

靈修學

(四)天主教靈修學史 //

神秘主義傳統

- 狄奧尼修，是借用保祿弟子的名字(宗17:34)，寫了《論聖名》《神秘神學》《天階體系》《教階體系》及《書信集》。集希臘教父神秘思想大成，影響西方。
- 否定所有有關天主的概念，例如理智、知覺、成全等。他喜用超越這概念，例如超越的神聖、超越的存有。
- 超越的好處是承認人不能理解天主，只能沉默無言，在黑暗中與天主結合。

艾克哈大師

- 艾克哈沒有被封聖，反而死後以不同異端被定罪。但因為他的思想實在太深邃，被教外教內人尊稱為艾克哈大師（**Meister Eckhart**）。
- 聖子在永恆中被生、歷史中降生、吾人心中誕生。
- 認為人與聖子有同樣「子性」，這是天父的大愛。
- 當人緘默，天主就會在人心靈深處發言，在那裡沒有人為障礙。
- 本性與恩寵非對立。是超越對立而統一，是否定的否定。
- 若望保祿二世曾公開引用艾克哈大師的話，間接為他平反。

《不知之雲》

- 《不知之雲》是一本書，作者佚名，是英國十四世紀的神秘主義者。
- 長期默想自己罪過、耶穌苦難、天主大能的人，若想在默觀中穿越阻隔天主和自己的不知之雲，就要把以上的思想放在坐忘之雲下。
- 默觀時要放下一切思想概念圖象，要停留在對天主直覺體驗。
- 因為人的理智只能理解有關天主的事情，卻不能理解天主自身。
- 具體方法是以單詞祈禱，像箭矢般射穿不知之雲，接觸天主本身。

聖依納爵神操

- 神操分為四階段，稱為四週，但不必然以七天為一週。
- 第一週是心的淨化，觀看自己過往的陰暗面，造成對人對己的傷害，產生知情意的痛悔心，達致行的改變。
- 第二週默想基督隱居生活、公開傳道，使自己追隨基督。
- 第三週默想基督的苦難，喚起向基督以愛還愛，如何回應。
- 第四週跨越死亡，默想基督的復活，與復活基督一同喜樂。
- 準備整理靈魂，驅逐邪情，好能認清天主聖意，以便調整自己生活，拯救靈魂，以基督為中心貫穿整個神操。

聖依納爵神操

- 任何省察、默想、默觀、口禱、心禱以及其他靈修神工。
- 準備開放的心胸，奉獻給主、事奉祂。世物能達到目的，就加以利用，阻礙這目的，就捨棄它。
- 意志比理智重要，理智重推想，意志要激發善情。
- 意識省察——十分重要，每天15分鐘，檢視自己整天的行為意識，同時察看自己何時跟隨主，何時沒有發現上主。
- 分辨神類——辨自己的動機，察看內在的體驗來自善神還是惡神，學習分辨神枯神慰。

加爾默羅會靈修

- 聖女大德蘭是最重要的重要人物，寫下《自傳》、《全德之路》、《靈心城堡》等書。
- 《自傳》以水比喻靈修歷程，最初要打水，最後天主沛降甘霖。
- 《全德之路》寫給修女們，教祈禱及持守德行，天主經為中心。
- 《靈心城堡》最負盛名，天主寓居於人靈中，人祈禱越成熟，就越進入內在，與天主更合一。
- 愛天主是大德蘭一切的動力，令她寫下多部巨著，也令祂能面對艱巨的困難去改革加爾默羅會。

加爾默羅會靈修

- 聖十字若望是另一位十分重要的人物。晉鐸後首祭便遇到大德蘭，加入了改革加爾默羅會，曾被同會兄弟綁架險死。
- 《攀登加爾默羅山》論及克制欲望，愛天主，在黑暗中行走，藉信望愛三德，淨化靈性官能。
- 《心靈的黑夜》論及以被動方式淨化靈魂，十分痛苦，也說默觀的標記，最後靈魂越肖似天主。
- 《靈歌》是詩句，說煉明合三路，最後達致神婚。被囚時寫。
- 《愛的活焰》論及聖三令人與天主完全結合，熱情洋溢。

現當代靈修大師

- 小德蘭，加爾默羅會，24歲逝世，從未離開過法國，默默無聞，但最後竟被封為聖人，甚至是傳教主保，女聖師！
- 寫了自傳、言談錄、書信、詩集、劇本、禱文等
- 神嬰小道是小德蘭的靈修學說。當時，人們認為天主是嚴厲公義的，所以時常克己補贖奉獻。
- 但小德蘭卻發現天主是仁慈而愛的天主，人的渺小不能阻止人去愛，亦不能阻止天主的愛。
- 她教人靠天主仁慈去接受真實的自己，而非理想的自己，為愛天主而喜樂地去做每一件小事。天主有很多愛要給我們，但我們卻成為阻礙。

現當代靈修大師

- 牟敦，二十世紀最偉大的靈修大師。青年時父母雙亡，生活顛沛，曾有一私生子。1941年入熙篤會，1968年參加泰國的一個研討會，遭風扇電死。
- 第一個用真我、假我概念的人，「人唯一的真正喜樂是從我們虛假自我的牢獄中逃脫出來」。
- 與基廷神父共同創立歸心祈禱(*centering prayer*)，我們的存有，只能通過內在被經驗到。
- 最早期和東方宗教溝通的人。開風氣之先。

現當代靈修大師

- 若望·邁恩，年青時在馬來西服兵役，從一位印度教大師學習默想，導師以短句(**mantra**)來作默想方法。邁恩選了**maranatha**，出自格前16:22。
- 後來進入本篤會，長上禁止邁恩用短句做默觀，認為不符天主教傳統。
- 晉鐸後，他重讀教父賈先著作，賈先不斷重複短句作默觀。因此，邁恩重拾以前所學，用**maranatha**創立首個基督徒默中心。
- **1982**年，邁恩過世。他的弟子本篤會士文之光在**1991**年創立普世基督徒默禱團，被稱為沒有牆壁的隱修院。

現當代靈修大師

- 盧雲可能是二十世紀最受歡迎的靈修作家，最多作品翻譯成中文，因為他的作品較易明白。
- 盧雲是荷蘭人，12歲進小修院，25歲晉鐸。大半生都在外國漂泊，曾任教哈佛及耶魯，不斷追尋愛及歸宿。
- 最重要的作品是《浪子回頭》、《向下的移動》及《心靈愛語》等。《浪子回頭》可說是盧雲一生追尋的寫照。《向下的移動》是他最後放下大學教授身份，前往黎明之家服務弱智人士的寫照。他學效基督向下移動。
- 《心靈愛語》是盧雲在情感受到傷害而抑鬱所寫下的自療書籍。

現當代靈修大師

- 聖德蘭修女可能是二十世紀最代表天主教的標記
- 南斯拉夫人，立志傳教，故此便獻身修道，遠赴印度，在羅瑞托修會一間中學任校長。**1942年**，她向天主許下私願：絕不拒絕天主的任何要求。
- **1946年**，她受到天主的召叫，離開修會，在貧民區服務。這是她聖召中的聖召。最後教宗批准她成立仁愛會。
- 但是，自從**1948年**仁愛會成立後，德蘭修女再也感受不到天主，進入了心靈的黑夜。雖然她痛苦萬分，卻堅持下去。
- 她不單向我們示範如何服務，同時示範了如何面對痛苦。如何懷大愛做小事。

現當代靈修大師

- 神恩復興運動，在天主教是有明確時地。1969年2月18日，密西根州的方舟和鴿子退省院，晚餐後，有十多位杜肯大學教授及大學生在祈禱時，經驗到聖神的傾注，高歌讚美上主，哭泣悔改，領受舌音。這稱為杜肯事件。
- 運動迅速在教友及大學間傳開，如五旬節的火熱一樣。
- 美國主教團立刻調查，並認為應讓這運動發展，並盡責監督和指導。
- 1973年，神恩復興運動國際領袖會議在羅馬召開，教宗保祿六世接見，教宗保持中立，提醒主教們善盡牧職。
- 他們強調讀經、歌唱讚美、不用傳統歌曲、搖動身軀、代禱、醫治、覆手、舌音、分享信仰經驗、在聖統制外發展不同職務。