

**Lc 1,46-56**

1:46 Bây giờ bà Maria nói: "Linh hồn tôi ngợi khen Đức Chúa,

1:47 thần trí tôi hớn hở vui mừng vì Thiên Chúa, Đấng cứu độ tôi.

1:48 Phận nữ tỳ hèn mọn, Người đoái thương nhìn tới; từ nay, hết mọi đời sẽ khen tôi diễm phúc.

1:49 Đấng Toàn Năng đã làm cho tôi biết bao điều cao cả, Danh Người thật chí thánh chí tôn!

1:50 Đòi nọ tới đời kia, Chúa hằng thương xót những ai kính sợ Người.

1:51 Chúa giơ tay biểu dương sức mạnh, dẹp tan phường lòng trí kiêu căng.

1:52 Chúa hạ bệ những ai quyền thế, Người nâng cao mọi kẻ khiêm nhường.

1:53 Kẻ đói nghèo, Chúa ban của đầy dư, người giàu có, lại đuổi về tay trắng.

1:54 Chúa độ trì Ítraen, tôi tớ của Người,

1:55 như đã hứa cùng cha ông chúng ta, vì Người nhớ lại lòng thương xót dành cho tổ phụ Ápraham và cho con cháu đến muôn đời.

1:56 Bà Maria ở lại với bà Êlisabét độ ba tháng, rồi trở về nhà.

**LINH HỒN TÔI NGỢI KHEN CHÚA**

*"Linh hồn tôi ngợi khen Đức Chúa..." (Lc 1,46)*

**Suy niệm:** *"Ta bớt lo lắng khi biết ngợi khen nhiều hơn. Tạ ơn là kẻ thù của sự bất mãn và lòng bất bình"* (H. Ironside). Bà Ê-li-sa-bét ca ngợi cô em họ Ma-ri-a có phúc hơn mọi người phụ nữ vì được Thiên Chúa chọn làm Mẹ Đấng Cứu Thế của nhân loại. Một vinh dự lớn, rất lớn mà bao người ước mong. Bà còn ca ngợi Đức Ma-ri-a vì dám liều, dấn thân vào cuộc phiêu lưu khi đặt niềm tin vào một lời Chúa hứa như vậy. Đang khi bà Ê-li-sa-bét ngợi khen Đức Ma-ri-a, thì Mẹ thì qui hướng về Thiên Chúa mà ngợi khen Ngài. Ngài là Đấng Cứu độ của Mẹ, mọi sự Mẹ có được là nhờ lòng yêu thương từ ái của Ngài. Mẹ chỉ là người nữ tỳ hèn mọn; vậy mà Chúa đã đổ tràn đầy ân sủng, làm cho Mẹ đẹp lòng Ngài, cho Mẹ được thụ thai Con Đấng Tối Cao.

**Mời Ban:** *"Thiên Chúa được tôn vinh hơn cả nơi ta khi ta hoàn toàn mãn nguyện nơi Ngài"* (J. Piper). Bà Ê-li-sa-bét và Đức Ma-ri-a là những con người hạnh phúc vì hài lòng với Chúa, mãn nguyện với những gì Chúa ban cho mình. Bạn thì sao? Bạn thấy mình đang hạnh phúc vì có Chúa, mãn nguyện với Ngài không? Ngay cả khi bạn gặp điều trái ý, bạn có nhận ra hồng ân của Chúa ẩn chứa đằng sau những điều ấy không?

**Sống Lời Chúa:** Tôi không phàn nàn, kêu ca, bất mãn khi gặp phải những điều khó chịu, không như ý muốn. Trái lại, tôi hài lòng với những gì tôi đang là, đang có, và dâng lời cảm tạ Chúa đã ban cho tôi những điều ấy.

**Cầu nguyện:** *Lạy Mẹ Ma-ri-a, Mẹ luôn dâng lời khen ngợi Chúa vì bao ơn lành Chúa ban cho Mẹ. Xin cho con cũng biết luôn ngợi khen Chúa. Amen.*