

*5 phút cho*  
**LỜI CHÚA**



**tháng 02/2011**

**ĐỨC TIN: CHÌA KHOÁ VẠN NĂNG**

*Người nói với bà ta: “Này con, lòng tin của con đã cứu chữa con. Con hãy về bình an và khỏi hẳn bệnh.” (Mc 5,34)*

**Suy niệm:** Hai người, hai hoàn cảnh khác nhau, nhưng cả hai đều làm chứng cho một điều là chỉ có lòng tin mãnh liệt vào Chúa Giêsu mới có thể cứu chữa họ, ngay cả khi tưởng như không còn tia hy vọng, không còn một lối thoát nào: Người đàn bà bệnh bằng huyết 12 năm, không thuốc men nào chữa lành, nhưng chỉ cần sờ vào gấu áo Chúa với lòng tin là được khỏi ngay lập tức. Con gái ông Giaia, trưởng hội đường, đã chết rồi nhưng Chúa nói: “*Đừng sợ, chỉ cần tin thôi;*” và quả thật, Chúa đã cầm tay em và cho em sống dậy. Niềm tin vào Chúa Giêsu chính là chìa khoá vạn năng mở được mọi cánh cửa trong hành trình đức tin của chúng ta.

**Mời Ban:** Hẳn bạn có lúc phải ngậm ngùi nếm mùi ê chề của thất vọng; hoặc có khi bạn đã gặp những con người đáng thương

đứng bên bờ vực thẳm tuyệt vọng, thậm chí đến mức tự kết liễu đời mình. Trước hoàn cảnh bi đát đó, lòng tin vào Đức Kitô chính là liều thuốc thần hiệu có thể chữa lành. Mời bạn hãy đến với Ngài bằng cuộc sống cầu nguyện thân mật để thấp sáng đức tin trong lòng bạn và để bạn khơi lại niềm tin nơi những tâm hồn đang rơi vào tuyệt vọng ở quanh bạn.

**Chia sẻ** kinh nghiệm về việc bạn tìm lại được niềm tin nhờ kiên trì trong lời cầu nguyện.

**Sống Lời Chúa:** Duy trì nề nếp cầu nguyện riêng với Chúa hằng ngày, nhất là những lúc gặp khó khăn, thử thách.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa xin ban thêm đức tin cho chúng con để dù trong bất cứ hoàn cảnh nào, chúng con vẫn mạnh mẽ và kiên cường trọn niềm phó thác nơi Chúa mà thôi. Amen.*

## DÂNG HIẾN

*Khi đã đến ngày lễ thanh tẩy của các ngài theo luật Môsê, bà Maria và ông Giuse đem con lên Giêrusalem, để tiến dâng cho Chúa. (Lc 2,22)*

**Suy niệm:** Theo luật Môsê, “mọi con trai đầu lòng phải được gọi là của thánh dành cho Chúa” (Lc 2,23; x. Ds 8,17). Sống trong xã hội thời bấy giờ, Mẹ Maria và Thánh Giuse cũng tuân thủ lễ luật, dâng tiến Hài Nhi Giêsu cho Thiên Chúa như bao người khác. Đã mang thân phận con người, Đức Kitô chấp nhận “sống dưới lễ luật hầu chuộc những ai sống dưới lễ luật” (Gl 4,4-5). Đồng thời khi được dâng hiến cho Thiên Chúa, Ngài cũng mở đường cho mọi người được thánh hiến để được thuộc về Thiên Chúa.

**Mời Ban:** Các Kitô hữu khi lãnh nhận hồng ân đức tin qua Bí tích Thanh Tẩy, cũng được tiến dâng cho Chúa và thuộc về Ngài. Không những thế Chúa còn mời gọi một số người tự nguyện hiến dâng đời mình cách

triệt để trong đời sống thánh hiến. Những người sống đời tu trì trở thành lời chứng tá cho mọi người rằng chính họ cũng được thánh hiến và được mời gọi để nên thánh.

**Chia sẻ:** Cuộc sống xã hội hiện nay đặt ra những thách đố nào cho ơn gọi nên thánh của bạn?

**Sống Lời Chúa:** Mỗi ngày làm một việc hy sinh phục vụ để nhắc nhớ và cảm nghiệm được niềm vui trong ơn gọi nên thánh của mình.

**Cầu nguyện:** *Tạ ơn Chúa đã mời gọi và thánh hiến con cho con được thuộc trọn về Chúa. Xin cho con cảm nghiệm được niềm vui, hạnh phúc và bình an khi được kết hiệp với Ngài. Xin giúp con luôn trung thành với ơn gọi nên thánh để con ngày càng phản chiếu hình ảnh của Chúa cách sống động hơn. Amen.*

## BÌNH AN CỦA CHÚA

*“Thầy ban cho anh em bình an của Thầy.  
Thầy ban cho anh em không như thế gian  
ban tặng.”* (Ga 14,27)

**Suy niệm:** Ngày đầu năm, người Việt Nam có thói quen cầu chúc sự bình an: người người chúc nhau bình an; có chạy đến với Đấng họ tôn thờ cũng để cầu xin ơn bình an. Khi cầu chúc như vậy, ai cũng mong ước cho mình trong một năm sắp tới sức khoẻ dồi dào, không gặp tai ương hoạn nạn, gia đạo thuận hoà, cuộc sống thịnh vượng hạnh phúc... Chúa Giê-su không chỉ cầu chúc, Ngài còn hứa ban cho chúng ta bình an, nhưng là thứ bình an khác với bình an mà thế gian ban tặng. Ngài chính là vị Thái Tử Hoà Bình (Is 9,5); khi giáng sinh xuống trần gian Ngài đem bình an cho nhân loại (Lc 2,14); khi từ cõi chết chỗi dậy, Ngài cũng thổi hơi ban Thánh Thần và bình an cho các môn đệ. Bình an Ngài ban chính là cuộc sống trong Thiên Chúa Ba Ngôi, sau khi hoàn tất chương trình cứu độ của Chúa

Cha.

**Mời Ban:** Khi mong bình an, chúng ta thường mong không có tai ương, không có hoạn nạn, nói chung là không gặp phải khó khăn nào. Nhưng sống ở đời làm sao có thể thiếu vắng khó khăn? Điều đáng kể là giữa muôn vàn khó khăn mà ta có được bình an mới là giá trị. Để có được sự bình an ấy thì hãy ở lại trong Chúa Cha bằng việc lắng nghe và thực thi lời Chúa Giê-su (c. 23).

**Chia sẻ:** Đây là liên hệ giữa việc thực thi Lời Chúa và bình an cho chúng ta?

**Sống Lời Chúa:** Trong lời chúc Tết của bạn hôm nay, hãy kèm thêm ý chỉ cầu nguyện để bình an của Chúa cũng đến với họ trong năm mới này.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con nhận thức rằng, bình an không phải là điều gì đến từ bên ngoài, mà là sự gặp gỡ Chúa ở bên trong.*

## ĐIỀU RĂN HIẾU THẢO

***Thiên Chúa dạy: “Hãy thờ cha kính mẹ.”***  
(Mt 15,4)

**Suy niệm:** Mọi dân tộc đều coi việc “thờ cha kính mẹ” là bốn phận thiêng liêng cao quý nhất. Dân tộc Việt còn coi đó là đạo: đạo hiếu. Nhưng đó không phải là “đạo” do con người đặt ra mà chính Thiên Chúa đã “đặt” trong lương tâm nhân loại. Điều răn thứ bốn Chúa dạy: *“Hãy thờ cha kính mẹ.”* Trong Cựu Ước, thảo hiếu là một trong những giáo huấn quan trọng nhất: *“Hỡi con, lệnh cha con truyền, hãy lo tuân giữ, lời mẹ con dạy, chớ bỏ ngoài tai”* (Cn 6,20); kẻ nào đánh đập, nguyên rửa cha mẹ thì phải chết (Xh 21,15.17); còn ai thảo kính cha mẹ thì được sống lâu và hạnh phúc (Xh 20,12; Đnl 5,16).

Chúa Giêsu lên án người Do Thái đã đặt ra những luật lệ để phế bỏ bốn phận thảo hiếu do Chúa ban truyền khi họ viện cứ đã dâng của cải vào việc thờ phượng để không phải phụng dưỡng cha mẹ nữa. Làm như thế là



họ đã “*dựa vào truyền thống của con người mà vi phạm điều răn của Thiên Chúa*” (Mt 15,2).

**Mời Ban:** Gia đình trong văn hoá Việt Nam là nơi bảo vệ những giá trị đạo đức tốt đẹp của dân tộc. Trào lưu xã hội ngày nay đang làm cho cơ cấu gia đình bị lung lay và nhiều giá trị đạo đức đó bị phế bỏ. Mời bạn nỗ lực bảo vệ sự thánh thiêng của gia đình qua việc giữ tròn đạo hiếu như lời Chúa dạy.

**Chia sẻ:** Cái gì đang làm cho việc hiếu thảo gặp khó khăn: sự cảm thông giữa những thế hệ? việc tôn kính, vâng lời? ảnh hưởng xã hội?

**Sống Lời Chúa:** Làm một việc bày tỏ lòng thảo kính đối với cha mẹ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã nêu gương hiếu thảo khi sống vâng phục Đức Mẹ và thánh Giuse, xin giúp con biết sống vâng phục như Chúa.*

## SINH LỜI NÉN BẠC CHÚA TRAO

*“Hỡi đầy tớ tài giỏi và trung thành... hãy vào mà hưởng niềm vui của chủ anh.”*  
(Mt 25,23)

**Suy niệm:** Nếu Thiên Chúa muốn thấy công trình của Ngài nguyên vẹn không bị những rủi ro do con người gây ra ắt Ngài đã tạo dựng vụ trụ này gồm những pho tượng đá im lìm, lạnh ngắt. Nhưng Ngài đã ra lệnh cho muôn loài *“sinh sôi nảy nở ra nhiều đầy mặt đất,”* và đã giao cho con người làm bá chủ, cai quản chúng. Như người chủ giao cho gia nhân những nén bạc để sinh lời, Ngài muốn con người cộng tác vào công trình sáng tạo của Ngài. Những khả năng và chính sự hiện hữu của con người là những nén bạc Chúa trao. Ngài không phải là ông chủ hà khắc, thủ lợi mà là Cha nhân từ và giàu lòng thương xót. Trong mối tương giao Cha-con đó, những ai biết sinh lời nén bạc mới cảm nghiệm trọn vẹn niềm vui khi chung hưởng hạnh phúc với Chủ và cũng là Cha của mình.

**Mời Ban:** Chỉ khi cảm nghiệm được tình yêu và sự tín nhiệm Chúa dành cho bạn, bạn mới nhận thức đầy đủ trách nhiệm của mình trong việc quản lý “tài sản” Chúa trao: đó là trách nhiệm phát triển bản thân bạn, gia đình, đồng bào, đồng loại và cả vũ trụ này. Sống mỗi tương giao Cha-con với Chúa ngay từ ở đời này, bạn mới có thể sinh lời nén bạc Ngài trao.

**Chia sẻ:** Bạn có biết mình được Chúa trao những nén bạc nào không? Và bạn đã sinh lời chúng như thế nào để góp phần **làm đẹp** thế giới này?

**Sống Lời Chúa:** Thời gian là vốn quý, đã trôi qua không lấy lại được: Tận dụng mọi giây phút để làm việc lành sinh lợi cho Nước Chúa.

**Cầu nguyện:** *Xin Chúa ban ơn trợ giúp, để con sống xứng đáng là người con và quản lý trung tín của Chúa.*

## CHÚNG NHÂN GIỮA LÒNG ĐỜI

*“Ánh sáng của anh em phải chiếu giãi trước mặt thiên hạ, để họ thấy những công việc tốt đẹp anh em làm, mà tôn vinh Cha của anh em, Đấng ngự trên trời.” (Mt 5,16)*

**Suy niệm:** Những minh họa của Đức Giê-su trong Tin Mừng bao giờ cũng khởi đi từ những hình ảnh hết sức thực tế và quen thuộc trong đời thường: ai lại không biết muối và công dụng của chúng, mọi người đều hiểu ánh sáng đem lại lợi ích gì. Đồng thời Ngài cũng mời gọi mỗi người chúng ta hãy sống chứng nhân cho Tin Mừng từ những cái rất đời thường ấy: đó là nên ơn ích cho đồng loại bằng việc hoà mình vào giữa lòng đời như muối biến tan trong thức ăn và hiến thân hy sinh như ngọn nến cháy hao gầy đi khi chiếu sáng. Cuộc sống tốt đẹp của những người môn đệ Chúa không nhằm tôn vinh chính mình nhưng là để tôn vinh Cha chúng ta, Đấng ngự trên trời.

**Mời Ban:** Cuộc sống sẽ mất thi vị biết bao khi thiếu muối, khi vắng ánh sáng. Một cử chỉ thân thiện, một cái nhìn đồng cảm, một

lời nói dễ nghe... tất cả đều là những khởi đầu cho nhân chứng đức tin đó Bạn nhé.

**Chia sẻ:** Bạn có thấy thế gian đang cần chứng nhân cho Tin Mừng như con người cần muối và ánh sáng không?

**Sống Lời Chúa:** Ngay hôm nay hãy thực hiện cách chu đáo những công việc nhỏ bé nhất với ý thức tôi đang là muối, là ánh sáng cho trần gian.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, chúng con cảm tạ Chúa đã cho chúng con biết và đón nhận Chúa qua những gì là đơn sơ và gần gũi nhất. Xin cho chúng con luôn biết sống cho anh chị em, từ những điều vụn vặt, để mọi người cũng đón nhận được ánh sáng mà Chúa đã ban cho chúng con. Amen.*

## CHẠM ĐẾN CHÚA

*Và bất cứ ai chạm đến Người, thì đều được khỏi. (Mc 6,56)*

**Mời ban** nhìn ngắm Chúa Giêsu, Ngài dễ gần, thật dễ mến! Ngài không phải là một Thiên Chúa ngồi ở chốn “xanh kia thăm thăm tầng trên” để điều khiển từ xa; trái lại Ngài là một Thiên Chúa làm người để ở gần, thật gần với con người. Quả thật, Chúa Giêsu tiếp cận với mọi người kể cả những người bị coi là dơ bẩn, tội lỗi; Chúa muốn đụng chạm thực sự tới những con người cụ thể: Chúa đặt tay lên mắt người mù, lên miệng lên tai người câm điếc để chữa lành họ; với người chết, Chúa cầm tay kéo họ chỗi dậy; người đàn bà bị băng huyết 12 năm kín đáo đụng chạm đến áo Chúa, Chúa cũng sẵn lòng chữa lành bà như lòng bà ước nguyện. Tin Mừng hôm nay đúc kết cung cách gần gũi đó của Chúa khi thuật lại người ta từ khắp nơi tuồn đến với Chúa, và *“bất cứ ai chạm đến Ngài đều được chữa lành.”*

**Ban ơi**, chỉ có ma quỷ mới sợ hãi, bỏ chạy, không dám tiếp cận với Chúa. Còn bạn là

người được Chúa yêu thương (Rm 1,7) sao lại tránh xa Chúa? Chúa đã nghĩ ra những cách thế để ở gần gũi với chúng ta: sinh xuống làm người như chúng ta, lập Bí tích Thánh Thể để kết hiệp trở nên một với chúng ta, thiết lập Hội thánh là ngôi nhà chung để đoàn tụ chúng ta, những người con một Cha trên trời, và là anh chị em rất thân mến của nhau. Bạn đừng chần chừ, e ngại, lơ là nữa nhưng hãy đến với Chúa, ở với Ngài, để được “đụng chạm” tới Ngài và để được Ngài thánh hoá.

**Sống Lời Chúa:** Yêu thương ai thì tìm cách ở gần, ở với người đó; bạn và cộng đoàn của bạn hãy nghĩ ra những cách thế mới để ở gần Chúa nhiều hơn nữa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa xin Chúa ở lại với con, để con luôn được ở với Chúa.*

## “GIỮ NGHĨA CÙNG CHÚA”

**“Các ông gạt bỏ điều răn của Thiên Chúa, mà duy trì truyền thống của người phàm.”**

(Mc 7,6.8)

**Suy niệm:** Ai cũng có một cuộc đời để sống và làm việc, để phục vụ và yêu thương, để tìm kiếm hạnh phúc, cho mình và cho người. Sống hài hòa tốt đẹp mọi tương quan trong cuộc sống: với Trời, với đời và với người, đó là lý tưởng mà mọi người mong muốn. Nhưng làm thế nào chọn lựa và dung hòa những tương quan đó? Trong thực tế, nhiều người đã “gạt bỏ điều răn của Chúa” để chạy theo “truyền thống của người phàm” bởi vì đối với Thiên Chúa, họ chỉ “tôn kính bằng môi miệng” còn tấm lòng thì mãi mê tìm kiếm thứ hạnh phúc theo kiểu trần thế này.

**Mời Ban:** Hẳn bạn cũng nhiều lần tự hỏi: Tôi đang sống giữa thế gian! Tôi luôn đứng trước sự lựa chọn: tuân giữ “điều răn của Chúa” hay sống theo “truyền thống người phàm”? Biết làm sao đây? Hẳn bạn nhớ cách lựa chọn của các tông đồ “vâng lời Thiên Chúa hơn vâng lời người phàm” (x.



Cv 5,29)! Đó cũng là châm ngôn sống và lời tuyên xưng khí khái của Chân phước An-rê Phú Yên: “*Giữ nghĩa cùng Chúa, cho đến hết hơi, cho đến trọn đời.*” Đó có phải là mẫu mực và động lực cho tôi thờ phượng Chúa với tất cả tâm lòng chứ không chỉ trên môi miệng hay chưa?

**Chia sẻ:** Sống giữa thế gian, những áp lực nào khiến bạn khó “giữ nghĩa cùng Chúa”? Cộng đoàn của bạn có thể giúp nhau vượt qua những áp lực đó không?

**Sống Lời Chúa:** Hôm nay, tôi quyết dành một khoảng thời gian thật riêng để cầu nguyện hoặc đến viếng Chúa tại nhà thờ.

**Câu nguyện:** *Lạy Chúa, xin giúp đời thờ Chúa chỉ trên môi miệng nhưng luôn tôn thờ Chúa với tất cả tâm lòng.*

## SẠCH TỪ BÊN TRONG

*“Không có cái gì từ bên ngoài vào trong con người lại có thể làm cho con người ra ô uế được; nhưng chính cái từ con người xuất ra, là cái làm cho con người ra ô uế.”*  
(Mc 7,14-23)

**Suy niệm:** Chỉ mới gàn đây thôi, người ta cổ võ trồng rau sạch, ăn rau sạch. Để có rau sạch, không chỉ dùng nước rửa cho khỏi đất cát bám vào mà đủ, thậm chí phải rửa bằng thuốc sát trùng để khử cả những con vi trùng nhỏ mắt không thấy được. Nếu chỉ thế mà thôi thì mới sạch bên ngoài, chưa “rửa” được những dư lượng thuốc trừ sâu đã ngấm vào tận số mạch của cây rau. Tiêu chuẩn “sạch” ngày càng được nâng cấp tương ứng với chất lượng cuộc sống ngày càng nâng cao. Về mặt tâm linh con người cũng thế, người ta không thể trở nên sạch trước mặt Thiên Chúa chỉ bằng cách tẩy rửa bên ngoài (rửa tay, rửa chén bát, v.v...) hay kiêng cử một số thức ăn. Cái làm cho con người dơ bẩn trước mặt Thiên Chúa xuất phát từ nội tâm con người chứ không phải từ bên ngoài. Bởi thế để nên trong sạch,

trước tiên con người phải thanh tẩy ý hướng, thanh tẩy lòng muốn của mình.

**Mời Ban:** Nếu thân thể bạn cần tắm rửa hằng ngày để được sạch sẽ thơm tho, thì tâm hồn bạn cũng thế. Bạn có thể giữ sạch tâm hồn mình bằng cách thường xuyên kiểm điểm đời sống, sám hối ăn năn và lãnh nhận bí tích Hoà giải.

**Chia sẻ:** Bí tích Hoà giải giúp bạn nâng cao chất lượng đời sống tâm linh thế nào?

**Sống Lời Chúa:** Bạn hãy lên kế hoạch giữ gìn vệ sinh tâm hồn cho chính mình: kiểm điểm đời sống mỗi ngày, thường xuyên lãnh nhận bí tích Hoà giải (1-2 tháng/lần chẳng hạn).

**Cầu nguyện:** *Đọc kinh Ăn năn tội.*

## MỌI SỰ ĐỀU CÓ THỂ ĐỐI VỚI NGƯỜI TIN

***“Vì bà nói thế, nên bà cứ về đi, quý đã xuất khỏi con gái bà rồi.”*** (Mc 7,28)

**Suy niệm:** Người đàn bà xứ Xi-ri ấy rất khô tâm: có cô con gái yêu lại bị rơi vào trong vòng trói buộc của quỷ. Với bất cứ giá nào bà cũng phải van xin Chúa cho bằng được vì bà tin chắc Ngài có thể làm được điều đó. Ai nghe biết chuyện mà lại không động lòng thương, huống chi Chúa Giêsu là chính Đấng Thương Xót! Nhưng sao Chúa trả lời nghe cứng cỏi và ra chiều miệt thị bà quá như vậy? Thì ra Chúa đang muốn ăn mình mà bà này lại phát hiện ra (cc. 24-25). Và lại, Chúa muốn thử thách lòng tin của bà, nên vừa nói ra những lời ‘khó nghe’ đó, thì ngay tức khắc Chúa đã đáp lại lời bà: *“Vì bà đã nói thế, nên bà cứ về đi, quý đã xuất khỏi con gái bà rồi.”* Quả thật mọi sự đều có thể đối với người đức tin, khi đó là đức tin trong sáng và đích thực; và lúc đó chắc chắn Chúa sẽ đáp lời. *“Đức tin có vượt qua thử thách mới sinh ra lòng kiên nhẫn”* (Gc 1,3).

**Mời Ban:** Biết bao người thường xuyên lãnh nhận các bí tích, biết bao nhiêu người đi hành hương chỗ này chỗ khác, nhưng không phải ai cũng lãnh nhận được ơn như nhau. Ông Chúa dồi dào như mạch nước đầy, nhưng bạn đi múc nước được nhiều hay ít là tùy ở lòng bạn. Yêu mến nhiều, tin nhiều, bạn sẽ được nhiều; yêu mến ít, tin ít, thì được ít.

**Chia sẻ:** Sống Lời Chúa mỗi ngày trong sự vắng mặt hữu hình của Chúa có làm bạn giảm sút đức tin không?

**Sống Lời Chúa:** Làm một cử chỉ biểu lộ lòng tin và dâng lên Chúa điều đang làm bạn khổ tâm nhất trong lúc này.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin gia tăng củng cố niềm tin để con luôn vững mạnh trong mọi lúc, nhất là lúc con gặp bao khó khăn trong cuộc sống.*

## ÉPHATA! HÃY MỞ RA!

*Người ta đem đến cho Ngài một người điếc ngọng nài xin Ngài đặt tay cho. Kéo người ấy ra khỏi dân chúng, riêng một mình, Ngài tra ngón tay vào tai, và nhỏ nước miếng Ngài đung vào lưỡi người ấy, đoạn nhìn lên trời, Ngài rên và nói với người ấy: “Éphata! Người hãy mở ra!...” Người ấy nói được rành rọt. (Mc 7,31-37)*

**Suy niệm:** Để có thể “mở lưỡi mở tai” cho anh điếc ngọng này, Chúa Giê-su đã phải khổ công chùng nào. Qua những cử chỉ ân cần tế nhị, Chúa bày tỏ tấm lòng thương xót, luôn sẵn sàng phục vụ của Ngài : kéo riêng một mình anh ta ra khỏi đám đông náo động, tra ngón tay vào tai điếc, nhỏ nước miếng, bôi vào lưỡi câm, nhìn lên trời, rên lên với Chúa Cha một lời van xin thống thiết: “Éphata! Hãy mở ra!” Và người ấy nghe được, nói được.

**Mời Ban:** Bạn có cảm kích trước tấm lòng giàu tình thương xót, tế nhị, sẵn sàng phục vụ người khốn khổ của Chúa Giêsu không? Còn mình thì sao bạn nhỉ? Những lúc bạn

rộn mết nhọc đâu có dễ gì mà được vậy? Hay chính mình lại là người điếc ngọng cần được Chúa mở tai mở lưỡi cho? Điếc vì cả ngày chỉ nghe tiếng đập nhạc café, phòng trà, karaoke, chuyện đời! Cho nên đâu còn có thể nghe được tiếng Chúa! Mà đã điếc thì câm ngọng luôn! Có nói cũng áp úng ngọng riu lưỡi! Bao dây rợ của thế tục tội lỗi ràng buộc cái lưỡi còn đâu mà tuyên xưng Lời Chúa cho ai!

**Sống Lời Chúa:** Bạn hãy xin Chúa Giêsu mở tai mở lưỡi cho chính mình, và cũng cộng tác với Chúa Giê-su đi mở lưỡi mở tai cho vợ con, chồng con, bạn bè hàng xóm... cho những ai đang điếc – câm Lời Chúa.

**Cầu nguyện:** Dâng lên Chúa lời van xin tha thiết nhất của bạn, xin Ngài mở tai, mở lưỡi để bạn có thể tuyên xưng danh Chúa.

## DÁM CHIA SẺ KHÔNG?

*Các môn đệ thưa Người: “Ở đây trong nơi hoang vắng này, lấy đâu ra bánh cho họ ăn no?” Đức Giê-su hỏi các ông: “Anh em có mấy chiếc bánh?” (Mc 8,4-5)*

**Suy niệm:** GDP bình quân cả nước trong năm 2010 là 1.200 USD/người, nhưng 70% dân số sống ở nông thôn có mức thu nhập bình quân cả năm chỉ đạt 400 USD/người (Thân Hoàng, “Giảm Nghèo cần phải bền vững,” *Tuổi Trẻ* ngày 6/1/2011: 3); điều đó có nghĩa là người nghèo đang có đó, cạnh chúng ta. Vấn đề đặt ra là “lấy đâu ra bánh cho họ”? Chưa hết, còn những người nghèo chất lượng cuộc sống, nghèo tình người và nghèo đối Thiên Chúa, “lấy đâu ra bánh cho họ” đây? Người ta thường tìm lời giải nơi người này, người kia; còn đối với Chúa Giê-su, lời giải nơi chính mỗi người chúng ta: “Anh em có mấy chiếc bánh?” Nhận ra số “bánh” mình có để cho người đói ăn, cho người bị bỏ rơi đang chơi vơi, cho người đói khát Thiên Chúa, đã là điều đáng kể. Vấn đề còn lại là chúng ta có dám chia sẻ không? Tin Mừng cho biết đã có một người



thanh niên giàu có tui ngửu bỏ đi vì không dám chia sẻ. Còn chúng ta thế nào? Tuy số “bánh” chúng ta có chẳng thấm tháp gì so với nhu cầu của đám đông, nhưng Chúa cứ đợi chờ chúng ta dám san sẻ để Ngài làm những điều lớn lao cho người nghèo.

**Mời Ban:** Đây là những khả năng của bạn trước nhu cầu chính đáng của người nghèo? Bạn có dám chia sẻ không?

**Chia sẻ:** Vì sao bạn không dám chia sẻ cho người nghèo?

**Sống Lời Chúa:** Làm một việc chia sẻ cho người nghèo.

**Câu nguyện:** *Lạy Chúa, những gì con có không phải của con, mà là do Chúa ban cho. Xin cho con dám san sẻ những ân huệ ấy cho anh em con.*

## CÔNG CHÍNH HƠN

*“Nếu anh em không ăn ở công chính hơn các kinh sư và người Pha-ri-sêu thì sẽ chẳng được vào Nước Trời.” (Mt 5,20)*

**Suy niệm:** Các kinh sư và biệt phái là những người giữ luật rất đúng, và cũng rất kiên định tới mức trở thành câu nệ hình thức cứng nhắc, khắt khe. Là bậc thầy trong dân, thay vì dạy dân sống tinh thần của Giao Ước thì cách sống của họ làm cho mọi người nghĩ rằng đức công chính chỉ gói gọn trong việc chu toàn lễ luật. Chúa Giêsu đòi hỏi các môn đệ không dừng lại ở những việc làm vụ hình thức mà phải **“công chính hơn”** tới mức hoàn thiện *“như Cha anh em trên trời là Đấng hoàn thiện”* (Mt 5,48); cụ thể là:

- **sâu hơn**, không chỉ bề ngoài mà tận trong tâm hồn: *có lòng giận ghét, có ý muốn ngoại tình là đã giết người, ngoại tình trong tư tưởng rồi.*
- **bao dung hơn**: không còn *“mắt đền mắt, răng đền răng,”* nhưng đưa cả má phải khi bị vả má trái.
- **triệt để hơn**: *nếu mắt, tay nên dịp tội*

*cho mình thì hãy chặt nó đi.*

**Mời Ban:** Quan niệm sai lầm và hẹp hòi về đức công chính vẫn tiếp tục trong chúng ta, nếu bạn và tôi vẫn cứ coi việc sống đạo chỉ là đi nhà thờ, xem lễ và giữ những việc luật buộc. Đức công chính của người môn đệ Chúa Kitô đòi hỏi chúng ta vượt qua những hình thức bên ngoài để đạt đến điều cốt lõi là “Mến Chúa yêu người.”

**Chia sẻ:** Hành vi cử chỉ nào của bạn và cộng đoàn đang cần “*công chính hơn*”?

**Sống Lời Chúa:** Làm việc bổn phận hoặc việc bác ái với lòng yêu mến chứ không vì bắt buộc hoặc vì lý do gì khác.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin đừng để con tự mãn vì đã giữ những gì luật buộc, nhưng xin giúp con biết làm mọi việc chỉ vì mến Chúa và yêu người.*

14/02/11

THỨ HAI TUẦN 6 TN

Th. Syrilô, đan sĩ và Mêtôdiô, giám mục

Mc 8,11-13

## BAO NHIÊU DẦU LẠ MỚI ĐỦ?

*Những người Pharisêu kéo ra và bắt đầu tranh luận với Đức Giêsu, họ đòi một dấu lạ từ trời xuống để thử Người. Người thờ dài nãy nuốt và nói: “Sao thế hệ này lại xin một dấu lạ?” (Mc 8,11-13)*

**Suy niệm:** Nếu phải chứng minh mình là Đấng Mê-si-a, Đức Giêsu chỉ cần làm một dấu lạ cũng đã đủ rồi. Chúa Giêsu đã làm biết bao điềm thiêng dấu lạ, ấy thế mà những người Pharisêu vẫn chưa cho là đủ lại còn đòi hỏi “*một dấu lạ từ trời.*” Cái gì khiến những người Pha-ri-sêu khó tin nhận Đức Giêsu là Đấng Thiên Chúa sai đến thế nhỉ? Thực ra không cần Chúa Giêsu phải làm thêm dấu lạ nào nữa mà cần biết cởi mở tâm hồn, biết xoá bỏ mọi thành kiến, như một Nicôđê-mô khi đến gặp Chúa Giêsu ban đêm (Ga 3,1-21). Phải khiêm tốn như người phụ nữ xứ Canaan lượm nhặt cả “*những vụn bánh từ bàn ăn rơi xuống*” để rồi nhận được ơn trọng đại hơn nhiều: “*Này bà, lòng tin của bà mạnh thật. Bà muốn sao thì được vậy*” (Mt 15,21-28). Phải có lòng khao khát tốt cùng muốn được gặp Chúa,

gần Chúa, để được Chúa chữa lành.

**Mời Ban:** Thay vì đòi hỏi Thiên Chúa làm dấu lạ theo yêu cầu của mình, bạn hãy tập khám phá những dấu lạ Ngài vẫn thực hiện hằng ngày trong cuộc sống của bạn và hãy vững tin vào Chúa.

**Chia sẻ:** Có khi nào bạn nhận ra Chúa đang thực hiện nơi bạn một dấu lạ nào không?

**Sống Lời Chúa:** Ôn lại một giai đoạn nào đó của cuộc đời mình, tạ ơn Chúa vì những ơn lành Chúa đã ban cho mình trong thời gian đó.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, nhớ lại biết bao kỳ công Chúa đã thực hiện nơi con, con xin dâng lên Chúa lời cảm tạ: Linh hồn tôi ngợi khen Đức Chúa... Vì Chúa đã làm cho tôi những điều trọng đại...*

15/02/11

THỨ BA TUẦN 6 TN  
Mc 8,14-21

**TIN TƯỞNG NHÌN VỀ TƯƠNG LAI**

***“Sao anh em lại bàn tán chuyện anh không có bánh? Anh em chưa thấu hiểu sao?”*** (Mc 8,17)

**Suy niệm:** Chúa Giêsu vừa làm phép lạ hóa năm chiếc bánh và hai con cá cho năm ngàn người ăn no trước sự chứng kiến của các môn đệ. Thế nhưng khi cùng với Chúa Giêsu đi qua biển mà quên mang theo bánh, họ đâm ra lo lắng sợ rằng mình sẽ bị bỏ đói. Chúa Giêsu trách các ông thiếu lòng tin nơi quyền năng của Ngài. Bài học ở đây là người môn đệ phải đặt trọn niềm tin nơi Thầy cho dù gian nan thử thách không ngớt xảy đến cho mình.

**Mời Ban** nhìn lại quá khứ của mình để nhận ra biết bao ơn lành Chúa ban cho. Có những lúc ta buông xuôi theo cơn cám dỗ, có những lúc ta chao đảo trước thử thách, hiểm nguy; thế nhưng, khi nhìn lại ta thấy chính những lúc đó sự quan phòng diệu kỳ của Chúa lại tỏ hiện. Kinh nghiệm này có làm cho ta tin tưởng hướng về tương lai không?

**Chia sẻ:** Trước những thách đố cho đời sống đức tin và việc tông đồ, chúng ta có

thái độ nào: bi quan, thất vọng hay cùng nhau tìm nguyên nhân và giải pháp đối phó?

**Sống Lời Chúa:** Tôi chấp nhận những gì đang đến với tôi trong tin tưởng phó thác nơi tình yêu Thiên Chúa.

**Cầu nguyện:** “*Con xin tạ ơn Cha vì những ơn Cha ban cho con, những ơn con thấy được và những ơn con không nhận là ơn. Con biết rằng con đã nhận được nhiều ơn hơn con tưởng, biết bao ơn mà con nghĩ là chuyện tự nhiên. Con thường đau khổ về những gì Cha không ban cho con, và quên rằng đời con được bao bọc bằng ân sủng.... Xin cho con vững tin vào tình yêu Cha dù con không hiểu hết những gì Cha làm cho đời con.*” (Thắp Sáng Niềm Tin, tr.134)

16/02/11

THỨ TƯ TUẦN 6 TN  
Mc 8,22-26

**HÀNH TRÌNH ÁNH SÁNG ĐỨC TIN**

**“Người ta dẫn một người mù đến và nài xin Đức Giêsu sờ vào mắt anh.” (Mc 8,22)**

**Suy niệm:** Ông N. Simpson bị mù mắt trong một tai nạn. Sau mười năm chạy chữa và nhờ kỹ thuật cấy giác mạc nhân tạo, cuối cùng, ông đã nhìn thấy được. Ông phải trải qua hành trình mười năm và mất nhiều tiền của mới có thể nhìn thấy vợ mình và thế giới chung quanh. Người mù trong bài Tin Mừng hôm nay cũng phải qua một “hành trình” lãnh nhận ánh sáng. Anh được “*dẫn đến*” với Đức Giêsu, rồi Ngài “*cầm lấy tay anh, đưa ra khỏi làng, nhổ nước miếng vào mắt anh, đặt tay trên anh*” và “*lại đặt tay trên mắt anh*” (cc. 24-25). Phép lạ này được đặt ngay sau câu hỏi của Đức Giêsu: “*Anh em chưa hiểu ư?*” Phép lạ làm nổi bật quyền ban ánh sáng của Đức Giêsu, đồng thời, cũng là nỗ lực nhằm “*mở mắt đức tin*” cho các môn đệ, một nỗ lực tiệm tiến và kiên nhẫn. Người mù dần dần được thấy ánh sáng; các môn đệ cũng dần dần tin Chúa mạnh hơn qua thời gian.

**Mời Ban:** Trong tinh thần “*hậu Năm Thánh,*” với quyết tâm “*Cùng Mẹ ra khơi*



truyền giáo,” bạn hãy nỗ lực làm cho đức tin của mình ngày thêm lớn lên, trưởng thành và vững mạnh hơn, để có thể nói như thánh Phaolô: “*Tôi biết tôi tin vào ai*” (2 Tm 1,12).

**Sống Lời Chúa:** “*Tin là gắn bó bản thân của con người với Thiên Chúa*” (GLHTCG). Tôi nuôi dưỡng và làm tăng trưởng đức tin bằng những hành động cụ thể: tham dự thánh lễ sốt sắng, đọc và suy niệm Lời Chúa và sống bác ái.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa là Chúa Trời con, xin hãy ban cho con những gì giúp con tới gần Chúa. Lạy Chúa, xin gỡ con ra khỏi bản thân con để hiến thân con cho Chúa* (thánh Nicola de Flue).

17/02/11  
Bảy Thánh lập dòng Tôi Tớ Đức Mẹ

THỨ NĂM TUẦN 6 TN

Mc 8,27-33

## ĐỐI VỚI TÔI, ĐỨC KITÔ LÀ AI?

*“Còn anh em, anh em bảo Thầy là ai?”  
Ông Phêrô trả lời: “Thầy là Đấng Kitô”  
(Mc 8,29)*

**Suy niệm:** Chúa Giêsu cần biết người ta cũng như các môn đệ coi mình là ai, không phải để uốn mình theo họ, nhưng để giáo dục họ dần nghiệm ra sứ vụ của Ngài. Thật vậy, biết một người đã là điều khó, huống hồ biết một Thiên Chúa làm người, sống bên cạnh như một con người càng khó biết chừng nào! Chúa mới dạy một điều: *“Con người phải chịu đau khổ... bị loại bỏ...”* mà Phêrô đã thấy “sốc” rồi, huống chi nhiều việc khác nữa sẽ xảy ra trong cuộc đời của Chúa Giêsu. Vì vậy, dư luận và câu trả lời của Thánh Phêrô hôm nay làm cho Chúa yên tâm; nhưng sẽ còn nhiều việc phải làm để khuôn mặt của “Đấng Được Xức Dầu” hiện tỏ mỗi ngày mỗi rõ nét hơn.

**Mời Ban:** Hãy trả lời câu hỏi sau: “Với tôi, Đức Giêsu là ai?” Câu trả lời khó hay dễ tùy thuộc vào niềm tin của bạn nơi Ngài. Nếu bạn coi Ngài như một vĩ nhân nào đó, câu trả lời cũng sẽ không hơn gì người Do

Thái ngày xưa! Đây là câu trả lời mang tính sinh-tử với vận mạng mọi người, vì trả lời đúng ý Chúa, bạn mới dám dấn bước theo Ngài; nếu không, Ngài sẽ mãi ở bên lề cuộc sống bạn mà thôi!

**Chia sẻ:** Bạn đã và đang làm những điều gì để mình chứng là bạn theo Chúa Giêsu, Đấng Cứu Độ mà Chúa Cha gọi đến trần gian?

**Sống Lời Chúa:** Hãy chia sẻ / trao đổi những công việc bạn đang làm cho đoàn, nhóm của bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Kitô, xin cho con biết mở miệng, mở lòng để tuyên xưng Chúa là Đấng Cứu Độ, đừng để con cứ im tiếng vì e ngại, vì sợ hãi. Amen.*

18/02/11

THỨ SÁU TUẦN 6 TN  
Mc 8,34-9,1

**ĐIỀU KIỆN TIÊN QUYẾT**

***Rồi Đức Giêsu gọi đám đông và các môn đệ lại. Người nói với họ rằng: “Ai muốn theo Tôi, phải từ bỏ chính mình, vác thập giá mình mà theo.” (Mc 8,34)***

**Suy niệm:** Một nhân viên khi được nhận vào một công ty, xí nghiệp, hay tổ chức hành chính thường phải đáp ứng một số yêu cầu như bằng cấp, kinh nghiệm thực tiễn, khả năng giao tiếp, ngoại hình, ngoại ngữ... Đang khi ấy, muốn trở thành nhân viên của Chúa Giêsu, chỉ cần một điều kiện duy nhất, nhưng rất gay go, đó là **TỪ BỎ CHÍNH MÌNH**. Từ bỏ chính mình, một điều tưởng như đơn giản, nhưng thật ra không dễ dàng chút nào, bởi vì đòi ta phải ra khỏi cái tôi ích kỷ và bản năng sinh tồn tự nhiên để thông dong tự do và trung thành bước theo Chúa.

**Mời Ban:** Kinh nghiệm của những người leo núi cho ta thấy rằng hành trang càng gọn và nhẹ, càng giúp ta leo nhanh và leo cao. Cái tôi cố hữu của chúng ta là thứ hành trang cồng kềnh nhất, nặng nề nhất cản trở bạn và tôi tiến bước trong quá trình trở thành môn đệ Chúa Kitô, phải không bạn?

Khi bạn đủ can đảm ra khỏi cái tôi của mình, quả thực bạn sẽ thấy dễ dàng đến với Chúa hơn, cũng như cảm thấy dễ dàng đến với anh em mình hơn. Hơn thế nữa, từ bỏ cái tôi của mình, bạn đừng sợ bị vong thân, mất mình, nhưng bù lại bạn nhận ra mình được tất cả: niềm vui tinh thần ở đời này và phần thưởng vĩnh cửu đời sau. Đây cũng là biện chứng của đức tin đầy, bạn ạ!

**Chia sẻ:** Trong thực tế, tôi phải làm gì để có thể từ bỏ chính mình, ngõ hầu trở thành môn đệ thật của Chúa Kitô?

**Sống Lời Chúa:** Hy sinh một chút thời gian để đến thăm một người anh em mà mình khó ưa, hoặc không thích.

**Cầu nguyện:** Hát *Kinh Hoà Bình*.

19/02/11

THỨ BẢY TUẦN 6 TN  
Mc 9,2-13

**BÁM LẤY ĐỨC GIÊSU**

***“Thưa Thầy, chúng con ở đây thật là hay!  
Chúng con xin dựng ba cái lều, một cho  
Thầy, một cho ông Môsê, và một cho ông  
Êlia.”*** (Mc 9,5)

**Suy niệm:** Một nhà thơ đã diễn tả quê hương như sau: “*Khi ta ở chỉ là nơi đất ở,  
khi ta đi đất đã hóa tâm hồn.*” Như vậy, quê hương không chỉ là một nơi chốn không gian trên mặt đất, nhưng còn hiện diện cả trong tâm hồn người viễn xứ. Trong trường hợp các tông đồ theo Chúa Giêsu lên núi hôm nay, họ kinh ngạc trước dung nhan huy hoàng của Chúa và muốn cắm lều ở lại trên núi ấy, như thể họ sẽ vượt mất tất cả nếu rời khỏi mảnh đất đó. Thế nhưng, cũng như ánh sáng mặt trời không thể sánh bì với mặt trời, vẻ huy hoàng mà các tông đồ thấy làm sao sánh ví với Đấng là Mặt-Trời-Công-Chính! Điều các tông đồ cần bám lấy, không phải là một mảnh đất, nhưng là chính Chúa Giêsu, Đấng cho các ông thấy trước vẻ huy hoàng của cuộc phục sinh vinh hiển. Vẻ huy hoàng các ông chứng kiến càng phải làm cho các ông vững niềm tin vào Chúa Giêsu hơn khi đi theo Chúa xuống

núi. Ngay cả khi vẻ huy hoàng ấy bị ẩn dấu trong cuộc Khổ Nạn, Ngài vẫn luôn đồng hành với các ông.

**Mời Bạn:** Những lần gặp gỡ Chúa tràn ngập niềm vui, những lúc hạnh phúc được ơn lành của Chúa đã giúp bạn sống đức tin thế nào trong những khi bạn gặp thử thách?

**Chia sẻ:** Điều gì giúp bạn vững tin hay mau mắn lấy lại niềm tin vào Chúa khi đối diện với gian nan?

**Sống Lời Chúa:** Nhìn lên Thánh Giá và nói với Chúa niềm cậy trông của bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, xin cho con vững tin vào Chúa, vì Chúa là Thiên Chúa và là Đấng Cứu Độ con.*

20/02/11

CHÚA NHẬT TUẦN 7 TN – A  
Mt 5,38-48

**HÃY NÊN HOÀN THIỆN**

**“Anh em hãy nên hoàn thiện như Cha anh em trên trời là Đấng hoàn thiện.” (Mt 5,48)**

**Suy niệm:** Trong bài giảng thánh lễ bế mạc Năm Thánh 2010 tại La Vang, Đức hồng y Ivan Dias đã kêu gọi: *“Giáo Hội Việt Nam hơn bao giờ hết cần sự thánh thiện của con trai con gái mình, vốn sống bình thường nhưng can đảm bên cạnh những anh em đồng bào trong xã hội, trong môi trường làm việc, nơi học đường, ngoài đường phố, giữa chợ đời...”* Nên hoàn thiện hay sống thánh giữa đời như muối, như men cho đời là mục tiêu mọi người phải vươn tới, ngõ hầu có thể trở nên giống Cha trên trời là Đấng trọn lành. Ngài là Đấng nhân hậu, yêu thương, tha thứ, bao dung: *“Đấng cho mặt trời mọc lên mọc lên soi sáng kẻ xấu cũng như người tốt, cho mưa xuống trên người công chính cũng như kẻ bất chính”* (c. 45). Cũng vậy, ta được mời gọi nên giống Cha qua tâm tình nhân hậu, rộng lượng tha thứ, quảng đại yêu thương và lòng bao dung với đồng loại.

**Mời Ban:** Đức Giêsu đang nhìn bạn và



khuyến khích bạn nên hoàn thiện qua những tâm tình nêu trên, nhất là trong xã hội hôm nay, một xã hội tiến bộ về nhiều phương diện, nhưng lại thụt lùi về đời sống tinh thần, khi cần, đo, đong đếm quá sòng phẳng, lý luận nhiều, yêu thương ít, nặng bạo lực trả đũa, nhẹ khoan dung thứ tha.

**Chia sẻ:** Bạn đã biết tha thứ không mệt mỏi và không ngừng chăm sóc yêu thương người khác như Chúa chưa?

**Sống Lời Chúa:** *“Hãy yêu tha nhân như chính mình.”*

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, xin cho con luôn nhìn lên Chúa, và nhận ra con người yếu đuối và muôn ân huệ lớn lao Chúa ban, ngõ hầu biết yêu thương và tha thứ, khiêm nhường và tri ân. Amen.*

21/02/11

THỨ HAI TUẦN 7 TN

Th. Phêrô Damianô, giám mục, tiên sĩ Hội Thánh

Mc 9,14-29

**PHẢI CẦU NGUYỆN MỚI ĐƯỢC!**

***Khi Chúa Giêsu vào nhà, các môn đệ mới hỏi riêng Người: “Tại sao chúng con đây lại không trừ nổi tên quỷ ấy?” Người đáp: “Giống quỷ ấy, chỉ có cầu nguyện mới trừ được thôi.” (Mc 9,28-29)***

**Suy niệm:** Mọi quốc gia đều có ngân sách quốc phòng rất lớn, để mua sắm, chế tạo những vũ khí ngày càng tối tân hầu trang bị cho quân đội của mình. Họ làm như thế với một lý do biện minh chính đáng: chỉ để tự vệ thôi! Bởi vì một nước được vũ trang đầy đủ thì mới giữ được an toàn lãnh thổ của mình; nhưng nếu địch quân có vũ khí mạnh hơn thì có nguy cơ thất thủ (x. Lc 11,21-22). Trong cuộc chiến thiêng liêng, các môn đệ hôm nay đang lâm vào tình huống nan giải: Chúa đã ban cho các ông quyền trừ quỷ thể mà sao các ông lại không trừ nổi tên quỷ hung tợn đang hành hạ dần vật cậu bé trai kia? Chính Chúa đã can thiệp trừ tên quỷ đó và Ngài giải thích lý do thất bại: không phải các ông không có vũ khí tối tân hùng hậu, nhưng vì thiếu cầu nguyện nên các ông đã không thể thực hiện quyền năng trừ quỷ mà Chúa ban cho.

**Mời Ban:** Ma quỷ đang hoành hành trong thế giới này qua biết bao nhiêu tội ác xảy ra hằng ngày. Chúng cũng đang tấn công bạn bằng biết bao nhiêu cơn cám dỗ. Chúa đã ban ơn thánh hoá cho bạn nhưng bạn sẽ không thể đứng vững được nếu không huấn luyện mình bằng đời sống cầu nguyện. Chúa đã tiết lộ cho bạn bí quyết để chiến thắng ma quỷ đó. Cầu nguyện là việc ưu tiên số một cho đời sống thiêng liêng của mình. **Phải cầu nguyện mới được**, bạn ạ!

**Sống Lời Chúa:** Trung thành với 5 phút cầu nguyện mỗi ngày.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ, nhưng cứu chúng con khỏi mọi sự dữ. Amen.*

22/02/11  
Lập Tông Tòa Thánh Phêrô

THỨ BA TUẦN 7 TN  
Mt 16,13-19

**“ABBA!” (“CHA ƠI!”)**

**Ông Phêrô thưa: “Thầy là Đức Kitô, Con Thiên Chúa hằng sống.” (Mt 16,16)**

**Suy niệm:** Ben Hur trong bộ phim cùng tên đã thốt lên: “Tại sao Con Thiên Chúa không muốn làm vua Do Thái hờ mẹ? Những điều kỳ diệu Ngài làm khiến con kinh ngạc. Chỉ cần một hơi thở của Ngài đủ hủy diệt sức mạnh Roma. Thế mà Ngài lại từ chối sự trợ giúp của các binh đoàn, khiến bao gian lao trở thành vô ích? Chúng ta lại phải rên siết dưới sự bảo hộ của Roma và để vũ khí mà ta khổ công rèn đúc phải rỉ sét ư?” Anh cũng như nhiều đồng hương đã thất vọng về Đức Giêsu, vì chờ đợi Ngài như Đấng Cứu Thế vinh quang bằng cách trừng phạt quân đội Roma, mang lại phần vinh cho trần thế qua sức mạnh chinh phục. Ngài quả thật là Con Thiên Chúa hằng sống, là Đức Kitô Cứu Thế như Phêrô tuyên xưng. Thế nhưng, là người Con hiếu thảo với Cha, đời Ngài chỉ canh cánh một điều là làm đẹp ý Cha trong mọi sự. Thế mà ý Cha là sai Con mình đến, không phải để luận phạt, nhưng để cứu thế gian và để thế gian nhờ đó được sống dồi dào.

**Mời Ban:** Bạn không tin Thiên Chúa cách chung chung như những tín đồ tốt lành của các tôn giáo khác. Bạn tin và đến với Thiên Chúa qua người Anh Cả Đức Giêsu, Đấng là Thiên-Chúa-thần- linh, nhưng đồng thời cũng là con-người-xương-thịt như bạn. Nhờ sống trong tương quan thân thiết với người Anh Cả Thiên-Chúa-con-người này, bạn gặp được Thiên Chúa và dám mở miệng gọi Thiên Chúa: “*Abba!*” (“Cha ơi”).

**Sống Lời Chúa:** Xem lại cách tôi sống với Đức Giêsu như thế nào: gắn bó thân thiết như nên “một” với Ngài hay hờ hững qua loa? Và tìm mọi cách để có thể như Ngài sống trong tôi mỗi ngày.

**Cầu nguyện:** Đọc kinh *Lạy Cha*.

23/02/11  
Th. Pôlicáp, giám mục, tử đạo

THỨ TƯ TUẦN 7 TN  
Mc 9,38-40

**TA VÌ NGƯỜI, NGƯỜI CŨNG VÌ TA!**

**“Không ai lấy danh nghĩa Thầy mà làm phép lạ, rồi ngay sau đó lại có thể nói xấu về Thầy.” (Mc 9,39)**

**Suy niệm:** Óc bè phái, tâm thức muốn loại trừ những kẻ không thuộc phe nhóm của mình – dù họ có tốt chẳng nữa – vẫn luôn là thói xấu, làm cản trở sự tiến bộ xã hội. Trong thời đại hôm nay người ta thích nói đến việc sống chung, tôn trọng sự khác biệt của nhau, không loại trừ nhau để cùng nhau tiến lên (*inclusive*). Một khi chấp nhận nhau, người ta sẽ không sợ nhau, giữ kẽ với nhau, ghen ty nhau. Trái lại, việc này sẽ làm thăng hoa cuộc sống. “Ăn cây nào, rào cây ấy” không có nghĩa là rào cây của mình và đi phá cây của kẻ khác cũng đang được rào dậu kỹ càng! Trong một vườn cây được chăm sóc và rào dậu như thế, vườn cây sẽ cho nhiều loại trái khác đem lại ích lợi cho mọi người. Điều gì tốt đẹp cũng đều phát xuất từ Thiên Chúa, nên bất cứ ai làm việc tốt đều là làm cho Chúa và phù hợp với thánh ý của Ngài.

**Mời Ban:** Chúng ta thường bảo lưu ý kiến, quyền lợi cá nhân hay tập thể của mình,

không chịu mở lòng đón nhận ý kiến đa chiều của kẻ khác. Chúng ta “vận động” để chê bai nhau, bắt tin nhiệm nhau làm cho người lãnh đạo phải khổ tâm. Nếu thói thường này len lỏi vào đầu bạn và tổ chức của bạn, hãy nhớ đến Lời Chúa: “*Ai không chống lại chúng ta là ủng hộ chúng ta!*” (Mc 9,40).

**Chia sẻ:** Nguyên cơ nào khiến bạn lo sợ về hạnh phúc gia đình, sự đoàn kết của tổ chức mà bạn tham gia?

**Sống Lời Chúa:** Biết tìm cái tốt, cái tích cực nơi người khác để hợp tác.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, xin cho con lòng quảng đại để biết chấp nhận điều hay lẽ phải từ bất cứ ai, nhất là nơi những người con không thiện cảm.*

24/02/11

THỨ NĂM TUẦN 7 TN  
Mc 9,41-50

**... CHẶT NÓ ĐI! ...MÓC NÓ ĐI!**

***“Nếu tay anh làm cớ cho anh sa ngã, thì chặt nó đi; thà cụt một tay mà được vào cõi sống còn hơn có đủ hai tay mà phải sa xuống hoả ngục.”*** (Mc 9,43)

**Suy niệm:** Tội xâm nhập vào con người không phải một cách đột nhiên, nhưng có những nguyên cớ của nó. Trước khi ông bà Adam và Evà nhận lời quyến rũ của con rắn, hai ông bà đã nuôi tính kiêu ngạo trong lòng rồi. Chính tính kiêu ngạo là nguyên cớ dẫn ông bà tới chỗ phạm tội. Do đó, ngăn chặn và diệt trừ nguyên nhân phạm tội là điều cần thiết phải làm, dù phải hy sinh đau đớn, để tránh phạm tội. Tay, chân và mắt là những chi thể cần thiết và hữu dụng góp phần cho sự sống con người. Kiêu nói Chúa dùng: “*chặt tay,*” “*chặt chân,*” “*móc mắt*” không hiểu theo nghĩa đen, nhưng nhằm nhấn mạnh rằng giá trị cao quý của Nước Trời đáng cho chúng ta hy sinh tất cả để chiếm hữu, cho dù phải đau đớn như việc chặt tay, chặt chân hay móc mắt.

**Mời Ban:** Nguyên cớ gây ra tội được tập hợp lại trong “bảy mối tội đầu.” Trong bảy mối ấy, mối nào cũng nguy hiểm đến nỗi ai



chiều theo chúng thì không thể thấy Nước Trời. Muốn chiếm hữu Nước Trời, bạn phải đi con đường hẹp: con đường hy sinh quyết liệt và sẵn sàng chịu mọi mất mát do dứt bỏ nguyên cớ phạm tội.

**Sống Lời Chúa:** Mỗi ngày tôi sẽ cố gắng thực hành một hy sinh nhằm xa tránh chước cám dỗ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã dạy chúng con cầu nguyện: “Xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ.” Xin ban cho chúng con lòng can đảm, dám hy sinh nói “không” trước tất cả những nguyên cớ làm chúng con phạm tội mất lòng Chúa. Amen.*

25/02/11

THỨ SÁU TUẦN 7 TN  
Mc 10,1-12

**CHỈ LÀ MỘT XƯƠNG MỘT THỊT**

***“Như vậy, họ không còn là hai, nhưng chỉ là một xương một thịt. Vậy, sự gì Thiên Chúa đã phối hợp, loài người không được phân ly.”*** (Mc 10,8-9)

**Suy niệm:** Chẳng phải chỉ thời đại của Môsê mới có chuyện ly dị, thời đại hôm nay sa sút không thua kém gì, đến nỗi việc ly dị như là “mốt” của đợt sống mới. Nếu trước đây lòng chung thủy được đề cao: *“Theo nhau cho trọn đạo đời, dù cho lên ai xuống đèo cũng cam,”* thì ngày nay: *“Tình yêu đến em không mong đợi gì, tình yêu đi em không hề nuối tiếc.”* Vì thế, phục hồi giá trị cao quý bất khả phân ly trong hôn nhân là việc cấp bách, hơn nữa, đó là đòi hỏi của Thiên Chúa đối với chúng ta. Sự bất khả phân ly trong đời sống hôn nhân là ý muốn của Thiên Chúa, dựa trên nền tảng tình yêu bền vững của Thiên Chúa dành cho con người. Chính Chúa Giêsu đã phục hồi ý định thánh thiện ấy nơi người nam và người nữ, bằng cách ban cho họ một tấm lòng mới, thay cho “lòng chai dạ đá,” và cho họ được dự phần vào tình yêu toàn diện và trung tín của Thiên Chúa. Do đó, đôi bạn

phải trung thành và làm chứng với một lòng quảng đại tuân theo ý Chúa, không bao giờ phân ly điều Chúa đã phối hợp. Trong *Tông Huấn về Gia Đình*, làm chứng về lòng chung thủy trong đời sống gia đình là một trong những bổn phận cấp bách nhất và quan trọng nhất của vợ chồng (số 20).

**Mời Ban:** Canh tân đời sống gia đình và nhắc nhở nhau làm chứng về sự bất khả phân ly trong hôn nhân.

**Chia sẻ:** Trước tình trạng con số ly dị ngày càng nhiều như hiện nay, chung thủy trong đời nhân có ý nghĩa gì?

**Sống Lời Chúa:** Làm một việc hữu ích giúp người thân trong gia đình.

**Cầu nguyện:** Đọc kinh *Gia Đình*.

26/02/11

THỨ BẢY TUẦN 7 TN  
Mc 10,13-16

**BẢO VỆ TƯƠNG LAI**

**“Người ôm lấy các trẻ em và đặt tay chúc lành cho chúng.” (Mc 10,16)**

**Suy niệm:** “Trẻ em hôm nay, thế giới ngày mai” là câu khẩu hiệu đã và đang được nói đến rất nhiều trong xã hội hôm nay. Nó thể hiện một cái nhìn tích cực về trẻ em, những con người sẽ nắm giữ vận mạng của thế giới trong tương lai. Ấy thế nhưng không phải ai cũng nhận ra được điều đó. Thực tế xã hội hôm nay cho thấy trẻ em hiện đang là đối tượng gặp nhiều nguy hiểm nhất. Chỉ vì những đồng tiền lợi lộc thấp hèn, không ít người hoặc phe nhóm đã nhẫn tâm bắt cóc, dụ dỗ và đưa đẩy các em vào những con đường tệ nạn, phạm pháp, bất chấp luân thường đạo lý. Thái độ của Chúa Giêsu hôm nay thật đáng cho chúng ta học hỏi: “Người ôm lấy các trẻ em và đặt tay chúc lành cho chúng.”

**Mời Ban:** Tương lai của Giáo Hội, của dân tộc và của thế giới sẽ đi về đâu, nếu tầng lớp kế thừa là chính các trẻ em hôm nay không được chăm sóc và bảo vệ? Chăm sóc và bảo vệ các trẻ em cũng đồng nghĩa với việc bảo vệ tương lai của chính mình. Chúa

đang mời gọi bạn và tôi học nơi Chúa cách thức yêu thương, chăm sóc và bảo vệ trẻ em, những con người tương lai của Giáo Hội và thế giới.

**Chia sẻ:** Bạn đã bao giờ thật sự ý thức về tầm quan trọng của việc bảo vệ trẻ em chưa? Bạn có sáng kiến khả thi nào để giúp bảo vệ và chăm sóc các em?

**Sống Lời Chúa:** Dành thời gian nhiều hơn cho việc chăm sóc và gài gỡ các em nhỏ ngay trong gia đình mình.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, tương lai của Giáo Hội và nhân loại nằm nơi các trẻ em hôm nay. Xin Chúa cho chúng con biết yêu mến các trẻ em như Chúa yêu, và xin giúp chúng con biết thể hiện bằng những hành động cụ thể. Amen.*

27/02/11

CHÚA NHẬT TUẦN 8 TN – A  
Mt 6,24-34

**THIÊN CHÚA QUAN PHÒNG**

***“Trước hết hãy tìm kiếm Nước Thiên Chúa và đức công chính của Người, còn tất cả những thứ kia, Người sẽ thêm cho.”***  
(Mt 6,33)

**Suy niệm:** Trong lúc kinh tế toàn cầu suy thoái, lạm phát gia tăng, con người dễ bị băn khoăn lo lắng cho cuộc sống vật chất ngày mai, thì Lời Chúa trong Tin Mừng hôm nay có thể giúp người tín hữu lạc quan, tin yêu phó thác vào Chúa hơn. Ai cũng cần tiền bạc, vật chất để sinh sống, nhưng lo kiếm tìm đến độ chỉ biết có tiền thì thật sai lầm. Khi ấy tiền chẳng khác gì một ông thần, mà Chúa lại không muốn ta vừa tôn thờ Chúa, vừa tôn thờ tiền bạc. Người đặt niềm tin vào Chúa sẽ dành ưu tiên cho việc tìm kiếm Nước Trời và lo lắng cho cuộc sống vĩnh cửu, trong khi vẫn nỗ lực tìm của ăn nuôi dưỡng thân xác mình.

**Mời Ban:** Phải chăng lòng bạn quá lo lắng, bạn tâm đến tiền bạc, vật chất khiến tâm trí bạn không còn chỗ nào dành cho Chúa? Hãy nhớ rằng *“Khi tiền bạc đi vào cửa trước thì hạnh phúc lên ra cửa sau.”* Chúa mới thật là hạnh phúc vĩnh cửu, nguồn vui

thật của đời bạn, còn tiền thì “bạc” lắm!

**Chia sẻ:** Nhớ lại thời kỳ cuộc sống khó khăn thiếu thốn mình đã trải qua, để thấy bàn tay Chúa vẫn thương yêu, áp ủ lo liệu cho mình ...

**Sống Lời Chúa:** ... để rồi hôm nay tôi biết bắt chước Chúa, vui vẻ sẻ chia một chút tiền bạc, cơm áo cho người đang còn thiếu thốn, với ý thức rằng “cho đi là nhận lãnh.”

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa đã thi ân giáng phúc rộng rãi cho chúng con. Xin cho chúng con biết cảm tạ và tin tưởng vào tình thương của Chúa, đồng thời biết chia sẻ vật chất cho nhau, để trải rộng sự quan phòng kỳ diệu của Chúa đến tất cả mọi người. Amen.*

28/02/11

THỨ HAI TUẦN 8 TN  
Mc 10,17-27

**CHO SỰ SỐNG ĐỜI ĐỜI**

**“Tôi phải làm gì để được sự sống đời đời làm gia nghiệp?” (Mc 10,17)**

**Suy niệm:** Đầu năm 2011 ngành giao thông công chánh ở Sài Gòn đã phải nhờ các chuyên gia Philippines dùng thiết bị radar xuyên đất (GPR) để dò tìm các hố tử thần rải rác trong lòng đường phố. Công việc này đòi hỏi phải sử dụng các thiết bị hiện đại, chứ không thể nào dùng xà beng, cuốc xẻng để dò tìm. Người thanh niên giàu có trong bài Tin Mừng hôm nay lại đi con đường ngược lại: anh muốn có được sự sống đời đời, nhưng lại không dùng những phương thế xứng hợp. Sự sống đời đời là sự sống của chính Thiên Chúa. Sự sống ấy chỉ được ban tặng cho những ai thuộc về Chúa, giống như Ngài, có được những tính cách như Ngài. Trở nên giống như Chúa -Đấng là Tình Yêu- không phải bằng cách tỉ mỉ giữ các nghi thức, lề luật, nhưng chủ yếu qua tấm lòng yêu thương chăm sóc, quảng đại hy sinh cho người lân cận.

**Mời Ban:** Anh thanh niên buồn rầu bỏ đi, còn Đức Giêsu buồn rầu nhìn theo bóng anh. Tình huống đáng buồn này sẽ còn tái



diễn mãi mỗi khi bạn yêu mình hơn yêu Chúa, yêu của cải hơn yêu con người, yêu hưởng thụ cho bản thân hơn yêu hy sinh cho người thân cận.

**Chia sẻ:** Theo bạn, đi theo Đức Giêsu để được sự sống đời đời nghĩa là gì?

**Sống Lời Chúa:** Với tôi, của cải không phải là sợi xích trói buộc mình trong cái tôi ích kỷ, nhưng là triều thiên giúp phát triển đặc tính yêu thương của người muốn có sự sống đời đời.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã hào hiệp cho đi, quảng đại phục vụ. Xin giúp chúng con biết sống theo mẫu gương ấy, đặc biệt trong việc sử dụng của cải cách xứng hợp theo Lời Chúa dạy. Amen.*