



什麼是默禱？

作者：文之光神父 (Father Laurence Freeman OSB)

默禱是有關「經驗」——信仰的經驗。由於默禱的教誨與我們自我的經驗緊密地連接在一起，故此默禱的教誨賦予我們反思及帶領我們自我經驗的權威，這便是我們所說的「活着的傳統」。

無論有什麼思緒、意念、形象在你的腦海飄浮，就讓它們輕輕掠過。無論遇上什麼驚人的洞察，或者其他繁瑣的思潮，也要一一放下。你腦海的思念或想像都無關重要，你只要繼續誦念短誦便行，因為不斷的重覆便是淨化。短誦能夠淨化你的心靈及意識，使你能達致如同小孩子般單純的「純樸」，就是要進入天國所需要的純樸。誦念短誦就是「純樸」之徑。初時我們或許並不能體驗到喜樂、平安、富足等等，在默禱初期，我們大有可能經歷的只是煩躁不安及感覺不滿的思緒，因為我們一貫的思維及訓練往往是活在將來、計劃將來，或是活在過去，不斷分析過去或感到懊悔。我們焦躁不安，因而錯過了達致富足、生命的圓滿的唯一機會。我們僅有的機會就是「此時此刻」，錯過了，我們便錯過一切。

當我們默禱時，所做的便是接納這份恩賜。默禱是有關存有 (being)，而不是工作 (doing)。當我們學習怎樣存有 (how to be) 及怎樣接受存有 (being) 這份恩賜，我們就找到真正的富足。我們放下渴想、焦慮不安的思緒，以及一切由激情產生的形象，我們便會徹頭徹尾地被默禱淨煉。結果，我們生活的方式、生命的素質、與別人的關係是否慷慨大方等都經歷轉化，因為我們從學習怎樣存有 (learning to be) 及接受我們存有的恩賜的過程中，受到煥然一新的啟悟。這一切都是我們心神成長的過程，卻並不是即時可見的經驗，故此當我們默禱時，要留意一件非常重要的事——不要去期待經驗，千萬不要嘗試設計、模仿、期望或佔有這些經驗。默禱是一項成長的過程，有如一杯水裏的雜質，要慢慢沉澱下來。最初，所有雜質像漩渦般打轉，令水變得混濁，毫無光澤。但是，要是你不干預這杯水，讓它保持靜止，雜質便會沉澱，杯裏的水變成靜止，你便能將水看透。



我們要學習的第一件事是讓自己安定下來，保持靜止。我們每人都是混濁不清及過度喜歡自我反省，所以我們要讓自我意識得到澄清及淨化，這便是默禱令人變得更純樸的過程。我們要在本身存有（being）的核心變得靜止，這表示我們要達致真正的靜止狀態，而不是只想像着我們要達致靜止，或在心中想着：要是我們能達致靜止，是多麼美妙！在靜止狀態當中，我們的心神變得澄清、純潔及透徹。於是，那致使聖靈活在我們五內的上帝便從我們的心神照耀，如同陽光在水中照耀一樣。這便是心裏的潔淨，是意識的淨化，令我們能看見上帝。耶穌說：「心靈純潔的人有福了，因為他們必看見上帝。」（太5:8，當代譯本修訂版）

齊克果（Søren Aabye Kierkegaard）對心裏的潔淨的解釋，是集中只對一件事的渴想。我們大部分人渴想的事太多，當我們將渴想局限在一件事上，漸漸地我們的渴想會獲得淨化，我們也變得澄清。因為當我們默禱時，我們所渴望所思想的，只是所誦念的短誦，別無他想，所有其他的一切經已放下。我們忠誠、單純、慈愛地誦念短誦，自然會帶領我們達致靜止；在那裏，我們得以看見無論是在我們五內，或是周圍的「光」。因此，我們清楚地光中看到一切，這光也是視野的媒介。詩篇的作者如此吟唱讚頌上帝：「在你的光中，我們必得見光。」（詩36:9）

我們找到的光便是約翰福音所描述的聖言的光明：「太初有道，道與上帝同在，道就是上帝。這道太初與上帝同在。萬物是藉着他造的；凡被造的，沒有一樣不是藉着他造的。生命在他裏頭，這生命就是人的光。光照在黑暗裏，黑暗卻不接受光。」（約1:1-5）

本文選自：普世基督徒默禱團體（香港分會）網站（<https://sites.google.com/site/wccmhkchinesesite/Home>），文之光神父的〈什麼是默禱？〉（“Light of Mantra,” *Light Within*）。

承蒙普世基督徒默禱團體（香港分會）允准轉載及修改，本中心謹此致謝。

作者本篤會會士文之光神父（Father Laurence Freeman OSB）是普世基督徒默禱團體（The World Community for Christian Meditation）總神師，師承一代靈修大師本篤會會士若望·邁恩神父（Father John Main OSB）。文之光神父於2012年的加拿大國慶日獲加拿大政府頒授榮譽勳章（Officer of the Order of Canada），以表揚他作為普世基督徒默禱團體靈修領袖，在跨宗教對話及締造和平的貢獻。

內容： 祈禱說什麼？

作者 • 彼得·克里夫特 (Peter Kreeft)

祈禱時，我要說些什麼？讓我先問一個較基本的問題：祈禱時我們會做什麼？

就是體驗上帝的同在。

那麼上帝是誰？上帝是什麼？

上帝是無窮無盡的愛。也因如此，祈禱絕不會沉悶。跟最愛的人在一起時，你會感到沉悶嗎？愛是世上唯一可以切切實實消除沉悶的東西，而且消除得無影無形。只有當你鍾愛一件物品時，你才不會發愁發悶；當你感到愁悶，就代表你不再鍾愛它。

只有會老去的東西才會沉悶，愛卻永遠不老。愛是歷久常新的，永遠充滿活力，永遠新鮮。

上帝既是無窮無盡的愛，當我們體驗上帝的同在時，究竟在做些什麼？我們正在行出愛心所當行的事，說出愛心所當說的話，我們跟上帝說話，正是表達愛的四個方面，也就是祈禱的四個內容：

悔改
敬拜
祈求
感恩

悔改是愛的作為。電影史上最愚蠢荒謬的對白就是《愛情故事》裏的名句：「愛是永遠不用說抱歉。」事實上只有出於愛，人才會說對不起。本世紀前，納粹黨就從來沒有向猶太人道歉。

悔改是愛的作為，因為悔改要認罪，向上帝認罪就是對上帝的愛表示完全信任。我們不願意跟哪些人認錯呢？就是那些我們害怕會因此不再愛我們的人，那些可能誤會我們的人，以及那些因我們犯錯而拒絕我們的人。為什麼他們會如此？是因為他們不夠了解我們，他們的愛有盡頭，有缺憾，還附帶條件。如果你這樣看對方：「我做好他才會愛我，我要證明我值得他愛，他才會愛我。」那你便會害怕告訴他，你是如何的不配。唯有上帝不止息地愛我們，因此我們可以百分之一百信任祂，坦然向祂認罪。

敬拜是愛意的表達。戀人常說：「我拜慕於你。」如果我們真是拜一個人，那便是拜偶像。敬拜的真義是一種無盡的愛，只有絕對完美而可愛的存有才配接受這種愛，這就是上帝。敬拜的拉丁文是 *latría*，人間情愛和尊重的拉丁文是 *dulia*，兩者不同。另有一個詞 *hyperdulia*，表達人間最崇高的愛與尊重，是給予世上有窮限卻最偉大的人。

祈求就是為所愛的東西而求，為別人祈求、代禱就是我們為所愛的人而求。

最後，感恩是愛的回應，為着被愛和蒙恩而感恩，感謝上帝應允賦予的恩典和祂向我們體現的愛。

如此看來，祈禱的四個內容就是愛的四大主題。

這四大主題來自四個英文字：Repentance（悔改）、Adoration（敬拜）、Petition（祈求）、Thanksgiving（感恩），用這四個英文字的首字母組成了RAPT，這個英文字原解作全神貫注，陶醉入神，正正說明了我們祈禱應有的態度，就是要渾然忘我、欣喜若狂地愛上帝。此外，我們還要被禱告**包圍**着，因為不是我們自己祈禱，而是我們在禱告中親近上帝。

這四大主題的次序是：悔改、敬拜、祈求、感恩。

我們先要悔改，即是說，我們不是輕率傲慢地來到上帝面前，而是謙卑誠實地面對祂的同在，就是藉着那條唯一道路（約14:6）和那位唯一中保（提前2:5）來到上帝面前，這位中保藉着死把分隔我們與上帝住所的幕幔撕裂了，把罪除掉了，讓我們進入「至聖所」，就是進到上帝面前（馬27:50-51；來10:19）。

悔改讓我們進到上帝面前，這時最應該做的事情就是敬拜。看見上帝就敬拜上帝，敬拜是祈禱的核心。看看《聖經》中的禱告，尤其是詩篇禱文，在在是讚美之聲，處處是敬拜之言。敬拜應佔去祈禱的大部分時間，敬拜應是無窮無盡的、無休止的，因為受敬拜的是那位無窮無止的上帝，人敬拜祂必定有數之不盡、說之不完的理由。在天堂裏，我們的敬拜也是無休止、不沉悶的；在這世界的一切事務和作為，最像天堂的便是敬拜。

祈求也像悔改一樣，應是較短和較快的，因為我們所需要的東西實在不多，而且上帝比我們更明白我們的需要。基督耶穌教我們這樣祈禱：「我們日用的飲食，今日賜給我們。」這個對於自己已是足夠，但對於別人卻不足夠，所以我們要多一點為別人代求，少一點為自己祈求，這不單是為了愛，也是出於現實需要——世上有許許多多的「別人」，別人的需要必然也較我們多。

最後，以感恩結束祈禱是最好的，因為感恩可以無休無止，與敬拜一樣，感恩也是沒有盡頭的。我們要為無窮盡的恩典和不止息的福氣感謝上帝，我們愈是成熟，便愈要學習多一些感恩。「數算恩典」是最合宜的禱告，也是治療情緒、仇恨、恐懼、懷疑和冷漠無愛的良藥。



大喜樂



教會在最近舉行了四十周年活動「屯宣fun分墟」大型嘉年華會，感謝上主讓我和不同弟兄姊妹有很好的配搭，藉此活動與弟兄姊妹一起服事神，一起感受這份「大喜樂」。這天有很多不同的攤檔，弟兄姊妹分工合作，各自負責不同崗位，我們都感恩當天可以有很多不同年齡層的街坊到臨，熱烈參與，享受其中。

起初，我和一些姊妹在街上派發活動傳單，途人大多隨便看看便丟掉。其後，幾位婆婆在崇拜後主動參與派發，街坊見大家笑容滿面地介紹，漸漸受到感染，愈來愈多人主動索取傳單，甚至替我們轉發予鄰舍，通知他們嘉年華會正在舉行的訊息。接着，又有一些在其他教會聚會的家長及小朋友熱心幫忙，不單與我們一同派發傳單，更帶領親朋好友參加攤位活動，讓現場氣氛更為熱鬧。

冷漠將人與人之間的關係打得七零八落，也往往使人避開彼此靠近、相連的觸碰點。人們活在自己的安舒區，沒有太大的疼痛感，也無喜樂可言。

一個真正屬神的群體，最大特質就是「大喜樂」。我們得着這份大喜樂的主要原因，是我們每個人都因着神的恩典而領受了不同的才華和能力。只要我們眾人團結一起，發揮彼此的獨特恩賜與角色，必能成為一股強大而堅固，且滿有喜樂的力量。

福音帶來生命的更新，為整個生命帶來翻天覆地的改變；福音帶來的轉化是個人性的，也是群體性的。神呼召人與祂立約，單單事奉和敬拜祂，這不只是對某個人的呼召，更是面向整個群體。

神在基督裏賜下的豐盛和喜樂，是要整個群體來承載。願我們都得着滿足的喜樂，繼續為神奔跑下一段路程！



吳培雅

(本中心市場部同工)

① 「當繪本遇上信仰」新編《完美的人生》小學基督教教育課程培訓講座

本中心已於二月二十五日舉行新編《完美的人生》小學基督教教育課程培訓講座，題目為「當繪本遇上信仰」，當天有逾六十位來自不同基督教小學的宗教科主任及教師出席。資深兒童及家長工作者霍張佩斯女士應本中心邀請，與參加者探討本地小學生的發展情況及心靈需要，並分享如何透過繪本讓兒童明白基督教信仰，以及如何於學校不同場景（宗教周、早會及《聖經》課）應用繪本教學，使《聖經》教學更有果效。



當天的參加者均可免費獲贈《當繪本遇上信仰》導讀小冊子乙本，並以優惠價購買「當繪本遇上信仰」套書。



講座內容理論與實踐並重，講員更鼓勵參加者積極回應和討論，彼此分享及交流教學心得。



不少參加者既是資深教學同工，亦為教會主日學及兒童事工導師，講座後紛紛到臨本中心為此講座特設的繪本及宗教教育資源展覽，為學校及教會選訂教材及教學輔助書刊。

② 第十三期《飛越童書林》

童書是生命教育的重要資源，所以本中心出版的《飛越童書林》期望透過刊登專題文章、精選優質主題童書及搜羅最新童書資訊，實際支援教學同工，讓各位在教學上更為得心應手，滋養孩子生命。第十三期已於三月出版，詳情如下：



專題文章	林美琴：〈從手作繪本愛上閱讀與寫作〉
主題推介	主題：情緒疏導 【主題童書】……………《生氣王子》 導讀 楊俐容：〈期待孩子有好EQ，就從父母自身做起〉 活動 幼稚園幼兒班至高班活動：〈不生氣的魔法〉 【相關推介】…………… 相關主題童書
新書快遞	最新出版童書

刊物費用全免，歡迎各界索取，如有查詢請與本中心聯絡；

如欲下載電子版或了解今期童書優惠，請瀏覽<http://www.rerc.org.hk/tc/ChildrenBooks.aspx>。

③ 以神為本的管理與行政

「以神為本的管理與行政」講座已於三月七及二十八日，在聖公會諸聖座堂完滿舉行。具豐富行政與事奉經驗的汪善儀博士，透過福音書及約拿書，與參加者講解行政管理與信仰間的連結，又探討如何在日常生活中活出「基督化」的人事及自我管理，引導大家一同學習受託僕人的管理與行政原則。



汪善儀博士分享的行政管理與信仰原則，為參加者帶來了不同程度的反思和生活檢討。

4 閱讀推廣活動：學校講座及工作坊

為推動親子共讀及繪本閱讀文化，本中心閱讀推廣部在本學年下學期繼續應學校邀請，到校主講多場有關繪本閱讀的講座及工作坊，其中包括：

- 五邑鄒振猷學校於二月九日舉行的小二級繪本故事分享活動，藉此引起學生的閱讀興趣。
- 上水宣道小學於三月七日舉行的親子閱讀家長講座，為家長講解親子閱讀對孩子的重要性。
- 聖嘉祿學校於三月二十二日舉行的親子閱讀家長講座，透過實用建議協助家長建立親子閱讀習慣，並掌握當中技巧。
- 天主教聖安德肋小學於三月二十九日舉行的家長工作坊，讓家長感受繪本的生命力。
- 油蔴地天主教小學於三月三十一日舉行的故事爸媽工作坊，幫助家長了解說故事的技巧。

如欲了解本中心提供的其他閱讀推廣活動，歡迎與本中心閱讀推廣部聯絡。



五邑鄒振猷學校學生踴躍舉手，分享想法。



上水宣道小學尹素嫻校長(右)及周淑美老師(左)致送紀念旗予本中心閱讀推廣部主任兼講員劉雲敏女士(中)。



聖嘉祿學校的家長於講座上認真而投入地學習如何進行親子閱讀。

5 聖公宗「德育、宗教及公民培育」計劃

聖公宗中學「德育、宗教及公民培育」計劃由2015年開始，為期三年，為三十間聖公會中學師生舉辦多元化的分享講座和體驗活動，支持前線教育同工，培育樂於謙卑服事的未來領袖。本中心剛在三月二十三日下午舉辦「中期分享會」，與參與學校分享第一學年的成果。

本學年的學生講座繼續以彌迦書為學習基礎，分享「好·憐憫」的信息，希望透過主題講座，明白真切的憐憫來自對人深入的認識，並尊重其意願和選擇，而非施捨；講座後設有「憐憫多角度」自選講座，分享不同社群的生活所需，鼓勵學生具體實踐，參與服事。

教師支援方面，「敘事與青少年成長經歷」教師工作坊今年新增「應用篇」，探討真實案例和在「人生規劃」、「人際關係」等課題的實踐心得；而「信仰價值教育講座：電影·人生」則會講解怎樣運用影像故事與學生交流，再思人生和世界觀。

如欲查詢或報名，請致電本中心與李靄紅小姐或潘倩雯小姐聯絡。

活動預告

青少年成長工作坊：敘事與青少年成長經歷（基礎篇及應用篇）

日期：5月13、27日（六）

時間：10:00-13:00

地點：聖公會聖馬利亞堂莫慶堯中學

備註：參加「應用篇」者，須先完成2016/17年舉辦之「敘事與青少年成長經歷（基礎篇）」工作坊

青少年成長工作坊：電影·人生

日期：5月20日（六）

時間：10:00-13:00

地點：聖公會聖馬利亞堂莫慶堯中學

【主題講座】非懂勿憐、非情勿憫

【自選分站】憐憫多角度——衣、食、住、行、職

日期：6月30日（五）

時間：9:30-13:00

地點：聖公會林護紀念中學

對象：中三至中四學生（歡迎以班級或學級形式參與）

6 2016 / 2017 東亞開卷坊：故事義工培訓工作坊

由本中心主辦，東亞銀行慈善基金有限公司贊助的「東亞開卷坊」，已於三月十日截止報名。獲取錄的一百位小學生家長將分為四班，於五月四至二十六日期間免費參與故事義工培訓，學習內容包括：生命教育與閱讀的關係、選書及繪本賞析、說故事技巧與應用、深化故事的內容及主題等。工作坊旨在幫助小學培訓故事義工團隊，同時推動生命教育。完成培訓的家長可獲頒證書和獲贈六本優質繪本，其所屬之二十間學校也可獲贈生命教育優質繪本一百本。如有查詢，歡迎與本中心閱讀推廣部聯絡。

7 快樂童行——2017主日學節

「快樂童行——2017主日學節」即將舉行，我們會透過一連串主題活動、專題講座及最新教學資源引介，幫助主日學導師裝備自己，並建立彼此交流與分享的橋梁。我們誠意邀請對兒童事工有心志，願意伴着孩子在信仰路上快樂同行的你一同參加，如欲報名或查詢請與本中心市場部聯絡。

5月13日	「陪伴三歲幼兒彈跳入天父的懷抱——幼兒牧養專題講座」暨《童心愛主》最新幼兒級主日學課程介紹
5月20日	讓小孩子遇見耶穌——最新《聖經》學習課程《耶穌花園》創意教學研習會
5月27日	《當繪本遇上信仰》——如何透過繪本讓孩子明白真理

地點 • 基督教頌主堂（九龍深水埗北河街203-209號二樓）

對象 • 主日學校長、主日學導師、兒童事工導師、兒童事工負責人

費用 • 每項活動 \$50

「主日學節PASS」\$120（已包括上述三項活動費用）

講者 • 陳芝瑛女士（香港浸信會神學院信徒神學教育部講師、資深教會兒童事工工作者、兒童繪本及聖經創意教材作家、電視及多媒體製作人）

霍張佩斯女士（資深兒童及家長工作者、香港浸信會神學院信徒神學教育部兼任講師、香港讀經會兒童部委員及講師）

台灣資深兒童教育工作者（資料容後公佈）

嘉賓到訪

1 來自丹麥Copenhagen Publishing House的國際銷售經理Mr. Torben T. Juhl 於一月十八日到訪本中心，與本中心同工洽談出版合作計劃。

2 台灣聯經出版事業公司副總經理陳芝宇女士及海外組主任高一鳴先生於三月十日到訪本中心，與我們相互交流出版及推動閱讀心得，更彼此分享生命教育於各地區的發展和關鍵影響。

（左起）聯經出版事業公司海外組主任高一鳴先生及副總經理陳芝宇女士與本中心主任彭培剛法政牧師、營業部經理余凱琳小姐及市場部經理蔡國威先生合照留念。



書刊資源服務處——復活節優惠

書刊資源服務處於三月二十日至四月二十四日舉行復活節優惠，為讀者推介適合大齋期及復活節閱讀及靈修的書籍。詳情請與書刊資源服務處同工聯絡。



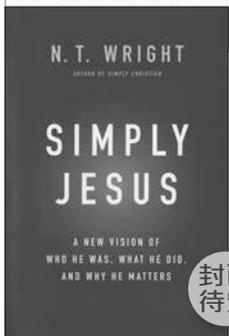
同工消息

1 歡迎文沛兒女士加入本中心發展部，願上帝帶領她的工作。

2 市場部同工吳培雅女士、營業部助理店長李漢祥先生及營業部倉務同工盧豪賢先生已於三月中離職，願上帝繼續祝福他們的生活。

3 同工復活節崇拜於四月十八日在聖公會聖多馬堂聖堂舉行，由聖公會聖馬提亞堂助理聖品梁少珍牧師證道，並由本中心主任彭培剛法政牧師主禮聖餐。





知與信系列◎《耶穌新探索——賴特新視野下耶穌的言行和影響力》

作者・賴特 (N.T. Wright)
譯者・梁永生
規格・148mm x 210mm 單色 平裝 300頁
ISBN・978-962-488-797-6
定價・\$128

著名新約學者賴特提出耶穌研究的新觀點，讓信徒從更寬廣的向度認識耶穌原初的信息，經驗它更新的力量，思考它對二十一世紀處境的意義。



《99個給孩子的聖經故事》繁體版及簡體版

作者・茱利葉・大衛 (Juliet David)
繪者・伊蓮娜・艾利斯 (Elina Ellis)
譯者・余林佩芬
規格・215mm x 216mm 彩色 精裝 196頁
ISBN・978-962-488-775-4 (繁體)
978-962-488-776-1 (簡體)
定價・\$108

由創造天地、亞當和挪亞，到耶穌降生、神蹟和第一個復活節。小孩子最喜愛的《聖經》故事就在這裏！



《99篇給孩子的禱文》繁體版及簡體版

作者・茱利葉・大衛 (Juliet David)
繪者・伊蓮娜・艾利斯 (Elina Ellis)
譯者・余林佩芬
規格・215mm x 216mm 彩色 精裝 100頁
ISBN・978-962-488-773-0 (繁體)
978-962-488-774-7 (簡體)
定價・\$88

這是一本經典而珍貴的兒童禱文集，包括每日禱文、特別節日禱文、感恩禱文、祝福禱文及讚美禱文。



《亞伯拉罕——信心之父》

作者・詹弗蘭科・拉瓦西 (Gianfranco Ravasi)
繪者・西爾維亞・可倫坡 (Silvia Colombo)
譯者・亞比
規格・240mm x 260mm 彩色 精裝 72頁
ISBN・978-962-488-472-2
定價・\$88

耶和華對亞伯拉罕說：「你要離開本地、本族、父家，到我指示你的地方去。」亞伯拉罕憑着信心，開始了一段漫長的旅程。這當中有來自上帝的嚴酷試驗，更有來自上帝的美好應許，而他始終選擇聽從上帝的話，相信上帝一定會實現承諾。亞伯拉罕的順服與信心是我們的榜樣，也為我們帶來了祝福。

拉拉看系列 (繁體版及簡體版)

作者・Josh Edwards
繪者・Chris Embleton-Hall
譯者・潘嘉媚
規格・155mm x 155mm 彩色 精裝卡板 10頁
定價・\$88 (每本)

這是一套精采好玩的卡板圖書，用「拉」出來的有趣方式呈現挪亞、約拿及大衛的故事，處處是驚喜的故事場景，深受小孩子喜愛。



《大衛和歌利亞》

ISBN :
978-962-488-769-3 (繁體)
978-962-488-770-9 (簡體)



《挪亞和動物》

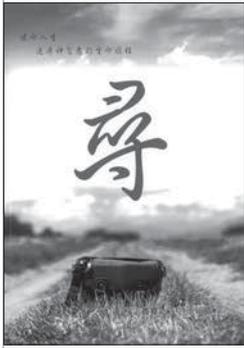
ISBN :
978-962-488-767-9 (繁體)
978-962-488-770-9 (簡體)



《約拿和大魚》

ISBN :
978-962-488-771-6 (繁體)
978-962-488-772-3 (簡體)





《尋》

作者 • 楊必貴靈 (Isobel Kuhn)
譯者 • 許崇明
規格 • 150mm x 210mm 單色 平裝 204頁
ISBN • 978-957-550-191-4
定價 • \$60

楊必貴靈為中國內地會宣教士，她毫無保留地與讀者分享她的信仰原由以及自身各種各樣的人的弱點，包括：戀愛失敗、與誘惑交戰、經濟困難等。她要藉着自己的經驗告訴讀者，基督徒操練的嚴格，以及上帝給予「尋」祂的人無可測度的慈愛。本書已出版日、德、印尼等譯本，中文版更達十七版，是歷久不衰的好書。



《救恩，之後——生命更長進，活出耶穌的樣式》

作者 • 喬治·史威亨 (George Sweeting)
譯者 • 石均
規格 • 155mm x 215mm 雙色 軟精裝 170頁
ISBN • 978-957-550-477-9
定價 • \$77

得勝的基督徒生活，在乎如何作出決定並付諸行動，而非僅有內心美好的意願。我們要讓耶穌成為掌管我們生活的主人，使生命更加聖潔，直到行事為人可以與基督賜給我們的恩相稱。本書着眼於闡釋作耶穌門徒的十二個主題，誠摯地鼓勵基督徒「繼續」實踐上帝在救恩裏所做的一切善工，更在每章末提供思考問題，以備讀者在各種訓練課程、晨間聚會、小組或個人查經與靈修時使用。



《小羊流浪記：愛與真理的奇幻旅程》

作者 • 呂黛芬
譯者 • 姍姍
規格 • 180mm x 126mm 彩色 平裝 288頁
ISBN • 978-957-550-479-3
定價 • \$93

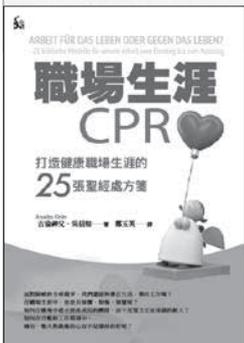
《小羊流浪記》是華文界首部基督信仰原創奇幻小說。故事由一場夢開始，主角夢見牧場草原上的羊兒腳上都纏着細繩，卻因為時間太久，早已不覺得自己是被網綁着。那些羊都十分忙碌地吃喝，卻連樹枝、沙礫、垃圾、濁水也吞下了，許多羊兒因此奄奄一息，讓主角心生憐憫。主角能幫助羊兒嗎？主角究竟又是誰呢？



《真理使我們成為朋友》

作者 • 古倫神父 (Anselm Grün)、約格·辛克 (Jörg Zink)
譯者 • 鄭玉英
規格 • 148mm x 210mm 單色 240頁 軟精裝
ISBN • 978-986-936-282-5
定價 • \$100

基督新教辛克牧師和天主教本篤會修士古倫神父分屬不同宗派，卻因為在神學與靈修學的交流，建立了深厚的友誼。他們認為應該讓合一的對話，轉化為合一的行動，因為「合一的目的就是為了一起行動！」保持雙方教會的多元性，提高平信徒的參與機會與管道，才能更機動性地面對多元社會的挑戰，並彌補神職人員過於同質性的缺憾。



《職場生涯CPR：打造健康職場生涯的25張聖經處方箋》

作者 • 古倫神父 (Anselm Grün)、吳信如
譯者 • 鄭玉英
規格 • 148mm x 210mm 單色 208頁 軟精裝
ISBN • 978-986-936-283-2
定價 • \$87

在這本書中，兩位作者試着從靈性與情緒操練的角度，回答讀者有關職場與工作的各種問題，並提出二十五個重要的職場態度。不論是誠惶誠恐地步入職場的社會新鮮人，或是經常面對着工作壓力、負面情緒或職場競爭的職場老鳥，我們都希望各位能夠從這本書中，打造身心靈健康的職場生涯，讓你的工作真的能夠成為生命實踐的場域，而不是讓人身心俱疲的「爆肝工廠」。

靈修 默想

生活在步伐急速的香港，心靈安靜似乎甚為難得。多親近上帝，追求與上帝親密，思想在天的事，是讓我們的心靈安穩和平靜的好辦法。在這個復活節，就讓我們一同學習安靜自己，與上帝相遇！

「所以，你們若真與基督一同復活，就當求在上面的事；那裏有基督坐在上帝的右邊。你們要思念上面的事，不要思念地上的事。」（西3:1-2）

1 《MAP默觀禱告入門》增修版

作者・袁蕙文
出版・浸信會出版社（國際）有限公司
定價・\$82

默觀禱告對華人信徒及教會是較陌生的，事實上這種禱告並不是基督教屬靈操練的新技巧，而是早在三世紀時已成為信徒追求更親近上帝的靈修方法。這本書不僅是提供人閱讀的書，更是一本供人操練的書，帶動讀者的心靈回到上帝之內，與祂相通。

2 《當祂在十架上：與侯活士默想基督最後七言》

作者・侯活士（Stanley Hauerwas）
譯者・紀榮智
出版・基道出版社
定價・\$53

本書帶領讀者默想十架七言，在透過《聖經》的說話思想自身處境時，回到《聖經》裏的上帝，審視這七言的精髓，再次認識我們所認信的那一位。書中每章講解一言，更輔以版畫供讀者默想；每一言的論述也將挑戰我們對上帝的認信，為我們帶來新的刺激和反思。

3 《與神相遇——靈修默想小冊子1》增修版

編著・靈修事工編輯組
出版・生命福音事工協會有限公司
定價・\$24

本書搜集了十六篇導引式默想靈修材料，引導讀者進到上帝面前來，仰望、等候、祈求、體會從主而來的平安。作者深信上帝是又真又活的，當我們心靈誠實地尋找祂，就必得到上帝的喜悅和賞賜！

4 《365天在祈禱中的相遇——遇見神、遇見人、遇見自己》

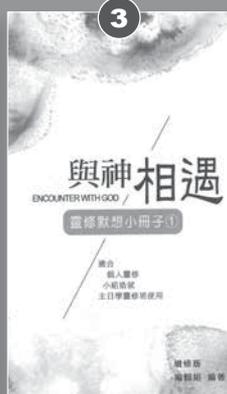
彙編・南與北文化出版社
出版・南與北文化出版社
定價・\$160

本書為信徒提供每日靈修的文章，集結了南與北文化出版社七年來的出版精華。針對書中每月的主題，每日摘錄一篇該社相關出版品中的文章，更邀請靈修大師兼神學家古倫神父及泰森博士聯手撰寫祈禱文，在每個月開始的時候，帶領讀者進入該月的祈禱主題。

5 《人格素描靈修學：以默觀打破偏執》

作者・蘇珊・蘇爾嘉
（Suzanne Zuercher, O.S.B.）
譯者・阮雅瑜、黃杰輝
出版・基督教文藝出版社有限公司
定價・\$108

本書乃人格素描的經典著作。作者把她在靈性指導與臨床心理學上的豐富經驗貫透全書，將人格素描與靈修學連繫，開創了人格素描專家的先河。捧讀之下，你會發現嶄新、深邃的靈命成長歷程——由偏執成長至默觀，由分割至整全，由有罪至成聖。



2017 復活節優惠

宗教教育中心 /
文林出版有限公司 出版

8折

中國主日學協會 /
南與北文化出版社 出版

85折

外版書籍 及 禮品

9折

會員尊享額外折扣多**2%**

凡親臨宗教教育中心
書刊資源服務處購物滿\$100，
即可獲贈《禱告旅程》一本，
多買多送，送完即止！

以上優惠，公價貨品除外

【書籍推介】



教會常鼓勵大家在大齋期過攻克己身的生活，預備自己的身心靈迎接耶穌基督的復活。倘若在這段期間能與好書伴隨，定能更深體驗到耶穌基督復活的盼望。

古倫神父著作：《受難愛與新生》

於受難周裏，在耶穌身上發生的事，可以為我們指引一條路，讓我們知道該如何面對現今發生在我們身上的一切挫敗，也讓我們了解「拯救」對今天的我們有何意義，它如何改變我們的生命。

《天天經歷復活喜悅》



復活節期五十天的復活之路，是一條活力、自由及喜樂的道路。為時五十天的復活節操練，讓我們活出基督應許的豐富生命！

【繪本推介】



《天使的秘密任務》

高大壯碩的守護天使和蒼白瘦小的死亡天使，一起在晨曦中等候執行秘密任務。從他們的對話透現出死亡的本相和憂傷，正好對比耶穌復活帶來的喜樂和安慰。死亡天使最後終於如願以償，執行了一次「歡樂任務」，從此變成生命天使。

宗教教育中心通訊

總編輯 • 彭培剛法政牧師
編輯委員會 • 余凱琳、吳嘉儀、彭培剛法政牧師、廖睿詩
執行編輯 • 廖睿詩
設計 • 郭志達

宗教教育中心 / 書刊資源服務處
九龍深水埗巴域街45號
電話 • (852) 2776 6333 傳真 • (852) 2776 9090
電郵 • info@rerc.org.hk 網址 • www.rerc.org.hk

宗教教育中心 二零一七年四月 3.2k

版權所有，如欲轉載，請與本中心聯絡