

为工作与祈祷预留时间

或许有人会疑惑，当耶稣来到玛尔大家时，她为何会如此忙于招待。难道仅仅为了一位客人，她就需要准备琳琅满目的菜肴吗？福音中未曾言明的是，当耶稣去到玛尔大家时，祂极有可能并非自己一个人。那时，七十二位门徒刚刚完成使命归来，正陪伴着耶稣，继续他们向南前往耶路撒冷的旅途。他们走路的时候，耶稣进了一个村庄。有一个名叫玛尔大的女人，把祂接到家中。

（路加 10:38）

当这么多人涌入家中时，玛尔大心中或许在想：“我这是陷入了一个怎样的麻烦？”她尽力款待，想为所有人提供周到的服务。正当她手忙脚乱之时，瞥见了她的妹妹玛利亚。她本指望玛利亚能来搭把手，但玛利亚却安坐于耶稣脚边，聆听祂的教诲。试想，你是否也曾有过类似的经历：当你忙得不可开交，旁边的人却袖手旁观，无意相助，你会有什么反应？于是，玛尔大上前向耶稣抱怨说：“主！我的妹妹丢下我一个人伺候，祢不管吗？请叫她来帮助我吧！”（路加 10:40）但耶稣回答说：“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。”（路加 10:41-42）



玛尔大为诸多俗务而焦虑烦扰，以致她根本没有多余精力顾及来到她家中的耶稣。反观玛利亚，她选择了安坐于耶稣脚边，聆听祂的话语。

我们中的许多人，正如玛尔大一样，最终会因工作过于繁忙而忽略了耶稣的存在。就像玛尔大找不到时间坐在耶稣身边、聆听祂的教诲，我们也同样时常找不到时间，在祈祷中亲近耶稣、聆听祂的声音。

出于种种缘由，许多人不再祈祷：有人认为祈祷并非必要，因为天主早已知晓一切——我们的所需，我们的所思，我们生命中的点滴。毕竟，一遍遍地向天主重复这些，意义何在呢？亦有人以疲惫为借口，一天下来，实在太累以致无力祈祷——就算今日未能祈祷，天主想必也会谅解的。最终，许多人的祈祷生活变得寥寥无几，甚至荡然无存。

倘若玛尔大能从她的劳碌中暂停哪怕只是片刻，来专注于耶稣的话语，这岂不是更好吗？同样，每当我们发觉自己忙得无法与天主建立连接时，我们也可以从工作中短暂抽离，哪怕只有几分钟，将这段时间奉献给天主。

对于生活异常忙碌的人来说，或许一个好方法是承诺每天为天主保留一段最基本的时间；此方法的关键在于持之以恒。凡是能在这最基本的时间之上多奉献出的每一刻，都是来自天主的恩宠。一个常见的问题是：我难道不应该等待那个自己真正受到感召的时刻，才向天主祈祷吗？这份心意固然值得称赞，因为这感召本身就是天主的恩赐。但其弊端在于，倘若我们为了那份感召而等待过久，便极易陷入分心与杂念，使我们一连几天、几周甚至几个月都无法祈祷。与其如此，我宁愿每日看着时钟，趁着还不算太晚，从工作中抽身，专心祈祷。这种祈祷方式的一大益处是：当我们祈祷之时，我们便为自己敲开了通往更多恩宠与感召的大门，而这些恩宠与感召，往往能引领我们进入更深的领悟与反思。

耶稣圣名华人天主堂

THE HOLY NAME of Jesus CHINESE CATHOLIC MISSION

5395 Light Circle NW, Norcross GA 30071 678-691-3261 hnojatl.org

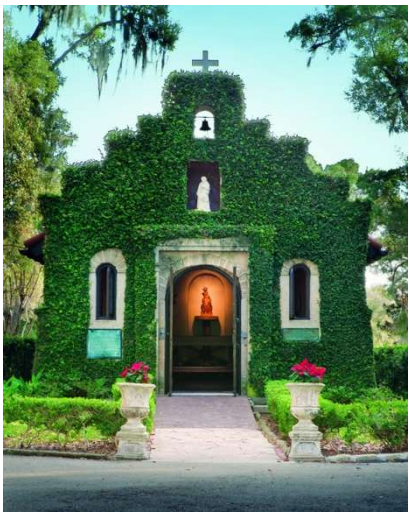
每周公告 Weekly Bulletin

2025 年七月二十日 July 20, 2025

堂区议会报告

今日是一家一菜聚餐的星期日！这是一项很好的活动，可以促进教友们的友谊。午餐在上午 10:30 弥撒之后开始。请带上您喜欢的菜肴与大家分享。如果您的生日是在 7 月，我们为您订购了生日蛋糕一起庆祝。

为了容纳更多人参加我们计划前往佛罗里达州圣奥古斯丁的“我们的母乳圣母国家朝圣地”（National Shrine of Our Lady of La Leche）的朝圣之旅，我们将 3 天 2 夜的朝圣避静的时间改为 11 月 24 日至 26 日。这个宁静而美丽的地方是 1565 年美国有记录的第一次天主教弥撒的举行地。参与者将自行安排共乘前往圣地。我们与 Hampton Inn 酒店协商了团体价格，三天两夜住宿含早餐的费用是每位成人 250 美元，其中包括 11 月 25 日在朝圣地圣堂举行弥撒的住宿和费用。我们也可以为有孩子的家庭安排特殊住宿。从 7 月 20 日星期日开始，请向 Long Che 姊妹报名一起参加朝圣避静之旅。



2025-2026 年的慕道班（OCIA）和主日学课程将于 8 月开始。课程表将于下周日公布。

祷告名单：徐春美、傅德兰、陈堃、陈书鹏、倪玉芳、陈李霏、王俊杰、陈建新、梁陈静和徐泰成。

弥撒时间	告解时间	查经时间
周日上午 10:30（中文）	周日上午 9:00 至 9:30	周三上午 10:00（中文）
周日下午 2:00（英文）	周二下午 2:00 至 3:00	周一晚上 6:00（英文）
	与神父预约	
周一中午 12:00（英文）		朝拜圣体
周二中午 12:00（英文）	傅油圣事	周日上午 9:30 至中午 12:00
周三中午 12:00（中文）	首周日上午 10:30 弥撒之后	周二下午 1:00 至 4:00
周五中午 12:00（英文）		
首周五晚间 7:00（英文）		
首周六上午 10:00（中文）		