



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)

02.11.2006 [讓我每天都學習如何去愛！]

凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。 瑪 25：40b



默想：「我們應彼此相愛.....我們所以認識了愛，因為那一位為我們捨棄了自己的生命，我們也應當為弟兄們捨棄生命。誰若有今世的財物，看見自己的弟兄有急難，却對他關閉自己憐憫的心，天主的愛怎能存在他內？」若一 3：11-17 我口中時常掛著我們要彼此相愛，可是在行動中却給了自己很多藉口，就如一粒種籽生長在荊棘叢中，雖然有成長，却被荊棘所窒息。

行動：「我們應該彼此相愛，因為愛是出於天主；凡有愛的，都是生於天主，也認識天主。」若一 4：7 天主父啊！當我被荊棘所窒息時，求你幫助我，把我從荊棘中拉出來，並扶助我在每件事情上都以你為中心，不以自己的微小而忽略了那些有需要的小兄弟。