默想经文:

弗 4:20-24 你们学了基督，却不是这样。21 如果你们听过他的道，领了他的教，学了他的真理，22 就要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的。23 又要将你们的心志改换一新，24 并且穿上新人，这新人是照着　神的形像造的，有真理的仁义和圣洁。

【路 1:16-17】16 他要使许多以色列人回转，归于主他们的　神。17 他必有以利亚的心志能力，行在主的前面，叫为父的心转向儿女，叫悖逆的人转从义人的智慧，又为主预备合用的百姓。”

弗 4:29-30 污秽的言语，一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。30 不要叫　神的圣灵担忧，你们原是受了他的印记，等候得赎的日子来到。

太 7:1-2 “你们不要论断人，免得你们被论断。2 因为你们怎样论断人，也必怎样被论断；你们用什么量器量给人，也必用什么量器量给你们。

诗 36:5-6 耶和华啊，你的慈爱上及诸天，你的信实达到穹苍。6 你的公义好像高山，你的判断如同深渊。耶和华啊，人民、牲畜，你都救护。