



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

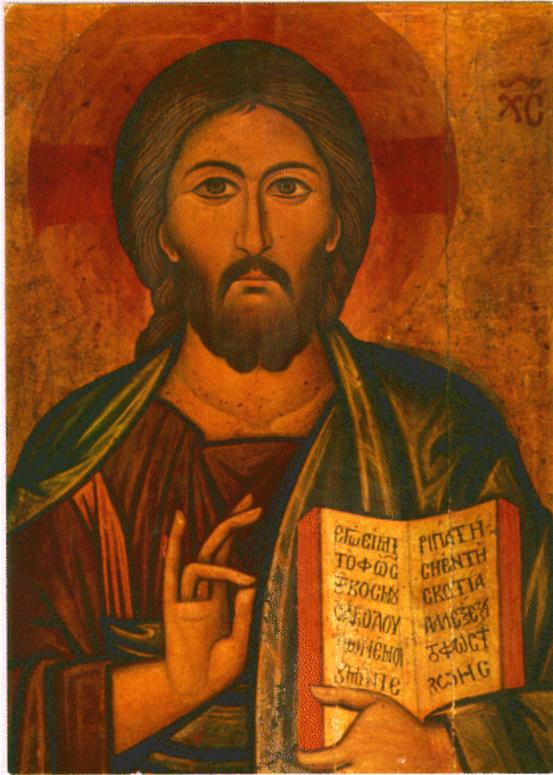
聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。)

【今日聖言分享】

復活期第三周 星期二
宗 7:51-8:1
詠 31:3-4,6,7,8,17,21
若 6:30-35

24.04.2012【耶穌就是生命的食糧！】

『我就是生命的食糧；到我這裏來的，永不會飢餓；信從我的，總不會渴。』若 6:35



默想：主耶穌，祢今日的聖言深奧難明！求天主聖神賜我明悟、開啓我心目，好能明白、領悟並堅信。

主耶穌，『我就是生命的食糧』是很難理解的；因為祢進一步解釋這話時說：『我實實在在告訴你們；你們若不吃人子的肉，不喝他的血，在你們內，便沒有生命。』這些言論，不單引起猶太人彼此爭論：「這人怎能把他的肉，賜給我們吃呢？」就連祢的門徒，有許多聽了都說：「這話生硬，誰能聽得下去？」

主耶穌，祢並沒有因此改口。結果是；祢的門徒中有許多離開了！主耶穌，祢甚至挑戰十二宗徒：「難道你們也願走？」……

主耶穌，我們信友真有福，因為可以跨越時空，看到祢的後着；就是在最後晚餐時，祢建立的聖體聖事(路 21：14-20)。我們這才恍然大悟！

在此，更要佩服當時宗徒們(除了出賣耶穌的猶達斯)無比的信德！西滿伯多祿代表宗徒們發信德、表心迹：「主！惟你有永生的話，我們去投奔誰呢？我們相信，而且已知道你是天主的聖者。」

我的祈禱：主耶穌，祢是『聖言』(若 1：1-5)，是我精神糧，祢的語言是我步履前的靈燈！(詠 119：105)

主耶穌，多謝祢賜給我們祢的聖體聖血，作我們生命的食糧；這樣，我們便住在祢內，祢也住在我們內。(若 6：55-56)

主耶穌，我相信祢，我渴望祢，我愛慕祢，從現今直到永遠！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

我願意成爲<今日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
 我願意成爲<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 星期二
宗 7:51-8:1
詠 31:3-4,6,7,8,17,21
若 6:30-35

24.04.2012【耶穌就是生命的食糧！】

宗徒大事錄 7:51-8:1

那時，斯德望對民眾、長老和經師說：「執拗和心耳未受割損的人啊！你們時常反抗聖神，你們的祖先怎樣，你們也怎樣。那一位先知，你們的祖先沒有迫害過？他們殺害了那些預言義人來臨的人，現在你們都成了那義人的出賣者和兇手。你們這些人接受了藉天使所傳布的法律，卻不遵守。」

他們一聽這些話，怒從心起，向他咬牙切齒。斯德望卻充滿了聖神，注目向天，看見天主的光榮，並看見耶穌站在天主右邊，遂說道：「看，我見天開了，並見人子站在天主右邊。」他們都大聲亂嚷，掩著自己的耳朵一致向他撲去，把他拉出城外，用石頭砸死了。證人脫下自己的衣服放在名叫掃祿的青年人腳前。當他們用石頭砸斯德望的時候，他祈求說：「主耶穌！接我的靈魂去吧！」遂屈膝跪下，大聲呼喊說：「主，不要向他們算這罪債！」說了這話，就死了。掃祿也讚同殺死他。

聖詠 31:3-4,6,7,8,17,21 苦中求救

03. 求你側你的耳聽我，速來救我：作我避難的磐石，獲救的城堡。
04. 因為因為你是我的磐石，我的城堡，為你的名，求你引導我指教我。
06. 我將我的靈魂託於你的掌握，上主，忠實的天主，你必拯救我。
07. 拜虛無偶像的人，你深惡痛絕。上主，然而我卻對你全心信賴。
08. 我要因你的慈愛喜樂歡暢，因為你曾俯視了我的慘狀，體會了我心靈所受的悲傷；
17. 求以你的慈容，光照你僕，求以你的仁慈把我救出。
21. 你將他們掩護在你儀容的影下，免遭世人的重創；又將他們隱藏在你帳幕的裏面，免遭口舌的中傷。

聖若望福音 6:30-35

那時候，群眾問耶穌說：「那麼，你行什麼神蹟給我們看，好叫我們信服你呢？你要行什麼事呢？我們的祖先在曠野裏吃過『瑪納』，正如經上所記載的：『他從天上賜給了他們食物吃。』」於是耶穌向他們說：「我實實在在告訴你們：並不是梅瑟賜給了你們那從天上來的食糧，而是我父現今賜給你們從天上來的真正的食糧。因為天主的食糧，是那由天降下，並賜給世界生命。」他們便說：「主！你就把這樣的食糧常常賜給我們吧！」耶穌回答說：「我就是生命的食糧；到我這裏來的，永不會饑餓；誰信我的，總不會渴。」

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：_____