



## 讀聖書、做默想是我們的精神食糧

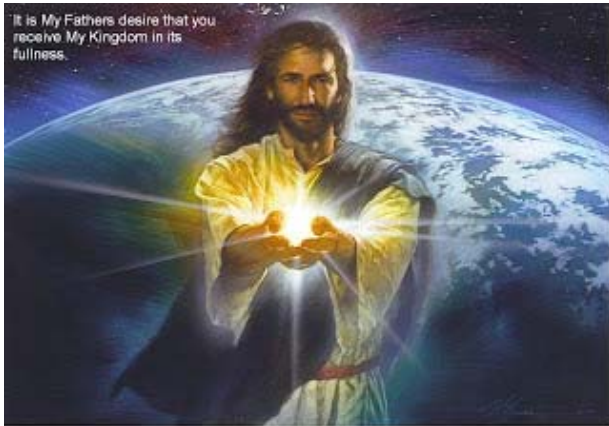
聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。  
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。)

## 【今日聖言分享】

四旬期第五周星期一  
達 13:1-9,15-17,19-30,33-62  
詠 23:1-3,3-4,5,6  
若 8:12-20

### 18.03.2013 【跟隨祂就能平安行走人生的道路】

「我是世界的光；跟隨我的，決不在黑暗中行走，必有生命的光。」。(若 8:12)



#### 默想：

這篇福音中耶穌自稱為世界的光，這光是領人從死亡的黑暗中進入生命的真實之光。耶穌揭露了一個問題：雖然法利塞人嚴守法律，但是他們並非真心的與主建立個人關係；也就是說：他們的信仰只是主觀死守法律，並非真正認識主，所以他們不認識子。

最近觀看一齣電影，內容講述主角“pi”因長期在海上漂流的孤獨和現實帶來的無助和絕望，使他沉浸在自己的主觀意識當中。當他遇到暴風雨，看到天上出現的神光後，他對天膜拜，這時他的感性徹底打敗了理性，之後他更莫名其妙的登上了一個島。那是個在日間看到什麼可以吃什麼，到了晚上，卻是清水變成毒潭，森林暗藏殺機的“食人島”。

原來，這島上動物和植物的食物來源都是別人的屍體，所有的美麗只是表象。遠遠望去這個島如同一個巨人的屍體躺在海上，這個島的本身也許就意味著死亡。這就是現實，讓人沉淪，令人迷失，美麗而殘酷，人多卻冷漠，繁榮昌盛是以喪亡枯骨為代價，充滿誘惑卻殺機四伏。但人不是要依賴這些虛榮，慾望，利益才能活得更好，其實我們還有精神世界的超性追求。所以“pi”最終選擇離開這個島，離開那所謂“充飢及安逸生活”的現實主義。

試想想，生活中我們甚至心甘情願留在“食人島”享受那美食與清泉的誘惑而葬送其中。這部電影點醒我們，當迷茫的時候，要嘗試聽聽心的聲音，當孤獨無助的時候，要追隨自己的信仰，與主建立個人的關係。

福音中，光與黑暗相對，光代表真理，黑暗象徵罪惡。耶穌是光、是真理，沒有耶穌的地方便是黑暗。跟隨耶穌要求一個人的全部身心，進行持續的行動，即恆常地跟隨。如此順服就是行走在光中，跟隨祂就能平安行走人生的道路。在紛亂複雜而充滿誘惑的現實社會中，要適時地回歸我們內心的美麗天堂，不再迷失及沉淪於充滿誘惑卻暗藏罪惡之中。

**我的反思和祈禱：** 天主，我們仰賴祢的助佑，獲得了力量；求祢使我們常能革除惡習，遠離罪惡，忠誠地追隨基督，日漸走近祢的面前。

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](mailto: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】

四旬期第五周星期一  
達 13:1-9,15-17,19-30,33-62  
詠 23:1-3,3-4,5,6  
若 8:12-20

### 18.03.2013 【跟隨祂就能平安行走人生的道路】

#### 達尼爾先知 13:1-9,15-17,19-30,33-62

從前有一個人住在巴比倫，名叫約雅金，他娶了一個妻子名叫蘇撒納，是希耳克雅的女兒；這女子非常美麗，而且敬畏上主，原來她的父母都是義人，常按照梅瑟的法律教育了自己的女兒。約雅金是個很富有的人；靠近他的住宅有一個果園；由於他比眾人更有聲望，猶太人經常到他那裏集會。

那一年，有兩個長老由人民選為民長，上主曾論及這類人說：「邪惡充塞巴比倫，是由於只在表面上治理人民的長老和民長。」這兩個人經常到約雅金的家裏來；凡有訴訟的，都到這裏來見他們。中午時，人民離去以後，蘇撒納常走進她丈夫的果園裏散步。那兩個長老每天見她進去散步，遂對她起了邪念。他們昧著良心，轉眼不看上天，全不思念正義的裁判。他們在等待一個適當的機會。有一天蘇撒納像往日一樣，只帶著兩個婢女進了果園，由於天熱，她想在園中沐浴。那時園中除了這兩個藏著窺看她的長老外，沒有別人。蘇撒納對婢女說：「將油和香皂給我拿來，關上園門，我要沐浴。」

婢女們一走出去，這兩個長老便起來，跑到她面前，對她說：「看，園門關了，沒有人能看見我們，我們早就愛上了你，你要答應我們，與我們交合吧！不然，我們就要作證控告你，說有一個青年人同你在一起，所以你才打發婢女們離開你。」蘇撒納嘆息說：「我真是左右為難！因為我若作了這事，我是必死無疑；我若不作這事，我也難逃你們的手。我不如不作，寧可落在你們手裏，也不願在上主面前犯罪。」蘇撒納遂高聲喊叫，這兩個長老為對付她也喊叫起來，其中一個跑去開了園門。家人一聽見園中的喊聲，就急忙從側門跑進來，要看看她遭遇了什麼事。但是當長老們說出這段話以後，僕人們都感覺羞慚，因為從來沒有人說蘇撒納有過這樣的事。

第二天，人民聚集到她丈夫約雅金那裏的時候，那兩個長老也來了，滿懷惡意，一心要將蘇撒納置於死地。他們在人民面前說：「派人將希耳克雅的女兒，約雅金的妻子，蘇撒納帶上來！」差人便去了。蘇撒納同她的父母，她的孩子和她所有的親戚都來了。她的親友和看見她的人都在哭泣。那兩個長老遂在人民中站起來，把手按在蘇撒納的頭上。她哭著仰視上天，衷心依賴上主。兩個長老說：「當時只有我們兩人在園中散步，她同兩個婢女進來，隨即關了園門，並辭退了兩個婢女。一個預先藏在園中的青年人，走到她面前，與她睡在一起。我們在園中的角落裏看見這種醜事，便跑到他們那裏。我們雖然看見他們二人在一起，但我們卻不能捉住那個青年，因為他比我們有力，他便開門逃走了。我們捉住這女人以後，問她那個青年是誰，她卻不肯告訴我們：對於這些事，我們是見證。」會眾相信了他們，因為他們是人民的長老和民長，於是便定了蘇撒納的死罪。

蘇撒納遂大聲呼號說：「永生的天主！你洞察隱秘的事，凡事在發生以前，你已知道了；你知道他們對我所作的是假見證；看，現在我要死了，然而我並沒有作過，他們惡意對我所捏造的事。」上主俯聽了她的呼聲；當她被押赴刑場的時候，天主感動了一個青年人的聖善心靈，這青年名叫達尼爾，他便高聲呼喊說：「對於流這女人的血，我是沒有罪的！」民眾轉過身來問他說：「你說這話有什麼意思呢？」達尼爾立在民眾中間說：「以色列子民！你們怎麼這樣糊塗？未經審問，不查實情，就定一個以色列女子的罪案嗎？你們再回審判廳！因為他們二人作了假見證，誣陷了她。」於是民眾急忙回去，眾長老對達尼爾說：「請你來，坐在我們中間，明白地告訴我

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](mailto: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】

四旬期第五周星期一

達 13:1-9,15-17,19-30,33-62

詠 23:1-3,3-4,5,6

若 8:12-20

們，因為天主把長老的智慧賜給了你。」達尼爾對他們說：「將這兩個長老隔離開，讓我來審問他們。」把他們二人隔開以後，達尼爾叫過其中的一個來，對他說：「你這個一生作惡的老妖，你以前犯的罪，現在已臨到你身上了！你宣佈不義的裁判，判定無辜者有罪，釋放有罪的人，雖然上主曾說：不可殺害無辜和正義的人。如果你真看見了她，現在你告訴我：你看見他們在一起是在什麼樹下？」他回答說：「是在乳香樹下。」達尼爾說：「夠了！你在說謊，應砍你的頭，因為天主的天使已奉天主的命，要把你斬為兩段。」達尼爾叫他退下，命將另一個帶上來，對他說：「客納罕的苗裔而非猶大的苗裔啊！美色迷惑了你，淫慾顛倒了你的心。你們一向這樣對待了以色列的女子們，她們由於害怕而與你們交往，但是這個猶大女子，卻不能忍受你們的邪惡！現在你告訴我：你發現他們在一起，是在什麼樹下？」他回答說：「是在樟樹下。」達尼爾對他說：「的確，你也一樣在說謊話，也必要砍下你的頭！天主的天使手中已拿了利劍在等待著，要將你斬為兩段，消滅你們。」全會眾遂大聲吶喊，讚美天主，因為他拯救了那些仰望他的人。

眾人都起來攻擊那兩個長老，因為達尼爾按照他們工人的口供，證實了他們作假見證；他們怎樣惡意對待了自己的近人，民眾也怎樣對待了他們。於是眾人按照梅瑟的法律將他們處死；這樣，那一天救了無辜者的血。

### 聖詠 23:1-3,3-4,5,6 上主是善牧

01. 上主是我的牧者，我實在一無所缺。
02. 祂使我臥在青綠的草場，又領我走近幽靜的水旁，
03. 還使我的心靈得到舒暢。祂為了自己名號的原由，領我踏上了正義的坦途。
04. 縱使我應走過陰森的幽谷，我不怕兇險，因你與我同住。你的牧杖和短棒，是我的安慰舒暢。
05. 在我對頭面前，你為我擺設了筵席；在我的頭上傅油，使我的杯爵滿溢。
06. 在我一生歲月裏，幸福與慈愛常隨不離；我將住在上主的殿裏，直至悠遠的時日。

### 聖若望福音 8:12-20

那時候，耶穌向法利塞人講說：「我是世界的光；跟隨我的，決不在黑暗中行走，必有生命的光。」法利塞人於是對他說：「你為你自己作證，你的證據，是不可憑信的。」耶穌回答說：「我即使為我自己作證，我的證據，是可憑信的。因為我知道：我從那裏來，往那裏去；你們卻不知道，我從那裏來，或往那裏去。你們只憑肉眼判斷，我卻不判斷任何人。即使我判斷，我的判斷，仍是真實的，因為我不是獨自一個，而是有我，還有派遣我來的父。在你們的法律上也記載著：兩個人的作證，是可憑信的。今有我為我自己作證，也有派遣我的父，為我作證。」他們便問他說：「你的父在那裏？」耶穌答覆說：「你們不認識我，也不認識我的父；若是你們認識了我，也就認識我的父了。」這些話是耶穌於聖殿施教時，在銀庫院裏所講的。誰也沒有捉拿他，因為他的時辰還沒有到。

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](mailto: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：\_\_\_\_\_