



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】

聖週三

依 50:4-9

詠 69:8-10,21-22,31,33-34

瑪 26:14-25

20.4.2011 【主，我願意打開我的心扉，側耳傾聽，用心接受你的話語。】

我主上主開啓了我的耳朵，我並沒有違抗，也沒有退避。（依 50:5）



BAZZANI, Giuseppe

The Agony of Christ in the Garden, Galleria degli Uffizi, Florence

默想：耶穌按照天主的旨意，降生成人，更把自己完全的交付，為成就天主的救世工程。

我們在聽天主的教誨時，使用什麼樣的方法呢？有沒有認真的放下自己，打開心扉，側耳傾聽，用心接受？有沒有違抗，有沒有退避？

我的祈禱：主耶穌！讓我學習你的服從，你的謙卑。

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 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】

聖週三

依 50:4-9

詠 69:8-10,21-22,31,33-34

瑪 26:14-25

20.4.2011【主，我願意打開我的心扉，側耳傾聽，用心接受你的話語。】

依撒意亞先知書 50:4-9

我主上主賜給了我一個受教的口舌，叫我會用言語援助疲倦的人。他每天清晨喚醒我，喚醒我的耳朵，叫我如同學子一樣靜聽。我主上主開啓了我的耳朵，我並沒有違抗，也沒有退避。我將我的背轉給打擊我的人，把我的腮轉給扯我鬚鬚的人；對於侮辱和唾污，我沒有遮掩我的面。因為我主上主協助我，因此我不以為羞恥；所以我板著臉，像一塊燧石，因我知道我不會受恥辱。那給我伸冤者已來近了。誰要和我爭辯，讓我們一齊站起來吧！誰是我的對頭，叫他到我這裏來吧！請看！有我主上主扶助我，誰還能定我的罪呢？——上主的話。

聖詠 69:8-10,21-22,31,33-34 困苦中的哀禱

08. 天主，我爲了你已飽受欺凌，羞愧已經籠罩了我的面容。
09. 連我的兄弟們都以我爲外賓，我母親的兒子都拿我當客人。
10. 我對你殿宇所懷的熱忱把我耗盡，那侮辱你者的辱罵落於我身。
21. 侮辱破碎了我心，使我憂傷難過；我期望有人同情，卻未尋到一個，我渴盼有人安慰，也未找到一個。
22. 他們在我的食物中，攪上了苦膽，我口渴時，竟遞來酸醋要我下嚥，
31. 我要用詩歌讚美天主的名號，並要用感恩的心給天主增耀：
33. 卑微的人們，你們要觀看，並要喜慶，尋求天主的人，你們的心必要興奮，
34. 因為對貧苦的人，上主常予俯聽；對他的俘虜，他決不會看輕。

聖瑪竇福音 26:14-25

那時，那十二人其中之一，名叫猶達斯依斯加略的，去見司祭長，說：「我把耶穌交給你們，你們願意給我什麼？」他們約定給他三十塊銀錢。從此便尋找機會，要把耶穌交出。

無酵節的第一天，門徒前來對耶穌說：「你願意我們在那裏，給你預備吃逾越節晚餐？」耶穌說：「你們進城去見某人，對他說：師傅說：我的時候近了，我要與我的門徒在你那裏舉行逾越節。」門徒就照耶穌吩咐他們的作了，預備了逾越節晚餐。

到了晚上，耶穌與十二門徒坐席。他們正吃晚餐的時候，耶穌說：「我實在告訴你們：你們中有一個人要出賣我。」他們非常憂悶，開始各自對他說：「主，難道是我嗎？」耶穌回答說：「那同我一起把手蘸在盤子裏的人，要出賣我。人子固然要按照指著他所記載的而去，但是出賣人子的那人卻是有禍的！那人若沒有生，爲他更好。」那要出賣他的猶達斯也開口問耶穌說：「辣彼！難道是我嗎？」耶穌對他說：「你說的是。」

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 傳真：2838 0876

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

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____