



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】

撒下 11:1-4,5-10,13-17
詠 51:3-4,5-6,6-7,10-11
谷 4:26-34

31.01.2014 【一元復始，萬象更新】

在起初已有聖言，聖言與天主同在，聖言就是天主。(若 1:1)

聖若望鮑思高紀念

聖人於公元一八一五年在意大利的都靈出生；童年生活非常清苦；晉鐸後，致力於教育青年工作，並創立修會（鮑思高慈幼會），以教育青年技藝，善度信友生活為宗旨。聖人曾寫過一些護教的小冊子。安逝於一八八八年。

默想：

「一元復始，萬象更新」，上主賜給我們每年的新年春節，使大地回春，萬象更新，讓我們重新體驗、經歷到上主造化大地的恩惠。今天是中國人傳統的重要節日，正所謂「大年初一」，是慶祝一年的第一天。恰巧今天的福音也是若望福音的第一章，讓我也選了第一節：「在起初已有聖言，聖言與天主同在，聖言就是天主。」一開始正正就是「起初」。

很多神學家都喜歡研究和默想若望福音，因為這福音的每一字、每一句都有很深層的神學意義，特別是今天的福音內容。為我來說，接近聖言就是接近天主，也是信仰的核心，每次當我唸信經時，就是重複地表示我所相信的主是自由的主，是創造天地萬物的主，既是神又是人的主，更是一種奧蹟。

我的祈禱

仁慈的天父，感謝祢賜予世人的一切恩寵，在這年新的一天，求主常常光照我們，使我們懂得時時反省，事事省察，更新心神，人人都獲得內心的平安和喜樂。

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】

撒下 11:1-4,5-10,13-17
聖詠 51:3-4,5-6,6-7,10-11
谷 4:26-34

31.01.2014 【一元復始，萬象更新】

撒慕爾紀下 11:1-4,5-10,13-17

年初，正當諸王出征的季節，達味派約阿布率領他的將官和全以色列人出征，他們蹂躪了阿孟子民，就包圍辣巴。當時達味住在耶路撒冷。

一天傍晚，達味由床上起來，在宮殿的房頂上散步；從房頂上看見一個女人在沐浴，這女人容貌很美。達味遂派人打聽那女人是誰；有人告訴他說：「這不是厄裏安的女兒，赫特人烏黎雅的妻子巴特舍巴嗎？」達味就派人將她接來；她來到他那裏，達味就與她同寢，那時她的月經剛潔淨了。

不久，那女人自覺懷孕，就打發人告訴達味說：「我懷了孕。」達味派人給約阿布說：「打發赫特人烏黎雅來見我。」約阿布就打發烏黎雅去見達味。烏黎雅一來到他跟前，達味就問：「約阿布近來如何？士兵好嗎？戰事怎樣？」達味向烏黎雅說：「你下到家中洗洗腳吧！」烏黎雅剛離開王宮，隨後就送來了國王的飲食。烏黎雅卻同他主人的僕役一起睡在宮門旁，沒有下到家裏。有人報告達味說：「烏黎雅並沒有回到自己家裏。」達味召他來與自己一起宴飲，將他灌醉。傍晚，烏黎雅出去，仍與他主人的僕役睡在一起，並沒有到家裏去。

到了早晨，達味給約阿布寫了一封信，要烏黎雅親手帶去。他在信上寫說：「你應派烏黎雅到戰事最激烈的前線，然後，在他後邊撤退，讓他受攻擊陣亡。」約阿布查看那城以後，知道那裏有最強悍的敵人，就派烏黎雅到那裏去了。城內的人出來，與約阿布交戰，達味的僕役中，有些人陣亡了，赫特人烏黎雅也陣亡了。

聖詠 51:3-4,5-6,6-7,10-11 認罪懺悔

03. 天主，求你按照你的仁慈憐憫我，依你豐厚的慈愛，消滅我的罪惡。

04. 求你把我的過犯洗盡，求你把我的罪惡除淨，

05. 因為我認清了我的過犯，我的罪惡常在我的眼前。

06. 我得罪了你，惟獨得罪了你，因為我作了你視為惡的事；因此，在你的判決上，顯出你公義，在你的斷案上，顯出你的正直。

07. 是的，我自出世便染上了罪惡，我的母親在罪惡中懷孕了我。

10. 求你賜我聽見快慰和喜樂，使你粉碎的骨骸重新歡躍。

11. 求你掩面別看我的罪過，求你除掉我的一切罪惡。

聖馬爾谷福音 4:26-34

那時，耶穌向群眾說：「天主的國好比一個人把種子撒在地裏，他黑夜白天，或睡或起，那種子發芽生長，至於怎樣，他卻不知道。因為土地自然生長果實：先發苗，後吐穗，最後穗又滿了麥粒。當果實成熟的時候，便立刻派人以鐮刀收割，因為到了收穫的時期。」

他又說：「我們以什麼比擬天主的國呢？或用什麼比喻來形容它呢？它好像一粒芥子，種在地裏的時候，比地上一切的種子都小；當下種之後，生長起來，比一切蔬菜都大；並且長出大枝，以致天上的飛鳥能棲息在它的蔭下。」耶穌用許多這樣的比喻，按照他們所能聽懂的，給他們講道。若不用比喻，他就不給他們講什麼，但私下裏卻給自己的門徒解釋一切。

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：_____