

## 第五個月：靈修與生活

### 第一週 祈禱是甚麼

經文：

你們甚麼也不要掛慮，只在一切事上，以懇求和祈禱，懷著感謝之心，向天主呈上你們的請求；這樣，天主那超乎各種意想的平安，必要在基督耶穌內固守你們的心思念慮。（斐 4：6-7）

想想看：

1. 基督徒為甚麼需要祈禱？
- 

2. 在祈禱中我得到甚麼？
- 

把這一星期你要祈禱的事情具體寫出來：

1) 讚美：

---

2) 感謝：

---

3) 祈求：

---

4) 代禱：

---

5) 悔罪：

---

6) 其他：

---