



【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。)



2025.03.05 【望德常在】

有誰知道，也許他會轉意後悔，在這場災禍後，給你們留下祝福。
(岳 2:14)

聖灰禮儀星期三
岳 2:12-18
詠 51:3-6,12-14,17
格後 5:20-6:2
瑪 6:1-6,16-18



默想：

香港經濟疫後復甦遜於預期，2024 年首三季增長僅 2.6%。現在中美關係緊張，樓市低迷，港人北上消費令零售市道疲弱，政府財赤過千億……小市民會有好日子嗎？我的生活可以充裕一點嗎？

在今天的讀經，岳厄爾先知告訴我們，面對逆境，轉禍為福的關鍵行動，是誠心歸向上主。教宗方濟各在《望德不叫人蒙羞》詔書教導我們，基督

徒的希望由愛而生，建基於耶穌在十字架上被刺透的肋旁所賜予的愛。望德是以信德為基礎，以愛德去孕育，讓我們能在生活中奮勇前進。今天的福音勉勵我們向天父祈禱。讓我們憑著信德，投靠忠信的天主的雙手，從而獲得力量，天主必會在適當時刻展示祂的面容。今天的福音，也吩咐我們施捨給窮人。無論市道如何，耶穌邀請我們度刻苦簡樸的生活，分享那些最貧乏的人的生活，並最終肖似祂。我們的希望，需要以愛德去孕育。就算對自己的經濟環境不很滿意，也不要忘記援助有需要的人；就算生活拮据，我們仍能獻上一抹微笑、一個友愛的表現、親切的眼神、一雙樂於傾聽的耳朵、一個友善的行動。教宗提醒我們，要時刻準備維護弱小者的權利，敞開大門歡迎他們，不要對有需要幫助的弟兄姊妹視而不見。

我的祈禱與反思：

仁慈的天父，如今正是救恩的時日。無論香港的前景如何，求祢以慷慨的精神來扶持我，讓我幫助有需要的人；無論我的經濟環境怎樣，也求祢開啟我的口唇，讓我親口宣揚祢的光榮。

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。)



岳厄爾先知書 2:12-18

(應撕破的不是衣服，而是你們的心。)

至少現在——上主的斷語——你們應全心歸向我，禁食，哭泣，悲哀！應撕裂的，是你們的心，而不是你們的衣服；你們應歸向上主你們的天主，因為他寬仁慈悲，遲於發怒，富於慈愛，常懊悔降災。有誰知道，也許他會轉意後悔，在這場災禍後，給你們留下祝福，好使你們能給上主你們的天主獻上素祭和奠祭。你們要在熙雍吹起號角，制定一個齋期，召開一個盛會。要召集民眾，制定一個集會。召集老人，集合幼童，甚至吃奶的嬰兒；新郎應走出他的洞房，新娘應離開她的閨房。上主的僕人——司祭，應在殿廊與祭台之間痛哭，說：「上主，求你憐恤你的百姓，不要讓你的基業遭受侮辱，使異民取笑他們！為什麼讓人在異民中說：他們的天主在那裏？」

上主對自己的地域又重加妒愛，憐憫了自己的百姓。——上主的話。

聖詠 51:3-6,12-14,17

【答】：天主！我們犯了罪，求你垂憐。

領：天主，求你按照你的仁慈憐憫我，依你豐厚的慈愛，消滅我的罪惡。求你把我的過犯洗盡，求你把我的罪惡除淨。【答】

領：因為我認清了我的過犯，我的罪惡常在我的眼前。我得罪了你，惟獨得罪了你，因為我作了你視為惡的事；因此，在你的判決上，顯出你的公義，在你的斷案上，顯出你的正直。【答】

領：天主，求你給我再造一顆純潔的心，求你使我心重獲堅固的精神。求你不要從你的面前把我拋棄，不要從我身上將你的聖神收回。【答】

領：求你使我重獲你救恩的喜樂，求你以慷慨的精神來扶持我。我主，求你開啟我的口唇，我要親口宣揚你的光榮。【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後書 5:20-6:2

(你們與天主和好吧！現在正是施恩的時候。)

弟兄們：我們是代基督作大使了，好像是天主藉著我們來勸勉世人。我們如今代基督請求你們：與天主和好吧！因為他曾使那不認識罪的，替我們成了罪，好叫我們在他內成為天主的正義。

我們與天主合作的人，也勸你們不要白受天主的恩寵——因為經上說：「在悅納的時候，我俯允了你；在救恩的時日，我幫助了你。」看！如今正是悅納的時候；看！如今正是救恩的時日。——上主的話。

聖瑪竇福音 6:1-6,16-18

(你的父在暗中看見，必要報答你。)

那時候，耶穌對門徒說，「你們應當心，不要在人前行你們的仁義，為叫他們看見；若是這樣，你們在天父之前，就沒有賞報了。所以，當你施捨時，不可在你前面吹號，如同假善人在會堂及街市上所行的一樣，為受人們的稱讚；我實在告訴你們，他們已獲得到了他們的賞報。當你施捨時，不要叫你左手知道你右手所行的，好使你的施捨隱而不露，你父在暗中看見，必要報答你。當你祈禱時，不要如同假善人一樣，愛在會堂及十字街頭立著祈禱，為顯示給人；我實在告訴你們，他們已獲得到了他們的賞報。至於你，當你祈禱時，要進入你的內室，關上門，向你在暗中之父祈禱；你的父在暗中看見，必要報答你。幾時你們禁食，不要如同假善人一樣，面帶愁容；因為他們苦喪著臉，是為叫人看出他們禁食來。我實在告訴你們，他們已獲得到了他們的賞報。至於你，當你禁食時，要用油抹你的頭，洗你的臉，不要叫人看出你禁食來，但叫你那在暗中之父看見；你的父在暗中看見，必要報答你。」——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：_____