opusdei.org

监督和我们分享面对冠状病毒的想法和建议

除了一些实际的建议外，范康仁蒙席鼓励我们将他人的痛苦视为我们自己的，因为「若是一个肢体受苦，所有的肢体都一同受苦」（格前十二26）。

2020年3月20日

发自罗马，2020年3月14日

我挚爱的孩子们，愿耶稣为我看顾我的儿女们！

如今我们都看到新型冠状病毒(COVID-19)疫情产生的不同程度的艰难形势，让我们再一次更新对上主的信心，并以「信德的力量、望德的确信和爱德的热火」（教宗方济各，2020年3月8日）来面对它。虽然局势的严重性在全球各个地方都不一样，但是诸圣的相通使我们将他人的痛苦看成是自己的，因为「若是一个肢体受苦，所有的肢体都一同受苦」（格前十二26）。无论发生什麽样的危机，让我们都在祈祷中，与那些处於紧急情况的人结合在一起。比如说那些感染冠状病毒肺炎状况严重的人，那些必须为求生存而离乡背井的人—比如近日叙利亚人的逃难—以及遭受悲剧性损失的家庭，凡诸如此。

新型冠状病毒使得许多地区陷入紧急状态，改变了日常生活的节奏，也影响了大众百姓的心情状态。我们应记

得，即使是在这种不安、陌生的状况中，上主也给我们祂的恩宠，要圣化我们。让我们彼此扶持，面对这些情况，每天都好好地生活，要了解到：当我们不得不减少我们外在的工作时，我们就有一个机会可以「在内里成长」。

为了面对疫情的发展，各个国家的政府都制定了一些预防和控制的措施。遵守这些措施可能会带来一些不方便或麻烦，这时，我们应该记得圣施礼华的建议：「人与人之间友好相处的规矩，值得尊重和爱慕。也不要怀疑，忠於职守，能成为使人发现基督徒完美品德的途径。」（犁痕322）。为了教友和社会的益处，教会神长可以，而且有一些已经制定了关於圣事之举行和牧灵关怀的策略，这些我们都以对慈母圣教会感恩的心和信赖来遵守。在这一点上，我们也应该遵守。当有需要时，也应关闭一些制定好的培育活动，避免不必要的危险。

当政府和神长们的考虑及规範使我们不方便聚会的时候，让我们也特别想想如何以更有创意的方式，让使徒工作的热诚得以成长，以及为他人服务。首先，我们要让每一位主业团的成员以及你们的朋友知道：自己并不孤单。比如，多打打电话给他们，或者给那些很久没有联络了的朋友和亲戚；透过当前科技给予我们的工具来进行培育的活动（学习圈、讲座、默想、聚会等等）；透过网路分享具有培育性质的材料（主业团的官网www.opusdei.org此时正在製作一些与当前局势相关的特别材料）或其他有助於神修生活的内容（文字、录音和影片）；努力多默想四旬期平日弥撒中的读经和祈祷经文（www.vaticannews.va已经每天直播教宗的弥撒了）；分享在类似情况中如何发展使徒工作的经验，诸如此类。这是非常时期，所以彼此扶持、传递爱德及不让任何人孤单，就特别有必要。

在局势许可，以及尊重政府单位的指示下，活出爱德可以是用有创意的方式帮助其他的人（邻居、工作上的同事等等），特别是那些比较处於弱势的人群，比如老人和患病的人：当然，这需要明智地配其精神与物质上的照护。

在那些防疫措施更为严格的地区，让我们也在主业团的中心、Associate成员、Supernumerary成员和朋友的家庭环境中建立正面的心态。让我们在这些情况中看到增进友谊和手足情谊的机会。以下这些态度和活动可以帮助我们：在面对困难和突发状态时，要有好的幽默感、不要怪罪或指责别人、做一个阅读或看短片的计划、推动一些遊戏或娱乐好让子女或弟兄姐妹过得快乐一些、解决那些本来就需要一点冷静时间才能完成的工作、在家里做一些运动等等。

我们特别要感谢那些投身医疗工作的专业人士，这些时日以来他们特别带

著牺牲的精神在努力工作。我们特别仰赖他们，让我们也在他们的专业工作上支持、鼓励他们。

最后，让我们祈祷，让我们也透过这次事件增加我们与上主的亲近，在我们的周围成为「平安与喜乐的播种者」。

我深切地祝福你们

你们的父亲

范康仁

---

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/article/jian-du-he-wo-men-fen-xiang-mian-dui-guan-zhuang-b/ (2025年12月19日)