

3月5日 聖灰禮儀後星期六

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

最能反映一個人是否真正虔誠的指標，在於他如何尊崇和遵守天主的聖日（安息日）。

安息日的原意，除了讓人休息外，也讓人在這一天欽崇天主。「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。

天主在這裡十分強調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」，當我們人生的焦點由自己轉向天主，從滿足自己到滿足天主，從順著自己的私意傷害他人，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，一定不會欺壓別人，而是會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，即表面很虔誠，但內在的生命卻沒有改變？那是因為我們忽略在生活中要時刻與天主建立密切的關係。如果沒有用心去感受，在天主面前敞開我們的心；即使常常在堂區參加禮儀、

祈禱念經，最後心靈還是一片空虛。禁食的原則也是這樣，如果我們不是出於對耶穌基督有真正的信德，即使禁食祈禱也不會有任何助益。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。」（依 58:11）

聆聽講道：<https://www.youtube.com/watch?v=JdeVZvna4gQ>