



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

【今日聖言】

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。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓 電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：bonfire@maryhcs.org

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

01.07.2009

創世紀 21:5, 8-20

亞巴郎的兒子依撒格誕生時，亞巴郎正一百歲；孩子漸漸長大，斷了乳；在依撒格斷乳的那天，亞巴郎擺了盛宴。

撒辣見那埃及女人哈加爾給亞巴郎生的兒子，戲笑自己的兒子依撒格，就對亞巴郎說：「你該趕走這婢女和她的兒子，因為這婢女的兒子不能和我的兒子依撒格一同承受家業。」亞巴郎為了他這兒子的事很是苦惱。但天主對亞巴郎說：「你不必為這孩子和你的婢女苦惱；凡撒辣對你說的，你都可聽從，因為只有藉依撒格，你的名才能傳後。至於這婢女的兒子，我也要使他成為一大民族，因為他也是你的孩子。」

第二天，亞巴郎清早起來，拿了餅和一皮囊水，交給哈加爾，放在她肩上，又將孩子交給她，打發她走了。她一路前行，在貝爾舍巴曠野迷失了路。那時皮囊裏的水已用盡，她把孩子丟在一堆小樹下，自己走開，在約離一箭之遠的對面坐下，自言自語說：「我不忍見這孩子夭折。」就坐在對面放聲大哭。天主聽見孩子啼哭，天主的使者由天上呼喚哈加爾說：「哈加爾！你有什麼事？不要害怕，因為天主已聽見孩子在那裏的哭聲。起來，去扶起孩子來，用手攜著他，因為我要使他成為一大民族。」天主於是開了她的眼，她看見了一口水井，遂去將皮囊灌滿了水，給孩子喝。天主與孩子同在，他漸漸長大，住在曠野，成了個弓手。

聖詠 第 34 篇 謝主保佑之恩

- 1 達味在阿彼默肋客前佯狂，被逐逃走時作。
- 2 我必要時時讚美上主，對祂的讚頌常在我口；
- 3 我的心靈因上主而自豪，願謙卑的人聽到也都喜躍。
- 4 請你們同我一起讚揚上主，讓我們齊聲頌揚祂的名字。
- 5 我尋求了上主，祂聽了我的祈求：由我受的一切驚惶中，將我救出。
- 6 你們瞻仰祂，要喜形於色，你們的面容，絕不會羞愧。
- 7 卑微人一呼號，上主立即俯允，並且救拔祂出離一切的苦辛。
- 8 在那敬畏上主的人四周，有上主的天使紮營護守。
- 9 請你們體驗，請你們觀看：上主是何等的和藹慈善！投奔祂的必獲真福永歡。
- 10 上主的聖民，你們該敬畏上主，因敬畏祂的人不會受到窮苦。
- 11 富貴的人竟成了赤貧，忍飢受餓，尋求上主的人，卻不缺任何福樂。
- 12 孩子們，你們前來聽我指教，我要教你們敬畏上主之道。
- 13 誰是愛好長久生活的人？誰是渴望長壽享福的人？
- 14 就應謹守口舌，不說壞話，克制嘴唇，不言欺詐；
- 15 躲避罪惡，努力行善，尋求和平，追隨陪伴。
- 16 因為上主的雙目垂顧正義的人，上主的兩耳聽他們的哀聲。
- 17 上主的威容敵視作惡的人民，要把他們的紀念由世上滅盡。
- 18 義人一呼號，上主立即俯允，拯救他們出離一切的苦辛。
- 19 上主親近心靈破碎的人，祂必救助精神痛苦的人。
- 20 義人的災難雖多，上主卻救他免禍；
- 21 把他的一切骨骸保全，連一根也不容許折斷。
- 22 邪惡為惡人招來死亡，憎恨義人者應該補償。
- 23 上主救助祂僕人的生命，凡投奔祂的必不受處刑。



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

【今日聖言】

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。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓 電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：bonfire@maryhcs.org

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

聖瑪竇福音 8:28-34

那時候，耶穌來到對岸加達辣人的地方，有兩個附魔的人從墳墓裏走出，向祂走來；他們異常兇猛，以致沒有人能從那條路上經過。他們喊說：「天主子，我們與你有什麼相干？時期還沒有到，你就來這裏苦害我們嗎？」離他們很遠，有一大群豬正在牧放。魔鬼懇求耶穌說：「你若驅逐我們，就趕我們進入豬群吧！」耶穌對他們說：「去吧！」魔鬼就出來進入豬內；忽然全群豬從山崖上直衝入海，死在水裏。放豬的便逃走，來到城裏，把這一切和附魔人的事都報告了。全城的人就出來會見耶穌，一見了他，就求他離開他們的地方。



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

【今日聖言分享】

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。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓 電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：bonfire@maryhcs.org

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

01.07.2009 【慈愛的天父不會忍心看到我們陷入絕境的！】

卑微的人一呼號，上主立即俯允。(詠 34:7)

今日聖言：

創 21:5,8-20

詠 34:7-8,10-11,12-13

瑪 8:28-34



(哈加爾跟自己的孩子被亞巴打發走到曠野)1726-1729 Fresco Palazzo Patriarcale, Udine

默想：

哈加爾跟自己的孩子被亞巴郎打發走，到達曠野並迷了路。彷徨無助的時候，天主聽到孩子的哭聲，就派遣了使者來幫助他們母子倆。

我們生活上常常有迷失和彷徨的時候。我們可以對別人，對事情，甚至對自己失望。但別忘了，天主與我們同在。我們要對天父的慈愛有絕對的信心，他是不忍看到我們陷入絕境的。

我的祈求：

天父，我正面對著抉擇的時候，請你明示我方向，為我開一扇門，給我一個你忠悅的出路。