

「靈修」概念的發展

吳伯仁¹

本文作者從字源、歷史、神學、經驗等幅度，深入探討「靈修」概念的多重意義，為當今從事靈修學研究及靈修輔導的工作者極有啟發作用。

自梵二大公會議以降，天主教會對靈修的關注越來越充滿濃厚的興趣。這趨勢幾乎也影響了每一個基督教教派。「靈修」這詞彙也為猶太教和其他非基督宗教，甚至一般的俗世運動所採用，致使其意義不十分明確。

有人認為「靈修」主要意指祈禱、內在的生活以及個人和天主的位際性關係。另一些人反對此一說法，認為這樣的理解太個人化，轉而主張靈修是個人日常生活的經驗，包含整體、強烈的信仰生活，特別是此經驗中身體和情感的因素；由於這些因素有時被傳統天主教神學所貶抑、甚至棄之不顧，因此他們特別強調「全人靈修」（holistic spirituality）²。

近來，女性靈修（feminist spirituality）的興起，從自身的經驗出發，對聖經和教會傳統，提出嚴厲的批判，並提出積極性建議，使得對聖經、神學的體悟更形豐富和圓滿，也因而發展出女性靈修。此外，現今世界面臨環保問題，也越來越重視創造

¹ 本文作者：吳伯仁神父，耶穌會士，輔大神學院神學博士，現任職台北依納爵靈修中心，同時在輔大神學院教授信理及靈修神學。

² 參閱 Anne Wilson, "Holistic Spirituality," *Spirituality Today* 40 (1988), pp. 208-219.

的神學與靈修，嘗試以更合宜的方式來思考人與大自然的關係。

面對靈修觀念的多樣性和不確定性。本文首先回歸「靈修」的字源，從保祿宗徒對它的理解，進而探討往後的發展和轉變，並且扼要地對 spirituality 的中文譯名和意義作一概略性地瞭解。其次，本文也介紹現代許多學者討論「靈修」課題時，通常從信理和人學兩種不同的角度，來探究靈修的發展。最後，本文亦從歷史的變遷來探討靈修和神學的關係。

一、「靈修」詞彙含意的轉變

(一)「靈修」詞彙的字源和意義

「靈修」，拉丁文名詞為 *spiritualitas*。它是從名詞 *spiritus* 和形容詞 *spiritalis* 或是 *spiritualis* 發展出來的。它可以溯源到保祿宗徒的用語 *pneuma* 和 *pneumatikos*。在保祿的神學中，神 (*pneuma*; *spiritus*) 和血肉、肉慾 (*flesh*; *σάρξ* 或 *caro*) 全然相反，但並非和身體 (*σωμα* 或 *corpus*) 相對。保祿認為，一位屬神的人，亦即他的存在和生活受到「天主聖神」的引導。因此，隨從肉慾生活的人，他的存在和生活與天主聖神相對立 (格前二 13~15; 迦三 3; 五 13, 16~25; 格前三 1~3; 羅七~八)。這並非在於沒有形體和肉體之間，也不是在於非物質和物質間的對立，而是兩種截然不同生活方式的對立。

(二) 保祿宗徒的經驗

大馬士革的蒙召和悔改經驗 (宗九 1~19; 格前十五 8~11)，締造了保祿宗徒個人神學和靈修的一個決定性事件。

保祿宗徒論及此次經驗時，認為是天父將祂的子—主基督啓示給他 (迦一 15~16)。他「看到主耶穌」(格前九 1)、被釘十字架「光榮的主」(格前二 8)的啓示。他以鮮明、活潑的信仰

和初期教會一起，承認「耶穌是主」（格前十二 3；羅十 9；斐二 11）。這經驗光照保祿的心神，並賜予他洞見，以至於後來他稱之為「基督的奧秘」（弗三 4）。

這一復活主基督臨在的方式也帶領信友，透過信仰，進入與天主的一種嶄新關係中。保祿稱之為「新的創造」（迦六 15；格後五 17），也就是一種和復活主基督合一的生活，分享祂復活的生命（格前六 14；格後四 14；羅六 4~5，八 11）。

信友分享基督復活的生命，同時藉著信仰和洗禮，成為基督的肢體，教會的一個成員。保祿認為，「信德的服從」（羅一 5，十六 26），或是信友衷心的回應，均是在基督內全人對天主的投身和順服，這是他的靈修核心之所在。

這與基督結為一體的經驗，必須在所謂基督徒生活的「雙重極性」（dual polarity）脈絡中看到。一方面，保祿堅持基督徒已經是「新受造的人」（迦六 15），基督已在他內生活（迦二 20），基督徒已在基督耶穌內，透過信仰、蒙受恩寵成義（羅三 24~25），因此他們不在法律權下，而是在恩寵權下（羅五 15，六 14）。另一方面，基督徒仍然必須從現今邪惡的世界中被解放出來（格前七 26，29~31）。為此，那些已經體驗到「基督事件」效果的基督徒，仍應懷著恐懼、戰慄，努力成就得救的事（斐二 12）。

保祿和初期基督徒團體意識到他們處在雙重的境遇中：一方面，他們回顧耶穌的死亡與復活，以此作為新時代的肇始；另一方面，他們仍然期待基督在光榮中再度來臨。這個時代開啓了和天主結合為一的階段，預定了信友在光榮中和天主最終的合一，也必然形成基督徒的望德和堅忍等待（羅八 18~25）。

基督徒生活的「雙重極性」凸顯出保祿宗徒的堅持，亦即由天主聖神所激勵的基督徒，不再只是活出本性、世俗層面的

生活。他們不再屬於肉慾，而是屬神的。他們不像那些隨從肉慾引導的人，只尋求滿足本性的私慾，拒絕由聖神來的事物；反之，他們是隨聖神引導的人，不會使聖神感到窒息，也不會忽視聖神的鼓舞，並且「應當考驗一切，好的，應保持；各種壞的，要遠避」（得前五 21~22）。

保祿的靈修建立在天主恩寵工作的基礎上，這恩寵是經由天主聖神傾注在信友的心中（羅五 5）。祂是大能之神，並非怯懦之神（弟後一 7）；祂是基督徒信、望、愛的泉源。「聖神也扶助我們的軟弱，當我們不知如何祈求時，祂卻以無可言喻的歎息，代我們轉求」（羅八 26），也使信友意識到義子的名分。因著祂，他們才能呼喊：「阿爸！父呀！」「耶穌是主」，並且和基督一起成爲天主的「同承繼者」；只要基督徒和祂一起受苦，也必和祂同受光榮（羅八 15~17；格前十二 3）。其實，聖神的德能並不是和復活主基督的能力截然不同的，因爲基督徒「因著主耶穌基督之名，並因我們天主的聖神，已經洗淨了，已經祝聖了，已經成了義人」（格前六 11）。

（三）保祿以後的發展

保祿以後，首先值得注意的是拉丁字 *spiritualitas* 的出現。這可追溯到第五世紀初葉熱羅尼莫（Jerome，約 340~420）所寫的一封信，他勸勉剛領受洗禮的成年人「行動如同一位在靈修生活前進的人」。Spiritualitas 在此有「靈修生活」的意義，亦即基督徒依靠洗禮領受的恩寵，度著遠離罪惡、愛慕天主的生活。

雖然如此，從第六世紀到十一世紀之間，*spiritualitas* 這個字仍十分罕見，只將之視爲「靈修生活」意義的新字，或是此字等同於「沒有形體」的意思。不過，這個新義直至第十二世紀

才大放異彩，且與肉體性或物質性相對立。它改變了原始的宗教性意義，表達出實體存在次序 (entitative order) 的事物。然而，spiritualitas 的原始意義，並未完全喪失，亦即指向在天主聖神而非本性的影響下，人們活出傳統上所謂的超性生活。

十二世紀，spiritualitas 意義的演變可從兩個面向來看。一方面，保持了「超性」的意涵，與「肉慾」、「俗念」或是「道德」的意義相反，保留了原始的意涵，亦即在聖神眷顧下度恩寵的生活。伯爾納德 (Bernard of Clairvaux, 1090~1153) 認為，奧秘的共融，乃是面對基督時，超越人性的愛，而集中於神聖的愛³。當靈魂已完全淨化，並充分體驗到精神的愛後，如果蒙受天主的召喚，得以進入與天主奧秘的共融中。

另一方面，spiritualitas 的意義指向「理性的受造物」和相對的「非理性受造物」；這層意涵具有哲學的意味：指出靈魂的個別性、不具形體。Spiritualitas 的這層意思，從十二世紀中葉以後使用得十分頻繁，特別是士林神學家在處理哲學問題時更形明顯。因此 spiritualitas 的這層意義遂與保祿宗徒所理解的原意迥異，更是徹底地相反身體，也隱含了後期靈修著作中偶而出現輕視身體的涵義。

多瑪斯同時使用上述 spiritualitas 的兩種不同意義，但主要應用在克修、禁慾方面，亦即透過它，人已經戰勝了俗念、淫慾。他將 spiritualitas 分成三個等級：貞女、寡婦和度婚姻生活的人。此外，他也運用這字彙達 70 次之多在保祿的原初意義之下，描述一個在天主恩寵內更新的人的新的靈性地位。

³ 歐邁安 (Jordan Aumann) 著，香港公教真理學會編譯，《天主教靈修學史》(香港：公教真理學會，1991)，133 頁。

十三世紀末，*spiritualitas* 呈現出另一種意義，指向那些負責教會管理、教會司法權的執行者，稱他們為靈魂的權要（*spiritual lords*）；相對於那些執行公民司法權的人，就是世俗的權要（*temporal lords*）。抑有進者，後來教會的財產也稱為 *spiritualitas*，而一般俗世統治者的財產稱為 *temporalitas*。直到十六世紀，這層的意義成為 *spiritualitas* 的主要內涵。

（四）中世紀以後至現代

十七世紀，*spirituality* 及其形容詞 *spiritual* 指向「情感的虔敬」和描述基督徒「內在生活」或「虔誠的生活」。此時這字彙的意義偏重在靈修生活的情感面向，有時也有輕蔑的意味。因此，難免將它和令人質疑的狂熱，甚至和諧如寂靜主義靈修操練的異端形式連結在一起。此外，這字彙也指向所有有關內在生活和尋求成全的事物上。但此追求的意願和覺察，與一般的基督徒生活和成全不同，它被理解為更內在化和個人性，包括特別靈修的操練及超越誠命要求的德性追求。

「靈修」詞彙的現代用法來自法文 *spiritualité*，其他語系亦相繼出現。1920 年左右，在英文語系裏，*spirituality* 出現得較為頻繁；1950 年間已普遍地使用，常用來取代諸如虔敬、內在生活、靈修生活或是靈修神學等詞彙。

在德文世界裏，*Spiritualität* 此字彙出現得十分緩慢。1969 年 *Spiritualität* 才出現在巴耳塔撒（Hans Urs von Balthasar, 1905~1988）探討神學和靈修相關的文章中；直到 2000 年出版《神學與教會的字典》（*Lexikon für Theologie und Kirche*）才有專文介紹 *Spiritualität*。

（五）中文譯名的發展和意義

Spirituality 的中譯，早期為「神修」，近來普遍採用「靈修」。

然而，趙賓實在《靈修學在中國》書中，並沒有回到拉丁文 *spiritualitas*，卻提出 *exercitium spirituale* 作為探討。後者的意義，就如它的中文詞義「靈性的修養、精神的操練」，與儒家的「修身」、「修己」、「成己」、「修天爵」、「養心」，以及道家的「神全」、「德全」、「形全」，甚至是從堯舜相傳下來「人心惟危，道心惟危，惟精惟一，允執厥中」的心法更為接近⁴。此外，趙賓實參照近代西方對於靈修意涵的理解，著重於個人性、內在性的面向，尤其是靈修操練的實踐，以及強調德性上的追求，這已超越一般誠命的要求。雖然如此，趙賓實仍然認為，「靈修」作為中文譯名比其他更為恰當，不僅因為「靈修」是今日普遍的用語，而且人以「靈」為主，因此修養亦當以「靈」修為重。不僅如此，他也從中國古籍中，把「修」的九種意義列舉出來，包括：文飾、治理、操存及察明、具備、學習、和好、掃除、作為、教導⁵。

張春申面對「修」的多重意義，則作了如下的定義：「所謂『修』，便是一個學習的過程，不斷地學習。消極方面是掃除我們前進的障礙，積極方面要達到完美、圓滿及文采光華。」他不僅對「修」作了如上的定義，而且對「靈」或「神」也作了解釋。他清楚地指出，此處所談論的「靈」，不是與肉身相對立的靈魂，也不是與物質相對的精神，而是「人性的自我」，因為身之為人所要修的，不只是靈魂、精神而已，也應包括肉身和物質的層面，亦即人的整體。由此觀之，他認為「靈修」

⁴ 參照趙賓實，《靈修學在中國》（台北：恆毅月刊社，1979），1~7、15~24頁。

⁵ 同上，1~2、7頁。

二字和中國古書、傳統所講的「修身」是一致的。簡言之，一位度靈修生活的人，自然要不斷地學習往前進展；消極方面要消除障礙，積極方面要將自己的文采光華顯露出來，臻能達到人的理想，成爲一位完美的人⁶。

張春申對於靈修的定義非常廣泛，他希望能夠爲各種不同的靈修找到共通點，找到合適的定義。但是，它卻牽涉到人的理想是什麼？怎樣才能成爲一位完美的人？此外，他也注意到人類不同的文化和宗教對於人的理想有許多不同的理解，因此也有種種不同的人學看法，爲此，在靈修的過程中就顯出它的不同面，因而產生不同的靈修。

徐可之對於「靈修」也作了類似的描述⁷：

「靈修 spirituality (1960 年代以前，通常都用神修) 是指身心修養的專門學識與習修過程。由於對『人』的存在和其終極嚮往有不同的認知與信念(不同的哲學思想與宗教信仰)，因而對靈修的理論與實踐也有很多不同學說與宗派。比如基督靈修、儒家靈修、佛教靈修等。」

徐可之進一步從各宗教對於人性終極圓滿的修成和現實來看，大致可分爲兩種不同的靈修取向：或是主張「人性超越」，或是主張「自性圓滿」。前者肯定人性來自天，因而人性自有其受之於天的「當循之道」。靈修就是要使人遵照此當循之道，日漸呈現出人性原來真貌，以達到天人合一。後者則肯定一切都操之在我，因而人性的終極圓滿就是人性的充分實現，不必

⁶ 張春申，〈靈修的意義〉《神學論集》44 (1980 夏)，147~148 頁。

⁷ 徐可之，〈簡介靈修與基督靈修〉《中華靈修未來十六講(上)》(台北：光啓，2001)，12 頁。

過問在人之上是否還有更超越人性的至高存在。前者，基本上是基督宗教的靈修特質，雖然中國原始儒家的靈修也有這個幅度；後者，則是以佛教為主的東方靈修的主要特色。

小 結

「靈修」起初為基督宗教的用語，至十九世紀末期，更為天主教會所專有。十三世紀末，它的同義字已出現在法文的詩集中，後經過翻譯漸漸進入其他拉丁語系。除了保持原初的意義外，也出現哲學的和司法權方面的意涵。最後，十九世紀末，一方面指向個人化、內在化的層面，亦即靈修生活的實踐；另一方面，則指向學術學科的層面，亦即靈修生活的科學。

「靈修」詞彙充滿豐富的意涵，也指向不同層面。首先，它指向人內在幅度，有時稱之「精神」，這精神的核心是人最深的中心；再者，「靈修」可能指實現此一幅度所生活出來的經驗；也有可能指不同團體或不同靈修傳統的靈修；最後，「靈修」也可能指研究此一經驗的學科。有些學者面對此詞彙意義的豐富性，主張「靈修」是生活出來的經驗，而「靈修神學」是一門神學的學科。但施奈德斯（Sandra M. Schneiders）認為這並不能解決問題，反而製造更多的問題。她堅持以「靈修」一詞，同時描述經驗和學術兩個層面。當然，這需要作進一步的說明⁸。

二、「靈修」不同層面的意涵

為「靈修」作系統性陳述與定義時，應注意其範圍是從宏觀或微觀的角度來探討。歐邁安（Jordan Aumann）則以四個不同

⁸ Sandra M. Schneiders, "Spirituality in the Academy," *Theological Studies* 50, p.678.

的幅度來探討「靈修」不同層面的意涵：一、人的基本幅度；二、經驗的幅度；三、靈修經驗的系統化；四、靈修作為一門神學的學科⁹。

(一) 人的基本幅度

歐邁安認為，從宏觀角度來看，「靈修」可以泛指任何宗教或倫理價值，是個人行動依據的立場和精神，適合所有承認神聖或超凡的層面，不限於任何宗教派別。這是人的基本幅度，指出人是屬靈的存有者，具有超越能力的存有者。這不只是以「理智抽象」觀點，更是以「位格和存有者」觀點來看。另一方面，人有能力接受從超越實體來的召喚，不論這實體被視為是「神」、「自然」、沒有分化的「一」或是「美的經驗」。

福音派基督徒認為任何靈修的幅度，必須預設在恩寵形式下，有神聖的行動。事實上，超越自我的能力，以及接受更高價值、意義召喚的能力，並不僅在有神論者身上是自明的，對一位有意識地拒絕天主恩寵的無神論者，即使在某種程度上已經喪失既定的高尚目標或目的，但也有可能經驗到超越，進而發展出所謂廣義的真正靈修。

無神論者和不可知論者將提供別的範疇來描述他們的經驗，顯然地，這些範疇不包括神聖恩寵和超越的觀念。張春申認為，那些排斥另一個世界或超越力量的人，擁有「封閉性」的世界觀、靈修觀。他認為尼采「超人的靈修」、馬克思「無神唯物主義」、佛洛伊德「唯性主義」，甚至胡適的「三不朽」

⁹ 歐邁安 (Jordan Aumann) 著，蔡秉正譯，《靈修神學》上册 (台北，光啓，2001)，21~22 頁。

等，都是封閉性靈修¹⁰。換言之，並不是人本身有能力能夠超越自己，和神聖相遇，而是如同有神論者認為：無神論者或不可知論者沒有認出恩寵真實的臨在。

(二) 經驗的幅度

人對世界的觀點，有兩種截然不同的世界觀：「封閉性」和「開放性」的世界觀。前者產生所謂「封閉性」的靈修；後者則萌生「開放性」的靈修。

開放性的靈修觀，指向人活出內在價值的經驗，亦即在歷史的脈絡中，人瞭解並活出已選擇的宗教理想的方式，尊重或接受終極超越實體的存在。更確切來說，「靈修經驗」的詞彙更適合用來表達此一層面。

柯林斯將「開放性的靈修」分成三類：自然主義的靈修、一元論的靈修、有神論的靈修¹¹。

1. 自然主義的靈修 (naturalistic spirituality)

這類靈修描述人基本幅度中的某些態度、信念和實踐，使人的生活充滿活力，也幫助人達到超感覺的實體。這「超感覺的實體」可能以有神論的觀點解釋，但不是絕對必須的。具體來說，它可以是那些超越經驗主義視野的價值，例如：經驗到人性的愛、令人難忘的經驗、對於美善知識的洞察等。

人所經驗的美善經驗，或是與某種「更」的事物相遇的忘我經驗，所指向的對象，有時是自然本身，不一定是超越的對

¹⁰ 張春申，〈靈修的意義〉《神學論集》44期（1980夏），151~153頁。

¹¹ Kenneth J. Collins, *Exploring Christian Spirituality: An Ecumenical Reader* (Grand Rapids, Michigan: Baker Books, 2001), p.12.

象。此外，所經驗到的超越對象也不一定要以有神論的方式來描述，有可能只是超越人所知、所感的事物而已。因此，每當論及「無神論者的靈修」或「不可知論者的靈修」時，這些用語本身並不相互矛盾。

若從東方靈修傳統來看，張春申認為中國人十分注意人與大自然。人理想的完成是他與大自然關係的完成。大自然的美好和靈氣影響人整個生活，人與大自然有種感應、相通，使人能完成理想，與天地參¹²。

2. 一元論的靈修 (monistic spirituality)

如果超越的幅度不被設想成一個「喚起的實體」¹³，而是以超越主客體作區分的一個「沒有分化的『一』」，這就是現在要談論的一元論靈修。實際上，印度宗教的思想中心預設「自我是『一』」，以及佛教思想的教導，這「沒有分化的『一』」是純粹的「虛無」或是「真如」就是最好的例子。這是所有一切的「一」，它喚醒人、引導人放棄自我錯誤的觀念，以一種徹徹底底的方式，來實現「一」，亦即「存在本身」。

3. 有神論的靈修 (theistic spirituality)

有神論的靈修將此超越的實體視為一個「位格神」，正如祂在一神論宗教（猶太教、基督宗教、伊斯蘭教）中所呈現的。因此，基督徒靈修只能代表有神論靈修的一部分，並非它的全部。

若進一步將基督徒靈修和其他類型的靈修相對照，會發現

¹² 張春申，〈靈修的意義〉《神學論集》44期（1980夏），150頁。

¹³ 如：在自然主義靈修中所提的「超感覺實體」或在有神論靈修中所談論的「位格神」。

基督徒靈修不僅表達出和一個無定形的「位格神」之相遇經驗，更精確地說，它表達出和天主聖三，即奧秘本身相遇的經驗，亦即透過天主聖神，與在基督耶穌身上所彰顯的天主啓示、光榮相遇的經驗。

因此，在基督宗教的氛圍中，人受到天主聖神寓居的影響，活出與保祿宗徒教導相符合的生活。徐可之具體地指出¹⁴：

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

簡言之，基督徒靈修生活就是依照福音聖訓與教會傳承，在基督奧體—教會—內積極成長，以達到天人合一的圓滿境界。換言之，由於意識並珍惜那身為天主子女的生命，定志用各種方式努力使之發展成長，臻於成聖的境地¹⁵。

小 結

既然基督徒的靈修只能代表有神論靈修的一部分，而且有神論靈修也只是更寬廣靈修現象的一部分。因此，若要有系統地定義靈修的內涵，需要特別注意是在那一個範疇中考量。然而，是否能夠對「靈修」作更普遍性的定義呢？若有可能，是否這個定義能夠被運用到非基督徒的靈修生活和經驗，甚至是無神論者和不可知論的靈修經驗上呢？

從歐邁安對「靈修」宏觀角度的描述來看，它可泛指任何

¹⁴ 徐可之，《中華靈修未來十六講（上）》，14頁。

¹⁵ 陳文裕，《天主教基本靈修學》（台北：光啓，1991），6頁。

宗教或倫理價值，藉此形成個人行動的立場和精神。巴耳塔撒則從積極和消極，也就是以肯定和否定的角度，來看待此問題：

1. 從否定的角度來看，他認為基督徒沒有任何理由將「靈修」限定在基督宗教的層面上，正如基督徒談論中世紀的靈修、加爾默羅靈修或平信徒靈修，基督徒同樣也能在類比的方式下，來談論佛教靈修，或回教的蘇菲靈修。
2. 從肯定的角度來看，他認為「靈修」可能指向人實際或存在的基本態度，這個基本態度是他對宗教性存在的瞭解，或者更一般性地說，是他在倫理上投身一存在的瞭解之結果和表達。這基本的態度，是他的生活完全按他所做的來決定，同時，按照他客觀的洞察和決定，整個生活習慣性的回應。因此，基督徒的靈修可以描述為基督徒對身為天主子女這件事實的回應。

（三）靈修經驗的系統化

每個人的靈修經驗都是獨特的，但他並非是在孤立的情境下，接受和活出靈修的經驗。每個人都生活在具體的社會和靈修氛圍中。在基督宗教的環境中，靈修的氛圍呈現出基督徒的理想，以及經由獨特的方式來達致此理想。因此，現今對於靈修經驗的瞭解，不僅要在技術層面上探討宗教經驗，也要對這些傳達給個人和團體最終意義和價值的類似經驗作探究。

施奈德斯認為，靈修這詞彙指向基督徒的宗教經驗，因此神學考慮的事物必須是完全相關的。它是宗教的，這意謂著它同時是情感的和知性的、社會的和個人的、以天主為中心和以他人為中心的；它是經驗，這意謂著無論任何事情進入這不斷整合自我超越的實際生活中的，都是休戚相關的，無論它是神

秘的、神學的、倫理的、心理學的、政治的或是物理的。這位基督宗教靈修的視野、焦點和活力的泉源之超越者（The Transcendent）乃是「他者」（The Other），祂是有位格的、生活的，並在納匝肋耶穌這個人身上完全彰顯。

基督宗教歷史中，已興起了許多不同的靈修傳統和學派。它們藉著生活經驗的傳承、教導的系統化、禮儀的象徵、藝術的表達以及音樂等呈現出來。這些系統化的整理和教導，有時受到某位靈修導師生活和榜樣的影響，他們的言行成為後人的典範，例如：本篤（Benedict of Nursia，約480~547）、亞西西的方濟（Francis of Assisi，1181~1226）、依納爵（Ignatius of Loyola，1491~1556）、小德蘭（Thérèse of Lisieux，1873~1897）等；有時受到他們靈修著作的影響，例如：大德蘭（Theresa of Avila，1515~1582）、十字若望（John of the Cross，1542~1591）、盧雲（Henri J. M. Nouwen，1932~1996）等。

（四）靈修作為一門神學的學科

靈修作為一門神學的學科，是對以上三個層級的經驗、素材作分析和綜合，著重在不同靈修理論、傳統和實踐的研究和分析。現代的學者不約而同地提出兩個主要問題：第一、「靈修」以及「靈修神學」的意義為何？第二，這樣的一門靈修神學在其他神學學科，如信理神學、倫理神學中，佔什麼地位¹⁶？這是以下要加以討論的主題。

1. 靈修學和靈修神學

現代學者對於「靈修」意義的研究成果，可歸納下列幾點：首先，對於「靈修」意義的探討，回歸到它的根源。保祿

¹⁶ 陳文裕，《天主教基本靈修學》（台北：光啓，1991），1~16頁。

宗徒使用「屬神」、「精神」的字彙，來作為基督徒存在性的描述，亦即基督徒是一位屬神的人，已經接受天主聖神，舊我已與基督同葬，成為在基督耶穌內活於天主的人（羅六 1-14）。因此，「靈修」被視為是受天主聖神的影響，朝向、跟隨基督的內在、個人化的態度。

然而，靈修內在的層面只是其中的一個面向，大部分的靈修作者同時強調靈修的外在層面。因此，靈修在每個人特殊的歷史脈絡中，具有相當程度的具體化。如果一個人沒有意識到聖神更新整個人的所有面向，極有可能會誤解和限制天主聖神的行動。此一強調是必須的，因為靈修的觀念或是靈修生活有時太局限於內在生活的轉變。

其次，「靈修神學」已被視為一門建基在啓示的神學學科，探討所有有關基督徒靈修的經驗，並且在啓示的光照下，描述靈修生活的結構和成長的過程。「靈修神學」在十七世紀首度出現，可細分成兩部分：「克修神學」和「神秘神學」。克修神學研究成全的生活，直到被動神秘經驗的開始；神秘神學則研究成全的生活從被動神秘經驗開始接續的部分，直到榮福直觀。靈修神學最主要的目的，是藉著對靈修生活的各方面系統性的研究，能夠對基督徒的聖德有所精進。

數世紀以來直到梵二大公會議，大部分的學者對靈修神學的綱要和分類，都趨向一致的看法。梵二期間，真正的爭議是如何將神秘主義置於基督徒的生活中。換言之，神秘經驗是否屬於信仰生活中正常發展的一部分，或者它是伴隨著神視、出神、話語等，只賞給鳳毛麟角的少數人的特殊情況。與會的教長一致同意「普遍成聖的召叫」，強調無論是度那種生活方式，眾人都修練同一聖德，皆由同一聖神所推動，聽從天父的召喚，

以心神、以真理朝拜天父，追隨貧窮、謙遜、背負十字架的基督，期待有朝一日也分享祂的光榮¹⁷。因此數世紀以來，基督徒的一般靈修生活途徑和依靠天主恩寵達到神秘境界的特殊途徑的區分，才平息下來，不再分道揚鑣，而是殊途同歸，走向同一成全道路的不同階段。

因此，應將「靈修學」和「靈修神學」區分開來：「靈修學」作為指向研究基督徒靈修經驗的領域和學科；而「靈修神學」則保留從十七世紀以來所賦予的定義，亦即基督徒的成全生活，區分為克修神學和神秘神學。

2. 一種靈修或多樣靈修

當論及靈修的第三個層面：靈修經驗的系統化時，發覺隨著時空的變遷、場合的迥異，甚至這些外在條件雖相近，但因個人特質的不同，遂表達出靈修的不同風貌和其多樣性，故在基督宗教的歷史當中，興起了許多不同的靈修傳統和學派¹⁸。這些不同的基督徒靈修傳統都植根於聖經的教導，但因有各自特別的強調和實踐的方式，是以呈現不同的風貌。

隨著時代的演變，最引人側目的差異，在於西方靈修和東方靈修著重點的不同。東方靈修強調禮儀和基督的復活；西方靈修則強調倫理的教導、原罪和基督的苦難。若進一步細分：在東方，敘利亞靈修相對於拜占庭靈修；在西方，日耳曼靈修相對於拉丁靈修。

宗教改革以來，由於羅馬公教和基督教教派之間許多觀點

¹⁷ 參《教會憲章》39-42 號。

¹⁸ 參照 François Vanderbroucke, "Spirituality and Spiritualities," *Concilium* 9 (1965), pp.25~28.

的分歧，在靈修上亦有不同的強調，例如：對恩寵和工作之間的關係、聖言和聖事不同的強調，以及教會論、救贖觀點的分歧。此外，羅馬公教仍持續受到歷代靈修導師生活和榜樣的影響，並保留了他們所傳下來的寶貴靈修著作所形成的靈修傳統和學派，例如：本篤靈修、方濟靈修、依納爵靈修、加爾默羅靈修等。最後，教會也發展符合當代的靈修，例如：司鐸靈修、教友靈修，解放靈修、女性靈修、生態靈修、正義和平靈修、中國靈修等。

今日的基督徒如何面對這些靈修傳統、派別的多樣性呢？新約中四部福音和保祿的傳統，以不同的面貌來呈現主耶穌的生活和祂的教導。這意謂著在教會歷史中，已興起的許多靈修傳統和學派的基礎，咸以主耶穌和宗徒們的教導作為典範，按照各自不同的恩寵和神恩，強調並表達出同一個好消息的不同向度。換言之，只有一個建立在福音基礎上的靈修，但有許多方式和途徑活出同一基督徒的召叫¹⁹。同時，這唯一的靈修在基督徒的團體以及在每個人的特殊環境中，找到具體的表達，展現出多采多姿的靈修面貌。就如雖有不同的恩賜，卻是這唯一、同一的聖神所賜（格前十二 4~12）。

3. 「靈修」意涵的共通點

縱使在歷史脈絡中，對「靈修」的定義爭議不斷，但其中

¹⁹ 巴耳塔撒注意到所有基督徒靈修中瑪利亞的特質，因而將所有特別的靈修轉化成基督淨配一教會一唯一的靈修，參 Hans Urs von Balthasar, "Spirituality," *Explorations in Theology I: The Word Made Flesh*, trans. A. V. Littledale and Alexander Dru (San Francisco: Ignatius Press, 1989), p. 218.

亦不乏共通點。基本上，有兩個基本要項有一致性的看法：一方面，基督徒靈修與基督、聖神以及教會團體有直接的關連。另一方面，靈修包含基督徒能夠在具體的環境中找到他們自己。繼而，從兩個層面來瞭解靈修：其一是知識、學術方面，主要專注於靈修歷史、靈修教導的研究等；其次是實用方面，主要處理的不是理論，而是具體的呈現，也就是活出來的經驗。

簡言之，基督徒的靈修指向人在天主聖神的引導下的結果。當然，人能夠發展出不同的靈修理論、定義和型式，但靈修的基本核心包含受感動的主體、在具體環境中與基督的相遇，以及人在特殊歷史脈絡中的具體化，則不能被遺忘。

然而，這是否有可能不用顯然的神學語言來定義靈修？施奈德斯（Sandra M. Schneiders）對此問題作出了極大的貢獻。她提出當代天主教和基督教的某些作者對靈修所下的定義，並指出在這些定義中「自我超越」是共通一致的觀念²⁰：

「靈修指向有意識地努力整合個人的生活經驗，但不是
在孤立或是自我專注的方式下，而是在自我超越朝向個人
覺察的最終價值。」

施奈德斯藉著避免使用特別的神學語言，而專注於終極的領域中，達到整合自我超越的共通經驗。但這並非要賦予靈修一般性的定義。眾所周知，靈修的一般性定義易變成十分的空泛和模糊。施奈德斯也意識到這樣的情況；即使如此，這也是一個很好的提醒：（1）對於靈修的種種因素必須劃清界限；（2）每一種靈修包括每個人在特別的歷史脈絡中的具體化。

²⁰ Sandra M. Schneiders, "Theology and Spirituality: Strangers, Rivals, or Partners?", *Horizons* 13/2, p. 266.