



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 26:1-9

詠 69:5,8-10,14

瑪 13:54-58

03.08.2018 【謙遜】

「先知除了在自己的本鄉本家外，沒有不受尊敬的。」(瑪 13：57)



默想：

鄉里看不起耶穌，我們又何嘗未試過被人看不起呢？當然很難受，甚至某程度上影響了我們。因此，謙遜由我做起，首先要自己做到謙遜，不輕看別人。其實，一個謙遜的人，懂得欣賞別人的優點，感激別人的貢獻；而不會只看到別人的缺點和不是，只識欣賞自己。

做人最怕是無知，就連甚麼叫謙遜都不懂，又怎樣實踐謙遜呢？在此跟大家分享謙遜禱文，可在 Pieta Book 小書裏找到英文版，我把它譯成中文，讓更多人可以頌唸，以求謙遜之德。

我的祈禱：

謙遜禱文

啟：渴望受人尊敬。渴望得到愛。渴望受頌揚。渴望得到榮譽。渴望受讚美。渴望獲選。渴望別人請教我。渴望得到嘉許。 以上逐句回應：耶穌救我。

啟：害怕羞辱。害怕受人輕視。害怕被指責。害怕受誹謗。害怕被遺忘。害怕別人取笑。害怕會做錯。害怕別人懷疑我。 以上逐句回應：耶穌救我。

啟：別人得到的愛比我多。別人受尊敬比我多。照世俗的眼光，別人興盛我衰微。別人獲選，我閣置一旁。別人得到讚賞，我無人注意。別人每事都找我做。別人比我神聖，只要我能達到該聖的程度。 以上逐句回應：耶穌，賜我恩寵渴望它。

(樞機主教 Merry del Val 每天彌撒後唸的禱文，已故美國新澤西州主教+ James A. McNulty 准印)

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 26:1-9

詠 69:5,8-10,14

瑪 13:54-58

03.08.2018 【謙遜】

耶肋米亞先知書 26:1-9

猶大王約史雅的儿子約雅金即位之初，上主有這話傳給耶肋米亞說：「上主這樣說：你去站在上主殿宇的庭院裏，對猶大各城凡來到上主殿內朝拜的人，說我命你對他們應說的一切話，一句也不可減少。或許他們會聽從，終於各自離棄自己的邪道，使我後悔而不降曾因他們行事邪惡，給他們想降的災禍。你應對他們說：上主這樣說：假使你們不聽從我，不遵行我給你們當面頒布的法律，不聽信我不斷給你們派來，而你們不聽從我的僕人——先知們的話，我必使這殿像史羅一樣，使這城成為舉世萬民詛咒的對象。」

司祭和先知以及全體人民，都聽見耶肋米亞在上主殿裏宣佈了這些話。當耶肋米亞講完了上主命他向全體人民應說的一切話以後，司祭和先知以及全體人民就拿住他說：「你真該死！為什麼你奉上主的名預言說：這殿必要像史羅，這城必要荒蕪，而沒有人居住呢！全體人民都在上主的殿裏集合起來反對耶肋米亞。」

聖詠 69:5,8-10,14 困苦中的哀禱

05. 無故憎恨我的人，比我的頭髮更多，無理敵對我的人，比我的骨頭更硬；我沒有搶奪過的，我反而應該償還。

08. 羞愧已經籠罩了我的面容。

09. 連我的兄弟們都以我為外賓，我母親的兒子都拿我當客人。

10. 我對你殿宇所懷的熱忱把我耗盡，那侮辱你的辱罵都落於我身。

14. 上主，在這困厄的時日，我只有求救於你；天主，求你按你豐厚的慈愛應允我，求你以你救援的忠誠俯聽我。

聖瑪竇福音 13:54-58

那時，耶穌來到自己的家鄉，在會堂裏教訓人，以致人們都驚訝說：「這人從那裏得了這樣的智慧和奇能？這人不是那木匠的兒子？他的母親不是叫瑪利亞，他的弟兄不是叫雅各伯、若瑟、西滿和猶達嗎？他的姊妹不是都在我們這裏嗎？那麼他的這一切是從那來的呢？」他們就對他起了反感。耶穌卻對他們說：「先知除了在自己的本鄉本家外，沒有不受尊敬的。」他在那裏，因為他們不信，沒有多行奇能。

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>

電郵：bonfire@maryhcs.org

電話：2838 0780

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：_____