

## 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，顯示他謙卑為人服務，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，才能洗淨罪過。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。」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」。假如沒有先跟天主和好，我們如何能夠與別人和好呢？只有與天主有份的人，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。」人最大的福氣，在於「知行合一」，如同把房屋建築在磐石上。

在洗腳的過程中，耶穌每一個動作都流露出祂對門徒的愛，祂也有為猶達斯洗腳，希望能夠感化他，可惜仍然沒辦法阻止他賣主的行動。耶穌的心意充滿憐憫慈悲，知道祂揀選的是誰，也知道猶達斯將要出賣他，祂的心也為此而傷痛，但仍然願意施恩憐憫。我們因著天主的愛得著很多改變的機會，但絕不可在我們內放任一個犯罪的心，因為這樣持續下去，終有一天這個心會完全被罪惡掌管，就像猶達斯一樣。

## 實踐

既知道和相信耶穌是默西亞、天主子，下一步該怎麼走？「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。耶穌說：「我是道路、真理、生命，除非經過我，誰也不能到父那裏去。」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，好讓我們的侍奉不至於徒然，好讓我們的努力不至於落空，並且在一生中得著天主所要我們得著的賞賜，也邀請志同道合的弟兄姊妹一起努力。

## 是日金句

「我要永永遠遠歌詠上主的恩寵，要世代代親口稱揚你的忠誠。」（詠 89:2）