



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。)

31.03.2008 「萬福！充滿恩寵者，上主與你同在！」

預報救主降生節

瑪利亞說：「看！上主的婢女，願照你的話成就於我吧！」

(路 1:38)

今日聖言：

依 7: 10-14; 8:10

詠 40

希 10: 4-10

路 1: 26-38



默想：

天主派遣天使邀請瑪利亞作救世主的母親，聖母回應天使嘉俾厄爾時以一個婢女及僕人的心態回應上主：「看！上主的婢女，願照你的話成就於我吧！」。

作為基督徒，謙卑是我們應有的心態，相信受惠者除了身邊的人，自己也會有所得益及成長。

GIOVANNI DI PAOLO

The Annunciation

Tempera on wood, 44 x 33 cm

Pinacoteca, Vatican

我的祈禱：我要學習聖母謙卑的態度，有時在日常生活或工作上，不知不覺間犯了驕傲，或流露自以為是的態度。主，求你時常提醒我並賞賜我有一顆謙虛的心，我願意幫助弱小的弟兄姊妹。