



【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。)



2023.02.11 【糧食危機】

你必須汗流滿面，才有飯吃，直到你歸於土中，因為你是由土來的；你既是灰土，你還要歸於灰土。〔創 3:19〕

創 3:9-24

詠 90:2,3-4,5-6,12-13

谷 8:1-10



默想：

生活於繁榮都市，我們可能從沒害怕飢荒，甚至已忘記在世界上，仍有人生活於飢餓之中。但根據綠色和平的報告，在 2020 至 2022 年，世界各地的天災，包括高溫、洪水和乾旱，嚴重損害了糧食的供應。而且，由於俄羅斯和烏克蘭是世界上兩大糧食出口地，佔全球小麥貿易 30%、大麥 32%、玉米 17%，俄烏戰爭擾亂了糧食供應鏈，令糧食價格上漲，全球飢餓及營養不良問題惡化。耶穌說：「我餓了，你們給了我吃。」(瑪 25:35) 我們有沒有盡基督徒的責任呢？

教宗本篤十六世在《納匝肋人耶穌》一書中指出，當我們唸天主經「求祢今天賞給我們日用的食糧」時，既然說「我們」，就不只為自己祈求，也為所有人祈求。那麼，如果我們不只擁有一天的糧食，就應該與別人分享了。人生活不只靠餅，也靠天主口中所發的一切言語。〔瑪 4:4〕除了滿足身體的需要，我們更要祈求天上的食糧，也要為他人祈求，願他們都與耶穌基督共融。

科技發展一日千里，人可能以神自居，以為可以全由自己支配世界的發展，並解決飢餓的問題。可惜事實證明，富裕國家的經濟發展不會消除世界的貧窮和飢餓，只會令貧富懸殊更加嚴重。不斷全球化的社會使人變得更接近，卻沒有使我們成為兄弟，幫助飢餓的人。兄弟之情的源頭是天主。只有謙虛地明白我們只是灰土，聽從天主聖言，才能改變人心，為全世界的人提供足夠的食糧。

我的祈禱：

主，求祢光照我們，促進公益，切實地愛我們的近人。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓

網址：<https://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。)



創世紀 3:9-24

(上主天主把亞當趕出伊甸樂園，叫他耕種土地。)

亞當吃了樹上的果子以後，上主天主呼喚他對他說：「你在那裏？」他答說：「我在樂園中聽到了你的聲音，就害怕起來，因為我赤身露體，遂躲藏了。」天主說：「誰告訴了你，赤身露體？莫非你吃了我禁止你吃的果子？」亞當說：「是你給我作伴的那個女人給了我那樹上的果子，我才吃了。」上主天主遂對女人說：「你為什麼作了這事？」女人答說：「是蛇哄騙了我，我才吃了。」上主天主對蛇說：「因你做了這事，你在一切畜牲和野獸中，是可咒罵的；你要用肚子爬行，畢生日日吃土。我要把仇恨放在你和女人，你的後裔和她的後裔之間，她的後裔要踏碎你的頭顱，你要傷害他的腳跟。」然後對女人說：「我要增加你懷孕的苦楚，在痛苦中生子；你要依戀你的丈夫，也要受他的管轄。」後對亞當說：「因為你聽了你妻子的話，吃了我禁止你吃的果子，為了你的緣故，地成了可咒罵的；你一生日日勞苦才能得到吃食。地要給你生出荊棘和蒺藜，你要吃田間的蔬菜；你必須汗流滿面，才有飯吃，直到你歸於土中，因為你是由土來的；你既是灰土，你還要歸於灰土。」亞當給自己的妻子起名叫厄娃，因為她是眾生的母親。上主天主為亞當和他的妻子做了件皮衣，給他們穿上；然後上主天主說：「看，人已相似我們中的一個，知道了善惡；如今不要讓他伸手再摘取生命樹上的果子，吃了活到永遠。」上主天主遂把他趕出伊甸樂園，叫他耕種他所由出的土地。天主將亞當逐出了以後，就在伊甸樂園的東面，派了「革魯賓」和刀光四射的火劍，防守到生命樹去的路。——上主的話。

聖詠 90:2,3-4,5-6,12-13

【答】：主，從永遠到永遠，你作了我們的靠山。

群山尚未形成，大地寰球尚未生出，從永遠直到永遠，你就已經是天主。【答】

你命世人們仍歸灰塵，說：歸來，亞當的子孫們！因為千年在你的眼前，好像是剛過去的昨天，好像夜裏的一更時間。【答】

你消除他們，使他們有如清晨一覺，又使他們有如剛出生的嫩苗青草，早晨雖然旺盛繁茂，傍晚割去即形枯槁。【答】

求你教導我們詳數年歲，使我們達到內心的智慧。上主，求你歸來，尚待何時？求你快來憐恤你的僕役！【答】

聖馬爾谷福音 8:1-10

(眾人都吃飽了。)

在那些日子，有一大群人，沒有什麼吃的了。耶穌叫過門徒來，給他們說：「我很憐憫這批群眾，因為他們同我在一起已經三天，也沒有什麼可吃的了。我若遣散他們空著肚子各自回家，他們必要在路上暈倒；況且他們中還有些是從遠處來的。」門徒回答說：「在這荒野裏，人從那裏能得餅，使這些人吃飽呢？」耶穌問他們說：「你們有多少餅？」他們說：「七個。」耶穌就吩咐群眾坐在地上，拿起那七個餅來，祝謝了，擘開，遞給他的門徒，叫他們分開；他們就給群眾分開。又有幾條小魚，耶穌祝福後，也吩咐把這些小魚分開。人都吃飽了，把剩下來的碎塊收集了七籃子。人數約有四千；然後耶穌遣散了他們，即刻同門徒上船，來到了達瑪奴達境內。——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：<https://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：_____