



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。)

【今日聖言分享】

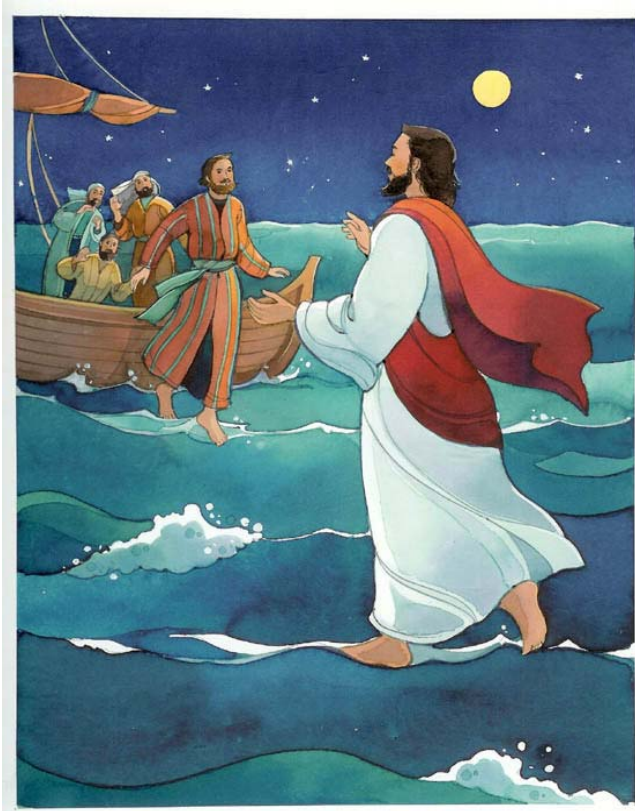
若一 4:11-18

詠 72:1-2,10-11,12-13

谷 6:45-52

09.01.2013 【依賴上主】

「放心! 是我。不要怕!」(谷 6:50)



默想：

香港教區把今年定為「信德年」，藉以提醒我們重溫信仰的基礎。今天福音講述耶穌在水面行走的事件，門徒看見都驚慌不已，耶穌卻對他們說：「放心! 是我。不要怕!」

這句普通不過的話，在平常的日子裡，你常聽到嗎？你常說嗎？它曾產生了甚麼效果？試想一想，領洗以後，你有否渴望聽到主在你耳邊重覆說：「放心! 是我。不要怕!」？

我習慣在領聖體後與天父聊天及交託，祂會在適當的時候向我說：「放心! 是我。不要怕!」，你有相似的經驗嗎？

祈禱：

主，願我們常懷信心，因為祢曾說過：「放心! 是我。不要怕!」

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

☐ 我願意成為<今日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
☐ 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
☐ 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。)

【今日聖言分享】

若一 4:11-18

詠 72:1-2,10-11,12-13

谷 6:45-52

09.01.2013 【依賴上主】

若望一書 4:11-18

可愛的諸位，既然天主這樣愛了我們，我們也應該彼此相愛。從來沒有人瞻仰過天主；如果我們彼此相愛，天主就存留在我們內，他的愛在我們內才是圓滿的。我們所以知道我們存留在祂內，祂存留在我們內，就是由於祂賜給了我們的聖神。至於我們，我們卻曾瞻仰過，並且作證：父打發了子來作世界的救主。誰若明認耶穌是天主子，天主就存在祂內，祂也存在天主內。我們認識了，且相信了天主對我們所懷的愛。

天主是愛，那存留在愛內的，就存留在天主內，天主也存留在祂內。我們內的愛得以圓滿，即在於此：就是我們可在審判的日子放心大膽，因為那一位怎樣，我們在這世界上也怎樣。在愛內沒有恐懼，反之，圓滿的愛把恐懼驅逐於外，因為恐懼內含著懲罰；那恐懼的，在愛內還沒有圓滿。

聖詠 72:1-2,10-11,12-13 默西亞神國

01. 天主，求你給君王傳授你的權柄。求你給太子傳授你的公正。
02. 使他照正義統治你的百姓，使他按公道管理你的平民。
10. 塔爾史士和群島的眾王將獻上禮品，舍巴和色巴的君王，也都要前來進貢。
11. 眾王都要朝拜他。萬民都要事奉他。
12. 他必拯救哀號的貧民，他必扶持無援的窮人。
13. 他將憐恤不幸和貧乏的群眾，並要救護窮苦貧病者的生命。

馬爾谷福音 6:45-52

耶穌使五千人吃飽以後，便催迫門徒們上船，先到對岸貝特賽達去。這期間他遣散了群眾。耶穌辭別了眾人之後，便往山上祈禱去了。到了夜晚，船已在海中，耶穌獨自在陸地上。他看見門徒艱苦地在搖櫓。他們正遇著逆風。約夜間四更時分，耶穌步行海面，朝著他們走來，有意越過他們去。門徒看見他步行海上，以為是個妖怪，就都驚叫起來，因為眾人都看見到他，遂驚慌不已。耶穌連忙與他們講話，向他們說：「放心！是我，不要怕！」遂到他們那裏上船，風就停了。他們心中越發驚奇，因為他們還不明白關於增餅的事，他們的心還是遲鈍。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

___我願意成為<今日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
___我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
___我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____