

祂傾聽我們、答覆我們

Et in meditatione mea exardescit ignis. 「在我沉思中，烈火如焚。」這就是你祈禱的原因：把你自己變成一個火種，活的火焰，散發熱和光。因此，當你不知如何繼續往前，當你感到火快要熄滅時，假如你不能在火中丟入芳香的木材，就丟入口禱和短誦的細枝去滋養火焰。這樣你就善用了你的時間。《道路，91》

10月25日

假如我們態度率直懇切，真想卸下心中重擔，我們會向瞭解我們、愛我們的人尋求建議：父母、夫妻、兄弟、朋友，縱然我們的動機只是抒發情感，聊聊自己的事，「對話」就這樣開始了。讓我們對天主也這樣做；我們可以確定祂傾聽我們、答覆我們，讓我們專注在祂身上，靈魂大開謙卑的交談，滿懷自信地告訴祂我們的思想情感：喜樂、憂傷、希望、煩惱、成功、失敗，即使是生活中微不足道的事，我們會發現天父對我們所有的事，都深感興趣。

幾乎不知不覺的，用這種方式你就能昂首闊步、步武天主。與主親近時，我們內心可以深深感受到、尋找到喜樂，即使在痛苦、克己和憂傷中。當天主的子女發現自己與天父是如此親近時，力量的泉源便洶湧而出！我父

我主，這就是為什麼無論發生任何事情，我堅定地與你同舟共濟，因為你是我的磐石和力量（參閱列下22：2）。《天主之友，245-246》

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/dailytext/
he-listens-to-us-and-answers-us/](https://opusdei.org/zht/dailytext/he-listens-to-us-and-answers-us/) (2026
年3月2日)