



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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。）

【每日聖言分享】

聖若翰洗者誕辰（節日）

依 49:1-6

詠 139:1-3,13-15

宗 13:22-26

路 1:57-66,80

24.06.2013 【傳承】

「我更要使你作萬民的光明，使我的救恩達於地極。」（依 49:6）



BOTTICINI, Francesco

Madonna with Child, St John the Baptist, and Angels
c. 1490 Galleria Palatina (Palazzo Pitti), Florence

默想：最近看了一本由一位十四歲女孩所寫的十年修行分享集，內容大致描述這小女孩從何接觸禪修，她如何在生活中踐行，當她遇上困難、孤獨時，這修習如何助她一步一步地走過，回顧十載，一點一滴讓她感恩、珍惜及盼望更多人能從此獲益。

看畢此書，我不禁要問自己，作為一個教友，信仰的路不只走過十載，假若我要分享這些年的信仰點滴，我會寫下什麼呢？或許我們知道的道理有很多，跟著去參與的禮儀、投入的服務也不少，但老老實實地在生活中實踐信仰，將耶穌所教導的東西落實在生活之中的又有幾多？簡單的舉一個例子：生活不如意事十常八九，作為教友的我，第一時間如何處理？或以怎樣的態度去面對？每一日與人接觸，我又能否帶給人平安、喜樂？或是成為別人受苦的原因？

發問過後，我突然發覺自己好像不太懂得如何活出信仰...或許在堂區、在團體也有不同服務，但在每日的生活之中，信仰和自己，相距有幾多？

信仰生活化，就是讓別人從日常生活中、在我們身上看見師傅的影子，感受師傅的味道。要將師傅的神髓活現，人總要對師傅的言行有所掌握。閱讀聖經、祈禱、勤領聖事，相信是讓我們接觸祂、感受祂、認識祂、與祂對話的不二法門。如此，我們才能在生活中尋到天主的足跡，與祂相遇，祂不再是只可仰望的神，而是真實地如我們好朋友般的親近，在每日的際遇中經驗到祂的同行、臨在、安慰，以至於生命的每一刻也能自然而然地與祂連上。耶穌與父深切的關係，讓我們在耶穌身上看見父；若要彰顯基督的慈愛，將祂的大愛帶到世界的每一個角落，我們需要反省、檢討，再出發。

從沒有想過一本小書可讓我再次深思自己的信仰，盼望以上的字句也能成為一份邀請，讓我們稍作停頓，反思我們的信仰，如何可以更加承行於地。

我的祈禱：天父，求祢給予我們足夠的恩寵，好能讓我們在情、理、靈各個方面都能加深對祢的認識，在生活中為祢作證，將祢的喜訊傳播開去。

地址：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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。）

【每日聖言分享】

聖若翰洗者誕辰（節日）

依 49:1-6

詠 139:1-3,13-15

宗 13:22-26

路 1:57-66,80

24.06.2013【傳承】

依撒意亞先知書 49:1-6

諸島嶼，請聽我！遠方的人民，請靜聽！上主由母腹中就召叫了我，自母胎中就給我起了名字。他使我的口好似利劍，將我掩護在他的手蔭下，使我像一支磨光的箭，將我隱藏在他的箭囊中。他對我說：你是我的僕人，是我驕矜的「以色列」。但是我說：「我白白勤勞了，我枉費了氣力而毫無益處；但是我的權利是在上主那裏，我的報酬在我的天主面前。」我在上主眼中是光榮的，天主是我的力量。那由母胎形成我作他的僕人，將雅各伯領回到他前，並把以色列聚在他前的上主，如今說：「你作我的僕人，復興雅各伯支派，領回以色列遺留下的人，還是小事，我更要使你作萬民的光明，使我的救恩達於地極。」

聖詠 139:1-3,13-15 讚美全知的天主

01. 達味的詩歌，交與樂官。上主，你鑒察了我，也認清了我：
02. 我或坐或立，你全然認清了我，你由遠處已明徹我的思考。
03. 我或行走或躺臥，你已先知，我的一切行動，你完全熟悉。
13. 你造成了我的五臟六腑，你在我母胎中締結了我。
14. 我讚美你，因我被造，驚奇神奧，你的工作，千奇萬妙！我的生命，你全知曉。
15. 我何時在暗中構形，我何時在母胎造成，我的骨骸你全知情。

宗徒大事錄 13:22-26

保祿說：「天主給以色列人立了達味為君王，天主為他作證說：我找到了葉瑟的兒子達味，他是一個合我心意的人，他要履行我的一切旨意。天主按照恩許，從他的後裔中給以色列興起了一位救主耶穌。若翰在他來臨以前，先向全以色列民宣講了悔改的洗禮。及至若翰將完成自己的任務時，說道：我不是你們所猜想的那位，但是，看，他在我以後要來，我不配解他腳上的鞋。諸位仁人弟兄，亞巴郎的子孫和你們敬畏天主的人！這救恩之道正是給我們賜下的。」

聖路加福音 1:57-66,80

依撒伯爾滿了產期，就生了一個兒子。她的鄰居和親戚聽說上主向她大施仁慈，都和她一同歡樂。到了第八天，人們來給這孩子行割損禮，並願意照他父親的名字叫他匝加利亞。他的母親說：「不，要叫他若翰。」他們就同她說：「在你親族中沒有叫這個名字的。」他們便給他的父親打手勢，看他願意叫他什麼。他要了一塊小板，寫道：「若翰是他的名字。」眾人都驚訝起來。匝加利亞的口和舌頭立時開了，遂開口讚美天主。於是，所有的鄰居都滿懷敬畏之情；這一切事就傳遍了全猶大山區，凡聽見的人都將這事存在心中，說：「這孩子將成為什麼人物啊？」因為上主的手與他同在。這小孩漸漸長大，心神堅強。他住在荒野中，直到他在以色列人前出現的日期。

地址：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：_____