

5 phút cho
ĐỜI CHỨA



CHỨA NHẬT V PHỤC SINH 2020

ĐỪNG SỢ NHƯNG HÃY TIN

“Anh em đừng xao xuyến! Hãy tin vào Thiên Chúa và tin vào Thầy.” (Ga 14,1)

Suy niệm: Các môn đệ chưa hết hoang mang vì tin dữ mà Đức Giê-su vừa tiết lộ: có một người trong các ông sẽ phản bội Thầy, thì Ngài lại cho biết Ngài sẽ đi rất xa, đi một nơi mà *“các ông không đến được”*, và ngay cả Phê-rô, người môn đệ *“sẵn sàng thí mạng vì Thầy,”* thế mà cũng sẽ *“chối Thầy ba lần”* (x. Ga 13,1tt). Bữa tiệc thân mật Thầy trò bỗng trở nên trĩu nặng. Các môn đệ bàng hoàng xao xuyến. Trong bầu khí âm đạm đó, Chúa Giê-su vực dậy lòng tin đang chao đảo của các ông. Ngài dạy: *“Hãy tin vào Thiên Chúa và tin vào Thầy.”* Chính sự kết hợp giữa Ngài với Chúa Cha bảo đảm điều đó. Quả thật, Chúa là con đường và là sự sống, nên Chúa ở đâu chúng ta cũng ở đó với Ngài; và ai đến với Ngài thì cũng sẽ gặp được Chúa Cha, vì Ngài nói: *“Thầy ở trong Chúa Cha và Chúa Cha ở trong Thầy.”*

Mời Ban: Không ít lần chúng ta đã rơi vào nỗi sợ hãi. Nhất là hiện nay, chúng ta đang hoang mang lo lắng vì cơn dịch bệnh và những hậu quả dây chuyền của nó: nỗi lo thất nghiệp, nạn đói, bạo lực, chiến tranh... Mời bạn dành một khoảnh khắc tĩnh lặng để lắng nghe lời Chúa trấn an bạn: *“Anh em đừng xao xuyến! Hãy tin vào Thiên Chúa và tin vào Thầy.”* Lời mời gọi của Chúa không cất những khó khăn khỏi bạn nhưng ban cho bạn nghị lực, vì Chúa nói: *“On Thầy đủ cho con”* (2Cr 12,9).

Sống Lời Chúa: Dành một giây để xin Chúa thánh hoá công việc bạn sắp làm.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, con cần lắm lời trấn an của Chúa trong từng giây phút của đời sống con. Xin cho con đừng bao giờ nghi ngờ tình yêu và lòng thương xót của Chúa dành cho con, cho dù cuộc sống có khó khăn, khắc nghiệt.*

ĐỂ ĐƯỢC “RÒNG ĐẾN NHÀ TÔM”

“Ai yêu mến Thầy thì sẽ giữ lời Thầy. Cha của Thầy sẽ yêu mến người ấy. Cha của Thầy và Thầy sẽ đến và ở lại với người ấy.” (Ga 14,23)

Suy niệm: Tục ngữ Việt Nam có câu: “Khách đến nhà không gà thì gỏi”. Lòng hiếu khách như vậy thật là tuyệt vời; nhưng dù thế cũng không thể diễn tả hết tâm tình thăm thiết đậm đà của cụ Nguyễn Khuyến khi ông bạn vong niên của mình là cụ Dương Khuê tới thăm: “*Bác đến chơi đây, ta với ta.*” Tình bạn bằng vai bằng lứa đã thể hướng chỉ là thân phận con người chúng ta đã được Chúa “đến chơi nhà” và còn “ở lại” với chúng ta nữa. Thật chẳng khác nào được “ròng đến nhà tôm”! Mà Ngài đâu có đòi hỏi phải dọn cho Ngài những món ‘đặc sản’ nào ngoại trừ một tình yêu, một tấm lòng với tấm lòng, một tình bằng hữu giữa “*ta với ta*”: chỉ cần “yêu” và “giữ Lời Chúa” là đủ để Ngài kết mối tình thân mật đó rồi.

Mời Ban: Thân ‘tôm’ chúng ta còn mong được vinh dự và hạnh phúc nào hơn thế nữa không? Bạn đã chuẩn bị đón Chúa “đến chơi nhà” linh hồn mình thế nào? Bạn đã dọn sạch tâm hồn mình khỏi những tham lam ích kỷ, những ham mê thú vui bất chính chưa? Bạn đã làm theo Lời Chúa dạy là tha thứ cho người xúc phạm bạn, phục vụ người anh em bé mọn nhất của bạn chưa?

Chia sẻ cảm nhận của bạn qua lời mẹ Têrêxa Calcutta: “Tôi yêu Đức Giê-su trong mỗi con người. Đức Giê-su hiện diện trong bí tích Thánh Thể và trong người nghèo khổ.”

Sống Lời Chúa: Làm việc bác ái phục vụ tha nhân để làm món quà dâng lên Chúa Giê-su Thánh Thể mỗi khi bạn tham dự Thánh lễ và tiếp rước Ngài.

Cầu nguyện: Đọc kinh *Kính Mến*.

12/05/20

THỨ BA TUẦN 5 PS

Th. Nê-rê-ô và A-ki-lê-ô, tử đạo

Ga 14,27-31a

“MỘT CÔI ĐI VỀ” VỚI CHÚA KI-TÔ

“Nếu anh em yêu mến Thầy, thì hẳn anh em đã vui mừng vì Thầy đi về cùng Chúa Cha, bởi vì Chúa Cha cao trọng hơn Thầy.”(Ga 14,28)

Suy niệm: Nhạc sĩ Trịnh Công Sơn với một tâm hồn nhạy cảm sâu sắc diễn tả nỗi niềm khắc khoải của mình: hết “lên non cao” lại “về biển rộng,” đi khắp cõi nhân gian “chưa từng độ lượng” này để đi tìm một chốn quê nhà vĩnh cửu:

*Bao nhiêu năm rồi còn mãi ra đi
Đi đâu loanh quanh cho đời mỗi mệ
Trên hai vai ta đôi vàng nhật nguyệt
Rọi suốt trăm năm một cõi đi về*

Thế nhưng ông vẫn ngậm ngùi như đang lạc vào cõi hư vô:

*Trăm năm vô biên chưa từng hội ngộ
Chẳng biết nơi nao là chốn quê nhà.*

Để đáp lại nỗi niềm của những tâm hồn thao thức đó, Đức Kitô Phục sinh cho thấy ý nghĩa mới cho cuộc nhân sinh này. Ngài bộc lộ “cõi đi về” của Ngài là chính Chúa Cha, Đấng mà Ngài gọi tên với tất cả tình yêu mến: “Abba, Cha ơi!” Thật vậy Ngài “từ Chúa Cha mà đến thế gian,” và giờ đây Ngài “lại bỏ thế gian mà đến cùng Chúa Cha” (Ga 17,28). “Cõi đi về” của Chúa Kitô cũng là “cõi” dành cho chúng ta, bởi vì: “Thầy sẽ lại đến và đem anh em về với Thầy, để Thầy ở đâu, anh em cũng ở đó” (Ga 14,3).

Mời Ban: Bạn có đang khắc khoải tìm về Đấng Phục Sinh không? Hay bạn đang gặp trở ngại trên con đường trở về của bạn: bất mãn chán nản vì gương xấu của ai đó? vì thất bại, vì rui ro trong cuộc sống? vì một tật xấu cố hữu?

Sống Lời Chúa: Viếng Thánh Thể và đọc Tv 121 để cảm nghiệm niềm vui “Một Cõi Đi Về” với Chúa.

Câu nguyện: *Lạy Chúa, đi về nhà Chúa tìm con reo hoan lạc Chúa ơi; đi về nhà Chúa, ôi bao nhiêu mến thương ngập trời.* (Trầm Hương)

NHƯ CÀNH LIỀN CÂY

“Cành nho không thể sinh trái nếu không ở lại với thân nho.” (Ga 15,4)

Suy niệm: Ngày nay y học tiên bộ, trong nhiều trường hợp người ta có thể nối lại một cánh tay hay một cẳng chân lỡ bị đứt lìa. Nhiều nạn nhân nhờ đó khỏi bị mất tay, chân một cách oan uổng. Nhưng ai cũng rõ, công việc này phải được làm nhanh hết sức, vì một chi thể đứt rời không thể sống được lâu ngoài cơ thể. Ta dễ hiểu hàm ý của Đức Giê-su qua hình ảnh cành và thân nho: cành nho không thể sống nếu đứt lìa khỏi thân nho, nói chi đến chuyện sinh hoa trái! Nhưng điều Đức Giê-su muốn nói không phải là chuyện cây cỏ mà là lời xác quyết: *“Ai ở lại trong Thầy thì người ấy sinh nhiều hoa trái.”* Một trong những phương thế để ở lại trong Chúa Kitô là “Giê-su hoá” đời mình như thánh Phao-lô đề nghị: *“Không phải là tôi sống mà là Chúa Ki-tô sống trong tôi.”*

Mời Ban: Mời bạn nhìn ngắm một cây nào đó và liên tưởng tới Chúa Giê-su là cây mà bạn là cành. Bạn cần gắn chặt với Chúa Giê-su như cành cần dính liền với thân cây, để thực sự sống và để thực sự sinh hoa kết trái. Trong nhịp sống quay cuồng hôm nay, ta phải làm sao để không bị nuốt chửng trong những miệt mài săn đuổi các giá trị phàm tục và tạm bợ? Phải làm sao để không những biết dành cho Chúa Giê-su một chỗ trong cuộc sống mình mà hơn thế nữa để nhận Người là chính trung tâm của đời mình, là giá trị nền tảng của mọi giá trị khác?

Sống Lời Chúa: “Giê-su hóa” đời mình bằng cách thường nghĩ đến Người, nói về Người, tìm gặp Người, nói với Người, nghe Người nói, ngắm Người làm...

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giêsu, Chúa là cây nho, còn con là cành, xin cho con biết luôn gắn kết với Chúa. Amen.*

14/05/20

THỨ NĂM TUẦN 5 PS
Th. Mát-thi-a, tông đồ
Ga 15,9-17

VỊ TÔNG ĐỒ ĐIỀN VÀO CHỖ TRỐNG

“Không phải anh em đã chọn Thầy, nhưng chính Thầy đã chọn anh em và cắt cử anh em để anh em ra đi, sinh được hoa trái, và hoa trái anh em tồn tại.” (Ga 15,16)

Suy niệm: Thoạt nhìn, dường như sự có mặt của Mát-thi-a trong số các tông đồ chỉ để điền vào chỗ trống cho tròn con số 12 chẳng chời đẹp đẽ. Sẽ là quá nông cạn nếu nghĩ số 12 chỉ như một con số để “lấy hên”. Mát-thi-a được chọn vào nhóm Mười Hai sau khi các tông đồ hiệp thông cầu nguyện. Mát-thi-a là người đã từng cùng các tông đồ theo Chúa ngay từ những ngày đầu và do đó đủ tư cách làm chứng nhân cho Chúa Ki-tô phục sinh. Như thế, sự hiện diện của Mát-thi-a trong hàng ngũ Nhóm Mười Hai làm cho lời chứng của các tông đồ được toàn vẹn. Lời tuyên xưng của Phê-rô hay một cá nhân tông đồ nào khác được cả cộng đoàn các tông đồ chứng thực, bảo đảm cho lời chứng các ngài là xác thực. Ngay từ đầu, Giáo Hội đã mang đặc tính duy nhất và tông truyền.

Mời Bạn: Dù bạn là người vô danh tiểu tốt trong cộng đoàn, lời chứng của Hội Thánh vẫn còn thiếu nếu không có sự góp phần của bạn. Dù bạn chỉ hiện diện trong sự hiệp thông với mọi chi thể khác của Hội Thánh bằng cách trung thành sống cuộc sống chứng tá cho một niềm tin công giáo và tông truyền, bạn đang làm công việc không khác gì một tông đồ chính hiệu.

Chia sẻ về một kinh nghiệm cho thấy việc làm chứng tập thể mang lại rất nhiều hiệu quả trong việc loan báo Tin Mừng (vd. Cả nhóm/giáo xứ bạn cùng làm chung một công việc bác ái nào đó).

Sống Lời Chúa: Chọn một việc tông đồ cho cả nhóm làm chung.

Cầu nguyện: Hiệp thông với Giáo Hội, bạn sốt sắng đọc kinh *Tin Kính*.

YÊU ĐẾN HIẾN TRAO MẠNG SỐNG

“Không có tình thương nào cao cả hơn tình thương của người đã hy sinh tính mạng vì bạn hữu của mình ... Thầy gọi anh em là bạn hữu, vì tất cả những gì Thầy nghe được nơi Cha của Thầy, Thầy đã cho anh em biết.”
(Ga 15,13.15)

Suy niệm: Chúa Giê-su không chỉ dạy các môn đệ Ngài yêu thương mà thôi. Ngài còn dạy và nêu gương cho họ biết phải **yêu thương như thế nào**: yêu như Chúa yêu, yêu đến mức sẵn sàng hy sinh tính mạng mình vì người mình yêu! Tình yêu đó được Ngài thể hiện qua những nét chính như sau: 1/ *Yêu người là hiện diện và cùng chia sẻ với người trong mọi tình huống của cuộc sống*: Chúa Giê-su vốn dĩ là Thiên Chúa nhưng đã hoàn toàn trút bỏ vinh quang, trở nên giống phàm nhân, sống như người trần thế... (x. Pl 2,6-7). 2/ *Yêu người là nhìn nhận phẩm giá của người, tích cực làm cho người được tôn lên, cho người đó được thăng tiến*: Chúa Giê-su bị ‘mang tiếng’ là thường xuyên giao du, ăn uống với những người thu thuế và phường tội lỗi (x. Lc 15,1-2), Ngài gọi các môn đệ là bạn hữu! 3/ *Yêu người là yêu cho đến cùng, không tiếc một thứ gì – kể cả sinh mạng mình*: Chúa Giê-su chấp nhận cái chết tận cùng sỉ nhục trên thập giá để đền bù tội lỗi và cứu chuộc chúng ta!

Mời Ban: Nhìn lên và chiêm ngắm tấm gương yêu thương của Chúa Giê-su trên thập giá. Bạn đừng ngại mình không kham nổi, vì Chúa Giê-su đã chọn bạn, và tất cả những gì bạn xin cùng Chúa Cha nhân danh Ngài thì bạn sẽ được ban cho! (câu 16).

Sống Lời Chúa: Tập yêu người cho đến chết, bắt đầu từ những ‘cái chết nhỏ’ cho người, chẳng hạn nhin một ý nghĩ oán trách, nhin một lời nói hằn học, vui vẻ lắng nghe và cảm thông người.

Cầu nguyện: Hát *Kinh Hòa Bình*.

THUỘC VỀ CHÚA, GIỮA THẾ GIAN

“Giả như anh em thuộc về thế gian, thì thế gian đã yêu thích cái gì là của nó. Nhưng vì anh em không thuộc về thế gian, và Thầy đã chọn, đã tách anh em khỏi thế gian, nên thế gian ghét anh em.” (Ga 15,19)

Suy niệm: “Thiên Chúa đã yêu thế gian đến nỗi đã ban Người Con Một” (Ga 3,16). Thế nhưng, tình yêu ấy, thế gian đã không đón nhận. Còn những ai đón nhận mỗi tình tuyệt vời của Thiên Chúa qua việc tin vào Người Con Một, thì được Ngài “tách riêng ra khỏi thế gian” để “không thuộc về thế gian” nữa, mà thuộc trọn về Chúa. Tình yêu của Thiên Chúa lớn lao, vượt khỏi mọi giới hạn của thế gian, lớn đến mức “hy sinh mạng sống vì bạn hữu của mình” (Ga 15,13), ngõ hầu những ai thuộc về Chúa được đưa vào mối tương quan đầy dịu ngọt và hạnh phúc bất diệt trong tình yêu. Vì thế, không lạ gì, người môn đệ Chúa Ki-tô, “ở giữa thế gian nhưng không thuộc về thế gian”, sẽ bị thế gian thù ghét.

Mời Ban: Thế gian, theo cách diễn tả của thánh Gio-an, đó là bóng tối, là tội lỗi, là vắng bóng yêu thương. Nó sẽ ghét bạn, vì bạn là môn đệ của Thầy Giê-su là Tình Yêu, là Ánh Sáng và là Sự Thiện. Bạn phải nhận ra điều đó để đừng ngạc nhiên hay hoảng sợ khi bị thế gian thù ghét và bách hại, nhưng hãy can đảm lên, vì “Thầy đã thắng thế gian” (Ga 16,33).

Sống Lời Chúa: Can đảm sống theo những giáo huấn của Tin Mừng: trung thực, khiết tịnh, bảo vệ sự sống, dù phải lội ngược dòng với lối sống thế gian.

Cầu nguyện: *Lạy Chúa Giê-su, xin cho con biết hướng lên tiếp nhận sức mạnh nơi Chúa, mỗi khi vì Chúa mà con bị thế gian thù ghét, vì con tin Chúa đã thắng thế gian, đã phục sinh khai hoàn, đem niềm vui ơn cứu độ cho nhân loại.*