



## 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。)

**5.11.2008 【捨棄無用的，騰出心靈空間接近主！】**

你們中不論是誰，如不捨棄他的一切所有，不能做我的門徒。  
(路 14 : 33)

今日聖言：

斐 2 : 12 - 18

詠 27

路 14 : 25 - 33



**TERBRUGGH**

**EN, Hendrick**

The Calling of  
St Matthew

1621

Oil on canvas,  
102 x 137 cm

Centraal  
Museum,  
Utrecht

**默想：** 耶穌講論做他門徒的條件。捨棄一切是指捨棄一切世俗的溫情，自己的名譽、財產等等，這是為愛天主的緣故而甘願犧牲屬於自己的一切，爽快和勇敢地跟隨耶穌。

這種捨棄是很困難的，相信耶穌並沒有嚴格要求每個基督徒都這樣做。為我們一般平信徒而言，捨棄是什麼呢？平日有太多的事物充塞著我們的生活，充塞著我們的心靈空間。新聞、時事、財經、資訊和人際關係等，花去了我們不少時間，因為我們相信擁有資訊就是力的表現，沒有資訊和人脈關係，我們在商業社會的競爭上就給人比了下去。

我們努力去「擁有」，因為我們相信「擁有」會給我們帶來額外的安全感——就好像我們外出旅遊一樣，總為保險的緣故，往往帶了我們不一定用得著的東西。耶穌的教導正好和我們俗世生活的作風相反。若不是為天主，「擁有」祇會阻塞我們走向天主的靈修旅程。我們越懂得捨棄，越能空虛自己，便越容易靠近天主。

**我的行動：** 我要學習從小事上捨棄自己，我可以學習捨棄一些物質，例如，我不需要太多的衣服，太多的書本，花太多時間看報紙和電視。我也可以學習捨棄一些生活習慣，例如，一些消耗自己能量的慣性心理規條。我捨棄了這些無用的，是為自己心靈騰出更多空間為主而活。求主垂憐！