



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。)

5.3.2007 [天主對我的慈悲無限！]

你們應當慈悲，就像你們的父那樣慈悲。(路 6 : 36)



默想：耶穌講解愛德的金科玉律，他教訓門徒要以天父的慈愛為模範。我們每人都經驗過領受天主對自己發慈悲的時候。在我的生命中，直到這一刻，天主不知救援了我多少次的軟弱，領我走過了多少個幽谷，這單單是出於天主的慈悲和愛——天主對我無條件的愛。天主對我發了多大的慈悲，要報答天主對我的大恩，就是以愛還愛，就是以同樣的慈悲善待與我相遇的人。

行動：當我發怒的時候，當我帶著理性去批評他人的時候，當我對人有要求的時候，當我對人感到失望的時候；但願我記得天主對我的慈悲。讓我靜一下，緩於發怒，緩於批評，但感受愛，感受一下天主在我身上特別的愛，是天主的仁慈讓我成為今日的我。這份獨特的經驗和成長就是主給我特別的恩寵——是這份力量讓我有能力將天主的慈悲也散發到與我相遇的人身上。這是愛的學習，愛的實踐！愛化解一切的誤解和仇恨！求主垂憐！今天我曾與何人相遇……………