



## 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](mailto: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。)

### 13.4.2009【祢光榮的復活就是我永生的希望和保證！】

復活慶期第二日

這位耶穌，天主使他復活了！(宗 2：32)

主，請祢將生命的道路指示給我。(詠 16：11)

今日聖言：

宗 2：14，22-33

詠 16

瑪 28：8-15



BELLINI, Giovanni Resurrection of Christ 1475-79

Oil on panel transferred to canvas, 148 x 128 cm

Staatliche Museen, Berlin

#### 默想：

此刻，我置身於主耶穌光榮復活的喜樂中，我靈喜悅，滿心歡樂！

天父啊，祢竟這樣憐愛我們，甚至賜下自己的獨生子耶穌基督來到人間，將生命的道路，這條通往永生的真理道路，指示給我們，使凡信從的便接受到生命的真光，且成為天父的兒女！亞肋路亞！感謝讚美祢！

主，以前我曾經如宗徒們一樣經歷了黑暗的時刻，就是我生命中受痛楚、受困厄的日子。主耶穌的被釘死，被埋葬，使我和宗徒們都覺得一切希望幻滅了。然而，『他沒有被遺棄在陰府，他的肉身也沒有見到腐朽。』(宗 2：31) 這位耶穌，天主使他復活了。光明戰勝了黑暗，復活戰勝了死亡。主耶穌對我說，『不要害怕，願你們平安！』(瑪 28：9-10) 為我在困厄時，帶來極大的鼓舞。

#### 我的祈禱：

主耶穌，我一生所受的傷痛怎敢與祢的受辱、被釘死的極大苦難相比呢？求祢使我銘記，在我一生中祢都與我同行；特別是傷痛的時刻！而祢光榮的復活就是我永生的希望和保證。亞孟！

當時的宗徒做了主的見證人。我也願意效法宗徒，以愛、以生活和言行去為耶穌作見證。