



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】

納 4: 1-11

詠 86: 3-4,5-6,9-10

路 11: 1-4

09.10.2013 【願天主的旨意承行於我身上】

「主，請教給我們祈禱。」（路 11：1）



PERUGINO, Pietro, Prayer in the Garden
c. 1492 Galleria degli Uffizi, Florence

默想：祈禱是基督徒的重要靈修功課之一，因為在祈禱中我們與主相遇相通。但是我們是否真的懂得怎樣祈禱？或是當所求的沒有得到，會懷疑天主是否傾聽了自己的禱聲？

祈禱無效的原因，是不懂祈禱，應先學習如何祈禱。祈禱時，我們往往從自己的角度出發，祈求天主賞賜這樣那樣的恩典，當然，如果是本著對主的信賴交託，這是沒有問題的；但當事情的發展和自己的禱詞背道而馳時，就質疑天主是否愛自己。天主不賞賜的原因，是因為我們所預期的結果對我們並不是最好的。山園祈禱耶穌對父的祈求給基督徒立了好榜樣：「但不要隨我的意願，惟照你的意願成就罷！」（路 22：42）全心全意信賴天主在自己身上發生的一切，便是信德的表現。

生活中發生的一切事情，是人與天主，人與別人和人與自己關係的照明，當中定有天主旨意的因素。古今聖賢的祈禱，都是充滿對天主的仰慕和信賴、對人的關係溫情和對自己終向的憧憬。很喜歡德肋撒修女 (Mother Teresa) 說的：「祈禱是一種喜樂，祈禱是天主愛的光芒，祈禱是永恆幸福的希望。」（德肋撒修女語錄《愛其實很簡單》）

我的祈禱：天父，請賜給我們聖神的智慧，一顆謙卑赤誠的心，懂得祈禱的真正意義，能欣然面對生活中一切挑戰。因祢聖子主耶穌基督的名，求祢俯聽我們的祈禱。



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】

納 4: 1-11

詠 86: 3-4,5-6,9-10

路 11: 1-4

09.10.2013 【願天主的旨意承行於我身上】

約納先知書 4:1-11

那時候，約納很不高興，遂發起怒來。他懇求天主說：「上主，當我還在故鄉時，我豈不是已想到尼尼微的事？所以，我預先要逃往塔爾史士去，因為我知道你是慈悲的，寬仁的天主；是緩於發怒，富於慈愛，憐憫而不願降災禍的天主。上主，現在，求你從我身上收去我的性命，因為，我死了比活著還好！」上主說：「你的憤怒合理嗎？」

約納出了城，坐在城東，在那裏為自己搭了一個棚，坐在棚蔭下，要看看那城究竟要發生什麼事。上主天主安排了一株蓖麻，使它長得高過約納，為他的頭遮蔭，消除他的煩惱。約納很喜愛這株蓖麻。但第二天曙光升起時，天主安排了一隻蟲子咬死蓖麻，蓖麻便枯萎了。當太陽升起時，天主又安排了炎熱的東風，太陽射在約納頭上，使他無法忍受，便要求死去，說：「我死了比活著還好！」天主向約納說：「你為這株蓖麻發怒合理嗎？」他回答說：「我氣得要死，是合理的！」上主說：「你為這株蓖麻，並沒有勞過力，也沒有使它生長，還憐惜它：它不過是一夜生出，一夜死去的植物；對尼尼微這座大城，其中有十二萬多不能分辨自己左右手的人，且有許多牲畜，我就不該憐惜他們麼？」

聖詠 86: 3-4,5-6,9-10 災禍中的祈禱

03. 你是我的天主，求你憐憫我；上主，因為我時常向你哀告。
04. 求你使你的僕人心靈歡欣。上主，我向你舉起我的心神。
05. 我主，因為你又良善又慈憫，凡呼號你的，你必待他寬仁；
06. 上主，求你俯聽我的祈禱，求你細聽我懇求的哀號。
09. 上主，你所造的萬民一齊來到，他們崇拜你，並宣揚你的名號。
10. 因為你是偉大的，獨行奇謀，只是你是惟一無二的天主。

聖路加福音 11:1-4

有一次，耶穌在一個地方祈禱，祈禱完畢，他的一個門徒對他說：「主，請教我們祈禱，如同約翰教了他的門徒一樣。」耶穌對他們說：「你們祈禱時要說：父啊！願你的名被尊為聖！願你的國來臨！我們的日用糧，求你天天賜給我們！寬免我們的罪過，因為我們自己也寬免所有虧負我們的人；不要讓我們陷入誘惑。」

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：_____