

第一講：寧靜與淨化心靈

前言

1. 曠野的意義
 - 雙重意義：考驗與戰鬥
靜默與聆聽
 - 基督徒靈修生活二階段：修行-默觀
2. 內心的寧靜：Hesychia
 - 三重意義：退隱曠野
靜居小室
謹守心靈
 - Abba Arsenius : fuge, tace, quiesce
 - 城市中的沙漠：加祿小兄弟
3. 八種偏情(eight thoughts)：艾瓦格略(Evagrius)
 - 分三組：貪饕、迷色、慳吝
忿怒、煩悶
怠惰、虛榮、驕傲
 - 曠野教父對偏情的兩種看法
4. 對付偏情及淨化心靈的方法
 - 偏情侵襲的過程：引發、對話、鬥爭、克勝或贊同
 - 謹守心靈：警醒、觀察 - 漁夫捕魚
立刻防範
 - 記念天主：守夜、讀經、「默想」
 - 向神師揭示心思

第二講：聖言誦讀 (Lectio divina)

前言

1. 聖言是曠野靈修的主幹
 - 耶穌在曠野四十天的經驗
 - 隱修始祖聖安當對聖言的回應
 - 隱修士對聖言的重視
2. 「誦讀」(lectio)
 - 傾心聆聽
 - 聖經圖像：曠野談心(歐 2:16,21-22)
 - 瑪爾大與瑪利亞(路 10:38-42)
 - 往厄瑪烏的門徒(路 24:25-32)
3. 「默想」(meditatio)
 - 古老意義：重複誦讀；背誦；反芻(ruminatio)
 - 聖經的幾種意義
 - 文字意義 - 歷史、敘述
 - 精神意義 - 倫理(tropological)；寓意(allegorical)；末世(anagogical)
 - 有關主的意義(路 24:27；格前 10:1-4)
4. 「祈禱」(oratio)
 - 祈禱是向天主聖言的回應
 - 福音中的簡短祈禱
 - 《聖詠集》：由默想天主聖言引發的禱詞
5. 「默觀」(contemplatio)
 - 單純祈禱(pure prayer)與靜觀
 - 屬神的知識：體會聖經的精神意義(嘉先)
 - 透過聖經與主會晤的神秘經驗(奧力振)

第三講：不斷祈禱

前言：朝聖者的故事

1. 「不斷祈禱」(得前 5:17)的解釋

- a. 「祈禱者」(Messalians):照字面解釋

Abba Sylvanus 及 Abba Lucius 的故事

- b. 奧力振：每天定時祈禱(三次)
奉獻工作，多行善功
- c. 隱修傳統(聖巴西略)

隱修士在日間工作時配合 “ secret prayer ”

de Vogue：日課經與不斷祈禱的關聯

2. 祈禱的狀態：“state of prayer”

- 持續的內心狀態：與主契合
- 不時以思想或言語表達：燃燒的炭不時冒出火花

3. 「密禱」(secret meditation)：曠野靈修秘訣

- meditatio：隱修傳統的意義
- 單句禱文(monologic prayer)：求憐、求助
- 奧思定《致普勞巴書》的見證

4. 嘉先《會談錄》：「依撒格院長論祈禱」

- 不斷祈禱的秘方：日間不斷重複短句
「天主，求你快來救我，上主，求你速來助我！」
- 包括各種祈禱內容，適用於不同場合

5. 「耶穌禱文」的採用

- 以耶穌聖名為中心的敬禮 (戴亞都古) (Diadochus of Photice)
- 各種單句禱文漸漸集中於耶穌禱文

第四講：曠野靈修特色

前言

1. 末世視域
 - 對死亡、審判的記念
 - 懺悔(penthos)流淚的神恩：Abba Arsenius
 - 不斷改過更新：Abba Theophilus
2. 清貧克苦的生活
 - 捨棄財物：內心自由無掛慮
 - 聖安當的榜樣
 - 故事兩則
3. 友愛與共融
 - 愛的誠命
 - 平息忿怒，與弟兄和好
 - 不判斷別人
 - 彼此擔待，同情弱者
4. 回復地堂的純真與和諧
 - 和氣不爭
 - 動物的馴服