



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】

聖母誕辰 (慶日)

米 5:1-4

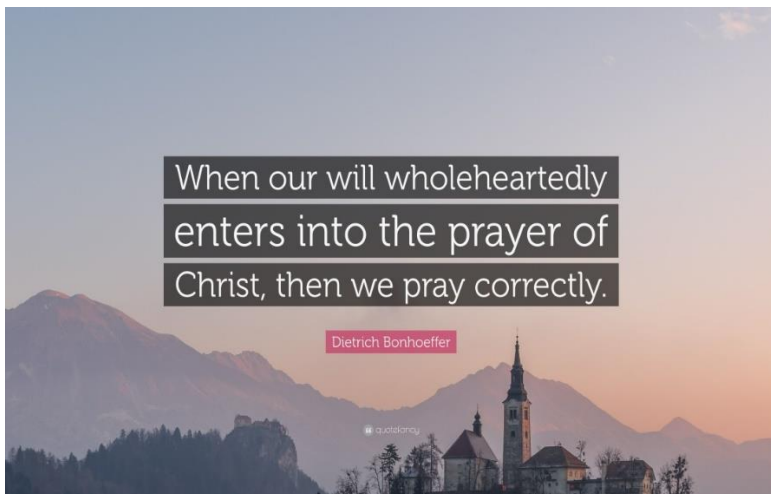
詠 13:6

瑪 1:1-16, 18-23

08.09.2020 【祈禱】

徹夜向天主祈禱。(路 6:12)

聖教會對聖人通常是「慶死不慶生」。只有兩位聖人我們慶祝他們的誕生，第一是聖母誕辰，第二是洗者若翰瞻禮。聖洗者若翰在母胎第六個月才獲原罪的赦免。至於聖母，在始胎時已無染原罪，所以在她誕生時，已成為受造物中最純潔且最神聖的。



默想：

我們時常說：祈禱？有啊！當然有啊！經常祈禱的.....但我們有無徹夜祈禱，是否心無雜念誠心地祈禱？

自己祈禱時經常被周圍事情，聲音令自己不專注，很多時亦只是草草了事。幸好，每次有重大事情時自己便會變得專注地向天父祈求，求祂指引，雖然不是每次能找到方向，但自己總會將那重大壓力釋放，不會迫得自己喘不過氣來。

曾經聽過神父教導，祈禱時自己絕不應心中已有定案，而象徵式循例式向天父祈禱，然後便說是天主旨意，天主所揀選的。我們應必須靜下來，全心交托，誠心地向天父祈禱。

祈禱：

全能全知的天父，我們每次祈求都會透過聖神感召向祂說出切合我們的祈求。主！我深信我們的祈求如果是適當的，祂必定俯允我們所求。主！我全心交托祂，信賴祂，求祂護佑。

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】

聖母誕辰 (慶日)

米 5:1-4

詠 13:6

瑪 1:1-16, 18-23

08.09.2020 【祈禱】

米該亞先知書 5:1-4

上主這樣說：厄弗辣大的白冷！你在猶大郡邑中雖是最小的，但是，將由你為我生出一位統治以色列的人，他的來歷源於亙古，遠自永遠的時代。因此上主必將遺棄他們，直到孕婦生產之時，那時他弟兄中的遺民必將歸來，與以色列子民團聚。他必卓然屹立，以上主的能力及上主他的天主之名的威權，牧放自己的羊群。他們將獲得安居，因為他必大有權勢，直達地極。他本人將是和平！

聖詠 13:6 急難中的哭訴

06. 上主，我信賴你的愛憐，我的心靈因你的救援而歡愉。

06. 我要向我的恩主歌唱，因為他厚待了我，我要頌讚至高上主的名。

聖瑪竇福音 1:1-16,18-23

亞巴郎之子，達味之子耶穌基督的族譜：亞巴郎生依撒格，依撒格生雅各伯，雅各伯生猶大和他的兄弟們；猶大由塔瑪爾生培勒茲和則辣黑，培勒茲生赫茲龍，赫茲龍生阿蘭，阿蘭生阿米納達布，阿米納達布生納赫雄，納赫雄生撒耳孟，撒耳孟由辣哈布生波阿次，波阿次由盧德生敖貝得，敖貝得生葉瑟，葉瑟生達味王。達味由烏黎雅的妻子生撒羅滿，撒羅滿生勒哈貝罕，勒哈貝罕生阿彼雅，阿彼雅生阿撒，阿撒生約沙法特，約沙法特生約蘭，約蘭生烏齊雅，烏齊雅生約堂，約堂生阿哈次，阿哈次生希則克雅，希則克雅生默納舍，默納舍生阿孟，阿孟生約史雅，約史雅在巴比倫流徙期間生耶苛尼雅和他的兄弟們。流徙巴比倫以後，耶苛尼雅生沙耳提耳，沙耳提耳生則魯巴貝耳，則魯巴貝耳生阿彼烏得，阿彼烏得生厄里雅金，厄里雅金生阿左爾。阿左爾生匝多克，匝多克生阿歆，阿歆生厄里烏得，厄里烏得生厄肋阿匝爾，厄肋阿匝爾生瑪堂，瑪堂生雅各伯，雅各伯生若瑟、瑪利亞的丈夫，瑪利亞生耶穌，他稱為基督。

耶穌基督的誕生是這樣的：他的母親瑪利亞許配給若瑟後，在同居前，她因聖神有孕的事已顯示出來。她的丈夫若瑟因是義人，不願公開羞辱她，有意暗暗地休退她。當他在思慮這事時，看，在夢中上主的天使顯現給他說：「達味之子若瑟，不要怕娶你的妻子瑪利亞，因為那在她內受生的，是出於聖神。她要生一個兒子，你要給他起名叫耶穌，因為他要把自己的民族，由他們的罪惡中拯救出來。」這一切事的發生，是為應驗上主藉先知所說的話：「看，一位貞女將懷孕生子，人將稱他的名字為厄瑪奴耳，意思是：天主與我們同在。」

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：_____