

**Thứ Năm, 11-6-2026. Năm A**  
**Tuần 10 Thường Niên**  
**Lễ Nhớ Thánh Barnaba, Tông đồ**

**Cv 11, 21-26; 13, 1-3**

**Acts 11:21-26; 13:1-3**

**Ông ấy là một người tốt, tràn đầy Thánh Linh và đức tin (Cv 11,24)**

St. Barnabas, whose feast we celebrate today, had an impressive résumé. He was a pioneering missionary, evangelist, and teacher. He also had a gift for relating to people. He's the one who convinced the apostles to welcome Paul, the former persecutor, as a brother in the Lord (Acts 9:26-28). When the apostles sent Barnabas to Antioch, where Jewish and Gentile believers had come together to form a new church, he encouraged them all to persevere in love for one another (Acts 11:23).

How did Barnabas accomplish all of this? He was, of course, a dedicated disciple. But as today's first reading tells us, he was also "filled with the Holy Spirit and faith" (Acts 11:24).

Today's reading gives us one example of how the Holy Spirit took Barnabas' natural gift of encouragement and filled it with divine grace. But there are others. When he sought to ease the apostles' concerns about Paul's sincerity, it wasn't just his words that convinced them. The Spirit, working through him, helped calm their fears. And at Antioch, Barnabas' humility and openness to the Spirit made it easier for the believers there to receive his encouragement to remain united in Christ.

Today the Church honors Barnabas, not just as a great hero of the faith, but also as a model for us to follow. We can all become like Barnabas

Thánh Barnaba, vị thánh mà chúng ta cử hành lễ hôm nay, có một lý lịch ấn tượng. Ngài là một nhà truyền giáo tiên phong, một người rao giảng Tin mừng và một người thầy tận tụy. Ngài cũng có tài năng đặc biệt trong việc giao tiếp với mọi người. Chính ngài đã thuyết phục các tông đồ đón nhận Phaolô, người từng bắt bớ các tông đồ, như một người anh em trong Chúa (Cv 9,26-28). Khi các tông đồ sai Barnaba đến Antioch, nơi các tín hữu Do Thái và ngoại bang đã cùng nhau thành lập một Giáo hội mới, ngài đã khích lệ họ kiên trì trong tình yêu thương lẫn nhau (Cv 11,23).

Làm thế nào Barnaba có thể làm được tất cả những điều này? Tất nhiên, ngài là một môn đệ tận tụy. Nhưng như bài đọc thứ nhất hôm nay cho chúng ta biết, ngài cũng "được đầy đầy Chúa Thánh Thần và đức tin" (Cv 11,24).

Bài đọc hôm nay cho chúng ta một ví dụ về cách Chúa Thánh Thần đã lấy tài năng khích lệ bẩm sinh của Barnaba và làm cho nó tràn đầy ân sủng thiêng liêng. Nhưng còn nhiều ví dụ khác nữa. Khi ông tìm cách xoa dịu những lo lắng của các tông đồ về sự chân thành của Phaolô, không chỉ lời nói của ông đã thuyết phục họ. Chúa Thánh Thần, hoạt động qua ông, đã giúp làm dịu nỗi sợ hãi của họ. Và tại An-ti-ốt, sự khiêm nhường và cởi mở của Barnaba đối với Chúa Thánh Thần đã giúp các tín hữu ở đó dễ dàng đón nhận sự khích lệ của ông để giữ vững sự hiệp nhất trong Đức Kitô.

Ngày nay, Giáo hội tôn vinh Ba-na-ba, không chỉ như một anh hùng vĩ đại của đức tin, mà còn như một gương mẫu để chúng ta noi theo. Tất cả chúng ta đều có thể trở nên giống như Ba-na-ba bởi vì mỗi người trong chúng ta đã

because every one of us who has been baptized has received the same Holy Spirit that he did. Like Barnabas, each of us can invite the Spirit to can take our natural gifts and fill them with his grace and power.

It's good to remind yourself every now and then that you are "filled with the Holy Spirit and faith." Whether you are working, studying, or parenting, he is with you to increase your patience and your faithfulness to your calling. When you are in the midst of a difficult conversation with someone, he is with you to help you choose your words wisely and to give you his compassion and peace. The Spirit is always ready to fill you and empower you to share your gifts with everyone around you.

"Lord, help me to remain open to your Spirit today."

chịu phép rửa đều đã nhận được cùng một Chúa Thánh Thần như ông. Giống như Ba-na-ba, mỗi người trong chúng ta có thể mời Chúa Thánh Thần nhận lấy những khả năng tự nhiên của mình và lấp đầy chúng bằng ân sủng và quyền năng của Ngài.

Thật tốt khi thỉnh thoảng tự nhắc nhở mình rằng bạn "được đầy dẫy Chúa Thánh Thần và đức tin". Cho dù bạn đang làm việc, học tập hay nuôi dạy con cái, Ngài luôn ở bên bạn để gia tăng sự kiên nhẫn và lòng trung thành của bạn đối với ơn gọi của mình. Khi bạn đang ở giữa một cuộc trò chuyện khó khăn với ai đó, Ngài ở bên bạn để giúp bạn lựa chọn lời nói một cách khôn ngoan và ban cho bạn lòng thương xót và bình an của Ngài. Chúa Thánh Thần luôn sẵn sàng lấp đầy và ban sức mạnh cho bạn để chia sẻ những ân sủng của mình với mọi người xung quanh.

Lạy Chúa, xin giúp con luôn mở lòng đón nhận Chúa Thánh Thần của Chúa hôm nay.

### Mt 5, 20-26

### Matthew 5:20-26

**Hãy để cửa lễ lại trên bàn thờ và hãy đi hòa giải với anh em người trước đã (Mt 5,24)**

Any Jew who wanted to offer a sacrifice "at the altar" (Matthew 5:24) would have had to travel to the Temple in Jerusalem to do so, no matter where he lived. There were no other altars in Israel. So for most people, turning around and reconciling with someone before making an offering would have required a long round trip. Impractical, yes, but that's how important Jesus thought it was to reconcile!

Jesus' words pose a big challenge for us as well. Unresolved differences, past hurts, words spoken in anger—none of these are easily resolved. In fact, unsettled issues between people have a way of festering and worsening

Bất kỳ người Do Thái nào muốn dâng của lễ "tại bàn thờ" (Mt 5,24) sẽ phải đi đến Đền thờ ở Giêrusalem để làm như vậy, bất kể người đó sống ở đâu. Không có bàn thờ nào khác ở Israel. Vì vậy, đối với hầu hết mọi người, việc quay lại và làm hòa với ai đó trước khi đưa ra lời đề nghị sẽ đòi hỏi một hành trình dài. Đúng là không thực tế, nhưng đó là điều quan trọng mà Chúa Giêsu cho là hòa giải!

Lời của Chúa Giêsu cũng đặt ra một thách đố lớn cho chúng ta. Những khác biệt chưa được giải quyết, những tổn thương trong quá khứ, những lời nói ra trong lúc tức giận - không điều nào trong số này có thể giải quyết dễ dàng. Trên thực tế, những vấn đề bất ổn giữa con người với nhau có thể ngày càng trầm

over the years. We might even become comfortable with putting them aside and assume that it's better to leave things as they are. So we ignore them and go on with our everyday lives.

That's why it's so important that we remain open to the promptings of the Holy Spirit. If you've tried to bury the pain, he might help you to see how sadness or regret might be weighing you down. He might even help you recognize ways your own sin might have contributed to the situation and give you a desire to try and reconcile.

If that happens, pray and ask the Spirit what your next step should be. Should you attempt reconciliation? Or should you leave it at the feet of the Lord for now? If you sense the Spirit leading you to approach the person, you can trust that he will help you find the best way to do it. If you think he is encouraging you to wait, you can trust that he will help you reconcile, in his time and by his means, at some later point. Even if it's impossible to reconcile, the Spirit can give you peace about the situation as well as a desire to pray for that person.

Remember, Jesus not only desires reconciliation, but he also provides the grace to do it—whether immediately or gradually, in his time and with his guidance.

*“Holy Spirit, when one of my relationships is broken, help me know when and how to reconcile.”*

trọng hơn theo năm tháng. Chúng ta thậm chí có thể cảm thấy thoải mái với việc đặt chúng sang một bên và cho rằng tốt hơn là nên để mọi thứ như hiện tại. Vì vậy, chúng ta bỏ qua chúng và tiếp tục với cuộc sống hằng ngày của chúng ta.

Đó là lý do tại sao điều quan trọng là chúng ta luôn sẵn sàng đón nhận những thúc giục của Chúa Thánh Thần. Nếu bạn đã cố gắng chôn vùi nỗi đau, Ngài có thể giúp bạn nhận ra nỗi buồn hoặc sự hối tiếc có thể đè nặng lên bạn như thế nào. Ngài thậm chí có thể giúp bạn nhận ra những cách mà tội lỗi của chính bạn có thể đã góp phần vào hoàn cảnh và cho bạn ước muốn cố gắng hòa giải.

Nếu điều đó xảy ra, hãy cầu nguyện và hỏi Thánh Linh xem bước tiếp theo của bạn là gì. Bạn có nên cố gắng hòa giải? Hay bây giờ bạn nên để nó dưới chân Chúa? Nếu cảm nhận được Thánh Linh hướng dẫn bạn đến gần người đó, thì bạn có thể tin tưởng rằng Ngài sẽ giúp bạn tìm ra cách tốt nhất để làm điều đó. Nếu bạn nghĩ rằng Ngài đang khuyến khích bạn chờ đợi, bạn có thể tin tưởng rằng Ngài sẽ giúp bạn hòa giải, vào thời điểm và phương tiện của Ngài, vào một thời điểm nào đó sau này. Ngay cả khi không thể hòa giải, Thánh Linh có thể ban cho bạn sự bình an về hoàn cảnh cũng như mong muốn cầu nguyện cho người đó.

Hãy nhớ rằng Chúa Giêsu không chỉ mong muốn hòa giải mà còn ban ân sủng để làm điều đó - dù ngay lập tức hay từ từ, vào thời điểm và sự hướng dẫn của Ngài.

Lạy Chúa Thánh Thần, khi một trong những mối liên hệ của con tan vỡ, xin giúp con biết khi nào và làm thế nào để hòa giải.

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