



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】

聖週二

依 49:1-6

詠 71:1-2,3-4,5-6,15,17

若 13:21-33,36-38

26.03.2013 【主，讓我時刻都浸淫在祢無限的慈愛中，一生不斷感恩！】

「耶穌受難前與門徒一起吃最後晚餐時對伯多祿說：「我所去的地方，你如今不能跟我去，但後來卻要跟我去。」(若 13:36)



默想

主耶穌，此刻我走進了祢受難前與門徒一起吃最後晚餐的場景，試圖從人性的角度體驗一下祢當時的心境.....是痛苦無奈、是難賦深情、是百般滋味在心頭.....。看看，祢剛榮進耶京，百姓還手拿棕櫚枝，高喊「賀三納.....」來歡迎祢，有誰預知(包括祢疼愛的門徒)祢受難在即？在逾越節慶日前吃的是「最後的晚餐」！雖然祢曾多次告訴門徒：「人子必須受苦，被長老、經師棄絕，且要被殺害。」(谷 8:31) 但，此刻有誰記得？有誰願意相信人子會受許多苦？正是誰人明白祢呢！我深深感受到這份痛苦無奈啊！

然而，祢對世人卻是無限深情啊！在最後晚餐時，祢建立了聖體聖事；將祢真實的體血長留人間，祢為宗徒們洗腳，藉此教導他們彼此洗腳(彼此服務)，又給了他們彼此相愛的命令.....此刻我浸淫在主耶穌的無限深情中，久久不能自己。末了，祢對伯多祿說：「我所去的地方，你如今不能跟我去，但後來卻要跟我去。」這也是給我說的。伯多祿後來固然跟隨了主耶穌的足跡：宣講、受苦、被釘十字架(是倒釘十字架)殉道、最後光榮地進入永生。我們每個基督徒都要背負自己的十字架，來跟隨耶穌.....。

祈禱

主耶穌，請讓我時刻都浸淫在祢無限的慈愛中，毋懼天天背起自己的十字架來跟隨祢；因為祢的軛是輕柔的！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：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】

聖週二

依 49:1-6

詠 71:1-2,3-4,5-6,15,17

若 13:21-33,36-38

26.03.2013 【主，讓我時刻都浸淫在祢無限的慈愛中，一生不斷感恩！】

依撒意亞先知書 49:1-6

諸島嶼，請聽我！遠方的人民，請靜聽！上主由母腹中就召叫了我，自母胎中就給我起了名字。他使我的口好似利劍，將我掩護在他的手蔭下，使我像一支磨光的箭，將我隱藏在他的箭囊中。他對我說：你是我的僕人，是我驕矜的「以色列」。但是我說：「我白白勤勞了，我枉費了氣力而毫無益處；但是我的權利是在上主那裏，我的報酬在我的天主面前。」我在上主眼中是光榮的，天主是我的力量。那由母胎形成我作他的僕人，將雅各伯領回到他前，並把以色列聚在他前的上主，如今說：「你作我的僕人，復興雅各伯支派，領回以色列遺留下的人，還是小事，我更要使你作萬民的光明，使我的救恩達於地極。」

聖詠 71:1-2,3-4,5-6,15,17 老年人的祈禱

01. 上主，我託庇於你，使我永不受羞恥！
02. 求你照你的正義解救我，求你側耳聽我，並拯救我。
03. 求你作我避難的石壁，獲救的堡壘；因為你是我的磐石，我的堡壘，
04. 我的天主，求你由邪惡人的手中將我救出，由兇蠻橫暴者的掌中將我救走。
05. 因為，我主上主，你是我的期望，你是我自幼唯一的仰仗。
06. 我自從在母胎中，就仰賴了你，尚在母懷中，你就是我的託庇；我全心的希望，時時寄托於你。
15. 我的口要傳述你的寬仁，終日不斷宣揚你的救恩，因為我不知它們的數額。
17. 天主，遠自我幼年時，你已教導了我。直至今日，我仍宣示你的微妙。

聖若望福音 13:21-33,36-38

耶穌同門徒一起吃晚餐時，心神煩亂，就明明地說：「我實實在在告訴你們：你們中有一個要出賣我。」門徒便互相觀望，猜疑他說的是誰。他門徒中有一個是耶穌所愛的，他那時斜依在耶穌的懷裏，西滿伯多祿就向他示意說：「你問他說的是誰？」那位就緊靠在耶穌的胸膛上，問他說：「主！是誰？」耶穌答覆說：「我蘸這片餅遞給誰，誰就是。」耶穌就蘸了一片餅，遞給依斯加略人西滿的兒子猶達斯。隨著那片餅，撒殫進入了他的心，於是耶穌對他說：「你所要做的，你快去做吧！」同席的人誰也沒有明白耶穌為什麼向他說了這話。不過，有人因為猶達斯掌管錢囊，以為耶穌是給他說：「你去買我們過節所需要的」，或者，要他給窮人施捨一些東西。猶達斯一吃了那一片餅，就立時出去了：那時，正是黑夜。

猶達斯出去以後，耶穌就說：「現在人子受到了光榮，天主也在人子身上受到了光榮。天主既然在人子身上得到了光榮，天主也要在自己內使人子得到光榮，並且立時就要光榮他。孩子們！我同你們在一起的時候不多了；以後你們要尋找我，就如我曾向猶太人說過：我所去的地方，你們不能去；現在我也給你們說。」

西滿伯多祿問耶穌說：「主！你往哪裏去？」耶穌回答說：「我所去的地方，你如今不能跟我去，但後來卻要跟我去。」伯多祿向他說：「主！為什麼現在我不能跟你去？我要為你捨掉我的性命！」耶穌答覆說：「你要為我捨掉你的生命嗎？我實實在在告訴你：雞未叫以前，你要三次不認我。」

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：_____