



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】

聖亞加大 (貞女、殉道) (紀念)

撒下 24:2,9-17

詠 32:1-2,5-6,7

谷 6:1-6

05.02.2020 【熱愛省察】

「上主，現在我求你，赦免你僕人的罪，因為我所行的實在昏愚。」(撒下 24:10)

聖亞加大聖女大約在羅馬德西烏斯皇教難時，在西西里島加大尼亞殉道；其敬禮於第六世紀就列入羅馬禮中。



默想：我很欣賞聖經中的達味王，他每次意識到自己犯了錯，都會向天主誠心禱求上主的寬恕和赦罪。我深信一個人的生命裡最大的進步和成功，就是經常有反省和一顆坦然承認自己不足的心。就像學畫畫，學寫字，學烹飪等等.....因為意識到自己有需要改善，改變的地方，才能達到成功。靈修之旅也如是，我們在愛主愛人這兩條最大的誡命裡，要宣揚愛的喜訊，我們也必須學習每天都有反省的良好習慣。

曾經有一位學生在我改正他的功課時，他見到我把錯的地方一個一個紅筆圈起的過程，就哭鬧著不想學。當時他非常有挫敗感，感到自己不會合格而哭泣。

當時我安慰他說：「學習過程中遇到有錯是正常的，現在要學習的就是要在錯誤中學會怎樣判斷自己做的是錯還是對？學會用什麼方法去改正？這樣，下次就會有進步，就會改得好！」然後，他冷靜下來，用心改正錯題，接著重新把所有題目做對了，他非常開心！

我深信天主的愛也如此。祂容許我們有自由選擇，是因為我們必須學懂在有問題的地方，學會反省的好處。只有通過反省我們才有力量去承認自己的不足，然後心靈願意釋放！

我們的天父，祂以極大的愛和包容，默默在我們跨越錯犯的過程中，守候我們，指引我們，等待我們。

我的祈禱：上主，我特別為自己及世人祈求一顆時時熱愛省察，悔改更新的恩寵，好讓我每天都活在祂的光照中，省察到自己的過犯，妥善地按祂的旨意生活。亞孟。

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】

聖亞加大(貞女、殉道)(紀念)

撒下 24:2,9-17

詠 32:1-2,5-6,7

谷 6:1-6

05.02.2020 【熱愛省察】

撒慕爾紀下 24:2,9-17

達味王對自己身邊的約阿布和其餘的軍長說：「你們應走遍以色列各支派，由丹直到貝爾舍巴，統計人民，好讓我知道人民的數目。」

約阿布將統計人民的數目，呈報給君王：以色列能執刀的士兵，有八十萬人，猶大有五十萬人。達味統計人民以後，心中感到不安，遂向上主說：「我做這事，實在犯了重罪。上主，現在我求你，赦免你僕人的罪，因為我所行的實在昏愚。」達味清早一起來，上主有話向先知加得——達味的先見者，說：「你去告訴達味：上主這樣說：我給你提出三件事，任你選擇一件，我好向你實行。」加得來到達味前，告訴他說：「你要在國內三年饑荒呢？或是要三個月逃避趕你的敵人呢？或是要在國內發生三天瘟疫呢？現在請你考慮一下，決定我應向那派我來者回覆什麼。」達味對加得說：「我很難下決定！我們寧願落在上主的手中，因為他富於仁慈，而不願落在人的手中。」

達味就揀選了瘟疫；正當收割麥子時，上主遂使瘟疫降於以色列，從早晨直到規定的時期，由丹直到貝爾舍巴，民間死了七萬人。當時上主派一位使者往耶路撒冷去，要毀滅那城。達味看見那打擊人民的使者，遂向上主說：「是我犯了罪，行了不義，然而這些羊作了什麼？請你伸手打擊我和我的父家。」上主後悔降災，遂吩咐那毀滅人民的使者說：「夠了，現今收回你的手！」那時，上主的使者正站在耶布斯人敖爾難的打禾場上。

聖詠 32:1-2,5-6,7 蒙獲罪赦後的福樂

01. 罪惡蒙赦免，過犯得遮掩的人，是有福的。
02. 上主不歸咎，心中無詐欺的人，是有福的。
05. 我終於向你承認我的罪過，絲毫也沒有隱瞞我的邪惡，我說：「我要向上主承認我的罪孽。」你即刻便寬赦了我的罪債。
06. 為此，虔敬的人在困厄時，都應向你哀禱，縱使大水氾濫成災，他也不會遭受波濤。
07. 你是我的避難所，救我脫離災禍，你以拯救我的喜樂，常環繞著我。

聖馬爾谷福音 6:1-6

耶穌來到自己的家鄉，門徒也跟他來。到了安息日，他便開始在會堂裡教訓人：眾人聽了，就驚訝說：「他這一切是從那裡來的呢？所賜給他的是什麼樣的智慧？怎麼藉他的手行出這樣的奇能？這人不就是那個木匠嗎？他不是瑪利亞的兒子，雅各伯、若瑟、猶達、西滿的兄弟嗎？他的姊妹不是也都在我們這裡嗎？」他們便對他起了反感。耶穌對他們說：「先知除了在自己的本鄉、本族和本家外，是沒有不受尊敬的。」耶穌在那裡不能行什麼奇能，只給少數的幾個病人覆手，治好了他們。他因他們的無信心而感到詫異，遂週遊四周各村施教去了。

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：_____