



## ♥ HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY (Tập 2 từ ngày 20-40)

---

### HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

#### ♥ NGÀY THỨ 21: từ bỏ mê tín, dị đoan, thờ ngẫu tượng

#### BÀI ĐỌC

Hs14, 2-10 Đây Chúa phán: Hỡi Israel, hãy trở về với Chúa là Thiên Chúa ngươi, vì ngươi đã gục ngã trong đường tội ác. Các ngươi hãy mang lấy lời Chúa và trở về với Chúa; các ngươi hãy thưa rằng: "Xin hãy xoá bỏ mọi tội ác, và nhận điều lành. Chúng tôi dâng lên Chúa của lễ ca tụng. Asurô sẽ không giải thoát chúng tôi, chúng tôi sẽ không cỡi ngựa và sẽ không còn nói rằng: Thần minh chúng tôi là sản phẩm do tay chúng tôi làm ra, vì nơi Chúa, kẻ mồ côi tìm được sự thương xót".

Ta sẽ chữa sự bất trung của họ và hết lòng yêu thương họ, vì Ta đã nguôi giận họ. Ta sẽ như sương sa, Israel sẽ mọc lên như bông huệ và đậm rễ như chân núi Liban. Các nhánh của nó sẽ sum sê, vẻ xinh tươi của nó như cây ô-liu và hương thơm của nó như hương thơm núi Liban. Thiên hạ sẽ đến ngồi núp dưới bóng mát của nó, họ sống bằng lúa mì và lớn lên như cây nho. Nó sẽ được lừng danh như rượu Liban. Hỡi Ephraim, tượng thân giúp ích gì cho ngươi không? Chính Ta sẽ nhậm lời và săn sóc ngươi, cho ngươi mọc lên như cây hương nam xinh tươi. Nhờ Ta, ngươi sẽ sinh hoa kết quả.

Ai là người khôn ngoan hiểu được các việc này, ai là người sáng suốt biết được các việc đó? Vì chưng đường lối của Chúa là đường ngay thẳng và những người công chính sẽ đi trên đó, còn các người gian ác sẽ gục ngã trên đó"

#### SUY NIỆM

Là tuổi trẻ, ai cũng có một thần tượng theo sở thích của mình. Người thích âm nhạc thì chọn một ca sĩ nào đó là thần tượng của mình. Người khác mê thể thao thì chọn cầu thủ nào đó là thần tượng của mình. Người khác nữa thích phim ảnh thì chọn một diễn viên điện ảnh

nào đó là thần tượng của mình. Tôi cũng giống như bạn chẳng khác gì. Có một thời mê phim bộ, tôi đã từng chọn nữ tài tử Ôn Mỹ Linh, trong vai Hoàng Dung là thần tượng của tôi. Trong phòng ngủ của tôi, bốn chung quanh tường treo toàn là hình của Ôn Mỹ Linh và trong bóp của tôi cũng có hình của nàng. Mỗi lần móc bóp ra lấy tiền thì cũng ngắm nàng một tí. Những lúc như thế, tôi không biết mình đang thờ một ngẫu tượng, vì hình ảnh của nàng đang xâm chiếm đầu óc, thời giờ và đã chi phí cuộc sống tôi.

Nhiều người lý luận rằng Thiên Chúa là đàn bà vì Ngài rất ghen. Mỗi khi Israen bỏ Ngài theo thờ một ngẫu tượng khác thì Chúa đánh phạt te tua. Chẳng ai biết Thiên Chúa là đàn ông hay đàn bà theo kiểu thế gian, nhưng ai cũng biết một điều là Thiên Chúa yêu chúng ta như một người cha, người mẹ, như một người tình. Thế giới hôm nay đang từ bỏ Thiên Chúa chạy theo các thần tượng thuộc về vật chất, uy quyền, chạy theo các thần tượng do tay người phàm làm ra. Hôm nay, Chúa đang hỏi tôi như Ngài đã hỏi Ephraim: "Hỡi Ephraim, tượng thần giúp ích gì cho ngươi không?"

## THỰC HÀNH

Hs14,2-3 Chúa phán: Hỡi Israel, hãy trở về với Chúa là Thiên Chúa ngươi, vì ngươi đã gục ngã trong đường tội ác. Các ngươi hãy mang lấy lời Chúa và trở về với Chúa; các ngươi hãy thưa rằng: "Xin hãy xoá bỏ mọi tội ác, và nhận điều lành. Chúng tôi dâng lên Chúa của lễ ca tụng.

- Với chính mình: từ bỏ đam mê, thú vui đang chiếm ưu tiên, thời giờ của tôi.

- Với tha nhân: hướng họ về với Thiên Chúa. Giúp họ nhìn ra Chúa yêu thương họ.

- Với Chúa: nhận Chúa là Thiên Chúa duy nhất. Tuyên xưng thuộc về Chúa.

## GHI NHỚ

Hs14,5 Ta sẽ chữa sự bất trung của họ và hết lòng yêu thương họ, vì Ta đã nguôi giận họ.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Cha, con ước ao từ bỏ các thần tượng thế gian đang chiếm ngự và chi phối đời sống của con. Con xin Cha chiếm đoạt trái tim và toàn thân xác của con. Con ước ao cảm nghiệm Cha với trái tim biết rung cảm của con người, như thế con mới nhận ra Cha đang ở với con từng giây phút. Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY**

**♥ NGÀY THỨ 22: xin thương xót con là kẻ có tội**

### **BÀI ĐỌC**

Lc18, 9-14 Khi ấy, Chúa Giêsu nói dụ ngôn sau đây với những người hay tự hào mình là người công chính và hay khinh bỉ kẻ khác: "Có hai người lên đền thờ cầu nguyện, một người biệt phái, một người thu thuế. Người biệt phái đứng thẳng, cầu nguyện rằng: 'Lạy Chúa, tôi cảm tạ Chúa vì tôi không như các người khác: tham lam, bất công, ngoại tình, hay là như tên thu thuế kia; tôi ăn chay mỗi tuần hai lần, và dâng một phần mười tất cả các hoa lợi của tôi'. Người thu thuế đứng xa xa, không dám ngược mắt lên trời, đấm ngực mà nguyện rằng: 'Lạy Chúa, xin thương xót con là kẻ có tội'. Ta bảo các ngươi: người này ra về được khỏi tội, còn người kia thì không. Vì tất cả những ai tự nâng mình lên, sẽ bị hạ xuống; và ai hạ mình xuống, sẽ được nâng lên".

### **SUY NIỆM**

Tôi hết sức kinh ngạc khi nhận ra điều này. Qua những câu chuyện trong Kinh Thánh, tôi thấy đa số những người: tội lỗi, thu thuế, ngoại tình, hoang đàng, trộm cắp, bệnh tật, nghèo nàn, góa bụa.... được ơn cứu độ của Chúa hơn là người thông thái. Việc nhận ơn cứu độ của họ đơn giản chỉ là nhận mình là kẻ tội lỗi, tin vào Chúa và thực tâm sám hối. Trong số những vị thánh đầu tiên trên thiên đàng lại là một anh trộm lành...

Nhìn lại bản thân, tôi thấy mình không nằm vào một trong những loại người trên tôi hơi "sợ". Biết đâu mình phạm tội kiêu ngạo thiêng liêng mà không hay biết, hay cho là mình thánh thiện đủ nên mãn nguyện, tưng đắc và không chuẩn bị mang theo dầu để đón chàng rể như 5 cô trinh nữ khờ dại kia. Trước mắt Chúa, giữa tôi và người tội lỗi đều giống nhau ở điểm thứ nhất, đó là tôi và họ đều là con cái của Chúa. Ăn thua là lòng sám hối vào phút chót. Người làm vườn nho lúc 10 giờ sáng và người làm lúc 5 giờ chiều đều lãnh lương như nhau vì lòng nhân từ và thương xót của Chúa chứ không phải công lao của người làm vườn.

### **THỰC HÀNH**

Lc18,13-14 Người thu thuế đứng xa xa, không dám ngược mắt lên trời, đấm ngực mà nguyện rằng: 'Lạy Chúa, xin thương xót con là kẻ có tội'. Ta bảo các ngươi: người này ra về được khỏi tội, còn người

kia thì không. Vì tất cả những ai tự nâng mình lên, sẽ bị hạ xuống; và ai hạ mình xuống, sẽ được nâng lên".

- Với chính mình: luôn khiêm nhường, sám hối tội lỗi.

- Với tha nhân: Đừng nghĩ người này sẽ xuống hỏa ngục, người kia tội lỗi.

- Với Chúa: tin vào lòng thương xót của Chúa. Xin Chúa thứ tha tội lỗi.

## **GHI NHỚ**

Lc18, 14 Những ai tự nâng mình lên, sẽ bị hạ xuống; và ai hạ mình xuống, sẽ được nâng lên.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Cha, xin thương xót con, con đây là kẻ tội lỗi. Con xin thành tâm thông hối ăn năn. Cảm ơn tình thương của Cha lớn lao hơn tội lỗi của con. Xin Cha ôm ấp con vào lòng Cha, để con cảm được yêu thương, thấy được mình nhỏ bé và yếu đuối. Con yêu mến Cha. Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY**

♥ **Chúa Nhật 4 Mùa Chay:** Chúa đã yêu tôi đến nỗi đã ban Con Một mình



## **BÀI ĐỌC**

Ga3, 14-21 Khi ấy, Chúa Giêsu nói với Nicôđêmô rằng: "Nhu Môsê đã treo con rắn lên ở sa mạc thế nào, thì Con Người cũng sẽ phải treo lên như vậy, để tất cả những ai tin ở Người, sẽ không bị huỷ diệt, nhưng được sống đời đời. Vì Thiên Chúa đã yêu thế gian đến nỗi đã ban Con Một mình, để tất cả những ai tin Con Ngài thì không phải hư mất, nhưng được sống đời đời, vì Thiên Chúa không sai Con của Ngài giáng trần để luận phạt thế gian, nhưng để thế gian nhờ Con Ngài mà được cứu độ. Ai tin Người Con ấy thì không bị luận phạt. Ai không tin thì đã bị luận phạt rồi, vì không tin vào danh Con Một Thiên Chúa; và đây án phạt là sự sáng đã đến thế gian, và người đời đã yêu sự tối tăm hơn sự sáng, vì hành động của họ xấu xa. Thật vậy, ai hành động xấu xa thì ghét sự sáng, và không đến cùng sự sáng, sợ những việc làm của mình bị khiển trách; nhưng ai hành động trong sự thật thì đến cùng sự sáng, để hành động của họ được sáng tỏ là họ đã làm trong Thiên Chúa".

## SUY NIỆM

Tình yêu của Thiên Chúa vượt ngoài sự hiểu biết của con người. Thiên Chúa yêu thương con người đến nỗi ngay cả Con Một của Người cũng không dung tha. Thiên Chúa có Ba Ngôi thì cả Ba Ngôi đều đến và ở với con người. Thời Cựu Ước, Chúa Cha đến với dân Do thái để giải thoát họ khỏi ách nô lệ bên Ai cập và đưa về miền đất hứa. Thời Tân Ước, Chúa Con xuống thế mặc lấy xác phàm để ở giữa con người, giảng dạy và chữa lành họ. Rồi qua thời các tông đồ và đến ngày nay, Thiên Chúa Ngôi Ba là Thánh Thần được sai đến ở với các tông đồ và với chúng ta. Nếu Thiên Chúa muốn ban thêm cho con người một điều gì nữa, thì Ngài chẳng còn gì để có thể ban tặng cho con người.

Con người vốn có khuynh hướng thiên về sự ác. Tội đầu tiên sau tội nguyên tổ mà con người phạm là tội giết người. Khiếp thật! Ca-in đã giết Aben, em ruột của mình. Lời Kinh Thánh đã nói tiên tri rất đúng: "sự sáng đã đến thế gian, và người đời đã yêu sự tối tăm hơn sự sáng, vì hành động của họ xấu xa". Hơn hai ngàn năm sau khi Chúa Giêsu xuống thế, lẽ ra con người phải sống tốt đẹp hơn, thế giới được bình an hơn mới phải, thế nhưng con người ngày càng sống xa đọa hơn trước, thế giới ngày càng mất bình an. Con người luôn có mưu đồ tiêu diệt lẫn nhau, nhưng ngược lại Thiên Chúa thì luôn muốn cứu sống con người.

## THỰC HÀNH

Ga3,20-21 Thật vậy, ai hành động xấu xa thì ghét sự sáng, và không đến cùng sự sáng, sợ những việc làm của mình bị khiển trách; nhưng ai hành động trong sự thật thì đến cùng sự sáng, để hành động của họ được sáng tỏ là họ đã làm trong Thiên Chúa.

- Với chính mình: luôn hành động trong sự thật và công lý. Sống phản ảnh tình yêu Chúa.
- Với tha nhân: dẫn họ tới tin nhận Chúa, trở về với Chúa.
- Với Chúa: cảm ơn tình yêu Chúa dành cho chúng ta, loan truyền tin mừng của Chúa.

## GHI NHỚ

Ga3,17 Thiên Chúa không sai Con của Ngài giáng trần để luận phạt thế gian, nhưng để thế gian nhờ Con Ngài mà được cứu độ.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Cha, con cảm ơn món quà cao quý nhất mà Cha đã ban cho con, là chính Con yêu dấu của Cha. Con cầu nguyện cho những người chưa đón nhận, hay từ chối Người Con của Cha. Xin cho con sống là chứng nhân của tình yêu Cha cho mọi người. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ NGÀY THỨ 23: hãy hân hoan và nhảy mừng

### BÀI ĐỌC

Is 65, 17-21 Thiên Chúa phán: "Này Ta tác tạo trời mới, đất mới; người ta sẽ không còn nhớ lại dĩ vãng, và cũng sẽ không bận tâm đến dĩ vãng nữa. Nhưng các ngươi hãy hân hoan và nhảy mừng cho đến muôn đời trong các việc Ta tác tạo, vì đây Ta tác tạo một Giêrusalem hân hoan và một dân tộc vui mừng. Ta sẽ hân hoan ở Giêrusalem, sẽ vui mừng nơi dân Ta, và từ đây người ta sẽ không còn nghe tiếng khóc lóc và than van nữa. Ở đó sẽ không còn trẻ nhỏ chết yểu, không còn người già chết sớm nữa, vì người chết trăm tuổi cũng còn gọi là chết trẻ, người không sống đến trăm tuổi, kể là bị chúc dữ. Họ sẽ xây cất nhà cửa và cư ngụ ở đó, sẽ trồng nho và ăn trái nho".

### SUY NIỆM

Một số người không có đạo hỏi rằng, sao người Công Giáo có Chúa, nhưng ít thấy họ tỏ lộ niềm vui? Người có Chúa chắc chắn phải vui hơn người không có Chúa mới phải. Ngay cả trong đau khổ tôi cũng phải ít sầu khổ hơn người không có Chúa, vì tôi có Chúa ở cùng. Mỗi khi tới nhà Chúa, dự tiệc Thánh Thể tôi phải hân hoan, vui mừng hơn cả đi dự tiệc sinh nhật mới đúng. Tôi cần biểu lộ niềm vui có Chúa ra bên ngoài nhiều hơn nữa. Khi người con hoang đang trở về được người Cha mặc cho chiếc áo mới, xỏ đôi giày mới, xỏ nhẫn vào tay và mở tiệc ăn mừng chắc chắn cậu phải nhảy mừng sung sướng. Cũng thế, hằng năm vào Mùa Chay, tôi trở về với Chúa trong tâm tình thống hối ăn năn, và biết rằng sẽ được Chúa thứ tha, được Chúa tẩy rửa tâm hồn để trở nên con người mới, tôi phải vui mừng sung sướng. Hai người yêu nhau thì họ chỉ muốn gặp nhau, thấy mặt nhau, ở bên nhau. Khi tôi chưa biểu lộ được niềm vui có Chúa thì tôi chưa yêu Chúa đủ.

Hãy vui lên vì Chúa đã cứu thoát tôi khỏi xiềng xích của tội lỗi. Hãy nhảy mừng vì tôi có một Thiên Chúa quyền năng và thương xót. Hãy cất cao lời ca ngợi Chúa, vì Ngài là Vua trên hết các vua. Hãy bước đi trong hân hoan vì tôi là hoàng tử, là công chúa của Nước Trời.

### THỰC HÀNH

Is 65,17-18 Thiên Chúa phán: "Này Ta tác tạo trời mới, đất mới; người ta sẽ không còn nhớ lại dĩ vãng, và cũng sẽ không bận tâm đến dĩ vãng nữa. Nhưng các ngươi hãy hân hoan và nhảy mừng cho đến muôn đời trong các việc Ta tác tạo, vì đây Ta tác tạo một Giêrusalem

hân hoan và một dân tộc vui mừng.

- Với chính mình: hân hoan, vui mừng khi dự thánh lễ. Luôn thân mật với Chúa.
- Với tha nhân: tỏ niềm vui là con cái Chúa của mình cho họ thấy.
- Với Chúa: hân hoan ca tụng Chúa, chúc tụng Đức Vua cao cả.

## **GHI NHỚ**

Is 65,19 Ta sẽ hân hoan ở Giêrusalem, sẽ vui mừng nơi dân Ta, và từ đây người ta sẽ không còn nghe tiếng khóc lóc và than van nữa.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa, Chúa là niềm vui và hạnh phúc của con. Có Chúa con được lợi nhiều hơn là thiệt thòi. Có Chúa là con có tất cả, và mất Chúa là con mất tất cả. Xin cho con được niềm vui có Chúa, và tỏ lộ niềm vui ấy ra bên ngoài. Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY**

**♥ NGÀY THỨ 24: đừng phạm tội nữa, kéo phải khôn hơn trước**

### **BÀI ĐỌC**

Ga5, 1-3a. 5-16 Hôm đó là ngày lễ của người Do-thái, Chúa Giêsu lên Giêru-salem. Tại Giêrusalem, gần cửa "Chiên", có một cái hồ, tiếng Do-thái gọi là Bếtsaida, chung quanh có năm hành lang. Trong các hành lang này, có rất nhiều người đau yếu, mù loà, què quặt, bất toại nằm la liệt. Trong số đó, có một người nằm đau liệt đã ba mươi tám năm. Khi Chúa Giêsu thấy người ấy nằm đó và biết anh đã đau từ lâu, liền hỏi: "Anh muốn được lành bệnh không?" Người đó thưa: "Thưa Ngài, tôi không được ai đem xuống hồ, mỗi khi nước động. Khi tôi lết tới, thì có người xuống trước tôi rồi". Chúa Giêsu nói: "Anh hãy đứng dậy vác chõng mà về". Tức khắc người ấy được lành bệnh. Anh ta vác chõng và đi. Nhưng hôm đó lại là ngày Sabbat, nên người Do-thái bảo người vừa được khỏi bệnh rằng: "Hôm nay là ngày Sabbat, anh không được phép vác chõng". Anh ta trả lời: "Chính người chữa tôi lành bệnh bảo tôi: "Vác chõng mà đi". Họ hỏi: "Ai là người đã bảo anh 'Vác chõng mà đi'?" Nhưng kẻ đã được chữa lành không biết Người là ai, vì Chúa Giêsu đã lánh vào đám đông tụ tập nơi đó.

Sau đó, Chúa Giêsu gặp anh ta trong đền thờ, Người nói: "Này, anh đã được lành bệnh, đừng phạm tội nữa, kéo phải khôn khổ hơn trước". Anh ta đi nói cho người Do-thái biết chính Chúa Giêsu là người đã chữa anh ta lành bệnh. Vì thế người Do-thái gây sự với Chúa Giêsu, vì Người đã làm như thế trong ngày Sabbat.

## SUY NIỆM

Một trong những thách đố lớn lao của tôi trong đời sống đức tin là làm sao không tái phạm những tội đã xưng lần trước. Có đến khoảng 80% những tội tôi xưng là những tội tái phạm, còn lại 20% là những tội mới hay tội lâu rồi mới phạm lại. Tạ ơn Chúa, những tội tôi cứ tái phạm là những tội nhỏ, tội thông thường hay vấp phạm phải. Lời Chúa hôm nay nói với người đau liệt: "anh đã được lành bệnh, đừng phạm tội nữa, kéo phải khốn khổ hơn trước". Có lẽ những "trọng tội" nếu tôi cứ tiếp tục cố tình phạm thì tôi sẽ phải khốn khổ hơn trước. Không ai có thể nói chắc chắn rằng tôi sẽ không phạm tội nữa vì bản tính con người luôn luôn yếu đuối. Ngay cả Phêrô cũng tái phạm 3 lần về tội chối Chúa. Và chính Chúa cũng đã nói phải tha thứ cho anh em không phải 7 lần mà là 70 lần 7, nghĩa là người anh em của tôi có thể sẽ xúc phạm tới tôi nhiều lần như thế.

Có nhiều tội đến từ tật xấu của một người, thí dụ như tội nói xấu người khác, tội mê ăn uống. Đã là tật thì rất khó để loại bỏ được ngay, trừ khi có phép lạ. Thế nhưng nói như vậy không có nghĩa là vì tật xấu mà tôi cứ tiếp tục phạm, nhưng tôi phải đương đầu với tội ấy: Thứ nhất tôi phải cầu nguyện xin Chúa Thánh Thần ban sức mạnh để từ bỏ. Không có ơn Chúa, không có Chúa giải thoát thì khó mà từ bỏ được. Thứ hai là tôi phải mở lòng yêu Chúa và tha nhân nhiều hơn, bởi vì khi yêu ai tôi ít khi muốn làm đau lòng người ấy. Thứ ba là cố gắng của bản thân. Tôi phải "cai" tội từ từ như cai sữa, cai hút thuốc lá. Thí dụ như tháng trước nói xấu người ta 100 lần thì tháng này phải giảm bớt đi.

## THỰC HÀNH

Ga5,7 Người đó thưa: "Thưa Ngài, tôi không được ai đem xuống hồ, mỗi khi nước động. Khi tôi lết tới, thì có người xuống trước tôi rồi". Chúa Giêsu nói: "Anh hãy đứng dậy vác chõng mà về". Tức khắc người ấy được lành bệnh.

- Với chính mình: liệt kê 3 tội hay phạm nhiều nhất và hằng tuần cầu nguyện trước Thánh Thể, xin Chúa giúp từ bỏ, xin Chúa giải thoát.
- Với tha nhân: xin lỗi những điều làm đau lòng họ. Đặt mình vào trường hợp của họ để cảm được sự tổn thương nếu mình xúc phạm tới họ.
- Với Chúa: xin Chúa ban ơn, thêm sức. Thinh lặng nhìn lên thánh giá Chúa và nhận ra nỗi đau của Chúa.



## **GHI NHỚ**

Ga5,14 Người nói: "Này, anh đã được lành bệnh, đừng phạm tội nữa, kẻo phải khốn khổ hơn trước"

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Cha, yêu mến Cha, con không muốn làm Cha phải đau buồn, không muốn làm tổn thương Cha. Nếu ngày nào con sống không còn có tội, có lẽ con sẽ kiêu ngạo, nhưng sống biết mình có tội, con sẽ cần đến Cha, sẽ thấy Cha quảng đại, khoan dung vô bờ. Con ước ao rằng những tội con phạm không phải do con cố tình, chủ ý nhưng vì sự yếu đuối của con mà thôi. Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHA**

**♥ NGÀY THỨ 25: Chúa an ủi và xót thương tôi**

### **BÀI ĐỌC**

Is 49, 8-15 Đây Chúa phán: "Trong thời thuận tiện, Ta đã nghe lời người; trong ngày cứu độ, Ta đã cứu giúp người; Ta đã gìn giữ người và đã đặt người nên giao ước của dân, để người phục hưng xứ sở, và thu hồi các tài sản bị phân tán, để người nói với tù nhân rằng: 'Các người hãy ra', và nói với những kẻ ở trong tối tăm rằng: 'Các người hãy ra ngoài sáng'. Họ được nuôi dưỡng trên các nẻo đường, và các đồi trọc sẽ trở thành đồng cỏ. Họ sẽ không còn đói khát nữa, gió nóng và mặt trời không làm khổ họ, vì Đấng thương xót họ sẽ là người hướng dẫn họ và đưa họ đến uông ở suối nước. Ta sẽ biến đổi tất cả các núi của Ta thành đường đi, và các lối đi của Ta sẽ được bồi đắp cho cao. Này đoàn người từ xa đến. Kìa những kẻ từ hướng bắc và hướng tây lại, và những người từ miền nam lên.

Trời hãy ca ngợi, đất hãy nhảy mừng, núi đồi hãy hân hoan chúc tụng! Vì Chúa đã an ủi dân Người và sẽ xót thương những người cùng khổ. Nhưng Sion nói: 'Chúa bỏ rơi tôi, Chúa đã quên tôi rồi'. Nào người mẹ có thể quên con mình mà không thương xót chính đứa con mình đã cu mang ư? Cho dù người mẹ đó có quên, nhưng Ta sẽ không quên người đâu".

### **SUY NIỆM**

Khi gặp đau khổ tôi thường hay suy nghĩ tiêu cực như: Không biết có thật có Chúa không? Chắc Chúa không thương tôi. Tôi tội lỗi quá nên Chúa phạt v.v.. Tôi quên mất rằng Chúa nói: Nếu anh em vốn là những kẻ xấu mà còn biết cho con cái mình những của tốt lành, phương chi Cha anh em, Đấng ngự trên trời, lại không ban những của tốt lành cho những kẻ kêu xin Người sao? (Mt7,11).

Quá trình lịch sử cho thấy Thiên Chúa luôn ở với con người. Thiên Chúa không nỡ để con người mồ côi, vì Ngài yêu thương họ. Thời Cựu ước, Chúa Cha luôn ở với dân Do-thái; đến thời Tân ước, Chúa Giêsu xuống thế ở giữa nhân loại; và hôm nay, Chúa Thánh Thần luôn ở với chúng ta. Chỉ có con người mới hay quên Thiên Chúa, chứ Thiên Chúa không bao giờ quên con người. Thánh thể là một bằng chứng Thiên Chúa muốn ở với con người, thế nhưng con người có muốn ở gần Chúa không? Lời Chúa hôm nay đánh động tâm hồn tôi: "Nào người mẹ có thể quên con mình mà không thương xót chính đứa con mình đã cuu mang ư? Cho dù người mẹ đó có quên, nhưng Ta sẽ không quên người đâu". Nếu tình thương của người mẹ thế gian được diễn tả qua bài hát Lòng Mẹ: "Lòng Mẹ bao la như biển Thái Bình rộng rãi, Tình Mẹ tha thiết như giòng suối biển ngọt ngào, Lờn Mẹ êm ái như đồng lúa chiều rì rào. Tiếng ru bên thềm trăng tà soi bóng Mẹ yêu..." thì không biết phải diễn tả tình thương của Thiên Chúa như thế nào mới đúng. Tình yêu của lòng mẹ có bao la như thế nào đi nữa thì tình yêu ấy vẫn hạn chế trong quỹ đạo tình yêu bao la của Thiên Chúa, vẫn được bao phủ bởi tình yêu của Thiên Chúa.

## THỰC HÀNH

Is 49,10 Đấng thương xót họ sẽ là người hướng dẫn họ và đưa họ đến uống ở suối nước. Ta sẽ biến đổi tất cả các núi của Ta thành đường đi, và các lối đi của Ta sẽ được bồi đắp cho cao.

- Với chính mình: tin rằng trong đau khổ, bất hạnh Chúa luôn ở bên cạnh. Luôn có mối hệ mật thiết với Chúa.

- Với tha nhân: an ủi, nâng đỡ, cầu nguyện khi họ gặp đau khổ. Cảm thông nỗi vui buồn với họ.

- Với Chúa: ca ngợi, chúc tụng, tin tưởng, kêu cầu Chúa khi gặp đau khổ.

## GHI NHỚ

Is 49,15 Nào người mẹ có thể quên con mình mà không thương xót chính đứa con mình đã cuu mang ư? Cho dù người mẹ đó có quên, nhưng Ta sẽ không quên người đâu.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Cha, con cảm ơn lòng thương xót và an ủi của Cha. Cha không bao giờ quên con, và con thật quý giá trước mắt Cha. Cha đã trả giá rất mắc để cứu chuộc con. Cho dù cha mẹ trần thế có quên con đi nữa, nhưng Cha chẳng quên con bao giờ. Cảm ơn tình thương của Cha. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

### ♥ NGÀY THỨ 26: Hãy cầu thay cho người khác

#### BÀI ĐỌC

Kh 32, 7-14 Trong những ngày ấy, Chúa phán cùng Môsê rằng: "Người hãy đi xuống; dân mà người dẫn ra khỏi đất Ai-cập đã phạm tội. Chúng đã sớm bỏ đường lối Ta đã chỉ dạy cho chúng, chúng đã đúc tượng bò con và sấp mình thờ lạy nó; chúng đã dâng lên nó của lễ hiến tế và nói rằng: "Hỡi Israel, này là Thiên Chúa người, Đấng đã đưa người ra khỏi đất Ai-cập". Chúa phán cùng Môsê: "Ta thấy rõ dân này là một dân cứng cổ. Người hãy để Ta làm, Ta sẽ nổi cơn thịnh nộ với chúng và sẽ huỷ diệt chúng, rồi Ta sẽ làm cho người trở nên tổ phụ một dân tộc vĩ đại".

Môsê van xin Chúa là Thiên Chúa của ông rằng: "Lạy Chúa, tại sao Chúa nổi cơn thịnh nộ với dân mà Chúa đã dùng quyền lực và cánh tay hùng mạnh đưa ra khỏi đất Ai-cập? Xin Chúa đừng để cho người Ai-cập nói rằng: "Người đã khéo dẫn họ đến đây, để giết họ trên núi và huỷ diệt họ khỏi mặt đất". Xin Chúa nguôi cơn giận và tỏ lòng khoan dung đối với tội lỗi dân Chúa. Xin Chúa nhớ đến Abraham, Isaac, và Israel tôi tớ Chúa, vì chính Chúa đã thề hứa rằng: "Ta sẽ làm cho con cháu các người sinh sản ra nhiều như sao trên trời, Ta sẽ ban cho con cháu các người toàn cõi xứ này như lời Ta đã hứa, và các người sẽ chiếm hữu xứ này mãi mãi". Chúa đã nguôi cơn giận, không thực hiện điều dữ mà Người đe dọa phạt dân Người.

#### SUY NIỆM

Một trong những việc bác ái dễ làm nhất là cầu thay cho người khác. Khi thấy người khác đau khổ, bệnh tật, buồn sầu, hay thất vọng... tôi cần cầu nguyện cho họ. Sự cầu thay cũng có công hiệu như cầu cho chính mình. Tin mừng hôm nay nói về cơn thịnh nộ của Thiên Chúa đối với dân Israel vì họ cứng đầu cứng cổ, đã bỏ Chúa để thờ lạy tượng bò vàng. Họ thờ lạy một sản phẩm do bàn tay họ làm ra. Họ đã quay mặt lại với Thiên Chúa. Họ đã đuổi Thiên Chúa ra khỏi cuộc đời. Họ đã chọc giận Chúa. Thế nhưng Môsê là người trung thành với Chúa. Môsê đã cầu thay cho họ. Môsê đã van xin Chúa và Chúa đã nguôi cơn giận.

Đứng trước một sự kiện gì ngoài tầm tay, ngoài khả năng, ngoài chức vụ của tôi, thì tôi nên dùng vũ khí cầu thay. Sự cầu thay cũng đòi hỏi đức tin và lòng kiên nhẫn. Thánh nữ Monica đã phải cầu nguyện cho người con của mình biết bao nhiêu năm trường mới được đáp trả. Đức Mẹ và các thánh là những người có thể cầu thay cho chúng ta hiệu

quả nhất vì các ngài đẹp lòng Thiên Chúa. Chúng ta không nên nhầm lẫn việc nhờ các thánh "cầu thay, cầu bầu" cho chúng ta với việc "cầu xin" các thánh. Các thánh cũng chỉ đóng vai trò của Môsê trong bài Tin mừng hôm nay để cầu thay cho dân ngài, còn ân huệ đến từ Thiên Chúa.

## THỰC HÀNH

Xh 32,11-12 Môsê van xin Chúa là Thiên Chúa của ông rằng: "Lạy Chúa, tại sao Chúa nổi cơn thịnh nộ với dân mà Chúa đã dùng quyền lực và cánh tay hùng mạnh đưa ra khỏi đất Ai-cập? Xin Chúa đừng để cho người Ai-cập nói rằng: "Người đã khéo dẫn họ đến đây, để giết họ trên núi và huỷ diệt họ khỏi mặt đất". Xin Chúa nguôi cơn giận và tỏ lòng khoan dung đối với tội lỗi dân Chúa.

- Với chính mình: thực hành việc bác ái qua cầu thay. Xin Đức Mẹ và các thánh cầu thay (cầu bầu) cho chúng ta.
- Với tha nhân: cầu nguyện, cảm tạ Chúa thay cho họ khi họ không thể làm điều ấy.
- Với Chúa: tin vào Lòng thương xót của Chúa.

## GHI NHỚ

Xh 32,14 Chúa đã nguôi cơn giận, không thực hiện điều dữ mà Người đe dọa phạt dân Người.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa, cảm ơn Chúa nhận lời cầu thay của chúng con cho người khác và ngược lại. Ước gì chúng con luôn biết liên kết, hiệp nhất và yêu thương qua việc cầu thay. Cảm ơn Chúa cho chúng con có Mẹ Maria, các thánh ở trên trời là những người cầu thay hữu hiệu cho chúng con ở dưới thế. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ NGÀY THỨ 27: tội làm cho tôi mù quáng

## BÀI ĐỌC

Kn2, 1a. 12-22 Những kẻ gian ác suy nghĩ chín chắn, đã nói rằng: "Chúng ta hãy vây bắt kẻ công chính, vì nó không làm ích gì cho chúng ta, mà còn chống đối việc chúng ta làm, khiến trách chúng ta lỗi luật và tố cáo chúng ta vô kỷ luật. Nó tự hào mình biết Thiên Chúa và tự xưng là con Thiên Chúa. Chính nó là sự tố cáo những tư tưởng của chúng ta. Vì nguyên việc thấy nó, chúng ta cũng căm, thấy bực mình, vì nếp sống của nó không giống như kẻ khác, và đường lối của

nó thì lập dị. Nó kể chúng ta như rơm rác, nó xa lánh đường lối chúng ta như xa lánh những gì dơ nhớp, nó thích hạnh phúc cuối cùng của người công chính, nó tự hào có Thiên Chúa là Cha. Vậy chúng ta hãy xem coi điều nó nói có thật hay không, hãy nghiêm xét coi những gì sẽ xảy đến cho nó, và hãy chờ xem chung cuộc đời nó sẽ ra sao. Vì nếu nó thật là con Thiên Chúa, Chúa sẽ bênh vực nó, sẽ giải thoát nó khỏi tay những kẻ chống đối nó. Chúng ta hãy nhục mạ và làm khổ nó, để thử xem nó có hiền lành và nhẫn nại không. Chúng ta hãy kết án cho nó chết cách nhục nhã, vì theo lời nó nói, thì người ta sẽ cứu nó!" Chúng nghĩ như vậy, nhưng chúng lầm, vì tội ác của chúng đã làm cho chúng mù quáng. Và chúng không biết ý định mầu nhiệm của Thiên Chúa, nên cũng chẳng hy vọng phần thưởng công chính, và chúng cũng không ưa thích vinh dự của những tâm hồn thánh thiện.

## SUY NIỆM

Tôi thường nghe nói: "yêu là mù quáng". Nghĩa là khi yêu tôi không nhìn ra đâu là tình yêu đích thực, khi lấy nhau rồi mới cảm ơn ai đã sáng tác bài hát: tôi đã làm mang em về đây, để đêm trường nghe tiếng thờ dài... Tình yêu và tội lỗi giống nhau ở điểm mù quáng này. Khi đang yêu, hay khi đang phạm tội, tôi chẳng nhìn ra hậu quả, chẳng phân biệt được điều đúng, điều sai. Khi lấy nhau hay khi phạm rồi, tôi mới sáng mắt ra, lúc ấy đã quá trễ. Không phải đến bây giờ con người mới phạm lỗi lầm ấy, nhưng từ xa xưa hai ông bà nguyên tổ đã vướng mắc điều đó. Sáng thế 3,6-7: "Người đàn bà thấy trái cây đó ăn thì ngon, trông thì đẹp mắt, và đáng quý vì làm cho mình được tinh khôn. Bà liền hái trái cây mà ăn, rồi đưa cho cả chồng đang ở đó với mình; ông cũng ăn. Bây giờ mắt hai người mở ra, và họ thấy mình trần truồng: họ mới kết lá vả làm khố che thân". Sự mờ mịt của tình yêu và cảm dỗ của tội lỗi có sức thu hút thật hấp dẫn nếu tôi không đủ sức mạnh tinh thần hay thiếu ơn Chúa thì chịu không nổi, nhưng một khi đã đụng vào điều chịu không nổi ấy rồi, tôi chịu không nổi nên bị chết chìm.

Ngoài việc tội làm cho tôi mù quáng đôi mắt xác thịt, tội cũng còn làm cho tôi mù quáng đôi mắt tâm linh. Tôi sẽ không còn nhìn ra con đường và thánh ý của Chúa, tôi sẽ mất khả năng yêu người khác trọn vẹn. Trong tội lỗi không có sự cho đi mà chỉ có sự nhận lãnh, không có sự hy sinh mà chỉ có sự ích kỷ, không có sự chia sẻ mà chỉ có sự chiếm đoạt... Mọi sự đều quy hướng về tôi và tội.

## THỰC HÀNH

Kn2,12 Những kẻ gian ác suy nghĩ chín chắn, đã nói rằng: "Chúng ta hãy vây bắt kẻ công chính, vì nó không làm ích gì cho chúng ta, mà còn chống đối việc chúng ta làm, khiến trách chúng ta lỗi luật và tố cáo chúng ta vô kỷ luật".

- Với chính mình: siêng năng đi xưng tội. Luôn kêu cầu danh Chúa bảo vệ khỏi sự cám dỗ.

- Với tha nhân: nhìn ra Chúa Giêsu nơi họ. Nhắc nhở họ đi trong ơn Chúa.

- Với Chúa: gắn bó với Chúa, đọc Lời Chúa, cậy dựa sức mạnh của Chúa.

## GHI NHỚ

Kn 2,21 Chúng nghĩ như vậy, nhưng chúng lầm, vì tội ác của chúng đã làm cho chúng mù quáng. Và chúng không biết ý định mầu nhiệm của Thiên Chúa.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa Giêsu, xin mở đôi mắt tâm linh của con trước những đui mù của tội lỗi, để con thấy được con đường của Chúa. Con xin Chúa tẩy rửa đôi mắt của con, vì tội lỗi cũng đã đi vào qua đôi mắt của con. Xin ánh sáng của Chúa chiếu soi và những nơi tối tăm trong con người con để con được có ánh sáng của Chúa soi dẫn. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ NGÀY THỨ 28: Cầu nguyện với Kinh Thánh

### BÀI ĐỌC

Ga 7, 40-53 Khi ấy, sau khi nghe Chúa Giêsu giảng, có nhiều người trong đám dân chúng nói rằng: "Ông này thật là tiên tri". Kẻ khác nói: "Ông này thật là Đấng Kitô". Người khác nữa lại nói: "Đấng Kitô xuất thân từ Galilêa sao? Nào Kinh Thánh chẳng nói: Đấng Kitô xuất thân bởi dòng dõi Đavit, và từ làng Bêlem, quê hương của Đavit?" Vì thế, dân chúng bất đồng ý kiến với nhau về Người. Trong số đó, có một ít kẻ định bắt Người, nhưng không ai dám ra tay bắt Người. Vậy khi những người thừa hành đến với thượng tế và biệt phái, các ông này hỏi họ rằng: "Tại sao các người không điệu nó tới?" Các người thừa hành thưa rằng: "Chẳng hề có ai nói như người ấy". Các người biệt phái trả lời rằng: "Chớ thì các người cũng bị mê hoặc rồi sao? Trong các vị thủ lãnh và các người biệt phái, có ai tin nó đâu? Chỉ có

lũ khôn nạn đó nó không biết gì lẽ luật". Nicôđêmô là người đã tới gặp Chúa Giêsu ban đêm, cũng là người trong nhóm họ, nói với họ rằng: "Chớ thì luật của chúng ta có lên án cho ai mà không nghe họ, hoặc không biết rõ họ làm gì không?" Nhưng họ trả lời rằng: "Hay ông cũng là người Galilêa? Hãy đọc kỹ Kinh Thánh, ông sẽ thấy rằng không có tiên tri nào phát xuất từ Galilêa". Sau đó ai về nhà nấy.

## SUY NIỆM

Thánh Giê-rô-ni-mô nói: "Không biết Kinh Thánh là không biết Chúa Ki-tô". Khi nào tôi chưa yêu mến Kinh thánh thì có thể nói tôi chưa yêu Chúa Kitô. Thánh kinh được viết do linh ứng của Chúa Thánh Thần, vì thế khi đọc Kinh Thánh tôi cũng cầu xin Chúa Thánh Thần soi sáng, mở trái tim, và cặp mắt đức tin để hiểu điều Chúa muốn nói. Học hỏi và chia sẻ lời Chúa trong nhóm nhỏ là điều tốt, thế nhưng cũng cần cầu nguyện với Kinh Thánh nữa. Chia sẻ Kinh Thánh nếu không có sự khiêm nhường, tôn trọng dễ đem đến tranh luận Kinh Thánh, vì mỗi người hiểu mỗi ý Kinh Thánh khác nhau. Cầu nguyện với Kinh Thánh thì luôn luôn có sự hiệp nhất, vì cầu nguyện là tâm tình không phải là ý kiến. Tin mừng hôm nay cũng cho thấy người ta có những ý kiến khác nhau về Chúa Kitô. Người thì nói: "Ông này thật là tiên tri", người kia thì lại hỏi: "Đấng Kitô xuất thân từ Galilêa sao?"

Thành thật mà nói, tôi khâm phục những nhà truyền giáo Tin Lành đã can đảm đi gõ cửa từng nhà để nói về Kinh Thánh không sợ bị từ chối hay mắc cỡ. Họ đã sống rất gần với Kinh Thánh và thuộc lòng Kinh Thánh. Cảm tạ Chúa, sau công đồng Vatican 2, Giáo hội Công Giáo đã nói nhiều đến Kinh Thánh và khuyến khích các tín hữu đọc Kinh Thánh. Kinh Thánh cần đi vào những giờ cầu nguyện thay vì chỉ có đọc kinh. Lời Chúa là lời có quyền năng, có sự sống và có tác động trên đời sống con người. Người Mỹ thường dùng câu quảng cáo rất hay: Don't leave home without it! (Đừng rời nhà mà thiếu cái ấy). Tôi cũng xin mượn câu này để quảng cáo về Thánh kinh với bạn: Don't live without it! (Đừng sống mà thiếu Lời Chúa). Amen.

## THỰC HÀNH

Ga 7,50-52 Nicôđêmô là người đã tới gặp Chúa Giêsu ban đêm, cũng là người trong nhóm họ, nói với họ rằng: "Chớ thì luật của chúng ta có lên án cho ai mà không nghe họ, hoặc không biết rõ họ làm gì không?" Nhưng họ trả lời rằng: "Hay ông cũng là người Galilêa? Hãy đọc kỹ Kinh Thánh, ông sẽ thấy rằng không có tiên tri nào phát xuất từ Galilêa".

- Với chính mình: đọc Kinh Thánh mỗi ngày. Chọn một câu Kinh Thánh học thuộc mỗi tuần.
- Với tha nhân: dùng Lời Chúa nói với họ. Khuyến khích họ đọc Kinh Thánh.
- Với Chúa: tin vào Lời Chúa. dùng Lời Chúa để cầu nguyện.

## GHI NHỚ

Ga 7,41-42 Người khác nữa lại nói: "Đấng Kitô xuất thân từ Galilêa sao? Nào Kinh Thánh chẳng nói: Đấng Kitô xuất thân bởi dòng dõi Đavít, và từ làng Bêlem, quê hương của Đavít?"

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Cha, con khao khát có một trái tim yêu mến Lời Cha. Xin in vào tâm trí con, viết vào trái tim con Lời của Cha, để con sống với Lời của Cha trong từng phút giây của cuộc đời. Xin cho con đói khát Lời Cha như khao khát dòng sữa mẹ, ngày nào không có thì con thấy nhớ, thấy đói, thấy thèm. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ **Chúa Nhật 5 Mùa Chay: hãy gieo hạt giống đức tin**



## BÀI ĐỌC

Ga 12, 20-33 Vào dịp lễ Vượt Qua năm ấy, trong số những người lên Giê-ru-sa-lem thờ phượng Thiên Chúa, có mấy người Hy-lạp. Họ đến gặp ông Phi-líp-phê, người Bết-xai-đa, miền Ga-li-lê, và xin rằng: "Thưa ông, chúng tôi muốn được gặp ông Giê-su." Ông Phi-líp-phê đi nói với ông An-rê. Ông An-rê cùng với ông Phi-líp-phê đến thưa với Đức Giê-su. Đức Giê-su trả lời: "Đã đến giờ Con Người được tôn vinh! Thật, Thầy bảo thật anh em, nếu hạt lúa gieo vào lòng đất mà không chết đi, thì nó vẫn trơ trọi một mình; còn nếu chết đi, nó mới sinh được nhiều hạt khác. Ai yêu quý mạng sống mình, thì sẽ mất; còn ai coi thường mạng sống mình ở đời này, thì sẽ giữ lại được cho sự sống đời đời. Ai phục vụ Thầy, thì hãy theo Thầy; và Thầy ở đâu, kẻ phục vụ Thầy cũng sẽ ở đó. Ai phục vụ Thầy, Cha của Thầy sẽ quý trọng người ấy." "Bây giờ, tâm hồn Thầy xao xuyến! Thầy biết nói gì đây? Lạy Cha, xin cứu con khỏi giờ này, nhưng chính vì giờ này mà con đã đến. Lạy Cha, xin tôn vinh Danh Cha." Bấy giờ có tiếng từ trời vọng xuống: "Ta đã tôn vinh Danh Ta, Ta sẽ còn tôn vinh nữa!" Dân chúng đứng ở đó nghe vậy liền nói: "Đó là tiếng sấm!" Người khác lại bảo: "Tiếng một thiên thần nói với ông ta đây!" Đức Giê-su đáp:



"Tiếng ấy đã vọng xuống không phải vì tôi, mà vì các người. Giờ đây đang diễn ra cuộc phán xét thế gian này. Giờ đây thủ lãnh thế gian này sắp bị tống ra ngoài! Phần tôi, một khi được giương cao lên khỏi mặt đất, tôi sẽ kéo mọi người lên với tôi." Đức Giê-su nói thế để ám chỉ Người sẽ phải chết cách nào.

## SUY NIỆM

Chúa Giêsu đã dùng hình ảnh rất dễ hiểu của việc gieo hạt giống. Ai cũng đều có kinh nghiệm gieo hạt giống, và chứng kiến nó nảy mầm. Khi nảy thành mầm thì hạt giống gần như tan mất. Điềm Chúa Giêsu nói ở đây là: "nếu hạt lúa gieo vào lòng đất mà không chết đi, thì nó vẫn trơ trọi một mình". Sự trơ trọi ấy là sự cô đơn, ích kỷ, là cõi riêng ốc đảo và chẳng sinh ra hoa kết trái. Chúa Giêsu đã phải chết đi để sự sống được nảy mầm trong tôi. Hạt giống đức tin nơi tôi không thể nảy mầm, không thể lớn lên nếu tôi không chết đi chính mình, hy sinh bản thân mình cho người khác.

Ngoài việc hạt giống đức tin nơi tôi phải sinh hoa kết quả, tôi cũng cần gieo hạt giống đức tin nơi gia đình, nơi làm việc, nơi người khác trong khả năng của tôi... Có những hạt giống đức tin tôi phải gieo rất sớm như nơi con cái. Nhiệm vụ của tôi là gieo giống, còn việc hạt giống có nảy mầm hay không thì không còn là phận sự của tôi. Khi gieo, tôi gieo hạt tốt nhất vì chính Chúa cũng gieo hạt tốt nhất nơi tôi. Mỗi người có một thửa ruộng để gieo hạt cách khác nhau. Có người gieo hạt rất âm thầm, kín đáo như chị thánh Têrêsa Hải Đồng. Có người gieo hạt ở nhiều hang cùng, ngõ hẻm, nhiều nơi ổ chuột khác nhau như Mẹ thánh Têrêsa. Hạt giống mà tôi gieo trồng chính là hạt tình yêu.

## THỰC HÀNH

Ga 12,24-26 Thầy bảo thật anh em, nếu hạt lúa gieo vào lòng đất mà không chết đi, thì nó vẫn trơ trọi một mình; còn nếu chết đi, nó mới sinh được nhiều hạt khác. Ai yêu quý mạng sống mình, thì sẽ mất; còn ai coi thường mạng sống mình ở đời này, thì sẽ giữ lại được cho sự sống đời đời. Ai phục vụ Thầy, thì hãy theo Thầy; và Thầy ở đâu, kẻ phục vụ Thầy cũng sẽ ở đó.

- Với chính mình: rao giảng bằng đời sống chứng nhân, bằng hy sinh, bằng tài năng.

- Với tha nhân: nói về Chúa, kể chuyện về những việc Chúa làm.

- Với Chúa: đầu phục là khí cụ của Chúa. Tin tưởng vào sức mạnh của Chúa.

## **GHI NHỚ**

Ga 12,32 Phần tôi, một khi được giương cao lên khỏi mặt đất, tôi sẽ kéo mọi người lên với tôi.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa Giêsu, con đã nhận được tình yêu và ánh sáng của Chúa, và con được mời gọi là người gieo giống của Chúa. Xin cho con biết gieo yêu thương vào nơi oán thù, gieo thứ tha vào nơi thù hận, gieo an hòa vào nơi tranh chấp, gieo chân lý vào chốn lối lầm... Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY**

♥ **NGÀY THỨ 29: Hãy bỏ hòn đá xuống**

### **BÀI ĐỌC**

Ga 8, 1-11 Khi ấy, Chúa Giêsu lên núi cây dầu. Và từ sáng sớm, Người lại vào trong đền thờ. Toàn dân đến cùng Người, nên Người ngồi xuống và bắt đầu giảng dạy. Lúc đó, luật sĩ và biệt phái dẫn đến Người một thiếu phụ bị bắt quả tang phạm tội ngoại tình, và họ đặt nàng đứng trước mặt mọi người. Họ hỏi Chúa Giêsu: "Thưa Thầy, thiếu phụ này bị bắt quả tang phạm tội ngoại tình, mà theo luật Môsê, hạng phụ nữ này phải bị ném đá. Còn Thầy, Thầy dạy sao?" Họ nói thế có ý gài bẫy Người để có thể tố cáo Người. Nhưng Chúa Giêsu cúi xuống, bắt đầu lấy ngón tay viết trên đất. Vì họ cứ hỏi mãi, nên Người đứng lên và bảo họ: "Ai trong các ngươi sạch tội, hãy ném đá chị này trước đi". Và Người ngồi xuống và lại viết trên đất. Nghe nói thế họ rút lui từng người một, bắt đầu là những người nhiều tuổi nhất, và còn lại một mình Chúa Giêsu với người thiếu phụ vẫn đứng đó. Bấy giờ Chúa Giêsu đứng thẳng dậy và bảo nàng: "Hỡi thiếu phụ, những người cáo chị đi đâu cả rồi? Không ai kết án chị ư?" Nàng đáp: "Thưa Thầy, không có ai". Chúa Giêsu bảo: "Ta cũng thế, Ta không kết tội chị. Vậy chị hãy đi, và từ nay đừng phạm tội nữa".

### **SUY NIỆM**

Chúa Giêsu không chỉ muốn nói cho cộng đoàn tố cáo rằng “hãy thông cảm cho tội nhân” mà còn điều quan trọng là cảnh cáo họ “hãy nhìn lại chính mình”. Chúa nói: “Ai trong các người vô tội hãy ném đá chị này trước đi”. Hãy nhìn lại chính mình, đúng thế, nếu người đời chưa phát hiện ra tôi đang sống trong tình trạng tội lỗi, để tôi trở thành tội nhân công khai, đáng phải bị ném đá, thì lòng tôi ơi, hãy nhớ rằng, nhà người đã bị Thiên Chúa “bắt quả tang” từ trong ý nghĩ,

trong tư tưởng đến hành động... không biết bao nhiêu lần rồi, nhưng Ngài vẫn im lặng, đợi chờ. Hãy nhìn lại chính mình, để thấy, có đôi khi, người ta chưa phạm tội thì mình đã phạm tội rồi. Thấy một người có khả năng làm việc trong giáo xứ, họ đóng góp được nhiều việc, phân tôi, tôi chẳng có tài gì, tôi lại nói: "Ông ấy, bà ấy, con mẹ ấy kiêu ngạo lắm"-thế có nghĩa là, họ chưa kịp kiêu ngạo thì tôi đã kiêu ngạo rồi. Hãy nhìn lại chính mình, để thấy, mình đang tội lỗi nhiều hơn người khác, nhất là khi mình đang có được những vỏ bọc bên ngoài có vẻ như là đạo đức lắm: một người có trí thức công giáo chẳng hạn, một người trong Hội Đồng Mục Vụ, trong Ban Giáo Lý, hay trong các ban ngành đoàn thể khác... Những vỏ bọc ấy không là bằng chứng vô tội của tôi, và càng không phải là cái thẩm quyền xét đoán hay kết tội anh em. Hãy nhìn lại chính mình, để thấy, những công việc, kể cả việc đạo đức của tôi hằng ngày nơi cộng đoàn dân Chúa, nếu không vì lòng mến chân thành, và vì vinh danh Chúa, thì cũng hãy coi chừng, chưa chắc đó là bảo chứng cho lòng trong sạch của mình.

Khi đã nhìn lại chính mình, tôi cũng hãy bỏ hòn đá xuống, rồi lẳng lặng ra về.

## **THỰC HÀNH**

Ga 8,7 Vì họ cứ hỏi mãi, nên Người đứng lên và bảo họ: "Ai trong các ngươi sạch tội, hãy ném đá chị này trước đi"

- Với chính mình: Nhìn lại chính mình. Nhận mình là người thiếu sót.
- Với tha nhân: Không kết án họ. Tạo cơ hội cho họ sửa đổi nếu họ có lỗi.
- Với Chúa: Cảm ơn lòng nhân từ, tha thứ của Chúa.

## **GHI NHỚ**

Ga 8,11 Chúa Giêsu bảo: "Ta cũng thế, Ta không kết tội chị. Vậy chị hãy đi, và từ nay đừng phạm tội nữa".

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa Giêsu, xin cho con biết Chúa, xin cho con biết con, để con thấy được chính con người thật của mình. Xin cho con không kết án người khác, nhưng cho họ cơ hội sửa lỗi. Những gì con muốn người khác đối xử với con thì con cũng đối xử với họ như vậy. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

### ♥ NGÀY THỨ 30: Chúa ở cùng chúng ta

#### BÀI ĐỌC

Ga 8:21-30 Khi ấy, Chúa Giêsu nói với những người biệt phái rằng: "Ta ra đi, các ông sẽ tìm kiếm Ta và sẽ chết trong tội của các ông. Nơi Ta đi các ông không thể tới được". Người Do-thái nói với nhau rằng: "Ông ta sắp tự vẫn hay sao mà lại nói 'Nơi Ta đi các ông không thể tới được'?" Chúa Giêsu nói tiếp: "Các ông thuộc về hạ giới; còn Ta, Ta bởi trời cao. Các ông thuộc về thế gian này; còn Ta, Ta không thuộc về thế gian này. Ta đã nói: Các ông sẽ chết trong tội các ông. Vì, nếu các ông không tin Ta, các ông sẽ chết trong tội của các ông". Vậy họ liền hỏi: "Ông là ai?" Chúa Giêsu trả lời: "Là Nguyên thủy đang nói với các ông đây! Ta có nhiều điều phải nói và đoán xét về các ông, nhưng Đấng đã sai Ta là Đấng chân thật, và điều Ta nói ra trong thế gian đây, chính là điều Ta đã nghe biết ở Ngài".

Nhưng họ không hiểu là Người nói về Chúa Cha, vì thế Chúa Giêsu nói: "Khi nào các ông đưa Con Người lên cao, các ông sẽ nhận biết Ta là ai. Ta không tự mình làm điều gì. Điều Ta nói, chính là điều Chúa Cha đã dạy Ta. Đấng đã sai Ta đang ở với Ta; Ngài không để Ta một mình, bởi vì Ta luôn luôn làm điều đẹp lòng Ngài". Khi Người nói những điều ấy thì có nhiều kẻ tin vào Người.

#### SUY NIỆM

Chúa Giêsu sinh ra được gọi là Emmanuen, nghĩa là Thiên Chúa ở cùng chúng ta. Là Thiên Chúa, nhưng Ngài đã hạ mình mang thân phận con người để ở với con người. Với các môn đệ, Chúa Giêsu cũng nói: "Thầy ở cùng các con mọi ngày cho đến tận thế", vì Ngài yêu các môn đệ và không để họ mồ côi. Mở đầu mỗi thánh lễ, linh mục bắt đầu bằng câu: "Chúa ở cùng anh chị em", và giáo dân đáp lại: "Và ở cùng cha". Khi đáp lại như thế, người ta xác định rằng Chúa đang ở với mọi người. Tuy nhiên, dường như tôi chỉ cảm thấy Chúa đang ở với họ trong nhà thờ mà thôi. Khi bước ra khỏi nhà thờ, tôi không còn sự xác tín Chúa đang ở trong họ nữa. Vì thế, nếu như họ có hành động gì xúc phạm đến tôi, thì tôi không ngần ngại quạu liền. Và vì không có sự xác tín mạnh mẽ Chúa đang ở trong tôi nên tôi cũng rất dễ phạm tội. Nghĩ có Chúa ở cùng thì dễ, tin có Chúa ở cùng rất khó. Có Chúa ở cùng là điều hạnh phúc nhất của một người, vì có Chúa là có tất cả.

## THỰC HÀNH

- Với chính mình: trò chuyện với Chúa như người bạn thân.
- Với tha nhân: nhận ra Chúa đang ở với họ. Nghiệm được rằng họ là con trai, con gái của Chúa.
- Với Chúa: Tin mạnh mẽ Chúa đang hiện diện.

## GHI NHỚ

Ga 8:29 Đấng đã sai Ta đang ở với Ta; Ngài không để Ta một mình, bởi vì Ta luôn luôn làm điều đẹp lòng Ngài.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa Giêsu, con tin Chúa đang ở với con, đang ở trong anh em của con. Cảm ơn Chúa kiên nhẫn ở với chúng con mà không chán, không buồn phiền vì sự dửng dưng của chúng con. Xin ban thêm lòng tin cho con vì con còn kém tin lắm, Chúa ơi. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ NGÀY THỨ 31: Hễ ai phạm tội, thì làm nô lệ cho tội

### BÀI ĐỌC

Ga 8, 31-42 Khi ấy, Chúa Giêsu nói với những người Do-thái đã tin nơi Ngài rằng: "Nếu các người cứ ở trong lời Ta, các người sẽ thật là môn đệ của Ta, và sẽ được biết sự thật, và sự thật giải thoát các người". Họ thưa lại Người: "Chúng tôi là con cháu Abraham, và chưa bao giờ làm nô lệ ai cả. Tại sao ông lại nói 'Các người sẽ được tự do'?" Chúa Giêsu trả lời rằng: "Quả thật, quả thật, Ta bảo các người: Hễ ai phạm tội, thì làm nô lệ cho tội. Mà tên nô lệ không ở mãi trong nhà; người con mới ở vĩnh viễn trong nhà. Vậy nếu Chúa Con giải thoát các người, thì các người sẽ được tự do thực sự. Ta biết các người là con cháu Abraham, thế mà các người lại tìm giết Ta: vì lời Ta không thấm nhập vào lòng các người. Ta nói những điều Ta đã thấy nơi Cha Ta. Còn các người, các người làm điều các người đã thấy nơi cha các người". Họ đáp lại: "Cha chúng tôi chính là Abraham!" Chúa Giêsu nói: "Nếu thực các người là con cháu Abraham, thì các người làm công việc của Abraham! Nhưng các người đang tìm giết Ta, là người đã nói cho các người biết sự thật mà Ta nghe tự Thiên Chúa. Điều đó Abraham đã không làm! Các người đang làm việc của cha các người!" Họ lại nói: "Chúng tôi không phải là những đứa con hoang! Chúng tôi chỉ có một Cha là Thiên Chúa!" Chúa Giêsu nói: "Nếu Thiên Chúa là Cha các người, thì các người yêu mến Ta, vì Ta tự Thiên Chúa mà đến; vì Ta không tự mình mà đến, nhưng chính Ngài đã sai Ta đến".

## SUY NIỆM

Ngày nay, người ta đang nói đến một tệ nạn nô lệ mới: "nô lệ tình dục (sex slave)". Những cô gái ở các nước nghèo, trong đó có Việt Nam bị bán hay bị dụ dỗ mang thân cho người mua vui. Nhiều cô gái còn rất trẻ đã phải đi làm nô lệ tình dục. Các cô gái này không thể tự mình giải thoát được vì thiếu "đô la" chuộc thân. Muốn giải thoát các cô gái này, cha mẹ các cô phải nhờ tới người có lòng bác ái cứu giúp hay phải đi vay mượn tiền. Khi nghe những tin tức như thế ai cũng cảm thấy đau lòng và xót thương cho số phận của họ.

Khi tôi tưởng mình đang hạnh phúc được tự do, thì Chúa nói: "Hể tôi phạm tội thì tôi đang làm nô lệ cho tội". À, thì ra chính mình cũng đang làm nô lệ dưới một hình thức khác. Tội là nhà tù vẫn đang giam cầm, trói buộc tôi. Tôi không thể tự cứu thoát mình được như những cô gái kia, mà tôi phải nhờ đến "ơn cứu chuộc" của Chúa Giêsu. Chỉ có một Chúa Giêsu mới có thể cứu tôi khỏi tội lỗi và sự chết đời đời. Ngày nào tôi không có "Giêsu" thì tôi vẫn đang làm nô lệ, ngày nào tôi có "Giêsu" thì chính Ngài giải thoát tôi được tự do. Vì thế, lạy Chúa, con biết con cần Chúa là vậy. Vì thế, con biết con cần cảm ơn Chúa là vậy.

## THỰC HÀNH

Ga 8,34-36 Chúa Giêsu trả lời rằng: "Quả thật, quả thật, Ta bảo các ngươi: Hễ ai phạm tội, thì làm nô lệ cho tội. Mà tên nô lệ không ở mãi trong nhà; người con mới ở vĩnh viễn trong nhà. Vậy nếu Chúa Con giải thoát các ngươi, thì các ngươi sẽ được tự do thực sự.

- Với chính mình: tin vào Chúa Giêsu, cậy nhờ ơn cứu độ của Chúa Giêsu.

- Với tha nhân: Cầu nguyện cho họ. Xin Chúa giải thoát những ai bị ngăn trở, ràng buộc.

- Với Chúa: cảm ơn sự cứu độ của Chúa Giêsu. Xin Chúa luôn bảo vệ, giải thoát khỏi tội lỗi.

## GHI NHỚ

Ga 8,32 "Nếu các ngươi cứ ở trong lời Ta, các ngươi sẽ thật là môn đệ của Ta, và sẽ được biết sự thật, và sự thật giải thoát các ngươi"

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa Giêsu, con cảm ơn Chúa đã đến để giải thoát công xiêng tội lỗi cho con, để con được tự do làm con cái của Chúa. Xin giúp con nhìn ra tội, tránh xa tội để con không làm nô lệ trong tội nữa. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ NGÀY THỨ 32: Nếu tôi tự tôn vinh chính mình, thì vinh quang của tôi sẽ không giá trị gì.

### BÀI ĐỌC

Ga 8, 51-59 Khi ấy, Chúa Giêsu nói với người Do-thái rằng: "Quả thật, quả thật, Ta bảo các ngươi: Nếu ai giữ lời Ta, thì muôn đời sẽ không phải chết". Người Do-thái lại nói: "Bây giờ thì chúng tôi biết rõ ông bị quỷ ám. Abraham đã chết và các tiên tri cũng vậy, thế mà ông lại nói: 'Ai giữ lời Ta, thì không bao giờ phải chết'. Chẳng lẽ ông lại lớn hơn cha chúng tôi là Abraham sao? Ngài đã chết, các tiên tri cũng đã chết. Ông cho mình là ai?"

Chúa Giêsu trả lời: "Nếu Ta tự tôn vinh chính mình, thì vinh quang của Ta sẽ không giá trị gì. Chính Cha Ta tôn vinh Ta. Người là chính Đấng các ngươi xưng là Thiên Chúa của các ngươi. Vậy mà các ngươi không biết Người. Còn Ta, Ta biết Người. Nếu Ta nói Ta không biết Người, thì Ta cũng nói dối như các ngươi. Nhưng Ta biết Người, và Ta giữ lời Người. Cha các ngươi là Abraham đã hân hoan, vì nghĩ sẽ được thấy ngày của Ta. Ông đã thấy và đã vui mừng". Người Do-thái liền nói: "Ông chưa được năm mươi tuổi mà đã trông thấy Abraham rồi sao?" Chúa Giêsu trả lời: "Quả thật, quả thật, Ta nói với các ngươi: Khi Abraham chưa sinh ra, thì Ta đã có rồi". Bây giờ họ lượm đá ném Ngài, nhưng Chúa Giêsu ẩn mình đi ra khỏi đền thờ.

### SUY NIỆM

Nếu để ý kỹ, tôi thấy Chúa Giêsu hôm nay nói một câu rất hay: "Nếu Ta tự tôn vinh chính mình, thì vinh quang của Ta sẽ không giá trị gì." Chính Chúa Cha tôn vinh Người Con mới giá trị. Bởi vậy trong thánh lễ, linh mục đọc: "Chính nhờ Đức Kitô, cùng với Đức Kitô, và trong Đức Kitô mà mọi chúc tụng và tôn vinh đều qui về Chúa là Cha toàn năng cùng với Chúa Thánh Thần muôn đời". Nếu Chúa Giêsu mà còn để Chúa Cha tôn vinh Ngài, thì chúng ta là những người theo Chúa Kitô cũng cần để Chúa Cha tôn vinh chúng ta mới có giá trị. Sự tôn vinh của Chúa cho tôi chính là sự chúc phúc của Chúa cho tôi khi Ngài tách biệt chiên với dê.

Nếu tôi tôn vinh tôi, thì việc làm của tôi quy hướng về mình, và chỉ có giá trị cá nhân. Nếu người đời tôn vinh tôi, thì sự tôn vinh chỉ có giá trị ở đời này. Khi tôi chết sự tôn vinh của tôi và của người đời tôi không mang theo được. Tôi sống để tôn vinh Thiên Chúa, chứ không phải sống để được tôn vinh. Philipê 2,10-11: "Như vậy, khi vừa nghe danh thánh Giê-su, cả trên trời dưới đất và trong nơi âm phủ, muôn

vật phải bái quỳ; và để tôn vinh Thiên Chúa Cha, mọi loài phải mở miệng tuyên xưng rằng: "Đức Giê-su Ki-tô là Chúa". Vậy hôm nay tôi hãy dành sự tôn vinh cho Chúa Giêsu là Thiên Chúa của tôi.

## THỰC HÀNH

Ga 8,54 Chúa Giêsu trả lời: "Nếu Ta tự tôn vinh chính mình, thì vinh quang của Ta sẽ không giá trị gì. Chính Cha Ta tôn vinh Ta. Người là chính Đấng các ngươi xưng là Thiên Chúa của các ngươi. Vậy mà các ngươi không biết Người. Còn Ta, Ta biết Người. Nếu Ta nói Ta không biết Người, thì Ta cũng nói dối như các ngươi. Nhưng Ta biết Người, và Ta giữ lời Người."

- Với chính mình: đọc kinh Sáng Danh tôn vinh Chúa mỗi ngày.

- Với tha nhân: chúc tụng Chúa thay cho họ. Hướng dẫn họ tôn vinh Chúa.

- Với Chúa: Tôn vinh Chúa Cha mỗi ngày. Chúc tụng thánh danh Chúa Giêsu.

## GHI NHỚ

Ga 8,51 Chúa Giêsu nói: "Quả thật, quả thật, Ta bảo các ngươi: Nếu ai giữ lời Ta, thì muôn đời sẽ không phải chết"

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Cha, con xin chúc tụng và ngợi khen Cha, vì chỉ mình Cha mới đáng được chúc tụng tôn vinh. Xin cho con quy hướng mọi sự về Cha để mọi người nhận biết Cha. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ NGÀY THỨ 33: Chúa ở trong tôi và tôi ở trong Chúa

### BÀI ĐỌC

Ga 10, 31-42 Khi ấy, người Do-thái lượm đá để ném Chúa Giêsu. Người lên tiếng hỏi rằng: "Ta đã cho các ngươi thấy nhiều việc tốt lành bởi Cha Ta. Vậy vì việc nào mà các ngươi muốn ném đá Ta?" Người Do-thái trả lời: "Chúng tôi muốn ném đá ông không phải vì việc lành, nhưng vì một lời lộng ngôn, bởi vì ông chỉ là người mà lại tự cho mình là Thiên Chúa".

Chúa Giêsu đáp lại: "Nào trong sách luật của các ngươi không có chép câu này: 'Ta đã nói: các ngươi là thần'? Vậy nếu sách luật gọi những kẻ được nghe lời Chúa là thần, mà Kinh Thánh không thể huỷ diệt được, thì tại sao các ngươi nói với Đấng đã được Chúa Cha thánh hoá và sai đến trong trần gian rằng 'Ông nói lộng ngôn', vì Ta đã nói



Ta là Con Thiên Chúa? Nếu Ta không làm những việc của Cha Ta, thì các người đừng tin Ta. Nhưng nếu Ta làm những việc đó, thì dầu các người không muốn tin Ta, cũng hãy tin vào các việc đó, để các người biết và tin rằng: Cha ở trong Ta, và Ta ở trong Cha". Bởi đó họ tìm cách bắt Người, nhưng Người thoát khỏi tay họ. Người lại qua bên kia sông Giođan, nơi trước kia Gioan đã làm phép rửa. Và Người ở lại đó. Có nhiều kẻ đến cùng Người. Họ nói: "Gioan đã không làm một phép lạ nào. Nhưng mọi điều Gioan nói về người này đều đúng cả". Và có nhiều kẻ tin Người.

## SUY NIỆM

1 Côrintô 3,16-17 "Nào anh em chẳng biết rằng anh em là Đền Thờ của Thiên Chúa, và Thánh Thần Thiên Chúa ngự trong anh em sao? Vậy ai phá huỷ Đền Thờ Thiên Chúa, thì Thiên Chúa sẽ huỷ diệt kẻ ấy. Vì Đền Thờ Thiên Chúa là nơi thánh, và Đền Thờ ấy chính là anh em".

Tôi thường nghe nói: "Người này có Chúa, người kia không có Chúa", hay cũng nghe nói: "Chúa nói với tôi như thế này". Người kia lại nói: "Chúa nói với tôi như thế kia". Chỉ có một Thiên Chúa, một Đức Kitô thể mà Thiên Chúa của người này lại khác với Thiên Chúa của người kia sao? Lời Thánh Phaolô hôm nay như đang hỏi tôi: "Nào anh em chẳng biết rằng anh em là Đền Thờ của Thiên Chúa, và Thánh Thần Thiên Chúa ngự trong anh em sao?" Thánh Phaolô biết trong tôi có Chúa, tôi tin Chúa nhưng ít khi nhận ra hay dám tin rằng thân xác tôi là Đền Thờ của Thiên Chúa. Ngài biết thế, bởi vì tôi hay nghĩ rằng mình tội lỗi lắm không xứng đáng Chúa ngự vào tâm hồn, thế nhưng mặc dù nghĩ mình không xứng đáng (ngay cả khi mới xưng tội), tôi vẫn lên rước lễ mỗi Chúa Nhật. Vậy chẳng khác gì tôi rước Chúa nhưng tôi không tin Chúa ngự vào lòng. Người Pharisieu thời xưa cũng nghĩ như thế: Chúa Giêsu nếu là Thiên Chúa, là Người Công chính thì phải vào nhà người công chính, chứ sao Ngài lại vào nhà và ăn uống với người tội lỗi, người thu thuế? Chúa đến để cứu người tội lỗi như người bác sĩ phải đến với người bệnh tật để chữa lành họ. Nếu Chúa không đến với tôi là người tội lỗi, thì có lẽ tôi chẳng được thay đổi, chẳng được giải thoát và được cứu độ. Vậy khi tôi nhận ra thân xác tôi là Đền thờ của Thiên Chúa, tôi phải sống là làm sao để thân xác tôi luôn là "Đền thờ" của Ngài, chứ không phải là nơi, mà vì nơi ấy, tôi sẽ phải "đền tội".

## THỰC HÀNH

Ga 10,37-38 Nếu Ta không làm những việc của Cha Ta, thì các người đừng tin Ta. Nhưng nếu Ta làm những việc đó, thì dầu các người không muốn tin Ta, cũng hãy tin vào các việc đó, để các người biết và tin rằng: Cha ở trong Ta, và Ta ở trong Cha".

- Với chính mình: nhận ra sự hiện diện của Chúa trong tôi. Giữ gìn thân xác được trong sạch.

- Với tha nhân: cảm ơn Chúa ở trong họ. Sống để họ nhìn ra Chúa ở trong mình.

- Với Chúa: cảm ơn Chúa đã ở trong tôi. Cảm ơn Chúa đã cứu thoát tôi.

## GHI NHỚ

Ga 10,38 Các người biết và tin rằng: "Cha ở trong Ta, và Ta ở trong Cha"

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa, cảm ơn Chúa ở trong con, để con được ở trong Chúa. Con cần nhận biết và nghiệm sự hiện diện của Chúa ở trong con mạnh mẽ hơn. Xin giúp con luôn giữ gìn thân xác con được thanh sạch và công chính để Chúa luôn vui khi ở trong con. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ **NGÀY THỨ 34: thà một lần chết đi, còn hơn là đời đời bị tiêu diệt**

### BÀI ĐỌC

Ga 11, 45-56 Khi ấy, trong những người đến thăm Maria và đã chứng kiến việc Ngài làm, có nhiều kẻ đã tin vào Chúa Giê-su. Nhưng trong nhóm có kẻ đi gặp người biệt phái và thuật lại các việc Chúa Giêsu đã làm. Do đó, các thượng tế và biệt phái họp công nghị, và nói: "Chúng ta phải xử trí sao đây? Vì người này làm nhiều phép lạ. Nếu chúng ta để mặc người ấy làm như thế, thì mọi người sẽ tin theo và quân Rôma sẽ kéo đến phá huỷ nơi này và dân tộc ta". Một người trong nhóm là Caipha làm thượng tế năm đó, nói với họ rằng: "Quý vị không hiểu gì cả! Quý vị không nghĩ rằng thà một người chết thay cho dân, còn hơn là toàn dân bị tiêu diệt". Không phải tự ông nói điều đó, nhưng với danh nghĩa là thượng tế năm ấy, ông đã nói tiên tri rằng Chúa Giêsu phải chết thay cho dân, và không phải cho dân mà thôi, nhưng còn để quy tụ con cái Thiên Chúa đang tản mát về một mối.

Bởi vậy, từ ngày đó, họ quyết định giết Người. Vì thế Chúa Giêsu

không còn công khai đi lại giữa người Do-thái nữa. Người đi về miền gần hoang địa, đến thành phố tên là Ephrem, và ở lại đó với các môn đệ. Khi đó đã gần đến Lễ Vượt Qua của người Do-thái. Có nhiều người từ các miền lên Giêrusalem trước lễ, để được thanh tẩy. Họ tìm Chúa Giêsu; họ đứng trong đền thờ và bàn tán với nhau: "Anh em nghĩ sao? Người có đến hay không?" Còn các thượng tế và biệt phái đã ra lệnh rằng nếu ai biết Người ở đâu, thì phải tố cáo để họ bắt Người.

## **SUY NIỆM**

Tôi biết rằng, nếu tôi được lên thiên đàng thì toàn thân xác tôi được lên thiên đàng, chứ không phải phần nào xứng đáng thì phần đó được lên. Nếu tôi đam mê vật chất, tiền bạc đến nỗi làm việc không có giờ để thờ phượng Chúa, thì thà rằng tôi nghèo hơn một chút để được Chúa. Nếu đôi mắt tôi là luôn cửa ngõ cho tội đi vào, thì thà rằng tôi can đảm nhắm mắt lại trước dịp tội để được Chúa. Nếu đôi tay của tôi làm tôi mất Chúa, thì thà rằng tôi không làm điều ấy để được Chúa. Nếu một đời theo Chúa để rồi một lần mất Chúa thì thà một lần chết đi, còn hơn là đời đời bị tiêu diệt.

Tôi có ý tưởng khi mình về hưu có giờ rảnh rỗi lúc đó mới đi phục vụ Chúa, hay khất lần ngày mai con sẽ làm điều này cho Chúa. Ngày mai thuộc về quyền của Thiên Chúa làm chủ, là con người, tôi chỉ biết đến hôm nay. Nếu có người hỏi bao giờ tôi mới trở về, mới tha thứ, mới sám hối, mới tin nhận Chúa, mới phục vụ Chúa. Câu trả lời luôn luôn đúng là "hôm nay", chứ không phải ngày mai. Vì thế, tôi nên sống đức tin và yêu Chúa hôm nay như ngày cuối cùng.

## **THỰC HÀNH**

Ga 11,54 Vì thế Chúa Giêsu không còn công khai đi lại giữa người Do-thái nữa. Người đi về miền gần hoang địa, đến thành phố tên là Ephrem, và ở lại đó với các môn đệ.

- Với chính mình: sống đức tin và yêu Chúa của ngày hôm nay như ngày cuối cùng.
- Với tha nhân: ý thức không ai lên thiên đàng một mình để cùng đồng hành với họ.
- Với Chúa: cảm ơn Chúa đã chết để tôi được sống.

## **GHI NHỚ**

Ga 11,52 Chúa Giêsu phải chết thay cho dân, và không phải cho dân mà thôi, nhưng còn để quy tụ con cái Thiên Chúa đang tản mát về mặt trời.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Cha, xin cho con biết sống ngày hôm nay như là ngày cuối cùng của cuộc đời con, để con sống thật với chính mình, sống thật với anh em và sống thật với Chúa. Xin cho con luôn biết đáp trả lời mời gọi của Chúa hôm nay chứ không phải ngày mai, vì ngày mai sẽ có lời mời gọi của ngày mai. Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY**

**♥ Chúa Nhật Lễ Lá: Hãy tỉnh thức và cầu nguyện để khỏi sa chước cám dỗ**

### **BÀI ĐỌC**

Mc 14,26-42 Sau khi hát Thánh Vịnh, Thầy trò đi lên núi Cây Dầu. Chúa Giêsu bảo các ông: "Đêm nay, tất cả các con sẽ vấp phạm vì Thầy, vì có lời chép rằng: ta sẽ đánh chủ chăn và đoàn chiên sẽ tan tác. Nhưng sau khi Thầy sống lại, Thầy sẽ đến xứ Galilêa trước các con". Phêrô thưa Người: "Dù tất cả vấp phạm vì Thầy, nhưng con thì không". Chúa Giêsu bảo ông: "Thầy bảo thật con: Hôm nay, nội đêm nay, trước khi gà gáy hai lần, con đã chối Thầy ba lần". Nhưng Phêrô càng lên giọng cương quyết hơn mà rằng: "Không, dầu phải chết vì Thầy, con cũng sẽ không chối Thầy". Và tất cả đều nói như vậy.

Đi đến một vườn kia tên là Ghếtsemani, Người bảo các môn đệ: "Các con hãy ngồi lại đây trong khi Thầy đi cầu nguyện". Rồi Người đem Phêrô, Giacôbê và Gioan theo Người và Người bắt đầu kinh sợ và buồn sầu. Người liền bảo các ông: "Linh hồn Thầy buồn đến chết được, các con hãy ở lại đây và tỉnh thức". Tiến xa hơn một chút, Người phục xuống đất, và cầu xin nếu có thể được thì xin cho qua khỏi giờ này. Và Người nguyện rằng: "Abba, Lạy Cha, Cha có thể làm được mọi sự, xin cất chén này khỏi con! Nhưng không theo ý con muốn, một theo ý Cha".

Người trở lại và thấy các ông đang ngủ, nên nói với Phêrô: "Simon, con ngủ ư? Con không có sức thức được một giờ sao? Hãy tỉnh thức và cầu nguyện để khỏi sa chước cám dỗ, vì tinh thần thì lanh lẹ, còn xác thịt thì yếu đuối". Rồi Người đi khỏi đó và cầu nguyện cùng lời như trước. Khi trở lại lần nữa và thấy các ông còn ngủ (vì mắt các ông nặng trĩu) và các ông không còn biết thưa Người làm sao. Lần thứ ba, Người trở lại và bảo: "Bây giờ các con hãy ngủ và nghỉ ngơi đi. Thế là xong! Giờ đã đến: Nay Con Người sắp bị nộp trong tay những kẻ tội lỗi. Thôi! hãy chỗi dậy, chúng ta đi, kẻ nộp Thầy đã tới nơi".

## SUY NIỆM

Ngày nay, đời sống thiếu điện thoại di động hay internet là một mất mát lớn lao, nếu không muốn nói là không chịu được. Nhờ điện thoại cầm tay mà mọi người có thể liên lạc với nhau dễ dàng và nhanh chóng hơn. Muốn tìm ai dễ dàng và nhanh chóng nhất thì chỉ cần gọi số điện thoại di động. Muốn tìm gì thì vào internet là có. Từ thời tạo dựng nên con người, Thiên Chúa đã phát minh ra điện thoại cầm tay "cầu nguyện" cho con người. Muốn gặp Chúa, yêu Chúa, nói chuyện với Chúa phải cầu nguyện. Cầu nguyện là hơi thở của tâm hồn. Đức tin không có cầu nguyện là đức tin thiếu nước. Một đức tin thiếu nước là một đức tin héo úa. Khi đức tin héo úa, thì tâm hồn sẽ trở thành sa mạc không có sự sống. Ngay cả Chúa Giêsu mà còn phải cầu nguyện, thì huống gì tôi là con người với kiếp sống mỏng dòn, yếu đuối, cam bầy kẻ thù giăng ngập lối đi. Các vị thánh là những người cầu nguyện nhiều giờ với Chúa. Không ai theo Chúa lại có thể nói tôi không cần cầu nguyện. Cầu nguyện là thời gian con người gặp gỡ với Chúa trong thần khí. Thánh vịnh là những lời cầu nguyện tuyệt vời nhất. Ngoài cầu nguyện, hôm nay Chúa cũng nói với tôi hãy tỉnh thức. Các tông đồ là những người yêu Chúa, thấy được Chúa mà vẫn ngủ say vì xác thịt yếu đuối. Tôi hôm nay cũng phải tỉnh thức trước một thế giới đang ngủ mê trong vật chất, chiến tranh, và quyền lực.

## THỰC HÀNH

Mc 14,36-39 Người trở lại và thấy các ông đang ngủ, nên nói với Phêrô: "Simon, con ngủ ư ? Con không có sức thức được một giờ sao ? Hãy tỉnh thức và cầu nguyện để khỏi sa chước cám dỗ, vì tinh thần thì lạnh lẽ, còn xác thịt thì yếu đuối". Rồi Người đi khỏi đó và cầu nguyện cùng lời như trước.

- Với chính mình: ý thức sự tối cần của cầu nguyện. Cầu nguyện hằng ngày.

- Với tha nhân: cầu nguyện cho họ trên phon, trên internet, qua email.

- Với Chúa: dùng Thánh vịnh cầu nguyện, tạ ơn Chúa, chúc tụng Chúa

## GHI NHỚ

Mc 14,38 Hãy tỉnh thức và cầu nguyện để khỏi sa chước cám dỗ, vì tinh thần thì lạnh lẽ, còn xác thịt thì yếu đuối.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Cha, cầu nguyện là chiếc cầu nối giữa con người với Thiên Chúa. Cầu nguyện là sức mạnh giúp con chiến thắng sự dữ và cầu nguyện là sự khiêm nhường giúp con chiến thắng tình

yêu của Cha. Xin giúp con tinh thức và siêng năng cầu nguyện, đồng thời cầu nguyện điều đẹp thánh ý Cha. Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY**

**♥ NGÀY THỨ 35: hãy vui mừng vì tôi sẽ sống lại với Chúa**

### **BÀI ĐỌC**

Ga 12, 1-11 Sáu ngày trước lễ Vượt Qua, Chúa Giêsu đến làng Bêtania, nơi Ladarô đã chết được Người cho sống lại. Tại đây người ta dọn bữa cho Người ăn. Martha hầu bàn. Còn Ladarô cũng là một trong những kẻ đồng bàn với Người. Bấy giờ Maria lấy một cân dầu thơm, dầu cam tùng hảo hạng, và xức chân Chúa Giêsu, rồi lấy tóc mình mà lau. Hương thơm toả đầy nhà. Một môn đệ là Giuđa Iscariô, kẻ sẽ phản nộ Người, liền nói: "Sao không bán dầu thơm đó lấy ba trăm đồng mà cho người nghèo khó?" Hấn nói thế không phải vì lo lắng cho người nghèo khó đâu, mà vì hấn là tên trộm cắp, lại được giữ túi tiền, nên bớt xén các khoản tiền người ta bỏ vào đó. Vậy Chúa Giêsu nói: "Hãy để mặc cô ấy làm công việc chỉ về ngày táng xác Ta. Vì các người sẽ có người nghèo luôn bên cạnh các người, còn Ta, các người sẽ không gặp Ta mãi đâu".

Có đám đông người Do-thái biết Người đang ở đó, nên tuôn đến, không những vì Chúa Giêsu, mà còn để thấy Ladarô, kẻ đã chết được Người cho sống lại. Thế là các Thượng tế quyết định giết luôn cả Ladarô, vì tại ông mà nhiều người Do-thái đã bỏ họ và tin theo Chúa Giêsu.

### **SUY NIỆM**

Ladarô hơn Chúa ở một điểm, ông đã chết 4 ngày thì được sống lại. Ladarô thua tôi ở một chỗ, ông phải chết tới hai lần... Trong Mùa Chay, tôi thường hay mang tâm trạng buồn bã buông khuâng, nghĩ tới sự chết và hình phạt. Chưa bao giờ nghĩ tới sự chết mà tôi lại vui được. Nếu như tôi vui mừng khi nói về sự chết thì người khác cho là tôi mát đến nơi rồi. Hôm nay Ladarô cho tôi một hình ảnh vui khi nghĩ về sự chết. Ladarô đã sống lại và ngồi ăn cùng bàn với Chúa. Đó là một hình ảnh đẹp của hành trình đức tin cần nằm trong viễn ảnh của tôi khi nghĩ về sự chết. Tôi phải nhận ra Thiên Chúa là Thiên Chúa của kẻ sống chứ không phải của kẻ chết, bởi vì chính Ngài là sự sống. Và tôi phải xác tín mạnh mẽ vào Lời Chúa: "Ai ăn bánh và uống chén này, sẽ được sống muôn đời".

Một hình ảnh đẹp khác của bài Tin mừng hôm nay là Maria lấy một

cân dầu thơm, dầu cam tùng hảo hạng, và xúc chân Chúa Giêsu, rồi lấy tóc mình mà lau. Hương thơm toả bay đầy nhà. Tại sao Maria không lấy nước rửa chân và lấy vạt áo mà lau chân cho Chúa, bởi vì nàng có áo mà? Maria thương Chúa qua những gì quý giá, và đẹp nhất của người phụ nữ, đó là dầu thơm và mái tóc. Maria đang làm công việc táng xác Chúa sống thực từ trong lòng mình. Mùa Chay khi đi viếng xác, hôn chân Chúa, hay hôn thánh giá Chúa, tôi cũng bắt chước Maria hôn bằng trái tim và tâm hồn của tôi.

## THỰC HÀNH

Ga 12,1-3 Chúa Giêsu đến làng Bêtania, nơi Ladarô đã chết được Người cho sống lại. Tại đây người ta dọn bữa cho Người ăn. Martha hầu bàn. Còn Ladarô cũng là một trong những kẻ đồng bàn với Người. Bấy giờ Maria lấy một cân dầu thơm, dầu cam tùng hảo hạng, và xúc chân Chúa Giêsu, rồi lấy tóc mình mà lau. Hương thơm toả đầy nhà.

- Với chính mình: tin vào sự sống lại đời sau. Vui mừng vì có Chúa đang sống.
- Với tha nhân: giúp họ vui tươi, bình an tin vào Chúa.
- Với Chúa: cảm ơn sự chết của Chúa. Vui mừng Chúa đã phục sinh.

## GHI NHỚ

Ga 12,7-8 Hãy để mặc cô ấy làm công việc chỉ về ngày táng xác Ta. Vì các ngươi sẽ có người nghèo luôn bên cạnh các ngươi, còn Ta, các ngươi sẽ không gặp Ta mãi đâu.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa Giêsu, xin cho con có được tâm tình của Maria lấy dầu thơm xúc chân Chúa. Con cần đến với Chúa, yêu Chúa bằng hương thơm của trái tim và giọt nước mắt thống hối ăn năn. Con muốn yêu Chúa thật lòng từ bên trong chứ không phải ở bên ngoài. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ NGÀY THỨ 36, Thứ 3 Tuần Thánh: Con sẽ theo Thầy

## BÀI ĐỌC:

Ga 13:31-38 Khi Giuđa đi rồi, Chúa Giêsu phán: "Bây giờ Con Người được vinh hiển, và Thiên Chúa đã được vinh hiển nơi Người. Nếu Thiên Chúa được vinh hiển nơi Người, thì Thiên Chúa lại cho Người được vinh hiển nơi chính Mình, và Thiên Chúa sẽ cho Người được vinh hiển! Các con yêu quý, Thầy chỉ còn ở với các con một ít nữa.

*Hành trình 40 ngày Mùa Chay - thanhlinh.net*

Các con sẽ tìm Thầy, và như Thầy đã nói với người Do-thái: 'Nơi Ta đi, các ngươi không thể đến được', nay Thầy cũng nói với các con như vậy. Simon Phêrô hỏi Người: "Thưa Thầy, Thầy đi đâu?" Chúa Giêsu trả lời: "Nơi Thầy đi, nay con chưa thể theo tới đó được, nhưng sau này con sẽ theo Thầy". Phêrô thưa lại: "Tại sao con lại không theo Thầy ngay bây giờ được! Con sẽ liều mạng sống con vì Thầy". Chúa Giêsu nói: "Con liều mạng sống vì Thầy ư? Thật, Thầy nói thật cho con biết: trước khi gà gáy, con đã chối Thầy ba lần".

## SUY NIỆM

Theo Chúa đòi hỏi phải từ bỏ điều gì đó, nhưng không có nghĩa phải từ bỏ tất cả mới theo Chúa được. Người từ bỏ tất cả để theo Chúa có lẽ hiếm lắm, và những người làm được điều này thường là những vị thánh. Người theo Chúa không từ bỏ được hết mọi sự nhưng không vì thế để những sự ấy ngăn cản, chi phối, ảnh hưởng đến việc theo Chúa. Người theo Chúa cũng không hẳn là người hoàn toàn đạo đức, thánh thiện hay tài năng. Không ai nhanh nhẹn đáp trả lời mời gọi theo Chúa như Phêrô. Với tính bộc trực, ông đã bạo miệng nói với Chúa: "Con sẽ liều mạng sống vì Thầy", để rồi sau đó, chính ông chối Chúa. Chúa biết Phêrô yếu đuối nhưng vẫn chọn Phêrô, bởi vì không phải nhờ tài năng, sức mạnh mà Phêrô làm tông đồ nhưng là quyền năng của Chúa Thánh Thần. Khi còn ở với Thầy Phêrô là môn đệ yếu đuối nhưng sau khi Chúa Giêsu về trời, Phêrô đã nhận được quyền năng của Chúa Thánh Thần và có tới 3000 người nghe Phêrô rao giảng đã trở lại. Với con người yếu đuối, tôi cũng được mời gọi theo Chúa, làm tông đồ của Chúa và cậy nhờ vào quyền năng của Chúa. Chúa có thể biến yếu đuối của tôi trở nên mạnh mẽ, Chúa có thể biến cái kém tài của tôi trở nên hữu ích giúp mọi người khi tôi biết khiêm nhường đầu phục Chúa.

## THỰC HÀNH

Ga 13,38 Chúa Giêsu nói: "Con liều mạng sống vì Thầy ư? Thật, Thầy nói thật cho con biết: trước khi gà gáy, con đã chối Thầy ba lần".

- Với chính mình: can đảm, khiêm nhường làm tông đồ cho Chúa. Tin tưởng đầu phục cho quyền năng của Chúa.
- Với tha nhân: không đánh giá yếu đuối, kém tài trên công việc tông đồ của họ, vì nếu Chúa sử dụng họ, quyền năng và khôn ngoan của Chúa sẽ ở với họ.
- Với Chúa: Cảm ơn Chúa đã sử dụng con người yếu đuối của mình.



## **GHI NHỚ**

Lc14:27 Ai không vác thập giá mình mà đi theo tôi, thì không thể làm môn đệ tôi được.

**CẦU NGUYỆN:** Lạy Chúa Giê-su, con biết con yếu đuối, kém tin và hay thất hứa, nhưng con dâng cho Chúa trái tim và con người thật của con. Xin Chúa ban Thánh Thần trên con và dùng con như thánh ý Chúa. Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY**

**♥ NGÀY THỨ 37, Thứ 4 Tuần Thánh: Khi tôi là Giuđa**

### **BÀI ĐỌC:**

Mt 26:20-25 Chiều đến, Người ngồi bàn ăn với mười hai môn đệ. Và khi các ông đang ăn, Người nói: "Thầy nói thật với các con: có một người trong các con sẽ nộp Thầy". Môn đệ rất buồn rầu và từng người bắt đầu hỏi Người: "Thưa Thầy, có phải con không?" Người trả lời: "Kẻ gơ tay cùng chắm vào đĩa với Thầy, đó chính là kẻ sẽ nộp Thầy. Thật ra, Con Người sẽ ra đi như đã chép về Người, nhưng khôn cho kẻ nộp Con Người, thà kẻ đó đừng sinh ra thì hơn!" Giuđa kẻ phản bội cũng thưa Người rằng: "Thưa Thầy, có phải con chăng?" Chúa đáp: "Đúng như con nói".

### **SUY NIỆM**

Khi nghĩ đến Giuđa, tôi thường có ấn tượng với Giuđa. Tôi nghĩ rằng Giuđa là người phản bội, là người tồi tệ nhất trong lịch sử. Tôi nghĩ rằng mình chẳng bao giờ sẽ giống như Giuđa bán Chúa. Thế nhưng suy nghĩ cho kỹ, đời sống của tôi có những khía cạnh của lời nói và việc làm mang hình thức bán Chúa giống như Giuđa. Tôi là Giuđa khi tôi mắc cỡ không dám cầu nguyện nơi công cộng, không dám làm dấu khi ăn, không dám nhận mình là người Kitô hữu, không đóng góp và cộng tác vào công việc nhà Chúa, sử dụng tôn giáo cho lợi ích cá nhân. Tôi là Giuđa khi tôi tham dự vào những công việc trái với đức tin như phá thai, bỏ phiếu ủng hộ các ứng viên có đường lối đi ngược lại với giáo lý, không dám lên tiếng cho công lý và sự thật... Tin mừng thánh Mátthêu nói rằng Giuđa đã hối hận về việc làm của mình, và điều này khiến tôi phải xét lại vì Giuđa không tệ như tôi đã nghĩ. Mt27:3-5 "Bấy giờ, Giu-đa, kẻ đã nộp Người, thấy Người bị kết án thì hối hận. Hắn đem ba mươi đồng bạc trả lại cho các thượng tế và kỳ mục mà nói: "Tôi đã phạm tội nộp người vô tội, khiến Người phải chết oan." Nhưng họ đáp: "Can gì đến chúng tôi. Mặc kệ anh! " Giu-

đa ném số bạc vào Đền Thờ và ra đi thất cổ". Nếu tên trộm lành chỉ xin với Chúa Giêsu nhớ đến mình khi vào nước trời mà được ơn cứu độ, thì rất có thể theo tôi Giuđa đã hối hận về việc làm của mình, Giuđa chưa chắc đã ở hỏa ngục.

## THỰC HÀNH

Mt27:3-5 "Bấy giờ, Giu-đa, kẻ đã nộp Người, thấy Người bị kết án thì hối hận. Hắn đem ba mươi đồng bạc trả lại cho các thượng tế và kỳ mục mà nói: "Tôi đã phạm tội nộp người vô tội, khiến Người phải chết oan." Nhưng họ đáp: "Can gì đến chúng tôi. Mặc kệ anh! " Giu-đa ném số bạc vào Đền Thờ và ra đi thất cổ".

- Với chính mình: khiêm nhường nhìn ra những khía cạnh phản bội Chúa trong cuộc sống. Hối hận, từ bỏ và xin lỗi Chúa.
- Với tha nhân: cầu nguyện cho những người đang chống Giáo hội, không tin Chúa, phỉ báng Đức Mẹ.
- Với Chúa: Tin vào lòng nhân từ của Chúa.

## GHI NHỚ

Mt26:25 "Thưa Thầy, có phải con không?"

## CẦU NGUYỆN

Lạy Chúa Giêsu, ít nhiều trong đời sống của con đã phản bội Chúa dưới nhiều khía cạnh. Lúc đó, chính con cũng là Giuđa của thời đại hôm nay. Con thành tâm thống hối lỗi lầm và xin Chúa giúp con sức mạnh và khôn ngoan để từ nay con không tái phạm nữa. Amen.

## HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY

♥ NGÀY THỨ 38, Thứ 5 Tuần Thánh: Hãy rửa chân cho nhau

## BÀI ĐỌC

Ga 13:1-11 Trước ngày Lễ Vượt Qua, Chúa Giêsu biết đã đến giờ Mình phải bỏ thế gian mà về cùng Chúa Cha, Người vốn yêu thương những kẻ thuộc về mình còn đang ở thế gian, thì đã yêu thương họ đến cùng. Sau bữa ăn tối, ma quỷ gieo vào lòng Giuđa Iscariô, con Simon, ý định nộp Người. Người biết rằng Chúa Cha đã trao phó mọi sự trong tay mình, và vì Người bởi Thiên Chúa mà đến và sẽ trở về cùng Thiên Chúa. Người chỗi dậy, cởi áo, lấy khăn thắt lưng, rồi đổ nước vào chậu; Người liền rửa chân cho các môn đệ và lấy khăn thắt lưng mà lau. Vậy Người đến chỗ Simon Phêrô, ông này thưa Người rằng: "Lạy Thầy, Thầy định rửa chân cho con ư?" Chúa Giêsu đáp: "Việc Thầy làm bây giờ con chưa hiểu, nhưng sau sẽ hiểu". Phêrô

*Hành trình 40 ngày Mùa Chay - thanhlinh.net*

thưa lại: "Không đời nào Thầy sẽ rửa chân cho con". Chúa Giêsu bảo: "Nếu Thầy không rửa chân cho con, con sẽ không được dự phần với Thầy". Phêrô liền thưa: "Vậy xin Thầy hãy rửa không những chân con, mà cả tay và đầu nữa". Chúa Giêsu nói: "Kẻ mới tắm rồi chỉ cần rửa chân, vì cả mình đã sạch. Tuy các con đã sạch, nhưng không phải hết thảy đều". Vì Người biết ai sẽ nộp Người nên mới nói: "Không phải tất cả các con đều sạch đâu".

## SUY NIỆM

Đôi chân là phần chi thể luôn tiếp cận với bụi đất, vì thế đôi chân luôn dơ dáy và cần được rửa ráy. Đôi chân có thể đạp lên mọi thứ khác nếu tôi không để ý đường đi và tránh né. Đôi chân tâm linh không tiếp cận với bụi đất nhưng có thể bị dơ dáy không kém, khi tôi chà đạp nhân phẩm, danh dự, tiết hạnh của người khác. Sống trong xã hội tranh đua hôm nay, có những chủ nhân đã lợi dụng sức lao động của các trẻ em. Có đại gia hưởng thụ trên thân xác và nhân phẩm của các thiếu nữ nghèo phải bán thân. Những cô dâu lấy chồng ngoại quốc bị đối xử tàn tệ. Đó là những hình thức chà đạp tâm tiền hôm nay.

Cử chỉ rửa chân cho các môn đệ mà Chúa thực hiện trong bữa ăn cuối cùng là bài học khiêm nhường, yêu thương sâu thẳm Chúa làm gương cho các môn đệ. Bí Tích Thánh Thể, Ngài thiết lập trong nhà Tiệc Ly năm xưa nói lên tình yêu vô bờ của Chúa đối với nhân loại. Đức bác ái yêu thương dẫn các môn đệ và nhân loại liên kết trong tiệc Thánh Thể gọi lên hình ảnh tình thương vô biên của Chúa: "Anh em hãy yêu thương nhau như Thầy đã yêu thương anh em" (Ga 13, 34). Tất cả những cử chỉ, những nghĩa cử cao quý ấy là thực hiện đạo tình thương của Chúa giữa thế giới đầy hận thù và tranh chấp. Thiết tưởng, người lãnh đạo, các Kitô hữu hôm nay cũng cần thể hiện tình yêu thương của Chúa nơi cộng đoàn, giáo xứ và các nhóm nhỏ. Các chức vụ không phải để phân chia giai cấp, bè phái, ảnh hưởng mà là để kiện toàn tổ chức, và hiệp nhất giữa các chi thể.

## THỰC HÀNH

- Với chính mình: khiêm nhường trong chức vụ, luôn đi đầu làm gương yêu thương, không tìm kiếm danh dự trong chức vụ.
- Với tha nhân: thể hiện tình yêu đối với người khác qua hành động.
- Với Chúa: Học và noi gương các việc làm của Chúa đối với các môn đệ.

## **GHI NHỚ**

Ga13:15 Thầy là Chúa, là Thầy, mà còn rửa chân cho anh em, thì anh em cũng phải rửa chân cho nhau.

## **CẦU NGUYỆN**

Lạy Chúa Giêsu, xin cho con được sống và hành động khiêm nhường yêu thương noi gương Chúa. Xin giúp con can đảm rửa chân cho anh em bằng cách chấp nhận những khác biệt của nhau, làm những công việc con muốn người khác làm và luôn nhìn thấy Chúa trong anh em của con. Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY**

♥ **NGÀY THỨ 39, Thứ 6 Tuần Thánh: Hãy được chữa lành**

## **BÀI ĐỌC**

Is 53:4-10 Thật sự, người đã mang lấy sự đau yếu của chúng ta, người đã gánh lấy sự đau khổ của chúng ta. Mà chúng ta lại coi người như kẻ phong cùi, bị Thiên Chúa đánh phạt và làm cho nhuốc hổ. Nhưng Người đã bị thương tích vì tội lỗi chúng ta, bị tan nát vì sự gian ác chúng ta. Người lãnh lấy hình phạt cho chúng ta được bình an, và bởi thương tích người mà chúng ta được chữa lành. Tất cả chúng ta lang thang như chiên cừu, mỗi người một ngã. Chúa đã chất trên người tội ác của tất cả chúng ta.

Người hiến thân vì người tình nguyện và không mở miệng như con chiên bị đem đi giết, và như chiên non trước mặt người xén lông, người thỉnh lặng chẳng hé môi. Do cưỡng bách và án lệnh, người đã bị tiêu diệt; ai sẽ còn kể đến dòng dõi người nữa, bởi vì người đã bị khai trừ khỏi đất người sống; vì tội lỗi dân Ta, Ta đánh phạt người. Người ta định đặt mồ người giữa những kẻ gian ác, nhưng khi chết, người được chôn giữa kẻ giàu sang, mặc dầu người đã không làm chi bất chánh, và miệng người không nói lời gian dối. Chúa đã muốn hành hạ người trong đau khổ.

Nếu người hiến thân làm lễ vật đền tội, người sẽ thấy một dòng dõi trường tồn, và nhờ người, ý định Chúa sẽ thành tựu.

## SUY NIỆM

Là con người, ai cũng mang ít nhiều bệnh tật về thân xác và tâm hồn. Sự chữa lành rất cần thiết để mang lại một đời sống mạnh khỏe về cả hai mặt. Bác sĩ và các nhà tâm lý có thể giúp người ta chữa lành, nhưng không phải chữa lành được hết mọi bệnh. Các linh mục là người đại diện Chúa Kitô có thể gọi là bác sĩ tâm linh, nhưng cũng có giới hạn. Chỉ có Chúa Giêsu mới là vị bác sĩ chữa lành được tất cả mọi thứ bệnh mà không cần dùng thuốc. Một cuộc chữa lành vĩ đại nhất trong lịch sử xảy ra cách đây trên hai ngàn năm khi Chúa Giêsu chịu chết trên thánh giá. Nhân loại được chữa lành khỏi mọi tội lỗi nhờ cái chết của Ngài.

Con người thường tìm kiếm sự chữa lành về phần xác, bởi vì bệnh ấy ở bên ngoài nhìn thấy được hay ở bên trong nhưng cảm giác được. Chẳng lạ gì ngày xưa đông đảo dân chúng đi tìm Chúa Giêsu chỉ vì muốn được chữa lành, và ngày nay người ta tìm đến các thánh lễ chữa lành cũng với ước ao được chữa lành về thể xác như thế. Hãy khao khát được chữa lành cả về thể xác lẫn linh hồn, nhưng quan trọng hơn là phần hồn, vì thân xác sẽ trở về với các bụi, còn linh hồn thì tồn tại đời đời.

## THỰC HÀNH

Is 53:4 Thật sự, người đã mang lấy sự đau yếu của chúng ta, người đã gánh lấy sự đau khổ của chúng ta.

- Với chính mình: tìm kiếm sự chữa lành phần xác lẫn phần hồn. Siêng năng đi xưng tội và rước lễ.

- Với tha nhân: cầu nguyện chữa lành cho người đau yếu, hướng dẫn họ đến sự chữa lành nội tâm.

- Với Chúa: Tin rằng Chúa Giêsu vẫn đang sống và chữa lành hôm nay.

## GHI NHỚ

Is 53:5 Người lãnh lấy hình phạt cho chúng ta được bình an, và bởi thương tích người mà chúng ta được chữa lành. Người đã bị thương tích vì tội lỗi chúng ta, bị tan nát vì sự gian ác chúng ta.

## CẦU NGUYỆN

Lạy Chúa Giêsu, con cảm ơn Chúa vì chính nhờ những thương tích và sự chết của Chúa con được chữa lành về phần hồn. Ngày nào con còn sống trên trần gian này, con vẫn mang những bệnh tật về thể xác và tâm hồn. Con cần được Chúa chữa lành cho con. Xin cho con luôn

biết quý trọng và siêng năng lãnh nhận linh được Thánh Thể Chúa, để con được chữa lành đời này và sẽ được sống lại đời sau với Chúa. Amen.

## **HÀNH TRÌNH 40 NGÀY MÙA CHAY**

**♥ NGÀY THỨ 40, Thứ 7 Tuần Thánh: Đời sống mới trong Chúa Kitô**

### **BÀI ĐỌC**

Rm 6:3-11 Tất cả chúng ta đã chịu phép rửa trong Đức Giêsu Kitô, tức là đã chịu phép rửa trong sự chết của Người. Và chúng ta đã cùng chịu mai táng với Người, bởi được thanh tẩy trong sự chết của người, để như Đức Kitô nhờ vinh hiển của Chúa Cha mà sống lại từ cõi chết thế nào, thì cả chúng ta cũng phải sống đời sống mới như thế.

Vì nếu chúng ta được liên kết với Người trong cùng một cái chết, giống như cái chết của Người, thì chúng ta cũng được hợp nhất với Người, trong sự sống lại giống như vậy. Nên biết điều này: con người cũ của chúng ta đã cùng chịu đóng đinh khổ giá, để xác thịt tội lỗi bị huỷ đi, hầu cho chúng ta không còn làm nô lệ tội lỗi nữa, vì con người đã chết, tức là được giải thoát khỏi tội lỗi.

Mà nếu chúng ta đã chết với Đức Kitô, chúng ta tin rằng chúng ta cũng sẽ cùng sống với Người, vì biết rằng Đức Kitô, một khi từ cõi chết sống lại, Người không chết nữa, sự chết không còn làm chủ được Người nữa. Người đã chết, tức là chết một lần dứt khoát đối với tội lỗi, mà khi Người sống, là sống cho Thiên Chúa. Cả anh em cũng thế, anh em hãy tự kể như mình đã chết đối với tội lỗi, nhưng sống cho Thiên Chúa, trong Đức Giêsu Kitô, Chúa chúng ta.

### **SUY NIỆM**

Chúng ta thường nghe nói: "Chết là hết", nhưng là người tin vào sự phục sinh của Chúa Kitô, chết là chúng ta sẽ được sống lại đời đời với Chúa. Mùa Chay gần qua đi, là mùa tiả lá bắt sâu để cây sẽ nảy mầm và trở hoa. Chúng ta chuẩn bị đón mừng Chúa Giêsu Phục Sinh. Đây là niềm hy vọng lớn lao nhất của mỗi người. Mỗi người hãy sống đời sống mới phục sinh với Chúa một cách toàn diện. Đời sống mới trong Chúa Kitô không còn tù đày giam hãm, không còn lo sợ, không còn hận thù, không còn đam mê, không còn thất vọng...

Niềm tin Phục Sinh căn bản là một niềm tin vào một Thiên Chúa không bao giờ bỏ rơi các những ai tín thác vào Người và để cho họ phải hư mất. Niềm tin Phục Sinh là xác tín rằng cuộc đời không phải chỉ đầy dẫy những thất bại khổ đau. Chúa sống lại có nghĩa rằng đêm đen dù có dài đằng đặc nhưng sẽ có một ngày mai tươi sáng. Cuộc sống nào mà lại không có những nhọc nhằn và phiền muộn? Ai trong chúng ta mà lại chẳng có lần thất vọng? Mà lại chẳng có lần thấy mình khổ đau?

Đường thánh giá là đường để đi, không phải là nơi dừng lại. Điềm hèn phải là biển cố Phục Sinh... Chúng ta không thể ở mãi trong than khóc của thứ Sáu Tuần Thánh, nhưng phải bước vào niềm vui của Chủ Nhật Phục Sinh.

Chúa đã Phục Sinh! Nhưng sự kiện Chúa Sống Lại có ích gì cho chúng ta, nếu như chúng ta không cảm nghiệm được tin mừng Phục Sinh? Nói một cách khác, liệu chúng ta đã sống, đã chuẩn bị tâm hồn cho Chúa Phục Sinh vào ngự trị? Hay bóng tối vẫn còn đây? Và Thần Chết vẫn còn thống trị?

## **THỰC HÀNH**

- Với chính mình: vui mừng và hăng say loan báo tin mừng, làm chứng cho Chúa.
- Với tha nhân: tạo mối liên hệ mật thiết mới.
- Với Chúa: Tôn vinh Chúa. Chúc tụng Chúa. Ao ước được tràn đầy Chúa Thánh Thần.

## **GHI NHỚ**

Rm 6:8-9 Nếu chúng ta đã chết với Đức Kitô, chúng ta tin rằng chúng ta cũng sẽ cùng sống với Người, vì biết rằng Đức Kitô, một khi từ cõi chết sống lại, Người không chết nữa, sự chết không còn làm chủ được Người nữa.

## **CẦU NGUYỆN:**

Lạy Chúa Giêsu, hành trình của Mùa Chay đã kết thúc. Con biết rằng con cần được Chúa cắt tỉa những lá úa, cành khô để thân xác con được nảy sinh những mầm sống mới trong Chúa Kitô Phục Sinh. Con đã được thanh tẩy qua Máu Cứu độ của Chúa, cần được tái sinh trong Thánh Thần. Con vui mừng vì Chúa đã sống lại và con sẽ được sống lại với Chúa đời đời. Amen.