



聖靈引導下的 九重禱告境界

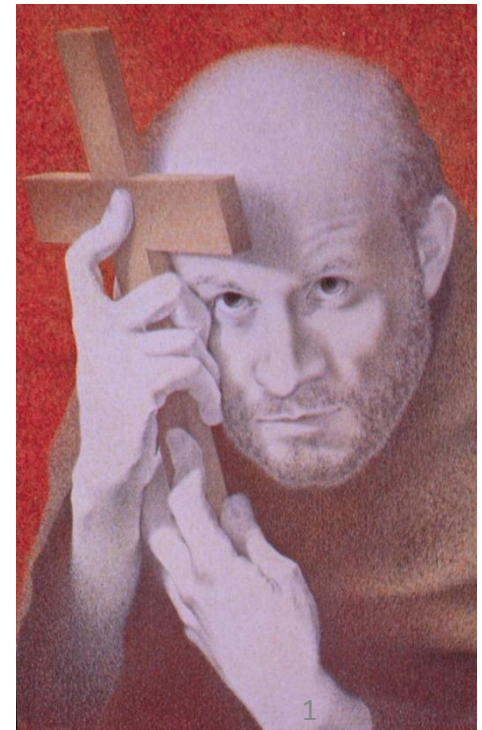
主講：彭順強博士

(ThD, ThM, MSW, MCS, BBA, BA)

(原著：Teresa of Avila, John of the Cross, Jordan Aumann)

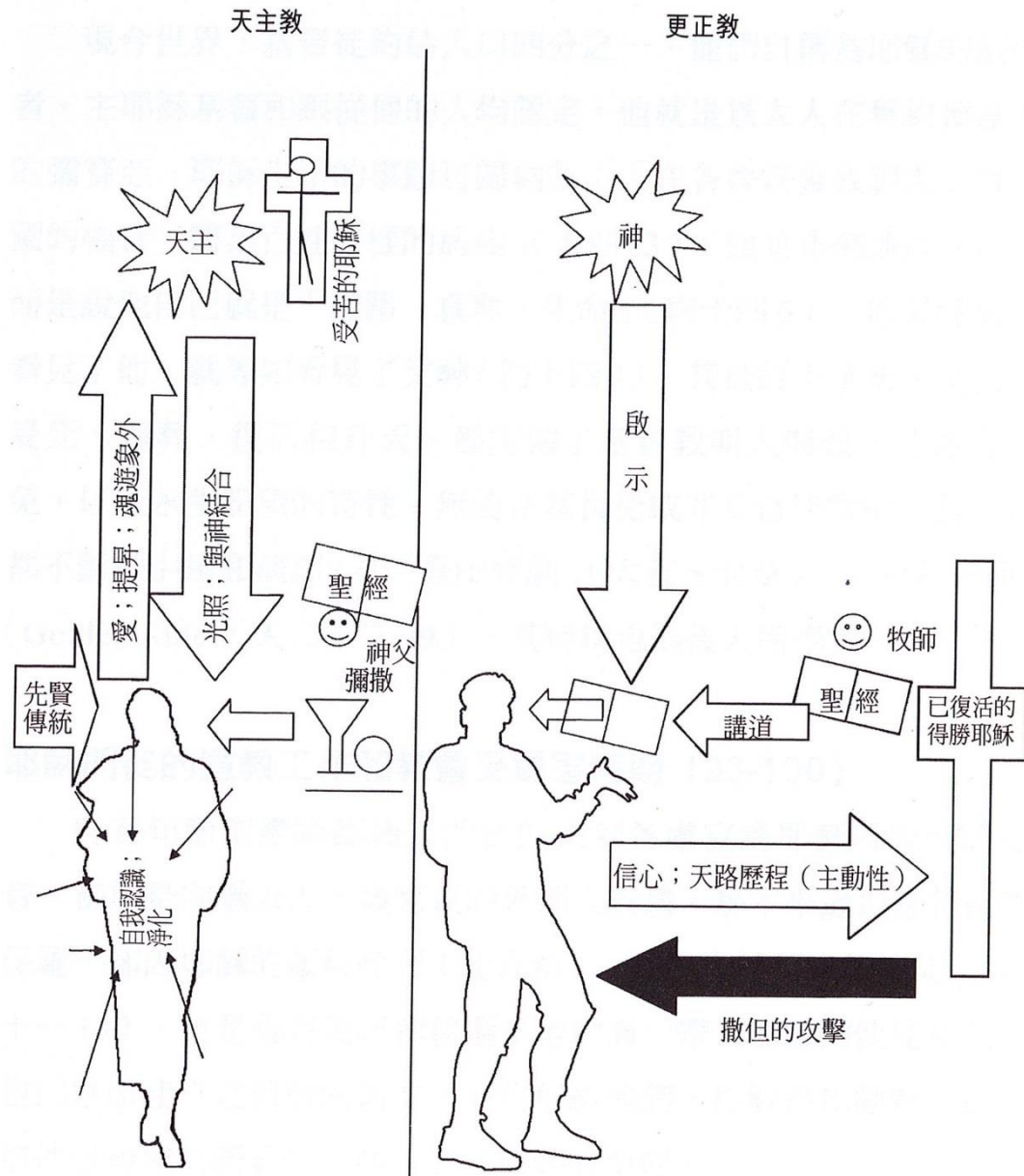


此PPT的QR Code



附錄十二：圖解：對比天主教與更正教的屬靈追求取向

資料來源：彭順強：《二千年靈修神學歷史》(香港：天道·2005)·413。



默契主義者/神秘主義者 (Mystics)的屬靈體驗

- 靈修神學進路：**Apothatic** (不能言喻 VS Cataphatic/ 可言喻)
- 屬靈的歷程方向：
 1. 禱告的成熟，就是整個生命的成熟！(禱告代表著整個人)
 2. **Three Ways** (成聖三路): Purgation (煉淨)、Illumination (光照)、Union with God (與神聯合)。
 3. **方向轉移**：
 - 從「我」→「神」(祂在人內心的深處)
 - 從「外」→「內」(「肉身」到「內心深處」)，
 - 從「主動」→「全然被動」
 - 從「理性」(可明白、可言喻)→「感性」和「直覺」(超理性、不可言喻)
 - 從「自然」→「超自然」
- 神：**Immanent** (內在於人心和世界 VS Transcendent/ 超越)
- 領受體驗：**Immediacy** (直接啟示、直覺、主觀)
- 屬靈經歷途徑和方法：**Contemplation** (默觀/ 靜觀)
- 重要的屬靈經歷：
 - **Self knowledge** (認識自己), Self Examination (自省), Confession (悔罪, 告誡), Asceticism (苦修、禁慾), **Desolation** (神枯), **Consolation** (神慰), Dark Night of the Soul (心靈黑夜), **Ecstasy** (「神魂超拔」, 忘我, 狂喜), Rapture (神移, 被提), Discernment (明辨)

亞維拉的大德蘭 (Teresa of Avila; 1515-1582)

Interior Castle (《七寶樓臺》)



Interior Castle Seven Mansions - Analogy



- 1 – Start to seek God, but . . .
- 2 – Practice of daily prayer
- 3 – Exemplary life, aversion to sin
- 4 – Prayer of quiet, love God
- 5 – Preparation for God, period of darkness, soul is certain
- 6 – Revelation, spiritual betrothal, joy
- 7 – United, spiritual marriage

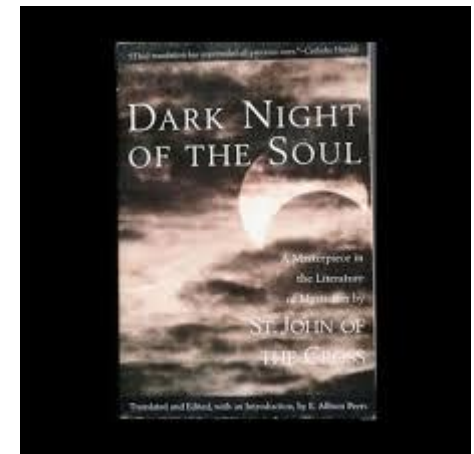
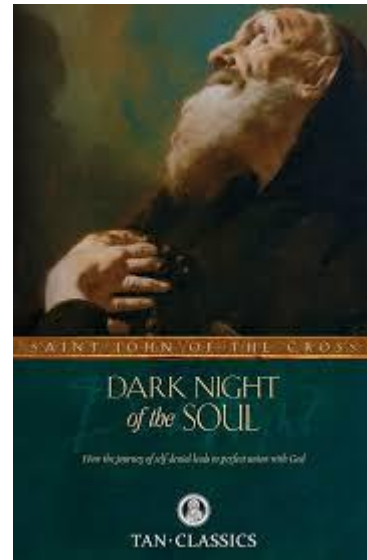
[summary of the interior castle](#)



互聯網圖片

十字架約翰 (John of the Cross; 1542-1591)

Dark Night of the Soul (心靈黑夜)



亞維拉的大德蘭之《七寶樓台》中的七重屬靈境界

	名稱 (筆者定名)	情況	危機	突破與目標
1	貪愛世界	1. 仍在罪中的生命	1. 被罪惡所勝 2. 容易放棄信仰	1. 要「自我認識」---認識人在罪中的醜陋，在恩典中的美好。
2	開始屬靈追求	1. 有追求之心 2. 但沒有逃避罪惡	1. 因貪愛世界而後退	1. 當立下決心，以十架作武器，與惡魔爭戰。
3	活出美德生活	1. 有紀律 2. 不犯罪 3. 專注於主 4. 愛鄰舍 5. 但在屬靈上自滿	1. 自滿、自義 2. 屬靈上感到枯乾和沉悶，因而放棄禱告和信仰	1. 學習謙卑，放下自我。
4	經歷屬靈的安慰	1. 開始超然經歷 2. 專注於主身上(主動)、平靜(被動) 3. 首次聽到主的呼召，被「吸入」(absorbed)	1. 不能忍受被動	1. 放棄自己的智慧，降服於神愛之中 2. 專注於神的靜寂禱告、默想禱告
5	初步與神聯合	1. 開始「與神聯合」、墮入愛河、拖手、熟睡	1. 不能忍受全然被動	1. 在所有方面向世界死，讓神作主動，建繭而死
6	與神訂婚	1. 「訂婚」、「被提去」(明瞭有關於神的事情，認識神的威嚴、知道天國事情) 2. 如兩支蠟燭的火焰，可結合，可分開。	沒有	1. 被動和接受
7	屬靈的婚姻	1. 痛苦與快樂交集---聯合時非常快樂，靈魂離開時極度痛苦。 2. 三位一體的神向靈魂啟示自己。 3. 「屬靈的婚姻」 4. 「完美的結合」(全然聯合、人的靈與神結合，永不能分開，進入平靜之中，如雨水落進河流，如曙光通過門窗子在房中合一)。 5. 活像基督 6. 結出好行為		

九重禱告境界

層	名稱	特徵	例
(一)	自然 Vocal Prayer/ 口禱	語言文字示意的祈禱方法	唸「主禱文」、《詩篇》
(二)	自然、主動 Meditation/ 默想 (Discursive Meditation / 推理默想)	一種心靈對某些超性真理事實的理論分析。	詩1:2;最後晚餐的祈禱(約13-16); 弗1:16「常提到你們！」
(三)	主動 Affective Prayer/ 善情式祈禱	是愛和意志的活動運作，控制著理智的推敲思考。	雅歌; 約伯記; 哀詩(如: 詩42,43); 讚美詩;
(四)	過渡 Prayer of Simplicity/ 簡樸式祈禱	是追求神聖對象的簡單樸實瞻仰愛慕行為。	詩27:4; 63:2(在殿瞻仰)
(五)	神秘經歷 Contemplative Prayer/ 靜觀式祈禱	進入直覺知識，獲得經驗性知識。	以賽亞在聖殿經驗神的臨在(賽6)
(六)	與神聯合、被動 Prayer of Quiet/ 寧靜式祈禱	強烈感受到神的臨在、甘甜、喜樂、充滿謙卑、美德。	伯大利的馬利亞(馬大妹)(路10:38-42); 「進入內室」的禱告(太6:6)
(七)	Prayer of Union/ 聯合式祈禱	完全被神佔有，經歷: (1)神觸(mystical touches), (2)神奪(flights of the spirit), (3)聖愛火簇(Fiery darts of love), (4)聖愛創傷(wounded of love)	耶穌天未亮到曠野禱告(可1:35)
(八)	Prayer of Conforming Union/ 認同式聯合祈禱	心靈被「神化」(divinized), 出神(Ecstasy), 神逸(rapture), 達至完全與神聯合。(林後12:1-6)	客西馬尼園的祈禱(太26:36-39); 腓1:23(「情願離世與基督同在」), 林後12:1-6(三層天); 「以基督耶穌的心為心」(腓2:5)
(九)	Prayer of Transforming Union/ 蛻變/ 轉化聯合的祈禱 (Spiritual Marriage/ 神婚)	蛻變、藉著愛而進入神的生命(不再需要出神(Ecstasy))。經歷到三位一體的神。轉化、降服、在愛中與神聯合、忘我、渴望事主、甘願受苦。	耶穌山上變象(太17:1); 「我在父裏面，父在我裏面。」(約14:10)

「九重禱告境界」的範疇和操練

層(名稱	範疇	操練/ 實踐
(一)	官能上轉變	Vocal Prayer/ 口禱	以 語言 和 文字 來禱告
(二)		Meditation/ 默想 (Discursive Meditation / 推理默想)	以 認知思維 來禱告
(三)		Affective Prayer/ 善情式祈禱	以 情感 來禱告
(四)	過渡	Prayer of Simplicity/ 簡樸式祈禱	以 簡約 為主的禱告(放棄語言、文字)
(五)	價值觀、生命的轉化	Contemplative Prayer/ 靜觀式祈禱	放棄所有的主動思維，單單享受主的 臨在
(六)		Prayer of Quiet/ 寧靜式祈禱	以 安靜等候 來領受(心裏達至完全平靜)
(七)		Prayer of Union/ 聯合式祈禱	進入 全然被動 的生命
(八)		Prayer of Conforming Union/ 認同式聯合祈禱	心思意念都 認同於 神
(九)		Prayer of Transforming Union/ 蛻變/ 轉化聯合的祈禱 (Spiritual Marriage/ 神婚)	生命本質都被 轉化 而一致於神

- | |
|--|
| 以禱文書作禱告(如：「主禱文」、《詩篇》) |
| 1. 組織思維後才禱告
2. 從精選的禱文中學習如何禱告(如：《詩篇》) |
| 從壓抑中釋放真實情感，並以它作為禱告的內容。 |
| 以最精簡的語言來禱告(ie, "less is more") |
| 1. 放棄使用任何的官能(語言、思維、情感)，只是單單到主跟前。
2. 單單去意識和感受神臨在於你四周，並且祂也在你裏面(i.e. 你在神裏面，神也在你裏面)。
3. 可用簡短的「禱詞」(sacred words: 如：「耶穌」/"Jesus")或「禱句」(active prayer sentence: 如：「耶穌禱文」/Jesus Prayer)，作「歸心禱告」(centering prayer))，作為幫助。 |
| 1. 使自己平靜，專注於神，感受祂的美好。
2. 可以「圖像」(icons)默想作為幫助。 |
| 安然領受和接受神的啟示。 |
| 1. 檢視自己的心思意念(省察)，並察驗神的心意，並使前者一致於後者：是價值觀的改變。
2. 享受神慰(從而來的狂喜)，忍受神枯(像被神遠離和棄絕)，並作出需要的改變。 |
| 1. 享受每天與主同行。
2. 對人作捨己的服事。 |

第一重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
(一)	Vocal Prayer/ 口禱	所謂口禱，特別指用語言文字示意的祈禱方法，不論是否成文或者臨時口述都一樣。	<ul style="list-style-type: none">口禱其實不僅限於求恩祈禱(雖然求恩的確是其中的要項)，還包括崇敬、感恩、求恩，求恕，個人和神交往的其他感觸。口禱可以激發內心的虔誠，可以表明對神的敬愛。口禱的條件有兩則：專注(attention)及虔誠(devotion)。客觀地說，最好的經文首推基督親口傳授的「主禱文」，其次像聖經裏的經文——「詩篇」等等——以及祈禱經文。

第二重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
(二)	Meditation /默想 (Discursive Meditation ／推理默 想)	一種心靈對某些超性真理事實的 理論分析 ，以便徹悟其中的 真諦 ，激發 愛慕瞻仰 的情懷，並藉著恩典的幫助下實踐到生活裏。	<ul style="list-style-type: none">• 默想具有雙重的目標：一是理性思考（intellectual）的目標，二是情感和實用的目標（affective and practical）。• 默想經歷過推理階段，激起愛心後，愛德便順勢催促人付諸實行。• 按照內容的差別，某些作者又進一步把默想分為<ul style="list-style-type: none">• 想像默想（imaginative meditation），• 信理默想（dogmatic meditation），• 禮儀默想（liturgical meditation），• 倫理默想（moral meditation）等等。

第三重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
(三)	Affective Prayer / 善情式 祈禱	其中意志(will)的活動運作，控制著理智(intellect)的推敲思考。	<ul style="list-style-type: none">• 以愛心為樞紐的簡化默想。• 善情式祈禱的本質，是意志的活動，其功用在於透過愛心的行為，加強心靈與神的融匯結合。

第四重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
(四)	Prayer of Simplicity / 簡樸式祈禱	<ul style="list-style-type: none">• 單純地和充滿著愛地瞻仰(simple loving gaze)那神聖的對象(divine object)。• 那對象可以是神本身，或者祂的真善美屬性，基督或者基督的奧蹟，以及其他基督信仰的真理。	<ul style="list-style-type: none">• 簡樸式祈禱的主要功用，是充當克修祈禱(ascetical prayer)和神秘祈禱(mystical prayer)之間的橋樑。• 這種祈禱十分單純，沒有特別的祈禱方法，一切全在瞻仰(gazing)和愛慕(loving)。

第五重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
(五)	Contemplative Prayer / 靜觀式祈禱/ 默觀	「靜觀」(contemplation) 二字表示令人愉悅的知識 (knowledge accompanied by delight)，而認知的對象往往能激發欣賞 (admiration)，並且俘虜心靈 (captivates the soul)。	<ul style="list-style-type: none">• 超性的靜觀默禱是對神的經驗性知識。(Supernatural contemplation is an experimental knowledge of God.)• 神臨在的經驗。• 心靈受著超性的滲透 (invasion)。• 個人的努力無法造成神秘經驗。• 靜觀默禱中的心靈，比較被動而減少主動。• 靜觀默禱中享有的神經驗性認知，並非清晰明確的認識，而是隱蔽混淆的體驗。• 灌注式默禱 (infused contemplation)，使心靈很可以確定自身存留在聖寵狀態之內。• 神秘經驗無法形容、說明。• 神秘經驗屬於直覺的認知，只可以體驗領會，卻無法以人類語言表達。• 神秘經驗通常引起身體的變化、反應。• 神秘祈禱往往使官能中止活動，或大受約束。• 灌注式靜觀默禱 (infused contemplation)，帶來修德慕善的強大的激勵 (the practice of virtue)。

第六重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
(六)	Prayer of Quiet / 寧靜式 祈禱	寧靜式祈禱是屬神秘祈禱 (mystical prayer) 等級之一，其中神臨在的直覺意識 (intimate awareness of God's presence) 緊抓著人的意志 (will)，並以無法形容的甘甜和喜樂，來充盈整個人的靈魂和身體。	<ul style="list-style-type: none">• 唯獨意志卻完全受到吸引，徹底投入神之內。• 意志固然不失其欣喜的安寧平靜，並且按照聖女大德蘭的解釋，馬大的使徒工作已經和馬利亞精彩地調和配合起來。 <ol style="list-style-type: none">(1) 心神的更大自由 (great liberty)(2) 敬畏神，極其小心地避免冒犯祂。(3) 衷心仰賴神 (profound confidence in God);(4) 愛好刻苦修身和折磨痛苦 (love of mortification (禁慾) and suffering) ;(5) 深摯的謙虛卑下 (deep humility) ;(6) 揚棄俗世享受、快樂 (disdain (鄙視) for worldly pleasures) ;(7) 各類美德都有著顯著的增長、進步 (growth in all the virtues)

第七重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
(七)	Prayer of Union / 聯合式祈禱	在聯合式祈禱中，「全部」內在官能(all the interior faculties)，包括記憶(memory)及想像(imagination)，都被神佔有。如今，僅僅肉軀的五官知覺(external bodily)還享有自由。	<ul style="list-style-type: none">• 整個身心都受著神在心靈活動的影響。對外的感官知覺雖然未曾完全受到攝取、佔有，但幾乎已經不知所措地失去作用。心靈體驗神臨在的熾熱反應，很容易演變成神魂超拔的現象(ecstasy)。• 全無分心走意 (absence of distractions)• 肯定與神密切融匯結合 (certitude of being intimately united with God)• 全無厭倦、煩悶 (absence of wearies and tedium)• 聖十字若望和聖女大德蘭，先後在他們的著作裏，曾經詳細闡明各類現象：<ol style="list-style-type: none">1. 神觸 (Mystical touches)2. 神奪 (Flights of the spirit)3. 聖愛火簇 (Fiery darts of love)4. 聖愛創傷 (The wound of love)

第八重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
(八)	Prayer of Conforming union / 認同式聯合祈禱	認同式聯合祈禱之後，連感官知覺亦被神控制、攝取。 結果可以說心靈徹底被「神性化」(divinized)，聽任神安排開始踏上最後圓滿的投入程序—與神聯合(union with God)(腓一：23)。	<ul style="list-style-type: none">• 在這般的情況下，心靈的確反映著保羅「請願離世與基督同在」(腓一：23)的心理。• 大德蘭感嘆說：「(我)希望面見神：然而面見神便需要離開現世人間。」• 十字約翰亦在他的《心神的詩歌》(<i>The Spiritual Canticle</i>)和《愛情的焚焰》(<i>The Living Flame</i>)裏，分析過這一級祈禱，他還表示那裏固然適合討論一下，靈修者經驗的各種神移(transport)、忘我現象(ecstasy)。

第八重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
			<ul style="list-style-type: none">• 神秘的神魂超拔 (Mystical Ecstasy)：<ul style="list-style-type: none">• 心靈的感驗是置身神內，而神亦鑒臨心靈中。(The soul experiences that it is in God and God is in the soul.)• 它兼備聖化(sanctifying)及善功(meritorious)的雙重效驗。• 凡習慣神啟迪光照，並且有足夠的神力支持，就不會再有神魂超拔的需要，亦即最高等級的神秘生活實況。• 溫和及喜悅的出神(the gentle and delightful ecstasy)，從來不會損害身體，往往還能夠恢復並增進健康；另一方面，每次經歷一番劇烈的神奪(flight)現象，整個人有時連續好幾天筋疲力盡、混身酸痛非常。

第八重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
			<ul style="list-style-type: none">• 大德蘭在《心神的陳述》(<i>The Spiritual Relations</i>)裏，先後列出五類不同的「出神」(ecstasy)：<ol style="list-style-type: none">1. 忘我 (<i>Is drawn to God alone</i>)<ul style="list-style-type: none">• 第一類的神魂超拔逐漸滲透心靈，直到和周圍的事物脫節，單獨專心致志於神。2. 神逸 (<i>Rapture</i>)<ul style="list-style-type: none">• 第二類的神超拔又稱為神逸，「來自至尊的神向心靈深處發射出眩目的光芒，好像以極速快捷的行動，攝取心靈的上層官能，把靈魂及肉軀分裂為二」。3. 神奪 (<i>Flight of the spirit</i>)<ul style="list-style-type: none">• 心靈更能專注於上主指派的任務，更準確、更堅定。4. 神移 (<i>Spiritual impulse or transport</i>)<ul style="list-style-type: none">• 第四類的神魂超拔，由心神的衝動或者轉移引致，亦即心靈不在祈禱的時候，突然醒悟自己遠離神以及類似的感受。5. 聖愛創傷 (<i>Wound of Love</i>)<ul style="list-style-type: none">• 最後，聖女大德蘭談到聖愛創傷，是和上述的神移衝動有著密切的連繫。• 內心的感覺好像一支熾熱的火箭刺透心靈，而其突然的猛擊往往使人不禁痛極大聲呼喊；• 但是那種創傷又甘怡非常，使心靈切望繼續存留、不致消失。

第八重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
			<ul style="list-style-type: none">• 馬利·奕謹神父(Father Marie-Eugene)說過，神婚(Spiritual Marriage)前三個階段分別是：<ol style="list-style-type: none">1. 克苦修身的準備功夫(preliminary mortifications)2. 心神的被動淨化程序(the passive purgation of the spirit)3. 第三才是神的神觸(touches)、鑒臨(visit)，亦即神配(spiritual betrothal)內發生的事件

第九重禱告境界

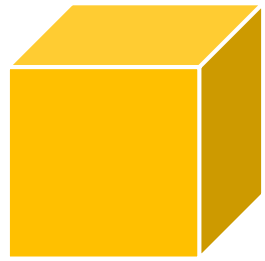
境界	名稱	定義	本質
(九)	Prayer of Transforming Union /轉化聯合的祈禱) [Spiritual Marriage/ 神婚]	該等級的祈禱中，心靈因所摯愛的那一位而完全移轉蛻變， 成為所愛的一部份 (a total transformation of the soul into the Beloved)。	<ul style="list-style-type: none">最後一級的祈禱稱為轉化聯合(transforming union)，亦即許多神秘家所謂的「神婚」(spiritual marriage)。該等級的結合無異昇華轉移於神，十字約翰更毫不遲礙地名之為「藉著愛，而轉化進入神裏面/成為神的一部份」(“transformed into God by love”)、「藉參與而出於神的神」(“God of God by participation”)、「比人更為神聖」(“more divine than human.”)。神魂超拔(ecstasy)已經沒有必要，因為心靈如今足夠堅強鞏固，可以承受聖愛的全部威力；雖然如此，心靈在理性神見(intellectual vision)的輝耀中，生動地意識到至聖聖三的體驗。

第九重禱告境界

境界	名稱	定義	本質
			<ul style="list-style-type: none">轉化聯合式祈禱的崇高玄妙等級中，可以辨認到三點元素：<ol style="list-style-type: none">(1) 神內的蛻變（transformation in God），(2) 互相交融愛與（mutual surrender），(3) 聖愛的永恒聯合（the permanent union of love）。大德蘭的《七寶樓台》第七樓台的第三章內容，作出該類效果的撮要如下：<ol style="list-style-type: none">1. 遺忘自我 (A forgetfulness of self)2. 切願受苦 (A great desire to suffer)3. 樂於受逼迫 (Joy in persecution)4. 專志事主 (Desire to serve God)5. 捨棄造化 (Detachment from everything created)6. 不再出神 (Absence of ecstasies)

彭順強的靈命成長模式：「勇闖七重山」

- 若「禱告」的歷程，就是生命成長的歷程，那麼，信徒便要以禱告來經歷七個的階段(梯級)：



也可以想像成熟的基督教信仰有著七個面向(Dimensions)。

7. 聯合生命期 (Union with God)：與神聯合，為人捨己

6. 狂喜黑夜期 (Ecstasy & Dark Night of the Soul)：經歷神枯、神慰

5. 蒙召委身期 (The Called & Committed Life)：召命與回應

4. 信心跳躍期 (Leap of Faith)：信心的鍛鍊(處理疑惑與創傷)

3. 神契建立期 (Active Building)：與神建立默密關係，和事奉教會

2. 模造更新期 (Transformation)：生命的更新變化

1. 靈魂醒悟期 (Awakening)：與神相遇與悔改

參考書

彭順強：《二千年靈修神學歷史》(香港：天道，2017)，《還我屬靈本色：禱告、讀經、敬拜》(香港：天道，2006)，《勇闖七重山：屬靈生命階段與信望愛》(香港：天道，2018)，《盧雲的誠與愛：全面了解盧雲》(香港：心靈會舍，2013)，《潘霍華的順服與叛逆：全面了解潘霍華》(香港：心靈會舍，2013)

Aumann, Jordan. *Christian Spirituality in the Catholic Tradition*. San Francisco: Ignatius, 1985. (歐邁安著：《天主教靈修學史》。香港：香港公教真埋學會，1991。)

李耀全：《屬靈操練與生命關懷》。香港：更新資源，1998。

Augustine, *Confessions* (《懺悔錄》)。

Pseud-Dionysius, *Mystical Theology*;

Calvin, John. *Institutes of Christian Religion* (《基督教要義》)。

Ignatius of Loyola, *Spiritual Exercises* (《神操》)。

Teresa of Avila, *The Interior Castle* (《七寶樓臺》)。

John of the Cross, *Dark Night of the Soul*

Bunyan, John. *Pilgrim's Progress* (《天路歷程》)。

Fowler, James. *Stages of Faith*.

Guelich, Robert, and Janet Hagberg. *The Critical Journey*.

Foster, Richard. *Streams of Living Water: Celebrating the Great Traditions of Christian Faith* (《靈修傳統禮讚》)。