



【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。)



2026.04.22 【盼望】

我父的旨意：凡看見子，並信從子的，必獲得永生；並且在末日，我要使他復活。(若 6:40)

復活期第三周星期三

宗 8:1-8

詠 66:1-3,4-5,6-7

若 6:35-40



默想：

「珍惜生命」又或者「熱愛生命」等等激勵的字句，往往是老生常談，感覺是理想當然，但很不幸地，不知由何時開始，死亡文化靜悄悄地走進了現代人的文化裏，於是發覺身邊愈來愈多人接受墮胎及安樂死的概念。現在世俗的觀念是好像選擇了死亡，就能一勞永逸地解決了問題，煩惱也能隨之而逝。

這件真人真事發生在 2026 年年初的澳洲西部。一名 13 歲的少年奧斯 (Austin Applebee)，與母親及兩名弟妹租了一艘橡皮艇在岸邊玩耍，怎料天氣突變，強風將整隻橡皮艇吹到遠處，縱使母親及奧斯花盡九牛二虎之力也不能划回岸邊。在迫不得已的情況之下，為著全家的性命，母親請求奧斯游泳回岸求救。奧斯毅然答應後，便開展了四個小時的艱辛海上旅程，奧斯不但要抗衡海面上的風浪，還要承受體能上的極限。奧斯曾被同學邀請參與學校的信仰小團體聚會，他當時心裏只有不斷向耶穌祈求，並向天主暗下許諾，如果今次全家能成功脫險的話，他願意接受洗禮。奧斯不斷祈禱，心裏不斷回想生命中的快樂片段，使自己停留在正向的思維，不被困境中的恐懼所擊倒。幾經辛苦，奧斯終於游到岸邊，之後他還需赤腳步行兩公里，才能找到電話向外界尋求救援。母親及弟妹在海上飄浮約十個小時後，終於獲得了救援，完成救援後，奧斯體力再也不支，當場昏倒了過去。之後，奧斯在接受訪問時，謙虛地說道：「我不覺得是我做到的，是天主一直在帶領我。」

今日的福音，耶穌向群眾說：「這是我父的旨意：凡看見子，並信從子的，必獲得永生」。為筆者個人而言，信仰最大的得著，就是對永生的盼望，因此我們不再聚焦在自己的不幸或痛苦上，而是將整個人的生命及未來奉獻給上主，上主從來不使我失望，只要我們願意交托，天主必然受理。就如故事的主人翁奧斯一樣，他顧不得自己身體的極限，賴以憤力游到岸邊的力量來自他對上主的信靠，我們對生命有盼望，就不會選擇死亡，因為基督徒相信生命的極頭，就是天父伸開祂的雙手，迎接我們返回天家，邁向永生的道路。

我的祈禱：

仁慈的天父，感謝祢使我有機會認識祢、愛慕祢、孝愛祢。求祢施與恩寵，使我一生的歲月裏，不致跌倒，承行祢的旨意。因主耶穌基督之名而求，亞孟。

讀聖書做默想：我願意參與這項「靈火運動」每天用 15 分鐘讀聖書做默想作祈禱。請電郵/Whatsapp 給我發送【每日聖言分享】。

姓名：_____ 電郵：_____ 電話：_____ 日期：_____

登記：Whatsapp 63370969 或 電郵：bonfire@maryhcs.org



【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。)



宗徒大事錄 8:1-8

(那些逃散的人走遍各處，宣講天主的喜訊。)

就在斯德望死於亂石下的那一日，發生了嚴厲迫害耶路撒冷教會的事；除宗徒外，眾人都逃散到猶太和撒瑪黎雅鄉間。虔誠的人共同埋葬了斯德望，也為他大哭了一場。掃祿想摧毀教會，進入各家，連男帶女都拉去，押到監裏。

那些逃散的人經過各處，宣講真道的喜訊。斐理伯下到撒瑪黎雅城，給他們宣講基督。群眾都留意斐理伯所講的話，都同心合意地聽教，並看到了他所行的奇蹟；因為有許多附了邪魔的人，邪魔從他們身上大聲喊叫著出去了。有許多癱子和瘸子也被治好了。為此，那城裏的人皆大歡喜。——上主的話。

聖詠 66:1-3,4-5,6-7

【答】：普世大地，請向天主歡呼。

領：普世的大地廣土，請你們向天主歡呼！請歌頌他聖名的光榮，請獻給他輝煌的讚頌。請你們向天主說：「你的作為是何等驚人！」【答】

領：普世都要朝拜你，向你歌頌，全球也都要歌頌你的聖名，請你們前來觀看天主的作為，他對世人所作的事實在可奇。【答】

領：他曾經使海洋乾涸，使人徒步走過江河，叫我們因他而喜樂。他以自己的大能，永遠統治著萬邦。【答】

聖若望福音 6:35-40

(這是父的旨意，凡看見子的，必獲得永生。)

那時，耶穌回答群眾說：「我就是生命的食糧；到我這裏來的，永不會饑餓；信從我的，總不會渴。但是，我向你們說過：你們看見了我，仍然不信。凡父交給我的，必到我這裏來；而到我這裏來的，我必不把他拋棄於外，因為我從天降下，不是為執行我的旨意，而是為執行派遣我來者的旨意。派遣我來者的旨意就是：凡他交給我的，叫我連一個也不失掉，而且在末日還要使他復活，因為這是我父的旨意：凡看見子，並信從子的，必獲得永生；並且在末日，我要使他復活。」——上主的話。

讀聖書做默想：我願意參與這項「靈火運動」每天用 15 分鐘讀聖書做默想作祈禱。請電郵/Whatsapp 給我發送【每日聖言分享】。

姓名：_____ 電郵：_____ 電話：_____ 日期：_____

登記：Whatsapp 63370969 或 電郵：bonfire@maryhcs.org