



【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。)



2026.01.08 【與主相遇】

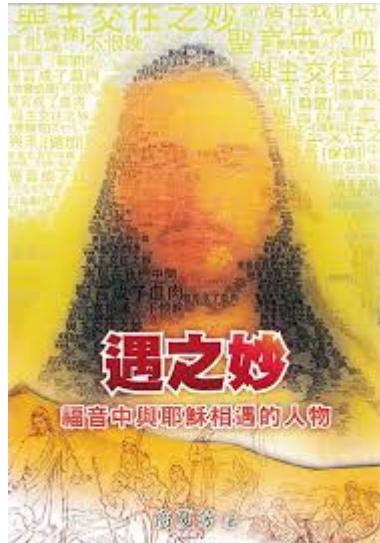
「你們剛才聽過的這段聖經，今天應驗了。」(路 4:21)

主顯節後星期四

若一 4:19-5:4

詠 72:1-2,14,15,17

路 4:14-22



默想：

大家有沒有經驗過與主相遇呢？我覺得今天的福音，就是講述猶太人得到天主的恩賜，能面對面經驗祂。耶穌藉著聖神的德能，在會堂向猶太人所講的正是當時猶太人所渴求的，所以他們聽到後就歡天喜地，(路 4:22) 他們當時內心的喜悅，正正就是經驗天主的感受了。與主相遇是個超自然的神慰，純是主的恩賜，我們是賺取不來的。不過，我們可從睡夢中、默想中、別人的話語中、文字行間，或一些事情/情景中，能感受到天主與我們同行。

伯多祿三次不認主，當他聽到雞叫，就突然明白耶穌曾經對他預言過的話而痛哭悔改。大聖若瑟就有幾次在睡夢中遇見天主派遣的天使，叫他娶已懷孕的瑪利亞，帶著瑪利亞和耶穌逃往埃及，最後退避到加里肋亞境內的納匝肋定居。百夫長因為看見耶穌死在十字架上時，太陽失去了光，聖所裏的帳幔從上到下分裂為二，於是突然明白耶穌是天主子，遂光榮天主。

我也曾經經驗過耶穌親口向我說話。由於我知道自己的五官感覺很低，於是時常祈求天主增強我的五官能力。在一次明供聖體時，當唱到我們耳熟能詳的皇皇聖體時，我聽到耶穌親自對我說：「五官之力有所不及，應由信德來補充！」我聽到後，感動得眼淚直流無法停止。天主讓我突然明白，不應只留意五官的感覺，也要留意自己對天主有多信靠。

當我們完全信靠天主時，祂就有機會進入我們心內，讓我們聽見或睇見，好能經驗到祂，天主是微風細語的，所以，我們必須靜聽。

我的祈禱：

亞父啊！求祢潔淨我，把我心內的魔鬼和黑暗，趕到祢台前，並請堅強我的信德，亞孟！

回條/回應：我願意支持/參與靈火運動，每天用 15 分鐘讀聖書做默想作祈禱。請以電郵/Whatsapp 紿我發送【每日聖言分享】。

姓名_____ 電郵：_____ 電話：_____ 日期：_____

登記: Whatsapp 63370969 或 電郵：bonfire@maryhcs.org



【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。)



聖若望一書 4:19-5:4

(愛天主的人，也該愛自己的弟兄。)

弟兄們：我們應該愛，因為天主先愛了我們。假使有人說：我愛天主，但他卻憎恨自己的弟兄，便是撒謊的；因為那不愛自己所看見的弟兄的，就不能愛自己所看不見的天主。我們從他蒙受了這命令：那愛天主的，也該愛自己的弟兄。

凡信耶穌為默西亞的，是由天主所生的：凡愛生他之父的，也必愛那由他所生的。幾時我們愛天主，又遵行他的誠命，由此知道我們真愛天主的子女。原來愛天主，就是遵行他的誠命，而他的誠命並不沉重，因為凡是天主所生的，必得勝世界：得勝世界的勝利武器，就是我們的信德。——上主的話。

聖詠 72:1-2,14,15,17

【答】：上主，普世萬民都要朝拜你。

領：天主，求你給君王傳授你的權柄，求你給太子傳授你的公正。使他照正義統治你的百姓，使他按公道管理你的平民。【答】

領：他要救他們脫離殘暴與壓迫，他們的血在他眼中珍貴無比。願人們時常為他祈禱，不斷為他求恩。【答】

領：他的名號常存，永受讚揚，他的名號永留，與日爭光。萬邦要因他而得福，萬民要稱他為有福。【答】

聖路加福音 4:14-22

(你們剛才聽過的這段聖經，今天應驗了。)

耶穌因聖神的德能，回到加里肋亞。他的名聲傳遍了臨近各地。他在他們的會堂內施教，受到眾人的稱揚。

他來到了納匝肋，自己曾受教養的地方；照他的習慣，就在安息日那天進了會堂，並站起來要誦讀。有人把依撒意亞先知書遞給他；他遂展開書卷，找到了一處，上邊寫說：「上主的神臨於我身上，因為他給我傅了油，派遣我向貧窮人傳報喜訊，向俘虜宣告釋放，向盲者宣告復明，使受壓迫者獲得自由，宣佈上主恩慈之年。」他把書卷捲起來，交給侍役，就坐下了。會堂內眾人的眼睛都注視著他。他便開始對他們說：「你們剛才聽過的這段聖經，今天應驗了。」眾人都稱讚他，驚奇他口中所說的動聽的話。——上主的話。

回條/回應：我願意支持/參與靈火運動，每天用 15 分鐘讀聖書做默想作祈禱。請以電郵/Whatsapp 紛我發送【每日聖言分享】。

姓名_____ 電郵：_____ 電話：_____ 日期：_____

登記: Whatsapp 63370969 或 電郵：bonfire@maryhcs.org