

瑪竇福音 6:1-6, 16-18

那時候，耶穌對門徒說，「你們應當心，不要在人前行你們的仁義，為叫他們看見；若是這樣，你們在天父之前，就沒有賞報了。所以，當你施捨時，不可在你前面吹號，如同假善人在會堂及街市上所行的一樣，為受人們的稱讚；我實在告訴你們，他們已獲得到了他們的賞報。當你施捨時，不要叫你左手知道你右手所行的，好使你的施捨隱而不露，你父在暗中看見，必要報答你。當你祈禱時，不要如同假善人一樣，愛在會堂及十字街頭立著祈禱，為顯示給人；我實在告訴你們，他們已獲得到了他們的賞報。至於你，當你祈禱時，要進入你的內室，關上門，向你在暗中之父祈禱；你的父在暗中看見，必要報答你。幾時你們禁食，不要如同假善人一樣，面帶愁容；因為他們苦喪著臉，是為叫人看出他們禁食來。我實在告訴你們，他們已獲得到了他們的賞報。至於你，當你禁食時，要用油抹你的頭，洗你的臉，不要叫人看出你禁食來，但叫你那在暗中之父看見；你的父在暗中看見，必要報答你。」——上主的話。

反省

猶太人傳統以撕裂衣服、禁食、哭泣、悲哀表達忿怒、悲傷與痛悔，後來淪為一種形式，沒有真正的痛悔。因此，第一篇讀經，岳厄爾先知呼籲他們應該撕裂的是他們的心，在禁食中哭泣，謙卑自己，全心歸向天主。

人要悔改，就要改變，如不改變，災難就會臨到。因此，若沒有真心痛悔，與主與人修好，即使在頭上撒灰，也只是一種外在的形式而已。岳厄爾先知很清楚知道天主的本性，「寬仁慈悲，遲於發怒，富於慈愛，常懊悔降災」，所以當我們軟弱無助、跌倒的時候，不要害怕，在那裡跌倒就在那裡重新站起來，只要真心痛悔，投奔天主台前，天主悅納的是我們「內心的真誠」和「皈依」，絕對有路可走。

第二篇讀經，聖保祿宗徒勸勉我們要與天主和好，因為人犯罪後，破壞了天人的關係。天主派遣耶穌基督來到世界，使我們藉著祂與天主重修已破裂的關係。

但是，救恩的門不會永遠開著，就如天主做事有他一定的時間，時候到了，門就要關上，那時才後悔已經來不及了，因此我們要記得：「看！如今正是悅納的時候；看！如今正是救恩的時日。」四旬期正是天主拯救眾人，天人和好的時刻，我們要把握時機，趁著恩寵還在，就趕緊回頭吧！不然，樂而忘返，走得太遠，就來不及了。

在福音，耶穌並不是反對賙濟窮人、禁食、祈禱，這些都是必須履行的宗教義務，他只是想指出做這些事的時候必須要有純正的動機，因為有些人行善只是為了獲得別人的讚賞，而刻意把善事做在人面前。歸根究底，是由於人的驕傲，都要獲得稱讚。所以，無論是施捨、禁食、祈禱，我們應該去做，是在暗中去，惟願天主受光榮。

行動

天主不僅重視我們行善的行動，更重視我們要有正確的動機，究竟是出於愛天主、服從天主、光榮天主，抑或為了宣揚自己的名聲，沽名釣譽？讓我們在四旬期內，洗心革面，使內心的皈依與外在的表現完全一致。