



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。

會址：香港灣仔譚臣道 98 號運盛大廈 19 樓 電話：2838 0780

網址：<http://www.maryhcs.org>

電郵：bonfire@maryhcs.org

16.8.2006 [去，獨自和你的弟兄傾談; **Go to him privately**]

[如果你的弟兄得罪了你，去，要在你和他獨處的時候，規勸他；如果他聽從了你，你便賺得了你的兄弟。](瑪 18:15)



默想：耶穌談兄弟規勸之道。這些道理放在今天每一個場合也非常實用。幾時弟兄得罪了我們，或我們得罪了弟兄，我們往往避而不談，將事情放在心裏，但內心真正的感受仍沒有認真處理，我們只是害怕衝突，希望時間可以將內疚、仇恨或衝突洗掉。你的經驗如何？時間真的可以將內心的埋怨和恨意帶走嗎！那根刺痛你心的刺，除非你自己願意去拔掉它，否則它仍然會埋在你心內的，是嗎！耶穌今天教了我們規勸和寬恕之道。

行動：今天停下來想清楚，我曾經得罪了什麼人，為什麼？又有什麼人曾得罪了我。彼此有修和的機會嗎！讓我從一個時常令自己惱怒的弟兄開始，掛一個電話、電郵給他，或約會他嘗試去了解他的感受，也讓他知道自已的感受。讓我嘗試集中聽，從同感心開始，看看有什麼不同。今天就讓我從這一小步開始規勸和修和之道 – 這是邁向愛德之路的重要一步。