

5 Phút Lời Chúa Mỗi Ngày



06 / 2013

CHỦ ĐỀ : TIN LÀ SỐNG VỚI CHÚA VÀ HIỆP NHẤT VỚI NHAU TRONG CHÚA BA NGÔI

“Ai yêu mến Thầy sẽ giữ Lời Thầy. Cha Thầy sẽ yêu mến người ấy. Cha Thầy và Thầy sẽ đến và ở trong người ấy”
(Ga 14, 23)

Ý CHÍNH : Thiên Chúa hằng mời gọi con người bước vào cuộc sống chung với Chúa Ba Ngôi, sống hiệp nhất với Người. Để được như vậy cần giữ Lời Chúa dạy là yêu thương nhau. Và để có khả năng nên một với Chúa đồng thời yêu thương hiệp nhất với nhau, cần siêng năng cầu nguyện, suy niệm Lời Chúa và đón nhận các Bí Tích.

Ý NGUYỆN : Cầu cho sự hiệp nhất với Chúa, hiệp nhất trong gia đình, trong xã hội và Giáo Hội.

THỨ BẢY.01.06.2013

Mc 11, 27 -33

1. Ghi nhớ: “Tôi cũng vậy, tôi cũng không nói cho các ông tôi lấy quyền nào mà làm các điều ấy”. (Mc 11,33)

2. Suy niệm: Chúa Giêsu làm biết bao điều cả thể trong dân. Nhưng chính định kiến khiến giới Kinh sư và Luật sĩ không đón nhận Ngài. Sự dèm pha hay những lời chát vắn là dấu hiệu của kẻ không tin.

Hiện nay còn biết bao người không tin Thiên Chúa. Họ coi Thiên Chúa là nguyên nhân cản trở cho cuộc sống của họ. Vô phúc cho những kẻ ấy! Riêng chúng ta là những người theo Chúa, đôi khi ta không đưa ra lời chống đối nào nhưng sự thờ ơ, hững hờ trong việc thờ phượng cũng là dấu chỉ kém lòng tin. Trở về với Chúa để gặp gỡ Ngài, sống với Chúa để nhận ra tình thương của Ngài. Đó là những thái độ cần thiết để nuôi dưỡng niềm tin và làm chứng đức tin.

3. Sống Lời Chúa: Có kinh qua thử thách đức tin mới thêm vững mạnh.

4. Cầu nguyện : Lạy Chúa, xin cho con đức tin để nhận thấy Chúa trong mọi biến cố cuộc đời. Amen.

CHÚA NHẬT IX TN: 02.06.2013
LỄ MÌNH MÁU CHÚA KITÔ
Lc 9, 11b – 17

1. Ghi nhớ: *Đức Giêsu bảo: “ Chính anh em hãy cho họ ăn...”* (Lc 9, 13)

2. Suy niệm : Đứng trước nhu cầu cần được “ **no nê**” của dân chúng, các Tông đồ tỏ ra bất lực. Vì thế, Chúa Giêsu đã gọi cho các ông niềm tin vào người bằng cách Người hỏi để thử các ông: “ **Chính anh em hãy cho họ ăn...**” (Lc 9,13). Ngoài ý nghĩa kích thích niềm tin cho các Tông đồ, câu này còn biểu lộ ý nghĩa chính Chúa Giêsu là người khởi xướng việc chăm sóc cho dân chúng ăn no. Noi gương Chúa Giêsu mục tử hiến thân vì đoàn chiên. Chúa quan tâm đến cả đời sống tinh thần lẫn vật chất của dân chúng, không cần tìm hiểu tại sao họ thiếu. Chúa cũng nhắn nhủ chúng ta hãy biết cảm thông và lo lắng cho người khác. Đặc biệt là những người không ai quan tâm giúp đỡ.

3. Sống Lời Chúa : Mỗi khi tham dự Thánh Lễ và rước lễ phải có lòng tin và biết ơn.

4. Cầu Nguyện : *Lạy Chúa Giêsu, nhờ Mình và Máu Chúa. Xin cho con biết quan tâm, chia sẻ và giúp đỡ anh chị em con để họ cũng được thoát khỏi những cơn đói cả vật chất lẫn tinh thần. Amen.*

THỨ HAI .03.06.2013

Thánh Carôlô Loanga và các bạn, tử đạo.

Mc 12, 1-12

1. Ghi nhớ: “Có người kia trồng được một vườn nho; ông rào ông cho ta điền canh tác rồi trẩy đi xa” (Mc 12,1).

2. Suy niệm : Người chủ vườn vừa trồng nho xong thì lặn lẽ đi phương xa, ông để lại cả vườn nho cho tá điền thuê. Điều này nói lên ông chủ rất là tín nhiệm các tá điền nên ông sẵn sàng trao vườn nho mà không chút nghi ngờ. Cũng vậy Thiên Chúa luôn tín nhiệm mỗi người chúng ta, Ngài đã trao cho chúng ta cả vườn nho của mình đó là: khả năng, địa vị, phương tiện sống...Nếu chúng ta là một tá điền tốt của Chúa thì chúng ta phải sinh lợi với những gì mà Thiên Chúa đã ban. Thiết nghĩ mỗi người chúng ta hãy suy nghĩ lại xem tôi đang sống như một tá điền nào?

3. Sống lời Chúa: Hãy sống và làm hết khả năng mình.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết tận dụng hết những hồng ân Chúa ban để con có thể mưu ích cho mình và cho người khác. Amen*

THỨ BA. 04.06.2013

Mc 12, 13-17

1. Ghi nhớ: “Của Xê-da, trả về cho Xê-da; của Thiên chúa, trả về Thiên Chúa” (Mc 12,17).

2. Suy niệm: Các biệt phái và những người lãnh đạo luôn tìm cách bắt bẻ Đức Giêsu. Họ đã đưa Người vào một thế kẹt, nếu trả lời “không” thì họ tố cáo Người chống lại người La Mã. Còn nếu trả lời “Có” thì họ cho là Người đối lập với dân tộc mình. Cuối cùng Đức Giêsu đã trả lời một cách rất khôn khéo, không ai bắt bẻ được Ngài. Cũng thế, chúng ta phải sống sao cho có sự hài hòa giữa nghĩa vụ với Thiên Chúa và nghĩa vụ với đất nước. Nhưng sự vâng phục đối với đất nước không được chống lại sự vâng phục đối với Thiên Chúa. Bốn phận người Kitô hữu chúng ta là phải ngăn chặn những gì đi ngược lại với Hội Thánh và phủ nhận Thiên Chúa.

3. Sống lời Chúa: Hãy sống tốt đạo đẹp đời.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho mỗi người chúng con không những là con thảo của Chúa mà còn là một công dân tốt làm tròn bốn phận với Chúa và quốc gia của mình . Amen*

THỨ TƯ. 05.06.2013

Thánh Bônifaciô, giám mục, tử đạo.

Mc 12, 18 - 27

1. Ghi nhớ: “**Chẳng phải vì không biết Kinh Thánh và quyền năng Thiên Chúa mà các ông làm sao?**” (Mc 12,24).

2. Suy niệm: Nhóm Sa đốc họ không tin vào sự sống lại. Nên họ đã đưa ra một ví dụ vừa châm biếm, vừa cho thấy rằng đó là một niềm tin sai lạc, không có sự sống lại. Đứng trước thái độ như thế, Chúa Giêsu đã bình tĩnh trả lời những thắc mắc, vì họ không tin vào Thiên Chúa, và do họ không hiểu Thánh Kinh. Cũng vậy, đó là một hạn chế cho mỗi người Kitô hữu khi thiếu kiến thức về Thánh Kinh thì dễ dẫn đến lầm lạc và boi rôi khi bị đặt vấn đề hay bị châm biếm. Noi gương Chúa Giêsu, để khuất phục những người không tin vào các thực tại thiêng liêng, chúng ta cần dựa vào Kinh Thánh để giải thích và làm chứng cho những điều mình nói.

3. Sống lời Chúa: Siêng năng đọc và học Thánh Kinh.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, “ Lời Chúa là ngọn đèn soi cho con bước, là ánh sáng chỉ đường con đi ” . Vì thế có lời Chúa bên mình con không còn sợ chi. Amen*

THỨ NĂM ĐẦU THÁNG. 06.06.2013

Thánh Nobertô, giám mục

Mc 12, 28b - 34

1. Ghi nhớ: “Người phải yêu mến Đức Chúa, Thiên Chúa của người, hết lòng, hết linh hồn, hết trí khôn và hết sức lực người” (Mc 12,30).

2. Suy niệm: Qua bài Tin Mừng hôm nay, Đức Giêsu đã trả lời cho các kinh sư về hai giới răn đứng đầu là “*mến Chúa và yêu người*”. Thực ra hai tình yêu này đều quan trọng như nhau và cùng bổ túc cho nhau; Vì thế khi nói mến Chúa thì phải chứng thực bằng tình yêu thương tha nhân. Và yêu thương tha nhân vì Chúa, Hay nói đúng hơn Tình yêu hướng theo chiều dọc là mến Chúa, và hướng theo chiều ngang là yêu thương tha nhân. Do đó đòi hỏi chúng ta phải đặt mọi sinh hoạt cuộc sống trên nền tảng mến Chúa và yêu người.

3. Sống lời Chúa: Mến Chúa và yêu người

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, khi con sống tốt, yêu thương anh em cũng chính là lúc chúng con đang thể hiện tình yêu với Chúa. Amen*

THỨ SÁU ĐẦU THÁNG. 07.06.2013

LỄ THÁNH TÂM CHÚA GIÊSU (T)

Lc 15, 3 - 7

1. Ghi nhớ : “ *Vậy, tôi nói cho các ông hay: trên trời cũng thế, ai nấy sẽ vui mừng vì một người tội lỗi ăn năn sám hối, hơn là chín mươi chín người công chính không cần phải sám hối ăn năn*” (Lc 15,7).

2. Suy niệm “Đánh kẻ chạy đi, không ai đánh kẻ chạy lại”. Còn Thiên Chúa chẳng những không đánh kẻ chạy đi, nhưng còn chạy theo để đem kẻ ấy trở về. “Quá tam ba bận”, lần thứ tư thì biết tay nhau. Đức Giêsu nói phải tha thứ cho người anh em, không phải ba lần, bảy lượt nhưng là bảy mươi lần bảy, vì Thiên Chúa đã sẵn sàng tha thứ cho ta, mỗi khi ta xúc phạm đến Ngài, không đếm bao nhiêu lần. Thiên Chúa của Đức Giêsu lạ lùng như vậy ! có vẻ Ngài ưu tiên cho tội nhân, cho người làm lỗi, hư mất ! Ngài đầy tình thương đối với loài người, không biết mệt mỏi đi tìm chiên lạc, vui mừng khi tìm được nó. Thiên Chúa đã yêu thương loài người bội hậu như Đức Giêsu đã từng nói với Thánh Nữ Margarita – Maria Alacôque. Thánh Phaolô đã khám phá bằng chứng tuyệt vời của tình thương ấy, trong cái chết của Chúa Kitô, chấp nhận hiến thân cho tội nhân là chính chúng ta. Ta hiểu được niềm vui của Thiên Chúa khi mời gọi một kẻ làm lỗi trở lại, một niềm vui tràn ngập cả thiên quốc, với các thiên thần và các thánh nam nữ.

3. Sống lời Chúa: Chú ý xem trong môi trường chung quanh để tìm một người đang lạc xa Chúa, và tìm cách đưa người anh em ấy trở về.

4. Cầu nguyện : Lạy Chúa Giêsu, cảm tạ Chúa đã thương và đưa chúng con là những con chiên lạc về với đoàn chiên. Xin giúp chúng con luôn biết cộng tác với Chúa, vị chủ chăn nhân lành, trong việc nâng đỡ những anh em đang sống xa Chúa, được có sức mạnh để trở về với Ngài. Amen.

THỨ BẢY. 08.06.2013
Lễ Trái Tim Vô Nhiễm Đức Mẹ
Lc 2, 41 - 51

1. Ghi nhớ : *“**Riêng Mẹ Người thì hằng ghi nhớ tất cả các điều ấy và suy niệm trong lòng**”.* (Lc2,51).

2. Suy niệm : Năm Chúa Giêsu 12 tuổi, theo luật buộc, Ngài theo cha mẹ đi lễ Đền thờ Giêrusalem, đã ở lại để nghe và chất vấn các luật sĩ. Khi trở về không thấy mặt con, ông bà rất buồn rầu. Điều đó làm cha mẹ rất đau lòng, vội vàng tìm kiếm, nhưng gặp con ngay trong Đền thờ. Tình cảm gia đình là tốt đẹp, tuy nhiên cũng có lúc phải hy sinh nó vì công việc của Chúa Cha. Bậc cha mẹ ngày nay hãy lo lắng đau lòng khi thấy con mình lạc mất tình yêu Chúa, nhưng hãy vui mừng khuyến khích con cái sống ơn gọi, sống đời dâng hiến để phục vụ công việc mở mang Nước Chúa.

3. Sống Lời Chúa : Hãy tìm kiếm và phục vụ theo thánh ý Chúa.

4. Cầu nguyện : Lạy Chúa, xin cho con trái tim thanh khiết của Mẹ Maria, để chúng con biết yêu Chúa và yêu tha nhân bằng mọi tình của Chúa. Amen.

CHÚA NHẬT X TN: 09.06.2013

Lc 7, 11 – 17

1. Ghi nhớ: *“Này người thanh niên, tôi bảo anh: hãy chỗi dậy!”*. (Lc: 7: 14)

2. Suy niệm: Đã là con người thì ai cũng phải chết, cho nên cái chết trở thành là kẻ thù của con người. Bởi cái chết làm ly tán người mình yêu, bẻ gãy mọi dự tính của tương lai, phá tan mọi tham vọng tích cực của con người. Chúa Giêsu đứng trước cái chết của chàng trai trẻ con bà góa, Ngài cũng động lòng trắc ẩn và tiếc xót. Chính từ lòng thương xót cảnh ly biệt đó, Chúa đã cứu sống và trả lại sự sống mà Thiên Chúa đã khởi sự nơi anh. Trong cuộc sống, chúng ta đã từng chứng kiến cái chết của người thân, bạn bè... đôi lúc làm cho chúng ta mất ý hướng, nhiệt huyết và thậm chí chúng ta cũng bị chao đảo về niềm tin. Hãy ý thức rằng sự sống và sự chết đều do bởi Thiên Chúa. Vậy hãy tín thác hoàn toàn cho Thiên Chúa của sự sống.

3. Sống Lời Chúa: Ý thức sự sống là một quà tặng vô giá mà Chúa đã ban cho tôi mỗi ngày.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, con cảm tạ Chúa vì Ngài đã cho con hiện hữu trên cuộc đời này. Amen*

THỨ HAI. 10.06.2013

Mt 5, 1 - 12

1. Ghi nhớ: “Tám mối phúc thật” (Mt 5, 1-12).

2. Suy niệm: Tám Mối Phúc Thật hay còn gọi là Bảng Hiến Chương Nước Trời hoặc Bài Giảng Trên Núi. Toàn bài Tin Mừng nói lên tinh thần của người công dân Nước Trời. Và có sự liên hệ giữa Cựu Ước là Môi-sen cũng lên núi để nhận lãnh luật Giáo Ước. Còn Đức Giêsu lên núi để công bố luật mới của Người, hình ảnh “*núi*” đã gợi lên việc lập giáo ước, mạc khải của Thiên Chúa, ban bố lề luật.

Hình ảnh thứ hai là các môn đệ, chúng ta, thấy các Ngài đứng gần bên, đã thể hiện một cử chỉ sẵn sàng đón nhận những đòi hỏi mà người Công dân Nước Trời phải thực hiện. Thiết nghĩ để được là người công dân Nước Trời mỗi người chúng ta hãy tuân hành áp dụng những điều kiện bảng Hiến Chương đưa ra.

3. Sống lời Chúa: Sống Tám Mối Phúc mỗi ngày

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin đổ muôn vàn hồng ân để con có thể thi hành Tám Mối Phúc và làm tròn các bổn phận mà người công dân Nước Trời cần có . Amen*

THỨ BA. 11.06.2013
Thánh Barnaba, Tông Đồ.
Mt 10, 7 - 13

1. Ghi nhớ: *“Anh em đã được cho không, thì cũng phải cho không như vậy” (Mt 10, 8)*

2. Suy niệm: Chia sẻ là một nghĩa cử biểu lộ tình yêu của mình cho kẻ khác. Vì khi chúng ta trao ban cho ai đó một cái gì, thường chúng ta cũng gói ghém tình yêu của chúng ta cho người đó. Khi yêu thì người ta muốn làm những điều tốt cho nhau, và càng trao ban cho nhau nhiều thì càng yêu thương nhiều.

Tuy nhiên, trong đời sống thực tế, chẳng thiếu gì người chỉ tỏ bày tình yêu chia sẻ của họ bằng cách cho những người nghèo đói, túng thiếu những của dư thừa, những đồ mà xem ra họ không còn dùng được nữa. Bán thì không ai mua, để lại thì chật nhà, choán chỗ. Sự cho đi này không phải vì yêu mà vì đã lỗi thời, không còn dùng được nữa.

3. Sống Lời Chúa: Cần phải tập luyện cho đi ngay cả những gì mình đang cần dùng tới hoặc đang quý mến nó.

4. Cầu nguyện : Lạy Chúa, xin giải thoát chúng con khỏi những của cải vật chất. Xin cho chúng ta biết sống tín thác vào Chúa và biết quảng đại chia sẻ với anh em xung quanh. Amen

THỨ TƯ. 12.06.2013

Mt 5, 17 - 19

1. Ghi nhớ: “Anh em đừng tưởng Thầy đến để bãi bỏ luật Môisen hoặc các lời ngôn sứ. Thầy đến không phải là để bãi bỏ nhưng là để kiện toàn” (Mt 5,17).

2. Suy niệm: Trong thời Cựu Ước luật Môisen và những lời giáo huấn của các ngôn sứ là nền tảng cốt yếu trong Thánh Kinh. Vì thế Đức Giêsu không bãi bỏ hoặc thay đổi lề luật nhưng Ngài chỉ nhằm kiện toàn cho nên tốt hơn. Đức Giêsu luôn tôn trọng và coi luật cũ như là nền tảng. Trong thực tế cuộc sống ngày nay mỗi chúng ta khi nhận một nhiệm vụ, hay nhiệm sở khi thay thế một người trong một chức vụ nào đó, chúng ta đừng ỷ lại vào tài trí, sức lực và ý riêng của mình mà phá đổ, bãi bỏ cái cũ, người cũ, tương quan cũ ... Nhưng chúng ta hãy biết xây dựng một mối tương quan mới tốt đẹp hơn dựa trên nền tảng cái cũ.

3. Sống lời Chúa: Không tự hào, tự mãn

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho con biết tôn trọng những thành quả mà tiền nhân để lại. Để con có thể kết hợp hài hòa giữa cũ và mới. Amen*

THỨ NĂM. 13.06.2013

Thánh Antôn Padua, linh mục, tiến sĩ Hội Thánh.

Mt 5, 20 - 26

1. Ghi nhớ: “**Hãy để của lễ lại đó trước bàn thờ, đi làm hòa với người anh em ấy đã, rồi trở lại dâng lễ vật của mình**” (Mt 5,24).

2. Suy niệm: Tổng thể của bài Tin Mừng đòi mỗi người chúng ta trước tiên phải có niềm tin thật sự và phải sống thật lòng với niềm tin của mình, Hơn thế, chúng ta còn phải sống tốt hơn cả những người biệt phái Pharisiêu. Để được như thế thì chúng ta phải đến gần với Chúa bằng cách dâng những của lễ mà mình có. Nhưng để được Thiên Chúa nhậm lời, thì khi dâng của lễ trong lòng mình không được oán thù, gây bất hòa với ai ... ngoài ra, nhiều khi chúng ta còn là đối tượng gây chia rẽ, gương mù, gương xấu cho người khác nữa. Vì vậy ngay ở đời này, để của lễ chúng ta đẹp lòng Chúa thì trước tiên chúng ta hãy cố gắng hòa giải bằng cách sống hòa thuận yêu thương nhau.

3. Sống lời Chúa: Sống yêu thương hòa thuận với mọi người

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho chúng con nhận ra rằng mỗi lần chúng con ghét nhau là mỗi lần chúng con làm cho Chúa buồn. Amen*

THỨ SÁU. 14.06.2013

Mt 5, 27 - 32

1. Ghi nhớ: “Còn Thầy, Thầy bảo cho anh em biết: ai nhìn người phụ nữ mà thèm muốn, thì trong lòng đã ngoại tình với người ấy rồi” (Mt 5,28).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng hôm qua, Chúa cho biết Ngài đến để kiện toàn lề luật chứ không bãi bỏ, thì hôm nay Đức Giêsu chính thức kiện toàn điều răn thứ sáu và thứ chín: cấm ngoại tình và không được ly dị. Ngài đã kiện toàn bằng cách nào? Trong luật cũ cấm người ta phạm tội cả ước muốn lẫn việc làm. Nhưng các kinh sư đã làm sai lệch, họ cho rằng người ta chỉ phạm tội bằng việc làm cụ thể bên ngoài. Do đó Đức Giêsu đã kiện toàn bằng cách Ngài đã tuyên bố “ *Kẻ nào nhìn xem một phụ nữ mà ao ước phạm tội với họ, thì đã mắc tội ngoại tình trong lòng rồi* ”. Đây cũng là lời nhắc nhở những gia đình Kitô hữu hãy biết tôn trọng luật đơn hôn và vĩnh hôn trong hôn nhân.

3. Sống lời Chúa: Hãy chung thủy trong tình yêu

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho cha mẹ con và những gia đình Công Giáo luôn sống chung thủy với nhau. Như chính Chúa đã sống chung thủy với Giáo Hội vậy. Amen*

THỨ BẢY.15.06.2013

Mt 5, 33 - 37

1. Ghi nhớ: “Nhưng hề “có” thì phải nói “có”, “không” thì phải nói “không”. Thêm thắt điều gì là do ác quỷ” (Mt 5,37).

2. Suy niệm: Hôm qua Đức Giêsu kiện toàn điều răn thứ sáu và thứ chín, thì hôm nay Ngài tiếp tục kiện toàn điều răn thứ hai và thứ bảy cấm thề gian nói dối. Có một điều trong cuộc sống hàng ngày là người sợ mất lòng nhau, nên họ thường hay nói “ *thuốc đắng giả tật, sự thật mất lòng* ” . Chính vì vậy mà họ không chịu nói với nhau bằng sự thật. Cho nên người ta thường nhờ vào điểm tựa nào đó để thề . Như vậy Chúa muốn dạy chúng ta đừng thề nguyên gì cả . Vì thề là dấu hiệu của sự gian dối và không tin nhau. Do đó chúng ta có thì nói có. Còn không thì nói không. Vì sự thật thì không cần thề.

3. Sống lời Chúa: Hãy sống trong sự thật

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin ban Chúa Thánh Thần để thúc đẩy mỗi người chúng con biết sống theo sự thật. Như Chúa là Đấng Chân Thật Amen*

CHÚA NHẬT XI TN 16.06.2013

Lc 7, 36 ; 8, 3

1. Ghi nhớ: “ *Nhưng Đức Giêsu nói với người phụ nữ: lòng tin của chị đã cứu chị. Chị hãy đi bình an*” (Lc7,50).

2. Suy niệm : Bài tin Mừng hôm nay thuật lại câu chuyện Chúa Giêsu tỏ bày quyền năng thiên tính của người bằng cách tha thứ cho người đàn bà tội lỗi, bởi vì bà đã yêu mến nhiều. Hơn nữa Giáo hội muốn dùng hình ảnh người đàn bà tội lỗi để nói lên lòng thông hối ăn năn là điều căn bản để được đón nhận ơn tha thứ của Chúa. Bà ta nghe biết Chúa bà liền đến với Chúa để được tha thứ. Noi gương bà chúng ta cần có sự hiểu biết về Chúa thật sự để được trở về với Người trong tình trạng đau khổ tội lỗi nhưng vẫn được Người yêu thương. Vì Người không xét đoán bằng hình thức bên ngoài nhưng mà bằng tấm lòng bên trong sự thật của họ.

3. Sống Lời Chúa : Hãy sống trong tình yêu Chúa

4. Cầu Nguyện : *Lạy Chúa Giêsu, một trong những điều kiện để được Chúa yêu là chúng con cần phải ăn năn sám hối mỗi ngày Amen.*

THỨ HAI. 17.06.2013

Mt 5, 38 - 42

1. Ghi nhớ: “**Còn Thầy, Thầy bảo anh em: đừng chống cự người ác, trái lại, nếu bị ai vả má bên phải, thì hãy giơ cả má bên trái ra nữa**” (Mt 5,39).

2. Suy niệm: Con người thường đối xử với nhau theo kiểu “*on trả, óan đền*”. Nhưng hôm nay, chúng ta sẽ được suy gẫm tinh thần tha thứ, bác ái. Theo Đức Giêsu tinh thần tha thứ phải đi đôi với yêu thương. Vì chính Đức Giêsu là mẫu gương quảng đại tha thứ cho chính kẻ thù đã bách hại mình. Nhân bài tin Mừng hôm nay Chúa cũng dạy cho các Tông Đồ hãy sống bác ái với chính kẻ thù như chính Ngài đã từng là mẫu gương cho lời dạy của mình. Cũng thế để thắng tiến trên con đường nhân đức, bác ái yêu thương và tha thứ, thì mỗi người Kitô hữu chúng ta hãy nhìn và sống theo mẫu gương của Thầy Giêsu, Người Thầy đầy yêu thương và bác ái.

3. Sống lời Chúa: Hãy tha thứ và yêu thương.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho con biết yêu thương và tha thứ cho tha nhân như chính Chúa đã từng yêu thương và tha thứ cho chúng con. Amen*

THỨ BA. 18.06.2013

Mt 5, 43 - 48

1. Ghi nhớ: “**Vậy anh em hãy nên hoàn thiện như Cha Trên Trời là Đấng hoàn thiện**” (Mt 5,47).

2. Suy niệm: Trong bài Tin Mừng hôm nay, Đức Giêsu cho chúng ta thấy là người Kitô hữu thì phải sống luật bác ái xa hơn người bình thường. Như đối với kẻ thù không chỉ tha thứ mà còn phải yêu thương họ. Cảnh đó, Đức Giêsu lại chỉ cho chúng ta sống tốt hơn, hoàn thiện hơn bằng cách sống theo mẫu gương của Chúa Cha, vì Ngài là Đấng hoàn thiện. Điều đó cũng nhắc nhở chúng ta, đòi hỏi chúng ta biết chiêm ngắm, suy niệm thực hành theo mẫu gương tốt lành của Chúa Giêsu qua lời Người nói và qua việc Người làm thì mỗi ngày chúng ta cũng được nên hoàn thiện như chính Chúa vậy.

3. Sống lời Chúa: Sống và hành động theo Ý Chúa.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho con biết lắng nghe Lời Chúa và thực hành Lời Người mỗi ngày, để hầu con được trở nên giống Chúa hơn trong cuộc sống.
Amen*

THỨ TƯ. 19.06.2013

Thánh Rômualđô, viện phụ.

Mt 6, 1 - 6. 16 - 18

1. Ghi nhớ: “Còn anh em khi bố thí, đừng cho tay trái biết việc tay phải làm” (Mt 6,3).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng hôm nay Chúa dạy các môn đệ ăn chay bố thí chớ khua chiêng đánh trống như bọn đạo đức giả. Họ chỉ làm nhằm mục đích quảng bá, và cho người ta biết mình là người đạo đức, là người tốt, người thánh thiện. Hay nói đúng ra làm như thế giống hình thức quảng cáo hơn là làm việc bác ái yêu thương. Cho nên Chúa đã dạy mỗi người chúng ta khi bố thí không những không rao, mà phải làm một cách âm thầm, nghĩa là tay phải thì không để tay trái biết. Còn làm việc bác ái thì hãy xem đó là một bổn phận chuyển đến người khác, vì mọi của cải trên trần gian đều là của Chúa.

3. Sống lời Chúa: Hãy làm việc bằng con tim biết yêu mến.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho con nhận ra mỗi lần thi hành việc bác ái, là mỗi lần chúng con thể hiện lòng yêu thương đối với Chúa. Để chúng con có thể làm âm thầm mà không khua chiêng đánh trống. Amen*

THU' NĂM.19.06.2008

Mt 6, 7 - 15

1. Ghi nhớ: “**Khi cầu nguyện anh em đừng lải nhải như dân ngoại; họ nghĩ rằng: cứ nói nhiều là được nhậm lời**” (Mt 6,7).

2. Suy niệm: Cầu nguyện là tâm sự cùng Chúa, hay nói cách đơn giản hơn là cùng chuyện vãn với Chúa. Nhưng cho dù định nghĩa như thế nào đi nữa thì cầu nguyện sao cho thể hiện được tâm tình của người con dâng lên cha, nhất là những lời nói đó lại hợp với ý Cha mình, chứ không phải là những lời nói nhiều. Vì thế lời nguyện đẹp nhất để dâng lên Cha chính là công thức cầu nguyện được Chúa Giêsu dạy trong bài Tin Mừng hôm nay, đó là kinh Lạy Cha. Ngày hôm nay, chúng ta đã được Chúa Giêsu dạy cho biết công thức cầu nguyện, thiết nghĩ mỗi người chúng ta hãy biết áp dụng khi cầu nguyện để dâng lên Thiên Chúa những tâm tình đẹp lòng Ngài

3. Sống lời Chúa: Hãy đọc kinh Lạy Cha trước mỗi công việc.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho con biết dùng miệng lưỡi mình để ca ngợi, cầu xin để những lời con cầu nguyện luôn đẹp lòng Ngài. Amen*

THƯ SÁU: 21.06.2013

Thánh Luy Gonzaga, tu sĩ.

Mt 6, 19 - 23

1. Ghi nhớ: “Anh em đừng tích trữ cho mình những kho tàng dưới đất, nơi mỗi một làm hư nát, nơi kẻ trộm khoét vách và lấy đi” (Mt 6,19).

2. Suy niệm: Những cái mà ngày nay con người hay tìm kiếm nhất đó là tiền bạc, của cải, danh vọng, địa vị ... là những thứ “*nay còn mai mất*”. Nhưng nó lại chi phối vào cuộc sống con người rất nhiều. Vì thế, Chúa đã dạy chúng ta: tiền bạc, của cải, quyền lực chỉ là thứ tạm bợ hay nó chỉ như một phương tiện cho cuộc sống hiện tại, chứ nó không là cùng đích của đời sống. Mà lý tưởng của người Kitô hữu là hạnh phúc Thiên đàng mới là vĩnh cửu, vì vậy, chúng ta hãy cảnh giác với những thứ cám dỗ trần gian chóng qua đó, vì chính nó làm cho chúng ta sao lãng và nhất là bất trung với Nước Trời.

3. Sống lời Chúa: Hãy lo tìm kiếm Nước Trời vĩnh cửu.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho con biết sử dụng của cải trần gian như một phương tiện sống chứ không phải là cùng đích của cuộc đời. Nước Trời mới là gia tài vĩnh cửu. Amen*

THỨ BẢY : 22.6.2013

T. Tôma More, tử đạo

Mt 6, 24 - 34

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

2. Suy niệm: Lòng tham và danh vọng của con người quanh đi quẩn lại cũng chỉ là vấn đề làm sao có nhiều của cải, địa vị cao sang, gia đình sung túc Chúa Giêsu chỉ dạy cho con người biết vươn mình lên cao hơn, biết thoát khỏi cái nã trạng tâm thường bám níu vào vật chất và những chuyện hư vô. “ *Trước hết hãy tìm kiếm Nước Thiên Chúa* ” . Tìm kiếm Nước Thiên Chúa không phải là việc làm như bao nhiêu việc làm khác, nhưng đây là việc làm chính yếu, ưu tiên và không được trì hoãn. Tìm kiếm đức công chính của Thiên Chúa : là biết lo lắng làm sao cho mình có một lối sống ngay chính trước mặt Chúa. Để được như vậy, mỗi người hãy biết sửa đổi, thánh hóa bản thân để được nên thánh mỗi ngày.

3. Sống lời Chúa: Hãy sống thánh giữa đời.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết từ bỏ những gì có thể làm con lạc hướng trên đường về Quê Trời và có nguy cơ làm con xa cách Chúa, vì chỉ có Ngài mới là nguồn hạnh phúc duy nhất của đời con. Amen.*

CHÚA NHẬT XII TN: 23.6.2013

Lc 9, 18 - 24

1. Ghi nhớ: *Simon Phêrô thưa rằng: “Thầy là Đức Kitô con Thiên Chúa”* (Lc 9,20).

2. Suy niệm : Bài Tin Mừng hôm nay thuật lại việc Phêrô tuyên xưng niềm tin của mình vào Chúa Giêsu, bên cạnh đó Chúa cũng tuyên bố rằng ai muốn theo Chúa thì cũng phải trải qua con đường thập giá hằng ngày. Lời tuyên xưng này biểu lộ đức tin của Phêrô vào Chúa Giêsu là Đấng cứu thế đã được xức dầu (Lc4,18; Cv10,58). Chúa đòi hỏi các môn đệ phải xác định thái độ của mình đối với Chúa. Đôi lúc, nhất là những dịp sống riêng với Chúa như những giờ tĩnh tâm hay lúc cầu nguyện, xét mình, Chúa cũng đòi hỏi thái độ đức khoát của ta với Chúa. Qua lời tuyên xưng của Phêrô, các Tông đồ đã biểu lộ nhận thức đúng về Chúa Giêsu. Như thế niềm tin của chúng ta đối với Chúa đòi hỏi phải được tuyên xưng bằng việc làm và nhất là sống theo điều mình tin.

3. Sống Lời Chúa : Mạnh dạn tuyên xưng Đức Kitô trong cuộc sống

4. Cầu Nguyện : *Lạy Chúa Giêsu, khi quỳ đây và trong suốt cuộc đời này, xin cho con được gọi Ngài là Chúa của con. Amen.*

THỨ HAI 24.6.2013
SINH NHẬT THÁNH GIOAN TẨY GIẢ
Lc 1, 57 - 66. 80

1.Ghi nhớ: *Đứa trẻ này rồi ra sẽ như thế nào đây ?
“Và quả thật có bàn tay Chúa phù hộ em” (Lc 1,66).*

2.Suy niệm: Ngoài Chúa Giêsu và Mẹ Maria, phụng vụ chỉ mừng ngày sinh nhật thánh Gioan tẩy Giả vào ngày ông chào đời. Các thánh khác đều mừng vào ngày sinh nhật trên trời, tức là ngày chết. Sinh nhật của Gioan có ý nghĩa quan trọng đối với chương trình cứu độ của Thiên Chúa, vì Gioan là người loan báo và dọn đường cho Đấng Cứu Thế. Gioan là ngôn sứ cuối cùng của Cựu ước, ông đã thấy và chỉ cho chúng ta biết Chiên Thiên Chúa (x. Ga 1,29). Chúng ta hạnh phúc hơn Gioan vì được sống trong thời Tân ước, được thấy và được sống với Đức Kitô, trong Đức Kitô, chúng ta được mời gọi sống gương mẫu để làm chứng cho Chúa Kitô.

3.Sống Lời Chúa: Nên muối, nên ánh sáng cho đời.

4.Cầu nguyện: *Trong bất cứ môi trường sống nào, xin Chúa cho con trở nên niềm vui, hạnh phúc và an bình cho anh em con. Amen.*

THỨ BA: 25.6.2013

Mt 7, 6. 12 -14

1. Ghi nhớ: *Những gì anh em muốn người khác làm cho mình, thì chính anh em cũng hãy làm cho người ta*". (Mt 7,12)

2. Suy niệm: Chúa Giêsu dạy các môn đệ một con đường hạnh phúc vượt xa những gì con người nghĩ tưởng. Theo Ngài hạnh phúc không phải bởi những gì mình nhận lãnh nhưng nơi những gì mình đã cho đi. Chúa Giêsu luôn sống trong hạnh phúc viên mãn vì Chúa hoàn toàn sống cho Chúa Cha và cho con người. Chúa Giêsu cho ta thấy rằng hạnh phúc thật chính là biết quên mình để sống cho người khác.

“Hãy làm cho người ta” là lời hô thúc mang tính tích cực. hạnh phúc của con là làm cho người khác được hạnh phúc. Con sẽ chẳng bao giờ cảm thấy hạnh phúc thật khi đi tìm sự hầu hạ, lời khen ngợi của kẻ khác. Sự mạng con là nói dài tình yêu Thiên Chúa cho nhiều người. Cuộc sống con phải họa nên hình ảnh một Thiên Chúa luôn yêu thương và sống cho người khác.

3. Sống Lời Chúa: rộng lượng giúp đỡ người khi có thể: một lời khuyên, một lời an ủi hay chút gạo tiền.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, con biết Chúa muốn chúng con thực thi bác ái cho nhau. Xin cho con trái tim luôn biết yêu thương và quan tâm giúp đỡ con người. Amen.*

THỨ TƯ: 26.6.2013

Mt 7, 15 - 20

1. Ghi nhớ: “ **Cây tốt không thể sinh quả xấu, cũng như cây xấu không thể sinh quả tốt**” (Mt 7,18).

2. Suy niệm: Theo quy luật tự nhiên, cây tốt thì sinh trái tốt, còn cây xấu thì sinh trái xấu. Liên hệ đến Lời Chúa hôm nay, Đức Giêsu muốn nhắc nhở các Tông đồ cũng như cho mỗi người chúng ta cần phải sống đúng với phẩm giá người Kitô, con cái Thiên Chúa, thì công việc của chúng ta mới có giá trị đạo đức đích thực. Do đó chúng ta không ngừng đào tạo mình nếu muốn trở sinh hoa trái tốt đẹp và thánh thiện. Là con cái của Chúa, chúng ta phải kiên nhẫn trong việc canh tân đời sống để sản sinh nhiều hoa trái thánh thiện theo gương Đức Giêsu Kitô. Vì thế, chúng ta cần sống đúng với phẩm giá của mình; không để cho những lợi lộc trần gian làm biến chất đời sống vốn rất quý báu của chúng ta.

3. Sống lời Chúa: Hãy hoán cải mỗi ngày

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho chúng con biết nương tựa vào Chúa để sinh nhiều hoa trái tốt thì đời sống của chúng con mới thật sự được an vui và hạnh phúc. Amen.*

THỨ NĂM : 27.6.2013

Thánh Syrilô, giám mục Alexadria, tiến sĩ Hội Thánh.

Mt 7, 21 - 29

1. Ghi nhớ: “Chỉ những ai thi hành ý muốn của Cha Thầy là Đấng ngự trên trời, mới được vào Nước trời mà thôi” (Mt 7,21).

2. Suy niệm: Để được vào Nước Trời người Kitô hữu không phải chỉ là đọc kinh nhiều, xem lễ mỗi ngày, nói Lời Chúa hay, cầu nguyện nhiều giờ Nhưng là những người biết thi hành thánh ý Chúa, mỗi ngày trong đời sống thì mới được vào Nước Trời. Cạnh đó còn biết Thánh hóa bản thân là tích cực biến đổi đời sống của mình theo khuôn mẫu Đức Giêsu Kitô và tập sống như Ngài đã sống và thực hành Lời Chúa với lòng yêu mến. Qua bài Tin Mừng cho chúng ta xác tín được; muốn được vào nước trời cần nỗ lực sống theo lời Chúa chứ không tự mãn vì những hình thức bên ngoài.

3. Sống lời Chúa: Hãy sống theo Lời Chúa

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con hiểu rằng, niềm tin của chúng con chỉ có giá trị và sức sống khi chúng con biết sống niềm tin đó trong cuộc sống hằng ngày.. Amen.*

THỨ SÁU: 28.6.2013

Thánh Irênê, giám mục, tử đạo. (N)

Mt 8, 1 - 4

1. Ghi nhớ: “Thưa Ngài, nếu Ngài muốn, Ngài có thể làm cho tôi được sạch” (Mt 8,2).

2. Suy niệm: Những người mắc bệnh phong cùi thời đó bị coi là những người mắc tội và bị tách biệt khỏi cộng đồng nhân loại. Không ai được đụng vào người mắc bệnh; nếu không, họ sẽ bị ô uế. Chúa Giêsu không chấp nhận quan niệm đó. Ngài đã phá hủy bức tường ngăn cách đó để đến với những con người bất hạnh. Tình yêu thương con người đã làm cho Ngài bất chấp những nguy hiểm đang rình rập bởi giới lãnh đạo Do thái. Noi gương Chúa, chúng ta hãy biết đến với những con người có hoàn cảnh đáng thương; những người nghèo khó bị bỏ rơi; những người cô thân cô thế đang bị khinh miệt. Là con Chúa, chúng ta cũng hãy biết sống vì người khác, xem hạnh phúc của người khác là hạnh phúc của chính mình.

3. Sống lời Chúa: Hãy cầu xin Chúa trong mọi hoàn cảnh.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con không ngừng khao khát Chúa và ước muốn được sống kết hiệp với Chúa vì tin rằng chỉ có Chúa mới có thể làm cho con người được an vui và hạnh phúc. Amen.*

THỨ BẢY: 29.6.2013
THÁNH PHÊRÔ VÀ PHAOLÔ Tông đồ.
Mt 16, 13 - 19

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

2. Suy niệm: Phêrô là người đầu tiên đã tuyên xưng đúng về Đức Giêsu, trong khi có rất nhiều người đã nói sai. Đức Giêsu khen Phêrô về lời tuyên xưng đó, nhưng ông tuyên xưng được như vậy là nhờ “ *Chính Cha Thầy đã mạc khải cho con* ”, nếu chỉ dựa vào sự hiểu biết và khả năng của con người thì ông không thể tuyên xưng đúng được. Do đó, trong công việc Tông đồ, chúng ta thường hay nói, hay giảng về Chúa cho người khác biết là điều rất cần thiết trong cuộc sống người Kitô hữu, nhưng chúng ta cũng đừng tự mạn về sự hiểu biết của mình mà phải khiêm tốn nhờ Chúa soi sáng mỗi khi chúng ta rao giảng Lời Chúa cho người khác. Cũng thế, Noi gương thánh Phêrô hôm nay mỗi người chúng ta phải tuyên xưng đúng về Chúa Giêsu qua lời giảng dạy và qua đời sống của mình.

3. Sống lời Chúa: Hãy ca ngợi danh Chúa mỗi ngày.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con ham mộ Lời Chúa, để con mỗi ngày thêm hiểu biết và yêu mến Chúa nhiều hơn. Amen.*

CHÚA NHẬT XIII TN: 30.6.2013

Lc 9, 51 - 62

1. Ghi nhớ: *Đức Giêsu bảo: “ Cứ để kẻ chết chôn kẻ chết của họ. Còn anh, anh hãy đi loan báo Triều Đại Thiên Chúa ”* (Lc 9,60).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng hôm nay cho chúng ta thấy được, Chúa Giêsu đòi hỏi tinh thần của người môn đệ cần phải có đó là: sứ vụ Tông đồ là: *“ Hãy để kẻ chết chôn kẻ chết ”*. Tuy là môn đệ Chúa, tức là người chuyên lo việc của nước trời nhưng đầu óc của tôi vẫn còn vẩn vơ những lo lắng thế tục, lo cho gia đình, cho những người thân. Chúa không cấm tôi nghĩ đến những việc đó và những người đó. Thế nhưng Chúa khuyên tôi đừng để những lo lắng ấy xâm lấn nhiệm vụ hiện tại của tôi, ngoài ra tôi còn phải biết phó thác vào Chúa quan phòng nữa. Vì thế nước trời phải ưu tiên tất cả và phải xem như là bốn phận cấp bách cần phải làm.

3. Sống Lời Chúa: Ưu tiên cho việc rao giảng Tin Mừng vì đó là bốn phận.

4. Cầu Nguyện: *Lạy Chúa Giêsu, xin cho con từ bỏ tất cả và sống triệt để những đòi hỏi của môn đệ Chúa. Amen.*

Kinh Năm Đức Tin

(Tòa TGM Sài Gòn)



Lạy Chúa giàu lòng từ bi và nhân hậu,
Con đến tìm gặp Chúa là Tình yêu,
Tạ ơn Chúa đã gieo vãi hạt mầm đức tin,
Trên quê hương đất nước chúng con.

Nhờ tình Mẹ của Thánh Maria là Mẹ các kẻ tin,
Và máu của các chứng nhân đức tin đã đổ ra,
Xin cho con luôn biết sống tín thác vào Chúa,
Luôn tìm và thi hành ý Chúa là điểm tựa của đời con.

Xin giúp con sống trọn tình con thảo với Chúa là Cha,
Sống vẹn nghĩa huynh đệ với nhau là anh em một nhà,
Mở rộng lòng bao dung đồng cảm với mọi người,
Chia sẻ mọi nỗi vui buồn, lo âu và hy vọng.

Kề bên Chúa con mơ thành ngọn đèn dầu nhỏ,
Tỏa sáng tình Chúa yêu thương khắp nơi nơi,
Đặc biệt nơi tâm hồn thiếu vắng niềm tin và lẽ sống,
Nơi con tim khao khát tình thương và hy vọng.

Soi dẫn mọi người tìm gặp Chúa là Lời Hằng Sống,
Là Lời ban ánh sáng chân lý và sức sống dồi dào,
Là Lời giúp cho nhà nhà vui sống trong yêu thương,
Cho người người hợp nhất nên một trong an bình.
Amen.