



【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。)



2026.01.30 【不知不覺中與主的關係改善了】

種子發芽生長，至於怎樣，他卻不知道。(谷 4:27)



真福雷永明司鐸(紀念)

真福雷永明神父 1907 年 12 月 26 日生於意大利西西里島，11 歲時加入方濟會。在紀念孟高維諾進入中國六百周年時(1926 年)，他知道中國仍未有從原文翻譯的全本中文聖經，就已下決心把聖經翻譯中文。1930 晉鐸，1931 年奉派往中國，赴湖南衡陽，任小修院院長。他隨即自修中文，且自 1935 年起，開始將聖經逐卷翻譯成中文。1945 年 8 月 2 日，雷神父連同四位青年神父，在北平創立「思高聖經學會」，為中文聖經服務。1948 年，思高聖經學會遷往香港，繼續譯經工作，終於 1968 年 12 月 8 日，在香港出版首本從原文翻譯的中文聖經合訂本；1975 年出版《聖經辭典》。雷神父堪稱「中國聖熱羅尼莫」。

雷神父熱愛聖言，孝愛聖母；他說：「瑪利亞伴於我前，我寫作的時候，她的臨在是多麼溫良」。每逢譯好一卷聖經和出版一本新書，雷神父都將它奉獻於聖母台前，並於十二座他深愛的聖母堂奉獻彌撒。

1976 年 1 月 26 日，雷神父安逝香港。1984 年，香港教區胡振中主教向教廷申請開始雷永明神父的列品案；2012 年 9 月 29 日，教宗本篤十六世宣布雷永明為真福，稱許他為：天主上智的謙遜門徒、聖言的忠信使徒、充滿熱誠的遠東傳教士。

普世教會以每年 1 月 26 日作為真福雷永明的自由紀念日。香港教區將它移於 1

月 30 日，作為必行紀念日。

默想：

耶穌今天舉了一個發人深省且生動的例子：把麥子的種子撒在地裡。我們能看到從發芽、吐穗到結滿麥粒的每一個過程，然而這棵麥的每日生長與變化，往往是我察覺不到的。這是否可以算作「日子有功」呢？

認識小黃的人都認同，他對聖經內容的熟悉程度令人印象深刻，擁有很高的解釋經文能力，對聖經的背景和知識瞭解得相當深厚。然而，在一次與小黃的閒聊中，大家才驚訝地發現，他尚未完整地閱讀過聖經一次。那麼，小黃為何對聖經經文如此熟悉呢？小黃解釋道，其實只要每個主日參加彌撒，三年下來，福音中最重要的部分就已經讀過了。如果再參與平日的彌撒，那麼僅需兩年，就能接觸到整部聖經超過七成的內容。

我們經常聽到一些教友認為，每週參加彌撒或其他祈禱聚會相當單調，似乎對個人的靈修和與主的關係幫助不大。然而，日子有功，小黃的例子正好說明了這一點。只要我們認真投入，持之以恆，在信仰的其他層面上，我們同樣能夠不斷提升。讓我們反省一下，是否定期參與禮儀和宗教聚會？每週在信仰上分配的時間，與生活中其他活動是否成比例呢？

我的祈禱：

主耶穌，讓我們每天都預留一些時間給祢。

常年期第三周星期五

撒下 11:1-4,5-10,13-17

詠 51:3-4,5-6,6-7,10-11

谷 4:26-34

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



【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。)



撒慕爾紀下 11:1-4,5-10,13-17

(你輕視了我，強佔了烏黎雅的妻子，據為己有。)

年初，正當諸王出征的季節，達味派約阿布率領他的將官和全以色列人出征，他們蹂躪了阿孟子民，就包圍辣巴。當時達味住在耶路撒冷。

一天傍晚，達味由床上起來，在宮殿的房頂上散步；從房頂上看見一個女人在沐浴，這女人容貌很美。達味遂派人打聽那女人是誰；有人告訴他說：「這不是厄里安的女兒，赫特人烏黎雅的妻子巴特舍巴嗎？」達味就派人將她接來；她來到他那裏，達味就與她同寢，那時她的月經剛潔淨了。

不久，那女人自覺懷孕，就打發人告訴達味說：「我懷了孕。」達味派人給約阿布說：「打發赫特人烏黎雅來見我。」約阿布就打發烏黎雅去見達味。烏黎雅一來到他跟前，達味就問：「約阿布近來如何？士兵好嗎？戰事怎樣？」達味向烏黎雅說：「你下到家中洗洗腳吧！」烏黎雅剛離開王宮，隨後就送來了國王的飲食。烏黎雅卻同他主人的僕役一起睡在宮門旁，沒有下到家裏。有人報告達味說：「烏黎雅並沒有回到自己家裏。」達味召他來與自己一起宴飲，將他灌醉。傍晚，烏黎雅出去，仍與他主人的僕役睡在一起，並沒有到家裏去。

到了早晨，達味給約阿布寫了一封信，要烏黎雅親手帶去。他在信上寫說：「你應派烏黎雅到戰事最激烈的前線，然後，在他後邊撤退，讓他受攻擊陣亡。」約阿布查看那城以後，知道那裏有最強悍的敵人，就派烏黎雅到那裏去了。城內的人出來，與約阿布交戰，達味的僕役中，有些人陣亡了，赫特人烏黎雅也陣亡了。——上主的話。

聖詠 51:3-4,5-6,6-7,10-11

【答】：上主，求你垂憐，因為我們犯了罪。

領：天主，求你按照你的仁慈憐憫我，依你豐厚的慈愛，消滅我的罪惡。求你把我的過犯洗盡，求你把我的罪惡除淨。【答】

領：因為我認清了我的過犯，我的罪惡常在我的眼前。我得罪了你，惟獨得罪了你，因為我作了你視為惡的事。【答】

領：因此，在你的判決上，顯出你的公義，在你的斷案上，顯出你的正直。是的，我自出世便染上了罪惡，我的母親在罪惡中懷孕了我。【答】

領：求你賜我聽見快慰和喜樂，使你粉碎的骨骸重新歡躍。求你掩面別看我的罪過，求你除掉我的一切罪惡。【答】

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

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓 網址 <http://www.maryhcs.org> 電話 2838 0780 傳真 28380876



【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。)



聖馬爾谷福音 4:26-34

(一個人把種子撒在地裏，當他睡時，種子發芽生長，至於怎樣，他卻不知道。)

那時，耶穌向群眾說：「天主的國好比一個人把種子撒在地裏，他黑夜白天，或睡或起，那種子發芽生長，至於怎樣，他卻不知道。因為土地自然生長果實：先發苗，後吐穗，最後穗上滿了麥粒。當果實成熟的時候，便立刻派人以鐮刀收割，因為到了收穫的時期。」

他又說：「我們以什麼比擬天主的國呢？或用什麼比喻來形容它呢？它好像一粒芥子，種在地裏的時候，比地上一切的種子都小；當下種之後，生長起來，比一切蔬菜都大；並且長出大枝，以致天上的飛鳥能棲息在它的蔭下。」耶穌用許多這樣的比喻，按照他們所能聽懂的，給他們講道。若不用比喻，他就不給他們講什麼，但私下裏卻給自己的門徒解釋一切。——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