

# NGẮM

## 15 SỰ THƯƠNG KHÓ ĐỨC CHÚA GIÊSU

Sau mỗi Ngắm hát 1 câu và ĐK  
Dùng chung cho Ngắm 5 Dấu Thánh



1/ Chúa Giê - su viếng thăm bạn hữu của mình

Là - za - rô Chúa đã cứu sống năm xưa

Ma - ri - a xúc dầu thơm vào chân Chúa

như dầu tiên tri chỉ việc táng xác Chúa Con

ĐK: Lấy Mẹ rất thánh xin khắc ghi vào lòng con năm Dấu

Thánh Con Chúa từ nhân Xin giúp chúng

con thông hiệp với muôn nhục hình đến bù bao tội

lỗi thế gian xúc phạm đến Cha

2. (Hát) Giữa bữa ăn, Chúa đi rửa chân Tông đồ, Ngài nêu gương quên mình để sống khiêm nhu. Xin giúp con chuyên cần thực hành bác ái. Như Chúa nêu gương hạ mình xuống giữa anh em.
3. (Hát) Chúa Giêsu, trước khi từ giã cõi trần, Cùng môn sinh dự tiệc Thánh lễ vượt qua. Rượu bánh thơm biến đổi nên Thịt Máu Chúa. Bí tích diệu huyền, tỏ lòng Thiên Chúa yêu thương.
4. (Hát) Chúa Giêsu đón đau sầu héo tâm hồn, Ngài dâng kinh nguyện cầu cùng Chúa trên cao. Ôi Chúa Cha, nếu được xin bỏ chén đắng. Nhưng hãy xin cho vẹn tròn Thánh ý cao sâu.
5. (Hát) Chúa Giêsu cố sao bị bắt trong vườn, Vì Giuđa học trò bội tín vong ân, Vói cái hôn môn đệ bán Thầy chí ái. Xin hãy giúp con, đừng để con sống vô ơn.
6. (Hát) Chúa Giêsu tiến ra trình trước Công Nghị, Và tuyên xưng chính mình là Đức Ki-tô, Là Chúa con mai này xét xử thế giới. Xin xót thương con vào ngày phán xét mai sau.
7. (Hát) Chúa Giêsu tới dinh Tổng trấn nhu nhược, Tội tình chi? Sao Ngài nhận án bất công, Xin giúp con can trường giữa đời sóng gió. Theo Chúa trung kiên, cuộc đời dầu lắm thương đau.
8. (Hát) Chúa Giêsu, Đức Vua bị dân khước từ, Dạy cho con bước đường khổ giá thương đau, Con quyết tâm theo Ngài trên đường thương khó. Xin hãy đỡ nâng cuộc đời sỏi đá oan khiên.
9. (Hát) Chúa Giêsu, mào gai nhục nhã trên đầu Ngài là Vua uy quyền trên khắp muôn dân, Gương Chúa xưa khiêm nhường gánh tội nhân thế. Xin hãy giúp con học đòi gương sống khiêm nhu.
10. (Hát) Chúa Giêsu đón đau nhận án tử hình, Ngài lặng thinh, không hề oán trách than van. Dân Chúa xưa kêu gào kết tội cho Chúa,. Xin thứ tha cho mọi tội lỗi chôn đương gian.
11. (Hát) Chúa Giêsu vác cây Thập giá lên đường, Dạy cho con biết chịu thử thách đau thương, Con gắng suy Chúa chịu trăm chiều thử thách, Khi thấy Đức Mẹ lòng người bao xiết đón đau.
12. (Hát) Chúa Giêsu tới nơi lính bị lột trần, Ngài dang tay cho đoàn quân lính đóng đinh, Con khẩn xin Đức Mẹ xưa kề bên Chúa, Thương giúp chúng con ngày yêu mến Chúa hơn
13. (Hát) Chúa Giêsu, Đấng xưa đã hứa Thiên đàng, Đầy khoan nhân thương người trộm biết ăn năn, Con khẩn xin Cha lành rửa tình thương xót, Xin giúp chúng con thật lòng sám hối ăn năn.
14. (Hát) Chúa Giêsu trút hơi thở trên thập hình, Và sinh ra Giáo hội thân mẫu chúng con, Con đắm say ngắm nhìn Nước và Máu Thánh, Nơi trái tim yêu, nguồn mạch Bí tích cao siêu.
15. (Hát) Các Thánh nhân tháo đánh hạ xác Thánh Ngài, Dùng khăn tang ngậm ngùi liệm xác trong hang, Bao nhớ nhung mong chờ đến ngày vinh thắng, Chúa sống lại rồi, khổ sầu biến nên vinh quang

**NGẮM MUỖI LĂM SỰ THƯƠNG KHÓ ĐỨC CHÚA GIÊSU  
THƯƠNG ÔI CON ĐỨC CHÚA TRỜI RA ĐÒI CHỊU TRĂM NGHÌN SỰ  
THƯƠNG KHÓ  
CHO ĐÈN CHẾT VÌ TỘI THIÊN HẠ.**

**THỨ NHẤT THÌ NGẮM  
CHÚA GIÊSU ĐƯỢC XỨC DẦU THƠM.**

Sáu ngày trước lễ vượt qua, Chúa Giêsu đến làng Bêtania, nơi anh Lazarô đã chết, được Ngài cho sống lại. Tại đây, người ta dọn tiệc thết đãi Ngài. Chị Marta hầu bàn, còn cậu em Lazarô là một trong những kẻ đồng bàn với Ngài.

Lúc bấy giờ, cô em là Maria lấy một bình dầu thơm, xúc vào chân Chúa Giêsu rồi lấy tóc mình mà lau, hương thơm tỏa đầy nhà.

Một môn đệ tên là Giuđa, kẻ sẽ nộp Ngài liền nói rằng: “Sao không bán dầu thơm đó lấy ba trăm đồng cho người nghèo khó?”

Chúa Giêsu nói rằng: “Thôi thôi, hãy để cho cô ấy làm công việc cô ấy là hơn. Chân Thầy có xúc dầu thơm, dầu thiêng liêng xác mà chôn cất Thầy.”

Đoạn Chúa Giêsu nói với các môn đệ: “Vì các con sẽ có người nghèo bên cạnh luôn, còn Thầy các con sẽ không gặp mãi đâu”.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã yêu thương chúng con cách nồng nàn tha thiết. Xin cho chúng con nên hương thơm của Chúa, cùng làm cho mọi người biết tôn vinh và yêu mến Chúa. Amen

*- Kinh Lạy Cha – Kinh kính mừng – Kinh Sáng danh*

*- Cộng đoàn hát:*

*1. Chúa Giêsu viếng thăm bạn hữu của mình, Lazarô Chúa đã cứu sống hôm nao.  
Maria xúc dầu thơm vào chân Chúa, Như dấu tiên tri chỉ việc táng xác Chúa con.  
ĐK (từ ngắm 1-15): Lạy Mẹ rất Thánh, Xin khắc ghi vào lòng con. Năm dấu Thánh Con Chúa từ nhân, Xin giúp chúng con, Thông hiệp với muôn nhục hình,  
Đền bù bao tội lỗi, Thế gian xúc phạm đến Cha.*

**THỨ HAI THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU RỬA CHÂN CHO CÁC MÔN ĐỆ**

Khi đã rửa chân cho các môn đệ rồi, Chúa Giêsu mặc áo lại, trở về chỗ và nói: Các con có hiểu việc Thầy vừa làm không? Nếu là Thầy và là Chúa mà còn rửa chân cho các con, thì các con cũng phải rửa chân cho nhau.

Đoạn Chúa Giêsu bảo các ông rằng: Gương Thầy nay đã nêu cao. Các con bắt chước mà theo Thầy làm.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu Kitô, Chúa đã ban cho chúng con điều răn mới, để chúng con yêu thương nhau như Chúa đã yêu thương chúng con. Xin cho chúng con có lòng yêu thương nhau, hầu mọi người nhận biết chúng con là môn đệ Chúa. Amen

### THỨ BA THÌ NGĂM CHÚA GIÊSU LẬP PHÉP THÁNH THỂ.

Trong bữa ăn tối hôm ấy, Chúa Giêsu cầm lấy bánh, đọc lời chúc tụng, bẻ ra, trao cho các môn đệ và nói rằng: Các con cầm lấy mà ăn, này là mình Thầy.

Đoạn Chúa Giêsu nói tiếp rằng: Thầy bảo thật, bao lâu còn sống, rượu nho Thầy không uống nữa đâu, tới khi về chốn trời cao, rượu nho Thầy uống dạt dào Thần linh.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu cho tới ngày Chúa đến, mỗi lần ăn bánh và uống chén này, chúng con loan truyền việc Chúa sống lại. Xin đừng để chúng con ăn bánh và uống chén của Chúa cách bất xứng, mà xúc phạm đến mình và máu Chúa. Amen

### THỨ BỐN THÌ NGĂM CHÚA GIÊSU CẦU NGUYỆN TRONG VƯỜN.

Lúc bấy giờ, Chúa Giêsu đi với các môn đệ, tới một thửa vườn gọi là Giếtsimani và nói với các ông rằng: Các con ở lại đây, Thầy đến đằng kia cầu nguyện.

Đoạn Chúa Giêsu đưa theo ba môn đệ: Một là Phê-rô, hai là Giacôbê, ba là Gioan. Ngài bảo các ông rằng: Hãy ở lại đây mà thức với Thầy.

Tiến xa hơn một chút, Ngài sắp mặt xuống cầu nguyện: “Cha ơi, xin cất chén đắng này cho con, nhưng xin đừng theo ý con, hầu cho ý Cha nên tròn thì hơn”.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu Kitô, khi còn sống kiếp phàm nhân, Chúa đã cầu khẩn cùng Chúa Cha. Xin cho chúng con noi gương Chúa mà học biết vâng theo ý Cha trên trời, trong mọi cơn gian nan khốn khó. Amen

### THỨ NĂM THÌ NGĂM CHÚA GIÊSU BỊ BẮT TRONG VƯỜN.

Khi Chúa Giêsu đang cầu nguyện, thì Giuđa cùng với đám đông, mang theo gươm giáo và gậy gộc, do các thượng tế và kỳ lão sai đến. Trước đó, tên phản bội đã ra hiệu cho chúng rằng:” Hễ tôi hôn ai, thì chính đó là Người. Các ông hãy bắt lấy và điệu đi cho cẩn thận”.

Vừa đến, nó liền tới gần và nói: “Chào Thầy, rồi nó hôn Ngài, thế là chúng xông vào bắt Ngài.

Chúa Giêsu nói với chúng rằng: Các ngươi cầm gươm giáo và gậy gộc đi bắt ta như bắt tên cướp. Hằng ngày, Ta giảng dạy giữa các ngươi mà sao không bắt Ta? Như thế là ứng nghiệm lời Kinh Thánh.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu Kitô, Chúa đã làm gì cho chúng con mà chúng con phản nghịch cùng Chúa? Xin cho chúng con biết sống với Chúa và ban Thánh Thần để chúng con vững lòng gắn bó với Chúa. Amen

## THỨ SÁU THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU RA TRƯỚC CÔNG NGHỊ.

Giêsu con Chúa uy quyền Nhận thân tội tớ phạt hèn khổ đau

Tối hôm ấy, khi Ngài bị đem ra trước Công nghị, thì có hai người đến cáo gian rằng: Người này đã nói: Ta có thể phá đền thờ Thiên Chúa và xây dựng lại trong ba ngày.

Thầy Chúa Giêsu thình lạng, vị thượng tế liền nói rằng: Nhân danh Thiên Chúa hằng sống, tôi truyền cho Ông nói cho chúng tôi biết: Ông có phải là con Thiên Chúa không?

Chúa Giêsu trả lời: “Phải, Ông nói đúng! Rồi đây Ông sẽ thấy Con Người ngự bên hữu Đấng toàn năng và sẽ đến trên đám mây trời”.

Bấy giờ vị thượng tế xé áo mình ra và nói: Nó đã lộng ngôn, chur vị nghĩ sao?

Họ đáp lại: Nó đáng chết!

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu, đã đến giờ kẻ sát hại Người công chính tưởng thể là tôn thờ Thiên Chúa. Xin cho chúng con luôn nhớ lời Chúa và trung thành với Chúa luôn mãi. Amen

## THỨ BẢY THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU NƠI TÒA ÁN PHILATÔ.

Khi công nghị giải Chúa Giêsu đến tòa Philatô, thì họ bắt đầu tố cáo rằng: Chúng tôi đã thấy người này xúi giục dân nổi loạn, ngăn cản nộp thuế cho Hoàng đế và xưng mình là Kitô Vua.

Sau khi đã thẩm vấn Chúa Giêsu, quan Philatô nói với dân chúng rằng: “Ta không thấy người này có tội!”

Nhưng họ cố nài ép rằng: “Người này đã làm náo động dân chúng, giảng dạy khắp xứ Giuđêa, bắt đầu từ Galilê”.

Khi biết Chúa Giêsu thuộc quyền Hêrôđê, thì quan sai giải Ngài đến nhà vua. Nhưng vua Hêrôđê cùng quân lính khinh dể và nhạo báng Ngài.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu, nhờ máu Ngài đổ ra trên Thập giá. Xin cho chúng con được cảm thấy hạnh phúc mỗi khi chia sẻ số phận với Chúa trong đau thương, nghèo khổ, sỉ nhục và Thập giá Chúa. Amen

## THỨ TÁM THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU BỊ DÂN KHƯỚC TỪ.

Vào dịp lễ, quan Philatô có thói quen phóng thích một người tù. Dân chúng lên xin quan ân xá như thông lệ. Vậy quan Philatô hỏi rằng: “Các người có muốn ta phóng thích Vua dân Do Thái không?”

Nhưng các thượng tế xúi dân xin tha Baraba.

Quan Philatô nói với họ: “Vậy đối với Vua Do Thái, ta phải làm chi?”

Họ kêu lên rằng: “Đóng đinh nó đi!”

Muốn chiều lòng dân, quan Philatô tha Baraba, rồi trao Chúa Giêsu cho họ đánh đòn.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu, là đường, sự thật và sự sống. Chúa đã dạy

chúng con: Sự điên rồ của Thiên Chúa còn hơn sự khôn ngoan của loài người, sự yếu hèn của Thập giá thì mạnh hơn thiên hạ. Xin cho chúng con biết mến yêu sự khôn ngoan của Thập giá Chúa. Amen

### THỨ CHÍN THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU ĐỘI VÒNG GAI.

Khi ấy, quan Philatô lấy nước rửa tay trước mặt dân chúng và nói rằng: “Ta vô can về máu Người công chính này”

Toàn dân đáp lại: “Hãy để máu nó đổ trên đầu chúng tôi và trên con cháu chúng tôi”.

Lúc bấy giờ lính tổng trấn điệu Chúa Giêsu vào tiền đường, lột áo ngoài ra, khoác cho Ngài chiếc áo choàng đỏ, rồi cuốn một vòng gai đặt trên đầu Ngài. Trao vào tay Ngài một cây sậy, quỳ trước mặt Ngài mà nhạo báng rằng: “Tâu Vua Do Thái”.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu Ki-tô, Chúa đã vì chúng con mà chịu người ta sỉ nhục, mang vào thân tụi hồ và cực hình. Xin cho chúng con không thẹn thùng vì Chúa, nhưng biết vững lòng trông cậy Chúa. Amen

### THỨ MƯỜI THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU NHẬN ÁN BẮT CÔNG.

Khi quan Philatô tìm cách tha Chúa Giêsu, thì người Do Thái kêu lên rằng: “Nếu Ông tha cho nó, thì Ông không phải là trung thần của Hoàng đế. Vì ai xưng mình là Vua, kẻ đó chống lại Hoàng đế”.

Vừa nghe lời ấy, quan Philatô liền cho điệu Chúa Giêsu ra ngoài, đặt Ngài ngồi trên tòa, nơi gọi là nền đá.

Lúc ấy là khoảng mười hai giờ trưa, ngày chuẩn bị Lễ Vượt qua. Quan Philatô bảo dân chúng rằng: “Đây là Vua các người!”

Nhưng họ la to: “Giết, giết, đóng đinh nó đi!”

Quan Philatô hỏi lại: “Ta đóng đinh Vua các người sao?”

Các thượng tế trả lời: “Chúng tôi không có Vua nào khác, ngoài Hoàng đế Cêsarê”.

Bấy giờ, quan trao Ngài cho họ đem đi đóng đinh.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu là Vua các vua và Chúa các chúa, là Đấng duy nhất đem lại sự sống đời đời. Xin cho chúng con được trung thành theo Chúa luôn mãi. Amen.

### THỨ MƯỜI MỘT THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU TRÊN ĐƯỜNG THƯƠNG KHÓ.

Chúa mang Thập giá trên vai, Đường xa dốc thẳm, chân tay rã rời Nên khi gặp một người xứ Kyrênê, tên là Simon, từ ngoài đồng về. Quân lính buộc Ông làm phu vác thập giá theo sau Ngài.

Khi thấy thân Ngài bầm tím muôn nơi, thì mấy phụ nữ ngậm ngùi lệ sa. Ngài nói rằng: “Chớ khóc thương Ta, nhưng thương con cháu trong nhà các người. Vì cây tươi mà người ta xử thế này, thì cây khô sẽ ra sao?”

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu Kitô, Chúa đã thương đoàn dân đi theo Chúa, bơ vơ như chiên không có người chăn. Xin Chúa thương xót chúng con. Amen

### THỨ MƯỜI HAI THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU CHỊU ĐÓNG ĐINH.

Khi đến nơi gọi là Gò Sọ, thì quân lính đóng đinh Chúa Giêsu vào thập giá, lúc bấy giờ Ngài than thở rằng : “Lạy Cha, xin Cha tha cho họ, vì họ không biết việc họ làm”.

Khi quân lính rút thăm chia nhau áo Ngài, thì dân chúng đứng đó nhìn xem, còn các thượng tế nhạo báng rằng: “Nó đã cứu được kẻ khác, thì hãy cứu mình đi, nếu thật là Đức Ki-tô, Người được Thiên Chúa tuyển chọn”.

Quân lính đưa giăm cho Ngài uống, và chế giễu rằng: “Nếu Ông là Vua Do Thái, hãy cứu mình đi”.

Chúng cũng đặt phía trên đầu Ngài bản án: “Giêsu Nazarét Vua dân Do Thái”.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu là Vua, Chúa đã thí mạng sống vì chúng con. Xin cho chúng con biết thí mạng sống vì anh em, đừng để chúng con yêu thương bằng đầu môi chóp lưỡi, nhưng yêu thương bằng việc làm, như Chúa đã dạy chúng con. Amen (Lc 23,

### THỨ MƯỜI BA THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU HỨA THIÊN ĐÀNG.

Khi ấy cùng với Chúa Giêsu, có hai tên gian ác bị điệu đi giết. Một trong hai bị đóng đinh nhức mắng Ngài rằng: “Nếu Ông là Đức Kitô, hãy cứu mình và cứu chúng tôi nữa”.

Đổi lại, tên kia mắng nó rằng: “Mi chịu cùng một án, mà chẳng sợ Thiên Chúa sao? Phần chúng ta, như thế này là đích đáng. Vì chúng ta chịu xứng với việc mình làm. Còn Ông này có làm gì xấu đâu !”

Rồi anh ta thưa với Chúa Giêsu rằng: “Lạy Ngài, khi nào về nước Ngài, xin nhớ đến tôi”.

Chúa Giêsu đáp lại: “Này đây, ta bảo thật: Hôm nay, ngươi sẽ lên Thiên đàng với Ta”.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu, Chúa đã muốn Chúa ở đâu thì chúng con sẽ ở đó. Xin thanh tẩy lòng chúng con, để chúng con cùng biết nồng nàn khao khát kết hợp với Chúa. Amen

### THỨ MƯỜI BỐN THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU CHẾT TRÊN THẬP GIÁ.

Lúc bấy giờ, Chúa Giêsu thấy Mẹ và môn đệ Ngài yêu đứng bên Thập giá thì nói cùng Mẹ: “Thưa Bà, này là con Bà !”

Đoạn Ngài lại nói với môn đệ: “Đây là Mẹ con!”

Sau đó, vì biết mọi sự đã hoàn tất, để lời Kinh Thánh được ứng nghiệm, Chúa Giêsu kêu lên rằng: “Ta khát!”

Ở đó, có một bình đầy giấm. Họ liền lấy miếng bông biển thấm đầy giấm, rồi cài vào cành hương thảo và đưa lên miệng Ngài.

Khi đã nếm giấm rồi, Chúa Giêsu nói rằng: “Mọi sự đã hoàn tất !” Đoạn gục đầu xuống, Ngài trút hơi thở cuối cùng.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu, xin cho chúng con xoa dịu cơn khát của Chúa. Xin nhận lấy linh hồn chúng con trong cơn khát cực độ của Chúa, đừng để sự chết của Chúa nên vô ích cho chúng con Amen.

### THỨ MƯỜI LĂM THÌ NGẮM CHÚA GIÊSU ĐƯỢC MAI TÁNG TRONG MỒ.

Gió mây sa lệ u buồn, Biển sông cảm động núi non rụng rời. Khóc thương Con Đức Chúa Trời Đấng nay đã chết vì người thế gian

Thấy vậy viên bách quan run sợ và nói: “Đích thật người này là Con Thiên Chúa!”

Một tên lính lấy đồng đâm cạnh sườn Ngài, tức thì máu cùng nước chảy ra.

Được phép Philatô, hai môn đệ là Giuse và Nicôđêmô hạ xác Chúa Giêsu xuống mà trao Đức Mẹ, rồi liệm trong khăn và táng trong mồ, nơi chưa từng chôn cất ai.

Khi ngắm bấy nhiêu sự thì nguyện một kinh Lạy Cha, một kinh Kính mừng, đoạn ta hãy nguyện rằng: Lạy Chúa Giêsu, nay con dọn lòng rước Chúa, xin hãy đến ngự trong linh con. Nguyện cho ngày hôm nay và hết mọi ngày trong cuộc sống, con biết cố gắng mến yêu, để một ngày kia, được sống lại với Chúa. Amen.

**XXX**



# NGẮM

## NĂM DẤU THÁNH CHÚA GIÊSU SÁU KINH LẠY CHA – SÁU KINH KÍNH MỪNG CHIA RA LÀM SÁU PHẦN



### + Thứ Nhất thì ngắm:

Chúa Giêsu nhận Dấu Thánh nơi tay tả  
Bàn tay đã từng lao động trong Gia Thất  
Nay chịu đóng đinh vào Thập Giá  
Ngắm rằng:  
Chúa Giêsu bị khinh khi, giống như bị phé bỏ  
Và trở nên ốm yếu hầu như so bại  
Sầu khổ chúng ta Chúa thương gánh đỡ  
Nhờ thương tích Chúa mà chúng ta nên lành (Ys. 53, 3-7)  
Khi ngắm sự ấy thì nguyện một kinh Lạy Cha  
Ân sủng và bình an cho chúng ta  
Do Thiên Chúa là Cha chúng ta  
Cũng là Cha của Đức Giêsu Kitô  
Ngài đã ban cho chúng ta đôi tay để làm việc  
Như ban cho chim có cánh để bay  
Cùng nguyện một kinh kính mừng  
Thương nhớ đến Đức Mẹ đã cùng Thánh Giuse  
Thông phần đau khổ với Chúa Giêsu  
Để mưu ích cho Hội Thánh Người  
Xin cho chúng con suy gẫm sự đau khổ  
Nơi tay Chúa Giêsu và dùng bàn tay lao động  
Để xây dựng gia đình trong tình mến thương. Amen

### *Kinh Lạy Cha*

### *Cộng đoàn hát:*

Chúa Giêsu Đấng xưa dùng chính tay mình  
cùng Giuse với Mẹ chí Thánh lao công  
nay dấu đinh đâm vào gây nhiều đau đớn  
xin giúp con luôn làm việc nâng đỡ anh em

## + Thứ Hai thì ngắm:

Chúa Giêsu nhận Dấu Thánh nơi tay hữu  
Bàn tay thường chúc lành cho trẻ thơ  
Nay chịu đóng đinh vào Thập giá  
Ngắm rằng:  
Thịt xương Chúa như nát tan hết  
Vì tấm thân Chúa gục ngã trên đường  
Người bị nhốt mãi trong bóng tối  
Dường như kẻ đã chết từ bao nhiêu đời (Ai. 3, 4-6)  
Khi ngắm sự ấy thì nguyện một kinh Lạy Cha  
Chúc tụng Thiên Chúa là Cha chúng ta  
Ngài đã chúc lành cho chúng ta  
Bằng Thần khí của Chúa Giêsu (Eph. 1-3)  
Cùng nguyện một kinh kính mừng  
Thương Đức Mẹ đã vất vả với Thánh Giuse  
Để dưỡng nuôi Chúa Giêsu trong thời thơ ấu  
Nay thấy Con chịu đóng đinh nơi tay hữu  
Thì đau đớn trong lòng như gươm sắc đâm thấu  
Xin cho bậc cha mẹ biết giáo dục con mình  
Để chúng thánh thiện theo ý Chúa Amen

### *Cộng đoàn hát:*

Chúa Giêsu! Vết đinh đã thấu tay Người,  
vì tội con đã là nguyên cớ đau thương,  
gây đớn đau cho người đang cùng chung sống,  
Xin giúp chúng con hòa mình với các anh em



### **+ Thứ Ba thì ngắm:**

Chúa Giêsu nhận Dấu Thánh nơi chân tả  
Bàn chân từng rao giảng khắp nơi  
rao giảng Tin mừng cho người nghèo khó  
nay chịu đóng đinh vào Thập giá vì chúng con  
Ngắm rằng:  
vào những ngày còn trong thân xác  
Chúa Giêsu đã dâng lên Chúa Cha  
lời cầu xin với nước mắt  
và học cho biết vâng phục  
một khi đã thành toàn  
Ngài nên nguyên nhân cứu rỗi  
cho những kẻ phục tùng Ngài (Hi. 5, 7-9)  
Khi ngắm sự ấy thì nguyện một kinh Lạy Cha  
Tôn vinh Chúa Cha đã đặt Chúa Giêsu  
Làm trung gian để giao hòa chúng ta với Ngài  
Cùng nguyện một kinh kính mừng  
Thương Đức Mẹ đã sát cánh với Thánh Giuse  
Trong việc bênh vực Chúa Giêsu  
Khỏi bàn tay ác quyền của Vua Hêrôđê  
Xin cho chúng con biết bênh vực những người nhỏ bé  
Yếu hèn giữa xã hội chúng con Amen

*Kinh Lạy Cha Cộng đoàn hát:*

Chúa Giêsu! Khắp nơi truyền bá Tin mừng,  
mà giờ đây chân Ngài bị lính đóng đinh,  
xin đỡ nâng những người khó nghèo yếu đuối,  
giúp chúng con luôn trọn tình nâng đỡ anh em

### **Thứ Bốn thì ngắm:**

Chúa Giêsu nhận Dấu Thánh nơi chân hữu  
Bàn chân đã từng đi khắp nơi để kêu gọi  
Những người tội lỗi ăn năn hối cải  
Nay chịu đóng đinh vào Thập giá vì tội nhân

Ngắm rằng:  
Chúa Giêsu đã bị giết  
Và đã lấy Máu đào chuộc về cho Thiên Chúa  
Muôn người thuộc mọi chi tộc và ngôn ngữ  
Mọi nước và mọi dân

Khi ngắm sự ấy thì nguyện một kinh Lạy Cha  
Đội ơn Thiên Chúa Cha  
Đấng đã ban ơn toàn thắng cho chúng ta  
Nhờ Đức Giêsu Kitô

Cùng nguyện một kinh kính mừng  
Thương Đức Mẹ đã đứng bên Thập giá  
Chứng kiến việc Chúa Giêsu hoá cái người trộm lành

Xin cho những tội nhân trong gia đình  
Và giáo xứ chúng con  
Được sưởi ấm bằng tình thương tha thứ của Chúa Amen

*Kinh Lạy Cha - Kính mừng - Sáng danh  
Cộng đoàn hát:*

Chúa Giêsu! Đấng xua rảo khắp nẻo đường,  
tìm tội nhân đưa về cùng Chúa yêu thương.  
Xin Chúa nay kêu gọi những người tội lỗi,  
con khẩn xin ơn, nhờ việc Chúa chết yêu thương



**Thứ Năm thì ngắm:**

Chúa Giêsu nhận Dầu Thánh nơi cạnh sườn  
Từ nơi đây, phát sinh các Bí tích của Hội Thánh  
Ngắm rằng:  
Khi ấy! Người lính thấy Chúa Giêsu đã chết  
Thì không đập bể ống chân Ngài nữa  
Nhưng lấy đồng đâm ngay cạnh sườn Ngài  
Tức thì Máu cùng Nước chảy ra (Ga. 19, 33-34)  
Khi ngắm sự ấy thì nguyện một kinh Lạy Cha  
Tạ ơn Chúa Cha trong mọi dịp  
Vì đó là Thánh ý Người về chúng ta trong Chúa Giêsu  
Cùng nguyện một kinh kính mừng  
Thương Đức Mẹ đã dõi theo Con mình  
Cho tới lúc đứng kề bên Thập giá  
Thấy Con bị đâm thấu qua trái tim  
Xin cho chúng con được mạnh mẽ trong Đức Tin  
Vững vàng trong Đức Cây  
Và nồng nàn trong Đức Mến  
Để đáp tình Chúa yêu thương chúng con Amen

*Kinh Lạy Cha*  
*Cộng đoàn hát:*

Chúa Giêsu! Trái tim bị lính đâm thấu,  
mở cho con kho tàng Bí tích thương yêu.  
Xin giúp con luôn tìm đến bàn tiệc thánh,  
chiêm ngắm Chúa yêu, nguồn mạch ân phúc cao siêu



**Thứ Sáu thì ngắm:**

Chúa Giêsu nhận thương tích do mào gai  
Roi đòn cùng vết đinh  
Ngắm rằng:  
Chúa Giêsu chứng nhân trung thành  
Trưởng tử các vong linh  
Thủ lãnh các đế vương cõi đất  
Ngài đã yêu mến chúng ta  
Giải thoát ta khỏi các tội trong Máu Thánh Ngài  
Ngài đã đến trên áng mây trời  
Mọi mắt phàm sẽ trông thấy Ngài  
Cả những kẻ đâm Ngài  
Ngài phán: “Kíp đây Ta sẽ đến” (Kh. 1, 3-7)  
Khi ngắm sự ấy thì nguyện một kinh Lạy Cha  
Tạ ơn Thiên Chúa Cha chúng ta  
Nhờ Chúa Giêsu Kitô chúng ta được  
Thông phần mình vào Mầu Nhiệm Người  
Cùng nguyện một kinh kính mừng  
Nhớ đến Đức Mẹ và Thánh Giuse  
Là những Đấng đã góp công  
Vào việc cứu độ của Con Thiên Chúa  
Xin cho chúng con được trung thành với Chúa  
Đề cùng Người hưởng hạnh phúc luôn mãi Amen

*Kinh Lạy Cha*  
*Cộng đoàn hát:*

Chúa Giêsu! Vết thương ngập khắp thân mình,  
vì mào gai, roi đòn với những dấu đinh.  
Xin giúp con ngắm nhìn Chúa và Hội thánh,  
luôn biết hy sinh hiệp cùng thương tích Chúa xưa

## NGẮM THÂN DẤU ĐANH

Ôi! Lạy Chúa là Vua vũ trụ  
Đáng cầm quyền sinh tử mọi loài  
Mũi đanh đâm lũng đôi tay  
Đắt con qua khỏi những ngày truân chuyên

Vì tổ tiên giờ tay hái trái  
Tội tham ăn phải trái không suy  
Gieo muôn tục lụy hiểm nguy  
Tay Ngài Máu chảy cũng vì tội con  
Đôi chân Chúa mõi mòn lao nhọc  
Rảo khắp nơi cứu độ thế trần  
Con người bội nghĩa vong ân  
Lấy đanh sắt – đóng đôi chân Chúa  
Chúa Giêsu muôn đời con mến  
Chân con đây sẽ đến những nơi  
Có người nghèo khó trên đời  
Thương yêu, giúp đỡ với lời ủi an  
Thánh tâm Chúa hồng ân chuyên chở  
Như con tàu che chở chúng con  
Giữa cơn bão táp dập dôn  
Nước và Máu, ở cạnh Sườn chảy ra

Dẫn con về cùng Cha nhân ái  
Để cùng Ngài mãi mãi bên Cha  
Thánh Thần lửa Mến chan hòa  
Biến con nên một khúc ca muôn đời Amen

