



## 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。)

## 【每日聖言分享】

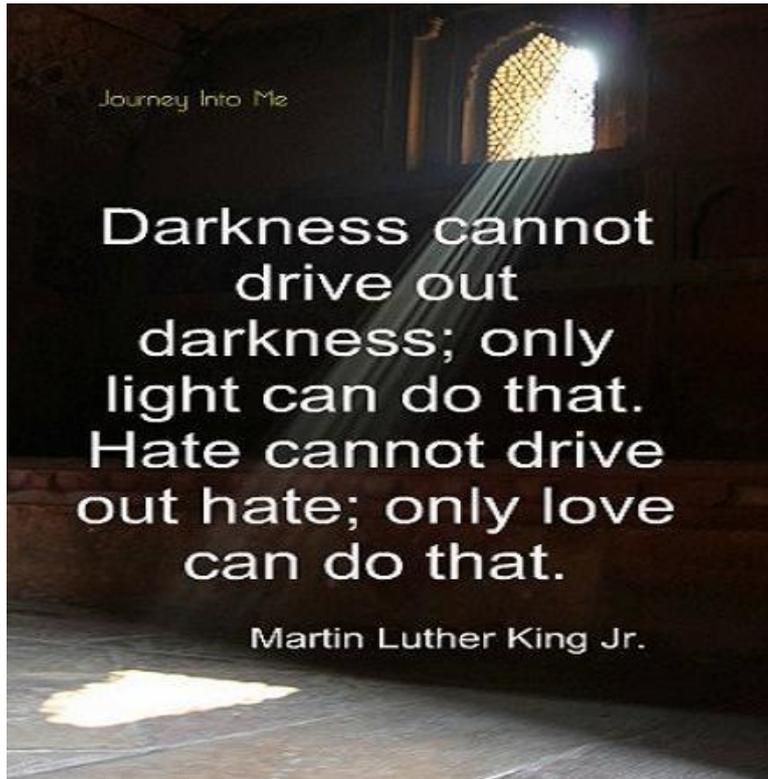
依 58:9-14

詠 86:1-2,3-4,5-6

路 5:27-32

### 29.02.2020 【免除心中的不義】

「你若由你中間消除欺壓、指手畫腳的行為和虛偽的言談；你若把你的食糧施捨給飢餓的人，滿足貧窮者的心靈；那麼，你的光明要在黑暗中升起，你的幽暗將如中午。」(依 58:9-10)



#### 默想：

當我們今天默想第一篇讀經時，先多點了解當時以色列民所處的境況，這有助我們明白天主透過依撒意亞先知所說的話，和反省今天我們的作為。

此篇讀經所記述的是北國以色列被亞述國所滅，南國猶大遺民正準備重建默西亞的神國——新耶路撒冷。然而，由於他們經年累月受着異邦的影響，至令他們在宗教上和道德上出現極大的落差：藐視上主，忘恩負義，離棄忠信，移情別戀，崇拜外教人的邪神。(依57:1-13)顛倒是非，生活奢侈，壓榨屬下，沒有善理人民，因為受了賄賂的蒙蔽，剝奪窮人、孤兒和寡婦的權利。(依58:1-4)因此，天主直斥他們，並要求他們離棄罪惡，改過遷善。

時至今天，值得我們反思的，或許我們都會處身於上述境況中。有人因追求名利、權力、地位……而多行不義，藐視上主所賜予的恩澤。亦有人為了達到個人的私慾、目的……卻不擇手段，傷害他人，剝奪別人應有的權利。

要免除這些不義的思念，我們可以做的，就是要朝向上主，唯獨依賴每日以天主的聖言作為生活的導向，以防止自己受到誘惑而跌進魔鬼的圈套裏，使自己常活在光明中。

#### 我的祈禱：

上主，每當我們因私慾而忘記祢的慈恩時。求祢幫助我們有醒悟之心，願意因祢而遠離不義的行徑。

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](mailto: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：\_\_\_\_\_



## 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。)

## 【每日聖言分享】

依 58:9-14

詠 86:1-2,3-4,5-6

路 5:27-32

### 29.02.2020 【免除心中的不義】

#### 依撒意亞先知書 58:9-14

上主這樣說：「你若由你中間消除欺壓、指手畫腳的行為和虛偽的言談；你若把你的食糧施捨給飢餓的人，滿足貧窮者的心靈；那麼，你的光明要在黑暗中升起，你的幽暗將如中午。」

上主必要時常引領你，在乾枯之地，使你心滿意足，並使你的骨頭堅強有力；你將成為一座灌溉的樂園，一個總不涸竭的水泉。你的後裔將重建往日的廢址，你要豎起那久遠的基礎，人要稱你為「缺口的修補者」，「廢墟的興建者」，為叫人居住。

假使你在安息日限止你的腳步，在我的聖日停止你的營業，稱安息日為喜樂，為上主可敬的聖日；假使你尊崇聖日，而不去旅行，不苦心經營或談論生意，那時你將喜樂於上主。我要使你駕臨地之高處，使你享受你祖先雅各伯的產業：這是上主親口說的。

#### 聖詠 86:1-2,3-4,5-6 災禍中的祈禱

01. 上主，求你側耳俯聽我，因為我可憐而又無告。
02. 求你保護我的靈魂，因為我熱愛你，求你拯救你的僕人，因為我仰望你。
03. 你是我的天主，求你憐憫我；上主，因為我時常向你哀告。
04. 求你使你僕人的心靈歡欣。上主，我向你舉起我的心神。
05. 我主，因為你又良善又慈憫，凡呼號你的，你必待他寬仁；
06. 上主，求你俯聽我的祈禱，求你細聽我懇求的哀號。

#### 聖路加福音 5:27-32

那時候，耶穌出去，看見一個稅吏，名叫肋未，在稅關那裡坐著，便對他說：「跟隨我吧！」他便捨棄一切，起來跟隨了他。肋未在自己家中為他擺設了盛筵，有許多稅吏和其他的人，與他們一同坐席。法利塞人和他們的經師就憤憤不平，對他的門徒說：「你們為什麼同稅吏和罪人一起吃喝？」耶穌回答他們說：「不是健康的人需要醫生，而是有病的人。我不是來召叫義人，而是召叫罪人悔改。」

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](mailto: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：\_\_\_\_\_