



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】

希 2:14-18

詠 105:1-2, 3-4, 6-7, 8-9

谷 1:29-39

11.01.2017 【沿途有祿】

「他既然親自經過試探受了苦，也必能扶助受試探的人。」(希 2:18)



默想：

今天的聖言給我一份很溫馨和安慰的觸動—「陪伴」。

耶穌為了從死亡中救贖我們而取了奴僕的肉軀，天主沒有豁免他不用受人性上的試探，而耶穌為了天父的旨意甘心服從這個安排接受了各種困難和試探。主耶穌被迫害及受苦的經驗給我一份「陪伴」的親切感，我反省到我們的成長生活不斷受個人或身邊的人與事影響，不論是正面或負面，試探可以在正面裡誘惑我們，也可以在負面中打擊我們，最重要過程裡我們和天主的關係能變得更濃郁嗎？抑或疏離？耶穌親身示範了在

試探中怎樣保持與天主的關係，耶穌以過來人的心情陪伴我們越過和度過，而「依靠」就是我們在試探中對天主最好的回應。

最近有位在香港工作了兩年的內地朋友，從小到大在家庭、學業及愛情上都是一帆風順的，但是在短短工作兩年裡她一直擔不起面對工作上人際關係及去清晰自己的目標，我們這些早已有多年工作經驗及成長沒有這麼順利的好朋友都以過來人的經驗跟她分享心聲和鼓勵她。過程裡我向她強調第一步先認清自己個性上的長處與限制，我回憶這番對話的感受，不是因為我認為我的想法一定是最好，而是我看到自己在十多年工作上所曾經經歷過的成長，渴望她早些清楚自己的方向，少了些不必要徘徊的路。

這份經驗觸碰了我對今天聖言的感覺，面對他人，我們不能取代或改變對方必要經歷的路，但步履耶穌那份「陪伴」的愛陪伴對方，而對方以「依靠」的信心與自己分享他所面對的各種歷程，這一份相伴相靠的敲擊聲正就是「愛」。

默想到這裡，面對「受試探」有一份似在品嚐流心朱古力的甜美在心裡溢流出來，我感受到這是我在人生各種試探的歷程裡與天主之間提取出來的味道。

我的祈禱：

「主耶穌，我渴望當在誘惑與試探中全心依靠祢，因為在各式各樣的變遷過程中沿途有祢。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】

希 2:14-18

詠 105:1-2, 3-4, 6-7, 8-9

谷 1:29-39

11.01.2017 【沿途有祿】

致希伯來人書 2:14-18

孩子既然都有同樣的血肉，耶穌照樣也取了一樣的血肉，為能藉著死亡，毀滅那握有死亡的權勢者——魔鬼，並解救那些因死亡的恐怖，一生當奴隸的人。其實都知道，他沒有援助天使，而援助了亞巴郎的後裔。因此，他應當在各方面相似弟兄們，好能在關於天主的事上，成為一個仁慈和忠信的大司祭，以補贖人民的罪惡。他既然親自經過試探受了苦，也必能扶助受試探的人。

聖詠 105:1-2,3-4,6-7,8-9 主向先民顯的奇蹟

01. 請眾感謝上主，呼號他的聖名，請眾在萬民中，宣揚他的功行。
02. 請眾歌頌他，詠贊他，傳述他的奇工妙化。
03. 請你們以他的聖名為光榮，願尋求上主的人，樂滿心中！
04. 請眾尋求上主和他的德能，要時常不斷追求他的儀容。
06. 天主的僕人亞巴郎的後裔，上主揀選的雅各伯的兒子！
07. 他是上主，是我們的天主，他的統治遍及普世各處。
08. 他永遠懷念著自己的盟約，直到萬代不忘自己的許諾；
09. 就是向亞巴郎所立的盟約，向依撒格所起的誓諾。

聖馬爾谷福音 1:29-39

那時候，耶穌出了會堂，就同雅各伯和若望來到了西滿和安德肋的家裏。那時，西滿的岳母正躺著發燒，有人就向耶穌提起她來，耶穌上前去，握住她的手，扶她起來，熱症遂即離開了她，她就侍候他們。

到了晚上，日落之後，人把所有患病的和附邪魔的，都帶到他跟前。閩城的人都聚在門前。耶穌治好了許多患各種病症的人，驅逐了許多魔鬼，並且不許魔鬼說話，因為魔鬼認識他。

清晨，天還很黑，耶穌就起身出去，到荒野的地方，在那裏祈禱。西滿和同他在一起的人都去追尋他，找到了他，就向他說：「眾人都找你呢！」耶穌對他們說：「讓我們到別處去，到鄰近的村鎮去吧！好叫我也在那裏宣講，因為我是為這事而來的。」他遂到加里肋亞各地，在他們的會堂裏宣講，並驅逐魔鬼。

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：_____