

- Đây là chưa kể tới các việc chay tịnh khác. Chẳng hạn; trong ngày chay lỡ ăn một miếng cơm hay một vài cái kẹo, tôi thường cho là ngày hôm đó mất chay. Nhưng ngày ấy tôi đôi co, cãi vã với người khác, nói hành, nói xấu, thù hận, giận dữ, lươn lẹo, lọc lừa, buồn bán gian lận... Tất cả những việc xấu xa tội lỗi ấy thì tôi lại cho rằng; không nặng bằng việc mất chay.

- Cách ăn chay mà Chúa ưa thích đã được chính ngôn sứ Isaia ghi lại như sau: *“chia cơm cho người đói, rước vào nhà nhưng người nghèo không nơi trú ngụ; thấy ai mình trần thì cho áo che thân, không ngoảnh mặt làm ngơ trước người anh em cốt nhục”* (Is 58,6-7).

1- Tôi có quyết tâm thực hành những điều kiện Chúa đòi hỏi tôi không ?

- Khi nhận ra được những điều mình đã giữ lệch lạc trên đây, tôi cần phải chỉnh đốn lại cách ăn chay cũng như việc thực hành đức bác ái của tôi, để tôi khỏi rơi vào tình trạng giả hình hoặc áp dụng không đúng cách, để tôi khỏi bị Chúa khiển trách. Như thế, việc làm ấy mới đem lại lợi ích thiêng liêng là sự sống đời đời cho tôi. Amen.

*** Cầu nguyện cho chị em đã được Chúa gọi về trong tháng.**

- 1- Maria Nguyễn Thị Hoa, giáo họ Vân Tập, Giáo xứ Vân Cương.
- 2- Maria Đồng Thị Hoa, giáo họ Quan Triều, Giáo xứ Thái Nguyên.

***Lưu ý:** Theo lịch phân công, **Thứ Bảy, ngày 07 tháng 03 năm 2026** tới đây, Giáo hạt **Bắc Giang** sẽ tập trung về TTTM Từ Phong để dâng hoa kính Đức Mẹ. Chị em có mặt lúc 16^h00 để học hỏi, chia sẻ Lời Chúa => 18^h00 dâng hoa kính Đức Mẹ => 18^h30 Thắp nến cầu nguyện => 18^h45 Thánh lễ.

Lm. Phêrô Mai Viết Thắng
Đặc trách Hội Mân Côi
Giáo Phận Bắc Ninh.

HOA MÂN CÔI

Tháng 02/ 2026

Ý cầu nguyện: Trong tháng này, chị em hãy cầu nguyện cho mình cũng như cho từng hội viên trong Hội Mân Côi biết ý thức việc ăn chay không chỉ bằng việc nhịn ăn, nhưng còn bằng nhịn đi tất cả những hành vi xấu xa tội lỗi. Thay vào đó, chị em hãy ăn năn sám hối và thực thi việc bác ái đối với tha nhân, nhất là những người nghèo khổ.

I. ĐỌC TIN MỪNG: Mt 6,1-6.16-18 (Tin mừng Mát-thêu chương 6 từ câu 1 đến câu 6 và từ câu 16 đến câu 18. Mọi người đọc chung, đọc chậm rãi ít nhất là 3 lần và thỉnh lặng ít phút sau mỗi lần đọc).

Tin mừng Chúa Giêsu Kitô theo thánh Mát-thêu 6,1-6.16-18

¹ **Khi ấy, Đức Giê-su nói với các môn đệ rằng :** “**Khi làm việc lành phúc đức, anh em phải coi chừng, chớ có phô trương cho thiên hạ thấy. Bằng không, anh em sẽ chẳng được Cha của anh em, Đấng ngự trên trời, ban thưởng.** ² **Vậy khi bố thí, đừng có khua chiêng đánh trống, như bọn đạo đức giả thường biểu diễn trong hội đường và ngoài phố xá, cốt để người ta khen. Thầy bảo thật anh em, chúng đã được phần thưởng rồi.** ³ **Còn anh, khi bố thí, đừng cho tay trái biết việc tay phải làm, ⁴ để việc anh bố thí được kín đáo. Và Cha của anh, Đấng thấu suốt những gì kín đáo, sẽ trả lại cho anh.**

⁵ **“Và khi cầu nguyện, anh em đừng làm như bọn đạo đức giả: chúng thích đứng cầu nguyện trong các hội đường, hoặc ngoài các ngã ba ngã tư, cho người ta thấy. Thầy bảo thật anh em: chúng đã được phần thưởng rồi.** ⁶ **Còn anh, khi cầu nguyện, hãy vào phòng, đóng cửa lại, và cầu nguyện cùng Cha của anh, Đấng hiện diện nơi kín đáo. Và**

Cha của anh, Đấng thấu suốt những gì kín đáo, sẽ trả lại cho anh.

¹⁶ “Rồi khi ăn chay, anh em chớ làm bộ rầu rĩ như bọn đạo đức giả: chúng làm cho ra vẻ thiếu não, để thiên hạ thấy là chúng ăn chay. Thầy bảo thật anh em, chúng đã được phần thưởng rồi. ¹⁷ Còn anh, khi ăn chay, nên rửa mặt cho sạch, chải đầu cho thơm, ¹⁸ để không ai thấy là anh ăn chay ngoại trừ Cha của anh, Đấng hiện diện nơi kín đáo. Và Cha của anh, Đấng thấu suốt những gì kín đáo, sẽ trả lại cho anh.”

II. GỢI Ý CHIA SẺ

2- Nội dung đoạn Tin mừng trên, nói về điều gì ?

- Đoạn Tin mừng trên đây, Chúa Giêsu hướng dẫn cho các môn đệ cũng như cho mỗi người chúng ta ý thức về việc cầu nguyện, ăn chay và làm việc bác ái theo đúng ý Chúa muốn, để chúng ta khỏi bị rơi vào tình trạng giả hình và không bị Chúa khiển trách.

3- Qua đoạn Tin mừng trên đây, Chúa nói gì với tôi ?

- Chúa muốn nói với tôi rằng: Khi làm việc lành phúc đức, thì đừng phô trương, khoe khoang trước mặt người đời. Đừng làm bác ái để mong đợi lời khen ngợi của người đời, kéo mất công phúc trước mặt Chúa.
- Khi cầu nguyện cũng vậy, Chúa dạy tôi hãy vào phòng đóng cửa lại để cầu nguyện với Ngài. Đây là căn phòng nội tâm để tôi gặp Chúa. Một mình tôi với Chúa mà thôi. Cho nên, đừng bao giờ khoe khoang việc đạo đức hay những lời cầu nguyện của tôi trước mặt người đời. Bởi vì, người đời không thể thi ân giáng phúc cho lời cầu nguyện của tôi.
- Chúa cũng dạy tôi: Khi ăn chay cũng đừng làm bộ rầu rĩ như bọn đạo đức giả, để lấy tiếng khen của thiên hạ. Đó là thói ăn chay giả hình cần xa tránh. Khi ăn chay, đừng để cho người ta biết, ngoại

trừ một mình Thiên Chúa. Như thế, việc ăn chay mới đẹp lòng Chúa và mang lại giá trị thiêng liêng cho tôi.

4- Chúa dạy cho tôi như thế, tôi đã làm được gì ?

- Khi suy nghĩ về những điều Chúa dạy trên đây, tôi nhận thấy; nhiều khi thi hành việc bác ái, tôi vẫn thích tiếng khen của người đời, nên tôi thường đăng lên mạng những việc bác ái tôi làm. Như thế, việc bác ái của tôi không còn là việc làm vì Chúa và cho Chúa mà là làm để cho người đời tán dương ca ngợi.
- Với việc cầu nguyện của tôi, đôi khi cũng bị rơi vào tình trạng như vậy. Khi tham dự Thánh lễ, khi dâng hoa, nhất là các buổi kiệu rước, tôi thường chú tâm vào việc quay video để đăng tin mà không chú tâm vào việc gặp gỡ Chúa. Những việc làm đó dù vô tình hay hữu ý, tôi đang biến việc cầu nguyện của tôi trở thành giờ quảng cáo về việc thiêng liêng của tôi trước mặt người đời. Với việc làm như thế, chắc chắn sẽ không đẹp lòng Chúa.
- Kể cả việc ăn chay cũng vậy. Ngày nay Giáo hội chỉ buộc ngặt vào 2 ngày là thứ tư Lễ Tro và thứ sáu Tuần Thánh. Thế nhưng, trong 2 ngày ấy tôi cũng chưa giữ được trọn vẹn.
- Mục đích của việc ăn chay là để ***hãm dẹp đi những đòi hỏi của tính xác thịt*** và để ***chia sẻ bác ái***. Thế nhưng, đôi khi tôi hiểu sai và làm sai về hai mục đích đó. Lẽ ra, tôi phải bớt phần ăn của tôi trong ngày ăn chay là thực phẩm đem lại sự sống và sức khỏe cho tôi, để chia phần thực phẩm đem lại sự sống ấy cho người nghèo, để họ nhận được sự sống của tôi, thì ngày ăn chay, tôi ăn ít đi nhưng phần ăn của tôi, tôi vẫn giữ lại cho mình trong những ngày kế tiếp. Việc ăn chay như thế chỉ là ăn ít đi trong ngày chay và phần ăn của tôi vẫn là của tôi, tôi đâu có chia sẻ cho ai. Ăn chay như vậy không phải là để chia sẻ bác ái và là việc làm sai với ý muốn của Chúa.