

# 福音释义：天上的粮

基督圣体圣血节福音（甲年）  
和释义。

## 福音（若6:51-58）

那时候，耶稣对群众说：「我是从天上降下的、生活的食粮；谁若吃了这食粮，必要生活，直到永远。我所要赐给的食粮，就是我的肉，为使世界获得生命。」

犹太人彼此争论说：「这人怎么能把他的肉，赐给我们吃呢？」

耶稣向他们说：「我实实在在告诉你们：你们若不吃人子的肉，不喝他的血，在你们内，便没有生命。谁吃我

的肉，并喝我的血，必得永生；在末日，我且要叫他复活。

「因为我的肉，是真实的食粮；我的血，是真实的饮料。谁吃我的肉，并喝我的血，便住在我内，我也住在他内。就如那生活的父，派遣了我，我因父而生活；照样，那吃我的人，也要因我而生活。」

「这是从天上降下来的食粮。不像祖先吃了『玛纳』，仍然死了。谁吃这食粮，必要生活，直到永远。」

---

## 释义

基督圣体圣血节的用福音包含了耶稣在葛法翁会堂里有关生命之粮的部分讲道，那讲道就在耶稣行五饼二鱼的奇迹之后。圣若望告诉我们耶稣在论及那未来的圣体圣血的奥迹时，在听众中引起了惊讶和反感。然而，教会

一直都透过耶稣在圣体真实的临在，每天充满感恩地更生她的信仰。教会亦一直鼓励圣体巡游，在城市的街道上让所有人瞻仰主耶稣并得到祂的祝福。

耶稣把祂的讲道连系到天主在旷野为以色列人从天上所降下的玛纳。「以色列子民一见，就彼此问说：『这是什么？』原来他们不知道这是什么。梅瑟告诉他们说：『这是上主赐给你们吃的食物。』」作为基督徒，我们应该对同为主所赐、且更为崇高奥秘、并赐予我们永生的圣餐感到惊异。

耶稣解释在沙漠的玛纳预示着天主将会透过祂自己的圣子从天上赐给人类真正的食粮。五饼二鱼的奇迹亦预示了圣体圣事，是耶稣讲道的前奏。然而，那曾在沙漠里吃过玛纳的人最终仍是死了。耶稣邀请我们去追寻真正的天上神粮，可以解除我们灵魂对天

主的饥渴，并赐给我们永远的生命，也就是复活基督的生命。

当耶稣邀请人们吃祂的肉、饮祂的血时，很多门徒都离开了祂。然而，耶稣在圣体圣血中真实的临在却是我们信仰中其中一个关键的元素。这除了在新约圣经里被提到，特别是耶稣在这里的讲道以及在最后晚餐里建立圣体圣事时，也在教会刚建立时便已被提到。譬如安提约基的圣依纳爵就在公元90年时写下：「他们远离圣体圣事和祈祷仪式，因为他们拒绝承认圣体圣事是我们救世主耶稣基督的肉身，即那为我们的罪而受苦，并因他的良善而被父复活的肉身。」 [1]

在注释耶稣的讲道时，教宗方济各邀请我们更新对基督在圣体圣事中临在的信仰，并让基督在我们领受祂时改变我们：「面包确实是祂为我们舍弃的身体，酒亦确实是祂为我们倾流的宝血。圣体圣事就是耶稣将自己完全献给了我们。通过圣体圣事，我们从

祂那里得到滋养并能住在祂里面；如果我们怀着信心这样做，就会改变我们的生命，把它变成给天主和我们兄弟姐妹的礼物。从那「生命之粮」中得到滋养，意味着与基督圣心和谐共处，吸收祂的选择、祂的思想和祂的行为。这也意味着进入动态的爱，成为和平的人、宽恕的人、和解的人、分享团结的人。这些也正是耶稣所做的事情。」 [2]

圣施礼华说：「天主一心要留在圣体中来养育我们，给我们力量，使我们天主化，使我们的事业广结硕果。」 [3] 他继续说道：「我们若因领圣体而获更新，就应当表现出来。让我们同心祈祷，求使我们的思想能够诚恳，充满平安，有自我牺牲和服务的精神。让我们同心祈祷，求使我们能做到言必真实清晰，言之有理，言之得时，从而有助于人，有慰人心，尤其能给人带来天主的光照。让我们同心祈祷，求使我们的行为能做到坚定一致，广结善果，合情合理，散发

「基督的芬芳」，引人遵行其道。」

[4]

[1]安提约基的圣依纳爵《给士麦拿人书》，7

[2]教宗方济各《三钟经》，  
2015-08-16

[3]圣施礼华《基督刚经过》，151

[4]同上，156

Pablo Edo

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/gospel/Fu-Yin-Shi-Yi-Tian-Shang-  
De-Liang/](https://opusdei.org/zhs/gospel/Fu-Yin-Shi-Yi-Tian-Shang-De-Liang/) (2026年3月17日)