



## 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。)

## 【今日聖言分享】

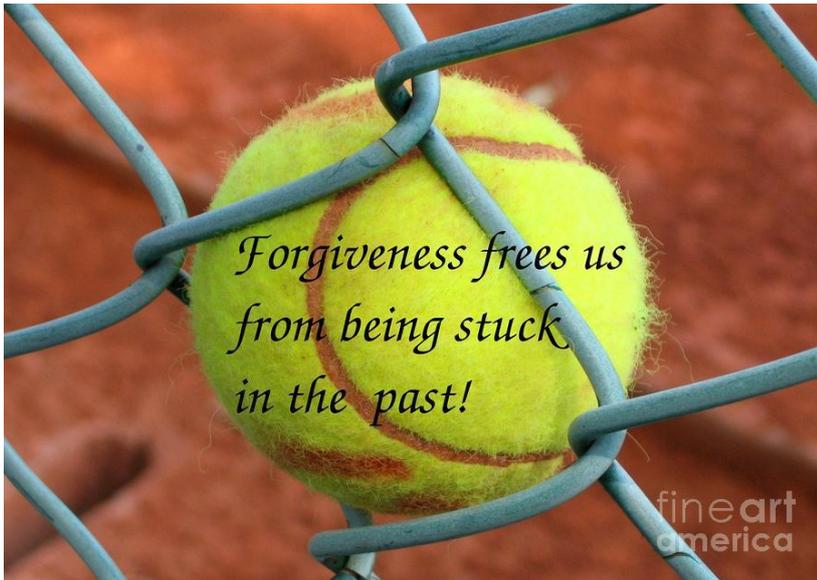
列上 21:17-29

詠 51:3-4,5-6,11,16

瑪 5:43-48

17.06.2014 【看！天父使太陽上升，光照惡人和善人；降雨給義人和不義的人】

「你們當愛你們的仇人，.....好使你們成為在天之父的子女。」(瑪 5:44-45)



### 默想：

主耶穌，請教導我如何去愛我們的仇人！因為我真的渴望成為天父的子女。但，這真是很難啊！

- \* 當我遇上面目可憎，令人討厭的人時；
- \* 當同事為了上位，背後講我壞話，及當眾冤枉我時；
- \* 當上司為了達標(嚴苛/不合理那種)，高壓甚至粗言穢語公開羞辱我時；

- \* 當被知心好友出賣時；或者
- \* 當我被不公義、不人道.....的制度剝削、迫害時.....我要如何自處？正常不過當然是愛恨分明啦！但祢卻教導要愛我們的仇人。

.....在寧靜中，讓我細聽上主的聲音.....「求祢寬恕我們的罪過，如同我們寬恕別人一樣。」讓我深深覺悟到，我也是罪人，世人都曾軟弱犯罪。試想想上述的景況，除了做好人受罪外，有多少次我是當了惡人的角色，在傷害着別人？特別在不公義、不人道的制度下剝削、迫害別人而不自知呢！為此，我誠心懺悔，求主憐憫寬恕我重罪人！這樣，我便可慢慢解開仇視和不肯寬恕別人的心結。一經放下，原來輕鬆多了，心境平和了，雖則仍未做到愛仇，但恨仇之心已減。當慢慢修練，到全心仰賴上主，愛主之情日切，被主愛融化，自然會默然接受每天的十字架，跟隨主耶穌走寬恕愛仇之路。然而，主耶穌也提示了愛的智慧：你們該純樸如鴿子，且機警如蛇。

### 祈禱：

主耶穌，求祢助我解開仇視和不肯寬恕別人的心結，默然接受每天的十字架，跟隨祢走寬恕愛仇之路。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：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780  
電郵：[bonfire@maryhcs.org](mailto:bonfire@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

我願意成為<今日聖言分享>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：\_\_\_\_\_



## 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。)

## 【今日聖言分享】

列上 21:17-29

詠 51:3-4,5-6,11,16

瑪 5:43-48

### 17.06.2014 【看！天父使太陽上升，光照惡人和善人；降雨給義人和不義的人】

#### 列王紀上 21:17-29

納波特死後，有上主的話傳於提市貝人厄里亞說：「你起來，下去會晤住在撒瑪黎雅的以色列王阿哈布；看，他現在正在納波特的葡萄園內，他下到那裏去霸佔了那葡萄園。你要對他說：上主這樣說：你殺了人，還要霸佔他的產業嗎？繼而對他說：上主這樣說：狗在什麼地方舔了納波特的血，也要在什麼地方舔你的血。」阿哈布對厄里亞說：「我的對頭，你又找到了我的錯嗎？」厄里亞答說：「是，我找到了你的錯，因為你出賣了你自己，去行上主視為惡的事。我必要在你身上降災，消滅你的宗族；以色列所有屬於阿哈布的男子無論是自由的或不自由的，一概滅絕。我要使你的家像乃巴特的兒子雅洛貝罕的家，又像阿希雅的儿子巴厄沙的家，因為你惹我發怒，使以色列陷於罪惡。至於依則貝耳，上主也預告說：狗要在依次勒耳的田間，吞食依則貝耳。凡屬阿哈布的人，死在城中的，要被狗吞食，死在田間的，要被空中的飛鳥啄食。」實在，從來沒有人像阿哈布一樣，受他的妻子依則貝耳的引誘，這樣出賣自己，行上主視為惡的事。他行了最可憎惡的事，歸依了邪神偶像，全像上主從以色列子民前，趕走的阿摩黎人所行的一樣。

阿哈布一聽這些話，就撕破自己的衣服，身穿麻衣，禁食，穿著麻衣睡覺，低頭緩步行走。於是有上主的話傳於提市貝人厄里亞說：「阿哈布在我面前這樣自卑自賤，你看見了沒有？他既然在我面前自卑自賤，在他有生之日，我不降此災禍；但是，到他兒子的日子，我要使災禍臨於他家。」

#### 聖詠 51:3-4,5-6,11,16 認罪懺悔

03. 天主，求你按照你的仁慈憐憫我，依你豐厚的慈愛，消滅我的罪惡。

04. 求你把我的過犯洗盡，求你把我的罪惡除淨，

05. 因為我認清了我的過犯，我的罪惡常在我的眼前。

06. 我得罪了你，惟獨得罪了你，因為我作了你視為惡的事；因此，在你的判決上，顯出你公義，在你的斷案上，顯出你的正直。

11. 求你掩面別看我的罪過，求你除掉我的一切罪惡。

16. 天主，我的救主，求你免我血債，我的舌頭必要歌頌你的慈愛。

#### 聖瑪竇福音 5:43-48

那時候，耶穌對他的門徒說：「你們一向聽說過：『你應愛你的近人，恨你的仇人！』我卻對你們說：你們當愛你們的仇人，當為迫害你們的人祈禱，好使你們成為你們在天之父的子女，因為他使太陽上升，光照惡人，也光照善人；降雨給義人，也給不義的人。你們若只愛那愛你們的人，你們還有什麼賞報呢？稅吏不是也這樣作嗎？你們若只問候你們的弟兄，你們作了什麼特別的呢？外邦人不是也這樣作嗎？所以你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣。」

會址：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](mailto:bonfire@maryhcs.org) 傳真：2838 0876

我願意成為<今日聖言分享>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：\_\_\_\_\_