



【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。)



2026.02.25 【你對周遭發生的一切敏感嗎？】 尼尼微人因了約納的宣講而悔改了。(路 11:32)

四旬期第一周星期三
納 3:1-10
詠 51:3-4,12-13,18-19
路 11:29-32



默想：

今年中國農曆新年剛好落在四旬期中，在這個時刻，坊間會見到很多人談論不同生肖的運程，甚至預測全年會有甚麼大事發生... 你相信嗎？或者你會否在意某一些言論可能在自己身上發生呢？同樣地，天主在聖經的啟示中，也預先告訴我們將要發生的一切，當中又有多少人會相信呢？舊約已經出現真假先知，其中一個辨別的標準，就是視乎他所講的預言將來是否全部應驗，那麼，我們會否重視天主的啟示，好像寶貝和珍珠的比喻中那個人，為得天國而放低自己世上所擁有的呢？即使今日在讀經一中的約納先知，雖然他被天主召選，作為信差，去向尼尼微城的人傳達天主的訊息，但他似乎都不太明白天主的心意！何況身處此時此刻的你和我都有這份挑戰，所以，當我們領洗成為基督徒後，如果我們想讓起初熾熱的心火繼續燃燒著，我們便需要持續閱讀聖經，恆心祈禱，加深與天主的關係，從而逐漸了解天主的旨意。

其實，這是永恆與短暫的分別。既然天主已經對我們自我通傳有關祂愛和忠信的本質，與及祂創造人的真正目的，就是期待我們終能進入祂給我們預備的真福所在，好能分享祂永恆的生命；那麼，你覺得為了短暫的快樂，而放棄這份永恆的福樂，值得嗎？或者把時間、精神花在不確定和短暫的運程預測上，而分薄了與天主發展關係的機會，值得嗎？讀經一中的尼尼微人就放棄了短暫的快樂，而作出徹底的悔改，希望天主能轉意憐憫，當中包含「定改」的行動，便是因對永恆的看法有所頓悟，而皈依天主了。

其實，這是永恆與短暫的分別。既然天主已經對我們自我通傳有關祂愛和忠信的本質，與及祂創造人的真正目的，就是期待我們終能進入祂給我們預備的真福所在，好能分享祂永恆的生命；那麼，你覺得為了短暫的快樂，而放棄這份永恆的福樂，值得嗎？或者把時間、精神花在不確定和短暫的運程預測上，而分薄了與天主發展關係的機會，值得嗎？讀經一中的尼尼微人就放棄了短暫的快樂，而作出徹底的悔改，希望天主能轉意憐憫，當中包含「定改」的行動，便是因對永恆的看法有所頓悟，而皈依天主了。

我的祈禱：

天主，求祢賜予力量護佑我們，去克服世上一切煩惱的困擾，並遠離一切使人犯罪的誘惑；更懇求祢堅強我們的心志，努力隨從聖神的指引，透過祈禱、讀經和勤領聖事，逐漸肖似基督，把一切呈奉在祢內，好能獲得內心真正的平安。亞孟。

回條/回應：我願意支持/參與靈火運動，每天用 15 分鐘讀聖書做默想作祈禱。請以電郵/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。)



嶽厄爾先知書 3:1-10

(尼尼微人離開了自己的邪路。)

上主的話傳給約納說：「你起身往尼尼微大城去，向他們宣告我曉諭你的事。」約納便依從上主的話，起身去了尼尼微。尼尼微在天主前是一座大城，需要三天的行程。約納開始進城，行了一天的路程，宣佈說：「還有四十天，尼尼微就要毀滅了。」

尼尼微人便信仰了天主，立即宣佈禁食，從大到小，都身披苦衣。當這消息傳到尼尼微王那裏，他便起來，離開自己的寶座，脫去長服，披上苦衣，坐在灰土中；然後命人以君王的諭令和其大臣的名義，在尼尼微宣佈說：「人、牲畜、牛羊，都不可吃什麼；不可牧放，也不可喝水。人和牲畜，都應身披苦衣，人要懇切呼求天主，更要轉離自己的邪路，放棄手中的暴行。誰知道天主也許會轉意憐憫，收回自己的烈怒，使我們不致滅亡。」天主看到他們所行的事，看到他們離開了自己的邪路，遂憐憫他們，不將已宣佈的災禍，降在他們身上。——上主的話。

聖詠 51:3-4, 12-13, 18-19

【答】：天主，你不輕視痛悔和謙卑的赤心。

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：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：因為你既然不喜悅祭獻，我獻全燔祭，你也不喜歡。天主，我的祭獻就是這痛悔的精神，天主，你不輕看痛悔和謙卑的赤心。【答】

聖路加福音 11:29-32

(除了約納的徵兆外，必不給這一代任何其他徵兆。)

群眾集合攏來的時候，耶穌開始說：「這一世代是一邪惡的世代：它要求徵兆，除了約納的徵兆外，必不給它任何其他徵兆。因為，有如約納為尼尼微人是個徵兆，將來人子為這一世代也是這樣。南方的女王，在審判時，將同這一代人起來，定他們的罪，因為她從地極來，聽撒羅滿的智慧；看，這裏有一位大於撒羅滿的！尼尼微人在審判時，將同這一代人起來，定他們的罪，因為尼尼微人因了約納的宣講而悔改了；看，這裏有一位大於約納的！」——上主的話。

回條/回應：我願意支持/參與靈火運動，每天用 15 分鐘讀聖書做默想作祈禱。請以電郵/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