



讀聖書、做默想是我們的精神食糧【每日聖言分享】

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。)

希 10:19-25

詠 24：1-2,3-4,5-6

谷 4：21-25

29.01.2015 【不妨大方一些】

「你們用什麼尺度量給人，也要用什麼尺度量給你們，且要多加給你們。」(谷 4：24)

默想：



我們常常對一些人感到不滿、討厭，甚至忿怒，因為他們達不到我們的要求和期望，總之令我們接受不了。今天耶穌提醒我們，小心用什麼的尺去度量別人。換言之，我們是否對別人苛求呢？我們是否可以對別人寬鬆一些呢？為什麼？因為我們很容易不自覺地以自己為準則，要求別人配合自己的期望，但卻不顧這要求是否對別人合理和公道。一些能力強的人，無法體會弱者達

標的困難，往往便批評別人的不是，不知這是強人所難。

耶穌提點我們應該對別人寬大，因為天父對我們寬大，接納我們的不足。我常想，如果祂以天主的標準要求我們，誰人還能在祂面前站立呢？

那麼，我們應該用什麼尺量度別人才適合？耶穌沒有在今天的讀經提供答案。但祂在另一次曾簡單直接地告誡我們：「你們不要判斷人，免得你們受判斷。」(瑪 7:1)祂的意思竟是不用去量度別人就是了。那麼，再沒有是否達標的問題了，我們再不需要批評和惱恨別人了。

其實，這是很大的智慧。誰人能夠真正清楚和公道地評說別人呢？每人都有自己的故事，其他人沒法完全了解和明白。祇有天主才有資格當判官，我們還是不去度量好了。當我們一定需要度量時，耶穌勸我們宜大方和寬仁，因為將來天主也會照樣來審判我們呢！

祈禱：主耶穌，讓我不要判斷別人。

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 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：_____



讀聖書、做默想是我們的精神食糧【每日聖言分享】

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。)

希 10:19-25

詠 24：1-2,3-4,5-6

谷 4：21-25

29.01.2015 【不妨大方一些】

希伯來人書 10:19-25

弟兄們！我們既然懷著大膽的信心，靠著耶穌的寶血得以進入聖殿，即進入由他給我們開創的一條又新又活，通過帳幔，即他肉身的道路；而且我們既然又有一位掌管天主家庭的偉大司祭；我們就應在洗淨心靈，脫離邪僻的良心，和用淨水洗滌身體以後，懷著真誠的心，以完備的信德去接近天主；也應該堅持所明認的望德，毫不動搖，因為應許的那位是忠信的；也應該彼此關懷，激發愛德，勉勵行善，決不離棄我們的集會，就像一些人所習慣行的，反而應彼此勸勉；你們見那日子越近，就越該如此。

聖詠 24:1-2,3-4,5-6 上主榮進熙雍

01. 大地和其中的萬物，屬於上主，世界和其間的居民，屬於上主。
02. 是他在海洋上奠定了大地，是他在江河上建立了全世。
03. 誰能登上上主的聖山？誰能居留在他的聖殿？
04. 是那手潔心清，不慕虛幻的人。
05. 這樣的人必獲得上主的祝福；和拯救者天主的報酬。
06. 這樣的人是尋求上主的苗裔，追求雅各伯天主儀容的子息。

聖馬爾谷福音 4:21-25

那時，耶穌向門徒們說：「人拿燈來，豈是為放在斗底或床下嗎？不是為放在燈台上嗎？因為沒有什麼隱藏的事，不是為顯露出來的；也沒有隱密的事，不是為彰明出來的。誰若有耳聽，聽吧！」耶穌又向他們說：「要留心你們所聽的：你們用什麼尺度量給人，也要用什麼尺度量給你們，且要多加給你們，因為凡有的，還要給他；凡沒有的，連他所有的，也要從他奪去。」

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 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：_____