

2021-2022天主教聖經學院普及課程

聖經靈修 (一)

2021年12月、2022年1月、2月

詠105:1-10

請眾感謝上主，呼號他的聖名，請眾在萬民中，宣揚他的功行。
請眾歌頌他，詠讚他，傳述他的奇工妙化。
請你們以他的聖名為光榮，願尋求上主的人，樂滿心中。
請眾尋求上主和他的德能，要時常不斷追求他的儀容。
請你們記念他所行的奇蹟，他的異事和他口中的判詞。
天主的僕人亞巴郎的後裔，上主揀選的雅各伯的兒子！
他是上主，是我們的天主，他的統治遍及普世各處。
他永遠懷念着自己的盟約，直到萬代不忘自己的許諾；
就是向亞巴郎所立的盟約，向依撒格所起的誓諾，
為雅各伯立為不移的規條，向以色列立為永遠的盟約。

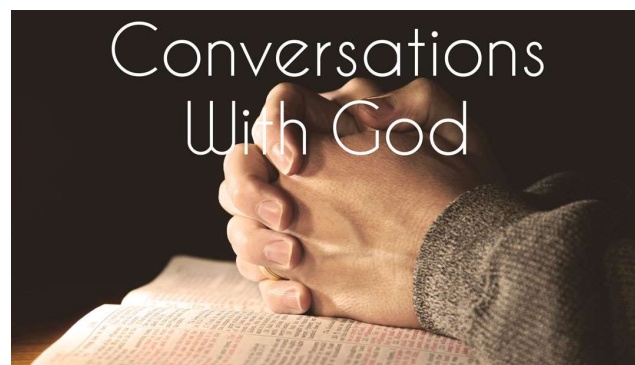
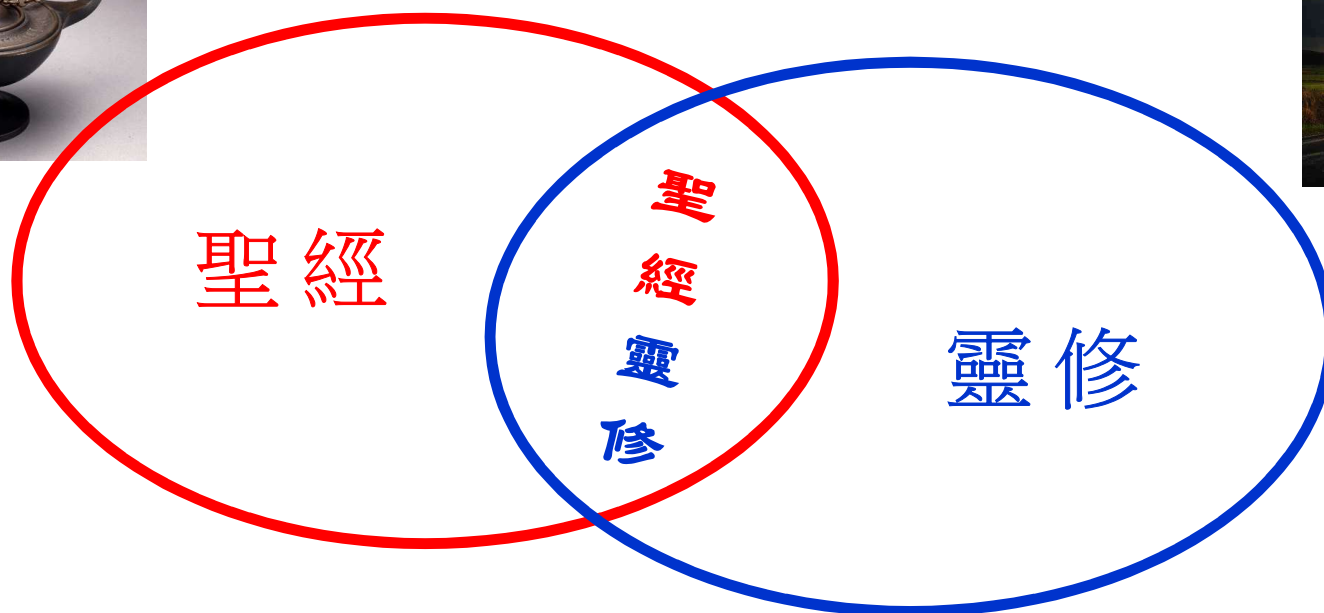
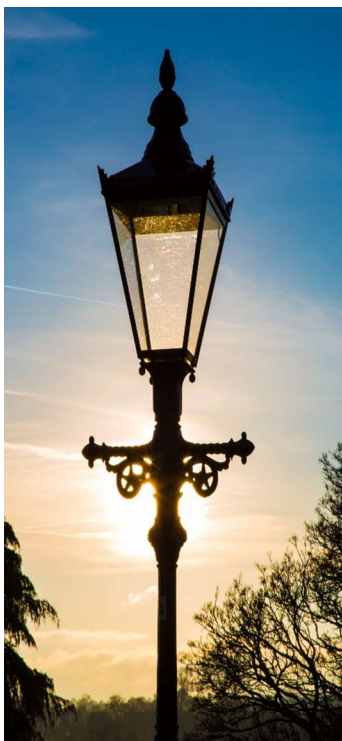
甚麼是聖經靈修？

聖經

+

靈修



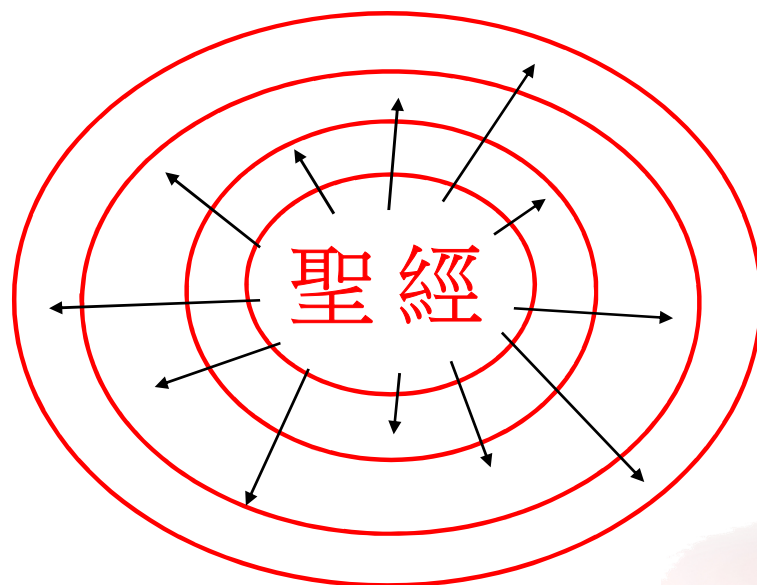


靈修學 — 普及神學教材系列（39） 聖神修院神哲學院出版（2016）
https://static.wixstatic.com/media/337f20_98627bfdbac0494bb7ab3911b298a04e~mv2.jpg/v1/fill/w_294,h_420,al_c,q_85,usm_0.66_1.00_0.01/337f20_98627bfdbac0494bb7ab3911b298a04e~mv2.webp

高夏芳修女著作：

新約聖經入門、天主真妙、世界真妙、人真妙、人生真妙、
聖言真妙、遇之妙、保祿真妙、語橋、只緣此身在山中、

《天問》一個愛發問的天主(2019)、語絲(2020)、語點(2020)



《聖經》

舊約
(46卷)

梅瑟五書

歷史書

智慧文學

先知書

天人的盟約

新約
(27卷)

福音書

宗徒大事錄

宗徒書信

默示錄

在聖經內以文字記載陳述的**天主啟示**，是藉聖神的默感而寫成的，因此慈母教會基於宗徒的信仰，把舊約與新約的全部經典，同其所有各部份，奉為聖經正典。因此，這些**藉聖神的默感而寫成的書，以天主為其著作者**，並如此的被傳授給教會。

故此理當承認聖經是天主為**我們的得救**，而堅定地、忠實地、無錯誤地、教訓我們的**真理**。因此，「所有由天主默感來的聖經，為教訓、為督責、為矯正、為教導人學正義，都是有益的，為使天主的人成全，準備他行各種善工。」
(弟後3：16－17)

(《天主的啟示教義憲章》，1965，# 11)

以權威解釋所寫成或所傳授的天主聖言之職權內，只屬於教會生活的訓導當局，它藉耶穌基督的名義而行使其權威。但教會的訓導權，並不在天主的言語之上，而是為天主的言語服務。**教會訓導權**所教導的，僅是由傳授而來的；原來她是謹遵主命，並藉聖神的默佑，虔敬地聽取、善加護守、並忠實地陳述天主的言語。凡她因天主的啟示所公佈為當信的一切，都是由一個信德的寶庫所吸取的。

因此，可見**聖傳、聖經及教會訓導權**，按天主極明智的計劃，彼此相輔相成，**三者缺一不可**，並且三者按各自的方式，在同一聖神的推動下，同時有效地促進人靈的救援。

(《天主的啟示教義憲章》，1965，# 10)

WHY ?	為何...	聖經靈修的 <u>重要性</u>
WHO ?	對象...	聖經靈修的 <u>中心</u>
WHAT ?	甚麼...	聖經靈修的 <u>內容</u>
WHEN ?	何時...	聖經靈修的 <u>時間</u>
WHERE ?	何地...	聖經靈修的 <u>地點</u>
HOW ?	如何...	怎樣實踐聖經靈修

WHY ? 為何...

為何以聖經作靈修？

《天主的啟示教義憲章》, **1965**

第六章 論聖經在教會的生活中

教會常常尊敬聖經，如同尊敬主的聖體一樣.....教會把聖經與聖傳，時常當做自己信德的最高準繩，因為聖經是天主默感的，並且一勞永逸用文字書寫下來，恆久不變地通傳天主的言語，而使聖神的聲音，藉先知及宗徒們的言語發聲。所以教會的一切宣道，同基督的宗教本身，應當受到聖經的養育與統轄。在天之父藉著聖經慈愛地與自己的子女們相會，並同他們交談。天主的話具有那麼大的力量及德能，以致成為教會的支柱與力量，以及教會子女信德的活力，靈魂的食糧：精神生活清澈不竭的泉源。因此，所謂「天主的話確實是生活的，是有效力的」（希4：12），「它能建樹你們；並在一切聖徒中，賜給你們嗣業」（宗20：32：參閱得前2：13），對聖經來說最恰當不過了。

（《天主的啟示教義憲章》，1965，# 21）

HOW ?

如何...

在我們現代到處盛行的可嘉方法，欣然去接近聖經。要記住！祈禱當伴隨著聖經閱讀，為形成天主與人之間的交談，因為「當我們祈禱時，我們向祂說話；當我們閱讀天主聖言時，我們聽祂講話」（聖盎博羅削）。

這樣，藉聖經的閱讀及研究，「天主的言語得以飛奔而受榮」（得後3：1），託付給教會的啟示寶藏，日益充沛人心。就像因經常參與聖體奧蹟，教會的生活得以增長，同樣。也由於加倍仰慕「永遠常存」的天主聖言（依40：8；參閱伯前1：23—25），精神生活必可獲得新的鼓舞。

（《天主的啟示教義憲章》，1965，# 25, 26）

聖經的研讀必須是一扇向每位信友敞開的門。天主啟示的話徹底地豐富我們的教理講授和增長傳遞信仰的努力，這一點是基礎。福傳要求人熟悉天主聖言，所以教區、堂區和天主教組織應提供認真持續的聖經研讀，鼓勵個人和團體以祈禱的心閱讀聖經。我們並不盲目地尋求天主，或等著天主對我們先講話，因為「天主已經發言，祂已啟示了自己，我們要知道的，都已啟示給我們，沒有進一步的內容而不通傳給我們。」聖言既已啟示給我們，讓我們珍之重之如寶藏。

《福音的喜樂》論在今日世界宣講福音 #175 ， 教宗方濟各宗座勸諭 ， 2013

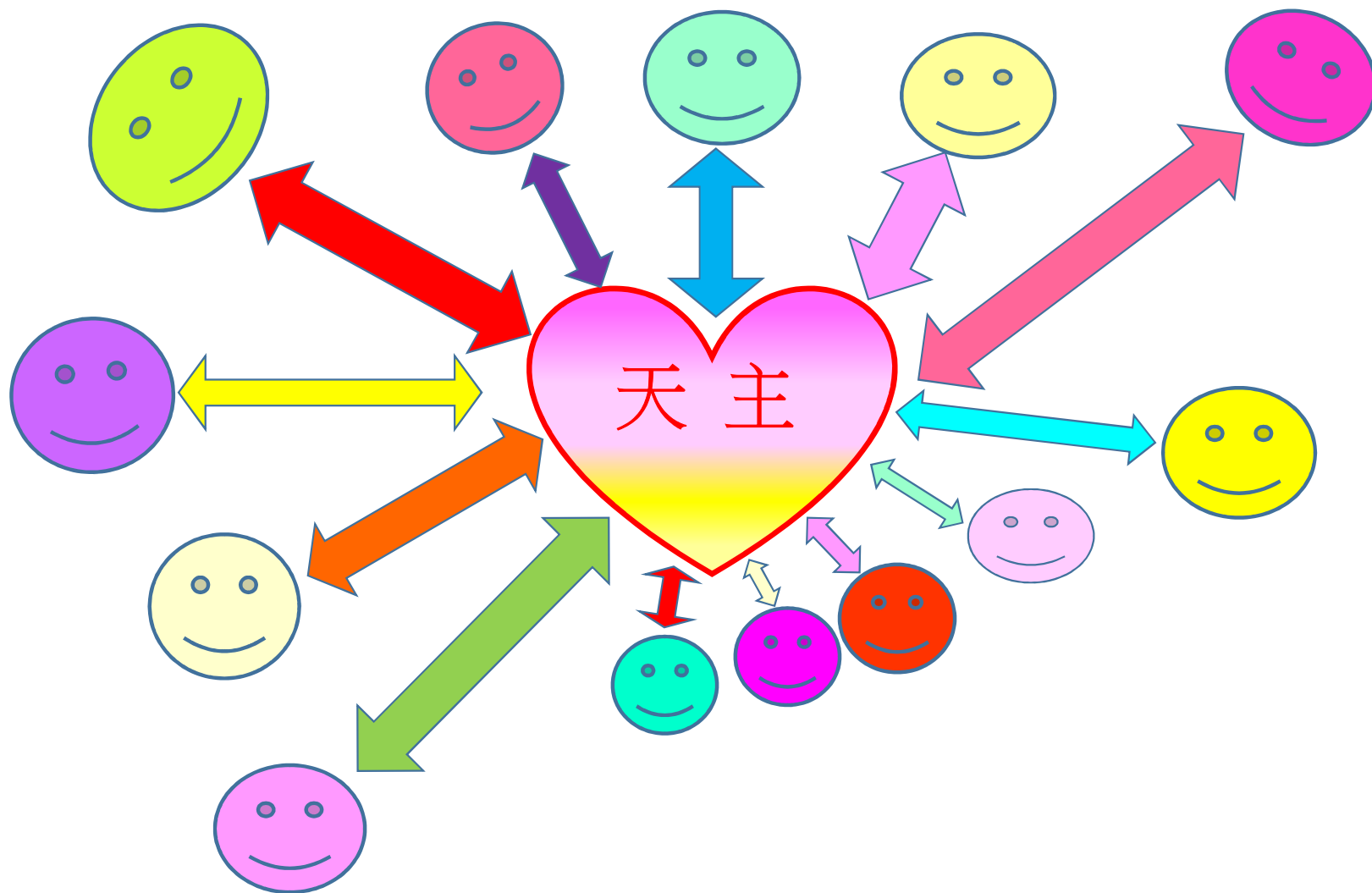
我們應在祈禱中閱讀天主聖言。聖言「比蜂蜜更要甘美」（詠119：103），而且是「雙刃的劍」（希4：12）。閱讀聖言有助我們聆聽主的聲音：「祢的言語是我步履前的靈燈，是我路途上的光明」（詠119：105）。正如印度主教團所說：「敬禮天主聖言不只是眾多的敬禮之一，不是某種美好但可有可無的敬禮。天主聖言是基督徒生活的核心和身分。聖言具有改變生命的力量。」

（《你們要歡喜踴躍》，論於當代世界成聖的召叫，教宗方濟各宗座勸諭，2018，# 156）

WHO ?

對象...

靈修的對象和中心.....



《天主教教理》

2562. 人從哪裡發出祈禱？無論用甚麼語言(姿勢或言語)，總是整個人在祈禱。但為了指出祈禱從那裡湧現出來，聖經有時說是靈魂或心神，而提及心的次數最多(超過千次)。的確，**是人的心在祈禱。如果心遠離天主，外表的祈禱就虛而不實。**

2563. (按照閃族和聖經的說法：我投宿心中)心是居所，我在此，我居此。心是理性抓不到，別人也摸不著的**隱密中樞**，**只有天主的神才能洞察和認識它**。心是**作決定的地方**，在我們心靈欲望的最深處。心是**真理所在**，是我們**選擇生或死的地方**。心亦是**相遇之處**，因為按天主的肖像，**我們活於關係中**：心是**結盟之所在**。

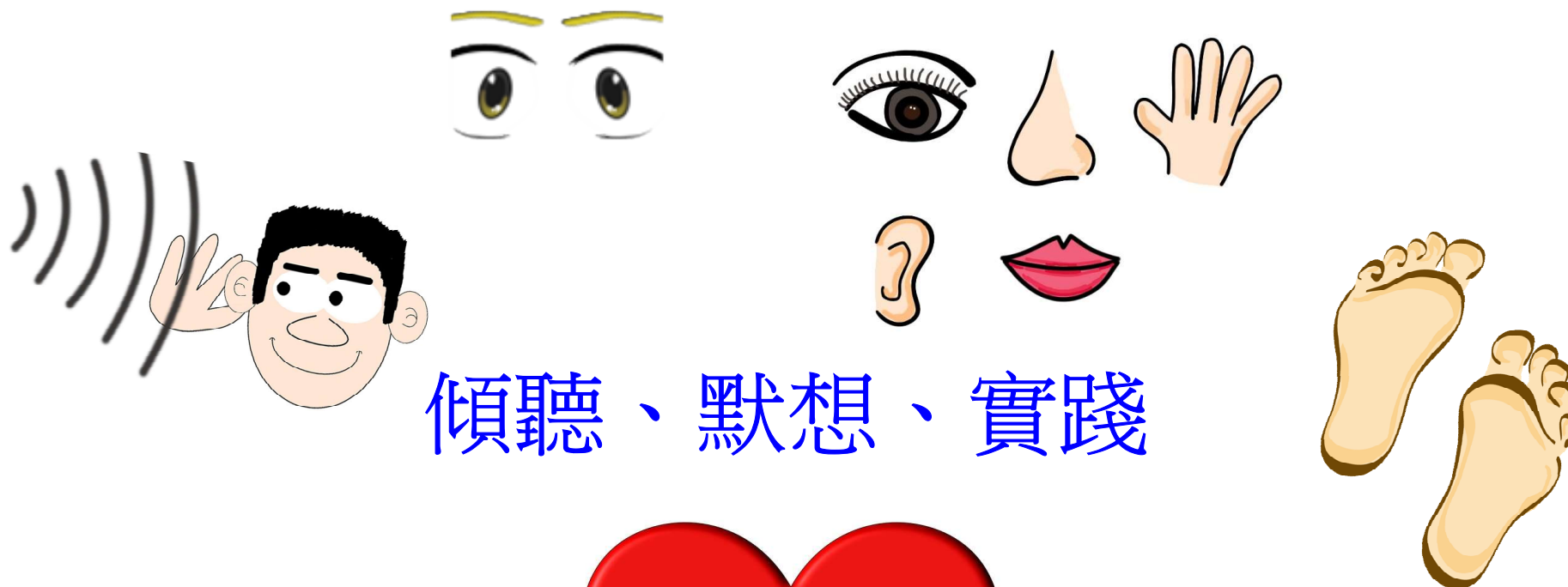
《天主教教理》

2564. 基督徒的祈禱天主與人在基督內結盟的關係。它是天主的行動，也是人的行動；它發自聖神，也出自我們，並與降生成人的天主子的人性意願相結合，而完全指向天主聖父。

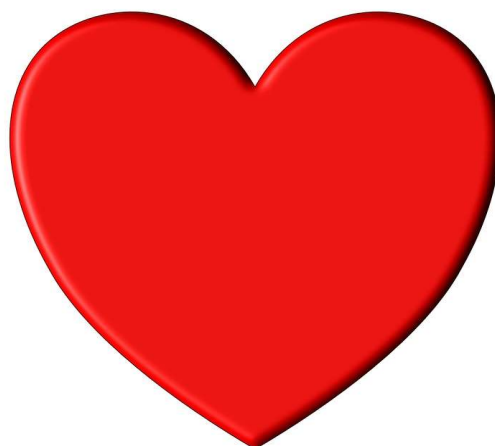
既然「祈禱」是人與天主建立關係的行動，可以說所有人都被召叫去祈禱，因為所有人被召叫去親近天主、認識天主，分享祂的救恩和永恆的幸福。

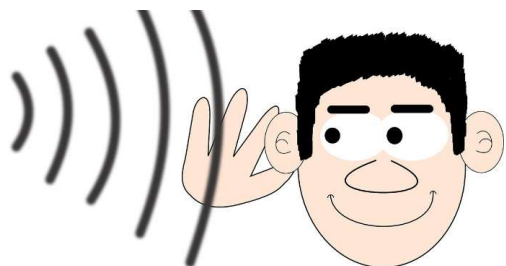
「聖經靈修」是一項工具，一種途徑，是從聖經的寶庫汲取養分，透過默觀和祈禱，與天主建立牢不可破的關係——結盟。

在聖言——天主的啟示中，人與天主相遇。



傾聽、默想、實踐





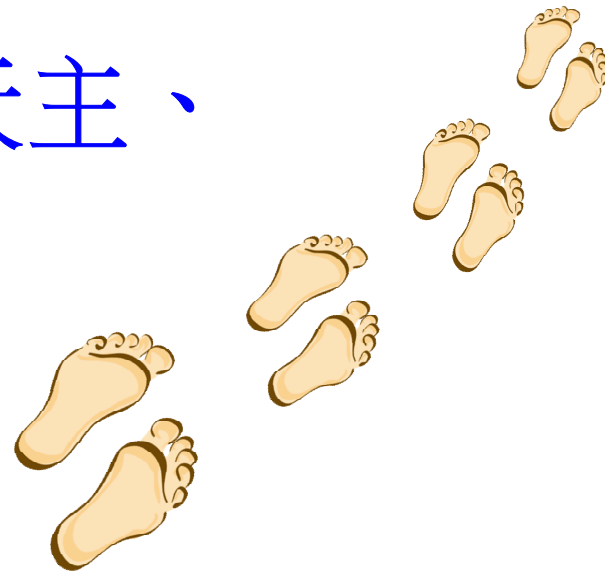
聆聽天主、



默想天主、愛慕天主、

默存心中、

實踐祂的教導.....



以色列！你要聽：

上主我們的天主，是唯一的天主。

你當全心、全靈、全力，愛上主你的天主。(申6:4-5)

有一個經師問耶穌說：「一切誡命中，那一條是第一條呢？」

耶穌回答說：「第一條是：『以色列！你要聽！上主我們的天主是唯一的天主。你應當全心、全靈、全意、全力愛上主，你的天主。』... (谷12:28-30)

「師傅，法律中哪條誡命是最大的？」

耶穌對他說：「『你應全心，全靈，全意，愛上主你的天主。』

這是最大也是第一條誡命。(瑪22:36-38)

我今天吩咐你的這些話，你應牢記在心，並將這些話灌輸給你的子女。不論你住在家裡，或在路上行走，或臥或立，常應講論這些話；又該繫在你的手上，當作標記；懸在額上，當作徽號；刻在你住宅的門框上和門扇上。（申6:6-9）

你們應將我這些話銘刻在你們的心靈上，繫在你們的手上，當作標記；懸在你們的額上，當作徽號。應將這些話教給你們的子孫，不論住在家裡，或在路上行走，或臥或立，不斷地講述；還應刻在你房屋的門框和門扇上，好使你們和你們子孫的歲月，在上主誓許給你們祖先的土地上，如天覆地之久長。（申11:18-21）

「你要聽！」（**Shema**）是古代以色列民信經的代名詞，這一信經的核心取自申**6:4-9; 11:13-21**。因為它的第一句話是「你要聽」！是以民早禱及晚禱必須誦讀的經文。

猶太人每一次到會堂聚會時一定會有一頂小禮帽，一件祈禱披肩，和兩個經匣。祈禱披肩的旁邊有一些加長的衣縫，令他們記得上主的法律，而他們手上的經匣是用牛骨造的，內有一小卷的聖經：申**6:4-9** 及**11:13-21**

經匣放在頭上，是將上主的聖言常記在腦中，而放在手中是要活出天主的聖言，在手上的經匣要繞手七圈，因為七是圓滿的數字及紀念天主用七天創造天地。

(董思高聖經中心 <https://dsbiblecentre.org/tc/content/2017-10-28-000000-1>)



虔誠的猶太教徒穿上經袍（tallit）
及戴上經匣（Mezuza）祈禱

你去對這民族說：你們聽是聽，但不明白；看是看，卻不理解。
(依6:9)

聾子，你們聽！瞎子，你們睜眼看！

除了我的僕人外，誰還那麼瞎呢？誰如同我派遣的人那麼聾呢？誰像與我立約的人那樣瞎呢？誰似上主的僕人那樣聾呢？

他雖然看見了許多事，卻一無所覺；耳朵開着，卻沒有聽見。

你們中有誰靜聽這事，今後傾耳靜聽呢？

(依42:18-20,23)

我用比喻對他們講話，是因為他們看，卻看不見；聽，卻聽不見，也不了解.....

因為這百姓的心遲鈍了，耳朵難以聽見；他們閉了眼睛，免得眼睛看見，耳朵聽見，心裡了解而轉變，而要我醫好他們。

你們的眼睛有福，因為看得見；你們的耳朵有福，因為聽得見。
我實在告訴你們：有許多先知和義人，想看你們所看見的，而沒有看到；想聽你們所聽見的，而沒有聽到。

(瑪13:13,15-17)

撒種的比喻 (瑪13:1-9; 谷4:1-9; 路8:4-8)

吾主上主賜給了我一個受教的口舌，叫我會
用言語援助疲倦的人。他每天清晨喚醒我，
喚醒我的耳朵，叫我如同學子一樣靜聽。
吾主上主開啟了我的耳朵，我並沒有違抗，
也沒有退避。（依50:4-5）



有耳的，聽罷！ (瑪13:9)

有耳朵的，應聽聖神向各教會說的話：(默2:7)

這是我的愛子，你們要聽從他！ (谷9:7)

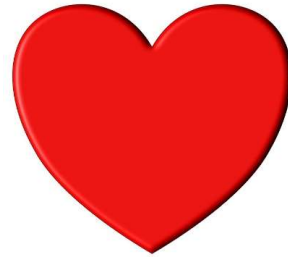
不是凡向我說『主啊！主啊！』的人，就能進天國；而是那承行我在天之父旨意的人，纔能進天國。(瑪7:21)

若有人說自己有信德，卻沒有行為，有什麼益處？難道這信德能救他嗎？

正如身體沒有靈魂是死的，同樣信德沒有行為也是死的。
(雅2:14，26)

信仰需要培育、鍛練、操練，由起初的幼小、軟弱，使能長大、茁壯。

「應如初生的嬰兒貪求屬靈性的純奶，為使你們靠着它生長，以致得救；」(伯前1:5-9)



1. 傾聽聖言—天主在說話
2. 默想天主、愛慕天主、默存心中—如同聖母瑪利亞—
活在信德中...謙遜、依賴
3. 實踐祂的教導.....使聖言結出美果

我父受光榮，即在於你們多結果實，如此你們就成為我的門徒。

(若15:8)

天主，我們的創造者和父親，
請幫助我透過生活中的聖經靈修，
日漸愛慕聖言，一天比一天更接近祢，更明白祢的心意，
使我的心思念慮，所言所行，都是祢所喜悅的。



WHY ?

為何...



WHO ?

對象...



WHAT ?

甚麼...

WHEN ?

何時...

WHERE ?

何地...

HOW ?

如何...

