



## 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 4: 23-31

詠 2:1-3,4-6,7-9

若 3:1-8

29.04.2019 【日日都死過翻生】

「人除非由上而生，不能見到天主的國。」(若 3:3)



### 聖加大利納（貞女、聖師）紀念

聖女在一三四七年於意大利栖亞那出生，幼時加入聖道明第三會，以聖化自己的生活。她為了愛主愛人，竭力使各城的民眾和好。同時，她又努力保衛羅馬教宗的權利和自由，促成教宗從亞味農城遷回羅馬；並不遺餘力革新修會生活。她的著作立論正確，富於靈修聖訓。一三八〇年安逝。

### 默想：

假若我們日日都過著死過翻生的生活，在戰亂、疾病、災難中掙扎求存，即使執返條命，相信身心也已大受打擊，不會好過。所以我們大部分人不願意談起死亡，因為死亡屬於魔鬼，帶來的是無限恐懼！可是耶穌卻告訴尼苛德摩說：「人除非由上而生，不能見到天主的國。」尼苛德摩就問：「人怎樣能重生呢？」那麼重生之前，不就先要死亡嗎？

死亡在基督徒來說，卻並不如常人所想那麼可怕，反而是幸福的保證。因為先有基督為我們受難至死，重修了我們與天主的關係。因此，在領洗時我們與基督同死同復活，就像死過翻生一樣，有了第二次機會去 take2，擺脫罪惡而獲得自由，成為了新的人，多麼慶幸啊！

然而，若時時都 take2 也不是辦法。所以其次，非常重要的是基督徒相信死後有永生，因此在世上生活時便會甘於遵守誡命，追求天上的事，願意奉行天主的旨意，老老實實，誠誠懇懇地虔敬的信仰生活，期望在死後審判中獲得永遠活在天國的福份，得享永恆的生命。

因此，每日我們反思自己的過錯罪惡，在修和或彌撒中悔恨己罪，又在領聖體中獲得耶穌基督賜與的力量去改過，我們不正是經歷着與基督同死，又獲復活於罪惡死亡的恩寵嗎？所以，死過翻生是基督徒生活的寫照，但我們不感到害怕，只感到幸福！

### 我的祈禱：

主耶穌基督，感謝祢為我們犧牲，為我們爭取到重生的機會，並從不離棄我們，求祢給予我們智慧和勇氣去追求天上的事，並安慰天天面對死亡災難的兄弟姊妹。阿孟！

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】

宗 4: 23-31

詠 2:1-3,4-6,7-9

若 3:1-8

29.04.2019 【日日都死過翻生】

### 宗徒大事錄 4:23-31

伯多祿和若望被釋放之後，來到自己的人那裏，報告了大司祭和長老向他們所說的一切；大家一聽，都同心合意地高聲向天主說：「上主！『是你創造了天地海洋，和其中的一切。』你曾以聖神藉我們的祖先、你的僕人達味的口說過：『異民為何叛亂？萬民為何策劃妄事？世上的君王起來，首領聚集在一起，反對上主和他的受傅者。』實在，黑落德和般雀比拉多與異民和以色列人聚集在這座城內，反對你的聖僕人耶穌，反對你的受傅者，實行了你的手和計劃所預定要成就的事。現今，上主！請注意他們的恐嚇，賜你的僕人以絕大的膽量，宣講你的真道，同時伸出你的手，藉你的聖僕人耶穌的名字治病，顯徵兆，行奇跡。」他們祈禱後，他們聚集的地方震動起來，眾人都充滿了聖神，大膽地宣講天主的真道。

### 聖詠 2:1-3,4-6,7-9 默西亞必勝

01. 萬邦為什麼囂張，眾民為什麼妄想？
02. 世上列王群集一堂，諸侯畢至聚首相商，反抗上主，反抗他的受傅者：
03. 「來！我們掙斷他們的綑綁，我們擺脫他們的繩韉！」
04. 坐於天上者在冷笑，我主對他們在熱嘲。
05. 在震怒中對他們發言，在氣焰中對他們喝道：
06. 「我已祝聖我的君王，在熙雍我的聖山上。」
07. 我要傳報上主的聖旨：上主對我說：「你是我的兒子，我今日生了你。」
08. 你向我請求，我必將萬民賜你作產業，我必將八極賜你作領地。
09. 你必以鐵杖將他們粉碎，就如同打破陶匠的瓦器」。

### 聖若望福音 3:1-8

有一個法利塞黨人，名叫尼苛德摩，是個猶太人的首領。有一夜，他來到耶穌前，向他說：「辣彼，我們知道你是由天主而來的師傅，因為天主若不同他在一起，誰也不能行你所行的這些神蹟。」耶穌回答說：「我實實在在告訴你：人除非由上而生，不能見到天主的國。」尼苛德摩說：「人已年老，怎樣能重生呢？難道他還能再入母腹而重生嗎？」耶穌回答說：「我實實在在告訴你：人除非由水和聖神而生，不能進天主的國：由肉生的屬於肉，由神生的屬於神。你不要驚奇，因我給你說了：你們應該由上而生。風隨意向那裏吹，你聽到風的響聲，卻不知道風從那裏來，往那裏去。凡由聖神而生的就是這樣。」

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：\_\_\_\_\_