

Giáo Sĩ Việt Nam

Bán nguyệt san – Số 307 – Chúa nhật 13.08.2017

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

www.conggiaovietnam.net

giasivietnam@gmail.com

MỤC LỤC

CÁC PHƯƠNG THỨC HOẠT ĐỘNG TÔNG ĐỒ	Vatican 2
MẸ VỀ TRỜI, HY VỌNG VÀ HẠNH PHÚC CỦA CHÚNG TA (SUY NIỆM LỄ ĐỨC MARIA HỒN XÁC LÊN TRỜI)	Lm. Antôn Nguyễn Văn Độ
CÓ TA ĐÂY! ĐỪNG SỢ, HÃY CAN ĐẢM LÊN	Bác Sĩ Nguyễn Tiến Cảnh, MD
HIỆP THÔNG VÀ BÌNH AN	Lm. JB Nguyễn minh Hùng
NIỀM VUI VÀ HY VỌNG CỦA TÔI	Gm. Gioan B Bùi Tuần
"HÃY CỨ ĐỂ MẠC CHÚNG TÔI LÀM NÔ LỆ..."	Lm. Vĩnh Sang, DCCT
NHỮNG KHÁC BIỆT CĂN BẢN GIỮA CÔNG GIÁO, CHÍNH THỐNG GIÁO VÀ TIN LÀNH.....	
.....	Lm. PX Ngô Tôn Huân
HIỆP THÔNG VỚI CHÍNH MÌNH	EYMARD An Mai Đỗ, O.Cist
Khi nào chúng ta cần chủ động trong cầu nguyện	Lm. Minh Anh chuyển ngữ
SỨ ĐIỆP TỪ CUỘC KHỔ NẠN (tiếp theo)	Lm. Micae Phaolô Trần Minh Huy, pss
TÌM CÁCH TRỖI DẬY SAU VẤP NGÃ, THẤT BẠI.	Cursillista Inhaxiô Đặng Phúc Minh
CƠN ĐAU THỀ CHẤT	Bác Sĩ Nguyễn Ý Đức, MD.

CÁC PHƯƠNG THỨC HOẠT ĐỘNG TÔNG ĐỒ

Thánh Công Đồng Chung Vaticanô II

Bản dịch của Ủy Ban Giáo Lý Đức Tin, HĐGMVN

LTS: BBT CGVN và Đặc San GSVN hân hạnh giới thiệu trọn bộ 16 Văn Kiện Công Đồng Vatican 2, bản dịch của Ủy Ban Giáo Lý Đức Tin, HĐGMVN, ấn bản mới nhất, có bán tại các Nhà Sách Công Giáo.

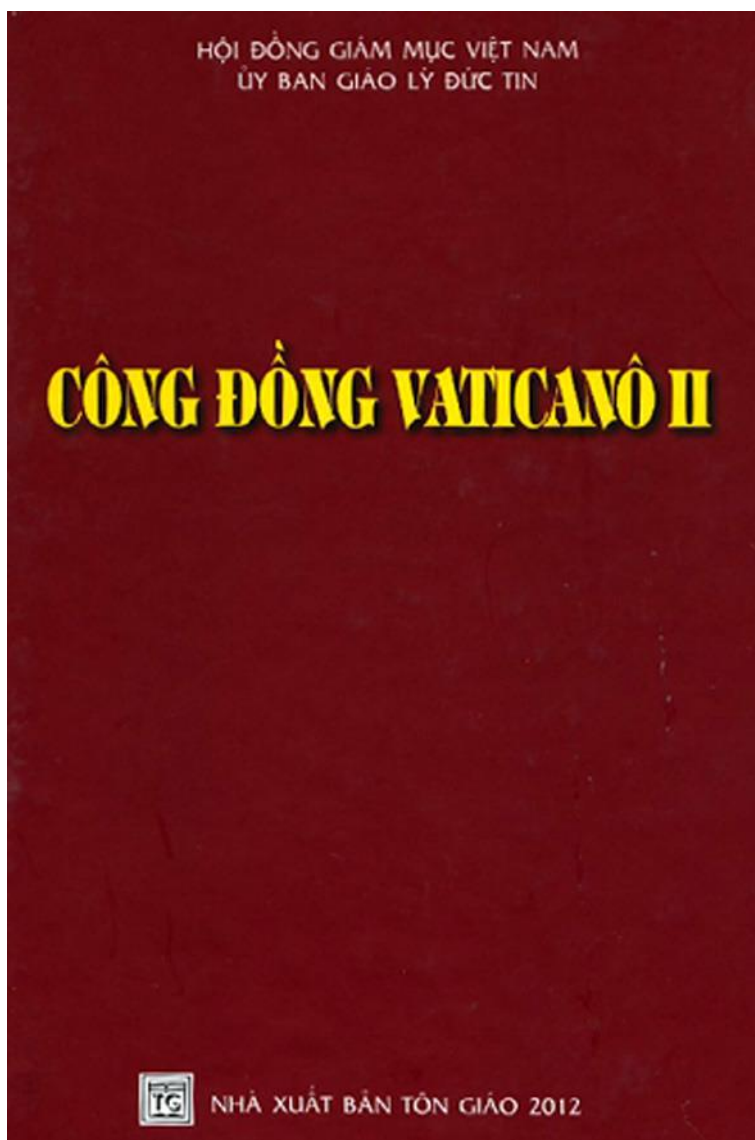
Suốt hơn 10 năm qua trên Đặc San Giáo Sĩ Việt Nam chúng con đã trung thành phổ biến bản dịch của Giáo Hoàng Học Viện PIO X Đà Lạt; Nay với trọn tấm lòng biết ơn các dịch giả qua

các thời kỳ, chúng con xin tiếp tục công việc tối cần thiết này nhưng với một bản dịch hoàn chỉnh hơn - **Bản dịch của Ủy Ban Giáo Lý Đức Tin, HĐGMVN**. Rất mong được mọi người đón nhận, hỗ trợ việc phổ biến tài liệu quý này như KIM CHỈ NAM đích thực, đầy đủ và hoàn hảo cho mọi thành phần Dân Chúa. Chúng ta đang sống trong thời điểm kỷ niệm 50 năm Thánh Công Đồng Chung Vatican 2; Dân Chúa Việt Nam khi dành thời gian đọc lại các Hiến Chế, Sắc Lệnh, Tuyên Ngôn sẽ luôn nhận ra điều mới mẻ và hữu ích cho từng cá nhân cũng như cộng đoàn.

Chúng con xin chân thành cảm ơn Quý Đức Cha, Quý Cha Ủy Ban GLĐT đã sẵn lòng cho phép chúng con giới thiệu bản văn quý giá này qua internet. Quý Cha và Quý Vị có thể yêu cầu nhận trọn bộ hay từng Văn Kiện cụ thể trên một file word qua email, hoặc cũng có thể tải về máy tại địa chỉ: <http://www.conggiaovietnam.net/index.php?m=home&v=subject&is=31>

Xin chân thành cảm ơn

BBT CGVN & Đặc San GSVN



[VỀ MỤC LỤC](#)

SẮC LỆNH
VỀ HOẠT ĐỘNG TỔNG ĐỒ GIÁO DÂN
APOSTOLICAM ACTUOSITATEM
Ngày 18 tháng 11 năm 1965

CHƯƠNG IV
CÁC PHƯƠNG THỨC HOẠT ĐỘNG TỔNG ĐỒ

15. Giáo dân có thể thực thi việc tông đồ hoặc với tư cách cá nhân, hoặc tham gia trong các cộng đồng hay hội đoàn khác nhau.

16. Việc tông đồ, một hoạt động tuôn tràn dồi dào từ mạch sống đích thực Kitô giáo (x. Ga 4,14), mà bản thân mỗi người phải thực hiện, chính là cơ sở và là điều kiện của mọi hoạt động tông đồ giáo dân, kể cả trong dạng thức tập thể, và không gì có thể thay thế được.

Tất cả các giáo dân, dù thuộc bất cứ thành phần nào, kể cả khi không có cơ hội hay khả năng cộng tác trong các hội đoàn, đều được mời gọi và hơn nữa có bổn phận làm việc tông đồ cá nhân, một hoạt động dù ở đâu và lúc nào cũng thật phong phú, hơn nữa, trong một số hoàn cảnh, chỉ có hoạt động tông đồ này mới thích hợp và có thể thực hiện được.

Có nhiều hình thức tông đồ qua đó người giáo dân tham gia xây dựng Giáo Hội, đồng thời thánh hóa và làm cho thế gian sống động trong Chúa Kitô.

Hình thức đặc biệt của hoạt động tông đồ cá nhân, và cũng là dấu chỉ rất thích hợp trong thời đại chúng ta để biểu lộ Chúa Kitô sống động trong các tín hữu của Người, đó là làm chứng bằng cả cuộc sống tràn đầy lòng tin, cậy, mến nơi những người giáo dân. Qua cách làm việc tông đồ bằng lời nói mà trong một số trường hợp lại rất cần thiết, người giáo dân rao giảng Chúa Kitô, giải thích, phổ biến và trung thành tuyên xưng giáo lý của Người tùy theo hoàn cảnh và hiểu biết của mỗi người.

Hơn nữa, khi cộng tác vào những hoạt động liên quan tới việc xây dựng và quản trị trật tự trần thế với tư cách là công dân trong thế giới, người công giáo phải tìm kiếm dưới ánh sáng đức tin những định hướng cao đẹp hơn trong đời sống gia đình, nghề nghiệp, văn hóa và xã hội, đồng thời khi có dịp sẽ trình bày những ý hướng đó cho nhiều người khác, với ý thức mình đang cộng tác với Thiên Chúa là Đấng tạo dựng, cứu chuộc và thánh hóa, đồng thời cũng đang chúc tụng tôn vinh Ngài.

Sau cùng, người giáo dân hãy luôn sống theo đức ái và dùng hết khả năng để thể hiện tình yêu thương bằng những việc làm cụ thể.

Mọi người phải nhớ rằng, chính nhờ những hành vi phụng tự và lời cầu nguyện, nhờ thái độ sẵn lòng chấp nhận hy sinh cũng như lao nhọc và khổ cực trong cuộc sống, là những điều làm họ nên giống Chúa Kitô trong cuộc khổ nạn (x. 2 Cr 4,10; Cl 1,24), họ mới có thể ảnh hưởng tới mọi người và đem ơn cứu độ cho toàn thể giới.

17. Việc tông đồ cá nhân này rất cần thiết và cấp bách trong những miền mà tự do của Giáo Hội gặp phải nhiều cản trở. Trong những hoàn cảnh khó khăn đó, giáo dân tùy khả năng thay thế các linh mục, liều mất tự do và đôi khi cả mạng sống mình, để dạy giáo lý công giáo cho những người chung quanh, hướng dẫn họ sống đạo và khuyến khích họ năng lãnh nhận các bí tích và đặc biệt tôn sùng Thánh Thể¹. Trong khi hết lòng tạ ơn Thiên Chúa đã không ngừng cho xuất hiện ngay cả trong thời đại chúng ta những người giáo dân can đảm phi thường giữa các

¹ x. PIÔ XII, *Huấn từ gửi Hội nghị Giáo dân từ các Dân tộc cổ võ cho hoạt động tông đồ*, 14.10.1951: AAS 43 (1951), tr. 788.

cơ bách hại, Thánh Công Đồng cũng dành cho họ tấm lòng hiền phụ đầy yêu thương cùng với tâm tình tri ân.

Việc tông đồ cá nhân có mọi trường hoạt động đặc biệt trong những miền có số người công giáo quá ít và sống tản mác. Ở những nơi đó, người giáo dân đang hoạt động tông đồ riêng lẻ hoặc vì những lý do nói trên hoặc vì những lý do đặc biệt do sinh hoạt nghề nghiệp, rất nên tập hợp thành những nhóm nhỏ không cần đến hình thức tổ chức hay hệ thống chặt chẽ, miễn sao người khác thấy được dấu hiệu của cộng đoàn Giáo Hội như bằng chứng đích thực của tình yêu thương. Như thế, trong khi nâng đỡ nhau trên bình diện thiêng liêng nhờ tình bằng hữu và kinh nghiệm, họ được mạnh sức để vượt thắng những khó khăn của cuộc sống và của những hoạt động lẻ loi, đồng thời cũng để việc tông đồ đạt được kết quả phong phú hơn.

18. Các Kitô hữu được mời gọi hoạt động tông đồ với tư cách cá nhân trong những hoàn cảnh khác nhau của cuộc sống; tuy nhiên họ nên nhớ rằng con người tự bản chất đã có xã hội tính, và Thiên Chúa đã muốn tập hợp những người tin vào Chúa Kitô thành dân Thiên Chúa (x. 1 Pr 2,5-10) và liên kết họ thành một thân thể (x. 1 Cr 12,12). Vì thế, hoạt động tông đồ tập thể đáp ứng được những đòi hỏi của các tín hữu xét dưới khía cạnh con người cũng như dưới khía cạnh Kitô hữu, đồng thời cũng biểu lộ được dấu chỉ hiệp thông và hợp nhất của Giáo Hội trong Chúa Kitô, Đấng đã nói: “Ở đâu có hai, ba người nhân danh Thầy hội họp lại, Thầy sẽ ở giữa họ” (Mt 18,20).

Vì thế, các Kitô hữu phải hợp nhất với nhau để cùng làm việc tông đồ². Họ phải là tông đồ trong cộng đoàn gia đình cũng như trong giáo xứ và giáo phận vốn tự chúng đã nói lên tính cách cộng đồng của hoạt động tông đồ, đồng thời họ cũng là tông đồ trong những đoàn thể tự do mà họ đã tự ý gia nhập.

Hoạt động tông đồ tập thể rất quan trọng vì trong các cộng đồng Giáo Hội, cũng như trong các môi trường khác nhau, việc tông đồ thường đòi hỏi phải được chu toàn nhờ một hoạt động chung. Những Hội Đoàn được thành lập để hỗ trợ hoạt động tông đồ tập thể, sẽ nâng đỡ và huấn luyện các hội viên trong việc tông đồ, phối hợp và điều hành các hoạt động tông đồ, nhờ đó hy vọng có được những kết quả phong phú hơn là nếu từng người hoạt động riêng rẽ.

Quả thực, với những điều kiện hiện nay, trong môi trường sinh hoạt giáo dân, hoạt động tông đồ rất cần được củng cố dưới hình thức tập thể và có tổ chức; vì chỉ bằng cách liên kết chặt chẽ các nỗ lực mới mong đạt được đầy đủ tất cả những mục tiêu của hoạt động tông đồ ngày nay và bảo vệ cách hữu hiệu những thiện ích của việc tông đồ³. Do đó, điều quan trọng đặc biệt là làm sao cho hoạt động tông đồ tác động vào tâm thức tập thể và hoàn cảnh xã hội của những người mà hoạt động tông đồ nhằm tới, nếu không, họ thường sẽ không đủ sức chống lại áp lực của dư luận quần chúng hay của các định chế.

19. Có nhiều hội đoàn tông đồ khác nhau⁴; có những hội đoàn nhằm mục đích tông đồ nói chung của Giáo Hội; có những hội đoàn lại đặc biệt hướng đến việc loan báo Tin Mừng và mang lại ơn thánh hóa; có những hội đoàn theo đuổi việc đem tinh thần Kitô giáo vào trật tự trần thế; có những hội đoàn đặc biệt muốn dùng các việc tử thiện và bác ái để làm chứng cho Chúa Kitô.

Trong số các hội đoàn đó, cần phải quan tâm cách riêng đến các hội đoàn cổ võ và đề cao sự kết hợp chặt chẽ hơn giữa đời sống thực tế và đức tin của các hội viên. Hội đoàn tự nó không phải là cứu cánh, nhưng phải giúp Giáo Hội chu toàn sứ mệnh đối với trần gian. Giá trị tông đồ của các hội đoàn tùy thuộc vào mức độ phù hợp với các mục tiêu của Giáo Hội, vào chứng từ mang tính Kitô hữu cũng như vào tinh thần Tin Mừng của từng thành viên và của cả hội đoàn.

² x. nt., tr. 787-788.

³ x. PIŌ XII, Thông điệp *Le Pèlerinage de Lourdes*, 2.7.1957: AAS 49 (1957), tr. 615.

⁴ x. PIŌ XII, Huân từ gửi Ủy ban Quốc tế giới Trưởng thành Công giáo, 8.12.1956: AAS 49 (1957), tr. 26-27.

Trước sự tiến triển của các tổ chức cũng như trước đà tiến hóa của xã hội hiện đại, sứ mệnh phổ quát của Giáo Hội đòi hỏi các công cuộc tông đồ của người công giáo phải được tổ chức càng ngày càng quy củ hơn trên lãnh vực quốc tế. Các Tổ Chức Công Giáo Quốc Tế sẽ hoạt động hiệu quả hơn nếu liên kết chặt chẽ hơn nữa với các đoàn thể thành viên và hội viên của các đoàn thể đó.

Với điều kiện phải giữ mối liên lạc cần thiết với giáo quyền⁵, người giáo dân có quyền lập hội đoàn⁶, điều khiển hội đoàn và ghi tên vào các hội đoàn đã có sẵn. Tuy nhiên, cần phải tránh tình trạng phân tán lực lượng do việc lập thêm những hội đoàn và tổ chức mới khi không đủ lý do, hoặc cố giữ lại những hội đoàn không còn ích lợi, hoặc quá bảo thủ với những phương pháp đã lỗi thời; cũng phải cân nhắc khi du nhập những hình thức hội đoàn được thành lập tại các nước khác⁷.

20. Từ vài thập niên gần đây, trong nhiều quốc gia, giáo dân càng ngày càng dần thân vào công tác tông đồ, và qui tụ lại dưới nhiều hình thức hoạt động cũng như trong các hội đoàn đã và đang theo đuổi những mục đích thuần túy tông đồ trong khi vẫn liên kết chặt chẽ với hàng Giáo phẩm. Trong số các hội đoàn ấy cũng như các tổ chức tương tự đã có từ trước, đặc biệt phải nhắc đến những tổ chức, với những đường hướng hoạt động khác nhau, đã đem lại nhiều kết quả phong phú cho nước Chúa Kitô, và xứng đáng để được các Đức Giáo Hoàng và một số đông các Giám Mục tín nhiệm, cổ võ và đặt cho danh hiệu Công Giáo Tiến Hành, thường được mô tả như một hình thức cộng tác của giáo dân vào việc tông đồ của hàng Giáo phẩm⁸.

Với danh hiệu Công Giáo Tiến Hành hay một danh hiệu nào khác, các hình thức hoạt động hiện đang thực thi trọng trách tông đồ, phải hội đủ những yếu tố cơ bản sau đây:

a) Mục đích trực tiếp của các tổ chức này phải là mục đích tông đồ của Giáo Hội, nghĩa là loan báo Tin Mừng, thánh hóa con người và đào tạo lương tâm Kitô hữu đích thực để có thể đem tinh thần Tin Mừng thấm nhập vào các cộng đồng và các môi trường khác nhau.

b) Trong khi cộng tác với hàng Giáo phẩm theo cách thức riêng của mình, người giáo dân đóng góp kinh nghiệm và đảm nhận trách nhiệm của họ trong việc điều hành, tìm ra những điều kiện khả thi cho các hoạt động mục vụ của Giáo Hội, soạn thảo và thực hiện chương trình hành động của các tổ chức này.

c) Người giáo dân hoạt động liên kết với nhau như các cơ năng trong cùng một thân thể, sao cho tính cách cộng đoàn của Giáo Hội được thể hiện rõ rệt hơn và việc tông đồ được hữu hiệu hơn.

d) Người giáo dân, hoặc do tự nguyện dần thân, hoặc được mời hoạt động và cộng tác trực tiếp vào việc tông đồ trong Giáo Hội, phải luôn làm việc dưới sự điều hành của hàng Giáo phẩm, những người có thể công nhận sự cộng tác này bằng một uỷ nhiệm thư chính thức.

Những đoàn thể nào mà giáo quyền xét thấy hội đủ những yếu tố vừa kể đều được coi là Công Giáo Tiến Hành, mặc dù những tổ chức đó mang những hình thức và danh hiệu khác tùy theo đòi hỏi của từng địa phương và của mỗi dân tộc.

Thánh Công Đồng ân cần giới thiệu những định chế này vì chắc chắn chúng đáp ứng đúng những đòi hỏi của việc tông đồ của Giáo Hội trong nhiều quốc gia. Thánh Công Đồng cũng kêu mời các linh mục hoặc giáo dân đang tham gia các hoạt động trên hãy thể hiện càng ngày càng tốt đẹp những tiêu chuẩn vừa nêu, và luôn cộng tác trong tình huynh đệ với các hình thức tông đồ khác trong Giáo Hội.

⁵ x. đoạn sau, ch. V, số 24.

⁶ x. S.C. CONCILII, *Resolutio Corrienten*, 13.11.1920: AAS 13 (1921), tr. 139.

⁷ x. GIOAN XXIII, Thông điệp *Princeps Pastorum*, 10.12.1959: AAS 51 (1959), tr. 856.

⁸ x. PIÔ XI, *Thư gửi Đức Hồng Y Bestram*, 13.11.1928: AAS 20 (1928), tr. 385; xem thêm PIÔ XII, Huấn từ *Ad A.C. Italicam*, 4.9.1940: AAS 32 (1940), tr. 362.

21. Mọi đoàn thể tông đồ đều phải được quý trọng; tuy nhiên, có những đoàn thể tông đồ mà hàng Giáo phẩm, tùy theo đòi hỏi của từng địa phương và từng thời đại, sẽ khích lệ, đề nghị và nhanh chóng quyết định thành lập: các linh mục, tu sĩ và giáo dân phải quan tâm nhiều hơn và tùy nghi tìm cách phát huy những đoàn thể ấy. Trong số đó, ngày nay đặc biệt phải kể đến những đoàn thể hay hiệp hội công giáo có tính cách quốc tế.

22. Thật đáng kính trọng và đáng được đặc biệt đề cao trong Giáo Hội, những giáo dân, độc thân hoặc đã có gia đình, đang dâng thân và đem khả năng chuyên môn của mình tham gia hoạt động và phục vụ suốt đời hoặc một thời gian trong các tổ chức đoàn thể. Giáo Hội cũng rất vui mừng vì thấy càng ngày càng tăng số giáo dân phục vụ trong các hiệp hội hoặc các tổ chức hoạt động tông đồ ở lãnh vực quốc gia cũng như quốc tế, và nhất là trong các cộng đồng công giáo nơi các xứ truyền giáo và ở những Giáo Hội mới thành hình.

Các vị Chủ Chăn của Giáo Hội hãy sẵn lòng đón nhận và cảm ơn những giáo dân này, phải giúp họ có được phẩm chất đầy đủ về công bình, liêm chính và bác ái, nhất là lo chu cấp cho họ và cả gia đình có được một đời sống xứng đáng, và cũng phải huấn luyện đầy đủ cũng như trợ giúp và khích lệ họ trong lãnh vực tu đức.

(Còn tiếp)

VỀ MỤC LỤC

MẸ VỀ TRỜI, HY VỌNG VÀ HẠNH PHÚC CỦA CHÚNG TA (SUY NIỆM LỄ ĐỨC MARIA HỒN XÁC LÊN TRỜI)

(Lc 1, 39-56)

“Kính chào trinh nữ đầy ơn phúc, Thiên Chúa ở cùng trinh nữ!” (Lc 1, 28). Lời chào trên đây của Sứ Thần Gabriel được chúng ta không ngớt dâng lên Đức Mẹ nhiều lần trong ngày. Hôm nay, chúng ta lặp lại với niềm vui khôn tả và chứa chan niềm hy vọng trong ngày lễ Đức Maria hồn xác về Trời, một tương lai tuyệt vời không ngừng thu hút người tín hữu nói riêng và nhân loại nói chung. *“Đáng đầy ơn phúc”* là tên mà Thiên Chúa qua miệng Sứ Thần muốn gọi Đức Trinh Nữ Maria.

“Đầy ơn phúc” là phúc lành thiêng liêng Thiên Chúa gửi cho Mẹ ! Mẹ được chúc phúc hơn các người phụ nữ (x. Lc 1 : 42) ! Chúa Cha đã chọn Mẹ trong Đức Giêsu Kitô từ trước khi tạo thành vũ trụ, ngõ hầu Mẹ trở nên thánh thiện và tinh tuyền trước nhan thánh Chúa.

Chúa Giêsu Kitô là chồi non mọc lên để đập dập đầu con rắn xua, theo sách Sáng Thế (x. St 3 , 15); là Con Chiên không tì vết (x. Xh 12, 5 , 1P 1, 19) tự hiến tế để cứu chuộc con người. Sau khi hạ mình xuống trong cuộc thương khó, Người đã sống lại vinh quang *lên Trời ngự bên hữu Thiên Chúa* đến muôn đời.

Theo lời thánh Lêo Cả, khi Vị Thủ Lãnh của chúng ta bước vào thiên đàng và ở trên đó, *“vinh quang của Đâu”* đã trở thành *“niềm hy vọng cho thân xác”* (x. *Sermo Ascensione Domini*). Chúa Giêsu đã vĩnh viễn bước vào thiên đàng, *“Người là Đâu và là Trưởng Tử giữa đàn em đồng đức”* (Rm 8, 29). Vì bản tính của chúng ta là ở trong Thiên Chúa và ở trong Đức Giêsu

Kitô, nên vì loài người chúng ta (thân xác), Chúa Giêsu là (Đầu) hằng sống đến muôn thừa muôn đời hằng cầu thay nguyện giúp cho chúng ta trước mặt Chúa Cha (x. Dt 7 , 25).

Đức Giêsu, Vị Thủ Lãnh của chúng ta đã chiến thắng tội lỗi và sự chết, hiển vinh về Trời, Người cũng rước Đức Maria Mẹ yêu dấu của Người về Trời cả hồn lẫn xác. Từ trên cao vinh hiển, Người gửi cho Giáo hội một sứ điệp hy vọng và mời gọi hướng đến sự thánh thiện trên Trời nơi Người đang ngự bên hữu Thiên Chúa cùng với Mẹ Người được ân thưởng. Trong chiến thắng của Adam mới, đó cũng là của Evà mới, mẹ của những người đã được cứu chuộc. Do đó Đức Maria được ân thưởng về Trời là một dấu chỉ niềm hy vọng cho tất cả chúng sinh, những người đã chiến thắng Sa-tan nhờ máu của Con Chiên (x. Kh 12 , 11).

Hôm nay cùng với toàn thể Giáo hội, chúng ta long trọng mừng Lễ Đức Maria về Trời trong niềm tin và hy vọng chứa chan như thánh Bernardô nói : *“Đức Maria Nữ Trinh vinh hiển về Trời đã gia tăng hạnh phúc và niềm hy vọng nơi chúng ta”*. Ngài thêm : *“Đức Maria, Phần Tử ưu tú trên địa cầu chúng ta đang sống được đưa từ đất về trời, là một món quà vô cùng cao quý, sự vinh thăng ấy là cuộc trao đổi kỳ diệu giữa đất với trời, giữa con người trần thế với thế giới thần linh. Mẹ là hoa quả tuyệt vời của trái đất đã được đưa lên cao, để từ trên nơi cao xanh ấy ơn sủng lại tuôn đổ chan hòa xuống trên mặt đất, nghĩa là chính từ nơi Đức Maria diễm phúc được rước lên đó, đến lượt mình, Mẹ lôi kéo muôn vàn ân sủng xuống cho nhân loại”*.

Ân sủng Mẹ chuyển xuống chính là Lời, Lời mà Mẹ đã đón nhận và cẩn thận ghi nhớ cũng như cưu mang trong lòng. Khi cưu mang Lời trong lòng, Mẹ cũng cưu mang Sự Sống của chúng ta : *“Đức Maria vội vã lên đường, đến một thành xứ Giuđêa. Bà vào nhà ông Dacaria và chào bà Êlisabét”* (Lc 1,39-40). Sự hiện diện của Mẹ Maria làm cho thế giới vui mừng như bà Êlisabét nói : *“Vì khi vừa nghe tiếng em chào, thì hải nhi nhảy mừng trong lòng tôi”* (Lc 1,44).

Mẹ vui mừng, Mẹ cũng làm cho thế giới mừng vui, niềm vui của Mẹ trở thành bài thánh ca muôn thừa : *“Linh hồn tôi ngợi khen Đức Chúa, thần trí tôi hớn hở vui mừng vì Thiên Chúa Đấng Cứu Độ tôi!”* (Lc 1,46-47). Thật là một quả phúc tuyệt vời trên cõi trời cao ban xuống cho nhân loại. Bài Ca Tạ Ơn của Đức Maria đã trở thành Lời Thiên Chúa. Trong bài ca ấy, chúng ta tìm ra con đường để hiểu biết con người và Thiên Chúa như thế nào, và trần thế cũng như thiên đàng ra làm sao. Tất cả hợp nhất cùng nhau để có thể hành động như Mẹ, trở nên món quà Thiên Chúa tặng ban cho người khác.

Mừng kính Đức Trinh Nữ Maria hồn xác về trời, chúng ta không chỉ mừng vì Thiên Chúa đã làm cho Mẹ những điều trọng đại, mà còn mừng vì tương lai của mỗi chúng ta. Thánh Phaolô nói: *“Anh em khỏi phải phiền sầu như những người khác, những kẻ không có hy vọng”* (1 Tx 4, 13). Chúng ta cố gắng hiểu để sống sao cho xứng danh là người hy vọng.

Vậy mỗi người chúng ta hãy sống hy vọng, hãy làm ngày lại ngày, không buông tay, mặc cho những ngang trái của cuộc đời. Phúc cho chúng ta, nếu chúng ta can đảm chiến đấu mỗi sáng khi thức dậy cho cuộc sống đáng sống của mọi người trên trái đất. Nếu như khi xưa Mẹ đã đến với bà Êlisabet, làm cho cả gia đình bà vui mừng, thì ngày hôm nay Mẹ vẫn đến với chúng ta. Mẹ mở rộng vòng tay nói với chúng ta rằng : hỡi con, hãy tin tưởng và hy vọng, Chúa đã dọn chỗ cho con.

Nữ Vương linh hồn và xác lên Trời, cầu cho chúng con. Amen.

Lm. Antôn Nguyễn Văn Độ

VỀ MỤC LỤC

CÓ TA ĐÂY! ĐỪNG SỢ, HÃY CAN ĐẢM LÊN.

CHÚA NHẬT XIX A THƯỜNG NIÊN

(1V 19:9, 11-13; Rm 9:1-5; Mt 14:22-23)

Bác sĩ Nguyễn Tiến Cảnh, MD



Trong điểm của các bài Tin Mừng Chúa Nhật hôm nay là NIỀM TIN. Biểu lộ niềm tin thì mỗi người mỗi khác, nhưng điều duy nhất là “Đừng Sợ” thì sẽ đi tới đích bằng an, vì có Chúa luôn luôn ở bên cạnh.

NIỀM TIN CỦA ELIJAH, PHAOLO VÀ PHERO

Chương 19 sách Các Vua 1 thuật lại việc tiên tri Elijah toàn thắng Jezebel và các tư tế của Baal trên đỉnh núi Carmel. Vừa khải hoàn xong, Elijah liền nhận được tin vua A Kháp dọa sẽ giết chết, ông “sợ quá” bèn trốn đi (1V19:3). Gương sáng tuyệt vời của ông giờ này bị vỡ tan tành, vì ông nghĩ rằng mọi cố gắng của ông đã ra vô ích. Elijah thành công tốt bụng ở chương 18 thì qua chương 19, thất vọng cùng cực. Ông như quả bóng xì hơi.

Ngược lại, Phaolo không buồn nản, niềm tin của ông vững như bàn thạch. Ông sẵn sàng hy sinh cá nhân ông, cả thể xác lẫn tinh thần, để cứu rỗi đồng bào ông đang mất niềm tin, chối bỏ đức Kito. Ông không cần biết ông sẽ ra sao miễn là dân Israel đến với Chúa !

Phero, vì tin tưởng Chúa nên đi được trên mặt nước. Nhưng khi sợ quá, mất niềm tin nên bị chìm. Chúa biết con người ông nên đã khuyến khích ông: **“CÓ Ta đây! hãy can đảm lên, đừng sợ.”**

ELIJAH CẢM NGHIỆM VỀ THIÊN CHÚA TRÊN ĐỈNH NÚI

Elijah đã nhận ra là không thể gặp được Thiên Chúa trong những biến cố huy hoàng (1V 19:9, 11-13). Thiên Chúa sẽ không hòa nhập với những sinh hoạt náo nhiệt và ganh tỵ của ngôn sứ đứng yên lặng và sầu buồn trên đỉnh núi Chúa. Những hiện tượng như gió bão, động đất hay đại hồng thủy (Xh 19:18-19) có thể báo trước sự hiện diện của Thiên Chúa, nhưng không phải là chính Thiên Chúa. Giống như tiếng thì thầm hay yên tĩnh tuyệt đối là một huyền diệu cũng không thể làm cho ta thấy được dung nhan hay sự hiện diện của Thiên Chúa nếu không có lòng ước muốn. Maisen và Elijah là hai nhân vật đã cảm nghiệm được sự hiện diện của Thiên Chúa ở trên đỉnh núi này, về sau chuyện đó lại xảy ra với đức Giesu ở trên một ngọn núi khác khi Thiên Chúa biến hình (Mt 17:1-9; Mc 9:2-9; Lc 9:28-36). Thiên Chúa yên lặng, nhưng không có nghĩa Người không hiện diện. Thiên Chúa của Elijah và của chúng ta là Thiên Chúa của dấu chỉ và ngạc nhiên đồng thời cũng là Thiên Chúa của rì rào và thanh lặng. Chỉ khi nào Elijah cương quyết thay đổi tâm tính và tự thắng mới nhận ra được Thiên Chúa.

ELIJAH PHẢN ĐẤU VỚI NỖI TRẦM CẢM

Núi Horeb luôn luôn có liên hệ với niềm tin Israel. Elijah đến núi thánh sau khi ông đã nghỉ đêm ở trong một cái động. Hang động tối tăm và đêm tối dày đặc là phản ánh *“tâm hồn u ám của ông”*. Câu chuyện Elijah ở trong động trên núi Horeb là một hình ảnh cổ điển về sự phản đấu chống lại buồn phiền. Buồn phiền ảnh hưởng tất cả mọi người, ngay cả những tiên tri nhiệt tình, những vị lãnh đạo, các tông đồ và môn đệ Chúa.

Elijah bị trầm cảm không phải vì một nguyên do duy nhất, mà là kết quả của nhiều yếu tố. Căn cơ của nó là **Sợ**. Một tiên tri vĩ đại đầy nhiệt tình của Israel mà lại sợ chết chỉ vì hoàng hậu Jezebel gian hiểm dọa sẽ giết mà sợ phải chạy trốn. Chúng ta có giống Elijah không? Sợ vì cô đơn, vì thất bại, vì không hoàn thành nhiệm vụ trao phó và mất hy vọng?

Yếu tố thứ hai là **thất bại**. Elijah thiếu tự tin, ông ở trong giòng ngôn sứ lâu đời, đã nói về sự thiếu niềm tin và bỏ đạo của dân Israel, nhưng ông không thành công hơn tổ tiên của ông. Chúng ta sẽ làm gì khi cố gắng của mình coi như vô ích? Phải chăng chúng ta không làm được gì khác với những người đi trước chúng ta? Chúng ta nghĩ sao khi chúng ta chỉ có đóng góp mà không tham dự công tác để giải quyết vấn đề? Chúng ta có cảm thấy thất bại khi kết quả công việc của chúng ta không được như ý: Tình liên đới bạn bè, gia đình, hôn nhân đổ vỡ? Sự thất bại của chúng ta khiến chúng ta mất hết bạn bè và những gì chúng ta có?

Yếu tố thứ ba là **mệt mỏi, kiệt sức**...Elijah đã kiệt lực thể xác, cạn hết tình cảm. Đây là một nguy hiểm đáng sợ. Nó rất nguy hiểm cho những ai lạc hướng trong việc làm và sứ mệnh, những ai bị mê hoặc bởi chính nhiệt tình của mình để rồi trở thành điên khùng, mù quáng không như những môn đệ khiêm nhường, những mục tử/thừa tác viên là những đầy tớ chỉ biết làm tròn nghĩa vụ khiêm tốn của mình. Elijah đã không dành thời giờ để nghỉ ngơi và suy nghĩ về những việc mà Thiên Chúa đang làm ở chung quanh ông.

Yếu tố thứ tư là những việc **tầm phào, không đáng kể**. Elijah cảm thấy mình cô đơn, tuyệt vọng, chẳng còn thiết gì về tương lai. Ông tự làm khổ mình vì đa nghi, nghĩ rằng ai cũng ghét bỏ mình. Ông nhìn thế giới toàn là màu đen, không có gì khác. Bao nhiêu người trong chúng ta cảm thấy sợ hãi, cô đơn, mất sức kiệt lực, hết hy vọng? Bao nhiêu người trong chúng ta đã buông xuôi mọi sự, trở thành bi quan, coi đời là vô nghĩa, mọi người đều ích kỷ và nhỏ mọn? Bao nhiêu người trong chúng ta đã mất niềm tin vào Chúa, đáng có thể biến người phụ nữ hiếm muộn sinh con, làm cho kẻ chết sống lại? (Lc 1:36-37; Kn 21:1-3; Lc 7:14-16; Ga1:43-44)

CÁCH TRỊ LIỆU CHO ELIJAH

Để lấy lại nghị lực, Elijah cần phải ra khỏi tình trạng hiện có của mình. Đời sống tinh thần, tình cảm và thể xác của ông cần phải được đổi mới. Trước kia ông quá lo lắng chuyện quốc sự mà quên những nhu cầu và ưu tư của đồng hương ông là dân Tishbite. Elijah tỏ ra tiêu cực, thất vọng, ưu phiền lo lắng về chính mình lúc ông ở trong hang trên đỉnh núi, Chúa đã hỏi ông: *“Elijah, ông ở đây làm gì vậy?”* Chúa thừa biết ông làm gì ở đó. Thực ra Chúa đã xui khiến ông đến đó, lắng nghe ông mà không trách móc ông khi ông thốt ra những lời cay đắng, giận hờn và tuyệt vọng. Chúa sẽ không nói với ông: “Elijah, các tiên tri của ta đâu có nói năng như vậy!” Thiên Chúa đã không làm cho Elijah cảm thấy mình nhu nhược, trái lại Người chấp nhận tính tình ông và lắng nghe ông than thở.

Điều xảy ra với Elijah cũng có thể xảy ra cho chúng ta, nhất là khi chúng ta chỉ để ý đến những điều tiêu cực mà không nhìn thấy những điều tích cực, những điều tốt đang xảy ra chung quanh chúng ta. Nó xảy ra khi chúng ta quá khó khăn với chính mình, để ý đến chúng ta quá tỷ mỉ nhưng lại không để ý đến Thiên Chúa. Thiên Chúa đã can thiệp vào tình trạng sầu buồn của Elijah và nhắc nhở ông là quan niệm của ông về cuộc sống và nhận thức về sự vật, hoàn cảnh và về Thiên Chúa đã bị lệch lạc rồi.

Elijah cần biết rằng Thiên Chúa đã hiện diện nơi ông và, ngoài ra còn nhiều người khác cũng đâu có chịu cúi đầu thần phục Baal. Elijah nghĩ rằng ông là người duy nhất còn trung thành với Chúa. Thiên Chúa đã không để cho Elijah ngồi tự trách mình lâu ngày trong hang tăm tối. Israel đã có một vua mới và một tiên tri mới được xức dầu phong chức rồi. Thời kỳ than oán và tự trách mình đã qua rồi nên Elijah cần trở lại làm việc. Chúng ta có thể học được gì ở câu chuyện trên đỉnh núi này? Đừng tự kỷ ám thị oán trách mình nữa mà hãy nghĩ đến tha nhân với lòng trắc ẩn thương mến.

HÃY NGHĨ ĐẾN THA NHÂN

Bài đọc 2 (Rm 9:1-5) cho chúng ta thấy Phaolo muốn hy sinh tuyệt đối cho dân tộc ông. Ông muốn mọi người kinh tởm, ghét bỏ ông, thậm chí để ông xa rời cả Thiên Chúa, nếu dân tộc ông được cứu rỗi. Ông muốn hoán chuyển phần rỗi của ông cho dân tộc ông. Phaolo đã có một rung cảm sâu rộng, một tình yêu sắt son và một ưu tư vô bờ bến đối với đồng bào ông. Phaolo đã tự hy sinh bản thân mình để cho dân Israel hiểu biết về kế hoạch cứu chuộc của Thiên Chúa mà lòng hết trai đá.

Phaolo quá buồn phiền vì lòng trai đá của đồng bào ông. Họ không chấp nhận đức Kito là đấng cứu chuộc họ đã làm lung lạc và chao đảo các Kito hữu khác. Đó là một trở ngại lớn cho dân Israel để chấp nhận một vị Thiên Sai mà Thiên Chúa đang chuẩn bị cho họ. Phaolo còn muốn họ nhận biết chúa Kito rồi nguyên rửa ông cũng được (Rm 9:3; Lv 27:28-29). Ông yêu mến dân tộc ông là do ân huệ Thiên Chúa tuôn đổ ra cho dân Israel và do Thiên Chúa đã phải hạ mình xuống ban ơn cho họ để tất cả nhân loại cùng được hưởng (Rm 9:4-5). Quan điểm của thánh Phaolo quá rõ ràng là Thiên Chúa ước ao dùng Israel -một dân tộc đã được ủy thác với nhiều đặc ân- để đạt tới toàn thể nhân loại qua đấng Thiên Sai là đức Kito.

Chương 9 thư thánh Phaolo gửi tín hữu Roma nêu ra một số câu hỏi cho chúng ta. Lúc nào là lúc tối hậu chúng ta phải năn nỉ một người đã hư mất chấp nhận chúa Kito? Từ chối trách nhiệm ảnh hưởng thế nào trên cuộc khổ nạn của Chúa Kito khi chúng ta chia sẻ Tin Mừng Phúc Âm? Khi chia sẻ Phúc Âm, chúng ta đã dùng sức mạnh Phúc Âm thế nào để cứu những người đã hư mất, để biến cải những kẻ tội lỗi, giúp họ nhận biết những nhu cầu đích thực trong xã hội hiện nay? Những hy sinh nào chúng ta phải làm để khả dĩ nhìn ra được người trong gia đình, bạn bè, thành viên trong cộng đồng đức tin của chúng ta đã hư mất để họ quay về với đức Kito, và có thể là lần đầu tiên họ nhận biết Thiên Chúa?

CÓ TA ĐÂY! ĐỪNG SỢ, HÃY CAN ĐẢM LÊN!

Câu chuyện Phúc Âm hôm nay (Mt 14:22-33) xảy ra trên biển hồ khi các tông đồ đang làm việc cực nhọc trong gió bão, đã được chúa Giesu cứu giúp. Quyền lực của Chúa thể hiện qua việc Chúa đi trên sóng nước bão tố (Mt 14:25; Tv 77:20; G 9:8). Chúa đã thách ông Phero đi trên nước, nhưng vì sợ, mất niềm tin nên ông đã chìm. Chúa dương tay nắm lấy Phero là muốn nhắc nhở các môn đệ và Giáo Hội ở mọi thời đại là Thiên Chúa luôn luôn để ý và quan phòng gìn giữ chúng ta. Người cho chúng ta biết là không có gió bão nào có thể lật chìm con thuyền chúng ta, không có đại hồng thủy nào có thể nuốt chửng chúng ta nếu chúng nắm vững niềm tin.

Trong lịch sử Giáo Hội, có những con thuyền Giáo Hội rách bươm tưởng như sắp chìm, nhưng Giáo Hội vẫn sinh hoạt, cứu các linh hồn và hành trình đi về bến sau cùng. Trong triều đại được chúc phúc ấy, tất cả mọi đe dọa Giáo Hội Chúa đều sẽ qua đi. Những lúc sóng gió bão bùng ấy, chúng ta hãy lắng nghe tiếng Chúa như Phero đã nghe lời Chúa đem thả lưới ở chỗ nước sâu. Đó là lúc Chúa thử niềm tin của chúng ta, không phải để xem chúng ta có tuyên xưng hay không, mà xem chúng ta có sẵn sàng làm theo lời Chúa hay không?

Đừng bao giờ quên là chúng ta đang đứng trên mặt nước với Chúa và Người đang ở trên thuyền với chúng ta, lúc sóng to gió lớn cũng như lúc bình an. Thiên Chúa không bao giờ bỏ

những ai đến với Chúa và cầu xin lòng thương xót của Chúa. Người bước đi trên mặt nước, làm cho gió yên biển lặng, hướng dẫn con thuyền đi tới bến an toàn, mang theo với Người những mẻ cá lớn, bữa tiệc vĩ đại để tất cả chúng ta cùng hưởng, bữa tiệc Mình và Máu Thánh Chúa, nuôi sống linh hồn chúng ta hàng ngày.

Fleming Island, Florida

August 5, 2017

NTC

VỀ MỤC LỤC

HIỆP THÔNG VÀ BÌNH AN

(Bài nói chuyện với các tu sĩ hội dòng Thừa Sai Đức Tin tại giáo phận Phú Cường)

Hiệp thông và bình an luôn sóng đôi nhau như người bạn thân khó tách rời nhau. Có hiệp thông, lập tức có bình an. Bình an sẽ vắng bóng, nếu nơi đâu không có hiệp thông, hay không có hiệp thông trọn vẹn.

Cũng vậy, ở đâu bình an ngự trị, ở đâu có một bầu khí chan hòa, thánh thiện, tình yêu, tương trợ, đầm ấm..., ở đó càng lúc, hiệp thông càng dồi dào, càng sâu sắc.

Hiệp thông và bình an sẽ lấp đầy những khác biệt, sẽ bổ sung những khiếm khuyết, sẽ nâng cao giá trị cuộc sống, nâng cao giá trị làm người, sẽ trào tràn ân nghĩa, trào tràn niềm vui, trào tràn hạnh phúc...

Xây dựng được tình hiệp thông, chúng ta đã trao tặng nhau ơn bình an. Và khi phủ đầy bình an, chúng ta đang làm bừng sáng tình hiệp thông.

I. CHÚNG TA LÀ ANH EM.

Thật lòng mà nói với nhau, nhiều khi chúng ta đã than thân trách phận. Gặp một chút phiền toái, tự nhiên chúng ta bực dọc. Thấy mình kém tài hơn người khác, chúng ta không vui. Thấy mình thua thiệt người xung quanh điều gì, bản thân thất vọng về mình. Thấy người này người nọ làm được chuyện này chuyện kia to tát, ta để bị quan cho mình...

Bởi không chấp nhận bản thân, cuộc sống chúng ta nhiều lúc không hạnh phúc. Không hạnh phúc, không phải Chúa keo kiệt hạnh phúc với ta, nhưng chỉ do ta vô ơn với hạnh phúc Chúa ban.

Vì yêu mình cách sai trái, yêu mình bằng cái nhìn bi quan, ta không nhận ra nơi mình, nơi cuộc đời mình có quá nhiều thứ để cảm tạ Chúa, để yêu Chúa, để yêu con người.

Không nhìn thấy hồng ân của Chúa trên chính sự sống của mình, ta dễ căng đỗi với bản thân. Không nhận ra hạnh phúc, thì cũng không có hạnh phúc. Không có hạnh phúc, cuộc sống luôn vắng nụ cười, chỉ toàn cau có, gắt gỏng...

Tôi từng đọc Thánh vịnh 77: *“Phải chăng Chúa ruồng bỏ đến muôn đời, chẳng bao giờ còn đủ lòng thương đoái? Tình yêu Chúa phải chăng nay cạn hẳn, và thánh ngôn chấm dứt đời đời? Hay Thiên Chúa đã quên thương xót, vì giận hờn mà khép kín từ tâm?”* (Tv 77, 8-10), mà quay quắt, mà xót xa cho bản thân. Lời Thánh vịnh, lẽ ra phải là lời cầu nguyện trong đức tin, trong lòng mến, thì tôi đã từng biến nó thành lời than thở, dù vẫn cầu nguyện, nhưng hình như cầu nguyện trong cay đắng.

Bản thân chúng ta có thánh thiện không, không ai dám chắc. Chỉ Chúa biết. Nhưng điều mà chúng ta có thể thể hiện, đó là niềm ý thức: CHÚNG TA LÀ ANH EM.

Vì cùng là anh em, cùng chung sống, từng người hãy để Chúa xoay cái nhìn của mình về hướng tích cực hơn, để tự thay đổi mình, tự mài mòn những góc cạnh của bản thân, tự dẫn mình đi vào lối mở của tình hiệp thông, tự khám phá mình hơn, để chân thành biến đổi theo hướng tích cực, nhằm gây nên sự bình an nơi mình đang hiện diện...

Mỗi ngày tôi đều ban phép lành của Chúa cho anh chị em trong từng thánh lễ. Đã không ít lần tôi phải giật mình, tự hỏi, chính tôi đã có phép lành của Chúa nơi bản thân mình chưa? Ai có phép lành của Chúa, người đó sẽ có bình an nội tâm sâu thẳm.

Nhìn lại bản thân, tôi tự thấy mình còn nhiều vướng bận quá. Hình như đó là dấu hiệu mình chưa có bình an của Chúa. Vậy rồi tôi lại cầu nguyện, lại phải ăn năn tội, lại suy tư nhiều hơn về những gì mình đã sống, đã thể hiện... Mong bình an của Chúa phủ đầy trên tôi. Mong bình an của Chúa lọt vào tận hồn tôi. Bởi nếu không, tôi chỉ là cái máy, chứ không phải là người ban bình an của Chúa đúng nghĩa. Vì nếu một linh mục không có bình an, thì làm sao có thể trao ban bình an cho ai khác?

Như ánh nắng trải rộng, chiếu soi mọi nơi. Nhưng ta đóng chặt cửa nhà, ánh nắng không thể lọt vào nhà. Bình an của Chúa là ánh nắng rộng rãi ban phát. Bình an của Chúa luôn tưới gội chan chứa. Bình an của Chúa luôn có sẵn và chảy tràn trề. Nhưng như cánh cửa nhà đóng kín, lòng ta cũng đóng kín bởi còn đó nhiều tham vọng, còn nhiều nhen nhúm của thói hư tật xấu, còn nhiều những mầm mống của tội lỗi..., do vậy, bình an của Chúa không thể lọt vào hồn ta.

Bình an của Chúa đã có sẵn nhưng lòng ta không đủ điều kiện đón nhận. Vì thế, mãi mãi, ta vẫn đứng ngoài ơn bình an của Chúa. Cũng chính vì thế, đau khổ trong ta vẫn hoài đau khổ, mà không hề cảm nếm một chút ngọt ngào nào. Tội nghiệp biết bao nhiêu cho người giàu có mà không biết mình giàu có, không hề được hưởng nhờ sự giàu có của mình...

Với bản thân, bây giờ, khi đọc lời Thánh vịnh 77, tôi không còn thấy lời Thánh vịnh như chỉ nói về mình cách căng đỗi nữa. Nhưng nhờ lời Thánh vịnh, tôi đặt mình vào biết bao nhiêu đau khổ từ tinh thần, lẫn thể xác của nhiều anh chị em xung quanh tôi mà cầu nguyện cho họ, mà yêu thương họ, và nỗ lực phục vụ Hội Thánh cách nhiệt tâm hơn... Đó cũng chính là ơn hiệp thông mà tôi gắng sống, niềm bình an mà tôi gắng chiếm lấy.

Vậy ta cần khám phá bình an của Chúa từng ngày. Có như thế, ta sẽ thấy mình sống vui hơn, thanh thản hơn. Ước mong từng ngày sống, là từng ngày tôi quý trọng những gì tôi đang có, quý trọng những gì Chúa ban cho tôi, quý trọng ơn gọi của tôi và của anh em tôi. Ước mong mỗi một lần nhìn anh em, tôi có thể thốt lên, có thể reo lên: CHÚNG TA LÀ ANH EM!

II. BÌNH AN CỦA CHÚA Ở CÙNG CHÚNG TA.

Bình an của Chúa không ở ngoài tầm tay chúng ta, nhưng đang cư ngụ nơi tâm hồn mình. Nếu bót nhìn vào mình theo nghĩa chỉ có mình là độc chiếm, là trên, là nhất, chúng ta sẽ vui với khả năng Chúa ban, dù khả năng đó nhiều hay ít, lớn hay nhỏ... Nếu bót một chút ích kỷ cho bản thân, bót một chút tính toán vụ lợi tư riêng, chúng ta sẽ thấy ơn bình an của Chúa tuôn đổ trên bản thân mình còn nhiều hơn, còn lớn hơn những gì ta có thể tưởng nghĩ.

Tôi thấy nơi ngôi nhà này có bình an. Có thể bên trong lòng từng người, bên trong nội bộ của đời sống chung của cộng đoàn, tôi không thể hiểu hết. Nhưng với những con người mà ngày nào cũng đến gần Chúa, cũng đều phủ phục trước Thánh Thể Chúa, cũng dâng thánh lễ, cũng suy niệm Lời Chúa, và đặt việc suy niệm, cầu nguyện lên hàng đầu, thì không thể nói rằng không có bình an của Chúa.

Một mặt, ta phải chân nhận rằng, bình an là một phần của ơn Chúa, nhưng cũng có một phần do nỗ lực của ta, dù ít, dù nhiều. Hãy cảm tạ Chúa, vì Chúa ban cho ta ơn bình an của Chúa, để người khác có thể thấy được, và khen ngợi.

Mặt khác, nếu thấy mình chưa xứng đáng trước lời ngợi khen, ta hãy cố gắng mà sống cho xứng đáng hơn. Hãy biến mình thành dụng cụ mang bình an của Chúa đến cho tha nhân. Hãy cầu nguyện cho chính chúng ta, để từng người trong chúng ta thực sự cảm nếm bình an của Chúa.

Dĩ nhiên, mỗi người đã bước vào con đường luyện tập nên thánh, lúc nào cũng phải chiến đấu để giành lấy sự thánh thiện của Chúa. Có lúc ta cảm thấy mệt mỏi. Có lúc thử thách như quá sức chịu đựng của mình. Có lúc như mình đang rơi vào vực thẳm do bị hiểu lầm, bị căm dỗ bỏ cuộc, bị chối từ, bị xúc phạm... Nhưng hãy tin rằng, Chúa luôn nâng đỡ ta. Người không bỏ rơi những ai Người tuyển chọn. Hãy tin vững chắc, tin một cách đĩnh ninh: Không bao giờ Chúa xô ta ra khỏi ơn bình an của Chúa. Ngược lại, nếu có lúc ta đại khờ, đánh mất bình an của Chúa, không những Chúa không bỏ rơi, mà Người còn ôm ấp, chở che đem ta về với sự bình an như người chủ cố đi tìm cho được con chiên chạy xa bầy, tìm được, ông vác lên vai đem về vậy (x. Lc 15, 4-7).

Chiêm ngưỡng thánh giá Chúa Kitô nơi những anh chị em đau khổ, giúp ta sống tinh thần phó thác. Ai càng phó thác, sẽ càng nhận được ơn bình an của Chúa.

Chúng ta tự hỏi, tại sao kẻ không còn gì đáng sống, không còn gì để mà đam mê cuộc sống, như rất nhiều người đau khổ, lại cứ sống, cứ muốn vươn lên giành lấy sự sống? Còn ta, được Chúa ban quá nhiều, sao lại cứ bi quan, cứ sống như chẳng nhận từ Chúa hồng ân nào? Càng quay quắt với chính mình bao nhiêu, ta càng chứng tỏ mình vô ơn với hồng ân Chúa bấy nhiêu.

Ta phải tự tra vấn mình. Tự tra vấn để trong bất kỳ biến cố đau thương nào, ta cũng sẽ yêu mến chính hồng ân Chúa ban và yêu mến chính sự sống là hồng ân quý giá nhất trong đời làm người của mình, mà trân, mà quý, mà nâng, mà niu nó.

Hãy nhớ lời Chúa Kitô: *“Hãy ngắm xem hoa huệ ngoài đồng mọc lên thế nào mà rút ra bài học: chúng không làm lụng, không kéo sợi; thế mà, Thầy bảo cho anh em biết: ngay cả vua Salômôn, dù vinh hoa tột bậc, cũng không mặc đẹp bằng một bông hoa ấy. Vậy nếu hoa cỏ ngoài đồng, nay còn, mai đã quăng vào lò, mà Thiên Chúa còn mặc đẹp cho như thế, thì huống hồ là anh em... Cha anh em trên trời thừa biết anh em cần tất cả những thứ đó. Trước hết hãy tìm kiếm Nước Thiên Chúa và đức công chính của Người, còn tất cả những thứ kia, Người sẽ thêm cho”* (Mt 6, 27-30. 32-33).

Lời dạy đó giúp ta phó thác vào Chúa, để Chúa định liệu và quang phòng tất cả nơi ta theo thánh ý Chúa. Một khi đã ngã mình vào tay Chúa trong phó thác, bình an của Chúa sẽ theo ta mãi mãi.

Hãy nhớ, Chúa Kitô không hủy bỏ thánh giá nơi cuộc đời con người, nhưng Người cùng với con người vác thánh giá. Con Thiên Chúa không xóa bỏ đau khổ gặm nhấm con người, nhưng Người lại ban cho họ sức mạnh để vượt lên những đau khổ. Chúng ta sẽ có thánh giá. Và chúng ta cũng sẽ luôn có Chúa nơi cuộc đời mình. Chỉ cần ta phó thác vào Chúa để đón lấy bình an của Chúa là đủ.

Vậy, chúng ta hãy cảm tạ Chúa, vì Chúa luôn chăm sóc ta. Và bình an của Chúa, Chúa vẫn ban tràn đầy trên từng người chúng ta:

“Lạy Đức Chúa là Vua, con xin cảm tạ Ngài, ca ngợi Ngài là Thiên Chúa, Đáng cứu độ con. Con cảm tạ danh Ngài.

Nhờ uy danh cao cả, và chiếu theo lòng lân tuất vô biên của Ngài, Ngài đã giải thoát con khỏi những kẻ rình cắn xé con, chực nuốt trứng, khỏi tay những kẻ tìm hại mạng sống con, khỏi bao khốn quẫn con hứng chịu.

Ngài đã đoái nghe lời con cầu khẩn, vì đã cứu con khỏi diệt vong, và giải thoát con khỏi thời tai họa. Bởi thế, con xin cảm tạ và ca ngợi Ngài, và xin chúc tụng danh Đức Chúa” (Hc 51, 1.3.11-12).

III. ĐỂ CÓ HIỆP THÔNG VÀ BÌNH AN.

Quên gì thì quên, chúng ta không bao giờ được phép quên: chính mình, một khi bước vào đời thánh hiến, là dấu chỉ của sự hiệp thông. Bởi là dấu chỉ, trước hết là linh mục, kể đến là những người hướng đến chức linh mục, cũng phải là biểu tượng của màu nhiệm hiệp thông.

Do đó, anh em chúng ta được mời gọi, hãy mạnh mẽ dấn thân phục vụ cho sự hiệp thông bất cứ nơi nào trong Hội Thánh. Và khi dấn thân cho sứ vụ hiệp thông, chúng ta cũng lập tức trở thành sứ giả của ơn bình an. Bởi ở đâu có hiệp thông, ở đó có bình an. Và người nào sống tinh thần hiệp thông, người đó cũng tỏa sáng sự bình an.

Để sống hiệp thông và bình an lâu dài, chúng ta hãy cùng tập luyện vài đề nghị:

1. Cả một đời chỉ biết làm theo mệnh lệnh Thiên Chúa như Chúa Giêsu. Chúa Giêsu là bài học ngàn đời cho từng người chúng ta. Người tuyệt đối vâng phục Thiên Chúa. Nhờ vâng phục, Chúa Kitô hiệp thông hoàn toàn với Thiên Chúa. Nhờ hiệp thông, Chúa Kitô không bao giờ mất bình an, dẫu cho đối diện với cái chết đôn đau, đối diện với sự sỉ nhục tận cùng.

Anh em chúng ta cần ghi lòng tạc dạ: Chỉ có sống theo gương Chúa Kitô: hiệp thông hoàn toàn với Người và với Thiên Chúa, bằng cách chỉ biết một mực làm theo mệnh lệnh của Người và của Thiên Chúa, chúng ta mới thực sự chất chứa ơn bình an, để có thể trao ban ơn bình an cho con người, làm chiếu giải sự bình an ở mọi nơi chúng ta hiện diện.

2. Ý thức Ơn gọi của bản thân chỉ đến từ Chúa. Người tín hữu sống ơn gọi tu trì không bao giờ được phép tự phụ về những thành công, hay quá đau buồn về những thất bại trên con đường dâng hiến của mình. Đã là tông đồ, phải xác tín mạnh mẽ: Bản thân chẳng là gì. Nếu không có Chúa, bản thân chỉ là thân cây khô héo. Chỉ duy tình thương của Chúa đã trao ban ơn gọi, thúc đẩy chúng ta lên đường mà thôi.

3. Linh mục và tu sĩ phải phó mình trong tay Chúa. Với chỉ thị: *“Không được mang gì khi đi đường, chỉ trừ cây gậy; không được mang lương thực, bao bị, tiền giắt lưng; được đi dép, nhưng không được mặc hai áo”* (Mc 6, 8-9), Chúa Giêsu muốn người tông đồ của Chúa phải sống nghèo khó để hoàn toàn tin tưởng phó thác vào Chúa. Sự nghèo khó giúp anh em chúng ta ý thức sự thiếu thốn của mình mà dễ cảm thông với người nghèo, nhờ đó hiệp thông với họ cách sâu sắc nhất, và gieo niềm bình an trong họ cách trọn vẹn nhất.

Càng không có gì, càng dễ phó mình trong tay Chúa, càng là khí cụ của ơn bình an và ơn hiệp thông. Tiện nghi vật chất dễ đẩy đến lối sống hưởng thụ. Từ hưởng thụ, dễ tha hoá, dễ sống xa hoa, dễ kiêu ngạo, dễ cậy mình hơn cậy vào Chúa... Tất cả những điều ấy, đều là kẻ thù của sự hiệp thông. Vì thế, sống nghèo, linh mục và tu sĩ sẽ chỉ chọn Chúa, một mình Chúa thôi, làm gia nghiệp quý giá của đời mình. Chúa sẽ là nguồn bình an cho cả một đời hiến dâng của họ.

4. Linh mục và tu sĩ sống tinh thần nghèo khó. Sự nghèo khó của họ nên tấm gương lôi kéo người khác tin vào Chúa. Đời phải ra đi tay không, *“Đừng mang theo túi tiền, bao bị, giày dép. Cũng đừng chào hỏi ai dọc đường. Vào bất cứ nhà nào, trước tiên hãy nói: ‘Bình an cho nhà này!’* Nếu ở đó, có ai đáng hưởng bình an, thì bình an của anh em sẽ đến đậu trên người ấy; bằng không, thì bình an đó sẽ quay về với anh em” (Lc 10, 4-6), là Chúa đòi họ phải sống tinh thần nghèo khó triệt để, để mang bình an cho mọi người.

Hãy sống tinh thần nghèo khó như Chúa dạy: *“Phúc cho ai có tinh thần nghèo khó...”* (Mt 5, 3). Linh mục và tu sĩ của Chúa sống nghèo khó, họ không mang theo gì của loài người, chỉ trọn một niềm phó thác vào Chúa mà thôi. Họ bình an phó thác, họ sẽ trở thành nguồn bình an. Họ hiệp thông với Chúa trong đức khó nghèo, họ sẽ trở thành nguồn ơn hiệp thông.

5. Linh mục và tu sĩ chỉ mong làm sáng danh Chúa chứ không tìm tư lợi bản thân. Linh mục và tu sĩ hãy sống ơn gọi mà Chúa ban cho mình thật thâm sâu trong từng suy nghĩ, từng hành động, từng giây phút sống, từng mối tương quan, từng sự liên đới... chứ không bao giờ gợn chút manh nha nghĩ đến tư lợi bản thân.

Một khi chấp nhận làm tông đồ của ơn hiệp thông và ơn bình an, họ trở nên anh em giữa mọi anh em, cùng sốt chia, luôn ý thức mình phải trở nên đồng phận, vui với cái vui của con người; đau với cái đau của con người...

Hãy nhớ, không bao giờ toan tính cho bản thân, công tác của người hiến dâng sẽ sáng chói, đạt hiệu quả, đi vào lòng người, gây những ảnh hưởng tốt, làm Tin Mừng bùng phát...

IV. NHƯ MỘT KẾT LUẬN.

Mỗi ngày sống, là mỗi ngày đang đầy khó nhọc, mồ hôi, nước mắt, gánh nặng, lo toan, nhiều thứ phải đối đầu, phải chống chọi với thử thách, và nhiều gian nan khác...

Người ở xa, kẻ ở gần – người thành đạt, kẻ thất bại – người khỏe mạnh, kẻ yếu đau – người viễn xứ, kẻ lưu trú – người giàu sang, kẻ hèn hạ... Tất cả, không trừ ai, đã làm người đều phải nếm “muối mặn, gừng cay”.

Giờ phút tĩnh tâm là sự hồi tâm để bước vào cõi lòng của chính mình. Ít khi nào ta thấy mình rõ ràng bằng những lúc được chìm vào tĩnh lặng thăm sâu. Hãy khám phá lại chính mình, để tìm ra mấu chốt gây nên đổ vỡ mà chỉnh đốn lại, mà biến đổi chính bản thân. Nếu phát hiện ra những gì tốt, những gì tích cực nơi bản thân, hãy cố gắng vun bồi để ngày càng phát huy hơn.

Nếu chạm phải những phát hiện vẫn thường xảy ra trong đời như:

- Một chút ngậm ngùi nhớ về những tổn thương mà ai đó đã gây ra cho mình.
- Một chút cay đắng cho thói đời mạnh được yếu thua; hay một chút xót xa cho chính mình, và cho những ai là nạn nhân của bạo quyền, nạn nhân của kẻ nhân danh quyền lực, không phải để cứu người mà là để hại người...
- Một niềm yêu muốn gởi tặng những người đã cùng ta chung xây lý tưởng ơn gọi, đã cùng ta quyết đi đến cùng trên con đường phụng sự Chúa, phục vụ tha nhân...
- Một niềm da diết dành cho những ai đã từ giã cõi đời, nhất là những đáng sinh thành, người thân yêu, những đồng nghiệp, bạn bè... Đặc biệt, trong ơn gọi linh mục và tu sĩ, còn có biết bao nhiêu anh chị em tín hữu mà mình đã tiễn đưa, đã cử hành nghi thức để gởi gắm họ vào lòng Chúa xót thương.
- Một nỗi xót xa trước những cảnh đời vô định, không có ngày mai của biết bao nhiêu trẻ em, hay người trẻ bị bán đứng, bị rơi vào vòng lao lý, bị làm nhục, bị tổn thương tinh thần...
- Một dạ băng khuâng dành cho những nơi mà bản thân đã đi qua, đã từng phục vụ, đã để lại dấu ấn, đã ghi vào trái tim vô vàn kỷ niệm...
- Một chút xót xa cho những gì mà mình đã từng suy nghĩ, đã từng ước mơ nhưng chưa làm được, chưa hoàn thành, chưa đạt đến đích; hay nuối tiếc vì đã bỏ qua cơ hội, đã không làm được gì tích cực hơn, mạnh mẽ hơn...

Thì hãy đặt tất cả vào tay Chúa, nguyện xin dâng lên Chúa, phó thác cho Chúa. Chúa là Chúa của niềm bình an. Hiến dâng cho Chúa, tâm hồn sẽ bình an. Chúa là Nguồn ơn hiệp

thông, phó thác cho Chúa để hiệp thông với Chúa hơn. Nhờ hiệp thông với Chúa, ta sống tình hiệp thông với con người hoàn bị hơn.

Tin vào Lời Chúa: *“Tất cả những ai đang vất vả mang gánh nặng nề, hãy đến cùng tôi, tôi sẽ cho nghỉ ngơi bồi dưỡng”* (Mt 11, 28), từng người hãy ngã mình, hãy tín thác đời mình trong vòng tay yêu thương, từ ái của Chúa.

Chỉ có một thứ an bình mà thôi: An bình trong Chúa mới làm nên điều kỳ diệu: xóa hết mọi mặc cảm, mọi thương đau, mọi oán hờn, mọi rât buốt..., nhưng tăng niềm vui sống, tin yêu sống, hy sinh, và phục vụ...

Cảm tạ Chúa vì ơn an bình Chúa ban.

Cảm tạ Chúa vì tất cả. Làm sao chúng ta có thể kể hết ơn của Chúa. Chỉ xin hiến dâng một tâm hồn cảm tạ.

Xin cảm tạ Chúa. Cảm tạ Chúa vô cùng. Muôn đời cảm tạ Chúa.

Tình yêu của Chúa ngàn trùng, lòng đại lượng của Chúa muôn đời bền vững. Xin chân thành cảm tạ.

Hạnh phúc Chúa ban là hạnh phúc thật. Hạnh phúc Chúa ban là được hiệp thông với Chúa, là được chia sẻ sự sống bất diệt nơi lòng Chúa. Ước mong lòng cảm tạ của người trần thế có thể bay cao ngút ngàn và được Chúa thương đón nhận.

Biết bao nhiêu lần làm lỗi, Chúa đã tha thứ. Biết bao nhiêu lần sống không tròn chữ hiếu, Chúa chẳng nặng lời quở trách. Biết bao nhiêu lần, thay vì hiệp thông, lại gây chia rẽ, Chúa đã không kết tội. Biết bao nhiêu lần chệnh mẫn trong lý tưởng ơn gọi, Chúa lại ban ơn nâng đỡ. Biết bao nhiêu lần, thay vì mang bình an, lại làm có cho sự dữ, sự xấu có cơ hội diễn ra, Chúa vẫn tiếp tục đón nhận. Biết bao nhiêu lần Chúa âm thầm gìn giữ, mà không cảm tạ Chúa, không lo sử dụng đầy đủ nhất, tốt nhất hồng ân của Chúa, nhưng Chúa vẫn không nản lòng, lại vui lòng chờ đón chúng ta...

Không thể kể hết. Không thể đếm hết tình yêu của Chúa. Để đáp trả tình yêu nghìn trùng ấy, mỗi người hãy làm mới lại chính mình. Biết mình còn yếu chỗ nào, lo khắc phục chỗ ấy.

Hãy có một quyết tâm sống với Chúa trong suốt đời ơn gọi của bản thân. Mỗi một người hãy tự tìm một quyết tâm, và hãy cố gắng thi hành bằng được quyết tâm của mình, để nói lên lòng biết ơn Chúa.

Lm. JB NGUYỄN MINH HÙNG

VỀ MỤC LỤC

NIỀM VUI VÀ HY VỌNG CỦA TÔI

1. Từ nhiều năm rồi, có những phong trào xấu mang tính cách chia rẽ nội bộ, làm suy giảm đức tin, làm biến chất đạo đức đã tràn vào Hội Thánh. Chúng như những cơn bão lụt đang tàn phá nhiều thành phần Hội Thánh Chúa.

Cùng với những đợt bão đó, còn có những đợt bão trong lòng tôi. Trong lòng tôi cũng đang có nhiều niềm tin bị sạt lở trầm trọng. Tôi muốn nói tới những niềm tin của tôi về những con người.

2. Tôi tự hỏi: *Ai sẽ cứu Hội Thánh tôi? Ai sẽ cứu tôi?* Chúa trả lời bằng cách cho tôi nhớ lại Lời Chúa phán xưa: ***“Hãy đứng thẳng và ngẩng đầu lên, vì anh em sắp được cứu...Hãy tỉnh thức và cầu nguyện luôn để có đủ sức thoát khỏi mọi điều sắp xảy đến và đứng vững trước mặt Con Người”*** (Lc 21, 28,34,36).

3. Tôi đang làm như Chúa dạy. Và tôi thấy cảnh lạ này: Nơi một số người, tôi thấy *Chúa Giêsu* đang rất xót thương những con người bé mọn, sâu khổ, yếu đuối.

Nơi một số người, tôi thấy *Chúa Giêsu* đang sống rất khiêm tốn, hạ mình xuống đến cùng độ, như Thánh Phaolô tông đồ đã mô tả trong khi gửi tín hữu Philipphê (2,6-8).

Nơi một số người, tôi thấy *Chúa Giêsu* đang sống rất nghèo giữa những người nghèo.

Nơi một số người, tôi thấy *Chúa Giêsu* đang tha thứ cho những kẻ thành tâm một cách vô cùng quảng đại, đầy tình xót thương.

4. Nhìn cảnh lạ trên đây, tôi nhận ra những người có sức cứu tôi, cứu Hội Thánh, *chính là những ai có Chúa Giêsu trong họ.*

Họ thuộc về mọi hạng người, được Chúa Thánh Thần soi sáng, dẫn đưa.

Họ được Chúa Giêsu đến gõ cửa lòng họ. Họ đã mở cửa lòng họ, đón Chúa vào. Chúa ở lại trong họ (x Xh 3,20).

5. Nhận ra Chúa Giêsu trong những người đó, tôi thấy Chúa đang cứu tôi, nhất là cứu Hội Thánh, không bằng những việc lẫy lừng, nhưng bằng con đường chính yếu của Chúa Giêsu, là *tinh thần khó nghèo, sự khiêm nhường, lòng xót thương, sự tha thứ, sự từ bỏ.*

6. Nếu đúng là như vậy, và thực sự đúng là như vậy, thì tôi *phải chết đi cho chính mình một cách nào đó.*

Nghĩa là tôi phải sống từ bỏ tất cả những gì không hợp với con đường cứu độ của Chúa Giêsu.

7. Thành thực mà nói, nếp sống của nhiều người chúng ta hiện nay, rất xa lạ với con đường cứu độ của Chúa Giêsu. Xa lạ, đến nỗi phản lại một cách lộ liễu, mà vẫn tồn tại. Bởi vì chúng ta ***nhìn mà không thấy, thấy mà không hiểu, hiểu mà không chịu sửa. Nguyên do chính là vì lòng dạ chúng ta đã ra chai cứng*** (x Mt 13,10-15).

8. Thế nhưng, tôi thấy sự chai đá đó, mà Chúa kết án, đang được biến đổi nơi nhiều người, nhờ sự họ khiêm tốn và vững vàng kiên trì ở lại trong tình yêu của Chúa.

“Như Chúa Cha đã yêu thương Thầy, Thầy cũng yêu thương các con như vậy. Các con hãy ở lại trong tình yêu của Thầy” (Ga 15,9). Chúa đã nói rõ như vậy.

9. *Ở lại trong tình yêu của Chúa Giêsu*, đó là điều đang được nhiều người thực hiện một cách âm thầm, tại Việt Nam hôm nay.

Nhìn thấy họ, gặp gỡ họ, tôi được an ủi và thêm can đảm.

10. Tôi tự nhiên cảm thấy mình đang có một hướng đi chắc chắn, *đó là ở lại trong tình yêu của Chúa Giêsu.*

11. Hiện giờ, tôi đang được Chúa dẫn đưa vào hướng đó. *Tôi ở lại trong việc cầu nguyện. Tôi ở lại trong những hy sinh. Tôi ở lại trong việc từ bỏ mình, để sống theo Thánh Ý Chúa, cho dù Thánh Ý Chúa là thánh giá.*

12. *Ở lại trong tình yêu Chúa*, là tôi nhận thức mình tội lỗi, yếu đuối, chỉ sống nhờ lòng xót thương của Chúa mà thôi.

13. *Ở lại trong tình yêu Chúa* là tôi cố gắng bỏ thói quen tự coi mình và thích giới thiệu mình như con người sống đúng luật, như những người Pharisêu xưa, mà *hãy khiêm nhường nhận mình cần được Chúa cứu* do lòng xót thương của Chúa.

14. *Ở lại trong tình yêu của Chúa*, là tôi cố gắng bỏ đi các thứ dửng dưng, vô tình, vô cảm trước những nỗi đau của Chúa Giêsu trong thế giới hôm nay, tôi xin Chúa đốt lửa mến trong lòng tôi, để tôi mến Chúa thực, để tôi thương người thực. Thiếu lửa mến, đó là một thảm họa hiện nay ở nhiều nơi trong Hội Thánh.

15. *Ở lại trong tình yêu của Chúa*, là tôi để ý làm những việc nhỏ, nhưng với tình yêu thực lớn. Thánh nữ Têrêsa Thành Lisieux cũng như Thánh Têrêsa Calcutta đã làm gương cho tôi về điều đó.

16. *Ở lại trong tình yêu của Chúa*, là tôi phó thác tôi cho Chúa ***“Lạy Cha, con xin phó thác linh hồn con trong tay Cha”*** (Ga 23,46).

17. *Ở lại trong tình yêu của Chúa*, là tôi tin chính Chúa là Tình Yêu. Chính tình yêu Chúa sẽ cho tôi ánh sáng niềm vui và hy vọng, ngay trong hoàn cảnh tối tăm đầy bão gió như hiện giờ.

18. Tôi tin, cho dù tôi đi trong tăm tối, cho dù tôi không hiểu gì, cho dù tôi có vẻ như kẻ mù quáng. Nhưng tôi tin: **“Đối với Chúa, không có gì là không thể làm được”** (Lc 1,37), như lời tổng lãnh Thiên Thần Gabriel đã quả quyết với Đức Mẹ, thì đâu gọi được là mù quáng. Niềm tin đang cho tôi nguồn vui và hy vọng.

Tôi đang làm chứng cho đức tin.

Long Xuyên, ngày 29.7.2017

+ Gm. Gioan B Bùi Tuần

Nguồn: <http://www.vongtaysonnguyen.com/niem-vui-va-hy-vong-cua-toi/>

VỀ MỤC LỤC

"HÃY CỨ ĐỂ MẠC CHÚNG TÔI LÀM NÔ LỆ..."

Trong tháng 7 năm 2017 thuộc tuần 15 và 16 Thường Niên, chúng ta nghe các bài đọc một trong Thánh Lễ mỗi ngày trích trong sách Xuất Hành, đặc biệt là các bài tường thuật về cuộc chiến đấu của dân Israel với người Ai Cập.

Tình trạng dân Israel bị làm nô lệ ở đất Ai Cập chúng ta đã biết, Kinh Thánh mô tả sơ lược về những biện pháp hà khắc của Pharaô đè nặng trên dân Israel, càng ngày lại càng nghiêm ngặt tàn độc hơn, tiếng dân than thở rên xiết kêu la tưởng chừng như đứt ruột. Người Ai Cập tiếp tục tăng thêm các quy định áp đặt người Israel cho đến biện pháp cuối cùng là chính thức công khai tiêu diệt dân này bằng cách ra lệnh cho các bà đỡ giết hết các con trai của người Israel khi vừa mới sinh ra. Đây rõ ràng là chuyện diệt chủng !

Không chỉ là bắt phải è cổ mà lao động để phục vụ nhà cầm quyền Ai Cập, không còn là không cho hưởng các tự do tối thiểu của con người, không còn là hạn chế tối đa thực phẩm được cung cấp, không còn ngưng cung cấp thuốc men để chữa trị cho người đau ốm... Những biện pháp này kể ra đã thấy khắc nghiệt thật, bất công thật, khốn nạn thật, nhưng, mặc dù biết dã tâm của người Ai Cập là tiêu diệt dân mình, dân Israel vẫn nghĩ mình nếu còn sống, may ra mình không phải chịu, hoặc mình tìm cách thỏa hiệp, tìm cách thoát thân để cứu riêng bản thân mình và riêng gia đình mình mà thôi. Không ai nghĩ đến dân tộc, đến đất nước, tuy ngoài miệng thì than vãn, kêu ca khổ sở, lại chê bai những người lãnh đạo tinh thần dân Israel không tìm ra cách nào giúp họ.

Đâu đâu cũng nghe những lời bàn tán uất ức trong cộng đồng người Israel, người ta xâm xì và chỉ dám xâm xì nguyên rửa nhà cầm quyền Ai Cập, những tin đồn mang chút hy vọng nhưng rồi dần cũng đi đến tuyệt vọng, thỉnh thoảng chỗ này chỗ kia có kẻ vùng lên nhưng

nhau chóng bị đế quốc dập tắt, và kẻ vùng lên lại hứng chịu lời chê bai của chính cộng đồng của mình, cho là đại dốt đâm đầu vào chỗ chết ! Họ biện hộ cho việc đã không hưởng ứng và thái độ im lặng thụ động của họ bằng cách quay sang xăm soi những khiếm khuyết của những người đã hy sinh lên tiếng thay cho họ. Để che lấp sự hèn nhát của mình, họ chẳng ngần ngại moi móc xét đoán đời tư của những ai dám đứng lên đấu tranh cho họ, đòi hỏi những người này phải như là một vị thánh hoàn hảo vậy.

Vậy là cả một cộng đồng đã câm lặng chịu khuất phục kẻ ác, kẻ mạnh. Mỗi thành phần trong cộng đồng đều có lý do để câm lặng. Kẻ có của, người có kiến thức, và nhất là bọn người được đế quốc ban cho một vị trí con chốt thí trong guồng máy đàn áp thì lại càng câm như hến, họ sợ mất những cái họ đang có, đang được nhận như là ân huệ từ chính kẻ đang bóc lột và tiêu diệt mình.

Tất cả những cố gắng nỗ lực dù bé dù lớn từ phía con người đều thất bại, cuối cùng chỉ có sự can thiệp của Thiên Chúa thì những chuyện bi hùng mới thực sự xảy ra để cứu sống toàn dân Israel. Cái vênh váo kiêu căng của bọn tướng sĩ cùng với sự phô trương binh lực hùng hậu của Ai Cập chỉ trong nháy mắt Chúa làm cho tan tành. Thiên Chúa “lừa” quân Ai Cập ra biển để dùng chính biển phá tan sự dã man và ác độc của chúng, không cần đến một giọt máu nào của dân Israel trong cuộc chiến đấu này.

Dù vậy, rõ ràng Chúa vẫn cần hai điều để thực hiện quyền năng của Người:

- Một người, ít là một người dám đứng lên, trực diện với Pharaô, lên tiếng đòi một cuộc giải thoát cho toàn dân nhân danh Thiên Chúa của tự do, của công bằng và của sự sống.
- Chúa không cần dân bạo loạn nhưng Chúa cần dân kêu cầu, tiếng kêu cầu xuất phát từ đáy lòng của bản năng tồn tại và lòng yêu thương giống nòi.

Mọi sự còn lại là của Chúa.

Đó là một phần lịch sử dân Israel và cũng là lịch sử của nhân loại, là kinh nghiệm của một kiếp người, của mọi dân tộc.

Trên suốt cuộc hành trình Vượt Qua này, nhiều lúc vẫn có đầy những lời than vãn kêu ca của những kẻ hèn nhát: “Hãy cứ để mặc chúng tôi làm nô lệ” (Xh 14, 15), thế nhưng, chính nỗi đau nhục nhã này, như một tương phản tuyệt vời, làm đẹp thêm nét hào hùng của vị thủ lãnh Môsê.

Lm. VĨNH SANG, DCCT, 4.8.2017, EPHATA 757

[VỀ MỤC LỤC](#)

NHỮNG KHÁC BIỆT CĂN BẢN GIỮA CÔNG GIÁO, CHÍNH THỐNG GIÁO VÀ TIN LÀNH

Hỏi: Trong bài trước cha đã nói đến các Đạo cùng tôn thờ Thiên Chúa nhưng khác nhau về nhiều mặt thần học, tín lý, giáo lý, bí tích, phụng vụ .v.v

Xin cha nói rõ hơn về những khác biệt này giữa Công Giáo, Chính Thống và Tin Lành.

Trả lời:

Như đã giải thích trong bài trước, cả ba Nhánh Kitô Giáo trên đây, từ đầu, đều thuộc Đạo Thánh của Chúa Kitô gọi chung là Kitô Giáo (Christianity). Nhưng theo dòng thời gian, đã có những biến cố gây ra tình trạng rạn nứt hay ly giáo (schisms) hoặc những cải cách (reformations) đáng tiếc xảy ra khiến Kitô Giáo bị phân chia thành 3 Nhánh chính trên đây. Ngoài ra, còn một nhánh Kitô Giáo nữa là Anh Giáo (Anglican Communion) do vua Henri VIII (1491-1547) của nước Anh chủ xướng năm 1534 để lập một Giáo Hội riêng cho Nước Anh, tách khỏi Rôma chỉ vì Tòa Thánh La Mã (Đức Giáo Hoàng Clement VII) không chấp nhận cho nhà vua ly di để lấy vợ khác.

Cho đến nay, các nhóm ly khai trên vẫn chưa hiệp thông được với Giáo Hội Công Giáo vì còn nhiều trở ngại chưa vượt qua được.. Nguyên nhân thì có nhiều, nhưng giới hạn trong câu hỏi được đặt ra, tôi chỉ xin nêu sau đây những dị biệt căn bản giữa ba Nhánh Kitô Giáo lớn trên đây mà thôi.

I- Chính Thống (orthodoxy) khác biệt với Công Giáo La Mã (Roman Catholicism) ra sao?

Trước hết, danh xưng Chính Thống "Orthodoxy", theo ngữ căn (etymology) Hy Lạp " orthos doxa", có nghĩa là "ca ngợi đúng (right-praise), "tin tưởng đúng " (right belief) . Danh xưng này được dùng trước tiên để chỉ lập trường của các giáo đoàn Kitô đã tham dự các Công Đồng đại kết (Ecumenical Councils) Nicêa I (325) Ephêsô (431) và nhất là Chalcedon (451) trong đó họ đã đồng thanh chấp thuận và đề cao những giáo lý được coi là chân chính(sound doctrines) , tinh tuyền của Kitô Giáo để chống lại những gì bị coi là tà thuyết hay lạc giáo (heresy). Do đó, trong bối cảnh này, từ ngữ "orthodoxy" được dùng để đối nghịch với từ ngữ " heresy" có nghĩa là tà thuyết hay lạc giáo.

Nhưng sau biến cố năm 1054 khi hai Giáo Hội Kitô Giáo Hy Lạp ở Constantinople (tượng trưng cho Đông Phương) và Giáo Hội Công Giáo La Mã (Tây Phương) đã xung đột và ra vạ tuyệt thông cho nhau (anathemas=excommunications) ngày 16 tháng 7 năm 1054 giữa Michael Cerularius, Thượng Phụ Constantinople và Đức Giáo Hoàng Leo IX vì có những bất đồng

lớn về tín lý, thần học và quyền bính, thì danh xưng "Chính Thống" (orthodoxy) lại được dùng để chỉ Giáo Hội Hy Lạp ở Constantinople đã tách ra khỏi hiệp thông với Giáo Hội Công Giáo La Mã. Sau này, Giáo Hội "Chính Thống" Hy Lạp ở Constantinople đã lan ra các quốc gia trong vùng như Thổ Nhĩ Kỳ, Nga, Albania, Estonia, Cyprus, Finland, Latvia, Lithuania, Rumania, Bulgaria, Serbia, Ukraine... Vì thế, ở mỗi quốc gia này cũng có Giáo Hội Chính Thống nhưng độc lập với nhau về mọi phương diện. Nghĩa là không có ai là người lãnh đạo chung của các Giáo Hội này, mặc dù họ có tên gọi chung là các Giáo Hội Chính Thống Đông Phương (Eastern Orthodox Churches) tách khỏi Giáo Hội Công Giáo La Mã. (Tây Phương)

Tuy nhiên, hiện nay Thượng Phụ (Patriarch) Giáo Hội Chính Thống Thổ Nhĩ Kỳ ở Istanbul được coi là Thượng Phụ Đại Kết (Ecumenical Patriarch) của các Giáo Hội Chính thống Đông Phương. Cách nay 5 năm Đức Thánh Cha Bê-nê-đictô 16 (đã về hưu năm 2012) đã sang thăm Đức Thượng phụ Giáo Chủ Chính Thống Thổ để tỏ thiện chí muốn đối thoại, đưa đến hiệp thông giữa hai Giáo Hội anh em. Riêng Giáo Hội Chính Thống Nga, cho đến nay, vẫn chưa tỏ thiện chí muốn xích gần lại với Giáo Hội Công Giáo La Mã, vì họ cho rằng Công Giáo muốn "lôi kéo" tín đồ Chính Thống Nga vào Công Giáo sau khi chế độ cộng sản ở Nga tan rã, tạo điều kiện thuận lợi cho Giáo Hội Chính Thống Nga hành Đạo. Dầu vậy, một biến cố mới xảy ra trong năm qua (2016) là Đức Thánh Cha Phanxicô đã gặp Thượng Phụ Giáo Hội Chính Thống Nga tại Mexico, nhưng kết quả của cuộc gặp gỡ lịch sử này giữa hai vị lãnh đạo Công Giáo và Chính Thống Nga không được công bố sau đó. Nhưng đây là một dấu chỉ tích cực giữa hai Giáo Hội anh em.

Trước khi xảy ra cuộc ly giáo năm 1054, hai Nhánh Kitô giáo lớn ở Đông và Tây phương (The Greek Church and the Holy See=Rome) nói trên vẫn hiệp thông trọn vẹn với nhau về mọi phương diện vì cả hai Giáo Hội anh em này đều là kết quả truyền giáo ban đầu của các Thánh Tông Đồ Phêrô và Anrê. Lịch sử truyền giáo cho biết là Thánh Phêrô đã rao giảng Tin mừng ở vùng đất nay là lãnh địa của Giáo Hội Công Giáo La Mã (Roma) trong khi em ngài, Thánh Anrê (Andrew) sang phía Đông để rao giảng trước hết ở Hy Lạp và sau đó phần đất nay là Thổ Nhĩ Kỳ (Turkey). Như thế, cả hai Giáo Hội Kitô Giáo Đông Phương Constantinople và Tây Phương Rôma đều có nguồn gốc Tông đồ thuần túy (Apostolic succession).

Sau đây là những điểm gây bất đồng khiến đi đến ly giáo (schism) Đông Tây

1- về tín lý, Giáo Hội Chính Thống Đông Phương- tiêu biểu ban đầu là Giáo Hội Hy Lạp ở Constantinople- đã bất đồng với Giáo Hội Công Giáo La Mã về từ ngữ "**Filioque**" (và **Con**) thêm vào trong Kinh Tin Kính Nicêa tuyên xưng "**Chúa Thánh Thần bởi Chúa Cha, và Chúa Con mà ra**".

Giáo Hội Chính Thống Đông Phương cũng không công nhận các tín điều về Đức Mẹ Vô Nhiễm Thai (Immaculate Conception) và Lên Trời cả hồn xác (Assumption) mặc dù họ vẫn tôn kính Đức Mẹ là Mẹ Thiên Chúa (**Theotokos**). Sở dĩ thế, vì họ không công nhận vai trò lãnh đạo Giáo Hội của Đức Giáo Hoàng, nên đã bác bỏ mọi tín điều được các Đức Giáo Hoàng công bố với ơn bất khả ngộ (Infallibility) mà Công Đồng Vaticanô I (1870) đã nhìn nhận.

Chính vì họ không công nhận quyền và vai trò lãnh đạo Giáo Hội hoàn vũ của Đức Giáo Hoàng Rôma, nên đây là trở ngại lớn nhất cho sự hiệp nhất (unity) giữa hai Giáo Hội Chính Thống và Công Giáo cho đến nay, mặc dù hai bên đã tha vạ tuyệt thông cho nhau sau cuộc gặp gỡ lịch sử giữa Đức Thánh Cha Phaolô VI và Đức Thượng Phụ Giáo Chủ Constantinople khi đó là Athenagoras I năm 1966.

Giáo Hội Chính Thống có đủ bảy bí tích hữu hiệu như Công Giáo. Tuy nhiên, với bí tích rửa tội thì họ dùng nghi thức chìm xuống nước (immersion) 3 lần để nhấn mạnh ý nghĩa tái sinh vào đời sống mới, trong khi Giáo Hội Công Giáo chỉ dùng nước đổ trên đầu hay trán của người được rửa tội để vừa chỉ sự tẩy sạch tội nguyên tổ và các tội cá nhân (đối với người tân tòng) và tái sinh vào sự sống mới, mặc lấy Chúa Kitô.

Chính vì Giáo Hội Chính Thống có đủ các bí tích hữu hiệu như Công Giáo, nên giáo dân Công Giáo được phép tham dự Thánh lễ và lãnh các bí tích hòa giải và sức dầu của Chính Thống nếu không tìm được nhà thờ Công Giáo hay linh mục Công giáo khi cần..

2-Về phụng vụ, Giáo Hội Chính Thống dùng bánh có men (leavened bread) và ngôn ngữ Hy Lạp khi cử hành phụng vụ trong khi Giáo Hội Công Giáo dùng bánh không men (unleavened bread) và tiếng Latinh trong phụng vụ thánh trước Công Đồng Vaticanô II, và nay là các ngôn ngữ của mọi tín hữu thuộc mọi nền văn hóa, chủng tộc khác nhau, trong đó có tiếng Việt Nam.

3-Sau hết, về mặt kỷ luật giáo sĩ: các Giáo Hội Chính Thống cho phép các phó tế và linh mục được kết hôn trừ Giám mục, trong khi kỷ luật độc thân (celibacy) lại được áp dụng cho mọi cấp bậc trong hàng giáo sĩ và tu sĩ Công Giáo, trừ phó tế vĩnh viễn (permanent deacons).

Đó là những khác biệt căn bản giữa Giáo Hội Chính Thống Đông Phương và Giáo Hội Công Giáo La Mã cho đến nay.

Tuy nhiên, dù có những khác biệt và khó khăn trên đây, Giáo hội Công Giáo và Giáo Hội Chính Thống Đông Phương đều rất gần nhau về nguồn gốc tông đồ và về nền tảng đức tin, giáo lý, bí tích và Kinh thánh. Vì thế, giáo lý của Giáo Hội Công Giáo đã dạy rằng: **“Đối với các Giáo Hội Chính thống, sự hiệp thông này sâu xa đến nỗi “chỉ còn thiếu một chút là đạt được mức đầy đủ để có thể cho phép cử hành chung phép Thánh Thể của Chúa Kitô”** (x.SGLGHC, số 838).

Vì Chính Thống Giáo có đủ bảy bí tích hữu hiệu, nên giáo dân Công Giáo được phép tham dự Thánh Lễ và lãnh các bí tích hòa giải và sức dầu ở nhà thờ và các linh mục Chính Thống, nếu không tìm được nhà thờ và linh mục Công Giáo nơi mình cư ngụ.

II- Tin lành (Protestantism) và những khác biệt với Công Giáo.

Như đã nói trong bài trước, Tin lành, nói chung, là Nhánh Kitô Giáo đã tách ra khỏi Giáo Hội Công Giáo sau những cuộc cải cách tôn giáo do Martin Luther, một linh mục Dòng thánh Augustinô, chủ xướng vào năm 1517 tại Đức và lan sang Pháp với John Calvin và Thụy sĩ với Ulrich Zwingli và các nước Bắc Âu sau đó. Hiện nay có hàng chục ngàn giáo phái này ở Mỹ, hoạt động với nhiều danh xưng khác nhau, nhưng cùng ít nhiều có liên hệ đến nguồn gốc thế phản (protestantism) nói trên. Một đặc điểm của các giáo phái Tin Lành là họ không có hệ thống giáo quyền (Hierachy) chung như Giáo Hội Công Giáo có hàng giáo phẩm tối cao từ trung ương Roma cho đến các giáo hội địa phương ở mỗi quốc gia. Các nhánh Tin Lành hầu như độc lập với nhau về quyền bính, nhân sự, tài chính và phương thức hành đạo.

1-Ở góc độ thần học,

Những người chủ trương cải cách (reformations) trên đã hoàn toàn bác bỏ mọi nền tảng thần học về bí tích và cơ cấu tổ chức giáo quyền (Hierachy) của Giáo Hội Công Giáo. Họ chống

lại vai trò trung gian của Giáo Hội trong việc hòa giải con người với Thiên Chúa qua bí tích tha tội hay hòa giải (reconciliation) vì họ không nhìn nhận bí tích truyền chức thánh (Holy Orders) qua đó Giám mục, Linh mục được truyền chức thánh và có quyền tha tội nhân danh Chúa Kitô (in persona Christi) cũng như thi hành mọi sứ vụ (ministry) thiêng liêng khác. (rửa tội, thêm sức, thánh thể, Xức dầu thánh, chứng hôn).

Điểm căn bản trong nền thần học của Tin Lành là con người đã bị tội tổ tông phá hủy mọi khả năng hành thiện rồi (làm việc lành), nên mọi nỗ lực cá nhân để được cứu rỗi đều vô ích và vô giá trị. Do đó, chỉ cần tuyên xưng đức tin vào Chúa Kitô dựa trên Kinh Thánh là được cứu rỗi mà thôi. (Sola fide, sola scriptura).

Ngược lại, Giáo Hội Công Giáo tin rằng con người vẫn có trách nhiệm cộng tác với ơn Chúa để được cứu rỗi. Nói khác đi, muốn được cứu độ, con người phải cậy nhờ trước hết vào lòng thương xót vô biên của Thiên Chúa và công nghiệp cứu chuộc vô giá của Chúa Kitô, nhưng cũng phải có thiện chí cộng tác với ơn thánh để sống và thực thi những cam kết khi được rửa tội. Nếu không, Chúa không thể cứu ai được như Chúa Giêsu đã nói rõ:

“không phải bất cứ ai thưa với Thầy: lạy Chúa, lạy Chúa là được vào Nước Trời cả đâu! Nhưng chỉ có ai thi hành ý muốn của Cha Thầy là Đấng ngự trên trời, mới được vào mà thôi.” (Mt 7:21).

Nói khác đi, không phải rửa tội xong, rồi cứ hát **Alleluia** và kêu danh Chúa Kitô là được cứu độ. Điều quan trọng hơn nữa là phải sống theo đường lối của Chúa, nghĩa là thực thi những cam kết khi được rửa tội: đó là mến Chúa, yêu người và xa lánh tội lỗi. Nếu không, rửa tội và kêu danh Chúa thôi sẽ ra vô ích.

Anh em tin lành không chia sẻ quan điểm thần học này, nên họ chỉ chú trọng vào việc đọc và giảng Kinh Thánh nhưng không nhấn mạnh đến phần đóng góp của con người như Chúa Giêsu đòi hỏi trên đây. Ngoài phép rửa và Kinh Thánh, họ không tin và công nhận một bí tích nào khác. Điển hình

Là bí tích hòa giải mà các giám mục và linh mục Công Giáo được phép tha tội cho các hối nhân nhân danh Chúa Kitô (in persona Christi).

Lại nữa, vì không công nhận phép Thánh Thể, nên họ không tin Chúa Giêsu thực sự hiện diện trong hình bánh và rượu, mặc dù một số Giáo phái Tin lành có nghi thức bẻ bánh và uống rượu nho khi họ tụ họp để nghe giảng kinh thánh.. Nhưng đó không phải là cử hành Bí Tích Thánh Thể (Eucharist) như trong Giáo Hội Công Giáo và Chính Thống Giáo Đông Phương.. Sứ vụ quan trọng của họ chỉ là giảng kinh thánh vì họ chỉ tin có Kinh Thánh (Sola Scriptura) mà thôi.

2- Nhưng Kinh Thánh được cắt nghĩa theo cách hiểu riêng của họ, nên có rất nhiều mâu thuẫn hay trái ngược với cách hiểu và cắt nghĩa của Giáo Hội Công Giáo.

Thí dụ, câu Phúc Âm trong Matthêu 22 : 8-9 trong đó Chúa Giêsu dạy các tông đồ **“ không được gọi Ai dưới đất là Cha, là Thầy ”**. anh em Tin Lành hiểu lời Chúa trong ngữ cảnh (context) câu trên hoàn toàn theo nghĩa đen (literal meaning) nên đã chỉ trích Giáo Hội Công giáo là ‘lạc giáo=heretical’ vì đã cho gọi Linh mục là “Cha” (Father, Père, Padre)!

Thật ra, Giáo Hội cho phép gọi như vậy, vì căn cứ vào giáo lý của Thánh Phaolô, và dựa vào giáo lý này, Công Đồng Vaticanô II trong Hiến Chế Tín lý Lumen Gentium đã dạy rằng; “

Linh mục phải chăm sóc giáo dân như những người cha trong Chúa Kitô vì đã sinh ra họ cách thiêng liêng nhờ phép rửa và giáo huấn.” (1 Cor 4: 15; LG. số 28).

Một điểm sai lầm nữa trong cách đọc và hiểu kinh thánh của Tin lành là câu Phúc Âm Thánh Marcô

kể lại một ngày kia Chúa Giêsu đang giảng dạy cho một đám đông người thì Đức Mẹ và các môn đệ của Chúa đến. Có người trong đám đông đã nói với Chúa rằng: **“Thưa Thầy có mẹ và anh em, chị em của Thầy ở ngoài kia đang tìm Thầy.”** (Mc 3:32). Anh em tin lành đã căn cứ vào câu này để phủ nhận niềm tin Đức Mẹ trọn đời đồng trinh của Công Giáo và Chính thống, vì họ cho rằng Mẹ Maria đã sinh thêm con cái sau khi sinh Chúa Giêsu. Nghĩa là họ chỉ tin Đức Mẹ đồng trinh cho đến khi sinh Chúa Giêsu mà thôi. Thật ra cụm từ “anh chị em” trong ngữ cảnh (context) trên đây chỉ là anh chị em theo nghĩa thiêng liêng (spiritual brotherhood, sisterhood) và đây là cách hiểu và giải thích Kinh Thánh của Công Giáo và Chính Thống, khác với Tin lành.

Sau hết, về mặt quyền bính, các giáo phái Tin lành đều không công nhận Đức Giáo Hoàng là Đại Diện duy nhất của Chúa Kitô trong sứ mạng chấn dất đoàn chiên của Người trên trần thế.

Chính vì không công nhận Đức Giáo Hoàng là Thủ Lãnh Giáo Hội duy nhất của Chúa Kitô nên đây là trở ngại lớn cho các nhánh Tin Lành muốn hiệp nhất với Giáo Hội Công Giáo.

3- về bí tích:

Tất cả các nhóm Tin Lành và Anh Giáo đều không có các bí tích quan trọng như Thêm sức, Thánh Thể, Hòa giải, Sức Dầu bệnh nhân và Truyền Chức Thánh vì họ không có nguồn gốc Tông Đồ (Apostolic succession)- và quan trọng hơn nữa, người sáng lập của họ là người thường (Martin Luther, John Calvin..Henry VIII) chứ không phải là chính Chúa Giêsu-Kitô, Đấng đã lập Giáo Hội của Chúa trên **Đá Tảng Phêrô.**(Mt 16: 18-19) và **“Giáo Hội này tồn tại trong Giáo Hội Công Giáo do Đấng kế vị Phêrô và các Giám mục hiệp thông với Ngài điều khiển”** như Thánh Công Đồng Vaticanô II đã nhìn nhận. (x. LG. số 8). Cho nên các nhánh Tin Lành và Anh giáo đều không có chức linh mục và giám mục hữu hiệu để cử hành các bí tích trên.

Đa số các nhóm Tin Lành và Anh Giáo chỉ có phép rửa (Baptism) mà thôi. Nhưng nếu nhóm nào không rửa tội với nước và công thức Chúa Ba Ngôi (The Trinitarian Formula) như nhóm Bahai Hullah, thì không thành sự (invalidly) . Do đó, khi gia nhập Giáo Hội Công Giáo, tín hữu Tin Lành nào không được rửa tội với nước và công thức trên thì phải được rửa tội lại như người dự tòng.(catechumens). Nếu họ được rửa tội thành sự thì chỉ phải tuyên xưng đức tin khi gia nhập Công Giáo mà thôi.

Đó là những khác biệt căn bản giữa Công Giáo và Tin Lành nói chung. Tuy nhiên, Giáo Hội Công Giáo vẫn hướng về các anh em ly khai này và mong ước đạt được sự hiệp nhất với họ qua nỗ lực đại kết (ecumenism) mà Giáo hội đã theo đuổi và cầu nguyện trong nhiều năm qua.

Chúng ta tiếp tục cầu xin cho mục đích hiệp nhất này giữa những người có chung niềm tin vào Chúa Kitô nhưng đang không hiệp thông (communion) và hiệp nhất (unity) với Giáo Hội Công Giáo, là Giáo Hội duy nhất Chúa Giêsu đã thiết lập trên nền tảng Tông đồ Phêrô, do Đức Thánh Cha, cũng là Giám Mục Roma coi sóc và lãnh đạo với sự cộng tác và vâng phục trọn vẹn của Giám Mục Đoàn. (College of Bishops).

Ước mong những giải đáp trên thỏa mãn câu hỏi đặt ra.

Lm. Phanxicô Xaviê Ngô Tôn Huân

VỀ MỤC LỤC

HIỆP THÔNG VỚI CHÍNH MÌNH

Có thể nói, từ khởi thủy, do tội lỗi, con người đánh mất đi sự hiệp thông với mọi tương quan. Thật vậy, khi sa phạm tội, con người khước từ tình yêu Thiên Chúa, tự đánh mất tương giao thân tình với Ngài, Đáng vốn là tình yêu hiệp thông với mọi chiều kích hiện hữu. Thế nên, khi tự tách lìa khỏi tình yêu Chúa, đất bỗng trở nên gai góc (bất hòa điệu với thiên nhiên), con người trở nên thù địch, đổ lỗi cho nhau (bất hòa đồng với tha nhân) và bản thân trở nên xa lạ với chính mình (bất hòa hợp với chính mình). Mà trong giới hạn bài viết, chúng ta chỉ bàn đến sự bất hòa hợp hay bất hiệp thông với chính mình.

Theo thánh Biển Đức, chính khi đánh mất sự hiệp thông với chính mình mà con người bắt đầu thực hiện một cuộc trở về: *Tìm Chúa*. Mỗi chúng ta cần trở về với Chúa, Đáng là nguồn của mọi chiều kích hiệp thông. Chúng ta có thể tìm Chúa ở đâu ? Bài viết này sẽ gợi ý cách chứng nghiệm Chúa ngay trong tâm hồn. Chúng ta cần để cho Ánh Sáng Chúa đi vào tận góc khuất của tâm hồn; để cho Tình Yêu chữa lành hay lòng thương Xót Chúa chạm đến những ngổn ngang của nội tâm. Vì chính khi hiệp thông với Chúa, con người tìm lại được căn tính của mình.

Để thực hiện tiến trình đi vào nội tâm, chúng ta cần nại đến lối tiếp cận của tâm lý học. Qua đó, chúng ta khám phá ra những biểu hiện của tình trạng đánh mất sự hiệp thông với chính mình; tiếp đến, nhận định và đánh giá những nguyên nhân sâu xa gây nên tình trạng này và hướng khắc phục cụ thể.

NHỮNG BIỂU HIỆN CỦA TÌNH TRẠNG ĐÁNH MẤT SỰ HIỆP THÔNG VỚI CHÍNH MÌNH

Mặc dù, sự hiệp thông với chính mình được diễn ra trong thẳm cung lòng mình, nhưng chúng ta có thể nhận ra những biểu hiện này như những dấu hiệu giúp chúng ta đánh giá thực trạng bản thân.

Khuynh hướng qui ngã

Theo nhận định của tác giả Jame E. Sullivan trong tác phẩm *Hành trình tự do*, thời đại chúng ta đang sống được mệnh danh là thời đại ái kỷ. Trong thế giới ấy, con người chỉ biết nhận lãnh mà không biết cho đi. Những gì họ thu nhận vào mình một cách “dư thừa” sẽ tạo thành một thứ rác rưởi làm ô uế nội tâm; nó tạo thành một không gian “biển chết” khiến mọi tương quan cũng bị bóp nghẹt.

Một khi không đặt Thiên Chúa là đối tượng duy nhất của lòng mình, họ cố đi tìm một thần tượng nào đó để lấp đầy sự trống rỗng nội tâm. Khi càng thu quên, không gian nội tâm càng chật hẹp khiến không còn một chỗ cho Thiên Chúa ngự vào. Kết cục, họ tự hủy hoại mình khi khước từ Đấng Tình Yêu. Một khi không còn sống tình yêu chia sẻ, họ đánh mất sự tự do nội tâm – điều kiện tiên quyết, giúp họ tái lập sự hiệp thông với chính mình.

Thật ra, họ cũng cố thiết lập tương quan với người khác, nhưng mọi người chỉ là phương tiện để họ sử dụng và đáp ứng nhu cầu bản thân; họ thắng tiến chính mình bằng cách vượt trên nỗi đau của đồng loại. Đến một mức độ nào đó, họ không còn nhận ra nỗi đau của những người vì họ mà bị tổn thương. Họ mất dần cảm thức tội lỗi trong một xã hội “toàn cầu hóa sự dừng dưng” (cách nói của Đức Phanxicô). Và như thế, họ không còn khả năng thiết lập tương quan với bản thân, trong đó, hiệp thông với chính mình là một chuyện viễn vông.

Ảo tưởng

Có cả một thế giới lý tưởng, trong đó con người được tự do mơ tưởng và hoạch định những dự phóng cho tương lai. Nhưng có mấy ai thành công trong những đòi hỏi khắc nghiệt của cuộc sống. Con người trở nên ảo tưởng khi chưa khám phá bản thân cách đúng đắn và trung thực để trả lời cho câu hỏi mình là ai (căn tính) và vị thế của mình trong thế giới này (sứ vụ).

Nếu hiểu căn tính của mỗi Kitô hữu là *thuộc về Đức Kitô*, chúng ta càng xác tín hơn về nguồn gốc thần linh của mình. Thật vậy, chúng ta được sinh ra để sống những giá trị tinh thần siêu việt. Nhưng một khi chúng ta tìm sự thỏa mãn ở đời này như thể chỉ có thiên đường trần thế, chúng ta tự dối lòng mình. Và như thế, chúng ta đánh mất đi sự đơn sơ chân thành đối với bản thân, đó là một trở ngại để hiệp thông với chính mình.

Nếu hiểu căn tính của người sống đời thánh hiến là *bước theo Đức Kitô*, các tu sĩ cần phải xác tín trong việc họa lại cách trung thực hình ảnh Đức Kitô. Nhưng thực tế, có nhiều tu sĩ đã ảo tưởng khi cho rằng mình là một “Alter Christus” (Kitô khác) nhưng kỳ thực, họ khác Đức Kitô. Đức Kitô đi đến cùng trên con đường Thập giá để chấp nhận mang tiếng là một kẻ điên rồ, còn các tu sĩ lại tìm mình trong lời khen của người khác; trong khi cái chết của Đức Kitô bị đánh giá là một kẻ bất lực, những người bạn thân tình với Ngài lại sống nhờ vào sự cung phụng của tha nhân. Như thế, họ đánh mất chính mình và mất liên lạc với bản thân. Hiệp thông trở thành lời sáo ngữ trong ngôn từ của những kẻ giả danh là thế !

Trong sứ vụ cũng vậy, đôi khi chúng ta vì không tìm được chỗ đứng của mình trong cộng đoàn hay hội dòng và ngay cả Giáo hội, nên dễ sinh ra ảo tưởng: có chút gì thành công cũng qui về cho mình. Một chút nể trọng của người đời có thể đánh đổi lòng tự trọng của một tu sĩ. Ngài tưởng rằng không có mình thì chẳng có chi nên chuyện. Tu sĩ sống ảo tưởng dễ đánh mất mình trong những gì ngoại tại, hào nhoáng và vô thường, vì đâu ? Thưa: vì họ mất đi sự liên lạc nội tâm cần thiết để chuẩn bị cho một sứ vụ. Một người không đủ “sức mạnh nội lực” dễ đánh mất căn tính khi thi hành chức năng của mình trong một cộng đoàn.

Một đan sĩ cũng có thể bị cám dỗ khi nghĩ rằng mình được ơn này ơn kia là do công đức của mình. Thay vì tự hào trong Chúa, họ vênh vang như thể mình toàn năng. Có thể nói, không gian nội vi khả dĩ giúp họ dễ dàng hiệp thông với chính mình nhất, nhưng nó đã bị “khử thiêng” ngay trong chính môi trường được xem là thánh thiêng nhất. Một trong những mối nguy lớn nhất đe dọa đời sống nội tâm là ảo tưởng mình thánh thiện và lấy thế làm đủ. Họ cố tạo cho mình một phong thái thanh thoát và một phong cách đạo mạo như thể mình vô tội. Với khả năng vốn có, họ dễ dàng tạo cho mình một hào quang bao quanh nhằm bảo vệ “cái tôi dễ bị tổn thương” của họ. Tất một lời, người ảo tưởng không dám đối diện với thực tại đời sống, cách riêng những gì còn ngổn ngang trong nội tâm vì họ đánh mất đi tính hiệp thông nội tại.

Ngôn hành bất nhất

Trong tác phẩm *Tâm tình Chúa Con*, cha Amedeo Cencini đã khẳng định rằng trong con người có sự bất nhất là do phân hóa nội tâm. Thật vậy, sự phân cách giữa lý tưởng và thực tế đã tạo nên bước trượt dài khiến chúng ta đôi khi cảm thấy mình tự mâu thuẫn. Có những mâu thuẫn giúp con người tiến bộ (K.Marx), cũng có những mâu thuẫn khiến con người mất đi thế quân bình trong đời sống, điều này vương hại đến nhân cách của chúng ta.

Nếu hiểu lý tưởng là điều không thể thủ đắc ở thế gian vô thường này và thực tế của mỗi người cũng giới hạn thì ai trong chúng ta cũng chịu ảnh hưởng của sự bất nhất trong đời sống. Nhưng nó chỉ trở thành vấn đề khi chủ thể không kết nối nó trong thực tế, để rồi dễ gây nên tình trạng mà chúng ta đang bàn là mất đi sự hiệp thông với chính mình.

Trong giới hạn bài viết, xin đề ra hai cách để nhận diện tình trạng này: *mất tự chủ* và *thiếu trách nhiệm*.

Quan sát đời sống cụ thể, chúng ta nhận ra có những người nói thao thao bất tuyệt mà không còn kiểm soát được lời nói của mình và bất khả lường trước những hệ lụy do điều tệ hại này gây ra. Lời nói của họ như một cái roi đánh vào không gian (không mục đích), đến khi đuối sức gậy ấy lại đập vào lưng ông. Họ không hề phản tỉnh và lường giá xem tầm ảnh hưởng của lời nói mình trước đám đông. Họ thích nói chuyện về người khác mà không then với mình. Họ quên một chân lý: *nói người phải nghĩ đến ta*. Chỉ vì họ không nghĩ đến mình nên họ mất đi sự hiệp thông nội tại trong chính mình.

Cũng chính khi không làm chủ bản thân mà họ đã thoái thác trách nhiệm cho người vô tội. Những người phải chịu tác động trực tiếp hay gián tiếp về sự thiếu nhất quán của họ, không ai khác là người cấp dưới. Điều này thường xảy ra nơi cộng đoàn trong môi trường huấn luyện giữa ban đào tạo và thụ huấn sinh. Thật vậy, trong khi nhà đào tạo thuyết về giá trị và lợi ích của một sinh hoạt nào đó trong đời sống chung, nhưng chính ngài lại bỏ bê “việc đồng hành” với anh em thì xem ra, đây là một hình thức phản cảm dễ gây tác động tiêu cực trên các thụ huấn sinh. Và khi được bề trên nhắc nhở và người khác gợi ý để chỉnh sửa, họ lại đổ lỗi cho hoàn cảnh. Thái độ thiếu tế nhị này là bằng chứng cho sự thiếu thống nhất nội tâm.

NGUYÊN NHÂN VÀ HƯỚNG KHẮC PHỤC

Sau khi đã tìm hiểu ba trong nhiều biểu hiện của người đánh mất sự hiệp thông với chính mình và bàn sơ bộ về chuỗi tâm lý của những mẫu người này, giờ đây, chúng ta sẽ cố gắng tìm ra hướng khắc phục. Tất nhiên, mỗi người là một nhân vị độc đáo và duy nhất. Thế nên, cách khắc phục có thể phù hợp với người này nhưng lại bất cập với người kia. Còn những gì được viết ra đây chỉ như những gợi ý được góp nhặt từ cách giải quyết vấn đề của một số nhà chuyên môn tâm lý mà người viết tiếp cận được.

Một trong những thái độ căn bản cần có khi chúng ta đứng trước bất cứ một vấn nạn nào là: *chấp nhận chính mình*, nghĩa là dám đối diện với thực trạng *cái tôi đang là*. Tôi đang đánh mất sự hiệp thông với chính mình. Có thể nói, đây là một vết thương sâu vì nó ảnh hưởng trực tiếp đến căn tính của *cái tôi là*. Sau khi nhận ra tình trạng bệnh khá nặng nề, chúng ta sẽ biết mình cần phải dùng những thứ thuốc đặc trị nào hầu chữa lành và giúp chủ thể sống vững mạnh. Để trị tận gốc rễ, chúng ta cần tìm ra: đâu là nguyên nhân chính dẫn đến tình trạng đánh mất sự hiệp thông này ?

Từ những biểu hiện như: qui kỷ, ảo tưởng và ngôn hành bất nhất, chúng ta có thể xác định rằng có sự sai lệch về hệ thống nhận thức của chủ thể. Thật vậy, chính khi chúng ta quan niệm và đánh giá lệch lạc về thực tại đời sống, nó sẽ chi phối trên thái độ, hành vi, cách sống, cách nói...và ngay cả nhân cách của chúng ta. Chẳng hạn: về khuynh hướng qui kỷ, với ai đó có thể hiểu rằng ấy là cách yêu mình phải lễ nhưng thật ra, đây là một điều lệch lạc. Họ nghĩ rằng mình cần thủ đắc mọi sự dưới bất cứ hình thức nào để tạo thế mạnh cho mình và giúp bản thân thể hiện mình trước mắt mọi người. Thế nhưng, vô hình trung, họ đã tạo bức tường an toàn, làm một pháo đài tự vệ khiến không ai có thể tiếp cận được với họ; khi xây bức tường, vô tình họ chối bỏ chiếc cầu hiệp thông với mọi tương quan. Và như thế, sự hiệp thông khép kín với chính mình tạo nên nơi họ một chứng ung thư ác tính, lây lan gây độc hại cho toàn diện con người. Và sự nhận thức sai lệch nơi chủ thể cũng là nguyên nhân mà chúng ta có thể dùng để giải thích về tình trạng ảo tưởng và ngôn hành bất nhất.

Sau khi đã chấp nhận tình trạng này và khám phá ra điểm yếu của bản thân, chúng ta cần *tha thứ cho chính mình*. Có những người luôn nhìn về quá khứ với một thái độ ghét bỏ và

tự lên án mình, họ tìm nhiều cách để tự trừng phạt mình như thể đền bù những hậu quả do mình gây nên. Từ đó, tạo nên một thứ mặc cảm khiến bản thân mất đi sự đơn sơ chân thành khi đối diện với chính mình. Một trong những nguyên nhân đang được các nhà tâm lý cổ vũ và đề cao mọi người nhằm áp dụng để chữa trị tâm lý, đó là *tuổi thơ*. Quả thật, có những vết thương tuổi thơ quá lớn khiến đương sự không dám đối diện, hướng nữa, đến chuyện tha thứ cho chính mình. Chẳng hạn, chúng ta xét về biểu hiện của mẫu người ảo tưởng. Chủ thể sống trong một gia đình với người cha người mẹ cầu toàn. Họ luôn đòi hỏi và không bao giờ khen thưởng con mình dù chỉ là một lời động viên khích lệ. Họ luôn đặt ra những tầm cao và buộc con mình phải cố gắng mà không nhận thức rõ mức độ và khả năng của con mình. Từ đó, đưa bé lớn lên với những yêu sách của người khác; đồng thời, tạo nơi bản thân tâm thức của một người không thể chấp nhận tình trạng hiện tại của mình. Chàng không bao giờ hài lòng với kết quả hiện tại dù biết rằng mình sẽ không cố hơn được nữa, và vì thế, chàng sinh ra ảo tưởng, sống xa rời thực tế. Tất một lời, vết tổn thương của tuổi thơ đang phát huy tác dụng mà chi phối và ảnh hưởng cuộc sống chàng, từ cảm nghĩ, lời nói đến việc làm.

Để tránh tình trạng này và tha thứ cho bản thân, chúng ta cần có thái độ *bao dung với chính mình*. Vì khi bao dung với chính mình, chúng ta làm hòa với bản thân và chữa lành vết thương của sự hiệp thông. Có thể, bản thân mới vượt trên chính mình để có thể sáng tạo những bước đột phá mới trong đời sống.

Bước thứ ba khá quan trọng, là: *sống thật chính mình*. Chúa Giêsu đã hứa: Sự thật sẽ giải phóng anh em, và Ngài sẽ thực hiện cho những ai dám cởi mở với mọi chân lý cuộc sống.

Nếu như hai bước trên, phần chủ động thuộc về chúng ta thì ở bước ba này, chỉ cần một tâm hồn rộng mở để đón nhận ơn Chúa. Như chúng ta đã khẳng định từ đầu, sự hiệp thông với chính mình đặt nền tảng trên sự hiệp thông với Chúa vì nó liên quan đến căn tính của mỗi người thì khi chúng ta sống thật với chính mình, bản thân sẽ đụng chạm đến Hữu thể ở tận đáy lòng mình. Đó là kinh nghiệm mà thánh Augustinô đã đúc kết trong thời gian dài cầu nguyện, qua câu nói: “Thiên Chúa còn sâu thẳm hơn chính thẳm cung của lòng tôi”.

KẾT LUẬN

Cuộc sống là một chuỗi dài đan xen giữa hiệp thông và bất hiệp thông. Chính sự bất toàn của vạn hữu mà con người luôn khát khao đi tìm Đấng Vô Biên. Chúng ta cần xác tín rằng bản thân không bao giờ chấp nhận chính mình cho đủ mức; cũng như không thể nào bao dung chính mình cho cân xứng, đồng thời, sống thật với chính mình cho trọn vẹn, vì còn đó những lệch lạc trong hệ thống nhận thức của con người và bao tổn thương của tuổi thơ.

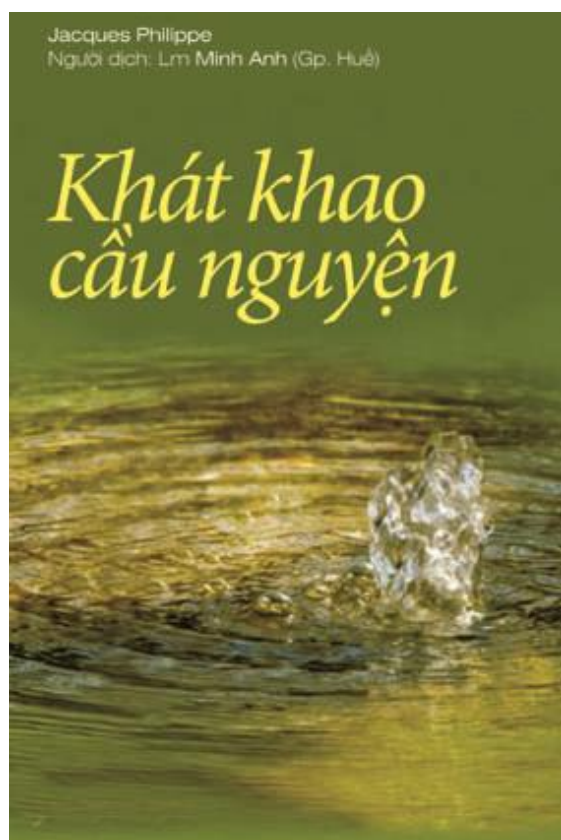
Nhưng dù sao, chính khi bản thân được giải thoát khỏi những áp lực và chướng ngại vật bên trong tâm hồn mà chúng ta đạt đến sự tự do nội tâm của con cái Chúa; khi ấy, tâm hồn ngoan ngoãn buông theo ân sủng và lắng nghe tiếng Chúa để bước theo Ngài. Và khi hiệp

thông với Chúa, chúng ta *hòa hợp* với chính mình và mở ra: *hòa đồng* với tha nhân và *hòa điệu* với thiên nhiên. Được thế, chúng ta trở thành những chuyên viên hiệp thông như lời mời gọi của thánh Giáo Hoàng Gioan Phaolô II trong tông huấn Vita Consecrata (số 46).

EYMARD An Mai Đỗ, O.Cist.

VỀ MỤC LỤC

Khi nào chúng ta cần chủ động trong cầu nguyện



Nguyên tác:
APPRENDRE À PRIER POUR APPRENDRE
À AIMER
(JACQUES PHILIPPE)

Bản tiếng Anh:
THIRSTING FOR PRAYER
(HELENA SCOTT)

Bản tiếng Việt:
KHÁT KHAO CẦU NGUYỆN
(LM. MINH ANH, GP. HUẾ)

CHƯƠNG IV

Lời Khuyên Thực Tế Cho Việc Cầu Nguyện Cá Nhân

*“Thiện ích tối thượng là cầu nguyện,
Thường xuyên trò chuyện
với Thiên Chúa”⁹*

(tiếp theo)

6. Khi nào chúng ta cần chủ động trong cầu nguyện

Khi chúng ta không ở vào một trong những hoàn cảnh, trong đó, việc cầu nguyện diễn ra mà không cần nỗ lực hoặc như một cuộc đối thoại tự phát hay bởi chúng ta được ban ơn hồi tưởng chiêm ngắm, thì chúng ta cần chủ động hơn. Nếu không, chúng ta có nguy cơ lười biếng thiêng liêng và phí phạm thời gian cầu nguyện.

Tôi không đề nghị hãy khám phá tỹ mĩ mọi khả năng được ban cho chúng ta để chiếm trọn thời gian cầu nguyện. Các tác giả tu đức đưa ra nhiều lời khuyên khác nhau. Ở đây tôi xin giới

⁹. Một bài giảng vô danh từ thế kỷ thứ IV, được trích từ sách Phụng Vụ Các Giờ Kinh, bài đọc của các giáo phụ vào ngày Thứ Sáu sau Thứ Tư Lễ Tro.

hạn hai “con đường” hiện diện trong truyền thống của Giáo Hội mà tôi nghĩ là thực dụng và có thể được khuyến khích.

Chúng ta có thể dùng cả hai, tùy vào xu thế, hoàn cảnh và sự phù hợp của chúng với những thời khắc riêng. Hai phương thế này là việc *suy gẫm dựa trên Thánh Kinh* và những thể thức tụng niệm với hình thức *lập lại lời nguyện tắt* khác nhau.

7. Suy niệm Lời Chúa

Ở đây chúng ta gặp phải truyền thống rất lâu đời của *lectio divina*, đọc Thánh Kinh với mục đích tìm kiếm Thiên Chúa và mở lòng ra để đón nhận những gì Người muốn nói với chúng ta ngang qua Thánh Kinh ở đây và lúc này. *Lectio divina* có thể đi theo những định hướng và những thể thức khác nhau. Hiện tại tôi đang nói về *lectio divina* như một phương pháp cầu nguyện.¹⁰

Những lần và thời gian tốt nhất

Thời gian tốt nhất để *lectio divina* là buổi sáng, nếu có thể. Lúc ấy tinh thần chúng ta tươi mới hơn và được xếp đặt tốt hơn, thường ít bị đè nặng bởi những bận tâm và lo toan hơn cuối ngày. Thánh Vịnh 90 nói: “Từ buổi mai, xin cho chúng con được no say tình Chúa, để ngày ngày được hớn hở vui ca”. Và sách Isaia nói: “Đức Chúa là Chúa Thượng đã cho tôi nói năng như một người môn đệ, để tôi biết lựa lời nâng đỡ ai rã rời kiệt sức. Sáng sủa Người đánh thức, Người đánh thức tôi, để tôi lắng tai nghe như một người môn đệ” (Is 50, 4).

Một lợi điểm khác của *lectio divina* vào buổi sáng là điều này chứng tỏ rằng, điều khẩn thiết nhất trong đời chúng ta là sẵn sàng lắng nghe Thiên Chúa. Thực hành này cũng đưa chúng ta, từ khởi đầu một ngày mới vào trong thái độ nội tâm của việc lắng nghe. Điều này giúp chúng ta dễ dàng duy trì thái độ sẵn sàng suốt cả ngày hơn và như thế nhận ra nhanh hơn những lời mời gọi mà Thiên Chúa có thể gửi đến chúng ta.

Dẫu vậy, lời khuyên này hiển nhiên không được khắc trên đá. Rõ ràng nhiều người không có cơ hội *lectio divina* vào buổi sáng có thể thay thế vào một thời điểm nào đó trong ngày. Điều đó không ngăn cản Thiên Chúa ngỏ lời cùng họ nếu họ khát khao Người.

Chúng ta nên dùng đoạn Thánh Kinh nào để suy niệm?

Có tất cả các loại khả thể. Chúng ta có thể liên tục suy gẫm về một bản văn (một trong các Tin Mừng, một Thư của Thánh Phaolô, hay một sách Thánh Kinh khác) từ ngày này qua ngày khác. Tôi biết một giáo dân có gia đình dành thời gian mỗi buổi sáng để cầu nguyện cùng gia đình dựa trên Lời Chúa. Ông ta đã dành hai hay ba năm để chỉ suy niệm Tin Mừng Gioan.

Tuy nhiên, với người mới bắt đầu trong lĩnh vực này, tôi xin có lời khuyên là nhìn chung, họ nên *lectio divina* bằng cách lấy những đoạn mà Giáo Hội dành cho các Bài Đọc Thánh Lễ mỗi ngày. Điều này có lợi là đặt mình trong sự hài hòa với đời sống của Giáo Hội hoàn vũ, những thời khắc và mùa phụng vụ, đồng thời, chuẩn bị cho chúng ta cử hành Thánh Thể nếu chúng ta sắp tham dự. Ngoài ra, chúng ta sẽ có ba bản văn khác nhau đã được chọn lựa kỹ càng (Bài Đọc I, Thánh Vịnh, Bài Tin Mừng). Điều này làm giảm thiểu nguy cơ phải đối đầu với những đoạn quá khô khan hay khó giải thích. Thật hiếm khi ít nhất một trong ba đoạn không nói gì với chúng ta.

Thông thường *lectio divina* trong khi dựa vào vài đoạn khác nhau cùng lúc giúp chúng ta nắm được sự thống nhất của Thánh Kinh. Khi đọc Thánh Kinh, thích thú biết bao khi khám phá

¹⁰. Trong phần này, tôi lấy lại và điều chỉnh đôi chút những gì tôi đã viết về chủ đề này trong tác phẩm *Called to Life* (New York: Scepter Publishers, 2008), (Được Gọi Để Sống, bản dịch Việt ngữ của Lm. Minh Anh, người dịch chú thích).

những đoạn rất khác nhau về văn phong, năm sáng tác, nội dung, .v.v...lại có thể, khi đặt cạnh nhau, cho thấy một sự hài hoà mới mẻ và soi chiếu cho nhau. Khi chú giải các đoạn Thánh Kinh, những bậc khôn ngoan của truyền thống Rabbi thích rút ra kho tàng ý nghĩa bằng cách “xâu các dây chuyền cổ” mà hạt ngọc của chúng là những câu được rút ra từ những đoạn Thánh Kinh khác nhau - Torah, Các Ngôn Sứ, Thánh Vịnh và văn chương Khôn Ngoan. Đây là điều mà Đức Giêsu đã làm cho các môn đệ sau khi Ngài Phục Sinh như chúng ta thấy trong Tin Mừng Luca (Lc 24, 27.44). Truyền thống nối kết các bản văn khác nhau để soi chiếu cho nhau đã được tiếp tục bởi các Giáo Phụ và các nhà phê bình Thánh Kinh cho đến hôm nay.

Chính xác là chúng ta tiến hành thế nào?

Như tôi đã nhấn mạnh, hiệu quả của lectio divina tùy thuộc vào thái độ nội tâm chứ không phải hiệu quả của một phương pháp đặc thù nào đó. Vì thế, điều quan trọng là không bắt đầu bằng cách đi ngay vào đoạn Thánh Kinh nhưng chỉ sau khi đã chuẩn bị đầy đủ để đi vào những tâm tình phù hợp cho việc cầu nguyện, đức tin và lòng khát khao. Sau đây là một số bước có thể theo để thực hiện điều đó.

Cũng như mỗi khi bắt đầu cầu nguyện, chúng ta nên khởi sự bằng cách hồi tưởng, đặt mình trước sự hiện diện của Thiên Chúa. Chúng ta nên gạt bỏ những lo toan và bận tâm của mình; điều duy nhất cần thiết đối với chúng ta, như đối với Maria Bethany, là ngồi bên chân Chúa và lắng nghe lời Ngài¹¹. Để làm thế, chúng ta cần đặt mình vào thời khắc hiện tại, một điều mà đôi lúc rất khó khăn lắm mới thực hiện được. Nếu cần, chúng ta tìm cách sử dụng sự trợ giúp của thân thể và các giác quan cho mục đích này. Đôi lúc khởi sự bằng việc chuẩn bị thể lý trước khi bắt đầu đọc... lại có lợi cho chúng ta: nhắm mắt, tập trung vào thân thể chúng ta, thư giãn (buông lỏng vai và các cơ bị căng), ý thức đến việc hít thở, thở nhẹ nhưng sâu; cảm nhận sự tiếp xúc của thân thể với thế giới vật chất xung quanh - sự tiếp xúc của bàn chân với đất, của cơ thể với chỗ ngồi, của cánh tay với cái bàn, đôi tay với Thánh Kinh hay sách Lễ mà chúng ta sẽ dùng để đọc. Cuộc tiếp xúc với Lời nên là cuộc tiếp xúc thể lý. Chạm đến nó đã là một hình thức lắng nghe rồi. Thánh Gioan nói, “Điều mà... chúng tôi đã... chạm đến bằng đôi tay, điều đó là lời hằng sống” (1Ga 1, 1).

Một khi cảm thấy thoải mái, liên kết với thân thể, tập trung vào thời khắc hiện tại, chúng ta nên hướng tâm hồn mình đến Thiên Chúa, để cảm tạ Người trước vì thời gian Người ban cho chúng ta, trong đó, Người sẽ tiếp xúc chúng ta ngang qua Lời Người. Chúng ta nên xin Người chiếu giải ánh sáng, mở trí để chúng ta hiểu Thánh Kinh (Lc 24, 45) như Ngài đã làm cho các môn đệ, và trên hết, hãy xin cho lời Ngài có thể thực sự chạm đến tận thâm sâu của chúng ta, và biến đổi những gì cần phải biến đổi nơi con người chúng ta, để chúng ta có thể phù hợp hơn với kế hoạch Thiên Chúa dành cho đời mình. Chúng ta nên xin Người khơi dậy niềm khát khao và ý chí của mình đối với tất cả những điều này.

Khi đã sẵn sàng - và không do dự dành thời gian cho điều này, bởi vì nó cần thiết - chúng ta có thể mở mắt và bắt đầu đọc đoạn Thánh Kinh đã chọn để lectio divina. Hãy đọc chậm, mở lòng trí ra đón nhận những gì được đọc và suy niệm về điều đó.

Nhưng phải nhận ra rằng, “suy gẫm” theo truyền thống Thánh Kinh (chẳng hạn Thánh Vịnh 1, “Phúc thay kẻ suy gẫm luật Chúa đêm ngày”) không có nghĩa là suy tư cho bằng thâm thĩ, lập lại, ngẫm nghĩ. Để bắt đầu, nó là một hoạt động thể lý hơn là hoạt động trí thức. Khi một câu Thánh Kinh thu hút sự chú ý của mình, chúng ta đừng sợ lặp đi lặp lại câu đó, lý do là vì, thường ngang qua việc trầm ngâm mà nó sẽ tỏ bày ý nghĩa thâm sâu của nó, những gì Thiên Chúa muốn nói với chúng ta hôm nay qua câu đó.

¹¹. X. Lc 10, 38-42 về Matta và Maria.

Dĩ nhiên trí năng cũng có vai trò để thực hiện. Chúng ta đặt vấn đề về đoạn Thánh Kinh. Nó nói gì với chúng ta về Thiên Chúa? Nó nói gì với tôi về bản thân tôi? Nó chứa đựng những tin tốt lành nào? Tôi có thể tìm ra trong nó lời mời gọi cụ thể nào? Nếu một câu nào đó khó hiểu, chúng ta có thể tham vấn các ghi chú hay một bài chú giải, nhưng chúng ta cần phải tránh việc biến thời gian lectio divina thành thời gian nghiên cứu tri thức.

Đừng ngần ngại nán lại lâu giờ ở một câu nào đó mang hơi hướng đặc biệt đối với chúng ta và đi vào cuộc đối thoại với Thiên Chúa dựa trên những gì nó đang nói với chúng ta.

Lectio phải trở thành lời cầu nguyện - tạ ơn vì có được một câu mang tính cổ vũ, cầu xin Thiên Chúa trợ giúp hoặc khi một đoạn nào đó mời gọi chúng ta hoán cải một điều gì đó mà chúng ta cảm thấy rất khó khăn .v.v... Vào những lúc nào đó, nếu Thiên Chúa ban ơn, chúng ta có thể ngừng đọc và ở lại trong thái độ nguyện ngắm hơn, ngạc nhiên và thán phục trước vẻ đẹp của những gì Thiên Chúa cho chúng ta khám phá ngang qua bản văn. Chẳng hạn một câu có thể chuyển tải ý nghĩa sâu sắc về sự dịu dàng, sự oai phong hay lòng trung thành của Thiên Chúa hoặc sự huy hoàng của những gì Người làm trong Đức Kitô và nó mời gọi chúng ta chiêm ngắm điều đó và cảm tạ về điều đó.

Mục đích tối hậu của lectio không phải là đọc hàng dặm bản văn, nhưng dẫn chúng ta xa nhất có thể vào trong một thái độ kinh ngạc chiêm ngắm, vốn dưỡng nuôi đức tin, đức cậy và đức mến. Thiên Chúa không luôn ban ơn đó, nhưng khi Người ban, chúng ta có thể phải ngừng đọc và bằng lòng với sự hiện diện đơn sơ đầy yêu thương trước mầu nhiệm được tỏ ra cho mình trong bản văn.

Từ những gì vừa được nói, chúng ta có thể thấy bốn giai đoạn của lectio divina theo truyền thống của Thời Trung Cổ: Lectio (đọc), Meditatio (suy gẫm), Oratio (cầu nguyện), và Contemplatio (chiêm ngắm). Đây không phải là những giai đoạn liên tiếp nhau vốn phải theo đúng thứ tự cho bằng đó là những phương thức thực hiện lectio divina đặc thù. Điều đó càng hiển nhiên hơn từ sự kiện rằng, trong khi ba bước đầu bao gồm các hoạt động của con người, thì bước thứ tư không phải là điều gì đó chúng ta có thể làm tùy ý: nó là một ân ban mà chúng ta nên ước ao và đón nhận bởi nó không luôn luôn được ban. Ngoài ra, như tôi đã nói trước đây, có thể có những lúc khô khan nguội lạnh, như trong bất cứ loại cầu nguyện nào, đừng bao giờ nản lòng - người nào tìm kiếm, rốt cuộc, sẽ luôn tìm thấy.

Một lời khuyên khác: trong suốt thời gian nguyện gẫm, cần ghi chú một số từ gây ấn tượng đặc biệt đối với chúng ta trong một cuốn sổ dành cho mục đích này. Việc viết các từ đó ra giúp Lời thẩm thấu sâu hơn vào tâm hồn và ký ức của mình.

Một khi thời gian lectio kết thúc, hãy cảm tạ Chúa vì thời gian dành cho Ngài, xin Ngài ơn giúp ta có thể giữ Lời Ngài trong lòng mình, như Đức Trinh Nữ Maria, và quyết tâm đem ra thực hành những ánh sáng đặc biệt chúng ta đã đón nhận lúc nguyện gẫm.

Tôi kết thúc với một đoạn trích ý nghĩa của một thầy dòng Ai cập, Cha Matta El Maskine:

Nguyện gẫm không chỉ là đọc bằng lời cách thâm sâu mà còn bao gồm cả việc lặng thinh lặp lại Lời nhiều lần, mỗi lần một sâu sắc hơn cho tới khi tâm hồn cháy bừng ngọn lửa của Thiên Chúa. Điều đó được minh họa rõ ràng bởi những gì Đavít nói trong Thánh Vịnh 39: “Nghe trong mình nung nấu tự tâm can, càng nghĩ ngợi, lửa càng bừng cháy”. Ở đây xuất hiện một sợi dây mỏng manh, bí mật nối kết thực hành và nỗ lực của chúng ta với ơn Chúa. Duy chỉ việc gẫm suy Lời Chúa lặp đi lặp lại, chậm rãi, bình thản, và nhờ lòng nhân lành cùng ơn Người... tâm hồn chúng ta cũng có thể được đốt nóng lên! Vì thế, nguyện gẫm trở thành nút thắt thông thường đầu tiên giữa nỗ lực chân thành để cầu nguyện và những ân ban của Thiên Chúa và ân sủng không thể mô tả của Người. Vì lý do đó, nguyện gẫm được

xem là cấp độ đầu tiên và quan trọng nhất trong các cấp độ cầu nguyện của tâm hồn, mà khởi đi từ đó, chúng ta có thể vươn đến sự sống sáng tinh thần và sống ở đó suốt đời.¹²

Một lưu ý cuối cùng về chủ đề này. Thay vì Thánh Kinh, nguyện gẫm có thể dựa trên một tác phẩm thiêng liêng hay một bài viết của một vị thánh nào đó vốn có ảnh hưởng đặc biệt trên chúng ta vào thời điểm này trong đời... đôi lúc có thể được dùng làm nền tảng cho việc cầu nguyện. Điều đó không có gì là vấn đề, nhưng đừng quên, chúng ta không được tước bỏ khỏi mình cuộc tiếp xúc trực tiếp với Thánh Kinh; nó có thể khó hơn, nhưng sẽ hiệu quả hơn, một hiệu quả vốn được chúc lành và trao cơ hội để khám phá những kho báu còn phong phú hơn bất kỳ tác phẩm nào của con người.

8. Hướng đến việc cầu nguyện liên li

Giờ đây, chúng ta hãy xét xem một phương thức tiếp cận nguyện gẫm khác với nguyện gẫm dựa trên Thánh Kinh - không đối nghịch với nó nhưng bổ túc cho nó. Tôi có ý nói về những truyền thống kinh nguyện khác nhau, chẳng hạn như “Lời Kinh của Chúa Giêsu” (hay “lời kinh của tâm hồn”) và Kinh Mân Côi. Lợi thế của chúng là đơn giản và có thể sử dụng suốt thời gian cầu nguyện và ngoài thời gian cầu nguyện nữa, để việc cầu nguyện có thể dần dần lấp đầy cuộc đời chúng ta. Tôi đã bàn đến điểm này trước đây, nhưng bây giờ tôi muốn trở lại.

Các tín hữu luôn tìm cách cầu nguyện liên li. Từ thời Cựu Ước, chúng ta có nỗi khát khao này: “Phúc thay người vui thú với lề luật Chúa, nhằm đi nhằm lại suốt đêm ngày” (Tv 1, 2); “Luật pháp Ngài, lạy Chúa, con yêu chuộng dường bao, suốt ngày cứ suy đi gẫm lại!” (Tv 119, 97). Điều này càng rõ ràng hơn trong thế giới Kitô giáo, nơi mà nhiều người đã chọn cách đáp trả lời mời gọi của Chúa, “Hãy cầu nguyện liên li” (x. 1Tx 5, 17).

Các Kitô hữu không hài lòng với việc có thời giờ cầu nguyện đều đặn và cố định. Chúng ta phải tìm cách cầu nguyện liên li, luôn ở trong tình trạng hiệp thông với Thiên Chúa, tình trạng yêu thương và tôn thờ, bởi đây là nơi chúng ta tìm thấy sự sống đích thực của mình. Thiên Chúa không ngừng yêu thương chúng ta và nghĩ về chúng ta, vì thế quả là hợp lý khi chúng ta muốn làm điều tương tự cho Người và vĩnh viễn sống trước sự hiện diện của Người. Đức Chúa phán bảo Abraham, “Hãy đi trước mặt Ta” (St 17, 1).

Tốt biết bao khi chúng ta nghĩ đến Thiên Chúa thường xuyên có thể, để yêu mến và tôn thờ Người liên li trong tâm hồn. Thánh Têrêxa Hải Đồng Giêsu thổ lộ, “Tôi thực sự tin rằng, chưa bao giờ quá ba phút đồng hồ trôi qua mà tôi không nghĩ đến Thiên Chúa”. Hãy ước ao có được một tâm hồn chú tâm liên li đến sự hiện diện của Chúa giữa những mối bận tâm thường nhật của mình. Điều đó không dễ bởi chúng ta quá lo ra chia trí! Đó là một công cuộc trường kỳ, đòi hỏi sự trợ giúp từ ơn Chúa. Sẽ không bao giờ chúng ta đạt đến điều đó cách trọn hảo, nhưng phải cố gắng đạt được điều đó, vì đó là nơi chúng ta tìm thấy hạnh phúc đích thực.

Sau đây là cách Cha Matta El Maskine mô tả những nỗ lực tập hợp chúng ta cần thực hiện với mục tiêu này trong trí:

I Khởi dậy cảm giác đang ở trước sự hiện diện của Thiên Chúa, Đấng thấy mọi sự và nghe mọi điều chúng ta làm, chúng ta nói.

I Cố gắng thường xuyên trò chuyện với Người, bằng những những từ ngữ vẫn gọn diễn đạt điều mình cảm nhận vào lúc đó.

I Mời Thiên Chúa tham gia vào công việc của mình bằng cách xin Người hiện diện trong các hoạt động của chúng ta, nói cho Người hay khi nào hoàn thành, cảm tạ Người khi

¹². Matte El Maskine, L'Expérience de Dieu dans la vie de prière, 48.

thành công, xin lỗi Người khi thất bại, trong khi tìm kiếm các nguyên nhân: Phải chăng chúng ta quay lưng ngoảnh mặt với Người, hay phớt lờ không xin Người trợ giúp?

I Cố gắng nghe Thiên Chúa nói qua công việc chúng ta làm. Người thường nói với chúng ta bên trong, nhưng bởi không chú ý tới Người, nên chúng ta bỏ lỡ hầu hết sự hướng dẫn của Người.

I Vào những lúc khủng hoảng, chẳng hạn khi nhận được những tin khẩn cấp hay khi bị tấn công, hãy xin Người trợ giúp; trong những cơn thử thách, Người là bạn thân nhất và là cố vấn chắc chắn nhất của chúng ta.

I Vào những lúc chúng ta cảm thấy bức tức hay cáu kỉnh, hãy hướng về Người để trấn tĩnh sự bức xúc nguy hại này trước khi nó lan tỏa đến tâm hồn mình; ganh tỵ, đoán xét, trả thù: tất cả những điều này sẽ làm chúng ta mất ơn sống trước sự hiện diện của Thiên Chúa, vì Người không ở cùng sự dữ.

I Cố gắng hết sức đừng lãng quên Thiên Chúa, hướng về Người khi biết rằng tư tưởng của chúng ta đang lan man.

I Đừng đảm đương một công việc hay đưa ra một câu trả lời nào đó trước khi có được sự khích lệ của Thiên Chúa. Đó là một điều gì đó mà chúng ta càng ngày càng có thể nhận ra khi cố gắng trung thành bước đi trước sự hiện diện của Người cũng như càng quyết tâm sống với Người.¹³

9. Tụng niệm

Ngoài những điều vừa nói tới, một phương tiện được dùng để hun đúc việc cầu nguyện liên lỉ, đặc biệt bởi các tu sĩ, là lặp đi lặp lại những cụm từ ngắn, thường được rút ra hoặc được gợi hứng bởi Thánh Kinh. Điều này được thực hiện hoặc trong suốt thời gian dành cho việc cầu nguyện hoặc ngoài thời gian đó khi làm những công việc khác mà luôn giữ được Thiên Chúa trong tâm trí. Theo Gioan Cassian, một số thầy dòng nào đó ở Ai cập vào thế kỷ thứ tư thường lặp lại khôn nguôi lời khẩn cầu sau: “Lạy Chúa Trời, xin đến cứu con, muôn lạy Chúa, xin mau phù trợ!” (Tv 70, 2).

Tác phẩm đề đòi “Con Đường Hành Hương”¹⁴ đã thông truyền kiến thức và thực hành “Lời Kinh của Chúa” hay “lời cầu của tâm hồn” trong thế giới Tây Phương. Nó kể chuyện một người nông dân Nga khiêm tốn cảm kích trước lời cổ võ trong thư gửi tín hữu Thêxalônica “hãy cầu nguyện không ngừng” (1 Tx 5, 17), và phân vân làm thế nào để đem ra thực hành mệnh lệnh này. Ông đi khắp nước Nga để tìm một cha linh hướng là người có thể dạy ông. Một thầy dòng dẫn ông vào truyền thống cầu nguyện bao gồm việc liên lỉ lặp lại cầu “Lạy Chúa Giêsu Kitô, xin thương xót con!” với một tràng hạt đơn giản làm bằng những gút chỉ len và kết hợp với việc đọc kinh theo nhịp thở, trong khi nhìn vào tâm hồn mình.

Dần dần, người nông dân ấy cảm nghiệm những lợi ích: tâm hồn tràn ngập bình an, được thanh luyện... ông cảm nhận niềm vui trước sự hiện diện của Thiên Chúa, ông đón nhận sự khai sáng bên trong về tình yêu Người, phát triển lòng trắc ẩn đối với mọi người và nhìn thế giới, thiên nhiên bằng đôi mắt mới. Truyền thống này bắt nguồn từ đời sống tu viện thuộc thế kỷ đầu và lan truyền khắp Kitô giáo Chính Thống; vào thời đại chúng ta, nó cũng lan sang thế giới Tây phương.

¹³. Matte El Maskine, L'Expérience de Dieu dans la vie de prière, 248.

¹⁴. The Way of a Pilgrim: and the Pilgrim Continues his Way, do Helen Bakocvin biên dịch (New York: Image Books, 1985).

Gần gũi hơn với người Công Giáo Tây phương là lòng sùng kính Chuỗi Mân Côi, bao gồm liên tiếp đi lặp lại những kinh Lạy Cha và Kính Mừng.

Ngày nay, việc tụng niệm đơn sơ đó không luôn được báo chí ca ngợi. Thế giới chúng ta là thế giới mà sau khi đánh mất ý nghĩa của những điều căn bản nhất trong cuộc sống, vĩnh viễn tìm kiếm sự mới mẻ. Bây giờ việc tụng niệm thực sự có thể trở thành hoàn toàn máy móc và thói quen nhưng nó cũng có nghĩa rằng, tình yêu được khắc ghi trên linh hồn chừng nào lời nguyện này được tiếp tục. Nó là một phần nội tại của cuộc sống: may thay con tim chúng ta không mệt mỏi vì đập liên tục và hơi thở chúng ta không mệt mỏi vì nhịp điệu của nó!

Giai điệu, nhịp điệu, như tôi nói trước đây, đóng một vai trò quan trọng trong đời sống con người. Nó có tác dụng làm thanh thần, cho phép sử dụng năng lượng trong thời gian dài mà không phí phạm hay cạn kiệt. Giai điệu của việc tụng niệm giúp cho một nỗi khát khao, một ý định tỏ ra bên ngoài ngang qua thân thể, đồng thời bén rễ trong tâm hồn. Đó là sự chấp nhận thực tại, chấp nhận mình có thân xác và tình trạng con người chúng ta là một phần giai điệu của thiên nhiên và cuộc sống. Nó là sự mở ra với ý nghĩa sâu xa vượt chúng ta, vượt quá khỏi những khả năng nhận thức của đầu óc duy lý. Nó giúp chúng ta tiếp cận một loại khôn ngoan, một sự hiểu biết cuộc sống, trong sự tùy thuộc vào Đấng Tạo Hóa của mình mà chúng ta bằng lòng như vậy.

Việc cầu nguyện của chúng ta không chỉ được mời gọi trở nên một hoạt động trong số các hoạt động khác mà còn là hoạt động căn bản của đời sống, là chính giai điệu của sự hiện hữu thâm sâu nhất, là nhịp thở của con tim, có thể nói như vậy. Tụng niệm giúp chúng ta đạt được điều này, bởi tụng niệm là nỗ lực của con người, là cuộc tìm kiếm kiên trì với hy vọng rằng Chúa sẽ ban cho chúng ta điều chúng ta kêu xin ngang qua sự lặp đi lặp lại không mệt mỏi và khiêm tốn những lời cầu giống nhau.

Trong cuộc nói chuyện về Kinh Mân Côi diễn ra tại Lộ Đức tháng 10 năm 1998, Cha Timothy Radcliffe, OP, nói rằng:

Nếu chúng ta yêu thương ai đó, chúng ta biết rằng, việc nói với người đó “Anh yêu em” chỉ một lần thì không đủ. Chúng ta sẽ muốn nói đi nói lại và có thể hy vọng rằng, người đó muốn nghe đi nghe lại điều đó nhiều lần.

G. K. Chesterton lý luận rằng, sự lặp lại là một đặc tính của đời sống trẻ thơ, những kẻ yêu thích những câu chuyện giống nhau, với những lời như nhau, từ lần này đến lần nọ, không phải vì chúng chán và thiếu trí tưởng tượng nhưng chúng yêu thích cuộc sống. Chesterton viết, “Vì trẻ con tràn trề sức sống, vì chúng có tinh thần mãnh liệt và tự do, do đó, chúng muốn những gì đó được lặp đi lặp lại và không thay đổi. Chúng luôn nói: ‘Hãy làm lại!’; và người trưởng thành làm lại cho đến khi họ gần chết, vì người trưởng thành không đủ mạnh để hân hoan trong sự đơn điệu. Nhưng có lẽ Thiên Chúa thì mạnh đủ để đắc chí trong sự đơn điệu. Có thể Thiên Chúa nói với mặt trời mỗi buổi sáng “Hãy làm lại”; và với mặt trăng mỗi buổi tối “Hãy làm lại”. Có lẽ không phải nhu cầu tự động tạo nên mọi cây hoa cúc như nhau; có lẽ Thiên Chúa làm nên mỗi cây cúc riêng biệt, nhưng Người đã không bao giờ chán làm ra chúng. Có lẽ Thiên Chúa vĩnh viễn yêu thích tuổi thơ; vì chúng ta đã phạm tội và trở nên già cỗi và Chúa thì trẻ hơn chúng ta. Việc lặp lại trong thiên nhiên không phải là một sự tái xảy ra cách thuần túy; nó có thể là một điệu múa lại trên sân khấu. Trời có thể đòi con chim đẻ lại một cái trứng” (*Orthodoxy*, chương IV).

Sẽ không có một chút sai sót nào với việc chúng ta dành thời giờ cầu nguyện cho việc tụng niệm này, đặc biệt vào những lúc mệt mỏi, khó khăn trong việc huy động các khả năng tri giác; hoặc nói khác đi, khi chúng ta cảm thấy được Thánh Thần thúc đẩy dùng một lời cầu nguyện lặp đi lặp lại tuy nghèo nàn hơn, đơn sơ hơn so với nguyện ngắm, để trở lại với những gì cốt yếu

mà không dựa dẫm quá nhiều vào sự bộc lộ mang tính tri thức hay công việc của trí tưởng tượng...bởi đây là công việc của con tim. Sự lặp đi lặp lại này phải được thực hiện cách nhẹ nhàng, bình an, không bị ép buộc hay đòi hỏi nỗ lực (vốn sẽ tác dụng ngược). Cần chú ý đến sự hiện diện của Thiên Chúa trong chúng ta đang khi nhẹ nhàng hoà hợp thân xác và tinh thần với hình thức cầu nguyện này. Nhịp điệu lặp đi lặp lại có thể ủng hộ việc chúng ta đi vào trạng thái hồi tưởng. Trung thành với việc kiếm tìm Thiên Chúa cách khiêm tốn nhưng chân thành được diễn tả trong lời kinh này có thể dần dần ban cho chúng ta ơn để đi vào tình trạng chiêm ngắm đích thực và hiệp thông đầy yêu thương với Thiên Chúa.

Ngoài tính giản dị, lợi điểm của việc tụng niệm này là chúng có thể dần dần trở thành một thói quen (theo nghĩa tốt của từ) vốn làm cho chúng trở thành một nguồn có giá trị cho việc cầu nguyện vào những thời khắc khác trong ngày ngoài những giờ cầu nguyện đúng nghĩa. Đó có thể là khi chúng ta ở trong xe, đi bộ, mất ngủ, tham gia vào các hoạt động hay công việc vốn không chiếm hết tâm trí .v.v...

Bây giờ là một số suy tư về Lời Kinh của Chúa và Kinh Mân Côi.

10. Kinh nguyện Giêsu

Dựa trên nền tảng Kinh Nguyện Giêsu, một linh đạo xa xưa vốn bén rễ sâu trong Thánh Kinh¹⁵ và rất ý nghĩa về danh thánh Giêsu. Chính Đức Giêsu bảo chúng ta cầu nguyện nhân danh Ngài: “Anh em mà xin Chúa Cha điều gì thì Người sẽ ban cho anh em nhân danh Thầy” (Ga 16, 23). Công Vụ Tông Đồ thường nói về quyền năng của danh thánh Giêsu và xác quyết rằng, “Ngoài Người ra, không ai đem lại ơn cứu độ; vì dưới gầm trời này, không có một danh nào khác đã được ban cho nhân loại, để chúng ta phải nhờ vào danh đó mà được cứu độ” (Cv 4, 12).

Từ những thế kỷ đầu của kỷ nguyên Kitô giáo, một truyền thống đẹp đẽ đã phát triển việc kêu cầu danh Thánh Giêsu trong cầu nguyện, dù là những lời kinh ngắn như lời kinh mà Người Hành Hương Nga đã dùng hay rút ngắn lại thành việc lặp lại chỉ danh Thánh Giêsu thôi. Nhiều tác phẩm chứng thực điều này, chẳng hạn tác phẩm của Thánh Macarius Ai cập, một thầy dòng thế kỷ thứ sáu:

Khi còn là một đứa trẻ, tôi thường thấy các phụ nữ nhai cau để làm ngọt nước bọt của họ hầu tống bất cứ mùi hôi nào khỏi miệng mình. Đó là điều mà Danh Thánh Đức Giêsu Kitô Chúa chúng ta trở nên cho chúng ta: nếu chúng ta nhai danh thánh này bằng cách liên li đọc nó, nó sẽ mang lại mọi sự ngọt ngào cho tâm hồn và mạc khải những sự trên trời cho chúng ta, ngang qua Đấng là lương thực của niềm vui, giếng ơn cứu độ, suối nguồn nước hằng sống, sự ngọt ngào của mọi sự ngọt ngào; và mọi ý nghĩ xấu xa bị tống khỏi linh hồn nhờ danh này, danh của Đấng ngự trên các tầng trời. Chúa chúng ta là Đức Giêsu Kitô, Vua các vua, Chúa các chúa, thường công trên trời cho những kẻ hết lòng tìm kiếm Ngài.¹⁶

Để thực hành lời kinh này, xin tham khảo cuốn sách *Time for God* của tôi¹⁷, cũng như nhiều lời khuyên mở rộng và tuyệt vời hơn trong cuốn *La prière de Jésus* được viết bởi một thầy dòng của Giáo Hội Đông Phương, xuất bản vào năm 1963 bởi Chevetogne.

11. Kinh Mân Côi

¹⁵. Để có cái nhìn sâu xa hơn về chủ đề này, xin xem các tác phẩm của Thánh Bernardine Siena.

¹⁶. Trích bởi Ivan Gorby, de saint Antoine à saint Basile (Paris: Fayard, 1985), 258.

¹⁷. Times for God (2008), Dành Giờ Cho Chúa (Lm. Minh Anh dịch, 2016)

Kinh Mân Côi rất khác với Kinh Nguyện Giêsu, nhưng nó có thể được liệt vào danh mục những kinh tụng niệm đơn giản - những kinh mà, nếu tâm hồn chúng ta đồng tình, có thể dẫn chúng ta đến hiệp thông sâu xa với Thiên Chúa và đến sự nguyện ngắm.

Cùng với lời khẩn xin khiêm tốn, “Cầu cho chúng con là kẻ có tội”, kinh Kính Mừng có chiều kích ngợi khen và tạ ơn. Chuỗi Mân Côi cũng là một phương thể dõi theo, với sự trợ giúp của Đức Maria, mọi kho tàng mầu nhiệm của Đức Kitô, dù chúng ta không nhất thiết cần áp dụng các khả năng lý luận của mình vào việc suy gẫm mỗi mầu nhiệm.

Nó cũng mang lại ơn ích đặc biệt của việc kêu cầu Đức Maria, ngài dẫn chúng ta đi với lời kinh của ngài, sự hồi tưởng của ngài, sự thinh lặng và lắng nghe bên trong của ngài, sự hiệp thông của ngài với Thiên Chúa. Trong đoạn nói về sự đơn sơ của chuỗi Mân Côi, Cha Jean-Claude Sagne nói:

Khẩu nguyện dần dần trở nên trường dạy thinh lặng, ngang qua việc lao mình vào sự thinh lặng của chính Đức Maria. Đây là dấu ấn phi thường về sự ảnh hưởng mẫu tử của Đức Maria trên đời sống của các tín hữu: Mẹ lôi cuốn những kẻ đọc kinh Mân Côi vào sự lặng thinh của mình để lắng nghe Lời Chúa... Vì thế, việc đọc kinh Mân Côi, được dẫn dắt bởi Thánh Thần, là một sự chuẩn bị bên trong để đi vào cung lòng của Đức Maria, như là Lều Hội Ngộ, như là khoảng không nơi Lời Chúa được hiểu và lắng nghe, tin tưởng và làm theo cách trọn hảo.¹⁸

Cũng như Kinh Nguyện Giêsu, Kinh Mân Côi đòi hỏi sử dụng cả thân thể, cách đơn giản nhưng sâu sắc, với nhịp điệu của những từ được lặp đi lặp lại, tay đếm hạt Mân Côi, tư thế bình an và thờ nhẹ. Nó cũng đòi hỏi những thái độ thiết yếu khác của con tim và ý chí. Nó cung cấp cho trí óc chất dinh dưỡng “tối thiểu”, thức ăn rất đậm bạc, trong sự giản đơn của công thức được sử dụng. Bằng cách này, nó gọi lên cho tâm trí các giới hạn và vai trò cốt yếu của nó, vốn phải là một khả năng mang tính lãnh nhận, như đoạn sau đây trình bày:

Sự lặp lại ở đây là phương tiện bắt lấy sự chú ý của tâm trí một cách nhẹ nhàng hầu tâm hồn được tự do lắng nghe Lời Chúa và tuân giữ Lời Người. Trí năng bị xâm chiếm trong những hành vi lặp đi lặp lại cách nghiêm túc và những công thức ngắn, mà tâm hồn thấu hiểu, để làm cho người cầu nguyện sẵn sàng chú tâm cách thâm sâu nhất, và như thế ở yên trong bình an và tin tưởng bằng sự thinh lặng lắng nghe. Lời kinh của sự đơn sơ chứa đựng một bài học kín đáo, sâu sắc về những gì mà tâm trí con người được định nghĩa.

Nó nhắc cho chúng ta rằng, tâm trí con người trước hết là khả năng lĩnh hội vô tận nhưng tuyệt đối không có gì làm của riêng mình, cho đến khi nó được khoả lấp bởi các từ ngữ và hình ảnh đón nhận từ bên ngoài - từ thế giới, từ người khác. Rõ ràng từ đây sự ưu tiên phải luôn được dành cho việc lắng nghe hơn là nói, đón nhận hơn là làm, mở lòng đón lấy ân ban hơn là chu toàn một nhiệm vụ. Phần căn bản thường hằng này của tâm trí con người, phần bị động và phụ thuộc này... không những được chứng thực mà còn được kích hoạt bởi vị thế của thân thể trong lời kinh của sự giản đơn. Chính nhờ sự kiện đó mà những gì được dạy và thực hành ở đây cũng là thái độ thiêng liêng căn bản trong việc cầu nguyện của người Kitô hữu. Sự tham gia tối thiểu của thân thể vào lời kinh của sự đơn sơ, liên kết với một việc thực hành có sự tham gia rất ít của trí năng sáng tạo: tất cả những điều này giúp làm cho lời kinh này thành một trường dạy chiêm niệm thực sự cho mọi người. Chiêm niệm là việc cầu nguyện được tạo ra duy bởi Chúa Thánh Thần nơi người

¹⁸. Jean Claude Sagne, Viens vers le Père. L'Enfance spirituelle, chemin de guérison (Paris: Edition de Emmanuel, 1998), 138.

cầu nguyện, và vì thế, chiêm niệm là việc cầu nguyện được đón nhận cách thuần túy như một hồng ân được Thiên Chúa ban.

Trong sự giản đơn và nghèo khó của nó, Kinh Mân Côi rất cuộc là một lời kinh rất mạnh mẽ. Ngang qua đôi bàn tay dịu dàng, đầy tình mẫu tử của Đức Maria, Kinh Mân Côi dẫn chúng ta vào những thái độ căn bản, được mô tả trước đây, làm cho đời sống cầu nguyện của chúng ta trở sinh hoa trái: đức tin, niềm cậy trông khiêm tốn, và đức ái đơn giản, trung thành.

(Còn tiếp)

LTS. Lm. Minh Anh, TGP Huế có một tài sản rất lớn và quý báu, đồng thời sẵn sàng trao tặng cho bất cứ ai muốn nhận, đó là 15 bản dịch của những tác phẩm uy tín và giá trị. Quý vị có thể chọn lựa tên tác phẩm và xin nhận qua email bằng file, hoặc tham khảo tại đây (tải về máy dễ dàng):

<http://www.conggiaovietnam.net/index.php?m=module2&id=69>

KHÁT KHAO CẦU NGUYỆN

http://www.conggiaovietnam.net/upload/book/f_1487071912.doc

LÒNG THƯƠNG XÓT ĐÍCH THỰC

http://www.conggiaovietnam.net/upload/book/f_1487212022.doc

DÀNH GIỜ CHO CHÚA »

Nguyên tác: Du temps pour Dieu (Jacques Philippe)

Bản tiếng Anh: Time for God (Helena Scott)

Bản tiếng Việt: Dành Giờ Cho Chúa (Lm. Minh Anh)

...Xin mở file kèm »

ĐƯỢC GỌI ĐỂ SỐNG

Sẽ không làm sao hiểu được con người nếu tách nó khỏi một tiếng gọi trở nên người hơn. Vậy tiếng gọi đó đến từ đâu? Đâu là nguồn cội của nó? Đây là câu hỏi then chốt của một cuộc đời. Dẫu đứng trong quan điểm Kitô giáo, tôi vẫn tin rằng, những suy tư sau đây vẫn có một điều gì đó để nói với bất cứ ai thành tâm thiện chí.

...Xin mở file kèm »

CUỘC CHIẾN THIÊNG LIÊNG THEO THÁNH KINH, TRONG HỘI THÁNH & NƠI CÁC

THÁNH - ONWARD CATHOLIC SOLDIER

“Đừng sợ những mưu chước, những công kích của ma quỷ, kẻ có thể đến cướp phá và chiếm cứ thành phố linh hồn con. Không, đừng sợ, nhưng hãy như những chiến sĩ đang dàn quân trên mặt trận, vũ trang bằng thanh kiếm đức ái của Thiên Chúa. Thanh kiếm này là ngọn roi quất vào chúng” (Thánh Catarina Siêna). [...File kèm](#) ➡

Tìm Kiếm và Giữ Lấy Bình An - Searching for and Maintaining Peace

Cần biết rằng, con đường dẫn đến Thiên Chúa, dẫn đến sự trọn lành mà Thiên Chúa đòi hỏi nơi chúng ta thì ngắn hơn, hiệu năng hơn và thật hiển nhiên, dễ dàng hơn khi chúng ta học biết dần dần cách thức giữ lấy bình an thẳm sâu trong tâm hồn ở bất cứ hoàn cảnh nào. Vì lẽ, lúc bấy giờ, tâm hồn đã phó mặc cho sự dẫn dắt của Thánh Thần, và với ân sủng của Người, Thiên Chúa có thể hành động nhiều hơn những gì mà tâm hồn có thể thực hiện bằng sức riêng của mình. [...File kèm](#) ➡

TỰ DO NỘI TÂM - La Liberté intérieure (Jacques Philippe)

Cuốn sách này nói đến chủ đề nền tảng của đời sống Kitô giáo: tự do nội tâm. Mục đích của nó thật rõ ràng. Mọi Kitô hữu cần khám phá ra rằng, ngay trong những hoàn cảnh bên ngoài bất ưng nhất, bên trong chúng ta vẫn có một khoảng không tự do mà không ai có thể lấy đi, bởi Thiên Chúa là nguồn mạch và là bảo chứng của tự do đó. Không có khám phá này, chúng ta sẽ luôn luôn bị giới hạn cách nào đó và sẽ không bao giờ nếm hưởng được hạnh phúc đích thực. Nhưng nếu chúng ta học cách để cho khoảng không tự do nội tâm này mở ra, thì dù cho bao điều làm chúng ta đau khổ, vẫn không gì thực sự có thể đàn áp hay nghiền nát chúng ta. [...File kèm](#) ➡

Cẩm Nang Hạnh Phúc Gia Đình Kitô của D. Wahrheit

Cẩm Nang Hạnh Phúc Gia Đình Kitô của D. Wahrheit được hiệu đính từ một tập sách rất khó đọc dạng ronéo. Sau một thời gian dài tìm tác giả cũng như người dịch, tôi được Đức Ông Phêrô Nguyễn Văn Tài, Giám Đốc Đài Chân Lý Á Châu, cho biết: các sách có tên tác giả D. Wahrheit là những tác phẩm của Đài Chân Lý Á Châu đã phát thanh, được thính giả ghi lại trong thời gian khó khăn khi chưa có internet (D: Đài; Wahrheit: Chân Lý); và nay, được phép ngài cho phổ biến, tôi chân thành giới thiệu tập sách bổ ích **Cẩm Nang Hạnh Phúc Gia Đình Kitô** này cùng các bạn trẻ, cách riêng những bạn trẻ sắp bước vào đời sống hôn nhân. Lễ Thánh Monica, 27.8.2009. Lm. Minh Anh (Gp. Huế) [...File kèm](#) ➡

Thầy Dạy Khát Khao - Le Maître du désir

Con người muốn sống. Con người được tạo dựng để sống. Không chỉ tự nhiên tìm cách bảo tồn sự sống, nhưng chúng ta còn muốn phát triển nó, làm cho cuộc sống của mình hạnh phúc hơn, tươi đẹp hơn, thanh cao hơn, mạnh mẽ hơn; tắt một lời, sống động hơn. “Vì chưng, gánh nặng nề nhất là tồn tại mà không sống” (Victor Hugo). Sống có ý nghĩa gì nếu không có niềm vui sống? [...File kèm](#) ➡

HOA TRÁI THINH LẶNG - Thoughts in Solitude

Những lời ghi chép trong tập này được viết vào những năm 1953 và 1954 vào thời điểm mà tác giả, nhờ ân sủng của Thiên Chúa và nhờ sự rộng lượng của các Bề Trên, có thể tận dụng những cơ hội đặc biệt dành cho việc tĩnh tâm và suy niệm; từ đó, mới có đề tựa tập sách như trên. Điều này không muốn nói rằng, những lời ghi chép đó mang tính chủ quan hay tự thuật.

Chúng không hề được nhắm đến như một tường trình về những cuộc phiêu lưu tinh thần. Đối với tác giả, không có cuộc phiêu lưu nào để viết, và nếu có, nó cũng sẽ không phó mặc cho việc in ấn trong bất kỳ trường hợp nào. Đây chỉ là những suy tư về đời sống chiêm niệm, những hiểu biết bằng trực giác mà dường như có một tầm quan trọng cơ bản vào một lúc nào đó trong quá khứ. [...File kèm](#) ➡

Một Quan Điểm Công Giáo về Tác Phẩm Sống Theo Đúng Mục Đích - “A Catholic Perspective on The Purpose Driven Life”

Là một linh mục Công giáo Rôma, từ hơn 50 năm nay, tôi vẫn thường lướt qua những phim ảnh và những cuốn sách được yêu chuộng như là nguồn tài liệu khả dĩ có thể sử dụng cho việc giảng dạy và viết lách. Sự hiểu kỳ đó đã dẫn tôi đến với quyển sách của Mục sư Rick Warren. [...File kèm](#) ➡

Sống Theo Đúng Mục Đích - The Purpose-Driven Life

Ngày nay, ta biết quá nhiều thứ, nhưng lại ít biết về chính mình, theo đuổi nhiều thứ nhưng không biết cái gì là chính. Ta quay cuồng và bị lôi kéo, bị xô đẩy giữa biết bao khuynh hướng, trào lưu mà không biết đi về đâu. Biết mình, biết mục đích đời mình và sống đúng mục đích, điều quan trọng bậc nhất trong đời sống này sẽ giúp đời sống ta thay đổi, có ý nghĩa và triển nở đến vô tận. (TGM Giuse Ngô Quang Kiệt, giới thiệu) [...File kèm](#) ➡

BÀI CA CỦA BÌNH MINH - THE SONG OF THE DAWN

Người ta có thể ngạc nhiên khi những ý tưởng sâu sắc lại được tìm thấy trong những tác phẩm thi ca của các nhà thơ hơn là của các triết gia; bởi lẽ, nhà thơ vận dụng hết mọi nỗi niềm và khai thác tối đa khả năng tưởng tượng. Như đá lửa, trong chúng ta, có những hạt giống của ánh sáng. Qua lý trí, triết gia khơi dậy chúng, đang khi nhà thơ làm cho chúng chiếu toả rạng ngời hơn nhờ đặc ân tưởng tượng. Descartes, Cogitationes Privatae [...File kèm](#) ➡

ĐI TRÊN NƯỚC - WALKING ON WATER

Cầu nguyện, yêu thương, đời sống tinh thần, đời sống đạo đức sắp giải thoát bạn khỏi những ảo giác. Một khi đời sống đức tin triển nở, thật tuyệt vời, tuyệt vời! Nhưng khi nó trệch hướng, thì đó là bệnh hoạn, một dịch tễ phải tránh. Khi ảo giác rơi rụng, con tim không còn bị tắc nghẽn, tình yêu sẽ nở hoa. Đó cũng là lúc hạnh phúc chợt đến và bắt đầu có sự đổi thay. Và rồi, chỉ khi đó, bạn mới biết Thiên Chúa là ai... [...File kèm](#) ➡

TAKING FLIGHT - BAY LÊN ĐI!

Đã một thời, Tony de Mello, một linh mục dòng Tên dạy hàng thiêng liêng không ngừng đánh động tâm hồn bao người khắp năm châu; bởi lẽ, ngài quá yêu đời, yêu cuộc sống - một cuộc sống thực tế, sôi nổi và tràn đầy niềm vui. Những chuyện kể đầy mê hoặc, đầy nhiệt huyết, đậm nét hài hước và những hiểu biết sâu sắc của ngài về bí quyết hạnh phúc, về việc khám phá bản ngã đích thực của mỗi người - tất cả đã tạo nên một tác động đầy phấn khích cho bất cứ ai đã từng nghe ngài. Ngài đến cho những tâm hồn được giải thoát, cho người vô cảm biết yêu thương, đem ý nghĩa cho tất cả những gì làm nên một nẻo đường thiêng liêng trên đó bao người đang tiến bước. [...File kèm](#) ➡

SADHANA - MỘT NẸO ĐƯỜNG DẪN TỚI THIÊN CHÚA - Linh Thao Kitô Giáo Theo Lối Đông Phương

Nguyên bản tiếng Anh chúng ta đang có là Sadhana toàn tập, không rút gọn, như tác giả đã lưu ý (complete and unabridged). Vì thế, bạn sẽ có một bản dịch đầy đủ. Ước mong sao, chúng ta cùng khám phá những chiều kích mới mẻ của kho tàng hiểu biết và tinh thần bên trong chính mình, qua việc ý thức đem *toàn thể* con người - thân xác, linh hồn, con tim, lý trí, ký ức và tưởng tượng - đi vào cầu nguyện, đi vào chiêm ngắm Đấng đang ngự ở đó. [...File kèm](#) ➡

HUẾ CỔ VẾT TÍCH ĐẠO VÀ ĐỜI

“**Vestiges Religieux et Profanes du Vieux Hué**” của Cố Ngôn (J. B. Roux) được chuyển dịch như một đóng góp nhỏ nhân dịp Kỷ Niệm 15 Năm Đức Thánh Cha Gioan-Phaolô II tôn phong 117 Hiển Thánh Tử Đạo Việt Nam (1988-2003) với tựa đề “Vết Tích Chứng Nhân Đức Tin Của Huế Cổ”. Nay, nhân Kỷ Niệm 20 Năm Tôn Phong Các Thánh Tử Đạo Việt Nam (1988-2008), một lần nữa tập sách được tái bản với đề tựa mới, “Vết Máu Trên Huế Cổ”.

[...File kèm](#) ➡

VỀ MỤC LỤC

SỨ ĐIỆP TỪ CUỘC KHỔ NẠN (tiếp theo)

Lm. Micae Phaolô Trần Minh Huy, PSS



SỨ ĐIỆP TỪ CUỘC KHỔ NẠN

16. Tại Dinh Hêrôđê, sự thinh lặng và ước vọng của Chúa Giêsu

Vì vị nể dư luận và sợ lãnh trách nhiệm, Philatô đã ra lệnh dẫn Thầy đến cho Hêrôđê. Hêrôđê là một con người tà tâm, chỉ biết tìm thỏa mãn những dục vọng cuồng loạn của mình. Y lấy làm khoái chí được nhìn thấy Thầy phải ra hầu tòa của y, hy vọng sẽ được giải trí bằng những lời biện bạch và những phép lạ của Thầy!

Các con hãy xem sự nhòm tòm của Thầy trước mặt con người đầy tật xấu đó. Những câu hỏi, những cử chỉ và những dáng điệu của y càng làm cho Thầy phải xấu hổ hơn nữa.

Hỡi các linh hồn trong sạch và trinh khiết, các con hãy đến bao quanh Bạ của các con. Các con hãy nghe các chứng gian đứng lên chống lại Thầy. Các con hãy xem cơn khát kinh khủng của đoàn lũ ô hợp thêm khát gương xấu đã biến Thầy thành trò cười cho chúng!

Hêrôđê mong đợi Thầy trả lời những câu hỏi chua cay của y để biện hộ và bênh vực cho Thầy, nhưng Thầy chẳng hé môi và tuyệt đối im lặng trước mặt y. Chính sự thinh lặng đó là một bằng chứng cho phẩm giá cao vời của Thầy, vì những lời thô tục ấy không xứng đáng gặp được những lời rất trong sạch của Thầy.

Trong lúc đó, Trái Tim Thầy kết hiệp mật thiết với Cha trên trời. Ước vọng muốn ban cho các linh hồn Thầy rất mực yêu thương cho đến giọt máu cuối cùng thiêu đốt Thầy. Ý nghĩ rằng một ngày kia, bao nhiêu linh hồn sẽ theo Thầy, nhờ gương lành và sự thông dong của Thầy, làm Thầy cháy lửa mến yêu. Không những Thầy vui thích trong thời gian cuộc hồi cung khủng khiếp đó, mà còn muốn chạy ngay đến khổ hình thập giá nữa!

Sau khi đã hứng chịu những tấn công bỉ ổi nhất bằng sự thinh lặng tuyệt đối đó, Thầy để cho chúng đối xử như một người điên. Chúng mặc cho Thầy chiếc áo dài trắng để chế diễu, rồi dẫn Thầy trở lại cho Philatô giữa tiếng la hét của đám đông.

17. Trở lại Dinh Philatô, mối nguy hiểm của nhượng bộ cho bản năng

Kìa con xem, Philatô hoảng sợ và bối rối đến độ nào! Chẳng biết phải giải quyết thế nào về Thầy, và để cố gắng trấn an đám người khát máu đòi giết Thầy, y đã hạ lệnh cho đánh đòn Thầy.

Đó là hình ảnh của linh hồn thiếu can đảm và quảng đại để cương quyết cắt đứt với những đòi hỏi của thế gian, của bản năng hoặc của dục vọng mình. Thay vì đương đầu chống lại cơn cám dỗ và cắt đứt đến tận gốc rễ những gì nó biết là chẳng lành như lương tâm đòi hỏi, nó lại khi thì nhượng bộ một tật chứng nho nhỏ, khi khác lại chấp nhận một sự thỏa mãn nhẹ nhàng. Nếu nó quyết thắng mình ở điểm này, thì nó lại đầu hàng ở điểm khác đòi hỏi phải nhiều cố gắng hơn. Nếu nó chịu hãm mình trong một số trường hợp nào đó, thì nó lại ngần ngại trong nhiều trường hợp khác đòi hỏi phải khước từ những cái nho nhỏ làm mỗi cho nhục dục và thỏa mãn bản năng, để sống trung thành với Ơn thánh hoặc để vâng theo Lễ Luật.

Nó thỏa hiệp một nửa với tật chứng của mình, một nửa với những gì dục vọng kêu gào, và như vậy nó trấn áp tiếng Lương tâm cắn rứt. Chẳng hạn việc tiết lộ một lầm lỗi nó đã khám phá thấy nơi người lân cận. Đó chẳng phải vì bác ái huynh đệ, cũng chẳng phải vì lo lắng cho sự thiện, nhưng là một dục vọng ẩn mình, một tác động thầm kín của lòng ghen tị đã thúc đẩy nó ước muốn làm việc ấy.

Bấy giờ Ơn thánh và Lương tâm gióng lên cho nó một tiếng báo động và cảnh giác cho nó biết tinh thần nào đang hướng dẫn nó và sự bất công nó sắp phạm phải. Chắc chắn linh hồn ấy có chiến đấu vào lúc đầu, nhưng tình dục mà nó đã không kèm hãm sớm cướp mất sự chiến đấu, ánh sáng và can đảm để loại bỏ cái ý nghĩ quỷ quái kia đi. Bấy giờ nó nghĩ ra cách chỉ làm thinh một phần cái nó biết, mà không nín lặng hoàn toàn, và nó tự bào chữa cho mình như thế này: *“thiên hạ biết cả rồi ... tôi chỉ nói có một tiếng thôi!”*

Chính như thế đó mà con phó nộp Thầy cho người ta đánh đòn, như Philatô đã làm. Chẳng mấy chốc dục vọng đó sẽ hối thúc con hoàn tất công việc của nó! Con đừng tưởng như vậy là xoa dịu được cơn khát của nó. Hôm nay con đi bước đó, ngày mai con sẽ đi xa hơn. Và nếu con đã nhượng bộ trong một dịp nhỏ, thì con sẽ còn tìm ra lý do mạnh để nhượng bộ một cơn cám dỗ nặng nề hơn biết bao nhiêu!

18. Chúa Giêsu chịu đánh đòn, lời kêu gọi của các vết thương Chúa

Hỡi các linh hồn rất yêu dấu của Trái Tim Thầy, bây giờ các con hãy ngắm nhìn Thầy phó mình như chiến hiền lành cho chúng dẫn đến khổ hình khủng khiếp của việc đánh đòn!

Các lý hình độc ác say máu vút đổ xuống trên Thân Xác đầy thương tích và gãy gập vì mệt nhọc của Thầy, nào gậy, nào roi ... Mọi xương cốt Thầy run rẩy trong cơn đau đớn khủng khiếp nhất, vô số vết thương xé nát Thân Thầy. Những mảnh thịt của Thầy bay vút theo các móc sắt ở đầu mút roi giầy. Máu Thầy phun chảy từ khắp châu thân. Không mấy chốc Thầy đã đến tình trạng quá thê thảm, đến không còn hình tượng con người nữa! Các con có thể nào ngắm nhìn Thầy trong bề đấng cay đắng mà chẳng động lòng cảm thương sao?

Chẳng phải phần các lý hình an ủi Thầy đâu. Chính là các con, những linh hồn Thầy đã chọn, để làm nhẹ bớt nỗi đau đớn của Thầy. Các con hãy ngắm nhìn những Thương tích của Thầy, và hãy xem có người nào chịu đau khổ dường ấy để tỏ lòng thương yêu các con không?

Các con hãy nói cho Thầy rõ, những Thương tích của Thầy không mang lại cho các con Sức Mạnh để chiến thắng chính bản thân các con, và để kháng cự chước cám dỗ sao? Các con đừng sợ. Nỗi đau khổ của các con không lớn bằng sự khổ lụy của Thầy đâu. Ơn Thầy sẽ giúp các con thực hiện được những gì mà Thầy đòi hỏi ở các con.

19. Chúa Giêsu chịu đội mão gai, con đường Thánh ý Thiên Chúa.

Khi các lý hình đánh đấm Thầy đã chán mệt, chúng kết một triều thiên bằng gai nhọn đóng phụng vào đầu Thầy, rồi diễu hành trước mặt Thầy mà nói: “*Ê hoàng đế, chúng tao chào mi!*” Đám này nhục mạ Thầy, đám kia đập vào đầu Thầy, và mỗi người tăng thêm một nỗi đau đớn mới vào số những thống khổ đã làm kiệt quệ Thân Thầy.

Hỡi các linh hồn Thầy thương yêu, các con hãy ngắm nhìn Thầy: bị tòa kết án, bị đám đông chửi rủa phạm thượng, bị khổ hình đánh đòn, và dường như tất cả chường đó chưa đủ để hạ nhục Thầy nhất, chúng bắt Thầy đội mão gai, mặc áo đỏ giả vua để nhạo báng, chế diễu và kẻ như một kẻ khùng điên!

Phải, Thầy vốn là Con Thiên Chúa, là Đấng nâng đỡ vũ trụ, Thầy muốn được người đời xem như kẻ rốt hèn và đáng khinh miệt nhất. Không trốn tránh sự sỉ nhục, Thầy đã ôm ấp lấy nó để tha thứ những tội kiêu ngạo, và lôi kéo các linh hồn theo gương Thầy.

Thầy cho phép Đầu Thầy phải đội mão gai và chịu đau đớn, để đền tạ tội lỗi của vô số linh hồn kiêu ngạo, hằng chối từ chấp nhận những gì hạ thấp họ trước các thọ tạo. Thầy bằng lòng để phủ lên Vai Thầy chiếc áo nhạo cười, và phải cư xử như một thằng điên, để cho nhiều linh hồn không ngại theo Thầy trên con đường mà thế gian cho là dễ tiện và thấp hèn, và có lẽ chính các linh hồn ấy cũng xem như bất xứng với địa vị của họ. Không, không một con đường nào, không một hoàn cảnh nào là dễ tiện, là ô nhục cả, khi nó được sử dụng để theo Thánh Ý Chúa.

Còn các con, khi cảm thấy mình bị thu hút bên trong vào tình trạng đó, các con đừng kháng cự, đừng tìm cách thực hiện Thánh ý Chúa bằng cách làm theo ý muốn của các con, với những lý luận hảo huyền và kiêu căng. Các con đừng tưởng rằng có thể tìm được Bình An và Hạnh Phúc trong một điều kiện ít nhiều hiên hách trước mặt người đời. Các con chỉ tìm gặp được Bình An và Hạnh Phúc trong sự tuân phục Thánh Ý Chúa, và trong sự chu toàn trọn vẹn tất cả những gì Thánh Ý Chúa đòi hỏi.

Cũng có trong thế gian nhiều linh hồn tìm cách đặt trọn tương lai mình ở đời này. Có thể linh hồn này hoặc linh hồn nọ tự cảm thấy một sự lôi cuốn thầm kín hướng chiều về một con

người nào đó, mà nó đã khám phá được những đức tính, danh giá, đức tin và lòng đạo, lương tâm nghề nghiệp và tình cảm gia đình ... tất một lời là tất cả những gì đáp ứng lại nhu cầu yêu mến của nó. Nhưng phút chốc trí óc nó để tính kiêu ngạo thống trị. Dĩ nhiên những ước muốn của con tim được mãn nguyện về phương diện đó, nhưng lòng ham muốn hảo huyền được chói sáng trước mặt thế gian vẫn không được thỏa mãn...

Bấy giờ linh hồn ấy quay đi tìm nơi khác những gì lôi cuốn người đời chú ý tới nó hơn, bằng cách tỏ mình ra bên ngoài giàu có hơn, cao thượng hơn... Ôi linh hồn ấy ra mù quáng như vậy một cách ý thức dường nào! Không, chắc chắn các con sẽ không gặp được hạnh phúc mà các con đang tìm kiếm nơi thế gian này, và sau khi liều mình nguy hiểm như vậy, các con lại gặp nguy hiểm khác lớn hơn!

Phải nói gì về vô số linh hồn Thầy kêu gọi vào con đường thánh thiện và yêu thương, nhưng chúng làm như không nghe tiếng Thầy gọi! Làm lạc thay những kẻ nói rằng sẵn sàng làm theo thánh Ý Thầy, theo Thầy, kết hợp với Thầy, nhưng lại ẩn sâu mào gai vào Đầu Thầy!

...

Còn những linh hồn Thầy ước ao làm Bạn Thiết nghĩa của Thầy nữa, Thầy biết rõ họ đến tận những ẩn tình thâm kín nhất của lòng họ, và vì quá yêu thương họ, Thầy lôi kéo họ theo sự khôn ngoan của Thầy đến nơi mà Thầy biết là họ sẽ gặp được những phương tiện chắc chắn nhất để đạt tới sự thánh thiện. Chính ở đó mà Thầy sẽ tỏ Trái Tim Thầy cho họ, và chính ở đó mà họ sẽ cho Thầy nhiều tình thương hơn, và cũng nhiều linh hồn hơn nữa.

Nhưng biết bao chống đối và thất vọng! Biết bao linh hồn ra mù quáng vì kiêu ngạo, vì nhu cầu muốn được trọng kính thái quá, vì ước muốn thỏa mãn bản năng, vì tham vọng hảo huyền muốn trở nên một nhân vật gì đó, nên để cho những lý luận hảo huyền xâm lấn, và cuối cùng chối bỏ con đường Tình Yêu đã vạch cho.

Hỡi các linh hồn Thầy đã tuyển chọn, các con tưởng rằng khi theo đuổi sở thích của các con là các con đem lại cho Thầy sự vinh hiển mà Thầy chờ đợi nơi các con sao? Các con tưởng làm theo Thánh ý Thầy khi chống lại ơn Thầy đang kêu gọi các con vào con đường mà tính kiêu ngạo của các con chối bỏ sao? Biết bao linh hồn mù quáng vì kiêu ngạo! Thầy muốn con gia tăng hôm nay những cử chỉ hạ mình và tuân phục Thánh ý Chúa, để xin cho nhiều linh hồn được hướng dẫn trong con đường Thầy đã chuẩn bị cho họ với bao nhiêu tình thương.

20. Thích Baraba hơn Chúa Giêsu, Kêu gọi các linh hồn tuyển chọn yêu mến Thánh Ý Chúa hơn hết mọi sự

Quân dữ dẫn Thầy đầu đội mào gai, mình mặc áo đỏ trả lại cho Philatô, và mỗi bước đi, chúng trút đổ xuống Thầy những tiếng la ó, chửi mắng, nhạo cười ...

Vì không tìm được tội trạng nào nơi Thầy đáng phải trừng phạt, Philatô lại hỏi cung Thầy, và cuối cùng hỏi Thầy tại sao không trả lời y gì cả, biết rằng y có mọi quyền hành trên Thầy. Bấy giờ Thầy mới mở miệng nói với y: *“Ông chẳng có quyền gì trên tôi cả, nếu Ở Trên không ban cho ông, nhưng Kinh Thánh phải được nên trọn”*. Rồi Thầy lại lặng thinh và phó mình ...

Philatô, phần bị bối rối do lời cảnh giác của vợ, phần bị giằng co giữa những cần rút của lương tâm và mối lo sợ thấy dân chúng hỗn loạn đứng lên chống lại y, nếu y từ chối giết Thầy, đã đem Thầy ra trình diện với dân chúng trong một tình trạng bị thảm mà người ta đã gây nên cho Thầy, và đề nghị trả tự do cho Thầy bằng cách kết án thế lại Baraba, vốn là một tên cướp khét tiếng. Nhưng đoàn lũ giận dữ đồng thanh gào thét: *“Giết nó đi!... Chúng tôi muốn nó phải chết và tha cho Baraba”*.

Hỡi các con là những kẻ yêu mến Thầy, các con hãy xem chúng so sánh Thầy với một tên cướp, đúng hơn chúng đã hạ Thầy xuống tệ hơn một tên tội phạm quấy quá nhất... Các con hãy nghe những lời giận dữ chúng la hét chống lại Thầy, đòi giết Thầy.

Thay vì trốn chạy, Thầy đã vui lòng đón nhận sự sỉ nhục đó vì yêu mến các linh hồn và vì yêu mến các con. Thầy muốn chứng tỏ cho các con thấy tình yêu này không những dẫn Thầy đến cái chết, mà còn đến sự khinh miệt, nhục nhã và lòng hận thù của chính những kẻ mà Máu Thầy sắp đổ ra hết để cứu vớt chúng. Chúng coi Thầy như kẻ phiền loạn, mất trí, điên khùng... Thầy đã chấp nhận hết với sự dịu dàng bao la và lòng khiêm tốn thẳm sâu nhất.

Tuy nhiên, các con đừng tưởng lúc ấy Thầy không cảm thấy nhòe mờ, xót xa đau nhé... Trái lại, Thầy muốn bản tính nhân loại của Thầy nếm trải tất cả những nhòe mờ xót xa mà chính các con sẽ cảm nếm, ngõ hầu gương sống của Thầy làm các con vững mạnh trong mọi hoàn cảnh cuộc sống của các con.

Cũng thế, khi giờ đau khổ ấy đã điểm mà Thầy có thể thoát đi cách dễ dàng thì không những Thầy không làm như vậy, mà còn tha thiết đón nhận để hoàn tất Thánh Ý Chúa Cha, đền tạ vinh hiển Ngài, tha thứ tội lỗi thế gian và mua lấy phần rỗi cho nhiều linh hồn.

Hỡi những linh hồn được kêu gọi đến bậc trọn lành, nhưng đã nhiều lần tranh luận với tiếng mời gọi của ơn Thầy và đáp lại rằng: “Làm sao tôi có thể cam chịu sống trong cuộc sống tăm tối triền miên ấy được?... Tôi không quen với lối sống đó... Chẳng đời nào tôi mớ tay tới những việc hèn hạ như thế. Gia đình và bạn bè tôi sẽ cho là lỗi bịch... vì tôi có nhiều khả năng và tôi có thể trở nên hữu ích hơn ở những nơi khác” ...

Chính với những linh hồn đó, Thầy muốn trả lời rằng: *“Khi Thầy phải sinh ra bởi Cha Mẹ nghèo khó và vô danh tiểu tốt, xa quê hương, xa nơi ăn chốn ở, trong một máng bò lừa, vào một mùa cay nghiệt nhất trong năm, vào một giờ tối tăm và giá lạnh nhất trong đêm, hỏi Thầy có từ chối? Có ngần ngại không? Suốt ba mươi năm trường, Thầy cảm biết những lao nhọc vất vả của đời sống thợ thuyền. Cùng với dưỡng phụ Giuse của Thầy, Thầy đã chịu đựng những khinh miệt của khách hàng... Thầy không ngần ngại giúp đỡ Mẹ của Thầy, săn sóc căn nhà nghèo nàn... Thầy không có đủ hiểu biết để phải làm cái nghề thợ mộc khiêm tốn sao? Đang khi ngay từ lúc mới mười hai tuổi, Thầy đã dạy dỗ các bậc tiến sĩ ở trong Đền Thờ?”*

Nhưng đó là Thánh Ý của Cha trên trời, và chính như vậy mà Thầy làm cho Ngài được vinh hiển. Ngay buổi đầu cuộc sống công khai, Thầy có thể tỏ mình ngay là Đấng Cứu Thế và là Con Thiên Chúa, để chinh phục dân chúng và để làm cho họ chú ý đến giáo huấn của Thầy. Nhưng Thầy đã không làm thế, vì Thầy không có ước muốn nào khác hơn là làm theo Thánh Ý Chúa Cha trong hết mọi sự. Và khi giờ Thương Khó đến, xuyên qua sự độc ác của những người này, sự sỉ nhục của những người kia, sự bỏ rơi của các môn đệ, sự vô ơn của dân chúng, sự đau khổ khôn xiết của thân xác và sự phản kháng mãnh liệt của bản tính nhân loại của Thầy, Trái Tim Thầy ôm ấp lấy Thánh Ý ấy còn với nhiều tình yêu hơn nữa.

Và các con hãy biết rõ rằng, hỡi các linh hồn tuyển chọn, khi các con thắng lướt được những tởm ghét tự nhiên của các con, những chống đối của gia đình các con và những đàm tiếu của thế gian, mà quảng đại hiến mình cho Thánh Ý Chúa, thì bấy giờ trong sự kết hợp chặt chẽ với Ý muốn của Bậc Thánh của các con, các con sẽ nếm hưởng những dịu ngọt khôn tả xiết.

Điều Thầy đã nói với các linh hồn nhòe mờ đời sống khiêm hạ và khuất lấp, Thầy cũng lặp lại cho các linh hồn trái lại được kêu mời hiến dâng đời sống phục vụ nhân loại, đang khi hướng chiều của họ là thích sống trong quạnh hiu và bóng tối.

Hỡi các linh hồn đầu yêu, các con hãy so sánh đi: sống được người đời biết đến hay không được biết đến, được sử dụng hay không được sử dụng những tài năng mà các con lãnh

nhận, được trọng kính ít hay được trọng kính nhiều, được vui hưởng sức khỏe dồi dào hay đau ốm..., chẳng có gì trong tất cả những thứ đó tự nó là hạnh phúc cho các con đâu! Các con không biết một việc duy nhất bảo đảm hạnh phúc cho các con thôi sao? Đó là thực hiện Thánh Ý Chúa, kết hợp và thích ứng với tất cả những gì Thánh Ý Chúa đòi hỏi cho vinh hiển của Ngài và sự thánh thiện của các con.

Con hãy yêu mến và vui vẻ đón nhận Thánh Ý Thầy, vì con biết rõ rằng trong mọi sự, nó được vạch ra bởi Tình Yêu.

(Còn tiếp)

VỀ MỤC LỤC

TÌM CÁCH TRỖI DẬY SAU VẤP NGÃ, THẤT BẠI.

Hệ quả nghiêm trọng sẽ đến sau vấp ngã, thất bại nếu không biết trỗi dậy.

Vấp ngã, thất bại về nhiều mặt: Tình, tiền, sự nghiệp, danh vọng... trong cuộc đời này gần như là chuyện thường tình, rất nhiều người mắc phải. Nhưng sau mỗi lần vấp ngã, thất bại thì không phải ai cũng có đủ sáng suốt, bản lĩnh, nghị lực, kiên nhẫn, và được tư vấn, hỗ trợ về tinh thần cùng vật chất để có thể trỗi dậy, làm lại cuộc đời...

Vì thế, về mặt cá nhân đã có nhiều người quá bi quan, quá tuyệt vọng, không còn tin tưởng vào cuộc đời, vào con người, và vào chính bản thân mình nữa. Họ đành tìm cách tự kết thúc đời mình bằng "Tự tử". Đây là một thảm họa đau thương đang diễn ra hàng ngày ở khắp mọi nơi trên thế giới. Theo tổ chức y tế thế giới cứ 40 giây lại có một người tự tử trên thế giới. Và 10 nước có số người tử tử nhiều nhất trên thế giới là: 1Guyana, 2Nhật Bản, 3Hàn Quốc, 4SriLanka, 5Litthuania, 6Suriname, 7Mozambique, 8Tangania, 9Nepal, 10Kazakhstan. Trong đó có hai nước tiên tiến, công nghiệp đáng lưu ý là Nhật Bản và Hàn Quốc.

Về mặt xã hội, dù người đó đã mất đi, nhưng họ đã để lại một hệ quả nghiêm trọng về nhiều mặt, một thảm cảnh tang tóc cho gia đình, chồng (vợ) con, cho những người thân, họ hàng, bạn bè, làng xóm và nhiều mối liên hệ gai góc đối với xã hội...

Vậy bằng cách nào giúp một người sau vấp ngã, thất bại có thể trỗi dậy?

Trước tiên ta cùng tìm hiểu nguyên nhân của sự vấp ngã, thất bại. Có tìm được nguyên nhân thì cách chữa trị mới hiệu quả. Tôi nghĩ có hai nguyên nhân chính: Nguyên nhân khách quan, và nguyên nhân chủ quan. Mỗi nguyên nhân lại có cách trỗi dậy khác nhau...

Nguyên nhân khách quan:

Nhiều người, nhiều gia đình có thể mất người, mất cửa, mất cả gia nghiệp đã được tích lũy từ bao đời, vì những thiên tai ập đến như: Sóng thần, động đất, bão táp...Hoặc do những cuộc chiến tranh, loạn lạc... Đó là những vấn đề ngoài khả năng làm chủ của một cá nhân, một gia đình. Những thất bại này, bản thân cá nhân và gia đình bị nạn đáng thương hơn, không có gì đáng trách. Gặp cảnh này, chỉ còn cách ta bình tâm chấp nhận và kiên nhẫn làm lại từ đầu. Bảo hiểm, cùng tính nhân đạo “Lá lành đùm lá rách” của cộng đồng xã hội trong nước, cũng như quốc tế thường rất quan tâm và có trách nhiệm trợ giúp người bị nạn để mau khắc phục hậu quả. Ta thấy như cứu trợ bão lũ các tỉnh Miền Trung Việt Nam; khu nghỉ dưỡng Phuket Thái Lan được xây dựng lại đẹp hơn trước trận sóng thần năm 2004, chỉ sau 5 năm; Thủ tướng Shinzo Abe trong chính phủ Nhật Bản đã phân bổ ngân sách 250 tỷ USD tái thiết khu vực đồng bắc nước Nhật bị tàn phá sau trận động đất 2011, sau 4 năm, nơi đây đã gần như ban đầu...

Riêng người Công Giáo chân chính thì nhìn các sự kiện đó như là những biến cố: “Dấu chỉ của thời đại”. Họ cầu nguyện để nhận ra “Thánh ý của Thiên Chúa” trong biến cố, mà chấp nhận vâng theo. Vì họ tin: “Hai con chim sẽ chỉ bán được một xu phải không? Thế mà, không con nào rơi xuống đất ngoài ý của Cha anh em. Thì đối với anh em cũng vậy, ngay đến sợi tóc trên đầu anh em, Người cũng đã đếm cả rồi” (Mt 10, 29-30)

Một điểm quan trọng nữa là qua những biến cố đó, như nhắc nhở người “Kitô hữu đích thực” tái khẳng định: Vật chất và đời này chỉ là tạm bợ. Cái vĩnh hằng không nằm ở đó, mà ở phần linh hồn thiêng liêng bất tử, là nước Thiên Chúa. Vì, mục đích sống ở đời này với người Công Giáo là thờ phượng Thiên Chúa, yêu thương anh em để đời sau hưởng phúc vinh hiển: “Lạy Cha, ...sự sống đời đời, đó là họ nhận biết Cha, Thiên Chúa duy nhất và chân thật, và nhận biết Đấng Cha đã sai đến, là Giêsu Kitô” (Ga17, 3). Vững tin như thế, họ sẽ vui sống trong phong ba bão táp “Cũng có lúc mưa dòn sóng vỗ/ Quyết ra ta buồm lái với cuồng phong...” (Nguyễn Công Trứ, Chí làm Trai). Họ xác tín: “Sinh ký tử qui”

Nguyên nhân chủ quan:

Những vấp ngã, thất bại do chính bản thân một người, một gia đình tạo ra như: cờ bạc, cá độ, rượu chè trai gái hút sách, trộm cắp cướp bóc...Đây quả là một vấn nạn nhức nhối không những với chính người lỗi lầm, mà còn với những người liên hệ có trách nhiệm như: Cha mẹ, vợ chồng, anh em họ hàng thầy cô, bạn bè, các vị lãnh đạo tinh thần các tôn giáo, và cả cộng đồng xã hội...

Tìm hiểu ta thấy, con người khi mới sinh ra thì: “Nhân chi sơ tính bản thiện” (Mạnh Tử). Nhưng khi sống trong xã hội đã chịu nhiều ảnh hưởng. Ảnh hưởng từ giáo dục đến môi trường sống, tạo ra nhiều khác biệt, tốt xấu, đúng sai lẫn lộn. Nhiều người sống theo bản năng, đã sai phạm, lỗi lầm, đam mê bất chính dẫn đến tán gia bại sản, thân tàn ma dại, đổ vỡ...Mỗi lỗi lầm sai phạm đều có một nguyên nhân, một nguồn gốc khác nhau...Như thế, có cả trăm nguyên nhân dẫn vào con đường tội lỗi vấp ngã, thất bại, bất chính. Nào là: đua đòi, ham tiền, ham danh, ham chức, ham gái, thiếu hiểu biết, thiếu trách nhiệm, buồn, thất tình, chán đời, buông

thả không làm chủ được mình, đến bị bạn bè xấu rủ rê, sống trong môi trường xấu của xã hội. Nhưng có lẽ có hai nguyên nhân chính:

Một là cá nhân thiếu hiểu biết, chưa được giáo dục đầy đủ nên nhận thức không đúng đắn. Họ không biết: “Cờ bạc là bác thằng bần/ Cửa nhà bán hết ra thân bần cùng” hay “Chanh chua, mà khế cũng chua/Mấy thằng cờ bạc là vua ăn mày”, hay “Thuận vợ thuận chồng, tát bể đông cũng cạn”. Vì thế họ mắc lỗi lầm. Cũng có thể là cá nhân không làm chủ được bản thân, sống theo bản năng “Bản năng không bao giờ thay đổi” (Freud 1856-1939, Bác sĩ phân tâm học) mặc dù họ đã được giáo dục, được học hỏi, có hiểu biết. Hoặc là cả hai điều trên, vừa thiếu hiểu biết, vừa không làm chủ được mình, sống theo bản năng, dù đã được giáo dục dạy bảo nhiều lần...

Hai là do ảnh hưởng của môi trường sống. Môi trường sống quanh ta hôm nay, nhất là nơi đô thành có quá nhiều điều kiện, phương tiện thuận lợi để phạm tội. Thế giới hôm nay với phim ảnh xấu tràn đầy, điện thoại thông minh, các mạng xã hội mời chào, mời gọi cá độ, chơi bài cùng các quán ăn nhậu, nhà hàng trá hình, nạn hút sách. Lúc đầu thử tăng một, tăng hai, tăng ba rồi tới bốn, một lần, hai lần sau cùng thành nghiện ngập. Nghiện ngập hết tiền sinh ra trộm cướp...

Dù là nguyên nhân nào thì tôi nghĩ cách cứu vớt một người lầm lỗi, vấp ngã, thất bại ra khỏi cơn mê, con bệnh đó thường là phải song hành: Vừa cách ly, vừa giúp người lầm lỗi nhận thức đầy đủ và đúng đắn điều họ đã lỗi phạm, vấp ngã để họ tự ý thức mà từ bỏ, như cứu một người chết đuối thì trước tiên phải đưa họ ra khỏi nước, rồi sẽ cứu chữa sau. Chữa cháy nhà thì cứu người ra khỏi đám cháy trước, rồi mới chữa cháy...

Cách ly, theo dõi và giúp người lầm lỗi nhận thức đầy đủ và đúng đắn.

Nên cách ly người lỗi lầm ra khỏi môi trường đang bị vấp ngã như cách xa bạn bè xấu, không đến quán nhậu mờ ám, hay sòng bài đồ đen sát phạt nhau, cách ly những trang mạng mời gọi cá độ bài bạc, phim ảnh xấu... Có thể ngưng sử dụng máy tính, điện thoại thông minh. Ngoài ra, ta cần giúp người vấp ngã nhận thức đầy đủ, đúng đắn, phân biệt đúng sai, lành dữ, thiện ác, công tội... Tất cả những điều đó cần dựa theo lương tâm ngay lành, dựa theo luật pháp hiện hành, theo truyền thống...Sau cùng, nếu người lầm lỗi cố tình không sửa chữa, hay tái phạm thì phải đi đến cải tạo theo luật định...

Người Công Giáo thì cho rằng nguyên nhân sâu xa nhất dẫn đến lỗi phạm vấp ngã được gọi chung là tội. Tội nặng nhất ở đây là quay lưng lại với Lòng Thương Xót của Chúa, không biết tạ ơn về muôn hồng ân Chúa đã ban cho mình được là người và là con Chúa. Khi phạm tội là không còn sống trong ân sủng của Chúa, cụ thể là không kết hợp với Thánh Thể Chúa Giêsu. Như thế, họ đã chết phần linh hồn, trước khi phần thể xác trở nên tiêu tụy, gia đình tan nát...

Do đó, việc đầu tiên muốn trở lại là phải sám hối, và cần thức tỉnh bằng việc học hỏi lại Lời Chúa dạy trong Kinh Thánh; Mười Điều Răn Chúa, cùng Năm điều Hội Thánh dạy (luật luân

lý). Nhưng quan trọng hơn cả là lời cầu nguyện cùng Chúa, lời cầu nguyện với người Kitô hữu cần thiết như hơi thở trong cuộc sống. Vì: “Thầy là cây nho, anh em là cành. Ai ở lại trong Thầy và Thầy ở lại trong người ấy, thì người ấy sinh nhiều hoa trái, vì không có Thầy anh em chẳng làm được gì” (Ga15, 5). Giúp người lỗi lầm hồi tâm và vững lòng Tin, Cậy, Mến vào Thiên Chúa đầy lòng yêu thương, Ngài sẵn lòng tha thứ dù ta tội lỗi ngập trời. Lịch sử Kitô Giáo có quá nhiều tấm gương giúp người lỗi lầm mau hồi tâm và trở lại đường ngay nẻo chính: Thánh Phaolô ngã ngựa và bị phạt mù mắt, sau đó sám hối; Thánh Phêrô chối Chúa ba lần, sau này khi nghe tiếng gà gáy ông đâm ngực ăn năn đền tội. Cả hai ông đều trở thành môn đệ cột trụ của Hội Thánh Công Giáo.

Phản kết

Ta cần giúp người vấp ngã, lầm lỗi biết rõ những sai lầm khuyết điểm của mình, những hệ quả nghiêm trọng khôn lường dẫn đến tan nát hạnh phúc bản thân, gia đình; mất danh dự cho dòng họ; phiền nhiễu xóm làng và gương xấu cho xã hội. Người mắc lỗi không được đổ lỗi cho người khác, cho khách quan; mà phải thật nghiêm khắc với chính mình. Giúp người lỗi phạm biết tìm một biểu tượng đánh động nào đó để nhắc nhở suốt đời như Thánh Phêrô, suốt đời khi nghe tiếng gà gáy sáng thì ăn năn thống hối. Người lỗi phạm cũng cần tự đeo cho mình một chiếc vòng “Kim Cô” như Tôn Ngộ Không được Quan Âm Bồ Tát đội cho, trong truyện “Tây Du Ký” của tác giả Ngô Thừa Ân. Một Khi người lỗi phạm muốn “ngựa quen đường cũ” thì chiếc vòng thất lại giúp anh thức tỉnh và sám hối...Người vấp ngã, lỗi phạm và thất bại phải luôn biết cầu nguyện, kết hợp chặt chẽ với Chúa, mới hy vọng không tái phạm.

Cursillista Inhaxiô Đặng Phúc Minh

VỀ MỤC LỤC

CƠN ĐAU THỂ CHẤT

Tại Hoa Kỳ, có nhiều tổ chức y khoa chuyên nghiên cứu về vấn đề Đau Nhức Cơ Thể vì đây là một trong mấy rối loạn sức khỏe thường xảy ra. Các tổ chức này đã phát động một chiến dịch để thỉnh cầu chính quyền các tiểu bang thừa nhận tháng 9 mỗi năm như là thời gian để mọi người ý thức được sự trầm trọng của niềm đau thể chất. Đồng thời họ cũng khuyến khích người cung cấp dịch vụ y tế gia tăng các phương thức điều trị để giảm khó khăn cho bệnh nhân.

Cùng khi đó, vào tháng 3 năm 2005, dân biểu Mike Rogers đã đệ trình Hạ Viện Hoa Kỳ dự luật HR 1020 National Pain Care Policy Act of 2005, nhằm thúc đẩy chính quyền thành lập một Trung Tâm Quốc Gia về Đau Nhức cũng như tăng cường sự hướng dẫn, nghiên cứu, điều trị Cơn Đau. Dự Luật được thảo luận vào ngày 14 tháng 9 năm 2005.

Coi vậy ta thấy những cơn Đau Thể Chất vẫn là một ám ảnh lớn của người bệnh. Vấn đề rõ ràng hơn nhất là trong thời gian vừa qua, một vài loại thuốc chống đau đã được rút khỏi thị trường sau khi có những nhận xét nghiêm khắc về tác dụng xấu của chúng.

Ngoài ra, đã có một thời kỳ, giới y tế cũng như công chúng đã không để ý nhiều tới sự điều trị và nghiên cứu về cảm giác đau của cơ thể khi bệnh loạn thương tích. Nhiều trường hợp đau vì ung thư hoặc đau cận tử đều không được chữa tới nơi tới chốn. Đây là một thiếu sót lớn của y giới vì điều trị Đau Nhức một cách hữu hiệu là một phần rất quan trọng trong việc chăm sóc bệnh nhân.

Vậy xin cùng tìm hiểu về những Cơn Đau Thể Chất này.

Đau là gì?

Tự điển tiếng Việt định nghĩa Đau là “trạng thái khó ở, nhức nhối về thể chất gây ra do thương tích và bệnh tật”.

Năm 1968, tác giả M. McCaffery định nghĩa “Đau là bất cứ cái gì khó chịu mà nạn nhân nói ra và ở nơi nào mà họ chỉ”

Năm 1979, Hội Quốc Tế Nghiên Cứu về Đau định nghĩa: “Đau là một kinh nghiệm khó chịu về cảm giác và xúc động gây ra do thương tích của tế bào hoặc được biểu lộ qua tình trạng hư hao của các tế bào”.

Còn Plato phát biểu bao quát hơn “Đau là cái gì liên can tới thể chất nhưng cũng nói lên kinh nghiệm khó khăn về tinh thần”.

Về y học, Đau là phản ứng của cơ thể trước một kích thích.

Kích thích được dây thần kinh ngoại vi tiếp nhận, truyền vào tủy sống rồi đưa lên phần Thalamus của não bộ, nơi mà cảm giác đau được phát hiện. Sau đó Thalamus lại chuyển tín hiệu đó tới vùng não trách nhiệm về cảm giác thể chất, cảm giác xúc động và sự suy tư. Não sẽ đưa ra biện pháp đối phó, thích nghi, cũng như tiết ra những hóa chất làm dịu cơn đau hoặc báo động sự hiểm nguy. Do đó con người có phản ứng khác nhau với sự đau.

Có người đau nhiều, người đau ít, có người tức giận có người thản nhiên. Cơn đau của Thiên Đâu Thống chắc làm ta chú ý và phản ứng nhiều hơn là đau khi cắt quả táo mà lưỡi dao sắc lẹm nhẹ vào da.

Cường độ cảm giác đau cũng thay đổi tùy theo nhiều yếu tố.

Yếu tố từ con người như tâm trạng, thái độ đối với đau; kỷ niệm đau trong quá khứ; trình độ học vấn và giai tầng trong xã hội, tuổi tác và giống tính.

Một em bé chưa đi nha sỹ bao giờ mà chỉ nghe bạn bè kháo nhau “ông ấy khoan răng tao đau quá trời chúng mày ơi”, thì chắc sẽ khóc thét khi chỉ mới nhìn thấy ông bà nha sỹ.

Một lực sĩ chú tâm biểu diễn chắc có thể tỉnh bơ, cắn răng chịu đựng khi mũi giày vấp vào vật cứng. Tâm trạng sợ hãi, mệt mỏi trầm buồn làm tăng cảm giác đau. Cũng như câu nói ‘Công chúa đứt tay khóc la như thợ cày bị sừng trâu nhọn hoắt húc lòi ruột ra ngoài”.

Các sự việc này khiến ta liên tưởng tới khái niệm “ngưỡng cửa ” về cảm giác đau (Pain Threshold), một giới hạn dưới đó ta tỉnh bơ với kích thích, với tác nhân gây đau.

Người có tín ngưỡng mạnh coi sự đau đớn như trừng phạt của Thượng đế với tội lỗi của mình thì cũng chịu đựng được sự đau đớn.

Rồi lại còn yếu tố tập tục văn hóa khích lệ con người trai lý, ngậm bồ hòn làm ngọt “Bite the Bullet” trước cơn đau để biểu dương nhân cách cang cường.

Cảm giác Đau hoàn toàn có tính cách cá nhân, chủ quan, không đo lường được nên chỉ có đường sự mới diễn tả được đau ở đâu, đau khi nào, đau nhiều hay ít. Do đó không ai có thể cảm thấy cái đau của người khác cũng như cơn đau của mỗi người mỗi khác. Và người chăm sóc phải luôn luôn coi lời than phiền là có thực, mà chẳng nên phủ nhận “rõ thực chỉ giả vờ” hoặc đánh giá thấp khó khăn của người bệnh.

Đã có nhiều đề nghị thêm cảm giác Đau vào Bốn Dấu Hiệu Sinh Tử Vital Signs được y học dùng từ nhiều thế kỷ để xác định tình trạng sức khỏe xấu tốt. Đó là huyết áp, nhịp tim, nhịp thở và nhiệt độ. Theo các giới chức này, Đau là một dấu hiệu của bệnh tật và có thể được y giới dùng để ước lượng sự khỏe mạnh hoặc đau yếu của con người.

Với người lớn tuổi, hiện nay có một Thang Số Number Scale đánh số từ số 0 là không đau đến số 10 là đau nhiều nhất. Bệnh nhân sẽ được hỏi và ghi mức độ đau theo bảng này.

Ngoài ra còn Thang Nét Mặt Face Scale với nét bình thản, hơi nhăn nhó và đau phát khóc hoặc Thang với hàng chữ từ không đau tới đau vừa, đau nhiều hơn và đau lắm. Các Thang này giúp xác định cường độ đau cũng như để theo dõi kết quả điều trị.

Đau nhức là một khó khăn rất thường xảy ra. Cứ mười người thì có đến tám người than phiền đau nhức đầu đó trên cơ thể và là lý do đi khám bệnh nhiều nhất, đặc biệt là với các vị tuổi cao.

Nào là đau lưng, nhức xương, thoái hóa cột sống, đau răng, đau mình, đau vì ung thư, đau sau giải phẫu, đau của người già, đau kinh kỳ phụ nữ. Thôi thì trăm thứ. Theo thăm dò ý kiến thì chỉ 1 trong 4 người bị đau với các hậu quả như giảm sinh hoạt hàng ngày, đời sống khó khăn, lo ngại, trầm buồn, bức tức, vắng mặt nơi làm việc được là điều trị tới nơi tới chốn. Số còn lại triển miên nhăn nhó với cơn đau.

Các loại Đau

Về sinh hóa học, khi bị tổn thương, tế bào sẽ tiết ra mấy hóa chất đưa tới cơn đau, như Prostaglandins, Histamine, Serotonin, Cytokin. Hóa chất Endorphin lại làm bớt đau

Đau có thể là mãn tính hoặc cấp tính tùy theo thời gian cơn đau kéo dài lâu mau và cũng tùy theo nguyên nhân gây ra Đau.

a- Đau cấp tính.

Đây là một hỗn hợp nhiều cảm giác và xúc động khó chịu với mấy đặc tính như sau:

- Xuất hiện khi tế bào bị tổn thương và tan biến khi vết thương lành;
- Nhẹ thoảng qua nhưng đôi khi kéo dài vài tuần vài tháng;

- Khởi sự đột ngột, rất mạnh kèm theo vài phản ứng của cơ thể như la làng khóc lóc, đổ mồ hôi, huyết áp lên cao, tim đập nhanh, tức giận. Cũng có người thân nhiên như không có chuyện gì xảy ra.

Các nguyên nhân thông thường của Đau này là do thương tích, phỏng, gãy xương, bong gân, giải phẫu, sanh đẻ, bệnh hoạn ở tình trạng nghiêm trọng.

Ngoài sự khó chịu, cơn đau cấp tính còn có vài tác dụng khác: báo hiệu, bảo vệ cho con người về nguy cơ và mức độ hư hao tế bào. Từ đó sẽ có một số phản ứng tự vệ như rút tay chân về, co bắp thịt hoặc thay đổi vị trí cơ thể để giảm đau như ôm bụng, nằm ngửa nằm nghiêng.

b- Đau kinh niên.

Đau kinh niên kéo dài khá lâu, sau thời gian lành của thương tích, bệnh hoạn hoặc có thể hết đi rồi tái xuất hiện. Đau này nhiều khi khó trị vì không chữa dứt được nguyên nhân gây ra đau;

Trước đây đau kinh niên được hiểu như đau kéo dài dăm ba tháng. Bây giờ ngoài thời gian lâu mau, đau này còn bao gồm các hậu quả như gây ra mất ngủ, khó khăn trong nếp sống, suy sụp tinh thần, thể chất.

Nguyên nhân có thể là do chấn thương, hậu giải phẫu, ung thư, viêm xương khớp, bệnh dây thần kinh.

Ngoài ra ĐAU còn được phân chia làm nhiều nhóm tùy theo nguyên nhân thể chất:

a- Đau do thương tích hoặc bệnh hoạn ở ngoài hệ thần kinh như hơi nóng, độ lạnh, va chạm mạnh hoặc do hóa chất kích thích. Gãy xương, bong gân, phỏng, cồng giá, viêm vi nhiễm trùng, viêm khớp...là những thí dụ.

Đau này có tính cách bảo vệ vì nó báo cho ta hay có rủi ro xảy ra mà ta phải tránh.

Cơn đau thường ngằm ngằm và tiêu tan khi vết thương lành.

b- Đau do tổn thương tế bào dây thần kinh ngoại vi hoặc trung ương như đau sau khi bị bệnh zona, tai biến não, trong bệnh tiểu đường, nghiện rượu kinh niên, ung thư, Hội chứng Đường Hàm Cổ Tay, dây thần kinh bị u bướu đè lên...

Đau thường kéo dài cả tháng, đôi khi nhiều năm dù sau khi vết thương đã lành.

c- Đau hỗn hợp với thương tích trong ngoài thần kinh như với chứng thiên đầu thống, đau bắp thịt trên mặt.

d- Trường hợp Đau Chi Ma Quái Phantom Limb Pain cũng rất đặc biệt. Người bệnh cảm thấy đau ở phần chân tay đã bị cắt cụt giống như cái đau ở phần chi đó trước khi được lấy đi. Đây là một loại đau rất khó hiểu trong y học.

Đặc tính cơn đau

a- Nơi đau.

Đau có thể tại chỗ như trên da, khớp xương, gân; thương tổn chỗ này mà đau chỗ khác như cơn đau tim angina lại đau ở cánh tay trái; viêm ruột dư góc dưới bụng bên phải lại đau nơi chấn thủy; đau dọc theo dây thần kinh như bệnh Zoster; đau toàn thân fibromyalgia.

b- Thời gian lâu mau.

Đau chớp nhoáng như kim châm; đau nhịp nhàng trong trường hợp thiên đầu thống migraine hoặc hư răng; từng cơn kéo dài khi đau ruột; đau tăng dần tới tột điểm, kéo dài một lúc rồi giảm như trong cơn đau tim angina; đau liên tục của viêm xương khớp; cơn đau kịch phát paroxysmal như tổn thương dây thần kinh.

c- Mức độ đau

Nhẹ ngoài da; đau dát; đau ngằm ngằm; đau quặn; đau như cắt, vặn ép; đau chớp nhoáng như điện giật.

d- Đau kèm theo các khó khăn khác như buồn nôn, ói mửa, nổi đom đóm mắt, ù tai

Hậu quả Đau không điều trị.

Khi cơn đau kéo dài, cơ thể có một số đáp ứng sinh học để bảo vệ nhưng nếu kéo dài lâu hơn thì lại không tốt.

Chẳng hạn như khi đau tim không chữa thì tăng nhịp tim, huyết áp, sức cản thành mạch máu, sử dụng đường khí, độ đông đặc máu. Hậu quả là mất cân, nóng sốt, tim phổi suy, kích xúc.

Đau cơ quan hô hấp kinh niên thì ta sẽ giảm nhịp thở và phổi sẽ bị viêm hoặc sưng.

Đau bao tử ruột thì các cơ quan này giảm nhu động để bớt đau khiến cho tiêu hóa chậm và đưa tới táo bón, kém dinh dưỡng, mất cân.

Cơ thể đáp ứng với đau xương khớp bằng co cứng bắp thịt, giảm cử động để bớt đau. Hậu quả là bất động, suy yếu, mệt mỏi.

Ngoài ra nếu không điều trị đúng đắn thì đau có nhiều nguy cơ trở thành kinh niên, đưa tới không hoàn tất được các công việc thường nhật như ăn uống tắm rửa, vận động cơ thể hoặc trở nên buồn phiền lo âu mất ngủ, cô lập, khó khăn trong việc làm tình.

Đau kinh niên cũng đưa tới giảm sản xuất, kém lợi tức, vắng mặt tại sở làm, trường học, thất nghiệp.

Khó khăn điều trị

Đau là những khó khăn chủ quan nên chưa xác định được bằng đo lường khách quan, máy móc. Người bệnh diễn tả nhiều ít ra sao thì y giới theo đó mà sắp đặt phương thức điều trị, gia giảm liều lượng được phẩm.

Nhiều vị nhất là cao niên không nói hết sự đau đớn vì sợ, vì không muốn cho là lắm chuyện hoặc vì thói quen chịu đựng hoặc không diễn tả được chi tiết, ngôn ngữ bất đồng.

Ngày 7 tháng 5 năm 2005 vừa qua, hệ thống thông tin ABC công bố kết quả một thăm dò do Bác sĩ Carmen R. Green thực hiện Kết quả cho thấy nhiều bác sĩ cung cấp ít điều trị cho nữ giới hơn là nam giới mặc dù họ có cùng một thứ đau.

Đi Khám Bác sĩ

Để giúp bác sĩ trị liệu, bệnh nhân nên để ý mấy điểm như sau:

a- Khi đi khám bệnh lần đầu vì Đau Nhức, nên ghi rõ thời gian và hoàn cảnh đưa tới khó chịu, các giải phẫu bệnh tật đã có, phương thức điều trị đã áp dụng.

b- Mang tất cả thuốc men đã dùng, kết quả thử nghiệm, hình quang tuyến

b- Tả rõ đặc tính của cơn đau như là đau kéo dài bao lâu, bắt đầu từ chỗ nào, lan ra đâu, đau nhiều hay ít, các yếu tố làm đau tăng hoặc giảm...

d- Các phương thức chữa đau hiện thời hoặc trong quá khứ, kết quả điều trị;

e- Trong gia đình có ai bị đau như vậy không?

g- Ảnh hưởng đau vào các sinh hoạt hàng ngày cũng như vào các chức năng cơ thể;

h- Ghi những điều muốn hỏi bác sĩ như nguyên nhân gây đau, chữa thế nào, tác dụng ngoại ý của điều trị, tương lai đau sẽ ra sao, mình phải làm gì, bác sĩ sẽ làm gì, có cần khám bác sĩ chuyên môn nào khác, bao giờ tái khám, các ước vọng của mình với điều trị.

Điều trị

Có nhiều cách điều trị các đau nhức:

1- Dùng phẩm.

a- Thuốc chống đau không á phiện và không steroid

b- Thuốc chống đau có á phiện;

c- Các thuốc giảm đau hỗ trợ như thuốc trị bệnh kinh phong, trầm cảm, thuốc gây tê tại chỗ.

2- Không dùng dược phẩm như tâm lý trị liệu, phản hồi sinh học biofeedback, thư giãn, thôi miên, châm cứu, cây con thiên nhiên, vật lý trị liệu, xoa bóp, chườm nóng lạnh, tập luyện, bó bất động

Các phương thức này có vai trò phụ trợ chứ không thay thế cho dược phẩm, giải phẫu. Ngoài công dụng giảm đau, phương thức này còn giúp người bệnh bớt lo lắng, tăng khả năng kiểm soát, đối phó với cảm giác đau, giúp ngủ ngon, thư giãn cơ thịt, vui sống hơn.

3- Giải phẫu.

Thường thường thì các phương thức điều trị kể trên đều có thể giảm đau đớn cho người bệnh. Tuy nhiên đôi khi cũng phải sử dụng tới phẫu thuật như thay khớp, cắt bỏ cung sau (laminectomy) để giảm áp suất trên dây thần kinh, kết nối đốt sống (spinal fusion), cắt dây thần kinh dẫn cảm giác đau...

4 -Các kỹ thuật tân tiến: Một máy kích thích điện tử được cài vào cơ thể người bệnh để chặn không cho cảm giác đau lên não bộ; một máy bơm giở từng giọt thuốc giảm đau vào chỗ đau vừa tiết kiệm thuốc vừa tránh tác dụng ngoại ý.

5- Việc dùng cần sa, nicotine để giảm đau đang là đề tài tranh cãi. Theo một số nhà y học, cần sa công hiệu với các đau kinh niên ung thư. Nhưng mới giữa tháng Tư năm 2006 vừa qua, Cơ Quan Thực Dược Phẩm Hoa Kỳ không đồng ý việc hợp thức hóa dùng cần sa

để giảm đau vì “cần nghiên cứu thêm”. Riêng nicotine thì nghiên cứu tại Đại Học Columbia cho biết có thể giảm cảm giác đau..

6- Bác sĩ Harold Koernig, Đại Học Duke cho hay trong đau đớn có nhiều yếu tố liên hệ khác như lo sợ, trầm buồn, bức tức, mất hy vọng, cô đơn. Niềm tin tôn giáo giúp giải tỏa các cảm xúc này thì cũng giảm các cơn đau. Thăm dò của ABC News và nhiều bệnh nhân cũng đồng ý như vậy.

Tâm lý trị liệu cũng giúp bệnh nhân có kiến thức cận kề về cơn đau và biết cách đối phó bằng thư giãn toàn thân.

Người bệnh cũng nên có một kế hoạch đối phó, thích nghi với khó khăn đau nhức. Họ cần hợp tác với thầy thuốc có kinh nghiệm để cùng tìm phương thức giảm thiểu; để ý tới các xúc động gây ra do đau nhức; nghỉ ngơi đầy đủ nhưng cũng không quên vận động cơ thể, dinh dưỡng cân bằng, nếp sống lành mạnh; không tự sống cô lập vì lý do đau mà nên gia nhập nhóm cùng cảnh ngộ để chia sẻ hỗ trợ lẫn nhau.

Ngoài ra có một vài ngộ nhận về điều trị đau kinh niên của giới cao niên mà ta cần để ý:

a- Đau nhức không phải là một thành phần trong tiến trình hóa già như nhiều người tưởng. Nhưng tuổi cao thường dễ có những đau lưng, nhức gối vì lý do khác nhau như thời tiết, hoặc từ các bệnh kinh niên và đều có thể điều trị được, bằng cách này hay cách khác.

b- Nhiều người cứ ngại khi dùng thuốc chống đau có thuốc phiện vì sợ bị ghiền. Thực ra dùng lâu có thể khiến bệnh nhân tùy thuộc vào thuốc nhưng không phải lúc nào cũng ghiền thuốc. Trước khi cho các thuốc này, bác sĩ thường cân nhắc kỹ càng từng trường hợp.

Kết luận

Đau Nhức không những là vấn đề sức khỏe cá nhân mà còn ảnh hưởng tới tình trạng kinh tế, xã hội của đất nước. Theo viện Quốc Gia Hoa Kỳ về An Toàn và Sức khỏe Nghề nghiệp thì hàng năm Đau Nhức đã đưa đến thất thoát cả trăm tỷ mỹ kim vì đau khiến công nhân không làm việc được, vì phí tổn chăm sóc điều trị.

Người bị đau nhức kinh niên có thể trở thành xa cách, cô lập với gia đình, bạn bè cũng như không chu toàn chăm sóc được con cái, vợ chồng. Và đó mới là điều đáng buồn, đáng quan tâm.

Bác sĩ Nguyễn Ý Đức

www.bsnguyenyduc.com

Tuyển tập Videos Sống Vui Sống Khỏe

Vài hàng giới thiệu : Xin trân trọng giới thiệu tuyển tập Videos "Sống Vui Sống Khỏe" của BS Nguyễn Ý Đức. Tuyển tập này là những bài nói chuyện hữu ích về y tế, dinh dưỡng và sức khỏe của BS Nguyễn Ý Đức trên các đài truyền hình được đưa lên Internet. Cùng với bộ sách "[Câu Chuyện Thầy Lang](#)" và những ấn phẩm đã được xuất bản, những bài viết trên Internet, tuyển tập Videos "Sống Vui Sống Khỏe" này sẽ cung cấp nhiều thông tin hữu ích, đóng góp vào việc cải thiện vấn đề sức khỏe cho cộng đồng người Việt Nam khắp nơi.

<http://www.youtube.com/user/DrNguyenYDuc/videos>

VỀ MỤC LỤC

Giáo sĩ: xuất phát từ giáo dân, hiện diện vì giáo dân và cậy dựa vào giáo dân

- Mọi liên lạc: Ghi danh, thay đổi địa chỉ, đóng góp ý kiến, bài vở..., xin gởi về địa chỉ

giaosivietnam@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?)

- Quy 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