

工作坊 309：分辨神類的實踐 — 與復活主基督的生命共享之路

楊婉芬

「我生活已不是我生活，而是基督在我內生活；我現今在肉身內生活，是生活在對天主子的信仰內；祂愛了我，且為我捨棄了自己。」（迦 2：20）聖保祿的這句話，為我們切願更緊密跟隨我主耶穌基督的人是多麼吸引！它的意境是多麼有能量！與復活主基督的生命共享，在人類歷史中造就了多少聖者、偉人、英雄豪傑？他們是怎樣到達這樣的境界的？有什麼路徑是我們可以跟隨的？其中一個答案，就是實踐分辨神類。

什麼是分辨神類？這裏借用一位耶穌會士 Franz Meures, S.J. 的定義：

分辨神類是一個澄清的過程，
即一個人基於他
對基督的親密的認識，
檢查他內在的和外在的動態和動力，
察究它們是引領他
接近天主抑或遠離天主；
這分辨有助他
決定以怎樣的方式在天主面前生活。

那麼，從操作的角度，基督徒進行分辨，首先要留意自己「內在的和外在的動態和動力」，然後才能進入「澄清的過程」，而澄清的過程是要「察究」那些我留意到的，內在的和外

在的動態和動力，瞭解它們是「引領我接近天主抑或遠離天主」，並決定是接受、依從它，抑或拒絕、取代它。但是，在整個過程中，「對基督的親密的認識」是最關鍵性的，因為我們的目標是與主基督共享生命，那麼，瞭解並懷有祂的心情(斐 2：5-11)是必須的。

留意、明瞭經驗，澄清、判別對經驗的瞭解，決定方向並實踐決定，是一個內心的歷程，需要不斷的操練，也需要天主的恩典。這樣的操練，可以簡稱為意識省察、意識的操作、分辨不同神類，甚至祈禱的回顧…。名稱和著重點各有不同，基本上有共同的核心，就是在反省經驗，及在師法主基督的過程中，與復活主基督相遇。與基督相遇，純粹是恩典，我們不能製造這相遇，但可以通過操練，準備自己接受這恩典。

省察有利於辨別，是依納爵靈修的心臟。省察的過程讓我們體味，天主透過我們的日常生活與我們溝通和相遇。為此，省察成了天主在我們的經驗中揭示祂自己的地方，祂更藉着這樣的溝通，把我們轉化成相似基督。

聖依納爵似乎更看重省察甚於默想。這是因為愛需要透過服務來表達；在使徒服務中榮耀天主，是愛的衡量和規範。所有的決定和選擇都以此為鵠的。因此，如果一個人試圖在事工上找到天主，反省和辨別自己的經驗是關鍵性的。當我們反思和辨別我們的日常經驗時，日常的省察操練，成了意識的省察。基督徒如果按依納爵的精神去做，他的心會逐漸轉化成相似基督。操練意識的省察因而變成習慣性地、即時測試真我的一致性。

此外，情的反應，在我們沒有防衛時，自然地把我的價值觀和根深蒂固的信念和渴望揭示出來，所以，情被譽為分辨神類的原始物料。由留意並承認自己的情感，進而接觸一個情感及其背後的許多情感，認識到情感的生理和心理起源，留意在情感的表達中與基督心懷的一致性，因而認識天主在我的生活中與我分享祂自己的不同方式，更精確地認識在我內的屬靈觸動等等，對於培養一顆分辨心很有幫助。當我們對自己愈來愈誠實，在天主前愈來愈透明時，我們的發現和與天主的交往，不但促進我們與天主的親密關係，也是我們被轉化成為基督肖像的契機。

依納爵在神操中，為幫助人善作分辨，提供了兩組分辨神類的規則，並且強調不同心靈狀態的人，在分辨時有不同的準則。例如：第一組辨別神類的規則(神操 314-327)，雖然為所有人都適用，卻特別是為那些剛歸化事奉天主的人而寫的，這樣的人的生命是在一種過渡狀態中，需要學習善神和惡神觸動的基本分別，並習慣隨從善神和拒絕惡神的蠢動。而第二組辨別神類的規則(神操 328-335)，是為第二週(及三四週)特別適用，就是專為那些開始熟識主基督，並在事奉天主上堅決前進的人。他們的心靈狀態和基本立場，對於大是大非已比較清晰，對於徹底跟隨主尤需在細緻的地方分辨。心靈質素既然不同，與基督的親密程度不同，分辨時的準則和焦點自然有異，可從神操的不同階段的發展看見。

依納爵從神操一開始，便提出了原則與基礎(神操 23)，指出「人受造的目的，是為讚美、恭敬、侍奉我們的主天主，因此而拯救自己的靈魂。」這個大目標，在第一週來說，透過對罪的一連串默想和每天的專題省察、意識省察和總省察，在與天主的相遇中，體驗天主的慈愛寬恕和保護，因而對罪憎惡痛悔，對天主滿懷感恩，以致操練者如果獲得了第一級謙遜(神操 165)，實在是

很大的恩賜了。所謂第一級謙遜，依納爵說：「為永遠得救決不可少的是：盡我所能地謙抑我自己，為遵守我等主天主的誡命，在一切之上，即便擁護我做普世萬物的主宰，或為保存我現世的生命，我也決不願故意犯一條大罪，違反由天主或由人來的誡命。」不過，當然也有走過第一週，仍然只是第一種或第二種人(神操 153-154)，只說不做，或只願意天主遷後他，按「他自己」的意願行事，而不是「他」遵行主的旨意，這樣的人，當然是並未具備第一種謙遜了，更需要斷絕罪惡，謹守誡命上多下功夫。但在第二週裏，操練者如果要做選擇，必須至少具備第三種人(神操 155)及第二級謙遜(神操 166)的質素，即對天主完全委順，以致對現世的一切能保持平心中立，在一切取捨決定上，完全以天主的旨意為歸依，不為任何受造物或自己的性命，明知故犯一條小罪，否則是未具備作選擇的條件。還有，在第二週分辨神類的規則所描述的經驗，都比較細緻，對於那些仍在自己的罪惡中打滾，戀戀不捨於自己的惡習或錯亂的依戀的人來說，不但沒有用處，反而做成混亂。

至於在第三和第四週，在神操的脈絡裏，是要將第二週的決定，放在主前，求主確認。在第三週默觀耶穌的苦難時，求的恩典是：「與痛苦的基督同苦，與憔悴的基督一同憔悴，並因基督為我所受的極大憂傷而悲從中來，痛哭流涕(神操 203)」。這個時候，與主耶穌基督的密切關係和心意合一，到達了高峰，完全是第三級謙遜的境界。「謙遜第三級：最為完美，也包括第一和第二級在內。就是：假如至尊的天主受同樣的光榮和讚頌，但為效法吾主耶穌，為真真實實地更加肖似祂，我寧願同貧窮的基督選擇貧窮而不選擇財富；寧願同飽受凌辱的基督一起受屈辱，也不願享受尊榮；並且為基督寧願被人視為輕狂昏愚，而不願在此人

世被人視為足智多謀，因為基督已先被人視為輕狂昏愚也。」這是操練者在第三週裏體認主對一己的決定的確認的氛圍，在共苦中心情、心意、心神、以致行動上的合一。

在第四週裏，我求主賜我感到興高采烈、喜樂洋溢的恩寵，因為耶穌基督已經歡欣鼓舞地、在大能與光榮中復活了。我與基督的感情和價值觀愈來愈一致，彼此緊密契合的結果是體驗與天主親密的喜樂和慰藉，是為把新生命帶到世上而決定像主那樣去愛的喜樂。儘管面對受不公義的對待卻不報復，面對貧者、受壓迫者能共甘苦、加鼓勵支持。這樣的喜樂是「溫柔、輕鬆、爽快，就象水點滴在海绵上一般。」(神操 335)，是在這階段裏與天主接觸的重要特徵，當然也是分辨神類的特徵。

結論

分辨神類基本上不單是理性的操作，雖然理性有其不可埋沒，不能缺少的地位。分辨神類基本上是與復活主親密關係流溢出來的視野、情感和決定，進而影响操練者的行為及整個生命。基於一個人與主的接近或距離，他對主的心情的體會，以致主同他溝通的方式都會不同。這種對主的心神的逐漸熟識，一方面要不斷努力操練，另一方面要靠恩寵的揭示和轉化。實踐分辨神類，其實是與復活主基督同行，共享生命的漫長路。

參考資料

1. Franz Meures, S.J., “The Affective Dimension Of Discerning And Deciding” in *Review of Ignatian Spirituality*, Number 117.
2. George A. Aschenbrenner, S.J., “Consciousness Examen: Becoming God’s Heart for the World”, in David L. Fleming, (ed.), *Ignatian Exercises: Contemporary Annotations* (The Best of Review 4), p. 115.
3. John Veltri, S.J., “Developing A Discerning Heart” in <http://www.jesuits.ca/orientations/index.html>
4. 聖依納爵《神操》