



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。)

3.2.2011【凡事包容、凡事相信、凡事盼望、凡事忍耐。】農曆新春辛卯年，年初一

「天主於是照自己的肖像造了人，就是照天主的肖像造了人，造了一男一女。」(創 1：27)

今日聖言：

創 1:27-31

詠 100:1-2, 3, 4, 5

若 1:1-12



默想：根據媒體報導，現時世界各地普遍離婚率偏高，反映夫婦之間缺乏足夠溝通，包容和忍耐，致造成離婚現象普遍。但在創世之初，天主就造了一男一女，並且祝福他們要生育繁殖，充滿大地，治理大地，且說『為此，人應離開自己的父母，依附自己的妻子，二人成爲一體』(創 2：24)可見，婚姻一夫一妻制，是受到上主的祝福：「人單獨不好，我要給他造個與他相稱的助手。」(創 2：18)

保祿也教導我們妥善度婚姻生活：「你們作妻子的，應當服從自己的丈夫，因爲丈夫是妻子的頭。」(弗 5：22-23)「你們作丈夫的，應該愛妻子，如同愛自己的身體一樣。」(弗 5：25-28)

讓我們選擇度婚姻生活的信友，要努力培養包容、忍耐和尊重的素質，以做到主耶穌所說的：「爲此，凡天主所結合的人，人不可拆散」的訓誨。(瑪 19：6)願主垂鑒我們的意願。

我的祈禱：主耶穌，求你祝福天下間的夫婦們，能夠彼此關懷、尊重和包容，好能永結同心，白首偕老，亞孟。

____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。)

3.2.2011【凡事包容、凡事相信、凡事盼望、凡事忍耐。】

創世紀 1:27-31

天主於是照自己的肖像造了人，就是照天主的肖像造了人：造了他們男和女。天主祝福他們說：「你們要生育繁殖，充滿大地，治理大地，管理海中的魚、天空的飛鳥、各種在地上爬行的生物！」

天主又說：「看，全地面上結種子的各種蔬菜，在果子內含有種子的各種果樹，我都給你們作食物；至於地上的各種野獸，天空中的各種飛鳥，在地上爬行、有生魂的各種動物，我把一切青草，給牠們作食物。」事就這樣成了。

天主看了他造的一切，認為樣樣都很好。

聖詠 100:1-2, 3, 4, 5 感恩歌

01. 感恩聖詠。普世大地，請向上主歡呼，

02. 要興高彩烈地事奉上主；走到上主面前，應該歡呼！

03. 你們應該明認雅威就是天主，祂造成了我們，我們非祂莫屬，是祂的人民，是祂牧場的羊隊。

04. 高唱感恩歌，邁向祂的大門，吟詠讚美詩，進入祂的宮庭，向祂致謝，並讚美祂的聖名。

05. 因為上主良善寬仁，祂的慈愛直到永恆，祂的忠信世世常存。

聖若望福音 1:1-12

在起初已有聖言，聖言與天主同在，聖言就是天主。聖言在起初，就與天主同在。萬物是藉著他而造成的；凡受造的，沒有一樣不是由他而造成的。在他內有生命，這生命是人的光。光在黑暗中照耀，黑暗決勝不過他。

曾有一人，是由天主派遣來的，名叫若翰。這人來，是為作證，為給光作證，為使眾人藉他而信。他不是那光，只是為給那光作證。

那照亮每人的真光，正在進入這世界；他已在世界上，世界原是藉他造成的；但世界卻不認識他。他來到了自己的地方，自己的人卻沒有接受他。但是，凡接受他的，他給他們，即給那些信他名字的人權能，好成為天主的子女。

____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：_____