



【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。)



2026.06.18 【你說天主是誰？】

「你們的父，在你們求他以前，已知道你們需要什麼。」(瑪 6:8)

常年期第十一周星期四
德 48:1-15
詠 97:1-2, 3-4, 5-6, 7
瑪 6:7-15



默想：

如果有人問你：「你所相信的天主是誰？」你會怎樣回答他呢？也許我們會從聖經或教會所聽到的，給予「搬字過紙」的答案，類似當時耶穌問他的門徒而得到的結果一樣：彼此引述有些人這麼說…還有些人那麼說…但主耶穌其實想知道我們各自一每一個你和我一所經驗的是一個什麼模樣的天主！

主耶穌在今天的福音中，作為天主與人之間的中保，教導我們如何祈禱，這是基督徒信仰生活不可或缺的重要部分。不過，祈禱與能否說出「天主是誰」又有什麼關係呢？原來主耶穌給我們祈禱的秘訣，就是揭示了我們祈禱的對象是天主聖父，他願意成為我們的父親，要我們與他建立一份父子、父女的關係；祈禱的關鍵不在於我們多麼能言善辯，多麼滔滔不絕，而是在於我們發自內心向天父的交談。主耶穌並指出天父在我們與他傾訴前，他已經知道我們的需要，那麼為什麼我們仍要向他說出來呢？若從心理學的角度去看，這樣做不只是為了讓對方滿足自己的要求，更是為了使自己越發加深認識對方，從而與對方的距離逐漸拉近。類似在家庭中的成長經驗，當我們察覺到在生命中遇上種種不同的事情時，天主總會不斷賜予恩寵幫助自己去面對，還使自己遠離凶惡的境況，甚至讓自己能夠明白主耶穌教導我們學習寬恕，是為了使內心得到一份真正的平安…等，我們自然地會被天主那種無條件的愛所觸動而更走向他，在尋求他的旨意時，即使與自己的渴望有差異，仍能為了不想令他傷心，努力學習按照他的教導生活。

我的祈禱：

天主聖神，求祢不斷指引、啟迪和光照我們，讓我們記得領洗時已經因著天主的愛而重生，並被天父稱為祂鍾愛的子女，更使我們明白主耶穌教導的誡命，好能以愛還愛；同時，請增加我們信、望、愛三德，藉著祢恩寵的推動下，不斷深化與天父的關係。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



【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。)



德訓篇 48:1-15

(在厄里亞被火旋風捲去後，厄里亞充滿了他的精神。)

當時興起了一位激烈如火的先知厄里亞，他的言辭熾熱如火炬。他使人民遭遇饑荒，因他嫉惡如仇，使人民的數目大減，他因上主的一句話，關閉了蒼天；同樣，他也三次使火下降。啊！厄里亞！因你的奇蹟，你是多麼榮耀！誰能自誇與你相似？你因至高者的一句話，從死亡中，由陰府裏，使死人復活；你將數位君王推倒，以至喪亡；你把尊貴的人，從床上推下；你在西乃山上，聽見了上主的訓誡；你在曷勒布山上，聽到了報復的斷案；你用油祝聖了君王，為執行報復的事；你用油祝聖了先知，為繼承你的職務；你乘著火馬車，被火旋風捲去；你受命隨時備妥，為在上主發怒以前，平息義怒，為使父親的心轉向兒子，為使雅各伯的各支派恢復舊觀。看見你的人，和安眠於愛的人，是有福的！因為我們也要生活。

在厄里亞被旋風捲去後，厄里亞充滿了他的精神；他在世時，沒有君王能夠動搖他，沒有人能夠使他屈服，沒有什麼事能夠難倒他；死後，他的屍體還能執行先知的任務；他生時行了奇蹟；死後，他還行了奇事。——上主的話。

聖詠 97:1-2,3-4,5-6,7

【答】：義人們，請因上主而歡欣。

領：上主為王！願大地踴躍，無數島嶼也都要歡樂！雲彩和黑暗將他團團包圍，正義與公道支持他的座位。【答】

領：烈火在他前面先行，焚燒他四周的敵人。他的閃電照亮塵寰，大地一見，戰慄搖撼。【答】

領：面對上主，即普世的主宰，大山要像蠟燭一般溶解。蒼天宣揚他的公道，萬民目睹他的光耀。

【答】

領：願所有拜偶像，以邪神自誇的人受辱；願所有的神祇，都俯伏在他面前叩首。【答】

聖瑪竇福音 6:7-15

(你們應當這樣祈禱。)

那時候，耶穌對他的門徒說：「你們祈禱時，不要嘮嘮叨叨，如同外邦人一樣，因為他們以為只要多言，便可獲得垂允。你們不要跟他們一樣，因為你們的父，在你們求他以前，已知道你們需要什麼。所以，你們應當這樣祈禱：我們在天的父！願你的名被尊為聖，願你的國來臨，願你的旨意承行於地，如在天上一樣！我們的日用糧，求你今天賜給我們；寬免我們的罪債，猶如我們也寬免得罪我們的人；不要讓我們陷入誘惑，但救我們免於兇惡。因為你們若寬免別人的過犯，你們的天父也必寬免你們的；但你們若不寬免別人的，你們的父也必不寬免你們的過犯。」——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