

第一讲导：创造的气息 — 圣神是赐生命者

核心经文：创 1:1–3；约伯 33:4；咏 104:30；若 10:10；罗 8:11

主题：圣神 = ruah（气息、风、神），祂仍然在我们内呼吸，赐下 zoe（神圣的生命）。

开场：当呼吸开始时

| "起初……气息、风、神，飘浮在混沌之上。"

| "是天主的神造了我，全能者的气息赐给我生命。"

(约伯 33:4)



引导: 有意识的呼吸

反思问题

你上一次有意识地呼吸是什么时候？

如果每一次呼吸，都是圣神在你内呼吸，
那意味着什么？



引导: 有意识的呼吸

1

30秒静默呼吸祈祷

准备心灵，进入祈祷状态

2

吸气: "Ruah..."

感受圣神的气息进入

3

呼气: "Elohim..."

将赞美献给天主



经文探讨：圣神的气息

创世记 1:1–3

|"天主的神在水面上运行"

塔尔古姆译本："爱的神在水面上飞舞"



重点：圣神的本质

⇒ Ruah 的意思

ruah = 气息、风、神，
在希伯来文中为阴性。
体现了圣神温柔、孕育的特质。

重点： 圣神的本质



母性的守护

"运行/飞舞" (rachaph) = 母鸟守护雏鸟。
圣神如慈母般呵护受造界。

重点：圣神的本质



个人与宇宙

圣神既是个人的（造我），也是宇宙的（更新大地）。

祂的工作涵盖一切。

重点： 圣神的本质

重要洞察：

创造不是过去的故事，而是持续进行。

圣神此刻仍在创造、更新、赐予生命。

讨论问题

(任选其一，看时间)

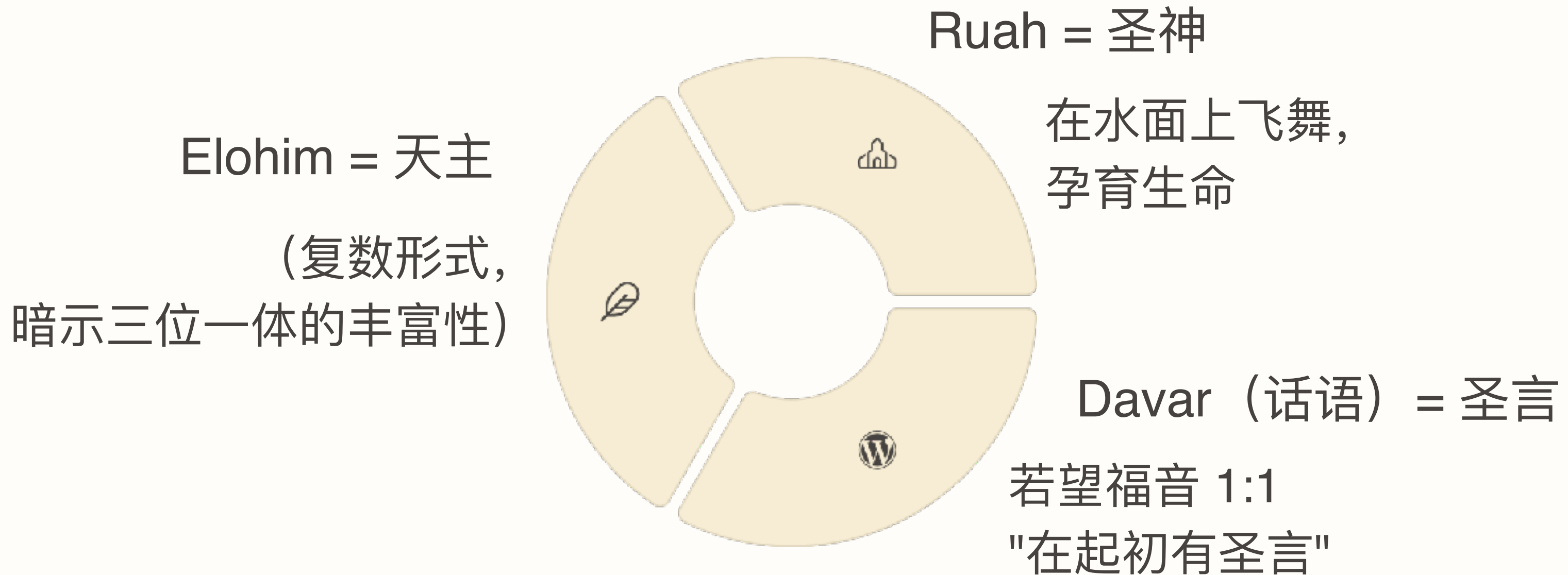
问题一

当你把圣神想象为母亲、为爱，
有什么不同？

问题二

知道圣神今日仍在你内呼吸，你有什么感受？

创世记中的三位一体暗示



简短总结: 从创造第一口气起, 三位一体就在"跳舞": 圣父说话, 圣神飘浮, 大地回应。

创世记中的三位一体暗示

简短总结：从创造第一口气起，三位一体就在"跳舞"：圣父说话，圣神飘浮，大地回应。

圣神是赐生命者

尼西亚信经



"...圣神，他是主，是赐予生命者。"

希腊短语：τὸ Κύριον καὶ Ζωοποιόν
- 主及赋与生命者

圣神是赐生命者



Bios = 生物之气

路 8:14； 15:12， 30； 弟茂德前 2:2； 弟茂德后 2:4；

Psyche = 灵魂

玛 16:25-26； 20:28

Zoe = 神圣的生命

若 10:10； 14:6

高峰：神化



圣经基础

伯后 1:4；迦 2:20；罗 8:11



圣神的角色 - 格后 5:17

让基督在我们内活着，使我们成为天主的儿女，新创造者。



神化的意思

神化 = 分享天主的生命。



宇宙的更新

罗 8:19–23 → 圣神不只更新个人，也更新受造界。

当代的灵修应用



圣沙罗斐姆·萨洛夫

"基督徒生活的真正目标，是获得圣神。"

“ 反思问题一

我是否满足于 bios 而忽略了 zoe?

“ 反思问题二

如果我真的相信圣神正在我内呼吸，
我的祈祷会如何不同？



结束祈祷

邀请大家再次安静呼吸，默念：

吸气

1

"来吧，圣神。"

呼气

2

"赐我生命。"

简短祈祷

“圣神，创造的”气息”，从天主来的爱的神，充满我们，更新大地。”