



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)

28.9.2006 [讓修和聖事洗滌我的靈魂]

分封侯黑落德聽到發生的一切事，猶豫不定。(路 9:7)



默想：黑落德已經斬了洗者若翰，這個時候他聽到了百姓的許多有關耶穌的意見，對百姓的謠傳，他關心的是若翰藉耶穌出現了，於是惴惴不安。行了不義的事，心裏便會不安。幾時我們感到猶豫或有不安的時候，我們的良心便會告訴我們的思、言、行，是否背離了正義和愛。我的誘惑是什麼！我有沒有不安的事困擾我呢！

行動：猶豫和不安的對立是喜樂和平安。今天讓我檢省，若有不安的事情，便趕快在這個主日辦好修和聖事，讓不安和猶豫的影子消除，讓修和聖事洗滌自己的靈魂。