



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】

斐 2:12-18
詠 27:1,4,13-14
路 14:25-33

05.11.2014 【十字架的路上】

「不論誰，若不背著自己的十字架，在我後面走，不能做我的門徒。」(路 14:27)



默想：十字架，又大又重，不僅體力上難以負荷，心力上也不易承載。雖然我們常常將「要背起自己的十字架跟隨耶穌」這句話掛在口邊，但真的在生命中背起來，心甘情願地接受那被傷害的、被剝奪的、被不公平對待的……而不是無奈地撐著走的，實在有多少人？撫心自問也未必做到。

拿著自己的十字架，望著耶穌在前，很想告訴祂，我可以不跟著走嗎？我可否停一停呢？真的很累了？為什麼是我？我已經走了很長的路，我不行了。身體的疲乏、心靈的透支，還有很多的不解拖拉著自己，口中只有一句又一句的「主呀！主呀！」之時，主只是輕輕回過頭來，帶著微笑，停下步伐。

十字架的路並不易走，但很清楚這不是一條孤獨的路，至少耶穌就在同一的路上。雖然沒有人可幫助我們肩負起十字架，但我們知道，這條路可以讓人累時休息一下，不明白時可以尋問一下，我們並不需要趕快完成，因為更重要的是在路上與主一起的過程。

我的祈禱：主，感謝祢成為我路上的同伴，求祢啟迪我，鼓勵我！

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】

斐 2:12-18
詠 27:1,4,13-14
路 14:25-33

05.11.2014 【十字架的路上】

聖保祿宗徒致斐理伯人書 2:12-18

我可愛的，就如你們常常聽了命，不但我與你們同在的時候，就是如今不在的時候，你們更應該聽命。你們要戰戰兢兢地努力成就你們得救的事，因為是天主在你們內工作，使你們願意，並使你們身體力行，為成就他的善意。你們做一切事，總不可抱怨，也不可爭論，好使你們成為無可指摘和純潔的，在乖僻敗壞的世代中，做天主無瑕的子女；在世人中你們應放光明，有如宇宙間的明星，將生命的話彰顯出來，使我到基督的日子，可以誇耀，那我就沒有白跑，也沒有徒勞。即使我應在你們信德的祭祀和供獻上奠我的血，我也歡喜，且與你們各位一同喜樂；同樣，你們也該歡喜，也該與我一同喜樂。

聖詠 27:1,4,13-14 虔誠的依恃之情

- 01. 上主是我的光明，我的救援，我還畏懼何人？上主是我生命穩固的保障，我還害怕何人？
- 04. 我有一事祈求上主，我要懇切請求此事：使我一生的歲月，常居住在上主的殿裏，欣賞上主的甘飴慈祥，瞻仰上主聖所的堂皇。
- 13. 我深信在此活人地區，定會享見上主的幸福。
- 14. 你要鼓起勇氣，期望上主！你要振作精神，期望上主！

聖路加福音 14:25-33

那時候，有許多群眾與耶穌同行，耶穌轉身向他們說：「如果誰跟隨我，他應該愛我，勝過愛自己的父親、母親、妻子、兒女、兄弟、姊妹，甚至自己的性命，否則、就不能做我的門徒。不論誰、若不背著自己的十字架跟隨我，就不能做我的門徒。

「你們中間，誰願意建造一座塔，而不先坐下籌算費用，是否有力完成呢？免得他奠基以後，竟不能完工，所有看見的人都要譏誚他說：這個人開了工，而不能完工。或者一個國王要去同別的國王交戰，那有不先坐下運籌一下，能否以一萬人，去抵抗對方的兩萬人呢？如果不能，就得趁那國王離得尚遠的時候，派使者去談判和平的條款。同樣，你們中不論是誰，如不捨棄他的一切所有，不能做我的門徒。」

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：_____