



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。)

1.11.2010【長留聖體中，得見上主的慈顏！】

諸聖節 All Saints

誰能登上上主的聖山？誰能居留在他的聖殿？(詠 24:3)

今日聖言：
默 7:2-4,9-14
詠 24
若一 3:1-3
瑪 5:1-12



聖人是基督所救贖的人，他們是基督救恩的證人，也是我們跟隨基督的榜樣。他們既是教會的肢體，也是我們的前輩和朋友。今日，他們在天主前，仍不斷為我們代禱。

「藉著基督，我們雙方在一個聖神內，才得以進到父面前。所以，你們已不是外方人或旅客，而是聖徒的同胞，是天主的家人。」(弗 2:18-19)「我們既有如此眾多如雲的證人，圍繞著我們，就該卸下各種累贅和糾纏人的罪過，以堅忍的心，跑那擺在我們面前的賽程，雙目常注視著信德的創始者和完成者耶穌：他為那擺在他面前的歡樂，輕視了凌辱，忍受了十字架，而今坐在天主寶座的右邊。」(希 12:1-2)

(教會初期已有殉道者的紀念，進而也紀念非殉道的聖者。610 年，教宗改羅馬萬神殿為聖堂，以保存地窟殉道者的遺骸，稱「殉道者聖母堂」。835 年，教宗額我略四世定 11 月 1 日紀念全體聖人。)(摘自禮委)

默想：在舊約中，彷彿山上或高處是一個更能接近天主的地方，耶穌也常常到山上祈禱。我們又要怎樣才能登上上主的聖山，與天父面對面呢？耶穌已經成為上主的聖殿，透過聖體聖事，麵餅已成耶穌的身體。現在我們祇要領聖體或朝拜聖體，便享見上主的慈顏。今天的聖詠跟福音互相呼應，告訴了我們上主的要求，要手潔心清、不慕虛幻、不發假誓、不行欺騙，更要神貧、溫良、飢渴慕義、要懂得憐憫別人等等。

就讓我們在這個慶祝、紀念諸位聖人的日子，也效法他們，作我們的榜樣，學習他們是怎樣成行天主的旨意，怎樣愛天主在萬有之上，怎樣踏上成聖之路。

我的祈禱：天父啊！但願我也能像諸位聖人一樣，有著強大的信德，細心聆聽你的召叫。在生活上的每一個小節中，都能光榮你。



____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。

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。)

1.11.2010【長留聖體中，得見上主的慈顏！】

默示錄 7:2-4, 9-14

我，若望，看見了另一位天使，從太陽東升之處上來，拿著永生天主的印，大聲向那獲得授權，能傷害大地和海洋的四位天使呼喊，說：「你們不可傷害大地、海洋和樹木，等我們在我們天主的眾僕人額上，先蓋上印。」以後，我聽見蓋了印的數目：在以色列子孫各支派中，蓋了印的，共有十四萬四千。

在這些事以後，我看見有一大夥群眾，沒有人能夠數清，是來自各邦國、各支派、各民族、各異語的；他們都站在寶座和羔羊面前，身穿白衣，手持棕櫚枝，大聲呼喊說：「救恩來自那坐在寶座上的、我們的天主，並來自羔羊！」於是，所有站在寶座、長老和那四個活物周圍的天使，在寶座前，俯伏於地，朝拜天主，說：「阿們。願讚頌、光榮、智慧、稱謝、尊威、權能和勇毅，全歸於我們的天主，至於無窮之世。阿們。」長老之中，有一位問我說：「這些穿白衣的人是誰？他們是從那裡來的？」我回答他說：「我主，你知道。」於是，他告訴我說：「這些人是由大災難中來的，他們曾在羔羊的血中，洗淨了自己的衣裳，使衣裳雪白。」

聖詠 24:1-2, 3-4, 5-6 上主榮進熙雍

01. 大地和其中的萬物，屬於上主；世界和其間的居民，屬於上主。
02. 是他在海洋上奠定了大地，是他在江河上建立了全世。
03. 誰能登上上主的聖山？誰能居留在他的聖殿？
04. 是那手潔心清、不慕虛幻的人，是那不發假誓、不行欺騙的人。
05. 他必獲得上主的祝福，及拯救者天主的報酬。
06. 這樣的人，是尋求上主的苗裔，是追求雅各伯天主儀容的子息。

聖若望一書 3:1-3

親愛的諸位：請看，父賜給我們何等的愛情，使我們得稱為天主的子女，而且我們也真是如此。世界所以不認識我們，是因為不認識父。

可愛的諸位，現在我們是天主的子女，但我們將來如何，還沒有顯明；可是我們知道：一顯明了，我們必要相似天主，因為我們要看見他實在怎樣。

所以，凡對天主懷著這希望的，必聖潔自己，就如那一位是聖潔的一樣。

聖瑪竇福音 5:1-12

那時候，耶穌一見群眾，就上了山，坐下；他的門徒來到他面前，他於是開口教訓他們說：「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。哀慟的人是有福的，因為他們要受安慰。溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。飢渴慕義的人是有福的，因為他們要得飽飫。憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。心裡潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主。締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女。為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。幾時人為了我而辱罵迫害你們，捏造一切壞話毀謗你們，你們是有福的。你們歡喜踴躍吧！因為你們在天上的賞報是豐厚的。」

____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：_____