

星期六的弥撒福音： 省察良心及祈祷

常年期第三十四周星期六的弥撒福音及释义。

福音（路21：34-36）

那时候，耶稣对门徒说：「你们应当谨慎，免得你们的心为宴饮沉醉，及人生的挂虑所累时，那意想不到的日子临于你们，因为那日子有如罗网，临于全地面的一切居民。所以，你们应当时时醒寤祈祷，为使你们能逃脱即将发生的这一切事，并能立于人子之前。」

释义

今天弥撒的福音给我们提供了两个有用的方法，好使我们能够保持醒寤，妥善准备自己，以迎接主耶稣将来召唤我们回到祂面前那一刻。这两个方法就是省察良心和祈祷。

教会自起初就建议我们该时常省察自己的良心，好能有效地活出我们身为基督徒的召叫，并且能以正确的态度去领受天主慈悲的圣事，就是告解圣事。

省察良心意味着敞开自己的心灵，以接受天主的光照，呼求圣神帮助我们看清楚使自己远离天主和阻碍自己与祂结合的是什么，好让自己祈求主耶稣的宽恕，同时竭力避免重蹈覆辙。

主耶稣警醒我们，切勿让自己的心灵沦为感官和享乐的奴隶，以及因只关注世俗事物而导致的灵魂的盲目。这些东西会使我们对天主的恩宠和仁慈，以及对悔改的必要性麻木不仁。

它也会使我们把对天主的回应推迟到一个永远不会到来的明天或逃避它，令我们继续沉迷于追求使自己愉悦的事物，又或陷入于仅凭自身力量解决紧迫问题的迫切感。

这段福音所推荐的第二个方法就是祈祷。我们个人与天主之间的对话，使我们时时刻刻都活在祂的临在中，并且好好准备自己去温顺地回应圣神的各项神恩和收获它的成果，尤其是爱德。因为那个对于我们的归宿具有决定性的审判，将会聚焦于我们如何在爱德中成长。

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
zhs/gospel/Xing-Qi-Liu-De-Mi-Sa-Fu-
Yin-Sheng-Cha-Liang-Xin-Ji-Qi-Dao/](https://opusdei.org/zhs/gospel/Xing-Qi-Liu-De-Mi-Sa-Fu-Yin-Sheng-Cha-Liang-Xin-Ji-Qi-Dao/)
(2026年1月6日)