



## 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】

依 55:10-11

詠 34:4-5,6-7,16-17,

18-19

瑪 6:7-15

### 07.03.2017 【以身作則，遵循主道，保護地球】

「譬如雨和雪從天降下，不再返回原處，只有灌溉田地，使之生長萌芽，償還播種者種子，供給吃飯者食糧」(依 55:10)



### 默想

諾厄時代洪水清洗大地後，上主重新祝福大地：「只願大地存在之日，稼穡寒暑，冬夏晝夜，迴圈不息。」(創 8:22) 大自然自那時開始，一切恢復原有的運行，四時有序，萬物滋生都按照自然定律，各有軌跡迴圈不息，融於一體。就如雨和雪從天降下，盡其所能，灌溉滋潤萬物，讓耕者

有莊稼提供食糧，讓人能溫飽。雨與雪亦化成水彙聚百川，各顯所長，讓人生活安穩。地球的一切生物，浸潤在聖言的運行中，和諧共生。讚美感謝上主的鴻恩。

然而，人類妄用智慧，急功近利，在發展的科技中，常危害生命、自然生態。就如近期的日本福島核電廠泄輻射物，引至大部份的太平洋海域生態嚴重受損。科研查證報告，氣候反常，人、動植物及海洋生物都出現了怪異生長及疾病，透過空氣中的游離粒子、食物鏈等傳遞，正直接危及一切生態。其他發展國家對地球所形成的污染也未受控，福島事件有如雪上加霜。造物主正在為人類愚妄行為的後果而傷痛，深信仁愛、慈悲無量的天主，定必拯救人類脫離一切的苦辛。朋友，地球是所有人的家，人人都有責任去使一切生物和諧共生，恢復大地健康、美麗的原貌。請齊來努力活出仁愛、正義，珍惜上主的恩賜。

### 我的反省

每人須檢視、珍惜自己的健康和衛生，提升學習，培養良好的生活習慣。試想一想，若每一口呼吸都送出「亞健康」或「頑固細菌」，大氣都充滿病菌和負能量，思維轉換有障礙，不能準確地面對各種問題，原有的生態問題將會愈益嚴峻。加油！努力！讓我們齊保育上主給人類的美好家園！

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](mailto:bonfire@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

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

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】

依 55:10-11

詠 34:4-5,6-7,16-17,

18-19

瑪 6:7-15

### 07.03.2017 【以身作則，遵循主道，保護地球】

#### 依撒意亞先知書 55:10-11

上主這樣說：「譬如雨和雪從天降下，不再返回原處，只有灌溉田地，使之生長萌芽，償還播種者種子，供給吃飯者食糧；同樣，從我口中發出的言語，不能空空地回到我這裏來；反之，它必實行我的旨意，完成我派遣它的使命。」

#### 聖詠 34:4-5,6-7,16-17,18-19

04. 請你們同我一起讚揚上主，讓我們齊聲頌揚他的名字。
05. 我尋求了上主，他聽了我的祈求：由我受的一切驚惶中，將我救出。
06. 你們瞻仰他，要喜形於色，你們的面容，絕不會羞愧。
07. 卑微人一呼號，上主立即俯允，並且救拔他出離一切的苦辛。
16. 因為上主的雙目垂顧正義的人，上主的兩耳聽他們的哀聲。
17. 上主的威容敵視作惡的人民，要把他們的記念由世上滅盡。
18. 義人一呼號，上主立即俯允，拯救他們出離一切的苦辛。
19. 上主親近心靈破碎的人，他必救助精神痛苦的人。

#### 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，他們以為只要多言，便可獲得垂允。你們不要跟他們一樣，因為你們的父，在你們求他以前，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](mailto:bonfire@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

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

姓名：\_\_\_\_\_ (中) \_\_\_\_\_ (英) 電郵：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_