

與主親近：週日的退修 想像式默想（1）

Philip Fong

2023年1月22日

想像式默想 (Imaginative Meditation)

- 靈命塑造的一個重要目標是品格的塑造 (character formation)
- 品格塑造的一個重要元素是情感的塑造 (affective formation)
- 想像式默想是塑造情感的屬靈操練

練習一：想像場景

練習二：投入在想像的處境中

想像式默想的重點

1. 想像經文描述的場境。
2. 投入經文的情節，成為當中的角色，參與在故事中。
3. 與經文中的耶穌對話，讓對話化成禱告。

路加福音 2:4-7

⁴ 約瑟也從加利利的拿撒勒城上猶太去，到了大衛的城，名叫伯利恆，因他本是大衛一族一家的人，⁵ 要和他所聘之妻馬利亞一同報名上冊。那時馬利亞的身孕已經重了。⁶ 他們在那裡的時候，馬利亞的產期到了，⁷ 就生了頭胎的兒子，用布包起來，放在馬槽裡，因為客店裡沒有地方。

家課

試用想像式默想來默想以下的經文：

1. 平靜風和海 - 路加福音 8:22-25
2. 有罪的女人用香膏抹主 - 路加福音 7:36-38