



【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。)



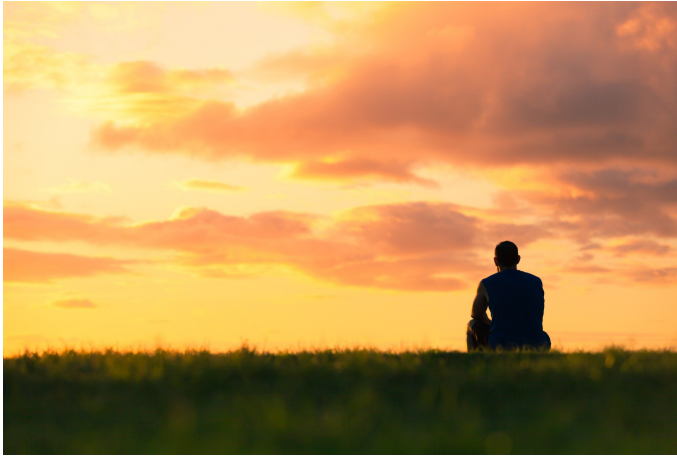
2023.05.22 【孤單中的安慰】

其實我不是獨自一個，因為有父與我同在。(若 16:32)

宗 19:1-8

詠 68:2-3, 4-5, 6-7

若 16:29-33



默想：

天主曾說過：「人單獨不好…」，清楚說明了人的特性：人是群體動物，會害怕獨處，尤其是在應對一些自己力有不逮的情況，面對一些無法解決的問題，或是經歷一些哀傷的時刻，多半希望有人可以伸出援手，鼓勵支持或善言安慰，所以天主為人造了一個相稱的「助手」 - 女人。

多年前往以色列朝聖，到了雞鳴堂，導遊帶大家到了一個在地面挖出來的，足有數個人深的大

洞，指出這就是耶穌被捕後，被關在此等候天明時解往總督府受審前的收押地方。當時默想耶穌在此地獨處的情境：祂是一個明知無罪，卻是未審先判的死囚，被公議會多番侮辱後孤身一人，所有門徒都捨祂而去，跟隨三年的首徒伯多祿甚至與祂撇清關係，明天便是自己的死期；如以常人來看，心情的悲痛落寞，可想而知。然而耶穌早就知道此事必然會發生，祂安慰門徒祂已預知一切，向他們道出事實，要他們知道祂並不孤單，因為天父與祂同在。

原來耶穌知道祂被捕後感到孤單的將會是門徒，他們雖則不是形單影隻，但是心靈上失去了耶穌這個重要的支柱，抱團取暖亦不足以克服擔心被捕的心膽俱寒，他們要見到耶穌本人才會心安，忘記了真正的平安並不是要親眼看見天主，也不是有多少人在一起，而是能感受到天主的臨在，深信祂在陪伴，相信要發生的一切天主自會照料，正如基督儘管獨處一室，面對逆境，仍能處變不驚，坦然平安。我們在獨處時，又會怎樣？

我的祈禱：

仁慈的上主，每當面對困難獨處時，各種負面情緒便會充斥著我的心靈，使我感到孤單無援，試圖用人的方法去解決，忘記了這樣做只會排擠了聖神，忘記了祢的臨在。求祢堅強我的信德，好使我能記著要把祢放在首位，繼續信靠祢。

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。)



宗徒大事錄 19:1-8

(你們信教的時候，領了聖神沒有?)

阿頗羅在格林多的時候，保祿走遍了高原地帶後，來到厄弗所，遇見了幾個門徒，向他們說：「你們信教的時候，領了聖神沒有？」他們回答說：「連有聖神，我們都沒有聽過。」保祿說：「那麼，你們受的是什麼洗？」他們說：「是若翰的洗。」保祿說：「若翰授的是悔改的洗，他告訴百姓要信在他以後來的那一位，就是要信耶穌。」他們聽了，就因主耶穌之名領了洗。保祿給他們覆手，聖神便降在他們身上，他們就講各種語言，也說先知話。他們一共約有十二人。保祿進了會堂，放膽講論，一連三個月，辯論天主之國的事，來勸化人。——上主的話。

聖詠 68:2-3,4-5,6-7

【答】：普世萬邦，請歌頌上主。

願天主興起，使他的仇敵四散，願仇恨他的人由他面前逃竄！願惡人在天主面前滅亡消散，就像煙被風吹、蠟被火化一般。【答】

義人要在天主面前踴躍歡樂，他們也必在愉快之中加倍喜悅。請你們向天主歌唱，詠讚他的聖名；他名叫雅威，應在他面前喜氣盈盈。【答】

天主常在自己的聖所內居住，是孤兒的慈父，是寡婦的保護，天主給無靠的人備妥房屋，引被擄的人重獲自由。【答】

聖若望福音 16:29-33

(你們放心，我已戰勝了世界。)

那時候，眾門徒對耶穌說：「看，現在你明明地講論，不用什麼比喻了。現在，我們曉得你知道一切，不需要有人問你；因此，我們相信你是出於天主。」耶穌回答說：「現在你們相信嗎？看，時辰要來，且已來到，你們要被驅散，各人歸各人的地方去，留下我獨自一個，其實我並不是獨自一個，因為有父與我同在。我給你們講了這一切，是要你們在我內得到平安。在世界上你們要受苦難；然而你們放心，我已戰勝了世界。」——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：_____