



很多时候，我们在生命中会遇到重大的打击，例如：重病、严重意外、失业、失去至亲，或婚姻与家庭的破裂。这些经历仿佛带来生命中的某种「死亡」。

「死亡」让人感到无助。在它面前，我们可能会害怕、愤怒、不解、绝望，失去自信，甚至开始质疑天主。

「死亡」真的会夺走我们生命中努力争取的一切吗？面对这些时刻，我们又可以如何回应？

在福音中，我们看到妇女们勇敢地来到坟墓，因为她们知道被埋葬的耶稣就在这里。也正是在这里，她们听见天使说：「祂已经照祂所说的复活了。」

这个图像提醒我们：当我们选择不逃避、不忽视生命中那些「死亡」的经验时，反而会发现，即使在最黑暗的地方，天主依然临在，并且在默默工作，孕育新的生命。

你是否有勇气，在那些你认为只有「死亡」的经历中，去寻找天主与复活的痕迹？

可惜的是，很多人在面对「死亡」时，会选择逃避，不愿面对，或把压力转移出去。比如，一个人对工作环境极度不满，却没有动力去反思问题所在，也没有勇气做出改变。他每天抗拒上班，期待下班或假期的到来，同时不断向身边的人抱怨，把负面情绪带回家。

今天的经文提醒我们：我们的主是复活的主。祂主动走向那些愿意相信并付诸行动的人，指引他们的方向，并赐予他们真正的平安。

今日读经反省

和耶稣一起，勇敢面对你生命中的某个「小死亡」，让你的生命一步步走向复活。

信息源：天主教主言传教会

奉献弥撒及弥撒意向

1. 凡使用线上汇款做奉献弥撒的，请将弥撒奉献汇入以下户口:-
RTPKK-Catholic Mission Bukit Padang Alliance Bank Berhad
 户口账号: **101960010196922**
 之后将意向及银行收据电邮至 **cmikk@gmail.com**

2. 请教友务必将不同的弥撒意向分类并放入不同的弥撒意向信封中:-
 1. 为灵魂/死者祈祷等;
 2. 特别祈祷如结婚纪念日、生日、健康等

婚前准备

欲在圣母堂结婚的本堂教友在安排与本堂神父进行婚前面谈前务必预先参加婚前讲座。请在拟定婚期的4个月前与神父做婚前面谈。

所需文件可浏览网站
<https://www.cmikk.org/catholic-sacraments/sacrament-of-marriage/>

葬礼弥撒(华/英)

为要安排殡葬弥撒或礼仪服务的教友，请注意以下事项:-

- a) 购买坟墓或墓地
 请咨询圣若瑟人寿会(SJBF)办事处。
 Tel: 088-216 321 Fax: 088- 213 286
- b) 在圣心堂安排殡葬弥撒或礼仪
 请咨询圣心堂堂区办事处。
 Tel : 088-201188, 224741
- c) 在圣母堂举办殡葬弥撒
 请携带以下文件到教区办事处。
 i) 死者身份证副本
 ii) 死者洗礼证书副本
 iii) 死亡证书/警方报告副本
 iv) 死者教会结婚证副本(如有)

<https://www.cmikk.org/catholic-sacraments/funeral-mass-arrangements/>



本堂区司铎，副司铎，牧灵议会，堂区财务与物业委员会及全体工作人员 同敬贺



无玷圣母堂

Church of Mary Immaculate
 主日刊

Jalan Kolam, Bukit Padang
 P. O. Box 21283, 88770 Luyang Post Office,
 Kota Kinabalu, Sabah.
cmikk@gmail.com | www.cmikk.org
 电话: 088-417134, 088-222 345, 012-870 8009
 传真: 088-244 345

办公时间:
 星期一至五: 早上8时 - 午时12时
 下午1时半 - 下午4时半
 星期六: 早上8时 - 中午12时
 (逢每月第一个星期六, 星期天及假日休息)
 联络人: 监督Darren 书记Rita 财务部Eva

本堂司铎 : Nicholas Stephen 蒙席
副本堂司铎: Fr Terans Thadeus
 Fr Moses Yap, OFM
 Fr Gilbert Marcus 016-8023946
 Fr Wilson Francis 014-701 8652

Fr Johnny Raju 012-831 5543
 Fr Jerry Joseph 010-942 2618
 Fr Bradley Belly 017-801 3286
 Fr Canisius Benjamin 011-1954 9188
 其他医院专任神父

平日弥撒 (星期一至六)
 玫瑰经 (英语) 早上5时50分
 平日弥撒 (英语) 早上6时30分
 上主慈悲串经 (英语) 弥撒后在慈悲圣象前

星期六
 玫瑰经 (华语) 傍晚4时50分
 永援圣母九日敬礼 (华语) 傍晚5时30分
 薄暮弥撒 (华语) 傍晚6时正

星期日
 玫瑰经 (英语) 早上7时15分
 主日弥撒 (英语) 早上8时正
 主日弥撒 (韩语) 早上10时

每月: 敬礼, 朝拜, 念诵 (华/英)
 首星期六 玫瑰经 平日弥撒后在圣母大殿
 首星期六 圣母无玷圣心 晚上7时30分在小圣堂
 五个首周六敬礼
 首星期日 神圣慈悲敬礼 下午2时15分至3时45分
 第三个星期四 朝拜圣体 晚上八时至9时

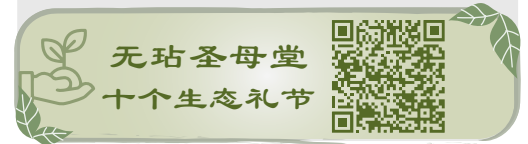
堂区牧灵委员 2023-2026 部委
 主席: Catherine Engsun
 副主席: Leo Komuji PFPN
 秘书: Henry Chua SOCCOM
 助理秘书: Laurence L. Dumling 青年团
 Lilian May Chia 英语助理班
 Margaret Chung 华文团体
 Charlie Oliver 家庭生活
 Caroline Tai & Jody Majanil 社交与福利
 Savio Masudal 青年团
 Dr Lawrence Mah 圣经组

无玷圣母堂时间线

1993年10月31日.....教堂祝福
 2020年6月18日.....教堂新礼堂扩建完毕
 2022年12月10日.....礼堂正式开幕及祝福
 2023年2月2日.....成立为堂区
 2024年9月1日.....宣誓成为生态堂区
 2024年11月7日.....圣母堂小圣堂祝福

圣母堂小圣堂

开放时间 : 早上7时至晚上9时



所收奉献

28/3 及 29/3
 苦难圣枝主日

红袋 黑袋
 RM11,593.20 | RM13,135.75

圣母堂财政和财产委员会:

Datuk Patrick Tan, Liang Lih Lih,
 Phelomina Engsun, Henry Chin, Judy Mak

圣母堂华语礼仪组及事工

主席: Margaret Chung 副主席: Josephine Kung
 秘书: Teresa Chang 财政: Susan Yong

礼仪服务

- 1. 派送圣体员 Penny Siau
- 2. 读经与颂经 Margaret Chung
- 3. 辅祭员 Marcus Chin
- 4. 巡察员 Augustine Wong
- 5. 特别礼仪 Lidwina Yong
- 6. 歌咏团 Doris Chung
- 7. 玫瑰经/永援圣母 Susan/Agnes

其他小组

- 8. 慕道班/主日学 Grace Foo/Teresa Chang
- 9. 圣母军 Kent Leong
- 10. 同祷会 Mark Chin
- 11. 圣母无玷圣心 Bernard Wong

请关注本堂网站及脸书專頁



复活前夕守夜礼(甲)2026年4月4日

读经一 : 创 : 1:1 ~ 26~31a 【短式】 | 读经二 : 创 : 22:1 ~2,9a,10~13,15,18 【短式】
 读经三 : 出 : 14:15 ~ 15:1 | 宗徒书信 : 罗 : 6:3 ~ 11 | 福音 : 玛 28 : 1 ~ 10

l i 7 . i | 5 - 3 5 | 6 - 6 | 5 - 5 | 6 - i | i i 2 | i - | i ||

答唱咏一: 上主, 求你派遣圣神, 使大地焕然一新。

- 1) 我的心灵, 你要颂赞上主! 上主我的天主, 祢何其伟大! 祢穿戴着尊荣和威严! 身披光明, 辉煌灿烂。
- 2) 祢奠定大地在基础上, 使它永远不致摇荡。祢使海洋覆盖了地面, 使洪水淹没了群山。
- 3) 祢使泉水流入河川, 蜿蜒奔流群山之间; 使飞鸟栖息在水旁, 往来枝头, 婉转歌唱。
- 4) 祢从高空灌溉群山田野, 大地饱享祢的恩泽; 祢使青草滋生, 饲养牲畜, 使蔬菜生长, 供人食物, 使大地生出五谷。
- 5) 上主, 祢的工程多采多姿, 万有都是祢智慧的果实; 祢的受造物充满了大地。我的心灵, 你要赞颂上主!

答唱咏二: 天主, 求你保佑我, 因为祢是我的寄托。

- 1) 上主祢是我的产业, 我的一切; 是祢掌握着我的命运。我时刻定睛仰望着上主, 有祢在我身边, 我决不动摇。
- 2) 因此, 我心里高兴, 五内喜欢, 我的肉躯也无忧安眠。因为祢绝不会将我遗弃在阴间, 也不会让祢的圣者遭受腐朽。
- 3) 祢必要指示给我生命之道, 在祢面前才有圆满的喜悦, 在祢身边才有永远的福乐。

l 6 1 3 - | 4 3 2 3 . 3 | 7 3 2 1 5 | 6 - ||

答唱咏三: 我们要歌颂上主, 因为祂大获全胜。

- 1) 我要歌颂上主, 因为祂大获全胜, 将战马和骑士投入了海中。上主是我的力量、我的荣耀, 祂曾拯救了我, 祂是我的天主, 我要颂扬祂; 祂是我祖先的天主, 我要赞美祂。
- 2) 上主是战士, 祂的名号是「上主」。祂把法郎的战车和军队投入海底, 使他的良将沉于红海。
- 3) 他们被海涛淹没, 像大石沉入深渊。上主, 祢的右手大显神能; 上主, 祢的右手击溃了敌人。
- 4) 上主, 祢把他们领到祢立为基业的山上, 培植他们在祢所准备的地方, 就是祢亲手建立的圣所。上主为王, 万世无疆!

教宗祈祷意向
 四月份
请为处于危机中的司铎祈祷
 愿那些在圣召中经历危机的司铎能获得所需的陪伴, 愿信仰团体能以理解和祈祷支持他们。

下个主日
复活期第二主日(甲) 11.4.2026
 (救主慈悲主日)
 读经一 : 宗 2:42~47
 读经二 : 伯前 1:3~9
 福音 : 若 20:19~31

圣经分享会 (英)
 每星期一晚上8时至10时
 圣母堂圣伯多禄室

康乐活动班 圣母堂礼堂
太极 每逢星期二 早上7时30分至8时30分
排舞 每逢星期四 早上8时至9时

朝拜圣体 (英)
 4月23日 (星期四) 晚上8时举行

2026年复活期释放和治愈布道会
 主题: 以圣神德能得胜身心灵的困苦
 4月10日(星期五)晚上7时 至 4月12日(星期日)下午5时
 主讲者: 孙秀云修女(沙巴)及 瑞丽修女(诗巫) 无玷圣母堂
 无玷圣母堂 神恩复兴同禧会
 4月份聚会表:
 4月24日 - 晚上7时30分 圣母堂G1及G2号房
 (4月17日取消聚会)

堂区动态

今天有收4月份第三奉献

4月5日 复活主日弥撒
4月5日
 英语 ■ 早上8时 ■ 无玷圣母堂
 华语 ■ 早上7时 ■ 圣心主教座堂

4月11及12日 神圣慈悲主日
4月11日(华文薄暮弥撒)
4月12日(英文主日弥撒)
 为配合此庆日, 弥撒结束后将为神圣慈悲圣物举行特别祝福仪式。欢迎教友携带圣物前来接受祝福。

4月17日 信仰颂歌之夜 (Songs of Faith Night)
 由本堂青年团主办
4月17日(星期五)
晚上6时至10时30分
圣母堂礼堂
 入场费 RM20
 可于弥撒前后在教堂门厅报名或联系 Tabitha 012-866 9062

4月19日 圣召圆桌讨论: 人生召喚——与天主同行
4月19日 | 下午2时至5时
圣心堂教区大厅 (F6-F8室)
 欢迎所有教友参与(中、英或国文组), 强烈鼓励坚振圣事候选人及15岁及以上青年参加。

活动目标:
 提供一个空间, 就人生中的各种圣召进行对话。
 了解天主教会的培育过程和阶段。
 通过深思熟虑的经验分享和问答环节, 促进灵感。
爱心奉献: RM10
小型展览 | 破冰游戏 | 茶点
报名截止日期: 2026年4月15日
 扫描报名 如有任何疑问, 请联系:
 Sr Anita, fsic 011-1413 0472
 Sr Bibiana, fsp 016-285 7175
 Catherine Engsun 017-823 1011
 Joceline 016-806 3766

5月1日 7个主日圣若瑟敬礼(英)
 本堂在3月15日至4月26日的每个主日早上9时30分(主日弥撒后)在小圣堂(CHAPEL)举行上述敬礼, 并将在**5月1日(星期五)早上6时30分, 劳工主保圣若瑟庆日弥撒**做为终结。欢迎教友踊跃参与。

5月16-17日 华语婚前讲座
5月16日及17日(星期六及日)
早上9时30分至下午4时
 地点: 教区中心(CAC)S7房, 第三层 (早上8时45分开始登记)
 报名费: 每对 RM50
 联络人: 黄赐明 017-811 8119

5月24-26日 2026华语青少年生活营
 圣心堂华语青少年将从**5月24日至26日(主日至星期二)**在本督都汉举办**三天两夜**的生活营。欢迎**13岁或以上**的青少年前来参加。如果提早在4月15日前登记, 每人费用: **RM 160**(早鸟价)。
 4月16日之后报名将是**RM 180**。欲知详情可联络: **Ronald 016 840 4440**
Melody 016 326 7540

6月13日 2026华语慕道班招生
开课日期: 6月13日
(每逢星期六, 晚上8时-9时30分)
地点: 圣母堂1楼F1房
 年满16岁的你, 如果对信仰充满好奇, 或想探讨人生意义, 欢迎你来, 一起寻找答案! 也欢迎你邀请尚未认识天主的亲友, 加入这段美妙的旅程。
 询问与报名:
Grace 012-818 8721
Venice 016-825 4889
 线上报名: bit.ly/CMIRCIAC

聖周四·主的晚餐 (甲) 2026年4月2日

读经一：出 12:1~8, 11~14 | 读经二：格前 11:23~26 | 福音：若 13:1~15

| 3 2 3 5 3 · 5 | 6 5 6 1 6 5 3 | 5 — 3 | 2 3 5 0 6 | 1 ——— ||

答唱咏一：那祝福之杯，使我们共饮基督圣血，而结合为一。

- 1) 上主赐我鸿恩，我将何以为报？我要举起救恩的杯，我要呼号上主的名。
- 2) 圣徒的逝世，上主十分珍视。我是祢的仆役，是祢婢女的儿子；祢解除了我的羁绊。
- 3) 我要呼求祢的名，向祢献上赞颂之祭。我要在全体子民前，向上主还我许的愿。

福音欢呼词：主说：我给你们一条新命令：你们应该彼此相爱，如同我爱了你们。

圣周四建立主的晚餐：为什么教友必须领洗后才可以领圣体？

在天主教中，必须领洗（受洗）后才能领圣体，是因为洗礼是进入教会、成为基督肢体以及获得其他圣事的“门槛”或入门圣事。洗礼象征着罪的赦免、新生命的开始（与主同死同复活）以及与基督合一。只有确认了基督徒身份并处于恩宠状态下，才能圆满地参与圣体圣事，即合一的共融。具体原因如下：

身份认同与入门

洗礼标志着一个人正式成为教会的肢体，圣体则是肢体间共融的最高表现。

罪的赦免

领受圣体需要处于没有大罪的状态，洗礼赦免了一切原罪和本罪，使人准备好迎接主。

信仰宣誓

受洗是公开在众人面前承认耶稣基督为主，委身于教会的实际行动。

合一的圣事

圣体不仅是圣事，更是基督徒合一的象征，受洗标志着融入了这个合一的信仰共同体。

因此，教会传统认为，没有受洗的人在信仰上尚未处于共融状态，不适合参与代表内部完全共融的圣体礼仪。

你们也该彼此洗脚

「耶稣从席间起来，脱下外衣，拿起一条手巾束在腰间，然后把水倒在盆里，开始洗门徒的脚，用束着的手巾擦干。」默想这个画面，默想耶稣身为师傅、大哥，却不惜脱掉自己的外衣，仿佛把那些人投给祂的仰慕、敬佩放下，屈膝弯腰为门徒们洗脚，你有什么感受呢？你能想像当耶稣开始洗门徒的脚时，门徒们是多么的惊讶，甚至无法反应过来。唯有冲动的伯多禄，第一时间拒绝耶稣为他洗脚，因为在耶稣的时代，洗脚是仆人的工作。伯多禄无法接受他的师傅像仆人一样服侍他。今天，让我们也问问自己，如果肮脏的脚代表我们自认最不为人知的部分，我们会有什么反应呢？也许我们内心藏着痛苦和破碎的经验，或许我们被自卑和自我怀疑困扰，或许我们每天都和自己的诱惑和罪恶挣扎，经常也会跌倒。因为这一切，在耶稣前我们觉得尴尬，也不愿意让耶稣洗我们的伤口，因为怕让祂看清这一切。然而，耶稣耶稣今天的邀请只有一个：「让我爱你吧。」祂要告诉我们，如果不接受祂的爱，我们不但无法痊愈、超越自己的破碎。「若我为主子，为师傅的，给你们洗脚，你们也该彼此洗脚。」耶稣希望我们成为祂爱的接棒人，只有当我们体验了耶稣的爱，我们才有能力去爱。今天，让我们祈求谦卑的恩典，接受耶稣的爱，使我们能够效法耶稣，在他人身上复制耶稣的爱。

今日读经反省

在你的生活中，有哪一处是你最难让耶稣「洗」的呢？为什么？

福音来源：Webcam © 2016 Taiwan (天主教主言传媒社)

圣周四·主的晚餐

「逾越节三日庆典」(Triduum)，是四旬期后及复活期前的礼仪时期，由圣周四主的晚餐礼仪庆祝开始，直至复活节主日晚祷作结束。

逾越节三日庆典是普世教会礼仪的高峰，隆重庆祝救赎我们的奥迹，主耶稣基督的最后晚餐(圣周四黄昏)、苦难和死亡(圣周五)、埋葬(圣周六)，及复活(复活守夜礼及主日)。这三天的礼仪，以复活前夕(圣周六晚间)的守夜礼为高峰。

主的晚餐感恩祭在黄昏(日落后)举行。感恩祭开始时，便是四旬期的结束，即是逾越三日庆的开始。

圣周四弥撒礼仪意义：在晚间举行，主要是为纪念主的最后晚餐，祂建立感恩祭(圣体圣事)，以及祂出自爱心的谦卑服务榜样——为门徒洗脚。



(一) 主的晚餐弥撒

核心是纪念耶稣建立圣体圣事。正如经文所述：“祂在为了我们和众人的得救而受难的前一天，也就是今天，拿起面饼...”



(二) 濯足礼(洗脚礼)

耶稣为门徒洗脚是谦卑服务的榜样。这不是戏剧表演，而是要求我们彼此服务。拉丁文“Mandatum”(命令)也成为了圣周四(Maundy Thursday)名称的由来。



(三) 迁供圣体

弥撒后，圣体会被隆重地迁移到特别布置的祭台供奉，让信友朝拜，纪念耶稣在革责玛尼庄园的祈祷。



(四) 撤去祭台布

仪式最后会撤去所有祭台布，象征耶稣被剥夺衣服，也预示着即将到来的苦难。

圣周五·主耶稣受难日

圣周五是逾越节三日庆典的第二天，为纪念耶稣的受难及死亡。上主如此爱我们，为我们牺牲自己，从罪恶及死亡中救赎我们。礼仪参与者既是陪伴着基督的苦难，也同时对赎世主及救世者存在着信德和希望。耶稣基督的死亡打开了天主圣三的奥秘，天主的爱正是从痛苦中显现出来。所以，圣周五的英文名称为「好的星期五」(Good Friday)。

教会要求信众于圣周五紧守斋戒的规定，也鼓励延续斋戒至复活前夕守夜礼。

耶稣受难日礼仪通常于下午三时举行，此时间直接纪念耶稣基督在十字架上死亡的时刻。本日礼仪分三个部分：圣道礼、朝拜十字架礼、领圣体礼。



(一) 圣道礼：核心是宣读《若望福音》记载的受难始末。主礼在宣读“耶稣断了气”时，全体会跪下默祷。这不仅是历史回顾，更是让参与者“临在”于十字架上。

(二) 朝拜十字架：这是圣周五的高峰。十字架会被隆重揭示，信友依次上前跪拜亲吻。这并非崇拜物质，而是向被钉在十字架上的「基督」表达感恩与忏悔，承认「藉着十字架，真喜乐已降临寰宇」。

(三) 领圣体：虽然不举行弥撒，但会分派前一天圣周四弥撒中祝圣的圣体。这象征着在无法举行感恩祭的日子里，仍因基督的牺牲而获得滋养。

(四) 礼仪结束：没有常规的祝福和遣散曲，主礼和辅祭会默默离场，象征门徒的离散和哀悼，祭台也会被完全撤空。

圣周五举行“礼仪”而非弥撒

圣周五进行的「纪念耶稣受难礼仪」(Celebration of the Passion of the Lord)并非弥撒(Mass)，因为它不包含和平祭(Liturgy of the Eucharist)，即没有司铎祝圣圣体与圣血的祭献仪式。

你若留意，圣周四主的晚餐弥撒没有结礼和派遣，只是带走圣体和朝拜圣体。而周五的受难礼仪则是没头没尾，神父在静默中进来伏地祈祷，没有致候礼就进入圣道礼。而最后，周六晚的复活前夕弥撒，也没有正常的开始，而是祝圣新光，及以圣言来期待复活的宣告。到领洗时或重宣领洗盟誓时，我们就以对答式来弃绝罪恶和宣认信仰了。

圣周四的弥撒其实并未完的——圣周四的主最后晚餐弥撒，圣周五的纪念耶稣受难礼仪(这并不是弥撒)和圣周六晚的复活前夕弥撒——这三天的礼仪，合起来并不是三个礼仪，而实在是一个三天的弥撒圣祭，故此拉丁叫作“Triduum”，「三日」之意。

圣周五·主受难日 (甲) 2026年4月3日

读经一：依 52:13~53:12 | 读经二：希 4:14~16, 5:7~9 |

福音：若 18:1~19:42

| 6 3 | 3-6 6 | 1 1 | 2 2 1·2 | 3 3 | 3 (3) ||

答唱咏一：父啊！我把灵魂交在祢的手中。

- 1) 上主，我投靠了祢，永远不会受辱；祢以公义拯救我。我把灵魂交在祢的手中，上主信实的天主，祢拯救了我。
- 2) 上主，求祢作我的磐石，我的堡垒，因着祢的名号，求祢领导我指引我。
- 3) 我的仇敌都辱骂我，我的四邻都耻笑我，我的知心好友都害怕我，在外面遇见我，都回避我。
- 4) 上主，我依然投靠祢，我说：「祢是我的天主。」祢掌握着我的命运，求祢从迫害我的仇敌中拯救我。
- 5) 求祢仁厚对待祢的仆人，大发慈悲把我救出。信赖上主的人，你们要鼓起勇气，振作精神。

福音欢呼词：基督服从至死，且死在十字架上。因此，天主高高举扬了祂，赐给祂一个名号，超越一切名号。

守斋的意义

在天主教传统中，守斋一是为了克己苦身弥补罪过，二是纪念主耶稣基督的苦难，以使皈依基督的心愈益成长，引导教友效法基督。

凡年满18岁、未满60岁的教友应守大小斋。

满14岁的教友只守小斋。

病人、体弱者、孕妇、从事体力劳动者，可免守大小斋。

常年中的每个星期五守小斋，以纪念耶稣星期五为人受难及死亡。

只有两天守大小斋：圣灰礼仪及耶稣受难日。

大斋

一天只准吃一顿饱饭
其余两餐节食少吃
不准吃零食

小斋

可吃冷血动物的肉(鱼、
虾、蟹等)、鸡蛋、奶油
不吃热血动物的肉及肉汤
(猪、牛、羊、鸡、鸭等)

父爱中无匮乏

耶稣的苦路，每一步都是艰难苦痛的。比拉多说：「我在这人身上查不出什么罪状来。」耶稣虽无罪，却甘心情愿被钉死在十字架上，以成全天父对我们的爱。祂要透过祂的圣死，带着我们一起复活，活在永生的爱的国度。耶稣说：「我的国不属于这世界。」这句话常常让我们听不明白，除了这个世界外，耶稣还要带我们去哪里呢？试想：这个世界教给我们的是什么？一份巨大的匮乏感。要不断地扩张权力以争取资源；要不断地累积财富才会避免不够；要学习好多技能才不会被淘汰；要知道许多知识才不会被控制；要得到很多的成就及认可才足以证明我够好和值得被爱。这些都有一个共通点，都是匮乏感在推动，都来自于害怕。耶稣明白匮乏感无法带来满足与喜乐，害怕无法带来平安，不安会带来紧张、竞争与冲突，因为不管累积再多永远都觉得不够。耶稣又说「我我此而生，我也为此而来到世界上，为给真理作证」。这些真理为我们指出一条不同于世界的永生之路，而真理就在祂的圣言中。「天主竟这样爱了世界，甚至赐下了自己的独生子……」(若三16)「你们不要忧虑……因为你们的天父原晓得你们需要这一切。」(玛六31-32)试想：有谁会甘愿为你牺牲而死？若不是因为爱，有谁会对你如此照顾周全？若不是因为爱，你愿意和耶稣一起死于世界的价值，同祂一起复活，活在天父爱的国度里吗？

今日读经反省

在祈祷中省察自己的匮乏感反映在哪些事物上，奉献并交托给天主。