



## 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】

雅 2:14-24,26

詠 112:1-2,3-4,5-6

谷 8:34-9:1

### 21.02.2014 【十字架 — 出死入生】

「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架，跟隨我。」(谷8：34)



**默想：**這是一節我們耳熟能詳的福音話語，那是耶穌向門徒首次預言受難和死亡後，向群眾和門徒表明默西亞當受苦至死；為跟隨祂的人，也該受苦受難，為獲得永生。

今天世界的十字架——苦難和痛苦都非常沉重。為了逃避痛苦，世人追尋享樂、慾情、肆意地醉酒、濫藥……目的只是暫避人生免不了的生、老、病、死；但歡愉過後，又歸於虛空、落寞，痛

苦依舊如影隨形。但基督的苦難和死亡，揭示了痛苦隱含的奧秘。耶穌選擇了受苦僕人的道路去完成救世的使命，祂背負十字架走上加爾瓦略山，最後被釘死在十字架上。基督為我們跟隨祂的人，親身展示了如何負起生命的十字架——祂謙遜忍受、緘默不語，不問為何，只全然接受，在被天父遺棄那刻，祂依然忠愛天父，那痛苦的十字架竟成了愛情的記號！基督的死亡向世人啓示痛苦的救贖意義，讓陷於絕境，看似無助無望、淒愴悲涼境地的人們，心內升起盼望的光芒。

基督替每人安置了合適的十字架，唯你才有資格當得起背負。回想我的生命足跡，五十多年的歲月，都因著十字架的愛情和力量，使我活到今天。當我沉思默念耶穌的要求：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架，跟隨我。」(谷8：34)我的十字架看來是這樣被轉化了：由抗拒到願意背起，從執著自我到放得下自己——這確是真實的死亡，繼而俯首朝拜，彎下身來擔起生命的十字架，那就是我的生命之旅、信仰歷程。每人都有十字架要背，當我們懊惱，不想再背，想要反抗時，那就仰望被釘的基督吧，祂親身說明了：捨棄生命是獲得生命的唯一方法。

**我的祈禱：**親愛的耶穌，有祢陪伴和安慰，我的十字架竟可流露喜樂和甘飴，粗大沉重的負擔變得輕省。主，我該如何報謝祢？主，求祢讓我在脆弱、考驗裏依然追隨祢，每天一點一滴地更相似祢。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](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：\_\_\_\_\_



## 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】

雅 2:14-24,26

詠 112:1-2,3-4,5-6

谷 8:34-9:1

### 21.02.2014 【十字架 — 出死入生】

#### 雅各伯書 2:14-24,26

我的弟兄們，若有人說自己有信德，卻沒有行為，有什麼益處？難道這信德能救他嗎？假設有弟兄或姐妹赤身露體，且缺少日用糧，即使你們中有人給他們說：「你們平安去吧！穿得暖暖的，吃得飽飽的！」卻不給他們身體所必需的，有什麼益處呢？信德也是這樣：若沒有行為，自身便是死的。

也許有人說：你有信德，我卻有行為；把你沒有行為的信德指給我看，我便會藉我的行為，叫你看我的信德。你信只有一個天主嗎！你信得對，連魔鬼也信，且怕得打顫。虛浮的人啊！你願意知道信德沒有行為是無用的嗎？我們的祖宗亞巴郎，把他的兒子依撒格獻在祭壇上，不是由於行為而成爲義人的嗎？你看，他的信德是和他的行為合作，並且這信德由於行為才得以成全，這就應驗了經上所說的：「亞巴郎相信了天主，因而這事爲他便算是正義」，得被稱爲「天主的朋友」。你們看，人成義是由於行為，不僅是由於信德。正如身體沒有靈魂是死的，同樣信德沒有行為也是死的。

#### 聖詠 112:1-2,3-4,5-6 義人的福樂

01. 亞肋路亞！凡敬畏上主的人，真是有福，喜歡祂誠命的人，真是有福！
02. 他的子孫在世上必要強盛，義人的後代必要受到讚頌。
03. 他家中權勢財產，他的仁義必存留永遠。
04. 祂富有仁愛，慈悲而又公道，像光明在暗處向義人照耀。
05. 樂善好施的人必蒙受祝福，祂以正義處理自己的事務。
06. 因爲他永遠不會失足抖顫，義人必要受到永遠的記念。

#### 聖馬爾谷福音 8:34-9:1

那時候，耶穌召集群眾和門徒來，對他們說：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架，跟隨我，因爲誰若願意救自己的性命，必要喪失性命；但誰若爲我和福音的緣故，喪失自己性命，必要救得性命。人縱然賺得了全世界而賠上自己的靈魂，爲他有什麼益處？人還能拿什麼作爲自己靈魂的代價？誰若在這淫亂和罪惡的世代中，以我和我的話爲恥，將來人子在他父的光榮中，同諸聖天使降來時，也要以他爲恥。」

耶穌又對他們說：「我實在告訴你們：站在這裏的人中，就有幾個在未嘗到死味以前，必要看見天主的國帶著威能降來。」

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：\_\_\_\_\_