



## 【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。)



### 2023.01.12 【荒野】

### 耶穌，……在外邊荒野的地方。(谷 1:45)

希 3:7-14  
詠 95:6-7, 8-9, 10-11  
谷 1:40-45



#### 默想：

今天的福音，講述耶穌治癒了一名癩病人，還叮囑他除了司祭外，不要把被治癒的事告訴任何人，但那癩病人卻一出去，便把這事傳揚開了。福音是要告訴我們，必須懷有對天父的信德，同時耶穌為天父的大業正逐漸實現。不過，我認為耶穌也想教導我們，如何處理失控的情緒。福音讓我們看到耶穌正處於被癩病人「出賣」的情況中。

相信大家都十分了解，當人知道被出賣時，生氣和激動之情是難以控制的，可能會惱恨對方、與對方絕交、以其人之道，還治其人之身，同樣把對方出賣、又或是公開「鬧爆」對方，覺得這樣才公平。但當我們做足以上全套自己覺得公平的反應，也不會得到平安，甚至乎我們可能會後悔一生！那麼，如何平伏自己的情緒呢？從福音中我們看到，當耶穌發現秘密被洩漏了後，祂並沒有向癩病人動怒，亦沒有怪罪他把自己出賣，更沒有因此而對治好了的癩病人收回成命，祂反而默默地退到城外的荒野。

記得在新約的福音中，也時常提到耶穌或耶穌叫門徒，因著情緒或困倦而進入荒野，這證明了到荒野的重要性。如知道若翰的死(瑪 14:13)；行完奇蹟後(谷 1:35)；門徒出外傳教後(谷 6:31)等等。眾所周知，「荒野」是一片荒涼，渺無人煙，但卻充滿大自然氣息的地方，那裡什麼也沒有，在一片寧靜中啟動天父給人治癒的力量。相信人性的耶穌到荒野，是要與天父所創造的大自然結合，把一切在地上發生的事拋開，讓自己靜下來，使身心靈獲得真正的休息，此時聖神介入，讓人性的耶穌明白和包容那位癩病人洩秘，是出於被治癒的喜樂和感恩，當然在天主性的角度，亦明白這是天父為祂所安排的，因而對癩病人所做的沒有怪責。

我們不防想想，自己何曾有到「荒野」獨處，讓天父治療梳理我們的情緒？我們必須努力學習耶穌的行徑，給自己靜下來的時間，讓聖神有機會進入我們心中，啟動我們因著天主的肖像，而一直植根在我們心內的愛！

#### 祈禱：

亞爸父啊！求祢堅固我們的心，好使我們能效法耶穌，讓自己在荒野靜下來，使聖神能隨時進入我們的心靈，引領我們更肖似祢，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：<https://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。)



### 希伯來人書 3:7-14

(只要趁著還有「今天」的時候，你們要天天互相勸勉。)

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。——上主的話。

### 聖詠 95:6-7,8-9,10-11

【答】：你們今天要聽從上主的聲音，不要那樣心頑。

請大家前來，一齊伏地朝拜，向造我們的上主，屈膝示愛。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。【答】

你們今天要聽從上主的聲音：不要再像在默黎巴那樣心頑，也不要像在曠野中瑪撒那天！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。【答】

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，因此我懷著憤怒而起誓說：他們決不得進入我的安所。【答】

### 聖馬爾谷福音 1:40-45

(耶穌潔淨了癩病人。)

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。——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：<https://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780

電郵：[bonfire@maryhcs.org](mailto:bonfire@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

- |  |
|--|
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。 |
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。    |
| <input type="checkbox"/> 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：\_\_\_\_\_