

opusdei.org

电子祈祷书：与天主对话的工具

我们推出一款实用的数码工具，方便你在日常生活中去做祈祷。这本电子祈祷书精选了一些可透过手机得到的祈祷和教理经文，这些经文提供中文和拉丁文版本，即使没有网路连线也能使用。这个工具已推出多年（是由狄明杰（Miguel Diez）去编辑和设计的）。

2025年10月30日

在现代快速节奏的生活中，寻找与天主对话的时刻成为了一项真正的挑战。因此，基督徒的经验随着时间发展出了不同的方式、实践、习俗和虔敬行动，这些方式、实践、习俗和虔敬行动富有创意地去寻求与天主建立关系，并以习惯为支撑，从而促进与耶稣基督和圣人们对话的成长。正如《天主教教理》所教导的，在这个旅程中，口祷是不可或缺的元素，而同时也是一种真正默观祈祷的方式（参阅《天主教教理》第2701点，第2704点）。

正如教宗良十四世提醒我们：「正如我们永远不会厌倦呼吸，我们也永远不应厌倦祈祷。正如呼吸维持着身体的生命，那么祈祷也维持着灵魂的生命。诚然，信德在祈祷中得以表达，而真正的祈祷是因着信德而活出来的」（讲道，2025年10月19日）。我们祈祷时，经常会使用一些并非来自我们自己的话语，而我们的声音是

承载着教会传统的活生生力量：天主经、圣母经、信经、圣咏、赞美诗。

为了促进这个祈祷之旅，我们做了这本电子祈祷书，它旨在成为灵修生活的简易助手，可透过手机使用，为祈祷提供特别的支持。

即使离线，也经常与你同在

这本祈祷书最实用的特点或许在于它是经常可以使用的。因此，它成为你在公共交通工具、候车室、旅途中或在安静的教堂中祈祷的可靠资源。

最后，电子祈祷书致力于成为一种工具，利用我们这个时代工具去帮助我们在日常生活中与耶稣同行。

[点击这个链接](#)去了解这本电子祈祷书。

为其他语言的电子祈祷书，[请点击此链接](#)。

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/Dian-Zi-Qi-Dao-Shu-Yu-
Tian-Zhu-Dui-Hua-De-Gong-Ju/](https://opusdei.org/zhs/article/Dian-Zi-Qi-Dao-Shu-Yu-Tian-Zhu-Dui-Hua-De-Gong-Ju/) (2026
年3月5日)