



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】

迦 4:22-24,26-27,31-5:1

詠 113:1-2,3-4,5-7

路 11:29-32

13.10.2014 【天主處處忍耐、仁慈和憐憫】

如約納為尼尼微人是個徵兆，將來人子為這一世代也是這樣。(路 11:30)



默想：面對社會上的黑暗、不公、虛偽、邪惡的一面。我們如何反應？很多人也許會以「詛咒、焚毀、折斷、砸死」的態度還擊。我們會像約納一樣嗎？我們曾希望某人被懲罰及怨恨？

明白上主的大能，就明白主的愛能改變我們的仇敵，也改變我們。耶穌譴責一切違反社會正義和破壞人性尊嚴的種種罪行，同時要我們用愛去「接納、包紮、治癒、寬恕」，激起人性的惻隱和愛心，使人看出愛，看出另一福樂世界的存在。

我的反思和祈禱：求主帶領我們教會及團體繼續推動並完成它的先知使命，向世界發出光和希望，繼續帶給人解放、自由、和生命。

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。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】

迦 4:22-24,26-27,31-5:1

詠 113:1-2,3-4,5-7

路 11:29-32

13.10.2014 【天主處處忍耐、仁慈和憐憫】

聖保祿宗徒致迦拉達人書 4:22-24,26-27,31-5:1

弟兄們：法律曾記載說：亞巴郎有兩個兒子：一個生於婢女，一個生於自由的婦人。那生於婢女的，是按照常例而生的；但那生於自由婦人的，卻是因為恩許而生的。這都含有寓意：那兩個婦人是代表兩個盟約：一是出於西乃山，生子為奴，那即是哈加爾；然而那屬於天上的耶路撒冷卻是自由的，她就是我們的母親：誠如經上記載說：「不生育的石女，喜樂吧！未經產痛的女人，歡呼高唱吧！因為被棄者的子女比有夫者的子女還多。」

所以，弟兄們，我們不是婢女的子女，而是自由婦人的子女。基督解救了我们，是為使我們獲得自由；所以你們要站穩，不可再讓奴隸的軛束縛住你們。

聖詠 113:1-2,3-4,5-7 提拔弱小者的天主

01. 上主的僕人，請一齊讚頌，請一齊讚頌上主的聖名！
02. 願上主的聖名受讚頌，從現今直到永遠無窮！
03. 從太陽東升直到西傾，願上主的聖名受讚頌！
04. 上主高越列國萬邦，他的光榮凌駕穹蒼。
05. 誰能相似上主我們的天主？
06. 他必會垂目下視，觀看上天和地下；
07. 從塵埃裏提拔弱小的人，由糞土中舉揚窮苦的人。

聖路加福音 11:29-32

群眾集合攏來的時候，耶穌開始說：「這一世代是一邪惡的世代：它要求徵兆，除了約納的徵兆外，必不給它任何其他徵兆。因為，有如約納為尼尼微人是個徵兆，將來人子為這一世代也是這樣。南方的女王在審判時，將同這一代人起來，定他們的罪，因為她從地極而來，為聽撒羅滿的智慧；看，這裏有一位比撒羅滿更大的！尼尼微人在審判時，將同這一代人起來，定他們的罪，因為尼尼微人因了約納的宣講而悔改了；看，這裏有一位比約納更大的！」

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：_____