

Thứ Sáu, 16-2-2024. Sau Lễ Tro. Năm B
Friday, February-16-2024. Year B
Kiêng Thịt

Tác giả: Don Schwager
Linh mục Phaolô Vũ Đức Thành, SDD. chuyên ngữ
Dịch từ nguồn: <https://dailyscripture.servantsoftheword.org/readings/>

Friday (February 16): Fasting for the kingdom of God Gospel Reading: <i>Matthew 9:14-15</i> 14 Then the disciples of John came to him, saying, "Why do we and the Pharisees fast, but your disciples do not fast?" 15 And Jesus said to them, "Can the wedding guests mourn as long as the bridegroom is with them? The days will come, when the bridegroom is taken away from them, and then they will fast.	Thứ Sáu 16-2 Ăn chay vì nước Thiên Chúa Mt 9,14-15 14 Bấy giờ, các môn đệ ông Gio-an tiến lại hỏi Đức Giê-su rằng: "Tại sao chúng tôi và các người Pha-ri-sêu ăn chay, mà môn đệ ông lại không ăn chay?" 15 Đức Giê-su trả lời: "Chẳng lẽ khách dự tiệc cưới lại có thể than khóc, khi chàng rể còn ở với họ? Nhưng khi tới ngày chàng rể bị đem đi rồi, bấy giờ họ mới ăn chay.
Meditation: Are you hungry for God? Hungering for God and fasting for his kingdom go hand in hand. When asked why he and his disciples did not fast Jesus used the vivid picture of a wedding celebration. In Jesus' time the newly wed celebrated their honeymoon at home for a whole week with all the guests! This was a time of great feasting and celebrating. Jesus points to himself as the <i>bridegroom</i> and his disciples as the bridegroom's friends. He alludes to the fact that God takes delight in his people as a groom delights in his bride (Isaiah 62:5). Humble yourself before the Lord your God To be in God's presence is pure delight and happiness. But Jesus also reminds his followers that there is a time for fasting and for humbling oneself in preparation for the coming of God's kingdom and for the return of the Messianic King. The Lord's disciples must also bear the	Suy niệm: Bạn có đói khát Thiên Chúa không? Đói khát Thiên Chúa và ăn chay cho vương quốc của Người đi đôi với nhau. Khi được hỏi tại sao Người và các môn đệ không ăn chay, Đức Giêsu đã sử dụng hình ảnh sống động của một tiệc cưới. Vào thời Đức Giêsu, đôi vợ chồng mới cưới tổ chức tuần trăng mật của họ ở nhà cả tuần với toàn thể quan khách! Đây là thời gian mừng lễ hội lớn. Đức Giêsu ám chỉ mình như <i>Chú Rể</i> và các môn đệ như bạn bè của Chú Rể. Người muốn ám chỉ rằng Thiên Chúa vui sướng với dân Người như nàng dâu là niềm vui cho chú rể (Is 62,5). Hãy hạ mình trước Chúa, là TC của bạn Sự hiện diện của Thiên Chúa chính là niềm vui và hạnh phúc đích thật. Nhưng Đức Giêsu cũng nhắc nhở các môn đệ rằng có một thời gian để ăn chay và hạ mình để chuẩn bị cho nước Thiên Chúa sẽ đến và cho sự trở lại của Vua Mê-si-a sắp đến. Các môn đệ của Chúa cũng phải mang lấy thánh giá của sự ưu phiền

cross of affliction and purification. For the disciple there is both a time for rejoicing in the Lord's presence and celebrating his goodness and a time for seeking the Lord with humility, fasting, and mourning for sin. If we hunger for the Lord, he will not disappoint us. His grace draws us to his throne of mercy and favor. Do you seek the Lord with confident trust and allow his Holy Spirit to transform your life with his power and grace?

Fast and hunger for more of God and his righteousness

What kind of fasting is pleasing to God? Fasting can be done for a variety of reasons - to gain freedom from some bad habit, addiction, or vice, to share in the suffering of those who go without, or to grow in our hunger for God and for the things of heaven. Basil the Great wrote: "Take heed that you do not make fasting to consist only in abstinence from meats. True fasting is to refrain from vice. Shred to pieces all your unjust contracts. Pardon your neighbors. Forgive them their trespasses." Do you hunger to know God more, to grow in his holiness, and to live the abundant life of grace he offers you?

"Come Lord, work upon us, set us on fire and clasp us close, be fragrant to us, draw us to your loveliness, let us love, let us run to you." (Prayer of St. Augustine)

và sự thanh tẩy. Vì người môn đệ có cả thời gian cho việc vui mừng trong sự hiện diện của Chúa và ca tụng sự tốt lành của Người và thời gian cho việc tìm kiếm Chúa với sự khiêm tốn, ăn chay, và khóc lóc vì tội lỗi. Nếu chúng ta đói khát Chúa, Người sẽ không làm cho chúng ta thất vọng. Ôn sủng của Người lôi kéo chúng ta tới ngai toà thương xót và ơn sủng của Người. Bạn có tìm kiếm Chúa với niềm tin kiên vững và để cho Thánh Thần của Người biến đổi cuộc đời bạn với sức mạnh và ơn sủng của Người không?

Hãy ăn chay và đói khát về Thiên Chúa và sự công chính của Người hơn nữa

Loại ăn chay nào làm vui lòng Thiên Chúa? Việc ăn chay có thể được thực hiện vì nhiều lý do - để giải thoát khỏi những thói quen xấu, khỏi nghiện ngập, hay khỏi tật xấu nào đó, để chia sẻ đau khổ của những người thiếu thốn, hay lớn lên trong sự đói khát Thiên Chúa và những sự trên trời. Thánh Basil Cả đã viết: "Hãy chú ý rằng bạn ăn chay không phải chỉ là kiêng ăn thịt. Chay tịnh thật sự là phải kiềm chế các thói hư tật xấu. Nghiền thành mảnh vụn tất cả những hợp đồng bất công của mình. Hãy tha thứ cho tha nhân. Hãy tha thứ những xúc phạm của họ." Bạn có đói khát được hiểu biết Thiên Chúa hơn, để lớn lên trong sự thánh thiện của Người, và sống đời sống tràn đầy ơn sủng Người ban cho bạn không?

Lạy Chúa xin hãy đến, xin tác động trên chúng con, xin đốt lên nơi chúng con ngọn lửa và liên kết chúng con lại gần nhau, xin hấp dẫn chúng con, lôi kéo chúng con đến với vẻ đẹp của Chúa, cho chúng con biết yêu thương, cho chúng con biết chạy đến với Chúa. (Lời cầu nguyện của thánh Augustine)

Thứ Sáu, 16-2-2024. Sau Lễ Tro. Năm B

Friday, February-16-2024. Year B

Nguồn: the word among us

Is 58, 1-9 Isaiah 58:1-9

Chúng tôi ăn chay, sao Ngài không thấy (Is 58,3)

The people of Jerusalem were fasting, and they wanted God to take notice! And he did, but not in the way they had expected. Instead of being pleased with their self-denial, he spoke through the prophet Isaiah to warn them of their hypocrisy. By itself, fasting was of little value if they continued to disobey the Lord and ignore the needs of their neighbors.

We often associate the season of Lent with fasting, but the Church usually talks about this ancient spiritual practice alongside two others: prayer and almsgiving. Fasting by itself won't necessarily help us to follow the Lord or grow closer to him. But when we combine it with prayer and almsgiving, it can bear beautiful fruit in our lives.

For example, the hunger pangs we feel when we've skipped a meal or the discomfort we experience when we forgo something is a reminder of how weak we are and how much we need to rely on the Lord. That can spur us to turn to God in that very moment and ask for his grace. It can also help us to realize how we often substitute created things to satisfy us when only the Lord can truly fulfill us.

Fasting also brings to mind all the people who have less than we do. We may be denying ourselves something that is easily accessible and within our reach. How many others in the world are "fasting" not because they choose to but because there isn't enough to go around? Fasting can raise our awareness of our brothers

Người dân thành Giêrusalem đang kiêng ăn và họ muốn Thiên Chúa chú ý đến! Và Ngài đã chú ý, nhưng không phải theo cách họ mong đợi. Thay vì hài lòng với sự hy sinh của họ, Ngài lại nói qua tiên tri Isaia để cảnh báo họ về sự đạo đức giả của họ. Tự nó, việc kiêng ăn chẳng có giá trị gì nếu họ tiếp tục không vâng lời Chúa và phớt lờ nhu cầu của những người lân cận.

Chúng ta thường liên kết Mùa Chay với việc ăn chay, nhưng Giáo hội thường nói về thực hành tâm linh cổ xưa này cùng với hai thực hành khác: cầu nguyện và bố thí. Ăn chay tự nó không nhất thiết giúp chúng ta theo Chúa hay đến gần Ngài hơn. Nhưng khi chúng ta kết hợp nó với việc cầu nguyện và bố thí, nó có thể mang lại hoa trái tốt đẹp cho cuộc sống của chúng ta.

Ví dụ, cơn đói còn cào mà chúng ta cảm thấy khi bỏ bữa hoặc cảm giác khó chịu khi bỏ qua một thứ gì đó là lời nhắc nhở về việc chúng ta yếu đuối biết bao và chúng ta cần phải trông cậy vào Chúa biết bao. Điều đó có thể thúc đẩy chúng ta hướng về Chúa ngay lúc đó và cầu xin ân sủng của Ngài. Nó cũng có thể giúp chúng ta nhận ra rằng chúng ta thường thay thế những tạo vật để thỏa mãn mình khi chỉ có Chúa mới có thể thực sự làm chúng ta thỏa mãn.

Ăn chay cũng gợi nhớ đến tất cả những người có ít hơn chúng ta. Chúng ta có thể đang hy sinh một thứ gì đó có thể dễ dàng tiếp cận và nằm trong tầm tay của chúng ta. Có bao nhiêu người khác trên thế giới "ăn chay" không phải vì họ chọn mà vì không có đủ thức ăn để đi khắp nơi? Việc ăn chay có thể nâng cao nhận

and sisters who are suffering and in need. That, in turn, can help us to become more generous in giving alms—whether that’s by giving away our money, our possessions, or our time in service to them.

If you’ve already decided what to fast from this Lent, think about the ways it might lead you to deepen your prayer and almsgiving. If you haven’t, ask the Lord what kind of fast would help you do so. Above all, remember that whatever you do this Lent, it’s all for one purpose: to help you respond to the love that God has already shown you. That’s what the Jews in today’s first reading had forgotten. May we never lose sight of it!

“Jesus, help me to bear fruit for you this Lent.”

thức của chúng ta về những anh chị em đang đau khổ và thiếu thốn. Ngược lại, điều đó có thể giúp chúng ta trở nên rộng lượng hơn trong việc bố thí - cho dù đó là cho đi tiền bạc, tài sản hay thời gian của chúng ta để phục vụ họ.

Nếu bạn đã quyết định ăn chay gì trong Mùa Chay này, hãy nghĩ đến những cách nó có thể giúp bạn đào sâu lời cầu nguyện và bố thí của mình. Nếu chưa, hãy hỏi Chúa kiêu kiềng ăn nào sẽ giúp bạn làm được điều đó. Trên hết, hãy nhớ rằng bất cứ điều gì bạn làm trong Mùa Chay này đều chỉ nhằm một mục đích: giúp bạn đáp lại tình yêu mà Thiên Chúa đã bày tỏ cho bạn. Đó là điều người Do Thái trong bài đọc một hôm nay đã quên. Cầu mong chúng ta không bao giờ quên nó!

Lạy Chúa Giêsu, xin giúp con sinh hoa trái cho Chúa trong Mùa Chay này.

Mt 9, 14-15

Matthew 9:14-15

Ánh sáng của người sẽ chiếu tỏa như ánh bình minh (Is 58,8)

A frail, elderly widow living alone was visited by her son, who had been traveling for a long time. Opening the front door, he was shocked by the disrepair her home had fallen into. Over the years she had accumulated a lot: furniture, clothing, books, toys her children had played with. Since she was no longer able to keep it all tidy, it was piled in every room in boxes and bundles. But worse than the clutter was the darkness. The windows, where he could see them, were covered in layers of dust.

So the man set to work. He organized the clutter, storing much of it in the attic. Then he cleaned the windows and aired out the house until it was once more filled with light.

Like the widow’s home, we also house two potential blockages to the light of Christ:

Một góa phụ già yếu sống một mình được người con trai đi công tác lâu ngày đến thăm. Mở cửa trước, anh bị sốc bởi tình trạng hư hỏng mà ngôi nhà của bà đang ở. Trong những năm qua, bà đã tích lũy được rất nhiều thứ: đồ đạc, quần áo, sách, đồ chơi mà các con bà đã chơi. Vì bà không thể giữ tất cả ngăn nắp được nữa, nên nó được chất đống trong mỗi phòng trong những chiếc hộp và từng bó. Nhưng tệ hơn sự lộn xộn là bóng tối. Các cửa sổ, nơi anh có thể nhìn thấy chúng, phủ đầy những lớp bụi.

Vì vậy, anh bắt đầu làm việc. Anh sắp xếp đống lộn xộn, cất giữ phần lớn trên gác mái. Sau đó, anh lau cửa sổ và thông gió cho ngôi nhà cho đến khi nó tràn ngập ánh sáng một lần nữa.

Giống như nhà của bà góa, chúng ta cũng có hai vật cản ánh sáng của Đức Kitô: sự bừa bộn

clutter and dust. Clutter is what happens when your human treasures—material possessions, habits, hopes and dreams, old memories—take priority over the Lord. They aren't necessarily bad things, but they need to be reorganized and put in their proper place. The dust is the sin that can build up on the windows of our hearts, keeping us in shadows and darkness.

We can consider fasting as a way of dealing with the clutter and repentance as a way to clean off the dust. By fasting, we reorder our lives so that Jesus gets top priority, and in repentance we let his light shine in us—and through us—more brightly. Fasting is like spring cleaning, as we spruce up our spiritual lives and put away some unnecessary baggage. Often, as we take up the call to fast, we get a better view of the sins that have been blocking the light in the first place.

So try to put aside a few things—time on the computer, a favorite food, a fun activity that is swallowing up too much time—so that you can focus better on window washing. Make it your goal to let in as much sunlight as possible. As you do, you'll discover how much joy there is in choosing a simple, clutter-free life.

"Lord you are my light! Come and break forth like the dawn in my heart."

và bụi bặm. Sự bừa bộn là điều xảy ra khi của cải con người của bạn - của cải vật chất, thói quen, hy vọng và ước mơ, những kỷ niệm cũ - được ưu tiên hơn Chúa. Chúng không nhất thiết là điều xấu, nhưng chúng cần được sắp xếp lại và đặt vào đúng vị trí của chúng. Bụi là tội lỗi có thể tích tụ trên cửa sổ tâm hồn chúng ta, giữ chúng ta trong bóng tối và tăm tối.

Chúng ta có thể coi ăn chay là một cách để giải quyết những bề bộn và sám hối là một cách để gột sạch bụi trần. Bằng cách nhịn ăn, chúng ta sắp xếp lại cuộc sống của mình để Chúa Giêsu được ưu tiên hàng đầu, và khi hối cải, chúng ta để ánh sáng của Ngài chiếu sáng trong chúng ta - và qua chúng ta - rực rỡ hơn. Ăn chay giống như dọn dẹp mùa xuân, khi chúng ta làm đẹp đời sống tinh thần của mình và bỏ đi một số hành trang không cần thiết. Thông thường, khi nhận lời kêu gọi ăn chay, chúng ta có cái nhìn rõ hơn về những tội lỗi đã ngăn chặn ánh sáng ngay từ đầu.

Vì vậy, hãy cố gắng gác lại một vài thứ - thời gian sử dụng máy tính, món ăn yêu thích, hoạt động thú vị đang ngốn quá nhiều thời gian - để bạn có thể tập trung tốt hơn vào việc lau cửa sổ. Đặt mục tiêu cho càng nhiều ánh sáng mặt trời càng tốt. Khi bạn làm như vậy, bạn sẽ khám phá ra có bao nhiêu niềm vui khi chọn một cuộc sống đơn giản, không lộn xộn.

Lạy Chúa, Ngài là ánh sáng của con! Xin hãy đến và bùng lên như bình minh trong tâm hồn con.

Chuyển ngữ: Linh mục Phaolô Vũ Đức Thành, SDD.