



## 【每日聖言分享】

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。)



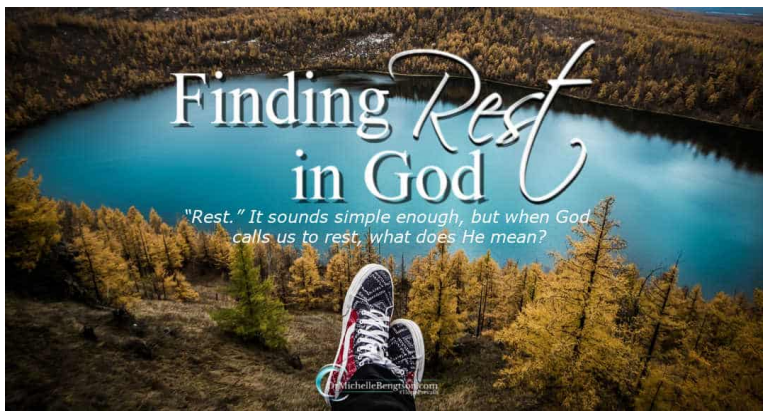
### 聖保祿三木司鐸及同伴(殉道)(紀念)

保祿三木於公元 1564 或 1566 年左右，在日本出生，後入耶穌會修道，即在本國宣講福音，成績頗佳。當日本教難時，與其他 25 位教友(其中有一名 13 歲的華僑教友名鄭安道)，一同被捕，備受凌辱，終於 1597 年 2 月 5 日，解至長崎，捆拴在十字架上，一一被長矛刺死，為主殉道。

希 13:15-17,20-21  
詠 23:1-3,3-4,5,6  
谷 6:30-34

## 06.02.2021【難得一「靜」！】

「你們來，私下到荒野的地方去休息一會兒！」(谷 6:31)



### 默想：

現今世代，「忙」已成了不少人的生活常態，甚至因此而失去了自我的尊嚴。教宗若望保祿二世在 1981 年發表的《工作》通諭中，清楚表明：工作是「為人」，不是人「為工作」(《工作》通諭#6)。教會再次提醒我們，天主創造人，並把大地交給人，是要我們分享祂的創造，好好管理大地，而不是為了

工作失去了天主原先賦予人的本性。因此，當宗徒們從外回來後，耶穌所關心的，不是他們治病、驅魔的成績，反而重點是他們的生活本質，就是要他們回歸原來的自己，所以要他們立即遠離群眾，私下到荒野的地方休息(谷 6:31)。為的是要他們能靜下來，回到天主那裡去，甚至「反璞歸真」。

誠然，真正的信仰靈修生活，就是要培養自己曉得找到一份靜下來的機會，藉以體驗與主相遇的時刻。故此，如果每天都能抽點時間和空間，讓自己在寧靜的心境中，透過誦讀聖言，默想祈禱，反思生活，便可使自己更能親近天主，好讓自己在天主的懷抱裡，得享祂那份甘飴慈祥！

### 我的祈禱：

主，耶穌，請教我們懂得在寧靜中明悟祢的話語，並享受祢的慈恩。

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：\_\_\_\_\_



## 【每日聖言分享】

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。)



### 06.02.2021 【難得一「靜」！】

「你們來，私下到荒野的地方去休息一會兒！」(谷 6:31)

#### 致希伯來人書 13:15-17,20-21

我們應藉著耶穌，時常給天主奉獻讚頌的祭獻，就是獻上我們嘴唇的佳果，頌揚他的聖名。至於慈善和施捨，也不可忘記，因為這樣的祭獻是天主所喜悅的。你們應信服並聽從你們的領袖，因為他們為了你們的靈魂，常醒寤不寐，好像要代你們交賬的人；你們要使他們喜歡盡此職份，而不哀怨，因為他們若有哀怨，為你們決無好處。

賜平安的天主曾由死者中領出了那位因永遠盟約的血，作群羊偉大司牧的我們的主耶穌，願他成全你們行各種善工，好承行他的旨意；願天主在我們身上，藉著耶穌基督行他眼中所喜悅的事！願光榮歸於他，至於無窮之世！阿們。——上主的話。

#### 聖詠 23:1-3,3-4,5,6

- 1-3. 上主是我的牧者，我實在一無所缺。他使我臥在青綠的草場，又領我走近幽靜的水旁，還使我的心靈得到舒暢。
- 3-4. 他為了自己名號的原由，領我踏上了正義的坦途。縱使我應走過陰森的幽谷，我不怕凶險，因你與我同住。你的牧杖和短棒，是我的安慰舒暢。
5. 在我對頭面前，你為我擺設了筵席；在我的頭上傳油，使我的杯爵滿溢。
6. 在我一生歲月裏，幸福與慈愛常隨不離；我將住在上主的殿裏，直至悠遠的時日。

#### 聖馬爾谷福音 6:30-34

那時，宗徒們聚集到耶穌跟前，將他們所作所教的一切，都報告給耶穌。耶穌向他們說：「你們來，私下到荒野的地方去休息一會兒！」這是因為來往的人很多，以致他們連吃飯的工夫也沒有。他們便乘船私下往荒野的地方去了。人看見他們走了。許多人也知道他們要去的地方，便從各城徒步，一起往那裏奔走，且在他們以先到了。耶穌一下船，看見一大夥群眾，就對他們動了憐憫的心，因為他們好像沒有牧人的羊，遂開口教訓他們許多事。——上主的話。

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：\_\_\_\_\_