



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】

申 26:16-19

詠 119:1-2,4-5,7-8

瑪 5:43-48

20.02.2016 【活出對他人的慈悲】

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。(瑪 5:45)



默想：

今日的福音耶穌邀請我們實踐愛德的最高誠命，就是愛你的仇人，為你的仇人祈禱。耶穌這裏的提醒是：「你們若只愛那愛你們的人，你們還有什麼賞報呢？」(瑪 5:46)

今年是慈悲禧年，慈悲引導我們寬恕。教宗方濟各說過：「寬恕的力量是一劑良藥，能化解仇恨和復仇的心態。寬恕令人心靈喜悅和詳。」

今天世界處於悲慘的處境，世界各地充滿着不義、暴行、恐怖主義、種族仇恨，人類科技的發明帶來更毀滅性的武器，播種更大的仇恨，造成更多的肉體和心靈創傷。

當我默觀這種境況，慈悲的天主在凝視着人類的悲慘處境。慈悲的天主呼喚我們回頭，只有寬恕是希望，只有寬恕可以停止人互相報復的惡性循環。我看見寬恕是天主臨在的標記。

我怎樣有力去寬恕？這份力從何而來？這份力量只能夠從經驗天主的愛中獲得。我默觀自己曾是浪子回頭比喻中的幼子，從父親的接納和寬仁經驗主的慈悲。我回憶自己曾做過的錯事、不願碰觸的傷痛、不想提起的經歷……，一一都有主的祝福和恩寵。這份經驗讓我有力向他人活出慈悲，有力去寬恕！

寬恕離我們的生活不是很遠，只是很近；不需要是大是大非的事情，可能只是身邊一件小事，似乎對越近的人越難作出寬恕。慈悲的呼喚可能就是叫我們留意身邊一件小事，踏出一小步，向得罪自己的人嘗試活出一份慈悲。

我的祈禱：

教宗方濟各鼓勵我們：「天主總是寬恕一切。你們要向天主的慈悲敞開心門，好使心靈充滿天主寬恕的喜樂。」讓我們求這份恩典，賜我們敞開心門這份勇氣和決心，迎接主的慈悲，同時活出對他人的慈悲。

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

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】

申 26:16-19

詠 119:1-2,4-5,7-8

瑪 5:43-48

20.02.2016 【活出對他人的慈悲】

申命紀 26:16-19

梅瑟向民眾說：「上主你的天主今天吩咐你遵行這些法令和規則，你應全心全靈謹守遵行。今天你明認上主是你的天主，願履行他的道路，謹守他的法令、誠命和規則，聽從他的話。上主今天也照他對你所說的，明認你為他特屬的人民，只要你謹守他的一切誠命，並且他要使你在名譽、聲望和光榮上，遠超過他所造的一切民族，使你如他所說的，成為屬於上主你的天主的聖潔人民。」

聖詠 119:1-2,4-5,7-8 守法律的幸福

01. 品行完備而遵行上主法律的，像這樣的人才算是真有福的。
02. 遵守上主誠命全心尋求他的，像這樣的人才算是真有福的。
04. 你頒發了你的命令，叫他們嚴格去遵行。
05. 願我的行徑堅定，為遵守你的章程！
07. 我一學習你正義的判詞，就以至誠的心靈頌謝你。
08. 我要遵守你的規矩，不要將我完全棄去！

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 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

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____