

第一章

看待人生

方濟*成長*在俗方濟會歷史

於在俗方濟會（下稱「在俗會」）內追隨聖方濟的召叫，能反映出多樣的經驗。我們開展在俗會的發現旅程時，先看看亞西西聖方濟的召叫。聖方濟的經驗，可能在我們的旅途上找到回響。

亞西西的方濟（Francesco Giovanni Bernadone）體會到生命中的空虛感，他夢想的騎士光榮從未實現。他認為亞西西與佩魯賈的戰事是他爭得榮譽的場合，結果卻是戰敗及獄囚。他從未想過自己會成為戰俘，悲慘並不屬於他的夢幻。

獄中的時光是沮喪的，方濟想念亞西西的家。他記憶起與朋友們的美好時光，通宵達旦的歌舞盛會。他懷念用金錢買來的風光日子，懷緬很多的光輝歲月。在獄牢受苦時，這些事一直纏擾着他，他更染了病。

他在一年後獲釋，這位青少年已年屆二十，返回老家時是一位患病的二十歲年輕人。

恢復健康的他又流連在亞西西的山野間，太陽和從前同樣燦爛，風的氣息依舊馨香。方濟的內心卻已起了某種變化，昔日的生活方式不再帶來相同的喜悅。他覺得到失落及迷亂，缺乏方向感。對方濟來說，這數年的生活談不上興奮。當布賴恩的沃爾特（Walter of Brienne）為新戰事集結軍隊時，方濟立即準備投效；這看來是該做的事，總比無所事事地終

日煩悶好得多。1205 年，方濟年屆二十二歲，計劃參軍跟隨沃爾特。他才剛到斯波萊托（Spoleto），就受到心內聲音的挑戰：「服事主人或是服事僕人更好？」他的答案，開始了一個直到死的探索，於是折返亞西西。

我們發現自己的旅程，可能反映出方濟的旅程。曾經提供快慰喜悅的事件及活動，變得無聊及沒有生氣。瞎忙無法令我們逃避內心的感受，隱藏的懼怕及未用的技巧會浮現，一切都缺乏意義。現實與我們在其他時間經歷的預期不符合。一些事情需要發生，但那是甚麼？甚至內心的聲音也能是雜亂無章的。

懼怕可能引發逃避抑鬱及沮喪的意圖，防禦可能會增強以抵擋我們無法處理的感受，上癮可能會潛入我們的生活以淹沒懼怕，嚴格守規可能會被用來避開改變的需要，合理化可能會給事物帶來虛假的面孔。我們藉這些情緒，獲得短暫的喘息。

我們追求不同的神偶來協助自己避免反思，更努力工作以賺取更多的金錢，把科技的成品偶像化，逃避新的關係以避免親密及再度受傷，拒絕探索體會人生的不同方式。

我們對一個容許這種抑鬱性生活境況的天主哀傷地提出抗議，參與宗教或俗世的工作或活動以避免孤寂。

我們告訴其他人事務發展得多好，沒有人知道我們內心的可怕空虛，把自己向他人延伸。我們忽視自身的健康，害怕向他人甚至自己承認自己真實的感受。這不是一個賦予生命的空間，隱藏自己比開放自己似乎更好。

我們企圖控制事情時，內心呼喊要求被聆聽。我們愈是操控自己的行動，抑鬱愈是增強。我們愈把自己躲藏在面具背後，孤獨感愈是強烈。在內心深處，我們感受到自己像一個虛偽的塑膠人。我們不知能做甚麼，總是希望自己的下一步能夠成功並帶來所尋求的平安，但都是沒有作用。

當方濟開始改變他的看法時，就經歷到類似的感受。他的內在的心神被吸引去聆聽福音，外在的心神卻與新的思維不同步。他好像漫無目標地到處遊蕩，變得較容易接納麻瘋病人及貧苦大眾；但多年的賺錢訓練與這些想法有衝突，感到自己好像是一個分裂的雙面人。他的慷慨令他願意去幫忙，與父親訓勉他要好自為之的話在打對台。他不確定要信賴自己的感受，卻又不能忽視它。

這是一段尷尬難堪的時期，他出於懼怕，設法遠避自己的父親，他已越過了父親的紅線，衝突自所難免。他聽到父親伯多祿（Pietro）一些恐嚇他的侮辱說話，朋友們不瞭解這位派對領袖究竟發生了甚麼

事。他生活得不倫不類，除了害怕及不安外，不知道該做甚麼。他的父親把他拖曳回家，把他禁錮在地牢內。對方濟來說，這並非美好的日子。

方濟的掙扎和我們許多人類似，事件相異但人的反應及感受相近。達致健全的自愛及親切的尊重的旅程，並非一蹴即至。我們在虛偽的傲慢和聖善的傲氣之間掙扎，發現自我及追求自我之間的衝突並不容易描繪。我們踏前一步，卻因努力沒有即時成功就害怕地退縮。這個成長的旅程很不容易，一如方濟所體驗到的。儘管我們面對着懼怕及不確定，**在俗會**的生活方式把我們安置在一條固守許諾的道路上。

方濟與方濟人（**Franciscans**）

追隨亞西西的方濟，就是選擇發現自我的旅程。保祿寫道：天主是忠信的，因為你們原是由他所召，為同他的聖子，我們的主耶穌基督，合而為一（格前 1:9）。耶穌臨在我們面前，我們不能控制他的臨在，但可以控制自己的回應。方濟雖然是一個模範，但我不是被召叫成為方濟。我被召叫成為我，不可能成為其他人，包括方濟在內。

方濟提供了一種回應的風格和一種心靈的態度，可以轉化我們的生命。他回應天主及天主聖言的方式，可以成為我自己的。它會類似方濟的旅程，但

會滿佈我的指印。它反映曾觸摸過方濟的觀點，方濟是我們的一個典範。

方濟提供了一條帶來喜樂的健全途徑，投降可能是痛苦的，卻會帶來平安的希望。我對天主的回應將會是：主，我在這裏（依 6:8）！鼓動方濟的福音理想，能迅速地在我的生命中產生變化，我被召叫給耶穌在福音中所提供的添上血肉。我能歸還給天主的，惟有我自已；天主愛我，我自己就是所能獻出的一切。我的任務，是忠於天主所創造的我；被召叫參加在俗會的人，要把真我帶進這種生活方式。

在旅程上搜集資料

我們的生命受到多方面的影響。在方濟人（Franciscan）的旅程啟航時，認識自我是重要的。

天主與他創造的萬物分享自己的美善。他創造了世界，創造了人類居住在其中。他按聖言的肖像造生了我們：萬物是藉着他而造成的，凡受造的，沒有一樣不是由他造成的（若 1:3）。我們的受造，是奧妙的。正如大腦為動作自動傳送信息，是多麼難以置信；視覺影像的光彩，聆聽接觸耳朵的聲音，又是多麼奇特。我們沈浸在奇妙之中，是一個要被發現的奧秘，多於是一個要破解的難題。

我們在自身內同時發現弱點與長處。既體驗到天主忠貞的愛，有時又感到天主的不在。在軟弱和力量中，在警覺和隔離中，天主都是同伴。脆弱使我們依賴天主，當我們到了自己繩索的盡頭時，就是對天主希望的開始；這些都是我們與天主生活的矛盾。

天主創造我們成為美善的，但不是完美或不會犯或對失敗有免疫力。我們有欠缺，卻非常美善，這就是天主的真理。

我們能夠妄用美好的恩賜，可以選擇追隨福音以外的路徑。被撒播的種子，可能落在石頭上或路旁或荊棘中，不能結實；也可能落在好地裏，結出豐碩的果實（參閱路 8:5-15）。我們的任務是準備土壤，讓美善可以不受妨礙地生長。我們可能是在功能失調的家庭或團體中長大，可能發展出一些自衛性行為為能在虐待中生存。接受自己的尊嚴可以是困難的，但並非不可能，因為天主的愛是忠信的。

如果別人屢次說我們不好或愚蠢或笨拙，我們就會開始相信，它就具有破壞力，但這是可以改變的。天主賜給我們的尊嚴，可以被消極反面的言語所埋葬，但我們可以從這樣的墳墓站起來；如果有人愛我們的生命，這就會發生。天主會做這樣的事，通常是透過可愛的人，我們就會按部就班地成為真正的自己。

社會為自我接納設下關卡。成功人士的形象，為我們總像是遙不可及的。成功要求我們以特定的服飾裝扮，採用特定的語言，追隨特定的生活格調，累積財產及享用富裕。這些生活的外表是可以量度的，對心靈的事情卻毫無用處。方濟人需要思量，依賴外在的事物來達致內心的喜樂與平安，可能帶來的後果。

這些影響具有持久性。效率變得和花時間與人相處一樣重要，利潤比豐厚的友誼更具吸引力，即時的滿足勝於長期的努力。但天主對待我們是長遠的，因此，在即時解決方案的社會中，他經常被視為是過時的。

家庭關係影響我們。我們從為我們很重要的人那裏，吸納了許多的觀念及態度。一般來說，我們不會質疑他們對生命的觀點及方式的有效性。他們的影響力是持久的，但早晚我們必須為自己如何思考、相信甚麼和如何行動負起責任。

危難能蹂躪我們。痛苦、死亡、被出賣、受創傷、失敗、被遺棄、婚姻破裂、抑鬱、患病或失業等，都能夠破壞生命是有價值的信念。另一方面，肯定可以激勵我們，使我們向成長邁進。接受我們之所是的人，為栽培我們的價值感供應了積極正面的影響。積極及消極的影響，在生命中此起彼落。

生命是不會停滯不前的。我們會改變，內在會成

長或死亡。年歲的累積，改變我們對事物的看法。病痛刺穿了我們無敵的泡沫，昨天的解決辦法演變成今天的問題，浮誇的廣告創造了虛假的希望。如果我們抗拒改變，就會變成行屍走肉，表面生活但內心已死。保祿邀請我們追隨另一條路徑：你們既然接受了基督耶穌為主，就該在他內行動生活，在他內生根修建，堅定於你們所學得的信德，滿懷感恩之情（哥2:6-7）。

決志

你面對是否參加**在俗會**的決定時，會受到許多因素影響。在抉擇時要善用祈禱的時間，你會在旅程上學習到關於**在俗會**的種種，你現在的基本抉擇是展開這個過程。

在身為一個查詢者（inquirer）【舊譯望會者】的期間，會為你提供多方面的經驗幫助你做決定。你逐漸獲得有關**在俗會**的認識後，將要邁向做出一個更永久的抉擇。起步時，你祇是單純地決定進入培育過程。與**在俗會**會友的持續對話，將會延續這個過程。定期地參加查詢者的聚會和會團（fraternity）會議，將為你提供良好的資訊和經驗，以幫助你做出決志。

在俗方濟會會規

方濟會的培育

在俗會具備優良的培育方針和政策。培育階段是重要的，缺少它，人們傾向在方濟會生活要求的生活方式中進行挑選。在初期培育的時期，值得把精力投入，它要處理一系列的議題：

1. 它溫和而虔敬地探索方濟會生活方式的召叫。
2. 它提供一段認識在俗會生活方式的訓練，幫助人去理解自己的人生旅程。
3. 它要求地方會團與查詢者及候選人（candidate）【舊譯為初學者】互動並發展良好的關係。
4. 它為在俗會會規（下稱「會規」）、在俗會會憲（下稱「會憲」）、方濟、嘉勒（或譯佳蘭）及方濟會傳統提供經驗與闡釋。
5. 它為測試天主的召叫及我們的回應提供分享的友伴。
6. 它提供時間、物料及那些協助查詢者和候選人的

熱心方濟人。

7. 它幫助查詢者和候選人對自己的**在俗會**召叫做出明智的決定。
8. 它幫助我們一起祈禱，學習與耶穌溝通的方法。

在俗會並不是成聖的一種神奇方式，純粹參加不能令你成聖。如果你的心意識到一個追隨方濟的召叫，就要聆聽與回應。參加**在俗會**不保證成聖，正如擁有一本聖經不會使你成為聖經學者，但它會以能協助你的機會及人圍繞着你。

方濟人非常人性化。我們並不完美，我們的會團也不是完美愛德的場所。我們掙扎，努力在路上互相扶持。我們如同任何人一樣，與改變及成長格鬥，但願意為接受改變與成長為生命的正常部分而做出承擔。

我們是與一個具有共同目標及穩健神修的團體同行：所以，如果你們在基督內獲得了鼓勵，愛的勸勉，聖神的交往，哀憐和同情，你們就應彼此意見一致，同氣相愛，同心合意，思念同樣的事，以滿全我的喜樂（斐 2:1-2）。

會規及其簡史

1987 年的**會規**，包含了**在俗會**的精神及生活。**會規**提供了在俗方濟人生活方式的方向，它是經過諮詢普世在俗方濟人後才寫成的。**在俗會**會友如果按此生活，就會向世界展示成為常態的方濟運動。雖然**會規**本身不能轉化人，卻能為成長提供良好意識的方向。

在**會規**的正文前，收錄了聖方濟親自撰寫的《致眾信友一書》，雖然學者對成書的年份有不同看法（1213-1222 年間），但普遍認同它在反映方濟對「亞西西的補贖者」提出的意見和理想方面的重要性。

在十二及十三世紀的歐洲，補贖者的群組相當普遍。他們時常浪跡於義大利及其他國家，從事愛德善工，穿着特別服飾，專務個人皈依。他們中有些表現極端而陷入異端，有些溫和而屬於正統。方濟派遣初期兄弟前往傳道時，稱他們為「亞西西的補贖者」（《隱名佩魯賈》19；《三友拾遺》31）。

沒有辦法成為小兄弟或貧窮小姊妹（**Poor Clares**）的人，在世俗中按方濟的精神生活。他們信奉方濟對天主的信賴，選擇為窮人及邊緣人士而服務。他們抗拒暴力，以和平的方法去化解衝突。他們尋求和好的方式，以代替報復。他們努力透過忠信的服務而非任意使用權力，去建樹天主的國。他們是最早期的在俗方濟人，原被稱為「補贖的兄弟姊妹」。他們對他們時代世界的影響力，是有聲有色的。他們拒絕攜帶武

器，使他們那個時代的戰爭機器受到壓制。

對於**在俗會**，方濟常是一位兄弟，這個家庭和小兄弟們的關聯是持久的。原先，**在俗會**掌控着自己的命運。1215 年的拉特朗第四屆大公會議做出許多教會內的改革，要求聖職人員及修道人士需要有培育課程。公會議努力為教會內的許多運動訂立指引，這也影響了**在俗會**的成長。

1289 年，教宗尼閣老四世把**在俗會**的管轄權，交在小兄弟會手中。他亦為**在俗會**制定了新**會規**，這**會規**的有效期持續至 1883 年。歷史的研究說明，**在俗會**反映出在這多個世紀中教會生活的起伏。

1883 年**在俗會會規**的改革，憂喜參半。在 1800 年代的義大利革命中，教會失落了財產及世俗權力。面對這些損失，教會變得以防禦為主，禁止信徒與吞沒教會財產的政黨有聯繫。教會傾向與社會保持距離，這種心態突顯這段歷史的許多教會做法及政策。

教宗良十三世在 1883 年為**在俗會**頒發一部新**會規**，因此它亦被稱為「良會規 (The Leonine Rule)」。它的原意是為**在俗會**提供新的方向，卻同時反映出教會當時的心態。社會行動、政治參與、敗壞的娛樂及和世界有太多的接觸，都被列入禁制範圍。從內在影響社會的**在俗會**，變成了一個熱心善會。

為一些**在俗會**的會友來說，祈禱比關注服務窮人更重要。聆聽靈修講座，替代了把屬神價值帶給俗世。1883 年的**會規**，傾向個人的虔誠多於更廣闊的福音生活觀點。**在俗會**反映出這時代教會所採取的方法，參加**在俗會**較為容易；它在人數方面激增，在活力充沛的方濟精神方面卻表現失色。

然而，一般性的陳述不適用於**在俗會**及教會。教宗良十三頒發了許多具前瞻性的社會諭令，許多團體制定了健全及影響深遠的社會計劃。聖方濟的精神持續地激勵**在俗會**會友去關心窮人及邊緣人士。許多會友的默觀生活增強了，卻像是一隻失去了咆哮的老虎。在俗方濟人與天主的關係日益密切，但在社會中的角色常是模糊不清和沒有確定性。

二十世紀

時間和成長並不是一潭死水，社會及世界都在發生變化。世界大戰、大蕭條、各式各樣的暴力、越南戰爭、共黨主義獨裁者的倒台、恐怖主義、科技及通訊的發展等等，都對社會影響深遠。聖經研讀、梵諦岡第二屆大公會議、解放神學、對神學及倫理學的新見解、社會行動、關注全球的窮人及邊緣人士、女性權益、司鐸的短缺、新的教會職務及平信徒的參與等等，都對教會產生深邃的衝擊。1883 年的**會規**，已不足應付世界及教會所面對的挑戰。

普世的會友及**在俗會**的多個委員會，參與了改寫一部新會規的工作。這項工作經歷多年，第一會、第二會及修規第三會（Third Order Regular）都時常伸出援手。試驗性的規條，經歷不斷的發展及測試。在諮詢工作完成後，一部新**會規**終於面世。教宗保祿六世在 1978 年 6 月 24 日頒發宗座核准，所以它也被稱為「保祿會規（The Pauline Rule）」。

1978 年的**會規**，從一個聖經及肯定的觀點，公佈**在俗會**的生活方式。它鼓勵會友在正義議題上和**在處理與信仰生活相關的政治議題上**，成為先鋒（第 15 條），鼓勵以默觀（第 8 條）為一種和平、喜悅和團體的知覺（第 19 條）。這部**會規**賦予**在俗會**能力，從福音的角度去面對當今世界的問題，為我們這個苦苦掙扎的世界，提供另一種生活方式的願景。

評注和詮釋的有效性，勝不過**在俗方濟人**的熱誠承擔。第一會、第二會及修規第三會的會士，與**在俗會**會友一起攜手，達致以方濟精神去影響世界的共同目標。

第 14 條

在俗方濟人與一切善意人士，共同蒙召去建設一個更友愛和更合乎福音的世界，使天主的國能更有效地擴展。

方濟人焦點

1182 年 * 方濟若翰伯納當尼 (Francesco Giovanni Bernadone) 生於亞西西。他的父親是伯多祿伯納當尼 (Pietro Bernadone)，屬崛起的商人階級，以販布為業。他的母親皮卡 (Pica)，來自法國南方。方濟在聖喬治 (San Georgio) 的堂區學校接受初等教育，雖不是學者但尚算不俗。

1198 年 * 正值方濟十六歲時，亞西西的公社攻擊封建貴族的大本營馬焦雷堡 (Rocca Maggiore)。內戰使貴族與崛起的商人階級展開對峙，伯多祿伯納當尼是一位商人，嘉勒的家族屬於貴族。

1202 年 * 亞西西與近鄰的佩魯賈交戰，方濟也參戰。在科勒斯特拉達戰役 (Battle of Collestrada)，一場血腥的小衝突中，亞西西敗陣，方濟成為戰俘。

1203-4 年間 * 方濟從獄中被釋放，帶病返家。

1205 年 * 希望終於來臨，布賴恩的沃爾特 (Walter of Brienne) 為戰事集結軍隊，方濟立即響應。他才剛到斯波萊托 (Spoleto)，在夢中獲指示要折返亞西西。這段不明朗的時期，為方濟是一種掙扎。

仍是 1205 年 * 方濟在聖達勉堂 (San Damiano)

祈禱，發自苦像的聲音對他說：「去，修理我的屋宇！」他於是維修了聖達勉堂和天使的瑪利亞堂，後者通稱為「寶尊（Portiuncula）」，是小兄弟會的搖籃。

1209 年 * 方濟住在寶尊（意即一小塊地），有些人來加入他的行列。他用聖經的經句撰寫了一部簡樸的會規，蒙教宗依諾森三世口頭核准。他們住在茅廬，乞取食物，看護麻瘋病人，在亞西西附近的城鎮巡迴宣講。伯爾納德（Bernard of Quintavalle）、伯多祿（Peter of Catania）及艾智德（Giles of Assisi）是他最早期的友伴。

1212 年 * 嘉勒（Clare of Assisi）跟隨了方濟，她深明貧窮夫人（Lady Poverty）。她為方濟運動，注入了特殊的感觸和豐富的洞察力。她建立了一種新穎的團體生活方式，聖達勉堂貧窮女士（Poor Ladies of San Damiano）遂得以成立。

1209-21 年間 * 在俗會就在此期間成立，方濟亦是在此期間寫了《致眾信友的第一封書信》。1221-1223 年間，方濟為小兄弟撰寫了一部較長的會規；此會規遺失後，他撰寫了一部較短的。

1217-19 年間 * 1217 年的寶尊總會議後，傳教士被派遣到不同的國家。1219 年，方濟自己和兄弟們前往敘利亞、近東及聖地。他在近東與回教蘇丹卡邁爾（Sultan Melek al-Kamil）會面，為十字軍的戰爭

成功地與蘇丹達成和平的方案。他和蘇丹的關係，是友誼性的。

1224 年 * 方濟於九月間在拉維納（La Verna）山上接受了基督的五傷。他的健康在惡化，眼睛失明，腸臟更出了問題。在這些年間，他撰寫了《造物讚或稱太陽歌》。

1226 年 * 10 月 3 日星期六的黃昏，方濟與世長辭。他垂死時聽着聖詠 41 篇，臨終前為《造物讚》添加關於死亡姊妹的一段。他享年四十四歲，正是他悔改後第二十年，安厝於聖喬治堂。1228 年 7 月 16 日，教宗額我略九世把方濟列入聖人名冊。1230 年，遺體遷葬於為他而建成的聖方濟大殿內。

問 題

1. 在培育時期的開始，請盤點一下你的生命。利用反思的時間去做，以下的問題可能有助於你的反思。

* 你的父母如何及有甚麼影響了你？你最快樂的回憶是甚麼？你最不快樂的回憶是甚麼？你對其他人、其他種族、其他文化、窮人、富人、病人、傷健人士等，抱有甚麼態度？你如何看待權威人士？你如何評鑑自己目前對耶穌福音的理解？你喜歡做甚麼？你不喜歡做甚麼？下列的事物對你的生命有何影響：教會、聖經、感受、運動、學校、閱讀、社會行動、工作、能力、上癮等？甚麼成功最使你喜悅？甚麼是你最難以處理的？你如何對自己生命中的重要領域進行持續培育？

請寫下你的故事，分享你所願意提出的部分。

2. 沒有其他人的協助，接納自我是否可能？請給予理由。
3. 你與方濟生命中的甚麼事件及感受認同？為甚麼？

4. 你為甚麼想加入**在俗會**？請描述這會如何為你的生命帶來改變？
5. 你會如何為**在俗會**做出貢獻？

聖經閱讀與反思

- * 請閱讀聖詠 139 篇。
- * 請分享有關這篇聖詠的反思及印象。在閱讀這篇聖詠時，產生了甚麼樣的衝擊？

