

若 13:16-20

耶穌為門徒洗腳後，說：「我實實在在告訴你們：沒有僕人大過主人的，也沒有奉使的大過派遣他的。你們既知道了這些事，如果實行，便是有福的。我不是說你們全體，我認識我所揀選的；但經上所記載的必須應驗：『吃過我飯的人，也舉腳踢我。』」就是現在，事未發生以前，我告訴你們，好叫事發生以後，你們相信我是那一位。我實實在在告訴你們：凡接待我所派遣的，就是接待我；接待我的，就是接待那派遣我來的。」——上主的話。

反省

耶穌親自為門徒洗腳，有雙重意義：第一，顯示祂謙卑為人服務的精神，也願意我們透過互相洗腳，實踐彼此相愛的命令；第二，有更深的屬靈意義，就是把我們隱藏的一切罪惡、黑暗、羞恥，完全向天主敞開，讓耶穌潔淨。唯有謙卑地面對生命中的黑暗、羞恥、敗壞、罪惡，在天主面前認罪悔改，藉祂的寶血，罪過才得以洗淨。這樣，我們就能明白耶穌為什麼向拒絕讓祂洗腳的伯多祿說：「我若不洗你，你就與我無分。」（若 13:8）因為，一個人的生命沒有讓耶穌潔淨，是「與天主無分」。只有接受主的寶血洗淨的人，才能夠「與天主有分、有關係」，祂的寶血是為每一個罪人傾流，赦免人的罪過。假如我們沒有先和天主和好，如何能夠與別人和好呢？只有與天主有份的人，和祂建立了屬靈的關係，才能夠更好地成為天主祝福的管道。

為此，耶穌說：「你們既知道了這些事，如果實行，便是有福的。」知道而不去實行，是為不知；能夠付諸實行的，才是真知。人最大的福氣，在於「知行合一」，如同把房屋建築在磐石上。

耶穌也有為猶達斯洗腳，腳是洗了，可惜他沒有對耶穌敞開心靈，認罪悔改，當然也就沒有被赦免、被潔淨了，他的結局是與天主隔絕。所以洗腳的重點不是服務，而是「赦罪、潔淨與和好」。

實踐

既知道和相信耶穌是默西亞、天主子，我們下一步該怎麼走呢？「凡接待我所派遣的，就是接待我；接待我的，就是接待那派遣我來的。」因著主耶穌，我們才能夠到天父那裡去，因此我們必須來到天主面前，單單仰望祂、信賴祂，在每天的生活中勇敢跟隨祂，實踐祂的教導，不但自己實踐，也邀請志同道合的弟兄姊妹一起努力。

是日金句

「我的雙手必常扶持他，我的臂膀必常堅固他。」（詠 89:22）

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