



【每日聖言分享】

讀聖書、做默想是我們的精神食糧

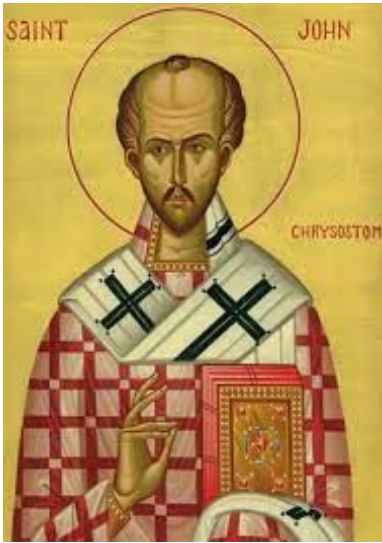
聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



023.09.13 【一念天堂，一念地獄】

你們該戒絕這一切：忿怒、暴戾、惡意、咒罵和出於你們口中的穢言。不要彼此說謊；你們原已脫去了舊人和他的作為，且穿上了新人，這新人即是照創造他者的肖像而更新，為獲得知識。(哥 3:8-10)

哥 3:1-11
詠 145:2-3, 10-11, 12-13
路 6:20-26



金口聖若望紀念 (St. John Chrysostom)

聖人在公元 349 年左右，出生於安提約基雅，曾受極良好的教育，後開始度苦修生活；381 年祝聖執事；386 年晉鐸後，到處講道，成效卓著。397 年被選為君士坦丁堡主教。聖人竭力改善神職班與信友的品行，並削減公署開支，餘數救濟窮人，不愧為善牧典範。聖人的辭令才學，形成一股革新力量，有「金口」之稱，為王室所忌恨，遂一再被迫流徙，備受折磨。407 年 9 月 14 日，在流徙途中，安逝於龐多之高麥納。

聖人生平著作等身，詮釋聖經及公教教義，正確介紹基督徒生活，單就若望福音，已有 88 篇講道詞。聖人作品文辭綺麗動人，絲絲入扣，令人百讀不厭。聖人為義而受迫害，他曾說：「我不畏死亡，因為死亡有利於我的收穫；我也不畏流放，因為普天之下，莫非『主』土；我也不畏財產被沒收，因為金錢原是身外物，生不帶來，死不帶去。」

聖人在禮儀祈禱方面貢獻良多，今天拜占庭教會的常用彌撒經文，也稱作「金口聖若望禮儀」。聖人與聖巴西略、聖額我略納齊安，及聖亞大納修，同為東方教會四大聖師。

默想： 「一念天堂，一念地獄」，正好代表了今天的福音。

在路加福音第 6 章，耶穌講了四個福：「貧窮、飢餓、哀哭、被恨惡」，也講了四個禍：「富足、飽足、戲笑、被讚美」。特別奇怪的地方是這跟我們一般觀念好像不一樣。耶穌所講有福的人，我們都覺得是沒有福氣、比較倒楣的人；耶穌覺得有禍的人，我們都覺得是比較幸福的人。

富裕、美麗、健康、快樂、長壽、聰明、榮耀等等、一切美好都是天主創造我們時的人性，也是天主希望我們永遠能夠享受的。但禍福其實只在一念之間，天主賜予的恩寵，如果人不懷謙虛感恩的心，不按天主的聖訓生活，它就容易會變成禍。好像貪心的農夫，殺了會生金蛋的雞的故事。耶穌並不是說，「富足、飽足、戲笑、被讚美」是一件壞事，只是當我們在「富足、飽足、戲笑、被讚美」的時候，我們比較容易驕傲、容易犯罪，忘記天主。

耶穌也沒有說「貧窮、飢餓、哀哭、被恨惡」是件好事。耶穌要表達的重點是：當我們在這些世人覺得是有禍的狀況中，通常比較容易使人謙卑，願意信靠天主。主希望我們能夠在逆境中更謙卑去倚靠天主，順境中也不會因此忘記天主，那就都有福了。當我們驕傲忘記神的時候就是有禍。

我們要知道，自己在天主面前是貧窮的人，不可以在任何時候有絲毫的狂妄、自大、自義、自誇的態度和心。同樣，在困難的時候，相信盼望，願意信靠天主，求主讓我們沒有自卑絕望的心態，倚靠天主走一個正面積極的道路。

我的祈禱： 求主幫助我們能常存謙卑的心。在貧窮中，我們不嫉妒、不忿怒，我們倚靠天主走一個正面積極的道路；我們富足的時候，我們感恩，讓人一起分享，享受到主給我們的幸福快樂。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：<https://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。)



聖保祿宗徒致哥羅森人書 3:1-11

(你們已與基督同死，因此，你們要使屬於地上的肢體致死。)

弟兄們：你們既然與基督一同復活了，就該追求天上的事，在那裏有基督坐在天主的右邊。你們該思念天上的事，不該思念地上的事，因為你們已經死了，你們的生命已與基督一同藏在天主內了；當基督——我們的生命顯現時，那時，你們也要與他一同在光榮之中出現。為此，你們要致死屬於地上的肢體，致死淫亂、不潔、邪情、惡欲和無異於偶像崇拜的貪婪，為了這一切，天主的義怒才降在悖逆之子身上；當你們生活在其中時，你們也曾一度在其中行動過，但是現在你們卻該戒絕這一切：忿怒、暴戾、惡意、咒罵和出於你們口中的穢言。不要彼此說謊；你們原已脫去了舊人和他的作為，且穿上了新人，這新人即是照創造他者的肖像而更新，為獲得知識的；在這一點上，已沒有希臘人或猶太人，受割損的或未受割損的，野蠻人、叔提雅人、奴隸、自由人的分別，而只有是一切，並在一切內的基督。——上主的話。

聖詠 145:2-3,10-11,12-13

【答】：上主對待萬有，溫和善良。

我要每日不斷讚美你，頌揚你的名，永遠不止。偉大的上主，實在應受讚美；上主的偉大，高深下可推測。【答】

上主，願你的一切受造物稱謝你；上主，願你的所有聖徒讚美你，宣傳你王國的光榮，講述你的威力大能。【答】

讓世人盡知你的威能，和你王國的偉大光榮。你的王國，是萬代的王國；你的王權，存留於無窮世。【答】

聖路加福音 6:20-26

(你們貧窮的是有福的，你們富有的是有福的。)

那時，耶穌舉目望著自己的門徒說：「你們貧窮的是有福的，因為天主的國是你們的。你們現今饑餓的是有福的，因為你們將得飽飫。你們現今哭泣的是有福的，因為你們將要歡笑。幾時為了人子的緣故，人惱恨你們，並棄絕你們，並且以你們的名字為可惡的，而加以辱罵詛咒，你們才是有福的。在那一天，你們歡喜踴躍吧！看，你們的賞報在天上是豐厚的，因為他們的祖先也同樣對待了先知。但是，你們富有的是有福的，因為你們已經獲得了你們的安慰。你們現今飽飫的是有福的，因為你們將要饑餓。你們現今歡笑的是有福的，因為你們將要哀慟哭泣。幾時眾人都誇讚你們，你們是有禍的，因為他們的祖先也同樣對待了假先知。」——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：<https://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：_____