



【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。)



2026.09.15 【母親】 「看，你的母親！」(若 19:27)

常年期第二十四周星期二

希 5:7-9

詠 31:2-3,3-4,5-6,15-16,20

若 19:25-27



痛苦聖母(紀念)

此節日源於中世紀一些修會團體，紀念聖母在十字架下的哀慟，以後擴展為紀念她一生所受的各種苦難；一八一四年推廣於全教會。聖母分擔了基督的苦難，也激勵我們同樣去作，好使基督的苦難和復活奧蹟，不斷在我們身上延續。

默想：

緊隨光榮十字聖架慶典，教會邀請基督信友默觀「痛苦聖母」。童貞瑪利亞的一生與耶穌緊密相連，從聖母領報、西默盎的預言(路 2:35) 到十字架下的侍立，她始終以信德的服從，自由地將自己全然交付給天主，圓滿地參與並分擔了基督的救贖苦難。「童貞聖母瑪利亞，你真有福，因為你雖沒有致命，卻在主的十字架下，獲得了殉道的榮耀。」(彌撒經書，福音前歡呼)

童貞瑪利亞的心與耶穌聖心相通，在十字架旁同樣經歷了痛苦與捨棄。她親眼目睹無罪的愛子受難，悲慘死亡，依然堅信天主的許諾絕不落空；雖承受著利劍穿心之痛，卻始終堅毅站著，靜默地奉獻了難以言喻的痛苦，以及愛子的性命。教宗方濟各感受到：「在那一刻，聖母忍受著巨大的疼痛生下了我們」。「看，你的母親！」耶穌基督將摯愛母親賜予教會，傾注聖神聖化的恩寵，透過聖洗池不斷孕育天主的子女。童貞聖母瑪利亞是我們靈性的母親，她的信德和望德，藉著愛德戰勝了恐懼和痛苦。凡在苦難中尋求平安的人，都在慈母教會的懷抱找到了庇護所。基督徒蒙召肖似耶穌，以孝愛之心，迎接聖母進入自己生命的內室。依靠童貞瑪利亞堅定不移的信德，我們學習接納生活中的磨難，以喜樂的心擁抱一切苦楚，獻上與基督的苦難結合，使之轉化為通往天主與他人內心的橋樑。有聖母陪伴聆聽，為我們轉求，我們不再孤單害怕，因為母親永遠知道孩子的苦痛和需要，她必引領我們更親近天父。

我的祈禱：

聖母瑪利亞，至愛的母親，請為我們轉求：

求主賜予我們智慧，教導我們像您一樣愛耶穌，也像耶穌一樣愛您；

求主賜予我們勇氣，幫助我們在憂傷困苦時效法您的信德；

求主堅固我們的望德，使我們像您一樣確信：

在基督內，痛苦絕非終點，而是復活通往永恆生命的捷徑。

讀聖書做默想：我願意參與這項「靈火運動」每天用 15 分鐘讀聖書做默想作祈禱。請電郵/Whatsapp 給我發送【每日聖言分享】。

姓名：_____ 電郵：_____ 電話：_____ 日期：_____

登記：Whatsapp 63370969 或 電郵：bonfire@maryhcs.org



【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。)



致希伯來人書 5:7-9

(基督學習了服從，成了永遠救恩的根源。)

弟兄們：當基督還在血肉之身時，以大聲哀號和眼淚，同那能救他脫離死亡的天主，獻上了祈禱和懇求，就因他的虔敬而獲得了俯允。他雖然是天主子，卻由所受的苦難，學習了服從，且在達到完成之後，為一切服從他的人，成了永遠救恩的根源。——上主的話。

聖詠 31:2-3,3-4,5-6,15-16,20

【答】：上主，請以你的仁慈拯救我。

領：上主，我投靠你，總不會受辱，求你憑你的公義將我救出；求你側耳聽我，速來救我。

【答】

領：上主，你是我避難的磐石，獲救的城堡。因為你是我的磐石，我的城堡，為你的名，求你引導我、指教我。【答】

領：求你救我脫免暗佈的羅網，因為唯有你是我的避難所。我將我的靈魂託於你的掌握，上主，忠實的天主，你必拯救我。【答】

領：我仍舊依靠你，上主，我說：「你是我的天主！」我的命運完全掌握於你手，求你救我脫離我的敵人，擺脫一切迫害我的仇人。【答】

領：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。【答】

聖若望福音 19:25-27

(聖子高懸十字架上，慈母悲傷立其旁。)

那時候，在耶穌的十字架旁，站著他的母親和他母親的姊妹，還有克羅帕的妻子瑪利亞和瑪利亞瑪達肋納。耶穌看見母親，又看見他所愛的門徒站在旁邊，就對母親說：「女人，看，你的兒子！」然後，又對那門徒說：「看，你的母親！」就從那時起，那門徒把她接到自己家裏。——上主的話。

讀聖書做默想：我願意參與這項「靈火運動」每天用 15 分鐘讀聖書做默想作祈禱。請電郵/Whatsapp 給我發送【每日聖言分享】。

姓名：_____ 電郵：_____ 電話：_____ 日期：_____

登記：Whatsapp 63370969 或 電郵：bonfire@maryhcs.org