



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

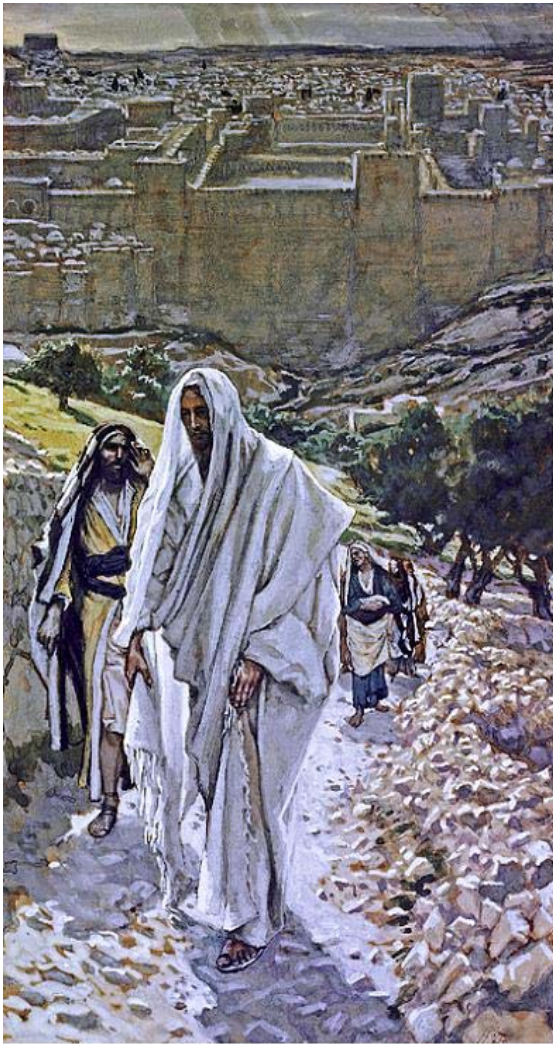
聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。（默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。）

【每日聖言分享】

德	36:1-6, 13-19
詠	79:8,9,11,13
谷	10:32-45

29.05.2013 【主，祢會背起我和我的十字架！】

那時，他們在路上，要上耶路撒冷去，耶穌在門徒前頭走，他們都驚奇，跟隨的人也都害怕。（谷 10：28）



Jesus Goes to Bethany in the Evening by James Tissot

默想：耶穌在門徒前頭走向耶路撒冷，表示出祂的決心：

祂的決心是拋棄主子、師傅的身份，成為階下囚。

祂的決心是捨棄自我，成為最受屈辱的人。

祂的決心是為了承行天父的旨意，而犧牲自己。

祂的決心是為了愛，無私地燃燒自己，直至成為灰燼。

「跟隨的人也都害怕」，我們都是跟隨耶穌的人，我們有沒有試過害怕？害怕為了耶穌要捨棄自我、要犧牲自己、要變成灰燼？

耶穌要我們天天背起十字架來跟隨祂，我們有沒有覺得自己的十字架太重，希望可以放下來？上耶路撒冷的路很沉重，我們是否願意跟著耶穌走？生活的擔子也很沉重，我們是否願意真的跟隨耶穌走？

我的祈禱：主耶穌，我的確覺得我的十字架很沉重，重得背不起來。可是，我相信我不會一個人去背負的，因為有祢與我一起。當我覺得無法負擔時，祢就會背起我和我的十字架。主耶穌，我感謝祢、讚美祢！

地址：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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。）

【每日聖言分享】

德	36:1-6, 13-19
詠	79:8,9,11,13
谷	10:32-45

29.05.2013 【主，祢會背起我和我的十字架！】

德訓篇 36:1-2,5-6,13-19

萬有的主宰天主！求你憐憫我們，轉面回顧。賜我們得見你仁慈的光輝。求你賜那不尋找你的萬民都敬畏你，讓他們知道，除你以外別無天主，為叫他們傳揚你偉大的作為。好叫他們認識你，如同我們認識了你一樣：除你以外，沒有天主，上主啊！求你重顯神跡，重行奇事。求你聚集雅各伯的眾支派，使他們明白，除你以外，沒有天主；使他們傳揚你偉大的作為；以他們作產業，如同起初一樣。上主啊！求你憐憫那因你得名的民族，就是你視為長子的以色列民族。求你憐憫你的聖城耶路撒冷，你安居的住所。求你使熙雍布滿你的威嚴，使聖殿瀰漫你的光榮。求你為你首要的功業作證，履行古先知們因你的名所說的預言。求你賞報期待你的人民，好使你的先知們被人認為忠實。上主啊！求你俯聽你僕人們的祈禱，依照亞郎給與你百姓的祝福，指導我們走上正義的道路，使世上所有的人，都知道你是天主，萬世萬代的天主。

聖詠 79:8,9,11,13 哀聖城的毀滅

08. 求你別向我們追討祖先的惡行，以你的仁慈速來協助我們，因為我們實在是可憐萬分。
09. 天主，我們的救主，為你名的光榮，協助我們，為了你的聖名，寬赦我們的罪過，拯救我們！
11. 願囚徒的哀歎上達你面前，按你手臂的能力解放死犯！
13. 這樣做你子民做你牧場羊群的我們，能永遠稱謝你，能萬世宣揚你的光榮。

聖馬爾谷福音 10:32-45

那時，耶穌和門徒在路上，要上耶路撒冷去。耶穌在門徒前頭走，他們都驚奇，跟隨的人也都害怕。耶穌又把那十二人帶到一邊，開始告訴他們那將要臨到他身上的事：「看，我們上耶路撒冷去，人子要被交於司祭長和經師；他們要定他的死罪，要把他交給外邦人；這些人要戲弄他，唾污他，鞭打他，殺害他；但三天以後，他必要復活。」

載伯德的兒子雅各伯和若望來到耶穌跟前，對他說：「師傅！我們願你允許我們的請求！」耶穌對他們說：「你們願意我給你們做什麼？」他們回答說：「賜我們在你的光榮中，一個坐在你右邊，一個坐在你左邊。」耶穌對他們說：「你們不知道你們所求的是什麼；你們能飲我飲的爵嗎？或者，你們能受我受的洗嗎？」他們對他說：「我們能。」耶穌就對他們說：「我飲的爵，你們必要飲；我受的洗，你們必要受；但坐在我右邊或左邊，不是我可以給的，而是給誰預備了，就給誰。」那十個聽了，就開始惱怒雅各伯和若望。耶穌叫門徒過來，對他們說：「你們知道，在外邦人中，有尊為首領的，主宰他們，有大臣管轄他們；但你們中間，卻不可這樣：誰若願意在你們中間成為大的，就當作你們的僕役；誰若願意在你們中間為首，就當作眾人的奴僕，因為人子，不是來受服事，而是來服事人，並交出自己的性命，為大眾作贖價。」

地址：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：_____