



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】

耶 20:10-13

詠 18:2-3,3-4,5-6,7

若 10:31-42

23.03.2018 【愛是痛苦意義最豐富的根源】

死亡的狂濤環圍著我，凶惡的險波驚嚇著我。(詠 18:5)



默想：農曆新年前後，香港有巴士嚴重意外，美國有校園槍擊，讓我在春節的歡樂氣氛中，也反省痛苦及死亡。在四旬期，這當然是合適的。

在佛羅里達州的校園槍擊，人人自危，大家都找地方躲起來。一位十五歲的女學生躲在洗手間，在恐慌中，卻仍不忘向父母發出告別短訊：「我可能過不了這關了！我愛你們，感謝你們為我所做的一切！」幸好她兩小時後被救出，與父母團聚。雖然這短訊令人心碎，但這深愛父母的女孩子，卻表達了一個重要的訊息：面對死亡和凶險時，最大仍是愛！〔參格前 13:13〕

教宗聖若望保祿二世在《論得救恩的痛苦》說：「愛是痛苦意義最豐富的根源。」當死亡環繞著我，當凶險包圍著我，愛令我覺得生命還有意義。聖保祿說：「凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。」〔格前 13:7〕面對死亡和凶險，我們可以信靠主耶穌給我們的愛，因為這愛後面，正是永生的希望。

我的祈禱：主耶穌，當我們面對死亡和凶險時，求祢光照我們，讓我們信靠祢的愛！

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】

耶 20:10-13

詠 18:2-3,3-4,5-6,7

若 10:31-42

23.03.2018 【愛是痛苦意義最豐富的根源】

耶肋米亞先知書 20:10-13

耶肋米亞說：我聽到了多少人私相耳語：「驚慌四起！你們揭發，我們就必對他提出控訴。」甚至我一切的友好都在偵察我的破綻：「也許他會入彀，那我們必能制勝他，對他施行報復。」但是，與我同在的上主，好像是一位孔武有力的戰士，為此迫害我的人只有失敗，決不能制勝；由於謀事不成，必蒙受極大的恥辱，永不可磨滅的羞辱。噫萬軍的上主！你考驗義人，洞察人的肝膽肺腑；我既給你訴說了我的案情，願你使我見到你對他們的報復。你們應歌頌上主，讚揚上主，因為他從惡人的手中，救出了窮苦人的性命。

聖詠 18:2-3,3-4,5-6,7 凱旋感恩歌

02. 上主，我的力量！我愛慕你。

03. 上主，你是我的磐石、我的保障，我的避難所。你是我的天主，我所一心依靠的磐石；你是我的護盾，我救恩的角，我的堡壘。

04. 我一呼求應受頌揚的上主，我便會從仇敵的手中得救。

05. 死亡的狂濤環圍著我，兇惡的險波驚嚇著我，

06. 陰府的繩韁纏繞著我，喪命的羅網拘絆著我。

07. 我在急難當中呼求了上主，向我的天主求助；他由殿中聽我禱告，我的聲音進入他的耳鼓。

聖若望福音 10:31-42

那時候，猶太人又拿起石頭來，要砸死耶穌。耶穌向他們說：「我賴我父給你們顯示了許多善事，為了那一件，你們要砸死我呢？」猶太人回答說：「為了善事，我們不會砸死你，而是為了褻瀆的話，因為你是人，卻把你自己當作天主。」耶穌卻向他們說：「在你們的法律上不是記載著：『我說過：你們是神』麼？如果，那些蒙受天主話的，天主尚且稱他們為神——而經書是不能廢棄的——那麼，父所祝聖並派遣到世界上來的，因為說過：我是天主子，你們就說：你說褻瀆的話麼？假使我不作我父的工作，你們就不必信我，但若是我作了，你們縱然不肯信我，至少要信這些工作，如此你們必定認出父在我內，我在父內。」他們又企圖捉拿他，他卻從他們手中走脫了。

耶穌又回到約旦河對岸，若翰先前施洗的地方去了，並住在那裏。有許多人來到他那裏說：「若翰固然沒有行過神蹟，但若翰對於這人所說的一切，都是真的。」許多人就在那裏信了耶穌。

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：_____