



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】

納 3:1-10

詠 51:3-4, 12-13, 18-19

路 11:29-32

04.03.2020 【人子也將成為這世代的一個徵兆】

【尼尼微人因約納的宣道而悔改了，現在這裡，有位比約納更偉大的！】



默想：

第一篇讀經講述上主派遣先知約納往尼尼微城，去宣講要尼尼微人悔改，尼尼微人與尼尼微王立即聽從了先知的勸告，棄絕了罪惡，停止暴力，上主就心發慈悲，沒有按照計劃去毀滅尼尼微城。舊約聖經給我們道出，天主總會給人悔改的機會，只要人有悔改的心，棄絕罪惡，重返正道。在新約聖經，耶穌說出自己就是這個世界最大的徵兆，祂向我們揭示了一個新價值觀，與當時的猶太人社會的價值觀背道而馳，「你們中最大的，要成

為最小的」(路 9:46)，「你們對我兄弟中最小的一個人這樣做過，就是為我做的」(瑪 25:40)。雖然耶穌自己向世人揭示了自己，但人總是心硬、心盲而視而不見，錯過獲得救恩的機會。

我在最初接觸天主教信仰時，信仰並未紮根，就曾有這幼稚的想法，天主教的教理只是導人向善，在實際的生活中，很難去生活出來，更加遑論去傳教。聖神就是這樣為我啟蒙，不斷去帶領我去認識尋求自己的信仰，還有透過很多聖人聖女、離鄉別井的傳教士、為教會奉獻一生的神父修女、為堂區服務毫不計較的弟兄姊妹，他們都向我講出一個真理，他們為這個寶貴的信仰，獻出自己的一切，甚至自己的生命去換取真理。就如聖經所說的，「天國又好比一個商人尋找精美珍珠，他找到一顆價值連城的珍珠，就去變賣了一切，買下這顆珍珠」(瑪 13:45)。自稱基督徒的我們，我們如何去看待這顆珍珠，又如何去看待這顆信仰的小種子，給它灌溉施肥，令信仰在我們心內能茁壯地成長呢？

我的祈禱：

仁慈的上主，求祢派遣聖神充滿我們的內心，尤其是一些不冷不熱的基督徒，重燃對真理的渴望，對宣講上主話語的熱誠及心火，令更多的人有機會去接觸真道，因為祢的話就真理、道路、生命，唯有走近祢才找到生命的道路。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】

納 3:1-10

詠 51:3-4, 12-13, 18-19

路 11:29-32

04.03.2020 【人子也將成為這世代的一個徵兆】

約納先知書 3:1-10

上主的話傳給約納說：「你起身往尼尼微大城去，向他們宣告我曉諭你的事。」約納便依從上主的話，起身去了尼尼微。尼尼微在天主前是一座大城，需要三天的行程。約納開始進城，行了一天的路程，宣佈說：「還有四十天，尼尼微就要毀滅了。」

尼尼微人便信仰了天主，立即宣佈禁食，從大到小，都身披苦衣。當這消息傳到尼尼微王那裏，他便起來，離開自己的寶座，脫去長服，披上苦衣，坐在灰土中；然後命人以君王的諭令和其大臣的名義，在尼尼微宣佈說：「人、牲畜、牛羊，都不可吃什麼；不可牧放，也不可喝水。人和牲畜，都應身披苦衣，人要懇切呼求天主，更要轉離自己的邪路，放棄手中的暴行。誰知道天主也許會轉意憐憫，收回自己的烈怒，使我們不致滅亡。」天主看到他們所行的事，看到他們離開了自己的邪路，遂憐憫他們，不將已宣佈的災禍，降在他們身上。

聖詠 51:3-4,12-13,18-19 認罪懺悔

03. 天主，求你按照你的仁慈憐憫我，依你豐厚的慈愛，消滅我的罪惡。

04. 求你把我的過犯洗盡，求你把我的罪惡除淨。

12. 天主，求你給我再造一顆純潔的心，求你使我心重獲堅固的精神。

13. 求你不要從你的面前把我拋棄，不要從我身上將你的聖神收回。

18. 因為你既然不喜悅祭獻，我獻全燔祭，你也不喜歡。

19. 天主，我的祭獻就是這痛悔的精神，天主，你不輕看痛悔和謙卑的赤心。

聖路加福音 11:29-32

群眾集合攏來的時候，耶穌開始說：「這一世代是一邪惡的世代：它要求徵兆，除了約納的徵兆外，必不給它任何其他徵兆。因為，有如約納為尼尼微人是個徵兆，將來人子為這一世代也是這樣。南方的女王，在審判時，將同這一代人起來，定他們的罪，因為她從地極來，聽撒羅滿的智慧；看，這裏有一位大於撒羅滿的！尼尼微人在審判時，將同這一代人起來，定他們的罪，因為尼尼微人因了約納的宣講而悔改了；看，這裏有一位大於約納的！

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：_____