

Suy niệm Chúa nhật Phục Sinh

Một vài suy niệm có thể làm phong phú thêm lời cầu nguyện của chúng ta vào Chúa nhật Phục Sinh.

22-04-2025

- Phục Sinh khơi dậy tình yêu của những phụ nữ thánh thiện;
- Phêrô và Gioan chạy đến ngôi mộ;
- Gắn gũi bên Mẹ Maria trong niềm vui Phục Sinh.

MẶT TRỜI ĐANG MỌC ở Giêrusalem. Màn đêm dần tan khi những tia nắng đầu tiên chiếu rọi các bức tường thành, Đền Thờ, các tháp canh kiên cố... Maria Mađalêna và mấy người phụ nữ rời thành phố và bắt đầu đi về hướng tây bắc, về phía đồi Canvê. Đường phố vắng lặng. Trái tim các bà nặng trĩu, buồn rầu vì cái chết của Chúa Giêsu đã vĩnh viễn khiến mặt đất nên tăm tối. Mặt trời dường như không còn chiếu sáng như khi Thầy còn ở với các bà. Tuy nhiên, các bà không nản lòng vì bóng tối, cũng không vì đám lính canh được Thượng Hội đồng đặt trước mộ, cũng không vì việc Đức Giêsu đã chết được ba ngày rồi. Các bà không biết ai sẽ giúp lăn tảng đá khỏi cửa mộ, nhưng các bà không muốn ở yên trong nhà. Một lần nữa, các bà đi qua những nơi Đức Giêsu thường đi. Và một lần nữa, trái tim các bà run lên khi nghĩ đến tất cả những gì đã xảy ra. Tuy nhiên, các bà không muốn đầu hàng nỗi sợ.

“Đức tin của những người phụ nữ đó thực sự làm tôi xúc động,” Thánh Josemaría chia sẻ trong một bài suy niệm Phục Sinh. “Đức tin ấy gợi cho tôi nhớ nhiều điều tốt đẹp về mẹ mình, như anh chị em cũng nhớ lại nhiều chi tiết tuyệt vời về mẹ của anh chị em... Những người phụ nữ ấy biết có các lính canh ở đó. Các bà biết rằng ngôi mộ đã bị đóng kín hoàn toàn. Nhưng các bà vẫn bỏ tiền ra mua dầu thơm, và ngay trước bình minh, các bà đã đi để xức dầu cho thi hài Chúa chúng ta. Các bà phải rất can đảm! Và khi đến mộ, các bà thấy tảng đá đã được lăn ra (x. Mc 16, 4). Luôn xảy ra như vậy. Khi chúng ta quyết định làm những gì phải làm, các khó khăn sẽ biến mất.” [1]

Chúng ta xin các phụ nữ thánh thiện ấy giúp ta có được tình yêu dành cho Chúa mạnh mẽ như tình yêu của các bà, mạnh hơn nỗi đau khôn tả của cuộc Khổ Nạn. Trong trái tim của các phụ nữ ấy, ngọn lửa mà chính Chúa

Kitô đã thắp lên vẫn chưa hoàn toàn
lụi tắt. Các bà đã dậy rất sớm, và điều
đó không vô ích. Thiên Chúa không
thể cưỡng lại một tình yêu như vậy
và Ngài đã ban cho các bà tin mừng
tuyệt vời nhất, tin quyết định mà
trong đó mọi lời ngôn sứ được ứng
nghiệm: “Thầy đã sống lại và vẫn ở
với con,” Chúa đang nói với mỗi
người chúng ta. “Bàn tay Thầy nâng
đỡ con. Dù con ngã ở đâu, con sẽ
luôn ngã vào vòng tay Thầy. Thầy
hiện diện ngay cả ở ngưỡng cửa của
sự chết. Nơi không ai có thể đồng
hành cùng con, nơi con không thể
mang

theo gì, ngay cả nơi đó, Thầy vẫn
đang chờ đợi con, và vì con, Thầy sẽ
biến bóng tối thành ánh sáng.” [2]

CÁC BÀ VỘI VÃ VUI MỪNG, dù vẫn
còn bối rối, chạy về phòng Tiệc Ly để
kể cho các tông đồ nghe những gì các
bà đã thấy. Nhưng khi các tông đồ
nghe tin mà các bà, vẫn còn đang thờ

dốc vì chạy vội, mang đến, thì đối với các ông, dường như đó là một điều điên rồ. Lời nói của các bà kèm với nước mắt và niềm vui. Mặc dù không tin lời của các bà, Phêrô và Gioan muốn biết sự gì có thể xảy ra với Thầy. Thế là, cả hai ông cùng chạy, nhưng môn đệ kia chạy nhanh hơn Phêrô và đến mộ trước (Ga 20, 4). Chúng ta cũng muốn chạy cùng hai tông đồ và thậm chí muốn vượt qua cả Gioan. Nếu những gì những người phụ nữ nói là sự thật thì sao? Nếu Chúa Giêsu đã thực hiện lời hứa của Người thì sao? Trong lúc chạy về phía mộ trong ánh nắng ban mai, niềm hy vọng bắt đầu nảy sinh trong trái tim của hai tông đồ.

Chúng ta hãy hướng mắt về Phêrô một lát: “Ông đã không ngồi yên mà suy tư; ông đã không ở nhà như các tông đồ khác. Ông đã không gục ngã trong bầu không khí u ám của những ngày đó, cũng không bị các nghi ngờ đè nặng. Ông không bị dày vò bởi hối

hận, sợ hãi, hay bởi những lời nhiều chuyện liên miên chẳng đi đến đâu. Ông đang tìm kiếm Chúa Giêsu, chứ không tìm kiếm bản thân. Điều này đánh dấu khởi đầu sự phục sinh của Phêrô, sự phục sinh của trái tim ông. Không đầu hàng nỗi buồn và bóng tối, ông đã dành chỗ cho hy vọng: ông đã để ánh sáng của Thiên Chúa đi vào tim mình, và đã không dập tắt ánh sáng ấy.” [3]

Mặc dù, như Phêrô, đôi khi chúng ta đã chối Chúa Giêsu, nhưng cũng như Phêrô, chúng ta muốn trở về với Người. “Giờ là lúc để thay đổi, các con thân mến,” Thánh Josemaría đã chia sẻ trong một bài suy niệm vào Chúa nhật Phục Sinh. “Thánh thiện nghĩa là được phục sinh mỗi ngày. Đừng để các sai lầm làm các con nản lòng, miễn là các con có thiện chí và bắt đầu lại mỗi lần. Hãy lấy tất cả thất bại, tất cả chướng ngại trên đường, và đặt chúng dưới chân Chúa Kitô, để Người được nâng cao và

chiến thắng – và các con sẽ chiến thắng cùng Người. Đừng để điều gì làm phiền các con: hãy chỉnh sửa ý định của các con; hãy bắt đầu lại, hãy cố gắng lại và lại lần nữa. Và cuối cùng, nếu các con không thể xoay sở được, Chúa sẽ đến giúp các con vượt qua các rào cản, những hàng rào cản trở các con sống thánh. Đây là cách để đổi mới bản thân, để vượt qua chính mình, đó là ‘phục sinh’ mỗi ngày, với niềm xác tín rằng chúng ta sẽ đi đến cuối con đường, nơi tình yêu đang chờ đợi chúng ta.” [4]

ĐỨC MARIA, MẸ CHÚA GIÊSU, đã không ra mộ vào sáng hôm đó. Mẹ ở lại nhà, có lẽ đang lặng lẽ mỉm cười. Không ai, ngoại trừ Mẹ Maria, thực sự nắm được kế hoạch của Thiên Chúa Cha: “vì họ chưa hiểu rằng theo Kinh Thánh Đức Kitô phải trỗi dậy từ cõi chết” (Ga 20, 9). Mẹ Maria quen suy niệm những lời của Chúa Giêsu trong lòng. Sau ngày thứ sáu đau thương đó, có lẽ

những suy tư của Mẹ tập trung vào những điều kỳ diệu mà Chúa Giêsu đã nói và làm. Có lẽ Mẹ nhớ lại những lời huyền nhiệm mà Đức Giêsu đã nói về sự phục sinh của Người vào ngày thứ ba. Không điều gì Con Mẹ làm có thể khiến Mẹ ngạc nhiên.

Đối với chúng ta, hơn 2000 năm sau các biến cố đó, Thứ Sáu Tuần Thánh và sự Phục Sinh của Chúa Giêsu tiếp tục mang lại sức mạnh và ý nghĩa cho cuộc sống của chúng ta. Vì vậy, “những biến cố của thế giới này chỉ quan trọng khi chúng ta khiến cho chúng trở nên quan trọng. Nếu chúng ta đắm mình trong Thiên Chúa, không gì có thể xáo trộn sự bình an nội tâm của ta. Khi, vì yếu đuối, ta làm lớn chuyện những biến cố không đáng kể và để chúng làm ta nản lòng, đó là vì ta muốn như vậy. Gần gũi bên Chúa, chúng ta sẽ cảm thấy an toàn. Nếu kết hợp bản thân với Thập Giá của Chúa Kitô, với sự

Phục Sinh vinh quang của Người và ngọn lửa của Lễ Ngũ Tuần, không chương ngại nào mà chúng ta không thể vượt qua.” [5]

Thánh Josemaría rất thích ở gần bên Mẹ Maria, đặc biệt trong những ngày mừng Phục Sinh này, “luôn an toàn và vững chắc trong chiến thắng mà Chúa Kitô đã giành cho chúng ta qua sự Phục Sinh của Người.” [6] Khi cầu nguyện bằng kinh Lạy Nữ Vương Thiên Đàng, chúng ta sẽ khiến Đức Mẹ mỉm cười, với một niềm tự hào thánh thiện trong chúng ta, những người con “mới sinh” của Mẹ, những người con được đổi mới nhờ Phục Sinh. “Lạy Trinh Nữ Maria, hãy vui mừng và hỉ hoan,” chúng ta sẽ thưa với Mẹ, trong khao khát muốn chia sẻ niềm vui của Mẹ, vì biết rằng Chúa Giêsu giờ đây sẽ ở lại với chúng ta mãi mãi.

[1] Thánh Josemaría, Suy niệm, ngày 29 tháng 3 năm 1959.

[2] Đức Bênêđictô XVI, Bài giảng, ngày 7 tháng 4 năm 2007.

[3] Đức Phanxicô, Bài giảng, ngày 26 tháng 3 năm 2016.

[4] Thánh Josemaría, Suy niệm, ngày 29 tháng 3 năm 1959.

[5] Tài liệu đã dẫn.

[6] Tài liệu đã dẫn.

.....

pdf | document generated
automatically from [https://opusdei.org/
vi-vn/article/suy-niem-chua-nhat-phuc-
sinh/](https://opusdei.org/vi-vn/article/suy-niem-chua-nhat-phuc-sinh/) (12-03-2026)