

**Thứ Tư, 15-1-2025. Năm C**  
**Wednesday, January-15-2025. Year C**  
**Tuần 1 Thường Niên**

**Hr 2, 14-18**

**Hebrews 2:14-18**

. . . a merciful and faithful high priest. (Hebrews 2:17)

In ancient Judaism, the most esteemed priest was the high priest, who represented all the people before God. Even his clothing showed his special role: as he ministered in the sanctuary, he bore the names of the tribes of Israel on his breastplate, and his turban had a gold plate with “Sacred to the Lord” engraved on it (Exodus 28:29, 36). He was the only one permitted to enter the innermost part of the Temple—the Holy of Holies—where the presence of God was. And he did that only once a year, to offer sacrifice for the sins of all the people.

But the Letter to the Hebrews tells us that Jesus has fulfilled the role of the high priest completely because he offered God a perfect spotless sacrifice. He chose to “become like his brothers and sisters in every way, that he might be a merciful and faithful high priest” (Hebrews 2:17). Jesus suffered as we have. He experienced physical pain as we do, as well as the emotional pain of loss and temptation. Let this truth fill you with hope—you are not alone.

Jesus, your merciful high priest, looks on you with compassion as he intercedes for you before his Father. He is patient with you because he knows what you’re going through. He himself had to fight against temptation, so he is sympathetic and supportive as you struggle. By his sacrifice he has made atonement for your sins and set you free from the fear of death. Even before you turn to him in repentance, he is already extending his mercy to you!

Trong Do Thái giáo cổ đại, vị tư tế được kính trọng nhất là thầy tế lễ thượng phẩm, người đại diện cho toàn thể dân chúng trước mặt Chúa. Ngay cả trang phục của ông cũng cho thấy vai trò đặc biệt của ông: khi phục vụ trong đền thờ, ông mang tên các chi tộc Israel trên tấm áo giáp ngực, và khăn xếp của ông có một tấm bảng vàng khắc dòng chữ “Thánh hiến cho Chúa” (Xh 28,29. 36). Ông là người duy nhất được phép vào nơi sâu nhất của Đền thờ - Nơi Chí Thánh - nơi có sự hiện diện của Chúa. Và ông chỉ làm điều đó một năm một lần, để dâng lễ vật chuộc tội cho toàn thể dân chúng.

Nhưng Thư gửi tín hữu Do Thái cho chúng ta biết rằng Chúa Giêsu đã hoàn thành trọn vẹn vai trò của thầy tế lễ thượng phẩm vì Ngài đã dâng lên Chúa một lễ vật hoàn hảo không tì vết. Ngài đã chọn “trở nên giống anh chị em mình trong mọi phương diện, để trở thành thầy tế lễ thượng phẩm nhân từ và trung tín” (Hr 2,17). Chúa Giêsu đã chịu đau khổ như chúng ta. Ngài đã trải qua nỗi đau thể xác như chúng ta, cũng như nỗi đau về mặt cảm xúc khi mất mát và cám dỗ. Hãy để sự thật này lấp đầy bạn bằng hy vọng - bạn không đơn độc.

Chúa Giêsu, vị tư tế thượng phẩm nhân từ của bạn, nhìn bạn với lòng trắc ẩn khi Ngài cầu bầu cho bạn trước Cha Ngài. Ngài kiên nhẫn với bạn vì Ngài biết bạn đang trải qua điều gì. Bản thân Ngài đã phải chiến đấu chống lại sự cám dỗ, vì vậy Ngài thông cảm và hỗ trợ khi bạn đấu tranh. Bằng sự hy sinh của mình, Ngài đã chuộc tội cho tội lỗi của bạn và giải thoát bạn khỏi nỗi sợ chết. Ngay cả trước khi bạn quay về với Ngài để ăn năn, Ngài đã mở rộng lòng thương xót của mình cho bạn!

Jesus, your faithful high priest, knows what it's like to face human weakness and the difficulties of life, so he won't leave you. In every situation, he brings your desires to the Father and asks him to meet your deepest needs. Even when you are distracted or confused, Jesus remains faithful. He still looks out for you and continues to intercede for you.

As you contemplate Jesus, your merciful and faithful high priest, let today's reading lift your heart. Jesus shares all your joys and sorrows. He stands before God the Father on your behalf eternally. Even now, at this moment, he is praying for you!

"Lord Jesus, thank you for your mercy and faithfulness!"

Chúa Giêsu, vị tư tế thượng phẩm trung tín của bạn, biết cảm giác phải đối mặt với sự yếu đuối của con người và những khó khăn của cuộc sống như thế nào, vì vậy Ngài sẽ không rời xa bạn. Trong mọi tình huống, Ngài mang những mong muốn của bạn đến với Chúa Cha và yêu cầu Ngài đáp ứng những nhu cầu sâu sắc nhất của bạn. Ngay cả khi bạn mất tập trung hoặc bối rối, Chúa Giêsu vẫn trung thành. Ngài vẫn trông chừng bạn và tiếp tục cầu bầu cho bạn.

Khi bạn chiêm ngưỡng Chúa Giêsu, vị tư tế thượng phẩm nhân từ và trung tín của bạn, hãy để bài đọc hôm nay nâng đỡ trái tim bạn. Chúa Giêsu chia sẻ mọi niềm vui và nỗi buồn của bạn. Ngài đứng trước mặt Chúa Cha thay mặt cho bạn mãi mãi. Ngay cả bây giờ, tại thời điểm này, Ngài đang cầu nguyện cho bạn!

Lạy Chúa Giêsu, con cảm ơn Chúa vì lòng thương xót và sự thành tín của Chúa!

**Mc 1, 29-39**

**Mark 1:29-39**

**Lập tức họ nói với Ngài về tình trạng của bà (Mc 1,30)**

What's the first thing you do when the going gets tough? Perhaps you sit down and try to think things through: What's going on? What can I do about it? Or maybe you mobilize friends or just roll up your sleeves and tackle the problem.

After you've exhausted every option, you might find yourself saying, "All I can do now is pray," as if that's the last resort.

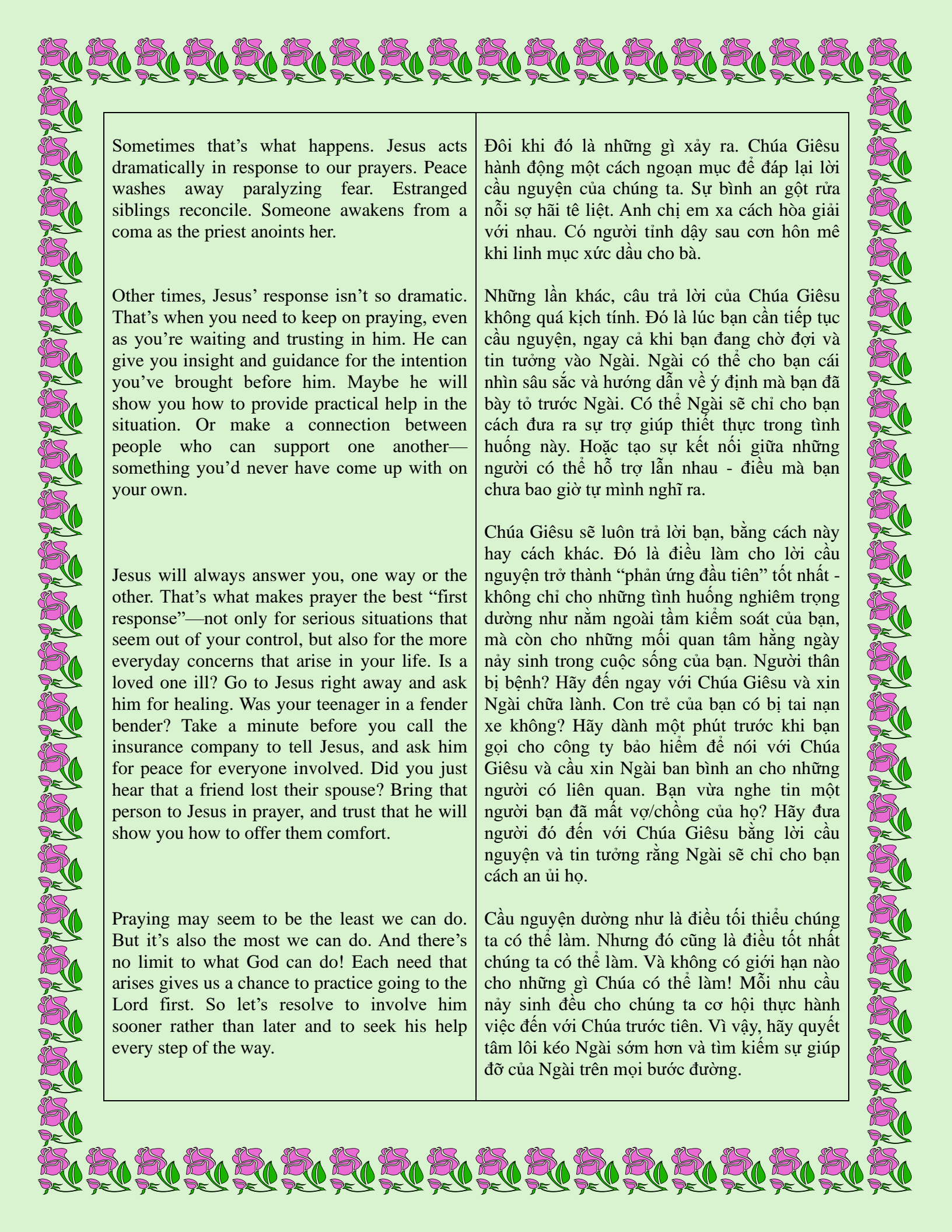
But for Simon, Andrew, James, and John, approaching Jesus was their first response, not their last resort. The moment they learned that Simon's mother-in-law was ill, they told Jesus. He, in turn, wasted no time in healing her.

Điều đầu tiên bạn làm khi gặp khó khăn là gì? Có lẽ bạn ngồi xuống và cố gắng suy nghĩ thấu đáo: Chuyện gì đang xảy ra vậy? Tôi có thể làm gì với nó? Hoặc có thể bạn huy động bạn bè hoặc chỉ cần xắn tay áo lên và giải quyết vấn đề.

Sau khi đã sử dụng hết mọi lựa chọn, bạn có thể thấy mình nói: "Tất cả những gì tôi có thể làm bây giờ là cầu nguyện" như thể đó là phương sách cuối cùng.

Nhưng đối với Simon, Anrê, Giacôbê và Gioan, việc đến gần Chúa Giêsu là phản ứng đầu tiên của họ chứ không phải là phương sách cuối cùng của họ. Khi biết mẹ vợ ông Simon bị bệnh, họ báo tin cho Chúa Giêsu. Ngược lại, Ngài không lãng phí thời gian để chữa lành cho bà.





Sometimes that's what happens. Jesus acts dramatically in response to our prayers. Peace washes away paralyzing fear. Estranged siblings reconcile. Someone awakens from a coma as the priest anoints her.

Other times, Jesus' response isn't so dramatic. That's when you need to keep on praying, even as you're waiting and trusting in him. He can give you insight and guidance for the intention you've brought before him. Maybe he will show you how to provide practical help in the situation. Or make a connection between people who can support one another—something you'd never have come up with on your own.

Jesus will always answer you, one way or the other. That's what makes prayer the best “first response”—not only for serious situations that seem out of your control, but also for the more everyday concerns that arise in your life. Is a loved one ill? Go to Jesus right away and ask him for healing. Was your teenager in a fender bender? Take a minute before you call the insurance company to tell Jesus, and ask him for peace for everyone involved. Did you just hear that a friend lost their spouse? Bring that person to Jesus in prayer, and trust that he will show you how to offer them comfort.

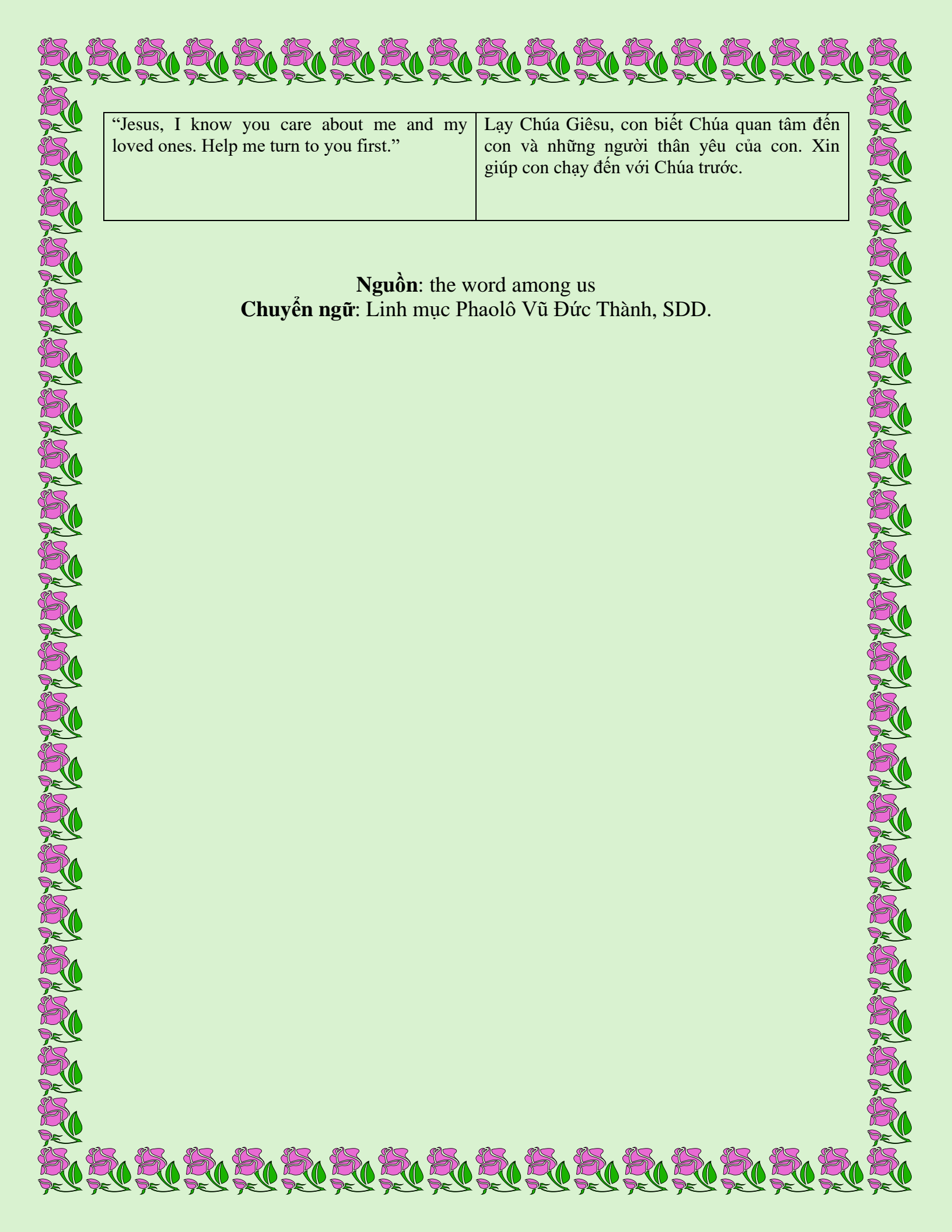
Praying may seem to be the least we can do. But it's also the most we can do. And there's no limit to what God can do! Each need that arises gives us a chance to practice going to the Lord first. So let's resolve to involve him sooner rather than later and to seek his help every step of the way.

Đôi khi đó là những gì xảy ra. Chúa Giêsu hành động một cách ngoạn mục để đáp lại lời cầu nguyện của chúng ta. Sự bình an gột rửa nỗi sợ hãi tê liệt. Anh chị em xa cách hòa giải với nhau. Có người tỉnh dậy sau cơn hôn mê khi linh mục xức dầu cho bà.

Những lần khác, câu trả lời của Chúa Giêsu không quá kịch tính. Đó là lúc bạn cần tiếp tục cầu nguyện, ngay cả khi bạn đang chờ đợi và tin tưởng vào Ngài. Ngài có thể cho bạn cái nhìn sâu sắc và hướng dẫn về ý định mà bạn đã bày tỏ trước Ngài. Có thể Ngài sẽ chỉ cho bạn cách đưa ra sự trợ giúp thiết thực trong tình huống này. Hoặc tạo sự kết nối giữa những người có thể hỗ trợ lẫn nhau - điều mà bạn chưa bao giờ tự mình nghĩ ra.

Chúa Giêsu sẽ luôn trả lời bạn, bằng cách này hay cách khác. Đó là điều làm cho lời cầu nguyện trở thành “phản ứng đầu tiên” tốt nhất - không chỉ cho những tình huống nghiêm trọng dường như nằm ngoài tầm kiểm soát của bạn, mà còn cho những mối quan tâm hằng ngày nảy sinh trong cuộc sống của bạn. Người thân bị bệnh? Hãy đến ngay với Chúa Giêsu và xin Ngài chữa lành. Con trẻ của bạn có bị tai nạn xe không? Hãy dành một phút trước khi bạn gọi cho công ty bảo hiểm để nói với Chúa Giêsu và cầu xin Ngài ban bình an cho những người có liên quan. Bạn vừa nghe tin một người bạn đã mất vợ/chồng của họ? Hãy đưa người đó đến với Chúa Giêsu bằng lời cầu nguyện và tin tưởng rằng Ngài sẽ chỉ cho bạn cách an ủi họ.

Cầu nguyện dường như là điều tối thiểu chúng ta có thể làm. Nhưng đó cũng là điều tốt nhất chúng ta có thể làm. Và không có giới hạn nào cho những gì Chúa có thể làm! Mỗi nhu cầu nảy sinh đều cho chúng ta cơ hội thực hành việc đến với Chúa trước tiên. Vì vậy, hãy quyết tâm lôi kéo Ngài sớm hơn và tìm kiếm sự giúp đỡ của Ngài trên mọi bước đường.



“Jesus, I know you care about me and my loved ones. Help me turn to you first.”

Lạy Chúa Giêsu, con biết Chúa quan tâm đến con và những người thân yêu của con. Xin giúp con chạy đến với Chúa trước.

**Nguồn:** the word among us  
**Chuyển ngữ:** Linh mục Phaolô Vũ Đức Thành, SDD.