

當靈修陪伴／指導與基督新教的相遇

周立群

雖然靈修陪伴／指導（Spiritual Direction）源自隱修傳統，¹但今天基督新教也開設有相關課程。今次分享的重點放在靈修陪伴／指導與基督新教相遇所呈現的面貌及張力。分享的重點旨在回應在講授、學習及操練靈修陪伴／指導的同時，有那些「張力」、衝突的地方出現？有那些積極及消極的地方？及如何去看待這些張力！雖然沒有完全的解決方案，但作為拋磚引玉，期望引起討論與反省，更一起探討靈修陪伴／指導在基督新教未來的發展前景。我想從三方面開始討論，分別是：

1. 與輔導相遇——輔導模式與靈修陪伴／指導模式的張力

這個張力的核心在於選擇，當面對一位受導者的時候，究竟我採用輔導模式或是靈修陪伴／指導更加可以幫助他。

2. 雙重身份——傳道人員與靈修導師兩者角色的張力

這個張力的核心在身份危機，一個人同時擁有兩個身份—傳道同工和靈修導師，有那些張力會出現？該如何面對這些張力！

3. 傳統與創新——傳統靈修陪伴／指導模式與創新模式的張力

這個張力的核心亦在於如何選擇？靈修陪伴有不同的傳統，有沙漠教父傳統、若望十架傳統、依納爵傳統，這些都不是基督新教傳統，但當這些傳統進入基督新教的時候，我們既

1 胡淑琴，〈何謂神修指導〉，《神學論集》，期 93 (1992)：頁 393。

要有基督新教的特色，又要有靈修陪伴／指導的特色，究竟有沒有一種具有基督新教特色的靈修陪伴／指導出現，我想透過一些現象提出我的觀察，亦給予一些回應及建議。

1. 與輔導相遇——傳統輔導模式與靈修陪伴／指導模式的張力

當面對一個受導者的時候，我掙扎著用輔導或用靈修陪伴／指導幫助他。輔導或是心理治療或心理輔導，都是幫助受導者面對內心的張力與困難，或是醫治過去的創傷等，也可以說是一種解決問題的進路。而靈修陪伴／指導則是處理靈性方面進路，主題是處理神人之間的關係。這是兩種不同的進路與取向。

當然是十分複雜的個體，身心靈互為影響，靈性會影響心理，心理也會影響靈性。這種互相緊扣的關係，層層緊扣，牢不可破。在採用傳統輔導或是靈修陪伴／指導時所面對的張力，應如何疏解及回應？我試舉一例：

例如當我的受導者告訴我他出身低微、沒有機會接受高等教育、也沒有突出的成就與才幹等等，受導者會有不如人及自卑感的情緒出現。如果當時我用靈修陪伴／指導進路，我向他／她提出一些問題，例如主如何看你？主對你有何評價？他／她可能給我的答案，可能好像依撒意亞（以賽亞書）所說的：你在我眼中是寶貴的，是貴重的，我愛慕你... ..²，此時受導者內心會得著一些安慰與盼望。這是典型靈修陪伴／指導進路，對受導者是有幫助的，不過，筆者有如下的反思：

2 依撒意亞書 43:4-5。

- (a) 我反思這樣的進路真的解決了受導者解決內心自卑的問題，難道一句金句 就能解決內心的自卑？那麼她／他那堆自卑感去了那裏？自然消失了，還有，如果這些自卑感還存在的嗎？去了那裏？是否被迫擠到潛意識的另一角落，如果是這樣，這是否是另一種「高層次」的壓抑？
- (b) 此外，這又否會給受導者一種感覺，這個問題解決了，他的自卑感消失了，但可能這只是頭腦上的知識，問題根本未根治，只要受導者面對某些處境的時候，這些自卑感又會浮現出來了。
- (c) 受導者的自卑情感，可能年幼的時候已經形成，再加上小學、中學、及人生經歷的挫折，是一段相當漫長的經歷循環，難道靈修陪伴／指導的進路，只要從信仰的角度去看事情，問題就會迎刃而解嗎？這猶如一枝魔術棒，彷彿把靈修陪伴／指導神化了？
- (d) 其實心理輔導與靈修陪伴／指導，真正的分別在那裏？如果做靈修陪伴的時候，把心理輔導的元素放在裏面，是好或不好？會不會破壞了靈修陪伴／指導的原意？

事實上，筆者也曾受惠於靈修陪伴／指導，給我在靈性上，特別在神人關係上增進不少。只是面對著上述的情況，我內心的確有掙扎，究竟輔導能幫助她／他？還是靈修陪伴／指導呢？

那麼如何處理這些張力，筆者有一建議：

當一個受導者遇到這些自卑的問題時，其實可以同時使用這兩種工具去幫助他/她。兩者並無衝突，用輔導的進路，慢慢讓受導者面對自己的過去，一件一件自卑及挫敗的事情去處理，讓他/她經驗心理輔導與治療。而如果受導者再接受靈修陪伴/指導的話，透過祈禱與淨化，與天主建立親密的關係，慢慢重建他的自我形象，像是兩條腿走路，兩者並無衝突，我相信果效會更好的。

還有，格林神父（Thomas H. Green）認為如果遇到上述情況，可以先接受輔導，先處理她的心理問題，之後再接受靈修陪伴/指導，這不失為一種有效的方法。

我自己個人的體會：我個人定期接受輔導服務，也接受靈修陪伴/指導服務，我的體會是得到相輔相成的效果，他們的專業知識讓我得到更多的成長機會。

2. 傳道人員與靈修導師兩者角色的張力

就基督新教的處境來說，現今接受靈修陪伴/指導的學員，有一部份是信徒領袖，也有一部份是傳道人員，然而當傳道人員及靈修導師這二個角色合而為一的時候，究竟產生了怎樣的張力？這是討論的重點。

對於傳道人員來說：傳道人員在輔導的角色上，有關懷、體恤、保密、保護私隱，而這亦是所有會友的期望。但另一方面，對於傳道人員作為整體會眾的心靈領袖，是擔當了示範和權威的角色；他/她面對聖潔的教會的時候，需要處事公正、透明，維

護教會群體的純潔度，所以，傳道人員需要清楚公正的執行教會紀律。

根據國際靈修指導協會（Spiritual Directors International）關於專業操守的指引，對靈修導師與信仰群體關係的角色，有以下描述：

- 積極地參與一個信仰群體，以表達及培育個人的靈性生活。
- 對群體的共同判斷、問責及支持的過程，保持開放的態度。
- 應適當的運用信仰群體所提倡的教導及實踐的方法。
- 尊重受導者與他／她的信仰群體的關係。³

根據這個描述，正正帶出一個事實：如果傳道人員和靈修導師的角色合而為一的話，的確會產生「張力」。我試舉一例：如果受導者出現婚外情，並已發生到性關係的地步，該如何處理？是否會執行紀律，礙於靈修導師的身份未必會這樣做，不過，傳道人員不一定採用這個立場，或許主張懲治。然而從受導者的角度出發，他／她會對輔導者的角色會有所懷疑，也會感到混亂及無所適從。一個人（傳道人員及靈修導師）同時擁有這兩個身份，該如何處理這種「張力」？

如果從實際的處境出發，可以有以下建議：例如執行紀律是一個人，另一個人是作靈修陪伴輔導的，而作陪伴的：，絕不參

3 國際靈修指導協會－倫理守則修訂版，2018年12月10日讀取，
<https://www.sdiworld.org/sites/default/files/publications/Chinese-TRAD-Guidelines-final.pdf>

與整個懲治過程，以保持中立，一來避免角色混淆，二來讓受導者專心接受輔導，絕對無條件信任靈修導師。⁴

從教會的現況來說，某些教會可能意識有這份「張力」，於是他們成立了一個輔導中心，教友有需要的話可使用這些服務，但最重要的是那些專業的輔導員不需要向教牧同工匯報受導者情況，這樣做的好處是避免了角色衝突，亦可平衡兩角色所產生的「張力」。

3. 傳統與創新——選擇傳統靈修陪伴／指導與創新靈修陪伴指導的張力

在分享這課題之先，或者我先回顧一下我的經驗。回想自己最早接觸靈修陪伴／指導的時候，當時是 1993 年，我剛剛神學畢業，當時學習的模式是依納爵靈修陪伴／指導的模式，這是一種怎麼樣的模式？

我引用兩位耶穌會士貝瑞 (William A. Barry) 與康諾利 (William Connolly) 對靈修陪伴／指導的定義：是一位基督徒給予另一位基督徒的幫助，藉著這種幫助，他/她能注意天主與他/她個人的溝通，回應這位與他/她溝通的天主，與天主建立親密的關係，並在生活中體現出這種關係。因此，靈修陪伴／指導的重點在於經驗，尤其是宗教經驗，此處所謂的經驗是受導者的經驗，而靈修導師的責任在於解讀這些經驗。⁵

4 霍玉蓮，《心理與心靈的重聚——從佛洛伊德到米高維》（香港：基道，2011），頁 272-273。

5 貝瑞、康諾利著，閒道人譯，《靈修輔導實務》（台北：光啟，2009），頁 24。

賴特神父 (John Wright) 在他的專題論文 (論靈修輔導) 中描述道：靈修陪伴/指導是個人與個人之間的情況，是一個人幫助另一個人在靈性生活上漸漸步入成熟的階段；即是如何度信望愛的生活。⁶

Joseph Tetlow 神父也指出依納爵靈修陪伴的特質講求聆聽、平心、進取、創意，也絕對強調靈修陪伴/指導絕對不是心理治療。⁷ 當時採用文本是聖經、是神操、操作手冊是 William A. Barry & William Connolly : *The Practice of Spiritual Direction* 等等。

到了 1998 年的時候，我再接受另一基督教機構主辦靈修陪伴 / 指導的課程，從課程的設計來看，這些課程夾雜了教牧輔導、心理治療、內在醫治、甚至夢的解釋等等，這些科目可以與靈修陪伴 / 指導完全無關係的學科，只是把這些材料「東湊西湊」，內容看似豐富，但其實沒有焦點，亦欠缺了靈修陪伴 / 指導原素的科目，令人無所適從，以致畢業後，內心有一種困擾，不知所措的感覺，皆因不知道如何的指導別人？

二十年過後，重看這個經驗。我發覺當時的導師們有一個信念，他們認為既然靈修陪伴 / 指導不是基督新教的傳統，也不想「全盤西化」，意思把別的模式搬字過紙等沿用，結果就自創模式，認為要自創一套具有「基督新教特色」的靈修陪伴 / 指導模式，結果這種「張力」立刻呈現，既不用傳統，又未發展到具基督新教特色的靈修陪伴 / 指導，這會是一種怎麼樣的模式？

6 多瑪斯·格林著。《新郎的朋友－談靈修輔導》。台北：光啟，2000，頁 34。轉引至 (Studies in the Spirituality of Jesuits), volume IV, number 2 (Marth, 1972), page 41.

7 Joseph Tetlow 著，蘇貝蒂譯 (依納爵靈修指導)，《神思》，第卅五期 (1997 年 11 月)，2018 年 12 月 3 日讀取，<http://archive.hsscol.org.hk/Archive/periodical/spirit/S035B.htm>.

我想用游泳方式帶出一個比喻，傳統學游水有四式（自由式、蝶式、背式及蛙式），每種泳式有姿勢：有姿勢、有實際、有規則、有板有眼，情況就像傳統的靈修陪伴／指導一樣：有信念、有神學、有文本，有操作手冊。

據我觀察所得，現在某一部份基督新教教授靈修陪伴／指導的導師們，在沒有信念、沒有神學、無文本、無操作手冊的情況下，既不用傳統，又未發展到具基督新教特色的靈修陪伴／指導，這會是一種怎麼樣的模式？我得出的結論是：這是一種「狗仔式」（混合式）的模式，意思是四不像，不倫不類。

從詮釋學的角度來說，要詮釋必須有文本，因為有文本可以進行詮釋，相反沒有文本，就沒有詮釋，亦無討論空間，但很遺憾我當時的靈修陪伴／指導是沒有文本，亦沒有操作手冊，只是零碎的幾頁筆記，指出簡單的操作模式，結果深感無所適從。

其實如果要自創模式的話，當然可以，不過導師們需要留意一些事情。我想用一個廣告來說明一個事實：這廣告是一個游泳教練教授別人游水，他說他精通游水四式，你可以選擇一式，或者四式都學。他是非常清楚的指出：我能教你什麼？另一則廣告是一位補習中國語文的老師，他的方法是很特別——因材施教，就是要看你是一個怎樣的人，才選擇何種方式教導。兩則廣告同樣指出一個事實，老師知道自己能教什麼！

我的評論就是如果某些基督新教的靈修導師們有能力創作一套創新，又能夠超越傳統的靈修陪伴／指導的方式，意思是他可以仿古，又有創新原素，當然可喜可賀，不過，如果不採用傳統的模式，又無能力發展具基督教特色的靈修陪伴／指導，為何仍

要教授「狗仔式」？「狗仔式」的姿勢既不美觀，速度亦不快，無姿勢、無實際，這樣的傳承令人倍感茫然？

我的忠告就是：期望某些基督新教的靈修導師們，如果要發展一套具基督教特色的靈修陪伴／指導，期望你們能寫出文本及操作手冊，詳細說明這一模式背後的信念、神學、章法，而最重要的是指出何謂具有「基督新教的特色」！而不是再把一些無關靈修陪伴／指導的原素「東湊西湊」、胡亂整合。惟有這樣，通過交流與對話，「視域融合」才會出現，所以伽達默（Hans – Georg Gadamer, 1900-2002）的「視域融合」概念認為，歷史意識的經驗並非是由我們所認識世界的經驗進入另一個陌生世界。相反，他認為，我們所認識的世界與即將要認識的世界一起組成更豐富的視域。⁸

從熱潮說起

當然我要承認一個事實，靈修陪談／指導在基督新教的興起已是一個熱潮，是不能逆轉的。為什麼這樣說？我想從一個現象開始：透過這個現象，可見人們對靈性追求的熱衷，對靈修指導的渴求，當然心態需有所調整而已。有一位女士向當時我任職的靈修機構查詢，問我們有否導師可以帶三十天「神操」，她告訴我因為要報讀一個外國的靈修陪伴／指導課程，而這個課程要求有做過三十天的「神操」的經驗，故必須在明年二月前完成這個要求方可入學。我問她有否問過思維靜院？她說當時靜院暫時滿

8 楊慧林，鄭鵬，〈伽達默爾：詮釋與神學〉，曾慶豹編，《詮釋學與漢語神學》（香港：漢語基督教文化研究所，2007），頁 115-131。

額，而且要半年後才作，趕不及申請那個外國的靈修陪伴／指導課程。

對於這個「要求」，我有以下的反思：

1. 三十天「神操」意義何在？
2. 三十天「神操」不是親近主嗎？可以作為一個滿足課程要求的指標嗎？那位女士心裏懷著不同的動機接受靈修陪伴／指導培育，究竟他們想著什麼？她心中有些什麼渴望？
3. 此外，如何衡量一個人是否適合做三十天「神操」？對帶領三十天「神操」的人該具備那些條件？
4. 對想做三十天「神操」和帶三十天「神操」的人來說，是否來者不拒？甚至做完三十天避靜是否就代表已經完成了「神操」？這都是我心底渴望的問題！

我對靈修陪伴／指導的體會

以下我想分享我對靈修陪伴／指導的體會，這體會由經驗開始。在靈修陪伴的過程中，我發現完全不了解自己；作為一個靈修導師，真的十分困難接受這是一個事實，但實情是有些軟弱我三十年前已經存在，不過到今時今日仍然存在，我開始體會一樣事情，這些軟弱會繼續「陪伴」我，直到我回天家為止。此時靈修導師不是告訴我如何把這些軟弱消滅，相反的提醒我這些軟弱仍然存在，以往存在，今天仍存在，導師送一段經文給我：聖保羅在格林多後書提到他為了這事，三次求過主，叫這刺離開我。

祂對我說：「我的恩寵為你夠了，因為我的德能在軟弱中才全顯出來。」⁹

這段聖經提醒我：在我體內的這根刺，是我生命的一部分，惟有我接受它，接納它是我生命的一部分，這才令我謙卑做人、警醒祈禱，這樣主的能力才能夠彰顯，隨之而來也得著更深的自由，實在感激神師的提醒。

走過死蔭幽谷——三十天神操經驗

2015 年在做三十天神操的經驗裏，最深的印象是我與父親關係的修和。在這次避靜中，聖神（聖靈）感動我從我父親的角度看問題：他是一位愛國主義者，信奉無神論，叫他信耶穌就難過登天，不過，在避靜的過程中，我看到我父親也是無可選擇，他隻身來到香港，遇到就是左派愛國人士，從此受著他們的恩惠，從此走上這一條道路，他也是無可選擇的，所以天主也邀請我要對他公平一點，憐憫一點，體諒他的境況。我頓時淚流不止，藉著依納爵靈修的共融，即天主與人的關係，體會愛的流動、饒恕及憐憫。後來父親患上認知障礙症（腦退化），我就全時間照顧他，當中有困難、掙扎、焦慮及壓力，而靈修陪伴者就一直「與我同行」，給我安慰與支持，讓我體會何謂真正的「靈修陪伴」。

今年 6 月初的時候，父親離世，主懷安息，靈修導師一再陪伴，並告訴我關於人死後的生命，人臨終的一刻會發生什麼事情，最特別的是導師告訴我父親沒有死亡，雖然肉身是死亡，但靈魂卻存在，他只是用另一種方式生存著，頓時我發現是這樣的

9 格林多後書 12：8-9。

嗎？我就帶著這句話好好下山，好好經歷一趟「治癒之旅」。這次陪伴的過程還歷歷在目，我真的感受到靈修陪伴同在的「威力」。

前膽未來

由於靈修陪伴／指導對我來說得益匪淺，故我期盼靈修陪伴／指導在基督新教可以開花結果。如果套用「旅程」這個比喻，這是一個過程，是由張力走向共融的過程，在過程中難免會有苦澀、氣餒、甚至沮喪，但正是這些「情感」叫我向天主傾訴，並聆聽祂對我的回應。

當然兩種不同的文化相遇，必然會引起衝突與適應，例如在香港跳廣場舞¹⁰所帶來的衝突正好說明兩者之差異，¹¹至於未來如何讓內地與香港的文化能夠兼容並共同發展，有學者認為：香港和內地的文化交流還要進一步加大，文化衝突必須通過文化交流來化解，越是隔膜就越要交流，通過交流來加深了解、消除隔閡。¹²

10 廣場舞，或稱廣場健身舞，是一種行進間有氧健身操，是居民自發地以健身為目的在廣場、院壩等開敞空間上進行的富有韻律的舞蹈，通常伴有高分貝、節奏感強的首樂伴奏，多為徒手健身，也有一小部分手持輕器械，近年被批評嚴重擾民。《維基百科》（2018年2月28日讀取）。

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%B9%BF%E5%9C%BA%E8%88%9E>

11 〈港本土派驅趕「廣場舞大媽」發生毆打五人被捕〉《BBC News 中文》（二〇一五年六月二十九日，2018年2月28日讀取）。

https://www.bbc.com/zhongwen/trad/china/2015/06/150629_hongkong_localist_protest

12 〈大媽舞「風波」之後的文化探尋〉《文匯報》（二〇一五年七月六日，2018年2月28日讀取）。<http://paper.wenweipo.com/2015/07/06/FC1507060001.htm>。

正如靈修陪伴／指導一樣，不同派別的指導模式只要多交流，多分享心得與經驗，將來或許有更嶄新的靈修陪伴／指導模式出現。這樣，視域融合的出現就指日可待了。

Holy Spirit Seminary Library