

灵修类：《细味上帝—用五官祷告》一文灿老师



书名：《细味上帝—用五官祷告》

作者：Kathleen Finley

译者：陈锦荣

出版社：学生福音团契

年份：2008 年

学习方式尽不同

我们都知道，不同的人会以不同的方式来观察和聆听，不同性格的人会有不同的学习方式或风格，我们都不是以同一方式做事的，其中当然也包括祷告。例如，合上手闭上眼祷告而不分心，这就不是所有人都能做到了。

在万物中看见神

我们祈祷时，通常会跟外间世界隔绝，只专注于内在灵性的事情，而《细味上帝—用五官祷告》这书却邀请读者透过日常触摸得到的东西来亲近神，运用视觉、听觉、味觉、嗅觉和触觉去感受面前的事物，以致在处处都可遇见神。一块石头、一双鞋、一支笔……都能让我们进入祷告，经验神的同在。

书中所选取的东西，除了蜡烛外，还有 3 部份。第一部份是以大自然祷告，当中包括有水、植物、泥沙、阳光、雨水、石头、云、种子、雪、风；第二部份是以私人物品祷告，包括有镜子、手、梳子、内衣裤、鞋、床、眼镜、戒指、润肤液、最爱的食物、通讯录；第三部份是以日常用品祷告，包括有面包、盐、面纸、耳机、纸笔、钥匙、金钱。

操练的 5 个部分

书中的每个祷告操练都包含了 5 个部份，分别是“集中”、“细味”、“聆听”、“思忖”和“回应”。

在第一部份的“集中”，作者提供了一段祷文帮助读者集中去感受神的临在。

在第二部份的“细味”，作者会引导读者运用我们的感官去探索祷告操练里的特定物品。

在第三部份的“聆听”，作者提供了不同的经文，好让读者可以**探索神的话与这特定物品或形象有何关联。**

在第四部份的“思忖”，作者会引导读者去**思想这物品怎样与我们日常生活互相影响，将我们从这物品所领会的与我们的灵性连上关系。**

在最后部份的“回应”，作者会引导读者去探索我们的**反思对以后生活有何含义。**作者在当中提出一些可能性，在我们完成这项祷告操练之后，对我们的生活可以引起什么作用。

开拓亲近神的方法

作者相信神与受造物同在，并且透过感官被彰显出来。这书提供了具体的操练，揭示以物件来祷告的潜能，使我们更接近无处不在的神。**这书是运用一种截然不同的祷告方式，也许比我们习惯了的祷告方式较具玩乐性、富想像力和需要运用右脑。**虽然这有时会看似无聊，但亦可尝试看看是否适合我们。

我们可以选择一样东西来提醒自己去祷告，我当时就选择了黄色，见到黄色时就提醒自己要祷告。而这书就让我有更大的扩展，例如：水可以提醒我要渴慕神；泥土可以提醒我要谦卑；床或枕头可以提醒我要在神里安息，聆听并反省；钥匙可以提醒我有关神的大能……**特此向大家推介这书，藉此扩阔我们的视野，认识更多亲近神的方法。**

欢迎浏览良友圣经学院网站 <https://lts38.net>，或 <https://lts33.net>，电邮至 school@liangyou.net 联络。