



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

【今日聖言分享】

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，並付諸行。

傳真：2838 0876

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：bonfire09@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。)

25.08.2009 【我們的外表跟我們的心靈是一致嗎？】

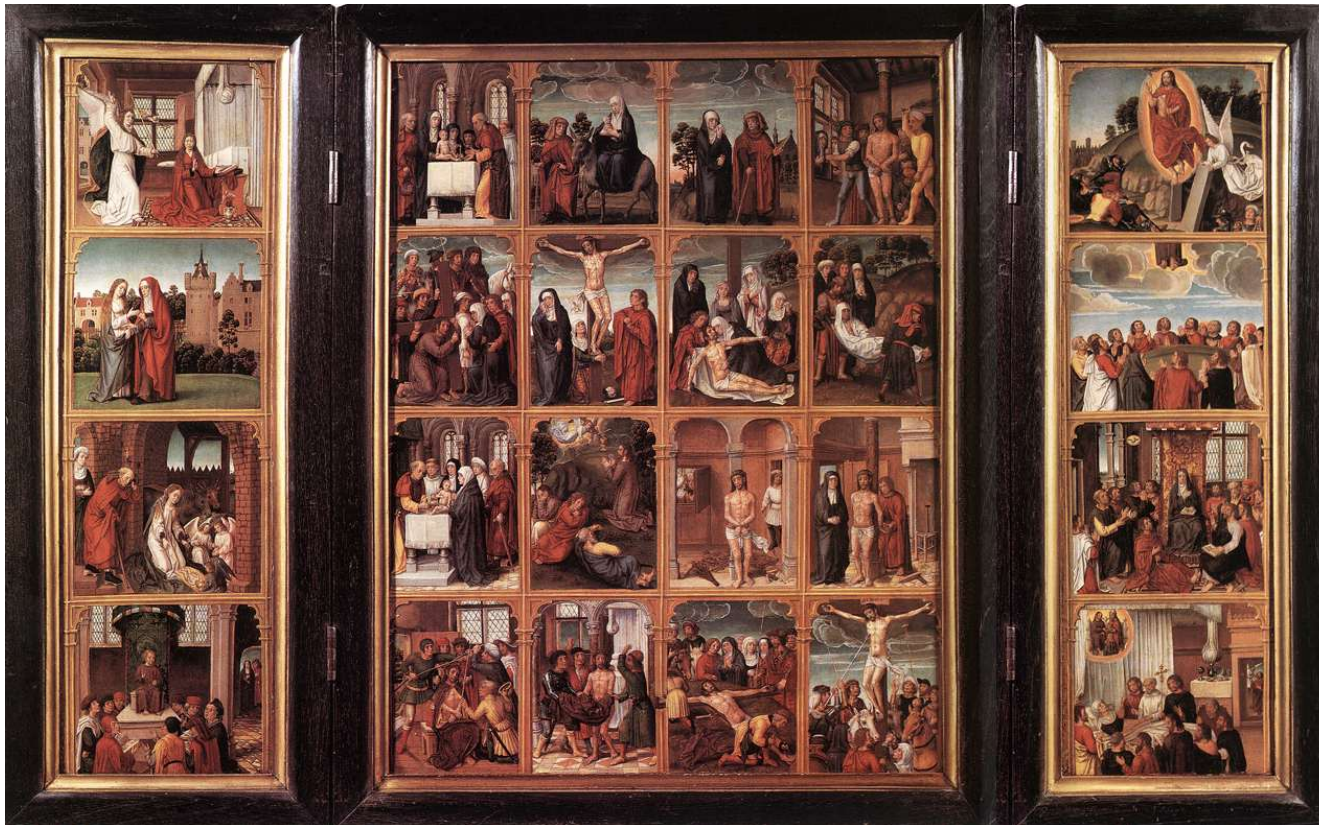
今日聖言：

得前 2:1-8

詠 139

瑪 23:23-26

因為你們洗擦杯盤的外面，裏面卻滿是劫掠與貪慾。(瑪 23:25)



UNKNOWN MASTER, Flemish Triptych with Scenes from the Life of Christ 1500-05
Oil on panel, 58 x 46 cm (centre), 57,5 x 16,5 cm (each wing) Private collection, Milan

默想：我們每一個人多多少少都會很在意我們的外表。所以今天我們常常在各大報章雜誌以及大眾媒體看到形形色色的減肥、美容保養及時尚打扮的廣告。的確那些廣告中表現的「美」很吸引人，也讓人很容易迷失，把大量的金錢、時間和心思投放在這一切沒有止境的慾望上。但是人們的心靈何曾因此而滿足過？

我們忙碌的洗擦我們的外表的同時，有沒有洗擦我們的心靈，好讓我們從內到外都是一樣的美和健康呢？

我的行動：身邊有很多朋友還沒有認識主耶穌，他們的心靈還是空虛的，需要安慰的。我要讓他們知道心靈的平安和喜樂是可以被填得滿滿的，人生的答案就是天主的愛。

____我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送<每日聖言分享>。

____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的呼籲，嘗試每天讀聖書做默想，藉此豐富自己的靈性生活。

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

【今日聖言】

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：bonfire09@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。)

25.08.2009

聖保祿宗徒致得撒洛尼人前書 2:1-8

弟兄們：你們自己也知道，我們來到你們那裏，並非沒有效果。你們也知道我們來到之前，曾在斐理伯吃了苦，受了凌辱；可是依靠著我們的天主，我們還有勇氣，在艱鉅的阻撓中，給你們宣講了天主的福音。我們的宣講並不是出於幻想，也不是出於不誠，也不是在於欺詐；反之，我們是被天主考驗合格而受委託傳福音的人；我們宣講，並不是為取悅於人，而是為取悅那考驗我們心靈的天主。我們從來沒有用過諂媚之辭，就如你們所知道的，也沒有托故貪婪，天主可以作證；也沒有向任何人尋求過光榮：沒有向你們，也沒有向別人。我們當基督的宗徒，雖有權利叫人敬重我們，但我們在你們中卻成了慈祥的，像撫育自己孩子的母親。我們如此眷愛你們，不但願意將天主的福音交給你們，而且也願意將我們的性命交給你們，因為你們是我們所疼愛的。

聖詠第 139 篇 1-6

1. 上主，祢鑒察了我，也認清了我：
2. 我或坐或立，祢全然認清了我，祢由遠處已明徹我的思考。
3. 我或行走或躺臥，祢已先知，我的一切行動，祢完全熟悉。
4. 的確，我的舌頭尚未發言，上主，看，祢已經知悉周全。
5. 祢將我的前後包圍，用祢的手將我蔭庇。
6. 這是超越我理智的奇事，也是我不能明白的妙理。

聖瑪竇福音 23:23-26

那時候，耶穌對民眾和眾門徒講論說：「禍哉，你們經師和法利塞假善人！因為你們捐獻十分之一的薄荷、茴香和蒔蘿，卻忽視了法律上最重要的公義、仁慈與信義；這些固然該作，那些也不可放過。瞎眼的嚮導！你們濾出蚊蚋，卻吞下了駱駝。」

「禍哉，你們經師和法利塞假善人！因為你們洗擦杯盤的外面，裏面卻滿是劫掠與貪慾。瞎眼的法利塞人！你先應清潔杯的裏面，好叫它外面也成為清潔的。」