

每天默想片刻，是有心實行信仰的基督徒們會做的事。

你天天堅持去上一些課程，只因為你可以從中學到一些很有限的知識。那麼你為何不堅持去求教吾主呢？祂時時刻刻準備教授你內修生活的科學，內容雋永，神味無窮。（犁痕，663）

10月9日

普天之下，有什麼最重大的人或重大的獎賞，可以跟耶穌基督相抗衡呢？祂隨時隨地等待著你！（犁痕，664）

每天默想片刻，同天主友好相契，是那些懂得善用生命的人會做的事；是有心實行信仰的基督徒們會做的事。（犁痕，665）

那些熱戀中的人們，不會說再見：他們一直彼此相伴，形影不離。你和我是不是會這樣熱愛吾主呢？（犁痕，666）

你注意到你的許多同伴，對待他們所愛的人，無論是女朋友也好，太太也好，孩子也好，或者家人也好，都是多麼關心體貼嗎？告訴他們：對待天主不能稍遜於此，而且，要求你自己！建議他們繼續關心體貼，但是同天主一起，並為了天主而那樣做。這樣，即使在現世，他們也會享受從未夢想到的幸福。（犁痕，676）

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/dailytext/
to-meditate-for-a-while-each-day-
befits-conscienti/](https://opusdei.org/zht/dailytext/to-meditate-for-a-while-each-day-befits-conscienti/) (2026年2月7日)