

# 2018年与他人共融年 圣神降临节九日敬礼

搭起友谊的桥梁



此九日敬礼由在菲律宾北部省会  
参加第12届圣神会国际导师培训班的老师和学员共同准备

## 对准备祈祷氛围的要求：

在祈祷室中间地板上放置一个足够大的红布，摆放成圆形。先从一个小的圆形开始。每一天标志物都会放在此红布上。随九日敬礼不断地进行，根据每日标志物所占的面积，这个圆形也要不断地要扩大（但要一直保持圆形）。这块圆形的红布面积不断地扩大，标志着我们不断地在扩大我们共融的范围。

## 每日的标志物：（可以选择）

- 第一天：一张表达家庭彼此相爱的相片
- 第二天：喜乐 — 放一只蜡烛
- 第三天：平安 — 不同文化背景的人们图片或绿色植物
- 第四天：忠信 — 几只手紧紧地围成一个圈的图片
- 第五天：善良 — 十字架
- 第六天：美善 — 一个小盆子和毛巾
- 第七天：真理 — 放一个教会之外代表其他宗教神圣的象征物
- 第八天：温和 — 放置一张圣母像或一张妇女的相片
- 第九天：节制 — 圣经或平板电脑/智能手机

在这九日敬礼的每一天，我们都会为扩大我们与某一特定群体共融的范围祈祷。如果可能的话，邀请一个或多个特定群体的人参加祈祷。例如，当为工作伙伴祈祷时，可以邀请同事或雇员。

## 每日的开始祷词和结束祷词：

### 每日开始祷词：

**全体：** 天主圣神，请你降临！你是转变生命的气息，你是从圣父圣子爱的共融中流露出来的\* \_\_\_\_之神。

在第一个五旬节，你降临到玛利亚和门徒聚集的楼上的房间里。你赋予他们能力，使他们走出来，

宣讲你是一位使不同种族、宗教、文化和语言的人团结共融的圣神。在我们迎接新的五旬节到来

之际，我们呼求你，天主圣神，请给我们注入新的生命，使我们与你更有亲密地共融，并带领我们走向与他人更好的共融中。

**领经者：** 请开启我们的眼，使我们能超越我们彼此的差异，承认人类的多样性是你神圣的创造和慷慨的表达。

**全体：** 天主圣神， 请你嘘气！

**领经者：** 请开启我们耳朵，使我们倾听那超越语言的声音，即听到在每个人心灵深处渴望的共融呼声！

**全体：** 天主圣神， 请你嘘气！

**领经者：** 请开启我们理智，使我们真正感受到整个造物之间如此奇妙地相互关联；这所有的一切都在你内合而为一。

**全体：** 天主圣神， 请你嘘气！

**领经者：** 请开启我们的心灵，打开我们的心，让我们准备妥当领受你，欢迎你再次降临到这个五旬节

。

**全体：** 天主圣神， 请你嘘气！

### 每日结束祷词

天主圣神，当耶稣只想把他的使徒服务限制在犹太人中间时，你转化的能力挑战他扩大了他对自己使命的认识。同样，你们也要求我们认识到，我们要超越自己的舒适环境和认识到的有限的使命。愿我们能意识到你不断地召唤我们走向更大的皈依，进入到与你和与我们彼此间更深地共融中。当我们迈向这个新的五旬节的时候，我们的心要以\* \_\_\_\_\_的精神拥抱所有的民族，从而把他们吸引到这个不断扩大的共融的循环中。阿门。

**\*每日开始祈祷和结束祷词的主题如下：**

第一天：圣爱

第二天：喜乐

第三天：平安

第四天：忠信

第五天：慷慨

第六天：美善

第七天：真理

第八天：温和

第九天：节制

# 第一天

## 与家庭和青年共融

**领：**在圣爱之神的启发下，让我们扩大与家人和青年共融的范围。（静默中，一位修女将今天的象征物放在准备好的祈祷图案上——即一块呈圆形的红色布上）

**领：**让我们静默片刻意识到自己的临在…在宁静中，让我们意识到我们蒙召与我们的天主共融…与我们的世界共融…与所有的受造物共融…在我们的内心深处，让我们祈求圣爱之神，把所有的家庭和青年都带进我们共融的范围内。（暂停）

### 开端词：

在教会宪章 11 中，家庭被描述为“家庭教会”。未来的教会就是靠现在的青年们，他们是未来教会的支柱。对我们大多数人来说，我们的家庭，包含着它所有的美善和缺陷，家庭是信仰的第一学校，是爱和关怀我们邻人的地方，也是学习和滋养受造物的地方。

教宗方济各曾说：“夫妻相爱与传生人类是一个真实的、有生命的图像…从中显示出天主是造物主和救世主。”他又说：“三位一体的天主是爱内的共融，家庭是它活生生的反映”（AL 11）。这给我们揭示了家庭在这个世界上的神圣使命就是“成为爱”。

### 开始祷词（第一页）      向圣神的赞美诗

**圣经章节：格前 13：4-8a**  
（静默片刻，反省）

### 圣经章节反省

“三位一体的天主是在爱内的共融，家庭是它的活生生的反映”（AL 11）。因此，在家庭中的任何分裂和破裂都会导致教会生活和社会中的爱遭受分裂和破坏。

- ❖ 我怎样才能更好地聆听与我有联系的家庭所面临的挣扎？我个人或我的团体能向有需要的家庭提供什么帮助？
- ❖ 为了支持青年们和年轻的家庭能更多地参与教会生活，我和我的团体，可以采取哪些具体措施？

### 祷词：

**领：**家庭蒙召成为三位一体的天主爱内共融的活生生的反映，但许多因素阻碍了家庭实现这一事实的可能性。

在贫穷的家庭，母亲们竭尽全力为孩子们温饱而奋斗；父亲们为他们无法满足家庭的基本日常需要而沮丧；孩子们因饥饿而无食充饥在哭泣。

**全体：**天主耶稣，请遣发你的圣神降来，好使大地焕然一新！

**领：**为因战争或灾难而分离的家庭、为逃离冲突和饥荒而流浪的家庭、为居住在临时住所和难民营中的

无家可归家庭祈祷。

**全体：** 天主耶稣，请遣发你的圣神降来， 好使大地焕然一新！

**领：** 为关系破裂、成瘾和家暴而受伤的家庭祈祷。

**全体：** 天主耶稣，请遣发你的圣神降来， 好使大地焕然一新！

**领：** 为年轻人们祈祷，尤其是那些对生活感到失望和沮丧的年轻人。

**全体：** 天主耶稣，请遣发你的圣神降来， 好使大地焕然一新！

**领：** 为年轻人祈祷，让他们明白他们是真正被欣赏和被爱的人们。

**全体：** 天主耶稣，请遣发你的圣神降来， 好使大地焕然一新！

**领：** 为老师、青年团体的负责人和所有与青年们一起工作的人们祈祷，愿他们可以支持和鼓励我们的年轻人发展他们的天赋，明白他们在生活中的使命。

**全体：** 天主耶稣，请遣发你的圣神降来， 好使大地焕然一新！

天主经

结束祷词（第二页）

## 第二日 与其他修会的共融

**领：** 借着喜乐之神的启发，让我们扩大与其他修会共融的范围。（静默中，一位修女将今天的象征物放置在预先准备好的祈祷空间中）。

**领：** 让我们静默片刻意识到自己的临在…在宁静中，让我们意识到我们蒙召与我们的天主共融…与我们的世界共融…与所有的受造物共融…在我们的内心深处，让我们祈求喜乐之神，把在我们生活中可以接触到的修会带进我们共融的范围内。（暂停）

### 开端词

对共融的渴望深深植根于圣杨生神父对他所创立的三个修会的愿景中。这是我们共同的灵修和传教神恩。这一愿景在我们的刻经祈祷中尤为明显：“让我们在他内合而为一”。教宗方济各在“奉献生活年文告”中针对修会人士（和以别的方式度献身生活的人们）说：“哪里有修道人，那里就有喜乐！”，这些人应成为共融的专家。教宗还表达了他的希望，希望不同修会的成员之间能有更多的交流互动，并希望大家在地区和全球的层面，在开展培育、福传和社会工作的项目上一起合作。

### 开始祷词（第一页） 向圣神的赞美诗

**圣经章节：** 菲 4:4-7

（静默片刻，反省）

### 圣经章节反省

反省我们当地的情况，我们是否有办法实现教宗方济各的愿景，使各修会的会士都成为“喜乐的人”和“共融的专家”？

❖ 如何增进我们圣神婢女与圣言会以及与其他修会的工作关系？

### 祷词

**领：** 我们为所有的修会会士祈祷，愿我们都能忠于自己的圣召，成为福音喜乐的证人。

**全体：** 喜乐之神，请充满我们的心。

**领：** 我们为所有献身于主的人祈祷，愿我们所有献身于主的人都能回应教宗方济各的呼吁，成为共融的专家。

**全体：** 喜乐之神，请充满我们的心。

**领：** 愿我们常能以一颗开放的心去聆听圣神的召叫，携手共进，回应社会上最弱小者的需要。

**全体：** 喜乐之神，请充满我们的心。

**领：** 愿圣杨生神父创立的三个修会能在更深层的共融中共同成长。

**全体：** 喜乐之神，请充满我们的心。

**领：** 愿国际 Vivat（为瓦特）连同南苏丹与希腊的难民项目和我们省会所有为社会弱小者的使徒服务，将永远成为来自天主的喜乐和希望的标记。

**全体：** 喜乐之神，请充满我们的心。

### 赞主曲

**结束祷词（第二页）**

## 第三天 与不同文化的共融

**领：** 借着和平之神的启发，让我们扩大与其他文化背景的人共融范围（静默中，一位修女将今天的象征物放在预先准备好的祈祷空间中）。

**领：** 让我们静默片刻意识到自己的临在…在宁静中，让我们意识到我们蒙召与我们的天主共融…与我们的世界共融…与所有的受造物共融…在我们的内心深处，让我们祈求和平之神，把在我们生活中遇到的不同文化人们带进我们共融的范围内。（暂停）

### 开端词

我们与陌生人和不同文化的人们相遇，向我们显示出了天主的“另一个面容”——即对我们来说还不太熟悉的且很神秘的天主的面容。当今世界所需要的不是我们根据我们自己的形象所创造出来的我们熟悉且习惯了的天主的面容，而是那常常挑战我们且打扰我们的天主的面容。

圣言会的安多尼·佩尼亚神父说：“如果我们都学会用天主的眼看世界，我们的世界将会有多大的不同？在天主的注视下，敌人变成朋友，阻隔的墙壁变成敞开的大门，陌生人变成兄弟姐妹，分界线变成桥梁，多样性导致的不是分歧和冲突，而是和谐与统一。”

### 开始祷词（第一页）      向圣神的赞美诗

**圣经章节：** 卢德传 1: 16-18  
(静默片刻，反省)

### 圣经章节反省

卢德和纳敖米为我们提供了一个人类有可能超越宗教和文化边界的最好的图像。当我们学会通过天主的眼看我们的世界时，这种能力就实现了。

我们跨文化的团体能够成为与天主的“另一个面容”具体相遇的地方。

- ❖ 评估一下在我的生活中，我是怎样与来自其他文化的修女们相处的？我真的对她们开放吗？…在我具体的团体中，那位（些）修女为我还是“陌生人”？
- ❖ 面对天主的这“另一个面容”，天主邀请我需要具体做什么？

### 祷词

**领：** 我们的世界因种族战争和冲突而严重的分裂。

**全体：** 和平之神，请治愈那些继续还在寻求报复的国家；教导我们以耶稣之名彼此宽恕。

**领：** 当耶稣还生活在世界上时，他特别为使我们能在他内合而为一而祈祷。

**全体：** 和平之神，帮助我们能彼此相爱，和睦相处。

**领：** 所有受造物都在呼喊治愈与和平。

**全体：** 和平之神，请使我们成为你治愈与和平的工具。

**领：** 你邀请我们走上你正义和真理之路。

**全体：** 和平之神，请赐给我们克服我们的偏见和承认我们的软弱的勇气，。

（加自由祷词）

### **赞主曲/谢主曲**

结束祷词（第二页）（也可以用下列祷词代替）

### **犹太人的和平祷词**

来吧，让我们攀登上主的圣山，  
前往雅格的天主的圣殿。  
我们将把刀剑铸成锄头，  
把长矛制成镰刀；  
民族与民族不再持刀相向，  
国家与国家不再动兵打仗；  
从此，再没有人会恐惧害怕，  
因为这是万军的上主亲口说的。

## 第四天

### 与平信徒工作伙伴的共融

**领：** 借着忠信之神的启发，让我们扩大与我们平信徒工作伙伴共融范围（静默中，一位修女将今天的象征物放在预先准备好的祈祷空间中）。

**领：** 让我们静默片刻意识到自己的临在…在宁静中，让我们意识到我们蒙召与我们的天主共融…与我们的世界共融…与所有的受造物共融…在我们的内心深处，让我们祈求忠信之神，把在我们生活中与我们一起工作的平信徒伙伴们带进我们共融的范围内。（暂停）

#### 开端词

与平信徒合作是我们传教活动中的一个重要方面。圣阿诺德杨生神父传教事业的发展，修会的建立，就一直是依靠平信徒恩人们忠实慷慨的捐助。他对天主恩宠的信任促使人们成为这伟大工程的一部分。这也给了圣阿诺德杨生神父继续进行项目的勇气，正如他自己所说，钱还在人们的口袋里。我们自己修会成立的源头也是来源于在圣弥格传教院多年服务于厨房的女仆们。这是她们愿意成为一名名副其实的传教士的热切渴望的表达方式。在这里必须指出的是，会祖杨生神父和创会先辈们都特别重视通过避静活动和讲习来培育平信徒。今天，在许多地方，我们也特别依靠我们的平信徒伙伴和同事，帮助我们管理我们的使徒服务项目和机构，这也是他们表达对天主虔信的一种方式。

#### 开始祷词（第一页） 向圣神的赞美诗

**圣经章节：** 哥 1: 9-13  
(静默片刻，反省)

#### 圣经章节反省

当我们反省我们“与他人共融”时， 我们被邀请扩大并加深我们与平信徒工作伙伴的合作。

- ❖ 我个人如何看待那些为我们工作的人，是员工或工作伙伴？我如何对待那些与我们合作和为我们工作的人员？我如何与他们交谈？
- ❖ 我如何对待那些来到我们中间做传教体验的平信徒？
- ❖ 我们(省会/团体)是否开放的接受那些愿意参加我们使徒服务的志愿者们？

反省后， 花一点时间两人一组分享

#### 祷词

**领：** 为我们的平信徒工作伙伴和使命中的合作者在我们修会的使徒服务上的莫大贡献， 我们感谢忠信之神。

1. 为我们国际性圣神爱心会的成员们祈祷，愿他们在圣神的爱内成长，并在祈祷和支持我们的使命的承诺中加强。
2. 为我们平信徒自愿者传教人员祈祷，愿他们能继续借着他们的福传服务，见证天主忠信和无条件的爱。
3. 为慷慨帮助我们的恩人们祈祷，愿他们在内心深处经验到天主丰富的恩典。

4. 为我们修会雇佣的员工，服务人员和平信徒工作伙伴祈祷，他们忠信的在我们会院，使徒服务项目和机构中工作，愿他们圆满完成他们肩负的使命，并借此服务于基督的神国。

(请献上个人的祷词)

赞主曲/谢主曲

结束祷词（第二页）

## 第五天 与其他基督宗教的共融

**领：** 在仁爱之神的鼓舞下，让我们扩大与其他基督宗教团体共融的范围（静默中，一位修女将今天的象征物放在预先准备好的祈祷空间中）。

**领：** 让我们静默片刻意识到自己的临在…在宁静中，让我们意识到我们蒙召与我们的天主共融…与我们的世界共融…与所有的受造物共融…在我们的内心深处，让我们祈求慷慨之神，把其他基督宗教团体的弟兄姐妹带进我们共融的范围内。（暂停）

### 开端词

基督徒的合一是我们会祖内心深处最关心的事之一。在他的那个时代，基督徒合一指的是使那些分离出去的基督徒回归天主教。圣阿诺德杨生神父意识到，这只有借着天主的恩宠，不断祈祷、补赎和献祭才能实现。

对于基督徒合一的强调，教宗方济各在 2016 年 11 月的一次演讲中指出，基督徒的合一是他最关心的问题之一，他也希望这是每一个领了洗的基督徒所关心的问题。教宗接着说：“基督徒的合一应该被视为是天主赐予的礼物，应该受到欢迎！”…“请记住！”他说，“当我们一起工作、祈祷和服务穷人时，我们已经合而为一了。”

### 开始祷词（第一页）      向圣神的赞美诗

**圣经章节：** 弗 4:1—6  
（静默片刻，反省）

### 圣经章节反省

基督徒的圣召是召唤所有的基督宗教的弟兄姐妹去善待一切的人，尤其是最需要帮助的人。教宗方济各提倡所有的基督徒携手合作去服务那些有需要的人是基督徒合一得以实现的一种手段。

- ❖ 为建立或加强我们与其他基督宗教教派的联系，我们在个人层面和团体层面能做什么！？
- ❖ 我们是否有可能拓展一些慈善的活动，使我们可以联合我们本地的其他基督宗教团体共同来帮助本地有需要的人们？

### 祷词

**领：** 天主圣神，为你对你所有的子民不断广施仁慈，我们赞美你。请治愈我们和我们的教会对你的声音的聪耳不闻，使我们能够更清楚地我们的地区和全世界上的穷人、软弱的人们和痛苦的人们的缄默中听到你的声音。

**全体：** 仁爱之神，请我们引领进入共融中。

**领：** 天主圣神，我们为你在世界上因各种原因从教会中分裂出去的团体祈祷。请让我们满怀热诚为基督徒的合一努力工作，并赐我们恩宠，好使我们能克服一切困难为耶稣在世时所祈求的合一而努力工作。

**全体：** 仁爱之神，请我们引领进入共融中。

**领：** 因着爱你创造我们，你使我们成为世界上的忠实管家，并无条件地爱我们的兄弟姐妹。

**全体：** 仁爱之神，请我们引领进入共融中。

**领：** 你无限的关爱我们每一个人，使我们也意识到他人的需求，请在坚持正义与同情方面，加强我们为基督作证的力度。

**全体：** 仁爱之神，请我们引领进入共融中。

**赞美诗：** 在圣神内，我们合而为一（也可选合适的赞美诗或歌曲）

在圣神中和主内我们合而为一，在圣神中和主内我们合而为一，我们祈求有一天普世万民能合一。因相爱，别人能认出我们是基督徒，别人能认出我们是基督徒。

我将肩并肩一起努力工作， 我将肩并肩一起努力工作，维护每一个人的尊严和他的自尊。因相爱，别人能认出我们是基督徒，别人能认出我们是基督徒。

结束祷词（第二页）

## 第六天 与本地教会的共融

**领：** 在美善之神的鼓舞下，让我们扩大与本地教会的共融范围（静默中，一位修女将今天的象征物放在预先准备好的祈祷空间中）。

**领：** 让我们静默片刻意识到自己的临在…在宁静中，让我们意识到我们蒙召与我们的天主共融…与我们的世界共融…与所有的受造物共融…在我们的内心深处，让我们祈求美善之神，把在我们本地教会的人们带进我们共融的范围内。（暂停）

### 开端词

教宗方济各在“愿你受赞颂”通谕中对教会表达了他作为一名传教士的愿景，他说：教会要“走出去”，就需要传教门徒团体先迈出第一步，他们参与并给予支持，以结出喜乐的果实。一个福传的团体深知天主的主动性，是他先爱了我们。如此，我们向前迈开福传的步伐，大胆主动的走向他人，去寻找那些跌倒的，在十字路口徘徊的，并欢迎罪人回家。这样的团体拥有着无限的怜悯与渴望，这是它自己深深地经验到天父无限怜悯力量的果实。

### 开始祷词（第一页） 向圣神的赞美诗

**圣经章节：** 谷 10:42-45  
（静默片刻，反省）

### 圣经章节反省

我们，圣神会的修女，能够在激励和支持我们当地的教会发展其传教神恩方面处于有利的地位。

- ❖ 反省我们自己当地的情况，借着美善之神助佑，使我们能够找出可以支持我们当地教会成员成长具体的方法，答复他们在教会内肩负传教服务时需要的帮助。
- ❖ 我们能以什么方式更好地支持我们当地的教会？

### 祷词

在每个祷词后回答：天主圣三，在你的美善之神内使我们合而为一。

1. 愿每个地方教会牢记福音的喜讯，成为一个谦卑服务的教会。为此，我们同声祈祷。
2. 愿我们的教会牧者更多看重并宣讲基督福音喜讯中的美善与仁慈。为此，我们同声祈祷。
3. 愿我们的教宗方济各继续激励信友们寻找迷失的人，欢迎被排斥的人回家。为此，我们同声祈祷。
4. 愿我们修会的每一位，能忠于我们的传教神恩，为信仰做真实的见证。愿我们对穷人和最小弟兄姐妹服务的承诺也能激励和带动他人。为此，我们同声祈祷。

（加自由祷词）

**赞美诗：**（主，请以你的爱把我们连起来……）

结束祷词（见第二页）

## 第七天 与其他宗教人士共融

**领：** 在真理之神的鼓舞下，让我们扩大与其他宗教人士的共融范围（静默中，一位修女将今天的象征物放在预先准备好的祈祷空间中）。

**领：** 让我们静默片刻意识到自己的临在…在宁静中，让我们意识到我们蒙召与我们的天主共融…与我们的世界共融…与所有的受造物共融…在我们的内心深处，让我们祈求真理的精神，把其他宗教的人士带到我们共融的范围内。（停顿）

### 开端词

梵蒂冈第二届大公会议在“教会对非基督徒宗教态度宣言”里表达出了一些最具开创性和变革性的声明。在提到一些主要的宗教时，该文件指出：“天主公教绝不摒弃这些宗教里的真圣的因素，并怀着诚恳的敬意，考虑他们的做事与生活方式，以及他们的规诫与教理。这一切虽然在许多方面与天主教所坚持的、所教导的有所不同，但往往反映着普照全人类的真理之光 …(NA 2)。

一家电台的时事评论员詹姆斯·芬利在他反省信仰与真理时写道：“当我们在自己的传统中寻求最真实的东西时，我们就会发现，我们与那些在他们自己的传统中寻求最真实的东西的人是一体的。我们相一致的地方是，我们意识到我们彼此都是觉醒的寻求者。

### 开始祷词（第一页） 向圣神的赞美诗

**圣经章节：** 若 4:19-24 耶稣与撒玛利亚妇人相遇  
(静默片刻，反省)

### 圣经章节反省

耶稣与撒玛利亚妇人的相遇，为我们提供了一个宗教间对话的典范。这场相遇是出于人类对水的需求（生命的对话）而展开的，它使这场对话发展成一种信仰间的对话（一种关于真理的对话）。这个故事给我们指出，对话需要从共同点开始。它还需要一种相互开放、好奇和尊重。

为了扩大我与其他宗教人士的共融的范围，我可以：

- ❖ 通过阅读可靠来源的材料了解其他信仰，
- ❖ 参观其他宗教的礼拜场所，体验他们的神圣空间。

在我们团体，我们可以邀请其他宗教人士来和我们分享他们的信仰。

### 祷词

**每个祈祷词后回应：** 天主圣神，请你降临！

请在我们内点燃你的爱火，  
请以你的双翅将所有人的祈祷携带，  
让我们借着所渴求的真理是我们获得自由！（答）

请与我们一起走向生命之旅：

用你爱的友谊拥抱我们；  
消除一切使我们分离的障碍，  
使我们能以心神以真理同声祈祷。（答）

把各国人民团结在一起，  
把我们带入你生命的奥秘中。  
借着他人的祈祷来教导我们只有你是天主，  
没有另一个！（答）

请助佑我们，使我们一生同声赞颂你的圣名，直到永远！阿门。

（为本地需要祈祷：自由祷词）

**结束祷词**（第二页）

**结束祷词也可用下列祈祷代替：**

天父，愿你的名受显扬 - 不是我的名，  
愿你的国来临 - 不是我的国。  
愿你的旨意奉行在人间 - 不是我的旨意。  
让我们与你和谐相处，  
与所有人和谐相处，  
与自己和谐相处；  
但救我们免于一切恐惧害怕。阿门！

## 第八天 与妇女们共融

**领：** 在温和之神的鼓舞下，让我们扩大与妇女们共融范围。（静默中，一位修女将今天的象征物放在预先准备好的祈祷空间中）。

**领：** 让我们静默片刻意识到自己的临在…在宁静中，让我们意识到我们蒙召与我们的天主共融…与我们的世界共融…与所有的受造物共融…在我们的内心深处，让我们祈求温和之神，把世界上所有的女性都带进我们共融的范围内。（暂停）

### 开端词

当我们反省与妇女的共融时，我们首先转向纳匝肋的玛利亚，她为我们展示出了一位大胆而温和的门徒的模范形象。教宗方济各在“福音的喜乐”中说：“每当我们仰望圣母玛利亚时，我们会再次相信爱和温柔的革命性的本质。”在她身上，我们看到谦卑和温柔不是弱者的美德，而是强者的美德，他们不需要为了显示出自己的重要性而贬低别人。当我们默观圣母玛利亚时，我们意识到，她称颂天主说“从高位上推下权贵，却提拔了弱小卑微”和“使饱享美味的人空手离去”（路 1：52-53），她也是一位常把事情默存心里，反复思索的女性（路 2：19）。玛利亚在生命的大小事上都能辨认出天主圣神的行动。

### 开始祷词（第一页） 向圣神的赞美诗

**圣经章节：** 玛 26:6-13  
（静默片刻，反省）

### 圣经章节反省

尽管在场的人对此妇女的行为表示反对和批评，但耶稣还是赞扬这位妇女对他温柔勇敢的行为。这位妇女温和而大胆的行为提醒我们，我们也被要求挑战文化的一些规矩和禁忌，因为这些文化中的规矩和禁忌，阻爱我们行必要的正当的善事。

- ❖ 作为扩大我们与其他妇女共融的范围的一种方法，我被邀请努力地更多了解我自己的文化、社会和教会中两性不平等的情况。
- ❖ 此时此刻在我的生命中，哪（位）些人更需要我温和的话语和表达？是我团体中的某位（些）修女？或是需要对自己更温和一点？

### 为当地的需要献上自由祈祷

### 为每一位妇女祈祷（在每一个祈祷之后静默片刻）

让我们联合米黎盎一起祈祷，她和梅瑟、亚郎一起带领以色列子民出离埃及；  
让我们联合得波辣一起祈祷，她以真诚和正义为以色列人民秉公判案；  
让我们联合卢德一起祈祷，她是忠信的楷模；  
让我们联合玛利亚玛达肋纳一起祈祷，她是见证耶稣复活喜讯的第一位门徒；  
让我们联合菲比，执事们和早期教会的领袖们一起祈祷；  
让我们联合普里西拉一起祈祷，她与阿桂拉一同服事基督；

让我们联合多尔加一起祈祷，她一生行善，帮助穷人；  
让我们联合耶稣的母亲圣母玛利亚一起祈祷，她毫不保留地向天主说“是”。  
让我们联合我们所有的修女们一起祈祷，我们为世界各地的因着家庭的分裂，子女的离散而悲泣的妇女们祈祷；  
我们为那些不屈不挠、努力为家人的幸福创造良好生活环境的妇女们祈祷；  
我们为那些误入歧途而对生活毫无信心的妇女祈祷，让她们从自己的家庭中找到重新生活的力量，并能继续向前。阿门！

**结束祷词（第二页）**

## 第九天

### 通过我们所使用的大众传播媒体与整个世界共融

**领：** 借着节制之神的启发，通过我们所使用的大众传播媒体，让我们扩大与整个世界共融的范围。（静默中，一位修女将今天的象征物放在预先准备好的祈祷空间中）。

**领：** 让我们静默片刻意识到自己的临在…在宁静中，让我们意识到我们蒙召与我们的天主共融…与我们的世界共融…与所有的受造物共融…在我们的内心深处，让我们祈求节制之神，把我们在此数字信息化的世界的全体人们都带进与我们共融的范围内。（暂停）

#### 开端词

我们发现自己正处在一个数字信息化的时代，交流的速度和效率远远超过了我们所期望的。QQ，微信等—20年前，我们无法想象这些事情会成为现实。但现在它们却成了我们日常生活的很重要部分。我们的会祖圣阿诺德杨生神父认识到，为了宣扬天主的国在他的那个时代媒体的巨大潜力。毫无疑问，在我们所处的这个时代，他会期待我们有同样的渴望。教宗方济各在谈到社交媒体时说：“决定沟通是否真实不是技术，而是人类的心灵和我们是否能明智地使用我们所有的先进设备的能力”。他还补充说：“这是天主的恩赐，但这也关系到了一个重大的责任。”我们今天面临的挑战是如何正确合理使用社交媒体，以促进加深我们彼此关系，从而在人们中间创造更大的共融。

**开始祷词（第一页）      向圣神的赞美诗**

**圣经章节：** 路 4:16-22  
(静默片刻，反省)

#### 圣经章节反省

当大众传媒可以成为一种巨大的有益的手段时，它也可能会阻碍我们的团体生活和传教活动的质量。例如，当我们使用大众传媒的主要目的是为了维持和促进与家人和朋友的关系时，我们就不再完全的活在我们的献身生活中和不再完全的临在于我们的使命上。

**反省：** 大众媒体给我们的世界带来非常积极的礼物。

- ❖ 作为一个团体，我或我们是否可以更好地利用大众媒体来促进我们彼此之间，我们与我省会和修会的其他姐妹之间的共融交流？
- ❖ 我能以什么方式使用大众媒体来宣传福音价值？
- ❖ 我/我们需要采取哪些措施来确保更负责任地使用大众媒体？

#### 祷词：大众传媒赞美诗

众答：愿天主永受赞颂！

1. 天主，为我们的修女，打印的文字，智慧的食物，灵魂的亮光，我们赞美你。
2. 天主，我们为世界上所有的记者，动画师和各种海报设计师，艺术宣传家们祈祷。
3. 为那些充满你智慧之光的作家、印刷者、和读者祈祷，请让他们存留在你的爱内，并为真理谦卑地服务。

4. 天主，为我们的电影兄弟和他给我们讲得充满活力的故事，其中包含具有吸引力的对话、戏剧、音乐和视频，我们赞美你。
5. 主啊，请指导制作者、导演、演员和观众走向一切真实和美善，使所有的一切作品都为庆祝生命和爱天主。
6. 天主，为我们的无线电姊妹，我们赞美你，他在电线之间穿梭，使地球好像变得很小。
7. 我们为所有的电台和发射机祈祷，借着天主的恩赐和人类的工作，使之能为天主儿女们自由、成长和合一而服务。
8. 天主，我们为电视赞美你，愿它在每一个家庭中所处的中心位置，不仅不会妨碍反而能增进家庭成员彼此的和谐，并且能准备一个以福音价值观为指导生活的民族。
9. 天主，我们为电子邮件和互联网，CD，传真，手机，大众媒体，以及所有世界和你的天国中为沟通而服务的强有力的设备赞美你。愿他们唱出对你的赞颂，歌颂你的光荣。
10. 天主，我们为造物主圣神带给我们的永无休止的五旬节赞美你，它使你的儿女在你的真理、美丽和善良中欢喜雀跃！

**下列祷词也可以用其他合适的祈祷文代替：**

1. “决定沟通是否真实不是技术，而是人类的心灵和我们是否能明智地使用我们所有的先进设备的能力”

**全体：**（咏唱或诵念）

哦，天主的气息啊！  
请吹向我，  
让我充满新的生活，  
好使我能会爱你所爱，做你所做。

——（圣哥伦帮）

2. 沟通，无论发生在何处，或怎样发生，都为许多人打开了更广阔的视野。这是天主的恩赐，其中也包括重大的责任。“

**全体：**（咏唱或诵念）：

哦，天主的气息啊！  
请吹向我，  
直到我的心纯洁如雪；  
直到我和你的意愿合而为一，  
去实行并能持之以恒！

3. “社会网络工作可以促进关系的成长和促进社会的福利，但也可能导致个人和群体之间进一步的两极分化和分离。

**全体：**（咏唱或诵念）：

哦，天主的气息啊！  
请吹向我，  
使我的意志向趋向于你，  
直到我自私的部分能与你一起射发出神圣之火。

4. “互联网可以帮助我们成为更好的公民”，但“进入数字化网络就要求我们要对我们的邻居负有责任，虽然我们看不到这个邻居，但他却是真实的存在的，而且他的尊严必须得到尊重。”

**全体：**（咏唱或诵念）：

哦，天主的气息啊！  
请吹向我，  
让我充满新的生活，  
好使我能会爱你所爱，做你所做。

天主经

结束祷词（第二页）