

opusdei.org

## 愛與痛：離子鍵

瓜達露佩有關聖德的第二個「公式」：面對生活中的困難，使自己更接近天主。

2019年5月10日

瓜達露佩·歐提斯·蘭達蘇麗

聖德的公式

公式2：離子鍵

公式2：離子鍵形成一個不易破壞的穩定結合。是由帶有兩種相反電荷的

離子，正電及負電離子之間的靜電相吸形成的。

當我們面對明顯的負面情況，如困難、痛苦和誤解時，天主的愛所帶來的正面積極的吸引力，可以創造一種無論如何都能保持穩定的關係。這是瓜達露佩的第二個聖德公式。

### 瓜達露佩是這樣做的.....

「我有點累了，因為**過去這幾天都睡得很少**。但是現在都做完了，一切都就緒了。大家都喜歡我們準備的食物，我們需要的東西也有庫存，而且價錢也好。**我非常感謝天主，雖然我視自己是個災難**—如你所知，我好不容易小題大作，但現在我準備好全心全意的工作了！」(於1946年10月12日，在西班牙畢爾包的阿班多宿舍家務管理處，寫給尼莎·岡薩雷斯·古茲曼的一封信)

一封給瑪麗亞·路易莎·烏達翁多的信，她是瓜達露佩的朋友，正在照顧她生

病的母親。「親愛的瑪麗亞·路易莎，我剛剛收到你的來信。你可以猜到我不法在這個時刻，去到你身邊與你在一起的遺憾。我向你保證，我會像你要求我的那樣，為你的母親祈禱。我相信上主，當祂把這些苦難賜給你們時，一定也會幫助你們承受的，以致於你們自己也會感到驚愕，不是嗎？所有發生的這些事，都幫助我們更清楚地看到：唯獨祂能夠，且完成一切。不要白白浪費在你身上發生的大小事，把它全部奉獻給上主。如果只要你能看到有多少好事正在發生；這些很可能要歸功、感謝你所做的貢獻。你明白嗎？」(1949年9月16日，馬德里)

當瓜達露佩的朋友克莉絲蒂娜·龐塞生病的時候，她寫道：「請務必好好照顧你自己。我知道現在不是你生病的好時候，但如果天主願意，你要盡力而為讓自己好轉，並且開心的那樣做！我仍然懷著希望，希望你的信能在我這封信寄出去之前到達，這樣我

就知道你最近怎麼樣了。為學校，為我們的人，為瑪麗亞，為瑪麗亞·埃斯特的頭銜，**奉獻一切**。如果還有什麼剩下的，為這一切，和為我，奉獻全部。你無法想像最近情況的進展，所以你要充分善用每一件事。」(1955年11月7日，墨西哥市)

瓜達露佩從小就與疾病抗戰。她給聖施禮華的最後一封信，反映出她面對此事的態度：「父親，我在醫院寫信給您。我已在這裡待了22天，月底時，心臟科醫生要決定我是否該換『心臟瓣膜』。**我很平靜，也不擔心自己怎麼樣了**。今年，在來醫院之前，我過著和往年一樣的正常生活，只是**我感到越來越疲憊了**。」(1975年6月22日在西班牙潘普洛納寫給聖施禮華的信)。

---

pdf | document generated automatically  
from <https://opusdei.org/zht/article/ai-yu-tong-li-zi-jian/> (2026年3月13日)