



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@gmail.com

(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。)

26.02.2007 [我要渡一個聖善的生活！]

[你們應該是聖的。] (肋 19：2)



The Law Given on Mt. Sinai, by C.F. Vos

默想：在舊約時代，我們常常看到以色列人沒有遵從天主的訓示，等到環境逆轉時，才向天主認罪悔改。但總是再犯，真的讓天主心疼不已。天主透過梅瑟所頒佈的十誡，有很多“不可”。我們有沒有認真地反省十誡，究竟我們做到多少！雖然我們知道自己有很多缺點和不足，但是我們有沒有盡自己的能力去嘗試完善自己，避免犯罪！從正面來說，我們也有很多“可以”做的事情。我們又有沒有盡力去做？比方說，社會的弱勢一群，他們的需要，我們有沒有視而不見，袖手旁觀！當天主要用正義來審判我們，我們有沒有信心站立在祂面前，容祂說一聲：「孩子，你做得很好！」

行動：讓我每天都用十誡幫助自己的反省，好讓我不斷的改進。我在生活上有太多的誘惑，主！請您幫助我、淨化我，幫助我悔改，幫助我不斷依賴您的力量，躲避罪惡的陷阱。每次我犯了罪而又獲得您仁慈的赦免的時候，主，是您賜這份恩寵讓我不斷學習發展肖似基督的品格，抵抗誘惑。主！請您幫助我恆心祈禱，讓我有能力勇敢地穿上正義的外衣，邁向聖善的生命！