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】

則 47:1-9,12
詠 46:2-3,5-6,8-9
若 5:1-16

01.04.2014【悔改的回應】

耶穌說：「看，你已痊癒了，不要再犯罪，免得你遭遇更不幸的事。」(若 5:14)

默想：

耶穌把被病魔纏繞了三十八年的癱子治好，使他從絕望和痛苦中釋放出來，重獲新生。耶穌基督「愛」的醫治是叫他醒悟悔改，接納基督的教導，改變自己，成爲一個成全的人。藉著認識天主的慈悲寬恕，承認人是軟弱有限的，需要不斷悔改，才能遠離罪惡，獲得真正的自由。

雖然在這個奇蹟中耶穌主動醫治了這名癱子，但癱子的回應也是重要的因素。耶穌要求癱子：起來、拿起床、行走；癱子照樣做了。「起來」象徵悔改的決心；「拿起床」象徵放棄舊習；「行走」象徵回頭行走上主的道路。這是悔改不可或缺的條件。

我的祈禱：

慈愛的天父，祢完全認識我們每個人，我們需要依靠祢的愛和恩寵才有能力悔改皈依。求賜我們一顆平靜和自由的心，追隨基督實踐愛與寬恕。

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：_____

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】

則 47:1-9,12
詠 46:2-3,5-6,8-9
若 5:1-16

01.04.2014【悔改的回應】

厄則克耳先知書 47:1-9,12

那時，天使領我回到聖殿門口，看，有水從聖殿門限下邊湧出，流向東方——因爲聖殿正面朝東；水從聖殿的右邊經祭壇的南邊流出。隨後他引我由北門出來，帶我由外面轉到朝東的外門。看，水從右邊湧出。那人手拿繩索向東走去，量了一千肘，遂叫我由水中走過，水深及踝。他再量了一千肘，再叫我由水中走過，水深及膝。又量了一千肘，又叫我走過，水深及腰。他又量了一千肘，水已成河，不能走過，因爲水已高漲，成了可供游泳的水，不能走過去的河。於是他對我說：「人子，你看見了嗎？」遂引我回到河岸。

當我回來時，看，沿河兩岸，樹木很多。於是他對我說：「這水流往東方，下至阿辣巴，而人於海——鹽海中，海水遂變成好水。這河所流過的地方，凡蠕動的生物都得生活，魚也繁多，因爲凡這水所到的地方，百物必能生存。沿河兩岸，長有各種果木樹，枝葉總不凋零，果實決不匱乏，且按月結果，因爲水是出自聖所；樹上的果實可當作食物，枝葉可當作藥材。」

聖詠 46:2-3,5-6,8-9 天主與我們同在

02. 天主是我們的救助和力量，是患難中最易尋到的保障。
03. 因此，縱使地動山崩，墮入海心，我們也絕不會疑懼橫生；
05. 河流要使天主的城邑歡樂，即至高者所住的至聖居所，
06. 天主定居其中，此城決不動搖；清晨曙光一現，天主即加扶牢。
08. 與我們同在的是萬軍的上主，雅各伯的天主是我們的保護。
09. 請你們前來觀看上主的作爲，看祂在地上所行的驚人事蹟。

聖若望福音 5:1-16

那時，正是猶太人的慶節，耶穌便上了耶路撒冷。在耶路撒冷靠近羊門有一個水池，希伯來語叫作貝特匝達，周圍有五個走廊。在這些走廊內，躺著許多患病的、瞎眼的、瘸腿的、癱瘓的，都在等候水動。因爲有天使按時下到水池中，攪動池水；水動後，第一個下去的，無論他患什麼病，必會痊愈。在那裏有一個人，患病已三十八年。耶穌看見這人躺在那裏，知道他已病了多時，就向他說：「你願意痊愈嗎？」那病人回答說：「主，我沒有人在水動的時候，把我放到水池中；我正到的時候，別人在我以前已經下去了。」耶穌向他說：「起來，拿起你的床，行走吧！」那人便立刻痊愈了，拿起自己的床，行走起來；那一天正是安息日。於是猶太人對那痊愈的人說：「今天是安息日，不許你拿床。」他回答他們說：「叫我痊愈了的那一位給我說：拿起你的床，行走吧！」他們就問他：「給你說拿起床來，而行走的那人是誰？」那痊愈的人卻不知道他是誰，因爲那地方人多，耶穌已躲開了。事後耶穌在聖殿裏遇見了，他便向對說：「看，你已痊愈了，不要再犯罪，免得你遭遇更不幸的事。」那人就去告訴猶太人：使他痊愈的就是耶穌。爲此猶太人便開始迫害耶穌，因爲他在安息日作這樣的事。

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：_____