

青少年主禱文第二課

聖經心讀

大公教會本篤 (Benedict) 靈修傳統裡，有一種古老的讀經祈禱方式稱 Lectio Divina (拉丁文)，英文譯為 prayerful reading，意思是具有祈禱氣氛的閱讀。或譯為「祈禱式讀經」或「傾心靜聽」。此靈修方式強調以謙卑、敬虔、開放的心，讓聖靈藉著上帝的話感動、引導我們每日的生活 (約 15:5-10)。聖經是從上帝而來的情書，是靈修生活的核心。上帝藉著祂的話語，傳達祂的臨在、能力和大愛。透過不同途徑，上帝向我們說話：人生境遇、教會、所對遇的人、可見的受造物和其他方法。神邀請我們用心聆聽祂的聲音 (賽 55:6-11、太 4:1-11)，我們對神邀請的回應，就是靜聽祂要向我們傳達的信息！(王上 19:11-12、約 10:14-16)

聖經心讀四步驟：

1. 誦讀：(lectio)。同時也是「聆聽」。誦讀聖經時，我們與主相遇，聽主說話。(路 10:38-42 馬利亞坐在耶穌腳前聆聽；路 24:13-35 以馬忤斯路上)。
2. 默想：(meditatio)。此「默想」並非指思考、推理或分析，也不是指靜坐或冥想，所帶來的「默觀」。古代引修傳統中的「默想」指重複地誦讀，目的是深入經文的意義，以便持續在口中、心中「默想」經文的意義。
3. 祈禱：(oratio)。以內心中，透過「默想」所咀嚼、消化和吸收的聖言，回應上主。舉心向主，與主交談。
4. 默觀：(contemplatio)。指一種單純的凝視，由眾多思想趨向一個思想，終至無念之境界。(林後 3:12-18)

特色：

1. 存敬虔的心，慢慢地誦讀聖經，讓聖經的話進到內心。
2. 保持聆聽、開放的態度，讓聖靈對我們說話。
3. 不要進行經文分析或背景詮釋，只要單單思想基督、聆聽基督。
4. 以小組進行時，分享應簡短，避免指導別人，不要論斷人。
5. 每個階段對自己 and 他人，都保持聆聽、尊重和接納的態度。
6. 閱讀的過程就是一種祈禱。
7. 感謝及代禱：結束前為所領受的信息及經歷主愛感謝神，為弟兄姊妹的需要代禱。

今日練習：詩篇二十三篇

回家功課：以聖經心讀作每日靈修，並繳交一篇心得。

參考資料：聖經心讀。林霓玲牧師。<http://www.pbc.org.tw/lbun-79.html>