

# CẦU NGUYỆN THÁNG 1/2013

**NGÀY 1 THÁNG 1**  
**LỄ ĐỨC MARIA, MẸ THIÊN CHÚA (Lc 2, 16-21)**

**"Họ đã gặp thấy Maria, Giuse và Hài Nhi...  
và tám ngày sau người ta gọi tên Người là Giêsu"**

## **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Luca:**



Khi ấy, các mục tử ra đi vội vã đến thành Bêlem, và gặp thấy Maria, Giuse và hài nhi mới sinh nằm trong máng cỏ. Khi thấy thế, họ hiểu ngay lời đã báo về hài nhi này. Và tất cả những người nghe, đều ngạc nhiên về điều các mục tử thuật lại cho họ.

Còn Maria thì ghi nhớ tất cả những việc đó và suy niệm trong lòng. Những mục tử trở về, họ tung hô ca ngợi Chúa về tất cả mọi điều họ đã nghe và đã xem thấy, đúng như lời đã báo cho họ.

Khi đã đủ tám ngày, lúc phải cắt bì cho con trẻ, thì người ta gọi tên Người là Giêsu, tên mà thiên thần đã gọi trước khi con trẻ được đầu thai trong lòng mẹ.

**Sứ điệp:** Chúa Giê-su là Con Thiên Chúa làm người sinh bởi Mẹ Maria. Con của Đức Mẹ là Thiên Chúa, nên Đức Mẹ là Mẹ Thiên Chúa. Cùng với Đức Mẹ, ta suy niệm, chiêm ngắm, thờ lạy và đón nhận mầu nhiệm Nhập Thể.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, Chúa là Con Thiên Chúa, nhưng Chúa chẳng nề quản làm người con bé nhỏ trong tay Mẹ Maria. Chúa được Đức Mẹ sinh hạ, nuôi nấng, dạy dỗ. Chúa đã lớn lên nhờ sự giáo dục và bàn tay chăm sóc của Đức Mẹ. Con hiểu sứ

mạng của Đức Mẹ thật là cao cả và nặng nề. Không những Đức Mẹ nuôi nấng Chúa về phần xác, dạy dỗ Chúa về đời sống tinh thần, chỉ bảo Chúa về cách sống ở đời, nhưng khó khăn nhất là ở chỗ Đức Mẹ phải nuôi dạy Chúa thế nào cho xứng với phẩm giá của Chúa là Đấng Cứu Thế, là con Thiên Chúa. Dù khó khăn vượt quá sức Mẹ, nhưng Mẹ đã suy nghĩ, cầu nguyện, và với ơn Chúa, Mẹ đã chu toàn sứ mạng cao cả ấy.

Lạy Chúa, xin cho con được hưởng nhờ tình yêu thương từ mẫu và sự chăm sóc của Mẹ Maria, để con được sống bằng an trong năm mới này, để con trưởng thành trong đời sống làm người với những đức tính tốt, và nhất là để con biết sống xứng đáng với ơn gọi làm con Thiên Chúa.

Hôm nay con nhớ tới các người mẹ. Có những bà mẹ sống ích kỷ, bỏ bê con cái. Có những bà mẹ chỉ lo cho con cái về phần xác. Xin Chúa giúp cho các người mẹ ý thức bổn phận lo cho con cái về mọi phương diện, giáo dục con cái nên người và nên con Thiên Chúa. Con cái ngày nay gây ra cho cha mẹ nhiều khó khăn trong việc giáo dục. xin Chúa giúp các bậc phụ huynh chu toàn trọng trách này theo gương Mẹ Maria. Amen.

**NGÀY 02 THÁNG 01 (Ga 1, 19-28)**

**"Có một Đấng sẽ đến sau tôi,  
nhưng chính Đấng đó đã có trước tôi"**

**Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Gioan:**

Đây là chứng của Gioan, khi những người Do-thái từ Giêrusalem sai các vị tư tế và các thầy Lêvi đến hỏi ông: "Ông là ai?" Ông liền tuyên xưng, ông không chối, ông tuyên xưng rằng: "Tôi không phải là Đấng Kitô". Họ liền hỏi: "Như vậy là thế nào? Ông có phải là Elia chăng?" Gioan trả lời: "Tôi không phải là Elia". - "Hay ông là một đấng tiên tri?" - Gioan đáp: "Không phải".



Họ liền bảo: "Vậy ông là ai, để chúng tôi trả lời cho những người sai chúng tôi. Ông tự xưng là ai?" Gioan đáp: "Tôi là tiếng kêu trong hoang địa: Hãy sửa cho ngay đường Chúa đi, như tiên tri Isaia đã loan báo".

Và những người đã được sai đến đều thuộc nhóm biệt phái. Họ hỏi Gioan rằng: "Nếu ông không phải là Đức Kitô, cũng không là Elia hay một tiên tri, vậy tại sao ông làm phép rửa?" Gioan trả lời: "Tôi làm phép rửa trong nước, nhưng giữa các người, có Đấng mà các người không biết. Đấng ấy sẽ đến sau tôi, nhưng chính Đấng ấy đã có trước tôi, và tôi không xứng đáng cởi dây giày cho Người". Việc này xảy ra tại Bêtania, bên kia sông Giođan, nơi Gioan làm phép rửa.

**Sứ điệp:** Thánh Gioan Tiền Hô giới thiệu cho người Do Thái: "Có một Vị đang ở giữa các ông mà các ông không biết". Chúa Giêsu âm thầm đồng hành bên ta. Cần có đức tin để nhận ra Chúa.

**Cầu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, hôm nay lời thánh Gioan Tiền Hồ đang vang lên bên tai con: Chúa ở giữa chúng con mà chúng con không biết. Quả thật chúa âm thầm lặng lẽ đến với con. Ngày Chúa giáng trần, không mấy người nhận ra Hài Nhi nằm trong máng cỏ là Chúa, Đấng Cứu Độ. Những năm tháng Chúa sống tại làng Na-za-rét, chẳng ai nhận ra nơi người thợ mộc là vị cứu tinh nhân loại. Khi Chúa lên đường đi rao giảng, không người nào nhận ra Chúa là Đấng Thiên Sai. Giờ phút Chúa chịu chết trên thánh giá, rất ít người nhận ra Chúa là Đấng Cứu Thế. Và ngày nay, Chúa sống lại và đang âm thầm đồng hành bên con, nhưng không mấy khi con nhận ra Chúa. Chúa âm thầm lặng lẽ hiện diện nơi Bí Tích Thánh Thể, nhưng chẳng mấy lúc con có được một lòng tin sống động để kết hiệp và phó thác đời mình cho Chúa.

Lạy Chúa, xin Chúa tỏ ra cho tâm hồn con để con nhận biết Chúa. Chúa rất cao cả trời vượt trên con, nhưng cũng rất nhỏ bé bên cạnh con. Chúa ở xa con nhưng cũng rất gần sát lòng con. Chúa dường như vắng mặt, nhưng thực ra lại hiện diện trong mọi giây phút và mọi bước đường con đi. Xin Chúa khơi dậy nơi con ý thức về sự hiện diện của Chúa.

Tuy dù Chúa hiện diện âm thầm lặng lẽ, nhưng Chúa vẫn hoạt động mạnh mẽ hữu hiệu. Chúa vẫn là Chúa. Xin cho con nhận ra Chúa, đến với Chúa và bước đi bên Chúa, để con được Chúa dìu dắt và nâng đỡ, để cuộc đời con được Chúa biến đổi và nâng cao. Amen.

**NGÀY 03 THÁNG 01 (Ga 1, 29-34)**

**"Đây Chiên Thiên Chúa"**

**Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Gioan:**

Ngày hôm sau, Gioan thấy Chúa Giêsu đến với mình thì nói: "Đây Chiên Thiên Chúa, đây Đấng xóa tội trần gian. Đây chính là Đấng mà tôi đã nói rằng: 'Có người đến sau tôi, nhưng cao trọng hơn tôi, vì Người vốn có trước tôi'. Phần tôi, trước tôi không biết Người, nhưng tôi đã đến làm phép rửa bằng nước để Người được tỏ mình ra trong Israel".



Và Gioan đã làm chứng rằng: "Tôi đã thấy Thánh Thần, như chim bồ câu, từ trời xuống ngự trên Người. Và trước tôi không biết Người, nhưng Đấng đã sai tôi làm phép rửa trong nước bảo tôi: 'Người thấy Thánh Thần ngự xuống trên ai, thì chính người đó là Đấng làm phép rửa trong Thánh Thần'. Tôi đã thấy và làm chứng rằng: Người là Con Thiên Chúa".

**Sứ điệp:** Chúa Giêsu được thánh Gioan Tiên Hô giới thiệu như con chiên gánh tội lỗi trần gian. Con Chiên được sát tế trong lễ vượt qua để xóa bỏ tội nhân loại.

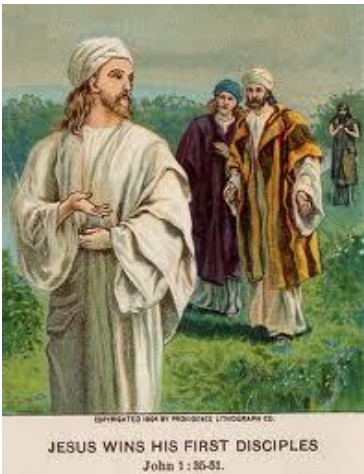
**Câu nguyện:** Lạy Chúa, trong kinh Vinh Danh, con vẫn đọc "chỉ có Chúa là Đấng Thánh". Vâng, Chúa là con chiên vô tội tích, thế mà Chúa đã gánh lấy tội nhân loại để đền thay cho tất cả nhân loại. Là con chiên vô tội, Chúa đã dùng máu mình để cứu rỗi loài người khỏi ách tội lỗi. Hôm nay, con hiểu được nỗi oan khiên vô tội của Chúa. Tội lỗi của từng con người, tội lỗi của mọi thế hệ, đã được Chúa gánh chịu thay.

Con hiểu được phần nào gánh nặng tội lỗi ấy khi chiêm ngắm Chúa sinh hạ trong máng cỏ nghèo hèn. Con hiểu được phần nào

gánh nặng tội lỗi ấy khi chiêm ngắm cảnh tượng Chúa toát mồ hôi máu trong vườn cây dầu. Con hiểu được phần nào gánh nặng tội lỗi ấy khi nghe Chúa thốt lên trên thập giá: "Lạy Cha, sao Cha bỏ con". Con hiểu được phần nào gánh nặng tội lỗi ấy khi chiêm ngắm thập giá Chúa. Vì lạy chúa, nếu tội lỗi của nhân loại không quá nặng nề thì Chúa đã không phải chết cách khủng khiếp đến thế.

Lạy Chúa, con cảm tạ Chúa đã yêu thương loài người mà gánh lấy tội lỗi chúng con. Con phủ phục trước tấm lòng của Chúa đã hy sinh để chúng con khỏi hư mất. Xin cho nhân loại hôm nay đừng chất thêm vào gánh nặng tội lỗi ấy. Xin cho con một cảm thức nhạy bén với tội lỗi để con dứt khoát tránh xa tội lỗi. Xin cho con biết nhận ra tội lỗi của mình. Xin cho con biết sống bác ái nhiều hơn để góp phần làm vơi đi gánh nặng tội lỗi nhân loại. Amen.



**NGÀY 04 THÁNG 01 (Ga 1, 35-42)****"Chúng tôi đã gặp Đấng Cứu Thế"****Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Gioan:**

Khi ấy, Gioan đang đứng với hai người trong nhóm môn đệ của ông, nhìn theo Chúa Giêsu đang đi mà nói: "Đây là Chiên Thiên Chúa". Hai môn đệ nghe ông nói, liền đi theo Chúa Giêsu. Chúa Giêsu ngoảnh mặt lại, thấy họ đi theo mình, thì nói với họ: "Các người tìm gì?" Họ thưa với Người: "Rabbi, nghĩa là thưa Thầy, Thầy ở đâu?" Người đáp: "Hãy đến mà xem". Họ đã đến và xem chỗ Người ở, và ở lại với Người ngày

hôm ấy, lúc đó độ chừng giờ thứ mười. Anrê, em ông Simon Phêrô, (là) một trong hai người đã nghe Gioan nói và đã đi theo Chúa Giêsu. Ông gặp Simon anh mình trước hết và nói với anh: "Chúng tôi đã gặp Đấng Messia, nghĩa là Đấng Kitô", và ông dẫn anh mình tới Chúa Giêsu. Chúa Giêsu nhìn Simon và nói: "Người là Simon, con ông Gioan, người sẽ được gọi là Kêpha, nghĩa là Đá".

**Sứ điệp:** Nghe giới thiệu về Chúa Giêsu, hai môn đệ của thánh Gioan Tiền Hô đã đi theo Chúa, đã đến chỗ Chúa ở, và còn lưu lại với Chúa nữa. Trong cuộc đời đã bao giờ chúng ta khao khát và nỗ lực đi gặp Chúa chưa?

**Câu nguyện:** Lạy Chúa, từ tấm bé đến khi khôn lớn, con được lãnh nhận từ bí tích này đến bí tích khác, sáng tối đọc kinh, hằng ngày tham dự thánh lễ, được nghe Lời Chúa. Nhưng xét mình lại, con nhận thấy chẳng mấy khi con thực sự gặp Chúa, chẳng mấy khi con lưu lại với Chúa, chẳng mấy khi con khao khát đi tìm Chúa.

Nhiều lần con đọc kinh như cái máy, lời kinh con dâng Chúa chỉ là những lời vô hồn. Nhiều lần con rước Chúa, nhưng chỉ làm theo thói quen hoặc vì áp lực tâm lý. Nhiều lần ngồi nghe Lời Chúa nhưng tâm hồn con xa cách Chúa.

Việc sống đạo của con nhiều lúc như một thứ nghề gia truyền, cha truyền con nối. Cha có đạo thì con cũng có đạo. Rồi con có đạo thì cháu cũng có đạo. Thế thôi. Con tưởng rằng không cần học hỏi thêm, không cần tìm tòi khám phá thêm. Con không có được một cảm nghiệm gì về Chúa, chẳng có một xác tín bản thân nào. Việc có đạo của con chỉ là một danh nghĩa, là hình thức, chỉ có cái vẻ bên ngoài thôi, lạy Chúa.

Xin cho con và gia đình con biết sống đạo cách xác tín hơn. Xin cho con biết khao khát Chúa, biết nỗ lực đi tìm Chúa. Và xin cho con biết ở lại trong tình yêu Chúa. Amen.



**NGÀY 05 THÁNG 01 (Ga 1, 43-51)****"Thầy là Con Thiên Chúa, là Vua Israel"****Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Gioan:**

Khi ấy, Chúa Giêsu định đi Galilêa. Người gặp Philip và nói với ông: "Hãy theo Ta". Philip là người thành Bếtsaida, quê quán của Anrê và Phêrô. Philip gặp Nathanael và nói với ông: "Đấng đã được Môsê ghi trong Luật và các tiên tri nói đến, chúng tôi đã gặp rồi: đó là Giêsu con ông Giuse, người thành Nadarét".

Nathanael đáp: "Bởi Nadarét nào có cái chi hay?" Philip nói: "Hãy đến mà xem". Chúa Giêsu thấy Nathanael đi tới mình, thì nói về ông: "Đây thật là người Israel, nơi ông không có gì gian dối". Nathanael nói: "Sao Ngài biết tôi?" Chúa Giêsu trả lời rằng: "Trước khi Philip gọi ngươi, lúc ngươi còn ở dưới cây vả, thì Ta đã thấy ngươi". Nathanael thưa lại rằng: "Lạy Thầy, Thầy là Con Thiên Chúa, là Vua Israel". Chúa Giêsu trả lời: "Vì Ta đã nói với ngươi rằng Ta đã thấy ngươi dưới cây vả, nên ngươi tin; ngươi sẽ thấy việc cao trọng hơn thế nữa".

Và Người nói với ông: "Quả thật, quả thật, Ta nói với các ngươi, các ngươi sẽ thấy trời mở ra, và các thiên thần Chúa lên xuống trên Con Người".

**Sứ điệp:** Chúa mời gọi ta theo chúa. Đến với Chúa, ta sẽ được Chúa tỏ cho thấy những điều kỳ diệu, và ta sẽ nhận ra Chúa là lẽ sống của đời mình.

**Cầu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, đã nhiều lần Chúa mời gọi con theo Chúa. Đã nhiều lần Chúa nhờ các sứ giả của Giáo hội giới

thiệt Chúa cho con. Nhưng cho tới nay, dường như con vẫn còn hững hờ trước lời mời gọi ấy. Như thánh Na-tha-na-en, có lúc con nghĩ rằng Chúa có gì hay đâu, có gì hấp dẫn đâu. Cuộc đời con vẫn còn vất vả cơ cực, gia đình con vẫn còn khổ đau bất hạnh, thế giới này vẫn chiến tranh, bất công, hận thù, nhiều người vẫn sống cuộc đời không xứng với phẩm giá con người. Thực tế cuộc đời trở nên như một thách đố. Tin Mừng của Chúa dường như chẳng giải quyết được gì. Chương trình cứu độ của Chúa dường như chưa thành công. Và lạy Chúa, con rơi vào tâm trạng hoài nghi, hững hờ, chẳng còn phấn khởi hăng say bước theo Chúa.

Lạy Chúa, xin Chúa tha thứ cho con. Xin Chúa giúp con lấy lại niềm tin và hy vọng. Chúa chẳng cho con tiền bạc, Chúa cũng chẳng làm phép lạ cách bừa bãi, Chúa chẳng tạo ra sự hấp dẫn lôi cuốn bề ngoài. Tin Mừng của Chúa, chẳng có sẵn những giải pháp kinh tế xã hội. Nhưng con tin Chúa là Đường, là Sự Thật, và là Sự Sống của con. Dù con chưa thấy những thành quả tức thời, nhưng con tin chỉ có Chúa là Đấng cứu độ và đem lại hạnh phúc cho con người. Bỏ Chúa, con biết đi với ai? Chỉ có Chúa mới có lời hăng sống. Thánh Phi-líp-phê mới con "cứ đến mà xem". Con đến với Chúa, xin cho con được khám phá những kỳ diệu lớn lao nơi Chúa và những công trình cứu độ của Chúa. Amen.

## NGÀY 6 THÁNG 1 CN LỄ HIỂN LINH (Mt 2, 1-12)

**"Chúng tôi từ phương Đông đến thờ lạy Đức Vua"**

### **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Matthêu:**



Khi Chúa Giêsu sinh hạ tại Bêlem thuộc xứ Giuđa, trong đời vua Hêrôđê, có mấy nhà đạo sĩ từ Đông phương tìm đến Giê-rusalem. Các ông nói: "Vua người Do-thái mới sinh ra hiện đang ở đâu? Chúng tôi đã nhận thấy ngôi sao của Người ở Đông phương, và chúng tôi đến để triều bái Người". Nghe nói thế,

vua Hêrôđê bối rối, và tất cả Giêrusalem cùng với nhà vua. Vua đã triệu tập tất cả các đại giáo trưởng và luật sĩ trong dân, và hỏi họ cho biết nơi mà Đức Kitô sinh hạ. Họ tâu nhà vua rằng: "Tại Bêlem thuộc xứ Giuđa, vì đó là lời do Đấng Tiên tri đã chép: Cả người nữa, hỡi Bêlem, đất Giuđa, không lẽ gì người bé nhỏ hơn hết trong các thành trì của Giuđa, vì tự nơi người sẽ xuất hiện một thủ lãnh, Người đó sẽ chăn nuôi Israel dân tộc của Ta".

Bấy giờ Hêrôđê ngầm triệu tập mấy nhà đạo sĩ tới, căn kể hỏi han họ về thời giờ ngôi sao đã hiện ra. Rồi vua đã phái họ đi Bêlem và dặn rằng: "Các khanh hãy đi điều tra cẩn thận về Hải Nhi, rồi khi đã gặp thấy, hãy báo tin lại cho trẫm, để cả trẫm cũng đến triều bái Người". Nghe nhà vua nói, họ lên đường. Và kìa ngôi sao họ xem thấy ở Đông phương, lại đi trước họ, mãi cho tới nơi và đậu lại trên chỗ Hải Nhi ở. Lúc nhìn thấy ngôi sao, họ hết sức vui mừng. Và khi tiến vào nhà, họ đã gặp thấy Hải Nhi và Bà Maria Mẹ Người, và họ đã quỳ gối xuống sụp lạy Người. Rồi, mở kho tàng ra, họ đã dâng tiến Người lễ vật: vàng, nhũ hương và mộc dược. Và khi nhận được lời mộng báo đừng trở lại với Hêrôđê, họ đã qua đường khác trở về xứ sở mình

**Sứ điệp:** Các vị đạo sĩ chân thành tìm kiếm vị cứu tinh và đã gặp được Ngài. Muốn gặp được Chúa trong cuộc sống, mỗi người chúng ta cần theo gương các đạo sĩ: thành tâm, kiên trì, quả cảm, bỏ ý riêng và tư lợi.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa, vua Hêrôđê và những người thuộc lòng Kinh Thánh trong đền vua đã không nhận biết Chúa là Đấng Cứu Tinh. Trong khi đó, thật vinh dự và an ủi cho các đạo sĩ: họ chân thành đi tìm Chúa và họ đã gặp được Chúa. Con chiêm ngắm các nhà đạo sĩ trên đường đến với Chúa: họ đã hy sinh tất cả. Họ chẳng quản vất vả. Họ không thỏa mãn với địa vị đang có. Họ không kiêu căng tự mãn với cuộc sống. Họ không sống ích kỷ. Họ chân thành tìm Chúa để thờ lạy Chúa. Họ không hề có một ác ý nào trong việc tìm Chúa. Con trông thấy các đạo sĩ đang rong đuổi cách trung thành theo ánh sao trời để tìm Chúa. Con nhận ra các đạo sĩ đang vâng lời tuyệt đối. Họ đi con đường ngôi sao dẫn họ. Có lúc lý trí cũng soi dẫn họ: họ nghĩ Chúa phải sinh ra trong hoàng cung. Nhưng làm theo lý trí, họ đã không tìm ra Chúa. Họ phải nhờ Thánh Kinh để nhận ra Chúa.

Lạy Chúa, cuộc đời con cũng là cuộc hành trình tìm Chúa. Ánh sáng Chúa vẫn dẫn con mỗi ngày mỗi đêm. Đó chính là những lời dạy dỗ của Chúa trong Kinh Thánh. Chúa đang dẫn con từng bước qua lời dạy dỗ của Giáo Hội như ánh sao đặc biệt. Các đạo sĩ đã nhận ra Chúa vì họ đã nỗ lực tìm Chúa. Con cũng thế, con quyết tâm nỗ lực ngày đêm tìm Chúa. Con cũng muốn như các đạo sĩ quên mình và bất chấp mọi khó khăn đến với Chúa trong Bí Tích Thánh Thể. Con quyết tâm cố gắng mỗi ngày nhận ra Chúa nơi anh em con, nhất là nơi những người nghèo đói bệnh tật. Đây không phải là chuyện dễ, Chúa ơi. Xin Chúa Hải Đồng giúp con. Con sợ lòng kiêu căng và sự tự mãn làm con mù quáng và không gặp được Chúa như vua Hêrôđê và các nhà thông thạo Kinh Thánh, nhưng con chân thành chạy đến với Chúa. Xin Chúa giúp con. Amen.

**NGÀY 7 THÁNG 1  
THỨ HAI SAU LỄ HIỂN LINH (Mt 4, 12-17. 23-25)**

**"Nước Trời đã đến gần"**

**Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Matthêu:**



Khi ấy, nghe tin Gioan bị nộp, Chúa Giêsu lui về Galilêa. Người rời bỏ Nadarét, đến ở miền duyên hải thành Capharnaum, giáp ranh đất Giabulon và Nephtali, để ứng nghiệm lời đã phán bởi miệng tiên tri Isaia rằng:

"Hỡi đất Giabulon và đất Nephtali, đường dọc theo biển, bên kia sông Giođan, Galilêa của ngoại bang! Dân ngồi trong tối tăm, đã thấy ánh sáng huy hoàng, ánh sáng đã xuất hiện cho người ngồi trong bóng sự chết". Từ bấy giờ, Chúa Giêsu bắt đầu rao giảng và nói: "Hãy hối cải, vì nước trời đã gần đến".

Và Chúa Giêsu đi rao quanh khắp xứ Galilêa, dạy dỗ trong các hội đường của họ, rao giảng Tin mừng nước trời, chữa lành mọi bệnh hoạn tật nguyền trong dân. Tiếng tăm Người đồn ra khắp xứ Syria. Người ta đã đem đến cho Người đủ thứ bệnh nhân, những người mắc phải tật nguyền đau đớn, quỷ ám, kinh phong, bất toại. Người đã chữa họ lành. Dân chúng đông đảo theo Người, họ đến từ xứ Galilêa, miền Thập Tỉnh, Giêrusalem, Giuđêa và vùng bên kia sông Giođan. Đó là lời Chúa.

**Sứ điệp:** Chúa Giêsu đã kêu gọi hãy sám hối vì Nước Trời đã đến gần. Sám hối là điều kiện tiên quyết để được đón nhận Chúa. Chúng ta cần sám hối không phải một lần hoặc vài lần, nhưng cần sám hối mỗi ngày và trong từng phút giây của cuộc sống.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, lời mời gọi của Chúa nhắc lại lời mời gọi sám hối của Thánh Gioan Tẩy Giả: "Hãy ăn năn sám hối". Chúa đã nhập thể làm người và đã đích thân rao qua các nẻo đường để rao giảng Tin Mừng. Là ánh sáng, Chúa không thể dấu mình được, Chúa cần chia sẻ chính mình. Chúa đã đến không như một ánh lửa leo lét, nhưng như ánh sáng huy hoàng để soi lỗi cho những ai đang ngồi trong bóng tối tử thần biết tìm về ơn cứu độ.

Lạy Chúa, để nhận ra ánh sáng đó, con cần có lòng khao khát ước mong. Ánh sáng của Chúa cũng vô ích nếu con không muốn thấy bởi vì đối với người mù, ngay cả mặt trời chính Ngọ cũng chẳng khác gì đêm tối. Ánh sáng chỉ thuận lợi cho con nếu con muốn và có thể sử dụng. Chúa luôn tôn trọng sự tự do của con. Chúa đến để giải thoát con khỏi đêm tối tội lỗi.

Xin ánh sáng của Chúa chiếu soi vào tâm hồn con, để con nhận biết thân phận yếu đuối tội lỗi của mình. Bởi vì nhận biết mình tội lỗi là bước đầu của lòng sám hối. Lòng sám hối đích thực của con là quyết tâm sống tốt hơn với những việc làm cụ thể theo Lời Chúa dạy. Xin Chúa giúp con luôn biết sám hối trong suốt cuộc đời.

Xin cho Lời Chúa hôm nay hoán cải tâm hồn con, để ánh sáng của Chúa lan tỏa trong con, phá tan mọi ảnh hưởng tội lỗi, làm cho nẻo đường con đi luôn trong sáng, thánh hóa đời sống con nên thánh thiện. Amen.



## NGÀY 8 THÁNG 1 THỨ BA SAU LỄ HIỂN LINH (Mc 6, 34-44)

**"Hoá bánh ra nhiều,  
Chúa Giêsu tỏ ra Mình là Đấng Tiên tri"**

### **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:**



Khi ấy, Chúa Giêsu xem thấy dân chúng đông đảo thì động lòng thương xót họ, vì họ như chiên không người chăn giữ, và Người bắt đầu giảng dạy họ nhiều điều. Và khi giờ đã muộn, các môn đệ đến thưa Người rằng: "Chỗ này hoang vắng, mà giờ đã muộn, xin Thầy giải tán họ, để họ đi tới các làng các xóm gần đây mà mua gì ăn". Chúa Giêsu trả lời họ rằng: "Các con hãy cho họ ăn đi". Họ thưa Người: "Chúng con phải đi mua đến hai trăm đồng bạc bánh để phát cho họ ăn". Người nói với họ: "Các con có mấy cái bánh? Hãy đi xem". Khi biết được rồi, họ thưa: "Có năm cái bánh và hai con cá". Người ra lệnh cho họ bảo mọi người ngồi xuống làm thành từng nhóm trên cỏ xanh. Họ ngồi xuống từng nhóm, chỗ một trăm, chỗ năm mươi. Người cầm năm cái bánh và hai con cá, ngước mắt lên trời mà chúc tụng, rồi bẻ bánh ra và trao cho các môn đệ, để họ phân phát cho người ta; còn hai con cá, Người cũng chia cho mọi người. Và tất cả đều ăn no. Mụn bánh và cá còn dư lại, người ta lượm được mười hai thúng đầy. Mà số người ăn là năm ngàn người.

**Sứ điệp:** Những công việc của con người tự nó không có giá trị siêu nhiên, nhưng khi cộng tác với Thiên Chúa, nó sẽ trở thành hành động cứu độ.



**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, trước sự kiện Chúa làm phép lạ bánh hóa nhiều, con đã tự hỏi: Chúa chỉ cần phán một lời là có thể làm phép lạ. Nhưng tại sao Chúa không làm thế, mà Chúa lại cần đến năm chiếc bánh và hai con cá?

Lạy Chúa, Chúa không làm như con nghĩ. Chúa cần con cộng tác. Chúa cần con người góp công chung sức để mưu ích cho nhau. Sự đóng góp của các môn đệ, chẳng thấm vào đâu, nhưng từ đó, Chúa đã thực hiện một bữa ăn no nê cho dân chúng.

Thánh Âu Tinh đã nói: để tạo dựng con người, Thiên Chúa không cần con người. Nhưng để cứu độ con người, Thiên Chúa cần con người cộng tác.

Lạy Chúa, nhìn vào thế giới hôm nay, con tin chắc chắn rằng: Chúa cũng đang chạnh lòng thương xót nhân loại đang đau khổ vì đói khát, vì bệnh tật, vì dốt nát, vì chiến tranh. Chúa cũng có thể làm mọi sự để cứu độ loài người. Nhưng Chúa cần con cộng tác, tuy dù nhỏ bé và âm thầm.

Xin Chúa giúp con luôn biết mở rộng trái tim trước nhu cầu của anh chị em. Xin dạy con biết mở rộng bàn tay dâng hiến cho Chúa và cho tha nhân. Dù sự đóng góp của con chẳng đáng kể là gì so với nhu cầu của thế giới, nhưng con tin Chúa đang chờ đợi đón nhận và nhân lên gấp bội. Xin Chúa dạy con biết nghĩ đến người khác, biết chia sẻ cho nhau, để nhân loại khỏi bị diệt vong vì ích kỷ, nhưng luôn phát triển phong phú khi biết quảng đại sẻ chia. Amen.

## NGÀY 9 THÁNG 1 THỨ TƯ SAU LỄ HIỂN LINH (Mc 6, 45-52)

### "Họ thấy Người đi trên mặt biển"

#### **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:**



(Khi năm ngàn người đã được ăn no), Chúa Giêsu liền giục các môn đệ xuống thuyền, qua bờ bên kia trước mà đến Bết-sai-đa, đang khi Người giải tán dân chúng. Giải tán họ xong, Người lên núi cầu nguyện. Chiều đến, thuyền đã ra giữa biển, còn Người thì một mình ở trên đất. Khoảng canh tư đêm tối, Người thấy họ khó nhọc chèo chống vì ngược gió, Người đi trên mặt biển mà đến với họ, và Người muốn vượt qua trước họ. Họ thấy Người đi trên mặt

biển, thì tưởng là ma, nên la hoảng lên. Vì ai nấy đều thấy Người và hoảng hốt, nên Người liền lên tiếng bảo họ rằng: "Hãy yên trí, chính Thầy đây, đừng sợ". Rồi Người lên thuyền họ, và gió im lặng. Tâm hồn họ lại càng sững sốt hơn, vì họ chưa hiểu gì về vấn đề bánh: lòng họ còn mù tối.

**Sứ điệp:** Giữa biển đời sóng gió, Chúa Giêsu vẫn hiện diện bên ta dù ta không thấy. Sự hoài nghi làm ta sợ hãi và chìm xuống biển sâu. Còn lòng tin sẽ giúp ta nhận ra Chúa và bước đi trong bình an.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, chẳng bao giờ Chúa bỏ các tông đồ một mình trong sóng gió. Chúa luôn có mặt chính lúc các ngài đang gặp thử thách. Chúa đến củng cố niềm tin các ngài: "Cứ yên tâm, Thầy đây, đừng sợ".

Lạy Chúa, hôm nay con nhớ đến Giáo Hội đang gặp những cơn sóng gió, những khủng hoảng, đang phải đương đầu với nhiều thế lực, những quyền bính, những phong trào: tất cả như những đợt sóng vùng lên đòi nhận chìm chân lý.

Con cũng nhớ đến khủng hoảng của loài người trong xã hội hôm nay: khủng hoảng của gia đình và của chính bản thân con. Con đang bị vật nài giữa biển đời đầy bất công, hận thù, con đang quay cuồng trong dòng sông gian nan vất vả, và linh hồn con đang thoi thóp giữa cơn sóng gào tột lỗi.

Con cầu nguyện cho những người đang gặp khủng hoảng về niềm tin. Xin Chúa giúp họ vượt thoát được những ngày đen tối của cuộc đời. Đặc biệt, đối với những kẻ đang chao đảo vì cuộc sống hôm nay, xin Chúa đoái thương giúp họ luôn vững tin vào Chúa và gặp được sự bình an trong tâm hồn.

Lạy Chúa, con vẫn tin tưởng Chúa không bao giờ bỏ rơi con. Xin Chúa đến nâng đỡ để con đi trọn hành trình trần gian trong bình an của Chúa. Xin an ủi và giúp con vượt qua những đau khổ. Xin cho con nhận ra Chúa vẫn ở bên con và cho con biết tin tưởng vào tình Chúa yêu thương. Lạy Chúa, niềm tin vào Chúa sẽ là sức mạnh và bình an cho con luôn mãi. Amen.

**NGÀY 10 THÁNG 1**  
**THỨ NĂM SAU LỄ HIỂN LINH (Lc 4, 14-22)**

**"Hôm nay đã ứng nghiệm lời Kinh Thánh này"**

**Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Luca:**



Khi ấy, Chúa Giêsu trở về Galilêa trong quyền năng của Thánh Thần và danh tiếng Người đồn khắp miền xung quanh. Người giảng dạy trong các hội đường của họ, và ai nấy đều ca tụng Người. Người đến Nadarét là nơi Người sinh trưởng, và theo

thói quen của Người, Người vào hội đường ngày Sabbat, và đứng dậy đọc sách. Người ta trao cho Người cuốn sách Tiên tri Isaia. Người mở sách và gặp chỗ có chép rằng: "Thánh Thần Chúa ở trên tôi, vì Chúa đã xức dầu cho tôi, sai tôi đi rao giảng tin mừng cho người nghèo khó, chữa lành những người sầu khổ trong tâm hồn, loan tin giải thoát cho kẻ bị giam cầm, cho người mù được thấy, giải thoát người bị áp chế, công bố năm hồng ân của Thiên Chúa".

Người xếp sách lại, trao cho viên phụ trách, đoạn ngồi xuống. Mọi người trong hội đường đều đưa mắt chăm chú nhìn Người. Người bắt đầu nói với họ rằng: "Hôm nay đã ứng nghiệm lời Kinh Thánh tại các ngươi vừa nghe". Và ai nấy đều công nhận lời Người và ngạc nhiên vì những lời hấp dẫn thốt ra từ miệng Người.

**Sứ điệp:** Chúa Giêsu vào hội đường như Ngài vẫn quen làm trong ngày Sa-bát. Đối với Ki-tô hữu, việc cầu nguyện riêng tư với

Chúa là điều cần thiết, nhưng cầu nguyện chung với cộng đoàn là điều quan trọng không thể thiếu được.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, Chúa thường thờ phượng ở hai nơi công cộng là hội đường và đền thờ. Mỗi thị trấn đều có hội đường, nên người ta tụ họp vào ngày hưu lễ để nghe, suy gẫm Lời Chúa và cầu nguyện. Người Do Thái chỉ có một đền thờ để nhấn mạnh rằng: chỉ có một Thiên Chúa duy nhất, ở đó người ta tụ họp để dâng lễ vật lên Thiên Chúa. Đó là nơi dâng hy tế trong tinh thần cầu nguyện.

Lạy Chúa Giêsu, phụng vụ Lời Chúa như chúng con tuân giữ hôm nay phản ánh công việc tại hội đường: tức là mỗi người cùng lắng nghe Lời Chúa, cùng suy gẫm và cầu nguyện. Còn phụng vụ Thánh Thể thì phản ánh công việc tại đền thờ: nghĩa là mỗi người cùng biểu lộ niềm tin vào một Thiên Chúa duy nhất, cùng dâng hy tế trong tinh thần cầu nguyện.

Xin Chúa giúp con ý thức rằng: đời sống đức tin của con cần được nuôi dưỡng và phát triển trong đời sống đức tin của cộng đoàn. Bởi vì cũng như một cục than sẽ luôn cháy hồng rực sáng nếu nằm cạnh những cục than khác, nhưng nó sẽ bị lụi tàn nếu đứng riêng lẻ một mình. Cũng thế, con cần tham dự những buổi cầu nguyện chung với anh em một cách tin tưởng để thờ phượng như Chúa đã làm và dạy con thực hiện. Chúa là mối dây liên kết con với người khác. Amen.

## NGÀY 11 THÁNG 1 THỨ SÁU SAU LỄ HIỂN LINH (Lc 5, 12-16)

### "Lập tức người ấy khỏi phong hủi"

#### **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Luca:**



Xảy ra khi Chúa Giêsu đang ở trong một thành kia, thì có một người mình đầy phong hủi, thấy Chúa Giêsu, liền sấp mặt xuống đất, van xin Ngài rằng: "Lạy Thầy, nếu Thầy muốn, Thầy có thể cho tôi được sạch". Người giơ tay chạm đến người ấy và nói: "Ta muốn, hãy nên trơ sạch". Lập tức, người ấy khỏi phong hủi. Người ra lệnh cho người ấy không được nói với ai, nhưng: "Hãy đi trình diện với tư tế, và hãy dâng lễ vật như luật Môsê đã dạy, để làm chứng cho người ta biết người được sạch". Nhưng tiếng đồn về Người cứ lan rộng, và dân chúng đông đảo kéo nhau đến để nghe Người và được chữa lành bệnh tật. Còn Người, thì lánh vào nơi hoang vắng và cầu nguyện.

**Sứ điệp:** Khi chữa lành người phong hủi, Chúa Giêsu chứng tỏ Ngài có quyền chữa lành mọi bệnh tật và giải thoát người ta khỏi tội lỗi. Ta hãy tin tưởng và kêu cầu Chúa cứu chữa.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, đối với chúng con, bệnh tật là một nỗi sợ hãi. Đau đớn nơi thân xác do bệnh tật gây ra kéo theo những khổ đau tâm hồn. Bệnh tật làm cho con thấy sự sống của thân xác mỏng manh biết bao. Cuộc đời này ngắn ngủi qua mau biết bao.

Lạy Chúa, qua việc Chúa chữa lành cho người phong cùi, con hiểu rằng Chúa muốn con sống hạnh phúc, khỏe mạnh. Ngày nay, tuy Chúa không hiện ra để làm phép lạ chữa bệnh, nhưng

Chúa vẫn âm thầm hiện diện và giúp cho ngành y khoa tiến bộ. Để qua đó, Chúa chữa lành bệnh tật cho loài người. Con xin tạ ơn Chúa hết lòng.

Chúa ơi, trên thế giới này có bao nhiêu người mắc phải những thứ bệnh ngặt nghèo, tiền mất và tật vẫn mang. Cũng có nhiều người quá nghèo, không đủ tiền chữa bệnh. Cuộc sống của họ lây lất khổ đau. Con nguyện xin Chúa cho họ gặp được những người có lòng quảng đại giúp đỡ. Con cũng nguyện xin cho các bác sĩ, y tá là những người trực tiếp phục vụ bệnh nhân, xin cho họ có tinh thần phục vụ vô vị lợi để xoa dịu nỗi đau của nhân loại. Và con nguyện xin Chúa chữa lành những người đau ốm trong gia đình con. Xin cho tất cả chúng con được sống mạnh khỏe an vui.

Lạy Chúa Giêsu là Chúa của con, con xin phó thác trọn vẹn đời con trong tay Chúa. Amen.



**NGÀY 12 THÁNG 1**  
**THỨ BẢY SAU LỄ HIỂN LINH (Ga 3, 22-30)**

**“Ngài phải lớn lên, còn tôi phải nhỏ lại”**

**Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Gioan:**



Khi ấy, Chúa Giêsu cùng các môn đệ Người đến đất Giuđêa. Người ở lại đó với họ và làm phép rửa. Cũng có Gioan làm phép rửa tại Aion, gần Salim, vì ở đó có nhiều nước, và người ta đến để chịu rửa. Vì chưng, khi ấy Gioan chưa bị tổng ngục. Xảy ra có cuộc tranh luận giữa các môn đệ của Gioan và người Do-

thái về việc thanh tẩy. Họ đến cùng Gioan và nói với ông: "Thưa Thầy, người đã ở với Thầy bên kia sông Giođan, mà Thầy đã làm chứng cho, nay cũng làm phép rửa và ai nấy đều đến cùng người!" Gioan trả lời rằng: "Người ta không tiếp nhận gì mà không phải bởi trời ban cho. Chính các người đã làm chứng cho tôi là tôi đã nói: Tôi không phải là Đấng Kitô, nhưng tôi được sai đến trước Người. Ai cưới vợ, thì là người chồng, còn bạn hữu của tân lang đứng mà nghe tân lang nói thì vui mừng vì tiếng nói của tân lang. Vậy niềm vui của tôi như thế là đầy đủ. Người phải lớn lên, còn tôi phải nhỏ lại".

**Sứ điệp:** “Ngài phải lớn lên, còn tôi phải nhỏ lại”. Đó là tâm tình của thánh Gioan Tẩy Giả mà Giáo hội muốn gửi đến chúng ta qua bài Tin Mừng hôm nay.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã khởi sự sứ mệnh tông đồ bằng việc đến sông Gio-dan xin thánh Gioan làm phép rửa cho mình như một người môn đệ. Và từ vị thế của một môn đệ, Chúa

đã từ từ thu hút một số các môn đệ, và cuối cùng trở thành một bậc thầy hơn cả thánh Gioan. Ảnh hưởng của Chúa càng lớn thì vai trò của thánh Gioan Tẩy Giả càng mờ nhạt. Thánh Gioan Tẩy Giả đã không ghen tức và buồn phiền vì Chúa thành công, nhưng ngài đã vui mừng vì đã đóng trọn vai phụ của mình. Đặc biệt thánh Gioan đã khơi dậy niềm vui và quy hướng mọi người về với Chúa.

Lạy Chúa Giêsu, hôm nay, con cũng cần tiếp tục vai trò của thánh Gioan Tẩy Giả: Chúa phải lớn lên, còn con phải nhỏ lại: nhỏ lại trong muôn vàn những khuynh hướng xấu đang lôi kéo con vào vòng tội lỗi. Con cần nhỏ lại trong sự tham lam ích kỷ của mình, để người khác được lớn lên bằng tấm lòng quảng đại của con. Con cần nhỏ lại trong hận thù, ghen ghét, để tha nhân được lớn lên bằng sự cảm thông và tha thứ. Và khi người khác được lớn lên thì cũng chính là lúc Chúa được lớn lên trong tâm hồn con.

Lạy Chúa Giêsu, xin ánh sáng Lời Chúa soi dẫn để con biết khám phá những nét đẹp nơi người khác. Xin sức sống của Bí Tích Thánh Thể nuôi dưỡng tâm hồn con mỗi ngày, để con biết hy sinh chính mình, cho Chúa lớn lên trong anh chị em con. Amen.

## TUẦN 1 THƯỜNG NIÊN NĂM C

### THỨ HAI TUẦN 1 THƯỜNG NIÊN (Mc 1, 14-20)

"Anh em hãy ăn năn sám hối và tin vào Tin Mừng"

#### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:



Sau khi Gioan bị bắt, Chúa Giêsu sang xứ Galilêa, rao giảng Tin Mừng của nước Thiên Chúa, Người nói: "Thời giờ đã mãn và nước Thiên Chúa đã gần đến; anh em hãy ăn năn sám hối và tin

vào Tin Mừng".

Đang lúc đi dọc theo bờ biển Galilêa, Người thấy Simon và em là Anrê đang thả lưới xuống biển, vì các ông là những người đánh cá. Chúa Giêsu bảo các ông: "Hãy theo Ta, Ta sẽ làm cho các ngươi trở thành những kẻ chài lưới người". Lập tức bỏ lưới, các ông theo Người. Đi xa hơn một chút nữa, Người thấy Gia-côbê con ông Giêbêđê và em là Gioan đang xếp lưới trong thuyền, Người liền gọi các ông. Hai ông bỏ cha là Giêbêđê ở lại trên thuyền cùng với các người làm công, và đi theo Người.

**Sứ điệp:** Được nghe loan báo Tin Mừng của Chúa và được gọi để phục vụ Tin Mừng: đó là hồng ân cao trọng Chúa ban một cách nhưng không. Vậy ta hãy hoán cải, quay về với Chúa, quảng đại đáp lại tiếng Chúa.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã không ngại khó khăn, vất vả, cất bước đến miền Ga-li-lê để loan báo Tin Mừng: "Nước

Thiên Chúa đã gần đến". Chúa tha thiết mời gọi con người thay đổi đời sống để được nhận ơn cứu độ của Thiên Chúa. Hơn thế nữa, Chúa cũng đã cất bước đi tìm và gọi các môn đệ đầu tiên để các ngài được ở với Chúa, yêu Chúa và cộng tác vào chương trình cứu độ của Chúa.

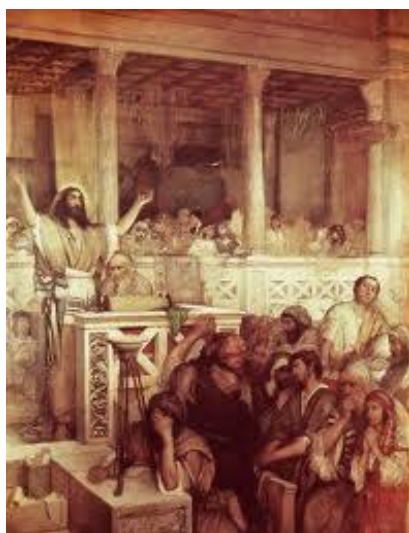
Lạy Chúa, giữa cuộc sống đầy bon chen của chúng con hôm nay, có biết bao tiếng gọi mời của thế gian và lạc thú làm con xa Chúa. Chúa đã gọi đến chúng con một tin vui và một lời mời tha thiết: "Hãy theo Ta". Chúa muốn con được về với Chúa. Xin đừng để con mãi mê với cuộc sống ở đời đến nỗi không nhận ra tiếng Chúa. Nhưng xin cho con biết lắng nghe tiếng Chúa gọi từ trên cao, ngay khi con đang làm những việc bình thường hằng ngày, ngay khi con đang là tội nhân. Lạy Chúa, con hiểu rằng theo Chúa là từ bỏ tất cả. Dù sống trong bậc giáo dân, con vẫn xin đặt Chúa trên cha mẹ, gia đình, bạn bè, nghề nghiệp, để được cùng Chúa đi khắp nơi, đến với những ai bị bỏ rơi, những người đau khổ, tội lỗi.

Lạy Chúa, xin cho con can đảm ra khỏi con người mình, để con được Chúa hoàn toàn chiếm đoạt, hầu con có thể trở thánh khí cụ tình thương của Chúa cho mọi người, để con thành dấu chỉ Nước Trời đã đến. Amen.

## THỨ BA TUẦN 1 THƯỜNG NIÊN (Mc 1, 21-28)

### "Ngài giảng dạy người ta như Đấng có uy quyền"

#### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:



(Đến thành Capharnaum), ngày nghỉ lễ, Chúa Giêsu vào giảng dạy trong hội đường. Người ta kinh ngạc về giáo lý của Người, vì Người giảng dạy người ta như Đấng có uy quyền, chứ không như các luật sĩ.

Đang lúc đó, trong hội đường có một người bị thần ô uế ám, nên thét lên rằng: "Hỡi Giêsu Nadarét, có chuyện gì giữa chúng tôi và ông? Ông đến để tiêu diệt chúng tôi sao? Tôi biết ông là ai: là Đấng Thánh của Thiên Chúa". Chúa Giêsu quát bảo nó rằng: "Hãy im đi, và ra khỏi người này!" Thần ô uế liền dẫn vật người ấy, thét lên một tiếng lớn, rồi xuất khỏi người ấy. Mọi người kinh ngạc hỏi nhau rằng: "Cái chi vậy? Đây là một giáo lý mới ư? Người dùng uy quyền mà truyền lệnh cho cả các thần ô uế, và chúng vâng lệnh Người". Danh tiếng Người liền đồn ra khắp mọi nơi, và lan tràn khắp vùng lân cận xứ Galilêa.

**Sứ điệp:** Chúa Giêsu đến tiêu diệt quyền lực của ma quỷ. Con người chỉ có thể thoát khỏi sự ràng buộc của nó khi biết chạy đến với Chúa.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, với cái nhìn của Chúa, chắc hẳn Chúa thấy không phải chỉ có một số ít người bị ma quỷ chế ngự, nhưng là toàn thể loài người, mỗi người một cách, đang bị ma quỷ quấy phá hoặc chế ngự. Từ khi Chúa dựng nên loài người, chẳng bao giờ ma quỷ buông tha chúng con. Nhân loại càng văn minh, ma quỷ lại càng núp dưới những bộ mặt mới lạ hấp dẫn,

con người lại càng dễ bị ma quỷ chế ngự. Ảnh hưởng của nó rộng và sâu.

Nhưng lạ Chúa, Chúa là Đấng Thánh và là Con Thiên Chúa. Chúa đã đến tiêu diệt quyền lực ma quỷ và thiết lập triều đại của Thiên Chúa. Quyền năng Chúa đã chiến thắng ma quỷ. Con tin vào Chúa và chạy đến kêu cầu xin Chúa thương cứu con.

Đã nhiều lần ma quỷ chế ngự xác hồn con, đã nhiều lần con quằn quại trong đau khổ vì tội lỗi, đã nhiều lần con muốn chỗi dậy và thoát khỏi sự ràng buộc của nó, nhưng lạ Chúa, con bất lực. Xin Chúa thương nâng đỡ và giải thoát con. Xin Chúa ban ơn thúc đẩy con chạy đến với Bí Tích Giao Hòa để con tìm lại được sự tự do của con cái Thiên Chúa. Mỗi lần con đến với Chúa trong Bí Tích Thánh Thể, xin Chúa ở lại với con và ban sức mạnh cho con, để nhờ Chúa, con chiến thắng ma quỷ và tội lỗi. Xin cho con biết tiếp tay với Chúa để đẩy lùi ảnh hưởng của ma quỷ ra khỏi thế giới hôm nay. Amen.



## THỨ TƯ TUẦN 1 THƯỜNG NIÊN (Mc 1, 29-39)

"Ngài chữa nhiều người đau ốm  
những chứng bệnh khác nhau"

### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:



Khi ấy Chúa Giêsu ra khỏi hội đường. Người cùng với Giacôbê và Gioan đến nhà Simon và Anrê. Lúc ấy bà nhạc gia của Simon cảm sốt nằm trên giường, lập tức người ta nói cho Người biết bệnh tình của bà. Tiến lại gần, Người cầm tay bà, và nâng đỡ dậy. Bà liền khỏi cảm sốt và đi tiếp đãi các Ngài.

Chiều đến, lúc mặt trời đã lặn, người ta dẫn đến Người tất cả những bệnh nhân, tất cả những người bị quỷ ám; và cả thành tụ họp trước cửa nhà. Người chữa nhiều người đau ốm những chứng bệnh khác nhau, xua trừ nhiều quỷ, và không cho chúng nói, vì chúng biết Người. Sáng sớm tinh sương, Người chỗi dậy, ra khỏi nhà, đi đến một nơi thanh vắng và cầu nguyện tại đó. Simon và các bạn chạy đi tìm Người. Khi tìm được Người, các ông nói cùng Người rằng: "Mọi người đều đi tìm Thầy". Nhưng Người đáp: "Chúng ta hãy đi đến những làng, những thành lân cận, để Ta cũng rao giảng ở đó nữa". Và Người đi rao giảng trong các hội đường, trong khắp xứ Galilêa và xua trừ ma quỷ.

**Sứ điệp:** Mọi hoạt động của Chúa đều nhằm cứu độ con người khỏi sự dữ phần hồn cũng như phần xác. Ta hãy tin tưởng đến với Chúa là Đấng Cứu Độ.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, Lời Chúa hôm nay gợi lên cho con thực trạng đau khổ của cuộc sống nhân loại. Khi xưa cũng như ngày nay, loài người phải mang lấy biết bao bệnh hoạn, tật



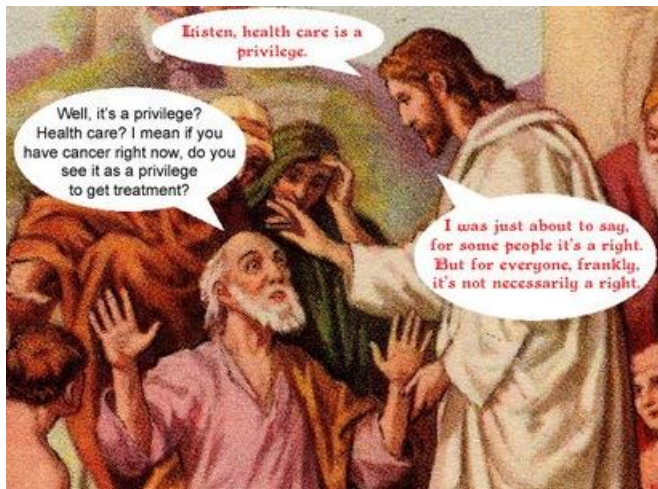
nguyên. Đặc biệt con nghĩ đến những chứng bệnh nan y mới phát sinh, đang đe dọa tính mạng của nhiều người. Con nghĩ tới những nạn nhân chiến tranh, những kẻ tàn phế. Con nhớ tới những nạn nhân tâm thần càng ngày càng nhiều. Con nhớ tới những kẻ đang sống nô lệ cho ma quỷ, tội lỗi, sự ác và bất công. Con nhớ tới những đau khổ hồn xác của mọi người trên thế giới, của những người trong gia đình con và của chính con.

Lạy Chúa, những đau khổ ấy thật khó hiểu và dễ làm con nổi loạn. Nhưng lạy Chúa, con tin Chúa là Đấng giàu lòng thương xót. Trái tim Chúa đã và vẫn mãi ôm ấp và chữa lành những đau khổ của chúng con. Hằng ngày con chạy đến với Chúa trong thánh lễ. Xin Chúa cứu chúng con khỏi mọi sự dữ. Lạy Chúa, ngày nay Chúa vẫn đang hiện diện giữa chúng con và đang biểu lộ quyền năng cứu độ chúng con. Chúa đã lại gần cầm tay bà mẹ vợ ông Simon và đỡ dậy. Con tin rằng trong các Bí Tích, nhất là Bí Tích Thánh Thể, Chúa đang lại gần con, cầm tay và đỡ con lên. Chúa có đủ quyền năng và muôn vàn phương thế để phục hồi và tái tạo cuộc đời chúng con cả hồn lẫn xác. Xin Chúa ra tay thực hiện và xin Chúa dạy con biết góp phần xóa bớt những đau khổ của anh chị em, để họ được sống trong niềm vui và hạnh phúc. Amen.

## THỨ NĂM TUẦN 1 THƯỜNG NIÊN (Mc 1, 40-45)

### "Bệnh cùi biến mất và người ấy được sạch"

#### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:



Khi ấy, có một người bệnh cùi đến van xin Chúa Giêsu và quỳ xuống thưa Người rằng: "Nếu Ngài muốn, Ngài có thể khiến tôi nên sạch". Động lòng thương, Chúa Giêsu giơ tay đặt trên người ấy và nói: "Ta muốn, anh hãy khỏi bệnh". Tức thì bệnh cùi biến mất và người

ấy được sạch. Nhưng Người nghiêm nghị bảo anh đi ngay và dặn rằng: "Anh hãy ý tứ đừng nói gì cho ai biết, một hãy đi trình diện cùng trưởng tế và dâng của lễ theo luật Môsê, để minh chứng mình đã được khỏi bệnh". Nhưng đi khỏi, người ấy liền cao rao và loan truyền tin đó, nên Chúa Giêsu không thể công khai vào thành nào được. Người dừng lại ở ngoài thành, trong những nơi vắng vẻ, và người ta từ khắp nơi tuôn đến cùng Người.

**Sứ điệp:** Chúa Giêsu chữa lành những đau khổ của con người, nhưng Chúa truyền giữ bí mật về vai trò cứu thế của Chúa. Chúa chỉ muốn sống như người tôi tớ khiêm tốn, âm thầm hy sinh phục vụ để cứu độ.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa, nếu ngày nay Chúa sống trong thân phận con người giữa chúng con, chắc hẳn người ta sẽ đưa Chúa lên báo chí, truyền hình, truyền thanh. Người ta sẽ quảng cáo Chúa khắp ngã đường. Và Chúa lại phải vất vả trốn vào hoang địa, Chúa lại tiếp tục ra chỉ thị cấm tuyên truyền đồn thổi về một vị cứu tinh mới xuất hiện.

Lạy Chúa, Chúa thực sự là Đấng Cứu Tinh nhân loại, nhưng Chúa chẳng muốn phô trương tuyên truyền. Những lời đồn đãi vội vã thường nông cạn và làm cho người ta hiểu lầm về sứ mạng của Chúa. Chính con đôi lúc vì thiếu học hỏi và suy gẫm về Chúa, nên cũng hiểu Chúa một cách méo mó, mơ hồ. Xin Chúa giúp con biết khám phá Chúa mỗi ngày. Xin giúp con chuyên chăm học hỏi và suy gẫm Lời Chúa, để có được một niềm tin xác thực và chắc chắn. Xin đừng để con theo Chúa chỉ vì những ước mơ trần tục để rồi có lúc phải thất vọng vì ảo tưởng.

Lạy Chúa, Chúa chỉ muốn sống như người tội tở, âm thầm, khiêm tốn, hy sinh, phục vụ. Xin cho con biết nhìn vào cuộc đời quên mình và cái chết của Chúa trên Thánh Giá để nhận ra tình thương và ơn cứu độ của Chúa. Và xin Chúa cho mọi người chúng con biết đem Tin Mừng đến cho người khác, không phải sự tuyên truyền quảng cáo, nhưng bằng một cuộc đời hy sinh phục vụ trong khiêm tốn và âm thầm như Chúa. Amen.

## THỨ SÁU TUẦN 1 THƯỜNG NIÊN (Mc 2, 1-12)

### "Con Người có quyền tha tội dưới đất"

#### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:



Sau ít ngày, Chúa Giêsu lại trở về Capharnaum; nghe tin Người đang ở trong nhà, nhiều người tuôn đến đông đảo, đến nỗi ngoài cửa cũng không còn chỗ đứng, và Người giảng dạy họ. Người ta mang đến cho Người một kẻ bất toại do bốn người khiêng. Vì dân chúng quá đông, không thể khiêng đến gần Người được, nên họ dỡ mái nhà trên chỗ Người ngồi một lỗ to, rồi thòng chiếc chõng với người bất toại xuống. Thấy lòng tin của họ, Chúa

Giêsu nói với người bất toại rằng: "Hỡi con, tội lỗi con được tha". Lúc ấy, có một ít luật sĩ ngồi đó, họ thầm nghĩ rằng: "Sao ông này lại nói thế? Ông nói phạm thượng. Ai có quyền tha tội, nếu không phải là một mình Thiên Chúa". Chúa Giêsu biết tâm trí họ nghĩ như vậy, liền nói với họ: "Tại sao các ông nghĩ như thế? Nói với người bất toại này: 'Tội lỗi con được tha' hay nói: 'Hãy chỗi dậy vác chõng mà đi', đàng nào dễ hơn? Nhưng (nói thế là) để các ông biết Con Người có quyền tha tội dưới đất". - Người nói với kẻ bất toại: "Ta truyền cho con hãy chỗi dậy, vác chõng mà về nhà". Lập tức người ấy đứng dậy, vác chõng ra đi trước mặt mọi người, khiến ai nấy sửng sốt và ngợi khen Thiên Chúa rằng: "Chúng tôi chưa từng thấy như thế bao giờ".

**Sứ điệp:** Niềm tin là thái độ căn bản của của cuộc sống người Kitô hữu, và hồng ân cứu độ tùy thuộc vào mỗi người có đặt hết niềm tin nơi Chúa hay từ chối đón nhận.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, nền văn minh kỹ thuật ngày càng tiến bộ, nhất là về lĩnh vực âm thanh và hình ảnh, con người hầu như thích cảm nhận những gì mắt thấy tai nghe. Vì thế, người ta lao vào lối sống hưởng thụ thực dụng, còn niềm tin là chuyện khó hiểu xa vời.

Nhiều lúc con cũng vậy, cứ mỗi lần đến dịp lễ trọng, nhà thờ trang hoàng rực rỡ, tâm hồn con lại cảm thấy sốt sắng, phấn khởi, tưởng như niềm tin và lòng trông cậy đã đặt trọn vẹn trong tay Chúa. Nhưng Chúa ơi, rồi dịp lễ qua đi, còn lại là chuỗi ngày sống bình thường, hằng ngày phải bon chen, phải vật lộn vất vả. Giữa những khổ đau, bên cạnh những bệnh tật và hoàn cảnh sống, con như mất niềm tin, tâm hồn chao đảo, chán nản và thất vọng. Đôi lúc con cũng tỏ thái độ như những kinh sư: không tin vào quyền năng Chúa. Tuy không dám công khai phủ nhận, nhưng con âm thầm buông xuôi cho trần gian lôi cuốn, đến nỗi không còn nhận ra lòng thương xót và quyền năng của Chúa.

Lạy Chúa, chính niềm tin mãnh liệt đã soi sáng trí khôn, giúp người ta có sáng kiến mang người bất toại đến với Chúa bằng cách bất thường từ trên mái nhà xuống. Ước gì với niềm tin, không có gì ngăn cản được con đến với Chúa, dù trong hoàn cảnh đen tối nhất.

Lạy Chúa, trước lòng tin của những người đưa kẻ bại liệt đến với Chúa, con nhận ra niềm tin mình thật nông cạn. Xin ban cho con một niềm tin đích thực, để cho dù con có bị bại liệt về vật chất, thể xác, thì niềm xác tín và lòng cậy trông vào Chúa vẫn không thay đổi. Amen.



## THỨ BẢY TUẦN 1 THƯỜNG NIÊN (Mc 2, 13-17)

**"Ta không đến để kêu gọi những người công chính,  
mà kêu gọi những người tội lỗi"**

### **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:**



Khi ấy Chúa Giêsu đi dọc theo bờ biển, toàn dân đến cùng Người và Người giảng dạy họ. Khi vừa đi qua, Người thấy ông Lêvi con của Alphê, đang ngồi nơi bàn thu thuế. Người bảo ông: "Hãy theo Ta". Ông liền đứng dậy theo

Người. Và xảy ra là khi Người dùng bữa tại nhà ông, nhiều người thu thuế và tội lỗi cùng đồng bàn với Chúa Giêsu và các môn đệ của Người, vì đã có nhiều kẻ theo Người. Những luật sĩ và biệt phái thấy Người ngồi ăn uống với những người thu thuế và tội lỗi, liền nói với các môn đệ Người rằng: "Tại sao thầy các ông lại ăn uống với những người thu thuế và tội lỗi?" Nghe vậy, Chúa Giêsu bảo họ: "Những người khoẻ mạnh không cần gì đến thầy thuốc, nhưng là những người đau yếu. Ta không đến để kêu gọi những người công chính, mà kêu gọi những người tội lỗi".

**Sứ điệp:** Thiên Chúa gọi kẻ Ngài muốn, Chúa kêu gọi ông Leevi và giúp ông thoát khỏi cảnh sống bất công. Chúa cũng kêu mời từng người chúng ta theo Ngài, để sống đời thánh thiện.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã ban cho con một điều rất quý đó là sự tự do. Vì có tự do, con phải chọn lựa: hoặc theo Chúa, hoặc theo ma quỷ, tội lỗi, thế gian. Theo Chúa là để sống một cuộc đời thánh thiện, theo Chúa cũng có nghĩa là từ bỏ tội lỗi, tính mê nết xấu.

Lạy Chúa, chắc chắn rằng trong niềm tin, con đã chọn Chúa, nhưng trong cuộc sống, rất nhiều lần con đã làm theo ý của ma quỷ, thế gian và xác thịt. Con cần phải đứng về phía Chúa để loại trừ tội lỗi. Tuy nhiên, cũng như ông Leevi được Chúa yêu thương, con cũng cần được Chúa ghé mắt đoái nhìn.

Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã đi đến dùng bữa tiệc tại nhà ông Leevi. Đó là cử chỉ thân tình và Chúa đã biểu lộ lòng nhân từ. Chúa đến nhà ông như một dấu hiệu ông đã thuộc về Chúa. Hôm nay, không những Chúa đến với con, mà còn hơn thế nữa, Chúa dẫn con đến nhà Chúa, đến với Chúa để hưởng trọn niềm vui của người được ơn tha thứ.

Xin Chúa giúp con biết dứt khoát, cương quyết can đảm đứng dậy đi vào cuộc sống mới, như ông Lêvi đã hành động.

Chúa đã gọi tên ông Lêvi và kêu mời ông đi theo Chúa. Hôm nay Chúa cũng gọi đích danh con, Chúa đang đứng đó chờ con. Xin Chúa giơ tay cứu vớt tâm hồn con đang ngập tràn tội lỗi. Được ở bên Chúa, con cảm thấy an tâm và hạnh phúc, vì Chúa có sức mạnh thay đổi tâm hồn và cải hóa con trở thành người tốt. Amen.



## TUẦN 2 THƯỜNG NIÊN NĂM C

### THỨ HAI TUẦN 2 THƯỜNG NIÊN (Mc 2, 18-22)

#### "Tân lang còn ở với họ"

#### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:



Khi ấy, môn đồ của Gioan và các người biệt phái ăn chay, họ đến nói với Chúa Giêsu rằng: "Tại sao môn đồ của Gioan và các người biệt phái ăn chay, còn môn đồ Ngài lại không ăn chay?" Chúa Giêsu nói với họ: "Các khách dự tiệc cưới có thể ăn chay khi tân lang còn ở với họ không? Bao lâu tân lang còn ở với họ, thì họ không thể ăn chay được. Nhưng sẽ đến ngày tân lang bị đem đi, bấy giờ họ sẽ ăn chay. Không ai lấy vải mới mà vá áo cũ, chẳng vậy,

miếng vải vá sẽ rút lại mà kéo áo cũ, và chỗ rách lại tệ hơn. Cũng không ai đổ rượu mới vào bầu da cũ, chẳng vậy, rượu sẽ làm vỡ bầu da, và rượu đổ, bầu da hư. Nhưng rượu mới phải để trong bầu da mới".

**Sứ điệp:** Chúa Giêsu và các môn đệ của Ngài thường bị tấn công. Giáo Hội của Chúa ngày nay cũng như ngày xưa mãi mãi luôn bị tấn công.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, trong cuộc đời theo Chúa, ở với Chúa, con cũng gặp những khó khăn, chống đối không kém các môn đệ Chúa xưa kia.

Nếu xưa kia người ta đã hỏi Chúa tại sao các môn đệ ông Gioan và các môn đệ người Pharisêu ăn chay còn các môn đệ của

Chúa lại không, thì ngày nay, con cũng thường bị hỏi tại sao và tại sao.

Được sống với Chúa, con luôn cảm nghiệm một niềm vui đặc biệt và khó tả. Được trở nên thân tình với Chúa, con luôn mang trong mình một niềm vui của cô dâu có chàng rể ở cùng. Chúa muốn con sống chu toàn bốn phần hằng ngày theo Ý Chúa, và chu toàn trong hoan lạc, không phàn nàn, không kêu ca. Chúa muốn con phụng sự Chúa trong niềm vui, ngay cả trong những lúc hy sinh vất vả thánh giá.

Chúa đã đem lại cho thế gian một lối sống mới hợp theo chương trình cứu độ. Chúa không đưa tinh thần vá víu cho hợp với cái cũ. Chúa đang kêu gọi con đem tinh thần vui tươi của Nước Trời vào trong hoàn cảnh sống hằng ngày.

Vâng, lạy Chúa, này con đây, xin Chúa chấp nhận, và trong sự yếu đuối của con, xin Chúa nâng đỡ chở che. Vì nếu không có Chúa nâng đỡ chở che, con sẽ không chịu nổi những sự chống đối của người đời. Xin cho con hằng có niềm vui khôn tả của người môn đệ chân chính của Chúa. Amen.

**THỨ BA TUẦN 2 THƯỜNG NIÊN (Mc 2, 23-28)**

**"Ngày Sabbat làm ra vì loài người,  
chứ không phải loài người vì ngày Sabbat"**

**Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:**

Vào một ngày Sabbat, Chúa Giêsu đi qua đồng lúa, môn đệ Người vừa đi vừa bứt lúa. Tức thì những người biệt phái thưa Người rằng: "Kìa Thầy xem. Tại sao ngày Sabbat người ta làm điều không được phép như vậy?" Người trả lời rằng: "Các ông chưa bao giờ đọc thấy điều mà Đavít đã làm khi ngài và các cận vệ phải túng cực và bị đói ư? Người đã vào nhà Chúa thời thượng tế Abiata thế nào, và đã ăn bánh dâng trên bàn thờ mà chỉ mình thượng tế được ăn, và đã cho cả các cận vệ cùng ăn thế nào?" Và Người bảo họ rằng: "Ngày Sabbat làm ra vì loài người, chứ không phải loài người vì ngày Sabbat; cho nên Con Người cũng làm chủ cả ngày Sabbat".

**Sứ điệp:** Chúa Giêsu dạy ta hiểu ý nghĩa tích cực của lề luật. Lề luật được làm ra để giúp con người thăng tiến. Hiểu được như vậy, ta sẽ không giữ luật cách nô lệ, hình thức.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, người ta sợ mang gông cùm và ghét kẻ nào cướp mất tự do của mình. Rất nhiều lúc con chán ngán hoặc khiếp sợ đạo Chúa vì có quá nhiều lề luật phải giữ. Rất nhiều lúc con nhìn Chúa như một cảnh sát, như một kẻ đê bẹp làm con mất tự do. Rất nhiều lúc con coi thường luật Chúa hoặc đành phải giữ cho xong. Như người biệt phái, con chỉ nhìn thấy

những điều không được phép, những điều cấm đoán, mà chẳng hiểu tại sao.

Lạy Chúa, hôm nay con hiểu được Chúa thương con. Chúa ban lề luật là vì thương con. Lề luật của Chúa không phải như một gánh nặng áp đặt trên con như chiếc gông cùm đê bẹp, nhưng là quà tặng giúp con bay cao, thẳng tiến và bảo vệ sự tự do mà Chúa đã ban. Lề luật được làm ra là để nâng đỡ con mà con cứ nghĩ Chúa kìm kẹp con. Chính vì con chẳng hiểu nên con đã giữ luật một cách nô lệ, câu nệ hình thức, con cảm thấy nặng nề gò bó.

Con vui mừng dâng lời tạ ơn Chúa vì Chúa giải thoát con khỏi tinh thần nô lệ. Xin Chúa giúp con sống trong tinh thần tự do của một người con. Xin Chúa dạy con hiểu được ý nghĩa của từng lề luật xuyên qua những điều được phép hay bị cấm. Xin Chúa cho con thấy được rằng tình yêu là điều quan trọng nhất trong mọi lề luật. Và tình yêu sẽ giải thoát con. Amen.

## THỨ TƯ TUẦN 2 THƯỜNG NIÊN (Mc 3, 1-6)

"Trong ngày Sabbat được cứu sống hay là giết chết?"

### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:

Khi ấy, Chúa Giêsu lại vào hội đường và ở đó có một người khô bại một tay. Người ta để ý quan sát xem Chúa có chữa bệnh trong ngày Sabbat không, để tố cáo Người. Chúa bảo người có tay khô bại rằng: "Người hãy đứng ra giữa đây". Rồi Người bảo họ: "Trong ngày Sabbat được làm sự lành hay sự dữ? Được cứu sống hay là giết chết?" Nhưng họ thình lạng. Bấy giờ Người thịnh nộ đưa mắt nhìn họ và buồn phiền vì lòng họ chai đá, Người bảo bệnh nhân rằng: "Hãy giơ tay ra". Người đó giơ tay ra và tay anh ta được lành. Lập tức, những người biệt phái đi ra bàn tính với những kẻ thuộc phái Hêrôđê chống đối Người và tìm cách hại Người.



**Sứ điệp:** Phải biết dùng những giờ phút nghỉ ngơi cho đúng Ý Chúa. Nghỉ ngơi không có nghĩa là không làm gì, nhưng là dành thời gian làm việc lành phúc đức và phục vụ tha nhân.

**Câu nguyện:** Lạy chúa Giêsu, Chúa nhìn thấy cuộc sống con vất vả, ngược xuôi tất bật tối ngày, một nắng hai sương mà vẫn thiếu thốn nghèo khổ. Con có cảm tưởng một ngày quá ngắn làm không hết việc. Có lúc con chẳng tìm ra giờ nghỉ ngơi, nhưng cũng có khi con đã lạm dụng giờ nghỉ ngơi.

Lạy Chúa, người Biệt phái giữ luật nghỉ ngày Sa-bát cách cứng nhắc, đến nỗi họ phản nộ vì Chúa chữa bệnh trong ngày đó. Còn ngày nay, theo tinh thần của Chúa, Hội Thánh có thể cho phép

con làm ngày Chúa nhật. Nhưng dù vậy, xin Chúa giúp con nhận ra rằng luật nghỉ ngày Chúa nhật và các ngày Hội Thánh buộc chính là dấu hiệu tình thương của Chúa, vì Chúa muốn giải thoát con khỏi gánh nặng của công việc. xin Chúa cho con biết nghỉ ngơi để bồi bổ sức khỏe xác hồn.

Xin cho con biết nghỉ ngơi như ý Chúa muốn để thực sự đem lại lợi ích cho con. Cả người Biệt phái, cả chúng con, đều chẳng biết nghỉ ngơi đúng ý Chúa. Xin cho con được nghỉ ngơi bên Chúa, biết gác bỏ công việc để đến bên Chúa cầu nguyện, sống thân mật với Chúa. Xin cho con biết nghỉ ngơi với Chúa, để nhờ sự hiện diện của Chúa, con không dùng giờ nghỉ để lao vào những trò giải trí không lành mạnh. Xin cho con biết nghỉ ngơi như Chúa dạy, biết dùng giờ nghỉ ngơi để làm điều lành, sống tình bác ái với nhau, thăm hỏi, an ủi, giúp đỡ, và làm việc tông đồ. Và sau hết, vào cuối cuộc đời miệt mài làm việc, xin cho con được về nghỉ ngơi trong Chúa muôn đời. Amen.



## THỨ NĂM TUẦN 2 THƯỜNG NIÊN (Mc 3, 7-12)

**"Các thần ô uế vừa thấy Người, liền sụp lạy và kêu lên:  
'Ngài là Con Thiên Chúa'**

### **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:**



Khi ấy, Chúa Giêsu cùng các môn đệ lui về bờ biển, đám đông từ Galilêa theo Người, và từ Giuđêa, Giêrusalem, Idumê, bên kia sông Giođan, miền Tyrô và Sidon, nhiều kẻ đến cùng Người, khi nghe biết tất cả những việc Người đã làm. Vì đông dân chúng, nên Người bảo các môn đệ liệu cho Người một

chiếc thuyền, kéo họ chen lẫn Người. Vì chưng, Người đã chữa lành nhiều bệnh nhân, nên bất cứ ai mắc bệnh tật gì đều đến gần để động đến Người. Và những thần ô uế vừa thấy Người, liền sụp lạy và kêu lên rằng: "Ngài là Con Thiên Chúa", nhưng Người nghiêm cấm chúng không được tiết lộ gì về Người.

**Sứ điệp:** Dân chúng lũ lượt đến với Chúa để được Chúa cứu chữa khỏi những đau khổ bệnh tật. Chúa Giêsu là Đấng cứu độ. Ai tin vào Chúa và đến với Chúa sẽ được sống sung mãn.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa, Lòng Thương Xót của Chúa thật bao la, Chúa cùng các môn đệ muốn lánh đi một chút trước con mắt ngờ vực và âm mưu của nhóm Biệt phái và phe Hêrôđê. Nhưng Chúa không thể cầm lòng được trước cảnh tượng người ta lũ lượt đến với Chúa. Trong đó có rất nhiều bệnh nhân, nhiều kẻ bị quỷ ám. Chúa đã thương chữa lành tất cả.

Lạy Chúa, Chúa nhìn thấy nhân loại ngày xưa và nhân loại hôm nay vẫn là một nhân loại gánh chịu nhiều khổ đau. Chúng

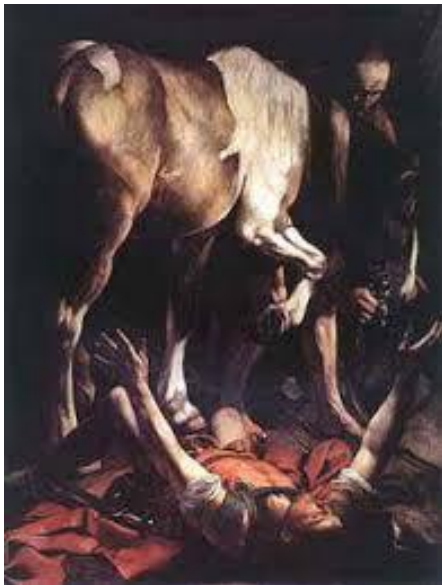
con nhìn lên Chúa là Đấng cứu độ giàu lòng thương xót. Con cảm tạ Chúa vì không một danh hiệu nào dưới gầm trời này đã được ban cho chúng con để phải nhờ vào đó mà được cứu độ. Chỉ một mình Chúa mà thôi. Nhìn vào thế giới hôm nay, con thấy cũng có những người như Luật sĩ và Biệt phái lập thành bè nhóm để rình rập, bắt bẻ và chống đối Chúa. Nhưng trong khi đó, đông đảo tầng lớp dân chúng đau khổ thì đổ xô đến với Chúa, khao khát, lắng nghe Tin Mừng của Chúa, kêu cầu Chúa ban ơn cứu độ.

Lạy Chúa xin Chúa tỏ lòng thương xót chúng con. Những người khỏe mạnh không cần đến thầy thuốc, nhưng Chúa biết chúng con cần đến Chúa. Con xin đặt vào bàn tay Chúa tất cả những yếu đuối, khổ đau và bệnh tật của con, của gia đình con và của toàn nhân loại. Mọi âu lo con xin trao phó cho Chúa. Con biết Chúa vui khi con chân thành và khiêm tốn kêu cầu Chúa. Và con muốn Tin Mừng Chúa lan rộng hơn nữa, để người người mọi nơi đến với Chúa và được ơn cứu độ. Amen.

## LỄ THÁNH PHAOLÔ TÔNG ĐỒ TRỞ LẠI (Mc 16, 15-18)

**"Các con hãy đi rao giảng Tin Mừng khắp thế gian"**

### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:



Khi ấy, Chúa Giêsu (hiện ra với mười một môn đệ và) nói: "Các con hãy đi khắp thế gian, rao giảng Tin Mừng cho mọi tạo vật. Ai tin và chịu phép rửa, thì sẽ được cứu độ; ai không tin, sẽ bị luận phạt. Và đây là những dấu lạ đi theo những người đã tin: nhân danh Thầy, họ sẽ trừ quỷ, nói các thứ tiếng lạ, cầm rắn trong tay, và nếu uống phải chất độc thì cũng không bị hại; họ đặt tay trên những người bệnh, và bệnh nhân được lành mạnh".

**Sứ điệp:** Mỗi người môn đệ đều được Chúa Giêsu Phục Sinh sai đi loan báo Tin Mừng cho mọi loài thọ tạo. Nhưng trước hết phải hoán cải theo gương thánh Phaolô tông đồ.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, Chúa thường làm con ngạc nhiên ngỡ ngàng. Mỗi trang Tin Mừng đều đưa con đi từ ngạc nhiên này đến ngạc nhiên khác. Người ta đánh mất sự ngạc nhiên khi quen coi thường những điều nghiêm chỉnh. Thực sự con cảm thấy ngỡ ngàng và thật bất ngờ khi con được Chúa sai đi làm sứ giả Tin Mừng cho Chúa. Lạy Chúa, thật thế sao? Con là một kẻ tội lỗi, tầm thường, một kẻ tài trí kém cỏi, một kẻ nhiều tính xấu, nhiều khuyết điểm, lại được Chúa nhờ cậy và giao trọng trách sao? Lạy Chúa, Chúa có lầm chăng?

Con hỏi Chúa, nhưng câu trả lời đã có. Con biết không phải Chúa lầm, nhưng Chúa thương con và tín nhiệm con. Đối với Chúa, không ai là quá xấu đến độ phải loại bỏ. Chúa muốn mọi

người làm tông đồ, làm chứng nhân cho Chúa, bởi vì dù chúng con có tội lỗi yếu hèn đến đâu, ân sủng và tình yêu của Chúa vẫn mạnh hơn tội lỗi và yếu hèn của chúng con. Không ai ngờ thánh Phaolô, kẻ bách hại đạo Chúa, lại trở nên vị tông đồ thừa sai số một của Hội Thánh. Không ai ngờ thánh Phêrô, kẻ chối Chúa, lại là thủ lĩnh tiên khởi của Hội Thánh. Lạy Chúa, chính ơn Chúa đã làm cho các ngài hoán cải và hiến thân trọn vẹn cho Chúa.

Phần con, con cũng không ngờ, con chỉ biết cảm tạ tình thương Chúa dành cho con. Xin Chúa giúp con dám lãnh trách nhiệm. Xin giúp con không ngừng hoán cải mỗi ngày để con có thể theo Chúa sát hơn và hiến thân nhiều hơn. Con đặt trọn niềm tin tưởng vào ơn thánh Chúa. Amen.

## LỄ THÁNH TIMÔTHÊ & THÁNH TITÔ GIÁM MỤC (Lc 10, 1-9)

“Lúa chín đầy đồng mà thợ gặt lại ít”

### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo thánh Luca:



Sau đó, Chúa chỉ định bảy mươi hai người khác, và sai các ông cứ từng hai người một đi trước, vào tất cả các thành, các nơi mà chính Người sẽ đến. người bảo các ông: “Lúa chín đầy đồng mà thợ gặt lại ít. Vậy anh em hãy xin chủ mùa gặt sai thợ ra gặt lúa về. Anh em

hãy ra đi. Nay Thầy sai anh em đi như chiên con đi vào giữa bầy sói. Đừng mang theo túi tiền, bao bì, giày dép. Cũng đừng chào hỏi ai dọc đường. Vào bất cứ nhà nào, trước tiên hãy nói: “Bình an cho nhà này!”. Nếu ở đó, có ai đáng hưởng bình an, thì bình an của anh em sẽ ở lại với người ấy; bằng không thì bình an đó sẽ trở lại với anh em. Hãy ở lại nhà ấy, và người ta cho ăn uống thức gì, thì anh em dùng thức đó, vì làm thợ thì đáng được trả công. Đừng đi hết nhà nọ đến nhà kia. Vào bất cứ thành nào mà được người ta tiếp đón, thì cứ ăn những gì người ta dọn cho anh em. Hãy chữa những người đau yếu trong thành, và nói với họ: “Triều Đại Thiên Chúa đã đến gần các ông”.

**Sứ điệp:** Chúa cho con người được chia sẻ công việc của Chúa: công cuộc loan báo Tin Mừng. Chúng ta cần tạ ơn Chúa vì vinh dự lớn lao này.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa, Lời Chúa hôm nay cho con thấy nỗi lòng của Chúa. Mang trong lòng sứ mạng cứu độ, Chúa trần trở biết bao khi bao tâm hồn đang cần được giải thoát như đất khô cần nước, như trái chín cần thu hoạch, như lúa vàng cần gặt hái.

Chúa phải thốt lên: “Lúa chín đầy đồng mà thợ gặt lại ít”. Lúa đã chín mà thiếu thợ gặt thì lúa rụng, lúa hư. Lúa rụng, lúa hư thì người nông phu nào mà chẳng xót xa! Chúa mong con cái Chúa là bàn tay nối dài của Chúa để ôm ấp mọi người; Chúa mong con cái Chúa như chiếc loa phóng to thêm lời yêu thương của Chúa cho nhiều người được nghe, Chúa mong con tim của chúng con đong đầy tình yêu Chúa để chuyển đến cho bao trái tim đang cần khô tình yêu.

Chúa đang cần và rất cần đến con người tiếp tay với Chúa. Thánh Phaolô rồi đến thánh Titô, thánh Timôthê và bao người đã nên thợ gặt thiêng liêng cho Chúa. Hôm nay, cũng với lời thiết tha khi xưa, Chúa lại nói với con: “Lúa chín đầy đồng mà thợ gặt thì ít”. Thế giới hơn sáu tỷ người hôm nay là cánh đồng lúa rộng lớn gấp vạn lần thế giới ngày xưa đó. Điều đó càng làm cho lời Chúa kêu gọi thêm vạn lần khẩn thiết. Không biết con có động lòng thao thức với Chúa hay không? Không biết con có sẵn sàng nối gót Phaolô, nối gót Timôthê và Titô chia sẻ sứ mạng loan báo Lời Chúa cho thế giới hay không?

Lạy Chúa, xin cho con cảm nhận được rằng: Chúa mời gọi con tham gia sứ mạng đó là vinh dự cho con, vì con được chia sẻ công việc của Con Đức Chúa Trời. Nhờ cảm nhận đó, con sẽ biết tạ ơn Chúa. Cũng nhờ đó mà con biết vị trí của mình để khiêm tốn và trông cậy vào Chúa khi làm việc tông đồ: “thắng không kiêu và thua chẳng nản”. Amen.



## TUẦN 3 THƯỜNG NIÊN NĂM C

### THỨ HAI TUẦN 3 THƯỜNG NIÊN (Mc 3, 22-30)

#### "Satan phải diệt vong"

#### Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:



Khi ấy, những luật sĩ từ Giêrusalem xuống nói rằng: "Ông ấy bị quỷ Belgiêbút ám", và nói thêm rằng: "Chính nhờ tướng quỷ mà ông ấy trừ quỷ". Khi đã gọi họ lại, Chúa Giêsu phán bằng dụ ngôn rằng: "Satan lại trừ Satan làm sao được? Nếu một nước mà tự chia rẽ nhau, thì nước đó tồn tại

làm sao được? Vậy nếu Satan dấy lên chống đối với chính mình và tự phân tán, thì nó không thể đứng vững được mà phải diệt vong. Chẳng ai có thể vào nhà một người khoẻ mạnh và cướp của y, nếu không trói được y trước đã, rồi sau mới cướp phá nhà y. Quả thật, Ta bảo các ông hay, mọi tội lỗi và mọi lời phạm thượng của con cái loài người sẽ được tha hết, nhưng kẻ nào nói phạm đến Chúa Thánh Thần, sẽ muôn đời không bao giờ được tha: nó mắc tội muôn đời". Đó là vì họ nói "Người bị thần ô uế ám".

**Sứ điệp:** Đức Kitô dùng uy quyền của Thiên Chúa để chiến thắng quỷ dữ. Muốn chiến thắng quỷ dữ, ta cũng phải cậy nhờ quyền năng của Thánh Thần.

**Cầu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, thật là vinh phúc cho con. Con đã được chúa gọi vào số những môn đệ của Chúa. Chúa đã dùng chính cái chết của Chúa để chiến thắng quỷ dữ và dẫn đưa con vào giao ước tình yêu.

Lạy Chúa, xin Chúa giúp con biết liên kết với Chúa để nhờ ơn Chúa con chiến thắng được quỷ dữ. Cuộc đời con thường xuyên phải chiến đấu với ma quỷ và tay chân của nó là thể gian và xác thịt. Nếu không có ơn Chúa, con sẽ thua trận và quy ngã. Lạy Chúa là sức mạnh con, xin đừng để con thua một cơn cám dỗ nào. Xin cho con biết tin tưởng vào sức mạnh của Thánh Giá.

Lạy Chúa Giêsu, để minh chứng về uy quyền của Chúa. Chúa đã dùng ví dụ một người coi nhà canh trộm, con đang canh giữ linh hồn con khỏi kẻ trộm ghê gớm là Satan gian manh. Con chắc chắn sẽ thắng được kẻ trộm này nếu con có Chúa trong lòng. Vậy xin Chúa đừng để con bao giờ mất Chúa. Xin giúp con luôn sống thân tình với Chúa. Con chạy đến với Chúa trong thánh lễ, xin ban thêm sức mạnh cho con. Hằng ngày Chúa đang mời gọi con đến lãnh nhận nguồn sức mạnh và bảo đảm phần thưởng trên trời. Con lãnh nhận Mình Thánh Chúa, xin cho con được say mê tình Chúa, được đầy lửa mến của Chúa Thánh Thần. Xin Chúa lôi kéo con. Xin cho con thuộc trọn về Chúa.

Con xin dâng Chúa hơi thở, tư tưởng linh hoạt, lý tưởng và mọi sự Chúa đã ban cho con. Xin giúp con luôn nhớ con là của Chúa và sống trọn vẹn cho Chúa. Amen.

## THỨ BA TUẦN 3 THƯỜNG NIÊN (Mc 3, 31-35)

**"Ai làm theo ý Thiên Chúa,  
thì người ấy là anh chị em và là mẹ Ta"**

### **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:**



Khi ấy, mẹ Chúa Giêsu và anh em Người đến và đứng ở ngoài, sai người vào mời Chúa ra. Bấy giờ có đám đông ngồi chung quanh Người và họ trình Người rằng: "Kìa mẹ và anh em Thầy ở ngoài kia đang tìm Thầy". Người trả lời rằng: "Ai là mẹ Ta? Ai là anh em Ta?" Rồi đưa mắt nhìn những người ngồi vòng quanh, Người nói: "Đây là

mẹ Ta và anh em Ta. Vì ai làm theo ý Thiên Chúa, thì người ấy là anh chị em và là mẹ Ta".

**Sứ điệp:** Chúa Giêsu mở rộng gia đình tự nhiên của Chúa để đón nhận những người thi hành ý muốn của Thiên Chúa. Chính việc thi hành ý muốn của Thiên Chúa làm cho ta trở thành thân nhân của Chúa Giêsu.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa Giêsu, con mắt đức tin của con giờ này mở ra, và con nhìn thấy Chúa đang đưa mắt nhìn từng người chúng con, và nói rằng con là anh chị em của Chúa, con là thân nhân của Chúa, là người được Chúa yêu mến. Chúa cho con thấy con thật hạnh phúc khi con thi hành ý muốn Chúa Cha.

Chúa mở rộng gia đình của Chúa để đón nhận cả con vào. Gia đình của Chúa không phải chỉ gồm những người có liên hệ huyết

nhục với Chúa, nhưng trên hết, đó là những người biết mở rộng tâm hồn đón nhận Lời Chúa và thi hành ý muốn Chúa Cha. Con thấy Đức Mẹ thật hạnh phúc vì được làm Mẹ của Chúa hai lần: làm mẹ vì sinh ra Chúa và làm mẹ vì thi hành ý muốn Chúa Cha.

Phần con, con được Chúa đón nhận, được Chúa yêu mến, Chúa nâng con lên cao và đưa con lại gần Chúa. Lạy Chúa, còn gì hạnh phúc hơn. Nhưng nhiều lúc con đã không nhận ra được điều ấy, bởi vì việc lắng nghe Lời Chúa và đem ra thực hành đòi con nhiều hy sinh quên mình, và con đã làm một cách miễn cưỡng, lừng khừng, chậm chạp. Xin Chúa cho con biết quý trọng hạnh phúc ấy hơn tất cả mọi vui sướng khác ở đời. Chúa tôn trọng và quý mến con, xin đừng để con coi nhẹ và khinh thường tình yêu Chúa. Xin giúp con biết đi tìm Ý Chúa và làm theo Ý Chúa trong từng việc làm và lời nói, trong cách sống và suy nghĩ, để nhờ đó con được nên giống Chúa và trở thành anh chị em của Chúa. Amen.

**THỨ TƯ TUẦN 3 THƯỜNG NIÊN (Mc 4, 1-20)****"Người gieo hạt đi gieo hạt giống"****Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:**

Khi ấy, Chúa Giêsu bắt đầu giảng dạy ở bờ biển và có đám đông dân chúng tụ lại gần Người, nên Người xuống ngồi trong một chiếc thuyền trên mặt biển, tất cả đám đông thì ở trên đất theo dọc bờ biển. Người dùng dụ ngôn mà dạy họ nhiều điều, và khi giảng, Người nói với họ rằng: "Các người hãy nghe! Này người gieo hạt đi gieo hạt giống. Khi gieo, một phần hạt rơi xuống vệ đường và chim trời đến ăn hết. Phần khác rơi trên đất sỏi, nơi không có nhiều đất. Hạt giống đã mọc lên ngay, vì lớp đất không sâu. Nhưng khi mặt trời mọc lên, hạt giống bị nắng đốt và vì không rễ, nên bị chết khô. Một phần khác rơi vào bụi gai, và gai mọc lên làm hạt giống chết và không sinh hoa trái được. Phần hạt khác rơi vào đất tốt, mọc lên, nảy nở và sinh quả, hạt thì sinh được ba mươi, hạt được sáu mươi, hạt được một trăm". Và Người phán rằng: "Ai có tai để nghe thì hãy nghe".

Khi Người còn lại một mình, thì mười hai ông là những kẻ luôn ở với Người, hỏi Người về ý nghĩa dụ ngôn, Người liền bảo các ông: "Các con được ơn biết mầu nhiệm về nước Thiên Chúa, còn những kẻ khác ở ngoài thì mọi sự được giảng dạy bằng dụ ngôn, vì chúng nhìn mà không thấy, nghe mà không hiểu, kéo chúng trở lại mà được tha tội".

Người nói với các ông: "Các con không hiểu dụ ngôn đó sao? Vậy thì hiểu sao được tất cả những dụ ngôn khác? Người gieo hạt là gieo lời Chúa. Vệ đường mà lời Chúa được gieo vào, là những kẻ vừa nghe xong, thì Satan đến và cất lấy lời Chúa gieo trong tâm hồn họ. Và cũng thế, những hạt giống rơi trên đất sỏi là những kẻ khi nghe lời Chúa thì đón nhận vui vẻ, nhưng chúng

không đâm rễ bên trong và là những người hay thay đổi: sau đó gặp phải cơ cực hay bắt bớ vì lời Chúa, thì họ sa ngã liền. Lại có những hạt giống rơi trong bụi gai. Đây là những kẻ nghe lời Chúa, nhưng những lo lắng trần tục, sự quyến rũ của giàu sang và những đam mê khác xâm chiếm họ, bóp nghẹt lời Chúa, khiến không thể sinh hoa trái được. Còn những hạt giống gieo trong đất tốt: đó là những người nghe lời Chúa, biết giữ lấy và làm sinh lợi, hạt ba mươi, hạt sáu mươi, và hạt một trăm".

**Sứ điệp:** Khi người gieo giống tung vãi hạt giống trên mặt đất, Thiên Chúa luôn quảng đại rộng tay ban ơn cho ta. Ta hãy đón nhận ơn Chúa và làm trổ sinh nhiều hoa trái tốt đẹp trong đời sống hằng ngày.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa, hình ảnh người gieo giống bốc từng nắm hạt vung vãi trên cánh đồng đã làm con xúc động. Bởi lẽ hình ảnh ấy giúp con hiểu được rằng từng giây phút Chúa vẫn ban muôn hồng ân cho con: từ hừng đông cho đến chiều tà, và từ chiều tà cho đến hừng đông ngày mới, ơn Chúa vẫn chan hòa trên con. Đâu phải tình cờ tự nhiên con có không khí để thở, có thân xác khỏe mạnh, được đón nhận những tia nắng ấm hoặc những giọt mưa trong lành... Vâng, lạy Chúa, con tin rằng đó là quà tặng Chúa thương ban cho riêng con. Nhưng vì những ơn Chúa ban quá dồi dào, nên con đã thờ ơ coi thường, và thậm chí có lúc con đã phung phí ơn Chúa ban.

Những hạt giống ơn Chúa ký gởi nơi cuộc đời con đã bị cỏ dại tội lỗi tấn công bóp nghẹt. Hoặc tâm hồn con như thửa đất hoang chai cứng, không đón nhận ơn lành Chúa ban. Lạy Chúa, Chúa quảng đại và kiên nhẫn với con biết chừng nào! Có thể nói rằng: Chúa đã "phung phí" ơn lành để mong con trổ sinh hoa trái.

Xin Chúa giúp con biết chăm sóc mảnh đất tâm hồn mình, biết nhặt đi những sỏi đá gai góc tật xấu mỗi ngày, biết vun xới tâm hồn bằng những việc tốt, bằng những phút suy gẫm Lời Chúa, những giờ kinh lễ sốt sắng, để hạt giống ơn Chúa có thể sinh nhiều hoa trái nơi cuộc đời con. Amen.



## THỨ NĂM TUẦN 3 THƯỜNG NIÊN (Mc 4, 21-25)

**"Đèn đốt lên là để đặt trên giá đèn.  
Các người đong đấu nào,  
thì người ta sẽ đong đấu ấy cho các người"**

### **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Marcô:**



Khi ấy, Chúa Giêsu phán cùng dân chúng rằng: "Có ai đem đèn sáng đặt trong thùng hay dưới gầm giường chằng? Chẳng phải là để đặt trên giá đèn sao? Vì chẳng có gì giấu kín mà chẳng tỏ lộ ra và chẳng có gì kín đáo mà không bị đưa ra ánh sáng. Ai có tai để nghe, thì hãy nghe". Và Người bảo họ rằng: "Hãy coi

chừng điều các người nghe thấy. Các người đong bằng đấu nào, thì người ta sẽ đong lại cho các người bằng đấu ấy, và người ta còn thêm nữa. Vì ai có, sẽ được cho thêm; và ai không có, cả cái đang có cũng bị lấy mất".

**Sứ điệp:** Mỗi Kitô hữu phải biết chiếu tỏa ánh sáng Tin Mừng cho những người xung quanh. Càng biết mở lòng đón nhận và chiếu tỏa Tin Mừng, thì lại càng đón nhận được nhiều ơn Chúa.

**Câu nguyện:** Lạy Chúa, một bức họa hay một bông hoa dù đẹp đến đâu, nhưng nếu không có ánh sáng, thì cũng chẳng có giá trị gì. Chính Chúa là ánh sáng chiếu soi trần gian. Nếu không có Chúa là ánh sáng, chúng con không thể sống, không thể tăng trưởng và cũng chẳng có giá trị gì.

Con cảm tạ Chúa đã cho con được đón nhận Ánh Sáng Tin Mừng. Nhờ đón nhận Chúa vào đời, cuộc sống của con thay đổi

biết bao. Nhờ bước theo Ánh Sáng Phúc Âm, cuộc đời con tươi đẹp hơn và đang tiến dần tới hạnh phúc. Con tạ ơn Chúa và cố gắng trung thành với Tin Mừng của Chúa. Chiếc đũa con dâng cho Chúa còn quá nhỏ bé, nên con cũng chỉ nhận được ơn Chúa quá ít. Xin Chúa giúp con biết sống quảng đại, biết mở rộng tâm hồn để con xứng đáng lãnh nhận ơn Chúa nhiều hơn.

Lạy Chúa, không những Chúa thắp sáng đời con. Chúa còn muốn nhờ con chiếu tỏa Ánh Sáng Tin Mừng cho tất cả mọi người, vì Chúa cũng yêu thương họ như thương yêu con. Xin Chúa giúp con đặt đèn trên đế cao, cho con biết chiếu tỏa Ánh Sáng Tin Mừng bằng lời nói và đời sống thánh thiện bác ái. Mỗi một linh hồn đều có giá trị lớn trước mặt Chúa. Xin Chúa dạy cho con biết quan tâm đến đời sống hạnh phúc đời đời của họ. Chiếc đèn không thể đặt dưới thùng hay gầm giường. Con cũng không thể sống ích kỷ, co cụm cho riêng mình. Xin Chúa cho đời sống Kitô hữu nơi con được tỏa sáng rạng ngời để có thể thắp lên những ngọn đèn nơi cuộc đời người khác. Con chỉ sợ ngọn đèn của con tắt. Xin Chúa thương giữ gìn con. Amen.