



【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

聖本篤院長紀念

聖人在公元 480 年左右，生於諾西亞。曾在羅馬受教育，後在蘇比亞各度隱修生活，並招收生徒，善度祈禱與工作的生活。後往加西諾山潛修，建立一座著名的隱修院，並撰寫會規，為各處隱修院所遵循，人稱之為西方隱修之祖。547 年 3 月 21 日安逝。但自第八世紀以來，許多地區都在 7 月 11 日舉行他的紀念日。

依 1:10-17

詠 50:8-9, 16-17, 21, 23

瑪 10:34—11:1

2022.07.11 【放下重擔，走出局限】

誰不背起自己的十字架跟隨我，不配是我的。(瑪 10:38)



默想：

今天的福音所講容易使人誤解耶穌，以為耶穌要祂的跟隨者斷六親。其實是愛主愛人的同時，重點是愛天主為優先！對天主的愛超過對人的愛，就讓人變得自由。

耶穌又說要背起十字架跟從祂，才能放下生命中的重擔。試想想有些苦難是不找自來，無法克服的，例如因為信仰而被迫害，那種就比較屬於十字架。

很多擔憂，是因為對外來的恐懼，這種比較是重擔，像擔心被裁員、擔心失戀、擔心考不好等等。仰望主耶穌，祂能治癒我們，助我脫去纏累，放下重擔，走出局限、偏執、迷失的旋渦中。即使天色

蒼白，路有荊棘，日子如何，依賴着主，在祂的愛內，就讓人變得自由、寬容、慈善、富足、完美，獲享豐盛生命，充實人生。

我的反思和祈禱：仁慈的主，為那些勞苦和負重擔的人，求主施予豐富的恩寵，在痛苦中服從、倚賴天主，常保有在主內的平安和自由。

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。)



傳薪五十

靈火燎原

依撒意亞先知書 1:10-17

(你們應該自潔；從我眼前革除你們的惡習。)

索多瑪的統治者，請聽上主的話！哈摩辣의 百姓，請聽天主的訓示：「你們為什麼向我奉獻那麼多的犧牲？上主說：我已飽饜了公羊的燔祭和肥犢的脂膏；牛犢、羔羊和山羊的血，我已不喜歡；你們來見我的面時，誰向你們要求了這些東西？這簡直是蹂躪我的殿院。不要再奉獻無謂的祭品！馨香已為我所憎惡；月朔、安息日、集會、齋戒和盛大的宴會，我已都不能忍受；我的心痛恨你們的月朔和你們的慶節，它們為我是種累贅，使我忍無可忍。你們伸出手時，我必掩目不看；你們行大祈禱時，我決不俯聽，因為你們的手染滿了血！你們應該洗滌，應該自潔，從我眼前革除你們的惡行，停止作孽，學習行善，尋求正義，責斥壓迫人的人，為孤兒伸冤，為寡婦辯護。」——上主的話。

聖詠 50:8-9,16-17,21,23

8-9. 我並不因你的祭獻而責備你，因為我面前常有你的全燔祭。我用不著你家裏的牛犢，也不需要你羊圈裏的羊。

16-17. 你怎麼膽敢傳述我的誡命？你的口怎敢朗誦我的法令？你豈不是惱恨規矩，將我的話置諸腦後嗎？

21,23. 你既作了這些，我豈能緘口不言？難道你竟以為我像你一樣？我要責斥你，指明你的罪行。奉獻頌謝祭的人，就是給我奉獻光榮讚頌；行為正直的人，我要使他享見天主的救恩。

聖瑪竇福音 10:34-11:1

(我來不是為帶平安，而是帶刀劍。)

那時候，耶穌對他的門徒說：「你們不要以為我來，是為把平安帶到地上；我來不是為帶平安，而是帶刀劍，因為我來，是為叫人脫離自己的父親，女兒脫離自己的母親，兒媳脫離自己的婆母；所以，人的仇敵，就是自己的家人。誰愛父親或母親超過我，不配是我的；誰愛兒子或女兒超過我，不配是我的。誰不肯背起自己的十字架跟隨我，不配是我的。誰獲得自己的性命，必要喪失性命；誰為我的緣故，喪失了自己的性命，必要獲得性命。誰接納你們，就是接納我；誰接納我，就是接納那派遣我來的。誰接納一位先知，因他是先知，將領受先知的賞報；誰接納一位義人，因他是義人，將領受義人的賞報。誰若只給這些小子中的一個，一杯涼水喝，因他是門徒，我實在告訴你們：他決失不了他的賞報。」

耶穌囑咐完了他的十二門徒，就從那裏去了，為在他們的城裏施教宣講。」——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：_____