



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

【今日聖言分享】

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。
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>
傳真：2838 0876
電話：2838 0780
電郵：bonfire09@maryhcs.org
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

15.10.2010 【憑著信望愛，坦誠地生活好每一天!】

聖德蘭·亞維拉（大德肋撒）

（貞女、聖師）（紀念）

St. Teresa of Jesus

「你們在暗處所說的，將來必要在明處被人聽見；在內室

附耳所說的，將來必要在屋頂上張揚出來。」（路 12：3）

今日聖言：
弗 1:11-14
詠 33
路 12:1-7



聖德蘭·亞維拉（大德肋撒）

聖女在 1515 年，出生於西班牙亞維拉。及長，入聖衣會潛修；1536 年發願。聖女經歷內心的掙扎，在一次祈禱中，蒙受主恩，經歷了強烈的皈依，獲得神秘的靈修經驗後，聖德日進。1558 年起，聖女竭力以祈禱、補贖和工作，重整鬆弛了的會規，受苦良多，卻能百折不撓，終於成功。她也曾協助聖十字架若望，重整聖衣男修會。聖女曾撰寫許多靈修生活的書籍，道出個人的神修經驗，教導人與主契合。1582 年安逝於亞爾巴。1970 年，教宗保祿六世立她為聖師。

其中幾段聖女的話，堪作反省：有關心禱：「依我的見解，心禱無異於朋友間的密談；意思就是經常單獨與我們深知的、那愛我們的天主交談。」（《生命之書》8,5）

有關望德：「希望吧！我的靈魂啊，希望吧！你不知那日子和那時間。你要悉心注意，一切都會很快過去。雖然，你的不耐煩，使確實的，成為可疑；把短促的，當作長久。請想一想，你越戰鬥，越能對你的天主，證實你的愛。有一天，你就越能與你的『至愛』，生活在幸福中，在欣喜若狂中，永無盡期。」（《靈魂向天主的呼喊》15,3）

有關信賴天主：「事故莫淆爾志，患難莫擾爾衷。天主常存不變；萬般轉眼成空。人生惟靠懇禱；祈禱功效無窮。天主存在爾心，萬物備於爾躬。惟有全能天主，於我已足已充。」《詩集 30》
(摘自禮委)

默想：今日福音給了無數受壓迫者、被人誤會而終其一生無從解釋者、被人冤枉入獄而終身不能清白者等等各類形式的受害人很大的安慰，因為耶穌這樣說：「沒有遮掩的事，將來不被揭露的；也沒有隱藏的事，將來不被知道的。」（路 12：2）這令到所有在俗世中所發生的不公義的事，將來在上主前都會得到公義的審判。

我們身為基督徒應要經常彼此互勉，要依著主基督的教導光明磊落地生活，力行仁愛、實踐真理，好能來日在主前，獲主稱許而不是被主譴責。願以此與各位共勉。

我的祈禱：主耶穌，這個世界有很多人被人誣捏、冤枉，誤解而終其一生都不能獲得清白，主耶穌，求你安慰這些受冤屈的人，使他們在你內找到平安；也求你來日在你的光榮中還他們一個清白，亞孟。

____我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送<每日聖言分享>。

____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的呼籲，嘗試每天讀聖書做默想，藉此豐富自己的靈性生活。

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

【今日聖言分享】

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。
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>
傳真：2838 0876
電話：2838 0780
電郵：bonfire09@maryhcs.org
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

15.10.2010 【憑著信望愛，坦誠地生活好每一天!】

聖保祿宗徒致厄弗所人書 1:11-14

弟兄們：我們也是在基督內得作天主的產業，因為我們是由那位按照自己旨意的計劃施行萬事者，早預定了的，為使我們這些首先在默西亞內懷著希望的人，頌揚他的光榮；在基督內你們一聽到了真理的話，即你們得救的福音，便信從了，且在他內受了恩許聖神的印證；這聖神就是我們得嗣業的保證，為使天主所立為嗣業的子民，蒙受完全的救贖，為頌揚他的光榮。

聖詠 33:1-2,4-5,12-13 讚頌大能的天主

01. 義人，你們應向上主踴躍歡呼，因為正直的人，理應讚美上主。
02. 你們該彈琴，稱謝上主，彈奏十絃琴，讚頌上主。
04. 因為上主的言語是正直的，祂的一切作為都是忠實的；
05. 祂愛護正義和公理，祂的慈愛瀰漫大地。
12. 尊上主為自己天主的民族，真是有福！上主選為自己產業的百姓，真是有福！
13. 上主由高天監臨，注視亞當的子孫；

聖路加福音 12:1-7

那時，有成千上萬的群眾集合攏來，竟至互相踐踏。耶穌開始先對自己的門徒說：「你們要謹防法利塞人的酵母，即他們的虛偽。但是，沒有遮掩的事，將來不被揭露的；也沒有隱藏的事，將來不被知道的。因此，你們在暗處所說的，將來必要在明處被人聽見；在內室低聲所說的，將來必要在屋頂上張揚出來。我告訴你們做我朋友的人：你們不要害怕那些殺害肉身，然後不能再做什麼的人。我要指給你們，誰是你們所應當怕的：你們應當害怕那殺害肉身以後，還有權柄把人投入地獄的那一位；的確，我告訴你們：應當害怕這一位！五隻麻雀不是賣兩文銅錢嗎？然而在天主前，牠們中沒有一隻被遺忘的。就是你們的頭髮，也一一被數過了；你們不要害怕！你們比許多麻雀尊貴得多了。」

___我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送<每日聖言分享>。

___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的呼籲，嘗試每天讀聖書做默想，藉此豐富自己的靈性生活。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____