



西門町のラヴェルナ

La Verna  
in Saimoncho

Next : 唱1

# 西門町的拉維納

為環保，不用手拿蠟燭 | 請關燈

2009年七月

主題：今日與我日月之糧



## 1 [ 吟詠 ] 曲 : 偶文琦

4/4 KEY=C

C E F C  
 | 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am Em F G  
 | 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C E F C  
 | 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現 祂屬 神的事工

Am Em Dm7 G  
 | 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 |

如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生 成



C                    Em                    Am                    /G  
 | 1 5 3 5 | 5 5 5 5 3 6 | 6 3 3 - - | - 0 0 6 5 |

人主耶穌 祢的體血聖 事 是與

F                    G                    C                    C7  
 | 1 1 - - 6 5 | 5 5 3 4 | 3 - - - | 0 0 0 0 |

我們 同在 明顯事 實

F                    G                    Em                    A  
 | 0 5 3 5 | 5 5 5 - 3 | 6 - - 3 2 | 3 - - 0 5 |


因為祢 不但 活 在 我 內 也

Dm7                    G                    C  
 | 3 2 1 - - | 0 3 6 1 | 1 - - - | 0 0 0 0

生活在 我們中 間



## 1 [ 吟詠 ]



C                    E                    F                    C

| 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am                    Em                    F                    G

| 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C                    E                    F                    C

| 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現祂屬 神的事工

Am                    Em                    Dm7                    G                    C

| 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 | 1 - - - <sup>2</sup> |

如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生成 人

## 2 [ 吟詠 ] 曲 : 洪偉智

3/4 KEY=D

D G D G D G

| 3 - 2·3 | 4 3 1 | 1 - - | 0 0 0 | 3 - 3 | 4 <sup>^</sup>3 4 |

當 我 們 體 認 基 督 活 在 我 們

F#m G A F#m Bm7

| 5 - - | 0 3 5 | 6 6 6 | 2 3 4 | 5 - 5 | 1 0 2·3 |

內 也 知 道 祂 在 我 們 中 間 我 們 在 祂

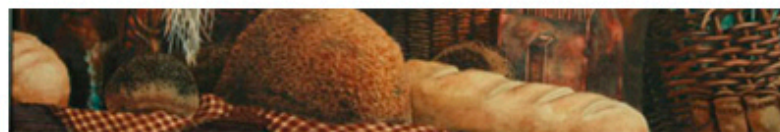
Em A D D7 G A

| 4 4 3 | 2 1 2 | 3 - - | 0 0·2 2 3 | 4 4 3 | 2 1 2

內 成 為 一 個 身 體 為 祂 與 世 界 同 在 作 見

D

| 1 - - | 0 0 0 |



證

*Fine*

# 3 [ 吟詠 ] 曲 : 伍允恒

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祂的愛，及祂所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祂是祢的愛子，我們的日用糧。





# 西門町的拉維納

## in Saimoncho

再次歡迎  
來到由方濟會及FMM  
主辦的祈禱會  
一：聖言生活、  
二：方濟精神、  
三：祈禱心聲

西門町的拉維納

## 〔提要〕

- 領：過去半年，我們的祈禱會都是以天主經為主題。還記得天主經上半部的內容嗎？



## 〔提要〕

- 答：記得！經文的第一部份是指向天主：天父的「天」是指祂的超越，天父的「父」是指祂的親近；天父常要受到讚頌及光榮的，祂的國將來臨，在我們中間成為歷史，最後以實行天主的旨意為高峰。



## 〔提要〕



- 領：你們知道「天主經」的轉捩點是什麼嗎？
- 答：是「我等望爾今日與我，我日用糧」。
- 領：白話文是什麼？
- 答：「求你今天賞給我們日用的食糧」。

## 〔提要〕

- 領：在天主經的第二部份裡，你們注意到什麼？
- 答：是地上及人類和其需要：為生活所需要的「麵包」、同伴關係遭到破壞的寬恕、抵抗誘惑力量的增強、以及免陷於邪惡中。



## 〔提要〕

- 領：所以第一部份的祈禱，關切的是天主；第二部份，關切的是人類。二者都包括在這祈禱文裡。



## 〔提要〕

- 答：當然！天主經的第二部份說明人類最基本的、身體上的及社會性的具體需要一但遭受到威脅；它不但是與人類有關，天主也在這關切之內。



## 〔提要〕

- 領：垂直性說到天主，以及水平性地說到人類，二者間沒有任何衝突，都是祈禱的內容。



## 〔提要〕

- 答：物質與精神、人類與天主的結合；同時組成了自降生奧蹟所發出來的力量。我們才沒有為這種結合的情況感到驚訝；因為最為崇高的，如今具體在地上出現。



## 〔提要〕

- 領：所以，今天的祈禱會主題是天主經第二部份的開始：「求你今天賞給我們日用的食糧」。



## 開端禱文



- 眾：T 因父、及子、及聖神之名。阿們。
- 至聖的主耶穌基督，我們在這裡，並在普世的聖堂內，朝拜你，讚頌你，因為你以十字聖架救贖了普世。

## 1 [ 吟詠 ]

4/4 KEY=C

C E F C  
 | 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am Em F G  
 | 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C E F C  
 | 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現 祂屬 神的事工

Am Em Dm7 G  
 | 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 |

如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生 成



C                    Em                    Am                    /G  
 | 1 5 3 5 | 5 5 5 5 3 6 | 6 3 3 - - | - 0 0 6 5 |

人主耶穌 祢的體血聖 事 是與

F                    G                    C                    C7  
 | 1 1 - - 6 5 | 5 5 3 4 | 3 - - - | 0 0 0 0 |

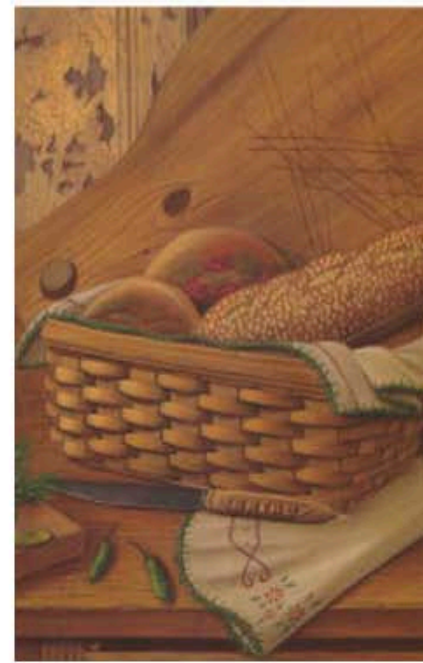
我們 同在 明顯事 實

F                    G                    Em                    A  
 | 0 5 3 5 | 5 5 5 - 3 | 6 - - 3 2 | 3 - - 0 5 |


因為祢 不但 活 在 我 內 也

Dm7                    G                    C  
 | 3 2 1 - - | 0 3 6 1 | 1 - - - | 0 0 0 0

生活在 我們中 間



## 1 [ 吟詠 ]



C                    E                    F                    C

| 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am                    Em                    F                    G

| 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C                    E                    F                    C

| 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現 祂屬 神的事工

Am                    Em                    Dm7                    G                    C

| 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 | 1 - - - |

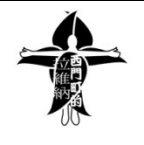
如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生 成 人

Next : 讀經

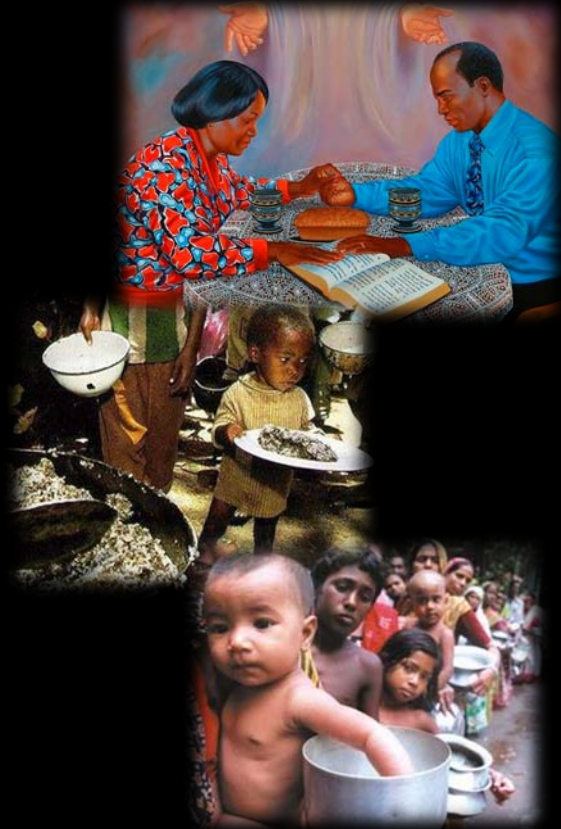


# 第一部份： 聖言生活

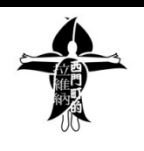
( 若6：26-40 )



# 〔聖言〕 「生命之糧的言論」



- 讀經員二：恭讀聖若望福音有關耶穌基督「生命之糧的言論」
- 眾：主，願光榮歸於你！



# 〔聖言〕若六26-40

## 生命之糧的言論

- **讀經員二**：耶穌說：「我實實在在告訴你們：你們尋找我，並不是因為看到了神跡，而是因為吃餅吃飽了。」



# 〔聖言〕若六26-40

## 生命之糧的言論

- 讀經員一：「你們不要為那可損壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌，即人子所要賜給你們的，因為他是天主聖父所印證的。」



# 〔聖言〕若六26-40

## 生命之糧的言論

- **讀經員二**：他們問說：「我們該做什麼，才算做天主的事業呢？」耶穌回答說：「天主要你們所做的事業，就是要你們信從他所派遣來的。」



# 〔聖言〕若六26-40

## 生命之糧的言論

- 讀經員一：他們又說：「那麼，你行什麼神跡給我們看，好叫我們信服你呢？你要行什麼事呢？我們的祖先在曠野裡吃過「瑪納」，正如經上所記載的：『他從天上賜給了他們食物吃。』」



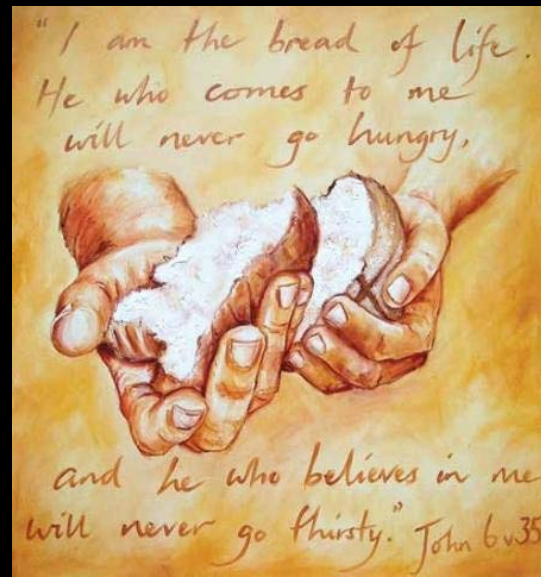
## 〔聖言〕若六26-40 生命之糧的言論

- **讀經員二**：於是耶穌向他們說：「我實實在在告訴你們：並不是梅瑟賜給了你們那從天上來的食糧，而是我父現今賜給你們從天上來的真正的食糧，因為天主的食糧，是那由天降下，並賜給世界生命的。」



## 〔聖言〕 若六26-40 生命之糧的言論

- 讀經員一：他們便說：「主！你就把這樣的食糧常常賜給我們罷！」耶穌回答說：「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。



## 〔聖言〕若六26-40 生命之糧的言論

- **讀經員二**：「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。」



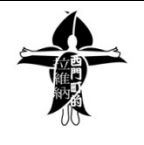
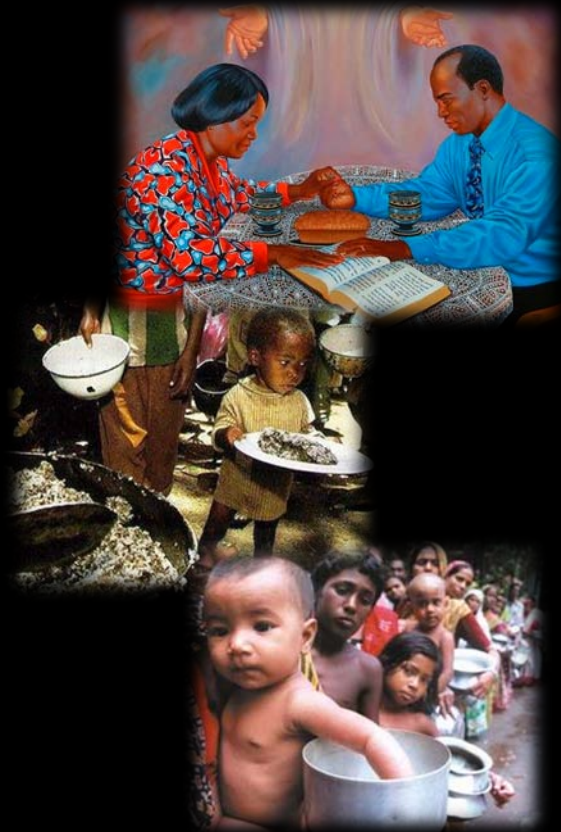
## 〔聖言〕若六26-40 生命之糧的言論

- 讀經員一：「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。」



# 〔聖言〕若六26-40

- 讀經員二：上主聖言。
- 眾：基督，我們讚美你！



# 2 [ 吟詠 ]

3/4 KEY=D

D G D G D G

| 3 - 2·3 | 4 3 1 | 1 - - | 0 0 0 | 3 - 3 | 4 <sup>^</sup> 3 4 |

當 我 們 體 認 基 督 活 在 我 們

F#m G A F#m Bm7

| 5 - - | 0 3 5 | 6 6 6 | 2 3 4 | 5 - 5 | 1 0 2·3 |

內 也 知 道 祂 在 我 們 中 間 我 們 在 祂

Em A D D7 G A

| 4 4 3 | 2 1 2 | 3 - - | 0 0·2 2 3 | 4 4 3 | 2 1 2

內 成 為 一 個 身 體 為 祂 與 世 界 同 在 作 見

D

| 1 - - | 0 0 0 |



證

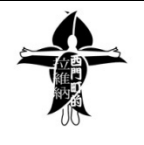
*Fine*

Next : 讀經



# 聖言重溫

(若六26-40)



# 〔聖言〕若六26-40

## 生命之糧的言論

- 讀經員二：耶穌說：
- 男：「我實實在在告訴你們：你們尋找我，並不是因為看到了神跡，而是因為吃餅吃飽了。」



# 〔聖言〕若六26-40

## 生命之糧的言論

- 男：「你們不要為那可損壞的食糧勞碌，而要為那存留到永生的食糧勞碌，即人子所要賜給你們的，因為他是天主聖父所印證的。」



# 〔聖言〕若六26-40

## 生命之糧的言論

- 讀經員二：他們問說：
- 女：「我們該做什麼，才算做天主的事業呢？」
- 讀經員一：耶穌回答說：
- 男：「天主要你們所做的事業，就是要你們信從他所派遣來的。」



# 〔聖言〕若六26-40

## 生命之糧的言論

- 讀經員一：他們又說：
- 女：「那麼，你行什麼神跡給我們看，好叫我們信服你呢？你要行什麼事呢？我們的祖先在曠野裏吃過『瑪納』，正如經上所記載的：『他從天上賜給了他們食物吃

。』」



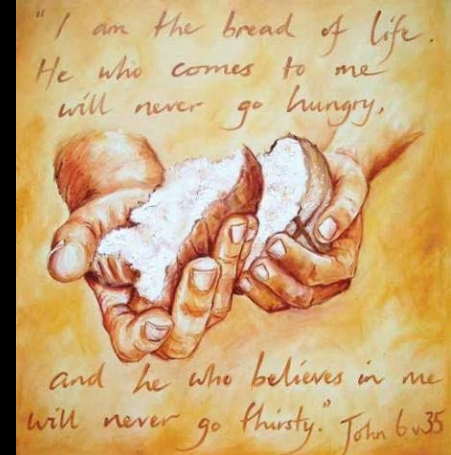
# 〔聖言〕若六26-40

## 生命之糧的言論

- 讀經員二：於是耶穌向他們說：
- 男：「我實實在在告訴你們：並不是梅瑟賜給了你們那從天上來的食糧，而是我父現今賜給你們從天上來的真正的食糧，因為天主的食糧，是那由天降下，並賜給世界生命的。」



## 〔聖言〕若六26-40 生命之糧的言論



- 讀經員一：他們便說：
- 女：「主！你就把這樣的食糧常常賜給我們罷！」
- 讀經員二：耶穌回答說：
- 男：「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。」

## 〔聖言〕若六26-40 生命之糧的言論

- 女：「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。」

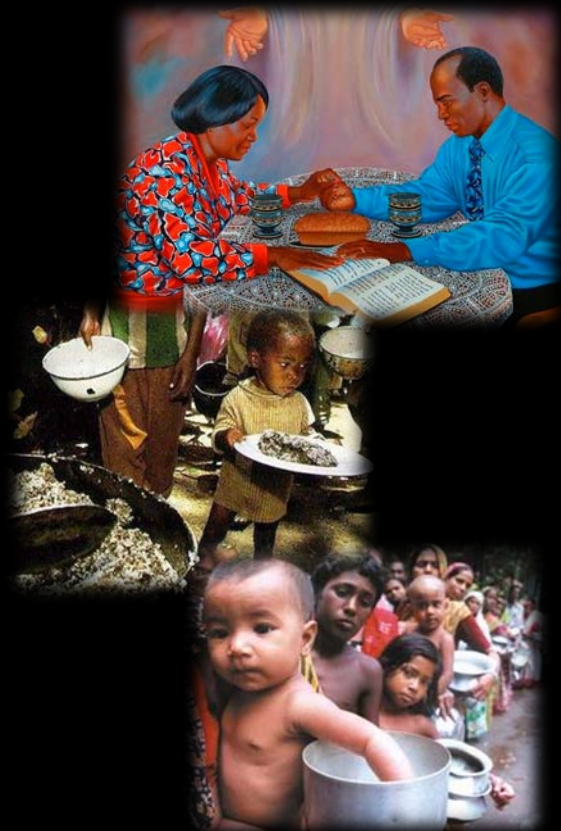


## 〔聖言〕若六26-40 生命之糧的言論

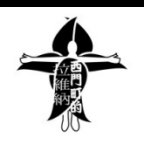
- 眾：「派遣我來者的旨意就是：凡他交給我的，叫我連一個也不失掉，而且在末日還要使他復活，因為這是我父的旨意：凡看見子，並信從子的，必獲得永生；並且在末日，我要使他復活。」



# 〔 聖言 〕



- 讀經員一： 上主聖言。
- 眾： 基督，我們讚美你！



# 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祂的愛，及祂所言所行、所忍受的一切。

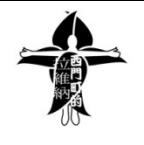
Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祂是祢的愛子，我們的日用糧。



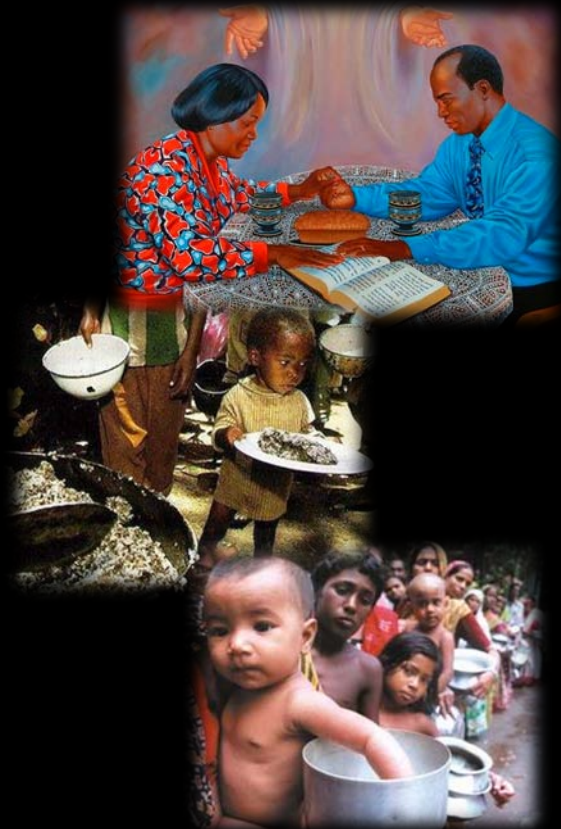


# 反省

「今日與我，我日用糧」  
的意義



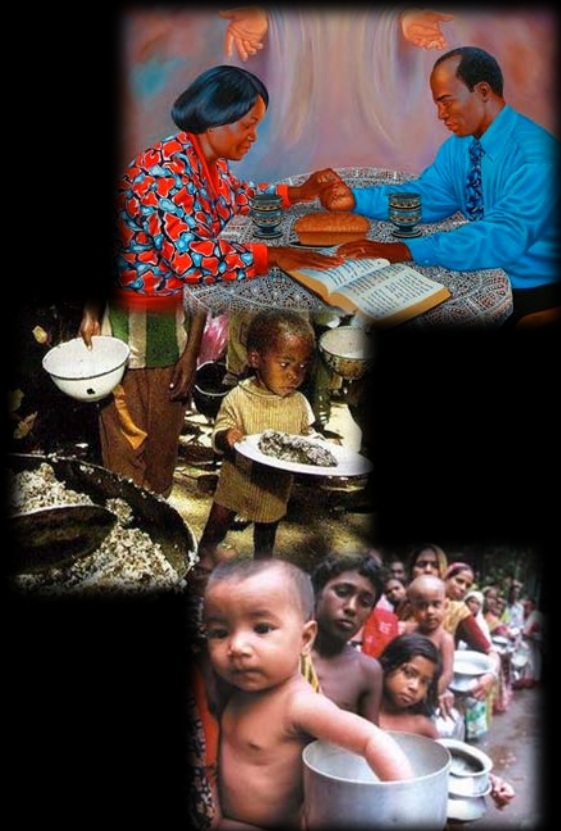
# 〔反省〕



- 領：「我等望爾今日與我，我日用糧」所指的食糧，原文是麵包。
- 讀經一：因為「麵包」象徵所有人類的食物，我們必需的食物。



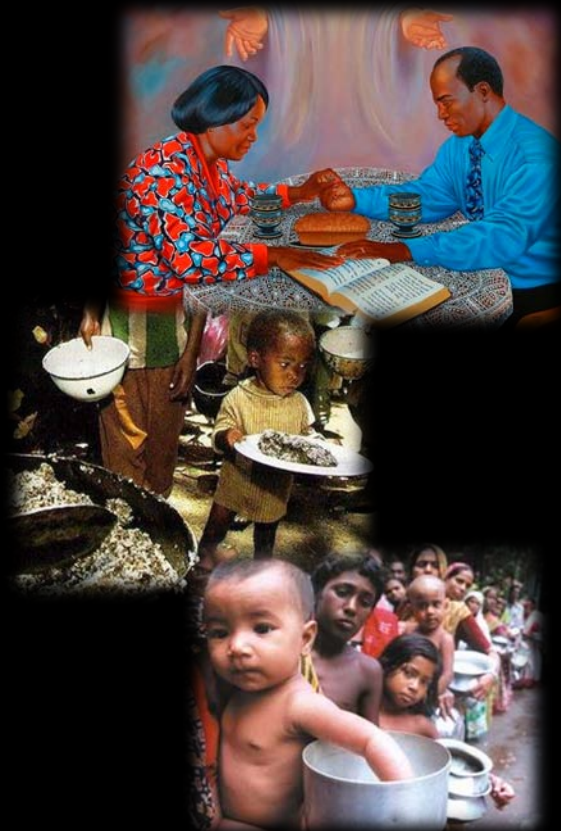
# 〔反省〕



- 男：原來，人類的生活不可能與基本的物質分離，無論我們有多麼高深的精神情操，或是神秘生活，或是抽象的哲學思考，
- 女：人類常需要依靠片片的麵包或粒粒的米飯。



# 〔反省〕



- 讀經二：雖然，生命勝過於麵包，但生命過程中又決不能沒有麵包及食物，故此我們祈求：



# 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

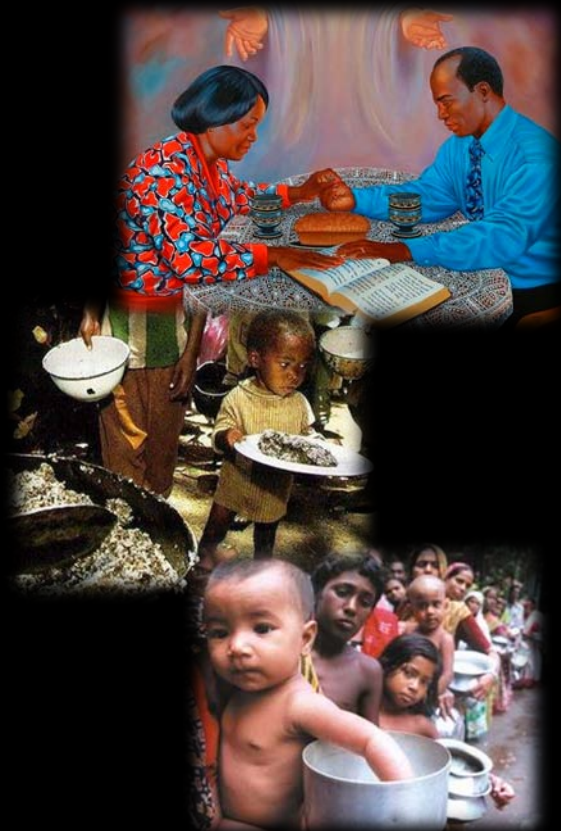
C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祂的愛，及祂所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祂是祢的愛子，我們的日用糧。



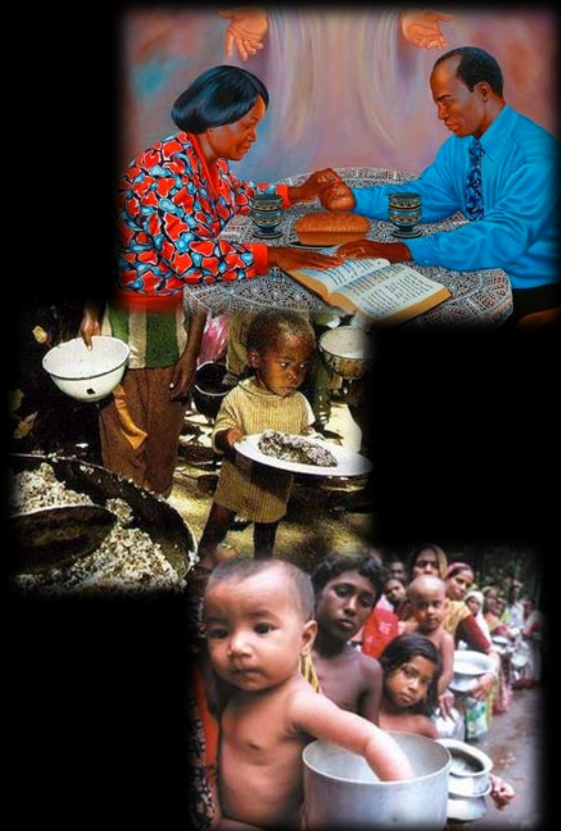
## 〔反省〕



- 領：肚腹、心思和頭腦同樣重要；沒有任何祈禱及靈修活動，可以替代麵包的；
- 讀經一：勞動可以賺取及放置麵包在饑餓者的桌上。沒有熱忱的說話能夠緩和饑餓的人。



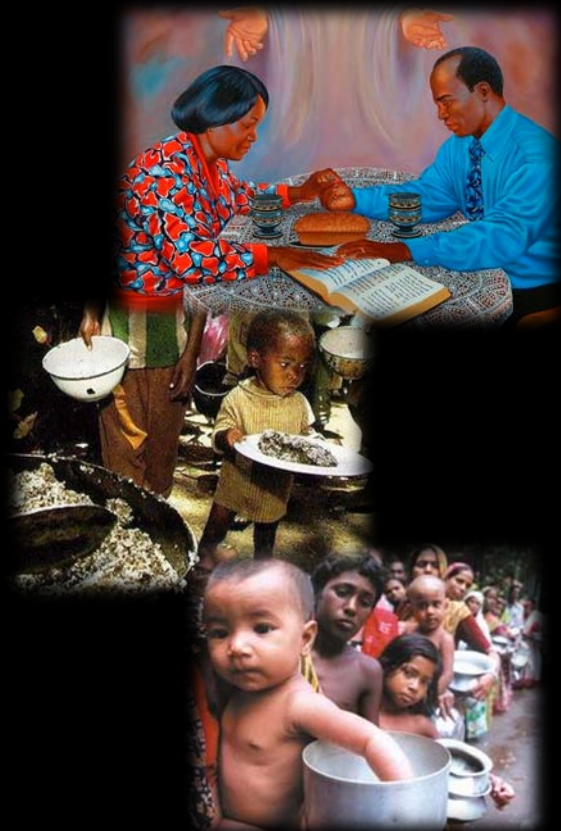
# 〔反省〕



- 男：天主要我們不但關切祂的天主國，祂的旨意及聖名，也要關心人的事物、需要、饑餓及不顧一切以獲得保護及救恩。



# 〔反省〕



- 女：的確天主會照顧我們的饑餓，祂願意聆聽我們的需要及在饑餓中的渴求。
- 讀經二：這祈求保證我們的生活，它是最珍貴的禮物。故此我們祈求：



# 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

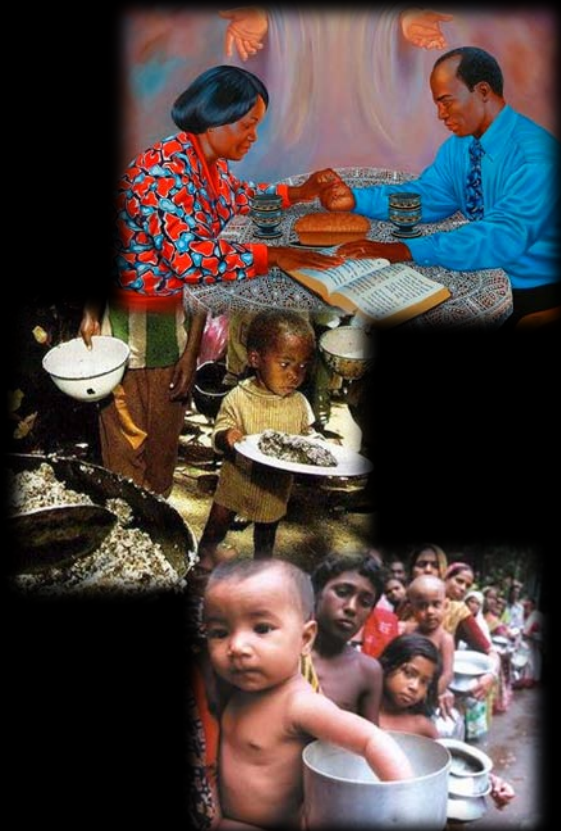
C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祂的愛，及祂所言所行、所忍受的一切。

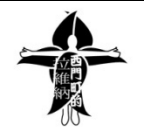
Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祂是祢的愛子，我們的日用糧。



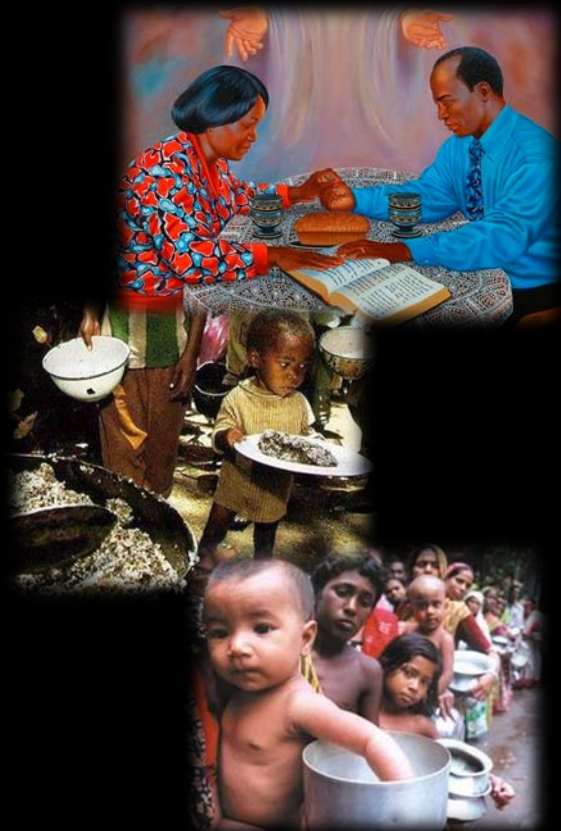
# 〔反省〕



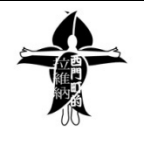
- 領：「今日與我，我日用糧」的祈求是「我等望爾」的，是「我們」的祈求。這個「我等」是幸福的秘密。



# 〔反省〕



- 讀經一：麵包的需要雖然  
是個別性的問題，但它卻  
不能靠個人的努力來完成  
及滿足；這件事與整個團  
體有關。



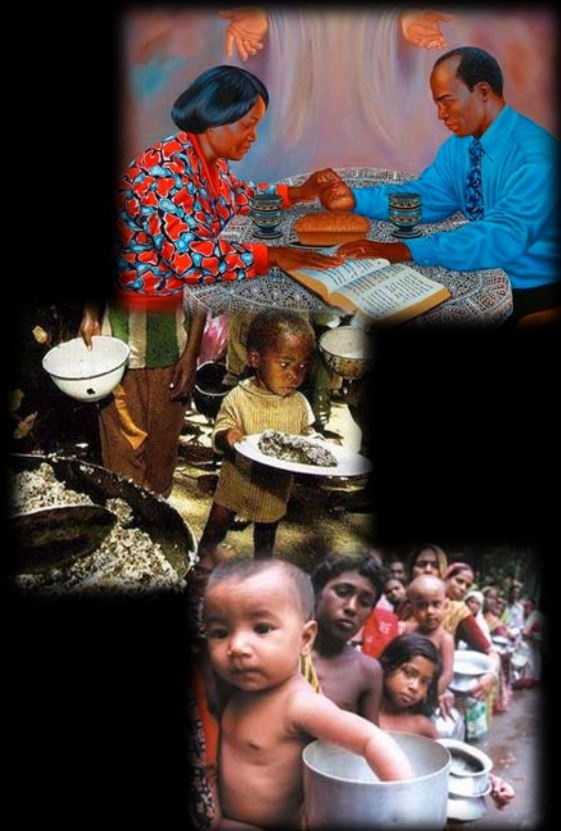
# 〔反省〕



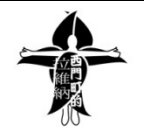
- 男：福音中的拉匝祿，祈盼來自富人桌上掉下的麵包碎屑：
- 女：原來「吃」是一種團體及共融的行動。



# 〔反省〕



- 讀經二：讓我們祈求「我們的」食糧時，要緊記著麵包必須要與他人共同分享及消耗：



# 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祂的愛，及祂所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祂是祢的愛子，我們的日用糧。



# 〔反省〕



- 領：當我們向天主呈現我們自己的需要時，我們就需要包括所有的弟兄和姊妹，否則我們只為自己而生活。



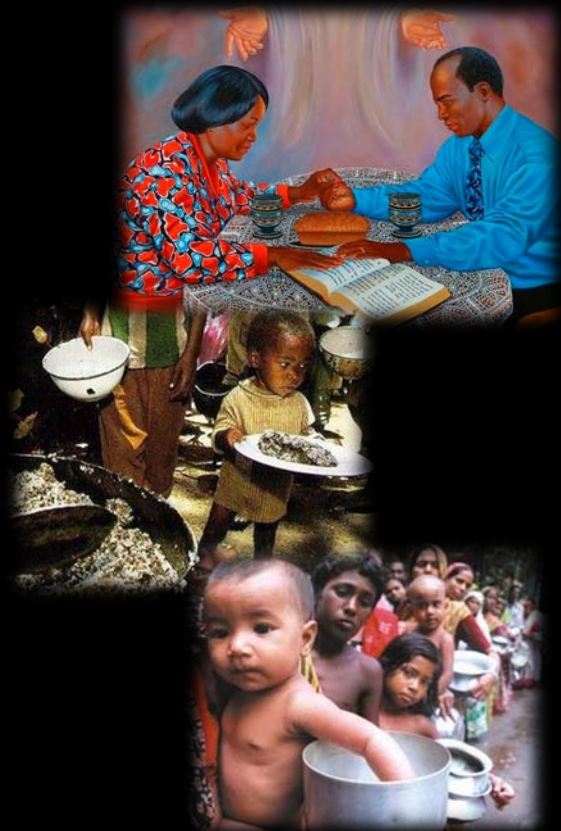
## 〔反省〕



- 男：千萬人仍受到饑餓之苦；饑餓正向我們提出麵包基本的問題：
- 女：麵包是苦澀的，因為它含有許多小孩的眼淚；麵包是艱難的，因為它實質上包括了許多空著肚皮人們的痛苦。



# 〔反省〕



- 讀經二：既然福音禁止我們只為自己的需要而祈求，而且不可以忽略我們認識人們所渴望的需要，讓我們祈求「我們的」麵包，那才是天主的麵包：



# 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

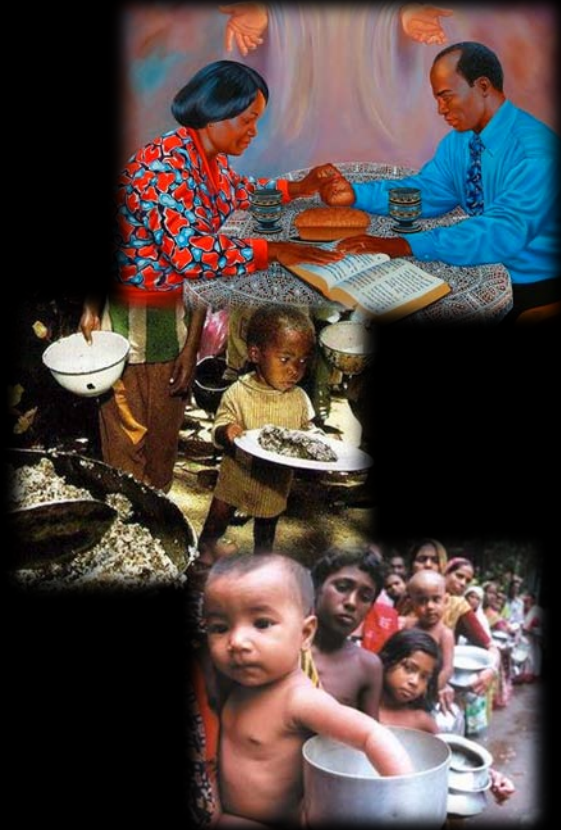
C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祂的愛，及祂所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祂是祢的愛子，我們的日用糧。



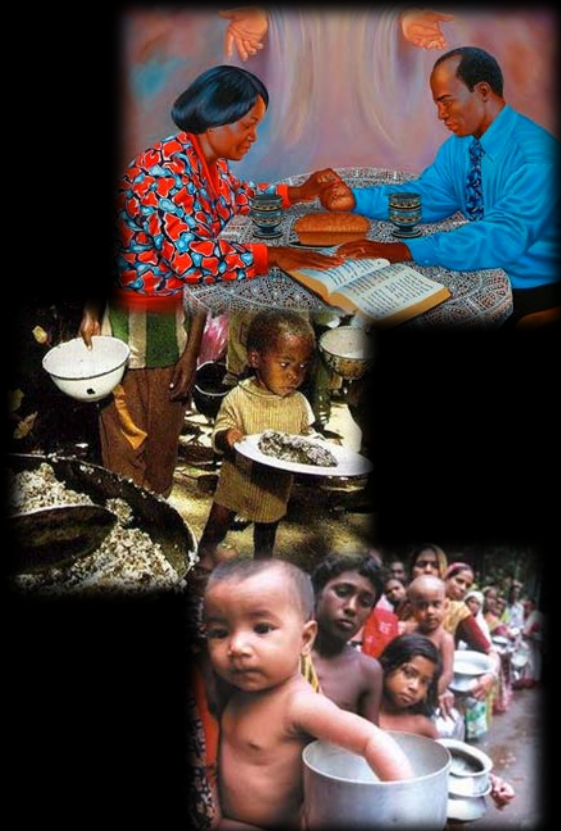
# 〔反省〕



- 領：耶穌教導我們祈求「今天」賞給我們「日用的」食糧，既是為今天，也是為未來。



# 〔反省〕



- 讀經一：默示錄提到：天國是一個義人不再會是饑餓的地方。
- 男：耶穌說：「我父現今賜給你們從天上來的真正的食糧」。



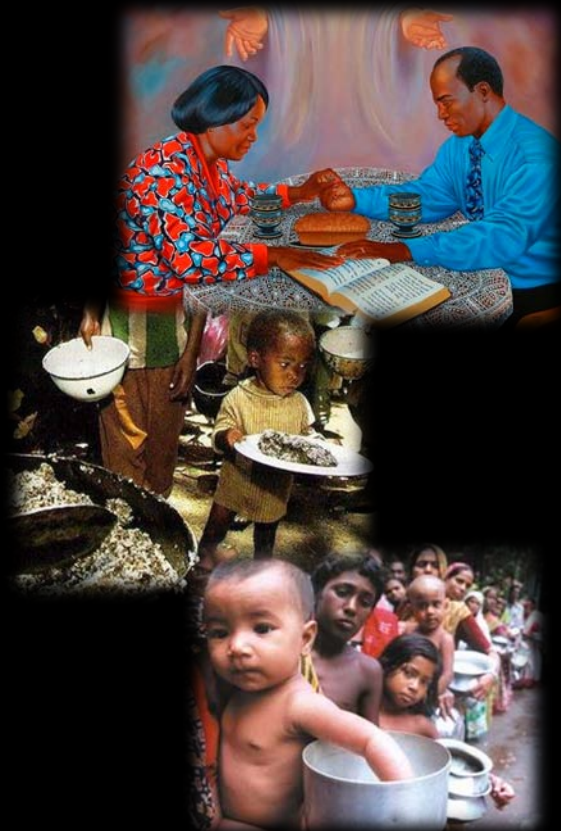
## 〔反省〕



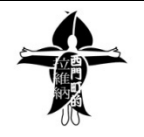
- 女：不過在天主國內的「末世性麵包及食糧」，仍要以歷史性及具體物質性麵包為基礎。耶穌派遣門徒時，勸誡他們不要在路上任何東西，「不要帶食物，不要帶口袋，不要帶銅錢」。



# 〔反省〕



- 讀經二：讓我們以福音的態度，完全將自己放在天主的眷顧中，祈求天主供給我們基本的需要：



# 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

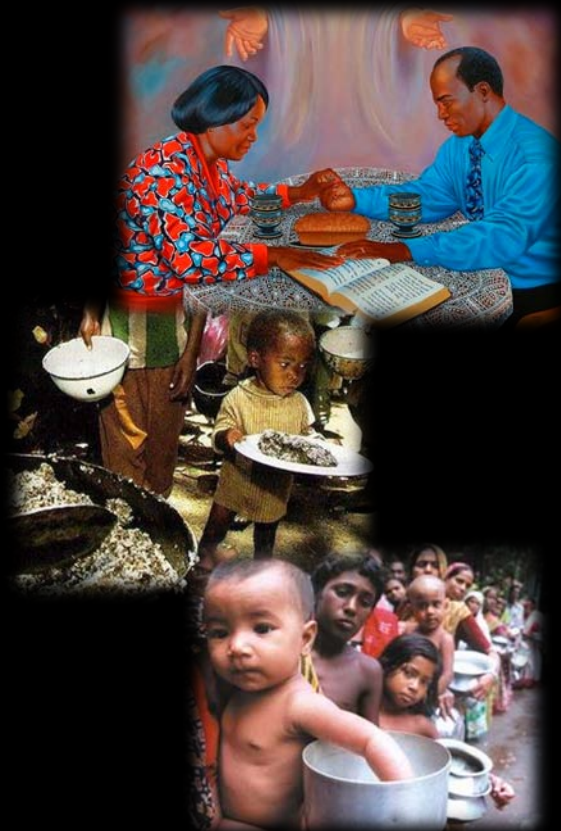
C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祂的愛，及祂所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祂是祢的愛子，我們的日用糧。



# 〔反省〕



- 領：我們以天主經祈求「日用的食糧」，要求的只是為生活所需要的，故此不用囤積物質。



# 〔反省〕



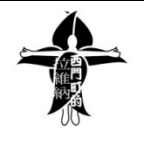
- 讀經一：為靈修及信仰生活需要的是什麼？耶穌呈現自己是「生命的食糧」：「我是從天上降下的生活的食糧...是為世界的生命而賜給的。」



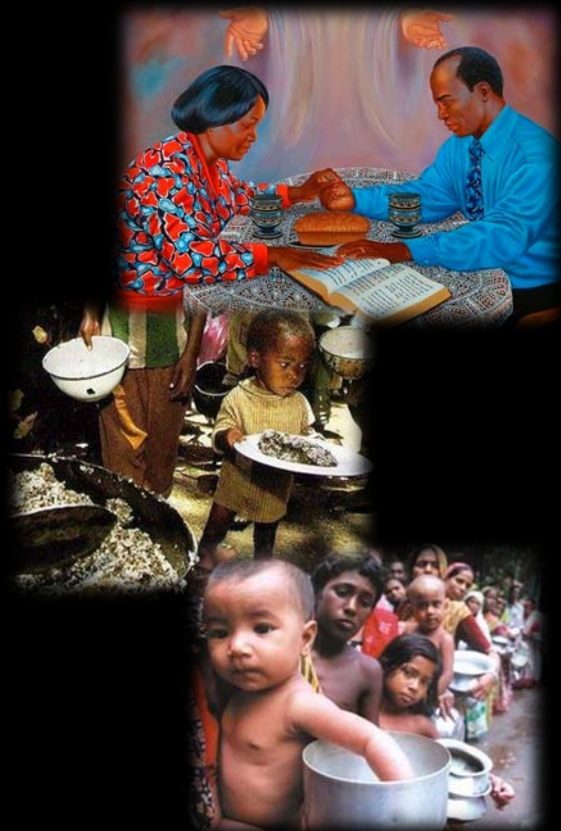
# 〔反省〕



- 男：天主經所祈求的食糧，是與物質的食糧有關，沒有這種食糧，人的生活無法持續。



# 〔反省〕



- 女：但同時這食糧也指向永遠幸福的天主的國。耶穌在歷史中以聖體聖事的方式持續這食糧，也是教會預嚐天主救援的初果。
- 讀經二：所以每次領聖體前，我們都會以天主經祈禱：



# 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

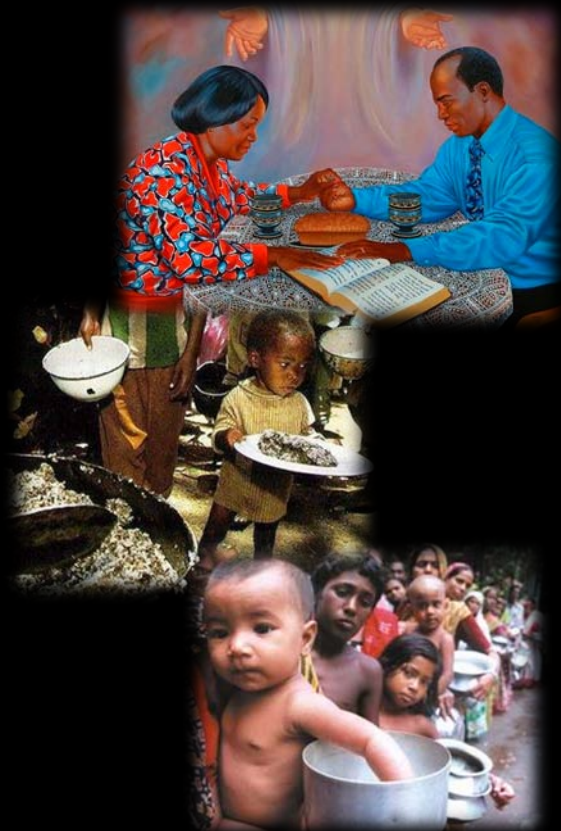
C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祂的愛，及祂所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祂是祢的愛子，我們的日用糧。



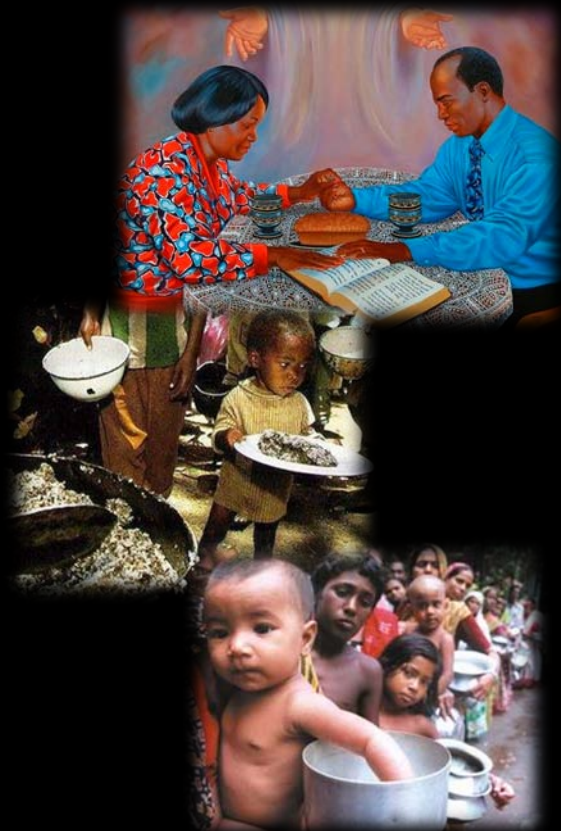
# 〔反省〕



- 領：無信仰者不知道為每日食糧而感謝天主；他們問「餐桌上所出現的食糧，不就是我們辛勞工作的成果嗎？」



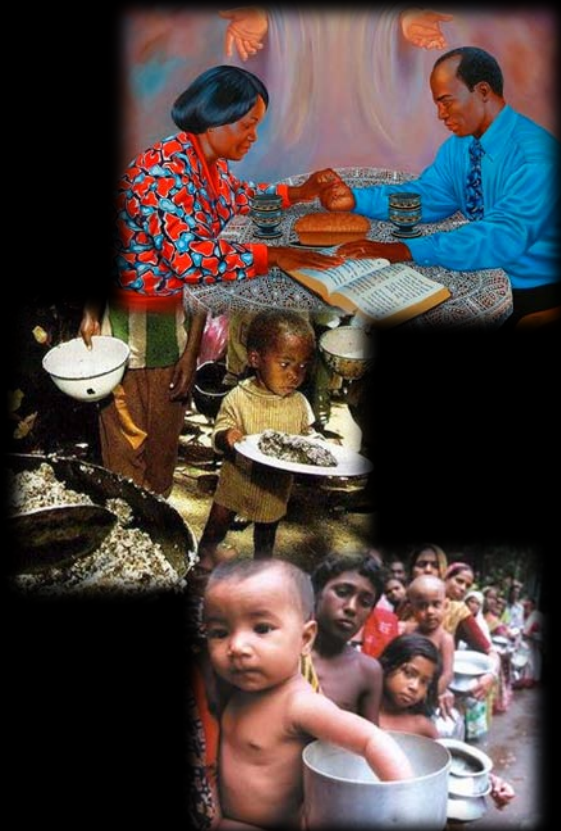
# 〔反省〕



- 讀經一：原來，人的工作不全是為了麵包，我們依賴著許多先決的環境和條件，就是天主的眷顧。
- 男：天主賜給我們美好的天氣及雨水，賞給我們工作的力量，讓種籽成長。



# 〔反省〕



- 女：天主是受造物及創造的主，雖然人類可以改變受造物，但卻不能讓它成長及產生。
- 讀經二：既然每一片麵包都是天主交付在人類的雙手中的，我們以感恩的心祈求：



# 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

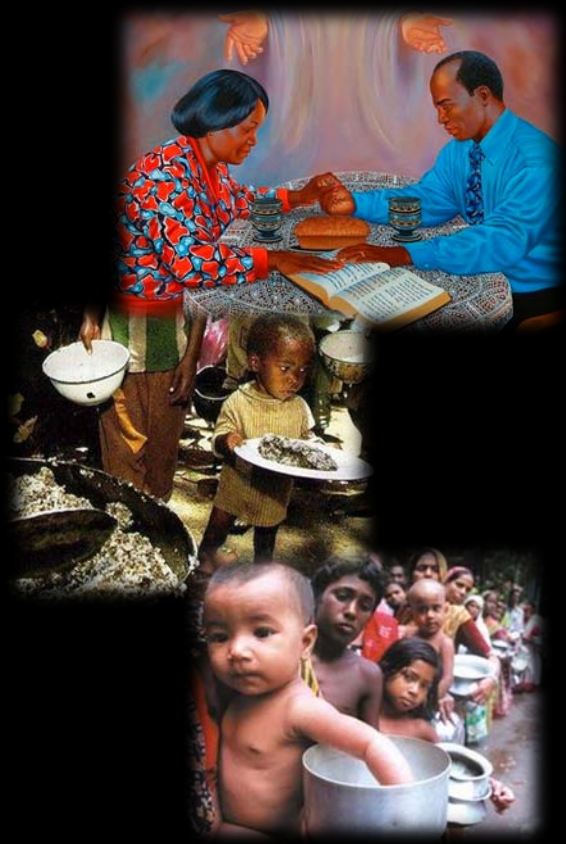
C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祂的愛，及祂所言所行、所忍受的一切。

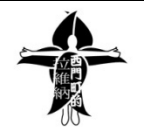
Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祂是祢的愛子，我們的日用糧。



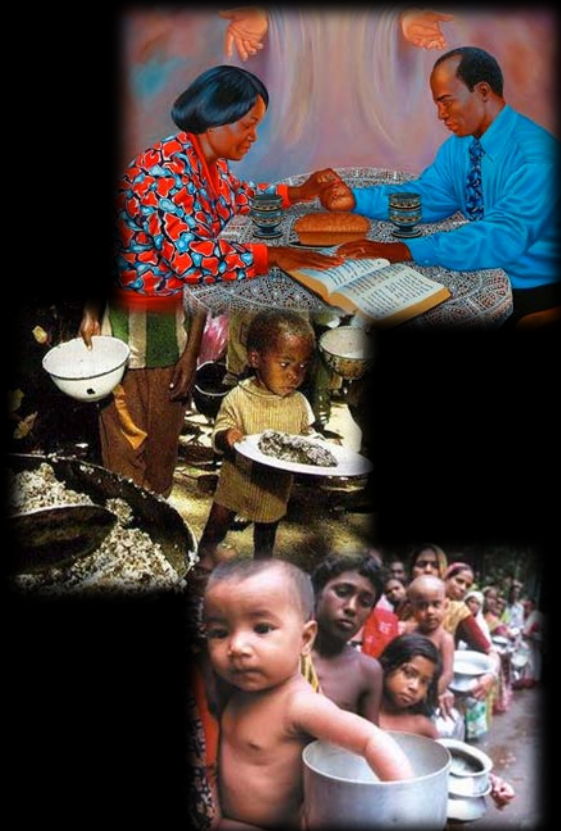
# 〔反省〕



- 領：麵包是聖善的，因為麵包與不可犯的生命奧秘有關。故此，人要以尊敬及崇敬的態度來對待麵包。



# 〔反省〕

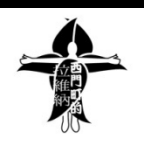


- 讀經一：在《舊約》，麵包是愛和恩寵的記號，天主用它來維持祂的子民，用來驅逐饑餓及死亡的惡魔。

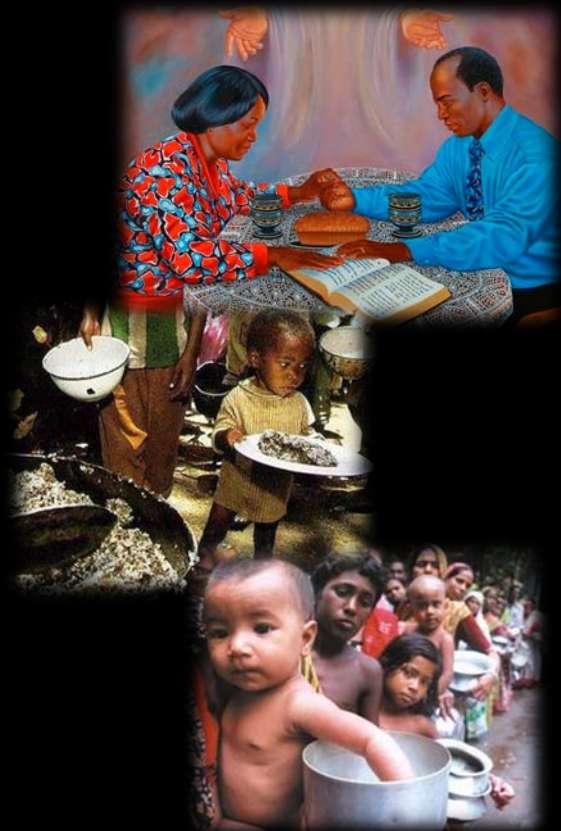


# 〔反省〕

- 男：在《新約》麵包是代表未來在天主國裡，義人與天主同享宴席的象徵。



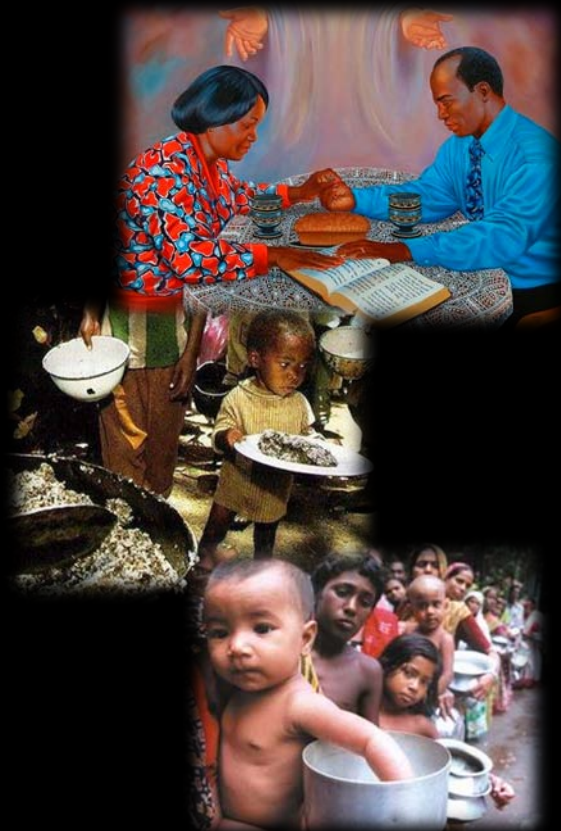
# 〔反省〕



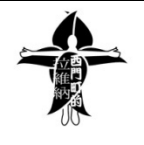
- 女：麵包是聖善的，因為它是耶穌的象徵，構成了聖體聖事；作為「生命之糧」，耶穌拯救了全世界。



# 〔反省〕



- 讀經二：為滋養人類的生命、獲得復活的恩典並經驗到永恆的幸福，讓我們祈求聖善的日用糧，生命旅途者的麵包：



## 1 [ 吟詠 ]

4/4 KEY=C

C E F C  
 | 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am Em F G  
 | 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C E F C  
 | 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現 祂屬 神的事工

Am Em Dm7 G  
 | 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 |

如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生 成



C                    Em                    Am                    /G

| 1 5 3 5 | 5 5 5 5 3 6 | 6 3 3 - - | - 0 0 6 5 |

人主耶穌            祢的體血聖            事                    是與

F                    G                    C                    C7

| 1 1 - - 6 5 | 5 5 3 4 | 3 - - - | 0 0 0 0 |

我們            同在            明顯事            實

F                    G                    Em                    A

| 0 5 3 5 | 5 5 5 - 3 | 6 - - 3 2 | 3 - - 0 5 |

因為祢            不但            活            在            我            內            也


Dm7                    G                    C

| 3 2 1 - - | 0 3 6 1 | 1 - - - | 0 0 0 0

生活在            我們中            間



## 1 [ 吟詠 ]



C                      E                      F                      C

| 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am                      Em                      F                      G

| 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C                      E                      F                      C

| 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現 祂屬 神的事工

Am                      Em                      Dm7                      G                      C

| 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 | 1 - - - <sup>2</sup> |

如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生 成人

Next : 齊讀



## 第二部份： 方濟精神

方濟的著作、  
分享及小組討論



Next : 齊讀



〔方濟著作〕

讓我們聆聽方濟  
論及聖體聖血的洞見

## 〔方濟的話〕



- 領：方濟在寫給信友的書信中說：
- 男：「凡不吃祂的體，喝祂的血的人，不得進入天主的國；

## 〔方濟的話〕



- 女：「還要妥當地領受祂的體血，因為凡不妥當領受祂的體血，不辨認主的身體者，就是說，不將它和其他的食物加以區分者，是吃喝他的罪案。」

## 2 [ 吟詠 ] 1次

3/4 KEY=D

D G D G D G

| 3 - 2·3 | 4 3 1 | 1 - - | 0 0 0 | 3 - 3 | 4 <sup>^</sup>3 4 |

當 我們 體認基 督 活 在 我 們

F#m G A F#m Bm7

| 5 - - | 0 3 5 | 6 6 6 | 2 3 4 | 5 - 5 | 1 0 2·3 |

內 也知 道祂在 我們中 間 我 們 在祂

Em A D D7 G A

| 4 4 3 | 2 1 2 | 3 - - | 0 0·2 2 3 | 4 4 3 | 2 1 2

內成為 一個身 體 為 祂與 世界同 在作見

D

| 1 - - | 0 0 0 |



證

*Fine*

## 〔方濟的話〕



- 領：方濟忠告弟兄姊妹們說：
- 眾：「事實上，主以這種方法，常和祂的信友們在一起，一如祂自己說：看，我同你們在『一起，直到此世的終結。』」

## 2 [ 吟詠 ] 1次

3/4 KEY=D

D G D G D G

| 3 - 2·3 | 4 3 1 | 1 - - | 0 0 0 | 3 - 3 | 4 <sup>^</sup>3 4 |

當 我們 體認基 督 活 在 我 們

F#m G A F#m Bm7

| 5 - - | 0 3 5 | 6 6 6 | 2 3 4 | 5 - 5 | 1 0 2·3 |

內 也知 道祂在 我們中 間 我 們 在祂

Em A D D7 G A

| 4 4 3 | 2 1 2 | 3 - - | 0 0·2 2 3 | 4 4 3 | 2 1 2

內成為 一個身 體 為 祂與 世界同 在作見

D

| 1 - - | 0 0 0 |



證

*Fine*

## 〔方濟的話〕



- 領：方濟在寫給信友的書信中說：
- 男：「凡不吃祂的體，喝祂的血的人，不得進入天主的國；

## 〔方濟的話〕



- 女：「還要妥當地領受祂的體血，因為凡不妥當領受祂的體血，不辨認主的身體者，就是說，不將它和其他的食物加以區分者，是吃喝他的罪案。」

## 2 [ 吟詠 ] 1次

3/4 KEY=D

D G D G D G

| 3 - 2·3 | 4 3 1 | 1 - - | 0 0 0 | 3 - 3 | 4 <sup>^</sup>3 4 |

當 我 們 體 認 基 督 活 在 我 們

F#m G A F#m Bm7

| 5 - - | 0 3 5 | 6 6 6 | 2 3 4 | 5 - 5 | 1 0 2·3 |

內 也 知 道 祂 在 我 們 中 間 我 們 在 祂

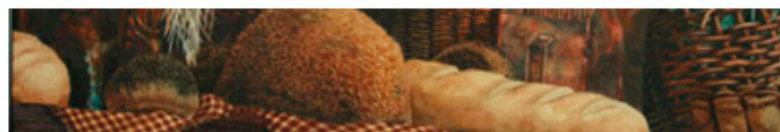
Em A D D7 G A

| 4 4 3 | 2 1 2 | 3 - - | 0 0·2 2 3 | 4 4 3 | 2 1 2

內 成 為 一 個 身 體 為 祂 與 世 界 同 在 作 見

D

| 1 - - | 0 0 0 |



證

*Fine*

## 〔方濟的話〕



- 領：方濟忠告弟兄姊妹們說：
- 眾：事實上，主以這種方法，常和祂的信友們在一起，一如祂自己說：「看，我同你們在一起，直到此世的終結。」

## 2 [ 吟詠 ] 1次

3/4 KEY=D

D G D G D G

| 3 - 2·3 | 4 3 1 | 1 - - | 0 0 0 | 3 - 3 | 4 <sup>^</sup>3 4 |

當 我 們 體 認 基 督 活 在 我 們

F#m G A F#m Bm7

| 5 - - | 0 3 5 | 6 6 6 | 2 3 4 | 5 - 5 | 1 0 2·3 |

內 也 知 道 祂 在 我 們 中 間 我 們 在 祂

Em A D D7 G A

| 4 4 3 | 2 1 2 | 3 - - | 0 0·2 2 3 | 4 4 3 | 2 1 2

內 成 為 一 個 身 體 為 祂 與 世 界 同 在 作 見

D

| 1 - - | 0 0 0 |



證

*Fine*

## 〔方濟的話〕



- 領：方濟在寫給信友的書信中說：
- 男：「凡不吃祂的體，喝祂的血的人，不得進入天主的國；

## 〔方濟的話〕



- 女：「還要妥當地領受祂的體血，因為凡不妥當領受祂的體血，不辨認主的身體者，就是說，不將它和其他的食物加以區分者，是吃喝他的罪案。」

## 2 [ 吟詠 ] 1次

3/4 KEY=D

D G D G D G

| 3 - 2·3 | 4 3 1 | 1 - - | 0 0 0 | 3 - 3 | 4 <sup>^</sup>3 4 |

當 我們 體認基 督 活 在 我 們

F#m G A F#m Bm7

| 5 - - | 0 3 5 | 6 6 6 | 2 3 4 | 5 - 5 | 1 0 2·3 |

內 也知 道祂在 我們中 間 我 們 在祂

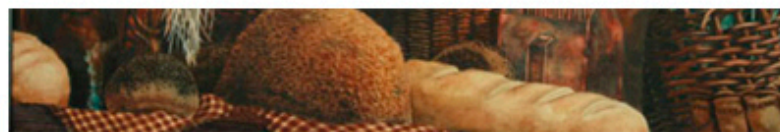
Em A D D7 G A

| 4 4 3 | 2 1 2 | 3 - - | 0 0·2 2 3 | 4 4 3 | 2 1 2

內成為 一個身 體 為 祂與 世界同 在作見

D

| 1 - - | 0 0 0 |



證

*Fine*

## 〔方濟的話〕



- 領：方濟忠告弟兄姊妹們說：
- 眾：事實上，主以這種方法，常和祂的信友們在一起，一如祂自己說：「看，我同你們在一起，直到此世的終結。」



# 老人家的〔分享〕

伍維烈

[按此](#)

西門町的拉維納

## 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祢的愛，及祢所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祢是祢的愛子，我們的日用糧。





## 主題反省

《闡釋天主經的禱文》之  
「今日與我，我日用糧」

西門町的拉維納

## 方濟的《闡釋天主經的禱文》



- 領：耶穌教導我們說：
- 眾：「求你今天賞給我們日用的食糧」

## 方濟的《闡釋天主經的禱文》



- 領：方濟的闡釋：
- 男：賜給我們日用的食糧，即你的至愛子，我們的主耶穌基督：
- 女：為紀念、領悟、尊敬祂對我們的聖愛，以及祂為我們的一切好處，所說、所為、所忍受的一切。

## 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
 3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

C Em F C F C G C  
 5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
 求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G  
 6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
 為紀念、領悟、崇敬祢的愛，及祢所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C  
 i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
 求祢賞給我們主耶穌基督，祢是祢的愛子，我們的日用糧。



# 方濟的《闡釋天主經的禱文》

- 領：這符合耶穌在福音上所說過：



## 方濟的《闡釋天主經的禱文》



- 眾：「我實實在在告訴你們：並不是梅瑟賜給了你們那從天上來的食糧，而是我父現今賜給你們從天上來的真正食糧，因為天主的食糧，是那從天降下，並賜給世界生命的。」

## 方濟的《闡釋天主經的禱文》



- 領：在感恩祭中，「旅途中的教會」也祈求天主賜與「生命之糧」，以解除饑餓及口渴，為能夠到達永恆生命的天鄉；難怪方濟說：

## 方濟的《闡釋天主經的禱文》



- 眾：天主子每日自謙自卑，正如當年由上天的寶座上，降孕在童貞胎中，如今每天在謙卑的外表下，來到我們這裡；每天從父的懷抱內，降到祭台上，降到司祭的手中。（忠告一18）

# 方濟的《闡釋天主經的禱文》



- 領：耶穌教導我們說：
- 眾：「求你今天賞給我們日用的食糧」

# 方濟的《闡釋天主經的禱文》



- 領：方濟的闡釋：
- 男：賜給我們日用的食糧，即你的至愛子，我們的主耶穌基督：
- 女：為紀念、領悟、尊敬祂對我們的聖愛，以及祂為我們的一切好處，所說、所為、所忍受的一切。

## 1 [ 吟詠 ]

4/4 KEY=C

C E F C  
 | 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am Em F G  
 | 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C E F C  
 | 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現 祂屬 神的事工

Am Em Dm7 G  
 | 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 |

如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生 成



C                    Em                    Am                    /G  
 | 1 5 3 5 | 5 5 5 5 3 6 | 6 3 3 - - | - 0 0 6 5 |

人主耶穌 祢的體血聖 事 是與

F                    G                    C                    C7  
 | 1 1 - - 6 5 | 5 5 3 4 | 3 - - - | 0 0 0 0 |

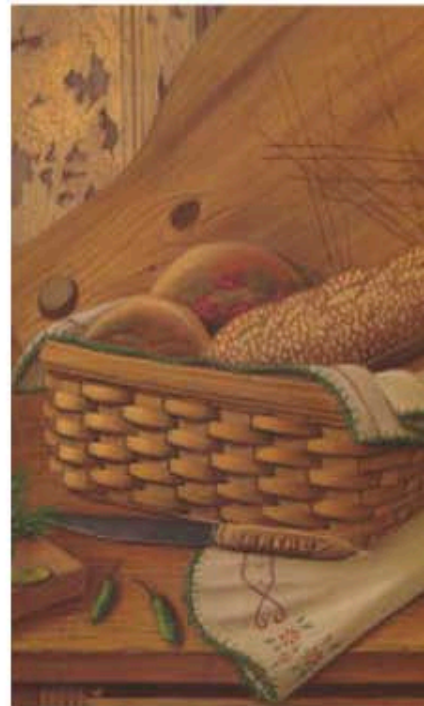
我們 同在 明顯事 實

F                    G                    Em                    A  
 | 0 5 3 5 | 5 5 5 - 3 | 6 - - 3 2 | 3 - - 0 5 |


因為祢 不但 活 在 我 內 也

Dm7                    G                    C  
 | 3 2 1 - - | 0 3 6 1 | 1 - - - | 0 0 0 0

生活在 我們中 間



## 1 [ 吟詠 ]



C                      E                      F                      C  
 | 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am                      Em                      F                      G  
 | 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C                      E                      F                      C  
 | 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現祂屬 神的事工

Am                      Em                      Dm7                      G                      C  
 | 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 | 1 - - - <sup>2</sup> |

如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生 成 人

## BGM靜默

- 1.方濟說要「紀念、領悟、尊敬祂對我們的聖愛，以及祂為我們的一切好處，所說、所為、所忍受的一切。」這與耶穌為食糧的觀念之間有何關係？
- 2.方濟提倡的「福音生活旅程」與「耶穌是食糧」，二者之間的關係為何？

## 2 [ 吟詠 ]

3/4 KEY=D

D G D G D G

| 3 - 2·3 | 4 3 1 | 1 - - | 0 0 0 | 3 - 3 | 4 <sup>^</sup>3 4 |

當 我們 體認基 督 活 在 我 們

F#m G A F#m Bm7

| 5 - - | 0 3 5 | 6 6 6 | 2 3 4 | 5 - 5 | 1 0 2·3 |

內 也知 道祂在 我們中 間 我 們 在祂

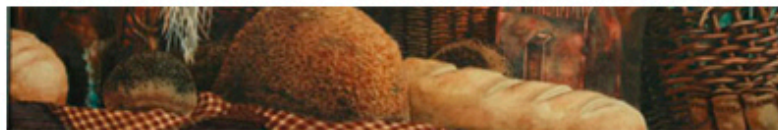
Em A D D7 G A

| 4 4 3 | 2 1 2 | 3 - - | 0 0·2 2 3 | 4 4 3 | 2 1 2

內成為 一個身 體 為 祂與 世界同 在作見

D

| 1 - - | 0 0 0 |



證

*Fine*

## 靜默BGM默想

- 賜給我們日用的食糧，
- 即你的至愛子，我們的主耶穌基督：
- 為紀念、領悟、尊敬祂對我們的聖愛，以及祂為我們的一切好處，
- 所說、所為、所忍受的一切。



## 靜默BGM

- 耶穌在福音上說過：「我實實在在告訴你們：並不是梅瑟賜給了你們那從天上來的食糧，而是我父現今賜給你們從天上來的真正食糧，因為天主的食糧，是那從天降下，並賜給世界生命的。」



## 靜默BGM

- 在彌撒中，旅途中的教會也求天主賜與「生命之糧」，以解除饑餓及口渴，為能夠到達永恆生命的天鄉。



## 靜默BGM

- 天主子每日自謙自卑，正如當年由上天的寶座上，降孕在童貞胎中，如今每天在謙卑的外表下，來到我們這裡；每天從父的懷抱內，降到祭台上，降到司祭的手中。



# 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G  
3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

C Em F C F C G C  
5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |  
求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督；

F C F C F C D G  
6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |  
為紀念、領悟、崇敬祢的愛，及祢所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C  
i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||  
求祢賞給我們主耶穌基督，祢是祢的愛子，我們的日用糧。



## 〔 25 min 小組分享 〕

- 1. 方濟說要「紀念、領悟、尊敬祂對我們的聖愛，以及祂為我們的一切好處，所說、所為、所忍受的一切。」這與耶穌為食糧的觀念之間有何關係？
- 2. 方濟提倡的「福音生活旅程」與「耶穌是食糧」，二者之間的關係為何？



# 1 [ 吟詠 ]

4/4 KEY=C

C                    E                    F                    C  
 | 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am                    Em                    F                    G  
 | 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C                    E                    F                    C  
 | 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現 祂屬 神的事工

Am                    Em                    Dm7                    G  
 | 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 |

如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生 成



C                    Em                    Am                    /G

| 1 5 3 5 | 5 5 5 5 3 6 | 6 3 3 - - | - 0 0 6 5 |

人主耶穌            祢的體血聖            事                    是與

F                    G                    C                    C7

| 1 1 - - 6 5 | 5 5 3 4 | 3 - - - | 0 0 0 0 |

我們            同在            明顯事            實

F                    G                    Em                    A

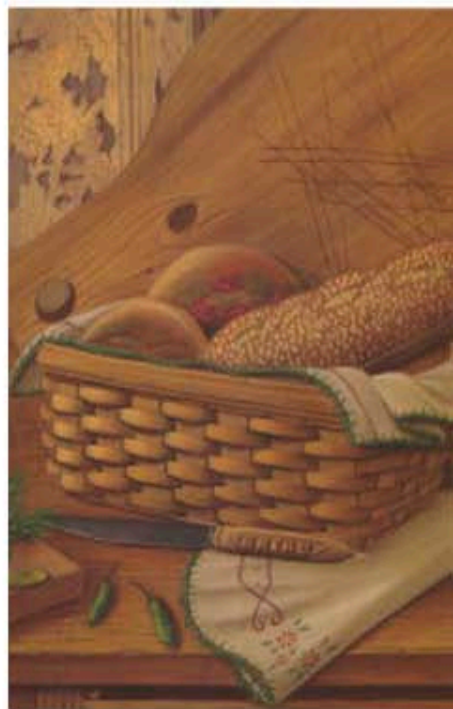
| 0 5 3 5 | 5 5 5 - 3 | 6 - - 3 2 | 3 - - 0 5 |

因為祢            不但            活            在            我            內            也


Dm7                    G                    C

| 3 2 1 - - | 0 3 6 1 | 1 - - - | 0 0 0 0

生活在            我們中            間



## 1 [ 吟詠 ]



C                      E                      F                      C

| 0 5 5 5 5 3 | #5 5 3 3 2 2 1 | 2 2 1 2 1 - | 2 3 5 - - |

讓基督的身 體和血 在你我 內活出基督 的生命

Am                      Em                      F                      G

| 0 6 1 1 1 6 | 3 2 3 3 5 5 3 | 5 5 3 3 2 - | 2 3 2 - - |

讓耶穌的行 動和話 在你我 內活出基督 的復活

C                      E                      F                      C

| 0 5 5 5 3 3 | #5 5 3 - 2 1 | 2 1 2 1 2 1 | 2 3 3 5 - - |

如果耶穌活 在你內 你就 完成實現祂屬 神的事工

Am                      Em                      Dm7                      G                      C

| 0 6 1 1 6 5 | 3 2 3 3 6 5 | 5 5 3 5 - 6 1 | 1 1 1 1 2 | 1 - - - <sup>2</sup> |

如果耶穌活 在你內 你就 肯定顯示 祂曾 降生 成 人

## 2 [ 吟詠 ]

3/4 KEY=D

D G D G D G

| 3 - 2·3 | 4 3 1 | 1 - - | 0 0 0 | 3 - 3 | 4 <sup>^</sup>3 4 |

當 我 們 體 認 基 督 活 在 我 們

F#m G A F#m Bm7

| 5 - - | 0 3 5 | 6 6 6 | 2 3 4 | 5 - 5 | 1 0 2·3 |

內 也 知 道 祂 在 我 們 中 間 我 們 在 祂

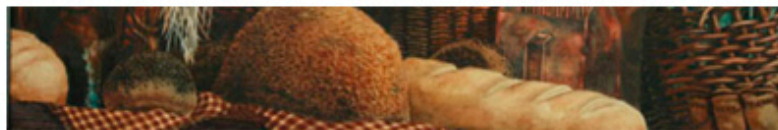
Em A D D7 G A

| 4 4 3 | 2 1 2 | 3 - - | 0 0·2 2 3 | 4 4 3 | 2 1 2

內 成 為 一 個 身 體 為 祂 與 世 界 同 在 作 見

D

| 1 - - | 0 0 0 |



證

*Fine*

## 3 [ 吟詠 ]

Key = C 4/4

C G Am Em F C D G

3 3 2 2 | 1 - 1 - | 5 3 5 6 | 5 - - - | i - 6 i | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |

父啊求祢今天賞給我們日用的食糧，就是主基督；

C Em F C F C G C

5 - 6 5 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 - 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 3 2 | 1 - - - |

求賜給我們祢的愛子，我們的救主耶穌基督：

F C F C F C D G

6 - i 6 | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 | 2 - - - |

為紀念、領悟、崇敬祢的愛，及祢所言所行、所忍受的一切。

Am Em F C F C G C

i i 6 i | 5 - 3 - | i i 6 i | 5 - - - | 6 6 5 6 | 5 - 3 - | 2 2 2 3 2 | 1 - - - ||

求祢賞給我們主耶穌基督，祢是祢的愛子，我們的日用糧。



Next : 唱 : 主請俯聽我禱



## 第三部份： 祈禱心聲

自發祈禱、天主經  
結束禱文及祝福

## 齊唱



- Em G/D Am/C D
- 求你俯聽我，求你俯聽我，
- G/B C F#m B
- 聆聽我，答覆我。
- Em G/D Am/C D
- 求你俯聽我，求你俯聽我，
- Em/G Am7 Em
- 主，請俯聽我禱。
- 2X

## 自發禱詞

- 請自由地說出祈禱意向，以「我們同聲祈禱」結束，大家答唱：

Em/G Am7 Em

主，請俯聽我禱。





*一起再唱兩次，然後天主經*

Em G/D Am/C D

求你俯聽我，求你俯聽我，

G/B C F#m B

聆聽我，答覆我。

Em G/D Am/C D

求你俯聽我，求你俯聽我，

Em/G Am7 Em

主，請俯聽我禱。

## 〔結束祈禱〕

- 領：主基督，你說過你是生命；主，你是我們真實的生命，你的足跡也是我們獲得這生命的途徑；/...



## 〔結束祈禱〕

- 我們在這裡祈求你，在這朝向你生命泉源的旅程中，賜給我們更多的力量，也就是你與我們同在及臨在恩寵， /...



## 〔結束祈禱〕



- 領：使我們在你的生活中找到及滿足我們生命的饑渴的泉源。我們這樣向你祈禱，因你是天主永生永王。
- 眾：阿們。

Next : 唱上主的祝福 F



## 方濟祝福

讓我們懷著基督的愛，  
彼此互祝平安！

# 吟詠歌唱：上主的祝福



F Dm B<sup>b</sup> C Dm C B<sup>b</sup> C

| 5 3 2 1 2 3 | 1 1 2 - | 1 1 1 1 1 2 3 1 | 6 2 3 1 5 |

願上主 祝福你 保護你 願上主的 慈顏 光照 你仁慈待你



B<sup>b</sup> F Dm C B<sup>b</sup> C F

| 6 1 2 3 5 | 3 2 1 2 2 . 3 | 1 - 6 - | 1 - - - |

願上主轉面 垂 顧 你 賜 你 平 安



# 開燈 | 吹蠟燭 | 報告



- 自我介紹
- 下次為八月**15-16**日
- 泰山洗心中心避靜：參加者請填名字及電話
- 不去的話，別忘九月第三周六祈禱會
- **9月19日**~爾免我債

# 開燈 | 吹蠟燭 | 報告



- 網址 :
- 拉維納 La-ver-na
- 西門町 Sai-mon-cho
- [Laverna-in-Saimoncho.blogspot.com](http://Laverna-in-Saimoncho.blogspot.com)
- 電郵名單/奉獻



方濟祝福後，  
勞煩各位：

- 1.把外面的桌子及椅子搬回來
- 2.把坐墊等拿回祈禱室
- 3.把蠟燭放回箱子  
等等等等

## 方濟的祝福



- 領：願上主祝福你們，保護你們。
- 眾：阿們。

## 方濟的祝福

- 領：願上主的慈顏光照你們，仁慈對待你們。
- 眾：阿們。



## 方濟的祝福

- 領：願上主轉面垂顧你們，賜給你們平安。
- 眾：阿們。



## 方濟的祝福

- 眾： +因父及子及聖神之  
名。阿們。



# 結束詞

- 眾：至聖的主耶穌基督，我們在這裡，並在普世的聖堂內，朝拜你，讚頌你，因為你以十字聖架救贖了普世。





勞煩各位：

- 1.把外面的桌子搬回來
- 2.把坐墊等拿回祈禱室
- 3.把蠟燭放回箱子  
等等