



## 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 上 17:32-33, 37,  
40-51  
詠 144:1, 2, 9-10  
谷 3:1-6

17.01.2018 【與主相交的經驗】

達味又接著說：「由獅子和狗熊的爪牙中拯救我的上主，也必從這培肋舍特人的手中拯救我。」(撒 上 17:37)



### 聖安當 (院長) (紀念)

這位大名鼎鼎的隱修生活始祖，約於公元二五〇年，在埃及出生。父母逝世後，他把所有遺產全部賑賙窮人，退入曠野隱修，開始度苦修的生活，收有許多門徒；戴克里先教難時，曾出外堅強信友們的信德，並協助聖亞大納修主教，攻斥亞略異端；功在教會，永垂千秋。安逝於公元三五六年。

### 默想：

有朋友最近因一個經常為他帶來困難的同工，感到心煩和厭倦，覺得這個同工就像今天舊約讀經的巨人哥肋雅一樣難以應付。巨人哥肋雅代表了困難和挑戰。朋友反覆思量後卻發覺，原來挑戰更多是來自面對同工時如何調整個人的情緒。從個人的內心世界來演繹巨人哥肋雅，巨人就是我們的驕傲、懶惰、仇怨。這些人性上的軟弱，的確不好對付。

就是我們的驕傲、懶惰、仇怨。這些人性上的軟弱，的確不好對付。

達味面對巨人，他的做法是回想往日牧羊時與天主交往的經驗，感受到天主對他的愛護。因為這經驗，他有信心去挑戰巨人。信仰是一種與主交往的累積；和天主的關係不是一朝一夕建立的，能慢慢沉澱為一種依恃的信德。如果沒有恆常的靈修和祈禱，很容易便變成福音中的法利塞人，心硬至不知真正的問題在自己身上。

### 我的祈禱：

天主，求祢常與我們在一起，好能幫助我們戰勝內心的種種軟弱。

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：\_\_\_\_\_



## 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 17:32-33, 37, 40-51  
詠 144:1, 2, 9-10  
谷 3:1-6

### 17.01.2018 【與主相交的經驗】

#### 撒慕爾紀上 17:32-33,37,40-51

那時候，達味對撒烏耳說：「請我主心中不必為那培肋舍特人而沮喪，你僕人要去同他決鬥。」撒烏耳對達味說：「你不能去對抗這培肋舍特人，同他決鬥，因為你還年輕，而他自幼即是習於戰鬥的人。」達味回答說：「由獅子和狗熊的爪牙中拯救我的上主，也必從這培肋舍特人的手中拯救我。」撒烏耳對達味說：「去吧！望上主與你同在！」

達味手裏拿著自己的棍子，在河裏揀了五塊很光滑的石頭，放在牧童隨身所帶的袋子內，即裝石囊內，手內拿著投石器，向那培肋舍特人走去。那培肋舍特人也大搖大擺走近了達味，給他持盾的在前給他開路。那培肋舍特人瞪眼一看，見了達味，遂看不起他，因達味還很年輕，面色紅潤，眉清日秀。那培肋舍特人對達味說：「莫非我是只狗，你竟拿棍子來對付我？」達味回答說：「你比一隻狗還不如！」那培肋舍特人就指著自己的神詛咒達味，且對達味說：你到我這裏來，我要把你的肉，給空中的飛鳥和田野的走獸吃。」達味回答那培肋舍特人說：「你仗著刀槍箭戟來對付我，但我是仗著你所凌辱的萬軍的上主，以色列軍旅的天主的聖名來對付你。今天上主定把你交在我手中，我必打死你，割下你的頭來；今天我要把你的屍體和培肋舍特軍人的屍體，給空中的飛鳥和田野間的走獸吃：這樣，全地要知道在以色列有天主。在場的眾人也要知道：上主不賴刀槍賜人勝利，戰爭勝負只屬於上主，他已把你們交在我們手中了。」正當那培肋舍特人起身，大搖大擺向達味走來時，達味趕快由陣地跑出來，迎那培肋舍特人；同時伸手，由囊中取出一塊石頭，套在投石器上打過去，正打在那培肋舍特人的額上，石頭穿入額內，那人就跌倒在地上。如此達味用投石器和石頭，得勝了那培肋舍特人，打中了他，將他殺死，雖然手無寸鐵。達味遂跑過去，站在那培肋舍特人身上，拿起他的刀，從鞘內拔出，殺了他，砍下了他的頭。所有培肋舍特人看見他們的英雄死了，就四散奔逃。

#### 聖詠 144:1,2,9-10 求賜勝利及和平

01. 上主，我的磐石，他應該常受頌讚！他教我的手能鬥，教我的指能戰。
02. 他是我的力量，我的堡壘，他是我的干城，我的救主，我的盾牌及我的避難所，他使萬民都來屈服於我。
09. 天主，我要向你高唱新曲，我要彈十弦琴向你詠奏。
10. 是你賜給君王獲得了勝利，是你拯救了你的僕人達味。

#### 聖馬爾谷福音 3:1-6

那時候，耶穌進了會堂，在那裏有一個人，他的一隻手枯乾了。法利塞人窺察耶穌是否在安息日治好那人，好去控告他。耶穌對那有一隻手枯了的人說：「起來，站在中間！」遂對法利塞人說：「安息日許行善呢，或作惡呢？許救命呢，或害命呢？」他們一聲不響。耶穌遂含怒環視他們，見他們的心硬而悲傷，就對那人說：「伸出手來！」他一伸，他的手就復原了。法利塞人一出去，立刻便與黑落德黨人作陷害耶穌的商討，為除滅他。

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：\_\_\_\_\_