



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)

03.11.2006 [主，求您寬恕我的罪過！]

「你們中間，誰兒子或牛掉在井裏，在安息日這一天，不立刻拉他上來呢？」

路 14：5



默想：經師與法利塞人批評和指責耶穌在安息日治病，認為他不遵守梅瑟法律，他們只看見安息日的表面，却忽視了背後真正的意義。安息日的存在是為了生命，人是為了生命而生活，而不是為了條文而生活。他們以自己的準則去批判別人，對別人很嚴厲，待自己却很寬鬆。

行動：主啊！你曾經說過，我用什麼量度給別人，你便用什麼量度給我。當我給別人量度時，求你讓我看清楚自己的量度。當我批判別人時，求你讓看見自己的不足。

