



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。)

31.5.2007 [讓悔改，祈禱和補贖成爲我生活的全部。]

今日聖言：

聖母訪親

索 3：14 - 18 或

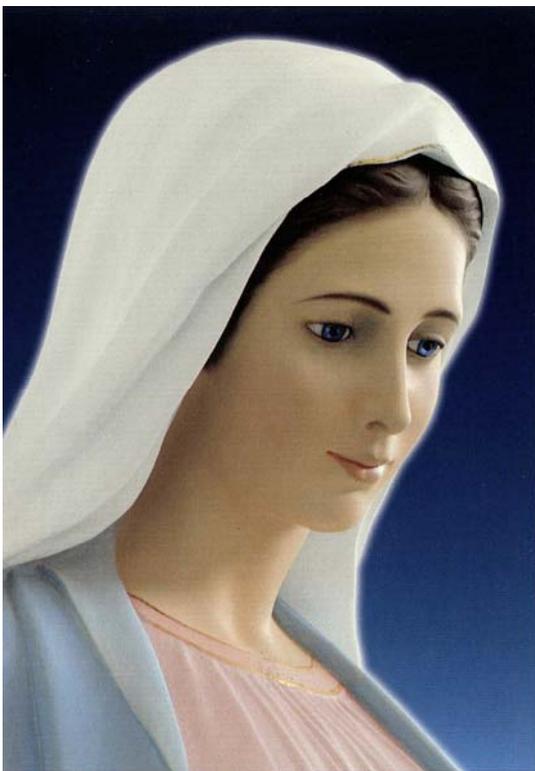
羅 12：9 - 16

路 1：39 - 56

依撒伯爾一聽到瑪利亞請安，胎兒就在她的腹中歡躍。依撒伯爾

遂充滿了聖神，大聲呼喊說：「在女人中你是蒙祝福的 ……………」

瑪利亞遂說：靈魂頌揚上主，我的心神歡躍於天主，我的救主……」（路 1：41 - 47）



“ Dear Children, 聖母在默主哥耶顯現的訊息:

I invite you to your individual conversion.

This time is for you!

Without you God's plan cannot be realized.

Dear Children,

Grow closer to God,

Day by day through prayer.

I give you the weapon against your Goliath.

Here are your little stones:

- *Pray the Holy Rosary with the Heart*
- *The Eucharist,*
- *The Holy Bible*
- *Fasting*
- *Monthly confession”*

默想：

瑪利亞不辭勞苦，長途跋涉去拜訪年邁的表姊依撒伯爾。瑪利亞的請安發生了兩種效果：(1) 引起了若翰在母胎中的跳動 (2) 光照了依撒伯爾的明悟，認識了瑪利亞身上所有的奧蹟。瑪利亞讚美天主的說話成爲日後教會千古常新讚頌天主的詩歌。她先稱讚天主賞她自己的殊恩，後頌揚天主待人的常法，末後稱謝天主對選民的憐憫。

聖母是教會的母親，眾人的媽媽，眾人的主保，她的讚頌亦成爲我們眾靈魂的頌禱。聖母在上世紀和現在用不同的方式顯現給我們。她爲我們眾罪人所犯的過錯而傷心，世間的罪惡、戰爭、人類互相仇視和破壞環境令她傷心。在所有的顯現中，她清楚地告訴我們：聖體是存在，耶穌是存留在聖體中，我們要珍惜耶穌聖體，並朝拜祂。我們要悔改，祈禱，守齋和做補贖。時間已經不多了，她要我們警醒迎接基督的再來。

今天是聖母訪親慶日，我們聽到聖母的忠告，是當作耳邊風，或者我們要認真執行聖母對我們所要求的行動，又或者我們正等待更多的徵兆呢 ……………!

行動：

我不想再遲疑了，雖然我没有親眼見過聖母的顯現，聖母媽媽這樣護佑我，帶我走過憂傷的幽谷，讓我躺在青青草地上，我怎能對聖母媽媽的召喚充耳不聞，怎樣不有所行動呢！悔改、祈禱和補贖就是我的生活 ……………。

主，求您眷顧！