



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】

聖玻尼法(主教、殉道)

弟後 3:10-17

詠 119:157,160,161,

166,168

谷 12:35-37

05.06.2020 【求主救助】

「然而你要堅持你所學和所信的事，你知道你是由誰學來的。」(弟後 3:14)



聖玻尼法聖人在公元 673 年左右，生於英格蘭望族；及長，棄俗，入本篤會，度隱修生活。30 歲晉鐸。他的博學名聞遐邇，但他卻矢志到外邦傳教。719 年，獲教宗授權，往日爾曼(今德國)傳教，成績卓著。722 年左右，被祝聖為主教，繼續傳教。相傳他曾為摧毀異端迷信，親手砍下人們供奉的聖橡樹。後被委治理麥因茲區教務，並任全德國的首席主教。他召集同道，分遣至巴伐利亞、多林其亞、法蘭各尼亞各地區，建立教會；又召開會議，推行教會律法。754 年，他向弗里西亞人宣講福音時，被外教人殺害；其遺體葬於夫魯達隱修院。聖人號稱「日爾曼宗徒」。他是德國和荷蘭的主保。

默想：許多時候，我們都會見到舊約提及的人，都是復仇雪恥；我們在生活上，也發覺自己及身邊人不時會把報復掛在嘴邊，彷彿是遭到了深仇大恨，從沒有遇過一個善人。其實仇恨讓人的內心失卻自由，束縛著自己的生命的發展。

我們信主，不過距離聖僕們的境界尚遠，先不說傳揚福音，有時連善待身邊人也未必做到。是否主對我們太和善、太縱容了，抑或是我們沒有切實的將祂的話放在心中，未有留意或感受祂的救助呢？

我是怎樣感受內心那份自由和不自由，以及內心那一份爭扎呢？我們實在極需要主的救助。

我的祈禱：主聖神，祢每天在我們身旁不斷地鼓勵與援助，可是我們卻只會著眼在自己的負面感情及損失，而忽略了祢放在我們懷裡的珍品。求祢讓我們能有更多時候，在意祢對我們的援助與眷顧。

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】

聖玻尼法(主教、殉道)

弟後 3:10-17

詠 119:157,160,161,

166,168

谷 12:35-37

05.06.2020 【求主救助】

聖保祿宗徒致弟茂德後書 3:10-17

親愛的弟兄：至於你，你卻追隨了我的教訓、我度日的態度、志向、信心、堅忍、愛心、容忍、我受的迫害和苦難，即我在安提約基雅、依科尼雍、呂斯特辣所遭遇的事；那時我受了何等的迫害，主卻從這一切迫害中救出了我。凡是願意在基督耶穌內熱心生活的人，都必要遭受迫害。但是惡人和行詐術的人卻越來越壞，他們迷惑人，也必受人迷惑。

然而你要堅持你所學和所信的事，你知道你是由誰學來的。你自幼便通曉了聖經，這聖經能使你憑著那在基督耶穌內的信德，獲得得救的智慧。凡受天主默感所寫的聖經，為教訓、為督責、為矯正、為教導人學正義，都是有益的，好使天主的人成全，適於行各種善工。

聖詠 119:157,160,161,166,168 天主的法律讚

- 157. 迫害與磨難我的人確實眾多，然而我卻不會偏離你的法約。
- 160. 你聖言的總綱確是真實無欺，你正義的一切判斷永遠不移。
- 161. 王侯雖然無緣無故加我苦難，我的心靈仍舊敬畏你的聖言。
- 165. 愛慕你法律的必飽享平安，沒有一點失足跌倒的危險。
- 166. 上主，我期待你的助佑，上主，我遵守你的法度。
- 168. 我必要遵守你的規誡和勸言，因我的一切道路在你的面前。

聖馬爾谷福音 12:35-37

耶穌在聖殿裏教訓人時，說道：「經師們怎麼說默西亞是達味之子呢？達味自己因著聖神的感動曾說過：『上主對我主說：你坐在我右邊，等我把你的仇人放在你的腳下。』達味自己既稱他為主，他怎麼又是達味之子呢？大批群眾都喜歡聽他。」

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：_____