

城北華基聖週六 聖言誦禱經文

詩篇31:1-5 《新標點和合本(神)》

¹ 耶和華啊，我投靠你；
求你使我永不羞愧；
憑你的公義搭救我！

² 求你側耳而聽，快快救我！
作我堅固的磐石，拯救我的保障！

³ 因為你是我的巖石，我的山寨；
所以，求你為你名的緣故引導我，指點我。

⁴ 求你救我脫離人為我暗設的網羅，
因為你是我的保障。

⁵ 我將我的靈魂交在你手裏；
耶和華誠實的神啊，你救贖了我。

聖言誦禱 (Lectio Divina) 是透過誦讀和默想特定經文，邀請我們進入神的同在。請注意這種閱讀方式是為了與神建立更深的關係，而不是累積頭腦知識。

- 1. 安靜**——當你進到神的面前時，首先要準備好你的心。
- 2. 誦讀**——慢慢地大聲誦讀經文，不妨定睛那些與你共鳴的字句。
- 3. 默想**——大聲誦讀第二遍，並默想經文。細嚼這些字句，並細察聖靈的導引。
- 4. 禱告**——第三次誦讀聖經，這次以禱告來回應。向神細訴你對經文的感受。
- 5. 默觀**——讓經文沉澱，在神的同在裡安歇、等候。

