

## 不断的祈祷

你告诉我：神父，我犯了许多错，我做错了许多事。我回答：我知道。但是，我主、天主，知道那一切，并予以考虑。祂只要求你谦逊，承认自己的过错，并要求你努力纠正，好能每天更加以内修生活，以不断的祈祷和虔敬去事奉祂，也利用适当的方法去圣化自己的工作。（《链炉》379）

12月7日

先谈内修生活。真正了解什么是内修生活的人，真是凤毛麟角！人们一听到谈论内修生活，脑海里马上联想到阴森森的寺庙殿堂。足足有四分之一个世纪以来，我不断地重复，内修生活不是那么一回事。我所说的内修生活，是普通基督徒的内修生活。他们大都生活在喧嚷的闹市中，生活在光天化日下，在街道上，在工作中，在家庭里，甚至在娱乐休憩中。只是，他们整天的生活，时刻都以耶稣为中心。这若不是持续的祈祷生活，那又是什么呢？你们不是真的要做一个祈祷的灵魂吗？不是要与天主建立亲密的关系，使自己得以圣化吗？

开始时是比较困难的。非下苦功去寻觅天主不可，要感谢祂慈父般切实的关怀。这并不是什么感情用事，而是天主的慈爱在灵魂深处，使你们逐渐

察觉出来，心心相印，自有灵犀一点通。事实上，是基督在深情地寻找我们：「看，我立在门口敲门。」  
(《基督刚经过》1)

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/dailytext/Bu-Duan-De-Qi-Dao/](https://opusdei.org/zhs/dailytext/Bu-Duan-De-Qi-Dao/)  
(2025年12月26日)