

opusdei.org

# 忧愁只应是自私的后果

当你在周围世界，散播舍己为人牺牲的馨香时，但愿没人会在你脸上，找到悲伤愁闷的踪影。天主的儿女，应当永远是平安与喜乐的播种人。《犁痕，59》

04月7日

既是天主的儿女，我们为何忧愁？忧愁只应是自私的后果，如果我们要为天主而活，我们就不缺欢愉，就算觉

得自己常常犯错，潦倒不堪也仍然欢乐。因为欢愉是祈祷生活的一部份，我们会禁不住欢唱，因我们是活在爱之中，而歌唱是沐浴爱河中的情侣必做的事！

若我们能如此生活，我们就会为世界带来和平，会使服务天主这种工作充满魅力，因为「天主爱乐捐的人。」

（格后9：7）基督徒是平凡的人，但他们的心充满喜乐，借着圣宠，他们不断去承行天父的旨意，而喜乐就在于此。基督徒不会觉得自己是受害者、被低估了或行动处处受到制肘，反之，他们可以抬起头来行走，因他们是人，又是天主的儿女。

信德使我们更明白人性美德的意义，其实没有人应忽略它们。基督徒是不折不扣的凡人，因着天主的恩宠追随了基督（非凭他们的功劳，而是靠天主的圣宠），他们可向周遭的人传达这份真正的快乐，那是一份真正服务他人的精神，只有透过我们救主的

心，祂是真天主又真人perfectus  
Deus, perfectus homo, 才能获得的。

《天主之友， 92 – 93》

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/dailytext/sadness-is-the-end-  
product-of-selfishness/](https://opusdei.org/zhs/dailytext/sadness-is-the-end-product-of-selfishness/) (2026年4月6日)