



อาทิตย 21 กรกฎาคม

สัปดาห์ที่ 16
เทศกาลธรรมดา
ทำวัตรสัปดาห์ที่ 4

บทอ่านจากหนังสือปฐมกาล

ปฐมก 18:1-10ก

องค์พระผู้เป็นเจ้าทรงสำแดงพระองค์แก่อับราฮัมที่หุบต้นโอ๊กของมัมเร ขณะนั้นเป็นเวลาแดดร้อนจัด อับราฮัมกำลังนั่งอยู่ที่ประตูกระโจม เขาเงยหน้าขึ้นมอง ก็เห็นชายสามคนยืนอยู่ใกล้ตน ทันทีที่เห็น อับราฮัมก็วิ่งจากประตูกระโจมไปต้อนรับและกราบลงที่พื้นดิน เขาพูดว่า “เจ้านายของข้าพเจ้า ถ้าท่านโปรดปรานข้าพเจ้า โปรดอย่าผ่านผู้รับใช้ของท่านไปเลย ข้าพเจ้าจะให้เขาเอาน้ำมาล้างเท้าให้ท่าน เชิญท่านพักใต้ต้นไม้ฉันนี้เถิด ขอให้ข้าพเจ้าไปนำอาหารมาให้ท่านสักเล็กน้อย ท่านจะได้สดชื่น มีกำลังเดินทางต่อไป ท่านมาถึงบ้านข้าพเจ้าแล้ว ขอให้ข้าพเจ้ารับใช้ท่านเถิด” เขาทั้งสามจึงตอบว่า “จงทำตามที่ท่านพูดนั้นเถิด”

อับราฮัมรีบเข้าไปในกระโจมของนางซาร่าห์ และบอกว่า “เร็วเข้า ไปเอาแป้งละเอียดมานวดและทำขนมปังสำหรับแขกสามคนเถิด” แล้วอับราฮัมวิ่งไปที่ฝูงสัตว์ นำลูกโคอ้วนพีตัวหนึ่งให้ผู้รับใช้ฆ่า และรีบปรุงเป็นอาหาร เขาเอานมข้นเปรี้ยว น้ำมันสด และเนื้อลูกโคที่เตรียมแล้ว มาวางต่อหน้าคนทั้งสาม และยืนอยู่ใต้ต้นไม้คอยรับใช้ ขณะที่คนทั้งสามกำลังกินอาหาร

เขาเหล่านั้นถามว่า “นางซาร่าห์ ภรรยาของท่านอยู่ที่ไหน” อับราฮัมตอบว่า “นางอยู่ในกระโจม” คนหนึ่งจึงพูดว่า “ปีหน้า เราจะกลับมาหาท่านอีกอย่างแน่นอน นางซาร่าห์ภรรยาของท่านจะมีบุตรชายคนหนึ่ง”

เพลงสดุดี

สดด 15:2,3ก,3ข-4,5

- ก) ผู้นั้นคือผู้ที่ดำเนินชีวิตอย่างไม่ผิด
ปฏิบัติความชอบธรรม พุดความจริงจากใจของตน
ผู้ที่บังคับลิ้นของตนไว้ ไม่ใส่ความ ไม่ทำร้ายผู้อื่น ไม่ใส่ร้ายเพื่อนบ้าน
- ข) ผู้ที่เหยียดหยามคนเลวทราม แต่ให้เกียรติผู้ยำเกรงองค์พระผู้เป็นเจ้า
ยืนยันคำสาบานแม้จะต้องเสียหาย
- ค) ผู้ที่ให้ยืมโดยไม่คิดดอกเบี้ย ไม่รับสินบนปรักปรำผู้บริสุทธิ์
ผู้ใดประพฤติเช่นนั้นจะไม่หวนไหวตลอดไป

บทอ่านจากจดหมายนักบุญเปาโลอัครสาวกถึงชาวโคโลสี คส 1:24-28

พี่น้อง บัดนี้ข้าพเจ้ายินดีที่ได้รับทุกขุทธานเพื่อท่านทั้งหลาย ความทรมานของพระคริสตเจ้ายังขาดสิ่งใด ข้าพเจ้าก็เสริมให้สมบูรณ์ด้วยการทรมานในกายของข้าพเจ้า เพื่อพระกายของพระองค์คือพระศาสนจักร ข้าพเจ้าเป็นผู้รับใช้พระศาสนจักรนี้ตามภารกิจที่พระเจ้าทรงมอบให้ เพื่อจะได้ประกาศพระวาจาของพระเจ้าแก่ท่านอย่างสมบูรณ์ นั่นคือธรรมล้ำลึกที่ซ่อนอยู่ตลอดทุกยุคสมัย บัดนี้ธรรมล้ำลึกปรากฏชัดแจ้งแก่บรรดาผู้ศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์แล้ว พระเจ้าทรงปรารถนาที่จะแสดงให้เห็นเขาเหล่านั้นรู้วามธรรมล้ำลึกนี้ได้นำพระสิริรุ่งโรจน์อันเหลือมาให้คนต่างศาสนา นั่นคือการที่พระคริสตเจ้า





ทรงดำรงอยู่ในท่าน ทรงเป็นความหวังเพื่อให้ท่านได้รับความรุ่งเรือง เราประกาศถึงพระคริสต์เจ้าพระองค์นี้ โดยเตือนและสอนทุกคนให้มีความรู้ทุกอย่างเพื่อให้แต่ละคนดีพร้อมเดชะพระคริสต์เจ้า



บทอ่านจากพระวรสารนักบุญลูกา ลก 10:38-42

ขณะที่พระเยซูเจ้าทรงพระดำเนินพร้อมกับบรรดาศิษย์ พระองค์เสด็จเข้าไปในหมู่บ้านแห่งหนึ่ง สตรีผู้หนึ่งชื่อมารธาได้รับเสด็จพระองค์ที่บ้าน นางมีน้องสาวชื่อมารีย์ ซึ่งนั่งอยู่แทบพระบาทขององค์พระผู้เป็นเจ้าคอยฟังพระวาจาของพระองค์ มารธากำลังยุ่งอยู่กับการปรนนิบัติรับใช้จึงเข้ามาทูลว่า “พระเจ้าข้า พระองค์ไม่สนพระทัยหรือน้องสาวปล่อยดิฉันคนเดียวให้ปรนนิบัติรับใช้ ขอพระองค์บอกเขาให้มาช่วยดิฉันบ้าง” แต่องค์พระผู้เป็นเจ้าตรัสตอบว่า “มารธา มารธา เธอเป็นห่วงและวุ่นวายหลายสิ่งนัก สิ่งที่สำคัญมีเพียงสิ่งเดียว มารีย์ได้เลือกเอาส่วนที่ดีที่สุดที่จะไม่มีใครเอาไปจากเธอได้”



ข้อคิด

ชีวิตมนุษย์ประกอบด้วยส่วนที่เป็นร่างกายและส่วนที่เป็นจิต เราต้องทำงานหาเลี้ยงชีพเพื่อชีวิตฝ่ายกายของเราจะเจริญเติบโตอย่างมีคุณภาพ ในเวลาเดียวกันเราต้องไม่ลืมว่าชีวิตฝ่ายจิตของเราก็ต้องการอาหารมาหล่อเลี้ยงด้วยเหมือนกัน เราต้องการพลังฝ่ายจิตจากพระเจ้าผ่านทางการอธิษฐานภาวนาหรือการสนทนากับพระองค์ เราต้องการฟังพระวาจาของพระองค์และรับศีลมหาสนิท ศีลศักดิ์สิทธิ์แห่งความรัก ซึ่งเป็นอาหารฝ่ายจิตของเรา ไม่เช่นนั้นเราจะเป็นคนที่โตแต่ตัว แต่จิตใจของเราไม่โตไปด้วย ดังนั้น เพื่อความสมดุลของชีวิต เราต้องมีเวลาให้กับตนเองและกับพระเจ้าด้วย นั่นคือ เราต้องทำงานและอธิษฐานภาวนา เราต้องไม่ทำอย่างหนึ่ง แล้วละเลยอีกอย่างหนึ่ง ทั้งสองต้องควบคู่กันไปในชีวิตของเรา

