



## Mục Vụ

Tháng 08 – 2018

Anh chị em thân mến,



Trong thời gian này nhiều anh chị em đã và đang đi hành hương kính viếng nhiều thánh địa. Có những anh chị em khác đã nhân cơ hội kỳ hè để thăm viếng những người thân quen. Lại có những anh chị em sử dụng thời gian kỳ hè để tham gia các khóa tĩnh tâm, học hỏi về đạo lý. Chúng ta nhờ đó có kinh nghiệm rằng, chính thời giờ rảnh

rỗi giúp chúng ta sống phẩm giá con người nhiều hơn. Nếu con người chỉ lao động mà không có giờ nghỉ ngơi, thì cuộc sống không hơn gì các động vật khác. Nhưng chính việc biết sử dụng thời gian nghỉ ngơi mới thấy giá trị con người còn lớn hơn việc làm ra của cải. Nhờ có thời gian rảnh rỗi chúng ta có nhiều cơ hội hơn để nghĩ đến anh chị em khác, nghĩ đến thân nhân, bạn bè. Nhờ có thời gian rảnh rỗi nghỉ ngơi chúng ta có cơ hội nghĩ đến những giá trị tinh thần cao hơn. Chúng ta cảm tạ Chúa đã ban cho chúng ta thời gian kỳ hè nghỉ ngơi.

Tùy hoàn cảnh của mỗi người mà mỗi con người tổ chức việc nghỉ ngơi của mình cho xứng hợp. Cũng chính trong mục đích gìn giữ con người có cơ hội sống đúng phẩm giá làm người của mình mà Thiên Chúa đã truyền cho con người phải dành cho Chúa một ngày trong 7 ngày của một tuần. Đó là ngày Chúa Nhật. Nếu chúng ta sống ngày Chúa Nhật thì người được hưởng lợi trước tiên chính là con người chứ không phải Thiên Chúa. Thiên Chúa thiết lập ngày Chúa Nhật để bảo vệ con người khỏi trở thành con vật trong việc sản xuất. Nghỉ lễ Chúa Nhật con người có cơ hội để tạ ơn Thiên Chúa, nhưng cũng còn là cơ hội để vun trồng đời sống tinh thần, để vun trồng đời sống thiêng liêng, để vun trồng đời sống cộng đoàn. Sống đúng ý nghĩa ngày Chúa Nhật thì chúng ta không chỉ đọc kinh xem lễ là đủ, nhưng còn là thời gian để gặp gỡ thăm viếng và học hỏi. Việc Giáo Hội đòi hỏi người tín hữu ngưng việc kinh doanh lao động trong ngày Chúa Nhật không phải là đòi hỏi vô lý. Đó là nhu cầu chính đáng của phẩm giá con người.

Tôi cầu chúc anh chị em đạt được nhiều ý nghĩa cuộc sống trong kỳ hè này và biết qua đó tạ ơn Chúa nhiều hơn. Đức Mẹ Maria chúc lành cho gia đình anh chị em, nhất là trong ngày lễ Mẹ Lên Trời 15.08.

Thân ái

Lm Dominik Trần Mạnh Nam

## Ý CẦU NGUYỆN CỦA ĐỨC GIÁO HOÀNG TRONG THÁNG TÁM

**Gia đình là một kho tàng.** Cầu xin cho những quyết định về kinh tế và chính trị bảo vệ các gia đình như là một trong những kho tàng của nhân loại.

## LỊCH PHỤNG VỤ THÁNG TÁM

- 01 **Thứ Tư. Thánh Alphongsô Maria Liguori**  
Giêrêmia 15,10.16-21. Mátthêu 13,44-46..
- 04 **Thứ Bảy. Thánh Gioan Maria Vianney, cha sở Họ Ars**  
Giêrêmia 26,11-16.24. Mátthêu 14,1-12.
- 05 + **CHÚA NHẬT XVIII THƯỜNG NIÊN.**  
Xuất Hành 16,2-4.12-15; Êphêsô 4,17.20-24. Gioan 6,24-35.
- 06 **Thứ hai. CHÚA HIỀN DUNG. Lễ kính**  
2 Phêrô 1,16-19. Marcô 9,2-10.
- 08 **Thứ tư. Thánh Đaminh, linh mục.**  
Giêrêmia 31,1-7. Mátthêu 15,21-28.
- 09 **Thứ năm. THÁNH TÊRÊSA BÊNÊDICTA THÁNH GIÁ (Edith Stein), NỮ TU, TỬ ĐẠO BỒN MẠNG CHÂU ÂU.**  
Esther 4,17k-m.r-t. Gioan 4,19-24..
- 10 **Thứ sáu. THÁNH LAURENSÔ, PHÓ TÊ**  
2 Côrintô 9,6-10. Gioan 12,24-26.
- 11 **Thứ bảy. Thánh Clara, trinh nữ, sáng lập dòng**  
Habacuc 1,12-2,4. Mátthêu 17,14-20.
- 12 + **CHÚA NHẬT XIX THƯỜNG NIÊN.**  
1 Vua 19,4-8; Êphêsô 4,30-5,2. Gioan 6,41-51,
- 14 **Thứ ba. Thánh Maximilianô Maria Kolbê**  
Êzêchiel 2,8-3,4. Mátthêu 18,1-5.10.12-14.
- 15 + **Thứ tư. ĐỨC MẸ LÊN TRỜI. Lễ trọng**  
Kh 11,19a; 12,1-6a.10ab; 1 Côrintô 15,20-27a. Luca 1,39-56.
- 19 + **CHÚA NHẬT XX THƯỜNG NIÊN**  
Châm Ngôn 9,1-6; Êphêsô 5,15-20. Gioan 6,51-58.
- 20 **Thứ hai. Thánh Bernardô, viện phụ, tiến sĩ Hội Thánh.**  
Êzêchiel 24,15-24. Mátthêu 19,16-22.
- 22 **Thứ tư. Đức Maria Trinh Nữ Vương.**  
Isaia 9,1-6. Luca 1,26-38.
- 24 **Thứ sáu. THÁNH BARTHÔLÔMÊÔ, TÔNG ĐỒ.**  
Khải Huyền 21,9b- 14. Gioan 1,45-51.

- 26 + **CHÚA NHẬT XXI THƯỜNG NIÊN.**  
Giôsuê 24,1- 2a.15-17.18b; Êphêô 5,21-32. Gioan 6,60-69
- 27 **Thứ hai. Thánh Mônica, thân mẫu của Thánh Augustinô**  
2 Thessalônica 1,1-5.11-12. Mátthêu 23,13-22
- 28 **Thứ ba. Thánh Augustinô, giám mục thành Hippo**  
2 Thessalônica 2,1-3a.14-17. Mátthêu 23,23-26.
- 29 **Thứ tư. Thánh Gioan Tẩy Giả bị trảm quyết.**  
2 Thessalônica 3,6- 10.16-18. Marcô 6,17-29

---

### Lịch Trình Thánh Lễ và Phụng Vụ

---

**Xin lưu ý :có giải tội trước giờ lễ 30 phút**

- Wiesbaden** 11g45 ngày 19.08.2018 nhà thờ St. Josef,  
Josefstr. 15, 65199 Wiesbaden
- Frankfurt** 14g30 ngày 26.08.2018 nhà thờ St. Anna,  
Am Hohen Weg 19, 60488 Frankfurt- Hausen
- Haiger** 16g00 ngày 01.09.2018 nhà thờ Maria Himmelfahrt  
Bahnhofstr. 41, 35708 Haiger
- Mannheim** 14g30 ngày 02.09.2018 nhà thờ St. Pius,  
Böcklinstr. 51, 68163 Mannheim-Neustheim
- Frankfurt** 15g30 ngày thứ Bảy 08.09.2018  
Kirche Mutter vom Guten Rat  
Bruckfeldstr. 51, 60528 Frankfurt/ Main-Niederrad
- Karlsruhe** 14g30 ngày 09.09.2018 nhà thờ St. Judas Thaddeus  
Bärenweg 42 76149 Karlsruhe-Neureut  
**Cha khách dâng lễ**
- Limburg** 10g15 ngày 09.09.2016 Dom Zu Limburg  
Domplatz, 65549 Limburg an der Lahn  
**Hành hương viếng nhà thờ chính tòa Limburg**
- Sigmaringen** 12g00 ngày 16.09.2018 nhà thờ St. Peter und Paul,  
Römerstr.2, 72488 Sigmaringen
- Pforzheim** 14g30 ngày 23.09.2018 nhà thờ St. Elisabeth  
Wurmbergerstrasse 80, 75175 Pforzheim – Bucken
- Haltigen** 16:00 giờ ngày 29.09.2018 nhà thờ St. Maria,  
Markgräflerstr.3, 79576 Weil am Rhein
- Freiburg** 11g45 ngày 30.09.2018 nhà thờ St. Andreas,  
Sulzburgerstr. 19; 79114 Freiburg

- Breuberg** 12g30 ngày 03.10.2018 nhà thờ St. Karl Boromäus,  
Erbacherstr.39, 64747 Breuberg- Neustad
- Wiesbaden** 11g45 ngày 07.10.2018 nhà thờ St. Josef,  
Josefstr. 15, 65199 Wiesbaden
- Frankfurt** 14g30 ngày 14.10.2018 thờ St. Anna,  
Am Hohen Weg 19, 60488 Frankfurt- Hausen
- Karlsruhe** 14g30 ngày 21.10.2018 nhà thờ St. Judas Thaddeus  
Bärenweg 42, 76149 Karlsruhe-Neureut
- Haiger** 16g00 ngày 27.10.2018 2017 nhà thờ Maria  
Himmelfahrt Bahnhofstr. 41, 35708 Haiger
- Pforzheim** 14g45 ngày 04.11.2018 nhà thờ St. Elisabeth  
Wurmbergerstrasse 80, 75175 Pforzheim – Bucken
- Mannheim** 14g30 ngày 11.11.2018 nhà thờ St. Pius,  
Böcklinstr. 51, 68163 Mannheim-Neustheim
- Freiburg** 12g15 ngày 18.11.2018 nhà thờ St. Andreas,  
Sulzburgerstr. 19; 79114 Freiburg
- Sigmaringen** 12g00 ngày 25.11.2018 nhà thờ St. Peter und Paul,  
Römerstr.2, 72488 Sigmaringen
- Haiger** 16g00 ngày 01.12.2018 nhà thờ Maria Himmelfahrt  
Bahnhofstr. 41, 35708 Haiger
- Karlsruhe** 14g30 ngày 02.12.2018 nhà thờ St. Judas Thaddeus  
Bärenweg 42 76149 Karlsruhe-Neureut
- Haltigen** 16:00 giờ ngày 08.12.2018 nhà thờ St. Maria,  
Markgräflerstr.3, 79576 Weil am Rhein
- Freiburg** 11g45 ngày 09.12.2018 nhà thờ St. Andreas,  
Sulzburgerstr. 19; 79114 Freiburg
- Wiesbaden** 16:00 giờ ngày (thứ Bảy) 15.12.2018  
**Nhà thờ Mariä Heimsuchung**  
**Helmholzstr. 58, 65199 Wi-Kohlheck**
- Pforzheim** 14g45 ngày 16.12.2018 nhà thờ (chưa rõ...)
- Frankfurt** 14g30 ngày 23.12.2018 thờ St. Anna,  
Am Hohen Weg 19, 60488 Frankfurt- Hausen.
- Breuberg** 14g30 ngày 25.12.2018 nhà thờ St. Karl Boromäus,  
Erbacherstr.39, 64747 Breuberg- Neustad
- Flörsheim** 13:00 giờ ngày 26.12.2018  
Nhà thờ St. Gallus; Hauptstraße 28, 65439 Flörsheim  
Thánh Lễ mừng Giáng Sinh toàn vùng  
Sau Thánh Lễ không vào hội trường.  
Chúc mừng và chia tay tại sân nhà thờ.

**Sigmaringen** 12g00 ngày 29.12.2018 nhà thờ St. Peter und Paul,  
Römerstr.2, 72488 Sigmaringen  
**Mannheim** 14g30 ngày 30.12.2018 nhà thờ St. Pius,  
Böcklinstr. 51, 68163 Mannheim-Neuostheim

---

## Thông Báo I

---

### Hành hương nhà thờ chính tòa Limburg

Đặc điểm của người Công Giáo là có lòng yêu mến các người Chúa chọn để sẵn sóc hướng dẫn phân thiêng liêng. Đặc biệt chúng ta yêu mến Đức Thánh Cha và các Giám Mục giáo phận. Trong thánh lễ hằng ngày chúng ta luôn có phần cầu nguyện cho các ngài. Lòng yêu mến này còn được tỏ lộ qua việc chúng ta quý mến các nhà thờ chính tòa. Hàng năm vẫn có cuộc hành hương vào tháng Năm đến nhà thờ chính tòa Speyer. Năm nay cha tuyên úy tổ chức hành hương đến nhà thờ chính tòa Limburg vào ngày 09.09.2018. Kính mời anh chị em tham dự, nhất là những cộng đoàn thuộc giáo phận Limburg. Đây là dịp các cộng đoàn trong vùng chúng ta gặp nhau và cùng nhau hướng về Hội Thánh. Sau thánh lễ lúc 10g15 chúng ta dùng cơm trưa với nhau trong hội trường của Kolping Haus. Mỗi người tự mang thức ăn theo. Xin anh chị em cũng ôn lại thuộc lòng bài hát „Tán Tụng Hồng Ân“ để chúng ta cùng hát trong thánh lễ chung với cộng đoàn Chính Tòa Đức.

### Các Ban Đại Diện các cộng đoàn.

Xin các ban đại diện các cộng đoàn cố gắng họp nhau trong kỳ hè này để bàn thảo về việc phát triển cộng đoàn trong năm tới. Nhất là chuẩn bị cho việc cộng đoàn mừng Mùa Vọng/Giáng Sinh và mừng ngày lễ quan thầy riêng của cộng đoàn mình. Nên có cố gắng tối thiểu nào đó cho giới trẻ trong cộng đoàn. Ban đại Diện cũng cần thảo luận cho việc đóng góp vào sinh hoạt vùng như các dịp văn nghệ Tết, Giúp Lễ và dâng Hoa trong Đại Hội Công Giáo, đóng góp cho việc trang hoàng và vệ sinh của Đại Hội Công Giáo....

### Ban đọc Sách Thánh của các cộng đoàn

Từ lâu cha tuyên úy có nhắc nhở các cộng đoàn thành lập các ban đọc sách thánh. Việc đọc Lời Chúa trong Phụng Vụ là một việc rất quan trọng. Việc đọc Lời Chúa là một Lễ Nghi cần thi hành một cách nghiêm chỉnh. Cha Tuyên Úy nhắc lại là không muốn để xảy ra tình trạng trước giờ lễ có người đến xin cha đưa bài đọc để cộng đoàn còn „đi tìm“ người đọc.

Chịu trách nhiệm thành lập và giữ cho ban đọc sách thánh chu toàn công việc, đó là trách nhiệm của các ban Đại Diện.

Sau khi thành lập ban đọc sách thánh, sẽ phải đến giai đoạn huấn luyện và học hỏi về việc đọc sách thánh cho xứng hợp tầm mức cộng đoàn. Xin anh chị em lưu tâm.

---

## Thông Báo II

---

### Học hỏi học thuyết Xã Hội Công Giáo

Phong trào Giáo Dân Hải Ngoại tổ chức buổi thuyết trình và thảo luận đề tài:

„Sứ mạng Ki-tô hữu dưới ánh sáng Lời Chúa

Và Học Thuyết Xã Hội Công Giáo “

dưới sự hướng dẫn của linh mục Thomas Nguyễn Đình Anh Nhuệ OFMConv, viện trưởng viện đại học Pontifical Theological Faculty St Bonaventure –Rome

Thời gian: từ 14 giờ 30 thứ bảy 29.09.2018

Tại : Naturfreundehaus Ginsheim

Rheinstr.76 ; D- 65462 GINSHEIM

### Chương trình

14.30 Khai mạc, chào mừng quan khách

15.00 Bài thuyết trình Lm Nguyễn Đình Anh Nhuệ

„Sứ mạng Ki-tô hữu dưới ánh sáng Lời Chúa và Học Thuyết Xã Hội Công Giáo “.

15.45 Giải lao, Kaffee+Kuchen

16.00 Thảo luận chung

16.50 Chuẩn bị Thánh lễ

17.00 Thánh lễ

18.30 Cơm chiều

PTGDHN kính mời anh chị em giáo dân đến tham dự buổi thuyết trình, thánh lễ và cơm chiều ngày hôm đó.

---

## Góc học hỏi: Giáo lý về Thánh lễ

---

### Kinh Lạy Cha

Kinh Lạy Cha được đặt vào phần quan trọng nhất trong Thánh Lễ, như một gạch nối giữa phần Kinh Tạ Ôn với phần Hiệp Lễ. Quả vậy, Kinh Lạy Cha trở thành nơi mâu nhiệm hiển tế của Đức Ki-tô được tưởng nhớ (Kinh Tạ Ôn), và là nơi người tham dự Thánh Lễ thông phần vào mâu nhiệm đó qua việc đón nhận Mình Máu Thánh Chúa (Hiệp Lễ).

Để bắt đầu phần Hiệp Lễ, linh mục đọc hay hát lời dẫn: “Vâng lệnh Chúa Cứu Thế, và theo lời Người dạy, chúng ta dám nguyện rằng”, rồi giang tay đọc chung với cộng đoàn lời kinh chính Đức Giê-su đã dạy ban. Trong phần đầu, cộng đoàn Dân Chúa bày tỏ lòng mong ước đợi chờ cho Nước Chúa đến khắp nơi nơi; và cho Ý Chúa trở nên thước tắc của tất cả hành động, mọi sự sống. Những lời cầu xin trong Kinh Lạy Cha vì thế mang tính cánh chung, do nói lên niềm hy vọng vào sự hoàn tất ơn Cứu Độ trong thời gian cuối cùng: trong ngày Chúa Ki-tô trở lại (Ngày Quang Lâm).

Kinh thánh Tân Ước có hai bản Kinh Lạy Cha: bản ngắn của Lu-ca (11,2-4) và bản dài của Mát-thêu (6,9-13). Phần lớn các Ki-tô hữu cầu nguyện theo bản kinh của Mát-thêu, với một ít ảnh hưởng từ bản của Lu-ca. Hướng về việc “ăn và uống Mình Máu Chúa” nơi Bàn Tiệc Thánh, Kinh Lạy Cha cũng giống như là một lời kinh

trước bữa ăn. Các Thánh Phụ (Ambrosius, Cyprian) nhìn thấy sự liên kết chặt chẽ giữa Kinh Lạy Cha và việc rước lễ trong lời cầu xin lương thực hằng ngày và lời xin tha tội. Yên ổn trong nội tâm, sống tình huynh đệ và hiệp nhất với anh chị em là sự chuẩn bị cần thiết và tốt nhất cho việc rước lễ. Do đó, Kinh Lạy Cha luôn được nối liền với việc chúc bình an trong phụng vụ Rô-ma.

“Và tha nợ chúng con, như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con.” Chỉ có Thiên Chúa mới có thể tẩy sạch chúng ta khỏi những tội lỗi qua ơn tha thứ. Và người được tha phải thực thi điều mình đón nhận từ Thiên Chúa, bởi “nếu anh em không tha thứ cho người ta, thì Cha anh em cũng sẽ không tha lỗi cho anh em” (Mt 6,15). Và bởi vì “khi anh sắp dâng lễ vật trước bàn thờ, mà sực nhớ có người anh em đang có chuyện bất bình với anh em, thì hãy để lại đó trước bàn thờ, đi làm hòa với người anh em ấy đã, rồi trở lại dâng lễ vật của mình” (Mt 5,23-24). Đây là một trách nhiệm của kẻ làm con, vì tất cả những ai đứng quanh bàn Tiệc Thánh đều gọi Chúa là “Cha chúng con ở trên trời.” Mỗi lo cho sự xứng đáng để đón nhận Mình Thánh được tỏ bày trong lời xin “đừng để chúng con sa chước cám dỗ, nhưng cứu chúng con cho khỏi sự dữ.”

Sau khi tất cả đọc xong, linh mục đọc tiếp một mình: “Lạy Chúa, xin cứu chúng con khỏi mọi sự dữ, xin đoái thương cho những ngày chúng con đang sống được bình an. Nhờ Chúa rộng lòng thương cứu giúp, chúng con sẽ luôn luôn thoát khỏi tội lỗi, và được yên ổn khỏi mọi biến loạn, đang khi chúng con đợi chờ ngày hồng phúc, ngày Đức Giê-su Ki-tô, Đấng Cứu độ chúng con ngự đến.” Ý tưởng cuối của Kinh Lạy Cha được tiếp nhận và giải thích trong phần phụ đính này (Embolismus); rồi được hướng về trở lại phần đầu của Kinh Lạy Cha: là chờ đợi sự hiện trị của Nước Chúa, cũng như kết thúc với sự chờ đợi Ngày Quang Lâm của Đấng Cứu Thế. “Vì vương quyền, uy lực và vinh quang là của Chúa đến muôn đời” là một cách kết thúc Kinh Lạy Cha quen thuộc ở các nghi thức phụng vụ Đông Phương. Qua lời kinh cổ xưa này, cộng đoàn tuyên xưng niềm tin tưởng mạnh mẽ vào sự chiến thắng cuối cùng của Nước Chúa. Kinh Lạy Cha là lời kinh của tín hữu, mặc dù linh mục giang tay khi đọc.

Kinh Lạy Cha là một thành phần cổ kính trong gia sản cầu nguyện của Giáo Hội. Đây cũng là một phần của Thánh Lễ từ cuối thế kỷ 4 trong Giáo Hội Đông và Tây, được các Thánh Giáo Phụ nói đến: Hyronimus, Ambrosius, Augustinus làm chứng ở Giáo Hội Tây phương; Cyrill chứng cho Đông Phương. Khác là ở Đông Phương Kinh Lạy Cha được đọc sau khi bẻ bánh; ở Tây Phương lời kinh này được đọc trước. Đọc Kinh Lạy Cha sau Kinh Tạ Ơn là một tập tục tại Konstantinopel được Đức Giáo Hoàng Gregor Cả cho tiếp nhận vào phụng vụ Rô-ma hồi thế kỷ thứ 6. Để tránh việc hiểu lầm và do lòng tôn kính mẫu nhiệm được nói lên trong các Kinh Tin Kính, Kinh Lạy Cha và một vài nghi thức trong Thánh Lễ, Giáo Hội cổ điển có tập tục giữ kín trước người ngoại giáo (Arkandisziplin). Những kinh này chỉ được trao cho những ai đã lãnh nhận bí tích rửa tội.

---

## Góc suy tư

---

### Vài tư tưởng gợi nhớ sức mạnh bản thân của bạn

#### 1. Bạn leo núi không phải để thế giới thấy bạn mà để bạn có thể nhìn thấy cả thế giới

Nếu có ước mơ, hãy cố gắng theo đuổi. Đừng để một ai khiến bạn chùn bước Bởi lẽ, nỗ lực của bạn không phải để chứng minh là người giỏi nhất, mà là bạn đang cố gắng vượt qua giới hạn của mình để nhìn thấy những điều tốt đẹp hơn.

#### 2. Cái gì đã xảy ra, hãy cứ để nó qua

Tất cả những gì bạn đang trải qua: lo lắng, mệt mỏi, đau khổ... là do chính bạn nghĩ quá nhiều về chúng. Hãy để mọi thứ trôi qua theo cách mà nó đã xảy ra hoặc chính bạn sẽ bị nhấn chìm bởi những ám ảnh không đáng có.

#### 3. Bạn học được từ những thất bại nhiều hơn từ thành công, nên đừng để chúng hạ gục bạn. Thất bại sẽ xây dựng nên nhân cách của bạn.

Một khi thành công, bạn sẽ dễ bị những điều tốt đẹp bủa vây. Ngược lại, khi thất bại, bạn sẽ phải nhìn lại những gì mình đã làm, tìm ra nguyên nhân và cách giải quyết. Đầu óc bạn vận động nhiều hơn, suy nghĩ nhiều hơn và nhân cách của bạn cũng dần trở nên mạnh mẽ. Đừng bao giờ để thất bại trở thành vật cản khiến bạn chùn bước.

#### 4. Hãy thay đổi bản thân bạn đầu tiên nếu muốn thay đổi sự việc.

Nếu chỉ cầu mong mọi thứ trở nên tốt đẹp hơn thì bạn sẽ chẳng bao giờ có được điều đó. Thay vì ước gì thời gian trở lại hay một điều tồi tệ nào đó không xảy ra thì tốt hơn hết, bạn hãy thay đổi cách suy nghĩ của mình trước. Sự việc có trở nên tích cực hay không là phụ thuộc vào cách mà bạn nhìn nhận. Luôn nhớ rằng, dù cho có chuyện gì xảy ra, hãy nhìn lại chính mình đầu tiên nhé.

#### 5. Mỗi người bạn gặp đều sợ một thứ gì đó, yêu một thứ gì đó và đã từng mất một thứ gì đó.

Cuộc sống không dành cho ai sự hoàn hảo cả. Tất cả những người bạn đã, đang và sẽ gặp đều có những vấn đề riêng mà không một ai có thể hiểu hết được, ngoại trừ họ. Thế nên, hãy đối xử với mọi người bằng ánh mắt chân thành, vị tha, cảm thông và thấu hiểu thay vì phán xét hay nỗ lực so sánh bạn với họ để rồi tự thấy mình thật bất hạnh.

Tuyên úy của người Việt Nam công giáo  
Vùng Trung và Tây Nam Đức  
Lm. Dominik Trần Mạnh Nam SDB,  
Sträßchensweg 3, 53113 Bonn.  
Email: [PaterNam@donbosco.de](mailto:PaterNam@donbosco.de)  
Handy: **015121080828**  
[www.congdoanconggiao.de](http://www.congdoanconggiao.de)