

新型冠状病毒好的一面

来自葡萄牙的莫妮卡·奥古斯托 (Monica Augusto) 在澳门工作，现已与家人定居于澳门。新型冠状病毒带来的种种限制，但从一些小事上看来，对她的家人都是祝福。

2020年7月25日

我和我的丈夫米格尔 (Miguel) 已在澳门定居多年了。我们有两个孩子，玛蒂德 (Matilde) 快13岁了，米格

尔10岁了。2017年，当我们为孩子们在主教座堂报名上天主教教义时，我遇到了主业团的一位成员。我意识到自己对教义的需要，开始在主业团的中心上课，后来也参加月省，去年（2019年）底，我成为协助人。

这一段时间，我们都经历了新型冠状病毒疫情的影响。从二月初开始，几乎所有澳门的人都不得不在家工作，我们的孩子也在家里上网上课程。和许多其他人一样，这次疫情改变了我们的生活方式。

在疫情恶化的几个月前，只要我能够把弥撒加入我的工作时间表里时，我都试着参加平日弥撒，因为我发现了领受圣体带来的平静和力量。

信仰朝圣之路上向前迈出一步

但是突然间，澳门的教堂从2月6日开始无限期的关闭，我们无法再领受圣体圣事。在疫情爆发之前，我也试着找时间去办公室附近的朝拜圣体小圣

堂，在圣体前面祈祷，但在目前无法去祈祷的日子里，令人感到十分空虚。

然而，天主一直在看管我们，祂是我们的天父，所以在教区、神父和小区的帮助下，我们可以有网上弥撒、网上退省、九日敬礼和其他活动来帮助我们继续活出我们的信仰。这些沉默和祈祷的时刻改变了一切，因为我可以把这次疫情爆发的时段当作一份礼物，在我的信仰朝圣之路上向前迈出一步。现在我在寻找这样的机会，同时，更感激我们在正常情况下所能拥有的一切。

我们的家庭也学会了适应新的情况。例如，透过网络望弥撒，我们继续参与，就好像在教堂望主日弥撒，这样一来，在家里，我们仍然需要在特定的时间内吃完早餐，这样我们就可以遵守一小时的圣体斋，好像我们要领圣体一般。我们学着念教会所建议的神领圣体经文，我确信这次我们深刻

地学习了神领圣体的真实价值。我还从朋友那里获得圣施礼华教导的神领圣体经文，以及这个经文在他生命中的起源。当我们望弥撒的时候，我们也点根蜡烛，在电视旁边放一个十字架。

我们有更多彼此交谈的机会

另一件我想分享的事，是为孩子们制定了一个时间表，因为只有他们在家里，我和丈夫都得出外工作。因此，根据时间表，孩子们尽量安排好时间学习、吃饭、玩耍、做运动、上网等时间，并空出祈祷的时间。

我们的家庭生活，因新型冠状病毒反而受益良多。我们有更多彼此交谈的机会，有更多平静的和家人聊天的时间，而不是匆匆忙忙的催孩子去睡觉，因为这段时间孩子没有上学，早上可以在床上多留一会儿；关心对方今天过得怎么样；分享自己的事情，我们每天全家可以有个聚会。我们也做良心省察，每个人都会表达一个感

恩的祈祷，并说出感谢天主的原因。即使这让我每晚比较晚才能睡觉，我非常高兴我们度过一段优质的时间。事实上，当孩子们一旦返回学校，我们希望能够继续维持这份亲情的联系。

为那些生病或死于病毒的人祈祷

由于孩子们早上不用早起上学，可以晚点起床，所以晚饭后，我们也念家庭玫瑰经。刚开始时，让孩子们做这件事并不简单，但后来，即使有些抱怨，他们果真答应预留念玫瑰经的时间。在念每一端奥迹之前，我们都说出意向，我的女儿玛蒂德，认为这是疫情带给我们家庭的一个福气。我们为那些生病或死于病毒的人祈祷，同时要感谢玛蒂德，因为她极为关注各国的最新情况，使我们总是为与疫情相关的意向祈祷。

小米格尔 (little Miguel) 也开始专心关注一些问题，甚至开始更理解到祈祷的力量。我有种过敏，令我有时

咳嗽不止。一天早上，他问我：「妈妈，你还好吗？你咳嗽时，请你手里拿着念珠嘛！」

当我们在家念玫瑰经时，我们轮流说出每端的奥迹。但有一次，我丈夫因为背痛而睡着了，玛蒂德因一大早就起床做作业而睡着了，我也睡着了。我没有意识到，轮到我该说那端的奥迹。过了一会儿，我突然惊醒过来，小米格尔还在念玫瑰经，我问他是否说了那端的奥迹。小米格尔告诉我，本来轮到我说，但因我睡着了而没有反应，他说：「嗯，总得有人说出奥迹啊，这……所以，我就讲了。」

圣堂门口领受圣体

感谢天主，几个月之后，由于澳门教区的安排，我们可以在指定的圣堂门口领受圣体。我们全家先在车上用手机参与网上弥撒，到了领圣体的时间，我们就出外领受。这对我们一家人来说，是个重要的时刻；我们真的很想念领受圣体的滋味。我做了一个

比较，譬如当我们禁食守大斋的时候，我们需要做些牺牲，为了更欣赏我们认为是理所当然的小事情。

反思这一切，我注意到整体上，有更多的人开始意识到成长的需要，意识到精神上的觉醒。我们都是人，当有东西可以用时，我们视之为理所当然。当我们欠缺什么时，我们会想念、寻找它们。这是我们所有人积极迈出一步的时刻，我们可以说，「既然我们没有它们，并不意味着我们什么都不能做。我们可以换个不同的方式做啊！」

这种情况使我们心灵成熟。开头时，我们可能会害怕，因为我们不惯于不熟悉的方式。但是后来，我们学习看到积极正面的结果出现……。具体地说，我们找到了其他与我主联系的方法。现在我每天都感谢天主赐予我的这些果实。这些可能是小事，也可能是大事，学会敞开心扉。而最重要的

是，学习在我和我的家人的生活中聆听祂的旨意。

澳门

Monica Tavira Neves Augusto (莫妮卡奥古斯托)

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/article/xin-xing-guan-zhuang-bing-
du-hao-de-yi-mian/](https://opusdei.org/zhs/article/xin-xing-guan-zhuang-bing-du-hao-de-yi-mian/) (2026年2月11日)