



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

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：香港灣仔譚臣道 98 號運盛大廈 19 樓

電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：Bonfire.maryhcs@gmail.com

(默想和祈禱素材由聖母進教者之佑會員輪流編寫。內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點)

10.02.2011 【上主引領行祂的道】

不拘你是誰，只要你敬畏上主，在祂的道路上行走，就算有福！（詠 128：1）



Cornoyer, Paul,

Early Spring in Central Park

今日聖言：

創 2:18-25

詠 128:1-2,3,4-5

谷 7:24-30

聖思嘉（貞女）（紀念）

聖女是聖本篤之胞妹，約於四八〇年出生於意國諾西亞，她與胞兄一同獻身於天主。五四七年左右在加西諾山的隱修院安逝。（摘錄禮委）

默想：一位受萬人敬仰的前輩——華叔離逝，卻帶

給我們一個極深刻的信仰訊息。從他分享生命中的愛時，才得知他受洗成爲一位基督徒，是因曾與他相伴的女朋友所引道，雖則她已離去甚久，但成爲了華叔最後終於承諾而皈依。

的確，信仰就是這樣的，不是你們揀選了我，而是我揀選了你們，並派你們去結果實，去結常存的果實。（若 15：16）而所結的果實，就是愛的果實。正如基督的一生，把愛傾注在每個與祂相遇的人的心中，是你，是我，只要相信，就能成就罷。

天主的揀選，是要我們行走祂的路，一條正直不偏的路，成聖自己，聖化他人，轉化世界，使世人在我們身上看到天主的作爲和光榮，讚頌我們的天主。

我的祈禱：天父，感謝祢的大愛，使我們成爲按祢肖像所造的人，讓我們時刻記得當走祢的路，爲光榮祢、稱頌祢！亞孟。



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

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：香港灣仔譚臣道 98 號運盛大廈 19 樓 電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：Bonfire.maryhcs@gmail.com

(默想和祈禱素材由聖母進教者之佑會員輪流編寫。內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點)

10.02.2011 【上主引領行祂的道】

創世紀 2:18-25

上主天主說：「人單獨不好，我要給他造個與他相稱的助手。」上主天主用塵土造了各種野獸和天空中的各種飛鳥，都引到人面前，看他怎樣起名；凡人給生物起的名字，就成了那生物的名字。人遂給各種畜牲、天空中的各種飛鳥和各種野獸起了名字；但他沒有找著一個與自己相稱的助手。上主天主遂使人熟睡，當他睡著了，就取出了他的一根肋骨，再用肉補滿原處。然後上主天主用那由人取來的肋骨，形成了一個女人，引她到人前，人遂說：「這才真是我的親骨肉，她應稱為「女人」，因為是由男人取出的。」為此人應離開自己的父母，依附自己的妻子，二人成爲一體。當時，男女二人都赤身露體，並不害羞。

聖詠 128:1-2,3,4-5

01. 不拘你是誰，只要你敬畏上主，在祂的道路上行走，就算有福！
02. 你能吃你雙手賺來的食物，你便實在幸運，也萬事有福！
03. 你的妻子住在你的內室，像一株葡萄樹結實纍纍；你的子女繞著你的桌椅，相似橄欖樹的枝葉茂密。
04. 的確，誰敬畏上主，必受這樣的祝福！
05. 惟願上主由熙雍聖山向你祝福，使你一生得見耶路撒冷的福祿。

聖馬爾谷福音 7:24-30

耶穌從勒乃撒勒動身，往提洛和漆冬境內去了。耶穌進了一家，不願任何人知道，但是不能隱藏。當下就有一個婦人，她的女兒附了邪魔，一聽說耶穌，就來跪伏在他腳前。這婦人是個外邦人，生於敘利腓尼基；她懇求耶穌把魔鬼從她女兒身上趕出去。耶穌向她說：「應先讓兒女們吃飽了，因為拿兒女的餅扔給小狗是不對的。」那婦人卻回答說：「主，是啊！可是小狗在桌子底下，也可吃到孩子們的碎屑呢！」耶穌對她說：「爲了這句話，你去吧！魔鬼已從你女兒身上出去了！」她一回到自己家裏，看見孩子躺在床上，魔鬼已出去了。