



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。

會址：香港灣仔譚臣道 98 號運盛大廈 19 樓

電話：2838 0780

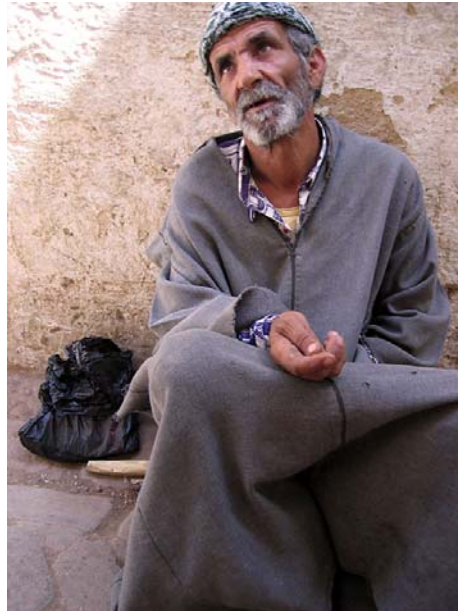
網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：bonfire.maryhcs@gmail.com

(默想和祈禱素材由潘寶珍、潘惠兒、Nicol、陳樹培輪流編寫)

09.10.2006 [這一刻，我如何去愛！]

『你應當全心、全靈、全力、全意愛上主，你的天主，並愛近人如己。』路 10：27



默想：有一個法學士試探耶穌，問如何得永生，耶穌反問他法律記載甚麼？他答說：

「你應當全心、全靈、全力、全意愛上主，你的天主，並愛近人如己。」(申 6:4-5) 法學士又問：「誰是我的近人？」耶穌便講了撒瑪黎雅善人的比喻 (路 10：30-37)。猶太人世代以來都視撒瑪黎雅人為不潔的民族、是世仇，從不交往；但撒瑪黎雅人看見路上受傷的猶太人，却動了憐憫的心，不避嫌隙，出手相救。全心是身體，全靈是靈魂，全力是所有財產，全意是思想意志。我的身體軟弱，我的靈魂虛幻，我有很多東西捨不得放棄，我的意志很薄弱，我是否可以整個人包括精神肉體物質意志去愛上主，我的天主？我愛不愛那些與我不親近的近人？當我真正願意捨棄自己時，主就住在我內！

行動：每一天，每一分鐘，都會有機會讓我去實踐愛天主愛近人的誠命？今天我有甚麼事情沒有實踐愛的誠命？我又做了甚麼事去愛天主、愛近人？