

川流不息、风雨无阻 的祈祷

翠丝·费南德丝 Tracy Fernandes — 一位金融分析主管，在人满为患的孟买市工作及居住。她和父母、兄妹同住，而匆忙地往返住家和办公室，是她每日一贯的行程。

2008年10月6日

约四年前在孟买市，透过我母亲，我第一次接触到主业会...她去了中心参加一天的月静，她非常喜欢并极力建

议我也一同前往，不久后，我也开始定期参加中心所办的一些讲座及灵修活动。而这些都在我的日常生活中，为我带来很大的帮助和益处，所以之后，我便加入了主业会。

虽然身为平凡的专业人士，但是一如孟买其他好几百万人们，以及我许多的朋友和同事们一般，我的生活既单调又紧凑。一如大家所知，孟买是个非常拥挤及繁忙的都市，在万变的天气下，人人仍是风雨无阻地四处奔波，没有任何事能阻止孟买的上班族。即便是在台风季节，有时当雨水高涨至膝盖或甚至更高时，你会惊讶地发现，人们仍然继续勤奋地工作著！

在往返办公室和家中那川流不息的车阵中，我通常得要花上几个小时的车程。大部份遇上恼人的塞车时，都会让我烦躁不堪。而我也惯於浪费时间地发著牢骚，终致失去平静。但是在认识主业会，以及明白身为基督徒真

正的生命后，我在处理这个细小的恼人问题上做了些改变。比如说，现在，当我遇上塞车，再加上汽车和巴士不停地按著喇叭时，我通常会祈祷、看看书等等...我尝试去以更好的方式来奉献这些事。

也是因为通过主业会，我学到了一个人在一天中可以随时随地与天主保持着经常性的对话，无论是在路上、在煮饭时、在工作时、甚至躺在床上时等等...都可以。这个新发现大大地帮助我在做与以往相同的事情上时，能做的更好，不论是在家中，面对兄妹和父母，努力去营造更和睦及美好的家庭气氛；亦或是在公司，尽力而为，随时准备帮助有需要的人...随时保有著天主的临在。

我在主业会所学到的种种，著实帮助了我在作为一个人、女儿、姐妹、朋友、专业人士上，做出了改进。我感激天主让我能够回应主业会圣召的恩宠，我也感激我母亲，因为是透过

她，让我能认识天主教教会的这个自治社团。

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/article-117/](https://opusdei.org/zhs/article/article-117/) (2026年2月22日)