



## 【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。)



### 2023.04.26 【至聖體血】

耶穌回答說：「我就是生命的食糧。」(若 6:35)

宗 8:1-8

詠 66:1-3,4-5,6-7

若 6:35-40



#### 默想：

食物是維持身體的主要來源，身體缺乏了食物和水糧等等營養，生命也無法生存。生存在這世上的萬物都是需要飲食去維持生命和生活。

耶穌說「我就是生命的食糧」，耶穌把自己比喻成我們維持身體持續生命生存下去的食糧。耶穌不是比喻，耶穌是講出了一個事實，甚至是一種承諾。我們能夠在彌撒聖祭中所領受的不就是主的血和肉嗎？

耶穌活現了這份承諾，但是人的生存和食物之間是連結了一種「需要」，我們感到飢餓和口渴的時候便會感到「需要」食物，甚至我們會追求養生，在需要飲食過程裡會渴望想變得更健康，更好。值得我們反省的是，我有為領受基督的體血而感到「需要領受主的體血」嗎？我們有追求領受基督體血，生命在主內變得更健康，更豐盛嗎？

#### 我的祈禱：

主耶穌，祢就是我們的生命泉源，是我們生命中最不可缺乏的神聖食糧。願聖神充滿我們整個生命，在生活裡時時都渴望，需要領受祢至聖的體血。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：<https://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。)



### 宗徒大事錄 8:1-8

(那些逃散的人走遍各處，宣講天主的喜訊。)

就在斯德望死於亂石下的那一日，發生了嚴厲迫害耶路撒冷教會的事；除宗徒外，眾人都逃散到猶太和撒瑪黎雅鄉間。虔誠的人共同埋葬了斯德望，也為他大哭了一場。掃祿想摧毀教會，進入各家，連男帶女都拉去，押到監裏。

那些逃散的人經過各處，宣講真道的喜訊。斐理伯下到撒瑪黎雅城，給他們宣講基督。群眾都留意斐理伯所講的話，都同心合意地聽教，並看到了他所行的奇蹟；因為有許多附了邪魔的人，邪魔從他們身上大聲喊叫著出去了。有許多癱子和瘸子也被治好了。為此，那城裏的人皆大歡喜。——上主的話。

### 聖詠 66:1-3,4-5,6-7

【答】：普世大地，請向天主歡呼。

普世的大地廣土，請你們向天主歡呼！請歌頌他聖名的光榮，請獻給他輝煌的讚頌。請你們向天主說：「你的作為是何等驚人！」【答】

普世都要朝拜你，向你歌頌，全球也都要歌頌你的聖名，請你們前來觀看天主的作為，他對世人所作的事實在可奇。【答】

他曾經使海洋乾涸，使人徒步走過江河，叫我們因他而喜樂。他以自己的大能，永遠統治著萬邦。【答】

### 聖若望福音 6:35-40

(這是父的旨意，凡看見子的，必獲得永生。)

那時，耶穌回答群眾說：「我就是生命的食糧；到我這裏來的，永不會饑餓；信從我的，總不會渴。但是，我向你們說過：你們看見了我，仍然不信。凡父交給我的，必到我這裏來；而到我這裏來的，我必不把他拋棄於外，因為我從天降下，不是為執行我的旨意，而是為執行派遣我來者的旨意。派遣我來者的旨意就是：凡他交給我的，叫我連一個也不失掉，而且在末日還要使他復活，因為這是我父的旨意：凡看見子，並信從子的，必獲得永生；並且在末日，我要使他復活。」——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](mailto:bonfire@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

- |                                                      |
|------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。 |
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。    |
| <input type="checkbox"/> 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：\_\_\_\_\_