



【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。

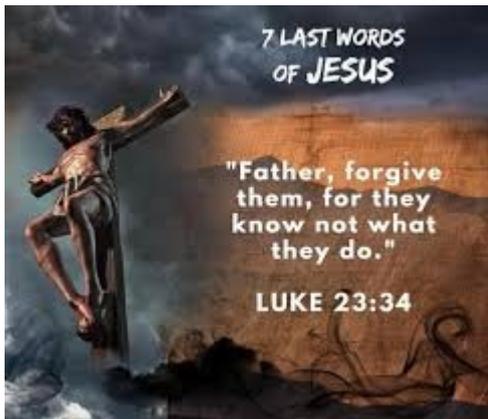
(默想素材由聖母進教者之佑善會會員依個人的觀點輪流編寫。本會歡迎有興趣撰寫【每日聖言分享】的人士加入編寫行列，請聯絡本會。)



2025.03.15 【愛仇】

「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。(瑪 5:43-45)

四旬期第一周星期六
申 26:16-19
詠 119:1-2,4-5,7-8
瑪 5:43-48



默想：

世界上有不同的宗教，絕大部分都是導人向善的，但強調要「愛仇」的，相信就只有基督宗教。耶穌基督不但教導門徒要愛仇人，他更甘願為罪人而死，也為迫害他的人求天父寬恕。(路 23:34)

儘管愛主愛人是信徒生活的指南，但愛仇人的確並不容易。教會中一位在愛仇上表現卓越的要指聖李達·加西亞 (St. Rita of Cascia)。她從小有意修道，但無奈被父母安排嫁給一位性情暴躁的丈夫，受了 18 年的暴虐。當時 14 世紀的義大利，盛行敵對家族之間的互相報仇風氣，李達一直苦勸丈夫不要報仇，在李達不斷的祈禱下，丈夫終於皈依。但他最後卻被仇敵所殺。李達的兩個兒子要為父親復仇，李達不斷勸兒子寬恕仇人，但兒子們仍決意報復。兩個兒子其後因病去世，有傳說是李達求天主不要讓兒子殺人，如兒子們執意犯罪她寧願天主收回他倆的靈魂。李達終於使兩個敵對家族化解仇恨，她後來獲准進入一間修道院隱修。聖李達·加西亞成為了絕望者和困境者的主保。

看看持續超過一個世紀的以巴衝突，兩個原本是兄弟的民族，就是放不下歷久而來累積的仇恨，至今時今日雙方仍懷着不是你死就是我亡的心態。除非雙方都能放下仇恨，否則任何第三者的調停也只會是短暫的。

我的祈禱與反思：

耶穌，寬恕仇人的確不易，但你教導我們要成全如同天父，即使受盡酷刑痛苦地被釘在十字架上，你仍求天父寬恕那些迫害你的人。(路 23:34) 你給了我們一個愛仇的好榜樣。

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：_____