



【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。)



2026.09.29 【你是我的主！】

辣彼！你是天主子，你是以色列的君王。(若 1:49)

常年期第二十六周星期二

達 7:9-10,13-14

詠 138:1-2,2-3,4-5

若 1:47-51



聖彌額爾、聖加俾額爾及聖辣法耳總領天使(慶日)

聖彌額爾，意謂：「誰如天主」。在聖經中，他是保護以色列子民的總領天使(達 10:13,21; 12:1)。他曾戰勝代表魔鬼的大龍，即遠古的蛇和牠的使者(默 12:7)。教會尊他為新約子民的護守天使。

聖加俾額爾，意謂：「天主的人」或「天主的力量」。在舊約中，他曾給達尼爾先知解釋異象(達 8:15,16; 9:21-27)。在新約中，他給匝加利亞預報若翰誕生(路 1:11-20)，又給童貞瑪利亞預報救主降生(路 1:26-38)。

聖辣法耳，意謂「天主醫治」。他曾在多俾亞的旅途中照顧和保護他(多 5-12)。

默想：

納塔乃耳與耶穌相遇後，宣認說：「辣彼！你是天主子，你是以色列的君王。」這不僅是一句信仰宣言，也表示他願意承認耶穌是生命的主。

今天，我們未必需要高聲宣講，卻可以在日常選擇中宣認基督。當社會以成就、財富、外貌和人氣衡量人的價值時，基督徒相信：人的尊嚴來自天主的愛，而非別人的評價。當我們拒絕以虛假手段換取利益，在競爭中保持正直，就是承認基督的真理高於個人得失。

面對工作壓力、家庭衝突或社交媒體上的批評，人們容易被憤怒、恐懼和比較支配。若我們願意先祈禱，以寬恕代替報復、以關懷代替冷漠，便是在生活中向耶穌說：「你是我的主。」

宣認信仰並不表示沒有疑惑。納塔乃耳起初也曾質疑耶穌，但他願意接受邀請，親自與主相遇。願我們也以誠實、仁愛和希望，在言語與行動中宣認：耶穌基督是天主子，也是我們生命的主。

我的祈禱：

主耶穌，祢是天主子，也是我生命的主。求祢賜我勇氣，在每天的選擇中持守真理，以寬恕、仁愛和希望宣認祢、見證祢。

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。)



達尼爾先知書 7:9-10,13-14

(有千萬天使服侍那萬古常存者。)

我觀望，直到安置了寶座，上面坐著一位萬古常存者，他的衣服潔白如雪，他的頭髮潔白如羊毛，他的寶座好似火焰，寶座的輪子如同烈火。一道火河湧出，從他面前流下，有千萬服侍他的，有億兆侍立在他面前的，審判者已坐堂，案卷已展開。我仍在夜間的神視中觀望：看見一位相似人子者，乘著天上的雲彩而來，走向萬古常存者，遂即被引到他面前。他便賜給似人子者統治權、尊榮和國度，各民族、各邦國，及說各種語言的人民，都要事奉他；他的王權是永遠的王權，永存不替；他的國度永不滅亡。——上主的話。

聖詠 138:1-2,2-3,4-5

【答】：上主，我要在眾神前歌頌你。

領：上主，我要全心稱謝你，因你俯聽了我的祈禱。我要在眾神前歌頌你，朝你的聖所伏地致敬。【答】

領：為了你的仁慈和至誠，我必要稱謝你的聖名；因為你把你的名號和你的諾言，在萬物與萬民的面前發揚彰顯。我幾時呼號你，你就俯允我，並增強我靈魂的力量。【答】

領：上主，地上萬君聽到你的訓諭，他們都必來讚頌你，並歌頌上主的作為說：上主的光耀偉大無比！【答】

聖若望福音 1:47-51

(你們要看見天主的天使在人子身上，上去下來。)

那時候，耶穌看見納塔乃耳向自己走來，就指著他說：「看，這確是一個以色列人，在他內毫無詭詐。」納塔乃耳對他說：「你從那裏認識我呢？」耶穌回答說：「斐理伯叫你以前，當你還在無花果樹下時，我就看見了你。」納塔乃耳再回答說：「辣彼！你是天主子，你是以色列的君王。」耶穌遂說道：「因為我向你說：我看見了你在無花果樹下，你就信了嗎？你要看見比這更大的事！」又向他說：「我實實在在告訴你們：你們要看見天開了，天主的天使在人子身上，上去下來。」——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