

opusdei.org

从清晨到傍晚，我们 必须随时祈祷

但愿我们常常有勇气在大庭广众前，按照我们神圣的信仰恒久的生活。《犁痕，46》

10月26日

只要我一息尚存，我将继续宣扬：在每个时刻、机会和情况中，我们必须成为祈祷的灵魂，因为天主永不离弃我们。假如将天主的友谊视之为最后的靠山，可不是基督徒的态度，蔑视或忽略所爱的人是正常的现象吗？显

然不是，我们所爱的人不断地出现在自己的谈话、欲望和思念当中，无时无刻都念及他们，对天主也应当如此。

当我们如此寻求主，将整天转变成与祂亲密信赖的交谈，这点我曾说过、写过无数次，但我不厌其烦，因为上主以身作则地教导我们，这正是我们必行之事：从清晨到傍晚，从傍晚到清晨，我们必须随时祈祷。当万事顺遂：「感谢你，我的天主！」假如陷于困顿：「主，不要离弃我！」我们的天主「良善心谦」（玛11：29），不会忽视我们的祈求，也不会冷眼看待我们，因为祂亲自告诉过我们：

「你们求，必要给你们；你们找，必要找着；你们敲，必要给你们开。」

（路11：9）《天主之友，247》

zhs/dailytext/we-have-to-pray-at-all-
times-from-morning-to-night/ (2026年
3月20日)