

若 1:35-51

³⁵ 第二天，若翰和他的兩個門徒，又在那裡站著，³⁶ 若翰看見耶穌走過，便注視著他說：「看，天主的羔羊！」³⁷ 那兩個門徒聽見他說這話，便跟隨了耶穌。³⁸ 耶穌轉過身來，看見他們跟著，便問他們說：「你們找什麼？」他們回答說：「辣彼！——意即師傅——你住在那裡？」³⁹ 他向他們說：「你們來看看罷！」他們於是去了，看了他住的地方；並且那一天就在他那裡住下了。那時，大約是第十時辰。⁴⁰ 西滿伯多祿的哥哥安德肋，就是聽了若翰的話，而跟隨了耶穌的那兩人中的一個，⁴¹ 先去找到了自己的弟弟西滿，並向他說：「我們找到了默西亞」——意即基督。⁴² 遂領他到耶穌跟前，耶穌注視著他說：「你是若望的兒子西滿，你要叫『刻法』」——意即伯多祿。⁴³ 第二天，耶穌願意往加里肋亞去，遇到了斐理伯，耶穌便向他說：「你跟隨我罷！」⁴⁴ 斐理伯是貝特賽達人，與安德肋和伯多祿同城。⁴⁵ 斐理伯遇到納塔乃耳，就向他說：「梅瑟在法律上所記載，和先知們所預報的，我們找著了，就是若瑟的兒子，出身於納匝肋的耶穌。」⁴⁶ 納塔乃耳便向他說：「從納匝肋還能出什麼好事嗎？」斐理伯向他說：「你來看一看罷！」⁴⁷ 耶穌看見納塔乃耳向自己走來，就指著他說：「看，這確是一個以色列人，在他內毫無詭詐。」⁴⁸ 納塔乃耳給他說：「你從那裡認識我呢？」耶穌回答說：「斐理伯叫你以前，當你還在無花果樹下時，我就看見了你。」⁴⁹ 納塔乃耳回答說：「辣彼！你是天主子，你是以色列的君王。」⁵⁰ 耶穌遂說道：「因為我向你說：我看見了你在無花果樹下，你就信了嗎？你要看見比這更大的事！」⁵¹ 又向他說：「我實實在在告訴你們：你們要看見天開，天主的天使在人子身上，上去下來。」

以短誦方式呼求聖神

1. 誦讀 LECTIO

- 給此段起一題目（把握片段核心）
- 給它分段（了解情節、結構）
- 注意上下文（了解文章框框）
- 注意事情發生的時、地（了解事情框框）
- 分析人物：他們與耶穌相遇及他們彼此之間的互動，他們的內心發展及態度
- 注意動詞（了解事情的動態演發），點出最多用及最關鍵的動詞
- 整體了解這片段的訊息

2. 默想 MEDITATIO

- 這片段中最令你觸動的是什麼？
- 你是怎樣與耶穌相遇的？
- 嘗試今天聆聽耶穌對你說：「來，看」，或其它他要跟你說的話
- 為你，何謂「跟隨基督」、「住下」？
- 你怎樣成為中介，在你的生活環境中，助人與基督相遇？你最想把基督介紹給誰？

3. 祈禱 ORATIO

- 將所默想，所分享的，化為簡短祈禱

4. 默觀 CONTEMPLATIO

- 把一句說話、一個圖像、一個情懷感受藏在心中，日間反覆回味，生命化為動力