



## 【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。)



## 2024.01.26 【你能放下嗎？】

「你們不要帶錢囊，不要帶口袋，也不要帶鞋。」(路 10:4)

弟後 1:1-8

詠 96:1-2, 2-3, 7-8, 10

路 10:1-9



### 聖弟茂德主教與聖弟鐸主教（紀念）

兩位聖人均為保祿之門生，分別治理厄弗所與克來特的教會。保祿所寫給他們的書信，稱為「牧函」，包括為牧者及為信友最完美的訓誨。

### 默想：

福音中，耶穌派遣七十二門徒到各城各地去傳福音，但卻什麼都不容許他們帶。相信這在我們現世是很難接受的。記得十多年前，我參加了一次善會到澳門的一天避靜，那次經驗為我很深刻。

當時帶領避靜的修女像耶穌一樣，要求我們放下所有的東西，包括錢包、身份證和電話，

然後到街上自由走動，在指定的時間回來。我當時心想，沒有錢包和身份證是十分之不安全，要是事情發生，不知如何是好。於是我不敢走遠，也怕迷路，只在修會附近走來走去，亦因為沒有安全感，時間在我來說是過得十分慢。

完結時，修女請大家分享，這讓我發現，原來大家和我一樣都是因為沒有錢包和身份證而感到沒有安全感，但有些會員卻與我的反應不同，他們能大膽地走遠些，所以他們可以看到美麗的風景、特色的橋、道路簡單易走，決不會迷路、和一班開心的小朋友打招呼、街頭表演等等，十分豐富。

今天執筆讓我明白到，原來自己是那個把主人給的一個米納埋在地裡的僕人，因為怕而什麼也不敢做，結果我什麼也得不到。(路 19)

其實耶穌叫門徒不要帶的，都是世俗的事物和自己固有的思想，不帶著就是放下，若能放下這一切，就能有空間讓耶穌進入內心，這樣，人就平安了。

### 我的祈禱：

主耶穌，請幫助我，給我智慧和能力去掏空自己，讓祢能舒服地住在我內，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>

電郵：[bonfire@maryhcs.org](mailto: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。)



### 聖保祿宗徒致弟茂德後書 1:1-8

(我記得你那毫無虛偽的信德。)

奉天主的旨意，為傳布在基督耶穌內所恩許的生命，作基督耶穌宗徒的保祿，致書給可愛的兒子弟茂德。願恩寵、仁慈與平安，由天主父和我們的主基督耶穌賜與你！

當我在黑夜白日的祈禱中，不斷地懷念你時，我就感謝我繼續祖先，以純潔的良心所服侍的天主。我每想起你的眼淚，我便渴望見你，為叫我滿心喜樂；我記得你那毫無虛偽的信德，這信德首先存在你外祖母羅依和你母親歐尼刻的心中，我深信也存在你的心中。

為了這個緣故，我提醒你將天主藉我的覆手所賦予你的恩賜，再熾燃起來，因為，天主所賜給我們的，並非怯懦之神，而是大能、愛德和慎重之神。所以，你不要以給我們的主作證為恥，也不要以我這為主被囚的人為恥，但要依賴天主的大能，為福音同我共受勞苦。——上主的話。

### 聖詠 96:1-2, 2-3, 7-8, 10

【答】：請在萬民中，宣揚上主的奇功。

領：請眾齊向上主歌唱新歌，普世大地，請向上主謳歌！請向上主歌唱，讚美他的聖名。【答】

領：一日復一日地，宣揚他的救恩。請在列邦中，傳述他的光榮，請在萬民中，宣揚他的奇功。【答】

領：各民各族，請將光榮歸於上主，各家各戶，請將威能歸於上主。請將主名的光榮歸於上主！【答】

領：請在萬民中高呼：上主為王！他穩定寰宇，使它不再動盪，他以正義公道來治理萬邦。【答】

### 聖路加福音 10:1-9

(莊稼多而工人少。)

那時候，耶穌選定了七十二人，派遣他們兩個兩個地在他前面，到他自己將要去的各城各地去。

耶穌對他們說：「莊稼多而工人少，所以你們應當求莊稼的主人，派遣工人來，收割他的莊稼。你們去吧！看，我派遣你們猶如羔羊往狼群中。你們不要帶錢囊，不要帶口袋，也不要帶鞋；路上也不要向人請安。不論進了那一家，先說：願這一家平安！那裏如有和平之子，你們的和平就要停留在他身上；否則，仍歸於你們。你們要住在那一家，吃喝他們所供給的，因為工人自當有他的工資；你們不可從這一家轉移到另一家。不論進了那座城，人若接納你們，給你們擺上什麼，你們就吃什麼。要醫治城中的病人，並給他們說：天主的國已經臨近你們了。」——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：\_\_\_\_\_