

opusdei.org

圣德的公式

2月10日是国际妇女和女童科学日。为追念瓜达露佩对化学的热情，我们将开始一系列关于她的一些「公式」：有助于我们如何面对现今深深影响专业人士的一些问题，例如：缺乏时间、压力、不安、恐惧、悲伤...等。

2019年5月3日

瓜达露佩·欧提斯·兰达苏丽

圣德的公式

公式1：起泡(沸腾)

瓜达露佩·欧提斯·兰达苏丽热爱化学。儘管她也学会了如何在工作和其他职责之间取得平衡，但她对自己专业的热情在她的生命中始终如一，即使在她几乎无法投入太多时间时，也是如此。然而，在她晚年，她还获得了化学博士学位，除了在其他研究中心授课之外，并在马德里著名的拉米罗·梅兹图研究机构(Ramiro de Maeztu)担任教授。

现在，教会呈现给我们一位圣德的典范 - 瓜达露佩。她的榜样可以帮助今天的基督徒认知，天主是怎样的，并寻求与祂认同，直到永远与祂一起在天堂。

为追念瓜达露佩对化学的热情，我们将开始一系列关于她的一些「公式」：有助於如何面对现今深深影响专业人士的一些问题，例如：缺乏时

间、压力、不安、恐惧、悲伤...等，我们会以瓜达露佩自己写的东西，大多数是她写给不同人的信件，以及那些认识她的人的證言，展现给我们她幸福、友谊、和信任的公式。

公式1： 起泡 (沸腾)

起泡是把酸和碱放在一起产生的化学反应，一些分子从液态变成气态。酸是一种限制试剂：酸越多，产生的气泡就越多。

当我们感到高兴时，我们就会感到沸腾的兴奋。全然信赖天主的「试剂」即会产生极度的喜乐，儘管我们仍然存在著体会到自己缺点的「碱」。

瓜达露佩是这样做的.....

「我非常快乐，感到非常幸福。真福欧华路总是问我：是否真的快乐？我现在比以往任何时候都更快乐！虽然我知道我做任何事情都有很多缺点(尤其是虚荣和对自己的爱)，但我也知道

我主帮了我多少的忙，我深信如果祂坚持下去，有一天我能真正的取悦祂。」(给圣施礼华的信，1945年12月12日於毕尔包)。

「父亲：我很高兴地告诉您，您有我在这里，今天我负责，明天我殿後，但我永远快乐，因为我在服侍上主。每天我更信赖祂，更不依靠自己的力量，因此，自从尼莎告诉我她要离开的那一刻起，我就请求我主，不要让自己跟祂分离片刻。我很想和祂一起把中心扛在自己的肩上，也鼓励我的姐妹们去祂那儿。」(致圣施礼华的信，1946年3月17日)

她们在宿舍第一次举行整夜守圣体後，瓜达露佩写信给尼莎·冈萨雷斯·古兹曼说：「我们所有人都好高兴！我们也祈祷了好多！我想你也参加过类似的事情，对吧？」(毕尔包，1946年4月4日)

「父亲，有时我想我向天主祈祷，说我觉得自己没有十字架，因为我的工

作并不难；现在我的感觉也是一样，虽然我感受到了一些十字架：我的十字架是我为其他人的担忧，看到我的姐妹们在挣扎，明白雇用的女孩们的反应不好，以及我缺乏力气；但是我试著喜悦地做这些事，把其余的交在我主的手中。」(给圣施礼华的信，1946年11月3日，毕尔包)。

「跟您的烦恼相比，这些小事根本算不了什麼。父亲，因为无论发生什麼事情，您总是很平静，很快乐，所以我也想做同样的事才好帮助您。我也注意到，多亏这些十字架，我因此增加了更多天主的临在，每天我也不那麼担心自己了。只有在圣堂中，我才能清楚地看到自己的很大很大的缺陷，我的心谦卑下来之後，我就不再担心了。有时我想我应该感到更多的悔恨，但是我没有；即使想起过去犯的错，也不让我忧心。」(给圣施礼华的信，1946年11月11日，毕尔包)

那些对她有深刻认识的人也作了見證。在她动了心脏手术以後，1958年，恩卡尼塔·奥尔特加从罗马写信给瓜达露佩的弟弟爱德华多说：「亲爱的罗莉塔和爱德华多，我感到非常高兴，能告诉你们瓜达露佩的好消息。她已脱离了危险状况，几天之内，她就能起床一阵子了。我把医生的报告寄给你们。瓜达露佩一刻也没有失去她典型的喜悦与平静，儘管她完全意识到事态的严重性。」

「在这光辉灿烂的天空下，反映著妳所在之地的一切荣耀之光，让我们不会留意到妳的离去，虽然妳已搬到另一所新居。我们会想念妳的微笑、妳的建议、妳的关注、妳的笑话，和妳一阵一阵开怀的大笑声，如今依然瀰漫在屋子的每个角落里...现在就为我们求情吧，瓜达露佩，这样我们的心将永远与欢乐有更大的共鸣。因为妳很了解什麼是深植於心的喜悦，就是那些根植於十字架形式的喜悦。」（在

瓜达露佩过世後，一位匿名作者对她的祈祷)

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/sheng-de-de-gong-shi/](https://opusdei.org/zhs/article/sheng-de-de-gong-shi/)
(2026年1月27日)