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。)

23.05.2007　[我要成爲地上的鹽，世界的光。]

今日聖言：
宗 20：28-38　詠 68　若 17：11-19

[求你以真理祝聖他們；你的話就是真理。]（若 17：10）

BACICCIO　Apotheosis of St Ignatius c. 1685

默想：

耶穌爲我們懇求天父保護我們，免我們陷於誘惑，並以真理祝聖我們，好使我們依照天父的話，渡聖潔的生活。

我們應該用聖言潔淨我們的心思意念，因爲聖經教導我們什麼是罪惡，提醒我們要認罪悔改，更新自己，引導我們走向正義的路。

既然我們是被派遣的一群，我們就不要企圖逃避這個世界。我們要成爲鹽和光，完成天主所託付我們的使命。

行動：天主啊，求你親自打開我的眼睛和耳朵，讓我能明瞭你的聖言，爲我的信仰打好基礎，達到生活信仰化和信仰生活化。然後成爲你地上的鹽，世界的光。