



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。)

30.10.2008 【你們應拿起天主的全副武裝，屹立不動。】

用真理作帶，束起你們的腰，穿上正義作甲，以和平的福音作準備走路的鞋，穿在腳上；此外，還要拿起信德作盾牌，使你們能以此撲滅惡者的一切火箭；並戴上救恩當頭盔，拿著聖神作利劍，即天主的話，時時靠著聖神，以各種祈求和哀禱祈禱；且要醒寤不倦，為眾聖徒祈求，也為我祈求，使我在開口的時候，賜我能說相稱的話，能放心大膽地傳揚福音的奧秘。

(弗 6：14-19)

今日聖言

弗 6：10-20

詠 143

路 13：31-35



LUCAS van Leyden, The Temptation of St Anthony, c.1530, Musées Royaux des Beaux-Arts, Brussels

默想：

很少人能夠對抗魔鬼的引誘，就算是基督徒也不是一件容易的事。所以聖保祿宗徒在書信中指導信友在為信仰作戰時，要穿上天主的全副武裝，以天主的話，作為屬靈的利劍，消滅魔鬼的力量。信友藉主耶穌的能力堅強起來，必能抵抗魔鬼的陰謀。這篇經文同時亦提醒我要恆常祈禱，不只為個人，也為整個教會團體在宣揚福音及面對困難挑戰時，有足夠的信德力量支持。

當誘惑在我的門外敲門時，我是否已經把自己裝備好？

我的祈禱：

我向聖神祈禱，求賜我常常保持有警醒的心及信德的力量，面對魔鬼的誘惑。