



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。)

15.10.2008【我願意在聖神內達到什麼效果呢？】 聖德蘭·亞維拉(大德肋撒)貞女、聖師 (紀念)

「聖神的效果卻是：仁愛、喜樂、平安、忍耐、良善、溫和、忠信、柔和、節制。」 (迦 5：22)

今日聖言：

迦 5：18 - 25

詠 1

路 11：42 - 46



何事擾你意？何物亂你心？萬般皆易逝，唯主不移真。
心有天主者，堅忍百事成。夫復何所求，有主心意稱。
聖德蘭·亞維拉(大德肋撒)——頭痛病者主保

默想：

「凡屬於耶穌基督的人，已把肉身同邪情和私慾釘在十字架上了。如果我們因聖神生活，就應從聖神的引導而行事。」 迦 5：24-25

很多基督徒也曾聽見過聖神的果實，然而卻未必有呼求過聖神在自己內心工作的經驗及沒有認真地潔淨自己的內心作為聖神的宮殿。我們可向大德肋撒學習，讓天主聖神引導自己在心中燃起修德成聖的熱望。

我的祈禱： 聖神，請祢降臨，充滿祢信徒的心！