

## 為青年培育推介《YOUCAT 祈禱書》

感謝光啟文化事業給青年們及青年培育工作者，送上聖誕及新年禮物《YOUCAT 祈禱書》繁體中文版。本書為德國 YOUCAT 系列書，早於 2014 年先後以德文及英文出版。YOUCAT (Youth Catechism) 顧名思義就是以青年教理作為培育目標，其系列書除了《YOUCAT 天主教青年教理》外，還有《DOCAT 天主教社會訓導》(2018 年 4 月出版)、《YOUCAT 和好聖事》(2017 年 5 月出版)、青年聖經、青年堅振要理等。

本書是由《YOUCAT 天主教青年教理》的譯者陳芝音小姐負責翻譯。本人得蒙受託審閱本書，在過程中細讀中英文譯本，當時深感它對培養青年人祈禱的益處，適用於個人和團體，因此在這裡向大家誠意推介此書。

《YOUCAT 祈禱書》並非是一本講授祈禱的教理書，而是收集了各類新舊禱文，引導青年人逐步學習，以祈禱與主談心，並下定決心，預備地方，撥出時間，恆常地習慣聆聽和回應主言。相信青年們在應用書中各類禱文時，自然能把教理潛移默化，流溢於信仰生活中。本書的禱文內容不單是取自於聖經的聖詠或書信，以及教會的傳統經文，更收集了教父、聖人，以及古今教會名人與作家的禱詞，共 70 多位。每頁禱文不時都附有小專欄，簡介該禱文的來由背景、作者語錄和詞彙定義。青年們可配合其身心狀態和處境，選用書中各式各樣的禱文，更可以因應每天不同心情，直接從書中附錄〈禱文索引〉中，選用有 feel 的祈禱，與主密談。青年慕道團或信仰小團體更好配合其聚會講題，善用書中合適禱文作開始或結束祈禱，當中禱詞更適合用作青年聖道禮的祈禱元素。如果青年們願意效法自己喜愛的主保聖人或教會人物，也可使用附錄〈人名索引〉，找出相關禱文，偕同普世教會的諸聖，一同祈禱。

祈禱書的內文共分兩卷，第一卷〈我要日日讚美祢〉提供兩週禱文，旨於幫助青年人與主建立情誼關係，讓主陪伴他們，同走人生和信仰歷程。每天有特定主題和固定格式，提供不多於 4 頁的早、晚禱，並加入相片和插圖。我會建議並鼓勵個別青年，於教會的特有節期內，比如將臨期、四旬期等，使用這連續的兩週禱文，更可在團體避靜中用作每天的晨禱和晚禱。以下是第一卷的主題一覽表：

《YOUCAT 祈禱書》卷一目錄	第一週主題：主與我同行 ～與天主同在的生命經驗～	第二週主題：我與主同行 ～如何活出主內的生命～
星期日的主題	祢認識我	主起來了——復活
星期一的主題	祢使我步履堅定	活石建造的——教會
星期二的主題	祢是道路	好教世界相信——合一
星期三的主題	因祢的名而行走	取走我們的鐵石心腸——歸心 向主
星期四的主題	祢稱我們為朋友	就是今天——聖體聖事
星期五的主題	祢聽見我呼喚	天主分擔痛苦——基督受難
星期六的主題	祢知道我由何而造	永生——與天主的盟約

本書的第二卷〈祢稱我們為朋友〉，則因應青年喜歡祈求的對象，以及當下不同心境和需要，提供各類禱文。就祈求的對象，書中列明讚頌天父、參與聖子生命與使命、呼求聖神、與聖母同禱等各項經文。就生活的處境，適合青年的祈禱包括於喜怒哀樂時、迷失與受壓中、信賴和交託等不同狀態的禱詞。另外，書裡配合求主寬恕、分辨與決定、召叫與回應、為人代禱等處境，以及針對每天所需力量、沉重困擾和求取智慧，附有各式禱文。

願青年們及培育工作者能活用這本祈禱書，當大家對某禱文、一句話，甚至一個字有所感觸時，可靜下來默想和反思，更可把它牢記下來，或者放聲念出禱詞，口誦心維，藉此達致本書之目的：「幫助青年走向與天主建立友誼的祈禱之路」。