

### 1. 默想福音書敘事經文的意義

我們是耶穌出生 2000 多年後，才作耶穌的門徒，正因如此，福音書的敘事經文，對我們有特殊的意義，因為透過對這些經文的默想，我們可以進入昔日耶穌們徒親眼看見，親耳聽聞的經歷中，我們可以目睹耶穌與人相遇的情景，於是，我們同樣可以感受到昔日耶穌門徒的驚訝，和心靈的震撼。這些經歷，透過聖靈漸漸的啟發，帶來門徒的生命，經歷翻天覆地的變化。

故此，對我們來說，默想福音書記載的事件，是神給後世信徒一個貼身跟從耶穌學習的機會，於是，對福音真理的體會，就不會單是思維上的知道，而是整個人，身、心、靈的一種入心入肺的體會，透過聖靈的感化，便開始更深經歷福音真理所帶來的，新生命與新生活。

### 2. 默想敘事經文的方法

敘事經文是用文字描繪當時的情境。默想時，我們透過想象，把文字化成圖畫，讓昔日的情境，得以重現在我們眼前，若有充足時間，我們還可以想象當時的天氣，人的衣著、面容、聲線、周圍人的反應等；特別須要多留意耶穌對不同的人的態度，祂的面容、聲調，仔細聆聽祂所說的話帶給你的反應，等等。透過這些觀察，留意你內心出現的種種反應，它們揭示出你許多內心的真實狀況，用時間去感受這些反應所帶出來的情緒，當你越發認識自己，這些便成為你向神傾訴的內容，如此，禱告生活便成為你與神談心的時間，同時可學習聆聽父神透過聖靈給你的回應。

### 3. 默想經文（靜心聆聽主言）的果效

漸漸你會增添屬靈的洞見（參現代中文譯本，腓 1：9-10a；西 1：9），對每課上半堂所講解的屬靈真理，能產生內心的共鳴，而不是理性上的一知半解；所以，沒有足夠「靜聽主言」的操練，繼續講解更多屬靈成長的真理，對學員的幫助，也不會很大。