



## 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](mailto: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)

### 19.3.2007 [你願意傳揚和好的訊息嗎！]

「她要生一個兒子，你要給祂起名叫耶穌，因為祂要把自己的民族，由他們的罪惡中拯救出來。」 (瑪 1：21)



BADALOCCHIO, Sisto

The Holy Family c. 1610 Wadsworth Atheneum,

#### 默想：

若你發覺未婚妻在婚前已有了身孕，而又 是來自自己的，你或許會怒火衝冠，質問對方。但聖經內的若瑟－瑪利亞的未婚夫，面對此事時，卻包容地只想暗暗地休退她便算了。聖神向若瑟報夢，告訴他瑪利亞所懷的胎兒，是由聖神所受生的，要給他起名叫耶穌，他將負有特殊的使命：「祂要把自己的民族，由他們的罪惡中拯救出來。」若瑟謙遜地、以堅定的信德接受天主的召叫，為耶穌在世建立一個溫馨的家庭。

保祿宗徒確信：「天主在基督內使世人與祂和好，不再追究他們的過犯，並且要我們傳報和好的消息。」(格後 5：19) 十字架上的基督正流溢著豐盈的恩寵，使世人與天父和好；我們既是天主的兒女，以自由的意志去接納這莫大的禮物，在生活中去回應，負起傳揚這和好的、新的天人關係。

行動：主，我願意傳揚和好的訊息，不單是努力去學習寬恕得罪我的人，更要跨一步求別人寬恕我的過錯。這真的需要主賜予莫大的勇氣、謙卑的心、懷著愛德去面對。主，我願意，請扶助我。