

5 phút cho
LỜI CHÚA



tháng 03/2024

THIÊN CHÚA VÀ NƯỚC CỦA NGÀI

“Đưa thừa tự đây rồi! Nào ta giết quách nó đi, và đoạt lấy gia tài nó!” (Mt 21,38)

Suy niệm: Bọn tá điền này thật quá quắt đến độ được ông chủ giao cho việc coi sóc vườn nho, nhưng lại muốn chiếm đoạt vườn nho khi hành hung, giết hại những người chủ sai đến, thậm chí giết luôn đứa con thừa tự của ông. Sự hung ác của bọn tá điền thật quá đáng đến độ tưởng như không có trong thực tế, thế nhưng đó lại là điều Chúa Giê-su muốn ám chỉ đến các thượng tế và Pharisêu – mà họ cũng hiểu như thế. Và vì hiểu như thế nên họ đã rắp tâm giết hại luôn “*đứa con thừa tự*” là chính Đức Giê-su, Con Thiên Chúa bởi vì họ quá biết rằng “*ông chủ vườn nho*” sẽ kíp loại trừ họ mà trao vườn nho cho người khác.

Mời Ban: “Vườn nho” đó chính là hình ảnh của Nước Thiên Chúa, nơi qui tụ mọi người tin vào Đức Giê-su Ki-tô để được cứu độ nhờ Danh Ngài. Nước Chúa đã khởi đầu và sẽ hoàn tất trong ngày cánh chung mà Giáo

Hội trên trần gian chính là dấu chỉ hữu hình của Nước đó. Mỗi Ki-tô hữu vừa là thành phần trong vườn nho của Chúa vừa được đặt làm người chăm sóc vườn nho đó. Hẳn là sai lầm khi chúng ta nói mình đang phục vụ Nước Thiên Chúa mà lại hành động như “những tá điền chiếm đoạt vườn nho” và “giết hại” những sứ giả Chúa sai đến. Chúa còn mời gọi chúng ta làm việc trong vườn nho của Ngài không phải như người làm thuê mà là như người con thảo đi làm vườn nho cho cha mình.

Sống Lời Chúa: Cầu nguyện đặc biệt cho những vị chủ chăn của bạn.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho chúng con ý thức sứ mạng của mình trong Giáo Hội để chúng con tham gia xây dựng Giáo Hội Chúa với tinh thần trách nhiệm và trong tình hiệp nhất yêu thương.*

ĐÃ CHẾT MÀ NAY LẠI SỐNG

“Con à, lúc nào con cũng ở với cha, tất cả những gì của cha là của con. Nhưng chúng ta phải ăn mừng, phải vui vẻ, vì em con đây đã chết mà nay lại sống, đã mất mà nay lại tìm thấy.” (Lc 15,1-3.11-32)

Suy niệm: “Trai mà chi, gái mà chi. Con nào có nghĩa, có nghì thì hơn.” Nói vậy nhưng có khi không phải vậy: với quan niệm trọng nam khinh nữ đã thâm căn cố đế, hẳn nhiều người mừng cho ông cụ này thật có phước vì sinh hạ được tới hai quý tử. Thế nhưng sinh con trai kiêu hai cậu ấm này chẳng biết có phải là phúc hay chẳng? Được ở trong nhà cha mà chẳng nhận ra hạnh phúc mình đang được hưởng! May mà còn LÒNG THƯƠNG XÓT CỦA NGƯỜI CHA là chìa khoá vàng lúc nào cũng sẵn sàng mở toang cánh cửa đưa vào ngôi nhà hạnh phúc. - Với người con thứ lỡ bỏ đi hoang nay trở về, CHA tiếp đón long trọng như một hoàng tử, sẵn sàng tha thứ mọi lỗi lầm tày trời của anh. - Với người con cả hờn dỗi không chịu vào nhà, CHA cắt nghĩa

thật ân cần: “Mọi sự của cha là của con.”
Thôi cứ vào nhà rồi mọi chuyện sẽ được giải quyết ổn thoả.

Mời Bạn: Người cha giàu lòng thương xót ấy là chính hình ảnh Thiên Chúa. Ngài là điểm tựa vững vàng để những đứa con hư như tôi, như bạn dám tin tưởng trở về mà không sợ bị khước từ.

Chia sẻ: Có khi nào bạn không sẵn sàng trở về nhà với Chúa, vì mặc cảm với chính mình? vì hèn dỗi với người khác?

Sống Lời Chúa: - Bạn đến lãnh nhận bí tích hoà giải với tâm tình thống hối thật lòng, đồng thời, bạn cư xử nhân ái với mọi người, đặc biệt với anh em lương dân để họ cảm nhận được tình yêu Chúa.

Cầu nguyện: *“Lạy Cha, con đã đắc tội với trời và với Cha, chẳng còn đáng gọi là con Cha nữa”, nhưng xin Cha tha thứ và đón nhận con vào vòng tay ấm áp và âu yếm của Cha. Amen.*

BẢO VỆ SỰ LINH THÁNH

“Đừng biến nhà Cha tôi thành nơi buôn bán.” (Ga 2,16)

Suy niệm: Trong những năm gần đây, báo chí thường chạy những bài phóng sự về cảnh tượng xô bồ nơi các đền chùa trong những dịp lễ hội đầu năm: nào là chen lấn xô đẩy để lĩnh ấn đền Trần, nào là buôn bán chặt chém khách hành hương Chùa Hương, nào là hỗn loạn xin lộc đền bà Chúa Kho. Dễ thấy rằng chính nỗi trạo vụ lợi muốn biến thần thánh thành công cụ phục vụ lòng ham muốn của mình đã mở đường cho việc thương mại hoá những giá trị cao quý linh thiêng của văn hoá và tín ngưỡng. Cũng với nỗi trạo ấy, người Do Thái đã biến sân đền thờ, nơi thánh thiêng để thờ phượng Thiên Chúa, trở thành một cái chợ để buôn bán. Là Con Thiên Chúa và là Đấng Thánh, Chúa Giêsu không chấp nhận để đền thờ, “*nhà của Cha Ngài,*” bị tục hoá. “*Hiền lành và khiêm nhường*” như Ngài mà cũng phải nổi giận, dùng roi xua đuổi những

người buôn bán nơi đền thờ như thế thì đủ hiểu những gì thuộc về Thiên Chúa là linh thánh và bất khả xâm phạm.

Mời Bạn: Nhà thờ là nơi thờ phượng Thiên Chúa. Đến đó, bạn mặc y phục chỉnh tề, cử chỉ tác phong trang nghiêm cung kính, đó là điều chính đáng. Nhưng xin bạn cũng lưu ý đến những đền thờ khác của Thiên Chúa; đó là bàn thờ Chúa trong gia đình bạn; đó là đền thờ Chúa Thánh Thần nơi tâm hồn bạn cũng như nơi anh chị em của bạn. Bạn đã giữ gìn sự linh thánh và tôn nghiêm nơi những đền thờ đó chưa? Bạn đã coi đó là nơi cầu nguyện, nơi bạn gặp gỡ Thiên Chúa chưa?

Sống Lời Chúa: Dù bận rộn, bạn quyết tâm dành thời giờ, dù ít dù nhiều, để cầu nguyện với Chúa mỗi ngày.

Cầu nguyện: Đọc kinh *Lạy Cha*.

ĐÓN NHẬN HAY CHỐI TỪ?

“Tôi bảo thật các ông: không một ngôn sứ nào được chấp nhận tại quê hương mình.” (Lc 4,24)

Suy niệm: Người dân làng Na-da-rét tự mâu thuẫn khi đứng trước con người Đức Giê-su. Một mặt, họ chẳng lạ gì “con bác thợ” vốn xuất thân từ làng quê của họ, vì thế họ không chấp nhận thiên tính ẩn giấu nơi Ngài. Ngược lại, với đầu óc vụ lợi, họ chỉ chấp nhận lời tiên báo về Đấng Mê-si-a là “*ứng nghiệm*” nơi Đức Giê-su nêu Ngài cũng làm tại quê nhà những phép lạ như đã làm tại Ca-phác-na-um. Cái nhìn thành kiến và lòng ham muốn lợi lộc thế gian này, là những biểu hiện của não trạng thế tục, khiến họ không thể có lòng tin. Do đó, “*Chúa không làm nhiều phép lạ tại đó, vì họ không tin*” (Mt 13,58; x. Mc 6,5-6).

Mời Ban: Đức Giê-su Ki-tô, “*vốn dĩ là Thiên Chúa*” nhưng đã từ bỏ “*địa vị ngang hàng với Thiên Chúa*” để đón nhận thân phận con người (x. Pl 2,6). Thế nhưng Ngài

lại bị chối từ bởi chính “*người nhà*”, người đồng hương với Ngài (x. Ga 1,11). Đối diện với Lời Chúa, chúng ta được đặt trước sự lựa chọn: hoặc chối từ tinh thần thế tục để đón nhận Chúa hoặc ngược lại. Và muốn đón nhận Chúa, bạn phải đón nhận Ngài bằng cách đón nhận tha nhân. Điều đó có nghĩa là bạn cần xoá bỏ những thành kiến của bạn đối với bất cứ ai và sẵn sàng từ bỏ lợi ích riêng mình để dân thân phục vụ Chúa nơi tha nhân.

Sống Lời Chúa: Tham gia vào một hoạt động chung trong cộng đoàn nhằm đem lại ích chung cho nhiều người.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, xin giúp con loại bỏ cái nhìn thành kiến về Chúa và người khác, và tẩy sạch lòng tham lam ích kỷ nơi con, để con khiêm tốn đón nhận Chúa nơi anh chị em và phục vụ họ như phục vụ Chúa. Amen.*

‘CON NHÀ TÔNG’ CỦA CHÚA

“Cha của Thầy ở trên trời cũng sẽ đối xử với anh em như thế, nếu mỗi người trong anh em không hết lòng tha thứ cho anh em mình.” (Mt 18,35)

Suy niệm: Chúa Giê-su kể dụ ngôn tên mắc nợ không biết thương xót với nhiều tình tiết tương phản là có dụng ý. Khi tha trắng khoản nợ khổng lồ cho tên đầy tớ, nhà vua muốn y cũng rộng lượng tha cho người đồng bạn mắc nợ y một món nợ nhỏ xíu, theo cách *“như ông đã thương xót y”*. Thế nhưng y lại đối xử hết sức nghiệt ngã với người bạn mắc nợ y. Điều Chúa muốn nói với chúng ta là: Nếu chúng ta không tha thứ cho nhau như Chúa đã tha thứ cho chúng ta thì Chúa sẽ đối xử với chúng ta đúng như cách chúng ta đối xử với người khác vậy.

Mời Ban: Con người được tạo dựng *“theo hình ảnh Thiên Chúa”* (St 1,27) và được nhận làm nghĩa tử của Ngài nhờ công nghiệp Đức Giê-su Ki-tô. ‘Con nhà tông không giống lông cũng giống cánh’, là con

cái Chúa, bạn được mời gọi làm sáng tỏ hình ảnh của Cha trên trời nơi bạn. Yêu thương thì phải yêu như Chúa đã yêu chúng ta (Ga 13,34); nhân từ, thì phải “*nhân từ như Cha anh em là Đấng nhân từ*” (Lc 6,36); và cụ thể hơn, bạn phải tha thứ cho anh em theo cách Chúa đã tha thứ cho bạn. Nói cách khác, là ‘con nhà tông’ trong gia đình của Thiên Chúa, bạn phải nên hoàn thiện không theo chuẩn mực loài người nữa, mà “*hoàn thiện như Cha chúng ta ở trên trời là Đấng hoàn thiện*” (x. Mt 5,48).

Sống Lời Chúa: Bạn ‘xí xoá’ một sự xúc phạm người khác gây ra cho bạn mà bạn vẫn ‘ghim’ trong tâm trí mình.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đã tha thứ cho những kẻ đóng đinh Chúa và biết bao lần Chúa đã tha thứ cho con. Xin giúp con biết tha thứ cho nhau như Chúa đã tha thứ cho con.*

ĐỨC GIÊ-SU “ĐẾN ĐỂ KIẾN TOÀN”

“Anh em đừng tưởng Thầy đến để bãi bỏ Luật Mô-sê hoặc lời các ngôn sứ. Thầy đến không phải là để bãi bỏ, nhưng là để kiến toàn.” (Mt 5,17)

Suy niệm: Trong Cựu Ước, Thiên Chúa cho biết ý muốn của Ngài qua Lê Luật và lời các ngôn sứ. Nhưng *“vào thời sau hết này, Thiên Chúa phán dạy qua Người Con”* là Đức Giê-su (x. Hr 1,1). Ngài đến không phải để xoá sổ Cựu Ước, nhưng để kiến toàn, để mặc khải trọn vẹn ý định của Thiên Chúa. Kiến toàn ở đây không có nghĩa là thêm hay bớt theo số lượng mà là đưa tinh thần của Lê luật đạt đến ý nghĩa trọn hảo, là làm cho lời hứa cứu độ của Chúa Cha được thực hiện hoàn tất nơi Đức Ki-tô.

Mời Ban: Quả thật, chẳng những Chúa Giê-su gói gọn tất cả Lê Luật trong một giới răn *“mến Chúa yêu người”*, trong đó, yêu người là thước đo chính xác nhất cho lòng mến Chúa; mà hơn nữa, *“yêu người như chính mình”* cách tuyệt hảo nhất là

phải “yêu người như Chúa yêu ta”; đó chính là điều mà Đức Giê-su gọi là “*giới răn mới của Thầy*” (Ga 13,34). Đồng thời, để thực hiện luật yêu thương đó đến chỗ kiện toàn thì phải bắt đầu từ chỗ “*yêu thương người anh em mà mình trông thấy*” trước đã, rồi mới có thể “*yêu mến Thiên Chúa là Đấng mà mình không trông thấy*” (x. 1Ga 4,20).

Sống Lời Chúa: Dành thời gian để thăm viếng một người già yếu neo đơn hoặc bệnh tật đang ở gần bạn.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, luật Chúa là luật đem lại hạnh phúc cho con người. Xin cho chúng con biết thi hành luật ấy cách trung thành với lòng yêu mến. Xin cũng ban cho chúng con lòng nhân ái và vị tha, để chúng con biết yêu thương và đối xử với người khác như Chúa đã yêu thương và đối xử với chúng con. Amen.*

BỆNH ‘MÙ DẦU LẠ’

Trong số đó có mấy người lại bảo: “Ông ấy dựa thế quỷ vương Bê-en-dê-bun mà trừ quỷ.” Kể khác lại muốn thử Người, nên đã đòi Người một dấu lạ từ trời. (Lc 11,15-16)

Suy niệm: Người mù thể lý không thấy ánh sáng không phải vì không có mặt trời hoặc mặt trời không chiếu sáng mà vì chính họ không có khả năng nhìn thấy ánh sáng. Những người bị thành kiến che khuất tâm nhìn cũng vậy, họ giống như đeo kính đen, chỉ thấy một màu đen tối dù thực sự bầu trời vẫn trong sáng. Trong khi dân chúng chứng kiến Chúa Giê-su trừ quỷ câm thì sững sờ nhìn nhận Ngài là “Con vua Đa-vít”, là Đấng Mê-si-a, thì có những người – phúc âm theo Mát-thêu cho biết đó là những người Pha-ri-sêu (x. Mt 12,22-24) – lại vì thành kiến không nhận ra dấu lạ mà còn xuyên tạc Chúa “dựa thế Bê-en-dê-bun” là tướng quỷ để trừ quỷ. Thành kiến

khiến họ bị ‘mù dẫu lạ’, họ không thể nhận biết “*Triều đại của Thiên Chúa đã đến ở giữa họ*” rồi.

Mời Bạn: Ai dám nói con mắt đức tin của mình luôn luôn sáng? Có người ‘mù dẫu lạ’ mà cứ tưởng mình sáng, không thấy cần được chữa lành! “*Lời Chúa là ngọn đèn soi bước chân con*” (Tv 118,105). Ánh sáng Lời Chúa vẫn có đó, nhưng vấn đề là bạn có để ánh sáng đó hướng dẫn hay không. Trong một ngày, bạn có dành thời gian để đọc và suy niệm Lời Chúa, để Lời Ngài trở thành “*ngọn đèn soi bước chân bạn*” không?

Sống Lời Chúa: Dành thời gian ngay đầu ngày để suy niệm Lời Chúa, để Lời Ngài hướng dẫn bạn trong cả ngày sống.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin giúp chúng con sống tinh thần mùa Chay bằng cách sống theo Lời Chúa, ngõ hầu chúng con nhận ra được việc Chúa làm trên thế giới này và trên cuộc đời chúng con.*

TÌNH YÊU VÀ CỦA LỄ

“Yêu mến Thiên Chúa hết lòng, hết trí khôn, hết sức lực, và yêu người thân cận như chính mình, là điều quý hơn mọi lễ toàn thiêu và hy lễ.” (Mc 12,33)

Suy niệm: *“Tiếng chào cao hơn mâm cỗ.”*
Sắm sửa một mâm cỗ để mời ai đó thì thật là quý hoá rồi. Ấy vậy mà nó bị đánh giá thấp hơn ‘*tiếng chào*’ là thứ chẳng tốn kém gì! Điều này cho thấy trong suy nghĩ của ông bà chúng ta, lễ vật, quà tặng tuy đáng quý nhưng những tâm tình quý mến đối với người mình tiếp xúc là điều còn đáng quý hơn nhiều. Nói đến việc giữ đạo, ta nghĩ ngay đến lễ bái, kinh kệ, dâng cúng của lễ. Đối với Chúa Giê-su, yếu tố cốt yếu phải có là tình yêu từ trong lòng đối với Thiên Chúa và tha nhân. Tình yêu này cao quý hơn mọi thứ của lễ. Khi nói yêu *“hết lòng, hết trí khôn, hết sức lực,”* Chúa muốn nói đến một tình yêu chân thành và ngày càng được thanh luyện để trở nên sâu xa hơn, tinh

tuyên hơn.

Mời Ban: Mười điều răn cũng như luật Hội thánh buộc chúng ta tham dự thánh lễ Chúa Nhật hằng tuần. Nhưng chúng ta giữ luật đó với tâm tình và thái độ nào? Có phải vì tình yêu Chúa hay không? Và sẽ rất thiếu sót nếu chỉ quan tâm đến nghi thức hoành tráng mà hoàn toàn vô cảm trước những khổ đau của tha nhân, những người nghèo bị áp bức bất công trong xã hội.

Chia sẻ: Nơi bạn/cộng đoàn đang sống, có hoàn cảnh nào mà theo lương tâm Ki-tô hữu, bạn không thể làm ngơ được?

Sống Lời Chúa: Tôi tập sống quan tâm đến nhu cầu, quyền lợi vật chất hay tinh thần của người sống bên tôi và làm việc cụ thể để chia sẻ với họ.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, con kính mến Chúa hết lòng hết sức trên hết mọi sự; lại vì Chúa thì con yêu mọi người như chính con vậy. Amen.*

HÃY TỰ HÀO TRONG CHÚA

Người Pha-ri-sêu đứng thẳng, nguyện thầm rằng: “Lạy Chúa, xin tạ ơn Chúa, vì con không như bao kẻ khác... Con ăn chay mỗi tuần hai lần, con dâng cho Chúa một phần mười thu nhập của con.” Còn người thu thuế đứng từ đằng xa, vừa đấm ngực, vừa thưa rằng: “Lạy Chúa, xin thương xót con là kẻ tội lỗi.” (Lc 18,11-13)

Suy niệm: Thánh Lu-ca cho biết, Chúa Giê-su kể dụ ngôn này nhằm đến “những người tự hào cho mình là người công chính mà khinh chê người khác.” Ông Pha-ri-sêu ấy nghĩ rằng, ông được nên công chính nhờ những việc ông làm, nên sinh ra kiêu ngạo mà coi khinh người khác (c.11). Nhưng ông quên rằng con đường đích thực để nên công chính không phải là nhờ công trạng của ông mà là nhờ vào ân sủng của Thiên Chúa. Con đường này được Thiên Chúa vạch ra và hoàn thành qua Con Một yêu dấu của Ngài là Đức Giê-su Ki-tô: “Người ta được

Thiên Chúa làm cho nên công chính nhờ lòng tin vào Đức Giê-su Ki-tô” (Rm 3,22). Thế nên Chúa Giê-su khẳng định: “người thu thuế, khi trở xuống mà về nhà, thì được nên công chính; còn người Pha-ri-sêu thì không” (c.14).

Mời Ban: Thánh Gia-cô-bê bảo: “Đức tin không có việc làm là đức tin chết” (Gc 2,17). Việc làm ở đây không phải là điều kiện để được nên công chính, mà là hoa trái trở sinh của ơn công chính đó, là dấu hiệu của đức tin đang sống sung mãn. Vì thế, chúng ta có thể nói như thánh Phao-lô: “Nếu ai tự hào thì hãy tự hào trong Chúa” (1Cr 1,31).

Sống Lời Chúa: Mỗi ngày dành thời gian xét mình xem: những việc tôi làm có phải là hoa trái của đức tin mình đã lãnh nhận hay không.

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

HÃY CHIÊM NGẮM THÁNH GIÁ

“Thiên Chúa yêu thế gian đến nỗi đã ban Con Một, để ai tin vào Con của Người thì khỏi phải chết, nhưng được sống muôn đời.” (Ga 3,16)

Suy niệm: Gia đình là tổ ấm. Thật bất hạnh cho những ai không có gia đình! Thế nhưng, có những người không muốn quay trở lại với gia đình mình, không muốn nhìn mặt những người thân. Thời gian kéo dài càng làm cho sự xa cách trầm trọng hơn, người ta càng khó tìm về tổ ấm. Trong mối tương quan của chúng ta với Thiên Chúa, Chúa Giê-su trên thánh giá chính là tình yêu của Thiên Chúa tỏ bày với chúng ta, “*yêu thế gian đến nỗi đã ban Con Một*” của Ngài. Thế mà, có những người không dám nhìn lên thánh giá, không dám đối diện với thánh giá để chiêm ngắm tình yêu này! Mặc cảm tội lỗi đã từng khiến Phê-rô xin Chúa hãy tránh xa ông, thì nay, cũng chính thứ mặc cảm đó đưa đẩy người ta xa Chúa, không dám đối diện với thánh giá. Tuy nhiên, Chúa vẫn cứ đến với

Phê-rô và với con người tội lỗi hôm nay, vì Ngài là Tình yêu. Thánh giá vẫn cứ là dấu chỉ tình yêu Thiên Chúa dành cho thế gian.

Mời Bạn: Mùa Chay giúp cho bạn nhiều cơ hội nhìn ngắm và suy niệm thánh giá, như Đàng Thánh Giá. Bạn sẵn sàng thu xếp công việc để tham dự những cử hành như thế chưa? Bạn cảm nghiệm gì khi chiêm ngắm Chúa Giêsu trên thánh giá?

Sống Lời Chúa: Suy gẫm một chặng trong 14 chặng Đàng Thánh Giá.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, con không xin Chúa tránh xa con, nhưng chỉ xin cho con can đảm nhìn ngắm Chúa trên thánh giá. Ở đó, con sẽ hiểu tình Chúa yêu. Ở đó, con yêu Chúa như Chúa đã chiếm đoạt con, dám sống như Chúa, vì tình yêu Chúa nung nấu trái tim con.*

NHẬN BIẾT GIỜ CHÚA VIẾNG THĂM

Người cha nhận ra là vào đúng giờ đó, Đức Giê-su đã nói với mình: “Con ông sống”, nên ông và cả nhà đều tin. (Ga 4,53)

Suy niệm: Viên sĩ quan chưa hẳn đã tin Đức Giê-su là Đấng Mê-si-a khi ông xin Chúa đến chữa bệnh cho con mình. Có lẽ ông chỉ nghĩ Ngài là một lương y có tài chữa bách bệnh thôi. Chúa Giê-su không che dấu một thoáng trách móc khi nói rằng ông phải thấy “*dấu lạ điềm thiêng*” thì mới tin vào Ngài. Thế nhưng, nhờ lời trách móc nhẹ nhàng đó, ông đã hoán cải. Nghe Chúa nói: “*Ông cứ về đi, con ông sống đó*” ông đã tin và trở về dù chưa thấy điềm thiêng dấu lạ. Niềm tin của ông vừa nảy nở nhờ nghe lời Chúa giờ đây được lớn lên, định hình rõ nét và truyền lan cho mọi người trong nhà, khi ông kiểm nghiệm lại sự việc và nhận ra dấu lạ đã xảy ra với ông vào “*giờ mà Chúa đã nói với mình.*”

Mời Bạn: - Mọi biến cố trong đời bạn đều

là những ‘dấu lạ’, đánh dấu “*giờ Chúa đến viếng thăm,*” “*giờ*” Chúa nói với bạn. Có khi nào bạn ngồi nhìn lại cuộc sống của mình để nhận ra điều đó chưa? - Khi bạn nhận ra “*giờ Chúa đến viếng thăm,*” khi bạn cảm nghiệm được Chúa đụng chạm đến cuộc đời bạn, lúc đó đức tin của bạn không còn là lý thuyết suông nữa mà một đức tin được chứng thực bằng một kinh nghiệm sống. Một niềm tin như thế có sức toả lan rất mạnh. Bạn nhớ chia sẻ niềm tin ấy cho những người sống quanh bạn nhé.

Sống Lời Chúa: Bạn hãy dành một khoảng thời gian để nhìn lại cuộc sống và cảm nghiệm được giờ Chúa đến viếng thăm mình.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, cảm tạ Chúa đã ban cho con diễm phúc được Chúa đến với con. Xin Chúa ban thêm lòng tin cho con.*

HÃY THI THỎ TÌNH YÊU

“Thưa Ngài, khi nước khuấy lên, không có người đem tôi xuống hồ. Lúc tôi tới đó, thì đã có người khác xuống trước mắt rồi!” Đức Giê-su bảo: “Anh hãy trỗi dậy, vác chõng mà đi!” (Ga 5,7-8)

Suy niệm: Người bệnh nhân 38 năm bên hồ Bết-da-tha đã mô tả thái độ dửng dưng vô cảm của xã hội bằng một câu nói gọn lỏn: *“Không có người đem tôi xuống hồ.”* Anh chị em của ông ở đâu? Bà con, hàng xóm láng giềng, bạn bè của ông đi đâu? Những người đồng đạo của ông ở đâu? Họ không thể sờ vào cáng của ông, chạm vào người ông, giúp đem ông xuống hồ để ông có cơ hội được lành sao? Càng chất vấn càng thấy đau lòng, vì đó là sự thật. Sự thật ấy kéo dài cho đến tận hôm nay và mở rộng trong nhiều lãnh vực. Bao nhiêu người trong gia đình đang bị hắt hủi, suốt ngày không được một lời chia sẻ thân tình người của người thân! Không ít người trong cộng đoàn, giáo xứ, đoàn thể bị bỏ rơi hay những đóng góp

của họ không được trân trọng đón nhận! Bao nhiêu người đang vô vọng trong những đòi hỏi chính đáng của họ! Thế nhưng, không một ai muốn dính líu vào cuộc đời họ. Chỉ còn Chúa Giê-su yêu thương họ.

Mời Ban: Chúa Giê-su muốn chúng ta là hiện thân của Ngài để yêu thương các mảnh đời bất hạnh khi chọn chúng ta là Ki-tô hữu. Chung quanh bạn có những ai đang cần bạn đem tình yêu Đức Ki-tô đến cho họ không?

Sống Lời Chúa: Bạn thăm viếng và chăm sóc một người bệnh trong xứ bạn.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, vì yêu thương, Chúa đã can dự vào cuộc đời của người bại liệt, để cứu anh thoát khỏi bệnh tật và tội lỗi, cho anh nhận ra tình thương của Chúa. Xin giúp chúng con hăng hái chia sẻ tình yêu Chúa cho tha nhân, như Chúa kêu gọi chúng con.*

ĐỨC GIÊ-SU, ĐÁNG BAN SỰ SỐNG

“Chúa Cha cho kẻ chết trỗi dậy và ban sự sống cho họ thế nào thì Người Con cũng ban sự sống cho ai tùy ý.” (Ga 5,21)

Suy niệm: Là con người hữu hạn, chúng ta chưa ai thấy Thiên Chúa bao giờ, nhưng Đức Giê-su, Đấng từ Thiên Chúa mà đến, Ngài biết, thấy và là một với Chúa Cha, nên Ngài nói cho chúng ta biết về Cha của Ngài: Ngài là mặc khải trọn vẹn của Thiên Chúa. Quả thật, Thiên Chúa đã cho Mô-sê biết Ngài là Đấng Tự Hữu (x. Xh 3,14), Ngài có sự sống nơi mình, vì thế Đức Giê-su là Con Thiên Chúa, cũng *“được có sự sống nơi mình như vậy”*. Giờ đây, Đức Giê-su đến trần gian là để làm công việc mà Ngài thấy và nhận lãnh từ nơi Cha, đó là *“ban sự sống cho ai tùy ý Ngài”*.

Mời Ban: Sự sống của Thiên Chúa được ban tặng cho chúng ta trước tiên qua việc *“nghe lời Ngài và tin vào Đấng đã sai Ngài”* bởi vì lời Chúa là lời ban sự sống. Mỗi lần chúng ta nghe và đọc Tin Mừng là

chúng ta được gặp gỡ Đức Ki-tô và gặp gỡ Thiên Chúa. Chính nhờ tin vào Thiên Chúa mà chúng ta được ơn cứu độ, được trường sinh với Ngài. Hơn nữa, Chúa còn ban cho chúng ta chính Thân Mình Ngài là Bánh hằng sống, “*ai ăn sẽ được sống đời đời*” (Ga 6,58).

Sống Lời Chúa: Cuộc sống thiêng liêng của người Ki-tô hữu được nuôi dưỡng bằng Lời Chúa và Thánh Thể. Để được sống dồi dào, sống vĩnh cửu bạn đừng bỏ lỡ cơ hội đến với Đức Ki-tô qua việc siêng năng đọc và suy niệm Lời Chúa và lãnh nhận bí tích Thánh Thể.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, chúng con cảm tạ Chúa đã đến để mạc khải cho chúng con biết về Cha trên trời và biết về ơn cứu độ mà Chúa mang đến. Xin giúp chúng con luôn được bình an khi sống trong tình yêu của Thiên Chúa tình yêu. Amen.*

ĐƯỜNG VÀO CÔI SỐNG

“Các ông không muốn đến cùng tôi để được sự sống.” (Ga 5,40)

Suy niệm: Trước cái chết, mọi người đều bất lực, không ai thoát khỏi. Dù sinh thời có thu tích bao nhiêu của cải, vinh quang, quyền lực... khi chết tất cả đều trở về cát bụi hư vô: *“Trăm năm nào có gì đâu! Chẳng qua một nắm cỏ khô xanh rì”* (Cung Oán). Duy có Đức Ki-tô, Con Thiên Chúa làm người, khẳng định nhiều lần Ngài là Đấng đem lại sự sống: *“Thầy là đường, là sự thật và là sự sống”* (Ga 14,6) và Ngài đến *“để chiêm được sống và sống dồi dào”* (Ga 10,10). Mặc dù Chúa Giê-su viện dẫn nhiều lời chứng có thể giá: lời chứng của Gio-an Tẩy giả và cả lời chứng của Chúa Cha, để minh chứng Ngài là Đấng ban sự sống, thế mà đáng buồn thay, Chúa nói với người Do Thái: *“Các ông không muốn đến cùng tôi để được sự sống.”*

Mời Bạn: Cái chết của Chúa Giê-su trên thập giá là hiến lễ đền tội, giao hòa ta với

Thiên Chúa, cùng với cuộc phục sinh của Ngài là nguồn mạch tuôn trào sự sống mới, như lời kinh Tiền tụng lễ Phục Sinh: “*Ngài đã chết để tiêu diệt sự chết nơi chúng con và đã sống lại để phục hồi sự sống cho chúng con*”. Chúa Giê-su cũng hỏi bạn: Bạn có muốn đến với Ngài để nhận được sự sống không? Mùa Chay nhắc ta nhớ hồng ân sự sống ta đã lãnh nhận và thúc giục ta chừa bỏ tội lỗi, luyện tập nhân đức để sự sống đó được lớn mạnh lên.

Sống Lời Chúa: Tôi quyết tâm xa tránh tội lỗi và chống trả mạnh mẽ những chước cám dỗ phạm tội để luôn sống trong ân nghĩa với Chúa.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, xin cho chúng con biết tin tưởng vào Lời Chúa và trung thành bước đi theo Chúa trên con đường dẫn vào sự sống Chúa mở ra cho chúng con. Amen.*

LÀM TO

Có những người ở Giê-ru-sa-lem nói: “Phải chăng các nhà hữu trách đã thực sự nhìn nhận ông ấy là Đấng Ki-tô? Ông ấy, chúng ta biết ông xuất thân từ đâu rồi; còn Đấng Ki-tô, khi Người đến thì chẳng ai biết Người xuất thân từ đâu cả”. (Ga 7,26-27)

Suy niệm: Để hiểu một đối tượng, thường có nhiều cách tiếp cận khác nhau. Và đương nhiên, càng có cái nhìn đa diện, thì càng hiểu rõ sự vật hơn. Nhưng oái oăm thay, nhiều người Do-thái mới chỉ biết Đức Giê-su xuất thân từ Na-da-rét đã cho rằng họ biết rõ nguồn gốc về Ngài, đã vội kết luận rằng Ngài không phải là Đấng Ki-tô. Hơn nữa, Đức Ki-tô vốn dĩ là Thiên Chúa, Ngài không phải là đối tượng của giác quan hay trí não con người. Chưa kể, “*Nước Trời lại giấu kín với những bậc khôn ngoan thông thái*” (Mt 11,25-27). Nhiều lần Ngài đã đề nghị họ những cách tiếp cận khác nhau (Ga 5,31-47), nhưng họ vẫn từ chối, chỉ vì họ đã

‘biết Ngài rồi’.

Mời Ban: Cha Anthony de Mello có lý khi nói rằng: “*Có những người sẵn sàng bỏ mọi sự để đi tìm Thượng Đế, nhưng chỉ có một điều họ không thể bỏ, là quan niệm của họ về Thượng Đế*”, vì thế mà họ chẳng bao giờ gặp Ngài. Và thường, những kẻ chống đối Thiên Chúa cách kịch liệt nhất, lại là những kẻ tưởng mình biết Thiên Chúa nhất.

Sống Lời Chúa: Tập thói quen ngạc nhiên trước những điều quen thuộc, hoặc trước những đoạn Kinh Thánh tưởng chừng như đã biết rồi.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, cảm tạ Chúa đã mặc khải cho chúng con về mầu nhiệm chính Chúa; nhưng xin cho con biết đón nhận Chúa như một Thực Tại vô biên, hầu không ngừng khám phá và tìm kiếm Chúa mãi muôn đời. A-men.*

KHÂM PHỤC CÁC VỆ BINH

Các vệ binh trở về trả lời: “Xưa nay chưa hề có ai nói năng như người ấy.” (Ga 7,50-51)

Suy niệm: Những người lính trong toán vệ binh đến thờ được ‘chỉ thị’ đi nghe ngóng và bắt Chúa Giê-su điệu về cho các bậc vị vọng kia ‘xử lý’. Nhưng họ đã trở về tay không. Đã thế họ còn có gan trả lời không hề sợ hãi: “Xưa nay chưa hề có ai nói năng như người ấy.” ‘Bất tuân thượng lệnh’ như vậy không chỉ có nghĩa là họ sẽ bị ‘bể nôi cơm’ mà họ còn bị những người có chức có quyền kia liệt vào hạng ‘những người bị nguyên rủa’. Tuy không có kiến thức uyên bác về Thánh Kinh và luật Mô-sê như các ông thượng tế và Pha-ri-sêu, nhưng họ lại giàu lương tri: họ không thể bắt người vô tội. Hơn nữa, những con người đơn sơ ấy lại thật là dũng cảm: dám nói lên sự thật dù có bị trừ dập.

Mời Bạn: Các anh vệ binh ơi! Chúng tôi khâm phục các anh. Các anh vẫn có thể bắt

Đức Giê-su điệu về cho các thượng tế mà không có lỗi gì: các anh chỉ làm theo lệnh cấp trên. Các anh cũng có thể né tránh trách nhiệm: chưa bắt được vì quần chúng đang ủng hộ ông ấy. Thế nhưng các anh đã quyết không làm điều sai trái, và dám can đảm nói lên sự thật. Hành động của các anh có khác gì các anh đang làm chứng cho Đức Ki-tô! *“Phúc thay ai bị bách hại vì sống công chính, vì Nước Trời là của họ,”* các anh xứng đáng hưởng mỗi phúc thứ tám đó. Chúng tôi khâm phục các anh, các anh vệ binh ơi!

Sống Lời Chúa: Tâm sự với Chúa bằng lời cầu nguyện sau đây:

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, con hổ thẹn khi suy gẫm lời chứng của các anh vệ binh. Xin Chúa ban sức mạnh cho con dám làm chứng cho Chúa, cho công bằng và chân lý.*

CHỨNG TÁ TRUNG GIAN

Họ đến gặp ông Phi-líp-phê, người Bết-xai-đa, miền Ga-li-lê, và xin rằng: “Thưa ông, chúng tôi muốn được gặp ông Giê-su.” (Ga 12,21)

Suy niệm: Những người Hy Lạp này hẳn đã trải qua một hành trình thiêng liêng dài trước khi đến gặp Đức Giê-su. Thêm vào đó, bầu khí thù địch nhắm vào Chúa trong những ngày này không cho phép họ đến gặp trực tiếp Ngài. Họ đã ngỏ lời với Phi-líp-phê, ông này lại nói với An-rê và hai môn đệ này đã là những người dẫn đưa họ đến với Đức Giê-su. Đây không phải là lần đầu tiên hai môn đệ này làm công việc giới thiệu đó: An-rê dẫn em mình đến với Chúa Giê-su (Ga 1,41); Phi-líp-phê thì dẫn bạn mình là Na-tha-na-en đến gặp Ngài (Ga 1,45); ông còn giới thiệu một em bé có năm chiếc bánh và hai con cá để qua đó Chúa làm phép lạ vĩ đại (Ga 6,5-10). Phi-líp-phê, An-rê là mẫu mực của người môn đệ truyền giáo điển hình, là trung gian dẫn người khác

đến với Chúa.

Ban thân mến! Bất cứ ai được thanh tẩy trong bí tích Rửa tội, trở thành môn đệ Chúa Ki-tô đều có sứ mạng truyền giáo và giới thiệu Chúa cho anh em mình. Thế giới chúng ta đang sống cũng cần lắm những nhịp cầu chứng nhân để người khác nhận biết và tin vào Đức Ki-tô để được hưởng ơn cứu độ. Bạn đã nhờ ai mà nhận biết Chúa và tin vào Ngài? Đến lượt bạn, bạn tiếp tục giới thiệu Chúa cho người khác chứ!

Sống Lời Chúa: Bạn loan báo Tin Mừng trước tiên bằng việc làm bác ái, và hành động theo tinh thần Phúc Âm; tiếp đến bằng lời nói trình bày về Chúa và niềm tin của mình cho người khác.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin giúp chúng con đừng khép kín trong lớp vỏ bọc ích kỷ, nhưng vâng lời Chúa, dám đi ra đến cánh đồng lúa đang thiếu thợ gặt. Amen.*

ĐỂ KHÔNG BỊ CHÚA LÊN ÁN

Vì họ cứ hỏi mãi, nên Người ngẩng lên và bảo họ: “Ai trong các ông sạch tội, thì cứ việc lấy đá mà ném trước đi.” (Ga 8,7)

Suy niệm: Có người nói: “Khi giờ một ngón tay chỉ người đối diện, hãy nhớ ba ngón tay kia đang hướng về phía ta.” Đây không đơn giản là việc chỉ một ngón tay, mà là lời ám chỉ thói xấu thường có nơi nhiều người, đó là chỉ trích, kết án người khác. Trong vụ việc người phụ nữ ngoại tình hôm nay, các kinh sư và người Pha-ri-sêu không chỉ rắp tâm kết án người khác mà còn âm mưu gài bẫy Chúa Giê-su. Đáp trả sự thách thức của họ, Chúa Giê-su nhắc lại yêu cầu của Lê Luật: “*Ai sạch tội thì ném đá trước đi*”. Ngài nhắc họ nhớ rằng mọi người mang thân phận yếu đuối, tội lỗi, không ai có quyền xét xử và kết án người khác. Mặt khác, Đức Giê-su, là “*Con Chiên vẹn toàn, vô tội tích*” (1Pr 1,19), Đáng có quyền xét xử (x. Ga 5,22.27), lại tuyên bố

không lên án chị nhưng khuyên chị “*hãy về và đừng phạm tội nữa*”.

Mời Ban: “*Anh em đừng lên án, thì sẽ không bị Thiên Chúa lên án*” (Lc 6,37).

Thay vì chỉ trích người khác, chúng ta phải nhìn lại bản thân mình. Thay vì kết án người khác, chúng ta hãy nhớ mình là tội nhân đã được Chúa tha thứ và mời gọi cũng hãy đối xử bao dung và tha thứ cho nhau. Và hơn nữa, thay vì đổ lỗi cho người khác, chúng ta hãy nhận ra rằng mình có trách nhiệm trong điều sai lỗi của anh em.

Sống Lời Chúa: Để khỏi lên án người khác, bạn tự lên án mình bằng việc thành tâm xét mình mỗi ngày.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, xin ban cho con quả tim của Chúa, để con mặc lấy tâm tình quảng đại bao dung tha thứ của Chúa, mà đối xử với anh chị em như Chúa đã đối xử với con. Amen.*

GIU-SE, CON NGƯỜI LẮNG NGHE

“Này ông Giu-se, con cháu Đa-vít, đừng ngại đón Ma-ri-a vợ ông về, vì người con bà cưu mang là do quyền năng Chúa Thánh Thần.” (Mt 1,20)

Suy niệm: Trong trường hợp của thánh Giu-se, câu ngạn ngữ “Nghe nhiều thêm khôn ngoan, nói nhiều hời hợt nhiều” như thể đúc kết đời sống thính lặng và sự khôn ngoan của ngài. Tuy chỉ có hai tác giả Tin Mừng đề cập đến thánh Giu-se, nhưng vẫn không một lời nào của ngài được thuật lại. Dĩ nhiên, ngài vẫn dạy dỗ và chơi đùa với trẻ Giê-su, vẫn trò chuyện với Ma-ri-a, vẫn hàn huyên với hàng xóm láng giềng, với những người đến nhờ làm nhà cửa, bàn ghế. Nhưng trong mọi trường hợp, ngài luôn lắng nghe, đặc biệt lắng nghe lời Thiên Chúa. Các tác giả Tin Mừng đã thuật lại tỉ mỉ những sự kiện sứ thần của Thiên Chúa đến nói cho biết mầu nhiệm và sự quan phòng của Thiên Chúa và thánh Giu-se lắng nghe. Ngài lắng nghe và

đón nhận Ma-ri-a, chăm sóc trẻ Giê-su. Ngài lắng nghe đưa gia đình lánh sang Ai Cập và biết thời điểm trở về. Ngài sẵn sàng đón nhận ý Chúa trong sự thinh lặng vâng phục. Gương sáng của ngài và Mẹ Ma-ri-a, những người suy đi nghĩ lại lời Chúa trong lòng để vâng theo, là mẫu gương đào tạo trẻ Giê-su trở nên người luôn vâng phục cha mẹ, nhất là chu toàn ý Chúa Cha. Còn sự khôn ngoan nào hơn sự thinh lặng vâng phục ý Chúa?

Mời Ban: Mùa Chay là dịp chúng ta tập thinh lặng suy niệm và tìm biết thánh ý Chúa để sống. Mẫu gương cụ thể của thánh Giu-se giúp chúng ta tập luyện việc thinh lặng lắng nghe tiếng Chúa.

Sống Lời Chúa: Dành thời gian mỗi ngày để thinh lặng suy niệm Lời Chúa.

Câu nguyện: Đọc hoặc hát: *“Lạy Chúa, xin cho con biết lắng nghe Lời Ngài dạy con trong đêm tối...”*

GIẢI THOÁT KHỎI NÔ LỆ TỘI LỖI

“Thật, tôi bảo thật cho các ông: hễ ai phạm tội thì làm nô lệ cho tội.” (Ga 8,34)

Suy niệm: Người Do Thái đang sống dưới ách thống trị của đế quốc Rô-ma thế mà lòng kiêu hãnh dân tộc vẫn không chấp nhận bị nô lệ: *“Chúng tôi không hề làm nô lệ cho ai bao giờ”* (Ga 8,33). Chúa Giê-su nhắc họ về một tình trạng nô lệ nguy hiểm hơn nhiều: nô lệ cho nét xấu, cho tội lỗi; nguy hiểm hơn vì: - nó khó nhận biết: đang bị nó trói buộc mà vẫn tưởng mình tự do; - nó là viên thuốc độc bọc đường: người ta phạm tội mà vẫn cảm thấy vui khoái, an nhiên tự tại. Lời Chúa cảnh báo người Do Thái cũng là cảnh báo chúng ta phải gọi đích danh, nhìn đúng chân tướng của thứ nô lệ nguy hiểm này.

Mời Ban: Chế độ nô lệ ngày nay đã bị xóa bỏ, nhưng vẫn còn đó biết bao nhiêu kiểu nô lệ mới: tình trạng bóc lột sức lao động, cách riêng lao động trẻ em, những hình thức mại dâm công khai hoặc trá hình,

v.v... Bị đát hơn nữa có những thứ nô lệ trói buộc cả tinh thần: Cứ nhìn những người nghiện ma túy trong cơn vật vã khi thiếu thuốc mới thấy hết nỗi khổ của những ai phải chịu cảnh nô lệ do đam mê tự họ gây nên. Rồi còn những thứ nghiện mới, nghiện mua sắm, nghiện trò chơi trên mạng... Những thứ đó làm người ta mất tự do nhưng vẫn cứ tưởng rằng: *“Chúng tôi không hề làm nô lệ cho ai bao giờ.”* Mời bạn xét mình xem còn đam mê nào bạn đang vướng mắc mà không thể dứt bỏ.

Sống Lời Chúa: Quyết tâm chừa bỏ một thói quen xấu trong Mùa Chay này.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Chúa biết con yếu đuối trước những cám dỗ của thế gian. Xin thêm sức cho con, để con có thể vác thập giá theo Chúa bằng cách từ bỏ lối sống theo trào lưu tục hóa của thế giới hôm nay. Amen.*

LỜI ĐEM LẠI SỰ SỐNG ĐỜI ĐỜI

“Tôi bảo thật các ông: ai tuân giữ lời tôi, thì sẽ không bao giờ phải chết.” (Ga 8,52)

Suy niệm: Cuộc tranh luận giữa Chúa Giê-su với người Do Thái về sự sống, sự chết, nguồn gốc thần linh của Ngài ngày ấy diễn ra gay gắt, đến độ họ ném đá định giết Ngài. Chúa minh định Lời Ngài đem lại sự sống đời đời; còn người Do Thái bảo Ngài bị quỷ ám, vì ai cũng chết kể cả tổ phụ Áp-ra-ham của họ. Lời Chúa là Lời xuất phát từ Thiên Chúa, nhưng Lời ấy cũng là chính con người Đức Giê-su, Ngôi Lời đang hiện diện nơi trần thế. Ai tin vào Ngài, tuân thủ Lời Ngài chính là tin vào Con Thiên Chúa, Đấng hằng hữu cùng Cha từ muôn đời. Quan niệm sự sống thuần thể lý nơi người Do Thái khiến họ không thể hiểu được ý nghĩa Lời Ngài nói, cũng như nhận ra Đấng sinh ra trước mọi thời gian đang đối diện với họ. Sự sống Ngài khẳng định ở đây không phải là sự sống thể lý hiện tại, nhưng thuộc bình diện khác, sự sống thiêng liêng

của linh hồn.

Mời Ban: Cung cách cư xử của người Do Thái đối với Chúa Giê-su là lối cư xử “cả vú lấp miệng em” không thể dẫn đến chân lý Chúa muốn mạc khải. Từ kinh nghiệm đó, giờ bạn và tôi hãy tìm cách tiếp cận khác về Chúa Giê-su, đó là bình tâm suy nghĩ những Lời Ngài phán dạy, kiểm nghiệm hiệu quả của Lời, đừng vội kết luận cách nông nổi.

Sống Lời Chúa: Chính khi dành thời gian đọc và suy gẫm Lời Chúa, chúng ta sẽ dần dần được Chúa soi sáng cho thấy tác động của Lời hiệu quả thế nào trong cuộc sống người Ki-tô hữu.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, xin cho con xác tín Chúa mới có những Lời đem lại sự sống đời đời, vì Chúa là Đấng Hằng Sống. Lời ấy tạo ra các tương quan yêu thương cho đời con. Amen.*

SÓNG CAN ĐẢM ĐỂ BẢO VỆ CHÂN LÝ

“Tôi đã cho các ông thấy nhiều việc tốt đẹp Chúa Cha đã giao cho tôi làm; vì việc nào mà các ông ném đá tôi?” (Ga 10,32)

Suy niệm: Trong thế giới người gù lưng, kẻ thẳng lưng là người khuyết tật. Thật là mỉa mai, ngược đời! Ta có thể dùng hình ảnh này để áp dụng cho trường hợp của Chúa Giê-su: làm vô số việc lành cũng như biết bao phép lạ kỳ diệu mà vẫn bị ném đá, vì người Do Thái không muốn hiểu, cũng chẳng bao giờ chấp nhận Ngài là Đấng Mê-si-a, là Con Thiên Chúa và là chính Thiên Chúa. Đối với họ, Ngài cũng là con người bình thường, với gốc gác không có gì cao sang: từ Na-da-rét, con bác thợ, và chính mình cũng là bác thợ: *“Ông là người phạm mà lại tự cho mình là Thiên Chúa.”* Họ muốn một Thiên Chúa phải xuất hiện theo như ý họ nghĩ, làm điều họ mong muốn, cứu độ thế giới bằng vũ lực kiểu thế gian, chứ không phải bằng tình yêu của một vị Thiên Chúa dịu hiền khiêm nhường.

Mời Ban: Làm ác bị khổ đã đành; đàng này làm lành cũng bị khổ, bị hàm oan. Vì thế, nhiều người ngại làm chứng cho chân lý vì sợ bị liên lụy. Vậy phải làm sao để sự thật Chúa dạy được công nhận và con người biết khuất phục trước sự thật ấy? Điều này đòi hỏi bạn niềm xác tín vững vàng, lòng can đảm kiên vững theo gương Chúa Giê-su.

Sống Lời Chúa: Luôn xác tín vào sức mạnh của Lời Chúa, vì Lời Ngài mới có thể đem lại sự sống đời đời.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, con khâm phục việc Chúa can trường sống theo chân lý. Xin ban cho con niềm tin kiên vững, can đảm làm những gì Chúa muốn con thực hiện cho con người hôm nay. Amen.*

CHẾT THAY – QUY TỰ

“Chúng ta phải làm gì đây? Người này làm nhiều dấu lạ.” (Ga 11,47)

Suy niệm: Thượng Hội Đồng được triệu tập bởi một mối nguy mang tên Giê-su vì “có nhiều kẻ tin vào Người... rồi người Rô-ma sẽ đến phá hủy cả nơi thánh... lẫn dân tộc.” Thực tế là Phi-la-tô chẳng thấy mối nguy nào từ Đức Giê-su, người tự xưng là vua dân Do Thái như lời các thượng tế và kinh sư tố cáo. Sự lo sợ của giới lãnh đạo tôn giáo phải đến hơn 30 năm sau mới thành hiện thực, Đền thờ bị phá hủy bình địa, dân tộc bị lưu đày. Thế nhưng, cái chết do âm mưu độc ác của con người với chiêu bài “thà một người chết thay cho dân còn hơn là toàn dân bị tiêu diệt” trở thành kế hoạch đầy yêu thương của Thiên Chúa, Ngài “phải chết thay cho dân,... để quy tụ con cái Thiên Chúa đang tản mác khắp nơi về một mối.”

Mời ban: “Các ông có nghĩ rằng ông ấy (Đức Giê-su) sẽ không lên đự lễ chẳng?”

Chắc chắn Đức Giê-su sẽ đến dự lễ, vì Vượt qua mà không có Người, thì sẽ mất đi ý nghĩa tâng sâu. “*Vẫn có một cây thập giá trong cung lòng Thiên Chúa trước khi cây thập giá đó được trồng trên một ngọn đồi bên ngoài Thành thánh Giê-ru-sa-lem. Và giờ đây, dù cây thập giá gỗ ấy đã bị loại trừ, cây thập giá đó vẫn còn trong cung lòng Thiên Chúa và nó sẽ vẫn còn bao lâu vẫn còn dù chỉ một tội nhân để cho Thiên Chúa phải đau khổ.*” (Dinsmore).

Sống Lời Chúa: Bạn chậm rãi đọc lại bài Tin Mừng hôm nay để cảm nếm tình yêu Chúa nơi kế hoạch cứu độ của Ngài.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su Ki-tô, Chúa đã chấp nhận chết thay để cứu độ và quy tụ chúng con về với Chúa Cha. Xin cho chúng con bước vào Tuần Thánh với Chúa thật sốt mến, cảm nếm tình yêu dịu ngọt này. Amen.*

CUỘC KHỔ NẠN KÉO DÀI

Ông Giô-xép hạ xác Đức Giê-su xuống, lấy tấm vải liệm Người lại. (Mc 15,46)

Suy niệm: *“Lạy Chúa, xin hãy đánh mạnh vào tận cõi rể sự ti tiện trong quả tim con... Xin ban cho con sức mạnh để con không tước đoạt của cải người nghèo cũng như không quỳ gối trước quyền lực ngạo nghễ”* (R. Tagore). Hai cảm dỗ của thi sĩ cũng là của mọi người, nhất là trong xã hội hôm nay. Người Ki-tô hữu được kêu mời nhận ra Đức Ki-tô đang tiếp tục hấp hối trên thánh giá nơi người đau khổ, những kẻ được Ngài yêu thương cách đặc biệt. Tựa như Giô-xép, ta cũng cần đưa người nghèo có tên chung là “Giê-su” xuống khỏi thập giá nơi họ đang bị đóng đinh. Hình tượng những người lính bắt thăm, đánh bạc để lấy chiếc áo Đức Giê-su ngay dưới chân thập giá cũng có thể tiêu biểu cho các Ki-tô hữu hôm nay, khi ta mãi lo “cá cược” đời mình trong cuộc sống vật chất, ngay trước Khổ Nạn kéo dài của Thầy mình trong người

anh em.

Mời Ban: Hướng đến cuộc Khổ Nạn của Chúa Giê-su trong suốt Tuần Thánh này. Mời bạn chiêm ngắm tình yêu đến cùng của Ngài qua những đau khổ kinh khủng nơi thân xác (đánh đòn, mào gai, đóng đinh, treo trên thập giá...) cũng như những nỗi đau hằn sâu trong tâm hồn (bị bỏ rơi, phản bội, nhục báng, xa cách Thiên Chúa do hậu quả tội lỗi...).

Chia sẻ: Tại sao Chúa lại sẵn sàng chịu những đau khổ khủng khiếp như vậy?

Sống Lời Chúa: Tôi sẽ sống một tuần Thánh tốt đẹp qua những hy sinh, cố gắng nỗ lực hết mình.

Cầu nguyện: *Lạy Cha, ước gì thánh giá nên mẫu gương cho chúng con, là ánh sáng trong đêm tăm tối, nhờ đó, chúng con không coi khổ đau như tai họa hay điều vô lý, nhưng là dấu chỉ cho thấy chúng con thuộc về Cha mãi mãi.*

CỨ PHUNG PHÍ ĐI TÌNH YÊU!

Cô Ma-ri-a lấy một cân dầu thơm cam tùng nguyên chất và quý giá xức chân Đức Giê-su, rồi lấy tóc mà lau. (Ga 11,3)

Suy niệm: Câu nói kinh điển của Thánh Augustinô: “*Cứ yêu đi rồi làm gì thì làm*” giúp ta hiểu vì sao Ma-ri-a sẵn sàng đập vỡ bình dầu thượng hạng để xức chân Thầy Giê-su, khiến Giu-đa phải tiếc hùi hụi. Đơn giản vì tình yêu mến và lòng biết ơn. Cô yêu Chúa bằng một tình mến nồng nàn, cùng với lòng biết ơn sâu xa trước tấm lòng của Thầy với gia đình cô, nhất là cho người em trai La-da-rô được sống lại. Tình yêu là cách giải thích đúng nhất cho sự ‘phung phí’ của cô, mặc dầu còn đó bao người nghèo đang chờ đợi sự phung phí ấy. Hơn nữa, không phải tình cờ mà việc làm của chị Ma-ri-a được Thầy Giê-su đồng tình, vì nghĩa cử cao đẹp ấy được xem như hành động mang tính ngôn sứ báo trước ngày chính Thầy, Đấng Mê-si-a sẽ ‘phung phí tình yêu’ của Người cho nhân loại được

sống (x. Ga 11,7).

Mời Ban: Có người xem tờ năm chục nghìn đồng quá nhỏ để mua sắm nhưng lại quá lớn cho việc từ thiện hay dâng cúng cho Nhà Thờ; hay có người có thể mất nhiều giờ để tán gẫu nhưng dành một giờ cho Thánh lễ Chúa Nhật thì lại thấy dài lê thê! Tính toán như thế cũng chỉ vì thiếu tình yêu và lòng biết ơn đối với Chúa. Bạn có khi nào từng tính toán như thế với Chúa chưa?

Chia sẻ: Ma-ri-a đã làm những gì tình yêu mách bảo. Vậy bạn sẽ làm gì trong Tuần Thánh này?

Sống Lời Chúa: Dành giờ chiêm ngắm cuộc Thương khó của Chúa.

Cầu nguyện: *Lạy Thầy Giê-su, trong Mùa Chay thánh này, xin cho con biết từ bỏ tội lỗi của mình như cách tốt nhất nói lên tình yêu của con đối với Thầy. Amen.*

ĐAU ĐÓN ĐỢI CHỜ TRONG KHOAN DUNG

“Thật, Thầy bảo thật cho anh biết: gà chưa gáy, anh đã chối Thầy ba lần.” (Ga 13,38)

Suy niệm: Đức Giê-su đã nhẹ nhàng nhắc khéo Giu-đa (c. 27), để ông có cơ hội trở về, nhưng Giu-đa vẫn lạnh lùng thực hiện ý định bán thầy. Với Phê-rô, Ngài cũng cảnh báo trước cho ông biết (c. 38), nhưng ông vẫn chối thầy. Chắc chắn Thầy Giê-su buồn lắm, nhưng Ngài vẫn luôn bao dung chờ đợi người lầm lỗi trở về. Phê-rô đã tỉnh ngộ, ăn năn khóc lóc (x. Lc 23,62), được ơn tha thứ. Hình ảnh một Thiên Chúa bao dung nhân hậu như vậy luôn mời gọi chúng ta chiêm ngắm cho đến tận hôm nay. Ta vẫn biết, nhờ lý trí, tiếng lương tâm mách bảo, những gì nên làm và phải tránh. Thế nhưng, nhiều lần ta bỏ qua những gợi ý ấy, mà đắm đầu vào tội lỗi. Đã vậy, lắm lúc chúng ta lại ù lý trong tội, chần chừ, không muốn giao hòa với Chúa sớm hết sức có thể. Chúa vẫn bao

dung chờ đợi lòng sám hối của chúng ta.

Mời Bạn: Phê-rô chối Thầy trong khoảnh khắc yếu đuối, thật ra ông vẫn yêu mến Ngài. Trái tim Đức Giê-su bị lỗi lầm của Phê-rô đâm thấu, nhưng Chúa không bao giờ đoạn tình với ông. Bạn cũng vậy, đừng vì những lầm lỗi nhất thời của mình, mà quên đi lòng khoan dung Chúa dành cho Bạn.

Sống Lời Chúa: Cảm nghiệm tình yêu không ngại của Đức Giê-su dành cho nhân loại, bạn cầu nguyện cho người tội lỗi được ơn hoán cải.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, chúng con đã thấy tội lỗi nhân loại chất lên vai Chúa. Xin Chúa cho chúng con biết can đảm để trở về, bớt đi chút sức nặng mà Chúa phải vác trong cuộc Khổ nạn, để chúng con tìm lại niềm vui vì được ơn tha thứ và đổi mới. Amen.*

AI LÀ GIU-ĐA?

“Từ lúc đó, hắn cố tìm dịp thuận tiện để nộp Đức Giê-su.” (Mt 26,16)

Suy niệm: Để có tiền, Giu-đa đã phản bội Thầy, đành tâm bán Thầy chỉ với giá 30 đồng bạc. ĐHY Cantalamessa có lý khi nói rằng *“Nếu mọi sự đều có thể đối với người tin, thì ta cũng có thể nói như thế đối với tiền bạc: có tiền mua tiên cũng được. Và thậm chí, đức tin, đức cậy, đức mến không còn dựa vào Thiên Chúa nữa, nhưng dựa vào tiền bạc. Tiền bạc trở thành chúa của con người.”* Nếu tiền bạc có thể trở thành chúa của con người, thì bất cứ điều gì mang lại lợi ích đều có thể được tôn lên làm chúa. Và khi không còn tôn thờ Thiên Chúa thật, mà tôn thờ những chúa giả, con người có thể sẵn sàng làm mọi sự, kể cả loại trừ tha nhân, để đạt cho được những điều đó. Vì tranh dành đất đai, ta có thể vứt bỏ tình thân ruột thịt; do lợi ích của mình, ta có thể chà đạp phẩm giá người khác: mắng chửi, sỉ nhục, bóc lột, lợi dụng, hoặc sợ mất danh

dự, sự nghiệp, ta sẵn sàng phá thai... Như thế, khi mãi mê tôn thờ tiền bạc, cái tôi của mình, ta dễ trở nên độc ác với tha nhân, ngay cả với người thân thuộc, tựa Giu-đa.

Mời Ban: Hãy cảnh giác về những Giu-đa đang ẩn nấp tinh vi nơi chính bạn. Mỗi người đều có thể phản bội, bán rẻ, lựa chọn vì lợi ích của riêng mình, và gạt bỏ Chúa cũng như người khác.

Sống Lời Chúa: Xét mình cuối ngày: Hôm nay tôi đã tôn ai/cái gì làm chúa, Chúa Giê-su hay chúa nào khác?

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, con tin tưởng, tôn thờ Chúa; nhưng nhiều khi con lại chạy theo những thứ chúa giả, để rồi bán rẻ Chúa thật và anh chị em của mình. Xin cho con biết nhận ra điều sai lỗi của mình mà quay về với Chúa và tha nhân. Amen.*

THIÊN CHÚA YÊU ĐẾN CÙNG

Người vẫn yêu thương những kẻ thuộc về mình còn ở thế gian, và Người yêu thương họ đến cùng. (Ga 13,1)

Suy niệm: Yêu ai nửa vời thì ta giữ lại cho mình thật nhiều, mình phải được hơn là mất. Trái lại, yêu ai đến cùng, ta không còn dè giữ nữa, mà cho đi tất cả. Yêu nhân loại đến cùng, Đức Giê-su cho đi những gì quý giá nhất, làm điều gì tốt đẹp nhất mà một vị Thiên Chúa làm người có thể thực hiện được. Ngài đã làm bốn điều sau đây để cho ta thấy thế nào là *yêu đến cùng*: rửa chân cho các môn đệ, lập Bí tích Thánh Thể, chết trên thập giá, và sống lại hiển vinh. Rửa chân cho môn đệ là hạ mình, đặt người yêu mến lên trên mình, chi phối cuộc đời mình. Lập Bí tích Thánh Thể để ở lại với con người mọi ngày cho đến tận thế một cách gần gũi, thân thiết, hữu hình. Chết trên thập giá minh chứng cho tình yêu hy sinh, tự hiến sự sống cho người mình yêu thương. Sống lại để đưa con người lên địa vị cao

sang, thừa hưởng gia nghiệp Nước Trời.

Mời Ban: Chiêm ngắm từng cử chỉ của Chúa chúng ta khi Ngài hạ mình xuống rửa chân cho các môn đệ: cởi áo choàng, lấy khăn mà thắt lưng, đổ nước vào chậu, rửa chân cho các ông, lấy khăn mà lau... để bạn cảm nghiệm được thế nào là tình Ngài yêu thương đến độ trút bỏ cả vinh quang lẫn địa vị của một vị Thiên Chúa để hiến thân cho chúng ta.

Sống Lời Chúa: Suy gẫm bốn điều Thiên Chúa vì *yêu đến cùng* đã làm cho mình, tôi nỗ lực đáp trả lại bằng việc dành nhiều thời gian cho Chúa hơn trong đời thường của mình.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, con cảm nghiệm thế nào là yêu đến cùng của Chúa với nhân loại, và riêng với con. Xin giúp con biết cách đáp trả với cả con tim.*

29/03/24 THỨ SÁU TUẦN THÁNH
Tưởng niệm cuộc Thương Khó của Chúa
Ga 18,1-19,42

CHÚA CHẾT VÌ TA

“Thế là đã hoàn tất” (Ga 19,30)

Suy niệm: Sau một chuyến hành hương Thánh Địa, ba người bạn của Thống Đốc George Briggs (Massachusetts) tặng ông một cây gậy làm từ nhánh cây trên đồi Can-vê. Họ nói: *“Chúng tôi muốn ngài biết cho rằng, khi đứng trên đỉnh đồi Can-vê, chúng tôi đã nghĩ tới ngài.”* Ông cảm ơn họ và nói thêm: *“Nhưng thưa các bạn, tôi còn nghĩ xa hơn: ở đó, có một Đấng khác cũng đã nghĩ đến tôi.”* Vì nghĩ đến mọi người, Đức Giê-su đã sẵn sàng đón nhận cuộc Khổ Nạn, kết thúc với cái chết đau đớn. Nghe đọc bài Thương Khó, hẳn ta dễ dàng nhận ra thái độ anh hùng, tự nguyện chịu chết của Ngài. Chết trên thập giá là cái chết khủng khiếp, tàn ác, và nhục nhã hơn cả vào thời ấy. Thế nhưng, trên thập giá Ngài có thể gục đầu an nghỉ, cảm nếm niềm vui chiến thắng, hoàn tất chương trình cứu chuộc của Thiên Chúa.

Mời Ban: Những ngày này, bạn nhận ra tội đĩnh của tình yêu Chúa, cũng như có thể dễ dàng nhận thấy khuôn mặt mình qua những nhân vật phụ xuất hiện trong cuộc Thương Khó: bỏ chạy như các môn đệ, hèn nhát như Phi-la-tô, độc ác như các binh sĩ, tàn nhẫn như giới lãnh đạo, dửng dưng như dân chúng, gấn bó như các bà dưới chân thập giá?

Chia sẻ: Nói lên một cảm nghiệm khi tham dự cuộc Khổ Nạn của Đức Giê-su.

Sống Lời Chúa: Tôi sẽ tham dự đầy đủ các nghi thức của hai ngày thánh này và dành thời gian chiêm niệm cuộc Khổ Nạn của Chúa.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đã chết cho con được sống; Chúa đã bị treo lên để con cũng được kéo lên với Chúa. Xin cho con luôn trung thành với ơn gọi người môn đệ, qua việc sẵn sàng vác thánh giá hằng ngày theo Chúa.*

TỪ NGẠC NHIÊN NÀY ĐẾN NGẠC NHIÊN KHÁC

Ông Phê-rô cũng đứng lên chạy ra mộ. Nhưng khi cúi nhìn, ông thấy chỉ còn có những khăn liệm thôi! (Lc 24,12)

Suy niệm: Việc các bà đi ra mộ để xúc thuốc thơm cho xác Chúa Giê-su là việc bình thường. Thế nhưng trong chuyến đi này, các bà, rồi đến các môn đệ, trải qua từ ngạc nhiên này đến ngạc nhiên khác. Những dấu hiệu của sự chết biến mất: phiến đá lấp cửa mộ đã được lăn ra một bên; xác Thầy Giê-su không còn nữa, trong mộ chỉ còn có khăn liệm; thay vào đó, có hai người y phục trắng tinh báo tin Chúa đã sống lại. Trước những sự việc này, các môn đệ ban đầu cho là vớ vẩn, thế rồi cũng lo lắng chạy đến xem và cuối cùng tin nhận Chúa đã sống lại. Mầu nhiệm phục sinh chính là mầu nhiệm “*thấy Người Sống ở giữa kẻ chết.*”

Mời Ban: Có những sự việc xảy ra trong đời khiến bạn thất vọng, không thể nào tìm

thấy một chút ánh sáng cuối đường hầm, nhưng không phải là tuyệt vọng đối với ai biết suy gẫm bài Tin Mừng hôm nay. Đức tin và những trải nghiệm của các môn đệ trong biến cố phục sinh củng cố cho những gì đang diễn ra quanh ta, dù khi phải đối diện với những việc mà ta cho là phi lý.

Chia sẻ: Trong đời bạn, có biến cố nào xảy ra khiến bạn ngỡ ngàng và hầu như thất vọng không? Bạn nhận ra sự hiện diện của Chúa Ki-tô phục sinh và đức tin của bạn được Ngài củng cố như thế nào?

Sống Lời Chúa: Dành ít phút để suy niệm lại bài Tin Mừng hôm nay và xin ơn nhận ra Chúa phục sinh vẫn đang hiện diện trong đời bạn.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su Phục Sinh, xin dẫn con đi theo con đường mà Chúa đã dẫn dắt các môn đệ xưa kia, cho dù cuộc đời có nhiều khúc quanh khiến con ngỡ ngàng và không hiểu nổi!*

ĐÃ THẤY VÀ ĐÃ TIN

Bây giờ người môn đệ kia, kẻ đã tới mộ trước, cũng đi vào. Ông đã thấy và đã tin.
(Ga 20,8)

Suy niệm: Trực giác hay giác quan thứ sáu là khả năng nhận biết, hiểu thấu một vấn đề mà không cần qua lý thuyết hoặc quá trình suy nghĩ. Trực giác giúp ta đưa ra những phán đoán nhanh, và thường là những quyết định thay đổi cuộc đời. Vào sáng sớm Chúa nhật Phục sinh đầu tiên ấy, người môn đệ Chúa yêu, đã nhờ trực giác, để có thể đưa ra một xác tín sinh tử: đã *thấy và đã tin*. Thấy gì và tin gì? Ông thấy ngôi mộ trống, băng vải quấn xác để ở đó, khăn che đầu được cuộn lại, xếp riêng ra một nơi. Điều ông thấy đủ để ông tin chưa? Thưa, chưa. Điều ông thấy + trực giác của một người yêu mến Thầy đưa ông đến chỗ tuyên xưng: Thầy mình đã sống lại. Ông tự xưng mình là người môn đệ Chúa yêu và hẳn cũng phải yêu mến Chúa lắm, là Tông đồ duy nhất đứng dưới chân thập giá, được Ngài trao

phó Đức Mẹ cho mình chăm nom.

Mời Ban: *“Trực giác là một điều vô cùng mạnh mẽ, theo ý tôi, còn mạnh mẽ hơn cả trí tuệ”* (S. Job). Người có trực giác về kinh doanh, khoa học... dễ đạt được thành công nhờ những đột phá quý giá về lãnh vực chuyên môn của mình. Là môn đệ Đức Kitô, bạn được mời gọi rèn luyện trực giác yêu thương: yêu mến Chúa và tha nhân hơn. Lắng nghe tiếng Chúa trong khi cầu nguyện, khi đọc Lời Chúa, sống chậm lại, và thỉnh thoảng cũng nên đặt câu hỏi cần làm gì để tình yêu mến ấy tăng trưởng trong đời mình.

Sống Lời Chúa: Chọn một phương cách rèn luyện trực giác trên đây để có thể yêu mến Chúa và người lân cận tốt hơn.

Cầu nguyện: *Lạy Đấng Phục sinh, con tin Chúa đang hiện diện, đồng hành với con mọi giây phút trong cuộc đời. Amen.*