



## 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】

聖額我略一世 (教宗、聖師)

格前 2：1-5

詠 119：97-102

路 4：16-30

03.09.2012【我被什麼束縛着呢？】

「上主的神臨於我身上...向俘虜宣告釋放...宣布上主恩慈之年。」(路 4:18-19)



**聖額我略一世 (教宗、聖師)** 聖人在公元五四〇年左右出生於羅馬。初任職羅馬總督；後棄俗隱修，晉陞執事，奉命出使君士坦丁堡。五九〇年被選為伯多祿繼任人，處事賢明，以堅強的信德傳揚福音，照顧窮人；並派遣傳教士到英倫傳道，克盡司牧聖職。他曾發揚教會禮儀生活，整理拉丁聖樂；同時有關倫理學及神學著作甚多。六〇四年三月十二日安逝。

**默想：**今天福音中最觸動的是耶穌誦讀依撒意亞先知書的一段，說出耶穌是上主的受傅者，祂來的使命是爲了令人擺脫妨礙他們接近主的一切障礙，使人獲得上主的恩典。

什麼是我和主之間的障礙物呢？實在太多了：是金錢、榮譽、世俗、時間、心硬……還有很多…。

藉着聖言(聖經)，主給我們指出了步向祂的道路、真理和生命；藉着聖體聖事，祂給了我們生命的行糧。藉着祈禱，我們能與祂更深入的相遇。

我有好好把握主給我們獲得恩寵的機會嗎？還是繼續自以爲是，甘於活在黑暗之中呢？

**我的祈禱：**主，感謝祢對我的啓示，願我能好好的追隨、愛慕祢。

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](mailto:bonfire@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：\_\_\_\_\_



## 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】

聖額我略一世 (教宗、聖師)

格前 2：1-5

詠 119：97-102

路 4：16-30

### 03.09.2012【我被什麼束縛着呢？】

#### 聖保祿宗徒致格林多人前書 2:1-5

弟兄們：就是我從前到你們那裏時，也沒有用高超的言論或智慧，給你們宣講天主的奧義，因為我曾決定，在你們中不知道別的，只知道耶穌基督，這被釘在十字架上的耶穌基督；而且當我到你們那裏的時候，又軟弱，又恐懼，又戰兢不安；並且我的言論和我的宣講，並不在於智慧動聽的言詞，而是在於聖神和他德能的表現，為使你們的信德不是憑人的智慧，而是憑天主的德能。

#### 聖詠 119：97-102 天主的法律讚

- 97. 上主，我是多麼愛慕你的法律，它是我終日對你默想的題目。
- 98. 你的誠命永遠存於我心，它使我比我的仇敵聰明。
- 99. 我比我所有的教師更聰明，因為我常在默想你的法令。
- 100. 我比年老的人更智慧，因為我恪守你的律例。
- 101. 我使我的腳迴避一切惡路，為叫我能夠遵守你的言語。
- 102. 我不偏離你的約法，因為是你教訓了我。

#### 聖路加福音 4:16-30

那時候，耶穌來到了納匝肋，自己曾受教養的地方；按他的習慣，就在安息日那天進了會堂，並站起來要誦讀。有人把依撒意亞先知書遞給他；他遂展開書卷，找到了一處，上邊寫說：「上主的神臨於我身上，因為他給我傅了油，派遣我向貧窮人傳報喜訊，向俘虜宣告釋放，向盲者宣告復明，使受壓迫者獲得自由，宣佈上主恩慈之年。」他把書卷捲起來，交給侍役，就坐下了。會堂內眾人的眼睛都注視著他。他便開始對他們說：「你們剛才聽過的這段聖經，今天應驗了。」眾人都稱讚他，驚奇他口中所說的動聽的話。並且說：「這不是若瑟的兒子嗎？」他回答他們說：「你們必定要對我說這句俗語：醫生，醫治你自己吧！我們聽說你在葛法翁所行的一切，也在你的家鄉這裏行吧！」他又說：「我實在告訴你們：沒有一個先知在本鄉受悅納的。我據實告訴你們：在厄里亞時代，天閉塞了三年零六個月，遍地起了大饑荒，在以色列原有許多寡婦，厄里亞並沒有被派到她們中一個那裏去，而只到了漆冬匝爾法特的一個寡婦那裏。在厄里亞先知時代，在以色列有許多癩病人。他們中沒有一個得潔淨的，只有敘利亞的納阿曼。」在會堂中聽見這話的人，都忿怒填胸，起來把他趕出城外，領他到了山崖上——他們的城是建在山上的一一要把他推下去。他卻由他們中間過去走了。

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](mailto: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：\_\_\_\_\_