



## 【每日聖言分享】

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。)



## 2024.04.02 【擁有】

你別拉住我不放。(若 20:17)

宗 2:36-41

詠 33:4-5, 18-19, 20, 22

若 20:11-18



### 默想：

今天的若望福音從另一幅度去記載耶穌的復活：瑪利亞瑪達肋納個人與復活的主相遇的經歷和心態的轉變。

瑪利亞在耶穌死後的第三天去探墓，不見主的遺體，在門徒們離開後獨自痛哭，見到天使時告訴他有人把「我主」搬走了；這種「擁有」耶穌的心態，加上悲痛的心情，使她見到耶穌時以為祂是園丁。耶穌叫她「瑪利亞」時，她回了一句「師傅」，顯示她仍然停留在以前對

耶穌身份的認知，緬懷著過去跟隨祂的歡樂時光。耶穌語帶相關地叫她「不要拉住我不放」，一方面叫瑪利亞別拉住祂的衣服不放，同時也叫瑪利亞放棄舊有印象，因為祂已是復活了的主。瑪利亞回去向門徒們報告喜訊時說：「我見了主」，這位主不再是「我的」，而是「眾人的」主。

「擁有」是世俗人的正常心態，因為每個人的財富、地位，聲望、人脈均視乎他所「擁有」的有多少。然而基督徒的價值觀卻應該是願意「付出」。觀乎耶穌一生的言行，皆是教人要「付出」，祂請我們捨棄一切跟隨祂，祂甚至捨棄自己的性命來換取世人的自由。這種「付出」使祂「擁有」得更多，正如天主向亞巴郎所許諾的，皈依祂的人多如繁星。你願意把「擁有」的心態改成「付出」嗎？

### 我的祈禱：

仁慈的天父，原來願意「付出」的，能使我得到物質無法換取的永存不朽的真愛和懷念。求祢使我擺脫根深蒂固的「擁有」觀念，使我能堅定地作出應的抉擇。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓

網址：<https://www.maryhcs.org>

電郵：[bonfire@maryhcs.org](mailto:bonfire@maryhcs.org)

電話：2838 0780

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：\_\_\_\_\_



## 【每日聖言分享】

讀聖書、做默想<sup>是</sup>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。)



### 宗徒大事錄 2:36-41

(你們悔改吧！你們每人要因耶穌基督的名字受洗。)

五旬節那天，伯多祿向猶太人說：「以色列全家應確切知道：天主已把你們所釘死的這位耶穌，立為主，立為默西亞了。」

他們一聽見這些話，就心中刺痛，遂向伯多祿和其他宗徒說：「諸位仁人弟兄！我們該作什麼？」伯多祿便對他們說：「你們悔改吧！你們每人要以耶穌基督的名字受洗，好赦免你們的罪過，並領受聖神的恩惠。因為這恩許就是為了你們和你們的子女，以及一切遠方的人，這些都是我們的上主天主所召叫的。」他還講了很多別的作證的話，並勸他們說：「你們應救自己脫離這邪惡的世代。」於是，凡接受他的話的人，都受了洗；在那一天約增添了三千人。——上主的話。

### 聖詠 33:4-5,18-19,20,22

【答】：上主的慈愛瀰漫大地。

領：上主的言語是正直的，他的一切作為都是忠實的；他愛護正義和公理，他的慈愛瀰漫大地。【答】

領：請看，上主的眼睛常關注敬畏他的人，他的雙目常眷顧靠他仁慈的人，為使他們的性命，脫免死亡，使他們在饑饉時，生活如常。【答】

領：我們的靈魂仰望著上主，他是我們的保障和扶助；上主，求你向我們廣施慈愛，有如我們對你所存的期待。【答】

### 聖若望福音 20:11-18

(我見了主，他也對我說了話。)

瑪利亞瑪達肋納站在墳墓外邊痛哭；她痛哭的時候，就俯身向墳墓裏面窺看，有兩位穿白衣的天使，坐在安放過耶穌遺體的地方：一位在頭部，一位在腳部。兩位天使對她說：「女人！你哭什麼？」她答說：「有人把我主搬走了，我不知道他們把他放在那裏了。」說了這話，就向後轉身，見耶穌站在那裏，卻不知道他就是耶穌。耶穌向她說：「女人，你哭什麼？你找誰？」她以為是園丁，就說：「先生，若是你把他搬走了，請告訴我，你把他放在那裏，我去取回他來。」耶穌給她說：「瑪利亞！」她轉身用希伯來話對他說：「辣步尼！」就是說「師傅」。耶穌向她說：「你別拉住我不放，因為我還沒有升到父那裏；你到我的弟兄那裏去，告訴他們，我升到我的父和你們的父那裏去，升到我的天主和你們的天主那裏去。」瑪利亞瑪達肋納就去告訴門徒說：「我見了主。」並報告了耶穌對她所說的那些話。——上主的話。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓

網址：<https://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780

電郵：[bonfire@maryhcs.org](mailto:bonfire@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

- |  |
|--|
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。 |
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。    |
| <input type="checkbox"/> 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：\_\_\_\_\_