

DÀNH CHO NGƯỜI CAO NIÊN
CHỦ ĐỀ: HY VỌNG NƠI CHÚA
(45 phút)

1. Hát - Đây phép nhiệm mầu

1. Đây phép nhiệm mầu cực linh khôn sánh. Thiên Chúa cao quang bởi nơi Thiên Đình. Ngự trong hình bánh để nuôi trần gian. Chúng con ngày đêm mến yêu thành tâm.

*ĐK: Ôi Chúa nhân lành đoàn con kính thờ! Nay thành thân lương ban cho con cái.
Qua nơi lưu đày về nơi mong chờ. Say nguồn tình Chúa thiết tha suốt đời.*

2. Con cái trên đời cùng ăn một bánh. Thân xác Giê-su xuống muôn ơn lành. Đoàn con âu yếm kết hiệp cùng nhau. Chúa thương dìu lên phúc vinh đời sau.

3. Nay khắp Cộng Đồng tình yêu nung nấu. Trong Chúa Giê-su: Thánh Thể nhiệm mầu. Lòng con ao ước nghĩa trọng bền lâu. Đến khi hiệp trong Chúa ta đời sau.

2. Lời nguyện mở đầu (Quỳ)

Lạy Chúa Giê-su Thánh Thể, chúng con cảm tạ Chúa đã ban cho chúng con có những giây phút này, được hiện diện trước nhan Chúa. Trong khi cả nhân loại ngoài kia đang cuồng quay với vòng xoáy mưu sinh, thì giây phút này chúng con được nghỉ ngơi và gặp gỡ thân tình với Chúa trong bầu khí thánh thiêng này. Hiệp cùng với toàn thể Giáo Hội với chương trình “24 giờ cho Chúa” trong năm 2025 này, đặc biệt trong tinh thần Năm Thánh – Năm của ân sủng và hy vọng, chúng con xin dâng giờ châu này lên Chúa, để cầu nguyện cho tất cả những người cao niên trên toàn thế giới, cách riêng cho mỗi chúng con đây, là những người cao niên trong gia đình và giáo xứ. Xin Chúa thương ban cho mỗi người cảm nghiệm được tình yêu của Chúa ngang qua sự quan tâm, yêu thương, nâng đỡ của mọi người trong đời sống cũng như trong lời cầu nguyện.

3. Kinh thờ lạy Chúa Giê-su ngự trong phép Mình Thánh (Quỳ)

Lạy Chúa Giê-su ẩn mình trong phép Bí tích mến yêu, chúng con thờ lạy Chúa. Chúa ngự đây để an ủi chúng con đang sống ở thế gian này. Chúng con xin dâng mình chúng con cho Chúa, chúng con muốn thuộc trọn về Chúa và nên thánh thiện như ý Chúa muốn. Chúng con cảm ơn Chúa, vì hằng ngày chúng con được châu Mình Thánh Chúa, và được rước Chúa vào linh hồn chúng con. Xin Chúa tha thứ hết mọi tội lỗi chúng con đã phạm đến phép Mình Thánh. Chúng con xin hứa, sẽ cố động cho nhiều người tôn sùng Chúa ngự trong phép Mình Thánh, và siêng năng rước lễ. Lạy Chúa Giêsu đang ngự trong phép Mình Thánh, chúng con thờ lạy Chúa, chúng con dâng mình cho Chúa, xin Chúa chúc phúc cho chúng con và gia đình chúng con. Amen.

4. Hát – Lắng Nghe Lời Chúa (Quỳ)

1. Xin cho con biết lắng nghe Lời Ngài dạy 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 và vâng theo ý 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 là chứa chan hy vọng, là đường để con hằng dõi bước. Lời Ngài đượm chất ngọt niềm vui, trồn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui. Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho trần ai.

5. Tin Mừng: Lc 1, 39-56 (Đứng)

Tin Mừng Đức Giê-su Ki-tô theo thánh Lu-ca

"Khi ấy, có một người tên là Simêon, là người công chính và sùng đạo, ông mong chờ niềm an ủi của Israel, và Thánh Thần đang ngự trên ông. Ông đã được Thánh Thần linh báo là ông sẽ không thấy cái chết trước khi được thấy Đấng Kitô của Đức Chúa. Được Thần Khí thúc đẩy, ông lên Đền Thờ. Và khi cha mẹ Hải Nhi Giêsu đem con tới để làm theo luật dạy, ông ẵm lấy Hải Nhi trên tay và chúc tụng Thiên Chúa rằng: ‘Lạy Chúa, giờ đây theo lời Ngài đã hứa, xin để tôi tớ Ngài được an bình ra đi. Vì chính mắt con đã thấy ơn cứu độ, mà Ngài đã dọn sẵn trước mặt muôn dân ánh sáng soi đường cho dân ngoại, vinh quang của Israel dân Ngài.’"

Đó là lời Chúa.

Mời cộng đoàn ngồi

Thinh lặng (2-3 phút)

6. Suy niệm

Bài Tin Mừng Thánh Lu-ca thuật lại một biến cố quan trọng thời thơ ấu của Chúa Giê-su. Khi giáng trần Chúa Giê-su đã mặc lấy xác phàm trong thân phận phàm nhân, sống trong một khoảng không gian và thời gian cụ thể và dưới lề luật của dân tộc Do Thái. Khi được 40 ngày tuổi Đức Ma-ri-a và Thánh Giu-se đã dẫn con đi và dâng Chúa Giê-su trong đền thờ - theo luật lệ của người Do Thái, mọi con trai đầu lòng phải dâng cho Thiên Chúa. Ngày đó là ngày đặc biệt đối với nhân loại, ngày Con Thiên Chúa được thánh hiến cho Thiên Chúa và cho nhân loại tội lỗi chúng ta. Và, ngày đó còn là ngày đặc biệt của cụ già Si-me-on.

Kinh Thánh Ghi chép rằng: “Khi ấy, có một người tên là Si-mê-on, là người công chính và sùng đạo, ông mong chờ niềm an ủi của Israel, và Thánh Thần đang ngự trên ông. Ông đã được Thánh Thần linh báo là ông sẽ không thấy cái chết trước khi được thấy Đấng Kitô của Đức Chúa”. Bấy giờ người Do Thái đang mong chờ Đấng Cứu Thế được loan báo trong Cựu Ước sẽ đến và giải thoát họ. Ấy vậy mà giữa bao con người Thiên Chúa đã chọn và mặc khải cho cụ già Simeon, một người cao niên sống công chính và sống niềm hy vọng vào ngày Thiên Chúa đến. Cuộc đời của cụ là một chứng nhân niềm tin sống động vào Thiên Chúa cho nhân loại bấy giờ. Bởi đó, Thánh Thần đã

đền và linh báo cho cụ sẽ được thấy Đấng Ki-tô đến trần gian trước khi từ giã cõi đời này.

Thánh Linh thúc đẩy cụ lên đền thờ và soi sáng cho cụ nhận ra người con của Ma-ri-a và Giu-se là Hài Nhi Giê-su-Đấng Emmanuel Thiên Chúa hứa trong Cựu Ước. Tâm hồn cụ no thỏa ân Thánh trong khi ẵm bế Hài Nhi khiến cụ hoan hỷ chúc tụng Thiên Chúa:

‘Lạy Chúa, giờ đây theo lời Ngài đã hứa,
xin để tôi tớ Ngài được an bình ra đi.

Vì chính mắt con đã thấy ơn cứu độ,
Ngài đã dọn sẵn trước mặt muôn dân
Đó là ánh sáng soi đường cho dân ngoại
Là vinh quang của Israel dân Ngài.’”

Lời hứa Thiên Chúa đã hoàn toàn ứng nghiệm, Thiên Chúa đã tỏ ra cho dân người là những người bé mọn. Quả thật, Thiên Chúa sẽ đến với những tâm hồn khao khát Chúa, Ngài chẳng để họ thất vọng, vì chính Ngài là hy vọng đích thực. Dưới ánh mắt của một người lữ hành hy vọng, cụ già Si-mê-on đã thấy ánh sáng ơn cứu độ của Thiên Chúa nơi Hài Nhi Giê-su. “Ngôi Lời là ánh sáng thật, ánh sáng đến thế gian và chiếu soi mọi người” (Ga 1, 9) “Những ai đón nhận, tức là những ai tin vào danh Ngài, thì Ngài ban cho họ quyền trở nên con Thiên Chúa.” (Ga1, 12). Vậy còn mỗi người ki tô hữu chúng ta, là những người con của Chúa chúng ta đã sống niềm hy vọng hướng về Thiên Chúa như thế nào trong hành trình lữ hành trần thế.

Lạy Chúa vì yêu thương nhân loại chúng con mà Chúa đã đón lấy tất cả, tự hủy mình ra nơi thân phận thụ tạo để sống cùng, sống với và sống cho chúng con. Vậy mà nhiều lúc bằng cách này hay cách khác chúng con lại thờ ơ, vô cảm với Chúa. Hằng ngày Chúa vẫn âm thầm đến trong cuộc sống nâng đỡ chúng con từng bước chân, nuôi dưỡng chúng con cả đời sống vật chất và tinh thần. Đã bao lần lên rước Mình Thánh Chúa mà chúng con chẳng cảm nhận điều gì, rước Mình Thánh Chúa như một thói quen hơn là được rước một Đấng Thánh ngự vào căn nhà linh hồn. Nhưng Chúa vẫn vui lòng trao hiến tình yêu cho nhân loại chúng con, một tình yêu vô vị lợi đến tận cùng. Khi xưa cụ già Si-mê-on đã sống công chính và hướng niềm khao khát nơi Thiên Chúa vì vậy đã được ơn diện kiến tôn nhan Ngài. Giữa thế giới hiện đại này đây Chúa cũng đang mời gọi mỗi người chúng con trở về thâm cung cõi lòng mình trong mỗi giây phút của ngày sống để cảm nhận sự hiện diện đích thực của Thiên Chúa. Từ đó kín múc lấy nguồn suối ân sủng bồi bổ thêm sức mạnh để tiếp tục cuộc lữ hành hy vọng trần gian này.

(Thinh lặng suy niệm trước Thánh Thể một vài phút)

7. Hát – Nay con trở về (Ngôi – Hát cả 3 câu)

1. Con nay trở về, trở về cùng Chúa, Chúa ơi. Con nay trở về, lòng sầu thống hối khôn nguôi. Muôn khóc cho một niềm tin đã trót bao phen ngã nghiêng. Bước chân hoang đàng, nay bên yêu thương tình đáp tình.

ĐK. Ngài là Thiên Chúa rất nhân hậu và hay tha thứ. Ngài dựng nên con không khi nào mặc con thoái hư. Vì là bụi đất con phải vương tục lụy yếu đuối. Dẫn con trên đường lành thủy chung ơn nghĩa muôn đời.

2. Con nay trở về, trở về miền đất tái sinh. Con nay trở về, về đường chính lý quang minh. Có suối nhân sinh tràn ứa, cỏ lá hoa không tàn úa. Lúa thơm trăm mùa, thêm trái ngon hoa ngọt có thừa.

3. Con không trở về cùng nhiều nghi lễ ngênh ngang. Con không trở về, lòng còn bối rối hoang mang. Quyết chí ăn năn chừa lỗi, lánh hết nguy cơ lạc lối. Thắp hương chân thành, dâng trái tim con tận hiến Ngài.

8. Kinh Châu Minh Thánh (Quỳ)

Con lạy Đức Chúa Giê-su hằng ngự trên bàn thờ đêm ngày liên mãi vì lòng thương loài người ta, và lấy lòng nhân từ thương xót mời gọi chờ đợi cùng chịu lấy mọi kẻ đến cùng Chúa. Con tin thật vững vàng Chúa ngự trong phép Minh Thánh, dù mà con rất hèn hạ con cũng cả dám sấp mình xuống thờ lạy đội ơn Chúa vì mọi ơn Chúa đã xuống cho con, nhất là vì Chúa đã lập phép Minh Thánh phó mình cho con cùng đã ban Mẹ Chúa, là Rất Thánh Đức Bà Maria, làm quan thầy bầu cử cho con và đã mở lòng con đến châu Minh Thánh Chúa trong nhà thờ này bây giờ.

Hôm nay con thờ lạy Trái Tim Chúa đáng mến vô cùng, hay thương vô cùng, trước là cho được tạ ơn Chúa đã lập phép cực trọng Minh Thánh Chúa, sau là cho được đền vì tội lỗi những kẻ vô đạo, kẻ rời đạo và kẻ có đạo đã phạm đến phép Minh Thánh Chúa từ xưa đến nay. Sau nữa dù mà con châu Minh Thánh Chúa ở đây, nhưng mà lòng con ước ao cho được châu Chúa nơi các nhà thờ có Minh Thánh Chúa, nhất là những nơi người ta bỏ chẳng châu Minh Thánh Chúa.

Lạy ơn Đức Chúa Giê-su, con kính mến Chúa hết lòng hết sức, con lo buồn ăn năn trách mình con vì bấy lâu nay nhiều lần con đã mất lòng Chúa là Đấng nhân lành vô cùng đường ấy. Từ nay về sau, trông ơn Chúa giúp sức, con quyết chí sửa mình chẳng còn dám mất lòng Chúa nữa. Dù mà con rất hèn mạt, con cũng xin dâng trót mình con cho Chúa. Trí khôn ý muốn, mọi sự lòng con yêu chuộng ước ao cùng các sự khác thuộc về con, thì con dâng cho Chúa hết thay thay chẳng dám tiếc sự gì cùng Chúa nữa. Từ này mà đi Chúa muốn định cho con thể nào, con vâng bằng lòng thể ấy. Con chẳng xin, chẳng muốn gì, chỉ xin, chỉ muốn cho con được kính mến, được giữ nghĩa cùng Chúa cho đến hết hơi cùng vâng theo thánh ý Chúa cho trọn mà thôi.

Con xin Chúa thương đến các linh hồn nơi luyện ngục, nhất là những linh hồn kẻ khi còn sống có lòng kính mến Minh Thánh Chúa và trông cậy Rất Thánh Đức Bà cách riêng. Con lại xin Chúa thương đến các kẻ có tội cho nó được ăn năn sửa mình lại nữa.

Sau hết dù con có yêu mến ước ao sự gì, vật gì, thì con cũng hằng xin hợp một ý cùng Trái Tim rất nhân lành Chúa mà dâng sự ấy vật ấy làm một cùng Trái Tim Chúa cho Đức Chúa Cha, xin Người nhận lấy cùng nghe lời con cầu xin vì công nghiệp Chúa. Amen.

9. Lời nguyện (Quỳ)

Lạy Chúa Giê-su Thánh Thể trong tâm tình của những người con, chúng con xin dâng lên Chúa những lời nguyện xin.

1. Đức Giáo Hoàng Phan-xi-cô, vị mục tử nhân lành của Hội Thánh, cũng là một người cao niên cũng đang phải đối diện với những khó khăn của tình trạng sức khỏe bất ổn. Nhưng chính nơi ngài chúng ta học tập được cách bước đi trong hy vọng vào Thiên Chúa. Xin Chúa thương xót, nâng đỡ Ngài bằng tình yêu và ân sủng, ban cho Ngài sức khỏe, sự bình an và lòng kiên vững, để Ngài sớm được bình phục và tiếp tục sứ mạng dẫn dắt đoàn chiên Chúa trên hành trình lữ khách. *Chúng con cầu xin Chúa.*

2. Những người lớn tuổi là chứng nhân sống động về lịch sử, đức tin và phục vụ trong Giáo Hội và xã hội, đã trải qua biết bao thăng trầm với những hy sinh vất vả trên gương mặt phong sương. Xin Chúa ban cho chúng con có thêm sức khỏe, niềm vui và sự bình an trong tâm hồn, để chúng con không cảm thấy cô đơn, đau khổ khi đối diện với tuổi già, nhưng luôn cảm nhận được tình yêu Thiên Chúa họ trong đời sống. *Chúng con cầu xin Chúa*

3. Người trẻ là mầm non tương lai của Giáo Hội và xã hội. Xin Chúa cho những người trẻ biết sử dụng các phương tiện hiện đại phục vụ cuộc sống cách khôn ngoan, phù hợp, sáng tạo để phát triển bản thân, gia đình, xã hội. Xin Chúa cho họ thêm sự can đảm đi ra khỏi thế giới ảo trở về với thế giới thực, để yêu thương cách chân thật những người thân xung quanh. *Chúng con cầu xin Chúa.*

4. Cầu nguyện cho những linh mục, tu sĩ cao niên. Cuộc đời các ngài đã âm thầm phục vụ Chúa và chăm sóc đoàn chiên của Ngài. Xin Chúa ban ơn nâng đỡ các ngài trong thể xác cũng như tinh thần, và cho mỗi người chúng con là những tín hữu biết sống tâm tình tri ân với các bậc tiền nhân; sẵn sàng nâng đỡ các ngài trong đời sống và trong lời cầu nguyện. *Chúng con cầu xin Chúa.*

Lạy Chúa! Trong mùa chay của năm Thánh này, xin Chúa đón lấy những người cao niên đã dần hoàn tất cuộc lữ hành trần gian. Đồng thời xin cho mỗi người chúng con trong từng bước đi hằng ngày cũng biết luôn trở về với lòng mình để lắng nghe tiếng Chúa và để Chúa tác động vào trái tim và tâm hồn chúng con, hầu biến đổi nên giống

Chúa mỗi ngày một hơn. Chúng con cầu xin nhờ Đức Giê-su Ki-tô Chúa chúng con.
Amen

10. Kinh – Trái tim cực thánh Chúa Giê-su

Lạy Chúa Giê-su, Trái Tim Cực Thánh Chúa là tình yêu của Ba Ngôi Thiên Chúa; chúng con thờ lạy Chúa, chúng con tôn vinh Chúa, chúng con cảm tạ Chúa. Chúa đã lập phép Mình Thánh để chính Chúa làm của ăn của uống nuôi dưỡng các linh hồn, và ban sự sống thiêng liêng cho loài người. Chúng con xin Chúa cho các giám mục, linh mục, nam nữ tu sĩ và giáo hữu có tình yêu nồng nàn để phục vụ Hội thánh và các linh hồn.

Lạy Chúa Giê-su, Trái Tim Cực Thánh Chúa là sức mạnh của Thiên Chúa toàn năng, chúng con trông cậy vào ơn Chúa, tin tưởng vào lòng thương xót Chúa. Xin Chúa cho hết thảy chúng con cố gắng làm việc thiện hàng ngày, mà việc trọng nhất là dâng lễ, dự lễ, rước lễ, hãm mình hy sinh, để thực hiện ý Chúa trong bốn phận mỗi người chúng con.

Lạy Chúa Giê-su, Trái tim Cực Thánh Chúa là sự khôn ngoan của Chúa Thánh Thần, Chúa đã để một người lính lấy giáo mở Trái Tim Chúa, cho chúng con được tiến vào tận đáy lòng Chúa mà học hỏi các mầu nhiệm thiên linh. Xin cho các đáng bậc trong Hội Thánh chăm chỉ học và giảng Lời Chúa, cho các tâm hồn bé mọn thấu hiểu mầu nhiệm Nước Trời như Chúa đã cầu nguyện cho họ.

Lạy Trái Tim cực Thánh Chúa Giê-su, xin cho các giám mục, linh mục, nam nữ tu sĩ và giáo hữu sống thánh thiện, trở nên muối và ánh sáng cho thế gian. Lạy Đức Mẹ Maria, Thánh Cả Giuse, Đức Thánh Micae, hai thánh Tông đồ Phêrô và Phaolô, xin cho chúng con chu toàn các công việc mục vụ và tông đồ theo thánh ý Chúa. Amen.

11. Đọc Kinh Năm Thánh

Lạy Cha trên trời,

Xin cho ơn đức tin mà Cha ban tặng chúng con
trong Chúa Giê-su Kitô, Con Cha và Anh của chúng con,
cùng ngọn lửa đức ái được thắp lên trong tâm hồn chúng con bởi Chúa Thánh Thần,
khởi dậy trong chúng con niềm hy vọng hồng phúc hướng về Nước Cha trị đến.

Xin ân sủng Cha biến đổi chúng con
thành những người miệt mài vun trồng hạt giống Tin Mừng.
Ước gì những hạt giống ấy
biến đổi từ bên trong nhân loại và toàn thể vũ trụ này,
trong khi vững lòng mong đợi trời mới đất mới,
lúc mà quyền lực Sự Dữ sẽ bị đánh bại,
và vinh quang Cha sẽ chiếu sáng muôn đời.

Xin cho ân sủng của Năm Thánh này
khởi dậy trong chúng con, là Những Người Lữ Hành Hy Vọng,
niềm khao khát kho tàng ở trên trời.
Đồng thời cũng làm lan tỏa trên khắp thế giới
niềm vui và sự bình an của Đấng Cứu Chuộc chúng con.
Xin tôn vinh và ngợi khen Cha là Thiên Chúa chúng con,
Cha đáng chúc tụng mãi muôn đời. Amen.

12. Hát kết thúc – Trông cậy Chúa (Quỳ – Hát cả 3 câu)

1. Con vẫn trông cậy Chúa lòng con tin tưởng nơi Ngài. Con hy vọng vào Ngài đời con
nuơng bóng Chúa thôi. Con xin trao về Chúa niềm tin và ước mơ này. Được quên đi
những âu lo tìm vui theo bước chân Cha.

*ĐK: Con luôn trông cậy Chúa khác nào em bé ngủ yên trong tay mẹ hiền bên lời yêu mến.
Tình Chúa mãi mãi theo con cho tâm hồn dù trong mưa gió mãi mãi bình yên, mãi mãi
bình yên.*

2. Giữa tháng năm đời sống nhiều khi mưa đổ bên trời. Đam mê nặng lòng người niềm
đau khơi nước mắt rơi. Những ánh sao còn đó còn tin yêu ngược lên trời. Tình thương
Thiên Chúa muôn nơi ngàn năm soi ấm tin vui.

3. Đã thấy trong đời sống thời gian trôi dạt vô tình. Ai tin được cuộc đời ngày mai vẫn mãi
thế thôi. Xin trao muôn đổi thay vào tay Thiên Chúa an bài. Ngài đưa con bước hôm nay
còn thương con mãi tương lai.