



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。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓 電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：bonfire@maryhcs.org

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

16.2.2009 【嫉妒之火，引以為誡！】

上主對加音說：『你為什麼發怒？為什麼垂頭喪氣？你若做得好，豈不也可仰起頭來？你若做得不好，罪惡就伏在你門前，企圖對付你，但你應制服它。』（創 4：6-7）

今日聖言：

創 4：1-15，25

詠 50

谷 8：11-13



默想：

上主，祢今日的聖言，帶我回創世紀年代，看到了原祖父母的親生子加音和弟弟亞伯爾奉獻祭品給祢的情況。加音耕田，把田地的出產作祭品；亞伯爾牧羊，把最肥美又是首生的羊獻上，顯示了他愛祢在萬有之上。上主祢惠顧了亞伯爾和他的祭品，卻沒有惠顧加音和他的祭品。於是，加音大

怒，又垂頭喪氣，上主就對他說了以上訓誡的話。

在我看來，加音好像並無不妥，只是比較起來，亞伯爾做得更好。上主的訓言『你若做得好，豈不也可仰起頭來？』揭示了加音未有將最好的獻給上主，所以，不敢仰起頭來。更可惜的是因此產生嫉妒，卻未有制服它，反受制於妒火，竟連至親的弟弟也擊殺了！主啊，骨肉相殘，是多麼令人痛心呢！但世人並沒有吸取教訓，因嫉妒而產生的罪惡天天發生，比比皆是；嫉妒他人比自己富有、比自己貌美、比自己有學識、比自己職位高、樣樣都比自己好……就妒火中燒，甚麼大小壞事都幹了！我要引以為誡啊！

我的祈禱：

上主，事奉祢應出於虔誠，奉獻頌謝祭，就是給祢奉獻光榮讚頌。(詠 50)

上主，我願意一生愛主愛人，並以聖善的生活，奉獻給祢作為頌謝祭。主啊，願祢的名受顯揚！亞孟。