



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】

撒 17: 32-33,37,40-51

詠 144: 1,2,9-10

谷 3: 1-6

22.01.2014 【無論世界怎樣看，我也唯獨信靠和愛天主！】

「我是仗著你所凌辱的萬軍的上主。」(撒 17:45)



默想：

看到今天讀經中提到少年達味因信靠上主而把所有以色列人也害怕的培肋舍特巨人哥肋雅輕易打敗。

今天我們身邊可能有欺侮我們的人，他們可能有些還會欺侮我們的信仰。但我們要時常信靠上主，平安和喜樂便與我們同在，不必害怕一切的凶惡。先教宗真福若望保祿二世喜歡引用聖經中耶穌說：「不要怕，只管信」來鼓勵世人信靠主。我們也可以以主的愛來克勝恐懼。

我的祈禱：

天主！我信在祢的愛內沒有懼怕，請祢增加我的信德吧。

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】

撒 17: 32-33,37,40-51

詠 144: 1,2,9-10

谷 3: 1-6

22.01.2014 【無論世界怎樣看，我也唯獨信靠和愛天主！】

撒慕爾紀上 17:32-33,37,40-51

那時候，達味對撒烏耳說：「請我主心中不必為那培肋舍特人而沮喪，你僕人要去同他決鬥。」撒烏耳對達味說：「你不能去對抗這培肋舍特人，同他決鬥，因為你還年輕，而他自幼即是習於戰鬥的人。」達味回答說：「由獅子和狗熊的爪牙中拯救我的上主，也必從這培肋舍特人的手中拯救我。」撒烏耳對達味說：「去吧！望上主與你同在！」

達味手裏拿著自己的棍子，在河裏揀了五塊很光滑的石頭，放在牧童隨身所帶的袋子內，即裝石囊內，手內拿著投石器，向那培肋舍特人走去。那培肋舍特人也大搖大擺走近了達味，給他持盾的在前給他開路。那培肋舍特人瞪眼一看，見了達味，遂看不起他，因達味還很年輕，面色紅潤，眉清目秀。那培肋舍特人對達味說：「莫非我是只狗，你竟拿棍子來對付我？」達味回答說：「你比一隻狗還不如！」那培肋舍特人就指著自己的神詛咒達味，且對達味說：你到我這裏來，我要把你的肉，給空中的飛鳥和田野的走獸吃。」達味回答那培肋舍特人說：「你仗著刀槍箭戟來對付我，但我是仗著你所凌辱的萬軍的上主，以色列軍旅的天主的聖名來對付你。今天上主定把你交在我手中，我必打死你，割下你的頭來；今天我要把你的屍體和培肋舍特軍人的屍體，給空中的飛鳥和田野間的走獸吃：這樣，全地要知道在以色列有天主。在場的眾人也要知道：上主不賴刀槍賜人勝利，戰爭勝負只屬於上主，他已把你們交在我們手中了。」正當那培肋舍特人起身，大搖大擺向達味走來時，達味趕快由陣地跑出來，迎那培肋舍特人；同時伸手，由囊中取出一塊石頭，套在投石器上打過去，正打在那培肋舍特人的額上，石頭穿入額內，那人就跌倒在地上。如此達味用投石器和石頭，得勝了那培肋舍特人，打中了他，將他殺死，雖然手無寸鐵。達味遂跑過去，站在那培肋舍特人身上，拿起他的刀，從鞘內拔出，殺了他，砍下了他的頭。所有培肋舍特人看見他們的英雄死了，就四散奔逃。

聖詠 144: 1,2,9-10 求賜勝利及和平

01. 上主，我的磐石，他應該常受頌讚！他教我的手能鬥，教我的指能戰。
02. 他是我的力量，我的堡壘，他是我的干城，我的救主，我的盾牌及我的避難所，他使萬民都來屈服於我。
09. 天主，我要向你高唱新曲，我要彈十絃琴向你詠奏。
10. 是你賜給君王獲得了勝利，是你拯救了你的僕人達味。

聖馬爾谷福音 3:1-6

那時候，耶穌進了會堂，在那裏有一個人，他的一隻手枯乾了。法利塞人窺察耶穌是否在安息日治好那人，好去控告他。耶穌對那有一隻手枯了的人說：「起來，站在中間！」遂對法利塞人說：「安息日許行善呢，或作惡呢？許救命呢，或害命呢？」他們一聲不響。耶穌遂含怒環視他們，見他們的心硬而悲傷，就對那人說：「伸出手來！」他一伸，他的手就復原了。法利塞人一出去，立刻便與黑落德黨人作陷害耶穌的商討，為除滅他。

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：_____