



## 【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。)



### 2022.02.09 【心裏潔淨的人是有福的】

「不是從人外面進入他內的，能污穢人，而是從人裡面出來的，纔污穢人」(谷 7:15)

列上 10:1-10  
詠 37:5-6, 30-31, 39-40  
谷 7:14-23



#### 默想：

現在疫情肆虐下，大家都習慣洗手或消毒雙手才吃飯，從外面回家也會洗澡，以免把病菌帶回家中，從福音中我們看到，按猶太人規定，人們也要先潔淨才能吃飯，因此當法利塞人及經師們看到耶穌的門徒中有人還未洗手，用了不潔的手吃飯，便質疑耶穌，但耶穌指出由外面進入人體內的不會使人不潔，就算人吃了不潔的食物，也會排出體外，可見人的潔淨與否，與外界的一切東西沒有關係，我們的潔淨是關乎我們的靈魂。

作為基督徒，我也會有發脾氣、罵人的時候，會妒忌別人，亦會懶惰、貪心等等，總之當腦海有不好的念頭出現，這些就是耶穌所講，從人心裏出來而使人污穢的東西。幸運地，透過修和聖事，我們滿身的污穢得以潔淨，罪過獲得赦免，這全是因著主耶穌基督的愛。因此我們時刻要保持一顆善良的心，擁有美麗的心靈，才能避免生出各種各樣的惡念。

#### 我的反思和祈禱：

主耶穌，求祢幫助我，摒棄一切惡念，保持心裏的潔淨，好讓我得以看見天主，成為一個有福的人。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](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：\_\_\_\_\_



## 【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。)



### 列王紀上 10:1-10

(舍巴女王看見了撒羅滿的種種智慧。)

那時候，舍巴女王聽說撒羅滿因上主之名獲得的聲望，即前來以難題考問撒羅滿。她帶了許多隨員，駱駝裝載大批的香料、黃金和寶石，來到了耶路撒冷；當她進見撒羅滿時，就向他提出了心中的一切疑難，撒羅滿對她所問的一切難題，一一給她解答了，沒有一樣可難住君王，而不能給她解答的。舍巴女王看見了撒羅滿的種種智慧和建造的宮殿，筵席上的餽饌，群臣的坐次，僕從的侍候和服裝，供應的飲料，以及他在上主殿內奉獻的全燔祭，驚訝得出神，因而對君王說：「關於你的言行和智慧，在我國內所聽到的傳說，的確是真的！以前我原不相信這些傳聞，及至我來親眼見了，才知道人告訴我的還不及一半；你的智慧和你的富貴遠超過我所聽聞的。你的妻妾，你的臣僕，能常常侍立在你面前，聆聽你的智慧，是多麼有福！上主你的天主應受讚美！他喜愛你，使你坐了以色列的王位；上主因為永遠喜愛以色列，才立你為王，秉公行義。」舍巴女王遂將一百二十「塔冷通」黃金，大批香料和寶石，贈送給君王；以後進入的香料，再沒有像舍巴女王送給撒羅滿的那樣多。——上主的話。

### 聖詠 37:5-6,30-31,39-40

5-6. 將你的行徑委託於上主，寄望於他，他必使之成就。他必使你的義德如光出現，他必使你的仁義如日中天。

30-31. 義人的口傾吐智慧，他的舌頭講論公義。天主的法律在他心田，他的腳步必堅定不偏。

39-40. 義人的救護是來自上主，他是他們困厄時的護守；上主必扶持助佑，解救他們脫離惡人，上主必予以挽救，因他們曾向他投奔。

### 聖馬爾谷福音 7:14-23

(從人裏面出來的，才污穢人。)

那時候，耶穌叫群眾來，對他們說：「你們都要聽我，且要明白！不是從人外面進入他內的，能污穢人，而是從人裏面出來的，才污穢人。凡有耳聽的，聽吧！耶穌離開群眾，回到家裏，他的門徒便問他這比喻的意義。耶穌就給他們說：「怎麼，連你們也不明白嗎？你們不曉得：凡從外面進入人內的，不能使人污穢，因為進不到他的心，但到他的肚腹內，再排洩到廁所裏去嗎？」他這是說一切食物都是潔淨的。耶穌又說：「凡從人裏面出來的，那才使人污穢，因為從裏面，從人心裏出來的是些惡念、邪淫、盜竊、兇殺、姦淫、貪吝、毒辣、詭詐、放蕩、嫉妒、毀謗、驕傲、愚妄：這一切的惡事，都是從內裏出來的，並且使人污穢。」——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](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：\_\_\_\_\_