



【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。)



2023.08.17 【寬恕不是忘記】

蘇 3:7-10,11,13-17
詠 114:1-2,3-4,5-6
瑪 18:21-19:1

我不對你說：直到七次，而是到七十個七次。〔瑪 18:22〕



默想：

曾經見過不少臨終病人，鬱鬱寡歡，因為心結未解。可能是配偶做了對不起他或她的事，不可原諒，令他們終身被困在忿恨的牢籠裡。醫護人員會開解他們，鼓勵配偶對他們道歉、道愛、道謝。有些病人最後能夠寬恕，無憾地、含笑地、安詳地離世。

教宗方濟各勉勵我們去寬恕，因為我們都先被天主慈悲地對待了。寬恕不只為別人，也是為了自己。人必須放下憤怒、憤恨、暴力

及復仇，才能喜樂地生活。天主將寬恕置於我們脆弱的雙手裡，為使我們心靈獲得平安。〔慈悲面容 9〕可是，醫護人員不會強迫病人寬恕，因為被迫的寬恕不是真心的寬恕，只會令雙方更鬱悶。教宗在《眾位弟兄》也教導我們，若有人能夠寬恕，放下自己曾遭受的傷害，這固然令人感動；但為做不到的人，我們也要明白這完全符合人性。

真正的和好不是忘記，不是一笑泯恩仇，而是通過真誠和耐心的對話去解決衝突。寬恕也不是啞忍，如果罪犯傷害了我或我的親人，我必須堅決捍衛自己和家人的權利。這是我的責任，寬恕不僅不否定這一責任，反而要求我這樣做。

我們不需要忘記所受的傷害，卻要拒絕受那曾經傷害我們的破壞力所支配。我在心中對別人所作的無法原諒的邪惡的嚴厲批判、我心靈未經治癒的創傷，都是我內在的戰爭，是我內心深處醞釀的火焰。寬恕正是憑藉天主的慈悲，將其熄滅，以免我整個的自己燃燒起來。

我的祈禱：

主，和好主要是祢的恩賜。求祢光照我們，愛加害者，真心寬恕，並以各種方式停止他壓迫別人。

會址：香港銅鑼灣軒尼詩道 458-468 號金聯商業中心 21 樓
網址：<https://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。)



若蘇厄書 3:7-10,11,13-17

(上主的約櫃要在你們前面渡過約但河。)

上主對若蘇厄說：「今天我要開始在以色列人眼前顯揚你，使他們知道，我要與你同在，有如我過去與梅瑟同在一樣。你吩咐抬約櫃的司祭說：你們一到約但河的水邊，就停在約但河邊。」若蘇厄吩咐以色列子民說：「你們前來靜聽上主你們天主的話。」若蘇厄遂說：「你們由此可知道，永生的天主是在你們中間，他必從你們面前，將客納罕人趕走。看，大地主宰的約櫃要在你們前面渡過的約但河。當抬大地的主宰上主約櫃的司祭的腳，一踏入約但河的水，約但河的水就必中斷，由上流下的水要停住，像一道堤。」

當百姓起程離開帳幕要過約但河時，司祭抬著約櫃，走在百姓的前面。當抬約櫃的司祭到了約但河，他們的腳一踏入水邊——原來約但河在整個收割期間，水常漲至河岸——水就停住了：由上流下的水像一道堤，停在很遠的地方，遠至匝爾堂附近的阿當城；往下流入阿辣巴海，即鹽海的水，已全退去；於是百姓在耶里哥對面過了河。當全以色列人在旱地上渡過時，抬上主約櫃的司祭穩立在約但河中的旱地上，直到全民眾都渡過約但河。——上主的話。

聖詠 114:1-2,3-4,5-6

【答】：亞肋路亞！

亞肋路亞！當以色列出離埃及，雅各伯家離開蠻夷時，猶大成了上主的聖所，以色列成了他的王國。

【答】

海洋見了，頓時逃溜，約但立即回轉倒流。山嶽跳躍像公羊，邱陵舞蹈似羔羊。【答】

海洋，什麼使你逃溜？約但，什麼叫你倒流？山嶽，你們為什麼跳躍像公羊？邱陵，你們為什麼舞蹈似羔羊？【答】

聖瑪竇福音 18:21-19:1

(我不對你說：寬恕直到七次，而是七十個七次。)

那時，伯多祿前來對耶穌說：「主啊！若我的弟兄得罪了我，我該寬恕他多少次？直至七次嗎？」耶穌對他說：「我不對你說：直到七次，而是到七十個七次。為此天國好比一個君王，要同他的僕人算賬。他開始算賬的時候，給他送來了一個欠他一萬「塔冷通」的，因他沒有可還的，主人就下令，要他把自己和妻子兒女，以及他所有的一切，都變賣來還債。那僕人就俯伏在地叩拜他說：主啊！容忍我吧！一切我都要還給你。那僕人的主人就動心把他釋放了，並且也免了他的債。但那僕人正出去時，遇見了一個欠他一百「德納」的同伴，他就抓住他，扼住他的喉嚨說：還你欠的債！他的同伴就俯伏在地哀求他說：容忍我吧！我必還給你。可是他不願意，且把他關在監裏，直到他還清了欠債。他的同伴見到所發生的事，非常悲憤，遂去把所發生的一切告訴了主人。於是主人把那僕人叫來，對他說：惡僕！因為你哀求了我，我就免了你那一切的債；難道你不該憐憫你的同伴，如同我憐憫了你一樣嗎？他的主人大怒，遂把他交給刑役，直到他還清所欠的一切。如果你們不各自從心裏寬恕自己的弟兄，我的天父也要這樣對待你們。」

耶穌講完這些話以後，就離開加里肋亞，來到約旦對岸的猶太境內。——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：<https://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：_____