



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。)

28.03.2007 [喜歡真理的人是有福的！]

[你們如果固守我的話，就確是我的門徒，也會認識真理，而真理必會使你們獲得自由。]（若 8：31-32）



默想：耶穌對相信他的人說：「你們如果固守我的話，就確是我的門徒，也會認識真理，而真理必會使你們獲得自由。」（若 8：31-32）在聖經裡，耶穌早已告知我們，只要遵行他的教訓，並於生活中實踐出來，那裡我們就可以找到真理，得到自由！人人都渴望得到心靈的真正的自由，但另一方面我們的心靈又被世俗的慾念而侵佔。魚與熊掌，我們都想兼得！你以為可以嗎？

行動：天主啊！我明白耶穌的教導，而且很希望實行，我很希望做個真正自由人。但我感到很懦弱，沒有計劃，沒有志向，沒有勇氣身體力行。天主！求您幫助我，讓我認識自己的軟弱，我求賜您的聖寵助我除去我的軟弱！我求聖神臨在於我心中，讓我值著祂的力量去實踐愛主愛人的生活！亞孟。