



【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。)



2022.06.15 【放下自我】

要進入你的內室，關上門，向你在暗中之父祈禱 (瑪 6:6)

列 2:1,6-14
詠 31:20,21,24
瑪 6:1-6,16-18



默想：今日福音中耶穌勸誡我們別作虛偽的事，相信大家明白不用多說。反而，最近自己有一些體會和反省。我們做了一些好事、表現不俗或略有成就時，人難免會沾沾自喜，於是多謙遜的人，有時也會將自己的表現和成就與他人比較。有時，會從嘴上評點他人的表現，又或者和其他人討論別人的表現，來說明自己的優勝。可是，這都是我們的自我在作祟，讓我們變得傲慢，陷入自我膨脹的誘惑，實在不是好事。

要避免自我膨脹和不成比例的優越感這種誘惑，我相信要依靠學習耶穌基督的謙遜，和服從天父的信心。耶穌教導我們要進入內室祈禱，應該是一個好辦法！因為關上門在內室，有助我們放下外在的世界和那個常常在要表現的自我。放下了自我，我們才可以見到別人的需要、見到眾生，才有空間聽得到天父的說話，而非只是一味強調「我、我、我」，更可以是「我、你、祂」的共融！

我的祈禱：

主耶穌基督，請祢幫助我跟隨你的榜樣，學習放下自我的光環，願意純粹地、靜默地在內室聆聽天父的旨意。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。)



列王紀下 2:1,6-14

(一輛火車出現，厄里亞便升天去了。)

上主要用旋風接厄里亞升天的時候，厄里亞和厄里叟正離開基耳加耳。厄里亞對厄里叟說：「請你留在這裏，因為上主派我到約旦河去。」厄里叟回答說：「我指著永生的上主和你的性命起誓：我決不離開你。」二人於是繼續前行。先知弟子中有五十個人同去，遠遠站在他們對面，他們二人立在約旦河邊，厄里亞將自己的外衣捲起，擊打河水，水即左右分開，他們二人從乾地上走了過去。過去以後，厄里亞對厄里叟說：「在我被接去離開你以前，我應該為你作什麼，你儘管求吧！」厄里叟答說：「求你把你的精神雙倍給我。」厄里亞說：「你求了一件難事；不過當我被接去離開你的時候，你若能看見我，你就可以得到；否則，你就不能得到。」

他們正邊走邊談的時候，忽然有一輛火馬拉的火車出現，把他們二人分開；厄里亞便乘著旋風升天去了。厄里叟一見，就呼喊說：「我父，我父！以色列的戰車，以色列的駿馬！」隨後就再看不見他了；厄里叟遂抓住自己的衣服，撕成兩半，然後拾起厄里亞身上掉下來的外衣，回去站在約旦河邊，拿著從厄里亞身上掉下來的外衣擊打河水說：「上主，厄里亞的天主在那裏？」他一擊打河水，河水就左右分開，厄里叟走了過去。——上主的話。

聖詠 31:20,21,24

20. 上主，你為敬畏你的人所保留的恩澤，是何等豐盛！你在人前施予投奔於你者的慈惠，又是何等寬宏！

21. 你將他們掩護在你儀容的影下，免遭世人的重創；又將他們隱藏在你帳幕的裏面，免遭口舌的中傷。

24. 眾聖徒！你們應愛慕上主，因他保佑信徒，但是他對蠻橫的人，必加以嚴厲的報復。

聖瑪竇福音 6:1-6,16-18

(你的父在暗中看見，必要報答你。)

那時候，耶穌向他的門徒說：「你們應當心，不要在人前行你們的仁義，為叫他們看見；若是這樣，你們在天父之前，就沒有賞報了。所以，當你施捨時，不可在你前面吹號，如同假善人在會堂及街市上所行的一樣，為受人們的稱讚；我實在告訴你們，他們已獲得了他們的賞報。當你施捨時，不要叫你左手知道你右手所行的，好使你的施捨隱而不露，你父在暗中看見，必要報答你。當你祈禱時，不要如同假善人一樣，愛在會堂及十字街頭立著祈禱，為顯示給人；我實在告訴你們，他們已獲得了他們的賞報。至於你，當你祈禱時，要進入你的內室，關上門，向你在暗中之父祈禱；你的父在暗中看見，必要報答你。幾時你們禁食，不要如同假善人一樣，面帶愁容；因為他們苦喪著臉，是為叫人看出他們禁食來。我實在告訴你們，他們已獲得了他們的賞報。至於你，當你禁食時，要用油抹你的頭，洗你的臉，不要叫人看出你禁食來，但叫你那在暗中之父看見；你的父在暗中看見，必將報答你。」——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：_____