

opusdei.org

如果你跌倒了……赶快去办告解

如果你跌倒了，我的儿子，赶快去办告解，并寻求灵修指导。显示你的伤口，让它得到适当的治疗，并消除一切可能的感染，即使这样做会令你感到犹如刀割一般的痛楚。

（《链炉》 192）

03月23日

我来给你的临床病历作个总结吧：在这里，我跌倒了；但在那里，又站了起来。后者才是关键。所以，继续在灵修上奋斗下去吧。即使以龟步的速度前进也不怕。要向前进！我儿，你明白得很，如果不战斗，会有什么下场：一跌再跌，越跌越深，不可自拔。（《犁痕》173）

你来信所述，说明你已明白诚恳真挚的意义了：「我正在养成习惯：名副其实地称呼一切；特别是，养成一个习惯：凡是不存在的，就不去为它硬找什么名堂来称呼。」（《犁痕》332）

Abyssus, abyssum invocat.....一跌再跌，一误再误.....我早就提醒过你的。说谎的人，伪善的人，背教的人，变节的人，就是这样一步步堕落下去的。他们厌恶自己的丑陋行为，所以向人隐瞒。结果，越陷越深，不能自拔，形成隔绝于人的一道鸿沟。（《犁痕》338）

假如我们想与天主更加亲密地结合的话，真诚是不可或缺的。我的儿子，如果有一只丑陋的「癞蛤蟆」在你心里，要把它赶走！正如我常劝勉你的，你必须先讲出有什么是你不愿意任何人知道的。一旦在告解圣事中除掉心中的「癞蛤蟆」，会感到多么舒服。（《链炉》193）

在省察的时候，要小心提防使你成为哑吧的魔鬼。（《道路》236）

.....

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/dailytext/Ru-Guo-Ni-Die-Dao-Liao-
Gan-Kuai-Qu-Ban-Gao-Jie/](https://opusdei.org/zhs/dailytext/Ru-Guo-Ni-Die-Dao-Liao-Gan-Kuai-Qu-Ban-Gao-Jie/) (2026年3月
23日)