

opusdei.org

## 即刻開始（4）：學習 寬恕

在哀矜系列的這一個新影片中，許多人談及寬恕別人的歷程與挑戰，和此行動為他們生命所帶來的平安。

2016年10月9日

（按"CC"來開啟字幕）

即刻開始（1）：[《免費工作》](#)

即刻開始（2）：[《哺養身體和靈魂》](#)

即刻開始 ( 3 ) : 《擴展你的家庭》

---

pdf | document generated automatically  
from <https://opusdei.org/zht/article/ji-ke-kai-shi-4-xue-xi-kuan-shu/> (2026年3  
月8日)