



TRUNG TÂM THÁNH MẪU LA VANG
CỘNG ĐOÀN THÁNH TÔMA THIÊN

225 Hutton Road, Keysborough, VIC 3173

Tel: +61 3 9701 6033 - Email: tmlavangmel@gmail.com

5 phút cho
LỜI CHÚA



**Ông Phêrô thưa với Đức Giêsu: “Thưa Ngài, nếu quả là Ngài, thì xin truyền cho con đi trên mặt nước mà đến với Ngài.”
Đức Giêsu bảo ông: “Cứ đến!” Ông Phêrô từ thuyền bước xuống đi trên mặt nước, và đến với Đức Giêsu.
(Mt 14,28-29)**

CHÚA NHẬT XIX THƯỜNG NIÊN NĂM A 2026

9/8/26

CHÚA NHẬT XIX THƯỜNG NIÊN NĂM A

Mt 14,22-33

TIN VÀO ĐỨC KI-TÔ HÀNG SỐNG

Ông Phê-rô thưa với Đức Giê-su: “Thưa Ngài, nếu quả là Ngài, thì xin truyền cho con đi trên mặt nước mà đến với Ngài.” Đức Giê-su bảo ông: “Cứ đến!” Ông Phê-rô từ thuyền bước xuống đi trên mặt nước, và đến với Đức Giê-su. (Mt 14,28-29)

Suy niệm: Phê-rô đang vật vờ với sóng gió lại phải một phen hoảng hốt vì tưởng Chúa Giê-su là ma; nhưng khi biết đó là Thầy đi trên biển đến với các ông, ông đã xin cho mình cũng được đi trên mặt nước mà đến với Ngài. Chúa liền chiều ý ông. Tiếc rằng, những bước đi của ông lại không trọn vẹn. Niềm tin của ông vào Thầy chưa đủ lớn để thắng nỗi sợ trước cơn gió nhỏ. Đó là sai lầm phổ biến nơi chúng ta; như người con cả trong dụ ngôn “Người Cha nhân hậu”, được thừa hưởng cả gia tài mà lại so bì về một “con dê con” để hưởng thụ với chúng bạn (x. Lc 15,29); hay như ông bà A-đam và E-và, được phúc làm con Thiên Chúa mà lại bất phục tùng vì tham vọng muốn được “như những vị thần biết điều thiện điều ác” (x. St 3,5).

Mời ban: Cuộc sống là một hành trình không phải lúc nào cũng bằng yên: lắm khi con thuyền đời ta gặp phải cơn sóng gió. Chúa không làm phép màu để gió yên biển lặng, nhưng Ngài ban cho chúng ta niềm tin để vượt qua sóng gió. Nhưng liệu chúng ta có kiên vững tới cùng trong niềm tin không? Chúa nhắc nhở chúng ta: “Ai bền chí đến cùng sẽ được cứu thoát” (Mt 10,22).

Sống Lời Chúa: Dâng lên Chúa nhiều lần lời nguyện tắt: “Lạy Chúa, xin ban thêm lòng tin cho chúng con” (Lc 17,5).

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Chúa vẫn hiện diện với các tông đồ dù trong cơn sóng to gió lớn. Xin cho con vững tin Chúa hằng ở cùng con, không chỉ lúc này, mà cả những lúc đen tối nhất của cuộc đời.*

10/8/26

THỨ HAI TUẦN XIX THƯỜNG NIÊN

Thánh Laurensô, Phó tế, Tử đạo

Ga 12,24-26

CHẾT ĐI ĐỂ ĐƯỢC SỐNG!

“Nếu hạt lúa gieo vào lòng đất mà không chết đi, thì nó vẫn trơ trọi một mình; còn nếu chết đi, nó mới sinh được nhiều hạt khác.” (Ga 12,24)

Suy niệm: Chắc hẳn không ai trong chúng ta lại xa lạ với vòng đời của cây lúa: hạt lúa giống phải được gieo vào lòng đất, phải thối đi, chết đi rồi mới nảy mầm, thành cây và trổ sinh bông hạt. Có chết đi thì mới được sống, điều tưởng chừng nghịch lý ấy lại là chân lý. Chúa Giêsu muốn dùng dụ ngôn rất thực tế này để nói với chúng ta về chính Ngài. Ngài là hạt lúa mà Chúa Cha gieo vào trần gian, Ngài phải chết đi để trổ sinh hoa trái là Giáo Hội. Các thánh tử đạo là chứng nhân sống động đi theo con đường hạt lúa của Đức Ki-tô chấp nhận chết đi để được sống như lời Chúa dạy: “Ai liều mất mạng sống mình, thì sẽ bảo tồn được mạng sống” (Lc 17,33).

Mời ban: Trong cuộc sống thường ngày chúng ta cũng dễ dàng nhận ra sự chết đi để được sống trong từng tình huống lớn nhỏ: cha mẹ chấp nhận “chết đi” qua qua những gian khổ, hy sinh để con cái được trưởng thành và có cuộc sống tốt đẹp; học sinh, sinh viên chấp nhận “chết đi” qua việc dày công học hỏi, rèn luyện tri thức để trở nên người hữu ích cho xã hội... Và nhất là mỗi người chúng ta biết chết đi mỗi ngày khi từ bỏ những tính hư nết xấu để thực thi Lời Chúa nhờ đó sống một cuộc sống mới kết hiệp trong Chúa Ba Ngôi.

Sống Lời Chúa: Làm một việc phục vụ những người chung quanh mà bấy lâu nay tôi hay từ chối vì ngại khó.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, con đã được lớn lên từ bao hạt giống đã hy sinh, chết đi. Xin cho con cũng biết chết đi để cho mầm sống đức tin, tình yêu thương của Chúa trong con được tiếp tục sống và trổ sinh như ý Ngài muốn.*

11/8/26

THỨ BA TUẦN XIX THƯỜNG NIÊN

Thánh Clara, Trinh nữ

Mt 18,1-5.10.12-14

NHỎ LẠI ĐỂ LỚN LÊN

“Vậy ai tự hạ, coi mình như em nhỏ này, người ấy sẽ là người lớn nhất Nước Trời.” (Mt 18,4)

Suy niệm: Câu hỏi của các môn đệ: “Ai là người lớn nhất trong Nước Trời?” có vẻ thật vô ý và vô lý, vì ngoài Chúa Giê-su ra thì còn ai khác nữa. Chúa Giê-su đã cố ý trả lời các ông bằng một câu càng vô lý hơn: “Vậy ai tự hạ, coi mình như em nhỏ này, người ấy sẽ là người lớn nhất Nước Trời.” Ngài đã chỉ cho các ông thấy giá trị của một người không hệ tại chức tước, địa vị mà người đó có, nhưng tùy thuộc những công việc người đó làm với tư cách một người bé mọn phục vụ tha nhân vì chức vụ là để phục vụ.

Mời bạn: Là thành viên của một cộng đoàn (gia đình, hội đoàn, tổ chức, dòng tu... nào đó), chắc chắn rằng ít nhiều bạn đang giữ một địa vị với một công tác nào đó. Bạn được mời gọi là người phục vụ chứ không phải để được phục vụ. Bạn sẽ là người “lớn” thật sự khi bạn biết cách “nhỏ” đi trong việc chu toàn bổn phận và phục vụ người xung quanh.

Chia sẻ: Bạn đã từng có cảm nghiệm được lớn lên khi hạ mình xuống chưa? Bạn là người có quyền trong gia đình, trong cộng đoàn, nhóm..., bạn đã bao giờ làm cho mình “nhỏ” lại chưa? Mời bạn chia sẻ.

Sống Lời Chúa: Ngày hôm nay, tôi không đòi mọi người phải cư xử với tôi như với một “người lớn”; trái lại, tôi muốn làm “người nhỏ” để phục vụ những người xung quanh.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, cảm ơn Chúa muốn làm lớn lên luôn luôn làm cho con có những suy nghĩ và hành động đi ngược lại tình thần Phúc Âm, gây bất an trong tâm hồn con, gây đau khổ cho anh em con. Xin giúp con biết sống theo Lời Ngài để con trở nên bé nhỏ thực sự khi phục vụ anh em con. Amen.*

12/8/26

THỨ TƯ TUẦN XIX THƯỜNG NIÊN
Thánh Jane Frances de Chantal, Nữ tu
Mt 18,15-20

SỬA LỖI CÁCH KHÉO LÉO

“Nếu người anh em của anh trót phạm tội, thì anh hãy sửa lỗi nó, một mình anh với nó mà thôi.” (Mt 18,15)

Suy niệm: Dường như đã trở thành một thói tật cố hữu, người ta dễ dàng nhanh nhẩu buôn chuyện, mổ xẻ lỗi phạm của người khác; đặc biệt trong thời công nghệ thông tin, lại có nhiều ‘anh hùng bàn phím’ xuất hiện, tự đặt mình làm ‘người phán xử’ dựng những ‘bộ phim lớn’ từ những lỗi lầm nhỏ nhặt hoặc những chuyện thầm kín riêng tư của người khác để tung hô lên mạng mà ‘ném đá’. Lời Chúa ngày hôm nay vẫn mang tính thời sự. Ngài không dạy chúng ta nhắm mắt làm ngơ trước lỗi phạm của anh em mà phải khuyên bảo nhau cách tế nhị “một mình anh với nó mà thôi” để tôn trọng và bảo vệ danh thơm tiếng tốt cho nhau. Có sửa lỗi cho nhau khéo léo như thế mới có thể giúp nhau hoán cải và xây dựng sự hiệp nhất, và hoà hợp trong cộng đoàn.

Mời bạn: Việc phê phán lên án người khác không có giá trị sửa lỗi bởi vì phát xuất từ động lực xấu muốn triệt hạ thay vì cứu chữa. Để có thể sửa lỗi cho nhau “theo sự thật và trong tình bác ái” (Ep 4,15) như Chúa dạy cần phải có tấm lòng bao dung thương xót “không nổi bễ gãy cây lau bị giập, cũng không tắt đi tim đèn còn leo lét” (Mt 12,20). Hãy xét xem bạn có động lực nào khi sửa lỗi cho anh em? Có phải là vì sự tốt đẹp và ích lợi của nhau? Bạn có tâm tình bao dung để sửa lỗi cho nhau cách tế nhị “trong sự thật và tình bác ái” không?

Sống Lời Chúa: Tạo dịp gặp gỡ đối thoại với nhau cách thân tình và cởi mở, cách riêng với người mình đang ác cảm.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho Lời Chúa ngự trị trong con một cách phong phú, giúp con nói sự thật trong bác ái, và biết khéo léo sửa lỗi cho nhau. Amen.*

13/8/26

THỨ NĂM TUẦN XIX THƯỜNG NIÊN

Thánh Pontianô, Giáo hoàng & Thánh Hippôlitô, Linh mục, Tử đạo

Mt 18,21-19,19

THA THỨ ĐẾN VÔ CÙNG

Bấy giờ ông Phê-rô đến gần Đức Giê-su và hỏi rằng: “Thưa Thầy, nếu anh em con cứ xúc phạm đến con, thì con phải tha đến mấy lần? Có phải bảy lần không?” Đức Giê-su đáp: “Thầy không bảo là đến bảy lần, nhưng là đến bảy mươi lần bảy.” (Mt 18,21-22)

Suy niệm: Nếu Thiên Chúa càng tỏ rõ vinh quang và sự cao cả của Ngài khi Ngài tha thứ thì con người càng nên giống Thiên Chúa khi biết tha thứ cho nhau. Chính vì thế mà Đức Giê-su đòi hỏi phải tha đến bảy mươi lần bảy, nghĩa là tha thứ đến vô cùng, lúc đó mới có thể nói “tha thứ cho nhau như Thiên Chúa đã tha thứ cho chúng ta”. Như thế, tha thứ được xem như đòi hỏi hàng đầu không phải đối với một số thành phần ưu tuyển mà là đối với mọi Ki-tô hữu.

Mời ban: Trong thực tế mỗi người chúng ta đều có kinh nghiệm rằng tha thứ như thế không phải là chuyện dễ dàng: “Tôi sẵn lòng tha thứ, nhưng tôi sẽ không thể quên sự xúc phạm người đó đã làm cho tôi, tôi sẽ không bao giờ tin tưởng người đó nữa.” Tha thứ như thế chưa phải là tha thứ thực sự, chưa phải là tha thứ như Chúa đã tha: không chỉ xoá sạch cả tội lỗi lẫn hình phạt do tội gây ra mà còn phục hồi cho con người địa vị và phẩm giá là người con cái của Thiên Chúa.

Chia sẻ: “Để có thể tha thứ, phải có một tình yêu lớn hơn nỗi đau vì bị xúc phạm”. Bạn hãy thảo luận trong nhóm bạn về kinh nghiệm này.

Sống Lời Chúa: Chiêm ngắm hành vi tha thứ của Chúa Giê-su trên thập giá để thấm nhập tinh thần của Chúa.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, Chúa biết con thật khó tha thứ cho người anh em đã xúc phạm đến con. Xin Chúa giúp con biết noi gương Chúa trên thập giá còn tha thứ cho kẻ đã đóng đinh Chúa.*

14/8/26

THỨ SÁU TUẦN XIX THƯỜNG NIÊN

Thánh Maximilian Maria Kolbe, Linh mục, Tử đạo

Mt 19,3-12

BẬC SỐNG NÀO CŨNG CAO ĐẸP

Chúa Giê-su nói: “Sự gì Thiên Chúa đã kết hợp, loài người không được phân ly”... Các môn đệ thưa Người: “Nếu làm chồng mà phải như thế với vợ thì thà đừng lấy vợ còn hơn.”
Chúa Giê-su nói: “Không phải cũng hiểu được câu nói ấy. Chỉ những ai được Thiên Chúa cho hiểu mới hiểu được mà thôi.”
(Mt 19,6.10-11)

Suy niệm: Đặc tính hôn nhân Ki-tô giáo là một vợ một chồng và chung thủy với nhau suốt đời; đó quả là một lý tưởng tuyệt đẹp, lý tưởng đến nỗi nhiều người sợ rằng đó là điều không tưởng. Ngay cả một số môn đệ còn nghĩ rằng như thế thì “đi tu” còn có lý hơn! Chúa Giê-su cho biết đời tu cũng cao đẹp và hấp dẫn, nhưng không phải là dễ hơn, bởi vì “chỉ những ai được Thiên Chúa cho hiểu mới hiểu được” mà thôi. Quả vậy, trong khi bậc sống hôn nhân diễn tả tình yêu chung thủy của Đức Ki-tô với Hội Thánh, thì bậc sống tu trì – tức là độc thân vì Nước Trời – lại diễn tả ngay ở đời này cuộc sống thanh thoát như các thiên thần ở đời sau.

Mời bạn: Cần tránh thái độ “đứng núi này trông núi nọ”. Hãy nhớ rằng cả hai bậc sống đều cao đẹp và không cuộc sống nào cao đẹp lại chấp nhận một lối sống dễ dãi buông thả. Vấn đề của mỗi người không phải là bậc sống nào cao hơn mà là Chúa chọn gọi mình vào bậc sống nào.

Chia sẻ: Những giá trị chân thật của cả hai bậc sống ngày nay đều đang bị đe dọa. Hãy sống trọn vẹn bậc sống của mình để những giá trị đó được tỏa sáng.

Sống Lời Chúa: Đã chọn lựa bậc sống (khấn dòng/chức thánh/kết hôn) ư? Hãy trung thành. Nếu chưa, hãy suy nghĩ cầu nguyện để chọn đúng bậc sống của bạn.

Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin giúp chọn đúng và trung thành với bậc sống Chúa muốn kêu gọi con.

15/8/26

THỨ BẢY TUẦN XIX THƯỜNG NIÊN

Đức Mẹ Hồn Xác Lên Trời

Lc 1,39-56

TẠ ƠN CHÚA THẬT LÒNG

“Linh hồn tôi ngợi khen Đức Chúa... Từ nay hết mọi đời, sẽ khen tôi diễm phúc.” (Lc 1,46-48)

Suy niệm: Trong cuộc đời, ta đã nhiều lần không chỉ nói lời cảm ơn, mà còn có những món quà, lễ vật tạ ơn gửi tới những ân nhân của mình. Bài ca tạ ơn “Magnificat” của Đức Ma-ri-a là nguyên mẫu cho chúng ta để tạ ơn người, tạ ơn đời, và đừng quên... tạ ơn Chúa. Đức Ma-ri-a tạ ơn Chúa thật lòng khi Mẹ nhìn nhận mình là “phận nữ tỳ hèn mọn” mà lại được Chúa ban cho “biết bao điều cao cả”. Mẹ tạ ơn Chúa thật lòng khi nhận ra hồng ân của Chúa trải dài “từ đời nọ đến đời kia” khi Ngài trung thành thực thi “lời hứa” và “lòng thương xót” của Ngài với cha ông và toàn thể dân tộc của Mẹ. Và như thế, Mẹ tạ ơn Chúa thật lòng bằng cả cuộc đời “xin vâng” của Mẹ.

Mời bạn: Chúng ta chỉ có thể tạ ơn Chúa thật lòng khi ta có anh chị em trong tim mình. Nếu không có tình liên đới với anh chị em, lời tạ ơn Chúa chỉ là những lời đầu môi chót lưỡi. Noi gương Mẹ, chúng ta phải tạ ơn Chúa với lòng khiêm tốn và bằng cả cuộc đời của mình. Nếu tất cả những gì chúng ta có, kể cả sự hiện hữu của chúng ta, đều là hồng ân của Chúa, thì tất cả cuộc sống của chúng ta, trong mọi giây phút, phải là một lời tạ ơn Chúa, tạ ơn thật lòng.

Chia sẻ: Trong hội đoàn hoặc nhóm của mình, bạn có thật sự sống tình liên đới với anh chị em của mình chưa?

Sống Lời Chúa: Cụ thể hoá lời tạ ơn Chúa của mình bằng cách sẵn lòng đón nhận người khác với những khác biệt, thay vì loại trừ họ.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con không chỉ tạ ơn Chúa bằng môi miệng, mà còn biết tạ ơn Chúa bằng cả cuộc sống trong tình liên đới với anh chị em con. Amen.*