

*5 phút cho*  
**LỜI CHÚA**



**tháng 08/2024**

## CHÚA KỂ CHUYỆN NƯỚC TRỜI

*“Nước Trời lại còn giống như chuyện chiếc lưới thả xuống biển, gom được đủ thứ cá.” (Mt 13,47)*

**Suy niệm:** Chúa Giê-su là “*Đấng từ trời xuống*” (x. Ga 3,13), nhưng Ngài không hề đưa ra một định nghĩa nào về Nước Trời, gồm những yếu tố nào hay có những đặc tính gì. Trái lại, Chúa kể cho chúng ta nghe thật nhiều câu chuyện về Nước Trời. Bằng những hình ảnh thật quen thuộc, dễ thấy trong đời thường như: hạt muối, hạt men, việc gieo giống, thả lưới đánh cá, v.v... Chúa Giê-su đưa chúng ta đi vào huyền nhiệm khôn dò thấu của Nước Trời. Phải chăng Ngài đã chẳng nói: Nước Trời không phải ở đây hay ở kia mà “*Này, Triều Đại Thiên Chúa đang ở giữa các ông*” (x. Lc 17,21) hay sao? Phải, Nước Trời đã đến rồi, nơi Đức Giê-su đang ở giữa chúng ta, Ngài “*là con đường, là sự thật và là sự sống*” (Ga 14,6), chỉ cần chúng ta tiếp bước đi

theo Ngài là chúng ta đi vào mầu nhiệm Nước Trời.

**Mời Ban:** Chúa mời gọi bạn nghiên ngẫm câu chuyện dụ ngôn Nước Trời mà Ngài kể cho chúng ta, để bạn khám phá ra rằng Nước Trời không phải là một ý niệm mà là hiện thực cuộc sống, và chúng ta không ở xa mà là đang sống trong mầu nhiệm Nước Trời đó. Chỉ cần mỗi người chúng ta cùng nỗ lực trở nên “*cá tốt*” và giúp cho người khác cũng trở nên “*cá tốt*” để được đưa vào tận hưởng niềm vui trong Nước Trời.

**Sống Lời Chúa:** Bạn bắt đầu một ngày mới bằng tâm tình hạnh phúc vì được ở với Chúa, và bạn chia sẻ tâm tình đó bằng hành động vui tươi phục vụ tha nhân để Nước Chúa được hiện thực ngay nơi trần gian này.

**Câu nguyện:** *Lạy Cha, xin cho Nước Cha trị đến, ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời. Amen.*

## CHÚA KHÔNG THỂ LÀM PHÉP LẠ

***Đức Giê-su không thể làm nhiều phép lạ tại đó, vì họ không tin.*** (Mt 13,58)

**Suy niệm:** Đức Giê-su là Con Thiên Chúa, là Đấng toàn năng, “*không có gì là không thể làm được*” (Lc 1,37); hơn nữa Ngài là Chúa giàu lòng thương xót, luôn “*chạnh lòng thương*” đoàn dân chúng “*lâm than vất vưởng*” (x. Mt 9,36) sẵn sàng cứu giúp họ ngay cả khi họ chưa kịp kêu xin. Thế mà, giờ đây tại quê nhà Na-da-rét, Ngài “*không thể làm nhiều phép lạ*” chỉ vì một lý do duy nhất là dân chúng đã không tin. Thật kỳ lạ, sự cứng lòng của con người như bức tường đồng khiến cho quyền năng vô biên của Thiên Chúa cũng không thể xuyên thủng. Và còn kỳ lạ hơn nữa, Trái Tim của Chúa thật mềm lòng, dễ chạnh thương, chỉ cần ta có “*lòng tin lớn bằng hạt cải*” thôi, là Chúa khiến cho cả núi non cũng phải chuyển dời (x. Mt 17,20).

**Bạn thân mến,** Chúa không tỏ quyền năng

của Ngài khi làm phép lạ để ép bạn ‘vô thế’ phải tin theo Ngài; niềm tin đích thực phải xuất phát bởi tự do và tình yêu mến. Mặt khác, một khi bạn đặt niềm tin mến nơi Chúa, dù lòng tin của bạn còn yếu kém, thì Chúa sẽ ban cho bạn hồng ân cứu độ và cho bạn hưởng trọn vẹn niềm vui và hạnh phúc bên Ngài muôn đời. Bạn còn ngần ngại chi mà không thưa với Chúa: *“Lạy Chúa, con tin Chúa. Nhưng xin Chúa giúp thêm lòng tin còn yếu kém của con”* (Mc 9,24)?

**Sống Lời Chúa:** Để giúp củng cố lòng tin còn yếu kém của bạn, mời bạn dành ít phút để cầu nguyện trước và sau mỗi hành động của mình.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su xin thương xót con, vì con đã yếu đuối lại còn cứng lòng. Xin ban cho con ơn hoán cải và xin củng cố lòng tin còn yếu kém của con. Amen.*

## DÁM TRẢ GIÁ CHO SỰ THẬT

*Nhà vua lấy làm buồn, nhưng vì đã trót thề, lại thề trước khách dự tiệc, nên truyền lệnh ban cho cô. Vua sai người vào ngục chặt đầu Gio-an. (Mt 14,9-10)*

**Suy niệm:** Hê-rô-đê mang tiếng là độc dữ tàn bạo nhưng thực chất lại là người nhu nhược. Trước hết, do không thắng được đam mê dục vọng, bạo vương đã cướp lấy Hê-rô-đi-a, vợ của Phi-líp anh mình. Khi Gio-an can ngăn, vua không can đảm sửa sai, lại còn bỏ tù người dám nói sự thật. Vua muốn giết Gio-an, nhưng không dám ra tay vì sợ dân chúng. Cuối cùng, chỉ vì chiều ý một cô gái, do một lời hứa cao hứng lúc trà dư tửu hậu, vua đã hạ sát vị ngôn sứ. Trong khi đó, qua cái chết can trường, vị Tiền hô của Đức Giê-su đã đóng trọn vai trò chứng nhân bất khuất, dám sống và dám chết để phụng sự chân lý.

**Mời Ban:** Cuộc sống hôm nay luôn đặt bạn vào thế phải chọn lựa theo Chúa hay theo thế gian, sống theo sự thật và làm chứng

hay phớt lờ, chối bỏ sự thật. Sống theo sự thật đòi bạn vác thập giá theo chân Thầy Giê-su và can đảm lội ngược dòng đời. Đứng trước một nhiệm vụ cụ thể làm chứng cho sự thật, bạn dám đưa ra quyết định thẳng thắn hay lẩn lữa, chần chừ, để mặc cho hoàn cảnh đưa đẩy? Chúng ta có biết nhìn thẳng vào sự thật của chính mình và giúp nhau nhận ra sự thật để cùng nhau hoán cải không?

**Sống Lời Chúa:** Là con cái ánh sáng, tôi cố gắng theo phương châm “*sống theo sự thật và trong tình bác ái*” (Ep 4,15) để xây dựng Hội Thánh.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đã nói Chúa là Con Đường, là Sự Thật và là Sự Sống của chúng con. Xin cho chúng con can đảm và trung thành sống theo lời Chúa dạy, để xứng đáng là những người môn đệ của Chúa. Amen.*

## ĐÓI KHÁT TÂM LINH

*Đức Giê-su bảo họ: “Chính tôi là bánh trường sinh. Ai đến với tôi, không hề phải đói; ai tin vào tôi, chẳng khát bao giờ!”*  
(Ga 6,35)

**Suy niệm:** Chúa Giê-su nhiều lần làm phép lạ hóa bánh ra nhiều cho dân chúng khỏi đói khi theo Ngài. Chúa quan tâm đến nhu cầu chính đáng về của ăn vật chất, nhưng Ngài muốn họ cũng được no thỏa con đói tâm linh còn cấp thiết hơn. Và Ngài cho biết Ngài sẽ ban cho họ tấm bánh trường sinh là chính Thân Mình Ngài, để ai đến với Ngài sẽ không phải đói nữa, mà được sự sống đời đời.

**Mời Ban:** Chúa Giê-su đến để cứu độ con người toàn diện, nhưng Ngài đã chạnh lòng thương dân chúng và cứu giúp họ bắt đầu từ việc ban cho họ tấm bánh vật chất trước khi dẫn họ đến lương thực thường tồn nuôi dưỡng linh hồn. Chúa muốn bạn mở lòng ra với tha nhân trước tiên bằng những việc bác ái cụ thể, bằng những hành động chia sẻ



quảng đại với anh chị em sống quanh bạn, nhưng không dừng lại ở đó, mà vươn lên tới tầm mức những con người phát triển toàn diện “*tới tâm vóc viên mãn của Đức Ki-tô*” (x. Ep 4,13). Chính bí tích Thánh Thể là phương thế và nguồn lực để bạn đạt tới được tầm cao đó.

**Sống Lời Chúa:** Quan tâm yêu thương những người đang thiếu thốn về vật chất cũng như tinh thần để chạnh lòng thương như Chúa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho chúng con năng đến với Bí tích Thánh Thể để lãnh nhận sức sống thần linh Chúa ban, nhờ đó, chúng con có thể chia sẻ tình yêu Chúa cho anh chị em để họ cũng được no thoả trong cơn đói tâm linh. Amen.*

## ĐỀ CHÚA CÙNG HÀNH ĐỘNG

*Người cầm lấy năm cái bánh và hai con cá, ngược mắt lên trời, dâng lời chúc tụng, bẻ ra, trao cho môn đệ, và môn đệ trao cho đám đông. Ai nấy đều ăn và được no nê.  
(Mt 14,19-20)*

**Suy niệm:** Trước đám đông choáng ngợp, các tông đồ đã ‘thả tay’ và đẩy trách nhiệm giải quyết con đói về phía dân chúng. Các ông nhận ra khả năng giới hạn của mình: “*Chúng con chỉ có vốn vụn năm cái bánh và hai con cá!*” Đối với các môn đệ, giải tán đám đông là hướng giải quyết ‘hợp lý’ nhất. Các ông đã quên rằng Chúa đang có mặt ở đó, mà với Ngài, “*mọi sự đều có thể được*” (Mc 10,27). Chỉ với số vốn ít ỏi của các ông, Chúa Giê-su đã cho dân chúng ăn no nê mà vẫn còn thu được “*mười hai giỏ đầy những mẩu bánh còn dư lại*”. Cùng hành động với Chúa, phép lạ lớn lao đã được thực hiện.

**Mời Ban:** Con người hôm nay vẫn phải đối

mặt với nhưng con đói: đói lương thực, đói hòa bình, đói tình thương và đói khát Thiên Chúa nữa. Chúa vẫn yêu cầu chúng ta “*chính anh em hãy cho họ ăn*”, hãy giải quyết cơn đói của nhân loại. Nhưng không phải một mình, theo cách của con người, mà hãy để Chúa cùng hành động với mình, và theo cách của Chúa, vì “*không có Thầy anh em không thể làm gì được*” (Ga 15,5).

**Sống Lời Chúa:** Hãy ý thức trước khi bắt đầu làm việc gì trong ngày, đọc kinh Sáng soi hoặc cầu nguyện xin Chúa cùng làm với bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, con ý thức bản thân con đầy những thiếu sót, giới hạn khi nhìn đến nhiệm vụ lớn lao mà bốn phận một người môn đệ phải làm, phải sống. Xin Chúa cho con đừng bao giờ buông xuôi, đừng bao giờ hành động một mình theo kiểu con người mà luôn để Chúa cùng hành động với con. Amen.*

## BIẾN HÌNH TRONG ĐỜI THƯỜNG

*Ngài đưa các ông đi riêng ra một chỗ, chỉ mình các ông thôi, tới một ngọn núi cao. Rồi Ngài biến đổi hình dạng trước mắt các ông. (Mc 9,2)*

**Suy niệm:** Việc Chúa Giê-su biến hình trên núi không chỉ là một sự kiện phi thường khiến ba môn đệ thân tín của Ngài ngây ngất đến độ muốn ở lại trên núi để chiêm ngưỡng, mà là khởi đầu cho một hành trình thiêng liêng ‘xuống núi’ để cùng đi với Chúa trên con đường thập giá rồi mới vào vinh quang khi Ngài “*từ cõi chết sống lại.*” ‘Xuống núi’ đây chính là trở lại cuộc sống đời thường, vác lấy thập giá là đảm nhận những sứ mạng của mình trong thế giới hôm nay và hoàn thành chúng trong chương trình cứu độ của Chúa nơi Đức Giê-su Kitô.

**Mời Bạn:** Những công việc đời thường của bạn dù nhỏ nhặt đến đâu, dù ‘bình thường’ đến thế nào cũng có thể, và phải được biến

hình để trở nên vinh quang với Đấng “*từ cõi chết trở lại*” khi bạn cùng với Đức Ki-tô thực hiện chúng với tâm tình yêu thương tận hiến để phục vụ, như thánh Phao-lô nói: “*Nếu ta cùng chết với Đức Ki-tô, ta sẽ cùng sống với Người*” (Rm 6,8; 2Tm 2,11)

**Sống Lời Chúa:** Trong hai việc tốt có thể làm, bạn chọn việc nào giúp bạn phục vụ tha nhân một cách giống Đức Ki-tô hơn cả.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, con cảm tạ Chúa vì Ngài luôn hiện diện trong cuộc đời của chúng con. Xin Chúa giúp chúng con biết biến đổi đời sống mình theo gương Chúa, để con trở thành ánh sáng cho mọi người xung quanh. Xin ban ơn sức mạnh và sự khôn ngoan của Chúa để con luôn sống theo lời Chúa dạy, và trở thành chứng nhân tình yêu Chúa giữa đời. Amen.*

## ĐIỀU LÀM CHÚA KHUẤT PHỤC

***“Này bà, lòng tin của bà mạnh thật! Bà muốn thế nào, sẽ được như vậy.”*** (Mt 15,28)

**Suy niệm:** Kinh Thánh nhiều lần nhắc tới chó, nhưng đều là với giọng điệu chê bai, miệt thị. Thánh Phao-lô dùng nó như một lời rửa si nhục (Pl 3,2); sách Khải Huyền thì gọi hạng người *“phù thủy, sát nhân, gian dân, thờ ngẫu tượng...”* là *“quân chó má”* (Kh 22,15). Còn người Hy Lạp gọi ai là chó là có ý nói người ấy trơ tráo không biết xấu hổ là gì. Sống giữa hai nền văn hoá ấy, người đàn bà xứ Ca-na-an hẳn là cảm thấy nhục nhã lắm khi bị ví với chó. Nhưng vì thương đứa con gái của mình bị quỷ ám và hẳn bà tin vào Chúa và biết rằng Ngài có ý thử mình nên bà kiên trì kêu xin cách khiêm nhường: *“Thưa Ngài, đúng thế, nhưng mà lũ chó con cũng được ăn những mảnh vụn trên bàn chủ rơi xuống.”* Lòng khiêm nhường thăm sâu và niềm tin vững mạnh

cùng với tình yêu tha thiết bà dành cho con gái đã khuất phục được Đức Ki-tô và Ngài đã ban cho bà điều bà kêu xin: “*Lòng tin của bà mạnh thật. Bà muốn sao thì sẽ được vậy*”.

**Mời Ban:** Chúa nói: Chỉ cần lòng tin lớn bằng hạt cải là có thể chuyển núi dời non (x. Mt 17,20). Lòng tin mạnh mẽ và khiêm nhường thăm sâu như của người đàn bà Canaan này còn có thể lay chuyển được cả Thiên Chúa nữa. Bạn cứ kiên trì cầu xin Chúa với tất cả lòng tin của bạn nhé, chắc chắn Chúa sẽ ban cho bạn gấp bội, điều bạn cầu xin.

**Sống Lời Chúa:** Hôm nay, bạn hãy cầu xin Chúa thật tha thiết xin Ngài ban cho điều bạn đang hết sức mong đợi.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin ban thêm đức tin cho chúng con, và cho chúng con biết kiên trì và khiêm tốn trong khi cầu xin. Amen.*

## ĐÔI MẮT ĐỨC TIN

***Ông Si-mon Phê-rô thưa: “Thầy là Đấng Ki-tô, Con Thiên Chúa hằng sống.” (Mt 16,16)***

**Suy niệm:** Tại một vùng của nước Pháp, dân chúng có tập tục rất đặc biệt: sáng sớm Chúa Nhật Phục Sinh, khi hồi chuông đầu tiên của nhà thờ vang lên, mọi người đều thức dậy, chạy ra giếng để rửa mặt. Nhiều bạn trẻ không hiểu vì sao lại chạy ra giếng rửa mặt, trong khi ngày nay gia đình nào cũng có vòi nước trong nhà. Các bô lão mới giải thích: đó là hình thức cầu nguyện bằng hành động, qua đó dân làng xin Chúa ban cho họ đôi mắt đức tin mới, để họ thấy Đức Giê-su phục sinh đang hiện diện sống động giữa họ. James Woodbridge viết: *“Đức tin là con mắt để nhìn thấy Chúa, là bàn tay để nắm lấy Người, là sức mạnh giúp ta tự hiến cho Người.”* Nhờ đôi mắt đức tin, Phê-rô nhận ra Con Thiên Chúa hằng sống và đi theo Ngài.



**Mời Ban:** Phê-rô đã biểu lộ niềm xác tín của mình bằng lời tuyên xưng: “*Thầy là Đấng Ki-tô, Con Thiên Chúa hằng sống.*” Bạn có một hành vi nào, cử chỉ nào để diễn tả niềm tin của bạn trong cuộc sống hằng ngày không? Mỗi khi gặp đau khổ, bạn có xác tín rằng Thiên Chúa đang hiện diện trong bạn, để nâng đỡ và bổ sức cho bạn không?

**Chia sẻ:** Có khi nào bạn nhút nhát, hay sợ bạn bè chê cười, mà không dám tuyên xưng đức tin vào Thiên Chúa trong lớp học, nơi hội họp, xí nghiệp... không? Mời bạn chia sẻ cho nhóm.

**Sống Lời Chúa:** Tập tuyên xưng đức tin bên ngoài nhà thờ bằng một đời sống vui tươi và quảng đại chia sẻ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin ban thêm niềm tin cho chúng con. Xin giúp chúng con cũng biết tuyên xưng niềm tin vào Chúa trong môi trường chúng con sống. A-men.*

**VÁC THẬP GIÁ ĐI THEO CHÚA**

*Đức Giê-su nói với các môn đệ: “Ai muốn theo Thầy, phải từ bỏ chính mình, vác thập giá mình mà theo.” (Mt 16,24)*

**Suy niệm:** Những năm gần đây, hiện tượng các ca sĩ đeo thánh giá lúc trình diễn ngày càng phổ biến. Thánh giá lớn có, nhỏ có, mang trên cổ, đeo bên tai hoặc vòng trên tay... Thánh giá càng khác lạ càng gây ấn tượng! Ngược lại, hiện tượng người công giáo mang thánh giá ngày càng ít đi. Phải chăng dấu hiệu thánh giá đang mất đi ý nghĩa là biểu trưng căn tính người Ki-tô hữu? Hay phải chăng hiện tượng đó là hệ quả của việc nhiều Ki-tô hữu muốn dấu, hoặc nghiêm trọng hơn, quên đi căn cước thật của mình? Lời Chúa hôm nay nhắc nhở rằng là Ki-tô hữu tức là mang lấy thánh giá, là chấp nhận những hệ lụy của thánh giá. Thánh giá liên quan đến trọn cuộc đời của họ, từ trong xóm làng quen thuộc đến nơi phố chợ xa lạ, trong môi trường học tập hay nơi công trường lao động. Với Chúa Giê-su, Đấng vác thập giá và chết trên thập giá, thánh giá vừa bày tỏ niềm say mê dành cho Chúa Cha và thế giới, vừa là lời loan báo về tình thương của Thiên Chúa dành cho con người. Người môn đệ Chúa cũng được mời đón nhận và

loan báo thập giá như thế.

**Mời Ban:** Thánh giá có nhiều hình dạng: có khi là bốn phận học tập, lao động hoặc đạo đức, có lúc là mối quan tâm dành cho người bị bỏ rơi, đôi khi là chịu đựng một sự hiều lầm, chống đối...

**Chia sẻ** trong nhóm bạn kinh nghiệm của bạn về việc đón nhận thánh giá.

**Sống Lời Chúa:** Trong thánh lễ, hiệp dâng những thánh giá trong đời bạn cùng với hiến lễ của Chúa Giê-su.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, con say mê thánh giá Chúa, xin giúp con làm chứng nhân bằng việc vác thánh giá của con mỗi ngày đi theo Chúa.*

**HẠNH PHÚC NGƯỜI PHỤC VỤ**

***“Ai phục vụ Thầy thì hãy theo Thầy, và Thầy ở đâu kẻ phục vụ Thầy cũng sẽ ở đó. Ai phục vụ Thầy, Cha Thầy sẽ quý trọng người ấy.”***  
(Ga 12,26)

**Suy niệm:** Thi sĩ Tagore (Ấn Độ) có viết: “Năm ngủ, tôi mơ thấy đời là hạnh phúc. Thức dậy tôi thấy sống là phục vụ. Tôi dần thân phục vụ và tôi khám phá ra rằng phục vụ là hạnh phúc.” Những ai dần thân vào một công việc phục vụ nào đó đều có thể trải nghiệm được điều thi sĩ Tagore vừa chia sẻ. Việc phục vụ càng đòi hỏi dần thân quên mình nhiều thì hạnh phúc mang lại càng lớn. Thế nên người phục vụ Đức Ki-tô, “Con Chí Ái” của Chúa Cha, từ bỏ chính mình để theo Ngài trên đường thập giá là người được hạnh phúc lớn nhất bởi vì sẽ được “*Chúa Cha quý trọng*” được Chúa Cha yêu mến, và đến ở trong người ấy (x. Ga 14,23).

**Mời Bạn:** Nếu như hạnh phúc của bản thân chính là biết quên mình để nghĩ đến hạnh phúc của người khác, thì ngược lại, mọi sự bất hạnh trên trần gian này đều bắt đầu từ chỗ muốn chiếm giữ cho riêng mình; đó cũng chính là lúc con người chối bỏ và loại trừ người khác. Phần bạn, bạn đặt hạnh phúc của bạn nơi điều gì?

Phải chăng là của cải, danh vọng, địa vị, thú vui ích kỷ...? Hay bạn coi việc phục vụ anh em làm hạnh phúc của mình?

**Chia sẻ** một niềm vui của bạn khi dần thân phục vụ tha nhân cách vô vị lợi.

**Sống Lời Chúa:** Tập quan sát và nhạy bén nhận ra những nhu cầu của anh chị em hơn là nhìn vào chính mình.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, con đã tiếp nhận cuộc sống từ bao người khác; xin cho con biết hân hoan đón nhận cuộc sống và đến lượt con cũng biết hiến trao cho anh em trong bài học cho đi như chính Chúa.*

(Hosanna)

## THẦY BAN TRÓT THÂN MÌNH...

*“Bánh tôi sẽ ban tặng, chính là thịt tôi đây, để cho thế gian được sống.” (Ga 6,51)*

**Suy niệm:** Trong trọn bản văn Thánh Lễ của Sách Lễ Rôma, những chữ được in đậm và to nhất chính là ‘lời truyền phép’: **“TẤT CẢ CÁC CON HÃY NHẬN LÁY MÀ ĂN, VÌ NÀY LÀ MÌNH THẦY, SẼ BỊ NỘP VÌ CÁC CON... TẤT CẢ CÁC CON HÃY NHẬN LÁY MÀ UỐNG, VÌ NÀY LÀ CHÉN MÁU THẦY, MÁU GIAO ƯỚC MỚI VÀ VĨNH CỬU, SẼ ĐỔ RA CHO CÁC CON VÀ NHIỀU NGƯỜI ĐƯỢC THA TỘI...”** In đậm và to nhất, bởi vì đây là những lời quan trọng nhất, đây là khoảnh khắc đậm đặc ý nghĩa **YÊU THƯƠNG** nhất của Thánh Lễ. Trong khoảnh khắc này, Chúa Giê-su dứt khoát trao hiến chính sự sống của Ngài cho chúng ta. Và đây không phải là một quyết định bốc đồng kiểu ‘anh hùng rơm’; đây là cả một chương trình hiến thân được vạch ra từ trước, như bản văn Tin Mừng hôm nay xác nhận.

**Mời Ban:** Hãy nghe với cả tâm hồn mình, hãy nghe như lần đầu tiên được nghe những lời tha thiết của Chúa: “*Này là Minh Thầy sẽ bị nộp vì các con; này là Máu Thầy sẽ đổ ra cho các con...*” Và bạn hãy cảm nhận niềm hạnh phúc được Chúa yêu thương đến mức đó.

**Chia sẻ:** Hẳn bạn từng trao tặng điều gì thật quý cho bạn hữu, người thân? Hãy mô tả kinh nghiệm ấy. Rồi bạn nhìn lại hành động của Chúa: Ngài yêu thương ta đến mức trao chính bản thân, chính sự sống của Ngài chứ không phải chỉ là một cái gì đó ở ngoài Ngài!

**Sống Lời Chúa:** Bạn sốt sắng tham dự Thánh Lễ và rước lễ với cả tâm tình.

**Cầu nguyện:** Hát: “*Thầy yêu chúng con lời ai nói cho cùng... Thầy yêu chúng con Thầy ban trót thân mình, để nuôi chúng con ngày lưu ký trên gian...*”

## TRÁCH NHIỆM

*Chúa Giê-su bảo Phê-rô rằng: “Nhưng để khỏi làm gai mắt họ, anh ra biển thả câu; con cá nào câu được trước hết, thì bắt lấy, mở miệng nó ra: anh sẽ thấy một đồng tiền bốn quan; anh lấy đồng tiền ấy nộp thuế cho họ, phần của Thầy và phần của anh.” (Mt 17,27)*

**Suy niệm:** Hằng năm, những người đàn ông Do thái từ 20 tuổi phải đóng hai quan tiền thuế cho Đền thờ. Với tư cách là Con Thiên Chúa, Chúa Giê-su không phải nộp khoản thuế này. Tuy nhiên, để tránh gương xấu cho người khác, Chúa bảo Phê-rô đóng thuế cho Ngài và cho ông nữa. Cách hành xử của Chúa không dựa trên tiêu chuẩn công bằng mà theo bác ái. Chúa Giê-su xuống trần gian không phải để đòi quyền hành của Thiên Chúa, nhưng để làm người, gắn bó với dân tộc, chấp nhận nghĩa vụ công dân như mọi người.

**Mời Ban:** Tước hiệu Ki-tô hữu không phải



là đặc quyền, nhưng là đòi hỏi: sống như mọi người, và hơn thế nữa, chu toàn nhiệm vụ của người công dân trần thế và cả công dân Nước Trời. Bạn hãy nhớ mình vừa là Ki-tô hữu vừa là người Việt Nam.

**Chia sẻ:** Bạn nghĩ gì về tư tưởng sau đây: *“Người ta chịu trách nhiệm về việc mình làm, việc mình không làm, và cả việc mình ngăn cản không cho làm”?*

**Sống Lời Chúa:** Không trốn tránh các việc bổn phận, nhưng làm với tinh thần trách nhiệm của người Ki-tô hữu: hiền lành, tận tâm, công bằng, trung thực...

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa dạy chúng con nỗ lực sống xứng đáng là công dân tốt của trần thế, và hơn thế nữa, là muối men, ánh sáng của người công dân Nước Trời. Xin dạy con sống theo gương của Chúa, để con thực sự trở nên mọi sự cho mọi người. Amen. (x. 1Cr 9,22)*

13/08/24 THỨ BA TUẦN 19 TN

Th. Pon-ti-a-nô, giáo hoàng và Híp-pô-li-tô, linh mục, từ  
đạo

Mt 18,1-5.10.12-14

## KẺ LỚN NHẤT TRONG NƯỚC TRỜI

*“Ai tự hạ, coi mình như em nhỏ này, người ấy sẽ là kẻ lớn nhất trong Nước Trời.” (Mt 18,4)*

**Suy niệm:** Các môn đệ xem ra bị ám ảnh bởi quan niệm lớn-bé, nhất-nhì, đến nỗi nhiều lần tranh cạnh nhau ra mặt và không úp mở đặt thẳng vấn đề với Chúa. Để trả lời, Chúa gọi một em bé đến đứng trước mặt các ông. Ta tưởng tượng các ông chung hững như thế nào! Trật tự trong Nước Trời khác hẳn trật tự trong trần thế. Chúa muốn các môn đệ của Ngài có tinh thần khiêm tốn nên đã cho các ông một bài học thiết thực. Chính sự tự hạ sẽ làm cho một người bé mọn nhất ở trần gian thành người lớn nhất trong Nước Trời.

**Mời Ban:** Phải chăng bài học của Chúa không còn thích hợp với người thời nay nữa, bởi với nền kinh tế thị trường, đâu cũng chỉ thấy sự cạnh tranh ráo riết, hơn thua, đến nỗi người ta không chịu lép vế, ai

cũng muốn mình phải hơn, phải thắng? Điều khó khăn nhất không phải là thắng người, mà là thắng chính mình, thắng được tính ích kỷ, kiêu căng của mình. Người như thế mới thật là người “vĩ đại”. Tục ngữ xưa dạy tinh thần nhún nhường: *“Ai nhất thì tôi thứ nhì, ai mà muốn nữa, tôi thì thứ ba”*.

**Chia sẻ:** Có khi nào bạn cảm nghiệm điều này: Khi muốn hơn người, tôi thấy lòng mất bình an. Ngược lại bạn có cảm nhận được khi nhún nhường, có một sự bình an sâu thẳm tuôn trào trong lòng bạn không?

**Sống Lời Chúa:** Thực hành Lời Chúa dạy: *“Hãy học với tôi, vì tôi có lòng hiền hậu và khiêm nhường. Tâm hồn anh em sẽ được nghỉ ngơi bồi dưỡng”* (Mt 11,29).

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin dạy con luôn sống khiêm tốn, nhỏ bé như Chúa đã sống và đã dạy chúng con. Amen.*

14/08/24 THỨ TƯ TUẦN 19 TN

Th. Mác-xi-mi-li-a-nô Ma-ri-a Kôn-bê, linh mục, tử đạo  
Mt 18,15-20

## GẶP CHÚA TRONG CỘNG ĐOÀN

*“Vì ở đâu có hai ba người họp lại nhân danh Thầy, thì có Thầy ở đấy giữa họ.”*  
(Mt 18,20)

**Suy niệm:** Ngay từ thời các tông đồ, nếp sống của các tín hữu đã hiện thực hoá Lời Chúa: *“Ở đâu có hai ba người họp nhau nhân danh Thầy, thì có Thầy ở giữa họ.”* Quả thật, các Ki-tô đầu tiên đã sớm quy tụ thành cộng đoàn: họ đồng tâm nhất trí, để mọi sự làm của chung, chăm chỉ nghe giáo huấn các Tông đồ, dự tiệc Bẻ Bánh, chuyên cần cầu nguyện. Họ sống đơn sơ vui vẻ và được toàn dân thương mến. Qua chứng tá đời sống của họ, người ta thấy Chúa Giê-su đang hiện diện trong cộng đoàn, biến đổi và làm cho cộng đoàn mỗi ngày một tăng trưởng.

**Mời Ban:** Hội Thánh là dân thánh của Thiên Chúa, nhờ Thánh Thần là hồn sống của Hội Thánh nối kết họ lại trong Thân Thể máu nhiệm của Chúa Ki-tô. Vì thế các

sinh hoạt trong Hội Thánh phải giúp tín hữu quy hướng về Chúa và dưới ánh sáng Lời Chúa; bằng không đó chỉ là ‘sự kiện’ hay lễ hội văn hóa đời thường.

**Sống Lời Chúa:** Xứ đạo là cộng đoàn Hội Thánh. Vì thế, khi hội họp nhau bàn bạc công việc chung, chúng ta không theo ý muốn riêng tư hay tinh thần thế tục, nhưng để cho Chúa Thánh Thần hướng dẫn ngõ hầu chúng ta có thể nhận ra và làm theo ý Chúa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su. Chúa luôn hiện diện trong Lời Chúa và trong các Bí tích của Hội Thánh. Xin cho chúng con sốt sắng đến gặp Chúa để tiếp nhận ánh sáng và sức sống Chúa trong các cử hành phụng vụ của Hội Thánh. Amen.*

## LINH HỒN TÔI NGỢI KHEN CHÚA

*“Linh hồn tôi ngợi khen Thiên Chúa...  
Phận nữ tỳ hèn mọn, người đoái thương  
nhìn tới.” (Lc 1,46-48)*

**Suy niệm:** Nơi Đức Ma-ri-a kết hợp những thực tại xem ra rất khác biệt không thể dung hoà: nữ tỳ khiêm tốn trở thành “đôi tác” với Thiên Chúa chí tôn; trinh nữ “*không biết đến người nam*” lại cứu mang Con Thiên Chúa bởi quyền năng Chúa Thánh Thần; và nơi cung lòng của Mẹ, bản tính Thiên Chúa kết hợp với bản tính con người trong con người Giê-su. Những sự kết hợp tuyệt vời ấy được diễn tả cách tuyệt vời qua lời tụng ca Magnificat. Mẹ cất tiếng hát ngợi khen Thiên Chúa, với niềm vui và sự rung động sâu xa tận tâm hồn: vì Mẹ nhận ra tình thương Chúa đang cúi xuống trên những con người nghèo hèn bé nhỏ; vì Mẹ nhận ra rằng: “*Từ nay hết mọi đời sẽ khen tôi diễm phúc,*” không phải vì mình có công trạng khả năng gì, nhưng vì “*Đáng Toàn Năng*

*đã làm cho tôi biết bao điều cao cả”.*

**Mời Ban:** Vâng, lời ca tụng Magnificat không chỉ diễn tả tâm tình của Mẹ “*hớn hở vui mừng*” lúc bình minh ơn cứu độ, mà còn cảm nghiệm lòng *thương xót Chúa* khi đứng dưới chân thập giá và tôn vinh *cánh tay Ngài biểu dương sức mạnh* trong ngày Chúa Ki-tô phục sinh. Điều đó cho bạn và tôi thấy được tính chất ngôn sứ của Đức Ma-ri-a và của những ai dám theo Chúa đi vào đời với một niềm tin yêu hy vọng.

**Sống Lời Chúa:** Noi gương Mẹ Ma-ri-a, chúng ta hãy thể hiện niềm tin trong cuộc sống qua việc sống khiêm nhu và phục vụ để nâng cao phẩm giá những ai bé nhỏ, đói nghèo, bị khinh chê, bỏ rơi.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho chúng con có được tâm tình sống như Mẹ để cuộc sống hôm nay là con đường đưa chúng con đến hạnh phúc thiên đàng.*

## ƠN GỌI CỦA TÔI

**“Có những người tự ý không kết hôn vì Nước Trời. Ai hiểu được thì hiểu.” (Mt 19,12)**

**Suy niệm:** Chúa Giê-su mạnh mẽ bảo vệ sự linh thánh của ơn gọi hôn nhân khi phản bác việc ly dị: *“Sự gì Thiên Chúa đã phối hợp, loài người không được phân ly.”* Nhưng Ngài cũng không tán thành chủ trương ‘ở vậy’, sống độc thân, chỉ vì muốn tránh né đòi buộc cao của cuộc sống hôn nhân. Mọi người đều được mời gọi sống thánh thiện như Thiên Chúa là đấng thánh (x. Mt 5,48). Hôn nhân hay tu trì đều là ơn gọi mà Chúa mời gọi mỗi người một cách khác nhau để làm chứng cho Chúa. Người sống đời hôn nhân làm chứng cho tình yêu và sự kết hợp của Chúa Ki-tô với Hội Thánh (x. Ep 5,21-33). Còn người tu trì sống đời *“độc thân vì Nước Trời”* thì làm chứng cho cuộc sống vĩnh cửu trên thiên quốc, nơi *“người ta chẳng còn lấy vợ lấy*



*chồng, nhưng sẽ giống như các thiên thần trên trời” (Mt 22,30).*

**Mời Ban:** Trong thực trạng xã hội hôm nay, ơn gọi hôn nhân hay tu trì đều có những tín hiệu báo động. Số cặp vợ chồng trẻ ly dị ngày một tăng cao, trong khi đó ơn gọi tu trì sống đời thánh hiến ngày một giảm sút. Ơn gọi hiện tại của bạn là gì, bạn đang sống ơn gọi ấy với tinh thần và thái độ như thế nào? Dù sống ơn gọi nào, bạn cũng cần quảng đại hy sinh để làm chứng cho Chúa.

**Sống Lời Chúa:** Xin bớt một chút ích kỷ tự ái, thêm một chút khiêm hạ yêu thương, bỏ đi những phóng dăng, đam mê, thay vào đó bằng quảng đại hy sinh tha thứ trong cuộc sống thường ngày.

**Câu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, con tạ ơn Chúa đã chọn gọi con để nên thánh trong bậc sống hiện tại này. Xin giúp con quảng đại sống hoàn thiện trong ơn gọi để làm chứng cho tình yêu Chúa.*

## ĐỀ TRẺ EM ĐẾN VỚI CHÚA

*“Hãy để các trẻ nhỏ đến với Ta, đừng ngăn cấm chúng, vì Nước Trời là của những người giống như chúng.” (Mt 19,14)*

**Suy niệm:** Trong Cựu Ước có những trẻ nhỏ được tuyển chọn làm sứ giả của Thiên Chúa như Sa-mu-en, Đa-ni-en; dù vậy trong xã hội Do Thái, trẻ em là người không có địa vị, tiếng nói trong cộng đồng, bị coi thường, thậm chí phải dùng roi vọt vì *“tâm trí vốn dại khờ”* (Cn 22,15). Vì thế, không lạ gì khi các môn đệ la rầy ngăn cấm người ta đem trẻ em đến với Chúa. Nhưng với Chúa Giê-su thì khác, trẻ em là đối tượng được Ngài yêu thương cách đặc biệt. Ngài nói: *“Cứ để trẻ em đến với Thầy đừng ngăn cấm chúng.”* Và cả những ai sống đơn sơ khiêm nhường giống như trẻ em cũng được Chúa yêu thương như vậy: *“Vì Nước Trời là của những ai giống như chúng.”*

**Mời Ban:** Trong xã hội ngày nay, trẻ nhỏ bị “ngăn cấm” đến với Chúa bằng nhiều

cách: những quá tải và bất hợp lý trong chương trình học, chứng nghiện trò chơi điện tử và mạng xã hội kèm theo tác hại từ những hình ảnh bạo lực khiêu dâm; ngoài ra còn những gương xấu, bạo hành, lạm dụng mà các trẻ em phải gánh chịu, lắm khi từ chính người thân của chúng... “*Hãy để trẻ em đến với Thầy*” đó là tâm tình là lời mời gọi của Chúa Giê-su. Chúng ta đã đáp lại lời mời gọi ấy như thế nào?

**Sống Lời Chúa:** Làm gương sáng, nhắc nhở, hướng dẫn con cái đến với Chúa qua việc siêng năng cầu nguyện, tham dự Thánh lễ và lãnh nhận các Bí tích.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin giúp con hoán cải tâm hồn để trở nên giống trẻ thơ; và xin Chúa luôn quan tâm dẫn đưa các trẻ em đến với Chúa. Amen.*

## THÁNH THỂ: SÁNG KIẾN TÌNH YÊU

*“Tôi là bánh hằng sống từ trời xuống. Ai ăn bánh này, sẽ được sống muôn đời. Và bánh tôi sẽ ban tặng, chính là thịt tôi đây, để cho thế gian được sống.”* (Ga 6,51)

**Suy niệm:** ĐTC Phan-xi-cô trong một buổi tiếp kiến chung (11/05/2011) suy niệm: Thiên Chúa đã có sáng kiến mạc khải Ngài là tình yêu nơi Đức Giê-su Ki-tô; còn Đức Giê-su thì mạc khải tình yêu Thiên Chúa nơi bí tích Thánh Thể. Quả thật, Chúa Giê-su đã nói: *“Không có tình yêu nào lớn hơn tình yêu của người hy sinh tính mạng vì bạn hữu”* (Ga 15,13); và Ngài đã thực hiện đúng như thế khi hiến thân mình chịu chết trên thập giá để cho chúng ta được sống, rồi Ngài lại biến đổi bánh và rượu thành Thân Mình Chúa để chúng ta rước lấy và trở nên *“một xương một thịt”* với Ngài, nhờ đó chúng ta được sống và sống muôn đời. Thiên Chúa quyền năng vô biên nhưng không thể có sáng kiến nào tuyệt vời hơn sáng kiến tình yêu này nơi Thánh Thể Chúa

Ki-tô.

**Mời Ban:** Mỗi khi tham dự Thánh Lễ và lãnh nhận Bí Tích Thánh Thể, chúng ta đón nhận chính Đức Ki-tô hằng sống nơi mình. Nhưng đó mới chỉ là khởi đầu. Phải nhờ đời sống cầu nguyện, sự sống của Chúa mới thấm nhuần mọi ngõ ngách trong chúng ta và làm cho chúng ta trở nên một với Chúa ngày càng thân thiết hơn.

**Sống Lời Chúa:** Mỗi khi rước Chúa vào lòng, bạn dành thời gian dâng lên Ngài những tâm tình tha thiết nhất.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, con tạ ơn Chúa đã ban cho con Bánh hằng sống là chính Thân Mình Chúa. Xin cho con luôn khao khát được kết hợp với Chúa. Và xin Chúa ở lại với con để con được nên một với Chúa luôn mãi. Amen.*

## ĐỪNG ‘BẮT CÁ HAI TAY’!

*“Nếu anh muốn nên hoàn thiện, thì hãy đi bán tài sản của anh và đem cho người nghèo, anh sẽ được một kho tàng trên trời, rồi hãy đến theo tôi.” Nghe lời đó, người thanh niên buồn sầu bỏ đi vì anh ta có nhiều của cải. (Mt 19,21-22)*

**Suy niệm:** Người thanh niên này là một người đạo đức, lại giàu có. Anh đã có nhiều thứ và giờ đây anh còn muốn có thêm một thứ nữa: sự sống đời đời. Có vẻ như anh đang tìm kiếm điều quý nhất giúp anh đạt tới tuyệt đỉnh của sự hoàn thiện. Thế nhưng khi Chúa đề nghị anh bán tài sản để cho người nghèo, thì anh buồn sầu và bỏ đi. Hoá ra anh đang ‘bắt cá hai tay’: Anh muốn được hạnh phúc cả đời này lẫn đời sau nhưng anh lại không muốn mất gì cả. Anh đã coi sự hoàn thiện như một món đồ vật phải chiếm hữu chứ không phải là sự cảm thông chia sẻ với anh chị em và cuộc sống thân mật ở bên Chúa. Thế là “tiền” đã thắng

“tình”. Lòng ham mê của cải đã thắng tình yêu dành cho Chúa và tha nhân!!! Đáng tiếc thay!!!

**Mời Ban:** Muốn theo Chúa Giê-su phải chấp nhận mất để được, chết để sống. Bạn không thể vừa theo Chúa Giê-su vừa say mê tiền của được. Tiếng gọi Chúa Giê-su vẫn vang vọng bên tai bạn. Để theo Ngài bạn cần bán những thứ gì? Phải chăng là của cải, danh vọng, tiện nghi vật chất...? Đừng để của cải níu chân mình bạn nhé!

**Sống Lời Chúa:** Hãy chọn Chúa làm gia nghiệp đời mình. Tập sống siêu thoát, giản dị, sẵn sàng chia sẻ cho những ai cần đến bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su xin tha thứ cho con, vì biết bao lần con đã ích kỷ, thiếu bác ái quảng đại. Xin đổ tràn tình yêu Chúa vào lòng con để con đủ can đảm bán tất cả những gì mình có để mua được viên ngọc quý là Nước Trời.*

## THEO CHÚA, ĐƯỢC HAY MẤT?

*“Thầy coi, phần chúng con, chúng con đã bỏ mọi sự mà theo Thầy. Vậy chúng con sẽ được gì?” (Mt 19,27)*

**Suy niệm:** Dân gian chúng ta có câu “ông mất cái giò, bà thò chai rượu.” Phêrô cũng đòi ‘tính sổ’ với Chúa: *“Này chúng con đã bỏ mọi sự mà theo Chúa, đôi lại chúng con sẽ được gì?”* Vâng, đó cũng là tâm trạng thường xuyên của con người chúng ta hôm nay. Chúng ta thường cân nhắc thiệt hơn: mình được gì mất gì khi tin theo Chúa, khi làm theo lời Ngài. Chúa không phủ nhận rằng người môn đệ của Ngài phải dám chấp nhận những từ bỏ lớn lao. Nhưng có một điều cốt lõi mà chúng ta cần xác tín, đó là Thiên Chúa không bao giờ **chịu thua** lòng quảng đại của con người. Ngài hứa những ai dám bỏ mọi sự vì danh Chúa thì *“sẽ được gấp bội và còn được sự sống đời đời làm gia nghiệp.”*

**Mời Ban:** Chúng ta có biết bao nhiêu cơ hội



để từ bỏ vì **danh Chúa**: bỏ xem một trận bóng đá hấp dẫn để tham dự thánh lễ Chúa Nhật; bỏ đi một chút tự ái để cư xử thân thiện với người chung quanh; bớt đi một chi tiêu không cần thiết để dành vào việc chia sẻ với những người kém may mắn; từ chối một mối lợi bất chính để thực thi công bằng và trung thực; liều mất sự an toàn bản thân để bênh vực công lý, để bảo vệ sự sống... Những cái “mất” đó, chắc chắn sẽ được Ngài đền bù gấp trăm đời này và đời sau.

**Chia sẻ**: Cộng đoàn/nhóm của bạn hiện nay cần từ bỏ điều gì nhất để làm chứng cho Tin Mừng?

**Sống Lời Chúa**: Chọn một việc từ bỏ hoặc một điều trong phần “Mời Bạn” để áp dụng cụ thể trong ngày hôm nay.

**Cầu nguyện**: *Lạy Chúa, xin ban cho con sức mạnh của Thánh Thần để con dám chấp nhận những hy sinh từ bỏ vì danh Chúa và vì Nước Trời.*

## LÒNG TỐT KHÔNG ĐƯỢC TÍNH BẰNG THỜI GIAN

***“Vì thấy tôi tốt bụng, mà bạn đâm ra ghen tức sao?”*** (Mt 20,15)

**Suy niệm:** Câu hỏi Chúa Giê-su đặt ra trên đây không chỉ áp dụng cho các thợ làm vườn nho ganh tỵ với người đến sau được trả lương cao bằng họ, nhưng vẫn mang tính thời sự với ta hôm nay. Người ta ghen ghét, ganh tỵ nhau chỉ vì lòng tốt của ai đó dành cho người kia kẻ nọ không xứng hợp, đang khi họ không bằng ta, lẽ ra chỉ mình ta xứng đáng. Ba chữ *“không công bằng”* hay *“bất công”* có thể cho vào ngoặc kép, muốn nói lên rằng nếu xử sự công bằng trong tình yêu, thì còn gì là yêu thương, tình yêu đâu có thể cân đo đong đếm, lúc nào yêu ít, lúc nào yêu nhiều, người được yêu thương có đáng hay không. Ông chủ vườn nho, hình ảnh của Thiên Chúa, xử sự công bằng với các thợ đến trước: một đồng quan như đã thỏa thuận, nhưng đồng thời bày tỏ

lòng thương xót với các thợ đến sau: cũng được hưởng niềm vui, hạnh phúc như những người thợ đến trước. Ngài muốn mọi người, không trừ ai, được sống và sống dồi dào mỗi ngày.

**Mời Ban:** Ta không thể tính toán cân đo tình yêu theo công thức toán học. Sự yêu thương hay lòng tốt bụng phát xuất từ tâm lòng nhạy bén, đụng chạm đến nỗi thống khổ của người khác, dù họ xứng đáng hay không.

**Sống Lời Chúa:** Có khi nào bạn thấy bức tức, khó chịu với Chúa, cha mẹ, nghĩ rằng các vị không công bằng với bạn không? Thay vì vậy, bạn hãy ca ngợi lòng thương xót của các ngài dành cho người khác, cho anh chị em của bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin giúp con khám phá ra chiều sâu của các nghĩa cử yêu thương nơi Chúa, nhờ đó con luôn thấy mình cũng được Chúa yêu theo một cách thể độc đáo. Amen.*

## NÊN CAO TRỌNG NHỜ VÂNG PHỤC

*“Thánh Thần sẽ ngự xuống trên bà...  
Đấng Thánh sắp sinh ra sẽ được gọi là  
Con Thiên Chúa.” (Lc 1,36)*

**Suy niệm:** Việc cô thôn nữ Ma-ri-a sẵn lòng chấp nhận một tin cực sốc, vượt quá mọi suy tưởng trong sự kiện truyền tin là điều chẳng dễ dàng chút nào. Những lời minh định về sứ mạng Đấng Cứu Thế của sứ thần lại càng làm tăng sự bối rối nơi cô thôn nữ ấy. Thế nhưng, như chúng ta thấy, kết cục việc Đức Ma-ri-a chấp nhận lời sứ thần truyền đã biến Mẹ nên cao cả và *“từ đây mọi thế hệ sẽ khen mẹ là người có phúc.”* Sự kiện truyền tin chỉ xảy ra trong chốc lát, song đã được Thiên Chúa hoạch định từ muôn đời. Sự kiện ấy chỉ diễn ra trong một khoảng khắc, nhưng Mẹ đã dành cả cuộc đời để thực hiện ngõ hầu vâng theo tiếng Chúa mời gọi. Mẹ đã vâng phục vì Mẹ đã tin, và vì tin nên Mẹ nên cao trọng. Mẹ được Thiên Chúa đặt làm Nữ Vương

trên trời dưới đất sau khi về trời.

**Mời Ban:** Không ít người hối tiếc vì không biết chấp nhận sự việc chỉ xảy ra một lần trong đời. Bạn có nằm trong trường hợp ấy không? Nếu chưa, thì cần trọng đừng để đánh mất mọi cơ hội bằng vàng trong đời mình. Nếu đang sống trong ơn gọi hôn nhân gia đình hay linh mục tu sĩ, hãy nhớ bạn chỉ tuyên hứa trọn đời một lần, nhưng sống từng lời hứa ấy trong mọi khoảng khắc của cuộc đời mình.

**Sống Lời Chúa:** Ta không nên coi việc vâng phục Chúa như điều kiện nên cao trọng, nhưng vâng phục để trở nên người phục vụ. Đức Mẹ đã chẳng tự hào vì mình là “tôi tớ” Chúa đó sao?

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con noi gương Đức Mẹ, biết lắng nghe và thực hành lời Chúa hầu trở nên con yêu quý của Chúa. Amen.*

## ĐIỀU RĂN QUAN TRỌNG NHẤT

*Một người trong nhóm thông luật hỏi Đức Giê-su để thử Người rằng: “Thưa Thầy, trong sách luật Mô-sê, điều răn nào là điều răn trọng nhất?” (Mt 22,35-36)*

**Suy niệm:** Tin Mừng ghi rõ ông thầy thông luật hỏi Chúa Giê-su không phải để tìm hiểu mà là muốn đánh đổ Ngài. Có thể ông ta muốn tranh luận với Chúa Giê-su; nhưng cũng có thể chính ông ta bị bối rối giữa rưng luật nên đem câu hỏi hóc búa đó ra để bắt bí Ngài. Dầu sao câu hỏi của ông cũng giúp chúng ta ý thức một điều dễ bị lãng quên: Bị cuốn hút bởi những nhu cầu thường nhật, bởi những công việc quen thuộc, nhiều khi người ta chỉ hành động theo thói quen, không hề thắc mắc về điều mình đang làm hoặc biết chọn “điều quan trọng nhất” để thi hành. Thói quen đó nguy hiểm ở chỗ chúng ta vẫn nghĩ mình đang làm điều tốt trong khi quá chú trọng đến tiêu tiết và hình thức và coi chúng như điều quan trọng nhất. Đó

chính là lối giả hình theo kiểu biệt phái mà Chúa lên án.

**Mời Ban:** Biết đặt câu hỏi về giới răn quan trọng nhất là điều cần thiết, nhưng biết sống giới răn đó lại càng quan trọng hơn. Qua Tin Mừng chúng mình đã biết đâu là điều răn quan trọng nhất, nhưng đừng dừng lại đó, hãy đem ra thực hành trong cuộc sống.

**Chia sẻ:** Áp dụng giới răn của Chúa vào nghề nghiệp của bạn, công việc quan trọng nhất của bạn là gì?

**Sống Lời Chúa:** Đọc lại đoạn kết của kinh Mười Điều Răn: “Mười điều răn ấy tóm về hai này mà chớ: trước kính mến một Đức Chúa Trời trên hết mọi sự, sau lại yêu người như mình ta vậy. Amen.”

**Câu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa đã dạy chúng con: mến Chúa yêu người là điều răn quan trọng nhất, xin cho con biết sống và liên lý thực hành giới răn này trong đời sống thường ngày của con.*

## MỤC TIÊU LOAN BÁO: GẶP CHÚA

*“Đấng mà sách Luật Mô-sê và các ngôn sứ nói tới, chúng tôi đã gặp: đó là ông Giê-su, con ông Giuse, người Na-da-rét.” Ông Na-tha-na-en liền bảo: “Từ Na-da-rét, làm sao có cái gì hay được?”(Ga 1,45-46)*

**Suy niệm:** Công việc giới thiệu Đức Giê-su cho Na-tha-na-en – người mà truyền thống vẫn cho là Ba-tô-lô-mê-ô – thật không dễ dàng. Phi-líp-phê giới thiệu về một Đấng mà sách Luật đã nói và các ngôn sứ đã loan báo, nhưng Ba-tô-lô-mê-ô cũng trung dẫn truyền thống để phản biện: *“Từ Na-da-rét, làm sao có cái gì hay được?”* Thế nhưng ‘trăm nghe không bằng một thấy’, Phi-líp-phê đã sử dụng một cách giới thiệu thật thuyết phục: *“Cứ đến mà xem.”* Ba-tô-lô-mê-ô tuy mang sẵn định kiến, nhưng lại giàu thiện chí. Ông đã đến như bạn mình đề nghị và khi gặp được Chúa Giê-su, ông liền nhận ra Ngài là Đấng ông hằng mong đợi, nay mới được ở



gần bên. Điều này cho thấy, sứ mệnh của người loan báo Tin Mừng chỉ đạt mục tiêu khi đưa dẫn người khác đến gặp Chúa.

**Mời Bạn:** Bạn từng nói về Chúa cho người khác và an tâm vì đã sống sứ mệnh truyền giáo. Sứ mệnh đang còn dang dở, đang chờ bạn tiếp tục đưa họ đến gặp Chúa và sống thân mật với Chúa.

**Chia sẻ:** Mục đích của sứ mệnh loan báo Tin Mừng là gì?

**Sống Lời Chúa:** Chia sẻ niềm tin và mời một người bạn lương dân gặp gỡ Lời Chúa hoặc tham dự phụng vụ với cộng đoàn

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đến và sống giữa nhân loại để loan báo Tin Mừng là chính Chúa, Đáng được Chúa Cha sai đến để cứu độ. Xin cho con biết hăng say bên chí loan báo Tin Mừng này cho anh chị em con.*

## ĐI CHO ĐẾN CÙNG!

***“Thưa Thầy, bỏ Thầy thì chúng con biết đến với ai? Thầy mới có những lời đem lại sự sống đời đời.” (Ga 6,68).***

**Suy niệm:** “*Trước khi từ bỏ, hãy nghĩ đến lý do khiến bạn bắt đầu.*” Trong tiểu thuyết “*Nhà Giả Kim,*” chàng trai trẻ Santiago ước mơ đi khắp thế giới. Trong hành trình thực hiện ước mơ ấy, cậu gặp vô số khó khăn, thậm chí suýt mất mạng. Thế nhưng, tất cả thử thách không hề bẹp nôi ý chí sắt đá của cậu. Cuối cùng, cậu đã thành tựu, tìm thấy kho tàng, hoàn thành ước nguyện. Một số người theo Chúa Giê-su đã ‘rẽ đường’ vì không chấp nhận lời giảng ‘chối tai’: “*Làm sao ông này lấy thịt ông cho chúng ta ăn được!*” Đòi lại, Phê-rô vẫn vững một lập trường: “*Bỏ Thầy chúng con biết đến với ai? Thầy mới có sự sống đời đời.*” Phê-rô tin mình không làm khi chọn Thầy là Đường để bước theo. Nhờ niềm tin kiên định cùng với ơn Chúa ban Phê-rô **đi đến cùng** con đường ơn gọi của mình, là dùng

cái chết để minh chứng cho niềm tin yêu vào Thầy.

**Mời Ban:** Trong nhiều thời kỳ bách hại của Giáo Hội, bạn dễ dàng nhận ra hai thái độ rõ rệt: trung kiên theo Chúa đến cùng, cho dù phải bỏ mạng, hoặc chọn giải pháp ‘*bỏ của chạy lấy người.*’ Lịch sử ấy, dưới một hình thức khác, cũng đang lặp lại trong thế giới hiện đại này; thế giới hôm nay cũng thách đố người Ki-tô hữu khi đối diện cám dỗ chọn lựa tiền của, danh vọng hay là Thiên Chúa và đức tin của mình. Mời bạn làm cuộc xét mình và **chia sẻ** với người khác lựa chọn thiêng liêng của bạn.

**Sống Lời Chúa:** Dành ít phút trong ngày thân thưa với Chúa Giê-su về những thách đố đức tin bạn gặp phải.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin giúp con luôn cậy trông vào Chúa, không bao giờ thất vọng dù gặp gian nan. Amen.*

## MỞ CỬA TÂM LÒNG

*“Khôn cho các người, hỏi các kinh sư và người Pha-ri-sêu giả hình! Các người khoá 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:** Lời Chúa nói hôm nay có vẻ khó nghe, nhưng lại là những lời đánh động lương tâm chúng ta. Vẫn còn đó câu truyền miệng ‘*tin Chúa, chứ không tin người có đạo.*’ Bởi đâu lại có tình trạng đáng tiếc này? Thưa, bởi vì chúng ta vẫn còn sống theo kiểu Pha-ri-sêu: thói giả hình. Chúng ta đừng nghĩ Chúa chỉ nói đến những người kinh sư và Pha-ri-sêu ngày xưa. Không phải thế! Tin Mừng luôn mang tính thời sự, mãi mới mẻ, có giá trị mọi thời, mọi nơi, nhất là với ta hôm nay. Lắm khi ta có cái nhìn không mấy thiện cảm với những người bị dán nhãn ‘*tội lỗi, khô khan, nguội lạnh,*’ để rồi không dám mở lòng ra đến với họ. Chúng ta đừng tưởng ơn Chúa là hoa trái của nỗ lực bản thân, của

thực hành theo công thức toán học. Chúa không phải là ông chủ giữ kho ơn thánh, chỉ cần đọc vài câu kinh như thần chú thì ắt Chúa sẽ phải ban ơn. Ông thánh phải đi kèm với lòng quảng đại của chúng ta nữa.

**Mời Ban:** Vẫn còn đó thật nhiều tâm hồn đang đi tìm chân lý và chính đạo. Bạn làm gì để họ có thể thấy được giá trị Nước Trời nơi Bạn? Bạn có cởi mở lòng mình cho tha nhân thấy Chúa không?

**Sống Lời Chúa:** Nén bạc Chúa trao không phải để Bạn giấu kín, nhưng để sinh lời qua việc chia sẻ cho người khác.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, chúng con là những người được Chúa cho hưởng ơn đức tin cách vô điều kiện. Xin cho chúng con biết trao lại cho anh chị em con, qua việc đến với họ, tỏ cho họ thấy giá trị của con người thuộc về Thiên Chúa hơn là thuộc về thế gian. Amen.*

## CHÍNH – PHỤ

**“Các điều này vẫn cứ phải làm, mà các điều kia thì không được bỏ.” (Mt 23,23)**

**Suy niệm:** Đức Giê-su thẳng thắn chỉ cho người Pha-ri-sêu và các kinh sư thấy sai lầm của họ: chỉ tuân giữ các luật lệ bên ngoài, nhưng lại bỏ qua trọng tâm của các luật lệ là *“công lý, lòng nhân và thành tín.”* Như vậy, họ tuân giữ điều phụ tùy, mà cố tình bỏ qua cái chính yếu. Con người ngày nay, cách riêng các bạn trẻ, dễ lẫn lộn giữa điều chính và việc phụ, giữa thực tại và cái ảo tưởng. Chẳng hạn: đắm chìm với cuộc sống ảo trên mạng xã hội, rút lui, xao lãng cuộc sống thực. Khi cuộc sống ảo lên ngôi, các giá trị tưởng tượng được đề cao, thì cuộc sống thực, các giá trị thực sự như tình yêu thương con người, lòng bác ái, bao dung tha thứ, hy sinh vì tha nhân bị xem nhẹ. Trong một xã hội như vậy, người Ki-tô hữu cũng bị ảnh hưởng, quá chú trọng đến những hình thức bên ngoài như đọc kinh,

dự lễ, rước kiệu hoành tráng, Thánh lễ đại trào đông người tham dự, cuộc hội họp đông đảo, nhưng xao lãng điều cốt lõi của đạo mình: lòng mến Chúa yêu người.

**Mời Ban:** Cốt lõi của mọi lề luật là công bình và bác ái. Vì thế, bạn hãy chọn hai nhân đức ấy là tiêu chuẩn cho đời Ki-tô hữu của mình, cũng như áp dụng cho mọi cách hành xử trong đời thường.

**Sống Lời Chúa:** Dành thời gian cuối ngày để xét mình, xem tôi đã thực thi đức công bình và bác ái như thế nào với người khác, đặc biệt với những người sống ngay bên cạnh mình.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đề cao đức công bằng và yêu thương trong đời sống. Xin cho con sống đức công bằng, thực thi lòng nhân, sự thành tín (x. Mt. 23,23) khi vẫn giữ lề luật, ngõ hầu cho con mến Chúa – yêu người thật tâm. Amen.*

## LÀ MÔN ĐỆ TRUNG THỰC

*“Các người cũng vậy, bên ngoài thì có vẻ công chính trước mặt thiên hạ, nhưng bên trong toàn là giả hình và gian ác.” (Mt 23,28)*

**Suy niệm:** Về thể lý, mỗi người có một khuôn mặt. Từ khi con người có mặt trên trái đất, khuôn mặt từng người không ai giống ai, kể cả anh em, chị em sinh đôi. Thiên Chúa quả thật tuyệt vời khi tạo dựng nên từng khuôn mặt độc đáo cho con người. Thế nhưng, con người cũng “sáng tạo” cho mình khuôn mặt thứ hai, khuôn mặt ảo, giả tạo, bằng một cái mặt nạ. Khi đeo mặt nạ ấy vào, tâm hồn với những ý đồ xấu xí bên trong của ta được che giấu bởi lời nói, cử chỉ tốt đẹp bên ngoài. Có thể tâm địa ta đầy những dự tính khoe mình, tự phụ, tham lam, ham muốn, trục lợi, độc ác... lại được che đậy, ngụy trang bằng cách hành xử đạo đức, bác ái, quảng đại, vị tha... đánh lừa được nhiều người.



**Mời Ban:** “*Một môn đệ liêm chính không bao giờ mang một khuôn mặt giả tạo, cũng như chẳng giả vờ là điều gì ngoại trừ điều mình thật sự là*” (B. Manning). Người môn đệ Chúa Ki-tô “bị” đòi hỏi trở nên trong sáng, minh bạch: thống nhất giữa tâm hồn và cách hành xử bên ngoài, giữa lời nói và việc làm, giữa điều mình tuyên xưng trong nhà thờ và cách sống ngoài đời. Bạn đã có lối sống trong sáng ấy chưa?

**Sống Lời Chúa:** Tôi xét mình về lối sống của mình: lâu nay có sống hai mặt không? Để rồi, quyết tâm sửa đổi, hầu xứng đáng là người môn đệ liêm chính của Chúa Ki-tô.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa là mẫu gương về lối sống trung thực, trong sáng giữa tâm hồn bên trong và cung cách bày tỏ bên ngoài. Xin cho con ghi khắc mẫu gương của Chúa, để con cũng là người môn đệ liêm chính của Ngài.*

## VÂNG NGHE THEO LƯƠNG TÂM

**“Nghe Gio-an nói, nhà vua rất phân vân, nhưng lại cứ thích nghe.” (Mc 6,20)**

**Suy niệm:** Thiên Chúa thật chu đáo, Ngài đặt ra luật tự nhiên, để bất cứ ai, đã làm người đều biết phải thảo kính cha mẹ, không được làm hại sự sống, ăn cắp của cải người đồng loại... Ngài còn chu đáo hơn nữa khi đặt trong tâm hồn mỗi người tiếng nhắc nhở của Ngài qua tiếng lương tâm. Lương tâm có hai nhiệm vụ: (1) *tri thức*: cho ta biết việc phải làm, điều nên tránh; (2) *ý chí*: thúc đẩy ta làm lành lánh dữ. Có vẻ như lương tâm của Hê-rô-đê chỉ làm mỗi nhiệm vụ *tri thức*: ông biết việc lấy chị dâu là vô luân, giết một ngôn sứ như Gio-an là trái đạo lý; còn *ý chí* của ông đã bị tê liệt. Không lạ gì Hê-rô-đê thích giọng nói quyền rũ của Hê-rô-đi-a hơn là nghe tiếng nói nghiêm khắc của lương tâm; ngại tiếng cười chê của khách dự tiệc hơn là sợ Chúa phạt. Bi kịch cuộc đời của Hê-rô-đê bắt đầu từ

chỗ ý chí của lương tâm ông bị tê liệt, mềm yếu.

**Mời Ban:** Lương tâm lý tưởng là lương tâm *chắc chắn* và *đúng đắn*. Lương tâm *chắc chắn* và *đúng đắn* không dựa vào cách sống, hành xử, phán đoán của đa số, nhưng dựa trên luật Chúa; cũng chẳng theo cung cách sống khôn ngoan của thế gian, nhưng dựa trên Lời Chúa dạy. Lương tâm của bạn có hai yếu tố chắc chắn và đúng đắn chưa? Nếu chưa, bạn sẽ phải cải thiện như thế nào?

**Sống Lời Chúa:** Mỗi khi được Chúa nhắc nhở qua tiếng lương tâm, tôi nỗ lực, với ý chí, nghị lực, để thực hiện cho bằng được điều Chúa muốn. Nhờ vậy, tâm hồn tôi được an bình trong Ngài.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, cảm tạ Chúa đã thường xuyên nhắc nhở con qua tiếng lương tâm. Xin cho con luôn sẵn sàng nghe theo tiếng Chúa, để lương tâm được luôn trong sáng, mạnh mẽ. Amen.*

## AI DẠI? AI KHÔN?

*“Bấy giờ, Nước Trời sẽ giống như chuyện mười trinh nữ cầm đèn ra đón chú rể. Trong mười cô đó, thì có năm cô dại và năm cô khôn. Quả vậy, các cô dại mang đèn mà không mang dầu theo. Còn những cô khôn thì vừa mang đèn vừa mang chai dầu theo.” (Mt 25,1-4)*

**Suy niệm:** Chẳng biết từ bao giờ, các em thiếu nhi vẫn chơi trò chơi “*thiên đàng hoả ngục hai bên, ai khôn thì dại, ai dại thì khôn...*”. Chuyện dại khôn nào phải là chuyện trò chơi mà thôi! Nó là chuyện sống còn của kiếp người. Thế nhưng biết được thế nào là dại, thế nào mới là khôn, đó mới là điều cốt yếu. Người chỉ lo chuyện trước mắt ắt là không khôn bằng người có tầm nhìn xa trông rộng. Người chỉ biết chuyện hôm nay chắc chắn không khôn bằng người dự phòng cả chuyện ngày mai để tính được chuyện hôm nay. Dự ngôn mười cô trinh nữ nhắc nhở chúng ta chiến lược đó: “sẵn sàng chiếc đèn đầy dầu để đón Chúa, dầu Người

đến vào lúc nửa đêm”.

**Mời Ban:** Nói theo ngôn ngữ “bác học”, “viễn ảnh cánh chung” mở ra trước mắt chúng ta qua dự ngôn mười cô trinh nữ: Nội dung cuộc sống của chúng ta phải như một chiếc đèn luôn đong đầy chất dầu “tình yêu” để sẵn sàng đón “chàng rể” là Thiên Chúa tình yêu vào dự tiệc cưới với Ngài trong thế giới vĩnh hằng.

**Chia sẻ:** Bạn sẽ chuẩn bị gì nếu bạn chỉ còn sống một ngày hôm nay nữa thôi?

**Sống Lời Chúa:** Mỗi buổi tối trước khi đi ngủ, bạn hãy chuẩn bị sẵn sàng ra đón Chúa bằng cách trả lời câu hỏi trên đây qua việc xét mình và xin lỗi Chúa về những lỗi lầm của một ngày đã qua.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su! Dù Chúa đến gọi con, hôm nay, ngày mai hay ngay lúc này, xin Chúa giúp con luôn tỉnh thức sẵn sàng chờ đón Chúa như những trinh nữ khôn ngoan. Amen.*

## BIẾT MÌNH ĐƯỢC YÊU THƯƠNG

**“Của ông đây, ông cầm lấy.” (Mt 25,25)**

**Suy niệm:** Trong dụ ngôn không thấy nói người đầy tớ được giao một yến bạc có phản ứng ganh tỵ với các bạn vì mình được giao ít bạc hơn – mà nếu anh ta có thái độ đó thì có lẽ cách xoay vốn của anh đối với một yến bạc sẽ khác. Và nếu thế, thì dù sao đi nữa y vẫn còn thừa nhận ông chủ có quyền trên y. Nhưng đằng này, anh ta đã chôn giấu yến bạc của chủ, một hành động – nói theo ngôn ngữ kinh tế thời nay – đóng băng tài sản của chủ, gây tác động xấu đến toàn bộ kế hoạch đầu tư, và do đó có nguy cơ làm đình trệ cả một dây chuyền kinh doanh của ông chủ. Anh ta còn công nhiên tố cáo ông chủ “là người hà khắc, gặt chỗ không gieo, thu nơi không vãi.” Hơn nữa, động thái giao trả lại yến bạc với lời nói: “Của ông đây, ông cầm lấy” có khác nào bày tỏ một lập trường thù địch: Anh không đơn thuần không đón nhận yến bạc của ông chủ, anh còn từ chối mọi quan hệ làm ăn, cắt đứt quan hệ với ông chủ!

Giữa anh và ông chủ không còn tình nghĩa gì nữa!

**Mời Ban:** Phủ nhận món quà đồng nghĩa với phủ nhận người cho quà. Ngược lại, đón nhận ơn Chúa chính là biết mình được Chúa yêu thương, và đồng thời chấp nhận tình yêu đó. Trong kinh Cám Ôn, chúng ta đọc: *“Con cám ơn Đức Chúa Trời..., lại cho con được làm người. “Làm người”, đó là yền bạc vô giá mà Chúa trao cho ta. Chúng ta sẽ đi về đâu nếu không phải là hư vô, nếu chúng ta vô ơn phủ nhận “Ông chủ”, Đáng tác tạo ta – “cái đang có cũng sẽ bị lấy đi” là vậy.*

**Sống Lời Chúa:** Nghĩ đến những gì mà Chúa đã ban cho bạn: từ vũ trụ tự nhiên đến bản thân mình và bạn dâng lời cám ơn Chúa.

**Cầu nguyện:** Đọc *Kinh Cám Ôn*.