

# 星期六的彌撒福音： 十二宗徒的休息

常年期第四週星期六的彌撒福音及釋義。

## 福音（谷6:30-34）

那時，宗徒們聚集到耶穌跟前，將他們所作所教的一切，都報告給耶穌。耶穌向他們說：「你們來，私下到荒野的地方去休息一會兒！」這是因為來往的人很多，以致他們連吃飯的工夫也沒有。他們便乘船私下往荒野的地方去了。人看見他們走了。許多人也知道他們要去的地方，便從各城徒步，一起往那裡奔走，且在他們以先

到了。耶穌一下船，看見一大夥群眾，就對他們動了憐憫的心，因為他們好像沒有牧人的羊，遂開口教訓他們許多事。

---

## 釋義

宗徒們完成了主耶穌託付給他們的使命後歸來。在長達幾個星期的福傳和治病的旅程之後，我們可以想像他們多麼渴望向師父耶穌報告自己所取得的豐碩成果。聖史路加告訴我們，耶穌差遣出去的門徒「歡喜地歸來。」

（路10:17）歷代的基督徒都有過同樣的感受：他們目睹天主透過我們這些渺小又卑微的工具所成就的奇妙事蹟，即使有時這些奇蹟並不是顯而易見的。

耶穌那時必定樂於傾聽宗徒講述他們在巴勒斯坦各城鎮的經歷。祂看見他

們臉上疲憊的神色，便提議他們和祂一起去休息一會兒。

這次休息，雖然不是他們這幾年來繁忙的活動中唯一的一次，但肯定是有具體的計劃：或許是散步，或許是享用一頓特別的餐點，甚至可能還有美酒。但最重要的是，他們可以與主耶穌獨處，有一個與祂交談的機會。

路加福音記載，有一次耶穌「獨自祈禱，門徒同祂在一起。」（路9:18）這句說話有點奇怪，因為它展現出主耶穌在一種獨特的「共享的獨處」狀態中。對於那些切望在天主的臨在中生活的人來說，他們是沒有完全的獨處的，因為他們常常都是和天主在一起。「凡勞苦和負重擔的，你們都到我跟前來，我要使你們安息。」（瑪11:28）而這句說話提醒我們，真正的休息——必要的、有時甚至是不可或缺的休息——不能是自私自利的或孤單獨處的，因為它常是一種關係：一種與天主和與他人的關係。

當耶穌和門徒來到祂選定了的休息地點後，祂又一次遇上那群切望跟隨祂的人。祂「動了憐憫的心」，遂開口教訓他們許多事。從這段耶穌與十二宗徒的短暫散步中，我們看見基督的宗徒的生活應該是什麼樣子的。正如聖施禮華所說的，這種生活可以概括為三個特徵：「如飢似渴地想認識基督導師；持之以恆地關懷人靈；不可動搖的恆心。」（《道路》，934）

Giovanni Vassallo

---

pdf | document generated automatically  
from [https://opusdei.org/zht/gospel/  
Xing-Qi-Liu-De-Mi-Sa-Fu-Yin-Shi-Er-  
Zong-Tu-De-Xiu-Xi/](https://opusdei.org/zht/gospel/Xing-Qi-Liu-De-Mi-Sa-Fu-Yin-Shi-Er-Zong-Tu-De-Xiu-Xi/) (2026年2月7日)