## 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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

## 【每日聖言分享】

**格後 5:14-21**
**詠 103:1-2,3-4,8-9,11-12**
**瑪 5:33-37**

**15.06.2013【口吐芬芳、說話環保！】**

**「你們的話該當是：是就說是，非就說非；其他多餘的，便是出於邪惡。」(瑪 5:37)**

**默想：**今天的讀經一和福音，讓我回想在慕道班的一次聚會中，一位同行者的經驗分享，他很勇敢地勸諫一群從上車已開始滿口粗言的學生，請他們要「口吐芬芳、說話環保」，多麼有詩意的請求！的確，不要輕看小小的舌頭，它吐出的語言，可以反映我們的思想、觀念、看法，更是人與人之間重要的溝通工具。它可以作出建設，亦可以作出摧毀！

最近一年，小妹眼看一位受情緒病影響多年的教友，就是用其言語來傷害團體：不斷地製造不和與紛爭；她更傷害了自己：不斷與人結怨，更爲一時之氣，鬧上警局；但是，除了人外，我想最傷害的，莫過於是對天主了！

今日的讀經一，再一次提醒我們:「基督的愛催迫著我們」,「在基督內，就是一個新受造物」,「一切都是出於天主」，目的爲叫我們「與天主和好」,「且將和好的話放在我們的口中」。多具體、多實在的訓誡，信仰就是生活，並非理論。我們生活我們所信仰的；所以，我們相信，我們就宣講！如何宣講，其態度就是要我們口吐芬芳、說話環保，是就說是，非就說非；其他多餘的，便是出於邪惡！

**我的祈禱：**全能永生的天主父，讚美祢，感謝祢，一切美善都屬於祢，唯祢有永生的話，求祢以祢的聖神光照我們，治癒我們，引領我們，只全心歸向祢、認識祢和愛慕祢。祢是天主，永生永王。亞孟。

---

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

___我願意成爲<今日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
___我願意成爲<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：_____

## 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。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)

## 【每日聖言分享】

**格後 5:14-21**
**詠 103:1-2,3-4,8-9,11-12**
**瑪 5:33-37**

## 15.06.2013【口吐芬芳、說話環保！】

**聖保祿宗徒致格林多人後書 5:14-21**

弟兄們：基督的愛催迫著我們，因我們曾如此斷定：既然一個人替眾人死了，那麼眾人就都死了；他替眾人死，是爲使活著的人不再爲自己生活，而是爲替他們死而復活了的那位生活。所以我們從今以後，不再按人的看法認識誰了；縱使我們曾按人的看法認識過基督，但如今不再這樣認識他了。所以誰若在基督內，他就是一個新受造物，舊的已成過去，看，都成了新的。這一切都是出於天主，他曾藉基督使我們與他自己和好，並將這和好的職務賜給了我們，這就是說：天主在基督內使世界與自己和好，不再追究他們的過犯，且將和好的話放在我們的口中。所以我們是代基督作大使了，好像是天主藉著我們來勸勉世人。我們如今代基督請求你們：與天主和好罷！因爲他會使那不認識罪的，替我們成了罪，好叫我們在他內成爲天主的正義。

**聖詠 103:1-2,3-4,8-9,11-12 讚頌天主的慈愛**

01. 我的靈魂，請向上主讚頌，我的五內，請向主名讚頌。
02. 我的靈魂，請向上主讚頌，請你不要忘記他的恩寵。
03. 是他赦免你的各種愆尤，是他治愈了你的一切病苦，
04. 是他叫你的性命在死亡中得到保全，是他用仁慈以及愛情給你作了冠冕，
08. 上主富於仁慈寬恕，極其慈悲，遲於發怒。
09. 他決不會常常責問，也決不會世世憤恨。
11. 就如上天距離下地有多麼高，他待敬畏他者的慈愛也多高；
12. 就如東方距離西方有多麼遠，他使我們的罪離我們也多遠。

**聖瑪竇福音 5:33-37**

那時候，耶穌向他的門徒說：「你們一向聽過對古人說：『不可發虛誓！要向上主償還你的誓願！』我卻對你們說：你們總不可發誓：不可指天，因爲天是天主的寶座；不可指地，因爲地是他的腳凳；不可指耶路撒冷，因爲她是大王的城市；也不可指你的頭發誓，因爲你不能使一根頭髮變白或變黑。你們的話該當是：是就說是，非就說非；其他多餘的，便是出於邪惡。」

---

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

___我願意成爲<今日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
___我願意成爲<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：_____