



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】

宗 11:21-26;13:1-3
詠 98:1,2-3,3-4,5-6
瑪 10:7-13

11.06.2014 【不要憂慮行裝而要輕身上路】

「你們不要在腰包裏帶金、銀、銅錢；路上不要帶口袋，也不要帶兩件內衣，也不要穿鞋，也不要帶棍杖。」(瑪 10:10)



聖巴爾納伯宗徒紀念

聖巴爾納伯是塞浦路斯島人，耶路撒冷初期的信友之一，曾在安提約基雅宣講福音；保祿第一次行程中，巴爾納伯同他一起傳教。曾參加耶路撒冷會議，後返回本鄉，傳布福音；在尼祿王執政時殉道。

Christ sending forth the apostles

默想：

現代人出門辦事或旅行，總會打點行裝，錢銀、證件、近身物品等，累累贅贅。耶穌吩咐祂的門徒出外宣講天國時，卻叮囑不用憂慮行裝而要輕身上路。輕身上路的態度，相對於我們現今，生活是那麼沈重，導致憂慮，原來忘記了領洗時已選擇了天主。信仰路途是向前的，是未知的，我相信憑藉堅毅的信德，與主同行，以基督精神作為生活的指引，天國的許諾就靠在不遠。

就如教宗方濟各去年曾說：「錢財與世俗的憂慮窒息天主聖言，主也對我們說過：『所以，你們不要憂慮！你們先該尋求天主的國和它的義德，這一切自會加給你們。』讓我們祈求主賜予恩寵，不要為生活憂慮，並記得我們有聖父揀選了我們」。

我的反思和祈禱：

仁慈的上主，祢揀選了聖巴爾納伯，使他充滿信德和聖神，為眾人的皈依而奔波；求祢幫助我們效法聖人的德表，以言以行，勇敢地宣揚基督的福音。

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

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】

宗 11:21-26;13:1-3
詠 98:1,2-3,3-4,5-6
瑪 10:7-13

11.06.2014 【不要憂慮行裝而要輕身上路】

宗徒大事錄 11:21-26;13:1-3

那時候，信而歸主的人，數目很多。這事傳到了耶路撒冷教會，就打發巴爾納伯到安提約基雅去。他一來到，看見天主所賜的恩惠，就很歡喜，並勸勉眾人要決心堅定於主。因為他是好人，充滿聖神和信德，如此有許多人歸附了主。以後，他往塔爾索去找掃祿；找著以後，便領他回到安提約基雅。他們一整年在那教會中共同工作，教導了許多人；在安提約基雅最先稱門徒為「基督徒」。

在安提約基雅教會中，有一些先知和教師，其中有巴爾納伯和號稱尼革爾的西滿，有基勒乃人路基約，和與分封侯黑落德同乳的瑪納恆，還有掃祿。他們敬禮主和禁食的時候，聖神向他們說：「你們給我選拔出巴爾納伯和掃祿來，去行我叫他們要行的工作。」他們遂禁食祈禱，給他們覆了手，派他們走了。

聖詠 98:1,2-3,3-4,5-6 天主是萬民的救主

01. 請眾向上主歌唱新歌，因為祂行了奇事。祂的右手和祂的聖臂，為祂獲得了勝利。
02. 上主已經宣佈了自己的救恩，將自己的正義已啓示給萬民。
03. 祂記起了自己的良善和忠誠，即向以色列家族廣施的寬仁。全球看見了我們天主的救恩。
04. 因此，普世大地，請向上主歌舞，請踴躍，請歡樂，彈琴演奏：
05. 彈著豎琴，向上主讚頌，彈著豎琴，伴和著絃韻。
06. 吹起喇叭，伴奏著號角，在上主君王前謳歌。

聖瑪竇福音 10:7-13

那時候，耶穌對他的門徒說：「你們在路上應宣講說：天國臨近了。病人，你們要治好；死人，你們要復活；癩病人，你們要潔淨；魔鬼，你們要驅逐；你們白白得來的，也要白白分施。你們不要在腰包裏帶金、銀、銅錢；路上不要帶口袋，也不要帶兩件內衣，也不要穿鞋，也不要帶棍杖，因為工人自當有他的食物。你們不論進了那一城或那一村，查問其中誰是當得起的，就住在那裏，直到你們離去。你們進那一家時，要向它請安。倘若這一家是堪當的，你們的平安就必降臨到這一家；倘若是不堪當的，你們的平安仍歸於你們。」

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

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____