



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。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓 電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：bonfire@maryhcs.org

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

02.04.2008 【凡信他的人不致喪亡，反而獲得永生。】

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。(若 3:18)

今日聖言：

宗 5: 17-26

詠 34

若 3: 16-21



默想：

在此段福音，耶穌利用光明和黑暗提醒人類。凡作惡的，都憎恨光明，而履行真理的，卻來就光明，並會獲得新生的泉源。藉此提醒人類要作英明的信仰選擇，就是遠離罪惡和黑暗，選擇光明，成為天主的子女。

光明令我們聯想的是開放、正義、和平、自由、平安、公平、喜悅、創造、活力、恩典、愛……。反之，黑暗讓我們感受的是封閉、收藏、不義、敵對、操控、憂慮、抑壓、停頓、凝滯、罪惡、仇恨……。

我們既是天主的子女，究竟我們實際的生活是光明的多，還是黑暗的多？

我的祈禱：天主，感謝祢竟這樣愛了這個世界，甚至賜下了自己的獨生子，使凡信從他的人獲得永生。主，求你賜我光明的力量，以克勝黑暗的勢力。求賜我勇氣將這份光明的喜悅傳給外教兄弟姐妹。

