

教友培育講座2020



**應常歡樂  
不斷祈禱  
事事感謝**

夏志誠主教  
2020年8月9日(主日)  
下午3:00-5:00  
香港天主教教友總會  
Facebook 專頁現場直播

基督徒·迎逆境·當自強

facebook.com/bkccsl

## 經文脈絡

- ◆ 弟兄們，我們還勸勉你們：…
  - ◆ 應常歡樂，
  - ◆ 不斷祈禱，
  - ◆ 事事感謝：
  - ◆ 這就是天主在基督耶穌內
  - ◆ 對你們所有的旨意。
- (得前5:14, 16-18)



## 1. 應常歡樂

世間的快樂 vs 信仰的喜樂



## 教宗方濟各說

- ◆ 福音的喜樂源於耶穌，
  - ◆ 凡與祂相知相遇的人，
  - ◆ 其心靈和生命必充滿這喜樂。
- (《福音的喜樂》1)



## 與耶穌相知相遇：聖母

- ◆ 我的靈魂頌揚上主，
- ◆ 我的心神歡躍於天主，
- ◆ 我的救主。(路1:46-47)



## 與耶穌相知相遇：洗者若翰

- ◆ 新郎的朋友，
  - ◆ 侍立靜聽，
  - ◆ 一聽得新郎的聲音，
  - ◆ 就非常喜樂：
  - ◆ 我的喜樂已滿足了。
- (若3:29)



## 與耶穌相知相遇：門徒

- ◆ 我對你們講論了這些事，
- ◆ 為使我的喜樂存在你們內，
- ◆ 使你們的喜樂圓滿無缺。(若15:11)



## 教宗方濟各說

- ◆ 凡接受祂救恩的人，
- ◆ 必從罪惡、悲哀、內在空虛
- ◆ 和孤獨中被解救出來。(《福音的喜樂》1)
- ◆ 天主竟這樣愛了世界，
- ◆ 甚至賜下了自己的獨生子，
- ◆ 使凡信祂的人不至喪亡，
- ◆ 反而獲得永生。(若3:16)



## 喜樂：靈修操練

- ◆ 不在於環境，而在於心境；
- ◆ 我們時常可以選擇喜樂，
- ◆ 這個選擇是由於知道我們是屬於天主的，
- ◆ 祂是我們的避難所；
- ◆ 沒有什麼能把我們與祂隔絕。

## 轉化憂愁

- ◆ 你們將要憂愁，
- ◆ 但你們的憂愁卻要變為喜樂。
- ◆ 婦女生產的時候，感到憂苦，
- ◆ 因為她的時辰來到了；
- ◆ 既生了孩子，因了喜樂再不記憶那苦楚了，
- ◆ 因為一個人已生在世上了。
- (若16:20-21)



## 轉化孤獨

- ◆ 耶穌向她說：
- ◆ 「女人，妳哭什麼？你找誰？」…
- ◆ 耶穌給她說：「瑪利亞！」
- ◆ 她便轉身用希伯來話對他說：
- ◆ 「辣步尼！」就是說「師傅。」(若20:15-16)



## 轉化侮辱

- ◆ 他們遂把宗徒們叫來，鞭打了以後，
- ◆ 命他們不可再因耶穌的名字講道，
- ◆ 遂釋放了他們。
- ◆ 他們喜喜歡歡地由公議會前出來，
- ◆ 因為他們配為這名字受侮辱。(宗5:40-41)



## 轉化罪惡

- ◆ 主轉過身來，看了看伯多祿，
  - ◆ 伯多祿就想起主對他說的話來：
  - ◆ 「今天雞叫以前，
  - ◆ 你要三次不認我。」
  - ◆ 伯多祿一到外面，
  - ◆ 就悽慘地哭起來了。
- (路22:61-62)



## 教宗方濟各說

- ◆ 與基督一起，喜樂就會生生不息。
- (《福音的喜樂》1)
- ◆ 看，我立在門口敲門，
  - ◆ 誰若聽見我的聲音而給我開門，
  - ◆ 我要進到他那裏，同他坐席，
  - ◆ 他也要同我一起坐席。(默3:20)



## 永恆的歡樂

- ◆ 這就是天主與人同在的帳幕，…
- ◆ 他要拭去他們眼上的一切淚痕；
- ◆ 以後再也沒有死亡，再也沒有悲傷，
- ◆ 沒有哀號，沒有苦楚，
- ◆ 因為先前的都已過去了。(默21:3-4)



教友培育講座2020

**應常歡樂  
不斷祈禱  
事事感謝**

(得前5:16-18)

**夏志誠主教**  
2020年8月9日(主日)  
下午3:00-5:00  
香港天主教教友總會  
Facebook 專頁現場直播 [facebook.com/hkccc1](https://www.facebook.com/hkccc1)

基督徒·迎逆境·當自強

## 2. 不斷祈禱

- ◆ 如何不斷？
- ◆ 以內容分類：讚美、感謝、求恕、求恩
- ◆ 以形式分類：動 → 靜；個人 / 團體
- ◆ 萬變不離其宗：與主的關係
- ◆ 思想 → 對話



## 祈禱：靈修操練

- ◆ 有一次，耶穌在一個地方祈禱，
- ◆ 停止以後，祂的一個門徒對祂說：
- ◆ 「主，請教給我們祈禱，
- ◆ 如同若翰教給了他的門徒一樣。」
- ◆ 耶穌給他們說：
- ◆ 「你們祈禱時要說：
- ◆ 父啊！…」(路11:1-2)



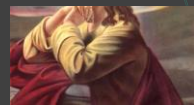
## 始於聆聽

- ◆ 他剛從水裏上來，就看見天裂開了，
  - ◆ 聖神有如鴿子降在他上面；
  - ◆ 又有聲音從天上說：
  - ◆ 「你是我的愛子，我因你而喜悅。」
- (谷1:10-11)



## 忙碌中祈禱

- ◆ 到了晚上，日落之後，
  - ◆ 人把所有患病的和附魔的，都帶到他跟前，
  - ◆ 閻城的人都聚在門前。…
  - ◆ 清晨，天還很黑，耶穌就起身出去，
  - ◆ 到荒野的地方在那裏祈禱。
  - ◆ 西滿和同他在一起的人都去追尋他，
  - ◆ 找到了他，就向他說：「眾人都找你呢！」
- (谷1:32-33, 35-37)



## 軟弱時祈禱

- ◆ 他們來到一個名叫革責瑪尼的莊園裏；
- ◆ 耶穌對門徒說：
- ◆ 「你們坐在這裏，
- ◆ 等我去祈禱。」(谷14:32)



## 絕望裡祈禱

- ◆ 在第九時辰，耶穌大聲呼號說：
- ◆ 「厄羅依，厄羅依，肋瑪，撒巴黑塔尼？」
- ◆ 意思是：
- ◆ 「我的天主，我的天主，你為什麼捨棄了我？」(谷15:34)



## 與主同在，戰勝一切

- ◆ 誰能使我們與基督的愛隔絕？
  - ◆ 是困苦嗎？是窘迫嗎？是迫害嗎？
  - ◆ 是饑餓嗎？是赤貧嗎？是危險嗎？
  - ◆ 是刀劍嗎？…
  - ◆ 然而，靠著那愛我們的主，
  - ◆ 我們在这一切事上，大獲全勝。
- (羅8:35, 37)



## 3. 事事感謝

- ◆ 感恩，超越「我的」和「你的」，
  - ◆ 它不是收到禮物之後的自然反應。
  - ◆ 「潔淨了的不是十個人嗎？
  - ◆ 那九個人在哪裏呢？除了這個外邦人，
  - ◆ 就沒有別人回來歸光榮於天主嗎？」
- (路17:17-18)



## 感恩：靈修操練

- ◆ 感恩顯明一個真相：一切都是禮物；
- ◆ 因而要求操練一種視野、一種態度；
- ◆ 我所是和所有的一切，都是出於愛的禮物！
- ◆ 值得感恩、珍惜、慶祝的禮物。
- ◆ 感恩：一個有意識的抉擇。



## 超越計較

- ◆ 你看，這些年來我服事你，
  - ◆ 從未違背過你的命令，
  - ◆ 而你從未給過我一隻小山羊，
  - ◆ 讓我同我的朋友歡宴；
  - ◆ 但你這兒子同娼妓耗盡了你的財產，
  - ◆ 他一回來，你倒為他宰了那隻肥牛犢。
- (路15:29-30)



## 超越順逆

- ◆ 天主使一切協助那些愛祂的人，
- ◆ 就是那些按祂的旨意蒙召的人，
- ◆ 獲得益處。(羅8:28)



- ◆ 一次感恩，使下一次更容易、更有意識。
- ◆ 誰不在小事上感謝，在大事上也不會感謝。

## 超越的愛

- ◆ 請看父賜給我們何等的愛情，
- ◆ 使我們得稱為天主的子女，
- ◆ 而且我們也真是如此。(若一3:1)



## 結語：喜樂、祈禱、感謝

- ◆ 你們在主內應當常常喜樂，
- ◆ 我再說：你們應當喜樂！
- ◆ 你們的寬仁應當叫眾人知道：主快來了。
- ◆ 你們什麼也不要掛慮，只在一切事上，
- ◆ 以懇求和祈禱，懷著感謝之心，
- ◆ 向天主呈上你們的請求。(斐4:4-6)



## 天主的旨意

- ◆ 弟兄們，我們還勸勉你們：…
  - ◆ 應常歡樂，
  - ◆ 不斷祈禱，
  - ◆ 事事感謝：
  - ◆ 這就是天主在基督耶穌內
  - ◆ 對你們所有的旨意。
- (得前5:14, 16-18)

