



PHÚT SUY NIỆM Tháng 2

Ý CẦU NGUYỆN :

- * **Ý CHUNG** : Cầu cho các tù nhân : Xin cho các tù nhân, cách riêng là những người trẻ, có thể xây dựng lại một cuộc sống xứng đáng.
- * **Ý TRUYỀN GIÁO** : Cầu cho những đôi vợ chồng ly tán : Xin cho những đôi vợ chồng đã ly tán được cộng đoàn Ki tô hữu tiếp đón và nâng đỡ.

CHÚA NHẬT - 01. 02.2015
CHÚA NHẬT THỨ IV THƯỜNG NIÊN
Mc 1, 21 - 28

1. Ghi nhớ: “ *Người giảng dạy như một Đấng có uy quyền* ” (Mc 1, 22)

2 Suy niệm: Uy thế của một người không ở tại giàu sang rùng vàng, bạc bẽ, cũng không ở quyền uy, dũng lực.... Nhưng cốt ở phong cách sống của người ấy. Mà phong cách được thể hiện qua lời nói và việc làm. Có nhiều người nói người khác không nghe, dạy người ta không phục. Bởi họ nói không đúng, dạy điều sai. Có nhiều người nói rất hay, dạy rất đúng, nhưng mọi người cũng không phục. Bởi họ nói mà không làm được hay nói một đàng làm một nẻo. Đức Giêsu mới thật sự là người có uy thế, bởi lời Người nói và việc Người làm luôn đi đôi. “Người dạy như một Đấng có uy quyền” và việc Người làm tỏ rõ quyền năng đó. Người giảng dạy làm người ta sững sốt, Người ra lệnh ma quỷ phải vâng theo. Người nổi danh mà đâu cần bạc tiền hay vũ lực ! Ấy vậy mà nhiều người vẫn cứ mơ hồ, muốn chứng tỏ uy thế của mình bằng vũ lực và bằng những lời xảo biện, điêu ngoa.

3 Sống Lời Chúa: Sống thật.

4 cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn nhớ rằng: con người chỉ được người ta tôn trọng khi sống thật như mình là, chứ không bằng điêu ngoa, xảo trá.*

THỨ HAI - 02. 02.2015
DÂNG CHÚA GIÊSU TRONG ĐỀN THÁNH
LỄ NÊN **Lc 2, 22 - 40**

1 Ghi nhớ: *“Chính mắt con được thấy ơn cứu độ”*
(Lc 2, 30)

2 Suy niệm: Con người có mắt để nhìn. Nhưng có những lúc cố nhìn mà không thấy, có những lúc thấy mà không thể hiểu.

Nhìn mà không thấy, có thể tầm nhìn bị không chế. Thấy mà không hiểu, bởi bí mật còn ẩn khuất bên trong. Và lại, có những sự việc không thể thấy bằng mắt thường, mà phải nhìn bằng ánh mắt tâm linh. Có những điều ta không đạt thấu bằng lý trí con người nhưng phải bằng “Ơn trên” chiếu rọi.

Làm sao ta có thể nhận ra Thiên tính ẩn trong một hài nhi bé nhỏ bằng cặp mắt phàm nhân? Làm sao ta có thể hiểu được mầu nhiệm nhập thể bằng lý trí hữu hạn của con người ?

Kiêu căng, tự phụ sẽ biến ta thành đui mù và ngu dốt.

3 Sống Lời Chúa: Sống khiêm nhường.

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin mở mắt tâm hồn con, để con nhận ra mình đang mù loà. Xin khai sáng trí khôn con để con hiểu rằng mình đang ngu dốt.*

THỨ BA - 03. 02.2015
THÁNH BLASIÔ Giám mục, Tử đạo
Mc 5, 21 - 43

1 Ghi nhớ: “ *Tôi mà sờ vào được vào áo choàng của Người thôi, là sẽ được cứu chữa* ” (Mc 5,28)

2 Suy niệm: Chỉ cần sờ được vào áo choàng của người thôi thì sẽ được cứu khỏi sao? Một chứng bệnh mãn tính các thầy thuốc đã làm hết cách mà không chữa được, vậy mà giờ đây chỉ cần chạm được vào áo choàng của Người đó thì được khỏi !Người đó phải là một Người có một Quyền Năng phi thường!

Đã bao lần tôi không những chỉ chạm vào áo của Người mà là nhận lấy chính Thân Thể của Người thế nhưng sao tôi vẫn thấy mình không có gì thay đổi? Có phải tôi còn thiếu một thứ gì đó để Quyền Năng ấy tỏ hiện?

Phải rồi, tôi còn thiếu đức tin, một niềm tin đúng nghĩa vào Đấng có Quyền Năng vô biên. Đó chính là nền tảng cho Quyền Năng Chúa hiển hiện.

3 Sống Lời Chúa: Tin tưởng tuyệt đối vào Quyền Năng Chúa.

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết tin tưởng tuyệt đối vào Chúa, để con có thể vững vàng cây trôn và phó thác mọi sự vào Quyền Năng Chúa.*

THỨ TƯ - 04. 02.2015

Mc 6, 1 - 6

1 Ghi nhớ: “*Người không thể làm được phép lạ nào tại đó.*” (Mc 6,5a)

2 Suy niệm: Một người mà người ta chỉ cần chạm được vào áo choàng thôi thì cũng đủ để được chữa khỏi cơn bệnh nan y. Thế mà nay không thể làm gì được cho đám đông này. Phải chăng họ có một khả năng nào đó có thể chống lại Quyền Năng ấy? Quyền Năng Chúa vô biên không gì ngăn cản được, Ngài làm được mọi sự. Thế nhưng, Ngài đã ban cho con người quyền tự do như một cánh cửa có thể mở ra và đóng lại với Chúa và với tha nhân. Thiên Chúa luôn muốn đến với con người, dùng Quyền Năng của Ngài để con người được sống và sống dồi dào; Ngài không tự ý mở hay đóng cánh cửa đó mà chỉ đứng bên ngoài mà gõ. Làm sao tặc phàm có thể đến được với chúng ta, khi chúng ta không tiếp đón người mang nó?

3 Sống Lời Chúa: Mở rộng lòng mình ra để đón Chúa.

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, đã nhiều lần trong cuộc sống, vì quá tự mãn, tự kiêu và ích kỷ con đã khép mình lại sống trong vỏ ốc của mình, bao nhiêu điều tốt đẹp Chúa muốn ban cho con, con đã khước từ. chính vì thế mà con phải sống trong nhọc nhằn, sầu khổ mà không hiểu vì sao. Xin cho con biết mở lòng mình ra đón Chúa để đón nhận biết bao hồng ân Người sẽ ban cho con, để từ đây mỗi ngày của cuộc đời con là những chuỗi ngày chứa chan hạnh phúc.*

THỨ NĂM ĐẦU THÁNG - 05. 02.2008

Thánh Agatha, trinh nữ, tử đạo

Mc 6, 7 - 13

1 Ghi nhớ: “ *Người chỉ thị cho các ông đừng mang gì đi đường...* ” (Mc 6,8)

2 Suy niệm: Một người khôn ngoan biết cái gì cần và cái gì không cần cho cuộc sống mình. Mang quàng mọi sự vào mình e chỉ làm bận bịu, vướng víu, ràng buộc, mất tự do, ảnh hưởng đến công việc.

Sứ đồ của Chúa hành trang chỉ cần: biết lắng nghe và thực hành Lời Chúa. Bao nhiêu đó là đủ. Quá lo lắng về của cải vật chất chỉ nhọc công, tốn sức và lãng phí thời giờ, thậm chí nhiều lúc nó còn ảnh hưởng xấu đến sứ mạng của mình. Những thứ đó Chúa sẽ lo liệu và không để ta thiếu thốn bao giờ.

3 Sống Lời Chúa: Không để của cải vật chất ràng buộc.

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho lòng con được tự do đối với của cải vật chất, để chúng con nhẹ nhàng bước đi trên con đường rao truyền Nước Chúa.*

THỨ SÁU ĐẦU THÁNH - 06. 02.2015

Thánh Phaolô Miki và các bạn tử đạo

Mc 6, 14 - 29

1 Ghi nhớ: “*Đó là một ngôn sứ trong các ngôn sứ*”
(Mc 6,15b)

2 Suy niệm: Ba mươi năm sống ẩn dật, giờ đây Đức Giêsu bùng lên như vàng sáng chói loà giữa đêm đen khiến bao con mắt từ vua quan đến thường dân phải hướng về với đầy vẻ ngạc nhiên pha lẫn tò mò. Đức Giêsu thật sự trở thành “hiện tượng” cho người Do Thái, và không chỉ cho người Do Thái mà còn cho mọi người, mọi thời. Giữa đời muôn vàn cái bình thường, mục tiêu cho người ta chú ý phải là cái gì đó khác thường như dầu lạng giữa những nốt nhạc, như ánh sáng giữa đêm đen. Người kitô hữu lãnh sứ vụ rao truyền Nước Chúa cho nhân loại. Muốn làm được điều đó chúng ta phải trở thành đối tượng chú ý của người khác. Đời sống Kitô hữu tự bản chất là một hiện tượng lạ giữa đời thường bởi họ chính là ánh sáng giữa trần gian u tối, là muối mặn trong cuộc đời nhạt nhẽo, là men khởi bột rã rời; Giữa thế giới bon chen, tranh giành vật chất, người Kitô hữu được mời gọi sống siêu thoát, hướng về hạnh phúc Nước Trời. Đây không lạ thì là gì? Tôi đã làm gì để thực hiện sứ vụ mà tôi đã lãnh nhận khi trở thành Kitô hữu?

3 Sống Lời Chúa: Trở thành ánh sáng cho trần gian.

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa xin cho con đừng buông xuôi theo những tầm thường, trần tục để đời sống con trở thành một tiếng chuông thức tỉnh bao tâm hồn đang ngủ mê.*

THỨ BẢY ĐẦU THÁNG - 07. 02.2015
Mc 6, 30 - 34

1 Ghi nhớ: “ *Ra khỏi thuyền, Đức Giêsu thấy một đám người rất đông thì chạnh lòng thương...* ” (Mc 6, 34)

2 Suy niệm: Mỗi mệt, kiệt sức vì công việc dập dòn, không có thời gian để ăn uống. Đức Chúa Giêsu và các môn đệ muốn tạm thời lánh đi để nghỉ ngơi dưỡng sức, nhưng đám đông dân chúng không chịu buông tha...Ngài lại tiếp tục giảng dạy họ.

Dẫu biết rằng trong cuộc đời có kẻ tốt người xấu, nhưng những người biết chạnh lòng trước những nỗi cơ cực của người khác và sẵn sàng chia sẻ cứu giúp thì được mấy ai? Trong xã hội chủ nghĩa Makeno (mặc kệ nó) đang lan tràn thì được bao nhiêu người sẵn lòng đáp lại lời kêu cứu của những người bất hạnh? Tôi có ngã theo chủ nghĩa ấy không?

3 Sống Lời Chúa: Nên mọi sự cho mọi người

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con đừng giả điếc, làm ngơ trước nhu cầu của anh em nhưng quảng đại cứu giúp với hết khả năng mình để anh em con vui đi những nỗi quẫn bách và cơ cực.*

CHÚA NHẬT - 08. 02.2015
CHÚA NHẬT THỨ IV THƯỜNG NIÊN
Mc 1, 29 - 39

1 Ghi nhớ: “ *Thầy ra đi cốt để làm việc đó*” (Mc 1, 38c)

2 Suy niệm: Làm việc quần quật từ sáng đến chiều, hết ngày này sang ngày khác, hết giảng dạy lại thăm viếng, chữa bệnh, trừ quỷ...vậy mà Ngài không thiếu sự ân cần, tận tâm: “Người cầm lấy tay bà mà đỡ dậy”. Người không để cho danh vọng làm ảnh hưởng đến sứ mạng: Người cấm “không cho ma quỷ nói, vì chúng biết Người là ai” và dầu công việc có ngập tràn, Người cũng không bỏ qua việc cầu nguyện.

Sống Lời Chúa: Phục vụ theo gương Chúa Giêsu.

3 cầu nguyện: *Lạy Chúa Giêsu, nhờ Chúa mà con biết rằng: phục vụ là cho không, nhưng nó sẽ mất đi ý nghĩa nếu nó thiếu lòng bác ái. Phục vụ sẽ là đổi chác, vụ lợi, khi nó đi kèm với tính háo danh và phục vụ sẽ là hư không nếu nó không qui hướng về Thiên Chúa.*

Xin cho con biết sẵn sàng dấn thân phục vụ anh em trong tinh thần yêu thương, khiêm tốn, vô vị lợi, để Nước Cha trị đến, ý Cha được thể hiện.

THỨ HAI- 09.02.2015

Mc 6, 53-56

Ghi nhớ: “ Họ rao khắp vùng ấy và nghe tin Người ở đâu thì bắt đầu cẳng bệnh nhân đến đó” (Mc 6, 55)

Suy niệm: Có những người, sự xuất hiện của họ làm cho bầu khí trở nên vui tươi, sự hiện diện của họ làm cho tâm hồn ta cảm thấy bình an, nhẹ nhàng như có thêm một sự nâng đỡ, một nơi cậy dựa. Ngược lại, có những kẻ, họ ở đâu là ở đấy sắp xảy ra xáo trộn, bất an, mọi người không ai hoan hô sự góp mặt của họ, thậm chí còn tìm cách tránh xa họ như tránh xa một thứ bệnh dịch.

Sự xuất hiện của Chúa Giêsu thu hút nhiều người tựa như một bông hoa tỏa hương ngào ngạt thu hút muôn loài. Thật đáng để ta cảm kích!

Còn tôi, tôi đã hiện diện trong cuộc sống này thế nào? Tôi đang cố gắng trở nên người hữu ích cho xã hội hay đang trở thành những kẻ vô tích sự, những ung nhọt cho xã hội?

Sống Lời Chúa: Trở thành khí cụ bình an của Chúa

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin đừng để con trở thành gánh nặng, mối lo cho xã hội, nhưng xin cho con nên người đem lại an vui cho đồng loại.*

THỨ BA- 10.02.2015
THÁNH SCHOLASTICA TRINH NỮ Lễ nhớ
Mc 7, 1-13

1 Ghi nhớ: *“Các ông gạt bỏ điều răn của Thiên Chúa, mà duy trì truyền thống người phàm” (Mc 7, 1-13)*

2 Suy niệm: “Quân xử thần tử, thần bất tử bất trung”. Thế nhưng nhiều lúc người ta lại nói: “Luật vua thua lệ làng” để biện minh cho hành động của mình

Trần gian, mọi sự đều tương đối nên nhiều lúc cũng có những ngoại lệ. Điều đó không sai bởi sự hiểu biết của con người có giới hạn. Nhưng nếu lấy “lệ làng” ấy mà sửa lại giới luật của Thiên Chúa thì e rằng ta đã vun tay quá trán! Chẳng khác nào lấy tay che trời.

Thế nhưng nhiều lúc trong cuộc sống, vì muốn đạt được mục đích, chúng ta đã bất chấp tất cả để làm theo ý riêng của mình.

3 Sống Lời Chúa: Vâng theo ý Chúa trong mọi sự

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con đức vâng lời, để trong mọi hoàn cảnh, con có thể theo gương Chúa Giêsu: “ Xin đừng theo ý con, một vâng theo ý Cha ”*

THỨ TƯ- 11.02.2015

Mc 7, 14-23

1 Ghi nhớ: *“Chính cái từ con người xuất ra, là cái làm cho con người ra ô uế” (Mc 7,15b)*

2 Suy niệm: Mẹ Têrêsa Calcutta, với dáng vẻ già nua, gầy còm sống giữa những người đau yếu, ghẻ chóc, thường viếng thăm những người tội lỗi...thế nhưng Mẹ vẫn thánh thiện, tốt lành. Tàng Thuỷ Hoàng, quyền uy tột bậc, tài năng xuất chúng và được bao bọc bằng cung son điện ngọc nhưng ông vẫn bị coi là hôn quân, bạo chúa.

Dẫu biết rằng gần mực thì đen, nhưng ta không thể hoàn toàn đổ lỗi cho hoàn cảnh, bởi vì tốt xấu, thiện ác đều do ở lòng. Hoa sen dù sống giữa ao bùn vẫn giữ được vẻ đẹp trinh khiết, khiến mọi người thán phục!

3 Sống Lời Chúa: Giữ tâm hồn luôn trong sạch.

4 cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin gìn giữ tâm hồn con luôn được trinh trong, để dù có sống giữa biết bao cám dỗ và quấy rầy của trần tục, con vẫn hoa sen của Chúa.*

THỨ NĂM- 12.02.2015

Mc 7, 24-30

1 Ghi nhớ: “ *Chó con ở dưới gầm bàn lại được ăn những mảnh vụn của đám trẻ*” (Mc 7, 28)

2 Suy niệm: Một Giêsu hiền lành, mẫn cảm trước nhu cầu của người khác, dễ chạnh lòng trước đám đông (x Mc 6, 30-34) và sẵn sàng đáp trả, giờ đây sao có vẻ dửng dưng, thoái thác trước nỗi khổ tâm của người đàn bà này? Ngài đã thay đổi, hay đang phân biệt chủng tộc, giai cấp?

Không phải thế đâu bạn ơi. Hãy nhìn xem kết quả đi! Ngài vẫn thế, đang giảng dạy và cứu chữa đầy thôi. Dù người đàn bà này không phải là đồng hương của Ngài, không cùng dân tộc với Ngài, Ngài vẫn dạy cho bà tính kiên nhẫn và khiêm nhường, vẫn ban cho bà điều mà bà kêu xin.

3 sống Lời Chúa: Ai bền đỗ đến cùng sẽ được cứu độ

4 cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin ban cho con một đức tin kiên trung, đức cậy trông vững vàng, để không khó khăn, thử thách nào có thể tách con ra khỏi Chúa.*

THỨ SÁU- 13-02-2009

Mc 7, 31-37

1 Ghi nhớ: “ *Hãy mở ra* ” (Mc 7, 34b)

2 Suy niệm: Ngôn ngữ là phương tiện giao tiếp chánh yếu của con người. Nghe người khác nói mới hiểu được họ, nói để diễn đạt ý tưởng của mình mới có cơ hội xẻ chia và cảm thông với nhau. Sống trong cảnh tai và miệng bị khổng chế thì khác gì cảnh tù ngục? Bởi vì tuy không bị giam hãm bởi tường cao, rào kín, nhưng họ lại bị khổng chế bởi thiếu phương tiện giao tiếp với thế giới bên ngoài. Bị oan ức không thể giải bày, lúc suy sụp không thể nghe được những lời động viên, an ủi, khích lệ; không thể nói, không thể nghe những lời yêu thương ngọt ngào....cuộc sống nặng nề, chán chường biết là ngàn nào! Câm, điếc phần xác đã đau khổ là thế, câm điếc về tinh thần sẽ còn đau khổ hơn biết bao! Ai có thể nhận ra, cảm thông và cứu giúp tôi, trong những hoàn cảnh như thế? Rất may, vẫn còn có Chúa, Ngài thấy hết nỗi thống khổ của tôi và sẵn sàng cứu giúp!

3 Sống Lời Chúa: Học biết lắng nghe để biết cảm thông và chia sẻ.

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin mở tai con, để biết lắng nghe huấn lệnh của Chúa và nỗi lòng của anh em con. Xin mở miệng con, để con ca tụng Danh Chúa và nói lời yêu thương, ủi an với đồng loại.*

THỨ BẢY-14.02.2015
THÁNH CYRIL, ĐAN SĨ VÀ THÁNH
MÊTHÔĐIÔ, GIÁM MỤC
Mc 8, 1-10

1 Ghi nhớ: *Đám đông được ăn no nê (Mc 8, 8a)*

2 Suy niệm: khi quân Titô vây hãm thành Jêrusalem, dân Do thái trong thành hết lương thực, không còn gì để ăn, quá cùng quẫn, họ phải ăn cả xác người chết. Thật khủng khiếp! Người ta ăn cả thịt đồng loại ! Nhắc lại chuyện này, không phải để ta lên án hay bêu xấu ai, nhưng để ta thấy rằng cái đói, nó gây nên cùng khốn cho con người đến mức nào! Đức Giêsu đã thấu hiểu và đã cứu nguy cho những người đang gặp nguy cơ đói khát.

Vậy mà ngày nay trên thế giới có biết bao người vẫn còn đang đói và chết vì đói. Và còn bao nhiêu người đang đói không phải đói cơm nhưng đói sự thật, đói công lý, đói tình thương... Đức Chúa Giêsu đã thấu hiểu và đã cứu giúp những người đang đói này. Còn tôi và bạn đã và đang làm gì với những người đói khổ quanh ta?

3 Sống Lời Chúa: Quảng đại xót chia.

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con thấu hiểu nỗi khổ đau của những người bất hạnh hơn con và xin cho con biết quảng đại xót chia.*

CHÚA NHẬT – 15.02.2015
CHÚA NHẬT THỨ VI TN
Mc 1, 40-45

1 Ghi nhớ: *“Đức Giêsu chạnh lòng thương giờ tay đụng vào anh” (Mc 1, 41a)*

2 Suy niệm: Có bao giờ bạn đã chạm đến người cùi? Dù chỉ đụng vào vật mà họ chạm tới thôi cũng đủ làm tôi lo sợ. Bởi vì bệnh cùi thật đáng sợ. Nó tàn phá dung nhan con người, nó hành hạ con người trong đau đớn triền miên. Nó là một thứ bệnh truyền nhiễm và chưa có thuốc chữa.

Chính vì thế, nó trở thành một dãy phân cách vô hình, cách ly bệnh nhân với xã hội. Theo luật của người Do Thái lúc bấy giờ, bệnh nhân bị cách ly ở riêng. Chạm vào bệnh nhân sẽ bị ô uế.

Vậy mà Đức Giêsu đã để cho bệnh nhân đến gần, táo bạo hơn, Người còn giờ tay chạm vào anh ta...

Tình yêu vượt trên tất cả. Nó vượt trên mọi rào cản, dù đó là khoảng cách an toàn, dù đó là tâm lý sợ hãi hay đó là những bó buộc của luật lệ.

3 Sống Lời Chúa: Yêu như Chúa yêu.

4 Cầu nguyện: *Xin ban cho chúng con trái tim của Chúa, để không trở lực nào ngăn được bước chân chúng con.*

THỨ HAI – 16.02.2015

Mc 8,11-13

1 Ghi nhớ: “ Sao thế hệ này lại xin một dấu lạ?” (Mc 8, 12b)

2 Suy niệm: Đức Giêsu, trong ba năm đi rao giảng, Người trở nên nổi tiếng khắp vùng Palestin và các vùng phụ cận, không phải chỉ nhờ tài giảng thuyết mà còn nhờ những phép lạ người đã làm. Thế mà giờ đây, những người Pharisêu này lại xin một dấu lạ để thử Người.

Có phải họ là những người mù, điếc nên chưa từng nghe, thấy? Không, họ rất bình thường, không khuyết tật và rất khoẻ mạnh. Vậy tại sao họ lại xin Chúa Giêsu một dấu lạ để thử Người ? Phải chăng vì cứng lòng mà họ trở nên mù điếc?

Đức Chúa Giêsu đã chữa bệnh mù, điếc cho nhiều người, mà giờ đây, Người phải thử dài nảo nuốt rồi đành bỏ đi. Ngài đành thúc thủ trước tình trạng mù điếc này.

3 Sống Lời Chúa: Chớ cứng lòng.

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin mở mắt con, biết nhìn kỳ công của Ngài. Ngài ơi, xin mở đôi tai, nghe Lời hằng ban sức sống (Epphatha).*

THỨ BA – 17.02.2015

Mc 8, 14-21

1 Ghi nhớ: “ *Phải đề phòng men Pharisêu và men Hêrôđê*” (Mc 8, 15b)

2 Suy niệm: Có mắt mà không chịu nhìn, có tai mà không muốn nghe thì có khác gì người mù, người điếc. Có khoa chiêm, đánh trống họ cũng chẳng nghe, có thắp đèn cũng chẳng ích gì.

Thế mà nhiều lúc, cố tình hay vô ý, chúng ta lại đặt mình trong hoàn cảnh có tai mà như điếc, có mắt như mù. Vì thế, chúng ta không nhận được những tín hiệu từ bên ngoài, mà chỉ hành động và suy nghĩ theo sự ngộ nhận của mình. Thật là một hiểm họa. “Cần phải đề phòng.”

3 Sống Lời Chúa: Luôn tỉnh thức và canh chừng.

4 Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn biết con. Xin đừng để những ảo ảnh, những gian trá cuộc đời đánh lừa con.*

THỨ TƯ – 18.02.2015
THỨ TƯ LỄ TRO, Giữ chay và kiêng thịt
Mt 6, 1-6. 16-18

1 Ghi nhớ: *“Cha của anh, Đấng thấu suốt mọi kín đáo, sẽ trả lại cho anh” (Mc 6, 6)*

2 Suy niệm: Cùng là các- bon, vậy mà những thứ lộ thiên chỉ là những khúc gỗ, những hòn than rẻ tiền, người ta vất lăn lóc khắp nơi. Trái lại, những mẫu cac- bon được vùi sâu trong lòng đất, sau ngàn năm nó trở nên những viên kim cương óng ánh giá trị gấp triệu lần mà ai cũng ước ao có được. Xem ra mới thấy : Phô trương, ồn ào chỉ được đền đáp bằng những giá trị tầm thường. Ngược lại, âm thầm, kín đáo lại nhận được sự suy tôn và trân trọng. Khoe khoang công đức chỉ được sự hoan hô, tán thưởng của người đời, rồi sau đó đi vào quên lãng. Giữ kín nó trong lòng sẽ được Thiên Chúa đáp đền mãi mãi không nguôi. Hai kết quả quá chênh lệch đến nỗi không thể đem ra so sánh. Thế mà trong cuộc sống vẫn có nhiều người thích bỏ hình bắt bóng.

3 Sống Lời Chúa: Không khoe khoang, ồn ào.

4 cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin giữ con khỏi tính phô trương, khoe mẽ, để con không còn chạy theo những ảo ảnh phù vân. Nhưng xin cho con biết âm thầm kín đáo, để con làm nên những giá trị trường tồn.*

THỨ NĂM – 19.02.2015
MÔNG MỘT TẾT ẤT MÙI – CẦU BÌNH AN
NĂM MỚI **Ga 14, 23 - 27**

1. Ghi nhớ: *“Ai yêu mến Thầy, thì sẽ giữ Lời Thầy, còn Cha Thầy sẽ yêu mến người ấy, và chúng ta sẽ đến và ở trong người ấy”* (Ga 14, 23)

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng cho chúng ta thấy Chúa Giêsu Không muốn một thứ tình yêu trừu tượng, nhưng người chủ trương một tình yêu bằng việc làm và tuân giữ các giới răn Người truyền. Khi chúng ta đã giữ được **“lời Thầy”** thì tự tình yêu sẽ phát xuất sự tương quan hỗ tương ; khi chúng ta yêu mến Thiên Chúa thì Thiên Chúa sẽ yêu mến lại cá nhân người ấy và chắc chắn cá nhân người ấy sẽ lãnh nhận được tình yêu của Thiên Chúa Ba Ngôi. Đặc biệt là trong năm mới này mỗi người chúng ta hãy biết phó thác vào tình yêu Chúa để được bình an và hoan lạc trong Thánh Thần

3. Sống Lời Chúa: Tuân giữ và thực hành Lời Chúa trong đời sống..

4. Cầu nguyện:*Lạy Chúa, xin cho chúng con biết đáp trả tình yêu Chúa bằng cả con tim và hành động của chúng con . Amen.*

THỨ SÁU – 20.02.2015
MÔNG HAI TẾT – KÍNH NHỚ TỔ TIÊN ÔNG
BÀ CHA MẸ
Mt 15, 1 - 6



1. Ghi nhớ: Người hãy thờ cha kính mẹ; kẻ nào nguyên rửa cha mẹ, thì phải bị xử tử. (Mt 15, 4)

2. Suy niệm: Mọi người được sinh ra đều có ông bà, cha mẹ. Thảo kính cha mẹ mình là điều rất hợp lẽ tự nhiên, vì cha mẹ đã có công sinh thành dưỡng dục ta. Thảo hiếu là yêu thương, giúp đỡ và cầu nguyện cho ông bà, cha mẹ khi các ngài còn sống cũng như khi đã qua đời. Trong mười điều răn Chúa ban, sự thảo kính được đặt ở điều thứ tư sau việc tôn thờ Chúa; cho thấy bốn phận hiếu thảo với ông bà cha mẹ mình là điều rất quan trọng. Vậy, tôi đã sống thảo hiếu như thế nào ?

3. Sống Lời Chúa: Sống hiếu thảo với ông bà, cha mẹ

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin thương ban cho cha mẹ con sự bình an của Chúa, để các ngài luôn sống vui tươi bên con cái và giúp con luôn sống hiếu thảo, để mai sau chúng con sẽ được sum họp với Chúa Cha trên trời. Amen.*

THỨ BẢY – 21.02.2015
MÔNG BA TẾT – THÁNH HÓA CÔNG ẮN
VIỆC LÀM
Mt 25, 14 - 30

1. Ghi nhớ : “ Ông đưa cho người này năm yến, người kia hai yến, người khác nữa một yến tùy vào khả năng riêng mỗi người ” . (Mt 25,15)

2. Suy niệm : Dụ ngôn trước tiên nhắm đến tên đầy tớ vô dụng biểu trưng cho những luật sĩ và biệt phái Do Thái. Họ rất cứng nhắc trong việc tuân giữ luật. Chỉ cần một sự thay đổi hay một điều gì mới thêm vào, thì bị họ coi là đáng nguyên rủa. Ngoài ra dụ ngôn còn dạy mỗi người chúng ta phải biết nỗ lực sinh lời. Thiên Chúa ban cho mỗi người một khả năng khác nhau: người thì được Thiên Chúa đưa cho “ năm yến, người kia hai yến, người khác nữa một yến ” để sử dụng và sinh lời cho Ngài. Thiên Chúa là Đấng giàu lòng thương xót, Ngài không đòi hỏi những gì quá sức con người. Nhưng Ngài muốn mỗi người chúng ta hãy biết sử dụng những ân điển Chúa ban trong hiện tại để làm vinh danh Chúa và đem lại công phúc cho phần rỗi đời đời.

3. Sống Lời Chúa: Hãy thánh hóa bản thân và phục vụ tha nhân.

4. Lời nguyện: *Lạy Chúa, xin cho chúng con biết sử dụng hết những khả năng Chúa ban để làm vinh danh Chúa và phục vụ tha nhân. Amen.*

CHÚA NHẬT - 22.02.2015
CHÚA NHẬT THỨ I MÙA CHAY
Mc 1, 12 - 15

1 Ghi nhớ: *“Người ở trong hoang địa bốn mươi ngày, chịu Sa tan cám dỗ” (Mc 1, 13)*

2 Suy niệm: Tôi có tất cả nhưng tôi không màng đến chúng, đối với tôi, chúng chẳng có ý nghĩa gì. Nếu cuộc đời này không còn gì hấp dẫn, thử hỏi có ai còn thiết sống nữa không?

Thiên Chúa có ý định dựng nên con người bất toàn, để con người cộng tác với Người trong công trình sáng tạo để hoàn thiện chính mình. Vì thế con người có nhu cầu. Và Thiên Chúa đã dự liệu cho con người khi ban cho con người mọi loài trên mặt đất này. Chính vì thế mà tự bản chất mọi sự đều có sức hấp dẫn đối với con người.

Thế nhưng sử dụng nó thế nào? Đó là quyền tự do và sự khôn ngoan của con người. Thuốc bổ nhưng dùng quá liều cũng hại, ngược lại người ta cũng có thể lấy độc trị độc! Cám dỗ suy cho cùng cũng là một sự hấp dẫn. Điều quan trọng là chúng ta sử dụng nó nhằm mục đích gì?

3 Sống Lời Chúa: *“Hãy làm chủ mọi loài” (St 2, 28)*

4 Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho con luôn biết noi gương Chúa Giêsu, luôn làm tự chủ để không bị những quyến rũ của trần gian này biến con thành nô lệ của chúng.

THỨ HAI – 23.02.2015
THÁNH POLICAP GMTĐ
Mt 25, 31 - 46

1. Ghi nhớ: “ Ta bảo thật các ngươi, mỗi lần các ngươi làm như thế cho một trong những anh em bé nhỏ nhất của Ta, là các ngươi đã làm cho chính ta vậy ”. (Mt 25,40).

2. Suy niệm: Hôm nay chúa muốn dùng đề tài ngày cánh chung để thúc đẩy người ta thức tỉnh, muốn có được phần thưởng ngày tận thế thì bây giờ phải sống bác ái, chỉ có công việc bác ái mới tồn tại mãi mãi còn các việc khác chỉ như một cơn gió thoảng qua không còn gì cả. Đến ngày phán xét Thiên Chúa sẽ hỏi: Con có cho kẻ đói ăn không? Con có cho kẻ khát uống không? Con có tiếp đón khách lạ không? Con có an ủi những người sầu khổ không? Có thăm viếng kẻ tù đày không? Đây là những tiêu chuẩn mà ai cũng có thể thực hiện cho anh em mình. Nhân đây, Chúa Giêsu mạc khải cho con người chân lý tuyệt vời là khi ta giúp đỡ người khác là ta đã làm cho chính Ngài. Khi không làm cho người khác là chúng ta đã không làm cho Ngài. Vì thế, mỗi lần giúp đỡ tha nhân và những người đang cần mình chính là mỗi lần chúng ta đang làm cho Thiên Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Biết cho đi mà không tính toán.

4. Lời nguyện: *Lạy Chúa, xin cho chúng con có một trái tim nhân hậu, biết yêu thương mọi người và sẵn sàng giúp đỡ người khác khi họ cần đến con. Amen.*

THỨ BA – 24.02.2015

Mt 6, 7 - 15

1. Ghi nhớ: “**Lạy Cha chúng con là Đấng ngự trên trời, xin làm cho danh thánh Cha vinh hiển**” (Mt 6, 9)

2. Suy niệm: Qua kinh Lạy Cha, Chúa Giêsu như muốn hạ Thiên Chúa xuống mà kéo con người tội lỗi lên đến độ cho họ gọi Thiên Chúa là Cha. Một Vì Thiên Chúa uy quyền, sáng láng mà ai trông thấy thì sẽ phải chết vì không chịu đựng nổi với vinh quang Thiên Chúa. Thế mà nay Chúa Giêsu cho con người gọi là Cha. Khi Chúa Giêsu dạy cầu xin: “*Xin làm cho danh thánh Cha vinh hiển*” chúng ta không thể coi đây như là một lời cầu xin chỉ dành cho Thiên Chúa mà ta không có trách nhiệm nào. Trách nhiệm của mỗi người chúng ta là phải làm cho danh Chúa được mọi người biết đến, biết đến như là một người Cha tốt lành. Đừng để khi những người chung quanh nhìn chúng ta mà không biết mình là “*con cái ai*” “*Cha mình tốt lành như thế nào?*”. Và khi đọc kinh lạy Cha chúng ta cũng hãy nhớ rằng mọi việc ta làm thì hãy làm để vinh danh Chúa đừng chỉ làm chỉ để rạng danh ta mà lạc đường lối Chúa.

3. Sống Lời Chúa : Thể hiện một cuộc sống đầy bác ái yêu thương.

4. Cầu nguyện : *Lạy Thiên Chúa là Cha chúng con, xin cho chúng con sống trọn tình con thảo với Người và cho chúng con biết dùng cả cuộc đời mà tôn vinh Danh Thánh Cha. Amen.*

THỨ TƯ – 25.02.2015

Lc 11, 29 - 32

1. Ghi nhớ: *“Thế hệ này là một thế hệ gian ác; chúng xin dấu lạ...”*. (Lc 11, 29-32)

2. Suy niệm: Trong tâm tình mùa chay Hội Thánh luôn mời gọi mỗi người phải ăn chay, sám hối và tin vào Thiên Chúa Nhưng những người biệt phái hôm nay thì lại cứng lòng họ không chịu tin, họ đòi một điềm lạ để chứng minh cho họ. Thay vì hướng lòng về đức tin và sự thống hối thì họ lại cảm khoái trong việc sống đạo của họ với những thành kiến. Mặc dù Đức Giê- su làm nhiều dấu lạ Người mặc khải qua lời nói, qua việc chữa bệnh, trừ quỷ... Mỗi người chúng ta cũng phải tự đặt câu hỏi cho chính mình; trong mùa chay chúng ta đã ăn năn sám hối chưa ? Chúng ta có tin tưởng và nhận ra Thiên Chúa tình yêu đang mời gọi chúng ta trở về với Ngài chưa?

3. Sống Lời Chúa: Nhìn mỗi sự việc theo nhãn quang của đức tin

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con nhận ra được mỗi sự kiện trong đời con là một dấu lạ Chúa làm. Để từ đó con có thể ca tụng và tôn vinh Thiên Chúa mà không cần dấu lạ nào khác . Amen.*

THỨ NĂM – 26.02.2015

Mt 7, 7 - 12

1. Ghi nhớ: “Cha anh em, Đấng ngự trên trời, lại không ban những của tốt lành cho những kẻ kêu xin Người sao? ” (Mt 7,11)

2. Suy niệm: Trong Mùa Chay, Giáo hội mời gọi mọi người Kitô hữu siêng năng cầu nguyện để gắn bó với Chúa, để đi vào tâm tình của Chúa. Lời Chúa trong Tin mừng thánh Matthêu lại mời gọi liên lỉ cầu nguyện, cầu nguyện luôn. Không phải Chúa là Thiên Chúa thích con người van nài thì mới cho nhưng cầu nguyện là để cho chính chúng ta biết mình đang cần Chúa. Hãy nhìn vào tình thương của cha mẹ dành cho con cái để chúng ta nghĩ về tình thương của Thiên Chúa dành cho mình. Ngài sẽ ban dư dật cho những ai biết cậy dựa vào Ngài. Điểm đặc biệt của cầu nguyện không phải chỉ là cầu xin mà còn là cảm tạ, tri ân, xin lỗi.... Cầu nguyện cũng không phải là ta đưa ra một bản yêu sách rồi cầu mong Chúa đáp ứng, nhưng cầu nguyện còn là đón nhận ý Chúa trong cuộc đời mình “một theo Ý Cha”.

3. Sống Lời Chúa : Cầu nguyện bằng cách cảm tạ và xin lỗi cùng Thiên Chúa.

4. Cầu nguyện : *Lạy Chúa, thường khi cầu nguyện chúng con chỉ biết có xin và chỉ xin. Xin dạy cho con biết nhận ra ơn ban của Chúa trong cuộc sống con để con dâng lời cảm tạ, tri ân Chúa. Amen.*

THỨ SÁU – 27.02.2015

Mt 5, 20 - 26

1. Ghi nhớ: “Anh em không ăn ở công chính hơn các kinh sư ... thì sẽ không được vào Nước Trời” (Mt5,20)

2. Suy niệm: Các Kinh sư và những người Pharisêu họ giữ luật thì không ai có thể chê trách được họ. nhưng trước mặt Thiên Chúa thì họ chỉ có hình thức không có thực tại nội tâm. Khi Chúa Giêsu kêu gọi các môn đệ phải công chính hơn các kinh sư và người Pharisêu thì chính là Chúa muốn họ phải có nội tâm thực sự, phải tôn thờ Thiên Chúa vì yêu mến Chúa chứ không phải chỉ tôn thờ Thiên Chúa vì luật dạy. Trước mặt người đời thì ta còn có thể che đậy, có thể giả hình. Nhưng trước mặt Thiên Chúa thì “đêm đen sáng tỏ như ban ngày”. Như thế, hãy đến với Chúa khi còn thời gian, hãy đến với Chúa với tâm hồn yêu mến thực sự. Một việc làm nhỏ nhoi nhưng được thực hiện với một tâm tình yêu mến thì quý hơn vạn lần những việc đạo đức mà vô hồn.

3. Sống Lời Chúa : Sống chân thật trong ánh sáng của Chúa.

4. Cầu nguyện : *Lạy Chúa, xin cho con biết tôn thờ Chúa cho phải đạo, xin cho con được đến với Chúa bằng cả tâm tình và đời sống con. Amen.*

THỨ BẢY – 28.02.2015

Mt 5, 43 - 48

1. Ghi nhớ: “Anh em hãy nên hoàn thiện như Cha anh em là Đấng Hoàn Thiện ” (Mt 5,48)

2. Suy niệm: Trong dân gian thường có câu “Hòn đá ném đi hòn chì ném lại” hay câu “Bánh sập đi, bánh quy lại” để nói lên sự công bằng có qua có lại trong cách ứng xử của một con người. Nhưng Chúa Giêsu dạy các môn đệ của mình ứng xử khác: hãy yêu thương kẻ thù. Lý do nào phải yêu thương kẻ thù? Bởi vì tất cả là anh em con cùng một Cha trên trời. Và lại, Chúa Giêsu lấy mẫu mực chính là tình yêu của Thiên Chúa chứ không lấy mẫu mực của một con người nào. Chúa Cha đã yêu thương thế gian cho dù thế gian có bạc nghĩa, vong ơn, có quên đi ân tình của Thiên Chúa thì Chúa vẫn một mực yêu thương và lấy tình thương mà che lấp những yêu đuối của con người. Là con của Chúa chúng ta hãy nên giống như Cha mình là chính Thiên Chúa, lấy mẫu mực là Chúa mà đối xử với nhau. Trong Thiên Chúa chỉ có tình thân không có hận thù

3. Sống Lời Chúa : Sống yêu thương không thù hận.

4. Cầu nguyện : *Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã hết tình yêu thương chúng con, dù bị bội bạc, dù bị quên ơn nhưng tình yêu Chúa muôn đời tồn tại. Xin cho chúng con được nên như Chúa biết yêu thương hết tình không ngoại trừ ai. Amen.*

