



【每日聖言分享】

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。(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



傳薪五十

靈火燎原

2022.10.24 【寬恕】

如同天主在基督內寬恕了你們一樣。(弗 4:32e)

弗: 4:32 – 5:8

詠: 1:1-2,3,4,6

路: 13:10-17



默想：

2006 年美國人謝利在下班等車回家的途中誤中流彈，子彈打中他的右上額，醫生為他進行了 20 多小時手術，終於把他從鬼門關拉了出來，從此謝利卻失去了右眼、前腦，流彈還影響了謝利的呼吸系統，也影響了他的說話能力，變得口齒不清，康復後也不能從投之前飛機維修的工作，要淪落到在街行乞。謝利的整個右邊臉像塌了下去，相貌實在嚇人。深資傳媒人 Mark Laita 跟謝利進行多次訪問，發覺謝利態度正面，經常散發着一股正能量。Mark 問謝利對觀眾有甚麼忠告，謝利不假思索地說：相信上主。謝利遇上厄運，其他人除投以奇異的眼光外，還為他編造故事，說成謝利的不幸是疚由自取。謝利有足夠的理由自暴自棄，但他卻選擇正向思維。警方仍未抓到疑兇，疑兇逍遙法外，主持人 Mark 問謝利有甚麼說話對疑兇說，謝利說：「我仍然愛你！寬恕！」(I still love you! Forgiveness!)

寬恕最難的地方是我們怎樣去面對傷痛，傷痛在我們的身上已做成了不能磨滅的烙印，沒法忘記，也不能放下。向別人講寬恕容易，但自己又怎樣去寬恕得罪我們的人呢？當我們祈禱時，望着苦架上的耶穌，耶穌的寬恕不是要我？

我的祈禱：

仁慈的上主，祢派遣了獨生子耶穌到世上，就是為了去拯救我們的罪，但我們又如何去堪當接受呢？求祢教我們懂得甚麼是寬恕，甚麼是體諒，還有最重要的甚麼是愛，因着祢的大愛，我們才懂得怎樣去寬恕，也懂得怎樣去接受寬恕。因我們的主耶穌基督之名，亞孟。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

☐ 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
☐ 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
☐ 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____



【每日聖言分享】

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。(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會並歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



傳薪五十

靈火燎原

聖保祿宗徒致厄弗所人書 4:32-5:8

(你們當在愛德中生活，就如基督愛了我們。)

弟兄們：你們彼此相待，要良善，要仁慈，互相寬恕，如同天主在基督內寬恕了你們一樣。所以你們應該效法天主，如同蒙寵愛的兒女一樣；又應該在愛德中生活，就如基督愛了我們，且為我們把自己交出，獻於天主作為馨香的供物和祭品。至於邪淫，一切不潔和貪婪之事，在你們中間連提也不要提：如此才合乎聖徒的身分。同樣，猥褻、放蕩和輕薄的笑話，都不相宜；反要說感恩的話，因為你們應該清楚知道：不論是犯邪淫的，行不潔的，或是貪婪的——即崇拜偶像的——在基督和天主的國內，都不得承受產業。不要讓任何人以浮言欺騙你們，因為就是為了這些事，天主的忿怒才降在這些悖逆之子身上。所以你們不要作這些人的同伴。從前你們原是黑暗的，但現在你們在主內卻是光明的，生活自然要像光明之子一樣。——上主的話。

聖詠 1:1-2,3,4,6

【答】：你們應該效法天主，如同他寵愛的兒女一樣。

凡不隨從惡人的計謀，不插足於罪人的道路，不參與譏諷者的席位，而專心愛好上主法律和晝夜默思上主誡命的人，是有福的！【答】

他像種植在溪畔的樹，準時結果，枝葉不枯，所作所為，隨心所欲。【答】

惡人卻不如此，絕不如此！他們像被風吹散的糠粃。因上主賞識義人的行徑，惡人的行徑必自趨沉淪。【答】

聖路加福音 13:10-17

(這個女人原是亞巴郎的女兒，在安息日這一天，就不該解開她的束縛嗎？)

安息日，耶穌在一會堂裏施教。有一女人，病魔纏身已十八年了，偻僂著，完全不能直立。耶穌見了她，便叫她過來，對她說：「女人，你的病已消除了。」遂給她按手，她即刻就挺直起來，光榮天主。會堂長因氣惱耶穌在安息日治病，便對眾人說：「有六天應當工作，你們在這些日子裏可來治病，但不可在安息日這一天。」主回答他說：「假善人哪！你們每一個人在安息日，有不解下槽上的牛驢，牽去飲水的嗎？這個女人原是亞巴郎的女兒，她被撒彈纏住已經有十八年了，在安息日這一天，就不該解開她的束縛嗎？」當耶穌講這話時，所有敵對他的人，個個慚愧；所有民眾因他所行的種種輝煌事蹟，莫不歡喜。——上主的話。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<http://www.maryhcs.org> 電話：2838 0780
電郵：bonfire@maryhcs.org 傳真：2838 0876

☐ 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。
☐ 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。
☐ 我願意響應聖母進教者之佑會呼籲，嘗試每天讀聖書做默想。

姓名：_____ (中) _____ (英) 電郵：_____

地址：_____ 電話：_____ 日期：_____