

Chúa Nhật, 1-12-2024. Năm C
Sunday, December-1-2024. Year C
Tuần 1 Mùa Vọng

Gr 33, 14-16 Jeremiah 33:14-16
Ta sẽ cho Đavít mọc lên một mầm non (Gr 33,15)

Happy Advent! This season of waiting and preparation is just what we need to get ready to welcome the Lord at Christmas. Yet Advent can so quickly become filled with parties, gift buying, and card writing, as well as apprehension or fears concerning difficult family situations. So how can we better embrace this season and the grace God has in store for us? Today's first reading gives us a beautiful image that can help us: "a just shoot" rising up to give us new life (Jeremiah 33:15).

Jesus, the true "just shoot," wants to help us embrace a sense of peaceful waiting and joyful expectation in the midst of all the busyness and crowds. As we set aside time to be with him, he can help us lift our eyes to the heavens and ponder the star that is approaching Bethlehem and the empty manger that is waiting for the Savior.

He can also help us "prepare the way of the Lord" in our hearts (Luke 4:1) as we consider the ways in which our lives have become cluttered with self-centeredness or anger or pride. Jesus, the "just shoot," can give us the grace to see our sins and our anxieties more clearly and to bring them to him for forgiveness and healing.

If you're feeling the weight of the expectations and perhaps the tensions of the coming weeks, you're not alone. Say yes to God's invitation—to the disarming, gentle, "just shoot" that can bring you new life. Say yes to the One who longs to give you rest in the midst of the pressures in your life.

Chúc Mùa Vọng vui vẻ! Mùa chờ đợi và chuẩn bị này chính là những gì chúng ta cần để sẵn sàng chào đón Chúa vào dịp Lễ Giáng sinh. Tuy nhiên, Mùa Vọng có thể nhanh chóng trở nên bận rộn với các bữa tiệc, mua quà tặng và viết thiệp, cũng như sự lo lắng hoặc sợ hãi về những tình huống khó khăn trong gia đình. Vậy làm thế nào chúng ta có thể đón nhận mùa này và ân sủng mà Chúa dành cho chúng ta tốt hơn? Bài đọc một hôm nay cho chúng ta một hình ảnh đẹp có thể giúp chúng ta: "một chồi non" vươn lên để ban cho chúng ta sự sống mới (Gr 33,15).

Chúa Giêsu, "chồi non" đích thực, muốn giúp chúng ta đón nhận cảm giác chờ đợi trong bình an và niềm hy vọng vui tươi giữa tất cả sự bận rộn và đám đông. Khi chúng ta dành thời gian ở bên Ngài, Ngài có thể giúp chúng ta hướng mắt lên bầu trời và suy gẫm về ngôi sao đang tiến đến Bêlem và máng cỏ trống rỗng đang chờ Đấng Cứu Thế.

Ngài cũng có thể giúp chúng ta "dọn đường cho Chúa" trong lòng mình (Lc 4,1) khi chúng ta suy gẫm về những cách mà cuộc sống của chúng ta đã trở nên lộn xộn với sự ích kỷ, tức giận hoặc kiêu ngạo. Chúa Giêsu, "mầm non", có thể ban cho chúng ta ân sủng để nhìn rõ hơn tội lỗi và nỗi lo lắng của mình và mang chúng đến với Ngài để được tha thứ và chữa lành.

Nếu bạn đang cảm thấy gánh nặng của những kỳ vọng và có lẽ là những căng thẳng trong những tuần sắp tới, thì bạn không đơn độc. Hãy thưa vâng với lời mời gọi của Chúa - với "mầm non" tay không tác sắt có thể mang lại cho bạn cuộc sống mới. Hãy thưa vâng với Đấng mong muốn ban cho bạn sự nghỉ ngơi

This Advent, commit yourself to trusting in Jesus, the “just shoot.” Let him meet you where you are, lead you to deeper surrender, and make you ready to receive his presence at Christmas!

“Lord, your ways are so different from my ways. Help me to receive all the grace you have for me this Advent.”

giữa những áp lực trong cuộc sống.

Mùa Vọng này, hãy cam kết tin tưởng vào Chúa Giêsu, “mâm non”. Hãy để Ngài gặp bạn ở nơi bạn đang ở, dẫn bạn đến sự suy phục sâu sắc hơn và giúp bạn sẵn sàng đón nhận sự hiện diện của Ngài vào dịp lễ Giáng sinh!

Lạy Chúa, đường lối của Chúa rất khác với đường lối của con. Xin giúp con đón nhận tất cả ân sủng mà Chúa dành cho con trong Mùa Vọng này.

Lc 21,25-28. 34-36

Luke 21:25-28, 34-36

Vậy anh em phải đề phòng, chớ để lòng mình ra nặng nề vì ... lo lắng sự đời (Lc 21, 34)

Jesus’ warning about anxiety is one of the best pieces of advice we could receive right now. We have all heard the statistic that people are more likely to feel worried or depressed during the month of December than at any other time of the year. The “anxieties of daily life” seem amplified as the holidays approach, and all the emphasis on parties and family gatherings can make some people feel more stressed or isolated. It’s not surprising to find our hearts feeling a little “drowsy” as we begin the season of Advent (Luke 21:34)!

But Advent isn’t meant to be a season of anxiety. It’s meant to be a season of expectation and hope. The Lord is near! He is coming to establish his kingdom! For all the warnings Jesus gives in today’s Gospel, and for all the dark and foreboding images of the end that he portrays, his promise outweighs them all: “Your redemption is at hand” (Luke 21:28).

So Jesus warns us to guard our hearts so that we can experience our “redemption” more

Lời cảnh báo của Chúa Giêsu về sự lo lắng là một trong những lời khuyên tốt nhất mà chúng ta có thể nhận được ngay bây giờ. Tất cả chúng ta đều đã nghe thống kê rằng mọi người có nhiều khả năng cảm thấy lo lắng hoặc chán nản trong tháng 12 hơn bất kỳ thời điểm nào khác trong năm. “Những lo lắng trong cuộc sống hàng ngày” dường như được khuếch đại khi kỳ nghỉ đến gần và tất cả sự chú trọng vào các bữa tiệc và họp mặt gia đình có thể khiến một số người cảm thấy căng thẳng hơn hoặc bị cô lập. Không có gì ngạc nhiên khi thấy lòng mình hơi “uể oải” khi bắt đầu Mùa Vọng (Lc 21, 34)!

Nhưng Mùa Vọng không có nghĩa là một mùa của sự lo lắng. Nó có nghĩa là một mùa của sự mong đợi và hy vọng. Chúa đã đến gần! Ngài đang đến để thành lập vương quốc của mình! Đối với tất cả những lời cảnh báo mà Chúa Giêsu đưa ra trong bài Tin mừng hôm nay, và tất cả những hình ảnh đen tối và điềm báo về sự kết thúc mà Ngài miêu tả, lời hứa của Ngài vượt trội hơn tất cả: “Sự cứu chuộc các ngươi đã đến gần” (Lc 21, 28).

Vì vậy, Chúa Giêsu cảnh báo chúng ta hãy canh giữ tâm hồn để có thể cảm nghiệm được sâu sắc hơn “ơn cứu chuộc” của chúng ta trong

deeply this Advent. He warns us not to let anything burden us so much that it keeps us from turning to him in prayer or talking with him during the day. He knows that if we keep him at a distance, for whatever reason, we run the risk of becoming spiritually drowsy—dull to his Spirit and unable to sense his presence.

There is so much that your heavenly Father wants to give you during this time of grace: inner healing, a deeper sense of peace or joy, a powerful encounter with his mercy, and wisdom and guidance for your life. If you can spend just a few minutes each day with the Mass readings and meditations in this booklet, you'll be opening your heart to these gifts and more.

Don't let Advent slip away. Your redemption is at hand. Stay awake so that you can receive it!

"Jesus, help me to seek you this Advent!"

Mùa Vọng này. Ngài cảnh báo chúng ta đừng để bất cứ điều gì đè nặng chúng ta đến nỗi khiến chúng ta không hướng về Ngài để cầu nguyện hoặc nói chuyện với Ngài trong ngày. Ngài biết rằng nếu chúng ta giữ Ngài ở một khoảng cách, vì bất cứ lý do gì, chúng ta có nguy cơ trở nên uể oải về mặt thiêng liêng đối với Thánh Thần của Ngài và không thể cảm nhận được sự hiện diện của Ngài.

Có rất nhiều điều mà Cha trên trời muốn ban cho bạn trong thời gian ân sủng này: sự chữa lành nội tâm, cảm giác bình an hoặc niềm vui sâu sắc hơn, cuộc gặp gỡ mạnh mẽ với lòng thương xót của Ngài, sự khôn ngoan và hướng dẫn cho cuộc sống của bạn. Nếu bạn có thể dành vài phút mỗi ngày với các bài đọc của Thánh Lễ và những bài suy niệm trong tập sách này, bạn sẽ mở rộng lòng đón nhận những ơn sủng này và hơn thế nữa.

Đừng để Mùa vọng trôi đi. Ôn cứu độ của bạn đã đến gần. Hãy tỉnh thức để có thể đón nhận nó!

Lạy Chúa Giêsu, xin giúp con tìm kiếm Chúa trong Mùa Vọng này!

Nguồn: the word among us
Chuyển ngữ: Linh mục Phaolô Vũ Đức Thành, SDD.