



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】

出 14:5-18

出 15:1-2, 3-4, 5-6

瑪 12: 38-42

24.07.2017 【我們要怎樣才會真正悔改呢？】

「你為什麼這樣待我們，將我們從埃及領出來？..... 我們甘願服侍埃及人，服侍埃及人比死在曠野裏還好呀！」(出 14:11-12)



默想：

教會教導我們棄惡從善，教我們以祈禱、悔罪及重生的聖事擺脫舊日受到罪惡勞役，走永生的道路。可是我們卻時常拒絕天主的美意，不但不棄絕罪惡，還可能樂在其中；像今天讀經一中的以色列人般，倒過來埋怨梅瑟為什麼領他們離開埃及！

就如今天福音中耶穌說，像尼尼微人聽到約納的宣講而悔改，和像南方的女王般由遠方而來聽取智慧，我們也應該聽天主藉教會所說的話而認真悔改，棄絕罪惡。

我的祈禱：

主，請開啓我的耳目去接受教會的教導，並善用修和聖事去告明及悔過己罪，走向永生的道路。

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】

出 14:5-18

出 15:1-2, 3-4, 5-6

瑪 12: 38-42

24.07.2017 【我們要怎樣才會真正悔改呢？】

出谷紀 14:5-18

有人報告埃及王說：以色列子民逃走了。法郎和他的臣僕對那百姓改變了主意，說：「我們做了什麼？竟然放走以色列人，不再給我們服役！」法郎遂命人準備他的車，親自率領兵士，還帶了六百輛精良戰車和埃及所有的戰車，每輛車上都有戰士駕駛。上主使埃及王法郎心硬，在後追趕以色列子民；當以色列子民大膽前行的時候，埃及人在後追趕他們，法郎所有的車馬、騎士和步兵就在靠近丕哈希洛特——巴耳責豐對面——以色列子民安營的地方趕上了。當法郎來近的時候，以色列子民舉目，看見埃及人趕來，都十分恐懼，向上主哀號，也向梅瑟說：「你帶我們死在曠野裏，難道埃及沒有墳墓嗎？你為什麼這樣待我們，將我們從埃及領出來？我們在埃及不是對你說過這話：不要擾亂我們，我們甘願服侍埃及人，服侍埃及人比死在曠野裏還好呀！」梅瑟向百姓說：「你們不要害怕，站著別動，觀看上主今天給你們施行的救恩，因為你們所見的埃及人，永遠再見不到了。上主必替你們作戰，你們應安靜等待。」

上主向梅瑟說：「你為什麼向我哀號？你吩咐以色列子民起營前行。你舉起棍杖，把你的手伸到海上，分開海水，叫以色列子民在海中乾地上走過。你看，我要使埃及人心硬，在後追趕以色列子民；這樣我好在法郎和他全軍，戰車和騎兵身上，大顯神能。我向法郎，向他的戰車和騎兵大顯神能的時候，埃及人將會知道我是上主。」

出谷紀 15:1-2,3-4,5-6 凱旋歌

01. 我要歌頌上主，因他獲得全勝，將馬和騎士投於海中。
02. 上主是我的力量和保障，他作了我的救援。他是我的天主，我要頌揚他；他是我祖先的天主，我要讚美他。
03. 上主是戰士，名叫「雅威」。
04. 法郎的戰車和軍隊，他投於海中，使他的良將沉於紅海。
05. 浪濤淹沒了他們，像大石沉入海底。
06. 上主，你的右手大顯神能；上主，你的右手擊碎了敵人。

聖瑪竇福音 12:38-42

那時，有幾個經師和法利塞人對耶穌說：「師傅，我們願意你顯示一個徵兆給我們看。」他回答他們說：「邪惡淫亂的世代要求徵兆，但除了約納先知的徵兆外，必不給它其他的徵兆。有如約納曾在大魚腹中三天三夜；同樣，人子也要在地裏三天三夜。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！南方的女王，在審判時，將同這一代人起來，而定他們的罪，因為她從地極而來，聽撒羅滿的智慧；看，這裏有一位大於撒羅滿的！」

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 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：_____