



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。)

【今日聖言分享】

復活期第三周 星期一

宗 6:8-15

詠 119:23-24,26-27,29-30

若 6:22-29

23.04.2012 【耶穌就是生命的食糧！】

『你們不要為那可損壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌。(若 6：27)』



默想：主耶穌，面對世界經濟危機及不明朗的前景，我整天忙碌，好養活五口之家。天天都求天父賜我日用糧，心內仍有揮之不去的憂慮，有時，夜不能寐……。又眼見相識多年好教友(昔日高薪厚職)，因被裁員又遲遲找不到工作，弄致要看心理醫生、吃穩定情緒藥物……。又眼見香港有這麼多人，都生活在貧窮線下。主，請 祢教導我如何『不要為那可損壞(卻可活命)的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌。』？

主耶穌，在接着的靜默與無言的禱告中，慢慢浮現出相關『聖言』、神師及聖書的教導，啟發了我如何把可損壞的食糧和永生的食糧一以貫之……，就是：凡事相信、凡事盼望、凡事忍耐，本着公道、仁愛、良心，謙遜地克盡己職，不管職份高低，善用自己教友在俗的身份，在工作中(當然也包括在生活中、在教會團體中)服務他人，將工作及辛勞，藉着主基督、偕同基督、並在基督內，成為祭品呈獻給上

主，懇請上主收納。這樣，幾經辛勞換來那雖會朽壞的現世食糧，頓變成永生的食糧。然而，這還未臻完美，直至找到主！因為主耶穌說：『我就是生命的食糧；到我這裏來的，永不饑餓；信從我的，總不會渴。』(若 6：35)

我的祈禱： 主耶穌，請教我如何在追求現世食糧和永生食糧時，在基督內，一以貫之，轉化成為對永生的追求，毋須等到來世，善用有生之年，傳揚福音，拓展天國。亞孟！

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

___ 我願意成為<今日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
___ 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
___ 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____



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。)

【今日聖言分享】

復活期第三周 星期一

宗 6:8-15

詠 119:23-24,26-27,29-30

若 6:22-29

23.04.2012【耶穌就是生命的食糧！】

宗徒大事錄 6:8-15

斯德望充滿恩寵和德能，在百姓中顯大奇跡，行大徵兆。當時，有些稱為「自由人」會堂中的人，以及基勒乃和亞歷山大裏亞人的會堂的人，還有些屬基裏基雅和亞細亞會堂的人，起來同斯德望辯論；但是他們敵不住他的智慧，因為他是藉聖神說話。

於是他們便慫恿一些人，說：「我們聽見他說過褻瀆梅瑟和天主的話。」他們又煽動了百姓、長老和經師，一同跑來，捉住了他，解送到公議會。他們並設下假見證，說：「這人不斷地說反對聖地和法律的話，因為我們曾聽見他說：這個納匝肋人耶穌要毀滅這個地方，並要改革梅瑟給我們傳下的常例。」所有坐在公議會的人都注目看他，見他的面容好像天使的面容。

聖詠 119:23-24,26-27,29-30 天主的法律讚

23. 判官雖為反對我而開庭，你僕人仍然默思你的章程。

24. 因為你的誠命是我的歡喜，你的典章是卜謀士。

26. 我陳明我的行徑，你便垂聽了我；

27. 請指給我你約法的路徑，我要沉思你的奇妙工程。

29. 求你不要使我走錯誤的道路，求你賜我常遵守你的法度。

30. 我揀定了真理的途徑，我矢志服從你的諭令。

聖若望福音 6:22-29

那時候，留在海對岸的群眾，看見只有一隻小船留在那裏，也知道耶穌沒有同他的門徒一起上船，只有他的門徒走了——然而從提庇黎雅有別的小船來到了，靠近我主。祝謝後，人們吃餅的地方——當群眾一發覺耶穌和他的門徒都不在那裏時，他們便上了那些小船，往葛法翁找耶穌去了。當群眾在海對岸找著他時，就對他說：「辣彼！你什麼時候到了這裏？」

耶穌回答說：「我實實在在告訴你們：你們尋找我，並不是因為看到了神蹟，而是因為吃餅吃飽了。你們不要為那可損壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌，即人子所要賜給你們的，因為他是天主聖父所印證的。」他們問說：「我們該做什麼，才算做天主的事業呢？」耶穌回答說：「天主要你們所做的事業，就是要你們信從他所派遣來的。」

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

___ 我願意成為<今日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
___ 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
___ 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____