



## 【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。)



## 2026.05.19 【永生是什麼？】

「永生就是：認識你，唯一的天主，和你所派遣來的耶穌基督。」(若 17:3)

復活期第七周星期二  
宗 20:17-27  
詠 68:10-11, 20-21  
若 17:1-11



### 默想：

對「永生」，我的傳統理解是死後享見天主；現世生命的終結便是永生的開始。可是今日的讀經卻指出「永生」是：「認識唯一的天主和耶穌基督。」(參若 17:3)

這和我所接受的傳統觀念，好像有明顯差別；但是細想之下，原來也有相符的地方。在永生(永遠的生命)的狀況，我們面對面享見天主，與天主共融。這應是認識天主的意思了。

跟着我又想到兩個問題：如何「認識」？又「永生」應該是何時開始的？

認識可以是從初步認識到深入認識、初步可以是認知、明白、到逐步深入認識、互相溝通、經歷和體驗對方的內涵…以至建立深厚的關係。

怎樣去認識天主呢？我相信，在聖經(天人交往史)，特別在福音中可以認識天主子耶穌基督。還有，天主是生活的天主，因為主耶穌說：我天天同你們在一起、直到世界的終結；所以，天主不單活在過去，同時也在現今此時此刻，以及在未來，都與世人及眾生同在！讓我眾世人感悟：天父創造、化育萬物眾生；天主子耶穌降生、施教、救贖眾生；天主聖神聖化世界，賜下諸般恩寵，助世人行走天國的道路，建立天國人間，這應該是「永生」的開始吧。

### 我的祈禱：

可愛的主耶穌、祢是道路、真理和生命，求祢開啟我們的明悟：從認識到信從祢，到信靠祢，好能與世人攜手建設天國人間，活出天下一家。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](mailto: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 20:17-27

(我完成了我的行程，完成了受自主耶穌的任務。)

保祿從米肋托打派人到厄弗所，請教會的長老來。他們到了他那裏，他便向他們說：「你們知道：自從我來到亞細亞的第一天起，與你們在一起，始終怎樣為人，怎樣以極度的謙遜，含著眼淚，經歷猶太人為我所設的陰謀，而忠信事奉主。你們也知道：凡有益於你們的事，我沒有一樣隱諱而不傳給你們的，我常在公眾前，或挨家教訓你們，不論向猶太人或希臘人，我常苦勸你們悔改，歸向天主，並信從我主耶穌。看，現在我為聖神所束縛，必須往耶路撒冷去，在那裏要遇到什麼事，我不知道；我只知道聖神在各城中向我指明說：有鎖鏈和患難在等待我。可是，只要我完成了我的行程，完成了受自主耶穌叫我給天主恩寵的福音作證的任務，我沒有任何理由珍惜我的性命。我曾在你們中往來，宣講了天主的國，但現在，我知道你們眾人以後不得再見我的面了。因此，我今天向你們作證：對於眾人的血，我是無罪的，因為天主的一切計劃，我都傳告給你們了，毫無隱諱。」——上主的話。

### 聖詠 68:10-11,20-21

【答】：普世萬邦，請歌頌天主。

領：天主，你給你的產業降下甘霖，因而復甦了疲倦的人民。於是，你的羊群便在那裏安居，天主，你以慈愛照顧了貧苦的人。【答】

領：唯願上主天天受讚美！他承擔了我們的重負，因你是救我們的天主。我們的天主實在是拯救人的天主，上主天主使我們擺脫死亡的關口。【答】

### 聖若望福音 17:1-11

(父啊！求你光榮你的子。)

那時候，耶穌舉目向天說：「父啊！時辰來到了，求你光榮你的子，好叫子也光榮你，因為你賜給了他權柄掌管凡有血肉的人，是為叫他將永生賜給一切你所賜給他的人。永生就是：認識你，唯一的真天主，和你所派遣來的耶穌基督。我在地上，已光榮了你，完成了你所委託我做的工作。父啊！現在，在你面前光榮我吧！賜給我在这个世界上未有以前，我在你前所有的光榮吧！

「我將你的名，已顯示給那些你由世界中所賜給我的人。他們原屬於你，你把他們託給了我，他們也遵守了你的話。現在，他們已知道：凡你賜給我的，都是由你而來的，因為你所授給我的話，我都傳給了他們；他們也接受了，也確實知道我是出於你，並且相信是你派遣了我。我為他們祈求，不為世界祈求，只為你賜給我的人祈求，因為他們原是屬於你的。我的一切都是你的，你的一切都是我的：我因他們已受了光榮。從今以後，我不在世界上了，但他們仍在世界上，我卻到你那裏去。」——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](mailto:bonfire@maryhcs.org)