



## 【每日聖言分享】

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。)



16.2.2021 【與主契合不只靠餅】

「為什麼你們議論沒有餅了？」(谷)

創 6:5-8;7:1-5,10  
詠 29:1,2,3-4,3,9-10  
谷 8:14-21



### 默想：

門徒擔心沒有帶餅。這是來自正常的生活經驗。沒有餅會餓，很辛苦的。曾經參加饑饉三十的活動，自己身體並不強壯，三十小時沒吃東西下來，不單肚餓，更會頭痛，專注力下降。可是，福音中的門徒想不起，他們剛剛才遇到一個奇妙的經驗，就是他們的師傅耶穌，以幾塊餅幾條魚，讓幾千人吃飽了(谷 8:1-9)。而這位師傅就在他們身邊。正在心底笑門徒太笨的時候。忽然想起，自己何嘗不是也因沒有「餅」而擔憂。

過去這一年來因疫情關係，一大段時間聖堂不能舉行公開彌撒。在最近的定期教堂送聖體安排之前，許多虔誠的教友都有一個煩惱，就是未能時常實領聖體。領聖體是我們信仰生活重要的經驗，藉此聖事支取生活的力量。沒能領聖體，就好像與主有了距離。

想深一層，真是這樣嗎？天主知道人的有限，建立聖體聖事，藉餅酒的標記，給予我們精神的食糧、無形的恩寵。可以說，領聖體是一個最明顯，最直接與主耶穌合而為一的標記。然而我們相信的是一位超越一切、慈愛無量的天主。我想只要我們願意，祂必與我們同在。不過我們對天主需要比平常的日子更有信德，更有望德、更有愛德。神領聖體就是透過我們對主的愛和渴望，邀請主耶穌來到我們心中：「...既然我現在不能實領祢，請賞我至少神領祢的恩典吧！我擁抱祢，完全與祢結合，像祢實在到了我心中一樣。別讓我再與祢分離！」(神領聖體經文)這美妙的經文中包含了極大的信德。除此之外，我也相信當我們懷著信德讀聖言和祈禱的時候，主便臨在我們當中，滋養我們的心靈。現在有了定期在教堂送聖體的安排，問題好像解決了。不過沒有實領聖體的日子和感受仍然值得牢牢記著。與主契合的關鍵在於信賴祂，依靠祂。

### 我的祈禱：

主耶穌，請堅固我的信德，助我在這個特別的時期，能更加信賴祢，依靠祢，並藉著靈修和教會的服務，可以繼續與祢共融合一，在生活中感受到祢的陪伴。

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](mailto: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：\_\_\_\_\_



## 【每日聖言分享】

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。)



### 16.2.2021 【與主契合不只靠餅】

「為什麼你們議論沒有餅了？」(谷)

創 6:5-8;7:1-5,10  
詠 29:1,2,3-4,3,9-10  
谷 8:14-21

#### 創世紀 6:5-8;7:1-5,10

上主見人在地上的罪惡重大，人心天天所思念的無非是邪惡；上主遂後悔在地上造了人，心中很是悲痛。上主於是說：「我要將我所造的人，連人帶野獸、爬蟲和天空的飛鳥，都由地面上消滅，因為我後悔造了他們。」惟有諾厄在上主眼中蒙受恩愛。

上主對諾厄說：「你和你全家進入方舟，因為在這一世代，我看只有你在我面前正義。由一切潔淨牲畜中，各取公母七對；由那些不潔淨的牲畜中，各取公母一對；由天空的飛鳥中，也各取公母七對；好在全地面上傳種。因為還有七天，我要在地上降雨四十天四十夜，消滅我在地面上所造的一切生物。」諾厄全照上主吩咐他的做了。七天一過，洪水就在地上氾濫。——上主的話。

#### 聖詠 29:1,2,3-4,3,9-10

1,2. 天主的眾子，請讚美上主，請將主名的榮耀，歸於上主，穿上聖潔的華服，朝拜上主。

3-4. 上主的聲音響徹水面，上主臨到澎湃的水面。上主的聲音具有威權，上主的聲音具有莊嚴。

9-10. 天主雷鳴在顯示莊嚴，凡在他殿中的都齊聲高呼：「光榮。」上主坐在洪水之上，上主永遠高坐為王。

#### 聖馬爾谷福音 8:14-21

那時候，門徒忘了帶餅，在船上除了一個餅外，隨身沒有帶別的食物。耶穌囑咐他們說：「你們應當謹慎，提防法利塞人的酵母和黑落德的酵母。」他們彼此議論：他們沒有餅了。耶穌看出來了，就對他們說：「為什麼你們議論沒有餅了？你們還不明白，還不瞭解嗎？你們的心仍然遲鈍嗎？你們有眼看不見，有耳聽不見嗎？你們不記得：當我曾擘開五個餅給五千人的時候，你們收滿了幾筐碎塊？」他們回答說：「十二筐。」「還有，七個餅給四千人的時候，你們收滿了幾籃碎塊？」他們回答說：「七籃。」於是耶穌對他們說：「你們還不瞭解嗎？」——上主的話。

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](mailto: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：\_\_\_\_\_