



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 23:1-3, 3-4, 5, 6
瑪 15:29-37

02.12.2020 【標記】

「……祝謝了，擘開……」 (瑪 15:36)



默想：

今天的福音，耶穌行了第二次增餅奇蹟：「祂拿起餅，祝謝了，擘開…」，句中所用的「祝謝了」，原文是 *eucharisteó*，這個字現在用作我們的聖體聖事 (Eucharist) 的意思，所以有學者把這次增餅奇蹟引申為聖體聖事的預象。復活後的耶穌，也是憑著這標記，使灰心喪志，離開耶路撒冷前往厄瑪烏的兩個門徒認出他來，立刻恢復信心，連夜趕回耶路撒冷去報告耶穌復活的喜訊。宗徒大事錄也有記載教友們「專心聽取宗徒的訓誨，時常團聚，擘餅，祈禱。」(宗 2:42) 日後逐漸發展成彌撒的雛型。

「標記」讓人可以認出一些事物和它所代表的涵意，也可以讓人認出它所代表的團體。願意向人展示自己團體的標記，顯示出自己對這團體的信心和自豪感，甚至有邀請他人加入的意願。基督徒常佩帶十字架，或手拿念珠祈禱，就是向人展示自己的信仰的標記；

曾見有南美洲的足球員，在入球之後劃十字聖號，把光榮歸於天主，我反思：原來除了物件的標記，一個動作和人也可以是一件基督的標記。前天我分享領洗初期不敢在公開場合劃十字聖號祈禱，潛意識就帶有害怕自己成為標記的意思，因為覺得成為這標記的責任沉重，怕力有不逮。後來有教友問我知不知道劃十字聖號是甚麼意思，我答他是呼號天主聖三，他說只答對了一半，另一半的答案是團聚，共融和愛的標記；劃十字聖號，代表我願意在基督內與人團聚，開放心扉願意與人共融，願意因愛基督而對人付出愛。只要我認同這價值觀，願意實踐，便不應害怕在公開場合劃十字聖號。這樣，一個簡單呼號天主聖三的標記，便有了更深的意義，更遠大的目標，更持久而崇高的理念，激勵我要向著這目標前進。

祈禱：仁慈的上主，我願意成為顯示祢慈愛的標記，請賜我勇毅和力量。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 23:1-3, 3-4, 5, 6
瑪 15:29-37

02.12.2020 【標記】

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，我不怕兇險，因你與我同住。你的牧杖和短棒，是我的安慰舒暢。
05. 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。有許多群眾帶著癱子、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，癱子行走，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：_____