



## 【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。)



## 2026.05.11 【為心找一個河邊】

主開明了里狄雅的心，使她接受保祿所講的話。  
(宗 16:14)

復活期第六周星期一  
宗 16:11-15  
詠 149:1-2,3-4,5-6,9  
若 15:26-16:4



### 默想：

城市生活就是這樣——一睜眼，手機已經在響了。會議、訊息、永遠做不完的事情… 一天就這樣過去了，有時連自己在忙什麼都說不清楚。

天主不會強行擠進一顆亂哄哄的心。祂比較像一個有禮貌的朋友，靜靜站在門口，輕輕敲一下，然後等你準備好。

我們很容易以為，是自己先「找到」信仰的——是我決定去教堂，是我開口祈禱，是我踏出那一步。里狄雅的故事卻說出了一件很有意思的事實：其實，主比我們早到。里狄雅不是在熱鬧的地方遇見主的。她在河邊，安安靜靜的，心裡帶著尋找和等待。她已經在路上，但真正讓她生命轉變的那一刻——是主親自開啟了她的心。她不是被動的人，她只是一顆準備好了的心，遇上了一位主動來找她的主。

今天，你能不能也給自己找一個「河邊」？

不需要很長，清晨五分鐘，一杯咖啡的安靜，或者一小段獨自走路的时间。就這樣。那個小小的空間，已經是你向主敞開的邀請了。

### 我的祈禱：

天主，求祢開啟我今天的心，就像祢曾開啟里狄雅的心一樣。讓我不只是聽見，更讓我，真正被祢觸動。

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](mailto: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 16:11-15

(主開明了里狄雅的心，使她接受保祿所講的話。)

我們從特洛阿開船，一直航到撒摩辣刻，第二天到了乃阿頗里，從那裏到了斐理伯，這是馬其頓一區的首城，羅馬的殖民地。我們就在這城裏住了幾天。安息日，我們出了城門，到了河邊，我們知道那裏有個祈禱所。我們遂坐下向聚集的婦女講話。有個敬畏天主的女人，名叫里狄雅，是提雅提辣城賣紫紅布的，她一直在聽；主開明了她的心，使她接受保祿所講的話。她同她一家領了洗，便請求說：「你們若認為我是忠於主的人，就請到我家去住。」遂強邀我們去了。——上主的話。

### 聖詠 149:1-2,3-4,5-6,9

【答】：上主喜愛自己的百姓。

領：請你們向上主謳唱新歌，在聖者集會中向他祝賀！願以色列因自己的創造者而踴躍，願熙雍子民因自己的君王而歡樂！【答】

領：願他們以舞蹈讚美上主的名，願他們敲鼓彈琴向上主歌詠！因為上主喜愛自己的百姓，賞賜謙虛的人凱旋而得勝。【答】

領：願聖徒因所受的光榮而喜慶，在自己的床榻上歡呼而歌頌。願讚美天主的歌詞在他們的口中，這也就是一切聖徒的光榮。【答】

### 聖若望福音 15:26-16:4

(真理之神要為我作證。)

那時候，耶穌對門徒說：「當護慰者，就是我從父那裏要給你們派遣的，那發於父的真理之神來到時，他必要為我作證；並且你們也要作證，因為你們從開始就和我在一起。

「我給你們講論了這些事，免得你們的信仰受動搖。人要把你們逐出會堂；並且時候必到，凡殺害你們的，還以為是盡恭敬天主的義務。他們這樣作，是因為沒有認識父，也沒有認識我。我給你們講論了這一切，是為叫你們在這一切發生時，想起我早就告訴了你們這一切。」——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](mailto:bonfire@maryhcs.org)