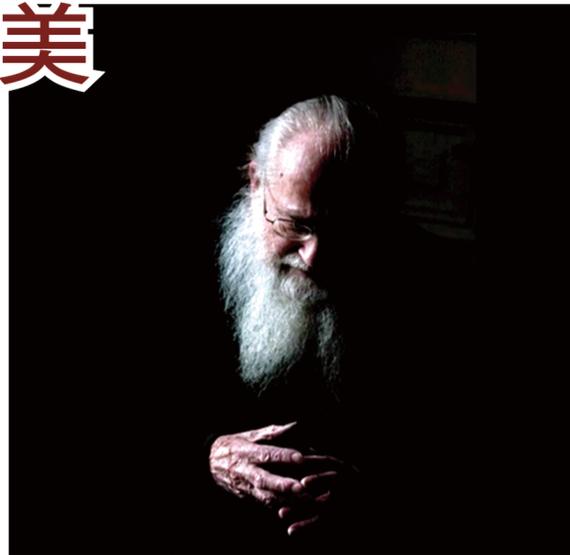


東西禮儀的
相遇系列19·元祖篇

本篤靈修：靜語之美

■文·圖片提供／徐明慧



▲雪維凍泥爾修道院靜默祈禱的會士。(取自La Croix)

系列18談到，本篤會以「團修」精神為主，也因此，會士必要能夠分享團體的生活；除了團禱時間，最常在一起的即是規律的進膳時間（本篤會規41條）；這也是人們來到雪維凍泥爾（Chevetogne）修道院體驗生活的強打特色之一。用餐的經驗，可說是我這次在修院中最深刻的體會，也是一次與天主的美好相遇。



▲雪維凍泥爾修道院會士們的飯前禱。(取自La Croix)



▲靜默聖母聖像畫。(取自RNS)

Vanderheyden) 如此說：「我們都在尋找天主，來到雪維凍泥爾修道院的人能試著過與會士同樣的生活，這樣的生活型態有助於我們的信仰生活。我們在這裡的生活受大自然的環抱，有雞、有鴨、有鵝，還有驢，我們藉由大自然中美好的造物找到天主，有形之美同時也輝映出天主的無形之美。」

此外，從用餐的經驗中，我也才明瞭聖本篤所言的「靜默使我們接受教誨」，靜默的舉動，除了聆聽天主的聲音，更是操練謙遜的守則。倘若當初我拉不下面子，繼續堅持與別人聊天是為愛近人的己見，那我便永遠無法從靜默中品味到一切的美好。

謙遜是本篤會規第7章的要旨，也是整部會規中最重要的1章，聖本篤又將謙遜分為12級，其中的第9級即是實行靜默，但這並不表示要會士們什麼都不說，什麼都不回答，嚴守緘默是為了練習「慎言」，因《聖經》說得很清楚：「多言難免無過，明智的人必約束自己的唇舌。」(箴10:19) 又說：「播弄是非的人，不得在世久存。」(詠140:12) 多言之人表示發言不加思索，也算是自負的表現。

這讓我想起了靜默祈禱課程創辦人安泰努奇(Fr. Emiliano Antenucci) 修士晉見教宗方濟各時帶來的原版聖像畫〈靜默聖母〉；〈靜默聖母〉令教宗方濟各深受感動，因她不僅強調了內在寧靜的重要性，也表明了靜默即是對閒言碎語的回應，教宗降福這幅聖像後，在聖像的背面寫上：「別說他人的壞話！」

教宗方濟各也於慶祝聖本篤聯會成立暨羅馬聖安瑟莫會院奠基125周年的發言中談到：「今日人們汲汲營營，沒有足夠的時間聆聽天主的聲音，但，本篤修會有如綠洲一樣，讓人發現靜默之美，並重新認識自己，找到與造物間的和諧，讓天主引領我們重建生活的秩序。」

我親見雪維凍泥爾修道院的會士們在禮儀中、祈禱中、工作中、用膳時，甚至是一般生活中落實會祖聖本篤的教誨，度內修的生活。也正是這份靜默，讓他們懂得聆聽東方教會的聲音，以及弟兄姊妹們的需要，進而致力貢獻於東西教會的相遇及合一。(待下期繼續發掘)

在修院裡，餐前10分鐘會搖鈴通知，全體跟著廣播中會士所領唱的飯前禱感謝天主，禱後開始用餐，飯後亦同。團體自行洗碗、擦拭，將碗盤歸至櫥櫃原位。對於本篤靈修懵懂無知的我，像極了進大觀園的劉姥姥，首次用餐的窘境仍歷歷在目。管理客房的碧翠絲(Béatrice) 女士為迎接我們的到來與我們同桌共餐，她親切的問候與服務，讓我不加思索地與她一來一往，但與此同時，我能感到這不是用餐時該有的氣氛，卻也不知自己是否做錯了什麼？後經體驗過本篤修院生活的前輩指引，才了解用餐時要「完全的安靜」。我心因而開始交戰，我自認與同桌人友好聊天是一種愛人的表現，不然不近人情，況且，哪有吃飯不吭聲的？晚禱時，經歷一番內心的掙扎與反省，我想試著開放自己，入境隨俗。

飯桌上不吭聲，光聽著刀叉在盤上的鏗鏘聲，起初是有些尷尬。不過，隨著每一餐的靜默，我學會以點頭和微笑作為溝通的方式，漸漸開始懂得細嚼每一種菜色，並開始在內心不斷讚嘆天主造物之神妙，種種想法都在靜默時湧上心頭。不過，用餐的環境其實並非完全地寂靜，每一餐會輪派一位會士誦念飯書，我們

在雪維凍泥爾修道院作客的這幾天，聆聽的飯書大多與東方教會相關；也因此，若忙於聊天，又怎能一邊聽進飯書講述的內容，同時又能細細品嚐餐點呢？

原來「靜默」是本篤會的神恩，主要目的在於「尋找天主」。為了尋找天主，因此需要捨棄自我，也就是靈性上的貧窮，這樣的自我捨棄，正是建築在某種程度的靜默之上。

靜默更是為了聆聽天主的聲音，聖本篤在會規一開始就勸勉弟子們要「聆聽」天主以許多不同方式的發言，我們必須安靜下來才能夠聽得見，也因此，靜默是本篤會規第6章的要旨。對我而言，天主聖言是以「靜語」的方式傳達的，然「靜語」二字雖看似矛盾，其實是在靜中反覆思索語意，才得以悟出其道。

不過，從《與聖本篤一起祈禱15天》書中敘述，我們了解：聖本篤更強調出於對靜默的「喜愛」，即出於此人自願的靜默，而非強迫人不准說話。天主賜予我們自由意志，在甘願的靜默中，我們才得以騰出空間讓靜語進入內心。這樣的靈修不只在禮儀中或祈禱時實行，日常生活中也能讓我們捕捉到天主以靜語訴說的美好，也難怪修院前院長斐理伯神父(Dom Philippe



▲聖本篤以手指放在唇上邀請會士們學習靜默。(15世紀橄欖山本篤會院靜思迴廊之壁畫)



▲我們跟著聆聽飯前誦禱。(王增元攝)