



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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

【每日聖言分享】

默 22:1-7

詠 95:1-2,3-5,6-7

路 21:34-36

26.11.2016 【「謹慎」和「醒寤」】

你們應當謹慎，免得你們的心因宴飲而沉醉，被人生的掛慮所困擾。(路 21:34)



默想：今天已是常年期最後的一天，明天將要踏入新的一個禮儀年曆中的將臨期，慶祝救主的來臨。今天的福音是耶穌語重心長地勸告門徒要醒寤，在意想不到的日子，世界終結日子要來臨。

我默觀耶穌，耶穌自覺自己的犧牲日子漸近，離開門徒的日子也已經不遠。今天觸動我的情感是「謹慎」。

耶穌關心門徒，特別叫他們「謹慎」，不要沉醉於宴飲，也不要被人生的掛慮所困擾。他叫門徒要時時醒寤祈禱。耶穌對門徒這樣說，就是希望他們逃脫即將發生的這一切事。世界終結的日子不知何時會來，耶穌只囑咐門徒要時時警醒。其實耶穌講這段說話，也是對隨後一代一代的人包括我們這一代的人說的。

耶穌給我們的訊息就是「謹慎」及「醒寤」。耶穌知道我們的誘惑就是容易將時間花在社交飲宴活動上、人際關係上、生活的掛慮上。「謹慎」就是生活上要有規矩，以祈禱保持「醒寤」的生活態度。

所以，當我們檢視自己生活的內容時候，我生活的優先放在哪裏呢？社交生活比祈禱生活更重要嗎？人與人的關係比人與天主的關係更重要嗎？

我有什麼掛慮？這些掛慮影響我的生活嗎？影響我和天主的關係？主怎樣看我此刻的生活？主對我有一份欣賞或是一絲嘆息？

我的祈禱：主耶穌感謝禱。禱人性經驗明白我們容易受困於生活的誘惑，禱不想我們跌倒。求天主的聖神時常充滿我們的心，抗衡一切世俗的誘惑，以祈禱保持「謹慎」和「醒寤」的生活。

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
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：_____



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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

【每日聖言分享】

默 22:1-7

詠 95:1-2,3-5,6-7

路 21:34-36

26.11.2016 【「謹慎」和「醒寤」】

默示錄 22:1-7

天使把一條生命之水的河流指示給我，若望。這河流光亮有如水晶，從天主和羔羊的寶座那裏湧出，流在城的街道中央；沿河兩岸，有生命樹，一年結十二次果子，每月結果一次，樹的葉子可治好萬民。一切詛咒不再存在了。

天主和羔羊的寶座必在其中，他的僕人要欽崇他，瞻望他的容貌；他們額上常帶著他的名字。不再有黑夜了，他們不需要燈光，也不需要日光，因為上主天主要光照他們；他們必要為王，至於無窮之世。

天使又對我說：「這些話都是可信而真實的，因為賜給先知神恩的上主天主，派遣了自己的使者，把那些必須快要發生的事，指示給自己的僕人們。」「記住！我快要來。凡遵守本書預言的，是有福的。」

聖詠 95:1-2,3-5,6-7 請眾齊來伏地朝拜

01. 請大家前來，我們要向上主歌舞，齊向救助我們的磐石高歌歡呼。
02. 一齊到他面前，感恩讚頌，向他歌唱聖詩，歡呼吟詠。
03. 上主原是尊高的天主，原是超越諸神的天主；
04. 大地的深淵，全在他手，高山的頂峰，為他所有。
05. 海洋屬他，因為是他創造的，陸地也是他親手所形成的。
06. 請大家前來，一齊伏地朝拜，向造我們的上主屈膝致敬，
07. 因為他是我們的真神，我們是他牧養的人民，是他親手引導的羊群。

聖路加福音 21:34-36

那時候，耶穌對門徒說：「你們應當謹慎，免得你們的心因宴飲而沉醉，被人生的掛慮所困擾，以免那意想不到的日子臨於你們，因為那日子有如羅網，臨於全地面的一切居民。所以，你們應當時時醒寤祈禱，為使你們能逃脫即將發生的這一切事，並能立於人子之前。」

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
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：_____