



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。)

21.12.2007 【主，你的臨在讓我歡欣踴躍！】

「吾主的母親駕臨我這裡，這是我那裡得來的呢？」(路 1：43)

今日聖言：

歌 2:8-14

詠 33

路 1:39-45



默想：

聖母懷著天主子去探訪依撒伯爾，依撒伯爾一見到瑪利亞，就充滿了聖神，認識到瑪利亞腹中的是天主子，就開口稱讚瑪利亞為有福的女人。甚至連依撒伯爾腹中的孩子也歡欣踴躍。

天主可曾探訪過你？你有沒有讓祂進入並留下來？或者是讓祂失望地離開呢？又或者是你根本沒有察覺到祂曾經來過？我們時時刻刻都需要聖神的助祐，讓我們有能力察覺天主的到訪。但願我們每次都能親迎天主的到訪，接受這天大的恩寵。

GANDOLFI, Ubaldo,

The Visitation c. 1767

行動：我要常常醒悟，把心扉打開，迎接天主的到訪。我要把握天主每次到訪的機會，因為與主相偕，我感到歡欣踴躍。