



Năm 2016-2017:

*Chuẩn bị cho người trẻ bước vào
đời sống hôn nhân;*

Tháng 12



Ý cầu nguyện :

Ý chung : Cầu cho các binh sĩ trẻ con : Xin cho khắp nơi trên thế giới biết loại bỏ gương xấu bắt các trẻ con đi lính.

Ý truyền giáo : Cầu cho các dân tộc Âu Châu và Tin Mừng : Xin cho các dân tộc Âu Châu biết tái khám về đẹp, sự tốt lành và chân lý của Tin Mừng đem lại sự sống, niềm vui và hy vọng.

THỨ NĂM: 01. 12. 2016

Mt 7, 21. 24 - 27

1. Ghi nhớ: “VẬY ai nghe những lời Thầy nói đây mà đem ra thực hành, thì ví như người khôn xây nhà trên đá”. (Mt 7,24).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng hôm nay nhằm diễn tả giá trị của việc thực thi lời Chúa để được vào nước trời. Đức Giêsu ví với việc xây nhà. Xây dựng nhà cửa là một công việc hết sức quan trọng và được tượng trưng cho việc xây dựng cuộc đời. Điều này đã được thánh Gioan diễn tả: “ và thế gian đang qua đi cùng với sự đam mê của nó, còn kẻ làm theo ý Thiên Chúa thì lưu tồn vạn đại ” (1Ga2,17). Tâm tình và bầu khí của mùa vọng giúp chúng ta ý thức việc lắng nghe lời Chúa và mau mắn đem ra thực hành trong đời sống thường ngày để xứng đáng đón Chúa đến bất cứ lúc nào trong cuộc sống của mình.

3. Sống lời Chúa : Tỉnh thức và cầu nguyện.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn ý thức và sẵn sàng đón chờ Chúa đến trong tinh thần lắng nghe và thực hành lời Chúa. Amen*

THỨ SÁU: 02. 12. 2016
Mt 9, 27 - 31

1. Ghi nhớ: “Thưa Ngài chúng tôi tin”. (Mt 9,28).

2. Suy niệm: Trong bài Tin Mừng hôm nay, hai người mù đã bày tỏ lòng tin của mình vào Đức Giêsu, dù họ không thấy Chúa bằng mắt thường nhưng họ lại thấy Chúa bằng cặp mắt đức tin, nên họ đã kiên trì và can đảm tuyên xưng đức tin một cách công khai. Cảm nghiệm niềm vui và hạnh phúc của hai anh mù khi thấy được và họ đã nói về Chúa Giêsu cho cả vùng. Chúng ta hãy chạy đến với Ngài và xin Ngài mở mắt đức tin cho chúng ta để mỗi ngày ta luôn thấy Chúa hiện diện trong mọi sự và luôn hướng tâm hồn về Chúa để thờ phượng và tôn vinh Ngài.

3. Sống lời Chúa : Tin tưởng và chạy đến Chúa.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn ý thức và sẵn sàng để chuẩn bị tâm hồn cho Chúa đến. Amen*

THỨ BẢY: 03. 12. 2016
T. PHANXI CÔ XAVIE
Mc 16, 15 – 20

1. Ghi nhớ: « Anh em hãy đi khắp tứ phương thiên hạ, loan báo Tin Mừng cho mọi loài thụ tạo »
(Mc 16, 15)

2. Suy niệm: Việc rao giảng Tin Mừng Phục Sinh là bổn phận của các tín hữu. Những người đã biết Chúa, thì phải chia sẻ Tin Mừng đó cho người khác. Qua bài Tin Mừng hôm nay, Đức Giêsu vừa hiện ra với Madalêna bà liền đi loan báo Tin Mừng cho các tông đồ. Rồi khi hiện ra với hai môn đệ thì hai ông cũng liền đi loan báo Tin Mừng cho người khác. Lời Đức Giêsu khi bảo: « Anh em hãy đi khắp tứ phương thiên hạ, loan báo Tin Mừng cho mọi loài thụ tạo » như là một lệnh truyền kêu gọi mỗi người chúng ta hãy loan truyền Tin Mừng cứu độ cho tất cả mọi người

3. Sống Lời Chúa : hãy rao giảng bằng chính đời sống mình.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết hăng hái đón nhận lệnh truyền của Chúa và mau mắn đem Tin Mừng đến cho mọi người. Amen.*

CHÚA NHẬT II MV: 04. 12. 2016

Mt 3, 1 – 12

1. Ghi nhớ: *“Anh em hãy sám hối vì nước trời đã đến gần”* (Mt 3,2).

2. Suy niệm: Việc rao giảng của Gioan Tẩy Giả, Chúa Giêsu và các Tông đồ được khởi đầu bằng câu nói: *“Anh em hãy sám hối vì nước trời đã đến gần”* (Mt 3,2). Quả đây là một việc làm rất cần thiết cho con người, vì họ phải sống trong một thế giới rất là tiến bộ khoa học. Vì thế, lời kêu gọi của Gioan hôm qua cũng như hôm nay và như vậy mãi mãi nếu như chúng ta muốn sống trong nước trời. Sám hối trở về là từ bỏ tình trạng tội lỗi để sống trong ơn nghĩa Chúa. Chúng ta hãy vui mừng để trở về bên Chúa là chính niềm hạnh phúc và là niềm vui đích thực của chúng ta.

3. Sống Lời Chúa: Ý thức mình là tội nhân

4. Cầu Nguyện: *Lạy Chúa, xin giúp con nhận ra bản thân con là tội nhân để con sớm trở về bên Chúa trong Mùa Vọng này. Amen.*

THỨ HAI: 05. 12. 2016

Lc 5, 17 - 26

1. Ghi nhớ: “Tôi truyền cho anh hãy đứng dậy, vác lấy giường của anh mà đi về nhà”. (Lc 5,24).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng hôm nay, tường thuật lại việc Đức Giêsu chữa lành và tha tội cho người bất toại một cách công khai trước đám đông dân chúng, nhằm để tỏ uy quyền công khai của Thiên Chúa qua Đức Giêsu: “ Tôi truyền cho anh ”... . Quả thật, quyền năng của Thiên Chúa được thể hiện qua Đức Giêsu qua việc người chữa bệnh. Mỗi người chúng ta muốn được Chúa chữa bệnh thì chúng ta cần đến quyền năng của Chúa cụ thể qua lời cầu nguyện, qua các bí tích, qua các công việc lành, việc thiện ... hãy tập cho mình có thói quen cầu nguyện trước và sau mỗi việc làm của mình. Ngõ hầu Thiên Chúa sẽ thực hiện quyền năng của Ngài trên chúng ta.

3. Sống lời Chúa: Kêu xin Chúa trong mọi lúc của cuộc đời.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn ý thức và sẵn sàng để con nhận ra ơn lành của Chúa trong đời sống của con. Amen*

THỨ BA: 06. 12. 2016

Mt 18, 12 – 14

1. Ghi nhớ: “Cũng vậy, Cha của anh em, Đấng ngự trên trời, không muốn cho một ai trong những kẻ bé mọn này phải hư mất”. (Mt 18,14).

2. Suy niệm: Dụ ngôn người mục tử tốt lành đi tìm con chiên, muốn nói về lòng thương xót của Thiên Chúa đối với con người, nhất là với tội nhân được Thiên Chúa tha thứ và đem trở về với lòng đầy yêu thương. Quả thật Thiên Chúa không muốn bất cứ một ai trong chúng ta phải hư nát. Chỉ vì Ngài yêu thương từng người trong chúng ta, Người luôn ân cần săn sóc mỗi người. Vì thế, chúng ta cần phải xác tín hơn nữa về lòng yêu thương của Chúa. Đó chính là động lực thúc đẩy chúng ta và cả tội nhân trở về với Thiên Chúa, từ đó khích lệ chúng ta nhiệt thành hơn khi đến với tội nhân và dễ dàng chấp nhận họ.

3. Sống lời Chúa: Hãy tha thứ cho anh em mình.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn ý thức và sẵn sàng để con đem yêu thương vào nơi oán thù, đem thứ tha vào nơi lăng nhục, đem an bình vào nơi tranh chấp, đem chân lý vào chốn lỗi lầm. Amen.*

THỨ TƯ: 07. 12. 2016

Mt 11, 28 - 30

1. Ghi nhớ: “Anh em hãy mang lấy ách của tôi và hãy học cùng tôi” (Mt 11,29).

2. Suy niệm: Đây là kiểu nói của Chúa Giêsu với các tư thầy tư tế Do thái ngày xưa. Nhằm nói với những ai làm lớn thì phải phục vụ (Hc 51,31; Is 55,1; Ca 9,5). Ách và gánh của Chúa Giêsu là đạo lý và Tin Mừng cho mọi người biết rằng theo Chúa là phải hoàn toàn tin, khiêm nhường, hiền lành. “ *Hãy học với tôi* ” Chúa mời gọi mọi người trong chúng ta hãy tin tưởng tuyệt đối vào Ngài. Vì thế, để sống trọn vẹn niềm tin ấy thì ta hãy noi gương Chúa sống khiêm nhường đối với Thiên Chúa và hiền lành đối với tha nhân. Và như vậy tâm hồn ta sẽ được nghỉ ngơi và bồi dưỡng, vì Ngài luôn bổ sức cho những ai biết chạy đến với Ngài.

3. Sống lời Chúa: tập sống Khiêm nhường và hiền lành

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết sống Khiêm nhường và hiền lành như chính Chúa đã dạy con. Amen*

THỨ NĂM: 08. 12. 2016
Lễ Đức Mẹ Vô Nhiễm Nguyên Tội
Lc 1, 26 - 38

1. Ghi nhớ: “Vâng tôi đây là nữ tỳ của Chúa, xin Chúa cứ làm cho tôi theo lời sứ thần nói”. (Lc 1,38).

2. Suy niệm: Trong bài Tin Mừng chúng ta thấy, Thiên Chúa đến với Đức Maria một cách đột ngột không giống như ông Dacaria. Rõ ràng Thiên Chúa nhập thể và nhập thể là lặn xả mình vào trong thân phận của con người, ở nhà của họ, sống với họ, đối thoại với họ. Ngài đi tìm những tâm hồn ở hang cùng ngõ hẻm để cứu độ con người. Cũng vậy, ơn Chúa ban cho mọi người, ở mọi nơi và mọi lúc chứ ơn Chúa không dành riêng cho bất kỳ một ai và ơn của Ngài không hạn hẹp nơi nào hoặc lúc nào. Mùa vọng giúp chúng ta tỉnh thức để đón Chúa, noi gương Mẹ, chúng ta cũng sống tâm tình phó thác, thiện chí để đón Chúa và chấp nhận mọi công việc Chúa trao ban bằng hai chữ “*xin vâng*”.

3. Sống lời Chúa : Hãy công tác vào công việc tông đồ.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho chúng con biết noi gương Mẹ Maria, biết sống khiêm nhường để Chúa có thể gọi con làm bất cứ việc gì vì con cũng là “nữ tỳ của Ngài” . Amen*

THỨ SÁU: 09. 12. 2016

Mt 11, 16 - 19

1. Ghi nhớ: “**Tôi phải ví thế hệ này với ai**”. (Mt 11,16).

2. Suy niệm: Đức Giêsu vừa khen ngợi Gioan Tẩy Giả xong, Ngài nghĩ ngay đến các luật sĩ, biệt phái và những kẻ cứng lòng tin: “ *Tôi phải ví thế hệ này với ai* ” . khi đặt tâm tình của chúng ta vào bầu khí mùa vọng, chúng ta được kêu mời dọn lòng đón Chúa bằng cách hoán cải đời sống, ăn năn sám hối, và quyết tâm trở về với Chúa trong vai trò là người con Chúa. Vì thế, chúng ta chỉ thuộc về Thiên Chúa khi chúng ta biết sống niềm tin, nghe lời Ngài và thực hành Lời Ngài trong cuộc sống.

3. Sống lời Chúa: Siêng năng tham dự thánh lễ mỗi ngày.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con ý thức rằng: tin có sự sống đời sau để con chuẩn bị cuộc sống đời này cho tốt đẹp trong mùa vọng này. Amen*

THỨ BẢY: 10. 12. 2016

Mt 17, 10 - 13

1. Ghi nhớ: “Con Người cũng sẽ phải đau khổ vì họ như thế” (Mt 17, 12).

2. Suy niệm: Chúa Giêsu giải thích cho các Tông đồ biết, vai trò của Elia đã được Gioan tẩy Giả đảm trách, nhưng những người Do Thái không công nhận và đã ngược đãi ông. Gioan làm chứng cho Đức Kitô thì cuối cùng cái chết vẫn bi thảm. Đó cũng như một lời tiên báo: “ *Con Người cũng sẽ phải đau khổ vì họ như thế* ” . Lời loan báo này giúp chúng ta hiểu được ý nghĩa và giá trị của những thói hư tật xấu xung quanh ta. Vì vậy, mùa vọng giúp chúng ta dọn lòng đón Chúa đến bằng việc ăn năn sám hối, thanh tẩy đời sống, chừa cải những tính hư tật xấu và nhất là sống tốt với mọi người xung quanh chúng ta.

3. Sống lời Chúa: Chu toàn bổn phận của mình.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con ý thức và chu toàn tốt công việc bổn phận của con trong cuộc sống hiện tại. Amen*

CHÚA NHẬT III MV: 11. 12. 2016

Mt 11, 2 – 11

1. Ghi nhớ: “Tuy nhiên kẻ nhỏ nhất trong nước trời còn cao trọng hơn ông Gioan Tẩy Giả” (Mt 11,11).

2. Suy niệm : Bài Tin Mừng chúng ta vừa nghe, Ngài muốn cho chúng ta thấy kẻ nhỏ nhất trong nước trời còn cao trọng hơn ông Gioan. Chúng ta thấy rằng, người Kitô hữu của chúng ta hơn Gioan. Bởi vì, Gioan sống vào thời kỳ chuẩn bị ơn cứu độ, con chúng ta đang sống ở thời kỳ thực hiện ơn cứu độ. Vì thế, chúng ta nhận ra rằng: nghe, hiểu, biết Tin Mừng chưa hẳn là đủ mà còn phải sống Tin Mừng trong cuộc sống thường ngày của chúng ta nữa. Điều này đòi hỏi chúng ta phải hết sức nhận nại hy sinh, kiên trì và nỗ lực không ngừng mỗi ngày.

3. Sống lời Chúa: Đem Lời Chúa cho mọi người xung quanh.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con nỗ lực mỗi ngày để con thanh tẩy đời sống con, chuẩn bị đón Chúa vào Mùa Giáng Sinh sắp tới. Amen*

THỨ HAI: 12. 12. 2016

Mt 21, 23 - 27

1. Ghi nhớ: “Tôi cũng vậy, tôi không nói cho các ông biết là tôi lấy quyền nào mà làm các điều ấy”. (Mt 21,27).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng cho ta thấy những người lãnh đạo Do thái tìm mọi cách để hại Đức Giêsu, họ căm ghét và tìm mọi cách để giết Ngài, nhưng chưa dám ra tay vì còn sợ dân chúng. Cũng vậy, khi chúng ta không có thiện chí đủ, hoặc thiếu khiêm nhường để thực thi lời dạy của Chúa chắc chắn chúng ta sẽ đi trong đêm tối của đức tin. Trong tâm tình của mùa vọng chúng ta hãy quyết lòng chạy đến với Chúa vì Ngài là Đấng cứu độ chúng, nên mỗi người hãy tỉnh thức để đón Chúa đến trong giây phút hiện tại và trong giờ sau hết của cuộc đời mình.

3. Sống lời Chúa: Sống khiêm nhường với mọi người.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con sẵn sàng chờ đợi Chúa đến dù bất cứ lúc nào trong cuộc sống của con. Amen*

THỨ BA: 13. 12. 2016

Mt 21, 28 - 32

1. Ghi nhớ: “Con không muốn đâu! “Nhưng sau nó hối hận nên lại đi”. (Mt 21,29).

2. Suy niệm: Thấy các nhà chức trách Do Thái tự kiêu, tự mãn và cố chấp không chịu tin vào Lời giảng của Gioan, nên Đức Giêsu đã dùng dụ ngôn để khiển trách và cảnh cáo họ. Vì thế, chúng ta là những Kitô hữu, ta biết đạo không chưa đủ mà còn phải sống đạo bằng những việc làm cụ thể như: nghe lời Chúa, thực hành Lời Chúa, yêu thương và giúp đỡ người khác. Mỗi người hãy tự vấn lương tâm của mình để thấy được mình là hình ảnh của người con nào? Người vâng lời mà không đi hay người không vâng lời mà đi? Người con tốt nhất là người con đi làm. Vậy tôi đang là người con nào đối với Thiên Chúa của tôi?

3. Sống lời Chúa : Đọc Kinh Thánh mỗi ngày.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết vâng nghe lời Chúa trong mọi biến cố của cuộc đời cho dù đó là biến cố con không vừa ý, nhưng con vẫn thực hiện vì đó là ý Chúa. Amen*

THỨ TƯ: 14. 12. 2016

Lc 7, 19 - 23

1. Ghi nhớ : “ **Hãy thuật lại cho Ông Gioan những điều mắt thấy tai nghe**” (Lc7, 22)

2. Suy Niệm : Sự hiện diện, lời nói và hành động của Chúa Giêsu trở nên dấu chỉ can thiệp của Thiên Chúa khiến dân chúng phải kinh ngạc. Sứ vụ của Đấng Mêsia đã được loan báo trong thời Cựu Ước và nay được thực hiện nơi Chúa Giêsu. Chúa Giêsu diễn tả lòng từ bi thương xót của Thiên Chúa đối với những người tàn tật, bất hạnh : kẻ què bước đi, kẻ điếc nghe được, người mù xem thấy, người chết sống lại và kẻ nghèo được nghe loan báo Tin Mừng. Đó là những ân huệ mà Thiên Chúa ban cho dân người trong thời Đấng Cứu Thế. Người tín hữu có bổn phận sống và làm chứng cho Chúa Kitô, Đấng Cứu Thế.

3. Sống Lời Chúa : Hãy Tín thác vào lòng thương xót của Chúa.

4. Cầu Nguyện : *Lạy Chúa, xin cho chúng con biết mở rộng tâm hồn để đón nhận ơn cứu chuộc và tình thương của Chúa. Amen.*

THỨ NĂM: 15. 12. 2016
Lc 7, 24 - 30

1. Ghi nhớ : “ Anh em đi xem gì trong hoang địa ?...Một ngôn sứ chăng ? Đúng thế đó, mà tôi nói cho anh em biết : đây còn hơn cả ngôn sứ nữa.”
(Lc7, 24-30)

2. Suy Niệm : Đức Kitô gọi Gioan Tẩy Giả “*còn hơn cả ngôn sứ nữa*”. Chẳng những ngài là Êlia xuất hiện để báo tin “Đấng phải đến” đã đến, nhưng ngài còn làm phép rửa cho Đức Kitô và giới thiệu đích danh : “*Đây Chiên Thiên Chúa, Đấng gánh tội trần gian*”. Khi chúng ta lãnh nhận Bí Tích Rửa Tội, Đức Kitô cũng trao cho bạn sứ vụ ngôn sứ đó. Và mỗi khi chúng ta ôm ấp Chúa Giêsu Thánh Thể trong lòng chúng ta, chúng ta được sai đi để loan báo cho mọi người rằng : “*Nước Thiên Chúa đã đến rồi trong lòng thế giới, trong lòng tôi*”, qua đời sống chứng nhân của chúng ta.

3. Sống Lời Chúa : Dành ít phút tâm sự với Chúa Giêsu Thánh Thể, đặc biệt sau khi rước lễ.

4. Cầu Nguyện : *Lạy Chúa, Chúa đã trao cho con sứ vụ ngôn sứ. Xin cho con trung thành làm chứng nhân của Chúa. Amen.*

THỨ SÁU: 16. 12. 2016
Ga 5, 33 - 36

1. Ghi nhớ : “Gioan là đèn cháy sáng, và các người đã vui mừng vì ánh sáng đó.” (Ga 5, 35)

2. Suy Niệm : Gioan ý thức sứ vụ của mình là “*tiếng kêu trong sa mạc*”, là “*dọn đường cho Đấng Cứu Thế đến*”, nên Ông đã thể hiện cuộc sống khó nghèo, chay tịnh, khiêm nhường. Chính lối sống này đã thu hút nhiều người đến nghe lời ông rao giảng và đón nhận phép rửa sám hối. Ví thế, Gioan được Chúa Giêsu công nhận là đèn cháy sáng. Mùa vọng mời gọi Kitô hữu, người đã đón nhận ánh sáng Chúa Kitô trong cuộc đời mình, hãy tỏa sáng nhân đức yêu thương cho người chung quanh, để mọi người vui mừng nhìn chúng ta sống tốt mà nhận biết Chúa Kitô.

3. Sống Lời Chúa : Lời nói, việc làm luôn tỏa sáng nét dễ thương và khiêm nhường phục vụ

4. Cầu Nguyện : *Lạy Chúa, xin cho con luôn biết tỏa sáng nét dịu hiền khiêm nhường của Chúa, qua lời nói và việc làm hằng ngày, để mọi người nhận ra ánh sáng tình yêu của Chúa trong con. Amen.*

THỨ BẢY: 17. 12. 2016

Mt 1, 1 - 17

1. Ghi nhớ: “**Từ tổ phụ Ápraham đến Vua Đavit là mười bốn đời**”. (Mt 1,17).

2. Suy niệm: Khi nghe gia phả Đức Giêsu, chúng ta thấy khi chọn con số 14 để chia gia phả làm ba giai đoạn bằng nhau, Matthêu gợi lên sự quan phòng kỳ diệu của Thiên Chúa. Số 3 và số 7 là hai con số đạo đức được coi là biểu tượng của sự hoàn chỉnh; 14 là hai lần 7; ba chuỗi 14 diễn tả sự đều đặn kỳ diệu trong lịch sử Ápraham đến Chúa Giêsu. Sau những hàng chữ khô khan của bản kê khai ấy, ta thấy được cả một lịch sử yêu thương của Thiên Chúa đối với dân người và đối với tất cả nhân loại. Hơn nữa, Đức Giêsu tuy sinh ra sau cùng nhưng Ngài lại đứng đầu. Điều này chứng tỏ Ngài là cùng đích của lịch sử, và như thế ơn cứu chuộc của Thiên Chúa chảy ra trên mọi dân tộc chứ không dành riêng cho một hạng người nào. Đây cũng là đặc điểm của Giáo hội Công giáo. Chúng ta hãy trung thành theo Chúa để hưởng ơn cứu chuộc của Chúa ban cho từng người chúng ta qua dòng lịch sử.

3. Sống lời Chúa: Hãy xác tín hơn mỗi khi nghe lời Chúa.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết tin tưởng và cậy trông vào Chúa để mỗi ngày con tin thác đời mình cho Chúa. Amen*

CHÚA NHẬT IV MV: 18. 12. 2016

Mt 1, 18 - 24

1. Ghi nhớ: “Bà sẽ sinh con trai và ông phải đặt tên cho con trẻ là Giêsu, vì chính Người sẽ cứu dân Người khỏi tội lỗi của họ”. (Mt 1, 21).

2. Suy niệm: Đức Giêsu là Thiên Chúa nhưng Người đã mượn cung lòng Đức Maria để nhập thể và nhập thể hầu có thể thi hành sứ vụ cứu độ ở trần gian. Qua đó, Chúa muốn Mẹ cùng cộng tác vào công trình cứu chuộc của Người. Vì thế, noi gương Mẹ với tư cách là con Thiên Chúa qua Bí tích rửa tội, là Kitô hữu thuộc về Chúa Kitô là thân thể và đền thờ của Chúa Thánh Thần, chúng ta hãy hiệp thông và cùng cộng tác với Hội thánh để loan báo Tin Mừng ở trần gian này.

3. Sống lời Chúa: Sống vâng phục ý Chúa

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con tin tưởng phó thác và vâng phục thánh ý Chúa cách đặt biệt và trọn vẹn trong cuộc sống mình. Amen*

THỨ HAI: 19. 12. 2016

Lc 1, 5 - 25

1. Ghi nhớ: “Chúa đã làm cho tôi như thế đó, khi Người thương cất nỗi khổ nhục tôi phải chịu trước mặt người đời”. (Lc 1,25).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng ghi lại câu chuyện sứ thần truyền tin cho Dacaria và bà Isave đã mang thai ông Gioan cách lạ lùng, là vị tiền hô của Đấng Cứu Thế. Niềm vui và hạnh phúc của bà Êlisabét: một bà mẹ son sẻ nhưng sinh con. Vấn đề son sẻ được đề cập rất nhiều trong Cựu Ước (St 16,12. 25,1. 39,31) (Tp13,2; 1Sm 1,5; Lc1,7) tất cả họ đều là những phụ nữ son sẻ, nhưng đã sinh con và những người con của họ đều là những người đã được Thiên Chúa chọn và dùng vào công trình vĩ đại của Người. Điều đó cho chúng ta thấy sự bất lực của con người lại tỏ bày quyền năng của Thiên Chúa trong công việc của Ngài. Vì thế, khi chúng ta biết nhìn nhận sự bất lực của mình để đặt niềm tin vào Thiên Chúa, thì chính là lúc chúng ta hạnh phúc khi ta thấy được quyền năng của Thiên Chúa thực hiện trên ta.

3. Sống lời Chúa: Hãy phó thác vào tình yêu Chúa .

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con nhận ra quyền năng của Ngài, để con luôn biết sống phó thác vào Chúa mãi mãi. Amen*

THỨ BA: 20. 12. 2016

Lc 1, 26 - 38

1. Ghi nhớ: “Vâng tôi đây là nữ tỳ của Chúa, xin Chúa cứ làm cho tôi theo lời sứ thần nói”. (Lc 1,38).

2. Suy niệm: Trong bài Tin Mừng chúng ta thấy, Thiên Chúa đến với Đức Maria một cách đột ngột và đích thân Người sai sứ thần đến không giống như ông Dacaria. Rõ ràng Thiên Chúa nhập thể và nhập thể là lăn xả mình vào trong thân phận của con người, ở nhà của họ, sống với họ, đối thoại với họ. Thiên Chúa đi tìm những tâm hồn ở hang cùng ngõ hẻm để cứu độ con người. Cũng vậy, ơn Chúa ban cho mọi người, ở mọi nơi và mọi lúc chứ ơn Chúa không dành riêng cho bất kỳ một ai và ơn của Ngài không hạn hẹp nơi nào hoặc lúc nào. Mùa vọng giúp chúng ta tỉnh thức để đón nhận ơn Chúa đến với ta trong mọi nơi, mọi lúc và mọi hoàn cảnh.

3. Sống lời Chúa : Lãnh nhận bí tích rửa tội sốt sắng hơn.

4. Cầu nguyện : *Lạy Chúa, xin cho con cảm nghiệm ơn Chúa gần gũi hơn nữa nhờ vậy chúng con tích cực và thiện chí hơn trong việc đón Chúa đến với con.
Amen*

THỨ TƯ: 21. 12. 2016

Lc 1, 39 - 45

1.Ghi nhớ: *“Em thật có phúc, vì đã tin rằng Chúa sẽ thực hiện những gì Người đã nói với em”* (Lc 1,45).

2.Suy niệm: Maria lên đường thăm viếng bà Isave. Một điều chắc chắn mà ai cũng có thể nhận ra mục đích của chuyến đi này không phải nhằm xác minh lời của Thiên Thần, vì nếu như nghi ngờ thì Mẹ đã không nhận lời mời gọi cộng tác của Thiên Chúa. Qua đó, chúng ta thấy được một đức tính cao đẹp nơi Mẹ Maria là biết quan tâm và sẵn sàng giúp đỡ người khác. Nét đẹp này phải chăng là kết quả của một niềm tin sâu sắc, một lòng trông cậy phó thác tuyệt đối vào Thiên Chúa. Chính cái nhìn đức tin giúp ta nhận ra sự hiện diện của Chúa nơi mọi người xung quanh, nhờ đó, ta sẵn sàng quảng đại dâng thân vì hạnh phúc cho nhân loại.

3.Sống Lời Chúa: Tập biết quan tâm giúp đỡ người khác.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con cảm nhận được cuộc sống vì con chỉ thực sự hạnh phúc khi con biết đặt niềm tin tưởng, phó thác vào Chúa. Amen.*

THỨ NĂM: 22. 12. 2016

Lc 1, 46 - 56

1. Ghi nhớ: “Linh hồn tôi ngợi khen Đức Chúa, thần trí tôi hớn hở vui mừng vì Thiên Chúa, Đấng cứu độ tôi”. (Lc 1,46-47).

2. Suy niệm: Đức Maria ca ngợi Đức Chúa qua bài Magnificat nhằm gói trọn tâm tình biết ơn, hiếu thảo và yêu mến của một thụ tạo thấp hèn đối với Thiên Chúa thật là cao cả. Phần chúng ta mỗi lần đến với Chúa, qua những việc đạo đức, chúng ta cần nhận mình là những người thấp hèn để khơi dậy niềm tin, cậy mến và tâm tình hân hoan hiếu thảo đối với Thiên Chúa là Đấng nhân lành và đầy tình thương xót. Mùa vọng cũng là lúc thuận tiện để chúng ta dọn mình và tập luyện cho mình một đời sống khó nghèo theo Tin Mừng và theo Đức Maria một tâm hồn đầy khiêm tốn.

3. Sống lời Chúa: Hãy sống khiêm tốn như Mẹ.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con nhận ra mình yếu hèn thấp kém, để con không con kiêu căng mà tạ ơn Chúa mỗi ngày trong cuộc sống. Amen*

THỨ SÁU: 23. 12. 2016

Lc 1, 57 - 66

1. Ghi nhớ: “Ông xin một tấm bảng nhỏ và viết: “Tên Cháu là Gioan” ai nấy đều ngỡ”. (Lc 1,63).

2. Suy niệm: Bài Tin mừng ghi lại việc Gioan tẩy giả sinh ra và chịu cắt bì để trình bày cho chúng ta về thân thể và sứ vụ tiền hô của ông. Qua câu chuyện đặt tên cho Gioan, chúng ta không thấy hai ông bà bàn với nhau để đặt tên cho con trẻ, nhưng cả hai đều muốn đặt tên cho con trẻ là Gioan. Lời sứ thần loan báo cho Dacaria đã được ứng nghiệm. Giúp chúng ta xác tín rằng: ở đâu có sự hiệp nhất vì danh Chúa thì ở đó có sự hiện diện của Chúa. Chúng ta cố gắng duy trì sự hiệp nhất này ngõ hầu làm chứng cho sự hiện diện của Chúa trong đời sống mỗi ngày của mình.

3. Sống lời Chúa : Hãy hiệp nhất và yêu thương nhau.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho chúng con biết mở lòng đón nhận tất cả mọi người để chúng con có thể sống hiệp nhất và yêu thương nhau. Amen*

THỨ BẢY: 24. 12. 2016

Lc 1, 67 – 79

1. Ghi nhớ : *“Bảy giờ, người cha của em, tức là ông Dacaria, được đầy Thánh Thần, liền nói tiên tri.”* (Lc 1,67)

2. Suy Niệm : Được đầy ơn Chúa Thánh Thần, ông Dacaria đã hát bài ca chúc tụng Thiên Chúa, loan báo rằng Con Thiên Chúa đến viếng thăm dân Người và mang ơn cứu độ cho họ. Tự khả năng riêng của con người, Dacaria và cả chúng ta, không ai có thể cầu nguyện và chúc tụng Thiên Chúa được. Thư Rôma đã xác định với chúng ta điều đó: *“Thần Khí giúp đỡ chúng ta là những kẻ yếu hèn, vì chúng ta không biết cầu nguyện thế nào cho phải; nhưng chính Thần Khí cầu thay nguyện giúp chúng ta, bằng những tiếng rên xiết khôn tả”* (Rm 8,26). Bởi đó, được ca ngợi Thiên Chúa là một hồng ân.

Sự kiện “Vàng Đông viếng thăm dân Ngai” mà ông Dacaria tán tụng đã xảy ra cách đây 2000 năm và cứ mỗi độ Giáng Sinh về, chúng ta lại tưởng niệm mầu nhiệm Ngôi Hai xuống thế làm người. Bầu khí của ngày chuẩn bị mừng lễ Chúa Giáng Sinh, cùng với những bài thánh ca, tạo nên một sắc thái đặc biệt khiến lòng người rộn lên niềm vui mong chờ ngày lễ Chúa Giáng Sinh. Thế nhưng, niềm vui phát xuất từ thăm sâu tâm hồn, làm cho tâm hồn mình như hoà quyện với bầu khí rộn rã khát mong Vàng Đông đến viếng thăm là thứ niềm vui từ trên ban cho. Niềm vui sâu xa tràn ngập tâm hồn và được bày tỏ qua hành động ấy chỉ được ban cho bạn qua tác động và phát xuất từ Chúa Thánh Thần.

3. Sống Lời Chúa : Cầu xin Chúa Thánh Thần mở trí mở lòng để chúng ta có thể ca ngợi Thiên Chúa qua mầu nhiệm Giáng Sinh.

4. Cầu nguyện: Hát kinh *Chúa Thánh Thần*.

CHÚA NHẬT THÁNH GIA: 25. 12. 2016
ĐẠI LỄ CHÚA GIÁNG SINH
Lc 2, 15 - 20

1. Ghi nhớ: *“Còn Bà Maria thì hằng ghi nhớ mọi kỷ niệm ấy, và suy đi nghĩ lại trong lòng” (Lc 2,19).*

2. Suy niệm: Việc Mẹ Maria suy đi nghĩ lại trong lòng: chứng tỏ Mẹ không hiểu ngay hết mọi ý nghĩa của việc Chúa làm. Vì thế, Mẹ cố gắng suy nghĩ, tìm hiểu để nắm bắt trọn vẹn ý nghĩa của mỗi sự kiện. Hãy noi gương Mẹ, luôn biết sống tinh thần cầu nguyện hầu tìm ra thánh ý Chúa và cộng tác trong chương trình của Người. Làm sao tôi biết được mình đang làm theo ý Chúa? Có phải là chu toàn bổn phận và luôn sống kết hợp với Chúa như Mẹ Maria.

3. Sống Lời Chúa: Tập nhìn mỗi biến cố trong đời bằng đôi mắt đức tin.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn biết học hỏi, tìm hiểu, và suy niệm trước khi quyết định mỗi một công việc, để thánh ý Chúa được thực hiện nơi con. Amen.*

THỨ HAI: 28. 12. 2015

Thánh Stêphanô

Mt 10, 17- 22

1.Ghi nhớ: *“Vì danh Thầy, anh em sẽ bị mọi người thù ghét, nhưng ai bền đỗ đến cùng, kẻ đó sẽ được cứu thoát”* (Mt 10,22).

2.Suy niệm: Khi đặt lễ kính thánh Stêphanô tử đạo liền sau lễ Giáng Sinh, Giáo hội có ý loan báo về con đường cứu thế của Chúa Giêsu. Thiên Chúa đã làm người để mang lại bình an cho nhân loại, như ánh sáng đã đến thế gian để xua tan bóng đêm của sự chết. Và con đường đi đến sự sống vĩnh cửu là con đường thập giá. Hơn ai hết, thánh Stêphanô đã sống điều này một cách triệt để khi dám đem cả mạng sống mình để minh chứng cho một niềm tin và chân lý. Còn chúng ta, vì lợi ích riêng, vì sợ thiệt thòi nên chúng ta thỉnh thoảng thay gì nói sự thật để làm chứng về Đức Kitô Con Thiên Chúa.

3.Sống Lời Chúa: Đời sống của chúng ta là một lời chứng hùng hồn về tình yêu và sự hiện diện của Thiên Chúa ở giữa nhân loại.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa! Xin cho con can đảm chấp nhận những thử thách và đau khổ trong cuộc đời, vì thập giá con đường dẫn đến ơn cứu độ. Amen.*

THỨ BA: 27. 12. 2016
Thánh Gioan Tông Đồ
Ga 20, 2 - 8

1.Ghi nhớ: *“Bấy giờ môn đệ kia, kẻ đã tới ngôi mộ trước, cũng theo vào. Ông đã thấy và ông đã tin”* (Ga 20).

2.Suy niệm: Truyền thông tin rằng thánh Gioan là môn đệ được Chúa Giêsu yêu mến, là người đã rao giảng tình yêu Thiên Chúa dành cho nhân loại qua Mầu Nhiệm Nhập Thể. Gioan đã cảm nghiệm sâu sắc về Chúa Giêsu và đã viết ra quyển Tin mừng thứ tư, sách Khải huyền và các thư. Do đâu mà Thánh nhân có cái nhìn sâu sắc thật sự về Đức Kitô vị Thầy chí thánh? Phải chăng ngài đã âm thầm gần gũi, gắn bó với Chúa, luôn để ý và giữ kín những điều Thầy mình dạy dỗ. Chính nhờ những kinh nghiệm về đời sống kết hợp mật thiết với Chúa nên ngài trở nên chứng nhân của niềm tin yêu vào Chúa Giêsu cho mọi người mọi thời. Mỗi khi nhìn vào hang đá, chúng ta thấy gì, tin gì? Chúa vẫn luôn hiện diện quanh ta, nhưng ta không để ý thì sẽ không gặp được Ngài.

3.Sống Lời Chúa: Tập sống gần gũi với Chúa qua việc tham dự Thánh Lễ và cầu nguyện để có lòng tin vững mạnh.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa! Xin cho con tin và nhận ra Chúa nơi máng cỏ bần hàn và giúp con sống triệt để niềm tin đó. Amen.*

THỨ TƯ : 28. 12. 2016

Các Thánh Anh Hài

Mt 2, 13 - 18

1.Ghi nhớ: *“Bấy giờ Hêrôđê thấy mình bị các nhà chiêm tinh đánh lừa, thì đùng đùng nổi giận, nên sai người đi giết tất cả các con trẻ ở Bêlem và toàn vùng phụ cận” (Mt 2,16).*

2.Suy niệm: Các Thánh Anh Hài là những trẻ thơ vô tội nhưng phải chết thay Hài nhi Giêsu. Trong cuộc sống thường ngày, chúng ta muốn tìm kiếm những việc cao cả để làm sáng danh Thiên Chúa. Qua các Thánh Anh Hài, dù là những trẻ con, nhưng các ngài vẫn có thể làm vinh danh Chúa, trong âm thầm, chịu bách hại. Không có việc nào hèn hạ mà chỉ có những tâm hồn hèn hạ. Dù là một việc nhỏ, nhưng nếu chúng ta làm với một tinh thần yêu mến, thì vẫn có giá trị trước mặt Thiên Chúa. Điều Chúa cần, không phải là làm bao nhiêu việc lớn hay việc nhỏ, mà là ở tình yêu và thiện chí của chúng ta khi làm việc đó.

3.Sông Lời Chúa: Tập dâng những hy sinh nhỏ nhặt hằng ngày vì yêu Chúa, đền bù tội lỗi và cứu các linh hồn.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa! Vì sự tàn nhẫn của con người mà các Thánh Anh Hài bị sát hại. Xin cho con luôn ý thức tội lỗi của con cũng liên lụy và ảnh hưởng đến người khác. Amen.*

THỨ NĂM : 29. 12. 2016

Lc 2, 22 – 35

1.Ghi nhớ: *“Muôn lạy Chúa, giờ đây theo lời Ngài đã hứa, xin để tôi tớ này được an bình ra đi. Vì chính mắt con được thấy ơn cứu độ Chúa đã dành sẵn cho muôn dân. Đó là ánh sáng soi đường cho dân ngoại, là vinh quang Israel dân Ngài”* (Lc 2,29-32).

2.Suy niệm: Tin Mừng hôm nay thuật lại niềm hân hoan vui sướng và tâm tình biết ơn sâu sắc của cụ già Simêon, vì được thấy Hài Nhi Giêsu, nguồn ơn cứu độ. Ông Simêon cảm thấy hạnh phúc trào dâng khi ẵm Chúa Giêsu vào lòng. Hạnh phúc đối với ông là những gì đơn sơ nhỏ bé, nhưng nó xuất phát từ Thiên Chúa. Sinh ra và lớn lên trong lòng Giáo hội, chúng ta được thừa hưởng biết bao hồng ân từ Thiên Chúa, nhưng ta có cảm nhận được chăng? Mỗi khi rước lễ, chúng ta có sung sướng như Simêon ẵm Chúa vào lòng không? Có bao giờ ta biết cảm ơn Chúa về đôi mắt, về đôi tay, về sự hiện diện của ta trên cõi đời này. Noi gương Simêon, chúng ta hãy luôn tạ ơn Chúa trong những gì bình dị nhất.

3.Sống Lời Chúa: Hãy biết cảm ơn Chúa mỗi khi được rước Chúa vào lòng.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa! Cuộc đời con được phủ đầy bởi hồng ân của Chúa. Xin cho con biết trân trọng tất cả những gì Chúa gởi đến. Amen.*

THỨ SÁU : 30. 12. 2016

Mt 2, 13 - 15. 19 - 23

1. Ghi nhớ: “ Ông liền chỗi dậy đưa Hài Nhi và mẹ Người về đất Israel ”. (Mt 2, 21)

2. Suy niệm: Để bảo vệ Hài Nhi Giêsu khỏi cái chết khi mới chào đời, Thánh Giuse và Mẹ Maria phải vượt qua gian nan vất vả vì sự bắt bớ của vua Hêrôđê. Quả thật, khi ở trần gian. Gia đình thánh gia không được hưởng cảnh êm đềm, thanh nhàn, mà phải chịu bao thử thách rất nặng nề ngay trong lúc Hài Nhi mới sinh. Chính Chúa muốn các Ngài phải gặp thử thách rất nặng nề để nêu gương cho chúng ta khi gặp gian nan. Vì thế, ta phải hết sức vui lòng chấp nhận như các ngài. Cho dù thử thách của chúng ta nhiều lúc phải đánh đổi mạng sống để giữ vững niềm tin trong đời sống làm con Chúa hầu mai ngày được hưởng hạnh phúc với Chúa muôn đời.

3. Sống lời Chúa: Kiên trì và chấp nhận khi gặp khó khăn.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho mọi gia đình chúng con biết chạy đến cùng các ngài trong mọi lúc, nhất là trong những lúc gian nan. Amen.*

THỨ BẢY : 31. 12. 2016

Ga 1, 1 - 18

1. Ghi nhớ: “ Ngồi Lờ đã trở nên người phàm và cư ngụ giữa chúng ta”. (Ga 1,14).

2. Suy niệm: Ngồi lờ đã trở nên “ *người phàm* ” , muốn nói lên nhân tính nơi Chúa Giêsu, và hình ảnh “ *ở với* ” làm cho chúng ta liên tưởng đến thời Cựu Ước Thiên Chúa đã ở chung với dân Do Thái trong nhà Xếp Xuất Hành (Xh 25,8. 29,45). Qua đó ta dễ dàng thấy được Thiên Chúa đã biểu lộ tình yêu bằng cách sống gần gũi với dân, Người đã hạ mình xuống với con người để cùng chia sẻ đời sống với con người. Ngày Đại Lễ Giáng Sinh mừng Con Chúa xuống thế làm người đã hơn hai ngàn năm, nhưng hôm nay với niềm tin của người Kitô hữu chúng ta vẫn gặp được Chúa Giêsu hiện diện giữa chúng ta cách vô hình trong Giáo Hội, qua Bí tích Thánh Thể, nhưng điều quan trọng là chúng ta có nhận biết Người để đến và đón Người không.

3. Sống lời Chúa: Hãy dọn mình đón Chúa mỗi ngày.

4. Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con nhận ra rằng: Chúa không chỉ đến với con trong ngày lễ Giáng Sinh hôm nay, mà còn đến với con mỗi ngày qua Bí Tích Thánh Thể. Amen*