



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。)

08.11.2008 【主，我也希望學聖保祿一樣，在你內常常知足。】

我說這話，並不是由於貧乏，因為我已學會了，在所處的

環境中常常知足。我也知道受窮，也知道享受；在各樣事上和

各種境遇中，或飽飫、或饑餓、或富裕、或貧乏，我都得了祕訣。(斐 4：11-12)

今日聖言：

斐 4：10-19

詠 112

路 16：9-15



LISS, Johann, The Ecstasy of St. Paul, 1628-29
Staatliche Museen, Berlin

默想：

保祿自從被主耶穌轉化後，便不辭勞苦到處為主作證。當中吃的苦頭比任何人都多；我們可以從保祿以下的描述中略知一二：

論勞碌，我更多；

論監禁，更頻繁；

論拷打，過了量；

冒死亡，是常事。

勞碌辛苦，屢不得眠；

忍飢受渴，屢不得食；

忍受寒冷，赤身裸體。

保祿能夠接受以上的苦難，正如他所說，他已因主而得到祕訣，因為他知道主耶穌必會護佑他。讓我們也學習保祿對主的赤誠，全心全意，在任何情況下都將自己交託給主耶穌。

我的祈禱：

聖保祿宗徒，請幫助我們學習你一樣，在任何的情況下都能夠有無比的信德，將自己交託給主耶穌，亞孟。