



【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。)



2022.05.20 【天主是愛】

你們該彼此相愛，如同我愛了你們一樣。(若 15:12)

宗: 15:22-31

詠: 57:8-9, 10-12

若: 15:12-17



默想：昨晚看了一個新聞特寫節目，疫情期間情緒病患者的發病率比平時增多了 20 多個百分點。節目內訪問了一位婆婆，婆婆是獨居長者，疫情期間因未能與國內的親友見面，開始出現失眠焦慮的問題。給我印象最深刻的，婆婆說她需要的不是檢測棒或者食物，而是一聲簡單的問候語、一個關心的電話而已。

很多時跟丈夫參與完主日彌撒吃早餐途中，經常遇上一位老先生，這位老先生跟丈夫屬泛泛之交，不過知道他是獨居老人，身體又經常有病，丈夫先前曾問了老先生兩次聯絡電話，但都被他婉拒了。新冠病毒第五波爆發後，確診數字激增，今次病毒對長者的影響最大，心裏有點擔心老先生的近況；加上聖堂暫停開放，沒有機會碰上老先生，有點無能為力的感覺。疫情稍穩後，幸好再有機會遇上老先生，今次我硬着頭皮問老先生電話，可能老先生今次不好意思再拒絕，終於說出聯絡電話，讓我們有機會送上關心與慰問。

病毒一波接着一波的爆發，作為小市民的我們，實在只有做好個人衛生，避免感染的可能。但原來一個簡單的問候、一個微笑的點頭，原來也可起到很好的抗疫作用，不要低估這些小善，這些實是疫情期間所需要的見證啊！「我祈求天主，為使你因信德而懷有的慷慨發生功效，使你認清我們所能行的一切善事，都是為基督而行的」。(費 1:6)

我的反思和祈禱：仁慈的上主，祢愛我們甚至賜下獨生子為我們的罪死在十字架上，祢的愛是如此的廣濶高深，我們實難堪當，祢甚至要求我們彼此相愛，如同祢愛了我們一樣，這個命令實在艱深，教我們如何去愛別人像祢愛我們的那麼毫無保留、完完全全的犧牲呢？主啊！求祢教懂我們如何去愛，如何去接納，如何去寬恕，如何去付出…。我們知道自己的局限未能做到如祢愛我們一樣，但我們會努力去學習主耶穌的榜樣，因為上主是祢無條件地先愛了我們！因主耶穌基督之名，亞孟。

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：_____



【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。)



宗徒大事錄 15:22-31

(聖神和我們決定，除了必要的事外，不再加給你們什麼重擔。)

當時，宗徒和長老同全教會決定，從他們中選幾個人，派他們同保祿和巴爾納伯去安提約基雅。所派的，有號稱巴爾撒巴的猶達和息拉，是弟兄中的領導人物。他們帶去的信如下：「宗徒和長老弟兄們，給在安提約基雅、敘利亞和基里基雅由外邦歸化的弟兄們請安。我們聽說有幾個從我們這裏去的，而並非我們所派去的人，講話擾亂你們，混亂了你們的心。我們取得同意後，決定揀選幾個人，派他們同我們可愛的巴爾納伯和保祿，到你們那裏去。此二人為了我們主耶穌基督的名，已付出了自己的性命。我們派猶達和息拉去，他們要親口報告同樣的事。因為聖神和我們決定，不再加給你們什麼重擔，除了這幾項重要的事：即戒食祭邪神之物、血和窒死之物，並戒避奸淫；若你們戒絕了這一切，那就好了。祝你們安好！」他們去後，就下到安提約基雅，聚集了眾人，遞上公函。人們讀了，對這勸慰的話都十分歡喜。——上主的話。

聖詠 57:8-9,10-12

8-9. 天主，我的心已準備妥當，我的心已準備妥當，我願意去歌彈詠唱。我的靈魂，你要醒起來。七弦和豎琴，要奏起來，我還要把曙光喚起來。

10-12. 上主，我要在萬民中讚美你，上主，我要在列邦中歌頌你，因為你的大愛高越諸天，你的忠信直達霄漢。天主，願你在天上備受舉揚，願你在地上彰顯榮光！

聖若望福音 15:12-17

(這就是我命令你們的，你們應該彼此相愛。)

那時，耶穌對門徒說：「這是我的命令：你們該彼此相愛，如同我愛了你們一樣。人若為自己的朋友捨掉性命，再沒有比這更大的愛情了。你們如果實行我所命令你們的，你們就是我的朋友。我不再稱你們為僕人，因為僕人不知道他主人所做的事。我稱你們為朋友，因為凡由我父聽來的一切，我都顯示給你們了。不是你們揀選了我，而是我揀選了你們，並派你們去結果實，去結常存的果實；如此，你們因我的名無論向父求什麼，他必賜給你們。這就是我命令你們的：你們應該彼此相愛。」——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：_____