



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】

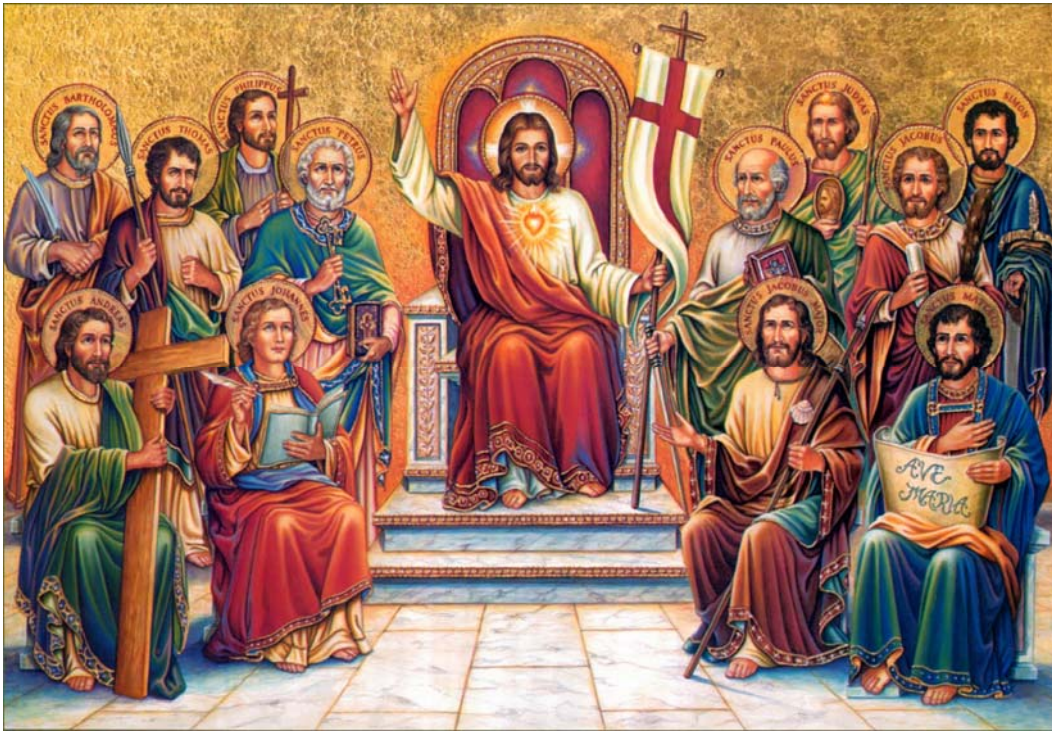
宗 18:9-18

詠 47:2-3,4-5,6-7

若 16:20-23

11.05.2018 【我心裏喜樂嗎】

耶穌對門徒說：我要再見到你們，那時，你們心裏要喜樂。(若 16:22)



默想：

看到這段聖經，你是否覺得門徒們很幸福呢？他們除了能夠得到耶穌親口應許，他們會再次見到耶穌之外，還被應許到時心裏會感到喜樂。大前提是他們仍是耶穌的門徒和願意接納祂。

今時今日我們不單只可以感受到耶穌的臨在，我們更可以超越面對面

見到祂，因為我們的身體可以與耶穌結合。筆者所指的當然就是聖體聖事。那麼當耶穌每次在彌撒中進入了我們的身體後，我們有沒有，至少一刻鐘，感受到祂所應許的喜樂呢？抑或是我們對領受聖體已感到麻木？領完耶穌返回座位後便立刻記掛著生活上的種種？

認識一位香港教區神父，如果由他主禮的彌撒(包括每天的早晨彌撒)，每當全體教友領完聖體後，他必會帶領頌唱七次泰澤短頌“讚美我上主”。其中一種果效就是令教友感受到與耶穌基督的結合而讚美上主，心裏喜樂。

試想想，如果我們不能表現出身為天主子女的喜樂，那麼別人怎會願意與我們接觸和溝通呢？我們又如何能做福傳或使徒工作呢？

我的祈禱：

主耶穌！讓我能常常與祂結合，並能在我的表情和態度上，展示出心裏的喜樂。

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 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】

宗 18:9-18

詠 47:2-3,4-5,6-7

若 16:20-23

11.05.2018 【我心裏喜樂嗎】

宗徒大事錄 18:9-18

當保祿在格林多時，夜間，主藉異象對保祿說：「不要害怕，只管講，不要緘默，因為有我與你同在，必沒有人向你下手加害你，因為在這城裏有許多百姓是屬於我的。」於是，他就在那裏住了一年零六個月，在他們中講授天主的聖道。當加里雍作阿哈雅總督時，猶太人同心合意地起來攻擊保祿，把他帶到法庭說：「這個人勸人違法敬拜天主。」保祿剛要開口，加里雍就向猶太人說：「猶太人啊！如果有什麼犯法或邪惡的罪行，我自當容忍你們；但問題既是關於道理、名目和你們自己的法律的事，你們自己管罷，我不願作這些事的判官。」就把他們逐出了法庭。於是眾希臘人拉住會堂長索斯特乃，在法庭前打了他；而加里雍全不理睬這些事。保祿又住了些日子，就與弟兄們辭別，乘船往敘利亞去；和他一起的，有普黎史拉和阿桂拉，因為保祿許有誓願，在耕格勒剃了頭髮。

聖詠 47:2-3,4-5,6-7 上主勝利凱歌

- 02.萬民，你們要鼓掌歡騰，也要向天主歡呼祝慶！
- 03.因上主至大至尊，可敬可畏，祂是統治宇宙的偉大君主。
- 04.祂鎮壓萬民屬我們管轄，祂屈服列邦在我們腳下。
- 05.祂為我們選定了我們的基業，即祂所鍾愛的雅各伯的光彩。
- 06.天主上升，有歡呼聲護送，上主騰空，有號角聲相從。
- 07.你們應歌頌，歌頌我們的天主，你們應歌頌，歌頌我們的君王。

聖若望福音 16:20-23

那時候，耶穌對門徒說：「我實實在在告訴你們：你們要痛哭、哀號，世界卻要歡樂；你們將要憂愁，但你們的憂愁卻要變為喜樂。婦女生產的時候，感到憂苦，因為她的時辰來到了；既生了孩子，因了喜樂再不記憶那苦楚了，因為一個人已生在世上了。如今，你們固然感到憂愁，但我要再見到你們，那時，你們心裏要喜樂，並且你們的喜樂誰也不能從你們奪去。到那一天，你們什麼也不必問我了。」

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 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：_____