

牟敦後期的靈修發展（上）

王脩淳¹

牟敦後期的靈修發展，有很大的轉變。本文作者立基於廿世紀的動盪局勢，省思牟敦如何將默觀生活體現於這世界上，提出先知性的呼聲。包括了牟敦後期對於和平、反戰、非暴力等社會正義所提倡的諸多主張；以及牟敦所嚮往的東方思想，看他對「道」與「禪」的體驗有何學習與理解。最後，本文也提出在牟敦逝世後，後人對他的評價，並以當代的另一位靈修大師—盧雲—的實踐，見證了牟敦的默觀精神遺產。限於篇幅，本期刊載前半有關社會正義與牟敦後期論默觀生活的先知性呼聲；下期續刊「與東方相遇」及其後世迴響，敬請期待。

前 言

默觀生活，是追求一種超越自身、超越萬物的生活，雖然困難，而且永無終點，因為生活在這世界，我們的默觀必然會遭受許多衝擊，但除非持續不間斷的努力，讓天主在每件事物上都實現出祂的旨意來，否則，我們勢必只能活在衝擊中，向世俗妥協。

牟敦生命後期，默觀方式有了很大的轉變。我們或許沒有明確的資料，證實這轉變的分水嶺，預估可能在 1960 年代左右，他的默觀朝向新的方向前進。牟敦不斷強調要與他人分享

¹ 本文作者：王脩淳，輔仁大學宗教學系碩士畢。

默觀心得，本文就是以此為出發點，分由以下幾大方向進行：

首先，面對廿世紀如此動盪劇烈的局勢，度默觀生活的人，能否有什麼樣的省思？

其次，牟敦後期的靈修發展，對如何將默觀生活體現於這世界上，是否提出一些先知性的呼聲？

接著，東方一直是牟敦嚮往的地方，他也不斷在學習東方的神祕主義，究竟他對「道」與「禪」的東方體驗，有什麼樣的學習與理解？

最後，牟敦的默觀生活產生了些什麼迴響？牟敦逝世後，後人對他的評價如何？他又留下什麼遺產給後世？本文最後提出當代的另一位靈修大師一盧雲，看他是如何用自身實踐牟敦的默觀精神，這些行動都為我們留下了最好的模範。

一、隱修士的社會性幅度

廿世紀，世界面臨了許多的動盪和變化，牟敦原本想從這個充滿幻覺的世界中抽離出來，隱身於修道院內，讓所做的、所想的都是為了天主，時時刻刻與天主生活在一起。但是在隱修院的廿幾個年頭，他發現到這樣無助於他的靈修，若刻意不與他人、世界接觸，那這樣的默觀是有問題的。身為隱修士，若是缺乏社會性幅度的話，將是錯誤的。然而，牟敦身為一名隱修士，他如何用他自己的方式，來與這個世界接觸，並為這個世界發聲呢？

(一) 廿世紀的時代背景

廿世紀可說是戰爭的世紀。這個世紀中，最強烈而深遠影響人們內心的事件，無疑就是兩次世界大戰的爆發。人們對戰

爭所留下的創傷與對於新戰爭的恐懼，給人們的生活帶來了巨大的陰影。整個世界受到了戰爭的摧殘，使人們心中毫無安全感可言，信仰也沒有想像中那麼堅固了。戰爭與各種軍備的增強，導致人們對人性和道德產生了懷疑，內心也懷著隨時會走上自我毀滅的擔憂。傳統的價值系統在戰爭中被消滅了，但新的信念卻尚未建立。人們就是活在這莫名的憤怒與不安中²。

這個戰爭的世紀，由 1914 年的第一次世界大戰揭開了序幕，直到蘇聯解體後才畫下了句點。但從第一次世界大戰爆發之後的數十年裡，直到第二次世界大戰結束之後，卻是這個社會的災難時期。休戰期間，帶來的不是和平，卻是由一場災難陷到另一場的災難中。二次大戰後，世界的重心不再以歐洲為主體，而是美國與蘇聯的兩大世界強國為主。蘇聯利用二戰的機會，使東歐成為其共產體制的附屬國；當蘇聯的勢力正準備向西歐延伸時，被美國阻止。美國為防止這種事情再發生，於是成立北大西洋公約組織；而蘇聯也為了抵制美國，成立華沙公約組織。這造成兩國的對立，世界也進而變成「資本主義」與「社會主義」兩種意識形態的對抗。雙方都想成為宰制世界的唯一強國，但因戰後各種經濟建設都尚未復甦，又不願引發第三次大戰，所以兩大集團進入了冷戰階段。

如同二次大戰之後帶來的，並非和平，而是更多的衝突。二戰結束後，朝鮮半島以北緯 38 度為界，分別由美國和蘇聯分區佔領，美國和蘇聯撤軍後，則各自扶植了今天的南韓和北韓。1950 年，韓戰爆發，它既是內戰，也是一場國際戰爭。在 1948

² 郭永玉，《孤立無援的現代人—弗洛姆的人本精神分析》（台北：貓頭鷹，2000），37-38 頁。

年的8月與9月，南北韓已經分別成立了意識形態和政治經濟組織完全不同的政府。雙方都志在統一朝鮮半島，且都不承認對方的合法主權，因此實際上，雙方都在利用時機，進行國家統一的聖戰。韓戰經歷了三年，直到1953年，南北韓雙方代表在板門店簽訂停戰協定，結束這場戰爭。而韓戰之後的態勢，是一個緊繃的「兩極對抗」體制。

在二戰中亮相的原子彈，向世人證明了其巨大的摧毀力與影響。韓戰期間，美軍對共軍毫不讓步，提出以堅定的態度對付，不排除動用核武，且範圍不限於朝鮮半島，也達到了威嚇的效果。所以諸多國家都盡全力地在研發毀滅性的核子武器。雙方冷戰的緊繃時期，在於1962年的「古巴危機」，蘇聯在古巴境內設置了對於美國本土進行攻擊的導彈，而且不排除有核子彈頭，雙方進入了軍備狀態，第三次世界大戰一觸即發，直到蘇聯先退一步，撤除了古巴飛彈，這個危機才解除。

1965~73年，美軍介入越戰。美國給南越軍隊提供了大量的武器和金錢，並派出五十多萬的美軍參戰，是為冷戰的高峰。但在此戰，美軍在越南受到了沉重打擊，引起許多美國人的反對，並在美國境內掀起一連串的反戰運動。美國青年厭惡戰爭，數百萬人逃避兵役。越戰是美國史上持續時間最長的戰爭，十多年下來，耗費了至少兩千五百億美元。越戰加劇了美國國內的種族問題、民權問題，也給美國人民造成巨大的精神創傷。

最後在蘇聯的解體下，美國成為歷史上的勝利者，但也付出了不少的代價。鳥瞰整個廿世紀，除了美、俄的崛起之外，還有幾項變化就是，這個世界也變成了一個單一的運作單位。戰爭不再是單一國家的爭鬥，而是與全世界所有國家都息息相關。除了戰爭之外，就許多目的而言，尤以經濟事務為首要，

地球已成為最主要的基本個體，進入了「地球村」的時代。戰後，美國資本主義的意識形態獲勝，這種資本主義的社會帶來國家快速的發展，科學技術空前的發達，產生了極大的生產力。但這種資本主義也帶來許多危機，整個社會逐漸走向以自我為中心、以追求自我滿足為目的的個人所組成，人與人之間除了利益之外，沒有其他的相連關係，以往的價值觀已經消散³。

在這種以生產為前提的資本社會中，一切都以機器為主導；而人也如同工具一樣，日復一日做著相同的動作，失去了每個人的獨特性和豐富性。無孔不入的商業經濟，危害著人的心理健康。生活的目的，似乎就是金錢，並盡可能地生產和消費，似乎金錢可以買到一切，包括買到幸福。人的生命活動，都成了購買活動，知識、愛情、友誼、美德……都可以買到。這樣的社會運作機制，只關心經濟和技術的進步，只關心利潤，而無視人的存在價值與意義⁴。

總之，廿世紀的人們，面對著存在的意義問題、核武的危機、戰後產生的後遺症……等問題，都需當代人一起去面對與解決。雖然廿世紀是個戰爭、極端的年代，但也讓我們了解到和平的重要性，與許多從未注意到的社會問題。而這些，不但涉及到靈修議題，更讓我們關注到默觀生活中的社會幅度。

(二) 和平與反戰

牟敦一生，經歷了無數戰爭，對戰爭相當反感。雖然當初

³ 艾瑞克·霍布斯邦（Eric J. Hobsbawm）著，鄭明萱譯，《極端的年代（上）》（台北：麥田，1996），25~26頁。

⁴ 郭永玉，《孤立無援的現代人—弗洛姆的人本精神分析》，41頁。

他可能為排除對這俗世困惱而進入隱修院；但當他越深入默觀，他越發現要與天主在一起，就是要與所有人在一起。牟敦不斷地強調，我們要了解這時代的轉變與危機，也就是要破除幻象，而這勢必要去消除我們自我中心為主的觀念。我們大多人都自以為優於他人，但這些都是假象，我們其實是一無所有的。我們要認識真正的自己，認識在天主眼中的我，並了解我們在基督內是一體的，而不是分別獨立的個體。誠如牟敦所說：「我們必須在我們自身內，包含這分裂的世界，並在基督內超越它們」⁵。

我們不應與他人劃分，即使是不同信仰，也要尊重他們，並與之合作，對這世界發聲，因為我們都是生活於同一世界的人，這也是牟敦認為宗教交談的重要性。牟敦提到：

「即使我對此世、所處的年代，沒有選擇權；但我仍然具有某種可選擇的態度，來面對、參與這世界仍在持續發展中的事件。不過，選擇這世界，並非虔誠地加入它；這世界之所以令人滿意，全因它是由天主手中而來的……選擇這世界，就是選擇我能對這世界所做的貢獻，在與我的兄弟姐妹合作裡，讓這世界變得更好、更自由、更公正、更適合居住，且更有人性的……」⁶

⁵ Paul R. Dekar, "Books Review-Thomas Merton's *Signs of Peace: The Interfaith Letters of Thomas Merton*", *Cross Currents*, Vol.59, No.1, 2007, p.90. 中文自譯。所述說的是牟敦於冷戰時期，身為一位隱修士針對信仰與世界和平的心路歷程。詳見：Thomas Merton, *Signs of Peace: The Interfaith Letters of Thomas Merton*, Maryknoll, NY:Orbis, 2006.

⁶ 同上，p.91.中文自譯。

這就是牟敦所追求的和平。光靠一己之力是不夠的，我們一定要了解到自身的不足，要與他人互補才能完整。如果我們一開始就排斥他人或其他宗教，那麼這種和平，將只是假象，到最後也只是茁壯自身的自我中心。我們要打開心胸，真誠地接受他人，如此，才能讓這世界變得更好。

二次大戰爆發後，接踵而來的大小戰爭，都讓生活在這個世界上的人們感到不安。美國境內也相繼面臨許多衝突，原本就存在的種族衝突，在六十年代大規模爆發出來。雖然如此，但也出現了主張非暴力主義的黑人牧師馬丁·路德·金（Martin Luther King, Jr. 1929~1968），帶領黑人們非暴力的鬥爭，即使他不幸在 1968 年遇刺。此刻，黑人為了爭取解放，逐漸採用武裝鬥爭形式。面對黑人的鬥爭，美國國會訂出一些反種族歧視的法令，但現今仍無法完全解決美國境內的種族歧視問題⁷。對這些種種的鬥爭與戰爭，牟敦試圖發聲，以其先知性的呼籲，期望能發揮一些影響力：

「我反對戰爭、反對暴力、反對暴力革命，我贊成以和平手段解決爭端、贊成非暴力但徹底的改變。改變是必要的，暴力卻永遠無法真正改變任何事：頂多只能讓權力從一群頑固的當權者，轉移到另一群頑固的當權者身上。我說這些話，不是因為我對政治比對福音更有興趣。我並非如此。但今天，福音的承諾比過去有更多的政治含意，因為你不能一方面聲稱自己『擁護基督』，同時支持一個無情地漠視數百萬人民需要的政治目標，甚至與他們毀滅

⁷ 金重遠編，《20 世紀的世界——百年歷史回溯》下卷（香港：三聯，2001），17~19 頁。

人民的勾當合作。⁸」

面對這戰爭的時期，許多人建議牟敦站出來，帶領這些民運份子，提倡和平，對抗戰爭。但對於牟敦來說，他很清楚自己是位隱修士，而且是身處會規嚴謹的特拉比斯隱修會，所以他沒有如此做。但他了解到，自己既是隱修士也是作家，他有義務對廢除戰爭盡一份心力，所以選擇了其他方法來為這世界發聲，就是與外界的通信。

在他受限的通信自由裡，他與世上為廢除戰爭的人們通信。信中，他不斷堅稱以暴制暴是不正確的，提倡一種非暴力的改革。一旦戰爭發生，這世上沒有任何人能置身事外，不管你是否身在戰爭中的國家，而當人漠視這戰爭，同時也就是強權者的幫兇。每個人應該都要有一種觀念，就是：

「把戰爭視為我們每天最重要的關鍵問題，這是需要的，用所有對我們來說可利用的資源，去做廢除戰爭與建造和平的工作……不要屈服在一種『良知的逐漸消滅中』，寧可生活得更簡單，且去尋找一個內在的轉變。⁹」

這就是牟敦不斷強調的，不要讓我們的良知消失，要藉由這內在的轉換，讓我們的良知覺醒，並對抗這些不公義。

當原子彈落下，炸毀廣島和長崎時，第二次世界大戰彷彿

⁸ 盧雲 (Henri J. M. Nouwen) 著，黃英基譯，《遇見牟敦—盧雲眼中的默觀者》(台北：光啓文化，2007)，81 頁。

⁹ Paul R. Dekar, "Books Review-Thomas Merton's *Cold War Letters*", *Cross Currents*, Vol.59, No.1, 2007, p.92. 中文自譯。牟敦於冷戰時期相繼寫信予政治與宗教界的領袖及相關人士，內容豐富，經由 Christine M. Bochen 及 William H. Shannon 編輯成書。詳見：Thomas Merton, *Cold War Letters*, Maryknoll, N.Y.: Orbis, 2006.

結束了，似乎尋找和維持世界和平的問題即將終止，可是不然，它造成更多社會問題，也是更多戰爭的開始。在美蘇兩國進行冷戰的恐怖平衡期間，他們都聲稱自己是正義的那方，但其實都是施暴者。這種行爲，根本不是基督徒應該做的，他們是否定了基督的救恩，並再次地成爲把基督釘上十字架的羅馬人。我們要了解，建造和平與廢除戰爭，才是真正重現基督的救贖。所以牟敦認爲，暴力只會衍生出更多的暴力，他不斷地提倡「非暴力和不合作運動」，但他也提出警告說，這些運動是必須被加以訓練的，而不是單純造反形式的放任主義，否則也將只會沉落爲施暴者的工具¹⁰。

或許是科技不斷地進步，加上這些具毀滅性的武器，導致西方人的自我中心越來越嚴重。他們認爲自己優於其他種族，代表世界的正義發聲；但他們沒有回過頭反省自己，自身是虛無的，每個人都是如此。這種以暴制暴的行爲，只不過是自我中心的滿足，而不是那些弱小人民的希望。對這世界的和平，或許只有秉持基督慈悲的心才能達成，而這也是牟敦指出，現代基督徒所缺乏的，同時也是最具急迫性的重要觀念。

(三) 非暴力

針對世上因戰爭與美國種族歧視而生的種種問題，牟敦提出許多非暴力的觀念，但最終，非暴力並未在美國境內或在世界上產生巨大的迴響。牟敦非暴力的觀念，深受印度聖雄—莫罕達斯·卡拉姆昌德·甘地 (Mohandas Karamchand Gandhi, 1869~1948)

¹⁰ 同上，pp.92~93。中文自譯。

的影響。牟敦隨後也出版 *Gandhi on Non-violence*¹¹ 一書，書中有著牟敦對於自身立場深刻的反省，尤其其他大量引用甘地的名言，這些名言也讓牟敦對於非暴力有更深入的體認。

非暴力的確是這個時代所要具備的觀念，就如同甘地堅定地相信，非暴力實際上對人來說，更加是與生俱來的能力，勝過於擁有暴力的能力。甘地提到：

「非暴力是在這世界最偉大且最主動的力量。人不只是被動地尋求非暴力……任何表達戒律生命的人士皆是在操練遠比野蠻、暴力更大的力量。¹²」

他的信條，建立於相信人天生對愛的傾向。藉由甘地的學說，牟敦發現到，人之所以會有暴力的傾向，是因為當他發現自身其實是空無一物，或者發現到深沉的創傷和他內心深處的傾向時，將不再完全真實於他們自身；此時，他們發現自己是軟弱的，於是透過外在的行動，來表達自己優於他人，藉此證明自己的存在。在人失序的狀態下，暴力似乎變成社會秩序的基礎，並且立暴力為王，視為一種永恆的法律。

所以，非暴力無法完全實現在這世上，是因為當非暴力的提倡者心中還留有暴力的陰影，那麼非暴力將會被視為是一種手段。只要每個人還有著一顆自私的心，非暴力就會變得相當困難。要達到真正的非暴力，要求一種超自然的勇氣，而且只有藉由禱告和精神上的修養，才能做到的。

「我覺得一個人的生活若缺少了獨身的戒律，將與禽

¹¹ Thomas Merton, *Gandhi on Non-violence: Selected Texts from Mohandas K. Gandhi's Non-Violence in Peace and War*, New York: New Directions Publishing Corporation, 1964.

¹² 同上，p.44 中文自譯。

獸無異。畜牲不知自制。至於人之所以為人，就是因為他能抑制自己的緣故。¹³」

「非暴力若沒有自身的淨化，是不可能的」¹⁴。甘地藉由非暴力的說明，也要求我們，身為人就是要過著有紀律的生活，並且，若不藉由克己去滌煉自身，那麼非暴力將是虛偽的。

以暴制暴的「英雄主義」，是現在社會上所呈現的狀態。不管是電影或各類書籍，都在強調著這點：每當我們看見軟弱的人被欺負時，總是會有代表正義一方的強權出現，打擊壞人。但這不是甘地和牟敦所要強調的非暴力，藉由以暴制暴所獲得的，必將會失去，如同甘地說的：「我的信念是，誰若藉由劍去獲得的東西，也將會藉由劍失去，而這信念是不朽的」¹⁵。對甘地來說，非暴力要求一種勇氣，就是能夠用完全無懼的心態去面對死亡，並且就算遭受苦難也沒有報復的心態。這也同時是他為堅持真理所提出的「不合作主義」（Satyagrahi），他對於不合作主義者的勇氣，有著以下的敘述：

「不合作主義者，必須總是面懷笑容地面對死亡，在他心中沒有報復沒有怨恨。一些人遭受錯誤的信念，認為不合作主義意味著只有持續地被監禁，也許面臨許多打擊，並且沒有更多的東西。這樣的不合作主義，不能帶來獨立。要贏得獨立，必須要學會非經殺害之死亡的藝術。¹⁶」

¹³ 安德魯編著，若谷譯，《我對真理的經歷》（台北：星光，1976），145頁。

¹⁴ Thomas Merton, *Gandhi on Non-violence: Selected Texts from Mohandas K. Gandhi's Non-Violence in Peace and War*, p. 44.

¹⁵ 同上，中文自譯。

¹⁶ 同上，p. 49. 中文自譯。

甘地認為，前提是要擁有對神的信仰，因為缺乏對神的信仰，那麼以上的勇氣將是無意義的，也是不可能的。如同在基督信仰中，對別人的憐憫也可能就是非暴力。我們若能設身處地為他人著想，也就能平等地對待那些軟弱的人。身為基督徒，我們應該效法基督，別人若對我們施暴，應該要藉由祈禱去寬恕那些作惡施暴的人，如同甘地認為的：「我最偉大的武器就是沉默的祈禱」¹⁷。這樣，非暴力才能被實現，也是我們作為基督徒所應有的態度。

甘地認為，廿世紀並沒有真正的民主。社會上的階級制度仍是相當明顯，有權勢者擁有的特權遠比他人還多，弱小的國家永遠遭受大國的打壓，這些都是造成暴力的原因，因為當這些人或國家遭受打壓時，他們也會如此對待比他們軟弱的人。所以，暴力實際上是軟弱與困惑的表達。一個軟弱的人，通常具有暴力的傾向，如果他能公正的行動，將只是個偶然而已。而真正具有非暴力的人，是不管對待任何人都始終如一地保持著公正與正義。因此，真正的自由與公正的社會，必須建立在非暴力的基礎上。對甘地來說，真正的民主社會應是如此：

「民主只能透過非暴力被保存下來，因為民主只要藉由暴力被延續，將不能提供或保護軟弱的人。我的民主信念，必須在『最軟弱的人應與最強壯的人有相同的機會』的前提下，才可能實現。但除非透過非暴力，不然這將不可能發生。」¹⁸

面臨具毀滅性的戰爭時代，當二戰中原子彈落下，戰事好

¹⁷ 同上，p. 45. 中文自譯。

¹⁸ 同上，中文自譯。

像結束，卻只是假象，它不過是暴力的潛伏而已。各國極力開發摧毀世界的武器，誰都不願被強國欺壓，造成了恐怖平衡，也讓世人都人心惶惶，所以「在原子彈的時代，真正的非暴力是唯一的力量，能破壞暴力的所有詭計」¹⁹。透過非暴力去為他人設想，這樣人民才能安居樂業。

「非暴力不能夠被佈道。它只能夠被實踐」²⁰。理想永遠都將只是理想，除非付諸行動才能實現。雖然非暴力的社會在現今的世界裡，看來要完全來臨是不太可能，但若沒有懷抱著這種信念，社會將會變得更加的暴力與不公正。甘地深知這點，他說：「我知道非暴力的進展似乎是非常緩慢的過程。但這經驗教導我們，它是對於我們共同目標最確定的方式」²¹。而對牟敦來說，非暴力不只是要被實行，而且當我們默觀到最後，也會發現這個真理，我們與他人都是一體的。當他人遭受暴力，那麼我們每個人也都是施暴者，因為我們沒有對這些不公正發聲。而且這些真理，要求我們大家一起去追尋，透過批判那些社會暴力的幻象，且要用自身實踐出來，集衆人之力去改變這世界，才讓世界能變得更加完美。

二、隱修士的默觀生活

牟敦後期的靈修發展，持續度隱修性的默觀生活；但在他經歷了隱修院廿幾個年頭後，他所得到的體認與前期所談論的默觀不盡相同。後期他所體悟的默觀，不但有深度，也更有廣

¹⁹ 同上，p. 50. 中文自譯。

²⁰ 同上，p. 44. 中文自譯。

²¹ 同上，中文自譯。

度。尤其是，他指出了一些默觀生活中自古已存在的盲點。以下便以牟敦後期的著作，提出他對默觀生活的新看法。

(一) 默觀生活的盲點

牟敦的自傳《七重山》出版後，很多人趨之若鶩地到克賈瑪尼聖母院做避靜，也有許多人因而入會。然而此時，他卻開始批判一些人對於默觀生活的追求，彷彿將它當成如同物質般的事物；換言之，這些趨之若鶩想要做避靜、想要入會的人，到底是抱持著什麼樣的心態，或許他們的心態都是在追求次等的東西，而不是追求默觀的本質。牟敦指出，我們所走過的每一步路、每一個過程，都要很謹慎小心地去判斷自己的動機與心態，並要了解自身到底在追求什麼。他說：

「找出在精神生活裡你確實要尋覓的東西。你來到隱修院是為了什麼？你為什麼想要成為加爾默羅隱修士、特拉比斯隱修士，成為一位默觀者呢？你要尋找什麼？你是尋找安全感，或是尋找天主？你是尋找令人愉快的經驗，或是尋找真理？」²²

牟敦對傳統靈修的模式，提出許多需要改進之處。如同他認為默觀已漸被物質化了，現今經濟至上的觀念，讓人們認為只要有錢什麼都可買得到，或許對於默觀也是如此。譬如，隨著《七重山》公諸於世，這時心靈空虛的西方人認為，只要花錢去買這些書，或去克賈瑪尼做避靜，用一種消費主義的心態，

²² Thomas Merton. *Contemplation in a World of Action*. New York : The Harrard Radicliffic Student Center. Inc. 1976. P.339. 中文自譯。

就能像牟敦一樣，進入與天主同在的默觀生活裡。這很明顯是大錯特錯，我們似乎沒能看清默觀的本質是什麼。默觀是一個途徑，藉此能讓我們通往天主，透過這條道路，重回天主的懷抱才是我們的最終目的。這不是透過任何交易可獲得的，也不是單單只想獲得某種心靈上的安慰罷了，我們要確實了解這是人受造的目的，只有我們去追尋主，與祂生活在一起，我們才能達到真正的圓滿。

牟敦在此又對默觀生活提出了疑問：

「默觀生活是如同一種退隱的、平靜的、獨居的和靜默的生活嗎？難道默觀生活是一個靜止的客體，像是一棟房子，有鑰匙可開啓的嗎？而你是否在尋找這鑰匙，找到它之後，打開門然後進去嗎？」²³

默觀生活當然不是上述這些情況，它不是某種已確定在那裡的東西，只要我們四處摸索就可以得到的。牟敦想表達的是，傳統的靈修方式幾乎都是將自己深居於隱修院，依循一套固定的模式，且每個人都必須照這模式進行靈修。它雖是一種明確的途徑，但卻將每個人的獨特性給忽略了。牟敦如此說道：

「其中一件事會毀壞我們的默觀生活，就是把所有人都變成齊頭式的平等，這將會減弱做選擇的能力，而這能力，是為了在不同的場合創造出個人的判斷力。那麼，這種默觀生活將變成一種裝配線，每個人都依照這同一的模式被聚集在一起。這對默觀生活是極度的殘害，並因而理所當然地殺害了我們的選擇力與判斷力。」²⁴

²³ 同上，P.340. 中文自譯。

²⁴ 同上，P.343. 中文自譯。

我們當然希望保留內修生活中諸如奉獻、敬虔、樸實等優良的特質，然而我們所不願失去的這些特質，在默觀生活中卻是次要、次等的。這種默觀所要追求的東西，是如此的膚淺、不斷地在模仿別人而已，以致我們的默觀生活只剩下一種極差的生活品味，完全失去了個人的判斷能力。牟敦表示，我們不能緊握一些次要的東西，像是非得要照著固定的模式生活，這些外在的東西無法幫助我們默觀。反之，「默觀生活是一種全新的自我發現。關於自我的發現，必須要藉由失去自我才能發現，這是默觀的一部分」²⁵。默觀生活最重要的是自我更新，我們若是緊抓住外在的事物，那就絕對無法擺脫自私的心，而我們所理解的默觀也就會變成物質化，看見的都將是表面，而非事物的本質。

此外，關於默觀生活的盲點，牟敦也提出他新的見解，就是他認為我們的默觀生活缺乏想像力。默觀生活中，想像力是否有它的位置呢？這是值得考量的議題。畢竟默觀(contemplation)不同於默想(meditation)：前者傾向於排除掉所有的圖像和媒介，以直觀、靜默的方式直達上主的氛圍中，不預設任何立場，也不帶有什麼意象；然而後者，則是有系統地、有方法地，可經過引導，並在某些特定的程序與反應中，大量採用各種象徵，包括圖像、音樂、文字、概念等等。大部分操練默觀祈禱的人，對於想像力等此類的成分，以及在祈禱中的位置，採取公式化和系統化的運用，可能感到不屑，但此等心態，可能是一極大的盲點。牟敦表示：

「我們的祈禱極度缺乏想像力，這使我們的宗教生活

²⁵ 同上，p.340. 中文自譯。

顯得極為平庸、陳腐。人們不再渴望能有創造力，想像力也被阻止，只有交付意志的服從是被強調的，也只有機械化的存在（而非真實改善事物的思維），並接受按部就班、不求甚解的生活是被接納的。然而解決之道，並非外在制度或結構的改變，而是更深、更內在的改變，即我們的祈禱生活。如果我們消滅內在的感動，甘於平庸、陳腐、細微的瑣事，並缺乏想像力，則我們外在的工作也將毫無創意，而且只能是膚淺地、次要地，模仿別人的成果。²⁶」

因為想像力與分心是並存的，許多人不能忍受祈禱的時候分心，於是努力要避免這分心，這時，想像力就會自動自發的出現，創造出更多的分心狀態，所以他們討厭他們自己。他們越努力地去對抗這分心，結果越是分心得更嚴重，此時，或許他們的靈修生命將不再有任何心得，反而逐漸減少，進而走向一種絕望。其實若是缺乏想像力的話，那這種生命將不再豐富，呈現出呆板僵化的狀態。所以我們必須要適時的運用想像力，而這也牽涉到個人的「分辨能力」。牟敦提到：

「圖像既沒有純潔也沒有不潔之分。沒有任何圖像是錯誤的、骯髒的。所謂的錯誤，是建基在一種失序意志的影響。一個單純的圖像，從未是不潔淨的，它是中立的。²⁷」

所以想像力本身是無罪的，會犯錯的是在於我們如何去使用它。當然，想像力來臨時，我們必須有謹慎的判斷力去做選擇，必須要知道這是幻覺或是來自天主的訊息。但除非讓想像力自由的發展，那我們的默觀才能具有創造力，並具有某些洞

²⁶ 同上，p.343. 中文自譯。

²⁷ 同上，pp.344~345. 中文自譯。

見，去發現事物的意義與關係。

牟敦指出默觀生活中的許多問題，對於現代想要照本宣科進行默觀的人，具有很大的告誡作用。想要過默觀生活的人，應重新評估自己的意圖為何，不要讓社會上的消費主義和自我中心主義牽著你走，要回歸自我的內心，並具有選擇的能力，這樣才是真正過默觀生活。

(二) 先知的呼聲：默觀生活的真實本質

牟敦不斷強調隱修士的社會性幅度，他認為隱修士不是只需隱身修院，過默觀生活就行了。這種默觀生活注定是毫無進展的。隱修士應該要傳達某些訊息給這動亂的世界：「默觀生活應該要對現代人訴說一些關於天主的事，且回答馬克思主義對抗宗教，這極度重要也意義深遠的指控」²⁸。

馬克斯主義堅稱宗教是人民的鴉片，提供一種美好的假象來讓人迷惑，人們深居在此，會獲得某種安慰，以致於對世上的不公不義保持沉默，並且默認這一切。他認為我們對天主的崇拜，就像個奴隸般地對祂祈求，喪失了自身擁有的尊嚴與能力，並與真實的自我呈現一種疏離的狀態。針對這些指控，牟敦認為每一個隱修士都應發聲，對抗這遭扭曲的宗教觀：「我們隱修士應該能夠去消除現代人的疑慮，並明白天主是源頭和我們自由的保證，而非僅是某種超越我們、只是限制我們自由的力量而已」²⁹。

為此，對世上一切問題都視而不見的人，不能算是過默觀

²⁸ 同上，p.331. 中文自譯。

²⁹ 同上，P.332. 中文自譯。

生活的人。默觀對於牟敦來說，顯然是與社會有關的，所有默觀的結果都不是個人所擁有，而是屬於與他生活的人所共同擁有的。在發現真我的深處時，會明瞭我們不是獨自一人，我們內在也住著所有人類的苦痛與對天主愛的渴望。

雖然我們在世擁有的自由是有限的，尤其當律法的限制越來越多，人的自由也就越受規範；然而，這有限的自由似乎令人受苦，卻能造就我們追求那真正的自由：

「我們與天主相遇的同一時間，我們擁有最深的自由將被發現。如果沒有遇見祂，我們的自由將永遠不會徹底地發展。這自由的發展，只有在基督徒與天主存在的相遇，或人與天主存在的相遇——因為不只有基督徒能遇見天主。任何人都會在生命的某些時刻中與天主相遇，其中有許多人雖然不是基督徒，但對天主的回應更勝於基督徒。³⁰」

牟敦所要表達的是，若是如同馬克思主義的主張，否定宗教、否定天主，那麼人的生命亦將毫無意義。唯有肯定天主，我們才能肯定我們的存在，也才能藉由天主的愛，將我們帶進無限的自由裡。而這是可以藉由祈禱得到的：

「祈禱是我們最內在自由的溢出，在於對聖言的回應。祈禱不僅是與天主交談，是一種我們的自由與祂無限的自由、無限的精神交流。這將提升我們有限的自由，進入神聖精神的無限自由、神聖的愛的無限自由……要了解，祈禱不是一種卑鄙的步驟，雖然有時祈禱是從我們的沮喪中發芽的。³¹」

³⁰ 同上，pp.332~333. 中文自譯。

³¹ 同上，P.333. 中文自譯。

我們祈禱，是因為了解到自身的悲慘，了解我們是虛無的，祈禱是由此而生。但要注意，真實的祈禱是建立在天主是我們源頭的根基上，不然我們的祈禱將會變成是一種奴隸般的卑屈，也將落入功利主義的乞求中，無法獲得真正的自由。

年敦強調想像力的重要性。默觀生活會變成物質化、外在化、表面化，就是因為我們一直以為依循一套模式，照著聖人走過的方式，就是真實在過默觀生活。可是默觀生活沒那麼簡單、膚淺，如果我們沒有進到自己最內在的地方與天主相遇，沒有這種體認的話，默觀生活仍然是物質化、外在化的。在默觀生活的過程裡，我們必須有清楚的覺醒意識去做判斷。默觀祈禱最重要的，就是要訓練我們選擇與發現的能力，這是想像力能給予我們的：

「想像力是一種發現的能力，某種能夠看清楚關係、看清楚意義的能力，而這些都是獨特地並且相當新穎的。想像力就是某種可以使我們發現一個獨一無二的意義，在我們生命中獲得光亮的時刻。沒有想像力，那默觀生活將會是非常晦暗的，且無效果的。³²」

想像力並無不好的地方，因為圖像本身並無不潔與潔淨之分，它是中立的。問題在於我們如何去使用它，雖然我們應讓想像力四處地流覽、天馬行空之類的，不然想像力就會僵化而無創造力，但這時我們自身的判斷力也很重要。我們應用意志和智識去做判斷、選擇，才能把它帶到好的結論裡。在我們的祈禱生活中，千萬不要排除我們的想像力，我們要包容想像力的存在，並將它們導引到正確的方向。而這正確的方向就是經

³² 同上，P.345. 中文自譯。

由我們理智判斷後，若能找到我們人性渴望與天主計畫的交集點，那這想像力就不是無益的，而是天主所給予的恩寵。

修行默觀生活，要了解方法是過程而不是本質，一旦進入之後，不要再被這些方法所束縛，否則是不會進步的。而默觀生活也千萬不要被一些外在人為制定的思想，或毫無判斷能力的想像給誤導。人不能一直處於緊繃的狀態，否則人的精神將會崩潰。同樣，默觀生活若是每天都照著同一種模式生活，也不會有多大的進步。

「內在生活要求有放鬆、有自由和四處流覽的時刻。可能最好的方法就是到大自然當中，還有透過文學素養。也許還需要有一些藝術和音樂的素養，這也是必須的。³³」
牟敦想表達的是，適時的放鬆，藉由這些，萬物能更加地讓我們體驗到天主的美，並能幫助我們對默觀有新的體認。

「不要讓我們迷失在文字中；讓我們生活在現在；讓我們不要計劃自身朝向太遠的目標；讓我們生活在此刻。默觀生活的反思，是我們此刻默觀的一部分。我們新的生命，將從『當下』的真實性中顯露出來……即使是在短暫的過渡期間，仍然可以是圓滿的。就算改變中的制度是暫時性的，我們仍可擁有個人的圓滿，只不過我們得要學會，在變動中、在靈修運動的過程中，有能力過真實的默觀生活。³⁴」

最後，默觀生活並不是與這個世界保持距離，而是需要與其隱修士的社會性幅度相呼應。抗拒變遷的靈修態度，便是對

³³ 同上，P.346. 中文自譯。

³⁴ 同上，p.339. 中文自譯。

這世界的反應慢半拍，這樣要如何回應時代的需求呢？所以我們更應該要活在當下，默觀是與天主生活，同時也是與他人一起生活，一同體驗這世界的變遷，與他人一起受苦，一起分享天國的歡愉。對牟敦來說，這才是默觀的真正本質。

牟敦提出許多新的見解，或許對於部分傳統人士來說，還尙未能接受，但對現在日新月異的科技時代裡，他的這些方法是相當地符合於這時代。如同他所說的，我們的默觀不應限於一套模式裡，我們不要複製他人的經驗，而應為自己的默觀開創新的道路來，在這世界上用各自的方式為天主做工，這才是牟敦所要強調的。

本文下期預告

三、與東方相遇

(一) 道—與莊子相遇

1. 「有為與無為」 (Action and Non-Action)
2. 「無用之樹」 (The Useless Tree)
3. 「空船」 (The Empty Boat)
4. 「猴山」 (Monkey Mountain)
5. 小 結

(二) 禪—與鈴木大拙的交談

四、牟敦靈修產生的迴響

- (一) 牟敦的精神遺產
- (二) 盧雲的生命見證

結 語