



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 3:7-14

詠 95:6-7, 8-9, 10-11

谷 1:40-45

12.01.2017 【最強網絡】

只要還有「今天」在，你們要天天互相勸勉。(希 3:13)



默想：

「今天」這兩個字給我有「呼吸」的感覺。記得小時候學游泳要閉氣的時候挺辛苦，玩殭屍遊戲要裝死也要很有意志力千萬不要呼吸；又或者經過發出惡臭難聞的地方，要屏息呼吸片刻也是非常費力的事。「呼吸」是多麼有親切感啊！頓覺「今天」二字更顯矜貴！

再默想下去我發現了「呼吸」和「今天」的真面目就是「生命」。這個生命每日在

有呼吸的時候就有「今天」，但是有了「今天」的自己，我會怎樣過度這今天呢？聖保祿鼓勵我們要「天天互相勸勉」。在反省中我發現了原來作為基督徒基本日常本份的責任都是給我們有彼此勸勉的機會，而這勸勉是按基督顯示愛主愛人作勸勉的標準。比喻來自每一個人的生活小故事集成了一個群體式的社會故事，在裡面我們該怎樣散發基督那愛主愛人的芳郁香氣，去淨化這個社會及至世界充滿戾氣的地方呢？

這裡我聯想到網絡對社會及世界的影響，它影響我們活著的每個「今天」，今天聖神給我的啟發是，原來基督徒最強的網絡就是「祈禱」，我默觀到每天世界任何一個角落必定有我們彼此勸勉的禱聲，這無形而不可測量的禱聲透過主基督的至高聖名會幫助我們在生活中，能夠在彼此勸勉和扶持中活出屬神的效力，在世界各種不同的集及個人生活裡，好使我們能以基督留給我們的各種聖神的恩賜，好好彼此互勉，好好善度每個「今天」。

我的祈禱：

天父，因主耶穌基督的名，我們的各種稱合祢旨意的禱聲成為了世界上最強的網絡。主，願光榮歸於祢至於無窮世之世，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 3:7-14

詠 95:6-7, 8-9, 10-11

谷 1:40-45

12.01.2017 【最強網絡】

致希伯來人書 3:7-14

聖神有話說：「今天你們如果聽從他的聲音，不要再心硬了，像在叛亂之時，像在曠野中試探的那一天；在那裏，你們的祖宗以考驗試探了我，雖然見了我的作為，共四十年之久。所以我厭惡了那一世代，說：他們心中時常迷惑，他們不認識我的道路，所以我在怒中起誓說：他們決不得進入我的安息。」弟兄們！你們要小心，免得你們中有人起背信的惡心，背離生活的天主；反之，只要還有「今天」在，你們要天天互相勸勉，免得你們有人因罪惡的誘惑而硬了心，因為我們已成了有份於基督的人，只要我們保存著起初懷有的信心，堅定不移，直到最後。

聖詠 95:6-7,8-9,10-11 請眾齊來伏地朝拜

06. 請大家前來，一齊伏地朝拜，向造我們的上主，屈膝示愛。
07. 因為他是我們的真神，我們是他牧養的人民，是他手所引導的羊群。你們今天要聽從上主的聲音：
08. 不要再像在默黎巴那樣心頑，也不要像在曠野中瑪撒那天！
09. 你們的祖先雖然見過我的工作，在那裏他們還是試探我，考驗我。
10. 四十年之久，我厭惡了那一世代，曾說：這百姓心中迷惑，不肯承認我的真道，
11. 因此我懷著憤怒而起誓說：他們決不得進入我的安所。

聖馬爾谷福音 1:40-45

那時候，有一個癩病人來到耶穌跟前，跪下求他說：「你若願意，就能潔淨我。」耶穌動了憐憫的心，就伸手撫摸他，向他說：「我願意，你潔淨了吧！」癩病立時脫離了他，他就潔淨了。然後，耶穌嚴厲警告他，立即催他走，並向他說：「當心！什麼也不可告訴人，但去叫司祭檢驗你，並為你的潔淨，奉獻梅瑟所規定的，給他們當作證據。」但那人一出去，便開始極力宣揚，把這事傳揚開了，以致耶穌不能再公然進城，只好留在外邊荒野的地方；但人們卻從各處到他跟前來。

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：_____