

圣咏让我们的祈祷不会贫乏到只剩祈求

在周三公开接见活动中，教宗方济各谈论了圣经里的圣咏，称之为圣神启发的「歌曲」，由祂亲自放在教会新娘的唇上。圣咏有时反映出特定的历史处境，但任何心灵状态或需求都能在其中找到救助。圣咏引领我们进入「诸圣相通功的庞大交响乐团」。在禧年即将来临之际，教宗敦促大家使「祈祷的交响乐」响起。

2024年6月21日

圣咏是「圣神亲自放在祂教会新娘唇上的歌曲」。《圣咏集》是「祈祷的交响乐」，蕴含不同的律动，需要重新发现其富饶和现实意义。教宗方济各6月19日在周三公开接见活动的要理讲授中如此表示。他期许这为禧年作准备的一年，能响起「祈祷的盛大交响乐」，让圣神启发的那些话语在今天的教会内回荡。

圣咏蕴含许多「律动」

赞颂、感谢、求恩、哀诉、叙事，以及其它各种祈祷都囊括在《圣咏集》中，而且圣咏在新约里占了「得天独厚的地位」。教宗提到他的书桌上有一本乌克兰文版的新约和《圣咏集》。这本书以前的主人是一名军人，他在前线靠这本新约和《圣咏

集》祈祷，战亡后其他人把书寄给教宗。

「不是每一篇圣咏、不是每篇圣咏的所有部分，基督徒都能琅琅上口、心有戚戚焉，更何况是现代人。圣咏有时反映出与我们不一样的历史处境和宗教思维。这并不意味着它们不是在默感下写成，而是某些层面与启示的短暂时期和阶段有关，就像古代律法的很多部分也是如此。」

圣咏必须成为我们的祈祷

教宗指出，圣咏是耶稣的祈祷，是圣母玛利亚和宗徒们的祈祷，是在我们之前的基督徒团体的祈祷。诵读圣咏祈祷时，我们加入了「诸圣相通功的庞大交响乐团」。我们在弥撒圣祭和时辰颂祷中读圣咏。

接着，教宗放下讲稿，问说：「你们有时借着圣咏祈祷吗？你们要拿起圣经或新约，诵读圣咏祈祷。比方说，你们因犯罪而伤心难过时，读不读圣

咏第51篇来祈祷？很多篇圣咏有助于我们前行。你们要养成读圣咏祈祷的习惯。我向你们保证，你们最终必定得到幸福。」

教宗强调，圣咏必须成为「我们的祈祷」。「假如有几篇圣咏，或者只是几个段落，对我们的心灵说话，那么一整天反覆诵读、用它来祈祷，是多美好的事。圣咏是『四季皆宜』的祈祷词：任何心灵状态或需求，都能在其中找到最贴切的词语来化为祈祷。不同于其他任何祈祷词，圣咏不会在复诵中失去效力，反而有所增长。」

不只求恩，更要赞颂和感谢

关于圣咏的词句在人生不同境遇中对我们的帮助，教宗举了几个实例。在悔恨、恐惧或苦恼中，我们可以复诵：「天主，求祢按祢的仁慈怜悯我。」（咏五十一3）「上主是我的牧者。」（同上，廿三1）或者，要表达我们与天主的关系时，可以这么

说：「天主，祢是我的天主……我的灵魂渴慕祢。」（同上，六十三2）

「圣咏让我们的祈祷不会贫乏到只剩祈求，不停说：『求祢赐给我、赏给我们。』圣咏帮助我们的祈祷不那么以自我为中心：赞颂的祈祷、颂谢的祈祷、感恩的祈祷；并且帮助我们为整个受造界发声，使之融入在我们的颂扬中。」

教宗最后邀请众人让圣神送给教会新娘的话语「在今天的教会内回荡」，「使禧年前的这个准备年成为真正的祈祷交响乐」。

(梵蒂冈新闻网)

www.vaticannews.cn

VATICAN MEDIA Divisione Foto

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/Sheng-Yong-Rang-Wo-
Men-De-Qi-Dao-Bu-Hui-Pin-Fa-Dao-
Zhi-Sheng-Qi-Qiu/](https://opusdei.org/zhs/article/Sheng-Yong-Rang-Wo-Men-De-Qi-Dao-Bu-Hui-Pin-Fa-Dao-Zhi-Sheng-Qi-Qiu/) (2026年3月27日)