



## 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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

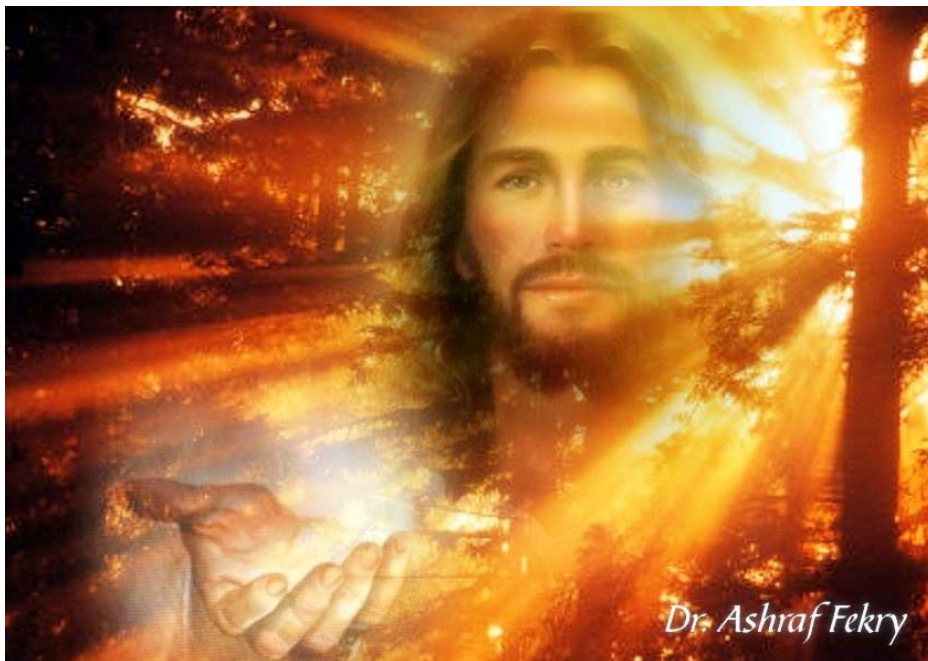
## 【每日聖言分享】

聖達尼老 主教 (殉道)  
紀念  
宗 5:17-26  
詠 34:2-3,4-5,6-7,8-9  
若 3:16-21

### 11.04.2018 【不再沉溺於憂鬱沮喪的黑淵】

「光明來到了世界。」 (若 3:19)

聖人在一〇三〇年出生於波蘭。後赴巴黎求學。晉鐸後，一〇七二年繼任克拉閣主教。他管理教務，協助窮人，訪問聖職人員，數十年如一日，實不愧稱為善牧。他因責斥波肋老國王的暴行，於一〇七九年遭殺害。



### 默想：

天主沒有派遣子來審判世界，但不相信的人會因為他們自己的行為受到判斷，因為耶穌的言行及作為都在發光，把整個黑暗昏亂的世界都照亮了。

透過耶穌的話，把光帶到我們那黑暗的思想，照得清清楚楚，使我們看

到事物的本質，認清真理，也認出自己原本真實的樣子。

耶穌把光帶到人們黑暗的生活中；只要敢跟隨他的人，就不會在黑暗中摸索，就能找到方向，他的生活會更光明、更幸福。

我的反思和祈禱：仁慈的上主，求祢光照我們每個人的心，使我們不再沉溺於憂鬱沮喪的黑淵當中，重見光明。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓  
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780  
電郵：[bonfire@maryhcs.org](mailto:bonfire@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。  
 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。  
 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：\_\_\_\_\_ (中) \_\_\_\_\_ (英) 電郵：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_



## 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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

## 【每日聖言分享】

聖達尼老 主教 (殉道)  
紀念  
宗 5:17-26  
詠 34:2-3,4-5,6-7,8-9  
若 3:16-21

### 11.04.2018 【不再沉溺於憂鬱沮喪的黑淵】

#### 宗徒大事錄 5:17-26

大司祭和他的一切同人，即撒杜塞黨人，都起來，嫉恨填胸，下手拿住宗徒，把他們押在公共拘留所內。夜間，有上主的天使打開了監獄的門，領他們出來說：「你們去，站在聖殿裏，把一切有關生命的話，請給百姓聽。」他們領了命，天一亮就進入聖殿施教。大司祭和他的同人來召開公議會，即以色列子民全長老議會，差人去監裏把宗徒們提出來。差役來到，在監獄中沒有找到他們，便回去報告，說：「我們確實看見監獄關鎖的非常牢固，衛兵也站在門前，但一打開，裏面沒有找到一個人。」

聖殿警官和司祭長一聽這些話，十分納悶，不知發生了什麼事。忽有一個人來向他們報告說：「看，你們押在監獄裏的人，站在聖殿裏，教訓百姓。」

聖殿警官就同差役去把他們領來，但未用武力，因為怕百姓用石頭砸他們。

#### 聖詠 34:2-3,4-5,6-7,8-9 謝主保佑之恩

02. 我必要時時讚美上主，對他的讚頌常在我口；
03. 願我的心靈因上主而自豪，願謙卑的人聽到也都喜躍。
04. 請你們同我一起讚揚上主，讓我們齊聲頌揚他的名字。
05. 我尋求了上主，他聽了我的祈求：由我受的一切驚惶中，將我救出。
06. 你們瞻仰他，要喜形於色，你的面容，絕不會羞愧。
07. 卑微人一呼號，上主立即俯允，並且救拔他出離一切的苦辛。
08. 在那敬畏上主的人四周，有上主的天使紮營護守。
09. 請你們體驗，請你們觀看：上主是何等的和藹慈善！投奔他的必獲真福永歡。

#### 聖若望福音 3:16-21

天主竟這樣愛了世界，甚至賜下自己的獨生子，使凡信他的人不致喪亡，反而獲得永生，因為天主沒有派遣子到世界上來審判世界，而是為叫世界藉著他而獲救。那信從他的，不受審判；那不信的，已受了審判；因為他沒有信從天主獨生子的名字。審判就在於此：光明來到了世界，世人卻愛黑暗甚於光明，因為他們的行為是邪惡的。的確，凡作惡的，都憎恨光明，也不來就光明，怕自己的行為彰顯出來；然而履行真理的，卻來就光明，為顯示出他的行為是在天主內完成的。」

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓  
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780  
電郵：[bonfire@maryhcs.org](mailto:bonfire@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。  
 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。  
 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：\_\_\_\_\_ (中) \_\_\_\_\_ (英) 電郵：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_