



【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。)



2025.01.07 【憐憫的心】

「耶穌一下船，看見一大夥群眾，就對他們動了憐憫的心，因為他們好像沒有牧人的羊，遂開口教訓他們許多事」(谷 6:34)

主顯節後星期二
若一 4:7-10
詠 72:1-2, 3-4, 7-8
谷 6:34-44



默想：

耶穌本想跟門徒到荒野地區休息及祈禱，於是他們便乘船出發。群眾因為知道他們的去處，比他們更早到達，耶穌就對他們動了憐憫的心(谷 6:34C)，又因為這顆憐憫的心，耶穌之後行了五餅二魚的奇蹟。

聖德蘭修女曾經說過：「真正的貧窮，不是沒有食物，而是不被愛。愛的相反不是恨，是冷漠」。城市人對這份冷漠一點都不陌生，可能是因為太忙、可能是因為感覺幫不了忙、又可能是因為我們的感觀已經麻木了…!

聖德蘭修女從垃圾堆中檢回那些垂死的病人，他們雖然已經是奄奄一息，聖德蘭修女卻不辭勞苦地替他們清潔、餵食及陪伴，讓他們恢復人性的尊嚴。借用古人的用語，修女讓這些被遺棄的人臨終前「吐出一口怨氣」，這份被愛的經驗，使這班曾被親人或近人遺棄的病人願意在臨終前去寬恕及放下，同時因著修女這份憐憫的心，吸引着世界各地的義工前往印度加爾各答獻出愛德的服務。

我們不防檢視一下，當我們動了這份憐憫的心，我們是否願意作出相應的行動呢？耶穌又如何去評價我的行動呢？

我的祈禱與反思：

仁慈的天父，求祢賜我一顆憐憫的心，使我懂得去愛；又求祢賜我一顆開放的心，使我懂得向主開放；又求祢賜我一顆懂得寬恕的人，使我懂得放下。因主耶穌基督之名而求，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：_____



【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 4:7-10

(天主是愛。)

可愛的諸位，我們應該彼此相愛，因為愛是出於天主；凡有愛的，都是生於天主，也認識天主；那不愛的，也不認識天主，因為天主是愛。天主對我們的愛在這事上已顯出來：就是天主把自己的獨生子，打發到世界上來，好使我們藉著他得到生命。愛就在於此：不是我們愛了天主，而是他愛了我們，且打發自己的兒子，為我們做贖罪祭。——上主的話。

聖詠 72:1-2, 3-4, 7-8

【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：願高山給人民帶來和平；願丘嶺為百姓送來公正！他必衛護百姓中的窮人，救助窮苦人的子孫。【答】

領：在他的歲月中，正義必要興盛，到處國泰民安，直至月亮失明。他將統治大地，從這海到那海，由大河的流域，至地極的邊界。【答】

聖馬爾谷福音 6:34-44

(耶穌藉著增餅顯出他是個先知。)

那時候，耶穌一下船，看見一大羣群眾，就對他們動了憐憫的心，因為他們好像沒有牧人的羊，遂開口教訓他們許多事。時間已經很晚了，他的門徒來到他跟前說：「這地方是荒野，且時間已經很晚了，請你遣散他們，好叫他們往四周田舍村莊去，各自買東西吃。」耶穌卻回答說：「你們自己給他們吃的吧！」門徒向他說：「我們去買二百塊銀錢的餅給他們吃嗎？」耶穌問他們說：「你們有多少餅？去看看！」他們一知道了，就說：「五個餅，兩條魚。」於是耶穌吩咐他們，叫眾人一夥一夥地坐在青草地上。人們就一組一組地坐下：或一百人或五十人。耶穌拿起那五個餅和那兩條魚來，舉目向天，祝福了，把餅擘開，遞給門徒，叫他們擺在眾人面前，把兩條魚也分給眾人。眾人吃了，也都飽了；人就把剩餘的碎塊收了滿滿十二筐；還有魚的碎塊。吃餅的，男人就有五千。——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：_____