



【每日聖言分享】

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。）



傳薪五十

靈火燎原

聖女瑪爾大是拉匝祿和瑪達肋納的姐姐，住在伯達尼城（耶路撒冷附近）。聖經上三次提及瑪爾大的事。其中一段文字，是在耶穌復活拉匝祿的時候；其餘二段是耶穌到伯達尼的時候。她忙碌著招待耶穌，瑪達肋納卻坐著靜聽耶穌講道，一點 不去幫忙她做事。瑪爾大對耶穌說：「主，我的妹妹丟下我一個人侍候，您不介意嗎？請您叫她來幫助我。」耶穌答道：「瑪爾大！瑪爾大！你為了許多事操心忙碌；其實，需要的只有一件，瑪利亞選擇了最好的一份，那是不能從她手裏奪去的。」拉匝祿死了以後，耶穌到伯達尼。瑪爾大一聽說耶穌來了，就去迎接他。瑪爾大對耶穌說：「若您在這裏，我的兄弟決不會死了。就是現在，我也知道：您無論向天主求什麼，天主必要賜給您。」耶穌對她說：「你的兄弟要復活。」瑪爾大道：「我知道在末日復活時，他必要復活。」耶穌對她說：「我就是復活，就是生命。信從我的人，即使死了，仍要活著。凡活著而信從我的，一定永遠不死。這一點，你信嗎？」瑪爾大對耶穌說：「是的，我信您是默西亞，天主子。」瑪爾大的信德多麼堅固，她所說的最後幾句話，與伯多祿宣認信仰的話，互相媲美。

29.07.2021 【做正確的抉擇】

「瑪爾大，瑪爾大！你為了許多事操心忙碌，其實需要的惟有一件。瑪利亞選擇了更好的一份，是不能從她奪去的。」

(路 10:41-42)

聖瑪爾大 (紀念)

若一 4:7-16

詠 34:2-3, 4-5, 6-7,

8-9, 10-11

路 10:38-42



默想：

你知道愛是什麼嗎？你懂得怎麼愛你的伴侶、孩子、父母、同事、朋友、甚至是一個陌生人嗎？

到底哪樣的愛才是對的、是最好的呢？今天的福音卻提醒我們「天主是愛」及「愛是出於天主」，如果我們要學習去愛，最好的辦法就是向天主學習。

讓我們來看看天主的愛的一些特徵：（一）天主的愛考慮到對方的未來，並為此願意犧牲自己。

「天主把自己的獨生子，打發到世界上來，好使我們藉著他得到生命。」愛就是承諾與付出。（二）天主的愛是主動的，「不是我們愛了天主，而是他愛了我們」。天主的愛是無條件的愛。從天主那裡學到的愛，是有力量做別人無法做到的事。

除了知道愛是什麼，耶穌還提醒我們，要做正確的抉擇。福音當中所描述的兩姊妹，代表兩類不同想法的人，縱使她們都是喜歡追隨耶穌的，但她們的反應有所分別，而在耶穌的回答中，我們可以領悟到天主對我們的要求其實是什麼。瑪爾大忙著伺候耶穌，不算是錯，因為她是姊姊的關係，有師傅到家裡作客，總不能待慢耶穌，耶穌並非怪責她，而是提醒瑪爾大，在聖言(天主)面前，沒有任何工作事情，比靜心聆聽來得重要，任何事情都該放下，以最真實的自己面對天主，才是最重要，這絕對是每個人的抉擇。在每天忙碌工作過後，試著學習妹妹瑪利亞，坐在主的腳前細聽主對我們說故事吧！

我的祈禱：主耶穌，請接納我想愛的心，讓我不圓滿的愛因被祢降福而變得圓滿。讓我們每天有意思的把握愛的機會。阿孟。

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>

電郵：bonfire@maryhcs.org

電話：2838 0780

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：_____



【每日聖言分享】

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。)



傳薪五十

靈火燎原

聖若望一書 4:7-16

親愛的諸位：我們應該彼此相愛，因為愛是出於天主；凡有愛的，都是生於天主，也認識天主；那不愛的，也不認識天主，因為天主是愛。天主對我們的愛，在這事上已顯示出來：就是天主把自己的獨生子，打發到世界上來，好使我們藉著他，得到生命。愛就在於此：不是我們愛了天主，而是他愛了我們，且打發自己的兒子，為我們做贖罪祭。

親愛的諸位：既然天主這樣愛了我們，我們也應該彼此相愛。從來沒有人見過天主；如果我們彼此相愛，天主就存留在我們內；他的愛在我們內，才是圓滿的。我們所以知道我們存留在天主內，天主存留在我們內，就是由於他賜給了我們他的聖神。

至於我們，我們卻曾見過，並且作證：父打發了子，來作世界的救主。誰若明認耶穌是天主子，天主就存在他內，他也存在天主內。我們認識了，且相信了天主對我們所懷的愛。天主是愛；那存留在愛內的，就存留在天主內，天主也存留在他內。——上主的話。

聖詠 34:2-3, 4-5, 6-7, 8-9, 10-11

2-3. 我要時時讚美上主；我的口舌不斷讚頌上主。願我的心靈，因上主而自豪。願謙卑的人聽到，也都歡喜雀躍。

4-5. 請你們同我一起讚揚上主，讓我們齊聲頌揚他的名字。我尋求了上主，他俯聽了我的祈求：由我所受的一切驚惶中，將我救出。

6-7. 你們瞻仰他，要喜形於色；你們的面容，絕不會羞愧。卑微人一呼號，上主立即俯允，並且救拔他，脫離一切艱辛。

8-9. 在那敬畏上主的人四周，有上主的天使紮營護守。請你們體驗，請你們觀看：上主是何等和藹慈祥！投奔他的人，真是有福。

10-11. 上主的聖民，你們該敬畏上主；凡敬畏他的，必一無所缺。富貴的人，竟成了赤貧，忍飢受餓；尋求上主的人，卻不缺任何福樂。

聖路加福音 10:38-42

那時候，耶穌進入一個村莊。有一個名叫瑪爾大的女人，把耶穌接到家裡。她有一個妹妹，名叫瑪利亞，坐在主的腳前，聽他講話。

瑪爾大為侍候耶穌，忙碌不已，便上前來，說：「主！我的妹妹丟下我一個人工作，你不介意嗎？請叫她來幫助我吧！」

主回答瑪爾大說：「瑪爾大，瑪爾大！你為了許多事，操心忙碌，其實需要的，唯有一件。瑪利亞選擇了更好的一份，是不能從她奪去的。」——上主的話。

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：_____