



TRUNG TÂM THÁNH MẪU LA VANG
CỘNG ĐÒAN THÁNH TÔMA THIÊN

225 Hutton Road, Keysborough, VIC 3173

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

5 phút cho
LỜI CHÚA



***“Hãy gom cỏ lùng lại, bó thành bó mà đốt đi,
còn lúa, thì hãy thu vào kho lẫm cho tôi.”
(Mt 13, 30)***

CHÚA NHẬT XVI THƯỜNG NIÊN NĂM A 2026

19/7/26

CHÚA NHẬT XVI THƯỜNG NIÊN NĂM A

Mt 13,24-43

TRỞ NÊN LÚA TỐT

“Hãy gom cỏ lùng lại, bó thành bó mà đốt đi, còn lúa, thì hãy thu vào kho lẫm cho tôi.” (Mt 13,30)

Suy niệm: Cỏ lùng và lúa tốt mọc lên trên cùng một thửa ruộng, cả hai cùng hấp thụ dưỡng chất từ đất, ánh sáng, không khí để tăng trưởng. Nhưng cỏ sinh sôi nảy nở để trở thành giống cây có hại, đến ngày mùa, bị thu gom lại rồi đốt đi. Còn cây lúa lớn lên, trổ bông hạt được đem vào kho lẫm. Hai giống cây cùng một mảnh đất sống nhưng hai hậu kết khác nhau. Dụ ngôn cỏ lùng và lúa tốt chỉ về cuộc sống chung giữa kẻ dữ và người lành. Cả hai cùng hiện hữu, nhưng người này sống để rồi hưởng phúc lành còn người kia, sống để chịu án phạt muôn đời.

Mời bạn: Là lúa hay cỏ là do trời sinh; còn làm người tốt hay người xấu là do chọn lựa của cá nhân, nói đúng hơn, do lời mời gọi của Chúa và sự đáp trả của con người. Ai cũng chỉ có một cuộc đời để sống và họ phải chịu trách nhiệm về đời sống đó trước mặt Thiên Chúa. Bạn có thể trở nên lúa tốt nhưng cũng có thể thoái hoá thành cỏ lùng. Bạn phung phí ơn Chúa hay sẵn sàng cộng tác với ơn Chúa để đời sống bạn trở thành cây lúa tốt trổ sinh hoa trái thánh thiện trong cánh đồng thế giới này?

Sống Lời Chúa: Lời Chúa là kim chỉ nam cho tôi xây dựng cuộc đời. Đó là những chuẩn mực giúp tôi phân định để chọn lựa những gì phù hợp với thánh ý Chúa, giúp cho tôi làm đẹp cuộc đời và làm đẹp lòng Chúa. Tôi quyết tâm đọc và suy niệm Lời Chúa mỗi ngày.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Chúa ban cho con ơn phúc làm người và làm con Chúa. Xin cho chúng con biết dùng ơn Chúa ban để xây dựng Nước Chúa, làm sáng danh Chúa và cho con mai ngày được hưởng hạnh phúc đời đời. Amen.*

20/7/26

THỨ HAI TUẦN XVI THƯỜNG NIÊN
Thánh Apollinaris, Giám mục, Tử đạo
Mt 12,38-42

DẤU LẠ CHÍNH LÀ ĐỨC GIÊ-SU

“Thưa Thầy, chúng tôi muốn thấy Thầy làm một dấu lạ.” (Mt 12,38)

Suy niệm: Hạnh các thánh thuật lại câu chuyện sau đây: một vị thánh đang cầu Thánh Thể, bỗng có người báo tin ở ngoài đang xảy ra một phép lạ và người ta kéo tới xem đông lắm. Ngài trả lời ở đây cũng đang diễn ra một phép lạ trong nhà cầu, nơi bí tích Thánh Thể và ngài đang chiêm ngắm. Con người chúng ta vốn có tính hiếu kỳ: Nghe nơi đâu có chuyện kỳ lạ, thì lập tức đổ xô tìm đến. Do đó, dễ có nguy cơ coi phụ là chính, thấy giả tưởng thật. Trong khi đó, Chúa Giê-su lại không chuộng việc đánh bóng mình qua những phép lạ huy hoàng, hoành tráng. Cụ thể, khi làm phép lạ biến nước thành rượu, hóa bánh ra nhiều, Chúa cũng làm như một việc bình thường, tự nhiên đến mức không ngờ! Thậm chí dấu lạ lớn nhất là ban ơn cứu độ cho nhân loại vậy mà Chúa cũng khởi đầu rất bình thường bằng cách sinh ra như một bé thơ và chịu chết như một tử tội. Dấu lạ đích thực chính là Chúa Giê-su, Đấng đã sinh ra làm người đã chết, và đã sống lại vì yêu thương ta.

Mời ban: Trong cuộc sống hằng ngày, Chúa đang hiện diện trong Lời của Ngài, trong tấm bánh được bẻ ra trong Thánh Thể, ta có ý thức sự hiện diện đó chưa? Sự hiện diện nhưng có vẻ như vắng bóng của Chúa có làm cho đức tin của bạn bị suy yếu không?

Sống Lời Chúa: Tôi sẽ ghi nhớ Chúa đang hiện diện ở khắp mọi nơi, đặc biệt nơi bí tích Thánh Thể và nơi những người nghèo khổ.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, Chúa chính là dấu lạ lớn nhất của tình yêu Thiên Chúa dành cho loài người. Xin cho chúng con đừng chạy theo dấu lạ hão huyền, nhưng vững tin vào chính Chúa mà thôi. Amen.*

21/7/26

THỨ BA TUẦN XVI THƯỜNG NIÊN

Thánh Laurensô Brindisi, Linh mục, Tiến Sĩ Hội Thánh

Mt 12,46-50

TRỞ NÊN NGƯỜI NHÀ CỦA CHÚA

“Ai là mẹ tôi? Ai là anh em tôi?” (Mt 12,48)

Suy niệm: Người phương Tây nói “máu đặc hơn nước,” còn người Việt Nam cho rằng “giọt máu đào hơn ao nước lã” cho thấy tình máu mủ ruột thịt quý giá biết bao! Người ta không thể chọn cho mình sinh ra theo huyết thống nào, nhưng chỉ có thể chọn các bạn bè thân hữu trong cùng hay ngoài huyết thống thôi. Trong bài Tin Mừng hôm nay, Chúa Giê-su mở rộng tầm nhìn của ta về liên hệ họ hàng khi mặc khải về một đại gia đình thiêng liêng do Ngài thiết lập ngoài gia đình huyết thống quen thuộc. Theo Ngài, ai tin tưởng, bước theo Ngài, thực hành ý muốn Chúa Cha qua lời dạy của Ngài, người ấy trở thành người thân, người nhà, thuộc về đại gia đình mới của Ngài. Từ khi xuống thế, Chúa Giê-su mở ra một chân trời mới, cái nhìn mới, một cách tiếp cận mới về mối liên hệ gia đình giữa con người với Ba Ngôi Thiên Chúa, vốn là một GIA ĐÌNH mẫu mực.

Mời bạn: Ý Chúa là như vậy. Còn bạn, bạn có muốn thuộc về đại gia đình của Chúa hay không? Nếu vô gia đình là điều bất hạnh cho một đứa trẻ, thì chúng ta cũng sẽ bơ vơ, thiếu hạnh phúc nếu chọn sống ở ngoài gia đình Thiên Chúa. Bạn đang ở trong hay ngoài gia đình ấy của Ngài?

Sống Lời Chúa: Tin Mừng Chúa là sợi dây nối kết, gìn giữ ta lại trong đại gia đình ấy. Vì vậy, ta hãy biết lắng nghe, suy niệm, đem ta thực hành để mãi mãi ở trong nhà Chúa, làm con cái Ngài.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, cảm tạ Chúa cho con được làm người, rồi làm con cái Chúa trong đại gia đình Hội thánh. Xin cho con ý thức phẩm giá cao cả ấy, để biết sống theo Lời Chúa dạy, thật sự trở nên người nhà của Chúa, hạnh phúc vì ở lại trong Nhà Chúa mỗi ngày. Amen.*

22/7/26

THỨ TƯ TUẦN XVI THƯỜNG NIÊN

Thánh Maria Mađalêna

Ga 20,1-2.11-18

NGƯỜI NỮ TRUYỀN GIÁO ĐẦU TIÊN

Bà Ma-ri-a Mác-đa-la đi báo cho các môn đệ: “Tôi đã thấy Chúa”, và bà kể lại những điều Người đã nói với bà. (Ga 20,18)

Suy niệm: Thánh nữ Ma-ri-a Ma-đa-lê-na được mệnh danh là ‘Tông đồ của các Tông đồ,’ người được Chúa sai đi báo tin mừng Phục sinh cho mười một Tông đồ. Chị xứng đáng được gọi là người nữ truyền giáo đầu tiên trong Giáo hội. Vinh dự này là phần thưởng cho lòng yêu mến chị dành cho Chúa, một lòng yêu mến mạnh mẽ, kiên nhẫn, vượt qua mọi chướng ngại. Chị gặp thấy Đấng Phục sinh, trò chuyện với Ngài, được Ngài gọi đích danh, rồi được sai đi. Con đường của chị tiêu biểu cho hành trình Chúa gọi mời mỗi chúng ta dần thân bước theo, loan báo Tin Mừng của Ngài. Loan báo là rao giảng, cũng như làm chứng về Chúa bằng lời nói, việc làm cụ thể minh họa. Muốn được thế, mỗi người phải biết ra đi, “chạy đi” đến với mọi người, xác tín như chị Ma-ri-a “Tôi đã thấy Chúa.”

Mời bạn: Mặc dù ngày nay phương tiện truyền thông hiện đại giúp cho Tin Mừng lan tỏa đến mọi vùng miền trên thế giới, nhưng không thể thay thế cho bước chân của các nhà truyền giáo. Được gọi để sai đi là châm ngôn người môn đệ Chúa Ki-tô luôn ý thức và ấp ủ trong lòng.

Sống Lời Chúa: Sẵn sàng đáp lại tiếng Chúa mời gọi bằng lời “Này con đây,” để làm nhân chứng cho Tin Mừng Nước Trời trong môi trường bạn sống.

Cầu nguyện: *Lạy thánh nữ Ma-ri-a Ma-đa-lê-na, xin dạy con biết yêu Chúa mạnh mẽ, nồng nàn như ngài, để con được nhiệt thành, tích cực đến với anh chị em mình, loan báo cho họ: “Tôi đã thấy Chúa.” Amen.*

23/7/26

THỨ NĂM TUẦN XVI THƯỜNG NIÊN

Thánh Bridget, Nữ tu

Mt 13,10-17

THẤY CHÚA BẰNG TRÁI TIM

“Mắt anh em thật có phúc, vì được thấy, tai anh em thật có phúc, vì được nghe.” (Mt 13,16)

Suy niệm: Người Do Thái thời Chúa Giê-su đã tận mắt chứng kiến nhiều phép lạ Người thực hiện: chữa bệnh, hóa bánh ra nhiều,... Thế nhưng, nhiều người vẫn không tin. Vấn đề không nằm ở phép lạ, mà nằm ở trái tim. Có một câu nói rất hay: “Đôi mắt chỉ thấy điều mà trái tim đã sẵn sàng đón nhận.” Nếu tâm hồn đầy thành kiến, ích kỷ, kiêu ngạo, hay dửng dưng, thì ngay cả Thiên Chúa đứng trước mặt, người ta cũng không nhận ra. Có hai người cùng đứng trước một nhà thờ cổ kính. Nhà khảo cổ nói: “Ngôi nhà thờ này được xây từ thế kỷ 13, kiến trúc Gothic rất đẹp.” Người kia là một tín hữu quỳ xuống, thưa với Chúa: “Lạy Chúa, con cảm tạ Chúa vì bao thế hệ đã gặp được Chúa nơi đây.” Hai người cùng nhìn một sự vật, nhưng thấy hai điều hoàn toàn khác nhau. Đức tin không chỉ là nhìn bằng mắt, mà còn là nhìn bằng trái tim.

Mời ban: Bạn sẽ là người có phúc khi bạn nhìn thấy Chúa trong người nghèo, người đau khổ, trong cha mẹ già yếu, trong những hy sinh âm thầm của người bạn đời, trong những biến cố vui buồn của cuộc sống. Đây là cách bạn thấy Chúa bằng trái tim.

Sống Lời Chúa: Thánh Augustinô đã từng nói: “Thiên Chúa ở rất gần tôi, nhưng có lúc chính tôi lại ở rất xa Người.” Bạn sẽ luôn xác tín Chúa ở bên bạn, bày tỏ tình yêu thương mình.

Cầu nguyện: *Thánh Augustinô đã từng nói: “Thiên Chúa ở rất gần tôi, nhưng có lúc chính tôi lại ở rất xa Người.” Bạn sẽ luôn xác tín Chúa ở bên bạn, bày tỏ tình yêu thương mình.*

24/7/26

THỨ SÁU TUẦN XVI THƯỜNG NIÊN

Thánh Sharbel Makhluf, Linh mục

Mt 13,18-23

ĐÓN NHẬN LỜI VỚI NIỀM TIN

“Còn kẻ được gieo trên đất tốt, đó là kẻ nghe Lời và hiểu, thì tất nhiên sinh hoa kết quả...” (Mt 13,23a)

Suy niệm: Khi nhấn mạnh chi tiết “chỉ những người nghe Lời và hiểu, đời sống mới trổ sinh hoa trái,” Chúa Giê-su không nói đến cái hiểu ở bình diện tri thức, nhưng nhắm đến thái độ đón nhận. Người hiểu không hẳn đã nắm bắt hoàn toàn nội dung, ý nghĩa của Lời được ban cho mình, họ có thể chưa hiểu thấu hết về Lời ấy, nhưng vẫn đặt niềm tin tưởng vào Lời được nói với mình. Họ đón nhận Lời Chúa không phải như một kiến thức thêm vào kho hiểu biết của mình, nhưng như là sức sống, ánh sáng giúp họ đạt đến sự tự do, hạnh phúc đích thực. Vì thế, họ không chỉ nghiền ngẫm, để cho Lời chất vấn, soi sáng, mà còn kiên trì thực hành Lời Chúa, để cho Lời ấy biến đổi mình mỗi ngày từ nếp nghĩ đến lối sống.

Mời bạn: Ngày hôm nay Chúa vẫn trao ban Lời của Ngài cho bạn và tôi cách vô điều kiện; Lời ấy đã được gieo vào lòng chúng ta, và có sức cứu độ linh hồn chúng ta (x. Gc 1,21c). Tuy nhiên, chỉ những ai đón nhận Lời Chúa với thái độ khiêm tốn, kiên trì đem ra thực hành thì mới tìm được hạnh phúc trong mọi việc mình làm (x. Gc 1,25), cũng như đời sống mới trổ sinh hoa trái như lòng Chúa mong ước.

Sống Lời Chúa: Bạn dành vài phút mỗi sáng, xin Chúa soi sáng và trợ giúp bạn thực hành Lời Ngài.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin ban thêm lòng tin cho chúng con, để chúng con biết khiêm tốn đón nhận Lời Chúa với tất cả niềm tín thác. Xin cũng giúp chúng con thực hành Lời Chúa mỗi ngày. Hài giữa những thăng trầm của cuộc sống, chúng con vẫn tỏa sáng niềm vui Tin Mừng cho mọi người. Amen.*

25/7/26

THỨ BẢY TUẦN XVI THƯỜNG NIÊN

Thánh Giacôbê, Tông đồ

Mt 20,20-28

LÀM NGƯỜI PHỤC VỤ

“Ai muốn làm lớn giữa anh em, thì phải làm người phục vụ anh em.” (Mt 20,26)

Suy niệm: Hỡi chàng trai Gia-cô-bê, khi nhờ mẹ mình đến xin Thầy Giê-su cho hai anh em được ngồi bên tả-hữu trong Nước Trời, anh có nghĩ rằng nhờ đó, mình ‘nổi tiếng’ hơn chẳng? Tuổi trẻ của anh thật đẹp vì dám liều để sống cho điều mình ước mong, đoan hứa! “Các người có uống nổi chén Thầy sắp uống không?” Có lẽ khi cùng với Gio-an đáp lại: “Thưa, uống nổi,” các anh không ngờ “Chén” ấy nặng ký, cao quý dường nào! Về phần Thầy Giê-su, Thầy thật lạ lùng khi không hứa ban địa vị anh mong, dù đã nhận được câu trả lời. Thầy muốn các môn đệ của mình trở nên người phục vụ, nhất là khi có trách nhiệm với Giáo hội, gia đình, cộng đoàn, xã hội. Vậy thưa Anh Gia-cô-bê, điều anh xin giờ đã được hiện thực, cũng như lời dạy của Thầy vẫn mãi vang vọng, còn mang thời sự khi có một ai đó được giao phó bất cứ sứ vụ nào trong Giáo hội. Cảm ơn Anh đã bày tỏ lòng nhiệt huyết, tình yêu, đức tin nơi Thầy Giê-su, trở thành mẫu gương cho chúng tôi.

Mời ban: Ngắm nhìn mẫu gương của thánh Gia-cô-bê, người đã hiến dâng tuổi trẻ đầy sức sống của mình cho Chúa và Giáo Hội Ngài. Noi gương ngài, bạn sẽ làm gì cho Giáo hội trong bậc sống và môi trường sống của mình?

Sống Lời Chúa: Thay vì chỉ là người tham dự Thánh lễ Chúa nhật, bạn tích cực tham gia một đoàn thể hay các sinh hoạt trong giáo xứ.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, cảm tạ Chúa luôn là mẫu gương của người làm lớn là đến để phục vụ. Xin giúp con sống cuộc đời mình đầy sức sống và ý nghĩa bằng cách dấn thân phục vụ theo lời Chúa dạy và noi theo mẫu gương của thánh Gia-cô-bê. Amen.*