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。

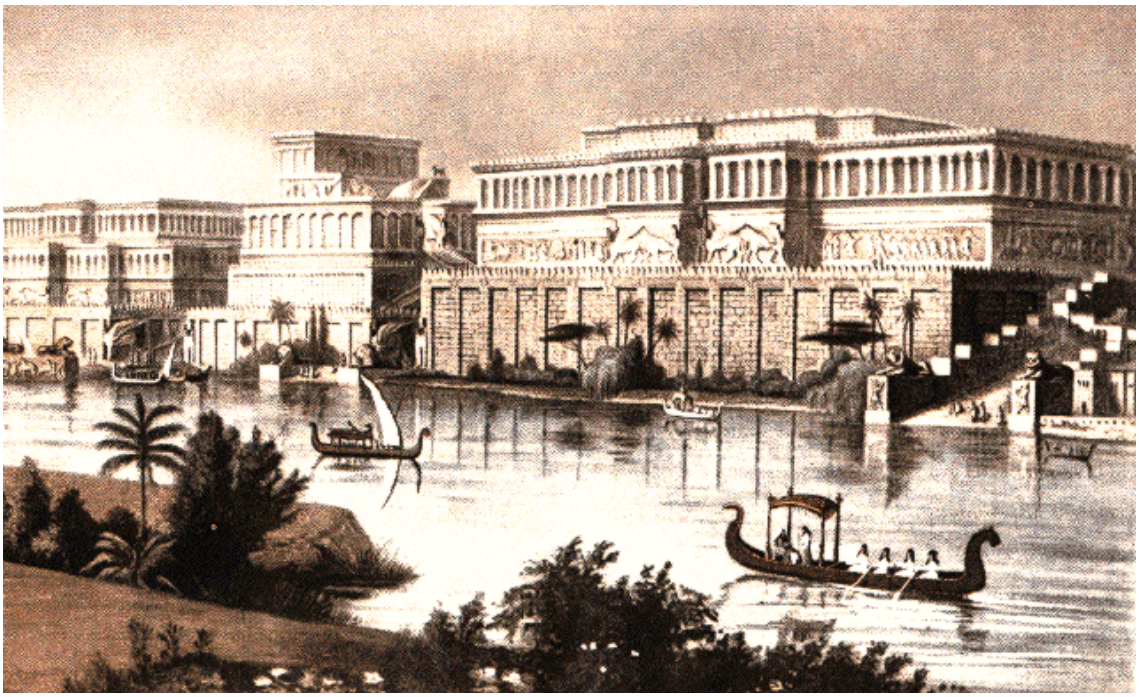
會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓　　電話：2838 0780

網址：http://www.maryhcs.org　　電郵：Bonfire.maryhcs@gmail.com

(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。)

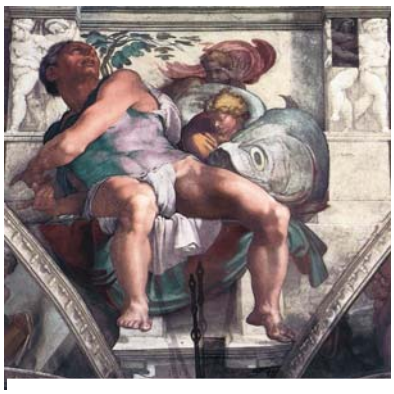
28.02.2007 [真心悔改吧!]

有如約納爲尼尼微人是個徵兆，將來人子爲這一世代也是這樣。 （路 11：30）



A restoration of the palaces of Nineveh (尼尼微城) on the west bank of the Tigris. On the left we see the palace of Ashurbanipal (668-627 B.C.). On the right is the palace of Esarhaddon (680-668 B.C.)

默想：舊約時代，罪惡深重的尼尼微人是外邦人，天主也不願看見他們墮落，派約納先知勸他們悔改。天主對人類的慈愛多大，祂後來甚至派遣祂的獨生子耶穌來到我們當中，救贖整個人類。我們聽了耶穌宣講的福音而悔改，且成爲天主的兒女，多麼有福！但是還有很多人，他們還沒有機會認識天主，或者還未能明辨耶穌就是救世主！爲了讓更多人能分享這一份幸福和喜樂，我們是否應該培養一份使命，努力傳揚天國的喜訊！



Jonah (先知約納)　MICHELANGELO

1511 Cappella Sistina, Vatican

行動：天主啊！求祢賜我更多智慧和熾熱的心，爲您傳福音。我更需要您與我時時同在，好讓我在生活的每一個細節上，無論是言是行，都能把您彰顯在我身上的愛和大能，傳達開去，讓身邊的人透過我去認識您—慈愛的天主。