

PHÚT SUY NIỆM
Tháng 01/202018

THỨ HAI: 01.01.2018
Lễ Đức Mẹ Thiên Chúa
Lc 2,16-21

1. Ghi nhớ: *“Đến nơi, họ gặp bà Maria, ông Giuse, cùng với Hài Nhi đặt nằm trong máng cỏ”* (Lc 2,16).

2. Suy niệm: Sau khi được sứ Thần Thiên Chúa loan báo về thân thể của Hài Nhi Giêsu và dấu chỉ cho biết người là Đấng Cứu Thế đã sinh ra trong thành vua Đavít, các mục đồng hối hả chạy đến hang đá và họ đã chính mắt thấy Chúa Giêsu, Mẹ Maria và Thánh Giuse, y như lời Thiên Thần đã báo trước. Điều này cho thấy, Đức Giêsu đã được sinh ra từ lòng mẹ là Đức Maria như mọi bà mẹ khác và Đức Maria chính là Mẹ Thiên Chúa, vì Hài Nhi Giêsu là Thiên Chúa (2, 11).

3. Sống Lời Chúa: Cảnh đơn sơ, khiêm nhường của hang đá dạy ta biết phục vụ Chúa trong mọi hoàn cảnh, bất kể việc lớn hay nhỏ, vinh quang hay tầm thường.

4. Cầu nguyện: Lạy Mẹ Maria, trước khi cưu mang Chúa trong lòng, Mẹ đã đón nhận Ngôi Hai Thiên Chúa trong tâm hồn, khi biết lắng nghe và suy niệm Lời Chúa. Xin Mẹ dạy con biết sống Lời Chúa. Amen.

THỨ BA: 02.01.2018

Ga 1,19-28

1. Ghi nhớ: *“Người sẽ đến sau tôi và tôi không xứng đáng cởi quai dép cho Người”*(Ga 1,27).

2. Suy niệm: Gioan Tẩy Giả là người làm chứng bằng lời nói và lối sống khắc khổ của mình. Ông đã đi đến cùng vai trò chứng tá của mình bằng cái chết để bảo vệ chân lý. Ông đã khiêm tốn qui về Chúa những danh dự và vinh quang mà người ta gán cho ông: Tôi không phải là Đức Kitô " Tôi là tiếng hô trong hoang địa (người dọn đường). Tôi không xứng đáng cởi quai dép cho Người".

3. Sống Lời Chúa: Mọi thành công chúng ta có được trong bậc sống của mình là nhờ ơn Chúa. Cần biết hướng những thành công ấy vào việc phục vụ Chúa với lòng biết ơn.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, chúng con cần Chúa. Amen.

THỨ TƯ : 03.01.2018
DANH THÁNH CHÚA GIÊSU
Ga 1,29-34

1. Ghi nhớ: Ông Gioan thấy Chúa Giêsu tiến về phía mình liền nói: “*Đây Chiên Thiên Chúa, đây Đấng xoá tội trần gian*” (Ga 1,29). **2. Suy niệm:** Gioan Tẩy Giả làm chứng về Đức Giêsu trước mặt đám đông dân chúng đến với ông. Thực ra, chính Chúa Giêsu là Người đích thân tạo cơ hội và phương tiện cho Gioan thi hành nhiệm vụ làm chứng về Người. Thi hành sứ mạng làm chứng cho Chúa, chúng ta tin tưởng Chúa sẽ tạo điều kiện và phương tiện thích hợp cho chúng ta. Vì thế, đừng quá lệ thuộc vào những phương tiện, nhưng hãy cố gắng làm theo những điều mình có trong hoàn cảnh hiện tại, rồi những gì còn thiếu Chúa sẽ thêm cho.

3. Sống Lời Chúa: Chúng ta hãy cộng tác với Chúa bằng việc tránh tội, an ủi kẻ lo âu và cảm hoá những kẻ lữ lầm.

4. Cầu nguyện: Xin nhờ sức mạnh của sự hiện diện Chúa biến đổi con. Amen.

THỨ NĂM : 04.01.2018

Ga 1,35-42

1. Ghi nhớ: Ông Anrê gặp em mình là ông Simon và nói: “Chúng tôi đã gặp Đấng Mê-sia” (nghĩa là Đấng Kitô) (Ga 1, 41).

2. Suy niệm: Gioan và Anrê đã đi theo Chúa Giêsu sau khi được Gioan Tẩy Giả giới thiệu về Người. Họ hỏi Người ở đâu, đi theo đến chỗ Người ở và ở lại với Người ngày hôm ấy. Và Anrê, sau khi gặp được Chúa và cảm nghiệm về Chúa, ông đã mau mắn giới thiệu Chúa cho em mình là Phêrô để ông cùng đến gặp và theo Chúa; nhờ đó mà Hội Thánh có Thánh Cả Phêrô Tông đồ. Việc tông đồ là giới thiệu Chúa cho anh em mình và người làm tông đồ cần phải quan tâm đến những người gần gũi thân cận với mình trước đã và cũng phải biết giới thiệu Chúa cho người khác.

3. Sống Lời Chúa: Loan báo Tin Mừng hữu hiệu là giới thiệu Chúa cho người khác bằng đời sống chứng tá của mình.

4. Cầu nguyện: Nguyện cho Danh Cha cả sáng, Nước Cha trị đến. Amen.

THỨ SÁU: 05.01.2018

Ga 1,43-51

1. Ghi nhớ: Ông Philipphê trả lời: “*Cứ đến mà xem*” (Ga 1,46).

2. Suy niệm: Khởi đầu sứ vụ cứu thế, sau khi chọn được Anrê và Gioan, Đức Giêsu đích thân gọi Philipphê và qua Philipphê Chúa gọi cả Nathanaen. Khi giới thiệu Chúa Giêsu cho Philipphê, Anrê lập lại cách thức của Chúa khi ngài bảo ông và Gioan: “*hãy đến mà xem*” (Ga 1, 39). Và Philipphê đã trở thành môn đệ của Chúa sau khi gặp mặt Người. Giới thiệu Chúa cho người khác là bổn phận của người Kitô hữu, những hoán cải tâm hồn họ, thì lại là công việc của Chúa. Chính Chúa chớ không phải ai khác lôi kéo tâm hồn mỗi người, tùy hoàn cảnh, điều kiện sống của họ.

3. Sống Lời Chúa: Nhiệt thành cho công việc Nhà Chúa, nhưng hãy xác tín rằng kết quả là do Chúa.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho con ý thức rằng mỗi người chúng con chỉ là dụng cụ trong bàn tay Chúa Quan Phòng. Amen.

THỨ BẢY: 06.01.2018
Lễ Chúa Giêsu Chịu Phép Rửa
Mc 1, 7 - 11

Ghi nhớ: “Con là Con yêu dấu của Cha, Cha hài lòng về Con” (Mc 1,11).

Suy niệm: Cứu chuộc loài người là chương trình của Ba Ngôi Thiên Chúa, dù Đức Giêsu chính là Đấng xuống thế làm người chuộc tội. Có sự sộng tác chặt chẽ giữa Ba Ngôi, trong mọi công trình của Thiên Chúa. Chúng ta khi làm việc Chúa thường đề cao cá nhân của mình, và khó tương nhượng nhau. Cùng nhắm đến một mục đích cho dù là tốt, nhưng khi thực hiện chúng ta khó cộng tác với nhau, đôi khi xảy ra tranh chấp, vì những lợi ích nhỏ nhen hay nuông chiều theo cá tính thật thường của mình.

Sống Lời Chúa: Xác định mỗi người đều có một chỗ đứng trong chương trình của Thiên Chúa. Khiêm nhường cộng tác để tìm vinh danh Chúa.

Cầu nguyện : *Xin cho chúng con biết tìm ý Chúa, và sẵn lòng cộng tác với anh em để danh Chúa được cả sáng. Amen.*

CHÚA NHẬT: 07.01.2018
CHÚA HIỂN LINH
Mt 2,1-12

1. Ghi nhớ: “ *Và kìa ngôi sao họ xem thấy ở Đông phương, lại đi trước họ, mãi cho tới nơi và đậu lại trên chỗ Hài nhi ở* ” (Mt 2, 9).

2. Suy niệm: Một đàn Chúa cho ngôi sao lạ báo tin cho các đạo sĩ là lương dân, nhưng có thiện chí và thành tâm kiếm tìm; nhưng đàn khác, chính các đạo sĩ đã biết nhìn lên bầu trời và nhận ra ngôi sao lạ. Từ đó họ đã nhận ra Đấng Cứu Thế. Đời sống chúng ta hằng ngày vẫn có những " dấu chỉ của thời đại, những điềm trời " thể hiện thánh ý Thiên Chúa. Tất cả những việc lớn hay nhỏ xảy đến trong đời ta đều là ngôi sao, là điềm trời chỉ cho ta thấy ý Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Cần có lòng chân thành, khiêm tốn, khát khao kiếm tìm và không ngại vất vả, hy sinh để nhận biết và sống theo ý Chúa.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho chúng con biết kiếm tìm ý Chúa trên hết mọi sự. Amen.

THỨ HAI: 08.01.2018
Lễ Chúa Giêsu Chịu Phép Rửa
Mc 1,7-11

1. Ghi nhớ: *“Con là Con yêu dấu của Cha, Cha hài lòng về Con”* (Mc 1,11).

2. Suy niệm: Qua việc chịu Phép Rửa ở sông Giođan, Chúa Giêsu được Gioan Tẩy Giả giới Thiệu là Đấng Cứu Thế và được Chúa Thánh Thần và Chúa Cha chứng nhận Người là Đấng Cứu Độ mà Thiên Chúa đã hứa. Qua việc lãnh nhận Phép Rửa tội, chúng ta được tham dự vào sứ vụ của Chúa Cứu Thế để làm: ngôn sứ: rao giảng Tin Mừng bằng lời nói và cuộc sống; tư tế: hiến mình làm của lễ phụng thờ Thiên Chúa ; vương đế: phục vụ trong tinh thần khiêm nhường.

3. Sống Lời Chúa: Người tông đồ cần biết quên mình phục vụ Chúa: sống khiêm nhường.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho chúng ý thức rằng trong việc Loan báo Tin Mừng, không có việc lớn hay việc nhỏ mà chỉ có có tình yêu nhiều hay ít mà chúng con dành cho Chúa. Amen.

THỨ BA: 09.01.2018

Mc 1,21b-28

1. Ghi nhớ: *“Người giảng dạy như Đấng có thẩm quyền, chứ không như các kinh sư”* (Mc 1,22).

2. Suy niệm: Dân chúng sau khi nghe lời Chúa Giêsu giảng và chứng kiến những phép lạ Người làm sinh lòng cảm phục Người. Bởi vì Người giảng dạy họ với sự xác tín trong lòng và với uy quyền của một vị Thiên Chúa. Là người rao giảng Tin Mừng, chúng ta, các Kitô hữu, cần phải ý thức rằng điều làm cho người nghe đón nhận giáo lý chúng ta rao giảng chính là gương sáng đời sống đạo đức và sự xác tín được biểu lộ qua lời rao giảng của chúng ta.

3. Sống Lời Chúa: Sống điều mình nói và nói điều mình sống khi rao giảng Tin Mừng Chúa Kitô.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho chúng con biết sống lời Chúa, để chính Chúa được thể hiện qua lối sống và lời giảng dạy của chúng con. Amen

THỨ TƯ: 10.01.2018

Mc 1,29-39

1. Ghi nhớ: *“Sáng sớm, lúc trời còn tối mịt, người đã dậy, đi ra một nơi hoang vắng và cầu nguyện ở đó”* (Mc 1,35).

2. Suy niệm: Bài Tin Mừng hôm nay Thánh Mác-cô cho chúng ta cái nhìn về một ngày làm việc của Chúa Giêsu: Giảng dạy trong hội đường, chữa các thứ bệnh tật và quỷ ám cho đến khi mặt trời đã lặn và lúc sáng sớm Người bắt đầu một ngày rao giảng bằng cách tìm nơi hoang vắng để cầu nguyện. Hoạt động rao giảng Tin Mừng và đời sống cầu nguyện hoà quyện trong cuộc đời của Chúa Cứu Thế. Chúa muốn dạy chúng ta cần múc nguồn từ Chúa qua việc cầu nguyện để công việc chúng ta làm phát sinh hiệu quả, vì có Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Sống đức tin là diễn đạt bằng hành động tâm tình cầu nguyện của chúng ta.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho mọi cử chỉ và mọi việc làm của chúng con đều biến thành lời cầu nguyện. Amen.

THỨ NĂM: 11.01.2018

Mc 1,40-45

1. Ghi nhớ: *“Nếu Ngài muốn, Ngài có thể làm cho tôi được sạch”* (Mc 1,40).

2. Suy niệm: Thời Chúa Giêsu, người phong hủi bị loại ra khỏi cộng đoàn tôn giáo (Lv 13, 35) và những ai bị bệnh truyền nhiễm đều bị coi như một hình phạt mà Thiên Chúa giáng xuống trên họ. Họ bị cấm tiếp xúc với xã hội: đau khổ nơi thân xác; cô đơn trong tâm hồn. Vậy mà người phong hủi này can đảm chạy đến với Chúa. Anh không sợ, vì tin rằng Chúa đủ sức chữa anh được lành. Với tất cả lòng khiêm nhường anh xin Chúa thương cứu giúp anh. Và sau khi được khỏi bệnh, anh loan truyền khắp nơi tình thương và quyền năng của Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Muốn được Chúa nhậm lời, lời cầu xin của chúng ta phải biểu lộ lòng khiêm nhường và tín thác vào Chúa.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho con biết đặt gánh nặng cuộc đời mình vào tay Chúa vì tin rằng Chúa luôn thương yêu nâng đỡ chúng con. Amen.

THỨ SÁU: 12.01.2018

Mc 2,1-12

1. Ghi nhớ: *“Đức Giêsu bảo người bại liệt: Này con. Con đã được tha tội rồi.”* (Mc 2,5).

2. Suy niệm: Chỉ một mình Thiên Chúa mới có quyền tha tội, còn tất cả chúng ta đều là tội nhân. Để được ơn tha thứ cần phải có lòng tin, phó thác và sám hối; nghĩa là nhận biết mình có tội và trông cậy vào tình thương xót của Chúa. Không ai có quyền kết án người khác, vì ai cũng cần được Chúa tha thứ. Đồng thời, noi gương Chúa Giêsu, chúng ta cũng biết tha thứ những lỗi lầm của anh em mình. Mọi người đều cần đến lòng thương xót của Chúa và sự cảm thông với nhau.

3. Sống Lời Chúa: Ai cảm nghiệm mình được Chúa tha thứ sẽ dễ dàng tha thứ cho anh em mình.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa xin cho chúng con biết yêu thương tha thứ để tâm hồn bình an và nên giống Chúa. Amen.

THỨ BẢY: 13.01.2018

Mc 2,13-17

1. Ghi nhớ: *“Người bảo ông: "Hãy theo tôi" Ông đứng dậy đi theo Người”* (Mc 2,14).

2. Suy niệm: Người thu thuế bị xem là kẻ tội lỗi, vì sau khi nộp tiền thầu cho chính phủ xong, họ được quyền đánh thuế dân, nặng nhẹ tùy ý. Người Do thái coi họ là những kẻ tham lam và làm tay sai cho Đế quốc La Mã. Vậy mà Chúa Giêsu đích thân gọi Lêvi làm Tông đồ của Người. Đây chính là cách Chúa Giêsu biểu lộ lòng yêu thương đối với người có tội và điều này khơi dậy sự chỉ trích nơi người Do thái vốn cho mình là ngay chính. Và rồi, Lêvi đã cảm nhận được tình thương tha thứ của Chúa, ông mau mắn đứng dậy đi theo Người, bỏ lại tất cả sản nghiệp sau lưng.

3. Sống Lời Chúa: Thổi tắt đèn của người, đâu có làm cho đèn của mình sáng hơn.

4. Cầu nguyện : Lạy Chúa xin cho con biết nhìn ra những mặt tích cực của anh em để tôn trọng và cảm thông với họ. Amen.

CHÚA NHẬT II THƯỜNG NIÊN: 14.01.2018

Ga 1,35 – 42

Ghi nhớ: “Họ đã đến và xem chỗ Người ở, và ở lại với Người” (Ga 1,39).

Suy niệm: Nhờ được Đức Giêsu đưa về nhà, các môn đệ đầu tiên được thấy, được nghe, được hiểu biết và được sống với Chúa. Được cảm hóa và chinh phục, các ông lưu lại với Chúa, và theo Chúa làm tông đồ. Muốn làm tông đồ Chúa, chúng ta cũng phải đến với Chúa. Nhà thờ là nơi cư ngụ hữu hình của Chúa ở trần gian, không thể bỏ đến nhà thờ mà tự cho là mình tin Chúa hơn người khác. Qua việc tụ họp nơi Nhà thờ, chúng ta họp nhất và hiệp thông với Chúa và với nhau. Ân sủng các Bí tích mà chúng ta đón nhận làm phát triển đời sống đức tin gắn bó chúng ta với Chúa ngày mật thiết hơn.

Sống Lời Chúa: Chuyên cần cầu nguyện, dự lễ, siêng năng lãnh nhận các Bí tích để sống thân tình với Chúa.

Cầu nguyện: *Xin cho chúng con sẵn sàng theo Chúa, để được Chúa uốn nắn, biến đổi cuộc sống hằng ngày của chúng con trở nên giống Chúa. Amen.*

THỨ HAI : 15.01.2018

Mc 2,18-22

1. Ghi nhớ: *“Rượu mới thì phải bầu da mới”* (Mc 2,22).

2. Suy niệm: Chúa Giêsu ví Cựu ước như áo cũ và bầu da cũ và Tân ước là áo mới và bầu da mới. Những ai sống trong thời Tân ước, phải cởi bỏ con người cũ, mặc lấy con người mới, con người thuộc về Chúa Giêsu Kitô. Chúng ta phải thật lòng cởi bỏ những thói hư tật xấu theo kiểu thế gian và nỗ lực sống hoàn thiện theo tinh thần Tin Mừng. Sống giữa thế gian, nhưng không thuộc về thế gian trong cách nghĩ, lời nói, việc làm và đời sống của mình.

3. Sống Lời Chúa: Ăn chay và đổi mới tâm hồn.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho con biết chay tịnh tâm hồn trong lối sống nhiệm nhặt, hy sinh, phục vụ theo tinh thần Tin Mừng. Amen.

THỨ BA: 16.01.2018

Mc 2,23-28

1. Ghi nhớ : *“Con Người làm chủ luôn cả ngày Sabát”* (Mc 2,28).

2. Suy niệm: Ngày Sabát của người Do thái hay Ngày Chúa Nhật của người Công giáo là ngày dành riêng để thờ phượng Thiên Chúa. Vì Người là Chúa Tể, Đấng dựng nên trời đất, muôn vật. Vì thế, kiêng việc xác ngày Chúa Nhật là để chúng ta có thời giờ và cơ hội thờ phượng Thiên Chúa: như dự lễ, làm việc từ thiện bác ái, thăm viếng người bất hạnh, neo đơn...Ngày Chúa Nhật thánh hoá con người và tạo điều kiện cho con người sống thân tình với Chúa, với anh em, bằng các việc đạo đức.

3. Sống Lời Chúa: Mỗi người có 24 giờ để sống: có giờ cầu nguyện dành cho Chúa và cũng có giờ lo toan công việc sinh sống.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho con ý thức rằng: mọi thời giờ Chúa ban cho con sống là để thờ phượng Chúa và phục vụ cho phần rỗi linh hồn chúng con và phần rỗi anh em chúng con. Amen

THỨ TƯ: 17.01.2018

Mc 3,1-6

1. Ghi nhớ: *“Rồi Người nói với họ: ”Ngày Sabát được phép làm điều lành hay điều dữ, cứu mạng người hay giết đi ?” (Mc 3,4).*

2. Suy niệm: Chúa Giêsu đề cao những việc bác ái từ thiện là những việc phụng sự Thiên Chúa trong ngày sabát. Chúa muốn dạy chúng ta trân trọng Ngày Chúa nhật là ngày của Chúa, ngày đem lại niềm vui và sự sống. Vì thế, Ngày Chúa Nhật cũng là ngày làm việc từ thiện, bác ái, ngày cứu giúp và làm sự lành cho tha nhân. Đón nhận Lời Chúa, qua việc tham dự các Nghi thức Phụng Vụ phải đưa đến việc thực hành trong đời sống của mình.

3. Sống Lời Chúa: Tin lời Chúa dạy và thi hành điều mình tin sẽ được hiệu quả cứu độ.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho con sống điều con tin. Amen.

THỨ NĂM: 18.01.2018
Đầu tuần cầu cho các kitô hữu hiệp nhất
Mc 3, 7-12

1. Ghi nhớ: *“Từ miền Galilê, người ta lũ lượt đi theo Người”* (Mc 3,7).

2. Suy niệm: Dân chúng từ khắp miền Galilê đến với Chúa Giêsu. Họ tìm đến Chúa để được chữa khỏi bệnh tật hoặc để tò mò xem phép lạ mà thôi. Tuy vậy Chúa vẫn đón nhận họ. Ngài quý trọng một niềm tin đang bắt đầu chớm nở nơi họ. Là tông đồ, chúng ta phải biết thích nghi và trân trọng tấm lòng của mọi người, để có thể tìm đến và phục vụ mọi người, không thiên vị, không thành kiến, miễn sao Chúa được mọi người nhận biết và tôn thờ.

3. Sống Lời Chúa: Phục vụ vô điều kiện với tấm lòng vị tha.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin dạy con sống biết sống với anh em con bằng cả tấm lòng quảng đại, yêu thương. Amen.

THỨ SÁU: 19.01.2018

Mc 3, 13-19

1. Ghi nhớ: *“Người lập nhóm mười hai, để các ông ở với Người và để Người sai các ông đi rao giảng, với quyền trừ quỷ”* (Mc 3,14).

2. Suy niệm: Con số 12 Tông đồ ám chỉ 12 chi tộc Israen. Mười Hai Tông Đồ được tuyển chọn là những đại diện cho Israen mới là Hội Thánh. Chúa Giêsu cho các ông tham dự vào sứ mạng cứu thế của Người bằng cách trao cho các ông nhiệm vụ rao giảng và trừ quỷ. Người tông đồ cần ý thức rằng quyền rao giảng và trừ quỷ là ân huệ Chúa ban, nên phải có tinh thần khiêm nhường, hiền lành và vị tha. Là tín hữu, chúng ta cần biết lắng nghe và vâng phục Hội Thánh để được đón nhận ân sủng cứu độ qua các Bí Tích được cử hành trong Hội Thánh, nhất là bí tích Thánh Thể.

3. Sống Lời Chúa: Cảm nghiệm tình thương của Chúa thương gọi chúng ta theo Người, để sống xứng đáng với Chúa hơn.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho con biết thể hiện niềm tin tưởng, mến yêu Chúa, khi ngoan ngoãn vâng phục Hội Thánh Người.. Amen.

THỨ BẢY: 20.01.2018

Mc 3, 20-21

1. Ghi nhớ: *“Người trở về nhà và đám đông lại kéo đến, thành thử Người và các môn đệ không sao ăn uống được”* (Mc 3,20).

2. Suy niệm: Thánh Mác-cô cho chúng ta thấy buổi đầu công cuộc rao giảng của Chúa Giêsu đã khơi dậy lòng nhiệt thành sùng mộ của đông đảo quần chúng. Việc Chúa Giêsu rao giảng và chữa bệnh ở khắp nơi: trong hội đường (3, 1-5), ở ngoài trời (3, 7-12) và ngay tại nhà mình, chứng tỏ: Chúa dành trọn thời giờ của mình cho sứ mạng của Người; Chúa miệt mài với công việc bôn phận và Chúa tận tâm đến nỗi không còn thời giờ để nghĩ đến mình hay việc dùng bữa. Chúa không sống cho chính mình, nhưng tận tụy sống cho tha nhân. Người để cho quần chúng quấy rầy, xâu xé. Người trở thành người của mọi người. Tất cả vì Nước Trời.

3. Sống Lời Chúa: Nhiệt thành sống và làm việc cho Chúa, không toan tính thiệt hơn.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, trong thân phận con người, Chúa đã sống hết mình cho sứ mạng rao giảng Tin Mừng, xin cho chúng con cũng biết toàn tâm toàn ý, dành cả cuộc đời phục vụ Chúa, nơi qnh em chúng con. Amen.

CHÚA NHẬT III THƯỜNG NIÊN : 22.01.2018

Mc 1, 14 – 20

Ghi nhớ: "Thời kỳ đã mãn, và Triều Đại Thiên Chúa đã đến gần. Anh em hãy sám hối và tin vào Tin Mừng" (Mc 1,15).

Suy niệm: Đức Giêsu loan báo Nước Thiên Chúa đã đến. Ngài là chính Nước Trời, là Đấng đã dùng cuộc đời, cái chết và sự sống lại của mình để đem ơn cứu rỗi cho trần gian. Điều kiện để được vào Nước đó là sám hối – từ bỏ tội lỗi, và tin vào Tin Mừng – tin vào sứ mạng của Đức Giêsu. Nhìn nhận mình có tội và quyết tâm ăn năn chữa cải, sống theo Tin Mừng, là việc khẩn thiết mà mỗi người phải thực hiện để đón nhận ân sủng cứu độ của Chúa. Đây là một lựa chọn quyết liệt: không thể vừa theo Chúa, vừa theo thế gian, theo ý riêng của mình.

Sống Lời Chúa: Sám hối từng ngày, suốt đời.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho chúng con ngoan ngùy sống theo tiếng lương tâm, theo lời dạy của Hội Thánh, theo chỉ dẫn Lời Chúa. Amen*

THỨ HAI TUẦN : 22.01.2018

Mc 3,22-30

1. Ghi nhớ: *Đó là vì họ đã nói: “Ông ấy bị thần ô uế ám”* (Mc 3,30).

2. Suy niệm: Những biệt phái đã vu khống cho Chúa là người “bị thần ô uế ám” khi Chúa lấy uy quyền chữa lành cho một người câm bị quỷ ám, chứng tỏ họ ngoan cố không tin vào Chúa. Vì cố tình không ăn năn sám hối và trở lại, con người không thể lãnh nhận ơn tha thứ của Thiên Chúa. Thái độ cố chấp của người biệt phái cho chúng ta thấy Chúa Giêsu bị loại bỏ, bị hiểu lầm, bị đưa ra tranh cãi. Là tông đồ, chúng ta chấp nhận đi theo con đường của Chúa, tức là chấp nhận bị hiểu lầm, bị loại bỏ, bị vu khống đủ điều; nhưng chúng ta vững tâm, vì có Chúa ở cùng.

3. Sống Lời Chúa: Học Hỏi và suy niệm Lời Chúa sẽ kiên vững niềm tin của chúng ta. Bởi vì đức tin nông cạn, hời hợt là căn nguyên đưa chúng ta đến sự từ chối Chúa.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho con biết đón nhận những nhọc nhằn của đời tông đồ, trong niềm tin vào sự nâng đỡ của Chúa. Amen.

THỨ BA: 23.01.2018

Mc 3,31-35

1. Ghi nhớ: *Nhưng Người đáp lại: “Ai là mẹ tôi? Ai là anh em tôi?”* (Mc 3,33).

2. Suy niệm: Là một con người như mọi người, Chúa Giêsu cũng có một gia đình và bà con họ hàng cụ thể. Điều này giúp chúng ta xác tín vào việc Chúa Nhập Thể làm người như chúng ta. Ở đây, Chúa có ý muốn dạy ta: Người không chỉ có gia đình cốt nhục ở đời, mà còn có gia đình thiêng liêng gồm hết những ai được ơn cứu chuộc. Họ là con cái Thiên Chúa và cũng chính là anh em của Người (Rm 8, 15-17). Lối sống của những người này là : Lắng nghe và giữ Lời Thiên Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Cầu nguyện cho nhau, đó chính là cách sống tình liên đới thiêng liêng.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho hiểu rằng chỉ khi sống theo lời dạy của Chúa, chúng con mới đích thực là anh em của Người. Amen.

THỨ TƯ: 24.01.2018

Mc 4,1-20

1. Ghi nhớ: *“Có những hạt rơi nhằm đất tốt, nó mọc và lớn lên, sinh hoa kết quả: hạt thì được ba mươi, hạt thì được sáu mươi, hạt thì được một trăm”* (Mc 4,8).

2. Suy niệm: Chúa Giêsu dùng dụ ngôn về người gieo giống để trình bày về thái độ cần phải có để nghe và thi hành thánh ý Chúa. Đoạn Tin Mừng này nói về bốn hạng người với bốn thái độ lắng nghe: kẻ bên vệ đường, nghe lời Chúa mà chẳng chút chú tâm; kẻ là đá sỏi nghe lời Chúa cách hời hợt, nhất thời; kẻ là bụi gai, quá bám víu đời này; còn kẻ là đất tốt, chính là những ai lắng nghe, đón nhận lời Chúa, rồi biến đổi đời sống mình sao cho phù hợp với lời Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Lắng nghe, tin nhận và thực hành Lời Chúa.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, xin cho con ý thức rằng Lời Chúa là chính Chúa, có sức biến đổi tâm hồn chúng con nên giống Chúa. Amen.

THỨ NĂM: 25.01.2018
Thánh Phaolô Tông đồ trở lại
Mc 16,15-18

1. Ghi nhớ: *“Người nói với các ông: ‘Anh em hãy đi khắp tứ phương thiên hạ, loan báo Tin Mừng cho mọi loài thọ tạo”* (Mc 16,15).

2. Suy niệm: Trong khi Thánh Phêrô được xác định là “Đá tảng của Hội Thánh” (Mt 16,18) thì Thánh Phaolô được gọi ài “Thầy dạy các dân ngoại về chân lý và đức tin” (1Tm 2,7). Mỗi người một vẻ, cả hai vị Thánh Cả là rường cột cùng duy trì và và phát triển Hội Thánh. Thánh Phaolô đã từng bách ại Hội Thánh, nhưng sự kiện trên đường Đamát đã biến đổi Ngài thành người rao giảng Tin Mừng. Điều này thức tỉnh chúng ta: Chúa không bao giờ thất vọng về chúng ta, do đó, không ai có quyền thất vọng về mình. Nếu chúng ta thuận theo ý Chúa xếp đặt, thì không có dụng cụ nào là dở trong bàn tay tài hoa của Ngài.

3. Sống Lời Chúa: Không thất vọng vì thấy anh em tội lỗi, nhưng cầu nguyện hiền cho họ.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, Thánh Phaolô nhờ lòng sám hối ăn năn trở về với Chúa nên đã được Chúa biến đổi thành Tông đồ Dân ngoại, xin cho chúng con cũng biể ý thức thân phận tội lỗi của mình, nhưng biết dựa vào ơn Chúa để trở thành tông đồ cho Chúa.. Amen.

THỨ SÁU: 26.012018

Lc 10, 1 - 9

1.Ghi nhớ: *“Lúa chín đầy đồng mà thợ gặt thì ít. Vậy anh em hãy xin chủ mùa gặt sai thợ ra gặt lúa về” (Lc 10,2).*

2.Suy niệm: Việc tông đồ là việc của Chúa, là việc qui tụ mọi người nhận biết và yêu mến Chúa. Người kitô hữu là người thợ gặt, là người tông đồ được Chúa sai đến trong thời đại. Vì thế, chúng ta phải luôn ý thức điều đó, đề cầu nguyện, đề cộng tác và đề làm theo ý Chúa trong chức vụ của mình. Trong đời sống đã qua, tôi có ý thức nhiệm vụ tông đồ không? Tôi sẽ làm gì trên cánh đồng truyền giáo ngày nay?

3.Sống Lời Chúa: Siêng năng rước Chúa để Chúa luôn làm chủ hành động và cuộc đời tôi.

4.Cầu nguyện: *Lạy Chúa, xin cho con được tự do hoàn toàn để con có thể tập trung vào sứ mạng Chúa trao. Amen.*

THỨ BẢY: 27.01.2018
Th. Angêla Mêrici, Trinh nữ
Mc 4,35-41

1. Ghi nhớ: *“Thầy ơi, chúng ta chết đến nơi rồi, Thầy chẳng lo gì sao?”* (Mc 4,38).

2. Suy niệm: Chúa Giêsu ngày nay vẫn hiện diện trong Hội Thánh của Người với tư cách là Đầu Hội Thánh. Khi tin vào Chúa, ta được hiệp nhất với Người. Thế nhưng, khi gặp đau khổ, bệnh tật, thất bại, chết chóc, chúng ta dường như cô đơn một mình giữa biển cuộc đời mà không thấy bóng Chúa đâu! Hãy tin vào Chúa. Bởi vì khi tin như thế, chúng ta được hiệp thông vào Chúa và vào sức mạnh quyền năng của Người, giúp chúng ta vượt qua gian nan khốn khó, ngay cả cái chết, vì sau đó là phục sinh với Chúa.

3. Sống Lời Chúa: Hãy an tâm vì có Chúa ở cạnh bên.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, khi con ưu phiền, cô đơn, tuyệt vọng, xin củng cố đức tin của con. Amen.

CHÚA NHẬT IV TN: 28.01.2018

Mc 1, 21 – 28

1. Ghi nhớ: *“Thiên hạ sửng sốt về lời giảng dạy của Người, vì Người giảng dạy như một Đấng có uy quyền”* (Mc 1,22)

2. Suy niệm: Trải theo dòng lịch sử cứu độ, Thiên Chúa loan truyền Lời của Ngài qua miệng các tiên tri và được ghi lại trong các Sách Thánh. Dân Do Thái được nghe Lời Thiên Chúa qua miệng các ngôn sứ rồi được trình bày lại bởi các kinh sư của họ. Việc các kinh sư trình bày Lời Chúa không có niềm xác tín cũng là việc mà ta có thể giải thích được. Còn Chúa Giêsu Ngài chính là Thiên Chúa nên những lời Ngài giảng dạy có một niềm xác tín cao độ, có một sự khẳng định rõ ràng và đó chính là Lời từ miệng chính Thiên Chúa. Nên Lời dạy của Ngài có được uy quyền và sức mạnh.

Mỗi ngày chúng ta được đọc Lời Chúa, chúng ta có cảm nhận được sức mạnh của quyền năng Thiên Chúa qua Lời chúng ta đọc không? Chúng ta có cảm nhận được rằng đó là Lời Chúa muốn nói với ta trong ngày hôm nay không?

3. Sống Lời Chúa : Cảm nhận quyền năng của Lời Chúa qua từng trang Kinh Thánh mà ta đọc hằng ngày.

4. Cầu nguyện : *Lạy Chúa, Chúa đã thương để lại cho chúng con những Lời của chính Chúa. Xin cho chúng con khi đọc những Lời yêu thương của Chúa mà cảm nhận được tình yêu và sức mạnh của Đấng đã yêu thương chúng con. Amen.*

THỨ HAI: 29.01.2018

Mc 5,1-20

1. Ghi nhớ: *“Người cho phép. Chúng xuất khỏi người đó và nhập vào bầy heo”* (Mc 5,13).

2. Suy niệm: Trong khi đi rao giảng Tin Mừng, Chúa Giêsu bày tỏ sứ vụ cứu thế của Người bằng cách dùng uy quyền trục xuất ma quỷ để cứu chữa con người khỏi tội lỗi và sự chết. Ngày nay, qua Hội Thánh, Chúa Giêsu vẫn không ngừng cứu chữa những người tội lỗi, dẫn đưa những người lầm lạc trở về với chân lý Tin Mừng, bảo vệ chăm sóc những người đang sống trong ơn nghĩa Chúa. Tôi có biết đón nhận ơn Chúa qua việc sống Lời Chúa và lãnh nhận các bí tích không?

3. Sống Lời Chúa: Tin một mình Chúa. Không mê tín dị đoan.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, chỉ có Chúa là Chủ Tể trời đất. Con thờ lạy và xưng tụng Chúa muôn đời. Amen.

THỨ BA: 30.01.2018

Mc 5,21-43

1. Ghi nhớ: *Đức Giêsu liền bảo ông trưởng hội đường: “Ông đừng sợ, chỉ cần tin thôi”* (Mc 5,36).

3. Suy niệm : Bài Tin Mừng hôm nay cho chúng ta thấy hai kiểu mẫu đức tin: Đức tin sáng suốt và mạnh mẽ của ông Giai-ia là trưởng hội đường và đức tin đơn sơ chất phác của người đàn bà bị bệnh loạn huyết. Điều quan trọng là cần phải tin vào Chúa và quyền năng của Người, chúng ta, những người yếu đuối tội lỗi, nhất là những ai đang xa lìa Chúa, mới mong được cứu chữa. Chúng ta không có quyền tuyệt vọng về chính mình, vì Thiên Chúa luôn quan tâm và tạo điều kiện để cứu vớt chúng ta.

3. Sống Lời Chúa: Chỉ có niềm tin và tình yêu mới chữa lành vết thương tâm hồn con người.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, Chúa có đủ mọi ơn, xin cho con biết không ngừng sẵn sàng đón nhận ơn Chúa giúp. Amen.

THỨ TƯ: 31.01.2018

Mc 6,1-6

1. Ghi nhớ: *“Người lấy làm lạ vì họ không tin Người”* (Mc 6,6).

2. Suy niệm: Đây là lần thứ hai Chúa Giêsu trở về quê hương Nazarét (lần thứ nhất Lc 4,16-30) cùng với các môn đệ, không chỉ để thăm thân nhân mà còn để thi hành sứ vụ rao giảng Tin Mừng cho quê hương. Nhưng Chúa thất bại, vì đồng hương của Ngài không tin Ngài. Điều này cho thấy, một khi đã bỏ mọi sự mà theo Chúa, người tông đồ thật sự chỉ còn một chỗ dựa an toàn, có thể thông cảm, xẻ chia với tâm tư và công việc của mình là chính Chúa, Đáng tuyển chọn họ thi hành công việc của Ngài mà thôi.

3. Sống Lời Chúa: Đời sống người tín hữu cần biết tựa nương vào Chúa, khi vui cũng như lúc buồn.

4. Cầu nguyện: Lạy Chúa, không có Chúa thì sẽ chẳng có thiên đàng trong tâm hồn bất cứ người nào. Xin cho con biết tựa nương vào Chúa. Amen.

