



【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。)



2026.04.01 【我出賣了主嗎？】 主，難道是我嗎？(瑪 26:22)

聖周星期三

依 50:4-9

詠 69:8-10, 21-22, 31, 33-34

瑪 26:14-25



默想：

今日的福音，講述耶穌在最後晚餐，透露十二門徒中有人要出賣祂，門徒紛紛問耶穌：「主，難道是我嗎？」門徒的發問，正提醒筆者反省自己在思言行為上，有否出賣主。

主耶穌，難道我又出賣了祂？管錢銀的猶達斯竟然為了區區三十塊銀錢出賣耶穌，他實在貪婪，背叛師傅，也實在無恥。

我們當中，可能不會幹這種大逆不道的事。然而，回想在過往工作的地方，公司的文具，特別是印有公司 logo 的紙張，實在吸引，物慾的誘惑，原來是無分銀碼大小；在日常生活上，我們像猶達斯，違背了主，為了一己利益，做了一些不恰當的行為，傷害了他人，也傷害了彼此的關係，更甚的，以語言偽術，為自己的不恰當行為辯解，使之合理化。

門徒們憂心自己會不會是出賣者，他們都各自表白，彷彿在說：「唔關我事㗎。」令我想起以前職場的工作會議，各人都顧慮自己，維護一己之利益，而不顧其他部門的需要；又或工作上出錯，卻委過他人，凡此種種，我們都做了負責者。

在今個四旬期，教宗良十四世在四旬期文告中，特別邀請我們學習謹慎發言，避免使用冒犯和傷害近人的言語，我們又有沒有做到呢？

我的祈禱：

慈悲的天父，求祢幫助我時常省察自己的思言行為，有過即改，不要成為祢的負責者，好能成為祢忠信的門徒，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 50:4-9

(對於污辱，我沒有遮掩我的面。)

我主上主賜給了我一個受教的口舌，叫我會用言語援助疲倦的人。他每天清晨喚醒我，喚醒我的耳朵，叫我如同學子一樣靜聽。我主上主開啟了我的耳朵，我並沒有違抗，也沒有退避。我將我的背轉給打擊我的人，把我的腮轉給扯我鬍鬚的人；對於侮辱和唾污，我沒有遮掩我的面。因為我主上主協助我，因此我不以為羞恥；所以我板著臉，像一塊燧石，因我知道我不會受恥辱。那給我伸冤者已來近了。誰要和我爭辯，讓我們一齊站起來吧！誰是我的對頭，叫他到我這裏來吧！請看！有我主上主扶助我，誰還能定我的罪呢？上主的話。

聖詠 69:8-10,21-22,31,33-34

【答】：【答】：天主，求你按你豐富的慈愛垂允我。我只有求救於你。

領：天主，我為了你已飽受欺凌，羞愧已經籠罩了我的面容。連我的兄弟們都以我為外賓，我母親的兒子都拿我當客人。我對你殿宇所懷的熱忱把我耗盡，那侮辱你者的辱罵落於我身。【答】

領：侮辱破碎了我心，使我憂傷難過；我期望有人同情，卻未尋到一個，我渴盼有人安慰，也未找到一個。他們在我的食物中，攙上了苦膽，我口渴時，竟遞來酸醋要我下嚥。【答】

領：我要用詩歌讚美天主的名號，並要用感恩的心給天主增耀：卑微的人們，你們要觀看，並要喜慶，尋求天主的人，你們的心必要興奮，因為，對貧苦的人，上主常予俯聽；對他的俘虜，他決不會看輕。【答】

聖瑪竇福音 26:14-25

(人子固然按照指著他所記載的而去，但是出賣人子的那人卻是有禍的！)

那時，那十二人之一，名叫猶達斯依斯加略的，去見司祭長，說：「我把耶穌交給你們，你們願意給我什麼？」他們約定給他三十塊銀錢。從此他便尋找機會，要把耶穌交出。

無酵節的第一天，門徒前來對耶穌說：「你願意我們在那裏，給你預備吃逾越節晚餐？」耶穌說：「你們進城去見某人，對他說：師傅說：我的時候近了，我要與我的門徒在你那裏舉行逾越節。」門徒就照耶穌吩咐他們的作了，預備了逾越節晚餐。

到了晚上，耶穌與十二門徒坐席。他們正吃晚餐的時候，耶穌說：「我實在告訴你們：你們中有一個人要出賣我。」他們非常憂悶，開始各自對他說：「主，難道是我嗎？」耶穌回答說：「那同我一起把手蘸在盤子裏的人，要出賣我。人子固然要按照指著他所記載的而去，但是出賣人子的那人卻是有禍的！那人若沒有生，為他更好。」那要出賣他的猶達斯也開口問耶穌說：「辣彼！難道是我嗎？」耶穌對他說：「你說的是。」——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