

**04/02/2024: CHÚA NHẬT TUẦN 5 TN - B**

**Mc 1,29-39**

### **CẦU NGUYỆN LÀ LỄ SỐNG**

**Sáng sớm, lúc trời còn tối mịt, Người đã dậy, đi ra một nơi hoang vắng và cầu nguyện ở đó.** (Mc 1,35)

**Suy niệm:** Cuộc sống của Chúa Giê-su luôn gắn kết với Chúa Cha. Dù suốt ngày bận rộn với việc rao giảng, chữa lành và trừ quỷ, Chúa Giê-su vẫn dành ưu tiên cho việc cầu nguyện: Ngài dành những giây phút đầu tiên trong ngày: *“sáng sớm, lúc trời còn tối mịt”, ở “một nơi hoang vắng”,* nơi chỉ có một mình Ngài với Chúa Cha. Công việc khởi đầu ngày sống của Ngài là tìm thánh ý Chúa Cha. Chúa Giê-su kết hợp tài tình giữa việc chiêm niệm và hoạt động. Ngài coi cầu nguyện việc hết sức cần thiết, là lễ sống còn của mình: *“Lương thực của Thầy là thi hành ý muốn của Đấng đã sai Thầy, và hoàn tất công trình của Người”* (Ga 4,34).

**Mời Bạn:** Chúa Giê-su nêu gương cho chúng ta về một cuộc sống hài hòa giữa hoạt động và cầu nguyện. Ngài cầu nguyện để biết Chúa Cha muốn Ngài làm gì và thực thi qua đời sống yêu thương phục vụ mọi người cách cụ thể. Chúng ta cũng ưu tiên việc cầu nguyện để nhận biết thánh ý Chúa, hầu sống tốt các mối tương quan, quân bình trong cuộc sống và sáng suốt trong các chọn lựa quyết định của mình.

**Sống Lời Chúa:** Noi gương Chúa, bạn dành những phút đầu tiên trong ngày để cầu nguyện với Ngài.

**Cầu nguyện:** *Lạy Chúa Giê-su, Chúa đã cầu nguyện để nhận biết và chu toàn Thánh ý Chúa Cha qua việc hiến thân chịu chết trên thập giá. Xin cho chúng con chuyên cần cầu nguyện để nhận ra Chúa muốn gì trên cuộc đời chúng con, hầu chúng con tham gia tích cực để mở mang Nước Chúa, sống tốt tương quan với Chúa, với tha nhân và chính mình ngay tại nơi chúng con hiện diện. Amen.*