



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。)

12.1.2008 [學習謙遜和犧牲！]

你們自己可以給我作證，我曾說過：我不是默西亞，我只是被派遣作他前驅的。有新娘的是新郎；新郎的朋友，侍立靜聽，一聽得新

今日聖言：

若一 5:14 - 21

詠 149:1-2, 3-4,

5, 6, 9

若 3:22-30

郎的聲音，就非常喜樂：我的喜樂已滿足了。他應該興盛，我卻應該衰微。(若 3:28-30)



默想：若翰是一個十分謙遜的人，是所有基督徒的模範。他為主作見證，他深知自己的身分，謹守使命，作新郎的朋友，時候到將新娘（選民）領到新郎（基督）面前。作前驅的便應引退，如同太陽的光芒在太陽升起後，就自然隱去一樣。

教宗保祿六世在一次傳教節文告中說：「現代人雖不易聽信任何人，卻可因一個人的言行，及其在生活中力行犧牲奉獻的時候，而相信他」。若翰正是這樣一個人。他以其言行，教人「藉他而信」。我們應以若翰榜樣，以謙遜和犧牲的精神，為耶穌作證，使我們身邊的人可從我們身上，看到普世的真光。

COSSA, Francesco del St Peter and St John the Baptist (Griffoni Polyptych) 1473

Pinacoteca di Brera, Milan

行動：若翰教我學習他身上的謙遜和犧牲。我明白這兩樣德行不是一日可得的，是需要我投下時間和決心，且不是空談的。為謙遜，我嘗試每天找一次機會不去判斷人。為犧牲，我今天為他人的緣故，可以省下自己的一些時間或金錢，做一些為他人有益的事情！願我每天都能夠這樣做！