



【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。)



2026.03.18 【行善棄惡】

行過善的，復活進入生命；作過惡的，復活而受審判。
(若 5:29)

四旬期第四周星期三
依 49:8-15
詠 145:8-9,13-14,17-18
若 5:17-30



默想：

近幾年，我們不難從媒體中，聽到很多令人髮指的事。有些騙案的受害人，是屬於不同年齡層、不同職業的人，他們被騙去幾十萬甚至幾百萬。試想想有的老人家一生辛勞工作、省吃儉用，可是到頭來卻被騙去畢生積蓄，實在為他們感到痛心。又有一些住戶，飽受樓上漏水問題困擾，可惡的是出現問題的住宅，卻推卸及逃避責任，不斷賴皮，以致問題日益嚴重。本來應是一個安樂窩，卻變成惡劣的環境，甚至有些更讓我感覺到

影響衛生。最近又出現了現代碰瓷黨，讓一些受害的駕駛者動輒要賠上幾十甚至過百萬，害這些無辜的受害人承擔無理的賠償，弄得精神衰弱……但凡聽到這些不公義的事情，讓我咬牙切齒，痛恨非常，也不禁在心裏問，他們的良心何在？為何這個世界會有這些人不斷做傷天害理的事仍能逍遙法外？真希望他們早日得到應有的懲罰，不要繼續害人。

今日的福音，講述耶穌是奉天父之命去說一切話、行一切事、並且按父的旨意作最後的審判。祂必會把這些作過惡而又不願悔改的人，送進地獄去，他們不能進入天主的國，在地獄「哀號和切齒」(路 13:28)，接受永無休止的痛苦！因此，我們要行善，這樣才得以進入天國。

我的祈禱：

主耶穌，願我們能遵守祢的教導，行善棄惡，使我在審判後能得享天國永恆的福樂。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。)



依撒意亞先知書 49:8-15

(我使你作為人民的盟約，復興國家。)

上主這樣說：在悅納的時候，我俯允了你；在救恩的日期，我幫助了你；我必保護你，使你作為人民的盟約，復興國家，分得荒蕪的產業，好向俘虜說：「你們出來吧！」向在黑暗中的人說：「你們出現吧！」

他們將在各路上被牧放，他們的牧場是在一切荒嶺上。他們不餓也不渴，熱風和烈日也不損傷他們，因為那憐憫他們的率領著他們，引領他們到水泉傍。我要使我的一切山嶺變為大路，並把我的街道修高。看啊！有的由遠方而來，有的由北方和西方而來，還有些由息寧而來。諸天要歡樂，大地要踴躍，山嶺要歡呼高唱，因為上主安慰了他的百姓，憐恤了他受苦的人們。

熙雍曾說過：「上主離棄了我，我主忘掉了我。」婦女豈能忘掉自己的乳嬰？初為人母的，豈能忘掉親生的兒子？縱然她們能忘掉，我也不能忘掉你啊！——上主的話。

聖詠 145:8-9, 13-14, 17-18

【答】：上主慈悲為懷，寬宏大方。

領：上主慈悲為懷，寬宏大方，他常緩於發怒，仁愛無量。上主對待萬有，溫和善良，對他的受造物，仁愛慈祥。【答】

領：上主對自己的一切諾言，忠信不欺，上主對自己的一切受造，聖善無比。凡跌倒的，上主必要扶持，凡被壓抑的，使他們起立。【答】

領：上主在他的一切路徑上，至公至義，上主在他的一切化工上，聖善無比。上主接近一切呼號他的人，就是一切誠心呼號他的人。【答】

聖若望福音 5:17-30

(如同父喚起死者，使他復生；同樣，子也使他所願意的人復生。)

那時候，耶穌向猶太人說：「我父到現在一直工作，我也應該工作。」為此猶太人越發想要殺害他，因為他不但犯了安息日，而且又稱天主是自己的父，使自己與天主平等。

耶穌於是回答他們說：「我實實在在告訴你們：子不能由自己作什麼，他看見父作什麼，才能作什麼；凡父所作的，子也照樣作，因為父愛子，凡自己所作的都指示給他；並且還要把比這些更大的工程指示給他，為叫你們驚奇。就如父喚起死者，使他們復生，照樣子也使他所願意的人復生。父不審判任何人，但他把審判的全權交給了子，為叫眾人尊敬子如同尊敬父；不尊敬子的，就是不尊敬派遣他來的父。我實實在在告訴你們：聽我的話，相信派遣我來者的，便有永生，不受審判，而已出死入生。我實實在在告訴你們：時候要到，且現在就是，死者要聽見天主子的聲音，凡聽從的，就必生存。就如父是生命之源，照樣子也使他子成為生命之源；並且賜給他行審判的權柄，因為他是人子。你們不要驚奇這事，因為時候要到，那時，凡在墳墓裏的，都要聽見他的聲音，而出來；行過善的，復活進入生命；作過惡的，復活而受審判。我由我自己什麼也不能作；父怎樣告訴我，我就怎樣審判，所以我的審判是正義的，因為我不尋求我的旨意，而只尋求那派遣我來者的旨意。」——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