

馬爾谷福音 1:29-39

那時候，耶穌出了會堂，就同雅各伯和若望來到了西滿和安德肋的家裏。那時，西滿的岳母正躺著發燒，有人就向耶穌提起她來，耶穌上前去，握住她的手，扶她起來，熱症遂即離開了她，她就侍候他們。

到了晚上，日落之後，人把所有患病的和附邪魔的，都帶到他跟前。閤城的人都聚在門前。耶穌治好了許多患各種病症的人，驅逐了許多魔鬼，並且不許魔鬼說話，因為魔鬼認識他。

清晨，天還很黑，耶穌就起身出去，到荒野的地方，在那裏祈禱。西滿和同他在一起的人都去追尋他，找到了他，就向他說：「眾人都找你呢！」耶穌對他們說：「讓我們到別處去，到鄰近的村鎮去吧！好叫我也在那裏宣講，因為我是為這事而來的。」他遂到加里肋亞各地，在他們的會堂裏宣講，並驅逐魔鬼。——上主的話。

反省

耶穌給我們一個很好的榜樣：祂在繁忙的工作中，依然找時間，獨自去祈禱，以恢復活力。耶穌為我們示範，如何在忙碌的生活中抽出一點時間，來祈禱與反省我們的生活。

耶穌馬不停蹄，一離開會堂，就跟雅各伯、若望來到西滿和安德肋的家。當時西滿的岳母正發高燒，耶穌得悉她的病情就去看她，突顯祂主動的愛和關懷。西滿的岳母病癒後，立即起來伺候他們。

「清晨，天還很黑，耶穌就起身出去，到荒野的地方，在那裏祈禱。」我們需要建立規律與天主定時談心，使我們每一天都將目光重新以天主為中心，否則，我們很容易迷失方向。當耶穌到荒野去祈禱時，門徒追尋祂，告訴祂：「眾人都找你呢！」為門徒，他們覺得群眾很重要，但為耶穌來說，祂要跟隨的是天父給祂的使命，而非跟隨群眾。

魔鬼最喜歡利用群眾來引誘人離開天主。當群眾圍繞著祂時，很可能使祂迷失，甚至忘記天主給予祂的使命。耶穌到荒野去祈禱，目的是要遠離人群，不讓自己分心，讓自己在祈禱中更清楚明白天主的旨意。

行動

哪裡是我的「荒野」，好讓我每天在那裡安靜祈禱，單獨地與天主談心，尋求明白天主的旨意？身為天主子的耶穌尚且需要透過祈禱作為祂每天生活和工作的力量，我們這些軟弱的人，不是更需要每天以祈禱去尋求天主的幫助嗎？