



## 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](mailto: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。)

### 04.09.2009 【是主的苦難及聖死把我救贖！】

「天主樂意叫整個的圓滿居在他內，並藉著他使萬有，無論是地上的，是天上的，都與自己重歸於好，因著他十字架的血建立了和平。」(哥 1:19-20)



DÜRER, Albrecht - The Adoration of the Trinity, 1511

(Kunsthistorisches Museum, Vienna)

今日聖言:

哥 1:15-20

詠 100:2,3,4,5

路 5: 33-39

默想：

天主在創造萬物之初，一切也是好的。因為人的驕傲，把惡引進了世界，萬物及所有秩序便好像不再和諧了。世界被罪惡籠罩着，變得沒有希望。

感謝天主，聖子降生人間，把人和天主的關係重新接上。我們從此仗賴基督十字架的救贖，獲得天主的恩寵。

此刻我凝望着十字架苦像，默觀基督的苦難及復活。在這圓滿的救贖中，我們深深的體會到信望愛。

當下的我：

主，感謝祢的恩寵，我此刻沐浴在祢的愛中。



## 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](mailto: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。)

**04.09.2009**

### 聖保祿宗徒致哥羅森人書 1:15-20

弟兄們：耶穌基督是不可見的天主的肖像，是一切受造物的首生者，因為在天上和在地上的一切，可見的與不可見的，或是上座者，或是宰制者，或是率領者，或是掌權者，都是在他內受造的：一切都是藉著他，並且是為了他而受造的。他在萬有之先就有，萬有都賴他而存在；他又是身體——教會的頭：他是元始，是死者中的首生者，為使他在萬有之上獨佔首位，因為天主樂意叫整個的圓滿居在他內，並藉著他使萬有，無論是地上的，是天上的，都與自己重歸於好，因著他十字架的血建立了和平。

### 聖詠第 100 篇 2-5 天主是萬民的救主

2. 普世大地，請向上主歡呼，要興高采烈地事奉上主；走到上主面前，應該歡呼！你們應該明認雅威就是天主，祂造成了我們
3. 我們非祂莫屬，是祂的人民，是祂牧場的羊群。
4. 高唱感恩歌，邁向祂的大門；吟詠讚美詩，進入祂的宮庭，向祂致謝，並讚美祂的聖名。
5. 因為上主良善寬仁，祂的慈愛直到永恆，祂的忠信世世常存。

### 聖路加福音 5:33-39

他們又對祂說：「若翰的門徒屢次禁食，行祈禱，法利塞人的門徒也是這樣；而你的門徒卻又吃又喝。」耶穌回答說：「伴郎和新郎在一起的時候，你們豈能叫他們禁食？但日子將要來到，當新郎從他們中被劫去時，在那些日子，他們就要禁食了。祂又對他們講比喻說：「沒有人從新衣服上撕下一塊作補釘，補在舊衣上的；不然，新的撕破了，而且從新衣上撕下的補釘，與舊的也不相稱。也沒有人把新酒裝入舊皮囊的，不然，新酒要漲破舊皮囊，酒要流出來，皮囊也破了。但新酒應裝入新皮囊。也沒有人喝著陳酒，願意喝新酒的，因為他說：還是舊的好。」