

第 2 課 選擇最好的

經 文 路加福音10：38～42

教學目標 耶穌探望馬大和馬利亞，並肯定馬利亞已經選擇了最好的。教導學生親近上帝是最美好的事。

金 句 你們親近上帝，上帝就親近你們。（雅各書4：8・現代中文譯本2019版）
要親近上帝，上帝就必親近你們。（雅各書4：8・和合本2010版）
著親近上帝，上帝就會親近恁。（雅各書4：8・現代台語譯本）

詩 歌 〈我已經決定〉（華語詩歌），見教師本230頁；掛圖華2；CD華2。
〈我來親近耶穌〉（台語詩歌），見教師本231頁；掛圖台2；CD台2。

分班課程

級別	單元一 信息複習	單元二 生活實踐	教具預備
幼兒級	馬大和馬利亞	專注親近上帝	色筆、剪刀、黏膠
初小級	馬大的選擇	親近上帝真美好	色筆、剪刀
中小級	不可缺少的那件	選擇最重要的事	聖經、筆、色筆、剪刀、黏膠
高小級	馬大與馬利亞的選擇	選擇最重要的事	聖經、筆、色筆、剪刀、黏膠



故事：選擇最好的

（課程開始前，請老師先在地上用粉筆或膠帶劃分出A、B兩區。請學生聽完題目後，按照選項跳至A區或B區中。）

各位同學平安！在今天課程開始前，我們先來進行選擇大挑戰的活動。請你們聽完題目快速思考後，做出選擇。（參考題目如下，老師可視情況增加題目）

1. 今天午餐你會選擇吃：A. 漢堡薯條。B. 牛肉麵。
2. 下雨天出門時，你會選擇穿：A. 雨鞋。B. 涼鞋。
3. 暑假（或連假）的第一天，你會選擇：A. 先將作業完成。B. 先玩再說。
4. 禮拜一早上不小心睡過頭了，你會選擇：A. 趕快起床。B. 繼續賴床。
5. 學校規定每位學生要選擇以下運動訓練時，你會選擇：A. 游泳。B. 跑步。
6. 結帳後發現老闆多找了一百元，你會選擇：A. 默默放入自己的口袋。B. 主動退還給老闆。

生活中常要面對選擇

在我們的生活中常常會需要「做選擇」，例如：出門要穿什麼衣服，早餐要吃西式還是中式；有時候選對了，會因此感到開心、自豪；但是，如果不小心選錯了，是不是有重來的機會呢？穿錯衣服、吃到不好吃的早餐，或許都還有重新選擇的機會。但是，有些選擇題如果選錯了，就會失去上帝的賜福囉！今天我們要來聽聽耶穌教導我們如何在信仰生活中，做出「最好的」選擇！

馬大的選擇：為接待耶穌與門徒們而忙碌

耶穌帶著門徒們四處教導大家關於天國的真理，也醫治生病的人，不論耶穌到哪裡都有許多人跟隨著他。有一天，耶穌來到一個名叫伯大尼的村莊，在這個村莊中有耶穌的好朋友，他們是三姊妹：姊姊馬大、妹妹馬利亞和弟弟拉撒路。當姊姊馬大聽到耶穌來到伯大尼時，她立刻開心的邀請耶穌到家裡作客。

當耶穌和門徒們來到馬大和馬利亞的家之後，馬大立刻預備水和毛巾讓耶穌及門徒們洗腳，招呼客人坐下後，她又趕緊進入廚房預備食物、茶水。（出示彩圖a左邊）馬大希

望讓耶穌有賓至如歸的感受，能感受到她對耶穌的愛與尊敬。但是馬大要做的事情實在是太多了，一下招呼這個，一下預備那個，簡直分身乏術。同學們，當你要同時完成許多事時，你會有什麼反應呢？（鼓勵學生分享）我們一定會感到焦急又煩躁，而且超級需要人來幫忙！

馬利亞的選擇：在耶穌腳前安靜聆聽講道

就在這個時候，馬大想起了她的妹妹——馬利亞。於是，她左看右看的找尋馬利亞的身影，（出示彩圖a右邊）卻看見馬利亞正坐在耶穌腳前，安靜、專心的聽耶穌講道。哇，如果你是馬大，當下會覺得如何呢？（鼓勵學生分享）當馬大看見馬利亞坐在耶穌腳前，獨留她一人忙碌時，馬大氣急敗壞的跑到耶穌面前說：「耶穌，我妹妹讓我一個人做這麼多的事，她卻不來幫忙，難道你都不介意嗎？請你叫她來幫幫我吧！」你們覺得耶穌會如何回應馬大呢？（出示彩圖b）耶穌溫柔的對馬大說：「馬大，馬大，你為許多的事情忙碌操心、煩惱，但是最重要，不可缺少的只有一件，馬利亞已經選擇了那最好的，沒有人能從她手中奪走。」咦？耶穌為什麼會這樣說呢？耶穌所說的「不可缺少的只有一件」又是指什麼呢？

不可缺少的只有一件：與耶穌親近

其實耶穌知道馬大很用心接待他們，但是因為這些繁雜、瑣碎的事卻讓馬大的心失去喜樂，反而變得焦急、不快樂。因此，耶穌告訴馬大，雖然他喜悅馬大的服事，也看重馬大願意服事、接待人的熱心，但是現在正是他傳講上帝國信息的時刻，耶穌更希望馬大能在這個重要時刻坐下來，好好的、安靜聽講道，就像妹妹馬利亞一樣。

相較之下馬利亞知道現在這個時刻最好的選擇就是專心學習耶穌的教導，這是上帝所喜悅的，也是最大的祝福；所以耶穌才會對馬大說：「不可缺少的只有一件」，意思就是他希望馬大能先將「學習上帝國的事」擺第一，因為上帝看重的不是只有外在的服事，他更喜悅我們與他親近，如果因為忙碌而錯過耶穌講解上帝國真理的寶貴時間，這真是最大的損失呢！

在生活中將上帝的事擺第一

同學們，當我們與好朋友或是喜歡的人在一起時，一定也會希望能一起玩、一起聊天，有更多的相處時間。這正是馬利亞對耶穌愛的表現，她選擇先將自己與上帝的關係放在最重要的位置，因為她知道唯有明白並遵行上帝國的真理，才能得著生命之道。

我們也可以想一想，在信仰生活中，準時參加主日學、讀聖經、唱詩敬拜、禱告等，這些事情是我們所看重的嗎？還是會因為賴床、忙於課業或是玩手遊，而錯過了與上帝建立關係的寶貴時光呢？

（出示彩圖c）補習、看電視、玩手遊這些事情並沒有不好，只是在做這些事情前，上帝希望我們能先來親近他。上帝喜悅我們事奉他，但他更希望我們也能在生活中與他建立親密的關係，而不是只有外在的服事或奉獻而已。如同金句所說的：「你們親近上帝，上帝就親近你們。」（雅各書4：8）當我們願意在生活中選擇將親近上帝的事擺第一，例如：在看電視或玩手遊前，先完成今天的讀經進度；或是禮拜一要期中考，但主日仍然準時參加主日學。當我們選擇將親近上帝擺第一，上帝自然也會樂意與我們同在，並且賜福給我們。雖然有時上帝所賜的福分是我們肉眼無法看見的，但是卻能讓我們知道上帝會一直與我們同在，在我們遇到困難時，賜給我們力量和勇氣；在害怕難過時，將平安和喜樂賞賜給我們，並且會為我們預備永恆的盼望。

還記得課程一開始的選擇活動嗎？當我們在做選擇時，會先考慮什麼對我們最重要或有益的，然後才做出決定，還是按照上帝的心意呢？盼望透過今天的故事，我們都能學習像馬利亞一樣，選擇那最好的事，珍惜與耶穌相處的時間，讓自己更明白上帝國的真理，藉由禱告與上帝建立親密的關係，並以虔誠敬畏的心來服事他，使我們得著上帝所賜，誰也奪不走的滿足與平安！



祈禱

親愛的上帝，求你幫助我們不因生活中的忙碌而忘記與你建立親密的關係，也讓我們能學習凡事將你擺第一，選擇那最好的福分。小孩禱告，奉主耶穌的名求，阿們。

金句活動

你們親近上帝，上帝就親近你們。（雅各書4：8・現代中文譯本2019版）

活動說明

1. 課前預備：筆、字卡、紙袋（或箱子）。
2. 請老師引導學生想一想，哪些是親近上帝、討上帝喜悅的行為？請每個人分享一項，並寫在字卡上，再投入紙袋中（例如：禱告、上主日學、服事、奉獻、作見證、傳福音、幫助人、唱詩敬拜……）。若學生年紀較小，請老師協助寫在字卡上。
3. 老師帶領學生齊唸金句兩遍，接著請每個人輪流到台前抽取字卡，並以比手畫腳方式呈現字卡上的答案。輪流進行活動，直至每位學生都抽取過字卡。
4. 最後，老師再帶領全班齊唸金句一遍。

