



## 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。  
(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。)

## 【今日聖言分享】

歐 14：2-10  
詠 81  
谷 12：28-34

### 1.4.2011 【知恩圖報！】

『你應當全心、全靈、全意、全力愛上主，你的天主。』(谷 12：30)

十字架



默想：主耶穌受難被釘在十字架上時，說了七句話，而第六句話是：「完成了。」(若 19：30)，顯示他降世的目的，就是要按照聖父的旨意，完成在十字架上受苦受難的工程。

主耶穌貴為天主獨生子，竟然甘願紆尊降貴，取了卑微的人形，降生為人，目的是藉著苦難、死亡和復活，以拯救沉淪在罪惡的眾生，其愛世人之深，比天高，比地厚，我們實應撫心自問做了什麼，值得領受主耶穌如此大恩。

今日主耶穌沒有什麼要求，只是要我們『全心、全靈、全意、全力愛上主，我們的天主。』(谷 12：30)。我們實應全力以赴，以回報上主對我們的大愛，因為「世界藉著他而獲救」。(若 3：17)

我的祈禱：主耶穌，我們都犯了罪，都是罪人。祢從天降下，以祢的寶血為我們贖罪。主耶穌，我今誠心懺悔，並立志在生活上力行仁愛，實踐真理，以回報你對我們的大恩，亞孟。



會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓  
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780  
電郵：[bonfire09@maryhcs.org](mailto:bonfire09@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

我願意成為<今日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。  
 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呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

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

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。  
(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。)

## 【今日聖言分享】

歐 14：2-10  
詠 81  
谷 12：28-34

1.4.2011 【知恩圖報！】

### 歐瑟亞先知書 14:2-10

上主這樣說：以色列！歸向上主你的天主吧！因為你跌倒了，是因了你的罪孽。準備你們的話，好在回來歸向上主時，對他說：「求你寬恕我們的一切罪過，使我們重獲幸福，叫我們好給你獻上我們嘴脣的佳果。亞述不能拯救我們，我們也不再騎坐埃及的馬；我們也決不再對我們雙手的作品說：「你是我們的天主。」因為孤兒只有在你那裏才得到憐卹。」

我要治療他們的不忠，我要從心裏疼愛他們，因為我的怒氣已遠離了他們。我對以色列將如甘露；她將開花如百合，扎根如白楊；她的枝條必要茂盛，她的秀麗就如橄欖樹，她的芬芳就如黎巴嫩的馨香。他們必將歸來，坐在我的庇蔭下；他們必將繁殖有如五穀，滋生有如葡萄；她的聲譽將如黎巴嫩的美酒。厄弗辣因與偶像還有什麼關繫？是我磨難了她，我也要福佑她；我如一棵翠綠的松樹，由於我，她才結出了果實。

誰明智，就會明瞭；誰聰敏，就會領會，因為上主的道路是正直的；義人在上面暢行，惡人反在上面跌倒。

### 聖詠 81:6-8,8-9,10-11,14,17 慶節的歌詠

06. 我聽到從未聽的諾言：
07. 「我救他的肩脫離重擔，又使他的手放下筐籃。
08. 你在患難中呼喊，我救拔了你，從雷鳴的雲彩中，我答應了你；在默黎巴的水邊，我試探了你。
09. 請聽，我的百姓，我要警告你！以色列！恨不得你能聽從我：
10. 在你中間不應有別的神，千萬不可崇拜外邦的神！
11. 我是上主，我是你的天主，是我由埃及國將你領出。
14. 如果我的百姓聽了我的命令，以色列人隨從我的道路而行，
17. 我要以麥子的精華養育選民，以石中的蜂蜜飽享他們。

### 聖馬爾谷福音 12:28-34

那時候，有一個經師上前來，問耶穌說：「一切誠命中，那一條是第一條呢？」耶穌回答說：「第一條是：『以色列！你要聽！上主我們的天主是唯一的天主。你們當全心、全靈、全力愛上主，你的天主。』第二條是：『你應當愛近人如你自己。』再沒有別的誠命比這兩條更大的了。」那經師對耶穌說：「不錯，師傅說的實在對：他是唯一的，除他以外，再沒有別的：應以全心、全意、全力愛他，並愛近人如自己，遠超過一切全燔祭和犧牲。」耶穌見他回答的明智，便對他說：「你離天主的國不遠了。」從此，沒有人敢再問他。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓  
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780  
電郵：[bonfire09@maryhcs.org](mailto:bonfire09@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

我願意成為<今日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。  
 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呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：\_\_\_\_\_ (中) \_\_\_\_\_ (英) 電郵：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_