

# 免费电子书：《疲劳与休息》

这电子书强调身为天主的儿女，必须在辛苦工作的生活中休息。

2022年5月20日

下载电子书：

ePub格式： [《疲劳与休息》](#)

Mobi格式： [《疲劳与休息》](#)

Pdf格式： [《疲劳与休息》](#)

---

圣施礼华说，对主业团的人来说，工作是一种「慢性、有传染性、越来越恶化、无法治愈的疾病。」天主依靠基督徒不断的努力，与他们的男女同伴并肩工作，把世界吸引到祂的身边。但祂也希望我们照顾好自己，因为我们每天的努力会使我们疲惫不堪，于是我们有必要恢复体力。「我们的身体也像一匹小驴，天主拣选了它，乘它入耶路撒冷，它驮着我们行世上的成圣之旅。它要受制，才不会迷途，但也要受鼓励，这样才能走得欢愉、轻快，像头负荷的畜牲一样。」

---

## 目录

— 「没有太阳，我保持沉默」：疲劳与休息(一)

## — 灵魂舞蹈：疲劳与休息(二)

Wenceslao Vial - Carlos Aixelà

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/Mian-Fei-Dian-Zi-Shu-Pi-  
Lao-Yu-Xiu-Xi/](https://opusdei.org/zhs/article/Mian-Fei-Dian-Zi-Shu-Pi-Lao-Yu-Xiu-Xi/) (2026年2月2日)