



【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。)



2024.03.28 【愛的回應】

他既深愛世上屬於自己的人，就愛他們到底。(若 13:1)



默想：

今天的福音講述耶穌為門徒洗腳，目的是要向門徒們表達祂對他們的愛，同時亦教導他們要謙卑和彼此相愛。從耶穌對門徒們的這份愛中，我看到三種回應。

1. 開心接受：大部份的門徒對師傅/老師親自為自己洗腳，內心一定有一份既驚且喜的感覺，因為師傅/老師竟然為自己洗腳，在當中，他們感受到一份至深的被愛，就像父母對自己孩子的那份愛到底的愛一樣，所以他們開心接受，沒有問耶穌為何這樣做，只感到被愛所包圍著了。

2. 胡亂接受：猶達斯因為心裡在盤算著如何把耶穌交給司祭長及法利塞人，因此，雖然耶穌希望用自己對他的愛來拯救他免陷誘惑，但猶達斯卻什麼都感受不到，只是胡亂地任由耶穌為他洗腳，相信他連耶穌為他洗腳都可能不知道。

3. 不敢接受：伯多祿第一個感覺是，師傅/老師是應該被受尊重的，不應為徒弟/學生洗腳，因為這是僕人的職務，他認為自己不配被耶穌為他洗腳，所以不敢接受，直至耶穌對他說若然不為他洗腳，他們的緣份就斷了，伯多祿才讓耶穌為他洗腳。

我們在日常生活中都有機會遇到，來自家人、朋友、同事、長輩、陌生人、教友、神職人員、天主等等，不同質量的愛，我們有沒有察覺到這份愛呢？如察覺到，我們又如何回應呢？我們會像門徒們般回應，還是以愛還愛來回應呢？

我的祈禱：

父啊！求祢助我提高我對愛的覺察力，好讓我能覺察到原來我是活在愛的氛圍中，並懂得以愛還愛，把接收到的愛傳給其他人，亞孟！

主的晚餐

出 12:1-8, 11-14

詠 116:12-13, 15-16, 17-18

格前 11:23-26

若 13:1-15

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。)



出谷紀 12:1-8,11-14

(逾越節晚餐的法規)

那時候，上主在埃及國，訓示梅瑟和亞郎說：「你們要以本月，為你們的正月，為你們算是一年的首月。你們應訓示以色列會眾：

「本月十日，他們每人照家族，準備一隻羔羊，一家一隻。如果是小家庭，吃不了一隻，家長應和附近的鄰居，按照人數，共同預備，並照每人的飯量，估計當吃的羔羊。羔羊應是一歲無殘疾的公羊，要由綿羊，或山羊中挑選。把這羔羊留到本月十四日，在黃昏的時候，以色列全體會眾，便將這羔羊宰殺。各家都應取些血，塗在吃羔羊的房屋兩邊門框和門楣上。在那一夜，要吃肉；肉要用火烤，同無酵餅及苦菜一起吃。

「你們應這樣吃：束著腰，腳上穿著鞋，手裡拿著棍杖，急速快吃：這是向上主守的逾越節。

「這一夜，我要走遍埃及國，將埃及國一切首生，無論是人是牲畜，都要殺死；對於埃及的眾神，我也要嚴加懲罰；我是上主。這血在你們所住的房屋上，當作你們的記號；我打擊埃及國的時候，一見這血，就越過你們；毀滅的災禍，不落在你們身上。

「這一天，將是你們的紀念日，要當作上主的節日來慶祝；你們要世代代過這節日，作為永遠的法規。」——上主的話。

聖詠 116:12-13, 15-16, 17-18

【答】：我們就是藉那祝福之杯，共結合於基督的血。（參閱格前 10:16）

領：我應該要怎樣報謝上主，感謝他賜給我的一切恩佑？我要舉起救恩的杯爵，我要呼籲上主的名號。【答】

領：上主的聖者們的去世，在上主的眼中，十分珍貴。我的上主！我是你的僕役，是你婢女的兒子；你解除了我的鎖鍊。【答】

領：我要向上主獻上讚美之祭，我要呼號上主的名字。我要在眾百姓面前，向上主還我的誓願。【答】

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

- | |
|--|
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。 |
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。 |
| <input type="checkbox"/> 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。)



聖保祿宗徒致格林多人前書 11:23-26

(你們每次吃這餅，喝這杯，你們就是宣告主的死亡。)
弟兄姊妹們：

這是我從主所領受的，我也傳授給你們：主耶穌在他被交付的那一夜，拿起餅來，祝謝了，擘開，說：「這是我的身體、為你們而犧牲的，你們應這樣做，為紀念我。」晚餐後，又同樣拿起杯來，說：「這杯是用我的血，所立的新約，你們每次喝，應這樣做，為紀念我。」

的確，直到主再來，你們每次吃這餅，喝這杯，你們就是宣告主的死亡。——上主的話。

聖若望福音 13:1-15

(耶穌愛他們到底)

在逾越節慶日前，耶穌知道：他離此世歸父的時辰已到；他既深愛世上屬於自己的人，就愛他們到底。

正吃晚餐的時候，魔鬼已使依斯加略人西滿的兒子猶達斯，決意出賣耶穌。

耶穌因知道父已把一切，交在他手中，也知道自己是從天主來的，又要往天主那裡去，就從席間起來，脫下外衣，拿起一條手巾，束在腰間，然後，把水倒在盆裡，開始洗門徒的腳，用束著的手巾，擦乾。

及至來到西滿伯多祿面前，伯多祿對耶穌說：「主！你給我洗腳嗎？」

耶穌回答說：「我所做的，你現在還不明白，但以後你會明白。」

伯多祿對耶穌說：「不，你永遠不可給我洗腳！」

耶穌回答說：「我若不洗你，你就與我無分。」

西滿伯多祿於是說：「主！不但我的腳，而且連手帶頭，都給我洗吧！」

耶穌向他說：「沐浴過的人，已全身清潔，只需洗腳就夠了。你們原是潔淨的，但不都是。」原來，耶穌知道誰要出賣他，所以才說：你們不是所有人都是潔淨的。

及至耶穌洗完了門徒的腳，穿上外衣，坐下，對門徒說：「你們明白我給你們所做的嗎？你們稱我為『師父』、為『主』，說得正對：我原來是。若我為『主』，為『師父』的，給你們洗腳，你們也該彼此洗腳；我給你們立了榜樣，叫你們也照我給你們所做的，去做。」——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

- | |
|--|
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。 |
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。 |
| <input type="checkbox"/> 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：_____