

# 福音释义：盐与光

常年期第五主日福音（甲年）  
和对弥撒福音的释义。

## 福音（玛5:13-16）

那时候，耶稣对门徒说：

「你们是地上的盐，盐若失了味，可用什么使它再咸呢？它再毫无用途，只好抛在外边，任人践踏罢了。

「你们是世界的光；建在山上的城，是不能隐藏的。人点灯，并不是放在斗底下，而是放在灯台上，照耀屋中所有的人。

「照样，你们的光，也当在人前照耀，好使他们看见你们的善行，光荣你们在天之父。」

---

## 释义

在解释了八福之后（玛5：1-12），耶稣立即谈到了那些接受他的话并按照他的讯息生活的人在世界和社会中的生活方式。在此他用了一些丰富生动的对照：盐和光。

当还不具备现代的制冷系统时，为了保存食物而加盐是非常重要的，更不用说它赋予了某种风味。盐可以防止食物腐烂，使食物更美味；这很容易通过将盐与其他成分混合来实现。在旧约中，盐被赋予了净化的价值（参阅出30：35），并且是忠诚的象征（参阅户18：19）。从这个意义上说，我们作为基督的门徒被邀请在我

们生活的所有环境中成为盐，净化它们并使它们变得称心如意。

在耶稣时代的巴勒斯坦，家用盐还不是很精制。它是一种来自死海的咸味物质，有许多杂质。在使用之前，将它融化并过滤掉多余的杂质。有时这种过滤后的溶液所含的杂质比盐多得多，因此几乎无味，毫无用处只能丢掉。耶稣利用这种日常生活经验来邀请我们保持在思想和行为上的一致性。这个教训永远是具有现实意义的，正如圣施礼华提醒我们那样：

「你是盐，具有使徒心火的灵魂。Bonum est sal，『盐是好的』，这是我们在福音中读到的，si autem sal evanuerit，『可是如果盐失去了咸味』，就毫无用处，为土地和肥料都一无所用；只有当废物丢掉。你是盐，具有使徒心火的灵魂。可是，假如你失去了咸味……。」[1]

另一方面，为了看得到，光是必不可少的，一盏灯亮起来是为了照亮，而

不是让它隐藏起来。然而，光也具有深刻的神学意义。圣言，从一开始就与天主同在，圣言就是天主，是「普照每人的真光」（若1：9），基督的门徒分享他的光明，被称为「宇宙间的明星」（斐2：15）。在古代礼仪文献中，洗礼被称为「光照」，因此受洗者在被「蒙受光照」（希10：32）之后，成为「光明之子」（得前5：5）也成了「光明」本身（弗5：8）」[2]。

当基督徒以他的榜样和他的话，从事热切的使徒活动时，他就是世界的盐和光。梵蒂冈第二届大公会议，提及这福音段落，教导如下：「教友有很多机会从事传播福音和圣化人的传教工作。他们以基督化生活做见证，以超性精神所行的善事，有吸引人信仰和皈依上主的力量，因为主说过：

『你们的光应当在人前照耀，好使你们看见你们的善行，光荣你们在天之父』」（玛5：16）[3]。

耶稣召叫他的门徒从事的使徒活动在世俗化的世界中显得尤为紧迫，正如真福欧华路所指出的那样，「在社会的各个领域，很多人都背弃了祂。我们，就像许多其他在教会中为基督工作的基督徒一样，必须建立——我如何喜欢重复这一思想！——一种在逃离天主的人群中留住人们的大坝，渴望将他们转变为使徒，进而使他们也成为有助于灵魂回归天主的人。我们是什么？一小撮盐，一点混合在人群中的酵母（参阅玛5：13）。但是盐和酵母，凭借天主的恩宠和我们忠实的回应，将为那些变得平淡无奇的人恢复神圣的味道，他们将发酵面粉，直到它变成好面包」[4]。

[1] 圣施礼华，《道路》，921。

[2] 天主教教理问答，1216。

[3] 梵蒂冈第二届大公会议，《教友传教》法令，6。

[4] 真福欧华路，1987年11月28日的讲道，在Romana 5 (1987)，234页。

Francisco Varo

---

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/gospel/Fu-Yin-Shi-Yi-Yan-Yu-  
Guang/](https://opusdei.org/zhs/gospel/Fu-Yin-Shi-Yi-Yan-Yu-Guang/) (2026年1月13日)