opusdei.org

默想：7月29日，圣玛尔大、圣玛利亚和圣拉匝禄

一些能帮助我们在圣玛尔大、圣玛利亚和圣拉匝禄纪念日上祈祷的反思。

圣玛尔大，耶稣的朋友

当我们工作时，知道上主就在我们家里

让我们的工作充满爱

圣玛尔大，耶稣的朋友

每当耶稣经过祂三个朋友居住的村庄时，祂都觉得有必要去探望他们。 圣史路加自然而然地叙述了这个场景，突显了我主和来自伯大尼的三兄妹（玛尔大、玛利亚和拉匝禄）之间深厚的信任。 没有必要宣布祂的到来，也不用担心要带礼物。 耶稣知道祂总是受欢迎的，祂的朋友仅仅因为祂的临在和有机会向祂表达爱意就很高兴。 福音告诉我们，当耶稣进屋时，玛尔大接待了祂。 不难想象她看到上主到来时的心情。 但她的喜悦也伴随着一定的紧张。 作为一个好的主人家，玛尔大希望朋友的探望尽可能愉快，所以她很快就开始工作。 在祂说话的时候，玛尔大遵循了每个女主人的习俗：她端来水为祂净手，拿一点油来为祂抹头..... 她也尽一切可能确保按时做好饭菜，不缺任何东西。 这就是她努力表达对主的爱的方式。

但她的忙碌开始压垮她，她变得越来越焦躁不安。 当玛尔大继续努力服务时，她推断出如果妹妹玛利亚帮助她，一切都会容易得多。 但她看见妹妹坐在主的脚旁。 于是玛尔大决定向耶稣提出：「主！ 我的妹妹丢下我一个人伺候，你不介意吗？ 请叫她来帮助我罢！」 （路10：40）玛尔大本来可以悄悄地接近妹妹，尽量不被注意到，并请求她的帮助。 她选择公开对上主说话，「甚至觉得自己有权批评耶稣。」 [1] 但归根究底，这只是她对我主深信不疑的表现之一; 与好朋友在一起时，没有必要掩饰自己的想法。 我们可以祈求圣玛尔大帮助我们对耶稣有同样的熟悉感，当我们与耶稣交谈时，坦诚地向祂展示我们自己，尽管有时这是上主向我们启示更好生活方式的机会。

当我们工作时，知道上主就在我们家里

耶稣没有用严厉的言语回应玛尔大的不满。 祂知道她的好意。 因此，为了表示对她的特别关爱，祂重复两次她的名字：「玛尔大，玛尔大！ 你为了许多事操心忙碌，其实需要的惟有一件。 玛利亚选择了更好的一分，是不能从她夺去的。」 （路10：41-42）上主并没有责备玛尔大。 祂也没有邀请她像玛利亚一样坐在祂的脚旁，忘记为他人服务的职责。 没有她的努力，陪伴主的人怎能吃饱、休息好呢？ 祂所要求的改变主要是内在的。 祂邀请玛尔大以不同的态度去做家务。 玛尔大做了很多事，但她忘了最重要的一件事。 耶稣就在她家里，也许她没有在听祂讲话。

在白天，我们常常会像玛尔大一样感到不知所措。 也许我们认为，由于工作或家庭的原因，我们不可能抽出时间与上主交谈。 但耶稣并没有建议我们放下职责。 就像玛尔大一样，祂邀请我们在这些职业中找到祂，在执行每一项工作时，意识到上主永远在我

们灵魂的「居所」内。 因此，工作可以成为一种不间断的爱，一种持续的「我爱你」，这超越了我们用嘴或用思想所能重复的内容。 圣施礼华说：「言语变得没有用，因唇舌已不能表达，理智静止了，不需思考，只需注视！ 灵魂开始咏唱新歌，因它感到自己整天在天主爱的注视之下。」[2]

让我们的工作充满爱

不是工作本身让玛尔大分散了对耶稣的注意力。 她渴望给耶稣提供温暖和舒适的接待，但这个神圣的渴望最终使她变得紧张和不安，因为她无法实现她想做的一切。 她已经忘记了自己所有行动的目的。 也许她像对待其他客人一样地对我主履行这些服务。 但耶稣鼓励她不要忘记真正重要的事：天主就在她家。 她不仅在履行女主人的职责; 她还在努力助我主好好休息。 「问题经常不是出在活动过量，而是不好好地将之活出，缺少充分的动机，缺少灵修，没法将灵修渗入活

动，使活动带来享受。 结果，工作令人不必要地疲累，甚至有时令人病倒。 这疲累绝非令人满足、快乐，只会导致一种紧张、沉重、不满，最终变成让人无法忍受的筋疲力尽。」[3]

所有在世间努力寻找上主的人都会有和玛尔大一样的经验。 我们手中有许多需要专注和不断努力的工作。 当然，它们都会导致疲劳。 但是，当我们意识到所有这些工作的意义比起初想象的要大时，这种疲劳就更难夺走我们的平静，因为我们知道我们的成功是无法用人的因素来衡量的。 在与上主的个人对话中，可以重新发现我们所做的一切都是为了增加对上主的爱; 我们掌管这个世界，因为它是上主的。 因此，我们不会因为惰性或环境所迫而行动，而是因为我们努力在所做的每一件事中寻找隐藏的天主。 「没有爱，即使是最重要的活动也会失去价值，也不会带来喜乐。 没有一个深刻的意义，我们成为无组织的行动主义者，所有活动都沦为毫无生气

的。 如果不是耶稣基督，又有谁能赋予我们爱与真理呢？」 [4] 如果不是圣母玛利亚，我们又能请求谁在日常工作中代祷，让我们努力去爱上主呢？

[1] 教宗本笃十六世，2010年7月18日三钟经前的讲话

[2] 圣施礼华，《天主之友》，307

[3] 教宗方济各，《福音的喜乐》宗座劝谕，82

[4] 教宗本笃十六世，2010年7月18日三钟经前的讲话

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zhs/meditation/Mo-Xiang-7Yue-29Ri-Sheng-Ma-Er-Da/ (2025年12月13日)