

5 Phút Lời Chúa Mỗi Ngày



07 / 2013

CHỦ ĐỀ: GIÁO HỘI, CỘNG ĐOÀN THỜ PHỤNG BÍ TÍCH TRUYỀN CHỨC THÁNH

“ Anh em là hàng tư tế vương giả, là dân thánh, dân riêng của Chúa” (1 Pr 2, 9)

Ý CHÍNH : Chúng ta, những Kitô hữu, được cứu chuộc nhờ bửu huyết Đức Kitô và được tái sinh nhờ Lời Thiên Chúa Hằng sống; thế nên, chúng ta được tuyển chọn và quý giá trước mặt Chúa. Người dùng chúng ta như những viên đá sống động mà xây nên ngôi đền thờ thiêng liêng là Giáo Hội, để chúng ta trở nên cộng đoàn chuyên chăm thờ phượng Thiên Chúa.

Ý NGUYỆN : Cầu nguyện cho có nhiều bạn trẻ quảng đại đáp lại tiếng Chúa gọi, dần thân thờ phượng Thiên Chúa và phục vụ Giáo Hội qua ơn gọi sống đời linh mục và thánh hiến.

THỨ HAI: 01.07.2013

Mt 8,18-22

1. Ghi nhớ: “Đức Giêsu trả lời: “con chồn có hang, chim trời có tổ, nhưng Con người không có chỗ tựa đầu” (Mt 8, 20).

2. Suy niệm. Bài Tin Mừng hôm nay, Chúa đòi hỏi người môn đệ của Chúa phải từ bỏ mọi tiện nghi trong cuộc sống hằng ngày, và quyết tâm sống thanh thoát với trần thế để toàn tâm toàn trí làm công việc của Chúa và theo bước Chúa cách nhẹ nhàng, phấn khởi. Ai muốn làm môn đệ của Chúa thì hãy lựa chọn và sống như Chúa đã sống. Khi dính bén với Tiền của là con người đã trở thành nô lệ cho nó và sẽ bị nó điều khiển. Quả thật, như Chúa đã cảnh báo chúng ta là: “ *con người không thể vừa làm tôi Thiên Chúa vừa làm tôi Tiền của được* ”. Hãy trở nên nghèo khó với người đời và thế gian để nên giàu có trước mặt Thiên Chúa.

3. Sống lời Chúa: Hãy chọn Chúa trong mọi hoàn cảnh.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết sống thanh thoát và giữ mình khỏi những tham lam và*

*dính bén của vật chất để con được tự do theo Chúa
. Amen.*

THỨ BA : 02. 07. 2013
Mt 8, 23-27

1. Ghi nhớ: “Đức Giêsu nói: “ Sao nhất thể, hỡi những người kém lòng tin! ”. Rồi Người trỗi dậy, ngắm đê gió và biển, biển liền lặng như tờ” (Mt 8,26)

2. Suy niệm: Sự dữ và sự ác trong cuộc đời này xem ra rất mạnh mẽ và hung bạo, khiến con người cảm thấy lo sợ và chao đảo. Vì lẽ đó mà rất nhiều người chối bỏ hay đánh mất lòng tin của mình vào Thiên Chúa. Cũng thế, trong cuộc sống có rất nhiều người chỉ giữ vững đức tin khi cuộc đời êm ả. Còn những lúc gặp sóng gió cuộc đời thì dễ thất vọng chán nản. Do đó, mỗi người chúng ta hãy nhìn lại mình, tôi có tỏ ra chán nản, nghi ngờ hay trách móc Chúa khi gặp sóng gió của cuộc đời hay không? Hay tôi là người luôn giữ vững đức tin và luôn phó thác cuộc đời trong tình yêu Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Hãy phó thác vào sự quan phòng của Chúa.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết bám lấy Chúa để khi con phải đương đầu với những khó*

khăn và thử thách thì con luôn an tâm vì có Chúa ở bên. Amen.

THỨ TƯ : 03. 07. 2013
THÁNH TÔMA TÔNG ĐỒ, Lễ kính.
Ga 20, 24 - 29

1. Ghi nhớ: Ông Tôma thưa với Đức Giêsu:
“**Lạy Chúa của con, lạy Thiên Chúa của con!**”
(Ga 20,28)

2. Suy niệm: Tôma được biệt danh là vị Tông đồ cứng lòng tin, nhưng khi ông đã tin thì niềm tin ấy thật vững mạnh. Quả thật, sau khi thấy Thầy mình ông đã bày tỏ đức tin thật trọn vẹn đến nỗi lời tuyên tín của Tôma đã trở thành lời tuyên xưng đức tin của Hội Thánh: “ *Lạy Chúa con, Lạy Thiên Chúa của con* ” (Ga 20,28). Do được thấy Chúa bằng con mắt đức tin, nên Tôma đã thực sự rột rủa được nghi ngờ để thực sự tin vào Chúa và dấn thân trọn vẹn cho cuộc đời tông đồ. Noi gương Tôma, chúng ta cũng xác tín niềm tin mình trong cuộc sống bằng những hành động tông đồ thiết thực.

3. Sống Lời Chúa: Nhận ra Chúa qua mọi biến cố.

4. Cầu nguyện : *Lạy Chúa, Xin Chúa thương ban thêm đức tin cho con và biến đổi con mỗi ngày, để con sống niềm tin vào Chúa qua từng biến cố của đời sống con. Amen.*

THỨ NĂM : 04 . 07. 2013

Mt 9, 1 - 8

1.Ghi nhớ: *“Con đã được tha tội rồi” (Mt 9,5).*

2.Suy niệm: Chúa Giêsu tha tội và chữa lành người bị bệnh bất toại. Đây là cách Chúa công khai tỏ mình là Thiên Chúa, vì chỉ mình Thiên Chúa mới có quyền tha tội. Chúa tha tội trước khi Chúa chữa lành bệnh bất toại, điều này nhắc nhở chúng ta cần xin ơn phần hồn trước khi xin ơn phần xác; hãy giúp bệnh nhân yếu liệt chữa trị phần hồn: xưng tội, xức dầu bệnh nhân, chịu lễ trước khi chữa trị bệnh phần xác: đi bệnh viện, mời thầy thuốc.

3.Sống Lời Chúa: Quan tâm đến tội nhân và những người bệnh, để họ sớm được lãnh các bí tích giao hoà với Chúa.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa là Đấng chữa lành bệnh tật phần xác và bệnh tật tâm hồn, xin cho con biết chạy đến với Chúa để được chữa lành. Amen.*

THỨ SÁU: 05. 07. 2013

Mt 9, 9 - 13

1. Ghi nhớ: “Nghe thấy thế, Đức Giêsu nói: “Người khỏe mạnh không cần thầy thuốc, người đau ốm mới cần” (Mt 9,12)

2. Suy niệm: Đức Giêsu tự nhận mình là thầy thuốc. Ngài không những chữa lành những căn bệnh nan y về phần xác cho con người, mà Ngài còn chữa lành bệnh phần hồn cho con người nữa. Ngài chữa lành tất cả mọi người chỉ cần họ biết khiêm tốn nhận lỗi và thật lòng ăn năn sám hối. Ngược lại những người tự cho mình là công chính, không cần ăn năn, thì cũng không cần đến với Chúa để được tha thứ chữa lành, hậu quả là kẻ đó không được hưởng ơn cứu độ. Vì thế, chúng ta cần có tinh thần nhìn nhận mình là người tội lỗi, là người “*đang bệnh*” đang xa cách Chúa để gọi lên tinh thần thống hối ăn năn, biết chạy đến với Đức Giêsu, người “*Luong Y*” chữa lành mọi bệnh họa trong tâm hồn chúng ta.

3. Sống Lời Chúa: Hãy biết ăn năn sám hối

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho con biết chạy đến với Chúa thường xuyên và liên li để tâm hồn*

và thân xác con luôn được an vui và hạnh phúc trong Chúa. Amen.

THỨ BẢY 06. 07. 2013

Mt 9, 14 - 17

1. Ghi nhớ: “Đức Giêsu trả lời: “**Chẳng lẽ khách dự tiệc cưới lại có thể than khóc khi chàng rể con ở với họ**” (Mt 9,15)

2. Suy niệm: Nước Trời thường được trình bày như một tiệc cưới và Đức Giêsu chính là Chàng rể. Trong đoạn Tin mừng hôm nay, Đức Giêsu giới thiệu Ngài là Chàng rể. Những ai tin tưởng vào Đức Giêsu thì hãy vui mừng lên, vì Ngài đến mang niềm vui và ơn cứu độ cho con người. Những ai là chứng nhân của Đức Giêsu thì cần phải biết sống vui tươi và phấn khởi. Những bộ mặt chứng nhân đầy u sầu, chán nản, thất vọng, sợ hãi, bi quan ... không còn phù hợp nữa. Thế giới hôm nay không cần những chứng nhân như thế nữa. Đức Giêsu nói: khi nào Ngài còn ở với con người thì họ không thể than khóc. Dù ngày nay, Đức Giêsu không còn hiện diện cách hữu hình nữa, nhưng Ngài vẫn đang hiện diện cách thần linh và sống động với từng người chúng ta. Chính Ngài đã nói: "*Này đây, Ta ở cùng các con mọi ngày cho đến tận thế*" (Mt 26,20).

3. Sống Lời Chúa: Năng tham dự Thánh Lễ

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, mỗi lần con tham dự thánh lễ, là mỗi lần con được tham dự bàn tiệc Lời Chúa và Mình Chúa, xin cho con nhận ra đó niềm vui vì con được ở bên Chúa mỗi ngày Amen.*

CHÚA NHẬT XIV TN 07. 07. 2013
Lc 10, 1 – 12. 17 - 20

1. Ghi nhớ: *“Người bảo các ông rằng: Lúa chín đầy đồng mà thợ gặt thì ít...” (Lc 10,2).*

2. Suy niệm: Chúa lấy hình ảnh cánh đồng lúa chín để dạy cho các môn đệ nhận nhu cầu cấp bách của việc truyền giáo và ý thức về quyền thuê thêm thợ gặt của ông chủ. “Lúa chín đầy đồng...” con người được so sánh với mùa gặt cần được thu vào nước Thiên Chúa. Cánh đồng truyền giáo của Chúa Giêsu ở đất Palestin chỉ là khởi đầu của một cánh đồng, của một mùa gặt còn vĩ đại hơn, đó là bao gồm toàn thể thế giới. Chúa Giêsu biết trước và nhận thấy số người sẵn sàng trở lại rất nhiều. Trước công việc lớn lao và cấp bách như thế, chỉ có một số ít thợ gặt. Vì thế Chúa dạy chúng ta rằng: Cần phải cầu xin cho ơn thiên triệu để có thêm nhiều người truyền giáo mở rộng cho nước của Thiên Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Hãy ý thức về bốn phận truyền giáo của mình là đem Chúa đến cho người khác.

4. Cầu Nguyện: *Lạy Chúa Giêsu, xin ban thêm tình yêu và sức mạnh để con chu toàn bốn phận là đem Chúa đến cho người khác. Amen.*

THỨ HAI: 08. 07. 2013
Mt 9, 18 - 26

1. Ghi nhớ: Bà nghĩ bụng: “tôi chỉ cần sờ được vào áo của Người thôi là sẽ được cứu” (Mt 9,21).

2. Suy niệm: Lòng tin của người phụ nữ hôm nay thật đơn sơ, khiêm tốn, chất phác gần như mê tín. Chính tinh thần đó đã làm nổi bật sức mạnh niềm tin của người đàn bà bị băng huyết đối với Chúa Giêsu. Bà tin vào quyền năng của Người đến nỗi bà chỉ cần “*sờ được vào áo của Người thôi*” thì bà cũng sẽ được khỏi bệnh. Niềm tin của bà thật đơn sơ và chất phác. Vì thế chúng ta không nên chỉ trích và khinh dể những cử chỉ đạo đức, đơn sơ, chất phác và khiêm tốn của các ông bà già, vì Chúa thấu suốt tâm can và cõi lòng của những người đến với Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Biểu lộ niềm tin trong mọi hoàn cảnh.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, cuộc đời của chúng con đang đối đầu với những khổ đau và sự dữ trong mọi nơi, mọi lúc, xin cho chúng con biết cậy dựa vào Chúa cách vững vàng trong những cuộc chiến này. Amen*

THỨ BA 09. 07. 2013

Mt 9, 32 - 38

1. Ghi nhớ: “ Đức Giêsu thấy đám đông, Người chạnh lòng thương, vì họ lầm than vất vưởng, như bầy chiên không người chăn dắt ” (Mt 9,36).

2. Suy niệm: Đám đông dân chúng ngày xưa theo Chúa vì nhiều mục đích khác nhau. Phần lớn trong số họ theo Chúa vì muốn được chữa lành bệnh tật, muốn được cơm bánh để no bụng hay vì một mục đích vật chất nào đó. Dù thế, Chúa Giêsu vẫn yêu thương họ và Chúa muốn hướng tâm hồn họ lên cao hơn, chỉ cho họ thấy con đường hạnh phúc thật. Chúng ta là những người được mời gọi làm môn đệ của Chúa, chúng ta hãy có tấm lòng chạnh thương những ai còn bơ vơ vất vưởng, chưa tìm thấy hướng đi cho cuộc đời mình và chưa nhận biết Chúa là hạnh phúc thật, để giúp họ thoát khỏi cảnh tối tăm, lầm đường lạc lối.

3. Sống Lời Chúa: Dấn thân vào công cuộc truyền giáo của Giáo hội.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin dạy chúng con biết nhận ra chính Chúa là hạnh phúc thật của con

người, để chúng con luôn biết khao khát tìm kiếm Chúa. Amen.

THỨ TƯ : 10. 07. 2013
Mt 10, 1 - 7

1. Ghi nhớ: “ **Độc đường hãy rao giảng rằng: Nước Trời đã đến gần** ” (Mt 10,7).

2. Suy niệm: Đức Giêsu đến trần gian để khai mở Nước Thiên Chúa, đồng thời Người cũng trình bày, giới thiệu Nước Trời cho con người và kêu gọi họ tích cực tham dự vào Nước ấy. Đức Giêsu đã sai các môn đệ của Người ra đi để rao giảng nước Thiên Chúa cho hết mọi tạo vật. Đây là sứ mạng và là lệnh truyền cấp thiết hơn cả. Là con cái và là môn đệ của Chúa, chúng ta hãy ý thức vai trò và sứ mạng của mình trong Giáo hội và trong thế giới này là giới thiệu Đức Giêsu Kitô và Nước của Người cho hết thấy mọi người. Ước gì chúng ta đừng bao giờ sao lãng hay quên đi trách nhiệm nặng nề nhưng cũng rất cao quý này.

3. Sống Lời Chúa: Can đảm giới thiệu và nói về Chúa cho những người chưa biết Chúa.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin ban tràn đầy Chúa Thánh Thần cho chúng con, để chúng con có thể làm tròn sứ mạng chúng nhân của mình. Amen.

THỨ NĂM : 11. 07. 2013

Mt 10, 6 - 15

1. Ghi nhớ: “**Đi đường, đừng mang bao bì, đừng mặc hai áo, đừng đi giày hay cầm gậy. Vì thợ thì đáng được nuôi ăn**” (Mt 10,10).

2. Suy niệm: Đi vào cánh đồng truyền giáo, người môn đệ của Chúa cần sự nhẹ nhàng, thanh thoát, không bận tâm hay vướng vấp quá nhiều đến vấn đề cơm áo gạo tiền. Sống tinh thần đơn sơ và phó thác vào Chúa. Sự hiện diện của người môn đệ Chúa phải là sự hiện diện của người mang sự bình an và hạnh phúc cho con người, đặc biệt là cho những người đau yếu, bệnh tật, đau khổ. Mọi ân huệ đều là của Chúa và ta được Chúa trao ban cho một cách nhưng không. Vì thế, chúng ta cũng hãy biết quảng đại mà cho đi cách nhưng không để nhờ đó mà chúng ta trở thành những chứng nhân sống động của Chúa giữa trần thế này.

3. Sống Lời Chúa: Hãy mang Tin Mừng đến cho mọi người.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin cho chúng con luôn ý thức rằng: cho thì có phúc hơn nhận để chúng con biết quảng đại và trung thành phân phát các ân ban của Chúa cho những người anh em của chúng con. Amen.*

THỨ SÁU: 12. 07. 2013

Mt 10, 16 - 23

1. Ghi nhớ: “ Anh em sẽ bị điệu ra trước mặt vua Chúa quan quyền vì Thầy để làm chứng cho họ và các dân ngoại được biết ” (Mt 10, 18).

2. Suy niệm: Thời nào cũng vậy, luôn có những cuộc bách hại hay gây gian nan khốn khó cho những người tin theo Chúa. Chúa Giêsu biết rõ điều đó nên Ngài đã tiên báo, lo liệu và an ủi những chứng nhân của Ngài. Những ai không vững vàng trong niềm tin sẽ dễ dàng bị chao đảo và có thể đi đến nguy cơ đánh mất niềm tin của mình vào Thiên Chúa. Vì thế, chúng ta hãy kiên định và tin tưởng vào Đức Kitô và chiến thắng cuối cùng của Ngài. Đừng để những khó khăn, gian khổ hay bất bớ của thế gian làm biến đổi lòng ta, nhất là cướp mất đức tin của ta, cho dù có phải đánh đổi bằng mạng sống của mình.

3. Sống Lời Chúa: Can đảm tuyên xưng đức tin.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin ban cho con thêm can đảm và trung thành, để con không bao giờ nao núng hay sợ hãi trước những quyền lực của thế gian mà chối bỏ Chúa. Amen.*

THỨ BẢY : 13. 07. 2013
Mt 10, 24 - 33

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

2. Suy niệm: Lời Chúa hôm nay đã cho chúng ta một giải đáp. Tất cả những thế lực thù hận của thế gian chống lại người môn đệ của Chúa, hay những sự dữ và sự ác cho dù có mạnh bạo đến đâu cũng chỉ có thể giết chết thân xác con người là cùng, còn linh hồn của chúng ta vẫn sống. Sự chết của thân xác không đáng sợ, vì con người ai cũng mang trong mình thân xác hay chết đó. Đáng sợ là cái chết về phần linh hồn, mà chỉ có một Đấng có quyền trên linh hồn con người mà thôi. Đó chính là Thiên Chúa. Vì vậy, chúng ta hãy kiên trì trong đức tin vào Người, nhất là trong những hoàn cảnh khó khăn và bất bớ. Chúng ta hãy tin chắc rằng Chúa đang quan tâm, thương yêu và nhớ đến từng người chúng ta.

3. Sống Lời Chúa: Sống đức tin, cậy và mến.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, Xin Chúa ban sức mạnh của Chúa cho chúng con để chúng con có sức vượt thắng những thế lực thù nghịch và biết bám lấy Chúa. Amen.*

CHÚA NHẬT XV TN: 14. 07. 2013

Lc 10, 25 - 37

1. Ghi nhớ: *“Chúa Giêsu bảo ông: “Ông cũng hãy đi và làm như vậy” (Lc 10,37).*

2. Suy niệm: Tin Mừng hôm nay ghi lại cuộc đối thoại giữa người luật sĩ và Chúa Giêsu về đức ái và việc thực hành bác ái *“Ông cũng hãy đi và làm như vậy”* . Khi giúp đỡ một kẻ vô danh như vậy, người Samari đã trở thành kiểu mẫu của tình bác ái đích thực. Và vì vậy mà Chúa Giêsu đã khuyên các luật sĩ, hãy thực thi tinh thần bác ái theo kiểu đó thì sẽ được sống đời đời. Chúng ta cần có những thái của một người con Chúa với những cử chỉ dịu dàng, nhân từ và đối xử tốt với những người vì vô tình hay cố ý, có những cử chỉ hành vi, lời nói làm hại đến mình. Như thế, một khi đã am hiểu Lời Chúa thì phải đem ra thực hành mới mong đạt được sự sống đời đời.

3. Sống Lời Chúa : Thực hành bác ái mỗi ngày.

4. Cầu Nguyện: *Lạy Chúa Giêsu, thay vì tìm hiểu người thân cận, tốt hơn xin cho con biết tỏ ra là người thân cận với anh em của con. Amen.*

THỨ HAI 15. 07. 2013

Mt 10, 34 - 11, 1

1. Ghi nhớ: “ Ai giữ lấy sự sống mình thì sẽ mất, còn ai liều mất mạng sống mình vì Thầy, thì sẽ tìm thấy được ” (Mt 10,39).

2. Suy niệm: Chúa Giêsu chỉ rõ cho chúng ta thấy rõ bản chất đích thực của “ *được* ” và “ *mất* ” . Điều này xem ra là một nghịch lý, vì “ *giữ lấy* ” thì sẽ bị “ *mất* ” , còn “ *liều mất* ” thì lại “ *tìm thấy được* ” . Thật người môn đệ đi theo Chúa phải từ bỏ tình cảm, từ bỏ tương quan nhất phải từ bỏ cả mạng sống. Vì thế, là người tông đồ chúng ta phải biết sẵn sàng và chấp nhận mọi thiệt thòi, mất mát và hy sinh bản thân mình vì sứ vụ, vì phần rỗi tha nhân và nhất là vì vinh danh Thiên Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Hãy hy sinh vì Nước Trời.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, Chúa là Ánh sáng là là Sự sống. Xin Chúa cho mắt tâm hồn của chúng con được sáng suốt để biết chọn Chúa làm Gia nghiệp đời con. Amen.

THỨ BA 16. 07. 2013

Mt 11, 20 - 24

1. Ghi nhớ: “ Còn người nữa, hỡi Ca-pha-na-um, người tưởng sẽ được nâng đến tận trời ư? Người sẽ phải nhào xuống tận âm phủ ” (Mt 11,23).

2. Suy niệm: Chúa Giêsu quở trách các dân thành Khoradin, Betsaida và Ca-pha-na-um đã được Chúa thi ân giáng phúc rất nhiều, nhưng họ vẫn cứng lòng tin và có những thái độ bất cần, vô ơn với Chúa. Bản phận của mỗi người chúng ta là phải biết dùng những điều kiện thuận lợi, những khả năng Chúa ban để sinh lợi trước mặt Chúa, chứ không phải để tận hưởng và tự phụ. Vì vậy, là người tông đồ chúng ta phải làm cho ơn Chúa được lớn lên và làm giàu những nén bạc Chúa ban trong mọi hoàn cảnh của đời sống chúng ta, để ngày sau, chính chúng ta được hưởng chúng trên Quê trời.

3. Sống Lời Chúa: Hãy ăn năn sám hối và tin vào Tin Mừng

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết sống phó thác vào Chúa, để con sống đơn sơ và tin thác vào Chúa mỗi ngày nhiều hơn. Amen.*

THỨ TƯ: 17 . 07 . 2013

Mt 11, 25 - 27

1. Ghi nhớ: “Đức Giêsu cất tiếng nói: “ Lạy Cha là Chúa Tể trời đất, Con xin ngợi khen Cha vì Cha đã giấu không cho những bậc khôn ngoan thông thái biết những điều này, nhưng lại mạc khải cho những người bé mọn ” (Mt 11,25).

2. Suy niệm: Qua bài Tin Mừng, chúng ta thấy những kẻ tự cao tự đại, tự cho mình là khôn ngoan thông thái, đã bị Chúa than trách; trái lại những kẻ bé mọn khiêm nhường lại được Chúa chúc lành. Vì thế chúng ta thấy những ai với tâm hồn đơn sơ, thành thật và khao khát Thiên Chúa thì sẽ đến với Đức Giêsu và được Ngài chỉ dạy cho đường lối dẫn tới sự sống đời đời. Còn những kẻ tự mãn tự cho mình là hiểu biết, không khiêm tốn, không cần học hỏi và chủ quan, tự cho mình là đúng, là đủ thường cố chấp tự mãn nên khó chấp nhận giáo huấn của Người.

3. Sống Lời Chúa : Khiêm tốn đón nhận Lời Chúa.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con có một tâm hồn đơn sơ và bé nhỏ trước mặt Chúa để được Ngài xót thương. Amen.*

THỨ NĂM : 18. 07. 2013

Mt 11, 28 - 30

1. Ghi nhớ: “ Anh em hãy mang lấy ách của Tôi và hãy học với Tôi, vì Tôi có lòng hiền hậu và khiêm nhường ” (Mt 11,29)

2. Suy niệm: Chúa Giêsu mời gọi chúng ta mang lấy ách của Ngài. Ách đó chính là Giới răn yêu thương. “ Anh em hãy yêu thương nhau như chính Thầy đã yêu thương anh em ”. Còn gì dễ chịu và êm ái hơn tình yêu không ? Khi đã có tình yêu thì việc tuân giữ những giới luật của Chúa sẽ trở nên nhẹ nhàng. Tình yêu của Chúa là tình yêu trao hiến. Để có được tình yêu của Chúa trong lòng ta, ta hãy đến với Chúa và hãy học cùng Ngài. Bài học mà Chúa muốn dạy chúng ta là sự hiền hậu và khiêm nhường. Có hiền hậu và khiêm nhường thì tâm hồn ta mới đạt được sự bình an thư thái. Vậy là người Kitô hữu mang Đức Kitô trong mình có làm cho tôi đủ nghị lực trở nên dịu hiền, nhân lành, khiêm nhường chưa ?

3. Sống Lời Chúa: Hãy sống yêu thương mọi người.

4. Cầu nguyện : *Lạy Chúa, mọi sự thiện hảo đều là của Chúa và xuất phát từ Chúa. Xin cho con biết yêu mến Luật Chúa truyền và trung thành sống theo Tin mừng của Chúa. Amen.*

THỨ SÁU: 19. 07. 2013

Mt 12, 1 - 8

1. Ghi nhớ : “**Quả thế, Con Người làm chủ ngày Sa-bat**” (Mt 12,8).

2. Suy niệm: Chúa Giêsu chỉ cho người Do thái thấy rằng: luật là nhằm phục vụ cho con người, giúp cho con người sống đúng với vai trò của mình. Tinh thần của luật chính là tình yêu . Không có tình yêu thì việc giữ luật sẽ trở thành một gánh nặng, nhàm chán và máy móc, không có ích lợi gì. Chúa Giêsu cũng xác nhận với người Do thái rằng: Chính Ngài làm chủ ngày Sabat và cũng là Chủ của Lễ luật. Ngài ước mong con người đừng lấy Lễ luật làm thước đo lòng người, làm tiêu chuẩn để xét đoán người khác. Ngài ban lễ luật cho con người là vì yêu thương con người và muốn cho con người được hạnh phúc và tìm được sự sống vĩnh cửu.

3. Sống Lời Chúa: Tuân giữ luật bằng tình yêu.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin dạy cho con biết tuân giữ và thi hành luật của Chúa bằng tấm lòng và bằng con tim yêu mến tha thiết. Amen.

THỨ BẢY 20 .07. 2013

Mt 12, 14 - 21

1. Ghi nhớ: “ Dân chúng theo Người đông đảo và Người chữa lành hết ” (MT 12,15).

2. Suy niệm: Qua bài Tin Mừng hôm nay chúng ta thấy thái độ hồ hởi của dân chúng đi theo Đức Giêsu đã trái ngược với thái độ căm ghét và hận thù của nhóm biệt phái. Tuy Chúa Giêsu trách những người biệt phái nhưng Ngài vẫn dè dặt trước sự phẫn khởi của đám đông. Vì thế chúng ta hãy siêng năng đến với Chúa và bước đi theo Ngài để được Chúa chữa lành và nhất là nhận được hồng ân cứu chuộc của Ngài. Bí tích Thánh thể và Bí tích Hoà giải là hai nguồn tình yêu và chữa lành mà Chúa dùng để thông ban những sự tốt lành cho hồn xác con người.

3. Sống Lời Chúa: Năng lãnh nhận Bí tích Thánh Thể và Bí tích Hoà giải.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin ban thêm lòng mến Chúa nơi con, để con luôn cảm nghiệm được niềm vui và an ủi khi tham dự các mầu nhiệm thánh. Amen.*

CHÚA NHẬT XVI TN: 21. 07. 2013
Lc 10, 38 - 42

1. Ghi nhớ: *“Nhưng Chúa đáp: Máтта, Máтта, con lo lắng bồi rối về nhiều chuyện. Chỉ có một sự cần mà thôi: Maria đã chọn phần tốt nhất và sẽ không bị ai lấy mất”* (Lc 10,42).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng hôm nay nhắc lại cả hai thái độ của Máтта và Maria; điều cần thiết cho cuộc sống hiện tại của chúng ta. Vì ở bên chân Chúa trong tư thế và tâm tình nào cũng được, miễn là ở bên chân Chúa với tâm thế khiêm tốn, gần gũi, gắn bó, trầm lắng, bình an... hằng ngày chúng ta làm nhiều việc, ở nhiều nơi và với nhiều tâm trạng. Tóm lại: ở bên chân Chúa chúng ta có thể là ngồi, quỳ hay sấp mình sâu thẳm. Cùng với tâm tình tạ ơn, sám hối van xin, bày tỏ thiện chí ước muốn lắng nghe hay học hỏi. Để mỗi ngày chúng ta xứng đáng là môn đệ của Chúa hơn.

3. Sống Lời Chúa: Lắng nghe lời Chúa trong khiêm tốn, chân thành và yêu thương.

4. Cầu Nguyện: *Lạy Chúa Giêsu, xin cho con có cả hai thái độ, vừa là Máтта, vừa là Maria. Để con*

xứng đáng là chứng nhân đích thực của Chúa mỗi ngày. Amen.

THỨ HAI : 22. 07. 2013
Thánh Maria Mađalena
Ga 20, 1 - 2. 11 - 18

1. Ghi nhớ: “Bà Maria Madalena đi báo cho các môn đệ: Tôi đã thấy Chúa” (Ga 20, 18)

2. Suy niệm: Một trong những dấu hiệu chứng tỏ Chúa Giêsu đã thực sự sống lại là Người đã nhiều lần hiện ra với nhiều người. Trong số đó có Bà Maria Madalena. Từ một con người tội lỗi nhưng bà đã được tình yêu của Chúa hoán cải. Cảm nhận được tình yêu thương ấy nên bà đã theo Chúa đến cùng. Bà đã Chúa Phục sinh trao cho sứ mạng loan báo tin mừng này cho các môn đệ. Trong niềm vui hớn hỏ bà đã vội vả chu toàn sứ mạng này.

3. Sống lời Chúa: Vui vẻ sống đạo trong niềm tin vào Chúa phục sinh.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, tin mừng Chúa phục sinh là căn bản niềm tin của con. Xin cho con vững tin và vui vẻ sống đạo tốt để loan báo tin mừng trọng đại này. Amen.*

THỨ BA 23. 07. 2013

Mt 12, 46 - 50

1. Ghi nhớ: “ Phàm ai thi hành ý muốn của Cha Tôi, Đáng ngự trên trời, người ấy là anh chị em tôi, là mẹ Tôi ” (Mt 12,50).

2. Suy niệm: Chúa Giêsu luôn dành sự ưu ái đặc biệt cho những người biết lắng nghe và thực thi Lời Chúa. Những người này được Chúa coi những người ruột thịt trong gia đình thiêng liêng của Chúa. Và những ai thuộc về gia đình này thì chắc chắn sẽ được hưởng hạnh phúc và vinh quang với Ngài trong nước của Ngài. Đức Maria chính là mẫu gương tuyệt vời của việc lắng nghe và thực hành Lời Chúa. Mẹ đã đón nhận Lời Chúa với thái độ vâng phục và yêu mến cách trọn vẹn. Chúng ta hãy học với Mẹ để chúng ta cũng xứng đáng là những người anh em của Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Đọc và suy gẫm Lời Chúa.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin ban ơn trợ giúp và sức mạnh cho chúng con để chúng con can đảm sống Lời Chúa trong cuộc sống hằng ngày. Amen.*

THỨ TƯ: 24. 07. 2013

Mt 13, 1 - 9

1. Ghi nhớ: “Có những hạt rơi vào bụi gai, gai mọc lên làm nó chết nghẹt” (Mt 13,7).

2. Suy niệm: Mỗi người đều có trong mình một mảnh đất tâm hồn màu mỡ do Thiên Chúa tình yêu ban tặng. Không những thế, Chúa còn ưu ái gieo vào đó hạt giống là chính Lời của Người. Chúa hoàn toàn trao phó cho con người cái quyền trên hạt giống ấy. Chúa để cho con người tự do quyết định kết quả và chịu trách nhiệm về kết quả đó. Do đó, việc làm cần thiết mỗi ngày là chúng ta hãy cố gắng dọn dẹp và nhổ bỏ hết những gì là “ *cỏ dại* ”, là “ *gai góc* ” để mảnh đất tâm hồn ta được tươi tốt. Nhờ đó mà hạt giống Lời Chúa được tự do mọc lên và sinh bông hạt tối đa.

3. Sống Lời Chúa: Tập nhân đức và loại bỏ những tật xấu.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin ban cho chúng con biết không ngừng khao khát Chúa và tìm đến với Ngài để từ đó con có thể loại bỏ những gì làm cản bước trên đường con đến với Ngài. Amen.*

THỨ NĂM : 25. 07. 2013

Mt 20, 20 - 28

1. Ghi nhớ: “Con Người đến không phải để được người ta phục vụ, nhưng là để phục vụ và hiến dâng mạng sống làm giá chuộc muôn người ” (Mt 20,28).

2. Suy niệm : Trong cuộc sống ít ai muốn mình là người phục vụ vì nó có vẻ rất nặng nề và thấp kém. Thông thường, con người chỉ muốn mình được phục vụ chứ không thích phục vụ người khác. Thánh Giacôbê Tông đồ mà chúng ta mừng kính hôm nay là môn đệ được Chúa Giêsu kêu gọi đầu tiên và thuộc nhóm ba môn đệ được Chúa Giêsu yêu mến cách đặc biệt. Nhờ được ở bên Vị Thầy Chí thánh suốt đời chỉ biết hy sinh phục vụ, nên thánh Giacôbê đã trở thành người biết phục vụ người khác theo cùng cách thức như Thầy Giêsu của mình, và Ngài cũng đã trở thành một người phục vụ đắc lực cho Tin mừng của Chúa. Vì thế noi gương thánh Giacôbê chúng ta cũng hay quên mình phục vụ cách vô vị lợi cho tha nhân.

3. Sống Lời Chúa: Sống tinh thần phục vụ.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con tìm được tình yêu trong phục vụ, hầu con có thể phục vụ mọi người như Chúa đã từng phục vụ chúng con. Amen.*

THỨ SÁU: 26. 07. 2013

Thánh Gioakim và Thánh Anna

Mt 13, 16 - 17

1. Ghi nhớ: *“Còn anh em, mắt anh em thật có phúc vì được thấy, tai anh em thật có phúc vì được nghe”*. (Mt 13,16).

2. Suy niệm: Mừng kính hai thánh Gioakim và Anna song thân của Đức Maria hôm nay, Giáo Hội muốn cho chúng ta cùng chia sẻ hạnh phúc với hai ông bà. Hạnh phúc đó là được cộng tác với chương trình cứu độ của Chúa, được nhìn thấy Đức Giêsu, Đấng Cứu Thế. Chúng ta thường có những quan niệm sai lầm về hạnh phúc. Hạnh phúc không hẳn là giàu sang, địa vị, danh vọng... Qua bài Tin Mừng hôm nay, Chúa Giêsu chỉ cho chúng ta thấy hạnh phúc đích thực của cuộc sống là được nghe Lời Chúa và thấy được ơn cứu độ của Chúa. Chính Lời Chúa mới mang lại cho chúng ta bình an, chính Lời Chúa mang lại cho chúng ta tình thương. Và tình thương nhân loại và sự bình an trong tâm hồn mà Lời Chúa mang lại mới thật sự làm cho chúng ta hạnh phúc.

3. Sống Lời Chúa: Cảm nhận ơn Chúa ban cho ta mỗi ngày trong cuộc sống.

4. Cầu Nguyện: *Lạy Chúa! Xin cho chúng con biết nhận ra tình thương mà Chúa ban cho chúng con trong*

từng giây phút trong cuộc đời. Để chúng con nỗ lực sống xứng đáng với tình thương đó. Amen.

THỨ BẢY: 27. 07. 2013

Mt 13, 24 - 30

1. Ghi nhớ: “**Khi lúa mọc lên và trở bông thì cỏ lùng cũng xuất hiện**” (Mt 13,26).

2. Suy niệm: Sự thiện và điều tốt là của Thiên Chúa và xuất phát từ Thiên Chúa. Ngược lại, sự dữ và tội lỗi là của ma Quỷ và xuất phát từ Ma Quỷ cùng với những tay sai của chúng. Trong hiện tại luôn có hai thế lực đối kháng: lành và dữ. Sự dữ luôn tìm cách chống phá sự thiện. Do đó, mỗi người chúng ta đừng ngủ mê để kẻ thù thừa dịp lợi dụng, nghĩa là chúng ta đừng lơ là để kẻ xấu chi phối đời sống.

3. Sống Lời Chúa: Dành thời giờ để kiểm tâm mỗi ngày.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, chỉ có Chúa là ánh sáng thường hằng bất biến. Xin đẩy lui những gì là tối tăm và ngăn cản bước tiến của chúng con trên con đường chúng con về với Chúa. Amen.*

CHÚA NHẬT XVII TN: 28. 07. 2013

Lc 11, 1 - 13

1. Ghi nhớ: *“Thầy bảo các con: anh em cứ xin thì hãy được, cứ tìm thì sẽ thấy, cứ gõ cửa thì sẽ mở cho”* (Lc 11,9).

2. Suy niệm: Qua bài Tin Mừng hôm nay, Giáo hội muốn dạy chúng ta khi cầu nguyện phải có tâm tình hiếu thảo và tinh thần tín thác vào Thiên Chúa là Cha. Đồng thời phải có lòng kiên trì và bền đỗ trong khi cầu nguyện. Nhiều lần tôi cầu nguyện với Chúa, và nhiều lần cảm thấy trống vắng. Bao nhiêu mơ ước và lời cầu nguyện không được nhận lời. Nhiều biến cố trong cuộc đời là những thất bại. Và tôi cảm nhận rằng: Chúa cao xa quá tôi không sao vươn tới được, làm sao cho Ngài hiểu tôi được. Nhiều khi tôi chưa đặt niềm tin nơi Ngài, chưa kiên nhẫn với việc Ngài trao, chưa kiên trì gõ cửa và tìm kiếm ý Ngài trong đời tôi.

3. Sống Lời Chúa: Cầu nguyện thật sốt sắng và kiên nhẫn chờ đợi Chúa.

4. Cầu Nguyện: *Lạy Chúa Giêsu, xin cho con đừng nản lòng trong khi thất bại. Nhưng biết tìm kiếm và gõ cửa cho đến khi gặp được Ngài. Amen.*

THỨ HAI: 29. 07. 2013
LỄ NHỚ THÁNH MÁT-TA
Ga 11, 19 - 27

1. Ghi nhớ: “Vừa được tin Đức Giêsu đến, cô Mat-ta liền ra đón Người” (Ga 11,20).

2. Suy niệm: Nói đến Mat-ta là chúng ta nhớ đến ngay một con người hiếu khách và là một mẫu gương phục vụ , đặc biệt là phục vụ Chúa. Mt-ta đã lo lắng, sắp xếp và chu toàn nhiều vấn đề quan trọng trong gia đình. Gia đình của Mt-ta trở thành gia đình kiểu mẫu cho những gia đình Công giáo, nhất là trong việc đón tiếp Chúa. Đối với Đức Giêsu, Cô Mt-ta luôn bày tỏ lòng yêu mến, tin tưởng và vâng phục cách đặc biệt. Chúng ta cần noi gương Mat-ta trong việc đón tiếp Chúa và nhận ra quyền năng nơi Chúa, để chúng ta luôn biết vui vẻ và niềm nở đón tiếp Chúa vào nhà của chúng ta mỗi ngày.

3. Sống Lời Chúa: Hãy dọn lòng đón Chúa mỗi ngày.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa. Xin dạy chúng con biết nhận ra quyền năng tình yêu của Chúa để chúng con biết mau mắn và niềm nở đón tiếp Chúa đến và lưu lại với chúng con. Amen.*

THỨ BA 30. 07. 2013

Mt 13, 36 - 43

1. Ghi nhớ: *“Người đấp: kẻ gieo hạt giống tốt là Con Người”.* (Mt 13,37).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng hôm nay Chúa Giêsu giải thích cho các Tông đồ theo nghĩa dụ ngôn, theo đó hạt giống là con cái Nước Trời, và nhắc mạnh đến ngày tận thế (*mùa gặt*), lúc kẻ lành người dữ được phán xét và phân biệt rõ ràng. Kẻ gieo giống tốt là Con Người: Chúa Giêsu đến thế gian là để cứu chuộc muôn dân: vì ý của Thiên Chúa Cha là muốn cho con người được ơn cứu rỗi. Vì thế mọi việc Chúa làm đều tốt đẹp. Hạt giống tốt là con cái nước Trời, con người được Thiên Chúa tạo dựng giống hình ảnh của Ngài. Những việc tốt chúng ta làm với lòng ngay chính và với cách thức phù hợp giáo huấn của Chúa thì sẽ có hiệu quả lớn lao cho phần rỗi của chúng ta.

3. Sống Lời Chúa: Hãy tìm Nước Thiên Chúa trong từng giây phút của cuộc đời.

4. Cầu Nguyện: *Lạy Chúa Giêsu, xin cho con luôn biết hy sinh và quên mình để tìm Nước Thiên Chúa qua anh em và qua tha nhân của con. Amen.*

THỨ TƯ: 31. 07. 2013

Mt 13, 44 - 46

1. Ghi nhớ: “Tìm được viên ngọc quý, ông ta ra đi, bán tất cả những gì mình có mà mua viên ngọc ấy” (Mt 13,46).

2. Suy niệm: Cuộc sống của con người phải luôn có những sự chọn lựa, mà sự chọn lựa nào cũng đòi buộc phải biết từ bỏ. Những chọn lựa hôm nay đều là hệ quả cho cuộc sống mai sau. Cho nên vấn đề quan trọng là phải biết khôn ngoan để chọn lựa cái nào để gắn bó và xây dựng ngay từ bây giờ và ngay hôm nay. Chúa Giêsu đã giới thiệu cho chúng ta biết Nước Trời là viên ngọc quý, đáng cho chúng ta lựa chọn và gắn bó. Vì thế, chúng ta hãy vâng nghe theo Chúa Giêsu, Đấng là Đường, là Sự thật và là sự sống mà biết quan tâm và chọn lấy Nước Trời. Chúng ta hãy sẵn lòng “ bán hết ” mọi thứ ở trần gian mà lo “ mua lấy ” và xây dựng Nước Trời để chúng ta có được Quê hương đích thực và vĩnh cửu.

3. Sống Lời Chúa: Hãy chọn Chúa làm gia nghiệp.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết luôn tỉnh thức và khôn ngoan mà biết chọn lựa Nước Trời là quê hương vĩnh cửu và hạnh phúc của con. 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 tìm 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.

