

5 phút cho
LỜI CHÚA



tháng 08/2021

ĐỨC TIN ĐEM LẠI SỰ SỐNG

Họ liền hỏi Người: “Chúng tôi phải làm gì để thực hiện những việc Thiên Chúa muốn?” Đức Giê-su trả lời: “Việc Thiên Chúa muốn cho các ông làm, là tin vào Đấng Người đã sai đến.” (Ga 6,28-29)

Suy niệm: Hẳn dân chúng vẫn còn ấn tượng về phép lạ bánh hoá nhiều của Đức Giê-su nên họ lên thuyền qua bờ bên kia để tìm Đức Giê-su. Đức Giê-su biết họ tìm Ngài chỉ vì đã được ăn bánh no nê, họ hy vọng sẽ được những bữa ăn tương tự... Miếng ăn không phải là nỗi lo của riêng họ mà là của muôn người. Chúa không trách họ về chuyện này: Ngài vừa lo cho họ ăn no nê đây thôi! Điều Ngài muốn là nâng họ lên tầm cao hơn. Đó là phải tìm kiếm lương thực thường tồn đem lại sự sống đời đời. Muốn có lương thực ấy thì phải ra sức làm “*những việc Thiên Chúa muốn*” đó là tin vào Ngài, Đấng mà Thiên Chúa sai đến, vì chỉ có Ngài mới có những Lời đem lại cho con người sự sống đời đời.

Mời Ban: Từ mấy tấm bánh là lương thực vật chất, Chúa dần dần mạc khải “*lương thực thường tồn*” là chính Thịt Máu Ngài mà Ngài sẽ ban qua Bí tích Thánh Thể. Tin vào Đức Ki-tô nhờ lãnh nhận Bí tích Rửa tội là bước đầu để đến lãnh nhận “*lương thực thường tồn*” ấy. Giữa bối cảnh đại dịch hiện nay, không thể tham dự Thánh Lễ để rước Mình Thánh cách thực sự, chúng ta phương thế bổ sung là rước lễ thiêng liêng. Bạn đã thực hiện như thế chưa?

Sống Lời Chúa: Sốt sắng tham dự thánh lễ trực tuyến và rước lễ thiêng liêng.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, con yêu mến Chúa trên hết mọi sự, và khát khao được rước Chúa vào linh hồn con. Nhưng vì bây giờ con không thể rước Chúa được, thì xin Chúa ngự vào linh hồn con cách thiêng liêng.*

CỘNG TÁC VỚI CHÚA

Đức Giê-su bảo: “Họ không cần phải đi đâu cả, chính anh em hãy cho họ ăn.” (Mt 14,16)

Suy niệm: Chúa Giê-su chạnh lòng thương khi trông thấy một đoàn người đông đảo đi theo Ngài. Ngài không chỉ chữa lành bệnh tật cho họ mà còn cho họ ăn. Từ năm chiếc bánh và hai con cá mà Ngài đã cho đoàn người chừng “*năm ngàn đàn ông, không kể đàn bà và trẻ con*” được ăn no nê. Sự đóng góp chẳng đáng là bao của các môn đệ nhưng qua số lương thực ít ỏi đó Chúa đã làm nên phép lạ. Thật vậy, công việc của con người tự nó không có giá trị gì, nhưng khi cộng tác với Chúa, nó trở nên hành động siêu nhiên mang ơn cứu độ.

Mời Ban: Thế giới hôm nay đang đối diện với bao biến động về kinh tế vì dịch bệnh lan tràn khắp nơi. Cách riêng tại Việt Nam trong thời gian vừa qua, mỗi ngày hơn ngàn người bị nhiễm Covid. Chúa chạnh lòng

thương xót nhân loại đang đau khổ, Chúa có thể làm mọi sự để cứu con người nhưng Chúa cần đến sự cộng tác của chúng ta. Chúa muốn chúng ta cũng chạnh lòng thương trước những người đang cần chúng ta giúp đỡ. Dù sự đóng góp của chúng ta chẳng thấm vào đâu so với nhu cầu rộng lớn hiện nay, nhưng Chúa sẽ đón nhận và nhân lên gấp bội, để đem lại lợi ích cho nhiều người.

Chia sẻ: Bạn có quảng đại dâng hiến đời mình cho Chúa hay giúp đỡ và chia sẻ với tha nhân về vật chất, thời gian, trí tuệ, sức khỏe không?

Sống Lời Chúa: Quan tâm giúp đỡ những người bệnh tật, nghèo khổ, già yếu, neo đơn và những người đang cần sự giúp đỡ.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho sự cộng tác bé nhỏ của con làm vinh danh Chúa và hữu ích cho mọi người. Amen.*

THẤY NHƯNG KHÔNG NHẬN RA

Thấy Người đi trên mặt biển, các ông hoảng hốt bảo nhau: “Ma đây!” và sợ hãi la lên. (Mt 14,26)

Suy niệm: Các môn đệ thấy Chúa đi trên mặt biển nhưng không nhận ra đó là Ngài mà còn tưởng là ma. Các ông vừa chứng kiến phép lạ hoá bánh ra nhiều Chúa mới làm chiều hôm trước, nhưng các ông đã quên điều đó, vì lòng các ông chỉ nghĩ Ngài như một Đấng Mê-si-a theo nghĩa trần tục. Hơn nữa, trong tâm thức người Do Thái, biển là nơi cư ngụ của ma quỷ (x. Mc 5,13tt). Vì thế, khi phải vượt biển trong đêm và chống chọi với sóng to gió lớn như thế này, các ông mang tâm trạng sợ hãi, thấy Chúa nhưng các ông nghĩ *đó chỉ có thể là ma*. Thế nhưng khi Chúa lên thuyền, gió liền lặng ngay. Các ông nhận ra Ngài, bái lạy và tuyên xưng: *“Quả thật Ngài là Con Thiên Chúa!”*

Mời Bạn: Chúng ta dễ cảm nhận Chúa ở nơi thánh thiêng như trong nhà thờ, trong

Mình Thánh Chúa; chúng ta dễ nghĩ Chúa quyền phép xuất hiện với dáng vẻ uy nghiêm và trong những sự kiện thiêng thánh. Thế nên khi Chúa xuất hiện trong những trường hợp chúng ta không ngờ, chúng ta không nhận ra đó là Chúa, Người đang đồng hành với mình. Hoặc có khi Chúa đến với chúng ta mà mình cứ loay hoay tìm cách giải quyết cái khó khăn của mình nên không nhận ra Chúa.

Sống Lời Chúa: Trong thình lặn, bạn ôn lại những biến cố mà bạn cảm nhận được Chúa hiện diện và can thiệp trong đời bạn.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, sống trên biển đời trần gian nhiều lúc chúng con phải loay hoay với nhiều thứ nên đã không thấy Chúa. Xin giúp chúng con biết dừng lại để nhìn kỹ hầu có thể nhận ra Chúa.*

KIÊN NHẪN ĐẾN CÙNG

Bây giờ, Chúa Giê-su đáp: “Này bà, lòng tin của bà mạnh thật. Bà muốn sao thì sẽ được vậy.” Từ giờ đó, con gái bà được khỏi.” (Mt 15,28)

Suy niệm: Người phụ nữ xứ Ca-na-an đau khổ và bất lực vì đứa con gái bị quỷ ám giày vò “*khô sở lăm*”. Khi đến xin Đức Giê-su cứu chữa, bà đã tôn xưng Ngài là Con Vua Đa-vít vì bà tin Ngài có quyền năng thần linh có thể thắng được ma quỷ. Thế nhưng, thoát đầu Chúa Giê-su đáp lại lời bà kêu xin bằng sự thình lạng lạnh lùng. Mức độ thử thách càng lúc càng tăng: Chúa thẳng thừng từ chối lời khẩn nài lại còn buông lời miệt thị nguồn gốc Ca-na-an của bà. Nhưng bà vẫn kiên trì, không bỏ cuộc; bà tiếp tục đi theo kêu nài và bà đã không hoài công vô ích, bà được Chúa nhậm lời cùng với lời khen ngợi. Bà đã khám phá ra rằng vẻ lạnh lùng vô cảm của Ngài chỉ là thử thách, và phần thưởng cho lòng tin

mạnh mẽ và kiên vững của bà là món quà tặng thật lớn lao của Chúa: *“Lòng tin của bà mạnh thật, bà muốn sao thì sẽ được vậy.”*

Mời Ban: Ngày nay nhiều người hô hào *“sống chậm lại, nghĩ khác đi”* bởi vì lối sống vội của chủ nghĩa thực dụng và hưởng thụ đang len lỏi vào mọi lĩnh vực cuộc sống, từ cách ăn uống, kiếm tiền và tiêu tiền cho đến cách học hành, yêu đương, và từ đó, biến con người thành khô cằn ích kỷ. Họ mất đi khả năng kiên trì và hy sinh trước cơn thử thách, mà đó lại là điều kiện để đức tin được tôi luyện và nên vững mạnh.

Sống Lời Chúa: Tập *“sống chậm”* bằng cách kiềm chế những cảm xúc tức thời thái quá, và dành thêm thời gian tĩnh lặng suy niệm Lời Chúa mỗi ngày.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, con tin Chúa, nhưng xin ban thêm lòng tin còn yếu đuối của con.*

HỘI THÁNH CỦA CHÚA

“Thầy bảo cho anh biết: anh là Phê-rô, nghĩa là Tảng Đá, trên tảng đá này, Thầy sẽ xây Hội Thánh của Thầy, và quyền lực tử thần sẽ không thắng nổi.” (Mt 16,18)

Suy niệm: Đã có những lúc, người ta tưởng như Giáo Hội sắp bị sụp đổ đến nơi, nhất là khi phải đối diện với vô số khó khăn đến từ cả bên trong lẫn bên ngoài. Bên ngoài là sự chống đối, bách hại trải dài từ những thế kỷ đầu cho đến ngày hôm nay vẫn chưa chấm dứt. Còn bên trong là các cuộc khủng hoảng ly khai, những yếu đuối lỗi lầm của những con người trong lòng Giáo Hội. Tuy nhiên, Giáo Hội vẫn đứng vững bởi vì Giáo Hội là của Chúa chứ không phải của con người: không phải của Đức Giáo hoàng, cũng không phải của các vị Hồng y, Giám mục nào... Giáo Hội là tất cả mọi Ki-tô hữu và mọi Ki-tô hữu là Giáo Hội. Nhưng hơn thế nữa, Giáo Hội là Chúa Ki-tô. Đó mới là lý do vì sao *“mọi quyền lực tử thần sẽ không*

thắng nổi”. Đừng quên, mọi quyền lực tử thần sẽ không thắng nổi nhưng không phải là chúng ngừng tấn công Giáo Hội đâu.

Mời Ban: Cũng giống như Chúa thấy rõ con người yếu đuối của Phê-rô nhưng Ngài vẫn chọn ông làm tông đồ trưởng và còn tin tưởng đặt ông làm nền móng vững chắc để xây dựng Giáo Hội. Chúa cũng thấy rõ mỗi người chúng ta và Ngài vẫn mời gọi chúng ta trở thành người cộng tác để xây dựng Giáo Hội chứ không phải để chúng ta “trùm chăn” bất cộng tác hoặc phê phán và chỉ trích lẫn nhau.

Sống Lời Chúa: Tham dự thánh lễ hoặc giờ cầu Thánh Thể sốt sắng để cầu nguyện cho Giáo hội, đặc biệt tại những nơi đang gặp khó khăn.

Cầu nguyện: *Hát: “Này con là Đá” để cầu cho Giáo Hội và Đức Thánh Cha.*

HẠNH PHÚC ĐƯỢC Ở VỚI ĐỨC GIÊ-SU

Bấy giờ, Ông Phê-rô thưa với Đức Giê-su: “Thưa Thầy, chúng con ở đây thật là hay! Chúng con xin dựng ba cái lều, một cho Thầy, một cho ông Mô-i-se và một cho ông Ê-li-a.” Thật ra, ông không biết phải nói gì vì các ông kinh hoàng. (Mc 9,5-6)

Suy niệm: Cảm giác đối diện với Thiên Chúa, Đấng “ba lần thánh”, thật choáng ngợp khó tả. Khi ba vị tông đồ chứng kiến vinh quang Thiên Chúa bấy lâu nay ẩn giấu dưới lớp vỏ bọc mộc mạc của bác thợ Giê-su giờ đây tỏ hiện uy nghi huy hoàng, các ông vừa kinh hoàng vừa bị say mê cuốn hút đến nỗi Phê-rô chỉ biết lắp bắp xin dựng lều ở lại luôn trên núi vì “ở đây thật là hay!” Vinh quang chói loà ấy như tia chớp loé lên trong khoảnh khắc rồi lại trở về ẩn giấu: Thầy Giê-su căn dặn các ông chỉ công khai điều ấy khi Ngài “từ cõi chết trỗi dậy.”

Mời Ban: Vinh quang của Thiên Chúa giờ

đây vẫn ẩn giấu nơi Bí tích Thánh Thể. Người tín hữu vẫn thường ném trước vinh quang ấy khi chiêm ngắm Chúa và rước Mình và Máu thánh Người, khi được hít thở và sống bầu khí thánh thiêng của ân sủng Chúa hôm nay. Bạn có cảm nhận như Phê-rô được ở đây với Chúa khi rước Mình Máu Thánh Ngài thật là tốt quá và hạnh phúc cho chúng ta biết bao. Đến và ở lại với Chúa để đón nhận hồng ân sự sống siêu nhiên, cùng với bình an và hạnh phúc. Như vậy, việc kết hiệp với Chúa không phải là việc thêm vào, nhưng là nhu cầu thiết yếu của người tín hữu.

Sống Lời Chúa: Siêng năng rước Mình Máu Thánh Chúa. Trong thời dịch bệnh thì rước lễ thiêng liêng.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con cảm nhận hạnh phúc bình an khi được kết hiệp với Chúa. Con xin chọn Chúa là lẽ sống và gia nghiệp đời con.*

VÌ THIẾU ĂN CHAY CẦU NGUYỆN

“Ôi thế hệ cứng lòng không chịu tin và gian tà, tôi còn phải ở với các ông cho đến bao giờ? Còn chịu đựng các người cho đến bao giờ nữa?” (Mt 17,17)

Suy niệm: Chúa Giê-su sai các môn đệ ra đi, Ngài cũng trang bị cho các ông quyền năng: Các ông chữa được nhiều bệnh nhân, trừ được nhiều quỷ (Mc 6,13). Có lần các ông còn hơn hở ‘báo cáo thành tích’: *“Nghe danh Thầy, cả ma quỷ cũng phải khuất phục chúng con”* (Lc 10,17). Thế mà lần này thì thật bẽ mặt; các ông bó tay trước một ca hóc búa: một bé trai bị quỷ ám kinh phong mà các ông không chữa được. Hoá ra đâu phải được Chúa ban cho quyền năng rồi cứ sử dụng nó như một thứ bùa chú, máy móc mà được. Để cho quyền năng Chúa thực sự hoạt động, cần phải có lòng tin. Và lòng tin thì được nuôi dưỡng bằng việc ăn chay và cầu nguyện (x. Mt 17,21). Chúa Giê-su khiển trách các môn đệ cứng lòng tin là vì lý do

đó.

Mời Ban: Có một mối tương quan rõ rệt giữa lòng tin và việc ăn chay cầu nguyện. Ở đâu việc cầu nguyện bị coi như việc phí giờ vô ích, còn ăn chay là một thứ khổ chế hành xác lạc hậu, ở đó niềm tin ngày càng phai lạt đi. Và cũng ở những nơi đó chúng “kinh phong” thời đại - lối sống hưởng thụ thác loạn, bất công, bạo hành - tha hồ hoành hành không còn thuốc chữa. Bạn có bao giờ tự vấn lương tâm: Phải chăng vì tôi chưa có lòng tin vững mạnh chưa sống tinh thần chay tịnh và cầu nguyện mà thế giới ngày nay còn xa rời Tin Mừng của Đức Ki-tô như thế?

Sống Lời Chúa: Dành ít phút để tâm sự với Chúa về nỗi nhức nhối của bạn trước những tệ nạn xã hội hiện nay.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho chúng con cảm được nỗi đau của Chúa trước sự cứng lòng của thế hệ chúng con để chúng con hoán cải chính mình và tha nhân.*

ĐƯỢC LÔI KÉO BỞI TRỜI!

“Chẳng ai đến được với tôi nếu Chúa Cha, là Đấng đã sai tôi, không lôi kéo người ấy, và tôi, tôi sẽ cho người ấy sống lại trong ngày sau hết.” (Ga 6,44)

Suy niệm: Đức tin là ơn ban từ Thiên Chúa. Điều đó có nghĩa là tự sức mình dù nỗ lực đến mấy không ai có thể sở đắc được đức tin. Chính Đức Giê-su đã khẳng định: *“Chẳng ai đến với tôi được, nếu Chúa Cha, là Đấng đã sai tôi, không lôi kéo người ấy.”* Điều này không có nghĩa là chỉ có một số người mới nhận được ơn đức tin. Ngay lập tức Ngài nói tiếp: *“Hết mọi người sẽ được Thiên Chúa dạy dỗ”* (Ga 6,45). Quả vậy, khi tạo dựng con người, Ngài đã ban cho họ “khả năng nhờ ánh sáng tự nhiên của lý trí” (x. Denz. 1785) để họ *“nhận biết sự thật và được cứu rỗi”* (x. Rm 1,20; 1Tm 2,4). Tuy nhiên, chỉ những ai chấp nhận với tất cả sự hiểu biết và tự do của mình, để Chúa Cha lôi kéo đến với Ngài qua Đức Giê-su để có được đức tin và được sự sống đời đời.

Mời Ban: Chắc bạn đã từng kinh nghiệm về sự giằng co ở trong mình: một bên là Thiên Chúa và bên kia là ma quỷ. Đương nhiên không ai lại muốn để ma quỷ lôi kéo vào những ước muốn tội lỗi, xấu xa. Nhưng thực tế điều này ít nhiều đã xảy đến cho bạn. Cần một nội lực siêu nhiên giúp bạn chống lại những ước muốn xấu đó. Mời bạn đến với Bí tích Thánh Thể là “màu nhiệm đức tin”, là nguồn mạch sự sống và bình an, để nhận được nguồn sức sống tuyệt vời ấy.

Sống Lời Chúa: Siêng năng lãnh nhận Thánh Thể, hoặc rước lễ thiêng liêng và xin Chúa ban thêm đức tin.

Cầu nguyện: *Lạy Cha, xin lôi kéo con biết năng đến với Bí tích Thánh Thể là Con Một Cha. Nhờ đó, mỗi ngày con được biến đổi, được kín múc ân sủng và ơn cứu độ muôn đời. Amen.*

NỖI BUỒN SẼ NÊN NIỀM VUI

Đức Giê-su nói với các môn đệ: “Con Người sắp bị nộp vào tay người đời, họ sẽ giết chết Người, và ngày thứ ba Người sẽ trỗi dậy.” Các môn đệ buồn phiền lắm.
(Mt 17,22-23)

Suy niệm: Các môn đệ buồn phiền là có thật, rất thật nữa là khác: Làm sao không buồn được khi mà người Thầy các ông hằng kính mến tuyên bố Ngài sẽ bị nộp vào tay người đời và bị họ giết chết. Nhưng nỗi buồn đó không giam hãm các ông trong tuyệt vọng mà sẽ trở thành niềm vui cho các ông bởi vì “ngày thứ ba Người sẽ trỗi dậy.” Mọi nan đề trong cuộc sống, ngay cả những buồn phiền khổ đau mà con người tưởng như bế tắc vô phương cứu chữa, đều có giải pháp, và trở thành niềm vui khi kết hiệp với Đức Ki-tô, Đấng đã chịu chết và sống lại để đem ơn cứu độ cho muôn người.

Mời Ban: Chúa Giê-su cho biết “ngày nào có cái khổ của ngày ấy” (Mt 6,34). Nỗi khổ

đeo bám chúng ta hằng ngày là duyên cớ khiến chúng ta phải buồn phiền, nhất là trong lúc này, khi bầu khí ảm đạm của cơn đại dịch đang bao trùm hầu khắp mọi nơi. Chúa Giê-su không bảo chúng ta bi quan, tuyệt vọng. Ngài cho chúng ta phương thế để vượt qua cuộc đời bẽ khổ này và biến nó thành niềm vui khi kết hiệp với Ngài vác thập giá đời mình, hy sinh phục vụ tha nhân, vì *những ai cùng chịu đau khổ với Chúa Ki-tô thì sẽ được cùng Ngài sống lại vinh quang* (x. 2Tm 2,11).

Sống Lời Chúa: Kiên trì ở lại trong Lời Chúa là phương thế tốt nhất giúp ta đứng vững trước những cơn khốn khó gặp phải trong đời.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, qua lịch sử cứu độ, con nhận thấy đây đây những câu chuyện buồn nhưng chẳng có trường hợp nào là kết thúc trong vô vọng. Xin cho biết hy vọng lúc này. Amen.*

PHỤC VỤ THẦY GIÊ-SU

“Ai phục vụ Thầy thì hãy theo Thầy; và Thầy ở đâu, kẻ phục vụ Thầy cũng sẽ ở đó.” (Ga 12,26a)

Suy niệm: Ở đời, nhiều người cứ cung phục vụ “sếp” của mình, mong có được ô dù để giúp mình thăng tiến trên quan lộ. Khi kêu gọi những ai theo Ngài phải “*phục vụ*”, Chúa Giê-su mời gọi chúng ta theo một cung cách sống khác. Trước hết đó là cung cách của Ngài, là một vị Thầy, chứ không phải là một ông “sếp” lớn đòi “*được kẻ hầu người hạ*”, vì Ngài là Đấng đến để “*phục vụ và hiến dâng mạng sống làm giá chuộc muôn người*” (x. Mt 20,28). Và đó cũng là cung cách của những ai muốn “*theo Thầy Giê-su*”: những ai “*phục vụ Thầy thì cũng ở với Thầy*”; họ cũng trở nên “*người rốt hết*” (Mc 9,35) giống như Thầy; và nếu Thầy đã “*rửa chân cho họ*” thì họ cũng phải “*rửa chân cho nhau*” (x. Ga 13,13-15).

Mời Ban: Thầy Giê-su của chúng ta là vậy. Theo Thầy Giê-su là ở với Thầy và làm những gì Thầy làm. Thầy ở trong tâm hồn tôi, mời gọi tôi ở lại với chính mình, nơi sâu thẳm, thẳm kín nhất của tâm hồn mình, là sống và hành động trước sự hiện diện của Thầy. Thầy ở trong tha nhân, trong cả những người tôi không thích; Thầy bảo tôi, yêu họ là yêu Thầy (x. Ga 21,16). Thầy ở nơi mỗi tình huống lớn nhỏ của đời tôi, Ngài mời gọi tôi nhớ đến Ngài và cùng với Ngài suy nghĩ hành động và gặp gỡ tha nhân theo cung cách của Thầy, người đến để phục vụ.

Sống Lời Chúa: Làm việc bốn phần hằng ngày của mình trong tâm thế của Thầy Giê-su là phục vụ bắt đầu từ người gần mình nhất.

Cầu nguyện: *Lạy Thầy Giê-su, xin cho con được theo Thầy, phục vụ Thầy và được ở lại với Thầy như ý Thầy muốn. Amen.*

SỬA LỖI TRONG TÌNH MẸN

“Nếu Hội Thánh mà nó cũng chẳng nghe, thì hãy kể nó như một người ngoại hay một người thu thuế.” (Mt 18,17)

Suy niệm: Sửa lỗi người khác là một việc làm khó khăn, nhưng cũng là đòi buộc của đức ái Ki-tô giáo. Chúa Giê-su đề nghị tiến trình ba bước để sửa lỗi trong tình mến. Trước hết, gặp riêng để sửa lỗi cách kín đáo. Nếu không được thì hãy đem theo một hay hai người nữa. Trong trường hợp họ không chịu nghe theo thì mới đi trình Hội Thánh. Sau khi đã làm ba bước này rồi mà kẻ có lỗi vẫn nhất mực cố chấp, thì Chúa Giê-su nói *“hãy kể họ như người ngoại hay người thu thuế.”* Thật dễ lầm tưởng rằng Chúa bảo ta phải tay hết trách nhiệm, không cần đếm xỉa tới hạng người lì lợm ấy nữa. Không phải vậy đâu! Trong các sách Tin Mừng, Chúa vẫn đối xử nhân hậu với người ngoại hay người thu thuế. Ngài lui tới ăn uống với họ vì họ là những người Chúa

đến để tìm kiếm (Mt 9,10-13); và họ lại là những người được vào Nước Thiên Chúa trước (Mt 21,31).

Mời Ban: Là những chi thể hiệp nhất với nhau trong Thân Thể Chúa Ki-tô, các môn đệ Chúa không hoàn toàn ‘vô tội’ trong những sai lỗi của người khác. Trái lại, họ liên đới trách nhiệm với những lầm lạc của anh chị em mình. Chúng ta được mời gọi “rửa chân cho nhau” với tấm lòng bác ái, nhẫn nại và bao dung như Chúa Giê-su đối với người thu thuế và dân ngoại.

Sống Lời Chúa: Đối xử nhẫn nại và bao dung với người đã được góp ý sửa lỗi nhiều lần nhưng vẫn chưa có kết quả.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, nếu con sống thánh thiện hơn thì anh chị em con đã không sa sút đến như vậy. Xin giúp con biết nhận ra phần trách nhiệm của mình nơi những sai hỏng của người khác và nhẫn nại giúp họ sửa đổi.*

12/08/21 THỨ NĂM TUẦN 19 TN

Th. Gio-an-na Phan-xi-ca Xăng-tan, nữ tu

Mt 18,21-19,1

THA THỨ LẦN NỮA

“Nếu anh em con cứ xúc phạm đến con, thì con phải tha đến mấy lần?” (Mt 18,21)

Suy niệm: Đối với người Do Thái, số bảy biểu thị sự hoàn hảo. Ông Phê-rô cho rằng tha thứ đến bảy lần đã là quá đủ cho sự hoàn hảo. Nhưng Chúa Giê-su thì không quan tâm đến trò chơi đếm số, hạn định sự tha thứ bằng một dãy số hữu hạn. Ngài nói: *“Thầy không bảo là đến bảy lần, nhưng là đến bảy mươi lần bảy.”* Như thế, *“bảy mươi lần bảy”* có nghĩa là ‘liên tục’ đến vô cùng, nghĩa là đừng bao giờ ngừng tha thứ. Tha thứ được đặt trên nền tảng của tình yêu và sự tha thứ mà Thiên Chúa dành cho con người. Tha thứ không giới hạn, là thuộc tính của Tình Yêu, là chính Thiên Chúa.

Mời Ban: Tại một thời điểm nào đó trong đời, ai cũng có những trải nghiệm đau đớn vì bị xúc phạm. Con tim co quắp như bị đốt cháy bởi axit khó có thể mềm lòng để mở ra cho sự tha thứ. Chúa Giê-su đưa ra phương

thuốc chữa lành vết thương trái tim đó: Mỗi người chúng ta đã được Chúa tha thứ gấp hàng triệu lần, nên chúng ta có thể và phải tha thứ cho nhau không giới hạn. Vậy, bạn đã sẵn sàng ngừng đếm những tổn thương của mình và bắt đầu bước theo Đấng tha thứ và yêu thương bạn để tha thứ cho anh em lần nữa không?

Sống Lời Chúa: Hãy tự vấn: tôi cần tha thứ cho ai? Bạn hãy cầu nguyện cho người ấy, và không bỏ lỡ cơ hội thể hiện hành động làm hoà cách trực tiếp.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin làm mềm lòng con và giúp con sống tinh thần tha thứ mỗi ngày. Con không muốn tìm thấy trong mình một tinh thần trả thù và từ chối lời mời gọi hòa giải. Xin giúp con khao khát muốn học cách tha thứ như Chúa, khi con cầu xin sự tha thứ nơi Chúa. Amen.*

BẠC SỐNG NÀO CŨNG CAO ĐẸP

Chúa Giê-su nói: “Sự gì Thiên Chúa đã kết hợp, loài người không được phân ly”... Các môn đệ thưa Người: “Nếu làm chồng mà phải như thế với vợ thì thà đừng lấy vợ còn hơn.” Chúa Giê-su nói: “Không phải cũng hiểu được câu nói ấy. Chỉ những ai được Thiên Chúa cho hiểu mới hiểu được mà thôi.” (Mt 19,6.10-11)

Suy niệm: Bạc sống hôn nhân theo tiêu chuẩn ki-tô giáo: một vợ một chồng chung thủy với nhau cho đến suốt đời quả là một lý tưởng tuyệt đẹp, lý tưởng đến nỗi nhiều người sợ rằng đó là điều không tưởng. Ngay cả một số môn đệ còn nghĩ rằng như thế thì “đi tu” còn có lý hơn! Chúa Giê-su cho biết đời tu cũng có những nét đẹp hấp dẫn nhưng không dễ hơn, bởi vì “*chỉ những ai được Thiên Chúa cho hiểu mới hiểu được*” mà thôi. Quả vậy, trong khi bạc sống hôn nhân diễn tả tình yêu chung thủy của Đức Ki-tô với Hội Thánh, thì bạc sống tu trì

lại diễn tả ngay ở đời này cuộc sống thanh thoát như các thiên thần ở đời sau.

Mời Ban: Cần tránh thái độ “*đứng núi này trông núi nọ*”. Hãy nhớ rằng cả hai bậc sống đều cao đẹp và không cuộc sống nào cao đẹp lại chấp nhận một lối sống dễ dãi buông thả. Vấn đề của mỗi người không phải là bậc sống nào cao hơn mà là Chúa chọn gọi mình vào bậc sống nào. Những giá trị chân thật của cả hai bậc sống ngày nay đều đang bị đe dọa. Hãy sống trọn vẹn bậc sống của mình để những giá trị đó được toả sáng.

Sống Lời Chúa: Đã chọn lựa bậc sống (khấn dòng/chịu chức/kết hôn) ư? Bạn hãy trung thành. Nếu chưa, suy nghĩ cần nguyện để chọn bậc sống đúng ơn gọi của bạn.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con chọn đúng và trung thành với bậc sống mà Chúa kêu gọi con.*

14/08/21 THỨ BẢY TUẦN 19 TN

Th. Mác-xi-mi-li-a-nô Kôn-bê, linh mục, từ đạo

Mt 19,13-15

TRỞ NÊN TRẺ THƠ

“Cứ để trẻ em đến với Thầy, đừng ngăn cản chúng, vì Nước Trời là của những ai giống như chúng.” (Mt 19,14)

Suy niệm: Triết gia Kierkegaard đượm vẻ tiếc nuối khi nói về trẻ thơ: *“Chiêm ngắm tuổi thơ giống như quay trở về chiêm ngắm một vùng đất xinh đẹp; người ta thực sự nhận thức được vẻ đẹp đó vào đúng lúc, vào chính khoảnh khắc nó bắt đầu biến mất.”* Vẻ đẹp của trẻ thơ: sự ngây thơ hồn nhiên, đơn sơ phớ thác, nụ cười vô tư lự, ánh mắt trong trắng, không mưu mô tính toán,... lôi kéo người ta trở về hoài niệm một thiên đàng đã mất, “thuở A-đam chưa phạm tội”. Chúa Giê-su đặt tay chúc lành cho trẻ em và nói Nước Trời thuộc về những người giống như chúng, Ngài muốn chúng ta rũ bỏ cái quá khứ ảm đạm của tội lỗi, và chọn sống những giá trị đó của trẻ thơ để có thể đạt tới Nước Trời dành sẵn cho chúng ta.

Mời Ban: Nước Trời không còn ở một nơi xa xôi nào đó, mà hiện thực ở đây ngay lúc này, mỗi khi con người để cho mình thuộc về Chúa, phó thác trọn vẹn cuộc đời cho tình yêu quan phòng của Người, “*như trẻ thơ nép mình lòng mẹ*” (Tv 131,2). Dẫu cho nghịch cảnh trong cuộc đời vẫn còn đó, chúng ta được mời gọi sống như trẻ thơ trước mặt Chúa, trọn niềm tin tưởng vào Chúa, và thực thi thánh ý Ngài, chúng ta cũng được Chúa đặt tay chúc lành và dành sẵn cho chúng ta phần thưởng Nước Trời.

Sống Lời Chúa: Dành ít phút tĩnh lặng bình tâm trước nhan Chúa, dâng lên Ngài lời nguyện: “*Lạy Chúa, toàn thân con thuộc về Chúa. Con xin phó thác mọi sự của con trong tay Chúa.*”

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin ban cho con một tâm hồn trẻ thơ, để con luôn xác tín rằng Chúa vẫn luôn ở bên con, che chở và phù trợ con.*

XỨNG VỚI HỒNG ÂN CAO CẢ

“Đáng Toàn Năng đã làm cho tôi biết bao điều cao cả.” (Lc 1,49)

Suy niệm: Đặc ân Đức Ma-ri-a được đưa về trời cả xác hồn là sự hoàn thành hoàn hảo của những hồng ân Thiên Chúa đã ban cho Mẹ trong suốt cuộc đời dương thế khi Chúa chọn gọi Mẹ tham gia cách đặc biệt vào chương trình cứu độ nhân loại nơi Đức Giê-su Ki-tô. Cả cuộc đời Đức Trinh Nữ Ma-ri-a *suy gẫm những sự mầu nhiệm ấy trong lòng* (x. Lc 2,51) được kết tinh thành bài tụng ca *“Linh hồn tôi ngợi khen Đức Chúa”* để tạ ơn Thiên Chúa đã thực hiện nơi Mẹ những điều cao cả. Được hưởng những hồng ân cao cả thì cũng được mời gọi tìm kiếm những điều cao cả. Mẹ đã không để những hồng ân đó vô hiệu khi trở thành người cộng tác tuyệt hảo nhất vào công trình cứu chuộc của Đức Ki-tô, Con Mẹ.

Mời Ban: Biết bao nhiêu lần trong đời,

chúng ta đã buông mình theo những điều nhỏ nhen, thấp hèn như: sự ích kỷ, thành kiến, sự đố kỵ, những ảo tưởng, những của cải vật chất chóng qua... mà quên rằng chúng ta cũng được hưởng những hồng ân cao cả qua phép Rửa tái sinh. Mẹ Ma-ri-a nhắc chúng ta đừng dừng lại ở những gì thuộc mặt đất này. Trái lại hãy nhớ rằng mình có là gì cũng là nhờ ơn Chúa, và đừng để những ơn ấy ra vô hiệu (x. 1Cr 15,10), nhưng hãy dùng chúng để tìm kiếm Nước Chúa.

Sống Lời Chúa: Mỗi ngày hãy ôn lại “*những điều cao cả Chúa đã làm cho tôi*” và quyết tâm sống sao cho xứng với những hồng ân đó.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, hợp với Mẹ Ma-ri-a, chúng con dâng lời ngợi khen Chúa vì những điều cao cả Chúa thực hiện nơi Mẹ. Xin Chúa giúp con nhận ra những hồng ân kỳ diệu Chúa thực hiện trong đời con. Amen.*

HẠNH PHÚC ĐÍCH THỰC

Nghe lời đó, người thanh niên buồn rầu bỏ đi, vì anh ta có nhiều của cải. (Mt 19,22)

Suy niệm: Lý do khiến người thanh niên nhiều thiện chí này bỏ đi, và do đó, có nguy cơ không đạt được sự sống đời đời như anh đang mong muốn, là “*vì anh ta có nhiều của cải*” mà anh không thể từ bỏ. Tự bản chất, tiền của chưa bao giờ và sẽ không bao giờ làm cho con người đạt tới hạnh phúc và sự hoàn thiện thực sự. Bởi vì khi chưa có thì muốn cho có, có rồi thì muốn có nhiều hơn. Lòng ham muốn không bao giờ có điểm dừng, không bao giờ được thoả mãn, và thế là không bao giờ được hạnh phúc. Thánh Augustinô chia sẻ kinh nghiệm bản thân của ngài. Sau bao nhiêu năm quay cuồng trong tham vọng mà không thoả mãn, thánh nhân nghiệm ra rằng tâm hồn ngài vẫn mãi khắc khoải cho tới khi tìm ra hạnh phúc đích thực là được nghỉ yên trong

Chúa.

Mời Ban: Người thanh niên ấy bỏ đi vì không dám làm theo lời Chúa *bán hết tài sản, cho người nghèo, rồi đi theo Chúa.* Phần bạn, bạn vẫn đang khư khư nắm lấy cái gì mà không dám từ bỏ? Trong thời đại đề cao chủ nghĩa hưởng thụ ngày nay, việc sở hữu nhiều của cải được coi như thước đo sự thành đạt. Và ngược lại, việc “*từ bỏ mọi sự vật thập giá đi theo Chúa*” (Mt 16,24) bị coi như lỗi thời, nhưng đây lại là phương thế giúp ta có được năng lực làm chủ bản thân và đạt tới hạnh phúc đích thực.

Sống Lời Chúa: Tập tữ chủ bản thân bằng cách thực hành tiết độ trong việc ăn uống, giải trí.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết tiết chế lòng ham muốn hưởng thụ, để con được thanh thoát nhẹ nhàng sống dân thân phục vụ, hầu có thể đạt được hạnh phúc đích thực nơi Chúa.*

NÓI TIẾP CHUYỆN CHÀNG THANH NIÊN GIÀU CÓ

Chúa Giê-su nói: “Con lạc đà chui qua lỗ kim còn dễ hơn người giàu có vào nước Thiên đàng.” (Mt 19,24)

Suy niệm: Lạc đà là loài động vật to lớn dềnh dàng nhất trong sa mạc mà người Do Thái thường thấy. Đã vậy, nó càng thêm công kèn vì đủ thứ hàng hoá người ta chất lên lưng nó. Thế nên thật là chuyện không tưởng khi nhét một khối lượng đồ sộ như thế chui qua lỗ kim, cho dù đó là lỗ xỏ chỉ của cây kim hay cánh cổng thành bé xíu mang tên “Lỗ Kim” mà một người đi không cũng phải vất vả mới chui lọt. Người giàu vào Nước Thiên Đàng còn khó hơn chuyện viển vông nữa. Tại sao vậy? Thưa vì những của cải công kèn của dễ khiến cho: - ỷ lại vào của cải thay vì sống tín thác vào Chúa; - bị ràng buộc vào thế gian này, khó hướng tới những gì là vĩnh cửu mai sau; - ích kỷ, khó đáp ứng những đòi hỏi của Tin Mừng.

Mời Ban: Mỗi nguy hiểm do của cải quả là

rõ ràng. Nhưng Chúa không nói người giàu **không thể** mà chỉ nói **khó** vào Nước Thiên Đàng. Và lại “**đối với Chúa không gì là không thể**”. Thật vậy, ngay trong Tin Mừng, đã có rất nhiều người giàu có mà vẫn được cứu độ, như: ông Gia-kêu, ông Ni-cô-đê-mô, gia đình ông bà Giê-bê-đê, chị em Mác-ta và biết bao người khác. Họ là những người dù có nhiều của cải nhưng đã sống tinh thần khó nghèo của Tám Mối Phúc Thật, như thế, họ vẫn là những người người khó trước mặt Thiên Chúa.

Chia sẻ: Tìm hiểu nghệ thuật sống nghèo của những nhân chứng nêu trên.

Sống Lời Chúa: Nhịn bớt một số chi tiêu không thật sự cần thiết để giúp đỡ người nghèo.

Câu nguyện: Đọc kinh *Phúc Thật Tám Mối*.

VÌ MỘT NỀN KINH TẾ CHIA SẺ

Khoảng giờ thứ mười một ông chủ trở ra và thấy còn có những người khác đứng đó, ông nói với họ: “Sao các anh đứng đây suốt ngày không làm gì hết?” Họ đáp: “Vì không ai mướn chúng tôi.” (Mt 20,6-7)

Suy niệm: Trong thời đại toàn cầu hoá hiện nay, các sản phẩm càng ngày càng đòi hỏi chất lượng cao với kỹ thuật tinh vi hiện đại. Vì thế, muốn có việc làm lương cao, phải có trình độ chuyên môn cao. Muốn thế thì phải học hành cao mới đáp ứng nổi yêu cầu. Thế nhưng chi phí cho việc học lại vượt quá khả năng của những người nghèo cơm ăn bữa no bữa đói. Thế nên, người nghèo bị bó chặt trong cái vòng luẩn quẩn của kiếp nghèo, bị loại ra bên lề cuộc chơi “chất lượng cao”, giống như những người thợ vườn nho đành đứng ngoài ngáp ruồi “*vì không ai mướn chúng tôi.*” Lời Chúa thúc bách chúng ta nghĩ đến một toàn cầu hoá không-loại-trừ thay vì một toàn cầu hoá “hoang dã,” một nền kinh tế chia sẻ thay vì một nền kinh tế

tiêu thụ ích kỷ.

Mời Ban: Bác ái trong thời đại toàn cầu hoá đòi hỏi bạn bước ra khỏi “căn nhà” tiện nghi, và an toàn của mình để tìm gặp những người đang bị gạt ra bên lề đó, không chỉ để bố thí cho họ một chút cơm thừa, mà là tìm cách tốt nhất chia sẻ với họ cả những điều kiện, những cơ hội để thăng tiến cuộc sống.

Chia sẻ: Có nhiều trường hợp đòi hỏi sự chia sẻ “tổng lực” của cả cộng đoàn. Nhóm của bạn điếm ra những trường hợp như thế và lên kế hoạch chia sẻ.

Sống Lời Chúa: Luôn luôn sẵn sàng và quảng đại hợp tác với những chương trình chia sẻ trong cộng đoàn của bạn.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, vì Chúa đã mặc lấy thân phận người nghèo ở giữa chúng con, chúng con không được phép làm ngơ trước những anh em nghèo đói chung quanh chúng con.*

CHU TOÀN BỒN PHẬN

“*Này bạn, làm sao bạn vào đây mà không có y phục lễ cưới ?*” (Mt 22,11)

Suy niệm: Sau khi những vị khách quý trong danh sách khách mời xin kiếu, nhà vua, ông chủ tiệc cưới, đã mời những người từ các ngã đường vào thế chỗ. Thế rồi, trong đám thực khách đông đúc đó, ai cũng ở lại dự tiệc, chỉ trừ một người bị loại ra ngoài, chỉ vì anh không đáp ứng một yêu cầu theo phong tục là phải bận y phục lễ cưới. Qua dụ ngôn này, Chúa Giê-su muốn nói: Hết mọi người đều được Thiên Chúa mời gọi tham dự Tiệc Nước Trời. Tuy nhiên để tận hưởng hạnh phúc Nước Trời, khách mời phải biết hoán cải chính mình để sống theo chuẩn mực của Nước Trời.

Mời Ban: Người La-mã có câu: “*Hãy làm việc anh phải làm*” (Age quod agis). Việc phải làm là việc bổn phận của mỗi người (làm cha, làm mẹ, làm vợ, làm chồng,...). ĐHY Ph. Xav. Nguyễn Văn Thuận, gọi

những việc theo bổn phận (như quét nhà, rửa chén,...) tuy âm thầm, đơn điệu, lật vật là “giấy vào Nước Trời”. Chúng lôi kéo ta ra khỏi những suy tư viển vông, xa rời thực tế, giúp ta thánh hóa chính mình và tha nhân, để từng ngày tiến bước trên con đường nên thánh. Rất nhiều những khó khăn vướng mắc trong gia đình, ngoài xã hội sẽ được hóa giải khi mỗi cá nhân để biết tâm làm tốt phận sự của mình.

Sống Lời Chúa: Tôi dành ưu tiên cho những việc bổn phận tôi được giao phó. Tôi chấp nhận hy sinh vất vả, thậm chí sẵn sàng chịu sỉ nhục để chu toàn việc bổn phận.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su. Chúa đã vâng phục thánh ý Chúa Cha trong mọi sự. Xin giúp con chu toàn việc bổn phận hằng ngày nhờ đó con góp phần xây dựng Nước Trời trên trần gian.*

CHỈ MỘT GIỚI RĂN YÊU THƯƠNG

Chúa Giê-su đáp: “Ngươi phải yêu mến Đức Chúa, Thiên Chúa ngươi hết lòng, hết linh hồn và hết trí khôn ngươi. Đó là điều răn lớn nhất và điều răn đứng đầu. Còn điều răn thứ hai, cũng giống điều răn ấy, là: ngươi phải yêu người thân cận như chính mình.” (Mt 22,37-39)

Suy niệm: Nếu đã tin Đức Chúa là Thiên Chúa thì cũng dễ chấp nhận rằng yêu mến Người trên hết mọi sự là điều phải lẽ. Mặt khác, đạo lý “thương người như thể thương thân” không xa lạ gì với đạo làm người, cách riêng đối với dân tộc Việt Nam. Chúa Giê-su cũng dạy như thế. Nhưng điểm đặc biệt nơi giáo huấn của Ngài là Ngài đã nhập hai điều răn ấy thành một: hễ mến Chúa thì cũng phải yêu người, nếu không chỉ là nói dối (x. 1Ga 4,20-21).

Mời Bạn: Phải chăng đây là thách đố lớn nhất cho chúng ta để làm môn đệ chân chính của Thầy Giê-su? Làm sao có thể

nhìn thấy Chúa nơi người khác để mà yêu thương khi họ thật khó thương? Khi họ đang gây ra cho mình biết bao điều khó chịu? Khi họ khinh bỉ, cư xử lạnh nhạt với mình? Khi họ vu khống, mạ lỵ, áp bức mình cách bất công? Bạn ơi, bí quyết để *yêu người như chính mình là yêu người như Chúa yêu ta*: Nếu như Chúa Cha yêu thương chúng ta khi Ngài nhìn chúng ta qua khuôn mặt Người Con Chí Ái chịu khổ nạn, thì chúng ta cũng phải nhìn người khác để yêu thương họ nơi dung mạo đau khổ của Đức Kitô chịu đóng đinh.

Sống Lời Chúa: Tìm một điểm đáng yêu, một lý do để yêu thương nơi người mà bạn cảm thấy khó thương nhất.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su đáng mến. Trên thập giá, Chúa đã tiêu diệt sự thù ghét. Xin cho con biết yêu thương mọi người ngay cả kẻ thù khi con chiêm ngắm Chúa chịu đóng đinh vì yêu họ.*

TRI HÀNH HỢP NHẤT LÀ LÝ TƯỞNG

Chúa Giê-su nói: “Các kinh sư và các người Pha-ri-sêu ngồi trên toà ông Mô-sê mà giảng dạy. Vậy, tất cả những gì họ nói, anh em hãy làm, hãy giữ, còn những việc họ làm, thì đừng có làm theo, vì họ nói mà không làm.” (Mt 23,3)

Suy niệm: Người Pha-ri-sêu thời Chúa Giê-su có thể được dân chúng khen và trọng vọng. Chúa không bác bỏ những lời họ giảng dạy, nhất là họ giảng dạy với tư cách “ngồi trên toà ông Mô-sê; nhưng Ngài không khen ngợi họ, bởi vì “họ nói mà không làm”. Nói hay là một chuyện, còn làm tốt lại là chuyện khác. Những người không đem Lời Chúa ra thực hành, Chúa coi là hão huyền phù phiếm giống như người “xây nhà trên cát. Chỉ khi nào nói và làm đi đôi với nhau, người đó mới đáng Chúa coi là xứng đáng.

Mời Ban: Trong cuộc sống xã hội người ta

cũng chê cười những ai chỉ giỏi mà không hành động, những người nói “*trăm voi không được bát nước sáo*”. Chỉ những ai “*tri hành hợp nhất*” mới là người đáng nể trọng. Sinh ra trong một gia đình nghèo, đông con, thánh giáo hoàng Pi-ô X ta mừng lễ hôm nay, ngay từ nhỏ đã biết hành động để làm yên lòng cha mẹ và báo trước một tín hữu gương mẫu. Thánh giáo hoàng Phao-lô VI nhắc nhở chúng ta: Ngày nay người ta rất cần những người vừa là thầy dạy vừa là chứng nhân. Người môn đệ Chúa Giê-su biết lắng nghe Lời Chúa đồng thời cũng phải có hành động phù hợp với Tin Mừng mình đã nghe.

Sống Lời Chúa: Mỗi khi suy niệm Lời Chúa, bạn hãy quyết tâm thực hiện Lời bằng một hành động cụ thể.

Câu nguyện: *Lạy Chúa, xin giúp con biết hành động đi đôi với điều con đọc, với những gì Chúa dạy con. Amen.*

MÀU NHIỆM VƯỢT QUÁ TRÍ HIỂU

“Ai ăn thịt tôi và uống máu tôi, thì được sống muôn đời.” (Ga 6,54)

Suy niệm: Không một con người bình thường nào dám tuyên bố thịt máu mình đem lại sự sống đời đời cho người khác. Chỉ có một vị Thiên Chúa quyền năng làm người mới dám long trọng xác quyết sự thật ấy, vì duy Ngài mới có được khả năng siêu phàm này. Ngài cũng xác quyết với ta rằng Ngài là Sự thật (Ga 14,6). Thịt Máu Ngài đem lại sự sống đời đời cho ta: đó là sự thật. Trong thánh lễ, mỗi khi rước Thịt Máu Ngài trong Bí tích Thánh Thể, ta không đón nhận thịt máu của một thân xác con người bình thường, nhưng là thân xác của Đấng Phục sinh. Chính thân xác phục sinh của vị Thiên Chúa hằng sống ấy có khả năng đem lại sự sống đời đời cho ta, khởi đầu hôm nay và kéo dài muôn đời trong thế giới vĩnh cửu.

Mời Bạn: Chúa Giê-su thật sự ngự trong Bí tích Thánh Thể bằng chính Mình Máu

Thánh Ngài là một mẫu nhiệm vượt quá tầm trí hiểu hạn hẹp của con người. Vấn đề là làm sao bạn rước Mình Máu Thánh Ngài cho xứng đáng, cũng như biến đổi con người bạn hôm nay, đem lại sự sống đời đời cho bạn? Để được vậy, bạn cần có lòng khao khát, ước ao rước Ngài trước khi lên rước lễ; cảm ơn sốt sắng sau khi rước lễ; nỗ lực trở nên giống Đấng mình đã lãnh nhận suốt ngày sống.

Sống Lời Chúa: Cung kính thờ lạy, tạ ơn, rước Chúa Giêsu vào lòng cách sốt sắng mỗi khi tham dự thánh lễ.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đã trời lại cho con bí tích Mình và Máu Thánh Chúa, để con đời đời tưởng nhớ Chúa đã chết, sống lại. Xin cho con biết một niềm sùng kính, mến yêu Bí tích kỳ diệu này, để luôn được nghiệm thấy ơn Chúa cứu chuộc con. Amen.*

CHÚA CHÚNG TA “DỮ” LẮM SAO?

“Các người khóa cửa Nước Trời không cho thiên hạ vào. Các người đã không vào, mà những kẻ muốn vào, các người cũng không để họ vào.” (Mt 23,13)

Suy niệm: Một người giáo dân tâm sự: “Thưa cha, mỗi lần đi lễ về, con lại có ‘một bản xét mình.’ Nghe bài giảng giải Lời Chúa, con chẳng thấy chút niềm vui, ánh sáng hân hoan nào cho đời mình; ngược lại, chỉ nghe toàn bài học luân lý và xét mình. Lời nào của Chúa Giê-su cũng được diễn giải thành lỗi thành tội; thế là con thấy mình có bao tội. Con cảm thấy buồn mỗi khi dự lễ.” Câu chuyện đó có thể là cảm nhận chủ quan của một người, nhưng đáng chúng ta suy nghĩ về việc giáo huấn, giảng dạy trong cộng đoàn. Đọc lại Tin Mừng, ta thấy có vẻ như những lời nặng nề nhất của Chúa Giê-su dành cho những người lãnh đạo Do Thái giáo là người Pha-ri-sêu, kinh sư: “Khôn cho các người, hỡi các kinh sư

và người Pha-ri-sêu...” (Mt 23,13). Họ bị Chúa khiển trách, bởi vì họ là những người thay quyền Chúa, nhưng đôi khi hành xử như mình là Chúa.

Mời Ban: Chúa Giê-su của chúng ta rất hiền hậu, dịu dàng, nhưng thẳng thắn chỉ cho người sai lỗi thấy sự thật: sửa lỗi vì yêu thương, yêu thương trong sự thật. Chúa “nghĩa nặng,” khiển trách vì muốn chúng ta phản tỉnh, nhận ra sai sót, và hoán cải.

Sống Lời Chúa: Sống tinh thần tội tớ phục vụ khi được Chúa sai đi trong ơn gọi của bậc sống mình.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, Chúa hiền lành và khiêm nhường, nhưng Chúa cũng khiển trách, “nghĩa nặng.” Chúa yêu thương nhưng công bằng. Xin Chúa thức tỉnh con, để con sống đẹp lòng Chúa mỗi ngày trong tinh thần phục vụ khiêm tốn. Amen.*

NỀN TẢNG LOAN BÁO TIN MỪNG

“Đấng mà sách Luật Mô-sê và các ngôn sứ nói tới, chúng tôi đã gặp: đó là ông Giê-su, con ông Giu-se, người Na-da-rét.”
(Ga 1,45)

Suy niệm: Phi-líp-phê giới thiệu cho Ba-tô-lô-mê-ô Đức Giê-su là Đấng Thiên Sai mà sách Luật, các ngôn sứ đã loan báo và chính ông cũng đã gặp. Thế nhưng, Ba-tô-lô-mê-ô phản ứng lại bằng một lời mang nặng thành kiến: *“Từ Na-da-rét, có cái gì hay đâu?”* Phi-líp-phê không vì thế mà nản lòng; ông lặp lại chính câu nói của Thầy Giê-su: *“Cứ đến mà xem.”* Ba-tô-lô-mê-ô đã đến, đã gặp và cuối cùng Thầy Giê-su đã chinh phục ông. Ông đã phá bỏ được bức tường định kiến để tuyên xưng: *“Thưa Thầy, chính Thầy là Con Thiên Chúa, chính Thầy là Vua Ít-ra-en!”*

Mời Bạn: Giống như thánh Ba-tô-lô-mê-ô, nếu bạn giới thiệu Chúa cho người khác, trước tiên bạn hãy *“đến–gặp gỡ–và ở lại”*

với Đức Ki-tô, nghĩa là phải có mối tương quan cá vị với Thiên Chúa hiện diện trong chính Ngôi Lời của Người. Gặp và ở lại với Đức Ki-tô trước tiên trong Lời của Ngài. Gặp và ở lại với Ngài trong Thánh Thể Ngài. Chỉ khi đó, bạn và tôi, dù là linh mục, tu sĩ hay giáo dân, chúng ta mới có thể thực thi sứ mạng loan báo Tin Mừng.

Sống Lời Chúa: Dành thời gian mỗi ngày để đọc và suy niệm Lời Chúa, và đặc biệt sốt sắng cầu nguyện sau khi rước lễ hoặc khi chầu Thánh Thể.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đến, sống giữa chúng con để loan báo Tin Mừng là chính Chúa. Xin cho chúng con biết hăng say bên chí loan báo Tin Mừng này cho anh chị em chúng con, để họ được hạnh phúc như thánh Ba-tô-lô-mê-ô đã nhận được. Amen.*

MỒ MẢ TÔ VÔI!

“Các người giống như mồ mả tô vôi, bên ngoài có vẻ đẹp, nhưng bên trong thì đầy xương người chết và đủ mọi thứ ô uế.”
(Mt 23,27)

Suy niệm: Hoạt động *quảng cáo* là một phần của đời sống hiện đại. Nó cần thiết cho cả kẻ bán lẫn người mua. Có ‘khoe’ hàng thì thiên hạ mới biết mà tìm mua chứ? Nhưng quảng cáo rất thường bị lạm dụng, đến mức người ta thổi phồng quá sự thật về chất lượng của một món hàng hay một dịch vụ, khiến nhiều kẻ ngây thơ bị lừa, dẫn đến bực tức và nghi ngờ... Khổ nỗi, vì dễ ‘xiêu lòng’ trước những nét ấn tượng bên ngoài (của quảng cáo), rất nhiều người trong chúng ta cứ tiếp tục bị lừa như thế hết lần này đến lần khác! Giả hình, xét cách nào đó, cũng là một dạng lạm dụng quảng cáo, nhưng còn tệ hại hơn nhiều, vì ở đây người ta bị đánh lừa không phải về phẩm chất của một món hàng mà là về phẩm chất của một

con người. Đây là thói giả hình của những người Pha-ri-sêu mà Đức Giê-su ví với “*mồ mả tô vôi, bên ngoài có vẻ đẹp, nhưng bên trong thì đầy... mọi thứ ô uế.*”

Mời Ban: Nhìn ngắm Đức Giê-su và nhận ra Người dị ứng với thói giả hình biết bao. Bạn hãy tháo gỡ bớt những lớp mặt nạ đang còn dính nơi mình, để sống chân thành, khiêm tốn, thoải mái và tự do hơn.

Chia sẻ: “*Này, người giống như mồ mả tô vôi, bên ngoài có vẻ đẹp nhưng bên trong đầy mọi thứ ô uế.*” Bạn cảm nghĩ gì nếu lúc này Chúa gọi thẳng tên bạn và nói như thế?

Sống Lời Chúa: Chúng ta thường xuyên ý thức mình đang sống trước sự hiện diện của Chúa, Đấng thấu suốt tâm can, để không sống giả hình.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết Chúa, xin cho con biết con...*

LÀ TÔI TỚ CHO NGƯỜI ANH EM

“Vậy thì ai là người đầy tớ trung tín và khôn ngoan mà ông chủ đã đặt lên coi sóc gia nhân, để cấp phát lương thực cho họ đúng giờ đúng lúc?” (Mt 24,45)

Suy niệm: Trong dòng “Tôi Tớ Chúa Thánh Thần” (Servants of the Paraclete) các tu sĩ tự nhận mình là tôi tớ, và bề trên được gọi bằng danh xưng “Tôi tớ chung.” Chúng ta nhớ Đức Thánh Cha cũng xưng mình là “Tôi tớ của các tôi tớ” (Servus servorum). Cách xưng hô đó nhắc nhở rằng: Con người không phải là chủ nhân ông của thế giới này mà là người quản lý tài sản của Thiên Chúa. Những người “lãnh đạo,” “bề trên” thực ra cũng là những “tôi tớ” mà “ông chủ đã đặt lên coi sóc gia nhân” gồm những anh chị em đồng phận tôi tớ như mình. Lời Chúa hôm nay cho biết người quản lý *trung tín và khôn ngoan* của Chúa **phải làm** gì và **không được làm** những gì. **Không được** lợi dụng thời cơ “nhà vắng chủ” để hưởng thụ phê phỡn và ức hiếp anh em đồng bạn. Trái lại,

phải tỉnh táo để thấy được những nhu cầu chính đáng của tha nhân, và điều hợp, phân phối công bằng và kịp thời đáp ứng những nhu cầu đó. Một cộng đoàn các tôi tớ sống an vui hạnh phúc là bản đánh giá phẩm chất đồng thời là phần thưởng cho người “tổng tôi tớ” đó.

Mời Ban: Khi bạn được đảm trách một chức vụ gì, bạn hãy nhớ mình được đặt vào vị trí tôi tớ để phục vụ nhiều người hơn. Chỉ khi bạn biết xoá đi cái “tôi” của mình, biết từ bỏ những lợi ích riêng tư, lúc đó bạn mới có thể xả thân phục vụ vì cuộc sống tốt đẹp của tha nhân.

Sống Lời Chúa: Làm một việc phục vụ hèn mọn để nhắc nhớ mình là tôi tớ.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa xin nhắc con luôn nhớ rằng con chỉ là đầy tớ vô dụng, chỉ làm việc bôn phận con phải làm đầy thôi.* (x. Lc 17,10)

ĐỪNG CHỦ QUAN!

“Tôi bảo thật các cô, tôi không biết các cô là ai cả.” (Mt 25,12)

Suy niệm: Thử tưởng tượng năm cô trinh nữ đi phù dâu mà đến phần chính – tiệc mừng – lại bị chú rể thẳng thừng từ chối không cho vào phòng tiệc, các cô đó sẽ bẽ bàng như thế nào! Thật đáng tiếc và cũng thật đáng thương cho các cô, chỉ vì trong khoảnh khắc thiếu tập trung và chủ quan lại phải chịu cảnh bẽ bàng như vậy. Đèn phải có dầu mới cháy sáng; mang đèn mà quên mang dầu dự trữ, tại sao lại thiếu tập trung, chủ quan như vậy? Có thể vì mãi mê tập trung lo chuyện khác như trang điểm, y phục... bên ngoài, khiến họ quên mục đích chính của mình: soi sáng cho đoàn rước. Việc thiếu tập trung vào mục đích chính bị chê trách là “dại,” đối lập với sự cẩn trọng được khen là “khôn” là một bài học không quá khó đối với mỗi chúng ta. Như vậy, thiếu tập trung, đầu tư cho mục đích tối hậu

của đời người, trong khi mãi tập trung, đầu tư cho các mục tiêu trần thế là hình thức đại khờ lớn nhất và đáng tiếc nhất của cuộc đời.

Mời Bạn: Đừng chủ quan, bỏ qua những việc nhỏ thuộc bản phận, nhiệm vụ mình phải làm theo bậc sống, vì chúng liên hệ đến cùng đích tối hậu của đời người: phụng sự, tôn vinh Chúa, mưu cầu phần rỗi cho mình và người khác. Trong mọi việc, hãy nhớ đến cùng đích của chúng.

Sống Lời Chúa: “Đón củi ba năm, đại một giờ;” câu ngạn ngữ này rất thích hợp, giúp ta tâm niệm mà sống điều Chúa cảnh báo trong Tin Mừng hôm nay.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Chúa dạy con sự khôn ngoan khi xác định cùng đích đời người. Xin giúp con chu toàn bản phận của con, từ việc nhỏ cho đến việc lớn qua từng ngày. Amen.*

GIA TẶNG KHẢ NĂNG YÊU MẾN

“Ông cho người này năm nén, người kia hai nén, người khác nữa một nén, tùy khả năng riêng mỗi người.” (Mt 25,15)

Suy niệm: Thiên Chúa giao cho mỗi người vốn liếng (nén bạc) khác nhau, tùy theo khả năng. Người được giao nhiều sẽ phải chịu trách nhiệm nhiều, người được giao ít sẽ chịu trách nhiệm ít, nhưng mỗi người phải tích cực, sáng suốt trong việc sử dụng những gì được giao. Thiên Chúa là Tình yêu Sáng tạo, đã chia sẻ hoạt động sáng tạo với con người. Chính vì thế, khi được trao phó - mời gọi - cộng tác, con người không thể cất giữ, chôn giấu mà phải phát triển, sinh lợi nên bạc được giao. Nén bạc đó là **khả năng yêu mến**; khi yêu, ta sẽ có nhiều sáng kiến, năng động để làm nên những gì tốt hơn, đẹp hơn. *“Dilige, et quod vis fac – Yêu đi, và làm điều bạn muốn”* (Thánh Âu-tinh).

Mời ban: Từ một người nhiều năm sống trong tội lỗi, tin theo giáo thuyết sai lầm,

thánh Âu-tinh đã tìm gặp được Sự Khôn ngoan đích thực. Nhận ra được tình yêu Chúa, ngài đã thốt lên: “*Lạy Chúa, con yêu Chúa quá muộn màng!*” Thánh nhân đã dùng quãng đời còn lại của mình để yêu Chúa, làm cho người khác cũng yêu mến Ngài. Nén bạc Chúa trao cho ngài đã sinh lợi rất nhiều. Còn bạn, bạn có muốn **gia tăng khả năng yêu mến** của mình không? “*Nếu bạn có thỉnh lặng thì hãy thỉnh lặng vì yêu; nếu bạn nói thì hãy nói vì yêu; nếu phải sửa sai thì hãy sửa vì yêu; nếu tha thì tha vì yêu*” (Thánh Âu-tinh).

Sống Lời Chúa: Hôm nay, hãy đặt tình yêu của bạn vào trong từng công việc lớn nhỏ.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con mỗi ngày khám phá ra Tình yêu của Chúa, và con sẽ gia tăng khả năng yêu mến của con trong mọi sự. Amen.*

SẠCH TỪ TRONG RA NGOÀI

“Tất cả những điều xấu xa đó, đều từ bên trong xuất ra, và làm cho con người ra ô uế.” (Mc 7,23)

Suy niệm: Những trái cam vàng ửng, những chùm nho mọng mướt trông thật ngon lành, nhưng người tiêu dùng vẫn không thể yên tâm vì mối nguy hiểm do dư lượng thuốc trừ sâu, thuốc bảo quản... ngấm ngấm trong đó biến chúng thành những thứ thuốc độc hại chết người. Cái bẩn từ bên ngoài như bụi đất có thể rửa sạch được; còn những thứ ô nhiễm từ bên trong làm hư hỏng sự vật ngay từ bản chất, thì khó lòng gột rửa được. Chúa Giêsu nhấn mạnh những đục vọng bất chính từ lòng người xuất phát ra mới thực sự làm người ta ra dơ bẩn. Bị dơ bẩn từ trong tâm mà chỉ tẩy rửa bên ngoài mà thôi thì không thể sạch được. Chúa dạy ta muốn làm sạch phải làm sạch từ cái tâm: *“Hãy bỏ thì những gì ở bên trong thì mọi sự sẽ trở nên trong sạch”* (x. Lc 11,41).

Mời Ban: Tất cả mọi việc làm cho con người ra dơ bẩn đều là con đẻ của những “ý định xấu.” Mời bạn thanh tẩy cõi lòng mình bằng cách loại bỏ lòng tham lam, ước muốn hưởng thụ vô độ, ích kỷ, óc tự tôn và thay vào đó là tinh thần phục vụ, khiêm tốn, và hiền lành theo mẫu gương Chúa Giê-su.

Chia sẻ: Những loại văn hoá phẩm bạo lực, khiêu dâm từ sách vở, trò chơi điện tử, mạng internet đang đầu độc tâm hồn người ta, nhất là giới thanh thiếu niên. Bạn và nhóm của bạn cùng quyết tâm và đưa ra sáng kiến để loại bỏ chúng.

Sống Lời Chúa: Ngay từ đầu ngày, hướng tới một ý tưởng, hay hình ảnh cao thượng, thánh thiện để tâm niệm suốt ngày.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin tạo cho con trái tim trong sạch, và đổi mới tinh thần cho con nên chung thủy.* (Tv 50,12)

LỜI CHÚA ĐƯỢC ỨNG NGHIỆM

“Hôm nay đã ứng nghiệm lời Kinh thánh quý vị vừa nghe.” (Lc 4,21)

Suy niệm: *“Các lời tiên báo được thực hiện trong Kinh Thánh là bằng chứng cho thấy Lời Chúa được linh hứng. Chẳng hạn hơn 300 lời tiên báo về Đấng Cứu thế được ứng nghiệm chính xác nơi Đức Giê-su Ki-tô” (B. Johnston). Trong hội đường Na-da-rét ngày ấy, Đức Giê-su đã làm ứng nghiệm lời tiên báo của ngôn sứ I-sai-a về Đấng Cứu thế. Ngài cho họ thấy Đấng mà vị ngôn sứ giới thiệu chính là Ngài, Người loan báo Tin mừng cho kẻ nghèo hèn, công bố thời kỳ hồng ân đặc biệt của Chúa. Việc cứu nhân độ thế ấy được thực hiện rõ nét qua ba năm thi hành sứ vụ công khai: Ngài quan tâm loan báo Tin Mừng Nước Trời cho con người, nhất là người nghèo, kẻ bị áp bức, người chịu những thiệt thòi trong xã hội, hầu giúp họ trở thành những con cái tự do của Chúa.*

Mời Ban: *“Kinh thánh nói bằng quyền*

*năng và sự thực tiễn về mọi điều bạn đang
đương đầu, suy nghĩ, và cảm nhận. Vị Chúa
có vẻ xa cách thế kia với bạn trong giây
phút này trở nên thật sự gần gũi và thiết
thực ” (P. Tripp). Thay vì sống theo thói
đời, tính cách con người mình, bạn đưa Lời
Chúa vào cuộc sống, trong mọi ứng xử của
bạn. Khi ấy, bạn làm cho Lời Chúa quyền
năng ấy được ứng nghiệm hôm nay.*

Sống Lời Chúa: Tôi xem trong bộ nguyên
tắc ứng xử thường dùng của mình, Lời
Chúa đứng ở vị trí nào, và điều chỉnh cho
xứng hợp ngay hôm nay.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, Chúa làm
cho tất cả các lời tiên báo về Đấng Mê-si-a
trong Cựu ước được ứng nghiệm trong
cuộc đời mình. Xin cũng cho con biết thay
đổi lối ứng xử thường ngày của mình, để
Lời hằng sống của Chúa được ứng nghiệm
trong đời con. Amen.*

LỜI CHÚA ĐẦY UY QUYỀN

“Ông ấy lấy uy quyền và thế lực mà ra lệnh cho các thần ô uế, và chúng phải xuất.” (Lc 4,36)

Suy niệm: Các chuyên viên trừ quỷ nói với ta rằng cần phân biệt quỷ nhập với các rối loạn tâm lý hay bệnh tâm thần. Có ba triệu chứng quỷ nhập: (1) họ có khả năng thấy được những đồ thánh bị che khuất và muốn cất giấu đi; (2) có sức mạnh thể lý phi thường; và (3) có thái độ thù nghịch với các điều thánh thiêng. Người bị quỷ ám trong hội đường Ca-phác-na-um hôm ấy cho ta thấy cả ba triệu chứng trên. Anh ta phát hiện Đức Giê-su là Đấng Thánh của Thiên Chúa, muốn Ngài đi xa khuất, đừng can dự vào đời anh, cũng như có sức mạnh lạ lùng. Thế nhưng, với Ngôi Lời làm người, chỉ cần một lời nói đầy uy quyền đủ để trục xuất quỷ ra khỏi, trả lại tự do cho anh, làm cho cả hội đường kinh ngạc và thích thú.

Mời Bạn: *“Không thể trừ khử bóng đêm ra khỏi bạn. Ta có thể giả vờ bóng đêm ấy*

không có cho đến khi có điều gì đó bùng phát” (Arca). Bao bóng đêm ô uế đang làm chủ tâm hồn ta, nhưng ta thường phớt lờ, coi như không có. Tự sức mình không làm được, nhưng với Chúa Giê-su, không có gì là không thể. Bạn hãy xem các bóng đêm ô uế nào đang chiếm ngự đời mình, để rồi xin Ngài cứu chữa.

Sống Lời Chúa: Tôi xét xem đâu là những bóng đêm ô uế đang ám mình, không cho mình tự do sống tự thế con cái Chúa: tiền bạc, thú vui, hưởng thụ... để rồi quyết tâm xin Chúa giúp mình sửa đổi.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, Lời Chúa có uy quyền trước sự dữ, uy lực trước cái xấu. Xin cho con tin tưởng vào sức mạnh của Lời ấy, để khử trừ cái hư, cái xấu ra khỏi con người con. Amen.*