

憂愁只應是自私的後果

當你在周圍世界，散播捨己為人犧牲的馨香時，但願沒人會在你臉上，找到悲傷愁悶的蹤影。天主的兒女，應當永遠是平安與喜樂的播種人。《犁痕，59》

04月7日

既是天主的兒女，我們為何憂愁？憂愁只應是自私的後果，如果我們要為天主而活，我們就不缺歡愉，就算覺

得自己常常犯錯，潦倒不堪也仍然歡樂。因為歡愉是祈禱生活的一部份，我們會禁不住歡唱，因我們是活在愛之中，而歌唱是沐浴愛河中的情侶必做的事！

若我們能如此生活，我們就會為世界帶來和平，會使服務天主這種工作充滿魅力，因為「天主愛樂捐的人。」（格後9：7）基督徒是平凡的人，但他們的心充滿喜樂，藉著聖寵，他們不斷去承行天父的旨意，而喜樂就在於此。基督徒不會覺得自己是受害者、被低估了或行動處處受到制肘，反之，他們可以抬起頭來行走，因他們是人，又是天主的兒女。

信德使我們更明白人性美德的意義，其實沒有人應忽略它們。基督徒是不折不扣的凡人，因著天主的恩寵追隨了基督（非憑他們的功勞，而是靠天主的聖寵），他們可向周遭的人傳達這份真正的快樂，那是一份真正服務他人的精神，只有透過我們救主的

心，祂是真天主又真人perfectus
Deus, perfectus homo，才能獲得
的。

《天主之友，92 – 93》

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/dailytext/
sadness-is-the-end-product-of-
selfishness/](https://opusdei.org/zht/dailytext/sadness-is-the-end-product-of-selfishness/) (2026年3月31日)