



## 【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。)



## 2026.06.08 【神貧】

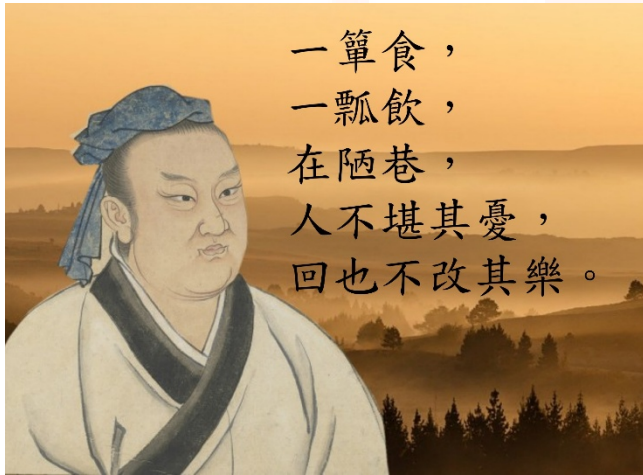
「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。」(瑪 5:3)

常年期第十周星期一

列上 17:1-6

詠 121:1-2, 3-4, 5-6, 7-8

瑪 5:1-12



### 默想：

孔子有一個學生，名顏回，以安貧樂道見稱，他天資聰敏，終身沒有做官，追隨孔子做學問工夫，過著貧困的生活，住在陋巷，簞食瓢飲，不但不以為苦，反自得其樂(《論語·雍也》)。筆者默想今日的福音，想起《論語》中的顏回，可以想像，他當時雖未認識基督，相信已離天國不遠了。

「神貧」，不單是指物質的匱乏(路 6:20)，也指精神上的貧窮，即指那些不以財富和權勢作為我們生命的保障，而是抱著全心依靠天主的一種態度。就好像讀經一中的先知厄里亞，他按上主吩咐說預言之餘，靠著主給他的餅和肉、河水過活。

耶穌本身就是一個「神貧」的完美示範，祂創造萬有，卻紆尊降貴，向人間傳布喜訊，可是，降生的地點在馬槽，出外傳教，更無安身之所(瑪 8:20)，不但是精神上神貧，在物質上也貧乏。

要怎樣實踐耶穌「真福八端」的教導？教宗方濟各就指出，每個人都必須按自己的方式，去實踐。(《你們要歡喜踴躍》宗座勸諭 63)「神貧」於我，希望做到對世上萬物，不論是財富、名利、健康、疾病，都以平常心對待，有則用之；無則安之，因為主知道我的需要，祂自會照料，就正如祂看顧了田中百合花一樣(瑪 6:28)。欲望是無窮，知足卻常樂。當匱乏時，希望做到安貧樂道；當富足時，希望做到樂善好施。要做到，殊不容易，然而，「在人所不能的，在天主是可能的。」(路 18:27)

### 我的祈禱：

主耶穌，求祢賜我恩寵，時時刻刻，免我陷於物慾的誘惑，從而在生活中，實踐祢的教導，活出神貧的精神。亞孟。

讀聖書 做默想，是我精神糧：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【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。)



### 列王紀上 17:1-6

(厄里亞服侍了以色列的主，天主。)

那時，基肋阿得提市貝出身的提市貝人厄里亞對阿哈布說：「我指著我所服侍的永生上主、以色列的天主起誓：這幾年如果沒有我的命令，天決不降露或落雨！」有上主的話傳於厄里亞說：「你離開這裏，轉向東方，隱居在約但河東的革黎特小河旁。你要喝那小河裏的水，我已經吩咐烏鴉在那裏供給你食物。」厄里亞就依照上主的話去做，去住在約但河東的革黎特小河旁。烏鴉早晨給他送來餅和肉，晚上也給他送餅和肉來；他口渴，就喝那小河裏的水。——上主的話。

### 聖詠 121:1-2,3-4,5-6,7-8

【答】：我的救助來自上主，他創造了天地宇宙。

領：我舉目向聖山瞻望，我的救助要來自何方？我的救助來自上主，他創造了天地宇宙。

【答】

領：他決不讓你的腳滑倒，保護你的也決不睡覺。看，那保護以色列者，不打盹也不會睡著。【答】

領：上主站在你的右邊，作你的護衛和保安。白天太陽必不傷你，黑夜月亮也不害你。【答】

領：上主保護你免遭任何災患，上主保護你的心靈平安。上主保護你出外，保護你回來，從現在起一直到永遠的世代。【答】

### 聖瑪竇福音 5:1-12

(神貧的人是有福的。)

那時候，耶穌一見群眾，就上了山，坐下；他的門徒上他跟前來，他遂開口教訓他們說：「神貧的人是有福的，因為天國是他們的。哀慟的人是有福的，因為他們要受安慰。溫良的人是有福的，因為他們要承受土地。飢渴慕義的人是有福的，因為他們要得飽飫。憐憫人的人是有福的，因為他們要受憐憫。心裏潔淨的人是有福的，因為他們要看見天主。締造和平的人是有福的，因為他們要稱為天主的子女。為義而受迫害的人是有福的，因為天國是他們的。幾時人為了我而辱罵迫害你們，捏造一切壞話毀謗你們，你們是有福的。你們歡喜踴躍吧！因為你們在天上的賞報是豐厚的，因為在你們以前的先知，人也曾這樣迫害過他們。」——上主的話。

讀聖書 做默想，是我精神糧：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【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)