（New France）³，並不是因為他們自己想要去，而是受派遣前往。他們的服從願使這項工作別具意義：這是天主所看顧的使命。如同所有的耶穌會士，他們相信：為滿全天主的心意，這樣的工作是最可能的安排了——因為這安排來自他們事奉天主的渴望，並且也經過他們的長上加以確認。簡而言之，他們相信天主和他們一樣看重這個誓願，因為這個誓願是對天主，也就是所有耶穌會士都要服從的

那一位而發的。

盡其所能的愛與慈善

服從如何在耶穌會士的日常生活中實踐出來？就只是長上在會院裡命令你做這做那，或者任意派你去遙遠的地方工作？

這個答案在幾十年前跟現在會有不同。在過去，美國的耶穌會士有時不是在和長上談話中知道自己未來的去向，而是在每年7月31日依納爵瞻禮時宣布了職務調動（稱為 status，拉丁文「職務」之意）時方才知曉。

有位年長的會士跟我說過，1950年代末期，某一會省宣布職務調動時發生的事。當他在職務調動表上搜尋了一陣子後，覺得很困惑，因為他發現自己被派去教化學。他想，這一定是寫錯了。他不僅從來沒教過化學——根本連讀也沒讀過。他知道有另一位跟他同姓的會士大學主修化學，而那位會士卻被派去教英文——也就是他自己專精的科目。這一定是把他們倆搞混了。於是乎我這位朋友約了省會長要跟他做出「陳情」。

「會長神父，」年輕的會士說道，「我想你弄錯了。」當他說到這，就停下來大笑，才接著說：「說起來，這可是這位會長最不想聽到的！」省會長對這年輕會士的假定覺得不悅，表示這安排沒錯：他要被派去屬於會省的一所高中教化學。

「那你怎麼辦？」我問道。

「我教了一年化學，」他笑道。「你知道嗎？我還變得挺在行的呢！」這是種權力的濫用，我朋友靠恩寵來面對。

有些會士對長上錯誤的決定，累積了長久的不滿。《美

國》(America)天主教雜誌的首任編輯，在他晉鐸十五年時，當著一羣親朋好友、耶穌會士面前，公然宣稱：「儘管我的長上都不怎樣，我還能在耶穌會裡有今天的成就！」

二十世紀裡，多數時候焦點放在長上，而非個人的分辨。但在梵蒂岡第二屆大公會議以後，修會被要求回到其原始的精神，耶穌會士也重新掌握依納爵智慧的這個關鍵點：就是聖神透過每一個人工作。今天，所有的決定都經過長時間的談話與祈禱。

但是，如果你還是不能同意，要怎麼辦？此時，你可以最後一次「陳明」你的理由。在極少數情況下，有嚴重的爭議時，長上可能會命令你必須「服從」，接受他的決定。那樣的話，你的挑戰就是平靜下來，相信即使在你無法同意的決定中，天主仍然在工作。

這些決定的背後，是長上的一份責任，以祈禱尋求天主意願，並且以對會士們的愛來實行這些決定。正如貝瑞與杜赫提在書中所寫的，「在治理耶穌會時，服從的實踐不應當是獨裁與專制，依納爵要求長上們以愛來行動，即便當他們必須做出令人痛苦的決定時亦然。」好比說，要求某個人去做他不想做的事。

而這就包括最令人痛苦的決定——決定將某個人開除。沒錯，依納爵很仔細地列出了決定某個人必須出會之後，應該採取的步驟。在這些步驟中表現出來的，是具有同理心的長上，如果把這特殊例子應用在企業界，應該也會有所得益。

首先，依納爵說明，長上要確定這個人能夠在同儕仍然尊重他的情況下出會，不致「羞恥或不名譽」。第二，長上差遣

某人出會時，應當使他「（對會院）懷著好感或愛德，盡可能在主內有安慰」。第三，長上應該「領導他採取其他事奉天主的適當途徑，或在會中或在會外……幫助他，給他提供意見、為他祈禱以及任何看來是最好的方法。」⁴

不無矛盾的是，這段最務實的指示同時也是依納爵筆下最感人的文字之一。在《會憲》中，沒有哪處比這一段更能顯出依納爵柔軟的心腸。就連如此磨人的決定，依納爵仍以愛的管理待之（與企業界有時處理解雇與資遣的態度正好成了對比）。

所有的耶穌會士都明白服從的目標。不過雖然明白，有時仍倍感挑戰。讓我說說兩個關於這點的小故事。

關於服從的兩個故事

今天看來或許不大尋常，耶穌會士卓恩南（Robert Drinan, S.J.）曾當過多年的美國眾議院議員，為麻州某一國會選區服務。1960年代末期，在波士頓學院擔任法學教授的卓恩南，在祈禱與分辨後，認為走上政治生涯是對社會產生持續性影響最好的方式，他也得到長上們的同意加入競選。他以1973年越戰失利，而提出彈劾尼克森總統的首位國會議員而聞名，卓恩南到1981年才卸任。

但任職期間，梵蒂岡表示司鐸不應如此直接參與政治。所以耶穌會總會長雅魯培，為服從「他的」長上——就是教宗若望保祿二世——命令卓恩南1980年不可再次參選。卓恩南在記者會上的發言令人欽佩。這位耶穌會士不僅退出自己的重

要工作，更重要的是，他信賴自己所發下的服從願。

成為一位耶穌會的神父，我感到光榮。身為一個有信仰的人，我必須相信，將會有比我即將離去的工作還更重要的事等著我去做。我帶著痛苦與祈禱，踏上這新的朝聖旅程。

之後，卓恩南成了喬治城大學聞名的法學教授，著有許多關於國際人權的重要文章與書籍，在宗教圈內外都享有盛名。晚年（2007年過世之前）因為某些關於墮胎的言論而受到批評（我個人在這一點上也不同意他的意見）。儘管如此，我始終都很尊敬他，因為他體現了人怎麼在面對痛苦的決定時，仍然信賴天主在其中工作。

幾十年前，另一位傑出的耶穌會士，神學家穆雷，也面對了類似的命令。他的身材高大，博學多聞，曾有會士形容他「走進房裡時好像遠洋船入港」，這位極為出色的學者還上過《時代》（*Time*）雜誌的封面。但是他的名聲，並沒有免去他必須面對長上所下的、難以接受的決定。

1950年代，一羣優秀的神學家，包括穆雷在內，被梵蒂岡官員和他們的修會命令「保持緘默」。穆雷當時是耶穌會在馬里蘭州伍斯達克學院的神學教授，有許多論及政教關係的著作。他提出，由憲法所保障的宗教自由，也就是個人按自己的意願信奉（不同宗教）的自由，符合天主教會的教導。梵蒂岡不同意這個說法，1954年，穆雷的長上要他停止寫作相關論題。有個會士回憶當時看到穆雷默默地把所有相關問題的書，

還回伍德斯托克大學的圖書館。

不過，幾年後，紐約有力的總主教史培曼樞機（Francis Cardinal Spellman），堅持提名穆雷成為梵二大公會議中的神學顧問（peritus，譯註：在梵二會議中，與會主教有權提名非主教的神學家作他們的顧問）。因此被禁聲的穆雷得以成為大會《宗教自由宣言》的起草人之一，這份宣言的內容取自穆雷早先被禁的作品，明白地確認了宗教自由是所有人都享有的權利。在大公會議近尾聲時，穆雷和其他曾被要求緘默的學者，都被邀請來和教宗保祿六世舉行彌撒，等於公開宣布他們得到「平反」。穆雷於大公會議後不久（1967年）過世。

也許你聽了這兩位會士的故事時會想：「這太荒謬了！」或者，「為什麼卓恩南不能繼續從政？」又或是「為什麼穆雷不能寫他想寫的？」的確，有些耶穌會士就決定他們無法再守誓願，必須出會，去說、去做他們認為該說、該做的事。

讓卓恩南或穆雷這樣的人能接受如此安排的，是一份信賴，相信天主或多或少都透過他們的服從誓願而工作。透過他們自由獻予天主的誓願，他們相信，儘管長上的安排看似不合理、不公平，甚至是愚蠢，天主仍然在其中工作。

這種立場，有點類似結婚的兩人，在婚姻遭遇困難時，仍對婚姻誓言認真以待。在婚姻當中，常要面對和處理不健康的、傷人的甚至具有破壞性的狀況。但走過種種難關，儘管婚姻看似混亂（甚至觸礁），由世俗價值看來也不再有意義，夫妻兩人仍相信他們的誓約是天主與他們之間盟約的記號，象徵著他們獻身彼此所具有的神聖性，也是為什麼他們信賴天主會看顧他們度過這一切。誓約本身是人與天主關係的一部分，而

起誓的人相信天主會守住祂的那份承諾。

服從願很少會走到那麼痛苦的情況。大部分的時候這一誓願並不困難，多數耶穌會士對新的派遣也都欣然從命。就算在某些情況下，他們無法理解當時這樣安排的用意，往往在事後，有時甚至是多年以後，體會到其中的深意。

之前提過，當我還在接受培育時，有段時間我愛上了某人。那時我人在東非，就在我要開始念神學之前。那時我跟我同期的會士一樣，已經完成申請所需要的文件，也已得到神學系研究所的入學許可。

當我在電話裡告訴我的省會長，愛上某人我有多麼迷惘，甚至一度考慮放棄聖召時，他決定我應當延後一年再來念神學。

這對我不啻是晴天霹靂。一來我的朋友都知道我已經要開始念神學。省會長的決定，表示我得延後入學。更重要的是，我擔心這是我會被要求出會的前兆。我讓耶穌會失望了嗎？

這是最接近出會的一次。如果我不能做我想做的，為何還要留下？為何要在這麼丟臉的情況下待著？如果耶穌會（看起來）不再需要我了，為何還要留著？這些是我當時錯誤的解讀：畢竟，省會長壓根兒沒提到要我出會的事。

滿懷困惑之時，我和靈修導師碰了面，他是一位虔誠好心腸的會士。喬治擔任自然科學老師多年，晚年又重新認識了神操。在七十歲高齡時他接受了新的派遣，到奈洛比的耶穌會退省中心，每個月我在那邊接受他的靈修指導。他對我來說有如自家伯父那樣可親，滿頭銀髮，笑容可掬，總愛穿著亮藍色的羊毛衫。光是看到他就能讓我充滿安慰。很少有人這麼令我敬愛。

也很少有人如此令我感激。有次我感染單核白血球增多症（mononucleosis），病重得無法離開會院，喬治從退省中心開一個小時的車到我這邊來作靈修輔導。「我來出診囉！」他很興奮地說。我們在會院後面院子裡一棵棕櫚樹下，度過一整個下午。

在我和省會長談過以後，有件事比感染病毒還要令我煩惱：就是關於我當耶穌會士的未來。第二天，我到退省中心，告訴喬治這個壞消息。我要怎麼接受省會長這荒謬的決定呢？我要怎麼告訴我的朋友家人，特別是我耶穌會裡的朋友？他們都已經知道我要開始念神學了。這是我該離開耶穌會的暗示嗎？

喬治耐心地帶我回顧了我來肯亞後一切美好的經歷。耶穌會的難民中心幫助了眾多難民發展自己的事業——我們資助了木雕師父、油漆工、編筐匠、畜牧農人；難民們開設了裁縫店、麵包店、木製品店、甚至還有幾間衣索比亞餐廳和一間養雞場。才一年，我們就開了一家小店，販售難民的手工藝品。這間店頭幾個月就給難民們帶來了五萬元收入。頭兩年我跟很多難民成了朋友，給予也獲得了這麼多的愛。在肯亞的日子，我作為耶穌會士的祈禱生活充實而滿足。喬治還提醒我在那小山坡上、在工作後回家的路上，我有過的那些充滿安慰的靈性體驗，感到自己來對了地方。

「有過這些，你怎會懷疑自己的聖召呢？」喬治說。

但我堅持己見。省會長的決定就說明了我該離開耶穌會。當我回想這事，很明顯地，我正在迅速地遠離天主，陷入絕望，從延長培育階段直接跳到乾脆離開耶穌會。就如依納爵說過的，「仇敵」正在工作——打擊我的自尊，讓我很快地陷入

絕望，草率做出決定。

喬治說：「吉姆，你怎麼看待你的耶穌會培育呢？」

我根本不懂他在問什麼。然後他說了一句話，改變了我對靈修生活的想法。

「那只是你要跳過的幾個火圈嗎？」他問。「只是讓你爬得更高的梯子嗎？」

他停了一會兒。

「還是說，這是天主培育你的方法？」

我感到羞愧不已。我承認，我把培育當成是達到最高目標——晉鐸——之前要跳過的火圈。我還是把它看成像工作（目標是升遷）或像學業（目標是畢業）一樣。可是，也許背後有更重要的。也許，那真的是天主正在「培育」我。

有喬治的幫助，讓我看清了這些事：我當耶穌會士這兩年所體驗的喜樂是真實的；在這些事當中，我被召叫做一個耶穌會士，因此我也受召喚來接受省會長的決定。天主的手——儘管我難以看清——必然在這當中工作。所以，我決定留下。

幾次談話之後，省會長派我去新地方服務一年——為《美國》天主教雜誌工作。

省會長的「爛」決定開啟了我的寫作生涯。如果不是他做了這項我強烈反對的決定，你根本不會看到這本書。回過頭看，若我沒有忠於我的服從願，我想我的生命會大為不同。

幾年之後，我在耶穌會的聖誕聚會上看到這位前任省會長。那時我們已成為朋友。但我從來沒跟他談過我當時在肯亞的狀況。

「你知道嗎，」我說，「你那麼多年前做的是對的。」

「什麼事啊？」他說。

「就是要我延後念神學的事，」我說，「回過頭想想，我知道我還沒準備好。我太迷惘不安，不可能好好念神學，甚至是思考晉鐸的事。再說，在《美國》雜誌的那一年改變了我的人生。所以回顧這一切，你是對的。」

我本來預期他會說，現在從事後結果來看，他總算感到當時的決定是明智的。誰知他卻笑了。

「吉姆，」他不帶任何嘲諷地答道，「我那時就知道我是對的了！」

現實情況

耶穌會士誓發服從願。意義非凡，是吧？但你或許要問，這跟你有什麼關係。你大概不是個修會會士，也沒想進修會。你也多半不會要「發願服從」任何人——除非是在傳統的婚禮儀式中，而那種「服從」也跟這邊談的是兩回事。你也許覺得那幾個耶穌會士服從的故事很可笑。總之，你可能還是相信，服從「在狗兒身上是美德，在人身上就不對勁了」。

也許，要了解耶穌會靈修的這一面和你生活的關聯並不容易。貧窮與貞潔在生活中的應用較為明確：貧窮使人體會簡樸生活帶來的自由。守貞使人體會如何自由地去愛，去做一個好的朋友。但是服從呢？

這個嘛，服從是所有人在靈修生活當中都要面對的。因為不管你是否進修會，你都會發現自己必須聽從「天主的旨意」或者「天主的心意」或者就是天主。不過，並不是像你想的那

樣。

當我們想到天主的旨意時，我們常會想弄明白天主的旨意是什麼？我該怎樣去做？這本書的一個主題，就是依納爵「分辨」的模式，透過分辨，你的渴望能幫你看清天主對你的渴望。我們在生活中，尋找那些渴望的記號。

但這有個危險。我們可能會忽略一件事實，那就是天主的「計畫」有時不需要怎樣尋找或分辨。有時，它就在我們眼前。那正是我欽佩的一位耶穌會士，在前蘇聯集中營裡所體會到的。

本書上冊提過西茲杰克（Walter Ciszek）的故事。這位美籍耶穌會神父，在 1930 年代末期被長上派往波蘭（說到服從，他是自願前去的）。原本他希望去俄國服務，但是後來發現無法入境，最後只好到波蘭阿爾貝廷（Albertin）的東方禮教會。當德軍在 1939 年占領華沙，蘇俄進軍到波蘭東部和阿爾貝廷的時候，西茲杰克與其他波蘭難民逃進了蘇俄，他希望能在那裡暗中以司鐸身分服務。

1941 年 6 月，西茲杰克被蘇聯祕密警察以間諜犯逮捕。他在莫斯科惡名昭彰的盧比揚卡（Lubianka）監獄待了五年，之後又被判往西伯利亞勞改十五年。在被迫勞動期間，他仍以司鐸身分為其他獄友服務，冒著生命危險聽告解、輔導、甚至舉行彌撒。

我們在透風的簡陋儲藏室裡舉行彌撒，有時渾身泥濘地縮在建築物的廊下一角……但在這些原始的環境裡，彌撒使你比任何能夠想像的時刻，更接近天主。

西茲杰克一直到 1963 年才得以返回美國。那時很多會士都以為他早就過世了。也難怪他們這麼想，因為耶穌會在 1947 年就發出正式訃聞了。但在他囚禁的末期，忽然意外地獲准寫信回家，他的家人和朋友才曉得他「死而復生」。

由於甘迺迪總統的協助，在經歷複雜的外交途徑之後，他於 1963 年 10 月 12 日回到美國，直接前往耶穌會《美國》天主教雜誌社在紐約的會院團體。耶穌會士戴維斯（Thurston Davis, S.J.），當時的總編輯，在後一週出版的雜誌中寫道：「身著綠色雨衣、灰外套，戴著俄羅斯寬帽的他，跟電影裡頭身材矮胖的集體農場蘇維埃成員一模一樣。」

西茲杰克安頓下來後，就著手整理他在俄國的故事，這本《與主在俄國的歲月》（*With God in Russia*）詳細敘述了他曾經歷的非人處境——無預警地被蘇維埃成員逮捕、疲勞轟炸的審訊、被火車送至西伯利亞的漫長旅程、慘無人道的集中營、以及最後以受監視的刑滿罪犯遭釋放的經過。這本書引起廣大迴響，現今仍有再版。但是幾年後，他意識到他真正想要寫的，是另一個故事：他的靈修歷險。那本書以《西伯利亞的沉思》⁵（*He Leadeth Me*）為名出版。

西茲杰克說他想要回答每個人都一直問他的問題：「你怎麼活下來的？」他簡單的回答是：「天主的護佑。」至於完整的答案，就要讀整本書，書中說明了他怎樣在一切事物中找到天主，即使身在蘇聯集中營裡亦然。

在最動人的其中一章裡，西茲杰克描述了什麼是跟隨「主的旨意」，一次奇妙的神祕經驗。

當他在集中營飽受痛苦之時，有很長一段時間，他都在想他要怎麼面對未來。天主的旨意在哪？他要怎樣才能明白？有天他和一位神父朋友在一起時，得到了某種啟示。面對日常生活，天主的旨意並不是某種要人去發現、去思索、甚或分辨的抽象概念。每天在我們眼前發生的生活本身，就是天主的旨意。

（天主）對我們的旨意就是一天的二十四小時：祂在此時此刻置於我們面前的人、事、物。天主知道，哪些是當下對我們、對祂都很重要的事物，而那些就是祂希望我們去努力的，不是什麼抽象的原則，也不是什麼「奉行主旨」的主觀渴望。不，就是這些，一天的二十四小時，就是祂的旨意；我們要學著在現實生活中認出祂的旨意。

這項真理是如此令他解脫，因此他在書中一再回到這個主題。這項認知支撐他度過許多年的艱辛、困難與痛苦。

這真理簡單明瞭，祂的旨意正是祂每天實實在在，透過環境、時地、人羣、疑難所帶給我們的一切。其中的訣竅是學著去看透這一點——不只是理論上的、也不是靠著天主恩寵偶然而來的靈光一現，而是每一天都如此。我們每個人都不需要揣想，天主對我們的旨意究竟是什麼；祂的旨意清楚地顯現在每一天的每個情境當中，只要我們能夠學著用祂的眼光看待一切，以及用祂將這些事物置諸於我們身上時的眼

光來看待即可。

西茲杰克對他怎麼活下來的問題作何回答？答案是，服從在他面前的生活。「挑戰在於，要學著接受這真理，並根據這真理來行動。」他寫道。這是每個人都有過的經驗：我們生活中的變化，遠非我們所能掌控。

當生活好轉時，要接受當然是一點困難也沒有！像是交了新朋友、工作升遷、談戀愛。知道自己即將為人父母或者要當祖父母。在這些情況下，接納不難。你要做的只是感謝而已。

但萬一生活帶來的是無可避免的、或沉重的痛苦呢？那就是耶穌會的服從精神對你有所幫助的時候了。是什麼精神能夠讓耶穌會士接受長上做出的艱難決定，那同樣的精神也能夠幫助你：就是理解這是天主此刻要邀請你去體驗的事物，並且知道天主仍與你同在，仍在工作，只是在這經驗中，以不同的方式啟示祂自己。

我要聲明：我不是說天主要人受苦受難。也不是說我們所有人會完全了解苦難的奧祕。你也不需要把所有的困難都看成是天主的旨意。有些痛苦是「該」避免、減輕甚至與之對抗的：諸如可治癒的疾病、婚姻中的虐待、不健康的工作環境、不正常的性關係等。

但是，西茲杰克明白天主要求我們接受眼前無可逃避的現實。我們或是拒絕接受生命如此，自行其是，或是投入「現實」，試著從中以新的方式找到天主。此時，服從就是接納現實。

順其自然

幾年前，我一位要好的朋友珍妮斯，也是位修女，讓我徹底領會到「順其自然」的真諦。珍妮斯修女是我在麻州劍橋的威斯頓耶穌會神學院（Weston Jesuit School of Theology）念神學時的老師之一，在學生當中頗受愛戴。她屬於源自法國的耶穌瑪利亞修女會（Religious of Jesus and Mary），個子嬌小，一頭灰色短髮，朝氣十足，教授教會史與基督宗教靈修。第二學年結束時，我正準備升執事，她见到我父母，並且和他們成了莫逆之交。

念完神學之後過了幾年，我們家知道了父親罹患癌症的不幸訊息。我之前提過，他在停車場跌倒，使醫生警覺到他的狀況有異。檢驗報告顯示，肺部的癌細胞轉移至腦部，他必須立刻開始化學與放射線治療。

當我得知情況時，我呆住了。我要怎麼一邊照顧我在費城的母親，陪伴父親度過這段可能是他人生最後的時光——這些似乎是現在天主要我去做的——又要一邊繼續我日常的工作？

除了這些新的責任之外，我還得處理別的：那就是一股前所未有的悲傷。我的父親在那之前幾年，工作換個不停，始終不曾感到愉快。想到他在黑暗的雨夜裡，停車場跌倒的身影，更令我無比沉重。照我看來，他的未來只會更加令人哀傷。

有一次我對珍妮斯承認，我害怕面對這一切。我跟她說道：「我知道我得走下去，可是我不知道我辦不辦得到。」

珍妮斯說：「你能不能順其自然，相信天主為你預備的一

切？」

這些話幫助我明白了日常生活中的服從。就是接納生活在我面前展開的一切，「面對現實」，如同西茲杰克所說的那樣。對多數人來說，服從的意義不是接受派遣，到遠方去工作。而是走進日常生活，並且持續這樣的生活。

一切都珍貴

那些將自己全然交給天主的人，始終過著密契的生活，從天主那裡，透過最平凡無奇、偶然的經驗，看似毫無不尋常之處，卻領受了超絕神奇的恩賜。最簡單的講道、最平常的對話、最粗淺的書，按著天主的意願，都成了這些靈魂知識與智慧的來源。所以他們把聰明人腳下踩過的碎屑都小心地撿起，因為對他們而言，一切都珍貴，一切都是充實生命的泉源。

——高薩德（Jean-Pierre de Caussade, S.J., 1675-1751），
《當下的聖事》（*The Sacrament of the Present Moment*）

這是一個選擇：除了接納，你也可以拒絕投入「現實」。你可以置之不理，把那當作是生活的敵人，而不接受那就是生活本身。走在人生旅途上，你躡手躡腳、如履深淵，想要完全避開那些「現實」。

珍妮斯的勸告使我勇於踏上天主邀請我走的路。那也是西茲杰克所學到的：接納在當下展開的一切，這就是服從。十八世紀法國耶穌會士高薩德，針對這個主題寫了整整兩本書：

《當下的聖事》以及《父，隨祢安排》⁶ (*Abandonment to Divine Providence*)。「一旦我們明白，每一時刻都存在某種天主旨意的記號，」他說，「我們就能在其中找到我們渴望的一切。」

我的父親九個月後病逝醫院，敗給腦部和肺部的癌症。他過世前幾天，珍妮斯搭了六個小時的火車從波士頓趕來，在附近的修院過了一夜，陪著病床上的父親聊了兩個小時——這是我永生難忘的愛與慈善的行動。

父親的死帶給我深不見底的悲傷。但我仍打起精神主持了他的葬禮彌撒，分享了父親的一生，平易近人、充滿喜樂與悲傷的一生。到最後，我由衷感謝我能夠幫助我的母親、陪伴我的父親，甚至持續我耶穌會士的日常工作。要是我拒絕踏上這趟旅程，這些事都不可能完成。

在受苦中找到天主

這是靈修生活最基本的問題：你怎麼在受苦中找到天主？同時，我們更想問另一個困難的問題：我們為什麼受苦？在提到依納爵靈修如何談論這問題之前，我們需要反思一下這個問題。

這個大哉問：我們為什麼受苦？或「惡的問題」，讓神學家、聖人、密契者——所有信神的人——苦苦思索數千年。良善的天主，為什麼允許痛苦存在？

首先，我們得承認，當我們面對真正的受苦——無論是在自身或他人身上——沒有任何答案能夠完全使我們滿意。也許最好的答案該是：「我不知道。」

其次，我們也許該承認，我們所相信的天主，是神祕莫測的。在《美國》天主教雜誌的一篇文章中，猶太拉比鮑利許（Rabbi Daniel Polish），《論天主》（*Talking About God*）一書的作者如是說：「我不會相信一個動機、目的都讓我一清二楚的神。身為一個信仰者，我對那些自認懂神的人深深存疑。」

鮑利許接著引用賀修拉比的話：「對虔敬的人而言，關於神的知識不是他所能掌握的。」鮑利許說，信仰最大的挑戰在於「與一位我們無法完全明瞭、不可妄想解釋祂行動的神共處。」

第三，雖然受苦的問題沒有確切的答案，而且我們也許永遠無法完全明白它的意義，但是，猶太與基督宗教傳統中，仍有某些歷史悠久的觀點，幫助信仰者度過那些苦痛的時期。

念神學的時候，我上了一門精采的課程「苦難與救恩」，教授是我前面提過的新約學者哈林頓（Daniel Harrington）。這門課後來成了《我們為什麼受苦？》（*Why Do We Suffer?*）這本書的部分內容。在這門課裡，哈林頓神父審視聖經中對受苦的傳統解釋。可是沒有任何一個答案回答了問題，事實上，每個答案都引起更多的疑問。不過，綜合來看，它們仍為信友們提供了「重要資源」——哈林頓神父巧妙地用了這樣的說法。

所以我們在課堂上念了舊約《聖詠》（《詩篇》）中的哀禱、《約伯傳》（《約伯記》）、《依撒意亞先知書》（《以賽亞書》）中關於「受苦僕人」的那幾段；新約中關於耶穌受難與死亡的段落；也看了聖保祿默想十字架意義的那幾段文字。

我們研讀了聖經中對受苦的幾種主要了解：痛苦是對人的罪（或者他祖先的罪）的懲罰。痛苦是一項奧祕。痛苦是一種

淨化。痛苦使我們得以參與耶穌的生命，因為祂自己也曾受苦；同樣，這位了解受苦是什麼的基督，也能陪伴著痛苦中的我們。痛苦是在這不完美世界中，人的處境的一部分。痛苦能讓我們以全新而意想不到的方式體驗天主。

上述觀點有一些充其量令我自感不足，要不就是毫無助益。比方說，受苦是天主的懲罰，那麼，對於無辜者也受痛苦，特別是遭受可怕的病痛或天災，就沒有道理可言了。有誰能相信一個稚齡的孩子得了癌症，是為了懲罰他的「罪」？天主的形象是一個猙獰而殘酷的報復者。

在《若望福音》（《約翰福音》）裡，當耶穌碰見從胎中出生就眼盲的瞎子時（若／約九2），便表達祂反對這樣的天主形象。祂的門徒問祂：「拉比，誰犯了罪？是他，還是他的父母，竟使他生來瞎眼呢？」

耶穌回答道：「也不是他犯了罪，也不是他的父母，而是為叫天主的工作在他身上顯揚出來。」（若／約九3）而後耶穌治好了他。

儘管如此，仍有許多傳統聖經與神學的資源，在我生命中各個痛苦的時期裡，給了我無與倫比的幫助。其中一事最值得一提，原因不在於嚴重的程度，而在於它的持久，因為到今天我仍受它影響。我從中領悟的，仍感獲益良多。

我剛開始念神學的時候，就感到雙手和手腕有刺骨的疼痛。我先是想它過一陣子就會好，但是幾個禮拜過去，發現疼痛不止，我無法打字、幾乎無法提筆寫字，甚至轉門把或握住筆桿這些簡單的動作也都快要不行了。

六個月內我看了各科醫生——內科、神經科、骨科甚至

是手部的專家，只得到一個籠統的病名：重複性肌肉損傷。醫生要我立刻停止打字，免得損傷加劇。他又加上一句：這很可能無法復原了。

在絕望之餘，我求助於許多身心療法：按摩治療、指壓、針灸、甚至是可以稱之為祈禱治癒者的天主教徒，在他的辦公室為我做治癒祈禱。沒有一樣見效。

隨著時間過去，我已能將疼痛掌握至能夠忍耐的程度：伸展、運動、按摩，限制自己打字的時間，大致上還算有效。念神學期間以及之後的時期，這疼痛始終跟著我——其實到現在依然如此，我也必須限制每天寫作的時間。

念完神學後幾年，我到《美國》天主教雜誌工作，我開始對這不劇烈但明顯存在的痛苦感到愈來愈挫折。天主為什麼要這樣做？身為寫作者卻不能寫作算什麼？這有什麼意義？有天我向我的靈修導師傑夫坦露我的挫折。

「這當中有天主教在嗎？」他問。

「一點也沒有！」我說。這問題早令我心煩許久。我試著在一切事上找到天主，但似乎只是徒勞無功。這疼痛讓我念神學時連打報告都有困難，更阻礙我身為雜誌編輯和作家的的工作。既然我受派遣做這樣的工作，天主又為何阻撓我？我鬱悶地向傑夫承認，我在這情況中完全找不到天主。

「真的嗎？」他說，「一點都找不到？」

接著，雖然我並不想這麼做，但我的確開始回想起，這病痛如何改變了我。我告訴傑夫，由於我每天只能用短暫的時間打字，我對我能寫作這事更充滿感恩，因為我知道，這全靠天主的恩寵和所賜予的健康，縱使只是暫時的。我對我筆下的東

西也更謹慎。也許我也變得更有耐心了，因為我沒有辦法一次做到所有的事。我比較不會好高騖遠，因為我也不能多談將來還要寫什麼的偉大計畫。我也更留心那些身體殘缺和有著更嚴重疾病的人。或許可以說我更憐憫人了吧。

傑夫微笑了。「還有嗎？」

「我更體會到我有多仰賴天主，」我說，「畢竟我靠自己不可能完成一切。我更不容易忘記我的神貧。」

傑夫笑了出來。「但你剛剛才說一點都感覺不到天主？」

突然之間，我明白天主在哪了。這不是說我從此就很滿意自己的狀況，或者我會自願選擇如此，也不是說，我不再希望痊癒，甚至是我已經看透這件事的意義。

可是，我的確見到了某些天主的記號，其中有一部分，就是基督信仰傳統對受苦的看法。像是，我在天主面前感嘆這些事，沒什麼不對，甚至可說是健康的，許多《聖詠》的內容也是如此。像是，這痛苦是神祕的，我也許永遠也不會懂，如同舊約中約伯的疑問，但我仍然能與天主相伴。我可以試著（有時也會失敗）盡力效法耶穌，耐心面對痛苦。耶穌在自己的生命中受過激烈的痛苦，透過我與祂的友誼，祂能夠成為了解我試煉的那位，儘管這試煉微不足道。還有，痛苦能夠開啟體驗天主的新路。最重要的是，那當中天主與我同在，而且只有當我接受西茲杰克所說的「現實」，那小小的復活記號才能夠顯明出來。

在脆弱、神貧、破碎中，我們常能以新的方式遇見天主——也許是因為我們終於卸下防衛，對天主的臨在更加開放。這不能解釋我們「為什麼」受苦，但有時這就是整體經驗的一

部分。

但我的這點苦是微不足道的。在東非時，我遇過那些親眼目睹兄弟姊妹在他們面前被殺害的難民。我認識一位在波士頓纏綿醫院病榻二十年之久的女士。就在最近，我一位好友的太太，年紀輕輕，卻突然被診斷得了腦瘤，且無法以手術取出。我從醫院回家時，為他們兩位哭了一場。我立刻感到自己的痛苦和他們及其他人相比，有多麼微小。我的苦真是微不足道。

除此之外，我的痛苦不是你的。我對痛苦的看法也不是你的。就如同每一個信仰者必須找出自己走向天主的路，他／她也必須找出自己對痛苦的理解。雖然宗教團體的集體智慧是很不錯的資源，但另一方面那些好心好意的教友提供的老生常談，卻往往只是無濟於事的空泛安慰。有時這些速成的答案，甚至會阻礙個人更深入的省思過程。

教友當然會質疑那些輕鬆回應痛苦的答案。我的母親有次告訴我，有位老修女，跟我九十歲的祖母住同一所療養院。某天，這位修女的會長來探望她。老修女開始述說她忍受了多少疼痛。「想想十字架上的耶穌。」她的會長這麼說。老修女答道：「耶穌也只在十字架上痛了三小時！」

太過簡單的答案，沒有幫助，反而有害。

我的朋友，澳籍耶穌會士李察·雷翁納（Richard Leonard），最近寫了一本《神啊，祢是來整我們的嗎？》⁷（*Where the Hell Is God?*），裡頭就談到自身對這些輕率答案的體會。

李察的家庭飽經痛苦。他的父親三十六歲時死於嚴重的中風，留下他母親獨力扶養當時才兩歲的李察和其他孩子。李察二十五歲生日清晨，會院院長叫醒他，去接一通母親的緊急來

電。他的姊姊崔西（Tracey），原本在一家為澳洲原住民服務的健康中心工作，發生了嚴重的車禍。等到他和母親抵達醫院時，確定了他們最害怕的事：崔西四肢癱瘓。李察的母親淚流滿面地質問他痛苦的意義，他的信仰面臨考驗。李察說這是「他一生中最痛苦、也最重要的神學對話。」

「天主到底死哪兒去了？」他的母親問道。

✠ 播種時節，而非收割

耶穌會士戴爾普（Alfred Delp, S.J.）是德國神父及作家，因反對希特勒於 1945 年被納粹處決。沒想過自己會殉道的他，年輕時任性固執，然而面臨死亡之時十分平靜。在監獄中他寫下自己的命運：

我逐漸明白一事——我必須全然交付自己。這是播種的時節，而不是收割。天主播種，總有一日，祂要收穫。我該做的，就是確定種子落在好地裡。我要裝備自己，抗拒那有時幾乎要將我打倒的痛苦與灰心。如果這是天主所選的路——當一切都顯示確實如此時——我必須心甘情願地、毫無怨恨地走上這條路。但願將來，因為我們死於這試煉的時期，有人能獲得更好、更快樂的生命。

基本上，李察的回答是說天主陪著受苦的人。「我想天主



也感到內心沉重，」李察說。「就像《依撒意亞先知書》裡哀嘆的天主，就像在祂最要好朋友墳前哭泣的耶穌，天主對我們的痛苦沒有置身事外，而是在其中陪伴著我們，將我們納入祂的懷抱，分享我們的哀傷與痛苦。」

除了意識到受苦有時會帶來體驗天主的新道路，還有一個我覺得在痛苦時，最有用的神學見解：就是受苦天主的形象，那個分享我們哀傷，了解我們心痛的天主。就像你本能地會去找一位曾受過類似考驗的朋友分享自己的困難。同樣地，對耶穌，受過苦的那一位，你也更容易投向祂。「因為我們所有的，不是一位不能同情我們弱點的大司祭」，《希伯來書》如是說（希／來四 15）。

李察對於那些不假思索給出答案的人頗為反感。「有些最傷人、最可怕的慰問，」他寫道，竟是出自「我認識的最好的教友」。有些會說，崔西一定是做了什麼得罪天主的事。還有些認為她受的苦「就是為她過世時（在天堂）的居處，打下光榮的基石。」有些人說李察的家人是「蒙福的」，因為「天主只給那些配得的人十字架」。還有些更直接，就說這是「奧祕」，只能接納，好似根本不用多想。

李察拒絕聽從這些答案，寧願嚴肅地面對痛苦的現實，這面對只能出於不斷的掙扎，進行「巧妙的探討，在這脆弱的人世，天主究竟如何臨在、在哪裡臨在這個複雜的問題」。

當我們受苦時，朋友自然會想幫助我們，釐清痛苦的意義，也會常常提供像李察描述的那類答案。有些可能會幫到我們。但有些可能會使我們寒心甚至感到被冒犯。但終究我們每個人都必須與自己的苦難搏鬥。雖然信仰傳統能提供我們重要

的參考，到最後，我們還是得找到屬於自己的途徑，使我們能向上主誠實地面對痛苦與失落。

對大多數的信友來說，痛苦是一項奧祕，是我們仍須以全心、全靈、全意去體會。依納爵之道可以幫助我們這樣做。以下是我的建議。

依納爵對於痛苦的觀點

依納爵的世界觀，接受、看重的是基督宗教傳統與聖經中流傳的智慧。但同時，它邀請你深刻地默想基督的生命，思索天主怎樣在痛苦中陪伴你，為自己找出新的洞見，使你將這些智慧轉化為自己的經驗。

神操前面的〈原則與基礎〉中，就有一段點出痛苦的現實。在依納爵概述了人類生命的目的之後（「讚美、崇敬、事奉我們的主天主，因而拯救自己的靈魂」），他提醒我們，竭力對一切受造物保持平心。也就是說不畏於接受病痛、貧窮、屈辱，甚至是短命。透過各種默想，依納爵提醒我們生命常要面臨苦難：神操認為如此，基督宗教傳統也認為如此。

的確，神操中最有名的兩個默想，就融合了基督信仰傳統中對痛苦的理解。聚焦基督生平的神操第二週，一開始，依納爵就要避靜者默想他稱之為「君王的號召」。其中，我們要想像一位具有領導魅力的領袖邀請我們跟隨他／她。

首先我們要想像一位「世間的君王」，召喚我們與他通力合作。今天這類君主制的意象可能對某些人沒什麼感覺。比方說，跟隨獅心理查（Richard the Lion-Hearted）去打仗，在今天

顯然不如在依納爵那時來得吸引人。所以很多靈修導師會建議，改為想像一位較接近當代英雄／女豪傑的人物。我第一次大遊靜時，選的是牟敦（Thomas Merton），第二次則選擇了德蕾莎姆姆。

依納爵說，想像你的英雄問你是否要跟隨他。試想若這位英雄親自邀請你，與他一同踏上偉大的冒險旅途，你會有多麼興奮。若是心目中的英雄——無論是金恩博士（Martin Luther King, Jr.）、甘地（Mahatma Gandhi）、桃樂絲·戴（Dorothy Day）、德蕾莎姆姆、教宗若望保祿二世（Pope John Paul II），或是達賴喇嘛（Dalai Lama）——真的親自來邀請，大多數人該會立刻說「我願意」。但是，你的英雄提醒你，你的行動必須完全與他一樣，吃一樣的食物、穿一樣的衣服、在他工作的地方工作，無論有多麼辛苦。

接著，依納爵邀請我們想像耶穌召叫我們與祂並肩工作。如果想到一位英雄召叫我們，已令我們感到興奮，我們「豈不更加」願意跟隨耶穌？但是，依納爵又說，我們必須甘願經歷耶穌所經歷的。「誰願跟隨我，該同我一起勞苦工作，將來也要同我一起享受光榮。」

「君王的號召」，如同福音一樣，提醒你基督徒的生命始終有一些苦難——依納爵、西茲杰克和諸聖人都明白這一點。

「君王的號召」也含蓄地強調一位完全了解人類苦難的耶穌形象，這讓我們在面對痛苦時不那麼孤單。

再說，耶穌的痛苦並不單單指祂的受難。祂在納匝肋生活時，像祂同時代的人一樣，也會生病、也要忍受貧窮、為親友過世而悲傷——尤其是祂的養父若瑟，很可能在祂被釘十字

架前就過世了。在祂公開傳教的生活中，旅途疲憊，又有來自宗教權威的排擠，也許也曾感到孤寂，畢竟，這是一個沒有任何人能料想得到的使命。人們藉著想像式的祈禱默想耶穌的一生，而獲得這些新穎的洞見。

接著，依納爵神操第二週提出了兩旗默想。在本書第一章「富貴生榮華，榮華生驕傲」那一節裡，我們曾經討論過。善惡之間的浩大對戰，兩軍壁壘分明，各據一方。「善人的最高領袖是我主耶穌基督……仇敵的領袖是路濟弗爾（Lucifer）。」按依納爵的觀念，在我們內，行善與為惡兩種吸引力有場激戰。但是按基督信仰，依納爵相信善意的力量終究要戰勝那些惡的力量。

更重要的是，兩旗默想提醒你，雖然我們很明顯的要選擇給予生命，也就是選擇基督，這選擇卻會帶來痛苦，特別是「貧窮」、「輕慢」和「侮辱」。依納爵說，如果你願效法基督，你會希望更像祂，而選擇更困難的路。

選擇更艱難的路這個觀念在神操中多次出現。當中的邏輯是這樣的：如果我願跟隨耶穌，那麼我會選擇更相似祂。如果相似耶穌就是要接受困苦，那麼我在不違反天主旨意的前提下會尋求這些事物。

若是不了解跟隨天主的目標，上面這一點，如同神操其餘的部分，都會變得毫無意義。那希望從自身的受苦中效法基督的（即第三級謙遜），不是因為他渴望受苦本身，也不是因為他認為受苦是好的，或者是想要自我懲罰，而是為了更與他的英雄耶穌如影隨行，而耶穌的為人就是這樣的：安然接受來到祂面前的苦。

這可能是依納爵靈修中最令人難以理解的部分——選擇走那更困難的路。但對許多信友而言，這會有釋放的果效。因為這麼做，他們就能效法基督這位領袖，跟隨祂曾踏過的同一條路前行，體驗到自由與喜樂：即超脫過分的利己而來的自由，以及因跟隨心中的英雄而來的喜樂。

依納爵以獨特的方式幫助我們理解痛苦，這方法在於邀請我們以想像式的祈禱，默想基督的受苦。這就是神操第三週的默想題材。痛苦是一項奧祕，應當在你與天主的關係內加以思索。這樣的思索，有一部分可以在祈禱中進行，特別是在默想納匝肋人耶穌的生命經驗中進行。

第三週時避靜者想像自己跟著耶穌，由最後晚餐到革責瑪尼山園的折騰，被逮捕和鞭打，被伯多祿否認，被釘十字架，受盡痛苦，直到死亡。依納爵寫道：「按照所默觀的，考量吾主耶穌在祂人性上所受的苦，及所願意受的苦。」

避靜者在這些默想中，試著接受與耶穌同行的邀請，使自己與受苦的基督感同身受。其中依納爵要我們祈求「與痛苦的基督同苦，與心靈破碎的基督一同破碎、流淚，並祈求內心的哀傷痛苦。」在耶穌受苦時，我們也要在場，這對我們大部分人並不容易，我們都難以面對無法補救或排除的痛苦。

費林明寫道，這就好像耶穌對我們說：「讓我告訴你，是怎麼回事、我看到什麼、我感覺到什麼……只要陪著我，聽我說就好。」

118 心甘情願的接納

正因為有著跟隨基督、認同基督的強烈渴望，某些耶穌會聖人雖然並未主動尋求殉道，但當無可避免之時，他們也欣然接受。他們將殉道視為對天主終極的自我奉獻、他們最徹底的服從。這樣的靈修精神固然難以理解，卻是殉道者面對威脅時的主要態度。十七世紀時，聖依撒格·饒格和他的同伴在依洛魁族人中傳教時被殺殉道。他們在許多封家書中，一再提及接納的精神。下面節錄的是依撒格追述平信徒同伴賀內·谷比（René Goupil）殉道當天的經過。

一路上，他全然歸屬於天主。他的言談表達他對天主旨意的順服，心甘情願地接納天主要給他的死亡。他給出自己，猶如獻祭，在依洛魁人的火炬下燃燒成灰……他在一切事上、一切環境中，都尋求著中悅天主之道。

賀內·谷比於1642年死前，剛剛發願為耶穌會士。幾天後，他被殘酷地殺害。屍首被依洛魁人丟進深谷，依撒格只撿回他的頭骨和幾片碎骨。依撒格自己在四年後也殉道。紐約州的奧瑞斯維爾（Auriesville），今天已成為北美殉道者朝聖地（National Shrine of the North American Martyrs）所在，那深谷依然杳無人跡。芳草萋萋，聖賀內屍骨長眠何處，至今仍無人知曉。



基督是珍妮斯修女口中對天主所安排的一切「順其自然」、是西茲杰克口中接受「現實」、是聖保祿說「服從至死」的最卓越典範。藉著想像式地默想耶穌生平，我們能體悟出「接納」的真義；當我們接納時，會有怎樣的結果；以及天主如何在最黑暗的深淵，仍能帶來新生命。

更重要的是，藉著進入當時的場景，你會對痛苦有一個極為切身的理解，即使是最了不起的神學家也無法提供這點。費林明在《什麼是依納爵靈修？》中提到，這類祈禱「使福音的耶穌成為我們的耶穌」。它幫助我們更了解耶穌的受苦與我們自身的苦。

以下是費林明提到人們透過這些默想能學到什麼：

第三週的默想也教導我們，接納有多麼不容易。如果我們無法扭轉劣勢，我們寧願掉頭離開。也許是行動上的「離開」；好比我們可能忙到連坐在一個受苦的朋友身旁都沒空。也許是情緒上的「離開」：讓自己硬起心腸，和一切保持心靈上的距離。我們可能就會這麼回應福音上耶穌受難、死亡的記載。這些記錄描述極為殘酷、令人髮指的痛苦，但是我們也許會武裝自己不去理會。我們「知道」耶穌受難史。但依納爵要我們去「體驗」它，好像它就鮮明地發生在我們身旁。我們學習與耶穌一同受苦，從而學習與我們生命中的人一同受苦。

到最後，我們學到依納爵的憐憫，本質上就是我們愛的臨在。我們什麼也不能做。我們也說不出什

麼。但，我們可以「在」那裡。

記得「對禱」（colloquy）時的小技巧，就是在祈禱中向天主說話，「好似朋友與朋友間的談心」嗎？默想耶穌受難時，避靜者常會受到觸動，想和耶穌談談他們自己的痛苦。「看見」耶穌受苦，提醒著基督徒，有一位天主，儘管為了我們難以理解的奧祕理由——沒有帶走痛苦，卻了解什麼是痛苦，因為祂曾過著人的生活，正是這位天主，陪伴著我們。在我生命最痛苦的時候，就是這樣的祈禱安慰了我：與那位了解痛苦的耶穌交談。

我要簡短分享一次我做神操的經驗，作為上面討論的具體實例，不是因為我的經驗有多具代表性或多重要，而是因為談到痛苦，我相信，需要的是個人切身的經驗談。這也是一個機會，來分享依納爵默觀怎樣以私密的、令人意外的方式，來幫助你和天主相遇。

洛杉磯的耶穌

最近，我在洛杉磯的耶穌會院，做完第二次的三十天大避靜。這是我第二次（很可能也是最後一次）完整做完神操。雖然我小心避免有太多期待，但還是怕自己會刻意「表現」，想做出令人驚豔的祈禱成果，而過於期待自己在祈禱中應該「做」什麼，沒有把一切交給天主。

如果你覺得，都過了二十年，你總該有所長進了吧？你說得沒錯！

大避靜是耶穌會士最後階段培育的一部分。距離我第一次大避靜隔了大概二十年，跟我一起避靜的，還有在初學和在念哲學、神學時的老朋友。

神操第一週的重點在「被愛的罪人」，我似乎很容易就能進入情況，到第二週談耶穌在世傳教生活時更是如此。因為會院離太平洋海岸不遠，我每隔兩天就到沙灘上跑跑。默想耶穌在海邊召叫門徒的福音章節真是輕而易舉：我幾個小時前才剛去過那兒。

當我進入第三週，開始默想耶穌在人世最後的幾天時，祈禱仍進行得十分順暢。各種體會、回憶、情緒、感受、渴望，都在次次默想中紛至沓來。

比方說，當我默想革責瑪尼山園的耶穌時，就對接納、服從，以及耶穌或許遇到了哪些試探，有了新的體會。當耶穌有可能遭人拒絕時，祂也許忍不住想在宣講時不得罪任何人，好逃避祂的命運：這就是你可稱之為遷就（accommodation）的誘惑。當祂遭到反對時，可能忍不住想消滅祂的反對者——或是透過人的方法（比方說鼓勵祂的門徒來次暴動），或是透過神的干預（這可能本來是祂門徒們期待的）：這是消滅（annihilation）的誘惑。最後，耶穌可能想要拋下祂的服事使命，逃避天主所安排的路，過著平凡的生活：這是棄守（abandonment）的誘惑。

遷就、消滅、棄守。有多少次，我們禁不住誘惑，要逃避這樣的痛苦？我們可以遷就，不全然接納痛苦的現實——比方說，不深入所愛之人的痛苦，只在旁邊保持著安全距離。我們可以破壞朋友家人要我們進入他們痛苦的邀請，來施行消滅

——把那些讓我們必須面對面感受痛苦的人，都排除在生活之外。我們可以棄守、忽略自己面對痛苦的責任。

但是，耶穌接納了「具體情況中的現實」。

最後，我看見耶穌被關在比拉多潮濕的監牢裡，哭泣著。在我的想像裡，耶穌不是只為了自己和祂將要遭受的肉體折磨而哭泣，卻是為了另一件事：是祂偉大的計畫落空了。有多少次，你期盼著偉大的事，做著美好的夢，有著歡樂的計畫，卻只能看著它們徹底被粉碎？

在我的祈禱中，耶穌記得祂所有宣講的時刻、所有治癒的人、所有圍繞著祂的羣眾——準備好要重新開始、要大大改變、要為世界帶來喜樂。當祂獨坐牢房，一切看來都將歸於虛無。祂花費數年進行的偉大工作，好似即將結束。祂曾深深愛著的朋友，拋棄了祂。看來祂的工程，似乎已失敗了。

✠ 比往常更加如此

伯鐸·雅魯培在中風後，以及梵蒂岡種種暗潮湧動中，寫下這篇禱詞。這也是他在 1983 年耶穌會大會上，選出他的繼任者擔任總會長時，向會士弟兄告別演說的一部分。當時他已經不能言語。必須有人為他大聲念出禱詞內容。

我比往常更加感到自己在天主的手中。這是我從年輕以來，一生所懷的盼望。不過如今有一點不同：主動全然在上主手中。這的確是



深刻的靈修體驗，知道、感覺到自己完完全全
在天主手中。

耶穌相信自己該走的路，也信賴祂的天父，但祂怎能不難過？在祂黯淡的時刻——或者是我在祈禱中所想像的那一刻——祂也許會懷疑這一切是否值得。耶穌為此而落淚了。

這些正是基督徒能深入耶穌生命的時刻：當你自己身處悲傷、孤單、灰心之時，你會連結到耶穌的人世生命。而或許更重要的，是耶穌能夠連結到你的生命。

我要和你分享一個非常私人、鮮明的經驗，為的是說明在第三週默觀痛苦的祈禱中，有時會發生的情況。

怪的是，我上面提到的這些默想，來去之間幾乎都沒有伴隨著什麼情感。「情緒很淡」，我在日記中寫道。當我向我的避靜神師，一位名叫保祿（Paul）的年長會士，提到這點時，我也沒有什麼特別的感覺。保祿是位經驗豐富的靈修導師，他很認真地聽我描述。然後他說：「我認為你有些話沒說出來。」

「我沒有，」我跟保祿說，「我把我體驗到的都跟你說了。」

保祿很訝異我的默想如此缺乏情感，他鼓勵我再回到耶穌的受難史。他說，這次，坐在耶穌曾躺過的墓穴中。祈求恩寵，讓你能脫離無法更接近天主的一切。在那墓穴中，你有沒有任何需要「死去」的部分？

第二天，我不大情願地回到祈禱中，卻發生了奇妙的事。我想像自己坐在墓穴裡，卻看見瑪利亞從頭到腳裹在黑布下，默默地坐在我的旁邊。我向天主祈求，將我從所有負累中釋放

出來。

突然間我知道我要放在墓穴裡的生命重擔是什麼了。前幾週，我始終無意識地藏心裡——我不想去探究的東西，因為它們會破壞這次避靜的平和，就是那些我不想從「箱子」（套用唐納文的說法）裡拿出來的東西，傾瀉而出。一是孤單。不是沒有朋友的孤單，而是修會生活裡，存在性的孤單：度貞潔生活的孤單（單身、離婚、寡居的男女都會了解這種孤單）。另一個是厭倦。不是厭倦日常生活，而是兩樣、三樣甚至四樣工作同時湧來的沒完沒了的壓力（做父母的也會懂這種厭倦）。

所以我和耶穌說：「我又孤單、又疲倦。」當我這樣表達時，就有了依納爵說的「流淚的恩寵」。

我隨即發現自己站在十字架下，這是我所有祈禱經驗中，景象最逼真的一次。當天我剛讀完一本畢夏（Jim Bishop）寫的《基督死亡那日》（*The Day Christ Died*）。畢夏提到羅馬式十字架豎立起來可能離地不遠，而在我腦海中看到的正是十字架底座——四四方方、粗糙無文。而與我眼睛平視高度等齊的，是耶穌釘在十字架上的腳。

我想像自己抬起頭看耶穌的臉。祂一字一句地對我說：「這是你的十字架。你能背嗎？」

我知道，我被要求背起的是什麼。孤單與疲倦是絕大多數人的命運，不是只有耶穌會士。但它們仍是「十字架」。我不能接受這個「現實」呢？我能不能順其自然，接受天主為我安排的十字架呢？

「你能背嗎？」我想像著耶穌這樣問我。

我知道答案該是什麼，但我想要對自己誠實。

「我不知道。」我淚流滿面地回答。

「你願意跟隨我嗎？」祂說。

「我願意，但讓我得見安息吧。」我說。

默想結束後，我筋疲力盡。這種強烈的祈禱經驗對我並不尋常。（我的祈禱大多都很平靜，也不會這麼鮮明。就像其他人一樣，有時很充實，有時則很乾枯。）

隔天，我再次回到祈禱場景，再次請求耶穌讓我得見安息：也就是復活。我有點洩氣地發覺，自己大概不是殉道者的料——在接受十字架之前還要求「新生命」的證明。我知道自己不用和耶穌會的殉道者比，不過好像已經是比不上了。我感到挫敗。

中午我走進餐廳，有人已經選了一張《遠離非洲》（*Out of Africa*）的電影原聲帶播放。音樂旋律使我回到了我在肯亞的日子。一小時後我在小聖堂裡，滿心都是我在東非的回憶。我想像著自己和仍舊身披黑衣的瑪利亞，站在耶穌會難民中心附近，那座我喜愛的青翠山坡上。許多年前我曾在那裡得到很大的安慰，於我而言，那地方至今仍象徵著絕大的自由與喜樂。

我和瑪利亞一起走過我在奈洛比工作了兩年的各個角落：從幫助難民們開設的小店舖、昏暗的難民之家、工作回家時必經的廣闊草地通路，到難民棲身、雜亂無章的貧民區。我看見他們燦爛的臉，聽見他們的東非口音，感覺到他們溫暖的情感。

這樣的復活真好。我想。可是，這就是全部嗎？這對我夠嗎？

接著，耶穌突然站在我的身旁，身穿耀眼的白袍，容光煥

發，喜樂洋溢。我毋須刻意思象：這景象就直接出現在腦海裡。耶穌向我伸出手，對我說：「跟隨我吧！」我倆就回到了同樣那些地方，走過一地又一地，這次，祂握著我的手。這鮮明地提醒了我，當我在那裡時，祂一路都陪著我。

在我生命中感到最自在的那一處地方，耶穌出現了。這個復活的體驗，充滿驚奇、切身與親密感。那一剎那我頓時明白，只有接納了孤單與疲倦，才會經驗到我在肯亞時所感受的。天主好似在對我說：「是的，你必須接受孤單與疲倦，但當你接納時，這些自會等著你。當你說『好』時，就會得到。你知道的，因為你經驗過。那就是新生命。」

這經驗提醒我，依納爵祈禱能帶來多麼大的幫助，使我擁有這樣一次切身、意義深刻、帶來轉變的瞬間，甚至難以向他人描述。這也提醒我靈修指導的重要——沒有保祿的帶領，我就只會避開這段旅程。

從那時起，我不再那麼害怕孤單或是過多的工作了。這是天主要我接納的，我生命的一部分。但是我也知道，這接納同時使我能常見到新生命的記號。十字架通往復活。

這一切又回到服從。天主有時要求我們每一個人，接受某些在那時看來無法接受、無法忍受、甚至是不可能的事。對我來說，曾是孤單和疲倦。對另一個人來說，可能是身患重病、失去工作、配偶過世、也可能是家庭危機。

我的意思不是要你追求這些，也不是說什麼都不能改變。我的朋友克里斯在避靜後說：「不要因為避靜，反而工作時間更長！」然而，生命中某些掙扎是無可避免的。至少，在我自己的生命裡，擁抱這些掙扎有時會領你走向天主的新路。

這點小小的體會，也許在你此刻所經歷的痛苦面前，微不足道。但它幫助了我的生命，我想與你分享這點，也希望在你困難的時刻會有所幫助。

這些洞見有不同的名稱：是西茲杰克所謂的接納「現實情況」；是珍妮斯修女說的「順其自然，聽任天主安排」；是耶穌說的「每天背起你的十字架」。接納。放下。謙遜。神貧。在一切事物中找到天主。

所有這些都在講同一件事，所有的字詞片語都指向一個名詞，在本章剛開始時這個名詞可能很陌生，然而卻是賦予生命的道路上的核心：服從。

-
1. 參見《耶穌會會憲》，第 547 條 1 項。
 2. 貝瑞、杜赫提合著，張令惠、曾玉琴合譯，《行動中的默觀者——七種耶穌會靈修的創造性張力》，台北：光啟文化，2005。
 3. 譯註：新法蘭西指的是法國在北美洲占據的殖民地，為密西西比河沿岸至五大湖一帶。
 4. 參見《耶穌會會憲》，第 223 條 5 項、225 條 6 項、226 條 7 項。
 5. 西茲杰克著，劉德松譯，《西伯利亞的沉思》，台北：光啟文化，1986。
 6. 高薩德著，王敬弘譯，《父，隨祢安排》，台北：光啟文化，1976。
 7. 李察·雷翁納著，張宗德譯，《神啊，祢是來整我們的嗎？》，台北：光啟文化，2014。

5.我該怎麼辦？

依納爵的抉擇之道

我的耶穌會士生涯中最困難的一次決定，大概就是延後念神學之後，選擇要留下或出會的那一次。我對天主做了一生的承諾，但是那時發生的事卻好像與我的初衷背道而馳。（現在回過頭看，那似乎是個很容易的決定，不過就和其他類似的選擇一樣，在當時看來並非如此。）我知道，那將是會改變我一生的抉擇。幸好，我的靈修導師非常善於耶穌會士所說的「分辨」。

「分辨」是依納爵在神操中討論如何實行決定的統稱。一位耶穌會長上會被認為善於分辨，不只是由於他在做每項決定的過程中都認真祈禱，也是由於他熟知要做出好決定時所需要的那項依納爵式的技巧。

我在上一章提過，耶穌會士相信做決定時，特別是任務指派方面，過程才是重點。我們也相信如果長上和當事人都力求聆聽天主的聲音，就能在過程中依靠天主的助佑。所以，就算耶穌會士被派到他們不想去的地方，若分辨的過程夠審慎，也會緩和他們的不滿。同樣，就算發現自己被派到「想」去的地方，要是分辨過程太草率，還是會讓他們心存疑慮，不知這決定是否妥當。

我們做決定的技巧主要來自神操中所安排的操練。依納爵預設做神操的人，都正在面臨生命中的一個轉捩點，所以神操中包含了一些極為上乘的技巧，以助人做出良好決定。我們將在這一章檢視這些技巧。依納爵之道會幫助你回答這個問題：「我該怎麼辦？」

依納爵做抉擇的實用方法，已有數百萬人追隨其道的果效。這些方法看來很抽象，所以我會用些實際生活中的例子來闡述依納爵所要表達的。

持平之心

在進入做決定的過程之前，依納爵要我們試著保持「平心」（indifference）。換句話說，處身在做決定的過程中試著讓自己愈自由愈好。「我乞求祢，我主，除去一切使我與祢分離，使祢與我分離的事物。」法伯爾這麼寫道。

「平心」很容易被誤解。多數人聽到這個詞，想到的不是自由，而是乏味或不感興趣。幾年前，一個剛訂了婚的年輕人，滿腹心事地來找我：他不確定該不該繼續準備結婚，他輾轉思索卻不知自己是否願意做出一生的承諾。真是個傷腦筋的困境。在第一次談話時，我說：「這樣，你首先該做的是保持平心。」

「平心？」他說：「我們在談的可是我的一生欸！」

依納爵所說的平心，其實是自由。自由地重新面對每一個決定，能夠超脫原先的成見，退一步來看，願意審慎地在各個考量中取得平衡，在自己的生命中對天主的工作保持開放。

《神操新譯本》¹的譯者，耶穌會士剛斯（George E. Ganss, S. J.）如此註釋「平心」：

不執著某一事物或以某種選擇比另一種好；不偏執，沒有成見；在把做明智選擇的理由弄清楚以前，暫時不做決定。

剛斯總結道：「這並不是說，事不關己或不重要。而是對各種錯亂的傾向持有內心的自由。」這也正是我向那位考慮延後婚禮的年輕人所傳達的，只是沒那麼振振有辭。

所有重要的決定，都有自己的包袱。「我該和這人結婚嗎？」或者「我應該照原定計畫結婚嗎？」問題背後，可能有你的未婚妻／未婚夫、你的父母或者你最好的朋友，在催著你結婚。或者要你別改變計畫。

雖然有時朋友或家人的建議，也能幫助我們做出很好的決定，但依納爵希望我們在做決定過程的一開始，就盡量保持中立。這點常識經常會被遺忘。

依納爵有個有名的比喻，就是人要盡量保持像「天秤上的指針」。如果你看過舊式的金屬秤，像以前肉舖子裡面秤肉用的磅秤，你會記得，當秤上沒有東西，一動也不動時，有根金屬箭會垂直向上指——也就是零。代表兩邊都沒有任何東西。

這就是依納爵要求的。當我們要開始做決定時，得盡力如同金屬指針一般——不向任何一邊靠攏。你可不能學那黑心肉販，偷偷把指頭按向指針捏造重量。那是欺騙。一開始就認定自己應該選擇某一邊，只是在自我欺騙，不可能做出好的決

定。

做決定時要保持平心並不容易。論及婚嫁的那位，身陷嚴重的情緒危機，要保持平心幾乎不可能。但這是個重要的目標。如同靈修生活中的一切，你朝向那目標行進，且盡可能保持自由之心，平心就是來自天主恩寵的結果。

依納爵剪髮記

依納爵做正確決定的方法中，許多著名的例子都來自他自己的生活經驗。我提過，最早的一個例子，就是他在閱讀基督生平與聖人行實中獲得的啟發。當依納爵起了仿效聖人的念頭時，內心便感到平安。當他想做些較為世俗之事時（吸引「某位女士」的注意），便感到枯燥乏味。慢慢地，他明白了這就是天主帶領他的一個方式。

依納爵意識到，如果你按天主對你的意願而行，很自然地會感到平安。這個領悟——跟隨天主的邀請就有平安——是依納爵式分辨的中心。如果你與你內天主的臨在一致，你會感到正確、平安，也就是依納爵所稱的「神慰」。這感覺標示著你走在正確的道路上。

相反的，靈修上「神枯」的感覺，依納爵形容為「使人憂慮不安的各種煩擾、誘惑」之舉，代表你走在錯誤的道路上。從神慰和神枯各自發展出來的思慮和感覺，正好相反。前者帶你走向正確的路、正確的行動、與天主正確的關係；後者則完全相反。

IHS 神操的教導

因為靈修上的神慰與神枯，對依納爵式分辨至為關鍵，我們應該來看看依納爵原本的定義。論神慰，他所指的不但是那使靈魂對天主「懷著愛情而燃燒」，甚至因為這愛情而落淚的種種感覺，更是²——

一切信、望、愛三德的增進，一切內心的歡樂情緒，凡是能引人嚮往天上之事，專務救靈魂，使人安息於造物真主的，都是神慰。

論神枯，依納爵指的是所有「相反」神慰的感覺，就是

靈魂的昏暗、內心的騷擾、傾向卑鄙的事物，及由各種誘惑所引起的擾亂不安。這一切使人喪失信心，缺乏希望及愛情；人總是覺得懶洋洋的，冷淡、憂悶，好像離棄了造物主天主一般。

這些感覺，包含了依納爵初次皈依時，以及之後多年祈禱、為無數人進行靈修指導中獲得的經驗，這能使我們分辨，哪些選擇幫助我們接近天主。

這個依納爵式分辨的基本元素，植根於他個人的經驗，以及對天主如何在他人生命中運作的觀察。倫敦希斯洛普學院（Heythrop College）的靈修學教授隆斯戴爾（David Lonsdale），在《心領神會》（*Eyes to See, Ears to Hear*）一書中談到分辨。隆斯戴爾認為，分辨就是「對於各種感覺，屬靈的詮釋與評估，特別是我們受這些感覺推動的方向。」艾文斯（Michael Ivens, S.J.）在《認識神操》（*Understanding the Spiritual Exercises*）一書中指出，分辨是「在人的意識中認出聖神的行動」。費林明則稱之為「懷著愛心來做決定」。

分辨有實際的目的。它不只是一種尋求天主旨意的方式；也不是一種能更接近天主的祈禱。「分辨」能幫助人決定什麼是行動的最好方式。它不只牽涉到人與天主的關係；更是如何在現實世界裡，活出你的信仰。依納爵是位成效導向的密契家。

同時，務實的他，並不排斥在面對新資訊時，改變自己的想法。

我說過，他皈依後不久，就退隱到茫萊撒郊外一個潮濕的洞穴去。懷著特有的熱情，依納爵決志為了擺脫過去的虛榮，他要徹底改變作風。那位過去愛慕虛榮的人，如今不再理會自己的外表，任憑髮鬚生長，也不修剪指甲。從前那位風度翩翩的軍官，鐵定成了一副嚇人的模樣。

幾個月以後，他改變了心意。為什麼呢？因他發現，嚴厲的苦修對自己的終極目標「拯救人靈」，並沒有什麼幫助。雖說他採用這樣的苦行是出於正當的理由，但為了達到目標，他放棄了這樣的方式。原因不太確定，也許是他覺得他怪異的外

表，反而令人不敢恭維。不過，不管動機為何，他寫道：「他放棄這些原先的極端作風。」

自此之後，他採取中庸之道，減輕當時正盛的靈修苦行。幾年以後，他也建議耶穌會士，若有礙工作效率，不可力行類似的苦修。《會憲》勸告耶穌會士，在一切事上保持中道，維護身體健康；要吃得營養，好好運動，有適當的休息，好能完成工作。「為事奉天主，適當地維護健康和體力，值得稱讚，也是每位會士所應注意的。」說來頗有道理。

關於剪髮這件看似不重要的決定，是依納爵多次衡量一項行動利弊得失的第一件，同時也明白了一再評估的必要性。

他皈依幾年後，舉行彌撒時，常因過於激動而落淚。但這帶給身體很大的負荷，淚水也影響了他的視力，有段時間他甚至決定放棄彌撒，好讓身體復原，才更能夠工作。對於依納爵而言，分辨也時常代表要改變作法。

依納爵有足夠的「平心」，能從經驗中學習。那個昔日不顧自己健康、苦行的朝聖者，有足夠的自由，徹底改變，並且在日後提醒耶穌會士們注意自己的健康。

這位基督宗教史上最偉大的神祕家之一，也能縮減他祈禱的時間，並提醒會士們不可過度祈禱免得耽誤工作。依納爵了解到，為達成你的目標，有時需要改變途徑。甚至，有時還得徹頭徹尾的改變。

他初期的同伴之一納達爾就曾記述，即使是計畫整個耶穌會的方向，「他都溫柔地讓聖神帶領到不可知的地方。」

在我們看依納爵如何實踐做決定之前，最後岔題一下：對依納爵來說，所有成熟的決定，都是在「善」中間的選擇。換

句話說，你不會去考慮明顯是惡的事物。所以像是「我老闆是混球，我該揍他一拳嗎？」這種問題就不用考慮了。同樣「我該不該砍掉鄰居的楓樹？它老是掉葉子在我的草坪上，我每個禮拜六還得清理！」也不用多想。兩樣都很明顯是不好的決定。雖然你的感覺希望這麼做，它們都不是依納爵認為需要考慮的決定。（當然啦，依納爵自己就是老闆，也沒在市郊住過。）

有些事並不需要考慮。如果你已經做了一個「不可更改」的決定，依納爵會說，你應該堅持下去。承諾必須被尊重。如果你因為很好的理由，做了一個「可以改變」的決定，你對這決定感到心安，而且沒什麼理由改變，那不需要自找麻煩做新的決定。

所以我不會在每年避靜的時候都考慮：「我要不要繼續留在耶穌會？」我需要時不時的釐清自己，甚至有時會禁不住想到出會（或者像我朋友克里斯開的玩笑，你會忍不住「就是想要去想一下出會這檔事」）。但這不是一件需要決定的事。依納爵說得好：別浪費時間。你已經做出承諾了。

還有，如果你做了很好的決定，突然感到沮喪，也不表示你需要重新考慮。假設你已經決定要做個更有度量的人，決定原諒一位跟你已經鬧翻好幾個月的朋友。所以你找他聊了。結果你的原諒，似乎沒能立刻修補這段關係，這並不表示，你該停止做一個能寬恕人的人。「當你做出更好地服事天主的決定，但後來卻感到孤單時，你也不該改變決定；因為這通常都不是善神在推動你。」泰特洛（Joseph A. Tetlow, S.J.）在《在基督內做抉擇》（*Making Choices in Christ*）中這麼說。「當你感

到喪氣時，更要祈禱，更要給人幫助，這會讓你好轉。」

另一方面，如果你搞砸了某個可以更改的決定，不妨重新來過。「以適當方式重新來過」，依納爵這麼說。如果你做了一個不好的決定，但是還可以更改，何不重新檢視一切呢？

依納爵在神操中，列舉三個做決定的「時間」，也可以說是你面臨做選擇的三種情況。接下來的討論可能有點難掌握，甚至你可能一開始會覺得有點被專有名詞和各種步驟搞昏了頭。我在初學時剛接觸這些練習，就是這種反應。

但別擔心。或許是因為依納爵出身軍旅，又或者因為他需要經營一個龐大的修會，所以他喜歡把事情安排得有條不紊。所以神操裡頭處處都有條列式的清單，通常是兩條或三條一組。兩旗默想、三級謙遜、選擇的三種時間。有時會覺得這些更像代數而不是祈禱。

就算在底下的討論裡，你搞不清楚自己在哪種時間、或用什麼方法，也沒關係。重要的是找到對你適用的一些技巧，或技巧的組合。如果有足夠的練習，到最後，你會發現這些技巧會成為很自然的習慣。

你也會發現這些做決定的技巧，真的很實用。

三種時間³

第一種時間

有時對於該做什麼感到毫無疑問。這就是選擇的第一種時間。依納爵說，你的選擇「毫不疑惑，甚至不可能懷疑。」

舉例來說：你從某個時間開始，要在某個城市的某公司找工作。經過幾個月的面試，你被錄取了。你交了好運，也很確定這是你要的。你馬上接受了新工作，完全不用多想。

依納爵把第一種時間和聖保祿（保羅）見到天上的強光而失明、並且聽到耶穌的聲音作對比，歸類為第一種時間。其中毫無疑惑。保祿受到指示前往大馬士革，他也照做了。

最近有個演員告訴我，他在高中時代愛上演戲。在第一次演出後，他就決定了自己的職業生涯，再也沒回頭考慮，也從沒後悔過。「我愛演戲，愛到不能自拔。」他說。就是這樣。第一種時間。

《神操再造》的三位作者在書裡提到一個第一種時間的絕妙例子，是其中一位作者的女性朋友經驗之談：

過去二十年我讓先生完成了學業，然後是我的孩子。我很開心帶孩子參加少棒聯盟，但現在輪到我為自己做點什麼了。家附近就有一所社區大學，我的兒子剛拿到駕照，所以我不用再開車帶他放學後去打球了。現在，我要回到學校。時機正好，也正是我該做的事。我就是知道。

上面這些例子，都牽涉到一個決定，雖然不是每個人都會拿他的經驗和聖保祿相比，但都是同樣地無一絲疑惑。可以說，問題跟答案幾乎是同一時間出來的。

我最後決定進入修會也是這樣。我在上冊某章說過，一天晚上我下班回家，恰好看到牟敦的紀錄片，就這樣讓我決定入

修會。回過頭看，這正是第一種時間的選擇。

那時，我在康乃狄克州斯坦福市的奇異家電公司人力資源部門上班。某天晚上，我回到跟兩位朋友同住的公寓，已近九點。換下上班的西裝，翻翻冰箱還有什麼剩菜可吃，把一盤放了許久的義大利麵丟進微波爐，坐到電視機前，開始一台換一台。

不一會兒，我就停在一部討論某位熙篤會修士的紀錄片上，我根本沒聽說過這位修士。各行各業的人——音樂家、作家、學者——現身螢幕前，為他對這些人生命的影響作證。節目中詳細描述了牟敦皈依天主的漫長旅程，從寂寞的小男孩、反叛的大學生、漫無目標的研究生，到新生的天主教徒，最後成了熙篤會的修士。但節目中最引起我注意的，不是故事，而是牟敦的相片。他的臉龐煥發著一種寧靜神采，我不曾體驗過，但又深受召喚。

第二天，我搜尋牟敦的資料，開始閱讀他的自傳《七重山》⁴。看完傳記那天深夜，我突發念頭，想要做牟敦在 1940 年代做過的事：放下令我困惑的生活，加入一個修會。（我那時還不清楚，修會生活也不是沒有困惑的。）慢慢地，我認識了耶穌會，看來最適合我的一個修會。

儘管那天晚上，我有渴望加入修會的念頭，但我還有抗拒。足足兩年，我才能完全確定自己的心意。我再次埋首工作，想要加入修會的念頭，就靜靜地埋在我的靈魂裡，像顆等待發芽的種子——直到水來澆灌它。

終於有個人——是我當時因為工作壓力過大，在看的心理醫生——澆灌了這顆種子。他問了我一個問題，幫助我認

清了自己的渴望。那一天，我向他抱怨自己的工作。沒有成就感、毫無趣味、再多做幾年我就真的不想幹了。

最後他說：「如果你可以做任何你想做的事，你會想做什麼？」

這個答案，好像早已準備好了一輩子。「很簡單，」我說。「我想當個耶穌會神父！」

然後他說：「那為什麼不呢？」

「對呀，」我說。「我為什麼不？」

成為耶穌會士的路，突然明確了。雖然我對耶穌會所知不多，對申請入會的過程更是沒頭緒，但我很肯定，我想要立刻加入。這是個真正的頓悟，「啊哈！」的一刻。就像保祿，也有「像鱗片的東西」，從我的眼中掉出來。就如依納爵所說，我毫不疑惑，也不能懷疑。一切都水到渠成，幾個月後，我就入了耶穌會初學院。這是我做過的最好決定，也是唯一少數幾次我經驗到的，第一種時間的選擇。

第二種時間

第二種時間比較不明確。它不是一見鍾情。不是像保祿被擊倒那樣清晰。它不是「啊哈！」的一刻。它需要做些考慮。

在第二種時間裡，你可能不是很確定，至少一開始是這樣。回到之前生涯規畫的例子，你找到了一份有好薪水的工作，但是要開始工作的時間點不對。或者薪水不錯但不是你要的工作。對於要怎麼選擇，開始時可能不太清楚，隨著時間過去，你考慮了、找人談過、也為此祈禱了，逐步認清你的決定。你覺得自己傾向接受這份工作。

這個時候，依納爵說，可以好好思索，哪一個選項令你有最大的神慰。依納爵要你正視內心的「動態」，把它們當作天主幫助你做決定的記號。對那些試著分辨天主對他們的生命有什麼希望與夢想的人，天主的臨在主要是透過神慰來展現。

再說一次，神慰是對天主臨在的感受，以及那些導向平靜、安寧及喜樂的內在感覺。在此抉擇的時刻，神慰就是感受到平安，感受到抉擇是正確的。神慰使你對自己的決定，感受到鼓舞、自信而平靜。

有好多年我都在思索，做出好的決定與神慰之間的關聯。這聽起來幾乎像迷信。天主真會給人強力的神慰，好像變魔術一樣來幫助你做決定嗎？

不是這樣。隆斯戴爾寫道，當某個決定與天主對我們獲得幸福的渴望「一致」的時候，我們才會感到平安。依納爵知道，天主透過我們最深的渴望來工作。當我們跟隨著天主的道路，才會有一切都對了的感覺。因為事物的確是同步的，我們才會感覺到它們同步。

隆斯戴爾對神慰的解釋頗為精闢。神慰的感覺最主要的就是「朝著成長、創造力以及對生命和愛真正的充實感前進，使我們願意更完美、有力而慷慨地愛天主、愛他人，並正確地愛自己。」

神慰的反面則是神枯。依納爵所謂的神枯指的是任何使我們失去希望的事物。感到焦慮不安，或是心神不寧，或像他所形容的，「懶洋洋、冷淡、憂悶」。這些感覺代表你正在遠離正確的決定。

依納爵式分辨意謂著信賴天主會透過這些靈修經驗，同你

談談你正在考慮的選擇。

費林明寫道，我們的心會慢慢告訴我們，哪一樣選擇使我們更接近天主。這些都基於相信天主的確推動著我們的心，相信我們會愈發敏感於天主在我們內的聲音。

依納爵在邦布羅納養傷時，一想到要跟隨聖人的腳步，就感到神慰。當他想著要引起「某位女士」注意的時候，就感到神枯。他逐漸了解，這是天主召喚他採取最佳行動的方式。這也是你在第二種時間裡，要在祈禱中權衡評估的各種感覺。

✠ 母親的分辨

有個跟分辨有關的笑話：一位女士來徵詢本堂神父的意見。「神父，」她說，「我有個六個月大的兒子。我很想知道，他長大以後會做什麼。」

神父說：「在他面前放三樣東西。一瓶威士忌，一張一塊錢紙鈔，跟一本聖經。如果他拿了威士忌，表示他將來會做酒保。如果拿了紙鈔，表示他將來會從商。如果他拿了聖經，那就會當神父。」母親謝過神父，就回家了。

第二個禮拜，她又回來了。「怎樣，」神父問道，「他選了哪一個，威士忌、紙鈔、還是聖經？」

母親答：「他三個都拿了！」

神父說：「哈，一個耶穌會士！」

除了為自己的決定祈禱，並且審視有無神慰的感覺之外，



還有一種方式可以在第二種時間（及第三種）內進行。就是想像自己在各個選擇之下，生活一段時間的情景，看看哪一樣選擇給你較大的平安。

頭幾天，你就試著去過你做出某種選擇之後會過的生活。雖然你還沒做出決定，但是去想像你已經決定好，並且就照那樣的決定去過日子。好像你試穿毛衣一樣，先「試穿」一下你的決定。你的感覺如何？你感到平安還是焦慮不安？然後再來的幾天，你則反轉這樣的生活。你的感覺又是如何？

這是非常有效的方法。我們的腦筋常常只會不停地在兩個選項中打轉，好像草葉上跳來跳去的蚱蜢，沒有給自己足夠的時間來考慮任一個選項。但是想像自己按照其中一種行動方案來生活，接著是另一種，這樣做了以後，會有些原先可能沒注意過的想法浮現腦中。時間會讓利弊得失變得更清晰。在這過程結束時，問問你自己，哪一個選擇給你最大的平安？信賴你的感覺，然後做出決定。

不過，費林明也說，分辨不只是有沒有平安的感覺而已。你必須仔細評估內在所發生的一切。「對於某個選項的自滿或得意之感，可能會偽裝成神慰。有的時候，神枯所帶來的焦慮不安，也有可能適時地為我們指出新方向。」誠實面對你真正的感覺，並問為什麼，至關緊要。

說到做決定，第一種時間或第二種時間，相對來說都比較不困難。第一種時間的選擇顯而易見。第二種時間一開始要比第一種來得模糊，但是，在祈禱、思考之後，透過神枯與神慰的感覺，也會變得夠清晰，指向依納爵所說「足夠的光照和認識」。

第三種時間

對許多人來說，最常見的選擇情況是第三種時間。你會發現自己有兩個以上值得考慮的選項，但沒有哪一個特別明顯。既沒有「啊哈！」的靈光一現，祈禱的結果也總是模稜兩可。

依納爵說，「靈魂沒有受到不同神類的推動，傾向哪一方。」在這種不明朗的時刻，正是定義清晰的依納爵式操練有可能最能派上用場的時候。其技巧也會帶來意想不到的效果：那就是平心靜氣。最近，一位來找我做靈修諮詢的年輕人就說，光是知道有這些技巧，就讓必須要做出重大決定的他，感到不那麼惶恐。

對於第三種時間，依納爵提供了兩種方法。用一個大家很熟的例子：要買一間新房子，還是要待在你現在住的狹小公寓？所有做過這個抉擇的人都知道，這一類改變真是嚇人地複雜——其中有經濟的問題，也有情感的問題。

第一種方法是根據理性。再一次，要以「平心」開始。不管之前你已經為這個選擇煩心了多少，你仍應該保持中立，不偏向哪一邊。

這是個主要的看法。倘使我們早已心有定見或默認某一邊，我們不可能自由地做決定。依納爵寫道：「使我的心保持平衡，不為任何偏情所吸引；對目前所要討論的事不偏不倚，採取它或放棄它，無可無不可。使我好像天秤上的指針，保持中立。」

依納爵寫下了第一種方法的六個步驟：

第一，在祈禱中，把選擇放在自己面前：用上面的例子，

就是要買一間房子，或是繼續住公寓。

第二，認清自己的終極目標。對依納爵來說，就是渴望事奉天主，同時要保持平心。

第三，請求天主幫助，推動你的心念，朝向較好的那個選擇。

第四，在腦海中、或者在紙上列出清單，第一個選項有哪些正面和反面的結果。然後再列出第二個選項，有哪些正面和反面的結果。

要買房子的人，可以列出買房的好處：空間更大、對房子的使用有更多自由、付房租的錢可以拿來擁有一棟房子等等。然後列出買房可能有的顧慮：你要背貸款、要照管房產、剪修草坪、為修繕而操心等等。

再想想另外一個選項。有哪些好處？留在原來的公寓，你就不用花時間搬家，住在原來的地方也許比較自在，也可以不用改變習慣了的日常作息。有哪些壞處呢？租金節節上漲、居處狹窄擁擠、吵鬧的鄰居。

這第一種方法提醒我們，沒有哪個選擇會帶來完美的結局。結果都是好壞參半。列出正反理由，會讓你從「好決定」等於「完美的決定」這個迷思中超脫出來。

第五，現在，你手上有清單，以這些來祈禱，看看你的理智傾向於哪一邊。最後你會感覺到，其中一個選項會帶來某種平安。不過，還有最後一步。

第六，請求天主幫助，在某種程度上確認所做的是正確的決定。

做每一個決定，都應該向天主請求這樣的確認。依納爵認

為人可以經驗到這種「抉擇正確」（rightness of our choice，借用隆斯戴爾的說法）的確認。也許是指上面描述的神慰經驗，也許只是感到自己與天主的關係平穩。不好的決定則多半帶來神枯或焦慮，就像我們轉錯了彎一樣。艾文斯說：「我們祈求這份確認，是為了肯定這的確是天主給我們的旨意，也確定要這麼去做，並且抵抗內心那種想要快速獲得解決方案的傾向。」

艾文斯提醒我們，應當安於我們所得的確認感，無論它是怎樣的形式，或怎樣地平凡。「這種確認感到最後，也有可能只是對所做的決定，沒有什麼疑問而已。」

但這不表示好的決定就不會讓你心煩。如果你決定要搬家，那可是大工程。而且每個人都會有一些「買房懊悔」的情緒。你可能想起買下新房子背負的種種責任，就感到有些苦惱。但只要內心深處感到神慰，感到平安，覺得自己往正確的方向前行，那就八九不離十了。

有時確認感會以戲劇化的方式出現。有時它明確的程度甚至會令你會心一笑。我多年的好友克里斯，曾想著要離開原本在一家大企業擔任投資經理的工作。他的母校，一所中型的大學，想要聘他回校工作，管理他們的資產投資。克里斯差不多就要答應新工作了，但好像還有什麼讓他猶豫不決。

到了要給學校回覆決定那天早上，他打開電腦。克里斯是聯合基督教會（United Church of Christ）的忠實成員，每天會上網閱讀信仰小品，一則讀經與信仰的短篇默想。這天早上他打開電腦，點到他每天早上看信仰默想的網站。當天的標題是：「離開的時候到了」。

也許主在此時此刻，給你的生命帶來這個訊息，就是要再次鼓舞你，聽從祂的帶領，放下教你感到安全的，跟隨祂，走向更大、更好，但幾近未知之處。

克里斯有了這份確定。他笑著敘述這件事，說：「天主這麼直接真好，不是嗎？」

不過大多時候，天主沒那麼明確。所以，不管天主給你怎樣的確定性，要知足。

這份確定性也要從外在於你之處來尋找。它不只是你的感覺，甚至是「對的」的感覺而已。在耶穌會士的生活中，如果你的決定和長上的決定不一致，可以說根本就不能算確定。對於大多數人來說，確定感來自充分的驗證。

比方說吧，你已經決定要挑戰你上司在辦公室的情緒性發言。你已審慎地分辨，決定在你年度工作表現評量時，提出這件事。但到了當天早上，你發現老闆心情糟透了，剛剛才對另外一個同事發飆。看來你打算在今天挑戰他的決定，不那麼令人確定。但這很簡單，也許只要等個幾天就好了。雖然你做了分辨，不表示你不該認清現實，看看真正的生活是否肯定你的決定。有位會士說得好：「相信你的心，但也要用用你的腦袋。」

這不是說你的決定不對。只不過，這也許是你該依照新的狀況，來做分辨的時候。這也是耶穌會士教導學生們用的「反省—行動—反省」的模式。你反省某個抉擇，根據反省而行動，看看狀況，然後再根據這經驗反省，再做出新的決定往前進。這也是身為「行動中的默觀者」的一部分，這樣的人始終

會對自己活躍的生活加以反思，如同依納爵一樣。

現在，你也許會說對於在第三種時間做選擇而言，你挺明白上述這個第一種方法。「沒什麼嘛——就是列出正反理由罷了！」

但是依納爵特別點出了我們做決定時，常會忽略的幾個步驟。

首先，他提醒我們保持平心的重要。許多時候，我們面對抉擇關頭時，往往早已心有定見，或者太過在意別人怎麼看我們的決定。要盡量避免這兩個陷阱。

其次，第一種方法運用理智勝於感情。這會幫助你去掉在面對重大決定時，常有的無比焦慮。做決定時，情緒很重要。但是有時候，面對一項重大決定，我們太過情緒化，以至於雖然知道要做個比較表才對，卻因為那些情緒性的壓力而根本不記得了！第一種方法提醒我們，運用理智的重要。

第三，依納爵提醒我們，每個行動方向都不會是完美的。每一個解決之道都有其優劣。我有位會士朋友總愛這麼說：「不管哪一邊，總是有正、反兩面。」這幫助我們，不至於落入尋求「完美」解答的陷阱。

在做決定時列出清單，並不是什麼新鮮事。針對這個方法，依納爵的創見在於保持平心，以這清單來祈禱，尋求確定，信賴天主也是這過程的一部分，因為天主渴望我們幸福平安。

有時候，第一種方法會遇到困難。有一個人告訴我，這些條列式清單太具分析性，太像「資料處理」。沒關係，我告訴他，因為依納爵還有另外一種方法可以幫助你。

第二種方法用的比較不是理智，而是想像力。這需要運用一些創造力的技巧，幫我們以全新的眼光來思考決定。要記得，依納爵頗能隨機應變。在此他提供了做決定各種不同的方式，端看那人的心性適合什麼——有些人靠祈禱，有些靠理智，有些靠想像力。依納爵再次展現出他對人性的敏銳理解。

第一，他建議你「想像一個你從沒見過，也不認識的人」，然後，想像你會給這個人，關於你正在面對的選擇，什麼樣的建議。這可以幫助你避免過度聚焦在自己身上。

比方說，幾年前我感到自己應該對教會裡某個有爭論性的議題說出真話。唯一的問題是，我的耶穌會長上告訴我，他不希望我談論這事。這真是個難題：我的原則要求我往那邊，但是我的服從願卻要我走另一邊。如果我跟從自己的原則，就要違背長上的意願。如果我服從長上，就必須跟自己的原則妥協。

在這情況下要做出好決定，簡直是不可能。在祈禱中，我受到耶穌勇敢宣講真理的形象所吸引。可是有些時候，我又好像看到耶穌提醒我的服從願。我的情緒也沒辦法帶我找到清楚的答案：一方面我覺得很想暢所欲言，另一方面，又渴望做個好耶穌會士。用理智也沒有答案：一方面你該說出真理，但反過來，你也得遵守誓願。

在困惑中，我記起了第二種方法。所以我想像某人處在和我相同的狀況裡：一位感到自己必須發言，但是又希望遵守服從願的耶穌會士。在我擺脫對自己的關注時，馬上就清楚我會對那個人說什麼了。

在想像中，我建議這個虛構的人應該尋求長上的認可，即使這可能要花上好幾年的時間。這樣，他可以保持誠實，試著

說出他的良心要他說的事，同時依然忠實於耶穌會士的誓願。當那個祈禱結束時，我如釋重負。第二種方法釋放了我，使我看得更清楚。我知道自己該怎麼做，因為我知道「那個人」應該怎麼做。

第二，依納爵說，你可以想像自己正當臨終之際。我知道，這聽來有點恐怖。但也讓人清醒。想像在遙遠的未來，自己臨終躺在床上，而自問：我本來該要做的，是什麼？

這個方法之所以有效不難想見。我們通常會做出對當下方便的選擇，比較簡單的那條路，也知道那有可能會讓我們日後感到後悔。一句老生常談，沒有人會在臨終時說：「我真希望我多花點時間在辦公室」，多少點出了這類智慧。

第三，我們可以想像自己在面對最後審判。哪一個選擇，是我們願意呈現在天主面前的呢？

即使是之前買房子的例子，沒有人會因為留在公寓、不買房子而被天主責備吧！但是，特別是在有關道德的決定上，這個方法能幫助你聚焦於信仰的要求上。

比方說，你正要決定是否要接受一份薪水較高，但卻會大幅縮減你與家人相處時間的新工作。你也許會想像，在你生命的盡頭，天主會對你的這個決定感到遺憾。讓我在依納爵的建議上，增加第四點：想像「最好的你」會怎麼做。

你對自己想成為怎樣的人、那個你認為天主召叫你成為的樣子，多少有點概念，像是所謂「最好的自我」、「真實的自我」或者「真正的自我」。就我來說，那是一個自由、自信、成熟、獨立而充滿愛的我。你想像到你最好的自我，那個你希望有一天能成為的自己嗎？當你在思考決定時，問問自己：最

好的那個我會怎麼做？有時會馬上靈光一現——你想，要是那個更自由、更愛人的我，我鐵定會這麼選擇。

用這第四點技巧做決定，一開始可能有點怪。就是說，要假裝你是那個「最好的自己」，可能會有種陌生感。但是到最後，這樣做能幫助你自己，往真的成為「最好的自己」那個方向前進。正如耶穌會詩人霍普金斯所寫：人能「將天主眼目中的他，付諸行動。」做決定時，好像自己已是最好的自己，能幫助你真正成為最好的自己。

1185 騾子的分辨

在自傳裡，依納爵陳述了他最早、最受誤導的分辨之一，其中的經過令人汗毛直豎。他皈依後不久，在路上遇到一個人，這人對童貞瑪利亞出言不遜。生性衝動的依納爵大發雷霆，開始想著該不該殺了這個人。他走到岔路時，就決定，如果他的騾子往褻瀆者踏上的那條路過去，那就是天主給的記號，他就要把那個人殺了。依納爵寫道：「他當時很想，往他身上捅一刀。」還好結局皆大歡喜，騾子選了另一條路。有一位省會長跟一羣年輕會士講這故事時，又補了一句，讓大家哄堂大笑：「所以從此以後，耶穌會都是一羣驢子（譯註：英文還有笨蛋的意思）在做決定！」

分辨的規則 4

除了這些方法和練習之外，依納爵還列出了一些我們且稱之為「注意事項」以助人做決定。他也說明了做選擇時，如何辨認出是「人性的仇敵」，或「善神」在這當中運作。

依納爵在這邊用的古早說法，可能又讓你一頭霧水。別誤會了：他說的「善神」是指引導我們走向健全與聖善生活的天主聖神。「惡神」或者「仇敵」，在依納爵的世界觀裡，指的是撒殫的靈。我也相信這些，雖然我不見得相信撒殫是青面獠牙、頭上長角的怪物。（話說回來，誰知道呢？）

還有另一種方法來思考這個問題，就是看看那些相反天主聖神而引人遠離天主的感覺。或是把「屬於天主的」和「不屬於天主的」區分開來。我們多數人都在自己的生命中，經驗過善與惡、健康與不健康、自私與大方之間的拉鋸。依納爵使用作戰的術語來討論這樣的經驗，並且運用各種方法幫助我們認清是哪種神類在運作。蓋勒格在《分辨神類》中說：「依納爵知道，當我們尋求擁抱天主的愛，按我們人性圓滿的真理，跟隨天主的旨意，我們就會在這條路上遇到阻撓：我們會碰上敵人。」

不管你對邪惡作祟的想像是什麼，很快就可以認出「仇敵」在人心內運作的方式，也多半有跡可循。不管你怎麼了解，這裡特別可以看出，依納爵對人性心理敏銳而世故的理解，足可與佛洛伊德（Freud）或容格（Jung）相提並論。「聰明的傢伙。」這是某個心理學家，在我描述部分依納爵的見解

時對我說的。

這些注意事項，被稱作「分辨神類的規則」（Rules for Discernment），和上面介紹的各種「技巧」有所不同，而是「一些洞見」。

在這邊我要分享個人覺得最有用的一些智慧。

水滴的比喻

如果你惡事做了一件又一件，向下沉淪，仇敵就會鼓勵你繼續這樣。仇敵「使他幻想感官的享受和愉快，以便沉溺在惡習和罪過中。」依納爵如是說。所以如果你正在為非作惡，惡神會讓你在那些事上「感到舒服」。如果你在經營某些見不得人的勾當，惡神會說：「啊，繼續吧。別擔心。想想你可以賺到的錢。沒人會發現的。大家都這麼做啊。這是你該得的。一切都不會有問題。」

1940年希區考克（Alfred Hitchcock）的電影《蝴蝶夢》（*Rebecca*）上演，電影根據杜莫里哀（Daphne Du Maurier）的小說改編，其中令人難忘的一幕是，莊園內惡毒的管家丹佛斯夫人（茱迪絲·安德森〔Judith Anderson〕飾演）在窗外窺看著溫特夫人，也就是莊園主人的新婚妻子。充滿嫉妒的僕人厭惡這位新太太，讓她在莊園裡過著悲慘的日子。新任的溫特太太寂寞又孤單，凝望下面時，丹佛斯夫人慫恿她自殺。

「妳活著也真的沒什麼意思了，對吧？」她低語道。「往下看啊。很容易的，不是嗎？何不這樣呢？何不呢？繼續啊……繼續……別怕。」

這就是惡神的作風：鼓勵我們繼續那些不好的思想，不好

的行動，不斷沉淪。「繼續啊，」牠會這麼說，「很容易的，不是嗎？」

對那些處於沉淪中的人，善神的行動正好相反。你會感覺到良心刺痛。「令你不安」，依納爵說道。如果你從公司偷了錢，你的良心會大力動搖，像是在說「醒醒吧！你犯錯了！」這就是善神在工作。

在此，依納爵提出了一個出了名的貼切比喻：水滴。對那些日益墮落的人，惡神就好像水滴落在一塊海綿上：滑順、撫慰、充滿鼓勵。或者用依納爵自己的話：「溫和、輕鬆、爽快。」但是善神對這類人，則會像水滴落在石板上：驚人、猛力，甚至發出巨響。「激烈，帶著聲響和震盪」，依納爵說。就像我的朋友大衛說過的：「要注意！」

順帶一提，當我們日益墮落時，那打在石上的驚人水滴也許不只是內在，也來自外界：它可能會是來自朋友的冷酷忠告，好驚醒我們不再沉溺於靈性的自滿。

對那些反過來的人——我們大多數人——就是試著過善的生活，努力變得更好的人，感覺就會顛倒過來。在這情況下，善神會如同滴在海綿上的水滴；而惡神有如滴在石上的水滴。

比方說，你決定要到賑濟食物的地方當義工。這時，善神會溫柔地鼓勵你，繼續朝這善的方向前進。此處依納爵說，善神會「增加他們的勇氣、力量、安慰、眼淚、光照和寧靜。減輕他們的負擔，除去他們的阻礙，使他們向前邁進。」你一想到要義務服務，走在愛人的道路上，就會覺得受安慰、啟發，感到振作。

仇敵則會推動你往相反的方向，像水滴打在石頭上那樣。哎呀！你會突然想到，我從來沒做過！這太難了！常常是那種突如其來、讓你分心的害怕。這就是惡神的特徵，依納爵說，「教人惴惴不安，憂愁煩悶，加給他們種種阻礙，用欺騙教他們心煩意亂，不能前進。」

為什麼善神和惡神會因為靈魂的情況不同，而有相反的方式運作呢？對此依納爵又有貼切的解釋：「之所以如此，是人靈的狀態與進入其中的善惡兩神是相對的。如果是敵對的，神類的來臨便引起衝突，容易被人察覺；如果是友善的，神類的來臨便靜悄無聲，就像大門敞開，進入自己的住宅一樣。」

關於分辨，我還喜歡用的一對詞彙，就是「萬一」（what-ifs）跟「早知道」（if-onlys）。對那想要行善的人，惡神會用「萬一」和「早知道」來挫折他。假設你要開始在某地方收容所當義工，但一下又起了害怕的念頭：噢不！萬一我服務這些窮人的時候得了病怎麼辦？萬一裡面有人攻擊我，怎麼辦？萬一其他義工覺得我沒經驗，怎麼辦？這些「萬一」只會引人走向死胡同。仇敵讓你只看到未來最壞的結果，其實未來誰也不知道。那就是惡神在作祟使你「惴惴不安」，應該加以防備。

「早知道」強調的是我們對過去的焦慮。你可能會分神想到，早知道我幾年前就該開始了！早知道我就不該浪費這麼多時間！早知道我過去就該多關心窮人！惡神令你「惴惴不安」，這次針對的是過去。那也是死胡同：你不可能改變過去。不用理會那種感覺。

有的時候，「萬一」和「早知道」會帶來夢想，或者推動你懊悔自己的罪。但是，如果它們引起你的恐懼，使你無法往

健康的路上前進，一味走到死巷裡，令你「惴惴不安」，多半就不是來自天主。

最後，你還要小心檢視各種「推力」（pushes）與「拉力」（pulls）。我有一位靈修導師達米安說過，當你感到被「推著」做某件事——我應該這麼做，我應該那麼做——或是出於某種死氣沉沉、壓垮人的責任感，或者出於想要討好每個人，這可能不是來自天主。唐納文把這叫作「你『該』死了自己」⁶。

另一方面，天主的「拉力」——溫和的、愛的召喚般的邀請——跟這截然不同。有時責任就是責任，當個好人、有操守的人就得完成它們。但是，要小心，你的生命不只是去回應那些「應該」或推力，那些也許並不是來自天主的。

神枯時不要輕言改變

再來要注意的一點：「在神枯時千萬不要改變主意」，依納爵說。為什麼呢？因為當你感到遠離天主，經驗到神枯時（有不安之感等等），更容易受到惡神的左右。當你感到被天主遺棄，會更容易想：「這沒用！」然後就換了方向。或者是自暴自棄地說：「還能怎樣？」然後就放棄。別這樣。艾文斯說，讓自己被神枯牽著鼻子走，就是直直往「下衝」了。

這很有道理，不是嗎？如果某人告訴你，他心灰意冷，沒法子冷靜思考，無比絕望，你覺得這是他做出重大決定的好時機嗎？當然不是。他無法考慮清楚。換句話說，「嚇呆了的時候，不要做決定。」你很可能會被不健康的動機牽著走。只是，一直都會有人這麼做——因為太絕望了。要抗拒這種衝動。

此外，依納爵說，當你在神枯時，你該更加努力祈禱、默想；開始更深地自我省察；提醒自己，你並不是全能的；試著保持耐心。同樣，當你發現自己處於神慰的狀態時，你應當為將來「儲備力量」，像聰明的松鼠儲藏松果過冬。寫靈修日記是個很好的方法；當你感到遠離天主時，你可以回顧過去你曾感到天主很接近的時刻。（這也會提醒你，持守過去曾做出的好決定。）

我錯誤的決定：個案討論

現在我們把「水滴」的例子和「神枯時的決定」這兩種洞見相提並論，看看兩者如何交相運作，關於這點，我要和你分享我做過最糟的一次決定。（那還真是場競賽！）

有天早上，我走進我們在奈洛比的難民中心，發現有人偷了裝現金的盒子，裡頭有好幾萬先令（約合美金幾百塊），差不多是我們手工藝品店一週的收入。我氣沖沖地把所有職員叫過來——其中兩個是難民、兩個是肯亞當地人，告訴他們，我覺得遭到嚴重的背叛，並且要求那個犯人立刻招供。他們每個人都激烈否認自己犯下罪行。

被氣憤沖昏了頭的我，開車到他們每個人家裡，想把現金盒給搜出來，這在東非文化中是極端侮辱的——我想在任何文化都是。（我說過了，耶穌會士不是天使。）

有好幾天，我試著為該採取什麼行動而祈禱。但是我太生氣了。每次想坐下來禱告，馬上又會站起來，在房裡踱步。我沒法子專注於天主或者靈魂的動態，只會因遭到背叛而滿腔怒火。（由於我的自私，讓我對有人背叛我這件事，比難民工作

遭受金錢損失還要憤怒。)雖然我的會士朋友要我有點耐性，但我不想理他們，只愈來愈想要責罰某人。所以我把天主和我的朋友拒於門外，讓事情愈變愈糟，為神枯大開門路，連天主跟我溝通的兩道門路——朋友與祈禱——我都給關閉了。

最後，有人建議，最好的解決辦法就是把全部的人都開除、解雇他們。告訴他們，偷竊絕對不被允許。沒錯！我開心地想著。事情這麼辦真簡單。在這裡，是惡神鼓勵我，就像水滴落在海綿上。牠這麼說：「繼續吧，很容易的，不是嗎？」

所以，我把所有人都解雇了。這多麼不公平——為了一個人的錯，處罰全部的人。情況真是慘不忍睹。四個人都哭了，求我不要開除他們：他們每個都窮得快一無所有了。這場混亂不堪的交涉讓我在他們離開辦公室以後，沮喪地哭了，一度使我自忖我是不是做錯了。但是我把這些感覺，強壓了下去。之後，我很自豪的向每個人宣布了我做的事——在一羣小偷當中毫不受脅，可真偉大啊！

第二天早上我起來的時候，閃過了一個念頭：我做了什麼啊？我意識到，我的良心在警鈴大作。我愈變愈糟，從憤怒變成洩恨，從驕傲淪為不正義。我震驚地發現，自己犯了嚴重的錯誤。那就像水滴落在石上，「激烈，帶著聲響和震盪」，要把我搖醒。要把我的良心喚起。

就像依納爵多次所做的那樣，我另謀途徑。接下來幾個禮拜，我把其中兩名員工聘回來，幫另外一個找了新工作，然後開始替最後那位申請失業救助（他大概就是偷了錢的那位）。最後，跟他們每一位都道了歉，希望與他們和好。平安油然而至。

依納爵會說什麼呢？我想，就是我在神枯的時候，做了一個很差勁的決定。惡神鼓勵我走了岔路，幸好，善神用「可以察覺的聲響」，喚醒了我。改變行動以後，便感到神慰，而確認自己所做的決定是正確的。

「仇敵」的三種伎倆

我們談過了依納爵的世界觀，當中提到善神與惡神的面貌。你可能還是覺得這跟不上時代，但他對「仇敵」、「惡神」、或者你喜歡的話，「糟糕的自己」——隨便你怎麼叫——在我們生命中獨特的運作方式，確實有著無懈可擊的了解。他指出三種主要的方式。

過去二十年耶穌會生涯中，依納爵靈修的這一部分是我最容易在行動中觀察到的。一旦你熟悉了以後，也會在自己身上察覺到。

以下是惡神運作的三種主要方式，這是我將依納爵分辨神類的規則，稍加以改編而成。

第一種，敵人的舉動會像個被慣壞的小孩。像這樣的情況，孩子的表現是「遇強則弱，遇弱則強」。我們常有這種經驗，被內心那個任性孩子弄得頭痛不已。你會想：「我就是要這樣！我現在就要！」好像鬧著要吃糖的孩子。如果這種壓倒性的需索，是針對不健康的、自私的、甚至不道德的事物，那麼認清這是什麼狀況就格外重要。如果有一部分的你，想著要和某個同事上床，雖然你們都各自己婚，卻一直聽見腦海中迴盪著那個孩子氣、命令式、任性的要求，那就是被慣壞的小孩的聲音。「我想要跟她上床，現在就要！」

該怎麼對抗呢？用你面對被寵壞小孩的方式：你得制止這些誘惑。你會發現，這很有效。「從事靈修的人，若對仇敵毫無畏懼，斷然抵抗，仇敵只會軟弱、喪失勇氣，知難而退。」

那些放任寵壞的孩子不管，讓他們愈來愈任性的父母是可悲的。不去制止那類自私需求的人也是一樣。已婚的男女，一直聽從「我想跟那個人上床！」這幼稚的念頭，往往會掉入不可挽回的錯誤選擇。一旦你「懼怕且喪失勇氣」，依納爵形容道，誘惑只會更加強烈。記得，要制止！

第二種，敵人的舉動會像個虛偽的情人。基本上，仇敵比較喜歡讓誘惑、懷疑和絕望在暗中生根，這會對那人更加不利。

依納爵把仇敵比作「情場浪子」，牠會試著「隱藏自己，不被揭穿」。在這段生動的描述裡，依納爵將仇敵比喻成想要勾引良家婦女背棄丈夫的人。（我們只能希望，依納爵不是在說他自己早年的經驗！）情場浪子希望他的「花言巧語」不會被發現，免得丈夫察覺，及時將事情糾正過來。

像這樣，依納爵寫道：「當人類的仇敵，以詭詐的誘惑注入人心時，牠也願人接受而保守祕密。倘若人把這誘惑揭露給一位賢明的聽告司鐸，或……神修人，魔鬼必狼狽不堪，因為牠知道，詭計一被揭穿，牠的陰謀便無法實現了。」

在這裡，對抗的方法是什麼呢？把一切都攤開來談——所有那些負面的感覺、想要做壞事、放棄希望或遠離天主的誘惑與衝動。套句大衛說的，把它們通通「拿」出來。跟你信賴的一位朋友、一個輔導，或靈修導師談談，你會發現，那些藏在心中的誘惑，本來好像很強烈的，一攤在陽光下，馬上就失去了力量。

在靈修輔導中，這真是屢見不鮮！某人老是刻意逃避他不好意思談的事，他害怕揭穿的事，正是因為他知道，一旦說穿了，他就會受到挑戰，去認清這有多麼不健康。

一旦揭穿了那種不健康的衝動、決定、或者傾向，人就能夠加以反省、治癒、抗拒它們。比方說，倘使有個年輕會士不想遵守誓願，他常常會努力壓抑自己和長上或靈修導師談談的渴望，結果只會加深他的挫折、恐懼、遮掩和問題。

「沒有比在暗中祕密進行，能帶給魔鬼更大勝利的了。」依納爵說。或者像戒酒無名會說的「你有多少祕密，就病得多嚴重。」順帶一提，戒酒無名會的創始人之一威爾遜（Bill Wilson），他的靈修導師是耶穌會士道林（Edward Dowling）神父，依納爵的某些見解對那些嘗試戒酒的人並不陌生，原因也許就在此。

最後，敵人的舉動會像個作戰的司令。這是最感興趣的意象，多半是從依納爵的軍旅背景得來。作戰司令很清楚哪裡是我們的弱點，會針對那裡作攻擊。要攻城時，司令會先紮營，仔細偵查目標的弱點和優勢，然後朝最弱的地方攻擊。

同樣地，惡神也會「巡遊四周」（伯前／彼前五8），研究我們哪裡最弱，哪裡最容易被誘惑，就算是在狀況最佳的時候。「然後發動攻勢，將我們擊敗」，依納爵寫道。換句話說，惡神會打擊我們最脆弱的部分。你的弱點是驕傲嗎？如果是，當你生活一切順心時，惡神就會攻擊那個地方。依納爵在另一處寫下：「當魔鬼要攻擊人的時候，牠首先要看人哪邊的防禦最弱，或最缺乏條理；然後就搬出牠的大砲往那裡開個洞。」

假設你正要照顧年邁的雙親，這是好事。漸漸地，有人開始稱讚你多麼孝順。然後你就想，我做了好事。到目前為止，是還不錯。但接著敵方司令就要找機會潛入。漸漸地，你從「我做了好事」，到覺得「我真是個好人」。然後呢，就覺得自己「真是聖人」。到最後，就覺得「我比其他人都要有聖德」。你成了自以為是、驕傲、自大的人。然後你可能就開始判斷、咒罵、怨恨其他沒有你那麼「聖」的人。

這是怎麼了？你可能會疑惑，我怎麼變成這樣的？惡神成功地找到你的弱處，占了先機。

對付這點最好的辦法是什麼呢？針對你靈修堡壘當中脆弱的地方加以支撐。特別留意在你的軟弱上，你是怎樣被誘惑的，然後努力對抗那些傾向。

慢慢地，你能夠預測自己在哪裡會被誘惑。對我而言，誘惑通常來自兩方面：感到寂寞，或者擔憂自己的身體健康。晉鐸前那個月，我發現自己性欲旺盛。然後，晉鐸前一週，我又染上某種嚴重的病毒，整個人陷入沮喪。簡直是滑稽地說穿了我最軟弱的地方，不堪一擊。所以我特別去鞏固那些弱點，讓自己和親密的朋友多花時間相處，並且常提醒自己，健康不是生命中最重要的事。晉鐸那一天，我滿心喜悅地走向祭台。

隨著時間，你會逐漸了解這些感覺。你會知道自己什麼時候正受誘惑要往下沉淪。

光明天使

這把我們帶到另一個依納爵的真知灼見：惡神會偽裝成善神的面貌。這聽起來好像二流驚悚片的內容，但這是對人性透

澈的洞察。簡單說，那些看起來對我們好的事物，可能會戲劇化地走向邪路，隱藏了那些更黑暗的東西。依納爵說，惡神「冒充一位光明天使的外表」。

假設有位父親決定他要更常禱告。他覺得這麼做，會使身為父親和丈夫的他，更能沉思、更充滿愛。但是也許他的動機沒這麼單純。也許他不自覺地想要逃避家人。漸漸地，他被祈禱的慾望占據，開始不管太太和小孩們。很快地，每次他祈禱的寶貴時間遭到打斷，他就會感到不滿、發脾氣。「走開！」他對小孩吼道。「我在祈禱！」惡神巧妙地偽裝成善神來吸引人落入尖刻的態度。

依納爵這麼形容：「（惡神）引進聖善的思想，吸引正直的靈魂，然後逐漸設法達到牠的目的，使人陷入牠的惡謀、詭計中。」

加拿大籍耶穌會士英格利西（John English），在《心靈自由》（*Spiritual Freedom*）這本書提到，惡神也會用某人要開始過靈修生活作為藉口，然後暗示道：「看，現在一切都依靠天主，所以我們可以放輕鬆點。」英格利西寫下人們「變得懶惰，時常不滿、放棄」他們對愛與服務的熱心。

這是極其微妙的經驗。依納爵說，當它發生時，我們應該省察自己怎麼被惡神帶領，好在未來能夠加以預防。每當我們認識到自己如何被導入歧途，是個很好的練習。

隨著你把這些智慧加以實踐，你會開始了解，且是真正的了解，什麼時候惡神正拉著你往下走，因為你已經有過那樣的經驗。在《駭客任務》（*The Matrix*）中（基努·李維〔Keanu Reeves〕飾演尼歐，一個被拉去認清自身世界終極真相的普通

人)就描述了類似的理解——從經驗中吸取教訓。有一幕是尼歐開著車，載著一個早已知道尼歐世界真相的女人(先說這樣就好，因為劇情太過複雜，這只是個簡單說明)。尼歐不願接受她所提起的新生命的邀請，開了車門，打算返回他原先的生活。他凝視著雨中的黑暗街道，這女人勸他別走那條路。他問為什麼不。

「因為你已經去過了，尼歐，」她說。「你知道那條路。你很清楚它會到哪裡。而我知道，那不是你會想去的地方。」

這是對於「分辨」的精采描述。如果你知道，那條路會把你帶到不好的境地，為什麼還要走呢？(記得嗎？這女人的名字就叫作聖三〔Trinity〕)。

藉著省察過去失敗的經驗，我們就更能夠做出好的選擇，過幸福、美滿的生活，充實真正的自我，抗拒較為自私的傾向。我們能選擇正確的道路，抵達我們想去的地方。

對一切說我願意

關於分辨，最後要談的是：做出好決定，表示你能接受，「即使是最好的選擇，也有缺點」。只不過，我們常常以為，只要做了正確的決定，什麼壞事都不會發生。然後當我們按照自己的決定行動，結果發現它的壞處，我們就洩了氣。新婚丈夫會體認到，他放棄了多少自由——他不能和以前一樣，不時跟三五好友來喝兩杯。新婚太太也不能常常和她的閨中密友相聚了，所以他們開始懷疑結婚的這個決定。

好的決定，就是全然接受你的任何選擇所帶來的好與壞。

舉例而言，說「我願意」進耶穌會，不表示只「願意」接受它帶來的好處——依納爵靈修、友愛的會士兄弟、具挑戰性的工作、溫暖的團體生活、牧靈上遇見的奇人妙事、智識上的各種刺激。它還包含了接受負面的一切——不時的寂寞、經常過度工作、教會裡的種種問題等等。

每一種身分，每一個決定，都包含了某些痛苦，如果你希望完全踏入這些決定，踏入新的生命，就必須接受這些痛苦。「所有的交響樂都尚未完成。」卡爾·拉內如是說。世上沒有完美的決定，完美的結果，或者完美的生命。擁抱不完美會幫助我們放鬆地面對現實。弔詭的是，當我們接納所有選擇都有其局限、有其限制、並不完美，很奇妙地，我們的生命就變得更滿足、更喜樂、更平安。

這一切會向我們指出絕對、無限和完美的天主：我們對祂說出「我願意」的那一位。我們所有的決定，都該以祂為中心。依納爵說：「我願意並選擇那更能使天主在我們內加深祂生命的一切。」

如同我在這一章開頭說過的，依納爵式分辨看似很複雜——神慰、神枯、確認的定義，再加上三種時間、兩種方式還有被寵壞的小孩、虛偽的情人、作戰司令。

但是它的核心是簡單的。依納爵式分辨就是相信透過你的理智與內在生活，天主會引導你做出好的決定，因為天主渴望你做出良好、有愛心、健康、積極、給予生命的決定。找出任何對你有用、任何能引領你更接近天主的、任何幫助你做出好決定的方法。最重要的一點，相信你在此世選擇你的路時，天主都與你同在。

-
1. 喬治·剛斯著，鄭兆沅譯，《神操新譯本》，台北：光啟文化，2011。
 2. 參見《神操》第316、317號。
 3. 參見《神操》第175~188號。
 4. 多瑪斯·牟敦著，方光珞、鄭至麗譯，《七重山》，台北：啟示，2013。
 5. 參見《神操》第313~336號。
 6. 譯註：shoulding all over your self，作者用了一個聲調上的雙關語，shoulding聽起來像shooting，就是槍擊的意思。

6. 做你自己

工作、職業、生涯、聖召……以及生命

我第一次見到若望，他已是在新英格蘭頗受敬重的耶穌會靈修導師。七十好幾的他，依然臉色紅潤，一把白鬚鬚，是麻州格羅瑟斯特「東角退省中心」（Eastern Point Retreat House）裡和藹可親的長者。

若望就是那種泰山崩於前而色不變，只要有他在你就會感到安心的人。我在非洲時的神師喬治，就是幫我度過服從危機的那位，也是這一類人。還有喬，我在初學院認識的一位老神父，口頭禪是「有何不可？」要是我有任何沮喪的事，只要和其中一位長者相處幾分鐘，就會覺得沒什麼不能解決的。

這是什麼緣故？首先，要歸功於他們的年紀，讓他們有豐富的人生經驗，擁有一筆智慧——以及同情心——的財富。再來，因為他們本身就是靈修導師，多年浸淫在依納爵靈修中，個個都成了依納爵之道的活榜樣——富於同情、慷慨，特別具有自由的精神。

而且他們知道自己是誰。數十年的培育、避靜、祈禱和靈修閱讀，面對過種種人生必經的掙扎，他們了解自己，也明白自己在受造界中的角色。整個人散發出平安的氣質。

在退省中心的某一天，若望針對聖召（vocation）講了一

篇道理。那天的福音，是耶穌問瞎眼的乞丐巴爾提買（巴底買）：「你願意我給你做什麼？」的那段。若望談的是我們的渴望怎麼幫助我們發現自己的召叫；幫助我們成為我們之所是。

最後，若望巧妙地用一位徹頭徹尾的南方紳士說過的話，作為總結：「你得做自己，毋是做別人！」他又加上：「因為你無法度做自己，你就毋是你自己。那真正有夠悲慘！」全場大笑。

召叫

上一章裡，我們談到根據依納爵之道來做決定。我們談了做出好決定的日常實例。現在，我們要談談兩種重大決定：

1. 我該做什麼樣的工作？
2. 我該成為怎樣的人？

換句話說，我們要談的是聖召。我們要看看依納爵靈修怎麼幫助我們，認識自己生來要做的事（to do），成為我們生來要成為的那個人（to be）。套用若望那位朋友的話，看看依納爵之道怎麼幫你「做那個人」。

聖召是個很容易被誤會的字眼。在天主教的圈子裡，「聖召」還是會被想成去做神父或去度修會生活。有些教友已經習慣認為前述二者才是真正的聖召，生命中的其他選擇——結婚、獨身、父職母職、當醫生或律師或商人等等，都「差一級」。

這是古老神學的過時想法，把神父、修女、修士的生命，看作比結婚或獨身的平信徒要高一等。我上主日學的時候，有一次在班上要把畫著色。紙張最上面一行寫著「聖召」兩個字。左邊畫著一對結婚的夫婦，下面寫著「很好」兩個字。右邊畫著一個神父和一個修女，下面寫著「更好」。

1960年代初召開的梵蒂岡第二次大公會議，強調「成聖的普遍召叫」，自此之後，教友就不斷被提醒，人人都有聖召。基督教各個教派對此早有認識：他們的教會始終要求平信徒積極參與，相較之下，就沒那麼強調按立的牧職。人人都有聖召。

「聖召」一字的字根正顯示出這意義。vocation 這個字和「修會」（religious order）或「聖秩」（ordination）沒多大關係。它是來自拉丁文vocare，是「召叫」（to call）的意思。一種聖召，就是你被呼喚之所至。

聖召和工作、職業，甚至生涯規畫都有所不同。工作是完成一項任務要付出的勞力。職業是你做事的環境或處境。生涯是指你長期經歷的軌跡，或擔任諸多工作後呈現的人生模式。但是，聖召要比上述這些概念來得更深刻。

最近我跟克里斯·勞尼（Chris Lowney）談起這點。他是《栽培領袖》¹（*Heroic Leadership*）一書的作者，書中用了依納爵的灼見，將之套在組織管理上。勞尼曾經是耶穌會士，後來在企業界工作，把他的豐富經驗帶入這些議題。他怎麼看這些字眼呢？

關於這個問題，他說：「工作、生涯、聖召，這幾個詞彙背後有些觀念上的問題。工作常被理解成可以拿錢的工作，但

是，工作也可以是任何有意義的活動，擴充工作的概念，對我們更有幫助。生涯常被認為是你讀的專業，然後你下半輩子就待在那一行。但對許多人來說，這已經不再適用了。以現在的眼光看，生涯指的不再是你在哪兒工作，甚至也不是你的專門職業，而是你怎麼樣發展自己的天賦與技能。」

那麼，聖召呢？

「人們常把聖召和某一個特定的工作、職業或者生涯連結在一起，」他說，「基督教的改革，則談到普遍的召叫和特殊的召叫，前者指成為聖善的人，後者則指向各種不同的服事和工作，這是比較準確的說法。」

聖召涵蓋了我們的工作、職業、生涯，並且延伸至希望成為怎樣的人。聖召指的是我們被召喚去做的事、被召喚去成為的人。但我們要怎麼發現自己的聖召呢？

在之前幾章中，我簡短提到過自己的聖召，是在電視上看了熙篤會修士牟敦的紀錄片而啟動的。而後者又引發我去讀了他的書《七重山》，因此開始和耶穌會聯絡，去研究他們的培訓過程，再考慮入會，再決定申請，最後耶穌會允許我入會。

這一切怎麼發生的？都是靠著渴望。每到一個關頭，我都被一股「渴望」，就是對那種生命的嚮往或者興趣所推動。這是我們去發現我們生而要從事，或者生而要成為的人，一種最主要的方式：渴望。

有個很熟悉的例子，可以用最簡單的方式讓我們了解這點：婚姻。大多數信者都會馬上同意，神召喚兩個人結為夫妻。即使有些人不像天主教徒那樣，把婚姻看作聖事，也會或多或少覺得，是神讓兩人互相吸引而走在一起。其中一部分是

來自許多方面的渴望。男人與女人因為渴望——生理的、情感的、靈性的——而彼此吸引，發覺他們有結為夫妻的聖召。這是天主吸引兩人在一起的方式，也表現出婚姻的召叫如何顯明出來。

「渴望」以相同的方式，影響著那些受特定職業吸引的人。會計師、作家、醫生、藝術家、律師、老師和各種職業的人，感覺到自己被那項工作吸引，也許是因為小時候聽到這行業的故事，也許是遇到做那一行的人，或者讀了那些從事這職業的人所寫的書。他們因著油然而生的渴望，找到了自己的聖召。「渴望」也是這樣影響著聖人的生命，吸引了每一位在教會內從事不同的服務。

現在我要談一個跟神學院、初學院、修道院都沒關係的例子。我還在奇異家電工作的時候，一位同事在閒暇時最愛的就是讀財經雜誌。對我來說，那只是個圖溫飽的工作，對他而言，卻沒有比一整天勞累到最後，坐下來看看《華爾街雜誌》（*Wall Street Journal*）更棒的事了。「你怎麼會想要在下班後還看那個？」我有次問他。

「你在說笑嗎？」他說。「我愛死這個了！」

對我來說，研究公司財務就只是工作需要；對他，卻是個真正的聖召。那出自純粹的渴望——對商業的興趣，想要沉浸其中、獲得成功的渴望。這也是個最早的警訊，也許我並不適合這一行：會成功的，都是那些熱愛自己工作的人，他們在當中找到了一個真正的聖召。

我們在之前幾章就已看到，渴望是靈修生活中一項基本的要素。那也是為什麼依納爵在神操裡，每次祈禱的開頭，要你

祈求你所渴望的。其中最先的第一個操練，就包含了邀請你「懇求我主天主，賞賜我所願望的。」這也是為什麼威廉·貝瑞寫道：「我相信，避靜導師幫助避靜者發覺自己真正想要的，乃是最重要的工作。」

天主對我們每個人有不同的召喚。或更適切地說，天主在我們心內種下這些召叫，然後反映在我們的渴望與期盼上。這樣，當我們活出自己最深的渴望時，同時天主對這世界的渴望也得以滿全。與其說是你「找到」自己的召叫，不如說是當你祈禱自己能了解「什麼是我之所欲」時，讓召叫來將它自己「顯示」給你。

當然，渴望一詞在宗教界向來不受歡迎。但是依納爵所說的並不是自私的欲望。席爾芙在《明智的抉擇》裡提到：「有深刻的渴望，也有膚淺的欲望。」

為分辨深刻的渴望和膚淺的欲望，並更充分地了解自己的聖召，就得反省自己長期受什麼吸引。你可以用省察的技巧，看看自己被什麼所吸引。你可以問自己，在我心裡，有什麼是我渴望了許久的？什麼讓我做起來最有樂趣？我夢想中的工作是什麼？

「蟄伏甚至深鎖在每個人心內的，是一個等著誕生的夢想。」

～賈桂琳·柏根與瑪莉·舒望（Jacqueline Syrup Bergan and Marie Schwan, C.S.J.），《生：祈禱指引》（*Birth: A Guide for Prayer*）



如果你的工作必須終日伏案，與數字為伍，而你卻一直渴望著和人一對一更親近的工作，你的渴望也許正指出你真正的召喚。也許你該做的是人力資源或者輔導諮商方面的工作。相反的，如果你是個煩躁的教師，一直夢想能一個人安靜工作，你的渴望也許正指出你真正的召喚。也許你該當個作家——或者，如果這行不通，也許可以挪一部分時間來寫作。最近有朋友告訴我，他開始義務在監獄作宗教輔導，儘管他的現職是大公司的財務經理。他的志願服務帶給他無比的喜樂與精力，光是談論這事就教他興奮不已。你可以想見他說到自己的服務時，那興高采烈的模樣。

有時候，一幅圖象會幫你揭開這類渴望。我這裡就有一個例子，這幾年對我頗有助益。

小學時，有一次我的自然科老師要班上同學去附近的小溪舀一杯水，帶回來用顯微鏡觀察。但是在用顯微鏡觀察之前，必須把杯子放在窗台上一晚：水得要清澈的。從池塘裡直接舀起來的水，夾帶著各種灰塵、落葉、細枝。就算過了幾個鐘頭，裡頭還是灰濛濛一片。但如果你把它靜置不動，它就會清澈多了。

你能不能坐下來，把生活中的灰塵、落葉、細枝——那些自私的欲念——一一沉澱，讓事情更清晰呢？或者，用另外一個水的比喻：試著撈起靈魂表面那些雜物，把那些妨礙你看清的事物丟棄，好能觀察你內在深處有些什麼。

我曾在別處，驚訝地發現這個精準的比喻——我還以為這是我的創見呢！——就是在 1953 年，由英國旅遊作家芬莫（Patrick Leigh Fermor）出版的《靜默時分》（*A Time to Keep*

Silence) 一書當中。他曾造訪法國諾曼第最初的熙篤會修道院 (La Grand Trappe)。在與世隔離的斗室中，他寫道：「浮動不安的心湖，慢慢沉靜透明下來，種種隱匿的、所有遮蔽了心湖的，都浮到表面來，可以一一篩去；經過一段時間後，你會達到一種在日常世俗中，無法想像的寧靜狀態。」

同樣的，你能不能等待一切浮出表面？當你把杯子靜置，有時會有東西從底下升起，一小顆氣泡，一小片葉子，甚至是一隻小魚。也許，這就是天主要你看見的。你能不能讓自己的夢想與渴望，浮出表面呢？

隆斯戴爾在《心領神會》中，也用了小河的比喻。他提醒我們，最重要的，往往不在河的表面。「一條湍急的河流表面，散布著水波與漩渦，看起來各自衝往不同方向，甚至跟主要的流向背道而馳；但在這團混亂的底下，是穩定的、持續的一股流動，只有在表面之下，河的至深處，才會更加強烈地感到這股流動。」

回顧你的生命，看看你在哪裡受到吸引，這會帶領你見到未曾揭開的渴望。你也可以逆向操作：就像那個使我明白自己召喚的問題，是往前看，而不是回顧。當我還在觀望要不要做耶穌會士時，我的心理醫師請我想像一個全新的生活，不要考慮過去。他問：「如果你可以做任何你想做的事，你會想做什麼？」那個向前看的問題，激出了我埋在生命泥沼裡的答案。當杯中的水清澈了，答案就會浮現出來。

你會怎麼回答那個問題呢？有沒有什麼實際的作為，可以讓你至少向那個答案前進一些呢？

你還可以用上一章依納爵式分辨裡的一些關鍵意象，來思

考這些問題，他們的比喻意謂比較沒這麼濃厚：想像自己在臨終之際。想像自己在天主面前。想像自己要對處在類似狀況的某人提出建議。

115 試著問問自己

席爾芙利用依納爵的題材在詢問「我們真正的願望是什麼？」的同時，邀請你思考下面的問題。以下引自她《明智的抉擇》一書：

現在，注意看你較深層次的渴望：有沒有你始終想做，卻沒有機會碰的事？你未完成的夢想是什麼？如果你的生命能重來，你會做什麼樣的改變？如果你只剩幾個月可活，你會怎麼用你的時間？如果你得到一筆可觀的財富，你會怎麼使用？如果可以許三個願望，你會許哪些願望？有沒有什麼人或什麼事，真能令你不惜付出生命？

花點時間，思索上面中一個或更多的問題。你對自己的回答——如果那是你真心的答案，而不只是你覺得自己應該這麼回答——就會帶領你找到你最深的渴望植根之處。

仔細地觀看，好好思索你的發現。你的渴望或許會以某些模式呈現出來，讓你更了解自己是誰。

這些答案如同其他渴望，都需要經過檢驗。只因為我「想」當個歌劇演員，並不表示我可以成為歌劇演員，尤其是我根本五音不全的話！這時，就要用到上一章說的，依納爵「確認」的概念。你不能只看你的渴望、你的祈禱、你分辨的果實，也要看清「現實」。

所以，要根據你的日常生活來反省你的渴望。克里斯·勞尼跟我說過：「談到生涯或召叫，人有時候會被太過浪漫的幻想牽著走。要『追隨真愛』，或者把召叫當作『你至深的飢渴與外界至深的需要交會之所在』，很容易誤導了人。這些想法有其價值，但它們不是決定該做什麼的唯一判準。每個決定都要考慮興趣及需要，但是也要考慮環境和天賦。」

聖召不只是一個人的渴望，也不只是個人對「世界需要什麼」的想法，還包括那和我們的渴望可能相左的現實情況。相信你的心，但也要用你的腦袋。

「我可能很想當個棒球球員，但是根本辦不到！」勞尼說。「各行各業都是這樣。也許你想當老師，但在教學上你投不出『快速球』。天賦、需求、興趣、環境等等都是做決定的因素，是天主的印記，不是只有我們的渴望而已。對某些事物感興趣是很重要的一部分資訊，但我的能力夠不夠，也是同樣重要。應當把這些資訊一視同仁，都看作天主的印記。」

工作靈修

就算你很清楚自己的召叫，你可能還是難以在工作中找到天主——不管那是什麼工作。依納爵之道怎麼教導我們在工

作中找到天主呢？

加入耶穌會之前，我在一家大公司工作了六年，所以我對「現實世界」是有點體會的。但是進了耶穌會，還是得工作！接受培育時，我曾在麻州劍橋一家大醫院服務；在紐約市中心的學校教書；有兩年時間，在奈洛比經營商店和小額信貸；還曾在波士頓一所監獄內擔任牧職。

過去的十年，我在每週出刊一次的雜誌社服務，專業的工作環境，要開會、趕截稿日、訂預算、評估工作成效，同事來自四面八方，各有不同的個性、脾氣，有時不免意見不同、多有爭執。雖然身為耶穌會士，不大需要擔心加薪、裁員或者升遷的問題，還是得要努力工作的。

就像我工作地方的大多數人一樣，我努力做個好員工、好同事、好上司。從很多方面來看，我的情況也許跟你並沒有太大的不同。藉著和耶穌會以外各種不同職業的朋友往來，我試著跟上其他工作領域中的挑戰。簡而言之，我認為我算是很了解在工作中保持靈修生活的挑戰何在。

確實是有不少挑戰。一邊工作，一邊維持靈修生活，這對那些應付日益增多的工作要求的上班族而言，會變得愈發困難。所以下面我要談談，據我觀察所得，在朝九晚五的上班期間，要維持靈修生活的主要挑戰——還有利用某些我們討論過的依納爵操練來談談一些觀點。

為天主和你自己撥出時間

朝九晚五的工作，變得愈來愈像二十四小時便利店了嗎？對工作的人來說，時間已成了奢侈品。雖然生產力和科技發展

都以吹氣球般的速度上升（大家記得個人電腦剛出來的時候，還有口號說一天工作四天不再是夢想了嗎？），公司企業對員工付出的時間要求有增無減。二十四小時的交易；二十四小時的財經新聞；二十四小時察看電子郵件、行動電話、智慧型手機；手提電腦讓你二十四小時離不開工作。除此之外，工作保障減低，雙薪家庭增加，對已婚夫婦和為人父母者意謂著壓力愈來愈大，時間愈來愈少。

所以第一個挑戰是：你要怎麼挪出時間來度敬拜和祈禱的生活？

最近我向一些朋友問了這個問題，有些人告訴我，唯一的方法就是犧牲一點工作時間。「這是個有意識的選擇」，有位在大公司工作的朋友這麼說。雖然很不容易，但他說，只有犧牲一些向上流動的汲汲營營，多花點時間陪家人、安排靈修生活，才不至於落入他稱之為「不停工作」的陷阱。他說，不然的話，你的生活就只剩下工作，如果沒有來自個人或團體祈禱的滋養，靈修生活就會慢慢枯萎了。

不過，雖然我的朋友很忙，小孩陸續出生，他還是賺得不少，犧牲一點往上爬的時間，對他還不成問題。對那些辛苦養家的人就更困難了：像是兼兩份差的單親媽媽、或是薪資低微、拚命想提高家人生活水準、能有餘力給付醫療保險的員工。這兩個例子都已經透支到極限。

幾年前，我和朗佛（Jeremy Langford）合編了一本書，叫作《信仰告白》（*Professions of Faith*）。我們在書中邀請不同教友反省他們的工作。艾蜜莉亞·尤曼（Amelia Uelman）曾任企業律師，目前任教於紐約福坦大學（Fordham University），

她寫道：「眼下法律運作在大企業中的最大挑戰，不是對社會責任的討論不夠坦誠。而是堅持必須維持平衡的生活，才能讓我們繼續談什麼是社會責任。」

時間為工作的人來說是個問題——對所有忙碌的人都是。在這裡，意識省察會特別有用。對分身乏術的人，一天只需要十到十五分鐘的意識省察，可說是靈修生活的救生圈。我有個朋友是忙碌的投資顧問，家裡還有三個小孩，他每天早晨在書桌前做省察，回顧前一天的生活。如果早上太忙沒空，他就利用午餐時間，作聖言誦禱，把辦公室門關上一會兒，讓自己沉浸在當天的讀經中。

在工作與祈禱，行動與默觀當中找到平衡，對早期的耶穌會士來說是很重要的。在我們近期召開的大會中，就寫下耶穌會士必須「融使徒與修道為一體」。工作與敬拜之間的聯繫「應當推動著我們全部的生活、工作與祈禱」。沒有祈禱的工作，就遠離了天主。沒有工作的祈禱，就遠離了人羣。

過度工作對耶穌會士是一種危險，理由和一般人過度工作的危險是一樣的。我們先是漸漸遠離了生命的基礎：天主；再來，當事情不如預期，我們就愈來愈挫折，因為我們忽略了我們依靠的是天主；第三，我們跟家人朋友相處時間變少，開始感到孤立；第四，我們開始相信工作就是我們的全部，以至於到了生命末期，當我們沒什麼「可做」的時候，就覺得自己的生命毫無價值。

對那些覺得自己完全不可能抽出時間的人——像是孩子還小的父母親，或是兼了兩三份工作的人——「行動中的默觀」這個目標就特別要緊。你能一直都意識到天主在你身邊的

臨在嗎？

依納爵不僅抽出時間來祈禱，他也在一整天當中保持默觀的態度。他早期的同伴之一納達爾，就如此描述依納爵這位朋友：「在一切事上，在一切行動與談話當中，他默觀著天主的臨在，體會著靈性事物的真相，好讓自己在行動中也保持默觀（他表達這件事的說法就是：必須在一切中找到天主）。」對那些生活中處於極度壓力，無法找出時間祈禱，因而感到他們令天主失望的人，「依納爵之道」是一個邀請。

就如隆斯戴爾所言：「把時間空下來做默觀，是一種默觀的方式；但完全投入工作的忙碌生活，也可以是另一種方式，那些『在行動中默觀』的人，學著按其需要和可能性，以兩種不同的方式找到天主。」

在你身邊找到天主

在本書上冊的第一章裡，我曾提過得到的最棒忠告。「你不能把生命的一部分藏在盒子裡」是我的靈修導師大衛·唐納文說的。在依納爵靈修中，沒有什麼是隱藏的；一切都可以開放，以便找到天主。「在一切事物中必能找到天主」，納達爾用這句話概括了依納爵的想法。

當你從事你喜歡的工作時，這很容易。工作本身就能讓你找到天主：工作會帶給你情感、心理，有時甚至是感官上的滿足，這些會使你經驗到天主的喜樂，以及天主渴望與你共同來創造。1981年的電影《火戰車》（*Chariots of Fire*），內容是關於1924年的奧林匹克運動會，裡頭有一名主角，是個蘇格蘭牧師，同時也是個賽跑選手。有人問他為什麼跑步時，他說：

「我跑步的時候，感到（天主的）愉悅。」這正可以描述所有活出自己召叫的人。工作本身就是愉快的。

不錯，有些人可以在工作中找到天主。但萬一你正被困在無趣的工作裡，看來不像是你的召叫，或者你不喜歡現在的工作，那怎麼辦？現實是：因為各種原因，有些人沒辦法踏上他們相信是自己召叫的道路——經濟的困難、家庭的需要、教育方面的限度、體力上的限制，或者就業市場飽和。那他們要怎麼利用依納爵傳統來找到天主？

我的建議是：在「一切」當中去尋找天主，而不只限於工作。首先，可以從他們身邊的人開始。這也許是最方便的。

我讀高中和大學時，在暑假打過各種不同的工，好賺取學費，也遇到許多討厭自己工作的人。有幾個夏天，我做的是1970年代青少年最典型的暑假打工——送報紙、割草、在餐廳收盤子和洗碗、當高爾夫球僮、在戲院裡指引人入座。但是其中有份工作，比所有其他的加起來，更讓我知道什麼叫淒慘的工作。

我大一升大二那年暑假，兼了三份工作。傍晚在附近的戲院當引座員，周末在一家小餐廳當服務生，週間又在附近一家包裝工廠當作業員。最後一樣顯然是我做過最糟的工作，但我覺得有這份工作還不賴——因為它比另外兩樣工作的薪水要高。

我的行程是這樣的：早上六點起床淋浴，狼吞虎嚥一些麥片。在門口等朋友來接我去工作，因為我自己沒有車子。七點整我就該在「線上」，面對一台震耳欲聾、跟整個房間一樣大的機器，它會把藥丸撥到箱子裡，箱子一滿，就會被排到快速前進的輸送帶上。

我的工作是把生產線上丟出來的小箱子裝到大箱子裡，用塑膠收縮膜包好。線上的另一邊有人會把它們裝到更大的箱子裡。最後會有人把箱子放到木頭的貨架上。生產線的開頭是工人們把一大袋一大袋的藥丸撕開，倒到桶子裡，然後藥丸會從那裡倒到輸送帶上。

我討厭這個工作。所有人都討厭。每過十分鐘我就會看看牆上的鐘，想著午餐就快來了。午餐後，我看著鐘，祈禱（或期待）四點鐘下班時間快快來。午餐時，一些大學生年紀的工人，在滿地垃圾的停車場抽菸草，紓解那種工作的煩悶。每個禮拜至少一次，會有人把木尺丟到機器裡，讓機器暫時轉動不了，我們就得以在叫人修理的空檔中稍事休息。那可是整周的高潮。其他的時間，每個人都很悲慘。

讓人驚奇的是，線上有三個女工，幾乎整天都笑個不停。他們在這家工廠做了好幾年了，彼此很熟，整天都在聊她們的小孩、她們的老公、家裡的事還有週末的計畫。慢慢地，她們讓我加入她們的圈子，談的都是我們有多恨這個工作。暑假快結束時，她們老愛取笑我：說我動作有多慢、說我多幼齒、說我多弱不禁風、頭髮上掉了多少灰塵、還有，我有多怕在機器卡住的時候把手伸進去修理（那裡的金屬齒輪可以輕易把手指絞斷）。「你是男人還是老鼠啊？」其中一位這樣調侃我。

她們討厭這工作，但她們熱愛彼此。

從那時起，我在好幾個地方都會遇到雖然不喜歡那份工作，但同事彼此很合得來的人。一起慶生、分享看電視節目的心得、下班後聚在一起、難過時彼此安慰、交換看小孩或孫子孫女的照片——都是很親密的互動聯繫。在討論工作靈修的

時候，這一面時常被忽略：就是在他人身上，找到天主，即使身處一份差勁的工作亦然。

第二種在難熬的工作中找到天主的方法，就是去想自己的工作朝向一個更遠大的目標。對於那些照顧幼兒或年老雙親的人來說，也常有類似的狀況：你也許不喜歡疲於奔命，也許想要逃避清理嘔吐或是把屎把尿，但是你知道，這些事有很重要的目的。你可以把工作當成是達成某個目標的手段。

我剛開始在企業界工作時，跟一個厭惡他工作出了名的人共事。他在會計部待了幾十年，結果被資遣了。在公司的最後一個禮拜，他為自己被解雇而難過，但也承認，他從來就沒喜歡這個工作。我那時大學剛畢業，對公司滿腔抱負，簡直被他的話嚇呆了。雖然我知道有人恨他們的工作，就像我待過的生產線，但這可是美國大企業耶——我以為大家都會更快樂、更有成就感才對。

「那你是怎麼度過這些年的？」我問他。

他拿出皮夾，翻開，「靠這個」，他靜靜地說道，把他的全家福——太太小孩的照片，拿給我看。這個舉動，告訴了我他辛勞工作的原因。

這並不會讓工作本身變得愉快。《紐約客》上有一則漫畫，畫著埃及奴隸拖著巨大的石塊，要建造金字塔。其中一個對身旁的人說：「別抱怨啦！能參與這麼浩大的工程，可是種榮幸呢！」有些工作就是那麼糟。甚至除了離開別無選擇。但有的時候沒辦法這麼做。

但即使是不愉快的工作，專注在更大的目標上，還是有所幫助。這不是要低估某些工作可以爛到什麼程度，只是對某些

人來說，把工作連結到一個更大的目標，能夠讓他們的辛苦獲得意義。比方說，教友可以把自己的工作看作是更大的美善，因為它代表天主看顧祂的子女，或者說，天主透過他的工作養活他的家人。

西茲杰克這位被判到蘇聯集中營勞改的耶穌會士，雖然被迫去蓋工人宿舍，卻可以藉著想像完工帶來的好處，安心承受勞動。儘管不是為了養家，他在勞改營裡曾和朋友分享，他在做的，是一件重要的事：

我試著說明，我對我工作的自豪，和共產黨員對建設新社會感到的那種自豪有所不同。不同的地方在於動機。身為基督徒，我可以認同他們想要打造一個更好的世界。為了公益，我可以和他們一樣勤快地工作。不管怎樣，從我的勞動中獲益的，依舊是人。是人。是酷寒的氣候中需要棲身之地的家庭。

第三種發現天主的方法，可以比喻成在不健康的工作環境裡「當酵母」。耶穌在《瑪竇福音》中（瑪／太十三33）提醒門徒們在世界上應當如同「酵母」，那小小的酵母使所有麵團都發了酵。只要有一個小小的媒介，就可以造成大大的改變。雖然被困在薪水卑微的工作裡，那些工廠線上的女工卻幫助彼此快樂地度過每一天。

如果你覺得自己處在不人道的環境，若是知道你在對抗這種不人道幫助改善環境——即使只是一點點，也會讓你找到生命的意義。

新教宗教改革時，法伯爾經常勸阻以仇恨言語攻擊新教改革者的天主教徒（反過來他也會勸阻攻擊天主教的改革者）。「如果我們希望幫助他們，」他談到改革者時說，「我們要以愛謹慎地看待他們，以真理以行動來愛他們，去除靈魂裡任何減少對他們的愛或尊重的思想。」法伯爾的日記寫著他每天為一長串神學上與他對立的人祈禱。法伯爾在艱困的「工作」情況下，也能成為酵母。

找出獨處的時間

無論是上下班的通勤時間，傍晚或週末在家放鬆，或是旅行到別的地方度假，愈來愈多的工作男女一刻也離不開電子郵件或手機。在許多大城市裡，某人一邊緊張地把手機壓在耳旁，一邊匆忙招攬計程車，已是司空見慣的景象，就像人來人往的機場總是不乏拿著手提電腦，猛按按鍵查看下一封電子郵件的旅客。

雖然這些小玩意能讓我們和工作、家人、朋友保持聯繫，但是也奪去了我們僅剩不多的獨處時間——反省、靜默、內在寧靜的時間。就像靈修作家們說的，哪裡還有「回顧」的時間呢？

所以第二個挑戰是：工作的人要怎麼平衡「保持聯繫」的需求，以及為健康的靈修生活所必須的獨處時間？

有時要獨自一人或「不跟人接觸」，看起來根本辦不到。但若沒有內在靜默的時間，要聽到我們之前談過的「渴望」，就更加困難。也無法聽到《列王紀》（列／王上十九12）裡形容的，「輕微細弱」的上主聲音。如果你的眼睛只顧盯著智慧

型手機，你的耳朵只忙著聽 iPod，就很難聽到你內在發生了什麼事。把這些東西放下，不要急著馬上回覆每封電話和電子郵件，如此可以帶來一定程度的平靜。

「深淵與深淵和唱」，《聖詠》四十二篇如是說。但你若聽不見深處的呼喚，又怎麼應和呢？

獨處與靜默也會讓我們更深地和他人相連，因為我們是和內在最深處的天主接觸。就在認識天主時，我們更能在他人身上看到天主，不再感覺孤單。所以有時你得要「離線」，才能真正和他人「接上線」。

同樣地，如果你在 3C 產品的世界裡不可自拔，瘋狂檢查電子郵件，不斷回覆電話，那麼就根本不可能體驗到周遭世界帶給你的意外驚喜。省察不僅能讓我們更意識到天主曾在哪裡，如果我們多加練習，還會更在當下意識到天主。但，如果你總是在跟朋友聯絡，你可能就錯過了。

有天我走路穿過紐約市的公園，正要趕去聯合廣場和人碰面。路上遇到兩個邈邈的年輕人；一個拉手風琴，另一個拉小提琴。他們的演奏俏皮、輕快而細膩，是令人陶醉的東歐民謠。我不禁受到吸引，佇足聆聽那熱烈的旋律、起伏的節奏。一小羣人圍了過來，我注意到這正好在每週一次的露天市集中央，攤販們正小心地把水果、蔬菜、盆栽擺出來。

就在我聽著這兩個瘦瘦的年輕人——一個綁著細辮子，一個留著散亂的鬍子——表演時，我聞到後面傳來不尋常的氣味——那是新鮮的桃子。多麼美好的一刻啊：有音樂，有陽光，有人羣，還有逛市集的遊人和成熟桃子的氣味。

就在這時，有人穿過人羣走來：一位女士一面按著手機，

一面聽著她的iPod。她切過人羣，匆忙走掉。她完全錯過了這一幕，因為她只沉浸在自己的世界裡。

118 依納爵談「超載」(Overloading)

1547年，在葡萄牙可因布拉市(Coimbra)的學校裡，有一羣年輕的會士，彼此爭著看誰做的靈修更多、更狂熱。依納爵警告他們做過頭的危險，其中還有些很貼切的比喻：「你的服事應當要是合理的服事。」他沉著地勸告會士們。

首先……從長遠看，這不是真的服事了天主，像頭幾天就跑太累的馬，通常都沒辦法走完全部的旅程……第二，過分熱心而來的收穫，往往無法保持……第三，輕忽船隻超載，會有危險。當然，出海的船不能空空如也，否則就會翻船……但是，過度超載，也會有沉船的危機。

獨處也包含了照顧個人身體的健康。給自己獨處的這份禮物，等於讓自己有時間休息和運動，這是健康的生活所必需的。這還包括我們曾在討論「神貧」時提過的，向你無法勝任的事說「不」。向不必要的事說「不」，避免自己掉入不斷奔忙這個典型的生活型態（包括我自己），就是對一個更平衡的生活說「是」。

依納爵在《會憲》中出乎意料地強調，會士必須「適當地保持健康和體力」。在〈論保健〉這一章內，根據自己早年的經驗，他說明了在工作、祈禱與休息之間取得平衡的必要。說到底，他承認「中庸之道」的必要。「有健康的身體，才能多產。」他對朋友瑞潔德（Teresa Rejadell）這麼說。

依納爵認為，會士們要過健康的生活，就必須維持「正常的」作息，留意「飲食、衣服、住處及其他為身體必需的事。」他也留意運動的必要，對那些伏案工作的會士亦然：

正如身體操勞過度，致使精神窒息，傷害身體，是無益的；同樣，為身心兩方面都有益的一些勞動，一般說來，對所有的修士，連對那些專務心靈工作的會士，都很適宜²。

這些自我照顧的方法，是「全體適用」的。這正是對過度工作的警告。

《忙到爆：硬撐、硬塞、快繃斷了》（*CrazyBusy: Overstretched, Overbooked, and About to Snap*）在這本名字超貼切的書裡，心理醫生愛德華·哈勒威（Edward M. Hallowell）說，病態的工作過度，反映的也許不只是時間不夠，還隱藏了埋在深處的問題。他認為，過度忙碌也可能是因為害怕一旦慢下來，就會跟不上別人；可能是想逃避面對現實生活的某些部分——貧窮、死亡、全球暖化——因此瘋狂地接下一個又一個工作。他說，我們可能連要怎麼「不」忙都不知道。

無論再怎麼忙碌，有固定祈禱與獨處的時間，有工作也有

休息，這是成為行動中的默觀者很重要的一步。這不是說你要偷懶。絕對不是。只是，如果你一直處於壓力、疲憊不堪、隨時會倒下的狀況，要默觀就更加不可能了。

工作（與生活）的倫理

大學在華頓商學院（Wharton School）念商業倫理的時候，大部分教科書的案例討論都是非黑即白、答案顯而易見。有人要求賄賂時，你會給他嗎？（不會。）可以排放骯髒的化學物污染環境嗎？（不行。）你會因為種族或性別歧視對方嗎？（不會。）

進入商界，我驚訝地發現道德上的兩難，遠比這些問題複雜得多，也幾乎沒有非黑即白的答案。

這不是說所有的兩難都是灰色地帶。我有個好朋友是會計，他就曾被經理要求過在報告上做假數據。他很禮貌地拒絕了，而這位經理自知理虧，也向他道歉。

但比這複雜的問題，才是較為常見的。比方說，當發現雇用你的公司對道德價值並不看重時，你要怎麼回應？我在人事管理部門時，有一次必須面對想要把資深員工炒魷魚的經理。這個員工才剛剛拿到績效卓越的鼓勵獎。突然解雇一位表現最好的員工，實在難以自圓其說，因此我告訴經理，他這麼做不太好。

「我不管，」他說，「我要那個人走。我就是看他看不順眼。」

我提醒他，這位中年員工已經在公司待了二十年了，一直

表現得很好，而且，看對方不順眼，並不是解雇對方的正當理由。他告訴我，講什麼都沒用。最後，我很沉痛地說：「有點同情心吧。他還要養家呢。」主管的回應很短，令我難忘。「去他的同情心！」他說（其實他用的話還更粗鄙）。還好，頂頭老闆出面干預，這個員工還是留下來了，但這事使我對公司感到失望。

所以，對工作的人來說，第三個挑戰是：你要怎麼持守你對倫理、道德與宗教的信念？

很多人的作法是，立意尋找一家和自己價值觀符合的公司。有位在跨國企業作投資控管的朋友告訴我，很高興自己所重視的價值——有操守、誠實、公正——正好就是他做長期投資這一行裡面所重視的。「如果你不誠實，你的信譽跟你的效力，都會遭到質疑。」他解釋道。

但如果你工作的環境裡，比方說，同情，就不被看重，甚至更糟，被忽略，那你該怎麼辦？去別家公司找新工作，或者在現在的公司裡異動職位，也許並不可行，甚至根本不可能。

部分的解決方法可能是藉著保持依納爵的「超然」態度，不受環境中不健康的價值觀所左右。如果你工作的地方讚許強勢或簡直是卑鄙的手段，你不需要跟著成為那樣的人。（宗教機構裡也絕非對此種行為全然免疫。）如果你已經當到主管階級，就可以擺脫那種覺得只能同流合污的需要。有時候有才能就不必靠強勢或玩手段。

或者你可以像上面提過的，成為在一個不道德的環境中，帶來改變的酵母，盡你所能，期待你的酵母能鼓勵改變。「別懷疑，一小羣深思、投身的公民，就可以改變世界。」人類學

家瑪格麗特·米德（Margaret Mead）曾如此寫道。「事實上，一切靠的就只是這個。」

同樣，就算你什麼都改變不了，你也還是可以幫助其他在掙扎當中的人。舉個極端的例子，耶穌會士聖伯鐸·克拉威，十七世紀在卡塔赫納幫助奴隸，並沒有讓奴隸買賣從此絕跡。但是，藉著分送食物、輔導那些被船隻載到新大陸——當時非洲奴隸貿易終點——的奴隸，他得以照顧那些被困在這罪惡結構中的人。

換句話說，要在工作中找到意義，有個最簡單的辦法，就是仁慈對待那些在掙扎中的人——兼兩份只能領最低工資工作的母親；被頤指氣使的老闆使喚的祕書；常被人看輕的門口警衛。用依納爵的話來說，你能否在工作上，把自己當作一個能夠「幫助人靈」的人？

你也可以將先知性的行動，當作自己的責任，為周圍的不正義挺身而出。是否有過你曾需要鼓起勇氣，做出正確決定的時刻？信友們此時會記起，我們有照顧一切受造物的責任，不管他們在商業競爭上站在哪一級。基督徒會記得，耶穌召喚我們，要照顧「最小的」兄弟姐妹。天主教友會記得，教會的社會通諭要我們爭取窮人和邊緣人的權利。跟隨依納爵之道的人會記得，第三級謙遜就是選擇與受迫害的人站在一起。

你可能需要犧牲一點「向上流動」來換取一顆清明的良心，因為大部分的工作環境都不會賞識先知。有位律師朋友講得很白：「我不期待夥伴，因為我不玩別人玩的那一套，我真不想這樣，這對我沒什麼好處。」如果你處身一個自私自利的企業，你可能得在價值觀與升遷之間做選擇。要是幸運一點的

話，你會找到一家價值觀與你相同的公司。

上一章談到一些依納爵式的提問，可以協助你分辨對倫理問題的回應：你會給與你身在同樣處境的陌生人怎樣的建議？從臨終的你這個角度來看，你會希望自己做了什麼？你「最好的自己」會怎麼做？

依納爵的三部曲「富貴生榮華、榮華生驕傲」在這裡也會給我們一些啟發。在我們的文化中，薪水與財富是判定價值的終極標準。那也是為什麼在多數社交場合，薪水多少總是個禁忌話題。一旦說開了，就會狠狠地把人分作不同的社會階級。

所以，你得小心，不要讓財富（高薪）和隨之而來的榮耀（同儕的敬意）導致你的驕傲（只因為你的月薪比較多，就以為自己比別人更好）。

記得窮人

今天踏進任何機場的書店，你會看到有一區分類是「商業」，充斥著各種教你怎麼跑在前頭的書。在這些書裡，都是大企業的前任執行長、成功的企業家、商業分析作家，侃侃而談要怎麼更成功、怎麼擊敗你的對手、怎麼立於眾人之上，目標是獲取更多更多的財富。

但在這些討論裡，有一羣人消失了：那就是窮人。這至少有兩個理由：第一，他們的存在提醒我們，資本主義系統無力提供所有人的需要，因此也代表對資本主義「行事之道」無聲的抗議。第二，窮人在物質上的需要，提醒著我們有照顧他們的責任。基於這兩個理由，用教宗若望保祿二世的話來說，窮人被當作是「負擔……一羣令人討厭的不速之客，企圖享用別

人生產的成果³。」

那些圍起來不讓非有錢人進入的社區、只關注明星動態的電視節目、各種昂貴消費品華而不實的廣告——在在讓窮人的面貌逐漸模糊。窮人在哪裡？就像梅爾（Dick Meyer）在他談論美國文化的書《為什麼我們恨美國人》（*Why We Hate Us*）裡說的，「我們把富饒的資產用來打造虛偽的偶像和屏障，把最重要的、真實的、能夠親身體驗的，都遮掩住了。」這份真實，也包含了窮人。

因此，最後一項挑戰是：如何牢記照顧窮人是必須的。

我有一個朋友是企業的律師，他告訴我三件有用的事：第一，感謝你擁有的；第二，參與教會團體；第三，對慈善奉獻要盡力慷慨。

另一個可能的目標是花時間陪伴窮人。一對一的去認識他們，不要只把他們當作施捨的對象。獲益的，不是只有窮人；那些生活較富足的，也會發現一個天國的祕密：窮人會邀請富有者以新的方式思考天主，就像在非洲時，難民們對我做的一樣。在薩爾瓦多教授神學的會士索布里諾（Jon Sobrino），在《真正的教會與窮人》（*The True Church and the Poor*）一書中說：「窮人一開始就是福音訊息最主要的接受者，因此，他們內在自有一種能力，比其他人更能了解福音。」

上面只是一小部分建議，說明基於依納爵之道，如何在工作中活出靈修生活。整體而言，就是撥出時間來獨處和祈禱，在你身邊找到天主，對某些不良的企業價值保持一定的超然態度，記得與天主的窮人同舟共濟。

怎麼在工作中活出最好的自己

耶穌會有個老笑話，說在耶穌會裡面，天主聖神臨在最清楚的記號，就是在這麼混亂與瘋狂的地方，大家都還沒走。這只有天主才辦得到！

用這樣的態度看待自己的成就，是一種謙遜，這也提醒我們，對於未來，我們最終依賴的是上主。

當一個記者天真地問雅魯培：「二十年後，耶穌會會在哪裡呢？」他笑著答道：「我也不知道！」他內心所想的，其實是願意信賴天主的助佑。如同教會，修會本身雖是由人來經理，但我們相信天主最終會帶領我們。誰知道天主將來會帶我們到哪裡去呢？

儘管如此，可能還是有一些具體的理由，足以說明我們在諸多開拓上取得的成功：耶穌會士有共同的使命；我們盡力工作；我們整裝待發投入各種事業；如同所有基督徒一樣，耶穌的榜樣啟發著我們，為眾人的益處接受一切所需要的犧牲。

今天你還可以加上另一個重要的理由：耶穌會士與分享依納爵願景的、才華洋溢的平信徒一起合作。更可以說，會士們常是為了這些分享我們願景的平信徒工作。

也許，「我們的為人處世之道」還有更特殊的面向，使耶穌會得以屹立，超過四百五十年。這些面向，或許對身在業界的人有其助益之處。

克里斯·勞尼這本《栽培領袖》有個英文副標題——「一家具有四百五十年歷史、改變世界的企業的終極祕訣」。書中

探討「我們的為人處世之道」有哪些特色，使得「耶穌的公司」得以發揚光大，又提出一些特色，作為員工、管理階層和企業可以效法的「祕訣」。

從一位耶穌會士變成投資管理者的勞尼，濃縮了這些特色，列出「耶穌會領導祕訣」，並稱之為「四大支柱」。那就是自覺、才智、愛與英雄氣概。

讓我們來看看勞尼的四大支柱，加上一點別的，想想在這世界可以怎麼運用這些。

第一個支柱是自覺。「成功的領導者了解自己是誰，看重什麼，」勞尼寫道，「也會意識到擾亂自己、不健康的盲點或弱點，並且會培養不斷自我反省和學習的習慣。」

說到這裡，應該可以看出這是耶穌會靈修令人感到熟悉的部分。依納爵之道的構想不僅在於使我們更接近天主，同時也更認識自己——我們的長處和短處——以及使我們不自由的一切。比方說，意識省察就不斷邀請我們反省，我們做了什麼，正在做什麼，以及將要做什麼。依納爵靈修的一部分就是反省—行動—反省的持續過程。

靈修上的實踐也可以運用到工作上。好的員工或領導者，都會清楚自己的弱點或讓自己出錯的絆腳石，他們可以指出問題何在，也會反省讓自己趨向卓越的動機。

第二個支柱是才智。「領導者會讓自己和他人適應變動的世界，」勞尼寫道，「他們熱切地探索新的想法、途徑、文化，面對生命的轉角，他們不會為了自衛而退縮。穩穩扎根於毫不妥協的原則和價值，他們會培養『平心』的態度，好能自信地適應不同的情況。」

這在依納爵的生命中顯而易見，他決意，會士們在那個時代不該做隱修士，而該在「世界中生活」。平心的態度使他總是能適應現況，不去過度計較無關宏旨的細節。

這種才智，也見諸於偉大的耶穌會傳教士身上。像是聖方濟·薩威，就用了各式各樣的方法來傳福音，包括搖鈴吸引人們注意、用本地的語言唱歌。

也許關於這種才智，最著名的例子就是利瑪竇（Matteo Ricci）。他是十六世紀的義籍耶穌會士，勤學中文、穿上中國士大夫的衣袍，藉此向中國的仕紳階級表明他是個有深厚學識的人。他寫信給長上時說：

我們留長鬚鬚，髮長蓋耳，同時我們穿著文人特有的衣飾……紫色絲綢，領口、袍邊鑲滾著比掌心稍窄的一圈藍色絲綢。

很快地，利瑪竇的居處成了文人雅士的集會地。「他學富五車，」班格在《耶穌會史》中寫道，「更因他用中文寫了二十多本關於護教學、數學、天文學的書，而聲名大噪。其中有些在中國文學史上還備受推崇。」

耶穌會士認為中國文化中「敬拜祖先」以及對孔子的敬禮，與基督信仰不相衝突，但教廷卻不同意這看法。（利瑪竇認為這些儀式只是對家庭以及對中國歷史上最重要的一位人物表示敬意，用他的話來說，「絕對不是偶像崇拜，也許甚至連迷信也算不上。」）當時，利瑪竇得到皇帝的同意，得以在北京建立一所耶穌會會院，1610年他過世前，已有兩千五百名中

國人成為天主教徒。

這些創舉，是源於耶穌會對學識的強調，依納爵從自己的生命中看出這點的重要，同時也出於才智。除此之外，耶穌會對枝微末節「保持平心」，渴望嘗試新事物的態度，亦功不可沒。

才智也意謂著保持靈活與隨機應變：某個地方適用的，別的地方不一定適用。依納爵不剪頭髮，是為了過更苦行的生活。但當他發現這對靈修進展沒有什麼幫助時，他就剪去了頭髮。另一方面，利瑪竇卻認清，如果要被人接納，他就得留長髮。在現代的工作場合中，依納爵式的靈活，也能是導致成功的因素。

但在所有關於耶穌會才智的故事裡，讓我最喜愛的，則是已鮮為人知的耶穌會戲劇史。

十六、十七世紀時，耶穌會的神父和修士們，以他們善於製作廣受歡迎的戲劇表演，而名揚整個歐洲。其中多數是在耶穌會的學校演出，而這些學校在許多城鎮都是一流的文化與市政機構。比方說，《天主教百科全書》（*The Catholic Encyclopedia*）就估計從 1650 到 1700 年之間，共有約十萬齣耶穌會推出的戲劇表演，其中有部分常是為了恭迎皇室來訪而做的演出。1574 年在慕尼黑上演的一齣戲，就幾乎把整座城都化為精巧的舞台，共有一千名演員參與演出。十七世紀在維也納的一場表演，因為觀眾太多，連鄰城的警察都被調來幫忙維持秩序。

讓耶穌會製作的戲劇如此出色的是他們的才智：對舞台布置與造景的創意，包括製作細膩的背景、幾可亂真的道具、複雜的機械設備。米勒（René Fülöp-Miller）在《耶穌會的力量與

祕密》（*The Power and Secret of the Jesuits*）當中寫道：

在每一個可以想像的場景裡，製作戲劇的耶穌會士讓天使現於雲端、鬼魂飛升、老鷹翱翔天際，這些舞台手法的效果，透過製造雷聲和風聲的機器，顯得更為逼真。他們甚至有辦法以接近完美的特效，重現以色列人度紅海、海上的風暴，以及類似的困難場景。

耶穌會士的貢獻還包括發明（或者是改良）了薄紗布幕（scrim），這是現代舞台的基本配備，以及所謂的機關門。（下次當你看到舞台上有人從一扇活板門消失時，別忘了耶穌會的才智！）

勞尼提到領袖式領導的第三個特質是愛。「領導者以對自我充滿自信、健康的態度面對世界，他們相信自己具有領導的才華、尊嚴與潛力。他們也會在他人身上，看到同樣的特質，並且熱情地去讚賞、發掘他們在自己和他人身上察覺的潛能。他們會創造出富於忠誠、情感與相互支持的環境。」勞尼對比了依納爵之道和與他幾乎同時的另一人馬基維利（Niccolò Machiavelli）之道，後者曾說：「受人畏懼比受人愛戴要來得安全。」

關於愛，依納爵最明確的說法，是在他對初學導師的指示裡，初學導師常被稱作會省中最重要的人物。這個人不僅要能給予年輕會士「愛的勸諫」，而且——最讓人吃驚的一點——也要是一位讓所有初學生都「可以喜愛」，都能對他「敞開心扉」的人。耶穌會培育階段一開始，依納爵就希望傳遞一種愛的感覺，好能帶來為幫助年輕會士前進所需的信任感。

這和我自己在工作時的經驗，相距何止千里。隨手拈來，正是那些暴躁、心胸狹窄、口出惡言的人，才會升到上頭。（我工作的地方倒不是常態：多數在工作的人仍是具有愛心、親切且富同情心的。）不過，當我發覺耶穌會士一旦擔任治理者的角色，似乎就變得更仁慈，你可想而知我有多驚訝。這不僅使我想變得跟他們一樣，也令我想要欣然跟隨。

在《會憲》裡，依納爵強調在耶穌會培育的各個階段，「愛」都十分重要，從初學開始便是如此。他也把愛視為好的總會長所需要的特質之一，為此他花了數頁篇幅來討論。（那時很多會士都相信依納爵下意識地在描述他自己。）依納爵說，總會長必須與天主親密無間，因為從他身上「對近人的愛，應特別閃耀在人前，首先是對本會的愛德和真實的謙遜，使他成為天主及他人所十分喜愛的人⁴。」

看看依納爵描述時所用的字眼：「愛」、「愛德」、「喜愛」。依納爵期盼耶穌會成為愛與支持的場所。一個愛與支持的環境，讓所有人的天賦、技能都能受尊重的地方，顯然是個工作的好環境，不是嗎？對修會或企業，都是一樣的。

克里斯·勞尼最後列出的特質是英雄氣概。他寫道：「領導者會想像激勵人心的遠景，竭力打造它，而不會被動地看著未來發生。英雄從手上的機會煉出黃金，而不會坐等大好機會自己來到。」

勞尼提到依納爵寫給義大利費拉拉城耶穌會團體的一封信，信中提醒長上們「要努力構思遠大的決志、點起同樣遠大的渴望」。依納爵再次突顯了渴望的地位，這次是為了鼓勵人追求夢想。

而且是「遠大的」夢想。這就說到了耶穌會靈修幾個重要的特質之一：magis，這是我們至今尚未討論且是難以掌握的概念。拉丁文magis，是「更」（more）或「更大」（greater）的意思。這個複雜的概念，也許寫到這裡才來解釋是最好的，因為我們已經討論過謙遜和神貧。「更」，就是為了天主，做得更多，做得更大。當你工作時，付出你的全部。當你做計畫時，大膽地構思。當你夢想時，大膽作夢。不過，就像費林明最近寫信給我時說的，magis是比較級。是「更」，不是「最」。是「更大」，不是「最大」。「依納爵作事，用的不是最高級」，費林明說，「如果我們一心求最好，反而可能會動彈不得。如果我們想要『更好』，就可以有所選擇。」

「更」的精神不表示你要傻傻行動或不顧現實。也不該是為了自己，甚至是為了耶穌會的榮耀去做這些偉大的事。你竭力做大事，為的該是天主的光榮。所以，依納爵用來做出選擇依據的這句話，就成了耶穌會不成文的座右銘：愈顯主榮（Ad Majorem Dei Gloriam）。

因此，對「更」的渴望，就內建在依納爵之道當中。要「引起更大的渴望」，邀請人們眼光放得更大更遠，都成了為天主完成大事的種子。

歷史上有一個把「更」的精神付諸行動的例子，也是1986年電影《教會》（*The Mission*）的靈感來源。《教會》可說是根據耶穌會故事改編的電影中，最為人熟知的一個，由傑瑞米·艾恩斯（Jeremy Irons）、勞勃·狄尼洛（Robert De Niro），以及連恩·尼遜（Liam Neeson）飾演十七世紀在南美洲耶穌會傳教區服務的神父和修士。在那個時代，耶穌會神父和修士把

經常遭到奴隸販子無情買賣的原住民，集合成有組織的部落。「聚落」（reductions，西班牙原文為reducciones）一詞源自「縮小」（to reduce），把原住民在當地四散的居處集中到較小的區域內，好保護他們不受奴隸販子威脅，也更利於傳教。

「我們非常努力地安排這一切，」真有其人的會士羅克·公撒雷（Roque Gonzalez, S.J.），1613年談到他在瓜拉尼人中的工作時寫道，「而且以更大的熱誠和精力——事實上，是用了全力，打造獻給我主的聖堂，不只是用人手建的那些，也包括靈性的聖殿，就是那些印第安人的靈魂。」

在這些散布在今天的阿根廷、玻利維亞和巴拉圭一帶的村落裡，耶穌會士教導他們各式手工藝，激發出前所未有的、印地安式基督宗教藝術，風行一時。這些藝術出自歐洲耶穌會士之手，但充滿創意地轉化為當地居民的藝術風格。在《耶穌會史》中，班格描述了一個全盛時期的典型部落：

從中央廣場，往北、往南、往東、往西，散布著人們的住家，都是使用當地的材料、石頭或是泥磚所打造的。居民人數有時可達一萬人之譜。臨著房子就是密集的工作坊，擺著木工、石工、金屬工藝的工具。從住家後面延伸出去的是果園，畜牧牛羊的牧場，還有生產小麥、米、甘蔗和棉花的農場。最尊貴的建築也是團體生活的中心是教堂，熟悉了禮儀之莊嚴與祭台之美的印第安人，唱著聖歌，演奏樂器……要打造如此生機蓬勃的信仰中心……耶穌會士帶來的不只是聖事和天主聖言，還帶來了冶金、畜牧、建

築、耕種與石砌的技藝。

其中一些巨大的石造教堂，或者該說遺跡，座落在南美叢林的深處，今天已成了熱門的觀光景點。其他有些則是仍在運作的堂區，當地教友們依然跟隨著三世紀以前傳給他們祖先的信仰。這是「更」的精神鮮明的遺產：在艱困的環境下，有人嘗試為天主和祂的子民做得更多，做得更大，做得更好。

「更」的精神，也存在於那些少有人傳頌的事蹟背後：花上好幾個小時，不辭辛勞批改考卷的高中老師；開車載著吵鬧的學生，到阿帕拉契山區服務的大學宗輔老師；細心指引新人做婚前準備的司鐸。這一類「更」的表現，也許沒有像上述耶穌會聚落那麼轟轟烈烈，但其重要性並不遜色。

但是「更」的精神絕不只限於耶穌會神父，或其他修會會士或神父的成就。所有夢想為天主做大事的人，都可以活出「更」的精神——不管你是一位照顧年幼兒女的父親，看護年邁父母的中年婦女，或者下班後仍花時間指導有需要的學生的人，任職於市中心低收入區學校的老師。偉大的工作，經常是默默無聞的工作。

除了勞尼針對組織、機構和商業界所說的四個支柱之外，我想在「最佳實踐」的清單上再加三點，針對的是處身於工作世界的教友。

第一點是讚賞工作的尊嚴。

基督徒靈修最常忽略的面向之一，就是「耶穌也工作」這個事實。我說的不只是宣講、治病、行奇蹟，像是平息風浪、變水為酒、使死人復活等等。我說的是祂早年的生活。

我們對耶穌十二歲到三十歲之間的事，幾乎一無所知。整部《路加福音》只簡略地提了這一句：「耶穌在智慧和年齡上漸漸地增長。」（路二 52）耶穌在做什麼呢？祂在工作。根據《路加福音》，耶穌跟著養父，當 tekton，意思是「木匠」，或者也可譯作「工匠」。（學者認為耶穌也可能是像我們今天說的「打零工的」。）在祂的時代，祂做的可能不只包括木工，因為其實當地木材產量很少，也包含一些零工——砌牆、鋤地等等。還小的時候，祂可能就跟著若瑟在納匝肋的木匠坊裡學習。因為我們所知甚少，所以這段時期又常被稱作耶穌的「隱居生活」（hidden life）。

耶穌是工匠，也是生意人。身為木匠，祂必然需要選擇正確材質的木材、和顧客商量價錢、行經不同的人家或不同的城鎮，辛苦工作整整一天。難怪祂有許多比喻都和農人、漁夫、農場主人以及打工的人有關。耶穌知道「工作」是怎麼一回事。

所有的工作都有它的尊嚴。只要是出於自願，沒有任何工作是可恥的。耶穌會初學培育的一部分，就是要操持「卑微低下」的工作，像是打掃廁所、拖地、洗碗盤。我們提過兩位彼此是好友，偉大的耶穌會聖人，就是在做這類工作：雅風·羅德里格在西班牙馬約卡島的大學從事看門的工作；他的朋友伯鐸·克拉威，「奴隸的奴僕」，則為帶給卡塔赫納的奴隸船糧食而鞠躬盡瘁。沒有任何自願、出於善意而從事的工作，是沒有尊嚴的。難道當耶穌辛勤勞動時，就不是天主之子了嗎？

當我們了解到自己是誰，如神學家說的，是與天主「共同創造者」，我們才能體會工作的尊嚴。《神操》中，依納爵要我們想像自己與天主一同「工作操勞」，且天主也為了我們而

「工作操勞」。我們與天主一同工作操勞，來打造更好的世界。即使別人看不到，天主看得見我們勞作的果實。想想若瑟，傳授耶穌技藝的木匠，在新約裡沒怎麼提到他，他的生活也幾乎無人知曉。一如耶穌會神學家侯伊（John Haughey）所說，透過若瑟默默的工作，塑造了「救贖世界最需要的工具」。

若瑟的工作極端重要——即使在當時，其他人可能看不出來。這和今天千百萬默默工作的人們何其相似：長時間的工作，只為了供給孩子完成學業；兼差賺外快好能照顧年邁的父母或親戚；為了家人刷洗地板、清洗一籃又一籃髒衣、花費好幾個小時煮飯，直到筋疲力盡。即便沒有人知道他們的辛勞，天主全部看在眼里，這才是最重要的。

關於這點，有個我喜歡的比喻：一位年老的石雕匠，在中世紀的教堂裡雕刻一座聖人的大理石像。花了許多天，在雕像背後仔細地雕出她衣飾上細膩的皺褶。先用大鑿子，再用小鑿子，最後用砂紙小心打磨。另一位石匠注意到他所做的，也知道這個雕像會被放在暗暗的壁龕裡，背朝牆壁，朋友的心血不會被人注意。他的朋友問道：「你為什麼要這麼費工呢？沒有人看得到。」

他回答說：「天主會看到。」

118 工作的尊嚴

在一篇〈為什麼要成為或繼續當耶穌會士？〉的默想中，德國耶穌會士卡爾·拉內，也曾談到這類默默的耕耘。



我想起我自己認識的那些弟兄——我的朋友戴爾普，被上了手銬（因為反對希特勒而遭監禁），最後一次為自己是耶穌會士的聲明而簽字；想到在印度村莊幫助窮人掘井的一位弟兄，沒有任何印度學者聽過他的名字；還有長時間聽告解的一位弟兄，他聆聽那些平凡人的痛苦與煩惱，他們的生命遠遠比表面上看起來複雜得多。我想到在巴塞隆納跟他的學生一起遭到毆打的弟兄，他並沒有真的反叛，也沒能嘗到光榮的果實；想到每天在醫院裡協助臨終者的弟兄，對他而言死亡這獨特的生命事件，只成了枯燥的固定行程；想到在監獄裡重複宣講福音訊息，卻得不到任何感謝的弟兄，比起福音喜訊，他帶來的香菸還更受歡迎；想到有弟兄看不見成功的可能，只有困難重重，仍埋頭苦幹，要喚醒少數幾個人信、望、愛的丁點火花。

第二個跟工作有關的依納爵灼見是接納失敗。我們應善用自覺、才智、愛與英雄氣概，但是這不保證我們每次都會成功。無論是在工作、家庭或生命當中，接納這一點是很重要的，這使我們擁抱西茲杰克所說的「現實情況」，明白自己的謙卑與神貧。

在這主題上，我聽過最有力的故事之一是吉姆告訴我的。他是一位好心腸的耶穌會弟兄，來自肯塔基州，在芝加哥的羅

耀拉大學教社工。他在洛杉磯的一個堂區，創辦了社會服務中心。在那裡他認識了卡蘿。吉姆告訴我她的故事。

卡蘿原是個模特兒，後來生活遇到困境而墮落。某天早上她來到服務中心，遇到了吉姆。當她說要一件牛仔褲時，吉姆請另一個義工帶她去衣物捐贈處。幾分鐘後，吉姆聽到一陣喧鬧。卡蘿喝醉了，在房裡跑來跑去，褲子掉了，呈現半裸，還一邊抱怨她的牛仔褲，一邊大聲咒罵那兒的職員。

吉姆把卡蘿帶到外面，冷靜地向她說明，這裡歡迎她，但是她得要保持清醒。他給了她一杯咖啡，問她是否聽懂這個「約定」。她瞪著他說：「咖啡是冷的。你壞透了！」

吉姆在中心服務的三年裡，卡蘿至少來了三十次，有時醉醺醺，有時怒氣沖沖，有時還算清醒。當她頭腦清楚的時候，吉姆說，她之前的美好（內在與外在皆然）就會散發出來，充滿幽默感和機智。時間過去，他和卡蘿逐漸熟稔，兩人聊了她的家庭、她的背景、和酗酒奮鬥的經過，還有毀了的生涯夢。

有一次，吉姆接到卡蘿姊姊打來的電話，問吉姆最近是否看過她。他說沒有。她說：「你知道，她把你的中心當作家，不是嗎？」

三年後，吉姆在中心的工作也將告一段落。為了畫上圓滿的句點，他盡量和來過中心的人作個道別。最後一天，他走去郵局寄包裹。

他在路上看見了卡蘿跟個「朋友」在一起，那是以前毆打過她的男人。吉姆說他「當場愣住」。他想著要不要過馬路向卡蘿說聲再見，但是他沒有。卡蘿最後跟吉姆揮了揮手，跟她的同伴走了。

吉姆在最近一封信上，提到了故事的結局。「我本來希望『意氣風發地』離開堂區，感覺自己做了好事，也幫助了需要的人。當卡蘿轉過街角，消失在我視線中時，我忍不住淚流滿面，不知她將會如何。我很難過，因為我本來希望她會過得更健康、有更完整的生活，結果我又失望又挫折，因為她竟跟她發誓不會再見面的男人在一起，我很氣那個男人又把她勾引了去。」

吉姆回到本堂的住所時，他只能向卡蘿無聲的道別。「我坐在台階上，覺得我唯一能給她的，只有為她的快樂和幸福祈禱。」

不管我們多麼努力工作，總會有些事是我們無力改變的，也不是因為懶惰、愚笨或計畫不周而導致失敗。工作有時給人帶來深沉的痛苦。

突然被解雇、經商失敗、在工作場合遭遇失敗的人都知道這一點。痛苦的奧祕會闖入工作的世界，這個智慧是工作靈修基本的一部分：從某些方面來看，我們是無能為力的，我們的努力也似乎毫無成果。痛苦的奧祕就在此刻呈現眼前。

但就算表面看來毫無成果的工作，也能指向天主。在《放逐》（*Exiles*）這本談耶穌會詩人霍普金斯的小說裡，韓森（Ron Hansen）引用了出自霍普金斯本人的避靜札記中一段優美的文字：「同時，在今天的一些默想裡，我熱切地求我主看顧我的寫作，使它不至於因為來自我或他人的敵意和魯莽，而危害到我；使我的寫作任憑祂運用，由祂決定該寫或不該寫什麼。我相信，祂聽見了。」

✞ 基督徒的失敗

在距離中國海岸僅六哩之遙的小島上，目標在望的聖方濟·薩威卻長眠於此。終究無法抵達目的地的他，也不免感到挫敗。下面是伯格哈特（Walter Burghardt）在《聖人與聖德》（*Saints and Sanctity*）一書中，思索我們奮力過後仍舊失敗的時刻：

這對一個人來說，實在難以接受——連薩威也不例外。就因為我把每一分精力都獻給天主的事業，卻不保證計畫成功。即使是如此富有成果的基督使徒，也不保證他不會壯志未酬……你在教會內結婚，但這並不保證夫婦能永遠一心一體……你深愛天主，但卻不保證你不會失去工作、房子、家人、健康……你相信，不能保證你就不再懷疑；你盼望，不能保證你就不再失望；你的愛，也不能保證你不會冷淡。就這點看來，基督徒會受挫，也會失敗。

你對天主賦予你的基督徒任務盡力而為；剩下的能否成長，都在祂手中。天主依舊利用世人眼中的愚妄來勝過智慧，用世人眼中的軟弱來勝過堅強，用世人視為卑賤的、受輕視的、虛假的，來廢棄他們的自以為是……就這點看來，基督徒從來不曾受挫。從來不曾失敗。



我們要談的第三點是依靠天主。

聖依納爵是個勤奮的工作者，但他知道，他所有的成就都要歸功於天主。這個態度給人帶來自由，因為我們會了解自己不是一個人孤軍奮戰，在我們的勞苦中還有一位夥伴，更重要的是，我們不可能只靠自己做到一切。卡蘿帶給吉姆的經驗提醒了我們：他不可能「拯救」她。依靠天主會同時帶給我們自由與謙遜。如同我的神師說過的：「有一位默西亞，但那可不是你。」

若是上主不能支撐我多過一天，祂又還能成就什麼些微珍貴的事呢？

——聖高隆汴

(St. Claude La Colombière, S.J., 1641-1682)

以上是依納爵之道能在工作上幫助你的幾個要點，能助你活出在世的召叫。

但是，召叫不只是工作。它還包含了你的「存在」。它不只跟你「做什麼」有關，也與「你是誰」有關。所以讓我們一起來看看這個問題：「我該成為怎樣的人？」

做你自己！

我們每個人在生命中都有一個獨特的召叫，是來自天主埋在我們心中的渴望，同時也根據我們的天賦、技能和人格。這是為什麼，依納爵稱天主是「想要與我們建立深度關係的」天

主，說造物主「直接與受造物」來往。天主知道我們最深的渴望，會為我們自己和世界帶來喜樂。

但這遠超過工作、職業或者生涯的範圍。召叫甚至有可能和一個人實際在做的工作沒什麼關係。因為最深的召叫，乃是成為你自己，成為「真實的自我」，就是天主創造了你，並召叫你成為的樣子。

這條路，有一部分是接受天主已經先愛了我們。接受天主「按我們之所是」來愛我們。不管是男是女，是老是少，是貧是富，我們全都被天主所愛。不管你怎麼看你自己，在天主眼中，你是祂喜愛的。很難相信嗎？讓我告訴你一個關於「接納」的故事。

驚奇地被造

瑞克·格里是位喜歡和人打成一片、頗富機智的會士，他創立了殘障者國家戲劇工作坊。他有戲劇學博士學位（就是他告訴我「耶穌會戲劇」的歷史）。瑞克生來就沒有右手，高中畢業後加入耶穌會。他曾當過一陣子的演員。某次他去參加一個廣告試鏡，開啟了設立國家戲劇工作坊的契機。

在辦公室和選角主管碰面時，她注意到瑞克只有一隻手，就說：「你在開玩笑嗎？誰叫你來的？」他說：「你說什麼？我是來試鏡的啊。」她說：「拜託！告訴我是誰把你弄來的，這實在太離譜了。」她根本沒當他是個演員，甚至不算是一個人，而只是一個笑話。這使他下定決心，應該為殘障演員辦一所學校。

多年來，他的戲劇學校提供殘障演員各種試鏡機會。有一次，一個選角導演打電話來跟他說：「我們的電視節目需要一個截去雙肢的角色。」瑞克問：「你要失去雙腳的，還是失去雙手的？」主管說：「我不知道耶。這有差別嗎？」瑞克答道：「嗯，這對那人的差別很大！」

但我要告訴你的，是關於瑞克的另一件事。這是 1950 年代，當他還是個小男孩的時候所發生的事，當時，從聖方濟·薩威遺體上保留下來的右前臂，來到費城。對一些非教友來說，這聽起來可能很怪異，但是這個聖髑十分有名；因為他在非洲、印度和日本的傳教生涯中，這隻手臂曾為上萬人付洗。

瑞克一年級的導師是個修女，覺得讓瑞克去瞻仰一下這隻手臂很有意義——當然，她並沒預想會有什麼奇蹟出現。瑞克的媽媽也沒多想，不過她還是寫了同意書，讓瑞克不上課而去看聖髑。

但是他天主教學校裡的同學，都熱烈地祈禱奇蹟出現。說不定瑞克會被治癒——變得跟其他班上同學一樣。所以當瑞克的媽媽來帶他去市中心的主教座堂時，全班都沸騰起來。

主教座堂裡，人龍在走道上排了一圈又一圈。因為羣眾太多，上面宣布參觀者只能碰觸聖物櫃，就是放著薩威手臂的玻璃盒。不可以親吻櫃子，雖然許多虔誠的教友本來希望可以。但是有幾個神父看到了這個沒有右手的小男孩，就對他的媽媽說：「噢，他當然可以親櫃子！」但是瑞克並不渴望這樣的「治癒」。

於是他親了玻璃櫃，但壓著自己的右肢末端——希望阻止它長出來。

搭電車回家的路上，他一直檢查自己的手臂。沒有任何變化。沒有奇蹟。他回到班上的時候，同學們都很失望。他們說，也許瑞克不配得到這個奇蹟。

但是有一個人的反應完全不同。那天晚上瑞克到家的時候，他的妹妹丹尼絲（之後成了修女）躲在客廳的窗簾後面，偷偷向外看。當她看見瑞克時，高興的不得了。「太好了，」她說，「我真高興什麼都沒變。因為我喜歡你本來的樣子！」

這就是天主怎麼愛我們的：祂愛我們本來的樣子。

瑞克永遠忘不了這份肯定。這幫他看清，自己的殘缺原是一份禮物，讓他更能體會別的人性，提醒他為生命的一切感恩。他最近跟我說，你「有多在意別人的負面眼光」，你的殘障就有多負面。

所以，也許那天真的曾發生了奇蹟！

自我接納是通往聖德的第一步。但對很多人來說，自我接納的路並不好走。那些身處種族或社會弱勢族羣、有生理殘障、家庭破碎、為成癮症所苦、感到自己不可愛、沒受過教育或不受歡迎的成人和兒童，可能要掙扎許多年，才能接受自己是天主所愛的子女。

但這是個必經的旅程。比方說，有許多同性戀的男女，都曾和我說過，他們真正開始踏上靈修之路，都是在他們接受自己是男同性戀或女同性戀的時候——也就是接納天主創造他們的樣子。了解自己是誰，更重要的是，讓天主愛這樣的他們，而不是社會期待他們的樣子，或者他們自以為該有的模樣，對他們和天主的關係，是很重要的一步。

《聖詠》一三九篇這麼說：「祢造成了我的五臟六腑，祢

在我母胎中締結了我，我讚美祢，因我被造，驚奇神奧。」天主愛我本來的樣子，因為那就是祂造我時的模樣。《聖詠》作者要表達的大概就是這個意思。那也是瑞克的妹妹所表達的。

愈比愈絕望

要接納自己、珍惜自己的個別性，最主要的困難，在於我們錯誤地相信，想要成聖、想要有用、想要快樂，我們就得變成另一個人——或者說，得變得完美無缺。照顧小孩的年輕媽媽，她本來的召叫是成為照顧人的母親，可能會難過地對自己說：「我根本不可能像德蕾莎姆姆一樣。」律師、醫生或者學校老師讀到聖方濟·薩威的故事時，也許會說，「我不可能像他一樣。」但是，雖然這二位聖人都是值得尊敬的人，他們注定不會成為德蕾莎姆姆或者聖方濟·薩威，他們要成為他們自己。

這就是說，你要放下變成另一個人的期望，要記得你自己的召叫——而不是別人的召叫，才是通往幸福的路。你不需要用誰的地圖才能到天國，因為天主早已在你的靈魂裡，設置所有你需要的指標。

這也表示要喜樂地接受自己的人格與夢想。我得到過最好的忠告之一，是來自一位耶穌會的神師。那時（我就不明說了）我正和一個討厭的人共事。隨著時間過去，我覺得我根本就在「抗拒」他：我愈來愈戒備、自我防衛、小心翼翼、處處懷疑，好保護自己不被他的壞脾氣波及。我的抗拒使我變得冷酷而無動於衷。有天我向神師告解，「我覺得他正在讓我變成

一個我不想成為的人。」

詩 我之所為，是我

我讀了許多次霍普金斯的這首詩，才體會到，這首詩和成為你自己，有著深深的關聯。

當翠鳥五彩燃燒，蜻蜓燦燦生輝；
當拍打著圓井水面，
落石聲響；好似琴弦一撥，又似懸掛的鈴
聲聲脆擊，傳報自己的名；
凡是活物，做的只有一件事，同一件事：
散發那居住在自己之內的存在；
成為自我——成為自己；寫的說的都是一
個「我」，
喊著「我之所為，是我：我就是為此而
來。」

我更要說：義人履行正義；
滿被恩寵：他所行一切，全是恩寵；
他在天主眼中，所行所為都是天主眼中的
他自己——

這就是基督——因為基督無處不在，
透過他人的四肢和眼睛、種種形貌，
趨向天父，可愛無比。



這是我們多麼常有的感覺啊！我們覺得有些人、團體、情況，讓我們成了自己不想選擇成為的人。

我的神師說，「別讓任何人，奪去成為天主要你成為的人的自由。」

這兒指的是「你」，那個獨特的人，那個天主所愛的你。

118 全能的工匠

一棵粗糙未經雕琢的原木，不知道自己將會被刻成絕世的雕像，但是木匠卻知道它將會被雕成什麼模樣。有太多人……不知道天主可以把他們雕琢成聖，直到他們把自己交在這位全能的工匠手中。

——聖依納爵·羅耀拉

在我們周圍具有聖德的男女當中，就很容易看見這樣令人驚嘆的人。在書中我已經提過許多朋友，他們每一位都很不一樣。若望，來自麻州格羅瑟斯特的那位，就和我的第一位神師大衛頗為不同。若望比較悠閒自在，大衛則是精力充沛。若望喜歡待在家裡，晚上看個電視；大衛則比較喜歡跟人在一起。

我們初學的時候，做了好幾項人格測驗，用來幫我們了解人和世界互動的方式是多麼因人而異。有一系列的測驗，是為判定我們的個性是屬於外向或者內向而設計的。結果出來了：我是全初學院唯一屬於「外向性格」的人。這解釋了不少事——比如說，為什麼在會院的派對結束後，我仍然精神奕奕，別的人卻筋疲力竭，只想回房間休息。或者為什麼他們在講話

之前，總需要處理資訊，而不是邊討論邊察覺自己在想什麼。這些測驗幫我認清，其他人面對生活有不一樣的方式，並不表示他們錯了或者走錯方向，就只是不一樣而已。或者更準確地說，是「我」跟大家不一樣！

結果出來以後，我感到有點沮喪。我不是內向性格的人，是不是代表我不適合做耶穌會士？絕對不是，大衛說。耶穌會也需要外向的人。

我們總是很難避免和別人比較，覺得他們比較容易辦到，甚至他們或多或少就是比自己更聖。所以你該做的，是在接納與渴望之間保持一種健康的張力。一方面，你要讚賞天主創造你這個人——你的背景、個性、天賦、技能和長處。另一方面，你要讓天主推動你走向新的方向，讓祂改變你、使你成長，使你發現自己生來要成為怎樣的人。天主不僅在你內有著奇妙的創造，而且，祂還繼續創造。

我本身自我接納的旅程，有很大一部分是放下「想成為別人」的需要。這並不意謂是哪一個特定的人，就只是覺得我應該要有些不一樣才對。初學剛開始的時候，我以為成聖就得要壓抑自己的本性，而不是發展它。要根除自己天生的欲望和傾向，而不是求天主聖化它們。我知道自己不是個聖人，所以要成聖，必然就是要變成另外一個人。聽起來很矛盾，但我那時以為做自己就是要變成另一個人。

叫每個人都循相同一條路前行是危險的，如果你以自己來衡量別人，更加糟糕。

——聖依納爵·羅耀拉



大衛一直提醒我，我不需要像別人，我只需要像自己。「你不需要為了讓天主喜愛你而改變自己」，戴邁樂這麼說過。其中深意要花些時間才能體會。除了我一直覺得自己不配當個耶穌會士之外，我也受嫉妒所苦。在我生命裡有好幾次，特別是事情不順利的時候，我都對別人感到嫉妒。說到底，嫉妒就是這麼回事：其他人的日子都過得比我好。顯然他們都比我幸福。

這是錯的，也是危險的。人很容易拿自己心知肚明，有好好有壞的生命和別人相比，誤以為別人的生命一切都很完美。就這樣，我們小看了自己擁有的禮物和恩寵，卻放大了別人所擁有的。

諷刺的是，我們有時對自己的問題、缺點和掙扎，態度剛好相反：放大自己的問題，小看別人的。別人都比我們要聰明、吸引人、受歡迎、輕鬆、矯健、什麼都比較好，所以（看起來）他們的生活都很如意。同樣，我們會這麼推想，他們的生活沒什麼真正的問題。就算遇到問題，我們也會認為，那不會跟我們的問題一樣糟。

但是，沒有人的生活是如意的。每個人的生命都滿載恩寵與祝福——但同時也有掙扎與挑戰。「家家有本難念的經」，當我們開車經過有錢人的社區，羨慕著他們的生活時，我的母親就會這樣說。如果我們不停地把自己曲折的現實，和誤以為完美的他人生命來相比，那就難怪我們會希望自己變成另外一個人，不是嗎？

愈比就愈絕望，有個耶穌會朋友總愛這麼說。

你要怎麼向成為自己之路推進？面對這長達一生的探索之

旅，下面提供幾個重要的步驟，也包含一些依納爵強調的要點。

成為你自己

首先，要記得天主愛你。大衛很喜歡說一句和《聖詠》類似的話，「天主因為你歡喜不已！」或者像神學家艾利森（James Alison）說的，天主喜歡你。如果懷疑，不妨快速省察一下感恩的事物，這會幫你看見天主怎樣祝福了你，怎樣愛了你。讀一讀《聖詠》一三九篇開頭的幾節，「祢在母胎中締結了我」——也往往會有幫助。

第二，去體會天主愛這個獨特的你，不只是抽象地愛你。天主親自關心，就像親密的好朋友那樣。記得天主怎樣以親密、私人的方式，在日常生活和祈禱中對你說話，這些只有你自己才能領會。這就是天主對你個人的愛的記號。

第三，接納自己的渴望、技能、天賦，因為它們是天主賦予的，好讓你和其他人獲得幸福。它們是來自造物主的禮物。

第四，嚴防比較的誘惑，拿自己和他人相比，貶低或輕視自己的價值。記住：愈比愈絕望。

第五，遠離一切罪惡的、使你不再憐憫、愛人和自由的行動。親近使自己更憐憫、愛人和自由的行動。用回憶兩旗默想來幫助你達到這一步。

第六，相信天主會幫助你，因為天主渴望你成為自己本來的樣子。並祈求天主的幫助。

第七，要知道，成為你本來的樣子，是一個漫長的過程，需要時間。

要能完全整合自己的心得，需要一段時間。將它們轉化為行動，需時更久。發現自己從內到外全然改變，更需要時間。

如果你有所懷疑，就想想依納爵的故事。

加入耶穌會之後過了五年，我回到第一次做避靜的麻州威斯頓的坎庇恩更新中心。那一年我的神師是個隨性的會士，名叫哈利，身為一個初學導師，他跟我們一起住在初學院。跟他相處，簡直不可能煩惱：他總是喜樂洋溢，幽默風趣。我們那一屆初學班原本有三個初學生，當其中一個決定離開，只剩兩個人的時候，他馬上用一句希臘諺語來形容這人數稀少的一屆：「數量不多，份量十足」（*Ou polla, alla pollou*）。

那年夏天的避靜，我對哈利感慨地說，我好像改變得還不夠快。我知道我想成為怎樣的人：自由、開放、悠閒、放鬆、富於同情、有耐心、成熟而慷慨。但是我的缺陷總拉著我無法前進。天主要怎麼改變我？我什麼時候才會改變？為什麼不能快一點？

哈利笑了，將視線移向避靜院窗外的草地。「你看到那邊的樹嗎？」他說。

我瞥見小丘上一棵高大的楓樹，我在林邊散步時常常經過那裡。

「現在它是青綠的，但是幾個月後就會變紅，很是美麗。」他停頓了一會兒。

「誰也不會看到，它是怎麼變的。」他說。

天主的潛移默化

在尋找自己的召叫、成為你想要成為的人這條路上，耐心是個很重要的同伴。事實上，任何改變都需要耐心。耶穌會史前人類學家德日進（Pierre Teilhard de Chardin），曾在給朋友的一封信上談到耐心。他很清楚，時間會慢慢改變一切：

最重要的，是信賴天主的潛移默化。

我們很自然地會不耐煩，希望一切趕緊到達終點，沒有拖延。

我們總想跳過中間的程序。

我們對於走向未知、走向新事物，卻身在半途感到不耐。

但是，一切的進展，都必須先通過不穩定的階段——那可能是一段很長的時間。

所以，我覺得你也該這樣；你的想法會慢慢臻於成熟——讓它們成長，讓它們自己成型，而不要操之過急。不要揠苗助長，彷彿今天你就能成為時間（這裡指的是讓恩寵和環境在你的善意中起作用）才能塑造你成為的模樣。

只有天主才知道，在你內逐漸由新的精神所塑造出來的，會是什麼模樣。

把信心放在天主身上，相信祂的手正領導著你，接納自己因懸而不決，事有未竟而心焦如焚的感覺。



鹽娃娃

我們最終在天主內，找到自己的身分與召叫。我們的渴望來自天主，也引人回歸天主。

為召叫的討論作一總結，我要分享戴邁樂所講的故事中，我最喜歡的一個，它優美地說明了上面這個概念。故事名稱叫〈鹽娃娃〉⁵，嗯，就是一個用鹽做成的娃娃的故事。

有個鹽娃娃，在陸地旅行了好幾千哩，終於來到海邊。

它看見這陌生而壯觀的流動，跟所有它以前看過的景物都截然不同。

「你是誰啊？」鹽娃娃問大海。

大海微笑著回答：「來看吧！」

娃娃吃力地走了進去。它走得愈深，就融化得愈多，直到它只剩下一小丁點。在最後那一丁點融化之前，鹽娃娃驚奇地大喊，

「我現在終於認識了我自己！」

-
1. 克里斯·勞尼著，陳曉夫譯，《栽培領袖：耶穌會的人才學》，台北：啟示，2004。
 2. 參見《耶穌會會憲》，第298條4項。
 3. 譯註：出自教宗若望保祿二世《百年通諭》。
 4. 參見《耶穌會會憲》，第725條2項。
 5. 戴邁樂著，周佩玉譯，《弦外之音》，台北：光啟文化，2015，六版。

7.行動中的默觀者

我們的為人處世之道

我最喜愛的電影片段之一，來自一部 2006 年上映的外國片，叫作《巴黎，我愛你》（*Paris, Je T'Aime*），內容包括二十個由各國導演拍攝的短片。每一篇故事都發生在巴黎。有的描述男女愛情；有的是父女相會；有的是暴力與血腥的謀殺。在其中一個短片裡，拍過《尋找心方向》（*Sideways*）的導演亞歷山大·潘恩（Alexander Payne），訴說了卡蘿的故事。她是一個丹佛的郵差，省吃儉用，想一圓到巴黎度假的美夢。為這次重大的旅行做準備，她甚至上了兩年的法文課。

瑪果·麥汀達爾（Margo Martindale）飾演卡蘿，一個看來好心的中年婦人，和她的兩隻狗住在一起，並且獨自到巴黎去旅行。雖然她說自己很開心，也談起所交的朋友，但是，在她的漫遊裡充斥著一種孤寂感。故事是她回家以後，在法文班上做的口頭報告，以旁白的形式敘述。卡蘿以非常簡單的字彙表達其心思——因為那是她唯一知道的一些法文。

在遊歷了一整天的景點和試過好幾家餐廳之後，卡蘿信步走進陽光照耀的公園，在一張木頭長椅上坐下。那天早上，她才驚訝地發現自己是如此沉浸於思慮中，想著——工作、朋友、兩隻狗、失去的愛人、還有不久前癌症過世的母親。卡蘿

靜靜地坐在公園，看見周遭的生命氣息：愛侶們正在喁喁私語，孩童們在遊樂場戲耍，一個女人在青草地上歇息。微風輕輕地吹動她棕色的髮絲。不可思議的事就此發生。

卡蘿用笨拙的法語說出這些話（螢幕上打出的是英文字幕）：

我獨自坐在那裡，身在異國，遠離我的工作，遠離我所有認識的人，心中升起一種感覺。

就好像記起了我過去從不知道，或一直在等待的事，但我不知道是什麼。也許是我已經遺忘，或是我一輩子都錯過的事。

我能說的就是，我同時感到喜樂和悲傷。但是並沒有太多悲傷。

因為，我感覺到，我活著。

是的，我活著。

正說著，一股平靜洗去了她面容上的疲憊。

我不確定拍片的人是否想要呈現一次靈性的啟迪經驗（雖然亞歷山大·潘恩確實上過耶穌會辦的中學）。我也不確定那人有意讓卡蘿，這個僅有五分鐘短片的主角，扮演一個有靈修的人。但她用簡單的話，不僅表達了我們在本書上冊提過的「不尋常的渴望」，同時也為依納爵之道的目標之一：生機盎然，開啟了一扇窗。

是的，活著

寫到這裡，我們已經一同走過了依納爵之道。現在你有權利問我：這條道路要通向哪裡？終點在哪裡？

在上冊第一章裡，我們談過五個假設的耶穌會士對依納爵之道所提出的定義。四個答案如下：在行動中默觀；在一切事物中找到天主；以道成肉身的眼光看世界；尋求自由與超然。這些全都是和依納爵同行夥伴的目標。

故事中的卡蘿，正好說明了第一個目標。這也許是卡蘿第一次在生命中，感覺到自己活著。她注意到並且也意識到了。她坐在巴黎公園裡那張長椅上，發現了一種連結。下一段獨白，顯得更有意義：「那一刻，我愛上了巴黎。我也感覺到，巴黎愛上了我。」覺醒推動她去愛。

在真實生活中，卡蘿也許得做出某個抉擇——遠超乎要不要改變預訂的旅館、在法國多留幾天之類的簡單決定。甚至也不單是巴黎從今起是她最愛的城市之類的決定。她可以把這些經驗只當成一些「感覺」，她也可以深思這些感覺源自何方。

按聖依納爵·羅耀拉的教學，行動中的默觀者不只是默觀這動態的世界，看見其中的美妙，同時也在這些美好事物上看見天主臨在與活動的記號。不論生活有多麼忙碌，行動中的默觀者甚至在忙碌的生活中，深刻地意識到天主的臨在。那是一種保持覺察的狀態。意識到天主。

這正好接到第二個目標：在一切事物中找到天主。到現在，你已經看到，萬事萬物如何能成為我們體驗天主的一種方

式。之前幾章我們已經討論過，和天主在祈禱、敬拜、家庭、愛、音樂、自然、做決定、工作、簡樸生活和友誼中相遇，甚至是在痛苦的時刻與祂相遇。一切人、事、物中，我們與祂相遇。我們也已經討論過，幫助覺察、幫助你在一切事上發現天主的簡單方法：每一天做意識省察。行動中的默觀者尋找天主，在一切行動中，試著發現祂。

這也就是說，人以道成肉身的眼光來看待世界。我們的第三個定義。天主居住在真實的事物、環境和人們當中。不是「高高在上」，而是「無處不在」。（雖然我並不否認天主「在天上」，不管你覺得那是什麼意思。）對基督徒而言，耶穌是天主的「道成肉身」，但是就算不是基督徒，你也可以用這眼光來看世界。你愈按照依納爵之道而行，就愈能看見道成肉身的天主。

並且，你愈按照依納爵之道而行，就會想要愈深入。你愈經驗到天主，就會想要經驗到更多。愈認識天主，就會想要更認識祂。

為此，你需要保持自由和不受過分依戀牽絆的態度，我們的第四個目標。你會渴望超脫使你無法依循這條道路的事物。希望讓自己從過多的包袱中解脫。一如依納爵所說，不受「混亂失序的內在情境」左右。並且你要小心，不要趨於沉淪，遠離天主。就像依納爵說的，你需要「分辨」。

所以綜合來看，你可以說：行動中的默觀者，藉著用道成肉身的眼光看世界，試著在一切事物中找到天主，在他們的追尋當中，會發現自己渴望自由與超然，這兩點會幫助他們更加靠近天主。這大概是對依納爵靈修一項頗為中肯的摘要。

那也是我這些年來的經驗。

前面幾章裡我舉過一些自己的例子，天主怎樣在我生命中工作，這不是因為我的生命比別人的重要，或者比別人更屬神、甚至也不能算是更標準。這只是要讓你知道，如果隨從依納爵之道，任何人都可以體驗到天主。

我二十七歲入耶穌會初學院，那時還沒有什麼祈禱經驗。我根本不能想像，自己會跟天主建立一個「個人的關係」。根本想不到，自己能夠擺脫某些從兒時就跟著我的不良習慣。根本想不到會走在一條新的道路上。我根本想像不到有一條新的路。簡而言之，我根本想像不到自己會改變。

但是天主早已料到了。

依納爵之道邀請我繼續成長、自由、變得更有覺察力、更有愛、更真實，而且「是的，我活著」（套句卡蘿的話）。我已經試著分享，這些如何以個人經驗的方式發生，因為那就是天主通常最活躍的地方——在我們自己的至深至密之處，在那裡祂比我更貼近我自己（*intimior intimo meo*）。如果你容許天主如此，祂可以在我們整個生活裡，那樣工作。這也是為什麼我提了一些真實的故事，有的來自耶穌會聖人、有的來自我認識的會士（有些真的像聖人），以及許多其他在依納爵之道上所遇見的男性、女性朋友和同伴。

但是這些特質——成長、自由、活力、愛、真實、甚至是感覺到自己活著——都不是最後的目標。依納爵之道的目標，不是一種特質，而是另有所謂。

路就是我們的家

最終的目標在於上主。

我盡量以深入淺出的方式，讓所有的讀者都能獲益——無論你是還有所懷疑的追尋者，或者是虔誠的信友。對許多不同的人，依納爵靈修是一種資源，不只限於耶穌會士、天主教徒，也不只限於基督徒。就像一些來自佛教禪宗的洞見，對身為基督徒的我有所助益，同樣地，禪宗的佛教徒也可以從依納爵靈修的操練和技巧中，得到助益。猶太教徒或伊斯蘭教徒亦然。任何人都可以利用這些練習，改善自己的生命。

但若要完全了解這旅程的目的，你必須了解它的目的地。因為沒有天主，依納爵靈修就毫無意義。這終點不是一個地方。而是天主。

記得我在本書上冊開頭時，提過一個關於《神操》的比喻嗎？神操不是用來「讀」的，而是用來「體驗」的。就像一本教你怎麼跳舞的書。如果你只是讀，沒有什麼用處；你得要先跳舞，才會知道它在說什麼。

在這支舞裡，你有一個舞伴：天主。我知道，這比喻很俗（你可能會立刻想像自己在跟留有一把白鬍子的老頭跳舞——就算你沒想到，現在也會這樣想到了！）但這是提醒你，旅途的目標是你與天主的關係。天主自己想與你建立關係。祂想與你共舞。

對我來說，依納爵靈修是我生活中與天主相遇最主要的途徑。它是引我通往天主、通往耶穌基督的路。依納爵的操練與

洞見，豐富了我對自己的宗教傳統、聖經、團體、祈禱……幾乎是一切事物的欣賞。依納爵之道引導我進入和天主的關係，那是我二十七歲時無法想像的。

但是，沒有人能在此生抵達旅途的終點。我相信在死後，我們會「面對面」地與天主相遇，如同聖保祿所說的。但是在此世，我們始終都是此一旅途中的朝聖者。

這就是為什麼在我解釋依納爵靈修時，「路」成了最常見的意象。那也是為什麼，我喜歡依納爵最初的同伴之一納達爾所說的話：「路就是我們的家。」他指的是會士們經常奔波於旅途、永遠為新的使命而上路，永遠樂意接受變動。

但是納達爾的話也可以有另外一個意思。就是說，我們始終在走向天主的路上，我們愈是明白自己的終點，在路上就愈自在。

天主是我們的目標。我們對天主的自我奉獻也是。那是友誼的一部分。任何真正的友誼，按依納爵說，都是「禮物的交換」。是「彼此分享」。天主將自己給了我們，而我們將自己獻給天主。所以，我要用一個富於挑戰性的禱文，結束這本書，當然禱詞是出自《神操》。這祈禱是關於奉獻某樣東西給天主。

那就是你自己。

主，請祢收納

在前面的章節中，提過神操有四週。隨著我們的討論，我向你介紹了每一週當中，和討論主題相關的片段。神操第一週

邀請你，以感恩之情看待天主在你生命中賜下的禮物，然後再看自己的罪過。這引導你以感恩之心，覺察自己是個被愛的罪人。在神操第二週，你想像自己伴著納匝肋的耶穌，走過祂在世間從事治癒和宣講的事奉。神操第三週帶領你以想像進入耶穌死亡與復活的事件，這會讓你對痛苦另眼看待。

但是還有一週我們沒有討論：就是以復活為重點的第四週。

做完神操前，大部分避靜者都能欣然默想那些關於復活的喜樂故事：耶穌顯現給瑪麗·德蓮與門徒們；耶穌原諒伯多祿的背叛；在加里肋亞海邊，耶穌給門徒們吃的。虔誠的依納爵，滿腔熱火甚至還自行加上了新約所沒記載的一幕：耶穌在復活後與母親相遇的場景。「聖經上雖然沒有記載此事，」依納爵寫道，「但既然記載了祂曾顯現給其他許多人，也就可以這樣來理解¹。」

第四週結束時，依納爵邀請我們來做一個極其美妙的默觀。只是那些急著完成避靜的人，常會草草帶過。（來避靜的也只是普通人嘛！）這默觀稱為「獲得愛情的默觀」²。

換句話說，這是一個設計來幫助我們了解天主對我們的愛的默觀。為了幫我們進行，依納爵提供了一個思想的操練，以及幾樣具有豐富意涵的典型比喻。

首先，他說，要記得「用誠懇的心仔細衡量我們的主天主為我所做何其眾多」，並「讓我分享祂之所有的，何其豐富」。這跟意識省察中的感恩之情是相似的。

接著，依納爵說，想想天主如何「居住」在一切受造物中。天主支持一切的存在。祂賦予植物生命。把感覺賦予動物。並把理智賦予人類。而你自己呢？天主就住在你內，「使

我存在、生活、感覺和理解。甚至使我成為祂的宮殿，因為我是按照至尊天主的肖像和模樣受造的。」想想，天主怎樣「居住」在你內？

第三，思考天主怎樣在一切受造中工作。這對我一直是個強烈的意象。天主為了我們的緣故、為了一切受造物而工作，「使它們存在，保存它們」，並幫助它們成長，使它們成為自己。

最後，思考所有這些恩賜——還有其他的，如公義、善良、虔敬、慈愛——是如何從天主而來，「都像光線出自太陽，水流來自源泉」。天主在其中工作，同你一起，同時也為了你。

這些意象都是很美的邀請，讓你思索、體會天主對你的愛。

但還不只這樣。在這個最後的默觀中，還有一個在所有依納爵禱文中最有名，或許也是最深奧的祈禱。它常被稱「請收納」（*Suscipe*，這名稱來自拉丁文該禱詞的第一個字）。神操的尾聲，這個「請收納」的禱文，是對天主的奉獻。歷經四週的神操，默想了天主對你全心全意的愛以後，人們往往會願意也以全心回應。如同依納爵的許多理想：平心、超然、謙遜，這個祈禱，也是一種目標。

主，請祢收納我所有的自由，
我的記憶，我的理智，和我整個的意志，
我所擁有的一切。
主，祢已將這一切都賞給了我；
我現今奉還給祢，主！

這一切都是祢的。
任憑祢隨意安排。
求祢賜我祢的愛和祢的恩寵，
我這就心滿意足了。

如我所說過的，這是個高超而難以企及的目標。是個全然順服的祈禱。天主，我向祢獻上一切。我所需要的只是祢的愛和恩寵。為了「是的，我活得生機盎然」，我只需要這些。

我為什麼要以這麼「艱難」的祈禱來結束本書呢？這是用來提醒你，靈修生活是一個恆常持續的旅程。以我來說，我還不覺得自己能夠完全踏實地誦念這個禱詞。我的意思是說自己還是想抓住所有的一切。我也還不確定自己可以說：我所需要的，只有天主的愛和恩寵。在那方面我還是太人性化。但是就像依納爵所說的，只要你渴望有那樣的渴望，也就夠了。希望能有那樣的自由，這就夠了。其餘的，天主自會照料。

所以你和我，都還走在這條通向下列目標的路上：在行動中默觀、在一切事物中找到天主、看到降生於世界的天主、尋求自由與超然。

已經有數百萬人曾走過依納爵之道，在他們的日常生活裡找尋天主。時而容易、時而艱難，但總帶動我們更接近天主。我們要感謝我們的朋友，聖依納爵·羅耀拉，給我們開拓了這一條路。

-
1. 參見《神操》第 299 號。
 2. 參見《神操》第 230 ~ 237 號。

致謝

省察從感恩開始。本書則以感恩作結。所以容我道出我所感謝的一些人。

首先我要感謝這二十年來，我所有的神師，他們教我的，遠遠不止依納爵靈修，也不是一本書能說得完的——特別是那些陪伴我較長時間的會士，有些在培育過程中跟我相處了好多年：大衛·唐納文（David Donovan）、休斯（Ken Hughes）、布納翰（J.J. Bresnahan）、瑞普羅格（Jack Replogle）、狄克·安德森（Dick Anderson）、杜瑞（George Drury）、耿索維斯（Ozy Gonsalves）、喬治·安德森（George Anderson）、霍伊納茨基（Jeff Chojnacki），以及奧康諾（Damian O'Connell）。為在年度避靜中指導過我，加深我對天主在生命中活動的體會，我也要由衷地感謝：邁謝（Ron Mercier）、麥克修（Joe McHugh）、基倫（Jim Gillon）、沙農（Phil Shano）、肯哈利（Harry Cain）、鮑爾（Jim Bowler）、狄維恩（Bill Devine）、基根（Jim Keegan）、哈曼（Paul Harman）、史坦利（Dick Stanley）、柯迪斯（John Kierdejus）、菲特爾（Paul Fitterer）、李派特（Pat Lee）（以上均為耶穌會士），以及卡霍恩（Gerry Calhoun）和聖若瑟之僕會的蒂伯莉（Maddy Tiberii, S.S.J.）。還要感謝耶穌會士奎利德（Bill Creed, S.J.）及吳甦樂會的波瑟修女（Martha Buser, O.S.U.），在俄亥俄州米爾福德（Milford, Ohio）的耶穌會

靈修中心，帶我做整個夏天的神操培訓。感謝吳甦樂會的史迪利（Maureen Steeley, S.U.）及莫菲（Eleanora Murphy, S.U.）兩位修女，他們在紐約州萊茵貝克（Rhinebeck, New York）的林伍德靈修中心（Linwood Spiritual Center）幫助我從事靈修輔導實習。

其次我要感謝一羣格外聰明、慷慨而有耐心的男女，他們在成書期間閱讀初稿，提供他們的智慧與洞見——以及更正！他們中有些是依納爵靈修的專家，有些專攻耶穌會史，有些則是聖經、神學或心理學的專家。我請求其中一些人閱讀時，考慮到一些特定讀者的需要。但他們全都在本書草稿粗具規模之時，花了許多時間熟讀內容。並且每一位都幫助這本書變得更為精準、易讀。

所以我要獻上我滿心的感謝，給下列耶穌會士：裴瑞（Bill Barry）、歐馬利（John O'Malley）、佩德柏格（John Padberg）、費林明（David Fleming）、唐修（John Donohue）、謝頓（Charles Shelton）、哈林頓（Dan Harrington）、克里斯汀森（Drew Christiansen）、李察·雷翁納（Richard Leonard），同時也要感謝席爾芙（Margaret Silf）、仁慈傳教會康芮修女（Maureen Conroy, R.S.M）、韓森（Ron Hansen）、埃斯伯格（Robert Ellsberg）和韋納（Matt Weiner）——以及我的母親和妹妹（Eleanor Martin & Carolyn Buscarino）。也感謝有幾位耶穌會士，幫助書中特定的部分：史威奇（Jim Siwicki）、科特斯基（Joseph Koterski）、史乃樂（Peter Schineller）、戴爾發（Antonio Delfau）和坎伯（Bill Campbell）。

第三，我要謝謝我親愛的耶穌會弟兄們，本書是獻給他們

的。因為他們陪伴我走過依納爵之道。二十幾年來他們給了我愛、友誼、鼓勵和祈禱，也給了我他們對依納爵靈修的洞見，還有身為忠信的司鐸與兄弟的好榜樣。特別要感謝這些年來，和我同屬若干不同信仰分享小組的成員，以及喬治·威廉斯（George Williams）、卡索斯（Steve Katsouros）、賴澤（Bob Reiser）、德彼（Chris Derby）、吉斯基（Dave Godleski）、裴比（Ross Pribyl）、懷特（Kevin White）、卡西迪（Matt Cassidy）、吉瑞（Bob Gilroy）、馬克姆（David McCallum）、郝伊（Tim Howe）、席恩（Myles Sheehan）、麥克蘭（Jack McClain）、坎伯（Bill Campbell）、雷斯（Tom Reese）、法蘭（Brian Frain）、威特（George Witt），以及奧布萊恩（Kevin O'Brien）。

第四，有幾位在我的腕隧道症候加劇時，慷慨協助打字：史奇蓋爾（Veronica Szczygiel）、威廉斯（P. J. Williams）、雷森貝格（Kaitlyn Rechenberg）、奈格羅（Regina Nigro）、以及耶穌會士基恩（Jim Keane, S.J.）。

第五，我要感謝希爾（Heidi Hill），我想他是全世界最棒的查證家，讓我不至於在引證上錯誤百出（包括引錯了我自己的書）。

第六，感謝我的出版經紀人卡特勒（Donald Cutler），幫我照顧本書直到完成，感謝哈珀柯林斯（HarperCollins）出版社的福瑞特（Roger Freet）提議寫作本書，並且持續地為書的出版獻出精力，和他無懈可擊的建議與編輯，使本書更精煉明確。同時也大力感謝霍蘭（Carolyn Holland）與傑佛瑞（Mary Ann Jeffreys），她們仔細的編輯讓本書大為提升，使我免於犯下重大的疏漏。

最後——還能感謝誰？——自然是聖依納爵·羅耀拉。
當然，還有天主。在祂沒有不可能的事。

延伸閱讀

與其列出一長串寫作本書時用到的書目，我覺得不如推薦一些特定議題上自己最喜歡的書，來得有幫助。也順便感謝這份書單上出現的作者，他們一流的作品，幫助了我跟隨依納爵之道。

依納爵的生平

無論想要研究依納爵靈修哪一方面，都可以從《聖依納爵自述小傳》（*Autobiography*）開始。這本書相對來說篇幅不長，有好幾個版本和翻譯。我最喜歡的是狄瓦卡（Parmananda R. Divarkar, S.J.）所編的《朝聖者的自白》（*A Pilgrim's Testament*）。至於對生平更直接的敘述，可以看伯瑞克（James Brodrick, S.J.）寫的《聖依納爵的朝聖歲月：1491-1538》（*St. Ignatius Loyola, the Pilgrim Years: 1491-1538*）；達馬瑟（Candido de Dalmases, S.J.）的《羅耀拉的依納爵》（*Ignatius of Loyola*）；蒲瑪莉（Mary Purcell）的《第一位耶穌會士》（*The First Jesuit*），以及卡洛曼（Philip Caraman）的《依納爵·羅耀拉》（*Ignatius Loyola*）。歐馬利（John W. O'Malley）寫的《初期耶穌會士》（*The First Jesuits*）敘述了依納爵的生平以及他最早的同伴，這是書中談耶穌會草創期歷史的一部分。

由楊威廉 (William J. Young, S.J.) 翻譯及編訂的《聖依納爵書信集》 (*Letters of St. Ignatius Loyola*)，是聖人與同會弟兄和其他朋友通訊的集大成之作。類似但較學術性的還有三人 (John Padberg, S.J., Martin Palmer, S.J. and John L. McCarthy, S.J.) 合編的《依納爵·羅耀拉：信件與教導》 (*Ignatius of Loyola: Letters and Instructions*)。另外兩人 (Joseph Munitiz and Philip Endean) 合編的一本《聖依納爵·羅耀拉文集》 (*Saint Ignatius Loyola: Personal Writings*) 也包含了《神操》全文、許多書信，以及稀有難得的依納爵日記部分摘錄。

神操

閱讀《神操》不等於做神操，不過這是走上依納爵之道的朝聖者必備的指南。最佳的兩個英文譯本是：剛斯 (George E. Ganss, S.J.) 的《神操新譯本》 (*The Spiritual Exercises of St. Ignatius: A Translation and Commentary*，中譯本 2011 年由光啟文化出版)，此版本提供了關鍵字與重要概念的分析；另有費林明 (David Fleming, S.J.) 的《求引領我與祢為友》 (*Draw Me into Your Friendship*)。書中有兩種翻譯並列：一種完全照原文忠實翻譯，另一種翻譯則較為現代、不拘形式。其他關於神操的優秀作品 (對帶神操的人和避靜者都有用) 包括：威廉·貝瑞 (William A. Barry, S.J.) 的《讓主靠近》 (*Letting God Come Close*) 及《在一切事物中找到天主》 (*Finding God in All Things*)；戴邁樂 (Anthony de Mello, S.J.) 的《處處尋覓主》 (*Seek God Everywhere*)；英格西利 (John English, S.J.) 的《心

靈自由》（*Spiritual Freedom*）；阿甚別納（George Aschenbrenner, S.J.）的《奮顯主榮》（*Stretched for Greater Glory*）；泰特洛（Joseph A. Tetlow, S.J.）的《依納爵·羅耀拉神操及其註釋》（*The Spiritual Exercises of Ignatius Loyola, with Commentary*）以及費林明的《有如閃電》（*Like the Lightning*）。以上作者皆為耶穌會士。

如果你對神操的逐句解析有興趣，最好的作品應該是耶穌會士艾文斯（Michael Ivens）的《認識神操》（*Understanding the Spiritual Exercises*），這本書是這裡所列出關於神操的作品中，講解最為詳細的一本，對神操入門者或專家都大有裨益，對靈修指導者更是如此。至於以女性角度看神操的，可以閱讀戴克曼、嘉文、利柏特（Kathryn Dyckman, Mary Garvin and Elizabeth Liebert）合著的《神操再造》（*The Spiritual Exercises Reclaimed*）。最後推薦馬保祿（Paul Mariani），一位平信徒、丈夫、父親和詩人，在羅瑟斯特的東點退省中心作完神操後所寫的回憶錄《三十天》（*Thirty Days*）。

依納爵靈修與祈禱

席爾芙（Magaret Silf）所著的《內在羅盤》（*Inner Compass*），很適合依納爵靈修操練的初學者（編註：中文讀者亦可參考2014年光啟文化依照本書英國版本出版的《生命的地標》）。威廉·貝瑞（William Barry, S.J.）則寫過數本直接或間接利用依納爵靈修題材的好書。其中我最喜歡的是《天主熱情的渴望》（*God's Passionate Desire*）、《尋找祢面容》（*Seek My Face*），

還有《祢是我的朋友》（*A Friendship Like No Other*，中譯本 2011 年由光啟文化出版）。特勞勃（George Traub, S.J.）在《依納爵靈修選文集》（*An Ignatian Spirituality Reader*）中收錄了議題廣泛的一系列文章。

費林明（David Fleming, S.J.）的《什麼是依納爵靈修？》（*What Is Ignatian Spirituality?*）是本簡明扼要的好書。隆斯戴爾（David Lonsdale）的《心領神會》（*Eyes to See, Ears to Hear*）則有較詳盡深入的探討，尤其談分辨與依納爵默觀那幾章更是精彩。

若想要大致對祈禱有所了解，威廉·貝瑞的《天主與我——祈禱：意識到天主與我的關係》（*God and You: Prayer as a Personal Relationship*，中譯本 2006 年由光啟文化出版）是個不錯的開始。還有希柏道克斯（Mark Thibodeaux, S.J.）寫的《沙發上的神秘家》（*Armchair Mystic*）也是帶有依納爵氣息，便於讀者理解的祈禱入門書。同樣是希柏道克斯寫的《天主，我有問題》（*God, I Have Issues*）談的是不同情緒狀態下的祈禱。康芮修女（Maureen Conroy, R.S.M.）的《分辨之心》（*The Discerning Heart*）則同時探討了祈禱與靈修輔導實務。

討論以依納爵傳統來作分辨與決定的好書有：泰特洛（Joseph A. Tetlow, S.J.）的《在基督內做抉擇》（*Making Choices in Christ*）；席爾芙的《明智的抉擇》（*Wise Choices*）；以及蓋勒格（Timothy Gallagher, O.M.V.）的《分辨神類》（*The Discernment of Spirits*）。

耶穌會靈修

這裡所說的「耶穌會靈修」一詞，專指耶穌會靈修生活獨有的面相。《耶穌會會憲》當然是重要的基礎，不過除了某些部分之外，其他的對非耶穌會士的讀者應該會相當枯燥。狄亞爾（Andre de Jaer, S.J.）的《同心協力共赴使命》（*Together for Mission*）是對《會憲》精采的摘要，對當中包羅萬象的靈修精神也有一番反省。

談耶穌會靈修的書中，老字號的一本是德基貝（Joseph de Guibert, S.J.）寫的《耶穌會士：他們的靈修原理與實踐》（*The Jesuits: Their Spiritual Doctrines and Practice*）。本書於1964年初版，某些部分真的精采動人，但有些部分可能不易消化。談耶穌會靈修篇幅較短的書中，最棒的應該是貝瑞及杜赫提（Robert Doherty, S.J.）合著的《行動中的默觀者》（*Contemplatives in Action*，中譯本2005年由光啟文化出版），書中展現耶穌會生活、團體及管理中所含的各種「張力」（比方說，祈禱與行動之間）。克里斯·勞尼（Chris Lowney）的《栽培領袖》（*Heroic Leadership*，中譯本2004年由啟示出版社出版）則把耶穌會各種實踐運用在企業當中。布里恩（William A. Byron, S.J.）的《耶穌會士的星期六》（*Jesuit Saturdays*）則是為在耶穌會機構中工作的平信徒而寫，向他們介紹我們的「為人處世之道」。最後，彼得斯（F.E. Peters）的回憶錄《我們的人》（*Ours*）則讓人一窺二十世紀中葉，美國耶穌會士的生活情況。

耶穌會的歷史

有關早期耶穌會歷史的研究，其中最權威的一本當屬歐馬利（John W. O'Malley）所著《初期耶穌會士》（*The First Jesuits*），其中也包含依納爵的生平概要。這本書結合作者過人的歷史學背景與優雅的文字（建議和《初期耶穌會年表》〔*Year by Year with the Early Jesuits*〕合讀，後者是由1541年加入耶穌會的包郎高〔Juan de Polanco, S.J.〕所做的第一手紀錄）。班格（William Bangert）的《耶穌會史》（*A History of the Society of Jesus*）則完整地介紹了本會歷史（雖然內容稍嫌乏味），從創立到1980年代初為止。伯瑞克（James Brodrick, S.J.）著有《耶穌會的起源》（*The Origin of the Jesuits*）以及《耶穌會的發展》（*The Progress of the Jesuits*）。對將近有五百年歷史的耶穌會，其他生動的敘述還包括：賴特（Jonathan Wright）的《天主的士兵》（*God's Soldiers*），內容集中在早期的故事；拉庫爾（Jean Lacouture）的《耶穌會士羣英傳》（*Jesuits: A Multibiography*），精采地點出多位令人欽佩的耶穌會神父與修士的故事。以及伍斯特（Thomas Worcester, S.J.）所編的出色論文集《劍橋手冊系列：耶穌會》（*The Cambridge Companion to the Jesuits*）。

我想推薦兩本關於耶穌會史特定題材的書，一本是柏里安（Liam Brockey）所著之《東遊記》（*Journey to the East*，編註：中譯本2014年由澳門大學圖書館出版），以引人入勝的研究眼光，看待1579至1724年之間耶穌會在中國的傳教事業（也包含利瑪竇的故事）。對耶穌會藝術遺產有興趣的（尤其是

「耶穌會建築」的傳統與耶穌會如何在「傳教區」中利用藝術，可以看歐馬利與貝利（Gauvin Bailey）合著的《耶穌會與藝術：1540 至 1773》（*Jesuits and the Arts: 1540-1773*）。其中包含耶穌會在南美「傳教區」的珍貴相片，以及舞台布景描述，後者之於「耶穌會戲劇」的歷史，具有代表性的意義。

耶穌會聖人與其他會士的生活

可以從泰倫達（Joseph Tylenda, S.J.）的《耶穌會聖人與殉道者》（*Jesuit Saints and Martyrs*）看起，在數百頁篇幅中，包含了耶穌會已被封聖、真福及正受考慮列品的會士。

關於耶穌會的聖人、真福、及有聖德的會士，實可謂汗牛充棟（並不誇張）。我最愛的幾本包括（以下順序沒有什麼特別含意）：蒲瑪莉（Mary Purcell）的《安靜的同伴》（*The Quiet Companion*，是真福伯鐸·法伯爾的故事——編註：法伯爾已於 2014 年封聖）；伯瑞克（James Brodrick, S.J.）的《聖方濟·薩威》（*Saint Francis Xavier*）；唐納利（Joseph P. Donnelly, S.J.）的《若望·卜瑞伯》（*Jean de Brébeuf*，北美殉道聖人中的一位）；西茲杰克（Walter Ciszek, S.J.）的自傳性作品《與主在俄國的歲月》（*With God in Russia*）及《西伯利亞的沉思》（*He Leadeth Me*，中譯本 1976 年由光啟文化出版）；麥納斯比（C. J. McNaspy, S.J.）的《不用劍的征服者》（*Conquistador Without Sword*, S.J.），敘述在南美「聚落區」工作的一位會士羅克·公撒雷（Roque Gonzalez, S.J.）；金舒拉（Ursula King）的《聖神之火》（*Spirit of Fire*，德日進的故事），杜勒斯樞機主教（Avery Cardinal Dulles,

S.J.) 的回憶錄《見證恩寵》(*A Testimonial to Grace*) ; 馬保祿 (Paul Mariani) 的《霍普金斯》(*Gerard Manley Hopkins*) ; 伊芙琳·渥夫 (Evelyn Waugh) 的《艾蒙·坎庇恩》(*Edmund Campion*) ; 寇迪 (Mary Frances Coady) 的《身繫囹圄》(*With Bound Hands* , 被納粹所殺的會士〔戴爾普 Alfred Delp, S.J.〕故事) ; 以及一系列對雅魯培的訪問《一個耶穌會士的靈修旅程》(*One Jesuit's Spiritual Journey*) 。我還要加上一本不太好找的书: 舒哈默 (Georg Schurhammer, S.J.) 的《方濟·薩威: 日本與印度的使徒》(*Francis Xavier: The Apostle of India and Japan* , 這是從舒哈默四大冊作品中節錄而來的單行本) 。

小說、詩集、電影、網站及其他參考資料

幾乎所有戴邁樂 (Anthony de Mello, S.J.) 的作品都值得一讀; 我個人最喜歡的是《弦外之音》(*The Song of the Bird* , 中譯本 2015 年由光啟文化再版), 裡面有許多寓言, 類似本書所用的小故事。哈特 (Michael Harter, S.J.) 編輯的《心火熊熊》(*Hearts On Fire*) 是一本耶穌會祈禱文集小冊, 收錄自依納爵以來的各種禱詞。韓森 (Ron Hansen) 談詩人霍普金斯的小說《放逐》(*Exiles*), 很適合和馬保祿 (Paul Mariani) 所作的詩人傳記一起閱讀。談到霍普金斯, 不妨讀讀他的詩作〈天主的榮光〉(*God's Grandeur*)、〈鷹〉(*The Windhover*)、〈紀念聖雅風〉(*In Honor of St. Alphonsus Rodríguez*), 來了解這位偉大的耶穌會藝術家。

羅素 (Mary Doria Russell) 的《麻雀》(*The Sparrow*) 是本

科普小說，想像耶穌會士在不久的未來，前往另一星球探索。電影《教會》（*The Mission*）和《黑袍》（*Blackrobe*）則為了解耶穌會傳教歷史，提供了不錯的門路；前者根據南美「聚落」的史事，後者則較多杜撰色彩，根據的是北美殉道聖人的生平，特別是聖依撒格·饒格（St. Isaac Jagues）。

美國耶穌會經營的jesuit.org網站，為耶穌會與依納爵的各種議題，提供了豐富的參考資料。愛爾蘭耶穌會所經營的sacredspace.ie網站，則提供了依納爵式的每日祈禱默想。

兩個神學課題

本書略微觸及兩個特定的神學議題，如果要詳細討論，可能還得再寫上幾百頁——「至少」幾百頁：即神的存在與人的「痛苦」。關於神的存在，有各種「證明」與「辯論」，柯普斯登（Frederick Copleston, S.J.）的權威之作《西洋哲學史》（*A History of Philosophy*，中譯本2004年由黎明出版社再版）有助於概覽全貌，其中涵蓋了所有神的存在，主要的神學論證，包括最有名的聖安生與聖道明的論證。較緊湊而容易閱讀的，則有克拉克（W. Norris Clarke, S.J.）所著《一與多》（*The One and the Many*）。至於「痛苦」的問題，以及新舊約如何處理此問題，哈林頓（Daniel J. Harrington, S.J.）的《我們為什麼受苦？》（*Why Do We Suffer?*）有著明晰的討論。卡拉翰（Sidney Callahan）的《為喜樂而生》（*Created for Joy*），則廣泛地一覽基督徒神學對痛苦的看法。

本書作者的其他作品

《哪家才是好公司》（*In Good Company*）講述我怎麼從企業界轉戰至耶穌會初學院。《雙手編織愛——東非難民的生命故事》（*This Our Exile*，中譯本 2013 年由光啟文化出版）回憶我在培育期間，身為耶穌會讀書修士，在東非為難民服務兩年的生活。《找到自己，找到天主》（*Becoming Who You Are*，中譯本 2008 年由光啟文化出版）談的是召叫，以及在成為「真我」的過程中，渴望扮演的角色。《舞台下的耶穌會士》（*A Jesuit Off-Broadway*）講述我在劇團工作六個月的經過，也簡短介紹了「耶穌會戲劇」史。《襪子堆裡的聖人》（*My Life with the Saints*，中譯本 2009 年由光啟文化出版）則著重那些對我影響至深、啟發我的聖人聖女，其中包含三位耶穌會士：聖磊思·公撒格（St. Aloysius Gonzaga）、伯鐸·雅魯培（Pedro Arrupe），以及——還會是誰呢？——聖依納爵·羅耀拉。

依納爵靈修相關機構

台灣

耶穌會

網站：耶穌會中華省

Facebook：耶穌會、天主教耶穌會、
耶穌會中華省資源開發室

耶穌會青年使徒工作小組

台北市辛亥路一段 22 號

電話：(02)2365-4205 分機 250 e-mail：fj00017@gmail.com

靜山靈修中心

彰化市大埔路 2 巷 1 弄 40 號 電話：(04)712-2259～61（三線）

傳真：(04)712-2258 e-mail：manresa.tw@msa.hinet.net

Facebook：天主教靜山靈修中心

依納爵靈修中心

台北市辛亥路一段 22 號 電話：(02)2364-6400

傳真：(02) 2368-5416 e-mail：twignatian@yahoo.com.tw

基督生活團

台北市辛亥路一段 22 號 4 樓 417 室

電話：(02) 2365-5553 / 2368-5416 傳真：(02) 2365-5127

e-mail：clcroc.tw@gmail.com

聖心靈修中心

網站：聖心靈修中心

Facebook：八里-聖心靈修中心

電話：(02)2618-2281 傳真：(02)2618-2151

e-mail：shscbali@yahoo.com.tw

香港：

思維靜院

長洲山頂道 27 號 電話：(852) 2981-0342

傳真：(852) 2981-0749 e-mail：xaviersj@netvigator.com

網址：http://xavier.ignatian.net/

基督生活團

網址：http://hkclc.catholic.org.hk/

光啟文化相關出版品

依納爵生平

書號	書名	著(譯)者
207058	依納爵這個人	多鐸著，滌塵譯
207063	聖依納爵自述小傳·心靈日記	聖依納爵著， 侯景文、譚璧輝譯
207064	耶穌會的第一位聖人 ——依納爵·羅耀拉	伯納德著， 易利利譯
207065	聖依納爵畫傳	伯羅沙繪，光啟編輯部編譯
205158	聖依納爵書信選集	依納爵著，侯景文譯
205182	依納爵神恩中的聖三奧蹟	雅魯伯著，石室譯
205185	耶穌的同伴與依納爵的遺囑	裘理雅尼、多德爾著，石室譯
205244	上路去朝聖	安東尼·白坦哥著，李驊譯

神操

書號	書名	著(譯)者
205107	聖依納爵神操	房志榮譯，侯景文校
205113	神操——通俗譯本	侯景文譯
205312	神操新譯本——剛斯註釋	喬治·剛斯著 鄭兆沅譯
205183	神操淺釋	劉益思著，沙微譯
205319	避靜、祈禱與分辨 ——依納爵神操 101 問答	拉蒙·鮑狄斯塔著， 謝詩祥、鄭兆沅譯

依納爵靈修

書號	書名	著(譯)者
205116	相逢寧靜中	戴邁樂著，鄭聖冲譯
205137	靈修新徑	戴邁樂著，沈錦惠譯
205150	神操之旅	高欲剛著，陳寬薇譯
205167	喬裝的默西亞	戴邁樂著，沈錦惠譯
205178	吟蛙	戴邁樂著，陳寬薇譯
205198	天主先愛了我們	張春申主講，許家琴編寫
205209	冥想——分享耶穌的生命	任國琳著
205215	祈禱自由，愛也自由	歐里凡著，梁偉德、王敬弘合譯

書號	書名	著(譯)者
205224	扎根——增進我們與天主的關係	歐蘇里文著，依瓊譯
205231	在日常生活中體驗天主	費彬著，崔國容、黃美基合譯
205255	耶穌會神恩的特徵	雅魯伯著，陳雲棠譯
205259	主愛多繽紛	歐里凡著，張令憲、黃士芬合譯
205271	神聖的軟弱——透過情緒走向上主	羅伯·費彬著，黃美基譯
205274	行動中的默觀者 ——七種耶穌會靈修的創造性張力	貝瑞、杜赫提合著 張令憲、曾玉琴合譯
205284	麥子中的莠子 ——分辨：祈禱與行動的會晤	多瑪斯·格林著，姜川譯
205285	天主與我 ——祈禱：意識到天主與我的關係	威廉·貝瑞著，楊黎芳譯
205286	新郎的朋友——談「靈修輔導」	多瑪斯·格林著，譚璧輝譯
205289	匝凱，下來吧！——談教友靈修	多瑪斯·格林著，姜川譯
205291	依納爵神恩的理想 ——與天主親密的結合	保祿·顧定豪著，李騷、張令憲譯· 小俞繪圖
205304	祢是我的朋友 ——體驗天主奇妙的擁抱	威廉·貝瑞著，譚璧輝譯· 台北依納爵靈修中心校訂
205307	體驗天主——在祈禱中分辨	威廉·貝瑞著· 黃美基譯
205314	祈禱3階段：從相識到相愛	多瑪斯·格林著，姜川譯
205323	觸動心靈的70個祈禱	拉蒙·鮑狄斯塔著· 黃女玲譯
05324	慧心·一笑	詹姆士·馬丁著，林瑞琪譯
205327	神啊，祢是來整我們的嗎？	李察·雷翁納著，張宗德譯
205328	生命的地標 ——依納爵式的內心之旅	瑪格麗特·席爾芙著· 倪淑蘭譯
205332	祈禱的探險 ——依納爵式的觀察和體驗	瑪格麗特·席爾芙著· 譚璧輝譯
205335-1	平凡見神妙(上)	詹姆士·馬丁著，張令憲譯
205335-2	平凡見神妙(下)	詹姆士·馬丁著，陳芝音譯
206073	弦外之音	戴邁樂著，周佩玉譯
206087	慧眼禪心	戴邁樂著，若水譯

書號	書名	著(譯)者
206122	胡扯?頓悟!	戴邁樂著,鄭重熙譯
206146	觀蛙	戴邁樂著,陳寬徽譯
206180	活出大人生——頂尖商業領袖教你制定成功的人生策略	克里斯·勞尼著,陳曉夫譯
208081	跟教宗方濟各學領導	克里斯·勞尼著,朱怡康譯

耶穌會歷史

書號	書名	著(譯)者
209007-a	耶穌會士在中國	賴詒恩著,陶為翼譯
209022	耶穌會簡史	彼得·哈特曼著,谷裕譯
209024	耶穌會的北京導覽 ——天主教與中國文化的相遇	梅謙立著
209026-1	基督的僕人 I ——個人血淚譜成的耶穌會史	依納西·艾坎立著,楊黎芳譯
209026-2	基督的僕人 II ——個人血淚譜成的耶穌會史	依納西·艾坎立著,尤淑雅譯
209026-3	基督的僕人 III ——個人血淚譜成的耶穌會史	依納西·艾坎立著,張佩英譯
209026-4	基督的僕人 IV ——個人血淚譜成的耶穌會史	依納西·艾坎立著,譚璧輝譯
209029-1	巨人的一代(上) ——利瑪竇和他的同會兄弟們	喬治·鄧恩著,余三樂、石蓉合譯
209029-2	巨人的一代(下) ——湯若望的成就以及禮儀之爭面面觀	喬治·鄧恩著,余三樂、石蓉合譯
208050-3	利瑪竇全集 3——利瑪竇書信集(上)	羅漁譯
208050-4	利瑪竇全集 4——利瑪竇書信集(下)	羅漁譯
208059	血的見證——薩爾瓦多耶穌會殉道者	索夫里諾等著,陳桂芬譯
207078	紅頂戴、白鶴服,西方教士第一人 ——湯若望在中國的日子	李天綱著
207080	讓野火燒遍大地 ——方濟·薩威的福傳之旅	路易士·德·沃著,鄭嘉珺譯
201033	挑戰與希望——訪耶穌會柯文博總會長	嘉耐禮訪問,黃美基譯

國家圖書館出版品預行編目資料

平凡見神妙：耶穌會士分享的生活指南。(下)，在主內生活／詹姆士·馬丁(James Martin S.J.)著；陳芝音譯.-- 初版.-- 臺北市：光啟文化，2016. 01〔民 105〕

面；公分

譯自：The Jesuit Guide to (Almost) Everything

ISBN：978-957-546-832-3（平裝）

1.天主教 2.靈修

244.93

104026869

平凡見神妙：耶穌會士分享的生活指南
(下) 在主內生活

2016年01月初版

◎版權所有·翻版必究◎

著者：詹姆士·馬丁(James Martin S.J.)

譯者：陳芝音

執行編輯：劉小河

出版者：光啟文化事業

地址：台北市(10688)敦化南路一段 233 巷 20 號 A 棟

電話：(02)2740 2022

傳真：(02)2740 1314

郵政劃撥：0768999-1(光啟文化事業)

發行者：甘國棟

E-mail：kcg@kcg.org.tw

中文網址：<http://www.kcg.org.tw>

承印者：中茂分色製版印刷事業股份有限公司

地址：新北市中和區立德街 26 巷 17 弄 5 號 3 樓

電話：(02) 2225 2627

定價：320 元

光啟書號 205335-2

ISBN：978-957-546-832-3

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回調換。

若是您發現自己正處於有深度的靈修與日常生活的交會點，讓詹姆士·馬丁做您的嚮導吧。在這本坦誠、充滿真知灼見，「幾乎包羅萬事」的指南中，他以智慧和輕快的心，帶領我們一窺何謂今日世界中的耶穌會士、基督徒和真理的追尋者，並提醒我們：真的，在我們將會遭遇到的一切事物中，都能找到天主。

——瑪格麗特·席爾芙 (Margaret Silf)，《生命的地標》、《祈禱的探險》作者

The Jesuit Guide to (Almost) Everything

A Spirituality for Real Life

這是一本讓人發現如何能在一切事物中找到自己、找到神、找到與人的連結的書。

一切？

是的，一切事物。

無論這事物指的是朋友、家庭、工作、關係、金錢、性行為、憂鬱症、疾病……

所有您想得到的、在談論靈修時應該避免的話題；或是那些您覺得與宗教相關的事物——朝拜、服務、讀經、祈禱、慈善工作，或是受苦與喜樂、大自然、音樂、流行文化……

如果您想知道：

如何愛？如何面對痛苦？如何做正確的決定？如何找到自己的召叫？

打開這本書，它會幫助您找到答案。

 光啟文化事業
Kuangchi Cultural Group

ISBN 978-957-546-832-3



9 789575 468323

00320

光啟書號 205335-2 定價 320 元