



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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

【每日聖言分享】

戶 11:4-15

詠 81:12-13,14-15,

16-17

瑪 14:13-21

07.08.2017 【耶穌對他們動了憐憫的心】

耶穌卻對他們說：「他們不必去，你們給他們吃的罷！」瑪 (14:16)



默想：

每當我默想耶穌為有需要的人治病和行奇蹟時，我的心就被祂的愛和慈悲所吸引。在今天這經文中，耶穌在荒野看到徬徨無助的人群，就動了憐憫的心，醫治病人，邀請門徒去給群眾吃飽。

同樣，我們也像宗徒們一樣被邀請和派遣，去幫助別人認識天主，接近天主，延續基督的精神。當我們遇見有需要幫助的人時，我們會給予幫助；看見憂苦者時，我們給他們安慰的說話；遇到口渴飢餓的人時，我們給他們水和食物；我們會照顧病弱和其他兄弟姊妹。這時，復活的基督就能透過我們帶給他們平安、喜樂和力量。我們彼此互相支持鼓勵，共同邁向天國。

我的祈禱：

天父，求祢光照及指引我們，讓我們藉聖神的引導，祈禱和服務，使別人通過我們而認識天主。

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<每日聖言分享>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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

【每日聖言分享】

戶 11:4-15

詠 81:12-13,14-15,

16-17

瑪 14:13-21

07.08.2017 【耶穌對他們動了憐憫的心】

戶籍紀 11:4-15

以色列子民哭泣說：「誰給我們肉吃？我們記得：在埃及我們可隨便吃魚，還有胡瓜、西瓜、韭菜、蔥和蒜。現在我們的心靈憔悴，我們眼見的除「瑪納」外，什麼也沒有。」「瑪納」形似胡荽種子，色彩有如珍珠。人民四散收集，用磨研細，或在臼內搗碎，在鍋內煮了做成餅，它的滋味有如油餅的滋味。夜間露水降在營上時，也降下「瑪納」。

梅瑟聽見百姓家家戶戶，各在帳棚門口悲哭。上主非常忿怒，梅瑟見了也很難受，遂對上主說：「你為什麼難為你的僕人？為什麼我在你眼中不蒙寵幸，竟將管理這百姓的擔子全放在我身上？莫非是我懷孕了這百姓，或是我生了他們，你竟對我說：你要懷抱他們，如同裸母懷抱乳兒，直到進入你對他們的祖先所誓許的地方？我從那裏拿肉給這百姓吃？因為他們向我哭訴說：給我們肉吃！我獨自不能抱著這百姓，這為我太重。若你願這樣對待我，如果我在你眼中得寵，求你殺了我吧！免得我受這苦楚。」

聖詠 81:12-13,14-15,16-17 慶節的歌詠

12. 我的百姓沒有聽我的呼聲，以色列人也沒有服從我的命令。
13. 因此，我就任憑他們的心靈頑硬，讓他們隨自己的私意而行。
14. 如果我的百姓聽了我的命令，以色列人隨從我的道路而行，
15. 我立刻就會壓迫他們的敵人，轉過手打擊難為他們的仇人。
16. 仇恨上主的人必來向他歸順，仇人的厄運從此要永久常存。
17. 但我要以麥子的精華養育選民，以石中的蜂蜜使他們得到飽飫。

聖瑪竇福音 14:13-21

耶穌一聽若翰的死訊，就從那裏上船，私下退到荒野地方；群眾聽說了，就從各城裏步行跟了他去。他一下船，看見一大夥群眾，便對他動了憐憫的心，治好了他們的病人。到了傍晚，門徒到他跟前說：「這地方是荒野，時候已不早了，請你遣散群眾吧！叫他們各自到村莊去買食物。」耶穌卻對他們說：「他們不必去，你們給他們吃的吧！」門徒對他說：「我們這裏什麼也沒有，只有五個餅和兩條魚。」耶穌說：「你們給我拿到這裏來！」遂又吩咐群眾坐在草地上，然後拿起那五個餅和兩條魚，望天祝福了；把餅擘開，遞給門徒，門徒再分給群眾。眾人吃了，也都飽了；然後他們把剩餘的碎塊收了滿滿十二籃。吃的人數，除了婦女和小孩子外，約有五千。

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<每日聖言分享>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：_____