



【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。本會歡迎有興趣加入撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



2026.05.18 【苦盡甘來】

「你們要被驅散。。。要受苦難；然而你們放心，我已戰勝了世界。」 (若 16:32-33)

復活期第七周星期一

宗 19:1-8

詠 68:2-3, 4-5, 6-7

若 16:29-33



默想：

當我們祝福世界時，會願世界和平！

祝福別人時，會願他們健康、長壽！

祝願自己時，會願我們開心快活每一天！

總不會祈求苦難到來、身陷戰火以致家散人亡、生靈塗炭吧！

然而，放眼古往今來，戰爭日子長，太平日子少。當今中東戰火、種族滅絕、哀鴻遍野。。。我們的祝福和期盼多半落空了——正所謂人生苦痛誰能免！究竟耶穌所說的天國在哪？幾時天國才會臨現人間？真令人困惑啊！

今天福音中，耶穌基督對我們說：「你們要受苦難；然而你們放心，我已戰勝了世界！」(若 16:33) 記得主耶穌在面對苦難及捨身贖世的極大考驗時，也曾祈求：「父啊！你如果願意，請給我免去這(苦)杯罷！」，但主未有在此停住，他繼續禱告：「但不要隨我的意願，惟照你的意願成就罷！」(路 22:42) 看！主耶穌這天主父的獨生子，此時在「極度恐慌中。。。汗如同血珠滴在地上。」(路 22:44) 他最終甘願選擇了服從。

人哪！看到天主子受人唾棄、飽受痛苦且受難被釘死十架上。一定感到絕望，世人沉淪，使黑暗戰勝光明！然而，主耶穌死後第三天光榮復活了！他拯救眾生、救贖功成，藉他的死亡與復活戰勝了世界！

從苦難到光榮，是耶穌的救恩之路，想必也會是基督信徒會經驗的歷程。

我的祈禱：

懇求仁慈的天主賜世人恩寵、勇力和堅忍！讓我們基督信徒以及普世的善心人手牽手地，與基督「同甘共苦」為建設和平、仁愛的天國畢生努力！深信我們也定能如基督一樣，在飽經世間痛苦磨練之後「苦盡甘來」，迎來天國人間。願天下太平，世人都成為天主父的好兒女！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。本會歡迎有興趣加入撰寫【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 19:1-8

(你們信教的時候，領了聖神沒有?)

阿頗羅在格林多的時候，保祿走遍了高原地帶後，來到厄弗所，遇見了幾個門徒，向他們說：「你們信教的時候，領了聖神沒有？」他們回答說：「連有聖神，我們都沒有聽過。」保祿說：「那麼，你們受的是什麼洗？」他們說：「是若翰的洗。」保祿說：「若翰授的是悔改的洗，他告訴百姓要信在他以後來的那一位，就是要信耶穌。」他們聽了，就因主耶穌之名領了洗。保祿給他們覆手，聖神便降在他們身上，他們就講各種語言，也說先知話。他們一共約有十二人。保祿進了會堂，放膽講論，一連三個月，辯論天主之國的事，來勸化人。——上主的話。

聖詠 68:2-3,4-5,6-7

【答】：普世萬邦，請歌頌上主。

領：願天主興起，使他的仇敵四散，願仇恨他的人由他面前逃竄！願惡人在天主面前滅亡消散，就像煙被風吹、蠟被火化一般。【答】

領：義人要在天主面前踴躍歡樂，他們也必在愉快之中加倍喜悅。請你們向天主歌唱，詠讚他的聖名；他名叫雅威，應在他面前喜氣盈盈。【答】

領：天主常在自己的聖所內居住，是孤兒的慈父，是寡婦的保護，天主給無靠的人備妥房屋，引被擄的人重獲自由。【答】

聖若望福音 16:29-33

(你們放心，我已戰勝了世界。)

那時候，眾門徒對耶穌說：「看，現在你明明地講論，不用什麼比喻了。現在，我們曉得你知道一切，不需要有人問你；因此，我們相信你是出於天主。」耶穌回答說：「現在你們相信嗎？看，時辰要來，且已來到，你們要被驅散，各人歸各人的地方去，留下我獨自一個，其實我並不是獨自一個，因為有父與我同在。我給你們講了這一切，是要你們在我內得到平安。在世界上你們要受苦難；然而你們放心，我已戰勝了世界。」——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