



## 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】

撒	1:1-8
詠	116:12-13, 14-17, 18-19
谷	1:14-20

### 11.01.2016 【悔改、信從福音、並爽快回應】

「天主的國臨近了，你們悔改，信從福音吧！」(谷 1:15)



The Calling of St Peter

KULMBACH, Hans Süß von 1514-16

Galleria degli Uffizi, Florence

### 默想：

從今天福音，看到了隨着天國的來臨，人要皈依天主，耶穌直接要求我們做兩件事：1) 悔改，及；2) 信從福音(即天主的話)。從教會的聖事、禮儀及教導，看到這兩件事須不停地進行：修和聖事給我們悔改及和天主修好的機會，主日彌撒讀經給我們聆聽上主的話，宣讀信經給我們加深及向上主宣示信仰，良心省察給我們反省及悔改，還有許多許多。

祂做事不拖泥帶水，作祂的門徒也應如此：從今天福音中，“立即”、“立刻”、“就”等字跟可見一斑。當我們聽到耶穌的話時，有立即跟隨祂嗎？當知道自己做錯時，有馬上悔改並與祂修和嗎？

我的祈禱：主耶穌，請賜我能時常悔改和爽快的信從祢。

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

\_\_\_我願意成爲<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。  
\_\_\_我願意成爲<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】

撒	1:1-8
詠	116:12-13, 14-17, 18-19
谷	1:14-20

### 11.01.2016 【悔改、信從福音、並爽快回應】

#### 撒慕爾紀上 1:1-8

從前在辣瑪有個厄弗辣因山地的族弗人，名叫厄耳卡納，是耶洛罕的兒子，耶洛罕是厄里胡的兒子，厄里胡是托胡的兒子，托胡是厄弗辣因人族弗的兒子。他有兩個妻子：一個名叫亞納，一個名叫培尼納；培尼納有孩子，亞納卻沒有。這人每年從本城上史羅去朝拜祭獻萬軍的上主。那裏有厄里的兩個兒子曷弗尼和丕乃哈斯做上主的司祭。

有一天，厄耳卡納獻祭後，就把祭品給了自己的妻子培尼納和她的兒女好幾份，只給了亞納一份；他雖喜愛亞納，無奈上主封閉了她的子宮；就因上主封閉了亞納的子宮，她的情敵便羞辱刺激她，使她憤怒。年年都是這樣：每次她上上主的聖殿時，總是這樣刺激亞納。亞納傷心痛哭，不肯吃飯。她的丈夫厄耳卡納對她說：「亞納，你為什麼哭，不肯用飯？為什麼傷心？難道我對你不比十個兒子還好嗎？」

#### 聖詠 116:12-13,14-17,18-19 還願的感恩歌

12. 我應該要怎樣報謝上主，謝他賜給我的一切恩佑？
13. 我要舉起救恩的杯爵，我要呼籲上主的名號。
14. 我要在眾百姓面前，向上主還我的誓願！
15. 上主的聖者們的去世，在上主眼中十分珍貴。
16. 我的上主！我是你的僕役，你僕役是你婢女的兒子；你將我的鎖煉給我開釋，
17. 我要獻給你讚美之祭，我要呼號上主的名字。
18. 我要在眾百姓面前，向上主還我的誓願，
19. 要在上主聖殿的庭院，耶路撒冷！即在你中間。

#### 聖馬爾谷福音 1:14-20

若翰被監禁後，耶穌來到加里肋亞，宣講天主的福音，說：「時期已滿，天主的國臨近了，你們悔改，信從福音吧！」

當耶穌沿著加里肋亞海行走時，看見西滿和西滿的兄弟安德肋，在海裏撒網，他們原是漁夫。耶穌向他們說：「來跟隨我！我要使你們成為漁人的漁夫。」他們便立刻拋下網，跟隨了他。耶穌向前行了不遠，看見載伯德的兒子雅各伯和他的弟弟若望，正在船上修網。耶穌遂立即召叫他們；他們就把自己的父親載伯德和傭工們留在船上，跟隨他去了。

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：\_\_\_\_\_