

星期五的彌撒福音： 就是你們的頭髮，也 一一被數過了。

常年期第二十八週星期五的彌撒福音及釋義。

福音（路12:1-7）

那時，有成千累萬的群眾集合攏來，竟至互相踐踏。耶穌開始先對自己的門徒說：「你們要謹防法利塞人的酵母，即他們的虛偽。但是，沒有遮掩的事，將來不被揭露的；也沒有隱藏的事，將來不被知道的。因此，你們在暗處所說的，將來必要在明處被人聽見；在內室附耳所說的，將來必要

在屋頂上張揚出來。我告訴你們做我朋友的人們：你們不要害怕那些殺害肉身，而後不能再做什麼的人。我要指給你們，誰是你們所應怕的：你們應當害怕殺了以後，有權柄把人投入地獄的那一位；的確，我告訴你們：應當害怕這一位！五隻麻雀不是賣兩文銅錢嗎？然而在天主前，牠們中沒有一隻被遺忘的。就是你們的頭髮，也一一被數過了；你們不要害怕！你們比許多麻雀尊貴得多了。」

釋義

「你們要謹防法利塞人的酵母，即他們的虛偽。」主耶穌正在尋找那些努力在生活中保持言行一致、追求真正的生活合一的人。

耶穌的說話使人想起，當斐理伯帶同納塔乃耳到祂面前時，祂對納塔乃耳

的讚美：「看，這確是一個以色列人，在他內毫無詭詐。」（若1:47）

主耶穌幫助那些聆聽祂的人，也幫助我們常常都朝著天主而前行：「沒有遮掩的事，將來不被揭露的。因此，你們在暗處所說的，將來必要在明處被人聽見；在內室附耳所說的，將來必要在屋頂上張揚出來。」

耶穌期待我們像孩子一樣地單純。孩子知道自己的爸爸正在看護著自己，因此就無所畏懼。

正如聖施禮華在道路中所寫的：「必須深信天主總在我們近旁。然而，我們卻往往生活得好像天主在星光閃爍的遙遠天庭，忘記了祂是經常在我們身邊的。祂是一位慈愛的父親。祂愛我們每一個人，比世界上任何愛她們的子女的母親更愛我們，祂幫助我們，啟發我們，祝福我們，也寬恕我們。」

「多少次，在我們做了一些頑皮的事後便對父母說：『我以後不會再做了！』他們本來皺起的眉頭馬上就舒展了。可能當我們又再犯錯，父親假裝用嚴厲的聲音，嚴肅的面色責斥我們；同時他也知道我們的軟弱，心軟地想：『可憐的孩子，他多麼努力地想做好呢！』」

「我們必須深深體會到，那位在天上也在我們身邊的天主，是一位父親，祂確實是我們的父親。」[1]

「五隻麻雀不是賣兩文銅錢嗎？你們不要害怕！你們比許多麻雀尊貴多了。」

我們必須以這種單純的態度來在天主面前行走，以免魔鬼在我們做事欠缺完美時試圖欺騙我們，試圖引誘我們走上虛偽、恐懼和偽裝的道路。

[1] 聖施禮華，〈道路〉，267

pdf | document generated automatically
from <https://opusdei.org/zht/gospel/Fu-Yin-Shi-Yi-Jiu-Shi-Ni-Men-De-Tou-Fa-Ye-Yi-Yi-Bei-Shu-Guo-Liao/> (2026年4月1日)