



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)

15.1.2007 [仍在舊我中掙扎，把持不捨！]

也沒有人把酒裝在舊皮囊裏的；不然酒漲破了皮囊，酒和皮囊都喪失了；而是新酒應裝在新皮囊裏。 谷 2：22



GOYA Y LUCIENTES, Francisco de
St Peter Repentant
1823-25
Phillips Collection, Washington

默想：耶穌基督雖然是天主子，卻因所承擔的苦難，學習了服從，被釘在十字架上，且聽命至死，以洗滌我們的罪過，成了永遠救恩的根源。基督為我們揭示了新的愛的誡命，好讓我們自由地去跟隨、誠心接受—從而悔改、皈依，在祂內度新生活。我們需要宛如脫胎換骨，才能全心皈依。在尋找基督的路上，我是否仍在舊我中掙扎，把持不捨！我還在依戀什麼！

行動：從今天開始，每日鞭策自己捨棄陋習，每天為自己的軟弱向主悔過。求聖神光照，堅持目標，在掙扎中仍感受上主的憐愛。求主垂憐！