**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仕每天用 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。)

## 23.11.2007 【聖堂是我的心靈的避難所！】

今日聖言：
加上 **4：36-37, 52-59**
編上 **29：10-12**
路 **19：45-48**

「我的殿宇應是祈禱之所。」　路 **19：46**

默想：　耶穌不止一次去耶路撒冷聖殿，不過今次他的行動相當激烈，他把在殿院做買賣的人趕出去：「經上記載：我的殿宇應是祈禱之所，而你們竟把它做了賊窩。」他知道自己在世的時日無多，看見自己的殿宇竟然淪爲喧嘩之地，怎不痛心。

聖堂是天主的殿宇，是我們與天主相會交談的地方。我們可有重視天主的殿宇！如果我們把聖堂視爲聯誼的地方，在天之父見我們這樣對待他的殿宇，會如何看我們？

**行動：**聖堂是我心靈的避難所，每當我有煩惱的時候，便會坐在聖堂裡，與天父交談，向他傾訴心事。只有寧靜才可感受到天主的臨在。