



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】

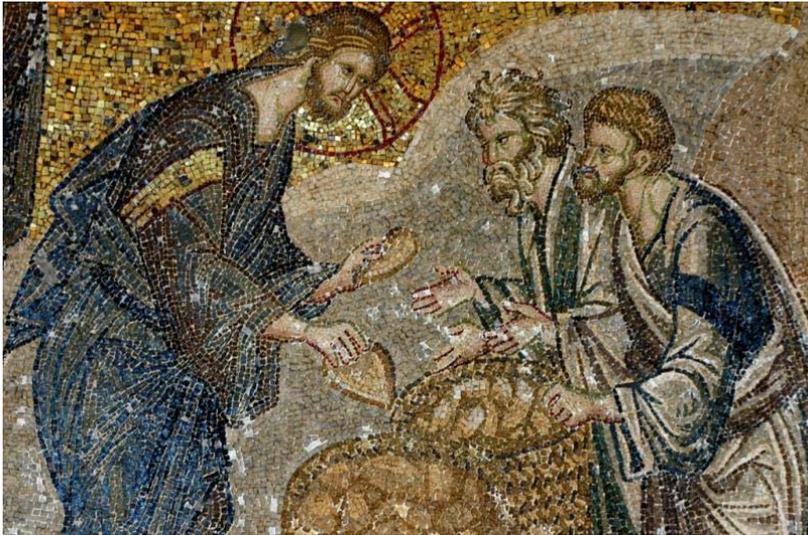
依 25:6-10

詠 23:1-6

瑪 15:29-37

02.12.2015 【從經驗、理解、判斷至抉擇】

耶穌將自己的門徒召來說：「我很憐憫這群眾……。」(瑪 15：32)



默想：在馬爾谷福音 7：32-37 和瑪竇福音 15：29-31 分別記述耶穌醫好了聾啞人，也治好了癩子、殘廢、瞎子、啞吧、和許多其他的病人；接着耶穌便第二次增餅。

從(瑪 15：32)我們可以體會耶穌的主動，祂召來門徒，然後說出祂的感受，祂憐憫這些群眾，祂洞察人心。正如朗尼根神父的認知結構過程：從經驗、理解、判斷至抉擇：耶穌與門徒及群眾一起已經三天，祂理解他們在荒野

裏沒有什麼可吃的，祂判斷他們當時是肚子空空，所以耶穌不願遣散他們回去，怕他們在路上暈倒，於是便決定第二次增餅。

反思最近在服務中，經驗到一個人際關係上的問題，我邀請雙方坐下來交談，從觀察中，我感受到彼此的自我封閉，當對方不回應自己的提問時，便自行作主；結果加深了誤會。

作為他們的調解員，我鼓勵他們日後多些交談，遇上問題時，便主動向對方提問，多作理解及客觀分析，多一點憐憫與包容的心態，然後才作適當的行為抉擇。那麼，上主的奇蹟也許會在團體中出現，上主的恩寵與祝福、幸福與慈愛常隨不離。

我的祈禱：「上主，祢是我的牧者，我實在一無所缺。縱使我應走過陰森的幽谷，我也不怕兇險，因為祢與我同住。亞孟。」

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 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

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】

依 25:6-10

詠 23:1-6

瑪 15:29-37

02.12.2015 【從經驗、理解、判斷至抉擇】

依撒意亞先知書 25:6-10

萬軍的上主在這座山上，要為萬民擺設肥甘的盛宴，美酒的盛宴；肥甘是精選的，美酒是醇清的。在這座山上，你要撤除那封在萬民上的封面，那蓋在各國上的帷幔。他要永遠取消死亡，我主上主要從人人的臉上拭去淚痕，要由整個地面除去自己民族的恥辱：因為上主說了。

到那一天，人要說：「看！這是我們所依賴拯救我們的天主；這是我們所依賴的上主，我們要因他的救援鼓舞喜樂，因為上主的手停留在這山上。」

聖詠 23: 1-3, 3-4, 5, 6 上主是善牧

01. 上主是我的牧者，我實在一無所缺。
02. 他使我臥在青綠的草場，又領我走近幽靜的水旁，
03. 還使我的心靈得到舒暢。他為了自己名號的原由，領我踏上了正義的坦途。
04. 縱使我應走過陰森的幽谷，我不怕凶險，因你與我同住。你的牧杖和短棒，是我的安慰舒暢。
05. 在我對頭面前，你為我擺設了筵席；在我的頭上傳油，使我的杯爵滿溢。
06. 在我一生歲月裏，幸福與慈愛常隨不離；在我有生之日，我將住在上主的殿裏，直至悠遠的時日。

聖瑪竇福音 15:29-37

那時候，耶穌來到加里肋亞海岸，上了山，坐在那裡。有許多群眾帶著瘸子、殘廢、瞎子、啞吧，和許多其他的病人來到耶穌跟前，把他們放在他的足前，他便治好了他們；致使群眾見到啞吧說話，殘廢康復，瘸子行走，瞎子看見，都大為驚奇，頌揚以色列的天主。

耶穌將自己的門徒召來說：「我很憐憫這群眾，因為他們同我在一起已經三天，也沒有什麼可吃的；我不願遣散他們空著肚子回去，怕他們在路上暈倒。」門徒對他說：「在荒野裡我們從那裡得這麼多的餅，使這麼多的群眾吃飽呢？」耶穌對他們說：「你們有多少餅？」他們說：「七個，還有幾條魚。」耶穌就吩咐群眾坐在地上，拿起那七個餅和魚來，祝謝了，擘開，遞給門徒；門徒再分給群眾。眾人都吃了，也都飽了，把剩下的碎塊收集了滿滿七籃子。

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<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：_____