

*5 phút cho*  
**LỜI CHÚA**



**tháng 07/2011**

## NGHĨ NGÔI NƠI TRÁI TIM CHÚA

*“Tất cả những ai đang vất vả mang gánh nặng nề, hãy đến cùng tôi, tôi sẽ cho nghỉ ngơi bồi dưỡng.” (Mt 11,28)*

**Suy niệm:** Đã từ lâu, người ta vẫn dùng trái tim như là biểu tượng của tình yêu. Việc tôn sùng Thánh Tâm Chúa Giêsu, được Đức Piô IX đưa vào phụng vụ chính thức của toàn Giáo Hội năm 1856, và ngày 11/6/1899, Đức Lêô XIII đã dâng hiến loài người cho Thánh Tâm, càng diễn tả mạnh mẽ tình yêu của Thiên Chúa dành cho nhân loại qua con người Chúa Giêsu Kitô. Thật vậy, nơi trái tim bị đâm thấu với những giọt nước và máu cuối cùng chảy ra, Chúa Giêsu chứng thực rằng Ngài đã yêu nhân loại và Ngài yêu đến cùng; Ngài đã hiến thân chịu chết để cho nhân loại được sự sống đời đời, và trái tim Ngài là chỗ cho chúng ta dung thân trong những khi hoạn nạn mệt nhọc trên đường đời.

**Mời Ban** chiêm ngắm tình yêu của Đức Giêsu Kitô, Đáng chịu đâm thấu trái tim

trên thập giá để cảm nhận được tình Ngài yêu thương tất cả và từng người chúng ta. Và bạn cũng xin Ngài uốn nắn trái tim mình để ngày càng nên giống trái tim của Chúa để Ngài dùng trái tim bạn làm chốn nghỉ ngơi cho những ai đó đang lao nhọc, vất vả trong cuộc đời.

**Chia sẻ:** Một trái tim giống trái tim Chúa nghĩa là một tâm hồn đầy ấp những tâm tình của Chúa. Chia sẻ về một tâm tình mà bạn đã cảm nhận được nơi Thánh Tâm Chúa.

**Sống Lời Chúa:** Chia sẻ tình yêu trong Thánh Tâm Chúa cho anh chị em đang sống quanh bạn bằng hành động bác ái cụ thể trong cuộc sống mỗi ngày.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa xin ban cho con trái tim giống Chúa để con luôn tràn đầy tâm tình kính mến; xin ban cho con tâm tình như Chúa, để con yêu thương anh em như Chúa yêu con.*

## SUY NIỆM TRONG LÒNG

***Mẹ Người thì hằng ghi nhớ tất cả những điều ấy trong lòng. (Lc 2,51)***

**Suy niệm:** Nhiều lần Chúa Giêsu đã gián tiếp ca ngợi Mẹ: “Mẹ tôi và anh em tôi là những ai nghe Lời tôi và đem ra thực hành” (Mc 3,35; Lc 8,21) và “Phúc thay ai lắng nghe và tuân giữ Lời Chúa” (Lc 11,28). Các Phúc Âm đã thuật lại những biến cố trong cuộc đời của Người Con, nhất là những biến cố trong thời thơ ấu, đã đi vào cuộc đời của Mẹ và cho biết Mẹ “hằng ghi nhớ những kỷ niệm đó và suy đi nghĩ lại trong lòng” (Lc 2,19.51). Hẳn đối với Mẹ, Lời Chúa không chỉ được nghe tại các hội đường mà còn vang lên nơi các biến cố đời thường và nhất là nhập thể nơi Người Con duy nhất mà Mẹ được diễm phúc sinh ra. Mẹ đã thường xuyên “đọc” Lời Chúa và suy niệm trong lòng như thế nên những phản ứng của Mẹ luôn biểu lộ thái độ của một người có lòng tin sâu xa, thấm nhuần Lời Chúa.

**Mời Ban:** Mẹ Maria là người đã trải qua nhiều “đêm tối đức tin” hơn ai hết, nhưng nhờ Mẹ năng lắng nghe và suy niệm Lời Chúa nên Mẹ có sức mạnh nội tâm vượt qua tất cả. Làm sao Mẹ có thể tin nổi lời sứ thần Gabriel, làm sao Mẹ có thể can đảm đi theo Chúa trọn con đường Thập giá nếu Mẹ không nhận ra và tin vào Lời Chúa? Giờ đây Mẹ vẫn chuyển cầu và dẫn chúng ta đến với Chúa mỗi khi chúng ta gặp khó khăn thử thách: “*Người bảo gì thì hãy làm theo*” (Ga 2,3). Nhưng liệu tôi có nghe và làm theo không?

**Sống Lời Chúa:** Mỗi ngày chọn một câu Lời Chúa để suy đi gẫm lại như Mẹ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Mẹ Maria, Chúa Giêsu đã vâng phục Mẹ vì Mẹ đã thấm nhuần Lời Chúa. Xin giúp con biết để Lời Chúa hướng dẫn bước đường con đi trong suốt cuộc đời hành trần thế này.*

## BIẾT MẦU NHIỆM

***“Con xin ngợi khen Cha, vì Cha đã giấu không cho bậc khôn ngoan thông thái biết mầu nhiệm Nước Trời.”*** (Mt 11,25)

**Suy niệm:** Thông thường, để hiểu biết sự vật, người càng khôn ngoan thông thái càng hiểu biết cách sâu sắc hơn. Nhưng đó là để hiểu biết sự vật bình thường; còn đối với những vấn đề thuộc lãnh vực mầu nhiệm thì cần có cách hiểu biết riêng, bởi vì mầu nhiệm không phải là một đối tượng mà chúng ta có thể dùng phương pháp thông thường của trí tuệ là phân tích lý luận để hiểu biết được. Chúng ta chỉ có thể hiểu biết mầu nhiệm bằng cách *đón nhận* trong niềm tin. Biết mầu nhiệm không phải là làm cho mầu nhiệm hết ‘mầu nhiệm’ (không còn sâu thẳm nữa), mà đón nhận mầu nhiệm vì là ‘mầu nhiệm’. Phương pháp này người bình dân hay hàng thức giả đều có thể tiếp cận, thế nhưng đối với những người muốn ‘xử lý’ con người như những sự vật, muốn ‘mổ xẻ’ những “sự trên trời” (x. Ga

3,10-13) như những thứ phạm tục thì sự khôn ngoan thông thái lại trở thành rào cản khiến họ không thể hiểu được mầu nhiệm nữa.

**Mời Ban:** Không thể định nghĩa được tình yêu nhưng ai trong chúng ta cũng đều biết yêu và có khả năng yêu. Đối với mầu nhiệm cũng vậy, chúng ta *đón nhận* như một người đang yêu và được yêu, bởi vì mầu nhiệm mà Thiên Chúa mạc khải cho chúng ta là chính Ngài, Đấng là Tình Yêu. Đừng vì một chút *thông thái rởm* mà đánh mất khả năng nhận biết mầu nhiệm.

**Chia sẻ:** Một số người cho rằng càng học cao hiểu rộng người ta càng dễ xa Thiên Chúa. Bạn nghĩ sao?

**Sống Lời Chúa:** Dâng lên Chúa một lời nguyện tắt đơn sơ đầy tâm tình yêu mến.

**Câu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con nhận biết và yêu mến Chúa.*

## CON CẦN BÀN TAY CHÚA

*“Con gái tôi vừa mới chết, nhưng xin Ngài đến đặt tay lên cháu, là nó sẽ sống.”*  
(Mt 9,18b)

**Suy niệm:** Đôi bàn tay của ông trưởng hội đường Giaia đã chạm tới giới hạn không thể vượt qua, ông không thể cứu con mình thoát khỏi bàn tay thần chết. Nhưng dù ông đã bó tay, lòng tin của ông vẫn thôi thúc ông lên đường đi tìm đôi bàn tay khác có quyền năng thắng được quyền lực của thần chết; đó chính là đôi bàn tay của Chúa Giêsu: “Con gái tôi vừa mới chết, nhưng xin Ngài đến đặt tay lên cháu, là nó sẽ sống.” Chỉ đơn giản như vậy thôi. Chúa Giêsu hiểu được nỗi đau của người cha, Ngài đưa tay đỡ em chỗi dậy, ban lại sự sống cho em. Chúa Giêsu mạc khải cho chúng ta biết về Thiên Chúa Cha, Đấng ban sự sống, cứu chữa những gì đã hư mất, cất đi những nỗi thống khổ của con người.

**Mời Ban:** Bàn tay của Chúa là bàn tay ban sự sống từ cõi hư vô, ban lại sự sống từ cõi



chết. Chúng ta tuyên xưng Thiên Chúa là Đấng hằng sống và sáng tạo muôn loài, tất nhiên chúng ta cũng tôn trọng sự sống là công trình của bàn tay Chúa và sứ mạng của chúng ta là làm cho sự sống được phát triển. Mời bạn đặt bàn tay mình trong lòng bàn tay Chúa và chúng ta cùng nắm lấy tay nhau để bảo vệ và phát triển sự sống. Chung quanh bạn có những người đang cần tay bạn trao cho họ những cái thiết yếu để sống. Biết bao thai nhi đang van xin bàn tay người lớn đừng bị ô nhor mà huỷ diệt sự sống của các em.

**Sống Lời Chúa:** Hôm nay bạn hãy nghĩ về những giây phút mà Chúa Giêsu cầm lấy tay bạn, và hãy tạ ơn Ngài.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, con xin đôi bàn tay Chúa chỉ lối dẫn đưa, gìn giữ con trên mọi nẻo đường, và nâng con khỏi dây khời vũng bùn đen tối cuộc đời.*

## NỖI LÒNG MỤC TỬ

*Đức Giêsu thấy đám đông, người chạnh lòng thương, vì họ lầm than vất vưởng, như bầy chiên không người chăn dắt. (Mt 9,36)*

**Suy niệm:** E rằng có nhiều thiếu sót nơi người mẹ trong câu nói “con khóc mẹ mới cho bú”. Người mẹ trong thời gian nuôi con thơ cần phải chăm sóc con không chỉ như một vú nuôi, nghĩa là với mức cần thiết, mà còn hơn mức cần thiết, vì là người mẹ. Nhìn con, bà liền nhạy bén nhận biết nhu cầu của con theo linh tính của người mẹ, không chờ đợi con kêu gào. Phải chăng lúc con kêu khóc cũng là lúc người mẹ thấy mình thiếu sót bản phận?

Đức Giêsu khi nhìn đám đông, Ngài bén nhạy nhận ra nhu cầu của đoàn dân: nhu cầu lương thực, nhu cầu chữa bệnh, nhu cầu tái hội nhập cộng đồng, v.v. Hơn thế nữa, Ngài thấy cả nhu cầu mà chính họ không thấy, đó là nhu cầu được chăn dắt, được hướng dẫn, một nhu cầu cần thiết hơn mọi

nhu cầu khác.

**Mời Ban:** Bạn là ai vậy? Có thể là người phụ trách một cộng đoàn, một nhóm, một số người hay chỉ là một thành viên nhỏ bé, vô danh. Dù vậy, có bao giờ bạn quan tâm để thấy nhu cầu của từng người mà bạn có trách nhiệm không? Nhất là nhu cầu được hướng dẫn theo chân lý? Hãy nhớ rằng Chúa đang dùng con mắt và trái tim của bạn để nhìn thấy từng người sống quanh bạn.

**Chia sẻ:** Tại sao ta không thấy nhu cầu của người trong nhà, trong nhóm, dù ta thường xuyên gặp mặt họ hằng ngày?

**Sống Lời Chúa:** Bạn hãy tìm hiểu nhu cầu người bên cạnh và giúp họ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, con mắt con trở nên mù lòa vì trái tim con cần cõi, không thấy được nhu cầu của anh chị em con. Xin tạo cho con trái tim nhạy cảm để biết xót thương người bên cạnh.*

## CHỮA BỆNH LINH HỒN

*“Chúa Giê-su gọi mười hai môn đệ lại, ban cho các ông quyền trên các thần ô uế, để các ông trừ chúng và chữa hết các bệnh hoạn tật nguyền.” (Mt 10,1)*

**Suy niệm:** Sự thường khi cơ thể có vấn đề, ai cũng lo lắng và mau mắn tìm đến thầy thuốc để chữa bệnh. Nếu hiểu bệnh tật là những gì làm ảnh hưởng đến sức khoẻ thể xác lẫn tinh thần, thì tội lỗi cũng là thứ ‘vi-rút’ làm tác hại đến sức khoẻ linh hồn của con người. Nói cách khác tội lỗi cũng là bệnh, bệnh hiểm nghèo nữa là khác. Thế nhưng có nhiều người mang trong mình căn bệnh ‘tội lỗi’ mà lại ít khi lo lắng và mau mắn để chữa trị. Chúa Giêsu khi chữa lành bệnh tật thường nói thêm “Tội con đã được tha;” Ngài cho thấy bệnh tật phần xác như một dấu chỉ của tội lỗi là bệnh tật phần hồn. Khi giao cho các môn đệ quyền chữa lành bệnh hoạn tật nguyền, --sau khi phục sinh, Chúa còn nói rõ Ngài trao cho các ông quyền tha tội,-- Chúa Giêsu muốn giao cho

các ông sứ mạng tiêu diệt tận căn của bệnh tật tâm hồn là thứ ‘vi-rút’ tội lỗi.

**Mời Ban:** Bạn có nhận thức được tội lỗi len lỏi trong tâm hồn mình và mau mắn đến với Bí tích Giao Hoà như khi cơ thể bạn mang bệnh chưa, hay cũng chỉ đợi có dịp mới đến nhận lãnh? Hơn nữa bạn có nhận thức rằng sống và làm chứng cho những giá trị Tin Mừng là phương thuốc tăng lực ngăn ngừa nhiễm thứ ‘vi-rút’ tội lỗi không?

**Sống Lời Chúa:** năng lãnh nhận Bí tích Giao Hoà để tâm hồn được lành mạnh.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đã cho chúng con thấy những giá trị cao cả của Nước Trời. Xin đừng để chúng con xa lìa những giá trị ấy khi cứ sống trong tội lỗi, nhưng cho chúng con biết năng chạy đến với Bí tích Giao Hoà để tâm hồn được Chúa chữa lành. Amen.*

**SỨ MẠNG LOAN BÁO TIN MỪNG**

**“*Đọc đường hãy rao giảng...*” (Mt 10,7)**

**Suy niệm:** Nhiều bậc tôn sư như Đức Khổng, Đức Phật có thói quen dẫn môn sinh rảo khắp thôn làng thành thị giảng dạy giáo thuyết của mình. Chúa Giêsu cũng sai các môn đệ đi lưu động trong “*các thành hay làng mạc.*” Nhưng việc rao giảng thì không phải đợi đến một nơi nào, mà đã phải thực hiện ngay khi còn đi đường. Chính nội dung của lời rao giảng “*Nước Trời đã đến gần*” cho thấy tính cấp bách khẩn thiết của sứ mạng: không được có thái độ tự mãn hoặc thụ động ngồi chờ người ta đến nhưng trái lại phải nhanh nhẹn tích cực lên đường đến với tha nhân, trở thành sứ giả đem Tin Mừng bình an đến mọi nhà mọi người, ngay cả khi bị xua đuổi, từ chối.

**Mời Ban:** Có người nhận xét rằng Giáo Hội tại Việt Nam còn nhiều ơn gọi linh mục và tu sĩ; các chủng viện dòng tu vẫn đầy ắp chủng sinh, tu sĩ. Thế nhưng ơn gọi truyền giáo loan báo Tin Mừng cho lương dân thì

vẫn còn ít oi. Não trạng ngồi chờ vẫn còn tồn tại nếu không nói là thịnh hành nơi người tín hữu. Chúng ta nhìn lại bản thân, hay cộng đoàn của mình xem có khi nào chúng ta chủ động giới thiệu Tin Mừng cho lương dân, có tích cực tìm kiếm sáng kiến mới để rao giảng Lời Chúa cho hữu hiệu hay không.

**Chia sẻ:** Trong mỗi buổi họp, mỗi lần sinh hoạt, nhóm của bạn có đề ra một hoạt động cụ thể nào để loan báo Tin Mừng cho lương dân không?

**Sống Lời Chúa:** Trước mỗi việc làm, dù là việc đạo đức hay việc làm thường nhật, nhắc nhở mình làm việc theo **tinh thần** Phúc Âm và với **ý hướng** cầu nguyện cho một anh em lương dân.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa dạy chúng con hãy xin chủ mùa sai thợ ra gặt lúa. Xin hãy biến đổi chúng con nên thợ gặt trong cánh đồng truyền giáo.*

## CAN ĐẢM SỐNG “KHÁC”

***“Vì Danh Thầy, anh em sẽ bị mọi người thù ghét. Nhưng kẻ nào bền chí đến cùng, kẻ ấy sẽ được cứu thoát.”*** (Mt 10,22)

**Suy niệm:** Bị bách hại là số phận thường tình của người môn đệ. Trong thế gian luôn xảy ra cuộc chiến giữa sự thiện và sự ác. Cuộc chiến ấy ở ngay trong lòng ta, trong gia đình ta, trong môi trường ta đang sống và trên toàn thế giới. Sự ác chống lại sự thiện, bóng tối không chấp nhận ánh sáng. Là Kitô hữu nghĩa là thuộc về Chúa Kitô, nghĩa là khác với thế gian dù đang ở giữa thế gian. Vì thế khi lãnh nhận sứ mạng rao giảng Tin Mừng, người môn đệ chấp nhận bị bách hại: bị bắt bớ, đánh đòn, tù đày, chống đối, thù ghét... vì người Kitô hữu được kêu mời sống “khác”, như “con chiên giữa bầy sói”.

**Mời Ban:** Là con người, chúng ta cũng rất sợ phải tù đày, roi vọt, chống đối và thù ghét. Không ai điên để đưa cổ ra chịu chém vì một lý do lãnh xẹt. Nhưng nếu vì *Danh*



*Chúa Kitô* mà phải chịu bách hại thì dù có phải trả giá lớn mấy đi nữa, hạnh phúc đạt được lại còn lớn hơn bội phần. Bạn hãy luôn xác tín rằng: những thất bại và ngược đãi đó, là cơ hội để ta hiệp thông với cuộc khổ nạn của Chúa, nhờ đó đau khổ của người tông đồ sẽ trở nên hy lễ đem lại nhiều hoa trái.

**Sống Lời Chúa:** Để sẵn sàng sống “khác” theo Tin Mừng, luôn tâm niệm loại bỏ tính hưởng thụ ích kỷ, thay vào đó bằng tinh thần quan tâm, chia sẻ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, xin ban Thánh Thần xuống trên chúng con. Xin cho chúng con một tinh thần đơn sơ và khôn ngoan, một niềm tin sắt đá, một đức cậy vững vàng và một lòng mến sắt son, để chúng con được can đảm sống Tin Mừng và trung thành làm chứng cho Chúa. Amen.*

## ĐỪNG SỢ VÀ HÃY SỢ

*“Anh em đừng sợ những kẻ giết thân xác mà không giết được linh hồn. Đúng hơn, anh em hãy sợ Đấng có thể tiêu diệt cả hồn lẫn xác trong hỏa ngục.” (Mt 10,28)*

**Suy niệm:** Lời Chúa hôm nay dạy chúng ta “đừng sợ”: đừng sợ bị khinh khi, đừng sợ những bách hại, đừng sợ cái chết vì chính Ngài cũng trải qua những điều đó. Nhưng đồng thời Ngài cũng dạy chúng ta biết sợ: “Hãy sợ Đấng có thể tiêu diệt cả hồn lẫn xác trong hỏa ngục.” Các ki-tô hữu đầu tiên đã để lại cho chúng ta một niềm tin mẫu mực và tuyệt đối vào Đấng Phục Sinh: không sợ hãi trước những kỳ thị, bách hại và kẻ cả cái chết. Và bao thế hệ ki-tô hữu nối tiếp, trong đó có cả cha ông chúng ta cũng đã tin và để lại cho chúng ta những tấm gương can đảm của những người không sợ chết nhưng lại biết sợ tội lỗi là cái còn tệ hại hơn cả cái chết.

**Mời Ban:** Chúng ta lắng lo nhiều chuyện nhưng lắm khi chỉ là “lo bò trắng răng”: sợ

bệnh tật, đói khát, sợ tai nạn, thất nghiệp, sợ chết v.v... là những thứ “*giết được thân xác chứ không giết được linh hồn.*” Chính cuộc sống hưởng thụ ích kỷ, chiều theo đam mê, dục vọng mới là những điều đáng sợ. Bạn có đủ can đảm và vững tin vào Lời Chúa để vượt qua nỗi sợ hãi và cảm dỗ đó không?

**Chia sẻ:** Bạn thường sợ điều gì trong cuộc sống? Nỗi sợ đó có ảnh hưởng gì đến lòng tin của bạn không? Bạn vượt qua nó bằng cách nào?

**Sống Lời Chúa:** Khi lo lắng sợ hãi, bạn hãy nhớ Lời Chúa “*đừng sợ;*” khi cảm dỗ đến gần, bạn đừng quên Lời Ngài “*hãy sợ.*”

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin giúp con biết “đừng sợ” những người “chỉ giết được thân xác”, nhưng xin giúp con “biết sợ” tội để con luôn bước đi trong đường lối của Ngài.*

## THÚNG LÚA CUỐI CÙNG

**“Người gieo giống ra đi gieo giống.” (Mt 13,3)**

**Suy niệm:** Một người nông dân do dự trước thúng lúa duy nhất còn lại: Đem gieo vãi hay cất giữ để ăn từ từ mà nuôi sống gia đình? Cuối cùng, ông đã quyết định gieo vãi và kết quả là một mùa gặt bội thu. Thiên Chúa còn quả quyết hơn nhiều trong vụ mùa cứu độ của Ngài. Ngài có Người Con Một “*vốn là Thiên Chúa và đang ở nơi cung lòng Chúa Cha*” (Ga 1,18). Vậy trao ban Quý Tư cho nhân loại để cứu độ nhân loại hay giữ lại? Không hề đắn đo trước quyết định liều lĩnh này, mà vì tình yêu, Ngài sẵn sàng cho đi tất cả, cho đi cả Người Con duy nhất của mình (Ga 3,16). Và chính Người Con này đã trở nên như hạt giống chịu mục nát qua cái chết tủ nhục trên thánh giá để mang lại một mùa gặt bội thu. Mùa gặt đó đang trải rộng đến tất cả những ai biết chuẩn bị mảnh đất tâm hồn mình thật tốt, thật màu mỡ.

**Mời Bạn:** “*Không có tình thương nào cao cả hơn tình thương của người đã hy sinh tính mạng vì bạn hữu của mình*” (Ga 15,13). Thiên Chúa đã yêu chúng ta như thế. Bạn đã đáp lại bằng cách yêu Chúa hết lòng và sẵn sàng dần thân phục vụ tha nhân như Chúa không? Trong sứ mạng tông đồ, lắm khi bạn rất nhiệt thành và quảng đại, nhưng dường như không thu hoạch được gì. Bạn có tiếp tục gieo vãi không nè hà mảnh đất sỏi đá hay bạn “đổ lúa giống mà ăn”?

**Sống Lời Chúa:** Đừng để kết quả đôi khi không như mong đợi làm bạn chùn bước trong sứ mạng truyền giáo.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, vì yêu thương nhân loại, Chúa đã quảng đại trao ban Người Con yêu dấu của Ngài để cứu rỗi chúng con, xin cho chúng con nhận ra hồng ân cao quý đó và nỗ lực dần thân phục vụ mọi người. Amen.*

## VÌ PHẦN THƯỞNG MAI SAU

*“Ai cho một trong những kẻ bé nhỏ này uống dù chỉ là một chén nước lã mà thôi, vì kẻ ấy là môn đệ của Thầy, thì Thầy bảo thật anh em, người đó sẽ không mất phần thưởng đâu.” (Mt 10,42)*

**Suy niệm:** Dù chỉ cho một chén nước lã mà cũng được phần thưởng sao? Bạn có nhớ Nguyễn Du trong Truyện Kiều nhắc lại điển tích thời Hán Sở tranh hùng không: *“Nghìn vàng gọi chút lễ thường, mà lòng Phiêu mẩu mấy vàng cho cân”*? Xét về giá trị vật chất, chén cơm của bà thợ giặt biểu Hàn Tín đang cơn hoạn nạn chẳng đáng là gì. Thế nhưng, khi làm nên sự nghiệp, Hàn Tín đem nghìn vàng đến hậu tạ vẫn cảm thấy mình đền ơn chưa xứng. Chén nước lã cho người tông đồ xét về giá trị vật chất tưởng chừng là vô nghĩa. Nhưng phần thưởng của nó còn quý giá bội phần: quý là vì tấm lòng của người cho là tấm lòng yêu mến, và còn quý là vì đối tượng phục vụ là người môn đệ Chúa Ki-tô; mà phục vụ người Chúa sai đến

cũng chính là phục vụ Chúa Ki-tô vậy. Vậy, cho Đức Ki-tô dù chỉ một chén nước lã mà được trọng thưởng thì có gì là lạ đâu, bạn nhỉ?

**Mời Ban:** Đánh giá đúng mức tầm quan trọng của việc bác ái. Với bấy nhiêu việc bác ái làm ở đời này, bạn có biết bao cơ hội đem lại phần thưởng cho bạn ở đời sau. Đó cũng là cách bạn góp phần vào việc loan báo Tin Mừng đấy.

**Chia sẻ:** Suy nghĩ về quan điểm này: Làm việc bác ái không phải là đem vật chất để “dụ dỗ” người ta theo đạo, mà là để tỏ rõ gương mặt nhân hậu và tấm lòng thương xót của Đức Ki-tô cho nhân loại.

**Sống Lời Chúa:** Mỗi ngày bạn làm một nghĩa cử bác ái, nhất là cho người trong gia đình, hàng xóm của bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con biết làm chứng nhân Tin Mừng bằng đời sống bác ái, hiến thân, phục vụ.*

## BƯỚC KHỞI ĐẦU QUYẾT ĐỊNH

*“Khốn cho các người hỡi Bết-xai-đa! Vì nếu các phép lạ đã làm nơi các người mà được làm tại Tia và Xi-đôn, thì họ đã mặc áo vải thô, rắc tro lên đầu tỏ lòng sám hối.” (Mt 11,21)*

**Suy niệm:** Sám hối tuy là một tiến trình, nhưng nó cần có một khởi điểm. Khởi điểm này là lời đáp trả ban đầu đối với tiếng gọi của Thiên Chúa, một đáp trả dứt khoát chứ không chần chừ, quyết liệt chứ không hứa hẹn. Ngay từ bước khởi đầu, hối nhân để cho ân sủng Chúa thấm vào tâm hồn bị thương tích của mình và chấp nhận chỗi dậy bước đi trong tiến trình chữa lành. Sẽ không có một tiến trình trở về với Chúa, nếu không có bước khởi đầu này. Bước khởi đầu này dù chỉ là một dấu chấm, nhưng là một dấu chấm quan trọng, không thể thiếu, để khởi dẫn cho nhiều dấu chấm khác, làm thành một đường thẳng tắp hướng về trời. Dân thành Tia và Xi-đôn nhanh chóng khởi đầu hành trình sám hối



của họ sau khi nghe Lời Chúa, không tính toán, do dự. Đối với họ, hạnh phúc bắt đầu từ bước khởi đầu đó.

**Mời Ban:** Đã quá nhiều cơ hội bạn được đón nghe Lời Chúa và được mời gọi thực hiện bước khởi đầu quyết định để trở về với Chúa. Phải chăng bạn cứ lẩn lữa mãi?

**Chia sẻ:** Những lần bạn hứa hẹn trở về với Chúa có hiệu quả gì trong cuộc sám hối của bạn trước lời mời gọi của Chúa?

**Sống Lời Chúa:** Chọn một tội xấu hay một tội trọng và quyết tâm từ bỏ ngay.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa đã nhào nặn nên con người con từ bụi đất và biết rõ con từ đất bụi. Xin đừng để con cứ ngạc nhiên mãi khi thấy con người con dính bụi đời, vương mùi tục lụy, nhưng xin cho con biết dùng ơn Chúa để trở lại ngay với Chúa như dân thành Tia và Xi-đôn xưa.*

## ĐƯỜNG VỀ QUÊ TRÒI

*“Cha tôi đã giao phó mọi sự cho tôi. Và không ai biết rõ người Con, trừ Chúa Cha; cũng như không ai biết rõ Chúa Cha, trừ người Con và kẻ mà người Con muốn mặc khải cho.” (Mt 11,27)*

**Suy niệm:** Tìm hiểu về một nhân vật nào đó, người ta tìm kiếm những thông tin, những sách vở liên quan đến người đó. Đọc sách người đó viết ra và nghe những ai đã từng sống với người đó kể về người đó thì ta càng biết rõ hơn. Những điều này luôn đáng tin và có giá trị hơn những sách vở khác. Cũng vậy, *“không ai đã lên trời ngoại trừ Chúa Con, Đấng từ trời xuống”* (Ga 3,13). Vì thế nghe Chúa Con mặc khải về Chúa Cha và về mầu nhiệm Nước Trời thì chính xác và đáng tin hơn bất cứ lý luận nào khác.

**Mời Ban:** Muốn đến một nơi mà mình chưa hề biết, điều đầu tiên phải làm là tìm hiểu, hỏi đường đi đến nơi đó. Nếu may mắn được người biết rõ về nơi đó bày

đường, chỉ lối, đưa đi thì quá tuyệt. Nào có ai biết rõ đường đi về Trời hơn Đấng đã từ nơi đó đến trong thế gian. Vì thế, bạn còn chần chờ gì nữa mà không chạy đến với Ngài để hỏi đường và cùng đi với Ngài về quê Trời?

**Chia sẻ:** Đường về Trời có nhiều chông gai. Mỗi lần gặp phải khó khăn, bạn tìm phương cách nào để giải quyết? Chúa Giêsu có phải là ưu tiên chọn lựa của bạn không?

**Sống Lời Chúa:** Chúa mạc khải Nước Trời cho những người bé mọn, do đó, chúng ta cần trở nên bé nhỏ để được đón nhận mạc khải của Ngài.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, chỉ nơi Chúa con mới tìm được đường về quê Trời. Con xin phó thác mọi sự trong tay Chúa để Ngài dẫn dắt từng bước về quê Trời, nơi Chúa ngự trị cùng với Chúa Cha và Chúa Thánh Thần muôn đời.*

## HỌC CÙNG GIÊSU

**“Hãy học cùng Ta.” (Mt 11,29a)**

**Suy niệm:** Từ bé đến lớn, trên ghế nhà trường, chúng ta học được rất nhiều kiến thức. Rồi trong cuộc sống, kho kiến thức của chúng ta lại càng phong phú hơn, những kiến thức từ nhân văn đến khoa học tự nhiên: lịch sử, địa lý, toán học, thiên văn... Tuy nhiên, những kiến thức đó, tự bản thân chúng, đã trở thành những chữ số lạnh lùng vô cảm, nằm bên ngoài con người. Trái lại, chúng ta được mời gọi học với một vị Thầy tuyệt vời, vượt xa các thầy dạy trần gian về mọi mặt. Đó là Thầy Giêsu. Những gì Ngài dạy là chính con người của Ngài, là bản thể của một Ngôi Vị trong Ba Ngôi Thiên Chúa, một Thiên Chúa Hằng Sống. “*Học cùng Giêsu*” không chỉ là việc tiếp thụ một kiến thức, mà còn là lời mời gọi gắn bó trọn con người và cuộc sống của mình với con người và cuộc sống của Đức Kitô. *Học cùng Chúa* để từ nay “*tôi sống, nhưng không còn là tôi, mà là Đức*

*Kitô sống trong tôi” (Gl 2,20); học cùng Chúa để trở thành một Chúa Kitô ở giữa trần gian.*

**Mời Bạn:** *Học cùng Chúa để thấy và yêu Chúa nơi con người. Mỗi ngày chúng ta đã ít nhiều học được những điều hay, điều tốt từ cuộc sống, từ người thân và bạn bè chung quanh. Những điều tốt đó phản ảnh phần nào hình ảnh của Chúa Giêsu. Hãy chân thành tìm kiếm và khám phá, bạn sẽ gặp được chính Chúa ngay trong cuộc sống mình.*

**Chia sẻ:** *Bạn làm gì để kiến thức của bạn trở nên phương thế để yêu mến Chúa và phục vụ tha nhân?*

**Sống Lời Chúa:** *Tìm một đức tính tốt nơi người sống gần bạn nhất và tập luyện trong ngày hôm nay.*

**Câu nguyện:** *Giêsu ơi, xin cho con biết học nơi Chúa là Thầy dạy duy nhất của con, để con được nên giống Chúa. Amen.*

## CHÚA MUỐN TÌNH YÊU

***“Ta muốn tình yêu chứ đâu cần lễ tế....  
Con Người là chủ ngày sa-bát.”*** (Mt 12,7)

**Suy niệm:** Ngày sa-bat vốn mang tính nhân đạo vì là ngày mọi người, kể cả nô lệ, được nghỉ ngơi dưỡng sức. Đó cũng là thời gian để cầu nguyện, nghe đọc Lời Chúa hầu tăng thêm lòng mến Chúa. Về việc giữ ngày hưu lễ, người Pharisiêu quá đặt nặng vào chuyện kiêng việc xác, đến nỗi cấm cả động tác bứt lúa vì họ coi đó là việc gặt lúa. Trong khi đó, Chúa Giêsu đề cao bốn phận thực thi bác ái, nghỉ việc nhưng không nghỉ yêu thương cho những ai đang cần đến cứu chữa. Chính vì thế bất chấp sự phản kháng của người Pharisiêu, Chúa Giêsu chữa bệnh trong ngày sa-bat. Ngài trích lời tiên tri Hô-sê: Ta muốn lòng nhân từ chứ không cần lễ tế.

**Mời Ban:** Đôi khi ngược lại, chúng ta muốn “lễ tế” chứ không cần tình yêu! Đó là lối giữ đạo vụ hình thức, đi lễ chiếu lệ không nhằm thể hiện lòng mến Chúa. “Lễ

té không tình yêu” không phải là lễ dâng cho Thiên Chúa.

**Chia sẻ:** Trong giáo xứ chúng ta, còn có những biện pháp, hay kỷ luật nào (về ma chay, đình đám, cưới xin, giáo lý...) xem ra quá khắt khe, không cho thấy đạo Chúa là đạo tình yêu?

**Sống Lời Chúa:** Tôi làm một hai việc bác ái để thánh hóa ngày chủ nhật.

**Cầu nguyện:** *“Lạy Chúa là Thiên Chúa của con, có những ngày mà yêu mến người khác làm cho tim con đau nhói, vì nỗi sợ hãi, nỗi khổ đau và những giới hạn bản thân con. Lạy Chúa là Thiên Chúa của con, trong những ngày khó khăn đó, xin nhắc con nhớ rằng: tất cả chúng con đều là con cái Chúa và đừng để con quên lời Chúa nói: Điều gì chúng con làm cho người bé nhất là làm cho chính Ta.” (Thắp Sáng Niềm Tin, tr. 104-105).*

## NGƯỜI LÀ AI?

*“... cho đến khi Người đưa công lý đến toàn thắng, và muôn dân đặt niềm hy vọng nơi danh Người.” (Mt 6,9)*

**Suy niệm:** *Người là ai*, mà “nhóm Pha-ri-sêu bàn bạc tìm cách giết”? *Người là ai*, mà “dân chúng theo đông đảo” và được chữa lành? *Người là ai*, mà ngôn sứ Isaia đã báo trước với hình ảnh Người Tôi Trung của Thiên Chúa, được Thiên Chúa yêu thương và rất mực hài lòng? Thưa, Người là Đức Giêsu Kitô, Con Thiên Chúa, Đấng thực thi sứ mạng cứu thế qua hình ảnh Người Tôi Trung khiêm tốn, hiền hòa: “không cãi vã, không kêu to” và đầy lòng nhân hậu: “cây lau bị giập, Người không đành bẻ gãy, tim đèn leo lét, chẳng nỗ tắt đi.” “Cho đến khi Người đưa công lý đến toàn thắng và muôn dân đặt niềm hy vọng nơi danh Người.”

**Mời Ban:** Dù chứng kiến những việc tốt lành Chúa Giêsu thực hiện, các nhà lãnh đạo tôn giáo thời đó vẫn cứng lòng vì thói



nệ luật. Họ đóng kín con tim, nên ánh sáng của tình thương và ơn cứu độ không thể chiếu dọi vào cõi lòng họ. Hơn nữa, nó còn trở nên chướng ngại vật ngăn cản họ đến với Chúa Giêsu, vị sứ giả loan báo ơn cứu độ và niềm cậy trông. Phần bạn, bạn đã có thái độ thế nào trước vị sứ giả của Thiên Chúa?

**Sống Lời Chúa:** Khiêm tốn cầu xin với Chúa Kitô để nhận biết sứ điệp đích thực của Tin Mừng, mở rộng lòng đón nhận và nỗ lực thi hành.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, xin giúp chúng con can đảm chiến đấu cho công bằng và hòa bình, biết đối thoại trong tinh thần hiền hòa và kính trọng người khác theo gương Chúa. Cùng với Chúa, chúng con sẽ góp phần làm cho muôn dân nhận biết và đặt niềm hy vọng vào Danh Chúa. Amen.*

## THIÊN CHÚA KIÊN NHẪN

***“Cứ để cả hai cùng lớn lên cho tới mùa gặt.” (Mt 13,30)***

**Suy niệm:** Tin Mừng hôm nay cho ta thấy Thiên Chúa là Đấng kiên nhẫn, không vội loại trừ cỏ ra khỏi lúa, dù cỏ có thể làm hại lúa. Thiên Chúa không chủ trương loại trừ, bất khoan dung vì Ngài là *“Đấng chậm bất bình và rất giàu ơn cứu độ.”* Phần con người thì nôn nóng, muốn trắng đen phân minh ngay ở đời này. Có một sự khác biệt quá xa vời giữa Thiên Chúa và con người không chỉ ở bình diện phẩm tính mà cả trong cách ứng xử với muôn loài Ngài đã dựng nên. Người vẫn làm mưa trên đất kẻ lành cũng như đất kẻ dữ.

**Mời Ban:** Lòng bao dung của Chúa khiến lắm người khó chịu, thậm chí có kẻ còn phản nộ với Ngài. Thế nhưng không làm thế thì Thiên Chúa đâu có hơn gì con người! Và lại thời gian là liều thuốc tốt nhất để làm lại cuộc đời, không ai sinh ra là hoàn thiện ngay. Mọi người cần có thời giờ

để có thể xây dựng cuộc đời trong tương quan tốt đẹp với Thiên Chúa và với nhau.

**Chia sẻ:** Bạn đang chịu đựng, đang sống với thứ “cổ lòng” nào? Phải chăng là sự chua ngoa, danh đá của một người trong gia đình? lòng ghen ghét của người hàng xóm? sự trù dập trong công việc làm ăn?

**Sống Lời Chúa:** Bạn hãy cầu nguyện cho những “cổ lòng” trên đây và cũng hãy tập khoan dung, kiên nhẫn với họ, như Chúa đã cư xử khoan dung với bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Ngài đã đón nhận những trái tính trái nết của từng đứa con mà Ngài dựng nên. Tình thương đâu cho phép Chúa đi ngược lại lòng thương xót Ngài vẫn có từ thuở ban đầu. Xin cho con học thuộc bài học này, nhất là những người bị coi là “cổ lòng” trong cộng đoàn của con. Amen.*

## DẤU LẠ CHÍNH LÀ CHÚA GIÊSU

*“Thưa Thầy, chúng tôi muốn thấy Thầy làm một dấu lạ.” (Mt 12,38)*

**Suy niệm:** Hạnh các thánh thuật lại câu chuyện sau đây: một vị thánh đang chầu Thánh Thể, bỗng có người báo tin ở ngoài đang xảy ra một phép lạ và người ta kéo tới xem đông lắm. Ngài trả lời ở đây cũng đang diễn ra một phép lạ trong nhà chầu, nơi bí tích Thánh Thể và ngài đang chiêm ngắm. Con người chúng ta vốn có tính hiếu kỳ: Nghe nơi đâu có chuyện kỳ lạ, thì lập tức đổ xô tìm đến. Do đó, dễ có nguy cơ coi phụ là chính, thấy giả tưởng thật. Trong khi đó, Chúa Giêsu lại có vẻ không chuộng đánh bóng mình qua những phép lạ huy hoàng, hoành tráng. Cụ thể, khi làm phép lạ biến nước thành rượu, hóa bánh ra nhiều, Chúa cũng làm như một việc bình thường, tự nhiên đến mức không ngờ! Thậm chí dấu lạ lớn nhất là ban ơn cứu độ cho nhân loại vậy mà Chúa cũng khởi đầu rất bằng cách sinh ra như một bé thơ và chịu chết như

một tử tội. Dầu lạ đích thực chính là Chúa Giêsu, Đấng đã sinh ra làm người và đã chết, đã sống lại vì yêu thương ta.

**Mời Ban:** Trong cuộc sống hằng ngày, Chúa đang hiện diện trong Lời của Ngài, trong tấm bánh được bẻ ra trong Thánh Thể, bạn có ý thức sự hiện diện đó chưa?

**Chia sẻ:** Sự hiện diện nhưng có vẻ như vắng bóng của Chúa có làm cho đức tin của bạn bị suy yếu không?

**Sống Lời Chúa:** Tôi sẽ ghi nhớ Chúa đang hiện diện ở khắp mọi nơi, đặc biệt nơi những người nghèo khổ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, Chúa chính là dầu lạ lớn nhất của tình yêu Thiên Chúa dành cho loài người. Xin cho chúng con đừng chạy theo dầu lạ hảo huyền, nhưng vững tin vào chính Chúa mà thôi. Amen.*

## LÀ MẸ VÀ ANH EM CỦA CHÚA

**“*Vì phàm ai thi hành ý muốn của Cha tôi, Đấng ngự trên trời, người ấy là anh chị em tôi, là mẹ tôi.*” (Mt 12,50)**

**Suy niệm:** Người ta là anh chị em của nhau vì họ được sinh ra bởi cùng một cha mẹ. Sự thân tình và gắn bó do huyết nhục là một kinh nghiệm vừa thâm sâu vừa phổ quát. Đức Giêsu muốn vận dụng kinh nghiệm nhân loại này để giới thiệu một gia đình khác: đại gia đình con cái Thiên Chúa. Không ai trong chúng ta có liên hệ huyết nhục nhân loại với Đức Giêsu; nhưng mỗi người chúng ta sẽ ở trong mối gắn bó *còn hơn ruột thịt nữa* với Người và với nhau - nếu chúng ta thi hành ý muốn của Cha trên trời (Mt 12,50). Bất cứ người tín hữu nào, nếu trung thành thực thi những điều Chúa dạy, thì đều là anh em chị em của Chúa Giêsu. Vâng, tiêu chuẩn duy nhất ở đây là *“thi hành ý muốn của Thiên Chúa”* chứ không phải là bất cứ gì khác (không phải là trình độ văn hóa, không phải là bậc sống,

nghề nghiệp... càng không phải là chức tước trong Giáo Hội). Hơn thế nữa, ngay cả những người chưa được mang danh nghĩa là Ki-tô hữu vì chưa được nghe biết Tin Mừng Đức Giê-su Ki-tô, nhưng sống ngay chính, tốt lành theo tiếng lương tâm của mình, cũng được kể là đang “*thi hành ý muốn của Thiên Chúa*” và - do đó - họ vẫn đang là anh em chị em thực sự của Chúa Giêsu.

**Mời Ban:** Tôi có đang là anh em/chị em của Đức Giêsu không? Các chọn lựa của tôi có thực sự dựa trên tiêu chuẩn là thánh ý Thiên Chúa không? Tôi có tích cực học biết cách nhận định để tìm thánh ý Thiên Chúa không?

**Sống Lời Chúa:** Hôm nay bạn làm *một việc cụ thể* để từ bỏ ý riêng mình và chọn đứng về phía ý Chúa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Cha, xin cho ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời.*

## ĐÁP LẠI LÒNG QUẢNG ĐẠI CỦA THIÊN CHÚA

*“Có những hạt rơi trên đất tốt, nên sinh hoa kết quả: hạt được gấp trăm, hạt được sáu chục, hạt được ba chục.” (Mt 13,8)*

**Suy niệm:** Dụ ngôn người gieo giống diễn tả cho ta thấy phần nào lòng quảng đại, tính rộng rãi của Thiên Chúa trong việc thi ân giáng phúc cho con người. Thiên Chúa vô cùng quảng đại trong việc rộng tay ban phát ân huệ “hạt giống-Lời Chúa” cho con người, mặc dầu Ngài quá biết chúng ta sẽ lãng phí những ân huệ ấy. Thiên Chúa làm vậy chỉ nhằm một mục đích duy nhất là cho chúng ta nhận ra tình yêu của Ngài, hiểu biết Ngài và đem Ngài giới thiệu với anh em đồng loại. Nhiều người ngày nay vẫn đứng bên lề Tin Mừng của Nước Trời vì lỗi của các người con cái Chúa, khi chúng ta không đáp trả xứng đáng tình yêu của Thiên Chúa qua việc siêng năng học hỏi Lời Chúa, chăm chú suy niệm và quảng đại áp



dụng trong cuộc sống thường ngày.

**Mời Ban:** Chỉ cần vài hạt giống rơi vào đất tốt là đủ bù đắp cho những hạt giống rơi vào vệ đường, đá sỏi, bụi gai. Vì thế, dù bao thất bại trong việc sống đạo, bạn vẫn tiếp tục trở nên thửa đất tốt cho Lời Chúa qua việc ham học và đọc Lời Chúa, hiểu được và vâng theo.

**Chia sẻ:** Tìm mọi cách kiếm cho được nhiều tiền, mãi mê mua sắm và hưởng thụ, có phải là bụi gai bóp nghẹt hạt giống Lời Chúa ngày hôm nay không?

**Sống Lời Chúa:** Tôi sẽ cố gắng sống quảng đại yêu thương với mọi người.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Lời Chúa là ngọn đèn soi cho con bước, là ánh sáng chỉ đường con đi. Xin Chúa dạy chúng con biết siêng năng đọc, nghe, hiểu và sống Lời Chúa để muôn người nhận biết tình yêu thương quảng đại của Chúa.*

## NHÌN VÀ THẤY, NGHE VÀ HIỂU

***“Phúc cho mắt các con vì được thấy, phúc cho tai các con vì được nghe.”*** (Mt 13,16)

**Suy niệm:** Nhìn không luôn đi đôi với thấy. Nhiều khi chúng ta cố nhìn mà cũng chỉ thấy được rất ít. Lại cũng có lúc đã hết sức, dùng hết máy móc tân kỳ hiện đại mà vẫn không thấy gì, hoặc vẫn cứ sai. Đó chỉ mới là những chuyện đời này, “sờ sờ trước mắt.” Những sự thuộc về mầu nhiệm Đạo Chúa, thì càng khó biết bao, và cần phải có một con mắt khác. Chúng ta hay dùng đến hình ảnh “con mắt đức tin,” “thần trí của tâm hồn.” Con mắt và thần trí này chỉ bởi ơn Chúa ban mà thôi. Xin được kể ra vài ví dụ. Trong cuộc khổ nạn, chỉ có người đại đội trưởng Rôma thấy người tử tội Giêsu trên thập giá là *“người công chính,”* và *“Quả thật người này là Con Thiên Chúa.”* Khi châu Thánh Thể, chúng ta hát: *“Ta hãy lấy đức tin bù lại, nếu giác quan không cảm thấy sự gì.”* Ai có được đôi mắt này mới thật là có phúc. Đúng như Lời Chúa dạy

hôm nay: “*Mắt anh em thật có phúc, vì được thấy, tai anh em thật có phúc, vì được nghe.*”

**Mời Ban:** Trong tương quan với tha nhân, bạn có cho rằng bạn đã rõ hết mọi sự, “đi guốc trong bụng” họ như Chúa thấy, nơi tâm hồn họ không?

**Chia sẻ:** Khi lòng người đã bị chai đá, bịt tai nhắm mắt, tại sao Chúa lại còn dùng dụ ngôn để mọi sự khó thêm ra? Bạn hiểu lời này thế nào?

**Sống Lời Chúa:** Tập nhìn mọi sự kiện, biến cố xảy ra với con mắt đức tin.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa đã cho chúng con ơn trọng đại là biết nhìn mọi sự với con mắt đức tin. Xin cho con không ngừng luyện tập cái nhìn này để biết Chúa hơn, biết anh chị em con hơn, và ngày càng khám phá ra những điều cao trọng trong cuộc sống này. Amen.*

## TÔI ĐÃ THẤY CHÚA

***Bà Maria Mácđala đi báo cho các môn đệ:  
“Tôi đã thấy Chúa.” (Ga 20,18)***

**Suy niệm:** Cung cách hành xử của bà Maria Mácđala trong bài Tin Mừng hôm nay cho ta thấy thế nào là một tình yêu đích thật. Ra mộ từ sáng sớm: *một tình yêu nồng cháy*, nóng lòng được gặp người mình yêu mến. Khi thấy ngôi mộ trống, chạy tìm hai môn đệ: *một tình yêu sáng kiến*, tìm mọi phương thế, “vái tứ phương” để đạt mục tiêu cho bằng được. Trong lúc môn đệ rời ngôi mộ về nhà, bà vẫn nấn ná ở lại và chăm chăm nhìn vào trong mộ: *một tình yêu kiên nhẫn*, không buông xuôi thất vọng. Cầu cứu với người làm vườn để xin chỉ nơi để xác Ngài, do không nhận ra đó chính là Đức Kitô phục sinh: *một tình yêu khiêm tốn*, nhìn nhận giới hạn của mình. Cuối cùng, bà gặp các tông đồ, nói cho họ biết: “*Tôi đã thấy Chúa*”: *một tình yêu siêu nhiên*, chỉ có ai thật sự yêu mến Chúa mới hăng hái nói cho người khác biết: “*Tôi đã*

*thấy Chúa.”*

**Mời Ban:** Từ một người bị bảy quỷ ám, bà Maria Mácđala đã hoàn toàn lột xác nhờ được gặp gỡ Chúa Kitô. Tình yêu trọn vẹn dành cho Ngài khiến bà trở thành người đầu tiên được diễm phúc gặp gỡ Đức Kitô phục sinh. Bạn hãy minh chứng mình thật sự yêu mến Đức Giêsu qua việc hằng ngày nói được với người chung quanh: *“Tôi đã thấy Chúa.”*

**Sống Lời Chúa:** Dành vài phút xét xem bạn đã thật sự yêu mến Chúa Giêsu chưa, đặc biệt qua thái độ dạn dĩ nói được với người lân cận: *“Tôi đã thấy Chúa.”*

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, chúng con cảm phục tình yêu thương trọn vẹn, tuyệt vời thánh Maria Mácđala dành cho Chúa. Xin cho chúng con biết noi gương thánh nữ, luôn đặt trọn con tim chúng con nơi trái tim Chúa. Amen.*

## ĐỪNG TƯỜNG LÂM MÀ CHẾT

*“Cứ để cả hai cùng lớn lên cho tới mùa gặt.” (Mt 13,30)*

**Suy niệm:** Có một sự im lặng đáng sợ trong đời sống mà ít khi người ta cảm nhận được. Đó là sự im lặng của cái ác đang ở bên cạnh, lẩn át cái thiện. Có lúc Thiên Chúa dường như im lặng trước điều ác, và những người làm điều ác cứ ung dung nghĩ rằng “Ta làm thế có sao đâu?” Một người đi bên đường thấy đám lúa non xen lẫn với cỏ, người đó sẽ phê phán bác nông dân lười làm cỏ, để hại lúa, và kết quả sẽ chẳng ra gì. Lắm lúc hết chịu đựng nổi những người xấu bên cạnh, ta cũng than trách Thiên Chúa, sao cứ để sự ác mãi thắng thế trong thế giới này!

**Mời Ban:** Đừng lằm mà chết! Vì Thiên Chúa có giờ của Ngài, và giờ ấy đến như kẻ trộm. Ai làm ác sẽ trở tay không kịp. Hãy phá vỡ sự im lặng đáng sợ này bằng niềm xác tín: sự ác có thể song hành với sự thiện, nhưng kết quả không bao giờ giống nhau.

Vì thế, ta không được đầu hàng, chiều theo sự ác khi thấy người làm điều ác vẫn phây phây trước mắt chúng ta!

**Chia sẻ:** Trong cuộc sống vàng thau lẫn lộn này, không ai muốn chọn thau mà bỏ vàng, nhưng thau thì nhiều mà vàng thì ít, lấy đâu vàng làm phần cho bạn? Cái cám dỗ bất lực ấy cùng với số đông là thau, khiến bạn có bao giờ bỏ cuộc tìm vàng chưa?

**Sống Lời Chúa:** Tôi xác tín rằng Thiên Chúa giàu lòng thương xót, Người làm mưa trên kẻ lành người dữ, nhưng Người cũng công bình rất mực, sẽ trả công cho ai nấy xứng việc họ làm.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin ban cho con nghị lực để con có can đảm sống hết mình cho những gì là chân thực, vì chỉ có sự thật mới giải phóng con người khỏi lầm lạc mà thôi. Amen.*

## VUI MỪNG BÁN TẤT CẢ

*“Nước Trời giống như chuyện kho báu giấu trong ruộng. Có người kia gặp được thì liền chôn giấu, rồi vui mừng đi bán tất cả những gì mình có mà mua thửa ruộng ấy.” (Mt 13,44)*

**Suy niệm:** Người thương gia này thật khôn ngoan vì biết “làm ăn.” Anh muốn sở hữu thửa ruộng mà anh khám phá có kho báu trong đó. Bởi vậy, anh **vui mừng đi bán tất cả những gì anh có** để mua cho bằng được thửa ruộng ấy. Anh vui mừng vì thấy trước kho báu sẽ thuộc về mình. Thật ra, những gì anh có trước đây cũng quý giá và đã từng gắn bó với anh, nhưng chúng chẳng đáng giá gì nếu so với kho báu. Vì thế, anh mạnh dạn bán tất cả những gì anh có vì biết chọn lựa và biết thẩm định giá trị của kho báu ấy. Đánh đổi những gì ít giá trị để lấy cái giá trị hơn quả là một hành động khôn ngoan. Nhờ biết chọn lựa, dám hy sinh tất cả những gì mình có, anh lãi được cả một kho báu!

**Mời Ban:** Kho báu được ám chỉ ở đây



chính là **Nước Trời**. Tiền tài, danh vọng và tất cả mọi sự ở thế gian này cộng lại cũng không thể so sánh với Nước Trời. Trước một Nước Trời vô cùng quý giá như vậy, ai muốn chiếm hữu hay muốn vào phải có lòng ước ao, dứt khoát triệt để, dám đánh đổi tất cả. Nước Trời là đối tượng trên hết mọi người cần kiếm tìm và phải can đảm **bán hết những gì mình có** mỗi khi đã nhận ra giá trị vô song của nó.

**Sống Lời Chúa:** Luôn tâm niệm rằng quê hương đích thật mà Chúa Giêsu đã ưu ái dọn sẵn cho mình là Nước Trời.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, “Nước Trời phải đương đầu với sức mạnh, ai mạnh sức thì mới chiếm được.” Xin ban cho chúng con lòng can đảm và dứt khoát chiếm cho được Nước Trời, là kho báu vô tận Chúa chuẩn bị cho chúng con.*

## LÃNH ĐẠO BẰNG CÁCH PHỤC VỤ

*“Con Người đến không phải để được người ta phục vụ, nhưng là để phục vụ và hiến dâng mạng sống.” (Mt 20,28)*

**Suy niệm:** Chúa Giêsu giới thiệu Ngài là mẫu gương phục vụ cho các Tông Đồ và cho tất cả những ai theo Chúa. Các Tông Đồ là những người Chúa chọn đặt coi sóc các tín hữu. Vậy, khi kêu gọi các Tông Đồ theo gương phục vụ của Ngài, Chúa Giêsu chỉ dẫn cho các Tông Đồ cách thế lãnh đạo mới là phục vụ. Chúa Giêsu phục vụ bằng cách lo cho đời sống của đám đông dân chúng, ban bánh cho họ ăn. Ngài phục vụ bằng cách mang lấy số phận của những người được giao cho Ngài, thốt lên lời cầu xin cho những người theo Ngài còn ở trần gian. Ngài phục vụ bằng cách bênh vực cho đám đông, xin tha thứ cho họ, vì họ không biết việc họ làm. Ngài phục vụ hăng say qua việc giảng giải Tin Mừng cho họ và dám chấp nhận phục vụ đến cùng qua cái chết trên thập giá. Chúa Giêsu đã lãnh đạo

bằng cách phục vụ như thế.

**Mời Ban:** Bạn được Chúa giao cho coi sóc một số người hay đảm trách những công việc trong nhóm hay trong xứ đạo, hoặc một mái ấm gia đình. Từ trước đến nay, bạn đã lãnh đạo bằng cách nào? Bằng cách kêu cãng thống trị hay phục vụ trong khiêm tốn? Hưởng thụ cách ích kỷ hay quảng đại hiến thân?

**Chia sẻ:** Tại sao phải lãnh đạo bằng cách phục vụ? Việc phục vụ có làm mất uy thế của người lãnh đạo không?

**Sống Lời Chúa:** Khi vào việc, bạn ý thức phải xắn tay áo như một đòi hỏi trước hết của người lãnh đạo.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, xin thúc đẩy con biết phục vụ mà không tìm an nghỉ. Xin cũng cho con nhận biết rằng khi con xả thân là lúc con làm chủ đời mình và đang tự do hiến dâng cho Chúa đời con. Amen.*

## NOI GƯƠNG KIÊN NHẪN CỦA THIÊN CHÚA

*“Kẻ gieo hạt giống tốt là Con Người. Ruộng là thế gian. Hạt giống tốt, đó là con cái Nước Trời. Cỏ lùng là con cái ác thần. Kẻ thù đã gieo cỏ lùng là quỷ dữ. Mùa gặt là ngày tận thế. Thợ gặt là các thiên sứ...”*  
(Mt 13,37-39)

**Suy niệm:** Thái độ kiên nhẫn của Thiên Chúa thể hiện qua dụ ngôn cỏ lùng là một bằng chứng tình yêu cao vời của Thiên Chúa, Đấng giàu lòng nhân từ, *“chậm bất bình và hết sức khoan dung”*. Thiên Chúa kiên nhẫn chờ đợi con người hoán cải, đến ngày cuối cùng mới ra tay phán xét để tách biệt người lành ra khỏi kẻ dữ. Trong khi đó, phải chăng vì kiếp người quá vắn vỏi, con người không có đủ kiên nhẫn với nhau, luôn tìm cách bới ra khuyết điểm của nhau để loại trừ nhau, tiêu diệt nhau. Thật trớ trêu!

**Mời Ban:** Hãy nhớ đức kiên nhẫn của Thiên Chúa và noi gương Ngài. Chỉ có một

mình Thiên Chúa mới có quyền đoán xét và kết án con người. Nhưng Thiên Chúa lại chờ đợi “cho tới mùa gặt” mới thực thi quyền xét xử ấy. Và một khi xét xử Ngài lại xét xử cách khoan dung và nhân nại. Là con cái của Ngài, bạn hãy cố gắng sống quảng đại, tha thứ và cảm thông với tha nhân như Ngài.

**Chia sẻ:** Chúng ta làm gì trong khi Chúa chờ đợi để cho cả cỏ lẫn lúa mọc lên cho tới mùa gặt? Phải chăng chúng ta cũng khoanh tay, trở mắt ngòai chờ để “thi gan” với Chúa? Không! Không nhỏ cỏ nhưng hãy cố gắng biến đổi “gen”: làm cho cỏ “hoán cải” trở thành lúa.

**Sống Lời Chúa:** Để Chúa vẫn còn nhân nại với bạn, hôm nay bạn hãy sẵn sàng tha thứ những điều anh em xúc phạm tới bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin dạy con luôn sống như Chúa: biết nhân từ và kiên nhẫn với anh em con.*

**KHO BÁU, NGỌC QUÝ**

*“Anh vui mừng đi bán tất cả những gì mình có mà mua thửa ruộng ấy.” (Mt 13,42)*

**Suy niệm:** Chúa Giêsu khéo léo mượn hình ảnh kho báu và viên ngọc quý, vốn là những gì ai cũng muốn có, để hướng đến một kho báu, một viên ngọc quý giá khác, đó là chính Chúa. Thật vậy, Chúa là kho báu, là viên ngọc quý mà mọi người đều choáng ngợp, và tìm mọi cách “chiếm hữu” cho được. Mọi sự trên trần gian này sánh với Chúa đều vô nghĩa. Các tông đồ đã nhận ra Chúa là **TẤT CẢ**, nên đã sẵn sàng từ bỏ mọi sự mà đi theo. Các tu sĩ cũng vậy, một khi cảm nhận chỗ đứng tất yếu của Chúa trong cuộc đời mình, đã không thể làm gì khác hơn là rũ bỏ mọi sự để hoàn toàn sống cho Chúa, thuộc trọn về Chúa. Đây cũng là cảm nhận của những ai sau một thời gian đánh mất Chúa, lại tìm được Ngài qua ơn trở lại, như thánh Phaolô, Augustinô, Charles de Foucauld...

**Mời Ban:** Đối với bạn, Chúa Giêsu có là tất cả của bạn không, để bạn dám liều mọi sự, cả cuộc đời mình, để “chiếm hữu” được Ngài, theo ý tưởng của thánh Augustinô: *“Lạy Chúa, Chúa đã dựng nên con cho Chúa, nên lòng con khắc khoải cho đến khi nào được an nghỉ trong Chúa”* ?

**Chia sẻ:** Kể chuyện chân phước Anrê Phú Yên (hay một thánh tử đạo Việt Nam) để làm gương khích lệ cho nhau.

**Sống Lời Chúa:** Hôm nay, tôi cố gắng sống như lời thánh Phaolô: *“Đối với tôi, sống là Đức Kitô”* (Pl 1,21).

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con biết khám phá ra giá trị vô biên khi có Chúa làm gia nghiệp, là tất cả của đời con. Có Chúa, con có tất cả; mất Chúa, con mất tất cả. Xin cho con sẵn sàng đánh đổi mọi sự để được Chúa bây giờ và mãi mãi. Amen.*

**BAO DUNG – THA THỨ**

***“Khi lưới đầy, người ta kéo lên bãi, rồi ngồi nhặt cá tốt cho vào giỏ, còn cá xấu thì vứt ra ngoài.”*** (Mt 13,48)

**Suy niệm:** Xem xong truyện *Tám Cám*, có người khóc xót thương cho cô Tám hiền lành; cũng có người tức tưởi vì sự độc ác của mẹ con cô Cám. Thật ra, thời đại nào cũng có rất nhiều người tốt và không thiếu những kẻ xấu. Hội Thánh tự bản chất là thánh thiện. Qua Bí tích Rửa Tội, chúng ta gia nhập vào Hội Thánh để được thánh hoá và được kêu gọi để nên thánh. Nhưng chúng ta phải chiến đấu với các khuynh hướng xấu tốt vẫn tồn tại trong con người chúng ta. Do đó, qua dụ ngôn chiếc lưới, Chúa Giêsu hôm nay dạy chúng ta phải có thái độ bao dung và tha thứ với người tội lỗi, đồng thời tự nhận biết mình cũng là tội nhân. Việc sàng lọc, phân định kẻ tốt người xấu chỉ được thực hiện vào thời cánh chung mà thôi.

**Mời Ban:** Đức Kitô đang hiện diện trong



Hội Thánh và trong mỗi người như dấu chỉ của lòng kiên nhẫn và khoan dung. Bạn hãy sống yêu thương, tôn trọng và tha thứ đối với mọi người. Vì chung, không ngôn ngữ nào hùng hồn hơn, không có sứ điệp nào có tính thuyết phục hơn lòng nhân từ, sự khoan dung và tha thứ. Chính cái chết của Chúa Giêsu trên thập giá là tuyệt đỉnh của hành động cứu rỗi và lôi kéo mọi người lên với Ngài.

**Chia sẻ:** Bạn cảm xúc thế nào khi tha thứ cho một kẻ xúc phạm đến mình?

**Sống Lời Chúa:** Tôi sẽ chú ý thực hành lời kinh Thương Người 14 Mỗi: “*Tha kẻ dể ta,*” và kinh 7 Mỗi Tội Đầu: “*Yêu người chớ ghen ghét.*”

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin giúp con biết lấy yêu thương thay cho oán thù, lấy thông cảm thay cho xét đoán và lấy thứ tha thay cho kết tội. Amen.*

## BẠN CÓ TIN THỂ KHÔNG?

***“Ai sống và tin vào Thầy sẽ không bao giờ phải chết. Chị có tin thể không?”*** (Ga 11,26)

**Suy niệm:** Trong những lần hành hương kính Đức Mẹ ở La Vang hay Trà Kiệu, chúng ta thường chứng kiến một cách cầu nguyện đặc biệt của các tín hữu: dùng tay chạm vào Đức Mẹ rồi xoa trên cơ thể mình với niềm hy vọng sẽ được Ngài chữa bệnh xác hồn. Ai từng trải qua kinh nghiệm được ơn lành do lòng tin tưởng phó thác, sẽ dễ đồng cảm với cung cách cầu xin “lạ mắt” như vậy. Cô Mácta đã trải qua kinh nghiệm này khi được chứng kiến dấu lạ do Đức Giêsu thực hiện cho gia đình mình. Dựa vào thế giá của Đức Giêsu, cô đã dám tin một điều tưởng như không thể xảy ra: Em mình đã chết bốn ngày được sống lại! Qua dấu lạ này, cô được mời gọi tiến đến một niềm tin cao xa và sâu xa hơn: Ai sống và tin vào Đức Giêsu sẽ không bao giờ phải chết và Ngài chính là *Đấng phải đến thể*

*gian.*

**Mời Ban:** Từ chỗ tin có đời sau như các tín đồ Do Thái Giáo, thánh nữ Mácta đã tiến đến cao điểm của niềm tin Kitô Giáo: Tin vào Chúa Giêsu Phục Sinh là chính Sự Sống để được sống muôn đời. Theo gương niềm tin của Thánh Nữ, bạn và tôi hãy vững dạ an lòng, trông cậy vào Chúa Giêsu cho dù cuộc đời chúng ta gặp những mịt mù, hoang mang.

**Sống Lời Chúa:** Để nói lên lòng tin thác vào Chúa, tôi sẽ nhiều lần trong ngày lặp lại lời kinh: *“Vì công nghiệp của Chúa Giêsu Kitô, xin thương xót chúng con và toàn thế giới.”*

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, thánh nữ Mácta đã tin vào quyền năng và tình thương của Chúa. Xin cho chúng con cũng biết noi gương Thánh Nữ, luôn tin tưởng và phó thác cho lòng nhân lành Chúa. Amen.*

## VỚI BẠN, ĐỨC GIÊ-SU LÀ AI?

*Tiểu vương Hêrôđê nghe danh tiếng Đức Giêsu thì nói với những kẻ hầu cận rằng: “Đó chính là ông Gioan Tẩy Giả; ông từ cõi chết trỗi dậy, nên mới có quyền năng làm phép lạ.” (Mt 14,1-2)*

**Suy niệm:** “Đức Giêsu là ai?” Người đương thời đã đặt câu hỏi đó về Đức Giêsu một con người đặc biệt, qua những lời Ngài rao giảng, những điềm thiêng dấu lạ Ngài thực hiện và nhất là qua cái chết và sự phục sinh của Ngài. Tất cả những điều này cho thấy Người là Con Thiên Chúa, là Thiên Chúa thật, Đáng đến để cứu chuộc nhân loại. Cũng như người đương thời với Đức Giêsu, con người qua các thời đại vẫn tiếp tục đặt câu hỏi “Đức Giêsu là ai?” cho ngày tận thế. Chính vì thế người Kitô hữu được mời gọi trả lời cho người đương thời bằng lời rao giảng, đời sống bác ái và đôi khi bằng cả tính mạng.

**Mời Ban:** Báo chí trong những ngày qua tường thuật sự kiện một người vừa bị cướp

hụt trên đường lại bị chính những người qua đường xúm lại “hôi của” một cách thật trơ trẽn. Trước sự vô cảm đáng báo động đó, người Kitô hữu được mời gọi làm chứng bằng cách sống những giá trị nhân bản như công bằng, liêm chính, tiết độ, cũng như sẵn sàng tích cực dấn thân trong nỗ lực thăng tiến con người, phát triển xã hội và giúp cho người nghèo có được điều kiện sống đúng với nhân phẩm.

**Chia sẻ:** Bạn có thái độ nào trước vấn nạn gian dối trong thi cử?

**Sống Lời Chúa:** Noi gương thánh Gioan Tẩy Giả, tôi sẵn sàng hy sinh, chịu thiệt thòi để làm chứng cho những giá trị của Tin Mừng Nước Trời.

**Cầu nguyện:** *Lạy Giê-su, xin cho con biết dùng tất cả những khả năng và điều kiện Chúa ban để trình bày cho thế giới biết Ngài là ai. Amen.*

## BỐN BƯỚC THEO CHÚA GIÊSU

**“Đức Giêsu cầm lấy năm chiếc bánh và hai con cá... bẻ ra, trao cho các môn đệ. Và môn đệ trao cho dân.” (Mt 14,19)**

**Suy niệm:** Một tân tông vốn là Phật tử quy y đã cảm nhận sâu sắc từng lời của bài Tin Mừng hôm nay. Bị bệnh thoát vị đĩa đệm cột sống cổ nặng đến mức không cầm bút viết được, thay vì phàn nàn kêu trách, chị đã sẵn sàng “cầm lấy” căn bệnh của mình để rồi cũng “tạ ơn, bẻ ra và trao cho” người khác những hồng ân đã lãnh nhận (*Nhờ Mẹ đến với Chúa*, số 10/2010). Bài Tin Mừng hôm nay phác họa cho ta một hình ảnh rất đẹp trong chốn hoang địa: Chúa Giêsu và tiếp theo Ngài, các môn đệ cũng “cầm lấy” bánh và cá, “tạ ơn,” không giữ lại cho mình, nhưng “trao lại” cho người lân cận với nụ cười trên môi như lời mời gọi. Những người này cũng “cầm lấy, tạ ơn” và lại chia sẻ cho người khác. Đây là phép lạ hai trong một: phép lạ bánh cá hóa nhiều và phép lạ biến đổi lòng người.

**Mời Ban:** Tựa như người tân tòng trên đây, bạn được mời gọi sống bí tích Thánh Thể trong đời thường qua bốn bước: *cầm lấy-tạ ơn-bẻ ra-trao cho*. *Cầm lấy* hoàn cảnh hiện tại của mình (cả may mắn lẫn thiếu may mắn), tạ ơn Chúa, *bẻ ra* thời giờ, của cải, sự quan tâm... và *trao lại* cho những người lân cận. Mời bạn bắt đầu ngay từ hôm nay.

**Chia sẻ:** *Bẻ ra và trao cho* có khả thi trong xã hội tiêu thụ hôm nay không?

**Sống Lời Chúa:** Suy nghĩ, xem xét kỹ bốn bước trên đây và cố gắng áp dụng trong cuộc sống hằng ngày của mình.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giêsu, cảm tạ Chúa đã thực hiện phép lạ bánh hóa nhiều để dạy bài học quảng đại: cầm lấy-tạ ơn-bẻ ra-trao cho. Xin giúp chúng con luôn biết thực hiện bốn bước theo chân Chúa này trong cuộc đời mình.*