聖像畫靈修系列13

大聖本篤的團體修道精神（上）

■文．圖片提供／盧玫君（聖像畫員）

▲圖一

▲圖二

在《天主教周報》6月1日291期19版所刊出的靈修分享，輔大校牧賴効忠神父介紹了聖本篤驅魔聖牌（**圖一和圖二**）的內容及由來，非常詳實；普世教會在每年7月11日教會慶祝歐洲主保聖本篤，讓我們藉由不形式的聖像，認識這位聖人並效法他的芳表。

重團修 立會規　創建侍主學校

對我而言，聖本篤（480-543）是一位非常有智慧、熱愛讀聖經並渴望全心、全靈、全意尋找，並侍奉天主的聖人。此外，他還是樂於分享天主神恩、不吝為弟子們指出生命道路的會父。因此，越了解聖人親手所寫的會規，越認識他為弟子們所勾勒出的團修藍圖，就越能認識聖人所要帶給我們的訊息。（**圖三**）就是頭戴修道人風帽、手拿會父權杖與會規的聖本篤。

▲圖三

▼圖四

聖本篤在世時，創立了以12人為單位居住於一座會院內共12座的會院，每座會院由院長領導，而本篤本人就是這12座會院的精神領袖。（**圖四**）所描繪的就是12座會院聚集一起，以本篤為首的團修景緻。這是當代日本版畫家渡邊禎雄（*Sadao Watanabe, 1913-1996*）的創作。圖中在小小的山腰上，錯落著各自獨立的會院、鐘樓、田地，以及追隨在聖本篤身旁的烏鴉。

在這樣清幽的環境中，本篤會士每天天尚未亮就起床，齊聚聖堂中詠唱聖詠並聆聽聖言。（**圖五**）中間休息時間，凡是有需要在聖言研讀方面加強的會士，則花時間加緊用功，直到早飯後，各自往受分配的崗位上去工作。在本篤生活於會院內的時代，會士們工作的內容有農田工作、修建房屋、手工藝和服務弟兄日常生活所需的勞務，例如廚房。也有專人負責帶領新進入會弟兄。此外，這12座會院在日出而作日落而息的韻律中，最直接服務的對象便是天主，因此，會規中稱呼按照本篤會規生活的修會為「侍主學校」。

◀圖五

遠離世俗隱修　竭誠歡迎賓客

聖本篤撰寫會規是為了集合所有願意全心全靈全意尋求天主的人，在恆常居住在會院，接受規律生活作息的陶養下，能專心致志地默觀天主。（**圖六**）一方面讓自己的身心接受聖言的滋養，另一方面則是在服務弟兄時，讓基督越來越大，而自己在服小的單純心境中，見證真福帶來的喜樂！聖本篤深知人性軟弱，因而他的會規以中庸為根本，凡事不過分要求，避免使軟弱的人灰心喪志，而強者在謙遜的裝扮下，也不至於受阻，而是盡力用自己的特恩為團體服務。本篤相信唯有互相扶持的團修生活，可以避免修道人在獨修時過分關注自己的德行，例如過分守齋、不睡眠、打苦鞭等走火入魔的行徑。任何人若以修道之名生出驕傲的敗壞根子，這絕不該是獻身於主的人所要追尋的。所以會規中針對這一點有許多規範。

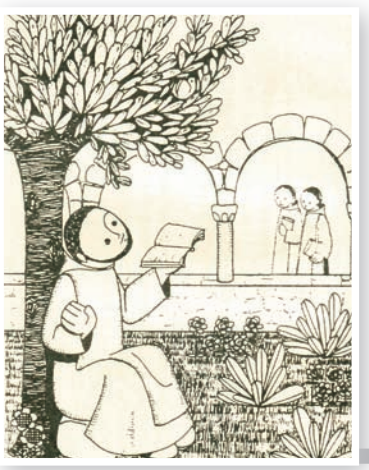
▲圖六

▼圖七

當今世界各地的本篤會院，多半以建在半山腰的地理位置為首選。因為本篤和弟子們雖然選擇「棄俗修道」、放棄了世俗的享樂；但這並不表示聖人厭惡或害怕世俗的一切，才選擇逃離世界。相反地，建立在半山腰的修道院，意謂著會士們在得到脫離世俗價值觀的淨化後，努力將修道院建設為世上的淨水廠或心靈沙漠中的一片綠洲，隨時歡迎渴望尋求天主的人前來叩門。（**圖七**）訪客或是與會士們共同祈禱、或是小住幾天為分辨自己的生活，又或許是永久地住下，為尋求永生！

勤勞動 讀聖書　守護神聖靜默

修道院的靜默是培育人們與天主會晤的沃土。（**圖八**）無論會士或訪客，都有責任共同守護「神聖的靜默」。在台灣淡水的半山腰上，也有一座現代聖本篤女修院。號稱「西方隱修始祖」的聖本篤，就是這座修女院的會祖。修女們依照聖本篤所寫的會規，在會長的領導下，度著儉樸的生活。淡水的修道院和聖本篤時代一樣有菜園、果園，不過現代修院還有割草機，修整草地後，每每吸引長住此地的白鷺鷥和一大群麻雀開心地共享大餐。這片土地提供修女們簡單的飲食和勞作的項目。聖本篤提及「親自收割莊稼」時曾說：「只有當他們像宗徒和先輩們一樣，靠著雙手的操作而生活時，他們才算是真正的修道人。」（會規48:8）相信所有享用過修女們從果園收成的鮮甜水果及用這些水果精心製作的果醬的朋友們，一定很難忘懷那美好的滋味吧！真的，這片土地上的一切，都引人與天主相遇。


▶圖八

▲圖九

除此之外，修女們還歡迎客人前來參與修女們的共同祈禱，也就是日課。尤其在天還未亮的冬日清早，更能體會到本篤會修道人獻身於主的核心生活，那就是以口舌和肢體的敬禮崇拜天主。整齊劃一的動作和歌聲，在夜幕悄悄移開的當下，清唱的修女們那份專注，吸引參與的信友也把注意力投向那位無言無語，但是對我們滿懷愛意的天主。聖本篤就是用這種方式，把人帶領到天主台前。慢慢地，人們在一天的時光中，會意識到自己需要和天主獨處，體內迴盪的聖詠好像心靈鬧鐘般，敦促著我們拿起聖經或日課與天主會晤。（**圖九**）

聖本篤希望「弟兄們應有一定的時間從事體力勞動和閱讀聖書」，因為「閒散是靈魂的大敵」（會規48:1）聖本篤知道人們無法隨時專注於靈修祈禱，因此，在團體每天7次的公共祈禱之外，將時間均分為勞作自養及閱讀聖書。後者並不是指學術研究類型上的閱讀，而是指每天餵養身體之外，也以聖經或聖書餵養自己的靈魂。本篤會士接觸精神食糧的的方式：公共祈禱（日課）、飯書（用餐中有專人讀聖書）、聖言誦禱（*Lectio Divina*）。會士將這些滋養人靈的聖言默存於心，天主則利用會士靜默時，悄悄地以這些聖言與他們交談。

氣氛自由服從　事主善作準備

聖本篤也讓團體共同擔負起待客的仁愛工作。在聖本篤的時代，西羅馬帝國崩壞，蠻族由四面八方朝著曾經輝煌的羅馬湧進，聖本篤的修會在山腰上，像一座天國的燈塔，指引著所有心靈空虛的人們。不論窮人、富人，自由人或奴隸，聖本篤都一視同仁，在會院中只有前輩和後輩的長幼次序，而不讓年齡大的人輕忽年輕的人所擁有的神恩，聖本篤說：「因為上主往往把那最好的，啟示給最年輕的人。」只是他們在說出意見之後，就要放下，不要堅持己見，因為「明智而公正地處理一切事情，確是為人師傅的職分。」（會規三3,6）

聖本篤讓修會團體在自由而服從的氣氛中，看顧著每位會士的靈性成長。這樣一個善作準備的團體，為的是能夠在開門歡迎訪客時，提供天主子民最佳的服務。這服務包含了天主國中的美德善表、大地與人在友善的環境中共存，在勞苦工作中依舊勤奮地歌頌上主的仁慈，本篤會士不追求極端的刻己，而是謙遜地領取所需，猶如自天主手中領取一切生活的必需品。但是，凡是多餘用不上的，就全數交出賙濟窮人。大聖國瑞在他的《對話錄》第二冊中，詳細地記載了聖本篤生平如何憐憫貧窮的人，還有書中其他的小故事，都說明了本篤在待人處世方面，以基督徒的價值觀來判斷而表達出來的智慧。

這篇文章中引用了許多黑白插畫，都是取自光啟出版的《本篤小傳》（**圖十**）。這本書由西班牙本篤會修女*M. Regina Goberna*寫作和繪圖。乍看之下，會覺得這是寫給孩子閱讀的書，但是若是能夠利用個人避靜時間，在淡水本篤會院中，一方面參與修道院的作息，一方面在會院中的樹蔭下及習習涼風中，揣摩聖本篤的智慧，必定會感受到這本具有默觀精神的書其間的深度。下一期，我們將再繼續介紹聖本篤的精神。

▶圖十