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仕每天用 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。)

3.7.2008 「我主，我天主！你確是我的主。」　　**聖多默(宗徒)**

今日聖言：
弗 2：19-22
詠 117
若 20：24-29

「我除非看見他手上的釘孔，用我的指頭，探入釘孔；用我的手，探入他的肋膀，我決不信。」 若 20：25

DUCCIO di Buoninsegna　Doubting Thomas 1308-11

Tempera on wood,　Museo dell'Opera del Duomo, Siena

默想：

多默宗徒跟隨耶穌多年，親眼看見耶穌不少的神蹟異事，但他在眾門徒異口同聲向他証實見到了主的情況下，仍然不肯相信主已復活，並需要主耶穌再次出現以挽回他的信德，可見信德並不容易持有，需要主的不斷扶持。

主，我們的信德也像多默宗徒一樣薄弱，我們也需要你不斷的扶持，求你垂視我們。

我的祈禱：

我要勤讀聖書，以聆聽主的聖言，勤做默想，以感受主的大愛，勤領聖體，藉以獲得更大的恩寵。藉著聖神，求主常保守我的信德，亞孟。