

瑪 16:24-28

那時候，耶穌對門徒說：「誰若願意跟隨我，該棄絕自己，背著自己的十字架來跟隨我，因為誰若願意救自己的性命，必要喪失性命；但誰若為我的原故，喪失自己的性命，必要獲得性命。人縱然賺得了全世界，卻賠上了自己的靈魂，為他有什麼益處？或者，人還能拿什麼作為自己靈魂的代價？因為將來人子要在他父的光榮中同他的天使降來，那時，他要按照每人的行為予以賞報。我實在告訴你們：站在這裏的人中，就有些人在未嘗到死味以前，必要看見人子來到自己的國內。」——上主的話。

反省

棄絕自己並非節制一下個人的欲望，而是放棄對自己生命的控制權。任何人願意接受並服從耶穌為主，首先要如同耶穌只為天主的旨意而活。然後「背起自己的十字架」，意味著每天都要在罪惡和舊我的欲望中死去。這並不容易，除非我們堅決反對它，它絕對不會輕易放過我們。因此，必須死於自我，並再次與耶穌基督一起復活。當我們為耶穌喪失生命時，我們也在祂內獲到更好的生命。

耶穌指出做門徒的代價，不僅讓門徒知道，祂自己固然會受苦並被殺死，也希望門徒也跟隨祂的腳步。請放心，我們所背負的十字架遠遠沒有耶穌為我們背負的那樣沉重，因為祂背負的是我們所有的罪，所以我們才可以放下一切重擔，單單為祂而活。

罪惡使人順從本性生活，要扭轉本性的意願，必須順從聖神。沒有人能夠靠著自己的意志戰勝「自我」，必須靠著耶穌的恩寵和聖神的力量；藉著認罪、悔改，謙卑自己，完全向天主降服，順從祂的旨意。德國神學家潘霍華寫過一本名著：《追隨基督》，書中開宗明義：「當基督呼召一個人的時候，祂是叫他來死。」我們若決心跟隨基督，就必須跟世界劃清界線，治死舊我，穿上新人，因為將來有一天，我們必須為自己的決定向耶穌交帳。

實踐

我們若願意「跟隨耶穌」，就得容許耶穌進入我們的生活。祂或許會來攪動我們看似平靜安穩，卻是一攤死水的生活；或許要暴露隱藏在我們內心深處，阻礙我們「跟隨耶穌」的「自己」。耶穌用十字架為我們指出前往天國的生命之道，當許多人不顧一切，朝向世俗的成就邁進時，祂就以十字架的愛，刻劃出天主的光榮是人生命平安的目標。耶穌向我們保證，住在我們內的聖神，會幫助我們對付內在的「自己」，使我們有信心和勇氣，順著祂的帶領，跟著祂的腳蹤前行。

是日金句

「現在你們應認清，只有我是「那一位」，除我以外沒有別的神；我使人死，也使人活；我擊傷人，也加以治療。」（申 32:39）

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