



【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。)



2026.10.13 【虛有其表】

只要把你們杯盤裡面的施捨了，那麼，一切對你們便都潔淨了。(路 11:41)

常年期第二十八周星期二

迦 5:1-6

詠 119:41,43,44,45,47,48

路 11:37-41

默想：

在我以前曾工作的公司，有一位女同事 Sophie，她外表美麗，說話溫柔，社交媒體上亦經常分享一些正能量的活動，或看到她對身邊人很有愛心，大家都覺得她是一個完美的人。



有一次，公司揀選同事負責一個重要項目，結果沒有選她，而是選了平時低調、外表普通的 Grace。Sophie 表面上笑著恭喜 Grace，工作時卻諸多藉口，故意很遲才把相關資料交給 Grace，當中更有一些是錯誤的，最後弄得 Grace 沒有足夠

時間核對清楚而被上司責備，但 Grace 卻很厚道，沒有說出是因為 Sophie 給了錯誤資料導致。

後來，公司舉辦慈善活動，Sophie 穿著漂亮，台上發表感人的講話，獲得許多掌聲。但活動晚宴中，一位侍應不小心打翻了水，把 Sophie 的衣裳弄濕了

少許，她立即當眾狠狠責罵他。Grace 從來沒有看過 Sophie 這個真面目，那一刻才明白，Sophie 只是努力整理外表，內心卻是充滿嫉妒、自私和驕傲。

在今天的福音裏，耶穌責備法利塞人只洗淨杯盤的外面，心裏卻充滿邪惡。耶穌提醒我們，上主不只看外表，更察看人的內心和動機，「因為天主的看法與人不同：人看外貌，上主卻看人心。」（撒 16:7）。即使沒有人看見時，我們是否仍然選擇做一個忠誠、憐憫、慷慨，以及愛人如己的人呢？

我的祈禱：

願我們不只追求別人眼中的完美，更求主潔淨我們裏面，使我們做一個心裏潔淨的人，這樣才是真正有福的人。亞孟。

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。)



聖保祿宗徒致迦拉達人書 5:1-6

(割損與否都無關重要，唯有以愛德行事的信德才算重要。)

弟兄們：基督解救了我们，是為使我们獲得自由；所以你們要站穩，不可再讓奴隸的軛束縛住你們。請注意，我保祿告訴你們：若你們還願意受割損，基督對你們就沒有什麼益處。我再向任何自願受割損的人聲明：他有遵守全部法律的義務。你們這些靠法律尋求成義的人，是與基督斷絕了關係，由恩寵上跌了下來。至於我們，我們卻是依賴聖神，由於信德，懷著能成義的希望，因為在基督耶穌內，割損或不割損都算不得什麼，唯有以愛德行事的信德，才有價值。——上主的話。

聖詠 119:41,43,44,45,47,48

【答】：上主，願你的仁慈降臨於我身。

領：上主，願你的仁慈和救恩，照你的諾言，降臨於我身！不要由我口撤去真理的訓言，因我一心一意渴望你的判斷。【答】

領：我要常常遵守你的法典，時時不斷，一直要到永遠。我要走上平坦寬闊的途徑，因為我常常追求你的誡命。【答】

領：我非常喜悅你的規誡，因為這是我所喜愛的。我舉起雙手歡迎你的誡命，沉思反省你的律令。【答】

聖路加福音 11:37-41

(你們施捨吧！那麼一切對你們便都潔淨了。)

耶穌正說話的時候，有一個法利塞人請他到自己家中用飯，耶穌進去便入了席。那個法利塞人看見耶穌飯前不洗手，覺得奇怪。但主對他說：「你們法利塞人洗淨杯盤的外面，你們心中卻滿是劫奪與邪惡。糊塗人哪！那造外面的，不是也造了裏面嗎？只要把你們杯盤裏面的施捨了，那麼，一切對你們便都潔淨了。」——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