

「你們中間有憂愁的嗎？」

如果你是使徒，就絕不會灰心；因為沒有不能克服的困難。那你為什麼憂愁呢？《道路，660》

01月21日

真正的德行不是憂愁或惹人反感的；而是親切的喜樂。《道路，657》

如果一切都順利，我們要歡樂，讚美天主，是祂的功勞。如果一切都失

敗，我們也要歡樂，讚美天主，祂讓我們分享祂十字架的甘飴。《道路，658》

你問我治療憂愁的法子。我給你一個聖雅各伯宗徒所寫的好處方。

Tristatus aliquis vestrum ? 「你們中間有憂愁的嗎？」*Oret !* 「祈禱吧！」你試試就會明白。《道路，663》

不要憂鬱。要從一個更「我們共同的」、更基督化的觀點來看事。《道路，664》

Laetetur cor quaerentium Dominum. 「凡尋求上主的人，滿心喜樂。」這句話給你光明，有助於你發現憂鬱的原因。《道路，666》

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/dailytext/
are-you-sad-my-son/](https://opusdei.org/zht/dailytext/are-you-sad-my-son/) (2026年2月19日)