



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。)

1.3.2008 [主！可憐我！]

那個稅吏卻遠遠地站着，連舉目望天都不敢，祇是捶着自己的胸

膛說：天主，可憐我這個罪人罷！（路 18: 11）

今日聖言：

歐 6: 1 - 6

詠 51

路 18: 9 - 14



DUCCIO di Buoninsegna

Christ Accused by the Pharisees

1308-11

Tempera on wood, 49 x 57 cm

Museo dell'Opera del Duomo,

Siena

默想：耶穌講法利塞人和稅吏祈禱的比喻。耶穌口中的那個法利塞人做足了自己認為是對的善行，但他的祈禱是誇耀自己的德行多於真誠的祈求。雖然稅吏的祈禱是簡短的，但卻表明他真心承認天主的尊嚴及自身的卑微。耶穌旨在闡明罪人的謙遜在天主前遠勝過誇耀自己德行的行為。德訓篇說的好：「謙卑人的祈禱，穿雲而上」。(德 35:21)

凡高舉自己的，必被貶抑，凡貶抑自己的，必被高舉。(路 18:14) 耶穌給我們的訊息，清楚不過了，他要我們永遠要做一個謙遜的人。驕傲和謙遜兩種力量都同時存在我們心內。我們可否留意到，那一種力量在主導自己的生活！

行動：當我稍有小成就時，就自然會感到自滿和驕傲。當我軟弱和跌倒時，反而觸動謙卑的情緒和祈求。主！在我的成與敗、起和跌、喜和憂交織的生活和經驗中，你讓我領會驕傲的苦困和謙遜的甘飴。主！我感謝你！主！可憐我這個罪罷！我從來就沒有什麼值得誇耀的！