



## 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】

納 3:1-10

詠 51:3-4,12-13,

18-19

路 11:29-32

08.03.2017 【大】

「看，這裏有一位大於約納的！」(路 11:32)



「大」，不單只是實際上的需求，對這個「大」的渴求其實也反映出自己心裡裝滿的各種夢想，希望和需要。

「看，這裏有一位大於約納的！」除了「大」，這裡的「看」要求我傾注一份深入理解的精神去尋找耶穌的「大」，我在默觀裡由房屋的需要開始，看看這個問題伸延至面對肉身生活及靈性需要上的問題，究竟主耶穌的「大」為我而言，能夠填補全部需要嗎？這裡值得慢慢細味一番。微微尼城人民視約納先知的「大」就是他所傳遞天主的勸告。為他們而言是一種救贖，為我們而言耶穌當然是整個救贖的完整標記。但是再靜心沉澱在這個「大」裡，正如我們渴望面對房屋需要一樣，我們有多清楚瞭解自己渴望的住所有多大，這個「大」裡面載滿了非常清晰的理想，夢想和需求。回心細想主耶穌臨在自己生命裡的救贖，為自己究竟是怎樣的大呢？祂的「大」能夠治療我嗎？祂的「大」能令我有煥然一新，充滿光明的未來嗎？我真的已經瞭解祂在我生命裡的大，是裝滿了什麼恩寵和旨意嗎？

### 我的祈禱：

主耶穌，感謝祢今天讓我在聖言中領受了這個「大」字，我誠心呼求祢的聖神繼續光照我的心目，使我在日常生活裡不斷發現祢那份既難以形容，又神聖美麗的「大」。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：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】

納 3:1-10

詠 51:3-4,12-13,

18-19

路 11:29-32

08.03.2017 【大】

### 約納先知書 3:1-10

上主的話傳給約納說：「你起身往尼尼微大城去，向他們宣告我曉諭你的事。」約納便依從上主的話，起身去了尼尼微。尼尼微在天主前是一座大城，需要三天的行程。約納開始進城，行了一天的路程，宣佈說：「還有四十天，尼尼微就要毀滅了。」

尼尼微人便信仰了天主，立即宣佈禁食，從大到小，都身披苦衣。當這消息傳到尼尼微王那裏，他便起來，離開自己的寶座，脫去長服，披上苦衣，坐在灰土中；然後命人以君王的諭令和其大臣的名義，在尼尼微宣佈說：「人、牲畜、牛羊，都不可吃什麼；不可牧放，也不可喝水。人和牲畜，都應身披苦衣，人要懇切呼求天主，更要轉離自己的邪路，放棄手中的暴行。誰知道天主也許會轉意憐憫，收回自己的烈怒，使我們不致滅亡。」天主看到他們所行的事，看到他們離開了自己的邪路，遂憐憫他們，不將已宣佈的災禍，降在他們身上。

### 聖詠 51:3-4,12-13,18-19

03. 天主，求你按照你的仁慈憐憫我，依你豐厚的慈愛，消滅我的罪惡。
04. 求你把我的過犯洗盡，求你把我的罪惡除淨。
12. 天主，求你給我再造一顆純潔的心，求你使我心重獲堅固的精神。
13. 求你不要從你的面前把我拋棄，不要從我身上將你的聖神收回。
18. 因為你既然不喜悅祭獻，我獻全燔祭，你也不喜歡。
19. 天主，我的祭獻就是這痛悔的精神，天主，你不輕看痛悔和謙卑的赤心。

### 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，因為她從地極來，聽撒羅滿的智慧；看，這裏有一位大於撒羅滿的！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，這裏有一位大於約納的！」

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](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想。

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

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