

Thứ Bảy, 27-9-2025. Tuần 25 Thường Niên - Năm C
Saturday, September-27-2025. Week 25th Ordinary Time. Year C

Lễ Nhớ Thánh Vincent Phaolô, Linh mục

Linh mục Phaolô Vũ Đức Thành, SDD. chuyển ngữ
Dịch từ nguồn: **Word Among Us**

Lc 9, 43-45

Luke 9:43-45

Hãy chú ý (Lc 9,44)

Most of us look at the nighttime sky and see a lot of stars and maybe a constellation or two, but an astronomer sees much more. It's not because he has sharper eyes, but because he has learned how to pay attention to the position of the stars and the minutest of details that we tend to overlook.

In today's Gospel, Jesus urges his disciples to pay attention as well while he explains what is going to happen to him: he will be arrested and crucified.

Even today, Jesus is still asking us to pay attention to him. But how?

Be quiet. There is something about quiet places that can help us slow down and focus. This may mean getting up a few minutes before everyone else so you can be with the Lord. It may mean taking a walk outside and enjoying the quiet. Surrounded by the beauty of creation, you can ask the Lord what is on his heart.

Be still. Quiet physical spaces are important, but it's not always possible to find one. Even so, we can practice stilling our thoughts and turning to the Lord. For example, try pausing for a moment every time you get a drink of water, and see if you can sense God's presence. He may fill you with peace or bring a Scripture

Hầu hết chúng ta nhìn lên bầu trời đêm và thấy rất nhiều ngôi sao, có thể chỉ một hoặc hai chòm sao, nhưng một nhà thiên văn học nhìn thấy nhiều hơn thế. Không phải vì họ có đôi mắt tinh tường hơn, mà vì họ đã học được cách chú ý đến vị trí của các vì sao và những chi tiết nhỏ nhất nhất mà chúng ta thường bỏ qua.

Trong Tin mừng hôm nay, Chúa Giêsu thúc giục các môn đệ cũng phải chú ý, đồng thời Người giải thích điều gì sẽ xảy ra với Người: Người sẽ bị bắt và bị đóng đinh.

Ngay cả ngày nay, Chúa Giêsu vẫn đang kêu gọi chúng ta chú ý đến Người. Nhưng bằng cách nào?

Hãy im lặng. Có điều gì đó ở những nơi yên tĩnh có thể giúp chúng ta chậm lại và tập trung. Điều này có thể có nghĩa là thức dậy sớm hơn mọi người vài phút để bạn có thể ở bên Chúa. Hoặc có thể là đi dạo bên ngoài và tận hưởng sự tĩnh lặng. Được bao quanh bởi vẻ đẹp của tạo vật, bạn có thể hỏi Chúa điều gì đang ở trong lòng Người.

Hãy tĩnh lặng. Những không gian vật lý yên tĩnh rất quan trọng, nhưng không phải lúc nào cũng có thể tìm thấy một nơi như vậy. Dù vậy, chúng ta có thể thực hành việc tĩnh tâm và hướng về Chúa. Ví dụ, hãy thử dừng lại một chút mỗi khi bạn uống nước, và xem liệu bạn có thể cảm nhận được sự hiện diện của Chúa hay không. Người có thể lấp đầy bạn bằng sự

verse to mind. Don't be discouraged if you don't always hear something. It's about practicing and learning to be still, not about getting it right every time.

Be simple. Part of paying attention may mean simplifying your life a bit or putting the other aspects of your life in proper perspective. Simplicity and focus are the keys to developing the sharp eyes of an astronomer. They can help us see in the "bunch of stars" in our lives the patterns that reveal the beautiful constellations of grace that Jesus is offering us.

Quiet. Stillness. Simplicity. Try putting these into practice. Jesus wants to teach you how to hear his voice and discern his will. The more you practice paying attention, the more you will discover his hand guiding you closer to him.

"Lord, help me to focus on you today."

bình an hoặc gọi nhớ đến một câu Kinh Thánh. Đừng nản lòng nếu bạn không phải lúc nào cũng nghe được điều gì đó. Điều quan trọng là luyện tập và học cách tĩnh lặng, chứ không phải lúc nào cũng làm đúng.

Hãy đơn giản. Một phần của việc chú tâm có thể bao gồm việc đơn giản hóa cuộc sống của bạn một chút hoặc đặt các khía cạnh khác của cuộc sống vào đúng góc nhìn. Sự đơn giản và tập trung là chìa khóa để phát triển đôi mắt tinh tường của một nhà thiên văn học. Chúng có thể giúp chúng ta nhìn thấy trong "chùm sao" trong cuộc sống của mình những mô hình tiết lộ những chòm sao ân sủng tuyệt đẹp mà Chúa Giêsu đang ban tặng cho chúng ta.

Tĩnh lặng. Tĩnh lặng. Đơn giản. Hãy thử áp dụng những điều này vào thực hành. Chúa Giêsu muốn dạy bạn cách lắng nghe tiếng Người và nhận ra ý muốn của Người. Bạn càng luyện tập chú tâm, bạn sẽ càng khám phá ra bàn tay Người dẫn dắt bạn đến gần Người hơn.

Lạy Chúa, xin giúp con tập trung vào Chúa hôm nay.

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