主題：心裡的兩個她

目標：認識並選擇上好的福分。

經文：路十38-42

主日信息綱要

前言：耶穌來到馬大及馬利亞家中，馬利亞渴慕聽耶穌的道，而馬大則忙著伺候耶穌。每一位母親都渴慕像馬利亞一樣，坐在耶穌腳前聽神的道；但卻常像馬大，總有許多工作，從早上起床，一直到小孩上床睡覺才可以休息。在母親節，師母從母親的角度分享如何平衡心中的兩個角色。

一、母親的犠牲

1.完全沒有自己：從12年前當母親的第1天開始，整個生活作息都跟以前完全不同。以餵母奶來說，會在不可思議的時間設定鬧鐘（半夜2-3點），只為了親餵小孩；會在各式各樣的地方擠母乳（地鐵、客戶的倉庫等）。不論職業，每位母親為了孩子都甘願披上隱形的披風，甚至被稱「XX的媽媽」也不在意。

2.變得非常容易自責：原來非常好睡的自己，成為母親後就變得非常敏感，半夜只要孩子有一丁點動靜，都會驚醒，更不要說小孩生病咳嗽的聲音。還要擔心小孩的健康、功課、學校生活等問題，很在乎是否是「稱職的媽媽」。如果是職業婦女的話，更要在工作與家庭間，像陀螺般不停的團團轉。不僅失去自我，還變得非常容易自責，工作時覺得對不起孩子，照顧孩子時又覺得對不起工作。

二、找回自己的旅程：神出手處理生命中自我傷害的思想與習慣。

1.用日記找回自己：神藉「為日記命名」來幫助師母找回自己。2016年的命名為「凝視」，教導師母停下來，甚至教導如何呼吸；2017年命名為「Open-ended （模範生掰掰）」，是教導如何接受失敗；2018年命名為「人若不瘋癲不能進神的國」，神挑戰跳脫自己的框架，進入祂的節奏；2019年命名為「一刀未剪」，更多釋放自己的情緒，2020年命名為「換檔加速」，即使全世界都因疫情慢下來，仍要加速向神奔跑前進。

2.聽見神說話：神曾明說：「你想怎樣就怎樣」，但這對一位母親來說是非常不負責任的事，以致於認不出神的聲音。直到2016年某天跟神對話中才發現自己不想讓人失望，常勉強自己成為別人或自己期待中負責任的母親。在面對許多失敗時，經常給自己蓋「不夠資格」的章，但神在異象中說，「這世上只有我能蓋章，沒有別人能評價你」，並蓋了一個「Beloved！」永恒的印章。這和夠不夠格無關，而是關乎身分。神花了很長時間告訴師母「你這樣就夠了（you are enough）」以及「You are so beautiful」，並用鴿子叨著鑽石的異象宣告師母在神眼中的珍貴。於是，心中的馬大與馬利亞可以好好對話、得到平衡。

三、更完整的自己：「負責任的馬大」與「渴慕生命活水的馬利亞」

耶穌對馬大說：you are so beautiful to me, you are enough.很多時候母親的心裡都住著想要負責任的馬大，及想要照顧自己需要的馬利亞。二者之間需要好好地對話。我們是神手中的工作，神愛我們，衪眷顧我們的需要。每一位母親小小的願望，神都非常看重，有一天神的美好而出人意外的心意會如同蜂蜜澆灌下來。鼓勵每一位媽媽看見並承認自己的需要，認真的凝視自己，就會開始明白神有多愛我們。

主日信息討論題目（30分鐘）

經文尋寶：默想主日信息及經文所提「在耶穌腳前坐著聽、心裡忙亂、你不在意嗎？」的意義。（5）

問題一：請分享──在家裡、職場、小組……，我的母親像誰（馬大或馬利亞）？我像誰？為什麼？（10）

問題二：從經文及講員信息來看──我們如何讓心中馬大的角色（責任感、滿足別人的期待）、與馬利亞的角色（主裡的自由、作神的兒女）平衡？信息對自己有哪些鼓勵？（15）

回應 （10分鐘）

回應一：小小組分享──我最想做的一件事（或扮演的角色）？有哪些該放下的自我要求？信息對自己的鼓勵？彼此祝福禱告。

回應二：小組長以敬畏神的心，宣讀路十38-42，祝福組員及組員的母親，都能發現神對自己的美好心意，享受作神兒女的自由。

金句背誦 路十38-42

◎本材料是根據周巽正牧師、蕭雅雯師母證道編寫。◎版權為台北靈糧堂裝備中心所有。

|  |  |
| --- | --- |
|  | **藍火代禱信** |
| **小組禱告2020/5/10 - 2020/5/16** |

**一. 先知性禱告**

**領受**：看見一隻蟬蛹鑽進土裡，就看不見了；雖然我們看不見牠，但牠並未死亡，而是在暗處持續地成長，等待時候滿足，憑藉著長期能量的儲存，就能「破土而出」爬上枝頭。

**禱告對象**：為因著全球進入防疫期，讓你的服事、工作、學業或計畫暫停了，此刻你好像不能做什麼，擔心這些暫停的事要如何進展，又只能等待的兄姊禱告。

**禱告**：求主幫助你用信心來為這些不能進行的事情禱告，讓神將屬天的能量充滿你，也讓這些事情能被神保守與引導，使你屬靈的生命與你所擔心的事，都按著正確的方向在暗處裡持續地成長與進展，等到時候滿足，將有令你意想不到的，好的結果呈現在你面前。

**二. 為小組**

1. 求主祝福小組透過穩定的線上主日和小組聚會，能有好的餵養和肢體連結。

2. 為工作受疫情影響的肢體禱告，求主賜兄姊恩典力量，也打開機會的門，賜下供應。

**三. 為教會**

1. 求主帶領教會在線上聚會期間，更多起來開聲敬拜讚美禱告，並不封口；也為萬國萬民代禱，使列國開始經歷復興，有福音的大收割。

2. 5/7傍晚進入猶太曆以珥月14日，第二次逾越節。讓我們在信心中再一次對準於逾越節羔羊的救恩，代表台灣向神獻上感恩，讓神為台灣畫上血線，帶來生命、醫治和救恩。宣告：主帶領教會進入一個新季節，領受羔羊的寶血，更領受新的膏油，更專注敬拜禱告，直到聖靈大大澆灌的時候。

**四. 為國家**

1. 為蔡總統5/20就職禱告：蔡總統將在5/20就職，求主賜福總統及新任內閣官員有屬天的智慧能力與恩典來治理國家，並能面對防疫、國際處境等種種挑戰。求主帶領我們國家。

2. 為國軍禱告：繼海軍艦隊在防疫上的疏漏，陸軍發生中尉自縊案件。近3年國軍因霸凌而導致自殘事件近50件。求主赦免我們國軍的紀律疏失、輔導機制失能，使霸凌、自殘事件不減反增。求主幫助國軍能真實面對問題、改革積弊，翻轉霸凌的風氣。

**五. 為列國**

1. 為中國禱告：中國「全國政協」及「全國人大」會議（合稱「兩會」），因疫情延宕近兩個月，將分別於5/21、22在北京召開。有學者預測，中國面對疫情下的經濟、國際負面形象、一帶一路以及臺港問題，仍充滿極大挑戰。求主帶領中國，在震動之中願意轉向神，得以脫離各樣敗壞的罪，有真實的改革和國際化，能走進神的命定。