



【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。本會歡迎有興趣加入撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



2026.05.08 【捨掉性命】

「人若為自己的朋友捨掉性命，再沒有比這更大的愛情了。」
(若 15:13)

復活期第五周星期五
宗 15:22-31
詠 57:8-9, 10-12
若 15:12-17



默想：

近期香港宏福苑的無情大火，奪去了許多寶貴的生命，其中更包含了為救人而英勇殉職的一位消防員。他無私捨己的精神，深深震撼了我的心；這份感動，相信亦是世人對他最真誠的致敬。

父母為骨肉犧牲，或許不足為奇；但為了毫無血緣關係的陌生人而捨棄生命，卻是超乎常人想像的偉大。這份情操，折射出人性中最深沉的美善，也印證了造物主賦予我們的「本善」，時刻推動著我們去回應「愛人如己」的召叫。

回望我們的天主，祂正是這份至高愛情的完美化身。祂為了愛，甘願為全人類傾流寶血、捨棄生命。祂親自走過了這條常人難以想像的犧牲之路，為我們立下榜樣，指引我們追隨。而那些蒙主召選的神職人員，正是被基督十字架上的大愛所感召；他們甘願踏上基督的足跡，將一生奉獻於祭台與羊群。對於他們為主作出的犧牲與見證，我們滿懷感恩讚美。

我的祈禱：

慈愛的天父，感謝祢在十字架上的犧牲，彰顯了你對我們的大愛，求祢引領我也能活出這份愛主愛人的召叫。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。本會歡迎有興趣加入撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



宗徒大事錄 15:22-31

(聖神和我們決定，除了必要的事外，不再加給你們什麼重擔。)

當時，宗徒和長老同全教會決定，從他們中選幾個人，派他們同保祿和巴爾納伯去安提約基雅。所派的，有號稱巴爾撒巴的猶達和息拉，是弟兄中的領導人物。他們帶去的信如下：「宗徒和長老弟兄們，給在安提約基雅、敘利亞和基里基雅由外邦歸化的弟兄們請安。我們聽說有幾個從我們這裏去的，而並非我們所派去的人，講話擾亂你們，混亂了你們的心。我們取得同意後，決定揀選幾個人，派他們同我們可愛的巴爾納伯和保祿，到你們那裏去。此二人為了我們主耶穌基督的名，已付出了自己的性命。我們派猶達和息拉去，他們要親口報告同樣的事。因為聖神和我們決定，不再加給你們什麼重擔，除了這幾項重要的事：即戒食祭邪神之物、血和窒息之物，並戒避奸淫；若你們戒絕了這一切，那就好了。祝你們安好！」他們去後，就下到安提約基雅，聚集了眾人，遞上公函。人們讀了，對這勸慰的話都十分歡喜。——上主的話。

聖詠 57:8-9,10-12

【答】：上主，我要在萬民中讚美你。

領：天主，我的心已準備妥當，我的心已準備妥當，我願意去歌彈詠唱。我的靈魂，你要醒起來。七弦和豎琴，要奏起來，我還要把曙光喚起來。【答】

領：上主，我要在萬民中讚美你，上主，我要在列邦中歌頌你，因為你的大愛高越諸天，你的忠信直達霄漢。天主，願你在天上備受舉揚，願你在地上彰顯榮光！【答】

聖若望福音 15:12-17

(這就是我命令你們的，你們應該彼此相愛。)

那時，耶穌對門徒說：「這是我的命令：你們該彼此相愛，如同我愛了你們一樣。人若為自己的朋友捨掉性命，再沒有比這更大的愛情了。你們如果實行我所命令你們的，你們就是我的朋友。我不再稱你們為僕人，因為僕人不知道他主人所做的事。我稱你們為朋友，因為凡由我父聽來的一切，我都顯示給你們了。不是你們揀選了我，而是我揀選了你們，並派你們去結果實，去結常存的果實；如此，你們因我的名無論向父求什麼，他必賜給你們。這就是我命令你們的：你們應該彼此相愛。」——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