



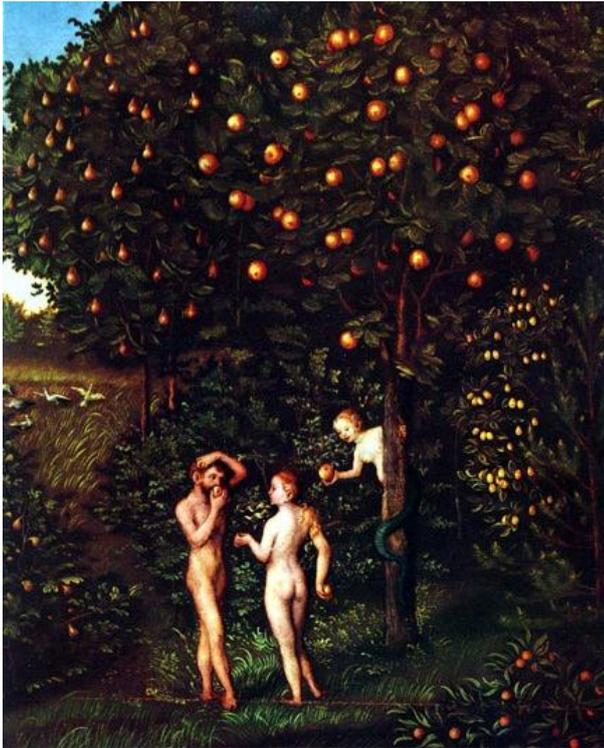
讀聖書、做默想是我們的精神食糧【每日聖言分享】

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。)

聖藍月旺司鐸殉道紀念
創 3:1-8
詠 32:1-2,5,6,7
谷 7:31-37

13.02.2015【要選擇好果子】

「女人看那棵果樹實在好吃好看，令人羨慕。」(創 3:6)



默想：

「大減價」、「買一送一」、「最後清貨」、「美白、養顏、美肌」...這些字眼對大部份女人來說都是既親切，又吸引！聖經裡「女人看那棵果樹實在好吃好看，令人羨慕」這段聖言實在令我有種切膚之親！令我想到以前自己巧遇心儀甜品的時候，即使價錢昂貴，我都會好想嘗到，那種感受是一模一樣！

記得幾年前在聖母神樂院避靜時認識了一位女教友，我們聊起了「逛街掃貨」的心得，大家都認真地討論怎樣克服不要見東西就買的心態！其實那一段日子，我自己有了一個很大的改善，湊巧遇到同遭遇的她就跟她分享了！就是當我好想因為喜愛而買的，而不是因為需要而買的時候，我會停一停，讓自己默念兩至三遍聖母經....這樣之後，我真的理智了很多！每次都這樣

做，慢慢更會感受到聖母會帶領自己學習克己、簡樸、知足的生活。

其實當我們生活在充裕的條件之下因為太多選擇，我們更加要懂得分辨神恩，不要在享用天主祝福我們的果子中誤食了壞果子！以前有神父曾經教導過，可以學習聖依納爵所教導的靈修指引，當自己想要擁有自己很想要的東西時，反問自己：「這樣做是為我與天主更加親密嗎？這個東西是能夠更讓我光榮天主嗎？這個心態是為我的靈魂有得益嗎？」這樣的信仰生活，我們才能真正享用了被天主祝福的果子！

我的祈禱：「親愛的主基督，祢至聖的聖體是我的永生果子，祢的至聖寶血就是養活我靈的水泉，求祢賜予我靈魂只羨慕擁有祢的體血與聖言，只為光榮祢而善用一切受造物！願天主永受讚美！亞孟！」

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：28380780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：28380876

我願意成為<每日聖言分享>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【每日聖言分享】

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。)

聖藍月旺司鐸殉道紀念
創 3:1-8
詠 32:1-2,5,6,7
谷 7:31-37

13.02.2015【要選擇好果子】

創世紀 3:1-8

在上主天主所造的一切野獸中，蛇是最狡猾的。蛇對女人說：「天主真說了，你們不可吃樂園中任何樹上的果子嗎？」女人對蛇說：「樂園中樹上的果子，我們都可吃；只有樂園中央那棵樹上的果子，天主說過，你們不可以吃，也不可摸，免得死亡。」蛇對女人說：「你們決不會死！因為天主知道，你們那天吃了這果子，你們的眼就會開了，將如同天主一樣知道善惡。」女人看那棵果樹實在好吃好看，令人羨慕，且能增加智慧，便摘下一個果子吃了，又給了她的男人一個，他也吃了。於是二人的眼立即開了，發覺自己赤身露體，遂用無花果樹葉，編了個裙子圍身。當亞當和他的妻子聽見了上主天主趁晚涼在樂園中散步的聲音，就躲藏在樂園的樹林中，怕見上主天主的面。

聖詠 32:1-2,5,6,7 蒙獲罪赦後的福樂

01. 罪惡蒙赦免，過犯得遮掩的人，是有福的。
02. 上主不歸咎，心中無詐欺的人，是有福的。
05. 我終於向你承認我的罪過，絲毫也沒有隱瞞我的邪惡，我說：「我要向上主承認我的罪孽，你即刻便寬赦了我的罪債。」
06. 為此，虔敬的人在困厄時，都應向你哀禱，縱使大水氾濫成災，他也不會遭受波濤。
07. 上主，你是我的避難所，救我脫離災禍，你以拯救我的喜樂，常環繞著我。

聖馬爾谷福音 7:31-37

耶穌從提洛境內出來，經過漆冬，向著加里肋亞海，到了十城區中心地帶。有人給他帶來一個又聾又啞的人，求他給他覆手。耶穌便領他離開群眾，走到一邊，把手指放進他的耳朵裏，並用唾沫，抹他的舌頭，然後望天嘆息，向他說：「厄法達！」就是說：「開了吧！」他的耳朵就立時開了，舌結也解了，說話也清楚了。耶穌遂囑咐他們不要告訴任何人；但他越囑咐他們，他們便越發宣傳；人都不勝驚奇說：「他所做的一切都好：使聾子聽見，叫啞巴說話。」

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：28380780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：28380876

我願意成為<每日聖言分享>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：_____