



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】

宗 11:19-26

詠 87:1-3,4-5,6-7

若 10:22-30

09.05.2017 【注視耶穌、讓祂幫助】

「我同父原是一體。」(若 10:30)



默想：

大家有否試過面對挑戰及磨難的時候，有時心中會出現懷疑；懷疑天主是否只是自己製造出來的假象？好使自己生活會過得更容易？小心這可是一種誘惑。

每當我面對這誘惑時，我會嘗試注視著耶穌及讓祂幫助，我可以看到耶穌這個「人」。每當默想耶穌的樣貌時，我能與天主更接近，因為耶穌所談論的都是關於天主

的事。在耶穌身上，我被觸動，我看到祂怎樣說話，怎樣向我們廣施仁愛。每當我看著耶穌，我和天主的關係就變得更貼近人的經驗，更親密，因為祂透過耶穌身上顯出寬恕、鼓勵和憐憫。

我的反思和祈禱：

上主，求祢醫治我、拯救和釋放我，賜予我生命建造的基礎及我生活所依靠的恩寵。

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<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】

宗 11:19-26

詠 87:1-3,4-5,6-7

若 10:22-30

09.05.2017 【注視耶穌、讓祂幫助】

宗徒大事錄 11:19-26

在斯德望受害時，那些由於迫害而四散的人，經過各地，來到了腓尼基、塞浦路斯和安提約基雅，他們只向猶太人講道。但其中有些塞浦路斯和基勒乃人到了安提約基雅，也向希臘人講道，宣傳主耶穌的福音。主的手同他們在一起，信而歸主的人，數目很多。

這事傳到了耶路撒冷教會，就打發巴爾納伯到安提約基雅去。他一來到，看見天主所賜的恩惠就很喜歡，並勸勉眾人要決心堅定於主。因為他是好人，充滿聖神和信德，如此有許多人歸附了主。

以後，他往塔爾索去找掃祿；找著以後，使領他回到安提約基雅。他們一整年在那教會中共同工作，教導了許多人；在安提約基雅最先稱門徒為「基督徒」。

聖詠 87:1-3,4-5,6-7 萬民的母親熙雍

01. 上主喜愛自己的宮殿，它建築在一切聖山上。
02. 他喜愛熙雍所有的城門，勝過雅各伯所有的帳棚。
03. 天主的聖城！人們論到你，曾經說了許多光榮的事。
04. 我要將辣哈布和巴比倫，列於認識我者的人群中：連培肋舍特、提洛和僱士民，這些人都是在那裏出生。
05. 論到熙雍，人要稱她為母親，人人都是在那裏出生；至高者要親自使她堅定。
06. 上主要在萬民戶籍上留名：這些人也都是在那裏出生。
07. 人們要在舞蹈時歌唱說：「我的一切泉源都在你內。」

聖若望福音 10:22-30

那時，在耶路撒冷舉行重建節，正是冬天。耶穌徘徊於聖殿內撒羅滿遊廊下。猶太人圍起他來，向他說：「你使我們的心神懸疑不定，要到幾時呢？你如果是默西亞，就坦白告訴我們吧！」耶穌答覆說：「我已告訴了你們，你們卻不相信；我以我父的名所作的工作，為我作證，但你們還是不信，因為你們不是屬於我的羊。我的羊聽我的聲音，我也認識他們，他們也跟隨我；我賜予他們永生，他們永遠不會喪亡；誰也不能從我手中把他們奪去。我那賜給我羊群的父，超越一切，為此，誰也不能從我父手裏將他們奪去。我與父原是一體。」

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<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：_____