

## 約 3:1-10

上主的話傳給約納說：「你起身往尼尼微大城去，向他們宣告我曉諭你的事。」約納便依從上主的話，起身去了尼尼微。尼尼微在天主前是一座大城，需要三天的行程。約納開始進城，行了一天的路程，宣佈說：「還有四十天，尼尼微就要毀滅了。」

尼尼微人便信仰了天主，立即宣佈禁食，從大到小，都身披苦衣。當這消息傳到尼尼微王那裏，他便起來，離開自己的寶座，脫去長服，披上苦衣，坐在灰土中；然後命人以君王的諭令和其大臣的名義，在尼尼微宣佈說：「人、牲畜、牛羊，都不可吃什麼；不可牧放，也不可喝水。人和牲畜，都應身披苦衣，人要懇切呼求天主，更要轉離自己的邪路，放棄手中的暴行。誰知道天主也許會轉意憐憫，收回自己的烈怒，使我們不致滅亡。」天主看到他們所行的事，看到他們離開了自己的邪路，遂憐憫他們，不將已宣佈的災禍，降在他們身上。——上主的話。

## 反省

約納原本很抗拒要到尼尼微宣講天主的信息，因為尼尼微是亞述的首都，是以色列的死敵。他巴不得看見這個城市滅亡，於是坐船離開，逃避天主。天主就興起大風浪，當船員都努力向自己的神明求助，約納卻在船艙睡覺。大家得知約納是禍端，無奈之下將他拋入海中，大風浪終於平息。經過天主的管教後，約納承認錯誤，悔改服從天主的命令，回到尼尼微城宣告天主即將審判的信息。

「還有四十天，尼尼微就要毀滅了。」一句簡短的信息，這些不認識天主的百姓，從君王到百姓，甚至所有牲畜都改變自己，為自己過去的行為懺悔，停止所有惡行。天主看到他們所做的一切，看到他們放棄邪惡的行為，於是改變心意，不將已宣佈的災禍，降在他們身上。

真實的悔改，不只是外在的宗教行為，更是內裡的悔罪轉向天主。尼尼微人集體悔改、禁食、身披苦衣，表達他們為自己的罪孽深切痛悔。天主看到尼尼微城禁食祈禱，身披苦衣，遠離惡行之後，決定「寬恕」這座城市，沒有把預定的災禍施加在他們身上。天主是信實和正義的，必要赦免我們一切的不義，幾時我們回頭，天主的愛和憐憫就必臨到我們身上。

## 實踐

尼尼微人徹底轉變、懺悔、改正，是四旬期悔改的典範。人無從逃離天主，就如約納一般。同樣，只要願意悔改，天主都願意赦免。天主不但給予約納脫離死亡的機會，也再次派遣他去尼尼微傳道，使當地人悔改得救。天主愛約納，也愛尼尼微城的人和牲畜；天主的慈悲和寬容，遍及每一個民族，只要願意離開惡行，都將獲得赦免。祈求天主幫助我們藉著修和聖事治癒和聖化的恩寵，重新享受成為天主子女身份的自由和喜樂。

## 是日金句

「天主，我的祭獻就是這痛悔的精神，天主，你不輕看痛悔和謙卑的赤心。」（詠 51:19）

聆聽講道：<https://www.youtube.com/watch?v=3BpRlorpk1I>