



【每日聖言分享】

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。

(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



2024.05.31 【信德】

上主你的天主在你中間。(索 3:17)

聖母訪親 (慶日)

索 3:14-18

依 12:2-3, 4, 5-6

路 1:39-56



默想：

瑪利亞聽到了天主藉天使告訴她的喜訊，相信素稱不能生育和年老的依撒伯爾已懷孕六個月，因而急速往山區去探望她，希望能幫助她，不過，我相信瑪利亞同樣想把發生在自己身上的喜訊與依撒伯爾分享。

聖母的喜樂，讓我想起時常聽到「信主是充滿喜樂的」這句話。但我總覺得自己信主後，沒有多大喜樂的改變。幸好最近得到聖神的助佑，在一次與一位教友互動分享信仰後，我有意想不到的強烈喜樂感受。這讓我明白到信仰不是一個人的，是要走出去與人分享的，難怪聖母也想與依撒伯爾分享她的喜訊了。

當依撒伯爾聽到了瑪利亞請安的聲音，便充滿了聖神，立即明白和知道瑪利亞未婚懷孕主耶穌的秘密，相信此刻的依撒伯爾是領受了聖神的明達之恩了，因為她明白了天主在瑪利亞身上的啟示。

同樣，依撒伯爾讓我想起了自己的一次經驗。由於我一向認為自己是欠缺感受的人，於是我參與了一次聖體醫治彌撒，彌撒前有朝拜聖體，當大家一同詠唱「皇皇聖體」時，聖神提醒我「五官之力有所不及，應由信德來補充」，我一聽到便立即淚流滿面，明白自己一直在追求要有感受，其實只需要信靠天主，把一切交給祂，由祂為我醫治和安排，感謝主對我的提醒。

信德真的很重要，瑪利亞就是因為堅信「天主沒有不能的事」，因而充滿喜樂和勇氣。匝加利亞因為不信天主的大能「妻子年老生子」，因而成為啞吧，不能說話。(路 1:20) 原來信德不足，是可以讓結果相反，這都是我需要學習的，感恩能醒悟。

我的祈禱：

天主啊！感謝祢給我這反省的機會，讓我更明白應放開自己，讓自己更加依靠祢，好能生活在喜樂和感恩中，亞孟！

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓

網址：<https://www.maryhcs.org>

電郵：bonfire@maryhcs.org

電話：2838 0780

傳真：2838 0876

- 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
- 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
- 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英)

電郵：_____

地址：_____

電話：_____ 日期：_____



【每日聖言分享】

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。
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



索福尼亞先知書 3:14-18

(以色列的君王——上主、在你中間。)

熙雍女子，你應歡樂！以色列，你應歡呼！耶路撒冷女子，你應全心高興喜樂！上主已撤消了對你的定案，掃除了你的仇敵；以色列的君王——上主、在你中間，你再不會遇見災禍！在那一天，人必對耶路撒冷說：「熙雍，你不用害怕，不要雙手低垂！上主你的天主在你中間，他是一位施救的勇士，他必為你喜不自勝，對你重溫他的愛情，且因你歡躍喜樂，有如在慶節之日。」——上主的話。

聖詠 12:2-3, 4, 5-6

【答】：以色列的聖者在你們中間是偉大的。

領：看哪！天主是我的救援，我依靠他，決不畏懼；因為上主是我的力量，是我的歌頌，他確是我的救援。你們要愉快地從救援的泉源裏汲水。【答】

領：你們應稱頌上主，呼號他的名！將他的作為宣告於萬民，稱述他的名是崇高的。【答】

領：請歌頌上主，因為他行了顯赫的事，這事應該遍傳天下。熙雍的居民，你們應歡呼高唱，因為以色列的聖者在你們中間是偉大的。【答】

聖路加福音 1:39-56

(我主的母親駕臨我這裏，這是我那裏得來的呢？)

瑪利亞就在那幾日動身，急速往山區去，到了猶大的一座城。她進了匝加利亞的家，就給依撒伯爾請安。依撒伯爾一聽到瑪利亞請安，胎兒就在她的腹中歡躍。依撒伯爾遂充滿了聖神，大聲呼喊說：「在女人中你是蒙祝福的，你的胎兒也是蒙祝福的。我主的母親駕臨我這裏，這是我那裏得來的呢？看，你請安的聲音一入我耳，胎兒就在我腹中歡喜踴躍。那信了由上主傳於她的話必要完成的，是有福的。」瑪利亞遂說：「我的靈魂頌揚上主，我的心神歡躍於天主、我的救主。因為他垂顧了他婢女的卑微，今後萬世萬代都要稱我有福；因全能者在我身上行了大事，他的名字是聖的。他的仁慈世代代於無窮世，賜與敬畏他的人。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，卻舉揚了卑微貧困的人。他曾使饑餓者飽饗美物，反使那富有者空手而去。他曾回憶起自己的仁慈：扶助了他的僕人以色列，正如他向我們的祖先所說過的恩許，施恩於亞巴郎和他的子孫，直到永遠。」瑪利亞同依撒伯爾住了三個月左右，就回本家去了。——上主的話。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<https://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

- 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
- 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
- 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____