

# 我钦崇祢，我热爱祢，增强我的信德

当你领受祂时，告诉祂：主，我寄望于祢：我钦崇祢，我热爱祢，增强我的信德。支撑我的软弱：祢，在圣体中毫无防备，好能弥补祢受造物的软弱。《链炉，832》

11月25日

参与弥撒能使我们学会加深与天主圣三每一位的友情：父生子；子生于父；圣神由圣父圣子所共发。我们趋

赴任何一位，就是趋赴惟一的天主。当我们接近圣三，父及子及圣神，我们就是走进惟一真天主的临在之中。热爱弥撒，孩子们，热爱弥撒吧！如饥似渴般地恭领圣体，尽管你心中并无激情，尽管你的情感比不上你的愿望。满怀信德，满怀望德，满怀火热的爱德来恭领圣体吧！

谁不爱弥撒，就是不爱基督。我们应当努力心怡安宁，虔诚炽爱地生活于弥撒之中。钟情的人有一种灵性的机智，一种心灵的聪明敏慧，能注意到许多细节小事，它们虽然往往微不足道，但却事关宏旨，因为它们能反映出一颗热恋心灵的爱情。我们就应当这样来参与弥撒。所以我经常质疑那些希望弥撒快点结束了事的人，缺乏这种敏感性的人，他们是否还不懂得祭台上的祭献有着什么意义。

基督为我们牺牲了自己，如果我们爱祂，在弥撒结束后，我们会情不自禁地稍留片刻来感谢主恩。我们的感恩

祈祷会使另一个感恩祭，在我们内心深处的恬静中，绵延不绝。我们应当怎样走近祂，怎样向祂倾诉心曲，怎样检点举止？《基督刚经过，91-92》

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/dailytext/i-adore-you-i-love-you-  
increase-my-faith/](https://opusdei.org/zhs/dailytext/i-adore-you-i-love-you-increase-my-faith/) (2026年1月21日)