



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。)

15.8.2008 【貶抑自己的，必被高舉！】

聖母蒙召升天

「他伸出了手臂施展大能，驅散那些心高氣傲的人。

他從高座上推下權勢者，却舉揚了卑微貧困的人。」

(路 1：51—52)

今日聖言：

默 11：19; 12：1-6,10

詠 45

格前 15：20-26

路 1：39-56



默想：

聖母除了在讚主曲中，揭示了天主一貫的行事作為外，主耶穌亦曾多次教導我們要謙抑自下。

「你們跟我學習吧，因為我是良善心謙的。」(瑪 20：26-27)

每當我們在心中浮起了驕傲的情緒時，只要我們想一想我們的主耶穌的一生都在謙卑中度過時，我們實在要為自己的驕傲而傷心難過。

RUBENS, Pieter Pauwel, Mauritshuis, The Hague

The Assumption of Mary 1620-22

(聖母蒙召升天)

我的祈禱：上主，每次當我心高氣傲的時候，求你賜我力量克服此種驕傲的心態；求你時常幫助我過謙卑的生活，亞孟。

