



【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。)



2026.04.28 【跟隨】

「我的羊聽我的聲音，我也認識他們，他們也跟隨我。」
(若 10:27)

復活期第四周星期二

宗 11:19-26

詠 87:1-3, 4-5, 6-7

若 10:22-30



默想：

默觀福音，在耶路撒冷的冬天，耶穌徘徊於聖殿內撒羅滿遊廊下，我看到猶太人的心神懸疑不定，他們圍著耶穌，質問他，拒絕信從。

這種「這麼近，那麼遠」的距離實在令人遺憾。想到我自以為是的心，不也像冬天般寒冷，將主拒於心門之外嗎？

正當懊惱之際，我聽見敲門的聲音，穿透厚厚的心牆：「我的羊聽我的聲音，我也認識他們，他們也跟隨我。」(若 10:27)

主耶穌，祢看穿我的心思念慮，我期待的，往往是一個符合自己想像的天主。我耳朵時常打開，卻聽不到祢的聲音；眼睛時常睜著，卻認不出祢復活的樣子。

耶穌復活後恩賜聖神降臨，祂渴望進入我們的心，重新祝聖祂的殿宇，淨化我們的生命。我們既領受聖神並被稱為「基督徒」，就應當以充滿聖神和信德的生活，讓人認出是跟隨基督的門徒。

跟隨基督，就是打開心門，邀請祂臨在，成為生命的主宰，讓他人能夠在我們身上看見基督。

我的祈禱：

慈愛的天父，求祢派遣聖神，光照淨化我們的生命，成為祢喜愛的宮殿。「我們的一切泉源都在祢內」(參詠 87:7)，除非跟隨耶穌基督，我們找不到永恆的生命。

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 11:19-26

(他們向希臘人講道，宣講主耶穌的福音。)

在斯德望受害時，那些由於迫害而四散的人，經過各地，來到了腓尼基、塞浦路斯和安提約基雅，他們只向猶太人講道。但其中有些塞浦路斯和基勒乃人到了安提約基雅，也向希臘人講道，宣傳主耶穌的福音。主的手同他們在一起，信而歸主的人，數目很多。

這事傳到了耶路撒冷教會，就打發巴爾納伯到安提約基雅去。他一來到，看見天主所賜的恩惠就很喜歡，並勸勉眾人要決心堅定於主。因為他是好人，充滿聖神和信德，如此有許多人歸附了主。

以後，他往塔爾索去找掃祿；找著以後，便領他回到安提約基雅。他們一整年在那教會中共同工作，教導了許多人；在安提約基雅最先稱門徒為「基督徒」。——上主的話。

聖詠 87:1-3,4-5,6-7

【答】：列國萬民，請讚美上主。

領：上主喜愛自己的宮殿，它建築在一切聖山上。他喜愛熙雍所有的城門，勝過雅各伯所有的帳棚。天主的聖城！人們論到你，曾經說了許多光榮的事。【答】

領：我要將辣哈布和巴比倫，列於認識我者的人群中；連培肋舍特、提洛和僱士民，這些人都是在那裏出生。論到熙雍，人要稱她為母親，人人都是在那裏出生；至高者要親自使她堅定。【答】

領：上主要在萬民戶籍上留名：這些人也都是在那裏出生。人們要在舞蹈時歌唱說：「我的一切泉源都在你內。」【答】

聖若望福音 10:22-30

(我同父原是一體。)

那時，在耶路撒冷舉行重建節，正是冬天。耶穌徘徊於聖殿內撒羅滿遊廊下。猶太人圍起他來，向他說：「你使我們的心神懸疑不定，要到幾時呢？你如果是默西亞，就坦白告訴我們吧！」耶穌答覆說：「我已告訴了你們，你們卻不相信；我在我父的名所作的工作，為我作證，但你們還是不信，因為你們不是屬於我的羊。我的羊聽我的聲音，我也認識他們，他們也跟隨我；我賜予他們永生，他們永遠不會喪亡；誰也不能從我手中把他們奪去。我那賜給我羊群的父，超越一切，為此，誰也不能從我父手裏將他們奪去。我與父原是一體。」——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