



## 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](mailto: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。)

08.10.2008 【祈禱是我生活的美麗境界】

【主！請教給我們祈禱。】 (路 11:1)

今日聖言：

迦 2：1-2, 7-14

詠 117

路 11：1-4



PERUGINO, Pietro, The Pazzi Crucifixion (detail), 1494-96  
S. Maria Maddalena dei Pazzi, Florence

默想：

早期的教會，因為了解到當時有很多信友的教育水平不高，所以很貼心地為他們編寫了很多不同的禱文。為的就是怕他們因為個人能力所限而不懂祈禱，便索性不去祈禱。

但是現今的我們，對於那些用了優美的文字編寫成的禱文又了解多少呢？我們會不會只是盲目地背誦那些文字而沒有細心咀嚼箇中深厚的含義呢？

我的反省：

從前我在學校裏也學會了很多禱文，但是每一天也只不過是嘮嘮叨叨地重覆著這些對於當時的我一點意義也沒有文字。

經過多年的尋尋覓覓，我終於了解到祈禱的魅力和美麗。

在祈禱當中，我體會到這是最直接與天父接觸的方法。

「父啊！願你的名被尊為聖！願你的國來臨！我們的日用糧，求你天天賜給我們！寬免我們的罪過，因為我們自己也寬免所有虧負我們的人；不要讓我們陷入誘惑。」 (路 11：2-4)