

# **PHÚT SUY NIỆM**

## **Tháng 02/2018**

**Ý Cầu Nguyện :**

**Cầu cho biết nói không với tham nhũng :** Xin cho những người có quyền lực về kinh tế, chính trị hoặc thiêng liêng, biết nói không với tham nhũng.

## THỨ NĂM 01/02/2018

### Mc 6, 7-13

**1. Ghi nhớ:** *“Người gọi nhóm mười hai lại và bắt đầu sai đi từng hai người một”*(Mc 6,7)

**2. Suy niệm:** Là người được Thiên Chúa sai đi thì trước tiên các tông đồ đã ở với Chúa, cùng chia sẻ những nếp sống và thao thức của Người. Đặc biệt là môn đệ của Chúa thì phải yêu thương giúp đỡ nhau trong mọi hoàn cảnh ,biết sống tình liên đới, hiệp nhất vì thế Thiên Chúa đã sai đi *“từng hai người một”*. Do đó, thời gian ở với Chúa là rất cần thiết qua những buổi đọc kinh . cầu nguyện . Hơn nữa, Chúa không đòi hỏi chúng ta phải là những người tài ba xuất chúng hay quyền cao chức trọng nhưng Ngài muốn mỗi người chúng phải biết ý thức về trách vụ của mình trong công việc truyền giáo và chúng ta cũng là những người được gọi làm tông đồ cho Chúa trong cánh đồng Hội Thánh ở trần gian.

**3. Sống Lời Chúa:** Hãy biết sống quảng đại, hy sinh và mau mắn đáp trả tiếng Chúa gọi trong công việc truyền giáo.

**4. Cầu nguyện:***Lạy Chúa, xin ban cho chúng con một tâm hồn rộng mở biết hy sinh dám mạnh dạn dấn thân trong công việc truyền giáo của Hội Thánh ở trần gian này. Amen*

**THỨ SÁU 02/02/2018**  
**Dâng Chúa Giêsu Trong Đền Thánh**  
**Lc 2, 22-40**

**1. Ghi nhớ:** *“Khi đã đến ngày lễ thanh tẩy của các Ngài theo luật Mô-sê, bà Maria và ông Giuse đem con lên Giêrusalem, để tiến dâng cho Chúa”.* (Lc 2, 22)

**2. Suy niệm:** Trẻ Giêsu được cha và mẹ đem lên đền thánh theo luật Mô-sê đòi buộc. Và hai Ngài thật là mẫu gương tuân giữ lề luật. Các Ngài xem đó như là một bổn phận trong tình yêu. Nhưng ngày nay thật nhiều người trong chúng ta không chịu tuân giữ lề luật mà chỉ thích sống theo ý riêng mình, không sống theo ý Chúa, không chịu sống theo tinh thần Giáo Hội và nhiều khi còn phá bỏ chống đối người khác khi thấy họ tuân giữ. Điều đó làm cho chúng ta không thể lớn lên vì chúng ta không sống theo ý Chúa muốn. Muốn được Thiên Chúa yêu, mỗi ngày chúng ta cũng phải cặn kẽ chu toàn mọi lề luật theo bổn phận của mình để nhờ đó Chúa có thể sử dụng chúng ta theo chương trình của Ngài.

**3. Sống Lời Chúa:** Hãy sống theo ý Chúa và tuân phục những giáo huấn của Người.

**4. Cầu nguyện :** *Xin cho con biết sống trung thực với phẩm giá của mình, và biết chu toàn lề luật trong tình yêu. Amen*

**THỨ BẢY 03/02/2018**  
**Thánh A-ga-ri-ô, Giám mục**  
**Mc 6, 30- 34**

**1. Ghi nhớ:** *“Người bảo các ông: ‘chính anh em hãy lánh riêng ra đến một nơi thanh vắng mà nghỉ ngơi đôi chút”* (Mc 9, 58)

**2. Suy niệm:** Chúa luôn có cái nhìn quan tâm đến các tông đồ, Ngài thấy được sự mệt mỏi, thấy được nhu cầu của các ông... Từ đó nói lên một tinh thần trách nhiệm của những người lãnh đạo biết quan tâm tới cộng sự viên của mình, hay nói đúng hơn là của con người với nhau phải biết quan tâm đến anh em mình, biết quan tâm đến nhu cầu vật chất cũng như tinh thần đối với những người xung quanh ta. Cạnh đó thì chính mỗi người chúng ta cũng phải biết tự bồi dưỡng cho chính mình bằng cách tìm nơi yên tĩnh, tĩnh lặng để gặp gỡ Chúa, để đón nhận thêm sức sống của Chúa đó là một việc làm rất cần thiết

**3.Sống Lời Chúa:** Biết quan tâm đến nhu cầu của anh em và những người xung quanh.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con có một con tim luôn biết yêu thương, cảm thông, quan tâm đến nhu cầu của tất cả anh em con.Amen*

# CHÚA NHẬT V THƯỜNG NIÊN 04/02/2018

## Mc 1, 29 – 39

**1. Ghi nhớ:** *“Người lại gần, cầm lấy tay bà mà đỡ dậy; cơn sốt dứt ngay và bà phục vụ các ngài” (Mc 1,31).*

**2. Suy niệm:** Chúa Giêsu làm phép lạ không phải để tạo cho mình một uy thế, nhưng là để chứng tỏ tình thương của Ngài. Chúa cảm thông với những bệnh tật và đau khổ của con người. Chúa không xa tránh, nhưng đến gần để cứu chữa. Đáp lại tình thương Chúa, bà nhạc gia của Simon sau khi được chữa lành, bà lập tức chỗi dậy phục vụ Chúa và các tông đồ. Chúng ta có nhận ra biết bao ơn lành mà Chúa đã ban và đã thể hiện lòng biết ơn như thế nào? Để xứng đáng với ơn lành của Chúa, chúng ta hãy sống tâm tình biết ơn. Một bó hoa, một cây nến, một thánh lễ tạ ơn... đã đủ chưa?

**3. Sống Lời Chúa:** Dâng lên Chúa tâm tình biết ơn bằng những công việc phục vụ Giáo Hội và phục vụ con người.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho mỗi ngày trong đời sống con đều là một bắt chước, một lập lại về lòng nhân từ của Chúa đối với tha nhân. Amen.*

**THỨ HAI 05/02/2018**  
**Thánh A-ga-ta, Trinh Nữ Tử đạo, lễ nhớ**  
**Mc 6, 53-56**

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

**2. Suy niệm:** Trong xã hội thực dụng như ngày nay, rất nhiều người chỉ đi tìm kiếm những gì có lợi cho mình. Cũng thế sở dĩ người ta chạy đến với Chúa cũng vì họ cảm thấy người luôn cho họ cái gì đó. Nhưng đối với Thiên Chúa thì Ngài không quan tâm đến điều đó, Người luôn mở rộng vòng tay chờ đón, Người trao ban hết con người, hết thời giờ và hết quyền năng của Người cho họ. Hay nói cách khác Chúa Giêsu luôn là một con người quảng đại cho đi. Noi gương Người Thầy Chí Thánh hôm nay mỗi người chúng ta cần phải biết phải biết cho đi, biết hiến thân, biết trao ban không ngừng những gì mà nhu cầu của tha nhân cần đến.

**3. Sống Lời Chúa:** Sống bác ái yêu thương và phục vụ tha nhân bằng con tim quảng đại.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin mở lòng con để con biết cho đi mà không tính toán, biết phục vụ như chính Chúa đã từng phục vụ. Amen*

**THỨ BA 06/02/2018**

**Thánh Phao-lô Ma-ki và các bạn tử đạo, lễ nhớ  
Mc 7, 1-13**

**1. Ghi nhớ:** *“Các ông gạt bỏ điều răn của Thiên Chúa, mà duy trì truyền thống của người phàm”* (Mc 7, 8)

**2. Suy niệm:** Ông bà ta thường hay dạy con cái câu tục ngữ **“Cái nết đánh chết cái đẹp”** Những tục lệ hình thức bên ngoài chỉ là cái phụ, cái chính yếu là tâm hồn bên trong. Như những người biệt phái hôm nay họ chỉ chăm chú rửa tay bên ngoài mà không quan tâm tẩy rửa tâm hồn. Nhiều lúc chúng ta cũng sống như những biệt phái hôm nay mà chúng ta không hay đó là những việc đạo đức bên ngoài thì chúng ta nghiêm trang, đúng việc, đúng giờ, nhưng trong lòng thì lo ra chia trí thiếu niềm tin, cậy và mến vào Chúa.

**3. Sống Lời Chúa:** Biết lựa chọn và và không bận tâm tới các tục lệ có thể gây cản trở vô ích.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con biết tẩy rửa tâm hồn qua việc sám hối mỗi ngày để con có thể thi hành những điều đẹp lòng Chúa. Amen*

## THỨ TƯ 07/02/2018

### 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 cái từ con người xuất ra, là cái làm cho con người ra ô uế”.* (Mc 7, 15)

**2. Suy niệm:** Con người ta rất dễ bị làm lẫn giữa cái chính yếu và thứ yếu; các kinh sư và biệt phái tỉ mỉ giữ luật rửa tay, lau chén trước khi ăn, vì cho rằng tay bẩn, chén bẩn làm cho con người ra ô uế, trong khi lại coi nhẹ cõi lòng, nơi chôn chứa bao nhiêu tâm tình ghen tuông, thù ghét và đủ thứ toan tính phạm tội. Vì thế mỗi người chúng ta rất dễ bị rơi vào đời sống giả hình, vụ hình thức bên ngoài. Bởi vì điều Thiên Chúa đòi hỏi không phải là sự trong sạch có tính cách nghi thức bề ngoài, nhưng là sự trong sạch của tâm hồn, sự trong sạch của con tim.

**3. Sống Lời Chúa:** Chú ý đến tính chất của công việc hơn là hình thức bên ngoài.

**4. Cầu Nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con luôn biết nhận ra điều Chúa cần nơi chúng con là sự thanh sạch tâm hồn hơn là sự thanh sạch thể xác. Amen*



**THỨ NĂM 08/02/2018**

**Mc 7, 24-30**

**1. Ghi nhớ:** *“Thật vậy một người đàn bà có đứa con gái nhỏ bị quỷ ám, vừa nghe nói đến Người liền vào sấp mình dưới chân Người”.* (Mc 7,25)

**2. Suy niệm:** Khi chịu “sấp mình” dưới chân ai thì đó là một hình thức phủ phục khiêm tốn. Người đàn bà gốc dân ngoại hôm nay lại có thái độ như thế đối với Chúa Giê-su; bà có thái độ khiêm nhường nhìn nhận mình là người bất xứng trước mặt Thiên Chúa và mạnh mẽ không nản lòng khi bị từ chối lời xin. Cuối cùng thì bà cũng được Thiên Chúa nhậm lời. Vì thế, đức tin khiêm nhường và mạnh mẽ là rất cần thiết cho những ai muốn cầu xin Thiên Chúa.

**3. Sống Lời Chúa:** Cầu nguyện liên lĩ với một đức tin khiêm tốn và mạnh mẽ.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con biết biết kết hợp hai điều kiện không thể thiếu trong cầu nguyện đó là phải có đức tin khiêm nhường và mạnh mẽ như người đàn bà hôm nay. Amen.*

## THỨ SÁU 09/02/18

### Mc 7, 31-37

**1. Ghi nhớ:** *“Người ta đem một người vừa điếc vừa ngọng đến với Đức Giêsu, và xin Người đặt tay trên anh”* (Mc 7,32).

**2. Suy niệm:** Lời Chúa nói qua đoạn Tin Mừng này, mời gọi chúng ta ý thức hơn trong việc lắng nghe và đón nhận lời Chúa. Nhưng trong thực tế tuy không bị câm điếc về mặt thể xác nhưng chúng ta lại bị câm điếc về mặt tâm hồn. Đó đó, mỗi người chúng ta hãy mau mắn xin Thiên Chúa chữa khỏi bệnh điếc tâm hồn để sớm có thể nghe Lời Chúa và chữa bệnh câm tâm hồn để có thể tuyên xưng đức tin trong việc ca tụng và tôn vinh thiên Chúa.

**3. Sống Lời Chúa:** Siêng nghe Lời Chúa và sống lời Chúa

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin hãy mở miệng và tai con để con có thể lắng nghe Lời Chúa và ca tụng Chúa mỗi ngày trong đời con. Amen.*

**THỨ BẢY 10/02/2018**  
**Thánh Cô-lat-ti-ca, trinh nữ. Lễ nhớ**  
**Mc 8, 1-10**

**1. Ghi nhớ:** *“Các môn đệ thưa Người: Ở đây, trong nơi hoang vắng này, lấy đâu ra bánh cho họ ăn no ?”* (Mc 8,4)

**2. Suy niệm:** Các môn đệ là những người cộng tác với Chúa Giêsu để nuôi dưỡng đám đông, họ được Chúa sai đi hoạt động. Ở đây các tông đồ biết rõ những gì cần phải làm, nhưng họ thiếu phương tiện để làm: **“nơi hoang địa này lấy đâu ra bánh cho họ ăn!”** Ngày nay cũng luôn gặp như vậy, chúng ta được Chúa mời gọi cộng tác, phải làm tất cả những gì hợp với khả năng và phương tiện mình có, còn lại Chúa Giêsu sẽ hoàn tất. Ta không được phép ăn không ngồi rồi, hay đòi hỏi đầu đủ phương tiện khi thi hành những công việc tông đồ, hoặc phục vụ những nhu cầu của anh em mình

**3. Sống Lời Chúa:** Hãy làm việc tông đồ trong mọi hoàn cảnh.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con biết kết hợp với Chúa và tận dụng hết khả năng của mình để phục vụ tha nhân như Chúa từng phục vụ. Amen.*

## CHÚA NHẬT VI TN 11/02/2018

### Mc 1, 40 – 45

**1.Ghi nhớ:** *Khi ấy, có người mắc bệnh phong đến gặp Đức Giêsu, anh quỳ xuống van xin rằng: “Nếu Ngài muốn Ngài có thể làm cho tôi được sạch”. Người chạnh lòng thương giơ tay đụng vào anh và bảo: “Tôi muốn, anh sạch đi” (Mc1,41).*

**2.Suy niệm:** Thái độ tin của anh cùi đáng cho chúng ta suy nghĩ. Dù với tâm trạng e dè sợ sệt, nhưng anh vẫn vượt khó để đến bên Chúa Giêsu và tin tưởng kêu xin. Nó diễn tả một niềm tin giữa cảnh cùng đường tuyệt vọng. Thái độ ấy làm Chúa hài lòng, Ngài đặt tay và chữa lành anh. Tâm tình tin yêu phó thác được đáp trả bằng cử chỉ yêu thương cứu độ. Thái độ đức tin của người cùi dạy chúng ta: không nên bi quan về cuộc sống, nhưng luôn vượt khó trong niềm tin tưởng vào tình yêu thương quan phòng của Chúa.

**3.Sống Lời Chúa:** Lạc quan vui tươi trong mọi hoàn cảnh, với niềm tin tưởng phó thác.

**4.Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con nhận thức được phẩm giá làm người và làm con Chúa nơi chính mình, để con luôn biết phó mình trong tình thương của Chúa. Amen.*

**THỨ HAI 12/02/2018**

**Mc 8, 11-13**

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

**2. Suy niệm:** Lời yêu cầu nay chứng tỏ nhóm biệt phái cố chấp không tin Chúa, dù họ đã chứng kiến nhiều phép lạ Chúa làm. Do đó, họ luôn tìm cách chống đối gây khó cho Chúa Giêsu. Ngày nay khi sống giữa một xã hội đầy dẫy những cạnh tranh, ham lợi, chúng ta cũng phải đương đầu với những chê bai chỉ trích, dèm pha ghen ghét của người đời, và có khi cả những người thân nữa... Trong hoàn cảnh đó chúng ta hãy nhớ lại câu chuyện này của Chúa, để được khích lệ ,nâng đỡ và được cùng ở với Ngài trong hoàn cảnh như thế.

**3. Sống Lời Chúa:** Thức tỉnh trước những hành vi lời nói của những người xung quanh.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con biết Sống bác ái, yêu thương và biết đặt niềm tin tuyệt đối vào Chúa.Amen*

.

**THỨ BA 13/02/2018**

**Mc 8, 14-21**

**1. Ghi nhớ:** *“Anh em phải coi chừng, phải đề phòng men pha-ri-sê và men Hê-rô-đê”* . (Mc 8,15)

**2. Suy niệm:** Câu tục ngữ **“gần mực thì đen , gần đèn thì sáng”** Khi sống gần những người xấu nếu ta không có cảnh giác, đề phòng thì rất dễ bị lây nhiễm những tính hư tật xấu. Bài Tin mừng hôm nay, Chúa đã dựa vào hoàn cảnh cụ thể để giáo huấn các tông đồ; do thấy được việc làm của các biệt phái trong cuộc tranh luận về dầu lạ trên trời, Chúa đã Giêsu dạy các môn đệ bài học phải tỉnh thức và tránh những thói xấu của các biệt phái và Hê-rô-đê. Cũng chính là lời Chúa dùng để nhắc nhở chúng ta thức tỉnh và cảnh giác trước những gương xấu, những cám dỗ đang diễn ra chung quanh tôi

**3. Sống Lời Chúa:** sống thức tỉnh, cảnh giác và tránh xa các thói hư tật xấu.

**4. Cầu nguyện:***Lạy Chúa, xin cho con thêm sức mạnh và ơn soi sáng để con có thể từ bỏ những tính hư tật xấu và sống tốt như lòng Chúa mong muốn. Amen.*

**THỨ TƯ LỄ TRO 14/02/2018**  
**GIỮ CHAY VÀ KIÊNG THỊT**  
**Mt 6, 1-6, 16-18**

**1. Ghi nhớ:** *“Khi làm việc lành phúc đức anh em phải coi chừng chớ có phô trương cho thiên hạ thấy”* (Mt 6,1)

**2. Suy niệm:** Ba chiều kích không thể thiếu trong đời sống đạo đức là: bố thí đối với tha nhân; cầu nguyện đối với Thiên Chúa; ăn chay đối với bản thân. Nhưng điều cốt yếu của ba chiều kích này là sống thật, sống trước mặt Chúa với ý hướng ngay lành và thi hành thánh ý Chúa. Vì thế qua bài Tin Mừng hôm nay Chúa muốn khuyên nhủ chúng ta khi làm việc đạo đức phải âm thầm khiêm tốn không phô trương bên ngoài, không tìm lợi danh trước mặt người đời. Khi cầu nguyện phải có ý ngay lành không được giả hình. Ăn chay phải thành tâm thiện chí sám hối trước mặt Thiên Chúa chứ không phải trước mặt người đời

**3. Sống Lời Chúa:** Tránh thói phô trương khi làm việc đạo đức.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con biết rằng: Điều quan trọng nhất khi làm việc lành phúc đức là phải sống thật có ý hướng ngay lành trước mặt Chúa. Chứ không phải là việc phô trương bên ngoài cho người ta thấy . Amen.*

## THỨ NĂM 15/02/2018

### Lc 9, 22-25

**1. Ghi nhớ:** *“Ai muốn theo tôi, phải từ bỏ chính mình, vác thập giá hàng ngày mà theo”.* (Lc 9,23)

**2. Suy niệm:** Mở đầu mùa chay Hội Thánh muốn dùng bài Tin Mừng để nhắc chúng ta sống theo tinh thần mùa chay mỗi người hãy nhiệt tình và mầu mắn gột bỏ con người cũ của mình mà biết sửa chữa những tính hư nết xấu rèn luyện các nhân đức, sống thích nghi với mọi người, hoà thuận hiệp nhất yêu thương nhau ... đó là chúng ta đang **“từ bỏ chính mình”**. Cảnh đó mỗi người còn phải biết **“vác thập giá hàng ngày mà theo”** đó là cây thập giá chấp nhận thiệt thòi, chịu đau khổ do bản thân, do tha nhân, hoặc là do hoàn cảnh gây ra nhưng vẫn vui vẻ đón nhận theo ý Chúa.

**3. Sống Lời Chúa:** Từ bỏ các tật xấu và tập các nhân đức.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho chúng con biết từ bỏ con người cũ tội lỗi của mình và biết hy sinh hãm mình khổ chế để sống đẹp lòng Chúa mỗi ngày. Amen.*



**THỨ SÁU 16/02/2018**  
**TẾT NGUYÊN ĐÁN MẬU TUẤT**  
**CẦU BÌNH AN CHO NĂM MỚI**

**Mt 6, 25-34**

**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 BẢY 17/02/2018**  
**MÔNG HAI TẾT MẬU TUẤT**  
**KÍNH NHỚ TỔ TIÊN**  
**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.*

**CHỦ NHẬT I MUA CHAY 18/2/2018**  
**MÔNG BA TẾT**  
**THÁNH HOÁ CÔNG ẮN VIỆC LÀM.**  
**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 19/02/2018**

**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 đây, là các ngươi đã làm cho chính Ta vậy”.*(Mt 25, 40)

**2. Suy niệm:** Bài tin mừng hôm nay, Chúa Giê-su nói về ngày Người sẽ trở lại vũ trụ để phán xét mọi người hay còn gọi là ngày cánh chung. Chính ngày cánh chung sẽ phân định cho chúng ta thấy giá trị những việc ta làm hay thiếu sót không làm cho tha nhân. Chúa không đòi hỏi ta tìm Chúa ở nơi đâu xa để phục vụ Ngài. Nhưng Chúa muốn mỗi người chúng ta nhìn thấy Thiên Chúa qua những người nghèo nàn nhất, bé nhỏ nhất đó là những **“Chúa Kitô”** để từ đó chúng ta có thể phục vụ họ như chính Chúa Kitô là mẫu gương phục vụ.

**3. Sống Tin mừng:** Sống quan tâm phục vụ tha nhân

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con nhận ra rằng mỗi việc con làm cho những anh em bé nhỏ là con đang làm cho Chúa. Amen.*

## THỨ BA 20/02/2018

### Mt 6, 7-15

**1. Ghi nhớ:** *“Khi cầu nguyện anh em đừng lải nhải như dân ngoại”.* (Mt 6, 7)

**2. Suy niệm:** Các người biệt phái thời Đức Giê-su họ thường đề cao những hình thức bên ngoài. Ngay cả khi cầu nguyện họ cũng thích dùng hình thức. Còn những người ngoại thì họ lại thích **“Lải nhải”** vì họ nghĩ rằng lập đi lập lại một lời kinh nào đó thì mới được Thiên Chúa nhậm lời. Đối với Đức-su thì cầu nguyện không cần như thế. Ngài chỉ cho chúng ta một công thức cầu nguyện qua Lời Kinh Lạy Cha, lời cầu nguyện phải chân thật, phải tỏ lộ cuộc sống nội tâm. Nó diễn tả tình cảm thâm sâu của người biết mình là con cái Thiên Chúa và anh em với hết mọi người.

**3. Sống Lời Chúa:** Vâng phục và phó thác khi cầu nguyện

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Trong đời sống hàng ngày cầu nguyện như là một món ăn tinh thần không thể thiếu, vì thế xin cho mỗi người chúng con phải biết cầu nguyện như chính Chúa là mẫu gương cầu nguyện. Amen.*

## THỨ TƯ 21/02/2018

### Lc 11, 29-32

**1. Ghi nhớ:** “Con Người cũng sẽ là một dấu lạ cho thế hệ này...” (Lc11,30)

**2. Suy niệm:** Dân thành Ninivê sau khi đã nghe lời rao giảng của ngôn sứ Giôna thì họ đã ăn năn sám hối và đã được Thiên Chúa thứ tha. Dân Do Thái thời Chúa Giêsu sau khi tận mắt chứng kiến những phép lạ Chúa Giêsu đã làm thì họ cũng có chút gì đó thán phục, nhưng họ cố tình bóp méo sự thật. Họ mong muốn Chúa Giêsu làm những phép lạ vĩ đại cho họ xem, để họ tin. Chúa Giêsu chẳng cần họ thán phục, Ngài chỉ mong muốn họ thấy những phép lạ Ngài làm mà nhận ra Nước Thiên Chúa đang ở giữa họ, để họ ăn năn sám hối. Chúa Giêsu sẽ thực hiện một phép lạ vĩ đại đó là phục sinh sau ba ngày được an táng trong mồ. Nhưng họ có nhìn vào đó để mà tin hay không đó là quyền của họ. Còn chúng ta, chúng ta đang sống trong thời của Giáo hội, chúng ta thấy và biết rằng Chúa Giêsu chính là Thiên Chúa, Ngài đã chịu chết vì chúng ta. Thế thì, chúng ta có ăn năn sám hối cải chưa hay chúng ta còn lần lữa?

**3. Sống Lời Chúa :** Nhận ra dấu chỉ tình thương Chúa mà trở về bằng cách ăn năn sám hối.

**4. Cầu nguyện :** *Lạy Chúa, chúng con đang sống trong tình thương của Chúa, tình thương của Giáo hội. Xin cho chúng con biết nhận ra tình thương đó mà biến đổi để ngày càng trở nên xứng đáng hơn với tình thương Chúa. Amen.*

**THỨ NĂM 22/02/2018**  
**LẬP TÔNG TOÀ THÁNH PHÊRÔ (K)**  
**Mt 16, 13-19**

**1. Ghi nhớ:** Đức Giêsu lại hỏi: "Còn anh em, anh em bảo Thầy là ai? (Mt 16, 15)

**2. Suy niệm:** Người môn đệ của Chúa là người Chúa chọn và người ấy đã đáp lại tiếng Chúa bằng cách từ bỏ mọi sự mà đi theo Chúa. Hai yếu tố không thể thiếu nơi người môn đệ là ơn Chúa và khả năng đáp trả của con người. Xét theo phương diện việc Thiên Chúa chọn Phêrô làm môn đệ thôi đã là liều lĩnh chứ chưa nói tới việc đặt Phêrô làm nền tảng xây dựng Giáo hội. Nhưng ở Phêrô có cái mà những người khác không có đó là lòng nhiệt thành và lòng yêu mến Chúa. Nhờ đó ơn Chúa được tỏ lộ đầy đủ nơi Phêrô. Câu trả lời của Phêrô là câu trả lời đích thực về bản chất của Đấng Kitô, nhưng Phêrô làm sao biết được nếu Chúa Cha không ban ơn cho Phêrô và Phêrô không để cho ơn Chúa hoạt động nơi ông. Một con người mỏng giòn, yếu đuối lại trở nên tảng đá xây dựng ngôi nhà Thiên Chúa, ơn Chúa luôn thực hiện những việc lạ lùng.

**3. Sống Lời Chúa:** Trở nên dụng cụ cho Chúa hằng ngày.

**4. Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, Chúa đã cho những con người yếu đuối cộng tác và công trình kỳ diệu của Thiên Chúa. Xin cho chúng con luôn biết hành động theo Ý Chúa để Danh Chúa mỗi ngày thêm cả sáng. Amen.*

**THỨ SÁU 23/02/2018**

**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 24/02/2018**

**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 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.*

## **CHÚA NHẬT II MÙA CHAY 25/02/2018**

### **Mc 9, 2-10**

**1 Ghi nhớ:** *“Người biến đổi hình dạng trước mắt các ông” (Mc 9,2)*

**2 Suy niệm:** Thiên cơ bất khả lộ. Mọi sự phải được diễn ra đúng thời đúng buổi của nó thì mới thành toàn. Hấp tấp, vội vàng chỉ làm hỏng cơ duyên. Ví như bào thai, phải đợi chín tháng mười ngày mới có thể ra khỏi lòng mẹ, không thể sớm hơn cũng không muộn hơn theo ý mình.

Ai có thể sở hữu tương lai mà không phải chờ đợi ? Có bất ngờ nào mà không cần thời gian để tỏ lộ ? Có ai nghĩ rằng bị khinh chê, vùi dập hôm nay nhưng ngày mai sẽ được vinh quang, cao trọng ? Tất cả là thiên cơ.

**3 Sống Lời Chúa:** *Vững tin vào ngày mai.*

**4 cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin cho con vững tin vào tương lai tươi sáng mà Chúa đã hứa cho những ai chuyên cần vác thánh giá theo Ngài.*

## THỨ HAI 26/02/2018

### Lc 6, 36-38

**1 Ghi nhớ:** *“Hãy tha thứ, thì sẽ được Thiên Chúa thứ tha” (Lc 6, 37)*

**2 Suy niệm:** Không trông thì mong sao gặt? “Trồng dưa thì không bao giờ hái đậu”, Chúa Giêsu cũng nói: “Ở bụi gai, làm gì có nho mà hái?” (Mt 7, 16). Vậy mà chúng ta thường sống trong hoang tưởng, không trông mà muốn hái, gieo thứ này mà muốn gặt thứ kia.

Có thể vì thiên lý chưa tỏ hiện nên nhiều khi làm cho người ta nhìn gà hoá cuốc, nhìn trái ớt tưởng trái cà vậy thôi chứ người xưa đã nói: “Thiện ác đáo đầu chung hữu báo, chỉ tranh lai tảo dữ lai trì” Chúa Giêsu cũng nói trên cây găng, làm gì có vả mà bẻ ( Mt 7,16). Chính vì thế chúng ta cần phải xem lại hành vi của mình xem mình đã “tác nghiệp” như thế nào.

**3 Sống Lời Chúa:** *Đong đâu nào, trả đâu ấy (Lc 6, 38)*

**4 Cầu nguyện:** Lạy Chúa xin cho con luôn nhớ rằng: con phải chịu trách nhiệm về mọi hành vi của mình, để con biết suy nghĩ và hành động mang lại lợi ích cho chính bản thân và cho đồng loại.

## **THỨ BA 27/02/2018**

### **Mt 23, 1-12**

**1.Ghi nhớ:** *“Ai tôn mình lên sẽ bị hạ xuống; còn ai hạ mình xuống sẽ được tôn lên” (Mt 23,12).*

**2.Suy niệm:** Ai trong chúng ta cũng ghét thói kiêu căng tự phụ, nhưng yêu thích kẻ khiêm nhường. Chúa Giêsu dựa vào những thói hư tật xấu của các biệt phái và luật sĩ “thích ngồi ở những chỗ nhất”, để cảnh giác chúng ta. Chúa cho ta biết khi được cất nhắc lên trong một chức vụ là nhằm để phục vụ người khác. Vì thế, ta phải biết ăn ở khiêm nhường, từ tốn và biết tôn trọng người khác. Mỗi người chúng ta đều được Chúa tín nhiệm trao cho một nhiệm vụ: người làm cha, kẻ làm mẹ; người làm thầy, kẻ làm trò; người làm chủ, kẻ làm người phục vụ... Chúng ta đã sống tinh thần Chúa dạy không?

**3.Sống Lời Chúa:** Tránh thói kiêu căng, tự phụ; nhưng sống khiêm tốn, chân thành phục vụ.

**4.Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, khi nhìn ngắm mẫu gương của Chúa, con nhận thấy mình còn nhiều khuyết điểm. Xin Chúa thương ban cho con ơn canh tân và hoán cải. Amen.*

## THỨ TƯ 28/02/2018

### Mt 20, 17-28

**1. Ghi nhớ:** “Con Người đến không phải để được người ta phục vụ, nhưng là để phục vụ” (Mt20, 28)

**2. Suy niệm:** Con người sống trên dương gian dễ bị lôi kéo vào ba khuynh hướng: danh, lợi và thú. Các môn đệ ban đầu theo Chúa Giêsu ắt hẳn không khỏi những khuynh hướng này. Rõ hơn hết là khuynh hướng háms danh.

Đang khi nghe Chúa Giêsu tiên báo cuộc thương khó của Ngài đáng lý ra các ông phải đồng cảm với Thầy mình trong cuộc thương khó. Đàng này họ lại nghĩ khác, họ mong Thầy mình sớm chiến thắng theo như cách nghĩ của họ để họ được hưởng vinh quang, để được sung sướng có kẻ hầu người hạ. Chúa Giêsu đã sửa lại lối suy nghĩ của họ. Theo Chúa, được trao quyền chính là để dùng nó mà phục vụ chứ không phải dùng quyền đó để thị uy, để phục vụ chính mình hay để người ta phục vụ mình. Chúa Giêsu đã sống cuộc đời phục vụ như Ngài đã dạy đó là Ngài phó dâng mạng sống để phục vụ cho sự sống nhân loại.

**3. Sống Lời Chúa :** Đặt sự khốn khó của ta với cuộc Thương Khó Chúa.

**4. Cầu nguyện :** *Lạy Chúa, trong những lúc Chúa mong muốn chúng con đồng cảm với Chúa thì chúng con chỉ lo cho riêng mình, cho danh lợi của mình. xin Chúa cho mỗi người chúng con được biết rằng sự vinh quang của con chính là đặt sự vinh quang trong sự thương khó Chúa. Amen.*