



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

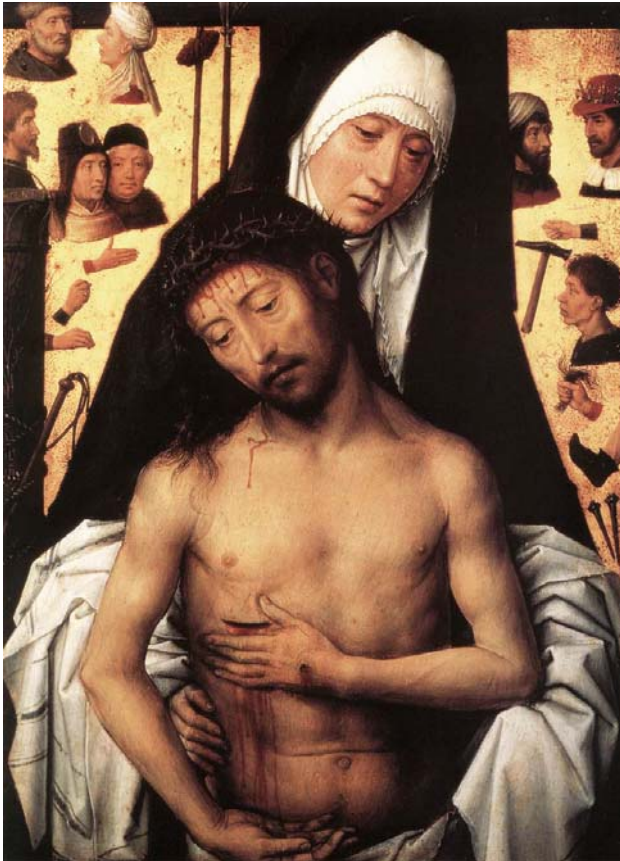
聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。)

【今日聖言分享】

聖體聖血節後星期五耶穌聖心
歐 11:1,3-4,8-9
依 12:2-3,4,5-6
弗 3:8-12,14-19
若 19:31-37

15.06.2012【每天我們也用不同的方式傷害耶穌聖心！】

有一個兵士用槍刺透了他的肋膀，立時流出了血和水。(若 19:34)



MEMLING, Hans, The Virgin Showing the Man of Sorrows
1475 or 1479, National Gallery of Victoria, Melbourne

默想：耶穌在十字架上寬恕把祂釘死的人。耶穌說：「因為他們不知道他們做的是什麼」(路 22:34)。耶穌在十字架被刺透所流的寶血，也隨著十字架傾流而下，寓意救恩藉血和水惠及普世。救恩已臨到世界，但尚未圓滿。每天我們也用不同的方式傷害耶穌聖心，而且傷害了祂也不自知。

日前報刊報道：地球之友今年一至五月期間，揀選了五間超市進行抽查，追蹤超市垃圾去向，並記錄垃圾數量及種類。結果發現超市垃圾大部份是剩餘食物，當中以生果及蔬菜棄置量最多，不少更是未過期及沒有腐爛，例如還有五天才到期的麪包，以及部份略為變黃的蔬菜，這些食物原可避免被棄置。總結調查數據推算，全港超市每天棄置約 87 公噸食物，其中約三分一、即約 29 公噸是尚可食用的食物。部份尚可食用的食物，在棄置前會刻意先淋水或漂白水，以及將食物包裝毀爛，杜絕拾荒者撿拾棄置食物，影響超市生意。

寧願棄置食物，也不願捐給食物銀行或有需要的人，令基層貧窮市民受惠。無論是有什麼認為有理據的理由，也難以令人接受，行為實在令人反感。況且，每天在世界上窮困的角落，不知多少人因得不到溫飽或缺乏營養而死亡。另一方面，我們卻拋棄有用的食物作垃圾。人的罪孽何其深重！香港超市這種行為，違反人倫道德，更浪費社會資源去處理原本不應成為垃圾堆填區的廢物。我不禁要問一句：香港的環保政策去了那裏？香港的環保成就是否只是停車熄匙及所謂的膠袋稅？

我的祈禱：眾人都傷了耶穌的心，我也有份參與這一槍刺進耶穌的心。主，可憐我吧！因為正如祢所說：我也不知道我做的是什麼？主，寬恕我吧！

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：bonfire@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】

聖體聖血節後星期五耶穌聖心
歐 11:1,3-4,8-9
依 12:2-3,4,5-6
弗 3:8-12,14-19
若 19:31-37

15.06.2012【每天我們也用不同的方式傷害耶穌聖心！】

歐瑟亞先知書 11:1,3-4,8-9

上主這樣說：當以色列尚在童年時，我就愛了他；從在埃及時，我就召叫他為我的兒子。

是我教了厄弗辣因邁步，雙臂抱著他們，但他們卻不理會是我照顧了他們。是我用仁慈的繩索，愛情的帶子牽著他們，我對他們有如高舉嬰兒到自己面頰的慈親，俯身餵養他們。

我的心已轉變，我的五內已感動；我不再按我的盛怒行事，不再毀滅厄弗辣因，因為我是天主而不是人，是在你中間的聖者，而不是伏於城門的仇敵。

依撒意亞先知書 12:2-6 感恩歌

02. 看哪！天主是我的救援，我依靠他，決不畏懼，因為上主是我的力量，是我的歌頌，他確是我的救援。

03. 你們要愉快地從救援的泉源裏汲水。

04. 你們應稱頌上主，呼號他的名！將他的作為宣告於萬民，稱述他的名是崇高的。

05. 請歌頌上主，因為他行了顯赫的事，這事應該遍傳天下。

06. 熙雍的居民，你們應歡呼高唱，因為以色列的聖者在你們中間是偉大的。

聖保祿宗徒致厄弗所人書 3:8-12,14-19

弟兄們：我原是一切聖徒中最小的，竟蒙受了這恩寵，得向外邦宣佈基督那不可測量的豐富福音，並光照一切人，使他們明白，從創世以來，即隱藏在創造萬有的天主內的奧秘，為使天上的率領者和掌權者，現在藉著教會，得知天主的各樣智慧，全是按照他在我們的主基督耶穌內所實現的永遠計劃；所以只有在基督內，我們才可藉著對他所懷的信德，放心大膽地懷著依恃之心，進到天主面前。

因此，我在天父面前屈膝——上天下地的一切家族都是由他而得名——求他依照他豐富的光榮，藉著他的聖神，以大能堅固你們的內心，並使基督因著你們的信德，住在你們心中，叫你們在愛德上根深蒂固，奠定基礎，為使你們能夠同眾聖徒領悟基督的愛是怎樣的廣、闊、高、深，並知道基督的愛是遠超人所能知的，為叫你們充滿天主的一切富裕。

聖若望福音 19:31-37

猶太人因那日子是預備日，免得安息日內——那安息日原是個大節日——屍首留在十字架上，就來請求比拉多打斷耶穌和與他同釘的兩個人的腿，把他們拿去。兵士遂前來，把第一個人的，並與耶穌同釘在十字架上的第二個人的腿打斷了。可是，及至來到耶穌跟前，看見他已經死了，就沒有打斷他的腿；但是，有一個兵士用槍刺透了他的肋膀，立時流出了血和水。那看見這事的人就作證，而他的見證是真實的；並且「那位」知道他所說的是真實的，為叫你們也相信。這些事發生，正應驗了經上的話說：『不可將他的骨頭打斷。』經上另有一句說：『他們要瞻望他們所刺透的。』

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：bonfire@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：_____