

MẪU GIỜ CHẦU THÁNH THỂ 1:

HỘI THÁNH HIỆP HÀNH – TÂM NHÌN VÀ NỀN TẢNG

1. Lời Mở Đầu & Khai Mạc

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con tin Chúa đang hiện diện giữa chúng con trong Bí tích Cực Thánh. Giữa nhịp sống vội vã và bao lo toan của cuộc sống hôm nay, Chúa mời gọi chúng con dừng lại, ở bên Chúa và lắng nghe tiếng Chúa.

Xin cho giờ chầu này giúp chúng con hiểu sâu hơn rằng Hội Thánh là gia đình của những người được Chúa quy tụ. Xin dạy chúng con biết sống hiệp thông, cùng chia sẻ trách nhiệm và sẵn sàng lên đường phục vụ. Xin dùng Lời Chúa và Thánh Thần của Chúa đổi mới tâm hồn chúng con, để việc hiệp hành không chỉ là lời nói hay một sinh hoạt, nhưng trở thành lối sống biết lắng nghe, nâng đỡ và cùng nhau làm chứng cho Tin Mừng. Amen.

Hát Khai Mạc: Phút Than Thở (Thiên Phụng – Tâm Bảo)

PK 1: Con mến yêu tin thờ trong lòng. Cùng chút tình ngây thơ ngấm trong. Trong Thánh Thể Chúa cả càn khôn. Hằng xót thương tự hiến 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.

PK 2: Xin Chúa thương ban nhiều ơn lành. Phù giúp đoàn con trên thế gian: Qua kiếp khổ chí tình lòng thanh. Về tới quê đầy phúc bình an. (yên lặng)

2. Suy Niệm & Cầu Nguyện

Suy niệm 1: Tôi là chi thể sống động trong Thân Thể Mầu Nhiệm là Giáo Hội

Lời Chúa (1 Cr 12,12):

Thánh Phaolô tông đồ dạy: “Thật vậy, ví như thân thể người ta chỉ là một, nhưng lại có nhiều bộ phận, mà các bộ phận của thân thể tuy nhiều, nhưng vẫn là một thân thể, thì Đức Ki-tô cũng vậy.”

Suy niệm:

Trong môi trường xã hội hiện đại, con người dễ bị lôi cuốn vào chủ nghĩa cá nhân ích kỷ: sống khép kín sau những cánh cửa nhà phố, căn hộ chung cư; việc ai nấy lo, đèn nhà ai nấy rạng. Nguy cơ ấy cũng len lỏi vào các xứ đạo thành thị cũng như thôn quê: người giáo dân dễ giữ tâm thức “đi lễ trả nợ”, coi việc xây dựng Hội Thánh là bổn phận độc quyền của các linh mục và tu sĩ. Thánh Phaolô khẳng định: Mỗi người chúng ta là một chi thể sống động trong thân thể mầu nhiệm. Vì thế, thiếu một ánh mắt cảm thông, thiếu một bàn tay nâng đỡ, thiếu một bước chân đi tới, thân thể Hội Thánh sẽ bị thương tổn, không chu toàn được sứ mệnh Chúa trao cho Hội Thánh.

Gợi ý suy niệm & Tĩnh lặng (3 phút):

Vì thế, giờ đây trước sự hiện diện của Chúa Giêsu Thánh Thể, tôi tự vấn: Tôi đang hiện diện trong giáo xứ như một chi thể sống động, cùng chia sẻ gánh nặng, hay chỉ là một khán giả bàng quan, đứng dưng trước những thao thức mục vụ?

Hát Suy Niệm: Chúa Là Con Đường

PK 1: Chúa là con đường cho con tiến lên, là ánh hồng xua tan bóng đêm, là sức sống trong khi đau khổ, sống từng ngày có Chúa dư đầy.

ĐK: Chúa dẫn con đường đi về khắp nơi vui trọn đời. Mãi mãi đem tình yêu này hiến dâng, cho tình yêu.

PK 2: Chúa là mối tình con dâng trái tim, là bóng hình con luôn vững tin, là bóng mát cho con an nghỉ, sống một đời cùng Người con vui.

Suy niệm 2: Nhờ bí tích rửa tội, mọi Kitô hữu được gia nhập vào cộng đoàn Dân Thánh, tất cả đồng trách nhiệm phục vụ

Lời Chúa (Cv 6,3):

Thánh Phêrô trong sách Công vụ tông đồ dạy: “Thưa anh em, anh em hãy tìm trong cộng đoàn bảy người được tiếng tốt, đầy Thần Khí và khôn ngoan, rồi chúng tôi sẽ cắt đặt họ làm công việc đó.”

Suy niệm:

Ngay từ buổi sơ khai, các Tông đồ đã không ôm đồm mọi việc. Các ngài phân định và trao phó sứ vụ bác ái cho các phó tế. Hiệp hành đòi hỏi mọi thành phần giáo dân, những người có tri thức, kỹ năng quản trị và chuyên môn xã hội, phải can đảm đứng ra gánh vác việc cộng đoàn. Giáo dân không thể tiếp tục đứng ngoài lề như những người chỉ biết lãnh nhận mà không nghĩ đến việc chia sẻ. Mọi Kitô hữu phải là những người đồng trách nhiệm trong yêu thương và khiêm nhường.

Gợi ý suy niệm & Thinh lặng (3 phút):

Hiện nay, tôi có đang sẵn sàng dâng hiến một phần thời gian, tài năng nghề nghiệp để cộng tác xây dựng hội đoàn, giáo họ, hay tôi luôn viện cớ bận rộn làm ăn để thoái thác?

Hát Suy Niệm: Chúng Con Cần Đến Chúa

PK 1: Tựa nép bên lòng Chúa, con xin ngỏ hết tâm tư. Vui buồn của đời sống dương gian. Đêm ngày miệt mài những lo toan. Khi vội vàng, khi muộn màng, tiếng cười giọt lệ những miên man.

ĐK: Chúa vẫn biết chúng con cần đến Chúa, tháng năm ưu tư ngập tràn. Chúa vẫn biết chúng con cần đến Chúa, dẫn đưa đời vui sống bình an.

PK 2: Ngày tháng năm đời sống, không ai nhìn thấy tương lai. Mong chờ chỉ còn biết hôm nay, lao nhọc cả đời trắng đôi tay. Trong nụ cười, bao ngậm ngùi, nơi nào trọn vẹn nghĩa an vui.

Suy niệm 3: Ánh sáng Tin Mừng giữa lòng đời

Lời Chúa (Mt 5,14):

Chúa Giêsu dạy: “Chính anh em là ánh sáng cho trần gian. Một thành xây trên núi không tài nào che giấu được.”

Suy niệm:

Hiệp hành là không giam mình trong bốn bức tường nhà thờ. Bàn tiệc Thánh Thể biến đổi chúng ta thành tấm bánh bẻ ra cho mọi người. Một nhân viên văn phòng luôn giữ lòng trung thực; một người buôn bán giữ lương tâm không gian lận; một bác sĩ tận tâm với bệnh nhân nghèo; một người lắng giềng hòa nhã nơi ngõ hẻm... Đó chính là lúc ánh sáng Tin Mừng chiếu tỏa vào những góc khuất tăm tối, lạnh lẽo của chốn đời thường.

Gợi ý suy niệm & Thinh lặng (3 phút):

Tôi thâm nghĩ, môi trường giáo xứ, công sở, thương trường và xóm giềng nơi tôi đang sống và hoạt động, mọi người có nhận ra niềm hy vọng Kitô giáo qua sự công chính và lòng nhân hậu nơi đời sống hằng ngày của tôi không?

Hát Suy Niệm: Đường Con Đi (Nguyễn Duy)

PK 1: Ngài sai tôi đi vào đời, niềm tin vui gieo lòng người, Ngài sai tôi đi mọi nơi. Dù tìm tôi còn băng giá, rồi mai đây sẽ nhạt nhoà tình thương yêu mãi đậm đà.

ĐK: Đường con đi Chúa ơi! Dù xa xăm vẫn vui, vì tương lai đồng lúa mới. Bước gieo trong ngậm ngùi. Sẽ tươi vui gặt về, lúa thơm tho gánh đầy vai.

PK 2: Kia xưa con khi vào đời, hồn hăng say quá đẹp ngời, nở menh mông hoa rực tươi. Dù gian nan mồ hôi thấm tình thương yêu chưa ngập lòng, vẫn đi gieo Tin Mừng nồng.

3. Lời Nguyện Kết & Hát Sai Đi

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con cảm tạ Chúa đã quy tụ chúng con và cho chúng con được ở lại bên Chúa. Xin giúp chúng con ý thức rằng mỗi người đều có chỗ đứng và trách nhiệm trong gia đình Hội Thánh.

Xin cho chúng con biết đón nhận nhau, nâng đỡ nhau và cùng cộng tác với những việc phục vụ cụ thể. Khi trở về với cuộc sống thường ngày, xin giúp chúng con đem tình yêu đã nhận lãnh nơi Chúa đến với gia đình, giáo xứ và những người chúng con gặp gỡ. Xin làm cho đời sống bác ái của chúng con trở thành lời chứng khiêm tốn về lòng nhân hậu của Chúa. Chúa là Đấng hằng sống và hiển trị muôn đời. Amen.

Hát Kết: Này Chính Chúa

ĐK: Này chính Chúa đã sai tôi đi. Sai tôi đi loan báo Tin Mừng. Này chính Chúa đã thánh hiến tôi. Sai tôi đi Ngài sai tôi đi.

PK 1: Sai tôi đến với người nghèo khó. Sai tôi đến với người lao tù. Mang Tin Mừng giải thoát, Thiên Chúa đã cứu tôi.

PK 2: Sai tôi đến với người than khóc. Sai tôi đến với người âu sầu. Mang Tin Mừng an ủi, Thiên Chúa đã cứu tôi.

(mọi người yên lặng ra về trong cầu nguyện)