



## 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】

申 4:32-40

詠 77:12-16,21

瑪 16:24-28

### 11.08.2017 【困難的抉擇】

誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架來跟隨我。(瑪 16:24)



#### 聖嘉勒紀念

聖女在一一九三年生於意大利亞西西，她追隨同鄉聖方濟，度神貧的生活，成為聖嘉勒女修會的會租。她生活清苦，卻因行了許多愛德和熱心善功而得到精神上的富足。一二五三年安逝。

#### 默想：

我們每天都可能需要作出一些抉擇。例如，別人開罪了我，我可否報復呢？他是罪有應得的，還是應該寬恕他？這樣，又好像便宜他了。又例如，別人請求我幫忙，但如果幫助他，我可能會蒙受損失；那麼，我可以假裝聽不到他的請求嗎？這些抉擇——寬恕不寬恕、幫忙不幫忙，會令我們忐忑不安。

原來當我們沒有信德，我們便無法作出抉擇了。教宗方濟各在《信德之光》通諭說：「沒有光，一切都變得模糊；我們因而無法辨別善惡，也不能分辨導往目的地的道路，而在其他路上打轉，不知何去何從。」

如果有信德，這抉擇就容易得多了。若我們跟隨耶穌，便應該遵守彼此相愛的命令；若我們棄絕自己，就不應太過計較自己的得失。畢竟，一切皆來自天主，何須擔憂！所以，教宗也說：「有信德的人投靠忠信的天主的雙手，從而獲得力量。」

耶穌吩咐我們背起十字架跟隨祂。其實，仁慈的天父必會提攜我們在旅途中前進。所以，耶穌的軛是柔和的，他的擔子是輕鬆的。

#### 我的祈禱：

仁慈的天父，求祢賜我們勇氣，放下自己的得失；也求祢賜我們力量，去背起自己的十字架！

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】

申 4:32-40

詠 77:12-16,21

瑪 16:24-28

### 11.08.2017 【困難的抉擇】

#### 申命紀 4:32-40

梅瑟向百姓說：「你且考察在你以前過去的世代，從天主在地上造了人以來，由天這邊到天那邊，是否有過像這樣的大事，是否聽過像這樣的事？是否有一民族，如同你一樣，聽到了天主由火中說話的聲音，還仍然活著？或者，是否有過一個神，以災難、神跡、奇事、戰爭、強力的手、伸展的臂和可怕的威能，企圖將某一民族由另一民族中領出來，如上主你們的天主在埃及於你們跟前，對你們所做的一切一樣這一切只顯示給你，是要你知道，只有上主是天主，除他以外再沒有別的神。他由天上使你聽到他的聲音，是為教訓你；在地上使你見到他的烈火，叫你聽到他由火中發出的言語。他由於愛你的祖先，才揀選了他們的後裔，親自以大能把你由埃及領出來，由你面前趕走比你更大的民族，領你進入他們的國土，賜給你作為產業，就如今日一樣。所以今日你該知道，且要牢記在心：天上地下，只有上主是天主，再沒有別的神。你應遵守他的法令和誡命，就是我今日所訓示你的，好使你和你的後代子孫得享幸福，在上主你的天主永遠賜給你的土地上長久居住。」

#### 聖詠 77:12-16,21 回念天主的大恩

12. 我現今追念上主的作為，回想你往昔所行的奇蹟；
13. 沉思你的一切所作所為，更要默想你的一切異事。
14. 天主，你的行徑完全在於聖化，何神像我們的天主如此偉大？
15. 只有你是施行奇蹟的天主！在萬民中彰顯了你的威武。
16. 你以臂力拯救了你的人民，就是雅各伯和若瑟的子孫。
21. 你曾藉着梅瑟和亞郎的手掌，領導你的子民有如領導群羊。

#### 聖瑪竇福音 16:24-28

那時候，耶穌對門徒說：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架來跟隨我，因為誰若願意救自己的性命，必要喪失性命；但誰若為我的原故，喪失自己的性命，必要獲得性命。人縱然賺得了全世界，卻賠上了自己的靈魂，為他有什麼益處？或者，人還能拿什麼作為自己靈魂的代價？因為將來人子要在他父的光榮中同他的天使降來，那時，他要按照每人的行為予以賞報。我實在告訴你們：站在這裏的人中，就有些人未嘗到死味以前，必要看見人子來到自己的國內。」

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：\_\_\_\_\_