

~聖言誦讀~

四旬期第三週

§聖言會聖經推廣小組§

開始祈禱

因父、及子、及聖神之名。阿們。

上主，願你不息的慈悲潔淨並保護你的教會；既然沒有你，她便不能屹立不搖，求你使她時時由你的恩寵所治理。以上所求，是靠我們的主耶穌基督，祢的聖子，祂與祢及聖神，共享天主的光榮，永生永王。阿們。

聖言誦讀 (Lectio)

請將以下聖經經文讀兩至三遍：

若望福音 4:5 - 15, 19b - 26, 39a, 40 - 42

那時，耶穌來到撒瑪黎雅的一座城，名叫息哈爾，靠近雅各伯給他兒子若瑟的那塊地。那裡有雅各伯井。耶穌因旅途勞乏，就坐在井旁；那時約是正中午。有一個撒瑪黎雅婦人來打水。耶穌對她說：「請給我一點水喝！」那時他的門徒進城買食物去了。那撒瑪黎雅婦人對他說：「你既是猶太人，怎麼向我一個撒瑪黎雅婦人要水喝呢？」——因為猶太人與撒瑪黎雅人不相往來。耶穌回答她說：「你若知道天主的恩賜，並知道向我說『給我水喝』的是誰，你早就會向他求，他也必會給你活水。」婦人向他說：「先生，你連汲水器也沒有，而井又深，你從哪裡得那活水呢？你比我們的祖先雅各伯還大嗎？他把這口井留給了我們，他自己和他的子女及牲畜都曾喝過這井裡的水。」耶穌回答她說：「凡喝這水的，還要再渴；但誰若喝了我所賜的水，永遠不會再渴；我所賜的水，在他內要成為湧向永生的水泉。」婦人對他說：「先生，請給我這水吧！免得我再渴，也不用再來這裡打水。」「我看你是位先知。我們的祖先在這座山上朝拜；而你們卻說，應在耶路撒冷朝拜。」耶穌對她說：「女人，你要信我：時候快要到了，你們朝拜父，不在這山上，也不在耶路撒冷。你們朝拜你們所不認識的；我們朝拜我們所認識的，因為救恩是出於猶太人。但時候要到，而且現在就是，真正的朝拜者，要以心神以真理朝拜父；因為父正尋找這樣的人朝拜他。天主是神，

朝拜他的人，應以心神以真理去朝拜。」婦人對他說：「我知道默西亞——也就是基督——要來；他一來，必會告訴我們一切。」耶穌向她說：「同你說話的我就是。」那城裡有許多撒瑪黎雅人開始信從了耶穌。撒瑪黎雅人來到他那裡，請他同他們住下，他就在那裡住了兩天。因他的話，更多的人信了他，並對那婦人說：「現在我們信，不再是因為你的話，而是因為我們親自聽見了，知道這人確實是世界的救主。」

默想 (Meditatio)

誦讀聖言後，請靜默片刻，反省下列問題中的一項或多項：

✚ 這段經文中，哪一個字或哪一句話最吸引你的？

✚ 這段經文中，有什麼使你感到安慰？

✚ 這段經文中，有什麼向你提出挑戰？

(若在家庭或團體中進行聖言誦讀，可在靜默反省後，邀請參與者分享他們的回應)

祈禱 (Oratio)

請再次誦讀這段聖經經文，並將聖言在你心中激發的讚頌、祈求或感恩，呈獻給上主。

靜觀 (Contemplatio)

再次誦讀經文，並默想以下反省：

✚ 上主此刻要求我在思想、內心與生活上作出怎樣的轉變？

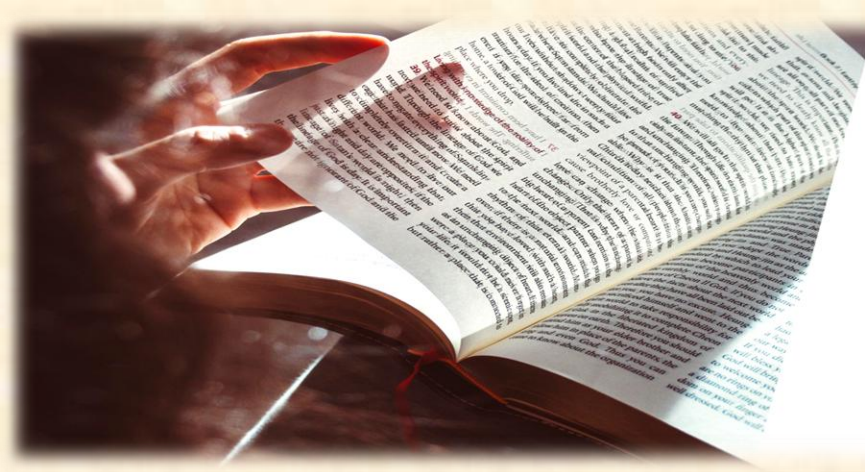
✚ 「耶穌因旅途勞乏，就坐在井旁。」我在面對生活挑戰時，何時感到疲憊不堪？我與基督的關係，如何在困難時支撐我？

✚ 「你若知道天主的恩賜……」天主已賜給我哪些恩賜？此刻我最需要向天主祈求的是什麼？

✚ 「因他的話，更多的人信了他。」我如何向他人分享我的信仰？我又如何以實際行動，活出我所宣認的信德？

在一段靜默反省及／或分享後，請大家一起誦念天主

~聖言誦讀~



經，並誦讀以下結束祈禱……

結束祈禱

- ✧ 來吧，讓我們向上主歡呼，向拯救我們的磐石歌詠。讓我們以感恩之情走到他面前，以聖詠向他歡唱。
- ✧ 來吧，讓我們俯伏朝拜，在創造我們的上主面前屈膝。因為他是我們的天主，我們是他牧養的百姓，是他親手引導的羊群。
- ✧ 但願你們今天聽見他的聲音：「不要像在默黎巴那樣硬著心，像在曠野瑪撒那一天；那時你們的祖先試探我，雖然看見了我的作為，仍試探我。」

本週實踐聖言

§ 我如何能使自己的生命，成為為他人而奉獻的愛德禮物？

§ 請在四旬期內，做一次真誠的良心省察，並計畫前往領受修和聖事（告解）。