



PHÚT SUY NIỆM

Tháng 2/2017

Ý cầu nguyện :

Cầu cho các kitô hữu biết tiếp đón những người đang gặp khó khăn : Xin cho tất cả những ai đang gặp khó khăn, cách riêng những người nghèo khổ, những người tỵ nạn hoặc bị gạt ra bên lề xã hội, được các cộng đoàn chúng ta tiếp đón và nâng đỡ.

THỨ TƯ - 01. 02.2017

Mc 6, 1 – 6

1.Ghi nhớ: *“Ông ta không phải là con bác thợ mộc, con bà Maria, và anh em của các ông Giacôbê, Gioxê, Giuđa và Simon sao? Và họ đã vấp ngã vì Người” (Mc 6,3).*

2.Suy niệm: Dân làng Nagiarét không tin Chúa Giêsu, vì họ biết quá rõ về gia thế tầm thường của Người, “chẳng có ngôn sứ nào được danh tiếng nơi quê hương mình”. Họ không tin vì thành kiến. Thành kiến đã làm cho họ phán đoán sai lệch. Đối với chúng ta, thành kiến có thể làm chúng ta mù quáng, nên nhận định và phán đoán thiếu khách quan. Bệnh thành kiến dễ làm cho con người đi đến thái độ phê phán, chỉ trích. Nó làm cho ta không nhìn thấy cái hay cái tốt nơi người.

3.Sống Lời Chúa: Tập nhận ra của Chúa trong người khác, không thành kiến.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn được cặp mắt tỉnh thức và cái nhìn chân thành để nhận ra sự hiện diện của Chúa, qua những dáng vẻ bình thường bên cạnh con. Amen.*

THỨ NĂM - 02. 02.2017
DÂNG CHÚA GIÊSU TRONG ĐỀN THÁNH (K)
Lc 2, 22 - 40 (Lễ Nén)

1.Ghi nhớ: *“Đó là ánh sáng soi đường cho dân ngoại, là vinh quang của Israel dân Ngài” (Lc 2,30).*

2.Suy niệm: Lời chúc tụng của cụ già Simêon là một nhắc nhở về lời loan báo của tiên tri Isaia: “Ta đã đặt người làm ánh sáng muôn dân”. Và chính Chúa Giêsu cũng từng tuyên bố: “Ta là ánh sáng thế gian”. Ánh sáng của Ngài đã chiếu giải cho những bí ẩn của cuộc sống con người. Nơi đâu ánh sáng của Chúa chiếu toả, nơi đó bóng đen của tội lỗi, của ích kỷ, của hận thù sẽ tan biến. Chính Chúa đã uỷ thác nhiệm vụ mang ánh sáng ấy cho Giáo hội và cụ thể là mỗi kitô hữu, “các con là ánh sáng thế gian”. Vậy, tôi phải làm gì để ánh sáng của Chúa Kitô có thể chiếu toả qua cuộc sống của tôi cho những người chung quang?

3.Sống Lời Chúa: Thà đốt lên một ngọn nến, còn hơn ngồi đó mà nguyên rửa bóng tối.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết chiếu toả ánh sáng tình yêu Chúa, qua cuộc sống gương mẫu và phục vụ quên mình, nhờ đó vinh quang Chúa càng tỏ hiện cho mọi người. Amen.*

THỨ SÁU - 03. 02.2017

Mc 6, 14 - 29

1.Ghi nhớ: *“Thật vậy, vua Hêrôđê nể sợ Gioan, vì biết ông là người công chính thánh thiện” (Mc 6,20).*

2.Suy niệm: Dù biết ông Gioan là người công chính và muốn che chở cho Gioan, nhưng Hêrôđê đã mềm lòng trước quyền rũ của sắc đẹp, ông đã giết người vô tội. Hình ảnh Hêrôđê cũng chính là hình ảnh của những con người nhu nhược trước tiếng nói của lương tâm. Con người ấy rất dễ có trong chúng ta. Khi những đam mê sắc dục và danh vọng làm lu mờ lý trí và lương tâm, thì người ta bất cần những lời khuyên nhủ và sự cảnh giác của người khác. Từ đó sinh ra đố kỵ, ganh tị, oán thù và nhiều việc gian ác...

3.Sống Lời Chúa: Noi gương Gioan để luôn biết sống cách can đảm trước sự thật.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin hoán cải tâm hồn con mỗi khi con xúc phạm đến Chúa và anh em con. Xin cho con biết lắng nghe và thực hành điều lương tâm chỉ dạy. Amen.*

THỨ BẢY - 04. 02.2017

Mc 6, 30 – 34

1.Ghi nhớ: *“Anh em hãy lánh riêng ra đến nơi thanh vắng mà nghỉ ngơi đôi chút” (Mc 6,31).*

2.Suy niệm: Phải đặt mình vào hoàn cảnh của người khác, chúng ta mới có thể hiểu và cảm thông với họ. Đó là bài học mà chúng ta rút lấy từ cuộc đời của Chúa Giêsu để sống và ứng xử như Chúa. Chúa thấy các tông đồ mệt nhọc, cần phải được bồi dưỡng nghỉ ngơi, đó là điều cần thiết. Chúa quan tâm đến nhu cầu của con người hơn là nhu cầu của công việc. Đây cũng là mẫu gương cho những người có trách nhiệm đối với những người cộng tác của mình. Cần thiết có sự hài hoà giữa làm việc và nghỉ ngơi, giữa hoạt động và cầu nguyện.

3.Sống Lời Chúa: Sống quan tâm đến người khác; sống hài hoà giữa làm việc, nghỉ ngơi và cầu nguyện.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn biết dành thời gian để chu toàn bốn phần cầu nguyện, dẫu cho hôm nay cuộc sống đầy bề bộn và những lao nhọc. Amen.*

CHÚA NHẬT - 05. 02.2017
CHÚA NHẬT THỨ V TN
Mt 5, 13 – 16

1.Ghi nhớ: *“Chính anh em là muối cho đời, là ánh sáng cho trần gian” (Mt 5,13.14).*

2.Suy niệm: Muối và ánh sáng là hai hình ảnh Chúa dùng để nói lên vai trò chứng tá của người kitô hữu giữa nhân loại. Là muối ướp cho mặn, chúng ta có bổn phận giữ cho môi trường sống không bị hư thối, băng hoại. Là ánh sáng chiếu soi u tối, chúng ta có bổn phận soi dẫn cho người chung quanh khỏi lầm lạc, biết đường trở về với Thiên Chúa; toả sáng Tin Mừng Chúa qua lối sống của mình. “Hữu xạ tự nhiên hương”. Đời sống tốt lành của người Kitô hữu ảnh hưởng đến những người khác. Cách sống tốt của mỗi người là bài giảng hay nhất. “Ngày nay người ta thích nghe các chứng nhân hơn các bậc thầy” (ĐGH Phaolô VI).

3.Sống Lời Chúa: Dấn thân trong các công tác xã hội; nhiệt thành phục vụ lợi ích chung.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, nếu con không thể là ngôi sao sáng thì xin được là ánh lửa non cao. Nếu không thể là ánh lửa non cao, thì xin cho con được làm ánh nến toả sáng trong gia đình (theo L. Elliot). Amen.*

THỨ HAI - 06. 02.2017

Mc 6, 53 – 56

1.Ghi nhớ: *“Người đi tới đâu, vào làng mạc, thành thị hay thôn xóm nào, người ta cũng đặt những kẻ ốm đau ở ngoài đường ngoài chợ...” (Mc 6,56).*

2.Suy niệm: Đoạn Tin mừng này cho thấy tính cách phổ quát của ơn cứu độ: Chúa ban ơn cho cả lương dân khi họ đến với Người để xin chữa bệnh. Sự hẹp hòi, ích kỷ và phân biệt không phải là tinh thần của Chúa Giêsu. Với tinh thần của Chúa Giêsu, người kitô hữu hãy rung động trước những đau khổ của anh em đồng loại. Vì chúng ta không đón nhận tình yêu của Chúa cho riêng mình, mà còn phải biết chia sẻ tình yêu đó cho người khác bằng sự quan tâm giúp đỡ, nhờ đó mà những khổ đau nơi các tâm hồn được xoa dịu và chữa lành.

3.Sống Lời Chúa: Thương giúp đỡ và chia sẻ với mọi người.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con trở nên cánh tay nối dài của Chúa, để mọi người có thể chạm đến tình thương và quyền năng của Chúa. Amen.*

THỨ BA - 07. 02.2017

Mc 7, 1 – 13

1.Ghi nhớ: *“Thế là các ông lấy truyền thống của các ông mà truyền lại cho nhau mà huỷ bỏ Lời Thiên Chúa” (Mc 7,13).*

2.Suy niệm: Mặc dù tôn trọng lề luật, nhưng Chúa Giêsu cực lực phê phán lối sống đạo bề ngoài của người Pharisêu. Lời Chúa hôm nay mời gọi chúng ta nhìn lại đời sống đạo của mình, đừng để cho những thói quen tập tục giết chết tinh thần của Lời Chúa, đừng chăm chú cái bên ngoài mà quên cái bên trong là thanh tẩy tâm hồn, đừng cặn kẽ giữ luật mà thiếu bác ái với mọi người. Thiên Chúa không chê bỏ những việc đạo đức như đọc kinh, dâng lễ, cầu nguyện... nhưng những việc đó chỉ thật sự có giá trị, khi chúng phát xuất từ tấm lòng yêu mến chân thành.

3.Sống Lời Chúa: Tránh thói đạo đức bề ngoài, nhưng sống chân thành yêu thương.

4.Cầu Nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con luôn thật lòng với Chúa và với chính mình, để lo hoán cải sửa đổi bên trong hơn là chuộng hình thức bên ngoài. Amen.*

THỨ TƯ - 08. 02.2017

Mc 7, 14 - 23

1.Ghi nhớ: *“Không có cái gì từ bên ngoài vào trong con người lại có thể làm cho con người ra ô uế được, nhưng chính từ cái con người xuất ra” (Mc 7,15).*

2.Suy niệm: Mọi sự Chúa tạo dựng cho con người đều tốt đẹp, nhưng tội lỗi đã xâm nhập vào cõi lòng của con người, mới xuất ra cái xấu xa đê hèn. Chúa nói rõ: điều làm cho con người ra dơ bẩn không phải từ bên ngoài vào, nhưng là từ những ý định xấu xa bên trong. Chúa đã liệt kê mười hai thứ tội để minh chứng. Thử hỏi, đã bao lần chúng ta đến với Chúa trong bộ dạng sạch sẽ, bảnh bao, nhưng với một tâm hồn tạt nguyên, chất đầy sự thâm độc và những thói hư tật xấu ? Hãy thanh tẩy tâm hồn trước, thì mọi sự mới trở nên thanh sạch.

3.Sống Lời Chúa: Hãy nhớ “xanh vỏ đỏ lòng”, còn hơn là “tốt mã rã đám”.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cất khỏi con cái vỏ của hình thức là vết xấu của tự ái, kiêu căng, ích kỷ hận thù... để quay về với bên trong tâm hồn là lòng yêu mến và sự thánh thiện. Amen.*

THỨ NĂM - 09. 02.2017

Mc 7, 24 - 30

1.Ghi nhớ: *“Một người đàn bà có đưa con gái nhỏ bị quỷ ám, vừa nghe nói đến Người liền sắp mình dưới chân Người” (Mc 7,25).*

2.Suy niệm: Thái độ của người đàn bà này, quả là thái độ của một người có đức tin khiêm tốn và mạnh mẽ. Khiêm tốn khi nhận mình là bất xứng, nên tin tưởng sụp lạy, van xin. Mạnh mẽ là không nản lòng dù bị khinh bỉ, chối từ. Như thế, người có đức tin đích thực là không bỏ cuộc ngay cả khi ơn Chúa còn ẩn giấu. Qua đức tin của người đàn bà này, chúng ta được khích lệ để luôn biết kiên trì và trung thành trong cầu nguyện.

3.Sống Lời Chúa: Cầu nguyện cho anh em lương dân vì họ cũng “được hưởng ơn cứu rỗi”.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, còn rất nhiều người chưa tin nhận Chúa. Xin cho con luôn trở nên dấu chỉ của tình thương Chúa, nhờ đó mà mọi người nhận ra Chúa là Đấng yêu thương. Amen.*

THỨ SÁU - 10. 02.2017

Mc 7, 31 - 37

1.Ghi nhớ: *“Ông ấy làm việc gì cũng tốt đẹp cả: ông làm cho kẻ điếc nghe được và người câm nói được”*(Mc 7,37).

2.Suy niệm: Chúa không làm phép lạ theo ý muốn của con người, không làm theo đơn đặt hàng. Chúa không làm phép lạ để con người tin, nhưng Ngài ban đức tin để con người nhận ra các phép lạ. Khi thực hiện những phép lạ, trước hết Chúa muốn mang lại niềm hy vọng cơ bản của con người: được sức khỏe, được chữa lành bệnh tật, đó là niềm hạnh phúc của cuộc sống. Đồng thời Chúa cũng tỏ ra chính Ngài cho chúng ta: Ngài là Đấng có quyền phép chữa lành mọi bệnh tật; là Đấng duy nhất cứu rỗi của nhân loại. Ngày nay, Chúa mời gọi từng người cộng tác với Chúa để cứu chữa mọi tật bệnh xác hồn của anh chị em.

3.Sống Lời Chúa: Mở rộng con tim và vòng tay với anh chị em đau khổ vì bệnh tật.

4.Cầu nguyện: *Xin Chúa ban cho con lòng tin, để con có thể cảm nhận được muôn vàn phép lạ mà Chúa không ngừng thực hiện trong cuộc sống của con. Amen.*

THỨ BẢY - 11. 02.2017

Ga 2, 1 - 11

1.Ghi nhớ: *Khi thấy thiếu rượu, thân mẫu Đức Giêsu nói với Người: “Họ hết rượu rồi”. Đức Giêsu đáp: “Thưa bà, chuyện đó can gì đến bà và con? Giờ con chưa đến”. (Ga 2,3-5).*

2.Suy niệm: Phúc âm rất ít ghi lại lời nói của Mẹ Maria. Thật là quý báu khi Mẹ thốt lên: “Họ hết rượu rồi”... Có bao nhiêu người dự tiệc hôm ấy nghe thấy được chuyện này? Vốn tế nhị, Mẹ thấy trước nỗi khổ của đôi tân hôn và gia đình của họ. Ai sẽ giúp họ để duy trì ngày vui, ngày trọng đại nhất đời? Mẹ đã thấy, Mẹ đã mở lời van xin và phép lạ được diễn ra. Thấy trước, đó chính là nét đặc trưng của lòng bác ái: hãy nghĩ đến người nhu cầu của người bên cạnh hơn chính mình. Noi gương Mẹ Maria để từ nay trong lời cầu nguyện của mình, tôi vẫn không quên nhu cầu của những người đang chờ lời cầu nguyện và sự giúp đỡ của tôi.

3.Sống Lời Chúa: Tôi ý thức vai trò đặc biệt của Mẹ Maria trong đời sống thiêng liêng của tôi.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin ban cho con có được cái nhìn yêu thương và tế nhị như Mẹ Maria, để con có thể thấy được nhu cầu cấp thiết của anh em con. Amen.*

CHÚA NHẬT - 12. 02.2017
CHÚA NHẬT THỨ VI TN
Mt 5, 17 - 37

(Mt 5:20-26: BSTM: tr 39 - 40)

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 HAI -13.02.2017

Mc 8, 11 – 13

1.Ghi nhớ: *“Những người Pharisiêu kéo ra và bắt đầu tranh luận với Đức Giêsu, họ đòi một dấu lạ từ trời để thử Người” (Mc 8,11).*

2.Suy niệm: Những người Biệt phái yêu cầu Chúa cho xem phép lạ từ trời. Lời yêu cầu này cho thấy họ cố chấp không chịu tin vào Chúa, dù Chúa đã làm rất nhiều phép lạ: trừ quỷ, chữa bệnh, cho kẻ chết sống lại... Sống giữa những kẻ cứng lòng tin, Chúa cũng phải đương đầu với họ. Ngày hôm nay, sống trong một xã hội đầy sự cạnh tranh, ham danh ham lợi, chúng ta cũng phải chịu nhiều áp lực của những lời chê bai, gièm pha, chỉ trích. Khi ấy chúng ta nên nhớ lại câu chuyện của Chúa và nguyện xin ơn nâng đỡ.

3.Sống Lời Chúa: Phải luôn biết sống khiêm tốn, đơn sơ và tin tưởng để không trở thành nạn nhân cho sự hơn thua.

4.Cầu nguyện: *Lạy chúa, xin mở mắt đức tin cho con. Để con có thể thấy và ngạc nhiên trước những dấu lạ của Chúa đang không ngừng hoạt động. Amen.*

THỨ BA - 14. 02.2017

Mc 8, 14 – 21

1.Ghi nhớ: *Người răn bảo các ông: “Anh em phải coi chừng, phải đề phòng men Pharisêu và men Hêrôđê” (Mc 8,15).*

2.Suy niệm: “Men” được coi như yếu tố gây nên tình trạng biến chất. Chúa Giêsu khiển trách các môn đệ vì sự ngu muội và chậm tin của các ông; đồng thời Chúa cảnh giác các ông khỏi lây nhiễm “men Biệt phái và men Hêrôđê”. Đó là những thái độ ngoan cố của Biệt Phái và thái độ lầm lạc của Hêrôđê. Ngày nay, Lời Chúa cũng cảnh tỉnh chúng ta đừng bị lây nhiễm thói xấu thời nay, như tự do luyến ái, thụ hưởng, các tệ nạn xã hội, ngừa thai, phá thai . . .

3.Sống Lời Chúa: Bậc cha mẹ hãy đề phòng con cái mình khỏi lây nhiễm những thói xấu đang diễn ra chung quanh.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con biết dùng mắt để thấy, dùng tai để nghe và dùng trí để hiểu ý nghĩa của Lời Chúa. Amen.*

THỨ TƯ - 15. 02. 2017

Mc 8, 22 – 26

1.Ghi nhớ: *“Đức Giêsu và các môn đệ đến Betsaida. Người ta dẫn một người mù đến và xin Đức Giêsu sờ vào anh ta” (Mc 8, 22).*

2.Suy niệm: Người mù thì không thấy rõ đường đi, không định hướng dễ dàng và cũng không nhận diện được kẻ khác. Anh mù trong đoạn Tin mừng cần có bàn tay chỉ đường để gặp Chúa Giêsu và xin Ngài cứu chữa. Gặp Chúa Giêsu rồi, Ngài mới thực hiện từng giai đoạn để chữa lành cho anh. Nhìn cách thế Chúa chữa bệnh mù, chúng ta nhận ra, để chữa lành bệnh mù đức tin nơi chúng ta, Chúa cũng gởi đến nhiều □bàn tay□ hướng dẫn, nhiều dấu chỉ, cùng rất nhiều ơn Chúa, để soi sáng và củng cố cho chúng ta. Vì thế chúng ta cần tỉnh thức để cộng tác và đón nhận.

3.Sống Lời Chúa: Luôn tâm niệm trong cuộc sống mỗi biến cố là một bài học, mỗi hướng dẫn là một tia sáng.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cầm tay dẫn dắt con trên con đường tin yêu và phó thác. Amen.*

THỨ NĂM - 16. 02.2017

Mc 8, 27 – 33

1.Ghi nhớ: *Người lại hỏi các ông: “Còn anh em, anh em bảo Thầy là ai?” Ông Phêrô trả lời: “Thầy là Đức Kitô” (Mc 8,29).*

2.Suy niệm: Dù được chứng kiến các phép lạ và nghe lời dạy, những người đương thời vẫn chưa nhận ra Chúa Giêsu là ai! Còn ông Phêrô nhân danh các môn đệ, tuyên xưng Người là Đấng thiên sai. Như thế, để hiểu biết về Chúa, chúng ta cần phải có cảm nhận thâm sâu tình yêu của Chúa Giêsu đối với bản thân, từ đó, chúng ta mới có thể trả lời câu hỏi: Chúa là ai? Không phải bằng những câu định nghĩa, mà bằng một đời sống đức tin đi đôi với hành động. Tự hỏi: “Tôi có sống như tôi tin không?”

3.Sống Lời Chúa: Một đời sống tốt đẹp và thánh thiện, sẽ giúp tôi trả lời với mọi người, tôi tin vào ai.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con thực sự trở nên người kitô hữu xứng với danh gọi của mình. Amen.*

THỨ SÁU - 17.02.2017

Mc 8, 34; 9, 1

1.Ghi nhớ: Rồi Người nói với họ rằng: “Ai muốn theo tôi, phải từ bỏ chính mình, vác thập giá mình mà theo” (Mc 8,34).

2.Suy niệm: Vác thập giá mình: nghĩa là phải chấp nhận mọi thử thách, đau khổ, mất mát, thiệt thòi nơi bản thân, để duy trì lòng thành với Chúa. Đây cũng là điều kiện để tiến bước trên đường tin yêu theo Chúa. Chúa rất tôn trọng tự do của con người, nếu “Ai muốn” thì bước theo, không bị ép buộc. Mang danh là người theo Chúa trong ơn gọi Kitô hữu, chúng ta đã sống lời mời gọi của Chúa như thế nào? Những gì tôi phải vác lấy để theo Chúa mỗi ngày?

3.Sống Lời Chúa: Không lánh nặng tìm nhẹ, nhưng cố gắng chu toàn bổn phận.

4.Cầu nguyện: Lạy Chúa, mỗi khi phải chấp nhận những thực tế khó khăn phũ phàng không thể thay đổi hay phải cố gắng từ bỏ. Xin cho con biết nhìn lên Chúa trên thập giá để con được Chúa nâng đỡ. Amen.

THỨ BẢY - 18.02.2017

Mc 9, 2 - 13

1.Ghi nhớ: *Có một đám mây bao phủ các ông. Và từ trong đám mây, có tiếng phán rằng: “Đây là Con Ta yêu dấu, hãy vâng nghe lời Người” (Mc 9,7).*

2.Suy niệm: Trong cuộc biến hình này, Chúa cho các môn đệ thấy chút vinh quang Thiên Chúa nơi Chúa Con, và căn dặn các ông phải nghe lời Chúa Con, vì Người sẽ loan báo về cuộc khổ nạn của Người. Điều này nhắc nhở chúng ta nếu tin vào Chúa Giêsu, thì hãy đón nhận giáo huấn của Chúa, khi thuận cũng như khi nghịch, khi dễ cũng như khi khó, khi được khích lệ cũng như khi phải nỗ lực cố gắng hy sinh. Lời giới thiệu của Chúa Cha cũng là nhằm khích lệ chúng ta vững tin vào Chúa Giêsu và vâng giữ Lời Chúa.

3.Sống Lời Chúa: Tham dự thánh lễ và rước lễ sốt sắng là tin nhận Chúa Giêsu đang biến hình trước chúng ta.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, ngày hôm nay Chúa vẫn luôn biến hình trong những người nghèo đói, bệnh tật, già nua... Xin cho con luôn được gặp thấy Chúa. Amen.*

CHÚA NHẬT - 19.02.2017
CHÚA NHẬT THỨ VII TN
Mt 5, 38 – 48

(Mt 5:43-48: BSTM: tr 41 - 42)

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 yếu 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.*

THỨ HAI - 20. 02.2017

Mc 9, 14 – 29

1.Ghi nhớ: *“Nhưng nếu Thầy có thể làm được gì, thì xin chạnh lòng thương mà cứu giúp chúng tôi”. Đức Giêsu nói với ông ta: “Sao lại nói: nếu thầy có thể? Cái gì cũng có thể đối với người có lòng tin” (Mc 9,22-23).*

2.Suy niệm: Lời nói khiển trách của Chúa Giêsu đối với người cha em bé, vừa có tác dụng đòi hỏi niềm tin vừa tỏ bày quyền năng của Chúa. Nhưng rồi Người đã thực hiện sự cứu chữa, điều này nói lên tình thương cứu độ của Chúa. Thiên Chúa thấu suốt những đau khổ đáng thương của chúng ta. Chỉ cần chúng ta tin vào Người thì người sẽ cứu giúp. Noi gương người cha trong đoạn Tin mừng này, chúng ta hãy mau chạy đến với Chúa khi cuộc sống gặp phải những cảnh khốn khó nguy nan.

3.Sống Lời Chúa: Với những khó khăn vướng mắc trong cuộc sống, tôi không chỉ dùng những phương thế tự nhiên để giải quyết mà còn nhờ ơn Chúa.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin nâng đỡ lòng tin yếu kém của con. Amen.*

THỨ BA - 21. 02.2017

Mc 9, 30 – 37

1.Ghi nhớ: Rồi Đức Giêsu ngồi xuống, gọi nhóm Mười Hai lại và nói: “Ai muốn làm người đứng đầu, thì phải làm người rốt hết, và làm người phục vụ mọi người” (Mc 9,35).

2.Suy niệm: Trong cuộc sống có thể không biết bao nhiêu lần ta mang tâm trạng như các tông đồ: Ai là người lớn nhất? Ai sẽ là người lãnh đạo? Trả lời cho câu hỏi này thì không gì khác hơn là thể hiện cái tôi đầy tham vọng thống trị. Lời Chúa dạy hôm nay như một nghịch lý: “Ai muốn làm người đứng đầu, thì phải làm người rốt hết và làm người phục vụ mọi người”. Chúa Kitô đã là người phục vụ, và tất cả chúng ta cũng được kêu gọi để trở thành người phục vụ: phục vụ gia đình, phục vụ cộng đồng và xã hội.

3.Sống Lời Chúa: Cố gắng sống khiêm nhường phục vụ, càng phục vụ càng giống Chúa Giêsu.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin giúp con loại bỏ những hành vi cạnh tranh, ganh tị, so bì, danh vọng và lợi lộc... Để con trở thành những người tôi tớ hết lòng phục vụ Chúa và anh em. Amen.*

THỨ TƯ - 22. 02.2017

Mt 16, 13 - 19

1.Ghi nhớ: *“Anh là Phêrô, nghĩa là Tảng đá, trên tảng đá này, Thầy sẽ xây Hội Thánh của Thầy, và quyền lực tử thần sẽ không thắng nổi” (Mt 16,18).*

2.Suy niệm: Thánh Phêrô và thánh Phaolô đều tử đạo tại Rôma: Phêrô tử đạo dưới thời hoàng đế Nêrô khoảng năm 64-67; Phalolô tử đạo năm 67. Gương sống của các ngài dạy ta: muốn làm tông đồ cho Chúa, không những phải biết thông thạo về giáo lý của Chúa mà còn phải xác tín về Chúa, để có thể truyền đạt về Chúa cách vững chắc. Hai thánh Tông đồ tuy khác nhau về tính tình, trình độ, khuynh hướng, nhưng cùng giống nhau ở chỗ: cả hai đều là Tông đồ, do một Đấng kêu gọi là Đức Giêsu, cùng chia sẻ một ưu tư là xây dựng Hội Thánh trần thế. Điều này giúp chúng ta cùng chung sức, mỗi người mỗi cách, góp phần xây dựng Hội Thánh Chúa.

3.Sống Lời Chúa: Nhìn nhận những yếu đuối của chúng ta, để trông cậy vào sức mạnh của ơn Chúa.

4.Cầu nguyện: *Xin hai thánh Tông đồ Phêrô và Phaolô cầu bầu cho các tín hữu biết tích cực góp phần xây dựng Hội Thánh trần gian và mở rộng Nước Chúa. Amen.*

THỨ NĂM - 23. 02.2017

Mc 9, 41 - 50

1.Ghi nhớ: *“Ai làm cớ cho một trong kẻ bé mọn đang tin đây phải sa ngã, thì thà buộc cột đá lớn vào cổ nó mà ném xuống biển còn hơn” (Mc 9,42).*

2.Suy niệm: Những kẻ bé mọn đây là: trẻ em, người tân tòng, người nguội lạnh, yếu về giáo lý □ Những hành vi, lời nói, việc làm của chúng ta, nếu là cớ gây cho họ bị sa sút về lòng đạo, kém đức tin và phạm tội, đều là những gương xấu đáng chịu hình phạt nặng nề như bị cột cột đá mà ném xuống biển. Điều này nhắc nhở chúng ta phải tránh những gương xấu và gia tăng những gương sáng, để nâng cao đức tin cho mọi người.

3.Sống Lời Chúa: Hãy tập một nhân đức cụ thể để sửa mình.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con là kitô hữu luôn sống xứng danh là con Chúa và anh em của tất cả mọi người. Amen.*

THỨ SÁU - 24.02.2017

Mc 10, 1 - 12

1.Ghi nhớ: *“Sự gì Thiên Chúa phối hợp, loài người không được phân ly” (Mc 10, 9).*

2.Suy niệm: Chúa Giêsu đã khẳng định tính cách bền vững của hôn nhân. Từ ban đầu, Thiên Chúa đã tạo dựng nên một nam một nữ và đã phối hợp thành một tổ ấm mà không gì có thể chia lìa. Chính sự trung tín trong tình yêu hôn nhân là động lực đảm bảo cho hạnh phúc gia đình. Nhưng đời sống hôn nhân không thể không có những “vấn đề”, và khi có những vấn đề bạn thường ứng phó như thế nào? Có nhớ chạy đến với Chúa để dâng cho Ngài những “vấn đề” ấy không?

3.Sống Lời Chúa: Hoà thuận yêu thương; trên thuận dưới hoà.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho mọi người luôn ý thức rằng: gia đình là trường học đầu tiên, nơi đó con người được học hai tiếng yêu thương. Amen.*

THỨ BẢY - 25.02.2017

Mc 10, 13 – 16

1.Ghi nhớ: *“Thầy bảo thật anh em: Ai không đón nhận Nước Thiên Chúa như một trẻ em, thì sẽ chẳng được vào” (Mc 10,15).*

2.Suy niệm: Ngược lại với quan niệm khinh trẻ mà người lớn hay có, Chúa đã đề cao trẻ em như một kiểu mẫu trong việc đón nhận Nước Trời. Vậy thì đâu là cách trẻ em đón nhận? Đó chính là sự đơn sơ, trong sự đơn sơ ấy mà trẻ thơ đón nhận tất cả như một quyền lợi (vì chúng chưa làm được gì cả). Sự đơn sơ đó còn được ẩn chứa ý thức mình yếu kém và lệ thuộc. Vậy sống theo tinh thần trẻ thơ, Chúa muốn ta phải biết sẵn sàng đón nhận ân sủng và tình thương của Chúa.

3.Sống Lời Chúa: Yêu mến trẻ thơ và sống thơ trẻ.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin thương soi sáng cho các cha mẹ được biết nhận ra tình yêu thương của Chúa ấp ủ trong các gia đình, để nhờ đó mà dẫn đưa con cái họ đến với Chúa. Amen.*

CHÚA NHẬT: 26. 02.2017
CHÚA NHẬT VIII TN
Mt 6, 24 - 34

1. Ghi nhớ: “ *Anh em đừng lo lắng về ngày mai, cứ để ngày mai lo. Ngày nào có cái khổ của ngày ấy*” (Mt 6,34).

2. Suy niệm : Bài Tin Mừng hôm nay Chúa Giêsu dạy chúng ta đừng quá lo lắng về những nhu cầu của cuộc sống thân xác (của ăn, áo mặc, tuổi thọ...). Tất cả những thứ cần ấy Chúa đã lo cho chúng ta vì Người là Đấng tốt lành và biết tất cả mọi nhu cầu của chúng ta. Người lại là Cha của chúng ta nên không để cho chúng ta phải thiếu thốn. Noi gương Chúa Giêsu, ta cần phải trông cậy vào sự quan phòng của Ngài. Đồng thời nghèo của cải vật chất khiến bạn nên giống Chúa Giêsu Kitô, Con Thiên Chúa: “... **đã hoàn toàn trút bỏ vinh quang mặc lấy thân nô lệ**” (Pl2,7) và tinh thần nghèo khó theo gương mẫu của Đức Maria.

3. Sống Lời Chúa : Tin tưởng vào Chúa Quang phòng.

4. Cầu Nguyện : *Lạy Chúa Giêsu, con mãi lo tính toán cho tương lai mà quên đi mình đang sống ở đâu và phải làm gì. Xin cho con can đảm sống giây phút hiện tại với Chúa, với anh em và với chính con.*
Amen.

THỨ HAI: 27. 02.2017

Mc 10, 17 – 27

1.Ghi nhớ: *“Con lạc đà chui qua lỗ kim còn dễ hơn người giàu có vào Nước Thiên Chúa” (Mc 10,25).*

2.Suy niệm: Chúa Giêsu cảnh giác chúng ta về sự nguy hiểm của giàu sang, sự dính bén với của cải vật chất. Vì dính bén với của cải vật chất mà con người có thể khước từ bước theo Chúa. Người ta khó từ bỏ những của cải mình có để chấp nhận một cái gì đó trước mắt coi như là một sự mất mát to lớn. Chúa đã đưa ra một bài học thật sống động: *“Con lạc đà chui qua lỗ kim còn dễ hơn người giàu có vào Nước Trời”*. Vì thế, sự say mê tiền bạc, của cải là một ngăn trở lớn cho những ai muốn trọn vẹn thuộc về Chúa và Nước Trời.

3.Sống Lời Chúa: Không tham lam, ham mê của cải mà đánh mất tư cách của người công dân Nước Trời.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, với những gì Chúa ban cho, xin cho con luôn biết dùng nó như một phương tiện để phục vụ Chúa và người nghèo. Amen.*

THỨ BA: 28. 02.2017

Mc 10, 28 – 31

1.Ghi nhớ: *“Thầy bảo thật anh em: Chẳng hề có ai bỏ nhà cửa, anh chị em, cha mẹ con cái hay ruộng đất vì Thầy và vì Tin Mừng, mà bây giờ ngay ở đời này không nhận được nhà cửa, anh em, chị em, mẹ, con hay ruộng đất gấp trăm cùng với sự ngược đãi, và sự sống đời đời ở đời sau” (Mc 10,29-30).*

2.Suy niệm: Chúa hứa Ngài sẽ ban cho “gấp trăm”. Cách nói gấp trăm phải hiểu theo nghĩa phẩm chất hơn là nghĩa từ ngữ. Nhìn vào đời sống của các giáo sĩ và tu sĩ chúng ta thấy được chứng thực đó. Trong lời hứa của Chúa còn có cả những sự ngược đãi và đau khổ, nghĩa là theo Chúa thì phải chấp nhận vác thập giá với Chúa trên con đường đức tin và cuộc sống phục vụ. Đó là điều không thể miễn trừ của người môn đệ ngày nay.

3.Sống Lời Chúa: Nhìn theo thế gian, chúng ta sẽ thấy mất mát; nhìn lên Chúa, chúng ta sẽ có tất cả.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin thương con, cho con thấy Chúa thật giàu có và bao la, và khi ấy mọi sự với con chỉ là bé nhỏ. Amen.*



KINH NGUYỆN GIA ĐÌNH

Lạy Thiên Chúa là Cha đầy lòng từ bi nhân hậu,
là cội nguồn của mọi gia đình dưới đất.

Tạ ơn Cha đã thương ban cho gia đình nhân loại
mẫu gương tuyệt vời của Thánh Gia Thất.

Xin Cha ban ơn Phúc-Âm-hoá mọi gia đình,
giúp đưa ánh sáng Tin Mừng Cứu độ,
là ánh sáng chân lý, yêu thương và bình an,
vào mọi lãnh vực đời sống gia đình chúng con.

Cho gia đình trở nên cái nôi của sự sống,
mái ấm của tình thương bao dung và hợp nhất,
ngôi trường giáo dục nên người tốt và hữu ích,
thành trì che chở phẩm giá của mọi người.

Cho mọi tư tưởng và việc làm của vợ chồng,
mang lại an hoà hạnh phúc cho gia đình.

Cho các bạn trẻ tìm gặp nơi ông bà, cha mẹ,
nguồn hỗ trợ cho sự phát triển phẩm giá làm người.

Xin Thánh Gia Thất phù hộ gia đình chúng con,
vững vàng tin yêu trong mọi gian lao thử thách,
và loan báo Chúa Giêsu Kitô là nguồn sống mới,
cho mọi gia đình, bây giờ và mãi mãi.

Amen.