

Chúa Nhật, 20-7-2025. Năm C
Sunday, July-20-2025. Year C
Tuần 16 Thường Niên

St 18, 1-10

Genesis 18:1-10

Đức Chúa đã hiện ra với ông Abraham (St 18,1)

Isn't it mysterious? Genesis 18:1 tells us that "the Lord appeared to Abraham." But then Abraham saw "three men" (18:2). The visitors were later identified as angels, but one seemed to be the Lord himself (18:20-22). It's hard to know exactly what Abraham saw and at what point he realized that he was in the presence of Almighty God.

Here's another mystery: this same Lord will be with everyone gathered at every Mass today. We will hear his voice in the readings and see him in the host and chalice on the altar. So let's take a look at how Abraham responded to God's presence to see how we can respond to him today.

First, Abraham gave God his full attention. He stopped what he was doing and "ran" to meet him (Genesis 18:2). As Mass begins, you can imitate Abraham as you try to put aside any distractions and be attentive to the Lord.

Next, he bowed down (Genesis 18:2). While this might have been a traditional greeting, it also showed that Abraham recognized his visitors' dignity. Imagine yourself bowing low as you pray the Gloria and praise God in the responsorial psalm.

Then, Abraham offered to God the best he had—fine flour and a choice steer (Genesis 18:6-7). When the gifts are brought to the altar, you can offer your life to the Lord. Give him

Chẳng phải đó là điều mầu nhiệm sao? Sáng thế 18,1 cho chúng ta biết rằng "Chúa hiện ra với Abraham". Nhưng sau đó Abraham nhìn thấy "ba người" (18,2). Những vị khách sau đó được xác định là các thiên thần, nhưng một người dường như là chính Chúa (18,20-22). Thật khó để biết chính xác Abraham đã nhìn thấy gì và tại thời điểm nào ông nhận ra rằng mình đang ở trong sự hiện diện của Chúa toàn năng.

Đây là một điều mầu nhiệm khác: chính Chúa này sẽ ở cùng mọi người tụ họp trong mỗi Thánh lễ hôm nay. Chúng ta sẽ nghe thấy tiếng nói của Người trong các bài đọc và nhìn thấy Người trong bánh thánh và chén thánh trên bàn thờ. Vì vậy, chúng ta hãy xem Abraham đã đáp lại sự hiện diện của Chúa như thế nào để xem chúng ta có thể đáp lại Người như thế nào ngày nay.

Đầu tiên, Abraham dành trọn sự chú ý cho Chúa. Ông dừng những gì mình đang làm và "chạy" đến gặp Người (St 18,2). Khi Thánh lễ bắt đầu, bạn có thể bắt chước Abraham khi cố gắng gạt bỏ mọi sự xao lãng và chú ý đến Chúa.

Tiếp theo, ông cúi xuống (St 18,2). Mặc dù đây có thể là lời chào truyền thống, nhưng nó cũng cho thấy Abraham đã công nhận phẩm giá của những vị khách của mình. Hãy tưởng tượng bạn đang cúi mình khi bạn đọc kinh Vinh Danh và ngợi khen Chúa trong thánh vịnh đáp ca.

Sau đó, Abraham đã dâng lên Chúa những gì tốt nhất mà ông có - bột mì hảo hạng và một con bò đực giống (St 18,6-7). Khi các lễ vật được mang đến bàn thờ, bạn có thể dâng cuộc

your love and fidelity.

Finally, Abraham waited on his guests (Genesis 18:8). That's something you can do after Holy Communion, as you pray quietly in adoration. Enjoy your time with the Lord and listen to him.

So remember Abraham when you come into God's mysterious, surprising presence today. Let the promise of his love fill your heart with reverence. Generously offer him your attention, your worship, the best of who you are. As you do, you'll come to see him more and more clearly. Just like Abraham.

"Lord, thank you for revealing yourself to me in mystery. Help me to respond to you wholeheartedly!"

đời mình cho Chúa. Hãy trao cho Người tình yêu và lòng trung thành của bạn.

Cuối cùng, Abraham đã phục vụ khách của mình (St 18,8). Đó là điều bạn có thể làm sau khi Rước lễ, khi bạn cầu nguyện trong sự tôn thờ. Hãy tận hưởng thời gian của bạn với Chúa và lắng nghe Người.

Vì vậy, hãy nhớ đến Abraham khi bạn đến với sự hiện diện mầu nhiệm và đáng ngạc nhiên của Chúa ngày hôm nay. Hãy để lời hứa về tình yêu của Người lấp đầy tâm hồn bạn bằng sự tôn kính. Hãy hào phóng dành cho Người sự chú ý, sự tôn thờ của bạn, những gì tốt nhất của con người bạn. Khi bạn làm như vậy, bạn sẽ thấy Người ngày càng rõ ràng hơn. Giống như Abraham.

Lạy Chúa, con cảm tạ Chúa đã mạc khải cho con trong sự huyền nhiệm. Xin giúp con đáp lại Chúa một cách hết lòng!

Lc 10, 38-42

Luke 10:38-42

Mátta tất bật với việc phục vụ đến với Ngài (Lc 10,40)

This is such an ordinary and relatable scene in the Gospel of Luke. There is no sign or miracle, no confrontation with Pharisees, no thought-provoking parable. Instead, it is a portrait of our Lord in everyday life. He is simply among friends, enjoying their company. It's a good reminder that Jesus is there with us, too, in our day-to-day routines. Yet we know how often his presence can be obscured by the tasks that clamor for our attention.

Chances are, you have been Martha at some point, "burdened with much serving" (Luke 10:40). Maybe that phrase describes you

Đây là một cảnh bình thường và dễ hiểu trong Tin mừng Luca. Không có dấu lạ hay điềm thiêng, không có cuộc đối đầu với người Pharisêu, không có dụ ngôn kích thích tư duy. Thay vào đó, đó là một bức chân dung của Chúa chúng ta trong cuộc sống hằng ngày. Ngài chỉ đơn giản là ở giữa những người bạn, tận hưởng tình bạn của họ. Đó là một lời nhắc nhở tốt rằng Chúa Giêsu cũng ở đó với chúng ta, trong công việc hằng ngày của chúng ta. Tuy nhiên, chúng ta biết tần suất sự hiện diện của Ngài có thể bị che khuất bởi các nhiệm vụ đang kêu gọi sự chú ý của chúng ta.

Rất có thể, bạn đã từng là Mátta ở một thời điểm nào đó, "phải gánh nhiều việc phục vụ" (Lc 10,40). Có thể cụm từ đó mô tả bạn ngày hôm nay - tại nơi làm việc hoặc trong nhà hoặc

today—in the workplace or in your home or faith community. You could be striving to perform or be productive; you could be trying to meet your own expectations or those placed on you by someone else. Maybe, like Martha, you're keeping it together, but you can feel the resentment simmering. And it's a completely understandable reaction, especially if you feel like "my sister [or brother] has left me by myself" (10:40), and you are taking on more than your fair share of the load.

In Martha's case, she decides to speak up. It's easy to see her in a negative light here as she registers her complaint about her sister. But the important thing is this: when Martha was burdened, she "came to him" (Luke 10:40). Even in her exhaustion and annoyance, instead of lashing out at Mary, she goes to Jesus. She doesn't hold back about how she is feeling. She puts it all in his lap and asks him to intervene.

Where do you turn when you are feeling like Martha? To Jesus? Do you ask him to help you reorient your priorities, as he did for Martha? Let him bring your gaze back to himself. Let him remind you that he is there in the busyness; indeed, he is in and among the ones whom you serve.

Jesus is always "the better part," whether you find him in quiet contemplation or in acts of service (Luke 10:42). So when you feel burdened today, take a moment to come to Jesus and find rest in his presence. And if you're in the middle of something that can't wait, trust that you can even find him there.

"Jesus, help me to come to you, just as Martha did, whenever I am burdened."

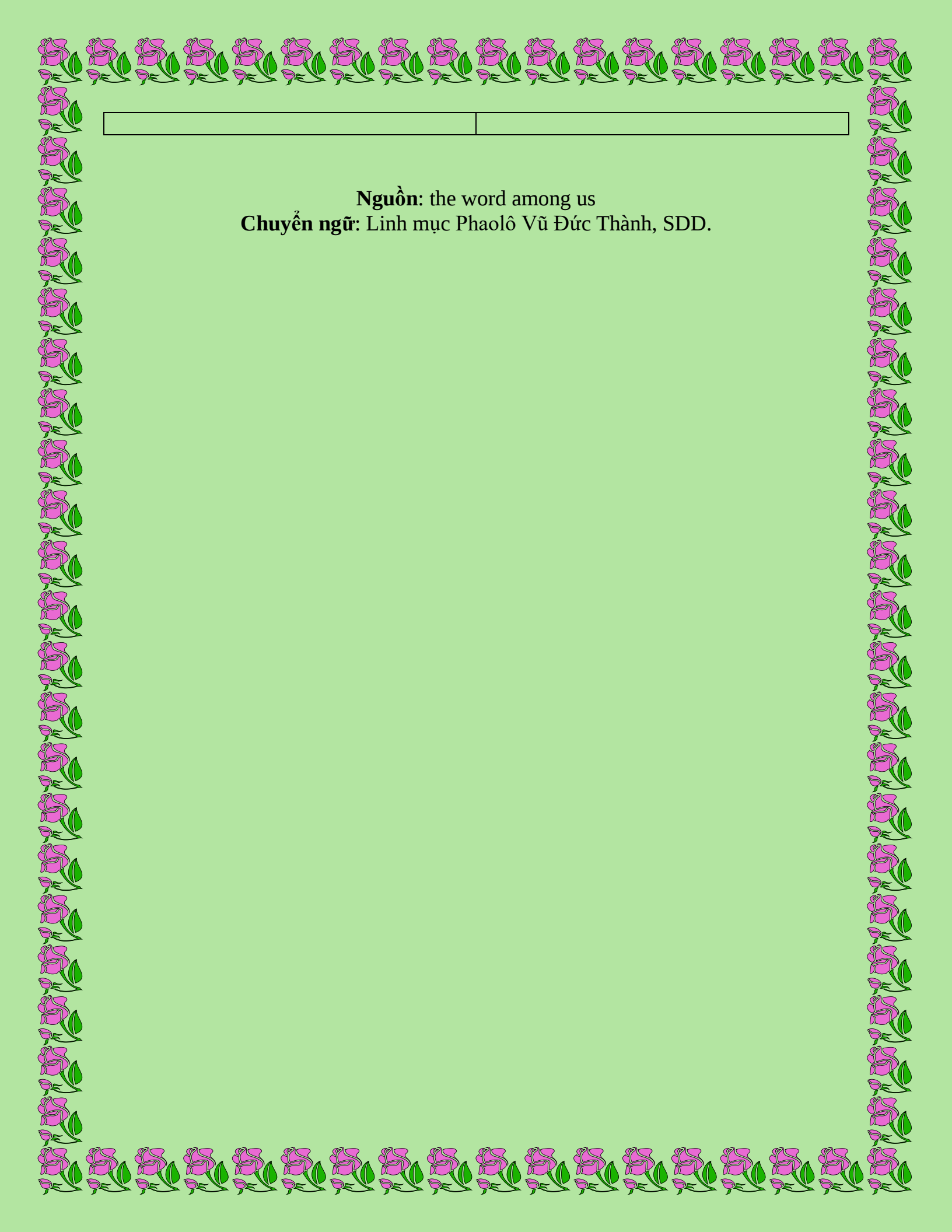
cộng đồng tôn giáo của bạn. Bạn có thể đang phấn đấu để thực hiện hoặc làm việc hiệu quả; bạn có thể đang cố gắng đáp ứng những kỳ vọng của chính mình hoặc những kỳ vọng do người khác đặt lên bạn. Có thể, giống như Máttá, bạn đang giữ nó lại với nhau, nhưng bạn có thể cảm thấy sự phẫn uất đang âm ỉ. Và đó là một phản ứng hoàn toàn dễ hiểu, đặc biệt nếu bạn cảm thấy như "em gái [hoặc anh trai] của tôi đã bỏ tôi lại một mình" (10,40), và bạn đang đảm nhận nhiều hơn phần gánh nặng của mình.

Trong trường hợp của Máttá, cô quyết định lên tiếng. Thật dễ dàng để thấy cô ấy ở khía cạnh tiêu cực ở đây khi cô ấy biểu lộ lời phàn nàn về em gái mình. Nhưng điều quan trọng là: khi Máttá mang gánh nặng nề, cô "đến cùng Ngài" (Lc 10,40). Ngay cả khi kiệt sức và khó chịu, thay vì đã kích Maria, cô ấy đến với Chúa Giêsu. Cô ấy không giữ lại cảm giác của mình. Cô đặt tất cả vào lòng Ngài và nhờ Ngài can thiệp.

Bạn quay về đâu khi bạn cảm thấy như Máttá? Với Chúa Giêsu? Bạn có cầu xin Ngài giúp bạn sắp xếp lại các ưu tiên của mình, như Ngài đã làm cho Máttá không? Hãy để Ngài đưa ánh mắt của bạn trở lại với chính mình. Hãy để Ngài nhắc bạn rằng Ngài ở đó trong sự bận rộn; thực sự, Ngài ở trong và giữa những người mà bạn phục vụ.

Chúa Giêsu luôn là "phần tốt hơn", cho dù bạn tìm thấy Ngài trong sự trầm ngâm tĩnh lặng hay trong các hành động phục vụ (Lc 10,42). Vì vậy, khi bạn cảm thấy gánh nặng hôm nay, hãy dành một chút thời gian để đến với Chúa Giêsu và tìm thấy sự yên nghỉ trong sự hiện diện của Ngài. Và nếu bạn đang ở giữa một thứ gì đó không thể chờ đợi, hãy tin rằng bạn thậm chí có thể tìm thấy Ngài ở đó.

Lạy Chúa Giêsu, xin giúp con đến với Chúa như Máttá mỗi khi con mang gánh nặng nề.

A decorative border of pink roses with green leaves surrounds the entire page.

--	--

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