

**tháng 05/2023**

**01/05/23 THỨ HAI TUẦN 4 PS  
Th. Giu-se thợ  
Mt 13,54-58**

**BÁC THỢ VÀ CON BÁC THỢ**

***Họ sửng sốt và nói: “Bởi đâu ông ta được khôn ngoan và làm được những phép lạ như thế? Ông ta không phải là con bác thợ sao?”*** (Mt 13,54-55)

**Suy niệm:** Những người đồng hương với Chúa Giê-su sửng sốt và ghen tỵ vì người *“con bác thợ”* lại có thể làm những phép lạ lớn lao và giảng dạy những lời khôn ngoan như thế. Nhưng ‘bác thợ cha’ Giu-se không chỉ dạy cho ‘bác thợ con’ Giê-su cái nghề ‘thợ đụng’ ‘gia truyền’ mà thôi. Phải chăng sứ mạng của thánh Giu-se còn là tỏ cho Đức Giê-su biết phải làm *“công việc của Cha trên trời”* như thế nào? Phải chăng nhờ sự im lặng của thánh cả, Chúa Giê-su *“lên mười hai tuổi”* hiểu rằngđây chưa phải lúc, cũng không phải cách để *“làm bổn phận ở nhà của Cha”* (x. Lc 2,41tt). Trái lại, phải trải qua bấy nhiêu năm ẩn dật tại Na-da-rét, để *“học biết thế nào là vâng phục”* (Hr 5,8)bên người cha nuôi dưới thế, thì giờ đây, Đức Giê-su mới toàn tâm toàn ý *“làm việc của Cha trên trời”* (x. Ga 5,17.36), cho tới khi có thể nói từ trên cây thập giá: *“Mọi sự đã hoàn tất”* (x. Ga 19,28-30).

**Mời Bạn:** Người ta nói: “Cha nào con nấy.” Đảo lại, có thể chiêm ngắm Đức Giê-su để nhận ra gương thánh cả Giu-se. Việc của người thợ không phải là nói mà là làm. Thánh Giu-se còn dạy phải làm lúc nào và cách nào cho đúng thánh ý của Thiên Chúa. Ham hố thể hiện, hành động nôn nóng là những cách khiến bạn khó nhận biết và thi hành thánh ý Chúa. Trái lại, noi gương thánh cả, bạn luôn cầu nguyện trước khi hành động và hành động thì ưa chuộng âm thầm khiêm tốn.

**Sống Lời Chúa:** Suy niệm Lời Chúa hằng ngày để nhận biết và thi hành thánh ý Chúa đúng giờ và đúng cách.

**Cầu nguyện:** *Lạy thánh cả Giu-se, xin dạy con nhận biết thánh ý Chúa và thi hành cách mau mắn và khiêm tốn.*

**02/05/23 THỨ BA TUẦN 4 PS  
Th. A-tha-na-xi-ô, giám mục, tiến sĩ HT  
Ga 10,22-30**

**THUỘC VỀ ĐÀN CHIÊN CỦA CHÚA**

***Chúa Giê-su nói: “Những việc tôi làm nhân danh Cha tôi, những việc đó làm chứng cho tôi... Chiên của tôi thì nghe tiếng tôi; tôi biết chúng và chúng theo tôi.”*** (Ga 10,25.27)

**Suy niệm:** Chúa Giê-su chứng tỏ Ngài thuộc về Chúa Cha khi Ngài làm công việc của Chúa Cha. Vâng phục ý muốn của Chúa Cha là biểu hiện tư cách thực của “Người Con rất yêu dấu” của Chúa Cha. Tất cả cuộc sống trần gian của Chúa Giê-su chỉ có ý nghĩa khi Ngài thực thi chương trình, ý định của Chúa Cha. Những người Do Thái không tin Đức Giê-su nên cũng không thể thuộc về Ngài. Giữa Chúa và những người thuộc về Chúa có một mối tương quan sống còn: Họ nghe tiếng Chúa và đi theo Chúa; còn Chúa biết từng người họ và hy sinh mạng sống mình vì họ, để không ai cướp họ khỏi tay Chúa được.

**Mời Bạn:** Đến lượt chúng ta, chúng ta cũng phải chứng tỏ mình **thuộc về** Chúa, thuộc về đàn chiên của Ngài, khi chúng ta **tin** vào Đức Giê-su Ki-tô, nghĩa là khi chúng ta lắng nghe lời Thiên Chúa và thực thi công việc của Ngài. Bí tích Rửa tội là khởi điểm cho cuộc sống thuộc về Thiên Chúa bởi vì để lãnh nhận Bí tích đó, bạn tuyên xưng niềm tin vào *“Chúa Cha, Chúa Con, và Chúa Thánh Thần”.* Vấn đề còn lại là thể hiện ra bằng cuộc sống: người của Thiên Chúa thì nói lời của Thiên Chúa và làm những việc thuộc về Thiên Chúa.

**Sống Lời Chúa:** Tập thành một thói quen: Trước khi hành động, hãy tự hỏi mình: “Việc tôi sắp làm có phải là việc làm của Thiên Chúa không? Lời tôi sắp nói có phải là nói lời của Chúa không?”

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, con muốn noi gương Đức Giê-su, Con Chí Ái của Chúa để thuộc trọn về Chúa bằng cách luôn luôn tìm kiếm và thực thi thánh ý Chúa trong từng lời nói và việc làm của con.*

**03/05/23 THỨ TƯ ĐẦU THÁNG TUẦN 4 PS  
Th. Phi-líp-phê và Gia-cô-bê, tông đồ  
Ga 14,6-14**

**NHẬN RA THIÊN CHÚA LÀ CHA**

***Chúa Giê-su nói: “Ai thấy Thầy là thấy Chúa Cha. Sao anh lại nói: ‘Xin tỏ cho chúng con thấy Chúa Cha’? Anh không tin rằng Thầy ở trong Chúa Cha và Chúa Cha ở trong Thầy sao?”*** (Ga 14,9-10)

**Suy niệm:** Người ta có thể tìm Thiên Chúa như một ai đó xa lạ, hay một nhà phù thủy, một thủ kho để xin xuất mấy khoản cần thiết; thậm chí họ tìm Ngài như truy tìm một thủ phạm của những khổ đau trùng điệp trên thế giới! Một Thiên Chúa như thế không phải là Thiên Chúa mà Chúa Giê-su nói tới và sống thân tình như Người Con đối với Cha mình. Chính các tông đồ cảm nhận điều đó và coi là một diễm phúc khi được biết Cha của Đức Giê-su được gọi Ngài là Cha: *“Lạy Thầy xin tỏ cho chúng con xem thấy Cha và như thế là mãn nguyện cho chúng con rồi.”* Đi tìm Thiên Chúa với khát vọng tự nhiên và chính đáng này, người ta sẽ gặp Ngài nơi Đức Giê-su vị Thiên Chúa làm người, sống và chết cho con người - Một Thiên Chúa Tình yêu: *“Ai thấy Thầy là thấy Cha. Cha ở trong Thầy và Thầy ở trong Cha”.*

**Mời Bạn** tạ ơn Chúa Giê-su là “đường-sự thật-sự sống” đã cho chúng ta biết, yêu và sống hạnh phúc với Chúa Cha.

**Chia sẻ:** Cách sống đạo của tôi/chúng tôi hiện nay sẽ làm cho người lương dân nhận biết một Thiên Chúa nào?

**Sống Lời Chúa:** Trung thành với việc gặp gỡ Chúa mỗi ngày qua các buổi đọc kinh cầu nguyện sáng tối.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Cha nhân lành. Cha cho chúng con một con đường để đến với Cha là Chúa Giê-su. Xin Cha cho mọi người lòng khát khao được biết Cha và xin lôi kéo họ đến với Người Con của Cha là Đức Chúa Giê-su, để biết lắng nghe Lời Ngài hầu có thể nhận ra Cha là Thiên Chúa Tình yêu và hạnh phúc cho tâm hồn. Amen.*

**04/05/23 THỨ NĂM ĐẦU THÁNG TUẦN 4 PS  
Ga 13,16-20**

**ĐÓN TIẾP NGƯỜI: ĐÓN TIẾP CHÚA**

***“Thật, Thầy bảo thật anh em: ai đón tiếp người Thầy sai đến là đón tiếp Thầy, và ai đón tiếp Thầy là đón tiếp Đấng đã sai Thầy.”*** (Ga 13,20)

**Suy niệm:** Đức Giê-su, vị Thiên Chúa làm người, cho chúng ta biết con người quan trọng thế nào trong trái tim của Chúa. Ngài từng nói rằng những việc ta làm cho một người anh em bé mọn cũng được Chúa kể là làm cho chính Chúa (x. Mt 25,40). Điều đó càng đúng hơn khi người đó lại là sứ giả của Ngài. Quả thế, Đức Giê-su là Đấng Chúa Cha sai đến, đón tiếp Ngài là đón tiếp Chúa Cha. Cũng thế, đón tiếp người môn đệ Chúa Giê-su sai đến là đón tiếp Ngài, là đón tiếp chính Thiên Chúa. Và phần thưởng dành cho người đó thật lớn lao vì ai đón tiếp một người vì họ là tông đồ của Chúa thì sẽ nhận được phần thưởng dành cho bậc tông đồ (x. Mt 10,41-42).

**Mời Bạn:** Đón tiếp người là đón tiếp Chúa. Thật vậy, đón tiếp người, đó là bạn thực thi giới răn yêu thương của Chúa: mọi người, nhất là những người bé mọn, khổ đau, kể cả kẻ tội lỗi và thù địch, đều phải là đối tượng của tình yêu thương của bạn. Hơn nữa, khi bạn đón tiếp người vì họ là sứ giả của Chúa, bạn đang đón nhận sứ điệp của Ngài; và bạn đang góp phần xây dựng Nước Chúa khi bạn thực thi sứ điệp của Chúa gửi cho bạn.

**Sống Lời Chúa:** Thánh I-rê-nê nói: “Con người sống là vinh quang của Thiên Chúa”. Ý thức điều này, bạn từ bỏ mọi lời nói, hành vi khinh miệt, xúc phạm đối với người khác, và cư xử kính trọng với tha nhân, từ những người bé mọn nhất.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, khi chúng con đón tiếp tha nhân là chúng con đón tiếp chính Chúa. Xin cho chúng con yêu thương mọi người như chính Chúa đã yêu thương chúng con, để Danh Chúa được vinh hiển ở giữa thế gian này. Amen.*

**05/05/23 THỨ SÁU ĐẦU THÁNG TUẦN 4 PS  
Ga 14,1-6**

**NIỀM TIN ĐẶT NƠI CHÚA**

***“Anh em đừng xao xuyến! Hãy tin vào Thiên Chúa và tin vào Thầy.”*** (Ga 14,1)

**Suy niệm:** Trong bữa Tiệc ly, Chúa Giê-su trấn an các môn đệ: *“Anh em đừng xao xuyến!”* Ngài biết cơn thử thách hết sức nặng nề đang chờ đón họ. Chính Ngài trước đó ít ngày đã từng thú nhận: *“Bây giờ, tâm hồn Thầy xao xuyến, Thầy biết nói gì đây?”* Cơn *“xao xuyến”* lên đến cực điểm khi cầu nguyện trong vườn Cây Dầu, Ngài đã *“đau buồn đến chết được”* (x. Mt 26,38). Lúc ấy, chỗ dựa duy nhất để Đức Giê-su luôn trung thành với sứ mạng đó là lòng tín thác vào chính Cha của Ngài: *“Lạy Cha xin cứu con khỏi giờ này, nhưng chính vì giờ này mà Con đã đến”* (x. Mt 12,27). Vì thế giờ đây, Ngài cũng dạy các môn đệ biết đặt niềm tin vào Chúa để có thể đứng vững trong cơn thử thách: *“Anh em hãy tin vào Thiên Chúa và tin vào Thầy.”*

**Mời Bạn:** Lời trấn an của Chúa thật cần thiết cho chúng ta hôm nay. Trước những thử thách trong cuộc lữ hành trần thế, Ngài vẫn nói với chúng ta: *“Đừng xao xuyến!”* Với lòng tin vào Thiên Chúa quyền năng vô biên và đầy lòng thương xót, mọi đau khổ, tai ương đều có thể vượt qua. Ngay cả khi con thuyền Hội Thánh gặp cơn sóng gió vì những tai tiếng, gương xấu, chúng ta cũng không phải nao núng, vì niềm tin của chúng ta đặt nơi Chúa chứ không phải nơi người phàm, và Ngài vẫn đang đồng thuyền với chúng ta.

**Sống Lời Chúa:** Mỗi khi gặp khó khăn thất bại, hay sự việc diễn ra không như ý, thay vì tức giận, buồn nản, bạn xin cho được nhận biết thánh ý Chúa và vâng theo cách vui lòng.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa là Đấng con tin tưởng cậy trông. Xin Chúa gia tăng lòng tin cho con để con luôn vững tin vào Chúa dù phải đương đầu với bất cứ khó khăn nào trong cuộc sống.*

**06/05/23 THỨ BẢY ĐẦU THÁNG TUẦN 4 PS  
Ga 14,7-14**

**THẾ NÀO LÀ BIẾT CHÚA CHA?**

***“Nếu anh em biết Thầy, anh em cũng biết Cha Thầy.”*** (Ga 14,7a)

**Suy niệm:** Chúa Giê-su chỉ cách cho các môn đệ “biết” Chúa Cha, nhưng Phi-líp-phê, dù ở với Chúa bấy lâu nay cũng chưa “biết” nổi. Nhưng thế nào mới là “biết”? Trong Tin Mừng Gio-an có tới 141 lần dùng từ “biết” nhưng không phải có cùng một ý nghĩa. Có khi “biết” đơn giản chỉ là tri thức một sự việc hoặc một sự thật nằm sau sự việc đó. Từ “biết” còn dùng để diễn tả một mối quan hệ, và hơn nữa mối thông hiệp sâu đậm với một ai đó. Thánh Phao-lô muốn nói đến điều đó khi nói rằng, đối với ngài, *“mối lợi tuyệt vời là được biết Đức Ki-tô… nhờ nên đồng hình đồng dạng với Người”* (Pl 3,8-10). “Biết” Đức Ki-tô ở mức độ đó thì cũng “biết” chính Thiên Chúa là Cha của Ngài, vì Ngài với Chúa Cha là một.

**Mời Bạn:** Bấy lâu nay bạn “biết” Chúa ở mức độ nào? Là Ki-tô hữu nhưng có thể bạn đang là người xa lạ với Chúa. Bạn có thể kể vanh vách không sai chút nào về thân thế, con người, sứ vụ của Đức Ki-tô nhưng chưa hẳn bạn thật sự “biết” Ngài, và cũng chưa biết Thiên Chúa, Cha của Ngài. Ít ra bạn cũng hãy khao khát như Phi-líp-phê: *“Xin tỏ cho con thấy Chúa Cha, như thế là con mãn nguyện rồi.”*

**Sống Lời Chúa:** Thánh Hiêrônimô nói: *“Không biết Thánh Kinh là không biết Đức Ki-tô”.* Mời bạn dành thời gian để đọc và suy gẫm Lời Chúa mỗi ngày, tập nhìn thấy Chúa khi chiêm ngắm công trình tạo dựng và thấy Chúa qua gương mặt của những người chúng ta gặp gỡ, nhất là nơi những người nghèo khổ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin mở cho con đôi mắt tâm hồn, để con nhận ra sự hiện diện của Chúa; xin ban thêm cho con lòng yêu mến Chúa, ngõ hầu đời sống của con được biến đổi và trở nên đồng hình đồng dạng với Chúa. Amen.*

**07/05/23 CHÚA NHẬT TUẦN 5 PS – A   
Ga 14,1-12**

**ĐỪNG XAO XUYẾN**

***“Anh em đừng xao xuyến! Hãy tin vào Thiên Chúa và tin vào Thầy.”*** (Ga 14,1)

**Suy niệm:** Biến cố Chúa Giê-su bị bắt, bị kết án và chết thảm trên thập giá là một cơn khủng hoảng nặng nề đối với các môn đệ. Ba năm theo Thầy với nhiều kỳ vọng, giờ đây thành mộng ảo biến tan như mây khói. Không có Thầy ở bên, các ông như đàn chiên tan tác không có người chăn. Thầy đã bị giết chết, số phận trò cũng bị đe doạ. Các ông, người thì trốn kỹ trong nhà, đóng cửa kín mít, người thì thất vọng bỏ về quê. Chúa Giê-su thấy nỗi xao xuyến không nhỏ đó của các ông, nên ngay trong bữa tiệc ly, Ngài đã trấn an: *“Anh em đừng xao xuyến!”* lại còn nhấn mạnh: *“… cũng đừng sợ hãi”* (x. Ga 14,27). Sức mạnh giúp các môn đệ vượt thắng nỗi sợ là: *“Tin vào Thiên Chúa và tin vào Thầy”,* bởi vì Ngài xác quyết: *“Can đảm lên! Thầy đã thắng thế gian.”*

**Mời Bạn:** Xao xuyến gắn liền với kiếp người. Người ta xao xuyến vì ước mơ không đạt được, xao xuyến về những bất hạnh xảy tới mà mình không ngờ, xao xuyến trước sự ra đi của người thân… Đức Giê-su trước khi chịu khổ nạn đã trao cho các môn đê bí quyết *“tin vào Thiên Chúa và tin vào Thầy”;* đó cũng là bí quyết cho chúng ta. Chúa Ki-tô phục sinh chứng thực cho lời khẳng định của Ngài: *“Can đảm lên! Thầy đã thắng thế gian.”* Niềm tin vào Chúa phục sinh giúp chúng ta vượt thắng mọi xao xuyến trong cuộc đời.

**Sống Lời Chúa:** Bạn chiêm ngắm Chúa Ki-tô phục sinh trong giờ cầu nguyện, để khám phá sự hiện diện tinh tế của Ngài trong các biến cố đời thường.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đã phục sinh đem lại cho chúng con niềm xác tín chúng con sẽ được phục sinh với Chúa. Xin hướng lòng chúng con về với Chúa, để dù sống trong hoàn cảnh nào chúng con cũng không xao xuyến lo âu.*

**08/05/23 THỨ HAI TUẦN 5 PS  
Ga 14,21-26**

**VÂNG LỜI VÌ YÊU MẾN**

***“Ai yêu mến Thầy, thì sẽ giữ lời Thầy. Cha của Thầy sẽ yêu mến người ấy, Cha của Thầy và Thầy sẽ đến và ở lại với người ấy.”*** (Ga 14,23)

**Suy niệm:** Cũng là điều dễ hiểu khi yêu mến ai thì cũng sẵn lòng nghe lời người ấy. Thế nhưng, yêu mến Đức Giê-su và làm theo lời Ngài để rồi được Thiên Chúa đến ngự trong tâm hồn thì quả là một phần thưởng quá lớn lao không ai dám mơ tưởng, thậm chí không thể biến thành hiện thực được. Dù thế, chính Chúa Giê-su đã thực hiện điều Ngài đã nói khi Ngài là Người Con Chí Ái sẵn lòng vâng phục Chúa Cha cho đến chết. Và khi sống lại từ cõi chết, Ngài còn khiến điều đó trở thành khả thi cho chúng ta: làm theo lời Chúa Ki-tô là vác thánh giá, chịu đóng đinh với Ngài, mà ai cùng chịu chết với Ngài thì sẽ cùng Ngài sống lại.

**Mời Bạn:** Chúa Giê-su đã tặng cho chúng ta bí quyết để đạt được cuộc sống hạnh phúc đời đời với Ngài : yêu mến Chúa và làm theo lời Ngài. Thích hay không thích thì thập giá cũng đã cắm đầy dẫy trong cuộc đời của chúng ta. Vấn đề là chúng ta có biết đón nhận những thập giá đó một cách mau mắn và với trọn niềm yêu mến hay không.

**Chia sẻ:** Giữa một việc lành nhưng được làm cách miễn cưỡng và cũng việc đó nhưng được làm cách tự nguyện vì yêu mến, có sự khác biệt rất sâu xa. Bạn làm gì để nhận ra sự khác biệt ấy?

**Sống Lời Chúa:** Chọn một việc bổn phận hoặc một việc công ích mà bạn cảm thấy ngại ngùng để làm với tâm tình mến yêu phục vụ.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa không xét theo dáng vẻ bên ngoài, nhưng Chúa nhìn xem cõi lòng. Xin cho con biết tìm gặp Chúa qua những người anh em và phục vụ họ như phục vụ chính Chúa.*

**09/05/23 THỨ BA TUẦN 5 PS  
Ga 14,27-31a**

**BÌNH AN CỦA CHÚA**

***“Thầy để lại bình an cho anh em, Thầy ban cho anh em bình an của Thầy. Thầy ban cho anh em không theo kiểu thế gian.”*** (Ga 14,27)

**Suy niệm:** Đã là người, ai cũng mong muốn bình an: cuộc sống đầy đủ tiện nghi, khỏe mạnh, không lo lắng và phiền muộn, không gặp phải những hoạn nạn, tai ương,… Tuy nhiên, bình an cũng có nhiều kiểu. Chúa hứa ban bình an cho các môn đệ nhưng *“không theo kiểu thế gian”*. Bình an của Chúa không hệ tại giàu sang phú quý mà là sự bình an trong cuộc sống bình dị, nghèo khó tại làng quê Na-da-rét. Và nhất là sự bình an của Chúa Giê-su qua lời nói: *“Mọi sự đã hoàn tất”* sau khi Ngài hoàn thành sứ mạng Chúa Cha trao phó đó là chịu khổ hình, chịu chết trên cây thập tự cứu độ nhân loại. Đó là thứ bình an *“phải chịu khổ hình rồi mới vào vinh quang”* (x. Lc 24,26). Người môn đệ nhận bình an của Chúa cũng phải vượt qua mọi gian nan khốn khó để kiên trì trung thành bước theo Ngài với một niềm xác tín: *“Tin vào Chúa và tin vào Thầy vì Thầy đã thắng thế gian.”*

**Mời Bạn:** Theo quan điểm thế gian, càng nhiều tiền của, nhiều quyền lực, thì sự bình an càng được bảo đảm. Trái lại để hưởng bình an mà Chúa Ki-tô phục sinh hứa ban, bạn hãy kiên trì trung tín trước những gian nan, thử thách, dám sống một đời sống thanh thoát với vật chất, biết sẵn sàng phục anh chị em cách quảng đại và vô vị lợi.

**Sống Lời Chúa:** Tôi có lời nói và hành động tích cực để an ủi, chia sẻ với người hàng xóm gặp lo âu hoặc đau khổ, để họ cảm nghiệm được bình an của Chúa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin ban bình an của Chúa xuống trên chúng con, như xưa kia, Chúa đã trao ban cho các môn đệ, để tận sâu thẳm tâm hồn, chúng con an vui hạnh phúc vì có bình an của Chúa ở cùng.*

**10/05/23 THỨ TƯ TUẦN 5 PS  
Th. Gio-an A-vi-la, linh mục, tiến sĩ HT  
Ga 15,1-8**

**NHƯ CÀNH LIỀN CÂY**

***“Hãy ở lại trong Thầy, như Thầy ở lại trong anh em. Cũng như cành nho không thể tự mình sinh hoa trái, nếu không gắn liền với cây nho... Không có Thầy, anh em chẳng làm gì được.”*** (Ga 15,4-5)

**Suy niệm:** Những người thân khi phải xa nhau thường trao nhau kỷ vật và nhắc nhở nhau đừng xa mặt cách lòng. Ở đây, càng hơn thế, trong Bữa Tiệc chia tay, Chúa Giê-su lập Bí Tích Thánh Thể để trao ban ***chính mình Ngài***. Ngài không kỳ vọng ta *nhớ* Ngài như một hoài niệm. Ngài cũng không hiện diện để ta chỉ *sống bên cạnh* Ngài. Chúa Giê-su dùng hình ảnh cây nho-cành nho để nói lên *bản chất* mối quan hệ giữa Ngài và các môn đệ. Ngài tha thiết mời gọi đến độ như năn nỉ các môn đệ ***ở lại*** với Ngài như cành nho gắn liền với cây nho.

**Mời Bạn:** Hãy nhìn một cây bất kỳ nào đó với những cành của nó và cảm nghiệm mối liên hệ sự sống của bạn đối với Chúa Giê-su: - Điều gì sẽ xảy ra nếu cành bị cắt lìa cây, hay nếu vì lý do nào đó, mạch nhựa sống giữa cây và cành bị tắc nghẽn? – Rồi đến trường hợp cành vẫn gắn liền với thân cây, nhưng chỉ xum xuê tán lá chứ không sai quả, cần được cắt tỉa để có thể sinh nhiều hoa trái – những hy sinh, khổ chế trong cuộc đời bạn cũng có mục đích như thế.

**Sống Lời Chúa:** 1/ Sắp xếp chương trình sống để tham dự Thánh Lễ và rước lễ cách thường xuyên và ý thức hơn. 2/ Làm việc hy sinh là những sự cắt tỉa tự nguyện để lớn lên đúng căn tính của một môn đệ Chúa Giê-su hơn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, xin dạy con biết ở lại với Chúa như cành liền cây – và xin dạy con biết chấp nhận những hy sinh khổ chế cần thiết để lớn lên và trổ sinh hoa trái dồi dào. Amen.*

**11/05/23 THỨ NĂM TUẦN 5 PS   
Ga 15,9-11**

**NHỰA SỐNG YÊU THƯƠNG**

***“Nếu anh em giữ các điều răn của Thầy, anh em sẽ ở lại trong tình thương của Thầy, như Thầy đã giữ các điều răn của Cha Thầy và ở lại trong tình thương của Người.”*** (Ga 15,10)

**Suy niệm:** Nhựa sống mà người môn đệ Chúa Giê-su nhận được từ “cây nho” chính là *tình thương của Chúa*. Tình thương của Chúa làm cho người môn đệ sống, lớn lên và sinh hoa kết quả. Song Chúa không thể ép bất cứ ai nhận tình thương của Ngài. Chính người môn đệ chọn hoặc ở lại hoặc tách lìa Ngài. Điều kiện để ***‘ở lại trong’*** Chúa – như cành liền cây - là tuân giữ các điều răn của Ngài. Và các điều răn ấy gồm tóm chỉ trong một giới răn yêu thương mà thôi: Muốn ở lại trong Chúa, chúng ta phải yêu thương nhau như chính Chúa đã yêu thương chúng ta.

**Mời Bạn:** Chúng ta không thể *ở lại trong tình thương của Chúa* chỉ bằng cách quanh quẩn ở nhà thờ. Chúng ta tham dự phụng vụ, lãnh nhận bí tích, dĩ nhiên đó là điều cần thiết! Nhưng, xét về lượng thời gian thì vẫn là quá ít. Chúa mong đợi ta ở lại trong Ngài từng giây từng phút trong cuộc sống thường ngày với những con người chung quanh đời mình. Và hơn nữa, Chúa mong đợi ta ở lại trong Ngài với tất cả tấm lòng của ta.

**Sống Lời Chúa:** - Hôm nay bạn chu toàn các công việc bổn phận của mình trong *tinh thần yêu thương phục vụ*. -Khi gặp gỡ, tiếp xúc với người khác, bạn hãy tâm niệm rằng đây là nơi Chúa Giê-su đang chờ đợi tôi *ở lại* với Ngài.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, chúng con thường dễ có khuynh huớng khoanh vùng và phân ly quá mức hai lãnh vực “đạo” và “đời”. Xin Chúa dạy chúng con biết ở lại với Chúa 24/24 giờ bằng một đời sống tràn đầy tinh thần yêu thương phục vụ tha nhân. Amen.*

**12/05/23 THỨ SÁU TUẦN 5 PS  
Th. Nê-rê-ô và A-ki-lê-ô, tử đạo  
Ga 15,12-17**

**BẠN HỮU CỦA CHÚA**

***“Anh em là bạn hữu của Thầy, nếu anh em thực hiện những điều Thầy truyền dạy.”*** *(Ga 15,14)*

**Suy niệm:** Thiên Chúa không phải là một Đấng nào đó xa vời nhưng Ngài rất gần gũi với con người, gần gũi thân thiết như người cha, như người mẹ, hơn nữa như người bạn – không chỉ là người bạn bình thường mà là bạn chí thân, chí cốt, người bạn dám *“hy sinh tính mạng vì bạn hữu mình”*. Thời đế quốc Rô-ma, hoàng đế Xê-da đôi khi phong tước “Bạn của Hoàng đế” cho một số người nhưng với điều kiện: họ phải là trung thần và đã lập được rất nhiều công trạng. Còn Chúa Giê-su, Ngài không đòi những kẻ theo Ngài phải lập nhiều công trạng nhưng Ngài gọi họ là bạn với điều kiện là họ thực hiện những điều Ngài truyền dạy. Mà điều Ngài truyền dạy là gì? – Thưa, đó chính là điều Chúa lặp đi lặp lại trong bài Tin Mừng hôm nay: “*Điều Thầy truyền dạy là anh em hãy yêu thương nhau*”.

**Mời Bạn:** Muốn được kể là bạn thân thiết của Chúa Giê-su thì chính bạn càng phải *“thực hiện”* điều răn yêu thương của Chúa chứ không chỉ dừng lại trên lý thuyết mà thôi. Đây chính là ‘tiêu chuẩn’ để xét xem bạn có thực sự đang là bạn của Chúa hay không: “*Hỡi anh em là những người con bé nhỏ, chúng ta đừng yêu thương nơi đầu môi chót lưỡi, nhưng phải yêu thương cách chân thật và bằng việc làm*” (1Ga 3,18).

**Sống Lời Chúa:** Ngày nào bạn không có một hành động yêu thương nào, ngày đó kể như bạn đã không “sống”.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, xin Chúa giúp sức để con biết sống khiêm nhường và chan hòa yêu thương với tất cả mọi người để nhờ đó chúng con được kể vào số những người bạn hữu của Chúa, và ngày sau được hưởng hạnh phúc cùng Chúa trên Quê Trời. Amen.*

**13/05/23 THỨ BẢY TUẦN 5 PS  
Đức Mẹ Fatima  
Ga 15,18-21**

**VÌ THUỘC VỀ THẦY GIÊ-SU**

***“Anh em không thuộc về thế gian và Thầy đã chọn, đã tách anh em khỏi thế gian, nên thế gian ghét anh em.”*** (Ga 15,19b)

**Suy niệm:** Thật dễ hiểu khi thế gian ghét các môn đệ Đức Ki-tô chỉ vì họ thuộc về Ngài chứ không thuộc về thế gian. Các Ki-tô luôn phải lội ngược dòng trong thế gian này vì không thoả hiệp với điều xấu, điều ác. Sống đức tin, làm chứng cho Tin Mừng ở giữa thế gian và để thánh hoá thế gian chính là cây thập giá mà dạy các môn đệ phải vác để đi theo Ngài. Vì thập giá, Ki-tô hữu bị coi là *“điên rồ, yếu đuối”* trước con mắt thế gian (x. 1Cr 1,17-25), nhưng tất cả những điều đó đều không đáng kể so với mối lợi tuyệt vời là được biết Đức Ki-tô, được thuộc về Ngài (x. Pl 3,8). Quả thật, phần thưởng Chúa Ki-tô hứa cho những ai trung thành đi theo Ngài là được Nước Trời làm gia nghiệp, được thuộc về Ngài trọn vẹn và mãi mãi.

**Mời Bạn:** Là con cái ánh sáng, các Ki-tô hữu can đảm và mạnh dạn vác thập giá mình mỗi ngày để bước theo Chúa Ki-tô. Đó là dám từ bỏ lối suy nghĩ, ứng xử theo tinh thần thế tục và chấp nhận những khó khăn, đau khổ, kỳ thị, và cả những bách hại của thế gian. Đó là thân phận của người môn đệ Chúa Ki-tô. Bạn nhớ lời thánh Phê-rô: *“Nếu làm việc lành và phải khổ mà anh em vẫn kiên tâm chịu đựng, thì đó là ơn Thiên Chúa ban”*, nhưng nếu vì tội lỗi, gương xấu của mình mà bị thế gian ghét bỏ *“thì nào có vẻ vang gì?”* (x. 1Pr 2,20); và tệ hơn, như thế còn gây hại cho Hội Thánh nữa.

**Sống Lời Chúa:** Kiên trì *“làm việc thiện* *không sờn lòng nản chí”,* theo Lời Chúa dạy, dù có bị cho là *“điên rồ”,* hèn kém.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa xin ban thêm đức tin cho chúng con để chúng con can đảm bước theo Chúa đến cùng. Và xin cho chúng con được theo Chúa đến được Nước Trời trong ngày sau hết. Amen.*

**14/05/23 CHÚA NHẬT TUẦN 6 PS – A  
Ga 14,15-21**

**THẦN KHÍ SỰ THẬT**

***“Thầy sẽ xin Chúa Cha và Người sẽ ban cho anh em một Đấng Bảo Trợ khác đến ở với anh em luôn mãi. Đó là Thần Khí sự thật, Đấng mà thế gian không thể đón nhận.”*** (Ga 14,16-17a)

**Suy niệm:** Khichỉ thị cho các môn đệ lên đường truyền giáo, *“đừng mang theo túi tiền, bao bị giày dép, đừng chào hỏi ai dọc đường”* (Lc 10,4-5), Chúa muốn các ông đừng quá lo toan vật chất hay các nghi tiết xã giao rườm rà nhưng tập trung vào khía cạnh thiêng liêng trong sứ vụ. Có một nhân tố rất quan trọng các ông không ngờ tới mà Chúa đã âm thầm trang bị cho các ông, đó là Thánh Thần. Dù thế gian không biết, không thấy, và không đón nhận Thánh Thần (x. 14,17) nhưng Ngài không thể không hiện diện trong trong sứ vụ tông đồ. Trước khi chịu chết Chúa Giê-su hứa ban Thánh Thần cho các ông. Sau khi sống lại, hiện ra với các tông đồ, Chúa thổi hơi trên các ông và trao ban Thánh Thần. Trong ngày lễ Ngũ Tuần, Thánh Thần được ban xuống tràn đầy trên các tông đồ. Và Ngài sẽ ở cùng Hội Thánh luôn mãi.

**Mời Bạn:** Chúa Thánh Thần giống như gió len lỏi vào mọi ngõ ngách, mọi tâm hồn, mọi cơ chế, mọi tôn giáo, văn hoá. Đó là môi trường “sinh thái” của Chúa Thánh Thần, là “cảnh vực thần linh” để ta sinh ra, hoạt động và lớn lên. Nếu môi trường thiên nhiên phải xanh sạch đẹp, thì môi trường “sinh thái” Thánh Linh cũng phải được chăm lo giữ gìn để Chúa Thánh Thần có thể hoạt động.

**Sống Lời Chúa:** Tôi năng cầu xin ơn Chúa Thánh Thần để biết phân định hầu nhận ra những dấu chỉ Chúa Thánh Thần và không dập tắt Thần Khí (x. 1 Tx 5,19).

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa**Thánh Thần. Xin Ngài ngự đến và giúp chúng con biết tìm ra những phương thức mới mẻ để loan truyền danh Chúa. Amen.*

**15/05/23 THỨ HAI TUẦN 6 PS  
Ga 15,26-16,4a**

**LÀM CHỨNG CHO SỰ THẬT**

***Đức Giê-su nói với các môn đệ rằng: “Khi Đấng Bảo Trợ đến, Đấng mà Thầy sẽ sai đến với anh em từ nơi Chúa Cha, Người là Thần Khí sự thật phát xuất từ Chúa Cha, Người sẽ làm chứng về Thầy. Cả anh em nữa, anh em cũng làm chứng, vì anh em ở với Thầy ngay từ đầu”.*** (Ga 15,26-27)

**Suy niệm:** Mục tiêu tối hậu mà Chúa Giê-su được sai đến trần gian là *“để làm chứng cho sự thật”* (Ga 18,37). Vì thế, mọi nguồn lực được huy động cũng chỉ để phục vụ cho mục tiêu trọng yếu ấy. Trong đó, Chúa Thánh Thần là nguyên lý, còn các môn đệ là phương thế, đối tượng cần làm chứng là sự thật, hay nói cách khác, là Chúa Ki-tô, vì Ngài là Sự Thật (Ga 14,6). *“Sự thật là chi”,* Phi-la-tô không hiểu (Ga 18,38). Và làm sao ông có thể hiểu, nếu ông không đón nhận Chúa Ki-tô, Đấng là Đường, là Sự Thật. Vậy nên, trong Chúa Ki-tô, người ta sẽ hiểu sự thật, và trong sự thật, người ta sẽ được giải thoát (Ga 8,32).

**Mời Bạn:** Để làm chứng cho sự thật, không còn cách nào tốt hơn, là để Sự Thật chi phối đời sống của mình. Nói như thánh Phao-lô: “*Tôi sống, nhưng không còn phải là tôi, mà là Đức Ki-tô sống trong tôi”* (Gl 2,20), hoặc “*Thánh Thần sẽ dạy cho anh em biết những điều phải nói”* (Lc 12,12) hay phải làm chứng như thế nào.

**Chia sẻ:** Thánh Phao-lô dạy: *“Sống theo sự thật và trong tình bác ái”,* đó có phải là cách *“làm chứng cho sự thật”* không?

**Sống Lời Chúa:** Để lắng nghe được tiếng nói của Chúa Thánh Thần, bạn dành thời gian trong ngày, ít là 5 phút, để suy niệm Lời Chúa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Ki-tô là hình ảnh trung thực về Chúa Cha, xin ở lại trong con, để qua các việc con làm, con làm chứng cho sự thật để mọi người nhận ra Sự Thật là chính Chúa. Amen.*

**16/05/23 THỨ BA TUẦN 6 PS  
Ga 16,5-11**

**ĐẤNG BẢO TRỢ – TÌNH YÊU THIÊN CHÚA**

***“Nếu Thầy đi, Thầy sẽ sai Đấng Bảo Trợ đến với anh em.”*** (Ga 16,7)

**Suy niệm:** Xuyên suốt cuộc sống nhập thể, Đức Giê-su luôn tràn đầy Thần Khí và mọi hành động của Ngài đều nhờ *“quyền năng Thần Khí thúc đẩy”* (x. Lc 4,14.18). Khi hoàn tất công cuộc cứu độ Chúa Cha trao phó, Chúa Giê-su trên thập giá đã *“gục đầu và trao Thần Khí”* cho Chúa Cha (Ga 19,30). Thần Khí đó chính là Tình Yêu Thiên Chúa dành cho nhân loại, vượt không gian và thời gian, vượt mọi sự hiểu biết của con người. Đã yêu thương thì Chúa yêu đến cùng (x. Ga 13,1) nên, vừa trỗi dậy từ cõi chết, Đức Ki-tô lại tất tả đi tìm những người Ngài yêu thương để ban Thánh Thần cho họ. Từ nay, Thánh Thần là Đấng Bảo Trợ, trở thành hồn sống của Hội Thánh, dùng quyền năng của Ngài hoạt động soi sáng và hướng dẫn Hội Thánh. Như thế, nhờ quyền năng Chúa Thánh Thần, Đức Ki-tô vẫn hiện diện với chúng ta *“mọi ngày cho đến tận thế”* (Mt 28,20).

**Mời Bạn:** Chúa Giê-su truyền dạy giới răn riêng của Ngài là *“hãy yêu thương nhau như Chúa yêu chúng ta”* (Ga 15,12). Chúng ta chỉ có thể yêu như thế nhờ ơn Chúa Thánh Thần, là Đấng Bảo Trợ và là Tình Yêu Thiên Chúa. Ngài sẽ dạy chúng ta học cách yêu thế nào để nên *“đồng hình đồng dạng với Chúa Ki-tô”.*

**Sống Lời Chúa:** Thường xuyên có những khoảnh khắc dừng lại để lắng nghe lời nhắc bảo Chúa Thánh Thần trong lương tâm và hành động như Ngài mách bảo.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Thánh Thần là Đấng Bảo Trợ mà Chúa Giê-su sai đến với chúng con, Chúa vẫn hiện diện và hoạt động trong Hội Thánh và trong thế giới này. Xin cho chúng con biết lắng nghe và ngoan ngoãn vâng theo lời dạy bảo của Chúa. Amen.*

**17/05/23 THỨ TƯ TUẦN 6 PS  
Ga 16,12-15**

**THẦN KHÍ DẠY SỰ THẬT TOÀN VẸN**

***“Khi nào Thần Khí sự thật đến, Người sẽ dẫn anh em tới sự thật toàn vẹn.”*** (Ga 16,13)

**Suy niệm:** Có người nói: *“Một nửa sự thật là cả một sự dối trá”.* Thế nhưng khi đối diện với *“sự thật toàn vẹn”* thì người ta lại *“không có sức chịu nổi”.* Dân Do Thái hào hứng với phép lạ ‘bánh hoá nhiều’ nhưng khi nghe nói ‘bánh trường sinh’ là chính ‘Thân mình Đức Ki-tô’ khi họ *“nghe chói tai quá”.* Phê-rô mạnh mẽ tuyên xưng *“Thầy là Đức Ki-tô”* nhưng lại không muốn chấp nhận một Đức Ki-tô chịu khổ hình, chịu đóng đinh thập giá. Chỉ với ánh sáng của lý trí, con người không thể nào bước vào mầu nhiệm sâu thẳm của Thiên Chúa. Theo bản tính tự nhiên con người, không ai có thể hiểu và đón nhận được mầu nhiệm thập giá. Cần có một phương pháp thích hợp mà Thánh Thần, với khoa sư phạm riêng, sẽ cung cấp cho. Chỉ khi Thần Khí Sự Thật đến, Ngài sẽ củng cố và dẫn đưa con người đến sự thật toàn vẹn – Đức Giê-su Ki-tô.

**Bạn thân mến!** Sự thật toàn vẹn mà Chúa Thánh Thần dạy và ban cho chúng ta *“có sức chịu nổi”* chính là Đức Giê-su Ki-tô chịu đóng đinh thập giá rồi mới trỗi dậy trong vinh quang. Không thể dừng lại ở nửa đường với những tấm bánh phép lạ của Chúa. Cũng thế, cuộc sống ấm no thịnh vượng ở đời này mới chỉ là ‘một nửa sự thật’ mà thôi.

**Sống Lời Chúa:** Bạn cầu xin ơn Chúa Thánh Thần, nghiền ngẫm cuộc tử nạn và phục sinh của Đức Ki-tô, và xin ơn nhận ra và đón nhận thập giá Chúa gửi đến trong cuộc sống.

**Cầu nguyện:** *Xin Chúa Phục sinh ban Thần Khí sự thật của Ngài đến khơi dậy và hướng dẫn tâm hồn chúng con để chúng con bén nhạy với những nhu cầu của anh chị em, và sống tinh thần Hiệp thông trong gia đình Hội Thánh.*

**18/05/23 THỨ NĂM TUẦN 6 PS  
Th. Gio-an I, giáo hoàng, tử đạo  
Ga 16,16-20**

**ĐỂ NỖI BUỒN TRỞ THÀNH NIỀM VUI**

***“Thật, Thầy bảo thật anh em: anh em sẽ khóc lóc và than van, còn thế gian sẽ vui mừng. Anh em sẽ lo buồn, nhưng nỗi buồn của anh em sẽ trở thành niềm vui.”*** (Ga 16,20)

**Suy niệm:** Chúa Giê-su vừa cảnh báo cũng vừa khích lệ các môn đệ khi Ngài cho thấy sự đối lập giữa thân phận người môn đệ Chúa với đường lối của thế gian. Trong khi thế gian kiêu hãnh vì của cải và danh vọng, thì các môn đệ Chúa lại được mời gọi đi theo con đường nghèo khó, khiêm nhu. Người thời nay dị ứng, chối từ thập giá, coi đó là *“sự điên rồ đối với dân ngoại và sự sỉ nhục đối với người Do thái”*, nhưng Chúa đã dùng thập giá đó để tỏ lộ sự khôn ngoan và quyền năng của Ngài (x. 1Cr 22-25). Chỉ khi biết đón nhận thập giá của Chúa Giê-su, lúc đó nỗi lo buồn của chúng ta mới có thể biến thành niềm vui, niềm vui đích thực.

**Mời Bạn:** Có phải khi gặp sự lo buồn là lúc bạn không ở trong ân sủng của Thiên Chúa chăng? Hay Chúa đã bỏ rơi bạn rồi? Hẳn là không phải thế. Thực sự điều mỗi người chúng ta cần phải làm là nhìn vào cuộc đời của Chúa Giê-su để thấy câu trả lời. Và lời hứa của Chúa Giê-su làm động lực bước tiếp cho chúng ta *“Nỗi buồn của anh em sẽ trở thành niềm vui”*.

**Sống Lời Chúa:** Kết hợp với Chúa Giê-su trên cây thập giá, Chúa cũng mời bạn dâng lên những khó nhọc và gánh nặng của chính bạn và người thân.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, con xin dâng lên Ngài những nỗi lo lắng và đau khổ nơi con và gia đình con, xin được kết hiệp chúng nơi Thánh Giá Ngài và tin tưởng rằng Ngài sẽ luôn bên cạnh con, cùng con bước và dẫn con đi trên đường đời. Và con có thể đạt đến mục đích cuộc đời con và luôn hân hoan trong tình yêu vững vàng của Ngài. Lạy Chúa Giê-su, con mến yêu, con tín thác vào Chúa. Amen.*

**19/05/23 THỨ SÁU TUẦN 6 PS  
Ga 16,20-23a**

**BIẾT TẤT CẢ**

***“Ngày ấy anh em không còn phải hỏi Thầy gì nữa.”*** (Ga 16,23a)

**Suy niệm:** Ngày nay cần bất cứ thông tin gì người ta sẽ gõ ‘gu gồ’ và chỉ ít giây đã có hàng triệu kết quả. Gần đây lại xuất hiện ‘trí thông minh nhân tạo’ AI, có khả năng kinh ngạc chẳng khác gì trí thông minh con người, mà có thể nói, còn vượt trội nữa. Thế nhưng, những công cụ đó không thể giúp đạt được thứ tri thức thiêng liêng mà Chúa Giê-su quả quyết ‘chắc như đinh đóng cột’ rằng *“anh em sẽ không còn phải hỏi Thầy nữa”.* Tri thức ấy là mầu nhiệm tình yêu Thiên Chúa, mà thánh Tô-ma tiến sĩ cho chúng ta biết, từ kinh nghiệm của ngài, chỉ có thể học biết được nhờ chiêm ngắm Chúa Ki-tô từ dưới chân Thánh giá.

**Mời Bạn:** Tinh thần ham hiểu biết là điều tốt đẹp và cần thiết. Thế nhưng trong thời đại công nghệ thông tin này, lắm khi người ta mất khả năng học hỏi và suy nghĩ vì có ‘máy’ làm thay. Đã thế, người ta còn bị tràn ngập trong đủ thứ thông tin không giúp gì cho sự sống đời đời, chưa kể những thứ tin giả, tin ảo độc hại huỷ hoại cuộc sống biết bao của bao con người, nhất là của các thanh thiếu niên. Bạn có muốn biết tất cả không? Hãy chiêm ngắm Thầy Giê-su, và hãy học từ dưới chân thập giá, để bạn tiến sâu trong tri thức mầu nhiệm Thiên Chúa, nhờ đó mọi thứ tri thức của bạn giúp bạn đạt tới sự sống đời đời.

**Sống Lời Chúa:** Bạn quyết tâm dành thời gian thinh lặng mỗi ngày để chiêm ngắm Chúa Ki-tô và học nơi sự khôn ngoan nơi Ngài.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, lòng ham muốn hiểu biết những điều vô bổ đã đẩy chúng con lạc xa Chúa. Xin cho chúng con biết học nơi Chúa từ dưới chân Thánh giá Chúa, để những tri thức chúng con có trở nên phương thế dẫn tới sự sống đời đời.*

**20/05/23 THỨ BẢY TUẦN 6 PS  
Th. Bê-na-đi-nô Xi-ê-na, linh mục  
Ga 16,23b-28**

**‘NỐI MẠNG’ VỚI THIÊN CHÚA**

***“Cho đến nay, anh em đã chẳng xin gì nhân danh Thầy. Cứ xin đi, anh em sẽ được, để niềm vui của anh em nên trọn vẹn.”***(Ga 16,24)

**Suy niệm:** Những trạm tiếp sóng điện thoại di động cứ thường “nghẽn mạch” không thể truyền tải đến cho những khách hàng thuê bao của mình, nhất là vào những dịp cao điểm. Nhu cầu quá lớn hay trạm tiếp sóng quá nhỏ? Về trách nhiệm cầu nguyện, “vị cố vấn kỳ diệu” Giê-su vạch rõ lý do “nghẽn mạch” nơi Ki-tô hữu, “*cho đến nay anh em đã chẳng xin gì nhân danh Thầy*”, khiến nhiều người đang mong chờ mạch ân sủng của Thiên Chúa mà không được đáp ứng. Thế giới ta đang sống không phải là thế giới trần tục, bởi nó được Thiên Chúa tạo dựng và yêu thương. Nó rất cần ơn thiêng từ Thiên Chúa và tương giao với Ngài. Nếu nó có trần tục là bởi vì đã bị xuống cấp do thiếu vắng lời cầu nguyện, trở thành một thế giới mồ côi, vắng bóng Thiên Chúa. Những “trạm tiếp sóng” Ki-tô hữu quá cần thiết cho thế giới hôm nay. Thánh Gio-an Vi-a-nê cho rằng xưa kia chúng ta chẳng xứng cầu nguyện, nhưng nay Thiên Chúa đã thương cho ta được thưa chuyện với Ngài đấy bạn!

**Mời Bạn:** Hoàn cảnh hiện tại của bạn và số phận của những người chung quanh có được bạn lưu ý và gom kết lại trong lời cầu nguyện không?

**Chia sẻ:** Câu kết *“Nhờ Đức Giê-su Ki-tô Chúa chúng con…”* trong các lời nguyện có ý nghĩa gì?

**Sống Lời Chúa:** Chân thành dâng lời nguyện lên Chúa Cha, nhân danh Chúa Giê-su để cầu cho một gia đình quen biết.

**Cầu nguyện:** *Lạy Cha trên trời, trái tim của con quá bé nhỏ để ôm ẵm thế giới. Nay con muốn hoà tan trong trái tim Chúa Giê-su, con Cha, để thế giới cảm nhận được tình Cha yêu.*

**21/05/23 chúa nhật tuần 7 ps  
Chúa Thăng Thiên  
Mt 28,16-20**

**RA ĐI LOAN BÁO TIN MỪNG**

***“Vậy anh em hãy đi và làm cho muôn dân trở thành môn đệ…”*** (Mt 28,19)

**Suy niệm:** Tin Mừng Phục sinh không chỉ để chiêm ngắm, suy phục, mà còn phải được các môn đệ đi loan báo, làm cho người đón nhận Tin Mừng đó trở thành môn đệ của Chúa Giê-su qua phép Rửa nhân danh Cha và Con và Thánh Thần, cùng với việc tuân giữ những điều Chúa truyền dạy. Tiến trình làm chứng, loan báo Tin Mừng Phục sinh đã và đang được các thế hệ Ki-tô hữu thực thi dưới sự hướng dẫn của Thánh Thần Thiên Chúa. Có thời đại gặt hái được những thành quả tốt đẹp; có lúc như khựng lại; nhưng vẫn luôn là ưu tư hàng đầu của cả Hội Thánh. Hội Thánh vẫn lạc quan tin tưởng vào lời Chúa hứa: *“Thầy ở cùng anh em mọi ngày cho đến tận thế.”*

**Mời Bạn:** Qua bí tích Thánh tẩy và Thêm sức, người Ki-tô hữu được giao cho sứ mạng làm chứng tá cho Tin Mừng Nước Trời trong bậc sống của mình. Họ được kêu gọi lên đường đi ra vùng ngoại biên loan báo Chúa Phục Sinh, làm cho người muôn dân trở thành môn đệ Ngài. Bạn đã ý thức bổn phận đó và chuẩn bị hành trang gì cho chuyến đi này chưa? Nếu chưa, hôm nay chính là lúc bạn phải bắt đầu từ đâu ngay sứ mạng đó.

**Sống Lời Chúa:** Hành trang này không thể thiếu khát vọng đem ơn cứu độ cho người anh em, cũng như nhiệt tình tông đồ mà bạn cần phải hun đúc. Đồng thời bạn cần lắng nghe tiếng nói của Chúa Thánh Thần, vì bạn không thể thành công tự sức mình được.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Thánh Thần là Đấng Bảo trợ nâng đỡ, khích lệ chúng con. Xin soi sáng và hướng dẫn chúng con trên con đường loan báo Tin Mừng Phục sinh của Chúa Ki-tô mỗi ngày. Amen.*

**22/05/23 THỨ HAI TUẦN 6 PS  
Th. Ri-ta Ca-xi-a, nữ tu  
Ga 16,29-33**

**CHÚA ĐÃ THẮNG THẾ GIAN**

***“Trong thế gian, anh em phải gian nan khốn khó. Nhưng can đảm lên! Thầy đã thắng thế gian.”*** (Ga 16,33)

**Suy niệm:** *“Thầy đã thắng thế gian”* được dùng ở thì quá khứ nhằm nói với ta rằng cuộc chiến với thế gian đã ngã ngũ, kết cuộc phần thắng đã thuộc về Đức Ki-tô, và kết quả đó là không thể đảo ngược. Thế gian, mà thế lực đứng sau nó là ma quỷ và sự chết tiếp tục hành hạ, bách hại các môn đệ Chúa, khi họ làm chứng nhân cho Ngài. Thế nhưng họ không phải sợ hãi, bởi vì Chúa Ki-tô đã phục sinh khải hoàn, Ngài là chiếc neo vững chắc cho họ giữa biển đời trần gian.

**Mời Bạn:** Đây không chỉ là lời hứa, nhưng là một hiện thực đang diễn ra trong Giáo Hội. Tin Mừng vẫn được rao giảng, hàng hàng lớp lớp người nối tiếp nhau chuyển trao ơn cứu độ của Chúa đến tận cùng thế giới. Không ai trong chúng ta được phép đứng ngoài dòng chảy chứng nhân ấy. Khi gặp thất bại, đắng cay, bệnh tật, hay phải chứng kiến đó đây trong Giáo hội xảy ra những sự kiện đau buồn, hình ảnh Giáo hội bị bêu xấu, bạn hãy tin tưởng cậy trông, vì Chúa đã bảo đảm: *“Thầy đã thắng thế gian,”* và *“Thầy ở cùng anh em mọi ngày cho đến tận thế”* (Mt 28,20).

**Sống Lời Chúa:** Với lời khẳng định này, bạn không nao núng, nhưng được khích lệ đứng dậy, tiếp tục sống chứng nhân Tin mừng Phục Sinh mỗi khi gặp những khó khăn, thử thách trên đường đời. Bạn hãy nhớ lại Phê-rô, Tô-ma, cũng như các Tông đồ từng trải qua kinh nghiệm đau buồn ấy lúc Chúa Giê-su chưa sống lại.

**Cầu nguyện:** *Lạy Đấng Phục sinh, Chúa đang đồng hành với con trên đường đời. Xin thêm lòng tin cho con để con can đảm ra khỏi mình, dấn thân loan báo Tin mừng trong thế giới đang mất phương hướng, đầy sự hoài nghi này. Amen.*

**23/05/23 THỨ BA TUẦN 7 PS  
Ga 17,1-11a**

**NIỀM VUI ĐƯỢC BIẾT DANH CHA**

***“Những kẻ Cha đã chọn từ giữa thế gian mà ban cho con, con đã cho họ biết danh Cha.”*** (Ga 17,6)

**Suy niệm:** *“Khi nói đến tình yêu là nói đến Thiên Chúa Ba Ngôi, một Ngôi yêu, một Ngôi được yêu và một Ngôi là nguồn mạch của tình yêu*” (Thánh Augustinô). Chính vì **Thiên Chúa là Tình yêu**, nên “Ngôi được yêu” đã đến với con người để yêu bằng tình yêu lớn nhất đó là hiến mạng sống cho chúng ta (x. Ga 15,13) và cho chúng ta **biết** Danh của “Ngôi yêu” là *“Cha là Thiên Chúa duy nhất, và Đấng Cha đã sai đến là Giê-su Ki-tô”* và nhờ đó mà được sự sống đời đời. **Biết** **Danh Chúa** tức là biết Ngài là Tình Yêu và biết mình là người được yêu, được cứu khỏi quyền lực sự chết và ác thần. Nếu sự sống đời đời là điều con người hằng mong mỏi tìm kiếm thì cái “biết-đem-lại-sự-sống-đời-đời” sẽ là món quà lớn nhất mà Chúa ban tặng cho ta, và cũng là niềm vui lớn nhất không gì có thể đánh đổi được.

**Mời bạn:** “*Từ khi tôi biết là có Thiên Chúa, tôi không thể làm gì khác hơn là chỉ sống cho Chúa*” (Thánh Charles de Foucault). Sống cho Chúa là sống trong niềm vui, niềm vui được nhận biết Chúa, có Chúa ở cùng bạn, cùng tôi, cùng chúng ta. Có thể bạn đã trải qua những đêm tối cuộc đời, nhưng tình thương, sự hiện diện của Chúa vẫn luôn bên bạn, vì Chúa đã sống lại thật và bạn sẽ nên một với Thiên Chúa (x. Ga 17,11).

**Sống Lời Chúa:** Lan tỏa niềm vui Phục sinh qua cách sống và làm việc của bạn, trên khuôn mặt vui tươi của bạn.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa là Chúa của con, hãy loại bỏ khỏi con những gì làm con xa cách Chúa. Lạy Chúa là Chúa con, xin ban cho con tất cả những gì lôi kéo con tới Chúa. Lạy Chúa là Chúa con, xin giữ lấy con cho con và hãy ban cho con hoàn toàn cho Chúa* (Thánh Nicola de Flue).

**24/05/23 THỨ TƯ TUẦN 7 PS** **Ga 17,11b-19**

**NHƯ SEN GIỮA ĐẦM LẦY**

***Đức Giê-su nói: “Con không xin Cha cất họ khỏi thế gian, nhưng xin Cha gìn giữ họ khỏi ác thần. Họ không thuộc về thế gian, cũng như con đây không thuộc về thế gian.”*** (Ga 17,15-16)

**Suy niệm:** “*Sống chung với lũ”*, đó là phương sách tại những vùng thường xuyên ngập lụt như đồng bằng sông Cửu Long để hạn chế những thiệt hại do lũ lụt, cũng như để tận dụng những ích lợi mà lũ lụt có thể đem lại cho cư dân vùng lũ. “*Sống chung với thế gian”*, đó cũng là phương châm Đức Giê-su dạy các môn đệ, để các ông nhờ đó có thể biến đổi thế gian. Nhưng nếu không cảnh giác, người dân có thể bị cơn lũ cuốn trôi. Cũng vậy, người Ki-tô hữu có thể bị dòng thác lũ thế gian cuốn hút, đánh lạc hướng tính chất Ki-tô hữu, mất niềm tin vào Đức Giê-su. Những cơn lũ tiện nghi, hưởng thụ mỗi khi có cơ hội đang xói mòn “chân đê” lương tâm người môn đệ; những dòng nước ngầm đam mê vô độ, ham hố quyền lực có thể làm sụp đổ cả “bờ bao” chí hướng tông đồ.

**Mời Bạn:** Nhớ rằng Chúa đặt bạn ở giữa thế trần không phải để bạn lây nhiễm thói hư tật xấu của thế gian, nhưng là để bạn biến đổi trần thế, bằng cách chiến đấu chống lại quyến rũ của sự dữ và đưa men Tin Mừng của Chúa vào giữa môi trường ô nhiễm sự dữ ấy.

**Sống Lời Chúa:** Thành thật xét xem thói xấu nào “nổi cộm” hơn cả nơi tôi lúc này, rồi tìm mọi cách để sửa đổi.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, như đoá sen trong đầm lầy, xin giữ tâm hồn chúng con thanh khiết. Giữa một thế giới đầy hình ảnh vẩn đục, xin gìn giữ mắt chúng con. Giữa một thế giới tôn thờ khoái lạc, xin dạy chúng con biết trân trọng thân xác. Giữa một thế giới bị ám ảnh bởi tình dục, xin thanh lọc trí tưởng tượng của chúng con. Amen.*

(Rabbouni)

**25/05/23 THỨ NĂM TUẦN 7 PS  
Th. Bê-đa khả kính, linh mục, tiến sĩ HT   
Ga 17,20-26**

**HỢP NHẤT ĐỂ LOAN BÁO TIN MỪNG**

***“Để tất cả nên một, như Cha ở trong con và con ở trong Cha để họ cũng ở trong chúng ta. Như vậy, thế gian sẽ tin rằng Cha đã sai con.”*** (Ga 17,21)

**Suy niệm:** *“Để tất cả nên một”* là thao thức của Chúa Giê-su với các môn đệ của Ngài. Chúa Giê-su thiết lập Giáo Hội để Giáo Hội ấy tiếp tục sứ mạng loan báo Tin Mừng cho mọi loài thọ tạo cho đến ngày tận thế. Ngài biết rằng chỉ khi các môn đệ hợp nhất với nhau trong cùng đức tin, nên một với nhau trong đức ái, thì đời sống hiệp nhất yêu thương ấy mới trở thành lời chứng sống động, đủ sức thuyết phục người khác tin nhận Thiên Chúa và chịu phép Rửa. Vì thế, Chúa Giê-su đã cầu nguyện cho các Ki-tô hữu ở mọi nơi, mọi thời, và cho cả chính chúng ta hôm nay được hợp nhất. Không chỉ cầu nguyện thôi, Ngài còn để lại cho Giáo Hội món quà tặng quý giá là bí tích Thánh Thể nối kết mọi người nên một trong tình yêu.

**Mời Bạn:** Không khó để bạn và tôi nhận thấy rằng bao sự bất an bất ổn trong hội đoàn, khủng hoảng đức tin nơi giáo xứ, giáo phận, đến từ những chia rẽ bè phái do chính những người trong cộng đoàn ấy. Sự chia rẽ ấy không chỉ tàn phá đời sống của người Ki-tô hữu, mà còn trở nên gương mù gương xấu khiến cho nhiều người thiện chí chưa gặp được Chúa. Trước tình cảnh đó, bạn đã làm gì để củng cố, xây dựng sự hợp nhất nơi cộng đoàn đức tin của mình?

**Sống Lời Chúa:** Mỗi ngày bạn siêng năng rước Chúa Giê-su Thánh Thể để cầu nguyện cho sự hợp nhất trong Giáo hội.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su Thánh Thể, xin giúp chúng con luôn sống hợp nhất yêu thương nhau, mau chóng loại trừ mọi nguyên nhân chia rẽ, để Tin mừng tình thương Chúa được lan tỏa đến với mọi tâm hồn thiện chí. Amen.*

**26/05/23 THỨ SÁU TUẦN 7 PS   
Th. Phi-líp-phê Nê-ri, linh mục  
Ga 21,15-19**

**CÁCH CHÚA CHỌN**

***Người hỏi lần thứ ba: “Anh có yêu mến Thầy không ?”… Phê-rô đáp: “Thưa Thầy, Thầy biết rõ mọi sự, Thầy biết con yêu mến Thầy.”*** (Ga 21,17)

**Suy niệm:** Khi chỉ định người đứng đầu Giáo Hội, Chúa Giê-su đã đặt một vị từng ba lần chối Thầy. Theo cái nhìn tự nhiên, có lẽ Phê-rô không xứng đáng, chẳng đủ tiêu chuẩn làm Tông đồ nữa, huống chi là vị giáo hoàng đầu tiên của Giáo hội. Thế nhưng, Chúa Giê-su không nhìn thấy một Phê-rô của những lầm lỡ, mà là Phê-rô của lòng chân thành yêu mến, của sự khiêm tốn hoán cải. Bấy nhiêu đó đủ bảo đảm cho tương lai sau này. Một Phê-rô biết khiêm tốn hoán cải đứng lên, sẽ là Phê-rô cảm thông, khoan dung với đoàn chiên được Chúa Giê-su trao phó, nhất là với con chiên lạc: *“Phần anh, một khi đã trở lại, anh hãy làm cho anh em của anh nên vững mạnh”* (Lc 22,32). Chính cung cách yêu thương ấy đã hoán đổi lòng Phê-rô, biến ông từ tội đồ trở lại thành Tông đồ, một Tông đồ trụ cột của Giáo hội.

**Mời Bạn:** Những công việc hay lời ca tụng của chúng ta thêm gì cho Chúa (x. Kinh Tiền Tụng chung IV). Được Chúa yêu, và được yêu Chúa là hạnh phúc lớn lao, ơn cứu độ muôn đời cho ta. Chúa luôn mong chờ chúng ta yêu Chúa nhiều hơn, hôm nay hơn hôm qua, tích cực, nhiệt tình hơn, qua các việc làm cụ thể mỗi ngày, chứ không chỉ trong một ít giờ thờ phượng trong nhà thờ.

**Sống Lời Chúa:** Cảm nhận Chúa luôn ở bên mình, để bạn không bao giờ chán chường, thất vọng, nhưng muốn quy hướng mọi sự về với Chúa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa không bao giờ lìa xa chúng con. Xin cho chúng con biết Chúa vẫn yêu, ngàn lần vẫn yêu chúng con, để chúng con cảm nhận được hạnh phúc vì được Chúa yêu mến chọn gọi. Amen.*

**27/05/23 THỨ BẢY TUẦN 7 PS  
Th. Âu-tinh, giám mục Can-tơ-bơ-ri  
Ga 21,20-25**

**PHẦN ANH, HÃY THEO THẦY**

***“Giả như Thầy muốn anh ấy còn ở lại cho tới khi Thầy đến, thì việc gì đến anh? Phần anh, hãy theo Thầy.”*** (Ga 21,22)

**Suy niệm:** “Những bộ óc vĩ đại bàn luận về tư tưởng, những bộ óc trung bình bàn luận về sự kiện, những bộ óc hẹp hòi bàn luận chuyện người khác” (E. Roosevelt). Tọc mạch chuyện người khác không chỉ là dấu hiệu bất ổn về tâm lý mà còn có nguy cơ làm sai lệch ơn gọi và sứ mạng tông đồ. Khi Phê-rô tò mò muốn biết tương lai ‘hậu vận’ người bạn đồng môn Gio-an, Chúa Giê-su đã khiển trách: *“Giả như Thầy muốn anh ấy còn ở lại cho tới khi Thầy đến, thì việc gì đến anh?”* Thật vậy, môn đệ là người được chọn để ở với Thầy Giê-su, học hỏi nơi Thầy và để được sai đi với sứ mạng loan báo Tin Mừng. Chúa Giê-su nhắc nhở Phê-rô hãy tập trung vào ơn gọi và sứ mạng của chính mình: *“Phần anh, hãy theo Thầy.”*

**Mời Bạn:** Việc tò mò tọc mạch chuyện của người khác như những ‘bà tám’ hay những tay rình mò săn ảnh ‘paparazzi’ sẽ làm người tông đồ quên mất căn tính môn đệ của mình và còn sao nhãng bổn phận loan báo Tin Mừng nữa. Khi đó, chẳng những hoạt động tông đồ bị đình trệ, mà còn làm phát sinh sự nghi kị ganh ghét khiến cộng đoàn rơi vào cảnh bất hoà chia rẽ. Trước tình trạng ganh tị tranh chấp giữa những người cùng rao giảng Đức Ki-tô, thánh Phao-lô khuyên: *“Dù thế nào đi nữa, với ý ngay lành hay ý xấu, cuối cùng Đức Ki-tô được rao giảng là tôi mừng”* (Pl 1,18).

**Sống Lời Chúa:** Tích cực cộng tác làm việc trong hội đoàn mà bạn đang tham gia.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su phục sinh, xin cho tâm hồn con được sống lại trong sự sống mới và cho con biết phục vụ cách vô vị lợi, mà không màng thiệt hơn, miễn sao Lời Chúa được rao giảng.*

**28/05/23   
CHÚA NHẬT CHÚA THÁNH THẦN HIỆN XUỐNG  
Ga 20,19-23**

**LẮNG NGHE THÁNH THẦN**

***Người thổi hơi trên các ông và bảo: “Anh em hãy nhận lấy Thánh Thần.”*** (Ga 20,22)

**Suy niệm:** *“Thánh Thần soi sáng tâm trí, khiến ta khát khao Thiên Chúa, đón nhận chân lý siêu nhiên, và làm cho chân lý ấy trở nên dễ hiểu với ta”* (B. Graham). Sứ vụ của Thánh Thần là làm cho ta trở nên **đồng hình đồng dạng** với Đức Giê-su, sống hiếu thảo với Chúa Cha cũng như với người khác như anh em, theo khuôn mẫu của Con Một Ngài. Để mặc lấy tâm tình của Người Con Một ấy, ta cần mở lòng đón nhận chân lý Ngài mặc khải, qua việc đọc, nghiền ngẫm, và sống Lời mặc khải. Nhờ Thánh Thần, Lời mặc khải ấy trở nên dễ hiểu, vừa với tầm hiểu biết của ta, đồng thời Thánh Thần cũng giúp ta tinh tế nhận ra cung cách linh hoạt áp dụng trong những tình huống khác nhau. Trên hết, Thánh Thần khơi lên nơi ta lòng khao khát Thiên Chúa, muốn yêu Ngài với trọn quả tim, khối óc, cũng như sức lực của mình. Với lòng khao khát ấy, ta sẵn lòng làm mọi sự, miễn là đem lại cho Ngài nụ cười.

**Mời Bạn:** Nếu nghĩ Thánh Thần chỉ như một sức mạnh máy móc vô hồn, ta sẽ luôn tìm cách vận dụng lèo lái Thánh Thần ấy. Trái lại, nếu nhìn Ngài – theo Kinh thánh – là Ngôi vị thần linh, vô cùng khôn ngoan, thánh thiện, dịu dàng, ta sẽ đảo ngược lối suy nghĩ: Làm sao để Thánh Thần ấy nắm lấy, chi phối mình (R. Torrey). Bạn đã ngoan ngoãn vâng theo sự soi sáng, hướng dẫn của Thánh Thần chưa, nhất là trong những điều không hợp với sở thích, ý muốn của bạn?

**Sống Lời Chúa:** Tôi tập chuyên tâm suy nghĩ, cách thực hiện một việc tông đồ giáo dân tốt hơn. Nhờ vậy, tôi sẽ nhận ra Thánh Thần soi sáng cho mình.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Thánh Thần, cảm tạ Ngài luôn ở bên con. Xin cho con luôn ngoan ngoãn vâng nghe Ngài.*

**29/05/23 THỨ HAI TUẦN 8 TN  
Đức Ma-ri-a, Mẹ Hội Thánh  
Ga 19,25-34**

**SINH CON DƯỚI CHÂN THẬP GIÁ**

***Đứng gần Thập Giá Đức Giê-su, có Thân Mẫu Người… khi thấy Thân Mẫu và môn đệ mình thương mến đứng bên cạnh, Đức Giê-su nói với Thân Mẫu: “Thưa Bà, đây là con của Bà.” Rồi Người nói với môn đệ: “Đây là Mẹ của anh.” Kể từ đó, người môn đệ rước Bà về nhà mình.*** (Ga 19,25-27)

**Suy niệm:** Đức Ma-ri-a là người được nhắc đến đầu tiên đứng gần thánh giá Chúa, hiệp thông với Chúa Giê-su trong của lễ hiến tế. Đời Mẹ gắn liền với mầu nhiệm Con của Mẹ: vất vưởng ở Bê-lem, lao đao trong những ngày trốn sang Ai Cập, sợ hãi âu lo khi trở về Na-da-rét, cùng vất vả với Con trong những năm rao giảng, đau khổ tột cùng khi con bị treo trên Thập Giá. Mẹ đã cộng tác cách đặc biệt vào công trình của Đấng Cứu Thế, nhờ vâng phục, nhờ đức Tin, đức Cậy và đức Ái nồng nhiệt. Bởi vậy trên bình diện ân sủng, Đức Ma-ri-a thật sự là Mẹ của chúng ta “*Này là Mẹ con”, “Đây là con Mẹ”* … Với những lời cuối cùng đầy cảm động từ trên thập giá này, Đức Giê-su đã mạc khải cho Đức Ma-ri-a tuyệt đỉnh của thiên chức làm Mẹ: Mẹ Giáo Hội, Mẹ của các Ki-tô hữu.

**Mời Bạn:** Ước chi bạn cũng như hết mọi người khám phá ra lời mời gọi, hãy đón nhận Đức Ma-ri-a làm Mẹ của đời mình, và sống trọn vẹn tình hiếu thảo.

**Sống Lời Chúa:** Bạn tập thói quen lần chuỗi Mân Côi hằng ngày, để cùng Mẹ Ma-ri-a sống mầu nhiệm của Chúa Giê-su, và để bạn gặp được chính Đức Giê-su Ki-tô.

**Cầu nguyện:** *Lạy Mẹ Ma-ri-a, xin Mẹ giúp chúng con thêm lòng Tin, Cậy, Mến, để chúng con trung tín với Chúa cho đến cùng, trong ơn gọi làm con Chúa và con Hội Thánh, giữa bao thử thách của đời thường hôm nay.*

**30/05/23 THỨ BA TUẦN 8 TN  
Mc 10,28-31**

**SẼ ĐƯỢC GẤP TRĂM**

***Đức Giê-su đáp: “Thầy bảo thật anh em: Chẳng hề có ai bỏ nhà cửa, anh em, chị em, mẹ cha, con cái hay ruộng đất, vì Thầy và vì Tin Mừng, mà ngay bây giờ, ở đời này, lại không nhận được nhà cửa, anh em, chị em, mẹ, con hay ruộng đất, gấp trăm, cùng với sự ngược đãi, và sự sống vĩnh cửu ở đời sau.”*** (Mc 10,28-30)

**Suy niệm:** Câu hỏi của Phê-rô cũng có thể là câu hỏi của ta: *“Bỏ mọi sự theo Chúa,”* tôi được gì? Câu trả lời của Chúa Giê-su vẫn y như ngày nào: Được gấp trăm! Từ một gia đình nhỏ bé, ta bước vào đại gia đình rộng lớn của Thiên Chúa: Cùng là môn đệ Chúa Giê-su, ta gặp người đồng đạo như người thân quen, tựa anh chị em của nhau; đến giáo xứ nào, ta cũng thấy đó là ngôi nhà chung, nhà Chúa. Kinh nghiệm này càng được nhận thức rõ hơn nơi cộng đoàn dòng tu hay các cộng đoàn Giáo hội cơ bản. Tuy nhiên, ta đừng quên rằng kèm theo đó là sự ngược đãi, bách hại vì tư thế môn đệ Chúa, để rồi rốt cuộc được điều quý giá nhất là sự sống vĩnh cửu.

**Mời Bạn**: Vượt qua liên hệ huyết thống để đi vào tương quan hiệp thông mới mẻ của Nước Trời, tập từ bỏ não trạng muốn chiếm hữu, vun quén cá nhân chủ nghĩa để sống tinh thần chia sẻ, cho đi của người môn đệ bước theo Chúa mỗi ngày.

**Sống Lời Chúa:** Xác tín vào Lời Chúa để chúng ta hân hoan loan báo Chúa, Đấng ban cho nhân loại sự sống đời đời.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, con cũng từng hỏi Chúa: Lạy Chúa, theo Chúa con được gì? Hôm nay con cảm tạ Chúa vì câu trả lời, con thấy Chúa là vị Thầy luôn chăm sóc chúng con. Xin thêm ơn niềm vui đức tin, để con mạnh mẽ trở nên người tông đồ, sống đường hướng truyền giáo như lệnh Chúa truyền trước khi về trời. Amen.*

**31/05/23 THỨ TƯ TUẦN 8 TN  
Đức Ma-ri-a thăm viếng Bà Ê-li-sa-bét  
Lc 1,39-56**

**HÁT BÀI CA NGỢI KHEN**

***“Đấng Toàn Năng đã làm cho tôi biết bao điều cao cả. Danh Ngài thật chí thánh chí tôn.”*** (Lc 1,49)

**Suy niệm:** Nhà tâm lý học Mỹ nổi tiếng E. Fromm đặt câu hỏi: *“Người ta tặng gì cho người khác?”* Rồi ông trả lời: *“Người ấy tặng chính mình, điều quý giá nhất mình có, tặng chính cuộc sống của mình.”* Mẹ Ma-ri-a đi thăm viếng bà Ê-li-sa-bét, tặng cho người chị họ ba tháng phục vụ quý giá, sự hiện diện ủi an nâng đỡ, lòng yêu thương dịu dàng của một người họ hàng. Mẹ còn tặng cho thai nhi Gio-an Tẩy giả và gia đình ông bà Da-ca-ri-a chính Đấng Cứu thế của cả nhân loại. Thai nhi Giê-su, Đấng Cứu thế ấy, được hình thành từ sự sống của Mẹ cùng với quyền năng Thánh Thần. Nhờ Thai nhi Giê-su ấy, Mẹ có thể nói lên những lời tạ ơn trong bài ca “Ngợi khen” (*Magnificat*) nổi tiếng. Làm sao không ngợi khen Thiên Chúa trước những điều kỳ diệu Ngài thực hiện cho Mẹ? Không lạ gì bà Ê-li-sa-bét phải reo lên: *“Bởi đâu tôi được phúc này là Thân mẫu Chúa tôi đến với tôi như vậy?”*

**Mời Bạn:** Ngợi khen Chúa hôm nay là diễn tập trước lời ngợi khen vĩnh cửu trên thiên quốc. Bạn không thể bước vào thiên đàng khi trên đường đi đến thiên đàng ấy, bạn không ngớt càu nhàu Chúa, phàn nàn người lân cận. Bạn có chỉ ngợi khen Chúa khi nhận ra ân huệ lớn lao mình đang được từ Ngài? Hiện nay bạn dành mỗi ngày mấy phút để ngợi khen Ngài?

**Sống Lời Chúa:** Mỗi sáng ngay khi thức dậy, đọc một kinh Lạy Cha để ngợi khen, cảm tạ, dâng ngày cho Chúa.

**Cầu nguyện:** *Lạy Mẹ Ma-ri-a, Mẹ là mẫu gương nhận ra ân huệ Chúa, ngợi khen Ngài. Xin cho con sống tâm tình ngợi khen như Mẹ mỗi ngày, cảm nhận vô vàn việc kỳ diệu Chúa thực hiện trong đời mình, để ngợi khen cảm tạ.*