



【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。)



2026.01.15 【惻隱之心】

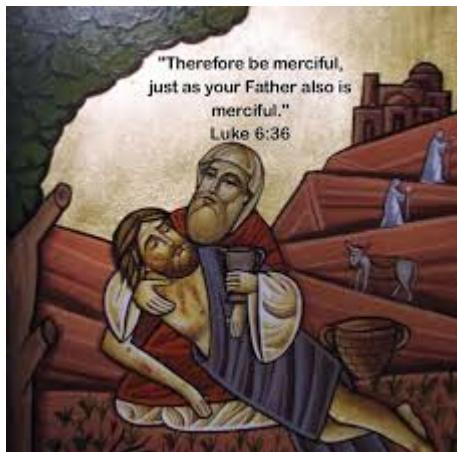
耶穌動了憐憫的心，就伸手撫摸他，向他說：「我願意，你潔淨了吧！」(谷 1:41)

常年期第一周星期四

撒上 4:1-11

詠 44:10-11,14-15,24-25

谷 1:40-45



默想：

孟子《公孫丑上》有云：惻隱之心，人皆有之。雖則常言道：人情冷暖，世態炎涼，不過，從去年十一月大埔宏福苑五級火災嚴重事件中，我們仍可看到香港人那份仁愛與哀慟之心，「大火無情，人間有愛」，這實在值得感恩！

今天福音記述耶穌眼見跪在自己面前的癩病人，向祂哀求醫治，耶穌就動了憐憫的心，二話不說地主動伸手撫摸他，讓這癩病人得到潔淨，使他立即脫離病魔的纏繞，潔淨了。

「憐憫」確實是藏於心內，這是由天主而來的一份恩寵。天主按照自己的肖像造人(創 1:27)，可見人的本性有着天主的本質——「真、善、美、愛」。「憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。」(瑪 5:7) 耶穌在山中聖訓的教導，正清楚指出我們應懷有的本性，能常懷憐憫之心待人，便能獲得天主所賞賜的福——無限的恩寵。

因此，我們在祈禱中，好應懷着信德，祈求上主賜予這份「惻隱之心」，時常留心和關顧身邊遭遇不幸的弟兄姊妹，且勇於伸出援手，幫助他們，讓天主的慈愛和光榮得以彰顯。

我的祈禱：

天主，求祢使我們看清當盡的職務，並賜給我們善盡職務的能力，在弟兄姊妹身上看到祢的臨在。

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。)



撒慕爾紀上 4:1-11

(以色列人大敗，天主的約櫃也被劫走了。)

那時，培肋舍特人集合起來攻打以色列人，以色列人便出來還擊他們，在厄本厄則爾旁紮了營，當時培肋舍特人已在阿費克紮了營。培肋舍特人就擺列陣勢攻打以色列人，戰鬥十分激烈；以色列人為培肋舍特打敗，在平原陣地上被擊斃的約有四千人。軍隊回營後，以色列的長老說：「為什麼上主今天讓我們被培肋舍特人打敗？我們應從史羅把上主的約櫃找來，讓約櫃來到我們中間，拯救我們擺脫敵人的壓迫。」於是軍隊就派人到史羅去，從那裏把坐於革魯賓上的萬軍之上主的約櫃抬來；厄里的兩個兒子曷弗尼和丕乃哈斯也跟天主的約櫃來了。當上主的約櫃來到營內的時候，全以色列民就大聲歡呼，大地也震動了。培肋舍特人一聽見這樣的歡呼聲，就說：「希伯來人在營中為什麼這樣大聲歡呼？」後來才知道，是上主的約櫃來到了他們的營中。培肋舍特人大為震驚，遂說：「希伯來人的神來到了他們的營中！」繼而喊說：「我們有禍了！至今從未有過這樣的事！我們有禍了！誰能從這大能的神手中救出我們呢？用各樣災禍在曠野中打擊了埃及人的，就是這個神啊！培肋舍特人啊！你們應加強，要英勇，免得你們做希伯來人的奴才，像他們做過你們的奴才一樣。你們要英勇，奮鬥作戰！」培肋舍特人就開始進攻，以色列人大敗，各自逃回了自己的營幕；的確是一場大屠殺，以色列人中陣亡的步兵有三萬；天主的約櫃也被劫了去，厄里的兩個兒子曷弗尼和丕乃哈斯也同時陣亡了。——上主的話。

聖詠 44:10-11,14-15,24-25

【答】：上主，因你的慈愛，求你拯救我們。

領：上主，現今你拋棄我們，使我們蒙羞受辱，你也不再與我們的軍隊，一同出征為伍；反而使我們在敵人前，轉身敗走，讓那些憎恨我們的人，劫奪俘擄。【答】

領：你使我們遭受鄰邦的侮辱，四周人民對我們諷刺咒詛；你使我們成了異族的話柄，外邦人都向我們搖頭熱諷。【答】

領：醒來！我主，你為什麼依舊沉睡？起來！你不要永遠把我們拋棄。你為什麼掩起你的慈顏，不顧我們的痛苦和辛酸？【答】

聖馬爾谷福音 1:40-45

(耶穌潔淨了癩病人。)

那時候，有一個癩病人來到耶穌跟前，跪下求他說：「你若願意，就能潔淨我。」耶穌動了憐憫的心，就伸手撫摸他，向他說：「我願意，你潔淨了吧！」癩病立時脫離了他，他就潔淨了。然後，耶穌嚴厲警告他，立即催他走，並向他說：「當心！什麼也不可告訴人，但去叫司祭檢驗你，並為你的潔淨，奉獻梅瑟所規定的，給他們當作證據。」但那人一出去，便開始極力宣揚，把這事傳揚開了，以致耶穌不能再公然進城，只好留在外邊荒野的地方；但人們卻從各處到他跟前來。——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 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