



【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。)



2022.04.05 【埋怨】

『為什麼領我們由埃及上來死在曠野？這裏沒有糧食，又沒有水，我們對這輕淡的食物已感厭惡。』(戶 21:5)

戶 21:4-9

詠 102:2-3,16-18,19-21

若 8:21-30



默想：

以色列子民由梅瑟帶領離開埃及——一個他們作奴隸的地方，之後在曠野流落，可是他們卻三番四次向梅瑟埋怨。今天的讀經，我們又看到以色列子民向梅瑟抱怨了，因為曠野裏沒有糧食及水源，天主給他們降下瑪納，每日可收集來食用，但他們卻認為這是輕淡的食物，感到厭惡。他們已不是第一次說厭惡這些天主所賜的食物了，正確來說，他們應該是不把這些當是糧食，他們常常懷念在埃及可以隨便吃到的食物，有魚、胡瓜、西瓜、萆菜、葱、蒜、無花果、葡萄、石榴(戶 11:5 及 20:5)，更試過在曠野因為捕捉鶴鶉來吃而遭天主降災懲罰(戶 11:31-34)。

以民這麼喜歡緬懷過去在埃及的日子，因為他們以為離開埃及後的生活會較好，但當現實不似預期，便心感後悔，寧願過以前在埃及為奴為婢，也不想過現在沒有溫飽的日子，於是不斷向領他們離開埃及的梅瑟埋怨這、埋怨那，更將責任推卸給梅瑟。我們可能也有這樣的經驗，當現在的狀況有不如意時，便常常懷念昔日的美好生活，將兩者拿來比較，後悔當初的選擇及決定。越是回憶昔日的好，越會覺得現在的有多糟糕，形成惡性循環，更可能將相關人士扯上關係，說「早知就不聽你說的去做」等等晦氣說話。可是，時間不能逆轉，我們不可能回到過去，與其花時間埋怨、懊悔不能改變的事實，倒不如把握現在，積極面對人生，發放正能量，去影響身邊的人吧！

我的祈禱：

仁慈的天父，感謝祢賜給我現在所擁有的一切，願我能減少對任何事情作出埋怨，以樂觀積極的態度去生活。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。)



戶籍紀 21:4-9

(凡是被咬的，一瞻仰火蛇，必得生存。)

以色列人由曷爾山沿紅海的路起程出發，繞過厄東地；在路上人民已不耐煩，抱怨天主和梅瑟說：「你們為什麼領我們由埃及上來死在曠野？這裏沒有糧食，又沒有水，我們對這輕淡的食物已感厭惡。」上主遂打發火蛇到人民中來，咬死了許多以色列人。人民於是來到梅瑟前說：「我們犯了罪，抱怨了上主和你；請你轉求上主，給我們趕走這些蛇。」梅瑟遂為人民轉求。上主對梅瑟說：「你做一條火蛇，懸在木竿上；凡是被咬的，一瞻仰牠，必得生存。」梅瑟遂做了一條銅蛇，懸在木竿上；那被蛇咬了的人，一瞻仰銅蛇，就保存了生命。——上主的話。

聖詠 102:2-3,16-18,19-21

2-3. 上主，求你俯允我的祈求，願我的呼聲上達於你！在我蒙難的時日，求你不要掩面迴避我，我呼號你時，求你側耳聽我，迅速俯允我。

16-18. 上主，萬民必敬畏你的聖名，普世列王必敬畏你的光榮。因為上主必定重建熙雍，且要顯現於自己的光榮中。他必垂顧窮苦人的祈禱，也決不拒絕他們的哀號。

19-21. 讓我將此寫出流傳給後世，叫新生的人民讚美上主。因上主由至高聖所俯視，由高天之上垂顧人間世，為傾聽俘虜的哀嘆，為釋放待斃的囚犯。

聖若望福音 8:21-30

(當你們高舉人子以後，你們便知道我是那一位。)

那時，耶穌向法利塞人說：「我去了，你們要尋找我，你們必要死在你們的罪惡中；我所去的地方，你們不能去。」猶太人便說：「他說：我所去的地方，你們不能去；莫非他要自殺嗎？」耶穌向他們說：「你們是出於下，我卻是出於上；你們是出於這個世界，我卻不是出於這個世界。因此，我對你們說過：你們要死在你們的罪惡中。的確，你們若不相信我就是那一位，你們必要死在你們的罪惡中。」於是，他們問耶穌說：「你到底是誰？」耶穌回答他們說：「難道從起初我沒有對你們講論過嗎？對你們我有許多事要說，要譴責；但是派遣我來者是真實的；我由他聽來的，我就講給世界聽。」他們不明白他是在給他們講論父。耶穌遂說：「當你們高舉了人子以後，你們便知道我就是那一位。我由我自己不作什麼；我所講論的，都是依照父所教訓我的。派遣我來者與我在一起，他沒有留下我獨自一個，因為我常作他所喜悅的事。」當耶穌講論這些話時，許多人便信了他。——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 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：_____