



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】

出 1:8-14,22

詠 124:1-3,4-6,7-8

瑪 10:34-11:1

15.07.2013 【我輩重罪人，應如何回應天主對我們的厚愛？】

「誰不肯背起自己的十字架跟隨我，不配是我的。」(瑪 10：38)



聖文德主教紀念

聖人在一二一八年左右，生於意大利。及長，加入方濟會，負笈巴黎攻讀哲學典神學，獲得大學教授職，並與聖多瑪斯阿奎納相識。聖人致力於教授本會修士，成績卓著；旋當選方濟會總會長，賢明處理會務。最後被任為阿巴諾主教和樞機。於一二七四年安逝於法國里昂；生平著作等身，尤其長於奧秘神學，所著神學與哲學書籍，影響深遠。

默想

主耶穌，今日的讀經「誰不肯背起自己的十字架跟隨我，不配是我的」(瑪 10：38)，告訴我：「若願意跟隨你，該棄絕自己，天天背着自己的十字架跟隨你」(路 9：23)，這令我再一次沉思默想玫瑰經的痛苦五端的場景，體驗一下你背負的十字架是如何沉重、艱辛，而我背負的十字架又是什麼？

看，在山園祈禱中，你已預知被出賣、要戴上荆棘茨冠、被鞭打、背負十字架、走苦路，末了，被釘在十字架上死……。主耶穌，你的十字架背負着整個人類，從原祖到現今直到永遠的罪債……。多沉重啊！多淒愴啊！當你極度恐慌至汗如血珠滴在地上時，你疼愛的宗徒卻「心神固然切願，但肉體卻軟弱」睡着了！而在此同時，十二宗徒之一的猶達斯竟正去出賣耶穌！……看，這班人、那叛徒、整個沉淪罪惡的人類，還值得你犧牲嗎？主耶穌，天主的獨生子，取了人性，成了血肉，就在我們還是罪人時，便為我們捨身十架，拯救我們……。這是什麼？是天主對人類的深情大愛啊！

我輩重罪人，撫躬自問，應如何回應你對我們的厚愛，背起自己的十字架來跟隨你呢？

祈禱

主耶穌，當自私、驕傲、貪婪、懶惰、忿怒、迷色使我立心不良要傷害他人時……求你讓我看你為我受苦的面容……而改過遷善。

當我身心靈受到傷害、挫敗、無助、病苦、和種種不如意事時……求你讓我看你慈詳、疼愛我的面容……而坦然接受，無怨無尤。當我見到近人饑餓、衣不蔽體、臥病中、在獄中、身心靈有需要時，求你讓我在他們身上看到你的面容……而施予援手。

主耶穌，求你賜我恩寵勇力背起這些人生的十字架來跟隨你！ 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】

出 1:8-14,22

詠 124:1-3,4-6,7-8

瑪 10:34-11:1

15.07.2013 【我輩重罪人，應如何回應天主對我們的厚愛？】

出谷紀 1:8-14,22

有位不認識若瑟的新王興起，統治了埃及。他對自己的人民說：「看，以色列子民，比我們又多又強。來，我們要用智謀對付他們，免得他們繁盛起來，一遇戰爭，就去與我們的敵人聯合，攻擊我們，然後離開此地。」於是派督工管制他們，以苦役壓迫他們，叫他們給法郎建築丕通和辣默色斯兩座貯貨城。但是越壓迫他們，他們越增多，也越繁殖，以至埃及人都怕以色列子民。於是埃及人更嚴厲地強迫以色列子民做苦工，強迫他們作和泥做磚的苦工，田間的一切勞工，以及種種苦工，使他們的生活十分痛苦。

法郎於是訓令他的全體人民說：「凡希伯來人所生的男孩，你們應把他丟在尼羅河裏；凡是女孩，留她活著！」

聖詠 124:1-3,4-6,7-8 天主是強有力的救星

01. 若不是上主保佑我們唯願以色列子民再說：
02. 若不是上主保佑我們，當世人起來攻擊我們，
03. 並向我們發洩怒火時，必會活活將我們吞食。
04. 就像淹沒我們的水禍，流過我們頸項的洪波。
05. 又像洶湧澎湃的狂浪，早已將我們淹沒滅亡。
06. 讚美上主，他沒有將我們拋出，使我們做成他爪牙的獵物；
07. 我們像掙脫獵人羅網的小鳥，羅網被扯破了，我們自然逃掉。
08. 我們的救助是賴上主的名，上天和下地都是由他所造成。

聖瑪竇福音 10:34-11:1

那時候，耶穌對他的門徒說：「你們不要以為我來，是為把平安帶到地上；我來不是為帶平安，而是帶刀劍，因為我來，是為叫人脫離自己的父親，女兒脫離自己的母親，兒媳脫離自己的婆婆；所以，人的仇敵，就是自己的家人。誰愛父親或母親超過我，不配是我的；誰愛兒子或女兒超過我，不配是我的。誰不肯背起自己的十字架跟隨我，不配是我的。誰獲得自己的性命，必要喪失性命；誰為我的緣故，喪失了自己的性命，必要獲得性命。誰接納你們，就是接納我；誰接納我，就是接納那派遣我來的。誰接納一位先知，因他是先知，將領受先知的賞報；誰接納一位義人，因他是義人，將領受義人的賞報。誰若只給這些小子中的一個，一杯涼水喝，因他是門徒，我實在告訴你們：這人決失不了他的賞報。」

耶穌囑咐完了他的十二門徒，就從那裏去了，為在他們的城裏施教宣講。」

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：_____