opusdei.org

欣然面对一切

在默想圣施礼华的讯息，我发现到一个人怎样能从自我中心释放出来的自由自在、胸襟广阔和丰厚亲切的人情味。

2016年6月15日

从我参加主业团所举办的培育活动开始，我获益良多但未能回报。现在我成为了协助人，便能略尽绵力。此外，我却从中得到帮助去圣化我的日常生活及欣然地去完成每一件事情的裨益。对我来说用心祈祷，和将日常生活安排得井井有条是一项挑战：每

天起床、祈祷、照顾孩子、购物、做家务、处理一堆堆的污秽衣物、做饭等等。我学会了将工作按优先次序安排得更有秩序。其中最重要的是学会怎样从我的邻居，身边的人、受苦的人、需要帮助的人、以及那些温馨愉悦的关係中发现天主。在默想圣施礼华的讯息，我发现到一个人怎样能从自我中心释放出来的自由自在、胸襟广阔和丰厚亲切的人情味。

Maria Spenger玛利亚史宾加

奥地利，一位幼儿园教师

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/article/xin-ran-mian-dui-yi-qie/ (2025年12月11日)