



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：香港灣仔譚臣道 98 號運盛大廈 19 樓

電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：Bonfire.maryhcs@gmail.com

(默想和祈禱素材由潘寶珍、潘惠兒、Nicol、陳樹培輪流編寫)

20.12.2006 [上主的恩寵如甘霖充滿大地！]

「萬福！充滿恩寵者，上主與你同在！[在女人中你是蒙祝福的]」 路 1：28



默想： 聖神一句非常震撼的請安「萬福！充滿恩寵者，上主與你同在！[在女人中你是蒙祝福的]」，令瑪利亞驚惶不安。然而，卻使我們明瞭瑪利亞是一位非常特殊的女子—自小蒙上主的祝福，滿被上主的恩寵，且被召選為天主之兒子耶穌基督在世的母親。她以童貞之身由聖神受孕，誕下耶穌基督，成就了天主聖子降生成人的救恩計劃，使救恩遍及普世，人人都可接受上主的恩寵，只視乎你願意與否。

ANGELICO, Fra Annunciation

1440-41 Convento di San Marco, Florence

行動：讓我們帶著喜樂、感恩的心，默想上主奇妙的救恩：萬福瑪利亞，滿被聖寵者，主與你同在，你在婦女中受讚頌，你的親子耶穌同受讚頌。再懇切地求聖母媽媽為我們轉禱：天主聖母瑪利亞，求你現在和我們臨終時，為我們祈求天主。亞孟。聖母媽媽，求你給予我們一顆純樸之心，時常準備迎接上主慈愛的禮物。