

若 16:16-20

那時候，耶穌對門徒說：「只有片時，你們就看不見我了；再過片時，你們又要看見我。」門徒中有幾個彼此說：「他對我們說的：『不久你們不再見到我；再不久，你們又要見到我。』還有『我往父那裏去』，是什麼意思？」又說：「他說的這『只有片時』，究竟有什麼意思？我們不明白他講什麼？」耶穌看出他們願意問他，就對他們說：「你們不是彼此詢問我所說的『只有片時，你們就看不見我了；再過片時，你們又要看見我』的話嗎？我實實在在告訴你們：你們要痛哭、哀號，世界卻要歡樂；你們將要憂愁，但你們的憂愁卻要變為喜樂。」——上主的話。

反省

「只有片時」，是指由耶穌說話的時候，到祂被釘死的時間（不足一天）；「再過片時」，是指由主被釘死，到祂在第三日復活的時間。兩個不同的「看見」，前一個是指肉眼的看見，他們現在看見活著的耶穌；後一個是指屬靈的看見，他們將要看見復活主的顯現。耶穌的話沒有令門徒放心，反令他們滿腹疑團，其實祂要表達的，就是預言祂的受難、死亡和復活。雖然祂為了承擔世人的罪過而死亡，但祂更是戰勝死亡權勢，凱旋得勝的永生天主，所以第三天就從死者中復活。

耶穌道出了門徒在祂受難、死亡時刻的心情：「他們要痛哭、哀號，世界卻要歡樂」，是指門徒目睹主被釘死在十字架上而憂傷，這是短暫的痛苦；「你們將要憂愁，但你們的憂愁卻要變為喜樂」，是指主從死裡復活後，門徒目睹復活的主顯現，在經歷過短暫的哀哭後，轉變為永遠的喜樂。

面對死亡，人人都會憂愁；生離死別，是人生最大的悲哀。不僅門徒捨不得耶穌，相信為耶穌更是，祂也要離開祂所愛的門徒，走上十字架，為世人捨命。不過，十字架的道路永遠是先苦後樂的，因為十字架上的死亡不是盡頭，當耶穌基督戰勝死亡、復活後，門徒就感到非常喜樂。

實踐

雖然我們在世上要面對苦難，然而這只是暫時的，正如耶穌所說：「你們的憂愁卻要變為喜樂」，因為在天主內是充滿希望的。就像懷孕的婦女，她們懷孕的過程既漫長又辛苦，生產過程也感到疼痛，但是她們知道痛苦只是暫時的事，最終會過去，生產過後，看到新生嬰兒，她們就感到萬分喜樂。同樣，目前的處境儘管困難重重，我們感到憂愁和痛苦，請記得耶穌的許諾（你們的憂愁卻要變為喜樂），並且期待著天主的救援，總有一天我們會歡欣，因為這喜樂沒有任何人能夠奪去。

是日金句

「你們要痛哭、哀號，世界卻要歡樂；你們將要憂愁，但你們的憂愁卻要變為喜樂。」（若 16:20）