

你的工作也要成為祈禱

工作時，在桌子上或工具旁，放一個苦像，不時朝它望一眼。當你怠倦時，不妨定睛於十字架上的耶穌，而你會因而獲得新的力量，繼續工作。因為那個苦像比你所愛的父母、兒女、妻子、愛人的照片更有意義；祂是你的一切：你的「父親」，你的「兄弟」，你的「朋友」，你至愛的天主。

《十字苦路，第十一處 5》

11月24日

我常說千萬別把這些和耶穌的交談，變得機械化，主現正在聖體櫃內看著、聽著我們，如果要把默想變成和主的對話，一定要把自己放在祂面前，我們不要想匿名隱藏在信友之中，或把祈禱沖淡成無意義的唸唸有詞，完全不是發自內心，而只是習以為常的行為，其中並無內容可言。

你的工作也要成為祈禱，變成和天父的交談，因如果你要藉工作成聖，你必要把它化為祈禱。你不要把你對工作的顧慮、關注變成些冷漠機械化的東西，因為這樣一來，那光照你工作的神聖動機就會枯萎。《天主之友，64》

pdf | document generated automatically
from [https://opusdei.org/zht/dailytext/
your-work-too-must-become-a-
personal-prayer/](https://opusdei.org/zht/dailytext/your-work-too-must-become-a-personal-prayer/) (2026年2月1日)