

3月19日 四旬期第四主日（甲年）

弗 5:8-14

弟兄姊妹們：

從前你們原是黑暗，但現在你們在主內卻是光明；生活自然要像光明之子一樣。光明所結的果實，就是各種良善、正義和誠實。你們要體察什麼是主所喜悅的事。不要參與黑暗無益的作為，反而要加以指摘，因為他們暗中所做的事，就是連提起，也是可恥的。一切事情，一經指摘，便在光明中，顯露出來；凡顯露出來的，成為了光明。

所以說：「你這睡眠的，醒來吧！從死者中起來吧！基督必要光照你！」

——上主的話。

反省

在未認識耶穌基督之前，我們的生命狀況是晦暗的。然而，認識耶穌基督之後，因為耶穌基督是真光，所以在基督內，生命狀況轉變為光明。光代表基督，黑暗代表魔鬼；基督徒與天主有親密的連結，就是行在光明中，活出善良正直的生活，見證自己是耶穌的門徒。因此，我們的行事為人應當像光明之子一樣，結出良善、正義和誠實的果實。

然而，成為基督徒，不見得能立刻擺脫世俗的誘惑和壞習慣。因此，聖保祿鼓勵我們要下定決心改變，和過去那些世俗的人、事、物劃清界線，當然這並非易事，有時我們很容易遇到困難，就走回頭路。最難對付的，就是纏繞著我們的舊我和頑強的私慾偏情，嚴重者會導至屬靈生命的死亡，與天主隔絕。

聖保祿說：「你這睡眠的，醒來吧！從死者中起來吧！基督必要光照你！」在基督內，要成為有智慧的人，就不要再像無知的人生活。因此，需要不斷仰望天主，深信在基督內，祂必賜給我們智慧和勇氣，讓我們能應對世俗的挑戰與誘惑，辨別何為天主所喜悅的事。

實踐

如果想要過聖善的生活，就必須每天「面向光明」；因為在神聖的光照下，一切隱藏的思念、黑暗的東西都會顯露出來，就像亞當犯罪後，第一個感覺就是羞愧，於是用無花果樹葉編成衣服包著自己；他躲避天主，不敢面對祂。因此，基督徒要發揮「光」的功能，成為黑暗中的明燈，行事為人，要像光明之子。

是日金句

「主說：我是世界的光；跟隨我的，決不在黑暗中行走，必有生命之光。」

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