



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)

02.12.2006 [做個心裡潔淨的人！]

流在城的街道中央；沿河兩岸，有生命樹，一年結十二次菓子，每月結菓一次，樹的菓子可治好萬民。 默 22：2



Garden of Eden by Jacob de Backer 1560

Groeninge Museum, Bruges

上主天主使地面生出各種好看好吃的果樹，生命樹和知善惡樹在樂園中央，有一條河由伊甸流出灌溉樂園。(創 2：9)

聖若望在神視中，天使指示給他一條生命之水的河流，光亮有如水晶，從天主和羔羊的寶座那裡湧出，流在城的街道中央；沿河兩岸，有生命樹，一年結十二次菓子，每月結菓一次，樹的菓子可治好萬民。(默 22：1-2)

默想：原祖父母生活在樂園裡，樂園中樹上的果子他們都可以吃，唯獨不可以吃樂園中央的知善惡樹。天主只說了不可吃知善惡樹的果實，却没有提及不可吃生命樹的果，我們無法知道原祖父母在未犯罪之前有沒有吃過生命樹的果子。

吃了知善惡樹的果實，將如同天主一樣知道善惡，這是多大的誘惑。能知善惡，便能改變人心。結果是原祖父母得到了知善惡的心，却失去了純潔的心，「我在樂園中聽到了你的聲音，就害怕起來，因為我赤身露體，遂躲藏了。」(創 3：10) 從此與天主的關係疏遠了，再沒機會在樂園中生活，同時也失去了吃生命樹果的權利。

我們本來失去了永生的權利，但因聖子耶穌的關係，天主重新賞給我們永遠的福樂。

「我快要來，...那些洗淨自己衣服的，是有福的！他們有吃生命樹果的權利，並得由門進入聖城。」(默 22：12-14)

行動：原祖父母因吃了知善惡樹的果實，從而改變了他們的心，從此我們便擁有四

種不同的心：好心做好事，好心做壞事，壞心做好事，壞心做壞事。有時一

個人同時也可能會擁有四個心，究竟要怎樣做，才能保持耶穌所教訓的，「心

裡潔淨的人是有福的，因為他要看見天主。」(瑪 5：8)