

## 上主要我們快樂

要養成習慣：對於每一個人，以及對他們所做的每一件事，都要以友好的態度方式，加以評述。若是你所談論的人，都是為天主服務而工作的，那就更應該這樣做。如果這樣做不可能，那就別開口說話。尖銳和刺激的評論，往往近於流言蜚語，或近於誣衊中傷。《犁痕,902》

02月17日

再省察生命中良知的眼睛所看到的種種過犯，為它們求恕：出言不慎；纏繞著自我的思想；苛刻的批評引起至今的憂慮不安，及無謂煩噪。相信我，你可以快樂的！上主要我們快樂、沉醉在喜樂中，步武祂行走的喜樂之途！離了這條路只會鬱鬱寡歡，或踏上自私、性慾，更有甚者，偽善者之途。

基督徒需證明所做的事皆真誠、信實、坦蕩，他的品行應反映基督的精神。如世上有人能言行一致，那便是基督徒，因他被託付了結果實的恩賜（參閱路19：13），而那恩賜則是拯救及釋放人的真理（參閱若8：32）。你們或會問：「如何能達到生命的真誠？」耶穌給了教會所需的方法，祂教了我們如何祈禱、如何認識祂的天父，祂派遣了聖神，聖神！偉大的陌生者，在我們靈魂內工作。祂又留給我們可見的恩寵——聖事。利用它們，加強你的虔敬，每天祈禱，不要拒絕基督十字架甘美的負荷。

耶穌邀請你跟隨祂，如門徒一樣，所以你能在世上播種這世界不能給予的和平、喜樂。為此，讓我重複一次，我們行走時無懼於生，也無懼於死，也不因痛楚、悲傷而退縮，這些為基督徒都是煉淨的途徑，及顯示我們可以通過日常生活真正地愛我們的近人。《天主之友,141》

---

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/dailytext/  
our-lord-wants-us-to-be-glad/](https://opusdei.org/zht/dailytext/our-lord-wants-us-to-be-glad/) (2026年2  
月18日)