

CỬ HÀNH 24 GIỜ CHO CHÚA

Ngày 17 và 18 tháng 3 năm 2023

(thứ Sáu và thứ Bảy tuần 3 Mùa Chay)

Dưới đây chỉ là gợi ý, Quý Cha tùy nghi sử dụng và có thể thay đổi cho phù hợp với giáo xứ. Quý Cha cũng có thể chọn các bài hát khác phù hợp để mọi người cùng hát.

KHAI MẠC

1 – Làm Dầu Thánh Giá.

2 – Đọc Kinh Tin, Cậy, Mến.

Kinh Lạy Cha.

Kinh Tin kính.

Dẫn nhập vào Giờ Cầu Khai mạc.

(người dẫn) :

*“Hằng năm khi đến mùa trai tịnh,
Vắng tiếng ăn năn thấm lệ nhòa.
Ta hãy rửa hồn cho thanh khiết,
Để mừng long trọng lễ Vượt Qua.”*

Kính thưa cộng đoàn,

Chúng ta đã đi được nửa chặng đường của Mùa Chay. Chúa mời gọi *"Hãy sám hối và tin vào Tin Mừng"* (Mc 1, 15b). Ăn năn, sám hối để tâm hồn chúng ta được thanh khiết, nhờ ơn tha thứ của Thiên Chúa qua Bí tích Hòa Giải. Nhưng chúng ta cũng cần phải trở về với Thiên Chúa luôn mãi trong cầu nguyện. Cạnh đó, chúng ta cũng cần trai tịnh qua việc ăn chay, hy sinh, hãm mình, giảm bớt những nhu cầu không cần thiết và hướng tới tha nhân, để cuộc sống của chúng ta được xứng đáng là con Thiên Chúa mỗi ngày một hơn, ngõ hầu chúng ta được mừng Lễ Vượt Qua với Đức Kitô sau này.

Sứ điệp Mùa Chay năm nay của Đức Thánh Cha có chủ đề là ***“Khổ chế Mùa Chay và Lộ trình Hiệp Hành.”***

Đức Thánh Cha Phanxicô viết: “Trong Mùa Chay, chúng ta được mời gọi đi lên *“một ngọn núi cao”* cùng với Chúa Giêsu và sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt - *sự khổ chế* - như dân thánh của Thiên Chúa.”

Đức Thánh Cha muốn chúng ta “đi lên ‘một ngọn núi cao’ cùng với Chúa Giêsu” được thể hiện qua việc cầu nguyện, gặp gỡ Chúa, đặc biệt qua Bí tích Thánh Thể mỗi ngày. Nhờ đó, chúng ta có được “một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt - *sự khổ chế* - như dân thánh của Thiên Chúa.” Sự khổ chế, đó là quyết tâm từ bỏ một thói hư của chúng ta ; hay là quyết tâm từ bỏ sự lười biếng để siêng năng đến với Chúa hơn, ngõ hầu đức tin của chúng ta nên vững mạnh nhờ ân sủng Chúa ban.

Để có thể thực hành Khổ Chế Mùa Chay, Đức Thánh Cha khuyến khích chúng ta : *“Giống như một cuộc leo núi, chúng ta cần phải khởi hành một lộ trình khó khăn đòi hỏi nỗ lực, hy sinh và tập trung. Những điều kiện tiên quyết này cũng rất quan trọng đối với*

lộ trình Hiệp Hành mà, là một Hội Thánh, chúng ta đã dần dần thực hiện.” Hội Thánh mà chúng ta thuộc về, là dân thánh của Thiên Chúa, khiến chúng ta biết cùng nhau tiến bước trên con đường về Nhà Cha. Để có thể làm được điều này, chúng ta cần nỗ lực - tức là cố gắng; cần hy sinh - tức là không lo cho chính mình, nhưng vì người khác; tập trung - tức là quan tâm, chú tâm đến mọi người, mà quan trọng hơn cả, là chú tâm đến Lời Chúa. Tất cả điều này được thể hiện qua Đức Ái đối với nhau cũng như đối với tha nhân.

Trong Mùa Chay, chúng ta được mời gọi thực hành *Ăn chay, cầu nguyện và làm việc bác ái*, như lời rao giảng của Chúa Giêsu (x. Mt 6, 1-18), là điều kiện giúp chúng ta “*rửa hồn cho thanh khiết*.” Chúng ta hãy thực hành những điều này trong Mùa Chay năm nay. Vì, đây là thời Thiên Chúa thi ân, thời cứu độ.

Giờ đây chúng ta khẩn cầu xin ơn trợ giúp của Chúa Thánh Thần giúp chúng ta cử hành Giờ Thánh này cho nên. (*Mời cộng đoàn đứng.*)

Hát Kinh Chúa Thánh Thần.

CHẦU KHAI MẠC

(*người dẫn*) : mời cộng đoàn quỳ.

1. Chủ Sự đặt Mình Thánh Chúa

2. Hát Châu Thánh Thể : LÒNG CHÚA ÁI TUẤT – Nguyễn Bang Hanh (HCD 487)

PK1- *Đây lòng chúa ái tuất không bến bờ, thương loài nhân thế đang vương tội nhơ. Dem trót máu thịt nuôi dưỡng xác hồn. Ngày đêm ban xuống cho muôn ngàn ơn.*

PK2- *Qua rượu bánh Chúa hiến trao chính mình, con dù không thấy luôn vững niềm tin. Đây chính máu thịt Con Đức Chúa Trời. Là Vua trên hết các vua trần ai.*

ĐK: *Con xin kính tin sắp mình thờ lạy Chúa, và dâng tiến lên niềm yêu mến trung thành. Từ nay con quyết sống tình yêu Chúa, ở nơi thế gian và trên chốn Thiên Đình.*

3. *Thinh lặng cầu nguyện trong ít phút. Sau đó, Chủ sự dâng lời nguyện:*

Lời nguyện xin Ôn trong 24 giờ dành cho Chúa : (quỳ)

Chủ sự: : Lạy Chúa Giêsu, vì yêu thương chúng con, Chúa đã hiện diện với chúng con từng giây từng phút qua Bí tích Thánh Thể, Chúa đã dùng chính Mình Thánh Chúa để nuôi dưỡng chúng con. Xin Chúa cho chúng con biết xót thương người khác để được Chúa xót thương. Xin cho giáo xứ chúng con sốt sắng ở bên Chúa suốt ngày hôm nay để củng cố sự Hiệp Thông với Chúa và với mọi người. Xin cho những người lầm lạc biết ăn năn quay về với Chúa. Xin Chúa biến đổi mỗi người chúng con để trở nên những thụ tạo mới, cùng nhau tham gia vào Sứ vụ Chúa trao là loan báo Tin Mừng Cứu Độ cho mọi người. Xin Chúa chúc lành cho những ước nguyện của chúng con. Chúa là Đấng hằng sống và hiển trị muôn đời. **Amen.**

- *Chủ Sự rời cung thánh. Bắt đầu các giờ Châu luân phiên. Trong khi các tín hữu Châu Thánh Thể, các cha ngồi tòa giải tội.*

CHÀU THEO PHIÊN

MẪU 1

1 - Đọc Kinh Tin, Cây, Mến.

Kinh Lạy Cha.

Kinh Tin kính.

2 - Hát Thánh Thê : LÒNG CHÚA ÁI TUẤT – Nguyễn Bang Hanh

PK1- *Đây lòng chúa ái tuất không bến bờ, thương loài nhân thế đang vương tội
nhơ. Dem trót máu thịt nuôi dưỡng xác hồn. Ngày đêm ban xuống cho
muôn ngàn ơn.*

PK2- *Qua rượu bánh Chúa hiến trao chính mình, con dù không thấy luôn vững
niềm tin. Đây chính máu thịt con Đức Chúa Trời. Là Vua trên hết các vua
trần ai.*

ĐK: *Con xin kính tin sắp Minh thờ lạy Chúa, và dâng tiến lên niềm yêu mến
trung thành. Từ nay con quyết sống tình yêu Chúa, ở nơi thế gian và trên
chốn Thiên Đình.*

Chủ sự:

*“Đây truyền thống thiêng liêng Giáo Hội
Sống một mùa sám hối ăn năn,
Nức lòng ta hãy lo toan,
Bốn mươi ngày chẵn chuyên cần thực thi.”*

Kính thưa cộng đoàn,

Trong Thư Mùa Chay năm nay của ĐC Aloisiô - Giám mục Giáo phận - gửi tới chúng ta, ngài viết: *“chúng ta lại một lần nữa bước vào hành trình Mùa Chay. Đây là thời gian giúp chúng ta chuẩn bị đón mừng mầu nhiệm Vượt Qua của Đức Kitô, Đấng đã chấp nhận đi vào trong đau khổ và chết chóc của nhân loại vì yêu thương và để cứu độ chúng ta.”*

Đức Cha cũng giải thích chúng ta hiểu rõ hơn: *“Như thế, trong Mùa Chay này, để có thể ‘sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt’, để có thể ‘vượt thắng khiếm khuyết đức tin’, chúng ta được mời gọi ‘lên núi’, nghĩa là thực hành khổ chế : chế ngự bản thân, chấp nhận hy sinh một điều gì đó, ... Tuy nhiên, như xưa, Chúa Giêsu và các môn đệ cùng lên Núi Tabor, chúng ta được mời gọi lên núi ‘cùng nhau’. Mùa Chay là một hành trình cùng nhau, - Hiệp Hành, bởi lẽ, ‘chúng ta cùng nhau đi trên một con đường, với tư cách là những môn đệ của một vị Thầy duy nhất.’”*

Vì thế, trong ngày hôm nay, ngày chúng ta dành cho Chúa, chúng ta cầu nguyện cho Giáo Hội luôn Hiệp Thông với Đức Kitô là Đầu và với nhau trong đức tin, trong niềm hy vọng và trong tình yêu của mỗi chúng ta đối với Chúa và đối với nhau; chúng ta cũng không quên cầu nguyện cho giáo xứ, cho Giáo Phận và trên toàn thế giới, biết *cùng nhau đi trên một con đường hiệp hành*, cách đặc biệt, cho những bạn trẻ và cho những ai trong giáo xứ đang xa lìa Chúa, đang xa lìa cộng đoàn.

Kính thưa cộng đoàn,

Toàn thể nhân loại vẫn đang sống trong sự bất an và hỗn loạn ; chúng ta hãy chạy đến với Thiên Chúa, để cầu xin Chúa tỏ bày quyền năng của Chúa ban ơn cho toàn thể

nhân loại, xin Chúa cứu thoát nhân loại khỏi hỗn loạn và tai ương, ngõ hầu mọi người nhận biết quyền năng và lòng thương xót của Chúa để họ tin rằng: chỉ có Chúa là Thiên Chúa thật, không có thần nào khác nữa. Xin Chúa đón nhận những lời cầu xin của chúng ta, nhờ những việc hy sinh, hãm mình, khổ chế, và cách đặc biệt trong việc thờ phượng Thánh Thể Chúa suốt ngày hôm nay, ngày chúng ta dành trọn vẹn cho Chúa, cho Giáo Hội, cho tha nhân và cho mỗi người trong gia đình chúng ta.

Thật là ý nghĩa trong giờ phút này đây, trước Thánh Thể Chúa, hiệp thông cùng Đức Thánh Cha Phanxicô, với Đức Cha Aloisiô, với anh chị em trên toàn thế giới, chúng ta bày tỏ lòng yêu mến Chúa, chúng ta chiêm ngắm Chúa là "*Đấng lãnh đạo và kiện toàn đức tin*" (Dt 12, 2), chúng ta tuyên xưng Chúa ngự thật trong phép Thánh Thể, chúng ta thờ lạy và phủ phục tôn thờ Chúa Giêsu hiến thân trong hình Bánh. Chúng ta hãy cảm tạ Chúa Giêsu đã trao ban chính mình cho chúng ta. Và sau hết, xin Chúa chúc lành cho những thiện ý của mỗi người, của mỗi gia đình, mỗi giáo xứ cùng giáo phận và toàn thế giới.

3 - Hát: LẮNG NGHE LỜI CHÚA. – Nguyễn Duy.

PK1. *Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài gọi con trong đêm tối
Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài dạy con lúc lẻ loi
Xin cho con cất tiếng lên/ trả lời vừa khi con nghe Chúa
Xin cho con biết thân thưa: lạy Ngài, Ngài muốn con làm chi?*

ĐK: *Lời Ngài là sức sống của con. Lời Ngài là ánh sáng đời con.
Lời Ngài làm chừa chan hy vọng. Là đường để con hằng đổi bước.
Lời Ngài đơm chắt ngọt niềm vui. Trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui.
Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho đời ai.*

PK2. *Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài dạy con trong cuộc sống.
Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài từng theo bước đời con.
Xin cho con biết sẵn sàng/ trở về và vâng nghe theo Chúa.
Xin cho con biết sẵn sàng/ thực hành lời Chúa đã truyền ban.*

PK3. *Xin cho con vững bước đi/ vào đời truyền rao cho chân lý.
Xin cho con biết say mê/ cuộc đời làm nhân chứng tình yêu.
Cho môi còn thắm mắt cười, Lời Ngài được đem cho thế giới.
Cho đôi tay sáng ơn trời, trọn vẹn hành lý cho ngày mai.*

4 - Chủ Sự đọc Lời Chúa: 1 Cr 9, 24-27 (cộng đoàn đứng)

Trích thư thứ nhất của Thánh Phaolô Tông Đồ gửi tín hữu Cô-rin-tô,

Thưa anh em, anh em chẳng biết sao : trong cuộc chạy đua trên thao trường, tất cả mọi người đều chạy, nhưng chỉ có một người đoạt giải. Anh em hãy chạy thế nào để chiếm cho được phần thưởng. Phàm là tay đua, thì phải kiêng kị đủ điều, song họ làm như vậy là để đoạt phần thưởng chóng hư ; trái lại chúng ta nhằm phần thưởng không bao giờ hư nát. Vậy tôi đây cũng chạy như thế, chứ không chạy mà không xác tín ; tôi đâm như thế, chứ không phải đâm vào không khí. Tôi bắt thân thể phải chịu cực và phục tùng, kéo sau khi rao giảng cho người khác, chính tôi lại bị loại.

Đó là Lời Chúa. – Tạ ơn Chúa.

5. Suy niệm : (cộng đoàn ngồi, một người đọc)

Thánh Phaolô đã căn dặn chúng ta: “*Anh em hãy chạy thế nào để chiếm cho được phần thưởng.*” Đó là “*phần thưởng không bao giờ hư nát*”, chứ không phải là *phần thưởng chóng hư* ở đời này. Thánh Phaolô đã nêu gương cho chúng ta, khi chính ngài đã chạy với lòng *xác tín*. Phương cách để chúng ta có được sự xác tín là sẽ đạt được phần thưởng không bao giờ hư nát, đó chính là cầu nguyện.

Đức Thánh Cha Phanxicô đã giúp chúng ta hiểu và thực hành cầu nguyện như thế nào. Trong Sứ Điệp Mùa Chay năm nay, Đức Thánh Cha viết: “*Tiếng từ đám mây phán ra: “Các người hãy vâng nghe lời Người!” (Mt 17, 5). Do đó, đề xuất đầu tiên rất rõ ràng: Chúng ta cần lắng nghe Chúa Giêsu. Mùa Chay là thời gian ân sủng để chúng ta lắng nghe Lời khi Người nói lời với chúng ta. Nhưng Chúa Giêsu nói với chúng ta như thế nào? Trước hết, từ Lời Chúa mà Giáo hội công bố cho chúng ta trong Phụng vụ. Mong sao chúng ta đừng để Lời ấy bị bỏ ngoài tai; trong trường hợp không thể tham dự Thánh Lễ thường xuyên, chúng ta hãy đọc các Bài đọc Kinh Thánh hàng ngày, dù là với sự trợ giúp của internet.*” Đức Thánh Cha đã chỉ cho chúng ta phương cách để Đức Tin, niềm xác tín của chúng ta được vững mạnh. Đó là cầu nguyện với Lời Chúa, là mở rộng tâm hồn trước Lời Chúa. Điều này có nghĩa: chúng ta phải siêng năng đọc và học hỏi Lời Chúa, chăm chú vào các bài giảng như các tín hữu xưa đã *chuyên cần nghe các Tông Đồ giảng dạy*, qua đó chúng ta nhận ra Thánh ý Chúa và đem ra thực hành. Đọc và học hỏi Lời Chúa chưa đủ, nhưng cần mở lòng để Lời Chúa “*ở lại*” với chúng ta. Chúa luôn muốn ở lại với chúng ta. Chúng ta có thể nhận ra sự hiện diện của Ngài trong cuộc đời mỗi người qua nhiều phương cách, nhưng rõ nét hơn cả, là qua việc cầu nguyện.

Cầu nguyện là một trong ba điều mà Giáo Hội mời gọi mỗi tín hữu gia tăng thực hành trong Mùa Chay. Đức Thánh Cha viết: “*Trong cuộc “tĩnh tâm” trên núi Tabor, Chúa Giêsu đem theo ba môn đệ, những người được chọn để chứng kiến một biến cố độc nhất vô nhị. Chúa Giêsu muốn chia sẻ kinh nghiệm ân sủng này, chứ không giữ lại cho riêng mình, cũng như toàn bộ đời sống đức tin của chúng ta là một trải nghiệm được sẻ chia. Vì chính trong sự liên đới với nhau mà chúng ta đi theo Chúa Giêsu. Và chúng ta, là một Hội Thánh lễ hành giữa dòng thời gian, cùng trải nghiệm Năm phụng vụ và trong đó có Mùa Chay, chúng ta cùng tiến bước với anh chị em mà Chúa đã đặt bên cạnh chúng ta như những bạn đồng hành.*” Điều này có nghĩa, Đức Thánh Cha muốn nhắc nhở chúng ta: không chỉ cầu nguyện một mình, nhưng tốt hơn cả, hãy cầu nguyện chung với nhau. Đức Cha Aloisiô đã chỉ cho chúng ta phương cách để thực hành cầu nguyện: “*Cách cụ thể, để hiệp thông với Chúa, chúng ta cần nỗ lực siêng năng cầu nguyện, lắng nghe Lời Chúa và tham dự các Bí tích, nhất là Thánh Lễ. Ngoài Thánh Lễ ngày Chúa nhật là lễ buộc, tất cả những ai không mắc ngăn trở về sức khỏe và công việc, đều được mời gọi tham dự Thánh Lễ ngày thường, để được nuôi dưỡng và được biến đổi nhờ Lời Chúa và Thánh Thể. Ngoài ra, việc cầu nguyện chung hay riêng, nhất là giờ kinh tối trong các gia đình, bao gồm việc đọc và suy niệm một đoạn Lời Chúa, là một thực hành cần được duy trì và khích lệ.*”. Như vậy, cầu nguyện không chỉ là xin Chúa ban cho mình hết ơn này đến ơn khác, nhưng cầu nguyện còn là lắng nghe tiếng Chúa qua Lời Chúa. Muốn được như thế, cần phải siêng năng đọc Lời Chúa, chuyên cần học Lời Chúa và chú tâm suy niệm Lời Chúa. Cầu nguyện với Chúa thật lòng, giúp chúng ta tin thật chỉ có Chúa là Đấng Toàn Năng, chỉ có Chúa mới đem lại cho chúng ta sự bình an đích thực nhờ vào lòng xót thương của Ngài. Nhờ Đức Tin mà chúng ta mới có thể đạt được phần thưởng không bao giờ hư nát. Mỗi người chúng ta hãy quyết tâm trước Thánh Thể Chúa: từ nay, con sẽ chú tâm nghe Chúa dạy qua việc siêng năng đọc và học Lời Chúa. (thinh lặng)

Cầu nguyện là gặp gỡ Chúa và thưa chuyện với Ngài như người con gặp gỡ cha của mình. Cầu nguyện còn giúp chúng gặp gỡ nhau, vì mỗi người đều mang hình ảnh Thiên Chúa. Gặp gỡ Chúa và gặp gỡ nhau để lắng nghe Chúa nói và lắng nghe nhau. Và thật là đẹp lòng Chúa khi chúng ta cùng nhau cầu nguyện, cùng nhau lắng nghe và nhận ra sự hiện diện của Ngài ở giữa chúng ta “*Vì ở đâu có hai ba người họp lại nhân danh Thầy, thì có Thầy ở đấy, giữa họ.*” (Mt 18,20) Việc thực hành này càng sinh nhiều ơn ích hơn, nếu chúng ta thực hành chung với nhau: trong gia đình, trong sinh hoạt hội đoàn. Nhờ đó, chúng ta được hiệp thông với Chúa và với nhau. Đức Thánh Cha đã nhắc nhở chúng ta: “*thái độ lắng nghe Chúa Giêsu cũng bao gồm việc lắng nghe anh chị em khác trong Giáo Hội. Cách lắng nghe lẫn nhau là mục tiêu chính trong một số giai đoạn của tiến trình, nhưng nó luôn luôn không thể thiếu trong phương pháp và phong cách của một Giáo Hội hiệp hành.*” Đức Cha Aloisiô chỉ rõ cho chúng ta: “*Như thế, lắng nghe nhau không chỉ là phép lịch sự xã giao, nhưng còn là một đòi buộc của người môn đệ Đức Kitô, là thái độ của những chi thể của một Giáo Hội hiệp hành. Dĩ nhiên, để có thể lắng nghe nhau, cần biết kìm chế, kiên nhẫn và chịu mất thời gian.*” Giờ đây, trước Thánh Thể Chúa, mỗi người chúng ta hãy xem xét lại thái độ của mình khi lắng nghe người khác như thế nào? Trong gia đình: giữa vợ chồng với nhau; giữa cha mẹ với con cái; giữa anh chị em với nhau. Trong giáo xứ: giữa những anh chị em trong cùng hội đoàn; giữa chúng ta với cha xứ; giữa chúng ta với nhau. (*thinh lặng*)

Chúa Giêsu dạy chúng ta “*phải cầu nguyện luôn, đừng nhằm chán*” (Lc 18, 1). Chúng ta phải cầu nguyện vì chúng ta cần Chúa. Nghĩ rằng không cần gì khác ngoài chính bản thân mình là một ảo tưởng nguy hiểm. Nếu chúng ta nhận ra sự mong manh của phận người và của cả xã hội, thì ước mong sao mùa Chay này cho phép chúng ta cảm nghiệm được niềm an ủi nhờ niềm tin vào Thiên Chúa, vì không có Ngài chúng ta không thể đứng vững (x. Is 7, 9).

Chúng ta cầu nguyện cho nhau, đặc biệt cho những người chỉ vì mãi mê theo lạc thú trần gian mà xa rời Chúa, không nhận biết lòng xót thương của Chúa. Xin cho chúng ta và cho những ai đang xa lìa Chúa, biết quay về với Chúa và cần đến lòng thương xót Chúa, ngõ hầu cuộc sống của chúng ta được đổi mới trong tình yêu thương nhau. (*thinh lặng*)

6. Nghe đọc Sứ điệp Mùa Chay 2023 của ĐTC Phanxicô.

Người đọc 1: Giờ đây, chúng ta cùng lắng nghe toàn văn Sứ Điệp Mùa Chay năm nay mà ĐTC Phanxicô gửi cho chúng ta. Qua Sứ Điệp này, mỗi người hãy nhận ra những hướng dẫn từ chính Chúa gửi tới mình, để rồi, với nỗ lực và quyết tâm, chúng ta cùng nhau tiến bước để làm tươi mới Đức Tin, niềm Hy Vọng và tình yêu trong cuộc sống của mình.

SỨ ĐIỆP MÙA CHAY 2023 CỦA ĐỨC THÁNH CHA

Khổ chế Mùa Chay và Lộ trình Hiệp Hành

Anh chị em thân mến!

Các Sách Tin Mừng Matthêu, Marcô và Luca đều thuật lại biến cố Chúa Giêsu Hiển dung. Qua đó, chúng ta thấy Chúa đáp lại thái độ của các môn đệ khi chưa thật sự

hiếu Người. Thật vậy, trước đó không lâu, đã có một cuộc xung đột thực sự giữa Thầy Giêsu và môn đệ Simon Phêrô, người mà sau khi tuyên xưng niềm tin của mình vào Thầy là Đấng Kitô, Con Thiên Chúa, đã phản đối lời tiên báo về cuộc khổ nạn và thập giá của Người. Chúa Giêsu đã mạnh mẽ quở trách ông: *“Xatan, lui ra đằng sau Thầy! Anh cản lối Thầy, vì tư tưởng của anh không phải là tư tưởng của Thiên Chúa, mà là của loài người!”* (Mt 16, 23). Và rồi, *“sáu ngày sau, Chúa Giêsu đem các ông Phêrô, Giacôbê và Gioan là em ông Giacôbê, tới một ngọn núi cao”* (Mt 17, 1).

Đoạn Tin mừng về Chúa Giêsu Hiển dung được đọc hàng năm vào Chúa Nhật II Mùa Chay. Thật vậy, trong mùa Phụng vụ này, Chúa đem chúng ta đi với Người và dẫn đến một nơi riêng biệt. Trong khi những bồn phận thường ngày đòi buộc chúng ta phải ở lại những nơi quen thuộc và những thói quen lặp đi lặp lại đến độ nhàm chán, thì trong Mùa Chay, chúng ta được mời gọi đi lên *“một ngọn núi cao”* cùng với Chúa Giêsu và sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt - *sự khổ chế* - như dân thánh của Thiên Chúa.

Khổ chế Mùa Chay là một quyết tâm được trợ giúp nhờ ân sủng, để vượt thắng khiếm khuyết đức tin và thái độ phản kháng của chúng ta khi đi theo Chúa Giêsu trên con đường thập giá. Đây chính là điều mà Phêrô và các môn đệ cần phải thực hiện. Để đào sâu kiến thức về Thầy, để hiểu trọn vẹn và đón nhận mầu nhiệm cứu độ của Thiên Chúa, được thực hiện trong sự hiến thân trọn vẹn vì tình yêu, chúng ta phải để Chúa Giêsu dẫn mình đi lối riêng, đưa lên cao và tách ra khỏi sự tầm thường và phù phiếm. Giống như một cuộc leo núi, chúng ta cần phải khởi hành một lộ trình khó khăn đòi hỏi nỗ lực, hy sinh và tập trung. Những điều kiện tiên quyết này cũng rất quan trọng đối với lộ trình Hiệp Hành mà, là một Hội Thánh, chúng ta đã dần dần thực hiện. Sẽ thật hữu ích khi chúng ta suy tư về mối tương quan giữa khổ chế Mùa Chay và trải nghiệm Hiệp Hành.

Trong cuộc *“tĩnh tâm”* trên núi Tabor, Chúa Giêsu đem theo ba môn đệ, những người được chọn để chứng kiến một biến cố độc nhất vô nhị. Chúa Giêsu muốn chia sẻ kinh nghiệm ân sủng này, chứ không giữ lại cho riêng mình, cũng như toàn bộ đời sống đức tin của chúng ta là một trải nghiệm được sẻ chia. Vì chính trong sự liên đới với nhau mà chúng ta đi theo Chúa Giêsu. Và chúng ta, là một Hội Thánh lữ hành giữa dòng thời gian, cùng trải nghiệm Năm phụng vụ và trong đó có Mùa Chay, chúng ta cùng tiến bước với anh chị em mà Chúa đã đặt bên cạnh chúng ta như những bạn đồng hành. Cũng giống như biến cố Chúa Giêsu và các môn đệ đi lên Núi Tabor, chúng ta có thể khẳng định rằng, hành trình Mùa Chay của chúng ta là *“Hiệp Hành”*, bởi vì chúng ta cùng nhau đi trên một con đường, với tư cách là những môn đệ của một vị Thầy duy nhất. Hơn nữa, chúng ta biết rằng chính Chúa Giêsu là Con Đường, và do đó, trong hành trình Phụng vụ cũng như trong tiến trình Thượng Hội đồng, Giáo Hội không làm gì khác hơn là bước vào mầu nhiệm Đức Kitô – Đấng Cứu Độ một cách sâu xa và trọn vẹn hơn.

Và như thế chúng ta cùng bước lên cao điểm. Tin mừng thuật lại rằng Chúa Giêsu *“biến đổi hình dạng trước mặt các ông. Dung nhan Người chói lọi như mặt trời, và y phục Người trở nên trắng tinh như ánh sáng”* (Mt 17, 2). Đây là *“chóp đỉnh”*, mục tiêu của cuộc hành trình. Vào cuối cuộc leo núi, khi đang ở trên đỉnh núi với Chúa Giêsu, ba môn đệ được ơn nhìn thấy Người trong vinh quang, chói ngời ánh sáng siêu nhiên. Một ánh sáng không đến từ bên ngoài, nhưng tỏa ra từ chính Chúa. Vẻ đẹp thiêng liêng của thị kiến này trỗi vượt hơn những nỗ lực mà các môn đệ đã cố gắng khi lên Núi Tabor. Như trong bất kỳ chuyến leo núi gian nan nào, đang khi leo, chúng ta phải

chăm chú nhìn vào con đường; nhưng bức tranh toàn cảnh mở ra ở cuối lộ trình gây bất ngờ và đền đáp cho chúng ta bởi sự kỳ diệu của nó. Cũng vậy, tiến trình Hiệp Hành thường có vẻ như là một con đường khó khăn, và đôi khi có thể gây nản lòng. Tuy nhiên, điều chờ đợi chúng ta ở cuối hành trình chắc chắn sẽ là một điều gì đó kỳ diệu và ngỡ ngàng, điều đó sẽ giúp chúng ta hiểu rõ hơn ý muốn của Thiên Chúa và sứ mạng dành cho chúng ta trong khi phục vụ vương quốc của Ngài.

Trải nghiệm của các môn đệ trên núi Tabor càng phong phú hơn nữa khi, bên cạnh Chúa Giêsu biến hình, xuất hiện ông Môsê và Êlia, vốn là hiện thân của Lễ luật và các Ngôn sứ (x. Mt 17, 3). Điều mới mẻ của Đức Kitô vừa là sự hoàn tất Giao ước cũ và các lời hứa, vừa không tách rời khỏi lịch sử của Thiên Chúa với dân của Ngài và đồng thời mặc khải ý nghĩa sâu xa hơn cho lịch sử đó. Tương tự như vậy, lộ trình Hiệp Hành bắt nguồn từ truyền thống của Giáo Hội, nhưng đồng thời cũng mở ra cho những điều mới mẻ. Truyền thống là nguồn cảm hứng để tìm kiếm những con đường mới, và để tránh những cám dỗ đối nghịch của sự trì trệ và ngẫu hứng.

Hành trình khổ chế Mùa Chay cũng như tiến trình Thượng Hội đồng đều có mục tiêu là một cuộc biến hình, cả về phương diện cá nhân lẫn Giáo Hội. Một sự biến đổi, mà trong cả hai trường hợp, đều có khuôn mẫu nơi Chúa Giêsu Hiện dung và được thực hiện nhờ ân sủng của mầu nhiệm Vượt qua của Người. Để cuộc biến hình này có thể trở thành hiện thực nơi chúng ta trong năm nay, tôi muốn đề nghị hai “*Lộ trình*” cần đi theo để cùng lên núi với Chúa Giêsu, và cùng với Người đạt tới mục tiêu.

Lộ trình thứ nhất liên quan đến mệnh lệnh mà Chúa Cha ngõ với các môn đệ trên núi Tabor, khi họ chiêm ngưỡng Chúa Giêsu Hiện dung. Tiếng từ đám mây phán ra: “*Các người hãy vâng nghe lời Người!*” (Mt 17, 5). Do đó, đề xuất đầu tiên rất rõ ràng: *Chúng ta cần lắng nghe Chúa Giêsu*. Mùa Chay là thời gian ân sủng để chúng ta lắng nghe Lời khi Người ngõ lời với chúng ta. Nhưng Chúa Giêsu nói với chúng ta như thế nào? Trước hết, từ Lời Chúa mà Giáo hội công bố cho chúng ta trong Phụng vụ. Mong sao chúng ta đừng để Lời ấy bị bỏ ngoài tai; trong trường hợp không thể tham dự Thánh Lễ thường xuyên, chúng ta hãy đọc các Bài đọc Kinh Thánh hàng ngày, dù là với sự trợ giúp của internet. Ngoài Kinh Thánh, Chúa còn nói với chúng ta qua anh chị em của chúng ta, nhất là qua những khuôn mặt và câu chuyện của những người cần được giúp đỡ. Nhưng tôi cũng muốn thêm vào một khía cạnh khác, rất quan trọng trong tiến trình Hiệp Hành: thái độ lắng nghe Chúa Giêsu cũng bao gồm việc lắng nghe anh chị em khác trong Giáo Hội. Cách lắng nghe lẫn nhau là mục tiêu chính trong một số giai đoạn của tiến trình, nhưng nó luôn luôn không thể thiếu trong phương pháp và phong cách của một Giáo Hội hiệp hành.

Khi nghe tiếng Chúa Cha, các môn đệ “*kinh hoàng, ngã sấp mặt xuống đất. Bảy giờ Chúa Giêsu lại gần, chạm đến các ông và bảo: "Chỗi dậy đi, đừng sợ! Các ông ngược mắt lên, không thấy ai nữa, chỉ còn một mình Chúa Giêsu mà thôi"*” (Mt 17, 6-8). Đây là đề nghị thứ hai cho Mùa Chay này: đừng dựa vào một thứ tôn giáo được tạo ra từ những sự kiện phi thường và những kinh nghiệm kịch tính, hãy vượt qua nỗi sợ vì phải đối diện với thực tế và những đấu tranh, khó khăn và mâu thuẫn của nó trong cuộc sống hàng ngày. Ánh sáng mà Chúa Giêsu tỏ ra cho các môn đệ là sự báo trước về vinh quang Phục sinh, và đó phải là mục tiêu trong cuộc hành trình của chúng ta, khi chúng ta đi theo “*một mình Người*”. Mùa Chay hướng về Lễ Phục Sinh: “*tĩnh tâm*” tự nó không phải là mục đích, nhưng là phương thế chuẩn bị cho chúng ta trải nghiệm cuộc khổ nạn và thập giá của Chúa Giêsu với đức tin, đức cậy và đức mến, hầu đạt tới sự phục sinh.

Cũng vậy, trên lộ trình Hiệp Hành, ngay cả khi Thiên Chúa ban cho chúng ta ân sủng của một số trải nghiệm hiệp thông mạnh mẽ, thì chúng ta đừng ảo tưởng là mình đã đến đích. Vì, cũng tại đây, Chúa lặp lại với chúng ta rằng: “*Chỗi dậy đi, đừng sợ*”. Vậy thì chúng ta hãy đi xuống đồng bằng, và xin cho ân sủng mà chúng ta đã trải nghiệm giúp chúng ta trở thành “*những nghệ nhân của tính hiệp hành*” trong cuộc sống thường ngày tại các cộng đoàn của chúng ta.

Anh chị em thân mến, xin Chúa Thánh Thần thúc đẩy và nâng đỡ chúng ta trong Mùa Chay này khi chúng ta lên núi với Chúa Giêsu, để cảm nghiệm được vẻ huy hoàng thần linh của Người. Và nhờ đó, chúng ta được củng cố trong đức tin, được tiếp tục kiên trì trong cuộc lữ hành cùng với Chúa Giêsu, Đấng là vinh quang của dân Người và ánh sáng của muôn dân.

[Rôma, Đền thờ Thánh Gioan Lateranô, ngày 25. 01. 2023, Lễ Thánh Phaolô Trở lại. Phanxicô]

7 - Hát: “HÃY QUAY VỀ” - Mi Trâm (HCD 090) (C.Đoàn quỳ)

PK1: *Hãy quay về thật lòng ăn năn, hỡi những người lạc bước đường lầm! Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

ĐK: *Hãy đổi mới tinh thần, hãy sống đúng Tin Mừng người ơi! Hãy đổi mới tinh thần, hãy sống đúng Tin Mừng hỡi người.*

PK2: *Hãy quay về này ngày cứu rỗi, Chúa thương tình tha thứ tội đời. Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

PK3: *Hãy quay về mọi người lớn bé, xé tâm hồn xin Chúa ngự vào. Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

8 - Suy Niệm (C.Đoàn ngồi)

Thánh Phaolô đã viết: “*Phàm là tay đua, thì phải kiêng kị đủ điều*”. Điều này có nghĩa là vận động viên đó phải sinh hoạt, phải tập luyện, phải ăn uống theo một chương trình nghiêm ngặt. Và như vậy, người vận động viên phải từ bỏ một số sở thích, phải kiêng khem đủ điều ; và họ cũng buộc phải làm những điều mà họ không thích. Rõ hơn, họ phải biết khổ chế: từ bỏ điều này và phải làm điều kia. ĐTC viết: “*chúng ta được mời gọi đi lên “một ngọn núi cao” cùng với Chúa Giêsu và sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt - sự khổ chế.*” Kinh nghiệm đó là khi chúng ta thực hành chay tịnh phần xác mà Mùa Chay kêu gọi, làm tinh thần chúng ta thêm vững mạnh để chiến đấu chống trả tội lỗi.

Hãy nhìn lại để chúng ta nhận ra những việc không được phép làm nhưng chúng ta vẫn làm; nhận ra những việc lẽ ra phải làm nhưng chúng ta đã không làm. Khi nhìn nhận như vậy là chúng ta đã nhận ra thân phận tội lỗi của mình để quay về với Chúa và với mọi người, với tất cả sự đau khổ khi từ bỏ điều xấu và can đảm làm điều tốt. Sám hối thật lòng để nhận ơn tha thứ từ Thiên Chúa; và chính chúng ta cũng dứt khoát từ bỏ sự ích kỷ, lòng tự ái để tha thứ cho nhau. Chúa Giêsu, “*Đáng chẳng hề biết tội là gì, thì Thiên Chúa đã biến Người thành hiện thân của tội lỗi vì chúng ta.*” (2Cr 5,21), để chính Người chữa lành chúng ta qua Bí tích Hòa Giải.

Trước tình yêu thương bao la của Thiên Chúa, mỗi người chúng ta hãy quyết tâm từ bỏ một điều gì đó gây tổn thương cho Chúa và cho người khác ; cùng quyết tâm thực hành một thói quen đẹp lòng Chúa và mang lại lợi ích cho người khác. (*thinh lặng*)

Đức Thánh Cha đã gọi hành trình “lên núi” là hành trình khổ chế. Trong cuộc hành trình này chúng ta không cô đơn, không đi một mình, vì chúng ta có Chúa và có nhau cùng đi lên núi. Đó là hành trình Hiệp Hành. Tuy nhiên, có khi chính chúng ta lại không muốn Chúa cùng đi với ta ; và chúng ta cũng không muốn có ai cùng đi với mình. Chúng ta không muốn cùng đi theo Chúa và hiệp hành với cộng đoàn. Đó là những khi chúng ta tới tham gia Thánh Lễ nhưng lại ở ngoài nhà thờ, là những khi chúng ta để Chúa và cộng đoàn “chờ” chúng ta đến hiệp dâng Thánh Lễ vì chúng ta đến trễ, chúng ta không tha thiết dâng lễ ; vì chúng ta tỏ ra không yêu mến Chúa đủ và không yêu thương anh chị em mình.

Đức Thánh Cha mời gọi chúng ta hãy “*quyết tâm, được trợ giúp nhờ Ân Sủng, để vượt thắng khiếm khuyết đức tin và thái độ phản kháng của chúng ta khi đi theo Chúa trên con đường thập giá.*” Khiếm khuyết đức tin của chúng ta chính là chưa yêu mến Chúa thật và chưa thật sự tin tưởng vào Chúa ; thái độ phản kháng của chúng ta là chưa nhận ra Lòng Thương Xót của Chúa và không muốn ai trợ giúp khi chỉ muốn tách ra khỏi cộng đoàn, khi chúng ta dán mắt vào điện thoại, đắm chìm vào những hình ảnh trong đó ngay khi tham dự Thánh Lễ. Chúng ta không muốn hiệp hành đối với Chúa và với mọi người.

Trước Bí tích Thánh Thể, bí tích Tình Yêu của Chúa, chúng ta hãy quyết tâm làm tươi mới mối tương quan của chúng ta với nhau và với Chúa. Chúng ta hãy quan tâm đến nhau, và nhất là, nhận biết Chúa Giêsu vẫn luôn quan tâm đến ta; Người đã trở thành người bạn đồng hành của mỗi chúng ta. Để hoán cải và mở lòng ra với mọi người, chúng ta hãy đến với Chúa Giêsu, để chính Người biến đổi tâm hồn ta. Chúa Giêsu mời gọi chúng ta hãy làm những việc chúng ta có thể làm cho nhau trong đời sống hàng ngày. Không chỉ giúp nhau về phần xác mà còn phải biết giúp nhau về phần hồn, đó là khuyên bảo và dẫn đưa nhau đến với Chúa qua việc siêng năng lãnh nhận Bí tích Hòa Giải và Bí tích Thánh Thể. (*thinh lặng*)

9- Đọc kinh “**14 mối thương người**”

Thương người có mười bốn mối,

Thương xác bảy mối

Thứ nhất cho kẻ đói ăn.

Thứ hai cho kẻ khát uống.

Thứ ba cho kẻ rách rưới ăn mặc.

Thứ bốn viếng kẻ liệt cùng kẻ tù rạc.

Thứ năm cho khách đỡ nhà.

Thứ sáu chuộc kẻ làm tội.

Thứ bảy chôn xác kẻ chết.

Thương linh hồn bảy mối

Thứ nhất lấy lời lành mà khuyên người.

Thứ hai mở dạy kẻ mê muội.

Thứ ba an ủi kẻ âu lo.

Thứ bốn răn bảo kẻ có tội.

Thứ năm tha kẻ khinh dễ ta.

Thứ sáu nhin kẻ mất lòng ta.

Thứ bảy cầu cho kẻ sống và kẻ chết.

10 – Suy Niệm (C.Đoàn ngồi)

ĐTC nhắc nhở chúng ta: *“Chúa lặp lại với chúng ta rằng: “Chỗi dậy đi, đừng sợ”. Vậy thì chúng ta hãy đi xuống đồng bằng, và xin cho ân sủng mà chúng ta đã trải nghiệm giúp chúng ta trở thành “những nghệ nhân của tính hiệp hành” trong cuộc sống thường ngày tại các cộng đoàn của chúng ta.”*

Chúa mời gọi chúng ta hãy chỗi dậy tức là đứng lên, thoát khỏi những đam mê, thoát khỏi những cám dỗ, thoát khỏi sự ích kỷ ; và đi xuống đồng bằng, tức là đến với mọi người trong giáo xứ, trong cộng đoàn của mình để hành động theo lệnh truyền của Chúa: *“Vì xưa Ta đói, các ngươi đã cho ăn ; Ta khát, các ngươi đã cho uống ; Ta trần truồng, các ngươi đã cho mặc ; Ta đau yếu, các ngươi đã thăm viếng ; Ta ngồi tù, các ngươi đến hỏi han.”* (Mt 25, 35-37). Khi chúng ta làm những việc này là chúng ta cũng đang ở và đang triển khai trong tiến trình Hiệp Hành. Vì hiệp hành đòi hỏi chúng ta phải lắng nghe Chúa và lắng nghe nhau. Có lắng nghe tiếng Chúa, chúng ta mới nhận ra hình ảnh của Chúa nơi những người anh chị em bất hạnh đó ; có lắng nghe anh chị em mình, chúng ta mới nhận ra những nhu cầu, những tâm tư, những nguyện vọng, những đau khổ trong tâm hồn của họ. Và như vậy, chúng ta mới đem tất cả tâm tình mà nâng đỡ anh chị em mình.

Đức Cha Aloisiô trong Thư Mùa Chay năm nay đã mong ước mỗi người chúng ta thực thi việc bác ái, ngài viết: *“Ước mong sao mỗi thành viên trong gia đình giáo phận biết lắng nghe, để có thể quảng đại giúp đỡ cho các hoạt động của Caritas giáo phận, trong chiến dịch Mùa Chay hằng năm, hầu có thể cứu giúp cho những anh chị em lâm cảnh ngặt nghèo, hoạn nạn, cùng cực. Xin anh chị em cố gắng hạn chế trong việc chi tiêu, để rộng tay giúp đỡ cho công việc bác ái này. Ngoài ra, xin anh chị em quan tâm giúp đỡ những người cô thế cô thân, những người sắc tộc nghèo đói, và thực thi những điều được ghi trong 14 Mối Thương Người.”* Như Đức Cha khuyến nhủ, chúng ta không chỉ làm việc bác ái cho những người thân, mà chúng ta còn phải biết quan tâm đến những người khác, nhất là *những anh chị em đang bị tổn thương trên đường đời để trở thành những người thân cận với chúng ta*. Điều này có nghĩa là: qua việc bác ái chúng ta làm cho người khác, chúng ta phải giới thiệu cho họ nhận biết được Lòng Xót Thương của Chúa, giúp cho họ cũng biết đón nhận người khác, trở thành người thân cận của mọi người. Khi chúng ta thực hành điều này, chúng ta đang “cùng cố sự Hiệp Thông”, đang thi hành Sứ Vụ mà Chúa đã trao cho mỗi người chúng ta: Sứ vụ loan báo Tin Mừng Yêu Thương của Chúa cho muôn dân. Vì chính Chúa đã ban cho chúng ta có những phương tiện để quảng đại làm điều tốt cho người khác. Chúng ta đừng quản ngại, nhưng hãy hăng hái loan báo Tin Mừng Cứu Độ cho người khác; hãy hân hoan đón nhận nhiều người vào hàng ngũ người thân cận của chúng ta. *(thinh lặng)*

Chúng ta nài xin Chúa thương ban cho mỗi người trong gia đình Giáo Phận, cách riêng, cho các bạn trẻ biết từ bỏ sự lười biếng để siêng năng tham dự Thánh Lễ mỗi ngày ; và mỗi người chúng ta không quản ngại đến với Chúa sớm hơn để tâm tình với Ngài và biết tìm kiếm hạnh phúc đích thực nơi Chúa. Xin cho chúng ta biết sống với lòng đơn sơ vui vẻ, để chính cuộc đời chúng ta là bài ca tôn vinh và ca tụng Thiên Chúa, vì chính Chúa làm chủ cuộc đời mỗi người chúng ta, chứ không phải một thần nào khác. Xin cho chúng ta nhận biết rằng: chỉ nơi Chúa, chúng ta mới có được niềm vui, bình an và hạnh phúc đích thực. *(thinh lặng)*

11 - Hát: QUỖ BÊN CUNG THÁNH. – Kim Long (HCD 113) (C.Đoàn quỳ)

ĐK: *Quỳ bên cung thánh, đoàn con thiết tha kêu cầu Chúa. Lời kinh thánh lệ, nguyện xin Chúa thứ tha tội nư. Vượt qua năm tháng, tình yêu Chúa kiên trung bền vững. ngàn muôn thế hệ cùng chung tiếng hát ca tôn thờ.*

PK1: *Lệ sâu rưng rưng ngược nhìn tin yêu tiếng lòng thao thức, Chúa ơi đủ thương đừng mình xét bao tội tình.*

PK2: *Một chiều xưa kia khắp đồi Can-vê máu hồng chan chứa. thể nhân tội nư được ân xá trong tình yêu.*

PK3: *Đường đời gai chông, cát bụi mệnh mông, sức hèn kinh hãi. Chúng con cậy trông lòng thương Chúa như đại dương.*

12- Lời Nguyện Chung:

Chủ Sự: *Tin tưởng rằng Chúa Giêsu đang hiện diện trước chúng ta trong Hình Bánh bé nhỏ. Người bày tỏ Tình Yêu Thương tha thứ cho những ai thành tâm sám hối. Với tâm tình tạ ơn Chúa và với lòng khiêm tốn, chúng ta dâng lên Chúa những lời nguyện xin:*

1. Thiên Chúa hộ trì những ai tin tưởng vào Ngài. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin Chúa cho chúng con biết cầu nguyện với Lời Chúa, siêng năng đến với Chúa qua Bí tích Thánh Thể, đó là nỗ lực tham dự Thánh Lễ mỗi ngày, để chúng con được gặp gỡ Chúa và gặp gỡ nhau trong tình niềm tin tưởng phó thác vào tình thương của Chúa.

2. Thiên Chúa yêu thương và chăm sóc những ai không quản ngại từ nan khi tích cực làm các việc bác ái. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin Chúa cho chúng con biết đón nhận và sử dụng của cải vật chất như những ân huệ Chúa ban. Đó là chúng con biết chia sẻ áo, biết nâng đỡ những ai đang túng thiếu, để chúng con có được gia tài không hư mất trên Trời.

3. Thiên Chúa luôn rộng ban những ơn lành cho chúng ta qua những người chung quanh, nhất là nơi những người nghèo khổ. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin Chúa cho chúng con biết mở lòng ra với tha nhân, với hàng xóm láng giềng. Xin Chúa củng cố niềm hy vọng và chữa lành những ai đang mắc phải những bệnh hiểm nghèo. Xin Chúa ban ơn trợ giúp, niềm vui cho những người đang chăm sóc các bệnh nhân. Xin cho các bạn trẻ trong giáo xứ chúng con biết quan tâm đến người khác, biết gặp gỡ nhau cách thực sự, biết lắng nghe nhau, mà trước hết là với những người thân trong gia đình.

4. Lời Chúa là ánh sáng chỉ đường cho chúng ta. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin Chúa cho mỗi người trong giáo xứ, nhất là các bạn trẻ, tìm gặp sự hướng dẫn nơi Lời Chúa, để nhờ đó, họ có khả năng tự quyết định cuộc đời của mình theo Thánh Ý Chúa, và sẵn sàng bước theo Chúa Kitô, hiến dâng cuộc đời cho công cuộc loan báo Tin Mừng trong Giáo Phận.

Chủ Sự: *Lạy Chúa Giêsu, Chúa luôn ở lại với chúng con trong Bí tích Thánh Thể, Chúa luôn hướng dẫn chúng con bằng Lời Chúa. Xin cho mỗi người chúng con biết siêng năng đến với Chúa, chăm chỉ học hỏi Lời Chúa, để chính Chúa làm tươi mới đức tin của chúng con và nhờ đó, cuộc đời chúng con luôn có hạnh phúc và bình an, khi chúng con biết quan tâm, lắng nghe và chia sẻ với nhau những vui buồn, như Chúa vẫn luôn yêu thương chúng con. Chúa hằng sống và hiển trị muôn đời. Amen.*

13 - Đọc :

KINH CẦU CHO THƯỢNG HỘI ĐỒNG GIÁM MỤC 2021-2023

Lạy Chúa Thánh Thần là Ánh sáng Chân lý vẹn toàn,
Chúa ban những ân huệ thích hợp cho từng thời đại,
và dùng nhiều cách thể kỳ diệu để hướng dẫn Hội Thánh,
nay chúng con đang chung lời cầu nguyện cho các Giám mục
và những người tham dự Thượng Hội đồng Giám mục thế giới.

Xin Chúa làm nên cuộc Hiện Xuống mới trong đời sống Hội Thánh,
xin tuôn tràn trên các Mục tử ơn khôn ngoan và thông hiểu,
gìn giữ các ngài luôn hiệp thông với nhau trong Chúa,
để các ngài cùng nhau tìm hiểu những điều đẹp ý Chúa,
và hướng dẫn đoàn Dân Chúa thực thi những điều Chúa truyền dạy.

Các giáo phận Việt Nam chúng con
luôn muốn cùng chung nhịp bước với Hội Thánh hoàn vũ,
xin cho chúng con
biết đồng cảm với nỗi thao thức của các Mục tử trên toàn thế giới,
ngày càng ý thức hơn về tình hiệp thông,
thái độ tham gia và lòng nhiệt thành trong sứ vụ của Hội Thánh.

Nhờ lời chuyển cầu của Đức Trinh Nữ Maria,
Nữ Vương các Tông đồ và là Mẹ của Hội Thánh,
chúng con dâng lời khẩn cầu lên Chúa,
là Đấng hoạt động mọi nơi mọi thời,
trong sự hiệp thông với Chúa Cha và Chúa Con,
luôn mãi đến muôn đời. Amen

14 - Hát: Đây Nhiệm Tích (Tantum Ergo)

- 1. Đây Nhiệm Tích vô cùng cao quý, nào chúng ta phục bái tôn thờ. Và dấu tích ngàn xưa lưu ký, phải kính nhường nghi lễ mới đây. Ta hãy lấy Đức Tin bù lại, nếu giác quan không cảm thấy gì.*
- 2. Dâng về Chúa Cha và Con Chúa, lời tán dương mừng chúc vang hòa. Cùng vinh phúc quyền uy danh giá, tựa khói trầm bay tỏa ngát hương. Để tiến Chúa Thánh Linh nhân hậu, khúc tán dương cảm tạ suốt đời. A-men.*

15 – Kết: Hát: ĐÂU CÓ TÌNH YÊU THƯƠNG

ĐK: Đâu có tình yêu thương ở đây có Đức Chúa Trời. Đâu có lòng từ bi là đây có ân sủng Người. Đâu có tình bác ái thì Chúa chúc lành không ngại. Đâu ý hợp tâm đầu ở đây chứa chan nguồn vui.

1. Nài xin tha thiết Thượng Đế muôn tình lân ái xin hãy đổ đầy linh hồn tình yêu thiết tha. Yêu Chúa hết lòng hết sức hết cả trí khôn, cùng yêu anh em như Chúa mến yêu chúng con.

2. Nguyên xin Thiên Chúa đoàn kết muôn người một ý. Xin hãy duy trì trí lòng hòa hợp mến yêu. Diệt tan căm thù chia rẽ oán hờn ghét ghen. Gìn giữ Đức Ái: yêu Chúa mến thương anh em.

MẪU 2

1 - Đọc Kinh Tin, Cậy, Mến. (Cộng đoàn quỳ)

Kinh Lạy Cha.

Kinh Tin kính

2 - Hát Thánh Thê : LÒNG CHÚA ÁI TUẤT – Nguyễn Bang Hanh

PK1- *Đây lòng chúa ái tuất không bến bờ, thương loài nhân thế đang vương tội nơ. Dem trót máu thịt nuôi dưỡng xác hồn. Ngày đêm ban xuống cho muôn ngàn ơn.*

PK2- *Qua rượu bánh Chúa hiến trao chính mình, con dù không thấy luôn vững niềm tin. Đây chính máu thịt con Đức Chúa Trời. Là Vua trên hết các vua trần ai.*

ĐK: *Con xin kính tin sắp Minh thờ lạy Chúa, và dâng tiến lên niềm yêu mến trung thành. Từ nay con quyết sống tình yêu Chúa, ở nơi thế gian và trên chốn Thiên Đình.*

Chủ sự:

“Thời gian thuận tiện đến rồi

Như ngày bừng sáng ơn trời đã ban.

Thuốc thiêng chữa bệnh trần gian,

Ấy là sám hối, ăn năn hãm mình.”

Kính thưa cộng đoàn,

Trong Thư Mùa Chay năm nay của ĐC Aloisiô gửi tới chúng ta, ngài viết: “*chúng ta lại một lần nữa bước vào hành trình Mùa Chay. Đây là thời gian giúp chúng ta chuẩn bị đón mừng mầu nhiệm Vượt Qua của Đức Kitô, Đấng đã chấp nhận đi vào trong đau khổ và chết chóc của nhân loại vì yêu thương và để cứu độ chúng ta.*”

Đức Cha cũng giải thích chúng ta hiểu rõ hơn: “*Như thế, trong Mùa Chay này, để có thể ‘sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt’, để có thể ‘vượt thắng khiếm khuyết đức tin’, chúng ta được mời gọi ‘lên núi’, nghĩa là thực hành khổ chế : chế ngự bản thân, chấp nhận hy sinh một điều gì đó, ... Tuy nhiên, như xưa, Chúa Giêsu và các môn đệ cùng lên Núi Tabor, chúng ta được mời gọi lên núi ‘cùng nhau’. Mùa Chay là một hành trình cùng nhau, - Hiệp Hành, bởi lẽ, ‘chúng ta cùng nhau đi trên một con đường, với tư cách là những môn đệ của một vị Thầy duy nhất.’*”

Vì thế, trong ngày hôm nay, ngày chúng ta dành cho Chúa, chúng ta cầu nguyện cho Giáo Hội luôn Hiệp Thông với Đức Kitô là Đầu và với nhau trong đức tin, trong niềm hy vọng và trong tình yêu của mỗi chúng ta đối với Chúa và đối với nhau; chúng ta cũng không quên cầu nguyện cho giáo xứ, cho Giáo Phận và trên toàn thế giới, biết *cùng nhau đi trên một con đường hiệp hành*, cách đặc biệt, cho những bạn trẻ và cho những ai trong giáo xứ đang xa lìa Chúa, đang xa lìa cộng đoàn.

Kính thưa cộng đoàn,

Toàn thể nhân loại vẫn đang sống trong sự bất an và hỗn loạn ; chúng ta hãy chạy đến với Thiên Chúa, để cầu xin Chúa tỏ bày quyền năng của Chúa ban ơn cho toàn thể nhân loại, xin Chúa cứu thoát nhân loại khỏi hỗn loạn và tai ương, ngõ hầu mọi người nhận biết quyền năng và lòng thương xót của Chúa để họ tin rằng: chỉ có Chúa là Thiên Chúa thật, không có thần nào khác nữa. Xin Chúa đón nhận những lời cầu xin của chúng ta, nhờ những việc hy sinh, hãm mình, khổ chế, và cách đặc biệt trong việc thờ phượng Thánh Thể Chúa suốt ngày hôm nay, ngày chúng ta dành trọn vẹn cho Chúa, cho Giáo Hội, cho tha nhân và cho mỗi người trong gia đình chúng ta.

Thật là ý nghĩa trong giờ phút này đây, trước Thánh Thể Chúa, hiệp thông cùng Đức Thánh Cha Phanxicô, với Đức Cha Aloisiô, với anh chị em trên toàn thế giới, chúng ta bày tỏ lòng yêu mến Chúa, chúng ta chiêm ngắm Chúa là "*Đấng lãnh đạo và kiện toàn đức tin*" (Dt 12, 2), chúng ta tuyên xưng Chúa ngự thật trong phép Thánh Thể, chúng ta thờ lạy và phủ phục tôn thờ Chúa Giêsu ân mình dưới hình Bánh. Chúng ta hãy cảm tạ Chúa Giêsu đã trao ban chính mình cho chúng ta. Và sau hết, xin Chúa chúc lành cho những thiện ý của mỗi người, của mỗi gia đình, mỗi giáo xứ cùng giáo phận và toàn thể giới.

3 - Hát: LẮNG NGHE LỜI CHÚA. – Nguyễn Duy.

PK1. *Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài gọi con trong đêm tối
Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài dạy con lúc lẻ loi
Xin cho con cất tiếng lên/ trả lời vừa khi con nghe Chúa
Xin cho con biết thân thưa: lạy Ngài, Ngài muốn con làm chi?*

ĐK: *Lời Ngài là sức sống của con. Lời Ngài là ánh sáng đời con.
Lời Ngài làm chứa chan hy vọng. Là đường để con hằng đổi bước.
Lời Ngài đượm chất ngọt niềm vui. Trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui.
Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho đời ai.*

PK2. *Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài dạy con trong cuộc sống.
Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài từng theo bước đời con.
Xin cho con biết sẵn sàng, trở về và vâng nghe theo Chúa.
Xin cho con biết sẵn sàng, thực hành lời Chúa đã truyền ban.*

PK3. *Xin cho con vững bước đi/ vào đời truyền rao cho chân lý.
Xin cho con biết say mê/ cuộc đời làm nhân chứng tình yêu.
Cho môi còn thắm mắt cười, Lời Ngài được đem cho thế giới.
Cho đôi tay sáng ơn trời, trọn vẹn hành lý cho ngày mai.*

4 - Chủ Sự đọc Lời Chúa: Ep 4, 22-24 (Cộng đoàn đứng)

Trích Thư của Thánh Phaolô Tông Đồ gửi tín hữu Ê-phê-xô,

Thưa anh em, anh em phải cởi bỏ con người cũ với nếp sống xưa, là con người phải hư nát vì bị những ham muốn lừa dối, anh em phải để Thần Khí đổi mới tâm trí anh em, và phải mặc lấy con người mới, là con người đã được sáng tạo theo hình ảnh Thiên Chúa để thật sự sống công chính và thánh thiện.

Bởi thế, một khi đã cởi bỏ sự gian dối, mỗi người trong anh em hãy nói sự thật với người thân cận, vì chúng ta là phần thân thể của nhau.

Đó là Lời Chúa. – Tạ ơn Chúa.

5. Suy niệm (Cộng đoàn ngồi)

Thánh Phaolô đã khuyên nhủ các tín hữu Ê-phê-xô và cũng khuyên nhủ chúng ta nữa: *“anh em phải để Thần Khí đổi mới tâm trí anh em.”* Để tâm trí chúng ta được đổi mới nhờ Thần Khí thì trước hết, chúng ta phải mở lòng mình, đón nhận Chúa Thánh Thần; hay nói cách khác, ơn Chúa Thánh Thần sẽ phát sinh hiệu quả nếu tâm hồn của chúng ta hoàn toàn thuộc về Chúa Thánh Thần. Muốn được như vậy, chúng ta cần thiết phải để cho Chúa Thánh Thần hướng dẫn chúng ta cầu nguyện với Chúa mỗi ngày.

Đức Thánh Cha Phanxicô đã giúp chúng ta hiểu và thực hành cầu nguyện như thế nào. Trong Sứ điệp Mùa Chay năm nay, Đức Thánh Cha viết: *“Tiếng từ đám mây phán ra: ‘Các ngươi hãy vâng nghe lời Người!’ (Mt 17, 5). Do đó, đề xuất đầu tiên rất rõ ràng: Chúng ta cần lắng nghe Chúa Giêsu. Mùa Chay là thời gian ân sủng để chúng ta lắng nghe Lời khi Người nói với chúng ta. Nhưng Chúa Giêsu nói với chúng ta như thế nào? Trước hết, từ Lời Chúa mà Giáo hội công bố cho chúng ta trong Phụng vụ. Mong sao chúng ta đừng để Lời ấy bị bỏ ngoài tai; trong trường hợp không thể tham dự Thánh Lễ thường xuyên, chúng ta hãy đọc các Bài đọc Kinh Thánh hàng ngày, dù là với sự trợ giúp của internet.”* Đức Thánh Cha đã chỉ cho chúng ta phương cách để Đức Tin, niềm xác tín của chúng ta được vững mạnh. Đó là cầu nguyện với Lời Chúa, là mở rộng tâm hồn trước Lời Chúa. Điều này có nghĩa: chúng ta phải siêng năng đọc và học hỏi Lời Chúa, chăm chú vào các bài giảng như các tín hữu xưa đã *chuyên cần nghe các Tông Đồ giảng dạy*, qua đó chúng ta nhận ra Thánh ý Chúa và đem ra thực hành. Đọc và học hỏi Lời Chúa chưa đủ, nhưng cần mở lòng để Lời Chúa “ở lại” với chúng ta. Chúa luôn muốn ở lại với chúng ta. Chúng ta có thể nhận ra sự hiện diện của Ngài trong cuộc đời mỗi người qua nhiều phương cách, nhưng rõ nét hơn cả, là qua việc cầu nguyện.

Cầu nguyện là một trong ba điều mà Giáo Hội mời gọi mỗi tín hữu gia tăng thực hành trong Mùa Chay. Đức Thánh Cha viết: *“Trong cuộc ‘tĩnh tâm’ trên núi Tabor, Chúa Giêsu đem theo ba môn đệ, những người được chọn để chứng kiến một biến cố độc nhất vô nhị. Chúa Giêsu muốn chia sẻ kinh nghiệm ân sủng này, chứ không giữ lại cho riêng mình, cũng như toàn bộ đời sống đức tin của chúng ta là một trải nghiệm được sẻ chia. Vì chính trong sự liên đới với nhau mà chúng ta đi theo Chúa Giêsu. Và chúng ta, là một Hội Thánh lễ hành giữa dòng thời gian, cùng trải nghiệm Năm phụng vụ và trong đó có Mùa Chay, chúng ta cùng tiến bước với anh chị em mà Chúa đã đặt bên cạnh chúng ta như những bạn đồng hành.”* Điều này có nghĩa, Đức Thánh Cha muốn nhắc nhở chúng ta: không chỉ cầu nguyện một mình, nhưng tốt hơn cả, hãy cầu nguyện chung với nhau. Đức Cha Aloisiô đã chỉ cho chúng ta phương cách để thực hành cầu nguyện: *“Cách cụ thể, để hiệp thông với Chúa, chúng ta cần nỗ lực siêng năng cầu nguyện, lắng nghe Lời Chúa và tham dự các Bí tích, nhất là Thánh Lễ. Ngoài Thánh Lễ ngày Chúa nhật là lễ buộc, tất cả những ai không mắc ngăn trở về sức khỏe và công việc, đều được mời gọi tham dự Thánh Lễ ngày thường, để được nuôi dưỡng và được biến đổi nhờ Lời Chúa và*

Thánh Thể. Ngoài ra, việc cầu nguyện chung hay riêng, nhất là giờ kinh tối trong các gia đình, bao gồm việc đọc và suy niệm một đoạn Lời Chúa, là một thực hành cần được duy trì và khích lệ.”. Như vậy, cầu nguyện không chỉ là xin Chúa ban cho mình hết ơn này đến ơn khác, nhưng cầu nguyện còn là lắng nghe tiếng Chúa qua Lời Chúa. Muốn được như thế, cần phải siêng năng đọc Lời Chúa, chuyên cần học Lời Chúa và chú tâm suy niệm Lời Chúa. Cầu nguyện với Chúa thật lòng, giúp chúng ta tin thật chỉ có Chúa là Đấng Toàn Năng, chỉ có Chúa mới đem lại cho chúng ta sự bình an đích thực nhờ vào lòng xót thương của Ngài. Nhờ Đức Tin mà chúng ta mới có thể đạt được phần thưởng không bao giờ hư nát. Mỗi người chúng ta hãy quyết tâm trước Thánh Thể Chúa: từ nay, con sẽ chú tâm nghe Chúa dạy qua việc siêng năng đọc và học Lời Chúa. *(thinh lặng)*

Cầu nguyện là gặp gỡ Chúa và thưa chuyện với Ngài như người con gặp gỡ cha của mình. Cầu nguyện còn giúp chúng gặp gỡ nhau, vì mỗi người đều mang hình ảnh Thiên Chúa. Gặp gỡ Chúa và gặp gỡ nhau để lắng nghe Chúa nói và lắng nghe nhau. Và thật là đẹp lòng Chúa khi chúng ta cùng nhau cầu nguyện, cùng nhau lắng nghe và nhận ra sự hiện diện của Ngài ở giữa chúng ta *“Vì ở đâu có hai ba người họp lại nhân danh Thầy, thì có Thầy ở đấy, giữa họ.” (Mt 18,20)* Nhờ đó, chúng ta được hiệp thông với Chúa và với nhau. Đức Thánh Cha đã nhắc nhở chúng ta: *“thái độ lắng nghe Chúa Giêsu cũng bao gồm việc lắng nghe anh chị em khác trong Giáo Hội. Cách lắng nghe lẫn nhau là mục tiêu chính trong một số giai đoạn của tiến trình, nhưng nó luôn luôn không thể thiếu trong phương pháp và phong cách của một Giáo Hội hiệp hành.”* Đức Cha Aloisiô chỉ rõ cho chúng ta: *“Như thế, lắng nghe nhau không chỉ là phép lịch sự xã giao, nhưng còn là một đòi buộc của người môn đệ Đức Kitô, là thái độ của những chi thể của một Giáo Hội hiệp hành. Dĩ nhiên, để có thể lắng nghe nhau, cần biết khổ chế, kiên nhẫn và chịu mất thời gian.”* Giờ đây, trước Thánh Thể Chúa, mỗi người chúng ta hãy xem xét lại thái độ của mình khi lắng nghe người khác như thế nào? Trong gia đình: giữa vợ chồng với nhau; giữa cha mẹ với con cái; giữa anh chị em với nhau. Trong giáo xứ: giữa những anh chị em trong cùng hội đoàn; giữa chúng ta với cha xứ; giữa chúng ta với nhau. *(thinh lặng)*

Ngoài ra, chúng ta cần củng cố sự hiệp thông với nhau, trong giáo xứ và nhất là trong gia đình của chúng ta. Chính vì thế, chúng ta hãy siêng năng cầu nguyện chung với nhau: trong gia đình, nơi xóm giáo và tại nhà thờ giáo xứ; đặc biệt trong giờ Chầu này.

Chúng ta cầu nguyện cho nhau, cho các bạn trẻ, chỉ vì mãi mê theo lạc thú trần gian mà xa rời Chúa, không nhận biết lòng xót thương của Chúa. Xin cho chúng ta và cho những ai đang xa lìa Chúa, biết quay về với Chúa và cần đến lòng thương xót Chúa, ngõ hầu cuộc sống của chúng ta được đổi mới trong tình yêu thương nhau. *(thinh lặng)*

6 - Nghe đọc Sứ điệp Mùa Chay 2023 của ĐTC Phanxicô.

Người đọc 1: Giờ đây, chúng ta cùng lắng nghe toàn văn Sứ điệp Mùa Chay năm nay mà ĐTC Phanxicô gửi cho chúng ta. Qua Sứ điệp này, mỗi người hãy nhận ra những hướng dẫn từ chính Chúa gửi tới mình, để rồi, với nỗ lực và quyết tâm, chúng ta cùng nhau tiến bước để làm tươi mới Đức Tin, niềm Hy Vọng và tình yêu trong cuộc sống của mình.

**SỨ ĐIỆP MÙA CHAY NĂM 2023
CỦA ĐỨC THÁNH CHA PHANXICÔ
*Khổ chế Mùa Chay và Lộ trình Hiệp Hành***

Anh chị em thân mến!

Các Sách Tin Mừng Matthêu, Marcô và Luca đều thuật lại biến cố Chúa Giêsu Hiển dung. Qua đó, chúng ta thấy Chúa đáp lại thái độ của các môn đệ khi chưa thật sự hiểu Người. Thật vậy, trước đó không lâu, đã có một cuộc xung đột thực sự giữa Thầy Giêsu và môn đệ Simon Phêrô, người mà sau khi tuyên xưng niềm tin của mình vào Thầy là Đấng Kitô, Con Thiên Chúa, đã phản đối lời tiên báo về cuộc khổ nạn và thập giá của Người. Chúa Giêsu đã mạnh mẽ quở trách ông: *“Xatan, lui ra đằng sau Thầy! Anh cản lối Thầy, vì tư tưởng của anh không phải là tư tưởng của Thiên Chúa, mà là của loài người!”* (Mt 16, 23). Và rồi, *“sáu ngày sau, Chúa Giêsu đem các ông Phêrô, Giacôbê và Gioan là em ông Giacôbê, tới một ngọn núi cao”* (Mt 17, 1).

Đoạn Tin mừng về Chúa Giêsu Hiển dung được đọc hàng năm vào Chúa Nhật II Mùa Chay. Thật vậy, trong mùa Phụng vụ này, Chúa đem chúng ta đi với Người và dẫn đến một nơi riêng biệt. Trong khi những bồn phận thường ngày đòi buộc chúng ta phải ở lại những nơi quen thuộc và những thói quen lặp đi lặp lại đến độ nhàm chán, thì trong Mùa Chay, chúng ta được mời gọi đi lên *“một ngọn núi cao”* cùng với Chúa Giêsu và sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt - *sự khổ chế* - như dân thánh của Thiên Chúa.

Khổ chế Mùa Chay là một quyết tâm được trợ giúp nhờ ân sủng, để vượt thắng khiếm khuyết đức tin và thái độ phản kháng của chúng ta khi đi theo Chúa Giêsu trên con đường thập giá. Đây chính là điều mà Phêrô và các môn đệ cần phải thực hiện. Để đào sâu kiến thức về Thầy, để hiểu trọn vẹn và đón nhận mầu nhiệm cứu độ của Thiên Chúa, được thực hiện trong sự hiến thân trọn vẹn vì tình yêu, chúng ta phải để Chúa Giêsu dẫn mình đi lối riêng, đưa lên cao và tách ra khỏi sự tầm thường và phù phiếm. Giống như một cuộc leo núi, chúng ta cần phải khởi hành một lộ trình khó khăn đòi hỏi nỗ lực, hy sinh và tập trung. Những điều kiện tiên quyết này cũng rất quan trọng đối với lộ trình Hiệp Hành mà, là một Hội Thánh, chúng ta đã dẫn thân thực hiện. Sẽ thật hữu ích khi chúng ta suy tư về mối tương quan giữa khổ chế Mùa Chay và trải nghiệm Hiệp Hành.

Trong cuộc *“tĩnh tâm”* trên núi Tabor, Chúa Giêsu đem theo ba môn đệ, những người được chọn để chứng kiến một biến cố độc nhất vô nhị. Chúa Giêsu muốn chia sẻ kinh nghiệm ân sủng này, chứ không giữ lại cho riêng mình, cũng như toàn bộ đời sống đức tin của chúng ta là một trải nghiệm được sẻ chia. Vì chính trong sự liên đới với nhau mà chúng ta đi theo Chúa Giêsu. Và chúng ta, là một Hội Thánh lữ hành giữa dòng thời gian, cùng trải nghiệm Năm phụng vụ và trong đó có Mùa Chay, chúng ta cùng tiến bước với anh chị em mà Chúa đã đặt bên cạnh chúng ta như những bạn đồng hành. Cũng giống như biến cố Chúa Giêsu và các môn đệ đi lên Núi Tabor, chúng ta có thể khẳng định rằng, hành trình Mùa Chay của chúng ta là *“Hiệp Hành”*, bởi vì chúng ta cùng nhau đi trên một con đường, với tư cách là những môn đệ của một vị Thầy duy nhất. Hơn nữa, chúng ta biết rằng chính Chúa Giêsu là Con Đường, và do đó, trong hành trình Phụng vụ cũng như trong tiến trình Thượng Hội đồng, Giáo Hội không làm gì khác hơn là bước vào mầu nhiệm Đức Kitô – Đấng Cứu Độ một cách sâu xa và trọn vẹn hơn.

Và như thế chúng ta cùng bước lên cao điểm. Tin mừng thuật lại rằng Chúa Giêsu *“biến đổi hình dạng trước mặt các ông. Dung nhan Người chói lọi như mặt trời, và y phục Người trở nên trắng tinh như ánh sáng”* (Mt 17, 2). Đây là *“chóp đỉnh”*, mục tiêu của cuộc hành trình. Vào cuối cuộc leo núi, khi đang ở trên đỉnh núi với Chúa Giêsu, ba môn đệ được ơn nhìn thấy Người trong vinh quang, chói ngời ánh sáng siêu nhiên. Một ánh sáng không đến từ bên ngoài, nhưng tỏa ra từ chính Chúa. Vẻ đẹp thiêng liêng của

thị kiến này trỗi vượt hơn những nỗ lực mà các môn đệ đã cố gắng khi lên Núi Tabor. Như trong bất kỳ chuyến leo núi gian nan nào, đang khi leo, chúng ta phải chăm chú nhìn vào con đường; nhưng bức tranh toàn cảnh mở ra ở cuối lộ trình gây bất ngờ và đền đáp cho chúng ta bởi sự kỳ diệu của nó. Cũng vậy, tiến trình Hiệp Hành thường có vẻ như là một con đường khó khăn, và đôi khi có thể gây nản lòng. Tuy nhiên, điều chờ đợi chúng ta ở cuối hành trình chắc chắn sẽ là một điều gì đó kỳ diệu và ngỡ ngàng, điều đó sẽ giúp chúng ta hiểu rõ hơn ý muốn của Thiên Chúa và sứ mạng dành cho chúng ta trong khi phục vụ vương quốc của Ngài.

Trải nghiệm của các môn đệ trên núi Tabor càng phong phú hơn nữa khi, bên cạnh Chúa Giêsu biến hình, xuất hiện ông Môsê và Êlia, vốn là hiện thân của Lễ luật và các Ngôn sứ (x. Mt 17, 3). Điều mới mẻ của Đức Kitô vừa là sự hoàn tất Giao ước cũ và các lời hứa, vừa không tách rời khỏi lịch sử của Thiên Chúa với dân của Ngài và đồng thời mặc khải ý nghĩa sâu xa hơn cho lịch sử đó. Tương tự như vậy, lộ trình Hiệp Hành bắt nguồn từ truyền thống của Giáo Hội, nhưng đồng thời cũng mở ra cho những điều mới mẻ. Truyền thống là nguồn cảm hứng để tìm kiếm những con đường mới, và để tránh những cám dỗ đối nghịch của sự trì trệ và ngẫu hứng.

Hành trình khổ chế Mùa Chay cũng như tiến trình Thượng Hội đồng đều có mục tiêu là một cuộc biến hình, cả về phương diện cá nhân lẫn Giáo Hội. Một sự biến đổi, mà trong cả hai trường hợp, đều có khuôn mẫu nơi Chúa Giêsu Hiện dung và được thực hiện nhờ ân sủng của mầu nhiệm Vượt qua của Người. Để cuộc biến hình này có thể trở thành hiện thực nơi chúng ta trong năm nay, tôi muốn đề nghị hai “*Lộ trình*” cần đi theo để cùng lên núi với Chúa Giêsu, và cùng với Người đạt tới mục tiêu.

Lộ trình thứ nhất liên quan đến mệnh lệnh mà Chúa Cha ngỏ với các môn đệ trên núi Tabor, khi họ chiêm ngưỡng Chúa Giêsu Hiện dung. Tiếng từ đám mây phán ra: “*Các người hãy vâng nghe lời Người!*” (Mt 17, 5). Do đó, đề xuất đầu tiên rất rõ ràng: *Chúng ta cần lắng nghe Chúa Giêsu*. Mùa Chay là thời gian ân sủng để chúng ta lắng nghe Lời khi Người ngỏ lời với chúng ta. Nhưng Chúa Giêsu nói với chúng ta như thế nào? Trước hết, từ Lời Chúa mà Giáo hội công bố cho chúng ta trong Phụng vụ. Mong sao chúng ta đừng để Lời ấy bị bỏ ngoài tai; trong trường hợp không thể tham dự Thánh Lễ thường xuyên, chúng ta hãy đọc các Bài đọc Kinh Thánh hàng ngày, dù là với sự trợ giúp của internet. Ngoài Kinh Thánh, Chúa còn nói với chúng ta qua anh chị em của chúng ta, nhất là qua những khuôn mặt và câu chuyện của những người cần được giúp đỡ. Nhưng tôi cũng muốn thêm vào một khía cạnh khác, rất quan trọng trong tiến trình Hiệp Hành: thái độ lắng nghe Chúa Giêsu cũng bao gồm việc lắng nghe anh chị em khác trong Giáo Hội. Cách lắng nghe lẫn nhau là mục tiêu chính trong một số giai đoạn của tiến trình, nhưng nó luôn luôn không thể thiếu trong phương pháp và phong cách của một Giáo Hội hiệp hành.

Khi nghe tiếng Chúa Cha, các môn đệ “*kinh hoàng, ngã sấp mặt xuống đất. Bảy giờ Chúa Giêsu lại gần, chạm đến các ông và bảo: "Chỗi dậy đi, đừng sợ! Các ông ngược mắt lên, không thấy ai nữa, chỉ còn một mình Chúa Giêsu mà thôi"*” (Mt 17, 6-8). Đây là đề nghị thứ hai cho Mùa Chay này: đừng dựa vào một thứ tôn giáo được tạo ra từ những sự kiện phi thường và những kinh nghiệm kịch tính, hãy vượt qua nỗi sợ vì phải đối diện với thực tế và những đấu tranh, khó khăn và mâu thuẫn của nó trong cuộc sống hàng ngày. Ánh sáng mà Chúa Giêsu tỏ ra cho các môn đệ là sự báo trước về vinh quang Phục sinh, và đó phải là mục tiêu trong cuộc hành trình của chúng ta, khi chúng ta đi theo “*một mình Người*”. Mùa Chay hướng về Lễ Phục Sinh: “*tĩnh tâm*” tự nó không

phải là mục đích, nhưng là phương thế chuẩn bị cho chúng ta trải nghiệm cuộc khổ nạn và thập giá của Chúa Giêsu với đức tin, đức cậy và đức mến, hầu đạt tới sự phục sinh. Cũng vậy, trên lộ trình Hiệp Hành, ngay cả khi Thiên Chúa ban cho chúng ta ân sủng của một số trải nghiệm hiệp thông mạnh mẽ, thì chúng ta đừng ảo tưởng là mình đã đến đích. Vì, cũng tại đây, Chúa lặp lại với chúng ta rằng: “*Chỗi dậy đi, đừng sợ*”. Vậy thì chúng ta hãy đi xuống đồng bằng, và xin cho ân sủng mà chúng ta đã trải nghiệm giúp chúng ta trở thành “*những nghệ nhân của tính hiệp hành*” trong cuộc sống thường ngày tại các cộng đoàn của chúng ta.

Anh chị em thân mến, xin Chúa Thánh Thần thúc đẩy và nâng đỡ chúng ta trong Mùa Chay này khi chúng ta lên núi với Chúa Giêsu, để cảm nghiệm được vẻ huy hoàng thần linh của Người. Và nhờ đó, chúng ta được củng cố trong đức tin, được tiếp tục kiên trì trong cuộc lữ hành cùng với Chúa Giêsu, Đấng là vinh quang của dân Người và ánh sáng của muôn dân.

[Rôma, Đền thờ Thánh Gioan Lateranô, ngày 25. 01. 2023, Lễ Thánh Phaolô Trở lại. Phanxicô]

7 - Hát: “HÃY QUAY VỀ” - Mi Trâm (HCD 090) (C.Đoàn quỳ)

PK1: *Hãy quay về thật lòng ăn năn, hỡi những người lạc bước đường lầm! Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

ĐK: ***Hãy đổi mới tinh thần, hãy sống đúng Tin Mừng người ơi! Hãy đổi mới tinh thần, hãy sống đúng Tin Mừng hỡi người.***

PK2: *Hãy quay về này ngày cứu rỗi, Chúa thương tình tha thứ tội đời. Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

PK3: *Hãy quay về mọi người lớn bé, xé tâm hồn xin Chúa ngự vào. Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

8 - Suy Niệm (C.Đoàn ngồi)

Thánh Phaolô Tông Đồ đã dạy chúng ta: “*Anh em phải cởi bỏ con người cũ với nếp sống xưa, là con người phải hư nát vì bị những ham muốn lừa dối.*” Khi cầu nguyện, chúng ta hãy để cho Thần Khí hướng dẫn, để nhờ sức mạnh của Thần Khí ban, chúng ta mới có thể *cởi bỏ con người cũ với nếp sống xưa*. Điều này đòi hỏi chúng ta phải can đảm sám hối về những lỗi phạm làm mất lòng Chúa và mất lòng nhau. Hãy nhìn lại để chúng ta nhận ra những việc không được phép làm nhưng chúng ta vẫn làm; nhận ra những việc phải làm nhưng chúng ta không làm. Khi nhìn nhận như vậy là chúng ta đã nhận ra thân phận tội lỗi của mình để quay về với Chúa và với mọi người với tất cả sự đau khổ khi từ bỏ điều xấu và can đảm làm điều tốt. Sám hối thật lòng để nhận ơn tha thứ từ Thiên Chúa; và chính chúng ta cũng dứt khoát từ bỏ sự ích kỷ, lòng tự ái để tha thứ cho nhau. Chúa Giêsu, “*Đáng chẳng hề biết tội là gì, thì Thiên Chúa đã biến Người thành hiện thân của tội lỗi vì chúng ta.*” (2Cr 5,21), để chính Người chữa lành chúng ta qua Bí tích Hòa Giải.

Trước tình yêu thương bao la của Thiên Chúa, mỗi người chúng ta hãy quyết tâm từ bỏ một điều gì đó gây tổn thương cho Chúa và cho người khác; cùng quyết tâm thực hành một thói quen đẹp lòng Chúa và mang lại lợi ích cho người khác. (*thinh lặng*)

Con người cũ mà Thánh Tông Đồ nói tới chính là một lối sống chiều theo những dục vọng của chúng ta. Chúng ta vẫn sống ích kỷ cùng với tất cả mọi thói xấu, với những cách thức khác nhau của ma quỷ đã mê hoặc chúng ta khiến chúng ta đắm chìm trong tội

lỗi. Chúng ta phải xét mình lại để thấy rằng, chúng ta vẫn để cho những đam mê, những dục vọng chi phối và chiếm lĩnh cuộc sống của mình. Cần phải “*lên núi*” với Chúa, cho dù có gian nan, vất vả và đau khổ. Nhưng đây chính là hành động cởi bỏ con người cũ mà Thánh Phaolô kêu gọi mỗi người chúng ta. ĐTC viết: “*chúng ta được mời gọi đi lên “một ngọn núi cao” cùng với Chúa Giêsu và sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt - sự khổ chế.*” Kinh nghiệm đó là khi chúng ta thực hành chay tịnh phần xác mà Mùa Chay kêu gọi, làm tinh thần chúng ta thêm vững mạnh để chiến đấu chống trả tội lỗi.

Đức Thánh Cha đã gọi hành trình “*lên núi*” là hành trình khổ chế. Trong cuộc hành trình này chúng ta không cô đơn, không đi một mình, vì chúng ta có Chúa và có nhau cùng đi lên núi. Đó là hành trình Hiệp Hành. Tuy nhiên, chính chúng ta lại không muốn Chúa cùng đi với ta ; và chúng ta cũng không muốn có ai cùng đi với mình. Chúng ta không muốn cùng đi theo Chúa và hiệp hành với cộng đoàn. Đó là con người cũ của chúng ta. Đức Thánh Cha mời gọi chúng ta hãy “*quyết tâm, được trợ giúp nhờ Ân Sủng, để vượt thắng khiếm khuyết đức tin và thái độ phản kháng của chúng ta khi đi theo Chúa trên con đường thập giá.*” Khiếm khuyết đức tin của chúng ta chính là chưa yêu mến Chúa thật và chưa thật sự tin tưởng vào Chúa ; thái độ phản kháng của chúng ta là chưa nhận ra Lòng Thương Xót của Chúa và không muốn ai trợ giúp trong đời sống Đức Tin. Chúng ta chỉ muốn tách khỏi Chúa và khỏi cộng đoàn. Đó là những khi chúng ta tham dự Thánh Lễ trể, là chỉ biết dán mắt vào điện thoại, đắm chìm vào những hình ảnh ở trong điện thoại ngay khi dự lễ. Chúng ta không muốn sống hiệp hành đối với Chúa và với mọi người.

Trước Bí tích Thánh Thể, bí tích Tình Yêu của Chúa, chúng ta hãy quyết tâm cởi bỏ con người cũ, *anh em phải để Thần Khí đổi mới tâm trí anh em, và phải mặc lấy con người mới, là con người đã được sáng tạo theo hình ảnh Thiên Chúa để thật sự sống công chính và thánh thiện.* Chúng ta hãy xin Thần Khí đổi mới tâm trí chúng ta, làm tươi mới mối tương quan của chúng ta với Chúa và với nhau. Đó là chúng ta biết quan tâm đến nhau hơn, và nhất là, nhận biết Chúa Giêsu vẫn luôn quan tâm đến ta; Người đã trở thành người bạn đồng hành của mỗi chúng ta. Chúa Giêsu mời gọi chúng ta hãy làm những việc chúng ta có thể làm cho nhau trong đời sống hàng ngày. Không chỉ giúp nhau về phần xác mà còn phải biết giúp nhau về phần hồn, đó là khuyên bảo và dẫn đưa nhau đến với Chúa qua việc siêng năng lãnh nhận Bí tích Hòa Giải và Bí tích Thánh Thể. *(thinh lặng)*

Lạy Chúa Giêsu, xin giúp chúng con nhận biết Chúa vẫn luôn quan tâm đến mỗi người chúng con, Chúa đã trở thành người bạn đồng hành của mỗi chúng con, xin cho chúng con cũng biết quan tâm đến nhau, và trở nên người bạn của nhau. Xin cho chúng con biết siêng năng đến với Chúa, để chính Chúa biến đổi tâm hồn, củng cố Đức Tin và niềm hy vọng của chúng con, để nhờ đó, chúng con biết hoán cải và mở lòng ra với mọi người, nhờ đó, chúng con luôn sống trong Tình Yêu của Chúa và trong tình yêu thương nhau, để ơn bình an và hạnh phúc thực sự có trong cuộc đời chúng con nơi dương thế này. *(thinh lặng)*

9 - Đọc kinh “**14 mối thương người**”

Thương người có mười bốn mối,

Thương xác bảy mối

Thứ nhất cho kẻ đói ăn.

Thứ hai cho kẻ khát uống.
Thứ ba cho kẻ rách rưới ăn mặc.
Thứ bốn viếng kẻ liệt cùng kẻ tù rạc.
Thứ năm cho khách đỡ nhà.
Thứ sáu chuộc kẻ làm tội.
Thứ bảy chôn xác kẻ chết.

Thương linh hồn bảy mối

Thứ nhất lấy lời lành mà khuyên người.
Thứ hai mở dạy kẻ mê muội.
Thứ ba an ủi kẻ âu lo.
Thứ bốn răn bảo kẻ có tội.
Thứ năm tha kẻ khinh dễ ta.
Thứ sáu nhin kẻ mất lòng ta.
Thứ bảy cầu cho kẻ sống và kẻ chết.

10 – Suy Niệm (C.Đoàn ngời)

ĐTC nhắc nhở chúng ta: *“Chúa lặp lại với chúng ta rằng: “Chỗi dậy đi, đừng sợ”. Vậy thì chúng ta hãy đi xuống đồng bằng, và xin cho ân sủng mà chúng ta đã trải nghiệm giúp chúng ta trở thành “những nghệ nhân của tính hiệp hành” trong cuộc sống thường ngày tại các cộng đoàn của chúng ta.”*

Chúa mời gọi chúng ta hãy chỗi dậy tức là đứng lên, thoát khỏi những đam mê, thoát khỏi những cám dỗ, thoát khỏi sự ích kỷ ; và đi xuống đồng bằng, tức là đến với mọi người trong giáo xứ, trong cộng đoàn của mình để hành động theo lệnh truyền của Chúa: *“Vì xưa Ta đói, các ngươi đã cho ăn ; Ta khát, các ngươi đã cho uống ; Ta trần truồng, các ngươi đã cho mặc ; Ta đau yếu, các ngươi đã thăm viếng ; Ta ngồi tù, các ngươi đến hỏi han.”* (Mt 25, 35-37). Khi chúng ta làm những việc này là chúng ta cũng đang ở và đang triển khai trong tiến trình Hiệp Hành. Vì hiệp hành đòi hỏi chúng ta phải lắng nghe Chúa và lắng nghe nhau. Có lắng nghe tiếng Chúa, chúng ta mới nhận ra hình ảnh của Chúa nơi những người anh chị em bất hạnh đó ; có lắng nghe anh chị em mình, chúng ta mới nhận ra những nhu cầu, những tâm tư, những nguyện vọng, những đau khổ trong tâm hồn của họ. Và như vậy, chúng ta mới đem tất cả tâm tình mà nâng đỡ anh chị em mình.

Lắng nghe như Thánh Phaolô dạy: *“một khi đã cởi bỏ sự gian dối, mỗi người trong anh em hãy nói sự thật với người thân cận, vì chúng ta là phần thân thể của nhau.”* Lắng nghe còn là dám nói sự thật để xây dựng cho nhau tốt hơn, sống công chính hơn, vì chúng ta thuộc về nhau và đang cùng nhau tiến bước trên con đường về Nhà Cha. Nếu ai trong chúng ta đều nhận biết *chúng ta là phần thân thể của nhau* thì không có sự gian dối mà chỉ có sự thật, và như vậy, tất cả chúng ta thuộc về Chúa Giêsu, vì Người là đường, là sự thật và là sự sống. (thinh lặng)

Đức Cha Aloisiô trong Thư Mùa Chay năm nay đã mong ước mỗi người chúng ta thực thi việc bác ái, ngài viết: *“Ước mong sao mỗi thành viên trong gia đình giáo phận biết lắng nghe, để có thể quảng đại giúp đỡ cho các hoạt động của Caritas giáo phận, trong chiến dịch Mùa Chay hằng năm, hầu có thể cứu giúp cho những anh chị em lâm cảnh ngặt nghèo, hoạn nạn, cùng cực. Xin anh chị em cố gắng hạn chế trong việc chi*

tiêu, để rộng tay giúp đỡ cho công việc bác ái này. Ngoài ra, xin anh chị em quan tâm giúp đỡ những người cô thế cô thân, những người sắc tộc nghèo đói, và thực thi những điều được ghi trong 14 Mối Thương Người.” Như Đức Cha khuyến nhủ, chúng ta không chỉ làm việc bác ái cho những người thân, mà chúng ta còn phải biết quan tâm đến những người khác, nhất là những anh chị em đang bị tổn thương trên đường đời để trở thành những người thân cận với chúng ta. Điều này có nghĩa là: qua việc bác ái chúng ta làm cho người khác, chúng ta phải giới thiệu cho họ nhận biết được Lòng Xót Thương của Chúa, giúp cho họ cũng biết đón nhận người khác, trở thành người thân cận của mọi người. Khi chúng ta thực hành điều này, chúng ta đang “củng cố sự Hiệp Thông”, đang thi hành Sứ Vụ mà Chúa đã trao cho mỗi người chúng ta: Sứ vụ loan báo Tin Mừng Yêu Thương của Chúa cho muôn dân. Vì chính Chúa đã ban cho chúng ta có những phương tiện để quảng đại làm điều tốt cho người khác. Chúng ta đừng quản ngại, nhưng hãy hăng hái loan báo Tin Mừng Cứu Độ cho người khác; hãy hân hoan đón nhận nhiều người vào hàng ngũ người thân cận của chúng ta. (thinh lặng)

Chúng ta nài xin Chúa thương ban cho mỗi người trong gia đình Giáo Phận, cách riêng, cho các bạn trẻ biết từ bỏ sự lười biếng để siêng năng tham dự Thánh Lễ mỗi ngày; và mỗi người chúng ta không quản ngại đến với Chúa sớm hơn để tâm tình với Ngài và biết tìm kiếm hạnh phúc đích thực nơi Chúa. Xin cho chúng ta biết sống với lòng đơn sơ vui vẻ, để chính cuộc đời chúng ta là bài ca tôn vinh và ca tụng Thiên Chúa, vì chính Chúa làm chủ cuộc đời mỗi người chúng ta, chứ không phải một thần nào khác. Xin cho chúng ta nhận biết rằng: chỉ nơi Chúa, chúng ta mới có được niềm vui, bình an và hạnh phúc đích thực. (thinh lặng)

11 - Hát: QUỲ BÊN CUNG THÁNH. – Kim Long (HCD 113) (C.Đoàn quỳ)

ĐK: Quỳ bên cung thánh, đoàn con thiết tha kêu cầu Chúa. Lời kinh thẩm lệ, nguyện xin Chúa thứ tha tội nợ. Vượt qua năm tháng, tình yêu Chúa kiên trung bền vững. ngàn muôn thế hệ cùng chung tiếng hát ca tôn thờ.

PK1: Lệ sầu rưng rưng ngược nhìn tin yêu tiếng lòng thao thức, Chúa ơi đủ thương đừng mình xét bao tội tình.

PK2: Một chiều xưa kia khắp đời Can-vê máu hồng chan chứa. thể nhân tội nợ được ân xá trong tình yêu.

PK3: Đường đời gai chông, cát bụi mênh mông, sức hèn kinh hãi. Chúng con cậy trông lòng thương Chúa như đại dương.

12 - Lời Nguyện Chung:

Chủ sự: Lạy Chúa Giêsu, Chúa bày tỏ Lòng Chúa Xót Thương qua hình bánh bé nhỏ. Chúng con tin thật Chúa đang hiện diện trước chúng con. Chúa mong chờ chúng con đến với Chúa, để lãnh nhận những Ôn Lành từ Tình Thương của Chúa. Chúng con xin dâng lên Chúa những lời nguyện xin.

1 / Chúa là Người Cha nhân hậu, không kết án khi chúng con lầm lạc, nhưng kiên nhẫn chờ đợi chúng con quay về với Chúa. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin cho mỗi người chúng con có lòng khiêm tốn, nhận biết thân phận yếu đuối, lỗi tội của chính mình; xin cho chúng con không quản ngại từ nan nhanh chóng quay về với Chúa, để được nhận ơn tha thứ mà Chúa vẫn sẵn lòng ban cho chúng con.

2 / Chúa không muốn một ai trong chúng con phải chết vì tội lỗi, Chúa mong muốn tất cả chúng con đều được hưởng sự sống đời đời. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh

Kuênot, - xin Chúa cho chúng con biết lắng nghe Lời Chúa dạy, siêng năng học hỏi Lời Chúa, để chúng con nhận ra con đường Chúa muốn chúng con đi. Xin cho chúng con biết đón nhận ý Chúa và can đảm làm theo, ngõ hầu chúng con được hưởng Ôn Cứu Độ mà Chúa đã hứa ban.

3 / Chúa muốn chúng con thể hiện Tình Yêu Thương bằng những hành động cụ thể, để chúng con ngày càng trở nên giống Chúa hơn. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin cho chúng con và cách riêng, các bạn trẻ, không quản ngại từ nan khi tích cực làm việc bác ái cho mọi người, cách riêng cho những ai đang gặp khó khăn trong đời sống, cùng xin Chúa cho chúng con biết đón nhận những người bất hạnh, đau khổ... biết chia sẻ với họ những gì chúng con có, ngõ hầu chúng con có được những của cải không hề hư mất nơi Nước Trời.

4 / Chúa muốn chúng con từ bỏ những ngẫu tượng là những lạc thú nơi trần gian này. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin cho chúng con, cách đặc biệt, các bạn trẻ trong giáo xứ chúng con, không quản ngại từ nan khi biết sống “khổ chế” để chống lại các dục vọng; biết đón nhận sức mạnh Chúa ban nơi Bàn Tiệc Thánh. Xin cho các bạn trẻ siêng năng đến với Chúa, gặp gỡ Chúa qua Lời Chúa và Bí tích Thánh Thể, không chỉ ngày Chúa Nhật mà là mỗi ngày, để chính Chúa đổi mới tâm hồn chúng con, giúp chúng con nỗ lực và cố gắng sống công chính mỗi ngày mỗi hơn.

Chủ Sự dâng Lời nguyện:

Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã bày tỏ Tình Thương của Chúa, khi Chúa luôn kiên nhẫn chờ đợi chúng con sám hối ăn năn, quay về với Chúa. Xin cho chúng con có lòng khiêm tốn, để nhận biết những lỗi lầm, những sai phạm đã làm mất lòng Chúa và mọi người. Xin cho chúng con biết thực hành khô chế là hoán cải, ăn năn sám hối cho thật; đó là chúng con quyết tâm thay đổi thái độ đối với nhau. Xin Chúa cho mỗi người chúng con biết mở lòng ra, để chúng con vui sướng đón tiếp nhau, nhất là những người bất hạnh, ngõ hầu tất cả mọi người đều nhận biết chúng con là phần thân thể của nhau, nhờ đó, chúng con biết yêu thương nhau hơn trong Tình Yêu của Chúa. Chúa là Đấng hằng sống và hiển trị muôn đời. Amen.

13 - Đọc

KINH CẦU CHO THƯỢNG HỘI ĐỒNG GIÁM MỤC 2021-2023

Lạy Chúa Thánh Thần là Ánh sáng Chân lý vẹn toàn,
Chúa ban những ân huệ thích hợp cho từng thời đại,
và dùng nhiều cách thế kỳ diệu để hướng dẫn Hội Thánh,
nay chúng con đang chung lời cầu nguyện cho các Giám mục
và những người tham dự Thượng Hội đồng Giám mục thế giới.

Xin Chúa làm nên cuộc Hiện Xuống mới trong đời sống Hội Thánh,
xin tuân tràn trên các Mục tử ơn khôn ngoan và thông hiểu,
gìn giữ các ngài luôn hiệp thông với nhau trong Chúa,
để các ngài cùng nhau tìm hiểu những điều đẹp ý Chúa,
và hướng dẫn đoàn Dân Chúa thực thi những điều Chúa truyền dạy.

Các giáo phận Việt Nam chúng con
luôn muốn cùng chung nhịp bước với Hội Thánh hoàn vũ,

xin cho chúng con
biết đồng cảm với nỗi thao thức của các Mục tử trên toàn thế giới,
ngày càng ý thức hơn về tình hiệp thông,
thái độ tham gia và lòng nhiệt thành trong sứ vụ của Hội Thánh.

Nhờ lời chuyển cầu của Đức Trinh Nữ Maria,
Nữ Vương các Tông đồ và là Mẹ của Hội Thánh,
chúng con dâng lời khẩn cầu lên Chúa,
là Đấng hoạt động mọi nơi mọi thời,
trong sự hiệp thông với Chúa Cha và Chúa Con,
luôn mãi đến muôn đời. Amen

14 - Hát: Đây Nhiệm Tích (Tantum Ergo).

- 1. Đây Nhiệm Tích vô cùng cao quý, nào chúng ta phục bái tôn thờ. Và dấu tích ngàn xưa lưu ký, phải kính nhường nghi lễ mới đây. Ta hãy lấy Đức Tin bù lại, nếu giác quan không cảm thấy gì.*
- 2. Dâng về Chúa Cha và Con Chúa, lời tán dương mừng chúc vang hòa. Cùng vinh phúc quyền uy danh giá, tựa khói trầm bay tỏa ngát hương. Để tiến Chúa Thánh Linh nhân hậu, khúc tán dương cảm tạ suốt đời. A-men.*

15 - Kết: Hát: **ĐÂU CÓ TÌNH YÊU THƯƠNG**

ĐK: Đâu có tình yêu thương ở đây có Đức Chúa Trời. Đâu có lòng từ bi là đây có ân sủng Người. Đâu có tình bác ái thì Chúa chúc lành không ngại. Đâu ý hợp tâm đầu ở đây chứa chan nguồn vui.

1. Nài xin tha thiết Thượng Đế muôn tình lân ái xin hãy đổ đầy linh hồn tình yêu thiết tha. Yêu Chúa hết lòng hết sức hết cả trí khôn, cùng yêu anh em như Chúa mến yêu chúng con.

2. Nguyên xin Thiên Chúa đoàn kết muôn người một ý. Xin hãy duy trì trí lòng hòa hợp mến yêu. Diệt tan căm thù chia rẽ oán hờn ghét ghen. Gìn giữ Đức Ái: yêu Chúa mến thương anh em.

MẪU 3

1 - Đọc Kinh Tin, Cậy, Mến. (C. đoàn quỳ)
Kính Lạy Cha.
Kính Tin kính.

2 - Hát Thánh Thê : LÒNG CHÚA ÁI TUẤT – Nguyễn Bang Hanh

PK1- *Đây lòng chúa ái tuất không bến bờ, thương loài nhân thế đang vương tội nơ. Đem trót máu thịt nuôi dưỡng xác hồn. Ngày đêm ban xuống cho muôn ngàn ơn.*

PK2- *Qua rượu bánh Chúa hiến trao chính mình, con dù không thấy luôn vững niềm tin. Đây chính máu thịt con Đức Chúa Trời. Là Vua trên hết các vua trần ai.*

ĐK: *Con xin kính tin sắp Minh thờ lạy Chúa, và dâng tiến lên niềm yêu mến trung thành. Từ nay con quyết sống tình yêu Chúa, ở nơi thế gian và trên chốn Thiên Đình.*

Chủ sự:

*Cơ may tới, giờ hồng ân đã điểm,
Xin cho lòng biết hối hận ăn năn,
Nhờ Tình Thương mà cải quá tự tân,
Quay trở lại như Lòng Trời mong mỏi.*

Kính thưa cộng đoàn,

Trong Thư Mùa Chay năm nay của ĐC Aloisiô gửi tới chúng ta, ngài viết: “*chúng ta lại một lần nữa bước vào hành trình Mùa Chay. Đây là thời gian giúp chúng ta chuẩn bị đón mừng mầu nhiệm Vượt Qua của Đức Kitô, Đấng đã chấp nhận đi vào trong đau khổ và chết chóc của nhân loại vì yêu thương và để cứu độ chúng ta.*”

Đức Cha cũng giải thích chúng ta hiểu rõ hơn: “*Như thế, trong Mùa Chay này, để có thể ‘sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt’, để có thể ‘vượt thắng khiếm khuyết đức tin’, chúng ta được mời gọi ‘lên núi’, nghĩa là thực hành khổ chế : chế ngự bản thân, chấp nhận hy sinh một điều gì đó, ... Tuy nhiên, như xưa, Chúa Giêsu và các môn đệ cùng lên Núi Tabor, chúng ta được mời gọi lên núi ‘cùng nhau’. Mùa Chay là một hành trình cùng nhau, - Hiệp Hành, bởi lẽ, ‘chúng ta cùng nhau đi trên một con đường, với tư cách là những môn đệ của một vị Thầy duy nhất.’*”

Vì thế, trong ngày hôm nay, ngày chúng ta dành cho Chúa, chúng ta cầu nguyện cho Giáo Hội luôn Hiệp Thông với Đức Kitô là Đầu và với nhau trong đức tin, trong niềm hy vọng và trong tình yêu của mỗi chúng ta đối với Chúa và đối với nhau; chúng ta cũng không quên cầu nguyện cho giáo xứ, cho giáo phận và trên toàn thế giới, biết *cùng nhau đi trên một con đường hiệp hành*, cách đặc biệt, cho những bạn trẻ và cho những ai trong giáo xứ đang xa lìa Chúa, đang xa lìa cộng đoàn.

Kính thưa cộng đoàn,

Toàn thể nhân loại vẫn đang sống trong sự bất an và hỗn loạn ; chúng ta hãy chạy đến với Thiên Chúa, để cầu xin Chúa tỏ bày quyền năng của Chúa ban ơn cho toàn thể nhân loại, xin Chúa cứu thoát nhân loại khỏi hỗn loạn và tai ương, ngõ hầu mọi người nhận biết quyền năng và lòng thương xót của Chúa để họ tin rằng: chỉ có Chúa là Thiên Chúa thật, không có thần nào khác nữa. Xin Chúa đón nhận những lời cầu xin của chúng ta, nhờ những việc hy sinh, hãm mình, khổ chế, và cách đặc biệt trong việc thờ phượng Thánh Thể Chúa suốt ngày hôm nay, ngày chúng ta dành trọn vẹn cho Chúa, cho Giáo Hội, cho tha nhân và cho mỗi người trong gia đình chúng ta.

Thật là ý nghĩa trong giờ phút này đây, trước Thánh Thể Chúa, hiệp thông cùng Đức Thánh Cha Phanxicô, với Đức Cha Aloisiô, với anh chị em trên toàn thế giới, chúng ta bày tỏ lòng yêu mến Chúa, chúng ta chiêm ngắm Chúa là “*Đấng lãnh đạo và kiện toàn đức tin*” (Dt 12, 2), chúng ta tuyên xưng Chúa ngự thật trong phép Thánh Thể, chúng ta thờ lạy và phủ phục tôn thờ Chúa Giêsu ẩn mình dưới hình Bánh. Chúng ta hãy cảm tạ Chúa Giêsu đã trao ban chính mình cho chúng ta. Và sau hết, xin Chúa chúc lành cho

những thiện ý của mỗi người, của mỗi gia đình, mỗi giáo xứ cùng giáo phận và toàn thế giới.

3 - Hát: LẮNG NGHE LỜI CHÚA. – Nguyễn Duy.

PK1. *Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài gọi con trong đêm tối
Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài dạy con lúc lẻ loi
Xin cho con cất tiếng lên/ trả lời vừa khi con nghe Chúa
Xin cho con biết thân thưa: lạy Ngài, Ngài muốn con làm chi?*

ĐK: *Lời Ngài là sức sống của con. Lời Ngài là ánh sáng đời con.
Lời Ngài làm chạnh chan hy vọng. Là đường để con hằng dõi bước.
Lời Ngài đượm chất ngọt niềm vui. Trộn vện ngàn tiếng hát đầy vui.
Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho đời ai.*

PK2. *Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài dạy con trong cuộc sống.
Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài từng theo bước đời con.
Xin cho con biết sẵn sàng/ trở về và vâng nghe theo Chúa.
Xin cho con biết sẵn sàng/ thực hành lời Chúa đã truyền ban.*

PK3. *Xin cho con vững bước đi/ vào đời truyền rao cho chân lý.
Xin cho con biết say mê/ cuộc đời làm nhân chứng tình yêu.
Cho môi còn thắm mắt cười, Lời Ngài được đem cho thế giới.
Cho đôi tay sáng ơn trời, trọn vẹn hành lý cho ngày mai.*

4 - Chủ Sự đọc Lời Chúa: Lc 10, 25-28 (Cộng đoàn đứng)

Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Lu-ca,

Khi ấy, có người thông luật kia đứng lên hỏi Đức Giê-su để thử Người rằng :
"Thưa Thầy, tôi phải làm gì để được sự sống đời đời làm gia nghiệp ?" 26 Người đáp :
"Trong Luật đã viết gì ? Ông đọc thế nào ?" Ông ấy thưa : "Người phải yêu mến Đức Chúa, Thiên Chúa của người, hết lòng, hết linh hồn, hết sức lực, và hết trí khôn người, và yêu mến người thân cận như chính mình." Đức Giê-su bảo ông ta : "Ông trả lời đúng lắm. Cứ làm như vậy là sẽ được sống."

Đó là Lời Chúa. – Lạy Chúa Kitô, ngợi khen Chúa.

5. Suy niệm

"Người phải yêu mến Đức Chúa, Thiên Chúa của người, hết lòng, hết linh hồn, hết sức lực, và hết trí khôn người." Người thông luật đã trích Sách Đệ Nhị luật chương 6, câu 5 để trả lời Chúa Giêsu, khi chính ông ta muốn hỏi Chúa về điều răn nào quan trọng nhất. Rõ ràng yêu mến Thiên Chúa là giới răn quan trọng nhất. Chúng ta cũng được dạy: "Thờ phượng một Đức Chúa Trời trên hết mọi sự", tức là yêu mến Chúa trên hết mọi sự. Để có thể yêu mến Chúa tha thiết mỗi ngày một hơn và yêu mến Chúa hơn mọi sự ở trần gian này, chúng ta được Lời Chúa hướng dẫn và được các Bí tích của Chúa nâng đỡ phù trì.

Đức Thánh Cha Phanxicô đã giúp chúng ta hiểu và thực hành cầu nguyện như thế nào. Trong Sứ Điệp Mùa Chay năm nay, Đức Thánh Cha viết: "Tiếng từ đám mây phán ra: "Các người hãy vâng nghe lời Người!" (Mt 17, 5). Do đó, đề xuất đầu tiên rất rõ ràng: Chúng ta cần lắng nghe Chúa Giêsu. Mùa Chay là thời gian ân sủng để chúng ta lắng nghe Lời khi Người ngỏ lời với chúng ta. Nhưng Chúa Giêsu nói với chúng ta như thế nào? Trước hết, từ Lời Chúa mà Giáo hội công bố cho chúng ta trong Phụng

vụ. Mong sao chúng ta đừng để Lời ấy bị bỏ ngoài tai; trong trường hợp không thể tham dự Thánh Lễ thường xuyên, chúng ta hãy đọc các Bài đọc Kinh Thánh hàng ngày, dù là với sự trợ giúp của internet.” Đức Thánh Cha đã chỉ cho chúng ta phương cách để Đức Tin, niềm xác tín của chúng ta được vững mạnh. Đó là cầu nguyện với Lời Chúa, là mở rộng tâm hồn trước Lời Chúa. Điều này có nghĩa: chúng ta phải siêng năng đọc và học hỏi Lời Chúa, chăm chú vào các bài giảng như các tín hữu xưa đã *chuyên cần nghe các Tông Đồ giảng dạy*, qua đó chúng ta nhận ra Thánh ý Chúa và đem ra thực hành. Đọc và học hỏi Lời Chúa chưa đủ, nhưng cần mở lòng để Lời Chúa “ở lại” với chúng ta. Chúa luôn muốn ở lại với chúng ta. Chúng ta có thể nhận ra sự hiện diện của Ngài trong cuộc đời mỗi người qua nhiều phương cách, nhưng rõ nét hơn cả, là qua việc cầu nguyện.

Đức Cha Aloisiô đã chỉ cho chúng ta phương cách để thực hành cầu nguyện: *“Cách cụ thể, để hiệp thông với Chúa, chúng ta cần nỗ lực siêng năng cầu nguyện, lắng nghe Lời Chúa và tham dự các Bí tích, nhất là Thánh Lễ. Ngoài Thánh Lễ ngày Chúa nhật là lễ buộc, tất cả những ai không mắc ngăn trở về sức khỏe và công việc, đều được mời gọi tham dự Thánh Lễ ngày thường, để được nuôi dưỡng và được biến đổi nhờ Lời Chúa và Thánh Thể. Ngoài ra, việc cầu nguyện chung hay riêng, nhất là giờ kinh tối trong các gia đình, bao gồm việc đọc và suy niệm một đoạn Lời Chúa, là một thực hành cần được duy trì và khích lệ.”* Như vậy, cầu nguyện không chỉ là xin Chúa ban cho mình hết ơn này đến ơn khác, nhưng cầu nguyện còn là lắng nghe tiếng Chúa qua Lời Chúa. Muốn được như thế, cần phải siêng năng đọc Lời Chúa, chuyên cần học Lời Chúa và chú tâm suy niệm Lời Chúa. Bên cạnh đó, chúng ta còn được nghe giảng giải Lời Chúa trong Thánh lễ và có những đề nghị để áp dụng Lời Chúa vào cuộc sống của mình. Nhờ đó, chúng ta mới có thể yêu mến và thờ phượng Chúa trên hết mọi sự. Mỗi người chúng ta hãy quyết tâm trước Thánh Thể Chúa: từ nay, con sẽ chú tâm nghe Chúa dạy qua việc siêng năng đọc và học Lời Chúa. *(thinh lặng)*

Cầu nguyện là gặp gỡ Chúa và thưa chuyện với Ngài như người con gặp gỡ cha của mình. Cầu nguyện còn giúp chúng gặp gỡ nhau, vì mỗi người đều mang hình ảnh Thiên Chúa. Gặp gỡ Chúa và gặp gỡ nhau để lắng nghe Chúa nói và lắng nghe nhau. Cầu nguyện là một trong ba điều mà Giáo Hội mời gọi mỗi tín hữu gia tăng thực hành trong Mùa Chay. Đức Thánh Cha viết: *“Trong cuộc “tĩnh tâm” trên núi Tabor, Chúa Giêsu đem theo ba môn đệ, những người được chọn để chứng kiến một biến cố độc nhất vô nhị. Chúa Giêsu muốn chia sẻ kinh nghiệm ân sủng này, chứ không giữ lại cho riêng mình, cũng như toàn bộ đời sống đức tin của chúng ta là một trải nghiệm được sẻ chia. Vì chính trong sự liên đới với nhau mà chúng ta đi theo Chúa Giêsu. Và chúng ta, là một Hội Thánh lễ hành giữa dòng thời gian, cùng trải nghiệm Năm phụng vụ và trong đó có Mùa Chay, chúng ta cùng tiến bước với anh chị em mà Chúa đã đặt bên cạnh chúng ta như những bạn đồng hành.”* Điều này có nghĩa, Đức Thánh Cha muốn nhắc nhở chúng ta: không chỉ cầu nguyện một mình, nhưng tốt hơn cả, hãy cầu nguyện chung với nhau. Và thật là đẹp lòng Chúa khi chúng ta cùng nhau cầu nguyện, cùng nhau lắng nghe và nhận ra sự hiện diện của Ngài ở giữa chúng ta *“Vì ở đâu có hai ba người họp lại nhân danh Thầy, thì có Thầy ở đấy, giữa họ.”* (Mt 18,20) Nhờ đó, chúng ta được hiệp thông với Chúa và với nhau. Đức Thánh Cha đã nhắc nhở chúng ta: *“thái độ lắng nghe Chúa Giêsu cũng bao gồm việc lắng nghe anh chị em khác trong Giáo Hội. Cách lắng nghe lẫn nhau là mục tiêu chính trong một số giai đoạn của tiến trình, nhưng nó luôn luôn không thể thiếu trong phương pháp và phong cách của một Giáo Hội hiệp hành.”* Đức Cha Aloisiô chỉ rõ cho chúng ta: *“Như thế, lắng nghe nhau không chỉ là phép lịch sự xã giao, nhưng còn là một đòi buộc của người môn đệ Đức Kitô, là thái độ của những chi thể của*

một Giáo Hội hiệp hành. Dĩ nhiên, để có thể lắng nghe nhau, cần biết khổ chế, kiên nhẫn và chịu mất thời gian.” Giờ đây, trước Thánh Thể Chúa, mỗi người chúng ta hãy xem xét lại thái độ của mình khi lắng nghe người khác như thế nào? Trong gia đình: giữa vợ chồng với nhau; giữa cha mẹ với con cái; giữa anh chị em với nhau. Trong giáo xứ: giữa những anh chị em trong cùng hội đoàn; giữa chúng ta với cha xứ; giữa chúng ta với nhau. (thinh lặng)

Ngoài ra, chúng ta cần củng cố sự hiệp thông với nhau, trong giáo xứ và nhất là trong gia đình của chúng ta. Chính vì thế, chúng ta hãy siêng năng cầu nguyện chung với nhau: trong gia đình, nơi xóm giáo và tại nhà thờ giáo xứ; đặc biệt trong giờ Châu này.

Chúng ta cầu nguyện cho nhau, cho các bạn trẻ, cho những ai đang mãi mê đi theo lạc thú trần gian mà xa rời Chúa, không nhận biết lòng xót thương của Chúa. Xin cho chúng ta và cho những ai đang xa lìa Chúa, biết quay về với Chúa và cần đến lòng thương xót Chúa, ngõ hầu cuộc sống của chúng ta được đổi mới trong tình yêu thương nhau. (thinh lặng)

Lạy Chúa Giêsu, chúng con đang sống trong một thế giới quá ồn ào về mọi mặt, điều này khiến chúng con không thể gặp gỡ Chúa và dần dần quên mất Chúa. Xin Chúa dẫn đưa chúng con vào sự thinh lặng, đặc biệt trong Mùa Chay này, để chúng con được sống trong sự thân tình mật thiết với Chúa qua việc cầu nguyện. Nhờ đó, chúng con nhận biết là Chúa rất vui mừng khi chúng con biết quay về với Chúa và với anh em, chỉ vì Chúa Yêu Thương chúng con. Xin cho chúng con có can đảm đứng lên, quay về với Chúa. Xin cho chúng con nhận biết Lòng Chúa Xót Thương để chúng con yêu mến và thờ phượng Chúa hết lòng, hết linh hồn, hết sức lực, và hết trí khôn mỗi ngày mỗi hơn. (thinh lặng)

6 - Nghe đọc Sứ điệp Mùa Chay 2023 của ĐTC Phanxicô.

Người đọc 1: Giờ đây, chúng ta cùng lắng nghe toàn văn Sứ Điệp Mùa Chay năm nay mà ĐTC Phanxicô gửi cho chúng ta. Qua Sứ Điệp này, mỗi người hãy nhận ra những hướng dẫn từ chính Chúa gửi tới mình, để rồi, với nỗ lực và quyết tâm, chúng ta cùng nhau tiến bước để làm tươi mới Đức Tin, niềm Hy Vọng và tình yêu trong cuộc sống của mình.

**SỨ ĐIỆP MÙA CHAY NĂM 2023
CỦA ĐỨC THÁNH CHA PHANXICÔ
*Khổ chế Mùa Chay và Lộ trình Hiệp Hành***

Anh chị em thân mến!

Các Sách Tin Mừng Matthêu, Marcô và Luca đều thuật lại biến cố Chúa Giêsu Hiển dung. Qua đó, chúng ta thấy Chúa đáp lại thái độ của các môn đệ khi chưa thật sự hiểu Người. Thật vậy, trước đó không lâu, đã có một cuộc xung đột thực sự giữa Thầy Giêsu và môn đệ Simon Phêrô, người mà sau khi tuyên xưng niềm tin của mình vào Thầy là Đấng Kitô, Con Thiên Chúa, đã phản đối lời tiên báo về cuộc khổ nạn và thập giá của Người. Chúa Giêsu đã mạnh mẽ quả trách ông: “*Xatan, lui ra đằng sau Thầy! Anh cản lối Thầy, vì tư tưởng của anh không phải là tư tưởng của Thiên Chúa, mà là của loài người!*” (Mt 16, 23). Và rồi, “*sáu ngày sau, Chúa Giêsu đem các ông Phêrô, Giacôbê và Gioan là em ông Giacôbê, tới một ngọn núi cao*” (Mt 17, 1).

Đoạn Tin mừng về Chúa Giêsu Hiển dung được đọc hàng năm vào Chúa Nhật II Mùa Chay. Thật vậy, trong mùa Phụng vụ này, Chúa đem chúng ta đi với Người và dẫn đến một nơi riêng biệt. Trong khi những bốn phận thường ngày đòi buộc chúng ta phải ở lại những nơi quen thuộc và những thói quen lặp đi lặp lại đến độ nhàm chán, thì trong Mùa Chay, chúng ta được mời gọi đi lên “*một ngọn núi cao*” cùng với Chúa Giêsu và sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt - *sự khổ chế* - như dân thánh của Thiên Chúa.

Khổ chế Mùa Chay là một quyết tâm được trợ giúp nhờ ân sủng, để vượt thắng khiếm khuyết đức tin và thái độ phản kháng của chúng ta khi đi theo Chúa Giêsu trên con đường thập giá. Đây chính là điều mà Phêrô và các môn đệ cần phải thực hiện. Để đào sâu kiến thức về Thầy, để hiểu trọn vẹn và đón nhận mầu nhiệm cứu độ của Thiên Chúa, được thực hiện trong sự hiến thân trọn vẹn vì tình yêu, chúng ta phải để Chúa Giêsu dẫn mình đi lối riêng, đưa lên cao và tách ra khỏi sự tầm thường và phù phiếm. Giống như một cuộc leo núi, chúng ta cần phải khởi hành một lộ trình khó khăn đòi hỏi nỗ lực, hy sinh và tập trung. Những điều kiện tiên quyết này cũng rất quan trọng đối với lộ trình Hiệp Hành mà, là một Hội Thánh, chúng ta đã dần dần thực hiện. Sẽ thật hữu ích khi chúng ta suy tư về mối tương quan giữa khổ chế Mùa Chay và trải nghiệm Hiệp Hành.

Trong cuộc “*tĩnh tâm*” trên núi Tabor, Chúa Giêsu đem theo ba môn đệ, những người được chọn để chứng kiến một biến cố độc nhất vô nhị. Chúa Giêsu muốn chia sẻ kinh nghiệm ân sủng này, chứ không giữ lại cho riêng mình, cũng như toàn bộ đời sống đức tin của chúng ta là một trải nghiệm được sẻ chia. Vì chính trong sự liên đới với nhau mà chúng ta đi theo Chúa Giêsu. Và chúng ta, là một Hội Thánh lữ hành giữa dòng thời gian, cùng trải nghiệm Năm phụng vụ và trong đó có Mùa Chay, chúng ta cùng tiến bước với anh chị em mà Chúa đã đặt bên cạnh chúng ta như những bạn đồng hành. Cũng giống như biến cố Chúa Giêsu và các môn đệ đi lên Núi Tabor, chúng ta có thể khẳng định rằng, hành trình Mùa Chay của chúng ta là “*Hiệp Hành*”, bởi vì chúng ta cùng nhau đi trên một con đường, với tư cách là những môn đệ của một vị Thầy duy nhất. Hơn nữa, chúng ta biết rằng chính Chúa Giêsu là Con Đường, và do đó, trong hành trình Phụng vụ cũng như trong tiến trình Thượng Hội đồng, Giáo Hội không làm gì khác hơn là bước vào mầu nhiệm Đức Kitô – Đấng Cứu Độ một cách sâu xa và trọn vẹn hơn.

Và như thế chúng ta cùng bước lên cao điểm. Tin mừng thuật lại rằng Chúa Giêsu “*biến đổi hình dạng trước mặt các ông. Dung nhan Người chói lọi như mặt trời, và y phục Người trở nên trắng tinh như ánh sáng*” (Mt 17, 2). Đây là “*chóp đỉnh*”, mục tiêu của cuộc hành trình. Vào cuối cuộc leo núi, khi đang ở trên đỉnh núi với Chúa Giêsu, ba môn đệ được ơn nhìn thấy Người trong vinh quang, chói ngời ánh sáng siêu nhiên. Một ánh sáng không đến từ bên ngoài, nhưng tỏa ra từ chính Chúa. Vẻ đẹp thiêng liêng của thị kiến này trỗi vượt hơn những nỗ lực mà các môn đệ đã cố gắng khi lên Núi Tabor. Như trong bất kỳ chuyến leo núi gian nan nào, đang khi leo, chúng ta phải chăm chú nhìn vào con đường; nhưng bức tranh toàn cảnh mở ra ở cuối lộ trình gây bất ngờ và đền đáp cho chúng ta bởi sự kỳ diệu của nó. Cũng vậy, tiến trình Hiệp Hành thường có vẻ như là một con đường khó khăn, và đôi khi có thể gây nản lòng. Tuy nhiên, điều chờ đợi chúng ta ở cuối hành trình chắc chắn sẽ là một điều gì đó kỳ diệu và ngỡ ngàng, điều đó sẽ giúp chúng ta hiểu rõ hơn ý muốn của Thiên Chúa và sứ mạng dành cho chúng ta trong khi phục vụ vương quốc của Ngài.

Trải nghiệm của các môn đệ trên núi Tabor càng phong phú hơn nữa khi, bên cạnh Chúa Giêsu biến hình, xuất hiện ông Môsê và Êlia, vốn là hiện thân của Lễ luật và các Ngôn sứ (x. Mt 17, 3). Điều mới mẻ của Đức Kitô vừa là sự hoàn tất Giao ước cũ và các lời hứa, vừa không tách rời khỏi lịch sử của Thiên Chúa với dân của Ngài và đồng thời mặc khải ý nghĩa sâu xa hơn cho lịch sử đó. Tương tự như vậy, lộ trình Hiệp Hành bắt nguồn từ truyền thống của Giáo Hội, nhưng đồng thời cũng mở ra cho những điều mới mẻ. Truyền thống là nguồn cảm hứng để tìm kiếm những con đường mới, và để tránh những cám dỗ đối nghịch của sự trì trệ và ngẫu hứng.

Hành trình khổ chế Mùa Chay cũng như tiến trình Thượng Hội đồng đều có mục tiêu là một cuộc biến hình, cả về phương diện cá nhân lẫn Giáo Hội. Một sự biến đổi, mà trong cả hai trường hợp, đều có khuôn mẫu nơi Chúa Giêsu Hiện dung và được thực hiện nhờ ân sủng của mầu nhiệm Vượt qua của Người. Để cuộc biến hình này có thể trở thành hiện thực nơi chúng ta trong năm nay, tôi muốn đề nghị hai “*Lộ trình*” cần đi theo để cùng lên núi với Chúa Giêsu, và cùng với Người đạt tới mục tiêu.

Lộ trình thứ nhất liên quan đến mệnh lệnh mà Chúa Cha ngỏ với các môn đệ trên núi Tabor, khi họ chiêm ngưỡng Chúa Giêsu Hiện dung. Tiếng từ đám mây phán ra: “*Các người hãy vâng nghe lời Người!*” (Mt 17, 5). Do đó, đề xuất đầu tiên rất rõ ràng: *Chúng ta cần lắng nghe Chúa Giêsu*. Mùa Chay là thời gian ân sủng để chúng ta lắng nghe Lời khi Người ngỏ lời với chúng ta. Nhưng Chúa Giêsu nói với chúng ta như thế nào? Trước hết, từ Lời Chúa mà Giáo hội công bố cho chúng ta trong Phụng vụ. Mong sao chúng ta đừng để Lời ấy bị bỏ ngoài tai; trong trường hợp không thể tham dự Thánh Lễ thường xuyên, chúng ta hãy đọc các Bài đọc Kinh Thánh hàng ngày, dù là với sự trợ giúp của internet. Ngoài Kinh Thánh, Chúa còn nói với chúng ta qua anh chị em của chúng ta, nhất là qua những khuôn mặt và câu chuyện của những người cần được giúp đỡ. Nhưng tôi cũng muốn thêm vào một khía cạnh khác, rất quan trọng trong tiến trình Hiệp Hành: thái độ lắng nghe Chúa Giêsu cũng bao gồm việc lắng nghe anh chị em khác trong Giáo Hội. Cách lắng nghe lẫn nhau là mục tiêu chính trong một số giai đoạn của tiến trình, nhưng nó luôn luôn không thể thiếu trong phương pháp và phong cách của một Giáo Hội hiệp hành.

Khi nghe tiếng Chúa Cha, các môn đệ “*kinh hoàng, ngã sấp mặt xuống đất*. *Bấy giờ Chúa Giêsu lại gần, chạm đến các ông và bảo: “Chỗi dậy đi, đừng sợ! Các ông ngược mắt lên, không thấy ai nữa, chỉ còn một mình Chúa Giêsu mà thôi”* (Mt 17, 6-8). Đây là đề nghị thứ hai cho Mùa Chay này: đừng dựa vào một thứ tôn giáo được tạo ra từ những sự kiện phi thường và những kinh nghiệm kịch tính, hãy vượt qua nỗi sợ vì phải đối diện với thực tế và những đấu tranh, khó khăn và mâu thuẫn của nó trong cuộc sống hàng ngày. Ánh sáng mà Chúa Giêsu tỏ ra cho các môn đệ là sự báo trước về vinh quang Phục sinh, và đó phải là mục tiêu trong cuộc hành trình của chúng ta, khi chúng ta đi theo “*một mình Người*”. Mùa Chay hướng về Lễ Phục Sinh: “*tĩnh tâm*” tự nó không phải là mục đích, nhưng là phương thể chuẩn bị cho chúng ta trải nghiệm cuộc khổ nạn và thập giá của Chúa Giêsu với đức tin, đức cậy và đức mến, hầu đạt tới sự phục sinh. Cũng vậy, trên lộ trình Hiệp Hành, ngay cả khi Thiên Chúa ban cho chúng ta ân sủng của một số trải nghiệm hiệp thông mạnh mẽ, thì chúng ta đừng ảo tưởng là mình đã đến đích. Vì, cũng tại đây, Chúa lặp lại với chúng ta rằng: “*Chỗi dậy đi, đừng sợ*”. Vậy thì chúng ta hãy đi xuống đồng bằng, và xin cho ân sủng mà chúng ta đã trải nghiệm giúp chúng ta trở thành “*những nghệ nhân của tính hiệp hành*” trong cuộc sống thường ngày tại các cộng đoàn của chúng ta.

Anh chị em thân mến, xin Chúa Thánh Thần thúc đẩy và nâng đỡ chúng ta trong Mùa Chay này khi chúng ta lên núi với Chúa Giêsu, để cảm nghiệm được vẻ huy hoàng thần linh của Người. Và nhờ đó, chúng ta được củng cố trong đức tin, được tiếp tục kiên trì trong cuộc lữ hành cùng với Chúa Giêsu, Đấng là vinh quang của dân Người và ánh sáng của muôn dân.

[Rôma, Đền thờ Thánh Gioan Lateranô, ngày 25. 01. 2023, Lễ Thánh Phaolô Trở lại. Phanxicô]

7 - Hát: “HÃY QUAY VỀ” - Mi Trầm (HCD 090) (C.Đoàn quỳ)

PK1: *Hãy quay về thật lòng ăn năn, hồi những người lạc bước đường lầm! Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

ĐK: *Hãy đổi mới tinh thần, hãy sống đúng Tin Mừng người ơi! Hãy đổi mới tinh thần, hãy sống đúng Tin Mừng hồi người.*

PK2: *Hãy quay về này ngày cứu rỗi, Chúa thương tình tha thứ tội đời. Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

PK3: *Hãy quay về mọi người lớn bé, xé tâm hồn xin Chúa ngự vào. Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

8 - Suy niệm (C.Đoàn ngồi)

Đức Giê-su bảo người thông luật : “*Ông trả lời đúng lắm. Cứ làm như vậy là sẽ được sống.*” *Cứ làm như vậy* là thực hành giới luật mến Chúa yêu người.

Đức Thánh Cha đã gọi hành trình “lên núi” là hành trình khổ chế. Trong cuộc hành trình này chúng ta không cô đơn, không đi một mình, vì chúng ta có Chúa và có nhau cùng đi lên núi. Đó là hành trình Hiệp Hành. Tuy nhiên, chính chúng ta lại không muốn Chúa cùng đi với ta ; và chúng ta cũng không muốn có ai cùng đi với mình. Chúng ta không muốn cùng đi theo Chúa và hiệp hành với cộng đoàn. Chỉ vì chúng ta chưa yêu mến Chúa thật lòng. Đức Thánh Cha mời gọi chúng ta hãy “*quyết tâm, được trợ giúp nhờ Ân Sủng, để vượt thắng khiếm khuyết đức tin và thái độ phản kháng của chúng ta khi đi theo Chúa trên con đường thập giá.*” Khiếm khuyết đức tin của chúng ta chính là chưa yêu mến Chúa thật và chưa thật sự tin tưởng vào Chúa ; thái độ phản kháng của chúng ta là chưa nhận ra Lòng Thương Xót của Chúa và không muốn ai trợ giúp trong đời sống Đức Tin. Chúng ta tỏ ra muốn tách khỏi Chúa và khỏi cộng đoàn. Đó là những khi chúng ta tham dự Thánh Lễ trễ, là chỉ biết dán mắt vào điện thoại, đắm chìm vào những hình ảnh ở trong điện thoại ngay khi dự lễ. Chúng ta không muốn sống hiệp hành đối với Chúa và với mọi người. Thói tật trên làm cho các mối tương quan của con người hóa ra nghèo nàn. Mùa Chay là thời gian thuận lợi để chống lại những loại cám dỗ này và thay vào đó là vun đắp một hình thức giao tiếp trọn vẹn tình người hơn, vốn được tạo thành từ “những cuộc gặp gỡ đích thực”, “trực tiếp mặt đối mặt.” Chính thói xấu này khiến chúng ta xa lìa Chúa và xa lìa nhau. Chúng ta hãy xin Chúa ban ơn trợ giúp, để chúng không quản ngại từ nan, can đảm chống lại dục vọng và từ bỏ thói xấu này; nhờ đó, chúng ta được gặp gỡ Chúa và gặp gỡ nhau mặt đối mặt.

Hãy nhìn lại cuộc sống của chính mình, để chúng ta nhận ra những việc lẽ ra không được phép làm nhưng chúng ta vẫn làm; nhận ra những việc lẽ ra phải làm nhưng chúng ta đã không làm. Khi nhìn nhận như vậy là chúng ta đã nhận ra thân phận tội lỗi của mình để quay về với Chúa và với mọi người với tất cả sự đau khổ khi từ bỏ điều xấu và can đảm làm điều tốt. Sám hối thật lòng để nhận ơn tha thứ từ Thiên Chúa; và chính chúng ta cũng dứt khoát từ bỏ sự ích kỷ, lòng tự ái để tha thứ cho nhau. Chúa Giêsu, “*Đáng chẳng*

hề biết tội là gì, thì Thiên Chúa đã biến Người thành hiện thân của tội lỗi vì chúng ta.” (2Cr 5,21), để chính Người chữa lành chúng ta qua Bí tích Hòa Giải.

Trước tình yêu thương bao la của Thiên Chúa, mỗi người chúng ta hãy quyết tâm từ bỏ một điều gì đó gây tổn thương cho Chúa và cho người khác ; cùng quyết tâm thực hành một thói quen đẹp lòng Chúa và mang lại lợi ích cho người khác. (*thinh lặng*)

Cần phải “*lên núi*” với Chúa, cho dù có gian nan, vất vả và đau khổ. ĐTC viết: “*chúng ta được mời gọi đi lên “một ngọn núi cao” cùng với Chúa Giêsu và sống một kinh nghiệm thiêng liêng đặc biệt - sự khổ chế.*” Kinh nghiệm đó là khi chúng ta thực hành chay tịnh phần xác mà Mùa Chay kêu gọi, làm tinh thần chúng ta thêm vững mạnh để chiến đấu chống trả tội lỗi. Những lỗi lầm chúng ta hay mắc phải, là thiếu trách nhiệm đối với người khác. Đó là trách nhiệm sửa dạy nhau trong tinh thần hiền hòa, nghĩa là không xét đoán, không lên án, nhưng là giúp cho người lầm lạc nhận ra “nẻo chính đường ngay” mà quay về với đường lối của Chúa. Chúng ta thường dễ dàng xét đoán và lên án người khác, nhất là trên mạng xã hội. Nhưng để giúp một người anh em từ bỏ việc xấu thì chúng ta lại ngại ngần. Trong gia đình, nhiều khi cha mẹ không dám sửa dạy con cái, hoặc sửa dạy mà thiếu tình thương. Trong xóm giáo, trong sinh hoạt giáo xứ hay hội đoàn, chúng ta cũng không dám nói với nhau những điều chưa hay, chưa tốt để giúp nhau tốt hơn. Nếu chúng ta không dám sửa dạy nhau thì coi chừng, chúng ta đang thỏa hiệp với họ, và chúng ta cũng sớm bị cám dỗ phạm tội. Ước mong việc chay tịnh phần xác mà Mùa Chay kêu gọi, làm tinh thần chúng ta thêm vững mạnh để chiến đấu chống trả tội lỗi. Vững mạnh trong tinh thần hiền hòa để giúp nhau sám hối, quay về với Chúa cũng chính là cách chúng ta chiến đấu với tội lỗi. Xin cho chúng ta có lòng bao dung và hiền hòa để sửa dạy nhau, là thực hành giới luật yêu người. Trước Bí tích Thánh Thể, bí tích Tình Yêu của Chúa, chúng ta hãy xin Thần Khí đổi mới tâm trí chúng ta, làm tươi mới mối tương quan của chúng ta với Chúa và với nhau. Đó là chúng ta biết quan tâm đến nhau hơn, và nhất là, nhận biết Chúa Giêsu vẫn luôn quan tâm đến ta; Người đã trở thành người bạn đồng hành của mỗi chúng ta. Chúa Giêsu mời gọi chúng ta hãy làm những việc chúng ta có thể làm cho nhau trong đời sống hàng ngày. Không chỉ giúp nhau về phần xác mà còn phải biết giúp nhau về phần hồn, đó là khuyên bảo và dẫn đưa nhau đến với Chúa qua việc siêng năng lãnh nhận Bí tích Hòa Giải và Bí tích Thánh Thể. (*thinh lặng*)

9 - Đọc kinh “**14 mối thương người**”

Thương người có mười bốn mối,

Thương xác bảy mối

Thứ nhất cho kẻ đói ăn.

Thứ hai cho kẻ khát uống.

Thứ ba cho kẻ rách rưới ăn mặc.

Thứ bốn viếng kẻ liệt cùng kẻ tù rạc.

Thứ năm cho khách đỗ nhà.

Thứ sáu chuộc kẻ làm tội.

Thứ bảy chôn xác kẻ chết.

Thương linh hồn bảy mối

Thứ nhất lấy lời lành mà khuyên người.

Thứ hai mở dạy kẻ mê muội.
Thứ ba an ủi kẻ âu lo.
Thứ bốn răn bảo kẻ có tội.
Thứ năm tha kẻ khinh dễ ta.
Thứ sáu nhin kẻ mất lòng ta.
Thứ bảy cầu cho kẻ sống và kẻ chết.

10 – Suy Niệm (C.Đoàn ngôi)

ĐTC nhắc nhở chúng ta: *“Chúa lặp lại với chúng ta rằng: “Chỗi dậy đi, đừng sợ”. Vậy thì chúng ta hãy đi xuống đồng bằng, và xin cho ân sủng mà chúng ta đã trải nghiệm giúp chúng ta trở thành “những nghệ nhân của tình hiệp hành” trong cuộc sống thường ngày tại các cộng đoàn của chúng ta.”*

Chúa mời gọi chúng ta hãy chỗi dậy tức là đứng lên, thoát khỏi những đam mê, thoát khỏi những cám dỗ, thoát khỏi sự ích kỷ ; và đi xuống đồng bằng, tức là đến với mọi người trong giáo xứ, trong cộng đoàn của mình để hành động theo lệnh truyền của Chúa: *“Vì xưa Ta đói, các ngươi đã cho ăn ; Ta khát, các ngươi đã cho uống ; Ta trần truồng, các ngươi đã cho mặc ; Ta đau yếu, các ngươi đã thăm viếng ; Ta ngồi tù, các ngươi đến hỏi han.”* (Mt 25, 35-37). Khi chúng ta làm những việc này là chúng ta cũng đang ở và đang triển khai trong tiến trình Hiệp Hành. Vì hiệp hành đòi hỏi chúng ta phải lắng nghe Chúa và lắng nghe nhau. Có lắng nghe tiếng Chúa, chúng ta mới nhận ra hình ảnh của Chúa nơi những người anh chị em bất hạnh đó ; có lắng nghe anh chị em mình, chúng ta mới nhận ra những nhu cầu, những tâm tư, những nguyện vọng, những đau khổ trong tâm hồn của họ. Và như vậy, chúng ta mới đem tất cả tâm tình mà nâng đỡ anh chị em mình.

Đức Cha Aloisiô trong Thư Mùa Chay năm nay đã mong ước mỗi người chúng ta thực thi việc bác ái, ngài viết: *“Ước mong sao mỗi thành viên trong gia đình giáo phận biết lắng nghe, để có thể quảng đại giúp đỡ cho các hoạt động của Caritas giáo phận, trong chiến dịch Mùa Chay hằng năm, hầu có thể cứu giúp cho những anh chị em lâm cảnh ngặt nghèo, hoạn nạn, cùng cực. Xin anh chị em cố gắng hạn chế trong việc chi tiêu, để rộng tay giúp đỡ cho công việc bác ái này. Ngoài ra, xin anh chị em quan tâm giúp đỡ những người cô thế cô thân, những người sắc tộc nghèo đói, và thực thi những điều được ghi trong 14 Mối Thương Người.”* Như Đức Cha khuyến nhủ, chúng ta không chỉ làm việc bác ái cho những người thân, mà chúng ta còn phải biết quan tâm đến những người khác, nhất là *những anh chị em đang bị tổn thương trên đường đời để trở thành những người thân cận với chúng ta.* Điều này có nghĩa là: qua việc bác ái chúng ta làm cho người khác, chúng ta phải giới thiệu cho họ nhận biết được Lòng Xót Thương của Chúa, giúp cho họ cũng biết đón nhận người khác, trở thành người thân cận của mọi người. Khi chúng ta thực hành điều này, chúng ta đang “củng cố sự Hiệp Thông”, đang thi hành Sứ Vụ mà Chúa đã trao cho mỗi người chúng ta: Sứ vụ loan báo Tin Mừng Yêu Thương của Chúa cho muôn dân. Vì chính Chúa đã ban cho chúng ta có những phương tiện để quảng đại làm điều tốt cho người khác. Chúng ta đừng quản ngại, nhưng hãy hăng hái loan báo Tin Mừng Cứu Độ cho người khác; hãy hân hoan đón nhận nhiều người vào hàng ngũ người thân cận của chúng ta. *(thinh lặng)*

Chúng ta nài xin Chúa thương ban cho mỗi người trong gia đình Giáo Phận, cách riêng, cho các bạn trẻ biết từ bỏ sự lười biếng để siêng năng tham dự Thánh Lễ mỗi ngày ; và mỗi người chúng ta không quản ngại đến với Chúa sớm hơn để tâm tình với Ngài và

biết tìm kiếm hạnh phúc đích thực nơi Chúa. Xin cho chúng ta biết sống với lòng đơn sơ vui vẻ, để chính cuộc đời chúng ta là bài ca tôn vinh và ca tụng Thiên Chúa, vì chính Chúa làm chủ cuộc đời mỗi người chúng ta, chứ không phải một thần nào khác và như thế, chúng ta có được sự sống đời đời làm gia nghiệp. *(thinh lặng)*

11 - Hát: QUỖ BÊN CUNG THÁNH. – Kim Long (HCD 113) (C.Đoàn quỳ)

ĐK: *Quỳ bên cung thánh, đoàn con thiết tha kêu cầu Chúa. Lời kinh thẩm lệ, nguyện xin Chúa thứ tha tội nhor. Vượt qua năm tháng, tình yêu Chúa kiên trung bền vững. ngàn muôn thế hệ cùng chung tiếng hát ca tôn thờ.*

PK1: *Lệ sâu rưng rưng ngược nhìn tin yêu tiếng lòng thao thức, Chúa ơi đủ thương đừng mình xét bao tội tình.*

PK2: *Một chiều xưa kia khắp đời Can-vê máu hồng chan chứa. thể nhân tội nhor được ân xá trong tình yêu.*

PK3: *Đường đời gai chông, cát bụi mênh mông, sức hèn kinh hãi. Chúng con cậy trông lòng thương Chúa như đại dương.*

12 - Lời Nguyện Chung:

Chủ sự: *Lạy Chúa Giêsu, Chúa bày tỏ Tình Yêu Thương của Chúa qua hình bánh bé nhỏ. Chúng con tin thật Chúa đang hiện diện trước chúng con. Chúa mong chờ chúng con đến với Chúa, để lãnh nhận những Ôn Lành từ Lòng Chúa Yêu Thương. Chúng con xin dâng lên Chúa những lời nguyện xin.*

1 / Chúa là Đấng giàu lòng xót thương, chậm bất bình, nhưng kiên nhẫn chờ đợi chúng con quay về với Chúa. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin cho mỗi người chúng con có lòng khiêm tốn, nhận biết thân phận yếu đuối, lỗi tội của chính mình; xin cho chúng con có can đảm giúp nhau sám hối cho thật, nhanh chóng quay về với Chúa, để được nhận ơn tha thứ và chữa lành của Chúa.

2 / Chúa không muốn một ai trong chúng con phải chết vì tội lỗi, Chúa mong muốn tất cả chúng con đều được hưởng sự sống đời đời. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin Chúa cho chúng con biết khuyến khích nhau lắng nghe Lời Chúa dạy, siêng năng học hỏi Lời Chúa, để chúng con nhận ra con đường Chúa muốn chúng con đi. Xin cho chúng con biết đón nhận ý Chúa và can đảm làm theo, ngõ hầu chúng con được hưởng Ôn Cứu Độ mà Chúa đã hứa ban.

3 / Chúa muốn chúng con thể hiện lòng yêu mến Chúa bằng những hành động cụ thể để chúng con ngày càng trở nên giống Chúa hơn. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin cho chúng con biết thay đổi thái độ của chúng con đối với mọi người, nhất là biết đón nhận những người còn yếu đuối, biết khuyến bảo họ từ bỏ đường xấu, đi theo đường ngay nẻo chính, can đảm quay về với Chúa và cũng biết chia cơm sẻ bánh cho những người bất hạnh. Xin Chúa củng cố niềm hy vọng và chữa lành những ai đang mắc phải bệnh về thể lý cũng như bệnh trong tâm hồn. Xin Chúa ban ơn trợ giúp, niềm vui cho những bệnh nhân, nhất là những ai đang vì chiến tranh mà bị thương tật và phải ly tán. Cũng xin Chúa cho chúng con biết thực hành 14 mối thương người.

4 / Chúa muốn chúng con nên hoàn thiện như Chúa là Đấng nhân lành. Nhờ lời chuyển cầu của Mẹ Maria và Thánh Kuênot, - xin cho mọi người trong giáo xứ chúng con, đặc biệt nơi các bạn trẻ, nhận ra Tình Thương của Chúa nơi Bí tích Thánh Thể và Bí tích Hòa Giải, để chúng con siêng năng đến gặp gỡ Chúa trong Thánh Lễ, không chỉ ngày Chúa

Nhật mà là mỗi ngày, để chính Chúa biến đổi tâm hồn chúng con, cùng ban ơn giúp các bạn trẻ can đảm dấn thân trên con đường theo Chúa; xin cho chúng con biết nỗ lực và cố gắng hàng ngày, ngõ hầu chúng con ngày càng biết đặt niềm tin, niềm hy vọng nơi Chúa hơn.

- *Chủ sự:*

Lạy Chúa Giêsu, trên trời đều vui mừng khi có một người sám hối ăn năn. Để niềm vui của chúng con nên trọn vẹn, xin Chúa cho mỗi người chúng con biết khuyên bảo nhau ăn năn sám hối, quay về với Chúa. Xin cho những ai đang lầm đường lạc lối trong giáo xứ chúng con, có can đảm ra khỏi bóng tối của sự tội, bước vào miền ánh sáng để nhận ơn tha thứ của Chúa. Xin cho chúng con cũng biết quan tâm đến nhau, cùng nhau tham gia vào sứ vụ loan báo ơn cứu độ khi chúng con biết nâng đỡ những người đang đau khổ, ngõ hầu mọi người cùng mở lòng mình ra đón nhận Chúa. Chúa là Đấng hằng sống và hiển trị muôn đời. Amen.

13 - Đọc:

KINH CẦU CHO THƯỢNG HỘI ĐỒNG GIÁM MỤC 2021-2023

Lạy Chúa Thánh Thần là Ánh sáng Chân lý vẹn toàn,
Chúa ban những ân huệ thích hợp cho từng thời đại,
và dùng nhiều cách thế kỳ diệu để hướng dẫn Hội Thánh,
nay chúng con đang chung lời cầu nguyện cho các Giám mục
và những người tham dự Thượng Hội đồng Giám mục thế giới.

Xin Chúa làm nên cuộc Hiện Xuống mới trong đời sống Hội Thánh,
xin tuôn tràn trên các Mục tử ơn khôn ngoan và thông hiểu,
gìn giữ các ngài luôn hiệp thông với nhau trong Chúa,
để các ngài cùng nhau tìm hiểu những điều đẹp ý Chúa,
và hướng dẫn đoàn Dân Chúa thực thi những điều Chúa truyền dạy.

Các giáo phận Việt Nam chúng con
luôn muốn cùng chung nhịp bước với Hội Thánh hoàn vũ,
xin cho chúng con
biết đồng cảm với nỗi thao thức của các Mục tử trên toàn thế giới,
ngày càng ý thức hơn về tình hiệp thông,
thái độ tham gia và lòng nhiệt thành trong sứ vụ của Hội Thánh.

Nhờ lời chuyển cầu của Đức Trinh Nữ Maria,
Nữ Vương các Tông đồ và là Mẹ của Hội Thánh,
chúng con dâng lời khẩn cầu lên Chúa,
là Đấng hoạt động mọi nơi mọi thời,
trong sự hiệp thông với Chúa Cha và Chúa Con,
luôn mãi đến muôn đời. Amen

14 - Hát: Đây Nhiệm Tích (Tantum Ergo).

- 1. Đây Nhiệm Tích vô cùng cao quý, nào chúng ta phục bái tôn thờ. Và dấu tích ngàn xưa lưu ký, phải kính nhường nghi lễ mới đây. Ta hãy lấy Đức Tin bù lại, nếu giác quan không cảm thấy gì.*
- 2. Dâng về Chúa Cha và Con Chúa, lời tán dương mừng chúc vang hòa. Cùng vinh phúc quyền uy danh giá, tựa khói trầm bay tỏa ngát hương. Để tiến Chúa Thánh Linh nhân hậu, khúc tán dương cảm tạ suốt đời. A-men.*

15 - Kết: Hát: **ĐÂU CÓ TÌNH YÊU THƯƠNG**

ĐK: Đâu có tình yêu thương ở đây có Đức Chúa Trời. Đâu có lòng từ bi là đây có ân sủng Người. Đâu có tình bác ái thì Chúa chúc lành không ngại. Đâu ý hợp tâm đầu ở đây chứa chan nguồn vui.

1. Nài xin tha thiết Thượng Đế muôn tình lân ái xin hãy đổ đầy linh hồn tình yêu thiết tha. Yêu Chúa hết lòng hết sức hết cả trí khôn, cùng yêu anh em như Chúa mến yêu chúng con.

2. Nguyên xin Thiên Chúa đoàn kết muôn người một ý. Xin hãy duy trì trí lòng hòa hợp mến yêu. Diệt tan căm thù chia rẽ oán hờn ghét ghen. Gìn giữ Đức Ái: yêu Chúa mến thương anh em.

CHÀU CHUNG BẾ MẠC

1 - Hát Thánh Thê : LÒNG CHÚA ÁI TUẤT – Nguyễn Bang Hanh

PK1- *Đây lòng chúa ái tuất không bến bờ, thương loài nhân thế đang vương tội nhơ. Dem trót máu thịt nuôi dưỡng xác hồn. Ngày đêm ban xuống cho muôn ngàn ơn.*

PK2- *Qua rượu bánh Chúa hiến trao chính mình, con dù không thấy luôn vững niềm tin. Đây chính máu thịt con Đức Chúa Trời. Là Vua trên hết các vua trần ai.*

ĐK: Con xin kính tin sắp Minh thờ lạy Chúa, và dâng tiến lên niềm yêu mến trung thành. Từ nay con quyết sống tình yêu Chúa, ở nơi thế gian và trên chốn Thiên Đình.

2 - Đọc :

KINH CẦU CHO THƯỢNG HỘI ĐỒNG GIÁM MỤC 2021-2023

Lạy Chúa Thánh Thần là Ánh sáng Chân lý vẹn toàn,
Chúa ban những ân huệ thích hợp cho từng thời đại,
và dùng nhiều cách thế kỳ diệu để hướng dẫn Hội Thánh,
nay chúng con đang chung lời cầu nguyện cho các Giám mục
và những người tham dự Thượng Hội đồng Giám mục thế giới.

Xin Chúa làm nên cuộc Hiện Xuống mới trong đời sống Hội Thánh,
xin tuân trên các Mục tử ơn khôn ngoan và thông hiểu,
gìn giữ các ngài luôn hiệp thông với nhau trong Chúa,
để các ngài cùng nhau tìm hiểu những điều đẹp ý Chúa,
và hướng dẫn đoàn Dân Chúa thực thi những điều Chúa truyền dạy.

Các giáo phận Việt Nam chúng con
luôn muốn cùng chung nhịp bước với Hội Thánh hoàn vũ,
xin cho chúng con
biết đồng cảm với nỗi thao thức của các Mục tử trên toàn thế giới,
ngày càng ý thức hơn về tình hiệp thông,
thái độ tham gia và lòng nhiệt thành trong sứ vụ của Hội Thánh.

Nhờ lời chuyển cầu của Đức Trinh Nữ Maria,
Nữ Vương các Tông đồ và là Mẹ của Hội Thánh,
chúng con dâng lời khẩn cầu lên Chúa,
là Đấng hoạt động mọi nơi mọi thời,
trong sự hiệp thông với Chúa Cha và Chúa Con,
luôn mãi đến muôn đời. Amen

4 - Hát: “Ta hãy nguyện xin cho...”

5 - Chủ sự dâng lời nguyện cầu cho ĐGH và Loan Báo Tin Mừng

Lạy Thiên Chúa toàn năng hằng hữu. Chúa an bài mọi sự cách khôn ngoan lạ lùng. Chính Chúa đã tuyển chọn Đức Thánh Cha Phanxicô và trao cho người nhiệm vụ lãnh đạo dân thánh Chúa. Xin nhận lời chúng con cầu nguyện, mà ân cần săn sóc giữ gìn người, để nhờ người, đức tin của mọi tín hữu luôn bền vững sắt son.

Lạy Chúa, Chúa đã muốn cho hết thảy mọi người được ơn nhận biết Chúa. Chúa lại muốn đón nhận tất cả vào Nước Chúa hiển trị. Xin đưa mắt nhìn cánh đồng truyền giáo thật bát ngát bao la, và gửi nhiều tay thợ lành nghề đem Tin Mừng đến cho mọi loài

thọ tạo. Nhờ đó, từ các dân tộc trên khắp hoàn cầu, sẽ xuất hiện một dân mới không ngừng phát triển, đó là đoàn dân được Lời Chúa qui tụ và được các Bí tích của Chúa nâng đỡ phù trì.

Chúng con cầu xin, nhờ Đức Kitô, Chúa chúng con. Amen.

6 - Hát: Đây Nhiệm Tích (Tantum Ergo)

7 - Lời Nguyện Thánh Thể

Chúng ta dâng lời cầu nguyện.

Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã trở lại cho chúng con bí tích Mình và Máu Thánh Chúa, để chúng con đời đời tưởng nhớ Chúa đã chịu khổ hình và sống lại vinh quang. Xin cho chúng con biết một niềm sùng kính mến yêu bí tích kỳ diệu này để luôn được nghiệm thấy ơn Chúa cứu chuộc chúng con. Chúa hằng sống và hiển trị muôn đời.

- Amen.

8 - Phép Lành Thánh Thể

9 - Hát kết thúc:

ĐK: Đâu có tình yêu thương ở đây có Đức Chúa Trời. Đâu có lòng từ bi là đây có ân sủng Người. Đâu có tình bác ái thì Chúa chúc lành không ngại. Đâu ý hợp tâm đầu ở đây chứa chan nguồn vui.

1. Nài xin tha thiết Thượng Đế muôn tình lân ái xin hãy đổ đầy linh hồn tình yêu thiết tha. Yêu Chúa hết lòng hết sức hết cả trí khôn, cùng yêu anh em như Chúa mến yêu chúng con.

2. Nguyện xin Thiên Chúa đoàn kết muôn người một ý. Xin hãy duy trì trí lòng hòa hợp mến yêu. Diệt tan căm thù chia rẽ oán hờn ghét ghen. Gìn giữ Đức Ái: yêu Chúa mến thương anh em.

CÁC BÀI HÁT

LÒNG CHÚA ÁI TUẤT – Nguyễn Bang Hanh (HCD 487)

1- Đây lòng chúa ái tuất không bến bờ, thương loài nhân thế đang vương tội nơ. Dem trót máu thịt nuôi dưỡng xác hồn. Ngày đêm ban xuống cho muôn ngàn ơn.

2- Qua rượu bánh Chúa hiến trao chính mình, con dù không thấy luôn vững niềm tin. Đây chính máu thịt con Đức Chúa Trời. Là Vua trên hết các vua trần ai.

ĐK: Con xin kính tin sấp Mình thờ lạy Chúa, và dâng tiến lên niềm yêu mến trung thành. Từ nay con quyết sống tình yêu Chúa, ở nơi thế gian và trên chốn Thiên Đình.

LẮNG NGHE LỜI CHÚA - Nguyễn Duy

PK1. Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài gọi con trong đêm tối

Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài dạy con lúc lẻ loi

Xin cho con cất tiếng lên/ trả lời vừa khi con nghe Chúa

Xin cho con biết thân thưa: lạy Ngài, Ngài muốn con làm chi?

ĐK:

Lời Ngài là sức sống của con. Lời Ngài là ánh sáng đời con.

**Lời Ngài làm chứa chan hy vọng. Là đường để con hằng dõi bước.
Lời Ngài đượm chất ngọt niềm vui. Trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui.
Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho đời ai.**

PK2. Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài dạy con trong cuộc sống.
Xin cho con biết lắng nghe/ Lời Ngài từng theo bước đời con.
Xin cho con biết sẵn sàng/ trở về và vâng nghe theo Chúa.
Xin cho con biết sẵn sàng, thực hành lời Chúa đã truyền ban.

PK3. Xin cho con vững bước đi/ vào đời truyền rao cho chân lý.
Xin cho con biết say mê/ cuộc đời làm nhân chứng tình yêu.
Cho môi còn thắm mắt cười, Lời Ngài được đem cho thế giới.
Cho đôi tay sáng ơn trời, trọn vẹn hành lý cho ngày mai.

HÃY QUAY VỀ - Mi Trầm (HCD 090)

PK1/ *Hãy quay về thật lòng ăn năn, hồi những người lạc bước đường lầm! Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

ĐK: *Hãy đổi mới tinh thần, hãy sống đúng Tin Mừng người ơi! Hãy đổi mới tinh thần, hãy sống đúng Tin Mừng hồi người.*

PK2/ *Hãy quay về này ngày cứu rỗi, Chúa thương tình tha thứ tội đời. Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

PK3/ *Hãy quay về mọi người lớn bé, xé tâm hồn xin Chúa ngự vào. Hãy quay về, về cùng Chúa ta. Người thương ta tình thiết tha đậm đà.*

ĐÂU CÓ TÌNH YÊU THƯƠNG

ĐK: Đâu có tình yêu thương ở đây có Đức Chúa Trời. Đâu có lòng từ bi là đây có ân sủng Người. Đâu có tình bác ái thì Chúa chúc lành không ngại. Đâu ý hợp tâm đầu ở đây chứa chan nguồn vui.

1. Nài xin tha thiết Thượng Đế muôn tình lân ái xin hãy đổ đầy linh hồn tình yêu thiết tha. Yêu Chúa hết lòng hết sức hết cả trí khôn, cùng yêu anh em như Chúa mến yêu chúng con.

2. Nguyên xin Thiên Chúa đoàn kết muôn người một ý. Xin hãy duy trì trí lòng hòa hợp mến yêu. Diệt tan căm thù chia rẽ oán hờn ghét ghen. Gìn giữ Đức Ái: yêu Chúa mến thương anh em.

QUỖY BÊN CUNG THÁNH - Kim Long (HCD 113)

ĐK: Quỳ bên cung thánh, đoàn con thiết tha kêu cầu Chúa. Lời kinh thâm lệ, nguyện xin Chúa thứ tha tội nơ. Vượt qua năm tháng, tình yêu Chúa kiên trung bền vững. ngàn muôn thế hệ cùng chung tiếng hát ca tôn thờ.

1. Lệ sầu rưng rưng ngược nhìn tin yêu tiếng lòng thao thức, Chúa ơi đủ thương đừng mình xét bao tội tình.

2. Một chiều xưa kia khắp đôi Can-vê máu hồng chan chứa. thể nhân tội nhờ được ân xá trong tình yêu.

3. Đường đời gai chông, cát bụi mệnh mông, sức hèn kinh hãi. Chúng con cậy trông lòng thương Chúa như đại dương.

ĐÂY NHIỆM TÍCH

1. Đây Nhiệm Tích vô cùng cao quý, nào chúng ta phục bái tôn thờ. Và dấu tích ngàn xưa lưu ký, phải kính nhường nghi lễ mới đây. Ta hãy lấy Đức Tin bù lại, nếu giác quan không cảm thấy gì.

2. Dâng về Chúa Cha và Con Chúa, lời tán dương mừng chúc vang hòa. Cùng vinh phúc quyền uy danh giá, tựa khói trầm bay tỏa ngát hương. Để tiến Chúa Thánh Linh nhân hậu, khúc tán dương cảm tạ suốt đời. A-men.

KINH CẦU CHO THƯỢNG HỘI ĐỒNG GIÁM MỤC 2021-2023

Lạy Chúa Thánh Thần là Ánh sáng Chân lý vẹn toàn,
Chúa ban những ân huệ thích hợp cho từng thời đại,
và dùng nhiều cách thế kỳ diệu để hướng dẫn Hội Thánh,
nay chúng con đang chung lời cầu nguyện cho các Giám mục
và những người tham dự Thượng Hội đồng Giám mục thế giới.

Xin Chúa làm nên cuộc Hiện Xuống mới trong đời sống Hội Thánh,
xin tuân trên các Mục tử ơn khôn ngoan và thông hiểu,
gìn giữ các ngài luôn hiệp thông với nhau trong Chúa,
để các ngài cùng nhau tìm hiểu những điều đẹp ý Chúa,
và hướng dẫn đoàn Dân Chúa thực thi những điều Chúa truyền dạy.

Các giáo phận Việt Nam chúng con
luôn muốn cùng chung nhịp bước với Hội Thánh hoàn vũ,
xin cho chúng con
biết đồng cảm với nỗi thao thức của các Mục tử trên toàn thế giới,
ngày càng ý thức hơn về tình hiệp thông,
thái độ tham gia và lòng nhiệt thành trong sứ vụ của Hội Thánh.

Nhờ lời chuyển cầu của Đức Trinh Nữ Maria,
Nữ Vương các Tông đồ và là Mẹ của Hội Thánh,
chúng con dâng lời khẩn cầu lên Chúa,
là Đấng hoạt động mọi nơi mọi thời,
trong sự hiệp thông với Chúa Cha và Chúa Con,
luôn mãi đến muôn đời. Amen

Kinh “14 mối thương người”

Thương người có mười bốn mối,

Thương xác bảy mối

Thứ nhất cho kẻ đói ăn.

Thứ hai cho kẻ khát uống.

Thứ ba cho kẻ rách rưới ăn mặc.

Thứ bốn viếng kẻ liệt cùng kẻ tù rạc.
Thứ năm cho khách đỗ nhà.
Thứ sáu chuộc kẻ làm tôi.
Thứ bảy chôn xác kẻ chết.

Thương linh hồn bảy mối

Thứ nhất lấy lời lành mà khuyên người.
Thứ hai mở dạy kẻ mê muội.
Thứ ba an ủi kẻ âu lo.
Thứ bốn răn bảo kẻ có tội.
Thứ năm tha kẻ khinh dễ ta.
Thứ sáu nhin kẻ mất lòng ta.
Thứ bảy cầu cho kẻ sống và kẻ chết.

(Ban Phụng Vụ 2023)