

依 58:9-14

上主這樣說：「你若由你中間消除欺壓、指手畫腳的行為和虛偽的言談；你若把你的食糧施捨給飢餓的人，滿足貧窮者的心靈；那麼，你的光明要在黑暗中升起，你的幽暗將如中午。」

上主必要時常引領你，在乾枯之地，使你心滿意足，並使你的骨頭堅強有力；你將成為一座灌溉的樂園，一個總不涸竭的水泉。你的後裔將重建往日的廢址，你要豎起那久遠的基礎，人要稱你為「缺口的修補者」，「廢墟的興建者」，為叫人居住。

假使你在安息日限止你的腳步，在我的聖日停止你的營業，稱安息日為喜樂，為上主可敬的聖日；假使你尊崇聖日，而不去旅行，不苦心經營或談論生意，那時你將喜樂於上主。我要使你駕臨地之高處，使你享受你祖先雅各伯的產業：這是上主親口說的。——上主的話。

反省

最能判斷一個人是否真正虔誠，在於他如何尊崇和遵守天主的聖日（安息日）。

安息日的原意，既讓人在這天休養生息，也讓人在這天欽崇天主。「假使你在安息日限止你的腳步」，意思是不讓自己的腳踐踏安息日。安息不等於隨心所欲地娛樂、休息，而是要按照天主的意思安息；「在我的聖日停止你的營業，稱安息日為喜樂，為上主可敬的聖日」，度安息日是幫助人以天主為樂，而不是以個人的滿足為目的；「假使你尊崇聖日，而不去旅行，不苦心經營或談論生意，那時你將喜樂於上主」，拒絕自己，才是對安息日的尊重，也是對天主的尊重。

在天主眼中，當我們不斷苦心經營、不停追求自我的努力時，會無視他人的存在，只看到自己的利益。因此，很容易就落入欺壓別人、指責他人、毀謗他人的陷阱中。當人不做自己喜歡的事，停止自我中心，停止苦心經營，而是真實地欽崇天主、欽崇天主的聖日，必要經歷天主極大的降福。因為真正的祈禱，在於「轉向天主」，當人生的焦點由自己轉向天主，從滿足自己到滿足天主，從順著自己的私意，到服從天主去愛人，從以自己為樂到以天主為樂；這樣人必能真實地經歷天主。

對天主及天主的聖日認真看待的人，能夠重享與天主、與他人美好的關係，也讓人與人、人與萬物，都同樣蒙受祝福。這樣的人一定不會欺壓別人，而是更積極地把食物分享予人，顧念他人的需要。因為慈悲與虔誠，跟愛主愛人是一體兩面，不可分割的。

實踐

這兩天透過《依撒意亞先知書》第58章，反思我們的信仰是否過於注重形式，卻沒有內在生命的改變。先知提醒，正確欽崇天主的態度與方式，並不是憑藉外在的禮儀，而是在日常生活中將信仰規範具體地實踐出來。天主眷顧的是願意在生活中將天主的公

平、正義與慈愛具體落實之人，並非像那些假道學，他們在各樣宗教禮儀中表演出虔敬與熱誠，但在生活中卻極盡剝削、壓榨，讓弱勢者不斷受到嚴苛及暴力的對待。祈求天主幫助我們，使我們的祈禱、靈修，不再流於形式，而是真實地與天主連結。

是日金句

「上主，求你教訓我你的途徑，求你使我照你的真理去行。」（詠 86:11）

聆聽講道：https://www.youtube.com/watch?v=eLERlrk_3d4