

GIÁO XỨ
□ **Linh Mục Phó xứ:**
Cha Giuse Nguyễn Xuân Long, SVD
- Khẩn cấp xin gọi: 0449 756 810
□ **Linh Mục Tuyên Úy**
CDCGVN
Cha Giuse Vũ Minh Nguyên, SVD
□ **Thư Ký Văn Phòng :**
Margaret Ainuu Joy Spratt & Aileen Richter
□ **DIỆN THOẠI**
Văn phòng giáo xứ: 3372-5658
Fax: 3372-5863
Trường St. Mark: 3372-3408
□ **GIỜ LÀM VIỆC**
Thứ Hai - Thứ Sáu:
9 giờ sáng tới 3 giờ chiều.
□ **ĐỊA CHỈ**
Văn phòng: 96 Lilac St. Inala
Email:
stmarks@bne.catholic.net.au
Bản tin:
bantinstmark@yahoo.com
Website: www.stmarksinala.com
Facebook:
- St Mark's Catholic Parish
- St Mark's Inala Youth Group

□ **THÁNH LỄ CUỐI TUẦN**
Thứ Bảy:
— 6 giờ tối, Anh Ngữ
— 7.30 giờ tối, Việt Ngữ
Chúa Nhật:
— 7.30 giờ sáng, Việt Ngữ
— 9.30 giờ sáng, Anh Ngữ
— 5 giờ chiều, Anh Ngữ
□ **THÁNH LỄ NGÀY THƯỜNG**
Thứ Ba: — 6 giờ tối, Việt Ngữ
Thứ Tư: — 8 giờ sáng, Anh Ngữ
Thứ Năm: — 6 giờ tối, Việt Ngữ
Thứ Sáu: — 8 giờ sáng Anh Ngữ
□ **XƯNG TỘI**
Xin liên lạc lấy hẹn trước
□ **RỬA TỘI & XỨC ĐẦU**
Xin liên lạc với văn phòng Giáo Xứ hoặc với Quý Cha.

• **GÓC TÌM HIỂU: CÁC TƯ THẾ VÀ CỬ CHỈ TRONG PHỤNG VỤ**
Trong phụng vụ Công giáo, các tư thế và cử chỉ không chỉ là những hành động bên ngoài mà còn là ngôn ngữ của tâm hồn để giao tiếp với Thiên Chúa.
Các cử chỉ tay và thân thể
• **Dấu Thánh Giá:** Lời tuyên xưng đức tin vào Thiên Chúa Ba Ngôi và ơn cứu độ qua Thập giá Đức Kitô. Đây là dấu ấn mở đầu và kết thúc mọi hoạt động phụng vụ.
• **Đắm ngực:** Cử chỉ của sự hối lỗi, nhìn nhận sự bất xứng của bản thân trước mặt Chúa (thường dùng trong Kinh Thủ Nhận).
• **Chắp tay:** Biểu tượng của sự tập trung, phó thác và cầu nguyện tha thiết.
• **Bắt tay bình an:** Thể hiện sự hiệp nhất, yêu thương và hòa giải với anh chị em trước khi rước Mình Thánh Chúa.
• **Làm dấu trên trán, môi và ngực:** Trước khi nghe bài Tin Mừng, chúng ta xin Chúa cho Lời Người ở trong trí óc, trên môi miệng và trong trái tim mình.
Các cử chỉ của vị chủ tế
• **Giang tay:** Mô phỏng hình ảnh Chúa Giêsu trên Thập giá, đồng thời thể hiện sự mở lòng đón nhận và cầu bầu cho đoàn dân.
• **Đặt tay:** Cử chỉ khẩn cầu Chúa Thánh Thần xuống trên lễ vật hoặc trên các ứng viên trong bí tích Truyền chức và Thêm sức.
(Tóm tắt trong Quy chế Tổng quát Sách Lễ Rôma)

LỊCH PHỤNG VỤ TRONG TUẦN
❖ **Thứ Hai 02/02:** DÂNG CHÚA TRONG ĐỀN THỜ, lễ kính.
❖ **Thứ Ba 03/02:** Thánh Gio-an Tê-ô-phan Vê-na Ven, Tử đạo, lễ nhớ
❖ **Thứ Tư 04/02:** kính Thánh Cả Giuse.
❖ **Thứ Năm 05/02:** Thánh A-ga-ta, Trinh nữ, Tử đạo, lễ nhớ. Ngày các Linh mục.
❖ **Thứ Sáu 06/02:** đầu tháng
❖ **Thứ Bảy 07/02:** đầu tháng.
❖ **Chúa Nhật 08/02: CN V THƯỜNG NIÊN**
Bài đọc 1. Is 58,7-10
Bài đọc 2. 1 Cr 2, 1-5.
Tin Mừng Mt 5,13-16



BẢN TIN GIÁO XỨ ST MARK , INALA
CHÚA NHẬT IV THƯỜNG NIÊN
Ngày 31 tháng 01 - 01 tháng 02 năm 2026

CẦU NGUYỆN CHUNG THÁNG 02/2026
Cho trẻ em mắc bệnh nan y - Chúng ta hãy cầu nguyện cho những trẻ em đang chịu đựng bệnh nan y và gia đình các em nhận được sự chăm sóc y tế và sự hỗ trợ cần thiết, không bao giờ đánh mất nghị lực và hy vọng.

BÀI ĐỌC 1 Xp 2, 3 ; 3, 12-13
Ta sẽ cho sót lại giữa người một dân nghèo hèn và bé mọn.
Lời Chúa trong sách ngôn sứ Xô-phô-ni-a.
Hỡi tất cả những ai nghèo hèn trong xứ sở, những kẻ thi hành mệnh lệnh của Đức Chúa, anh em hãy tìm kiếm Người; hãy tìm sự công chính, hãy tìm đức khiêm nhường thì may ra anh em sẽ được che chở trong ngày thịnh nộ của Đức Chúa.
Ta sẽ cho sót lại giữa người một dân nghèo hèn và bé nhỏ; chúng sẽ tìm nương ẩn nơi danh Đức Chúa. Số dân Ít-ra-en còn sót lại sẽ không làm chuyện tàn ác bất công, cũng không ăn gian nói dối và miệng lưỡi chúng sẽ không còn phỉnh gạt. Nhưng chúng sẽ được chặn dất và nghỉ ngơi mà không còn bị ai làm cho khiếp sợ.
Đó là lời Chúa.
ĐÁP CA Tv 145, 6b-7a.7b-8.9-10 (D. Mt 5,3)
Đ. Phúc thay ai có tâm hồn nghèo khó, vì Nước Trời là của họ.
Nam: Chúa là Đấng giữ lòng trung tín mãi muôn đời. Chúa xức công minh cho người bị áp bức, ban lương thực cho kẻ đói ăn.
Nữ: *Chúa giải phóng những ai tù tội, Chúa mở mắt cho kẻ mù loà. Chúa cho kẻ bị chìm xuống đứng thẳng lên, Chúa yêu chuộc những người công chính.*
Chung: Chúa phù trợ những khách ngoại kiều, Người nâng đỡ cô nhi quả phụ, nhưng phá vỡ mưu đồ bọn ác nhân. Chúa nắm giữ vương quyền muôn muôn thuở, Xi-on hỡi, Chúa Trời người hiền trị ngàn đời.
Đ. Phúc thay ai có tâm hồn nghèo khó, vì Nước Trời là của họ.

BÀI ĐỌC 2 1 Cr 1, 26-31
Những gì thế gian cho là yếu hèn, thì Thiên Chúa đã chọn.
Lời Chúa trong thư thứ nhất của thánh Phaolô tông đồ gửi tín hữu Côrintô.
Thưa anh em, anh em thử nghĩ lại xem: khi anh em được Chúa kêu gọi, thì trong anh em đâu có mấy kẻ khôn ngoan trước mặt người đời, đâu có mấy người quyền thế, mấy người quý phái. Song những gì thế gian cho là điên dại, thì Thiên Chúa đã chọn để hạ nhục những kẻ khôn ngoan, và những gì thế gian cho là yếu kém, thì Thiên Chúa đã chọn để hạ nhục những kẻ hùng mạnh; những gì thế gian cho là hèn mạt không đáng kể, là không có, thì Thiên Chúa đã chọn để huỷ diệt những gì hiện có, hầu không một phạm nhân nào dám tự phụ trước mặt Người. Phần anh em, chính nhờ Thiên Chúa mà anh em được hiện hữu trong Đức Ki-tô Giê-su, Đấng đã trở nên sự khôn ngoan của chúng ta, sự khôn ngoan xuất phát từ Thiên Chúa, Đấng đã làm cho anh em trở nên công chính, đã thánh hoá và cứu chuộc anh em, hợp như lời đã chép rằng: Ai tự hào thì hãy tự hào trong Chúa.
Đó là lời Chúa.

TUNG HỒ TIN MỪNG

Mt 5, 12a

Ha-lê-lui-a. Ha-lê-lui-a. Anh em hãy vui mừng hơn hờ, vì phần thưởng dành cho anh em ở trên trời thật lớn lao. **Ha-lê-lui-a.**

TIN MỪNG

Mt 5, 1-12

Phúc thay ai có tâm hồn nghèo khó.

Tin Mừng Chúa Giê-su Ki-tô theo thánh Mát-thêu.

Một hôm thấy đám đông, Đức Giê-su lên núi. Người ngồi xuống, các môn đệ đến gần bên. Người lên tiếng dạy họ rằng:

“Phúc thay ai có tâm hồn nghèo khó, vì Nước Trời là của họ.

Phúc thay ai hiền lành, vì họ sẽ được Đất Hứa làm gia nghiệp.

Phúc thay ai sầu khổ, vì họ sẽ được Thiên Chúa ủi an.

Phúc thay ai khát khao nên người công chính,

vì họ sẽ được Thiên Chúa cho thỏa lòng.

Phúc thay ai xót thương người, vì họ sẽ được Thiên Chúa xót thương.

Phúc thay ai có tâm hồn trong sạch, vì họ sẽ được nhìn thấy Thiên Chúa.

Phúc thay ai xây dựng hoà bình, vì họ sẽ được gọi là con Thiên Chúa

Phúc thay ai bị bách hại vì sống công chính, vì Nước Trời là của họ.

Phúc thay anh em khi vì Thầy mà bị người ta sỉ vả, bách hại và vu khống đủ điều xấu xa.

Anh em hãy vui mừng hơn hờ, vì phần thưởng dành cho anh em ở trên trời thật lớn lao.”

Đó là lời Chúa.

SUY NIỆM: PHÚC VÌ CÓ TINH THẦN NGHÈO KHÓ — Mt 5, 1-12a

Hôm nay, chúng ta được mời gọi để cùng nhau chiêm ngắm bản hiến chương Nước Trời. Ngay khởi đầu của bản hiến chương đó, Đức Giê-su đã mời gọi: “Phúc thay ai có tinh thần nghèo khó, vì Nước Trời là của họ.” Đây chính là chìa khoá cho toàn bộ sứ điệp Tin Mừng mà Đức Giê-su muốn trao ban.

Nên nhớ rằng, Thánh sử Mát-thêu không cổ võ cho cái nghèo vật chất nhưng Ngài khích lệ một tinh thần nghèo khó. Tinh thần nghèo khó có nghĩa là: hãy nhận biết sự giới hạn của mình và để cậy dựa vào Thiên Chúa. Thật vậy, người nghèo trong tinh thần là người không xây dựng cuộc đời trên quyền lực, tiền bạc hay danh vọng, nhưng trên mối tương quan sống động với Thiên Chúa là Cha. Đó là người dám từ bỏ sự tự mãn để sống trong khiêm hạ và tín thác. Và điều này, Đức Giê-su không chỉ khắc trên bia đá như ông Mô-sê ngày xưa đã làm, mà Ngài ghi khắc vào tâm hồn của mỗi người chúng ta.

Thật vậy, trong một thế giới đề cao sự sở hữu và kiểm soát, lời mời gọi sống nghèo khó của Tin Mừng mang tính ngôn sứ và giải phóng. Bám víu vào của cải và thành đạt thường làm con người nặng nề, lo âu và khép kín. Trái lại, tinh thần nghèo khó đem lại sự tự do nội tâm: tự do để không bị chi phối bởi những gì mình có, tự do để sống cho Thiên Chúa và tha nhân, và tự do để yêu thương cách quảng đại.

Do vậy, Lời Chúa hôm nay mời gọi mỗi Kitô hữu xét lại nền tảng đời sống đức tin của mình. Tôi đang tìm sự an toàn ở đâu? Điều gì đang chiếm chỗ trung tâm trong tâm hồn tôi?

Khi chọn sống nghèo trước mặt Thiên Chúa, chúng ta không mất đi điều gì, nhưng lại khám phá ra được kho tàng lớn, đó chính là Thiên Chúa, Đấng gia nghiệp đời chúng ta.

Qua đó, chúng ta tìm được sự tự do và hạnh phúc đích thực mà Đức Giê-su hứa ban. Amen.

Lm Giuse Nguyễn Xuân Long, SVD

THÔNG BÁO

● **Thời gian Thánh lễ và Phụng vụ tháng Hai:**

- Thứ Sáu, 06/02/2026 – 8 giờ sáng Châu Thánh Thể - 9 giờ Thánh lễ Xức dầu (Tiếng Anh)
- Thứ Bảy, 07/02/2026 – 7 giờ sáng Thánh lễ Đức Mẹ (tiếng Việt) tại Hội trường Lobelia.
- Chủ nhật, 15/02/2026 – Khởi động chương trình bác ái mùa chay
- Thứ Tư, 18/02/2026 – Thời gian Thánh lễ Thứ Tư Lễ Tro sẽ được thông báo trong bản tin tuần sau.
- Thứ Bảy, 21/02/2026 – 7 giờ sáng Thánh lễ Đức Mẹ (tiếng Anh) tại Hội trường Lobelia.

- **Chương trình Bí tích Thánh Mark năm 2026:** Giáo xứ đang mở đăng ký cho các em học sinh lớp 5 trở lên đã lãnh nhận Bí tích Thêm sức và Rước lễ lần đầu để lãnh nhận **Bí tích Hòa giải lần đầu (Xung tội lần đầu)**. Mẫu đăng ký có thể được lấy từ văn phòng giáo xứ và trang web: <https://stmarksinala.com/sacraments/> . Vào **thứ Bảy, 28/03/2026**, các em sẽ lãnh nhận Bí tích Hòa giải tại nhà thờ. Vui lòng gửi mẫu đăng ký qua email (stmarks@bne.catholic.net.au) hoặc đến văn phòng giáo xứ trước ngày: Thứ Tư, ngày 25/02/2026

- **Trung tâm Hỗ trợ Gia đình St Vincent de Paul Inala cần một tình nguyện viên** lái xe vào **sáng thứ Ba (từ 7 giờ sáng đến 12 giờ trưa)** để thu gom thực phẩm từ ngân hàng thực phẩm (food bank). Những mặt hàng này sau đó sẽ được phân phát cho người nghèo từ Trung tâm Hỗ trợ. Người lái xe sẽ làm việc cùng với một tình nguyện viên. Để biết thêm thông tin, vui lòng liên hệ với **Liza tại Trung tâm Hỗ trợ Gia đình** qua số điện thoại di động: 0419 670 096 hoặc email: liza.dykstra@svidpql.org.au hoặc liên hệ với Văn phòng Giáo xứ qua số điện thoại: 3372 5658 hoặc email: stmarks@bne.catholic.net.au.

- **Cần thêm thành viên mới cho Trung tâm Hỗ trợ Gia đình Inala** để cùng chia sẻ công việc phục vụ những người đang gặp khó khăn. Các thành viên cũng gặp nhau vào thứ Ba tuần thứ 2 hàng tháng trong 2 giờ để tất cả các tình nguyện viên được hỗ trợ và hướng dẫn về cách tốt nhất để giúp đỡ người nghèo. Để biết thêm thông tin, vui lòng liên hệ với Monica qua số điện thoại 0439 726 941 hoặc qua email tại johnmonica@bigpond.com

- **Thay Đổi Phương Thức Thanh Toán:** Từ ngày 28/02/2026, Văn phòng Giáo xứ sẽ không còn sử dụng Cheque (séc) hoặc tiền mặt nữa.

- Các chi phí liên quan đến Giáo xứ sẽ không còn được hoàn trả bằng tiền mặt.
- Tất cả các khoản hoàn trả đã được phê duyệt sẽ được thực hiện bằng hình thức chuyển khoản trực tiếp qua ngân hàng.
- Vui lòng cung cấp cho Văn phòng Giáo xứ thông tin chi tiết tài khoản ngân hàng nếu quý vị gửi yêu cầu hoàn trả chi phí.

Để biết thêm thông tin hoặc được hỗ trợ, vui lòng liên hệ với Văn phòng Giáo xứ theo số 3372 5658.