



【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。)



2026.05.02 【有見為信？】

「你們要相信我：我在父內，父也在我內。」(若 14:11)

復活期第四周星期六

宗 13:44-52

詠 98:1, 2-3, 3-4

若 14:7-14



聖亞大納修主教 (聖師)(紀念)

聖亞大納修是東方四大聖師之首。(其他三位是聖巴略、聖額我略納齊安，及金口聖若望。)

聖人約在公元 295 年，生於北非亞力山卓城 (Alexandria) 的望族。他與聖安當熟悉，受過良好的信仰培育，後領受執事聖秩；任亞力山卓城主教助理時，出席尼西亞大公會議 (325 年)，其後繼承主教職。

聖人因攻斥亞略異端，竭力維護基督天主性的信道，曾六次遭受流放之苦。他為闡明並維護教會的正統道理，著作甚豐。聖人於 373 年安逝。

默想：

在我開始學習尼西亞信經的時候，曾有一個疑問，我向神父請教：為什麼前面已經說了「出自天主的天主」，後面還要再說「出自真天主的真天主」呢？神父告訴我尼西亞信經之所以強調這一點，是因為當時有亞略異端——即今天我們紀念的聖人亞大納修，當時為捍衛耶穌是天主子，擁有天主性的信理，所斥責的異端。所以當我在彌撒中唸信經時，我都會很認真的思考這兩句經文。

耶穌說你們要相信我：我在父內，父也在我內。許多聖人和神長都說聖三的奧秘，人類實在難以明白。人類都是傾向透過實質體驗來認識事物。有些東西我們不能以既有的經歷和線性的思維去了解，我們好像就不能相信，這實在是我們的局限。我相信也因此，天父才派遣他的聖子來到世上，讓聖言成了血肉，居住在我們中間。因為只有這樣，在耶穌基督身上有了有形的身體，我們這些比較愚鈍的人類才可以藉著體驗耶穌，及和他經歷一些事情，通過耶穌的人性，窺探到他的天主性。

此外，我覺得信仰也不能只由理性思維去解釋，其實心理上和精神上的體驗同樣重要。就像父母可能未曾說過一句我愛你，但我們都清楚他們愛我。朋友可能從沒說過一句我信你，但我們都感受到彼此之間的信任和支持。耶穌基督雖然已回到了天父那裏，我們現在再不能捉摸到他的肉身或聆聽到他的聲音，但是我們可以藉由聖經認識他和他的所言所行。聖神亦天天帶領和啟發我們。我們亦能感受到天主給我們的愛和平安，而且不單只是一個人感受到，而是許多基督徒在同時同地都會感受到。我相信這一定並非偶然，而是天主的化工。有時我們在街上看見一個人的背影，便能猜出他是誰。因為我們對這個人熟悉，所以即使看不見他的樣貌，也能認得他出來。那麼，我們如何能認出耶穌，相信他呢？我相信只有靠我們多熟悉、親近他。閱讀聖經，親近教會，多作祈禱，相信都是有效的途徑。

我的祈禱：

耶穌基督，你曾說過沒有看見也相信，是有福的。請你堅強我們的信心去接受你的愛，免我們墮入愚昧人性的陷阱。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 13:44-52

(我們要轉向外邦人。)

在一個安息日，全城的人幾乎都聚集來了，要聽天主的聖道。猶太人一看見這麼眾多的人，就滿心嫉妒，反對保祿所講的，且加以辱罵。保祿和巴爾納伯卻放膽地說：「天主的聖道本來先應講給你們聽，但因你們拒而不受，並斷定自己不配得永生，看，我們就要轉向外邦人，因為主如此命我們說：『我已立你作為外邦人的光明，使你成為他們的救恩，直到地極。』」

外邦人聽了，都很喜歡，讚美主的聖道；那些被預定獲得永生的人，就都信了。主的聖道遂傳遍了那地方。猶太人卻挑唆敬畏天主的尊貴婦人和城中的要人，發動迫害保祿和巴爾納伯，把他們驅逐出境。二人就把腳上的塵土向他們拂下，往依科尼雍去了。門徒都充滿喜樂和聖神。——上主的話。

聖詠 98:1,2-3,3-4

【答】：全球看見了我們天主的救恩。

領：請眾向上主歌唱新歌，因為他行了奇事。他的右手和他的聖臂，為他獲得了勝利。【答】

領：上主已經宣佈了自己的救恩，已將自己的正義啟示給萬民。他記起了自己的良善和忠誠，即向以色列家族廣施的寬仁。【答】

領：全球看見了我們天主的救恩。因此，普世大地，請向上主歌舞，請踴躍，請歡樂，彈琴演奏。【答】

聖若望福音 14:7-14

(誰看見了我，就看見了父。)

那時，耶穌對他的門徒說：「你們若認識我，也就必然認識我的父；現在你們已認識他，並且已經看見他。」斐理伯對他說：「主！把父顯示給我們，我們就心滿意足了。」耶穌回答說：「斐理伯！這麼長久的時候，我和你們在一起，而你還不認識我嗎？誰看見了我，就是看見了父；你怎麼說：把父顯示給我們呢？你不信我在父內，父在我內嗎？我對你們所說的話，不是憑我自己講的；而是住在我內的父，作他自己的事業。你們要相信我：我在父內，父也在我內；若不然，你們至少該因那些事業而相信。」

「我實實在在告訴你們：凡信我的，我所做的事業，他也要做，並且還要作比這些更大的事業，因為我往父那裏去。你們因我的名無論求父什麼，我必要踐行，為叫父在子身上獲得光榮。你們若因我的名向我求什麼，我必要踐行。」——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