



中東的曠野和
沙漠是基督徒
早期修道實踐
的發源地

埃及沙漠中的大聖安當隱修院



雖然大聖安當之前已有個別的隱修士存在，但有組織的修道生活通常認為是從他開始的。

大聖安當隱修洞穴

<https://drivethruhistory.com/the-desert-monks/>



東方教會隱修生活的第一種類型：

集體共修（修道人居住在較大的修道院中，共食共住，共同祈禱，在長上和院規的指導下過集體生活）

阿托斯聖山，大拉弗拉修道院

<https://www.allovergreece.com/Agio-Oros-Monastery/Descr/3/en>



希臘，麥泰奧拉隱修院群

<https://meteora.com/meteora-monasteries/>



東方教會隱修生活的第二種類型：

半集體修行（修道人或獨自一人或三五成群，居住在小型的修道所中，平日各自修行，主日和節日聚會一起舉行禮儀並聚餐）

阿托斯聖山，新斯基特

<https://mountathosinfos.gr/skites/the-nea-skete/>



東方教會隱修
生活的第三種
類型：

獨居隱修（修
道人在遠離塵
世的沙漠曠野
或深山幽谷獨
自一人修行，
只是定期與神
師會面，接受
靈修指導並領
聖事）

阿托斯聖山的獨居隱修士



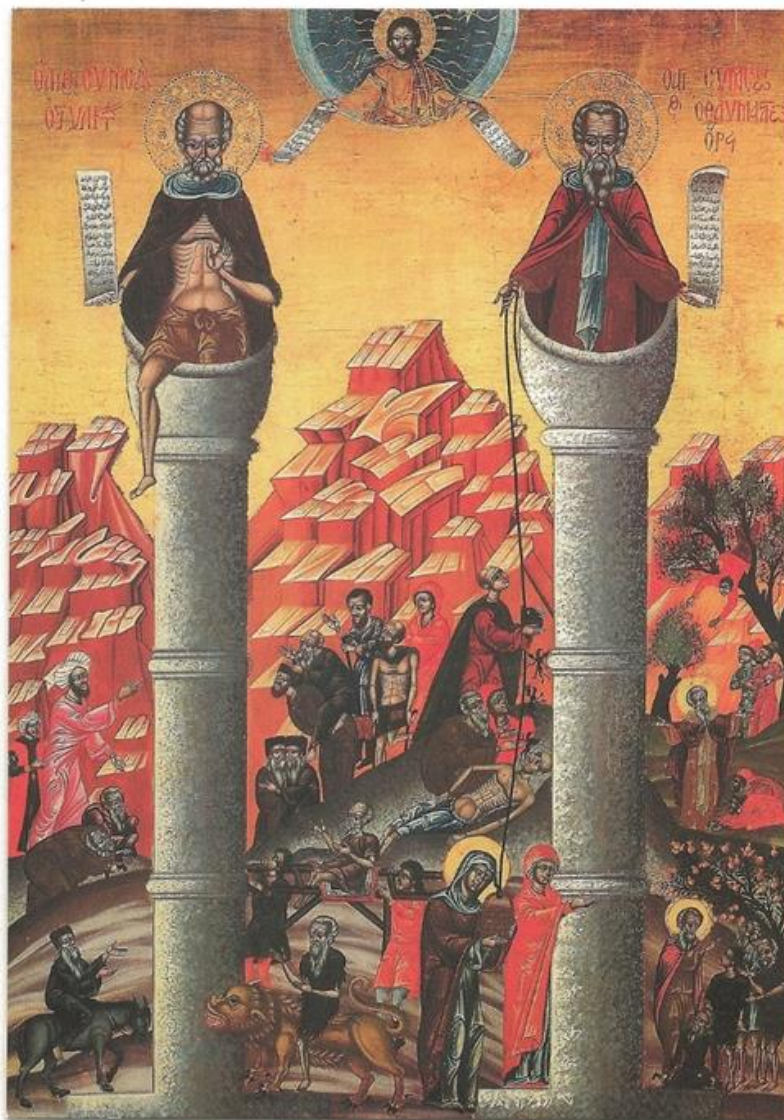
阿托斯聖山的獨居隱修士

https://www.galaxy92.gr/Blog/Zoun%E2%80%A6san_ta_poulia-Mia_houfta_monahoi_apomonomenoi_apo_ton_upoloipo_kosmo_4045



阿托斯聖山的獨居隱修士

https://www.galaxy92.gr/Blog/Zoun%E2%80%A6san_ta_poulia-Mia_houfta_monahoi_apomonomenoi_apo_ton_upoloipo_kosmo_4045



獨修的極致形式：

柱頭修道人（為徹底避免紅塵的打擾，修道人登上柱頂或高塔，僅通過吊籃獲取維生必需品）

柱頭修士聖長西默盎與聖幼西默盎



約旦境內留存的一座隱修士柱



在東方教會，修士和修女的修道方式、位階和相應的剪髮禮都是一樣的，並無男女分別。

修士和修女



修道人的四個
位階：

1. 初學
2. 著袍者
（穿會衣者）
3. 著十字者
（小聖衣）
4. 大聖衣
（天使聖衣）

著袍修士和著十字修士（小聖衣修士）



小聖衣 (paraman/ Little Schema)

<https://umilenie.su/magazin/kresty-i-panagii-napersnye-tsepi-k-nim/kresty-bez-ukrashenij/krest-napersnyj-i-paraman-serebryanyj-s-czepyu-h-105-mm/>



宗主教在穿祭衣之前先穿上小聖衣

<http://volgeparhia.ru/2019/05/24/10-faktov-ob-oblachenii/>



大聖衣修士

<https://twitter.com/heruvimski/status/1321586419786199045>



大聖衣修女

<https://twitter.com/heruvimski/status/1321586419786199045>