

**Thứ Sáu, 12-6-2026. Năm A**  
**Tuần 10 Thường Niên**  
**Lễ Trọng Thánh Tâm Chúa Giêsu**

**1Ga 4, 7-16**

**1 John 4:7-16**

**Chúng ta đã hiểu biết và tin tưởng vào tình yêu thương mà Chúa dành cho chúng ta (1Ga 4,16)**

Have you ever heard about the difference between “head knowledge” and “heart knowledge”? When it comes to our faith, head knowledge is important. We need to understand what the Church teaches. But without heart knowledge, it can get us only so far. Because we also need to understand, from the depths of our being, how precious we are to the Lord and how much he loves us.

That’s what today’s feast of the Sacred Heart of Jesus is all about. As the incarnate Son of God, Jesus’ heart is aflame with love for each one of us. Before you were even born, Jesus loved you. Even when you were lost in sin, he loved you enough to die for you. And even today, he wants you to “know and to believe”—in your heart as well as in your head—this unquenchable, unending love (1 John 4:16).

Writing about St. John Henry Newman’s devotion to the Sacred Heart, Pope Francis had this to say:

St. John Henry Newman took as his motto the phrase *cor ad cor loquitur* [heart speaks to heart], since, beyond all our thoughts and ideas, the Lord saves us by speaking to our hearts from his Sacred Heart. This realization led him, the distinguished intellectual, to recognize that his deepest encounter with himself and with the Lord came not from his reading or reflection, but from his prayerful dialogue, heart to heart, with Christ, alive and present. (*Dilexit Nos*, 26)

Bạn đã bao giờ nghe nói về sự khác biệt giữa “kiến thức lý trí” và “kiến thức từ trái tim” chưa? Khi nói đến đức tin của chúng ta, kiến thức lý trí rất quan trọng. Chúng ta cần hiểu những gì Giáo hội dạy. Nhưng nếu thiếu kiến thức từ trái tim, chúng ta chỉ có thể tiến xa đến một mức độ nhất định. Bởi vì chúng ta cũng cần hiểu, từ sâu thẳm tâm hồn mình, chúng ta quý giá biết bao đối với Chúa và Ngài yêu thương chúng ta biết bao.

Đó chính là ý nghĩa của lễ kính Thánh Tâm Chúa Giêsu hôm nay. Là Con Thiên Chúa nhập thể, trái tim Chúa Giêsu bùng cháy tình yêu thương dành cho mỗi người chúng ta. Ngay cả trước khi bạn được sinh ra, Chúa Giêsu đã yêu thương bạn. Ngay cả khi bạn lạc lối trong tội lỗi, Ngài vẫn yêu thương bạn đủ để chết vì bạn. Và ngay cả hôm nay, Ngài muốn bạn “biết và tin” – trong trái tim cũng như trong lý trí – tình yêu bất diệt, vô tận này (1Ga 4,16).

Khi viết về lòng sùng kính Thánh Tâm của Thánh Gioan Henry Newman, Đức Giáo Hoàng Phanxicô đã nói như sau:

Thánh Gioan Henry Newman lấy câu nói "*cor ad cor loquitur*" [trái tim nói với trái tim] làm phương châm sống, bởi vì, vượt lên mọi suy nghĩ và ý tưởng của chúng ta, Chúa cứu rỗi chúng ta bằng cách nói với trái tim chúng ta từ Trái Tim Thánh của Ngài. Nhận thức này đã dẫn ngài, một trí thức lỗi lạc, đến việc nhận ra rằng cuộc gặp gỡ sâu sắc nhất của ngài với chính mình và với Chúa không đến từ việc đọc hay suy ngẫm, mà đến từ cuộc đối thoại cầu nguyện, từ trái tim đến trái tim, với Chúa Kitô, Đấng sống động và hiện diện. (*Dilexit Nos*, 26)

We can deepen our knowledge and belief in God's love as we spend time with Jesus in our own "prayerful dialogue," as we come "heart to heart" with him in prayer. We can speak to him of our joys and burdens, our dreams and desires. We can express our love for him and our gratitude for all he has done for us. Then we can listen for his word to us, a word that will reassure us that he holds us, now and always, in the depths of his own Sacred Heart.

To honor this great feast, try to set aside some time to speak to the Lord heart to heart—and come to know, ever more deeply, the love Jesus has for you!

"Jesus, help my heart to burn with love for you!"

Chúng ta có thể làm sâu sắc thêm kiến thức và niềm tin của mình vào tình yêu của Chúa khi chúng ta dành thời gian với Chúa Giêsu trong "cuộc đối thoại cầu nguyện" của riêng mình, khi chúng ta đến "từ trái tim đến trái tim" với Ngài trong lời cầu nguyện. Chúng ta có thể nói với Ngài về niềm vui và gánh nặng, ước mơ và khát vọng của mình. Chúng ta có thể bày tỏ tình yêu của mình dành cho Ngài và lòng biết ơn đối với tất cả những gì Ngài đã làm cho chúng ta. Sau đó, chúng ta có thể lắng nghe lời Ngài dành cho chúng ta, một lời sẽ trấn an chúng ta rằng Ngài đang giữ chúng ta, bây giờ và mãi mãi, trong sâu thẳm Trái Tim Thánh của chính Ngài.

Để tôn vinh ngày lễ trọng đại này, hãy cố gắng dành chút thời gian để trò chuyện chân thành với Chúa – và để hiểu biết sâu sắc hơn nữa tình yêu mà Chúa Giêsu dành cho bạn!

Lạy Chúa Giêsu, xin giúp lòng con bùng cháy tình yêu dành cho Chúa!

**Mt 11, 25-30      Matthew 11:25-30**  
**Ta hiền lành và khiêm nhường trong lòng (Mt 11,29)**

Have you ever wondered where some of our feast days come from? Many focus on the central events in the life of the Lord: Christmas, Easter, the Transfiguration, and Pentecost. Some focus on a particular doctrine of our faith—like Trinity Sunday and the Triumph of the Cross. And then there are days like today, which celebrate some aspect of Jesus and who he is. Like Divine Mercy Sunday, the feast of the Sacred Heart is God's way of reminding us that the way to him is always open. It's God's way of inviting us to come to Jesus and experience his love.

Bạn đã bao giờ tự hỏi một số ngày lễ của chúng ta đến từ đâu chưa? Nhiều người tập trung vào các sự kiện trọng tâm trong cuộc đời của Chúa: Lễ Giáng Sinh, Lễ Phục Sinh, Sự Biến Hình và Lễ Ngũ Tuần. Một số tập trung vào một học thuyết cụ thể về đức tin của chúng ta - như Chúa nhật Chúa Ba Ngôi và Sự khai hoàn của Thập tự giá. Và rồi có những ngày như hôm nay, kỷ niệm một số khía cạnh của Chúa Giêsu và Ngài là ai. Giống như Chúa Nhật Lòng Chúa Thương Xót, lễ Thánh Tâm là cách Thiên Chúa nhắc nhở chúng ta rằng con đường đến với Người luôn rộng mở. Đó là cách Thiên Chúa mời gọi chúng ta đến với Chúa Giêsu và cảm nghiệm tình yêu của Ngài.

Devotion to the Sacred Heart goes back as early as the eleventh century. By the sixteenth century, the image of Jesus' heart, pierced by a lance and surrounded by a crown of thorns, was gaining in popularity, largely due to its promotion by the Franciscan and Jesuit orders. But the most dramatic source of the devotion came from a humble Visitation Sister in France—St. Margaret Mary Alacoque (1647–1690). In a series of visions, Jesus asked Margaret Mary to help establish a special feast day devoted to his heart. She spoke of Jesus' Sacred Heart as “an abyss of love to meet our every need.” In 1856, Pope Pius IX established this day—the Friday after the feast of Corpus Christi—as a feast for the universal Church.

Today's feast is an invitation as much as it is a commemoration. Jesus is inviting us to enter into his heart. He is inviting us to lose ourselves in his love and discover the power of that love to heal our hurts, enliven our hopes, and protect us from fear. He is inviting us to discover all over again how strong his love is for us. Nothing can ever quench it—not even our sins or unworthiness!

So take up the invitation today. Fix your eyes on Jesus' heart. Let his love flow over you and lift you up to heaven.

*“Jesus, meek and humble of heart, make my heart like yours!”*

Việc sùng kính Thánh Tâm đã có từ thế kỷ XI. Đến thế kỷ 16, hình ảnh trái tim của Chúa Giêsu, bị mũi giáo đâm và bao quanh bởi vòng gai, đã trở nên phổ biến, phần lớn là do các dòng tu dòng Phanxicô và Dòng Tên quảng bá hình ảnh này. Nhưng nguồn gốc sâu sắc nhất của lòng sùng kính đến từ một Nữ tu Dòng Thăm Viếng khiêm tốn ở Pháp - St. Margaret Mary Alacoque (1647–1690). Trong một loạt các thị kiến, Chúa Giêsu đã yêu cầu Margaret Mary giúp thiết lập một ngày lễ đặc biệt dành cho trái tim của Ngài. Sơ nói về Thánh Tâm Chúa Giêsu như “vực thẳm tình yêu đáp ứng mọi nhu cầu của chúng ta.” Vào năm 1856, Đức Giáo Hoàng Piô IX đã thiết lập ngày này - thứ Sáu sau lễ Minh Máu Thánh Chúa - như một ngày lễ của Giáo Hội hoàn vũ.

Ngày hôm nay là một lời mời cũng như là một lễ kỷ niệm. Chúa Giêsu đang mời gọi chúng ta đi vào trái tim của Người. Ngài đang mời gọi chúng ta đánh mất chính mình trong tình yêu của Ngài và khám phá sức mạnh của tình yêu đó để chữa lành những tổn thương của chúng ta, làm sống động những hy vọng của chúng ta và bảo vệ chúng ta khỏi sợ hãi. Ngài đang mời chúng ta khám phá lại tình yêu của Ngài dành cho chúng ta mạnh mẽ như thế nào. Không gì có thể dập tắt được nó - kể cả tội lỗi hay sự bất xứng của chúng ta!

Vì vậy, hãy nhận lời mời ngày hôm nay. Hãy dán mắt vào trái tim của Chúa Giêsu. Hãy để tình yêu của Ngài tuôn chảy trên bạn và nâng bạn lên thiên đàng.

Lạy Chúa Giêsu hiền lành và khiêm nhường trong lòng, xin làm cho lòng con nên giống trái tim Chúa!

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