

**Chúa Nhật, 31-5-2026. Năm A**  
**Sunday, May-31-2026. Year A**  
**Tuần 9 Thường Niên**  
**Lễ Chúa Ba Ngôi**

**Xh 34, 4-6. 8-9 Exodus 34:4-6, 8-9**

**Đức Chúa! Thiên Chúa nhân hậu và từ bi, hay nén giận, giàu nhân nghĩa và thành tín (Xh 34,6)**

If you had to describe God in just a few words, what would you say? In today's first reading, God gives us his own answer: "merciful and gracious" and "slow to anger and rich in kindness" (Exodus 34:6). So on this feast of the Holy Trinity, let's celebrate the fact that God has revealed himself in such a moving way.

"Father, I praise you because you are always in control. Your plans can't be deterred by the schemes of any enemy. I am your child, loved and cherished, called and set apart for you, and I know I can rest in you. I trust you, I worship you, and I thank you for drawing me and my loved ones close to you.

"Jesus, you revealed the humility of God when you came to us as a child under the authority of a mother and a father. Because of your lowliness, I'm not afraid to acknowledge my weakness and littleness. You showed us how important it is to obey your heavenly Father when you stayed behind in Jerusalem as an independent preteen. You showed it again when you humbly submitted to John's baptism, resisted the temptations of the devil, and emptied yourself on the cross. Because of you, I can say yes to my Father. I can resist temptation. I can even bring your love and healing to those around me.

"Holy Spirit, you are the glory of God who has

Nếu phải miêu tả Thiên Chúa chỉ bằng vài từ, bạn sẽ nói gì? Trong bài đọc một hôm nay, Thiên Chúa đã cho chúng ta câu trả lời của Ngài: "nhân từ và khoan dung" và "chậm giận và giàu lòng thương xót" (Xh 34,6). Vậy nên, trong ngày lễ Chúa Ba Ngôi này, chúng ta hãy cùng nhau cử hành việc Thiên Chúa đã tỏ mình ra một cách cảm động như vậy.

"Lạy Cha, con ngợi khen Cha vì Cha luôn luôn nắm quyền kiểm soát. Kế hoạch của Cha không thể bị cản trở bởi mưu kế của bất kỳ kẻ thù nào. Con là con của Cha, được yêu thương và trân trọng, được gọi và được biệt riêng cho Cha, và con biết con có thể an nghỉ trong Cha. Con tin cậy Cha, con thờ phượng Cha, và con cảm tạ Cha vì đã kéo con và những người thân yêu của con đến gần Cha.

"Lạy Chúa Giêsu, Ngài đã tỏ ra sự khiêm nhường của Thiên Chúa khi Ngài đến với chúng ta như một hài nhi dưới sự bảo hộ của cha mẹ. Vì sự khiêm nhường của Ngài, con không sợ thừa nhận sự yếu đuối và nhỏ bé của mình. Ngài đã cho chúng con thấy tầm quan trọng của việc vâng phục Cha trên trời khi Ngài ở lại Giê-ru-sa-lem như một thiếu niên độc lập." Chúa Cha đã chứng tỏ điều đó một lần nữa khi Ngài khiêm nhường chịu phép Rửa của Gioan, chống lại những cám dỗ của ma quỷ, và hiến dâng chính mình trên thập tự giá. Nhờ Ngài, con có thể nói vâng với Cha. Con có thể chống lại cám dỗ. Con thậm chí có thể mang tình yêu thương và sự chữa lành của Ngài đến những người xung quanh con.

"Lạy Chúa Thánh Thần, Ngài là vinh quang

been poured out to give us a glimpse of heaven. You are the One who transforms and comforts me. I am so grateful that you are with me and in me as I walk this journey on earth. Thank you for filling me, dwelling in me, teaching me, and guiding me every day of my life. Come and fill me afresh today!”

“I praise you, Father, Son, and Holy Spirit!”

của Thiên Chúa, Đấng đã được đổ xuống để cho chúng con được thấy một phần thiên đàng. Ngài là Đấng biến đổi và an ủi con. Con rất biết ơn vì Ngài ở cùng con và ở trong con khi con bước đi trên đời này. Cảm ơn Ngài đã lấp đầy con, ngự trong con, dạy dỗ con và hướng dẫn con mỗi ngày trong cuộc đời con. Xin hãy đến và lấp đầy con một lần nữa hôm nay!”

Con ngợi khen Cha, Con và Chúa Thánh Thần!

**Ga 3, 16-18                      John 3:16-18**  
**Thiên Chúa yêu thế gian đến nỗi... (Ga 3,16)**

Let's stop right there. Sometimes these words can become too familiar and they roll by on the page without eliciting any new thought. But the greatest mystery of the universe is that God gave—and he gave and he gave some more. In fact, he gave everything so that we could be with him. That's how much he loves us!

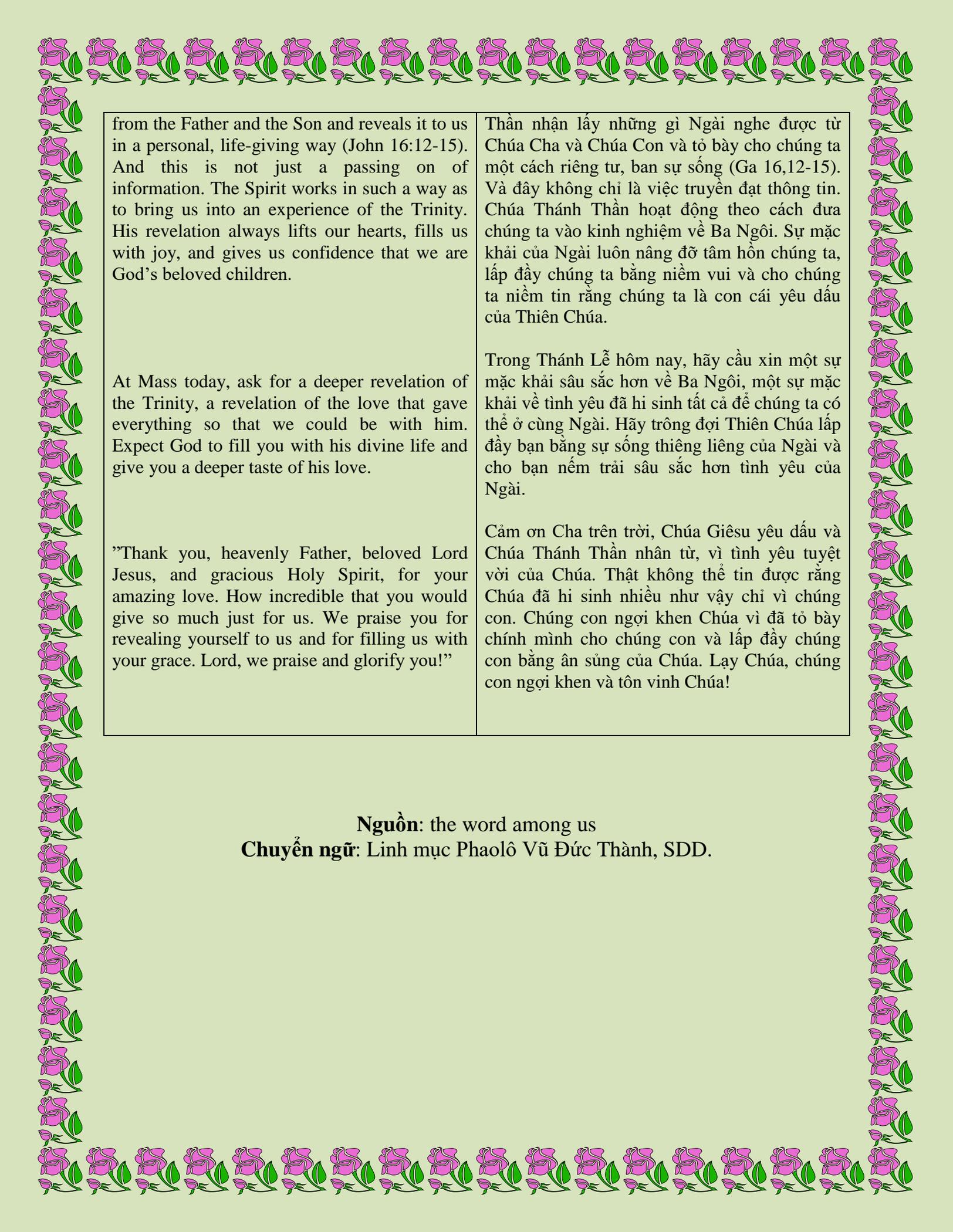
This is the real mystery that we celebrate today. This is a day to rejoice in the Father, Son, and Holy Spirit who love us! It's a day to rejoice in the very personal love that God has for each one of us—a love that will never abandon us. God has held nothing back. He invites us, weak and sinful human beings, to share completely in his divine life. And he has moved heaven and earth to make it possible! What an amazing lover and a most generous giver!

John's Gospel tells us that God has given us the Holy Spirit to guide us into all truth by revealing the mysteries of the gospel to our hearts. The Holy Spirit takes what he hears

Chúng ta hãy dừng lại ở đây. Đôi khi những lời này trở nên quá quen thuộc và trôi qua trên trang giấy mà không gợi lên bất kỳ suy nghĩ mới nào. Nhưng điều kỳ diệu lớn nhất của vũ trụ là Thiên Chúa đã ban cho – và Ngài đã ban cho, và Ngài đã ban cho nhiều hơn nữa. Thật vậy, Ngài đã ban cho tất cả mọi thứ để chúng ta có thể ở cùng Ngài. Đó là tình yêu thương vô bờ bến của Ngài dành cho chúng ta!

Đây là điều kỳ diệu thực sự mà chúng ta cử hành hôm nay. Đây là ngày để vui mừng trong Chúa Cha, Chúa Con và Chúa Thánh Thần, những Đấng yêu thương chúng ta! Đó là ngày để vui mừng trong tình yêu thương rất riêng tư mà Thiên Chúa dành cho mỗi người chúng ta – một tình yêu sẽ không bao giờ bỏ rơi chúng ta. Thiên Chúa đã không giữ lại điều gì. Ngài mời gọi chúng ta, những con người yếu đuối và tội lỗi, được chia sẻ trọn vẹn trong đời sống thiêng liêng của Ngài. Và Ngài đã làm mọi cách để điều đó trở thành hiện thực! Thật là một người yêu thương tuyệt vời và một người ban cho vô cùng hào phóng!

Tin Mừng theo Thánh Gioan cho chúng ta biết rằng Thiên Chúa đã ban cho chúng ta Chúa Thánh Thần để hướng dẫn chúng ta vào mọi chân lý bằng cách mặc khải những mầu nhiệm của Tin Mừng vào lòng chúng ta. Chúa Thánh



from the Father and the Son and reveals it to us in a personal, life-giving way (John 16:12-15). And this is not just a passing on of information. The Spirit works in such a way as to bring us into an experience of the Trinity. His revelation always lifts our hearts, fills us with joy, and gives us confidence that we are God's beloved children.

At Mass today, ask for a deeper revelation of the Trinity, a revelation of the love that gave everything so that we could be with him. Expect God to fill you with his divine life and give you a deeper taste of his love.

"Thank you, heavenly Father, beloved Lord Jesus, and gracious Holy Spirit, for your amazing love. How incredible that you would give so much just for us. We praise you for revealing yourself to us and for filling us with your grace. Lord, we praise and glorify you!"

Thần nhận lấy những gì Ngài nghe được từ Chúa Cha và Chúa Con và tỏ bày cho chúng ta một cách riêng tư, ban sự sống (Ga 16,12-15). Và đây không chỉ là việc truyền đạt thông tin. Chúa Thánh Thần hoạt động theo cách đưa chúng ta vào kinh nghiệm về Ba Ngôi. Sự mặc khải của Ngài luôn nâng đỡ tâm hồn chúng ta, lấp đầy chúng ta bằng niềm vui và cho chúng ta niềm tin rằng chúng ta là con cái yêu dấu của Thiên Chúa.

Trong Thánh Lễ hôm nay, hãy cầu xin một sự mặc khải sâu sắc hơn về Ba Ngôi, một sự mặc khải về tình yêu đã hi sinh tất cả để chúng ta có thể ở cùng Ngài. Hãy trông đợi Thiên Chúa lấp đầy bạn bằng sự sống thiêng liêng của Ngài và cho bạn nếm trải sâu sắc hơn tình yêu của Ngài.

Cảm ơn Cha trên trời, Chúa Giêsu yêu dấu và Chúa Thánh Thần nhân từ, vì tình yêu tuyệt vời của Chúa. Thật không thể tin được rằng Chúa đã hi sinh nhiều như vậy chỉ vì chúng con. Chúng con ngợi khen Chúa vì đã tỏ bày chính mình cho chúng con và lấp đầy chúng con bằng ân sủng của Chúa. Lạy Chúa, chúng con ngợi khen và tôn vinh Chúa!

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