

# CHỦ ĐỀ I

## TỰ HỦY ĐỂ NHẬP THỂ

### A. LỜI CHÚA

“Ngôi Lời đã trở nên người phàm và cư ngụ giữa chúng ta.”  
(Ga 1,14)

### B. ƠN XIN TRONG GIỜ CHẦU

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin cho chúng con biết chiêm ngắm sự khiêm hạ khôn dò của Chúa khi Ngài tự hủy để đến với nhân loại. Xin dạy chúng con biết từ bỏ cái tôi ích kỷ, bước ra khỏi sự an toàn của bản thân để mang ánh sáng Tin Mừng đến cho những người chung quanh.

### C. SUY NIỆM

#### Một Thiên Chúa đã yêu cho đến cùng

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, khi chúng con đứng trước một mâu nhiệm vượt quá khả năng suy nghĩ của loài người, chúng con không thể hiểu thấu được: Chúa là Thiên Chúa quyền năng, là Đấng tạo thành trời đất, là nguồn mạch của mọi sự. Thế nhưng, “Người đã hoàn toàn trút bỏ vinh quang mặc lấy thân nô lệ, trở nên giống phàm nhân sống như người trần thế.” (Pl 2,7). Người đời thường tìm cách đi lên: lên cao hơn, mạnh hơn, nổi tiếng hơn, được kính trọng hơn. Nhưng hành trình của Chúa lại hoàn toàn ngược lại. Từ trời cao, Chúa xuống thế làm người. Từ vinh quang, Chúa bước vào nghèo khó. Từ quyền năng, Chúa chấp nhận sự yếu đuối của thân phận con người.

Chúa đã đến không phải bằng tiếng sấm vang trời, nhưng bằng tiếng khóc của một trẻ thơ nơi máng cỏ Bêlem. Không ai có thể nghĩ rằng Đấng Cứu Thế lại xuất hiện trong cảnh nghèo hèn đến thế. Nhưng chính nơi máng cỏ ấy, Thiên Chúa đã mặc khải

khuôn mặt đích thực của một Thiên Chúa tình yêu. Tình yêu không đứng ở trên cao để được người ta phục vụ mà là: tình yêu biết cúi xuống; tình yêu biết trao ban; tình yêu biết quên mình...

Ngày hôm nay, trước Thánh Thể, Chúa vẫn tiếp tục mầu nhiệm tự hủy ấy. Đáng làm chủ vũ trụ lại ẩn mình trong tấm bánh nhỏ bé. Đáng mà các thiên thần thờ lạy lại âm thầm hiện diện nơi nhà tạm. Chúa không áp đặt, không phô trương, không đòi hỏi. Chúa chỉ lặng lẽ chờ đợi con người mở lòng đón nhận. Sự khiêm nhường ấy khiến chúng con phải tự hỏi:

Liệu chúng con có thực sự học được nơi Chúa con đường của Tin Mừng không? Hay chúng con vẫn đang tìm kiếm bản thân nhiều hơn tìm kiếm thánh ý Chúa?

### **Ánh sáng đã xua tan bóng tối**

Lạy Chúa, Chúa không chỉ xuống thế làm người. Chúa còn bước vào tận cùng những bóng tối của kiếp người. Chúa sinh ra trong cảnh nghèo hèn. Chúa lớn lên giữa những người lao động bình thường. Chúa đồng hành với người bệnh tật, người bị bỏ rơi, người tội lỗi. Chúa không ngại chạm đến những vết thương mà người khác tìm cách tránh né. Bởi lẽ ánh sáng chỉ thực sự là ánh sáng khi dám bước vào bóng tối.

Ngày nay, thế giới vẫn còn biết bao bóng tối. Bóng tối của chiến tranh và hận thù. Bóng tối của ích kỷ và vô cảm. Bóng tối của những tâm hồn không còn nhận ra sự hiện diện của Thiên Chúa. Bóng tối của những người trẻ đang mất phương hướng. Bóng tối của những gia đình đang tan vỡ. Bóng tối của những con người sống giữa đám đông nhưng lại cô đơn đến tận cùng.

Và Chúa vẫn tiếp tục bước vào những bóng tối ấy. Nhưng lần này, Chúa muốn thực hiện điều đó qua chúng con. Chúa muốn đòi

tay chúng con trở thành đôi tay nối dài của Chúa. Chúa muốn trái tim chúng con trở thành khí cụ của lòng thương xót. Chúa muốn ánh sáng của Chúa được phản chiếu qua đời sống của mỗi Kitô hữu.

Loan báo Tin Mừng không bắt đầu bằng những bài giảng dài, giảng hay mà khởi đi từ yêu thương, tha thứ, biết lắng nghe, biết cúi xuống phục vụ... Đó chính là cách Đức Giêsu đã truyền giáo. Và đó cũng là con đường Chúa đang mời gọi chúng con hôm nay.

### **Từ cuộc gặp gỡ đến một cuộc lên đường**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, không phải ngẫu nhiên mà Chúa đến với thế gian. Mọi hành động của Chúa đều mang trong mình một sứ mạng. Chúa đến để tìm kiếm những gì đã mất. Chúa đến để mang Tin Mừng cho người nghèo khó. Chúa đến để thắp lên ánh sáng giữa đêm tối của thế gian. Và Chúa đến để cứu độ nhân loại.

Chúng ta hãy mở lòng với Chúa để được biến đổi: Mỗi giờ chầu sẽ trở thành một lời mời gọi lên đường. Bởi người môn đệ không chỉ là người ngồi dưới chân Chúa để lắng nghe Lời, mà còn là người được sai đi. Chúa đã bước xuống từ trời cao để tìm kiếm con người. Hôm nay Chúa cũng sai chúng con bước vào thế giới này. Có thể chúng con không được sai đến những miền đất xa xôi, nhưng Chúa sai chúng con trở về với chính gia đình mình; Đến với những người đang sống bên cạnh mình; Đến với những người đang cần một lời động viên, an ủi; Đến với những người đang cần được yêu thương.

Mỗi nụ cười chân thành; Mỗi hành động phục vụ âm thầm; Mỗi nghĩa cử bác ái; Mỗi chứng tá đức tin. Đều có thể trở thành một tia sáng nhỏ giúp ai đó nhận ra sự hiện diện của Thiên Chúa.

**HỒI TÂM: Trước Thánh Thể, chúng ta hãy tự hỏi mình:**

Tôi có đang học nơi Chúa sự khiêm nhường và tinh thần tự hủy không?

Tôi có dám bước ra khỏi vùng an toàn để đến với những người đang cần tình thương không?

Có ai nhận ra ánh sáng của Đức Kitô qua đời sống của tôi không?

Sau mỗi lần gặp Chúa trong Thánh Thể, tôi có trở nên nhiệt thành hơn trong sứ mạng loan báo Tin Mừng không?

### **LỜI NGUYỆN**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa đã từ bỏ trời cao để đến với nhân loại. Chúa đã đi vào bóng tối của thế gian để thắp lên ánh sáng cứu độ. Chúa đã yêu thương cho đến cùng mà không giữ lại điều gì cho riêng mình. Xin cho chúng con biết chiêm ngắm sự khiêm hạ của Chúa để học biết sống khiêm nhường. Xin cho chúng con biết đón nhận tình yêu của Chúa để học biết yêu thương. Xin cho chúng con biết bước theo Chúa trên con đường phục vụ và trao ban. Đừng để chúng con chỉ là những người chiêm ngắm ánh sáng. Xin cho chúng con trở thành ánh sáng cho đời, đừng để chúng con chỉ nghe Tin Mừng rồi không đem ra thực hành. Xin cho chúng con trở thành những người loan báo Tin Mừng. Để từ cuộc gặp gỡ với Chúa nơi Thánh Thể hôm nay, chúng con biết mang Chúa đến cho thế giới bằng chính đời sống yêu thương, phục vụ và chứng tá đức tin của mình. Amen.

## **CHỦ ĐỀ II**

### **HIỆN DIỆN GIỮA NHÂN LOẠI**

#### **A. LỜI CHÚA**

“Đức Giêsu đi khắp các thành thị, làng mạc, giảng dạy trong các hội đường, rao giảng Tin Mừng Nước Trời và chữa hết các bệnh hoạn tật nguyền.” (Mt 9,35)

#### **B. ƠN XIN TRONG GIỜ CHẦU**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin cho chúng con nhận ra Chúa vẫn đang hiện diện giữa cuộc đời hôm nay. Xin cho chúng con biết mang yêu thương của Chúa đến với những người chung quanh, để đời sống chúng con trở thành một lời loan báo Tin Mừng sống động.

#### **C. SUY NIỆM**

##### **Một Thiên Chúa không đứng từ xa**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, khi chiêm ngắm cuộc đời Chúa trên dương thế, chúng con nhận ra một điều thật đẹp: Chúa là Thiên Chúa của sự gần gũi. Chúa không đứng trên đỉnh cao để quan sát cuộc đời con người. Chúa không xây cho mình những khoảng cách khiến người ta phải sợ hãi. Trái lại, từng trang Tin Mừng đều kể về một Thiên Chúa đang đi giữa lòng nhân loại. Chúa đi trên những con đường đầy bụi đất của Galilê. Chúa bước vào những căn nhà đơn sơ của người dân chài. Chúa ngồi bên giếng nước để trò chuyện với người phụ nữ Samari. Chúa dừng lại trước tiếng kêu của người mù bên vệ đường. Chúa ghé mắt nhìn người thu thuế đang bị mọi người khinh chê. Chúa đến với những người đau khổ, những người bị bỏ rơi, những người mà xã hội gạt sang bên lề đường...

Đối với Chúa, không ai là vô hình. Không ai bị lãng quên. Không ai ở ngoài trái tim của Ngài. Biết bao lần chúng con nghĩ rằng Thiên Chúa ở rất xa. Nhưng thực ra chính chúng con mới là người đi xa khỏi Chúa. Bởi Chúa vẫn luôn hiện diện. Hiện diện trong nhịp sống. Hiện diện trong từng biến cố vui buồn. Hiện diện trong những cuộc gặp gỡ tưởng chừng bình thường nhưng lại

chứa đựng biết bao ân sủng. Có lẽ điều đau lòng nhất không phải là Chúa vắng mặt khỏi cuộc đời chúng con. Nhưng là chúng con sống quá vội vàng nên không còn nhận ra Chúa đang ở đó.

Giữa một thế giới đầy tiếng ồn, chúng con dễ tìm kiếm những điều lớn lao ở đời này mà bỏ quên những dấu chỉ âm thầm của tình yêu Thiên Chúa. Thế nhưng Chúa vẫn kiên nhẫn. Vẫn luôn âm thầm đồng hành. Vẫn bước bên cạnh chúng con ngay cả khi chúng con không nhận ra Người.

### **Sự hiện diện chữa lành những tâm hồn**

Lạy Chúa, Trong Tin Mừng, nhiều người được chữa lành không chỉ vì Chúa làm phép lạ, nhưng trước hết vì họ được gặp Chúa, vì họ tin. Một người phong cùi bị mọi người tránh xa, nhưng Chúa đã chạm đến. Một người phụ nữ tội lỗi bị kết án ngoại tình, nhưng Chúa đã nhìn bà bằng ánh mắt cảm thông. Ông Dakêu bị khinh thường, nhưng Chúa đã gọi tên ông. Anh mù Ba-ti-mê bị đám đông quất nạt, nhưng Chúa đã dừng lại để lắng nghe. Chúa đã chữa lành họ bằng chính sự hiện diện yêu thương của mình. Bởi vì nhiều khi điều con người cần nhất không phải là một giải pháp, nhưng là một trái tim biết cảm thông. Điều họ cần không phải là một bài giảng hay, nhưng là một người chịu ngồi lại để lắng nghe. Điều họ cần không phải là những lời phán xét, nhưng là một ánh mắt cho họ biết rằng họ vẫn đáng được yêu thương.

Ngày hôm nay, biết bao người đang mang trong mình những vết thương vô hình. Có những người đang mỉm cười nhưng trong lòng đầy nước mắt. Có những người sống giữa gia đình nhưng lại cảm thấy cô đơn. Có những người có tất cả nhưng không tìm thấy ý nghĩa cuộc đời. Có những người đang mất niềm tin vào Thiên Chúa vì chưa từng gặp được khuôn mặt yêu thương của Người nơi những Kitô hữu.

Và Chúa đang hỏi chúng con: "Ai sẽ đến với họ?"; "Ai sẽ mang sự hiện diện của Ta đến cho họ?"; "Ai sẽ trở thành đôi tay của Ta giữa thế giới hôm nay?" Có thể chúng con không làm được những điều lớn lao. Nhưng một lời động viên đúng lúc, một sự

cảm thông chân thành, một hành động bác ái âm thầm, một trái tim biết lắng nghe. Đôi khi lại là phép lạ mà Thiên Chúa dùng để chữa lành một tâm hồn.

### **Trở thành men muối của Đức Kitô giữa lòng thế giới**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, khi đến trước Nhà Tạm, chúng con thường thưa với Chúa rằng: "Lạy Chúa, xin ở lại với con." Nhưng có lẽ hôm nay Chúa lại đang nói với chúng con: "Con hãy ở lại với anh chị em mình." Bởi lẽ Chúa không muốn chúng con chỉ tìm kiếm Chúa trong những giờ cầu nguyện. Chúa còn muốn chúng con nhận ra Ngài hiện diện nơi những người đang sống bên cạnh. Một người mẹ âm thầm hy sinh cho gia đình, một người cha đang vất vả mưu sinh, một người già cô đơn cần được thăm hỏi, một người trẻ đang lạc hướng cần được nâng đỡ, một người đau bệnh đang cần một lời cầu nguyện. Tất cả đều là những nơi Chúa đang hiện diện và đang chờ chúng con đến gặp.

### **Anh em là ánh sáng cho thế gian**

Lạy Chúa, giữa một thế giới đang bị bao phủ bởi sự dửng dưng, Chúa mời gọi chúng con trở thành ánh sáng. Ánh sáng không cần phải lớn mới có thể soi đường. Nhưng chỉ cần một ngọn đèn nhỏ trong đêm tối vẫn có thể giúp người lữ khách tìm thấy lối đi. Một hành động yêu thương nhỏ bé vẫn có thể thay đổi cuộc đời một con người. Một lời nói đầy hy vọng vẫn có thể nâng đỡ một tâm hồn đang tuyệt vọng. Một chứng tá âm thầm vẫn có thể đưa ai đó đến gần Chúa hơn. Có thể chúng con không được gọi để làm những việc phi thường. Nhưng chúng con được gọi để làm những việc bình thường với một tình yêu phi thường. Chúa không hỏi chúng con đã thành công đến đâu. Nhưng điều Chúa muốn là chúng con đã yêu thương đến mức nào. Chúa không hỏi chúng con đã được bao nhiêu người biết đến mà Chúa hỏi bao nhiêu người đã nhận ra tình yêu của Chúa qua đời sống chúng con.

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin cho mỗi người chúng con trở thành một ngọn đèn nhỏ trong thế giới hôm nay. Dù ánh sáng ấy

khiêm tốn, nhưng xin đừng để nó bao giờ tắt. Để bất cứ nơi đâu chúng con hiện diện, nơi đó có thêm một chút bình an, nơi đó có thêm một chút hy vọng, nơi đó có thêm một chút tình yêu. Và nơi đó, người ta có thể nhận ra Chúa.

### **HỎI TÂM**

Tôi có dành thời gian để nhận ra sự hiện diện của Chúa trong cuộc sống hằng ngày không?

Tôi có thực sự hiện diện với những người thân yêu hay chỉ sống bên cạnh họ?

Có ai cảm nhận được tình yêu của Đức Kitô qua cách tôi đối xử với họ không?

Tôi đang là ánh sáng hay đang góp phần làm tăng thêm bóng tối bằng sự thờ ơ, ích kỷ và vô cảm?

Đời sống của tôi có phản chiếu ánh sáng Tin Mừng không?

### **LỜI NGUYỆN**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa đã chọn ở giữa nhân loại để chia sẻ niềm vui và nỗi buồn của con người. Chúa đã bước đi trên những con đường của thế gian để tìm kiếm những ai lạc mất. Chúa đã hiện diện như một người bạn, một người anh em, một vị mục tử đầy lòng thương xót. Xin cho chúng con biết nhận ra Chúa đang hiện diện trong cuộc sống mỗi ngày. Xin cho chúng con biết dừng lại trước những nỗi đau của anh chị em mình. Xin cho chúng con có một trái tim biết lắng nghe, một đôi mắt biết cảm thông và một đôi tay sẵn sàng phục vụ. Xin đừng để chúng con chỉ giữ Chúa trong nhà thờ hay trong những giờ kinh nguyện. Xin cho chúng con biết mang Chúa vào cuộc sống: trong gia đình, nơi làm việc, trường học, những nơi còn thiếu vắng tình yêu và hy vọng. Để nhờ sự hiện diện nhỏ bé của chúng con, nhiều người có thể nhận ra khuôn mặt nhân từ của Chúa. Và để cuộc đời chúng con trở thành một trang Tin Mừng sống động giữa thế giới hôm nay. Amen.

## **CHỦ ĐỀ III**

### **Ở LẠI TRONG TÌNH YÊU**

#### **A. LỜI CHÚA**

“Đây là Mình Thầy, hiến tế vì anh em; anh em hãy làm việc này mà tưởng nhớ đến Thầy.” (Lc 22,19)

#### **B. ƠN XIN TRONG GIỜ CHẦU**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin cho chúng con cảm nghiệm được tình yêu vô biên của Chúa đang hiện diện giữa chúng con. Xin cho chúng con biết ở lại trong tình yêu ấy, để được biến đổi và trở nên những chứng nhân sống động của Tin Mừng giữa lòng thế giới.

#### **C. SUY NIỆM**

##### **Một tình yêu không muốn rời xa**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, nếu có một điều khiến lòng chúng con xúc động khi quỳ trước Nhà Tạm, thì đó chính là sự thật này: Chúa đã chọn ở lại. Sau cuộc Khổ Nạn và Phục Sinh, đáng lẽ Chúa có thể trở về trong vinh quang của Chúa Cha. Đáng lẽ Chúa có thể kết thúc hành trình trần thế sau khi hoàn tất công trình cứu độ. Thế nhưng Chúa lại chọn một con đường khác: Chúa ở lại, ở lại không phải trong quyền năng khiến mọi người phải kinh ngạc, ở lại không phải trong những dấu lạ làm rung chuyển địa cầu. Nhưng ở lại trong hình bánh rượu đơn sơ. Ở lại trong thinh lặng. Ở lại trong một sự khiêm hạ mà chỉ có tình yêu mới có thể giải thích được.

Trải qua hơn hai ngàn năm qua, biết bao thế hệ đã qua đi. Biết bao đế quốc đã xuất hiện rồi sụp đổ. Biết bao nền văn minh đã đổi thay. Nhưng Chúa vẫn ở đó. Trong những nhà thờ nguy nga của các thành phố lớn. Trong những ngọ viện đường nhỏ bé nơi miền

quê nghèo. Trong những nhà nguyện truyền giáo giữa núi rừng xa xôi. Trong những nơi chỉ có vài người tín hữu âm thầm quy tụ. Chúa vẫn ở đó. Vẫn kiên nhẫn chờ đợi. Vẫn yêu thương. Tình yêu đích thực luôn tìm cách ở lại. Thánh Thể chính là lời tuyên xưng mạnh mẽ nhất rằng Thiên Chúa không bao giờ bỏ rơi loài người.

### **Trái tim Thánh Thể vẫn đang thao thức vì thế gian**

Lạy Chúa, khi nhìn lên Mình Thánh Chúa, chúng con dễ nghĩ rằng đây là nơi nghỉ ngơi của tâm hồn. Điều đó đúng nhưng chưa đủ. Thánh Thể không chỉ là nơi ta nghỉ ngơi. Thánh Thể còn là ngọn lửa đang cháy. Là Trái Tim đang yêu. Là Tình Yêu vẫn đang thao thức vì phần rỗi nhân loại. Nơi Nhà Tạm, Chúa không ngừng hướng về thế giới. Chúa nhìn thấy những người chưa biết Chúa. Những người đã từng biết Chúa nhưng đang xa lìa đức tin. Những người đang lạc hướng giữa một thế giới đầy những lời hứa hẹn nhưng thiếu ý nghĩa. Những người đang tìm kiếm và hạnh phúc đích thực.

Trái Tim Chúa vẫn đau đáu vì họ. Trái Tim Chúa vẫn đang chờ họ trở về. Và có lẽ điều làm Chúa đau lòng nhất không phải là thế giới chưa nhận biết Chúa mà là nhiều người đã biết Chúa mà không còn thao thức cho phần rỗi của anh em mình. Chúng con dễ hài lòng với việc giữ đạo cho riêng mình. Dễ bằng lòng với việc tham dự Thánh lễ và các giờ đạo đức. Nhưng quên rằng Tin Mừng luôn mang trong mình sức mạnh sai đi. Lạy Chúa, mỗi lần quỳ trước Chúa là một lần trái tim chúng con được uốn nắn theo nhịp đập của Trái Tim Chúa. Một Trái Tim luôn yêu. Một Trái Tim luôn thao thức. Một Trái Tim luôn tìm kiếm những con chiên lạc.

**Ai ở lại trong Chúa sẽ trở thành ánh sáng**

Lạy Chúa Giêsu, biết bao lần chúng con muốn trở thành ánh sáng cho người khác nhưng lại quên tìm đến nguồn sáng. Một ngọn đèn không thể chiếu sáng nếu không được nối với nguồn điện. Một cành nho không thể sinh hoa trái nếu tách khỏi thân nho. Người Kitô hữu cũng không thể đem Chúa đến cho thế giới nếu không ở lại trong Chúa. Mọi hoạt động tông đồ rồi sẽ trở nên mệt mỏi nếu thiếu đời sống cầu nguyện. Mọi nhiệt huyết truyền giáo rồi sẽ cạn kiệt nếu không được nuôi dưỡng bởi Thánh Thể. Mọi cố gắng yêu thương rồi sẽ dễ dàng gãy đổ nếu không được bắt nguồn từ tình yêu của Chúa. Bởi thế, trước khi sai các môn đệ đi khắp thế gian, Chúa đã mời gọi họ ở lại với Chúa. Ở lại để lắng nghe, để được biến đổi, để học yêu bằng chính tình yêu của Chúa.

Ngày hôm nay cũng vậy, thế giới rất cần những nhà truyền giáo. Nhưng trước hết, thế giới cần những con người đã thực sự gặp gỡ Đức Kitô. Bởi người ta không thể trao điều mình không có. Không thể nói về một Đấng mà mình chưa yêu. Không thể dẫn người khác đến với Chúa nếu chính mình không sống thân tình với Chúa.

Mỗi giờ Châu là một cuộc đào sâu mối tương quan ấy. Nơi đây, Chúa âm thầm thanh luyện chúng con. Nơi đây, Chúa chữa lành những tổn thương. Nơi đây, Chúa đổ đầy những khoảng trống của tâm hồn. Nơi đây, Chúa biến đổi những con người yếu đuối thành những chứng nhân của Tin Mừng.

## **Từ bàn tiệc Thánh Thể đến cánh đồng truyền giáo**

Lạy Chúa, không có cuộc gặp gỡ nào với Chúa là điểm kết thúc. Mọi cuộc gặp gỡ đích thực đều mở ra một sứ mạng. Sau khi được nuôi dưỡng bằng Mình và Máu Thánh Chúa, chúng con được sai trở về với cuộc sống thường ngày. Trở về gia đình, công việc, những bồn phận hằng ngày. Không trở về như cũ nhưng trở về với một trái tim mới. Một trái tim mang lấy tình yêu đã kín múc nơi Thánh Thể.

Có biết bao người sẽ không bao giờ bước chân vào nhà thờ. Có biết bao người sẽ không bao giờ mở Kinh Thánh. Có biết bao người sẽ không bao giờ tham dự một khóa giáo lý. Nhưng họ sẽ gặp chúng con. Họ sẽ nhìn cách chúng con sống. Họ sẽ nhìn cách chúng con yêu thương. Họ sẽ nhìn cách chúng con đối diện với đau khổ. Họ sẽ nhìn cách chúng con tha thứ. Và từ đó, họ sẽ có thể nhận ra Đức Kitô đang ở lại với chúng con. Có lẽ ánh sáng đầu tiên đưa họ đến gần Chúa chính là đời sống của chúng con. Vì thế, mỗi lần rước Chúa xin cho chúng con ý thức, không chỉ là đón Chúa vào lòng, mà còn là đón lấy sứ mạng của Chúa. Sứ mạng yêu thương. Sứ mạng phục vụ. Sứ mạng đem ánh sáng Tin Mừng đến cho thế giới.

### **HỎI TÂM**

Tôi có thực sự tin rằng Chúa đang hiện diện sống động trong Bí tích Thánh Thể không?

Tôi có dành thời gian ở lại với Chúa hay chỉ tìm đến Chúa khi gặp đau khổ, khi cần giúp đỡ?

Trái tim tôi có đang thao thức cho những người chưa nhận biết Chúa không?

Sau mỗi Thánh lễ và giờ Châu, tôi có trở thành một con người mới hơn không?

Có ai đến gần Chúa hơn nhờ chứng tá đời sống của tôi không?

### **LỜI NGUYỆN**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con cảm tạ Chúa vì Chúa đã không bỏ chúng con mồ côi. Chúa đã chọn ở lại. Ở lại trong tấm bánh rượu nhỏ bé. Ở lại trong sự thinh lặng của Nhà Tạm. Ở lại giữa dòng lịch sử đầy biến động của nhân loại. Xin cho chúng con biết ở lại trong tình yêu của Chúa. Ở lại không phải bằng những cảm xúc nhất thời. Nhưng bằng một đời sống gắn bó, trung tín và tín thác. Xin cho những giờ phút quỳ trước Thánh Thể không chỉ là những khoảnh khắc đạo đức, nhưng là những cuộc gặp gỡ thực sự biến đổi tâm hồn chúng con. Xin đốt lên trong lòng chúng con ngọn lửa yêu mến Chúa. Xin làm cho trái tim chúng con biết thao thức cho phần rỗi các linh hồn. Xin cho chúng con biết mang Chúa đến những nơi còn thiếu vắng ánh sáng Tin Mừng. Để từ Nhà Tạm, chúng con biết bước vào cuộc đời. Từ tình yêu Chúa, chúng con biết yêu thương tha nhân. Từ ánh sáng Thánh Thể, chúng con biết trở thành ánh sáng cho thế gian. Amen.

## **CHỦ ĐỀ IV**

### **SAI ĐI TRONG SỨ VỤ**

#### **A. LỜI CHÚA**

“Anh em hãy đi và làm cho muôn dân trở thành môn đệ, làm phép rửa cho họ nhân danh Chúa Cha, Chúa Con và Chúa Thánh Thần, dạy bảo họ tuân giữ mọi điều Thầy đã truyền cho anh em.”  
(Mt 28,19-20)

#### **B. ƠN XIN TRONG GIỜ CHẦU**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin cho chúng con nhận ra rằng mình không chỉ được mời gọi đến với Chúa, nhưng còn được Chúa sai đi. Xin cho cuộc gặp gỡ với Chúa hôm nay khơi dậy nơi chúng con lòng nhiệt thành truyền giáo, để chúng con trở nên ánh sáng giữa thế gian và là những chứng nhân trung thành của Tin Mừng.

#### **C. SUY NIỆM**

##### **Một Thiên Chúa luôn sai đi**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, khi nhìn lại toàn bộ lịch sử cứu độ, chúng con nhận ra rằng Chúa là Thiên Chúa của sự lên đường. Ngài đã gọi Abraham rời bỏ quê hương để bước vào cuộc phiêu lưu của đức tin. Ngài đã sai Môsê đến giải thoát dân Israel khỏi ách nô lệ. Ngài đã sai các ngôn sứ đến kêu gọi dân Chúa trở về. Và khi thời gian tới hồi viên mãn, Chúa Cha đã sai chính Con Một của Ngài đến trần gian.

Đức Giêsu là Đấng được sai đi. Từng bước chân của Người trên mặt đất đều mang một sứ mạng. Người đến để tìm kiếm những gì đã hư mất. Người đến để băng bó những tâm hồn tan vỡ. Người đến để thắp sáng những vùng tối của nhân loại. Người đến để đem con người trở về với Thiên Chúa. Nhưng điều kỳ diệu là

trước khi trở về cùng Chúa Cha, Người lại trao ban chính sứ mạng ấy cho chúng ta.

Người không nói: "Anh em hãy ở lại và chờ đợi." nhưng Ngài nói: "Anh em hãy đi." Đi đến những nơi người ta đang cần ánh sáng. Đi đến những nơi người ta đang cần hy vọng. Và đi đến những nơi người ta đang cần được nghe rằng Thiên Chúa vẫn yêu thương họ. Động từ "đi" ấy chính là nhịp đập của Tin Mừng, nhịp đập của Hội Thánh. Nếu một Hội Thánh không lên đường sẽ dần đánh mất sức sống. Một Kitô hữu không truyền giáo sẽ dần quên mất căn tính của mình. Bởi ngay từ ngày lãnh nhận Bí tích Rửa tội, mỗi người chúng ta đã được tháp nhập vào chức năng của Đức Giêsu Kitô: trở thành chứng nhân của Ngài.

### **Từ Nhà Tạm đến những ngã đường của cuộc sống**

Lạy Chúa, nhiều lần chúng con nghĩ rằng truyền giáo là công việc của các linh mục, tu sĩ hay các nhà truyền giáo nơi vùng sâu vùng xa. Nhưng Tin Mừng hôm nay nhắc chúng con rằng mọi người đã lãnh nhận Bí tích Thanh Tẩy đều được sai đi. Mỗi người đều có một cánh đồng truyền giáo riêng.

Đôi khi chúng con mơ về những việc lớn lao mà quên mất những cơ hội rất gần. Người đồng nghiệp đang cần một lời động viên. Người thân trong gia đình đang cần một sự cảm thông. Người hàng xóm đang cần một cử chỉ quan tâm. Một người trẻ đang cần ai đó giúp họ tìm lại ý nghĩa cuộc sống. Chúa đang hiện diện nơi tất cả những con người ấy. Và Chúa đang sai chúng con đến với họ. Không phải để áp đặt. Không phải để tranh luận. Nhưng để yêu thương, phục vụ, làm cho họ cảm nhận được rằng Thiên Chúa vẫn đang ở rất gần.

**Anh em là ánh sáng thế gian**

Lạy Chúa Giêsu, giữa bài giảng trên núi, Chúa đã nói một câu thật mạnh mẽ: "Anh em là ánh sáng cho thế gian." (Mt 5,14) Chúa không nói: "Anh em hãy cố gắng trở thành ánh sáng." Chúa nói: "Anh em là ánh sáng." Đó là căn tính mà Chúa trao cho người môn đệ. Nhưng ánh sáng chỉ có ý nghĩa khi được tỏa chiếu. Không ai tắt đèn rồi lấy thùng úp lại. Không ai giữ ánh sáng cho riêng mình. Ánh sáng được sinh ra để soi đường.

Người Kitô hữu cũng vậy. Chúng ta không được trao ban đức tin để giữ cho riêng mình. Chúng ta không được gặp Chúa để chỉ lo phần rỗi của bản thân. Chúng ta được thắp sáng để chiếu sáng. Có thể chúng ta không thay đổi được cả thế giới. Nhưng chúng ta có thể thay đổi thế giới của một người nào đó. Một lời tha thứ có thể chấm dứt một hận thù. Một hành động bác ái có thể cứu một tâm hồn khỏi tuyệt vọng. Một chứng tá trung thực có thể giúp người khác tìm lại niềm tin. Một đời sống thánh thiện có thể trở thành ngọn hải đăng giữa biển đời.

Thế giới hôm nay đang có rất nhiều ánh đèn. Nhưng lại thiếu ánh sáng của Tin Mừng. Có rất nhiều thông tin. Nhưng lại thiếu sự thật. Có rất nhiều kết nối. Nhưng lại thiếu kết nối tình yêu. Và chính giữa thế giới ấy, Chúa sai chúng ta đi. Như những ngọn nến nhỏ, cháy sáng âm thầm, khiêm tốn, nhưng kiên trì cháy sáng.

### **Thế giới cần những chứng nhân hơn là những diễn giả**

Lạy Chúa, có lẽ thách đố lớn nhất của việc truyền giáo hôm nay không phải là cả thế giới chưa nhận biết Chúa mà là những tâm hồn khước từ nghe Tin Mừng và rao truyền về Danh Chúa.

Người ta muốn thấy những Kitô hữu biết sống điều mình tin. Muốn thấy những người biết yêu thương trong một thế giới đầy ích kỷ. Biết tha thứ trong một thế giới đầy chia rẽ. Biết hy vọng

trong một thế giới đầy bi quan. Biết trung thực trong một thế giới đầy giả dối. Chính đời sống ấy mới có sức thuyết phục. Bởi trước khi nghe chúng ta nói về Chúa, người ta sẽ nhìn cách chúng ta sống. Trước khi mở lòng đón nhận Tin Mừng, người ta sẽ nhìn xem Tin Mừng có thực sự biến đổi chúng ta hay không.

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, ước gì mỗi lần quỳ trước Nhà Tạm, chúng con không chỉ ra về với những cảm xúc đạo đức đẹp đẽ, nhưng ra về với một trái tim được đốt cháy. Một trái tim mang thao thức của Chúa. Một trái tim không thể bình yên khi còn nhiều người chưa biết Chúa. Một trái tim sẵn sàng trở thành khí cụ của Tin Mừng.

## **HÒI TÂM**

Tôi có ý thức rằng mình được Chúa sai đi ngay từ ngày lãnh nhận Bí tích Rửa tội không?

Tôi có đang đem ánh sáng Tin Mừng vào môi trường sống của mình không?

Có ai đến gần Chúa hơn nhờ đời sống của tôi không?

Tôi đang giữ đức tin cho riêng mình hay đang chia sẻ đức tin ấy cho người khác?

Điều gì đang ngăn cản tôi trở thành một chứng nhân nhiệt thành của Đức Kitô?

## **LỜI NGUYỆN**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúng con cảm tạ Chúa vì hành trình yêu thương kỳ diệu mà Chúa đã dành cho nhân loại. Chúa đã tự hủy để nhập thế. Chúa đã hiện diện giữa con người. Chúa đã ở lại trong Bí tích Thánh Thể. Và hôm nay, Chúa đang sai chúng con đi. Xin đừng để chúng con chỉ là những Kitô hữu mang trên danh nghĩa. Xin đừng để đức tin của chúng con chỉ dừng lại

nơi những nghi thức. Xin cho chúng con trở thành những chứng nhân sống động của Tin Mừng. Xin cho ánh sáng chúng con nhận được nơi Thánh Thể đủ mạnh để xua tan những bóng tối quanh mình. Xin cho tình yêu chúng con kín múc nơi Trái Tim Chúa đủ lớn để sưởi ấm những tâm hồn lạnh giá. Xin cho cuộc đời chúng con trở thành một lời loan báo Tin Mừng không cần nhiều lời nói, để bất cứ nơi đâu chúng con hiện diện, nơi đó có thêm ánh sáng, thêm hy vọng, thêm tình yêu. Và nơi đó, người ta có thể nhận ra Chúa đang sống.

Amen.