



## 讀聖書、做默想是我們的精神食糧【每日聖言分享】

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。)

聖巴拉斯主教殉道紀念

希 12:1-4

詠 22:26-27, 28, 30, 31-32

谷 5:21-43

03.02.2015 【不要怕，只要信！】

「你們為什麼喧噪哭泣呢？小女孩並沒有死，只是睡著了！」他們都譏笑他。他卻把眾人趕出去，帶著小女孩的父親和母親，以及同他在一起的人，進了小女孩所在的地方。他拿起小女孩的手，對她說：「塔里塔，古木！」意思是：「女孩子，我命你起來！」那女孩子就立刻起來行走，原來她已十二歲了；他們都驚訝得目瞪口呆。耶穌卻嚴厲命令他們，不要叫任何人知道這事；又吩咐給女孩子吃的。(谷 5:39-43)

聖巴拉斯是亞美尼亞的瑟巴斯德城主教。其時教難慘烈，聖人退隱山林，與野獸為伍。有一小孩魚骨卡在喉部，窒息將死，聖人顯靈跡，當場將其治愈，故後世患喉病者求聖人救治，即源於這一靈跡。總督亞格利各勞對聖人施以鞭笞、鐵鉤等酷刑，聖人最後被斬首致命，時約在公元三一六年。



### 默想：

生老病死是人生必經的階段，其中惟有死亡的到來卻是沒有預知，有時突如其來，可以發生在任何年齡群的身上，往往令人措手不及。今日福音，耶穌說：「不要怕，只要信。」這兩句簡單卻強而有力的說話，給予力量堅強了剛失去女兒的雅依洛對耶穌有信心；也帶出只有耶穌能夠有醫治病人的能力，更有令人死而復生的

能力，因祂是天主子，創造生命超越死亡的大能者。在一切奇蹟發生的根本，大家有否留意到就是信眾首先對耶穌要有信心，否則奇蹟是不可能實現的。雖然我仍然要面對死亡的來臨，我有信德相信我會在主基督內復活，與我認識的人在天堂相聚。

### 祈禱：

天主，我特別為那些沒有信仰卻患有重病的病人，求祢驅除他們的擔心害怕，賜予他們心靈的平安。阿孟。

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<每日聖言分享>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【每日聖言分享】

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。)

聖巴拉斯主教殉道紀念

希 12:1-4

詠 22:26-27, 28, 30, 31-32

谷 5:21-43

### 03.02.2015【不要怕，只要信！】

#### 致希伯來人書 12:1-4

我們既有如此眾多如雲的證人，圍繞著我們，就該卸下各種累贅和糾纏人的罪過，以堅忍的心，跑那擺在我們面前的賽程，雙目常注視著信德的創始者和完成者耶穌：他為那擺在他面前的歡樂，輕視了凌辱，忍受了十字架，而今坐在天主寶座的右邊。你們要常想，他所以忍受罪人對他這樣的叛逆，是怕你們灰心喪志。你們與罪惡爭鬥，還沒有抵抗到流血的地步。

#### 聖詠 22:26-27,28,30,31-32 默西亞的苦難與效果

26. 我在敬畏上主的人前還我的誓願。
27. 貧困的人必將食而飽飫，尋求上主的人必贊頌主；願他們的心靈生存永久！
28. 整個大地將醒覺而歸順上主，天下萬民將在他前屈膝叩首；
30. 凡安眠於黃泉的人都應朝拜他，凡返回於灰土的人都要叩拜他。我的靈魂存在生活只是為了他。
31. 我的後裔將要事奉上主，向未來的世代傳述我主，
32. 向下代人，傳揚他的正義說：「這全是上主的所作所為！」

#### 聖馬爾谷福音 5:21-43

耶穌乘船渡回對岸，有大夥群眾聚集在他周圍；他遂留在海濱。那時，來了一個會堂長，名叫雅依洛，一見耶穌，就跪伏在他腳前，懇切求他說：「我的小女兒快要死了，請你來，給她覆手，叫她得救回生。」耶穌就同他去了。有一大群人跟隨著他，擁擠著他。那時，有一個婦人，患血漏已有十二年。她在許多醫生手裏，受了许多痛苦，花盡了自己所有的一切，不但沒有見效，反而病勢更加重了。她聽了有關耶穌的傳說，便來到人群中，從後邊摸了耶穌的衣裳，因為她心裏想：「我只要一摸他的衣裳，必然會好的。」她的血源立刻涸竭了，並且覺得身上的疾病也好了。耶穌立時覺得有一種能力從自己身上出去，就在人群中回過頭來說：「誰摸了我的衣裳？」他的門徒向他說：「你看！群眾四面擁擠著你，你還問：誰摸了我？」耶穌四周觀望，要看作這事的婦人。那婦人明知在自己身上所成的事，就戰戰兢兢地前來，跪伏在耶穌前，把實情完全告訴了他。耶穌便向他說：「女兒，你的信德救了你，平安去吧！你的疾病必得痊愈。」他還說話的時候，有人從會堂長家裏來，說：「你的女兒死了，你還來煩勞師傅做什麼？」耶穌聽見所說的話，就給會堂長說：「不要怕，只管信。」除伯多祿、雅各伯和雅各伯的弟弟若望外，他沒有讓任何人跟他去。他們到了會堂長的家裏，耶穌看見群眾非常喧噪：有的哭泣，有的哀號，便進去，給他們說：「你們為什麼喧噪哭泣呢？小女孩並沒有死，只是睡著了！」他們都譏笑他。他卻把眾人趕出去，帶著小女孩的父親和母親，以及同他在一起的人，進了小女孩所在的地方。他拿起小女孩的手，對她說：「塔里塔，古木！」意思是：「女孩子，我命你起來！」那女孩子就立刻起來行走，原來她已十二歲了；他們都驚訝得目瞪口呆。耶穌卻嚴厲命令他們，不要叫任何人知道這事；又吩咐給女孩子吃的。

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<每日聖言分享>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：\_\_\_\_\_