

方濟神修傳統簡介

聖方濟 San Francesco

1. 個性：單純、熱情。獲「熾愛天使」之稱。
2. 主保：義大利國家主保、生態學主保。
3. 精神特點：和平、愛大自然、其貧窮精神是來自對天主的認識，而形成「不佔有」的執著。

方濟的神修

可以用兩條路來代表其神修旅程

1. 由亞西西到寶尊小堂。即由繁華世界到棄俗獻身、由尊高到微末。
2. 由達勉堂到拉維納山。即由接受召喚，以行動實踐使命到與主結合、死於十字架上。

方濟會三支派

1. 小兄弟會 Frati Minori 約 17000 人
2. 嘉布遣會 Cappuccini 約 12000 人
3. 住院會 Conventuali 約 5000 人

首先於 1517 年分成守規及住院兩會，1525 年守規會再分出嚴厲守規的嘉布遣會。
Cappuccino = 起泡牛奶咖啡，capuccio = 風帽。

聖方濟祈禱文

和平幸福

(pace e bene)

我的天主，我的萬有

爾旨成行

我們是亞西西的補贖者

稱呼自己的身體：驢弟兄

指責偷懶者：蒼蠅弟兄

朝拜十字架（聖堂）禱文（1226）

至聖的主耶穌基督，我們在這裡並在普世的聖堂內，朝拜禰，讚頌禰，因為禰以禰的十字聖架，救贖了普世。

【每到一聖堂，進堂時及出堂前誦唸。】

聖達勉堂苦像前禱文(1205)

至高至尊的天主，請燭照我心的幽暗！賞賜我正直的信德、確切的望德、十全的愛德、深邃的謙德，以及明達和知識；上主，這樣我才能完成禱神聖而其摯的旨意。阿們。

【當接受派遣、充滿使命、每日清晨或每次出發前誦唸】

賜給良弟兄的祝福（1224）

願上主降福你，保護你；

願祂的慈顏光照你，仁慈對待你。

願上主轉面垂顧你，賜你平安；

願上主降福你，良弟兄！

【於信件文書中，或祝福親朋好友時使用。】

致大會書結束禱文（1220）

全能、永恆、正義和仁慈的天主，恩賜可憐的我們，因禱愛的力量，認識禱的意願，並常願望實行禱所喜悅的事；如此，內心純潔、光明，點燃聖神之火，俾能追隨禱的愛子，我們的主耶穌基督的足跡，並賴禱唯一聖寵的助佑，來到禱至高台前。禱是完美的三位一體，永生、永王、永享光榮於無窮世的全能天主！阿們。【默想神工結束前誦唸】

讚頌至高天主歌（1224）

上主天主，禱是唯一的聖者，禱是神蹟的施行者。

禱是強者，禱是偉大者，禱是至高者，禱是全能的君王。聖父，禱是天地之君王。

上主天主，禱是三位一體者，禱是完整的美善，禱是美善本身，一切的美善，無上的美善。

禱是永生、至真的上主大主。

禱是愛和愛德。禱是上智，禱是謙遜，禱是忍耐，禱是真美，禱是良善，禱是安寧，禱是喜悅與安樂，禱是我們的希望，禱是正義，禱是節制，禱是我們完整的富源和滿足。

禱是真美，禱是良善，禱是保障，禱是我們的守護者與保衛者，禱是勇毅，禱是庇護。

禱是我們的望德，禱是我們的信德，禱是我們的愛德；禱是我們全部的甘飴，禱是我們的永生、偉大而可奇的上主、全能的大主、仁慈的救主。

【不論喜樂或哀傷、順遂或挫折，皆可以豪放、無可抑制的讚頌之情誦唸。】

方濟 Francesco 佳蘭 Chiara 生平		
日期	事件	歲
1182-冬	方濟誕生，洗名若翰；父由法返，改稱“方濟”。	
1194	佳蘭誕生·長女。Chiara 意謂光明、清晰。	12
1202-11 月	城邦戰役，亞西西戰敗，方濟被囚一年。	20
1205-春	出獄後得重病，痊癒後又準備投入戰場，半途得夢境指引而折返，開始探詢生命意義。	23
1205-夏	遇癡瘋病人，吻之甘飴而生命兌變。	23
1205-冬	聞達勉堂苦像呼聲·修復三小堂與父決裂。	23
1206-初	於主教及眾人前，脫光衣物，徹底貧窮。	24
1205-2-24	三翻福音書，喜獲貧窮勸言，補贖生活伊始。	26
1209-4-16	初擬生活規章·獲依諾森三世核准，修會誕生。	27
1212-3-18	於寶尊堂為佳蘭剪髮，創立隱修院於達勉堂。	30
1219-秋	參加十字軍，宣講和平，獲蘇丹王款待。	37
1223-春	於寶尊聖母堂召開五千會士的草席大會	41
1223-11-29	教宗何諾略三世核准正式會規，沿用至今	41
1224-9-14	於拉維納山 La Verna 四十天嚴齋時印五傷	42
1225-3~5 月	於聖達勉堂治眼疾，譜寫太陽歌。	43
1226-10-3	傍晚逝世於寶尊堂右後方地上·先葬於城內聖喬治堂，四年後遷葬亞西西方濟大殿。	44
1228-4-29	起建方濟大殿，7 月 16 日教宗國瑞九世為其宣聖。	
1253-8-11	佳蘭逝世，享年六十，1255 年 8 月列入聖品。	

太陽歌（1225）

1. 至高、全能、仁善之主，讚頌、光榮、尊敬，及一切的稱揚，皆應歸屬於禰！至高者，只有歸屬於禰是適當的，誰也不配呼號禰的聖名。
2. 我主，願禰因著禰造生的萬物，特別因著太陽兄弟而受讚頌，因為禰藉著太陽造成白晝而照耀我們。
太陽是美妙的，他發射巨大光輝，至高者，他是禰的象徵。
3. 我主，為月亮妹妹和星辰，願禰受讚頌！
禰曾願造化她們於天上，她們光明、珍貴而美麗。
4. 我主，為了風兄弟，又為了空氣和白雲，晴朗和各種氣候，願禰受讚頌！
因為藉著他們，禰使禰的受造物得到撫慰。
5. 我主，為了水妹妹，願禰受讚頌！她非常有用而謙虛，珍貴而貞潔。
6. 我主，為了火兄弟，願禰受讚頌！禰用他光照黑夜；
他英俊而愉快，勁健而有力。
7. 我主，為了我們慈母般的地姊妹，願禰受讚頌！
她載負我們並照顧我們，生產不同的果實，色彩繽紛的花卉和草木。
8. 那些為了愛禰，而忍受不公平和痛苦，並寬恕別人的人，我主，願禰因著他們而受讚頌。堅持和平的人是有福的，
因為他們將由禰，至高者，獲得榮冕。
9. 死亡妹妹，是任何活人不能逃避的，我主，願禰因她而受讚頌。
唯有死於大罪中的人，是有禍的！承行禰至聖旨意的人，是有福的，
因為第二次的死亡，不能損害他們。
10. 請你們讚頌、稱揚我主！請以極大的謙誠，感謝、侍奉祂！

【吟詠此歌。以大自然為豎琴，達天人合一之境。】

方濟素描（薛拉諾著方濟傳上 83）

他口才極佳，個性開朗，面貌溫和，不怯懦，不自大。他身材短小，頭部勻稱略圓，瓜子臉型、凹凸有致，前額平正而略狹，眼睛烏黑適中、完全純潔，頭髮黝黑，眉毛平直，鼻子端正且瘦削，耳朵筆直而略小，額頂扁平。

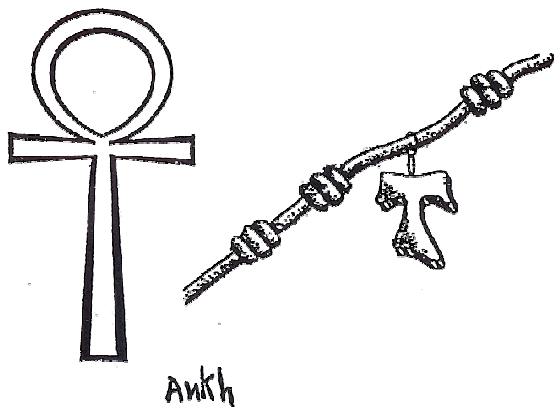
言語和善、火熱又嚴正，聲音雄壯甘美、清晰洪亮，牙齒潔白整齊，口唇微小細薄，鬍鬚灰黑而略稀，頸項瘦小，雙肩平直，臂膊不長，雙手略小而指頭修長，指甲外向，腿部瘦弱，雙足較小，皮膚細嫩清瘦，衣服粗賤，睡眠絕少而出手最大方。

由於他為人極其謙虛，對所有人非常溫良；有益時，依從所有人。他雖是聖人中之大聖，但在罪人中則自處如罪人。

他神志清亮，心胸溫柔，淡泊明志，靜觀超凡，恆心祈禱並熱衷於一切事。

TAU：T 型十字架

1. 公元前 1850 年是埃及古文學的黃金時期，古埃及文 ankh，象徵生命的鎖匙。公元前 1310-1090 法老王 Sei 一世宮殿的高浮雕中，描繪 Hator 女神將 ankh 贈送給法老王，賜他獲享長生。
2. 出谷紀十二 7、13：公元前 1250 年，梅瑟帶領以色列民出離埃及前，告知以民要宰殺一歲無殘疾的羔羊，將羊血塗在門框上。當時以民在埃及已居住了 380 年之久，深受埃及文化影響，因此在門框上所塗劃的就是 T 記號，當天使降臨屠殺長子時，一見 T 記號的家門就越過去，此家因而免難。
3. 則九 1-7：公元前 622 年厄則克耳出生於耶路撒冷，597 年被擄往巴比倫，593 年被召作充軍之地的先知，他寫出先知書指責以民背叛天主的罪過並預示災難，他寫道：要在他們額上劃一個十字記號，...走遍全城殺盡滅絕，但凡額上有十字記號的人，不可走近。」此十字記號就是希伯來文字母的『T』，古寫作十字形。
4. 基督：Cristo=chi-rho，Tau=tau-rho，意謂真生命。基督就是生命之意，誰找到基督，就是找到生命。耶穌在十字架上奉獻出生命，十字架就成了獲得生命的鎖匙。
5. 聖方濟特別喜愛 T 形十字，每當派遣弟子、降福世人、治病、簽署信件、甚至佈置房間及行動前，聖方濟都習慣使用它。『T』是希臘文第 19 字母、希伯來文第 23 字母，是最後一字，象徵微末，方濟自視為最愚微小者。



TAU：T 型十字架

源於古埃及—生命的鑰匙。

生活天主的印記

救恩的象徵

悔改的記號

方濟會的標誌