

貞潔不是麻煩屈辱的重擔

我們所有人度聖潔和潔淨的生活的時候，都要面對一個很大的困難：不論在靈性生活，或在職業生活，我們都有可能成為一個庸俗的人的危險；我們——為那些蒙天主召叫度婚姻生活的人也是一樣——可能成為又乏味、又自私的老單身漢的危險；沒有愛心。要竭盡全力抗拒那危險，不要讓步分寸。

《鍊爐，89》

11月15日

有天主聖神的人，貞潔不是麻煩屈辱的重擔，而是喜樂的肯定。意力、克制、自我主宰不是來自肉身或本能，而是來自和天主旨意結合的意志。要貞潔，不僅是自制或端莊，因大愛的驅使，我們要以理性克服情慾為高貴的動機。

貞潔的美德猶如雙翼，使我們能在任何環境下實行天主的教導、誠命，而不受玷污。高飛的大鳥要擔負沈重的雙翼，但沒有雙翼就不能飛翔；我要你們掌握這點，不要受貞潔是難以負荷的重擔的誘惑而投降。鼓起勇氣！為了追尋愛而往上飛，飛向旭日！

講貞潔其實是講愛；我先前曾講過最佳的方法是引用上主神聖的人性，祂謙卑至極，取得人性，擁有人的限制及弱點，除了罪之外，但卻不覺得是

降了格。祂這樣做皆因愛我們至極，空虛自己並未使祂卑下，反之，祂高舉及聖化了我們的身體、靈魂。貞潔是對祂的愛說：「是」，充滿清澈、熱衷、前後有序的愛。《天主之友，177-178》

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/dailytext/
chastity-is-not-a-troublesome-burden/](https://opusdei.org/zht/dailytext/chastity-is-not-a-troublesome-burden/)
(2025年11月22日)