

休息不是什麼也不做

你和我說過：「似乎所有的罪都在等待無所事事的一剎那。其實無所事事本身就該算是罪了！」一位為基督工作的人，不會有空閒的時刻。因為，休閒並非什麼也不做，而是做一些不必太費力的事。（《道路》，357）

08月2日

你應該是一堆燒紅了的炭，所到之處，接觸所及，都能引起熊熊的烈

火。如果一旦周圍環境，不能引火燃燒，你就該提高他們靈修的熱度。不這樣做，便是白白浪費了你自己的光陰，白白浪費了你周圍人的光陰。

(《犁痕》，194)

我想繼續與上主談的是我許久以前已注意到的，現在才用得上的，聖女大德蘭所說的：「那過去的一切，如不能悅樂天主，便是毫無價值，等於空無一物。」註五 現在你明白，為何一旦靈魂離開了它的目標，忘了天主創造它是為成聖，便失去了它所有的平安和寧靜嗎？努力保持這超性的觀點，就算在休息娛樂時——就和工作一樣重要。

你可以爬到事業的巔峰，可以因你在世上隨心選擇的作為，獲得喝采，但如你放棄了這超凡、可激勵所有人類活動的觀點，你便離棄了正道。

(《天主之友》，10)

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/dailytext/
Xiu-Xi-Bu-Shi-Shi-Mo-Ye-Bu-Zuo/](https://opusdei.org/zht/dailytext/Xiu-Xi-Bu-Shi-Shi-Mo-Ye-Bu-Zuo/) (2026
年3月31日)