



【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。)



2021.06.19 【活在當下！】

「所以你們不要為明天憂慮，因為明天有明天的憂慮：一天的苦足夠一天受的了。」 (瑪 6:34)

格後 12:1-10

詠 34:8-9,10-11,12-13

瑪 6:24-34



默想：今天的福音，主耶穌開宗明義地告知我們：「沒有人能事奉兩個主人：他或是要恨這一個而愛那一個，或是重視這一個而輕視那一個。」態度清晰明確，絕不含糊！

主耶穌沒有高高在上站在高地去要求我們、教訓我們，而是切切實實地從我們的生活起居、衣食住行中教導我們如何愛祂、如何依賴祂，甚至什

麼也不用掛慮、什麼也不用憂愁！因為祂是天地的主宰，創造萬物的造物主，那又豈能不知道我們的需要呢！

因此，我們只需要專心地回應天主的召喚！忠心地「先該尋求天主的國和它的義德，這一切自會加給你們。」這意味著我們有主，便有一切！其他的只需要努力行善、尋求真理、力行公義，專心地活在當下，那麼，天主自會將這一切加給我們。的確，心中有主，還有什麼要煩擾、要憂慮！

祈禱：主！感謝讚美祢！人算什麼，但偏偏祢就以祢的寶血救贖了我們！祢是天主，永生永王！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。)



聖保祿宗徒致格林多人後書 12:1-10

弟兄們：誇耀固然無益，但若必須誇耀，我就來說說主的顯現和啟示。我知道有一個在基督內的人，十四年前，被提到三層天上去——或在身內，我不知道，或在身外，我也不知道，惟天主知道。我知道這人——或在身內，或在身外，我不知道，天主知道——他被提到樂園裏去，聽到了不可言傳的話，是人不能說出的。對這樣的人，我要誇耀；但為我自己，除了我的軟弱外，我沒有可誇耀的。其實，即使我願意誇耀，我也不算是狂妄，因為我說的是實話；但是，我絕口不談，免得有人估計我，超過了他在我身上所見到的，或由我所聽到的。免得我因那高超的啟示而過於高舉自己，故此有一根刺加在我身上，就是撒殫的使者來攻擊我，免得我過於高舉自己。關於這事，我曾三次求主使它脫離我；但主對我說：「有我的恩寵為你夠了，因為我的德能在軟弱中才全顯出來。」所以我甘心情願誇耀我的軟弱，好叫基督的德能常在我身上。為此，我為基督的緣故，喜歡在軟弱中、在凌辱中、在艱難中、在迫害中、在困苦中，因為我幾時軟弱，正是我有能力的時候。——上主的話。

聖詠 34:8-9,10-11,12-13

8-9. 在那敬畏上主的人四周，有上主的天使紮營護守。請你們體驗，請你們觀看：上主是何等的和藹慈善！投奔他的必獲真福永歡。

10-11. 上主的聖民，你們該敬畏上主，因敬畏他的人，不會受到窮苦。富貴的人竟成了赤貧，忍飢受餓；尋求上主的人，卻不缺任何福樂。

12-13. 孩子們，你們前來聽我指教，我要教你們敬畏上主之道。誰是愛好長久生活的人？誰是渴望長壽享福的人？

聖瑪竇福音 6:24-34

那時候，耶穌對他的門徒說：「沒有人能事奉兩個主人：他或是要恨這一個而愛那一個，或是重視這一個而輕視那一個。你們不能事奉天主而又事奉錢財。為此，我告訴你們：不要為你們的生命憂慮吃什麼？或喝什麼；也不要為你們的身體憂慮穿什麼。難道生命不是貴於食物，身體不是貴於衣服嗎？你們仰觀天空的飛鳥，它們不播種，也不收穫，也不在糧倉裏屯積，你們的天父還是養活牠們；你們不比牠們更貴重嗎？你們中誰能運用思慮，使自己的壽命增加一肘呢？關於衣服，你們又憂慮什麼？你們觀察一下田間的百合花怎樣生長：它們既不勞作，也不紡織；可是我告訴你們：連撒羅滿在他極盛的榮華時代所披戴的，也不如這些花中的一朵。田地裏的野草今天還在，明天就投在爐中，天主尚且這樣裝飾，信德薄弱的人哪！何況你們呢？所以，你們不要憂慮說：我們吃什麼？喝什麼？穿什麼？因為這一切都是外邦人所尋求的；你們的天父原曉得你們需要這一切。你們先該尋求天主的國和它的義德，這一切自會加給你們。所以你們不要為明天憂慮，因為明天有明天的憂慮：一天的苦足夠一天受的了。」——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：_____