

CHÀU THÁNH THỂ THỨ 5 TUẦN THÁNH - 2026



Lưu ý:

- Mỗi Giờ Châu: có thể **40 hoặc 60 phút** (tùy mỗi giáo Xứ). Vì thế, xin **Người Hướng Dẫn** phân chia (đọc - hát - Thinh lặng...) cho phù hợp.
- Đầu mỗi giờ châu **không Hát Kinh Chúa Thánh Thần** (vì lúc này đang hiện tại hóa lại việc Chúa Giêsu đang cầu nguyện trong núi cây Dầu)
- Kết thúc **không đọc Kinh rước lễ thiêng liêng** vì **Chầu** liền sau Thánh Lễ.

MỤC LỤC

MẪU 1: DINH TỔNG TRẦN - TRẠM DỪNG CHÂN CỦA.....	3
NGƯỜI MÔN ĐỆ THỪA SAI.....	4
MẪU 2: MỘT ÁNH NHÌN.....	12
MẪU 3: NHỮNG KHUÔN MẶT ĐÊM THỨ NĂM TUẦN THÁNH.....	20
MẪU 4: TỪ VƯỜN DẦU ĐẾN CÁNH ĐỒNG TRUYỀN GIÁO	29
MẪU 5: YÊU THƯƠNG ĐỂ HƯỞNG TRỌN NIỀM VUI	36
MẪU 6: KHIÊM NHƯỜNG – CON ĐƯỜNG TỰ HẠ CỦA NGƯỜI MÔN ĐỆ	44
MẪU 7: NỖI CÔ ĐƠN VƯỜN DẦU - NƠI TÌNH YÊU BỊ LÃNG QUÊN	52
MẪU 8: Ở LẠI TRONG TÌNH YÊU CHÚA ĐỂ ĐƯỢC SAI ĐI	60
MẪU 9: SAU GIỌT NƯỚC MẮT LÀ SỨ MẠNG THỪA SAI	69
MẪU 10: GIỮA ĐỜI THƯỜNG, CON LÀ CHỨNG NHÂN.....	79

“Tâm hồn Thầy buồn đến chết được. Anh em ở lại đây mà canh thức với Thầy.”
(Mt 14,38)



Quay trở về với mẫu nhiệm Thứ Năm Tuần Thánh, chúng ta cùng lắng đọng trong khung cảnh Vườn Dầu năm xưa, để với chút tình bé mọn chúng ta tựa nép trong cung lòng tình yêu của Thiên Chúa, cùng canh thức bên Chúa Giêsu. Với trọn tâm tình tạ ơn bởi những ân ban mà Ngài đã trao cho nhân loại. Một tình yêu yêu cho đến cùng, một sự khiêm nhường tự hạ khi cúi mình rửa chân cho các môn đệ và hơn hết là nơi bí tích Thánh Thể và thiên chức Linh Mục được thiết lập trong đêm Cực Thánh này.

Hòa cùng tâm tình trong năm Mục vụ 2026 của HĐGM Việt Nam ***“Mỗi kitô hữu là một môn đệ thừa sai”***. Thanh Tuyển Viện thuộc Hội Dòng Mến Thánh Giá Vinh chúng con đã biên soạn một số giờ Cầu trong đêm thứ năm Tuần Thánh với vọng ước các giáo xứ, các cộng đoàn và hết thảy các tín hữu có thể hướng trọn lòng trí mình lên cùng Chúa qua Bí tích Thánh Thể để ở lại với Ngài, thông chia nỗi cô đơn và đau khổ cùng Ngài trong Vườn Cây Dầu. Đó còn là nơi chúng ta kín múc sức mạnh thiêng liêng vô giá trong Chúa Giêsu Thánh Thể. Để mỗi người trở nên những nhà thừa sai ra đi đem Chúa đến với những ai ta gặp gỡ, và tỏa lan hương thơm Tin mừng Phục Sinh bằng chính đời sống đức tin và chứng nhân của mình.

Thanh Tuyển Viện – MTG Vinh

Giờ Thứ Nhất

DINH TỔNG TRẦN - TRẠM DỪNG CHÂN CỦA NGƯỜI MÔN ĐỆ THỪA SAI

I. Thờ lạy

✓ Hát: Quỳ Trước Nhan Ngài

1. Quỳ trước nhan Ngài con dâng lời chúc tụng ca khen. Tình yêu của Chúa ôi thiên thu vững bền chẳng ngại, yêu con ví tựa ngàn non, dù con rất ư mỏng dòn. Chúa yêu con người đã ban cho đời Minh Máu cao vời.

ĐK: Ôi lạy Chúa, Chúa ơi! Con xin cất lời tụng ca, Thánh Thể tình tình yêu chan chứa, muôn đời và muôn muôn thuở, Chúa yêu con mãi còn yêu con.

2. Quỳ trước nhan Ngài con chân thành cảm tạ tri ân. Tình yêu của Chúa thân con đây dám nào lãng quên. Con xin Chúa trời từ nhân hằng luôn giúp con trung thành, xứng danh con người lãnh ơn cao vời Minh Máu Chúa Trời.

(Thỉnh lặng 2 phút)

✓ Lời Dẫn

Lạy Chúa Giêsu Thánh thể, trong giờ phút linh thiêng này, chúng con phủ phục trước nhan thánh Chúa, dâng lên Ngài tâm tình thờ lạy, chúc tụng và ngợi khen. Chúng con đến bên Thánh Thể Chúa, như những người con làm lỡ chột tình tìm về bóng Cha, như dòng suối khao khát trở về mạch nguồn sống, như những tâm hồn vụn vỡ mong được sưởi ấm bởi *Ánh sáng* diệu hiền và vĩnh cửu của Ngài.

Chúng con biết rằng, giờ này năm xưa, Chúa chấp nhận bước vào con đường tự hiến để cứu chúng con ra khỏi đầm lầy của tội lỗi. Nơi dinh tổng trần, giữa tiếng la ó, nhục mạ, kết án đầy áp lực của đám đông, Chúa vẫn lặng thinh, trung thành vâng theo thánh ý Cha cho đến cuối cùng. Giờ đây bên Thánh Thể Chúa, xin cho chúng con biết dừng lại nhìn lên Chúa để học nơi Ngài sự can đảm và lòng trung tín. Xin dạy chúng con biết chọn Chúa trong mọi cảnh huống của cuộc đời, biết sống cho sự thật để trở thành người môn đệ thừa sai dám làm chứng cho Chúa giữa thế giới đầy biến động hôm nay.

(Thỉnh lặng 2 phút)

✓ **Đọc kinh: Kinh châu lượt** (sách kinh GPHT Tr.47)

(Thinh lặng 1 phút)

Kính mời Cộng đoàn đứng

❖ **Hát: Xin cho con biết lắng nghe**

1. 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 chờ đợi và vâng nghe theo Chúa. Xin cho con biết sẵn sàng thực hành Lời Chúa đã truyền ban.

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, trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui. Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho trần ai.*

❖ **Tin Mừng Đức Giêsu Kitô theo Thánh Gioan (Ga 19, 12-16)**

¹²Từ đó, ông Phi-la-tô tìm cách tha Người. Nhưng dân Do-thái kêu lên rằng: “Nếu ngài tha nó, ngài không phải là bạn của Xê-da. Ai xưng mình là vua, thì chống lại Xê-da.” ¹³Khi nghe thấy thế, ông Phi-la-tô truyền dẫn Đức Giê-su ra ngoài. Ông đặt Người ngồi trên toà, ở nơi gọi là Nền Đá, tiếng Híp-ri là Gáp-ba-tha. ¹⁴Hôm ấy là ngày áp lễ Vượt Qua, vào khoảng mười hai giờ trưa. Ông Phi-la-tô nói với người Do-thái: “Đây là vua các người !” ¹⁵Họ liền hô lớn: “Đem đi! Đem nó đi! Đóng đinh nó vào thập giá!” Ông Phi-la-tô nói với họ: “Chẳng lẽ ta lại đóng đinh vua các người sao?” Các thượng tế đáp: “Chúng tôi không có vua nào cả, ngoài Xê-da.” ¹⁶Bấy giờ ông Phi-la-tô trao Đức Giê-su cho họ đóng đinh vào thập giá.

Không đọc “đó là Lời Chúa”

Kính mời cộng đoàn ngồi

✓ **Suy niệm**

Dinh tổng trấn - nơi của quyền lực, của những quyết định mang tính sống còn. Nhưng cũng chính nơi đây, sự thật lại bị bóp méo, công lý bị chà đạp, tình yêu bị kết án, và mọi lý lẽ đều trở nên vô nghĩa trước sự cứng rắn của lòng thù hận. Đức

Giê-su phải chết theo như đúng âm mưu của hội đồng Do Thái. Có ai hiểu được những áp lực, giằng co đang đè nặng trên tâm hồn Đức Giêsu trong dinh tổng trấn? Và có nơi nào như chính nơi đây, Chúa lại bị đặt vào một sự lựa chọn đầy cay đắng đến thế: bị xét xử như một tội nhân, bị trao nộp giữa những toan tính của con người? Chỉ mới cách đó không lâu, Người còn giảng dạy, chữa lành, yêu thương và nâng đỡ biết bao người. Chỉ mới đó thôi, dân chúng còn cầm cành lá, trải áo trên đường, hân hoan tung hô Đức Giêsu là Vua khi Người tiến vào thành thánh. Thế mà bây giờ, đứng trước phiên tòa, Người lại bị khước từ bởi chính lòng dạ đen tối của đám đông, bởi tiếng la ó dữ dội điên đảo quanh dinh tổng trấn và bởi một Phi-la-tô hèn nhát, không thắng nổi chính mình, thỏa hiệp trước đám đông vì sợ mất danh vọng quyền lực. Làm sao để thấu nổi vụn vỡ nơi Thánh Tâm Chúa khi những đợt tiếng hét : **“Đem đi ! Đem nó đi ! Đóng đinh nó vào thập giá !”** như những lưỡi dao sắc bén cứa thẳng vào trái tim của Đấng Thiên Sai. Thế nhưng, giữa nơi đây rầy những tiếng ồn: tiếng của quyền thế, lợi danh, tiếng của toan tính cá nhân, Chúa chọn thính lặng, không phải vì yếu đuối cũng chẳng vì trốn tránh mà vì tình yêu sâu thẳm dành cho con người.

Phải chăng bầu khí của dinh tổng trấn hôm ấy cũng đang bao phủ thế giới hôm nay? Một thế giới đầy xáo trộn, đầy tiếng la ó khiến con người dễ dàng đánh mất lương tâm. Và người môn đệ thừa sai hôm nay cũng đang đứng trước “dinh tổng trấn” của riêng mình, không phải một lần nhưng nhiều lần, không phải một ngày nhưng nhiều ngày: là những lúc phải lựa chọn đúng và sai; giữa sự thật và lợi ích; giữa Chúa và những “Xê-da” của cuộc đời.

Có khi nào chúng ta giống như Phi-la-tô, biết điều đúng nhưng không dám sống, biết giả dối nhưng lại nín thinh?

Có khi nào chúng ta như đám đông, dễ lôi cuốn, dễ kết án người khác mà chưa hề suy nghĩ?

*Và có lúc nào, chúng ta tự nhận rằng **“Chúng tôi không có vua nào cả”** ngoài tiền bạc, địa vị, ngoài vùng an toàn của bản thân?*

(Thinh lặng 1 phút)

Dinh tổng trấn năm xưa là nơi Chúa bị xét xử, bị khước từ và bị trao nộp; còn dinh tổng trấn hôm nay chính là trạm dừng chân, nơi người môn đệ được mời gọi

dừng lại, học lại cách sống, biết lắng nghe trong thinh lặng, phân định trong *Ánh sáng* Lời Chúa và can đảm chọn Ngài giữa những thử thách của cuộc đời. Xin cho mỗi người trong cộng đoàn giáo xứ chúng ta không phải là những người đứng nhìn Chúa bị kết án, nhưng trở thành những người môn đệ bước theo Chúa trên con đường thập giá, sống một tình yêu trung thành, tín thác và trọn vẹn đến cùng.

(Thinh lặng 5- 7 phút)

Kính mời cộng đoàn quỳ

✓ Hát : Phó thác

1. Nay tấm thân con sao Cha đành tâm xa cách. Nay tấm thân con đắng cay muôn vàn tê tái. Cha ơi sao nỡ quên con. Cha ơi sao Cha ngoảnh mặt nhìn con khổ đau, để quân thù chê trách con.

ĐK: *Con xin phó thác nơi Cha, thân con với linh hồn con. Xin Cha thêm sức cho con, trọn vẹn theo ý Cha luôn.*

2. Là kiếp sâu bọ con nay là người đau phải. Vậy đó Cha ơi thấy con muôn người khinh ghét. Nghe như nhức nhối tâm can, nghe như mắt ứa lệ tràn. Xót xa lòng con nát tan, có ai mà thương ủi an.

3. Một chén Cha trao bao nhiêu sầu đau cay đắng. Tự ý con đây dám đầu tay cầm lên uống. Thừa Cha, con nay xin vâng, vâng theo như Cha mong chờ. Nếu Cha định con uống thôi, với con nguyện vâng ý Cha.

(Thinh lặng 2 phút)

II. ĐỀN TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, dinh tổng trấn là nơi của sự do dự, thỏa hiệp và sợ hãi. Philatô đã do dự, dấu biết sự thật nhưng không dám lên tiếng, biết Chúa vô tội, nhưng vẫn trao nộp Ngài. Còn chúng con, biết bao lần cũng đứng trước “dinh tổng trấn” của đời mình, dấu lương tâm nhận ra lẽ phải nhưng lại chọn đầu hàng vì lợi ích cá nhân, lắm lúc bản thân còn cộng tác vào việc kết án và đóng đinh Chúa vào thập giá. Xin Chúa đền bù những yếu đuối ấy nơi chúng con, và dạy chúng con biết trung thành hơn với tiếng Chúa trong lòng.

X-Đ : *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha.*

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong Năm mục vụ 2026: **Mỗi kitô hữu là một môn đệ thừa sai**, đáng lẽ chúng con phải làm cho mọi nơi trở thành “trạm dừng chân” của tình yêu Chúa, nhưng đôi khi chính chúng con lại làm lu mờ khuôn mặt của Ngài, khi đời sống chúng con lại không phản chiếu Tin Mừng, không làm cho người khác nhận ra Chúa. Xin nhận lấy những thiếu sót ấy như của lễ đền tạ và thanh luyện chúng con, để chúng con không còn sống cho riêng mình, nhưng sống cho Đấng đã chịu kết án vì chúng con.

X-Đ : Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, cảm tạ Người đã cho chúng con quỳ đây trước mặt Chúa để chiêm ngắm Chúa trong dinh tổng trấn. Nơi đây, Chúa trở nên mẫu gương của sự thinh lặng, lòng vâng phục và tình yêu hiến dâng cách trọn vẹn. Cùng dừng chân với Ngài, chúng con nhận ra những yếu đuối, bất toàn của bản thân. Thế nhưng, chúng con vẫn tin rằng: tình yêu và lòng thương xót của Chúa luôn lớn hơn mọi yếu đuối của chúng con, luôn chờ đợi chúng con quay trở về và nâng đỡ chúng con trong từng nẻo đường theo Chúa.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ **Hát: Tình con trong tình Chúa**

1. Tình yêu Chúa ngát xanh cho đời thắm tươi. Lòng con luôn khát khao tình Chúa chẳng ngại. Ngài chọn con bước theo Ngài, làm muối men ướp cho đời Làm chứng nhân cho tình Chúa mọi nơi.

ĐK. Dù đời bao sóng gió lòng vẫn bước đi, Chúa song hành đỡ nâng ngại chi. Dẫu cuộc đời lệ rơi ướt mi, con vẫn đi truyền rao Chân Lý. Đời con như giọt nước nhỏ nhoi bé thơ, những vui buồn với bao mộng mơ, chỉ mong được hòa trong Chúa thôi, ân tình Chúa mãi không phai mờ.

2. Đường tình yêu Chúa ơi con nguyện hiến dâng. Tuổi thanh xuân với bao mộng ước đời con. Nguyện kiên vững bước theo Ngài, cả tấm thân với linh hồn, dù thế gian bao cạm bẫy mù sương.

III. CẦU XIN

Quỳ trước Thánh Thể Chúa đây, trong tâm tình phó thác tin yêu chúng con xin dâng lên Chúa những ước nguyện tha thiết:

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, hồi tưởng lại phiên tòa xét xử Chúa, ngày nay trên cuộc đời lữ hành đức tin, thân thể nhiệm mầu của Chúa là Giáo Hội cũng luôn bị lên án vì nhiệt tâm bảo vệ sự thật và lên tiếng trước những bất công. Xin Chúa ban cho các vị chủ chăn trong Hội Thánh và toàn thể mọi thành phần trong Giáo Hội biết nỗ lực bảo vệ sự toàn vẹn của kho tàng đức tin, tích cực tham gia và dẫn thân thi hành sứ vụ trong bậc sống của mình hầu xây dựng Hội Thánh ngày càng vững mạnh và làm lan tỏa tình yêu Chúa giữa thế gian.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương nhậm lời chúng con!

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, khát vọng của con người là được sống trong bình an và sự thật. Thế nhưng, giữa một thế giới đầy những tiếng ồn của lợi ích, của hơn thua và toan tính, con người dễ đánh mất hướng đi, dễ thỏa hiệp với điều sai trái như dinh tổng trấn năm xưa. Xin Chúa ban cho các nhà lãnh đạo các quốc gia biết dừng lại để lắng nghe tiếng nói của lương tâm, biết phân định điều ngay chính và can đảm chọn con đường công lý và hòa bình, hầu giúp con người sống liên đới, tôn trọng sự thật và xây dựng một thế giới nhân ái hơn.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương nhậm lời chúng con!

3. ***“Anh em là ánh sáng thế gian” (Mt 5,14).*** Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, giữa bao giằng co và chọn lựa, xin Chúa cho mỗi người trong cộng đoàn giáo xứ chúng con biết đứng về phía sự thật, không dừng lại trong sợ hãi, mà sẵn sàng bước theo Chúa trên con đường thập giá và cùng bước đi với anh chị em trong tình hiệp nhất, sẵn sàng nâng đỡ nhau. Nhờ đó, chúng con biết sống trọn vẹn giới luật yêu thương, để trở nên chứng nhân của tình yêu Chúa giữa thế gian. Sau hết, xin Chúa thương cho các tín hữu trong giáo xứ đã qua đời sớm được về hưởng tôn nhan thánh Chúa.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương nhậm lời chúng con.

(Thinh lặng 2-3 phút)

✓ **Hát: Khúc cảm tạ**

1. Khúc cảm tạ từ đó âm ba vọng ngân, rộn rã trong tim ngày đêm, tán dương Tình Yêu Thiên Chúa. Suốt một đời con tắm mát trong tình Cha, giữa trưa sa mạc cháy da, Chúa như nguồn nước chan hòa.

***ĐK:** Xin dâng lên Chúa tiếng yêu ngọt ngào. Nguyện ghi nhớ Thánh ân Ngài trao. Nguyện theo chân Chúa đi qua. Đôi Ta-bo hay thập giá. Ôi tình yêu Chúa mệnh mang trần đời. Tình yêu Chúa bao la trùng khơi. Thuyền hồn con mãi êm trôi. Hưởng Tình Yêu ôi tuyệt vời.*

2. Tiếng gọi nào rộn rã vang trong chiều mơ, vồn vã cánh tay Ngài đưa, dắt con vào miền thương nhớ. Chén rượu đào Ngài chúc chứa chan ngày nao, bánh thơm ân huệ Chúa trao, tháng năm tình mến dâng trào.

3. Đến đời đời Ngài vẫn yêu con mà thôi, Ngài vẫn yêu con chẳng nguôi, dẫu cho trần gian tan biến. Chúa là nguồn hạnh phúc mến yêu của con, có chi hơn được Chúa thương, thế gian thành cõi thiên đường.

(Thinh lặng 2 phút)

IV. KẾT THÚC

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong những ngày cao điểm của năm phụng vụ này, chúng con được tưởng niệm và cùng đi với Chúa qua từng chặng đường của cuộc Thương Khó. Đêm nay, chúng con dừng lại nơi “dinh tổng trấn” - nơi Chúa bị xét xử, kết án và trao nộp để canh thức và chiêm ngắm tình yêu tự hiến của Chúa dành cho chúng con. Chúng con cảm tạ Chúa đã mời gọi và cho chúng con được ở lại trong tình thương của Chúa. Xin Chúa tiếp tục đồng hành với chúng con trong từng giây phút của cuộc đời. Xin cho chúng con nhận ra những “dinh tổng trấn” của chính mình để biết dừng lại, lắng nghe và phân định theo ý Chúa; đồng thời, biết bước vào những “dinh tổng trấn” của tha nhân với một con tim cảm thông, không xét đoán, nhưng biết nâng đỡ và yêu thương. Xin thôi thúc chúng con siêng năng kính thờ Thánh Thể Chúa, năng viếng Chúa và chuẩn bị tâm hồn xứng đáng mỗi khi rước Chúa, để tình yêu tự hiến của Chúa ngày càng thấm sâu và biến đổi đời sống chúng con. Ước gì, từ nơi đây, chúng con biết chọn Chúa là Vua duy nhất của đời

mình, và trở nên những môn đệ biết lắng nghe, biết phân định và trung thành bước theo Chúa trên con đường thập giá hầu đem *Ánh sáng* của Ngài tỏa chiếu khắp mọi nơi. **Amen.**

+++++

Giờ Thứ Hai

MỘT ÁNH NHÌN

I. THỜ LẠY

✓ **Hát: Phút linh thiêng.**

***ĐK.** Người ơi! Nào mau tới thờ lạy Chúa! Quỳ dâng lòng tôn kính Chúa trên cao. Linh thiêng ôi phút giây giờ đây khi đoàn con được chiêm ngắm nhan thánh Chúa chí nhân quyền uy.*

Người ơi! Nào mau tới thờ lạy Chúa! Đồng thanh hợp chung tiếng hát ca khen. Cảm mến ơn Chúa ban tràn lan cho trần gian mình Máu Thánh nên nguồn sống tuôn ngày đêm.

1. Này đây Ta ban cho thân xác Ta làm của ăn Máu Ta, Ta ban cho làm của uống. Này ai, ai ăn Ta uống Máu Ta trong tin yêu thì sẽ sống, sẽ sống mãi muôn đời liên.

2. Người ơi! Không như xưa tổ tiên người thời Môsê đã ăn, ăn Manna và đã chết. Ngày nay ai tin Ta ăn bánh đây Ta ban cho thì sẽ sống, sẽ sống mãi trong tình Ta.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ **Lời dẫn**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con đến bên nhan thánh Chúa, để lại sau lưng những lo toan, ngổn ngang, bộn bề của cuộc sống, mang theo tâm hồn khao khát được ở lại, được lắng nghe và chiêm ngắm ánh nhìn đầy yêu thương của Ngài, ánh nhìn đã một lần làm tan vỡ cõi lòng Phêrô Tông đồ giữa đêm tối yếu đuối năm xưa. Giữa khung cảnh lạnh lẽo của đêm Thương Khó, khi Chúa bị bắt và bị điệu đi, Phêrô đã âm thầm bước theo từ xa, mang trong lòng nỗi sợ hãi và đầy hoang mang. *Mới đó thôi, ông còn quả quyết rằng: “Dẫu tất cả có vấp ngã vì Thầy, thì con đây cũng sẽ không bao giờ vấp ngã.”* Thế nhưng, khi gà chưa kịp gáy, ông đã chối Thầy đến ba lần. Và rồi, ngay khoảnh khắc ấy, Chúa quay lại nhìn ông. Không một lời trách móc, không một lời kết án, chỉ là một ánh nhìn lặng lẽ, nhưng đủ để đánh thức trái tim, đủ để khơi dậy ký ức yêu thương, đủ để khiến ông bật khóc trong niềm thống hối sâu xa.

Lạy Chúa, ánh nhìn ấy hôm nay vẫn đang hướng về chúng con. Có những lúc chúng con cũng bước đi theo Chúa từ xa như Phê-rô năm xưa. Có những lần chúng con sống ích kỷ, những lần thỏa hiệp với yếu đuối, những khi không dám can đảm sống đức tin của mình. Chúng con vẫn theo Chúa, nhưng là “theo xa xa”, bởi sợ bị nhận ra. Và rồi, trong sâu thẳm, chúng con cũng đã nhiều lần chối Chúa mà không hay biết.

Lạy Chúa, trong cõi lặng trong giờ chầu này, xin cho chúng con biết lắng đọng tâm hồn lại bên những giây phút quý báu này, để thực sự cảm nhận được “Một ánh nhìn” của Chúa. Xin ánh nhìn ấy chạm đến những nơi sâu kín nhất và chữa lành những thương tổn trong tâm hồn chúng con. Để giờ đây, chúng con được ở lại với Chúa, không chỉ để nhìn Chúa, nhưng để được Chúa nhìn, và trong ánh nhìn yêu thương ấy, xin biến đổi cuộc đời chúng con.

(Thỉnh lặng 2 phút)

Kính mời Cộng đoàn đứng

✓ Tin Mừng Chúa Giê-su Ki-tô theo Thánh Lu-ca (22, 54 – 62)

Họ bắt Đức Giê-su, điệu Người đi và dẫn vào nhà vị Thượng tế. Còn Phê-rô thì theo xa xa. Người ta đốt lửa giữa sân và ngồi quây quần lại; Phê-rô cũng ngồi giữa họ. Thấy ông ngồi bên ánh lửa, một đầy tớ gái nhìn ông chăm chăm và nói: “Cả bác này cũng đã ở với ông ấy!” Nhưng ông chối: “Này chị, tôi không biết ông ấy!” Một lát sau, có người khác thấy ông liền nói: “Cả bác nữa, bác cũng thuộc bọn chúng!”. Nhưng Phê-rô đáp: “Này anh, không phải đâu!” Chừng một giờ sau, lại có người khác quả quyết: “Đúng là bác này cũng đã ở với ông ấy, vì bác ta cũng là người Galilê.” Nhưng Phê-rô nói: “Này anh, tôi không biết anh nói gì!” Ngay lúc ông còn đang nói, thì gà gáy. Chúa quay lại nhìn ông. Phê-rô sực nhớ lời Chúa đã nói với mình: “Hôm nay, gà chưa kịp gáy, thì anh đã chối Thầy ba lần.” Và ông ra ngoài, khóc lóc thảm thiết.

(Không đọc “Đó là Lời Chúa”)

Kính mời cộng đoàn ngồi.

(Thỉnh lặng 1 phút)

✓ Suy niệm

Giữa đêm lạnh lẽo, ngọn lửa leo lét và những tàn lửa vội tắt, làm cho không gian trở nên đặc biệt hơn cả. Thế nhưng trong lòng Phê-rô vẫn còn đó sự ngội lạnh, xen lẫn một nỗi xót xa, day dứt vì ba lần chối Thầy. Chợt tiếng gà gáy vang lên, xé toang màn đêm tĩnh mịch, ngay lúc đó "*Chúa quay lại nhìn ông*". Một ánh nhìn lay động và thức tỉnh cả tâm hồn. Ánh nhìn ấy không mang hình bóng của sự trách móc, không phải kết tội, cũng chẳng phải loại trừ, nhưng là ánh mắt của tình yêu và lòng thương xót, đầy cảm thông trước thân phận hèn yếu của con người. Chúa đã từng nói với các môn đệ: "*Hãy tỉnh thức và cầu nguyện, vì tinh thần thì hằng hái nhưng thể xác lại yếu đuối*" (Mt, 26,41). Đó là ánh nhìn của một tình yêu bị tổn thương nhưng vẫn đầy lòng trắc ẩn, một ánh nhìn không đẩy con người ra xa, nhưng âm thầm mời gọi quay trở về và hôm nay, ánh nhìn ấy cũng đang mời gọi chúng ta soi rọi vào từng ngõ ngách của tâm hồn mình.

Trước hết, đó là ánh nhìn thấu cảm để sưởi ấm lại mái ấm gia đình. Trong đời sống thường nhật, đã bao lần chúng ta thiếu đi ánh nhìn bao dung của Chúa? Giữa những lo toan, bộn bề của cuộc sống cơm, áo, gạo, tiền, chúng ta dễ dàng nhìn nhau bằng sự loại trừ, mệt mỏi, bằng những lời đòi hỏi khắt khe, hay đau lòng hơn là bằng sự thờ ơ, dửng dưng, xa cách. Khi người chồng sa ngã, người vợ làm lỗi hay con cái đi sai đường, chúng ta thường dùng ánh mắt trừng phạt để đối đãi với nhau. Nhưng lay Chúa, sự trừng phạt chỉ làm tâm hồn thêm băng giá, chỉ làm khoảng cách giữa mỗi người đã xa lại càng xa hơn. Như Phê-rô đang run rẩy bên ánh lửa đời tạm. Một gia đình chỉ thực sự là tổ ấm khi mỗi thành viên biết học cách quay lại nhìn nhau bằng tình yêu thương và lòng cảm thông. Một ánh nhìn thấu cảm có sức mạnh chữa lành những rạn nứt, đổ vỡ mà lời nói đôi khi bất lực, biến ngôi nhà thành nơi mà mỗi thành viên đều cảm thấy mình được yêu thương, được đón nhận nhận dù còn nhiều khiếm khuyết.

Phê-rô khi xưa ngồi giữa bao người nhưng ông lại cô độc vì đang che giấu căn tính của mình. Trong giáo xứ, có khi mỗi người chúng ta vẫn ngồi chung một băng ghế nhưng lại ngăn cách nhau bởi định kiến và sự thờ ơ. Ánh nhìn của Chúa đã kéo Phê-rô ra khỏi sự đơn độc để đưa ông trở về. ở đó khơi dậy tâm thức của chúng ta để rồi đừng nhìn anh em bằng sự kỳ thị hay phân biệt, nhưng hãy nhìn thấy nơi người anh em bên cạnh mình hình ảnh của một người cũng đang cần được Chúa thương xót như chính mình. Khi chúng ta nhìn nhau bằng ánh mắt của Chúa nhìn Phê-rô

năm xưa, giáo xứ sẽ trở thành một gia đình hiệp nhất, nơi người yếu đuối được nâng đỡ chứ không bị phán xét hay loại trừ.

Cuối cùng, ánh nhìn ấy không dừng lại ở sự an ủi, mà trở thành lệnh truyền sai đi. Đoạn Tin Mừng kết thúc bằng hình ảnh Phêrô ra ngoài khóc lóc thảm thiết. Đó là những giọt nước mắt của sự hoán cải để chuẩn bị cho một sứ vụ mới. Người môn đệ thừa sai không đòi hỏi phải là người hoàn hảo, mà là người đã được chữa lành để rồi mang ánh mắt hy vọng của Chúa đến cho những người tuyệt vọng, mang ánh mắt ủi an, cảm thông đến cho người sầu khổ. Sứ mạng thừa sai bắt đầu từ chính giây phút chúng ta nhìn thế giới bằng đôi mắt của Chúa, đôi mắt không thấy tội nhân để kết án, nhưng thấy những linh hồn đang khát khao được yêu thương. Giờ đây, trước thánh nhan Chúa, chúng ta hãy tự vấn xem:

- Trong những giây phút nóng giận hay bất đồng dưới mái ấm gia đình hay đời sống cộng đoàn, tôi thường dành cho người thân ánh nhìn phán xét, loại trừ, hay ánh nhìn thấu cảm của Chúa Giêsu?

- Tôi có đang vô tình chối bỏ người thân bằng sự thờ ơ, lạnh lùng, khiến họ cảm thấy cô độc ngay trong chính ngôi nhà của mình như Phêrô giữa sân nhà Thượng tế không?

(Thinh lặng 5-7 phút)

Kính mời cộng đoàn quỳ.

✓ Hát: Con nay trở về

1. Con nay trở về, trở về cùng Chúa, Chúa ơi. Con nay trở về, lòng sầu thống hối khôn nguôi. Muốn khóc cho một niềm tin đã trót bao phen ngã nghiêng. Bước chân hoang đàng, nay bến 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 bồi rối hoang mang. Quyết chí ăn năn chữa lỗi, lánh hết nguy cơ lạc lối. Thấp hươg chân thành, đây trái tim con tận hiến Ngài.

(Thinh lặng 1 phút)

✓ **Độc kinh:** Xin ơn hòa bình (Sách kinh Tr.70)

(Thinh lặng 2 phút)

II. ĐỀN TẠ

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Đáng đã yêu thương chúng con đến cùng, trong giờ châu thánh này, chúng con khiêm tốn phủ phục trước nhan Chúa để dâng lên Chúa những tâm tình đền tạ vì muôn vàn lỗi lầm của chúng con:

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, như Thánh Phêrô đã ba lần chối Chúa trong sợ hãi và yếu đuối. Nhìn lại chính mình, chúng con cũng đã không ít lần chối Chúa trong đời sống hằng ngày: khi chúng con ngại sống theo sự thật, khi chúng con nói những điều không ngay chính, và khi chúng con chọn mình hơn là chọn Chúa.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha.

2. Lạy Chúa, biết bao nhiêu lần chúng con đứng dưng trước tình yêu của Chúa. Chúa luôn hiện diện trong Bí tích Thánh Thể, chờ đợi và yêu thương chúng con, nhưng chúng con lại thờ ơ, lơ là trong việc cầu nguyện, tham dự Thánh Lễ cách hời hợt, và nhiều khi đặt Chúa xuống hàng thứ yếu trong cuộc sống.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha.

3. Lạy Chúa, chúng con xin đền tạ vì những lần chúng con đã sợ hãi mà không dám làm chứng cho Chúa. Trước những bất công, sai trái, chúng con đã chọn im lặng; trước những cơ hội sống yêu thương, chúng con lại khép kín và ích kỷ. Xin Chúa ban cho chúng con lòng can đảm và biến đổi sự yếu đuối của chúng con.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha.

4. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con cảm tạ Chúa vì dù chúng con nhiều lần yếu đuối trong lời ăn tiếng nói, nhiều lần đã dùng ánh mắt của sự ích kỷ lẫn lời nói thiếu yêu thương, thiếu cảm thông với anh chị em. Thế nhưng, Chúa vẫn kiên

nhân dạy dỗ và hướng dẫn chúng con sống theo tinh thần Tin Mừng, vẫn không ngừng yêu thương và âm thầm tuôn đổ hồng ân của Ngài trên chúng con.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh thể, chúng con dâng lời cảm tạ.*

(Thỉnh lặng 2 phút)

✓ Hát: Xin bên con Chúa ơi

1. Những bước đường con đang đi, bước theo Ngài nào đâu xá chi. Những bước đường lên Calvê, cùng Giêsu hiến thành hy tế. Đường gian nan nhiều lắm than, nhưng đời có Chúa con hằng vững an. Chỉ nguyện xin Ngài bên con, cùng chia sẻ đắng cay ngọt bùi.

ĐK: *Xin bên con Chúa ơi, cho con an vui đời theo Chúa. Xin bên con Chúa ơi, đừng mặc con độc hành đêm tối. Xin bên con Chúa ơi, dịu dặt con trên đường tin thành. Xin bên con Chúa đừng xa con, đừng bỏ con một mình đơn côi.*

2. Giấc mộng vàng sao tan mau, phút mơ hồ ngoảnh nhìn trước sau. Có ai còn bên con đâu, chỉ mình con đơn hành lẻ bước. Ngài nơi đâu, Ngài ở đâu?. Sao chẳng bên con khi hồn nghiêng ngã?. Ngài, Ngài ơi, này thân con, bao tan nát khổ đau toi bời.

3. Giữa đêm trường bao cô đơn, vững tin vào ngày mai sáng hơn. Chúa vẫn hằng luôn bên con, dù đôi khi con nào nhận thấy. Ngài yêu thương, Ngài chở che. Vẫn hằng nâng niu khi đời dâu bể, chẳng bỏ con, chẳng xa con. Khi hạnh phúc lẫn khi ê chề.

III. CẦU XIN.

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể là nguồn tình yêu và lòng thương xót, trong thỉnh lặng trước nhan Chúa, chúng con xin dâng lên Chúa những lời nguyện xin:

1. Lạy Chúa, khi nhìn lại đoạn Tin Mừng, chúng con thấy thánh Phêrô đã yếu đuối chối Chúa, nhưng ánh mắt đầy yêu thương của Chúa đã giúp ông hoán cải. Xin cho các mục tử trong Hội Thánh luôn ý thức thân phận yếu đuối của mình, để biết cậy dựa vào ơn Chúa và dẫn dắt đoàn chiên bằng tình yêu và lòng thương xót.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con.*

2. Lạy Chúa, trong cuộc sống hôm nay, nhiều người cũng đang chối Chúa bằng lối sống thờ ơ, sợ hãi và chạy theo những giá trị trần gian. Xin cho mọi Kitô hữu biết can đảm làm chứng cho Chúa bằng đời sống chân thật, yêu thương và trung thành để trở nên những chứng nhân đích thực cho Chúa trong cuộc sống hằng ngày.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con.

3. Lạy Chúa, biết bao nhiêu lần chúng con đã đánh mất niềm tin và hy vọng nơi Chúa, dễ dàng nản lòng khi gặp thử thách, và quên rằng Chúa luôn ở bên nâng đỡ chúng con. Xin cho mỗi người chúng con biết tin thác vào lòng thương xót của Chúa, không thất vọng khi vấp ngã, nhưng luôn đứng lên và bắt đầu lại. Xin giúp chúng con trung thành với Chúa trong mọi hoàn cảnh của cuộc sống.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con.

4. Lạy Chúa, trong thế giới hôm nay còn biết bao người đang sống trong đau khổ, bệnh tật, cô đơn và thiếu thôn tình thương. Xin Chúa chạm đến tâm hồn họ, ban ơn nâng đỡ và an ủi, để họ luôn cảm nhận được sự hiện diện yêu thương của Chúa. Xin cũng cho mỗi người chúng con biết mở rộng tấm lòng, quảng đại chia sẻ và trở nên khí cụ bình an của Chúa giữa cuộc đời.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhận lời chúng con.

✓ Hát: Tâm Tình Hiến Dâng

ĐK. *Biết lấy gì cảm mến, biết lấy chi báo đền hồng ân Chúa cao vời Chúa đã làm cho con.*

1. Thương con từ ngàn xưa một tình yêu chan chứa. Và chọn con đi làm đuốc sáng chiếu soi trần gian. Cho con say tình mến và này con xin đến. Một đời trung trinh làm muối đất ướp cho mặn đời.

2. Trao cho con lời Chúa dù đời con hoen úa. Nguyên đời con đem chân lý đến cho mọi nơi. Ra đi đây nguyện ước và này con gieo bước. Nguyên đời con đem nguồn yêu mến đến cho người.

3. Chân đi đạp đời non biển đời bao sóng gió. Ngài đỡ nâng con dù nguy biến vẫn ở cùng con. Yêu thương làm hành trang ngọn đèn tim thấp sáng. Một đời vui như đàn chim hót suối reo đầu ngàn.

4. Xin cho con bình an và đầu cao mắt sáng nguyện đời con đi làm chứng tá Chúa trên trần gian. Xin cho con nghèo khó cuộc đời bao nguy khó. Đời hạnh phúc con được chính Chúa gia nghiệp trọn đời.

IV. KẾT THÚC

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong những giây phút lắng đọng sau cùng của giờ Châu này, chúng con xin được dừng lại dưới ánh nhìn mà Chúa đã dành cho Phêrô năm xưa. Giữa một xã hội đầy xáo trộn, lo toan, bộn bề. Chúng con cảm tạ Chúa đã quay lại nhìn chúng con, cho chúng con được ở lại và sưởi ấm tâm hồn trong tình thương bao dung của Chúa. Xin Chúa tiếp tục đồng hành và gìn giữ chúng con trong từng giây phút của cuộc đời. Xin cho chúng con nhận biết những phút giây yếu đuối của chính mình nơi những nỗi sợ hãi đôi khi làm chúng con muốn chối bỏ Chúa nơi anh em. Xin ánh nhìn của Chúa làm tan chảy tảng băng trong lòng chúng con, để từ những giọt nước mắt sám hối, con được tái sinh thành một môn đệ thừa sai nhiệt thành. Để con biết mang ánh nhìn ấy về với gia đình để yêu thương, về với giáo xứ để hiệp thông, và mang vào lòng đời để thấp sáng thế giới bằng tình yêu của Ngài. **Amen.**

+++++

Giờ Thứ Ba

NHỮNG KHUÔN MẶT ĐÊM THỨ NĂM TUẦN THÁNH

I. THỜ LẠY

✓ Hát: Mầu nhiệm yêu thương

1. Thờ lạy Chúa giờ đây ngự trên bàn thờ. Vì yêu thương đoàn con trên đường dương thế. Ngài nên bánh nuôi hồn cho những ai đêm ngày đang khóc than trên đời đầy nguy nan. Nào ca hát ngợi khen tình Chúa cao vời. Ngài đã lấy thịt Máu nuôi đoàn con cái. Ngài tự hiến thân mình cho chúng con trót đời nên của ăn ở lại với chúng con.

ĐK: *Con tin con thờ lạy Chúa đã vì yêu mến xuống nơi trần gian. Xin thương ban niềm tin yêu, ban niềm cậy trông và ơn tha thứ. Con tin đây là Nhiệm Tích cao vời khôn sánh Chúa đang ngự đây. Giê-su đã vì yêu con cho con Lương Thần Linh.*

2. Tiệc ly đó cùng với mười hai môn đệ cùng ăn uống, cùng chia lương thực ai nấy. Ngài cầm lấy ly rượu với bánh thơm, tuyên lời: Đây máu Ta, Đây Thịt của thân Ta. Và từ đó ngày đêm Ngài đã ở lại. Đoàn con sống nhờ chính lương thần cao quý. Dù con mắt đâu nào có thấy chi, nhưng lòng con vẫn tin Chúa ngự giữa chúng con.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Lời dẫn

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong giờ phút linh thiêng này, chúng con lặng lẽ ở lại bên Chúa và chiêm ngắm những khuôn mặt của Đêm Thứ Năm Tuần Thánh. Chúng con thấy nơi đó khuôn mặt của Phêrô, yêu mến nhưng yếu đuối, nhiệt thành nhưng dễ vấp ngã; khuôn mặt của Giu-đa, gần gũi mà xa cách, theo Chúa nhưng lại đánh mất chính mình; và cả những khuôn mặt của các môn đệ thân tín, mệt mỏi, sợ hãi, ngủ quên khi Chúa cần nhất. Những khuôn mặt ấy không chỉ là ký ức của một đêm xa xưa, nhưng vẫn đang hiện diện trong chính cuộc đời chúng con hôm nay. Lạy Chúa, trong những khuôn mặt ấy, chúng con nhận ra chính mình: khi quảng đại mà cũng có lúc yếu đuối; khi yêu mến mà cũng có lúc khép lòng; khi muốn trung thành nhưng lại dễ dàng lạc hướng. Những chuyển biến âm thầm ấy phản chiếu hành trình đức tin mong manh của chúng con, một hành trình luôn cần đến ơn Chúa nâng đỡ. Thế nhưng, trên tất cả, chúng con chiêm ngắm khuôn mặt đầy yêu thương của Chúa hiền lành, khiêm hạ và bao dung. Ánh mắt Chúa vẫn lặng lẽ dõi theo, không

kết án nhưng mời gọi, không loại trừ nhưng chữa lành và nâng dậy. Chính tình yêu ấy làm nên ý nghĩa của đêm thánh này, một tình yêu vẫn đang chạm đến và biến đổi từng tâm hồn.

Lạy Chúa, xin cho chúng con biết nhìn lại chính mình trong ánh sáng của Chúa, để không sợ hãi nhưng can đảm hoán cải. Xin cho chúng con biết mở lòng đón nhận tình yêu, để được đổi mới và bước đi vững vàng hơn trên hành trình theo Chúa. Và giữa muôn khuôn mặt của cuộc đời, xin cho chúng con luôn biết chọn ở lại trong tình yêu, để sống xứng đáng với tình yêu Chúa đã trao ban đến cùng.

(Thỉnh lặng 2 phút)

✓ **Kinh: Kinh Châu lượt** (Sách kinh GPHT Tr. 47)

❖ **Tin Mừng Đức Giê-su Ki-tô theo Thánh Gioan (Ga 13, 26-42)**

Hát thánh vịnh xong, Đức Giê-su và các môn đệ ra núi Ô-liu. Đức Giê-su nói với các ông: "Tất cả anh em sẽ vấp ngã, vì Kinh Thánh đã chép: Ta sẽ đánh người chăn chiên, và chiên sẽ tan tác. Nhưng sau khi trời dậy, Thầy sẽ đến Ga-li-lê trước anh em." Ông Phêrô liền thưa: "Dầu tất cả có vấp ngã đi nữa, thì con cũng nhất định là không." Đức Giê-su nói với ông: "Thầy bảo thật anh: hôm nay, nội đêm nay, gà chưa kịp gáy hai lần, thì chính anh, anh đã chối Thầy đến ba lần." Nhưng ông Phêrô lại nói quả quyết hơn: "Dầu có phải chết với Thầy, con cũng không chối Thầy." Tất cả các môn đệ cũng đều nói như vậy.

Sau đó, Đức Giê-su và các môn đệ đến một thửa đất gọi là Ghết-sê-ma-ni. Người nói với các ông: "Anh em ngồi lại đây, trong khi Thầy cầu nguyện." Rồi Người đem các ông Phêrô, Gia-cô-bê và Gio-an đi theo. Người bắt đầu cảm thấy hãi hùng xao xuyến. Người nói với các ông: "Tâm hồn Thầy buồn đến chết được. Anh em ở lại đây mà canh thức." Người đi xa hơn một chút, sắp mình xuống đất mà cầu xin cho mình khỏi phải qua giờ ấy, nếu có thể được. Người nói: "Áp-ba, Cha ơi, Cha làm được mọi sự, xin cất chén này xa con. Nhưng xin đừng làm điều con muốn, mà làm điều Cha muốn." Rồi Người trở lại, thấy các môn đệ đang ngủ, liền nói với ông Phêrô: "Si-mon, anh ngủ à? Anh không thức nổi một giờ sao? Anh em hãy canh thức và cầu nguyện kẻo sa chước cám dỗ. Vì tinh thần thì hăng hái, nhưng thể xác lại yếu đuối." Người lại đi cầu nguyện, kêu xin như lần trước. Rồi Người trở lại, thấy các môn đệ vẫn ngủ, vì mắt họ nặng trĩu. Các ông chẳng biết trả lời làm sao với Người. Lần thứ ba, Người trở lại và bảo các ông: "Lúc này mà còn ngủ, còn nghỉ sao? Thôi,

đu rồi. Giờ đã điểm. Nay Con Người bị nộp vào tay phường tội lỗi. Đứng dậy, ta đi nào! Kia kẻ nộp Thầy đã tới!.

(không đọc “đó là Lời Chúa”)

Kính mời cộng đoàn ngồi

✓ Suy niệm

Đêm nay, bữa ăn cuối. Miếng bánh của tình yêu. Thầy trò ngậm ngùi chia biệt... Đêm nay, Thầy quỳ gối rửa chân cho các môn đệ. Một đêm của tình yêu đến tận cùng và của sự khiêm hạ đến thăm sâu. Đêm nay, Giu-đa hôn Thầy, bên ngoài xem ra ngọt ngào, nhưng bên trong ẩn giấu man trá; bên ngoài mang vẻ yêu thương, nhưng bên trong toan tính dối lừa. Đêm nay, Chúa vào vườn Giê-ti-si-ma-ni. Cô độc. Xao xuyến. Nhân loại say ngủ. Có lẽ Chúa đã khóc, bằng trái tim, bằng giọt nước mắt của con người. Ai là tâm giao? Ai là tri kỷ? Ai còn thức với Người?

Đêm nay, đêm tình tự...

Đã khuya lắm rồi. Mọi ánh đèn đã vụt tắt. Giê-ru-sa-lem im lìm như chìm vào cõi chết. Thầy Chí Thánh lặng lẽ bước ra khỏi thành. Mười một Tông đồ nối gót theo sau. Thầy không nói gì, vì tâm tư ngổn ngang trăm mối. Trò cũng không nói gì, vì hoang mang và mệt mỏi. Chỉ còn nghe tiếng bước chân chậm nhẹ. Vườn Cây Dầu âm u hoang lạnh.

Sau khoảnh khắc tiến vào thành thánh giữa tiếng hò reo vang dậy của người Do Thái, Chúa Giêsu biết “giờ của Người” đã đến. Bản năng sống của nhân tính chưa bao giờ trỗi dậy mạnh mẽ đến thế. Tin Mừng mô tả bữa Tiệc ly với khung cảnh sâu đậm tình yêu thương, những lời chia biệt đầy xúc động. Người quỳ gối rửa chân cho các môn đệ, báo trước cuộc Vượt Qua mà Người sắp thực hiện. Bởi thế, buổi chiều hôm nay được gọi là buổi chiều ly biệt. Buổi chiều xé nát con tim. “*Cha ơi, Cha làm được mọi sự, xin cất chén này xa con. Nhưng xin đừng làm điều con muốn, mà làm điều Cha muốn*” - Lời thân thưa của Người với Chúa Cha như tiếng giải bày của một trái tim cam lòng đập những nhịp cuối cùng cho Tình Yêu Cứu Độ. Tiếng thồn thức ấy nhiều lúc trở nên như giằng xé, mồ hôi máu túa ra, nỗi sợ hãi trước giới hạn cuối cùng của thân phận con người làm nên một bức tranh tuyệt vời của sự vâng phục. Một đời không giữ lại gì cho riêng mình, chỉ sống theo ý Cha, trung tín rao giảng sứ điệp Nước Trời, và chính lúc đối diện với cái chết, Người hoàn toàn phó thác trong tay Cha cả vinh quang thần linh lẫn sự mong manh của kiếp người.

Trong Vườn Dầu, nỗi cô đơn của Con và sự thinh lặng của Cha dường như chạm đến tận cùng. Nhưng chính nơi thinh lặng ấy, Tình Yêu lại cất tiếng. Một Tình Yêu đến mức “điên dại”, một Thiên Chúa trở nên gần gũi đến nỗi con người có thể giết chết Người. Và cũng từ đó, lòng thương xót được khai mở.

Tuy nhiên, hy tế ấy không mang gam màu chủ đạo của đau khổ, nhưng diễn tả chiều sâu của một Tình yêu tự hiến. Đêm Thứ Năm Tuần Thánh là câu chuyện của tình yêu, nơi Thiên Chúa hạ mình đến tận cùng, xét xử bằng cách cứu độ và thực thi công lý qua lòng thương xót vô biên. Trong khoảnh khắc ấy, con người nhận ra thân phận trần trụi, yếu hèn và tội lỗi của mình; đồng thời cũng khám phá ra mình được yêu thương đến mức nào.

(thinh lặng 3 phút)

Lặng lẽ thôi... hãy cho tâm hồn một lần được lắng xuống, để chiêm ngắm thật sâu khuôn mặt Đức Giê-su, để lắng nghe những nhịp tim âm thầm thổn thức vì yêu thương. Hãy cúi mình bên Người, chạm đến những giọt mồ hôi nhuốm máu, và dịu dàng an ủi Người giữa đêm tối cô tịch. Hãy ở lại với Chúa dù chỉ thêm một giờ, hay một phút, một giây thôi cũng đủ.

Hãy lắng nghe lời Người tâm sự, và khắc ghi vào tận đáy lòng những lời trấn an yêu thương. Hãy để ánh mắt Người chạm đến ta, để Người thấy rõ cơn đói của lòng tham, sự đố kỵ, giận dữ, hận thù; và cơn khát danh vọng, tiền tài, tiện nghi đang âm ỉ trong tim. Hãy để Người chạm vào trái tim đang rỉ máu của ta, băng bó những vết thương âm thầm, xoa dịu mọi đau đớn và mất mát.

Hãy nhìn vào mắt Chúa, và thì thầm với Người về những lỗi lầm đã qua, những bận tâm hiện tại, cùng những dự định phía trước. Hãy trao phó tất cả cho Người, và âm thầm hứa rằng: ta sẽ đứng vững, sẽ không buông xuôi, và sẽ không để trái tim Người phải ưu phiền vì ta nữa.

Lặng lẽ thôi... hãy nhìn sâu vào khuôn mặt thánh Phêrô, nơi những giọt lệ thống hối vẫn âm thầm tuôn rơi. Hãy chậm rãi cảm nhận nỗi trống vắng và chông chênh của một tâm hồn khi lạc xa đường ngay. Từ đôi mắt của người môn đệ từng mạnh mẽ, những giọt nước mắt lăn dài nóng hổi, nghẹn ngào, đầy xót xa.

Hãy đặt mình vào vị trí của ngài để đón nhận ánh nhìn của Chúa, ánh nhìn không kết án nhưng ôm trọn và chữa lành; không khước từ nhưng thứ tha và làm mới. Hãy lắng nghe tiếng lòng Phêrô đang thổn thức, và để tâm tình sám hối ấy khắc sâu trong tim mình. Hãy nhớ rằng, dầu có đi qua muôn nẻo lầm lạc, vẫn luôn có một

lối quay về; bởi tình yêu của Chúa vẫn rộng mở, đủ bao dung để thanh tẩy mọi lỗi lầm và dẫn ta trở lại.

Lặng lẽ thôi... hãy nhìn sâu vào khuôn mặt Giuđa, một khuôn mặt mang nỗi bi thương của người môn đệ lạc bước. Đó là câu chuyện của kẻ đã trao nộp Thầy bằng một nụ hôn. Gương mặt ấy dường như trống rỗng, rã rời; đôi mắt hun hút như lạc vào tận cùng của một đường hầm không lối thoát, mịt mờ, bế tắc.

Nhưng sâu xa hơn, đó còn là nỗi bi thương của một tâm hồn tuyệt vọng trước tình yêu, của kẻ khước từ lòng xót thương vẫn luôn chờ đợi. Bi kịch ấy không chỉ của riêng Giu-đa, mà thấp thoáng nơi mỗi người chúng ta, trong những lần yếu đuối, phản bội, khép lòng trước ân sủng. Nó cũng là bi kịch của cả nhân loại, khi con người nhiều lần quay lưng với ánh sáng để bước vào bóng tối.

Lặng lẽ thôi... hãy nhìn sâu vào khuôn mặt của những môn đệ thân tín. Nét mặt mỗi hần rõ, thân xác rã rời, tâm hồn ngập nỗi sợ. Những gương mặt co lại, đôi mắt trĩu nặng, tưởng gần gũi mà lại xa cách đến nao lòng. Họ chìm vào giấc ngủ, để mặc Thầy trong nỗi cô quạnh đến thất lòng. Họ thiếp đi, bỏ Người một mình đối diện với giờ phút cận kề cái chết. Trong cơn mê mịt, họ không hay biết rằng Người đang cô độc uống cạn chén đắng, giữa nỗi khát khao một tình thân sẻ chia, một tấm lòng ở lại.

Lặng lẽ ngồi đây, nhìn lại những Tam Nhật Thánh đã đi qua trong đời, lòng tôi có chùng xuống không? Trong đêm yêu thương thăm sâu này, khi đối diện với chính mình, tôi có giật mình nhận ra bóng dáng mình nơi đó?

Giữa phiên chợ đời tấp nập kẻ bán người mua, tôi có nhận ra hình hài Chúa Giêsu đang đói lả, cô đơn, sầu muộn nơi những anh chị em nghèo hèn, tội lỗi, già nua, bệnh tật, lao tù, thất bại, bế tắc cùng cực, bị cô lập, bỏ rơi? Hay tôi giống nhóm môn đệ thân tín, ngủ say trong tiện nghi, trong sự êm ấm, an toàn của bản thân mình, gia đình mình; bỏ mặc tha nhân trong nỗi khốn cùng, bất hạnh; đứng đưng vô cảm trước bất công, ngang trái? Tôi có giống Phêrô, một khuôn mặt đang tâm chối bỏ Chúa, loại trừ Chúa ra khỏi cuộc sống mình vì hèn nhát, khiếp đảm, sợ sệt? Hoặc là tôi giống Giu-đa hơn, môn đệ phản bội Thầy mình bằng nụ hôn man trá?

Đêm nay, tôi có đủ can đảm để đứng dậy, trở về bằng những giọt nước mắt hoán cải? Hay tôi vẫn khép kín lòng mình, để mặc tuyệt vọng giam cầm, từ chối lòng thương xót vẫn không ngừng mời gọi?

Vậy thì, tôi là ai trong Đêm Thứ Năm thánh này?

Là kẻ đang ngủ quên, chối từ, hay phản bội?

Hay là người dám thức tỉnh, dám trở về, và dám để mình được yêu?

(Thinh lặng 5- 7 phút)

Kính mời cộng đoàn quỳ.

✓ Hát: Bài ca thương khó

1. Con còn nhớ mãi chuyện một đêm thâu trong vườn dầu Chúa quỳ nguyện cầu đôi mắt âu sầu. Con còn nhớ mãi, con còn nhớ mãi chuyện một đêm thâu câu chuyện tình đầy bao thương đau. Ngài, Ngài quỳ đó ngược mắt lên cao yêu thương dạt dào con tim nghẹn ngào đôi môi thì thào nguyện cầu cùng Thiên Chúa Cha: Được thì hãy cất chén đắng xa con nhưng xin một lòng tuân theo lệnh Người có ý tiền định từ ngàn đời Cha hỡi Cha ơi.

2. Con còn nhớ mãi ngọn đời Canvê trong chiều hè Chúa chịu tàn hơi mang gánh cho đời. Con còn nhớ mãi, con còn nhớ mãi một chiều giăng mây ôi một chiều buồn đau cô liêu. Rồi trời mù tối Chúa ngược lên cao yêu thương dạt dào con tim nghẹn ngào đôi môi thì thào nguyện cầu cùng Thiên Chúa Cha: Người, Người hỡi giúp sức cho con thân con mỗi mòn hơi con chẳng còn sao Cha lại đành bỏ con Cha hỡi Cha ơi.

(Thinh lặng 2 phút)

II. ĐỀN TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót chúng con là những kẻ nhiều lần hèn nhát chối từ Chúa trong đời sống hằng ngày. Trước Thánh Nhan Ngài, chúng con nhận ra sự yếu đuối và bất xứng của mình, khi đã sống như Phê-rô, ngại ngùng tuyên xưng niềm tin và để sợ hãi lấn át lòng trung tín. Chúng con cúi đầu thống hối vì đã không làm sáng danh Chúa, nhưng nhiều khi còn làm lu mờ dung nhan Ngài bằng những thiếu sót trong lời nói và việc làm. Xin Chúa đoái nhìn những giọt lệ ăn năn của chúng con, chữa lành mọi vết thương, và ban cho chúng con một trái tim mới, biết yêu mến và trung thành với Chúa hơn mỗi ngày.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin Chúa thương xót thứ tha

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, không chỉ chối từ, chúng con còn nhiều lần trở nên như Giu-đa, đánh đổi Chúa vì những toan tính tầm thường. Chúng con đã chạy theo những giá trị chóng qua, lấy vật chất và thành công bề ngoài làm thước đo, để

rồi đánh mất chính mình và không thể lấp đầy khoảng trống trong tâm hồn. Lạy Chúa, trong cơn khát khôn nguôi ấy, chúng con đã phản bội Chúa và làm tổn thương anh em. Từ sâu thẳm lòng mình, chúng con cúi đầu sám hối, xin Chúa thứ tha, giải thoát chúng con khỏi những ràng buộc hư ảo, và dẫn chúng con trở về với tình yêu đích thực nơi Ngài.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin Chúa thương xót thứ tha
(Thinh lặng 2 phút)

✓ **Hát: Giọt lệ ăn năn**

1. Giọt lệ ăn năn sám hối là giọt lệ xin ơn tha thứ, những lỗi lầm qua bao ngày tháng xa ân tình. Tình Ngài luôn luôn chan chứa gọi con đoan hứa, mỗi tình thủy chung trở về với Cha ân tình thiết tha.

ĐK. *Tình Chúa cho màu nắng lên cho mùa đông lạnh giá thôi buồn, cho xuân về ấm áp tình thương cho cuộc đời vui gánh phong sương cho lòng người có Chúa tựa nương.*

2. Giọt lệ ăn năn sám hối là giọt lệ đêm đêm thao thức, mỗi mòn ngóng trông mong được thứ tha tội tình. Cuộc đời bao phen vấp ngã tưởng rằng như đã mất tình Chúa yêu, nhưng nào có hay tay Ngài đỡ nâng.

(Thinh lặng 2 phút)

III. CẢM TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong Đêm Thứ Năm linh thiêng này, chúng con cúi mình thờ lạy và dâng lời cảm tạ Chúa. Giữa muôn khuôn mặt của đêm thánh, chúng con cảm tạ Chúa vì vẫn luôn kiên nhẫn yêu thương, vẫn gọi chúng con là bạn hữu, và cho chúng con được ở lại trong tình thân nghĩa thiết với Ngài, dù chúng con còn nhiều yếu đuối, bất trung. Chúng con tạ ơn Chúa vì đã đến trong thân phận con người và còn ở lại với chúng con nơi Bí tích Thánh Thể là dấu chỉ sống động của tình yêu tự hiến không bao giờ vơi.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con dâng lời cảm tạ Chúa.

2. Lạy Chúa Giêsu, chúng con cúi đầu tri ân Chúa vì trong đêm thánh này, Chúa đã tỏ lộ khuôn mặt của tình yêu khiêm hạ: quỳ xuống rửa chân cho các môn đệ và trao ban lệnh truyền yêu thương như gia sản cuối cùng. Chúng con cảm tạ Chúa vì

hồng ân chức linh mục, những con người được chọn để tiếp nối dung mạo phục vụ của Chúa giữa trần gian, âm thầm sống và làm chứng cho tình yêu hiến trao. Xin cho chúng con biết noi gương Chúa, để giữa muôn khuôn mặt của cuộc đời, chúng con cũng trở nên dấu chỉ sống động của tình yêu và sự phục vụ.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con dâng lời cảm tạ Chúa.

(thỉnh lặng 2 phút)

✓ **Kinh: Cầu cho các Thầy Cả** (Sách kinh GPHT Tr.195)

IV. CẦU XIN

1. Lạy Chúa Giê-su, trong Đêm Thứ Năm thánh này, xin cho chúng con biết nhận ra mình nơi những khuôn mặt quanh Chúa, đặc biệt là nơi Phêrô, để khi bắt gặp ánh nhìn đầy yêu thương của Ngài, chúng con biết rơi lệ thống hối và can đảm đứng dậy sau những vấp ngã. Xin dạy chúng con biết sống cảm thông, chia sẻ và quảng đại thứ tha, để giữa cuộc đời, chúng con trở nên khuôn mặt phản chiếu tình yêu và lòng thương xót của Chúa.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con.

2. Lạy Chúa Giêsu, xin gìn giữ chúng con đừng bao giờ rơi vào kết cục như Giu-đa, tuyệt vọng và khép kín trước tình yêu. Xin cho chúng con luôn biết tín thác vào Lòng Thương Xót vô biên của Chúa, để sau những lạc lối và bất trung, chúng con vẫn can đảm trở về. Xin khắc ghi trong lòng chúng con niềm hy vọng rằng luôn có một chốn bình an nơi Chúa, nơi chúng con được chữa lành, được thứ tha và được bắt đầu lại.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con.

✓ **Hát: Xin Giữ Con**

1. Xin giữ con để con phụng sự Chúa, con phụng sự Chúa trong suốt đời con. Dù khi mệt mỏi, dù khi chán chường. Xin giữ con luôn luôn phụng sự Ngài.

ĐK: *Nguyện xin Chúa giúp con bắt đầu và lại bắt đầu, dù khi thất bại, dù khi mỗi mòn con vẫn cậy trông. Nguyện xin Chúa giúp con bắt đầu và lại bắt đầu, này con chiến thắng, này con chiến thắng tươi sáng hy vọng.*

2/ Xin giữ con để con được đổi mới, đây đời của con sẽ mãi đẹp tươi. Dù khi phản bội, dù khi lỗi tội. Xin giữ con khiêm cung về với Ngài.

3/ Xin giữ con để con vì người thế, loan truyền Danh Chúa cho khắp mọi nơi. Dù chết cho người, dù chết giữa đời. Xin giữ con hiên ngang vì Nước Trời. *(Thỉnh lặng 2 phút)*

V. KẾT NGUYỆN

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, giờ châu dần khép lại, chúng con vẫn còn ở đây trước Thánh Nhan Chúa, mang theo trong lòng những khuôn mặt của Đêm Thứ Năm thánh. Xin cho chúng con đừng chỉ dừng lại ở việc chiêm ngắm, nhưng biết nhận ra chính mình trong đó để hoán cải, để đổi mới và để trở về. Xin cho chúng con, khi bước ra khỏi giờ châu này, biết mang theo ánh nhìn yêu thương của Chúa vào cuộc sống thường ngày. Để giữa muôn khuôn mặt của cuộc đời, chúng con không còn là khuôn mặt của sợ hãi, phản bội hay vô cảm, nhưng trở nên khuôn mặt của lòng tin, của hy vọng và của tình yêu hiến trao.

Lạy Chúa, xin biến đổi chúng con nên giống Chúa hơn mỗi ngày hiền lành hơn, khiêm hạ hơn, và biết yêu thương trao ban tình yêu như Chúa đến cùng. Để rồi, chính cuộc đời chúng con cũng trở thành khuôn mặt phản chiếu dung nhan của Chúa giữa thế gian. Chúng con dâng lên Chúa tất cả những tâm tình của giờ châu này, cùng với những yếu đuối, lỗi lầm và ước nguyện đổi mới. Xin Chúa ở lại với chúng con, nâng đỡ và dẫn dắt chúng con trên hành trình theo Chúa, hôm nay và mãi mãi. **Amen.**

+++++

Giờ Thứ Tư

TỪ VƯỜN DẦU ĐẾN CÁNH ĐỒNG TRUYỀN GIÁO

I. THỜ LẠY

✓ Hát: Con Thờ Lạy

1. Con thờ lạy hết tình, Chúa ngự trong phép thánh. Yêu quý nhân loại hiển thân trong hình bánh. Nuôi hồn con thánh ngày, cho lòng con vui say. Dâng Chúa nhân lành khúc hoan ca tràn đầy.

ĐK: *Lòng con hân hoan mến tin ngợi ca. Trần gian bao nhiêu khó nguy lẽ sa. Trông cậy ở Chúa giúp con mau vượt qua. Hiệp thông tin yêu thể nhân gần xa. Ngày đêm vang lên biết bao lời ca. Dẫu ngàn sầu thương vững tin thiết tha.*

2. Nay ngự trong phép mầu, Chúa vì ơn thương mến, ban xuống nhân loại chúng con không bờ bến. Con nguyện xin thánh ngày, thương đoàn con yếu đuối, xin Chúa tha tội lỗi xưa nay tràn đầy.

(Thinh lặng 1 phút)

✓ LỜI DẪN

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể,

Trong bầu khí linh thiêng của Thứ Năm Tuần Thánh, chúng con quy tụ nơi đây để ở lại bên Chúa, Đấng đã yêu thương chúng con đến cùng. Theo định hướng của Hội đồng Giám mục Việt Nam trong năm 2026–2027 với chủ đề: **“Mỗi Kitô hữu là một môn đệ thừa sai”** vang lên cách đặc biệt trong đêm thánh này, khi chúng con được cùng Chúa bước vào Vườn Cây Dầu nơi Chúa đã thao thức, cô đơn và cầu nguyện trong đau đớn.

Chúa đã mang lấy nỗi sợ hãi của thân phận con người, nhưng vẫn một lòng xin vâng theo thánh ý Chúa Cha. Chính từ “vườn dầu” của hy sinh và phó thác ấy, Chúa bước vào hành trình hiến dâng mạng sống để cứu độ nhân loại. Nhìn lại chính mình, chúng con nhận ra rằng: trong cuộc sống, chúng con cũng có những “vườn dầu” của riêng mình với những lo âu, thử thách, yếu đuối và sợ hãi. Thế nhưng, nhiều khi chúng con lại ngủ quên, thiếu tỉnh thức, ngại hy sinh và chưa dám dâng thân cho sứ mạng Chúa trao.

Trong giờ chầu này, xin cho chúng con biết thức cùng Chúa, biết ở lại với Chúa trong cầu nguyện, để kín múc sức mạnh từ tình yêu Thánh Thể. Và từ nơi đây, chúng con sẽ là những người môn đệ thừa sai giữa đời thường để biết yêu thương,

phục vụ và đem Chúa đến cho những người chúng con gặp gỡ mỗi ngày. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con thờ lạy, chúc tụng và yêu mến Chúa. Xin ở lại với chúng con, để chúng con biết ở lại trong tình yêu của Chúa, và can đảm bước đi từ “vườn dâu” của đời mình đến “cánh đồng truyền giáo” mà Chúa đang mời gọi.

(thinh lặng 2 phút)

Kính mời Cộng đoàn đứng

✓ Hát – Lắng Nghe Lời Chúa

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 chầu chực hy vọng, là đường để con hằng dõi bước. Lời Ngài đem chất ngọt niềm vui, trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui. Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho trần ai.*

❖ Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo thánh Matthêu (Mt 26, 36 -41)

Bấy giờ, Đức Giêsu đi cùng với các ông đến một thửa đất gọi là Ghết-sê-ma-nê. Người nói với các môn đệ: “Anh em ngồi lại đây, Thầy đến đằng kia cầu nguyện.” Rồi Người đưa ông Phêrô và hai người con ông Dê-bê-đê đi theo. Người bắt đầu cảm thấy buồn rầu xao xuyến. Bấy giờ Người nói với các ông: “Tâm hồn Thầy buồn đến chết được. Anh em ở lại đây mà canh thức với Thầy.” Người đi xa hơn một chút, sấp mặt xuống, cầu nguyện rằng: “Lạy Cha, nếu có thể được, xin cho con khỏi phải uống chén này. Tuy vậy, xin đừng theo ý con, mà xin theo ý Cha.” Rồi Người đến chỗ các môn đệ, thấy các ông đang ngủ, liền nói với ông Phêrô: “Thế ra anh em không thể canh thức nổi với Thầy một giờ sao? Anh em hãy canh thức và cầu nguyện, để khỏi lâm vào cơn cám dỗ. Vì tinh thần thì hăng say, nhưng thể xác lại yếu hèn.”

không đọc “Đó là Lời Chúa”.

Kính mời cộng đoàn ngồi

✓ SUY NIỆM

Bước vào thửa đất Ghết-sê-ma-ni trong những giờ phút cuối cùng của cuộc đời trần thế, chúng ta không gặp một vị Thiên Chúa uy nghi giữa hào quang rực rỡ, mà gặp một Đức Giê-su rất “người” trong nỗi đau khổ tột cùng. Ngài không che giấu sự

yếu đuối của bản tính nhân loại khi thú nhận với các môn đệ: *“Tâm hồn Thầy buồn đến chết được”*. Trong bóng tối của Vườn Dầu, Chúa Giêsu đối diện với “chén đắng” của tội lỗi nhân loại, sự phản bội của môn đệ và cái chết đang cận kề. Chính tại nơi đây, bài học đầu tiên về truyền giáo được viết nên bằng mồ hôi và máu: Truyền giáo không bắt đầu từ những hoạt động náo nhiệt bên ngoài, mà bắt đầu từ chiều kích nội tâm sâu thẳm, từ việc đối diện với chính mình và Thiên Chúa trong sự thinh lặng tuyệt đối.

Sứ mạng truyền giáo đích thực luôn mang trong mình căn tính của lời cầu nguyện tại Ghết-sê-ma-ni: *“Xin đừng theo ý con, mà xin theo ý Cha”*. Cánh đồng truyền giáo không phải lúc nào cũng trải đầy hoa hồng hay những thành công rực rỡ; đó có thể là một “chén đắng” của sự hy sinh, của việc từ bỏ những tiện nghi, an toàn và cả những dự tính riêng tư để dẫn thân vào những vùng ngoại biên xa xôi. Người môn đệ ra đi không phải để thực hiện một dự án cá nhân hay quảng bá một học thuyết, mà là để trở nên khí cụ cho ý Chúa được thể hiện. Khi chúng ta dám thưa “Xin vâng” trước những nghịch cảnh và thử thách của sứ vụ, đó chính là lúc Tin Mừng được loan báo một cách sống động và chân thực nhất. Sức mạnh của người truyền giáo không nằm ở tài năng thuyết phục hay phương tiện hiện đại, mà nằm ở sự vâng phục tuyệt đối vào kế hoạch cứu độ của Thiên Chúa.

Tuy nhiên, đoạn Tin Mừng cũng để lại một nốt lặng đau xót qua hình ảnh các môn đệ ngủ thiếp đi khi Thầy mình đang hấp hối. Lời trách nhẹ nhàng của Chúa Giê-su: *“Thế ra anh em không thể canh thức nổi với Thầy một giờ sao?”* như một lời cảnh tỉnh cho mỗi chúng ta hôm nay. Trên cánh đồng sứ vụ, chúng ta thường rất hăng say với những kế hoạch, những chuyến đi và những hoạt động bề nổi, nhưng lại dễ dàng “ngủ quên” trong đời sống cầu nguyện. Nếu không tỉnh thức, người tông đồ dễ dàng rơi vào cơn cám dỗ của thế gian: cám dỗ của sự tự mãn, của thói tìm kiếm vinh quang cho chính mình, hoặc sự nản lòng buông xuôi khi không thấy kết quả. Canh thức với Chúa trong cầu nguyện chính là cách để giữ cho ngọn lửa mến trong tim không bị lụi tàn trước gió bão của cuộc đời.

Vườn Cây Dầu không phải là điểm dừng chân cuối cùng, mà là điểm tựa thiêng liêng để Đức Giêsu tiến thẳng đến đồi Canvê và vinh quang Phục Sinh. Từ sự kết hiệp mật thiết với Chúa Cha trong đau khổ, Ngài đã tìm thấy sức mạnh để đứng dậy và bước đi. Người môn đệ hôm nay cũng được mời gọi như thế. Sau khi đã “ở lại” với Chúa trong những giờ phút thinh lặng của tâm hồn, chúng ta phải can đảm đứng dậy để đi ra. Cánh đồng truyền giáo đang chờ đợi những tâm hồn đã được tôi

luyện qua sự vâng phục và cầu nguyện. Chúng ta mang theo sự ủi an đã nhận được từ nơi Chúa để chia sẻ cho những ai đang sống trong những “Vườn Dầu” của riêng họ là những người đang tuyệt vọng, bệnh tật và cô đơn.

Xin Chúa cho chúng ta biết yêu mến những giờ phút ở lại bên Chúa, để từ sức mạnh của sự tỉnh thức và cầu nguyện, chúng ta đủ can đảm bước ra khỏi sự an toàn của bản thân. Xin cho cuộc đời chúng ta trở thành nhịp cầu nối kết giữa Vườn Dầu của lòng tin thác và Cánh đồng của sự dân thân, để trong mọi nơi, Ý Chúa luôn được thể hiện và Danh Chúa được cả sáng.

(Thinh lặng 5-7 phút)

Kính mời Cộng đoàn quỳ

II. ĐỀN TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong đêm Thứ Năm Tuần Thánh, khi Chúa thao thức cầu nguyện nơi Vườn Cây Dầu, thì các môn đệ lại ngủ quên. Nhìn lại chính mình, chúng con cũng nhiều lần ngủ quên trước lời mời gọi của Chúa, thiếu tỉnh thức trong đời sống đức tin, và chưa trung thành với sứ mạng người môn đệ thừa sai. Xin Chúa thương xót và tha thứ cho chúng con.

X-Đ : Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha.

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa mời gọi chúng con trở thành những môn đệ thừa sai giữa đời thường, nhưng trong đời sống chung, chúng con còn khép kín, ngại dân thân và thiếu nhiệt thành. Nhiều khi chúng con chỉ sống đạo cách hình thức, chưa biết đem tình yêu Chúa đến cho anh chị em của mình. Chúng con còn thiếu tinh thần phục vụ, chưa quảng đại hy sinh cho nhau, và chưa cùng nhau xây dựng một cộng đoàn hiệp nhất và yêu thương. Xin Chúa tha thứ và đổi mới chúng con, để chúng con biết cùng nhau lên đường trong sứ mạng Chúa trao.

X-Đ : Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Hát – Ca vang tình yêu Chúa 2

1. Tình yêu Thiên Chúa bao la tựa như biển khơi. Tình yêu Thiên Chúa mênh mông trùng dương sóng xô. Tình yêu bát ngát mây trời tựa ánh trăng thanh soi đêm trường tỏa khắp ngàn phương dẫn con trên nẻo đường dương thế.

Tình yêu Thiên Chúa êm như dòng sông lướt trôi. Tình yêu Thiên Chúa ngát xanh mùa xuân thắm tươi. Dù cho gom hết lá vàng, dù nước biển Đông có dâng tràn, tình Chúa ngàn năm vẫn cao thâm như núi Thái Sơn.

ĐK: *Ca vang tình Chúa muôn đời chẳng phút nào ngơi. Ca vang tình Chúa cho dù ở khắp mọi nơi. Ngài là Chân Lý cao vời tuyệt mỹ vô song. Ngài là lẽ sống cho gian trần tìm đến suối nguồn.*

2. Ngàn năm Chúa vẫn thương con tựa như mẫu thân. Ngày nào đưa dẫn trên đường và nâng đỡ con. Làm sao nói hết ân tình Ngài đã thương con, xin cho một đời hòa khúc tạ ơn để ca vang tình yêu Thiên Chúa.

Phận con yếu đuối mọn hèn mỏng manh Chúa ơi! Tựa như chiếc lá tiêu sơ nhẹ bay cuối thu. Mà sao Chúa vẫn ân cần dành hết cho con những ân tình nồng thắm hòa chan, khắc tên con trong trái tim Ngài.

III. CẢM TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con cảm tạ Chúa vì tình yêu vô biên mà Chúa đã dành cho chúng con, đặc biệt trong đêm Thứ Năm Tuần Thánh này. Từ Vườn Cây Dầu, Chúa đã chấp nhận bước vào con đường khổ nạn để cứu độ nhân loại. Xin cho chúng con biết noi gương Chúa, can đảm đón nhận những hy sinh trong đời sống hằng ngày, để trở nên những môn đệ thừa sai giữa đời thường

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.*

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con cảm tạ Chúa vì đã luôn ở lại với chúng con qua Bí tích tình yêu, để nâng đỡ và biến đổi chúng con từng ngày. Chúa đã quy tụ chúng con nơi đây, cho chúng con được ở lại với Chúa trong giờ chầu này, để kín múc sức mạnh và được sai đi. Xin giúp chúng con, sau những giây phút bên Chúa, biết lên đường đến với anh chị em mình, trở nên dấu chỉ sống động của tình yêu và lòng thương xót Chúa giữa thế gian.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.*

(Thinh lặng 2 phút)

✓ **Hát: Phó thác**

1. Chúa ơi hồn con, xin phó thác trong tay Chúa luôn, những khi vui mừng hoặc những lúc con đau buồn. Mỗi khi đời con gặp những nỗi âu lo khó khăn và mỗi khi tim con ngập tràn hạnh phúc xin dâng Ngài.

ĐK. Chúa ơi con tuy mọn hèn, vấp ngã đã bao nhiêu lần. Tội lỗi cám dỗ con luôn mãi đã khiến hồn con xa Chúa (Ơ). Nhưng nay tim con sẵn sàng, đón Chúa đến ban ơn lành, tha thứ hết bao lỗi lầm và thánh hóa tâm hồn con.

2. Những nỗi mừng vui và những đón đau trong kiếp người, sẽ mau phai nhòa cùng với tháng năm chóng qua. Vẫn luôn còn mãi tình Chúa đã mến yêu thể trần, thập giá kia hy sinh thân mình để cứu muôn muôn loài.

(Thinh lặng 1 phút)

IV. CẦU XIN

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương chúc lành cho Giáo Hội trên toàn thế giới. Xin cho các mục tử và mọi thành phần Dân Chúa luôn biết hiệp nhất, yêu thương và nhiệt thành sống sứ mạng loan báo Tin Mừng. Xin cho Giáo Hội trở nên dấu chỉ sống động của tình yêu Chúa giữa trần gian, và không ngừng lên đường đem ánh sáng Tin Mừng đến cho mọi người.

X - Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin Thương Nhậm Lời Chúng Con!*

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương nhìn đến thế giới hôm nay, cách riêng là các quốc gia tại Trung Đông đang chìm trong chiến tranh, hận thù và chia rẽ. Xin xoa dịu nỗi đau của những người đang chịu cảnh mất mát, ly tán và sợ hãi. Xin soi sáng cho những nhà lãnh đạo biết tìm kiếm con đường đối thoại và hòa giải, để chấm dứt bạo lực và xây dựng hòa bình đích thực. Xin cho mỗi người chúng con cũng biết sống yêu thương, trở nên khí cụ bình an của Chúa giữa thế giới hôm nay.

X - Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin Thương Nhậm Lời Chúng Con!*

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương chúc lành cho giáo xứ chúng con. Xin cho mọi thành phần trong giáo xứ biết sống hiệp nhất, yêu thương và nâng đỡ nhau, cùng nhau xây dựng một cộng đoàn đức tin sống động. Xin giúp chúng con biết siêng năng cầu nguyện, can đảm bước ra khỏi sự khép kín của mình, để trở nên những môn đệ thừa sai giữa đời thường, biết đem tình yêu và ánh sáng Tin Mừng đến cho mọi người xung quanh.

X - Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin Thương Nhậm Lời Chúng Con!*

(Thinh lặng 1 phút)

✓ **Đọc Kinh: Kinh Cầu cho các Thầy Cả**

✓ **Hát: Xin bên con Chúa ơi**

1. Những bước đường con đang đi, bước theo Ngài nào đâu xá chi. Những bước đường lên Calvê, cùng Giêsu hiến thành hy tế. Đường gian nan nhiều lắm than, nhưng đời có Chúa con hằng vững an. Chỉ nguyện xin Ngài bên con, cùng chia sẻ đắng cay ngọt bùi.

***ĐK:** Xin bên con Chúa ơi, cho con an vui đời theo Chúa. Xin bên con Chúa ơi, đừng mặc con độc hành đêm tối. Xin bên con Chúa ơi, dịu dặt con trên đường tin thành. Xin bên con Chúa đừng xa con, đừng bỏ con một mình đơn côi.*

2. Giấc mộng vàng sao tan mau, phút mơ hồ ngoảnh nhìn trước sau. Có ai còn bên con đâu, chỉ mình con đơn hành lẻ bước. Ngài nơi đâu, Ngài ở đâu?. Sao chẳng bên con khi hồn nghiêng ngã?. Ngài, Ngài ơi, này thân con, bao tan nát khổ đau tôi bời.

(Thinh lặng 1 phút)

V. KẾT THÚC

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con cảm tạ Chúa đã cho chúng con được đứng chân bên Ngài nơi vườn Ghếtsemanê đầy thao thức. Xin tha thứ cho những lúc chúng con mãi mê với sự an nhàn của bản thân mà ngủ quên trước nỗi đau của tha nhân và tiếng gọi của Giáo hội. Xin ban cho chúng con trái tim biết vâng phục, dám thưa lời “xin vâng” trước mọi chén đắng của cuộc đời để thánh ý Cha được thực hiện. Giờ đây, từ sự thinh lặng của Vườn Dầu, xin thúc bách chúng con tiến ra Cánh Đồng Truyền Giáo trong đời sống gia đình và công ăn việc làm hằng ngày. Xin cho mỗi giáo dân chúng con biết canh thức trong lời cầu nguyện và nhiệt thành trong bác ái, để biến cuộc sống hằng ngày thành lễ tế tình yêu mang Chúa đến cho mọi người. **Amen.**

+++++

Giờ Thứ Năm

YÊU THƯƠNG ĐỂ HUỞNG TRỌN NIỀM VUI

I. Thờ lạy

✓ **Hát:** Quỳ Bên Cung Thánh

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

1. Lẽ sầu rung rung ngược nhìn lên Cha tiếng lòng thao thức. Chúa ơi đủ thương đừng mình xét bao tội tình.

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

(Thỉnh lặng 2 phút)

✓ **Lời dẫn**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong giờ phút thánh thiêng này, chúng con được quy tụ bên Chúa, để gặp gỡ và thân thưa với Chúa. Chúa đã dạy chúng con biết yêu thương như chính Ngài đã yêu. Giữa bầu khí thỉnh lặng của Đêm Thứ Năm Tuần Thánh, tình yêu ấy một lần nữa được khơi dậy trong tâm hồn chúng con, mời gọi chúng con nhìn lại chính mình: liệu mỗi ngày chúng con đã sống trọn vẹn giới răn yêu thương, hay vẫn còn mãi mê với những lo toan riêng tư mà quên trao cho nhau những cử chỉ và lời nói đầy tình người?

Chính những điều đó đôi khi làm chúng con xa cách nhau, khiến cuộc sống trở nên nhạt lạnh, và đánh mất biết bao cơ hội để yêu thương. Vì thế, giờ đây, trước Thánh Nhan Chúa, chúng con ước ao dừng lại, bước vào thỉnh lặng, để nghỉ ngơi trong Chúa và sắp xếp lại tâm hồn sau những xáo trộn của cuộc sống.

Xin ánh sáng tình yêu Chúa chiếu soi tâm trí chúng con, để nhờ ơn Chúa, chúng con biết can đảm trở về, chân thành sám hối và kín múc nguồn sống dồi dào từ nơi Chúa. Xin mở lòng trí chúng con, để chúng con biết lắng nghe và thực hành Lời Chúa, hầu chu toàn bổn phận của người Kitô hữu theo thánh ý Ngài.

Giờ đây, trong bầu khí thinh lặng linh thiêng này, chúng con xin dâng lên Chúa giờ Châu, cùng những tâm tình yêu mến, nhiệt thành và quảng đại. Xin giúp chúng con biết sống hiệp nhất, sẵn sàng phục vụ, để qua đời sống bác ái mỗi ngày, chúng con trở nên chứng nhân sống động loan báo Tin Mừng của Chúa.

✓ **Đọc Kinh: Kinh Châu lượt** (sách kinh GPHT Tr. 47)

(Thinh lặng 2 phút)

Kính mời Cộng đoàn đứng

✓ **Hát: Lắng Nghe Lời Chúa**

1. 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 chờ đợi và vâng nghe theo Chúa. Xin cho con biết sẵn sàng thực hành Lời Chúa đã truyền ban.

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, trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui. Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho trần ai.*

❖ **Tin Mừng Đức Giê-su Ki-tô theo Thánh Gio-an (Ga 15, 9-17)**

⁹Chúa Cha đã yêu mến Thầy thế nào, Thầy cũng yêu mến anh em như vậy. Anh em hãy ở lại trong tình thương của Thầy. ¹⁰Nếu anh em giữ các điều răn của Thầy, anh em sẽ ở lại trong tình thương của Thầy, như Thầy đã giữ các điều răn của Cha Thầy và ở lại trong tình thương của Người. ¹¹Các điều ấy, Thầy đã nói với anh em để anh em được hưởng niềm vui của Thầy, và niềm vui của anh em được nên trọn vẹn. ¹²Đây là điều răn của Thầy: anh em hãy yêu thương nhau như Thầy đã yêu thương anh em. ¹³Không có tình thương nào cao cả hơn tình thương của người đã hy sinh tính mạng vì bạn hữu của mình. ¹⁴Anh em là bạn hữu của Thầy, nếu anh em thực hiện những điều Thầy truyền dạy. ¹⁵Thầy không còn gọi anh em là tôi tớ nữa, vì tôi tớ không biết việc chủ làm. Nhưng Thầy gọi anh em là bạn hữu, vì tất

cả những gì Thầy nghe được nơi Cha Thầy, Thầy đã cho anh em biết.¹⁷Điều Thầy truyền dạy anh em là hãy yêu thương nhau.

không đọc “Đó là Lời Chúa”.

Kính mời cộng đoàn ngồi

✓ SUY NIỆM

Con người thường nghĩ tình yêu bắt đầu từ cảm xúc hay nhu cầu cá nhân. Nhưng Tin Mừng cho thấy tình yêu đích thực lại bắt nguồn từ Chúa Cha, được trao ban qua Chúa Giêsu. Nếu tách khỏi nguồn này, tình yêu dễ trở nên ích kỷ, chóng qua và điều kiện. Tình yêu là tiến trình bước qua, chuyển đổi, một sự vượt ra khỏi con người cá nhân khép kín để đi đến với tha nhân. Khi trao ban tình yêu chúng ta cảm thấy hạnh phúc nhưng đồng thời chúng ta nhận thấy có sự hy sinh, mồ hôi, nước mắt và những nỗi đau. Trong đêm thánh lặng lẽ của ngày lễ vượt qua năm ấy tình yêu của Ngài đã đạt tới mức cùng đích của sự yêu thương nhân loại Ngài đã truyền lại cho chúng con bài học về sự yêu thương và phục vụ như Ngài đã yêu. Tình yêu của Chúa Giê-su dành cho con người là một tình yêu đạt đến cùng tận vì *“không có tình yêu nào lớn hơn tình yêu của người hy sinh tính mạng vì người mình yêu”*.

Thánh Gioan đã viết sự phũ phàng của con người dành cho Ngôi Lời khi Ngài đến với trần gian *“Người đã đến nhà mình nhưng người nhà chẳng chịu đón nhận”*. Đáp lại sự phũ phàng đó, Đức Giêsu vẫn bước xuống. “Chúa đã quy tụ những kẻ thuộc về Chúa một cách mới mẻ thành gia đình của Thiên Chúa và Người yêu họ đến cùng”. Vì yêu đến cùng, nên trước giờ ra đi, Chúa Giê-su đã cúi xuống bàn chân các môn đệ gột rửa đi tất cả những lấm lem bụi đời. Tâm hồn Chúa dù đau đớn, dù buồn sầu vì bị người môn đệ thân tín bán rẻ. Người cô đơn tận cùng vì một ít nữa thôi, những khuôn mặt đang tươi cười dùng bữa tiệc đây sẽ bỏ chạy hết, để một mình Người đối diện với cuộc khổ nạn. Nhưng Người vẫn yêu thương họ đến cùng, *“Như Chúa Cha đã yêu thương Thầy thế nào, thì Thầy cũng yêu thương anh em như vậy”*.

Nhìn lại hành trình sống đức tin giữa dòng đời, trong đời sống gia đình và nơi cộng đoàn giáo xứ, mỗi người chúng ta được mời gọi tự hỏi: *Chúng ta đã sống*

tình yêu thương ấy như thế nào? Trong cuộc sống hằng ngày, có những lúc chúng ta đã biết yêu thương thật đẹp: biết quan tâm, chăm sóc những người thân trong gia đình; biết cảm thông, chia sẻ với những người xung quanh; biết quảng đại dần thân phục vụ trong cộng đoàn. Những hành động âm thầm nhưng chân thành ấy chính là dấu chỉ sống động của đức tin được thể hiện bằng tình yêu. Thế nhưng, cũng không thể phủ nhận rằng vẫn còn đó những lúc chúng ta sống trong sự thờ ơ và khép kín. Có khi ta dễ nóng giận, thiếu kiên nhẫn với người thân; có khi chúng ta chỉ lo cho bản thân mà quên đi nhu cầu của người khác. Đặc biệt, trước những hoàn cảnh kém may mắn trong cuộc sống, nhiều khi chúng ta lại vô tình làm ngơ, chưa thật sự mở lòng để cảm thông và chia sẻ. Làm sao cho ý ta sáng, tâm ta bao dung và thân ta hành động quảng đại? Làm sao để ta sống giữa cuộc đời trong sự hài hòa của tình yêu thương nhân ái?

Mặc dù chúng ta nhiều yếu đuối thấp hèn dễ dàng bị sa ngã, nhưng Tình yêu cao đẹp này còn mãi mãi giang rộng chờ đón mỗi người chúng ta trở về bên Chúa, sau những bước lạc lối, sau những lần khô khan, nguội lạnh, sau những lần bỏ bê Thánh lễ, sau những lần chúng ta xúc phạm đến anh chị em mình, sau bao lần chúng ta sống cách hững hờ với những người nghèo khổ. Có nghiền gẫm thế nào đi nữa chúng ta cũng không thể hiểu hết được kích thước dài, rộng, cao, sâu của tình yêu Chúa. Nhờ thập giá Chúa ban cho chúng ta hai điều chắc chắn căn bản, đó là: chắc chắn được yêu vô biên và chắc chắn có khả năng yêu không giới hạn. Và điều Chúa muốn nói, muốn truyền dạy chúng ta rằng: *“Hãy yêu thương nhau như Thầy đã yêu thương chúng ta”*. Yêu như Chúa yêu là yêu vô vị lợi, không giới hạn, không đòi hỏi, không lên án, không tố cáo; một tình yêu luôn đi bước trước và đến với hết mọi người. *“Một tình yêu tha thứ tất cả, tin tưởng tất cả, hy vọng tất cả, chịu đựng tất cả”*.

Còn sự đáp trả của chúng ta thì sao?

(Thỉnh lặng 5- 7 phút)

Kính mời cộng đoàn quỳ

✓ **Hát: Luật yêu thương**

1. Cho con một điều răn mới yêu thương luật Chúa muôn đời. Cho con một lời dấu yêu, con ơi hãy yêu mến nhau. Theo gương Thầy yêu thương trước, hy

sinh mà hiến thân mình. Hy sinh vì người dẫu yêu liều cả tấm thân tình yêu chính nhân

ĐK: *Yêu thương là điều răn mới, anh em hãy mến yêu nhau; Yêu thương người ta sẽ biết, anh em là môn đệ Thầy.*

2. Cho con ngàn lời yêu dẫu vẫn không bằng chính gương Thầy, Hôm nay Thầy dùng nước đây, đôi tay rửa chân chúng con. Con ơi ngàn ngại chi nữa nay con làm cũng như Thầy. Con xem Thầy là Chúa con mà Thầy rửa chân từng người chúng con.

II. ĐỀN TẠ:

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa đã yêu chúng con bằng một tình yêu trọn vẹn và mời gọi chúng con ở lại trong tình yêu ấy, nhưng nhiều lần chúng con đã hững hờ đáp lại, mãi mê với những lo toan hay chạy theo ý riêng mà quên ở lại bên Chúa. Có những lúc chúng con sống như thể không cần đến tình yêu của Ngài, để rồi tâm hồn trở nên khô khan và xa cách Chúa. Chúng con xin lỗi Chúa vì đã không trung thành giữ các giới răn yêu thương. Xin Chúa thương tha thứ những lầm lỗi yếu đuối của chúng con.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Xin Chúa Thương Xót Thứ Tha.*

2. Lạy Chúa, Chúa dạy chúng chúng con yêu thương nhau như chính Chúa đã yêu, một tình yêu hiến trao và hi sinh, nhưng chúng con lại sống ích kỷ, hẹp hòi và thiếu bao dung. Chúng con dễ xét đoán, khó tha thứ và nhiều khi vô cảm trước nỗi đau của anh chị em xung quanh mình. Đáng lẽ đời sống chúng con phải phản chiếu tình yêu của Chúa, nhưng lại trở nên ngăn cách cho người khác nhận ra Ngài. Chúng con thành tâm xin lỗi Chúa vì chưa sống trọn vẹn giới răn yêu thương mà Chúa trao ban.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Xin Chúa Thương Xót Thứ Tha.*

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa đã chọn và sai chúng con ra đi để sinh hoa trái đó là đem nhiều tâm hồn nhận ra tình yêu và trở về với Chúa. Nhưng nhiều lần chúng con chỉ sống cho riêng mình mà quên đi sứ mạng được trao. Chúng con

còn ngại làm chứng cho Chúa, ngại sống khác biệt giữa thế gian và chưa dám trở nên ánh sáng giữa đời. Là những người đã lãnh nhận đức tin, nhưng chúng con lại sống nửa vời và thiếu nhiệt thành trong việc loan báo Tin Mừng bằng đời sống yêu thương.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Xin Chúa Thương Xót Thứ Tha
(Thinh lặng 1 phút)

✓ **Hát – Hãy Trở về**

1. Bao năm trôi qua hồn con lạc bước đi xa, quên bao ơn Cha trăm kha bề đấng bao la. Nay con ăn năn hồi tâm thống hối bao lỗi lầm, đền bù bất xứng bao năm, quyết tâm trở về Cha lành.

ĐK. *Hãy trở về, trở về với Cha nhân lành. Hãy trở về, trở về để sớm hồi sinh. Hãy trở về, trở về sống trong an bình, trở về trở về để mãi sống trong ân tình.*

2. Xin Cha tha cho hồn con lỡ bước hoen nhơ, tìm Cha bao dung hồn tội lụy chẳng bơ vơ. Tin ơn dung tha lòng con quên hết bao lo sợ, tìm về nương bóng bên Cha trái tim nhân hậu vô bờ.

II. CẢM TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong giờ phút linh thiêng này, chúng con cúi mình tạ ơn Chúa vì tình yêu dịu dàng và cao cả Ngài đã dành cho chúng con. Tình yêu ấy khởi đi từ Chúa Cha, được tỏ lộ trọn vẹn nơi Chúa, và chạm đến từng tâm hồn chúng con. Chúng con tạ ơn Chúa vì đã chọn gọi con, được ở lại trong tình yêu của Ngài, không như tôi tớ nhưng như bạn hữu thân tình và đã hiến trao chính sự sống mình như là một dấu chỉ tình yêu lớn lao nhất. Dù chúng con bất xứng, nhưng Chúa vẫn yêu thương và kéo chúng con đến gần bên Ngài. Chính trong tình yêu ấy, chúng con tìm thấy sự bình an giữa những bấp bênh, ánh sáng trong đêm tối và sức mạnh để vượt qua những yếu đuối của mình.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con hết lòng cảm tạ Chúa đã dạy chúng con giới răn cốt lõi là yêu thương nhau như Chúa đã yêu. Tình yêu ấy không

chỉ lời nói, mà là hành động, là sự tha thứ, là hy sinh, và sự kiên trì trong mọi hoàn cảnh. Qua tình yêu Chúa dành cho chúng con, chúng con được mời gọi yêu thương anh chị em mình để xây dựng một thế giới chan chứa chan niềm hy vọng, công lý và họ được khao khát trở về với Chúa.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.

IV. CẦU XIN:

Dù có nói bao nhiêu đi chăng nữa cũng không diễn tả hết tình yêu mà Chúa dành cho chúng con. Quỳ trước Thánh Thể Chúa đây, trong tâm tình phó thác tin yêu chúng con xin dâng lên Chúa những ước nguyện tha thiết:

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa đã yêu mến chúng con như Chúa Cha yêu mến Chúa, Xin cho Hội Thánh dưới sự hướng dẫn của các mục tử, luôn biết kín múc sức mạng từ đời sống cầu nguyện và gắn bó mật thiết với Chúa. Xin cho cho mỗi thành phần trong Giáo hội ý thức mình là môn đệ thừa sai, biết sống và loan báo tình yêu bằng đời sống cụ thể. nhờ đó, Hội Thánh trở nên dấu chỉ sống động cầu hy vọng và là ánh sáng giữa thế gian.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con!

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa đã dạy rằng không có tình yêu nào cao cả hơn tình yêu của người hy sinh vì bạn hữu. Xin chúc lành cho những ai đang quảng đại dâng thân phục vụ tha nhân trong đời sống hằng ngày. Xin cho họ nhận ra nơi những việc làm âm thầm ấy chính là sứ mạng loan báo Tin Mừng bằng hành động yêu thương. Nhờ đời sống tận tụy và quảng đại, họ trở nên những chứng nhân sống động của tình yêu Chúa giữa lòng xã hội.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con!

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa mời gọi chúng con yêu thương nhau như Chúa đã yêu. Xin cho cho mỗi người trong cộng đoàn biết siêng năng cầu nguyện, lắng nghe Lời Chúa và để cho tình yêu ấy biến đổi đời sống mình. Xin cho chúng con không chỉ sống đức tin cách cá nhân nhưng biết hiệp thông, cảm

thông và nâng đỡ nhau để cộng đoàn trở thành môi trường nuôi dưỡng các môn đệ và là nơi phát sinh những người được sai đi.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con!

(Thinh lặng 2 phút)

✓ **Hát – Dấu ấn tình yêu**

1. Chúa ghi vào hồn con dấu ấn của Ngài. Chúa đi vào đời con êm ái tuyệt vời. Máy cung đàn tơ tấu lên trù mền. Khúc ca cuộc đời con thơm ngát hương trời.

ĐK. Hồng ân Chúa tràn trề tháng năm. Tay con nhỏ bé đón sao cho vừa. Hồng ân Chúa vô biên vô tận. Tim con nhỏ bé nhưng hãy còn vui.

2. Xin cho đời con như cây sáo của Ngài. Chúa gieo vào giai khúc thanh khiết muôn đời. Chúa cho đầy vui, mát tươi cuộc sống. Khi tay Ngài âu yếm ngày ngát tâm hồn.

(Thinh lặng 1 phút)

V. KẾT THÚC

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, cùng với dòng chảy của Hội đồng Giám mục Việt Nam trong năm 2026–2027 với chủ đề: ***“Mỗi Kitô hữu là một môn đệ thừa sai”***. Xin dạy chúng con biết sống trọn vẹn từng khoảnh khắc yêu thương trong đời sống hằng ngày, biết yêu thương trong gia đình, biết cảm thông và tha thứ cho nhau, biết quan tâm đến những người nghèo khổ, đau yếu và bị bỏ rơi. Xin đừng để chúng con sống dửng dưng hay khép kín trước những đau khổ của tha nhân, nhưng biết mở rộng con tim, biết nhìn thấy Chúa nơi những người bé nhỏ, và quảng đại sẻ chia bằng chính khả năng và tấm lòng của mình.

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể xin cho chúng con biết ra đi với niềm vui, mang theo sự bình an và tình yêu của Chúa, để đến với những người chưa nhận biết Chúa, không phải bằng những lời nói cao siêu, nhưng bằng chính đời sống chứng tá đơn sơ, chân thành và đầy bác ái. Xin Chúa ở lại với chúng con, nuôi dưỡng và biến đổi tâm hồn chúng con mỗi ngày, để chúng con ngày càng trở nên những môn đệ đích thực của Chúa. **Amen**

Giờ Thứ Sáu

KHIÊM NHƯỜNG – CON ĐƯỜNG TỰ HẠ CỦA NGƯỜI MÔN ĐỆ

I. Thờ lạy

✓ **Hát: Mầu nhiệm yêu thương**

1. Thờ lạy Chúa giờ đây ngự trên bàn thờ. Vì yêu thương đoàn con trên đường dương thế. Ngài nên bánh nuôi hồn cho những ai đêm ngày đang khóc than trên đời đầy nguy nan. Nào ca hát ngợi khen tình Chúa cao vời. Ngài đã lấy thịt Máu nuôi đoàn con cái. Ngài tự hiến thân mình cho chúng con trót đời nên của ăn ở lại với chúng con.

ĐK. *Con tin con thờ lạy Chúa đã vì yêu mến xuống nơi trần gian. Xin thương ban niềm tin yêu, ban niềm cậy trông và ơn tha thứ. Con tin đây là Nhiệm Tích cao vời khôn sánh Chúa đang ngự đây. Giê-su đã vì con cho con Lương Thần Linh.*

2. Tiệc ly đó cùng với mười hai môn đồ cùng ăn uống, cùng chia lương thực ai nấy. Ngài cầm lấy ly rượu với bánh thơm, tuyên lời: Đây máu Ta, Đây Thịt của thân Ta. Và từ đó ngày đêm Ngài đã ở lại. Đoàn con sống nhờ chính lương thần cao quý. Dù con mắt đâu nào có thấy chi, nhưng lòng con vẫn tin Chúa ngự giữa chúng con.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ **Lời Dẫn**

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong giờ phút linh thiêng này, chúng con quỳ gối trước Thánh Thể Chúa. Cùng với Giáo Hội sống lại những tâm tình, những giây phút của Chúa trong đêm trước ngày chịu thương khó vì yêu nhân loại. Đêm vườn dầu, đêm của tình yêu và sự trao hiến phục vụ. Có lẽ, trong cuộc đời chúng ta đã từng thắc mắc và tự hỏi. Tại sao Chúa Giêsu là Thiên Chúa lại phải trải qua những giây phút như thế? Phải làm những việc con người cho là hèn hạ ô nhục đến thế? Hay như Thánh Phêrô: “*Thầy mà rửa chân con sao*” Ôi vua trên các vua, là cùng đích của muôn loài, lại phải sống những giây phút tự hạ, khốc khổ, lo âu, đau đớn đến thế. Tại sao? Thật lạ lùng và khó hiểu biết bao, nhưng điều tưởng chừng như không thể đó lại là sự thật. Chúng con sẽ không thể hiểu, không thể chấp nhận nếu không được soi sáng bởi tình yêu. Chính vì yêu Đức Giêsu đã làm tất cả cho nhân loại, Ngài đã trở thành vị vua của tình yêu khiêm nhường và phục vụ.

Lạy Chúa Giêsu là vua của chúng con, mặc dù chúng con biết rằng thân phận mình thật yếu đuối mỏng dòn và đầy bất xứng, nhưng tin tưởng vào tình yêu của Người, giờ phút này chúng con xin được ở lại bên Chúa, được cúi đầu trước Thánh Thể, hợp cùng Mẹ Maria, các Thiên thần, các Thánh cùng muôn loài muôn vật thờ lạy, đền tạ, ngợi khen và cầu xin Chúa trong giờ này, xin giúp chúng con cùng nhau chiêm ngắm và học noi Chúa bài học về yêu thương, khiêm nhường và phục vụ.

(Thỉnh lặng 2 phút)

Kính mời Cộng đoàn đứng

✓ Hát – Lắng Nghe Lời Chúa

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 đem chất ngọt niềm vui, trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui. Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho trần ai.*

❖ Tin Mừng Đức Giêsu Kitô theo Thánh Gio-an (13,1-17)

Trước ngày Lễ Vượt Qua, Chúa Giêsu biết đã đến giờ Mình phải bỏ thế gian mà về cùng Chúa Cha, Người vốn yêu thương những kẻ thuộc về mình còn đang ở thế gian, thì đã yêu thương họ đến cùng. Sau bữa ăn tối, ma quỷ gieo vào lòng Giuđa Iscariô, con Simon, ý định nộp Người. Người biết rằng Chúa Cha đã trao phó mọi sự trong tay mình, và vì Người bởi Thiên Chúa mà đến và sẽ trở về cùng Thiên Chúa. Rồi Đức Giê-su đổ nước vào chậu, bắt đầu rửa chân cho các môn đệ và lấy khăn thắt lưng mà lau. Vậy, Người đến chỗ ông Si-môn Phê-rô, ông liền thưa với Người: "Thưa Thầy, Thầy mà lại rửa chân cho con sao?". Đức Giê-su trả lời: "Việc Thầy làm, bây giờ anh chưa hiểu, nhưng sau này anh sẽ hiểu". Ông Phê-rô lại thưa: "Thầy mà rửa chân cho con, không đời nào con chịu đâu!" Đức Giê-su đáp: "Nếu Thầy không rửa cho anh, anh chẳng được chung phần với Thầy." Ông Si-môn Phê-rô liền thưa: "Vậy thưa Thầy, xin

cứ rửa, không những cả chân mà cả tay và đầu con nữa ". Đức Giê-su bảo ông: "Ai đã tắm rồi, thì không cần phải rửa nữa toàn thân người ấy đã sạch. Về phần anh em, anh em đã sạch, nhưng không phải tất cả đâu.". Thật vậy, Người biết ai sẽ nộp Người, nên mới nói: "Không phải tất cả anh em đều sạch.". Khi rửa chân cho các môn đệ xong, Đức Giê-su mặc áo vào, về chỗ và nói: "Anh em có hiểu việc Thầy vừa làm cho anh em không?". Anh em gọi Thầy là "Thầy", là "Chúa", điều đó phải lắm, vì quả thật, Thầy là Thầy, là Chúa. Vậy, nếu Thầy là Chúa và là Thầy, mà còn rửa chân cho anh em, thì anh em cũng phải rửa chân cho nhau. Thầy đã nêu gương cho anh em, để anh em cũng làm như Thầy đã làm cho anh em. Thật, Thầy bảo thật anh em: tôi tớ không lớn hơn chủ nhà, kẻ được sai đi không lớn hơn người sai đi. Anh em đã biết những điều này, nếu anh em thực hành thì thật phúc cho anh em!

không đọc ‘‘Đó là Lời Chúa’’

Kính mời cộng đoàn ngồi

✓ Suy niệm

Cả cuộc đời của Đức Giêsu là một lời chứng cho mỗi người chúng ta “Ta đến không phải để được phục vụ mà để phục vụ và hiến mạng sống làm giá chuộc cho muôn người”. Không những thế Người còn truyền giới luật yêu thương qua cử chỉ rửa chân cho các Môn đệ. Chúa Giêsu là Ngôi Hai Thiên Chúa, là vua, là Chúa tể muôn loài thế mà Ngài đã hạ mình xuống như một người tôi tớ phục vụ thấp hèn. Bài học khiêm nhường thấm sâu đến tận cùng, khi ở đó Ngài đã trở nên một người bạn thân tình, một người tôi tớ để cùng đồng hành, gần gũi với chúng ta và dạy chúng ta cách phục vụ bằng tình yêu với lòng khiêm nhường.

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Người đã thiết lập Bí tích Thánh Thể ngay sau Bữa Tiệc Ly, trước đêm hấp hối trong vườn Cây Dầu. Chúa đã lấy chính Thịt và Máu mình làm của ăn của uống, để ở lại với chúng con cách thực sự và sống động. Từ bí tích cao cả ấy, Chúa còn trao ban giới răn mới: “Anh em hãy yêu thương nhau như Thầy đã yêu thương anh em” (Ga 13,34). Và để làm gương sống động cho giới răn ấy, Chúa đã đứng dậy, cởi áo ngoài, lấy khăn thắt lưng, đổ nước vào chậu và quỳ xuống rửa chân cho từng môn đệ - ngay cả cho Giuđa, kẻ sắp nộp Người.

Và sự phản kháng mạnh mẽ của ông Phê-rô "*Thầy mà rửa chân cho con, không đời nào con chịu đâu!*", nhưng rồi ông thuận theo mặc dầu ông vẫn còn hiểu sai ý định của Đức Giêsu và ông muốn được rửa toàn thân. Trong hành động cụ thể này, Đức Giêsu cho thấy được một bài học rất quan trọng đối với các môn đệ và cả với mỗi người chúng ta: Chúng ta phải phục vụ nhau như Người đã phục vụ chúng ta. Tinh thần khiêm nhường và phục vụ là dấu chỉ của một người môn đệ thừa sai đích thực.

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin cho chúng con nhận rằng: Khiêm nhường không phải là tự ti hay yếu đuối, mà là sức mạnh của tình yêu chân thật. Đó là con đường mà Chúa mời gọi mỗi người môn đệ chúng con bước theo: biết từ bỏ cái tôi kiêu ngạo, biết quỳ xuống phục vụ, biết để cho Chúa rửa sạch những bụi bẩn của tội lỗi, ích kỷ và vô cảm trong lòng mình. Và chỉ khi noi gương Người rửa chân cho anh em, chúng con mới thực sự tham dự vào Bàn Tiệc Thánh Thể cách xứng đáng.

Để với mẫu gương khiêm nhường của Người. Chúng con dần được thấm nhuần tinh thần tự hạ để trong mọi sự chúng con biết hạ mình xuống, và nâng cao những giá trị yêu thương nơi mọi người lên trong Thiên Chúa; và rồi càng phục vụ, chúng con được nên giống Thầy Chí Thánh. Hơn hết chính tình yêu Thánh Thể noi chúng con được bừng sáng cho nhau trong đời sống hằng ngày qua sự tha thứ, lắng nghe, chia sẻ và hy sinh thầm lặng.

Giờ đây, trước Thánh Thể Chúa, chúng ta hãy cùng nhau suy niệm và tự hỏi lòng mình:

- Nếu Chúa Giêsu quỳ xuống rửa chân cho tôi hôm nay, tôi có sẵn lòng để Người chạm vào những “bàn chân” bẩn thỉu nhất của cuộc đời tôi là những lỗi lầm, những yếu đuối, những oán hận chưa tha thứ,...

- Trong gia đình, cộng đoàn, nơi làm việc, tôi có thực sự “rửa chân” cho anh chị em bằng cách phục vụ khiêm tốn, hay tôi vẫn đang chờ người khác phục vụ mình trước?

- Tình yêu “đến cùng” của Chúa đã chạm đến tôi như thế nào? Tôi có dám yêu thương “đến cùng” những người đã làm tôi tổn thương, như Chúa đã yêu cả Giuđa kẻ đã phản bội Người?

Lạy Chúa Giêsu, xin cho những giây phút huyền nhiệm này trở nên những giờ phút canh thức đẹp nhất cao quý nhất bên Chúa trong vườn Cây Dầu. Chúng con đây

những phận người yếu đuối, xin Chúa ban sức mạnh để chúng con cùng Chúa sống màu nhiệm Vượt Qua, biết yêu thương đến cùng và khiêm nhường phục vụ như Chúa.

(Thinh lặng 5- 7 phút)

Kính mời cộng đoàn quỳ

✓ Hát: Bước chân tìm về

1. Bước chân con tìm về, sau bao lần lang thang bến mê, trái tim vụng về vì còn mang bao nỗi đam mê. Vì sao Chúa hỏi, Ngài vẫn ôm ấp thân con, tình Chúa vẫn mãi sắt son, bao năm chờ con quay gót?

ĐK. *Vì Chúa yêu hết những gì là thuộc về con, vì Chúa tha hết, cho dù tội đồ như son. Chúa vẫn chờ con, với tấm lòng son, dang đôi tay sẵn sàng tha thứ. Vì Chúa chẳng chấp, cho dù đời con lắm lem, vì Chúa quên hết những tội tình con yếu hèn. Cho con tìm lại hạnh phúc bên Ngài mà thôi.*

2. Sóng lấp xô dập vùi, đâu ai người cho con nỗi vui? Chỉ duy mình Ngài: nguồn hạnh phúc viên mãn không phai. Đời con tội lỗi, Ngài vẫn yêu mãi không thôi. Ngài xoá hết những lỗi tội, con xin thành tâm tự hối.

3. Nếp bên chân thập hình, con như tìm thấy chính mình: yếu đuối tội tình, vì yêu con Chúa đã hi sinh. Thành tâm con đến, nguyện Chúa xin hãy ở bên, dù qua sóng gió chênh vênh, xin dâng trọn niềm cảm mến.

(Thinh lặng 1 phút)

II. ĐỀN TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu thánh thể, chúng con biết nói gì với Chúa trong giờ phút linh thiêng này. Khi chiêm ngắm việc Chúa cúi mình xuống rửa chân cho các môn đệ, chúng con nhận ra rằng: biết bao lần chúng con đã sống ngược lại với tình yêu và lời dạy ấy, đã tìm sự hơn thua hơn là sự nhường nhịn, tìm thoải mái thân xác hơn dần thân phục vụ, và lắm lúc còn khước từ những việc nhỏ bé chỉ vì cái tôi của mình. Giờ đây, trước Thánh Thể Chúa, chúng con xin cúi đầu ăn năn vì những lúc thờ ơ trước nhu cầu của người khác, thiếu lòng cảm thông và không dám hạ mình để yêu thương cách cụ thể. Xin Chúa xót thương tha thứ, trái tim chúng con được biến đổi nên giống trái tim chúa,

biết cúi xuống phục vụ trong âm thầm và đời chúng con trở thành dấu chỉ của tình yêu khiêm nhường mà Chúa đã nêu gương.

X-Đ : Lạy Chúa Giê-su Thánh Thể, xin thương xót thứ tha

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con cảm tạ Người vì đã cho chúng con quý đây trước mặt Chúa để chiêm ngắm tình yêu vô điều kiện của Chúa đã dành cho chúng con. Vì yêu thương mà Chúa đã tự nguyện rời bỏ địa vị Thiên Chúa quyền uy để mặc lấy xác phàm, xuống ở với loài người chúng con, hầu thông chia nỗi đau khổ của phận người và để nêu gương cho chúng con về tinh thần khiêm nhường phục vụ. Tạ ơn Chúa vì vâng phục thánh ý Chúa Cha và vì yêu thương chúng con, mà Chúa đã không ngần ngại gánh lấy Thập Giá là tội lỗi nhân loại để cứu chuộc chúng con bằng việc hy sinh cả mạng sống. Tạ ơn Chúa đã tự nguyện hiến mình làm thần lương nuôi dưỡng linh hồn chúng con và ở lại với chúng con mọi ngày trong bí tích Thánh Thể.

X-Đ: Lạy Chúa Giê-su Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.

3. Lạy Chúa Giê-su Thánh Thể, Chúng con cảm tạ Chúa vì ân huệ đức tin Chúa đã trao ban cho chúng con, với tình thương Người luôn kiên nhẫn nâng đỡ và dẫn dắt chúng con trên hành trình sống đạo, ngay cả khi chúng con yếu đuối, vấp ngã hay nguội lạnh. Vì yêu Người đã không ngừng mời gọi chúng con trở về, hoán cải và sống xứng đáng hơn với ơn gọi làm con cái Chúa. Tạ ơn Chúa, qua giờ chầu này Người đã chạm đến tâm hồn chúng con, nhắc nhở chúng con về tình yêu tự hạ, đời sống khiêm nhường phục vụ mà Chúa đã nêu gương.

X-Đ: Lạy Chúa Giê su Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Hát: Tình Chúa yêu con

1. Tình Chúa yêu con như thái sơn vời vợi đỉnh cao, tình Chúa yêu con như biển khơi sóng trào đêm ngày. Tình Ngài yêu con khôn vời từ khi chưa có đất trời, Chúa đã đủ thương và chọn con từ trước muôn đời. Gọi chính tên con âu yếm chở che từng phút giây, nào có lo chi Chúa dìu con những ngày khó nguy. Vì Ngài luôn ở bên cạnh đời con chan chứa ơn lành, Chúa đã đủ thương Ngài dìu đưa về bến bình an.

ĐK. *Ôi tình yêu Chúa dạt dào, ôi tình yêu Chúa ngọt ngào. Tim con cảm mến ân tình Chúa ngàn năm vững bền. Ôi hồng ân Chúa diệu huyền. Ôi đời con quá mọn hèn. Con mong đền đáp ân tình Chúa lòng con khắc ghi.*

2. Tình Chúa yêu con dẫn con từng nhịp bước chân, tình Chúa yêu con con làm sao đáp đền xứng cân. Tình Ngài yêu con nhiệm màu tình yêu ôi quá cao sâu, Chúa đã đủ thương mời gọi con đền đáp ơn Ngài. Ngày tháng qua mau nhưng nghĩa ân Ngài luôn chứa chan, dù những vong ân khi đời con yếu hèn vô ngần. Vì Ngài yêu thương con hoài dù con yếu đuối lỗi tội, Chúa đã đủ thương nâng đỡ tim con cảm mến tình yêu.

III. CẦU XIN

1. *“Thầy đã nêu gương cho anh em, để anh em cũng làm như Thầy đã làm cho anh em”.* Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin cho Hội Thánh Chúa trên khắp hoàn cầu luôn biết noi gương Chúa sống tinh thần khiêm nhường và phục vụ cách trọn vẹn trong mọi hoàn cảnh. Để qua đời sống hiệp nhất, yêu thương Hội Thánh trở nên dấu chỉ sống động của tình yêu Chúa giữa thế giới hôm nay, đồng thời xin cho Đức Thánh Cha, các giám mục và linh mục biết luôn kết hợp mật thiết với Chúa, sống gần gũi với đoàn chiên được trao phó, tận tâm chăm sóc, hướng dẫn và nâng đỡ dân Chúa bằng một đời sống thánh thiện, đơn sơ, khiêm tốn và nêu gương sáng trong yêu thương.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con!*

2. *“Vậy, nếu Thầy là Chúa, là Thầy, mà còn rửa chân cho anh em, thì anh em cũng phải rửa chân cho nhau”.* Xin cho các Kitô hữu khắp nơi biết ý thức sâu xa và sống trọn vẹn căn tính của mình là những người môn đệ của Chúa, luôn sẵn sàng từ bỏ tinh thần ích kỷ, kiêu căng và những quyền lợi cá nhân, để mở rộng lòng mình ra với tha nhân, và sẵn sàng cúi xuống phục vụ anh chị em bằng tinh thần bác ái như Chúa đã dạy, biết thực hành lời mời gọi “rửa chân cho nhau” không chỉ bằng lời nói nhưng bằng những hành động cụ thể mỗi ngày như biết tha thứ chân thành, biết cảm thông sâu xa, nâng đỡ những người yếu đuối, và quảng đại chia sẻ với những ai đang sống trong cảnh nghèo khổ, thiếu thốn và bị bỏ rơi.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con!*

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, giữa một thế giới đầy cám dỗ, chúng con rất dễ bị cuốn vào những thú vui cá nhân mà quên đi gia đình. Xin Chúa giúp chúng con biết lấy tình yêu làm nền tảng đời sống gia đình; sống có trách nhiệm và yêu thương gia đình nhiều hơn. Xin cho các gia đình trong giáo xứ luôn biết xây dựng đời sống yêu thương, hiệp nhất và phục vụ lẫn nhau trong tinh thần trách nhiệm và hy sinh, để mỗi gia đình thực sự trở thành một mái ấm tràn đầy tình thương và tròn đầy sự hiện diện của Chúa.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con!*

(Thinh lặng 2-3 phút)

✓ **Hát: Trông Cây Chúa**

1. Con vẫn trông cây Chúa lòng con tin tưởng nơi Ngài. Con hy vọng vào Ngài đời con nương 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 cây 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.

Thinh lặng 2 phút

IV. KẾT THÚC

Lạy Chúa Giê-su Thánh Thể, trong những ngày cao điểm của năm phụng vụ, chúng con được tưởng niệm và cùng học với Chúa cùng phục vụ cách khiêm nhường. Đêm nay, chúng con được canh thức và chia sẻ chút tình tâm tư với Chúa trong ký ức về vườn dầu năm xưa. Chúng con cảm tạ Chúa đã mời gọi và cho chúng con được ở lại trong tình thương của Người. Xin Chúa tiếp tục đồng hành với chúng con trong từng giây phút của cuộc đời. Xin dạy chúng con con đường tự hạ mà Ngài đã đi, để chúng con không chỉ rước Chúa nhưng còn sống như Chúa: “phục vụ khiêm nhường, hy sinh thầm lặng, và yêu đến cùng”. Ước chi tinh thần của bí tích tình yêu này ngày càng thấm nhập vào đời sống của mỗi người chúng con. **Amen.**

Giờ Thứ Bảy

NƠI CÔ ĐƠN VƯỜN DẦU - NƠI TÌNH YÊU BỊ LÃNG QUÊN

I. THỜ LẠY

✓ Hát: Phút than thở

1. Con mến yêu tin thờ trong lòng. Cùng chút tình ngây thơ ngấm trong, trong Thánh Thể Chúa cả cần khôn, hằng nấu thân tù hãm vì con.

ĐK: Giờ đây hạnh phúc độc nhất đời con. Êm đềm Chúa nhìn hạnh phúc nào hơn. Lòng con ngây ngất, tin Chúa yêu Chúa. Trong tình Chúa yêu, con phó dâng tâm hồn.

2. Con phó dâng tâm hồn thật thà, cùng với lòng đợi ơn thiết tha, nơi Thánh Thể Chúa Cả là Cha, hằng xót thương phù giúp người ta.

✓ Lời Dẫn

Lạy Chúa Giêsu Thánh thể, trong giờ phút linh thiêng này, chúng con cùng nhau quỳ trước Thánh Nhan Chúa để thờ lạy, tôn vinh và cảm tạ tình yêu tự hiến cao vời mà Chúa đã dành cho nhân loại chúng con. Trong đêm thánh năm xưa tại vườn Cây Dầu, Chúa đã một mình bước vào những thời khắc đầy đau thương và cô quạnh. Mang lấy thân phận con người yếu đuối, Chúa đã xao xuyên, sợ hãi và khắc khoải cầu nguyện cùng Chúa Cha. Giữa con thử thách nặng nề ấy, Chúa đã tha thiết mời gọi các môn đệ thân tín ở lại hiệp thông và canh thức với Chúa. Thế nhưng, vì sự yếu đuối của phận người, các ông đã ngủ quên, để mặc Thầy mình cô đơn trong giờ phút thống khổ.

“Tâm hồn Thầy buồn đến chết được. Anh em ở lại đây mà canh thức với Thầy.”
Lời mời gọi thiết tha ấy vẫn còn ngân vang qua dòng thời gian và đang bỏ ngõ với từng người chúng con trong giờ châu thánh này. Khi màn đêm dần buông xuống, khi không gian chìm vào tĩnh lặng, chúng con được mời gọi ở lại bên Chúa, hiệp thông với Chúa trong giờ phút đau thương nơi vườn Cây Dầu, để canh thức và cầu nguyện với Chúa. Lạy Chúa, nhiều khi trong cuộc sống hằng ngày, chúng con cũng đang ngủ mê trong sự yếu đuối của mình: ngủ mê trong tội lỗi và những đam mê trần thế; ngủ mê trong sự dừng dưng trước tình yêu Chúa; ngủ mê trước nỗi đau của anh chị em chung quanh; thiếu thao thức cho đời sống bác ái và công bình. Xin cho giờ châu thánh này trở nên

thời khắc ân sủng để giúp chúng con biết tỉnh thức, biết trở về với Chúa, biết ở lại với Chúa, và biết hiệp thông sâu xa hơn với cuộc thương khó của Chúa, để hành trình đức tin của chúng con được đổi mới trong tình yêu và lòng tin thác.

(Thinh lặng 2 phút)

Kính mời Cộng đoàn đứng.

❖ Tin Mừng Đức Giê-su Kitô theo Thánh Máccô (14,32-42).

Sau đó, Đức Giê-su và các môn đệ đến một thửa đất gọi là Ghết-sê-ma-ni. Người nói với các ông: “Anh em ngồi lại đây, trong khi Thầy cầu nguyện.” Rồi Người đem các ông Phê-rô, Gia-cô-bê và Gio-an đi theo. Người bắt đầu cảm thấy hãi hùng xao xuyến. Người nói với các ông: “Tâm hồn Thầy buồn đến chết được. Anh em ở lại đây mà canh thức.” Người đi xa hơn một chút, sắp mình xuống đất mà cầu xin cho mình khỏi phải qua giờ ấy, nếu có thể được. Người nói: “Áp-ba, Cha ơi, Cha làm được mọi sự, xin cất chén này xa con. Nhưng xin đừng làm điều con muốn, mà làm điều Cha muốn.” Rồi Người trở lại, thấy các môn đệ đang ngủ, liền nói với ông Phê-rô: “Si-môn, anh ngủ à? Anh không thức nổi một giờ sao? Anh em hãy canh thức và cầu nguyện kẻo sa chước cám dỗ. Vì tinh thần thì hăng hái, nhưng thể xác lại yếu đuối.” Người lại đi cầu nguyện, kêu xin như lần trước. Rồi Người trở lại, thấy các môn đệ vẫn ngủ, vì mắt họ nặng trĩu. Các ông chẳng biết trả lời làm sao với Người. Lần thứ ba, Người trở lại và bảo các ông: “Lúc này mà còn ngủ, còn nghỉ sao? Thôi, đủ rồi. Giờ đã điểm. Nay Con Người bị nộp vào tay phường tội lỗi. Đứng dậy, ta đi nào! Kìa kẻ nộp Thầy đã tới!”

Không đọc (Đó là lời Chúa)

Kính mời cộng đoàn ngồi.

✓ SUY NIỆM

Trong đêm ở Vườn Dầu, Đức Giê-su không chỉ đối diện với đau khổ thập hình, mà Ngài bước vào một vực thẳm cô đơn sâu nhất của tình yêu. Đó là một nỗi cô đơn rất con người, nhưng lại mang chiều kích thần linh: nỗi cô đơn của Đấng yêu đến tận cùng, nhưng lại không được thấu cảm, bị lãng quên ngay trong chính những trái tim từng gắn bó và gần gũi với Ngài nhất.

Đức Giê-su đã bước vào đêm ấy, mang theo các môn đệ thân tín với một khát khao: được ở cùng, được nâng đỡ, được chia sẻ trong giờ phút tăm tối. Thế nhưng, càng đi sâu vào Vườn Dầu, Ngài càng tiến vào cõi cô tịch. Các môn đệ vẫn ở đó, nhưng các ông không thực sự hiện diện. Họ ngủ một giấc ngủ không chủ ý, nhưng lại vô tình dựng nên một khoảng cách: giữa một trái tim đang quặn quai buồn sầu và những trái tim nặng nề, ỉ ạch vì mệt mỏi. Và chính nơi đây, nỗi cô đơn của Ngài đã chạm đến đỉnh điểm.

Có ai hay những tai ương, đau đớn sẽ chất chồng lên tâm thân Chúa trong cuộc khổ nạn và có hôm nào như đêm nay, Chúa Giêsu tỏ rõ tâm trạng của mình cho các Tông đồ một cách trực tiếp như thế: *“Thầy buồn đến chết được”*. Phía trước là những lời nhục mạ, những trận đòn, là sự phản bội, là Thánh Giá. Thế nhưng không ai biết, mấy ai hiểu và ai có thể cảm thấu và chia sẻ nỗi niềm với Chúa? Ngài trở nên mong manh, dễ tổn thương, như một con người thực sự đang cần được yêu thương. Vườn Dầu đã trở nên một sự cay đắng đối với Chúa Giêsu trong đêm nay. Ngài đau khổ khi phải chọn lựa giữa ý muốn của mình với ý muốn của Cha. Ngài đau khổ vì sự cô đơn, lẻ loi một mình đối diện với thử thách mặc dù Ngài có Cha nhưng Cha Ngài lại không lên tiếng; Ngài có các môn đệ nhưng các ông lại ngủ mê trong thân xác nặng nề của mình. Ngài đau khổ vì chính sự phản bội của người môn đệ mà Ngài đã cất công dạy dỗ trong ba năm. Ngài khốn khổ trước sự nhất đảm của các môn đệ khi trao nộp Ngài cho quân dữ, khi bỏ Ngài lại một mình giữa đám lính hung dữ với những tiếng la hét ghê rợn kèm theo những roi đòn quất vào thân thể. Vườn Dầu hôm nay có thể nói là Vườn Dầu của Chúa vì ở nơi đó, mọi sự diễn ra đều quy hướng về Ngài. Tất cả mọi đau khổ từ chính nơi ấy đều chất lên đôi vai và con tim của Ngài.

Tâm trạng Chúa giờ này đã bao phủ lấy cả không gian và cảnh vật đất trời, khi mà Chúa cũng đang trải qua cuộc chiến đấu tâm linh đầy cam go giữa thánh ý Chúa Cha và sức nặng của Thập giá; giữa sứ mạng cứu độ cao cả và sự yếu đuối trong thân phận con người mỏng giòn... đến nỗi Chúa đã phải thốt lên: *“Lạy Cha, nếu có thể được xin cho con khỏi uống chén này, nhưng con xin vâng ý Cha”*. Tiếng thưa vâng của Chúa Giêsu là tột đỉnh của tình yêu khi dám hy sinh tính mạng vì người mình yêu, vì nhân loại tội lỗi. Tiếng thưa vâng của Ngài là lực đòn bẩy nâng bổng thế giới lên khỏi vũng lầy tội lỗi. Đó cũng là niềm hy vọng chắc chắn cho những ai trông cậy vào sự phục sinh của Chúa mai sau.

Nhìn lại Vườn Dầu năm xưa của Chúa, tôi là ai trong mảnh vườn năm ấy? Có phải tôi là Phêrô, Gioan, Giacôbê, Giuđa hay là một trong các môn đệ khác. Tôi đã có thái độ nào trước nỗi khổ đau của Chúa? Cho dù câu chuyện trong Vườn Dầu năm ấy đã diễn ra cho những con người cụ thể thời bấy giờ, nhưng trong niềm tin vào Chúa Giêsu-Đấng đã chấp nhận đi vào cuộc khổ nạn để giải thoát nhân loại khỏi tội lỗi, câu chuyện ấy vẫn diễn ra hằng ngày trong đời sống của mọi người Kitô hữu. Vườn Dầu ấy tái hiện trong đời sống hôm nay của những người Kitô hữu chính là sự bội phản của con người trước lời mời gọi yêu thương của Chúa. Sống đối nghịch với sự thánh thiện của Chúa. Con người mãi ngủ mê trong những thú vui, những hào nhoáng của sự thành công do nền khoa học kỹ thuật tân tiến phát minh ra. Con người ngủ mê trước những Vườn Dầu của anh chị em đồng loại là những nỗi đau, sự đói nghèo, bất công của họ. Vườn Dầu của Chúa cũng được tái hiện lại nơi những ngôi thánh đường, những nhà tạm lạnh lẽo, buồn tênh vì không một bóng người lui tới thờ lạy Ngài. Ngài vẫn ở đó trong sự cô đơn nhưng với trái tim không giận hờn oán trách. Ngài hiện diện trong sự cô đơn ấy với một tình yêu lớn lao là trở nên lương thực nuôi sống linh hồn mọi người; và Ngài ở đó để chờ đợi để chia sẻ, nâng đỡ những ai đau khổ chạy đến với Ngài khi cuộc đời của họ không còn gì để bám víu.

(Thinh lặng 5- 7 phút)

Kính mời cộng đoàn quỳ

✓ Hát: Bài ca thương khó

1. Con còn nhớ mãi chuyện một đêm thâu trong vườn dầu Chúa quỳ nguyện cầu đôi mắt âu sầu. Con còn nhớ mãi, con còn nhớ mãi chuyện một đêm thâu câu chuyện tình đầy bao thương đau. Ngài, Ngài quỳ đó ngược mắt lên cao yêu thương dạt dào con tim nghẹn ngào đôi môi thì thảo nguyện cầu cùng Thiên Chúa Cha: Được thì hãy cất chén đắng xa con nhưng xin một lòng tuân theo lệnh Người có ý tiền định từ ngàn đời Cha hồi Cha ơi.

2. Con còn nhớ mãi ngọn đèn Canvê trong chiều hè Chúa chịu tàn hơi mang gánh cho đời. Con còn nhớ mãi, con còn nhớ mãi một chiều giăng mây ôi một chiều buồn đau cô liêu. Rồi trời mù tối Chúa ngược lên cao yêu thương dạt dào con tim nghẹn

ngào đôi môi thì thảo nguyện cầu cùng Thiên Chúa Cha: Người, Người hãy giúp sức cho con thân con mỗi mồn hơi con chẳng còn sao Cha lại đành bỏ con Cha hỡi Cha ơi.

✓ **Đọc kinh** : Kinh Trái Tim Đức Chúa Giêsu (*Sách kinh GPHT. Tr.46*)

(Thỉnh lặng 2 phút)

III. ĐỀN TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con biết nói gì với Chúa trong giờ phút linh thiêng này. Càng suy niệm về tình yêu bao la khôn cùng của Chúa qua mầu nhiệm Thập Giá, chúng con lại càng nhận ra mình thật tội lỗi, bất xứng trước tình thương và ân huệ của Ngài. Đã biết bao lần chúng con bội nghĩa cùng Chúa, đã bao lần làm cho Chúa phải đau buồn vì cách sống hời hợt, thiếu lòng mến, kém nhân đức của chúng con. Giờ đây, với tâm tình sám hối ăn năn chúng con đến quỳ trước Thánh Thể Chúa để đền tạ thay cho những lỗi lầm, thiếu sót của chúng con đã xúc phạm đến tình yêu Chúa.

X-Đ : Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin Chúa thương xót thứ tha

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, đứng trước hy sinh cao cả của Chúa, chúng con thấy mình thật nhỏ bé và yếu hèn. Chúa khao khát sự thấu hiểu, ủi an từ chúng con, và anh chị em xung quanh chúng con cũng đang mong chờ điều đó. Thế nhưng, bao lần chúng con đã ngoảnh mặt làm ngơ trước lời mời gọi của Chúa và những tiếng kêu cứu của tha nhân. Lắm lúc, chúng con để mình ngủ vùi trong những nhu cầu ích kỷ và đam mê trần thế, khiến tội lỗi kéo ghì linh hồn chúng con rời xa vòng tay yêu thương của Ngài.

XĐ : Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin Chúa thương xót thứ tha.

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con cảm tạ Chúa vì giờ này, chúng con được quỳ đây trước Thánh Thể Chúa để chiêm ngắm tình yêu vô điều kiện của Chúa đã dành cho chúng con, vì yêu thương mà Chúa đã tự nguyện rời bỏ địa vị Thiên Chúa quyền uy để mặc lấy xác phàm, xuống ở với loài người chúng con, hầu thông chia nỗi đau khổ của phận người và để nêu gương cho chúng con về tinh thần khiêm nhường nghèo khó. Chúa đã kiên nhẫn chờ đợi thân phận yếu đuối của chúng con quay trở về

cùng Chúa trên con đường hy vọng mới. Tạ ơn Chúa vì vâng phục thánh ý Chúa Cha và vì yêu thương chúng con mà Chúa đã không ngần ngại gánh lấy Thập Giá là tội lỗi nhân loại để cứu chuộc chúng con, tạ ơn Chúa đã tự nguyện hiến mình làm thần lương nuôi dưỡng linh hồn chúng con và ở lại với chúng con mọi ngày trong bí tích Thánh Thể.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.

(Thỉnh lặng 2 phút)

✓ **Hát: Giọt lệ ăn năn**

1. Giọt lệ ăn năn sám hối là giọt lệ xin ơn tha thứ, những lỗi lầm qua bao ngày tháng xa ân tình. Tình Ngài luôn luôn chan chứa gọi con đoan hứa, mỗi tình thủy chung trở về với Cha ân tình thiết tha.

ĐK. *Tình Chúa cho màu nắng lên cho mùa đông lạnh giá thôi buồn, cho xuân về ấm áp tình thương cho cuộc đời vui gánh phong sương cho lòng người có Chúa tựa nương.*

2. Giọt lệ ăn năn sám hối là giọt lệ đêm đêm thao thức, mỗi mòn ngóng trông mong được thứ tha tội tình. Cuộc đời bao phen vấp ngã tưởng rằng như đã mất tình Chúa yêu, nhưng nào có hay tay Ngài đỡ nâng.

IV. CẦU XIN

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong đêm cầu nguyện tại vườn Cây Dầu, Chúa đã hoàn toàn vâng phục thánh ý Chúa Cha để đem lại ơn cứu độ cho nhân loại. Trong giờ châu thánh này, hiệp cùng tâm tình của Hội Thánh sống năm mục vụ mời gọi mỗi người trở nên **những môn đệ thừa sai của Chúa**, chúng con xin dâng lên Chúa Đức Thánh Cha, các Giám mục và hàng linh mục. Xin cho các ngài luôn tỉnh thức trong đời sống cầu nguyện, trung thành trong sứ vụ, và can đảm bước theo con đường thập giá của Chúa, để qua đời sống và chứng tá của các ngài, toàn thể Dân Chúa được khích lệ sống ơn gọi môn đệ và hăng say loan báo Tin Mừng giữa lòng thế giới hôm nay.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con!

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, thế giới hôm nay có biết bao dân tộc đang chìm trong cảnh chiến tranh, bạo lực và chia rẽ, còn biết bao anh chị em đang phải sống trong

những cảnh huống của đau khổ vì bệnh tật, nghèo đói, cô đơn và những tổn thương sâu kín trong tâm hồn. Chúng con xin dâng tất cả lên trước Thánh Nhan Chúa. Xin Chúa đoái thương an ủi, chữa lành, để giữa những thử thách và khốn khó, họ luôn cảm nhận được sự hiện diện yêu thương và nâng đỡ của Chúa. Xin Chúa ban ơn hoà bình cho thế giới, xoa dịu những hận thù, chữa lành những thương tích của lòng người, và hướng dẫn nhân loại biết tìm đến con đường cảm thông, hiệp nhất và yêu thương. Xin cho tất cả những ai đang đau khổ biết tìm đến với Chúa là nguồn mạch sự sống và niềm hy vọng đích thực, để được nâng đỡ, được chữa lành và tìm lại ánh sáng bình an trong cuộc đời.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con!

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, giữa những xáo động và bộn bề của cuộc sống hôm nay, xin cho chúng con biết can đảm đáp lại lời mời gọi của Chúa, trở nên những môn đệ trung thành và những thừa sai nhiệt thành của Chúa giữa lòng thế giới. Xin cho chúng con biết ra khỏi sự khép kín của chính mình, quảng đại dân thân phục vụ, biết lắng nghe và cảm thông với những anh chị em đang đau khổ, thiếu thốn và cần được nâng đỡ. Xin cho đời sống chúng con trở nên chứng tá sống động, để qua từng lời nói và việc làm, chúng con biết trao ban tình yêu Chúa cho mọi người; từ đó hăng say lên đường thực thi sứ mạng, góp phần xây dựng Hội Thánh hiệp nhất và yêu thương như lòng Chúa mong ước

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin nhậm lời chúng con.

(Thỉnh lặng 2 phút)

✓ **HÁT: Tình yêu Chúa vút cao**

1. Tình yêu Chúa đóng đinh treo trên cây Thập tự. Tình yêu Chúa sáng soi trên muôn ngàn vì sao. Ôi yêu thương như nắng dạt dào. Ôi yêu thương như suối dâng trào. Ân trời ngàn năm ghi dấu trên đỉnh tình yêu vút cao.

ĐK. *Ôi yêu thương là tiếng hát cho đời những giai điệu tình yêu, như muôn ngàn con sóng cho trùng dương thắm xanh. Ôi yêu thương là Thiên Chúa treo mình trên Thánh Giá, hiến thân vì nhân trần, mong trái tim Người thắm nồng.*

2. Tình yêu Chúa chứa chan đi qua muôn thời gian. Và muôn lớp tháng năm vẫn xanh tình yêu Chúa. Ôi mệnh mông trong trái tim Ngài. Ôi bao la trong tấm lòng Ngài. Xin Thập tự lên tiếng nói, xin một niềm tin sáng soi.

V. KẾT THÚC

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong những ngày thánh thiêng nhất của năm phụng vụ, Chúa đã yêu thương mời gọi chúng con ở lại với Chúa nơi Vườn Dầu nơi Chúa đã thân thưa cùng Chúa Cha trong đau thương và tín thác. Đêm nay, được canh thức bên Chúa, chúng con xin dâng lời cảm tạ vì hồng ân được ở lại trong tình yêu của Chúa. Xin Chúa tiếp tục đồng hành và nâng đỡ chúng con trong từng bước của cuộc đời. Xin cho chúng con biết nhận ra “Vườn Dầu” của chính mình trong những thử thách, lo âu và hy sinh hằng ngày. Để chúng con luôn biết yêu mến Thánh Thể Chúa hơn, siêng năng đến viếng Chúa, sốt sắng dọn mình rước Chúa, để nhờ sức mạnh của Bí tích tình yêu, đời sống chúng con ngày càng được biến đổi nên giống Chúa hơn. Ước chi từ giờ phút thánh này, chúng con biết tỉnh thức trong cầu nguyện, vững bước trong đức tin, kiên trung trong đức cậy và bền đỗ trong đức mến, để trung thành ở lại với Chúa hôm nay và mãi mãi. **Amen.**

+++++

Giờ Thứ Tám

Ở LẠI TRONG TÌNH YÊU CHÚA ĐỂ ĐƯỢC SAI ĐI

I. Thờ lạy

✓ Hát: Mầu nhiệm yêu thương

1. Thờ lạy Chúa giờ đây ngự trên bàn thờ. Vì yêu thương đoàn con trên đường dương thế. Ngài nên bánh nuôi hồn cho những ai đêm ngày đang khóc than trên đời đầy nguy nan. Nào ca hát ngợi khen tình Chúa cao vời. Ngài đã lấy thịt Máu nuôi đoàn con cái. Ngài tự hiến thân mình cho chúng con trót đời nên của ăn ở lại với chúng con.

***ĐK:** Con tin con thờ lạy Chúa đã vì yêu mến xuống nơi trần gian. Xin thương ban niềm tin yêu, ban niềm cậy trông và ơn tha thứ. Con tin đây là Nhiệm Tích cao vời khôn sánh Chúa đang ngự đây. Giê-su đã vì yêu con cho con Lương Thần Linh.*

2. Tiệc ly đó cùng với mười hai môn đệ cùng ăn uống, cùng chia lương thực ai nấy. Ngài cầm lấy ly rượu với bánh thơm, tuyên lời: Đây máu Ta, Đây Thịt của thân Ta. Và từ đó ngày đêm Ngài đã ở lại. Đoàn con sống nhờ chính lương thân cao quý. Dù con mắt đâu nào có thấy chi, nhưng lòng con vẫn tin Chúa ngự giữa chúng con.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Lời dẫn

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong giờ phút thánh thiêng này, chúng con tin rằng Ngài đang hiện diện nơi bí tích Thánh Thể để yêu thương và trao ban bình an cho chúng con. Chúa mời gọi chúng con ở lại trong tình yêu Ngài, để từ chính sự bình an và tình yêu ấy, chúng con được sai đi đem Tin Mừng và tình yêu đến cho thế gian.

Đêm nay, Chúa cũng mời gọi từng người chúng con: ở lại trong tình yêu Chúa, để từ nơi thinh lặng và chiêm niệm, chúng con học biết tha thứ, học biết yêu thương, học biết phục vụ với trái tim khiêm nhường và tràn đầy nhiệt huyết. Và từ chính nơi tình yêu ấy, Chúa sai chúng con ra đi, không phải với sức mạnh của quyền lực, nhưng với

sức mạnh của tình yêu và niềm hy vọng, để trở thành dấu chỉ sống động của Ngài giữa thế gian.

Xin Chúa cho giờ chiều này trở thành khoảng lặng để chúng con dừng lại và ở lại trong tình yêu Ngài. Ước gì khi lắng nghe tiếng Chúa và tạ ơn Ngài, tâm hồn chúng con được biến đổi, giúp chúng con sẵn sàng tâm thể ra đi làm chứng cho tình yêu Chúa giữa thế gian hôm nay. Amen.

(Thinh lặng 2 phút)

Kính mời Cộng đoàn đứng

✓ Hát – Lắng Nghe Lời Chúa

1. 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 chờ đợi và vâng nghe theo Chúa. Xin cho con biết sẵn sàng thực hành Lời Chúa đã truyền ban.

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 đem chất ngất niềm vui, trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vơi. Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho trần ai.*

❖ Tin mừng Đức Giêsu Kitô theo thánh Matthêu (Mt 26, 36–46)

Bấy giờ Đức Giêsu đi cùng với các ông đến một thửa đất gọi là Giết-sê-ma-ni. Người nói với các môn đệ: "Anh em ngồi lại đây, Thầy đến đằng kia cầu nguyện." Rồi Người đưa ông Phêrô và hai người con ông Dê-bê-đê đi theo. Người bắt đầu cảm thấy buồn rầu xao xuyến. Bấy giờ Người nói với các ông: "Tâm hồn Thầy buồn đến chết được. Anh em ở lại đây mà canh thức với Thầy." Người đi xa hơn một chút, sấp mặt xuống, cầu nguyện rằng: "Lạy Cha, nếu có thể được, xin cho con khỏi phải uống chén này. Tuy vậy, xin đừng theo ý con, mà xin theo ý Cha." Rồi Người đến chỗ các môn đệ, thấy các ông đang ngủ, liền nói với ông Phêrô: "Thế ra anh em không thể canh thức nổi với Thầy một giờ sao? Anh em hãy canh thức và cầu nguyện, để khỏi lâm vào cơn cám dỗ. Vì tinh thần thì hăng say, nhưng thể xác lại yếu hèn." Người lại đi cầu nguyện

lần thứ hai và nói: "Lạy Cha, nếu con cứ phải uống chén này mà không sao tránh khỏi, thì xin vâng ý Cha." Rồi Người lại đến, thấy các môn đệ vẫn đang ngủ, vì mắt họ nặng trĩu. Người để mặc các ông mà đi cầu nguyện lần thứ ba, nói lại cũng một lời đó. Bấy giờ Người đến chỗ các môn đệ và nói với các ông: "Lúc này mà còn ngủ, còn nghỉ sao? Nay, đến giờ Con Người bị nộp vào tay những kẻ tội lỗi. Đứng dậy, ta đi nào! Kia kẻ nộp Thầy đã tới! "

Không đọc “Đó là Lời Chúa”

Kính mời cộng đoàn ngồi

✓ Suy niệm

Trong bóng đêm tĩnh mịch của vườn Giết-sê-ma-ni năm xưa, Chúa Giêsu hiện diện với tất cả sự mỏng giòn của một thân phận con người. Ngài đã bước vào lần ranh của nỗi lo âu tột cùng, sự cô đơn bủa vây và nỗi buồn đau đón đến xao xuyên tâm hồn. Ngài thấu cảm chặng đường phía trước là chén đắng, là thập giá, là hy tế. Thế nhưng, điều làm trái tim Ngài thất lại không chỉ là cái chết cận kề, mà chính là sự "vắng bóng" của những tâm hồn thân tín. Giữa lúc Ngài cần một điểm tựa nhân tính nhất, các môn đệ lại chìm vào giấc ngủ mê mết, để mặc Thầy mình đơn độc trong cuộc chiến nội tâm. Tiếng thở dài của Chúa vẫn vang vọng đến tận hôm nay qua lời mời gọi tha thiết: **“Con có thể thức với Thầy một giờ không?”**

Nhìn lại đời sống, chúng con nhận ra mình cũng đã nhiều lần “ngủ quên” trên hành trình đức tin. Chúng con ngủ quên trong sự vô cảm trước nỗi đau của anh chị em; chúng con ngủ quên trong những toan tính ích kỷ, trong những giận hờn che lấp cả ánh sáng Tin Mừng. Có những lúc, lòng nhiệt thành trong chúng con nguội lạnh, lời cầu nguyện trở nên vội vã, và sự phục vụ chỉ còn là bồn phận khô khan. Giờ Châu này chính là bến đỗ bình an, là cơ hội quý giá để chúng con thức tỉnh khỏi những cơn mê ấy, để nhận ra mình đã rời xa vòng tay Chúa bao lâu nay, và để học cách “ở lại” bên Ngài, ngay cả khi tâm hồn đang gặp giông bão hay thử thách.

“Ở lại” với Chúa không nhất thiết phải là những hành động lớn lao vang dội. Nó khởi đầu từ sự tỉnh lặng của một tâm hồn biết lắng nghe, từ một phút hồi tâm chân thành, từ một hy sinh nhỏ bé không ai biết đến, hay từ một quyết định tha thứ cho người

đã làm tổn thương mình. Chính khi chúng con can đảm ở lại trong sự hiện diện của Chúa, quyền năng Ngài mới bắt đầu chạm đến và biến đổi những góc khuất tối tăm nhất trong chúng con. Để rồi từ nơi đây, chúng con không chỉ ra đi với đôi tay không, mà ra đi với một trái tim tràn đầy bình an và lòng thương xót của Ngài.

Trong giờ phút linh thiêng này, Chúa đang nhẹ nhàng hỏi mỗi người chúng ta:

- Con có đang để những ganh ghét, oán hờn, hay ích kỷ chi phối tâm hồn không?
- Con có sẵn lòng để Chúa soi chiếu trái tim mình, biến đổi và sai con đi phục vụ tình yêu Người?
- Con có dám thức tỉnh trong đời sống, để tình yêu Chúa trở nên sống động nơi con, nơi gia đình và cộng đoàn?

(Thinh lặng 2 phút)

Lạy Chúa, nếu hòa bình không bắt đầu từ trong hơi thở của chúng con, nếu tình yêu không bén rễ từ trong sâu thẳm tâm hồn chúng con, thì làm sao chúng con có thể mang bình an đến cho một thế giới đang rệu rã vì chia rẽ? Chỉ khi chúng con biết sống hiệp nhất, biết nhẫn nhịn và bao dung cho nhau, chúng con mới thực sự trở thành những dấu chỉ sống động của một Thiên Chúa là Tình Yêu.

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin hãy đánh thức linh hồn chúng con! Xin đừng để chúng con ngủ quên trong sự an phận hay mãi mê đuổi theo những giá trị hư ảo mà quên mất sự hiện diện của Ngài. Xin ban cho chúng con một trái tim biết khao khát được “ở lại” không chỉ là ở lại trong nhà chầu này, mà là ở lại trong thánh ý Chúa mỗi phút giây.

(Thinh lặng 3–5 phút)

Kính mời cộng đoàn quỳ

✓Hát: Cho Con Vững Tin

1. Con tưởng rằng con vững tin, tin vào Chúa là Cha nhân hiền. Khi đời sống nhẹ trôi êm đềm, với tháng ngày lặng lẽ bình yên. Nhưng khi đường đời gieo nguy khó, bên

trời ngập tràn cơn giông tố, con lo âu lạc bến xa bờ, con mới biết rằng con chưa vững tin.

ĐK: *Thì lạy Chúa, Chúa biết con yếu đuối và đổi thay, con luôn cần đến Chúa từng phút giây. Nhờ ơn Chúa con kiên trì tin thác kể từ đây, khi an vui cũng như khi sầu đầy.*

2. Con tưởng rằng con vững tin, tin vào Chúa là Cha quan phòng. Khi cuộc sống toàn những hoa hồng, khắp đất trời là cả mùa xuân. Nhưng khi chạm phải gai tê buốt, khi trời vừa lập đông băng tuyết. Con than van thầm trách trong lòng, con mới biết niềm tin con rỗng không.

3. Con tưởng rằng con vững tin, trên đỉnh núi nhìn Chúa biến hình. Ôi hạnh phúc thật ở bên mình, quyết sẵn sàng theo Chúa ngày đêm. Nhưng khi được gửi trao thánh giá, con sợ mà đành tâm bỏ Chúa. Con quay lưng từ chối ân tình, con mới biết niềm tin con bấp bênh.

(Thinh lặng 1 phút)

✓ **Đọc Kinh:** Đền tạ Trái Tim Cực Thánh Đức Chúa Giêsu (SKHT. Tr.66)

(Thinh lặng 2 Phút)

II. ĐỀN TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa mời gọi chúng con thức tỉnh để trở nên chứng nhân của Tin Mừng bằng một đời sống ở lại trong tình yêu Ngài. Thế nhưng, nhiều lần chúng con đã ngủ quên trong sự an toàn giả tạo và những tiện nghi chóng qua, mà quên mất sự hiện diện sống động của Chúa. Chúng con đã để đôi mắt tâm hồn mình khép lại trước tiếng gọi của Tin Mừng, mãi mê tìm kiếm ánh hào quang của chính mình hơn là phản chiếu khuôn mặt hiền lành và nhân hậu của Chúa. Xin Chúa tha thứ vì những lần chúng con để lòng mình chai đá, khiến hình ảnh Chúa trở nên mờ nhạt trước ánh mắt anh chị em.

X – Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin Chúa Thương Xót Thứ Tha.*

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, đã nhiều lần chúng con để mình chìm sâu vào giấc ngủ mê của sự vô tâm và ích kỷ, khiến ánh sáng tình thương bị lu mờ bởi những oán hờn ganh ghét; đã nhiều lần chúng con mãi mê chạy theo những xao nhãng thế trần mà để Ngài cô đơn một mình trong vườn Giết-sê-ma-ni của thời đại, chúng con đã ngoảnh mặt làm ngơ trước nỗi đau của anh chị em. Chính vì thế, chúng con đã làm mờ nhạt đi tình yêu Chúa giữa thế giới hôm nay.

X – Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin Chúa Thương Xót Thứ Tha.

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong giờ phút thánh thiêng được ở bên Chúa, chúng con xin dâng lên Chúa tâm tình tạ ơn. Giữa một thế giới còn đầy bất an, chia rẽ và đau khổ, chúng con vẫn được sống trong tình yêu và bình an của Chúa, nơi mái nhà, nơi cộng đoàn và nơi quê hương của mình. Chúng con nhận ra rằng bình an đó không phải là điều tự nhiên, nhưng là hồng ân Chúa âm thầm gìn giữ và đồng hành với chúng con mỗi ngày.

X – Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con xin dâng lời cảm tạ.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Hát – Con Nay Trở Về

1. Con nay trở về, trở về cùng Chúa, Chúa ơi. Con nay trở về, lòng sầu thống hối khôn nguôi. Muốn khóc cho một niềm tin, đã trót bao phen ngã nghiêng. Bước chân hoang đàng, đây bến 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 không trở về, cùng nhiều nghi lễ ngênh ngang. Con không trở về lòng con bối rối hoang mang. Quyết chí ăn năn chữa lỗi, lánh hết nguy cơ lạc lối. Thấp hương chân thành, đây trái tim con tận hiến Ngài.

✓ **Đọc Kinh:** Kinh Kính Đức Chúa Giêsu làm Vua (SK GP Hà Tĩnh Tr. 69)

(Thinh lặng 2 phút)

III. CẦU XIN

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin cho chúng con biết thực sự ‘ở lại’ trong tình yêu Ngài, để tâm hồn được gội rửa trong nguồn mạch bình an vô biên. Từ chính sự gặp gỡ thiêng liêng này, xin đổ đầy vào lòng chúng con ngọn lửa nhiệt huyết, để khi được sai đi giữa một thế giới đầy biến động, chúng con không chỉ mang theo những lời nói suông, nhưng là mang cả hơi ấm của niềm hy vọng và ánh sáng của niềm vui đích thực đến cho mọi người chúng con gặp gỡ.

X - Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con.

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, giữa một nhân loại đang rạn nứt vì những bất hòa, đơn độc và khổ đau, xin mở mắt tâm hồn chúng con để nhận ra dung mạo Chúa nơi những anh chị em bị lãng quên. Xin cho chúng con biết kín mức sức mạnh từ trái tim Chúa, để khi rời khỏi nhà châu này, chúng con đủ can đảm bước ra khỏi sự khép kín của bản thân, trở thành nhịp cầu nối kết những chia rẽ và là khí cụ hòa giải, mang tình thương lấp đầy những khoảng trống của hận thù.

X - Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con.

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thanh tẩy lòng chúng con khỏi bóng tối của ích kỷ, ganh ghét và thái độ vô tâm đang gặm nhấm đời sống cộng đoàn. Khi ở lại bên Chúa, xin dạy chúng con học lấy sự hiền hậu và khiêm nhường, biết nhẫn nại trong thử thách, bao dung khi bị hiểu lầm và sẵn sàng tiêu hao cuộc đời mình trong âm thầm phục

vụ, để mỗi bước chân chúng con đi đều để lại dấu chỉ của tình thương và sự bình an của Chúa giữa thế gian.

X - Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con.

(Thinh lặng 3 phút)

✓ **Hát:** Bao La Tình Chúa

1. Bao la tình Chúa yêu con, mênh mông như biển Thái Bình, dạt dào như ngàn con sóng, vỗ về năm tháng đời con. Tình Ngài như mưa đỉnh núi, suốt đời tuôn đổ dạt dào. Một tình yêu vô biên, một tình yêu vô biên.

***ĐK.** Hồng ân Chúa như mưa như mưa, rơi xuống đời con miên man miên man, nâng đỡ đời con trong tay trong tay, vòng tay thương mến. Đời có Chúa êm trôi êm trôi, Chúa dắt dìu con luôn luôn không thôi, có Chúa cùng đi con không đơn côi, ôi tình tuyệt vời.*

2. Xa xôi ngày tháng êm trôi, yêu thương như nước xuôi dòng, mặn nồng như làn hơi ấm, đổ đầy mưa nắng đời con. Còn gì như ân tình Chúa, dắt dìu con bước trong đời. Từng nhịp chân yêu thương, từng nhịp chân yêu thương.

3. Êm như làn gió đưa mây, đôi tay con hướng lên trời. Nguyện cầu cho đời con mãi, giữ trọn lời hứa trung kiên. Trọn đời con xin tận hiến, Chúa là hơi ấm mẹ hiền. Trọn đời con nung nấu, trọn đời con nung nấu.

IV. KẾT THÚC

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, giờ chầu này sắp khép lại, nhưng hành trình “ở lại” của chúng con với Chúa thì không bao giờ chấm dứt. Khi chiêm ngắm Chúa trong vườn Giết-sê-ma-ni chúng con nhận ra rằng: Chúa không chỉ cần các môn đệ cùng thức, mà Chúa cần những trái tim chung nhịp đập với nỗi đau của nhân loại.

Giữa thế giới hôm nay, truyền giáo không phải là những bài giảng hùng hồn, mà là cách chúng con ở lại trong sự kiên nhẫn khi gặp khó khăn, ở lại trong sự tử tế khi đối diện với sự vô tâm và ở lại trong sự tha thứ khi bị hiểu lầm. Như ngọn nến tiêu hao

chính mình để tỏa sáng, xin cho chúng con cũng dám tiêu hao cái tôi ích kỷ, những ganh ghét nhỏ nhen, để ngọn lửa tình yêu từ nhà châu này được thấp sáng trong gia đình, nơi làm việc và trong mọi mối tương quan của chúng con.

Lạy Chúa, thế gian đang khao khát bình an, và Chúa chính là nguồn bình an duy nhất. Xin sai chúng con đi, không phải bằng sức riêng, nhưng bằng sức mạnh của Đấng đã thừa “Xin vâng” theo ý Cha. Ước gì cuộc đời chúng con trở thành một lời kinh sống động, để bất cứ ai chạm đến cuộc đời chúng con, cũng đều cảm nhận được hơi ấm dịu dàng từ trái tim nhân lành của Chúa. **Amen.**

+++++

Giờ Thứ Chín

SAU GIỌT NƯỚC MẮT LÀ SỨ MẠNG THỪA SAI

I. THỜ LẠY

✓ Hát: Thờ lạy Chúa

ĐK: Thờ lạy Chúa! Thờ lạy Chúa! Uy quyền khả ái trong hình bánh náu thân. Thờ lạy Chúa! Thờ lạy Chúa! Uy quyền khả ái nương mình dưới thế trần.

1. Hồi tưởng xưa kia Cha đã hy sinh năm Thánh giá. Lòng nhân ái bao la, còn chưa thỏa tâm Cha, Mà nay Cha đến dưỡng nuôi bao linh hồn bơ vơ. Nay của nuôi quý giá: Minh Cha đây sẵn chờ. Chúng con xin thành tâm mến Cha. Chúng con xin thành tâm kính thờ.

2. Và tổ tông xưa thu tích manna dành sức sống. Đường đi có lâu công, mà không quản long đong. Nhờ Cha nuôi dưỡng, Khiến trên gian trần đầy gai chông. Ngàn hiểm nguy chất đống, hồn con bước tới cùng. Tới quê Thiên đàng con ước mong. Có Cha lẽ nào con ngã lòng.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Lời dẫn

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, giờ đây trong bầu khí thinh lặng và thánh thiêng, chúng con cung kính quỳ gối trước Thánh Thể nhiệm mầu, để chiêm ngắm tình yêu tự hiến của Ngài. Trước Thánh Thể Chúa, chúng con ý thức sâu xa thân phận mình: nhỏ bé, yếu đuối và đầy những giới hạn, nhưng lại được Chúa yêu thương cách nhưng không.

Chúa ơi, giữa những ồn ào của cuộc sống, nhiều khi chúng con đã đánh mất chính mình, để lòng trí bị cuốn theo những lo toan, những đam mê chóng qua, nhưng Chúa vẫn kiên nhẫn chờ đợi, vẫn âm thầm mời gọi chúng con trở về, để nhìn lại con người thật của mình và nhận ra tình yêu Chúa chưa bao giờ vơi cạn.

Lạy Chúa Giêsu, khi nghe lại câu chuyện Phêrô chối Thầy, chúng con không chỉ thấy một con người của quá khứ, nhưng còn nhận ra chính hình ảnh của mình trong đó.

Đã bao lần chúng con cũng yêu mến Chúa, nhưng lại không đủ can đảm để sống cho Chúa, đã bao lần vì sợ hãi, vì yếu đuối mà chúng con chối Chúa trong lời nói, trong hành động và trong chính cách sống hằng ngày.

Giờ đây, trước Thánh Thể Chúa, xin cho chúng con biết dừng lại, biết lắng nghe và biết nhìn lên Chúa, để cảm nhận ánh mắt đầy yêu thương và tha thứ của Người. Xin cho những yếu đuối của chúng con không trở thành lý do để xa Chúa, nhưng là cơ hội để chúng con khiêm tốn trở về, phó thác và cậy trông vào lòng thương xót vô biên.

(Thỉnh lặng 1 phút)

Kính mời Cộng đoàn đứng

✓ Hát – Lắng nghe lời Chúa

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 đem chất ngọt niềm vui, trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui. Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho trần ai.*

❖ Tin Mừng Đức Giê-su Ki-tô theo Thánh Mat - thêu (Mt 26, 69-75)

Lúc đó ông Phê-rô đang ngồi ngoài sân. Một người đầy tớ gái đến bên ông và nói: “Cả bác nữa, bác cũng đã ở với ông Giê-su, người Ga-li-lê đó chứ gì?” Ông liền chối trước mặt mọi người mà nói: “Tôi không biết cô nói gì!” Ông đi ra đến cổng, thì một người tớ gái khác thấy ông, liền nói với những người ở đó: “Bác này cũng đã ở với ông Giê-su người Na-da-rét đấy.” Nhưng ông Phê-rô lại thề mà chối: “Tôi không biết người ấy.” Một lát sau, những người đứng đó xích lại gần ông Phê-rô mà nói: “Đúng là bác cũng thuộc bọn họ. Cứ nghe giọng nói của bác là biết ngay.” Bấy giờ, ông Phê-rô liền thề độc mà quả quyết rằng: “Tôi thề là không biết người ấy.” Ngay lúc đó, có tiếng gà gáy. Ông Phê-rô sực nhớ lời Đức Giê-su đã nói: “Gà chưa kịp gáy thì anh đã chối Thầy ba lần.” Ông ra ngoài, khóc lóc thảm thiết.

Không đọc “đó là Lời Chúa”

Kính mời Cộng Đoàn Ngồi

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Suy niệm

Chúng ta được dẫn vào một khung cảnh đầy căng thẳng và bất thường - phiên tòa xét xử Đức Giê-su diễn ra trong đêm tối tại dinh thượng tế. Giữa đêm khuya, Người bị bắt, bị điệu đến trước mặt thượng tế Cai-pha. Và từ xa xa, Phêrô lặng lẽ theo Thầy đến tận nơi ấy. Nhưng khi đứng trước thực tế, ông lại không còn là con người mạnh mẽ như trước.

Ông đã từng mạnh mẽ tuyên xưng: *“Dầu tất cả có vấp ngã vì Thầy đi nữa, thì con đây cũng chẳng bao giờ vấp ngã”* (Mt 26,33). Thế nhưng, trước một lời chất vấn của một người tớ gái: *“Cả bác này nữa, bác cũng đã ở với ông Giê-su, người Ga-li-lê đó chứ gì?”* đã làm ông nao núng. Từ chỗ can đảm, ông trở nên sợ hãi mà chối Thầy ngay trước mặt mọi người: *“Tôi không biết cô nói gì!”*. Một câu chối đơn sơ, nhưng lại mở đầu cho một chuỗi chối bỏ đau lòng.

Tại sao Phêrô lại có thể chối Thầy như vậy? Ông là người đã theo Đức Giê-su và được kể vào một trong những môn đệ thân tín. Ông đã từng nghe lời Thầy dạy phải làm chứng cho ánh sáng trước mặt thiên hạ. Ông cũng đã từng được cảnh báo về hậu quả của việc chối Thầy. Thế nhưng, trong giây phút thử thách, ông lại không đủ can đảm để sống điều mình đã tin. Không những thế, chính Phêrô đã từng mạnh mẽ tuyên bố trong bữa ăn Vượt Qua với Thầy Giêsu *“Dầu có phải chết với Thầy, con cũng không chối Thầy”*. Nhưng tất cả những lời nói đầy nhiệt thành ấy đã tan biến trước ánh nhìn dò xét của một người tớ gái. Ông không chỉ chối Thầy, mà còn chối bỏ chính căn tính của mình - một người môn đệ. Và không chỉ riêng Phêrô, các môn đệ khác cũng đã bỏ Thầy mà trốn chạy. Khi Đức Giê-su cần sự hiện diện nhất, thì các ông lại vắng mặt. Đó là thực tế của con người: dễ hứa hẹn, nhưng lại khó trung thành, dễ nhiệt thành, nhưng lại mau chùn bước khi đối diện với thử thách.

(Thinh lặng 1 phút)

Sự chối bỏ của Phêrô đạt đến đỉnh điểm khi ông thề rằng mình không biết Đức Giê-su là ai. Thánh Mát-thêu đặt lời chối bỏ ấy song song với chính lời tuyên xưng đức tin mà trước đây ông đã mạnh mẽ thốt lên: “Thầy là Đấng Kitô, Con Thiên Chúa hằng sống”. Nhưng giờ đây, cũng chính ông lại phủ nhận điều mình đã từng tin và xác tín.

Trong khi đó, bên trong dinh thượng tế, thượng tế Cai-pha chất vấn Đức Giê-su: “*Ông có phải là Đấng Ki-tô Con Thiên Chúa không?*”. Thật trớ trêu, câu hỏi ấy lại chính là lời tuyên xưng năm xưa của Phêrô: “*Thầy là Đấng Ki-tô, Con Thiên Chúa hằng sống*”. Một bi kịch đau lòng được phơi bày: khi vị Thượng tế dùng lời tuyên xưng ấy để tra hỏi Đức Giê-su, thì ở ngoài sân, chính Phêrô - người đã được ơn tuyên xưng từ Chúa Cha - lại quả quyết rằng mình không hề biết Người.

Trong khi Đức Giê-su vẫn trung tín làm chứng cho căn tính của mình, thì Phêrô lại chối bỏ chính căn tính của một người môn đệ. Đức Giêsu nói và hành động theo sự thật, còn Phêrô thì làm theo nỗi sợ của bản thân. Điều ông đã tin và đã nhận được không phải do con người, nhưng từ Thiên Chúa, giờ đây lại bị che khuất bởi sự yếu đuối và sợ hãi.

Giữa lúc ấy, tiếng gà gáy vang lên. Âm thanh ấy như xé tan màn đêm, đánh thức lương tâm đang ngủ quên. Phêrô chợt nhớ lại lời Thầy đã nói: “*Gà chưa kịp gáy thì anh đã chối Thầy ba lần*” và ông đã nhận ra sự thật về chính mình: yếu đuối, bất trung và đầy giới hạn, ông đi ra ngoài, khóc lóc thảm thiết. Tuy nhiên, những giọt nước mắt ấy không phải là dấu chấm hết, nhưng là khởi đầu của hoán cải. Chính trong giây phút ấy, Phêrô gặp lại chính mình và gặp lại lòng thương xót của Thiên Chúa.

Thoáng nhìn vào cuộc đời Phêrô, chúng ta nhận ra một điều thật sâu xa: giọt nước mắt không làm ông dừng lại, nhưng lại mở ra cho ông một hành trình mới. Phêrô đã chối Chúa không phải vì không yêu, nhưng vì quá yếu đuối. Và cũng chính vì còn yêu, ông đã khóc; chính vì còn yêu, ông đã đứng lên. Một phêrô với đầy yếu đuối, lỗi phạm kể cả bất trung, nhưng: Không ngừng bắt đầu lại sau những lần vấp ngã, không bao giờ khép lòng trước ơn tha thứ và không bao giờ tuyệt vọng trước tình yêu của Chúa.

Chính từ con người yếu đuối ấy, Chúa đã làm nên một Phêrô mới, một môn đệ vững vàng hơn, một chứng nhân can đảm hơn, và là người được sai đi để phục vụ Hội Thánh.

(Thinh lặng 1 phút)

Còn chúng ta: Chúng ta có thể yếu đuối, vụng về, thiếu sót nhưng nếu biết sửa đổi, cố gắng và trở về với Chúa thì với ơn Chúa, chúng ta vẫn có thể làm được những điều tốt đẹp hơn. Chúng ta có thể có lúc lung lay trong niềm tin, nhưng nếu biết khiêm tốn nhận ra sự yếu đuối của mình, thì chúng ta vẫn luôn có cơ hội để trở về với Chúa. Bởi vì Thiên Chúa không chọn những con người hoàn hảo để sai đi, nhưng chọn những ai biết trở về với Ngài bằng cả tấm lòng.

Vì thế, hôm nay mỗi người chúng ta được mời gọi: đừng sợ những yếu đuối của mình, đừng sợ những lần vấp ngã, nhưng hãy để cho giọt lệ sám hối trở thành điểm khởi đầu cho một hành trình lên đường, hành trình của người môn đệ được sai đi giữa đời.

(Thinh lặng 5- 7 phút)

Kính mời cộng đoàn quỳ

✓ Hát: HÃY TRỞ VỀ

1. Bao năm trôi qua hồn con lạc bước đi xa, quên bao ơn Cha trầm kha bể đắm bao la. Nay con ăn năn hồi tâm thống hối bao lỗi lầm, đền bù bất xứng bao năm, quyết tâm trở về Cha lành.

ĐK. *Hãy trở về, trở về với Cha nhân lành. Hãy trở về, trở về để sớm hồi sinh. Hãy trở về, trở về sống trong an bình, trở về trở về để mãi sống trong ân tình.*

2. Xin Cha tha cho hồn con lỡ bước hoen nhơ, tim Cha bao dung hồn tội lụy chẳng bơ vơ. Tin ơn dung tha lòng con quên hết bao lo sợ, tìm về nương bóng bên Cha trái tim nhân hậu vô bờ.

(Thinh lặng 2 phút)

II. ĐỀN TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, trong đêm tối của cuộc Thương Khó, khi Chúa bị bỏ rơi và kết án, Thánh Phêrô - người môn đệ thân tín cũng đã sợ hãi mà chối bỏ Chúa. Chúng con nhận ra nơi ông hình ảnh của chính mình: yếu đuối, run sợ trước áp lực của thế gian, dễ dàng chối Chúa chỉ vì một ánh nhìn, một lời chất vấn. Lạy Chúa, biết bao lần chúng con cũng đã chối Chúa trong đời sống hằng ngày bằng những thỏa hiệp với tội lỗi, bằng sự im lặng trước sự thật, bằng đời sống thiếu chứng tá.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha.

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa đã không kết án Phêrô nhưng vẫn yêu thương và trao cho ông cơ hội hoán cải. Tình yêu của Chúa mạnh hơn sự phản bội, lòng thương xót của Chúa lớn hơn mọi tội lỗi. Trong giờ châu linh thiêng này, chúng con khiêm tốn dâng lên Chúa lời xin lỗi chân thành vì những lần chúng con đã xúc phạm đến Chúa qua tội lỗi, qua sự thờ ơ và ích kỷ của mình. Nhiều khi chúng con dễ dàng đánh mất căn tính của một Kitô hữu, sống xa rời tình yêu và lời mời gọi của Chúa, để rồi chính tội lỗi dẫn chúng con vào những khổ đau và trống vắng.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha.

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, cảm tạ Chúa đã cho chúng con được hiện diện trong từng ngày sống với Chúa. Trong giờ phút linh thiêng này, chúng con được sống lại màu nhiệm tình Chúa thương trên cuộc đời chúng con, được ở lại với Chúa, cùng lắng thính để được nghe tiếng Chúa mời gọi ra đi làm chứng nhân giữa đời. Dù chúng con còn rất nhiều yếu đuối và thiếu sót, nhưng qua hình ảnh của Phêrô, chúng con tin rằng: Tình yêu và lòng thương xót của Chúa đủ lớn để đón nhận và tha thứ cho chúng con.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con xin dâng lời cảm tạ.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Hát: Giọt Lệ Ăn Năn

1. Giọt lệ ăn năn sám hối là giọt lệ xin ơn tha thứ, những lỗi lầm qua bao ngày tháng xa ân tình. Tình Ngài luôn luôn chan chứa gọi con đoạn hứa, mỗi tình thủy chung trở về với Cha ân tình thiết tha.

ĐK. *Tình Chúa cho màu nắng lên cho mùa đông lạnh giá thôi buồn, cho xuân về ấm áp tình thương cho cuộc đời vui gánh phong sương cho lòng người có Chúa tựa nương.*

2. Giọt lệ ăn năn sám hối là giọt lệ đêm đêm thao thức, mỗi mòn ngóng trông mong được thứ tha tội tình. Cuộc đời bao phen vấp ngã tưởng rằng như đã mất tình Chúa yêu, nhưng nào có hay tay Ngài đỡ nâng.

✓ **Độc Kinh:** *Kinh Đền Tạ Trái Tim Cực Thánh Đức Chúa Giêsu (Sách kinh Tr.66)*

(Thinh lặng 1 phút)

III. CẦU XIN

Quỳ trước Thánh Thể Tình yêu, chúng con nếm cảm được lòng nhân hậu mà Chúa đã dành cho chúng con. Tin tưởng sự hiện diện gần gũi và tràn đầy yêu thương của Chúa Giêsu trong bí tích Thánh Thể, chúng ta cùng tin tưởng dâng lời nguyện xin:

1. *“Chúa đã sai tôi đi loan báo Tin Mừng cho những kẻ nghèo hèn”*. Chúng con cầu xin cho Giáo Hội Chúa đang trên bước đường lữ thứ trần gian, cho các vị chủ chăn trong Hội Thánh được tràn đầy ơn Chúa Thánh Thần, để các ngài tận tâm trong việc rao giảng Lời Chúa, phục vụ đoàn chiên mình trong tình yêu thương, để các ngài dẫn thân không mệt mỏi vì tình yêu Đức Kitô, hầu làm cho Tin Mừng được tỏa sáng muôn nơi.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con.*

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa là Đấng thấu suốt mọi nỗi khổ đau của nhân loại, khi thế giới hôm nay vẫn còn oằn mình trong cảnh chiến tranh, khủng bố, thiên tai, và khi phẩm giá con người bị xúc phạm bởi lòng ích kỷ cùng những tham vọng tầm thường. Chúng con khiêm tốn dâng lời khẩn nguyện, xin Chúa đoái thương soi sáng tâm trí và hướng dẫn các nhà lãnh đạo muôn dân, để họ biết đặt lợi ích chung của nhân loại lên trên hết, tận tâm thi hành sứ mạng trong tinh thần trách nhiệm và yêu thương,

hầu kiến tạo một thế giới thấm đượm hòa bình, rạng ngời công lý và chan chứa tình huynh đệ.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con.

3. “*Các con là ánh sáng thế gian*”. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Đấng luôn kiên nhẫn chờ đợi và nâng đỡ chúng con. Xin thương đến những ai như Thánh Phêrô, còn mang nơi mình bao yếu đuối nhưng vẫn khao khát bước theo Chúa và trở nên một người môn đệ thừa sai giữa đời. Xin cho mỗi người chúng con, dù còn nhiều bất toàn, biết khiêm tốn thưa lên rằng: “Lạy Chúa, con yếu đuối, nhưng xin cho con luôn được theo Chúa, để ánh sáng của Ngài chiếu tỏa nơi con, và nhờ đó con có thể mang ánh sáng yêu thương, hy vọng và chân lý đến cho mọi người.”

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con.

4. Lạy Chúa Giê-su Thánh Thể, trong sứ điệp mùa Chay 2026, Đức Thánh Cha mời gọi chúng con sống 3 chiều kích: lắng nghe, ăn chay và cầu nguyện. Xin tình yêu Thánh Thể xua tan mọi sợ hãi, lấp đầy những bất an và ban cho chúng con sức mạnh của tình yêu Đức Ki-tô, để vững lòng vượt qua mọi gian nan thử thách để quan tâm đến những con người nghèo khổ, bất hạnh, bị gạt ra bên lề xã hội. Xin Chúa cũng đoái thương, nâng đỡ và ủi an họ, để họ được ánh sáng Chúa dẫn lối, sớm tìm lại niềm hy vọng và được đoàn tụ trong bình an yêu thương.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin thương nhậm lời chúng con.

Thinh lặng 2 Phút

✓ Hát: Hồng Ân Chúa

1. Hồng ân Chúa á oí là tiếng hát ru của mẹ, là tay cha đỡ nâng dìu con bước đi đầu tiên. Hồng ân Chúa đêm ngày ủ ấp mến thương, dư đầy lòng hân hoan, tán dương cảm tạ tình Chúa.

ĐK: *Hồng ân Chúa như là mưa chan chứa đổ xuống trên cuộc đời con để hồn con, hồn con tắm trong tình yêu Chúa bao chờ mong. Hồng ân Chúa nâng hồn con lên thánh nhan tới thiên đàng vinh sáng, hồng ân Chúa bên con tháng năm mãi nồng thắm.*

2. Gọi tên con bước theo tình Chúa hiến trao một chiều, một tình yêu chết thay dù bao thế nhân đổi thay. Ngài gọi con theo Ngài mặc bao gió sương đường dài, đường tương lai phó dâng tay Ngài từ đây.

3. Đường con đi khó nguy cùng, Chúa con qua muôn trùng; dù thân con đáng chi, Ngài luôn giúp con cùng đi. Cùng với Chúa song hành truyền rao phúc âm an lành, đường có Chúa phúc thay, ôi kỳ diệu thay.

IV. KẾT THÚC

Với chủ đề năm mục vụ 2026: *Mỗi Kitô hữu là một môn đệ thừa sai*. Chúng con ý thức rằng để trở nên môn đệ thừa sai đích thực, chúng con cần được biến đổi mỗi ngày. Dù còn nhiều yếu đuối và thiếu sót, nhưng qua hình ảnh thánh Phêrô - một con người nhiệt thành nhưng cũng đầy vấp ngã, chúng con vững tin rằng tình yêu và lòng thương xót của Chúa luôn đủ lớn để đón nhận, thứ tha và nâng đỡ chúng con đứng dậy.

Xin cho chúng con biết can đảm bước đi trong sứ mạng, không sợ hãi trước những giới hạn của bản thân, nhưng luôn tin thác vào ơn Chúa. Nhờ những lần sa ngã, xin dạy chúng con biết khiêm tốn hơn, không cậy dựa vào sức riêng, nhưng biết nương tựa vào Chúa, đồng thời biết cảm thông và nâng đỡ những yếu đuối của anh chị em mình.

Ước gì đời sống của chúng con trở thành ánh sáng giữa thế gian, không phải bằng những điều lớn lao, nhưng bằng tình yêu chân thành, sự kiên nhẫn và lòng quảng đại mỗi ngày. Xin cho chúng con luôn ý thức rằng, khi chúng con sống yêu thương và trung tín, chính là lúc chúng con đang làm chứng cho Chúa giữa đời.

Lạy Chúa, xin đồng hành và nâng đỡ chúng con, để dù có vấp ngã bao nhiêu lần, chúng con vẫn biết đứng dậy, tiếp tục bước đi và trở nên những môn đệ thừa sai trung thành của Chúa. **Amen**

+++++

Giờ Thứ Mười

GIỮA ĐỜI THƯỜNG, CON LÀ CHÚNG NHÂN

I. Thờ lạy.

✓ Hát: Mầu nhiệm yêu thương

1. Thờ lạy Chúa giờ đây ngự trên bàn thờ. Vì yêu thương đoàn con trên đường dương thế. Ngài nên bánh nuôi hồn cho những ai đêm ngày đang khóc than trên đời đầy nguy nan. Nào ca hát ngợi khen tình Chúa cao vời. Ngài đã lấy thịt Máu nuôi đoàn con cái. Ngài tự hiến thân mình cho chúng con trót đời nên của ăn ở lại với chúng con.

ĐK. *Con tin con thờ lạy Chúa đã vì yêu mến xuống nơi trần gian. Xin thương ban niềm tin yêu, ban niềm cậy trông và ơn tha thứ. Con tin đây là Nhiệm Tích cao vời khôn sánh Chúa đang ngự đây. Giê-su đã vì con cho con Lương Thần Linh.*

2. Tiệc ly đó cùng với mười hai môn đồ cùng ăn uống, cùng chia lương thực ai nấy. Ngài cầm lấy ly rượu với bánh thơm, tuyên lời: Đây máu Ta, Đây Thịt của thân Ta. Và từ đó ngày đêm Ngài đã ở lại. Đoàn con sống nhờ chính lương thần cao quý. Dù con mắt đâu nào có thấy chi, nhưng lòng con vẫn tin Chúa ngự giữa chúng con.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Lời dẫn :

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, giữa những tất bật của cuộc sống hôm nay, chúng con đến bên Chúa trong giờ chầu này với tâm hồn mang theo bao mệt mỏi, phân tán và đôi khi cả sự chán chường. Có những ngày chúng con sống quá vội vàng giữa những lo toan của công việc, gia đình và những trách nhiệm không tên, đến nỗi quên rằng Chúa vẫn luôn hiện diện và âm thầm đồng hành với chúng con từng ngày.

Trong Năm Mục Vụ 2026 với chủ đề **“Mỗi Kitô hữu là một môn đệ thừa sai”**, Chúa mời gọi chúng con trở về để nhận ra rằng chính đời sống hằng ngày là cánh đồng truyền giáo của mỗi người tín hữu. Nơi gia đình, nơi làm việc và trong những gặp gỡ bình thường, chúng con được mời gọi trở thành dấu chỉ của tình yêu và bình an Chúa giữa thế giới hôm nay. Giờ đây, trước Thánh Thể Chúa, xin giúp chúng con biết lắng đọng tâm hồn, để được Chúa chạm đến và biến đổi. Xin cho giờ chầu này trở thành

nguồn sức mạnh thiêng liêng, để khi trở về với cuộc sống thường nhật, chúng con biết sống như những chứng nhân âm thầm nhưng sống động giữa đời. Xin Chúa ở lại với chúng con và dạy chúng con biết mang Chúa vào từng ngày sống. Amen.

(Thinh lặng 2 phút)

Kính mời Cộng đoàn đứng.

✓ **Hát – Lắng Nghe Lời Chúa**

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, trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vơi. Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho trần ai.*

❖ **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Matthêu 5,13-16**

Khi ấy, Đức Giêsu nói với các môn đệ rằng: “Chính anh em là muối cho đời. Nhưng muối mà nhạt đi, thì lấy gì muối nó cho mặn lại? Nó đã thành vô dụng, thì chỉ còn việc quăng ra ngoài cho người ta chà đạp thôi. Chính anh em là ánh sáng cho trần gian. Một thành xây trên núi không tài nào che giấu được. Cũng chẳng có ai thấp đèn rồi lại đặt dưới cái thùng, nhưng đặt trên đế, và đèn soi chiếu cho mọi người trong nhà. Cũng vậy, ánh sáng của anh em phải chiếu giải trước mặt thiên hạ, để họ thấy những việc tốt đẹp anh em làm, mà tôn vinh Cha của anh em, Đấng ngự trên trời.”

không đọc “Đó là Lời Chúa”.

Kính mời cộng đoàn ngồi

✓ **Suy niệm:**

“Anh em là muối cho đời” - Hình ảnh muối mang nhiều ý nghĩa sâu sắc. Muối không chỉ làm cho món ăn thêm đậm đà, mà còn có khả năng giúp bảo quản, ngăn chặn sự hư thối. Khi Đức Giêsu ví mỗi người chúng ta như là muối, Ngài muốn dùng hình ảnh thực tế trong đời sống chúng ta để nhấn mạnh rằng: sự hiện diện của mỗi Kitô hữu trên thế gian này luôn có tác động quan trọng và tích cực. Chúng ta được mời gọi mang

“hương vị” của Tin Mừng - là tình yêu thương, lòng bác ái, sự tha thứ, lòng trắc ẩn, hay sự thật, đến cho cuộc sống vốn đôi khi bị trở nên nhạt nhẽo và vô vị. Đồng thời, chúng ta còn là những người được mời gọi ngăn chặn “sự hư thối” của tội lỗi, ích kỷ, bất công, và sự suy đồi đạo đức đang len lỏi trong đời sống xã hội. Tuy nhiên, Chúa Giêsu đưa thêm cho chúng ta về hình ảnh “muối nhạt” như là lời nhắc nhở nghiêm túc rằng: nếu chúng ta đánh mất đi “vị mặn” của chính mình, của đức tin, đánh mất đi căn tính người Kitô hữu vì sợ hãi hay muốn hòa nhập quá mức, chúng ta dần sẽ trở nên vô dụng, chỉ đáng bị “quăng ra ngoài cho người ta chà đạp”.

“Anh em là ánh sáng cho trần gian” - Ánh sáng xua tan bóng tối, soi đường và cho thấy mọi vật xung quanh. Đức Giêsu tiếp tục mời gọi mỗi người chúng ta trở thành “ánh sáng của Ngài” trên thế gian. Ánh sáng để chiếu soi những nơi đang cần đến niềm tin. Thắp lên ngọn lửa hy vọng nơi những tâm hồn đang héo úa, sắp tàn. Ánh sáng đó còn trở nên nguồn mạch để trao ban tình yêu cho những phận đời đang chật vật trong cuộc sống. Đặc biệt, trở nên ánh sáng không phải để giấu kín dưới thùng, mà phải được đặt trên giá cao, để soi cho mọi người trong nhà và chiếu giải trước mặt thiên hạ. Đức Giê-su nhấn mạnh đến đời sống Kitô hữu của mỗi người chúng ta phải là một chứng tá sống động, rõ ràng, không bị che giấu. Chúng ta được mời gọi để thực hiện “những công việc tốt đẹp” - là những hành động yêu thương, phục vụ, hy sinh, công lý. Để qua đó, trao ban cho mọi người nhận biết Thiên Chúa và tôn vinh Ngài.

Sứ mạng thừa sai của mỗi chúng ta bắt đầu ngay từ chính môi trường mình đang sống: là gia đình, cộng đoàn, nơi làm việc, trường học, khu phố,... Là “muối”, chúng ta cần tìm cách mang lại hương vị tích cực cho những nơi đang cần đến. Điều đó có nghĩa là: Trong gia đình, chúng ta là muối của sự gắn kết và yêu thương. Nơi làm việc, chúng ta là muối của trung thực, chính trực, và chuyên cần, mang lại sự tin cậy. Trong cộng đồng, chúng ta là muối của sự hòa giải, xua tan sự chia rẽ và bất công. Sống Lời Chúa một cách chân thực, để “vị mặn” của chúng ta không chỉ là lời nói, mà là hành động cụ thể. Chiếu sáng bằng “việc lành”, Mỗi Ki-tô hữu được mời gọi sống và hành động sao cho người khác nhận ra Chúa qua chính mình. Giúp đỡ người nghèo khó, an ủi người đau khổ, tha thứ cho người xúc phạm mình - những hành động này chính là ánh sáng xua tan bóng tối của sự vô cảm và hận thù.

Can đảm làm chứng, ngay cả khi bị “chà đạp”. Như Đức Giêsu đã tiên báo rằng những ai đi theo Ngài sẽ gặp thử thách. Là môn đệ thừa sai, chúng ta không được phép sợ hãi hay nản lòng khi gặp sự chống đối, chế giễu, hay thậm chí bị kỳ thị vì niềm tin của mình. Như muối bị vút bỏ khi nhạt, mất vị. Chúng ta được mời gọi đối diện với những khó khăn, thử thách để làm chứng cho đức tin của mình. Chính trong những lúc đó, nếu chúng ta vẫn giữ vững “vị mặn” và “ánh sáng” của Chúa, là chúng ta đang làm chứng cho Ngài một cách mạnh mẽ nhất. Sự kiên trì và lòng trung kiên trong thử thách sẽ là minh chứng hùng hồn nhất cho sức mạnh của Tin Mừng.

Lời của Chúa tiếp tục vang vọng không phải là một lời tiên tri xa vời, mà là một lời kêu gọi hành động ngay trong hiện tại. Mỗi người chúng ta, nhờ ơn Chúa Thánh Thần, đều có khả năng trở thành “muối” và “ánh sáng” cho đời.

Chúng ta hãy tự hỏi bản thân:

Trong gia đình, tôi có đang là “muối” gắn kết hay là nguồn cơn của những bất hòa?

Tại nơi làm việc, tôi có đang sống “ánh sáng” của sự liêm chính hay đang chìm trong bóng tối của gian dối?

Khi đối diện với người nghèo khó, tôi có đang chia sẻ “vị mặn” của lòng thương xót hay đang thờ ơ, vô cảm?

Khi gặp thử thách vì đức tin, tôi có giữ vững “vị mặn” của mình hay đang dần trở nên “nhạt nhẽo”?

Nguyện xin Chúa ban cho mỗi người chúng ta ơn nhận biết sâu sắc căn tính cao quý của mình là Kitô hữu, là môn đệ thừa sai. Xin Chúa ban cho chúng ta đủ can đảm, khôn ngoan để sống trọn vẹn sứ mạng làm “muối” và “ánh sáng” cho trần gian, làm vinh danh Thiên Chúa giữa đời.

(Thỉnh lặng 5- 7 phút)

Kính mời cộng đoàn quỳ.

✓ Hát: Muối men cho đời

1. Vui vui làm sao được nghe tiếng Cha kêu mời, hân hoan tìm đến để dâng hiến trót tuổi xanh. Muốn sống cho Ngài và đem sức sống cho đời, cho con theo mãi để làm nhân chứng cho Ngài thôi.

ĐK: *Con không đến để làm theo ý con. Nhưng con xin dâng trọn đời cho Nước Trời, như sáp biến tan cho đời thấp sáng, như chút muối men cho tình mến thấm, như tiếng ru êm cho đời nóng ấm cho tươi vui nụ cười.*

2. Sống giữa phù hoa dật bao ước mơ hoang đàng, đôi khi lẽ dâng còn như nuôi tiếc tuổi xuân, đã bước theo Ngài thì xin trung tín đến cùng, đi trong thế giới hận thù gieo mến thương đầy vơi.

✓ **Độc kinh : Kinh Trái Tim Đức Chúa Giêsu (Sách kinh GPHT. Tr.46)**

(Thỉnh lặng 2 phút)

II. ĐỀN TẠ

1. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, mỗi lần quỳ gối và chiêm ngắm Thánh Nhan Ngài, con nhận ra mình thật tội lỗi và yếu đuối. Con thấy nơi bản thân biết bao bất toàn, những lầm lỗi vẫn còn chất chứa sâu thẳm trong tâm hồn con. Chúa mang ánh sáng Nước Trời đến soi chiếu đời con và trao ban tình thương vô biên qua từng giây phút con đang sống. Thế nhưng, trong cuộc sống hằng ngày, con đã nhiều lần để cho sự dữ thắng thế trong lòng mình; đã có những tư tưởng, lời nói và việc làm xúc phạm đến Chúa và đến anh chị em đồng loại. Xin Chúa, từ kho tàng tình thương vô hạn của Ngài, ban cho chúng con ơn tha thứ và lòng thương xót, để chúng con được đổi mới tâm hồn, biết trở về cùng Chúa mỗi ngày và đem ánh sáng Chúa cho mọi người xung quanh.

X-Đ : *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xin thương xót thứ tha.*

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, xưa kia Chúa đã hoàn toàn vâng theo thánh ý Chúa Cha, sẵn sàng mặc lấy thân phận con người, sống giữa con người, chịu đóng đinh và hiến mình chịu chết trên cây Thập Giá để cứu chuộc nhân loại. Chúa đã mang niềm hy vọng Thiên Đàng đến cho thế gian đang ngụp lặn trong tội lỗi và bóng tối. Còn loài người chúng con, vẫn xúc phạm đến Chúa, vẫn trách cứ và than phiền mỗi khi gặp khó khăn, thử thách. Nhưng Chúa vẫn luôn ở đó, vẫn âm thầm hiện diện, nâng đỡ và kiên nhẫn dẫn dắt chúng con trong từng bước đường đời.

X-Đ: *Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.*

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, hồng ân mà Chúa tuôn đổ trên chúng con, làm sao chúng con có thể nói cho hết, suy cho cùng hay cân đo cho vừa. Chúa chẳng màng đến tội lỗi và những bất toàn của chúng con, nhưng luôn sẵn lòng giang tay đón nhận, ôm ấp và vỗ về mỗi khi chúng con chạy đến với lòng thương xót của Chúa. Vì chính Chúa đã phán: *“Hãy đến với Ta tất cả, hỡi những ai khó nhọc và gánh nặng, Ta sẽ nâng đỡ bổ sức cho các ngươi.”* (Mt 11,28). Giờ đây, trong giờ Châu Đêm Thứ Năm Thánh thiêng này, chúng con chạy đến bên Chúa với tâm tình tạ ơn - tạ ơn vì muôn ân huệ Chúa đã ban, tạ ơn vì Chúa không bao giờ quay lưng chối bỏ chúng con, nhưng luôn kiên nhẫn chờ đợi chúng con quay về.

X-Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con đồng thanh dâng lời cảm tạ.

(Thinh lặng 2 phút)

✓ Hát: Tâm Tình Hiến Dâng

ĐK. *Biết lấy gì cảm mến, biết lấy chi báo đền hồng ân Chúa cao vời Chúa đã làm cho con.*

1. Thương con từ ngàn xưa một tình yêu chan chứa. Và chọn con đi làm đuốc sáng chiếu soi trần gian. Cho con say tình mến và này con xin đền. Một đời trung trinh làm muối đất ướp cho mặn đời.

2. Trao cho con lời Chúa dù đời con hoen úa. Nguyên đời con đem chân lý đến cho mọi nơi. Ra đi đây nguyện ước và này con gieo bước. Nguyên đời con đem nguồn yêu mến đến cho người.

3. Chân đi đạp đời non biển đời bao sóng gió. Ngài đỡ nâng con dù nguy biến vẫn ở cùng con. Yêu thương làm hành trang ngọn đèn tim thấp sáng. Một đời vui như đàn chim hót suối reo đầu ngàn.

4. Xin cho con bình an và đầu cao mắt sáng nguyện đời con đi làm chứng tá Chúa trên trần gian. Xin cho con nghèo khó cuộc đời bao nguy khó. Đời hạnh phúc con được chính Chúa gia nghiệp trọn đời.

(Thinh lặng 2 phút)

III. CẦU XIN

1. Lạy Chúa Giê-su Thánh Thể, chúng con tin tưởng rằng không có nguồn sức mạnh nào khác ngoài Bí Tích Tình Yêu, nơi mà Chúa luôn chờ đợi và mời gọi chúng con đến để kín múc ân sủng và ra đi trở thành những hạt muối và ánh sáng cho trần gian. Xin Chúa ban cho chúng con luôn hiệp nhất nên một trong Thánh Thể Chúa, để chúng con có một tinh thần mới, một lòng nhiệt huyết, sẵn sàng dấn thân mình cho mọi người, hầu làm cho Giáo Hội và xã hội ngày một tốt đẹp hơn.

X - Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin Thương Nhậm Lời Chúng Con!

2. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, thế giới hôm nay đang sống trong chiến tranh, nghèo đói, bất công và đau khổ. Xin cho chúng con biết mở lòng yêu thương, chia sẻ với những người nghèo khổ, sống công bằng và xây dựng hòa bình, để ánh sáng tình yêu của Chúa lan tỏa khắp nơi, thắp lên ngọn lửa hy vọng và bình an cho mọi người.

X - Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin Thương Nhậm Lời Chúng Con!

3. Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Giáo Hội là của Chúa. Chính Thánh Thể Chúa đã làm nên Giáo Hội, xin Chúa thương gìn giữ Giáo Hội. Xin cho Đức Giáo Hoàng, các Đức giám mục, các linh mục luôn trở thành những nhân chứng sống động của lòng thương xót Chúa qua đời sống yêu thương, hy sinh phục vụ và “mang đầy mùi chiên” của các ngài. Xin dâng lên Chúa, Giáo phận, Giáo xứ chúng con, xin cho mọi người luôn hiệp nhất với nhau, siêng năng tham dự Thánh Lễ và cử hành các bí tích, cùng xây dựng Giáo phận, Giáo xứ thành một gia đình hạnh phúc, yêu thương.

X - Đ: Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể! Xin Thương Nhậm Lời Chúng Con!

(Thỉnh lặng 2 phút)

✓ Hát: Tình con trong tình Chúa _ Huỳnh Tấn Dũng

1. Tình yêu Chúa ngát xanh cho đời thắm tươi. Lòng con luôn khát khao tình Chúa chẳng ngại. Ngài chọn con bước theo Ngài, làm muối men ướp cho đời, làm chứng nhân cho tình Chúa mọi nơi.

ĐK. *Dù đời bao sóng gió lòng vẫn bước đi, Chúa song hành đỡ nâng ngại chi, dẫu cuộc đời lệ rơi ướt mi con vẫn đi truyền rao Chân Lý. Đời con như giọt nước nhỏ nhoi bé thơ, những vui buồn với bao mộng mơ, chỉ mong được hòa trong Chúa thôi, ân tình Chúa mãi không phai mờ.*

2. Đường tình yêu Chúa ơi con nguyện hiến dâng. Tuổi thanh xuân với bao mộng ước đời con. Nguyện kiên vững bước theo Ngài, cả tấm thân với linh hồn, dù thế gian bao cạm bẫy mù sương.

(Thinh lặng 2 phút)

IV. KẾT THÚC

Trong buổi tiếp kiến chung hôm thứ Tư, ngày 18 tháng 3 năm 2026, Đức Thánh Cha Leo XIV đã nhắn nhủ rằng: “*Mỗi người được rửa tội là một tác nhân tích cực trong việc loan báo Tin Mừng.*” Trong tâm tình ấy, chúng con được xác tín rằng truyền giáo không phải là một sứ mạng cao siêu hay xa vời, không chỉ dành riêng cho những người được tuyển chọn bước theo đời sống thánh hiến, nhưng là lời mời gọi Chúa dành cho mọi Kitô hữu, không phân biệt chủng tộc, quốc gia, giới tính hay tuổi tác, tất cả mỗi người chúng con đều được Thiên Chúa mời gọi trở thành những môn đệ thừa sai ngay trong chính đời sống thường ngày. Và khi đã được kín múc tình yêu và sức mạnh từ Bí tích Thánh Thể trong đêm Chúa trao ban chính mình vì nhân loại, chúng con nguyện xin Chúa cho chúng con biết sống yêu thương và hy sinh ngay trong những điều nhỏ bé, biết phục vụ mà không tìm kiếm sự ghi nhận, biết tha thứ khi bị tổn thương, và kiên nhẫn giữa những thử thách, để đời sống chúng con trở thành dấu chỉ sống động của tình yêu Chúa giữa thế gian. Xin cho mỗi hành động và lời nói của chúng con trở nên lời loan báo Tin Mừng, để những người chúng con gặp gỡ nhận ra rằng Chúa vẫn đang hiện diện và không ngừng yêu thương họ. **Amen.**

+++++