

2月5日 常年期第五主日（甲年）

瑪 5:13-16

那時候，耶穌對門徒說：

「你們是地上的鹽，鹽若失了味，可用什麼使它再鹹呢？它再毫無用途，只好拋在外邊，任人踐踏罷了。

「你們是世界的光；建在山上的城，是不能隱藏的。人點燈，並不是放在斗底下，而是放在燈台上，照耀屋中所有的人。

「照樣，你們的光，也當在人前照耀，好使他們看見你們的善行，光榮你們在天之父。」——上主的話。

反省

「鹽」雖然平凡，卻是生活中不可少的。沒有鹽，再好的菜餚也無法鮮美。門徒進入這個世界，要像鹽那樣，春風化雨地滋潤人心，給生命帶來光明。「鹽」有防腐的作用，被醃之物經久不壞，它默默地融化自己，從裡面平靜地浸透、淨化這個世界。基督徒好比「鹽」發揮潛移默化、漸漸改變事物的影響力，以內在的良好品格，為團體或社會帶來改變。

「鹽」也有融化的能力，適當地撒鹽，可以加速道路上冰雪的融化。在這個缺乏信任而人心冷漠的世界，基督徒要像鹽那樣，以柔和謙卑的心、溫暖人心的說話，化解怨恨和猜忌，化解心靈深處的冷漠。

至於「光」，則能帶來立即可見的改變，當基督徒積極努力活出內在的品格，成為具體生活方式與態度時，社會會因為基督徒的努力而漸漸變得光明；不要把燈光隱藏在斗底下，而要用愛心、行動去溫暖和照亮更多的人，為世界帶來溫暖與希望。如同光能為周遭的溫度、可見度帶來改變，成為光的基督徒能使社會充滿平安、喜樂。

以「鹽」和「光」比喻基督徒，顯示基督徒的使命，既影響他人，亦影響社會，改造世界，「成聖自己，聖化他人，轉化世界」。

實踐

「你們是地上的鹽，你們是世界的光。」鹽，能夠使平淡乏味、艱苦的生活，因為多了基督徒的調和，令人間加添一份愛；光，點燃人們生活的希望，加添生活的信心，使人透過基督徒而看到天主的旨意，看到天主之光明。懇求天主幫助我們，在不同的環境中，能成為基督的鹽，基督的光，去影響世界，改變世界。

是日金句

「並且我的言論和我的宣講，並不在於智慧動聽的言詞，而是在於聖神和他德能的表現」（格前 2:4）

聆聽講道：<https://www.youtube.com/watch?v=6-PYm3EndBA>