



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】

米 2:1-5

詠 10:1-2,3-4,7-8,14

瑪 12: 14-21

21.07.2018 【鍛鍊積極正向的生活態度】

禍哉，那些在床上籌劃不義，圖謀行惡的人！一到天亮，他們就去實行他們的惡計。

(米 2:1)



默想：

近日屯門的三屍案，可真令人震驚和惋惜。女兒因受到濕疹的困擾，竟親手殺死自己的父母，然後用灌滿氮氣的膠袋蒙頭自殺。

雖然我們明白，作為外人，我們未必體會到長期病患者的內心困擾，難以當一般事件作出評論；但這一個案確是一宗極為遺憾的事件。據報導，弑親者早於 2015 年已輟學，卻一直假裝仍就讀中大，原因可能是因皮膚生濕疹，怕暴露人前。她有這種心理可知她的日子過得多難受，但似乎其他的人又不大留意到她的濕疹有什麼礙眼，為什麼她要這麼介意呢？即使痕癢難耐，是否值得放棄生命？很可惜她沒有積極和正面地去尋求解決方法，日子久了竟歸咎於父母，對父母產生怨恨而蓄意弑親。當然我們明白有這想法是抑鬱症的後果。

據調查所知，她於事發前三天曾上網瀏覽如何一刀刺穿別人心臟，和如何以氮氣自殺。可想像她那幾天心中不斷盤算着如何結束雙親和自己的生命，那是多麼令人心寒和驚慄的心態，我替她可憐和惋惜！如果她向適當的人透露她的痛苦和心事，那麼結局可以是完全不同的。

我的反思和祈禱

今天的人普遍學識是高了，但思想卻不見得成熟，反而往往思想負面，遇到不如意事，不但沒有拿出勇氣去披荊斬棘，卻容易將不幸歸咎於別人，並採取消極方法去逃避。自殺似乎是今天的人用以解決他們認為是無法解決的問題的最後一着。天主，求祢讓我們，特別是年青人，明白生命的可貴，以積極正向的態度接受生活的挑戰。上主，求祢按祢的仁慈，讓死者獲享永遠的安息！

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

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】

米 2:1-5

詠 10:1-2,3-4,7-8,14

瑪 12: 14-21

21.07.2018 【鍛鍊積極正向的生活態度】

米該亞先知書 2:1-5

禍哉，那些在床上籌劃不義，圖謀行惡的人！一到天亮，他們就去實行他們的惡計。他們想要田地，便去霸佔；想要房屋，便去奪取；以暴力對付業主和他的家族，物主和他的產業。為此上主這樣說：「看，我正在為這一家籌劃災禍，致令你們不能縮回你們的頸項，也不能挺身前行，因為那是一個災禍的時刻。」在那一日，人要作詩諷刺你們，唱這悲慘的哀歌說：「我們完全被搶掠了，我人民的基業已被人瓜分了，再無人歸還；我們的土地已分配給搶掠我們的人！」因此，你們在上主的子民中，再沒有份獲配土地。

聖詠 10:1-2,3-4,7-8,14 求主剷除惡霸

01. 上主，你為什麼站在遠處！在困苦之時竟隱藏不露？
02. 惡人蠻橫地難為弱小的人，叫他陷於預設的陰謀之中。
03. 惡人因隨心所欲而自慶，匪徒因輕慢上主而自幸；
04. 惡人心高氣傲說：「他決不會追究！也決沒有天主！」這就是他的企圖。
07. 他滿口是欺詐與辱罵，舌下盡是惡毒與謊話。
08. 他在村邊隱密處埋伏，他暗地裏要殺害無辜，他對不幸者窺伺注目。
14. 其實你已看見欺壓與暴行，正考慮如何親手加以嚴懲；因此不幸的人向你投奔，唯有你是孤兒們的救星。

聖瑪竇福音 12:14-21

那時候，法利塞人出去，商討怎樣陷害耶穌，怎樣除滅他。耶穌知道了，就離開那裏；有許多人跟隨他，他都治好了他們；且警告他們不要將他傳揚出去：這是為應驗那藉依撒意亞先知所說的話：「看，我的僕人，他是我所揀選，我所鍾愛的；他是我心靈所喜悅的；我要使我的神住在他身上，他必向外邦人傳佈真道。他不爭辯，也不喧嚷，在街市上沒有人聽到他的聲音；已壓破的蘆葦，他不折斷；將熄滅的燈心，他不吹滅，直至他使真道勝利。外邦人將要期待他的名字。」

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

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____