



【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。)



2023.01.16 【禁食的意義】

當新郎從他們中被劫去時，在那一天，他們就要禁食了。
(谷 2：20)

希 5:1-10
詠 110:1, 2, 3, 4
谷 2:18-22



默想：

若翰的門徒和法利塞人的門徒，他們習慣每星期禁食一次至兩次。但是耶穌沒有規定祂的門徒禁食；耶穌曾經解釋說：「伴郎豈能在新郎還與他們在一起的時候禁食？」耶穌把自己比喻自作新郎，人們在參加婚宴時候，是沒有人會想到禁食的。只要新郎還在，受邀的賓客決不會禁食。

耶穌是教會的新郎，他作為天主贖世計劃中的新郎，把天國的喜訊帶給我們，同時也作贖罪的祭獻，為我們贖罪犧牲，所以耶穌也是一位將受苦難的新郎，這個新的盟約裡，耶穌必須承受許多苦難，屈辱至死，所以耶穌才有以下這一番話：「當新郎從他們中被劫去時，在那一天，他們就要禁食了。(谷 2：20)」

從此段福音，啟發了我們基督信徒的禁食與基督受的苦難和死亡是有關係。所以，教會所規定的守齋時期與耶穌的苦難有密切關聯。

我的祈禱：

讓我們彼此在新的一年，懇切地呼求聖神繼續帶領我們在基督的降生，苦難和復活的奧蹟中恪守教會的守齋規定及意義，彼此在基督的教會內共融合一。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 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 5:1-10

(基督雖然是天主子，卻因著所受的苦難，學會了服從。)

每位大司祭是由人間所選拔，奉派為人行關於天主的事，為奉獻供物和犧牲，以贖罪過，好能同情無知和迷途的人，因為他自己也為弱點所糾纏。因此他怎樣為人民奉獻贖罪祭，也當怎樣為自己奉獻。誰也不得自己擅取這尊位，而應蒙天主召選，有如亞郎一樣。照樣，基督也沒有自取做大司祭的光榮，而是向他說過：「你是我的兒子，我今日生了你」的那位光榮了他；他又如在另一處說：「你照默基瑟德的品位，永做司祭。」當他還在血肉之身時，以大聲哀號和眼淚，向那能救他脫離死亡的天主，獻上了祈禱和懇求，就因他的虔敬而獲得了俯允。他雖然是天主子，卻由所受的苦難，學習了服從，且在達到完全之後，為一切服從他的人，成了永遠救恩的根源，遂蒙天主宣稱為按照默基瑟德品位的大司祭。——上主的話。

聖詠 110:1,2,3,4

【答】：你照默基瑟德品位，永做司祭！

上主對我主起誓說：你坐在我右邊，等我使你的仇敵，變作你腳的踏板！【答】

上主由熙雍伸出你的權杖：你要在你仇敵中統治為王！【答】

神聖光輝的王位，你生之日，已偕同你，在曉明之前，好似甘露，我即已生了你。【答】

上主一發了誓，他決不再反悔：你照默基瑟德品位，永做司祭！【答】

聖馬爾谷福音 2:18-22

(新郎還與伴郎在一起。)

當時，若翰的門徒和法利塞人正在禁食。有人來向耶穌說：「為什麼若翰的門徒和法利塞人的門徒禁食，而你的門徒卻不禁食呢？」耶穌對他們說：「伴郎豈能在新郎還與他們在一起的時候禁食？他們與新郎在一起的時候，決不能禁食。但日子將要來到：當新郎從他們中被劫去時，在那一天，他們就要禁食了。沒有人將未漂過的布補在舊衣服上的；不然，補上的那塊新布要扯裂了舊的，破綻就更加壞了。也沒有人把新酒裝在舊皮囊裏的；不然，酒漲破了皮囊，酒和皮囊都喪失了；而是新酒應裝在新皮囊裏。」——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 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：_____