**BÀI 101**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG** **– PHONG CÁCH ĂN UỐNG CÓ VĂN HOÁ**



**1. LỜI CHÚA :** Thánh Phao-lô khuyên các tín hữu : **“Dù ăn, dù uống, hay làm bất cứ việc gì, anh em hãy làm tất cả để tôn vinh Thiên Chúa”.** (1 Cr 10, 31).

**2. CÂU CHUYỆN : HỌC ĂN HỌC NÓI HỌC GÓI HỌC MỞ.**

- “Học ăn, học nói, học gói, học mở” là lời răn dạy của tiền nhân đối với con cháu trong gia đình dòng tộc : Ăn thế nào cho có văn hoá ? Nói thế nào cho lễ độ lịch sự ? Gói, mở thế nào cho đẹp mắt về hình thức bề ngoài và có ý nghĩa nội dung bên trong ? Đây chính là những đức tính nhân bản mà mọi người đều phải học tập trong suốt cuộc sống nếu muốn trở nên trưởng thành về nhân cách và được người khác kính trọng. Sở dĩ phải học ăn học nói, vì tuy chỉ là những việc mà ai cũng biết, nhưng không phải ai cũng làm tốt, giống như treo một bức tranh lên tường ai cũng làm được, nhưng không phải mọi người đều treo được bức tranh ngay ngắn và phù hợp với các vật dụng khác trên tường.

- Trước tiên mỗi chúng ta hãy học cách ăn uống sao cho lễ độ lịch sự. Vì nhân cách của một người sẽ được biểu lộ qua cách ăn uống. Vậy chúng ta cần tránh những cách ăn uống nào và cần ăn uống ra sao cách lịch sự và có văn hóa ?

**3. SUY NIỆM :**

I. CÁCH ĂN UỐNG THIẾU VĂN HOÁ CẦN TRÁNH :

1) Người bất lịch sự thì chỉ biết cúi mặt ăn nhanh và ăn nhiều mà k**hông quan tâm tới người khác cùng ăn chung** với mình. Họ có thể **ợ ngáp thoải mái** như đang ở trong phòng riêng một mình. Họ có thể **húp canh kêu sùm sụp.**

Có người vừa **nhai đồ ăn nhồm nhoàm vừa nói chuyện, khiến thức ăn trong miệng văng ra ngoài** ảnh hưởng đến người ngồi bên. Có người ngồi vào bàn là bắt đầu ăn, **không cần mời** **mọc** những người cùng bàn.

2) Việc dùng **đũa gắp thức ăn bỏ vào chén của khách quý** tuy thể hiện sự thân thiện, nhưng lại vô tình **gây cảm giác khó chịu** cho khách, vì vừa thiếu vệ sinh, vừa khiến họ khó xử nếu họ thực sự không thích món ăn đó.

II. CÁCH ĂN UỐNG CÓ VĂN HÓA CẦN THỰC HIỆN :

Cách ăn uống có văn hóa là biết nghĩ đến người khác khi đang ăn như sau :

1) Trước bữa ăn gia đình : Khi đến giờ cơm mà cha mẹ chưa về, con cái phải biết **chờ thêm một thời gian ngắn** và **gọi điện hỏi thăm** khi nào cha mẹ về tới. Chỉ được ăn khi chờ quá lâu, hoặc sắp tới giờ đi học.

2) Trong bàn ăn nên **ngồi theo vị trí lớn nhỏ**. Nên **đọc kinh chung** trước khi ăn một kinh Lạy Cha hoặc dâng lời nguyện tự phát ngắn gọn để mọi người thưa Amen.

3) Gia đình cần tổ chức **dùng bữa chung ít nhất mỗi ngày một lần để duy trì bầu khí yêu thương hiệp thông.** Nên ấn định giờ ăn thích hợp. **Tránh tình trạng kẻ ăn trước người ăn sau.** **Tránh mỗi người ngồi ăn riêng** một chỗ để tự do nói chuyện điện thoại hoặc vừa ăn cơm vừa chơi games.

4) Trong bữa ăn, cha mẹ **không nên trách phạt con cái và vợ chồng không nên tranh cãi nhau.** Nên **khen các món ăn ngon** để động viên người nấu và **tránh phê bình gay gắt** các món chưa vừa miệng. Nếu cần thì khen trước khi chê.

5) Trong bữa ăn, mỗi người cần **tránh chỉ ăn món mình ưa thích**, nhưng liệu sao để mọi người đều được ăn món ngon đó. Nên quan tâm giúp người khác **có đủ ly chén, muỗm, dĩa, đũa…** Muốn nhờ ai lấy giúp đồ ăn hay khăn giấy trên bàn, cần **nhờ vào lúc thích hợp.** Người giúp lấy đồ ăn **không nên lấy đầy chén**, vì người kia có thể còn muốn lấy thêm món khác. Khi để phần thức ăn cho người ăn sau, nên **để ra một đĩa riêng.** Không vứt xương xuống nền nhà **làm mất vệ sinh chung,** nhưng kín đáo để vào khăn giấy hay vào một chén dư khác.

6) Trong bữa liên hoan, **tránh ép nhau uống nhiều bia rượu** vì vừa có hại cho sức khỏe, lại vừa gây lãng phí tiền bạc của gia chủ. Tránh **ngồi nán lại để dự thêm bữa sau dành riêng cho người phục vụ,** để khỏi gây phiền hà cho gia chủ và nhân viên nhà nấu ăn khỏi **phải chờ đợi quá lâu** mà dọn dẹp ra về.

7) Trong các bữa ăn mang tính đoàn thể, mỗi người nhất là chị em phụ nữ nên **thể hiện tinh thần quan tâm phục vụ** bằng việc **phụ dọn lên các chén bát trước và sau bữa ăn** và rửa chung với nhân viên phục vụ bữa ăn.

**4. SINH HOẠT :**

Qua bài suy niệm trên, bạn có thấy cần ***bổ sung điều gì về phong cách ăn uống*** để trở thành một ***người lịch sự và gây được thiện cảm*** với mọi người không ?

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Thiên Chúa giàu lòng từ bi nhân ái. Xin giúp chúng con biết ăn uống cách văn minh lịch sự và có văn hoá, hầu nên người trưởng thành về nhân cách, và nên con thảo của Chúa Cha trên trời.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 102**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG** **– DẠY CON TRÁNH TẬT NÓI LEO**

**1. LỜI CHÚA :** Thánh Phaolo khuyên cha mẹ như sau : **“**Những bậc làm cha mẹ, đừng làm cho con cái tức giận, nhưng hãy giáo dục chúng thay mặt Chúa bằng cách **khuyên răn và sửa dạy**” (Ep 6,1-4).



**2. CÂU CHUYỆN : TẬT NÓI LEO - NGUYÊN NHÂN VÀ CÁCH KHẮC PHỤC.**

Con gái tôi năm tuổi, khá tự tin, lanh lợi. Tuy nhiên, mặt trái của sự tự tin đó là **tật nói leo**. Khi người lớn nói chuyện, bé thường xen vào câu chuyện mà lại nói to, khiến tôi nhiều phen bị xấu hổ với bạn bè.

Có khi bé nói chẳng ăn nhập gì với nội dung của người lớn đang trao đổi; có khi lại còn phản bác, vặn vẹo lại.

Nếu có người khen “bé dạn dĩ, lanh lợi quá” là cháu lại càng cảm thấy hưng phấn, “cướp” luôn “diễn đàn”. Nếu tôi trừng mắt tỏ vẻ không bằng lòng thì cháu có lui vào bên trong được vài phút, rồi sau đó lại trở ra tiếp tục tham gia câu chuyện. Chẳng những nói leo tại “hiện trường”, cháu còn giành điện thoại hay micro, thò đầu vào trang webcam khi tôi đang "chát" với người khác. Tại sao con tôi lại thích chen vào câu chuyện của người lớn như thế, đang khi tại nhiều nhà của người khác, tôi thấy các cháu nhỏ thường nhút nhát, lánh mặt khi người lớn ngồi nói chuyện với nhau ? Tôi phải làm gì để giúp con tôi tránh cái tật nói leo này ?

**3. SUY NIỆM :**

**1) Nguyên nhân trẻ nói leo :**

- Một bé hay nói leo có thể ***do vô tư, thích nói, chưa biết để ý đến cảm nhận của người khác, càng chưa biết phép lịch sự*** giao tiếp.

- Nguyên nhân nữa có thể do bé thích ***thể hiện bản thân***. Có thể do bé bị cấm đoán nhiều thứ trong sinh hoạt, trong khi bản thân bé lại ***hiếu động***, nên khi nhà có khách là cháu được dịp “sổ lồng” vì cha mẹ sẽ không la mắng.

- Cũng có bé ***do được cha mẹ chiều***, nói leo một vài lần không bị phản ứng, thậm chí có [cha mẹ](javascript:;) còn tỏ ra tự hào vì con khôn lanh, nên ***quen dần và thành tật xấu.***

**2) Cha mẹ nên làm gì để giúp con tránh tật nói leo ? :**

- Nguyên tắc đầu tiên là [***cha mẹ***](javascript:;)***không nên trách mắng khi cháu nói leo mà nên ôn tồn dạy dỗ trong tình yêu thương***.

- Hãy ***Khen*** ***bé nhiều hơn*** trong các sinh hoạt hàng ngày khi bé làm tốt; ***Giao việc*** cho bé để bé cảm thấy mình được tôn trọng… Khi có ***nhiều cơ hội khẳng định bản thân và được người khác ghi nhận***, bé sẽ không còn hay nói leo để được khen nữa.

- Cha mẹ cần kiên nhẫn phân tích cho bé biết ***nói leo là bất lịch sự***.

Và bản thân [cha mẹ](javascript:;) cũng cần ***làm gương bằng cách không chen ngang ngắt lời khi con đang nói.***

- Nếu bé được chiều, nói leo thành tật xấu thì ***cha mẹ cần thống nhất với nhau để sửa lỗi*** cho bé, ***kiên trì nhắc nhở*** khi bé phạm lỗi.

**4. SINH HOẠT** : Ngoài các nguyên tắc trên, cha mẹ nên **làm gì để dạy con tránh thói xấu hay nói leo chen ngang vào câu chuyện của người lớn ?**

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa. Xin cho các bậc cha mẹ chúng con biết ***quan tâm dạy dỗ*** con cái nên người tốt, cụ thể là ***không cho con ngồi gần*** khi cha mẹ và người lớn đang nói chuyện. Nhờ đó con cái chúng con sẽ ngoan ngãn hiếu thảo hơn, sẽ làm vui lòng Chúa và làm đẹp lòng mọi người chung quanh hơn.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 103**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG – KHẮC PHỤC TẬT NÓI DỐI CỦA CON**

**1. LỜI CHÚA:** Chúa phán : “Hễ “có” thì phải nói “có”, “không” thì phải nói “không”. Thêm thắt điều gì là do ác quỷ.” (Mt 5,37)

**2. CÂU CHUYỆN : CÔ SÁO NÓI DỐI**



Trong một khu rừng nọ, các loài vật sống rất hòa thuận và yêu thương nhau. Tuy nhiên chúng chỉ không thích chơi với cô bé Sáo Sậu. Cô vừa điệu vừa hay nói dối. Đặc biệt cô bé hoàn toàn không nhận thức đươc nói dối sai cần được sửa lại.

Một hôm Sáo Sậu phải cùng các bạn sang khu rừng kế bên để thi hát nhưng cả bọn chờ mãi vẫn không thấy Sáo Sậu. Đến trưa Sáo Sậu mới đến, Sóc nhanh nhẩu nói :

– Chúng tớ đã thua rồi vì dàn hợp ca thiếu mất giọng ca của cậu.

Sáo Sậu thanh minh :

– Tớ bị cảm nên không tới sớm được.

Chị Ong nâu phản đối :

– Cậu ấy nói dối. Sáng nay trên đường tới đây, tớ thấy cậu ấy vui chơi ở bìa rừng.

Sáo Sậu gãi đầu cười xòa :

– Tớ chẳng thích đi thi hát, chơi với các bạn bướm vui hơn.

Ngày nọ, Sáo Sậu rãnh rang không biết làm gì nên khi thấy gia đình Cá Vàng đang bơi dưới suối, Sáo nghĩ ra cách để chọc cười cả bọn.

Sáo Sậu hét to lên :

– Hãy mau đến cứu cá vàng con, cứu cá vàng con. Nó bị mắc kẹt dưới khe đá kìa !

Nhiều con vật nghe thấy sáo nói đều mau chạy đến. Nhưng khi tới nơi, cả bọn gặp Cá vàng bố hỏi thăm thì được trả lời :

– Gia đình cá vàng chúng tôi đâu có sao. Chắc Sáo Sậu lại muốn chọc phá đó thôi.

Điều này khiến các con vật đều tức bực và không còn muốn chơi với Sáo Sậu nữa.

Một hôm tiết trời trở lạnh, Sáo Sậu đã bị sốt cao nên nằm một chỗ trên cành cây. Khi thấy Ong Nâu bay ngang qua, Sáo Sậu cầu cứu :

– Ong Nâu ơi ! Hãy đến giúp đỡ tớ với. Tớ mắc bệnh sốt cao và đang bị mệt quá !

– Cậu định lừa đánh lừa tớ à ? Cả bọn chúng tớ không ai còn tin lời cậu nữa đâu !

Nói rồi Ong Nâu bay đi mất.

Đến trưa khi quay về thì Ong Nâu thấy Sáo Sậu đã bị ngất nằm im một chỗ. Ong Nâu vội kêu cả bọn đến giúp. Bạn thì lấy nước, bạn lấy lá thuốc cho Sáo Sậu ăn. Cuối cùng Sáo cũng đã tỉnh lại, líu ríu nói lời xin lỗi về những việc làm không đúng đã qua. Cả bọn đã cưới vui tha thứ và từ đó Sáo Sậu không còn dám nói dối nữa.

**3. SUY NIỆM :**

Cha mẹ nên làm gì để giúp con chừa bỏ thói xấu ăn nói không trung thực này ?

**1. Đừng vội mắng con khi con nói dối :**

Nhiều khi trẻ nói dối nhưng hoàn toàn không nhận thức được mình đang nói dối vì :

- Trẻ có thể tưởng mình đang sống trong thế giới tưởng tượng. Trong thế giới đó, đôi khi trẻ hoá thân là công chúa, nàng tiên hoặc siêu nhân. Vì thế, nhiều khi trẻ thốt ra một câu nói dối rất tự nhiên vì lúc đó nó đang trong thế giới tưởng tượng chứ không phải đang ở giữa đời thường.

- Khi bị cha mẹ chất vấn về tội gây ra, trẻ bị luống cuống nên thường nghĩ ngay ra một người hay một điều gì đó để đổ lỗi thay cho bản thân. Đây là hành động tự vệ.

- Có thể trẻ đã bị nhiễm lây thói xấu nói dối của người lớn.

**2. Làm gì để sửa dạy tật nói dối của con :**

- Cha mẹ cần ***tránh làm gương xấu*** khi nói dối trước mặt con cái, hoặc ***dạy con nói dối***, khi sai ra nói với chủ nợ đến đòi nợ là “mẹ cháu không có nhà ! “

- Cha mẹ cũng ***không nên la mắng con trước mặt bạn bè*** để tránh cho con khỏi xấu hổ. Việc quát mắng to tiếng có thể khiến con hoảng sợ và nói dối để chữa mình.

- ***Đừng đặt câu hỏi khi đã biết rõ sự việc*** : Nếu bạn chắc chắn con chưa dọn phòng thì đừng hỏi : “Con đã dọn phòng chưa ?” để tránh cho nó khỏi phải nói dối. Thay vào đó, hãy nói : “Mẹ thấy phòng của con còn bề bộn. Con hãy lo dọn dẹp gọn gàng đi nhé.” Bằng cách này, trẻ biết bạn đã biết sự thật và nó không cần phải nói dối chữa mình, và bạn cũng đã nhắc nhở con làm việc nó phải làm.

- Thay vì la mắng tội nói dối của con, cha mẹ nên cho con ***thấy mình bị tổn thương vì lời nói dối của con***, và muốn con luôn thành thật nhận lỗi để sửa sai.

**4. SINH HOẠT :**

Khi thấy con có thói xấu nói dối, cha mẹ nên làm gì để giúp con tu sửa ?

**5. LỜI CẦU :** Lạy Chúa Giê-su. Xin cho con cái chúng con luôn trung thực trong lời nói việc làm, để xứng đáng nên con ngoan hiền hiếu thảo của Chúa Cha. Xin cho con cái chúng con tránh thói hay nói dối xí gạt người khác hầu tránh trở thành tay sai của ma quỷ là cha sự gian dối, như Chúa đã có lần trách mắng các đầu mục Do thái : “Cha các ông là ma quỷ, và các ông muốn làm những gì cha các ông ham thích. Ngay từ đầu, nó đã là tên sát nhân. Nó đã không đứng về phía sự thật, vì sự thật không ở trong nó. Khi nó nói dối là nó nói theo bản tính của nó, bởi vì nó là kẻ nói dối, và là cha sự gian dối” (Ga 8,44).- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 104**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG –TRÁNH THÓI HOANG PHÍ VÀ ĐỪNG HÀ TIỆN**

**1. LỜI CHÚA :** Khi họ đã no nê rồi, Người bảo các môn đệ: “**Anh em thu lại những miếng thừa kẻo phí đi.**” Họ liền đi thu những miếng thừa của năm chiếc bánh lúa mạch người ta ăn còn lại, và chất đầy được mười hai thúng. (Ga 6,12-13).

**2.** **CÂU CHUYỆN : GƯƠNG TIẾT KIỆM CỦA TỶ PHÚ.**

**1) Warren Buffett vẫn mua bữa ăn mỗi buổi sáng với giá 3,17 đô la.**

Trong 54 năm qua, giám đốc điều hành của Berkshire Hathaway là WARREN BUFFETT đã luôn thưởng thức cùng một kiểu bữa sáng mỗi ngày. Theo Forbes, người đàn ông giàu thứ ba trên thế giới này có khối tài sản giá trị ròng là 74 tỷ đô la mà vẫn đi mua McDonald's cho bữa ăn quan trọng nhất trong ngày, gồm hai cái xúc xích hoặc thịt xông khói, trứng và phô mai với số tiền 3,17 đô la.

**2) Michael Bloomberg chỉ đi hai đôi giày trong suốt 10 năm.**

Là thị trưởng cũ của thành phố New York và cũng là người đàn ông giàu thứ mười trên thế giới nhưng MICHAEL BLOOMBERG lại rất tiết kiệm: Ông chỉ sử dụng hai đôi giày màu đen để đi đến nơi làm việc trong hơn một thập kỷ. Ông đã chia sẻ với phóng viên một tời báo tài chính như sau : "Bạn không cần vứt đôi giày cũ đang sử dụng đi, để mua đôi giày mới hơn, đang khi đôi giày cũ vẫn còn đang sử dụng tốt".

**3) Bill Gates đeo đồng hồ giá chỉ 10 đô la.**

Người đồng sáng lập Microsoft là BILL GATES dường như cũng không quan tâm nhiều đến xu hướng thời trang mới nhất. Ông là người giàu nhất thế giới có tài sản giá trị ròng khoảng 85 tỷ đô la mà vẫn đeo chiếc đồng hồ chỉ giá có 10 đô la !

**3. SUY NIỆM :**



**1) Thế nào là người tiết kiệm ? :**

- Tiết kiệm là biết cách sử dụng hợp lý và đúng mức của cải vật chất, thời gian, sức lực của mình và của tha nhân.

67% những người giàu có đều chi tiêu tiết kiệm. Họ sẵn sàng tiêu số tiền lớn vào những việc quan trọng, thay vì chi tiêu bừa bãi vào những chuyện lãng phí vô ích.

- Người tiết kiệm không bao giờ quan tâm đến những món đồ xa xỉ như xe hơi, điện thoại đời mới… Và luôn hài lòng với những gì đang sử dụng. Đây là những người căn cơ, và sống đơn giản thanh đạm. Họ biết dung hòa giữa giá tiền và ích lợi của việc chi tiêu mang lại. Họ tìm mua đồ hợp với túi tiền, nhưng khi cần họ cũng sẵn sàng chi ra số tiền nhiều lần hơn tương xứng với giá trị và chất lượng của món hàng.

|  |
| --- |
| - Họ tự sửa ống nước rò rỉ để tránh lãng phí nước hoặc chuyển bóng đèn tóc bình thường sang đèn huỳnh quang để tiết kiệm điện. Ho không để đèn sáng hay quạt chạy không có người khi ra khỏi phòng. |

**2) Thế nào là người hoang phí ? :**

Trái ngược với người tiết kiệm là kẻ hoang phí. Thói quen tiêu xài của những người này là luôn muốn sở hữu những món đồ thời thượng nhất, đắt tiền nhất vì muốn biểu lộ sự giàu sang đẳng cấp của mình trước mặt người khác.

Họ sẵn sàng vay nợ để mua bất kì món đồ mình thích và không cần tham khảo để mua với giá rẻ hơn. Họ luôn được nhiều người hâm mộ bởi sự chi tiêu hào phóng cho người thân và bạn bè.

**3) Thế nào là người hà tiện ? :**

Người hà tiện là người quá trọng đồng tiền nên không dám chi tiền, ngay cả khi thực sự cần phải chi. Họ chỉ nghĩ đến số tiền chi nhiều ít mà không nghĩ đến ích lợi của việc chi tiền mang lại. Họ luôn tìm mua hàng ở mức giá rẻ nhất dù biết đó là hàng “rởm” kém chất lượng và mau bị hư. Chẳng hạn họ chọn mua chiếc quạt máy giá 400 nghìn do Trung Quốc sản xuất dù biết đó là loại hàng ít chất lượng, thay vì chọn mua chiếc quạt giá 1 triệu đồng, chính gốc Nhật Bản. Tuy quạt đó mắc tiền hơn nhưng lại là hàng “xịn” và có tuổi thọ dài gấp đôi ba lần chiếc quạt “rởm” nói trên.

**4) Hãy tiết kiệm nhưng tránh hoang phí và cũng đừng hà tiện :**

Tiết kiệm là đức tính mỗi người cần thực hiện. Tuy nhiên cũng cần linh hoạt với từng hoàn cảnh, đảm bảo cân bằng giữa việc chi tiêu hợp lý phù hợp với nhu cầu sử dụng trong thời gian lâu dài.

Ở bên Mỹ, trong các trường tiểu học, người ta đã dạy cho con trẻ biết : Muốn có một đồng thì phải bắt đầu kiếm từ một xu; Muốn có một triệu thì phải bắt đầu kiếm từ một đồng.

Ở bên Nhật cũng vậy. Trong các gia đình, người ta luôn nhắc nhở con cái sống theo phương châm : “Mua gì ăn nấy; Ăn đâu hết nấy; Không để thừa mứa, Quyết không lãng phí”.

Ở bên Ít-ra-en cũng thế. Vào các nhà hàng, khách sạn, người ta không thấy đồ ăn thức uống còn dư lại sau khi ăn. Ngay tại các bến xe, bến tàu đều có các câu khẩu hiệu : “Hãy tiết kiệm điện; Hãy tiết kiệm nước…” Tại các công sở và xí nghiệp, để loại trừ thói xấu lề mề, người ta trừ ngay tiền lương những ai đến sở làm trễ giờ.

Một số việc tiết kiệm cụ thể mà mỗi người có thể dễ dàng thực hành như : Tắt đèn tắt quạt khi ra khỏi phòng; Khóa vòi nước khi đã đầy hồ chứa hoặc đang còn chảy rò rỉ; Tận dụng hiệu quả cho thời gian làm việc; Giữ lại một tập giấy trắng, một cây viết còn mực thay vì bỏ chúng vào thùng rác… Hãy luôn nhắc nhở mình và người dưới tránh thói phung phí thực phẩm và vật dụng…

**4. SINH HOẠT :** Bạn đánh giá thế nào về trường hợp một người bị mắc bệnh nền như cao huyết áp, đường huyết cao, gút (goute), đau nhức xương khớp… Dù có tiền nhưng lại ***không dám đi chữa trị tại bệnh viện, mà chỉ chữa kiểu dân gian cho đỡ tốn phí,*** nên đã lãnh hậu quả tai hại bị chết oan khi bệnh tăng nặng và bị bệnh viện từ chối vì đến nhập viện quá trễ.

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa. Xin giúp chúng con biết ***tiết kiệm trong việc chi tiêu tiền bạc nhưng tránh hoang phí hoặc ngược lại tránh thói hà tiện.*** Xin cho chúng con biết sử dụng những đồng tiền Chúa ban đẹp lòng Chúa, mang lại ích lợi cho bản thân, gia đình, xã hội và xây dựng Hội Thánh ngày một thăng tiến phát triển. – AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**



**BÀI 105**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG - TIẾT KIỆM VÀ SỰ KHÔN NGOAN TIÊN LIỆU**

**1. LỜI CHÚA :** “Sau khi lãnh nhận vương quyền, ông trở về. Bấy giờ, ông truyền gọi các đầy tớ đã giao bạc cho, để xem mỗi người làm ăn sinh lợi được bao nhiêu. Người thứ nhất đến trình : “Thưa ngài, nén bạc của ngài đã sinh lợi được mười nén.”  Ông bảo người ấy : “Khá lắm, hỡi đầy tớ tài giỏi ! **Vì anh đã trung thành trong việc rất nhỏ, hãy cầm quyền cai trị mười thành**” (Lc 19,15-17).



**2.** **CÂU CHUYỆN : Chủ trương hãy tận hưởng và không cần tiết kiệm.**

Ông Vương đã 65 tuổi, nghỉ hưu được 5 năm. Ông nhớ lại thời điểm khi mới nghỉ hưu, trong tay có một số tiền lớn, nên đã tiêu xài hoang phí. Ông sẵn sàng bỏ ra số tiền 640 triệu đồng để mua một chiếc xe ô tô phục vụ cho việc đi lại. Ông thường mời bạn bè tới nhà tổ chức ăn nhậu. Khi mua đồ, ông chỉ quan tâm chất lượng. Chỉ cần ông thích thì dù món đồ có đắt tiền đến đâu ông cũng mua. Lúc đó, bạn bè ai cũng ganh tỵ với cuộc sống thoải mái nhàn hạ của ông.

Sống sung sướng được vài năm thì phát hiện ra vợ ông bị ung thư thực quản. Lúc đó, chi phí phẫu thuật là 354 triệu đồng. Sau đó, ông vay mượn nhiều nơi mới gom đủ số tiền để đưa vợ đến bệnh viện phẫu thuật. Sau ca mổ, vợ ông về nhà và sức khoẻ dần hồi phục, nên ông cũng không còn quan tâm đến sức khoẻ của bà nữa.

Ũng từ đó, cuộc sống gia đình ngày một khó khăn. Lương hưu hằng tháng của ông không đủ trả nợ góp nên ông phải đi làm thuê cho người khác. Lúc đó nhiều cơ sở đã từ chối nhận người lớn tuổi làm việc, nhưng nhờ một người bạn giới thiệu, ông cũng kiếm được một việc làm bảo vệ nhưng phải ở xa nhà. Sau một thời gian, ông nhận được tin vợ bị đau lại, ông lập tức về nhà thì sức khoẻ của bà đã suy yếu. Bác sĩ khám bệnh cho biết : Do không được nghỉ ngơi bồi bổ sau ca mổ vừa qua, nên bệnh ung thư đã thành di căn. Bà không thể được mổ lại mà chỉ còn hy vọng kéo dài sống thêm một thời gian ngắn. Ông buồn rầu, số tiền nợ lần trước vẫn chưa trả hết, lần này cũng không thể mượn ai nên đành để vợ nằm lại bệnh viện và hai tháng sau thì qua đời.

Cái chết của vợ do không có tiền chữa trị khiến ông vô cùng hối hận. Ông thường tự trách mình : Tại sao trước đây ông lại tiêu xài hoang phí mà không biết tiết kiệm ? Vì nếu còn tiền chữa trị, thì chắc vợ ông đã không ra đi sớm như vậy !

**3. SUY NIỆM :**

 - Câu chuyện ngụ ngôn của LA PHÔNG TEN về “con kiến và con ve” cho thấy giá trị của sự cần kiệm và hậu quả tai hại của thói vô ăn vô lo như sau :

**Kiến có đức tính cần kiệm** nên rất chăm chỉ làm việc xây tổ và hàng ngày đi kiếm thức ăn tha về đầy tổ, đang khi **ve sầu lại lười biếng vô ăn vô lo,** tối ngày chỉ biết rong chơi ca hát mà không nghĩ đến ngày mai. Khi mùa đông đến, tuyết rơi trắng xoá, kiến được nằm trong tổ có chứa sẵn nhiều đồ ăn, đang khi ve sầu không nhà và không gì bỏ bụng nên một đêm kia đã nằm chết đói trên cành cây.

- Các bạn trẻ thường hay phân vân giữa hai lối sống không biết nên chọn lối sống nào ? Một số bạn chủ trương : “Đời người *chỉ sống một lần, nên hãy hưởng thụ khi còn trẻ. Đừng để đến lúc già yếu đau liệt nằm một chỗ mới hối hận thì đã muộn !* ”.

Một số bạn khác lại chủ trương : “*Cần* phải *tiết kiệm để ‘tích cốc phòng cơ’. Hãy biết* ***để dành tiền để phòng khi gặp điều bất trắc như bệnh tật, tai nạn sẽ không phải đi vay nợ và bị mất hết nhân phẩm***”.

Như vậy : Tuy mỗi người vẫn có quyền **hưởng thụ những thành quả do mình làm ra,** nhưng đồng thời cũng phải **tiết kiệm để đề phòng khi trái gió trở trời, bệnh nặng liệt giường hay gặp tai ương hoạn nạn...** Có tiết kiệm như vậy, chúng ta sẽ không phải hối tiếc vì đã lỡ tiêu xài hoang phí, nên khi cần lại không còn tiền xoay sở.

**4. SINH HOẠT : Trong hoàn cảnh hiện tại, mỗi người chúng ta có thể làm gì để thực hành tiết kiệm và tránh lãng phí vô ích ?**

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin cho chúng con biết khôn ngoan khi sử dụng đồng tiền : Tránh thói hoang phí chi tiêu vô tư hay lại hà tiện quá đáng. Cho chúng con biết sống giản dị, tiết kiệm trong cách sử dụng tiền bạc để phòng khi hữu sự bị bệnh tật hay gặp tai nạn rủi ro. Xin cho chúng con biết ứng xử tiêt kiệm phù hợp với sự khôn ngoan tiên liệu theo thánh ý Chúa.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 106**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG – SỐNG DỰA VÀO CON CÁI NÊN CHĂNG ?**

**1. LỜI CHÚA: “Con ơi, hãy săn sóc cha con, khi người đến tuổi già; bao lâu người còn sống, chớ làm người buồn tủi. Người có lú lẫn, con cũng phải cảm thông, chớ cậy mình sung sức mà khinh dể người. Vì lòng hiếu nghĩa đối với cha sẽ không bị quên lãng, và sẽ đền bù tội lỗi cho con”** (Hc 3,14-17).

**2. CÂU CHUYỆN : CẦN LẬP SỔ TIẾT KIỆM ĐỂ ĐỀ PHÒNG BẤT TRẮC.**

Bà Lưu 68 tuổi, đã về hưu được 18 năm, bà có một cuốn sổ tiết kiệm tại ngân hàng lên tới 1,7 tỷ đồng. Ai nghe biết cũng đều lắc đầu chê bai bà : Tại sao không biết chi tiêu tiền bạc để sống thoải mái, mà để nhiều tiền trong ngân hàng như vậy làm chi ? Nghe họ nói, bà chỉ biết cười trừ cho qua chuyện. Bà quan niệm rằng, thà có tiền còn hơn không có. Không ai có thể bảo đảm sau này cuộc sống sẽ không gặp bất trắc. Ngay cả con ruột của bà cũng không cảm thông với việc bà để số tiền tiết kiệm lớn như vậy trong ngân hàng. Chỉ đến khi một biến cố lớn xảy ra cho gia đình, mọi người mới thay đổi quan điểm và có cái nhìn tích cực hơn như sau :

Ba năm trước, con trai bà lái xe hơi gây tai nạn giao thông và bị buộc bồi thường số tiền 700 triệu đồng, nếu không sẽ bị kiện đi ở tù. Khi ấy thu nhập tài chính của anh con trai không mấy dư giả, và còn phải trả nợ lãi vay hàng tháng cho ngân hàng. Là mẹ, bà không nỡ nhìn con trai phải đi tù, nên đã rút tiền tiết kiệm trong ngân hàng bồi thường cho người bị hại 700 triệu đồng. Một lần khác, bà bị lên cơn nhồi máu cơ tim phải đi cấp cứu và bị phẫu thuật sau đó tốn cả trăm triệu đồng.

Rồi gia đình con trai con dâu cũng gặp sự cố phải nghỉ đi làm, nên bà lại phải đứng ra thay con trả góp hàng tháng số nợ ngân hàng còn thiếu.

Từ đó, mọi người đều ngưỡng mộ trước tầm nhìn xa và tình thương bao dung của bà. Con trai và con dâu cũng không còn dám trách và đã học theo mẹ để chi tiêu tiết kiệm.

**3. SUY NIỆM : CÓ NÊN HOÀN TOÀN SỐNG DỰA VÀO CON CÁI KHÔNG ?**



Có người đã nói chí phải : ***“Nhà của cha mẹ là nhà của con cái. Nhưng nhà của con cái không bao giờ là nhà của cha mẹ”.***

Sinh con là một thiên chức của các bậc làm cha làm mẹ. Việc nuôi dưỡng con cái nên trưởng thành cũng chính là bổn phận cha mẹ nào cũng phải chu toàn. Nhưng nếu dựa vào việc nuôi dạy và hy sinh cuộc đời cho con để hy vọng con đáp lại trong tuổi già thì cần xét lại. Vì thực tế không phải đứa con nào cũng đều hiếu thảo biết đáp lại tình thương bao la của cha mẹ. ***Bên cạnh những đứa con có hiếu cũng có nhiều đứa con bất hiếu cư xử tàn nhẫn với đấng sinh thành***. Vì thế đã có nhiều người già phải sống lang thang ngoài đường phố hoặc bị con cái bỏ rơi trong các nhà nuôi người già xã hội.

Nên nhớ rằng : Con cái không phảỉ là sổ bảo hiểm đáng tin của cha mẹ. Người xưa dạy : ***Ai khéo quản lý tiền bạc thì sẽ không bị nghèo khổ. Ai biết khôn ngoan tiên liệu sẽ không bị túng cực.*** Do đó cha mẹ cần tự lo cho tương lai của mình chứ đừng chỉ biết cậy dựa vào con cái. Cha mẹ cần có sổ tiết kiệm riêng để chủ động chi tiêu mà không lệ thuộc con cái. Ngoại trừ trường hợp đặc biệt, bình thường cha mẹ ***không nên sớm chia tài sản và nhà cửa cho con cái khi đang còn sống. Hãy làm di chúc phân chia tài sản sau khi qua đời.*** Bao lâu cha mẹ còn sống trong căn nhà do mình làm chủ thì sẽ được an toàn và cũng giúp con cái có điều kiện dễ dàng thể hiện lòng hiếu thảo với cha mẹ.

**4. SINH HOẠT : Cha mẹ nghỉ hưu có nên chia nhà cửa đang ở chia cho con cái, rồi đến ở chung với con trưởng không ? Tại sao ?**

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa. Xin ban cho các bậc làm cha mẹ trong gia đình biết chu toàn bổn phận “nuôi con khoẻ dạy con ngoan”. Xin cho con cái biết tỏ lòng hiếu thảo biết ơn cha mẹ qua việc phụng dưỡng các ngài đang khi còn sống và năng tưởng nhớ cầu nguyện cho các ngài sau khi qua đời. Nhờ đó gia đình chúng con sẽ luôn được an vui hoà thuận ở đời này và đời sau được hưởng hạnh phúc trọn vẹn trong Nước hằng sống.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 107**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG – PHỤ NỮ VÀ MẶC CẢM TỰ TI**

**1. LỜI CHÚA :** **“Nếu các ông ở lại trong Lời của Tôi thì các ông thật là môn đệ Tôi. Các ông sẽ biết sự thật, và sự thật sẽ giải phóng các ông”** (Ga 8,31).

**2. CÂU CHUYỆN :** **TRÁNH** **MẶC CẢM** **TỰ TI.**



Một số người mang một khuyết điểm nào đó trên cơ thể hay trên khuôn mặt và luôn mang ***mặc cảm tự ti*** đến nỗi không dám làm bất cứ việc gì, dù thực sự có khả năng. Câu chuyện sau đây là bài học về sự tự tin của người phụ nữ. Họ cần quyết tâm loại bỏ mặc cảm tự ti là điều kiện để thành công trong mọi việc. Sau đây là câu chuyện của một cô gái đã vượt qua mặc cảm tự ti về vết sẹo trên khuôn mặt mình :

Điều bất hạnh đã xảy ra khi tôi còn bé đang học lớp Bốn. Một khối bê-tông ở nhà hàng xóm đang xây dựng chẳng may từ trên cao rơi xuống trúng vào mặt tôi và để lại một vết sẹo dài ở một bên gò má. Ngày ấy, sau khi đưa tôi vào bệnh viện băng bó, ba tôi đã ôm tôi vào lòng và an ủi tôi : “Con sẽ luôn là đứa con gái xinh xắn nhất của ba, cho dù nhiều người khác sẽ không nghĩ như thế con ạ !” Thật vậy, những ngày sau đó tai tôi thường nghe thấy những ***tiếng xì xầm nhạo báng*** của lũ bạn cùng lớp. Tôi cũng không dám nhìn thẳng vào mặt mình trong gương vì ***sợ phải nhìn thấy rõ vết sẹo đáng ghét*** kia. Nó luôn nhận chìm tôi vào nỗi đau khôn nguôi. Nhưng rồi dần dần tôi đã có thể chấp nhận được thực tế và tự nhủ : “***Nếu ta không xinh đẹp, thì ít nhất ta cũng phải là người đáng yêu mới được !***”. Tôi bắt đầu để ý đến cách ăn mặc và kiểu đầu tóc hiện đại, dùng kính sát tròng thay cho chiếc gọng kính cận dày cộm. Tôi cũng ***trang điểm giống như lũ bạn đồng trang lứa.*** Rồi tôi cũng đã ***tìm được một chàng trai thật lòng thương yêu và đề nghị kết hôn*** với tôi. Một hôm tôi đã đến bệnh viện chuyên khoa để yêu cầu bác sĩ thẩm mỹ ***giúp làm mờ đi vết sẹo đáng ghét*** trên mặt của tôi.

Bấy giờ tôi thấy ông bác sĩ đưa bàn tay ra sờ nhẹ vào vết sẹo trên má tôi và hỏi : “***Cô có làm nghề người mẫu không ?”*** . Người mẫu ư ? Tôi nhìn thẳng vào mặt vị bác sĩ đối diện để cố khám phá vẻ giễu cợt trên gương mặt của ông. Vì chắc không ai có thể nhầm lẫn khuôn mặt của tôi với khuôn mặt của một cô người mẫu xinh đẹp được ! Tôi chỉ là một cô gái xấu xí với một vết sẹo dài trên má. Bấy giờ tôi đã trả lời : “Thưa ông. ***Dĩ nhiên tôi không làm nghề người mẫu !”***. Vị bác sĩ trong tư thế hai tay khoanh trước ngực nhìn tôi trìu mến và nói : “Thế thì ***tại sao cô lại phải lo lắng về cái vết sẹo này*** đến thế ? Nếu không vì lý do nghề nghiệp buộc cô phải tẩy đi vết sẹo thì điều gì đã khiến cô tìm đến thẩm mỹ viện này ?”

Theo thói quen, tôi tự nhiên sờ tay lên má. Vết sẹo vẫn còn đó như nhắc tôi rằng : “Ngươi chỉ là một cô gái xấu xí !” Tự dưng hai mắt tôi cay xè. Bấy giờ ông bác sĩ đến ngồi bên và ôn tồn bảo tôi : “Để tôi cho cô biết tôi thấy gì trên mặt cô nhé. ***Cô thực sự là một cô gái có duyên ! Tuy cô không phải một người có sắc đẹp hòan hảo, nhưng là một người có vẻ đẹp tiềm ẩn dễ mến***.

Cô biết LAU-RA HÚT-TON chứ ? Bà ta có một khe hở trên hàm răng cửa. Còn Ê-LI-SA-BÉT TAY-LOR lại có một vết sẹo nhỏ trên trán. Bác sĩ nói tiếp: Tôi đã từng thắc mắc tại sao những người phụ nữ có khiếm khuyết trên mặt như thế lại có thể trở thành người nổi tiếng được, và tôi đã tìm ra đáp án : ***Chính sự không hòan hảo bị coi là thua kém đó, lại khiến họ trở nên nổi bật không thể lẫn lộn với người nào khác.*** Và điều đó cũng khiến người ta nhớ đến họ như một con người bằng xương bằng thịt. Vì “Nhân vô thập tòan“ mà ! Do đó, cô ***đừng để ý đến những lời của những kẻ ngu ngốc đã chê cười vết sẹo trên gương mặt đáng yêu của cô.*** Cô dễ thương bởi vì cô là chính cô ! ***Vẻ đẹp thật sự tỏa sáng từ tâm hồn con người của cô***. Cô hãy vững tin vào lời nói của tôi nhé”.

**3. SUY NIỆM :**

Từ lúc đó, tôi đã hòan tòan ***lấy lại được sự tự tin và đã dám nhìn thẳng vào mặt mình trong gương***. Nhiều năm sau, tôi đã trở thành một người nổi tiếng và được nhiều người mến mộ về tài ăn nói hùng biện trước đám đông. Tôi ***không còn mang mặc cảm tự ti về vết sẹo trên mặt nữa và đã có thể phát huy tối đa sở trường ăn nói của mình.*** Cũng từ khi tôi đổi mới cách nhìn về bản thân, thì những ***người khác tự nhiên cũng thay đổi cách nhìn của họ về tôi và có sự đánh giá tích cực về tôi hơn.***

Viên bác sĩ không thể xóa sạch vết sẹo trên mặt tôi. Nhưng ông đã ***xoá đi vết sẹo tinh thần*** là mặc cảm tư ti trong tâm hồn của một cô gái như tôi.

**4. SINH HOẠT :**

***Nguyên nhân nào đã khiến cô gái trong câu chuyện trên lọai bỏ được sự tự ti về vết sẹo xấu xí*** trên gương mặt mình để trở thành một con người thành đạt ?

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin cho chúng con ý thức giá trị đích thực của một người chính là ***các tài năng Chúa ban***, để tìm cách phát triển tài năng ấy, khám phá ra ***nét duyên dáng trong lời ăn tiếng nói và cách ứng xử khi giao tiếp*** với tha nhân. Nhờ đó chúng con sẽ nên con thảo luôn làm đẹp lòng Chúa Cha, nên môn đệ đích thực của Chúa và nên chứng nhân cho tình yêu Chúa trước mặt mọi người.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 108**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG – CÁI NẾT ĐÁNH CHẾT CÁI ĐẸP NƠI PHỤ NỮ**

**1. LỜI CHÚA :** **"Phụ nữ ít nói là quà Đức Chúa ban, không chi sánh bằng người có giáo dục. Phụ nữ nết na là ân phúc tuyệt vời : Không chi quý giá bằng người tiết hạnh. Người vợ hiền trong cửa nhà ngăn nắp, đẹp như vầng hồng trên chốn cao xanh. Khuôn mặt kiều diễm với thân hình cân đối, ví như ngọn đèn tỏa sáng trên giá đền thờ"** (Hc 26,14-17).

**2. CÂU CHUYỆN : CUỘC THI HOA HẬU VÀ VẺ ĐẸP PHỤ NỮ.**

Gần đây một cuộc thi Hoa Hậu Hoàn Vũ (Miss World) đã được tổ chức khá thành công tại VinPearl Land thuộc thành phố biển Nha Trang Việt Nam. Đâu đâu người ta cũng bàn tán xôn xao về sự kiện này. Vậy ***thế nào là một người phụ nữ đẹp.***

Quan niệm về cái đẹp mỗi thời đại và mỗi nơi đều không giống nhau. Tiêu chuẩn để đánh giá cái đẹp của người phụ nữ cũng thay đổi theo từng thời kỳ : Trước đây một cô gái đẹp thường mang nét đẹp tự nhiên trời cho, không cần trang điểm phấn sáp son môi… Ngày nay nhờ sự tiến bộ của khoa học, các cô gái tuy nhan sắc chỉ trung bình, nhưng cũng có thể được khoa thẩm mỹ tạo hình biến thành người mẫu hoàn chỉnh, kèm theo sự hỗ trợ của y phục thời trang như câu tục ngữ : "Người đẹp vì lụa. Lúa tốt vì phân !".

Tuy nhiên, với xu hướng của thời đại, kèm theo sự bon chen đua đòi chạy theo mốt nọ thời trang kia mà nhiều cô gái đã tự đánh mất vẻ đẹp kín đáo đoan trang, là đặc trưng của người phụ nữ Việt Nam. Hùa theo cách ăn mặc thời đại mới, nhiều cô gái đã không ngại phô trương thân thể mình ra trước bàn dân thiên hạ : ít thì áo hở cổ hở vai hở nách… Nhiều thì khoe đùi, khoe rún, khoe lưng, khoe ngực… Điều đáng nói ở đây là nhiều cô gái vẫn có phong cách vô tư giữa nơi đông người như trong nhà hàng hay tại các quán cóc ven đường : Từ tư thế ngồi đến kiểu dáng ăn uống… Thật khó có thể dùng từ ngữ nào để diễn tả được những hình ảnh nhếch nhác ấy ! Còn về tóc tai thì thật khó phân biệt được ai là nam ai là nữ. Xu hướng nhuộm tóc đủ màu cũng gây nhiều phảm cảm cho người xem : từ vàng, bạch kim, nâu đến xanh lá cây hay đỏ quạch… trông thật hoang dại !

**3. SUY NIỆM :**

- Thực ra, một cô gái có duyên phải hội đủ nhiều yếu tố, trong đó có lẽ ***duyên ăn nói là tiêu chuẩn có sức thu hút mạnh nhất***. Còn gì thú vị cho bằng được tiếp xúc với một cô gái nói năng ***nhỏ nhẹ dịu dàng và lịch sự***. Những cô gái như vậy dễ dàng chinh phục người khác trong công việc làm ăn cũng như trong tình cảm nam nữ.

- Tuy nhiên đức tính ấy dường như đã bị mai một đi nhiều ngày nay. Điều này ta có thể dễ dàng nhận thấy tại các siêu thị, nơi họp chợ, trên đường phố hay ở những nơi tập trung nhiều phái nữ. Những ***tiếng lóng, từ "đệm"*** được các cô sử dụng thoải mái không chút e dè. Những ***câu chuyện "phòng the"*** được phát ra từ người này sang người khác không chút ngượng ngùng. Rồi những kiểu ***ăn nói bỗ bã, đùa giỡn cười cợt khiếm nhã*** không chỉ xảy ra trong gia đình, nơi văn phòng làm việc mà còn xảy ra cả ở những ***nơi công cộng*** như tại rạp hát, siêu thị hay trên đường phố… nữa. Và tiếc thay ***những hình ảnh không mấy đẹp này lại ngày càng phổ biến đặc biệt nơi các thanh thiếu nữ tuổi 9 x.***

**4. SINH HOẠT :**

Theo bạn, một cô gái được coi là duyên dáng đáng yêu ngoài phần ***ngoại hình***, còn phải có những phẩm chất tốt đẹp nào ***về cách suy nghĩ, nói năng, đi đứng, ăn mặc, ứng xử ?***

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin Chúa ban cho các chị em phụ nữ có nhiều người vợ người mẹ thực sự đẹp đẽ đáng yêu trước mặt Thiên Chúa và người đời. Xin cho chị em không những quan tâm trau dồi ***nét mặt xinh tươi ngoại hình đạt chuẩn***, mà còn trang bị ***nét duyên dáng biểu lộ qua ánh mắt, nụ cười vui vẻ***, qua ***cách ăn nói khiêm tốn lễ độ***, nhất là qua ***cách ứng xử bao dung và nhân ái*** noi gương Đức Trinh nữ Ma-ri-a và các thánh nữ đã được tán dương trong Sách Thánh.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**



**BÀI 109**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG – PHỤ NỮ VÀ TINH THẦN PHỤC VỤ GIA ĐÌNH**

**1. LỜI CHÚA :** **“Ai muốn làm người đứng đầu thì phải làm người rốt hết, và làm người phục vụ mọi người”** (Mc 9,35).

**2. SUY NIỆM : VIỆC PHỤC VỤ NẤU ĂN CỦA BẠN GÁI.**



Ngày 08 tháng 03 hằng năm là dịp để chị em phụ nữ vùng lên giải phóng những gì ràng buộc chị em. Chị em đòi hỏi ***quyền bình đẳng với nam giới***, đòi được ***chia sẻ gánh nặng nội trợ*** bếp núc cho phái nam trong gia đình. Vậy chị em nữ giới có cần học biết cách nấu ăn và làm công việc nhà bếp hay không ?

**1) NHỮNG BẠN GÁI KHÔNG BAO GIỜ VÀO BẾP :**

- Ngày nay ở thành thị, cuộc sống lao động công nghiệp khá bận rộn đã đẩy nhiều chị em bạn gái ra khòi công việc bếp núc thường ngày. Các cô dành nhiều thời gian cho việc học hành làm ăn, và cả vui chơi giài trí nữa. Nhiều cô thuộc gia đình “quý tộc”, vốn là cục cưng của gia đình, nên được cha mẹ nuông chiều miễn cho việc bếp núc. Công việc chính yếu của các cô là học và… chơi, ăn và… ngủ !

- Nhiều nữ sinh viên đang theo học đại học hay đang làm việc cho các công ty kinh doanh thường hay thanh minh thanh nga rằng : ”Mình phải đi học đi làm cả ngày, lấy thời gian đâu mà lo việc bếp núc nấu nướng ?”. Giải pháp tốt nhất là đến bữa, chỉ cần đến tiệm cơm ăn một đĩa cơm phần hay gọi điện mua cơm hộp cho síp-pơ mang đến tận nhà là xong. Còn nếu đang ở chung với gia đình thì công việc phụ trách nấu bếp cứ yên chí, vì đã có “bà già” ở nhà lo giúp. Nếu thuê phòng sống một mình thì đã có sẵn đồ ăn nhanh : mì gói, đồ nguội mua trong siêu thị để sẵn trong tủ lạnh…

- Một bạn gái đang là sinh viên năm thứ ba ngành công nghệ thông tin đã vui vẻ kể lại kỷ niệm nấu ăn lần đầu của mình.

*Số là hôm đó, cô hứng chí vào bếp trổ tài nấu ăn cho cả nhà. Hậu quả là nồi canh thì nhạt thếch, cá chiên bị cháy khét, còn nồi cơm điện thì tới lúc cả nhà vào bàn ăn rồi mở nồi cơm ra vẫn còn y nguyên gạo và nước lã. Lý do là tại cô không biết thao tác khi nấu nồi cơm điện. Cô nghĩ chỉ cần vo gạo cho vào nồi và cắm nồi cơm vào ổ điện là xong, mà không biết còn phải nhấn thêm nút nấu nữa ! Hôm đó cô nàng đã bị bố mẹ “giũa” cho một trận nên thân. Có lẽ nhiều bạn gái chúng ta cũng sẽ rơi vào tình trạng giống như cô sinh viên trên nếu không biết trau dồi kỹ năng quan trọng của người phụ nữ là biết cách nấu các món ăn hằng ngày cho gia đình.*

**2) NHỮNG BẠN GÁI GIỎI VIỆC NỘI TRỢ :**

Hiện nay vẫn còn nhiều gia đình tại thành phố quan niệm : chuyện bếp núc nội trợ có vai trò rất quan trọng trong đời làm vợ và làm mẹ của các cô gái. Một cô bạn 20 tuổi làm thợ cắt uốn tóc đang sống ở một quận ven đô cho biết : “Ngay từ năm mình đang học lớp 9, bà già đã bắt mình phải đi chợ và vào bếp phụ nấu ăn hằng ngày cho gia đình. Đến năm lớp 10 mình đã có thể tự mình nấu ăn cho cả gia đình và còn đảm đang quán xuyến mọi việc khác trong nhà”. Cô cho biết mình ***cảm thấy thích thú khi được phục vụ bữa ăn*** cho cha mẹ và các anh chị em trong gia đình. Cô cũng thường dành thời gian rảnh rỗi để ***mua băng đĩa về nghiên cứu để trau dồi thêm kỹ năng chế biến các món đặc sản*** cho gia đình trong những dịp lễ tết. Cô cảm thấy tự hào khi có người khen tài nấu ăn của cô, sau khi họ được thưởng thức những món ăn ngon do chính tay cô phục vụ.

**3) HỌC NẤU ĂN ĐỂ CHUẨN BỊ HÔN NHÂN :**

Giá trị của người phụ nữ thường được tóm gọn trong bốn điều này là : CÔNG, DUNG, NGÔN, HẠNH. ***CÔNG gồm các môn nữ công gia chánh***. Dù thích làm bếp hay không, chúng ta cũng đều phải thừa nhận rằng : Hiện nay nhiều cô gái đua nhau ***đi học nấu ăn trước khi bước lên xe hoa*** về nhà chồng. Những lớp dạy nấu ăn ở các trung tâm phụ nữ thường có đông học viên là các bạn gái trẻ, nhất là vào thời gian cưới hỏi cuối năm. Không những học nấu ăn, các cô còn muốn học cả các môn nữ công khác như ***may vá thêu thùa, cắm bông*** để trang trí bày biện nhà cửa cho mỹ quan. Một cô nàng đang đọc tờ giới thiệu các khóa nữ ciông gia chánh tại Nhà Văn Hóa Phụ Nữ Thành Phố, đã vui vẻ tâm sự khi được chúng tôi hòi thích học môn gì nhất ? Cô đáp : “Em muốn học nhiều môn lắm. Nhưng không biết từ nay đến ngày cưới có kịp học hết các khóa đó không, vì chỉ còn ba tháng nữa là em đã phải lên xe hoa về nhà chồng rồi”.

**4. SINH HOẠT :**

***Nấu ăn ngon dễ hay khó*** ? Phài bắt đầu học nấu ăn vào ***thời điểm nào trong cuộc đời người con gái*** và ***học với ai*** ?

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin cho các chị em phụ nữ ý thức tầm quan trọng của các ***môn nữ công gia chánh, để trang bị các yếu tố cần để nên một người phụ*  nữ hoàn hảo về nhiều phương diện,** hầu tích cực chuẩn bị xây dựng hạnh phúc gia đình sau này.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**

**BÀI 110**

**BÀI HỌC TỪ CUỘC SỐNG - TRÁI ĐẰNG CỦA TÌNH YÊU NÓNG VỘI**

**1. LỜI CHÚA :** Chúa phán : **”Anh em hãy yêu thương nhau như Thầy đã yêu thương anh em”** (Ga 15,12).

**2. CÂU CHUYỆN : VỀ LỄ TÌNH NHÂN VA-LEN-THAI.**



Ngày 14 tháng 02 hằng năm là lễ kính thánh VA-LEN-TAI (Valentine), cũng là ngày quốc tế của các đôi tình nhân. Trong thời gian này, nhiều bạn đang dự tính mua quà có ý nghĩa nhất để tặng người yêu, đang khi nhiều bạn khác lại đang đau khổ vì bị tình phụ. Thực ra, cũng như các tai nạn thiên nhiên như núi phun lửa hay sóng thần…, các tai nạn rủi ro trong tình yêu nam nữ cũng có những điềm báo trước. Chỉ cần để ý một chút là các bạn có thể phòng tránh được. Thế nhưng tại sao nhiều bạn gái vẫn bị rơi vào tình trạng khủng hoảng là đau khổ bi lụy vì tình ?

**3. SUY NIỆM :**

Có nhiều nguyên nhân gây ra tình trạng đau khổ này, nhưng có lẽ nguyên nhân chính là sự nôn nóng trong quan hệ nam nữ, thường được được rút gọn trong câu : ***“Thứ nhất cự ly, thứ nhì tốc độ”*** như sau :

**1) NÔN NÓNG RÚT NGẮN “CỰ LI” KHÔNG GIAN :**

Ngày nay, các bạn trai bạn gái yêu nhau có sẵn phương tiện để rút ngắn không gian nhờ sự tiến bộ của công nghệ thông tin : Điện thoại smart phone, zalo, viber, facebook, twitter …. rất tiện cho các bạn trai bạn gái dễ dàng gặp nhau. Điều này không có gì nguy hại nếu các bạn gái ***phân biệt đâu là không gian ảo của công nghệ thông tin, đâu là không gian đời thường, để biết yêu và sống sao cho phù hợp hầu đem lại hạnh phúc và tránh bất hạnh cho bản thân sau này.*** Chính vì không phân biệt được tình yêu thật giả mà nhiều bạn gái đã rơi vào bẫy lừa đảo của những chàng sở khanh : Bọn này luôn tìm cách rút ngắn cự ly để mau đạt là chiếm đoạt thân xác người yêu và sau đó sẽ lặn sâu mất tích sau khi no mồi. Nên nhớ rằng một tình yêu thật sự luôn biểu lộ qua thái độ ***tôn trọng người yêu, tránh gây thiệt hại về thể xác và tinh thần cho người yêu và không dám làm điều trái ý của người yêu.***

**2) NÔN NÓNG RÚT NGẮN “TỐC ĐỘ” THỜI GIAN :**

Thay vì cần thời gian để tìm hiểu gia cảnh của nhau, biết về quan niệm xây dựng hạnh phúc gia đình của nhau…? thì không ít bạn gái đã cảm động khi nhận được món quà đắt tiền của những chàng trai hào hoa mới quen, rồi sau đó đáp lại bằng việc nhận lời đi chơi chung … và cuộc chơi thường kết thúc trong tình trạng say xỉn phải mướn phòng nghỉ tại khách sạn. Rồi “điều gì phải đến sẽ đến !!!”

Do đó bạn gái cần thận trọng cảnh giác khi được bạn trai mới quen tặng quà đắt tiền. Mối quan hệ của hai người phải được cha mẹ biết và chấp nhận mới nên nhận lời đi chơi với nhau và giới hạn thời gian trở về nhà. Tránh đến những nơi dễ sa đoạ như vũ trường... Nhất là cần cương quyết từ chối khi anh chàng biểu lộ tình cảm “siêu tốc”, đòi vượt qua giới hạn … để khỏi phải ôm hận suốt đời sau này.

**3) NÔN NÓNG RÚT NGẮN CÁC BIỂU HIỆU TÌNH CẢM :**

Biểu hiện của tình yêu nam nữ luôn phải có giới hạn. Chẳng hạn : Dù thân mật nồng thắm đến đâu thì đôi bạn cũng chỉ được nắm tay, hôn tóc hay ôm hôn trên mặt người yêu. Riêng việc hôn môi chỉ dành cho thời kỳ đính hôn mới được thực hiện. Nên nhớ rằng : Từ việc hôn môi đến quan hệ tình dục chỉ cách một bước ngắn. Do đó, các bạn gái cần giữ giới hạn biểu hiệu của tình yêu nam nữ. Nên nhớ rằng : Các bạn trai ví như tài xế, luôn nôn nóng vượt qua đèn đỏ để được thoả mãn tình dục. Còn bạn gái lại như cảnh sát giao thông. Bao lâu cô còn cảnh giác thì bạn trai sẽ không dám vượt qua. Nhưng nếu cô tỏ thái độ dễ dãi thì giống như đã bật đèn vàng hay đèn xanh và chắc nhiều bạn trai sẽ không bỏ lỡ cơ hội vượt qua vòng lễ giáo.

TÓM LẠI : Khát vọng yêu và được yêu là chính đáng. Nhưng các bạn cần nghe lời người xưa là : ***”Dục tốc bất đạt”*** hoặc ***“bạo phát bạo tàn”.*** Các bạn trẻ không được nôn nóng đốt cháy giai đoạn từ tình cảm yêu đương sang quan hệ tình dục. Hãy kiên nhẫn tìm hiểu nhau, để quả cây tình yêu có đủ thời gian phát triển và tới ngày chín, thì mới hy vọng tận hưởng được hương vị ngon ngọt của nó. Đừng nôn nóng vội hái trái xanh. Vì bấy giờ các bạn sẽ chỉ nhận được hương vị chua chát đắng cay như : dễ khinh thường nhàm chán nhau, dễ mang bầu dẫn đến phá thai.

**4. SINH HOẠT :** Để tình yêu nam nữ đạt được hôn nhân hạnh phúc thì đòi hai bạn trẻ phải có tình yêu thương nhau thực sự, phải cùng nhau bảo vệ tình yêu trong sáng và ngày một phát triển bền vững. Vậy bạn gái cần làm gì *để luôn được bạn trai tôn trọng và để tránh vượt qua giới hạn dẫn đến quan hệ tình dục* trước hôn nhân *?*

**5. LỜI CẦU :**

Lạy Chúa Giê-su. Xin ban cho các bạn trẻ đang yêu biết ý thức giá trị của tình yêu là phải biết ***hy sinh quên mình để tạo hạnh phúc cho người mình yêu.*** Xin cho hai bạn trẻ đang yêu biết làm chủ bản thân, để ***tránh gặp nhau tại nơi vắng vẻ, hoặc lại chọn sỗng “góp gạo thổi cơm chung” khi dọn về sống trong cùng phòng trọ***, vì sẽ dễ dàng dẫn đến quan hệ bất chính vượt qua vòng lễ giáo.- AMEN.

**LM ĐAN VINH – HHTM**