



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。)

17.1.2011 【改變自己！】

聖安當（院長）（紀念）St. Anthony (Abbot)

「他們與新郎在一起的時候，決不能禁食。但日子將要來到：當新郎從他們中被劫去時，在那一天，他們就要禁食了。」

今日聖言：

希 5:1-10

詠 110:1, 2, 4

谷 2:18-22

（谷 2:19-20）



聖安當（院長）（紀念）St. Anthony (Abbot)

聖安當（院長）（紀念）St. Anthony (Abbot)

這位著名的隱修生活始祖，約於公元二五〇年，在埃及出生。父母逝世後，他把所有遺產全部賑濟窮人，退入曠野隱修，開始度苦修的生活，收有許多門徒；戴克里先教難時，曾出外堅強信友們的信德，並協助聖亞大納修主教，攻斥亞略異端；功在教會，永垂千秋。安逝於公元三五六年。

默想：主耶穌來到世界是將天國的喜訊帶給我們，爲了可以迎接主，我們首先要空虛自己，即是要謙虛，放棄自己的固執，放棄自以爲是的心態。否則就如經師及法利塞人一樣，無法接受耶穌帶給我們關於愛主愛人新的訊息。這就像舊皮囊被新酒漲破了，最終什麼也得不到。

我的祈禱：天父請助我時常醒悟，認識自己的弱小，虛心學習勇於改變自己，成爲一個新皮囊活出基督徒的精神。

____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。)

17.1.2011 【改變自己！】

致希伯來人書 5:1-10

每位大司祭是由人間所選拔，奉派為人行關於天主的事，為奉獻供物和犧牲，以贖罪過，好能同情無知和迷途的人，因為他自己也為弱點所糾纏。因此他怎樣為人民奉獻贖罪祭，也當怎樣為自己奉獻。誰也不得自己擅取這尊位，而應蒙天主召選，有如亞郎一樣。照樣，基督也沒有自取做大司祭的光榮，而是向他說過：「你是我的兒子，我今日生了你」的那位光榮了他；他又如在另一處說：「你照默基瑟德的品位，永做司祭。」當他還在血肉之身時，以大聲哀號和眼淚，向那能救他脫離死亡的天主，獻上了祈禱和懇求，就因他的虔敬而獲得了俯允。他雖然是天主子，卻由所受的苦難，學習了服從，且在達到完全之後，為一切服從他的人，成了永遠救恩的根源，遂蒙天主宣稱為按照默基瑟德品位的大司祭。

聖詠 110:1,2, 3,4 默西亞是君王也是司祭

01. 上主對我主起誓說：你坐在我右邊，等我使你的仇敵，變成你腳的踏板！
02. 上主由熙雍伸出你的權杖：我要在你仇敵中統治為王！
03. 神聖光輝的王位，你生之日，已偕同你，在曉明之前，好似甘露，我即已生了你。
04. 上主一發了誓，祂決不再反悔，你照默基瑟德品位，永做司祭！

聖馬爾谷福音 2:18-22

當時，若翰的門徒和法利塞人正在禁食。有人來向耶穌說：「為什麼若翰的門徒和法利塞人的門徒禁食，而你的門徒卻不禁食呢？」耶穌對他們說：「伴郎豈能在新郎還與他們在一起的時候禁食？他們與新郎在一起的時候，決不能禁食。但日子將要來到：當新郎從他們中被劫去時，在那一天，他們就要禁食了。沒有人將未漂過的布補在舊衣服上的；不然，補上的那塊新布要扯裂了舊的，破綻就更加壞了。也沒有人把新酒裝在舊皮囊裏的；不然，酒漲破了皮囊，酒和皮囊都喪失了；而是新酒應裝在新皮囊裏。」

____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：_____