

**tháng 04/2023**

**01/04/23 THỨ BẢY ĐẦU THÁNG TUẦN 5 MC  
Ga 11,45-57**

**CHẾT THAY CHO MUÔN NGƯỜI**

***Đức Giê-su sắp phải chết thay cho dân… để quy tụ con cái Thiên Chúa đang tản mác khắp nơi về một mối.*** (Ga 11,51-52)

**Suy niệm:** Những người thù địch với Đức Giê-su đều muốn giết Ngài. Nhóm Pha-ri-sêu vin vào lý do ‘chính trị’ để biện minh cho ý đồ khử trừ Đức Giê-su: Bởi vì nếu *“mọi người tin vào* *ông ấy”* thì người Rô-ma sẽ có cớ tiêu diệt toàn dân! Lãnh đạo tôn giáo bấy giờ là thượng tế Cai-pha còn phát biểu một điều mà Phúc Âm Gio-an xác định là một lời *“nói tiên tri”*: *“Thà một người chết thay cho dân còn hơn là toàn dân bị tiêu diệt.”* Thật bất ngờ, Đức Giê-su cũng ‘đồng quan điểm’ với họ rằng Ngài sẽ phải chết; nhưng điều khác biệt là một đàng *“chỉ vì ghen tỵ”* (Mc 15,10) mà họ mưu hại Ngài; còn chính Ngài, tự nguyện *“vâng theo ý Cha”* (Mt 26,42), Ngài đã tự hiến mạng sống mình để *“làm giá chuộc muôn người”* (Mt 20,28).

**Mời Bạn:** Chúa Giê-su tự nguyện chết đi để vâng phục ý Chúa Cha; cái chết của Ngài là cái chết đem lại ơn cứu độ và sự sống cho muôn người bởi vì Chúa Cha đã cho người sống lại; cũng thế, nếu chúng ta *“dìm mình trong cái chết của Người”* chúng ta sẽ được sống lại trong sự sống mới với Người (x. Rm 6,4). Có rất nhiều thứ nơi chúng ta có ‘chết đi’, nghĩa là được *“dìm trong cái chết của Đức Ki-tô”* - đó là tính ích kỷ kiêu căng, lòng tham lam tiền của, đam mê dục vọng… - chúng ta mới có thể tham dự vào sự sống mới của Chúa và chia sẻ sự sống đó cho nhiều người.

**Sống Lời Chúa:** Mỗi ngày bạn ‘tiêu diệt’ một ý tưởng xấu xa, một ham muốn tội lỗi trong tâm hồn mình, để luôn sẵn sàng làm theo ý Chúa để phục vụ anh chị em.

**Cầu nguyện:** *“Lạy Chúa, Chúa không ưa thích lễ toàn thiêu và lễ đền tội, nhưng Chúa đã tạo cho con một thân thể. Vì thế, con thưa với Chúa: Lạy Chúa này con xin đến để thực thi ý Ngài”* (x. Hr 10,5-7).

**02/04/23 CHÚA NHẬT LỄ LÁ – A  
Tưởng niệm cuộc Thương Khó của Chúa Giê-su   
Mt 26,14-27,66**

**HIẾN THÂN VÌ YÊU THƯƠNG VÀ VÂNG PHỤC**

***Đức Giê-su lại kêu một tiếng lớn, rồi trút linh hồn.*** (Mt 27,50)

**Suy niệm:** Cuộc Thương Khó của Chúa Giê-su kết thúc không thể bi thảm hơn. Người đã từng được hàng ngàn người theo đuổi để tôn làm vua, từng được tung hô sau những phép lạ *“chưa hề thấy bao giờ”* (Mt 9,33), thế mà nay, bị tra tấn, bị sỉ nhục, vác thập giá, chịu đóng đinh, và giờ đây trên thập giá, Người chỉ *“kêu một tiếng lớn, rồi trút linh hồn”.* Cái chết của Chúa Giê-su tưởng chừng như là một thất bại ê chề; thế nhưng chính trong giây phút đó, Người hoàn tất chương trình cứu độ Chúa Cha giao phó, và cũng chính lúc đó, viên đội trưởng Rô-ma đứng dưới chân thập giá đã nhận ra: *“Quả thật, người này là Con Thiên Chúa”* (Mt 15,39).

**Mời Bạn:** Vì yêu mến và vâng phục Chúa Cha, Chúa Giê-su đã hiến thân chịu chết *“như con chiên hiền lành bị giết đi không kêu một lời”* để nên *“giá cứu chuộc nhân loại”* (x. Is 53,7)*.* Đau khổ và cái chết của Đức Ki-tô có một ý nghĩa và đem lại hiệu quả là sự sống vĩnh cửu cho muôn người. Mời bạn cùng với Đức Giê-su, can đảm bước vào cuộc khổ nạn của chính mình, vác thập giá mình mỗi ngày là những vất vả lao nhọc của việc bổn phận hằng ngày, và cả những than trách xúc phạm từ anh chị em, để kết hiệp với cuộc khổ nạn của Chúa Giê-su.

**Sống Lời Chúa:** Kết hiệp với Đức Ki-tô chịu đóng đinh, bạn đón nhận những sự xúc phạm cũng như những khó nhọc tự nhiên trong cuộc sống với sự vui tươi và nhẫn nại để mau mắn phục vụ tha nhân.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con đón nhận những đau khổ trong cuộc sống với lòng yêu mến để cộng tác với Chúa trong việc cứu độ nhân loại. Xin cho con dám chết đi cho con người tội lỗi để được phục sinh vinh quang với Chúa. Amen.*

**03/04/23 THỨ HAI TUẦN THÁNH  
Ga 12,1-11**

**ĐÓNG ĐINH ĐỨC GIÊ-SU**

***“Sao không bán dầu thơm đó lấy ba trăm quan tiền mà cho người nghèo?” Y nói thế không phải vì y lo cho người nghèo, nhưng vì y là một tên ăn cắp.*** (Ga 12,5-6)

**Suy niệm:** Đức Giê-su đã phải đau khổ vì Giu-đa. Người đã đích thân chọn gọi Giu-đa làm tông đồ, giáo dục ông, hy vọng ông trở thành người cộng tác đắc lực trong việc mở mang Nước Chúa. Người lại còn tín nhiệm giao cho ông làm công việc quản lý, giữ túi tiền của nhóm Mười Hai. Thế mà Giu-đa đã quên sứ vụ cao cả của mình, lại còn lạm dụng sự tín nhiệm của Thầy mình để ăn cắp và còn giả nhân giả nghĩa làm như mình là người bác ái, biết tiết kiệm để có được một khoản tiền giúp cho người nghèo. Hành động ăn cắp và giả dối của Giu-đa khác nào hành động đóng đinh Đức Giê-su ngay cả trước khi Ngài chịu đóng đinh trên thập giá.

**Mời Bạn:** Chúng ta thường nghĩ Đức Giê-su chỉ chịu đau khổ khi bị bắt, bị đánh đòn, phải đội mão gai, phải vác thánh giá nặng lên đồi Can-vê, phải chịu đóng đinh và chết trên thánh giá. Nhưng đó không phải là tất cả những đau khổ Đức Giê-su phải chịu. Trước khi Người chịu những đau khổ ấy thì Người đã chịu đau khổ vì tội ăn cắp và gian dối của Giu-đa. Và hơn nữa từ khi ông bà nguyên tổ phạm tội, cho đến con người cuối cùng trong ngày tận thế, Chúa Giê-su vẫn phải chịu đau khổ, chịu đóng đinh vì mọi tội lỗi của cả loài người. Bạn nhớ, mỗi khi phạm tội, chúng ta lại đóng đinh Chúa lần nữa đó!

**Sống Lời Chúa:** Khi kiểm điểm đời sống, bạn suy xét về một tội đã phạm để cảm nhận được mình đã đóng đinh Chúa thế nào và xin ơn biết thống hối là *“lo buồn đau đớn, cùng chê ghét mọi tội trên hết mọi sự”* để quyết tâm chừa bỏ tội lỗi.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, xin cho chúng từ nay biết xa tránh tội lỗi và chỉ làm những điều đẹp lòng Chúa. Amen.*

**04/04/23 THỨ BA TUẦN THÁNH  
Ga 13,21-33.36-38**

**NGƯỜI PHẢN BỘI**

***“Thật, Thầy bảo thật anh em: Có một người trong anh em sẽ nộp Thầy.”*** (Ga 13,21)

**Suy niệm:** Sự phản bội, bất trung bao giờ cũng đáng ghét. Càng được yêu thì sự phản bội càng tồi tệ. Nhất nữa là lợi dụng chính sự tín nhiệm mình có vì được yêu để phản lại chính người yêu của mình. Và còn điều gì não lòng hơn khi mà người bị phản bội lại biết rõ điều ấy. Lời Chúa Giê-su tiết lộ người phản bội ngay trong bữa Tiệc Ly chẳng khác nào tiếng sét đánh ngang tai. Đáng lẽ ra kẻ phản bội phải tỉnh ngộ, hay ít ra cũng đề cao cảnh giác vì thấy âm mưu của mình đã bị bại lộ. Thế nhưng Giu-đa đã quá cứng lòng. Lòng ham mê tiền bạc đã làm anh ra mù quáng. Anh nhắm mắt ăn tấm bánh chính tay Chúa trao, rồi ra đi, ra đi trong đêm tối.

**Mời Bạn:** Mỗi lần phạm tội, là một lần bạn bỏ Chúa mà đi. Bạn thử nhớ lại những lần đó, bạn có nghe tiếng Chúa trong lương tâm cảnh báo, ngăn cản, khuyên lơn bạn dừng lại đừng bước vào hố thẳm của tội lỗi? Điều gì đã khiến bạn không thể dừng lại? Lòng tham? Đam mê dục vọng? Tự ái? Càng từ chối làm theo tiếng nói của lương tâm, người ta càng khó nghe được tiếng nói đó, cho đến một ngày nào đó, lương tâm sẽ trở nên “cứng cỏi” giống như Giu-đa, biết rõ đó là tội, nhưng vẫn cố tình vi phạm.

**Sống Lời Chúa:** Thường xuyên xét mình, xét mình hằng ngày sẽ giúp bạn nhạy bén trước tiếng nói của lương tâm và mau chóng phát hiện những lỗi lầm trước khi mọi sự trở thành quá muộn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, con nhìn nhận mình yếu đuối hay phản bội ân tình Chúa. Xin Chúa gìn giữ con khỏi trở nên cứng lòng, để con biết lắng lời gọi yêu thương của Chúa, mà hối cải ăn năn trở về với Chúa. Amen.*

**05/04/23 THỨ TƯ TUẦN THÁNH  
Mt 26,14-25**

**NGƯỜI BỊ PHẢN BỘI**

***“Thầy bảo thật anh em, một người trong anh em sẽ nộp Thầy.”*** (Mt 26,21)

**Suy niệm:** Chúa Giê-su vẫn bị mang tiếng là hay giao du với những kẻ tội lỗi, với quân thu thuế. Hôm nay Ngài lại đồng bàn với Giu-đa, người đã có ý định phản bội nộp Ngài. Ngài biết rõ ý đồ của Giu-đa, điều đó càng làm Ngài thêm thống khổ. Thế nhưng Ngài vẫn luôn nhẫn nại chờ đợi Giu-đa sám hối. Ngài đã dùng việc rửa chân cũng như những lời tâm sự bày tỏ tình thương yêu để khơi động lòng thống hối; lời Ngài tiết lộ: *“Một người trong anh em sẽ nộp Thầy”* là cơ hội và cũng là lời cảnh báo để Giu-đa ‘quay đầu’ lại. Nhưng lương tâm của Giu-đa đã chai lỳ sơ cứng, tiền bạc đã lấp đầy trái tim, ông đã nhắm mắt bước ra khỏi phòng Tiệc ly và đi vào đêm tối. Vì tôn trọng tự do của con người, ngay cả để cứu rỗi con người, Chúa càng đau khổ khi phải bó tay bất lực nhìn Giu-đa cố tình đi vào con đường phản Thầy.

**Mời Bạn** lắng nghe Lời Chúa nói trong cuộc sống bạn, vì chỉ khi lắng nghe bạn mới nhận ra Ngài muốn bạn làm gì. Lời Chúa nói với bạn khi bạn cầm lấy Kinh Thánh, đọc và suy gẫm. Lời Chúa cũng nói với bạn qua một ai đó, qua một biến cố. Dù Lời Chúa đến với bạn bằng cách nào, *“hôm nay, nếu bạn nghe tiếng Chúa, bạn đừng cứng lòng”* (x. Tv 95,7-8).

**Sống Lời Chúa:** Quyết tâm chừa bỏ một tội mà bạn hay phạm nhất. Mặt khác, khi được ai nhắc nhở, sửa sai, bạn đừng vội bực tức họ nhưng hãy xét mình cho kỹ để nhận ra lỗi của mình mà sửa chữa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đã cứu chuộc chúng con bằng một giá rất đắt là bằng chính cái chết của Ngài. Đó là vì tội lỗi chúng con chứ không phải vì tội của ai khác. Xin ban cho chúng con lòng thống hối ăn năn và biết chê ghét tội con trên hết mọi sự. Amen.*

**06/04/23 THỨ NĂM TUẦN THÁNH  
Ga 13,1-15**

**BÀI HỌC KHIÊM TỐN PHỤC VỤ**

***Đức Giê-su biết rằng … Người sắp trở về cùng Thiên Chúa, nên bấy giờ Người đứng dậy, rời bàn ăn, cởi áo ngoài ra, và lấy khăn mà thắt lưng. Rồi Đức Giê-su đổ nước vào chậu, bắt đầu rửa chân cho các môn đệ và lấy khăn thắt lưng mà lau.*** (Ga 13,3-5)

**Suy niệm:** Thánh Gio-an mô tả từng nét việc Chúa Giê-su rửa chân cho các môn đệ trong bữa Tiệc Ly, giống hệt như một khúc phim quay cận cảnh. Nhưng lạ một điều, không một chi tiết nào nhắc đến việc thiết lập bí tích Thánh Thể như trong ba Phúc Âm nhất lãm. Không phải thánh Gio-an quên sót một sự kiện quan trọng như thế, nhưng hẳn là ngài có một chủ ý. Để cho bí tích Thánh Thể không trở thành một kỷ niệm chìm sâu trong quá khứ hay một nghi thức trống rỗng không có nội dung, nó cần được cụ thể hoá thành hành động phục vụ trong khiêm tốn như Chúa Giê-su nêu mẫu gương khi rửa chân cho các môn đệ: *“Nếu Thầy là Chúa, là Thầy mà còn rửa chân cho anh em, thì anh em cũng phải rửa chân cho nhau.”*

**Mời Bạn:** Thầy Giê-su đã ra lệnh truyền như thế thì chúng ta không thể vẫn rước lễ “mỗi năm ít là một lần” hoặc nhiều hơn, hằng tuần, thậm chí hằng ngày, mà không “rửa chân cho nhau”, đó là sẵn sàng làm những việc nhỏ bé hèn mọn nhất để phục vụ người thân của mình.

**Chia sẻ:** Bạn sẽ thực hiện thế nào để *“Bí tích Thánh Thể và công việc bác ái luôn đi đôi với nhau”*?

**Sống Lời Chúa:** Bạn hướng tới việc tham dự thánh lễ để có thể rước Chúa mỗi ngày; và mỗi khi rước Chúa, bạn đừng quên dâng tặng Ngài món quà là một hành vi bác ái cho người anh em.

**Cầu nguyện:** *Đêm nay, bạn hãy dành ít là một giờ chầu Thánh Thể để chiêm ngắm Chúa và tâm sự với Ngài.*

**07/04/23 THỨ SÁU TUẦN THÁNH  
Ga 18,1-19,42**

**TÂM TÌNH BÊN MỘ CHÚA**

***Chúa Giê-su nói: “Mọi sự đã hoàn tất.” Và Người gục đầu xuống trút hơi thở cuối cùng.*** (Ga 19,30)

**Suy niệm:** Giống như trong gia đình khi có người thân qua đời, chúng ta thường ngồi lại nhớ lại, kể lại với nhau những việc người ấy làm, những lời người ấy nói và cách cư xử, cách sống của người ấy. Bao nhiêu kỷ niệm trở về mang cả bầu ký ức tuổi thơ và thời gian sống bên nhau. Hôm nay cả Giáo Hội lặng mình bên mộ Chúa với biết bao nỗi niềm đau đớn thương tâm không chỉ vì tiếc thương một con người đã chết cách tức tưởi đau thương vì những lời dối trá, vu oan, vì những ý đồ ghen tỵ, ham hố quyền lực, mà nhất là càng xót xa não lòng hơn bởi vì chính tội lỗi của mình, của cả nhân loại mới đích thực là nguyên nhân khiến Ngài phải chết như thế để cứu sống chúng ta.

**Mời Bạn** quỳ xuống bên mộ Chúa, phủ phục trước cây thập giá của Ngài và nhớ lại những lời dạy yêu thương, lòng thương xót và những cử chỉ nhân từ của Ngài đối với những ai bé mọn, khổ đau, tội lỗi. Bạn hãy nhớ lại những lần bạn sống bất công và gây ra đau khổ cho người khác, những việc làm như thế chẳng khác nào những mũi đinh, những nhát búa chát chúa đóng vào thân thể Chúa Ki-tô. Điểm nào trong cuộc sống của Thầy Giê-su đánh động tâm hồn bạn nhất? Bạn quyết tâm bắt chước sống như Chúa ở điểm nào?

**Sống Lời Chúa:** Quyết tâm làm một hy sinh, một việc phục vụ tha nhân cách vô vị lợi để vác thập giá theo Chúa Ki-tô.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, xin cho con biết đừng chỉ khóc thương vì những cực hình bất công Chúa gánh chịu mà khóc thương vì chính tội lỗi con, và xin giúp con cùng vác thập giá với Chúa bằng cách sẵn sàng hiến thân mình để góp phần xoá bỏ những bất công, đau khổ anh chị em đang phải chịu. Amen.*

**08/04/23 THỨ BẢY TUẦN THÁNH  
Ga 20,41-42**

**CHÚA GIÊ-SU AN NGHỈ**

***Gần nơi Đức Giê-su bị đóng đinh có một thửa vườn, và trong vườn ấy có một ngôi mộ còn mới, chưa chôn cất ai. Vì hôm ấy là ngày áp lễ của người Do Thái, mà ngôi mộ lại gần bên, nên các ông mai táng Đức Giê-su ở đó.*** (Ga 20,41-42)

**Suy niệm:** Ngày thứ bảy sau khi hoàn tất công trình sáng tạo, Thiên Chúa nghỉ ngơi. Và cũng vào một ngày thứ bảy, sau khi hoàn tất công trình cứu chuộc trên thập giá – một cuộc sáng tạo mới – Chúa Giê-su cũng an nghỉ. Đó là sự an nghỉ trong vâng phục và phó thác: Đấng có thể làm được mọi sự lại cam chịu nhắm mắt xuôi tay, để vâng phục tuyệt đối thánh ý Chúa Cha; Ngài “vô vi”, không làm gì cả, để mọi chấm mọi phẩy trong chương trình cứu chuộc được hoàn tất. Chịu an táng trong mồ tối, Ngài trải qua trọn vẹn thân phận nhập thể chìm sâu tới đáy cùng của kiếp người: *“Ngài đã hoàn toàn trút bỏ vinh quang, mặc lấy thân nô lệ, trở nên giống phàm nhân, sống như người trần thế. Người lại còn hạ mình, vâng lời cho đến nỗi bằng lòng chịu chết, chết trên cây thập tự”* (Pl 2,7-8).

**Mời Bạn:** Phải chăng lắm khi chúng ta khuấy động như những con rối? Lúc đó chúng ta hãy học với Ngài mẫu gương hoàn hảo của lòng vâng phục: án binh bất động những toan tính theo cái tôi ích kỷ để cho Thiên Chúa toàn quyền hành động trên cuộc sống của mình.

**Sống Lời Chúa:** Tập sống “vô vi” như Chúa: - không nói, không hành động khi đang nóng giận, nhất là không nói những lời thô tục, không hành động vũ phu, cộc cằn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin dạy con sống hiền lành và khiêm nhường như Chúa. Xin dạy con biết dừng lại những toan tính theo ý riêng, để thánh ý Chúa được thể hiện trong cuộc sống của con.*

**09/04/23 CHÚA NHẬT PHỤC SINH – A  
Mừng Chúa Sống Lại  
Ga 20,1-9**

**TÔI ĐÃ THẤY CHÚA PHỤC SINH**

***Sáng sớm ngày thứ nhất trong tuần, lúc trời còn tối, bà Ma-ri-a Mác-đa-la đi đến mộ, thì thấy tảng đá đã lăn khỏi mộ.*** (Ga 20,1)

**Suy niệm:** Nhiều người thắc mắc: Tại sao Chúa Ki-tô không thể hiện việc phục sinh một cách tỏ tường, rầm rộ để mọi người dù muốn dù không đều khẩu phục tâm phục, xoá tan mọi thuyết âm mưu? Trái lại, mọi sự diễn ra thật êm ả, hiện trường của sự kiện sống lại chỉ là một ngôi mộ trống: tảng đá lấp cửa mộ đã lăn ra một bên, bên trong mộ tấm khăn liệm với những băng vải được xếp lại gọn gàng. Thế nhưng sự hoang mang ban đầu đã sớm trở thành niềm xác tín. Bà Ma-ri-a Mác-đa-la mới đầu còn hoảng hốt báo tin xác Chúa đã biến mất, nhưng rồi bà đã trở lại, mừng rỡ khẳng định: *“Tôi đã thấy Chúa”* (Ga 20,18). Còn *“người môn đệ* *được Chúa thương mến”* chứng kiến ngôi mộ trống đã điềm đạm cho biết: *“Ông đã thấy và đã tin”* (Ga 20,8).

**Mời Bạn:** Niềm tin Đức Ki-tô phục sinh, ngay từ đầu đã dựa trên những chứng từ vững chắc. 1/ Bao lâu chưa chứng minh được ai đã *“lấy* *trộm xác Chúa”* và động cơ hành động là gì thì sự kiện *“mộ trống”* vẫn là chứng cứ đầu tiên rằng Chúa đã sống lại. 2/ Chứng từ quan trọng và mạnh mẽ nhất đến từ những người môn đệ vốn *“nhát sợ, cứng lòng tin”* (x. Mt 8,26), đã từng trốn chạy, chối Thầy, nay lại mạnh mẽ tuyên bố: *“Chúng tôi đã thấy Chúa, chúng tôi làm chứng”* (x. Cv 2,32). Bạn có suy gẫm về những chứng từ này để rồi chính bạn cũng sẽ làm chứng không?

**Sống Lời Chúa:** Bạn nghiền ngẫm về lời chứng của các tông đồ và quyết tâm làm chứng cho Chúa bằng cả đời sống mình.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su phục sinh, con xin thưa với Chúa như Tô-ma đã thưa: Lạy Chúa con, lạy Thiên Chúa của con. Amen.*

**10/04/23 THỨ HAI TRONG TUẦN BÁT NHẬT PS  
Mt 28,8-15**

**niềm vui trong đấng phục sinh**

***Các bà vội vã rời khởi mộ, tuy sợ hãi những cũng rất đỗi vui mừng, chạy về báo tin cho môn đệ Đức Giê-su hay.*** (Mt 28,8)

**Suy niệm:** Các phụ nữ đã từng gặp gỡ và đi theo Chúa Giê-su, họ biết và yêu mến Ngài. Cái chết của Ngài khiến họ đau buồn dường như tuyệt vọng. Trong nước mắt, họ đã đến mộ Chúa mà than khóc (x. Ga 20,11). Họ chứng kiến *“đất rung chuyển dữ dội”*, họ thấy thiên thần Chúa báo tin *“Ngài đã trỗi dậy và không còn ở đây nữa”.* Thế nhưng bấy nhiêu đó không làm cho họ vơi đi nỗi buồn và lo sợ. Chỉ đến khi Đức Giê-su phục sinh thân hành hiện ra với họ và *“chào các chị em”,* lúc đó bao nhiêu cảm xúc thân thương ùa về, niềm vui gặp Đấng Phục Sinh xua tan mọi nỗi đau buồn, sợ hãi. Họ hớn hở vội vã về báo tin cho anh em, để chia sẻ niềm vui và lời nhắn của Đấng Phục Sinh hẹn gặp họ ở Ga-li-lê để tham gia vào sứ mạng mới: loan truyền tin vui phục sinh.

**Mời Bạn:** Nhà côn trùng học J. Fabre, người đã gặp Chúa trong việc nghiên cứu của mình, đã từng khẳng định rằng: “Sau hơn 30 năm quan sát và nghiền ngẫm, tôi không còn nói được là tôi tin vào Thiên Chúa, mà là đã gặp thấy Người.” Quả thật, chỉ nơi những người có kinh nghiệm cá vị gặp gỡ Thiên Chúa, niềm vui ấy mới lâu bền, vượt trên mọi thử thách. Bạn đã cảm nghiệm Đức Ki-tô phục sinh hiện diện trong cuộc sống của bạn và trao cho bạn sứ mạng nào?

**Sống Lời Chúa:** Bạn chia sẻ cảm nghiệm niềm vui Phục Sinh nơi bạn cho một người sống gần bên bạn bằng một cử chỉ thân ái, bằng tinh thần lạc quan vui tươi và một việc làm bác ái.

**Cầu nguyện:** *Alleluia, Alleluia, Alleluia. Xin Chúa Ki-tô Phục Sinh, xin ban niềm vui của Chúa Phục Sinh cho nhân loại và cho từng người chúng con khi chúng con kết hợp với Chúa. Amen.*

**11/04/23 THỨ BA TRONG TUẦN BÁT NHẬT PS  
Ga 20,11-18**

**NHẬN RA ĐỨC KI-TÔ PHỤC SINH**

***Bà Ma-ri-a tưởng là người làm vườn, liền nói: “Thưa ông, nếu ông đã đem Người đi, thì xin nói cho tôi biết ông để Người ở đâu, tôi sẽ đem Người về ?” Đức Giê-su gọi bà: “Ma-ri-a!” Bà quay lại và nói: “Ráp-bu-ni!” (nghĩa là “Lạy Thầy”).*** (Ga 20,11-18)

**Suy niệm:** Lạ một điều là khi Đức Ki-tô phục sinh hiện ra cho những người thân, rất thân nữa là đàng khác, họ lại không nhận ra Ngài! Ngài mà bà Ma-ri-a tưởng là người làm vườn; hai môn đệ Em-mau nghĩ là khách bộ hành; các môn đệ trên Biển Hồ lầm là khách đi dạo trên biển. Ngài quá thay đổi hay mắt họ có vấn đề? Thật ra, từ nay Đức Ki-tô phục sinh mang chiều kích của cả vũ trụ, không còn bị hạn chế nơi một thân xác thể lý. Ngài hiện diện nơi mọi người, mang lấy khuôn mặt của từng người. Ma-ri-a chỉ nhận ra khi được Ngài gọi đích danh; hai môn đệ nhận ra khi Ngài bẻ bánh; trên Biển Hồ, các môn đệ chỉ khám phá ra Ngài sau mẻ cá lạ. Vậy thì để có thể nhận ra Đức Ki-tô, phải có kinh nghiệm gặp gỡ Ngài, có tương quan cá vị với Ngài.

**Mời Bạn:** Hãy nhận ra Đức Ki-tô phục sinh đang hiện diện nơi những người thân trong gia đình, nơi bạn bè, thậm chí nơi những kẻ bạn không ưa thích. Bạn có cách nào để dễ nhận diện ra Ngài không?

**Sống Lời Chúa:** Tôi sẽ nói năng, cư xử thân ái, hoà nhã với mọi người tôi gặp gỡ mỗi ngày để tập nhận ra Đức Ki-tô phục sinh hiện diện nơi họ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su phục sinh, xin cho chúng con sự sống của Chúa, sự sống làm đời chúng con mãi xanh tươi. Xin cho chúng con bình an của Chúa, bình an làm chúng con vững tâm giữa sóng gió cuộc đời. Xin cho chúng con niềm vui của Chúa, niềm vui làm khuôn mặt chúng con tươi tắn. Xin cho chúng con nhận ra Chúa nơi mọi người.*

(Rabbouni).

**12/04/23 THỨ TƯ TRONG TUẦN BÁT NHẬT PS  
Lc 24,13-35**

**THÊM “LỬA”**

***Người cầm lấy bánh, dâng lời chúc tụng, bẻ ra và trao cho họ. Mắt họ liền mở ra và họ nhận ra Người, nhưng Người biến mất. Họ mới bảo nhau: “Dọc đường, khi Người nói chuyện và giải thích Kinh Thánh cho chúng ta, lòng chúng ta đã chẳng bừng cháy lên sao?”*** (Lc 24,30-32)

**Suy niệm:** Nhà văn Ki-tô giáo nổi tiếng N. Kazantzakis nói rằng: “*Điều tôi quan tâm không phải là con người, mặt đất, bầu trời, mà là ngọn lửa thiêu đốt con người, mặt đất, bầu trời”.* Nếu vậy, ông nghĩ thế nào về hai môn đệ Em-mau hôm nay? Hai môn đệ “*hết lửa*”! Một đội bóng “*hết lửa*” chỉ có từ thua đến thua to! Hai môn đệ “*hết lửa*” với Thầy, với công cuộc của Thầy, chỉ còn nước cờ duy nhất là đào tẩu về nhà! Thế nhưng, khi được gặp Đức Ki-tô phục sinh thì mọi sự đổi khác. Họ được chuyền “lửa”, tiếp thêm “lửa” nhờ Lời và Thánh Thể của Ngài : “*Dọc đường, khi Người nói chuyện… lòng chúng ta đã chẳng bừng cháy lên sao ?”* Đầy “lửa” đến độ họ đứng dậy, vượt quãng đường 12 km ngay trong đêm, để gặp các bạn làm chứng rằng mình đã gặp Thầy.

**Mời Bạn:** Nhìn lại mình để xem bạn còn “lửa” không? Lửa yêu mến Chúa, lửa say mê công cuộc cứu độ cao cả của Ngài, lửa yêu thương đồng loại, lửa yêu mến người thân, nhất là người bạn đời?

**Sống Lời Chúa:** Để thêm “lửa” trong đời sống đạo, tôi sẽ trung thành đọc Lời Chúa và nỗ lực sống Lời ấy mỗi ngày.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, xin cho chúng con ngọn lửa trong Trái Tim Chúa. Xin làm tim chúng con ấm lại mỗi ngày, nhờ được nghe Chúa nói như hai môn đệ về Em-mau, và được Chúa nuôi bằng bánh ban sự sống. Ước gì chúng con luôn có lửa nhiệt tình để hết lòng phụng sự Nước Chúa, lửa tình yêu để vượt qua những hận thù đố kỵ. Amen.*

(Rabbouni)

**13/04/23 THỨ NĂM TRONG TUẦN BÁT NHẬT PS  
Lc 24,35-38**

**NHỊP ĐIỆU PHỤC SINH**

***Hai ông thuật lại những việc đã xảy ra dọc đường và mình đã nhận ra Chúa thế nào khi Người bẻ bánh. Các ông còn đang nói, thì chính Chúa Giê-su đứng giữa các ông và nói: “Bình an cho anh em!”*** (Lc 24,35-36)

**Suy niệm:** Các trình thuật về những lần Chúa Ki-tô phục sinh hiện ra thật dồn dập: Nhóm này đang thuật chuyện mình gặp Chúa thế nào, chưa xong thì nhóm khác lại kể tiếp kinh nghiệm gặp gỡ Đức Ki-tô phục sinh. Kể chưa xong thì Chúa lại hiện đến đứng giữa các ông. Đây không phải là một thủ pháp văn chương của vị thánh sử muốn ghi đậm ấn tượng về biến cố sống lại, mà đó chính là nhịp sống của Hội Thánh ngay từ những ngày đầu cảm nếm mầu nhiệm phục sinh. Điệu luân vũ phục sinh đó gồm mấy động tác cơ bản sau đây : -1/ gặp gỡ Đấng Phục Sinh -2/ quy tụ cộng đoàn -3/ chia sẻ kinh nghiệm gặp Chúa -1/ Chúa Ki-tô phục sinh lại hiện diện giữa cộng đoàn để củng cố và mở ra một kinh nghiệm gặp gỡ mới.

**Mời Bạn:** Những diễn viên múa lành nghề để cho vũ điệu thấm vào máu thịt, rồi toát ra trong từng cử chỉ, bước đi của mình; là ki-tô hữu, chúng ta đã để cho nhịp điệu phục sinh thấm vào máu thịt và toát ra đời sống của mình chưa?

**Chia sẻ:** Bạn có ý thức trong cộng đoàn việc cộng tác chia sẻ là nghĩa vụ của mỗi người để xây dựng cộng đoàn không?

**Sống Lời Chúa:** Mời bạn luyện tập các động tác cơ bản của điệu vũ : -1/ gặp gỡ Đấng Phục Sinh (bằng cách siêng năng rước lễ, suy niệm cá nhân); -2/ quy tụ (gặp gỡ nhóm, gia đình, cộng đoàn của bạn); -3/ chia sẻ (đọc và chia sẻ Lời Chúa); -1/ tiếp tục gặp gỡ Đức Ki-tô. Chúc bạn thành công.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Ki-tô phục sinh, xin ở lại với chúng con.*

**14/04/23 THỨ SÁU TRONG TUẦN BÁT NHẬT PS  
Ga 21,1-14**

**KHÔNG NHƯ MỘT KỶ NIỆM**

***Sau đó, Đức Giê-su lại tỏ mình cho các môn đệ ở Biển Hồ Ti-bê-ri-a. Ông Si-mon Phê-rô và các bạn đang ở với nhau. Ông nói với họ: “Tôi đi đánh cá đây”. Các ông đáp: “Chúng tôi cùng đi với anh”. Rồi mọi người ra đi, lên thuyền, nhưng đêm ấy họ không bắt được gì cả.”*** (Ga 21,1-3)

**Suy niệm:** Ta thường trân trọng những kỷ niệm: một món quà lưu niệm, tấm hình ngày xưa còn bé, nhất là người xưa cảnh cũ… Trân trọng kỷ niệm là điều tốt, thế nhưng, coi Đức Giê-su như một kỷ niệm thì không được! Đó là trường hợp các môn đệ bên bờ Biển Hồ hôm nay. Các ông quên lời Thầy: trở thành kẻ lưới người, dường như các ông chỉ quen và thích lưới cá hơn! Thầy Giê-su đã quy tụ các ông thành một nhóm, và rồi hôm nay dường như Ngài không còn hiện diện với các ông nữa mà chỉ là một kỷ niệm đẹp của chuyện ngày xưa! Chính lúc ấy, Đức Giê-su phục sinh hiện đến, nhắc các ông nhớ rằng Ngài vẫn hiện diện bên cạnh, chu đáo săn sóc và giúp các ông thành công trong công cuộc lưới người như lưới cá, mà mẻ lưới đầy cá là một biểu tượng.

**Mời Bạn:** Đừng xem Đức Ki-tô phục sinh như một nhân vật của quá khứ, như một kỷ niệm đẹp của thời xưa. Ngài là Đấng đang sống, đồng hành với bạn trên mọi nẻo đường đời và biến cuộc sống của bạn trở nên một với cuộc sống của Ngài.

**Sống Lời Chúa:** Mỗi sáng khi thức dậy, tôi nhớ rằng Đức Ki-tô phục sinh đang ở với tôi, ân cần chăm sóc và giúp tôi sống phẩm giá cao trọng của người con Chúa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, xin thứ lỗi cho chúng con khi chúng con chỉ coi Chúa như một kỷ niệm ngày xưa, mà không như một Thiên Chúa đang sống, đang hoạt động trong cuộc đời mỗi người chúng con. Xin giúp chúng con nhận ra và cố gắng sống với Chúa thật tốt đẹp. Amen.*

**15/04/23 THỨ BẢY TRONG TUẦN BÁT NHẬT PS  
Mc 16,9-15**

**ĐI RA ĐỂ LOAN BÁO TIN MỪNG**

***“Anh em hãy đi khắp tứ phương thiên hạ.”*** (Mc 16,15)

**Suy niệm:** Trước khi về trời, Chúa Giê-su đã truyền mệnh lệnh tối hậu cho các môn đệ rằng: “*Anh em hãy đi khắp tứ phương thiên hạ, loan báo Tin Mừng cho mọi loài thọ tạo*”. Thế nên, loan báo Tin Mừng là căn tính của mọi Ki-tô hữu. Không thực hiện sứ mạng đó, người Ki-tô hữu không còn là Ki-tô hữu nữa. Sứ mạng này có độ lan rộng đến *“tứ phương thiên hạ”* và có đối tượng mở rộng đến *“mọi loài thọ tạo”*. Vì thế, để loan báo Tin Mừng, trước hết, người môn đệ phải dám ra khỏi chính mình. Nếu không ra khỏi chính mình, ra khỏi vùng an toàn của mình, người môn đệ sẽ không thể đến với người khác để loan báo Tin Mừng cho họ. Khi đó, người môn đệ sẽ chỉ trú mình trong cái vỏ ốc của mình, vốn sẽ cầm giữ và ngăn cản mình đến với người khác. Ra khỏi mình để đến với người khác. Trong tông huấn *“Niềm Vui Tin Mừng”* ĐTC Phan-xi-cô mời gọi: *“Tôi thà có một Hội Thánh bị bầm dập, mang thương tích và nhơ nhuốc vì đi ra ngoài đường, hơn là một Hội Thánh ốm yếu vì bị giam hãm và bám víu vào sự an toàn của mình*”.

**Mời Bạn:** Không cần phải đi du lịch vòng quanh thế giới mới là đi ra. Loan Tin Mừng trong thời hiện đại này là đến với mọi người mà bạn gặp gỡ ngay hôm nay, là đem Tin Mừng vào mọi lãnh vực văn hoá, xã hội mà bạn tiếp cận, là chăm sóc môi trường đang bị lạm dụng trái với ý muốn của Thiên Chúa, Đấng Tạo Thành.

**Sống Lời Chúa:** Hôm nay, tôi làm vệ sinh thu dọn rác thải trong khu vực tôi đang sinh sống như một hành vi loan báo Tin Mừng.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đã sống lại, xin phục sinh tâm hồn con và cho con biết đi ra để đem niềm vui Phục sinh đến cho mọi người. Amen.*

**16/04/23 CHÚA NHẬT TUẦN 2 PS – A   
Kính Lòng Chúa Thương Xót  
Ga 20,19-31**

**THƯƠNG XÓT ĐEM LẠI BÌNH AN**

***“Bình an cho anh em, rồi Người bảo ông Tôma: đặt ngón tay vào đây và hãy nhìn xem tay Thầy, đưa tay ra và đặt vào cạnh sườn Thầy….”*** (Ga 20,26-27)

**Suy niệm:** Thánh giáo hoàng Gio-an Phao-lô II đã đặt Chúa Nhật II Phục sinh làm ngày kính lòng Chúa thương xót. Tin Mừng hôm nay trình bày cho chúng ta dung mạo của lòng thương xót của Chúa. Chúa Ki-tô, Đấng phục sinh hiện ra với các tông đồ một lần nữa, lần này có cả Tô-ma, người đã không tin. Chúa không trách mắng các môn đệ vì họ đã nhát sợ trốn chạy khi Ngài chịu khổ nạn. Ngài đến để củng cố lòng tin yếu kém của họ. Ngài chiều ý cả Tô-ma, cho phép ông đụng chạm đến dấu đinh và vết thương cạnh sườn để phá tan sự sợ hãi, hoài nghi của ông. Lòng thương xót của Chúa không muốn bất cứ ai, dù chỉ một người, bị loại khỏi cộng đoàn những người tin để được cứu độ. Chính lòng thương xót đó đã giúp Tô-ma được biến đổi hoàn toàn, và ông đã tuyên xưng thật mạnh mẽ: “*Lạy Chúa tôi! Lạy Thiên Chúa của tôi.”*

**Mời Bạn:** *Đạo của bạn là đạo tình yêu ư? Xin đừng nói nhiều, hãy cho tôi xem những chứng tích tình yêu của bạn đi!* M. Gandhi đã từng tuyên bố với người công giáo như thế. Thật vậy để làm chứng cho lòng thương xót Chúa Giê-su Phục Sinh, chúng ta chỉ cần thực hiện giới răn: *“Anh em hãy yêu thương nhau như Thầy đã yêu thương anh em”* (Ga 13,34).

**Sống Lời Chúa:** Đem lời chúc bình an trong thánh lễ thành việc làm đem bình an đến cho những người bạn gặp gỡ trong cuộc sống hằng ngày.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su Phục Sinh! Xin xua tan bón đêm sợ hãi trong tâm hồn chúng con và ban cho chúng con bình an của Chúa.**“Vì cuộc khổ nạn đau thương của Chúa Giê-su Ki-tô, xin thương xót chúng con và toàn thế giới!”*

**17/04/23 THỨ HAI TUẦN 2 PS  
Ga 3,1-8**

**DIỄM PHÚC ĐƯỢC TÁI SINH LÀM CON CÁI CHÚA**

***Đức Giê-su đáp: “Thật, tôi bảo thật ông: không ai có thể vào Nước Thiên Chúa, nếu không sinh ra bởi nước và Thần Khí.”*** (Ga 1,5)

**Suy niệm:** Một cảnh tượng gây tò mò: một cụ già và là bậc vị vọng trong dân, đó là ông Ni-cô-đê-mô, đang đêm như thể là lén lút, đến gặp Đức Giê-su, bàn luận với Ngài *“về những chuyện trên trời”* (Ga 3,12). Và còn lạ lùng hơn, khi cụ già ấy được kêu mời *“phải tái sinh”* để có thể *“nhìn thấy Nước Thiên Chúa”.* Chuyện lạ lùng đó là việc *“sinh lại bởi ơn trên”,* nghĩa là sinh lại *“bởi nước và Thần Khí”,* điều mà bấy giờ ông Ni-cô-đê-mô chưa hiểu nhưng chúng ta đã hiểu đó là tái sinh trong bí tích Rửa Tội để trở thành con cái Thiên Chúa và gia nhập vào Gia đình Hội Thánh.

**Mời Bạn:** Bạn và tôi thật diễm phúc vì được mang một danh phận cao quý là con cái Thiên Chúa nhờ lãnh nhận bí tích Rửa Tội. Vậy mỗi người nhận biết ơn riêng Chúa ban để sống như người con hiếu thảo của Chúa, đó là cuộc sống trong Chúa Giê-su Ki-tô, như thánh Phao-lô tông đồ nói: “*Tôi sống, nhưng không còn phải là tôi sống, mà Đức Kitô sống trong tôi*” (Gl 2,20).

**Sống Lời Chúa:** Dâng một lời cầu nguyện cho một người thân, một người bạn chưa có cơ hội được nhận biết Chúa và bạn hãy làm chứng tá cho Chúa qua cách sống của bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con nhận ra niềm hạnh phúc vinh dự cao quý được làm con cái Chúa để con luôn cố gắng sống xứng đáng với danh hiệu Ki-tô hữu, và cũng xin Chúa giúp sức cho con để qua đời sống của con, mọi người nhận ra hiệu quả của Thần Khí và ngợi ca Danh Chúa. Amen.*

**18/04/23 THỨ BA TUẦN 2 PS  
Ga 3,7b-15**

**“CẢNH VỰC THẦN LINH”**

***“Gió muốn thổi đâu thì thổi; ông nghe tiếng gió, nhưng không biết gió từ đâu đến và thổi đi đâu. Ai bởi Thần Khí mà sinh ra thì cũng vậy.”*** (Ga 3,8)

**Suy niệm:** Nhìn mây bay, lá lao xao, cờ phất phới, hơi mát lướt qua làn da, ta biết có gió, gió đang thổi, không khí đang chuyển động. Ta không nhìn thấy gió nhưng ta biết chắc chắn có gió nhờ thấy hiệu quả hoạt động của nó. Đức Giê-su đã dùng hình ảnh của gió để nói lên sức tác động âm thầm nhưng mạnh mẽ của Thánh Linh nơi con người trong thế giới. Bằng những hoạt động phong phú của Ngài, - mượn một hình ảnh của cha P. Teilhard de Chardin - Chúa Thánh Thần dùng quyền năng sáng tạo bao bọc thế giới này trong một “cảnh vực thần linh”, là môi trường sinh thái thần linh cho mọi hoạt động của những người được tái sinh làm con cái Thiên Chúa.

**Mời Bạn:** Nhớ rằng từ ngày lãnh nhận bí tích Thánh Tẩy và Thêm sức, bạn đang hít thở, sinh sống, lớn lên trong môi trường Thánh Thần. Mỗi khi bạn cầu nguyện, đọc Lời Chúa, chia sẻ với nhóm Lời hằng sống ấy, mỗi khi bạn nỗ lực chống lại các khuynh hướng xấu, quên mình để phục vụ tha nhân, là bạn đang lớn lên trong và nhờ Thánh Thần.

**Sống Lời Chúa:** Thức dậy bắt đầu một ngày sống, bạn hãy nhớ ngay đến Chúa Thánh Thần, dâng mọi việc bạn sẽ làm trong ngày cho Chúa. Và vì ý thức mình đang sống trong môi trường sinh thái Thánh Thần, bạn sẽ xa tránh tội lỗi để không làm ô nhiễm môi trường Thánh Thần ấy.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Thánh Thần, chúng con hay quên lãng Chúa vì Chúa hoạt động quá âm thầm và kín đáo. Xin nâng đỡ chúng con luôn bước đi theo sự hướng dẫn của Chúa trong từng phút giây của cuộc đời. Amen.*

**19/04/23 THỨ TƯ TUẦN 2 PS  
Ga 3,16-21**

**QUÀ TẶNG ĐỜI SỐNG MỚI**

***“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:** Quà tặng cũng là một trong những ngôn ngữ của tình yêu; gói ghém trong các món quà là những ý tứ, tâm tình người ta muốn trao gửi cho nhau. Yêu thương nhân loại,Thiên Chúa trao ban cho họ một món quà trao vô giá là chính Con Một Ngài. Cũng với việc trao ban Người Con, Thiên Chúa cũng trao ban cho nhân loại sự sống vĩnh cửu, sự sống của Thiên Chúa. Một quà tặng đổi đời theo đúng nghĩa bởi vì từ đó con người được làm con Chúa, nối kết với chính Thiên Chúa và gia nhập vào gia đình Thiên Chúa. Khi nói chuyện với ông Ni-cô-đê-mô, Chúa Giê-su cho biết tái sinh bởi Thánh Thần là điều kiện thiết yếu để đón nhận hồng ân sự sống mới này.

**Mời Bạn:** Thiên Chúa trao cho bạn hai báu vật quý giá nhất là tình yêu và sự sống. Ki-tô hữu là người nhận biết và tin vào tình yêu Thiên Chúa dành cho mình và đã đón nhận tình yêu và sự sống này trong Bí tích Rửa tội. Cảm nhận điều này, chân phước An-rê Phú Yên kêu mời: “*Hãy lấy tình yêu đáp đền tình yêu; hãy lấy sự sống đáp đền sự sống*”. Bạn có nhận ra tình yêu Thiên Chúa dành cho bạn trong Đức Ki-tô không? Bạn làm gì làm gì để đáp đền tình yêu Thiên Chúa?

**Sống Lời Chúa:** “*Có thể cho mà không thương; nhưng thương không thể nào không cho*”. Bắt chước Thiên Chúa, tôi tập quan tâm đến những nhu cầu của người khác và biết chia sẻ với họ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Cha, cảm tạ Cha đã ban cho chúng con sự sống đời đời nhờ Con Một Cha là Đức Giê-su Ki-tô. Xin cho chúng con biết sống bằng sức sống của Ngài; đồng thời cũng biết làm cho người khác nhận biết và yêu mến Ngài. Amen.*

**20/04/23 THỨ NĂM TUẦN 2 PS   
Ga 3,31-36**

**DÁM TIN VÀO CHÚA**

***“Ai tin vào Người Con thì được sự sống đời đời.”*** (Ga 3,36)

**Suy niệm:** Chuyện kể rằng một cậu bé đang ngủ trên lầu, đang đêm bỗng phát hiện căn nhà bốc cháy, cậu chạy ra ban con và gọi: “Ba ơi cứu con!” Ba cậu từ dưới gọi lên: “Con ơi, nhảy xuống đi, có ba ở đây!” Nhìn thấy khói mù mịt, cậu bé nói: “Nhưng con không nhìn thấy ba.” Người cha thúc giục: “Con không thấy nhưng ba đang ở đây, con cứ nhảy xuống đi.” Cậu bé đã nhảy xuống và được an toàn trong vòng tay của cha, cậu được cứu sống nhờ tin tưởng tuyệt đối vào cha mình. Câu chuyện đó phần nào minh hoạ niềm tin chúng ta phải có nơi Thiên Chúa. Thiên Chúa luôn yêu thương chúng ta hết mực, Người đã làm mọi cách để cứu độ chúng ta, bằng cả cái chết của Con mình là Đức Giê-su. Đức Giê-su đã bảo đảm cho chúng ta Ơn Cứu độ, phần chúng ta là tin và đón nhận Người Con ấy mà thôi.

**Mời Bạn:** Trong xã hội ngày nay, niềm tin vào Thiên Chúa nơi Đức Giê-su gặp thử thách hơn bao giờ hết: óc thực dụng đòi hỏi lợi ích thấy được và được kiểm chứng, đề cao tự do cá nhân, đòi chất vấn về mọi giáo huấn của Chúa và những mầu nhiệm thánh thiêng nhất. Đón nhận Đức Giê-su cần sự yêu thương để tin tưởng, để dám chấp nhận và làm theo giáo lý của Người. Bạn có sẵn sàng buông bỏ và chấp nhận con đường thập giá của Đức Giê-su và để được phục sinh với Ngài không?

**Chia sẻ:** Bạn hãy chia sẻ về một thử thách trong đời sống đức tin của mình, và bạn đã vượt qua thử thách ấy thế nào.

**Sống Lời Chúa:** Tâm sự với Chúa bằng lời của thánh Phê-rô: *“Bỏ Thầy chúng con biết theo ai, vì chỉ Thầy mới có lời ban sự sống”* (Ga 6,68).

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, xin ban ơn cho con luôn vững tin và dám phó thác cuộc đời mình nơi Chúa. Amen.*

**21/04/23 THỨ SÁU TUẦN 2 PS  
Th. An-sen-mô, giám mục, tiến sĩ HT  
Ga 6,1-15**

**BÁNH CỦA LÒNG YÊU THƯƠNG**

***“Ta mua đâu ra bánh cho họ ăn đây?”*** (Ga 6,5)

**Suy niệm:** Một đôi lần hóa bánh ra nhiều nuôi đám đông đi theo nghe lời Chúa hẳn không đáp ứng nổi cơn đói khát lương thực của người nghèo. Biết thế nhưng Chúa Giê-su vẫn làm phép lạ, vừa minh chứng quyền năng, vừa biểu lộ tình thương của Ngài với đông đảo dân chúng: *“Thầy chạnh lòng thương đám đông”* (Mc 8,2). Việc chạnh lòng thương ấy được diễn tả cụ thể qua những tấm bánh không lao động mà vẫn được ăn no nê, thậm chí còn dư mười hai thúng đầy! Tình thương Chúa không dừng lại ở đám đông dân chúng ngày ấy, nhưng còn bao phủ con người qua mọi đời. *Ngước mắt lên*, Chúa Giê-su luôn thấy hiện ra đám đông bơ vơ không người chăn dẫn, đám đông có nguy cơ bị sói dữ ăn thịt. Đó là những anh chị em lạc xa đàn chiên Chúa.

**Mời Bạn:** Là môn đệ Chúa Ki-tô, ta cũng được mời gọi phụ giúp Ngài một tay: tìm em bé có bánh và cá, bảo người ta ngồi xuống để nghe Chúa dạy dỗ, phân phát bánh và cá… như các tông đồ ngày xưa. Ngoài việc tham gia các hội đoàn Công giáo, bạn có thể xem trong môi trường mình đang sống, mình có thể thực hiện những công việc tông đồ giáo dân nào? Qua bạn, người khác nhận được tấm bánh tình yêu, nghiệm thấy việc Chúa làm trong đời mình, đặt một dấu hỏi về sự hiện hữu của Ngài.

**Sống Lời Chúa:** Đọc các dấu chỉ Chúa đã và đang thực hiện cho ta hôm nay, ít ra tự vấn “Chúa muốn tôi làm gì” trong hoàn cảnh nọ, tình huống kia.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa đã hóa bánh ra nhiều để nuôi dân chúng ngày xưa. Nay xin cho con cũng sốt sắng đến với Thánh Thể Chúa, để được Chúa ban nguồn sức sống thần linh, cũng như trở thành tông đồ Thánh Thể. Amen.*

**22/04/23 THỨ BẢY TUẦN 2 PS  
Ga 6,16-21**

**“thầy đây, đừng sơ!”**

***Biển động, vì gió thổi mạnh… Đức Giê-su đi trên mặt Biển Hồ và đang tới gần thuyền. Các ông hoảng sợ. Nhưng Người bảo các ông : “Chính Thầy đây, đừng sợ!”*** (Ga 6,18-20)

**Suy niệm:** Các môn đệ Chúa Giê-su quả là có nhiều lý do để sợ. Một con thuyền nhỏ tròng trành giữa Biển Hồ mênh mông, bên dưới thì chao đảo vì gió to sóng lớn, bên trên đêm tối mây mù che phủ, không ngọn hải đăng, không một ánh sao. Đã hoảng sợ họ lại càng hoảng sợ hơn: Thầy mình đang đi trên mặt nước đến với họ, chưa kịp định thần để nhận ra Thầy, họ lại hốt hoảng lên vì tưởng mình thấy ma.

**Mời Bạn:** Những môn đệ của Đức Ki-tô ngày nay cũng lâm vào tình huống tương tự: không điểm tựa giữa biển trần gian trong đêm tối của đức tin. Này nhé, nếu bạn nói “Ta biết có Thiên Chúa nhờ nhìn xem trời đất muôn vật” thì cũng có khối người cũng dựa vào vũ trụ vật chất này để phủ nhận rằng không có Thiên Chúa. Toàn bộ niềm tin dựa trên cơ sở là Đấng Cứu Thế đã chết nay sống lại (1Cr 15,14-19); thế mà tất cả vật chứng chỉ là một ngôi mộ trống và mấy miếng vải liệm, còn chính Ngài thì không thấy (Lc 24,24). Các môn đệ đã hết sợ khi họ nhận ra Chúa và để Ngài đồng hành với họ. Như các môn đệ, bạn cũng hãy mời Ngài lên cùng thuyền với mình.

**Chia sẻ:** Có bao giờ bạn thấy đức tin của mình bị chao đảo? Và bạn tìm lại được sự bình an trong niềm tin như thế nào? Mời bạn chia sẻ kinh nghiệm ấy.

**Sống Lời Chúa:** Bạn hãy kết hợp thường xuyên với Ngài bằng cách siêng năng rước lễ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa hứa ở lại với chúng con mọi ngày cho đến tận thế, con xin được đến ở với Chúa mọi giây phút trong suốt đời con.*

**23/04/23 CHÚA NHẬT TUẦN 3 PS – A   
Lc 24,13-35**

**GIẢI ĐÁP CỦA ĐẤNG PHỤC SINH**

***Người cầm lấy bánh, dâng lời chúc tụng, bẻ ra trao cho họ, mắt họ mở ra và họ nhận ra Người… Họ mới bảo nhau: “Dọc đường, khi Người nói chuyện và giải thích Kinh Thánh, lòng chúng ta đã chẳng bừng cháy lên sao?”*** (Lc 24,30-32)

**Suy niệm:** Đức Ki-tô Phục Sinh xuất hiện trên đường như một lữ khách. Người đã giải thích cuộc đời mình dưới ánh sáng Kinh Thánh. Việc duyệt lại đời Ngài giúp hai môn đệ Em-mau duyệt lại đời mình. *“Lòng ta đã chẳng bừng cháy khi nghe Người giải thích Kinh thánh trên đường chiều đó sao?”* Qua cuộc đàm thoại và chuyến hội ngộ bên quán trọ chiều hôm ấy, với những cử chỉ thân quen của Chúa *“cầm lấy bánh bẻ ra”,* họ đã nhận ra người đã chết nay là Đấng hằng sống. Tháng ngày quá khứ dường như đã chết của họ nay lại hồi sinh. Chỉ khi nhận ra Chúa Phục sinh, cuộc đời mới trở thành niềm vui.

**Mời Bạn:** Đức Ki-tô vẫn luôn hiện diện Người đồng hành với chúng ta trên khắp nẻo đường đời. Hãy đọc cho ra mặc khải Chúa trong Thánh Kinh, sẽ thấy lửa đức tin bừng sáng lên, dù có xuôi vạn lý, cũng không thấy đường đời đơn côi. Đức tin không phải là một mớ kiến thức học được trong sách vở, nhưng là cuộc gặp gỡ cá vị và trực tiếp với Đức Ki-tô. Lời Chúa làm đảo lộn tâm hồn, Thánh Thể giúp ta tiếp nhận sự sống đời đời của Đấng Phục Sinh.

**Chia sẻ:** Bạn đã giúp gia đình bạn cầu nguyện và sống lời Chúa thế nào?

**Sống Lời Chúa:** Kiên trì đọc Lời Chúa mỗi ngày và xin cho Lời Chúa biến đổi giúp bạn bỏ đi một tính xấu.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con luôn biết lắng nghe Lời Chúa, vì Lời Chúa là sức sống đời con, là ánh sáng đời con, là đường để con hằng đi tới. Amen.*

**24/04/23 THỨ HAI TUẦN 3 PS  
Th. Phi-đen Dích-ma-ring-ngân, linh mục  
Ga 6,22-29**

**LƯƠNG THỰC THƯỜNG TỒN**

***“Chúng tôi phải làm gì để được gọi là làm việc của Thiên Chúa?”… “Các người hãy tin vào Đấng Ngài sai đến.”*** (Ga 6,28-29)

**Suy niệm:** Sau khi được Chúa Giê-su nuôi dưỡng bằng phép lạ hóa bánh ra nhiều, dân Do Thái ngày ấy đi tìm Người để tôn làm vua. Họ tôn vinh Người không phải vì tin, nhưng vì được nuôi ăn, được no cái bụng: *“động cơ thúc đẩy họ vẫn là mùi vị của bánh trần gian: họ không nhìn thấy trong ân huệ bánh dư thừa, dấu chỉ của một lương thực khác phải tìm kiếm, thứ lương thực thường tồn ban phúc trường sinh mà Con Người sẽ ban cho.”*[[1]](#footnote-1) Cũng vậy, phải lo lắng chuyện cơm-áo-gạo-tiền hàng ngày, lắm khi chúng ta quên mất mình đang có loại lương thực đảm bảo cho sự sống đời đời là chính Đức Giê-su. Khi chúng ta tin vào Người, mọi lo toan ấy trở nên nhẹ nhàng, ta biết giới hạn của chúng, những giá trị tạm thời. Đừng để những cái tạm bợ làm tiêu tan điều vĩnh cửu.

**Mời Bạn:** Bạn dồn tất cả sức lực, tài năng cho một danh hiệu, địa vị hay tài sản nào đó, nhưng cuối cùng, bạn sẽ cảm thấy trống rỗng, vì chúng chẳng giúp bạn đạt tới niềm vui trọn vẹn, sâu lắng của cuộc đời. Vì thế *“đừng mải chạy theo những gì không đem lại hạnh phúc đích thực,”* bạn nhé! (x. Mỗi ngày một tin vui).

**Chia sẻ:** Những hoạt động hàng ngày của bạn chỉ nhắm đến việc phục vụ thân xác, sở thích, hay giúp bạn bồi bổ niềm tin vào Đức Giê-su?

**Sống Lời Chúa:** Từ bỏ một nết xấu để sống trọn vẹn cho Chúa hơn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa là gia nghiệp đời con. Xin cho con luôn khát khao thần lương là chính Chúa, để con thanh thoát sống đời tạm này trong ân nghĩa Ngài. Amen.*

**25/04/23 THỨ BA TUẦN 3 PS  
Th. Mác-cô, tác giả Tin Mừng  
Mc 16,15-20**

**TRỞ THÀNH CHỨNG NHÂN**

***“Anh em hãy đi khắp tứ phương thiên hạ, loan báo Tin Mừng cho mọi loài thọ tạo.”*** (Mc 16,16)

**Suy niệm:** Không phải ngẫu nhiên mà cả bốn sách Tin Mừng đều kết thúc bằng lời mời gọi làm chứng cho Chúa Kitô Phục Sinh. Còn nhớ tối hôm ấy sau bữa Tiệc Ly, các môn đệ đều hoảng loạn khi Thầy bị bắt. Một bóng đen sợ hãi đã bao trùm trên họ khi Chúa Giêsu bị kết án tử hình; hòn đá lấp cửa mồ cũng khép lại nơi họ mọi hy vọng. Họ đứng trước một tương lai vô định. Thế rồi điều họ không mong đợi lại xảy đến: **Đức Giê-su phục sinh**. Chính Ngài đã hiện đến với các ông và truyền lệnh cho các ông “đi khắp tứ phương thiên hạ” để loan báo Tin Mừng vĩ đại này. Họ trở thành chứng nhân bởi vì họ *“không thể nào không nói lên những gì mắt thấy tai nghe”* (x. Cv 4,20).

**Mời Bạn:** Cuộc gặp gỡ Đức Kitô “chỗi dậy từ cõi chết” khiến các môn đệ đầy xác tín loan báo Tin Mừng với tư cách là chứng nhân, dám đem mạng sống mình làm bảo chứng cho lời mình rao giảng. Như thế lệnh truyền của Đức Kitô “Hãy đi loan báo Tin Mừng” không phải là mệnh lệnh áp đặt từ bên ngoài mà là lẽ sống còn của người kitô hữu. Đã tin vào Chúa Kitô phục sinh thì không thể không loan báo tin mừng Ngài sống lại.

**Chia sẻ:** Truyền giáo là lệnh truyền của Chúa. Hôm nay bạn phải thực hiện lệnh truyền đó thế nào?

**Sống Lời Chúa:** Thực hành một giá trị của Tin Mừng như sống trung thực, khiết tịnh, hiền lành với ý hướng làm chứng và loan báo sứ điệp đó cho anh em lương dân.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Ki-tô Phục Sinh, là nguồn mạch và là nội dung niềm tin của chúng con - xin biến đổi chúng con trở nên chứng nhân Tin Mừng trong đời sống mỗi ngày. Amen.*

**26/04/23 THỨ TƯ TUẦN 3 PS  
Ga 6,35-40**

**CÓ THỨ BÁNH TRƯỜNG SINH**

***“Chính tôi là bánh trường sinh. Ai đến với tôi, không hề phải đói; ai tin vào tôi, chẳng khát bao giờ.”*** (Ga 6,35)

**Suy niệm:** Thế giới quảng cáo ngày nay không ngại dùng những từ cường điệu nhất để đề cao chất lượng sản phẩm của mình. Song chẳng có hãng bánh nào dám quảng cáo bánh của mình là bánh trường sinh. Ở đây, Đức Giê-su tuyên bố rõ rằng Người là bánh trường sinh! Điều mà không ai dám mơ, lại hoàn toàn có thật! Đám đông dân chúng lặn lội vượt Biển Hồ, tuốn đến với Đức Giê-su, không phải vì tìm Người cho bằng tìm... bánh! (Hôm qua Chúa mới cho trên 5.000 người ăn bánh no nê, còn dư 12 thúng đầy). Hôm nay Chúa không hóa bánh ra nhiều cho họ nữa, thay vào đó, Người tiết lộ rằng chính Người là Bánh trường sinh. Như một trò chơi lớn giải mật thư đi tìm kho báu, họ được dẫn đi từ thứ bánh thông thường (nhu cầu mà họ cảm nghiệm rất rõ, rất quen thuộc) đến thứ bánh có một không hai : bánh trường sinh (là nhu cầu thâm sâu nhất nơi mỗi người, song cũng rất thường bị thờ ơ).

**Mời Bạn:** Trong khi cố gắng đáp ứng những nhu cầu vật chất trong cuộc sống thường ngày, chúng ta đừng lãng quên tìm kiếm sự sống tâm linh, sự sống vĩnh cửu, đó mới là nhu cầu quan trọng số một.

**Chia sẻ:** Chúa Giê-su là bánh trường sinh, theo bạn, đâu là thái độ hưởng ứng thích đáng nhất đối với sứ điệp này ?

**Sống Lời Chúa:** Hôm nay, trước mỗi bữa ăn, bạn xin Chúa cho mình biết đói khát bánh trường sinh của Chúa.

**Cầu nguyện:** *“Lạy Chúa, Chúa là Bánh Hằng sống. Xin ban cho con bánh ấy để hồn con không còn phải đói. Chúa là mạch nước trường sinh. Xin ban cho con nước ấy để con được sống muôn đời.”* Hoặc hát “*Ta là Bánh hằng sống*”.

**27/04/23 THỨ NĂM TUẦN 3 PS  
Ga 6,44-51**

**ĐƯỢC “LÔI KÉO” ĐẾN BÀN TIỆC THÁNH THỂ**

***“Tôi là bánh hằng sống từ trời xuống. Ai ăn bánh này sẽ được sống muôn đời.”*** (Ga 6,51)

**Suy niệm:** Ta vẫn thường tham dự bàn tiệc Thánh Thể, ít nhất vào Chúa nhật. Ta coi đó là chuyện bình thường, do lòng tin, đạo đức của mình. Thế nhưng, ta quên mất rằng trong thói quen đơn giản ấy, còn có Thiên Chúa, Cha của Đức Giê-su Ki-tô: *“Chẳng ai đến được với tôi, nếu Chúa Cha là Đấng sai tôi, không lôi kéo người ấy”* (Ga 6,44). Nói cách khác Chúa Cha là Đấng chủ động đưa ta đến với Chúa Giê-su, thúc dục ta tin theo Con Một Ngài. Ngài còn căn dặn: *“Đây là Con yêu dấu của Ta, Ta hài lòng về Người, các ngươi hãy vâng nghe Người”* (Mt 17,5). Chúa Giê-su, Người Con yêu dấu ấy, là *con đường* đưa ta đến với Chúa Cha trên thiên đàng, bảo đảm cho ta hạnh phúc vô cùng quý giá: *“Ai ăn bánh này sẽ được sống muôn đời”* (Ga 6,51).

**Mời Bạn:** Chúa Cha “lôi kéo” bạn đến với Chúa Giê-su, nhưng không làm bạn mất tự do. Nếu trân quý đáp lễ theo sự lôi kéo yêu thương của Ngài, bạn đi vào một mối tương quan mới, đầy hạnh phúc nhưng cũng không thiếu thách đố. Hạnh phúc vì được kết bạn với một vị Chúa cao cả, với Trái tim nhân hậu; thách đố vì theo Ngài, phải chấp nhận từ bỏ chính mình, đối nghịch lại tính xác thịt cố hữu của bạn.

**Sống Lời Chúa:** Mỗi ngày tôi dành ưu tiên cho việc tham dự Thánh lễ; nếu không được, viếng Chúa ít phút; nếu không thể được nữa thì rước lễ thiêng liêng.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, cảm tạ Chúa là Bánh Hằng Sống từ trời xuống đem lại cho con sự sống đời đời. Xin cho con năng đến cùng Chúa qua việc đọc Lời Chúa, nhất là trong Bí tích Thánh Thể để con được sống và sống dồi dào. Amen.*

**28/04/23 THỨ SÁU TUẦN 3 PS  
Th. Phê-rô Sa-nen, linh mục, tử đạo  
Ga 6,52-59**

**Ở LẠI ĐỜI NÀY VÀ ĐỜI SAU**

***“Ai ăn thịt và uống máu tôi, thì ở lại trong tôi, và tôi ở lại trong người ấy.”*** (Ga 6,56 )

**Suy niệm:** Tại hội đường Ca-phác-na-um ngày ấy, Chúa Giê-su xác quyết Ngài là Bánh trường sinh, Bánh từ trời xuống. Vì là người thật, nên Ngài ban Thịt Máu mình làm của ăn của uống cho những ai tin vào Ngài. Khi đón nhận Thịt Máu Chúa Giê-su trong Thánh lễ, ta được đi vào trong mối tương quan tình yêu của Thiên Chúa, thậm chí được “*chuyển đổi thành Thiên Chúa*” (Thánh Tô-ma A-qui-nô). Khi hiến mình trên thập giá và trên bàn thờ mỗi ngày, Chúa Giê-su biến cuộc Vượt qua ngày nào thành cử chỉ yêu thương trong hiện tại. Vì thế, “***ở lại trong***” Chúa đồng thời phải mở ra cho ta con đường tình yêu: hiến trao, nên một ở đời này và đời sau với Chúa. Thánh Thể là bảo chứng cho ơn phục sinh.

**Mời bạn:** Khi rước lễ, bạn đón nhận Chúa Giê-su, để Ngài biến đổi bạn từ bên trong, chuẩn bị cho bạn lên thiên đàng. Thiên Chúa hiến mình cho bạn, muốn bạn biến đổi nhờ hiệp lễ. Hãy để cho tình yêu của Ngài thu hút bạn! Để được như thế, “*ta phải quyện đời ta quanh Thánh Thể. Mắt hướng về Chúa là Ánh sáng; trái tim đặt rất gần Trái Tim thánh của Chúa; cầu xin Người ơn tuyên xưng Người, tình yêu để yêu mến Người, can đảm để phụng sự Người. Tìm kiếm Người bằng tâm tình sốt sắng*” (Mẹ Têrêxa Calcutta).

**Sống Lời Chúa:** Lặng quỳ trước Thánh Thể Chúa, chiêm ngắm, tâm sự với Ngài khi hiệp lễ.

**Cầu nguyện:** *Con cảm tạ Chúa vì tình yêu nhiệm mầu Chúa vẫn luôn dành cho con trong Bí tích Thánh Thể. Mỗi lần con rước Chúa, lặng quỳ trước Thánh Thể, xin biến đổi con, cho con ở lại với Chúa đời này và đời sau. Amen.*

**29/04/23 THỨ BẢY TUẦN 3 PS  
Th. Ca-ta-ri-na Xi-ê-na, trinh nữ, tiến sĩ HT   
Ga 6,51.60-69**

**CÚ NHẢY LIỀU CHẾT**

***Đức Giê-su đã nói: “Bánh tôi sẽ ban tặng chính là thịt tôi, để cho thế gian được sống”… Nghe rồi, nhiều môn đệ của Người liền nói: “Lời này chướng tai quá! Ai mà nghe nổi.”*** (Ga 6,51.60)

**Suy niệm:** Trí hiểu của con người phải dựa trên những gì thấy được bằng giác quan, kiểm nghiệm bằng lý luận rồi mới chấp nhận một điều gì đó là chân lý chắc chắn. Đức tin lại không như trí hiểu, nó vượt trên mọi thực tại của đời sống và mọi lý luận của con người. Chính vì thế có triết gia mới bảo phải *‘nhảy cú nhảy liều chết’* mới vào được cõi thần linh nơi chỉ có đức tin để bám víu. Các Tông đồ với cái nhìn và trí hiểu đơn thuần của con người nên cảm thấy chướng tai khi nghe Chúa Giê-su nói *“Ngài là Bánh Hằng Sống”*. Với cái nhìn đó, người ta chỉ thấy được tấm bánh vật chất. Bánh hằng sống là chính thân mình Đức Ki-tô, lương thực đem lại sự sống đời đời, chúng ta phải mở to cặp mắt đức tin mới thấy được.

**Mời Bạn:** Thiếu đức tin, bạn và tôi tham dự thánh lễ chỉ thấy sự lặp đi lặp lại nhàm chán của các nghi thức. Điều thiết yếu sống còn của bạn và tôi là phải đạt cho được niềm tin. Bạn cứ xin Chúa đi, chắc chắn Ngài sẽ ban cho. Và hơn nữa bạn có thể củng cố niềm tin ấy bằng: - tâm tình say mê Đức Ki-tô như thánh Phê-rô : “*Bỏ Thầy con biết theo ai…*”; - suy nghiệm việc Chúa làm qua những dấu chỉ của Ngài trong cuộc sống.

**Chia sẻ:** Bạn có nhận thấy óc thực dụng và hưởng thụ ngày nay đang là rào cản cho hành trình đức tin không ?

**Sống Lời Chúa:** Mỗi khi rước lễ, bạn dành ít phút thinh lặng để thờ lạy, cảm tạ Chúa Giê-su Thánh Thể.

**Cầu nguyện:**Hát *“Ta là Bánh Hằng Sống”,* với tất cả tâm tình tin tưởng và yêu mến.

**30/04/23 CHÚA NHẬT TUẦN 4 PS  
Chúa Chiên Lành. Cầu cho ơn Thiên Triệu  
Ga 10,1-10**

**ĐỂ CHIÊN ĐƯỢC SỐNG DỒI DÀO**

***“Phần tôi, tôi đến để chiên được sống và sống dồi dào.”*** (Ga 10,10)

**Suy niệm:** Đức Giê-su không chỉ loan báo Tin Mừng, Ngài là chính Tin Mừng ấy. Ngài không chỉ ban Bánh hằng sống, Ngài nói: *“Ta là Bánh hằng sống.”* Ngài không chỉ chiếu sáng cho trần gian, nhưng là Ánh sáng ấy. Ngài chỉ cho ta cửa thiên đàng, nhưng Ngài cũng là cửa ấy. Ngài chỉ định các mục tử coi sóc đoàn chiên, nhưng Ngài xác quyết: *“Ta là Mục tử.”* Ngài đến không phải chỉ để hướng dẫn đường đi, Ngài khẳng định: *“Ta là con Đường, Sự thật, và Sự sống*” (J. Baxter). Tin Mừng, Bánh hằng sống, Ánh sáng, con Đường, Sự thật ấy được vị Mục tử nhân lành hoàn tất trong cuộc Vượt qua, đem lại sự sống dồi dào, viên mãn cho đoàn chiên được cứu chuộc.

**Mời Bạn:** *“Điều gì làm thay đổi đời bạn? Hãy bắt đầu bằng câu: “Chúa là Mục tử tôi”* (M. Lucado). Có thể nhiều vị thần, lắm ngẫu tượng được bạn cấp giấy phép cho vào chăn dắt cuộc đời mình. Chúa nhật Chúa Chiên Lành hôm nay nhắc bạn nhìn lại sự chết mà các loại ngẫu tượng ấy đang tác hại trong đời mình, để rồi dành cho Chúa Giê-su vị trí Mục tử đích thật qua việc vâng nghe lời Ngài. Mong đời bạn sẽ thay đổi tích cực nhờ xác tín Chúa là Mục tử đời mình.

**Sống Lời Chúa:** Tôi nhìn ngắm Chúa Giê-su, vị Mục tử nhân lành của đời mình, quyết tâm để Ngài chăn dắt cuộc đời, vâng theo lời Ngài dạy.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa là Mục tử nhân lành chăn dắt đời con. Đi theo Chúa, con xác quyết mình có được mọi sự tốt đẹp của cuộc đời: hạnh phúc, niềm vui, an bình, ý nghĩa, và sự sống vĩnh cửu. Xin cho con luôn vâng nghe lời Chúa hướng dẫn mọi ngày. Amen.*

1. x. Léon Dufour, *Lecture de l’Evangile de Jean* [↑](#footnote-ref-1)