

心靈輔導：心理輔導與 屬靈引導的整合（三） ——屬靈引導職事的重尋

李耀全

一、引言

筆者在本刊第一、二期的專文¹內，嘗試指出在教會職事中重尋「屬靈引導」職事 (spiritual direction) 的必要。首先從中國心理學屬靈意識的缺乏，然後又從基督教人性（靈與魂）二分的錯誤，重申整全「人論」(Doctrine of Man) 的重要性，因為我們對「人」的神學理念直接影響我們「牧靈」(care of the soul) 的模式。從教會「牧靈」的歷史發展，我們發現，在宗教改革以前，牧者除了負責教會聖禮的職責外，還扮演「屬靈導師」(Spiritual Director) 的重要角色。² 宗教改革正確地把基督教的教會權威基礎從教會的傳統轉回到聖

¹ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（一）——魂與靈的再思〉，《教牧期刊》第1期（香港：建道神學院，1996），頁67~87；〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）——新牧靈模式的初探〉，《教牧期刊》第2期（香港：建道神學院，1996），頁111~129。

按一般中文翻譯，「屬靈引導」是指"Spiritual Guidance"，而「屬靈導引」是指"Spiritual Direction"。筆者認為，兩者雖有些微的分別，但卻可以通用，而在本文中將採用較為普遍的名稱「屬靈引導」。

² 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁116~117。事實上在聖經早已有「引導」的觀念，而隨著時代演變，亦出現了不同的「引導」模式。

經，把教會的權力架構從牧師轉到平信徒領袖的身上。³ 在這改革過程中，教會得著更新，但與此同時，教會亦摒棄了一些重要的傳統，削弱了教牧的一些重要角色。而筆者認為「屬靈引導」便是今日教會要重尋的一項職事，也是今日教牧神學的重要使命。

另外，基於心理學的影響，二十世紀的「教牧輔導」已走向兩個不同的極端。⁴ 在極左的一端是完全肯定心理學地位的先進派：把「教牧輔導」當作「心理輔導」與「臨床心理治療」的教會版本；而在極右的一端是完全否定心理學地位的極端基要派：把「教牧輔導」定為「聖經輔導」，把聖經看為唯一的「輔導手冊」。這種兩極化的情況使「屬靈引導」職事的重尋更形迫切。筆者身為教會牧師，同時又是受過專業訓練的心理與家庭輔導員，多年來就在這兩個極端中力求平衡，因此不能不指出走向這兩個極端的危機，以及投入教會在二十一世紀應有的牧靈新模式的探討。

在〈新牧靈模式的初探〉中，筆者已提出四個要考慮的層面。⁵ 首先我們對個人的問題要採取一個以關係為中心 (relational approach) 的取向，而不是採取內在心理異常 (internal psychological disorder) 的取向。⁶ 在本文我們將更深

³ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁 117~118。

⁴ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁 118~120。

⁵ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁 120~129。

⁶ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁 120~122。

入討論這一點，尤其是研究基督徒臨床心理學家克萊布博士 (Larry Crabb) 所謂「聯繫」(connecting) 的觀念。⁷

第二個層面是牧靈的新途徑，尤其是「屬靈引導」在二十一世紀教會的新詮釋與演繹。⁸ 按克利施 (Clebsch) 和杰克爾 (Jackle) 兩位著名教牧神學作者對教牧關顧 (Pastoral Care) 有以下的定義：

教牧關顧包括由有代表性的基督徒所作的一切施與幫助的行動。它目的是在醫治 (healing)、支援 (sustaining)、引導 (guiding)，及復和 (reconciling) 的職事上，使一些困苦的人在他終極的意義與關懷上所受的困擾得著幫助。⁹

從以上所提出人四方面的需要：醫治、支援、引導與復和，可看出教牧關顧的重要性與全面性。心靈的醫治、生活的支援、屬靈的引導以及神與人的復和，都是教牧對現今信徒關顧的核心。我們需重新奠定新紀元牧顧的模式，因為「屬靈引導」是基督教（新教）失去了的牧養藝術。本文將先集中討論如何在新時代重尋「屬靈引導」的職事。

我們除了探討「屬靈引導」的基本概念和意義，還要學習心靈輔導的藝術，這第三個層面是要整合心理治療、教牧輔導及「屬靈引導」的途徑，達致全人關懷的目標：¹⁰ 生命

⁷ 參 Larry Crabb, *Connecting – Healing for Ourselves & Our Relationship, A Radical New Vision* (Nashville: Word Publishing, 1997)。

⁸ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁 122~123。

⁹ W.A. Clebsch and C.R. Jackle, *Pastoral Care in Historical Perspective* (New York: Aronson, 1975)。

¹⁰ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁 124~127。

的評估 (appraisal) 及生命的轉化 (conversion)。¹¹

最後的一個層面就是探討這新牧靈模式在整個教會牧養與培養的事工的地位，以及實踐這模式的影響與意義。¹² 這方面將等待日後另文再深入探討。

二、「聯繫」(Connecting)——一個嶄新的心靈輔導理念

克萊布曾在加拿大維真學院發表他對基督教群體關顧職事的危機之觀點。他說：

基督徒要認識到個人問題是基於他與神與他人聯繫關係的斷絕，而這是因為他選擇倚靠他能控制的資源去面對生命的挑戰。¹³

克萊布在這些演說中已反映出他對輔導立場的改變。他是一位資深的臨床心理學家，一直受各方面人士的尊敬——無論是臨床心理學的專業人士、教會裡的牧者與信徒以及神學界的老師與學者。他的著作多次成為暢銷的基督教屬靈書籍。經過二十多年的耕耘，有如此傑出的成就，是甚麼原因使他如此徹底地改變他輔導的路線呢？在他最新的著作《聯

¹¹ Carolyn Gratton, *The Art of Spiritual Guidance* (New York: Crossroad Publishing Co., 1992), 122, 171.

¹² 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁 127~129。

¹³ 原文是：“The Christian should understand personal problems as product of disconnection from God and from others resulting from the choices to depend on controllable resources to handle the challenges of life.” Larry Crabb, *Crisis of Care in the Christian Community* (Regent College Audio Tape Series, 1996), Part 6。

繫》(*Connecting*) 中，¹⁴ 克氏表白他的心路歷程，讓我們明白他轉向的緣由。

克萊布指出他從超過二十五年心理學家的生涯中得出三個重要的結論：

1) 在我們的文化中被稱為心理異常 (psychological disorder) 的背後，是一個心靈的呼喊 (a soul crying)，而只有 (教會) 群體 (community) 能回應它。

2) 我們單訓練專業人士 (train professional experts) 去修補人所謂破碎的心理 (damaged psyches) 是不足夠的。心理的破碎並非真正的問題，我們掙扎的背後是一個「切斷聯繫」(disconnected) 的心靈 (soul)。

3) 現代社會文明最大的需要是發展社會群體——這些真正的群體是神的心之居所，是那些謙卑又充滿智慧的人，學習牧養在後面跟隨的人之處，是一些 (對群體) 信賴的掙扎者能與其他人同行共勉的地方。¹⁵

(一) 心理異常的背後

從以上的解釋，我們看出克氏漸漸脫離心理「治療」(treatment) 的模式，因為他再不能完全接受臨床心理學的觀

¹⁴ Crabb, *Connecting*.

¹⁵ Crabb, *Connecting*, xvi-xvii. 原文是：

1. Beneath what our culture calls psychological disorder is a soul crying out for what only community can provide.

2. We must do something other than train professional experts to fix damaged psyches. Damaged psyches aren't the problem. The problem beneath our struggle is a disconnected soul.

3. The greatest need in modern civilization is the development of communities – true communities where the heart of God is home, where the humble and wise learn to shepherd those on the path behind them, where trusting strugglers lock arms with others as they together journey on.

念，把人一切的問題看為不同的心理異常 (psychological disorder)，正如美國精神病診斷統計手冊 (DSM IV) 一般的分類。筆者也不能完全認同這分類法背後的假設，因為它把一個人的性格、情緒與行為「科學化」地分割，並認為這樣才能對症下藥，但卻忽略了人的整全性與複雜性。¹⁶ 從學術的角度，筆者無意否定它精細的分門別類的好處，因為它仍然有助於診斷各樣的心理問題，讓我們分別出哪些是需要臨床心理學家或精神科醫生專業治療的較為嚴重的問題，例如一些有器質因素 (organic factor) 的心理異常 (躁狂抑鬱症、性功能失調等)、自殺傾向與反社會行為等。其實臨床心理學家與教牧輔導員各有不同的角色，兩者是相輔相承的。這立場正是美國精神科醫生朗加曼 (Richard W. Roukema) 在一本為教牧輔導者介紹心理與精神病態所寫的書 *The Soul in Distress* 所表達的，他特別指出教牧可如何幫助精神病者康復。¹⁷ 以一個患了器質因素心理異常的病人需要極大的支持為例，他身體的功能可能已經失調，尤其是一些長期病患者，更需要別人的幫助，在這方面，教牧可以幫助病人適應生活上的困難。另一方面，病者的家人往往亦因照顧他而心煩意亂，牧者能協助當事人及其家屬冷靜下來，接納新的現實，這都需要愛心的照顧和輔導的技巧。此外，家人可能因病者的病情感到內疚，牧者亦可針對這方面作出合適的輔導。¹⁸

¹⁶ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁 124。

¹⁷ Richard W. Roukema, *The Soul in Distress – What Every Pastoral Counselor Should Know about Emotional and Mental Illness*, (New York: The Haworth Pastoral Press, 1997).

¹⁸ Roukema, *The Soul in Distress*, 117。但當牧者發覺他沒有足夠的能力進行輔導時，便需要把當事人轉介給專業輔導員。

克萊布認為不少心理問題並不屬於以上的類別，例如一般的性格異常、情緒問題、實存的絕望、人際關係的破裂、日常生活的問題（例如缺乏安全感、優柔寡斷、不能面對真我或現實、怨恨、焦慮、性慾的掙扎等）。¹⁹ 克氏相信以上的問題不是基於「破碎自我」（心理異常），乃是出於一個「切斷聯繫」的心靈——人面對生命的挑戰時與神斷絕了關係、不能誠實地面對自己，也沒有施予他人。問題的根源是「肉體」(the flesh)，而它的答案便是「靈」(the spirit)——一個新的心，是信靠神的、是恆久忍耐的，幫助我們透過敬拜和服從來與神「聯繫」，整合內在的自我，並與他人聯結。²⁰

(二) 心靈醫治的途徑

我們今日除了需要有受過專業訓練的臨床心理學家，更需要一些充滿智慧的長者。有時候一個靈友的關懷已足夠幫助一個在生命上「切斷了聯繫」的人，使他從心靈的掙扎中「重新得著聯繫」(reconnection)。克氏認為一切的支援都是從「聯繫」、「切斷了聯繫」和「重建聯繫」的觀念架構開始，包括了解聖經的人論、三一神學與新約中祝福的概念。換言之，他認為與心靈掙扎有關的個人問題是不需要專業的輔導，只需要屬靈的友誼與牧養。然而，他指出在今日的文化裡，我們絕少與善於聆聽的非專業輔導員談及心靈深處的掙扎，因此我們仍需要專業的輔導員。克氏認為良好的專業輔導員其實不過像一位知己、有智慧的牧者，及有經驗的屬靈導師，他們輔導的能力出於他們的智慧與品格，多於一些所謂輔導的技巧，更多於他們所受的訓練及所得的學位。²¹

¹⁹ Crabb, *Connecting*, 204.

²⁰ Crabb, *Connecting*, 205.

²¹ Crabb, *Connecting*, 206.

筆者也曾指出類同的看法，並指出現代心理輔導（治療）模式的不足之處。²² 透過對現代主要的心理治療法成效的檢討，我們發覺它們的共通點及主要問題在於完全不理會屬靈的事。所以無論是甚麼模式，也只是單向而欠缺完整的。筆者曾指出：「這是現代人的矛盾，包圍著眾多的知識，始終無法徹底得著心靈的醫治。」²³ 因此，回到聖經，回到人性的核心——心靈的掙扎，是筆者極之認同的心靈輔導取向。但與此同時，基督徒切勿讓輔導觀念的鐘擺又盪到另一個極端，而否定了心理學與輔導模式各自應有的地位，只接納單單使用聖經來進行輔導，正如亞當斯的勸戒輔導 (Jay Adam's Nouthetic Counseling) 一般。有不少的心理問題仍需要心理專家的診斷與治療，我們要先解決心理的因素才能達至較為屬靈因素的層面。因此我們仍要努力整合心理輔導與「屬靈引導」。

（三）心靈醫治的群體

克萊布強調只有（教會的）群體才能回應人心靈的呼喊，所以他便大力鼓吹建立這類群體。他指出自從宗教改革廢除了中世紀懺悔與告解的制度 (medieval confession)²⁴ 後，新教徒便放棄了形式上或正式的「認罪」(formal confession) 習慣，除了個人向神認罪以外，只剩下在領聖餐前的自我反省這機會，而對大部分人來說，它不過是可有可無，象徵式的認罪。在教會裡，我們失去了傾訴的對象以至無法處理我們內心的祕密和心靈的掙扎——即我們長久以來與罪爭戰的痛苦。難怪願意求助的信徒只能向教會以外的專業輔導員尋求

²² 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》（香港：更新資源〔香港〕有限公司，1998），頁72~84。

²³ 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁84。

²⁴ Crabb, *Connecting*, 97.

幫助，心理學家（輔導員）無形中便成為聽取我們告解的神父(confessor)！信仰、道德操守等都變成個人（私人）的事，我們寧願到外面尋求輔導，也不願在教會求醫治！有時候我們會找牧者幫助，但得到的只是一些合乎聖經的正確教導，它們都是我們早已知道但不能達到的指引。作者再次強調我們需要在教會群體中至少找一個人，能與我們一同對付肉體的敗壞、治死老我，可以使我們在三一神的群體中共同生活。²⁵

近年基督徒輔導員重新重視群體與輔導的關係。²⁶ 威爾遜 (Rod Wilson) 在他的著作裡曾指出醫治的環境應該是以群體為本 (communal)，而不是以個人為本 (individual)，並提出教會的牧者與教牧輔導員該了解他們成為會眾的「同路人」(co-pilgrims) 的重要。²⁷ 他也進一步指出「認罪」(confession) 的重要。他解釋：

在新教徒圈子裡不被重視的一項有關處理道德問題的行為——就是「認罪」(confession)。我們發覺在群體中遮掩隱藏我們的軟弱和罪過比承認更容易。有時這種遮掩的行為是因為在敬虔的團契中，人人都只能按眾人看為美的事行事，外表顧惜情面，彼此恭維，而不是真心相交。牧者和輔導員該知道隱帶祕密的重擔，以及「認罪」所帶來醫治的能力。²⁸

筆者極之認同以上的觀點，尤其是在華人社會中，我們都不願自揭瘡疤，寧願自尋解決的途徑。作為牧者，我們要鼓勵信徒多讓別人分擔他們的擔子，這不是說我們在教會裡

²⁵ Crabb, *Connecting*, 99. "...to mortifying the flesh, to dying to ourselves in the presence of another in order to live together in trinitarian community."

²⁶ 例如 Rod Wilson, *Counseling & Community*, (Waco: Word, 1995)。

²⁷ Wilson, *Counseling & Community*, 106-15.

²⁸ Wilson, *Counseling & Community*, 215.

不需要尊重個人私隱，要求各人揭露自己的軟弱，乃是說我們要在教會裡提高透明度，承認我們都有不同的掙扎。如此，我們便得出教會需要「屬靈引導」及輔導的結論，因為它可以使上述信徒的心靈創傷在教會群體中得著醫治。

克萊布在其著作的結語中再次強調「聯繫」的重要性，教會群體要將焦點放在施予恩典和智慧，特別是強調建立朋友、牧者，和屬靈導師的重要。²⁹ 一個醫治的群體是將「聯繫」成為它宗旨與熱誠的焦點——與神「聯繫」（敬拜）、與別人「聯繫」（愛心的服侍）、與自己的「聯繫」（個人的健全，personal wholeness）。一個健康的群體應建基於友誼關係 (friendship) 上，就是建基在一些願憑福音之豐盛，委身於關懷別人的藝術 (the art of caring engagement) 的人上。它亦是建基於牧養工作上 (shepherding)，就是建基在一些願意委身於牧顧的藝術 (the art of mentoring)，即賜予別人盼望的人上。牧者也就是一些資深的長者，在別人面對任何困擾時，給予他們克服困難的盼望。

健康的群體亦包括「屬靈引導」 (spiritual direction)，這要求我們擁有辨識的能力 (the art of discerning)。我們應能透過個人的臨在 (presence)，對聖靈的工作具有敏銳的觸覺，辨識人心靈深處的一切。屬靈導師要善用聖經觀念來了解自己與別人，並熟悉靈修神學，因為受引導者是藉著與屬靈導師建立的關係而成長的。³⁰ 因「屬靈引導」是克萊布特別強調的職事，故筆者在本文中將作較深入詳盡的討論。

²⁹ Crabb, *Connecting*, 206.

³⁰ Crabb, *Connecting*, 207.

(四) 小結

克萊布「聯繫」的觀念將基督教輔導模式的探討帶進新的一頁。我們不再是討論心理輔導進路與聖經輔導進路之取捨，也不是停留於整合兩種取向，乃是介紹一個嶄新的輔導觀念。一般心理學與輔導的模式，主要是透過加強對自我的體會和對困境的認識，醫治心理上的一些創傷。以聖經為本的輔導模式主要是透過聖經真理的教導，指出接受輔導者當走的路，去對付頑固敗壞的意志。前者是以人為中心，而後者則以神為中心，以聖經的權威為依據。前者是肯定人的善性而後者是偏重人的罪性。其實人性有善惡的兩面是事實，因此我們不可偏向單一種的輔導。可是，在整合兩種取向的焦點時，我們可以用甚麼理念呢？筆者認為克氏成功地找到人心靈困擾的核心問題，並有效地指出人心靈困擾的出路。

「聯繫」的觀念正確地指出，人的問題出自內心的矛盾、人際間的衝突、及人與神「斷絕了聯繫」，這都不是新的觀念。較為新的理念乃是肯定人內在的善性，把心靈醫治的焦點放在釋放人善性的一面，發出新生命的潛力；並且透過與一些群體中的肢體「重建聯繫」，滋養這新的生命。因此這輔導的觀念不是依賴甚麼技巧或方法，而是由群體中的屬靈導師，以他豐盛的生命來改變受困擾的生命。「聯繫」的目的是將受輔導者的人際關係，由自我中心轉為以他人為中心；將他的個人生命，由自我否定或自我滿足轉為自我肯定和自潔自重；並將它與神的關係，由自我倚賴轉為對神全然的依賴。克萊布觀念的突破就是從積極面看待人性，並且強調惟有生命才能改變生命。

筆者原則上同意克萊布的看法。從教牧的角度來看，不少同工體會到消極、負面的說教式輔導之缺點，而紛紛企求學習數之不盡的新輔導法與技巧，但他們仍然發覺這些方法

對受輔導者雖然有一些幫助，卻不能徹底地醫治他們的心靈。作者嘗試在這兩難之間提供一些可行之法，尤其是重新強調「屬靈引導」的重要性。多年來筆者亦在專業心理輔導與聖經輔導之間徘徊，努力於心靈輔導整合之工作，亦認為「屬靈引導」的觀念是基督教輔導可依循的路線。

與此同時，筆者要再次強調，重新重視這教會牧靈的觀念，並不等於漠視不同輔導模式的優點，或否定聖經教導的重要性。其實除了善用克萊布「聯繫」的理念處理心靈創傷的核心問題以外，往往要先從問題的外層入手。基於人性的頑固，要進行心靈輔導，必須先經過心理輔導。所以，現代各樣的輔導模式仍有它們一定的用途，專業心理治療師仍具相當的地位。教牧需要重新肯定自己重要而尊貴的角色，重新學習如何以屬靈導師的身分對信徒進行屬靈的引導。

三、重尋「屬靈引導」的職事

(一)「屬靈引導」與教牧輔導之異同

筆者曾指出「屬靈引導」與「心理輔導」的主要分別，³¹在此不再贅述，對這問題有興趣的讀者，可以進一步參考利奇 (Kenneth Leech)、愛德華茲 (Tilden Edwards) 及梅杰拉德 (Gerald May) 的作品。³²其中值得一提的是梅杰拉德在他的著作 *Care of Mind, Care of Spirit* 再版時 (1992 年)，在新版的引言和最後一章中所發表的新觀點。

³¹ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁 125~127；亦參李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁 356~359。

³² Kenneth Leech, *Soul Friend* (San Francisco: Harper & Row, 1977); Tilden Edwards, *Spiritual Friend: Reclaiming the Gift of Spiritual Director* (New York: Paulist Press, 1980); Gerald May, *Care of Mind, Care of Spirit* (New York: Harper Collins, 1982, 1992).

梅氏的立場大致上沒有改變，只是對某些課題的看法沒有以前那麼激烈，例如對屬靈經驗的仔細分辨，或從心理學與屬靈角度對人的了解之分別等。³³ 他這些新體會視心理學 (psychology) 為人生活的效率 (efficiency of one's functioning)，而靈程學 (spirituality) 則為人生命中愛的動力 (dynamic process)。可惜的是，我們往往為了效率而犧牲愛的動力。他在引言中的一番話，非常值得我們反省：

真正的 (心理與靈理) 整合 (integration) 一定要發生在你的心中，而不是在任何關顧的理論或模式……若果你太努力於建立一個完整心理學與靈程學的模式，你就會忽略了人的美妙 (beauty) 與精緻 (precision)。但若果你能欣賞人的美妙，又盡力學習有關人的精緻，再加上嘗試在你的心裡以禱告的態度向愛的源頭盡量開放，那末你便不需要製造整合 (artificial integration)，因為人製造的疏離 (artificial separation) 已不存在。³⁴

作者強調「在你的心裡以禱告的態度向愛的源頭盡量開放」時，其實正在鼓吹以默觀心理學與靈程學 (Contemplative Psychology & Spirituality) 作為心理與靈理整合的進路。他認為我們若具備這種心態，便能自然地欣賞、了解當前的處境，並藉著神的恩典，正確地作出回應。³⁵ 這不是說梅氏否定知識和才幹的價值，乃是說輔助別人最重要的條件，就是被神使用，讓祂的靈自由工作。因此他是把「輔導」與「引導」的共通點皆由輔導者及導師所肩負，筆者認為這一點是非常重要的提醒。

³³ May, *Care of Mind*, xv-xvi.

³⁴ May, *Care of Mind*, xvii.

³⁵ May, *Care of Mind*, 200.

「輔導」最主要是為了面對問題，而「引導」最主要是為了等候神的指引。因此前者需抱有解決問題的態度，而後者則需以禱告的心態向神赤露敞開。輔導員所需要的是豐富的同理心以及清醒的頭腦，屬靈導師同樣需要這些質素，還需要具備屬靈的辨識力 (discernment)³⁶ 與智慧。³⁷ 筆者認為兩者雖是不同，卻是有關連的。「輔導」可以引進到「引導」，同時「引導」亦可以達致「輔導」的果效。基於人性整全的神學及全人關懷的觀念，「輔導」與「引導」都是教會牧養的重點。教牧同工及協助牧養工作的平信徒在他們牧靈的工作上都可以（甚至應該）扮演這兩個角色。有時一個人可以同時扮演這兩方面的角色，因為他曾受過輔導員訓練，並且有引導的恩賜。然而這不是必須的，重要的是，無論受導者或輔助者在進行輔助的過程中，能清楚知道他們彼此之間的關係，而有合適的期望與進程，否則只會產生失望與混淆。我們至終的目的是在基督教群體中的牧靈職事上，重尋「屬靈引導」的角色。

（二）「屬靈引導」的傳統觀念

「屬靈引導」的傳統深受福音派人士所誤解，認為它是屬於天主教的做法。其實，基督教的學者現時也重新強調這傳統的重要性。³⁸ 我們將從屬靈導師角色的隱喻和屬靈導師的責任來討論「屬靈引導」的傳統觀念。

³⁶ 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁24。

³⁷ 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁341～342。

³⁸ 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁333～336。

甲、屬靈導師角色的隱喻 (Metaphors)

(1) 屬靈導師或靈友 (Spiritual Director/Soul Friend)

使徒保羅與他屬靈的兒子提摩太，是聖經中典型的「屬靈引導」關係，保羅對提摩太的叮囑：「你從我聽的那純正話語的規模 (the pattern of sound teaching)，要用在基督耶穌裡的信心和愛心，常常守著。從前所交託你的善道，你要靠著那住在我們裡面的聖靈牢牢的守著。」(提後一13、14) 顯示身為提摩太屬靈父親的保羅將神的教訓帶給提摩太，並鼓勵他以基督的信心與愛心，以及內住的聖靈，持守神的指引。我們可以說「屬靈父親」(spiritual father) 或屬靈導師 (spiritual director) 是「屬靈引導」最早的隱喻。現代的基督徒對它權威性的形象有點抗拒，因此選擇較為溫和的形象，例如：「靈友」(soul friend or spiritual friend)。

神人的「友誼」本身是聖經的觀念。耶穌以服從祂教訓的人為友（遵行我所吩咐的，就是我的朋友），並且把祂從父神所領受的都告訴祂的門徒。（約翰十五14、15）在早期愛爾蘭的基督教中，他們將這種神人的友誼、弟兄姊妹的相愛，稱之為「靈友」(anmchara)。「靈友」可能是一位神父（牧者），但有時可以是一位平信徒，扮演一個輔導者或導師的角色。當時有一句格言：「沒有『靈友』的人就像一個沒有頭的身體」，³⁹ 反映「靈友」在當時教會的重要性。「靈友」是一位「同路人」(fellow-pilgrim)，充滿辨識力與富有智慧的能力，是信徒不可或缺的。

³⁹ Leech, *Soul Friend*, 50.

(2) 沙漠居士 (Desert-dweller)

屬靈導師的另一個重要隱喻就是「沙漠居士」(desert-dweller)。沙漠是人受試煉的地方，例如以色列人在西乃曠野漂流、先知以利亞到何烈山逃難、施洗約翰在曠野過簡樸的生活、耶穌在曠野受魔鬼的試探，保羅在亞拉伯隱居。可見「沙漠靈程」(desert spirituality)的觀念也是源於聖經。

一班早期信徒為了遠離城市的罪惡以及因為非信徒的逼迫，紛紛去到沙漠過「禁慾苦修主義」的生活來操練自己。後來其他信徒長途跋涉尋求他們的「屬靈引導」。他們漸漸被人稱為「沙漠教父」(desert fathers)。其中一個主要的「屬靈引導」傳統先驅是埃及的安東尼(約公元250~356年)。信徒為了尋求解決異端問題的答案、為了表達基督教被立為國教後(公元312年)，教會出現的敗壞的不滿，紛紛嚮往在沙漠過獨居與獨身的生活。在安東尼的影響下，興起了「屬靈父親」與「屬靈母親」的觀念，這些屬靈導師都是用他們「辨別諸靈」(spirit of discernment)的恩賜，來引導其他的同路人繼續走在朝向神的道路中。這傳統繼續在西方教會與東正教會有跡可尋。⁴⁰

(3) 助產士 (Midwife)

另一個屬靈導師的隱喻就是「助產士」。在近年提倡這隱喻的一個學者是愛德華茲。⁴¹他指出作為靈友就是成為心靈受創傷者的醫師。一個醫師如何包裹流血的傷口呢？他所作的有三：洗淨傷口、連接斷肢、和等候痊癒。醫生本身不是醫治者，⁴²他只是提供醫療的環境，讓治療自然地發生。

⁴⁰ Leech, *Soul Friend*, 47-49.

⁴¹ Edwards, *Spiritual Friend*, 125-26.

⁴² Edwards, *Spiritual Friend*, 125。此觀念先出自 Gerald May, *Simply Sane* (New York: Paulist Press, 1977), 74。

其實醫生是一個助產士多於一個醫治者。愛氏認為屬靈導師就是心靈的「助產士」：

心靈的醫師最明顯的角色就是「助產士」，提供一個分娩與餵養整個心靈的環境。首要放在我們的意識就是對一個三面關係清楚的了解——第一就是「助產士」，第二是正在掙扎讓新生命接管的人（受創傷者），及第三是君王與祂滿有愛心、醫治力、驅馳力的聖靈、也就是我們願意服侍、默想、效法的那一位。⁴³

筆者極其認同以上的看法。當教牧能以一個「助產士」的角色和心態來進行牧靈工作時，他便能放下以一己之力醫治受傷心靈的擔子，也能除去以為自己是醫治者的虛榮與自傲。

另外一位作者，岡瑟 (Margaret Guenther) 把「助產士」與「屬靈引導」的觀念之比較，更描述得淋漓盡致；例如：「懷孕早期的疑慮與『屬靈引導』開始時的假設性；十月懷胎所需要的等候與信徒新生命成長所需的忍耐；助產士在母親分娩陣痛期的初階，要盡量讓母親自然順產，與屬靈導師要避免過早的輔助行動；分娩第二期所需要的積極行動與導師對受導者的鼓勵，尤其是要他努力聚焦；最後，健康嬰兒順產後的喜樂與靈友們一同慶祝神祝福最豐盛的時刻等之比較。」⁴⁴

⁴³ Edwards, *Spiritual Friend*, 125.

⁴⁴ Margaret Guenther, *Holy Listening: The Art of Spiritual Direction* (London: Darton, Longman & Todd, 1992), 89-106. Summarized by Roger Hurding in *Pathways to Wholeness – Pastoral Care in a Postmodern Age* (London: Hodder & Stoughton, 1998), 289. 在岡瑟的著作中，作者還將「屬靈引導」與「接待」(hospitality) 比較，及屬靈導師與「教師」作比較。

以上隱喻的比擬非常有反思的價值，比包裹傷口的比擬更為貼切。尤其是在懷胎十月與分娩不同的階段所表達的心情和助產士所需要的技巧、能力與耐性，都是屬靈導師需要了解與學習的。「屬靈引導」是協助信徒活出生命的過程，是需要導師與受引導者二人的合作，但新生命卻是神所賜的。

乙、「屬靈引導」的關係與導師的責任

(1) 「屬靈引導」的關係

「屬靈引導」是導師（靈友）與受引導者一同以禱告的心在神面前敞開，等候神在這特別的處境中，使受引導者克服靈命成長的一切障礙，辨識神指引的一種特殊關係，讓受引導者能帶著生命的活力（聖靈的能力）繼續上路。所以屬靈導師是一位「同路人」（co-pilgrim），他的責任是非常重大的。

「屬靈引導」的關係完全是自由選擇的、是平等的。⁴⁵「自由」是指沒有任何的強迫性，是甘心情願、雙方同意的。「平等」是指在神面前的平等，因為受引導者與導師二人都一起在神面前等候祂的帶領。如此，我們便擺脫了天主教式的神父與屬靈導師集於一身的角色與形象。再者，這關係是可以隨時終止的。在一個人的不同人生階段中，可能有不同的屬靈導師給他指導。

(2) 「屬靈引導」的責任

屬靈導師的責任是極其重大的，因為他所提出的意見和指引會影響受引導者的一生。⁴⁶舉例來說，一位愛主的姊妹感受到渴望事奉神的心志日益加增。她在教會已經參與多項

⁴⁵ 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁337。

⁴⁶ 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁339~340。

事奉，她在醫務所診治病人時，亦積極傳福音。正因如此，她便站在人生旅程的十字路口，不知該繼續工作，同時進修裝備自己，或完全放棄行醫，全時間進入神學院讀神學，預備踏上全職事奉的道路。於是，她尋求屬靈導師的幫助，而因為他備受尊敬，所以他的引導將是影響她抉擇的關鍵性因素。由此可見，我們絕不可對屬靈導師的引導工作掉以輕心。

屬靈導師首先必須是一個願意被神引導與使用的人，他順服在神主權下，讓神帶領他進行引導的工作。他能深切關注和聆聽受引導者的傾訴，不但能有同理心 (empathy) 去明白當事人的感受，也能用屬靈的洞察力 (spiritual insight) 透視他心靈裡的掙扎。導師亦要能看出神在其中的工作與祂發出的信息和指引。導師不但是屬靈的長者，也要能亦師亦友地與受導者分享自己的生命經歷，以身作則地成為受引導者的鼓勵和榜樣。他用自己的生命來影響別人的生命，用自己的誠信正直來勉勵受引導者同樣要誠實地面對自己、努力操練自己、並勇於承擔責任和使命，並忠於所託。

很多時屬靈導師的責任，並非在察透神在受引導者身上的具體帶領，乃是察驗神在受引導者身上的塑造、協助他屬靈生命的成長、分辨他屬靈行為的真偽。要履行這責任需要極深邃的屬靈智慧，⁴⁷ 屬靈導師應藉著聖靈的帶領進入受引導者的心靈空間，剖析他的心懷意念。這是我們在神面前個人的深切反省與檢討，正如詩人大衛的一首求告詩（詩一三九篇）所表達的。他求神鑒察他一切的心懷意念、言行舉止，因為神是無所不知、無所不能、無所不在的，祂的手必引導、必扶持我們——「神阿，求你鑒察我，知道我的心思；試煉我，知道我的意念；看在我裡面有甚麼惡行沒有，引導我走永生的道路。」（詩一三九 23、24）屬靈導師的責任就是

⁴⁷ 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁341~344。

與聖靈同工，與受引導者一同在神面前等候，協助受引導者進行自我查驗的進程，察驗受引導者的抉擇是否出於神的善良、純全可喜悅的旨意。（羅十二2）

屬靈導師還可以作為受引導者靈程的同路人。當受引導者願意遵行神的旨意，他需要一些與他同行的人，在旁鼓勵、督促、安慰，及輔導他等。當他受創傷時，導師需要帶他到大能的醫師面前；當他疲乏的時候給他支援；當他迷路的時候把他領回正途；當他與人產生衝突時教導他與人和好。屬靈導師實在是任重道遠，「屬靈引導」是教牧牧養的核心，也是弟兄姊妹彼此關懷的模式。這職責並非人人都能擔當，願擔起這重大牧養角色的人，自己必須接受過別人的引導，有謙卑受教向神開放的心。⁴⁸

四、「屬靈引導」的藝術

在本刊第二期，筆者已簡單提及心靈學（靈修學家郭敦博士 [Dr. Carolyn Gratton]）的著作《屬靈引導的藝術》(*The Art of Spiritual Guidance*)。⁴⁹ 她有兩個重要關於引導的觀念：生命的「評估」(appraisal)與生命的「轉化」(conversion)。讓我透過她的論點進一步探討「屬靈引導」的藝術。

（一）生命的評估與「關連性」(Connectedness)

生命的評估就是屬靈聆聽的藝術，亦即是洞察聖靈在人日常生活每一方面運作 (movement) 的能力。現代人不甘於受他內在的空間所限制，努力尋求他在宇宙中的角色和意義。人不停地反思，自己在變幻無窮的環境中所作的抉擇是否合

⁴⁸ 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁344~346。

⁴⁹ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合（二）〉，頁124~125。

理可靠，又能否指導別人。在患難中自己是否以愛相待、堅持成為愛的火焰與喜樂的泉源。一個屬靈的導師 (guide) 是否能幫助別人度過難關，而同時使屬靈的果子能在他身上增多，就是使他能更接觸自己及奧祕的上帝所結的果實。⁵⁰ 郭敦稱這光景為「關連性」(connectedness)。

我們發覺郭敦「關連性」的觀念與克萊布的「聯繫」(connection) 極為相似。前者是從靈修(程)學的角度出發，後者則是從心理學的反省著手，但兩者可說是不謀而合。

(二) 生命的評估與對「奧祕」(Mystery) 的醒悟

「屬靈引導」其中一個會遇到的問題，是我們體會到每個人都有自由去評估生命的一切際遇，雖然這自由是有限，但卻是真實的。自由的靈出自人本身，是人類生命的動力，它使我們與生命的「奧祕」接觸。「屬靈引導」亦需要考慮到人的處境，若我們從其中醒悟過來，便可以從心靈的深處接觸到生命奧祕的源頭，察驗到聖靈所默示的生命指引。屬靈導師與受引導者往往要從混亂的事故中，一起評估其包含的屬靈成長指示。這些事故包括與深愛的人與事的關係、一些痛苦的感受和情緒、生活中重大的變異等。有效的「引導」就是協助當事人全面評估自己、更敞開自己，尤其是更體驗到神在每日生活中的臨在。⁵¹

「屬靈引導」亦要協助受引導者更深體會神的奧祕，這包括對不同屬靈傳統的認識及對各樣人文科學的了解。導師的責任是讓受引導者認識他的人性(人的靈)與超然的神交通的潛能，及其帶來的驚喜。他亦可以利用客觀的福音故事，

⁵⁰ Carolyn Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 1-5.

⁵¹ Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 7-21.

來挑起受引導者對神主觀的經歷。這種「對話」(dialogue)是引導重要的一環。⁵²

筆者認為郭敦以上的觀點，正是今日教牧同工在牧靈職事上所疏忽的。在一般的輔導中，我們很容易將焦點放在問題的解決，而甚少將焦點轉移到在問題背後神的工作或訊息上。因此我們只是處理問題，而沒有從更全面屬靈的角度去評估問題，察看神在每一件事背後的作為，領悟祂的奧祕。心靈輔導或「屬靈引導」是將人的靈與神的靈連接，讓受引導者在他的際遇或抉擇中得到與神相會的驚喜。

(三) 生命的評估與生命的危機

「屬靈引導」的一個方法就是聚焦在最近發生的事件：無論是在引導的過程中或在日常生活中的事件。當我們能深入去反省最近發生的事時，就會發覺最簡單的事件都可能有一些隱蔽的生命成長指示，或一些要面對的衝突。一些突發的事，往往最能作為引導的資料，使受引導者能面對他的自滿、敞開他關閉的心靈、重新找出生活上的平衡。導師可以協助受引導者留意他在承受壓力時的反應，讓他能更深入的反省自己，幫助他面對和評估成長中的動力，例如中年危機等。⁵³

這一點與認知行為治療法的取向相似，都是利用一些剛發生的事去分析受助者的情況，它們的分別是認知行為治療集中在思想的評估，而「屬靈引導」，則集中在靈程的評估，但有時候兩者卻是相輔相成的。教牧心靈輔導應該包括這兩個不同的層面。

⁵² Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 22-38.

⁵³ Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 39-54.

(四) 生命的評估與屬靈的操練

「屬靈引導」還要在不同意識的層面進行，利用我們的認知、想象力、記憶等。因此，一種默想的態度 (meditative receptive stance) 是非常重要的，但對於我們這些生活在務實文化中的人，這是毫不簡單的操練。導師的責任就是在寧靜中，與受引導者一同聆聽他與神、他與環境現實的對話。⁵⁴

現代靈程學 (spirituality) 的取向，大都受到新紀元及大眾心理學林林總總的方法所衝擊。然而，這些方法都不能取代以默觀的取向 (contemplative approach) 來協助一個人與神相遇。寫屬靈日誌 (spiritual journal) 的操練，仍是一個能幫助我們評估自己生命方向的方法，因為它協助我們進入建設性的回憶。⁵⁵

以上的討論帶出「屬靈引導」與屬靈操練的關係。筆者極為認同兩者是唇齒相依的。沒有好的屬靈操練所建立的生命環境，「屬靈引導」是無法進行的。以筆者個人經驗來說，受引導者如在受導期間經常操練靈性，尤其是寫屬靈日誌，往往會得到非常寶貴的洞見 (insight)，「屬靈引導」更能事半功倍。

(五) 生命的評估與個人的成長

發展心理學把人在成長的不同階段所面對的掙扎與抉擇作解釋。⁵⁶ 生命的評估涉及成長的評估，是「屬靈引導」的重要一步。人往往是在進入不同成長階段的時候，面臨不同

⁵⁴ Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 71-72.

⁵⁵ Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 80-84.

⁵⁶ 李耀全：〈心靈輔導：心理輔導與屬靈引導的整合 (二)〉，頁 102~105、113~126。筆者把馮勒 (Fowler) 的信仰成長理論、皮亞傑 (Piaget) 的智性發展論、艾力遜 (Erikson) 的信仰成長理論、柯柏 (Kohlberg) 的道德發展論及基根 (Kegan) 的平衡成長觀念作簡單的解釋，可供讀者參考。

的成長危機 (development crisis)，這些時刻亦是人生的重要轉捩點，導師可以抓住這些關鍵時刻，使危機化為轉機。這些轉捩點包括從中學進入大學、大學畢業進入社會工作、成家立室、父母離世、婚姻離異、失業待業、兒女離家、退休養老等。「屬靈引導」便是協助受引導者順利攀上生命更高的山峰，活出更有意義更豐盛的生命。

郭敦亦同樣指出成長中評估的重要，而把人的成長分成四個階段：人際與屬靈發展的初階 (relational and initial phase)、社交責任與控制的階段 (phase of social responsibility and control)、重新評估與交棒的階段 (moving toward reassessment and handing on)，和放鬆與放手的階段 (relaxing and letting go)。⁵⁷ 我們可以從分段的進程看出不同階段要作出的評估。在每個成長階段，導師的責任與角色都不一樣。若受引導者在青年成長的階段，導師要幫助他把自己「置身於魚缸外」(outside the fishtank)，讓他肯定自己的身分。若他是在成人階段，他所要的指引就是如何能在競爭劇烈的社會裡表裡一致。中年是重新自我評估的最重要階段，面對著過往的成敗得失，受引導者需要導師的幫助去對自己的生命重新定位。

老年可以現出人生的金色年華，成為一個人最成熟的階段；亦可能是隨著身體的退化，進入一個衰老失意的階段。要學習的是鬆弛下來，享受空閒的活動。一個更高層次的轉移是內在的，就是轉離依賴的壞習慣 (habits of dependency)，讓愛的奧秘注入。郭敦引用種籽作為比喻：「它需要離開硬殼的包圍，經過黑暗的時間，才能成為一棵滿有

⁵⁷ Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 92-106.

生命和果實的植物。」⁵⁸ 她稱這轉變為「轉向超越」(turn to transcendence)。

從以上的討論可見，「屬靈引導」在人每一個階段都有深遠的影響。在今日的教會牧養，我們要多留意不同年齡的需要，不單要按齡牧養，還要按齡引導。

(六) 生命的評估與生命的轉化 (Conversion)

屬靈導師本身的生命與態度是非常重要的，因為他是受引導者所完全信任的。屬靈導師對受引導者的思想、感受、行為、意願、靈程的肯定或否定具非常大的影響力，所以導師的責任是要把受導者帶到神面前，讓焦點不在導師身上，乃是在神的身上。

生命「轉化」是指態度與觀點的劇變，郭敦把它形容為「從死亡出來的生命」(life emerging from death)，⁵⁹ 即是回轉到生命的源頭與其豐盛。受引導者可能面對一些生命中的不安與不滿，而天天徘徊在屬靈成長的掙扎之中。他需要內心的轉化，並且改變生活的方式。在這轉化中，生命的評估導致生活「分離」(detachment)，即是從負面的生活分離，而與基督的愛「連繫」(attachment)。導師透過一起禱告，鼓勵受引導者進入這生活的「轉化」。

⁵⁸ Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 106。全段引文是：“it must move from its encapsulation in a hard little shell, through a dark time, in order to emerge as a living fruitful plant. Whether this shift happens early or later in life, we are looking here at the pattern of the turn to transcendence.”

⁵⁹ Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 122-40.

(七) 生命的評估與群體的生活

郭敦進一步提出（教會）群體的重要，⁶⁰ 指出群體的智慧告訴我們，我們與至愛至信的人仍會產生衝突。在群體中委身的成員受群體的共同異象與夢想所約束，因此他個人的期：於他在群體中的分享、合作、服從、權柄、接受領導等，都受到評估。屬靈導師的角色就是讓群體的生活與動力成為引導的資源與途徑，包括群體中的敬拜、團契等。受引導者所屬的群體的意義是與他個人生命的意義是息息相關的。

在這方面筆者也指出群體引導的重要性與一些例子。⁶¹ 群體的意義對個人的身分、意義、目標、路向都有重大的影響。因此群體的生活與操練是塑造個人生命的一個重要因素。聖經裡保羅與巴拿巴從安提阿教會被派出去傳道宣教，是他們在教會群體屬靈操練（禁食祈禱）的結果，重要的是這引導是出於聖靈——真正的屬靈導師。

郭敦對群體生活的重視與克萊布的看法實在是不謀而合。今日教會增長理論常強調小組的功能，但卻是以人數增長為目標。其實教會群體更重要的功能是協助個人的成長。教會群體中「屬靈引導」的藝術，包括讓群體的力量和異象帶動個人的屬靈生命、豐富他的意義、肯定他的人生路向，幫助他勝過成長中所面對的各樣困惑與挑戰。

五、結語

筆者在本文的目的是要從現代不同學者的著作繼續討論牧靈與心靈輔導在二十一世紀應有的路向。筆者尤其認為基督教（新教）必須重尋「屬靈引導」的職事。從克萊布最近

⁶⁰ Gratton, *The Art of Spiritual Guidance*, 141-56.

⁶¹ 李耀全：《屬靈操練與生命關懷》，頁327~330。

對輔導觀念的改變作為探討的起點，我們發覺他的輔導觀念主要是傾向一個以關係為中心的取向，強調信徒心靈創傷的醫治，只能在教會群體中發生。這心靈醫治是透過心靈與自己、與他人、與神重建的「聯繫」(connecting) 達成的，而要促成這「聯繫」，正需要「屬靈引導」。

因此，我們進到「屬靈引導」的再思，澄清我們對「屬靈引導」的觀念。從數位現代基督教圈子裡的屬靈導師的觀點，我們發覺「屬靈引導」的觀念不但出自聖經，更與信徒的牧養與培育息息相關。它並不是天主教的專利品。

既是如此，本文最後的重點便是進一步討論「屬靈引導」的藝術。我們採用的進路就是較為深入討論郭敦的理念，因為她是心理學家、靈修學家，也是資深的屬靈導師。筆者與郭氏在本文的對話中，發現她「關連性」(connectedness) 的觀念與克萊布「聯繫」(connecting) 的觀念是不約而同的。與此同時，她亦強調群體意義與異象對個人「屬靈引導」的重要性。郭敦利用生命「評估」(appraisal) 的理念把「屬靈引導」解釋得淋漓盡致。我們發覺「屬靈引導」確實是心靈輔導不可或缺的一環。

筆者相信「屬靈引導」將會成為二十一世紀牧靈模式重要的一面。基督教教會必須重尋這歷史悠久的屬靈傳統，並同時把它更新過來。我們需要在牧職訓練上包括「屬靈引導」的學習。⁶² 神學生可以仿效神學院裡的屬靈導師，且從他們得著屬靈的引導。除此以外，因為我們再不採取「神父型」的導師形象，而較為接納「靈友型」的形象與觀念，因此我

⁶² 例如數年前 Earle and Elspeth Williams 所編寫的訓練手冊 *Spirituality Aware Pastoral Care* (Mahwah: Paulist Press, 1992)；及 Kent Ira Groff 所著的 *Active Spirituality – A Guide for Seekers and Ministers* (New York: The Alban Institute, Inc., 1993)。

們亦可以在教會裡訓練成熟的平信徒與教牧同工一同參與信徒「屬靈引導」的職事。⁶³ 現時不少華人教會的團契都有團契導師，可惜的是很多時候他們的職責只停留於「顧問型」的指導。我們亦需要向他們提供本文所討論的觀念，就是全人關顧、輔導與引導的理論與實踐。

All Right Reserved

⁶³ 平信徒若要接受「屬靈引導」和參與這工作當然是需要清楚這操練的意義及接受訓練的。參 Gordon Jeff, *Spiritual Direction for Every Christian* (London: SPCK, 1987)。