

第十一章

對我說話

常需要學習的，是溝通的藝術。它可能是最令人渴求的特質之一，但不容易實踐。在這個瞬息間立即可向世界各地發送訊息的世代，這聽起來可能有點怪異，但傳遞訊息和溝通並不常是同一回事。訊息可以填滿版面和螢幕，進入眼睛及頭腦，「瞧 (voilà)」！我們對某人或某事有了更多的瞭解。可惜這是一種有限度的溝通形式。

我們的重點，是個人溝通。如果兩個人要進行良好的溝通，早晚需要面對面、眼對眼、心對心的接觸。技術工具不是答案，人際關係才是。

個人溝通，是與他人分享我是誰的能力，和我對他們是誰的看法的能力。這是一個分享情感，訊息，感受，想像，恐懼，脆弱性和許多其他重要的人性事物的機會。在方濟人會團中，它是會團躍動的心；沒有它，誤會、挫折、曲解和類似的感受，就會接踵而至。

新聞記者有時會談到「客觀報道」，這是一項極為困難的成就，但這並不妨礙他們聲稱這一點。人類是主觀的，即使努力不這麼做。我們所看到的一切，都是透過自己的經驗、觀點、偏見和成見來解釋的，很少人能夠擺脫這種主觀性。因此客觀報道是極難實現的，這幾乎要求一個人放棄他的人性。

讓我們觀察一個用兩種不同方式講述的故事，你

就會明白我的意思。在教會中，有一些團體會認為，任何探索理解信仰的新方法的群組或個人都是錯誤的。他們對任何新事物都有偏見，會立即把它們貼上異端或違反教會教導的標籤等，這些報導者對權威的訴求非常強烈。另一方面，有些群組似乎容許任何事情，他們鼓勵那些為我們對信仰的理解增添新幅度的人。讓我們聽聽，兩個不同來源報導的同一事件。

有一個教會團體召集聚會，討論平信徒在教會中的角色。他們的演講者是個名人，但有人認為他具有爭議性。他的演講相當持平，他邀請聽眾用一種新方式去看待自己，他們已因洗禮獲得力量，應透過自己的生活去建立天主的國。他聚焦談論他們在世上教會的前線地位，鼓勵他們確認自己的尊嚴，並自豪地勇於承擔。在問答環節時，有人問起女性晉鐸的問題，他簡單地回答說，似乎有良好的理由可以繼續進行討論。以下是同一聚會的兩個報導：

報導一 * 麻薩諸塞州伊西鎮 (Itsy, Massachusetts)【應是偽名】：昨晚，具爭議性的可可庫姆 (CoCo Comb)神父【應是偽名】在聖權宜 (St. Expedience) 堂區【應是偽名】發表講話，他的主題是賦予權力。庫姆努力展現洗禮給所有人帶來的力量，鼓勵他們利用自己的力量來建立教會。他給人的印象是，人可以在不諮詢權威人士的情況下採取行動。演講的特點，是完全缺乏對教會權威角色的想法。看來他積極支持就婦女

晉鐸的問題持續對話，但完全無視對此類談話的禁令。本作者對他關於教宗的角色及聖統制缺乏強硬的言辭感到失望。出席者人數眾多，有人質疑該堂區是否應該允許這樣的演講在他們的場地舉行。

報導二 * 麻薩諸塞州伊西鎮：蒙大拿州蒙特市福蒂爾神學聯盟（Fortier Theological Union in Monte, Montana）【應是偽名】的著名教授可可庫姆在聖權宜堂區一個擠滿人的演講廳發表演講。他的演講集中在基督徒因洗禮所獲得的權力，他邀請人不僅要意識到自己的權力，還要以建立教會的方式使用它。他的演講援引了大量的聖經和傳統，分享了他對平信徒在教會中角色的看法。他的講話充滿力量感，人報以熱烈的掌聲。發問期間提出了其他主題，包括婦女的晉鐸，神父單純地呼籲對話中的開放性。對於所有參加者來說，這是一個值得的夜晚。

這兩個報導的品味很不一樣，二者都不是完全客觀的。但可以看到，透過事實的傳達方式，來傳達失望或認可是多麼的容易。觸發「具爭議性」或「一位著名教授」等詞彙，會立即令報導產生傾向性。引入個人想法的「缺乏對教會權威角色」和「援引了大量聖經和傳統」，為報導帶來了不同的傾向。

溝通並非經常完全準確，我們閱讀此類報導時需

要抱有存疑。兩位作者各自都揭示了一些基本事實，讓我們知道：可可庫姆神父發表演說，談到平信徒因洗禮而獲得的權力；除此之外，該天晚上的報導風格帶有一定的主觀性。

那麼，在閱讀和聆聽時要警惕的事情之一，是作者或演講者的偏見。報導所傳達的內容，貫穿認知、神學、哲學、偏見及慾望等。需要努力從編輯中理清事實，檢視所使用的形容詞，它們經常扭曲故事。最重要的是，要意識到我們不僅傳達事實，而且傳達對事實的詮釋。這些並不是罪過或錯誤，祇是不足以描述實際發生的事情。

地方會團層面

在會團與家庭衝突的經歷，教懂我自己很多事。其中之一是，人在不知不覺間假定別人是懂得讀心術的。孩子期望父母知道即使他們沒有被告知的事情，父母對孩子有期望但可能沒有和他們分享，配偶被期望有洞察力，從未表達過自己需求的方濟人抱怨缺乏會團的支持。人似乎認為其他人會自動地、神奇地及直覺地知道我們甚麼時候需要甚麼，當沒有人來幫助時甚至會感到沮喪。

我常聽到方濟人投訴會團不關心他們：「所有關於愛德和同情心的談論，都祇是嘴巴的話。」當我問

他們有否向會團表達自己的需求時，他們難為情地說：「沒有！」我們會讓其他人陷入困境。「如果你愛我，就會知道我需要甚麼！」我可以問：「我怎麼會知道？」難道我沒有責任告知他人自己的需求嗎？有人如果在未被告知的情況下知道我們的需求時，真是太好了，但例外比常規更多發生。我們可能知道有些事情出了問題，但在你透露那些是甚麼事情之前，我們無法處理。

以下是一些良好溝通的準則：

1. 不要以為別人能讀懂你的想法。
2. 如果有需要，請你告訴能夠提供幫助的人。
3. 如果你一直不作聲，就不要怪別人不幫忙。
4. 如果你講出了自己的需求，不要假設對方可以立即解決，你和他們可能需要尋找一個解決的方案。
5. 當你溝通失敗時，要認識到責怪他人是不公平的。
6. 要認清方濟人會團並不能洞識未來，如果需要他們幫助就要告知他們，他們如果不提供幫助才是罕見的事。

7. 不要因為有需求而感到羞恥，這是人性的一部分。
8. 當別人向你提出需求時，要積極回應。如果你個人無法滿足他們，請協助他們找到必要的幫助。

無論是不是方濟人，人與人之間這個互動的領域，都是一個敏感的領域。並非每個人都樂於表達需求，因我們覺得自己應該能夠解決本身的問題。當我們長時間缺席時，會抱怨會團催交會費，因而拒絕對話的空間。有時我們擔心，溝通可能會讓自己做出想要避免的艱難決定。無論如何，溝通對我們方濟人的生活方式很重要。

一些問題

我們透過多種方式溝通，包括：聲調，肢體語言，言詞，文字，沉默，觸摸，及不同的組合。溝通的另一面，是我如何接收你分享的內容。我的聆聽受到自己身體感覺的影響：我是否喜歡你？我如何看待你的想法？我是否能聽到你說的話？你的話是否對我有同樣的意義？我如何解讀你的沉默？我能否處理情緒的溝通？我對觸摸有何感覺？我如何解讀你的肢體語言？你的語調是否表達了我想聽的內容？我是

否忙碌或可以真正聆聽或不要分心等等？很多事情都會阻礙良好的溝通。

如果你威脅我或肯定我，我所聽到的會不一樣。如果我沒有安全感，你的話可能會帶來安慰或恐懼。簡言之，溝通需要跨越很多障礙。也許在最好的情況下，它能發揮足夠的作用。我可以嘗試理解，但常受到局限，因為我不是你。

略看方濟的一生，他與父親的溝通並不順暢。通常會涉及一些衝突，伯多祿為兒子方濟製定了他不想跟隨的計劃，方濟的皈依肯定與伯多祿不配合。他們在法庭上解決了問題，但沒有解決所涉及的心靈問題。與家人和朋友的決裂，在字面上聽起來可能很英勇，但我個人認為，這是方濟在祈禱中經常眷念的一點。痲瘋病人既然已成為他生命的一部分，他應該無法將父親排除在自己的關愛之外。有些記憶，會繼續觸碰着我們的生命。

方濟聽到天主的信息，是按照他當下的理解。他在神視中看到一座城堡，滿屋的武器和刀劍在燃燒的燭光下閃爍發光，使他相信自己會成為一名偉大的騎士。他看到並盡其所能去詮釋，但他誤解了天主的意思，需要時間去領悟。他聽到要去「重修教堂」，但在後來才意識到，天主的意思不僅僅是修復舊教堂的牆壁和屋頂。

沒有人可以避免誤解天主的或另一個人的信息。所傳達的訊息，需要清晰的溝通和細心的聆聽才能弄清楚，有時且需要別人為我們講解。溝通技巧，對人際問題及祈禱及聆聽天主的問題，都至關重要。

讓我們看看有關溝通的一些問題：

1. 肢體語言：

當我們說話時，身體也會說話：揚起的眉毛，交叉的雙臂，大笑，流淚，皺眉，悲傷的眼神，閃動的眼睛，推桿的姿勢，放鬆的身體等等，都會說話。身體受到溝通的牽動，有時身體說的話與嘴巴說的話不同。當我們聆聽時，我們同時聆聽言語和身體，當它們彼此一致時，它們才是真理的夥伴。祇有大量的練習，才能迫使二者彼此支持謊言。所以要聆聽肢體語言和說話。

2. 聲調：

一個人的聲調，告訴我們甚麼事正在發生。尖銳、清脆及強烈的聲調，顯示力量或確定性。恐懼的聲調，很快就能表達出來。不情願的聲調，可能表示最好不要分享的事情。顫抖的聲調，可能表示傷害和痛苦。安靜的聲調，可能表示秘密或害怕被聽到，或是一些太珍貴而不能大聲說出來的事。聲調有助於我們的溝通，我們最好聆聽它。憤怒和恐懼，不安全感

或保證，愛和情欲，都可以透過聲調來表達。

3. 言詞：

言詞有多種溝通的方式：一串罵人的言詞，有自己的語言。溫柔的言詞，有魅力。模稜兩可的言詞，表示溝通存在不確定性。理智的言詞，表示說話者的教育程度。情緒的言詞，有其獨特的風味。興奮的言詞，傳達特定的情緒意義。威脅性的言詞，可能涉及權力或恐懼。

4. 處境或情勢：

溝通的處境或情勢，會造成差異。這本書的言詞，與我本人平常的說話方式有些不同。寫作時我祇需要依靠文字，不需要任何的韻味聲調或肢體語言。我要更小心運用言詞，更用心地安排句子。當人生病時，他們的言詞可能具有新的意義。當親人瀕臨死亡對我們說話時，我們會更專心地聆聽，他們的遺言很重要。演講或講道的情境，創造了一種與談論足球或食譜不同的表達方式。在生活中，處境可能會影響我們決定說甚麼及如何說。

溝通的困難，在於如何以盡可能少的靜態方式，將我的想法和內心傳達給你。我無法控制你聆聽的方式，所以互動有雙重責任，我的和你的。我的，要清楚地溝通；你的，要好好地聆聽。這聽起來很直接也

很簡單，但生活告訴我們，這既不簡單也不常是直接的。許多衝突起源於不良的溝通和聆聽，出於對所傳達內容的推定和假設。多樣的因素，都會破壞訊息的傳輸。

聖經

因為我們拒絕真正聆聽，而使天主常常受到妨礙。天主的挫敗感，在聖經的許多言詞中都是明顯的。聖經中天主的話常是清晰的，聽的人卻不願意或無法相信，天主說話後甚麼事也沒有發生。天主透過先知說話時，人的反應是驚人的愚鈍。他們沉迷於自己的財產，導致他們祇聆聽卻輕忽天主的話。有時，他們的處境看起來是如此的絕望，以至於他們拒絕相信天主會關心他們。

天主在詠 81 篇多次要求人去聆聽：

請聽，我的百姓，我要警告你！以色列！恨不得你能聽從我：……可惜我的百姓沒有聽我的呼聲，以色列人也沒有服從我的命令。因此，我就任憑他們的心靈頑梗，讓他們隨自己的私意而行。（詠 81:9,12-13）

我們人類帶給天主不少困難，因為我們不是特別善於聆聽。我們中許多人說話都很好，聆聽卻感到很

棘手，不帶個人事項的聆聽更是困難。能用完全開放的心神去聆聽，是一項相當大的成就；在所謂「祈禱」的溝通中，聆聽很重要，在人類的對話中也一樣。我們需要增強這項技能。

會團生活之內

我們談到與溝通相關的一切，對於會團生活至關重要。一方面，成員很容易陷入組織性需求而忽略了成員的人性需求；另一方面，成員也可能忘記團體需求而陷入個人需求。我們需要取得平衡，最重要的是彼此分享生活中發生的事情。如果生病使我們無法參加會團聚會，需要告知參議會；如果某一天家庭義務優先於會團會議，需要將此情況通知參議會。如果發生需要更長時間離開會團生活的情況，與參議會對話是有禮貌的做法。

如果沒有這種溝通，參議會和會員就會在黑暗中摸索，人會開始揣測正在發生甚麼事。缺乏溝通會導致僅僅因為缺席而做出評價，因為沒有溝通以致原因不明，然後採用缺勤的規則並發送信件。於是感情受到傷害而產生疏離，人會認為不足掛齒而決定退會。缺乏相互溝通，會導致不必要的問題發生。

參議會和成員，都可以透過明確和定期的溝通來避免這種情況。如果成員面臨個人或家庭狀況，引致

需要暫時缺席會團生活，成員和參議會要進行對話，做出一些可行的決定。可以在不違反對**在俗會會規**生活承諾的情況下，解決問題。在准許缺席會議的條件下，該成員繼續履行**在俗會會規**的一切其他要求，如此，個人的承諾未有減弱。我們對耶穌的承諾，不會透過**在俗會**的生活方式而放棄。

此外，有些情況需要會團的幫助，如探訪或任何形式的支持。但如果沒有與會團參議會的直接溝通，這就不可能發生。成員會自動這樣做，這是他們對**在俗會**生活方式負有責任的一部分。

每一位要信任地向他人表明自己的需要，因為，如果母親撫養和愛護她血肉的兒子，每人更應當怎樣勤快地愛護和照顧自己屬神的兄弟呢？
（《會規二》6:8）

在俗方濟會會規

第 23 條

成員發現自己遇到特殊困難時，應該以手足對話的方式與參議會討論自己的難處。若需要退會或永久性被在俗方濟會開除會籍一事，將由會團參議會按照會憲的規定執行。

注釋

在俗會友所承諾的會規，帶有對話的責任，會規的這一點是明確的。在俗方濟人在生活中會遇到意想不到的情況，我們無法預測這些事情在何時或在何地發生，它們將會發生就是。當事件需求重新評估成員遵守會規的能力時，就需要與會團的參議會對話。

參議會透過多種方式警覺到有所需求：

1. 成員經常缺席會團生活，參議會注意到他們的缺席，並啟動對話。
2. 成員通知參議會，生活狀況使他們很難或不可能

出席會議，於是開始對話。

3. 第三方向參議會提供有關經常缺席會團生活的成員的情況的資訊。
4. 參議會和成員都假設，如果有足夠的耐性，一切都會好起來的。於是，肅靜主宰了情景。

第 3 點和第 4 點是差劣的溝通方式。有時突發的疾病或意外的事件需要來自第三方的消息，這是可以理解的。

更常見的是，當事人有責任與參議會溝通。假設參議會能奇妙地找出問題的所在是很容易的，這種想法是在等待困難的發生。

應付困難的最好方法，就是按照**會規**的要求去做：「應該以手足對話的方式與參議會討論自己的難處」。這聽起來很簡單，但常常被忽略。永遠不要假設參議會能從其他人得知問題，或參議會可是奇妙地知道出了甚麼問題，或他們的直覺會告訴他們不要打擾你。這種想法具有破壞性，會引致不必要的難題。**會規**很明確，跟從就好了。

參議會與該成員對話，決定處理該情況的方法。有時問題是暫時的，短時間內就會改變，然後一切就會恢復正常。這種情況下，不需要做出重大決定，祇

需清楚地理解事情的真相即可。

有時問題較為嚴重，慢性疾病或身體殘疾可能使成員無法像從前一樣繼續參與會團生活。需要展開對話，邀請該成員盡其所能，與會團生活建立一個實際的新關係。常識將會做出定奪，成員可以暫時或永久被免除**會規**的某些要求，但他仍必須滿足**會規**的其他一切要求。

如果某成員已經到了無法遵守**會規**的地步，又或者沒有意願繼續下去，成員和參議會之間的對話必須處理該問題。透過對話，退出**在俗會**的決定可以是一個相互而健康的解決方案。在這種情況下，該成員向參議會寫一封退會信，然後參議會就依據**會憲**規定的程序，把他開除。一旦被**在俗會**被開除，該成員就不再需要承擔**在俗會**的任何義務。

在對話中，對聖神的工作保持敏銳是很重要的。召叫我們進入**在俗會**的天主，也可能召叫我們進入另一種生活方式。退出永久性的承諾，需要在做出決定之前進行祈禱性的考慮。這不該是隨意的，也不該是突然的念頭，亦不該是出於誤會。它需要時間，對話，祈禱和一個共同且充滿智慧的決定。一旦做出決定，我們祈求天主保佑所有相關的人。

如果**在俗會**成員被召叫加入一個修道團體或其他第三會，他們當然不再屬於**在俗會**。然而，當他們正

在測試新的聖召時，他們仍然處於主動請假狀態，直到確定新的召叫為止。如果這種情況發生時，參議會要在會團登記冊內註明退出的原因。

如果一位成員的生活方式成為會團或廣大公眾的醜聞，參議會必須採取行動。當一名成員公然藐視我們的**會規**和生活方式時，參議會必須採取行動開除該成員。依循**會憲**規定的正當程序，採取行動前必須認真嘗試對話，作為過程的一部分。此類情況可能很困難，但參議會絕不能逃避責任，因為會團的利益受到威脅。我們繼續盡所能，來影響和幫助任性的成員。

誠然，我知道我對你們所懷的計劃——上主的斷語——是和平而不是災禍的計劃，令你們有前途，有希望。那時，你們呼求我，前來懇求我，我必俯聽；尋找我，必找到我，因為你們是全心尋求我。我必將我自己顯示給你們。(耶 29:11-14)

方濟人焦點

亞西西嘉勒與布拉格依搦斯

嘉勒的寫作不多，包括：一部會規，四封給布拉格依搦斯（*Agnes of Prague*）的書信，一部遺囑，一個祝福和一封給布魯日艾孟杜魯德（*Ermentrude of Bruges*）的書信。每部作品的風格各異，《會規》顯示出她對法理和法律術語的熟悉，《遺囑》揭示了他的性格，《祝福》充滿了聖經經文。

她寫給布拉格依搦斯的書信，內容豐富，揭示了許多關於嘉勒的事。依搦斯出生於 1203 年，是波希米亞奧塔卡（*Ottakar of Bohemia*）和匈牙利康斯坦斯（*Constance*）女王的女兒，三歲時就與西里西亞（*Silesia*）公爵的兒子博萊斯勞斯（*Boleslaus*）訂婚。博萊斯勞斯不久就去世了，依搦斯於是變回自由之身。腓特烈二世（*Frederick II*）為他的兒子向她提親，當他後來成為鰥夫又為自己向她提親，但兩次均遭婉拒。

1225 年，依搦斯結識了在布拉格傳教的方濟會小兄弟，從而得知嘉勒和她的生活。1232 年，她修建了一家臨終關懷醫院，交給紅星十字騎士團（*Crosiers of the Red Star*）管理。她還獲得了一塊土地，為聖

達勉的貧窮女士（**Poor Ladies of San Damiano**）蓋建一座隱修院，並為服務貧窮女士的小兄弟們提供住處。方濟和嘉勒的神修，令她印象深刻。嘉勒給依搦斯的第一封信，是在依搦斯進入隱修院前寫的。

依搦斯寫信給嘉勒和羅馬教廷，請求允許在布拉格建立聖達勉貧窮女士的團體，她請了一些義大利的姊妹來幫忙成立。1234 年春天，依搦斯和另外七名來自富裕家庭的年輕婦女，加上五名來自義大利的貧窮女士，一起進入了隱修院。依搦斯追隨嘉勒的精神，開始與嘉勒通信。她在隱修院渡過了五十四年的生活，並於 1282 年 3 月 2 日去世。

嘉勒寫給依搦斯的書信，前後涵蓋了十九年的時間，它們揭示了嘉勒自身神修的發展。第一封書信，她對比了世俗生活和神修生活之間的差異，向依搦斯提出鼓勵。第二封書信，她論及貧窮和靜觀是與耶穌親密關係增長的源頭。第三封書信，她鼓勵依搦斯不要讓嚴苛減慢她對方濟會生活所要求的精神奉獻。第四封書信，她揭示了自己在死亡姐妹臨近時所體驗到的一些喜悅和平安。

嘉勒第二封書信的言詞，是實用的建議：

在所有這一切中，要追隨我們可敬的父親、總會長厄里亞兄弟的建議，這樣你就可以更安全地在主誠命的道路上行走。要珍視它超越任何人的建

議，要比任何禮物都更貴重地珍愛它。如果有人告訴你一些其他的事，或建議一些會妨礙你的完善或看起來會違背你神聖召叫的事，即使你必須尊重他，也不要跟從他的建議。(15-17 節)

嘉勒第四封書信的言詞，是愛：

在這靜觀中，願你想起你貧窮微小的母親。要知道，你在我眼中比任何人更為親愛，我已經把你幸福的紀念，刻印在我的心版上。

我還能多說甚麼呢？當我設法表達我對你的愛時，讓血肉的舌頭保持緘默。榮福的女兒啊！讓聖神的舌頭說話罷，因為我對你的愛，永遠無法透過血肉的舌頭完全表達，甚至我所寫的也無法充分地表達。(33-35 節)

問 題

1. 按你的意見，良好溝通的最重要因素是甚麼？為甚麼？
2. 那些報導事件、人物或危機的人，如何避免主觀？報導者會做些甚麼來扭曲報導？
3. 有一些甚麼重要原因，令成員要與自己會團的參議會溝通？
4. 在沒有私人計算的情況下，你如何評價自己的聆聽能力？為了提升自己的聆聽能力，你需要有甚麼改變嗎？是甚麼？
5. 聆聽另一個人的溝通，有那些關鍵因素？
6. 請分享你對嘉勒和她的精神的一些看法。對她來說，有甚麼是重要的呢？她的「貧窮特權」，有甚麼意思？嘉勒對布拉格依搦斯說的話，對你說了些甚麼關於她的事？

聖經閱讀與反思

- * 請閱讀迦 6:1-10。
- * 保祿邀請迦拉達人要直接，誠實並互相關心，這段經文與良好的溝通有何關係？保祿所說的良好溝通的後果是甚麼？

本章結束