



【每日聖言分享】

讀聖書、做默想^是我們的精神食糧

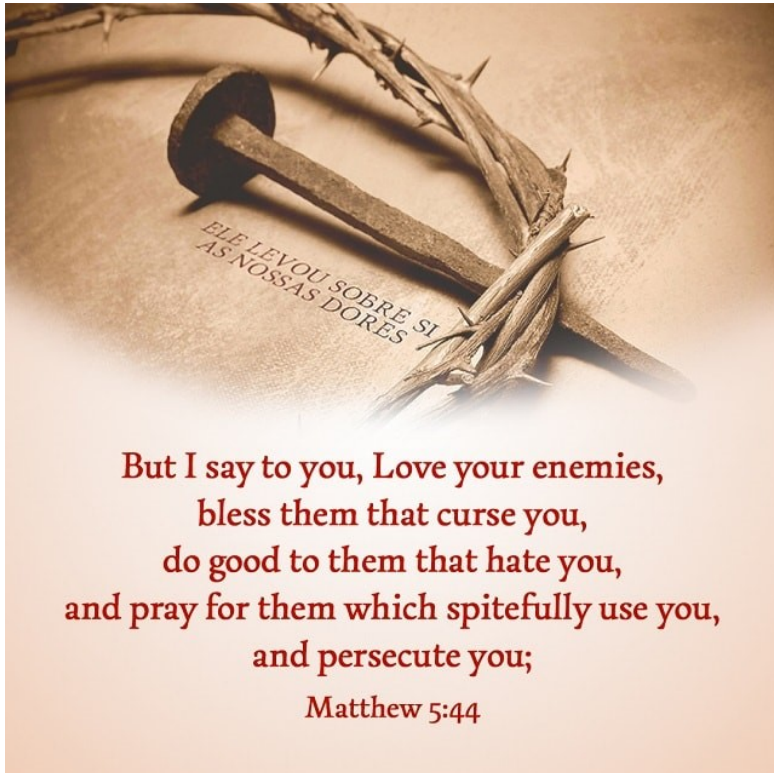
聖母進教者之佑善會提供以下的默想和祈禱素材，鼓勵基督徒及善心人士每天用 15 分鐘靜下來，閱讀和默想主的話，並付諸實行。
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



2024.02.24 【愛仇談何容易！】

你們當愛你們的仇人，當為迫害你們的人祈禱。(瑪 5:44)

宗 1:15-17,20-26
詠 113:1-2, 3-4, 5-6
若 15:9-17



But I say to you, Love your enemies,
bless them that curse you,
do good to them that hate you,
and pray for them which spitefully use you,
and persecute you;
Matthew 5:44

默想：

愛仇談何容易！曾經有下屬來我的辦公室，我以為他和我討論他與其他同事的爭執，他卻責罵我沒有站在他的一邊。我也曾經去另一位同事的辦公室了解他的工作情況，他卻指著我責罵其他上司，因為我也是「高層」，所以連我也罵了。我可以和他們講道理，不要將我當成出氣袋。但我想，大家是同事，而且在工作上也要合作，既然他們感到不快，就讓他們宣洩一下情緒吧！結果，我被第一個同事罵了三十分鐘，第二個罵了兩小時！

我只說了幾句鼓勵的說話，大部份時間，因為難受，說不出話來。當我無法以言語回答仇視自己的人的時候，原來沉默也能

帶來莫大的幫助。雖然他們破口大罵，我仍可以帶著安慰的面容，沉默地守候在他們身邊。不過，沉默也不容易，需要向天主祈求堅強和愛。我發現，沉默絕非是放棄之舉，卻是安慰的語言，因為藉著沉默，我參與和分擔了他們的痛苦。

愛仇不容易。這次我覺得自己做得不錯，但不是每一次，我都可以這樣冷靜。下一次，我可能會感到氣憤，立即還擊，把對方罵得體無完膚。不過，這樣只會令生命更悲悽，我亦無法喜樂地履行慈悲的使命。我想，我自己一個人是做不到愛仇的。我需要志同道合的同事，和我一起以愛去面對辦公室的衝突和政治鬥爭。我需要教會團體的支持，去塑造慈悲的文化。我需要孜孜不倦的祈禱，才會對聖神完全信賴，讓祂去幫助我和我的仇人。我需要不斷體驗天主的慈悲，內心的慈悲才會不斷茁壯成長，並改變我自己的生命。

我的祈禱：

主，求祢光照我，讓我遵守彼此相愛的誡命，並愛我的仇人。

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。)



申命紀 26:16-19

(你要成為屬於上主，你天主的聖潔子民。)

梅瑟向民眾說：「上主你的天主今天吩咐你遵行這些法令和規則，你應全心全靈謹守遵行。今天你明認上主是你的天主，願履行他的道路，謹守他的法令、誡命和規則，聽從他的話。上主今天也照他對你所說的，明認你為他特屬的人民，只要你謹守他的一切誡命，並且他要使你在名譽、聲望和光榮上，遠超過他所造的一切民族，使你如他所說的，成為屬於上主你的天主的聖潔人民。」——上主的話。

聖詠 119:1-2,4-5,7-8

【答】：遵守上主法律的人，真是有福。

領：品行完備而遵行上主法律的，像這樣的人才算是真有福的。遵守上主誡命全心尋求他的，像這樣的人才算是真有福的。【答】

領：你頒發了你的命令，叫他們嚴格去遵行。願我的行徑堅定，為遵守你的章程！【答】

領：我一學習你正義的判詞，就以至誠的心靈頌謝你。我要遵守你的規矩，不要將我完全棄去！【答】

聖瑪竇福音 5:43-48

(你們應當是成全的，好像你們的天父是成全的一樣。)

那時候，耶穌對他的門徒說：「你們一向聽說過：『你應愛你的近人，恨你的仇人！』我卻對你們說：你們當愛你們的仇人，當為迫害你們的人祈禱，好使你們成為你們在天之父的子女，因為他使太陽上升，光照惡人，也光照善人；降雨給義人，也給不義的人。你們若只愛那愛你們的人，你們還有什麼賞報呢？稅吏不是也這樣作嗎？你們若只問候你們的弟兄，你們作了什麼特別的呢？外邦人不是也這樣作嗎？所以你們應當是成全的，如同你們的天父是成全的一樣。」——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

- | |
|--|
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<每日聖言分享>讀者，請定期以電郵給我發送。 |
| <input type="checkbox"/> 我願意成為<靈火>讀者，請給我定期寄上<靈火>。 |
| <input type="checkbox"/> 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：_____