

# 《神操》與當代華人女性的相遇

---

伍潘怡蓉

## (一) 引言：源起

在過去二十年間，以基督教靈修學與靈修經典為主題的中文著作相繼出現，<sup>1</sup> 由華人執筆的靈修專題研究和翻譯作品也陸續出版，<sup>2</sup> 這些作品吸引了許多追求靈命成長的讀者。過去在華人教會中，關於女性屬靈成長的研究，大多集中討論婦女在教會中的地位、身分與角色，<sup>3</sup> 其中的反思亦大多從女性主義的觀點與角度出發。近年來，華人教會中女性領袖的掙扎，以至許多平信徒姐妹的生命故

- 
- 1 相關出版可參郭鴻標：《歷代靈修傳統巡禮》（香港：基督徒學會，2001）；周學信：《無以名之的雲》（台北：校園，2003）；彭順強：《二千年靈修神學歷史》（香港：天道，2005）；廖炳堂：《靈修神學：理論與實踐》（香港：建道基金會，2010）。
  - 2 相關出版可參張修齊：《靜修之旅》（台北：校園，2000）；蔡貫恆、蔡崔妙姍：《都市人的靈命塑造》（香港：天道，2005）；趙崇明：《安息行旅》（香港：基道，2009）。
  - 3 相關討論可參李清詞：《半邊天——婦女在教會的地位》（香港：基道，1993）；邱清萍、劉秀嫻、吳淑儀：《還我伊甸的豐榮——從聖經、歷史和社會問題探討婦女的身份與角色》（香港：中神，1997）；同前：《兩性復和——男女在基督裡成為一》（香港：基督豐榮團契，2004）。

事，也漸漸被化為文字，為人所知。<sup>4</sup> 然而專門討論女性靈命塑造的書籍或翻譯仍然很有限，<sup>5</sup> 至於專門討論華人更正教 (Protestant churches) 現代女性靈修的著作，更是幾乎沒有。<sup>6</sup>

基督教靈修學是近三十年重新受到重視的一門研究學科。從事此研究領域的學者，大多主張以跨學科的研究方法來處理當中涉及的議題與內容。本文一方面旨在探討華人教會可以如何從教會歷史的靈修經典，取得關於靈命培育的啟發，<sup>7</sup> 另一方面，本文也思考當代教會如何在轉變的新處境中，吸取與應用古典靈修經典精髓。<sup>8</sup>

過去二十年，不同的靈修傳統在香港華人福音派教會中產生了不同的影響，其中靈修經典——依納爵的《神操》，尤其日漸受到重視。<sup>9</sup> 以往，關於依納爵靈修的研究與操練《神操》的經驗分享，

4 相關出版可參香港基督徒婦女網絡編：《守護香港教會使女》(香港：浸信會出版社，2012)；黃慧貞、蔡寶瓊編：《華人婦女與香港基督教：口述歷史》(香港：牛津大學出版社，2010)；石素英編：《女裙聖職與決策——台灣基督長老教會女性領袖生命敘事》(台北：台神，2010)。

5 相關討論可參蓋肯尼思·恩哲爾 (Kenneth O. Gangel)、詹母士·威霍特 (James C. Wilhoit) 編：《靈命塑造——全方位效法基督：基督徒教育手冊》(The Christian Educator's Handbook on Spiritual Formation) (台北：華神，2011)。

6 有關女性靈修的討論，部分是由天主教女性作者從女性主義 (feminism) 出發所作的研討，相關出版可參胡國楨編：《女性神學與靈修》，輔大神學叢書 61 (台北：光啟，2003)；葉寶貴：《混亂中尋寧靜——新女性神學與靈修入門》(台北：永望文化，2006)。

7 神學家特雷西 (David Tracy) 認為古典經典作品的深遠影響是超越時代的，可以在每個時代詮釋者聆聽與追尋的心靈中呈現出來。作品本文在歷世歷代讀者生命中所產生的迴響與引發的情懷，甚至超越了文本的文字限度。古典作品唯有具備如此的跨時代影響性，才可稱之為經典作品。參 David Tracy, *The Analogical Imagination: Christian Theology and the Culture of Pluralism* (New York: Crossroad, 2000), 102。

8 參 Philip Sheldrake, S.J., "Interpretation," in *The New Westminster Dictionary of Christian Spirituality*, ed. Philip Sheldrake, S.J. (Louisville: WJKP, 2005), 13。

9 本文大部分內容取材自 2013 年筆者在比利時魯汶大學未出版的博士論文研究中的第五章：“The Re-contextualization of the *Spiritual Exercises* for Chinese

多以男性作者為主。隨著耶穌會牧靈工作持續發展，再加上現代人生活壓力指數上升，越來越多人渴望追求適切現代社會的靈命培育，依納爵的靈修傳統具備入世的特色，故此成為現代基督徒靈修的選擇之一，女性信徒接觸依納爵靈修傳統的機會與管道亦日漸增多，<sup>10</sup> 當代更有西方女性作家從女性的經驗出發，重新詮釋依納爵的《神操》。<sup>11</sup> 近十年，《神操》也開始對部分香港華人女性領袖的靈命塑造產生影響，然而《神操》如何在她們的生命中成為處境化 (contextualization) 的操練，其中的原因與過程，仍然乏人探討。因此本文將集中說明此現象背後的原因，透過一項實證研究 (empirical study)，邀請現代華人基督徒女性分享她們的經驗與聲音，將她們與依納爵靈修傳統相遇的故事呈現出來，讓華人教會更能了解現代女性信徒對靈命培育的渴求，並因應教會的多元需要，在靈命培育的方式與架構上有所反思及調校。<sup>12</sup>

---

Women's Spiritual Formation in the Chinese Evangelical Context," chap. 5 of "The Re-Contextualization of the *Spiritual Exercises* for Women's Spiritual Formation in the Chinese Evangelical Context, with the Focus on the Imitation of Christ and the Discernment" (PhD diss., Catholic University of Leuven, 2013).

- 10 許多人接觸依納爵的靈修傳統，是藉由新興的靈修中心或靈修課程（如 Canisius Centre of Ignatian Spirituality，參<http://www.canisiusspirituality.org.au/>），又或是耶穌會漸多開放的退省中心（如 Loyola House, the Ignatius Jesuit Centre, Guelph，參<http://www.loyolahouse.com/>，2013年7月20日瀏覽）。
- 11 如 Maureen Conroy, *Experiencing God's Tremendous Love: Entering into Relational Prayer* (New York: Paulist, 1988); idem, *The Discerning Heart: Discovering a Personal God* (Chicago: Loyola, 1993); Margaret Silf, *Companions of Christ: Ignatian Spirituality for Everyday Living* (Norwich: Canterbury, 2004); idem, *Inner Compass: An Invitation to Ignatian Spirituality* (Chicago: Loyola, 1999); Katherine Dyckman, Mary Garvin, and Elizabeth Liebert, *The Spiritual Exercises Reclaimed: Uncovering Liberating Possibilities for Women* (New York: Paulist, 2001)。
- 12 本文所指的華人教會是指更正教 (Protestant Church) 而不是天主教 (Roman Catholic Church)。

## (二) 新處境的需要： 女性在華人福音派教會中的靈命培育

### 1. 福音派教會靈命培育的特色

惠頓神學院的那森教授 (Prof. Timothy Larsen) 將福音派 (evangelicals) 的起源與特色歸納成五方面：<sup>13</sup> (1) 屬於基督教更正教；(2) 可追溯至十八世紀約翰衛斯理與喬治懷特腓的復興運動的精神；(3) 承認聖經是上帝的啟示，以聖經為基督徒信仰及生活準則與實踐的最高指導權威；(4) 強調人與神的復和唯根植於耶穌基督的十架大恩；(5) 看重聖靈在基督徒生命中所帶來的悔改與持續的更新，包括委身於服侍及宣揚福音。

在《牛津福音派神學手冊》( *The Oxford Handbook of Evangelical Theology* ) 中，麥德慕 (Gerald R. McDermott) 則列舉出福音派的基本信念。他指出，福音派強調耶穌基督既是道成肉身的上帝，也是罪人的救贖主；透過聖靈大能的彰顯，基督向人顯示祂今天仍在工作，而聖經作為信徒生命的最高權威，在不同處境中都要有精準的詮釋；此外，注重個人悔改經歷，委身於宣教與傳福音，追求與信仰群體一起成長等等，也是福音派的重要信念。<sup>14</sup>

至於福音派靈修學 (evangelical spirituality) 的特殊之處，傅士德 (Richard J. Foster) 在他的著作《屬靈傳統禮讚》<sup>15</sup> 中，指出福音

13 參 Timothy Larsen, "Defining and Locating Evangelicalism," in *The Cambridge Companion to Evangelical Theology*, ed. Timothy Larsen and Daniel J. Treier (Cambridge: Cambridge Univ. Press, 2007), 1。

14 參 Gerald R. McDermott, introduction to *The Oxford Handbook of Evangelical Theology*, ed. Gerald R. McDermott (New York: OUP, 2010), 5。

15 英文原著：Richard Foster, *Streams of Living Water: Celebrating the Great Traditions of Christian Faith* (San Francisco: Harper Collins, 1998)。中譯：理查德·傅士德：《屬靈傳統禮讚》(香港·天道·2001)。

派靈修學基本上是以聖言為靈命塑造的焦點。<sup>16</sup>這點也確實在福音派教會靈命培育 (spiritual formation) 的基本活動中呈現出來：以聖道為中心的講道宣講、小組查經、個人靈修並傳福音行動，構成許多福音派教會靈命培育的主要元素。

## 2. 華人女性在更正教會中的靈命培育

根據過去近十年的研究報告，許多分析都指出，與二十年前相比，華人女性在社會與教會中的情況大不相同。在中國，女性在教會比過往有更多方面的參與，特別是隨著女性教育程度與專業能力提高，教會內女多男少的比例增加，中國教會現代女性的靈命培育方式也受到轉型的挑戰。<sup>17</sup>至於其他華人地區如香港、台灣與北美的情況，有兩份報告特別值得參考，其中一份是《回歸十年·使命再思——香港教會研究 2009》。<sup>18</sup>此研究以香港更正教 1,250 間教會為普查與分析對象。研究結果顯示，香港華人現代女性在教會出現「三高」的普遍現象，也就是學歷高、要求高、收入高。<sup>19</sup>報告同時顯示，對這群置身高度城市化與商業化處境中的都會女性，香港教會始終未能針對她們的特殊需要，為她們安排適切的靈命培育活動。<sup>20</sup>

另一份值得參考的近期報告是《華人女教牧今貌——香港、台灣、北美三地統計研究》<sup>21</sup>。此書調查並分析了三地華人教會女牧者

---

16 參 Foster, *Streams of Living Water*, 222。

17 相關的討論可參《中國與福音學刊》，第 4 卷，第 2 期 (2005)。

18 相關的討論可參胡志偉、李詠妍編：《回歸十年·使命再思——香港教會研究 2009》(香港：教會更新，2011)。

19 同上書，頁 154。

20 同上書，頁 96-102。對很多香港教會而言，靈命培育和活動安排仍以主日敬拜、團契或小組活動、成人主日學、傳福音與宣教、門徒訓練課程等為主。極少教會會針對女性的獨特需要 (如個人成長、領袖訓練、職場的掙扎、屬靈進程等)，為她們訂定特別的培育計劃。

21 滕張佳音編：《華人女教牧今貌——香港、台灣、北美三地統計研究》(香港：建

的概況。<sup>22</sup> 問卷內容包括對受訪者個人事奉與內在心理狀況、婚姻與家庭情況、工場上的事奉實況幾方面的了解，以期華人教會更能明白女教牧的具體處境，從更多層面去關心她們，顧及她們的需要。<sup>23</sup> 研究亦調查了華人女性領袖的靈命塑造與培育，結果顯示她們大多透過個人的讀經、禱告或進修培育靈命，在面對屬靈低谷時，則傾向與屬靈同伴分享與代禱，用不同方式度過情緒低潮，以及安排個人退省與安靜的空間。<sup>24</sup>

簡而言之，身處都市化、資本主義全球化的現代社會，女性無論在教育與知識、專業能力、社會地位，以至面對的挑戰與契機各方面，都已經起了相當的變化。如何因應時代的轉變，為華人教會中的女性靈命塑造與培育注入新的元素，將是本文反思的重點。

### (三) 舊傳統的新元素：

#### 《神操》對現代女性靈命培育與塑造的影響

接下來我們將探討過去二十年，靈修經典——依納爵的《神操》如何在香港的處境，為許多福音派教會的女性靈命塑造注入新的元素。本文亦提出華人教會可以怎樣將《神操》這個舊傳統，進一步應用於現代華人女性的靈命培育。

#### 1. 《神操》的靈命培育特色

1491年，依納爵·羅耀拉(Ignatius of Loyola)<sup>25</sup>於西班牙歧浦

道·2011)。

22 同上書，頁6。問卷回應者的平均年齡分別是44.0(香港；根據1,082份有效回應問卷)、45.14(台灣；根據300份有效回應問卷)、40.0(北美；根據44份有效回應問卷)。

23 同上書，頁5。

24 同上書，頁13-14、39-40。

25 關於伊納爵的生平，可參其自傳：St. Ignatius of Loyola, *St. Ignatius' Own Story*, trans. William J. Young, S.J. (Chicago: Henry Regnery, 1956; Chicago: Loyola,

斯科亞省 (Guipúzcoa) 的一個望族家庭出生。<sup>26</sup> 十五歲時，依納爵被送往財政總長未魏拉斯桂家中當侍衛，學習宮廷禮儀與技能，<sup>27</sup> 後來轉往那才拉公爵的總督府擔任侍臣。<sup>28</sup> 1521 年，法軍圍攻潘普洛納 (Pamplona)，他因腿部負傷，無法繼續軍旅生涯。養病期間，或許因為無聊，開始研讀《基督傳》( *Life of Christ* )<sup>29</sup> 及《聖人列傳》( *Golden Legend* )<sup>30</sup>，漸漸轉變成為立志跟隨基督的屬靈朝聖者。<sup>31</sup> 依納爵的靈修經驗及默想方式深受當時的靈修傳統所影響；<sup>32</sup> 他的神學思想亦因他曾到過巴塞羅那、亞爾迦拉、薩拉曼加與巴黎等地進修，打下良好的基礎。在大學期間，他開始編寫靈性操練手冊《神操》( *Spiritual Exercises* )，且與同伴一起練習，眾人立志跟隨耶穌的腳蹤，仿效使徒的生活，慢慢有了耶穌會的雛形，之後正式成立耶穌會。<sup>33</sup> 1541 年，依納爵出任第一任總長 (General)，直至 1556 年 7 月 31 日與世長辭為止。<sup>34</sup>

---

1998).

- 26 參 Charles J. Healey, S.J., *Christian Spirituality: An Introduction to the Heritage* (New York: Alba House, 1999), 245。
- 27 參 James Brodrick, S.J., *Saint Ignatius Loyola: The Pilgrim Years 1491–1538* (New York: Farrar, Straus & Cudahy, 1956; San Francisco: Ignatius, 1998), 31–36。
- 28 參 Joseph N. Tylenda, *A Pilgrim's Journey: The Autobiography of Ignatius of Loyola*, rev. ed. (San Francisco: Ignatius, 2001), 19。
- 29 參 Kevin F. Burke, Eileen Burke-Sullivan, and Phyllis Zagano, *The Ignatian Tradition* (Collegeville: Liturgical, 2009), xxv。
- 30 參 Broderick, *Saint Ignatius Loyola*, 63。
- 31 伊納爵在自傳中常自稱為朝聖者 (pilgrim)。關於朝聖者的概念可參 Victor Turner and Edith Turner, *Image and Pilgrimage in Christian Culture* (New York: Columbia Univ. Press, 1978); Dee Dyas, "Medieval Patterns of Pilgrimage: A Mirror for Today?" in *Exploration in a Christian Theology of Pilgrimage*, ed. Craig Bartholomew and Fred Hughes (Burlington, VT: Ashgate, 2004)。
- 32 參 Healey, *Christian Spirituality*, 245–46。
- 33 1540 年，教宗保祿三世正式承認這個團體。
- 34 伊納爵與耶穌會的成立，可參 André Ravier, S.J., *Ignatius of Loyola and the Founding of the Society of Jesus*, trans. Maura Daly, Joan and Carson Daly (San

依納爵的《神操》帶領操練者經歷並辨認出自己生活中的恩寵 (grace) 與召命 (God's calling)，以至操練者可以在恩寵中回應神的呼召，活出自己的召命。《神操》的內容大多取材自四卷福音書，操練者隨著《神操》所安排的靈修塑造過程，充分運用五官的體察 (five senses)、感情的體悟 (affective faculties)、想像力的投入 (imaginative meditation)、理性的分析 (intelligent faculties) 及愛裏的回應抉擇來效法基督。《神操》也邀請操練者在靈修導師的指引下，操練不同禱告方式，例如預備心與前禱、默想與默觀、對禱與交談、結束與感恩、溫習與重複。<sup>35</sup>

《神操》分為四大部分，每部分稱為一「週」，但是實際上，練習者可以按不同情況，調整操練這四大部分的進度。這四週的內容可以在特別的退省中操練，也可以在每日的生活中操練。第一週的焦點集中在三一上帝的創造與恩典，同時默想罪如何破壞了人對上帝之愛的回應；第二週默觀耶穌隱居及公開服侍的生活，也默觀耶穌對罪人的憐憫與呼召；第三週聚焦於耶穌捨己、受苦之大愛，並默觀耶穌的內心情感與掙扎；第四週默觀復活的耶穌與神不止息的賜恩之愛。

《神操》中有幾種不同的祈禱方式，隨著操練祈禱與四週的靈修內容，依納爵期待靈修者在靈修導師的洞察與分辨 (discernment) 和屬靈引導下，能回應神在基督裏向人發出的愛與呼召，全然效法基督，並在聖靈的引導與更新中，在今世活出神創造他/她的目的。因此依納爵靈修是一種具有規劃性、全人性、入世性與牧靈性特色的靈修。<sup>36</sup>

---

Francisco: Ignatius, 1987); John W. O'Malley, *The First Jesuits* (Cambridge, MA: Harvard Univ. Press, 1993)。

35 《神操》中不同的禱告方法，參 Alexander Brou, S.J., *Ignatian Methods of Prayer*, trans. William Young, S.J. (Milwaukee: Bruce, 1949)。

36 關於神操的目的、內容分析與操練指引，可參 Karl Rahner, S.J., *Spiritual*



## 2. 簡介質性研究的內容與結果

在研究過程中，由於我們未能從中英文的出版著作找到近二十年來，有關依納爵靈修與現代香港更正教女性的研究報告，了解為何這個靈修傳統會吸引現代基督徒女性採用，於是實證研究 (empirical study) 就成為發掘第一手資料的可行方法。根據學者巴頓 (Michael Quinn Patton) 的看法，實證研究的質性研究方法 (qualitative method) 特別適用於獲取調查對象在實際處境中的第一身經驗，<sup>37</sup> 對研究人類行為的學科是相當適合的研究方法，<sup>38</sup> 本文的研究結果正是透過運用質性研究的扎根理論 (grounded theory) 所取得。<sup>39</sup>

---

*Exercises*, trans. Kenneth Baker, S.J. (New York: Herder & Herder, 1965); Gilles Cusson, S.J., *Spiritual Exercises Made in Everyday Life: A Method and a Biblical Interpretation* (St. Louis: Institute of Jesuit Sources, 1989); David Lonsdale, *Eyes to See, Ears to Hear: An Introduction to Ignatian Spirituality*, Traditions of Christian Spirituality (Chicago: Loyola Univ. Press, 1990; Maryknoll, NY: Orbis Books, 2000); Harvey D. Egan, S.J., *Ignatius Loyola the Mystic*, The Way of Christian Mystics Series 5 (Wilmington, DE: Michael Glazier, 1987); Philip Sheldrake, S.J., ed., *The Way of Ignatius Loyola: Contemporary Approach to the Spiritual Exercises* (London: SPCK, 1991); Michael Ivens, S.J., *Understanding the Spiritual Exercises: Text and Commentary: A Handbook for Retreat Directors* (Leominster, UK: Gracewing, 1998); David L. Fleming, S.J., *Like the Lightning: The Dynamics of the Ignatian Exercises* (St. Louis: Institute of Jesuit Sources, 2004)。

- 37 參 Michael Quinn Patton, *Qualitative Research and Evaluation Methods*, 3<sup>rd</sup> ed. (Thousand Oaks, CA: SAGE, 2002), 4。
- 38 關於質性研究方法，本文主要參考四本書：David Silverman, *Doing Qualitative Research: A Practical Handbook* (London: SAGE, 2000); Michael Quinn Patton, *Qualitative Research and Evaluation Methods*, 3<sup>rd</sup> ed. (Thousand Oaks, CA: SAGE, 2002); Joseph Alex Maxwell, *Qualitative Research Design* (London: SAGE, 1996); Anselm Strauss and Juliet Corbin, *Basics of Qualitative Research: Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory* (Thousand Oaks, CA: SAGE, 1998)。
- 39 關於扎根理論，參 Barney G. Glaser and Anselm L. Strauss, *The Discovery of*

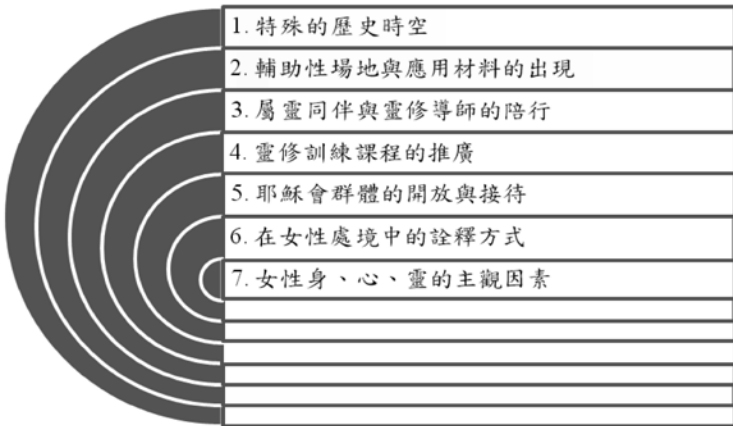
我們經過特別遴選，邀請了 11 位在香港不同福音派教會中任領袖的女性做為受訪者，她們大部分都在過去二十年接觸並操練依納爵的《神操》，而且曾在不同事奉崗位運用《神操》的靈命塑造元素幫助其他女性，甚至有人目前是擔任靈修導師，帶領其他人操練《神操》。透過問卷與採訪面談，我們嘗試了解這 11 位女性領袖三大項的問題：1. 她們對《神操》的掌握與理解；2.《神操》對她們屬靈塑造的影響；3. 她們對《神操》在事奉中的整合與應用。

研究結果顯示，在過去二十年香港福音派教會的處境中，依納爵的《神操》以其特殊貢獻，將靈命的操練交織進某些女性領袖的生命中。我們的研究目的之一，就是將這幅圖畫重新拼湊出來，並且試著去解讀這幅圖畫的時代意義。故此，除了這 11 位受訪者，我們還走訪影響了她們靈命的三個靈修中心的靈修導師，以及一位資深的神學教授，<sup>40</sup> 之後再加上文獻的考察，整理出《神操》之所以能在過去二十年香港福音派教會的處境中，影響某些現代女性領袖靈命培育的原因。我們先簡單列出七大重要的影響要素：1. 特殊的歷史時空；2. 輔助性場地與使用材料的出現；3. 屬靈同伴與靈修導師的陪行；4. 靈修訓練課程的推廣；5. 耶穌會群體的開放與接待；6. 在女性處境中的詮釋方式；7. 女性的身、心、靈主觀因素。將這七個要素按影響的強烈度排列，越靠近核心的，越是重要，影響亦越大；越靠近外環的，影響力也越少。我們可用右圖來表示。

---

*Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research* (Chicago: Aldine, 1967); Strauss and Corbin, *Basics of Qualitative Research*。

40 本文不會詳細說明 11 位女性受訪者、三位靈修導師及一位神學教授的個人資料與背景。



促使《神操》對現代女性靈命培育與塑造產生影響的七大因素

### 3. 《神操》為何與如何影響現代女性靈命塑造的七大因素

#### i. 特殊的歷史時空

就華人教會對靈修傳統的體驗而言，早在九十年代的香港，盧雲(Henri J. M. Nouwen)的著作已經為許多讀者所喜愛，博契(Hans Ferdinand Bürki)亦多次從瑞士來港為神學生及福音機構同工帶領體驗默想的退修會，令一些教會領袖開始對天主教靈修傳統與靈修退省的概念有較多理解。另外，由於近十年基督教中文出版界對靈修作品的引介與翻譯，<sup>41</sup> 教會歷史中的靈修資源漸為華人讀者所留意。過往華人福音派教會多強調分析性的解經與查經，教會活動傾向以事工為中心，肢體相交亦以經文分享及討論為主，較缺乏感性層面的體驗與認知，再加上近十年來香港教會忙於應付龐大的行政事工挑戰，女性會眾尤其容易感到靈裏枯乾與疲倦。

41 從不同出版社最新出版物的時間與數量，可以看到靈修類作品明顯有所增加，參 <http://www.logos.com.hk/acms/content.asp?site=logos&op=search&type=product&match=exact&field=series&text=%u9748%u4FEE%u8457%u4F5C%u7CB E%u9078&page=3> (2013年7月20日瀏覽)。

事實上，過去二十年，香港社會的大環境發生了許多變化。生活在這大都會的基督徒，每天在有限的資源中競爭，若再加上職場、家庭與個人健康等問題，生活的壓力與挑戰往往令人透不過氣來。許多現代都會女性一人兼顧多重角色，要滿足多方面的要求，實在不易。無論是為人女、為人妻、為人母、為人上司或下屬、為教會領袖，每一份關係都需要姐妹們投入精神與時間，故此現代女性的自我空間並與神獨處的時間就變得相當有限。對於在教會服侍超過二十年，身為多人屬靈導師的女性領袖而言，她們尤其渴望在安靜中回歸內心，聆聽自己的心聲，分辨聖靈微小的聲音，並在神的愛中繼續回應神對自己的呼召。她們不其然在心底產生一種新的需要、渴望與期待，就是盼望獨處，渴望在神愛的同在中安歇休息，以致她們有空間重整個人的內心世界，經歷聖靈的更新與引導，與主耶穌有更多親密與感性的互動，在經過辨別而作出的抉擇後重新找到自己的召命。就是這樣，部分人在依納爵的靈修空間得到了滋養，滿足了內心的渴望。

## ii. 輔助性場地與應用材料的出現

在香港這個喧囂而忙亂的大都會，要找到一處背山面海，四周鳥語花香，安全又舒適的靜修中心，真的很不容易。自 2004 年，使用離島長洲思維靜院的更正教教牧日漸增多，<sup>42</sup> 其他靜修中心經過翻新與整修後，也開始陸續吸引退省者到訪。<sup>43</sup> 這些靜修中心通常有不同的設施輔助靜修者退省與安靜，例如明陣 (labyrinth)、禱告的小教堂、幫助默想的音樂、苦路十四站、耶穌的聖化像或雕塑、舒適的個人靜坐角落、大自然中的人行步道、可供借閱的靈修書籍等，有些修院還提供靈修指引服務。這些設施都能幫助退省者在充分放鬆與休息中，聆聽神的聲音，處理自己的問題。在我們的女性

42 參思維靜院依納爵靈修中心的網頁：<http://xavier.ignatian.net/html/eng/mission/index.html> (2013 年 7 月 20 日瀏覽)。

43 例如道風山基督教叢林的雲水堂、大嶼山梅窩東灣頭的衛理園。

受訪者中，她們的想像力與默觀能力都自然地得到啟發，也得到更多的運用機會。

除了硬體設施，近十年來，許多可供個人每日退省的靈修材料也幫助了不少女性飢渴的心靈。<sup>44</sup> 這些材料多數圍繞經驗性的練習而設計，我們的受訪者大多喜愛從不同的練習經歷神、體驗神的豐富；部分人有固定的指導教材，藉此幫助自己建立穩定的靈修習慣。

### iii. 屬靈同伴與靈修導師的陪行

屬靈同伴的陪伴與靈修導師的指引，可以是神愛的同在的另一種形式；前者注重彼此在靈修生活中的代禱與分享，後者則專注協助靈修者在禱告中察覺並回應神的呼召。透過訪談，我們發現這兩種關係讓女性領袖在操練《神操》時得到很重要的扶持，大部分受訪者都提及這兩種關係如何陪伴她們度過屬靈的低谷，並在試探中成為她們忠誠的提醒者。

現代都會幾乎人人生活忙碌，能用心陪伴女性靈性成長的人不多。對許多姊妹而言，能找到認真聆聽與真誠回應的屬靈同伴已經不易，資深的女性領袖遇到既有屬靈洞察力，又有智慧引導人心的靈性導師，更是可貴的恩典。部分受訪者提到，女性靈修導師較能明白她們的掙扎，與女性靈修導師分享個人的罪與試探亦較為自在。而與屬靈同伴一起參加靈修訓練課程，課後一起操練所學，一起討論靈程的掙扎，亦有助她們更能覺察神在個人靈程轉變中的作為。

### iv. 靈修訓練課程的推廣

自從 2005 年思維靜院開始提供不同的依納爵靈修培育課程後，香港有不少更正教的領袖到訪靜院，操練《神操》的內容，並更開放地學習靈修傳統中不同的精髓。此期間，位於沙田的道風山基

---

44 例如瑪格麗特·希芙 (Margaret Silf):《寧靜源——給你的退修指引》(Soul Space: Making a Retreat in the Christian Tradition) (香港:基道, 2005)。

督教叢林也開設不同的靈修訓練課程，供教會領袖及平信徒參加，其中亦應用了依納爵靈修的內容，<sup>45</sup>而中國宣道神學院也將依納爵靈修融入不同靈修操練中。<sup>46</sup>

根據以上這三個靈修中心的導師觀察，大部分課程仍以女性參與者為多數，課程內容為她們提供新的解讀架構來理解自己的靈修經驗，大部分受訪者都表示這些課程有助她們對《神操》建立基礎理解，進深操練的課程亦能幫助她們體會自己內在生命改變的歷程。許多人過往對依納爵靈修存有疑惑，但在經過她們信任的老師引導與解說後，她們可以在分辨的過程中，理解依納爵靈修的長短優劣與未來應用的方向。

#### v. 耶穌會群體的開放與接待

受訪者當中，部分人曾在海外的耶穌會靈修中心體驗過依納爵靈修，對這些中心的接待方式有頗正面的體會，從它們在膳食與茶點的安排，到場地的環境、設施與佈置，以至同工彼此的相待，處處感受到一種友誼洋溢的款待氣氛。退省中心有不同的聚會與晚禱供人自由參加，退修者如不適應某些禮儀，可以略過而不參與，靈修導師不會把一套固定模式加在每個人身上，卻會因應不同人的屬靈歷程，給予個人性的建議。這種具高度彈性及個人化的安排，使得很多女性操練者不僅感到自在與放鬆，而且有安全感去學習新的靈修與敬拜方式。耶穌會群體的開放與接待令我們的受訪者感到十分受用。她們平日忙於照顧別人，對自己反而疏於照顧。營地同工的接待令她們可以安然以感恩的心，享受耶穌的照顧。

---

45 參道風山基督教叢林：[http://www.tfsc.org/eg/SP/allframe\\_index.htm](http://www.tfsc.org/eg/SP/allframe_index.htm) (2013年7月20日瀏覽)。

46 參中國宣道神學院：<http://www.cms.org.hk/cms/eng/eng-main.html> (2013年7月20日瀏覽)。

## vi. 在女性處境中的詮釋方式

我們的受訪者表示，她們雖然對伊納爵的個人傳記與屬靈歷程有基本的認識，但是對《神操》產生的歷史背景以及背後的神學，卻沒有太多的興趣。她們也極少提及其他與《神操》同時代的靈修傳統，卻很強調《神操》對她們現今處境的個人應用。也就是說，在詮釋《神操》及將《神操》處境化的過程中，受訪者對作者那個時代的背景及背後的神學並不怎麼重視，靈修文本的內容本身也不是她們的焦點所在，反而自身的處境與反應才是她們解讀《神操》的關鍵。換句話說，受訪者的個人主觀經驗與個人的歷史成為她們各自詮釋《神操》的重要角度與出發點，其中包括女性的生理與心理狀態，以及過去教會群體中的屬靈傳統。根據我們的訪談結果，這種偏向主觀性的詮釋方式，與靈修課程的訓練偏向體驗性（experiential）有關，間接顯示靈修傳統教育的培育者需要建構一個知識與經驗平衡、理論與實踐並重的培育過程。

## vii. 女性身、心、靈的主觀因素<sup>47</sup>

從受訪者的分享及三位靈修導師的觀察，我們綜合整理出這 11 位女性領導在操練與應用《神操》時，影響了她們靈修經驗的主觀因素，其中包括六樣有別於男性的因素：

（一）受訪者隨著年齡日增與人生經驗日長，對靈命塑造亦有不同渴望。<sup>48</sup>

（二）大部分受訪者都提到，《神操》幫助她們在「尋覓自我」的

47 這方面的詳細討論與反思，可參筆者另一篇即將出版的文章：Yi Jung Pan, "Chinese Women's Subjective Experiences in the Practice of Ignatius' *Spiritual Exercises* and Its Application to Chinese Women's Spiritual Formation," *East Asian Pastoral Review* 3 (forthcoming, September, 2013).

48 多數女性受訪者提到，經過近二十多年的服侍後，她們的體力與心境都反映出在神面前獨處與安靜的渴望。她們所期待的靈命培育，是一種更深入地與耶穌交往的親密關係。

過程中，認識與發現真正的自我。一方面，她們面對傳統華人社會對女性的期待與標準，在福音派教會中要活出女性的理想形象；另一方面，現代商業社會又要求她們有高度靈活的調適能力。在這樣的處境中，大多數受訪者表示，《神操》能幫助她們找到自己在神國度中的召命。這種個人內心的肯定使她們可以在家庭、教會及社會的期待中，找到自己的目標與定位。

(三) 女性應用《神操》內容的焦點顯然與華人男士不同，例如她們對罪的困擾大多集中在妒忌或猜疑。女性的情緒掙扎多數與人際關係的變化有關。

(四) 女性受訪者多數很快便能掌握《神操》所帶出的，對感性體悟與想像力的運用<sup>49</sup> 以及五官默想的學習<sup>50</sup>。

(五) 一些偏重理性與壓抑感情的女性操練者，很快便可坦誠地向耶穌表達各種心情，因此感到與耶穌更親近。<sup>51</sup>

(六) 基於女性的個人生理因素，她們的身體狀態對她們的靈修觸覺及對聖靈工作的敏銳度，亦頗有影響。

綜合言之，女性受訪者本身的身、心、靈狀態，都是最影響她們運用《神操》於靈命塑造的關鍵因素。

## (四) 反思七大要素的延伸應用

### 1. 靈修經典對現代女性靈命培育的貢獻

由於《神操》的靈命培育著眼於基督門徒的生命更新，期望操

49 多數女性受訪者提到，藉操練《神操》，她們的感性體悟增加了，想像力也可充分發揮。

50 伊納爵靈修強調運用五官（視覺、聽覺、味覺、嗅覺、觸覺）感悟自己的內心世界，進入聖經默想。

51 例如，受訪女士多能用自然的禱詞向耶穌訴說出心底話，也可以無遮掩地在耶穌跟前或哭或笑，並向祂表達需要與倚賴。



練者向神開放，在聖靈的引導中，從生活的每個處境見到神愛的同在，並因著效法基督，在短暫人世與基督同建神國，專心走完自己的朝聖之旅。這種靈命培育的塑造焦點與福音派傳統有許多相似的共同點，但是由於伊納爵靈修是在耶穌會的群體（community）中承傳，耶穌會的會憲（constitutions）、精神（core values）與修士群體的靈修結構（hierarchy of spiritual supervision）令《神操》能可以在不同的處境代代承傳，但其中的靈修動力卻很難為其他傳統的群體所全然消化與應用。在目前的華人福音派處境中，要運用《神操》做為靈命塑造的新元素，筆者建議可從以下兩方面入手，將古典靈修經典處境化：

（一）學習解讀並欣賞靈修經典中的操練方法。對靈修經典的研究可包括作者所處的靈修傳統、作品的文學表現，以及跨年代的比較分析。學習解讀與運用靈修經典，可以將靈修的新元素注入自己的生命，帶出新的生命整合與創新，但初學者需要有適切的引導來幫助解讀。

（二）藉由靈修傳統的啟發，進一步建立多向度的靈修生活。每個學科的反思工作，都需要有基本的歷史視野來做參照比較。透過研讀與理解不同的靈修傳統，我們可從多種角度反思自己的靈命塑造。這種反思不但可為我們指出個人的成長方向，也有助我們豐富自己的靈修視野。

## 2. 《神操》對現代女性靈命培育與塑造的教牧應用

通過上述的研究與分析結果，我們提出四點建議，供運用《神操》於牧養工作的耕耘者考慮。

### i. 細心聆聽女性的靈修經驗

靈命成長（maturity of spirituality）是一種關係的成長歷程。當代女性在經營個人與己、與人、與神、與世界的關係上，不僅與以往的年代不同，靈修經驗也會隨著地域、種族、文化而有所差異。

教會的靈命培育模式，應對這些差異與差距有基本的自覺與調適。邀請華人女信徒分享她們的靈修經驗，並細心聆聽，是在後現代社會中的一個可行進路。

### ii. 加強感性及注入感性元素的靈命塑造

過往的華人福音派傳統偏重理性因素，注重講解聖經與傳福音等理性活動，表達聖言的方式大多採用口傳與分析研讀，較少運用藝術與音樂來表達，亦鮮有運用感性作直觀體悟。若要發展著重全人性 (holistic) 的靈命塑造，除了運用理性能力 (intellectual faculties) 如記憶力、分析力、意志力等，還可加強操練感性能力 (affective faculties) 如想像力、愛慕與鍾愛、身體五官的體悟 (five senses) 等。這可令更多女性多向度地經驗並理解聖言，更進深經歷對自己與對神的理解。

### iii. 改善退省聚會的安排

現代都會女性遊走在家庭、教會、事業之間，經常疲於奔命，怎樣才能引導這些無暇照顧自己的姐妹們回歸內心，聆聽自己，聆聽神？牧養者可以嘗試加強和改善退省聚會，包括為她們創造空間，引導她們進入安息與避靜，稍停下來，把注意力從眾多外在的紛亂聲音，回歸內心，輔予分辨聖靈引導的操練，幫助她們在神的呼召中重新定向。

### iv. 將靈修指引加入教牧訓練的體系

在教會歷史中，為信徒定立靈修指引，一向是許多靈修團體與教會牧者的牧靈工作之一。由於宗教改革的影響，這個訓練與藝術在更正教中消失了一段漫長歲月。在過去近二十年的華人福音派教會，教牧輔導與關顧仍缺乏此靈修向度。在我們 11 位的女性受訪者中，有 8 位接受過專業基督教心理輔導訓練，而且從事教牧或心理輔導多年，她們都體驗過靈修導師的陪行 (companionship)，又曾在不同場合運用靈修指引，陪伴其他姐妹發展與神的進深關係。如何在現有的訓練體系為牧者加入失傳已久的靈修指引藝術，將是

一個新的思考課題。

## (五) 結語

伊納爵的靈修是一種入世與實用性兼備的靈修傳統。它強調定期的個人退省，但主要目的是把靈修者塑造為行動中的默觀者（contemplatives in action），<sup>52</sup>也就是一個在禱告中行事為人，也在行事為人中向神禱告的人。因此，它的靈命塑造是在生活處境中進行，也就是說伊納爵的靈修並不與現實脫節，它的實用性可在不同的生活場景操練。所以對現代女性而言，伊納爵的靈修幫助她們培養一種隨時活在與神對話的意識中，這個內心的空間賦予她們內在的力量與智慧，使她們能面對現實中的多重角色及隨之而來的期待。在伊納爵全人投入式的靈命塑造中，現代女性藉各種神造的能力（faculties），可以有步驟地透過身、心、靈多方面的運用，經驗神的豐盛之愛。再加上它是以效法耶穌為默想與默觀的焦點，這對未來與現代華人福音派女性的靈命培育來說，都可以產生更多對話的空間。

女性靈修是當代靈修學的新議題。華人女性靈修學這方面的討論，筆者所能蒐集的資料相當有限。身為一個在福音派傳統中成長的女性牧者與靈修學的研究工作者，筆者把本文視為一個初步嘗試，將一段正在發生的華人女性歷史呈現在讀者面前。筆者亦把本文視為一個邀請，期盼日後見到更多以華人女性靈修為探索課題的研究展開，有更多人捕捉屬於這個範疇的故事。

---

52 參 William A. Berry, S.J., and Robert G. Doherty, S.J., *Contemplatives in Action: The Jesuit Way* (New York: Paulist, 2003)。