opusdei.org

## 我需要魂性的训练

Vicky Balfour 19岁,住在 Don Torcuato Tigre,在大学 里学习工业设计。在俱 乐部打 曲棍球,也担任女子队教练。 在这篇文章里她叙述了曲棍球 如何帮助她 建立并加强与天主 的关系。

## 2010年12月2日

从小我喜欢父母给我的各项运动。我 喜欢到处跑,不能安静的呆一会。就 这 样我开始在Pueyrredón俱乐部里打曲棍球。它是一种娱乐,一项游戏, 我很喜

欢。和朋友们打球是很快乐的,但有时懒惰…就不去了。在这个俱乐部打球,

包括每周两次的训练和周末的比赛。 小的时候,我并不觉得训练很重要。 去打

球也是很懒散的,对这个运动没有任何承诺。

但是…如果你爱上了一项运动, 你就 会更有热请, 自然而然的愿意投入更 多。

若要做得更好,便需要更努力。因此 训练是关键所在:如果你不训练,就 没有

好的表现,没有改进。

这个经验对我的信仰生活也同样适用。开始,我没有想到我可以运用同样的方

法提高我得内修生活。但是我看到相似的事发生了。打球训练不知不觉的 也在

促进我与天主的关係。

我在14岁时换了学校,在一个新的学校里开始了9年级。在那我结识了很好的朋

友,她们邀请我去参加社会福利外展 工作营。我妈妈也很支持我去。我参 加过

两次,都很愉快。我和我的朋友们都 很高兴能帮助那些贫穷的人,学习到 很多

有关基督徒生活方面的知识。但那时 所知道的就这些。 在第一次活动中,主业会的独身会员 克莱尔邀请我去Montes

Grandes, 是San

Isidro的一个女子中心。我告诉她不能去因那离我家很远。在第二次活动中,我

也以相似的理由拒绝了她的邀请。一年以后,学校里一个很好的朋友阿古 丝建

议我去Montes,不知道为什么,这一次我接受了。

那次去女子中心,我当然是很开心的,和我的朋友们度过了美好的时光,同时

也不经意地(事实确是如此)接受了灵性训练。但那时,我对这方面并没有很关

注,去那里主要是和朋友们玩玩。渐 渐的,那里成了我的第二个家... 但是发生了什么呢?随着年龄的增长,我意识到信仰和人性培育的重要性,对

我的生活很重要性,把学到的付诸实践也很重要。从Montes那里学得的一个结

论就:要把我学习到的付诸实践并融会成生活的一部分。我意识到我所学习的

不仅是理论,相反,我听到的是为了 应用到生活中。

最後,我感到内在的生活需要「灵性的训练」。就像打球一样,为了球队 周六

能打出更好的比赛,我会更负责而努力地去参加训练,同样的我对灵修生活也

更负责任。在Montes我认识到告解 圣事、每天祈祷和、望弥撒和更努力 地学习

都非常重要。我明白了这些都是帮助 我每日实在地度基督徒生活的途径。

pdf | document generated automatically from <a href="https://opusdei.org/zhs/article/article-239/">https://opusdei.org/zhs/article/article-239/</a> (2025年11月3日)