



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。)

17.05.2008 【說話的藝術，愛的回應！】

「我們用它讚頌上主和父，也用它詛咒那照天主的肖像而受造的人；讚頌與詛咒竟從同一口裡發出！我的弟兄們，這事決不該這樣！」（雅 3：9）

今日聖言：

雅 3: 1-10

詠 12

谷 9: 2-13



默想：說話是一種藝術，適當的時候說適當的話，同時也要控制自己不要衝口而出，說不該說的話。因為閒話怨言、謠言是非一旦出口，便會迅速傳播，不能遏止，造成嚴重後果。雅各伯把舌頭可以造成的傷害與烈火相比，舌頭的惡毒是從地獄而來的，提醒我說話千萬要小心，說出口之前要停一停，問問自己，這句話是必須的嗎？是否善意的？是否真的？

我的祈禱：天主，我知道靠我自己的個人力量是不能夠控制舌頭點燃的火，求祢增加我的力量去警醒自己控制自己的言語。同時被受別人批評的時候，能夠想起祢對我的愛，相信祢會醫治我心靈上受到的傷害，我就不會用怨恨的態度來回應，減少對人的傷害。阿孟。