



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】

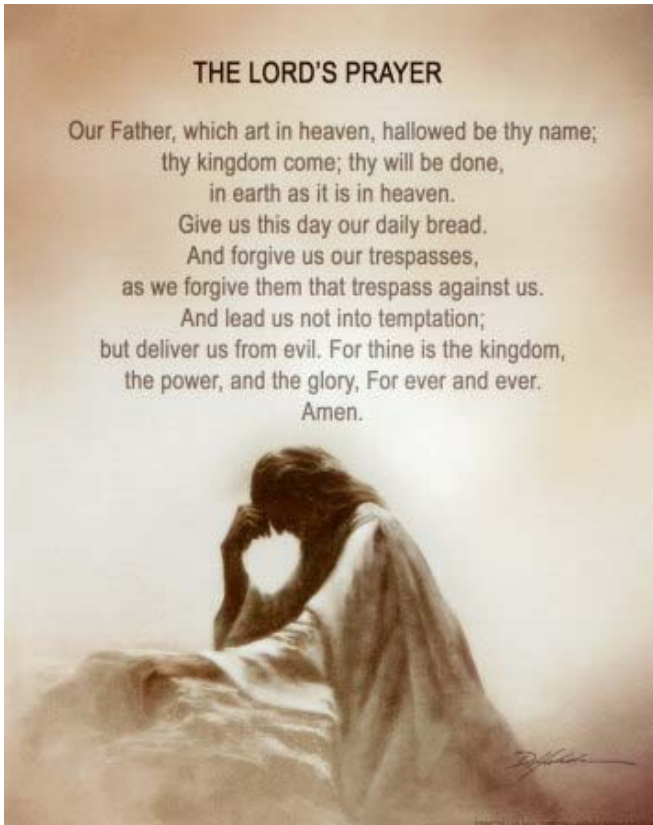
德 48:1-15

詠 97:1-2,3-4,5-6,7

瑪 6:7-15

19.06.2014 【完美的禱文 — 天主經】

「我們在天之父，願祢的名被尊為聖。」(瑪 6:9)



默想：

今天的福音，主耶穌教導我們不要學外邦人，在祈禱時，嘮嘮叨叨，累累贅贅，反覆多言，以為這樣，便可獲得垂允。我常再三默想主的這番說話時，發覺其實也是對我說的。我留意到自己平日的祈禱，與外邦人的分別不大，也是囉囉唆唆，累累贅贅的；忘記了父的慈愛和眷顧，祂在我祈求之前，其實已洞悉了我的需要；只是我的信德薄弱，以為要向父加以陳述，才可獲得垂允。真是慚愧。

主耶穌為怕我們不懂得祈禱，今日還親自教懂我們一篇完美的禱文 — 天主經，以幫助我們懂得向天父祈求。

說天主經是一篇完美的禱文一點也不為過。首四句為教徒來說是信仰的中心：欽崇天主在萬有之上並時刻顯揚祂的名和奉行祂的旨意。然後主耶穌也明白我們的基本需要，提醒我們不要忘記向天主祈求賞賜日用糧。之後，祂也提醒我們要寬恕得罪我們的人，這樣天父才會同樣寬恕我們。而更為重要的是祂提醒我們要懂得向父祈求不要讓我們陷於誘惑，以免墮入痛苦的地獄。做教友最重要的祈求元素已包含在一篇經文內，說天主經是一篇完美的經文實不為過。

反省：

天主經既然包含了這麼多的重要終極做人目標，實值得我們每日誦念和默想，願共勉。

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】

德 48:1-15

詠 97:1-2,3-4,5-6,7

瑪 6:7-15

19.06.2014 【完美的禱文 — 天主經】

德訓篇 48:1-15

當時興起了一位激烈如火的先知厄里亞，他的言辭熾熱如火炬。他使人民遭遇饑荒，因他嫉惡如仇，使人民的數目大減，因為他們不肯持守上主的誡命；他因上主的一句話，關閉了蒼天；同樣，他也三次使火下降。啊！厄里亞！因你的奇跡，你是多麼榮耀！誰能自誇與你相似？你因至高者的一句話，從死亡中，由陰府裏，使死人復活；你將數位君王推倒，以至喪亡，輕易地粉碎了他們的權威；你把尊貴的人，從床上推下；你在西乃山上，聽見了上主的訓誡；你在曷勒布山上，聽到了報復的斷案；你用油祝聖了君王，為執行報復的事；你用油祝聖了先知，為繼承你的職務；你乘著火馬車，被火旋風捲去；你受命隨時備妥，為在上主發怒以前，平息義怒，為使父親的心轉向兒子，為使雅各伯的各支派恢復舊觀。看見你的人，和安眠於愛的人，是有福的！因為我們也要生活。但死後，我們的名聲卻不是那樣。

在厄里亞被旋風捲去後，厄里亞充滿了他的精神；他在世時，沒有君王能夠動搖他，沒有人能夠使他屈服，沒有什麼事能夠難倒他；死後，他的屍體還能執行先知的任務；他生時行了奇跡；死後，他還行了奇事。

聖詠 97:1-2,3-4,5-6,7 天主顯現時的威嚴

01. 上主為王！願大地踴躍，無數島嶼，也都要歡樂！
02. 雲彩和黑暗將祂團團包圍，正義與公道支持祂的座位。
03. 烈火在祂前面先行，焚燒祂四周的敵人。
04. 祂的閃電照亮塵寰，大地一見，戰慄搖惑。
05. 面對上主，即普世的主宰，大山要像蠟燭一般溶解。
06. 蒼天宣揚祂的公道，萬民目睹祂的光耀。
07. 願所有拜偶像，以邪神自誇人受辱，願所有的神祇，都俯伏在祂面前叩首。

聖瑪竇福音 6:7-15

那時候，耶穌對他的門徒說：「你們祈禱時，不要嘮嘮叨叨，如同外邦人一樣，因為他們以為只要多言，便可獲得蒙允。你們不要跟他們一樣，因為你們的父，在你求他以前，已知道你們需要什麼。所以，你們應當這樣祈禱：我們在天之父！願你的名被尊為聖，願你的國來臨，願你的旨意承行於地，如在天上一樣！我們的日用糧，求你今天賜給我們；寬免我們的罪債，猶如我們也寬免得罪我們的人；不要讓我們陷入誘惑，但救我們免於凶惡。因為你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們的；但你們若不寬免別人的，你們的父也必不寬免你們的過犯。」

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：_____