



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。)

21.5.2008 [主，祢是我生命的主宰—今天繼續為地震哀悼和祈禱！]

今日聖言：
雅 4：13—17
詠 48
谷 9：38—40

「上主若願意，我們就可以活著。」(雅 4：15)



MASTER of the Saint Lucy Legend

Mary, Queen of Heaven c. 1485-1500 Oil on panel, 199 x 162 cm

National Gallery of Art, Washington

為地震災民祈禱

舉國上下在 5 月 19, 20 及 21 日三天為地震哀悼，所有歡樂的活動都暫停。今天，請大家繼續為祖國四川地震災民祈禱及作出實際行動回應。求主發顯奇蹟讓更多人得救，更多人快速康復。求你慰藉所有受到傷痛的人，治療他們的肉身和心靈，讓他們得到希望和內心的平安，求主垂視！求主垂憐眾生！

默想：

相似的一句說話，可以在耶穌受難前一夜在山園祈禱中找到：「我父，若是可能，就讓這杯離開我吧！但不要照我，而要照你所願意的。」

當我們事事如意，得意忘形的時候，我們很容易以為今日的成就是憑藉自己的才能賺取回來，而忘記了誰是生命的主宰。這句「上主若願意」真是上主喜歡聽到的說話，它說明了我們是何等的卑微和渺小，是何等的需要上主的垂視和眷顧。

我的祈禱：上主，願萬膝跪拜，萬口頌揚祢的名，因為祢是生命的主宰。聖母媽媽，你在天上時刻看顧著我，請你幫助我更好掌握自己的生命，更加接近主，做自己生命的主宰。亞孟！

