

你需要平静地，思考 你的生活..... 祈求宽 恕

你需要平静地，不要过份忧虑地思考你的生活，祈求宽恕，并作出坚定的、具体的和明确的决策，改善这一点和那一点：那个你感到困难的细节，另一个，其实你明知该做，却时常不照本份去做的事情。

（《炼炉》，115）

08月23日

满怀美善的渴望，的确是一件神圣的事，而天主也会表扬的。但是，不要到此为止。你必须是一个脚踏实地的人。为了实践那些美善的渴望，你必须定下清楚而明确的决策。然后，我的孩子，靠着天主的恩宠，你必须奋斗去实践那些决策。（《炼炉》，116）

好好地看一看你的行为表现。你会看到自己的许多过失，不但伤害自己，也许伤害周遭的人。切记，我的孩子，微生物可能与野兽一样危险。正如细菌是在实验室里培植的，同样，因你缺乏谦逊、缺少祈祷、未能履行职责、欠缺自我认识，而培养那些过错。然后，那些细菌散播各处。你需要每天好好地省察良心。这样，你会决意要改进，因为你真的为自己的

缺点、疏忽，和罪过而歉疚。（《炼炉》，481）

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/dailytext/Ni-Xu-Yao-Ping-Jing-Di-
Si-Kao-Ni-De-Sheng-Huo-Qi-Qiu-
Kuan-Shu/](https://opusdei.org/zhs/dailytext/Ni-Xu-Yao-Ping-Jing-Di-Si-Kao-Ni-De-Sheng-Huo-Qi-Qiu-Kuan-Shu/) (2025年8月23日)