



【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。)



2023.07.04 【我的信仰生活經歷過風浪和挑戰嗎？】

創 19:15-29

詠 26:2-3, 9-10, 11-12

瑪 8:23-27

耶穌起來叱責風和海，遂大為平靜。(瑪 8:26)



默想：

意外，就是意料之外，就是不可預料的事情，會讓人感到驚訝和不安。明明在出太陽，怎料吃個飯，就忽然下大雨呢？明明剛剛才跟他吃完飯，有說有笑，怎料就被 COVID 帶走呢？明明是兄弟之邦，怎料又打起仗來？這些都是讓人害怕和無助的事情。

耶穌的門徒大多是加里肋亞海的漁夫，對於海上的狀況非常熟悉。耶穌在船上，身為木匠更無用武之地，所以就go睡了。但當遭遇到暴風雨時，他們感到非常無助和害怕。門徒最後只能求助耶穌，希望他可以幫助他們度過難關。耶穌對他們說：「小信德的人啊！你們為什麼膽怯？」

為什麼門徒被稱為小信德的人呢？也許是因為他們還沒有完全認清耶穌的身份，沒有明白他的權柄可以掌控風和海。作為基督徒，信仰不僅是一種信念，更重要的是與耶穌同在。我們跟隨耶穌的目的不僅僅是聽他講道，更是希望從他的教導中得到幫助，解決實際的困難和挑戰。

當我們面臨風暴時，不要忘記耶穌與我們同在，他在我們的船上，可以幫助我們度過難關。讓我們不要讓耶穌無用武之地，而是要全心信靠他，在信仰生活中加深靈修和祈禱生活。即使在危險時睡覺也可以是極大信仰的標誌，就如聖詠作者所說：「在平安中我一躺下即刻入睡，上主，唯有你能使我安居順遂」（詠 4:9）。

我的反思和祈禱：讓我們祈求仁慈的上主，賜予每一位基督徒加深靈修和祈禱生活的恩賜，讓我們全心信靠上主，安然度過人生旅途中的困難和挑戰。

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>

電郵：bonfire@maryhcs.org

電話：2838 0780

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。)



創世紀 19:15-29

(上主使硫磺和火，降於索多瑪和哈摩辣。)

天一亮，兩位使者催促羅特說：「起來，快領你的妻子和你這裏的兩個女兒逃走，免得你因這城的罪惡同遭滅亡。」羅特仍遲延不走；但因為上主憐恤他，那兩個人就拉著他的手，他妻子和他兩個女兒的手領出城外。二人領他們到城外，其中一個說：「快快逃命，不要往後看，也不要平原任何地方停留；該逃往山中，免得同遭滅亡。」羅特對他們說：「啊！不，我主！你僕人既蒙你垂愛，又蒙你大顯仁慈，得以保全性命；但現在我不能逃往山中，怕遇見災禍死去。看，這座城很近，容我逃往那裏，那只是一座小城；請容我逃往那裏；那不只是一座小城嗎？在那裏我可保全性命。」其中一個說：「好吧！連在這事上我也顧全你的臉面，我必不消滅你提及的這座城。你趕快逃往那裏，因為你不到那裏，我不能行事。」為此那城稱為左哈爾。羅特到了左哈爾時，太陽已升出地面；上主遂使硫磺和火從天上上主那裏降於索多瑪和哈摩辣，毀滅了這幾座城市和整個平原，以及城中所有居民和地上的草木。羅特的妻子因回頭觀看，立即變為鹽柱。亞巴郎清晨起來，到了以前他立在上主面前的地方，向索多瑪和哈摩辣，以及整個平原一帶眺望，看見那地煙火上騰，有如燒窯一般。當天主毀滅平原諸城，消滅羅特所住的城市時，想起了亞巴郎，由滅亡中救了羅特。——上主的話。

聖詠 26:2-3,9-10,11-12

【答】：主啊！原來你的慈愛常擺在我眼前。

上主，你儘管對我試驗，對我查考，你儘管對我的五內和心臟探討：原來你的慈愛常擺在我眼前，我常遵照你的真理行走盤桓。【答】

求你不要把我的靈魂和罪人們一超收去；求你不要把我的生命與嗜殺者一起剷除。他們的手中盡是罪污，他們的右手滿是賄賂。【答】

我卻一向行動無辜，求你救我，求你憐恤。我的腳站立於平坦大路，在集會中我要讚頌上主。【答】

聖瑪竇福音 8:23-27

(耶穌起來叱責風和海，遂大為平靜。)

耶穌上了船，他的門徒跟隨著他。忽然海裏起了大震盪，以致那船為浪所掩蓋，耶穌卻睡著了。他們遂前來喚醒他說：「主！救命啊！我們要喪亡了。」耶穌對他們說：「小信德的人啊！你們為什麼膽怯？」就起來叱責風和海，遂大為平靜。那些人驚訝說：「這是怎樣的一個人呢？竟連風和海也聽從他！」——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

- 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：_____