

## HỨA NHẬT PHỤC SINH - Thánh Lễ Chính Ngày

### Bài đọc 1: Cv 10,34a.37-43

#### *Lời Chúa trong sách Tông Đồ Công Vụ*

<sup>34a</sup> Bấy giờ, tại nhà ông Co-nê-li-ô ở Xê-da-rê, ông Phê-rô lên tiếng nói : <sup>37</sup> “Quý vị biết rõ biến cố đã xảy ra trong toàn cõi Giu-đê, bắt đầu từ miền Ga-li-lê, sau phép rửa mà ông Gio-an rao giảng. <sup>38</sup> Quý vị biết rõ : Đức Giê-su xuất thân từ Na-da-rét, Thiên Chúa đã dùng Thánh Thần và quyền năng mà xức dầu tấn phong Người. Đi tới đâu là Người thi ân giáng phúc tới đó, và chữa lành mọi kẻ bị ma quỷ kiềm chế, bởi vì Thiên Chúa ở với Người. <sup>39</sup> Còn chúng tôi đây xin làm chứng về mọi việc Người đã làm trong cả vùng dân Do-thái và tại chính Giê-ru-sa-lem. Họ đã treo Người lên cây gỗ mà giết đi. <sup>40</sup> Ngày thứ ba, Thiên Chúa đã làm cho Người trỗi dậy, và cho Người xuất hiện tỏ tường, <sup>41</sup> không phải trước mặt toàn dân, nhưng trước mặt những chứng nhân Thiên Chúa đã tuyên chọn từ trước, là chúng tôi, những kẻ đã được cùng ăn cùng uống với Người, sau khi Người từ cõi chết sống lại. <sup>42</sup> Người truyền cho chúng tôi phải rao giảng cho dân, và long trọng làm chứng rằng chính Người là Đấng Thiên Chúa đặt làm thẩm phán, để xét xử kẻ sống và kẻ chết. <sup>43</sup> Tất cả các ngôn sứ đều làm chứng về Người và nói rằng phàm ai tin vào Người thì sẽ nhờ danh Người mà được ơn tha tội.”

Đó là lời Chúa

## **Đáp ca Tv 117,1-2.16ab và 17.22-23 (Đ. c.24)**

**Xướng 1:** Hãy tạ ơn Chúa vì Chúa nhân từ,  
muôn ngàn đời Chúa vẫn trọn tình thương.  
Ít-ra-en hãy nói lên rằng :  
muôn ngàn đời Chúa vẫn trọn tình thương.

**Đáp.** Đây là ngày Chúa đã làm ra,  
nào ta hãy vui mừng hoan hỷ.

**Xướng 2:** Tay hữu Chúa đã ra oai thần lực, tay hữu Chúa  
giơ cao.  
Tôi không phải chết, nhưng tôi sẽ sống,  
để loan báo những công việc Chúa làm.

**Xướng 3:** Tảng đá thợ xây nhà loại bỏ  
lại trở nên đá tảng góc tường.  
Đó chính là công trình của Chúa,  
công trình kỳ diệu trước mắt chúng ta.

## **Bài đọc 2: Cl 3,1-4**

*Lời Chúa trong thư Thánh Phao-lô tông đồ gửi tín hữu  
Cô-lô-xê*

<sup>1</sup> Thưa anh em, anh em đã được trỗi dậy cùng với Đức Ki-tô, nên hãy tìm kiếm những gì thuộc thượng giới, nơi Đức Ki-tô đang ngự bên hữu Thiên Chúa. <sup>2</sup> Anh em hãy hướng lòng trí về những gì thuộc thượng giới, chứ đừng

chú tâm vào những gì thuộc hạ giới. <sup>3</sup> Thật vậy, anh em đã chết, và sự sống mới của anh em hiện đang tiềm tàng với Đức Ki-tô nơi Thiên Chúa. <sup>4</sup> Khi Đức Ki-tô, nguồn sống của chúng ta xuất hiện, anh em sẽ được xuất hiện với Người, và cùng Người hưởng phúc vinh quang.

Đó là lời Chúa

### **Ca tiếp liên**

Nào tín hữu ca mừng hoan hỷ  
Đức Ki-tô chiên lễ Vượt Qua  
Chiên Con máu đỏ chan hoà  
cứu bày chiên lạc chúng ta về đoàn.

Đức Ki-tô hoàn toàn vô tội  
đã đứng ra môi giới giao hoà  
tội nhân cùng với Chúa Cha  
từ đây sum họp một nhà Cha con.

Sinh mệnh cùng tử vong ác chiến  
cuộc giao tranh khai diễn diệu kỳ  
Chúa sự sống đã chết đi  
giờ đây hằng sống trị vì oai linh.

Ma-ri-a hỡi, xin thuật lại  
trên đường đi đã thấy gì cô ?  
Thấy mồ trống Đức Ki-tô  
phục sinh vinh hiển thiên thu khả hoàn.

Thấy thiên sứ chứng nhân hiển hiện  
y phục và khăn liệm xếp rời  
Giê-su, hy vọng của tôi  
sẽ đón các ngài tại xứ Ga-lin.

Chúng tôi vững niềm tin sắt đá  
Đức Ki-tô thật đã phục sinh.  
Tâu Vua chiến thắng hiển vinh  
đoàn con xin Chúa đủ tình xót thương.

### **Tung hô Tin Mừng x. 1 Cr 5,7b-8a**

Al-lê-lui-a. Al-lê-lui-a.

Đức Ki-tô đã chịu hiến tế, làm chiên lễ Vượt Qua của  
chúng ta.

Nào ta hãy hỷ hoan trong Chúa mà ăn mừng đại lễ. Al-lê-  
lui-a.

### **Bài Tin Mừng (Năm A): Ga 20,1-9**

*Tin Mừng Chúa Giê-su Ki-tô theo thánh Gioan*



<sup>1</sup> Sáng sớm ngày thứ nhất trong tuần, lúc trời còn tối, bà Ma-ri-a Mác-đa-la đi đến mộ, thì thấy tảng đá đã lăn khỏi mộ. <sup>2</sup> Bà liền chạy về gặp ông Si-môn Phê-rô và người môn đệ Đức Giê-su thương mến. Bà nói : “Người ta đã đem Chúa đi khỏi mộ ; và chúng tôi chẳng biết họ để Người ở đâu.”

<sup>3</sup> Ông Phê-rô và môn đệ kia liền đi ra mộ. <sup>4</sup> Cả hai người cùng chạy. Nhưng môn đệ kia chạy mau hơn ông Phê-rô và đã tới mộ trước. <sup>5</sup> Ông cúi xuống và nhìn thấy những băng vải còn ở đó, nhưng không vào. <sup>6</sup> Ông Si-môn Phê-rô theo sau cũng đến nơi. Ông vào thẳng trong mộ, thấy những băng vải để ở đó, <sup>7</sup> và khăn che đầu Đức Giê-su. Khăn này không để lẫn với các băng vải, nhưng cuộn lại,

xếp riêng ra một nơi. <sup>8</sup> Bảy giờ người môn đệ kia, kẻ đã tới mộ trước, cũng đi vào. Ông đã thấy và đã tin. <sup>9</sup> Thật vậy, trước đó, hai ông chưa hiểu rằng : theo Kinh Thánh, Đức Giê-su phải trỗi dậy từ cõi chết.

Phúc Âm của Chúa

## *Suy Niệm*

*(trích trong 5 phút Lời Chúa )*

Những điều Gio-an thấy tại mộ Chúa vào buổi sáng ngày thứ nhất trong tuần hôm ấy được trình bày một cách rõ ràng, mạch lạc và chính xác chẳng khác nào một biên bản hiện trường: - việc Gio-an đến mộ nhưng nhường cho Phê-rô vào trước; - hiện trường ngôi mộ được bảo vệ nguyên vẹn (khăn liệm và các băng vải được gấp xếp gọn ghẽ trong mộ...); - sự hiện diện của 2 nhân chứng (Phê-rô và Gio-an) tại ngôi mộ trống. Những điều Gio-an “thấy” chỉ là một ngôi mộ trống với những chứng tích còn lại. Và từ những điều trông thấy đó, Gio-an đã khẳng định ngắn gọn và chắc nịch: “Ông đã thấy và đã tin.”

**Mời Bạn:** Gio-an đã “thấy” chính những điều mà Phê-rô, Tô-ma hay các tông đồ khác cũng thấy, đó là ngôi mộ trống và tấm khăn liệm. Nhưng nhờ đó, Gio-an “thấy” được cả những “điều không thấy”: xác Chúa không còn trong mộ nữa. Từ “điều không thấy”, Gio-an đã tin: tin

Đức Ki-tô đã sống lại. “Phúc cho ai đã không thấy mà tin,” phải chăng Đức Ki-tô phục sinh nói điều đó trước hết cho Gio-an?

**Chia sẻ:** Từ sự kiện “mồ trống”, bạn lập luận để xác tín rằng niềm tin vào Đức Ki-tô phục sinh mà Gio-an và các tông đồ rao giảng cho chúng ta quả là xác thực.

**Sống Lời Chúa:** Bạn dùng một cử chỉ (phủ phục trước Thánh Thể Chúa...) hoặc một lời nguyện vắn tắt để tuyên xưng niềm tin vào Đức Ki-tô phục sinh.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa con, lạy Thiên Chúa của con, con tin Chúa đã chết và đã sống lại để cứu chuộc con.*

**Hoặc: Thánh lễ Ban Chiều có thể đọc Bài Tin Mừng Năm B**

**Bài Tin Mừng Năm B Lc 24,13-35**

*Tin Mừng Chúa Giê-su Ki-tô theo thánh Lu-ca*

Vào ngày thứ nhất trong tuần, có hai người trong nhóm môn đệ đi đến một làng kia tên là Em-mau, cách Giê-ru-sa-lem chừng mười một cây số. Họ trò chuyện với nhau về tất cả những sự việc mới xảy ra. Đang lúc họ trò chuyện và bàn tán, thì chính Đức Giê-su tiến đến gần và cùng đi với họ. Nhưng mắt họ còn bị ngăn cản, không nhận ra Người. Người hỏi họ : "Các anh vừa đi vừa trao



đôi với nhau về chuyện gì vậy ?" Họ dừng lại, vẻ mặt buồn rầu.

Một trong hai người tên là Cơ-lê-ô-pát trả lời : "Chắc ông là người duy nhất trú ngụ tại Giê-ru-sa-lem mà không hay biết những chuyện đã xảy ra trong thành mấy bữa nay." Đức Giê-su hỏi : "Chuyện gì vậy ?" Họ thưa : "Chuyện ông Giê-su Na-da-rét. Người là một ngôn sứ đầy uy thế trong việc làm cũng như lời nói trước mặt Thiên Chúa và toàn dân. Thế mà các thượng tế và thủ lãnh của chúng ta đã nộp Người để Người bị án tử hình, và đã đóng đinh Người vào thập giá. Phần chúng tôi, trước đây vẫn hy vọng rằng chính Người là Đấng sẽ cứu chuộc Ít-ra-en. Hơn nữa, những việc ấy xảy ra đến nay là ngày thứ ba rồi. Thật ra, cũng có mấy người đàn bà trong nhóm chúng tôi đã làm chúng tôi kinh ngạc. Các bà ấy ra mộ hồi sáng sớm, không thấy xác Người đâu cả, về còn nói là đã thấy thiên thần hiện ra bảo rằng Người vẫn sống. Vài người trong nhóm chúng tôi đã ra mộ, và thấy sự việc y như các bà ấy nói ; còn chính Người thì họ không thấy."

Bấy giờ Đức Giê-su nói với hai ông rằng : "Các anh chẳng hiểu gì cả ! Lòng trí các anh thật là chậm tin vào lời các ngôn sứ ! Nào Đấng Ki-tô lại chẳng phải chịu khổ hình như thế, rồi mới vào trong vinh quang của Người sao ? 27 Rồi bắt đầu từ ông Mô-sê và tất cả các ngôn sứ, Người giải thích cho hai ông những gì liên quan đến Người trong tất cả Sách Thánh.



Khi gần tới làng họ muốn đến, Đức Giê-su làm như còn phải đi xa hơn nữa. Họ nài ép Người rằng : "Mời ông ở lại với chúng tôi, vì trời đã xế chiều, và ngày sắp tàn." Bấy giờ Người mới vào và ở lại với họ. Khi đồng bàn với họ, Người cầm lấy bánh, dâng lời chúc tụng, và bẻ ra trao cho họ. Mắt họ liền mở ra và họ nhận ra Người, nhưng Người lại biến mất. Họ mới bảo nhau : "Dọc đường, khi Người nói chuyện và giải thích Kinh Thánh cho chúng ta, lòng chúng ta đã chẳng bừng cháy lên sao ?"

Ngay lúc ấy, họ đứng dậy, quay trở lại Giê-ru-sa-lem, gặp Nhóm Mười Một và các bạn hữu đang tụ họp tại đó. Những người này bảo hai ông : "Chúa trời dậy thật rồi, và đã hiện ra với ông Si-môn." Còn hai ông thì thuật lại những gì đã xảy ra dọc đường và việc mình đã nhận ra Chúa thế nào khi Người bẻ bánh.

### **Suy niệm:**

*(trích trong 5 phút Lời Chúa )*

Lời đầu tiên của Đức Ki-tô phục sinh nói với các môn đệ là lời chúc: “Bình an cho anh em.” Nếu chúng ta nhớ Đấng nói lời này cũng chính là Đấng trước khi chịu chết đã yêu thương các môn đệ và yêu tới cùng (x. Ga 13,1), thì chúng ta hiểu ra rằng tình yêu dẫn đến chấp nhận khổ

giá thì phục sinh chính là tình yêu đem lại bình an cho người mình yêu. Tình yêu thúc đẩy bà Ma-ri-a Mác-đa-la ra mộ Chúa từ sáng sớm để than khóc; gặp được Đức Ki-tô phục sinh, than khóc đó đã trở thành niềm vui và bà được sai đi làm sứ giả đầu tiên loan báo Tin Mừng bình an rằng Chúa đã sống lại thật rồi.

**Mời Bạn:** ĐTC Phan-xi-cô đã nói: “Có những Kitô hữu sống đời mình giống như chỉ có mùa Chay mà không có mùa Phục Sinh” (Niềm vui Tin Mừng, số 6). Quả vậy, Chúa Ki-tô chịu đóng đinh sẽ chỉ là sự thất bại đáng nguyên rủa nếu như kết thúc tại Núi Sọ. Nhưng Ngài đã trỗi dậy và biến đau thương thập giá thành niềm vui phục sinh. Bạn có cảm nhận niềm vui phục sinh ấy thấm vào từng sợi thịt mạch máu của bạn, và biến bạn thành sứ giả loan báo tin mừng bình an không? Hay ngược lại, bạn vẫn sống trong lo lắng, sợ hãi, và buồn sầu như Đức Ki-tô chưa từng sống lại?

**Sống Lời Chúa:** Hãy chia sẻ cho một người bạn thân ngoài Công giáo về niềm vui và sự xác tín của bạn vào mầu nhiệm Chúa Ki-tô Phục sinh.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa, xin biến đổi con thành con người của niềm vui vì xác tín rằng Chúa đã phục sinh để con tiếp tục loan báo niềm vui ấy cho mọi người.*

**Suy niệm:**

*(Trích trong 5 phút Lời Chúa)*

Trước sự kiện Thầy Giê-su sống lại, các môn đệ Chúa rơi vào tâm trạng mừng lo lẫn lộn. Bà Ma-ri-a Mác-đa-la lo vì “người ta đã đem Chúa đi khỏi mộ, chẳng biết họ để Người ở đâu.” Ông Gio-an mừng khi thấy “khăn che đầu không để lẫn với các băng vải, nhưng cuộn lại xếp riêng ra một nơi” vì ông đã tin rằng “theo Kinh thánh, Đức Giê-su phải trỗi dậy từ cõi chết.” Nỗi lo lắng đan xen niềm vui ấy không chỉ là cảm giác “sau cơn mưa trời lại sáng”, hay tâm trạng của người “hết cơn bão tới hồi thái lai”; nhưng từ những tâm tình tự nhiên ấy, người môn đệ Chúa phải ngộ ra chân lý này là phải qua đau khổ thập giá để đến vinh quang phục sinh. Sự sám hối, hy sinh, khổ chế của Mùa Chay là để có thể cảm nếm được niềm vui của ngày Con Chúa phục sinh.

**Mời Bạn:** Khi gặp chuyện không may trong cuộc sống, bạn lo âu, sợ hãi vì không đủ khả năng giải quyết, cũng chẳng có thể làm chủ mọi việc. Việc lo lắng này khiến bạn hoặc chạy đến với Chúa xin ơn trợ lực; hoặc bỏ Chúa để tìm phương thế trần gian. Những lúc ấy, bạn hãy xác tín rằng niềm vui đích thực không đến do loài người, nhưng phát xuất từ Thiên Chúa, Đấng cao cả quyền năng vừa là Cha nhân lành.

**Sống Lời Chúa:** Từ bỏ tính ích kỷ để quên mình hy sinh phục vụ tha nhân, đó là cách cùng chết với Chúa Ki-tô để được vinh quang phục sinh với Ngài.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su Phục sinh, xin ban cho con ơn đức tin để nhận ra Chúa hiện diện trong mọi sinh hoạt đời thường. Xin cho con luôn giữ được an bình trong mọi hoàn cảnh.*