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。)

11.03.2009【是就說是，非就說非，其他多餘的，便是出於邪惡！】

他們說：「來，我們合謀陷害耶肋米亞！……我們用舌頭評擊他。不注意他的一切勸告。」（耶 **18**：**18**）

今日聖言：
耶 18：18-20
詠 31
瑪 20：17-28

默想：

我們有沒有陷害過別人呢？其實不單只是行動可以陷害人，我們的每一字、每一句說話都有可能陷害或傷害到別人。有時候，光是我們的舌頭就已經是一件很銳利的武器，特別是當我們批評別人的時候。那些出自我們的口，無論有心或無心，自以爲很簡單或真實的說話，但聽在別人的耳裏，可以是兩碼子的事情。

我們可知道我們的舌頭，若用得不當，會隨時隨地在不知不覺中傷害到別人。所以耶穌教訓我們「是就說是，非就說非，其他多餘的，便是出於邪惡。」（瑪 5：37）

行動:

我從今以後，要謹慎說話，不要得罪和傷害別人，更不要用舌頭攻擊身邊的人。

MASTER of the Aix Annunciation
The Prophet Jeremiah, c. 1445
Oil on panel, 152 x 86 cm
Musées Royaux des Beaux-Arts, Brussels