



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

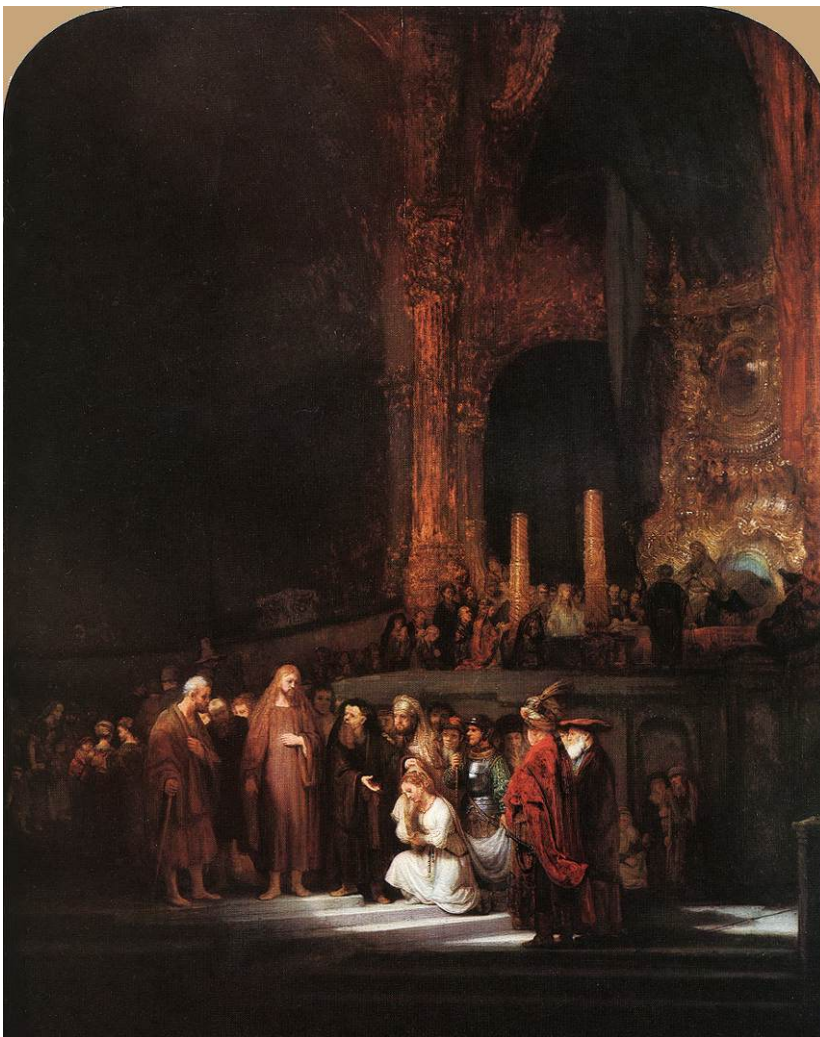
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

1.6.2007 [信德和愛德是祈禱力量的泉源！]

今日聖言： 德 44 : 1, 9 - 13

詠 150 谷 11 : 11 - 26

因此，我告訴你們：「你們祈禱，不論求什麼，祇要你們相信必得，必給你們成就。當你們立着祈禱時，若你們有什麼怨人的事，就寬恕罷！好叫你們在天之父，也寬恕你們的過犯。」（谷 11 : 24 - 25）



REMBRANDT Harmenszoon van Rijn Christ and the Woman Taken in Adultery
1644 National Gallery, London

默想：

在這段福音的前段中，耶穌曾在宗徒們面前詛咒無花果樹，目的在顯示自己的威能，其後藉宗徒發覺無花果樹枯萎的機會，教訓他們，只要他們具有信德和愛德，他們的能力可以是無限的。耶穌也提醒門徒培養愛德的能力和實行寬恕的精神，當信徒心中懷有這兩種美德，他的祈禱便是萬能的。

這段福音提醒我們祈禱所要具備的條件，我們和天主交談，進行任何形式的溝通，都要在信德和愛德的光照中進行，這樣的祈禱才是最有效能的。但我們往往在祈禱中，未能放下自己的執着，接受不了自己，更未能接受他人，也未能放下嫉忌和怨憤……我的祈禱生活是否是這樣的呢！有什麼辦法可以改善呢！

行動：信德是天主的恩賜，寬恕也是天主的恩賜。我要善用聖教會的聖事幫助我渡祈禱的生活。我要妥辦告解，確保我毫無保留的悔改得到天主的寬恕，從而獲得愛德和寬恕他人的力量。我要勤領聖體，讓信德在我內日漸日長。