

Đặc San Giáo Sĩ Việt Nam

ĐƯỢC CHỌN GIỮA LOÀI NGƯỜI
VÀ CHO LOÀI NGƯỜI (x. Dt, 5.1)

GIÁO SĨ:

Xuất phát từ giáo dân, hiện diện vì giáo dân và cậy dựa vào giáo dân

ĐỀ CÙNG LÀM VINH DANH THIÊN CHÚA

www.conggiaovietnam.net

giaosivietnam@gmail.com

Đặc San Điện Tử **Giáo Sĩ Việt Nam** Số 86, Chúa Nhật 08.02.2009

MỤC LỤC

<u>Những Nguyên Tắc Tổng Quát Để Canh Tân Và Cổ Võ Phụng Vụ Thánh (tt)</u>	<u>Vatican 2</u>
<u>NĂM THÁNH THÁI HÀ</u>	<u>Lm. Vĩnh Sang, DCCT</u>
<u>TỰ DO TRONG ĐỜI SỐNG TẬN HIẾN - CHỨNG TỬ ƠN GỌI, (BÀI 2)</u>	<u>Gs. Trần Văn Cảnh</u>
<u>TÌNH YÊU KHÔNG BIẾT SỢ HÃI</u>	<u>Ngọc Nga (sưu tầm)</u>
<u>CẦN NHẹ NHÀNG VÀ HỮU LÝ TRONG LỜI MÌNH NÓI</u>	<u>Lm. Lê Văn Quảng</u>
<u>CHÚA GIÊSU KITÔ - LỜI THIÊN CHÚA UY QUYỀN</u>	<u>Pm. Cao Huy Hoàng</u>
<u>Vài mẫu chuyện giáo dục</u>	<u>Không rõ tác giả</u>
<u>Bàn chân</u>	<u>Nhà Văn Quyên Di</u>
<u>HOÀN CẢNH LỊCH SỬ CỦA VIỆC XÂY NHÀ THỜ LỚN HÀ NỘI</u>	<u>Phong Uyên, Paris</u>
<u>NGƯỜI NỮ TU SỐNG TU ĐỨC TOÀN DIỆN</u>	<u>Lm. Micae-Phaolô Trần Minh Huy_pss</u>
<u>HẬU QUẢ CỦA SỰ THIẾU NGỦ</u>	<u>Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức</u>
<u>NHỚ AI...? (1) -</u>	<u>Chuyện phiếm của Gã Siêu</u>

Hiến Chế Về Phụng Vụ Thánh - Sacrosanctum Concilium (tiếp theo)

Bản dịch Việt Ngữ của Giáo Hoàng Học Viện Piô X
Prepared for Internet by Vietnamese Missionaries in Asia

Lời Mở Đầu

Chương I

Những Nguyên Tắc Tổng Quát Để Canh Tân Và Cổ Võ Phụng Vụ Thánh

III. Việc Canh Tân Phụng Vụ Thánh

21. Canh tân toàn diện Phụng Vụ. Giáo Hội hiến mẫu, vì muốn cho dân Kitô giáo thấu đạt được dồi dào những ân sủng trong Phụng Vụ Thánh cách chắc chắn hơn, nên ước mong nhiệt thành đảm trách việc canh tân toàn diện Phụng Vụ. Bởi vì, Phụng Vụ gồm phần bất biến, do Thiên Chúa thiết lập, và những phần có thể thay đổi. Phần này có thể hoặc cũng phải sửa đổi theo dòng thời gian, nếu tình cờ có len lỏi vào những yếu tố rất ít đáp ứng hoặc ít phù hợp với bản tính thâm sâu của Phụng Vụ.

Trong việc canh tân này, phải tu chính các bản văn, và các nghi lễ làm sao cho chúng diễn tả rõ ràng hơn những thực tại thánh mà chúng biểu thị, và để dân Kitô giáo có thể dễ dàng thấu triệt các thực tại ấy càng nhiều càng tốt, cũng như có thể tham dự bằng việc cử hành những nghi lễ ấy một cách trọn vẹn, linh động và cộng đồng.

Vì vậy, Thánh Công Đồng ấn định những qui tắc tổng quát sau đây.

A. Các qui tắc tổng quát

22. Việc điều hành phụng vụ thuộc thẩm quyền hàng Giáo Phẩm.

1 Việc điều hành Phụng Vụ Thánh tùy thuộc thẩm quyền duy nhất của Giáo Hội: nghĩa là thuộc quyền Tông Tòa và chiếu theo qui tắc luật pháp, cũng thuộc quyền Giám Mục.

2 Chiếu theo quyền hạn đặc trưng của luật pháp, việc điều hành phụng vụ, trong các giới hạn đã định, cũng tùy thuộc các loại hội đồng Giám Mục khác nhau, đã được thiết định hợp pháp, có thẩm quyền trong từng địa phương.

3 Vì vậy, tuyệt đối không ai khác, dầu là linh mục, được lấy quyền riêng tư thêm bớt hay thay đổi một điều gì trong Phụng Vụ. ^{2*}

23. Truyền thống và tiến bộ. Để duy trì truyền thống lành mạnh nhưng đồng thời vẫn mở rộng đường cho những tiến bộ chính đáng, khi phải tu chỉnh từng phần riêng biệt của Phụng Vụ phải luôn luôn tiến hành việc nghiên cứu kỹ lưỡng thần học, lịch sử và mục vụ. Hơn nữa còn phải lưu tâm đến những luật lệ tổng quát về cơ cấu và tinh thần Phụng Vụ cũng như kinh nghiệm xuất phát do việc canh tân Phụng Vụ mới đây và do các đặc miễn đã ban cho nhiều nơi. Sau hết, chỉ nên thực hiện những đổi mới nhất thời khi lợi ích thiết thực và chắc chắn của Giáo Hội đòi hỏi và sau khi đã cân nhắc thấy rằng những hình thái mới, một cách nào đó, phải được triển nở có hệ thống từ những hình thái sẵn có.

Ngoài ra, còn cần phải đề phòng hết sức có thể để tránh những dị biệt đáng kể của các nghi lễ giữa các miền lân cận.

24. Thánh Kinh và phụng vụ. Trong việc cử hành Phụng Vụ, Thánh Kinh giữ vai trò tối quan trọng. Thực vậy, người ta trích từ Thánh Kinh những bài để đọc, những bài để dẫn giải trong bài giảng, cũng như những ca vịnh để hát. Chính nguồn cảm hứng và sức phấn khởi của Thánh Kinh cũng làm xuất phát những lời kinh, lời nguyện và những bài phụng ca, đồng thời còn làm cho những động tác và các biểu hiệu trở thành ý nghĩa. Vì vậy, để xúc tiến việc canh tân, phát triển và thích ứng Phụng Vụ, cần phải phát huy lòng mộ mến Thánh Kinh đậm đà và sống động, đã được truyền thống khả kính của các nghi lễ Đông phương và Tây phương minh chứng.

25. Tu chỉnh sách phụng vụ. Cần phải nhờ đến các chuyên viên và tham khảo ý kiến các Giám Mục thuộc mọi miền khác nhau trên thế giới để tu chỉnh các sách phụng vụ càng sớm càng hay.

B. Các qui tắc riêng biệt do bản chất Phụng Vụ xét về phương diện hoạt động phẩm trật và cộng đoàn

26. Bí tích hiệp nhất. Các hoạt động phụng vụ không phải là những hoạt động riêng tư, nhưng là những cử hành của Giáo Hội, là "bí tích hiệp nhất", nghĩa là dân thánh được qui tụ và hướng dẫn dưới quyền của Giám Mục ³³.

Vì vậy, các hoạt động đó thuộc về Thân Thể phổ quát của Giáo Hội, diễn tả và ảnh hưởng trên Giáo Hội; tuy nhiên còn có liên quan khác nhau với từng chi thể riêng biệt của Thân Thể, tùy theo khác biệt về phẩm trật, phận vụ, và sự tham dự hiện thực.

27. Ưu tiên cho việc cử hành cộng đồng. Khi các nghi lễ, tùy theo bản chất riêng tư của chúng, được cử hành chung với sự tham dự đông đảo và linh hoạt của giáo dân, nên ghi nhớ rằng phải quý chuộng việc cử hành cộng đồng hơn việc cử hành đơn độc và có vẻ riêng tư.

Điều này có giá trị đặc biệt cho việc cử hành Thánh Lễ, cho dầu bản tính công cộng và xã hội của mỗi Thánh Lễ vẫn luôn luôn được duy trì; điều này còn có giá trị cho việc ban phát các Bí Tích.

28. Cử hành phụng vụ nghiêm chỉnh. Là thừa tác viên hay là tín hữu, trong các việc cử hành phụng vụ, mỗi người khi chu toàn phận vụ, chỉ thi hành trọn những gì thuộc lãnh vực mình tùy theo bản chất sự việc và những qui tắc phụng vụ.

29. Chu toàn phận sự phụng vụ đích thực. Cả những người giúp, đọc dẫn giải và những người thuộc ca đoàn cũng chu toàn phận sự phụng vụ đích thực. Vì vậy, họ phải thi hành phận vụ mình với lòng đạo đức chân thành và trật tự, phù hợp với thừa tác vụ trọng đại

ấy, và là điều dân Chúa có quyền đòi hỏi nơi họ.

Vì vậy, tùy theo năng cách mỗi người, họ phải nhiệt tâm thấm nhuần tinh thần Phụng Vụ và học hỏi để hoàn tất các phần vụ mình theo đúng nghi thức và có trật tự.

30. Giáo dân tham dự linh động. Để phát huy việc tham gia linh động, cần phải cổ xúy những lời tung hô của dân chúng, những lời đối đáp, những bài ca vịnh, tiền khúc, thánh ca, và cả những động tác hoặc cử chỉ, thái độ của thân xác. Cũng cần phải giữ sự tỉnh lặng linh thiêng đúng lúc của nó.

31. Vai trò của các tín hữu. Trong khi tu chỉnh các sách phụng vụ, cần phải thận trọng lưu tâm để những qui tắc chữ đỏ cũng tiên liệu cả vai trò của các tín hữu.

32. Phụng vụ và giai cấp xã hội. Trong Phụng Vụ, ngoại trừ sự biệt đãi do phận vụ phụng vụ và Chức Thánh, cũng như vinh dự phải dành cho các viên chức dân sự hợp theo qui tắc các luật phụng vụ, sẽ không có một thiên vị nào đối với các tư nhân hay địa vị, hoặc trong các nghi lễ hoặc trong các việc long trọng bên ngoài.

C. Các qui tắc do bản chất giáo dục và mục vụ của Phụng Vụ

33. Trong Phụng Vụ, Thiên Chúa nói với dân Ngài. Cho dầu Phụng Vụ Thánh đặc biệt là việc phụng thờ Thiên Chúa uy quyền, nhưng còn bao hàm việc giáo dục lớn lao cho dân chúng trung thành³⁴. Thực vậy, trong Phụng Vụ, Thiên Chúa nói với dân Ngài; đồng thời Chúa Kitô cũng rao giảng Phúc Âm. Còn dân chúng đáp lại Thiên Chúa qua tiếng hát lời kinh.

Hơn nữa, linh mục, là hiện thân Chúa Kitô, chủ tọa cộng đoàn, đọc những lời kinh trực tiếp dâng lên Thiên Chúa nhân danh toàn thể dân thánh và mọi người tham dự. Sau hết, những biểu hiệu hữu hình được dùng trong Phụng Vụ Thánh để diễn tả những thực tại vô hình của Thiên Chúa là những biểu hiệu đã được Chúa Kitô hoặc Giáo Hội tuyển chọn. Do đó, không những chỉ đọc "những gì đã chép cốt để dạy ta" (Rm 15,4) mà cả việc Giáo Hội cầu nguyện, ca hát, hay hành động, đều nuôi dưỡng đức tin của những người tham dự, nâng tâm trí họ lên cùng Chúa, để họ sáng suốt tuân phục Ngài, và để lãnh nhận ân sủng của Ngài cách dồi dào hơn.

Vì vậy, trong khi canh tân Phụng Vụ, cần phải tuân giữ những qui tắc tổng quát sau đây.

34. Hòa hợp các nghi lễ. Các nghi lễ cần phải chiếu tỏa nét đơn sơ cao quý, trong sáng, văn gọn; phải tránh những lập đi lập lại vô ích; phải thích ứng với tầm linh hội của các tín hữu, cách chung không cần nhiều lời giải thích.

35. Thánh Kinh, bài giảng và bài giáo lý về phụng vụ. Để việc liên kết mật thiết giữa nghi lễ và ngôn ngữ được phát lộ rõ ràng trong Phụng Vụ:

1) Trong việc cử hành thánh, cần phải tu chỉnh bài đọc Thánh Kinh cho dồi dào hơn, thay đổi hơn và thích hợp hơn.

2) Vì bài giảng là thuộc phần hoạt động phụng vụ, nên thời gian thích hợp để giảng giải, theo như nghi lễ cho phép, phải được ghi trong các qui tắc chữ đỏ. Phải hết sức trung thành chu toàn thừa tác vụ giảng giải đúng với nghi lễ. Tiên vàn bài giảng phải được mức lấy từ nguồn Thánh Kinh và Phụng Vụ, vì như là việc rao truyền các việc kỳ diệu của Thiên Chúa trong lịch sử cứu rỗi hay trong mầu nhiệm Chúa Kitô. Chính mầu nhiệm này hằng hiện diện thiết thực và tác động trong chúng ta, nhất là trong các cử hành phụng vụ.

3) Còn phải dùng mọi cách để các bài giáo lý trực tiếp nói về Phụng Vụ hơn. Và trong chính các nghi lễ, nếu cần, linh mục hay thừa tác viên có thẩm quyền, phải dự liệu để nói ít lời giáo huấn văn tắt, nhưng chỉ nói vào những lúc thuận tiện nhất, bằng những lời đã ấn định hay những lời tương tự.

4) Phải cổ võ việc suy tôn lời Chúa vào những ngày áp lễ cả, cũng như trong vài ngày lễ Mùa Vọng, Mùa Chay, những ngày Chúa nhật và những ngày lễ trọng, nhất là ở những nơi thiếu linh mục: trong trường hợp này, hoặc vị phó tế hoặc ai khác được Giám Mục ủy nhiệm sẽ điều khiển việc suy tôn lời Chúa.

36. Việc dùng Latinh và việc dùng tiếng bản quốc.

1 Việc dùng tiếng La tinh, trừ luật riêng, phải được duy trì trong các Nghi Lễ La tinh.

2 Tuy nhiên, có thể sinh lợi rất nhiều cho dân chúng nếu dùng tiếng bản quốc hoặc trong Thánh Lễ hoặc trong việc Cử Hành các Bí Tích, hoặc trong những phần khác của Phụng Vụ; cho nên việc dùng tiếng bản quốc này cũng dễ dàng được chấp thuận hơn, đặc biệt trong các bài đọc và các bài giáo huấn, một số lời nguyện và bài hát, tùy theo những qui tắc đã được

ấn định cho mỗi trường hợp trong những chương sau đây.

3 Khi đã tuân giữ những qui tắc này thì việc ấn định xử dụng và cách dùng tiếng bản quốc thuộc Thẩm Quyền Giáo Hội địa phương, như đã bàn trong khoản 22-2; nếu gặp trường hợp đó, phải hội ý với các Giám Mục trong những miền lân cận cùng một thứ tiếng. Mọi quyết nghị cần phải được Tông Tòa chấp thuận hay chuẩn y.

4 Việc phiên dịch bản văn La tinh ra tiếng bản quốc để dùng trong Phụng Vụ phải được Thẩm Quyền Giáo Hội địa phương nói trên chuẩn y. ^{3*}.

D. Các qui tắc để thích nghi với tâm tính và truyền thống của dân tộc

37. Giáo Hội tôn trọng những vẻ đẹp tinh thần của những dân nước khác nhau.

Ngay cả trong Phụng Vụ, Giáo Hội không muốn ấn định một hình thái cứng rắn, thẳng mạch nào, trong những điều không liên quan đến đức tin và thiện ích của toàn thể cộng đoàn. Hơn nữa, Giáo Hội còn tôn trọng cũng như phát huy những vẻ đẹp tinh thần, những đặc tính của những dân nước khác nhau. Bất cứ những gì trong những tập tục của các dân tộc, không liên quan chặt chẽ đến những điều dị đoan và lầm lạc, đều được Giáo Hội thẩm định với lòng đầy thiện cảm, và nếu có thể, còn được gìn giữ vẹn toàn và vững chắc. Hơn nữa, đôi khi những tập tục đó còn được Giáo Hội nhận vào trong Phụng Vụ, miễn sao cho chúng hòa hợp với những nguyên tắc của tinh thần phụng vụ đích thực và chân chính.

38. Những khác biệt trong các xứ truyền giáo. Dầu vẫn duy trì tính cách duy nhất thuộc bản chất của nghi lễ Roma, những biến dị chính đáng và những thích nghi với các cộng đoàn, các miền, các dân tộc khác, nhất là trong các Xứ Truyền Giáo, đều vẫn được chấp nhận, cả khi tu chỉnh các sách Phụng Vụ. Nên để ý đến qui tắc này trong việc ấn định cơ cấu các nghi lễ và việc thiết lập các qui tắc chữ đồ.

39. Thẩm quyền giáo hội địa phương. Giữa những giới hạn được ấn định trong các bản mẫu của các sách Phụng Vụ, Thẩm Quyền Giáo Hội địa phương, như đã bàn trong khoản 22-2, có quyền xác định những việc thích nghi, đặc biệt việc cử hành các Bí Tích, Á Bí Tích, rước kiệu, ngôn ngữ phụng vụ, thánh nhạc và nghệ thuật. Tuy nhiên, phải theo đúng những qui tắc căn bản trong Hiến Chế này.

40. Phương cách thích nghi phụng vụ. Nhưng trong nhiều nơi và trong nhiều hoàn cảnh khác nhau, phải cấp bách thích nghi Phụng Vụ sâu xa hơn, và do đó gây nên nhiều khó khăn hơn, nên:

1) Thẩm Quyền Giáo Hội địa phương, như đã bàn trong khoản 22-2, phải thận trọng và khôn ngoan cứu xét trong công việc này, những yếu tố nào thuộc các truyền thống và tâm tính của từng dân tộc có thể được chấp nhận thích đáng vào việc phụng thờ Thiên Chúa. Những thích nghi được thẩm định là lợi ích hay cần thiết, phải đệ trình lên Tông Tòa để được kết nạp và chuẩn y.

2) Để việc thích nghi được thực hiện với sự cẩn trọng cần thiết, Tông Tòa sẽ ban phép cho Giáo Hội địa phương để, nếu gặp trường hợp đó, cho phép và điều khiển các cuộc thí nghiệm sơ khởi cần thiết, trong vài cộng đoàn hợp với mục tiêu và trong một thời gian hạn định.

3) Vì các luật lệ phụng vụ thường mang nhiều khó khăn đặc biệt cho việc thích nghi, nhất là trong các Xứ Truyền Giáo, nên để thiết lập các luật lệ này, cần phải có mặt các nhà chuyên môn trong lãnh vực đó.

Chú thích

33 T. Cyprianô, De Cath. Eccl. Unitate, 7 : x.b. G. Hartel, trong CSEL, bộ III, 1 Vienna 1868, trg 215-216. Xem Ep. 66, số 8, 3: nhà xuất bản đã trích, bộ III, 2 Vienna 1871, trg 732-733.

34 Xem CĐ Trentô, khóa XXII, 17-9-1562, Giáo thuyết De SS. Missae Sacrif., ch. 8: Concilium Tridentinum, nhà xuất bản đã trích, bộ VIII, trg 961.

3* Vấn đề dùng tiếng bản xứ trong Phụng Vụ đã là một đề tài thảo luận sôi nổi trong Công Đồng Trentô. Công Đồng bấy giờ cũng nhìn thấy rõ ràng tầm quan trọng của nó (x. DS 1749 và 1759). Tuy nhiên có Nghị Phụ thấy chưa phải là lúc "thuận tiện" để thay đổi ngôn ngữ Phụng Vụ. Lập trường này nhằm chống lại phái Tin Lành chủ trương phải dùng tiếng bản xứ vì các Bí Tích chẳng qua là phương tiện để khơi dậy hoặc để tuyên xưng đức tin (DS 1749).

Vì lý do trên, La ngữ vẫn được xử dụng trong các nghi lễ Roma cho tới ngày nay. Điều này

được coi như một dấu hiệu hiệp nhất rõ ràng và cụ thể, và là một bảo vệ hữu hiệu chống lại mọi sai lạc của nền giáo lý tinh tuyền (Mediator Dei số 58).

Dầu sao Công Đồng Trentô và Thông Điệp Mediator Dei cũng nhận sự kiện La ngữ ngăn trở giáo dân tham dự chủ động và tích cực vào các nghi lễ Phụng Vụ, nhất là để hiểu những bài đọc và những nghi thức hàm chứa nhiều giáo huấn cho giáo dân.

Vì vậy Công Đồng Vaticanô II đã giải quyết vấn đề đến nơi đến chốn và nêu ra những qui tắc thiết thực cho việc xử dụng tiếng bản xứ (x. số 54 và 63).

Còn tiếp

VỀ MỤC LỤC

NĂM THÁNH THÁI HÀ

Quý độc giả **Ephata và Giáo Sĩ Việt Nam** thân mến,

Tôi đến Hà Nội vào buổi chiều trước ngày khai mạc Năm Thánh tại Thái Hà, cái không khí se lạnh của mùa xuân làm Hà Nội đẹp hơn, đường phố thưa thớt bởi người dân lao động từ các tỉnh bạn đã về quê ăn Tết, phố xá thông thoáng làm lòng người cũng cảm nhận được sự thanh thang, thanh thản mà thoát khỏi cái chật hẹp xô bồ bụi bặm của ngày thường.

Người Việt chúng ta hay thật, khi gió mùa thổi về, mùa xuân có bóng cánh chim én lượn, người ta quên ngay những nhọc nhằn để hội nhập vào không khí nhẹ nhàng của các lễ hội mùa xuân. Hà Nội hình như quên đi những ngày tháng vất vả muộn phiền, Hà Nội đang khoác lên mình tấm áo nồng ấm tình xuân, quên rồi những nỗi đau hờn giận, quên rồi những giọt nước mắt cho những mất mát to lớn của một năm trôi qua, mọi sự trôi đi như giòng nước mưa lũ nghiệt ngã dịp cuối năm ngoài đã từng cuốn đi bao ước mơ, bao kế hoạch, bao mạng sống con người trên chính đất Hà Nội Thăng Long thành này !

Xuân đến, có cái quên có cái không quên, cái không quên là cái ăn vào xương vào tủy, vào tim vào óc, vào từng ngõ ngách của cuộc sống con người, cái không quên là cái không thể quên, nếu quên thì chẳng phải là người. Điều người Giáo Dân Hà Nội không bao giờ quên đó là hành hương kính Đức Mẹ đầu năm mới tại Thái Hà. Đã như vậy nhiều năm, mưa hay nắng, buồn hay vui, khổ đau hay hạnh phúc, có tự do hay không, còn đông Giáo Sĩ hay như nhiều năm tháng chỉ còn vồn vện cha Vũ Ngọc Bích, một cụ già đạo hạnh giữ Đền (đạo ấy người ta đã trục xuất Giáo Sĩ, giam tù Tu Sĩ, cấm Giáo Dân lai vãng), thì xuân đến là lúc đàn con thảo lại lũ lượt kéo nhau đến Đền Thái Hà để hành hương kính Đức Mẹ.

Trong một lần gặp gỡ, có một vị Giám Mục nói với Giáo Dân Thái Hà rằng: "Khi tôi còn bé, tôi thường theo thầy mẹ tôi đến Đền Mẹ Thái Hà để hành hương kính Đức Mẹ, tôi chẳng thể quên và luôn biết ơn Mẹ Maria Hằng Cứu Giúp, biết ơn các cha Dòng Chúa Cứu Thế Thái Hà. Thói quen hành hương đầu năm về Thái Hà có từ rất lâu, đạo ấy...

Trước giờ khai mạc Năm Thánh, một vị Giám Mục khác nói với tôi, ngài kể về cuộc đời ngài với sự can thiệp lạ lùng của Đức Mẹ tước hiệu Hằng Cứu Giúp. Năm ngài lên hai tuổi, ông cụ thân sinh ra ngài sửa chữa cái bể nước mưa khá lớn, trong lúc đục đẽo để trám hồ, vô tình bức thành của hồ nước đổ ụp xuống, khi đó "thằng bé sau này làm Giám Mục" đang chơi đùa bên thành bể, bị bức tường đè "chết" tại chỗ. Hoảng hốt, người cha đau khổ chỉ còn biết ngước mắt lên trời cầu nguyện, rồi vội vàng bảo cô chị chạy sang Đền Thánh An Phong ở Nam Định khẩn Đức Mẹ ngay, khi người chị của "Đức Cha" khẩn đoạn về nhà, "thằng bé" từ từ tỉnh dậy, mắt và mũi trào nước ra, trong nước có lẫn cát sạn xi-măng ! Và từ đó "thằng bé" sống lại bằng sự sống nhiệm lạ.

Những năm chiến tranh loạn lạc, toàn quốc "tiêu thổ kháng chiến", nghĩa là thẳng tay triệt hạ không thương tiếc tất cả các cơ sở có thể làm nơi trú ngụ và bảo vệ cho quân đội Pháp, cô lập bằng cách đốt phá tất cả các công trình bao quanh, cắt đứt mọi liên lạc và mọi đường dây tiếp tế. Gia đình ngài nằm trong vùng phải triệt hạ. Công con trên người chạy loạn, người cha đã xông lên, lao mình giữa các lần đạn, một tay quắp con nhỏ, một tay đeo bức ảnh Mẹ Hằng

Cứu Giúp, luôn miệng nhắc con nhỏ sau này làm Giám Mục rằng hãy "kêu xin Đức Mẹ đi con !" Người ta chết rất nhiều, vậy mà hai cha con vẫn an toàn, trên vai vẫn mang bức ảnh Đức Mẹ. Ngài kết luận: "Cho đến bây giờ, con luôn mang ơn rất sâu đậm Đức Maria Mẹ Hằng Cứu Giúp".

Thái Hà mở Năm Thánh, rất nhiều người thắc mắc và lo ngại, họ muốn biết rõ Thái Hà mở Năm Thánh để làm gì. Thế rồi sinh ra nhiều lối giải thích khác nhau, dẫn đến những phản ứng khác nhau.

Chiều hôm trước ngày khai mạc Năm Thánh, các ngã đường đã dày đặc Công An, đường vào công viên, khu linh địa Đức Bà cũ đã bị khóa hoàn toàn bằng các chốt gác, phố Nguyễn Lương Bằng căng thẳng một cách lạ kỳ, không bình thường như mùa xuân Hà Nội, dày đặc những thanh niên gương mặt lạnh lùng, kín đáo theo dõi khách hành hương và những chiếc bộ đàm léo nhéo liên tục.

Không cần phải như vậy, phản ứng như vậy là nghĩ sai và không hiểu gì về Thái Hà, không hiểu gì về Năm Thánh ! Bảo vệ an ninh trật tự là điều cần thiết, nhưng bảo vệ an ninh trật tự đến độ "Cha ơi, Công An đông hơn Giáo Dân !" thì quả là quá đáng !

Thái Hà đã khai mạc Năm Thánh trong bầu khí thánh thiện đơn sơ. Một Thánh Lễ đầm ấm có nhiều vị Giám Mục tham dự, có vị đến từ bờ biển Đông, từ thành phố mùa hè phủ đầy hoa Phượng đỏ, có vị đến từ miền rừng núi bạt ngàn Tây Bắc, quanh năm sương khói phủ núi rừng. Ngày khai mạc bùng mở đón vị Giám Mục được phong danh hiệu "Anh hùng của Đức Tin" đến chủ sự, tiếng vỗ tay không dứt, người ta hét thật to lên rằng: "Hoan hô Đức Tổng". Người ta gào lên rằng: "Hoan hô đấng Chúa sai đến", và khi đoàn đồng tế đã đầu vào đó trên Cung Thánh, thì vị chủ sự, "người của Sự Thật" và "người của lòng can đảm" vẫn còn ở mãi xa, đang "vật lộn" với đám đông dân chúng trào tràn tình thương yêu.

Người ta đã yêu mến Đức Tổng thật nhiều vì Đức Tổng đã "chạnh lòng thương" người ta thật nhiều. Có thể thôi ! Đã thế, bài giảng khai mạc lại nói về con tim, lại nói về tình yêu, nói về ơn tha thứ, nói về cuộc sống hiệp nhất. "Trong vũ trụ thiên nhiên, mùa đẹp nhất là mùa xuân, trong con người, phần đẹp nhất là chính con tim, con tim biết yêu thương..."

Vậy Năm Thánh ở Thái Hà là gì, thưa đã rất rõ, là đánh dấu một chặng đường 50 năm của Lòng Tin, là tìm đến với Lòng Xót Thương của Thiên Chúa để đón nhận ơn tha thứ, là tận hưởng ân huệ lòng thương yêu của Thiên Chúa và để học tập lời Chúa hầu lớn lên trong Đức Tin, trong Lòng Yêu Mến.

Đến với Thái Hà, Năm Thánh là đến với Lời của Chúa, học hỏi ngẫm suy Lời Chúa, lấy Lời Chúa làm nền tảng, làm tiêu chuẩn chọn lựa lối sống. Đã lấy Lời Chúa thì sẽ không lấy lời của thế gian, không thể làm tôi hai chủ được, lời thế gian phải được loại ra ngoài, vì nó là lời gian dối, lời lừa bịp và đưa chúng ta đến chỗ chết, cho dù nó đã được phong tặng bằng khen, huy chương, ...

Đến với Thái Hà là đến với ơn tha thứ, đến nhận lấy lời tha thứ đầy yêu thương của Thiên Chúa, Đấng chỉ biết yêu thương, nhưng đồng thời cũng là để chuyển ơn tha thứ đó đến cho người khác. Ơn tha thứ chỉ ở lại với chúng ta khi chúng ta biết chuyển ơn tha thứ đó đến cho người khác (Xin tha cho chúng con như chúng con cũng tha cho kẻ có nợ chúng con). Tha thứ cho kẻ xúc phạm và làm khổ mình thì khó lắm, khó vì đến cùng sẽ phải trả bằng giá máu như Chúa Giêsu đã làm.

Đến với Thái Hà là để yêu mến "Lạy Chúa từ nhân, xin cho con biết mến yêu và phụng sự Chúa trong mọi người...", để tìm ra nơi người anh em mình gương mặt của Thiên Chúa, để tìm ra nơi người anh em mình lý do để Thiên Chúa sẵn sàng sống và chết cho họ, để ta vượt qua mọi rào cản, mọi bất đồng mà yêu thương đến hiến mạng cho anh em, người anh em bên cạnh mình mà mình có thể không quen biết.

"Ôi Thần Linh Thánh Ái xin mở rộng lòng con, xin thương ban xuống những ai lòng đầy thiện chí, ơn an bình".

Lm. VINH SANG, DCCT, Hà Nội 1.2.2009

TỰ DO TRONG ĐỜI SỐNG TẬN HIẾN - CHỨNG TỪ ƠN GỌI, (BÀI 2)

Paris. Chủ nhật 11 tháng 01 năm 2009, cả Giáo Xứ Việt Nam Paris đã học hỏi về đề tài « Tự do trong đời sống tận hiến », do cha Phan Tấn Khánh cho chứng từ. Đây là đề tài học hỏi thứ hai trong chương trình « chứng từ ơn gọi », được thực hiện vào mỗi chủ nhật thứ hai mỗi tháng, trong « Năm cầu cho ơn gọi 2009 » tại GXVN Paris. Chứng từ ơn gọi, bài 1, đã được cha Nguyễn Bình chia sẻ vào chủ nhật 14.12.08 về vấn đề « Làm sao biết Chúa gọi mình » ?

1. Chương trình mục vụ 2009 đặc biệt nhắm về chủ đề « ƠN GỌI »

Trong Đại Hội Mục Vụ lần thứ 51 ngày chủ nhật 14 tháng 12 năm 2008, Đức Ông Mai Đức Vinh đã giới thiệu hướng đi mục vụ của Giáo Xứ cho năm 2008-2009, đã được Ban Giám Đốc chấp nhận và Ban Thường Vụ thông qua. Hướng đi này gồm hai chương trình chính: Năm thánh Phaolô của toàn Giáo Hội và Năm Ơn gọi của Tổng Giáo Phận Paris.

Về Năm Thánh Phaolô, với Giáo hội hoàn vũ, và theo chương trình Tòa thánh, GX bắt đầu năm Thánh Phaolô từ 29-06-2008 đến 29-06-2009. Mục đích Giáo hội mời gọi chúng ta tìm hiểu con người của thánh nhân, học hỏi giáo lý của ngài qua sách Tông đồ Công vụ (từ chương 9) và trong 12 thư ngài viết, để từ đó chúng ta sống vững niềm tin vào Chúa Kitô và dẫn thân truyền giáo theo gương thánh Phaolô. GX đã khởi sự từ đầu tháng 9-2008. Việc làm cơ bản của mỗi người, mỗi cộng đoàn, mỗi hội đoàn, Ban, Nhóm, tùy theo hoàn cảnh, học hỏi, chia sẻ về cách sống và giáo huấn của Thánh nhân.

Về Năm Ơn gọi, với chủ đề " Tất cả cho ơn gọi ", dưới tiêu đề " Năm của Linh mục, văn phòng về ơn gọi của Tổng Giáo phận Paris muốn mỗi họ đạo thể hiện một sinh hoạt nào đó nhằm 4 mục đích: 1-Gây ý thức về ơn gọi nơi các em nhỏ; 2-Cổ vũ ơn gọi nơi giới trẻ; 3-Giúp các phụ huynh nhận ra bốn phận hướng dẫn con cái về việc lựa chọn ơn gọi; 4- Liên kết mọi người trong lời cầu nguyện cho ơn gọi.

Giáo Xứ chúng ta dành năm 2009 để hòa nhập vào sinh hoạt mục vụ ơn gọi của Tổng Giáo phận qua những thể hiện cụ thể :

1. Xin mời vị giảng lễ cổ hướng về ơn gọi.
2. Nhắc nhở và tổ chức các chiến dịch cầu nguyện cho ơn gọi
3. Thứ bảy và chủ nhật II mỗi tháng sẽ mời một linh mục, thầy sáu, tu sĩ hay giáo dân giảng lễ và cho chứng từ về ơn gọi.
4. Chinh đồn lại " nhóm các em giúp lễ ": đi đều đặn, học biết về cách giúp lễ, học hiểu về ý nghĩa và các cử chỉ phụng vụ trong việc giúp lễ.
5. Chinh đồn lại Hội Yểm trợ Ơn gọi: Nên có thư liên lạc để nhắc nhở các hội viên cầu nguyện, góp tiền niên liễm. và cổ động hội viên mới.
6. Cần mở rộng quan điểm về ơn gọi: Ơn gọi linh mục, ơn gọi tu sĩ, ơn gọi giáo dân tận hiến, ơn gọi phò tế vĩnh viễn, ơn gọi lập gia đình.
7. Cổ động cho các địa điểm mục vụ, các hội đoàn tham gia chương trình của năm ơn gọi: dâng lễ, giờ thánh, trao đổi về ơn gọi...
8. Mỗi tháng báo GX dành 1-2 " trang về ơn gọi ".
9. Mở " Trang Ơn gọi " trên site Internet của GX.
10. Dành bảng lớn để trình bày hình ảnh, tin tức về ơn gọi.

2. Cha Phan Tấn Khánh cho chứng từ về « Tự do trong đời sống tận hiến »

Nhằm thể hiện chương trình năm « Ôn Gọi » này, Chúa nhật thứ hai trong tháng giêng, 11.01.2009, cha Phan tấn Khánh, linh mục thuộc tu hội Xuân Bích, đã đến chủ tế, chia sẻ Lời Chúa với cộng đoàn giáo xứ và cho chứng từ về « Tự do trong đời sống tận hiến » (1).

Trước nhất ngài tóm tắt Lời Chúa hôm nay, Lễ trọng Chúa Giêsu chịu Phép Rửa, Chúa nhật thứ nhất, Mùa thường niên năm B.

Bài đọc I, trích Sách I-sai-a (Is 55, 1- 11) : Lời Thiên Chúa vừa bổ dưỡng, vừa bí nhiệm, và luôn kêu gọi chúng ta trở lại với Giao ước.

Bài đọc II, trích thư thánh Gioan (1 Ga 5, 1- 9) : Ai tin kính Chúa Giêsu, Con Thiên Chúa, thì được Thiên Chúa cho tái sinh và cho làm con Thiên Chúa.

Bài Tin Mừng theo thánh Mác-cô (Mc 1, 7-11): Hồi ấy, Đức Giê-su từ Na-da-rét miền Ga-li-lê đến, và được ông Gio-an làm phép rửa dưới sông Gio-đan. Vừa lên khỏi nước, Người liền thấy các tầng trời xé ra, và thấy Thần Khí như chim bồ câu ngự xuống trên mình. Lại có tiếng từ trời phán rằng : "Con là Con yêu dấu của Cha, Cha hài lòng về Con".

Rồi từ đó, ngài đặt vấn đề : « Tự do là gì ? Theo tiếng gọi của Chúa để sống đức tin, để lập gia đình, và đặc biệt để sống đời tận hiến, có tự do không » ?

Cha Phan tấn Khánh chia sẻ (1) :

Vâng theo lời của Đức Ông Giám Đốc Giu-se, sáng nay chúng ta cùng nhau chia sẻ về đề tài tự do và cầu nguyện xin Chúa ban thêm nhiều tâm hồn quảng đại dâng mình trong đời sống tận hiến. Làm thế nào để có thể suy niệm về đề tài này trong ngày lễ mừng kính mầu nhiệm Chúa chúng ta chịu phép Rửa ? Trả lời câu hỏi này, không gì hơn là để Lời Chúa của ngày lễ hôm nay soi sáng chúng ta.

Nhờ giáo lý, chúng ta biết được rằng việc Chúa Giê-su chịu phép rửa là một trong ba biến cố của mầu nhiệm Hiển Linh. Ở đó, Chúa hiển dương thần tính của Ngài: con người Giê-su tỏ lộ Ngài là con dấu ái của Thiên Chúa và chính là Thiên Chúa. Phần chúng ta, bằng bí tích Thánh Tẩy của ngày chịu phép rửa tội, chúng ta đã trở thành con cái Thiên Chúa. Từ đó, chúng ta không ngừng được mời gọi để làm hiển lộ hình ảnh của Thiên Chúa Ba Ngôi đã in sâu trong tâm khảm mình. Hình ảnh đó được phản chiếu dưới nhiều phương diện trong đời sống của người ki-tô hữu, ở đó, tự do là một phần không thể thiếu.

Tự do là gì ? Chúng ta có thể nêu lên vài điểm đồng thuận như sau. Trước hết, tự do đối nghịch với thân phận nô lệ; người có tự do là người hoàn toàn làm chủ đời mình, không phụ thuộc vào bất kỳ ai, bất kỳ hoàn cảnh nào. Kể đến, khác với người Do Thái, những người đã từ chối sự tự do mà Chúa Ki-tô hứa ban, chúng ta được Ngài giải thoát khỏi ách tội lỗi (Phúc Âm Gioan, ch. 8). Sau nữa, dầu rất quan trọng, nhưng tự do không phải là mục đích tự thân: Chúa ban cho chúng ta ưu phẩm này để chúng ta sử dụng xứng hợp mà tôn vinh Chúa và phục vụ anh chị em mình. Và một điểm nữa, rất quan trọng, tự do không phải là muốn làm gì thì làm, vì nếu vậy, gia đình, giáo hội, xã hội sẽ đại loạn; bất kỳ ở đâu, ở thời đại nào cũng có luật lệ và quy tắc. Những điều này và nhiều điểm căn bản khác nữa, ai cũng dễ dàng chấp nhận.

Nhưng vấn đề sẽ trở nên nan giải hơn chút ít như lời Đức Ông Giám Đốc đã gợi ra trước lời đầu lễ : có nhiều người, ngay cả một vài người công giáo, nghĩ rằng làm con Chúa là mất ít nhiều tự do, đi tu càng mất tự do. Người công giáo phải sống dưới đủ thứ luật lệ, người sống bậc tu trì thì càng nhiều sự ràng buộc hơn, nhất là bị chi phối bởi khấn vâng phục.

Nhưng nếu lý luận như vậy, thì từ các Đấng chủ chăn cho đến tất cả chúng ta đều là nô lệ ! Nếu vậy, ơn giải thoát của Chúa Ki-tô đã vô ích ! Nếu vậy, chính Đấng cứu độ và Chúa chúng ta cũng đã là một người bị mất sạch tự do, bởi vì Ngài đã vâng phục đến cùng, vâng phục cho đến nỗi bằng lòng chịu chết, và chết trên cây thập tự. Nếu vậy, chúng ta tôn thờ một người nô lệ. Nếu vậy, chúng ta đã kính mến một người nô lệ khác, người ấy có tên là Maria, chính là người đã nói lời "xin vâng". Theo lối lý luận này : thờ một người bị tước đoạt tự do, kính một người nô lệ khác, thân phận của chúng ta thật thảm hại đến chừng nào !

Nhưng không !

Bởi vì tư tưởng của Thiên Chúa không phải là tư tưởng của loài người, và đường lối của

Người lại càng khác xa với đường lối của chúng ta như trời cách đất (bài đọc I). Ngài đã dùng chính sự tự hạ và vâng phục tuyệt đối của Con Một duy nhất của mình để giải thoát chúng ta khỏi thân phận nô lệ, khỏi sự tự do giả tạo của chúng ta nữa.

Bởi vì, hôm nay, Ngài chứng thật rằng Đức Giê-su là Con chí ái vì đã vâng lời Ngài, vì đã hạ mình. Ngài đã cho tất cả mọi người có mặt buổi sáng hôm ấy ở sông Gio-đan, và không chỉ buổi sáng hôm ấy mà còn cho muôn đời sau, thấy rằng Chúa Giê-su là Con chí ái của Ngài. Đó là điều thánh Phao-lô đã suy niệm và xác quyết : sau khi Chúa Giê-su Ki-tô đã vâng lời cho đến chết, Chúa Cha " đã siêu tôn Người", và tặng ban cho Người một "danh hiệu vượt trên muôn ngàn danh hiệu". Để khi vừa nghe đến danh thánh Giê-su, "cả trên trời dưới đất và trong nơi âm phủ, muôn vật phải bái quỳ" (thư gởi tín hữu Philipphê, ch. 2).

Chỉ ai là con chí ái mới đủ sức mạnh và yêu thương để vâng lời, mới có thể thoát khỏi mọi ràng buộc và cưỡng bách.

Hôm nay, chúng ta cầu xin cho có nhiều người biết đáp trả lại tiếng gọi của Chúa mà dâng mình phục vụ Chúa và Hội Thánh. Hôm nay một lần nữa, xin Chúa cho chúng ta biết xác tín rằng chỉ có sự vâng phục theo thánh ý Chúa mới là nguồn mạch mang lại tự do đích thật, và chỉ có người được giải thoát hoàn toàn mới có thể thưa lời fiat, như Đức Maria ngày xưa, cùng Cha trên trời.

Chúa Ki-tô đã giải thoát chúng ta, xin Ngài tiếp tục ban cho chúng ta biết can đảm dùng tự do của mình đáp lại tiếng gọi của Ngài để dẫn thân phục vụ anh chị em mình. Khi ấy, tiếng Chúa Cha đã làm chứng về Con Một của Người ngày nào trên dòng sông Gio-đan cũng sẽ vang vọng trên đời sống chúng ta. Khi ấy, Thần Khí của Sự Thật cũng sẽ lấy hình chim bồ câu mà tặng thêm ơn trợ lực cho chúng ta. Khi ấy, chắc chắn rằng hình ảnh của Chúa Ba Ngôi sẽ in tạc sâu thêm vào trong linh hồn chúng ta, để càng tỏ rạng ngày một hơn trong đời sống thánh đức, nhiệt thành của con cái Người trước mặt thiên hạ.

Paris, ngày 13 tháng 01 năm 2009

Trần Văn Cảnh

Ghi chú :

(1). Xin chân thành cảm ơn cha Phan Tấn Khánh đã ghi lại và cho phép phổ biến bài chia sẻ.

VỀ MỤC LỤC

TÌNH YÊU KHÔNG BIẾT SỢ HÃI

Khi đến thăm một trại cùi, ông Raoul Follereau tiến đến bên cạnh một cô gái phong cùi và chìa tay ra bắt. Cử chỉ này khiến thiếu nữ bối ngỡ, và cô không dám đưa tay ra đáp lễ. Thấy ông Raoul ngỡ ngàng, vị giám đốc trại phong bèn giải thích:

- Thưa ông, qui luật của trại chúng tôi không cho phép bệnh nhân bắt tay khách, vì nhiều người sợ lây bệnh.

- Cảm ơn ông giám đốc. Nhưng qui luật trại chỉ cấm bệnh nhân bắt tay khách, chứ đâu cấm khách hôn bệnh nhân?.

Vừa nói xong, ông Raoul liền tiến đến ôm hôn người cùi. Mọi người sững sờ trước cử chỉ đầy yêu thương và thân thiện ấy. Phút chốc, cả đám người cùi nhào đến ôm lấy ông. Và một giọng nói nghẹn ngào thốt lên:

- Hôm nay chúng tôi cảm thấy mình thực sự là con người.

Thánh Gioan viết: "Tình yêu không biết đến sợ hãi; trái lại, tình yêu hoàn hảo loại trừ sợ hãi" (1Ga 4,18). Vâng, chính tình yêu hoàn hảo dành cho những người phong cùi bất hạnh đã khiến ông Raoul Follereau không một chút sợ hãi vi trùng Hansen ghê rợn, không mảy may kinh khiếp máu mủ hôi tanh của bệnh nhân phong cùi. Chính tình yêu hoàn hảo là tình yêu đã dẫn Đức Giêsu đến chân thập giá. Chính tình yêu hoàn hảo đã thúc đẩy các tông đồ can đảm chịu bách hại và bình thản bước tới cái chết.

Chỉ trong một đoạn ngắn của Tin Mừng hôm nay, Đức Giêsu đã nhắc lại ba lần câu: "Anh em đừng sợ" (Mt 10,26.28.31). Con người có muôn vàn nỗi sợ: sợ bệnh tật, sợ già nua, sợ chết chóc, sợ tai họa, sợ chiến tranh, sợ nghèo đói, sợ bóng tối, sợ khổ đau, sợ ngu dốt v.v... Danh sách các nỗi sợ của chúng ta còn rất dài, nhưng xem xét kỹ đa số đều là sản phẩm của trí tưởng tượng, nó không có thật, nó chưa xảy ra, và rất nhiều khi chẳng bao giờ xảy ra. Nếu đem phơi trần các nỗi sợ hãi, có khi chúng ta phải phá lên cười ...

Không ít người để cho nỗi sợ hãi biến các buổi bình minh tươi sáng, an bình thành những chiều hoàng hôn âm đạm, buồn thảm! "Tình yêu hoàn hảo loại trừ sợ hãi". Một khi đã yêu Chúa rồi, chúng ta sẽ can đảm rao giảng Lời Chúa, chúng ta chẳng còn sợ "những kẻ chỉ giết được thân xác mà không giết được linh hồn" (Mt 10: 28). Một khi đã yêu anh em rồi, chúng ta chẳng còn sợ ai đổ kỵ, ghen ghét, hận thù; chẳng còn ghê tởm, kinh hãi những kẻ thấp kém, đốn mạt, hung hăng. Chính tình yêu là khí giới xua đuổi mọi sợ hãi đang dẫn dắt con người, cho dù là cái chết. Vì chính tình yêu của Thiên Chúa sẽ dẫn đưa chúng ta từ đêm dài tăm tối của tử thần đến bình minh sáng lạn của đời sống mới.

Nếu Thiên Chúa là Đấng Nhân Ái đã lấy tình yêu rộng lớn của Người mà ôm ấp nhân loại vào lòng thì chúng ta hãy mạnh dạn mà đặt trọn niềm tin nơi Người. Thật vậy, hôm nay Đức Giêsu khẳng định: "Ngay đến tóc trên đầu anh em, Người cũng đếm cả rồi. Vậy anh em đừng sợ, anh em còn quý giá hơn muôn vàn chim sẻ" (Mt10: 30-31). Nếu Thiên Chúa là Đấng Độc Nhất vĩnh cửu, đã dùng sự khôn ngoan mà hướng dẫn, dùng sức mạnh mà bảo vệ, dùng tình yêu mà giữ gìn con người, thì chúng ta còn chờ đợi gì nữa mà không tin cậy phó thác nơi Người.

Nếu "Thiên Chúa là Tình yêu" (1Ga 4,16), Người đã nâng đỡ chúng ta trên mọi nẻo đường, và luôn sẵn sàng ban cho chúng ta muôn vàn ân huệ trong mỗi thăng trầm của cuộc sống, thì chúng ta còn lý do gì để bi quan và sợ hãi. Chính đức tin thắng vượt sợ hãi,

Đức tin là con đê vững chắc để chống lại những đợt sóng dữ dội là các nỗi sợ hãi. Đức tin đem lại sự an bình nội tâm để đối phó với các căng thẳng và gánh nặng của cuộc đời. Đức tin biến cuồng phong thành gió mát, thất vọng thành hy vọng.

Lạy Chúa, Chúa đã quan tâm đến từng con chim trên trời, Chúa đã đếm từng sợi tóc trên đầu chúng con. Chúng con có một giá trị độc nhất vô nhị trong ngôi nhà vũ trụ này, chúng con có một chỗ đứng quan trọng trong trái tim yêu thương của Chúa. Xin cho chúng con đừng bao giờ tách mình ra khỏi tình yêu quan phòng của Ngài. Xin cho chúng con đừng tìm kiếm cho mình sự an toàn nơi bất cứ hầm trú ẩn nào. Vì duy một mình Chúa là nơi trú ẩn an toàn của cuộc đời chúng con. Amen.

Ngọc Nga (sưu tầm)

VỀ MỤC LỤC

CẦN NHỆ NHÀNG VÀ HỮU LÝ TRONG LỜI MÌNH NÓI

Chúng ta thường hay phàn nàn: "Con trẻ bây giờ cứng đầu khó dạy hơn chúng ta ngày

xưa.” Nhưng, chúng ta hãy thử phân tích một vài mẫu chuyện để xem: đâu là nguyên nhân của những vấn đề mà chúng ta đang gặp phải trong vấn đề giáo dục của chúng ta hôm nay.

Quốc Trung và bố mẹ đang đi thăm các bạn bè. Trong lúc những người lớn ngồi nói chuyện ở cửa trước, cậu bé Quốc Trung chạy rong. “Quốc Trung ! Con lại đây”, mẹ nó ra lệnh. Đoạn bà quay lại với bạn bè và tiếp tục nói chuyện. Cậu bé không nói gì, lẩn sang phía góc nhà và từ từ đi tới cái xích đu ở vườn sau. Bà mẹ xuất hiện ở lối đi sau vườn. “Quốc Trung ! Đến đây !” bà ra lệnh với sự cử động của ngón tay để chỉ điểm nó phải đến. Cậu bé quay lưng lại, nhấc cằm, nhắm mắt, và nuếch miệng nhe răng cười rồi ngồi xuống trên chiếc xích đu, le lưỡi liếm môi. “Quốc Trung ! Mẹ bảo con đến đây bây giờ”, bà mẹ giận dữ quát tháo. Cậu bé phớt lờ, tiếp tục đu đưa chiếc xích đu. “Mẹ đi mách ba con”, bà mẹ nói to trong lúc bước ra khỏi đó. Không có gì xảy ra. Nó tiếp tục đu đưa. Cuối cùng, chán quá rồi, nó đi bộ trở lại cổng trước.

Cậu bé tỏ ra thiếu kính trọng đối với những mệnh lệnh của mẹ nó. Trong trường hợp này, bà mẹ đón nhận cái bà đáng nhận. Bà đã làm một yêu sách vô lý. Cậu bé đáp trả với sự kháng cự táo bạo đối với mệnh lệnh của bà. Trong giây phút đặc biệt này, có sự tranh chấp quyền hành giữa mẹ và con. Và cậu bé đã thắng. Không có lý do tại sao nó không được chơi trên chiếc xích đu. Bà mẹ đã cố gắng tỏ uy quyền, còn cậu bé thì vẫn ngồi yên, tỏ vẻ kháng cự. Bây giờ, bà mẹ đành phải đầu hàng, nhưng tiếp tục dùng lời nói hăm đe như một khí cụ. Cuối cùng, bà đe dọa mách với ông bố. Nhưng, cậu bé biết rằng ông bố sẽ không làm gì như kết quả đã cho thấy. Đe dọa nói với ông bố luôn là một lời nhảm nhí không mấy kết quả. Ông bố không bao giờ bị đặt trong vai trò phải thực hiện một quyền bính, điều mà đối với ông không còn hiệu quả nữa cho công việc giáo dục con cái.

Những yêu sách hợp lý thường được xác định bởi sự trọng kính của con trẻ và sự tuân phục của chúng đối với mệnh lệnh. Có nhiều bố mẹ trở nên giận dữ vì đứa trẻ không làm như họ bảo, lý do có thể là vì những yêu sách của họ không hợp lý mà chỉ cố gắng để điều khiển đứa trẻ mà thôi. Điều đó thường tạo nên một cuộc chiến về quyền hành để xem ai là “Ông Chủ”. Những bố mẹ này đã không nhận ra điều quan trọng trong những cố gắng của họ là thiết lập một quan hệ tốt đẹp giữa kẻ trên và người dưới. Họ quên rằng đối với con trẻ ngày hôm nay, sự trên quyền của người lớn thì không còn được chấp nhận nữa. Vì thế, con trẻ nhất quyết không chịu vâng lời như một nguyên tắc sống để thoát khỏi sự thống trị. Một đứa trẻ cảm thấy mình bị xếp đặt hoặc bị làm chủ, sẽ có phản ứng phục thù với sự bất phục tùng. Chúng ta có thể tránh những xung khắc ấy nếu chúng ta chỉ làm những mệnh lệnh cần thiết và hợp lý trong một cách thể không tỏ ra quyền uy.

Cô bé Thanh Lan, 10 tuổi, đang chơi cách nhà một khoảng cách không xa. Bà mẹ muốn sai nó đến quầy hàng mua một vài món hàng vặt, vì thế bà ra gọi nó từ cổng trước. Cô bé cứ tiếp tục chơi, làm như cô bé không nghe tiếng mẹ gọi. Cô bé không trả lời, bà mẹ đành chịu thua. Vài phút sau đó, bà gọi nữa. Nhưng cô bé vẫn ra vẻ không nghe thấy gì. Sau cùng, một trong những bạn bè của cô nói: “Thanh Lan, mẹ mày đang gọi mày đó !” “Ô, tao biết, nhưng bà ta chưa la”. Thay vì la lối, bà mẹ đi ra, mang theo chiếc giấy roi nho nhỏ. Bà đi đến chỗ cô bé. Cô bé nhìn ngạc nhiên. “Con không nghe mẹ gọi sao ? Đi về nhà, bà nhấn mạnh từng từ ngữ với tiếng kêu của sợi dây đập vào chân cô bé. Cô bé nhảy lên và vội chạy về nhà. Vài phút sau, cô bé bắt đầu đi đến gian hàng.

Cô bé đã trở thành “Mẹ Điếc”(nghĩa là mẹ nói thì không nghe), một vấn đề đã xảy ra cho rất nhiều gia đình. Dĩ nhiên, con cái phải làm một số những bổn phận giúp đỡ cha mẹ để đóng góp vào những lợi ích gia đình. Tuy nhiên, những công việc này phải là một cái gì được giáo dục, được ý thức bởi đứa trẻ và nên được hoàn thành một cách bảo đảm.

Ở đây, bà mẹ nên cùng cô bé thảo luận trước một chương trình nho nhỏ có thể thỏa đáp được những nhu cầu của gia đình và cũng để phản ánh được nhận thức về quyền lợi chơi với bạn bè của cô bé. Chẳng hạn: vào lúc ăn trưa, bà mẹ có thể nói: mẹ cần mua một ít đồ từ tiệm tạp hóa trước 5 giờ chiều hôm nay. Mấy giờ con có thể giúp mẹ đi mua được ? Khi cô bé làm sự chọn lựa, bà mẹ có thể hỏi: mẹ sẽ gọi con vào lúc đó được không ? Bây giờ cô bé biết cái gì được mong đợi nơi cô và cô có cơ hội để chọn thời gian thích hợp cho cô. Lúc đó, yêu sách xem ra là có lý và cô bé sẽ đáp lại với một cảm giác tự hào về bổn phận nó cần phải làm.

Một câu chuyện khác: Bà mẹ đang ngồi trong phòng coi Tivi, sửa chữa mấy cái quần áo vặt vặt trong lúc cô bé Mỹ Huyền, 8 tuổi, đang coi Tivi. “Mỹ Huyền, con lấy cho mẹ bao thuốc

lá đi". Cô bé nhảy xuống và đi lấy thuốc lá cho mẹ. Vài phút sau, bà lại gọi: "Cưng ơi, con lấy cuộn chỉ trắng cho mẹ". Cô bé đi lấy cuộn chỉ. Sau đó không lâu, bà mẹ lại gọi: "Con ơi, con đi tắt bếp cho mẹ". Cô bé lại phải chạy đi tắt bếp cho bà mẹ.

Bà mẹ đã đối xử với cô bé như một đứa đầy tớ. Cô bé cố gắng thỏa đáp những yêu sách không hợp lý chút nào chỉ vì nó muốn làm vui lòng mẹ nó. Và chúng ta cho nó là cô bé ngoan, nhưng thật ra nó không học xử sự như một cá nhân tự quyết.

Một câu chuyện nữa: Bà mẹ và ông bố đang ngồi ở sân sau nói chuyện với những người bạn chợt đến bất thành lình. Thuý Hằng, 9 tuổi, đang chơi với hai đứa bạn gái ở gần đó. Minh Quang, 1 tuổi rưỡi, đang loay hoay vì đã đến giờ đi ngủ. Bà mẹ ôm nó một lúc, nhưng sự khuấy động của nó làm mọi người chia trí. "Thuý Hằng, con đến bế em bỏ vào trong chiếc giường của nó giúp mẹ đi". "Ồ, mẹ!" Cô bé thở dài. Nhưng rồi, cũng rời các bạn và làm như mẹ nó bảo.

Bà mẹ đã làm một sai bảo không hợp lý. Chúng ta không nên bảo một đứa trẻ làm một điều mà chúng ta không thích bị yêu cầu làm. Bà mẹ muốn ở với các bạn bà nên đã bảo đứa trẻ rời các bạn nó để chăm sóc cho cậu bé con. Điều này cho thấy sự thiếu kính trọng đối với quyền lợi của cô bé. Tốt nhất, bà mẹ nên cáo lỗi và tự mình đem cậu bé vào trong giường vì còn có ông bố tiếp chuyện với khách.

Khi chúng ta muốn làm một yêu sách hay ra một mệnh lệnh cho một đứa trẻ, chúng ta phải nhạy cảm đối với tình thế cũng như đối với khả năng của đứa trẻ nữa. Có những đứa trẻ thích nhiệm vụ chăm sóc trẻ nhỏ, nhưng cũng có những đứa không thích mấy. Vì thế, giao trách nhiệm phải tùy từng đứa, và tốt hơn nên có sự đồng ý trước, như khi nào trách nhiệm đó được thực hiện. Dĩ nhiên, nếu bà mẹ cần thêm sự giúp đỡ, bà có thể gọi đứa trẻ lớn hơn giúp bà.

Chúng ta có thể ngẫm nghĩ về những trường hợp, trong đó chúng ta đòi hỏi hay ra lệnh cho một đứa trẻ phải làm một cái gì ngay tức khắc. Đây là một cách thể tỏ ra uy quyền và thường là một đòi hỏi không hợp lý. Sự đáp trả của đứa trẻ: "Ôô, bà luôn luôn la hét và bắt tôi phải làm một cái gì", điều đó cho thấy một tương quan nghèo nàn, thiếu sự hòa hợp, thiếu sự cộng tác giữa hai bên. Muốn được sự cộng tác của đứa trẻ, chúng ta nên dùng những phương cách tế nhị, kính trọng, và khéo léo hơn là những mệnh lệnh, vì không một ai, ngay cả con trẻ, thích nhìn thấy quyền hành được lạm dụng trong xã hội hôm nay.

Lm. Lê văn Quảng, tiến sĩ tâm lý

VỀ MỤC LỤC

CHÚA GIÊSU KITÔ - LỜI THIÊN CHÚA UY QUYỀN

Trên thế gian này, có những chuyện quá xưa cũ, mà người ta vẫn lầm tưởng như là mới mẻ lắm. Điển hình, sự ngu muội của một số người vẫn cho mình là tiến bộ từ loài vượn đến loài người, và chưa hề lường tượng ra có một loài người đang tiến bộ từ loài người đến loài thiêng liêng thần thánh, chưa nói đến việc loài người ấy được tan hòa trong thiên tính vô cùng cao quý của một Đấng Thiêng Liêng là Đức Chúa Trời, được làm con Chúa Trời. Cái thói ăn bậy, nói bừa, như "con chim hay nói, nó nói tào lao, không có đứa nào, dạy cho tao nói", cái thói xảo trá gian ngoa "đâm đầu thóc, thọc đầu gạo" của loại đòn xóc hai đầu, hoặc cái thói "nói đằng đông, làm đằng tây, nói một đường, làm một nẻo" vẫn là cái căn cốt của con quỷ Satan ngay từ buổi bình minh sáng thế. Có gì mới đâu! Thế nhưng, có những con người chủ trương sống và kêu gọi người ta sống lại cái thừa ban đầu của sự tằm tối ngu muội ấy, vì người ta không ưa thích sự thật, hoặc dùng sự thật bên ngoài như bức màn che bao điều giả dối ở bên trong: sự giả dối ngay trong hôn nhân gia đình: khoái lạc dưới tên gọi hạnh phúc; ở nhà trường, ở xã hội, thành tích thi đua thay cho thực lực, xin-cho có điều kiện được gọi là tự do, bố thí rửa tiền mang áo lụa thơm mùi bác ái.... Người ta đang tưởng mình sống, thật ra đang sống trong sự chết, tưởng mình tự do, thực ra đang nô lệ, tưởng mình chiến thắng, thực ra đang bại trận trong chính cuộc đời mình.

Sự giả dối đang hoành hành khắp nơi trên thế giới, không loại trừ quốc gia, dân tộc, giáo

hội, tổ chức, cá nhân...vì Satan luôn chọn 'lòng người' làm sào huyệt xuất phát, để chống lại sự thật là chính Thiên Chúa. Và khi lòng người giả dối, sẽ trở nên bao điều ô uế cho chính mình và cho cuộc đời. Mưu đồ của Satan còn khủng khiếp hơn nữa, khi chúng tôn vinh các sự dối trá bằng những tuyên dương, bằng cách đội cho các thông tin sai sự thật chiếc vương miện hoa hậu, bằng cách truyền bá rằng sự giả dối đang chiến thắng, đang thống trị.

Ai có thể tin được? Có đấy, có biết bao nhiêu người lầm tưởng.

Riêng với các tín hữu công giáo, là những người con của Thiên Chúa, con của sự thật, thì Lời Chúa hôm nay, đang cảnh tỉnh mỗi người đề phòng mưu chước của Satan, và một lần nữa khẳng định cho con cái Chúa biết rằng: Uy quyền thuộc về Thiên Chúa.

Lời Chúa đầy quyền năng vì là Lời của sự thật và Lời ban sự sống. Chỉ một Lời ngài phán, đã có ngay bầu trời và tinh tú cùng muôn vạn vật có sự sống (Tv 32). Công trình trần gian do Lời Chúa tác thành vẫn tồn tại, và tồn tại trong vẻ đẹp huy hoàng của Thiên Chúa mà người trần gian đến muôn đời vẫn không thể hiểu thấu.

Lời Chúa đầy uy lực khiến người nghe phải rung động tâm can vì Lời Chúa là tình yêu. Uy lực của tình yêu vô biên vì tình yêu chân thành, không hề giả dối, tình yêu tín trung không bao giờ phản bội, tình yêu thường hằng bất biến vì tình yêu không lệ thuộc thời gian không gian hữu hạn.

Thiên Chúa đã đặt Lời của Người vào miệng lưỡi của các tiên tri, để các Ngài thông tin cho nhân loại biết về một Thiên Chúa đầy toàn năng, toàn ái. Sách Đệ Nhị Luật 18,18-19, ghi rõ: *"Từ giữa anh em của chúng, Ta sẽ cho xuất hiện một ngôn sứ như người để giúp chúng, Ta sẽ đặt những Lời của Ta trong miệng người ấy, và người ấy sẽ nói với chúng tất cả những gì Ta truyền cho người ấy."*¹⁹ *Kẻ nào không nghe những lời của Ta, những lời người ấy nói nhân danh Ta, thì chính Ta sẽ hạch tội nó".*

Thiên Chúa vẫn biết, Satan vẫn luôn đã và đang rêu rao phủ nhận sự hiện diện của Ngài. Còn Satan vẫn biết có Thiên Chúa, nhưng luôn muốn và làm cho con người không biết, hoặc biết mù mờ, hoặc từ chỗ biết đến chỗ phủ nhận từ chối. Satan không muốn cho con người chấp nhận có một sự thật hiển nhiên, tỏ tường là Thiên Chúa. Vì thế, ngay cả các tiên tri, cũng có thể bị chúng phỉnh lừa để nhân danh Thiên Chúa mà không nói Lời Thiên Chúa đã truyền, như Ngài đã tiên liệu và căn dặn: *"Nhưng ngôn sứ nào cả gan nhân danh Ta mà nói lời Ta đã không truyền cho nói, hoặc nhân danh những thần khác mà nói, thì ngôn sứ đó phải chết."*(c 20)

"Nhân danh Chúa mà nói lời Thiên Chúa không truyền dạy" là mưu chước tinh xảo nhất của Satan trong thời đại hiện nay. Chỗ này, chỗ kia, rồi chỗ nào cũng có những người áp đặt ý của mình thành ý của Thiên Chúa, lời của mình thành Lời của Thiên Chúa, giới thiệu cho người nghe một khuôn mặt Thiên Chúa đã bị biến dạng. Thiết tưởng, việc học hỏi lời Chúa trong các gia đình, trong các lớp giáo lý, cần được thực hiện nghiêm túc hơn nữa, từ người dạy đến người học, không chỉ để hiểu được Lời Chúa, sống lời Chúa, mà còn để cho Lời Chúa tác động trong mọi hành vi cử chỉ ngôn từ, và còn để phân biệt lời nào, ý nào của Chúa, lời nào, ý nào của loài người.

Để củng cố, kiện toàn cho Lời của Thiên Chúa đã được đặt nơi miệng của các Tiên Tri, Thiên Chúa đã sai chính Ngôi Lời của Ngài đến trong trần gian là Đức Giêsu Kitô. Quyền năng của Lời Thiên Chúa nay được ủy thác nơi chính Đức Giêsu Kitô. Vì thế, thánh Marcô ghi nhận rằng : *"Đức Giê-su và các môn đệ đi vào thành Ca-phác-na-um. Ngay ngày sa-bát, Người vào hội đường giảng dạy."*²² *Thiên hạ sửng sốt về lời giảng dạy của Người, vì Người giảng dạy như một Đấng có thẩm quyền, chứ không như các kinh sư"* (Mc 1, 21-22).

Sự thật về Thiên Chúa là "Thiên Chúa là sự thật". Sức mạnh của sự thật cũng chính là sức mạnh của Thiên Chúa. Đức Giêsu đang mang cả kho tàng sự thật của Thiên Chúa đến trong trần gian, và sức mạnh ấy chiến thắng sự giả dối đang ngự trị trong lòng con người, đang làm cho con người ra ô uế. Thần ô uế, con quỷ giả dối, biết khiếp sợ trước Lời đã hóa nên người phàm: " Ông Giê-su Na-da-rét, chuyện chúng tôi can gì đến ông mà ông đến tiêu diệt chúng tôi? Tôi biết ông là ai rồi: ông là Đấng Thánh của Thiên Chúa! " (c 25). Vâng, Satan vẫn biết Đức Giêsu là Đấng Thánh của Thiên Chúa, vẫn biết chỉ có Đức Giêsu sẽ tiêu diệt nó khỏi lòng con người, để con người được an nhàn thư thái. Và quả vậy, thánh Marco

hôm nay cho biết: Đức Giêsu đã không tiêu diệt con cái của Thiên Chúa, nhưng Ngài dùng uy quyền của Lời Thiên Chúa mà trục xuất satan và ảnh hưởng của nó ra khỏi con người. *"Câm đi, hãy xuất khỏi người này! "*. Ngài trả lại cho con người ấy nét đẹp nguyên tuyền của con cái Thiên Chúa, con cái của sự thật.

Ma quỷ không thể thắng được Lời của Thiên Chúa, nhưng sự dữ vẫn cứ tồn tại. Vì ma quỷ vẫn luôn những nhiều Thiên Chúa, làm rối loạn tâm can con cái của Ngài. Quỷ đang ám các chính phủ để củng cố quyền lực trần gian, lừa lọc nhau mưu lợi, tham nhũng, làm cho con cái Chúa lầm tưởng rằng phải cậy thế, cậy thần mới là chân lý. Quỷ đang ám các nhà kinh doanh người, kinh doanh trên thân xác con người, kiểu này, cách nọ. Quỷ cũng đang ám tâm trí bao người ăn chơi hưởng thụ vô trách nhiệm trước tội giết chết các thai nhi không thương tiếc. Quỷ đang ám các gia đình bắt đầu từ sự dối trá trong tiền bạc, trong tình cảm, đến dối trá cho những cuộc trăng hoa mây mưa ngoài vòng pháp luật của gia đình, làm mất sự thánh thiện của hôn nhân công giáo, và dần dần, phá vỡ tan tác khi cầm một tờ ly dị được xem như sự giải thoát, sự tự do.. Thần ô uế cũng đang ám tôi, ám bạn, làm cho cuộc đời mình sống trong sự giả dối từ sáng sớm đến chiều tối, và ngay cả khi vào giấc ngủ-hình ảnh của sự chết ngàn thu.

Đã đến thời gian không chỉ tin vào sức mạnh của Lời Thiên Chúa, mà phải sống Lời Thiên Chúa cách thiết thực là kết hiệp với Đức Giêsu Kitô, Ngôi Lời Quyền Năng mà nhờ sức mạnh của Ngài làm thành lũy che chắn cho cuộc đời trước bao lời mời gọi của ma quỷ, của thần ô uế.

Nguyện xin Lời của Đức Kitô là sự thật đầy quyền năng, là giới răn mới của Thiên Chúa, thanh tẩy tâm trí chúng con khỏi sự giả dối trong tư tưởng, trong lời nói, trong hành động, để các sự ô uế không thấm nhiễm cuộc đời chúng con và thế lực chống lại Thiên Chúa không thể huyênh hoang rằng con cái của Chúa đã bại trận.

Và xin cho chúng con can đảm làm chứng cho sự thật, cho chân lý, cho Thiên Chúa trong thời đại con quỷ dối trá muốn khống chế tất cả loài người.

Pm. Cao Huy Hoàng

VỀ MỤC LỤC

Vài mẫu chuyện giáo dục

Cuốn sách và giỏ đựng than

Có một câu chuyện kể rằng tại một trang trại ở miền núi xa xôi, miền Đông bang Kentucky, có một ông cụ sống với người cháu của mình. Mỗi buổi sáng, ông cụ đều dậy rất sớm để đọc sách. Có những cuốn sách ông đã đọc nhiều lần, đến mức cuốn sách sờn cũ, nhưng lúc nào ông đọc cũng say mê và chưa một buổi sáng nào ông quên đọc sách.

Cậu cháu trai cũng bắt chước ông, cũng cố gắng mỗi ngày đều ngồi đọc sách. Rồi một ngày, cậu hỏi ông:

- Ông ơi, cháu cũng thử đọc sách như ông, nhưng cháu không hiểu gì cả. Hoặc là có những đoạn cháu hiểu, nhưng khi gấp sách lại là cháu quên ngay. Thế thì đọc sách có gì tốt đâu mà ông đọc thường xuyên thế ạ...

Ông cụ lúc đó đang đổ than vào lò, quay lại nhìn cháu và chỉ nói:

- Cháu hãy đem cái giỏ đựng than này ra sông và mang về cho ông một giỏ nước nhé!

Cậu bé liền làm theo lời ông, dù rằng tất cả nước đã chảy ra hết khỏi giỏ trước khi cậu bé quay về đến nhà.

Nhìn thấy cái giỏ, ông cụ cười và nói:

- Nước chảy hết mất rồi! Có lẽ lần sau cháu sẽ phải đi nhanh hơn nữa!

Rồi ông bảo cháu quay lại sông lấy một giỏ nước.

Lần này cậu bé cố chạy nhanh hơn, nhưng lại một lần nữa, khi cậu về đến nhà thì cái giỏ đã trống rỗng. Thở không ra hơi, cậu nói với ông rằng "đựng nước vào cái giỏ là điều không thể", rồi đi lấy một chiếc xô để múc nước. Nhưng ông cự ngăn lại:

- Ông không muốn lấy một xô nước. Ông muốn lấy một giỏ nước cơ mà! Cháu có thể làm được đấy, chỉ có điều cháu chưa cố hết sức thôi!

Rồi ông lại bảo cháu ra sông lấy nước. Vào lúc này, cậu bé đã biết rằng không thể đựng nước vào giỏ được, nhưng cậu muốn cho ông thấy rằng dù cậu chạy nhanh đến đâu, nước cũng sẽ chảy hết ra khỏi giỏ trước khi cậu về đến nhà. Thế là cậu bé lại lấy nước, lại chạy nhanh hết sức, và khi về đến chỗ ông, cái giỏ lại trống rỗng.

- Ông xem này - Cậu bé hụt hơi nói - Thật là vô ích!

- Cháu lại nghĩ nó là vô ích ư... - Ông cự nói - Cháu thử nhìn cái giỏ xem!

Cậu bé nhìn vào cái giỏ, và lần đầu tiên, cậu bé nhận ra rằng cái giỏ trông khác hẳn ban đầu. Nó không còn là cái giỏ than đen bẩn nữa, mà đã được nước rửa sạch sẽ.

- Cháu của ông, đó là những gì diễn ra khi cháu đọc sách. Có thể cháu không hiểu hoặc không nhớ được mọi thứ, nhưng khi cháu đọc, sách sẽ thay đổi cháu từ bên trong tâm hồn, như nước đã làm sạch giỏ than kia vậy.

Chén Ánh Sáng

Chuyện kể rằng mỗi đứa trẻ khi chào đời đều được ban tặng một chén Ánh Sáng hoàn hảo. Nếu bạn biết chăm chút, từ chén Ánh Sáng đó sẽ mọc lên sức mạnh và bạn sẽ làm được nhiều điều thật có ích.

Ngược lại, nếu bạn ghen tị, nổi nóng hay hèn nhát, chính bạn đang thả vào cái chén một viên đá. Khi đó một chút Ánh Sáng sẽ bị văng ra ngoài, vì Ánh Sáng và viên đá không thể ở chung một chỗ.

Nếu bạn càng thả đá vào chén, Ánh Sáng càng bị văng ra ngoài nhiều hơn, và cuối cùng chính bạn sẽ trở thành một viên đá.

Viên đá không lớn lên, cũng không thể chuyển động. Đến một lúc nào đó, rất có thể bạn sẽ chán làm viên đá. Bạn còn một cách là lật úp cái chén xuống để những viên đá rơi ra ngoài và Ánh sáng sẽ mọc lại từ đầu.

Có một câu nói: "Đừng bao giờ mang đến cho người khác nhưng điều mà bạn không muốn họ mang đến cho bạn." Nếu bạn phạm phải những lỗi lầm, bạn đánh mất dần món quà bạn được ban tặng từ lúc chào đời, dần dần bạn sẽ biến mình thành con người khác. Đến một lúc nào đó, bạn sẽ tỉnh ngộ, và hãy nhớ rằng Ánh Sáng luôn ở trước mắt bạn. Hãy can đảm làm lại từ đầu nhé bởi không có điều gì là quá muộn cả."

Theo MTO.

Chiếc Vòng

Một ngày nọ, Vua Salomon bỗng muốn làm bề mặt Benaiah, một cận thần thân tín của mình. Vua bèn nói với ông: "Benaiah này, ta muốn ông mang về cho ta một chiếc vòng để đeo trong ngày lễ Sukkot và ta cho ông sáu tháng để tìm thấy chiếc vòng đó. "

Benaiah trả lời: "Nếu có một thứ gì đó tồn tại trên đời này, thưa đức vua, tôi sẽ tìm thấy nó và mang về cho ngài, nhưng chắc là chiếc vòng ấy chắc phải có gì đặc biệt? "

Nhà Vua đáp: "Nó có những sức mạnh diệu kỳ. Nếu kẻ nào đang vui nhìn vào nó, sẽ thấy buồn, và nếu ai đang buồn, nhìn vào nó sẽ thấy vui". Vua Salomon biết rằng sẽ không đời nào có một chiếc vòng như thế tồn tại trên thế gian này, nhưng ông muốn cho người cận thần của mình nếm một chút bể bàng.

Mùa xuân trôi qua, mùa hạ đến nhưng Benaiah vẫn chưa có một ý tưởng nào để tìm ra một chiếc vòng như thế.

Vào đêm trước ngày lễ Sukkot, ông quyết định lang thang đến một trong những nơi nghèo nhất của Jerusalem. Ông đi ngang qua một người bán hàng rong đang bày những món hàng trên một tấm bạt tồi tàn. Benaiah dừng chân lại hỏi "Có bao giờ ông nghe nói về một chiếc vòng kỳ diệu làm cho người hạnh phúc đeo nó quên đi niềm vui sướng và người đau khổ đeo nó quên đi nỗi buồn không? ". Người bán hàng lấy từ tấm bạt lên một chiếc vòng giản dị có khắc một dòng chữ. Khi Benaiah đọc dòng chữ trên chiếc vòng đó, khuôn mặt ông rạng rỡ một nụ cười.

Đêm đó toàn thành phố hân hoan, tưng bừng đón mừng lễ hội Sukkot.

"Nào, ông bạn của ta, " Vua Salomon nói, "Ông đã tìm thấy điều ta yêu cầu chưa? ". Tất cả những cận thần đều cười lớn và cả chính vua Salomon cũng cười.

Trước sự ngạc nhiên của mọi người, Benaiah đưa chiếc vòng ra và nói: "Nó đây thừa đức vua". Khi vua Salomon đọc dòng chữ, nụ cười biến mất trên khuôn mặt vua. Trên chiếc vòng đó khắc dòng chữ: "Điều đó rồi cũng qua đi"

Vào chính giây phút ấy, vua Salomon nhận ra rằng tất thảy những sự khôn ngoan, vương giả và quyền uy của ông đều là phù du, bởi vì một ngày nào đó, ông cũng chỉ là cát bụi.

ST

Tác giả: *Không rõ tác giả*

VỀ MỤC LỤC

BÀN CHÂN

Từ nơi xa xôi, bạn gửi về tặng tôi một bàn chân. Dĩ nhiên, đây không phải là bàn chân thật. Dù có thương tôi bao nhiêu đi nữa, thì bạn cũng không thể chặt bàn chân xinh xắn gửi cho tôi. Đây là một bàn chân bằng sành, ở giữa lõm xuống để có thể đựng những vật nhỏ, như cái kẹp giấy, cái kim, hay vài đồng tiền cắc. Như thế, bàn chân này là một vật trang trí hữu dụng trên bàn giấy.

Bàn chân đã vượt không biết bao nhiêu dặm đường để đến với tôi vào một buổi chiều cuối năm, thời điểm mà tôi cũng như bao người khác muốn dừng chân để nhìn lại một đoạn đường mình đã đi qua.

Ngắm nghía bàn chân và cầm nó trên tay, tôi có cảm tưởng như được ngắm nghía và vuốt ve bàn chân xinh xắn dễ thương của bạn. Nhưng điều ấy tuy có dễ thương thật, cũng không quan trọng bằng những cảm nghĩ gợi ra trong tâm hồn tôi, do một bàn chân đến với tôi vào một buổi chiều cuối năm.

Chân dùng để đi. Dĩ nhiên. Và vì thế cảm nghĩ đầu tiên được gợi lên trong tôi là những cuộc ra đi.

Vào đời là một cuộc ra đi. Thượng Đế gửi tôi vào cuộc đời này là đặt tôi trên một chuyến đi- Tôi cần phải đi làm sao cho *trọn đường trần*. Với tôi, đi cho trọn đường trần là trí học biết được càng nhiều càng tốt những khôn ngoan do cuộc đời dạy bảo, mà tâm vẫn giữ được cái hồn hậu của tuổi ấu thơ. Thường thì khi vừa sinh ra, người ta có cái tâm hồn hậu nhưng cái trí đại khờ. Càng lớn lên, trí càng khôn ngoan nhưng tâm càng vẫn đục. Thánh nhân, theo quan niệm Nho giáo là người trở về với Thượng Đế, mang theo trí khôn ngoan và tâm trong sáng, sau khi đã sống trọn cuộc đời mình. Người cũng khôn ngoan chẳng thua gì Thánh-

Thánh chỉ hơn người ở chỗ sau khi đi hết đường trần, không để quên con tim ở đâu cả cũng không làm cho con tim ra chai đá, vẫn đục hay đầy những vết thương.

Những cuộc ra đi cũng gọi cho tôi về tính mạo hiểm phiêu lưu. Người mạo hiểm phiêu lưu là người dám ra đi cho dù cuộc ra đi có thể làm mình mất đi chỗ cư ngụ an toàn, êm ấm. Nếu lúc nào cũng muốn an toàn, cũng mong êm ấm, người ta không dám đi đâu cả. Nhưng như thế thì có chân để làm gì? Như thế thì làm sao khai phá được một con đường, làm sao nhìn thấy được chân trời man mác, làm sao theo đuổi được một lí tưởng cao cả, và làm sao tìm được những kho tàng vô giá chỉ được dành cho những kẻ dám cất bước ra đi ! Những bậc anh hùng trong bất cứ lãnh vực nào cũng đều là những người dám cất bước ra đi, mặc dù biết rằng đường mình đi sẽ gặp ghềnh và đầy gai góc:

"Vĩ phòng đường đời bằng phẳng cả,

Anh hùng hào_kiệt có hơn ai! "

Chúa Ki tô của tôi cũng có tinh thần phiêu lưu mạo hiểm, cũng dám ra đi. Nếu không, Người sẽ ở mãi bên hữu Đức Chúa Cha trong sự an toàn và êm ấm. Nhưng như thế thì làm sao Người thực hiện được công trình cứu chuộc nhân loại bằng *con đường tình yêu*? Các tông đồ của Chúa Kitô cũng có tính phiêu lưu và dám ra đi. Nếu không dám ra đi một cách phiêu lưu như thế, ông Phê rô chắc sẽ ở lại thuyền với cha, với người làm và với một nghề nghiệp cha truyền con nối, chứ không đi theo một chàng thanh niên ba mươi tuổi, không nhà cửa, cũng không một chỗ gối đầu. Điều này khiến tôi được nhắc nhở bằng người Ki tô hữu đích thực phải biết dùng đôi chân của mình để ra đi trong tinh thần dẫn thân, mà không đòi cho mình được mãi an toàn, êm ấm, nếu không muốn trở thành một thứ Ki tô hữu cầu an và thụ động.

Bàn chân còn gọi cho tôi những bước đi kiểm tìm Chân Lí. Chân Lí, hay nói khác đi là lẽ thật của cuộc đời, chỉ dành cho những ai dám cất bước ra đi tìm kiếm, và đi một cách kiên trì. Chân Lí là mặt trời và những kẻ dám tiến về phía mặt trời sẽ được mặt trời soi sáng, dẫn đường. Hành trình tìm kiếm Chúa là hành trình tiến về mặt trời công chính, cuộc hành trình mà tất cả mọi người, nhất là người Ki tô hữu phải thực hiện.

Nhưng bàn chân cũng có thể dẫn tôi đi hoang, đi lạc, đi không định hướng. Đó là những khi tôi ra đi mà không muốn trở về, ra đi mà nhắm sai mục tiêu, ra đi mà không biết sẽ đi về đâu. Kiểm điểm lại, trong đời, cũng đã nhiều lần tôi đi hoang, đi lạc, đi không định hướng như thế. Đam mê khiến tôi đi hoang, cảm dỗ khiến tôi đi lạc, tâm hồn bất định khiến tôi đi không định hướng. Những cuộc ra đi như thế đã khiến bàn chân tôi xước da, đau buốt hay chảy máu, và ít nhiều đã để lại những vết thương trong trái tim tôi. Nếu biết xem đó là những bài học dạy sự khôn ngoan, tôi mua được chút kinh nghiệm bằng một giá đắt. Nhưng nếu không ý thức, tôi mất mát nhiều, có khi mất đi cả chính trái tim của mình.

Bàn chân ra đi sẽ để lại dấu chân. Dấu chân giúp người ta tìm biết một người đi đến đâu. Dấu chân cũng có tác dụng dẫn dắt người khác đi theo mình. Ý thức được điều đó khi bước đi, tôi đặt vào bước chân mình sự sáng suốt của trí khôn và sự thiện hảo của tâm hồn tôi. Tôi muốn dấu chân của mình sẽ là những *dấu chân trên cát*. Rõ ràng, ai cũng nhìn thấy, ai cũng có thể bước theo không ngập ngừng nghi ngại. Tôi không muốn vết chân tôi để lại trên những bụi cỏ hoang khó theo dõi. Tôi lại càng không muốn tôi vừa đi vừa chùi xóa vết chân vì không muốn ai biết mình đã đi đâu, đến đâu. Muốn như thế, đường tôi đi phải là *đường ngay nẻo chmh*.

Ngày xưa còn bé, mỗi lần ra bãi biển, tôi thường nhìn ngắm những dấu chân trên cát. Có những dấu chân độc hành mà cũng có những dấu chân song đôi. Thăng bé con đa cảm là tôi đã nhiều lần cảm thấy thương cho những dấu chân độc hành nó lẻ loi, buồn thảm làm sao.

Thăng bé cũng vui vui và muốn chia sẻ niềm hạnh phúc với những bước chân song đôi, mà nó gọi là những bước chân có *bạn*. Rồi thăng-bé-con-tôi lớn lên, vào đời, đi qua rất nhiều nẻo đường. Lúc nào nó cũng ước ao, kiếm tình, mời gọi người đồng hành, để cho bước chân của nó là những bước chân có *bạn*. Những bước chân của Chúa Ki tô cũng là những bước chân có bạn. Trên núi đồi, quanh bờ biển, ngang qua cánh đồng, giữa kinh thành tráng lệ, nơi làng mạc đìu hiu, vùng hoang vu biên giới...chỗ nào, Chúa Ki tô cũng có những người bạn đồng hành. Phần tôi, đã đọc câu truyện Foot Prints tuyệt vời, tôi tin rằng lúc nào Chúa cũng đồng hành với tôi, để hướng dẫn, nâng đỡ, dìu dắt, và nếu cần thì bế tôi lên để Ngài bước những bước thay tôi.

Chân để ra đi, nhưng chân cũng để ngừng lại, đã biết bao lần tôi chỉ biết tiến tới mà không biết dừng chân. Trước những hồ thẳm trước mặt, tôi phải biết dừng chân để không lao mình xuống hố. Khi bóng tối phủ xuống, tôi phải biết dừng chân để định lại phương hướng. Khi ánh sáng chói lòa, tôi cũng cần phải biết dừng chân để không bị lóa mắt, đừng phải những vật trên đường, hay có khi xô cả vào người khác, làm cho họ hay cho chính tôi vấp ngã. Ngay cả trong những khi nghĩ rằng mình đang đi trên đường tốt đẹp, đường phục vụ, đường hi sinh, tôi cũng cần phải biết dừng chân, để định lại đường đó đưa tôi đi đến đâu, và coi xem những bước đi của mình có phải là những bước đi đúng cách không, có chen lấn ai không, có làm phiền toái người nào không.

Những khi dừng chân như vậy, nếu ý thức, tôi sẽ cảm thấy sức nặng của thân thể hoàn toàn đặt trên hai bàn chân của tôi. Để chịu được sức nặng ấy, bàn chân phải vững chãi. Không có bàn chân vững chãi, nhà nông không thể cày sâu cuốc bẫm. Không có bàn chân vững chãi, người lữ hành không thể bước đi dẻo dai trên đường dài vạn dặm. Ý thức thêm chút nữa, tôi hiểu bàn chân của tôi biểu tượng cho căn bản cuộc đời chính tôi. Căn bản ấy chính là những giá trị tinh thần. Căn bản ấy vững, cả cuộc sống của tôi vững, tôi có thể làm những việc hữu ích và đi được những chuyến đi xa. Thiếu căn bản ấy, hoặc căn bản ấy không vững, con người tôi sẽ chao đảo, bước chân tôi quờ quạng và tôi có thể ngã trên đường đời bất cứ lúc nào.

Tôi đã nói đến những cuộc trở về. Phải, chân để ra đi, nhưng chân cũng để dẫn dắt tôi trở về. Nếu không có những cuộc trở về trong đời sống, tôi đã không để cho đôi chân làm tròn chức năng của nó.

Tôi phải trở về sau những lần đi hoang, đi lạc. Là con người, dù là người con của Chúa đi nữa, đã mấy ai nhận rằng mình chưa hề đi hoang, ít nhất là đi hoang trong tư tưởng. Đi hoang là dấu chỉ của một tâm hồn phản kháng, không muốn giam mình trong một khuôn khổ gò bó. *Em đã muốn ra đi nhiều lần...* Lời ca khắc khoải ấy hình như ít nhiều muốn nói về một bàn chân đang muốn phá tan cái gò bó của khuôn khổ để cất bước ra đi. Đi hoang cũng có thể là một biểu lộ của sự yếu đuối, không cưỡng lại được trước một đam mê, một cám dỗ. Nói thế nào đi nữa, thì khi đã cất bước đi hoang, người ta đã làm một điều đáng tiếc. Nhưng điều đáng tiếc ấy sẽ được sửa đổi, nếu một ngày nào đó, người ta quay gót trở về. Mặc dù trở về trong rách rưới thể xác và với những vết thương đau buốt của tâm hồn, cuộc trở về cũng vẫn là một hành trình đẹp đẽ và hữu ích. Đó là hành trình *trở về nhà cha của đứa con đi hoang trong Phúc âm*.

Tôi cũng cần trở về với căn nhà nội tâm của tôi. Ra đi phục vụ, tôi tìm thấy tha nhân. Nhưng trở về với nội tâm, tôi tìm thấy chính mình. Nếu tôi đánh mất chính tôi, tất cả mọi việc làm của tôi, mọi bước chân ra đi của tôi đều trở thành vô nghĩa. Nội tâm là căn nhà kín đáo nhất, trong căn nhà ấy, tôi cất giữ gia tài của mình, đó là những đức tính Thượng Đế trao tặng cho tôi, tình thương tôi có và một kho kỉ niệm dù buồn hay vui nhưng tất cả đều rất đẹp và quý báu. Trong căn nhà nội tâm, tôi cũng đặt một tấm gương soi. Trở về đó, tôi soi mình trong gương để nhận diện con người thật của mình, con người thật ấy đã ra như thế nào trong thời điểm này. Cũng trong căn nhà nội tâm, tôi có chiếc giường để nghỉ ngơi, có thuốc men để chữa trị những vết thương, và có khung cảnh tĩnh lặng để kiểm điểm về những chuyến ra đi. Nhất là ở đó, tôi tìm thấy Thượng Đế, Đấng tôi hằng tìm kiếm, tưởng rằng Ngài ở đâu xa, nhưng thật ra Ngài đang cư ngụ trong chính căn nhà nội tâm của tôi.

Cuộc trở về lớn lao nhất trong đời tôi là cuộc trở về với Thượng Đế, Đấng tạo dựng nên tôi và gửi tôi vào đời. Một ngày, gần hay xa chưa biết nhưng chắc chắn sẽ có, tôi nhắm mắt xuôi tay, để lại trên thế gian này tất cả những gì gọi là *của tôi*: của cải, công danh, sự nghiệp, người thân, những gì đã đạt được, những ước vọng chưa thành hình, tiếng tốt và tiếng xấu... Tôi trở về với Thượng Đế, trần trụi như thuở vào đời. Mong ước làm sao trong cuộc trở về ấy, tôi có được trí sáng và tâm trong, cùng với một tình yêu nồng nàn dành cho Thượng Đế, được kết tụ bằng tình yêu tôi dành cho tha nhân trong cuộc sống mình nơi chốn dương gian. Mong ước làm sao tôi được Thượng Đế đón nhận trong yêu thương và hài lòng. Muốn như thế, những bước chân trên đường đời của tôi cần phải là những bước chân đẹp, những bước chân gắn gũi với hạnh phúc Thiên Đàng. Tôi nhớ lại một điều đã làm tôi suy nghĩ nhiều lần: đường về Thiên Đàng sẽ xa lạ, nếu khi còn sống, tôi không biết Làm quen với con đường ấy.

Tôi đang giữ bàn chân bạn gửi trong tay và đọc trong đó những lời nhắn gửi của bạn. Đã một lần tôi đến với bạn và sau đó tôi đã ra đi. Với bàn chân bạn gửi, bạn khuyến khích tôi hãy ra đi trên những nẻo đường tốt đẹp và hữu ích. Nhưng bạn cũng nhẹ nhàng nhắc tôi một chuyến trở về. Bạn ạ, một ngày nào đó, tôi sẽ trở về gặp bạn.

Nhà Văn Quyên Di

VỀ MỤC LỤC

HOÀN CẢNH LỊCH SỬ CỦA VIỆC XÂY NHÀ THỜ LỚN HÀ NỘI

Từ hơn hai tháng nay, theo dõi những cuộc tranh luận trên talawas về vụ Công giáo đòi Tòa Khâm và tiếp theo là những tranh cãi về sự kiện Nhà thờ Lớn Hà Nội được xây dựng trên phần đất Chùa Báo Thiên, tôi không khỏi không choáng váng vì sự đối chọi nhau giữa những bài có những hàng tít bị coi là "khiêu khích" tuy nội dung từ tốn như "Đừng đánh lạc mục tiêu, đừng đánh tráo chủ đề", hay "Trò phù phép đánh tráo..." của những tác giả có lập trường "chống", và những bài phản biện có những hàng tít vô thường vô phạt nhưng nội dung lại mang đầy tính cách cáo buộc và hận thù chia rẽ tôn giáo của những tác giả có lập trường "thân". Nhà thờ Lớn Hà Nội được xây dựng trên phần đất nào, trong hoàn cảnh lịch sử nào, lẽ ra chỉ nên bàn cãi trong mục lịch sử, văn hoá xã hội, đã leo thang và trở thành một điểm nóng chính trị và tôn giáo. Sống ở Paris, nơi tích lũy nhiều tài liệu có thể tham khảo được, tôi thử đứng ngoài mọi lập trường để, chỉ căn cứ vào những tài liệu chính xác, đối chiếu, kiểm chứng những luận chứng trái ngược nhau trong những bài tranh luận kể trên và phân tích một cách khách quan những sự kiện liên quan đến Công giáo đã thật sự xảy ra trong thời kỳ Pháp đánh chiếm Việt Nam.

Trước hết, ***theo những tài liệu lịch sử Pháp, tôi có đủ bằng chứng xác nhận là Nhà thờ Lớn Hà Nội được xây dựng trên phần đất có Chùa Báo Thiên.***

Nhà thờ Lớn Hà Nội được xây dựng từ năm 1883 và được khánh thành 4 năm sau trong dịp lễ Giáng sinh 1887. Nhà thờ này được xây theo kiểu tân gô-tích phỏng theo kiểu vẽ của Paul Abadie, kiến trúc sư nổi tiếng Âu châu hồi cuối thế kỷ thứ XIX, người chuyên tái thiết và xây dựng nhiều nhà thờ ở Pháp và nhiều nước khác với phong cách độc đáo gọi là tân - Trung cổ. Nhà thờ nổi tiếng nhất mà ông Abadie đã vẽ kiểu là thánh đường Thánh Tâm (la basilique du Sacré Coeur) trên đồi Montmartre. Ai qua Paris cũng thường tới thăm thánh đường này, được xây từ năm 1875 đến năm 1919 mới xong. Nhà thờ Lớn Hà Nội đã phá kỷ lục thời đó về tốc độ xây dựng một nhà thờ – chỉ cần 4 năm, nhờ tiền thu được qua xổ số giữa những người Pháp với nhau. Ở Âu châu thời Trung cổ, xây một nhà thờ phải mấy trăm năm mới xong vì cần nhiều thế hệ góp công của.

Tuy nhiên, ***không có tài liệu nào nói rõ là Nhà thờ Lớn đã được xây đúng chỗ có chính điện của Chùa Báo Thiên hay chỉ trên một phần đất của khu chùa.***

Theo những tài liệu tôi thâm thập được thì Chùa Báo Thiên do vua Lý Thánh Tông xây năm 1056–57 để kỷ niệm chiến thắng Chiêm Thành. Chùa còn là một tu viện rất lớn và là nơi *Lý Quốc Sư* trụ trì. Ngài tu ở chùa *Khai Quốc* trước khi đến Báo Thiên. Là tu viện tất nhiên phải có nhiều khuông viện ("monastère" trong các tài liệu Pháp) để cho các chú tiểu học đạo, đồng thời đất Chùa Báo Thiên phải rất rộng lớn, không thể chỉ bằng diện tích một ngôi nhà nhỏ 300 mét vuông như ông Lê Quang Vịnh đã khẳng định. Nhà thờ có thể được xây trên một phần đất rộng lớn của Chùa nhưng không nhất thiết ở chỗ có chính điện Chùa. Đây là một chi tiết rất quan trọng vì nếu cố ý phá chính điện Chùa để xây Nhà thờ lên trên thì phải coi đó là một hành động hoàn toàn xấu của các chức sắc Công giáo thời ấy muốn bẻ mặt những người Phật giáo. Tôi chắc là không như vậy vì trước khi xây Nhà thờ Lớn, ở trên khoảng đất đó đã có một nhà thờ bằng gỗ (có hình còn để lại) bị quân Cờ Đen đêm 15-5-1883 đột kích giết giáo dân và đốt cháy (theo nhật ký của Marolles, sĩ quan phụ tá của Henri Rivière viết ngày 16-5-1883). Ngoài ra kể cận Chùa Báo Thiên là phủ Chúa Trịnh khi trước. Phủ Chúa rất rộng lớn gồm nhiều dinh thự hoàng tráng hơn dinh thự Vua Lê nhiều. Theo một bản đồ vẽ năm 1770, Phủ Chúa là một hình vuông giới hạn bởi những đường phố

Lý Thường Kiệt, Quán Sứ, Nguyễn Gia Thiều, Quang Trung bây giờ (tài liệu Philippe Papin). Năm 1786 Lê Chiêu Thống trả thù cho lệnh đốt Phủ Chúa, "khói lửa ngợp trời 10 ngày đêm liền vẫn còn cháy". Khu đất Phủ Chúa bị coi là đất "nguy" không ai được làm nhà, chỉ những kẻ bần cố thân vô gia cư lén lút làm lều ở. Đất Nhà Chung bây giờ gồm cả đất Toà Khâm có lẽ thuộc về phần đất nguy bị bỏ trống hồi đó.

Những tài liệu được coi là đáng tin cậy đều khẳng định tình trạng đổ nát của Chùa Báo Thiên; và chuyện Tháp Báo Thiên cao 80 mét chỉ là một huyền thuyết.

Chỉ cần trình độ toán lớp 7 cũng đủ biết là phải giàu trí tưởng tượng lắm mới có thể nghĩ Tháp Báo Thiên "cao đến mức bóng tháp soi xuống mặt hồ Hoàn Kiếm" như trong bài viết của một tác giả. Nghĩa là phải cao cả ngàn mét! Tôi cũng không biết theo tài liệu nào mà Hội Khoa học Lịch sử Việt Nam có thể khẳng định tháp cao 20 trượng tức là 80 mét. Tôi nghĩ có lẽ có sự nhầm mét với thước ta: 80 thước ta bằng chừng 27 mét, cao bằng toà nhà hiện đại 10 tầng. Tôi thấy như vậy đã là cao lắm. Thử so sánh với Tháp Phước Duyên 7 tầng, tượng trưng 7 kiếp của Đức Phật – được xây trong khuôn viên Chùa Thiên Mụ (bằng gạch lấy từ một ngôi đền của người Chăm) dưới thời Thiệu Trị năm 1884 –, cũng chỉ cao 21 mét, bằng toà nhà 7–8 tầng. 80 mét là chiều cao của một cao ốc hiện đại 33 tầng. Ông cha ta đã có kỹ thuật làm cần trục đem gạch đá xây được tháp cao 80 mét cách đây 950 năm thì Tháp Báo Thiên phải sánh ngang 7 kỳ quan thế giới (để thành kỳ quan thứ 8)! Tôi đã đi tham quan nhiều chùa chiền bên Tàu bên Nhật, và tôi không thấy nơi nào có tháp cao tới 40 mét cả. Ngôi tháp nổi tiếng nhất Âu châu là Tháp Pise xây cùng thời với Tháp Báo Thiên (1174–1350), gần 200 năm mới xong, cũng chỉ cao có 54 mét 50. Tháp bị nghiêng vì bằng đá nặng quá đất bị lún dần. Đó là tháp còn được xây ở vị trí đất liền thổ trong thành Pise, chứ Tháp Báo Thiên xây gần sông Hồng trên đất phù sa thời đường kính phải bao nhiêu, nền móng phải sâu đến độ nào, phải bằng loại đá gì mới không bị mòn dần mà sụp đổ?

Tôi cũng không thấy ảnh hay hình vẽ nào về Chùa Báo Thiên trong các tài liệu Pháp, đặc biệt là trong số những ảnh chụp phong cảnh Hà Nội năm 1883 của bác sĩ Hocquard tác giả cuốn *Une campagne au Tonkin* hồi ấy. Một ngôi chùa to lớn như vậy dù trong tình trạng xuống cấp cũng không thể qua mắt Hocquard, người đã để lại rất nhiều hình ảnh Hà Nội như Chùa Báo Ân, Đền Ngọc Sơn, phố Hàng Bông, phố Hàng Gai, đường vào Đồn Thủy, cửa ô Quan Chưởng v.v... Trong cuốn *Lịch sử Hà Nội (Histoire de Hanoi)* xuất bản mới đây, Tiến sĩ Philippe Papin, người làm luận án tiến sĩ về Hà Nội và là một nhà Việt Nam học nổi tiếng có viết rất nhiều sách về Việt Nam, nhân viên trường Viễn Đông Bác Cổ Pháp sống ở Hà Nội từ 15 năm nay, có nói rõ là Chùa Báo Thiên đã bị sụp đổ từ năm 1547 và không được trùng tu lại vì Phật giáo dưới triều Lê không còn được trọng vọng nữa. Đất chùa ban ngày trở thành nơi họp chợ, ban đêm là chỗ tụ tập của những người hành khất co quắp ôm nhau chết lạnh dưới những chõng bán thịt. Khi xây Nhà thờ Lớn, những di tích còn lại đều bị hốt bỏ. Qua những sưu tầm của ông Papin và được chứng nhận bởi những hình ông Hocquard chụp, quanh hồ Hoàn Kiếm trước khi Pháp chiếm đóng Hà Nội chỉ còn hai đền đài: Chùa Báo Ân và Đền Ngọc Sơn. Chùa Báo Ân cũng được gọi là Chùa Liên Trì vì có bể hoa sen được xây dựng bởi Tổng đốc Nguyễn Đăng Giai năm 1842, gồm 36 toà nhà, rất nhiều stupa ^[1] và hơn 200 bức tượng bị Pháp phá bỏ năm 1886 để xây Nhà Bưu điện. Khi bị phá, Chùa Báo Ân mới xây được 44 năm nên trong hình Hocquard chụp năm 1883 trông còn mới và không thể coi là cổ được. Theo tôi nghĩ có lẽ ông Nguyễn Đăng Giai làm chùa này để thay thế Chùa Báo Thiên đã bị sụp đổ. Đền Ngọc Sơn cũng chỉ được thi hào Nguyễn Văn Siêu quyên tiền xây lại năm 1865 khi đó cũng chưa có cái cầu nữa. Nghĩa là không có đền đài ở Hà Nội nào mà không phải trùng tu hay xây lại nhiều lần là 100 năm sau cả. Bởi vậy Chùa Báo Thiên xây cách đây gần 1000 năm mà bị sụp đổ hoàn toàn cũng là đúng. Tôi cũng xin thêm là không có ai lẫn lộn so sánh một ngôi chùa mới xây 44 năm có hình ảnh rõ ràng như Chùa Báo Ân với một ngôi chùa đã sụp đổ từ 300 năm trước, không biết hình thù ra sao, như ông Lý Khôi Việt đã lí luận trong bài "Về Chùa Báo Thiên...".

Pháp có cần sự cấu kết của Công giáo để xâm chiếm Việt Nam không?

Phân tích kỹ những lần Pháp can thiệp bằng vũ lực vào Việt Nam, chỉ có một lần dưới Đế nhị Đế chế Napoléon III là có sự hợp tác giữa một giáo chức Pháp, Giám mục Pellerin, và Phó Đề đốc Rigault de Genouilly để đánh Trà Sơn Đà Nẵng. Giám mục Pellerin âm mưu với Rigault de Genouilly, viện cớ cứu giáo dân để có sự ủng hộ của Hoàng hậu Eugénie vợ Napoléon III rất ngoan đạo, đánh Trà Sơn Đà Nẵng ngày 1-9-1858. Tuy cùng một toan tính nhưng mục

đích của hai người khác nhau. Giám mục Pellerin muốn đánh để làm áp lực với Vua Tự Đức, đòi quyền tự do giảng đạo. Còn De Genouilly muốn có một căn cứ cho tàu Pháp tự do thông thương. Pellerin lừa Genouilly nói là giáo dân sẽ nổi lên trợ lực. Rút cục chờ đợi mãi chả có giáo dân nào đến giúp cả và liên quân Pháp - Y Pha Nho bị kẹt cứng ở Trà Sơn 5 tháng. Cho là Pellerin đã nói láo, Genouilly tính bắt giam Pellerin, sau đuổi về Hồng Kông (Taboulet, tr. 438-440) rồi quyết định rút hầu hết quân lính khỏi Trà Sơn đi đánh Sài Gòn. Đó là lần đầu tiên cũng là lần cuối có sự tham dự của giáo sĩ Gia Tô trong việc đánh chiếm nước ta và cũng là một sự kiện chứng tỏ là giáo dân hồi ấy tuy bị tàn sát nhưng cũng không vì thế mà theo Tây phản lại đất nước.

Pháp đánh chiếm Việt Nam với mục đích gì?

Cần phải hiểu là nửa cuối thế kỷ XIX nền kinh tế tư bản các nước Anh, Pháp bắt đầu phát triển, hàng hoá sản xuất cần phải có thị trường tiêu thụ. Thị trường có nhiều triển vọng nhất là Trung Quốc. Nhưng những đầu cầu xâm nhập thị trường Trung Quốc, không kể Hồng Kông, như Quảng Đông và Thượng Hải đều nằm trong tay người Anh. Giới doanh thương Pháp cần phải tìm một con đường mới để xâm nhập thị trường Tàu mà không bị Anh án ngữ. Con đường độc nhất là xuyên qua Việt Nam vào Vân Nam và từ đó có cả một thị trường to lớn là cả miền Tây và miền Nam nước Tàu. Muốn vậy giới doanh thương Pháp phải cấu kết với một lực lượng không những có nhiều phương tiện mà còn có nhiều thế lực về chính trị vì kiêm luôn Bộ Thuộc địa là Hải quân Pháp. So với chiến tranh Pháp - Việt năm 1946 sau này, lịch sử đã diễn ra gần tương tự: từ trận hải chiến Pháp - Việt đầu tiên ở Vịnh Đà Nẵng năm 1847 đến Hoà ước Patenotre mất nước năm 1885, chỉ trong chưa đầy 40 năm nước Pháp đã thay đổi chính thể bốn lần. Chính quyền Pháp ở Paris quá yếu nên bọn hải quân ở Sài Gòn tha hồ lộng quyền. Chỉ từ khi có chế độ Đệ tam Cộng hoà sau 1870, Pháp mới có chính sách thuộc địa rõ ràng. Trớ trêu thay những người cầm đầu chế độ cộng hoà tiến bộ thuộc về phái tả cấp tiến như Gambetta, Jules Ferry lại là những người cổ súy chính sách thuộc địa tuy có thêm chiêu bài "reo rắc văn minh Pháp". Đa số có chân trong Hội Tam Điểm, chống các giáo đoàn công giáo và cấm không được mở trường dạy học kể cả ở thuộc địa để thế tục hoá nền học vấn. Những nhân vật này cho tới nay vẫn được các đảng tả phái bên Pháp đề cao. Cũng như hồi 1946 "thực dân" cấu kết với phái tả chứ không phải với Công giáo.

Cũng cần nhắc lại vai trò của Francis Garnier, một sĩ quan hải quân cấp úy trong việc xâm chiếm Việt Nam: Mục đích của tụi đồ đốc Pháp khi chiếm Sài Gòn là lấy Sài Gòn làm căn cứ để dùng sông Cửu Long làm đường thông thương qua Tàu. Francis Garnier xung phong đi thám hiểm trước với một vài đồng đội. Phải mất gần hai năm, Garnier mới tới Vân Nam, và người chỉ huy hãn, Trung tá Doudart de Lagrée chết phải kéo xác theo sông Dương Tử đem về. Garnier gặp Jean Dupuis ở bên Tàu, được tên này khuyên con đường tiện nhất là dòng sông Hồng. Francis Garnier kết bè với Dupuis xin hải quân Pháp đi đánh Hà Nội năm 1873 để mở đường thông thương qua Tàu. Từ đó ý đồ xâm lăng của tụi cầm đầu Pháp ở Sài Gòn cứ lớn dần để đi đến chỗ xâm lược toàn cõi Việt Nam. Vì có công như vậy nên tuy chỉ là một tên đại úy quèn, Francis Garnier cũng được dựng tượng ở chỗ khá sang tại Paris, gần quán La Closerie des Lilas nơi Lénine hay ngồi uống rượu.

Trong chương trình biến Hà Nội thành một thành phố Pháp, thủ đô của Đông Pháp, Giám mục Puginier có đóng vai trò chủ động trong việc xây dựng Nhà thờ Lớn không?

Từ một miếng đất nhỏ bé 5 mẫu ta (chưa đầy 2 hectares) là Đồn Thủy, được nhường cho Pháp năm 1875, Pháp cứ gặm nhấm lần lần và đến năm 1888, ép Vua Đồng Khánh phải nhường hoàn toàn cho Pháp Hà Nội và hai thành phố khác là Hải Phòng và Đà Nẵng. Thật ra đó chỉ là trên giấy tờ chứ sau khi Henri Rivière đánh chiếm Hà Nội lần thứ hai năm 1882, Pháp muốn làm mưa làm gió gì ở Hà Nội cũng được. Pháp có truyền thống như người La Mã là một khi là thành phố của mình, Pháp xây dựng lại như một thành phố Pháp. Bởi vậy những người Hà Nội tới một thành phố Pháp không có cảm tưởng lạc lõng vì thấy lại toà thị sảnh, nhà hát thành phố, nhà thờ, nhà bưu điện, nhà ga... cùng một kiểu. Hà Nội còn hơn các thành phố khác của Pháp ở chỗ được chọn làm thủ đô cho toàn cõi Đông Pháp nên có nhiều công thự nhắc nhở những công thự ở Paris. Nhà hát Lớn Hà Nội cũng hao hao giống Nhà hát Garnier Paris ngay cả về địa thế ở đầu một con đường lớn. So với tất cả những nhà hát lớn của mọi thành phố khác của Pháp, Nhà hát Lớn Hà Nội to đẹp hơn nhiều. Cũng như Nhà thờ Đức Bà ở Paris hai mặt trông ra sông Seine, địa thế Nhà thờ Lớn Hà Nội trông ra hồ Hoàn Kiếm cũng là do sự chọn lựa của kiến trúc sư về kiểu chứ không phải theo ý muốn của Giám

mục Puginier. Vì là thủ đô nên những kiến trúc sư, kỹ sư được cử sang xây dựng cũng là những nhân vật đã xây những công thự nổi tiếng ở Paris như Eiffel làm cầu Long Biên chẳng hạn và nhiều nhà, nhiều đường phố cũng được xây dựng phỏng theo kiểu Hausmann như ở Paris.

Kết luận

Tôi đã cố gắng giữ tư cách khách quan để chỉ dựa vào những tài liệu được coi là chính xác ở Paris để kiểm chứng và phân tích những sự kiện đã được nêu ra trong những cuộc tranh luận trên talawas. Chắc có nhiều độc giả đồng tình với tôi là sự kiện Công giáo đòi Tòa Khâm không dính líu gì đến sự kiện Nhà thờ Lớn Hà Nội được xây dựng cách đây 111 năm. Nếu cứ cố tình nhập hai sự kiện vào nhau để tranh luận thì tôi thấy những cuộc bàn cãi sẽ sa lầy và không có lối thoát. Tôi thiết tưởng phải nhân cơ hội này mà đòi hỏi chính quyền đưa ra những luật lệ rõ ràng về nhà đất. Đó là vấn đề quan trọng số một liên quan đến đời sống của mỗi người chúng ta.

© 2008 talawas

Tác giả: *Phong Uyên, Paris* (<http://tntt.free.fr:80/archive/phonguyen.html>)

VỀ MỤC LỤC

NGƯỜI NỮ TU SỐNG TU ĐỨC TOÀN DIỆN

LTS. Ban Biên Tập Đặc san GSVN hân hạnh giới thiệu một tác phẩm mới, sẽ được phổ biến liên tục trong những số báo GSVN tiếp theo. Hoặc Quý vị cũng có thể tham khảo tại địa chỉ : <http://www.conggiaovietnam.net/index.php?m=module2&v=detailbook&id=8&ib=48>

tác giả: **Lm. Micae-Phaolô Trần Minh Huy pss**

BẢN THẢO

NGƯỜI NỮ TU SỐNG TU ĐỨC TOÀN DIỆN

LỚP THẦN HỌC LIÊN TU SĨ - TÒA GIÁM MỤC BÙI CHU

2008 - 2009

LỜI NÓI ĐẦU

Tôi rất thích định nghĩa này: “Đời sống thiêng liêng là đời sống nhân bản được sống trong Chúa Thánh Thần.” Quả vậy, đời sống thánh hiến phải đi qua tiến trình “làm người tốt, rồi làm kitô hữu tốt, thì mới làm người tông đồ tốt được.” Nếu hạ tầng cơ sở mà không vững chắc thì thượng tầng kiến thiết sẽ không bền lâu được. Điều đó Chúa Giêsu đã nói tới trong Phúc Âm qua việc xây nhà trên đá hay trên cát.

Từ suy tư đó nên khi được mời “dạy” tu đức cho các nữ tu, tôi chọn đề tài chia sẻ “NGƯỜI NỮ TU SỐNG TU ĐỨC TOÀN DIỆN.” Tôi không dám dùng từ “dạy” mà chỉ dùng từ “chia sẻ”: chia sẻ những gì tôi học được, hiểu, cố gắng sống và trải nghiệm, đồng thời tiếp tục học với những người nghe tôi chia sẻ và chia sẻ với tôi; hay nói cách khác, chúng tôi học hỏi lẫn nhau và cùng nhau học với vị thầy duy nhất là Chúa Giêsu Kitô trong Chúa Thánh Thần.

Sau một năm được chia sẻ với chị em thuộc nhiều giai đoạn được đào tạo và tự đào tạo, từ Thanh Tuyển, đến Thỉnh Sinh, Nhà Tập, Học Viện và Hồi Tâm khẩn trọn đời thuộc nhiều Hội Dòng khác nhau, cũng như được chị em chia sẻ những thao thức, những trăn trở, những niềm vui và đau khổ, nước mắt và nụ cười, những thành công và thất bại, những thách đố và trông đợi, ở chính mình, ở chị em, ở Bề Trên và các nhà đào tạo, ở những người mà chị em phải giao tiếp trong sứ vụ tông đồ, linh mục và giáo dân, người công giáo và người ngoài

công giáo, tôi nhận thấy đề tài thật cần thiết và hữu ích, nhưng vượt quá tầm với của sức mình, nên khi soạn thành giáo trình, tôi xin thêm ở đầu trước hai chữ "BẢN THẢO."

Phải, đây chỉ là bản thảo "Người Nữ Tu Sống Tu Đức Toàn Diện." Là bản thảo nghĩa là chưa xong, chưa đầy đủ, chưa tốt, cần phải được liên tục sửa chữa, hiệu đính, cập nhật cái mới, bỏ đi cái cũ hay không thích hợp. Công việc này không phải tự mình tôi hay cùng những người nghe tôi chia sẻ mà làm được. Tôi tha thiết xin các bậc Thầy, các bậc Đoàn Anh và Đoàn Chị giúp đỡ tôi, chỉ giáo và sửa chữa cho tôi, vì lợi ích lớn hơn của các tu sĩ trong sứ mệnh của Giáo Hội giữa lòng thế giới.

Tôi xin hết lòng cảm ơn và hứa cầu nguyện.

Nguyện xin Chúa Thánh Thần tiếp tục cho đến hoàn thành tốt đẹp những gì Ngài đã thương khởi sự cho chúng ta và với chúng ta, nhờ lời cầu bầu mạnh mẽ của Mẹ Maria Lavang và Thánh Cả Giuse.

Bùi Chu Hè 2008

Micae-Phaolô Trần Minh Huy pss

VỀ MỤC LỤC

HẬU QUẢ CỦA SỰ THIẾU NGỦ

"Thiếu ngủ có thể gây ra sự đóng vôi vào lòng động mạch, một trong nhiều rủi ro đưa tới bệnh tim mạch".

Đó là kết quả nghiên cứu do Tiến sĩ Diane S. Lauderdale và các cộng sự viên tại Đại học Chicago thực hiện và được Tập San của American Medical Association phổ biến vào ngày 24 tháng 12, 2008 vừa qua.

Các tác giả cho hay, họ chưa đọc được kết quả nghiên cứu nào về sự liên quan giữa thiếu ngủ với sự vôi hóa động mạch. Rằng với nghiên cứu vừa thực hiện, họ đã có một khám phá vững chắc và mới lạ về sự liên hệ giữa thời gian ngủ và sự vôi hóa động mạch vành. Rằng cứ một giờ ngủ thêm giảm được khoảng 33% rủi ro hóa vôi và huyết áp tâm thu cũng giảm từ 136 xuống mức bình thường 120.

Nghiên cứu được thực hiện trong 5 năm trên 495 tình nguyện nam nữ khỏe mạnh tuổi từ 35-45. Họ được yêu cầu ghi lại lịch trình ngủ, mang một thiết bị để theo dõi thời gian ngủ, thức. Máy CT scan được sử dụng để ước lượng mức độ vôi hóa động mạch vào hai thời điểm cách nhau 5 năm. Lần thứ nhất, không ai bị vôi hóa. Năm năm sau, 61 người có dấu hiệu hóa vôi.

Trước đây, đã có nhiều nghiên cứu cho hay sự đóng vôi vào lòng động mạch vành (coronary artery) là dấu hiệu báo trước của bệnh tim trong tương lai. Những rủi ro đưa tới đóng vôi đã được chứng minh gồm có nam giới, tuổi cao, bất dung glucose, hút thuốc lá, rối loạn lipid máu, cao huyết áp, mập phì, bất dung với đường glucose (glucose intolerance), viêm lòng động mạch và trình độ học vấn thấp. Phẩm chất và số lượng thời gian ngủ cũng đã được chứng minh là có liên quan tới các rủi ro này.

Với sự dè dặt thường lệ, các tác giả giải thích là có một yếu tố nào đó đã vừa giảm thời gian ngủ và gây ra sự hóa vôi. Hoặc huyết áp cao cũng là rủi ro của vôi hóa, mà khi ngủ thì huyết áp xuống thấp. Hoặc hormon cortisol lên cao khi thiếu ngủ và gây ra sự hóa vôi.

Họ hy vọng là sẽ có nghiên cứu khác được thực hiện để xác định điều mà họ tìm ra, nhưng cũng đưa ra đề nghị là mọi người nên ngủ ít nhất 6 giờ mỗi đêm để tránh hậu quả hóa vôi này.

Khi được tin này, nhiều nhà truyền thông cũng như giới chức y khoa đều khích lệ dân chúng là nên thêm vào danh sách các điều cần làm trong năm mới 2009, để duy trì sức khỏe tốt. Đó là ngủ đầy đủ 8 giờ mỗi đêm. Để tránh bệnh tim mạch cũng như nhiều bệnh tình khác.

Nói về hậu quả của thiếu ngủ với sức khỏe thì đã có nhiều kinh nghiệm cá nhân cũng như nghiên cứu khoa học nêu ra.

Các cụ ta vẫn thường nói :*"Ăn được ngủ được là tiên"*. Với các cụ, đời sống của các vị Tiên trên Trời đều thoải mái, khỏe mạnh, nhờ ăn ngủ bình thường.

Dân gian nhiều nơi cũng vẫn nói, giấc ngủ ngon là liều thuốc bổ tốt, ngủ được giúp xương cốt mạnh mẽ, trí óc minh mẫn, da dẻ mịn màng...

Vì ngủ là thời gian tạm ngưng tự nhiên, theo định kỳ của con người trong đó ý thức ngoại cảnh giảm thiểu và sức mạnh được phục hồi. Trong khoảng khắc này, có biết bao những diễn tiến sinh hóa âm thầm xảy ra trong cơ thể để tồn trữ nhiên liệu, bảo trì tế bào hư hao, thay thế mô bào già nua.

Nhu cầu ngủ nhiều hay ít thay đổi tùy theo với tuổi tác.

Trẻ sơ sinh ngủ tới 17 giờ một ngày, nếu bé sanh non lại ngủ nhiều hơn. Tới 6 tháng tuổi, ngủ 14 giờ, 16 tháng ngủ 10 giờ. Kể từ khi bước chân vào đại học tới tuổi trưởng thành thì cần từ 7-8 tiếng mỗi ngày.

Như vậy thì nếu thọ tới tuổi 75, con người đã dành cho sự ngủ một khoảng thời gian khá dài: một phần tư thế kỷ, vị chi là 25 năm.

Cho nên thiếu ngủ, rối loạn giấc ngủ, khó đi vào giấc ngủ, nhiều lần thức giấc nửa đêm, ngủ với ác mộng, trằn trọc, suy tư...đều có tác dụng không tốt cho sức khỏe.

Sau đây là kết quả của một số nghiên cứu về sự việc này.

1- Với trẻ em.

Thiếu ngủ khiến cho nhiều em có những rối loạn về hành vi, khả năng nhận thức, học hỏi, tập trung trong lớp học. Đó là kết quả nghiên cứu của bác sĩ Jacques Montplaisir, Trung Tâm Rối Loạn Giấc Ngủ, bệnh viện Sacre-Coeur, Montreal- Canada.

Theo vị bác sĩ này, một sự thiếu ngủ dù chỉ một giờ mỗi đêm nhưng liên tục đều ảnh hưởng lên sự học hỏi của các em. Ông cũng cho biết không có sự bù trừ qua lại, bổ sung cho thiếu ngủ trong tuần với ngủ thêm vào cuối tuần, như nhiều người tin tưởng. Kết quả nghiên cứu này được phổ biến trong tạp san SLEEP, ngày 1-9-2007.

Một nghiên cứu khác phổ biến trên *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine* vào tháng 4 năm 2008 cho hay, trẻ em dễ dàng bị chứng quá năng động, kém tập trung (Attention Deficit Hyperactive Disorder) nếu bị mất ngủ, ngủ ít giờ hoặc gặp khó khăn hô hấp trong khi ngủ, như là quá mập phì.

2- Với sự mập phì

Theo một báo cáo của Institute of Medicine vào năm 2006, những người ngủ dưới 7 giờ mỗi đêm đều có rủi ro trở nên mập phì.

Lý do được nêu ra là, thiếu ngủ kích thích một số hormon liên quan tới sự ăn ngon miệng: hormon giảm khẩu vị *leptin* bớt đi trong khi đó hormon kích thích khẩu vị *ghrelin* lại tăng lên. Hậu quả là con người ăn nhiều hơn nhu cầu của cơ thể và đưa tới quá nhiều dự trữ năng lượng, phì mập.

3- Với huyết áp

Báo cáo năm 2006 của Office of Internal Medicine gợi ý rằng, thiếu ngủ vì chứng ngưng-thở-tạm-thời khi- ngủ (sleep apnea) có thể đưa tới tình trạng cao huyết áp mãn tính vào ban ngày cũng như bệnh cao huyết áp.

Bác sĩ Alexandros Vgontzas và các đồng nghiệp tại Đại học Y khoa Penn State, Hershey-Pennsylvania cũng có nhận xét là sự kết hợp giữa mất ngủ, ngủ thiếu giờ đều có liên hệ chặt chẽ với bệnh cao huyết áp. Theo họ, những người chỉ ngủ dưới 5 giờ mỗi đêm đều tăng rủi ro bị cao huyết áp tới 5 lần, trong khi người ngủ đầy đủ, không bị bệnh này. Kết quả nghiên cứu được phổ biến trên tạp san SLEEP ngày 21 tháng 6 năm 2008.

4- Với bệnh tim

Chuyên gia về giấc ngủ, bác sĩ David White, Đại học Y khoa Harvard cho hay, người ngủ dưới 5 giờ mỗi đêm sẽ tăng rủi ro bị cơn suy tim (heart attack) tới 40% so với người ngủ 8 giờ.

Theo ông, có hai lý do để giải thích: khi thiếu ngủ, hệ thần kinh giao cảm (sympathetic nervous system) hoạt động nhiều hơn, mạch máu co lại, huyết áp tăng, tạo áp lực thêm cho trái tim. Ngoài ra khi thiếu ngủ, cơ thể cần nhiều insulin hơn để duy trì mức độ đường huyết bình thường do đó có tác động xấu tới mạch máu và tim.

Sau nhiều nghiên cứu, bác sĩ Kazuo Eguchi và đồng nghiệp tại Đại học Jichi, Nhật Bản, kết luận là ngủ ít thời gian có liên hệ mật thiết với rủi ro bệnh tim mạch (*Arch Intern Med.* 2008;168(20):2225-2231).

Bác sĩ S. Schwatz và đồng nghiệp tại Đại học Y tế Công Cộng Nam Florida cũng nêu ra giả thuyết là thiếu ngủ đưa tới rủi ro bệnh tật cho trái tim.

Một nghiên cứu riêng của Schwartz cho hay thiếu ngủ cũng có thể gây ra nhồi máu cơ tim ở người cao tuổi (*Annals of Epidemiology*, Volume 8 , Issue 6 , trang 384 - 392 S).

5- Với bệnh trầm cảm

Mất ngủ thường là một dấu hiệu của trầm cảm, nhưng trong nhiều trường hợp mất ngủ cũng có thể đưa tới bệnh trầm buồn này. Đó là kết luận của các nhà chuyên môn về giấc ngủ tại National Sleep Foundation (NSF).

Mất ngủ ảnh hưởng tới đời sống, tới sự sản xuất, sự an toàn của con người. Người mất ngủ sẽ vắng mặt nhiều lần tại sở, ít được thăng thưởng, cảm thấy vô dụng rồi trở nên tiêu cực, buồn xuôi, buồn chán.

Theo tiến sĩ Joyce Walsleben, giáo sư tại Đại học Y khoa New York, giấc ngủ và tâm trạng được hóa chất serotonin trong não bộ điều khiển. Khi hóa chất này mất thăng bằng, trầm cảm và mất ngủ xuất hiện. Serotonin giúp giấc ngủ bình yên. Nếu serotonin thấp, giấc ngủ sẽ bị gián đoạn.

Vì trầm cảm và mất ngủ thường đi đôi, một cơn mất ngủ có thể là chỉ dấu của trầm cảm sẽ xảy ra.

6- Với bệnh tiểu đường

Nghiên cứu công bố trong *Archives of Internal Medicine* năm 2005 cho hay, người ngủ dưới 5 giờ mỗi đêm tăng rủi ro tiểu đường tới 2,5 lần, so với người ngủ 6 giờ, với rủi ro 1.7 lần.

Kết quả nghiên cứu do Tiến sĩ James Gangwisch, đại học Columbia, Nữ Ước vào năm 2007 có cùng kết luận.

Cũng năm 2007, bác sĩ Esra Tasali, Đại học Chicago, và đồng nghiệp đã thực hiện một thử nghiệm "lạ đời". Trong 3 đêm liên tiếp, họ không cho 9 thanh niên rơi vào giấc ngủ sâu đậm nhất bằng cách gõ mạnh vào cánh cửa hoặc lay mình các thanh niên. Kết quả là những thanh niên này giảm 25% khả năng đáp ứng với insulin, một dấu hiệu của bệnh tiểu đường loại 2. Có giải thích cho là, mất ngủ kinh niên dễ dàng đưa tới viêm cứng lòng mạch máu vì gia tăng hormon gây stress và tăng glucose huyết.

Theo bác sĩ Ronald Kramer, Giám đốc Trung tâm Rối loạn Giấc ngủ tại Trung tâm Rối Loạn Ngủ, thành phố Englewood, tiểu bang Colorado, mất ngủ cũng gây ra cao huyết áp và mập phì, hai rủi ro đưa tới bệnh tiểu đường.

7- Với sự mất thăng bằng cơ thể

Quý vị cao niên thiếu ngủ, thức dậy giữa khuya hoặc cảm thấy ngất ngây vào ban ngày, có thể tăng rủi ro té ngã từ 2 tới 4,5 lần. Đó là kết quả nghiên cứu do tạp san *Gerontology* công bố năm 2007.

8- Với tai nạn xe cộ

Hàng năm, tại Hoa kỳ có tới 200,000 tai nạn xe cộ trong đó có 1500 tử vong gây ra do sự ngái ngủ. Quan sát cho thấy, sự ngái ngủ trong khi lái xe cũng nguy hiểm như lái xe mà say rượu.

Nghiên cứu công bố trong *New England Journal of Medicine* năm 2007 cho hay, 20% các tai nạn xe cộ trầm trọng đều do người lái xe buồn ngủ gây ra.

9- Với nữ giới

Bác sĩ Thần Kinh Tâm Trí Edward Suarez, đại học Duke, North Carolina đã say mê với các nghiên cứu về hậu quả của thiếu ngủ từ nhiều thập niên.

Theo ông, kém ngủ có nhiều hình thức. Có người than phiền khó đi vào giấc ngủ, ngủ không đầy giấc, thức giấc vào giữa đêm, không ngủ trở lại được hoặc ngáy ngất buồn ngủ ban ngày.

Kết quả nghiên cứu của ông cho hay người thiếu ngủ thường có nhiều vấn đề khó khăn về sức khỏe, đặc biệt là ở nữ giới, nhất là khi quý bà quý cô than phiền " nằm mãi mới ngủ được". Ở các vị này, đường huyết lên cao, chất đạm nhiều, chất fibrinogen gây đông cục máu liên hệ tới đột quỵ stroke cũng cao. Họ cũng hay rơi vào tình trạng trầm cảm, dễ giận hờn, khó tính. Bác sĩ Suarez nói là các hiện tượng này chỉ thấy ở nữ giới mà thôi. Ông giải thích sự khác biệt giới tính là do một số hóa chất hiện diện tự nhiên trong cơ thể, như là amino acid tryptophan, chất dẫn truyền thần kinh serotonin and và hormon melatonin. Bản thân ông ta cũng cảm thấy ngạc nhiên với kết quả nghiên cứu này. Kết quả được công bố trong tạp san *Brain, Behavior and Immunity*.

Làm sao biết mình thiếu ngủ

Theo các nhà chuyên môn, sau đây là một số dấu hiệu thường thấy khi thiếu ngủ:

- Cảm thấy ngáy ngất, buồn ngủ vào ban ngày;
- Mới ngủ lưng dăm ba phút mà đã ngáy như sấm;
- Ngủ gà ngủ vịt ban ngày.

Để ngủ ngon, tự nhiên

Ngày xưa, còn bé, học lớp tư, lớp năm, có môn học Vệ Sinh Thường Thức. Ta phải học thuộc lòng những bài học như đừng để móng tay dài, tắm rửa sạch sẽ, thay quần áo mỗi ngày. Đây là môn học mà tự điển giải nghĩa là những nguyên tắc phải giữ để có sức khỏe.

Các cụ ta xưa chắc áp dụng điều mình học tới nơi tới chốn lắm, nên bệnh tật cũng ít, ngủ nghe chẳng cần Dalmane, Xanax. Đèn điện chưa có, mà TV, phim bộ cũng không, cho nên tối đến, khi gà lên chuồng là các cụ cũng rủ nhau lên giường. Sáng mới hừng đông, gà gáy giấc đầu, là các cụ đã thức dậy, pha trà uống, làm bát cơm nguội hay củ khoai luộc, rồi ra đồng làm việc, rất đều đặn mỗi ngày.

Nay bài học Vệ Sinh không có, nhưng có những tài liệu về y tế công cộng, y khoa phòng ngừa, ta cũng lấy được những lời chỉ dẫn về giữ gìn sức khỏe tự nhiên, không thuốc men.

Sau đây, xin cùng quý vị sắp xếp một bài học Vệ Sinh về giấc ngủ.

1-Đi ngủ có giờ giấc.

Ngủ cùng giờ và thức dậy cũng cùng giờ, tạo thành một thói quen để cái đồng hồ sinh học và nhịp sinh học trong người không bị rối loạn.

Nếu cần du di thì thay đổi giờ đi ngủ, nhưng đừng lên giường trễ quá nửa đêm.

Ngủ nướng cuối tuần coi bộ hấp dẫn và nghe được đó, nhưng không lành mạnh vì nhịp sinh học lại phải điều chỉnh lại giờ giấc mỗi tuần.

2- Tập luyện cơ thể quá sức trước khi đi ngủ làm tâm thần bị kích thích và ta khó đi vào giấc ngủ. Có người khuyên nên tập nhẹ 3 giờ trước khi đi ngủ.

3- Tránh ăn quá no trước giờ ngủ.

Ăn no, nặng bụng rồi vào giường ngủ ngay, thức ăn nó cứ nhấp nhò trong bao tử hàng giờ, đòi được tiêu hoá, thì làm sao mà ngủ yên cho được. Nhất là lại ăn nhiều gia vị chua, cay.

Một chút trái cây, một ly sữa ấm thì tốt hơn cho giấc ngủ ngon .Sữa có chất giúp ngủ tryptophan.

4- Tránh những chất kích thích thần kinh như cà phê, thuốc lá, rượu mạnh.

Cà phê có tính cách gây phấn khởi khiến khó ngủ.

Rượu uống trước khi đi ngủ có thể làm ta ngủ đấy, nhưng kinh nghiệm cho hay, rượu làm ta hay thức đêm, khó thở lại tạo ra những cơn ác mộng.

5- Phòng ngủ phải yên tĩnh, thoáng khí, nhiệt độ vừa phải, nệm không cứng quá hoặc mềm quá.

Một điểm quan trọng là: chỉ dùng phòng ngủ để Ngủ và Ngủ với nhau.

Không coi TV nhất là những phim về tội ác, hoặc quá mùi lòng, gây vấn vương tâm trí; không ăn vặt trong phòng ngủ; không thảo luận chuyện làm ăn, chuyện khó khăn trong ngày, để tránh sáo trộn giấc ngủ.

6- Đừng mang suy tư, buồn bực vào giường.

Nếu có những việc phải làm cho ngày hôm sau hoặc có những ưu tư, thì ra bàn làm việc, ngồi viết hết những điều đó ra, đặt ưu tiên giải quyết cho ngày hôm sau rồi đi ngủ .

7- Thức giấc nửa đêm, không ngủ lại được rồi nằm trằn trọc:

Hãy dậy, đi làm bất cứ một việc nhỏ nào đó, tới khi thấy mệt và buồn ngủ thì đi ngủ. Đừng nằm trên giường, ngó đồng đồng hồ và đếm thời gian đi qua.

8- Kết quả của nhiều nghiên cứu chứng minh rằng trong lúc ái ân, cơ thể tiết ra một vài kích thích tố khiến nhiều người ngủ ngon hơn.

Cho nên đã có lời khuyên: nếu không ngủ được thì thử kiếm một bạn đồng sàng.

Kết luận

Nói về giấc ngủ, khoa học gia kiêm nhà ngoại giao Hoa Kỳ Benjamin Franklin, (1706-1790), có nhận xét: *"Ngủ sớm, dậy sớm làm con người khỏe mạnh, giàu có và khôn ngoan"*

Trong khi đó, bác sĩ phân tâm học Georg Groddeck của Đức (1886-1934) lại nói: *" Nên nhớ là sự hồi phục không phải do bác sĩ tạo ra mà từ chính bệnh nhân. Bệnh nhân tự chữa lành bằng sức mạnh của họ, chẳng khác chi khi họ đi lại, ăn uống, suy nghĩ, hít thở không khí hoặc ngủ"*.

Ngủ có vai trò quan trọng đối với sức khỏe và đứng hàng thứ nhì trong tứ khoái.

Vậy thì cũng nên thêm tiết mục "duy trì giấc ngủ lành mạnh " vào danh sách các điều Quyết Tâm Đầu Năm (New Year Resolutions) cho năm 2009 và các năm kế tiếp.

Cho tới khi trái tim già từ cuộc đời một cách thoải mái, bình an trong "Giấc Ngủ Ngàn Thu".

Bác sĩ Nguyễn Ý-Đức

Texas-Hoa kỳ www.nguyenyduc.com

VỀ MỤC LỤC

NHỚ AI...? (1) - Chuyện phiếm của Gã Siêu

Hôm nay trời nhẹ lên cao,

Tôi buồn không hiểu vì sao tôi buồn.

Mà đúng vậy, từ sáng cho tới bây giờ bỗng dưng gã cảm thấy bồn chồn trong người, một phần vì nhớ tới anh chàng bạn thân bên Canada, vừa mới đi tàu suốt sang thế giới bên kia. Một phần vì thời tiết đổi thay nên toàn thân bải hoải và nhức mỏi. Đau không ra đau, mà khỏe cũng chẳng ra khỏe. Thế là gã tự ký giấy phép cho mình được nghỉ nửa ngày. Tuy nhiên, một khi đã "đóng cửa tiệm", thì thời gian trở nên thừa thãi chẳng biết làm gì cả.

May thay, đang ngồi ngáp vặt, thì ông hàng xóm ghé chơi. Ông ta hăng say kể lại chuyện đi Bắc của mình, khiến gã cứ phải "về tai cổ lên mà nghe". Cuối cùng ông ta mới thò ra một gói thuốc lào "Tiên Lãng-Hải Phòng" tặng cho gã, gọi là một chút quà nhỏ.

Bắn một phát, gã gật gù khen :

- Tuyệt vời. Vừa thơm lại vừa say, đúng như lời quảng cáo.

Thừa thắng xông lên, gã liền bật máy và nhất định phải viết cho được một bài "ngâm kiu" về thuốc Lào.

Trước cái "ý đồ...hoành tráng" ấy, hẳn có kẻ sẽ cười vào lỗ mũi và kê tủ đứng vào miệng gã mà rằng :

- Giữa lúc cả và thế gian đang hô hào bài trừ thuốc lá, giữa lúc bàn dân thiên hạ đang cai nghiện thuốc lá, giữa lúc bao thuốc lá nào cũng in hàng chữ : có hại cho sức khỏe, mà lại đi ca tụng thuốc Lào, thì quả thực là cung đàn lạc điệu, chẳng giống ai, không chừng còn bị mang tội chống...nhân loại nữa là đằng khác.

Chính vì biết rằng thuốc Lào cũng như thuốc lá sắp đến ngày sập tiệm, nên gã càng bị thúc bách phải viết cho xong, để mai sau con cháu mình còn biết được thuốc Lào là cái chi chi.

Mặc dù không phải là nhà nhân chủng học, nhưng gã cũng nghiệm thấy rằng, nhân loại hiện nay được phát sinh từ một gốc gác, từ một cội nguồn vì cùng có chung nhiều tập tục giống nhau. Chẳng hạn về chuyện uống thì dân tộc nào cũng có rượu, tuy cách thức chế biến lại khác nhau. Chẳng hạn về chuyện hút thì dân tộc nào cũng có thuốc, tuy mỗi dân tộc hút theo một "phong cách riêng".

Theo Việt Nam Tự Điển của Lê Văn Đức, thì thuốc Lào cùng họ với thuốc lá :

Đó là "một loại cây cao từ 1 tới 2 mét. Không nhánh. Lá to, khi già thì bé vô ú trong nhà vài đêm cho vàng, mới xắt rồi trải trên liếp đem ra nắng mà phơi. Lá thuốc có một chất tinh dầu gọi là nicôtianin, và một vài chất acid như citric, nicotinic, tabacotonic và nhiều chất alcaloit, trong đó có nicotin là thành phần chính, rất độc hại đối với các hạch giao cảm thần kinh."

Bên Tây Phương, gã thấy có nhiều hình thức hút khác nhau . Chẳng hạn với điếu cuốn nhỏ người ta thường gọi là hút thuốc lá, với điếu cuốn lớn người ta thường gọi là hút "xì gà", với một chiếc tẩu, người ta thường gọi là...hút "pipe". Riêng với bột thuốc, thì người ta thường dùng để...hít.

Còn tại Việt Nam, gã thấy có thuốc rê, tức là một loại thuốc lá, khi hút người ta dùng giấy mỏng cuốn lại và "lè lưỡi liếm", rồi rê qua rê lại cho mép giấy dính vào nhau. Còn thuốc Lào thường được hút bằng một dụng cụ được gọi là điếu.

Và điếu thì cũng có nhiều hình thức khác nhau, chẳng hạn điếu bát tức là cái điếu hút thuốc Lào hình cái bát, điếu cày tức là cái điếu hút thuốc Lào được làm bằng ống tre, không cần dùng xe, còn ống điếu bình, tức là điếu hút thuốc Lào được làm bằng một cái ống bằng đồng, trong có đựng nước...

Cũng theo Lê Văn Đức, thì thuốc Lào còn được gọi là thuốc chè. Tên gọi này gã mới được nghe lần đầu, mặc dù gã cũng là dân Bắc kỳ chính hiệu con nai vàng. Và thế là gã lại phải một phen cặm cụi tìm hiểu cho ra ngô ra khoai.

Trong cuốn "Về cội về nguồn" có ghi lại câu tục ngữ :

- Thuốc phiện hết nhà,

Thuốc trà hết phen.

Câu tục ngữ này đã được tác giả Lê Gia giải thích như sau :

"Có một loại thuốc hút phải dùng tới một cái bình điếu đựng gần đầy nước, khi hút thì thuốc được đốt cháy, khói thuốc sẽ đi qua nước để lọc bớt hơi cay rồi mới lên cổ người. Khi hút thì nước trong bình điếu sẽ theo sức hút mà trào lên, hạ xuống, nhảy lên nhảy xuống kêu tách tách trong một cái ống.. Do đó mà miền Trung gọi là "Thuốc trà" dựa vào chữ "trào"

(cũng đọc là "triều" như triều đình, trào đình), nghĩa là con nước lên xuống theo sức hút của mặt trăng, tức thủy triều. Nước lên xuống trong bình điều do sức hút của người cũng giống như vậy. Khác với thuốc rê và thuốc lá vốn được hút trực tiếp.

Thuốc Lào nặng chất hơn, nên khi hút vào người ta thường bị say và mệt. Do đó mà miền Bắc gọi nó là "thuốc Lào", dựa vào chữ "lao" có nghĩa là mệt nhọc, mệt mỏi đọc trại ra.

Như vậy, người miền Trung gọi là thuốc trà, còn người miền Bắc gọi là thuốc chè hay thuốc Lào. Khi hút thuốc Lào thì cần phải có một cái điều.

Cũng theo Lê Gia cắt nghĩa :

Điều là câu cá, dùng mồi mà nhử. Khi câu cá trước tiên người ta phải gắn mồi vào, rồi giật nhẹ nhệ tức là nhấp nhấp cái mồi. Khi cá cắn câu rồi mới giật một phát cho mạnh mà kết thúc.

Khi hút thuốc bằng bình điều thì người ta cũng phải làm như vậy. Trước tiên cũng phải gắn mồi thuốc vào, rồi hút giật nhẹ nhệ, nhẹ nhệ, nhấp nhấp, bập bập cho mồi thuốc bắt lửa (cá tới bắt mồi). Khi mồi thuốc đã bắt đủ lửa (khi cá đã đớp mồi), thì mới kéo một hơi dài cho đã mà kết thúc (giật một cái thật mạnh mà bắt cá).

Do đó mà người ta gọi cái bình hút thuốc là "cái điều"(cái nhấp nhấp thử rồi giật mạnh).

Trở lại với câu :

- Thuốc phiện hết nhà,

Thuốc trà hết phen.

Lê Gia đã cắt nghĩa như sau :

"Hút thuốc phiện thì tốn tiền lắm, lâu dần sẽ bán hết nhà hết cửa. Hút thuốc trà thì không tốn tiền mấy, nhưng lại cần có cái đóm để đốt lửa mồi thuốc, nhiều khi vì làm biếng và tiện tay nên đã bẻ cái nan ở phen vách ngay cạnh chỗ ngồi mà làm đóm đốt, cứ vậy lâu dần sẽ mất hết cả cái phen. "Đóm" là đóm lửa nhỏ (con đóm đóm). Tóm lại nghiện bất cứ thứ gì cũng đều gây nên hao tổn nhiều ít cả.

Và như vậy, gã cũng đã phần nào hiểu được vì sao bàn dân thiên hạ gọi là thuốc trà, thuốc Lào và điều đóm.

Nơi gã đang cắm dùi là vùng Cái Sắn. Vùng này trước kia chỉ là những cánh đồng hoang với cỏ dại mọc ngập đầu. Thế nhưng từ năm 1956, chính phủ của Tổng Thống Ngô Đình Diệm cho đào các con kênh để thoát phen là lập nên dinh điền Cái Sắn.

Dân di cư từ Bắc vô Nam năm 1954 bắt đầu kéo đến và lập nghiệp. Nghề chính để sinh sống là trồng lúa. Còn nghề phụ để kiếm thêm tí tiền còm là chăn nuôi và trồng hoa màu phụ. Trong số những hoa màu phụ thì có cây thuốc Lào. Và thuốc Lào Cái Sắn đã một thời vang bóng ở thị trường miền Nam.

Theo kinh nghiệm của những người chuyên môn thì việc trồng cây thuốc Lào lệ thuộc vào nhiều yếu tố khác nhau.

Yếu tố thứ nhất là vùng đất. Có những vùng đất thích hợp nhưng cũng có những vùng đất không thích hợp, bởi vì cây thuốc Lào rất kén...đất, chứ không phải vùng đất nào cũng có thể trồng được đâu.

Yếu tố thứ hai là phân bón. Nếu bón bằng phân hóa học như urê, thì cây thuốc sẽ phát triển nhanh, nhưng khi hút sẽ bị sốc và không cho kéo. Còn bón bằng phân chuồng như phân lợn và nhất là phân...người, thì thuốc sẽ đậm đà, cho kéo và dễ say.

Hút được một điều thuốc ngon, thì quả thật là tuyệt vời, sung sướng nhất trên đời. Chẳng thế mà các cụ ta ngày xưa đã phải lấy làm đặc ý :

- Nhất gái một con,

Nhì thuốc ngon nửa điếu.

Hồi còn bé, cứ mỗi năm đến mùa thu hoạch thuốc Lào, gã cảm thấy vui hết chỗ nói. Người ta đi bẻ lá, cuốn lại rồi ủ trong nhà. Tối khi được thái, thường phải đổi công cho nhau. Nhà này thái cho nhà kia, dứt điểm trong một đêm, để sáng hôm sau trải ra hàng trăm chiếc phen mà đem đi phơi.

Khi phơi thuốc cũng cần phải có nhiều người, để thỉnh thoảng còn đảo lên đảo xuống và nhất là chạy...cơn mưa. Thuốc được nắng sẽ vàng ươm, trông thật mát con mắt. Khi phơi xong thế nào cũng có một bữa thịnh soạn bằng cách..."hạ cờ tây", tức là giết chó để ăn mừng và được gọi là....mừng nắng.

Thuốc phơi xong, có người để nguyên như thế và được gọi là thuốc mộc, có người còn hồ thêm và đóng thành bánh nhỏ...Dù là thuốc mộc hay thuốc hồ, thì phải bỏ vào thùng kín một thời gian cho giữ hơi, trước khi mang đi bán.

Hiện nay "thương hiệu thuốc Lào Cái Sắn" đã bị chìm vào quên lãng, bởi vì từ khi chuyển sang cấy lúa thần nông mỗi năm hai hay ba vụ, số người trồng thuốc Lào không còn bao nhiêu và hơn thế nữa, số người hút thuốc Lào cũng mỗi ngày một giảm dần...Tại thị trường miền Nam lúc này, chỉ còn mỗi "thương hiệu thuốc Lào say Xóm Mới" là đứng vững và làm mưa làm gió mà thôi.

Bàn về chuyện uống rượu, người ta đã đưa ra một câu hỏi theo kiểu giáo lý hỏi thưa như sau :

H- Phải làm mấy sự cho được uống rượu nên ?

T- Phải làm ba sự này, một là tốt cái nhắm, hai là lắm anh em, ba là muốn uống thì uống.

Cũng thế, khi bàn về chuyện hút thuốc Lào, gã cũng có thể đúc kết những kinh nghiệm chiến trường bằng câu :

H- Phải làm mấy sự cho được hút thuốc nên ?

T- Phải làm ba sự này một là thuốc ngon, hai là đóm cháy, ba là điếu kêu.

Thực vậy, nếu thuốc mà sọc, không cho kéo, thì người hút sẽ bi ho sặc sụa thì còn lấy gì làm ngon. Nếu đang hút mà lửa cháy không đều hay bị tắt, thì người hút cứ tức anh ách y như bị bò đá vậy. Nếu điếu mà kêu, người hút kéo một quả...tụt cả nõ, hay rút cả cần cổ, đánh róc một phát, mới đã làm sao.

Thật đúng như lời các cụ ta ngày xưa đã nhận xét :

- Nghề chơi cũng lắm công phu!!!

Đối với dân ghiền thuốc Lào thì điếu ngon nhất trong ngày chính là điếu đầu tiên ban sáng khi vừa mới thức. Đúng thế, ngủ dậy, ngồi vào bàn đèn bần một phát kêu ro ro, thì thế nào cũng say.

Khi say thuốc Lào, mỗi người phản ứng theo một cách thức riêng. Người thì thở ra phò phò, rồi thì mồ hôi mồ kê vãi ra như tắm, mặc dù bên ngoài trời lạnh căm căm. Người thì nói năng huyền thuyên, mà càng nói thì lại càng lắp bắp. Người thì muốn đứng lên mà không thể nào đứng được, bèn té cái rằm xuống nhà. Thậm chí có người dúm cả đầu hay cả tay vào bếp lửa mà cũng chẳng biết, đành bị phỏng vậy thôi. Được cái cơn say thuốc Lào chỉ kéo dài đôi ba phút và không để lại hậu quả vật vã, buồn nôn hay khó chịu.

Ngoài cái điếu ban sáng khi vừa mới thức dậy, thì mỗi khi ăn cơm xong, nhất là vừa mới nhậu xong, rít một ngao thuốc Lào, sao mà thấy nó thích thú và ngọt lịm.

Trong một bữa nhậu, khi đã ngà ngà, các chiến hữu bèn mở một trò chơi nhón, đó là thi xem ai hút thuốc mà ém khói, kéo được một hơi dài nhất. Và gã đã thấy hai chiến hữu kéo được một hơi dài chừng ba mươi giây, nhưng liền sau đó, bèn quay ra ngoài mà ồng ộc cho...

chó ăn chè, ói đến tận mặt xanh mặt vàng.

Những người nghiện thuốc lào thường sắm cho mình một cái điều thật nhỏ, để mỗi khi đi đâu cũng cố gắng mang theo. Nếu không có điều, thì lấy lá chuối cuộn lại như chiếc kén, rồi vê thuốc, bỏ vào mà hút cho đỡ ghiền. Có người đạt tới một mức độ cao hơn, đó là vừa ngậm nước trong miệng, vừa hút chiếc kén thuốc cho thuốc đỡ gắt.

Khi hút thuốc lá, mấy anh chàng choai choai thường thích biểu diễn bằng cách thở khói ra hình chữ O, hay số 8. Còn hút thuốc lào, gã thấy có một ông già đã biểu diễn bằng cách thở ra cùng một lúc những năm tia khói : hai tia ở hai lỗ mũi, hai tia ở hai khóe mép và một tia ở giữa miệng...Ồi cụ già mới tuyệt vời làm sao.

Người miền Nam và miền Trung thường hay hút thuốc rê, còn người miền Bắc thì thường hay hút thuốc lào. Thế nhưng, nói rằng thuốc lào là điều rất đặc biệt, hay nói một cách mạnh mẽ hơn, thuốc lào một trong những cái làm nên bản sắc văn hóa của dân Việt, cũng không phải là phóng đại tô màu quá đáng lắm đâu.

Thực vậy, Toan Ánh trong "Phong tục Việt Nam" đã xác quyết thuốc lào là "quốc hồn quốc túy" của dân tộc. Ông viết như sau :

Thuốc lào thường được ăn với trầu, nhưng người ta còn hút thuốc lào.

Thuốc lào là một thứ lá cây giống như loại thuốc lá, người ta thái nhỏ, phơi khô dùng điều mà hút.

Ngày nay người ta còn hút thuốc lá. Xưa kia, thuốc lá dân mình cũng hút nhưng rất ít. Từ ngày tiếp xúc với Tây Phương, những người ở thành thị hút thuốc lá thay thuốc lào. Tuy vậy, vẫn còn nhiều người hút thuốc lào. Người ta đã cho thuốc lào là "quốc túy" và ca dao có câu :

- Nhớ ai như nhớ thuốc lào,

Đã chôn điều xuống lại đào điều lên.

Dĩ nhiên nhân xét trên đây của Toan Ánh, không còn đúng với thực tế hôm nay nữa, bởi vì hiện giờ tại Việt Nam số người hút thuốc lá, kể cả thành thị lẫn nông thôn, đều đông hơn số người hút thuốc lào. Và thuốc lá đã trở nên phổ biến trong dân gian. Tuy nhiên với phong trào bài trừ ô nhiễm và nhất là đề phòng những chứng bệnh hiểm nghèo, số người cai thuốc lá cũng như thuốc lào mỗi ngày một gia tăng.

Phan Kế Bính trong cuốn "Việt Nam Phong Tục" còn mô tả dài dòng hơn nữa. Ông viết như sau :

Thuốc lào là một thứ lá cây, tên chữ gọi là tương tư thảo. Kỳ thủy ta cho thuốc ấy trừ được sơn lam chướng khí, mới có người hút, lâu rồi quen đi mà ai cũng đua nhau, bởi thế thành tục.

Cây thuốc ấy về vùng hải Dương, Nam Định trồng nhiều. Họ lấy lá phơi âm can cho khô, rồi thái nhỏ mà đóng thành bánh, rồi mới bán cho người hút.

Hút thuốc lào phải có một cái bình điều, đổ nước vào trong bình và một cái xe điều. Lúc hút thì cắm xe vào bình mà hút.

Bình điều hoặc làm bằng sành, bằng sứ, hoặc bằng tre, bằng gỗ, bằng ngà, có thứ trở chạm nạm bạc, khảm xà cừ, xe bằng rễ trúc dài tới ba, bốn thước.

Mỗi nhà có một bình điều. Khi khách vào chơi, tất phải có chén nước, miếng trầu và điều thuốc lào để điểm vào câu chuyện.

Người sang trọng đi đâu, tất có một thùng đầy tờ xách điều đi hầu. Khi hút thuốc, điều để cách xa ba bốn thước, rồi đẩy tờ nhồi thuốc, châm lửa và đưa xe kề đến tận miệng mà hút.

Lắm người quen mồm rồi, không sao bảo được, dẫu họ thế nào cũng cố hút được một điều mới nghe. Đàn bà thanh thoát cũng có người hút. Lắm người hút vào say đờ ra một lát,

mà vẫn không sao chữa được.

Các văn sĩ lẫn người nghĩ ngợi phải có hút thuốc mới nây được ý tứ. Cho nên học trò vào trường thi phải đem kèm ống điếu vào trường.

Kẻ đi cày, anh đi câu, cũng xách được một cái điếu cày bằng lông tre đi theo, đôi khi ngồi vệ đường hút nghe sòng sọc.

Để kết thúc phần một bàn về thuốc lào, gã xin kể lại hai sự việc liên quan trực tiếp đến gã trong phạm vi này.

Sự kiện thứ nhất, đó là sau ngày 30.4.1975 gã và mấy anh bạn hàng xóm phải đi làm rẫy. Từ nhà tới rẫy khoảng 10 cây số đường đồi. Mấy anh bạn gã có sáng kiến làm một chiếc điếu cày dài 1m20, nghĩa là có thể đứng mà hút. Trời Đalat về chiều, mưa rơi lất phất hay lạnh rét căm căm, chỉ việc dừng lại, chống chiếc điếu cày xuống giữa đường mà rít một hơi, ấm cả bụng. Thế mới thích.

Sự kiện thứ hai, đó là cách đây mấy năm gã có tí việc phải về Bắc. Trước khi đi đã cẩn thận gói một cục thuốc lào say Xóm Mới bỏ vào bị. Thế nhưng, trong suốt chuyến bay, gã cứ “théc méc” và tự hỏi :

- Không có điếu thì làm sao mà hút cho được ?

Nỗi niềm “théc méc” của gã được giải tỏa ngay lập tức khi đặt chân tới Hà Nội, thủ đô của Nước Việt Nam có trên bốn ngàn năm văn hiến.

Tại Hà Nội, trên nhiều đường phố cứ cách khoảng mấy trăm mét, gã lại thấy một cụ già, hay một bác sồn sồn bày hàng ra bán. Mà hàng bày bán đơn giản chỉ có một bình tích nước chè và hai chiếc điếu cày, bên cạnh là mấy chiếc ghế nhựa thấp. Mặc dù không rao, nhưng gã cũng có thể tưởng tượng ra lời rao ấy như sau :

- Điếu cày kêu, nước chè nóng đây.

Đang đi trên đường, bỗng thềm thuốc, gã có thể vô tư kéo ghế và ngồi xuống ngay trên hè phố, bắn một phát điếu cày kêu rền rục, uống một cốc nước chè tươi nóng hổi, móc tiền ra trả. Một điếu là năm trăm đồng. Hai điếu là một ngàn đồng. Rồi lại vô tư cất bước.

Có lần cả một đám thanh niên kéo tới, huyền thuyên đủ mọi chuyện. Gã chỉ việc ngồi nghe mà cũng hiểu được phần nào dân tình thế thái.

Hỏi cụ già ngồi bán được bao nhiêu mỗi ngày, thì cụ cho hay khoảng ba bốn chục ngàn, tạm sống qua ngày.

Ôi phong cách “tự nhiên như người Hà Nội” thật dễ thương biết bao đối với một kẻ hay hút thuốc lào như gã.

Vậy thuốc lào mang lại những cái hại và những cái lợi nào ? Xin xem phần hai sẽ rõ.

Gã Siêu gasieu@gmail.com

VỀ MỤC LỤC

- Mọi liên lạc: Ghi danh, thay đổi địa chỉ, đóng góp ý kiến, bài vở..., xin gửi về địa chỉ giasoivietnam@gmail.com

- Những nội dung sẽ được đề cao và chú ý bao gồm:

Trao đổi, chia sẻ những kinh nghiệm thực tế trong việc mục vụ của Giáo sĩ; Những tài liệu của Giáo hội hoặc của các Tác giả nhằm mục đích Thăng tiến đời sống Giáo sĩ; Cổ vũ ơn gọi Linh mục; Người Giáo dân tham gia công việc “Trợ lực Giáo sĩ” bằng đời sống cầu nguyện và cộng tác trong mọi lãnh vực; Mỗi Giáo dân phải là những

“Linh mục” không có chức Thánh; Đối thoại trong tinh thần Bác ái giữa Giáo dân và Giáo sĩ... (Truyền giáo hay xây pháo đài?)

- Quý vị cũng có thể tham khảo những số báo đã phát hành tại

www.conggiaovietnam.net

Rất mong được sự cộng tác, hưởng ứng của tất cả Quý vị

Xin chân thành cảm ơn tất cả anh chị em đã sẵn lòng cộng tác với chúng tôi bằng nhiều cách thể khác nhau.

TM. Đặc San Giáo Sĩ Việt Nam

Lm. Luca Phạm Quốc Sử USA

Duoc chon giua loai nguoi va cho loai nguoi; C
