

第六聚會 - 祈禱的帶路人

1. 在基督內團聚: 會前祈禱及適合的聖歌

- a. 會前祈禱：請組長從『基督徒的祈禱』讀祈禱文。
- b. 講義的聖歌：可以用我們原來在 Arise 用的聖歌，或是從 YouTube 適合聖歌

2. 本週重點

- a. 我們從聖人可以學習許多祈禱的方法。
- b. 基督徒的家庭是祈禱教育的第一個地方。



3. 發揮主題 (教會的教導和其他資源)

- ❖ 「如果你在尋求天主，卻不知如何開始，你就要學習祈禱，努力每一天祈悔。」真福德曹莎修女 (1910-1997)
- ❖ 靈修是什麼？(SPIRITUALITY) 教會內各種虔信的形式，大多發展自聖人們“聖神滿被”的生活方式。因此，我們會提到「方濟靈修」，「本篤靈修」，或「道明會靈修」。

教會的教導

- 從天主教教理簡編 (564)：聖人怎樣是祈禱的帶路人？聖人是我們祈禱的模範，我們也求他們在天主聖三台前，為我們和整個世界代禱。他們的代禱也是對天主計畫的最高服務。在諸聖的共融中，很多不同的靈修模式在教會歷史中得到了發展，教導我們如何實踐祈禱生活。
- 從 Youcat (491) 為什麼向聖人學習，對祈禱會有所幫助？聖人們就是滿懷聖神熱火的人；他們使天主的熱火在教會內，燃燒不熄。當聖人們還在世時，就已如此熱烈祈禱，甚至有著感染力。當我們親近他們，會更容易祈禱。當然，我們絕不拜聖人，但我們可以呼求在天上的他們，為我們在天主座前求恩。以偉大的聖人們為中心，發展出各種特殊的→靈修傳統，好似光譜上的七彩顏色，全都指向天主純粹的光。這些傳統都始於信仰中一個基本的要素，而後各自經由不同的途徑，引導人走向信仰的核心，並熱心虔敬天主。因此，方濟的靈修始於神貧。本篤的靈修始於讚頌天主，而依納爵靈修則始於分辨與召叫。人會受怎樣的靈修吸引，端看他的個人特質，而每種靈修也都是一個祈禱的傳統。
- 從天主教教理簡編 (565)：誰能教育我們祈禱？基督徒家庭是教育祈禱的第一個地方。每天的家庭祈禱是特別值得鼓勵的，因為它是教會祈禱生活的首要見證。教理講授、祈禱小組、靈修指導，一起構成祈禱的學校和幫助。
- 從天主教教理簡編 (566)：那些是有助於祈禱的地方？我們到處都可以祈禱，但選擇一個有利於祈禱的地方，是不容忽視的。教堂是禮儀祈禱和朝拜聖體的適切場所。其他有助祈禱的地方包括：家中的「祈禱角落」、隱修院、朝聖地的聖所。

- 從天主教教理 (2686)：聖職人員有責任培育基督內的兄弟姊妹祈禱。身為善牧的僕人，他們被祝聖是為引領天主子民到達祈禱的活泉：聖言、禮儀、超性生命，以及在人生實際境遇中的「天主的今天」。
- 從天主教教理簡編 (2688)：兒童，青年和成人的教理講授，主要是教導他們在個人祈禱中默想天主聖言，在禮儀祈禱中將之實現，並時時刻刻使之內在化，好能在新生活中接觸果實。教理講授也是辨別和教育民間熱心善功的好時刻。一些基本經文的背誦能為祈禱生活提供不可或缺的支持，但是幫助他們品嚐經文的含義也很重要。
- 從天主教教理簡編 (2689)：祈禱小組或「祈禱學校」，只要是從基督徒祈禱的真實泉源中汲取所需，都成為今天在教會內祈禱的一種標記及更新祈禱的一種動力。關心教會的共融是教會內真正祈禱的標記。
- 從天主教教理簡編 (2690)：聖神賜給一些信徒智慧、信德和辨別的恩典，目的是為教會的這一公益，就是祈禱(靈修指導)。具有神恩的男女是祈禱活生傳統的真正僕人。

4. 聖言與生活:

得撒洛尼前書，1：2-10（你們雖在許多苦難中，卻懷著聖神的喜樂接受了聖道）

省思:默想片刻經文中哪些詞句、圖像，觸動我心，或對我說話？（聖保祿稱讚得撒洛尼人,因為他們在接受了聖言之後，通過他們虔誠的生活和善行傳揚福音。我們也這樣做呢？）

信仰分享（跟著『基督徒祈禱』34-35 頁）

- 我在家裡是怎樣學習祈禱的？
- 一家人一起祈禱時，我們是用的什麼方式？我們夫婦兩人一起祈禱時，怎麼祈禱？與我同住的人祈禱時用的是什麼方式？
- 我參加過退省嗎？如果參加過，請講述你的經驗：如果沒有，你想退省會帶給你什麼好處？
- 在我家有沒有一個祈禱的角落？如果有，這個角落在祈禱上，對我有什麼幫助？如果沒有，我打算在那裡設置一個？

5. 實踐信仰：下面是幾個建議：（跟著『基督徒祈禱』35 頁）

- 在你家設置一個祈禱角落。
- 教會常常舉辦一些避靜，讓我們好好利用這些機會。
- 為了回應聖言，本週內我決定要。。。

6. 會後祈禱

請組長讀從『基督徒的祈禱』祈禱文，或其他適合祈禱。可以唱適合的聖歌。