

7 月 23 日（三）聖言祈禱

本週聖言回顧

透過主日福音（路 10: 38-42），耶穌在馬大的忙碌與馬利亞的安坐之間，呼喚我們先在祂腳前聆聽那更好的部分。這一週的靈修照出我們對靜默聆聽的抵擋、對順服呼召的猶豫，以及對真理供應的懷疑，上主的話語提醒我們卸下勞苦愁煩，以一顆孩子般的單純信心，坐在主腳前，領受那超越理解的餵養。

Oratio | 祈禱

以詩篇祈禱——詩篇 119: 97-104

以詩歌祈禱——基督，世界的光（泰澤頌讚詩歌 78 首）

今日經課

- 申命記 12: 1-12
- 約翰福音 6: 41-51

經文焦點

詩篇中，詩人因愛慕神的律法而日夜默想，體會話語的甘美；申命記警戒百姓不可效法外邦的敬拜模式，只在耶和華所揀選之地獻上清潔的祭；福音裡，耶穌自稱從天而降的生命之糧，呼召我們信靠並領受。這三段經文交織出我們對話語的渴慕、對真實敬拜的挑戰，以及對耶穌生命之糧的信心試探。

Meditatio | 默想

1. 先仔細誦讀三段經課，找出一句最觸動你心的話。
2. 反覆默讀、手抄，並在心中與主對話：
 - 這句話為何對我特別有力？
 - 它提醒我在敬拜或信靠上存在哪些慣性？
 - 上主今天要我如何回應這個真理？

默想紀錄：

Tentatio | 生活中的試探（挑戰）

請帶著剛才的默想，面對以下挑戰：

1. 我以為的正確是真的正確嗎？上帝的正確被我放在哪裡？
2. 在生命困境或疑惑時，我是否會質疑耶穌作生命之糧的應許，而轉向其他安慰？

試探中的禱告

主耶穌，求你使我不再被舊有模式或人心觀念綑綁，而甘心向你獻上敬拜；求你使我在飢渴中相信你是真糧，並每天從你而得新生命。阿們。