



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。)

17.09.2007 【我是良善心謙的】

今日聖言：

弟前 2：1-8

詠 28

路 7：1-10

「主啊！不必勞駕了！因為我當不起你到舍下來。」 路 7：6



JUANES, Juan de, Christ with the Chalice

Museum of Fine Arts, Budapest

默想：

百夫長是羅馬人，罕有地得到猶太人愛戴，願意主動為他向耶穌祈求，求耶穌治好他所喜愛的僕人。「他堪當你給他做這事，因為他愛護我們的民族，又給我們建築了會堂。」不過耶穌佩服的不是百夫長對猶太民族所做的善事，而是他的謙遜：「主啊！不必勞駕了！因為我當不起你到舍下來。為此，我也認為我不堪當親自到你跟前來，只請你說一句話，我的僕人就必好了。」（路 7：6-7）

百夫長對猶太民族做了善事，並沒有因此而驕傲，對耶穌呼呼喝喝，要耶穌報答他，反而更謙遜地向耶穌祈求。

謙遜是要發自內心，是做作不了的。話雖如此，可是假謙遜易做，真謙遜難為。我們會不自覺地去計算自己做了多少善事，有多少回報。我們又會用人的公平標準去衡量別人是否有與自己所付出的相稱，心裡難免感到不舒服。真謙遜發自內心真是一件不容易的事情。

行動：耶穌說：「我是良善心謙的。」我是耶穌的門徒，當然也要學習良善心謙。每

晚臨睡前，我都會反省當天所做的事，往往覺得自己是「良善」有餘，而「心

謙」不足。我對天主會斤斤計較，對自己會斤斤計較，對別人也會斤斤計較。

斤斤計較變成了我行聖化之路的絆腳石。主，請幫助我認清楚什麼會有這絆

腳石，請幫助我移去它！