



# 【每日聖言分享】

讀聖書、做默想是我們的精神食糧

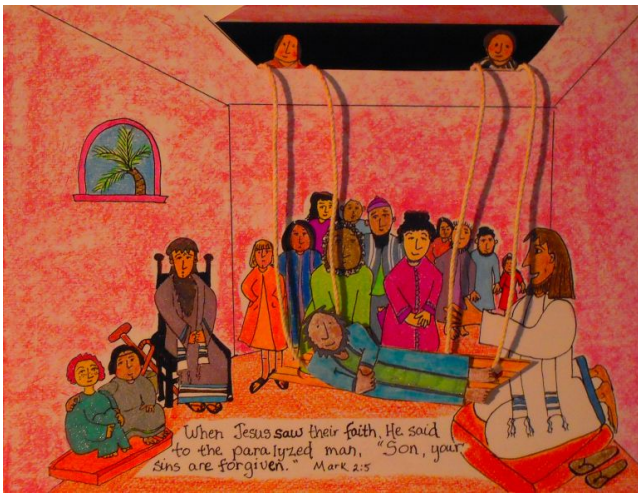
聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。  
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



## 2023.01.13 【過去】

### 起來，拿你的床，回家去吧！(谷 2:11)

希 4:1-5, 11  
詠 78:3, 4, 6-7, 8  
谷 2:1-12



#### 默想：

福音講一個對耶穌充滿信心的癱子，由四個朋友把他從屋頂送到耶穌跟前，請求祂的醫治，耶穌欣然答應，立即治好他，因著幾個經師對祂的忤度，祂對癱子說：「起來，拿你的床，回家去吧！」

福音中沒有講及癱子病了多久，但相信已有一段時間，在這時期，他一定有過情緒低落，自憐，感到無助，沒有希望，感到自己是別人的負擔，就算想死也無能為力，這種生活為他帶來的是痛苦和沒有喜樂，當他聽聞耶穌所行的奇蹟，知道祂會在伯多祿家講道，很想請祂醫治自己的癱病，幸運地得到朋友的義助，想盡辦法把他抬到耶穌跟前，而耶穌真的願意治癒他，但奇怪耶穌叫他拿起自己的床回家去！作為這個痛苦了這麼久的癱子，當被治癒後，第一個反應除了多謝耶穌外，他應該不想再拿起這張已經對他沒有用的床，他希望盡快與這個病斷絕關係，更不想再記起這段痛苦的回憶，但耶穌就是要他記得，並要帶回家。相信耶穌是要他不要忘記這段經歷，因為這是他過去生命的一部份，是永遠不能抹掉的部份，當中有他的苦痛低落，也有親人和朋友對他的關懷照顧，他們都是因為愛而甘願為他付出的，是值得記憶、回味，和感恩的。

我們人很多時對於過去的創傷或不開心的事，都不願記起，甚至不願觸碰，覺得現在生活得好端端的，既開心又快樂，為什麼還要把過去不快樂的事帶到現在，影響現在的生活呢？其實這些自以為忘記了的過去，一直影響著自己的日常生活，甚至社交。所以，耶穌因著治好癱子的事，叫我們要勇敢面對過去的自己，好能讓自己活在當下，迎接美好的將來。

#### 祈禱：

仁慈的天父，求祢給我們一顆時常省察的心，好能懂得記憶，回味，和感恩在自己生命中出現過的人和事，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 4:1-5,11

(我們要努力進入那安息。)

幾時進入天主安息的恩許仍然存在，我們就應存戒心，免得你們中有人得不到安息，因為我們也蒙受了喜訊，有如我們的祖先一樣；可是他們所聽到的話為他們毫無益處，因為他們聽的時候沒有懷著信德。所以我們這些信了的人，必得進入安息，就如經上說的：「我在怒中起誓說：他們決不得進入我的安息。」其實天主的化工從創世時已經完成了，因為聖經某處論及第七日說：「天主在第七天停止了自己的一切工作，開始安息。」但這裏又說：「他們決不得進入我的安息。」所以我們要努力進入那安息，免得有人照樣因背信而跌倒。——上主的話。

### 聖詠 78:3,4,6-7,8

【答】：你們不要忘記上主的工行。

凡我們所聽見所知道的，我們祖先傳報給我們的，我們不願隱瞞他們的子孫；要將上主的光榮和威能，他所施展的奇蹟和異行，都要傳報給後代的眾生。【答】

他們生長後，也要告知後裔，叫他們仰望天主，不忘記他的工行，反而常要遵守天主的誡命。【答】

免得他們像他們的祖先，成為頑固背命的世代，成為意志薄弱不堅，而心神不忠於天主的世代。【答】

### 聖馬爾谷福音 2:1-12

(人子在地上有赦罪的權柄。)

過了一些日子，耶穌又進了葛法翁，人聽說他在家裏，就聚來了許多人，以致連門前也不能再容納，他就對他們講道。那時，有人帶著一個癱子到他這裏來，由四個人抬著；但因為人眾多，不能送到他面前，就在耶穌所在之處，拆開了房頂；拆穿之後，把床縋下去，癱子在上面躺著。耶穌一見他們的信心，就對癱子說：「孩子！你的罪赦了。」那時，有幾個經師坐在那裏，心裏忖度說，「怎麼這人這樣說話呢？他說了褻瀆的話；除了天主一個外，誰能赦罪呢？」耶穌憑自己的神力，即刻認透了他們私自這樣忖度，遂向他們說：「你們心中為什麼這樣忖度呢？什麼比較容易呢？是對癱子說：你的罪赦了；還是說：起來，拿你的床走？但為叫你們知道：人子在地上有赦罪的權柄——遂對癱子說：我給你說：起來，拿你的床，回家去吧！」那人遂起來，立刻拿起床，當著眾人的面走出去了，以致眾人大為驚愕，遂光榮天主說：「我們從未見過這樣的事！」——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：<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：\_\_\_\_\_