



【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。)



2026.02.28 【信仰的超越性】

你們當愛你們的仇人。(瑪 5:44)

四旬期第一周星期六

申 26:16-19

詠 119:1-2,4-5,7-8

瑪 5:43-48



默想：

「愛你的近人，恨你的仇人」——這句話聽起來是多麼符合我們在社會打滾的生存直覺。然而，耶穌今天的話語卻像一道溫柔的光，照進了我心裡那些不願被觸碰的角落。

我想起一位教友的掙扎，他在職場上長期面對同事的冷漠與推卸責任，那種身心俱疲的感受，讓

他不自覺地築起了怨恨的高牆。這讓我不禁問自己：當我受傷時，我不也是這樣嗎？直到那位教友的家人輕輕提醒他：「那個讓你痛苦的人，也是天父所造，也是我們在主內的兄弟姊妹。」

這句話深深觸動了我。原來，所謂的「仇人」，可能只是我們尚未學會去愛的家人。當那位教友試著轉念，不再只盯著對方的缺點，而是看見彼此同屬基督的連結時，心中的高牆竟然倒塌了。這不是因為對方改變了，而是因為他選擇了用天父的眼光去看待。

這讓我反思，如果我只愛那些愛我的人，我的愛與這世界又有什麼不同呢？耶穌邀請我們走向「成全」，或許正是邀請我們像天父一樣，讓心中的陽光，既照耀那愛我的，也照耀那傷害我的。在愛的國度裡，或許真的沒有仇人，只有等待被愛轉化的兄弟姊妹。

我的祈禱：

慈愛的天父，求賜我像祢一樣寬廣的心，在面對不可愛的人時，仍能看見他們是我的家人，並以愛相待。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。)



申命紀 26:16-19

(你要成為屬於上主，你天主的聖潔子民。)

梅瑟向民眾說：「上主你的天主今天吩咐你遵行這些法令和規則，你應全心全靈謹守遵行。今天你明認上主是你的天主，願履行他的道路，謹守他的法令、誡命和規則，聽從他的話。上主今天也照他對你所說的，明認你為他特屬的人民，只要你謹守他的一切誡命，並且他要使你在名譽、聲望和光榮上，遠超過他所造的一切民族，使你如他所說的，成為屬於上主你的天主的聖潔人民。」——上主的話。

聖詠 119:1-2, 4-5, 7-8

【答】：遵守上主法律的人，真是有福。

領：品行完備而遵行上主法律的，像這樣的人才算是真有福的。遵守上主誡命全心尋求他的，像這樣的人才算是真有福的。【答】

領：你頒發了你的命令，叫他們嚴格去遵行。願我的行徑堅定，為遵守你的章程！【答】

領：我一學習你正義的判詞，就以至誠的心靈頌謝你。我要遵守你的規矩，不要將我完全棄去！【答】

聖瑪竇福音 5:43-48

(你們應當是成全的，好像你們的天父是成全的一樣。)

那時候，耶穌對他的門徒說：「你們一向聽說過：『你應愛你的近人，恨你的仇人！』我卻對你們說：你們當愛你們的仇人，當為迫害你們的人祈禱，好使你們成為你們在天之父的子女，因為他使太陽上升，光照惡人，也光照善人；降雨給義人，也給不義的人。你們若只愛那愛你們的人，你們還有什麼賞報呢？稅吏不是也這樣作嗎？你們若只問候你們的弟兄，你們作了什麼特別的呢？外邦人不是也這樣作嗎？所以你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣。」——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