

7月17日 常年期第十六主日（丙年）

## 路 10:38-42

那時候，耶穌進入一個村莊。有一個名叫瑪爾大的女人，把耶穌接到家裡。她有一個妹妹，名叫瑪利亞，坐在主的腳前，聽他講話。

瑪爾大為侍候耶穌，忙碌不已，便上前來，說：「主！我的妹妹丟下我一個人工作，你不介意嗎？請叫她來幫助我吧！」

主回答瑪爾大說：「瑪爾大，瑪爾大！你為了許多事，操心忙碌，其實需要的，唯有一件。瑪利亞選擇了更好的一份，是不能從她奪去的。」——上主的話。

## 反省

瑪爾大，人如其名（名字有「主母」的意思），很有服侍的神恩。為了能夠好好款待耶穌，她願意把最好的獻給天主，然而，「內心忙亂」卻使她招待客人美好的初衷，在忙碌中慢慢失落了。

所以，耶穌提醒瑪爾大：「你為了許多事，操心忙碌，其實需要的，唯有一件。瑪利亞選擇了更好的一份，是不能從她奪去的。」事實上，耶穌並沒有對瑪爾大和瑪利亞兩姊妹的招待方式作比較，亦沒有貶抑瑪爾大的熱心。問題不在於瑪爾大忙碌工作，而在於她心裡忙亂，由於掛心的事太多、壓力過大，以致無法專心來到耶穌的跟前親近主。

所以，耶穌這番話是邀請我們認識祂，建立親密的關係。祂並非要我們不用努力服務，而是在服務中不忘聆聽天主聖道，好使我們的服務是有焦點的，忙而不亂。我們可以先有瑪利亞聆聽聖道的心，也有瑪爾大服侍耶穌的手，因為祂透過這兩種方式召叫我們，跟祂建立親密的關係。

## 實踐

服務是愛主的表現，聆聽天主的話也是。我們的生命應該兼備瑪爾大和瑪利亞，既有瑪爾大辛勤付出的時候，更需要親近主，重拾安寧靜謐，獲享瑪利亞的福分。每天在開始工作之前，先祈禱親近耶穌，閱讀和默想天主聖言，讓心靈得著滋潤和力量，才能明白祂的心意。當我們選擇先親近耶穌，其餘時間和心力的服務才有真正的喜樂，才能寓工作於祈禱，寓祈禱於工作。

## 是日金句

「瑪利亞選擇了更好的一份，是不能從她奪去的。」（路 10:42）

聆聽講道：<https://www.youtube.com/watch?v=0QNQTTsHjWU>