



讀聖書、做默想是我們的精神食糧

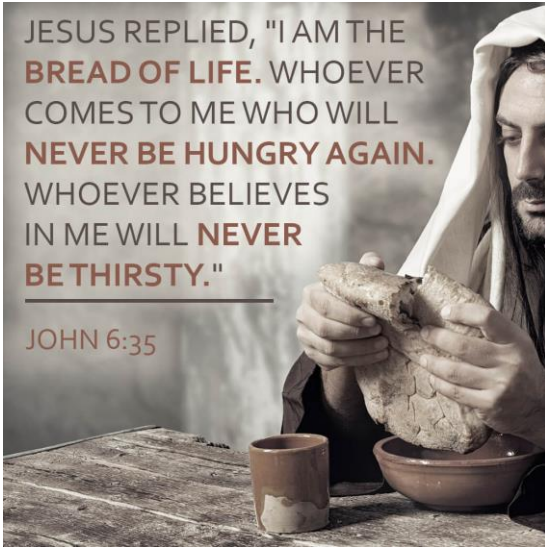
聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

【每日聖言分享】

宗 6:8-15
詠 119:23-24,
26-27, 29-30
若 6:22-29

27.04.2020 【要為永生的食糧而勞碌】

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：

今天福音的前段，群眾在尋找耶穌。他們是為了從耶穌那裡得到餅吃嗎？或是想再次看到奇蹟？這段福音提醒我們要反省自己與天主的關係。我為什麼仍跟隨耶穌？我信耶穌到底是為了什麼？是為了找到平安、祝福嗎？是被祂的生命和真理吸引嗎？還是還有其它的原因？每個人都有自己的答案，而很多時候我們心態也和群眾一樣，忙碌的追求物質的「食糧」。但是，今天耶穌要告訴我們：「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。」

神跡和感官的滿足都會損壞，會淡化，但祂賜給我們的永生食糧卻不會。耶穌賜給我們的永生食糧就是祂自己——「我就是生命的食糧，到我這裡來的，永不會飢餓；信從我的總不會渴」（若 6:35）。有了耶穌，我們不會飢渴，不是因為祂給我們所有面對生活所需要的資源，而是因為祂的愛和陪伴，陪伴我們走生命旅程中的每一步，讓我們成長。

我們有沒有花時間、精力「為那存留到永生的食糧勞碌」？我們有沒有減少對物質的追求，活好耶穌賞賜的新生命，提升靈性生命的層次？

我的祈禱：

主耶穌，求祢補足我們的無信，並讓我們在聖言中得到轉化和滋養。求祢讓我們渴望祢、了解祢多一點，提升靈性生命的層次 改善自己不足的地方。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<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

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】

宗 6:8-15
詠 119:23-24,
26-27, 29-30
若 6:22-29

27.04.2020 【要為永生的食糧而勞碌】

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 上主的法律

- 23. 上主，判官雖為反對我而開庭，你僕人仍默思你的章程，
- 24. 因為你的誠命是我的喜樂，你的典章是我的謀士。
- 26. 我陳明我的行徑，你便垂聽了我，今再懇求你用你的章程教訓我；
- 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，求你恩賜我常遵守你的法度。
- 30. 我選定了真理的途徑，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<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

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____