

## 丙年 常年期第十六主日

潘家駿 神父（主教團禮儀委員會）



### 慶祝奧蹟

今天的《路加福音》和讀經《創世紀》及《哥羅森書》讓我想起小學時代的一次學習經驗。記得有一次上「自然課」時，老師帶我們到烈日下的操場做一個簡單的實驗。他把一片黑色紙片放在地上，然後將放大鏡放在這紙片上，並向著太陽對準焦距。過不一會兒，紙片開始冒出白煙，接著便著火燃燒起來。當然，這個實驗所產生的結果，引起我們這一群小朋友的好奇與陣陣驚呼。

老師解釋說，這是因為放大鏡是凸透鏡，它具有聚焦的效能，所以可以把太陽的熱能聚集在一點上，而產生足以使紙張燃燒起來的熱能。但放大鏡本身並沒有能力產生熱能，而是太陽的光能讓放大鏡發揮了它的能力。著有《領導者的內心修練》一書的美國管理學學者伯鐸·凱斯特鮑姆（Peter Koestenbaum）對人生也有類似的觀察，他曾說過：「如果生命有焦點，那麼就會讓人具有強大的能力；但生命若是缺乏焦點的人，那麼就會使人認為自己是個效率低能，甚至是無能力的人，而別人也會如此看待他們……。生命焦點，確實是真實的信心、信念和自信的源頭。」這句話說得真是有道理極了。

在今天的第一篇讀經《創世紀》中，我們就看到了亞巴郎如何讓生命對焦。當上主在瑪默勒橡的樹林裡一顯現出來的剎那，亞巴郎的整個生命行動就如同舞台上的聚光燈投射在萬世巨星身上一般，完全聚焦在那出現他眼前的上主身，《創世紀》這樣描述說：「亞巴郎舉目一望，看見三個人站在對面。他立刻就從帳幕門口跑去迎接他們，俯伏在地，說：『我主，我如果蒙祢垂愛，請祢不要在祢僕人這裡不停留就離去。』」是的，在這段描述裡，我們聽到了亞巴郎的渴望，渴望上主成為他生命聚焦的核心。而上主成全了亞巴郎的渴望，讓他活出對上主的深刻信念與信德，使他的生命成為整個人類的祝福。

而在今天的《路加福音》裡，我們也從伯達尼村莊兩位姊妹中的妹妹瑪利亞與耶穌的彼此互動中，經驗到瑪利亞她那類似亞巴郎對生命核心的專注與聚焦；福音這樣敘述說：「他們走路的時候，耶穌進了一個村莊。有一個名叫瑪爾大（曼德）的女人，把耶穌接到家中。她有一個妹妹，名叫瑪利亞（瑪麗），坐在主的腳前聽祂講話。瑪爾大為侍候耶穌，忙碌不已，便上前來說：『主啊！我的妹妹讓我一個人侍候祢，祢不介意嗎？請叫她來幫助我吧！』」

在此，福音為我們指出了接待耶穌作客的兩種截然不同的方式：有瑪爾大忙碌活躍的方式，她為耶穌忙著做很多事；也有瑪利亞的方式，她坐在主的腳前聽耶穌講話，在耶穌跟前，像一個門徒，彎著腰，低著頭。但瑪爾大惱火了，她要求耶穌為她評理，她自己所選擇的是殷勤款待客人，可是瑪利亞卻放下一切不管，坐在耶穌跟前，聽祂講話，全神貫注，親切地與耶穌在一起。耶穌是這個家庭的貴賓，而且是瑪爾大親自把祂從路上迎進屋裡的，其忙進忙出的本意，就是要讓耶穌受到最周全的招待。於是為了使耶穌覺得賓至如歸，她衝進衝出，忙個不停，好像有千頭萬緒的事等著完成，如此地重視客人，本來就是無可厚非；然而，瑪爾大想以周全的服事來表達她對耶穌的愛，卻是適得其反。

事實上，瑪爾大的忙碌，正是反映了我們當代人對「忙碌」盲目崇拜的通病。而這通病的病因常常是因為我們的生命失去焦點，以致讓生命處在渙散的處境裡，而讓生命變得既惱人、又累贅、又艱難。雖然我們無時無刻不在動著生命，但卻像

無頭蒼蠅一搬，到處碰壁，就是找不到一條出路。因此，在忙亂中，失去了生命的焦點；在忙亂中，失去了自己；在忙亂中，看不到別人真正的需要；在忙亂中，只能看到自己的「是」和別人的「非」；在忙亂中，容易產生埋怨與憤怒；在忙亂中，容易陷入思慮的煩擾；在忙亂中，會令人懷疑上主的眷顧。難怪德國大文豪歌德會藉著他悲劇巨著中的人物浮士德的口，說出了這句至理名言：「忙碌，好像魔鬼；不，它本身就是魔鬼。」

耶穌當然知道瑪爾大的用心與好心，也知道她所面臨的人生困境，但祂並沒有同意瑪爾大利用祂來責備自己的妹妹，祂對瑪爾大的回答雖然很誠懇，但一定不是瑪爾大所期望的：「瑪爾大，瑪爾大！妳為了許多事操心忙碌，其實需要的只有一件，瑪利亞選擇了更好的一份，是不能從她奪去的。」而什麼是「需要的只有一件？」耶穌究竟指的是哪一件？瑪利亞所選擇的、把生命聚焦的那更好的一份又是甚麼？究竟是哪一件事讓耶穌也把生命的焦點聚焦其上，而看得比其他的任何事都更重要？到底是哪件事讓耶穌如此地動心與心動？事實上，這是一件包含著強烈的十字架訊息的事，而這個強烈的訊息，將促使我們去思考十字架與我們生命之間的關係。是的，透過耶穌在瑪爾大與瑪利亞家的作客，將要把我們的眼光再一次吸引到主耶穌及其十字架上，而讓我們更渴望將生命聚焦並撲倒在天主聖父與羔羊的寶座前。

需要的只有哪一件？生命的聚光燈該投注的焦點是甚麼？我們先從這段《路加福音》的背景來看：「他們走路的時候，耶穌進了一個村莊。」這句話是對這段福音所作的背景交代。請特別注意，這裡的「走路的時候」，並不是指平時的走路，甚至也不是指「耶穌走遍各城各村講道」（路八1）時的走路，而是指耶穌走向耶路撒冷、走向哥耳哥達時的走路。因此，這裡的走路其實就是《路加福音》第九章所說的「耶穌被接升天的日期就快要來到，祂遂決意面朝耶路撒冷走去……」（路九51）的走路，因此，這裡的「走路」其實指的就是耶穌「十字架的道路」。

這個「走路」的背景交代，告訴了我們耶穌是在什麼情況下來到瑪爾大和瑪利亞的家。當然，這位非常愛主的瑪爾大並不瞭解這個背景，同時這也不是她最關心的事情，她最關心的是如何能夠款待主耶穌一頓豐盛的午餐或晚餐，讓祂感受到無微不至的招待；這樣既滿足了她對主耶穌的愛，同時也顧住了自己作為主人的顏面。然而，主最關心的事是什麼呢？瑪爾大不打算深究這樣的問題，可她的妹妹瑪利亞不能不深究這個問題，所以從主耶穌一進門，她的目光就完全聚焦在主的身上；主一開口講話，她就像被強力磁石吸引一般，全然地被主耶穌吸引到祂跟前來。

但問題立刻就來了！難道一個人坐在耶穌腳前聽祂說話，就值得主如此讚美說「瑪利亞選擇了更好的一份，是不能從她奪去的」嗎？當「群眾擁到祂前要聽天主的道」（路五1）時，耶穌說過這樣的話嗎？沒有！當主耶穌講授「山中聖訓」，門徒和眾人一口氣聽了《瑪竇福音》用三章才能記完的長篇教訓，聽後又「都驚奇祂的教訓」（瑪七28）時，耶穌對他們說過這樣的話嗎？也沒有！十二門徒跟隨耶穌三年多時間，聽主講了無數次道，主對他們中間哪一個說過這樣的話呢？都沒有！然而，當瑪利亞坐在主的腳前聽講道時，卻蒙主說了這句震撼人心的話。究竟是為什麼？

這是因為，瑪利亞的心對主是隨時敞開的，她不但聽主說話，而且用心聽明白了主的道理；既聽明白了，於是她就決心要為這位她所愛的主默默地做些什麼。在《瑪竇福音》第廿六章中我們看到耶穌受難前，在伯達尼癩病人西滿家的晚宴，有一個女人拿著一玉瓶香液，敷抹耶穌的腳。準備負責耶穌的猶達斯假惺惺抗議：「為什麼不把這香液去賣三百塊德納，施捨窮人呢？」耶穌答覆說：「由她吧！這原是她為我安葬之日而保存的。你們常有窮人和你們在一起，至於我，你們卻不常有。」

請注意這句話：「這原是她為我安葬之日而保存的。」原來那女人將香液敷抹在主耶穌身上，是為祂的死亡而準備的，換句話說，就是為祂的十字架而做的。主耶穌為什麼如此解讀這個女人的行為呢？因為主耶穌明晰我們的心，因此祂當然知道這女人心之所想，意之所行，所以才讚美她說：「將來在全世界，這福音無論傳到哪裡，必要述說她所做的事，來紀念她。」為什麼主耶穌把這女人所行的事情看得如此重要？因為這個事件的中心就是那位被釘十字架的耶穌，而因為這位女人明白了耶穌的十字架，所以就為那即將被釘死在十字架上的耶穌預備了香液，並傾倒在祂身上。是的，原來這女人所行的，就是在見證主耶穌基督的十字架。然而這女人究竟是誰？《若望福音》直接說這個女人就是這位伯達尼的瑪利亞：「逾越節前六天，耶穌來到伯達尼，就是耶穌從死者中喚起拉匝祿的地方。有人在那裡為祂擺設了晚宴，瑪爾大伺候，而拉匝祿也是和耶穌一起坐席的一位。那時，瑪利亞拿了一斤極珍貴的純『拿爾多』，傳抹了耶穌的腳，並用自己的頭髮擦乾，屋裡便充滿了香液的氣味。」所以，需要的只有哪一件？答案就已經呼之欲出了，這答案就是：認識耶穌基督和祂的十字架，而瑪利亞將生命聚焦其中，選擇了最好的一份。

聖保祿宗徒也是一位最能夠把生命的焦點放在耶穌和其十字架上的人，所以他能夠在受苦中，仍然覺得高興，因為他的生命焦點超越了一切令他痛苦或高興的世俗成敗之事，他的生命中有比這一切痛苦或高興之事還要更加重要、更加值得聚焦的事，因此在今天的第二篇讀經《哥羅森書》中，即使是面對受苦，他仍然可以這樣說：「現在我為你們受苦，仍然覺得高興，因為這樣我能在我的肉體上，為了基督的身體一教會，補足基督的苦難所欠缺的……。天主願意他們知道，這奧秘為外邦人有多麼豐盛的光榮，這奧秘就是基督在你們心中，成為你們獲得光榮的希望。」是的，對我們基督徒而言，我們生命的焦點決定了我們如何面對人生，我們不應該只是忙忙碌碌在那些讓我們世俗成敗的事情上而已，因為基督已經成為我們生命衡量的尺度。



路加就是用這段故事來表達耶穌已經成為現實的中心，是衡量一切行為的尺度。瑪爾大為盡心盡力招待耶穌，完全沒有錯，但她的問題是在忙亂中錯失了生命的焦點。我們唯有把耶穌放在我們生命的中心，讓祂成為我們生命的焦點，唯有在我們的心裡清出全部的地方給祂，而不僅只是將心裡的桌子抹抹乾淨就夠了，如此，我們才能夠像瑪利亞一樣，把生命專注及聚焦在耶穌及祂的十字架上，選擇最好的一份，撲倒在天國的腳下。

## 祈禱經文

聖詠作者在「進堂詠」中唱出了我們之所以聚集一起祈禱和獻祭的理由，因為上主必定為我助陣，祂必扶持我的生命：「請看！天主必協助我，上主必扶持我。上主，我甘願向祢奉祭獻，我要讚頌你的美名。」（詠五三6, 8）這闕禱詞從第八世紀始直至梵二之前，一直使用在聖神降臨後第九主日。

在這個主日的「集禱經」中，我們祈求天主的垂顧和施恩：「仁慈的天主，求祢垂憐，廣賜恩寵；使我們的信望愛三德日益真切，並能兢兢業業，恆心遵守祢的誠命。」這闕禱詞是在梵二之後從米蘭的聖安博禮引進羅馬禮的，而在常年期的禱詞中共有三闕禱詞是源自聖安博禮。這闕禱詞在聖安博禮中是使用在聖神降臨前的大祈禱日中。禱詞中的「信望愛」三德源自聖經中的格前十三13、得前一3及五8；「遵守天主的誠命」則是讓我們想到若壹五3：「原來愛天主，就是遵行祂的誠命。」「兢兢業業」一詞的靈感則是來自宗一14及希十二7。

在團體向天主獻上餅和酒時，我們在「獻禮經」中祈禱天主聖化這祭獻，一如祂祝福了亞伯爾的祭獻一樣，如此，我們每一個人的奉獻將有益於所有人的得救：「天主，祢藉唯一而完備的十字架聖祭，取代了舊約時代的祭祀；懇求祢接受祢子民虔誠的奉獻，並予以聖化，猶如祢曾經接受了亞伯爾的祭獻一樣；但願我們為頌揚祢所獻的禮品，有助於普世人類的得救。」這闕禱詞包括在第八世紀禮書常年期主日的禱詞當中。禱詞的內容受到了創世紀四4的啟發：「亞伯爾獻上自己羊群中最肥美而又是首生的；上主惠顧了亞伯爾和他的祭品。」

「領主詠」有兩個選擇：一出自聖詠，一出自默示錄。在第一個領主詠中，我們隨同聖詠作者，一起向天主詠唱：「上主使祂的奇蹟永留人間，實在慈悲良善。祂賜食物給敬畏祂的人。」（詠一一〇4-5）「聖體聖事」正是這永留人間的奇蹟，也是滋養我們到達永生的生命之糧。第二個領主詠出自默示錄中若望致勞狄刻雅教會的書信，我們隨若望的步履，一起進入主的宴席中：「主說：我站在門口敲門，誰若聽見我的聲音而給我開門，我要進到他那裡，同他坐席，他也要同我一起坐席。」（默三20）這首領主詠正是回應了丙年（本）主日的福音，曼德及瑪麗邀請耶穌與他們共席，親嘗天國。以上兩首領主詠都是梵二之後新編入彌撒經書當中的。

「領聖體後經」祈求天主使這聖體聖事幫助我們的生活除舊佈新：「寬仁的上主，祢在此聖事中賜賜給了我們天上的食糧；求祢扶助我們，使我們藉此奧蹟獲得充分的力量，能革除舊習，善度新生。」這闕禱詞的靈感來自第六世紀禮書中的兩闕禱詞：一闕是使用在五旬節主日前夕夜間彌撒的禱詞，另一闕則是使用十二月齋戒日的頌謝詞。現今所使用的這闕禱詞除使用於本主日之外，還使用於復活期第五主日，以及好幾個復活期平日。

## 禮儀行動

1. 本主日，主祭穿綠色祭披。
2. 主祭在致候詞之後，可以用下列類似的導言，導引信友們更深地進入信德的奧蹟之中：「每一個人或多或少都會把生命聚焦在某些事情上，而你生命的聚光燈投注的焦點是甚麼呢？在今天的彌撒中，我們就要隨著瑪利亞目光，將我們的生命聚焦在耶穌的身上，並讓這生命焦點成為我們信心、信念和自信的源頭。」
3. 主祭可以用下列類似的引言，來幫助信友們進入「懺悔詞」當中：「我們時常讓耶穌從我們的目光中離去，而模糊了我們生命的真正焦點，為此，讓我們祈求上主的寬恕。」
4. 詠唱「光榮頌」及「信經」。
5. 這個主日「信友禱詞」的導言，主祭可以運用本主日福音的精神，以下列類似的話語來邀請會眾提出意向：「如同瑪利亞一樣，我們現在就是坐在主的跟前，聆聽祂對我們的教導。現在就讓我們向天主傾心訴說我們的祈禱。」同時可以用下列類似的祈禱文結束信友禱詞：「天主，在祢聖子的逾越奧蹟當中，祢向我們揭示了歷代以來密而不宣的生命真理。我們祈求祢，俯聽那些在祢的聖子內懷著盼望的人們的祈禱，並且幫助他們在信賴祢的聖子當中，都能像瑪利亞一樣，選擇最好的一份，撲倒在天國的腳下。祂是天主，永生永王。」
6. 在「感恩經」開始之前，主祭可以用下列類似的話語作為導言，引領信友們進入感恩聖祭的頂峰經驗當中：「在感恩聖祭當中，耶穌是邀請我們赴祂筵席的主人，祂以祂的聖體款待我們，為滋養我們屬神的生命；為此，讓我們讚頌和感謝天主聖父。」
7. 宜採用感恩經第一式、第三式或第四式。（按《彌撒經書總論》第365號d項：「感恩經第四式：附有不可變換的頌」

謝詞，扼要地陳述整個救恩史。本感恩經可用於沒有專用頌謝詞的彌撒，以及常年期的主日。這感恩經因其結構關係，不得加念為亡者的特殊經文。」）若採用感恩經第一式及第三式，則頌謝詞可採用「常年主日頌謝詞」（一）~（八）。

8. 本主日「禮成式」可舉行隆重降福禮。請見《主日感恩祭典（丙）》頁324-325「季節降福經文—常年期」。
9. 最後的結束派遣用語可選用以下格式，並與「彌撒禮成」配合使用：
  - 1) 去傳揚上主的福音！
  - 2) 平安回去，在生活中光榮天主！
  - 3) 平安回去！

## 一周禮儀

1. 平日讀經採雙數年。
2. 這周遇到的慶日及必行紀念日：

7月22日（周一）聖德蓮（瑪利亞瑪達肋納）慶日（白）

茲按教宗方濟各的意願，教廷禮儀聖事部在今年耶穌聖心節（2016年6月3日）頒布法令，將7月22日聖瑪麗·德蓮（瑪利亞瑪達肋納）的紀念，由「必行紀念日」升格為「慶日」，並列於羅馬通用日曆中。當日的彌撒和日課經文，除了新增為此慶日專用的「頌謝詞」之外，其他經文維持不變。

7月25日（周四）聖雅格宗徒 慶日（紅）

7月26日（周五）聖雅敬及聖安納（聖母雙親）紀念日（白）

## 禮儀須知

1. 本主日可行殯葬彌撒，但禁其他亡者（紀念）彌撒。亦可行「禮典彌撒」，如婚禮彌撒、發願彌撒等。
2. 周間舉行「求恩彌撒」（Missa votiva），包括週六特敬聖母彌撒，可採用適合彌撒的顏色，也可採用本日或本禮儀時期的顏色。（「羅馬彌撒經書總論」第347號）