



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仕每天用 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)

24.10.2006 [常常祈禱，常常醒寤]

主人來到時，遇見醒寤着的那些僕人，是有福的。(路：12：37)



The Wise Virgins, from
The Life of Jesus Christ
by J.J.Tissot, 1899

默想：耶穌藉比喻勸勉門徒常常醒寤，等待人子的來臨。如果我們的心昏迷不醒，就像那些絲毫不想天上的事，只顧享樂的人。在想不到的日子，會如同捕鳥的羅網一樣，突然光顧你們 (依 24：17)。我們要時常醒寤，不要做昏迷不醒的人。我的心有昏迷不醒的時刻嗎！有跌倒軟弱的時刻嗎！

行動：怎樣才可以常常醒寤？常常祈禱，懂得獨處都是幫助我們常常保持心靈的清醒，不致陷入昏迷不醒的誘惑中。每天 15 分鐘的默想，每天找時間不斷的誦唸短誦是讓我們常常醒寤的「工具」。