



# 聖雅各之路獨行朝聖客的存活 模式——達成心靈、身體與大自然的 和解

鄭喜恒\*

## 摘要

聖雅各之路泛指以西班牙西北角的聖地牙哥的聖雅各大教堂為終點的朝聖路網。據傳，使徒大雅各的遺骨於西元九世紀在聖雅各大教堂所在地被發現。本文首先分別對比聖雅各之路獨行徒步朝聖客與典型觀光客、獨行徒步朝聖客與居家者之間的差異，以凸顯朝聖客的身心體驗與存活模式，並且接著依據法國法蘭西學術院院士J.-C. Rufin對於他的朝聖之旅的描述，分析與說明朝聖客所經歷的五個身心體驗階段。本文指出朝聖客有機會體驗到心靈、身體與大自然的和解，並且使用來自M. Merleau-Ponty的想法與G. W. F. Hegel的語彙來說明這個和解。

關鍵詞：朝聖、聖雅各之路、J.-C. Rufin、M. Merleau-Ponty、G. W. F. Hegel

---

\* 鄭喜恒：國立清華大學哲學研究所教授

投稿日期：2020年3月5日；採用日期：2020年9月18日

筆者感謝兩位匿名審查人的指教。本文初稿曾發表於台灣哲學學會2019年學術研討會的「旅行哲學論壇」，筆者感謝評論人楊婉儀教授、吳俊業教授以及與會者們的提問與指教。

## 壹、前言

聖雅各之路（Camino de Santiago）泛指以西班牙西北角的聖地牙哥（Santiago de Compostela）的聖雅各大教堂為終點的朝聖路網。這座大教堂據信就建在使徒大雅各的遺骨埋葬地。據傳大雅各的遺骨在西元九世紀被牧羊人發現。亞拉岡國王Alfonso二世在發現地點建造了禮拜堂以吸引朝聖客，且自己也曾前往朝聖，他從首都奧維耶多（Oviedo）出發的朝聖路線被稱為「初始之路」。但聖雅各之路沒有正式起點，自家門口便可以你的起點。「北方之路」是以法國南部靠近西班牙邊界的昂代依（Hendaye）為起點，沿西班牙北部海岸線西行，有800多公里，徒步約需30天才能完成。2018年時，有不到2萬人走北方之路，只占2018年朝聖人數的5.8%。法國法蘭西學術院（L'Académie française）院士J.-C. Rufin<sup>1</sup>曾走過北方之路東半段與初始之路，並在2013年出版的《不朽的徒步之旅》（*Immortelle Randonnée*）中描述了他的旅程。筆者將藉由檢視Rufin對自己在旅途中的身心變化之描述，來探討聖雅各之路獨行徒步朝聖客所經歷的各個身心體驗階段。

本文第貳節簡介朝聖活動與筆者的研究取向。第參節探討朝聖之旅如何不同於其他類型的旅行，並特別區分朝聖客與典型觀光客，以對比出朝聖之旅的特點。第肆節探討朝聖客與居家者的差異，分別從習慣的生活世界、對身體的態度、對未來的籌劃以及來自他人的影響四方面來考察。第伍節以Rufin的朝聖經歷為依據來區分出朝聖之旅的五個階段：第一階段「神采飛揚」與第二階段「身心困頓」都發生在巴斯克（Basque）路段，第三階段「沉淪谷底卻意外復甦重生」發生在坎塔布里亞（Cantabria）路段，第四階段「朝聖之路的宗教層面」發生在阿斯圖里亞斯（Asturias）路段，第五階段「喜迎終點」發生在加里西亞（Galicia）路段。這四個路段正對應於西班牙北部的四個自治區。此外，筆者使用「存活模式」一詞來指稱人所能採取之朝聖、觀光與居家等活動。

---

<sup>1</sup> Rufin是法國醫師、小說家與外交官，也是加入「無國界醫生」的最早成員之一。他於2001年獲得龔古爾文學獎（Prix Goncourt），並於2008年選上法蘭西學術院院士。

## 貳、朝聖客對身心蛻變之經驗的期待

朝聖有豐富的宗教意義，也是跨文化的古老現象。朝聖結合了下列三個主題：離家遠行，抵達有特殊重要性的地點，並在該地點從事表達尊崇的活動；許多甚至多數朝聖客將朝聖視為得到恩典與庇佑的手段，使他們能得到塵世利益與幸福、罪愆的消除或疾病的痊癒等；身處聖地使他們有機會直接遭遇聖人或神明而得到恩典（Reader, 2015, pp. 20-21）。

本文只從「朝聖客個人身心狀態的變化過程」來討論朝聖客的體驗。筆者認為，不同宗教與文化會賦予其朝聖活動不同的意義與價值，但這些意義與價值至少有一部分是依附、疊加或奠基在朝聖客個人的身心狀態之上的，而後者也至少有一些成分或結構具有普遍性，不完全因人而異，筆者著重探討的即是這些具有普遍性的成分或結構。例如，「朝聖客離家遠行抵達聖地」象徵「他從他的日常生活中消失與死亡，並且經過一段辛苦的旅程之後重獲新生」（Reader, 2015, pp. 25-26）；後者的象徵意義即是疊加在前者的活動上。筆者要探討的是朝聖客在旅程中具有普遍性的身心變化過程。

由於筆者是以「聖雅各之路獨行徒步朝聖客」作為研究案例，而且由於各朝聖活動鑲嵌在不同的地理環境與歷史傳統中，筆者得到的結論即使具有普遍性，也很可能只是在諸多特定條件下的普遍性，無法直接適用到其他的朝聖活動。

筆者認為，至少有些朝聖客會期望並尋求在朝聖過程中獲得不尋常、有啟發性而足以變化身心的體悟與感受，畢竟絕大多數朝聖路線都帶有深刻豐富的宗教意義，而這很可能也是他們進行朝聖之旅的理由。如此的期望與追尋使得朝聖客特別注意自己的身心變化，特別敏感於這類的體悟與感受。

朝聖之旅有各種型態。日本四國遍路的1,200公里路程巡迴島上88所與弘法大師有淵源的寺院，並沒有固定的起點與終點。有許多朝聖活動並未規定到達終點的方式。聖雅各之路規定必須以步行、騎馬或單車完成所要求的最短距離，才能在終點取得正式頒發的證書。

對許多朝聖客來說，走上聖雅各之路並非只是為了抵達終點。抵達終點當然很重要，若沒有走到終點，就不算完成朝聖之旅，而且如果是徒步800多公里才抵達聖雅各大教堂，那麼抵達終點進入教堂當然更為重要。然而，正是這數週的徒步使這趟旅程變得意義非凡，相形之下，抵達終點變成只是結束這趟旅程的句點而已。這也是為何Rufin會寫道：

聖雅各之路是時間對於靈魂所施行的煉金術。這個轉化無法頃刻或快速發生。週復一週徒步跋涉的朝聖客們終於會對此有所了解。……他們知覺到一個更為深刻與卑微的真理：短時間的步行並不足以擺脫舊有習慣，無法徹底改變一個人……這正是為何在聖雅各之路上，重要的不是你的目的地，而是你的起始點，畢竟大家都有同樣的目的地。（Rufin, 2013/2017, pp. 13-14）

徒步朝聖客傾向於強調這趟徒步旅程才是朝聖的本質，但有些朝聖客認為在聖地進行宗教活動才是朝聖的本質。直接搭飛機、火車或巴士抵達聖地的朝聖客可能比較重視宗教儀式，甚至有人會批評，認為與其浪費那麼多時間走路，不如將這些時間用來進行宗教儀式，畢竟那才是朝聖的真正目的（Reader, 2015, pp. 23, 67-68）。

如I. Reader所說，朝聖原本就包含「旅程」與「抵達特定地點」這兩個元素，不同朝聖傳統與不同朝聖客對兩者的重視程度有所不同（Reader, 2015, p. 24）。由於本文以Rufin的朝聖之旅為研究案例，著重點會放在徒步朝聖客在旅途中的身心變化。

人通常出於某些理由、夢想與期盼而走上聖雅各之路，別人也會好奇為何有此決定。但Rufin指出，聖雅各之路的功效或美德正是使人完全遺忘當初上路的理由：

聖雅各之路用行走這個簡單的事實來取代了那驅動你上路之思想上的騷亂與紛雜。你已經上路了，就這樣！那就是它處理「為何上路」這個問題的方式：讓你忘掉那個問題。……朝聖之路以其專制與極權之方式放逐了引領你上路的那些思想。（Rufin, 2013/2017, pp. 19-20）

我們該如何理解Rufin的上述想法呢？筆者認為，在實際走上聖雅各之路以前，朝聖客很自然地出於各種理由去設定與籌劃想要在這段旅程中完成的目標（這些籌劃與目標是朝聖客從他的居家生活處境中投射出來的），但又很自然地期望自己在這段旅程中有所改變，再加上他計劃以朝聖客的身分來完成旅程，而這個特殊身分會強加許多限制給他，所以我們可以料想到，結果很可能不是朝聖客征服了朝聖之路與完成了預設目標，而是朝聖客脫離他的居家生活處境，並受到旅途的形塑與擺布。朝聖客當初的設想與目標在他踏上旅程之後就逐漸被拋諸腦後而遭到遺忘，而由朝聖之路接手來轉化朝聖客的身心。

### 參、朝聖之旅相較於其他型態的旅行

純粹的旅行是將自己從一地運送到另一地以從事預定的活動，旅行方式通常以價錢、安全、舒適與效率為主要考量。如第貳節所述，有些朝聖客的確認為朝聖之旅的真正目的是抵達聖地，抵達方式相較之下並不重要。

漂泊者與流浪者居無定所，沒有既定目的地，也沒有既定路線。漂泊與流浪就是日常生活，過客就是恆久的身分。由於朝聖客有既定目的地與既定路線，所以並不是漂泊者與流浪者。

進行探險的探險者所踏入的通常是未知的地域，他必須盡可能做好各種準備，全神貫注在自己身處的情境上，期望靠自己的力量、毅力與巧智來克服各種已知或未知的風險，成功達成目標。

聖雅各的遺骨在西元九世紀被宣稱發現於伊比利半島（the Iberian Peninsula）西北方的加里西亞之後，由於相關的支援系統尚未建立起來，歐洲各地的朝聖客的確是冒著生命危險來此朝聖。他們必須翻越庇里牛斯山，生命也受到盜賊與野狗的威脅，在旅途中意外死亡具有非常真實的可能性，但他們相信，在朝聖途中死亡將使他們得到救贖（Reader, 2015, p. 47）。早期的聖雅各之路朝聖客的確是在探險，但在今日，各種支援系統已建立得相當完善，包括路標的標示與沿途庇護所（*albergue*）的建立，朝聖之旅已經越來越不像是探險了。

獨自一人以接近苦行的方式徒步走上聖雅各之路，不只是為了完成旅程與抵達終



點，這不是在探險，不是在漂泊與流浪，也並非只是為了觀光旅遊。

觀光客有多種類型，筆者考慮的是下述這種典型觀光客，做此比較的目的是要凸顯出Rufin這類朝聖客的特點。典型觀光客希望在財力負擔得起的條件下，讓自己盡可能身心舒適，以充分享受體驗旅途與各景點的風情。旅遊產業的目標正是要服務觀光客，讓觀光客在舒適與輕鬆的狀態下體驗旅遊產業所包裝的景點。因此，觀光客通常只會去特色景點；相對地，旅遊業者也會不斷開發新景點。

然而，徒步走上聖雅各之路時，你只能一步一腳印地前進。遭遇美麗風景時你會感到幸運與幸福，並且感受到自己只是暫時喘口氣，前面還有很長的路要走；遭遇令人不悅的環境時，你也只能忍受順應，而不能像觀光客那樣快速地穿越與躲避。

然而，觀光客又會想要融入當地生活，因此會去品嚐傳統食物，住在充滿在地風味的旅館，甚至穿上在地人的傳統服飾，漫步於在地人行走的特色街道上，以證明自己曾經來過此地以及如此融入當地生活。觀光客明明是過客，卻在這短暫的停留時光中想像自己已在此地生活許久。觀光客經常干擾當地人的在地生活，景點附近往往充斥著專門服務觀光客的商家，結果是排擠了服務當地人的商家。觀光景點已變得不再是當地人日常生活的一部分，而是專為吸引觀光客而刻意營造的。

這種典型觀光客乃是帶著既有的自我與習性來到陌生景點。旅遊業為了服務觀光客而包裝景點，目標是使觀光客感到賓至如歸，但又尋求讓觀光客得到新奇體驗。觀光客不必在身心上改變自己，而是由旅遊業來迎合其需求。況且觀光客往往是利用工作空檔來從事旅遊，觀光因而只是工作之餘的喘息與消遣。觀光客並未從日常生活中斷裂開來，至少在與朝聖之旅相較之下是如此。

觀光客總會感嘆時間不夠用，想在行程中塞滿景點，將停留時間做最大的利用。觀光客的旅遊是為了享受，所以尋求快速穿梭於景點之間，然而徒步朝聖客在旅途中必須順受，只允許以自己的腳步來丈量廣闊大地，故必須讓身體有時間調整，才能順利完成旅程。朝聖客不得不將旅程的節奏放慢，學習去感受身體的負擔與進行必要的調整。

Rufin (2013/2014, p.10, 2013/2017, p. 9) 指出，朝聖客通常會千方百計地省錢，不是因為缺錢，而是因為這是一種競賽與身分歸屬的象徵。朝聖客的安貧態度可以連

結到中世紀以來修道院生活的三願：貧窮願、貞潔願、服從願。從拿到朝聖護照那天開始，朝聖客就被要求遵循儉省之態度。因此，順受成為了朝聖客的自我認知與自我要求。

朝聖客深知自己只是過客，所以「總會提醒自己朝聖客並不是觀光客，沒有權利要求一路都是絕美風景」（Rufin, 2013/2014, p. 91）。例如，Rufin（2013/2017, pp. 84, 95）提到在穿越坎塔布里亞時有一大段路程既單調又令人沮喪，有太多路段沿著繁忙的公路行走，途經眾多工廠與倉庫，經過太多無人居住的建築群；甚至有一段數公里的路程就沿著化工廠的巨大輸送管而行，聖雅各之路的指引路標就畫在輸送管上，每300公尺出現一個。

Rufin（2013/2014, p. 44）說，「聖塞瓦斯蒂安（San Sebastian）貴氣十足，有氣派的海濱大道，豪華的臨海別墅，以及美輪美奐的精品店」；當他以朝聖客的裝束走進這座城市時，他「立即明白了自己的微不足道，近乎被無視的渺小。人們眼中看不到朝聖客，這裡並不屬於他們；這群人的出現不過是曇花一現，完全可以忽略」（Rufin, 2013/2014, p. 44）。沒有人注意到「一名面目邋遢、滿臉鬍渣的行者，在一隻古怪大背包的壓迫下蹣跚而行」（Rufin, 2013/2014, p. 44）。Rufin（2013/2014, p. 43）指出，朝聖客一方面以行人的角色直接接觸城市與城中居民，但又極為疏遠，因為他注定無法停下腳步，他只是路過而已；只因朝聖之路經過這裡，所以朝聖客才經過這裡，他以步行這最緩慢的方式通過城市，彷彿是城市的居民，但又行色匆匆，心思全灌注在前方路途上，與周遭環境有著隔閡與疏離感。

典型觀光客想像著自己融入在地生活中，但他以為他所融入的情境並不見得是真正在地人的生活情境；朝聖客雖然實際出沒在當地人的生活情境當中，但卻自認只是過客，也往往被當地人視而不見。Rufin（2013/2014, p. 12, 2013/2017, p. 12）說，旅途中的他既邋遢又疲倦，無論晴雨都背著背包行走；他經常就坐在庇護所前的地上，按摩著疼痛的雙腳，吃著廉價、粗劣有怪味的食糧，被穿著體面的路人所無視。

聖雅各之路上有許多專門服務朝聖客的庇護所。庇護所提供床位、公共浴室、伙食與開伙的空間，而且只收取低廉的費用，所以朝聖客對其品質也就難以要求。Rufin（2013/2014, p. 50）甚至說，有些庇護所就像是天災肆虐後的緊急收容所。但這

些旅店的存在也使得朝聖之旅不像是探險之旅，朝聖客的基本生存需求能得到起碼的照顧，沿途也都有清楚路標，他的主要活動就是不斷地行使著「走路」這簡單的身體技能。由於朝聖客不像觀光客一樣以追逐美景與新奇體驗為目標，採取苦行與安貧態度的朝聖客不必花太多心思在食宿的張羅與路途的籌劃上，因而得以在旅程中專注於自己，感受自己的身體、心情與意念。

朝聖客也以順受心態來面對大自然。Rufin在烈日與大雨下行走，甚至夜晚在荒野中住帳棚過夜，有時會在夜裡遇到暴風雨而驚惶難眠。Rufin在離開畢爾包（Bilbao）時遇上傾盆大雨，這場大雨提供他一個與大自然獨處的機會，這時的大自然顯得空曠與不受干擾。在惡劣天氣中獨自走在海邊，海風吹來的海水與大雨落在自己身上，反而讓他感受到自己是狂野自然的一部分，他既與大自然融合、也抗拒著大自然，他也明白，如果大自然堅持繼續這樣下去，他將被海浪或暴風襲捲而去。但Rufin（2013/2017, p. 81）說他因為有這些感受而在惡劣天氣中感到愉悅，雖然不是所有朝聖客都會有此感受。觀光客通常會厭惡與抱怨惡劣天候妨礙他們的行程與享受，探險者也通常將惡劣氣候看成必須被克服的障礙，但朝聖客有可能採取幾乎相反的態度來面對惡劣的天候。

朝聖客的背包充分展現出他的兩難處境，他的背包裡放越多東西，他就有越多需求能被滿足，但是相對地，他就得背著越重的背包；他的背包越輕，走路越輕鬆，但萬一沒帶到需要的物品，就得忍受相關的匱乏與不便所帶來的苦惱。Rufin（2013/2017, p. 199）明白點出：打包背包的中心思想是「重量即恐懼」。背包越重表示儲藏越多物品，也就表示有越多需求是朝聖客擔憂無法得到滿足的。

朝聖客會沿途調整背包的重量，最終達到下列平衡：朝聖客能擔得起背包的重量，而背包裡的有限物品又足以讓他感到需求都能被滿足。在這個達到平衡的過程中，當朝聖客在檢查背包時，也就是在檢視與反省自己的生活習慣。如Rufin（2013/2017, pp. 198, 201）所說，這些觀察開啟了看見無意識領域的窗戶，我們都能從這樣的自我檢視中獲益。對經驗豐富、經過長途跋涉的朝聖客而言，背包是他的旅伴、一個家，是他背在背上的一個世界；簡言之，他的背包就是他的生活。

從朝聖客的背包裡可以看見他的世界與生活，而檢視自己的背包就是在檢視自己



的生活習慣與價值觀。朝聖客只能在匱乏與負重之間做選擇，難以兩全其美。這反映的也是苦行與順受的態度。

筆者的分析也揭示了聖雅各之路的設計，這設計包括「自願採行的苦行（徒步旅行）、順受、克己禁欲與安貧態度」、「清楚的路標」、「沿途設立的庇護所」、「在大自然中徒步前進」以及「所需物品必須隨身攜帶」。此設計使得朝聖之旅不同於單純旅行、典型觀光、探險與流浪，而成為一種具有獨特功能的旅行模式，雖然這設計可能是無意中形成的。這個功能使朝聖客有可能實現什麼樣的身心轉變呢？對此還得繼續考察，但讓我們先來檢視「朝聖客與居家者的差異」。

## 肆、朝聖客與居家者的差異

居家者經營自己的生活世界與從事營生。典型居家者的生活模式有許多有別於朝聖客的特點。透過此比較，我們能更為了解朝聖客的存活模式與身心狀態。筆者從四個面向來刻劃居家者的生活模式：習慣的生活世界、對身體的態度、對於未來的籌劃以及來自他人的影響。

居家者之習慣的生活世界是他長期營造出來的。雖然這營造多少是妥協的結果，但他的生活世界可算是他願意接受的。居家者在他的生活世界中得以滿足食宿等基本需求，他已形成習慣化的照料自己身體與生活的模式，他的身體足夠安適與靜默，他的生活模式足以撫慰自己並得到休息，他能在此基礎上進行營生與各種對於未來的籌劃。

當居家者關注於籌劃未來時，他的身體與生活模式不會是他關注的焦點，而是隱身在背景裡。只要他的身體與生活模式沒有出現大問題，就不會成為他關注的焦點。居家者甚至會不自覺地去壓榨與濫用他的身體與生活模式，以配合他的各種籌劃。

居家者身處在社會環境裡，得扮演諸多社會角色，因此必須進行各種對於未來的籌劃，以便盡可能地在有限時間中同時扮演好這些角色，以負起應負的責任與追求所設定的目標。居家者的心思總是投向未來的，當下所做的一切都是為了未來，甚至對過去進行回憶與反省的主要目的也是為了籌劃未來。

居家者之所以會如此構築他的生活世界與籌劃未來，最大的影響因素是來自於他人的期望與要求。Rufin（2013/2014, p. 43, 2013/2017, p. 40）說，當生活用種種責任與經驗重壓在你身上時，你似乎越來越不可能脫離自己變成別樣的人，越來越不可能脫下你的承諾、成就與錯誤為你所織就之遵從積習的笨重斗篷。我們在乎他人對我們的評價與期待，因此我們有時甚至不自覺地內化他人加諸給我們的規則與標準，用以規範自己的思想與行為，但我們所編織與穿戴的這件笨重斗篷卻傾向於變成束縛我們的「奢華裹屍布」。雖然居家者有時會抱怨與發牢騷，但他往往寧願繼續穿戴著它，甚至在大部分時間裡感到相當舒適愉快。雖然看起來是我們擁有習慣，而且我們總認為，只要願意的話，我們就能改變習慣，但實情卻可能是習慣馴服了我們，使我們不願做出改變，畢竟改變需要花費心力與付出代價。就像Thoreau（2004, p. 106）所說的，與其說是人在看管牛群，不如說是牛群在看管人，讓牧牛人無法自由地想去哪裡就去哪裡。

我們可如此總結上述描述：居家者經營著他習慣的生活世界，使他的身體能獲得足夠的照顧與滋養；由於他的身體足夠靜默，所以他得以差遣他的身體去專注籌劃未來，甚至可能達到壓榨與濫用的程度；他對於未來的繁忙籌劃又往往是為了滿足他人加諸給他的期望與要求；這些生活習慣與來自他人的期望與要求，有如枷鎖一般束縛著他，但他在大部分時間裡仍是感到舒適愉快的。<sup>2</sup>

可是當朝聖客單獨走上朝聖之路時，他只是個過客，他沒有意圖與時間去改變與形塑他行經的環境成為他的棲居之地。他只是利用沿途的庇護所與商店，用少許金錢來照料自己的食宿等基本需求，以支持自己繼續前行。他在旅程中所籌劃的未來目標只剩一個，就是抵達終點，他往往隨即遺忘他走過的路程，而且因為他的步行速度緩慢，跟不上他對未來的各種籌劃與思慮的快速步伐，所以他等於是被侷限在當下時刻中。很可能會發生的是——他逐漸不再顯得急躁與缺乏耐心，他快速運轉的思慮將逐漸同步於他的緩慢腳步，他的其他各種籌劃變得蒼白遙遠而逐漸消退。朝聖客緩慢行走在天地之間，承受日晒雨淋，在廣大的自然環境中，彷彿遺世而獨立，他感受到自

---

<sup>2</sup> 筆者談的是一種典型的居家者，以作為對比來凸顯朝聖客的特點。

己身軀的渺小，他的意志變得謙虛，念頭也會變少。

步行成了朝聖客每天生活的焦點。步行雖是簡單的運動技能，但是連續每天走20多公里對於雙腳是極大的考驗，原本靜默服從、被自己無視的身體開始發出各種噪音、變得疲倦，而且越來越不聽使喚。Rufin（2013/2014, p. 136, 2013/2017, pp. 121-122）說，經過幾小時步行後，步行者變得察知到另一個存在，那就是他的身體。這個平常沉默無言的工具開始發出吱吱嘎嘎的聲響，這具複雜生物機體的眾多組成部位開始一個接著一個高聲宣告它們的存在與發出要求，最後匯合成百家爭鳴的巨大雜音。朝聖客沒有心思做過多籌劃，一方面也是因為他時時刻刻感受到他的身體的不適與痛苦，而必須專注於忍受或緩和當下這些需求與渴望；他也因而被侷限在當下時刻裡。

由於朝聖客獨自一人上路，走進陌生與人煙稀少的地域，所以來自社會與他人的期望和要求對他的約束就變得薄弱且遙遠，他「朝聖客」的新身分成為他全部的自我認同，他得以暫時卸下在居家生活中編織給自己穿戴的厚重斗篷，暫時獲得某種自由與解脫，而體會到Rufin（2013/2014, p. 48）所說的「某種全然放下的幸福」。

總括而言，朝聖客的處境就像Rufin（2013/2014, p. 135）所說的：「全數消失的生活座標，看似不可能走到的遙遠終點，四周讓人宛如衣不蔽體的廣邈風景」。他認為這些情況助長了「一種只有在戶外才會茁壯繁盛的內省」（Rufin, 2013/2017, p. 120）。

筆者如此了解Rufin所說的這種內省——居家者的生活世界是長期營造出來的，他的身體是安適靜默的，他所傾向於無視與不顧的生活世界和身體都支持著他對於未來的籌劃，所以他可以專注籌劃相當遙遠的未來，而且他的籌劃受到社會與他人的強烈影響。但是當朝聖客走上朝聖之路時，他脫離了習慣的生活世界與人際網絡，然而他又沒有時間與精力去改變途經的周遭環境，他只是個路過的異鄉人，因而必須克制住自己「對周遭環境進行籌劃與營造」的那種習慣傾向。他的身體因為長距離步行而不再靜默，雜音四起，嚴重干擾著他的活動與思慮，他的身體因而不得不成為他的關注焦點。他必須照顧好身體，以便能夠持續地朝終點前進，結果是他無法進行太過遙遠之對於未來的籌劃，他只有餘力排解近憂，而無暇前瞻遠慮。朝聖客被迫將關注焦

點轉移到自己的身體、當下的感受思慮以及現時情境，而且庇護所與路標等安排又使得他不致於陷入「食宿匱乏」與「迷路」的困境。上述這些因素都使朝聖客大幅降低「對未來之籌劃」與「符合他人要求與期望」之活動，結果就是他進入了一種返回自身的內省模式。

## 伍、朝聖客身心變化的諸階段

筆者將進一步依據Rufin的描述來刻劃朝聖客在旅途中可能經歷的幾個身心階段。

### 一、從階段一「神采飛揚」到階段二「身心困頓」——巴斯克路段

Rufin (2013/2014, pp. 36, 48, 2013/2017, p. 33) 說，當他開始踏上朝聖之路時，由於對朝聖有著浪漫的想像，所以感到激動異常，幾乎就要唱起歌來。他想像著不久之後，他就會穿越中世紀傳說中的魔法森林，遇見穿著盔甲的騎士以及古老的修道院。這當然是由於「中世紀」在今天已被賦予濃厚的浪漫色彩。另一方面，他脫離了居家習慣生活，暫時卸下了持續經營與他人加諸給他的社會地位與形象，而成為異鄉人。這時他感到一種飄飄然的輕鬆，不管是腳步或心情都是如此，他說他能感受到某種全然放下的幸福。此外，Rufin (2013/2014, pp. 135-136) 說他以驚人的速度走過剛開始的幾個中途站，因為就像俗話所說的「快樂讓我長出翅膀」，他的心中充滿了各種想像，空想在全力運轉著，腳步也飛快起來。

然而，這樣的激動與飄飄然終將平息下來，原因主要來自三方面。首先，新手朝聖客免不了帶著觀光客的態度來看待周遭環境，私下盼望著沿途都有美好與令人驚奇的景色，但事實上他會不斷路過空心磚牆、令人不悅的小菜園、戶外廁所以及只要有人經過就會狂吠的看家狗，這些都加速了他對周遭世界的想像的幻滅 (Rufin, 2013/2014, p. 36, 2013/2017, pp. 33-34)。

此外，新手朝聖客需要一段時間來適應朝聖途中的生活模式。Rufin寫道：

從前無足輕重的事情，甚至是上路前我們一無所知的事情，漸漸開始占據

重要位置。尋找指引方向的標記，為三餐張羅採買，未雨綢繆地找尋適合紮營的平坦地點，思索背包中究竟該帶什麼才能緩解它始終不減的重量，成了讓雅客心無旁騖的要事，甚至到了晝夜奴役他們心神的地步。（Rufin, 2013/2014, p. 58）

新手朝聖客得費心自行決定諸多瑣事，設法使自己能順利穿梭在周遭環境中，他的心神全耗費在此。

最後但也是最重要的原因是，朝聖客在大自然中長時間行走，承受日晒雨淋，全身都是塵土，既疲倦又邋遢。他長時間穿著浸透汗水、乾了又溼的衣服，經常必須忍受飢餓、口渴與腸胃不適，他的雙腳痠痛紅腫，甚至破皮流血，肩膀與背部因為長時間背著背包而感到痠痛與僵硬，夜晚不見得能得到充分休息。平常時候總是靜默與服從的身體現在變得雜音四起與難以駕馭，而成為朝聖客日夜關注的焦點。Rufin寫道：

這些不爭氣的器官、需求和麻煩事，從體內底層崛起，一躍成為貴族階級。它們打斷了朝聖客初期沉湎的畫面和夢想，終結了這場歡樂喧譁。（Rufin, 2013/2014, pp. 136-137）

Rufin還寫道：

離開作夢與幻想之後，朝聖之路往往會以令人措手不及的真實姿態現身——一條艱辛的長征、一段平庸的人世風景、一段煎熬身心的考驗。你必須挺得住這場戰役，才能再次洞見它的不凡之處。（Rufin, 2013/2014, p. 37）

這個最初的夢與幻想之階段很快就在上述三方面的夾攻之下成為過眼雲煙。Rufin（2013/2014, p.137）指出，他這時會想要強迫自己去考慮一些過去一直抽不出時間思考的比較嚴肅或重要的課題，以驅趕上述那些痛苦與煩憂。這種策略乃是斯多葛主義（Stoicism）者所採取的策略——藉由忽視、壓抑、控制或消除欲求，思維自我將得



以超脫於身處情境之外而達到自由（Inwood, 1992, p. 111）。

但是Rufin很快就發現這個嘗試不可能成功，因為他很難在步行時不分心。Rufin寫道：

識別朝聖路線標示、留意路上的行車、眼角還得提防惡犬出沒，這些就夠我們分心的，但還得算上身體發出的所有警訊，從痠痛的腳跟到被背包壓迫的後腰，從被烈日炙烤的頭殼到被背帶束縛的雙肩。（Rufin, 2013/2014, p. 137）

Rufin嘗試在身體的痛苦與感受上的煩憂之外為自己保留獨立自主的思想，只將後者認為「我自己」。但這個嘗試是失敗的，在這步行朝聖之旅中，身與心不允許被如此截然地隔離開。

根據Rufin的描述，處在這個情境之中的他正走到巴斯克地區的畢爾包附近，他已經行走了8天，突然「感到一陣暈眩襲來，想要在此時此地停止這一切的念頭極為強烈」（Rufin, 2013/2014, p. 79）。他覺得他已經明白了朝聖是怎麼回事，接下來的旅程將只是重複相同的日子，對他沒有任何幫助，他回巴黎後可以利用空下來的這段時間從事其他事務。他雙腳上的傷也持續困擾著他。他甚至決定第二天一大早就去查看返回法國的火車時刻表，放棄朝聖之旅返回巴黎。然而，最後他只休息了一整天就繼續他的路程。他說他感受到有一股力量在逼迫他繼續堅持下去，不允許他半途而廢，並將這股力量擬人化為「在睡夢中斥責他的懦弱的聖雅各」（Rufin, 2013/2014, p. 81）。彷彿聖雅各守護與鼓舞著朝聖客，成為他的旅伴。朝聖客採取聖雅各這樣一個「他者的角度」來觀察與評價自己，從中得到前進的精神動力。由於聖雅各之路直接連結到聖雅各，所以這樣的擬人化是可以理解的，朝聖客也因而容易受到這種連結的影響。如果走的是其他路途，應該就不會輕易發生這類型的連結。

## 二、沉淪谷底卻意外復甦重生的階段三——坎塔布里亞路段

Rufin不久之後就離開巴斯克地區，進入到了坎塔布里亞地區。Rufin寫道：

巴斯克自治區領著朝聖客經過林下灌木及田野中荊棘叢生的荒野；坎塔布里亞賜予他們的則是高速公路、十字路口和火車鐵道。……對我而言，坎塔布里亞就是一片柏油之境。（Rufin, 2013/2014, p. 103）

在坎塔布里亞，朝聖客沒有專屬道路，只能沿著公路前行，雖然這的確是中世紀朝聖客走的路線。公路兩旁散落著鋁罐、廢紙與香菸盒；疾駛而過的車輛震撼著路人的身心，而且會往路旁潑濺髒水；喇叭聲震耳欲聾，這些高速車輛還可能將路人輾斃。Rufin描述：

在巴斯克當地，被當做遊民看待還不夠，我們必須向下沉淪，成為受人輕賤的廢物，在一片垃圾堆中開出一條路。（Rufin, 2013/2014, p. 93）

朝聖客在這裡第一次感受到自己也是被丟棄的廢棄物。

朝聖客此時落入最讓人無法忍受的狀態，不僅身心疲累，身體痠痛不堪，已無法進行認真的思慮活動，感到鬱悶與挫敗，還得長時間沿著公路前進，忍受髒亂醜陋的環境，忍受疾駛而過的車輛的巨大噪音與令人驚懼的高速運動。這可算是朝聖苦行的最高峰。

但Rufin（2013/2014, pp. 93-94, 2013/2017, pp. 86-87）卻說，在自我棄絕中存在著某種愉悅。在緩慢的前進過程中，朝聖客的自尊與自我評價也在逐步下降。常識認定「極度的卑微低賤是通往自尊自傲的法門之一」，所以朝聖客沉淪得越深，越是感到堅強，甚至感受到自己是無法被征服的。「無所不能」與「全然的自我棄絕」其實相去不遠。

我們該如何了解這裡說的「卑微低賤與自尊自傲之間的關係」呢？從表面來看，「卑微低賤」與「自尊自傲」彼此矛盾，但是「能夠成功忍受極度的卑微低賤」就表示「自我在這種極其不堪的情況下仍然能保持完整而不瓦解」，也就表示「這個自我極具韌性而難以被征服」。自我在朝聖路途中逐漸變得強韌而有包容力，越來越謙遜，不再容易驚慌畏懼與受到驚嚇，不再容易不耐、焦慮、憤怒與怨天尤人，不再讓

自己的期望與先見主宰自己對於現實情境的反應，而是變得能夠超脫於現實情境之外，這時朝聖客反而能夠成為所處情境與自我身心的主宰。表面上看來他是受到環境與他者的奴役與侮辱，但從更深層來看他成為了主人與超脫者。

這從Rufin在另一處的描述可得到驗證。Rufin（2013/2014, pp. 130-132, 2013/2017, pp. 116-117）寫道，坎塔布里亞這段旅程為朝聖客上了額外的謙遜課程。朝聖客逐漸了解到，不管環境有多糟糕與多醜陋，他都得穿越過去繼續前進，服從朝聖之路，屈就自己的命運，沒有一點抱怨。此時，朝聖之旅進入了新階段——熱情是不需要的，需要的是習慣與紀律。<sup>3</sup> 朝聖客已臣服於他的主人，他就像每天早晨穿戴好工作裝準備上工的勞工，穿上靴子準備上路。他的雙腳已適應了靴子，他的肌肉是放鬆的；疲累也聽命於他，而且在走完當天的公里數後疲累就消失無蹤。但是人真是充滿弔詭的生物，而孤獨得以讓我們觀察到這弔詭之處——朝聖客在這種遭受奴役的處境中倘若體會到意料之外的片刻自由，就會感到欣喜若狂。例如，當他在路上發現一棵足以遮蔽中午烈日的大樹；當他全身溼透走在積水的路上，這時陽光破雲而出照耀在他身上；當他在路旁一家看來有點破落的小酒館充飢，竟意外發現火腿很可口，麵包很新鮮。朝聖客在旅途中被迫去善用他的感官，在冷酷現實的表面上發現偶然吹面而來的甜美幸福，以及意料之外的仁慈與善意。

我們已看見Rufin / 朝聖客所經歷的幾個階段：起初充滿期待、熱情與幻夢走上朝聖之路，但這些期待與熱情逐漸磨損殆盡，想像力停止運作，身心的倦怠與困頓也使他無法專注進行清楚的思考，這時他一度想要放棄朝聖返回家中。階段一到階段二的過程都發生在巴斯克路段。但是當他堅持下去時，他逐漸進入苦行的最高峰，但也逐漸在這奴役之中產生出習慣與紀律，並且變得只要有出乎意料的小小安慰出現，就能讓他感到幸福。心靈、身體與感官知覺發生了這樣的變化。

這個轉變從坎塔布里亞路段開始發生，但是Rufin在描述他進入的新階段時所說的「疲累也聽命於他」就顯得過於誇張，而且容易讓人誤以為「Rufin的心靈是主

<sup>3</sup> 這裡的「習慣與紀律」有別於「居家者的習慣與紀律」，因為前者是在意識落魄、困頓與幾乎要放棄的情況下，由身體與感官所承擔起來的習慣與紀律，並非由意識所主動經營籌劃的；後者則通常是由意識所主動經營建立的，身體與感官扮演的是配合與輔助的角色。

人，身體的疲累也聽命於他的心靈」，然而實際情況反而是「Rufin的身體展現出了自主性，而挽救了他的心靈困頓」。這是我們接下來將會看見的。

筆者認為比較可能的情況是，Rufin的身體對於疲累的忍受程度已逐漸提高，從疲累中恢復的速度也變得比較快，因為他的身體已逐漸適應了朝聖之旅的節奏，日間的活動與晚間的休息已經達到某種平衡。不過這都是程度上的變化，並不是說「Rufin從此進入了一種穩定的狀態」。此處的穩定狀態是個理想狀態，Rufin比以前有更高的頻率短暫地進入到比較愉悅的狀態，但是身心的空虛、困頓與疲累應該還是一直籠罩著他。筆者認為，我們應該如上述來解讀，才能理解為何Rufin在下個階段（階段四）會往朝聖的宗教層面靠攏，因為正是那持續存在的空虛、困頓與疲累促使他這樣做。

讓我們回來檢視上述所說的理想狀態。這種理想狀態關聯到身體的運動與感官的運作。Merleau-Ponty（1945/2012, p. 86）曾論及感官所具有的自主性，他寫道，當我被悲痛所擊倒而完全沉浸在我的憂傷之中，我的注視已經向外漫遊，靜默地對某個明亮物體感到有興趣，我的注視保有它自主的存活。感官的這種自主性可用來支持Rufin的描述。儘管朝聖客的人格意識被籠罩在空虛、困頓與疲累的存活氛圍中，但他的諸感官並未被此存活氛圍所完全整併或壓制，而是仍保有相當的自主性，能夠反過來影響與調整他的人格層次的存活氛圍。正是感官的這種自主性使Rufin得以「在奴役的處境中體會到意料之外的片刻自由」。

當朝聖客的身體已適應了朝聖之旅的節奏，他甚至不必去注意諸多細節，身體已能自行調節與就緒到某個程度。當Rufin接著從奧維耶多繼續往前走上初始之路，他一邊想像著Alfonso二世從這裡出發朝聖的隊伍，一邊神情恍惚地在街上走著，幾乎遺忘自己身在何方與要往哪裡去，但他的身體自動遵循著牆上的扇貝標誌，不知怎麼回事，他竟然能成功地走對路途。Rufin（2013/2014, p. 164, 2013/2017, pp. 151-152）說他感受到沉著與平靜，儘管已艱辛地行走了約三週，但他的身體狀態還很好，所有痠痛與疼痛都已遠離。他只剩少許欲求，吃與喝較容易滿足，但好好睡一覺似乎就難以達成，不過他也已習慣了。他開始感受到自己之中居住著「空虛」這位同伴；他的心裡不再形成影像與思想，遑論計畫。他的腦彷彿簡單到像爬蟲類或鳥類的腦，他在觀

看世界時，一切都顯得如此新鮮。他說他有了全新的生命，卸下記憶、欲望與雄心抱負的包袱後，他成為一種特殊的直立人——不停走路的那種。他彷彿是一架再簡單不過的走路機器。

Rufin不再用「個人的思想與計畫」，而是用「走路」這單純的身體活動來界定朝聖客的自我。「返璞歸真的感官經驗」與「單純自主的身體活動」幾乎構成了朝聖客的存活模式。Rufin（2013/2017, p. 153）說，在他重新張開的雙眼裡，山區的萬物盡展其魅力，深深浸潤他的感官，一切都直接而充滿力道地進入到他之中，沒有思想的媒介，未被籠罩在任何情感（如不耐或悔恨）的陰影下。

以「我思」為中心的意識自我由於苦行而感到疲累與挫折，但這使得「由單純知覺與身體動作所界定之直接沉浸在周遭環境中的身體自我」不再受制於意識與思慮的籌劃而得到解放，甚至使得原本焦慮的意識自我在進行低度籌劃之空虛中，逐漸尋得平和與沉靜。知覺經驗充滿力度地呈現給知覺者，徒步之習慣動作雖然緩慢但是踏實，甚至被用以界定自我。知覺與徒步活動都不再只是委身於思慮之驅策，也不只是灰暗朦朧的背景，而是展現為得到解放與自主的身體自我。

當意識自我順應地承受與接納知覺及徒步活動的自主活動時，意識自我反而能從中汲取到可用以緩和疲累與焦慮的能量，意識自我的存活氛圍因而得到了轉化。意識自我的存活氛圍與態度被「自主的知覺與身體動作」所轉化，這顯示出「意識自我」與「知覺及身體動作」有共通點，否則後者無法轉化前者。這時，意識自我等於是在「原本被他自己視為他者的知覺與身體動作」中看見了「自己所具有的特質」，也就是看見了「自己」。如果我們接受「在他者中看見自己」就意謂「自己與他者得到了統合」，那麼意識自我與知覺及身體動作在此時便得到了統合。這個身心統合的形成使得意識自我得到了一種自由，意識自我不再將知覺與身體動作視為他者（前者不再將自己對立於後者，不再將自己看成被閉鎖在身體牢籠中），知覺與身體動作也不再受制於意識自我（因為知覺與身體動作得到了解放並展現出固有的自主性）。身與心在這個身心整體中都沒有受到任一方的壓制與奴役而彼此和解（*reconciliation*）。這個自由的身心整體因此極具韌性，甚至彷彿是不可被征服的，因為「那作為意識自我的他者的知覺與身體動作」已經與意識自我統合，反而使意識自我脫離那落到谷



底的困頓狀態。筆者在此使用了G. W. F. Hegel的語彙來描述Rufin的體驗，像是「在他者中看見自己」、「自我與他者的統合」、「和解」與「自由」（Inwood, 1992, p. 112）。

### 三、階段四——阿斯圖里亞斯路段與朝聖之路的宗教層面

Rufin在巴斯克路段的末尾就開始投入朝聖的宗教層面，這是指他開始花費時間深入探索沿途的教堂與修道院以及參加宗教儀式，但他後來因為某些緣故而停止了。在此同時，他的身體動作與知覺的自主性開始顯現出來，他發現到他目睹了含藏在大自然中的精神性（spirituality），後來甚至在阿斯圖里亞斯路段的深山山頂上獲得了一個類似宗教經驗的高峰經驗。讓我們來看Rufin如何描述他的這段經歷。

朝聖客在路途中累積的身心困頓使他想要尋求安慰與超脫，而沿途的教堂與修道院正好提供了這樣的機會。朝聖客原本寄望靠自己的努力來消解這身心困頓，贏得這場戰鬥，但抱持這個寄望卻反而使自己遭受很大的折磨，因為這身心困頓似乎總是無法緩解，持續驅策自己只是增加苦惱與無力感而已。然而，Rufin認為一旦投入基督宗教的懷抱，朝聖客反而能夠

毫無恐懼地放棄這場戰鬥，允許自己的心靈變得空虛無物，屈服於身體及其需求；你能夠接受不斷變遷的周遭景象所帶給你的一切，從大雨帶來的不便到烈日的燒灼。你將不再抗拒，因為這一切都變得無所謂。你知道再走一小段路、或在 10 公里遠的地方，將會有一座教堂庇護你於清涼的圓頂中殿之下，提供古老石牆的安慰，呈現神靈之奧祕的臨在。不管你是否信教，你都將讓自己的心靈沉浸在這純淨之水中，而且你將體驗到一種特殊的洗禮儀式，使得在你之中的超越性（transcendence）顯現出來。（Rufin, 2013/2017, p. 126）

Rufin原本對沿途的教堂與修道院幾乎可說是視而不見，因為走北方之路的朝聖客不多，朝聖的氛圍並不濃厚，但他此時與教堂有了連結而重新發現了教堂。他也意

識到，自古以來多少朝聖客可能都曾在沿途這些教堂中歇息，獲得身心的復甦。他在此時具體感受到他是朝聖客社群的一員，他的成員身分具有活生生的真確性。Rufin寫道：

我能在我的體內感受到這真確性，並且在我的周遭看見其證明。這不可見的群眾群集湧來幫助這處在絕望之中的朝聖客——彷彿所有曾經途經此地的朝聖客的靈魂都來提供支持與鼓勵，給予他力量與忍耐力。（Rufin, 2013/2017, pp. 126-127）

Rufin（2013/2017, pp. 125-126）還提到，他這時已經因為身心困頓而面臨到「墮入動物狀態」的真實危險，然而信仰可以使人脫離動物狀態，並且認識到神，或至少去尋找神，以追求救贖。這些身心困頓包括思慮枯竭、意念渙散、內心空虛、感到極其厭倦與無聊、身體的各種微恙與不適，再加上他一路上有如走路的機器，為了服侍身體欲望而忙碌著。這一切加總起來，使他感到自己幾乎與動物沒有兩樣，如同一頭走獸。Rufin說這時精神性似乎是超越此狀態的最後希望。

然而，此處精神性的意義為何？精神（spirit）有眾多涵意，可以指「個人與肉體相對之非物質的心理層面」，可以指Hegel所說的「客觀精神」（指瀰漫在社群成員的個性與意識之「社群的共同態度與傾向」），也可以指「聖三一中的聖靈」（Hegel將聖靈理解為內在於基督徒社群之中）（Inwood, 1992, pp. 265-276）。

初步來看，Rufin的身心困頓使他個人的精神層面受挫不振，幾乎墮入到動物性之中，但是藉由沿途教堂的庇護與安慰，作為朝聖客社群一員的他得到了這個社群的無形支持，這個社群的客觀精神瀰漫在他之中與提升他，使他如同經過洗禮儀式而提升成為基督宗教社群的成員一般。他具體而確切地親身體驗到自己是朝聖客社群的成員，不再只是在抽象思想的層次上將自己歸類為朝聖客而已。

但Rufin真的貶低人的動物性層面嗎？Rufin（2013/2017, p. 154）曾說朝聖之路乃是經由身體來穿透與影響心靈，這難以和沒有親身經歷的人分享。因此，Rufin對於身體與動物性的看法是更為複雜的，這從筆者在階段三的討論可以看出。Rufin既感

受到身心困頓與幾乎墮入動物狀態的危險，因此會想尋求宗教的安慰，但又出乎意料地從自主的知覺與肢體活動中得到了緩和疲累的能量。這兩個與動物性有關的面向看似彼此矛盾，但卻都是Rufin的真實體驗。

在投入基督宗教時，Rufin雖然放棄了這場身心上的戰鬥，卻也攀附了信仰以尋求安慰與救贖。然而，Rufin最後還是離開了信仰，就像他先後離開了想像與思想一樣。Rufin寫道：

現在我已失去我最後一層保護。在我朝聖之旅第三週的開端，我毫無遮蔽地隻身站立，準備要擁抱朝聖之路的真相。我首先褪去想像中的幻夢，接著褪去思想，最後褪去信仰。既然我已褪去所有這些肌膚，有什麼還遺留下來呢？  
（Rufin, 2013/2017, p. 147）

Rufin說他不久將發現答案。但我們先要探問：為何他褪去了信仰？

Rufin（2013/2017, p. 147）提到他在阿斯圖里亞斯花太多時間參加宗教儀式，以致耽誤了行程。加上每場宗教儀式都大同小異，讓他開始感到厭倦。此外，許多神父的布道內容引不起他的興趣。這些因素使他結束了朝聖的基督宗教信仰時期。然而，是否有其他因素在影響著他呢？從Rufin後來得到的高峰經驗來看，他可能隱約想要以某種方式直接面對神，而非透過神父這個中間人，因為Rufin（2013/2017, pp. 135-136）說一路走在荒野中的朝聖客能直接感受到大自然中含藏的精神性，所以朝聖客可能也會隱約覺得神聖性（divinity）能直面識別而有預期心理。Rufin（2013/2017, p. 177）因而寫道：「所有那些教堂與修道院只是前廳，我在那裡為某樣仍不可見的東西的降臨做準備」。

Rufin在當地人的推薦下步上一段少人行走之穿越高山的路線。Rufin寫道：

朝聖客從未像現在一樣在這廣大的地景中顯得如此地渺小，但是在此同時，他的心靈與他的腳步的微弱力量卻使得他可堪匹敵於這地景。借用 V. Hugo 的話，這徒步旅行者是個巨人般的矮人。（Rufin, 2013/2017, pp. 176-177）

為何Rufin這麼說？他解釋道，數星期的徒步已使他進入一種被動順從的狀態，在這美麗廣闊的大自然裡，他已準備好要去識別出比他自己更崇高、甚至比一切事物都更崇高者。Rufin（2013/2017, p. 177）寫道：「如果在這段穿越高山的旅程中我可能見不到神，我至少感受到了祂的氣息」。只有在面對面的遭逢中才能感受到對方的氣息。Rufin（2013/2017, p. 177）寫道：「所有宗教都匯合在這個與基本原理面對面的遭逢之中」。他認為他感到的「在這山頂上遺世而獨立，從苦痛與虛榮的欲求中解脫出來，感受到了神之氣息」的經驗是最為原初之「與神聖遭逢」的經驗，無法被認定為屬於哪個特定的宗教傳統（Rufin, 2013/2017, p. 177）。

James（1985, pp. 32-34）區分「制度宗教」與「個人宗教」，前者包含神學、儀式與宗教組織，後者涉及個人與神聖性的直接連結。在某個意義上，個人宗教比神學或宗教組織更為根本。James在《宗教經驗之種種》（*The Varieties of Religious Experience*）中所談的「宗教」即是「個人在孤獨狀態中，領會到自身與其所認定的神聖對象有著某種關聯時的感受、行動與經驗」。依此定義，Rufin的高峰經驗屬於宗教經驗。

Rufin在離開山頂前，突然在山嵐繚繞的草場上看見一群野馬，這群野馬可能是受到驚動，開始奔跑起來。但有一匹高壯無畏的馬卻靜靜站立，望向Rufin的方向，在原地跳躍著，最後看了Rufin一眼後揚長而去（Rufin, 2013/2017, p. 178）。Rufin寫道：

假使我是史前的人，我將會飛快地跑回我的洞穴去，在牆上畫下這短暫地被  
我瞥見的神聖性，將所有力量與美麗凝聚在其中。在長期歷經諸多一神教信仰  
之後，今天的人們有時仍以相同方式感受到精神上的震撼，而將諸多自然  
對象看做神性的化身，像是雲霧、高山與駿馬。朝聖之旅連結了人類信仰  
的所有階段，從神祇最多的泛靈論（polytheistic animism）到道成肉身（the  
Word incarnate）。朝聖之路使世界復魅（re-enchant）。在此之後，每個人可  
以自由地在這充滿神聖的實在中，將再度發現的精神性納入某個宗教裡，或  
者不納入任何宗教裡。經由身體與旅程中的匱乏，乾枯的精神得到了滋潤，

並且遺忘物質對於精神、科學對於信仰，以及「身體的有限壽命」對於「來世之永恆」的完全壓制所帶給他的絕望。他突然間被一股洶湧能量澆灌著，他在驚訝之餘不曉得該如何是好……對我而言，這就是朝聖之路的奧祕頂峰，我在此感受到看見實在自身消融了，而讓我知覺到那隱身其後者，那散布在實在的每個造物之中者。（Rufin, 2013/2017, p. 178）

在Rufin這個經驗的背後有著一個歷史曲折。Rufin（2013/2017, pp. 135-136）指出，大地在人眼中原本充滿惡意精靈與巫術魔法，原始宗教表達的是人對諸神的懼怕，人獻上供品與犧牲以確保諸神的庇佑與善意；一路走在荒野中的朝聖客就能體會深谷、海角與石山之巔所散發的超自然氛圍，這氛圍對遠古人類來說一定非常強烈；基督宗教最初扮演解放者的角色，使大自然不再能真正傷害到人；它清除了棲居於雲層、高山、森林與山泉的神祇，將整個世界提供給人。

Rufin並非無法在大自然中體驗到精神性，但那不是盤據在大自然中伺機害人的精靈鬼怪，而是流動在生物中的美麗與強健的生命力。

Rufin不僅體驗到了身體與意識心靈的和解，甚至在此山徑體驗到了身心與大自然的和解。他在知覺與身體動作中經歷精神性，也在大自然景象中看見精神性。知覺與身體動作中的精神性滋潤了意識心靈，大自然景象也能灌注精神能量給意識心靈。Rufin在身體與大自然中看見了作為精神的他自己，這兩者與他的意識自我並非沒有實質共同點。這是一種自我否定，因為他不再以為身體與大自然這兩個「他者」都不具有他的意識自我所擁有的精神特點。這時，他的意識自我透過自我否定，而與身體及大自然和解，並共同構成一個精神性的社群。

#### 四、階段五——加里西亞路段與喜迎終點

Rufin走出深山不久就進入了加里西亞，終點聖地牙哥即是其首府。終點已非遙不可及，Rufin越接近終點，欣喜、愉悅與平和之情也越發強烈。他太太前來與他會合，兩人要一起走完最後100公里。相較之下，他與他太太的神情就有很大的不同；他感覺到他太太顯得焦躁不安與不耐煩，但是他感到自己既輕鬆自在又心境平和。



步行進入終點的朝聖客與這座大城之間隔著無法丈量的距離，步行朝聖客感覺不到這座城市在歡迎他，這條進入城市的道路反而像是朝聖客的受難之路，因為充斥著汽車、巴士與貨車，朝聖客幾乎無路可走。城裡人來人往，眾人忙著自己的營生，對朝聖客視若無睹。朝聖客顯得格格不入，在這座朝聖之旅的終點城市，這感受更是強烈。Rufin寫道：

這或許就是標誌著終點已經抵達之最究極的記號——當徒步者離聖地牙哥還很遠時，特別是在朝聖客很少的地區，他招徠關注與好奇，甚至引發同情。但是當他抵達聖地牙哥時，他是完全隱身不可見的。他已消融到空氣之中。  
(Rufin, 2013/2017, pp. 222-223)

舊城區裡充斥著紀念物商店。Rufin如此描述商店販賣的紀念物：

紀念品商店致力於販賣完全沒有用處的小玩意兒。此外，這些東西也得便宜、容易攜帶而且又醜陋。這些小擺設通常是中國製造的，無止境地複製著取材自當地歷史的諸多象徵。扇貝圖案令人厭煩地到處出現，出現為胸針、徽章、鑰匙圈與手機保護殼的形狀，裝飾著餐墊、塑膠杯、狗項圈、小孩圍兜、腳踏墊以及圍裙。每個人都能找到自己想要的。(Rufin, 2013/2014, p. 236, 2013/2017, p. 223)

觀光客充斥著舊城區，且自稱是朝聖客，這使得徒步抵達的朝聖客在這群人之中更感孤單。觀光客購買著紀念物，以證明自己來過聖地牙哥，但Rufin可以用他蓋滿戳記的朝聖護照來請領名為「康波斯特拉」(compostela)的正式證書。這個證書與朝聖護照是更為珍貴與獨一無二的紀念物。

領到證書後，Rufin進入聖雅各大教堂，與眾人一起參加朝聖客大彌撒，也目睹了著名的燭煙儀式。儀式結束後，朝聖之旅就真正結束了。但這趟朝聖的影響力才剛要發生作用，目前尚無法預知將有何影響。Rufin (2013/2017, p. 245) 說，這座大城

的魅力與美麗能埋葬你對朝聖之路的回憶，你的身體也會回復到往日的城市生活步調，當你在舊城區的狹窄街道裡閒逛時，你甚至會發現你竟然開始買起紀念物來了。

Rufin先前曾用如此刻薄的言語來描述紀念物，這時是什麼因素在吸引著他，使他認為他也會開始買起了紀念物呢？筆者的回答與詮釋如下。

紀念物不是工具（因為不一定有特定用途），不是藝術品（因為通常大量複製又缺乏美學特質），而且也不是自然物。那麼紀念物的存在模式是什麼呢？

紀念物藉由標記出取材自在地歷史的特殊符號而連結到了更遙遠的過去，當下存在的紀念物彷彿是這更遙遠的過去遺留在當下的一個結晶物，將它握在手裡，就彷彿伸手觸及了那遙遠的過去。

我去過某個重要地點所攜回的紀念物，曾與我同時出現在該地點。這個紀念物甚至比我更早出現在該地點，與該地點有密切關聯。紀念物既標記出「該重要地點」，也標記出「我曾出現在該地點」，後來更標記出「我過去的歷史中一個被凸顯出來的時空點」。

擺在櫃子裡的這個紀念物，在我的注視與把玩下，逐漸甦醒而伸展出我曾經賦予它的諸多意向絲線。這些絲線循時光之河逆流而上，直達它們所標記的那段時空，使我有機會彷彿再次置身於當時情境，儘管我以為我早已遺忘了那段時光。當我將這個紀念物從櫃子裡取出時，我彷彿是在時光之河的岸邊撿拾到上游漂來的擱淺物。當我將它靠在我的耳邊傾聽時，我聽見的是我自己的故事。

當我在挑選紀念物時，我也是在選擇哪樣紀念物最能代表我與此地的連結、最能融入我的生命故事。這個選擇會決定我未來將循著哪些意向絲線連結到我曾置身的哪些情境，畢竟人是不斷編織自己生命故事的存有者。紀念物產業鏈努力在為每個人生產出想要的紀念物，以滿足其編織自己生命故事的欲求。也許就是這種欲求在推動著Rufin，讓他開始挑選起紀念物了。他有可能看到了什麼紀念物特別能代表他與朝聖之路的連結，而被它所深深吸引，畢竟我們的知覺往往會不由自主地去注意對我們有深刻意義或特別有吸引力的東西，不顧意識自我的抗議與輕視。

紀念物可能並非只能承載上述意義，但這就足以使紀念物擁有一種特殊的存在模式，而有別於工具、藝術品與自然物。

## 陸、結語

筆者透過分析Rufin的朝聖歷程來區分朝聖、居家與觀光這三種存活模式的差異，以呈現出朝聖的特點，並區分出Rufin朝聖之旅的五個階段，以及嘗試以「心靈、身體與大自然的和解」來描述他的身心體驗與高峰經驗。筆者最後嘗試解釋人購買紀念品的更深層動機與探討紀念物的存在模式。Rufin的朝聖書寫足以啟發與承載筆者的分析，這正是為何筆者選擇分析他的朝聖書寫。

## 參考文獻

- Rufin, J.-C. (2014)。一個人的不朽遠行：聖雅各朝聖之路（范兆延，譯）。臺北市：聯經。  
（原著出版於 2013 年）
- 【Rufin, J.-C. (2014). *An immortal solitary hike: Camino de Santiago* (C.-Y. Fan, Trans.). Taipei, Taiwan: Linking. (Original work published 2013)】
- Inwood, M. (1992). *A Hegel dictionary*. Oxford, UK: Blackwell.
- James, W. (1985). *The varieties of religious experience*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Merleau-Ponty, M. (2012). *Phenomenology of perception* (D. A. Landes, Trans.). London, UK: Routledge. (Original work published 1945)
- Reader, I. (2015). *Pilgrimage*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Rufin, J.-C. (2017). *The Santiago pilgrimage* (M. Dervis & M. Imrie, Trans.). London, UK: MacLehose Press. (Original work published 2013)
- Thoreau, H. D. (2004). *Walden*. New Haven, CT: Yale University Press.

# The Mode of Existence of a Solitary Pilgrim Walking on the Camino de Santiago: Reaching the Reconciliation among Mind, Body and Nature

Hsi-Heng Cheng<sup>\*</sup>

## Abstract

The Camino de Santiago is a network of ancient pilgrim routes leading to Santiago de Compostela in north-west Spain, where tradition has it that the tomb of the apostle St. James the Great was discovered in the ninth century. In this paper, the mode of existence of a solitary walking pilgrim is characterized through comparison with that of a typical tourist and with that of a typical resident in his daily life-world, and it is then found that the experiential life of such a solitary walking pilgrim during his journey can be divided into five stages in the light of J.-C. Rufin's account of his pilgrimage. It is finally shown that a pilgrim has the opportunity to experience the reconciliation among mind, body and nature, which is explicated with the help of certain ideas from M. Merleau-Ponty and technical terms from G. W. F. Hegel.

Keywords : pilgrimage, Camino de Santiago, J.-C. Rufin, M. Merleau-Ponty, G. W. F. Hegel

---

\* Hsi-Heng Cheng: Professor, Graduate Institute of Philosophy, National Tsing Hua University  
Manuscript received: Mar. 5, 2020; Accepted: Sep. 18, 2020

