



## 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】

厄上	9:5-9
詠多	13:2,3-4,4,5,8
路	9:1-6

25.09.2013 【回憶】

所以你們如今應默觀他向你們所作的一切。(多 13:7)



**默想：**“REMEMBER”「回憶」，未知給你一個怎樣的感覺或想法？有些人很少「回憶」，覺得事情過去就讓它過去，開心與不快都再不能回頭，不想也罷。另有些人老是想著過去，常常跟你說「舊時…」，又或常常跑到將來，幻想著將來或許會發生的事。那麼，「回憶」究竟要放在一個怎樣的位置呢？

聽過一個修女這樣去了解「回憶」。“REMEMBER”從兩個字組成，“RE”及“MEMBER”，她說現今的人肢離破碎，意思不是說人的手手腳腳都斷掉了，而是說：人的各部份——身體、心、靈魂都分割了！不單不和諧，有時甚至常常存在於一個衝突的狀況，簡單的例子就如明知自己想身體健康，但每天總是吃很多即食麵、零食、快餐…放工回家後，又不知為何，夜一夜也不去睡，就這樣，整個人就慢慢被自己撕裂開去。“RE”有「再」的意思，“MEMBER”指「成員」，兩個字組合起來就帶出將不同的成員再次集合起來的意思，不再東一點、西一點，而是一個整合。

很多時，當發生了一些事情時，人總不太明白這事為何發生，但往往當事情過去，再回望時，人在不知不覺間又好像對此領悟多了一些，感覺再深一些。其實，我們的信仰生活也是如此。或許，我們不常聽到天主的聲音，有時甚至覺得自己被祂拋棄。但是，每當我們有靜下來的空間，有「回憶」的時候，我們總會看到主不一樣的足跡，很多與主親密的珍貴時刻都是在「回憶」中整合過來。在拼砌當中，我們更能多到祂愈微妙的計劃。人生活就是不停地一天一天地過，於是又在不知不覺中把生命白過了。若要學會看深一點，看多一點，我們需要給自己「回憶」的機會，如做「意識省察」，每天都給自己一點「回憶」的獨有空間，在好像平平無奇的生活，細意尋找當中的感受，發現天主的臨在，如此，天主再不是星期日才出現，再不是特別節慶才相遇，而是在每一日的生命中看到祂，在祂之中也有你，就在這合一當中，共融相愛。

**我的祈禱：**主，願我渴望有一份與你分享傾談的心，讓我能從分割之中重整過來，再回憶中尋到你，在共融之中，靜靜地發現你的一切。



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](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。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】

厄上 9:5-9  
詠多 13:2,3-4,4,5,8  
路 9:1-6

### 25.09.2013 【回憶】

#### 厄斯德拉卷上 9:5-9

到了獻晚祭時，我，厄斯德拉由悲憤中起來，仍穿著撕裂的衣服和外袍，雙膝跪下，伸手向上主我的天主說：

「我的天主，我實覺慚愧！我的天主，我不敢向你抬頭，因為我們的邪惡，積累得高過了我們的頭頂，我們的罪孽上達於天。自從我們祖先的時代，直到今日，我們犯了重大的罪孽；為了我們的罪惡，我們連我們的君王和司祭，都被交在異地的君王手中，喪身刀下，被俘擄，遭掠奪，丟臉受辱，就像今日一樣。但是現在，轉瞬之間，上主我們的天主對我們施了仁慈，留給了我們一些殘存的人，又在聖地給了我們居所；並且我們的天主，還使我們的眼目明亮，在我們做奴隸期間，使我們尚有少許生氣。我們原是奴隸，但我們在做奴隸期間，我們的天主沒有離棄我們，反而使我們在波斯王前，獲得了寵遇，使我們有了生氣，得以重建天主的殿宇，重修廢墟，使我們在猶大和耶路撒冷，得了保障。」

#### 多俾亞傳 13:2,3-4,4,5,8 托比特的讚主詞

02. 永生的天主應受讚頌，他的王權永遠常存，因為他懲罰而又憐憫，把人拋在陰府的深處，而又把他從淒慘的禍患中救出，沒有誰能逃出他的掌握。

03. 以色列子民！你們當在外邦人的面前頌揚他，因為他使你們流徙到他們之中，

04. 是為叫你們在那裏顯揚他的偉大。你們該在眾生之前歌頌他，因為只有他是我們的上主，只有他是我們的天主，只有他是我們的父親，只有他永遠是天主。

05. 他懲罰你們，是為你們的不義；但他要憐恤你們眾人，把你們這些分散於各民族中的人聚集起來。

06. 若是你們全心全靈歸向他，在他面前履行正道，他也必轉向你們，不再掩面不顧。

07. 所以你們如今應默觀他向你們所作的一切，然後高聲感謝他；該讚美公義的上主，該頌揚永世的君王。

08. 我要在被擄充軍之地讚美他，向犯罪的國民宣揚他的威能和偉大。罪人啊！你們悔改罷！你們在他面前行義罷！誰知道，或者他會寬待你們而憐憫你們！

#### 聖路加福音 9:1-6

耶穌召集了那十二人來，賜給他們制伏一切魔鬼，並治療疾病的能力和權柄，派遣他們去宣講天主的國，並治好病人，向他們說：「你們在路上什麼也不要帶：也不要帶棍杖，也不要帶口袋，也不要帶食物，也不要帶銀錢，也不要帶兩件內衣。你們無論進了那一家，就住在那裏，直到從那裏離去。人若不接待你們，你們要離開那城，拂去你們腳上的塵土，作為反對他們的證據。」他們就出發，週遊各鄉村，宣傳喜訊，到處治病。

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](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：\_\_\_\_\_