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仕每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。
會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓　　電話：2838 0780
網址：http://www.maryhcs.org　　電郵：bonfire@maryhcs.org
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員輪流編寫，唯內容並不代表聖母進教者之佑善會的觀點。)

今日聖言：
格後 8:1-9; 詠 146;
瑪 5:43-48

19.06.2007 [天主，我能寬容如耶穌一樣嗎！]

你們當愛你們的仇人　（瑪 5:44）

MONTAÑÉS, Juan Martínez
The Merciful Christ (detail)
c. 1603

默想：

愛身邊值得你愛的人，是何等的容易；愛那些你不喜歡，甚至曾經得罪／傷害你的人，是何等的困難！耶穌說太陽發出的光光照惡人，也光照善人。就正如天主的愛一樣，多麼的寬厚，無論你是什麼人，天主一樣愛。耶穌甚至可以爲那些逼害他的人去祈求天父的原諒。

只要一想到自己的渺小和不足，天主也一樣愛我們，我們有沒有資格去批評別人的不對，難道我們自己不曾錯過嗎？

有的時候，別人犯的錯，正好是一面鏡子，讓我們可以好好地反省自己的思言行爲，有沒有讓別人難受或是開罪了別人而不自知。

我們應該學習耶穌爲得罪你的人祈禱,也爲他身邊的人祈禱，因爲只有天主才有能力改變他。

行動：天主啊，我常常犯錯，求你寬恕我，讓我有悔改的機會。也求你賜予我一刻寬容的心，讓我們體諒別人，寬恕那那些曾經傷害我的人。天主求你也給他們悔改的機會，讓他們有機會認識你，接受你的愛。