

# 黎明舞者

## 從 Maria Harris 的女性靈修看盧雲

朱弋學<sup>1</sup>

本文作者成功地以當代靈修大師盧雲神父的生平為例，簡要地介紹了 Maria Harris 以女性性靈成長特質為出發點，所談的靈修歷程（甦醒→探索→創生→憩息→滋養→傳承→蛻變），這個說法並沒有脫離傳統靈修學的理论（煉路→明路→合路），但更適合藉以應用到今日平信徒入世靈修之上。而且，盧雲正是在廿世紀後半葉裡，以生命成功地見證了自己理論的靈修及牧靈神學作家；以盧雲的生平來註釋 Maria Harris 的理論更證明了女性靈修學者所提倡的所謂「女性靈修」，不單單是女性的專利，男性基督徒也應慎重考慮，使自己的靈修生命得到助益。

### 前言

Maria Harris 博士<sup>2</sup>是當代在女性議題研究上的一位著名先驅學者，在神學教育上也有貢獻，曾在安朵佛·牛頓及普林斯頓神學院任教。

她所提倡的女性靈修，不但很適合給當代女性基督徒的生命成長做借鏡，對當代的男性基督徒也有其參考價值，尤其過去許多天主教的靈修作品都有著「修道生活者的影子」的傾向，

---

<sup>1</sup> 本文作者：朱弋學，聖保祿孝女會修女，現肄業於輔大神學院教義系。

<sup>2</sup> Maria Harris，紐約聯邦神學院博士。

如今「平信徒」的時代來臨，她的靈修方法更是重新思考入世靈修的重要指標。

她重要的一本靈修指導作品是1989年出版的 *Dance of The Spirit: The Seven Steps of Women's Spirituality*<sup>3</sup>。在這本書中，Maria Harris 以女性研究先驅者的身分，用女性在靈性成長上特有的敏銳、感性和深刻，為我們把靈修過程分成七步來描繪，稱為「七舞步」，就是：

甦醒→ 探索→ 創生→ 憩息→ 滋養→ 傳承→ 蛻變

「蛻變」是第七步，也是承先啓後的最關鍵一步，Maria Harris 如此形容<sup>4</sup>：

「在心靈之舞的最後一步『蛻變』中，我們已經再生進入那新的、更深刻的覺醒之中，也進一步地再進入探索、創造和憩息，以及滋養和蛻變的節奏。心靈之舞結束了，心靈之舞也開始了。」

在第七步「蛻變」的最後結束時，所節錄的一段祈禱文，貼切迷人地標示了她的心靈之舞所要引領我們舞進的境界<sup>5</sup>：

那時一切把我們分開的東西都會溶合  
 那時憐憫將結合成力量  
 那時溫柔將來到殘酷和無情的世界  
 那時男人和女人都會是和善的  
 那時男人和女人都會是堅強的

<sup>3</sup> 中譯本為：周光亞譯，《心靈之舞：女性性靈成長的七個舞步》（台灣實業文化，1998）。

<sup>4</sup> 同上，401頁。

<sup>5</sup> 同上，413~414頁。選錄自 Judy Chicago, *The Dinner* (Garden City: Double day, 1979), p.256.

那時沒有人會屈從別人的意志  
那時所有的人將會富有、自由和多采多姿  
那時一些人的貪婪將讓位給許多人的需求  
那時所有的人將分享地球的財物  
那時所有的人將照顧病人、弱者和老者  
那時所有的人將養育幼者  
那時所有的人將珍惜生命的受造物  
那時所有的人將彼此與地球融洽地生活  
那時處處都會又一次地被稱為樂園。

她要以她的「心靈之舞」來引領我們進入「靈修之舞」，正是這使我想到了盧雲神父<sup>6</sup>，一個不斷勇敢地面對自己、他人和天主的「舞者」，和一個始終關懷生命、弱者和正義的勇者，而到了那個天主的時刻，他舞進了「黎明之家」，而又在那個許諾的日子，他舞進了天鄉……。盧雲在他的《黎明路上：靈修日誌》中，以下述句子表達他的靈修境界<sup>7</sup>：

當我站在新的一天的破曉時分，  
我充滿了希望！

現在，我試著將 Maria Harris 的神修七舞步和盧雲的神修旅程一起來看。而特別需要先說明的是，這並無比較對照之意，因為每一個人的神修是整個生命的表達和內涵，既無優劣亦無從比較，但「一起來看」，卻能使我們更擴展心靈的視野。另外，神修旅程，雖依 Maria Harris 所劃分地分為七步，但在每

---

<sup>6</sup> Fr. Henri J. M. Nouwen (1932~1996)，荷蘭神父，是神學教授和著名作家，並以言以行活出一種正義與和平的靈修學。

<sup>7</sup> 盧雲，《黎明路上：靈修日誌》(The Road to Daybreak: A Spiritual Journey, 1988)，中文：香港基道，1995。

一步之間都不是完全壁壘分明的；且用「舞步」來標記此旅程，就在於表達此神修之旅不是永遠朝前或往後的，它有著多種的舞步變換和姿態表達，我就把它叫做「花式」吧！

Maria Harris 的靈修七舞步是：甦醒→探索→創生→憩息→滋養→傳承→蛻變。本文將依此逐步地看盧雲如何走過他一生的靈修旅程，而在這旅程中，前進、後退、轉身、原地打轉、左右搖擺、彎腰、躬身和轉圈……竟顯得如此尋常且真實！

## 一：甦醒 (Awakening)

### 1. Maria Harris

「甦醒」有四個條件：

- (1) 把面具拿掉：天主知道我是誰。
- (2) 把鞋子脫下：聖地是在我們內，面對天主把鞋脫下。
- (3) 不相信別人有關性別和對我的定論：誠實地分辨真實的我。
- (4) 決定要成長：真正面對痛苦、悲傷和喜樂，不必做別人喜歡的事，要多照顧自己、多愛自己。然後，「起來，走吧！」

### 2. 盧雲的甦醒：窮人向他招手

在結束了耶魯大學神學院十年（1971~1981）的教學生涯後，盧雲嚮往回到更基本的牧靈工作上，於是在1981~1982年間，盧雲走訪了好幾次拉丁美洲，大部分的時間在貧窮的團體中，體驗窮人的生活，也投入解放神學，並反對美國政府販售武器給南美的獨裁者。他在試著分辨拉丁美洲是否是耶穌對他的召叫？1983年出版的 *Gracias! A Latin American Journal* 記述了他在這一時期中的感想。但這只是個序曲，在拉丁美洲的事，有著更根本，也許是更迫切的前提，也許也更符合天主的

旨意，那是由他的一位朋友所點醒的。Gustavo Gutierrez 告訴盧雲：「你更能做的，是回到美國，以你的演說和影響力來呼籲美國政府停止繼續販售武器給南美洲……。」於是，盧雲回到美國推動反對一切武力、暴力，而提倡代之以彼此相愛，並以祈禱來代替暴力。

1983 年，盧雲接受哈佛大學神學院的邀請重任教職，這由早期的學院神學（聖母大學和耶魯大學神學院教職），到拉丁美洲的解放神學，盧雲好似又走回了學院派的神學；其實不然，盧雲在決定投入拉丁美洲的同時，他已有了一個深刻的生命覺醒，那是對窮人、受壓迫者和邊緣者呼聲的覺醒，他從人人羨慕、景仰的神學教授身分中甦醒了，此「甦醒」緊連著隨後的探索和創造，一步一步益發緊湊。在哈佛的三年（1983~1985）學術生活是盧雲的等待和靜候，使他累積了一切的能量，而終能在 1985 年有了更積極、更強有力的「探索」，並做了一個重大的決定：離開哈佛！

他聽從了天主在他內心的推動：「起來，走吧！」他爲了分辨和尋找天主對他的召叫，並決定是否跟隨，於是就是進入「方舟團體」（L'Arche Community）。在這之前，他必須耐心等待……，因爲他相信每個人，無論作任何事一定要蒙受天主的召叫和被派遣。

## 二：探索（Discovering）

### 1. Maria Harris

「探索」有著三部曲，那是：

- (1) 探索「探索」本身：探索第一步是探索的過程：回應、尋找、發現、回憶。是感受到一股強大的力量在吸引著我，吸引我去尋找一個更深的我，去尋找一個更深

度的世界。之後發現了，面紗被揭去了，喜樂、充滿敬畏地與天主相遇（*enconter*），並使這相遇的印象和影響，在每天的生活中不斷加深……。

- (2) **與所發現的「一切」為友**：探索的第二步是去發現「破碎」、承認破碎；是從脆弱、情緒、照顧、關係中發現「力量」；是去發現「團體」，在自身、在與其他人、在與大地間形成團體；最後是發現天主。
- (3) **與「能量」（*dynamics*）協調合作**：探索的第三步是與一些「能量」協調合作，所謂的「能量」是一些富弔詭性的力量：堅信但不知、平衡又不平衡、接受且拒絕、把握住又放棄。

## 2. 盧雲的探索：讓自己有個家

1985年，盧雲決定辭去他在哈佛的教職，因他漸漸發現哈佛並不是他被召叫來更徹底跟隨耶穌的地方，他不快樂且疑慮，而這時 Jean Vanier 和方舟團體對他的呼聲則愈來愈強，邀請盧雲跟他們在一起「浪費一點時間」，過一個不像大學教授、學術研究、演講和領導別人的風光生活，一個比不上為拉丁美洲奔走疾呼般的激情生活，而是在一個小鎮中，在一個被人遺忘的、卑微的「家」中，和一群弱小者一起生活，「彼此服事」……。

Jean Vanier 說，「這裡讓你有個家，或許我們可以給你一個家，或許你需要我們」，但事實並不如此簡單清楚，需有一番掙扎、一個過程，於是盧雲在 1985 年離開哈佛後去了 Trosly-Breuil，方舟團體的發源地，為分辨及等候天主對他未來使命的召叫……；如此，盧雲走進了「探索」。

這段探索之旅對盧雲來說，是充滿著掙扎、矛盾與痛苦的，他說：

「大學生活和方舟生活實在太不相同了，那分別之鮮明令我經歷了許多疑惑，不知能否就這麼縱身一跳。我所有的慾望：要有用、要成功、要多產，群起反抗。我的掙扎在於要放棄舊日的道路，並且要被領到『不願意去的地方』（若廿一 18）。」

於是盧雲寫了《黎明路上》，記述他一生中最關鍵性一年的一本日記，展現了他最深的屬靈掙扎：「一個人能怎樣毫無保留地跟隨耶穌呢？」如何向耶穌的邀請「來跟隨我」，說「願意」呢？盧雲的「願意」，是真實地感受到天主在邀請他，他深深地發現體會到自己的破碎，是一面尖聲喊叫，一面踢著腳的「願意」。

這其中雖然有著巨大的吸引力和希望，但仍有許多混亂、恐懼和孤單，大部分好像在黑暗中，但當他站在每一個新的一天的破曉時分，他充滿了希望！並且他強烈地意識到他必須要歸屬於一個團體，而不是光靠他自己孤獨的奮鬥，因為個人可說是無能為力。他既深深感到團體性力量的迫切，但要完全歸屬於一個團體的掙扎，對他，卻證實是要一路放棄很多的「偶像」的掙扎，而在其中必須要一而再地選擇跟隨耶穌，而且是單單地跟隨祂。

於是盧雲學會與弔詭的「能量」合作，從而愈來愈清楚耶穌會領他到他永不會想去的地方，耶穌並在他感到迷失於夜的黑暗中保守了他，耶穌也會領他走向那不會再有黑夜隨著的日子……。

### 三：創生 (Creating)

#### 1. Maria Harris

「創生」就是型塑生命，是敏銳、有彈性和靈活的「允許」生命之力來型塑我們。這是一個永不停止的持續過程，有著五

個步驟：默觀（contemplation）、投身（engagement）、型塑（formgiving）、浮現（emergence）和釋放（release）。這五個步驟構成一個「環」（cycle）：

- (1) **默觀**：用一種醒悟的眼光去凝視「一」，去發現生活中所有的一切都是天主存在的事實。
- (2) **投身**：一頭栽進我和天主的互動中。
- (3) **型塑**：靈修的基本成型，它伴隨而來的是實際的付出行動，是一個尋找者，並是一種先知性、接納和賦給人能力的神修。
- (4) **浮現**：在經過「型塑」後，靈修到達一個新的、有光、有希望、喜樂的階段。
- (5) **釋放**：歸於「靜」，有「可以了」的感受，它引領進入第四舞步－憩息。

## 2. 盧雲的創生：歸回黎明之家

在經過了一年的分辨與尋找天主的旨意後，盧雲在 1986 年接受了方舟團體在加拿大多倫多市以北的「黎明之家」的邀請，正式加入他們，成為團體的司鐸，並和團體的服務員一起照顧「家」中的弱智者。盧雲真正地回應了天主在他生命中所喚醒的渴望：回到最基本的服務事工上；他也真正以行動答覆了耶穌對他的邀請：「你們對我最小的一個弟兄所做的，就是對我做的。」

他對天主的委身與認識，由學院派抽象的神學，經過解放神學，而真正具體地落實到活生生的神學。他以敏銳、醒悟的眼目凝視天主那絕對的「一」，尤其發現天主在弱小者身上的臨在，便決定一頭栽進「黎明之家」。他實際的付出了他的行動，走上他既接納弱小者，又照顧、教育、幫助他人成長的朝聖之旅。他真正有了「回家」的感覺，這是一個全新的開始，



就如他所說的：「當我站在新的一天的破曉時分，我充滿了希望。」這不正是「黎明」嗎？！盧雲在此型塑了他新的生命！

## 四、五：憩息和滋養 (Dwelling and Nourishing)

在進入第四舞步「憩息」之前，我必須要先做個說明。在經過了前三個舞步：甦醒、探索和創生之後，我們可以說已經過了淨化階段（傳統靈修學所說的「煉路」），而邁向下一步較明顯的區隔，那就是使徒階段（傳統靈修學所說的「明路」），而在此明路階段實則包括了 Maria Harris 的第四及第五兩個舞步：憩息與滋養，因此我願將此兩舞步一起來看。

### 1. Maria Harris

「憩息」是我們靈修整合之處，而憩息必須要有個地方，因為我們有身體、靈魂和精神，我們必須要有地方可以憩息，尤其重要的是和天主在一起的地方。在那裡可以單純的「臨在」、靜默、專注、頌禱和安息，那特別是在我們的「心房」（heart room）中。憩息有四個象徵：沙漠、花園、城市、家園。

- (1) 沙漠：代表負面的經驗：創傷、痛苦和無家可歸，是一個空虛自己的地方。
- (2) 花園：象徵每個人不斷的成長，是與大自然的互動—給予、滋養和收穫。
- (3) 城市：就是我工作、投入的地方，也是我與人互動的地方。
- (4) 家園：代表一個團體，是「心房」，是父在我內，我在父內。

「憩息」使我們與天主結合，但若沒有「滋養」，則無法深入，並維護我們的靈修生活。一個受滋養的靈修生活共有 10 個原則，分屬於三個要素：

- (1) 屬個人性的三個原則是：祈禱、默觀和守齋。祈禱可創造自己的「神聖空間和時間」。默觀可使我們找到生命的軸心來旋轉。守齋則可帶給我們新的體會，而與耶穌結合在一起。
- (2) 屬團體性的三個原則是：禮儀、服務和先知之言；強調團體性的行動和先知的靈修。以團體性的幅度來做富創造性的禮儀，例如，使祈禱具有治療和團結的效果。團體性的服務，是幫助我們到達奧秘核心的行動，一個主動性的、自願的、喜悅的服務，會使我們的服務成為可滋養生命的。先知之言則是先知性的支援社會公益活動及扶助弱小者。
- (3) 整合過程的三個原則是：融成一體、記憶和正義；是整合個人的祈禱和團體的行動，尤其它帶往一個目標，那就是「正義」的靈修學。

最後，在以上的9個原則之外還有一個原則就是：朝拜；它滲透這9個原則，可說，若無朝拜的心，則靈修生活將無法跨出任何一步。

## 2. 盧雲的憩息和滋養：在弱智者中靜默、專注，並頌禱

我受召進入我生命的聖所，也是天主所選擇的住所。  
而到達那裡的唯一途徑是祈禱，不停的祈禱。

—盧雲《黎明路上》

正如 Jean Vanier 對盧雲所說「這裡讓你有個家」，盧雲有了他的家，耶穌召喚他所進入的憩息之地，他如同撒慕爾和聖母瑪利亞一般，說了「是，我在這裡」，他在黎明之家的弱智者中靜默、專注，並頌禱，而進入他與天主的「同在」。在那裡，盧雲憩息和滋養；也在這裡，他的個人性祈禱、靈修和團體的禮儀、艱苦而甘飴的服務行動和分享，做了雙方面的整合，

而能融成一個完整的靈修生活。盧雲始終追求與耶穌親密的關係、追求天主的旨意，和以祈禱和彼此相愛來取代社會的暴力、武力和不正義等，都在此得到了整合，他以朝拜的心和態度，將這一切滲入他的整體靈修中.....。

在 1986~1996 十年間，盧雲共出版了 22 本書，佔他所有出版書籍（共 44 本）的一半，是他創作最旺盛的時期；他談祈禱、默觀，也談生命、死亡和悔改，更不忘教會的牧靈事工和社會動向。盧雲說：「我祈禱，傾盡全心的祈禱，耶穌的心會在這些祈禱中，開啓我的心」<sup>8</sup>。祈禱和朝拜的確滲透了他的寫作、服事弱智者、演講和一切的生活！

## 六：傳承 (Traditioning)

在進入第六舞步「傳承」之前，我也必須要先做個說明。Maria Harris 的第六及第七舞步是「傳承」和「蛻變」，這就是整合階段（傳統靈修學所說的「合路」）；是在經過了淨化階段（第一、二、三舞步：煉路）和使徒階段（第四、五舞步：明路）之後，所到達的較成全的境界，我們將分別來看這兩個舞步。

### 1. Maria Harris

傳承是「放手」，是把性靈傳給別人，也把他們自己傳給別人；是讓人意識到他的尊貴，使他成爲他自己。傳承可在任何階段、任何地方，且是持續一生的行動。傳承者有四個作用：**愛、教、指導和典範**，而教、指導和典範都是以愛爲基礎。「教」可針對不同的人；指導是一對一的，是扮演陪伴者的角色。典範則是長輩或自己的朋友、同事，都可能成爲我們生命的榜樣，

---

<sup>8</sup> 《心應心》(Heart Speaks to Heart, 1989)，中文：香港基道，1991。

我們並可自問自己：我們願意成爲什麼樣的典範？而傳承下來的性靈須具備五項特性：

- (1) **適應性**：須適合「被傳承者」的經驗。
- (2) **普遍性**：所傳承的性靈必須是人們所共有的，並且是普遍共識中的中心思想。
- (3) **可恢復和更新**：傳承下來的性靈必須是可以恢復和更新的。
- (4) **理性**：是理性的性靈傳承，而不只是心靈上的。
- (5) **矯正和補償**：所傳承的性靈需要暫時的矯正和補償，而能真正發現我們之所是。性靈傳承的最好地方就是「家」，因爲家具有它自己的節奏感，在家中可享有自己的孤獨和隱私，家也會容忍成員的失敗，而家更會幫助成員創造和發展。

## 2. 盧雲的傳承：寫作、演講、服事弱小

盧雲的每一本著作，都充滿了真誠與透明，他不怕向讀者披露真實的自己，因爲他雖然是位學養高深的神父，但仍有著普通人的情感生活：他雖然是知名的作家和靈修學家，但重視天主的榮耀勝於自己的聲望。他展現真實的自己，因爲如此「我就可以將自己的生命獻給他人，因而爲生命的『道』作見證」。他在《負傷的治療者》<sup>9</sup>中說：

「當『效法基督』不意味基督所活過的一生，而是像基督一樣誠心真意地活祂的一生，來活你的一生時，那麼，一個人就能有很多方式與形式來做基督徒了。而牧人正是那個能夠促使這追尋成爲真實的人，他不是站在一

<sup>9</sup>《負傷的治療者》(The Wounded Healer, 1972)，中文：香港基道，1998。

旁，扮做無所謂的屏風或無私的觀察者，反而是要成為基督活生生的見證，讓一己的追尋成為他人的幫助。」

如此，盧雲以自己的一生成為我們的典範，他那易感熱情的對基督和對人的愛，透過他的每一本作品、他的演講和他的服事弱小，都成為一個鮮活的見證，也都在教育和指導每一個「認識」他的人。他所傳達的訊息是那麼切合時代性，卻不浮泛表面，反而以他最坦承的剖白，直指向每個人的心中。他的心靈柔軟而堅強，因為他的信仰和對天主的愛堅定不移。他把他自己傳給無數的人，也使這些人成為他們自己！

## 七：蛻變 (Transforming)

### 1. Maria Harris

這一步是女性神修之旅的第七舞步，也是最後的舞步，是從前面六個舞步所累積下來的結果和統合，但又是創始的一步，因為它本身會誘導出一種新的觀念。這個「蛻變」的過程分為五個步驟：傾聽、詢問、悲嘆、結盟，以及出生。

- (1) **傾聽**：聽那些被忽視的聲音，但不只是聽，聽了以後還要回答。
- (2) **詢問**：不僅是我們去問別人問題，也是我們被問和我們回答問題的能力。
- (3) **悲嘆**：什麼也不做！停下來，靜默地為那些無人傾聽的聲音而哀悼，為他們過去和現在所受的苦而悲痛。悲嘆有一個過程：否定、憤怒、討價還價、沮喪，以及最後的接受。在通往蛻變的途中，都一定要經過悲嘆，都必須在我們迎向光明的途中，開闢一條深入黑暗和悲傷的通道，如此我們的手才會放鬆，也才不會緊抓過去，並可以將這

空的手伸進下一步，那就是結盟。

(4) **結盟**：與同伴也與自己被遺忘的一部分結盟。

(5) **出生**：最後是我們願意作我們所能做的一切，來改變現在的世界。因為只要有人仍在受苦，就沒有人能幸福，只要有人仍沒有具備蛻變的條件，就沒有人能完全蛻變。

## 2. 盧雲的蛻變：成了真正的窮人

盧雲在《黎明路上》一書上寫道：

「耶穌並沒有說：服事窮人的人有福了，而是說：貧窮的人有福了。耶穌召叫我們成為窮人！弱智者不能給我們什麼，無法令我們感到身分重要；那種不為人注意、得不到讚賞的生活，絕對不能說是誘人的生活，但這是通往貧窮之路，雖然路並不好走，卻是走向天主的路：十字架的路。」

在走過了甦醒、探索、創造、憩息、滋養和傳承之後，盧雲終於體認到耶穌那不停的呼喚：「來跟隨我」。領他經歷了神學教授、正義與和平工作者、服事弱小者，而最終成為一個窮人！

他聽到了那些總是被人忽略的聲音，也聽到了自己的吶喊。他自己有著疑問，他問，也被人問。他多次在他生命進程的節奏中停下來，為弱小者、也為自己嘆息、哀悼，而能漸漸將手放開，不緊抓著自己的生命，或是別人。他加入了一個團體，有了一個家；他讓自己真正屬於這個天主願意他「在」的地方，他和團體的成員結盟，因為他和天主已有了許諾，他願意說「是」。因此他有了新的「出生」，每一天，他可以感覺生命正從隱藏處冒出來，生命從每一位服事者與受服事者身上湧現，生命洋溢在弱智者的每一個笑和每一滴淚中。「出生」

是一個開始，召喚他再重新開始舞蹈！

## 結 論

「蛻變」雖是終點，但又是起點，也就是在那和「帶舞者」（祂）輕擦過裙襬的剎那，心靈之舞可以劃上句點了，但旋律又立即響起，來不及停下，我們隨即又馬上跟上了舞步，心靈之舞又再開始！在前言中我曾引用的祈禱文：

「那時所有的人將照顧病人、弱者和老者……那時所有的人將珍惜生命的受造物……那時處處都會又一次地被稱為樂園！」

這個心靈之舞所要舞進的境界，的確已在世界的許多小角落，在某時間、某地域內，得以實現，也就是在盧雲的黎明之家、在方舟團體、在每一個有「愛」的團體和人……。

不管是 Maria Harris 先知性地幫助女性，發覺自我內在的豐富能源；或是盧雲以言以行地徹底活出一種具體的、活生生的神學，和一種強烈的「正義與和平」的靈修學；都在這心靈之舞的迴旋中，找到了自己和滿握的希望！讓 Maria Harris 在《心靈之舞》中的最後祝福，也作為我這篇文章的休止符吧<sup>8</sup>：

願「心靈之舞」與你們同在。

願「甦醒」的心靈撫摸你們，你們可以在慶祝和痛苦時，出外和歸來時彼此撫摸。

願「探索」的心靈找到你們，你們可以在傾聽和記憶時，在分開和結合時互相找到。

願「創造」的心靈使你們成型，你們可以在敏感和溫柔之中，在藝術技巧和敬畏之中互相塑型。

---

<sup>8</sup> Maria Harris, 前引書, 418~419 頁。

- 願「憩息」的心靈使你們平靜，你們可以在沙漠和花園之中，在城市和家中成為彼此憩息的處所。
- 願「滋養」的心靈給你們營養，你們可以在飢餓和渴望之中，在貧窮和失落之中互相給予營養。
- 願「傳承」的心靈啓發你們，你們能做為情人和老師，作為指導者和典範彼此啓發。
- 願「蛻變」的心靈再造你們，你們能彼此給予新的生命，賦予地球上一切生物和地球本身以新的生命。