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)

16.03.2007 【福樂不是在世上，而是在天上。】

「是我磨難了她，也要福佑她。」　　歐 14：9

BELLINI, Giovanni, Pesaro Altarpiece, 1471-74
Oil on panel, 262 x 240 cm, Musei Civici, Pesaro

默想：　當我們遇到困苦時，必會想到天主而向他尋求援助。

「來，我們回到上主那裏去，因爲他撕碎了我們，也必要治愈；他打傷了我們，也必要包紮。兩天後他必使我們復生，第三天他必使我們興起，生活在他的慈顏下。讓我們認識上主，讓我們努力認識上主！他定要像曙光一樣出現，他要來到我們中間，有如秋雨，有如滋潤田地的春雨。」（歐 6：1-3）

每一個人的際遇都不同，有些人生暢順，有些挫折重重，有幸福的，有不幸的，有快樂的，有悲傷的。當我們幸福時，有沒有想起過天主？當我們遇到磨難時，有沒有向天主埋怨過？

「是我磨難了她，也要福佑她；我如一棵翠綠的松樹，由於我，她纔結出了果實。」（歐 14：9）

行動：主！當我的生活順遂時，太開心反而忘記了你。當我遇到磨難時，又覺得是不是你已經不愛我？我的眼光淺短，看不見你，求你賜給我慧眼，讓我看見你的光明。