

東方隱修傳統

曠野靈修

黃克鏞¹

本文作者首先以埃及亞歷山大城主教亞大納修所著《安當傳》的內容為本，漫談曠野靈修傳統的興起及意義，接著介紹帕科米奧的生平及由他開始發展的團體隱修，並藉若望嘉先的著作《隱院規章》及《會談錄》的內容，細說曠野靈修的要素。

前 言

主曆第四世紀初葉，君士坦丁大帝統一羅馬帝國，並宣佈停止對基督宗教的迫害。經歷了近三百年的磨難，教會終能進入穩定與和平的局面。與此同時，基督宗教也呈現一種特殊現象，即曠野隱修的興起及發展。這現象在埃及尤其顯著，無數基督徒離開城市，湧到曠野隱修，致使曠野也像城市一般²。雖

¹ 本文作者：黃克鏞神父，本篤會士，意大利 Camaldoli 修院隱修士。為倫敦大學文學士及神學碩士，羅馬額我略大學神學博士，論文專門研究拉內基督論（*Logos-Symbol in the Christology of Karl Rahner*, Rome: LAS, 1984）。

² 參閱：Derwas J. Chitty, *The Desert a City: An Introduction to the Study of Egyptian and Palestinian Monasticism under the Christian Empire*, (Crestwood, N.Y.: St. Vladimir's Seminary Press, 1995), pp.1~19.

然在教難時期，可能也有些信徒逃到曠野避難，但這樣的事例極為罕有³。現在教難停止，曠野隱修的風氣卻像雨後春筍般，在帝國各地興盛起來。歷史學家一般認為，兩者間不但在時間上相連接，大概也有某種因果關係。

在教難時期，基督徒大都保持高度醒覺，爲了維護信仰及忠於基督徒的召喚，不惜赴湯蹈火，甚至犧牲性命。現在不但教難平息，教會更獲得皇帝的優待，享有種種特權。教會蒙受俗世精神的污染，基督徒生活也開始懈怠散漫。當時不少有志之士，因不滿於一般信徒的庸俗風氣，遂決意遠離城市人群，進入曠野隱修；在那裏不但度著清貧簡樸的生活，更加上嚴厲的克苦齋戒、守夜祈禱，企圖以隱修生活的奉獻代替往日基督徒殉道的犧牲精神。因此，隱修士一般被視爲殉道者的後繼，隱修也比作不流血的「白色殉道」⁴。

那時，埃及亞歷山大城主教亞大納修（Athanasius）著《安當傳》（*Vita Antonii*）⁵，該書原著希臘文，隨即翻譯成多種語言，在羅馬帝國各地流行傳誦，給初興的隱修生活作了最好的詮釋

³ 參閱：Jerome, *Vita Pauli* PL23: 17~30。熱羅尼莫著有《保祿傳》；他在 Decius 教難時逃到曠野避難，並留下隱修，是第一位曠野隱修者。但學者一般對這傳記的歷史價值置疑。

⁴ 參閱：Louis Bouyer, *History of Christian Spirituality*, vol I: *The Spirituality of the New Testament and the Fathers*, (New York: Seabury, 1963), pp.305~306；Timothy Fry, ed., *RB1980. The Rule of St. Benedict: In Latin and English with Notes*, (Collegeville, MN: Liturgical Press, 1981), pp.13~16.

⁵ Athanasius, *Vita Antonii*; PG26: 835~976；ET: Robert C. Gregg, trans, *Athanasius: The Life of Antony and the Letter to Marcellinus*, CWS, (New York: Paulist Press, 1980)。以下 *Vita Antonii* 簡作 VA。

和推薦。聖安當（St. Antony）「被譽為隱修士之父」；但有關安當為隱修始祖的觀念是有待解釋的。如傳記所載，安當首先在鄉村附近一位年長的隱修者指導下開始度隱修生活，十多年後才獨自進入曠野隱修；可見安當不是第一位隱修者。

與安當同時，略晚於他的有帕科米奧（Pachomius）在埃及南部開始隱修；像安當一般，他也首先在鄉村鄰近，一位年長修行者指導下學習隱修生活。若干年後，帕科米奧蒙主召喚，在一荒野地方建造修院，開始團體的隱修生活，被稱為團體隱修生活始祖。安當與帕科米奧這兩位隱修始祖，分別奉年長的隱修者為師，在鄉村邊緣開始度隱修生活；可見當時已有在城市或鄉村附近隱居修行的習慣。下文要討論安當和帕科米奧對隱修生活的特殊貢獻和創新的地方在那裏⁶。

除了埃及外，第四世紀的隱修也在東方教會其他不同地方興起，其中主要的是敘利亞、卡帕多細亞，及巴勒斯坦⁷。從歷史考據看，這些不同地方的隱修傳統大概是同時開始的，彼此間沒有從屬的關係。但由於有關埃及隱修傳統保存下來的資料格外豐富，足以作為東方教會隱修傳統的代表。本文首先介紹埃及曠野隱修的興起，然後在第二部分以一位著名隱修士的著作討論曠野隱修的靈修要素；這位隱修作家便是若望嘉先（John

⁶ 參閱：James E. Goehring, *Ascetics, Society, and the Desert: Studies in Early Egyptian Monasticism*, (Harrisburg, PA: Trinity Press International, 1999), pp.3~35.

⁷ 參閱：William Harmless, *Desert Christians: An Introduction to the Literature of Early Monasticism*, (New York: Oxford University Press, 2004), pp.425~435.

Cassian) ⁸。

一、曠野隱修的興起及意義

(一) 《安當傳》

主曆 357 年，安當死後一年，正當亞大納修主教爲了維護尼西亞信仰判充軍期間，他藏身於曠野隱修士的地方避難，遂寫了著名的《安當傳》。亞大納修一面搜集有關聖安當的史實，一面也把他理想化，表現爲一位隱修典型，以及正統信仰的護衛者⁹。

按照傳記上的記載，安當於 251 年出生於埃及中部、尼羅河畔一小村莊，出自相當富裕的基督徒家庭。約 18 歲時，父母相繼去世，留下他和一個小妹妹，及 200 畝田地。安當 20 歲那年，一次往教堂參與禮儀，當天的福音正好是瑪竇所載耶穌與富少年的談話：「你若願意是成全的，去！變賣你所有的，施捨給窮人，你必有寶藏在天上；然後來跟隨我」（瑪十九 21）¹⁰。那天安當深受聖神感動，感到那是耶穌向他本人發出的邀請，遂決意作出回應。於是立刻將田地和財物變賣，分施給窮人；只留下一小部分給妹妹，並把她交託給一個貞女團體照顧¹¹。

⁸ 嘉先的著作主要是有關他在埃及曠野 (Scetis) 隱修的經驗，以及訪問著名埃及曠野聖祖的會談記錄。爲此，本文第二部分也是介紹埃及曠野隱修的靈修思想。

⁹ 那時，亞大納修正在艱苦地維護尼西亞大公會議的正統信仰，能指出隱修始祖安當的正統信仰對於他的衛道使命極有幫助；參閱：Harmless, *Desert Christians*, pp.93~97.

¹⁰ VA 2; Gregg, *Life of Antony*, p.31; 那天安當往教堂途中正在默想以下新約經文：瑪四 18~20；宗四 34~35；瑪十九 21。

¹¹ VA 2, 3; Gregg, *Life of Antony*, pp.31~32.

1. 從鄉村邊緣隱修至曠野隱修

安當本人卻在鄉村開始度隱修生活，他在鄰近鄉村找到一位有經驗的長者作導師，這位長者從年輕時便開始度「獨居的生活」(solitary life)。亞大納修解釋說：「那時在埃及還未有許多隱修院(monasteries)，隱修士也絕不認識遼闊的曠野；那些願意修持的人，各自在鄉村附近修行」¹²。安當雖然被尊為「隱修士之父」，但這段文字表示當時在埃及已有一些「隱修院」，或更好說「隱舍」(hermitages)，也有一些隱修者在鄉村鄰近地方度修行的生活(ascetical life)。除了跟隨一位導師外，傳記也記載安當在開始隱修時探訪其他隱修者，並向他們學習¹³。

從傳記可以看到安當的「修行」(ascesis)主要包括以下各點：其一、每天從事勞作(編織草籃)，以維持生活；其二、守夜少睡，且睡在地上；其三、守齋節食：只用清水、麵包，有時加點蔬菜，每天只用一頓飯；其四、留意觀察自己的思想，排除一切不應有的意念；其五、不斷祈禱(得前五17)；其六、勤於閱讀和背誦聖經¹⁴。這大概是當時一般修行者所遵守的規則。

安當首先在鄉村邊緣度隱修生活，過了一段時期，便開始

¹² VA 3；Gregg, *Life of Antony*, p.32.

¹³ VA 4；Gregg, *Life of Antony*, pp.32~33；亞大納修稱這些「隱修者」為「熱誠者」(men of zeal)，但更普通的稱呼是 apotaktikoi；參閱：Goehring, *Ascetics, Society and Desert*, pp.20~26.

¹⁴ VA 3, 7；Gregg, *Life of Antony*, pp.32, 36；參閱：Harmless, *Desert Christians*, pp.61~62。傳記這樣描述安當背誦聖經的努力：“in him the memory took the place of books” (VA3)。

到村外荒廢了的墳墓隱居；這樣過了約 15 年¹⁵。在他 35 歲那年，安當決意進入曠野隱修，他獨自一人進入曠野，渡過尼羅河，抵達東岸的 Pispir 曠野，在山丘上找到一個破舊的小堡壘，遂把自己關在裏面隱修。當時，有些朋友關心他獨居的情況，不時前來探訪；但安當總是關閉門戶，從屋子內與訪客對話¹⁶。

由此可見，安當有關隱修創新的地方不在於度修行的生活，卻在於遠離鄉村城市，退到曠野隱修。當時的修行者也注重「退隱」(anachoresis)，但主要指倫理、精神上的意義，即指沒有家室或離開家庭，並與社會俗世的事務隔離；但安當卻更進一步，給「退隱」帶來地理和自然環境的意義，即遠離人群，退避到曠野隱修¹⁷。從此，「曠野」便成了隱修的要素之一；「曠野」有濃厚的聖經意味，使人回憶《出谷紀》以色列民流浪曠野時的各種考驗，以及蒙受天主親自照顧的經驗；厄里亞先知和若翰洗者隱居曠野的經驗；耶穌本人在曠野四十天守齋及受魔鬼試探的經驗。日後隱修士們樂於奉他們為曠野隱修的典型。

2. 曠野中與魔鬼搏鬥的經驗

耶穌在約旦河受洗後，「聖神立即催他到曠野裏去。他在曠野裏，四十天之久，受撒殫的試探」(谷一 12~13)。對觀福

¹⁵ VA 8, 9, 10; Gregg, *Life of Antony*, pp.37~39.

¹⁶ VA 11, 12, 13; Gregg, *Life of Antony*, pp.39~41; 安當本來邀請他的導師一起進入曠野隱修，但導師因自己年事已高，且當時還未有曠野隱修的習慣，故此沒有同行 (VA 11)。安當關在破屋裏隱修，傳記說那地有泉水，另外有朋友每年兩次從屋頂送來食糧 (乾麵包) (VA 12)。

¹⁷ 參閱: Harmless, *Desert Christians*, pp.421~423.

音把耶穌留在曠野的時刻，跟他受魔鬼試探的經驗連在一起。

在敘述安當的隱修經驗時，亞大納修也格外強調他與魔鬼的鬥爭。自從安當修行的開始，魔鬼便向他展開攻勢，千方百計阻撓他修行的決心。魔鬼首先透過思想和欲望誘惑他，繼而藉人形出現引誘他；仰賴上主的助佑，安當克勝了這一切考驗。魔鬼惱羞成怒，一次在墓穴裏把安當打得半生不死；後來又借猛獸形狀出現恐嚇他¹⁸。亞大納修提醒讀者，曠野是魔鬼勢力範圍，眼見安當獨自退隱曠野，魔鬼立刻提出抗議，斥令他趕快離去¹⁹。安當卻堅持隱修的初衷，他深知若願意享受曠野的寧靜，必須先與魔鬼來一場劇烈鬥爭。

傳記一面描述安當面對魔鬼時所表現的勇敢與剛毅，但也不斷地告訴讀者，安當是藉基督的扶助才能獲勝²⁰。格外動人的一幕是描述安當在墓穴中，與魔鬼經過一場激烈搏鬥後，從墓頂入口處忽有一道奇光照射進來，停留在他身上，霎時墓中一切平靜下來。安當遂抱怨說：「你剛才在那裏？為什麼不早些前來救助？」他聽到一個聲音回答說：「我早就在這裏，看你與敵人搏鬥；現在你已得勝，我要永久作你的助佑」²¹。

3. 人性「天主化」的具體表現

安當獨自在 Pispir 曠野的破堡裏隱居修行，20 年後，一些急於奉安當為師的人再不能等待了，遂強力把屋門拆毀。安當

¹⁸ VA 5, 6, 8, 9; Gregg, *Life of Antony*, pp.33~35, 37~39.

¹⁹ VA 13; Gregg, *Life of Antony*, p.41: "Get away from what is ours!

What do you have to do with the desert?"

²⁰ VA 5, 7; Gregg, *Life of Antony*, pp.34, 35.

²¹ VA 10; Gregg, *Life of Antony*, p.39.

從屋內安然步出，就像一位深居天主堂奧的人，從聖所慢步走出來。在場的人都驚奇看見他的身體還是 20 年前的樣子，安然無恙，一點沒有衰老的跡象。他的儀容流露著靈魂的純潔與祥和，絲毫不受外界的干擾。他的行動表現絕對的平衡，整個人受著「理智」(logos) 的指引，並配合「本性」的和諧²²。

亞大納修寫《安當傳》的目標之一，是爲了維護尼西亞大公會議的基督論，這基督論是以人類的救恩作理論根據，可以綜合如下：「天主聖言成爲人，是爲了使我們成爲天主」²³。爲了解釋「成爲天主」的意義，亞大納修用了「天主化」(theosis) 一詞，意思是恢復在人身上的天主肖像。《創世紀》說明人是按照天主的肖像受造的，聖言既是天主完美的肖像，因此，人便是按照聖言的肖像受造的²⁴。「聖言」(Logos) 代表秩序與和諧，聖言也是不死及不可朽壞的；藉著這「肖像的恩寵」，人也分享聖言的不死及不可朽壞的特性。但人犯了罪，失落了「肖像的恩寵」，成了有死及可朽壞的²⁵。

²² VA 14; Gregg, *Life of Antony*, p.42; 這裏的「理智」(logos) 格外與「聖言」(Logos) 有關，如下文所示，人是按 Logos 的肖像受造，成爲 logikoi (有理性的)，分享聖言的秩序與和諧；此處「本性」即指人按聖言肖像受造的原來的本性。

²³ Athanasius, *De Incarnatione* 54, in *De Incarnatione*, trans. Robert W. Thomson, CCL 258, (Louvain: 1965), p.51; 以下簡作 Thomson。亞大納修這句名言以不同方式在 *De Incarnatione* 一再出現，表明聖言降生成人的主要目的。

²⁴ *De Incarnatione* 11; Thomson, p.11.

²⁵ *De Incarnatione* 5, 7; Thomson, pp.5, 7。 「肖像的恩寵」(hc Kat'eikona charis) 也見於 *De Incarnatione* 12。參閱：Peter Widdicombe, *The Fatherhood of God from Origen to Athanasius*,

亞大納修堅持只有聖言、天主的肖像，才能使人恢復受了損傷的天主肖像²⁶。亞大納修也堅稱，爲了完成這救贖工程，聖言必須降生成人，與人的身體結合，這樣才能從內部治療受了創傷的人性，使人恢復原來的天主肖像，重新享受不死不朽的特恩²⁷。這便是「天主教化」的意義，也只有身爲天主的聖言才能使人「天主教化」。

亞大納修的救恩基督論，透過安當一次與哲學家的辯論，獲得精簡的表達：爲了人類的救恩，天主聖言保持著原有不變的特性，取了人的身體，使人類可以分享天主性²⁸。使人分享天主性，或恢復天主的肖像，格外表示靈魂與肉體的整合；因此，在傳記另一處亞大納修描述安當的面容顯示令人嚮往的風采。即使安當站在修士群中，那些不認識他的人也會立時被他的目光和神情所吸引；他心靈的純潔和性格的穩重，充分地由儀表舉止的愉悅安祥中流露出來²⁹。爲此，安當不但以言語講

(Oxford: Clarendon Press, 1994), pp.224~225.

²⁶ *De Incarnatione* 7, 13; Thomson, pp7~8, 13: "Therefore the Word of God came in his own person, in order that, as He is the image of his Father. He might be able to restore man who is in the image." (*De Incarnatione* 13).

²⁷ *De Incarnatione* 9, 20, 44; Thomson, pp.9, 19~20, 41~44。聖言降生，取了人的身體，祂以死亡免除了我們的死亡，並以復活使我們重獲不朽。(*De Incarnatione* 9)

²⁸ *VA* 74; Gregg, *Life of Antony*, p.85.

²⁹ *VA* 67; Gregg, *Life of Antony*, p.81: "His face had a great and marvelous grace, and this spiritual favor he had from the Savior. It was not his physical dimensions that distinguished him from the rest, but the stability of character and the purity of the soul... so that from the soul's joy his face was cheerful as well, and from the movements

述「聖言降生使人天主教化」的神學思想，他更被繪畫成爲人性天主教化的「活像」(living icon)；亞大納修認爲這便是隱修生活的成果³⁰。

4. 退隱與服務的配合

安當被視爲「個人獨修」(anchoritism)的始祖³¹。傳記顯示，安當不斷尋求更大的退隱：從鄉村邊緣走到村外荒廢的墳墓；然後獨自進入曠野，在尼羅河東岸 Pispir 曠野的一個破堡度過了 20 年的獨居生活。安當從破堡出來後，那些願意跟隨他度隱修生活的人蜂擁而來，「隱修士把曠野也化作城市」，安當遂成爲這些隱修士的父親和導師³²。此外，到曠野探訪，向他請教和求助的人也越來越多，安當眼見無法安靜下來，便決意退避到別的地方去隱修。一天，他得到天主的指示，隨著一駱駝隊向東南行，走了三天三夜的路程，進入曠野深處，終於抵達靠近紅海的一座高山，山腳有水泉，安當便停留下來，在那裏獨自隱居。傳記稱那地方爲「內山」(inner mountain)³³；Pispir 曠野廢堡的地帶稱爲「外山」(outer mountain)，有很多修士留

of the body it was possible to sense and perceive the stable condition of the soul.”

³⁰ 參閱：Harnieess, *Desert Christians*, p.90。《安當傳》與 *De Incarnatione* 彼此詮釋，《安當傳》可視作亞大納修採用的敘事式神學體裁 (narrative theology)。

³¹ Anchoritism (個人獨修) 及 anchorite (獨修者) 來自 anachoresis，有「退隱」之意；cenobitism (團體隱修) 及 cenobite (團體隱修者) 來自 coenobion，即「團體」之意。

³² VA 14, 15；Gregg, *Life of Antony*, pp.42~43.

³³ VA 49-51；Gregg, *Life of Antony*, pp.67~70.

在那裏隱修³⁴。

安當終於到達曠野深處的「內山」，讀者以為他可以在那裏安靜地度隱修生活了，但亞大納修卻像有意彰顯安當在這階段對群眾的服務³⁵。首先，安當接受那些留居在「外山」的修士們的邀請，不時前往探訪、訓勉他們，給弟兄們帶來莫大的鼓勵³⁶。至於安當定居的「內山」，那固然是他靜修的聖所，但他也不拒絕前來探訪的人。上主賜給這位「天主的人」兩項特殊神恩：智慧的言語及治病驅魔的德能；安當遂以同情和愛心訓勉人，並替人解除疾苦。他也邀請患病者懷著信心祈禱，以獲得痊癒，藉此表明治病是上主的能力³⁷。

亞大納修也敘述安當在這期間以嚴詞譴責麥立圖 (Melitian) 及亞略 (Arian) 異端。當時有些亞略異端者竟指稱安當也贊同他們的道理，安當遂應主教邀請，親自前往亞歷山大城，公開擯斥亞略謬論，捍衛尼西亞大公會議有關基督的正統信仰³⁸。

安當與其他修士及民衆的關係反映了「神恩性始祖」(charismatic founder) 的特殊身分；其餘大部分曠野隱修士肯定沒有他那麼活躍，一般度著遠較安靜的隱修生活。但亞大納修格外彰顯安當身上「尋求退隱」及「樂於服務」的雙重特質，他的用意是要說明隱修士追求的目標，不僅限於獨善其身，也願

³⁴ VA 73, 84, 89; Gregg, *Life of Antony*, pp.84, 92, 95.

³⁵ 參閱：Bouyer, *Spirituality of New Testament and Fathers*, pp.314~317; 也參閱 R. Gregg 的英譯本導言：Gregg, *Life of Antony*, pp.9~10.

³⁶ VA 54, 63; Gregg, *Life of Antony*, pp.71, 77~78.

³⁷ VA 55~59; Gregg, *Life of Antony*, pp.72~75.

³⁸ VA 68, 69; Gregg, *Life of Antony*, pp.81~82.

意透過祈禱，並以言語及行動兼善他人。

(二) 帕科米奧與團體隱修

帕科米奧於第三世紀末，出生於埃及南部 Thebaid 地區的一個非基督徒家庭；20 歲那年被徵服兵役。北上途中，服伍者夜間被關禁獄中，當地居民給他們遞上食物，並表現極度的友善；帕科米奧深受感動，後來探知這些人是基督徒，便許下退伍後自己也要作基督徒，並奉獻一生為人群服務³⁹。

戰爭結束後，帕科米奧返回埃及南部，留在一基督徒的鄉村（Šeneset）定居，在那裏受洗作基督徒，並獻身為當地村民服務。三年後決意度隱修生活，遂在鄉村鄰近、一位有經驗的隱修長者 Palamon 的指導下，開始度嚴格的獨修生活⁴⁰。

大概 7 年後，一天帕科米奧獨自走到附近一處無人居住的村子（Tabennesi）去拾柴，忽然有天使顯現給他，邀請他在那裏住下來，並建造修院，因為將有很多人前來與他一起隱修。帕科米奧得到導師的同意，便獨自搬到那裏隱修⁴¹。稍後，帕科米奧再次聽到天主的召喚，那時他正在祈禱，求天主使他能認清祂的旨意；遂聽到天使三次重複說：「帕科米奧、帕科米奧，

³⁹ *First Greek Life* 4, 5, in Armand Veilleux, trans., *Pachomian Koinonia*, vol.1, *The Life of Saint Pachomius and His Disciples*, CS 45, (Kalamazoo: Cistercian Publications, 1980), p.300; *Bohairic Life* 7; *ibid*, pp.26~27。帕科米奧的生平由弟子們以埃及文和希臘文寫成。

⁴⁰ *First Greek Life* 5, 6; Veilleux, *Life*, pp.301~302; *Bohairic Life* 8, 9, 10; *ibid*, pp.28~33.

⁴¹ *First Greek Life* 12; Veilleux, *Life*, pp.305; *Bohairic Life* 17; *ibid*, pp.39~40。那時大概是 323 年。

天主的旨意是要你替人類服務，使人與天主和好」⁴²。

帕科米奧在 Tabennesi 建造修院後，不久便有門徒前來參加這種「團體隱修生活」(cenobitism)。經過了開始時的一些波折後，修士人數不斷增加，後來竟達數百名之多⁴³。修院建有高大的圍牆，內有膳堂，團體聚會和祈禱的地方 (synaxis)，以及聖堂。修士以 20~30 人一組，分為許多小組，每組住在一所大房子裏，每座房子由一位「理家」(housemaster) 及他的助理負責管理，修院全部則由院長掌管。修士們每天數次一起祈禱，其餘大部分時間便是一起工作，由「理家」指派從事各種手工和田地的工作，以達到自給自足的目的；如有需要，他們也照顧修院附近的村民⁴⁴。修士們以服從長上為團體生活的基礎；除了服從長上外，他們還須遵守會規，即是帕科米奧按照福音精神，並針對修士個人靈修的需要，及配合團體生活的協調而編寫的⁴⁵。

由於修士人數連續增加，帕科米奧遂在離 Tabennesi 數里

⁴² *First Greek Life* 23; Veilleux, *Life*, pp.311~312; *Bohairic Life* 22; *ibid*, p.45。帕科米奧的召喚與他皈依的經驗互相響應：他因受到基督徒的服務而皈依，現在也蒙主召喚替人服務。有關帕科米奧的皈依及召喚，參閱：Chitty, *The Desert a City*, pp.7~11。

⁴³ 帕科米奧傳記記述，當修士的數目達到一百人時，他便在修院建了一座聖堂 (*Bohairic Life* 25; Veilleux, *Life*, p.47)；但後來的修士人數繼續增加，達數百名之多；參閱：Fry, ed., *RB1980*, pp.26~27。

⁴⁴ 參閱：Harmless, *Desert Christians*, pp.125~129。

⁴⁵ *The Rules of Saint Pachomius*, in Armond Veilleux, trans., *Pachomian Koinonia*, vol.2, *Pachomian Chronicles and Rules*, CS 46, (Kalamazoo: Cistercian Publications, 1991), pp.141~183。

外荒廢的村子 (Pbow) 另建修院，後來他自己也遷往那裏居住；Pbow 的修院日後成為帕科米奧各修院的聯繫中心⁴⁶。他選用了 koinonia (團契) 這個聖經詞語稱呼他所屬修院的組織；當時也另有兩座已經成立的修院加入他的「團契」⁴⁷。帕科米奧在 346 年逝世，那時他的「團契」包括九座男修院，及兩座附屬女修院⁴⁸。帕科米奧被稱為「團體隱修之父」，這不一定表示他是團體隱修的創始人；他的特殊貢獻在於促使這種隱修生活得到蓬勃的發展，並極具規模地組織起來。

「koinonia」(團契) 與「vita apostolica」

「vita apostolica」一詞表示宗徒時代的信友團體生活⁴⁹，這種初興教會團體生活方式可見於《宗徒大事錄》二 42~47 及四 32~35 的描述。日後隱修傳統，尤其參加團體隱修者，都樂於指稱他們的生活方式繼承了宗徒時代的團體生活。事實上，帕科米奧常用的 koinonia 一詞來自宗二 42；帕科米奧的文獻也多

⁴⁶ *First Greek Life* 54; Veilleux, *Life*, p.334; *Bohairic Life* 49; *ibid*, p.71.

⁴⁷ Koinonia 取自宗二 42；帕科米奧使用 Koinonia (團契) 包括組織上的意義—所屬修院，及精神意義—修士的共融。首先加入「團契」的有以下兩座已成立的修院：Šeneset 及 Thmoušons (*Bohairic Life* 50, 51; Veilleux *Life*, p.72)。可見與帕科米奧同時，或比他更早，已有隱修院的存在。

⁴⁸ 參閱：Harmless, *Desert Christians*, pp.122~124；按照 Palladius 的說法，帕科米奧生前「團契」約有 3000 修士，至第四世紀末已增至 7000 修士 (*Palladius, Historia Lausiaca* 32.8 及 7.6)。

⁴⁹ 「Vita apostolica」(apostolic life) 的古典意義與近代意義不同。近代意義指「使徒生活」，或從事使徒(傳教)工作的生活方式；古典意義指宗徒時代的團體生活方式。

次引用宗四 32 (眾信徒都是一心一意)⁵⁰。綜合上述《宗徒大事錄》的兩段經文, *koinonia* 可包括以下內涵: 其一、信徒共同舉行崇拜: 一起聆聽宗徒講道, 舉行分餅及祈禱; 其二、一切財物歸公用: 各人變賣財產, 把所得價錢交於宗徒, 然後按照每人的需要分配; 其三、信徒一心一意, 精誠團結⁵¹。

除了上述 *koinonia* 的三項要素外, 帕科米奧的第二位繼位人 *Horsiesios* 在他寫的《會規》指出, 修士們不但共同祈禱, 也每天一起操作, 同心合力供應團體日常生活的各種需要⁵²。

有關「團契」的意義, 帕科米奧特別強調財物公用的重要性, 認為這是修士捨棄財物的具體實踐, 也是弟兄們精神共融的先決條件⁵³。帕科米奧也深信, 為了使宗徒時代團體生活的理想實現, 修士們必須務修聽命之德。捨棄私意及對長上絕對服從, 是帕科米奧團契的基礎, 也是修士的首要德行; 這服從

⁵⁰ 以下是一些例子: *Bohairic Life* 194; *Veilleux, Life*, p.237; *First Sahidic Life* (fragments) 11; *ibid*, p.431; *Regulations of Horsiesios* 51; *Veilleux, Chronicles and Rules*, p.216.

⁵¹ 路加大概把初期教會團體生活理想化; 事實上, 財物歸公用的實踐是出於自願的, 也不是所有信徒都這樣做。參閱: 宗四 36~37; 五 3~4。

⁵² *Regulations of Horsiesios* 51; *Veilleux, Chronicles and Rules*, p.216: "Let us all perform (our duties) with the prudence of piety, as one man, as it is written: All who believed formed but one heart and one soul (Ac 4: 32)."

⁵³ 帕科米奧給首批弟子定下的團體規章, 包括個人衣物及食物的平等待遇 (*Bohairic Life* 23; *Veilleux, Life*, p.46); 他的目的是願意他們漸漸達到初期信友團體的精神共融及財物歸公用的理想 (*First Sahidic Life*, 11; *ibid*, p.431)。

包括了修士在物質和精神方面的全部生活⁵⁴。事實上，那些實踐個人獨修的隱修士，對自己所選的導師也必須完全信賴及絕對服從；但在團體隱修生活裏，這服從也成為制度化，即必須服從法定的長上，及遵守修院的一切規則。日後西方隱修始祖聖本篤在談論幾種不同的隱修士時，給度團體生活的隱修士（cenobites）作了清晰的界定：這些修士屬於一個修院團體，並服屬於會規及院長權下⁵⁵。

帕科米奧「團契」的最大特點便是他本人的臨在，帕科米奧不但是「團契」的長上，更是眾修士最敬愛的父親。他也是團體的導師，正如教會初期的「團契」是信友們「聽取宗徒的訓誨」所帶來的結果，帕科米奧也經常向團體訓話，他那些以闡釋聖經為內涵的訓導，便是團體共融的精神來源和滋養⁵⁶。

（三）個人獨修與團體隱修的配合

以上介紹了以安當為代表的「個人獨修」（anchoritism），及帕科米奧提倡的「團體隱修」（cenobitism）；埃及曠野隱修是沿著尼羅河流域發展的，聖安當弟子隱修的「外山」位於埃及中部（Middle Egypt）的 Pispir 曠野，帕科米奧創立的修院位於埃及南部（Upper Egypt）；但在埃及北部（Lower Egypt）⁵⁷，亞歷山大城附近，尼羅河進入地中海的三角洲地帶，也是當時埃及曠野隱

⁵⁴ 參閱：Bouyer, *Spirituality of New Testament and Fathers*, pp.324~325.

⁵⁵ *The Rule of St. Benedict* 1.2; Fry, ed., *RB1980*, p.169.

⁵⁶ 參閱：Adalbert de Vogüé 所寫的“Foreword”, in Veilleux, *Life*, pp.xiii~xv.

⁵⁷ 這裏 Upper 及 Lower 是指地勢的高下，與南北方位無關。

修的重要地區，主要包括 Nitria、Kellia，及 Scetis 三地⁵⁸。

我們先介紹 Scetis、埃及的瑪加里奧 (Macarius of Egypt) 約於 330 年在這裏開始隱修⁵⁹。Scetis 的隱修模式代表個人獨修及團體隱修的組合，或稱「半獨修型」(semi-anchoritic)。隱修士獨自在分散的小房子 (cell)，在眾多小房子中間建有聖堂及聚會和用膳的地方。周一至周五修士居住在自己的小房子，在那裏獨自祈禱、工作。主要的祈禱是：午夜或凌晨二時的守夜祈禱及黃昏的晚禱，內容是誦念聖詠及讀聖經。修士的工作一般是輕便的手工，如編織草籃、草席等，目的是工作時修士們可以繼續背誦聖經或重複簡短的祈禱誦句；這是隱修士工作與祈禱配合的特色。約第九時辰 (下午三時)，修士取用每天的一頓飯，食物非常簡單：清水、麵包，有時加一些蔬菜。星期六和主日修士們聚集在聖堂，一起舉行守夜祈禱及參與主日感恩祭 (在主日早上舉行)。主日修士們也一起聚會用膳，以保持彼此間的友愛共融⁶⁰。

隱修士分為許多小組，約 10 人一組，每組有一位有經驗的長者作導師，年輕修士經常與導師談話，向他披露自己的心思，及請教有關修道的問題，虛心接受長者的指導。

⁵⁸ Nitria 位於亞歷山大城東南約 40 哩，Kellia 在 Nitria 以南約 12 哩；Scetis 在 Nitria 以南約 40 哩。

⁵⁹ Abba Macarius the Egyptian (c. 300~390)，或稱 Macarius the Great，是 Scetics 隱修傳統的創始人；參閱：Harmless, *Desert Christians*, pp.194~196.

⁶⁰ 參閱：同上，173~183 頁；在 Scetis 有四座大聖堂，主日修士們分開在這四座聖堂參與感恩祭及祈禱。

Nitria 的隱修傳統是由 Amoun 開始⁶¹，其形式與 Scetis 相似，大致上也屬「半獨修」方式。後來也有部分修士願意度更進一步的獨修生活，他們於是離開 Nitria，往南走了約 12 哩，到達一個更寂靜的地方 Kellia，就在那裏留下來度個人獨修的生活⁶²。

二、曠野靈修要素——若望嘉先

我們介紹了第四世紀埃及曠野隱修生活興起的過程，格外看了兩位隱修始祖（安當及帕科米奧）的生平；本文第二部分要從一位著名隱修士的靈修著作，介紹曠野靈修要素。當時埃及曠野靈修作者中，最重要的是艾瓦格略（Evagrius Ponticus）和若望嘉先（John Cassian）；因著篇幅的關係，我們只能介紹其中一位⁶³。由於嘉先訪問了埃及曠野多位隱修聖祖，他的著作最能代表埃及曠野靈修的綜合；而且，日後嘉先返回歐洲，在法國南部創立隱修院，他的著作在拉丁教會廣泛傳誦，成為東方隱修傳統西傳的主要橋樑。

⁶¹ 參閱：同上，279~281 頁；修士大部分獨自或二人一起，住在一個小房子，但也有衆多修士一起住在大房子或修院的。Palladius 約於 390 年曾在 Nitria 住了一年，按他的計算，那時 Nitria 大概有 5000 名修士。

⁶² 參閱：同上，281~282 頁。

⁶³ 嘉先的著作受艾瓦格略的影響甚深，我們在討論嘉先時，也會多次提及艾瓦格略。艾氏生於 Pontus 的 Ibora，靠近黑海。在希臘哲學方面有很深的造詣；隨額我略納齊盎（Gregory of Nazianzus）到君士坦丁堡，任他的執事。爾後霍然離開京城，退到埃及曠野隱修，定居於 Nitria；留下重要的隱修著作。參閱：Harmless, *Desert Christians*, pp.312~322。

嘉先大概生於 360 年左右；出生地有二說：法國或小西狄亞（Scythia Minor，屬今天羅馬尼亞）⁶⁴。約 20 歲時，與友人日爾曼（Germanus）一起前往巴勒斯坦，加入白冷一隱修院。在修院生活不久，二人得長上同意到埃及訪問曠野隱修長者，向他們請教有關隱修的各種靈修問題。他們在埃及居留十多年，主要住在 Scetis 曠野；其間曾一次返回白冷。主曆 400 年之前，由於有關奧力振學派的爭論，被迫離開埃及⁶⁵。初在君士坦丁堡得金口若望（St. John Chrysostom）主教的庇護；後來返回歐洲，在羅馬停留一段時期。最後定居法國南部，在馬賽附近創立隱修院。嘉先在這段期間開始他的隱修著作，留下《隱院規章》（The Institutes）和《會談錄》（The Conferences）兩部不朽之作⁶⁶。

（一）《隱院規章》

《隱院規章》，簡稱《規章》⁶⁷，全名是《論隱院規章及八種偏情的治療》。因此，《規章》一書分兩部分，前四章記述埃及北部各隱修院習用的規章，後八章分別討論八種主要偏情及對治方法。

⁶⁴ 有關嘉先的生平，參閱：Harmless, *Desert Christians*, pp.373~378。

⁶⁵ 有關奧力振的爭論及對埃及曠野隱修的影響，參閱：Harmless, *Desert Christians*, pp.359~363。

⁶⁶ 英文譯本：John Cassian: *The Institutes*, trans. Boniface Ramsey, ACW 58, (New York: Newman Press, 2000); *John Cassian: The Conferences*, trans. Boniface Ramsey, ACW 57, (New York: Paulist Press, 1997)；中文譯本：任佩澤譯，《若望迦仙：會談錄、隱院規章》（香港：明愛印刷訓練中心，1982）。本文引用中文譯本時，也參照英譯本稍作修改。

⁶⁷ 拉丁文原名來自 institutum，有「訓導」或「主導原理」之意；參閱：Ramsey, trans., *Institutes*, p.4。

《規章》第一部分首先講述隱修士的服裝，並對每一項目給予象徵意義的解釋（第一章）；然後記載修院夜間和日間祈禱及唱聖詠的規矩（第二、三章）；接著敘述有關願意加入修院者，或稱「實行棄絕者」（renunciants）的規章（第四章）。這一章的篇幅相當於前三章的總和，描述願意進修院者須作的等待，以及「初學」的考驗與陶成，也講論隱修士必須務修的主要德行，即神貧、服從和謙遜⁶⁸；並指出謙遜的實踐尤其表現於向導師坦誠披露自己的心思，虛心聆聽他的分辨和指導。

第四章特別重要的是記載了庇奴夫長者（Abba Pinufius）在全體修士前，向一位開始隱修者的訓話。庇奴夫說明：「棄絕不是別的，就是十字架和死亡的旗幟」，今後我們的意志和願望，不應再順從我們的貪欲，因為它們已被釘在耶穌的死亡上。長者指出隱修士所作的棄絕，是爲了實踐門徒必須背著十字架，跟隨基督的命令（瑪十 38）⁶⁹。庇奴夫認爲誰若願意跟隨基督、堅持到底，必須培養謙遜之德；他也列出真謙遜的十項標記，這些標記恰當地描述修士應有的態度⁷⁰。

《規章》第二部分討論八種偏情及對治方法，這八種偏情的理論來自艾瓦格略，他依從柏拉圖哲學把人的靈魂分爲三部分：貪欲（concupiscible）、怒情（irascible）、理智（rational）⁷¹。八

⁶⁸ *Inst.* 4.5; 4.8; 4.9; 《會談、規章》452-453 頁。

⁶⁹ *Inst.* 4.34; 《會談、規章》463 頁。

⁷⁰ *Inst.* 4.36; 4.39; 《會談、規章》464-465 頁。嘉先的謙遜十項標記影響了日後本篤會規的謙遜十二級：《The Rule of St. Benedict》7.10-66; Fry, ed., *RB 1980*, pp.193-201.

⁷¹ 艾瓦格略有關八種偏情的討論，參閱：Evagrius, *Praktikos* 6-39; in *The Praktikos and Chapters on Prayer*, trans. John E. Bamberger,

種偏情分別屬於靈魂的三部分：貪饕、迷色、慳吝來自貪欲；忿怒、煩悶屬於怒情；怠惰、虛榮、驕傲出自理智的偏差⁷²。人的基本貪欲包括食物、性慾、財物無節制的貪求，當人的貪欲受到阻拒時，他的反應便是忿怒或煩悶；因此，貪欲和怒情是偏情的主要來源。理智的任務是要管制和指揮這些偏情，但理智本身也可能發生偏差。

艾瓦格略稱這些偏情為「八種思想」(eight thoughts)，也稱為「八種魔鬼」(eight spirits / demons)，他認為每種偏情有一專業魔鬼負責煽動，向人施行引誘。這樣，曠野聖祖描述的隱修士與魔鬼的鬥爭，被視作靈性的戰鬥，即是魔鬼透過人的偏情向人發動攻勢。但這並不表示艾瓦格略不相信魔鬼的真實性，當然他也知道這些偏情是根植於人心，並不是來自魔鬼的。艾瓦格略對八種偏情作了深度的心理分析，細微描述每種偏情的起因和發展經過，以及如何由一種偏情引發另一種，也提出對每種偏情的對抗方法。他對於偏情的論述至今仍是經典之作。

嘉先繼承了艾瓦格略有關八種偏情的理論，並加以更詳細發揮⁷³。嘉先也稱偏情為「魔鬼」；但在討論偏情時，嘉先也

CS4, (Kalamazoo: Cistercian Publications, 1981), pp.16~26。柏拉圖把人的靈魂比作馬車：「貪欲」與「怒情」是拖動車子的馬匹，「理智」是馬車駕駛者 (*Phaedrus* 25.246a~28.248e)。

⁷² 「怠惰」是 *acedia* 的譯名；*acedia* 不易翻譯，它表示一種漫無目的，提不起勁的無聊狀態；也稱為「午間魔鬼」，因為曠野中午天氣炎熱，加上那時守齋已多時，因此是隱修士特別容易遇到的困難；艾瓦格略對 *acedia* 有生動有趣的描述。參閱：Evagrius, *Praktikos* 12 及 27~29; in *Praktikos and Chapters on Prayer*, pp.18~19; 23~24.

⁷³ 嘉先有關八種偏情的言論見於《規章》第五至第十一章；《會談

有他創新的地方。首先，他引用保祿書信，把這種與偏情或魔鬼的鬥爭放在運動員參加競賽的背景中：凡參加競賽的，在一切事上都有節制；他們只是為得可朽壞的花冠，我們卻是為了得到不朽壞的花冠（格前九 25）⁷⁴。嘉先也指出這競賽的目標是為爭奪基督的獎賞（斐三 13~14）⁷⁵；他更進一步說明，這獎賞便是基督本人：「他（保祿）熱愛基督，追隨基督不離，同新娘一齊歌唱『你的香氣芬芳怡人，……我隨你奔跑』（歌一 3）」⁷⁶。

有關對治偏情，嘉先提出積極的方法。他表示為了克勝偏情，與其把思想集中於毛病，倒不如把注意力放在德行的美好：「一個有志默觀天主的靈魂，如不能在愛慕德行、愛慕天上事物中發現更大的樂趣，必不能輕棄口腹之樂」⁷⁷。嘉先有關處理偏情的另一特點，是強調「鑑別」（discretio）之德；這鑑別對於守齋節食格外重要。正因為守齋不是只憑靈魂的力量，還要估計肉身的力量，嘉先提出曠野聖祖們定下的原則：「應視體質、年齡、性別的不同，區別用飯的時間、數量與質量。至於節制的精神與內在克苦的操練，則應為所有人作統一規定」⁷⁸。鑑別是曠野傳統特別注重的德行，我們在介紹《會談錄》時會再提出這德行。

錄》第五篇「論八罪宗」。

⁷⁴ *Inst.* 5.12.1；《會談、規章》473 頁。嘉先也引述弟前四 7~8，見

Inst. 5.17.2；《會談、規章》475 頁。

⁷⁵ *Inst.* 5.17.2；《會談、規章》475 頁。

⁷⁶ *Inst.* 5.18.1；《會談、規章》476 頁。

⁷⁷ *Inst.* 5.14.4；《會談、規章》474 頁。

⁷⁸ *Inst.* 5.5.1；《會談、規章》470 頁。

(二) 《會談錄》

《會談錄》的拉丁文名稱是 *Collationes*，意指本書記載了嘉先和日爾曼訪問埃及曠野聖祖的談話內容⁷⁹。他們訪問了十五位長者，全書共廿四篇會談記錄，分為三部分⁸⁰。在《會談錄》第一部分的序言，嘉先說他在《隱院規章》記載了有關團體隱修的規章，現在要探討有關獨修生活的規章；以前所敘述的是關於隱修生活表面、有形的部分，現在卻要涉及靈魂內在、無形的活動，那就更感困難了⁸¹。

事實上，嘉先訪問的曠野聖祖，除兩位外，全部都是度獨修生活的隱修士。但從內容看，《會談錄》適用於所有隱修士，不論是獨修或團體隱修者。因此，日後聖本篤給團體隱修撰寫會規時，不但深受嘉先兩部著作的影響，也以明文向修士推薦嘉先的《規章》和《會談錄》⁸²。我們將從「心靈潔淨」和「默觀」這兩個主題討論《會談錄》。

1. 「心靈潔淨」

《會談錄》第一篇論隱修士的目標和終向，不但可視作全書的導論，也是嘉先有關隱修靈修思想的基礎。這會談記載了 Scetis 曠野著名隱修士梅瑟長者 (Abba Moses) 的談話，他首先把「目標」(skopos) 與「終向」(telos) 區分，認為從事各行業的

⁷⁹ 嘉先在回到法國並創立修院後才開始寫《會談錄》，距離訪問曠野聖祖的時間至少有廿多年；《會談錄》的內容基本上來自曠野聖祖，但也加上嘉先個人的反思和整理。

⁸⁰ 他們訪問的聖祖，有數位作了多於一次的談話。廿四篇會談分為三部分，原因是分開不同時間完成；但大概相距不遠。

⁸¹ *Conf. prol.*；《會談、規章》33頁。

⁸² *The Rule of St. Benedict* 73.5; Fry, cd., RB 1980, p.297.

人都須有清晰的近目標，然後才能達到期望的終向。梅瑟長者指出隱修士的終向是「天國」（Kingdom of God）或「永生」，而隱修士當前該追求的目標便是「心靈潔淨」（purity of heart）⁸³；他引用真福八端把這目標與終向連貫起來：「心裏潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主」（瑪五 8）⁸⁴。

嘉先提出的「心靈潔淨」是《會談錄》全書主題，代表隱修生活的成全，包括豐富的內涵，如內心平和、愛德、默觀等。「心靈潔淨」的背景來自艾瓦格略帶到曠野的希臘教父靈修傳統，這傳統把基督徒靈修生活分為兩階段：「修行」（praktike）與「默觀」（theoria）⁸⁵。艾瓦格略指出「修行」要達致的目標是 *apatheia*（passionlessness），可譯作「無欲」或「清心寡欲」；*apatheia* 不表示麻木不仁的消極意義，卻表示偏情的整合及內心的自由。艾瓦格略說明 *apatheia* 產生「愛」（*agape*），並能引人進入「默觀」的堂奧⁸⁶。但由於 *apatheia* 一詞容易被誤解，嘉

⁸³ *Conf* 1.4.3；《會談、規章》37 頁。

⁸⁴ *Conf* 1.10.4；《會談、規章》42 頁。

⁸⁵ 艾瓦格略本人把「默觀」分為兩種，提出靈修生活三階段：修行（*praktike*）；透過受造物默觀天主（*physike*）；默觀天主本身（*theologia*，即默觀天主聖三）；參閱：Andrew Louth, *The Origins of the Christian Mystical Tradition: From Plato to Denys*, (Oxford: Clarendon Press, 1981), pp.102~103.

⁸⁶ 艾瓦格略指出 *apatheia*，愛，默觀三者的連繫：“Now this *apatheia* has a child called *agape* who keeps the door to deep knowledge of the created universe, Finally, to this knowledge succeed theology and the supreme beatitude,” (*Letter to Anatolius*; in *Praktikos and Chapters on Prayer*, p.14)。也參閱：Louth, *Christian Mystical Tradition*, pp.103~105。

先避免使用它，卻用了「心靈潔淨」這個聖經詞語。

除了「心靈潔淨」外，嘉先也多次使用「內心的平和」(tranquillity of mind) 表示隱修生活的成全⁸⁷。不論「心靈潔淨」或「內心平和」，都是天主的恩寵與個人修養配合的成果，爲了獲致心靈的潔淨與平和，必須經歷「棄絕」和淨化的過程。在《會談錄》第三篇，巴夫奴斯長者 (Abba Paphnutius) 談論「三種棄絕」：第一種是要我們輕視世界上的財富；第二種要我們棄絕過往生活的惡習，及仍在困擾我們的偏情；第三種要我們不留戀現世可見的事物，一心嚮往來世和不可見的事物⁸⁸。一般來說，修士開始隱修時，作了第一種棄絕；必須在全部隱修生活中實踐第二種棄絕，即改毛病及修德行；然後希望透過第三種棄絕，進入默觀的境界。

這棄絕和淨化的過程主要是內心的工夫，蓋萊蒙長者 (Abba Chaeremon) 在〈論成全〉(On Perfection) 的會談裏，指稱願意達到成全的人必須逐級而上，從第一級畏懼受罰，升到第二級對永生賞報的希望，最後達到第三級圓滿的愛；於是由奴僕身分成爲天主的子女⁸⁹。蓋萊蒙格外把這種內心的轉化應用於克服偏情及修德行；他深信藉著愛德避免惡習勝於其他方法：「有人只由於怕地獄或希望來世的賞報，才克制惡習；而另有人則

pp.103~105。

⁸⁷ Conf 1.7.4；《會談、規章》39 頁：「凡是能擾亂我們內心的潔淨與平和的，……我們都應該把它當作有害的東西來躲避」。這裏嘉先把「內心的潔淨與平和」(The purity and tranquillity of our mind) 連在一起。

⁸⁸ Conf 3.6.1；《會談、規章》73 頁。

⁸⁹ Conf 11.7.1~3；《會談、規章》194~195 頁。

潔德本身的愛心和渴慕而保持純潔。……愛德行的情感已經透入他們的骨髓」⁹⁰。嘉先認為只有透過對天主和對德行的愛才能徹底克勝偏情。

同樣的蓋萊蒙長者也作了第二篇談話：「論潔德」；他依照相似的理論，提出以善勝惡的積極方法來處理偏情：「若想控制或排除貪圖現世事物的心情，必須用有益的傾向，代替要排除的有害傾向。靈魂的生命力，不允許他靜止不動，自然要產生希望、恐懼、歡樂、憂愁等情感；我們的任務是要把這些情感導向好的方面。若想從心裏驅除肉慾，就必須讓靈性的歡樂佔據我們的心靈」⁹¹。

按嘉先的理解，真正的潔德表示靈魂與肉身的調協與整合；到那時候，肉身不再反抗靈魂，而是贊同他的願望，與他通力合作，在穩固的和平中團結起來。這「和平」是「建立在潔德的和平及心神永久的平靜中(perpetual tranquillity of heart)」⁹²。

爲了對治偏情，達到靈魂和肉身的整合，嘉先強調「鑑別」之德最爲重要；「鑑別」被稱爲「諸德之母」，或「諸德的泉源和根基」⁹³。嘉先引述安當的言論：「鑑別就是鍛煉修士們會在兩個相反極端之間，選擇中間的陽光大道，既不偏右，也

⁹⁰ Conf 11.8.1~2；《會談、規章》195 頁。

⁹¹ Conf 12.5.3；《會談、規章》205 頁。

⁹² Conf 12.11.1~3；《會談、規章》211 頁。

⁹³ Conf 2.4.3; 2.9.1；《會談、規章》56、58 頁。梅瑟長者主持了第一篇會談：專門談論「心靈潔淨」；也講了第二篇談話：「論鑑別」；有學者認爲「心靈潔淨」和「鑑別」分別是全部《會談錄》的主題及副題。參閱 B. Ramsey 在他的《會談錄》譯本的導論，*The Conferences*, pp.18~20.

會在兩個相反極端之間，選擇中間的陽光大道，既不偏右，也不偏左」⁹⁴。嘉先以節食和守夜為例，說明「過分的齋戒和放縱食欲要得到同樣的結果；不加節制的守夜，給修士帶來的危害不亞於貪懶好睡」⁹⁵。曠野隱修生活容易趨向極端，使無經驗者誤入歧途。因此曠野傳統指出，鑑別特別是長者享有的神恩，年輕修士必須以真誠的謙遜，向長者揭露心思和一切疑問，並單純地接受長者的審斷和指導，使能循正確方向前進⁹⁶。

爲了表明隱修士目標的積極意義，嘉先把「心靈潔淨」與「愛德」視作等同；這愛德是指保祿宗徒歌頌的愛德（格前十三4-7）。嘉先說：「愛德就是心靈的潔淨。內心潔淨的人不嫉妒、不誇張、不動怒、不輕浮、不損人利己、不念舊惡等等」⁹⁷。嘉先也聲明，與愛德相比，一切隱修生活的修煉都是次要的，是爲了追求這首要目標而實踐的：「總之，一切次要的東西，如守齋、熬夜、退隱、默想等等，必須爲主要的目標，也就是爲愛德，或心靈的潔淨服務」⁹⁸。因此，嘉先提出的「心靈潔淨」，對修士本人來說，表示偏情整合後帶來的「內心平和」；從對別人的關係看，則表示保祿宗徒推薦的兄弟的「愛德」。

⁹⁴ *Conf* 2.2.4；《會談、規章》55 頁。「不偏右」指不因一時的熱情，做超出正當節制限度的冒失行動；「不偏左」即是不陷於疏忽懈怠的狀況。

⁹⁵ *Conf* 2.16.1；《會談、規章》65 頁。

⁹⁶ *Conf* 2.10.1；《會談、規章》59 頁。

⁹⁷ *Conf* 1.6.3；《會談、規章》39 頁。嘉先也稱這愛德爲「宗徒的愛德」（apostolic love），意即保祿宗徒稱譽的愛德；見 *conf.* 20.12.4 及 21.17.1。艾瓦格略也把 *apatheia* 與愛（*agape*）連在一起；見上註 86。

⁹⁸ *Conf* 1.7.2；《會談、規章》39 頁。

2. 默觀

嘉先以「心靈潔淨」為隱修士的目標，並以「天國」為終向；這「天國」表示「永生」，或享見天主。因此，「默觀」是目標與終向之間的連接，是終向在世上的提前實現；正如耶穌說：「天國就在你們中間」（路十七 21）⁹⁹。事實上，「默觀」是「心靈潔淨」的自然運作，是同一事實的兩面，彼此有「體」與「用」的連繫。潔淨的心靈有如明亮的鏡子，自然地反映天主的容貌¹⁰⁰。

在《會談錄》第一篇，嘉先解釋有關瑪爾大和瑪利亞的敘述。瑪爾大代表行動和服務，瑪利亞卻代表對耶穌的聆聽和默觀。當瑪爾大請求耶穌讓她妹妹幫忙時，耶穌對她說：「瑪爾大，瑪爾大！你為了許多事操心忙碌，但需要的事情很少，其實只有一件；瑪利亞選擇了美好的一分，是不能從她奪去的」（路十 41~42）¹⁰¹。嘉先指出，耶穌認定默觀天主是「首要的善」（*principale bonum*），其他德行該放在次要地位；我們實踐其他善功，目的是為了達致這「最高的善」（*summum bonum*），即默觀天主¹⁰²。

隱修士實踐的善功，包括淨化心靈的修行，及接待客人，

⁹⁹ 參閱：Columba Stewart, *Cassian the Monk* (New York: Oxford University Press, 1998), p.47.

¹⁰⁰ 如同老子說：「滌除玄鑿，能無疵乎？」（《道德經》十章）；「玄鑿」者，內心之光明，為形而上之鏡；淨化了心中的欲望，便能觀「道」。參閱：陳鼓應註譯，《老子今註今譯及評介》（台北：商務，2000），84~85 頁。

¹⁰¹ *Conf* 1.8.2；參閱《會談、規章》40 頁。中譯本引用思高《聖經》版本，嘉先卻依從一些希臘手抄本，找到上述經文。

¹⁰² *Conf* 1.8.2~3；《會談、規章》40 頁。

替人服務的仁愛工作等，這些事工都是美好及需要的，但不是永恆的；在進入永生時這一切事工都將要終止，「那時人人將從複雜的俗務中解脫出來，帶著一顆永遠潔淨的心，默觀享見天主」¹⁰³。默觀天主是永生的主要內涵，因此，有些人從現在起，就決定選擇這條路，集中一切力量，向這唯一的目標前進。耶穌預許給心靈潔淨者的賞報，透過默觀在現世提前實現。現在我們從「屬神知識」及「不斷祈禱」這兩個題目反思嘉先有關默觀的言論。

「屬神知識」

《會談錄》第十四篇論「屬神的知識」，嘉先願意藉這觀念表達他有關默觀的思想。他依照靈修生活二階段（修行與默觀）的傳統，提出兩種不同的知識：其一是「實踐知識」（practical knowledge），即有關「改毛病」和「修德行」的知識；其二是「屬神知識」（spiritual knowledge），即有關「默觀天主」或「默觀天主事理」的知識¹⁰⁴。這裏所說的「知識」（scientia）明顯地與一般從書本或上課得來的學問不同，是指一種透過經驗和實踐獲得的知識。嘉先強調誰若願意得到「屬神知識」，必須首先尋求「實踐知識」，以期達致心靈的潔淨；因為「屬神知識」是藉著聖神的光照，賜給潔淨的心靈的¹⁰⁵。

天主聖言是隱修士祈禱、默觀的主要來源；修士留在自己

¹⁰³ Conf 1.10.5；《會談、規章》41 頁。

¹⁰⁴ Conf 14.1.3；《會談、規章》236 頁。中文譯本把兩種 scientia 譯作「實踐學問」及「靈性學問」。

¹⁰⁵ Conf 14.2; 14.9.7；《會談、規章》236、242 頁。嘉先指稱這種知識來自聖神的光照，這也是本文譯作「屬神知識」的原因。

的小室，除了祈禱和從事手工外，主要的工作是勤於閱讀和默想聖經。因此，嘉先把「屬神知識」視作對聖經的了解及詮釋。他指出聖經的含義主要分為兩種，即「歷史意義」（也就是「文字意義」）及「精神意義」（spiritual sense）。「精神意義」又分為三種：即「倫理意義」（tropology）、「寓意解釋」（allegory），及「末世意義」（anagogy）¹⁰⁶。「倫理意義」是借古諷今，適用於倫理道德的範圍；「寓意解釋」是以往發生的事情，預先影射以後的一種奧蹟；「末世意義」是經文指向天國或末世的含義¹⁰⁷。

嘉先在這會談之目的，不在於對聖經的四重意義作系統性的完備解釋，他的用意卻是提醒我們聖經有豐富的含義，讀經時應首先了解聖經的文字意義，但更重要的是通過文字意義進入更深的精神意義。按照教父的傳授，領悟聖經的精神意義便是一種真正的默觀經驗。聖經的精神意義中尤其重要的是「寓意解釋」，格外以舊約事蹟視作基督的預像。因此，在領會聖經的「寓意解釋」時，便如同發現基督在聖經中隱藏著的臨在，是與基督會晤的默觀經驗¹⁰⁸。奧力振直接把「寓意解釋」稱為「主的意義」（sensus Domini），指出對這意義的體會給人帶來默

¹⁰⁶ Conf 14.8.1；《會談、規章》239 頁。「屬神知識」包括對聖經四重意義的領會。

¹⁰⁷ Conf 14.8.2~3；《會談、規章》239~240 頁。這裏嘉先特地用了迦四 22~27 解釋聖經的四重意義。

¹⁰⁸ Conf 14.8.5；《會談、規章》240 頁。嘉先以格前 11~4，尤其「那磐石就是基督」一語，說明「寓意解釋」格外指向基督的奧蹟。C. Stewart 指出嘉先有關默觀的靈修思想是以基督為中心的，參閱：Stewart, *Cassian the Monk*, pp.95~99。

觀基督的經驗¹⁰⁹。

嘉先也指出默想聖經與淨化心靈相互的關係，若願意好好默想聖經，獲得「屬神知識」，必須先淨化心靈；但從另一面看，勤於閱讀和默想聖經也是淨化心靈積極有效的途徑¹¹⁰。

「不斷祈禱」

嘉先關於「不斷祈禱」（unceasing prayer）的言論，與「屬神知識」聯在一起，最能表達他有關默觀的思想。保祿宗徒囑咐信徒們要「不斷祈禱」（得前五 17）；早期教會對這囑咐有不同的意見，主要的解釋來自奧力振。他主張不斷祈禱的具體實踐是要信徒把每天當作的事工奉獻給天主，然後配合定時的祈禱；這樣，信徒的全部生活便成爲一個不斷的祈禱¹¹¹。

隱修傳統卻認爲這種解釋對一般信徒固然適用，但隱修士既以祈禱爲專業，對他們來說，不斷祈禱有進一步的要求，即是在定時祈禱之間，在工作時，也要配合個人的祈禱¹¹²。他們格外用 *meditatio* 一詞指稱這種個人祈禱，*meditatio* 可譯作「默想」，但在古代，尤其隱修傳統，有不同意義。*meditatio* 表示

¹⁰⁹ Origen, *De principiis* 4.2.3; in *Origen: An Exhortation to Martyrdom, Prayer and Selected Works*, trans. Rowan A. Greer, CWS, (New York: Paulist press, 1979), p.181.

¹¹⁰ *Conf* 14.10.4; 《會談、規章》243 頁。嘉先講述不間斷默想聖經的兩種好處：第一，排除分心雜念，及一切有害的思想；第二，深入領會聖經的含意。

¹¹¹ Origen, *De oratione* 12.2; in *Exhortation to Martyrdom, Prayer*, pp.104~105。當時按照猶太人傳統，提出每天三次定時祈禱。

¹¹² 一位佚名隱修士的名句：「假如一位隱修士只在公開祈禱時才站著祈禱，那麼他根本沒有祈禱」（*AP Coll. Anon.* 104）。

重複誦讀的意思，誦讀的內容是指聖經，目的是要透過重複誦念深入領會經文的意義，同時也把經文背熟，以便日間工作時可以繼續背誦：「手在工作，口在誦經」，這是隱修士工作的基本特色。後來，隱修士也從默想聖經，漸漸編造一些個人祈禱的短句，稱為「單句禱文」（monologic prayer），在日間不斷重複應用¹¹³。

《會談錄》第九、十兩篇，記載依撒格長者（Abba Isaac）論「祈禱」的談話，一般被認為這是嘉先有關隱修靈修思想的精華；其中主要內容是論及不斷祈禱的方法。為了解答如何使分散的思想恆久集中在天主身上，並實踐不斷的祈禱，依撒格把一個曠野的祖傳秘方傳授於兩位極有誠意的訪客；這秘方是不斷重複一個熱心誦句：「天主，求你快來救我，上主，求你速來助我」（詠七十 1）¹¹⁴。重複誦念這短句，可視作上述「默想」與「單句禱文」的配合。就如教父們視《聖詠集》為全部聖經的縮本，嘉先更指出這句經文是《聖詠集》的綜合。他寫說：「聖祖們從全部聖經裏，特別選出了這句短誦，並非沒有理由。它能表達人性所發出的一切情感，對各種情況都極適用，並適於克服任何誘惑」¹¹⁵。

嘉先對這誦句發表了長篇的稱頌，結束時他把這誦句比作

¹¹³ 有關隱修士的「默想」及「單句禱文」參閱：Irénee Hausherr, *The Name of Jesus*, CS 44, (Kalamazoo: Cistercian Publications, 1978), pp.172~214.

¹¹⁴ *Conf*10.10.2；《會談、規章》183頁。

¹¹⁵ *Conf*10.10.3；《會談、規章》183頁。視《聖詠集》為全部聖經縮本的觀念，參閱：Athanasius, *Epist. Ad Marcellinum* 2~8; in Gregg, trans., *Life of Antony and Letter to Marcellinus*, pp.101~106.

梅瑟留給以色列民的命令 (Shema) (申六 4~6)，邀請我們把這句話寫在口唇上，刻在心坎上，讓它從早到晚，時時處處伴隨著我們，成為我們不斷的祈禱¹¹⁶。嘉先也指出，誰若恆心誦念這短句，摒棄一切華麗的詞句，僅保留這一端簡單的經文，便是實踐真福第一端：「神貧的人是有福的」(瑪五 3)¹¹⁷；可是這神貧卻能帶來豐厚的賞報，讓我們漸漸滲透聖詠所表達的一切情感，在誦念聖詠時內心產生深刻的共鳴，好像我們便是聖詠的作者，或至少感到聖詠是為我們而作的¹¹⁸。

恆心誦念這簡單的短句，能使人在祈禱時超越圖像和言語，達到一種無言、無念的「單純祈禱」(pure prayer)，嘉先也稱這種「單純祈禱」為「火熱的祈禱」(fiery prayer)，是一種真正的默觀祈禱¹¹⁹。他對這種祈禱有熱情奔放的描述：

「他被引到很少人體驗到的火熱的祈禱，這是一種不可言喻的，超出一切人類感覺的祈禱。……人的靈魂被天上光明所籠罩，已用不著唇舌來表達，唇舌也確實無能為力。這時在靈魂內，善情洶湧澎湃，祈禱好似不可遏止的噴泉一直衝向天主，一霎那間，靈魂傾吐的事不可勝數，遠超過他回復常態時可以描述或回憶的。」¹²⁰

¹¹⁶ Conf 10.10.14；《會談、規章》185~186 頁。

¹¹⁷ Conf 10.11.1；《會談、規章》186 頁。

¹¹⁸ Conf 10.11.4；《會談、規章》186~187 頁。

¹¹⁹ Conf 10.11.6；《會談、規章》187 頁。艾瓦格略首先提出「單純祈禱」，參閱：*De oratione* 66~70, in *Praktikos and Chapters on Prayer*, p.66。嘉先不但鼓勵「單純祈禱」，也提出達致「單純祈禱」的具體方法，即是不斷重複誦念短句。

¹²⁰ Conf 9.25.1；《會談、規章》170 頁；參閱：Conf 9.15.2；《會談、規章》166 頁。

按照新約傳統，「主」的名號通常是應用於基督的；爲此，在嘉先心目中，簡短誦句的第二部分（「上主，求你速來助我！」）是格外指向基督的¹²¹。後來隱修士們漸漸集中採用呼求耶穌聖名的誦句，發展爲日後東方靈修傳統喜愛的「耶穌禱文」。可以說，嘉先推行重複誦句的祈禱方式，給「耶穌禱文」作了重要的準備工夫¹²²。

結 論

本文介紹了第四世紀埃及曠野隱修興起的過程，也特別討論了嘉先的靈修思想。嘉先的著述蘊含了曠野聖祖的隱修靈修精華；《會談錄》雖然採用訪問和談話的體裁，但也包含著一套完善的靈修理論。嘉先以靈修生活二階段（修行—默觀）的架構，闡釋靈修生活兩大重點—淨化與默觀；並以「心靈潔淨」作爲兩者的會合：既是淨化的成果，也是默觀的開端¹²³。嘉先也把「心靈潔淨」解作「內心平和」與「仁愛」，並指示「心靈潔淨」爲隱修士應當追求的目標。其實，這也是每個基督徒該追求的目標；原來曠野隱修士的理想不是別的，正是要作成全和認真的基督徒。嘉先提出的曠野靈修平易近人，表現了鑑別的智慧，不但適合於隱修士，也是大眾信徒可以實踐的。

以安當或帕科米奧爲代表的個人獨修者或團體隱修者，都可以稱爲「隱修士」；這名稱譯自希臘文 *monachos*，有「單獨」

¹²¹ 參閱：Conf 10.11.3；《會談、規章》186 頁。嘉先把記念主的苦難與重複上述誦句連在一起。

¹²² 參閱：Hausherr, *The Name of Jesus*, pp.265~308.

¹²³ 潔淨與默觀的聯繫可見於耶穌在福音中所說：「心裏潔淨的人是有福的，因爲他們要看見天主」（瑪五 8）。

或「退隱」的含義。「隱修士」與社會人群及俗世事務保持某種距離；隨著四世紀曠野隱修的興起，這「退隱」也帶上自然環境的意義；「曠野」或僻靜的地方成了隱修院的理想環境。近日著名的隱修士牟敦（Thomas Merton）對「退隱」及「孤寂」（solitude）作了恰當的解釋，指出隱修士與人群隔離，是爲了在寧靜中與天主會晤，並在更深層面與人相遇，從另一個角度了解社會的問題，給世界傳來具有先知性的曠野呼聲¹²⁴。這呼聲有時以言語表達，但更普遍的是默默無言，透過隱院的鐘聲播送出來。

¹²⁴ 參閱：Thomas Merton, *Disputed Questions*, (New York: Farrar, Straus and Giroux, 1953), pp.172~175.