



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：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓 電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：bonfire@maryhcs.org

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

12.12.07 [我可以為勞苦和負重擔的人做些什麼!]

凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來，我要使你們安息。

(瑪 11 : 28)

今日聖言：

依 40 : 25 - 31

詠 : 103

瑪 11 : 28 - 30



SACCHI, Andrea St Francis Marrying Poverty 1633

Galleria Nazionale d'Arte Antica, Rome

默想：

耶穌召請進入天國的子民，是「凡勞苦和負重擔的」，即那些身受生活與罪惡壓迫的人群，亦即是那些為當時經師和法利塞人所輕視的「老百姓」，他們因生活的貧苦與罪惡的壓榨，得不到真正的安息。可是一進入了天國，天國的君王耶穌便賜給他們現世和來世的永久和平。

在耶穌時候時代二千年後的今天，勞苦和負重擔的人是誰？現在世界上六十多億人口中，正在發展中國家的人口佔上大部份，全球仍有不知多少人生活在貧窮線、戰亂和不安的生活中。這些就是耶穌口中的「勞苦和負重擔」的人。在發達國家，當然也有很多人受罪惡的壓榨。他們都是耶穌邀請進入天國的對象。

新任法國泰澤團體院長艾樂思修士最近訪港時提醒我們，寂寞也屬於貧窮，他建議信徒應與他人一起探訪貧苦者，特別是長者。

我們存活在世上，在天主的計劃中，可以為「勞苦和負重擔」的人做些什麼？

行動：我有時有一種熱誠和衝動，奔赴貧困的地方去工作和服務。這一顆心年青的時候出現過，現在還沒有泯滅 我現在可以做的是關心和幫忙世界上其他地方的「勞苦和負重擔」的人，將自己的多餘捐獻給他們，還有，我可以關懷和探望我週邊認識的寂寞的人。

天主的計劃是讓我可以.....