



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】

達 3:25, 34-43
詠 25:4-5, 6-7, 8-9
瑪 18:21-35

17.03.2020 【釋放】

耶穌對他說：「我不對你說：直到七次，而是到七十個七次。」瑪 (18:21-35)



默想：

耶穌教導我們應寬恕人七十個七次，即無數次的意思。當我們寬恕自己和別人感到困難時，想起耶穌被懸在十字架上的祈禱：「父啊，寬恕他們吧！因為他們不知道他們做的是什麼？」，將痛苦及需要寬恕的人交給天父。

我們在經驗人際關係決裂，痛苦不安時，可效法耶穌，將自己無法改變的，別人也無力解決的交給天父。

在意識省察祈禱時，嘗試調整自己，靜下來，意識到永生美善的天主臨在，以祂不死不滅的生命，經過每一口呼吸通傳給我們，令身心靈與祂最深的渴望連結，在主慈悲的愛內，彼此相通，好能讓我們容納盛載這不適的情緒和感覺，由天父按祂的時間和方式去寬恕轉化。寬恕修和是天主恩典的果實，注意到自己被天主釋放，不再保留自己和別人的罪過，自然我們也可效法天主寬恕。

聖依納爵靈修邀請我們深入認識這無限慈愛的天父，更有覺察力，不受怨恨所操縱而更自由，更真實，經驗天主常與我們同在，並不斷帶領我們繼續成長，充滿愛和生命力。

我的祈禱：

天父，求祢觸動我們回應愛的召叫，實踐彼此相愛和憐憫寬恕。願意慷慨犧牲，奉獻一生，成為你臨在人間的見證，被天主珍愛，成為一個愛天主的人。

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】

達 3:25, 34-43
詠 25:4-5, 6-7, 8-9
瑪 18:21-35

17.03.2020 【釋放】

達尼爾先知書 3:25,34-43

阿匝黎雅立在火燄中，開口這樣祈禱說：「上主，為了你的名，求你不要永遠拋棄我們，也不要廢除你的盟約；為了你的朋友亞巴郎，你的僕人依撒格和你的聖者以色列，求你不要使你的仁愛離開我們，因為你曾向他們應許過，要使他們的後裔繁多，有如天上的星辰，海邊的沙粒。恩主啊！由於我們的罪過，我們比任何民族都渺小，我們今天在全世界上成了微賤的。目前我們沒有元首，沒有先知，沒有領袖，沒有全燔祭，沒有祭祀，沒有供物，沒有馨香祭，沒有地方可以給你薦新，好蒙受你的仁愛。但願我們能藉著懺悔的心和謙虛的精神蒙你悅納，就如獻上公羊和公牛的全燔祭，又如獻上了萬隻肥羊；這樣也希望我們今天在你面前所行的祭獻，能當作滿全了我們對你應盡的義務，因為凡信賴你的，決不會蒙受羞辱。現在我們全心隨從你，敬畏你，尋求你的慈顏，望你不要使我們羞慚。但願你按照你的寬容和你無限的仁慈，善待我們，以你的奇能拯救我們！上主，願光榮歸於你的名！」

聖詠 25:4-5,6-7,8-9 困苦中的祈禱

04. 上主，求你使我認識你的法度，並求你教訓我履行你的道路。
05. 還求你教訓我；引我進入真理之路，我終日仰望你，因你是救我的天主。
06. 上主，求你憶及的仁慈和恩愛，因為它們由亙古以來就常存在。
07. 我青春的罪愆和過犯，求你不要追念；上主，求你紀念我，照你的仁慈和良善。
08. 因為上主仁慈又正直，常領迷途者歸回正路，
09. 引導謙卑者遵守正義，教導善良者走入正途。

聖瑪竇福音 18:21-35

那時，伯多祿前來對耶穌說：「主啊！若我的弟兄得罪了我，我該寬恕他多少次？直到七次嗎？」耶穌對他說：「我不對你說：直到七次，而是到七十個七次。為此天國好比一個君王，要同他的僕人算賬。他開始算賬的時候，給他送來了一個欠他一萬「塔冷通」的，因他沒有可還的，主人就下令，要他把自己和妻子兒女，以及他所有的一切，都變賣來還債。那僕人就俯伏在地叩拜他說：主啊！容忍我吧！一切我都要還給你。那僕人的主人就動心把他釋放了，並且也赦免了他的債。那僕人正出去時，遇見了一個欠他一百「德納」的同伴，他就抓住他，扼住他的喉嚨說：還你欠的債！他的同伴就俯伏在地哀求他說：容忍我吧！我必還給你。可是他不願意，且把他下在監裡，直到他還清了欠債。他的同伴看見所發生的事，非常悲憤，遂去把所發生的一切告訴了主人。於是主人把那僕人叫來，對他說：惡僕！因為你哀求了我，我赦免了你那一切的債；難道你不該憐憫你的同伴，如同我憐憫了你一樣嗎？他的主人大怒，遂把他交給刑役，直到他還清所欠的一切。如果你們不各自從心裡寬恕自己的弟兄，我的天父也要這樣對待你們。」

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：_____