



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】

斐 1:18-26

詠 42:2,3,5

路 14:1,7-11

31.10.2020 【生活原是基督】

凡高舉自己的，必被貶抑；凡貶抑自己的，必被高舉。(路 14:11)



默想：

真正的信仰從來都不是舒適的或完全個人的。若我們滿足於聖堂內的生活，或許在堂區或教區內有一點成就，我們其實只是在世俗精神中隨波逐流，卻以神業善工和空談來偽裝自己。教宗在《福音的喜樂》提醒我們，內心若被個人私益和顧慮所禁錮時，就再沒有空間去顧及他人，也聽不到天主的聲音，感覺不到祂的愛，行善的渴望也就消退了。「自我感覺良好」的時候，可能正是我們給自我迷住，迷在追求名利，渴望認同、掌聲、報酬和地位的時候。我們需要祈求天主的恩寵，懇求祂開啓我們冰冷的心，搖醒我們不冷不熱和膚淺的存在。

只有與天主之愛相遇，我們才能從狹隘和過度自以為是中釋放出來；也只有伸手接觸他人和尋求他人的福祉，我們才能度一個有尊嚴和充實的生活。我們要學習在他人的臉容、聲音和懇求中找到耶穌。每當我們在愛內與另一個人相遇時，我們對天主就多一些新領悟；每當我們張開眼睛明認他人身上的耶穌時，我們就在信德的光照和對天主的認知中成長。

「你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣。」(瑪 5:48) 當我們拆掉牆壁，心裡充滿人的面容和名字的時候，我們就達到成全了！

我的祈禱：

天主，我的靈魂渴慕祢。求祢啟迪我們，讓我們或生或死，都叫基督在我們身上受頌揚。

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 【每日聖言分享】

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。)

斐 1:18-26

詠 42:2,3,5

路 14:1,7-11

31.10.2020 【生活原是基督】

聖保祿宗徒致斐理伯人書 1:18-26

弟兄們：無論如何，或是假意，或是誠心，始終是宣傳了基督。為此，如今我歡喜，將來我仍然要歡喜，因為我知道，賴你們的祈禱和耶穌基督的聖神的輔助，這事必有利於我的得救。按照我所熱切期待希望的，我在任何事上必不會蒙羞，所以現在和從前一樣，我反而放心大膽，我或生或死，總要叫基督在我身上受頌揚。因為在我看來，生活原是基督，死亡乃是利益。但如果生活在肉身內，我還能獲得工作的效果：我現在選擇那一樣，我自己也不知道。我正夾在兩者之間：我渴望求解脫而與基督同在一起：這實在是再好沒有了；但存留在肉身內，對你們卻十分重要。我確信不疑：我知道我必要存留，且必要為你們眾人存留於世，為使你們在信德上，得到進展和喜樂，並使你們因著我再來到你們當中，同我在基督耶穌內更加歡躍。

聖詠 42:2,3,5 對天主聖殿的渴望

02. 天主，我的靈魂渴慕你，真好像牝鹿渴慕溪水。

03. 我的靈魂渴慕天主，生活的天主，我何時來，能目睹天主的儀容？

05. 在群眾歡呼讚頌的歌聲裏，領他們朝覲天主的聖殿時，我的心不免感到憂傷悲哀。

聖路加福音 14:1,7-11

在安息日，耶穌進了一個法利塞人首領的家中吃飯；他們就留心觀察他。

耶穌注意到被邀請的人，如何爭選首席，便對他們講了一個比喻說：「幾時你被人請去赴筵，不要坐在首席上，怕有比你更尊貴的客人也被請來，那請你而又請他的人要來向你說：請讓座給這個人！那時，你就要含羞地去坐末席了。你幾時被請，應去坐末座，等那請你的人走來對你說：朋友，請上坐吧！那時，在你同席的眾人面前，你才有光彩。因為凡高舉自己的，必被貶抑；凡貶抑自己的，必被高舉。」

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：_____