



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 6:1-7

詠 33:1-2,4-5,18-19

若 6:16-21

04.05.2019 【黑夜裡的光】

「天已黑了，耶穌還沒有來到他們那裏。」(若 6:17)



默想：

當我讀到「天已黑，耶穌還沒有來到他們那裏」的時候，非常觸動我！這份觸動勾起了我曾經多次在沮喪裡所經歷的黑夜，心靈曾經在迷惘中所發出的哀禱，但是…「耶穌還沒有來到！」我相信我們每一個人一定有过很多次這樣的黑夜。這樣

的黑夜，就正如大海上，充滿恐慌的門徒們的心情一樣。

許多次自己總會在黑夜的折磨裡去尋找，尋求主的援助和指引，在這複雜的心情裡和耶穌的關係就像風浪中的門徒們一樣，原來主耶穌在我們的狂風巨浪中出現了，但我們就像門徒被恐慌瞎了心眼，以為眼前的主耶穌是什麼可怕的东西！

主耶穌仍然堅持讓黑暗中的門徒們認出他：「是我，不要害怕！」當時門徒們聽見後便認得出耶穌了。這一幕在黑夜中的辨別，是需要靠平日他們和耶穌之間的關係有多親密，才能夠辨識得到。我們在心靈的黑夜裡，總會經驗過門徒們的心情：「耶穌還沒有來到他們那裡。」我們總是在沮喪和失意時想到「天意弄人」。

在聖十字若望所著作的靈修書《黑夜》，我們一定會找到答案。當我們明白到「心靈的黑夜」裡箇中的道理，我們就會理解到今天福音裡，為什麼門徒在「黑夜」中等待不到耶穌。但是最後，卻是在「黑夜」中見到了耶穌。

我的祈禱：

如聖十字若望所說：「混亂之外，並非只是混亂。黑暗中有天主聖神，祂籠罩在死亡的水上，有能力運行復活。」主耶穌，感謝祢的不離不棄，祢是我黑夜中的復活之光！

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 6:1-7

詠 33:1-2,4-5,18-19

若 6:16-21

04.05.2019 【黑夜裡的光】

宗徒大事錄 6:1-7

那時候，門徒們漸漸增多，希臘化的猶太人，對希伯來人發出了怨言，因為他們在日常的供應品上疏忽了他們的寡婦。於是十二宗徒召集眾門徒說：「讓我們放棄天主的聖言，而操管飲食，實在不相宜。所以，弟兄們！當從你們中檢定七位有好聲望且充滿聖神和智慧的人，派他們管這要務。至於我們，我們要專務祈禱，並為真道服役。」這番話得了全體的悅服，就選了斯德望，他是位充滿信德和聖神的人，和斐理伯、卜洛曷洛、尼加諾爾、提孟、帕爾默納及尼苛勞，他是個歸依猶太教的安提約基雅人，叫他們立在宗徒面前；宗徒們祈禱以後，就給他們覆了手。天主的道漸漸發揚，門徒的數目在耶路撒冷大為增加，司祭中也有許多人，服從了信仰。

聖詠 33:1-2,4-5,18-19 讚頌大能的天主

01. 義人，你們應向上主踴躍歡呼，因為正直的人，理應讚美上主。
02. 你們該彈琴，稱謝上主，彈奏十弦琴，讚頌上主。
04. 因為上主的言語是正直的，他的一切作為都是忠實的；
05. 他愛護正義和公理，他的慈愛瀰漫大地。
18. 請看，上主的眼睛常關注敬畏他的人，他的雙日常眷顧靠他仁慈的人，
19. 為使他們的性命，脫免死亡，使他們在飢饉時生活如常。

聖若望福音 6:16-21

到了晚上，耶穌的門徒下到海邊，上船要到海對岸的葛法翁去。天已黑了，耶穌還沒有來到他們那裏。海上因起了大風，便翻騰起來。當他們搖櫓大約過了二十五或三十「斯塔狄」時，看見耶穌在海面上行走，臨近了船，便害怕起來。但他卻向他們說：「是我，不要害怕！」他們便欣然接他上船，船就立時到了他們所要去的處方。

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：_____