



25-7
2021

TIN YÊU
PHỤC VỤ

CD CHÚA KITÔ PHỤC SINH

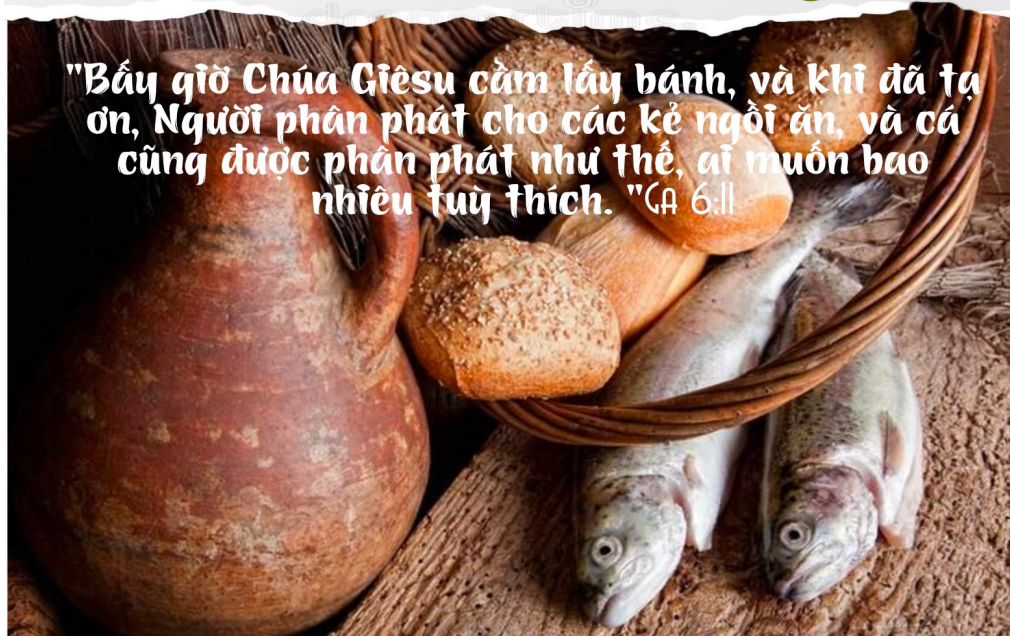
TRUNG TÂM ĐỨC BÀ PHÙ HỘ CÁC GIÁO HỮU

7707 Murray Drive - Stockton, CA 95210

website: cdcktpsstockton.com

CHÚA NHẬT 17 *thường niên*

"Bấy giờ Chúa Giêsu cầm lấy bánh, và khi đã tạ ơn, Người phân phát cho các kẻ ngồi ăn, và cá cũng được phân phát như thế, ai muốn bao nhiêu tùy thích." CA 6:11



CHẦU THÁNH THỂ: xác tín & cảm nghiệm của 1 vị thánh

Đã có bao nhiêu vị thánh thăng tiến trên con đường thánh thiện nhờ lòng yêu mến Thánh Thể, vì Thánh Thể là cội rễ của mọi sự thánh thiện, và nơi ấy, ta được kêu gọi đến đời sống viên mãn trong Thánh Thần. Bằng kinh nghiệm thiêng liêng của mình, Mẹ thánh Têrêxa Calcutta đã xác tín thâm sâu về tầm quan trọng của việc Chầu Thánh Thể trong cuộc sống Kitô hữu như sau:

- Tôi biết, tôi sẽ không thể làm việc một tuần, nếu tôi không được liên tục tăng sức từ Chúa Giêsu trong Bí Tích Thánh Thể, qua việc làm Giờ Thánh hàng ngày.
- Chầu Giờ Thánh là thời gian tốt nhất mà bạn sử dụng trên trái đất.
- Giờ Thánh sẽ làm cho linh hồn bạn mãi mãi vinh quang và đẹp đẽ trên thiên đàng.
- Chúng ta không được để đời mình xa lìa Thánh Thể. Làm như thế ta sẽ suy nhược, không còn tìm đâu ra sức mạnh và niềm vui để phục vụ.
- Trên thập giá, Chúa Giêsu nói: "Tôi khát". Từ Bí Tích Thánh Thể, Chúa Giêsu vẫn tiếp tục nói với ta: "Cha khát". Ngài khát tình yêu cá nhân của mỗi người, sự thân mật của mỗi người, cộng đoàn của chúng ta với Ngài trong Bí Tích Thánh Thể.
- Mỗi Giờ Thánh chúng ta chầu đều làm vui lòng Trái Tim Chúa Giêsu. Điều đó sẽ được ghi lại trên thiên đàng và kể lại trong cõi đời đời.
- Để cho một mình ở với Chúa Giêsu, thờ phượng và thân mật với Ngài là quà tặng vĩ đại nhất của tình yêu, là tình yêu dịu dàng của Chúa Cha chúng ta trên Trời.
- Hãy dành thời giờ có thể, càng nhiều càng tốt, ở trước Bí Tích Cực Thánh. Ngài sẽ đổ đầy cho bạn sức mạnh và quyền năng của Ngài.

PHẦN ĐÓNG GÓP CỦA TÔI

5 chiếc bánh và 2 con cá thì chẳng có giá trị gì nhiều, chỉ là khẩu phần ăn cho vài người. Tuy nhiên, chính từ những chất liệu ít ỏi ấy, Đức Giêsu đã làm một việc cả thế cho toàn dân, chỉ tính riêng đàn ông thôi cũng đã là năm ngàn người. Tông đồ Anrê hay chính xác hơn là em bé đã trao cho Ngài những gì họ có. Họ đã không giữ lại cho riêng mình. Họ đã trao ban mà không một chút hoài nghi Ngài sẽ làm gì. Họ đã trao ban chỉ vì họ tin tưởng nơi Ngài, và họ biết rằng trong tay Ngài chúng sẽ hữu ích cho toàn dân.

Phép lạ đã thực sự xảy ra. Dân chúng đã được no thỏa cơn đói của thể lý và còn thu lượm được 12 thúng bánh dư. Người ta đã đi từ ngạc nhiên này đến ngạc nhiên khác, từ bất ngờ này đến bất ngờ kia. Họ bắt đầu nhận ra "...hẳn ông này là vị ngôn sứ, Đấng phải đến thế gian". Nói cách khác, họ có ý nói hẳn vị này mới làm chúng ta mãn nguyện về những thiếu thốn của đời sống tâm linh và thể lý, chỉ trong Ngài chúng ta mới được an lòng, no thỏa.

Phép lạ vẫn xảy ra trong cuộc sống của chúng ta hôm nay. Với con mắt đức tin, chúng ta có thể nhận ra được điều ấy bởi rõ một điều là Thiên Chúa không ngừng yêu thương nhân loại và vẫn âm thầm thực thi lòng thương xót của Ngài cho nhân loại. Phép lạ vẫn xảy nếu chúng ta biết quảng đại dâng hiến và cộng tác với Ngài trong việc thi ân giáng phúc.

Khi tôi chia sẻ quỹ thời gian của tôi qua việc phục vụ cộng đoàn và tha nhân chung quanh, tôi đang đóng góp phần sức của mình trong việc xây dựng và làm thay đổi cuộc sống sinh hoạt của cộng đoàn mà tôi thuộc về. Chúng chẳng là bao, đôi khi chỉ vài tiếng đồng hồ nhưng vô cùng hữu dụng.

Khi tôi dâng cúng những đồng tiền tiết kiệm hay hy sinh một chút ít lợi tức của riêng mình cho người nghèo; khi tôi làm những nghĩa cử bác ái yêu thương, nâng đỡ, giúp phần an ủi, xoa dịu những nỗi thống khổ của anh em chung quanh, tôi đang như em bé trong bài Tin Mừng, dâng cúng phần bánh ít ỏi của mình để Thiên Chúa làm nên những phép lạ lớn lao. Phần đóng góp, dâng cúng của tôi chẳng nhiều gì, có khi chỉ là một vài trăm bạc nhưng chắc hẳn chúng có giá trị lớn lao trước mặt Thiên Chúa và trong tay Thiên Chúa.



BÀI ĐỌC I: 2 V 4, 42-44

"Họ ăn xong mà hãy còn dư".

Trích sách Các Vua quyển thứ hai.

Trong những ngày ấy, có một người từ Baal-salisa mang đến dâng cho Êlisê, người của Thiên Chúa, bánh đầu mùa, hai mươi chiếc bánh mạch nha và lúa mì đầu mùa. Người của Thiên Chúa liền nói: "Xin dọn cho dân chúng ăn". Đây tớ của người trả lời: "Tôi dọn bấy nhiêu cho một trăm người ăn sao?" Nhưng người ra lệnh: "Cứ dọn cho dân chúng ăn, vì Chúa phán như sau: 'Người ta ăn rồi mà sẽ còn dư'". Đoạn người dọn cho họ ăn mà còn dư đúng như lời Chúa phán. Đó là lời Chúa.

ĐÁP CA:

LẠY CHÚA, CHÚA MỞ RỘNG BÀN TAY RA, VÀ THI ÂN CHO CHÚNG CON ĐƯỢC NO NÊ (c. 16).

- 1) Lạy Chúa, mọi công cuộc của Chúa hãy ca ngợi Chúa, và các thánh nhân của Ngài hãy chúc tụng Ngài. Thiên hạ hãy nói lên vinh quang nước Chúa, và hãy đề cao quyền năng của Ngài.
- 2) Muốn loài để mắt cậy trông vào Chúa, và Ngài ban lương thực cho chúng đúng theo giờ. Chúa mở rộng bàn tay ra, và thi ân cho mọi sinh vật được no nê.
- 3) Chúa công minh trong mọi đường lối, và thánh thiện trong mọi việc Chúa làm. Chúa gần gũi những kẻ kêu cầu Ngài, mọi kẻ kêu cầu Ngài cách thành tâm.

BÀI ĐỌC II: Ep 4, 1-6

"Chỉ có một thân thể, một Chúa, một đức tin và một phép rửa".

Trích thư Thánh Phaolô Tông đồ gửi tín hữu Êphêxô.

Anh em thân mến, tôi là tù nhân trong Chúa, tôi khuyên anh em hãy ăn ở xứng đáng với ơn kêu gọi anh em đã lãnh nhận. Anh em hãy hết lòng khiêm nhượng, hiền hậu, nhẫn nại, chịu

đựng nhau trong đức ái; hãy lo bảo vệ sự hợp nhất tinh thần, lấy bình an hoà thuận làm dây ràng buộc.

Chỉ có một thân thể và một tinh thần, cũng như anh em đã được kêu gọi đến cùng một niềm hy vọng. Chỉ có một Chúa, một đức tin, một phép rửa. Chỉ có một Thiên Chúa là Cha hết mọi người, Đấng vượt trên hết mọi người, hoạt động nơi mọi người, và ở trong mọi người. Đó là lời Chúa.

ALLELUIA! ALLELUIA!

CHÚA PHÁN: "THẤY GỌI CÁC CON LÀ BẠN HỮU, VÌ TẤT CẢ NHỮNG GÌ THẤY ĐÃ NGHE BIẾT NƠI CHA THẤY, THÌ THẤY ĐÃ CHO CÁC CON BIẾT".

PHÚC ÂM: Ga 6, 1-15

"Người phân phát cho các kẻ ngồi ăn, ai muốn bao nhiêu tùy thích".

Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Gioan.

Khi ấy, Chúa Giêsu đi sang bên kia biển Galilêa, cũng gọi là Tibêria. Có đám đông dân chúng theo Người, vì họ đã thấy những phép lạ Người làm cho những kẻ bệnh tật. Chúa Giêsu lên núi và ngồi đó với các môn đệ. Lễ Vượt Qua là đại lễ của người Do-thái đã gần tới.

Chúa Giêsu ngược mắt lên và thấy đám rất đông dân chúng đến với Người. Người hỏi Philipphê: "Ta mua đâu được bánh cho những người này ăn?" Người hỏi như vậy có ý thử ông, vì chính Người đã biết việc Người sắp làm. Philipphê thưa: "Hai trăm bạc bánh cũng không đủ để mỗi người được một chút". Một trong các môn đệ, tên là Anrê, em ông Simon Phêrô, thưa cùng Người rằng: "Ở đây có một bé trai có năm chiếc bánh lúa mạch và hai con cá, nhưng bấy nhiêu thì thấm vào đâu cho từng ấy người". Chúa Giêsu nói: "Cứ bảo người ta ngồi xuống". Nơi đó có nhiều cỏ, người ta ngồi xuống, số đàn ông độ năm ngàn.

Bấy giờ Chúa Giêsu cầm lấy bánh, và khi đã tạ ơn, Người phân phát cho các kẻ ngồi ăn, và cá cũng được phân phát như thế, ai muốn bao nhiêu tùy thích. Khi họ đã ăn no nê, Người bảo các môn đệ: "Hãy thu lấy những miếng còn lại, kéo phí đi". Họ thu lại được mười hai thúng đầy bánh vụn do năm chiếc bánh lúa mạch người ta đã ăn mà còn dư.

Thấy phép lạ Chúa Giêsu đã làm, người ta đều nói rằng: "Thật ông này là Đấng tiên tri phải đến trong thế gian". Vì Chúa Giêsu biết rằng người ta sẽ đến bắt Người để tôn làm vua, nên Người lại trốn lên núi một mình. Đó là lời Chúa.

QUYÊN GIÁO CHÚA NHẬT 18-7-2021 \$1,876.00



ĐTC BAN ƠN TOÀN XÁ NHÂN NGÀY THẾ GIỚI ÔNG BÀ VÀ NGƯỜI CAO TUỔI

Nhân Ngày Thế giới Ông bà và Người cao tuổi lần thứ nhất, Đức Thánh Cha Phanxicô ban Ơn Toàn xá cho các ông bà, người già và tất cả các tín hữu tham gia sự kiện với “tinh thần sám hối và bác ái thực sự”.

Trong thông cáo hôm thứ Ba 22/6/2021, Tòa Ân giải Tối cao giải thích rằng “để tăng cường lòng sùng kính của các tín hữu và để cứu rỗi các linh hồn,” các ông bà nội ngoại, người già và các tín hữu sẽ có thể được nhận Ơn Toàn xá vào Ngày Thế giới Ông Bà và Người Cao tuổi lần thứ nhất, sẽ được tổ chức vào ngày 25/7/2021.

Thông cáo của Tòa Ân giải Tối cao cho biết Đức Thánh Cha đã cho phép ban ƠN TOÀN XÁ sau khi lắng nghe yêu cầu của Đức Hồng y Kevin Farrell, Tổng trưởng Bộ Giáo dân, Gia đình và Sự sống, đánh dấu việc thành lập Ngày Thế giới Ông bà và Người Cao tuổi.

VAI TRÒ QUAN TRỌNG CỦA NGƯỜI CAO TUỔI TRONG GIA ĐÌNH

Tục ngữ có câu: “Con người có cổ có ông. Như cây có cội như sông có nguồn”. Tuy không còn là người chịu trách nhiệm chính về thu nhập nhưng vai trò của người cao tuổi trong gia đình vẫn vô cùng quan trọng.

Vai trò của người lớn tuổi trong gia đình là không thể phủ nhận. Tuy nhiên, đa số các cuộc thảo luận trên các phương tiện truyền thông đều xoay quanh gánh nặng của dân số già và những thay đổi tiêu cực mà chúng ta phải đối mặt khi già đi. Điều này vô tình khiến người cao tuổi cảm thấy tự ti khi bản thân trở nên chậm chạp, kém minh mẫn hơn trước.

Hiểu rõ vai trò quan trọng của mình đối với con cháu sẽ giúp người lớn tuổi sống hạnh phúc và mạnh khỏe hơn.

**Vai trò của người cao tuổi trong gia đình:
Chăm sóc các thành viên khác**

Ông bà có thể giúp chăm sóc cháu nhỏ để bố mẹ yên tâm trở lại công việc sau thời gian thai sản.

Ngay cả khi bố hoặc mẹ nghỉ hẳn công việc để tập trung chăm con, họ vẫn cần đến sự giúp đỡ của ông bà hoặc những người thân khác. Thỉnh thoảng nhờ người thân lớn tuổi trông cháu sẽ giúp các bậc cha mẹ giảm stress và có thời gian tái tạo năng lượng.

Ngoài ra, việc để ông bà chăm cháu cũng giúp các thành viên trong gia đình gắn kết và hiểu nhau hơn. Ông bà thường có nhiều thời gian. Do đó, việc chơi đùa với các đứa trẻ cũng thoải mái, thú

vị và vui vẻ hơn.

Người lớn tuổi là “cuốn sách” về mẹo vặt cuộc sống

Bố mẹ hoàn toàn có thể học các mẹo hay chăm sóc và nuôi dạy con từ ông bà. Trẻ nhỏ lớn rất nhanh và mỗi đứa trẻ đều có đặc điểm khác nhau. Do đó, không có cuốn sách nào có thể cho bố mẹ biết tất cả mọi thứ. Việc tham khảo ý kiến ông bà hoặc những người thân có kinh nghiệm là lựa chọn thông minh để giải quyết vấn đề. Dù vậy, bố mẹ cũng cần có kiến thức nhất định để tránh áp dụng những phương pháp không có cơ sở khoa học hay dựa vào mê tín dị đoan.

Ngoài vấn đề nuôi dạy con cái, ông bà có thể cho bạn hoặc con bạn những lời khuyên hữu ích trong rất nhiều lĩnh vực khác của cuộc sống, từ chuyện làm ăn, kinh doanh đến chăm sóc gia đình.

Ông bà chính là những “người hùng” đích thực

Các thành viên lớn tuổi đã trải qua chiến tranh hoặc thời kỳ khó khăn sẽ là nguồn cảm hứng cho các thành viên khác trong gia đình. Những câu chuyện vượt qua nghịch cảnh sẽ giúp các thế hệ sau nhận ra họ có thể thay đổi cuộc sống nhờ vào sự chăm chỉ, quyết tâm và nỗ lực của mình.

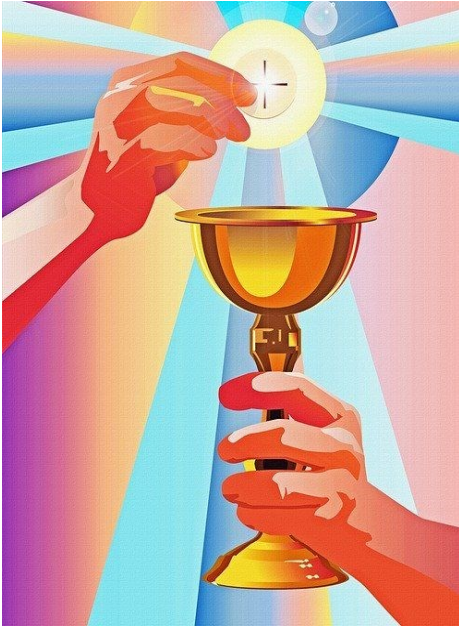
Bên cạnh đó, vai trò của người cao tuổi trong gia đình thường giúp khuyến khích, cổ vũ, tạo động lực cho trẻ nhỏ theo đuổi ước mơ.

Ngoài ra, lúc bố mẹ và con cái có xích mích, ông bà thường là người đảm nhiệm “trọng trách” hòa giải những hiểu lầm giữa 2 bên.

Người lớn tuổi có vai trò vô cùng quan trọng trong gia đình. Sự khôn ngoan, điềm tĩnh và tình yêu thương vô điều kiện của họ sẽ góp phần định hình tính cách, tương lai của các thế hệ trẻ sau này.



LÃNH NHÂN BÍ TÍCH



***Thu xếp để lãnh
nhận các Bí tích
thường xuyên sẽ
gia tăng ân sủng
cho chúng ta!***

Chúa Giêsu đã ban cho chúng ta các Bí tích như là những hồng ân. Có hai Bí tích có thể lãnh nhận thường xuyên: Giải tội và Thánh Thể. Tại sao chúng ta lại đánh mất đi nguồn ân sủng đang sẵn có cho mình!? Ân sủng của Bí tích thì vô hạn! Nếu biết ân sủng có hiệu lực như thế nào trong Bí tích Thánh Thể, chắc chắn chúng ta sẽ tham dự Thánh lễ mỗi ngày! Tuy nhiên, nhiều người không chỉ không tham dự Thánh lễ hàng ngày mà còn không đến dự Thánh lễ Chúa nhật nữa!

Không chỉ thường xuyên lãnh nhận Bí tích thì quan trọng nhưng cách thức mà chúng ta nhận lãnh cũng xác định phần nào ân sủng chúng ta nhận được.

Sách Giáo lý cho chúng ta biết: "Hiệu quả của các Bí tích còn tùy thuộc vào thái độ nội tâm của người lãnh nhận." (CCC 1128)

Nếu bị chia trí hoặc không có tâm tình đúng, chúng ta sẽ nhận được ít ân sủng hơn là khi chúng ta chú ý, đầy tràn niềm tin, tình yêu và lòng biết ơn! Đó là lý do tại sao khi Rước lễ, điều quan trọng là phải cố gắng hết sức ý thức để tập trung, tin vào Sự Hiện Diện Thật Sự

của Chúa Giêsu và quyền năng của Người biến đổi chúng ta. Sau khi rước lễ, chúng ta nên nếm hương vị ân sủng và nói chuyện với Chúa Giêsu từ trái tim của mình, cảm tạ và ngợi khen tình yêu, sự tốt lành của Chúa... chắc chắn chúng ta sẽ được dồi dào ân sủng! Hãy cố gắng duy trì sự hiệp thông mật thiết này với Chúa Giêsu càng lâu càng tốt.

Các ân sủng Bí tích thì ban phát những ân huệ riêng biệt cho từng Bí tích. Bí tích Thánh Thể thường được gọi là Bí tích Tình yêu và sự hiệp thông. Bí tích Thánh Thể kết hợp chúng ta với nhau và với Đức Kitô, giúp chúng ta phát triển trong tình bác ái. Bí tích Thánh Thể còn được gọi là thần lương nuôi dưỡng linh hồn trên đường lữ thứ. Vì vậy, các ân sủng củng cố và giúp chúng ta nên giống Chúa Kitô, ban sức mạnh để kiên trì trong sự thánh thiện.

Tương tự với Bí tích Hoà giải. Nhiều người đang bị đe dọa bởi bí tích của lòng thương xót và tình yêu này. Họ sợ phải xưng tội vì lý do này hay lý do khác. Có lẽ họ đã có kinh nghiệm xấu với một linh mục chẳng!? Nhưng nên cố gắng khắc phục những trở ngại này vì nó có thể khiến chúng ta không nhận được ơn tha thứ, sự chữa lành và ân sủng để tránh rơi vào các dịp tội. Hoà giải là một bí tích quyền năng - giải thoát chúng ta, chữa lành và đưa chúng ta đến gần Thiên Chúa hơn.

Vậy bao lâu thì bạn nên đi xưng tội? Trước tiên, bạn nên đi càng sớm càng tốt sau khi phạm tội trọng. Một tội trọng là điều gì đó nghiêm trọng, biết đó là tội trọng mà vẫn làm. Ở đây có thể có vài trường hợp được giảm nhẹ để tha bớt hình phạt. Nhưng nếu không rõ, bạn có thể hỏi một linh mục hay hỏi lúc đi xưng tội. Ngay cả khi không phạm tội trọng, chúng ta nên đi xưng tội ít nhất mỗi tháng một lần, để xưng thú các tội nhẹ và những khuyết điểm của mình. Việc năng xưng các tội nhẹ giúp chúng ta ý thức tội lỗi, thống hối và phấn đấu để nên thánh thiện.

Điều quan trọng cần lưu ý là sự tinh tế - khuynh hướng nghĩ rằng điều gì đó là tội trọng trong khi đó nó không phải - nó không lành mạnh. Nên có một nhận thức đúng về tội lỗi chúng ta, phải ăn năn và đi xưng tội. Nhưng không nên bận tâm hoặc lo lắng là mình đang phạm tội trong khi chúng ta lại không! Kẻ thù có thể đẩy một người đến mức cực đoan, nơi mà nó không tốt.

Ân sủng của Bí tích Giải tội là được chữa lành. Nó chữa chúng ta khỏi những vết thương do tội lỗi gây ra. Nó khôi phục mối quan hệ của chúng ta với Thiên Chúa và với nhau. Nó cũng là làm sạch: rửa sạch tội lỗi và cho một khởi đầu mới. Nó giải thoát chúng ta khỏi tội lỗi và giúp tránh rơi vào các dịp tội trong tương lai.

Một lần nữa, tính chất thì quan trọng. Dành thời gian để tự vấn lương tâm là điều cần thiết để làm tốt việc đi xưng tội. Sau đó thật lòng ăn năn vì tội của mình. Sự ăn năn thì cần thiết và càng hối lỗi thì càng tốt. Hãy thử nghĩ xem Thiên Chúa tốt với chúng ta như thế nào, nhưng chúng ta vẫn phạm tội nghịch với Người. Đọc kinh Ăn Năn Tội là một cách tốt để rèn luyện cảm thức đau buồn về tội lỗi của mình. Sau đó việc sửa đổi để tránh những dịp tội giúp chúng ta khao khát, thực hiện các bước để tránh phạm lại cùng một tội. Khi đang được tha tội, hãy biết ơn lòng thương xót của Người, cảm ơn Người từ trái tim bạn và hãy vui vẻ!

Một cách khác để nhận lãnh ân sủng là Cầu Thánh Thể hoặc cầu nguyện trước Thánh Nhan Chúa Giêsu được tôn kính trong mặt nhật. Cầu Thánh Thể là sự kéo dài của Thánh lễ. Thờ lạy, cầu nguyện trước Thánh Nhan Chúa Giêsu là một cách tuyệt vời để chúng ta tiến gần đến Chúa Giêsu hơn. Cầu nguyện là cần thiết, nhưng cầu nguyện trong sự hiện diện của Thánh Thể thì hiệu quả hơn! Sự hiện diện thực sự của Chúa Giêsu trong Mình Thánh thì tuyệt hảo so với những cách mà Người hiện diện trong Kinh Thánh và trong việc hai hay ba người họp lại. Khi ở trước sự hiện diện của Thánh Thể, chúng ta nhận được nhiều ân sủng hơn là khi không có.

Chúng ta biết từ sách Công vụ Tông đồ là sau khi Chúa Giêsu lập Bí tích Thánh Thể, các Kitô hữu đầu tiên tập hợp thường xuyên cho việc bẻ bánh (Công vụ 2:42). Chúng ta có thể tưởng tượng rằng Đức Mẹ tham dự vào việc bẻ bánh và nhận lãnh Thánh Thể với lòng tôn kính, tin cậy và yêu thương, kết hợp với Chúa Kitô và ý muốn của Chúa Cha. Đức Mẹ có một tính cách hoàn hảo để nhận lãnh tất cả các ân sủng có thể có từ Thánh Thể.

Do đó, chúng ta cũng vậy, nên bắt chước Mẹ Maria khi rước Mình Thánh Chúa với sự chú tâm, tin tưởng và yêu thương. Hơn nữa, chúng ta còn có ân sủng của Bí tích Hoà Giải, nên đi xưng tội thường xuyên với lòng thống hối. Cuối cùng, với ân sủng của Chúa Giêsu trong Bí Tích Thánh Thể để trong Nhà tạm hoặc được tôn kính trong mặt nhật, chúng ta nên dành thời gian để thờ phượng, cầu nguyện trước sự hiện diện của Thánh Thể. Khi chúng ta tận dụng các Bí tích, Chúa sẽ tuân theo ơn của Người trên chúng ta.