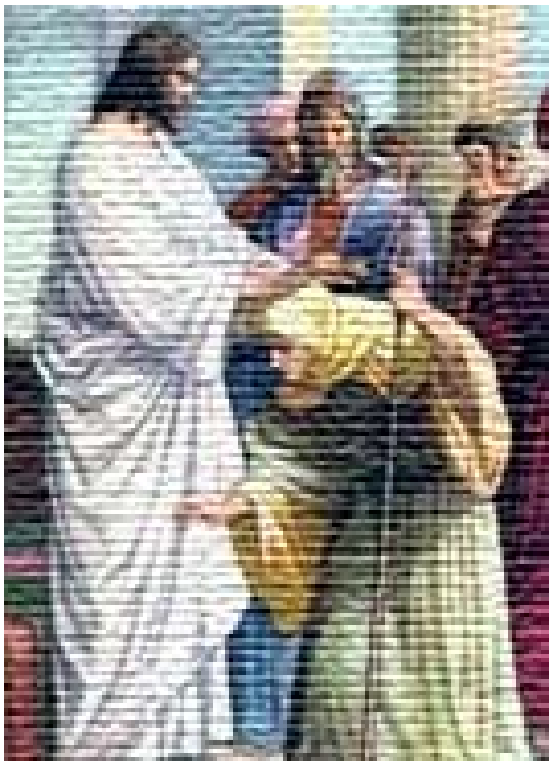
讀聖書、做默想是我們的精神食糧 **【今日聖言分享】**
聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。 傳真：2838 0876
會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓 電話：2838 0780
網址：http://www.maryhcs.org 電郵：bonfire09@maryhcs.org
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。)

25.10.2010 【你的身心靈有『傴僂』嗎？】

今日聖言
弗 4：32-5：8
詠 1：1-4,6
路 13：10-17

有一個女人，病魔纏身已十八年了，傴僂著，完全不能直立。

(路 13:11)



默想：正藉安息日，一位已駝背了十八年，完全不能直立的婦女出現在會堂。耶穌動了慈心，主動叫她過來，給她覆手，忍受了十八年被惡魔纏擾而傴僂的痛苦立刻被驅散。她終於可以昂首挺胸，重拾人性尊嚴。女人帶著驚喜，立刻感謝光榮天主。

每人或多或少都會被某些思想或事物所束縛。沈重的工作，不斷的超時加班，壓得人透不過氣，背也不能挺直。氣不順，血不暢，身體各器官常缺乏氧氣。除了普遍性的病徵：高血壓、心臟出問題、失眠、腸胃等不適外；身體的筋腱、肌肉都在逐漸萎縮，導至手、足、頸、脊椎都出了問題，百病叢生。這是外在的、只要被喚醒健康的訊號，自可努力改善身體。然而，內在的自大、貪婪、自私、懶惰、固執卻可以不自覺地、緊緊地束縛著、腐蝕著我們，引我們犯罪遠離天主。我們竟未有意識到，身心已『傴僂』著。心靈傴僂病比肉軀的更難治癒。

我的祈禱：上主，祢的話就是真理，求祢以真理聖化我們，醫治我們，使我們也能昂首挺胸，喜悅地感謝祢、光榮祢的聖名。。。

___我願意成爲<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送<每日聖言分享>。
___我願意成爲<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。 傳真：2838 0876
會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓 電話：2838 0780
網址：http://www.maryhcs.org 電郵：bonfire09@maryhcs.org
(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。)

25.10.2010 【你的身心靈有『傴僂』嗎？】

聖保祿宗徒致厄弗所人書 4:32-5:8

弟兄們：你們彼此相待，要良善，要仁慈，互相寬恕，如同天主在基督內寬恕了你們一樣。所以你們應該效法天主，如同蒙寵愛的兒女一樣；又應該在愛德中生活，就 如基督愛了我們，且爲我們把自己交出，獻於天主作爲馨香的供物和祭品。至於邪淫，一切不潔和貪婪之事，在你們中間連提也不要提：如此才合乎聖徒的身分。同樣，猥褻、放蕩和輕薄的笑話，都不相宜；反要說感恩的話，因爲你們應該清楚知道：不論是犯邪淫的，行不潔的，或是貪婪的——即崇拜偶像的——在基督和天主的國內，都不得承受產業。不要讓任何人以浮言欺騙你們，因爲就是爲了這些事，天主的忿怒才降在這些悖逆之子身上。所以你們不要作這些人的同伴。從前你們原是黑暗的，但現在你們在主內卻是光明的，生活自然要像光明之子一樣。

聖詠 1:1-2,3,4,6 善惡二路

01. 凡不隨從惡人的計謀，不插足於罪人的道路，不參與譏諷者的席位，
02. 而專心愛好上主法律的，和晝夜默思上主誡命的，像這樣的人才是有福的！
03. 他像植在溪畔的樹，準時結果，枝葉不枯，所作所爲，隨心所欲。
04. 惡人卻不如此，絕不如此！他們像被風吹散的糠秕。
06. 因上主賞識義人的行徑，惡人的行徑必自趨沉淪。

聖路加福音 13:10-17

安息日，耶穌在一會堂裏施教。有一女人，病魔纏身已十八年了，傴僂著，完全不能直立。耶穌見了她，便叫她過來，對她說：「女人，你的病已消除了。」遂給她按手，她即刻就挺直起來，光榮天主。會堂長因氣惱耶穌在安息日治病，便對眾人說：「有六天應當工作，你們在這些日子裏可來治病，但不可在安息日這一天。」主回答他說：「假善人哪！你們每一個人在安息日，有不解下槽上的牛驢，牽去飲水的嗎？這個女人原是亞巴郎的女兒，她被撒殫纏住已經有十八年了，在安息日這一 天，就不該解開她的束縛嗎？」當耶穌講這話時，所有敵對他的人，個個慚愧；所有民眾因他所行的種種輝煌事蹟，莫不歡喜。

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