



讀聖書、做默想是我們的精神食糧〔今日聖言〕

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。)

22.06.2009

創世紀 12:1-9

上主對亞巴郎說：「離開你的故鄉、你的家族和父家，往我指給你的地方去。我要使你成為一個大民族，我必祝福你，使你成名，成為一個福源。我要祝福那祝福你的人，咒罵那咒罵你的人；地上萬民都要因你獲得祝福。」亞巴郎遂照上主的吩咐動身，羅特也同他一起走了。亞巴郎離開哈蘭時，已七十五歲。他帶了妻子撒辣依、他兄弟的兒子羅特和他在哈蘭積蓄的財物，獲得的僕婢，一同往容納罕地去，終於到了容納罕地。亞巴郎經過那地，直到了舍根地摩勒橡樹區；當時容納罕人尚住在那地方。上主顯現給亞巴郎說：「我要將這地方賜給你的後裔。」亞巴郎就在那裏給向他顯現的上主築了一座祭壇。從那裏又遷移到貝特耳東面山區，在那裏搭了帳幕，西有貝特耳，東有哈依；他在那裏又為上主築了一座祭壇，呼求上主的名。以後亞巴郎漸漸移往乃革布區。

聖詠 第 33 篇 讚頌大能的天主

1. 義人，你們應向上主踴躍歡呼，因為正直的人，理應讚美上主。
2. 你們該彈琴，稱謝上主，彈奏十絃琴，讚頌上主。
3. 你們應向祂高唱新歌，在歡呼聲中奏琴吟哦，
4. 因為上主的言語是正直的，祂的一切作為都是忠實的；
5. 祂愛護正義和公理，祂的慈愛瀰漫大地。
6. 因天主的一句話，諸天造成；因上主的一口氣，萬象生成。
7. 祂把海水好似聚於皮囊，祂將汪洋好似貯於池塘。
8. 願整個大地敬畏上主，願普世居民畏懼上主，
9. 因為祂一發言，萬有造成，祂一出命，各物生成。
10. 上主使異邦的計畫無緒，使萬民的策略廢去。
11. 上主的計畫卻永恒不變，祂心中的謀略萬世常傳。
12. 尊上主為自己天主的民族，真是有福！上主選為自己產業的百姓，真是有福！
13. 上主由高天監臨，注視亞當的子孫；
14. 祂由自己的居處，視察大地的眾庶：
15. 祂既創造了眾人的心靈，當然知曉人的一切言行。
16. 帝王不是因兵多而取勝，勇士不是因力大而保命。
17. 為獲勝利，駿馬乃是徒然，氣力雖大，依舊難獲安全。
18. 請看上主的眼睛常關注敬畏祂的人，祂的雙日常眷顧靠祂仁慈的人，
19. 為使他們的性命，脫免死亡，為使他們在饑饉時，生活如常。
20. 我們的靈魂仰望著上主，祂是我們的保障和扶助；
21. 我們的心靈要因祂而喜樂歡暢，在祂的聖名內寄托我們的希望。
22. 上主，求祢向我們廣施慈愛，有如我們對祢所存的期待。

聖瑪竇福音 7:1-5

那時候，耶穌對祂的門徒說：「你們不要判斷人，免得你們受判斷，因為你們怎樣判斷人，你們也要怎樣受判斷；你們用什麼尺度量給人，也要用什麼尺度量給你們。為什麼你只看見你兄弟眼中的木屑，而對自己眼中的大樑竟不理會呢？或者，你怎能對你的兄弟說：讓我把你眼中的木屑取出來，而你眼中卻有一根大樑呢！假善人哪！先從你眼中取出大樑，然後你才看得清楚，取出你兄弟眼中的木屑。」



讀聖書、做默想是我們的精神食糧 【今日聖言分享】

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。)

22.06.2009 【該寬恕多少次？】

「你們不要判斷人，免得你們受判斷……先從你眼中取出大樑，然後你才看得清楚，取出你兄弟眼中的木屑。」
(瑪 7:1-5)

今日聖言：

創 12:1-9

詠 33:12-13,18-19,20,22

瑪 7:1-5



默想：

無論是男是女，在工作間、家中、甚至是教會，講是講非、說長道短好像總是我們的“興趣”所在。耶穌提醒我們，這不是祂所喜悅的行為。這教導很像中國人所謂：「剃人頭者，人亦剃其頭。」

這看似是消極地去避免做一些不好的行為。但耶穌更進一步指導我們如何積極地去改善自己看人的態度，從而能幫助他人如何去對把自己相似的毛病改正過來。

我回想自己有沒有犯了耶穌所說的毛病，並決志要努力改善。

我的祈禱：

主，感謝祢教我以正確的態度看待他人。求祢幫助我時常留意自己的言行和思想。