

(本篇译稿为黄谦善神父主日讲道，若内容有不一致的情况，一概以英文原稿为准。)

常年期第十六主日（丙年）

在今天的福音中，耶稣称赞圣玛利亚的选择。她选择聆听耶稣，而她的姐姐圣玛尔大则在忙于家务。耶稣说：「玛利亚选择了更好的一份，是不能从她夺去的。」（路加福音 10:42）所以我们来思考一个哲学性的问题：我们可以「拥有全部」吗？我们想亲近天主，也想像社会上的其他人一样生活——这可能吗？我们想要有健康的家庭生活，追求要求极高的职业，还要有时间做自己兴趣爱好做的事；夏天我们是否又要休息、到各处旅行观光、看电影、又要节省金钱……？

答案是：我们不能拥有一切。我们不能一边保持心理健康一边无止境地刷手机；我们不能既把家庭放第一，又把事业放第一，因为耶稣要我们优先选择「更好的一份」。

今天，耶稣在教导我们更好的方式，事实上是祂自己就是那「更好的道路」，并赐我们恩宠来选择祂。「耶稣和门徒走路的时候，耶稣进了一个村庄；有一个名叫玛尔大的女人，把耶稣接到家中。[姐姐玛尔大有接待客人的责任，所以她做的是对的、是美好的事。] 她有一个妹妹，名叫玛利亚，坐在主的脚前，听他讲话。[这两位姐妹都是圣人，她们都做了好事，但在这个时刻，聆听耶稣比服务祂更好——事实上，这正是耶稣此刻所希望的。]玛尔大为伺候耶稣，忙碌不已。」但玛尔大却为许多事而分心。（路 10:38-40）根据希腊文，玛尔大确实是有太多事情要做，这不是她神经质（参 Luke Timothy Johnson 《Sacra Pagina》 173 页）。但她不可能事事周

全，事事包揽。她为了要做一些好事而分心。因此她必须放下好的而选择更好的。

让我们来看一个具体的例子：伟大的灵修大师雅克·斐理普神父（Fr. Jacques Philippe）说，每天 15 分钟的祈祷，是灵魂「生存」的最低限度。但对我们中一些人来说，可能是 30 分钟、60 分钟、90 分钟加上每日弥撒，才是我们的最低限度。可是，生活中有太多“好事情”阻挡了我们与耶稣共处的时间。家庭是最常见的原因，因为家人需要我们；还有工作、电子邮件、家务。

这里有个问题：

1) 如果我打电话给你，你会告诉家人「黄神父来电」，并腾出 15 分钟接电话；但如果是安德鲁执事（**Deacon Andrew**）打来的，你可能不会接。重点是：耶稣每天都在呼唤我们，我们可以为爱祂而抽出 15 分钟。

2) 现在，我们有些日子确实忙得不可开交，我们可能真的抽不出时间与耶稣相处——确实会有这种情况。那么，在我们放假、休息的时候，我们是否用更多时间亲近祂？如果没有，也许是因为我们没有像自己所期望的那样的爱耶稣。如果这个想法刺痛我们，那正说明我们确实爱耶稣。

这就是我们去年说的：「安息日显露人的心。」我曾分享，几年前我突然意识到：我几个月来忙着服事别人，祈祷的时间减少了。虽然我从未错过每日弥撒或日课，但默想（**mental prayer** 心祷）的时间减少了。我的导师说那是我那个阶段的「正常」现象。但有一个星期一，是我的休息日，我整天没有

做默想。我意识到：我不祈祷，不是因为太忙，而是因为我不想祈祷。休息日揭示了我的心——它显示了我真正爱的是什么。我有时间吃饭、睡觉、做最低限度的祈祷、与人相处，但我对耶稣的爱是贫乏的。这一发现让我心痛，因为我确实爱耶稣，但这也让我知道该如何更深地爱祂。

我不是叫大家去当僧侣。我只是说：我们要选择与耶稣关系中真正「必要」的部分，并意识到生活中许多「好事」其实会分散我们与祂的关系。

于是玛尔大上前说：「主啊，我的妹妹丢下我一个人伺候，你不介意吗？请叫她来帮我！」[解经家们一致认为：她是在控诉或者埋怨耶稣，她要埋怨他人。但耶稣要她反观自己。]主回答她说：『玛尔大，玛尔大，你为了许多事操心忙碌，[当耶稣重复一个人的名字时，那是一种亲切的表达。祂理解我们的状况和艰难的生活，也深爱我们。]其实需要的唯有一件。玛利亚选择了更好的一份，是不能从她夺去的。』（路 10:40-42）

最大的诫命不是爱家人、爱他人——那是“第二条诫命”。工作是必要的，是美好的，也可以是神圣的，但不是最重要的。最大的诫命是什么？——爱天主。

我可能已经说了一亿次：如果我们先爱天主，我们不会少爱家人，反而会爱得更多。我们这样想：我们这里谁对家中的某个人缺乏耐心的？我们每一个人都是。如果我们从家中偷溜出去，与耶稣共度时光，当我们回到家人身边时，我们的耐心会增加还是减少？当我们把耶稣摆在首位，我们会更爱家人。但如果我们把注意力放在工作、兴趣爱好、娱乐上，也许不会更有爱心，这就是「唯一必要的事」、「更好的一份」——就是爱。当我们遇见爱、选择爱，那份爱就永远不会失去。

这是「安息的夏天 **Sabbath Summer**」，是我们在耶稣内休息的时间！我有一个消息要告诉大家：现在距离九月只有六个星期了。但，如果这六个星期是最棒的六个星期呢？如果我们先放在心上的是耶稣，其次是家庭和休息呢？今天：我们互相认识彼此的名字，以表达爱心，但我们把弥撒放在首位，然后是堂区「的家庭聚会」。

今年夏天，魔鬼会建议我们：「做这个」、「做那个」——用所有的「好事」让我们远离耶稣。耶稣会建议我们做唯一重要的一件事，祂就是那个「唯一的必要」，其果实将是在祂内满溢的爱！

我们不能拥有一切，但我们可以拥有最好的。当我们选择更好的一份-耶稣时，真正美好的东西是不会被夺走的。我们就拥有了一切的正确次序：耶稣、家庭、健康、工作等等。