

## NĂM NGUỒN MẠCH ĐỜI SỐNG KITÔ HỮU

Eli Thành sj

*Nguồn mạch sức sống của tôi ở đâu?*

### LỜI MỞ ĐẦU

**Đời sống Kitô hữu** là sống như Đức Kitô, là kết thân với Chúa Cha trong Thần Khí tình yêu. Khi kết thân với Thiên Chúa như Đức Kitô con người làm con Thiên Chúa, được chia sẻ sự sống của Chúa Ba Ngôi. “*Tất cả những gì của Cha đều là của con*” (Lc 15,31). **Đời sống Kitô hữu** là sống đích thực và vĩnh viễn.

**Khi chịu Phép Rửa Tội**, con người được Thần Khí ngự trong lòng, ban ơn thánh sủng, được là con Thiên Chúa, trở thành Kitô hữu. Hoa quả của đời sống Kitô Hữu là chia sẻ sứ mạng của Đức Kitô “*như Cha đã sai Thầy, thì Thầy cũng sai anh em*” (Ga 20,21), đặc biệt qua ba sứ vụ Ngôn Sứ, Vương Đế và Tư Tế của Ngài. Tân tông lãnh nhận sự sống mới này như một mầm nhân có *khả năng lớn lên, chớm nở và sinh hoa kết quả*. ‘Có khả năng’, chứ tân tông chưa là Kitô hữu trưởng thành. Tất cả người Kitô hữu cần về nguồn mạch để vun trồng mầm nhân sự sống làm con Thiên Chúa.

Tác phẩm này có ba phần:

**Phần I. Đời sống Kitô hữu**, với ba sứ vụ: 1) Ngôn sứ, 2) Vương đế và 3) Tư tế.

**Phần II. Năm nguồn mạch đời sống Kitô hữu**: 1) Thần Khí, 2) Phép Thánh Thể, 3) Đời sống Cầu nguyện, 4) Các Mối Phúc thật, và 5) Chiêm niệm trong hoạt động.

**Phần III. Năm Phụng Vụ**: 1) Mùa Vọng, 2) Mùa Giáng Sinh, 3) Mùa Chay và 4) Mùa Phục sinh.

Vì tầm quan trọng của Bí Tích Sám Hối, nên chúng ta thêm một mục về những nguyên tắc để “**Canh tân Bí tích Thống Hối và Hoà Giải**”.

*Lạy Chúa,  
xin nhận lấy trọn cả tự do, trí nhớ, trí hiểu,  
và trọn cả ý muốn của con,  
cùng hết thảy những gì con có,  
và những gì thuộc về con.  
Mọi sự ấy, Chúa đã ban cho con.  
Lạy Chúa, con xin dâng lại Chúa hết thảy.  
Tất cả là của Chúa.  
Xin Chúa sử dụng hoàn toàn theo Ý Chúa.  
Chỉ xin ban cho con lòng mến Chúa và ân sủng Chúa.  
Vì được như thế, là đủ cho con.*

**Amen.**

### PHẦN I

#### ĐỜI SỐNG KITÔ HỮU

Thiên Chúa mời gọi tôi **chia sẻ đời sống của Chúa Ba Ngôi**. Ngài mời tôi đồng hình đồng dạng với Đức Kitô nhờ Thần Khí nối kết tôi với Chúa Cha trong tình yêu. Thần Khí là tác nhân chính. Tôi cộng tác với Thần Khí bằng cách mở lòng, tin tưởng và vâng phục Chúa Cha.

Từ khi tôi khám phá ra viên ngọc quý này ước muốn đích thực của tôi chỉ là **‘phụng sự Thiên Chúa nhiều vì tình yêu thuần khiết’** (Lt 370).

*Trên tất cả, tôi mong ước rằng tôi là một nguồn vui cho Thiên Chúa, thì Chúa Cha mời gọi tôi chia sẻ sứ mạng Ngôn Sứ, Vương Đế và Tư Tế của Đức Kitô.*

## **ĐƯỢC SINH RA BỞI NƯỚC VÀ THÁNH THẦN**

Rửa tội theo tiếng Hy-lạp là “*baptizein*”, có nghĩa là “*đìm xuống*”; cùng với Đức Kitô được mai táng, chúng ta chết đi, sống lại, lãnh nhận Thần Khí và có thể gọi Thiên Chúa là Cha. Thánh Irênêô diễn tả kết quả của phép rửa tội, khi dự tòng được đìm vào nước nhân danh Chúa Cha, Chúa Con và Chúa Thánh Thần được như sau: “*Khi chúng ta được tái sinh nhờ phép rửa tội nhân danh Ba Ngôi Thiên Chúa, chúng ta được Chúa Cha ban tặng sức sống phong phú của Ngài qua Chúa Con nhờ Chúa Thánh Thần. Người chịu phép rửa nhận lãnh Thần Khí của Chúa, chính Chúa Thánh Thần dâng hiến họ cho Ngôi Lời tức là Chúa Con, và Chúa Con đón nhận họ và dâng hiến họ cho Chúa Cha.*”

Phép rửa tội là một biến cố căn bản. Nhờ hồng ân phép rửa tội con người tham gia vào mầu nhiệm Phục Sinh của Đức Kitô và gia nhập vào Giáo Hội; khi được xúc dầu thánh, tân tòng chia sẻ với Đức Kitô **sứ vụ ngôn sứ, vương đế và tư tế**. Trong Cựu Ước, các vua, các ngôn sứ và các thượng tế được xúc dầu khi nhận lãnh chức vụ của mình. Danh từ “*Kitô*” bắt nguồn từ tiếng Hy Lạp và có nghĩa là “*được xúc dầu.*” Khi chịu phép rửa và được xúc dầu thánh, chúng ta được thánh hiến bởi dấu ấn của Chúa Thánh Thần và trở thành một “*Kitô*”, chia sẻ với Ngài sứ vụ ngôn sứ, vương đế và tư tế của đồng loại.

Được sinh ra bởi nước và Thánh Thần, người tân tòng lãnh nhận sự sống mới như một mầm nhân có *khả năng lớn lên, chớm nở và sinh hoa kết quả*. Trong thế giới tự nhiên, ‘ra đời’, ‘bắt đầu sống’ nghĩa là em bé mới sinh ra có đầy đủ khả năng thể lý và tâm lý để chớm nở và trở thành một người mạnh khỏe, tài ba. ‘Có khả năng’, nhưng thực sự chưa là người trưởng thành. Người được tái sinh trong Chúa Kitô cũng vậy. Trong thế giới siêu nhiên, ‘ra đời’, ‘bắt đầu sống’ nghĩa là, người tân tòng, nào là một em bé hay là người lớn, khi nhận lãnh Chúa Thánh Thần được đầy đủ khả năng để, nhờ những đóng góp của cộng đoàn, chớm nở, trưởng thành và sinh ra hoa quả.

Khi chịu phép Rửa Tội, nhờ Thần Khí tình yêu, chúng ta bắt đầu sống. **Sống như thế nào?** Trong thế giới siêu nhiên ‘**sống**’ là ‘**yêu**’. “*Tình yêu mến đối với Thiên Chúa là sức khỏe của linh hồn. Khi không có được tình yêu tròn đầy, linh hồn cũng chẳng có được sức khỏe tròn đầy. Do đó, linh hồn đằm bệnh, vì bệnh hoạn chẳng qua chỉ là thiếu sức khỏe. Thành thử, khi chẳng có được một cấp độ yêu mến nào cả, linh hồn sẽ chết. Còn khi có được một cấp độ nào đó trong lòng mến yêu, dù cấp độ hết sức nhỏ bé, linh hồn vẫn sống dù rất yếu nhược, do tình yêu nơi nó quá ít ỏi. Tuy nhiên, càng tăng trưởng trong tình yêu, linh hồn càng có sức khỏe và một khi có được một tình yêu trọn hảo thì sức khỏe của linh hồn sẽ nên tròn đầy*” (Gioan Thánh Giá, “*Khúc linh ca*”, 11, n.11).

‘Mến yêu’ là ý muốn và là lời mời Thiên Chúa dành cho mọi người: kết thân nên một với Đức Kitô và với tha nhân trong tình yêu. Yêu thương bằng hành động chứ không phải chỉ bằng môi miệng và cảm xúc. Yêu thương và nỗ lực xây dựng một thế giới công bằng, hòa bình và bác ái.

*Cộng tác với mọi người thiện chí.* Trong thực tế, việc nỗ lực xây dựng một thế giới công bằng, hòa bình, bác ái là mục tiêu của rất nhiều người có lòng thiện chí, dù là Kitô hữu hay không; tuy nhiên, nhờ nhận lãnh Thần Khí Thiên Chúa, người Kitô hữu đem đến một ý nghĩa và một chân trời mới cho những nỗ lực này của những người thiện chí không cùng đạo, bởi vì chính Chúa nâng đỡ những cố gắng này và qua người Kitô hữu; chính Chúa hiện diện tiếp tục công trình tạo dựng và cứu rỗi con người.

**Đời sống mới và cộng đoàn.** Cũng như mỗi em bé khi sinh ra đều có một mái ấm gia đình và các phương tiện xã hội để lớn lên và nên người, người Kitô hữu cũng sinh ra trong một cộng đoàn, là thành phần nhỏ của Giáo Hội rộng lớn. Chịu phép Rửa Tội không phải là một biến cố riêng của người tân tòng. Phép rửa tội luôn là một biến cố của cộng đoàn, bởi vì mức độ triển nở và trưởng thành của mỗi người tân tòng tùy thuộc vào sức sống của cộng đoàn. Khi được rửa tội,

người Kitô hữu gia nhập vào cộng đoàn. Chính trong cộng đoàn, người được rửa tội sẽ gặp gỡ Đức Kitô và cùng với anh em **thi hành sứ vụ tư tế, vương đế và ngôn sứ.**

### **Câu hỏi phản tỉnh**

1. Nhìn lại tiểu sử của tôi, tại sao tôi nhận thấy phép rửa tội là một quà tặng cho tôi?
2. Bí tích Rửa tội ban cho ta những ơn nào?
3. Người lãnh nhận Bí tích Rửa tội thề hứa những gì?
4. Tôi có thể làm gì để làm chứng cho Đức Kitô đích thực hơn?

## **1. SỨ VỤ ‘NGÔN SỨ’ CỦA ĐỨC KITÔ VÀ CỦA NGƯỜI KITÔ HỮU**

*“Rời Đức Giêsu đến Na-da-rét, là nơi Người sinh trưởng. Người vào hội đường như Người vẫn quen làm trong ngày sa-bát, và đứng lên đọc Sách Thánh. Họ trao cho Người cuốn sách ngôn sứ I-sai-a. Người mở ra, gặp đoạn chép rằng: Thần Khí Chúa ngự trên tôi, vì Chúa đã xức dầu tấn phong tôi, để tôi loan báo Tin Mừng cho kẻ nghèo hèn. Người đã sai tôi đi công bố cho kẻ bị giam cầm biết họ được tha, cho người mù biết họ được sáng mắt, trả lại tự do cho người bị áp bức, công bố một năm hồng ân của Chúa”* Đức Giêsu cuộn sách lại, trả cho người giúp việc hội đường, rồi ngồi xuống. Ai nấy trong hội đường đều chăm chú nhìn Người. Người bắt đầu nói với họ: *“Hôm nay đã ứng nghiệm lời Kinh Thánh quý vị vừa nghe.”* Mọi người đều tán thành và thán phục những lời hay ý đẹp thốt ra từ miệng Người (Lc 4,16-22).

*Thế giới ngày nay rất cần những ngôn sứ đích thực trong mọi phạm vi cuộc sống, cá nhân cũng như cộng đoàn.*

*Vị ngôn sứ là xưởng ngôn viên của Thiên Chúa, chỉ đường cho đồng loại bước theo Thánh Ý Ngài trong những hoàn cảnh cụ thể của cuộc sống. Qua các ngôn sứ, Chúa gởi một lời cho dân Ngài để dân Ngài được sống. Vị ngôn sứ có hai nhiệm vụ chính: một mặt vạch trần lối sống chạy theo những thần tượng nhất thời, mặt khác chỉ ra những cách sống theo lời mời gọi của Thiên Chúa và những đòi hỏi của đức công bằng và lòng bác ái. Nhạy bén trước những biến đổi của thời đại, vị ngôn sứ gởi lên một lời nói hay một hành động của Đức Kitô, áp dụng Phúc Âm vào các hoàn cảnh cụ thể. Ngôn sứ nhắc lại những gì là ưu tiên trong cuộc sống hàng ngày; khuyến khích chúng ta lắng nghe những lời kêu van của anh em. Qua hành động và cách sống của chính mình, vị ngôn sứ chỉ ra cách sống mới.*

*Ngôn sứ dùng lời đơn sơ và ngay thẳng.* Con người có thể nghe và hấp thụ lời Chúa khi lời đó được diễn giải ra một cách đơn sơ đơn giản. *Lời Chúa ‘nhập thể’ khi tự giới hạn để trở thành lời của loài người.* Chính sự yếu đuối của lời đó làm cho người nghe cảm thấy vẫn được tự do. Muốn tôn trọng sự tự do của anh em, vị ngôn sứ loan báo lời Chúa một cách ngay thẳng, không thêm vào những lời đe dọa hay hứa hẹn vật chất hoặc sức quyến rũ của chính mình.

*Mở đường hy vọng.* Khác ngày xưa, ngày nay vị ngôn sứ không làm cho chúng ta sợ. Quá nhiều người đã sợ sẩn rồi! Vị ngôn sứ loan báo niềm hân hoan có thể có nếu con người kết thân với Thiên Chúa; không đe dọa về hình phạt như các ngôn sứ ngày xưa, nhưng dùng lời nhân hậu; không nhắc đến tận thế mà thông báo những chân trời mới. Khi vạch trần vấn đề, vị ngôn sứ vẫn hiền hòa và kiên nhẫn. Như chính Thiên Chúa, vị ngôn sứ luôn hoạt động vì tình yêu. Thánh Phan-xi-cô Assisi làm gương mẫu của một ngôn sứ nhân hậu. Được Chúa kêu gọi tái thiết Giáo Hội, ngài đã bỏ nếp sống giàu sang và lựa chọn nếp sống khó nghèo. Chưa chắc Phan-xi-cô ý thức mình là một ngôn sứ, nhưng bằng nếp sống mới, ngài đã mở đường tái thiết Giáo Hội và tỏ mình là một vị ngôn sứ hiền hậu, mới lạ, tràn đầy yêu thương.

*Có nhiều kiểu ngôn sứ khác nhau,* mỗi kiểu có giá trị của nó và tất cả bổ túc cho nhau. Được dựng nên theo hình ảnh Thiên Chúa, mỗi người có một ‘lời’ đang phán ra suốt cuộc đời mình. Nếu ‘nói ra’ trong Thần Khí, lời đó sẽ có sức lực tác sinh của Chúa. Bao lâu ‘lời’ của mình chỉ diễn tả ước muốn trần tục, lời đó chỉ là tiếng *“thanh la phèng phèng, chũm choẹ xoang xoảng”*

(1 Cr 13,1). Nếu ‘nói ra’ nhờ Thần Khí soi sáng và tác động, chúng ta sẽ phán những lời có khả năng mở đường hy vọng cho kẻ lãnh nhận lời mình. Không có một kiểu ngôn sứ nào hoàn hảo; chúng ta cần để ý đến những phản ứng khác nhau của mỗi ngôn sứ gọi lên nơi từng người với hiệu quả khác nhau trong cộng đoàn. Ngôn sứ giả nói những lời dân Chúa dễ nghe, nhưng lại chẳng sinh ra kết quả. *‘Qua trái biết cây’*. Qua những phản ứng khác nhau, chúng ta có thể xác định vị ngôn sứ là xướng ngôn viên đích thực của Chúa hay không?

**Vị ngôn sứ hay bị bách hại**, không phải lúc nào cũng được đón nhận. Trong tám mối phúc thật, chúng ta thấy thái độ đích thực của vị ngôn sứ và lý do vì sao họ bị bách hại.

Ngôn sứ luôn luôn có hiệu quả, nhưng chưa chắc vị ngôn sứ sẽ chứng kiến được; chưa chắc vị ngôn sứ luôn luôn được hoan nghênh tán thưởng.

Ngôn sứ làm cho người ta suy nghĩ.

**Chúng ta rất cần đến các vị ngôn sứ.** Tại sao ngày nay chúng ta cần những vị ngôn sứ? Nhiều người cần nghe một lời mời từ Thiên Chúa. Ôn gọi của người Kitô hữu ngày nay chẳng khác gì ngày xưa. Được rửa tội trong Đức Kitô, theo lá thư Đê-nhê-tô, “*các Kitô hữu cho thấy một nếp sống lạ lùng và ai cũng phải công nhận là khó tin*”. Tuy nhiên, ngày nay thế nào là nếp sống cá nhân và tập thể đúng theo Thánh Ý Chúa? Ai có thể giúp chúng ta đón nhận những biến đổi thời đại và diễn giải tin mừng Đức Kitô vào hoàn cảnh thực tế của chúng ta? Ngày nay nhiều người cần nghe một ngôn ngữ mới bởi vì đối với họ ngôn ngữ cũ của cộng đoàn không còn ý nghĩa nữa. Điều nguy hiểm trong hoàn cảnh bấp bênh là dùng lời Chúa chỉ để nhắc nhở lề luật, điều lệ và cảm đoán mà thôi. Lúc đó đức tin trở thành một cách hành đạo tôn trọng tập tục hơn là đón nhận những lời mời gọi của Chúa. Như vậy chúng ta quay về quá khứ hơn là hướng đến tương lai.

**Chúng ta cần đến nhóm và cộng đoàn ngôn sứ**, vì ngày nay chỉ một vị ngôn sứ thôi không đủ. Chúng ta cần đến *cộng đoàn ngôn sứ* sống một cách mới, sống tương thân tương ái và chỉ cho chúng ta một con đường mới để chúng ta có thể sống chung với nhau. Chúng ta cần *nhóm ngôn sứ* cùng với nhau lắng nghe và nhận lãnh lời Chúa. *Nhóm ngôn sứ* đón nhận lời Chúa trong đất tốt, vun trồng lời đó đến khi chớm nở, lớn lên và sinh hoa trái. *Cộng đoàn ngôn sứ* chứng minh rằng nước Thiên Chúa có thể được thực hiện trong thế giới ngày nay và như thế, chứng tỏ rằng Ngài luôn luôn hiện diện trong cuộc sống chúng ta. Lời Chúa đầy ý nghĩa khi nhập thể và được sống nơi những ai cùng chia sẻ một hoàn cảnh cụ thể. Nhờ gương sáng của một *cộng đoàn ngôn sứ*, người ta tin tưởng dễ dàng hơn vào tiếng nói của Chúa.

**Vị ngôn sứ cần cầu nguyện.** Khi cầu nguyện vị ngôn sứ phơi bày hoàn cảnh bất bênh của đồng loại trước mặt Chúa và lắng nghe Thần Khí. Vị ngôn sứ tin tưởng vào sức mạnh và khôn ngoan của Thiên Chúa; tin rằng Thiên Chúa có nhã ý mời chúng ta cộng tác vào công trình tạo dựng của Ngài. Vị ngôn sứ hỏi: “*Chúa muốn con nói gì, làm gì bây giờ ngõ hầu hoàn cảnh này có thể biến đổi và trở nên công bằng, nhân từ hơn?*” Ngôn sứ tin rằng khi mình đồng tâm nhất trí với Thần Khí của Thiên Chúa, hoa quả dồi dào có thể chớm nở ngay giữa sa mạc.

**Những cám dỗ của ngôn sứ.** Vị ngôn sứ lớn tuổi nghe Thần Khí với lòng giàu kinh nghiệm, vị ngôn sứ trẻ nghe Ngài với tâm hồn đơn sơ và cởi mở. Mỗi người, mỗi tuổi có khả năng đặc biệt. Nhưng, cũng có thể bị những cám dỗ riêng:

- một cám dỗ là dùng quyền thế Thiên Chúa ban cho ngôn sứ để bảo đảm đời riêng, chiều theo ý muốn và ích lợi của mình (*‘truyền cho những hòn đá này hoá bánh đi!’*); lo cho chính bản thân vì sợ sự nghèo hèn, không dám tin vào lời Thiên Chúa và sức lực của Thần Khí. “*Kìa người gieo giống đi ra gieo giống*” (Mt 4,3);

- bị cám dỗ tạo ra cho mình một uy tín, một danh tiếng, không dám để sức lực của sự thật hoạt động và thu hút những ai thuộc về sự thật;

- bị cám dỗ báii lạy trước quyền thế và vinh hoa lợi lộc thế gian.

Ngoài người Kitô hữu, kẻ khác cũng có thể có hành vi mang ý nghĩa ngôn sứ. Điều này khích lệ chúng ta. Những người theo các đạo khác cũng hay chiến đấu chống bất công và sự dữ, họ cũng xả thân cho công bằng và đoàn kết. Sứ vụ ngôn sứ của người Kitô hữu là mang lý do, khả năng và ý nghĩa mới cho thiện chí năng động này. Sự hiện diện của Chúa nơi vị ngôn sứ xác định rằng, những nỗ lực này nối tiếp ước muốn của Chúa, là Đấng Dựng Nên vũ trụ đã nhập thể để cứu rỗi toàn thể nhân loại.

### **Câu hỏi phản tỉnh**

1. Trong cuộc sống hiện tại chung quanh tôi, có những hoàn cảnh bấp bênh nào cần một tia hy vọng?
2. Trong các hoàn cảnh đó tôi có thể làm gì để **nghe** Thiên Chúa và **phán ra** những lời mở đường hy vọng cho dân của Ngài?
3. Lúc khủng hoảng tôi hay nhắc đến lề luật và cảm đoán hoặc tôi có lắng nghe những tác động đầy hy vọng của Chúa?
4. Bằng cách nào cộng đoàn, hay nhóm, đã khuyến khích tôi can đảm bước theo Đức Kitô và tìm đường hướng mới cho cuộc sống?

## **2. SỨ VỤ ‘VƯƠNG ĐẾ’ CỦA ĐỨC KITÔ VÀ CỦA NGƯỜI KITÔ HỮU**

**“Các ông còn cãi nhau sôi nổi xem ai trong Nhóm được coi là người lớn nhất. Đức Giêsu bảo các ông: “Vua các dân thì dùng uy mà thống trị dân, và những ai cầm quyền thì tự xưng là ân nhân. Nhưng anh em thì không phải như thế, trái lại, ai lớn nhất trong anh em, thì phải nên như người nhỏ tuổi nhất, và kẻ làm đầu thì phải nên như người phục vụ. Bởi lẽ, giữa người ngồi ăn với kẻ phục vụ, ai lớn hơn ai? Hẳn là người ngồi ăn chứ? Thế mà, Thầy đây, Thầy sống giữa anh em như một người phục vụ” (Lc 22,24-27).**

Khi lớn lên trong tình yêu, người Kitô hữu biết sử dụng mọi quyền thế mình đang có như Chúa Kitô sử dụng, tức là để khiêm nhường phục vụ anh em.

**a) Toàn quyền của Đức Kitô.** Đức Kitô là vua trời đất; là vua trên tất cả các vua chúa trần gian. Chúa Cha trao cho Ngài toàn quyền trên trời dưới đất (Mt 28,19). Ngài được quyền thế của Chúa Cha, là Đấng Tạo Hóa, đang tiếp tục thể hiện nơi chúng ta kế hoạch đầy vinh quang của Ngài. Đức Kitô là vua của lịch sử nhân loại, có trách nhiệm cùng với nhân loại xây dựng vương quốc của Chúa Cha: *“Vương quốc sự thật và sự sống, vương quốc thánh thiện và ân sủng, vương quốc công chính, yêu thương và an bình”* (Kitô Vua).

**Khiêm nhường phục vụ.** Đức Kitô có trách vụ và quyền thế để giúp mỗi người thực hiện ơn gọi Chúa Cha dành cho mình. Ngài sử dụng quyền này khi khiêm nhường phục vụ, rửa chân, thanh tẩy và thánh hóa chúng ta.

Quyền thế của Thiên Chúa được tỏ hiện ra trong cuộc sống vinh hiển của những ai để Thần Khí diu dắt. Sự hiện diện sống động của Thần Khí tình yêu là sức mạnh giải thoát chúng ta ra khỏi những ràng buộc bất chính, chữa lành những vết thương, lấp đầy những trống rỗng nội tâm, và hòa giải chúng ta với Chúa, với anh em cũng như với chính mình. Biết Ngài là Đấng thương xót, chúng ta dám đối diện và làm hòa với quá khứ của mình; biết Ngài là Đấng Quan Phòng, chúng ta phó thác tương lai trong bàn tay của Ngài; tin tưởng Ngài, thì chúng ta *‘sống giây phút hiện tại cho tràn đầy tình yêu’*.

Ngoài kế hoạch dành cho mỗi người, Chúa Cha có kế hoạch dành cho mỗi gia đình, mỗi nhóm và tập thể. Hai ơn gọi, cá nhân và tập thể, có mối liên hệ mật thiết với nhau bởi vì Thiên Chúa kêu gọi để sai chúng ta cộng tác với Ngài dựng nên trời mới đất mới. Chính Thần Khí mà đã thúc đẩy Chúa Kitô thời đó, vẫn thúc đẩy người Kitô hữu ngày nay. Cuộc sống là *‘môi trường của Thiên Chúa’ (milieu divin)*, là nơi người Kitô hữu đồng hình đồng dạng với Đức Kitô và thực thi sứ vụ vương đế của Ngài. Vinh quang vĩnh viễn của Đức Kitô, cũng như của chúng ta, bắt đầu trong thế giới này là nơi chúng ta, nhờ Thần Khí, lớn lên, chớm nở và sinh hoa trái.

**b) Quyền thế của loài người.** Mọi người là con Thiên Chúa và chịu trách nhiệm, không nhiều thì ít, về thế giới và gia đình loài người. Ngay từ ban đầu, Thiên Chúa dựng nên loài người và ban cho quyền thế cùng với trách nhiệm bá chủ mặt đất, “*Thiên Chúa sáng tạo con người theo hình ảnh mình... Ngài phán với họ: "Hãy sinh sôi nảy nở thật nhiều, cho đầy mặt đất, và thống trị mặt đất"* (St 1, 27-29). Con người được mời gọi cộng tác với Ngài trong kế hoạch dựng nên trời đất mới. ***Với bí tích rửa tội, các Kitô hữu chia sẻ sứ vụ cũng như quyền năng vương đế của Chúa Kitô.*** Trước khi lên trời, Đức Kitô đã nói với các môn đệ: “*Như Chúa Cha đã sai Thầy, thì Thầy cũng sai anh em*” (Ga 20,21). Đây là một lời mời Thiên Chúa dành cho mọi người, và mỗi người có thể đón nhận hay từ chối.

Thiên Chúa dựng nên con người tự do. Ngài luôn luôn tôn trọng các lựa chọn của mỗi người, chứ không ép buộc, hay áp đặt ai. Thiên Chúa mời gọi, gõ cửa và đợi chờ. “*Này đây Ta đứng trước cửa và gõ. Ai nghe tiếng Ta và mở cửa, thì Ta sẽ vào nhà người ấy, sẽ dùng bữa với người ấy, và người ấy sẽ dùng bữa với Ta*” (Kh 3,20). Con người có thể làm cho kế hoạch Thiên Chúa thất bại, nhưng cũng có thể ‘mở cửa’ và đón nhận Ngài. Con người có thể biến thành ‘bàn tay’ của Chúa để uốn nắn các tác phẩm mỹ thuật của Ngài. Ngài tôn trọng và tin tưởng con người như vậy! Thực sự, khi cộng tác với Thần Khí trong sứ vụ ‘bá chủ mặt đất’ con người mới triển nở theo kế hoạch huy hoàng Thiên Chúa dành cho nó. Thiên Chúa làm vinh quang cho loài người, và loài người làm vinh quang cho Thiên Chúa. Theo Thánh Ireneo: “*Vinh quang Chúa là con người sống. Con người sống khi ngợi khen Thiên Chúa*” (*Homo vivens, gloria Dei. Vita autem hominis, laus Dei*).

Tuy nhiên, người Kitô hữu sẽ không thấy ‘Nước Thiên Chúa’ được thực hiện hoàn toàn ở dưới đất này. Người Kitô hữu chỉ là men cho thế gian, là ánh sáng cho mọi người, và là muối ướp cho xã hội khỏi hư nát. Thế giới này còn dở dang, còn lưỡng lự. “*Muôn loài đã lâm vào cảnh hư ảo... vẫn còn niềm trông cậy là có ngày cũng sẽ được giải thoát, không phải lệ thuộc vào cảnh hư nát, mà được cùng với con cái Thiên Chúa chung hưởng tự do và vinh quang*” (Rm 8,19-21). Vương quốc Thiên Chúa sẽ được viên mãn trong ngày tận thế khi con người được hoàn toàn cứu rỗi và trời đất được hoàn toàn đổi mới lại.

**c) Những cám dỗ của quyền thế.** Đối với một số người, quyền thế có một sức thu hút và lôi cuốn rất mạnh mẽ. Kẻ cầm quyền dễ bị cám dỗ lạm dụng quyền năng đó. Kẻ có quyền, nếu biết chia sẻ và ban tặng những gì mình đã nhận lãnh cho tha nhân, thì sẽ giữ uy thế của mình. Trái lại, nếu người đó dành những ân huệ đó cho chính mình và tự đóng mình lại trong một thái độ tự mãn và khồng chế kẻ khác, hoặc dùng khả năng đó cho quyền lợi riêng của mình, thì người đó sẽ ngày càng độc tài, tự kỷ và lạm dụng. Có trường hợp người cầm quyền không còn gì để cho, nhưng lại muốn bám víu vào địa vị và quyền thế. Lúc đó kẻ cầm quyền dễ bị cám dỗ sử dụng lệ luật và sức mạnh để cai trị và làm chủ người chung quanh.

Khi dùng quyền đã được giao phó cho mình, theo cha P.H. Kolvenbach<sup>1</sup>, chúng ta cần đề cao cảnh giác để nhận ra cám dỗ:

- a. dùng quyền để cai quản bằng cách cầm đoán và bắt buộc hơn là thông cảm và kiên nhẫn phát huy hiểu biết và khả năng của những người dưới quyền của mình;
- b. ngược lại, nghĩa là thái độ buông lỏng, ba phải và trốn tránh trách nhiệm đối với những ai dưới quyền hành của mình;
- c. lấy làm sót ruột nếu người ta không biến đổi đúng mức độ và đúng lúc như mình mong muốn. Như vậy, chúng chưa biết kiên nhẫn khuyến khích và đợi chờ thời điểm của họ;
- d. dùng quyền để buộc người ta lệ thuộc vào mình, mặc dầu làm như vậy quyền tự do của họ bị thương tổn;
- e. coi mình không bao giờ sai trái, luôn luôn có lý; không nhìn nhận những sai lầm của mình .

**d) Cầu nguyện và quyền thế.** Chúng ta ý thức rằng mọi quyền thế bắt nguồn từ Chúa Cha và khi cầu nguyện, chúng ta phó thác mình trong tình thương và kế hoạch của Ngài. Trong kinh Lạy

<sup>1</sup> P.H. Kolvenbach, “*La tentazione del potere*”, 2001.

Cha, Đức Giêsu dạy chúng ta cầu nguyện "*Nguyện danh Cha cả sáng, nước Cha trị đến*"; là một lời nguyện tin tưởng, hiếu thảo và vâng phục. Chúng ta cầu nguyện để nhìn ngắm Đức Kitô trong sứ vụ vương đế của Ngài và biết phục vụ tha nhân như Ngài; khẩn xin lòng tôn trọng, mến yêu và sáng suốt đối với anh chị em; tôn trọng tước vị, quyền tự do, nhịp độ thời gian hoán cải và phát triển của mỗi người, chứ không xét đoán, khinh chê hay lợi dụng bất cứ ai; mến yêu họ như Chúa yêu mến đến nỗi mình sẵn sàng nộp mạng sống cho họ; sáng suốt trong cách đối xử với anh chị em, luôn luôn mong muốn giúp họ nên người vinh hiển theo kế hoạch của Thiên Chúa.

Khi rửa chân các môn đệ, Đức Giêsu làm gương cho chúng ta sẵn sàng rửa chân cho nhau và ***khiêm nhường phục vụ anh em.***

### ***Câu hỏi phản tỉnh***

1. *Tôi có quyền gì trong gia đình, sở làm, cộng đoàn?*
2. *Thường thường tôi dùng quyền đó thế nào?*
3. *Cộng đoàn, hay nhóm, có giúp tôi dùng quyền thế theo tinh thần Đức Kitô không? Như thế nào?*

## **3. SỨ VỤ ‘TƯ TẾ’ CỦA ĐỨC KITÔ VÀ CỦA NGƯỜI KITÔ HỮU**

***“Chúng ta có một vị Thượng Tế siêu phàm đã băng qua các tầng trời, là Đức Giêsu, Con Thiên Chúa. Vậy chúng ta hãy giữ vững lời tuyên xưng đức tin. Vị Thượng Tế của chúng ta không phải là Đấng không biết cảm thương những nỗi yếu hèn của ta, vì Người đã chịu thử thách về mọi phương diện cũng như ta, nhưng không phạm tội. Bởi thế, ta hãy mạnh dạn tiến lại gần Ngài Thiên Chúa là nguồn ân sủng, để được xót thương và lãnh ơn trợ giúp mỗi khi cần”*** (Dt 4,14-16).

*Người Kitô hữu cần khám phá ra ý nghĩa sứ vụ Tư Tế của Đức Giêsu và nhìn nhận rằng đang được mời chia sẻ sứ vụ đó với Ngài.*

**A. Sứ vụ Tư tế của Đức Kitô.** Đối với các môn đệ Đức Giêsu là Thầy, là một vị tiên tri, là con của vua Đavít, là Con Thiên Chúa, nhưng, mãi đến khi Ngài từ cõi chết sống lại các môn đệ mới khám phá ra rằng Ngài là ***vị Thượng Tế của nhân loại.*** Khi Đức Giêsu sống ẩn dật cũng như lúc công khai rao giảng Tin Mừng Nước Trời, chẳng ai xem Ngài như một vị tư tế. Các vị Tư Tế hồi đó hưởng một địa vị đặc biệt, được nhắc lên và thách ra khỏi những người bình thường. Để xứng đáng cầu khẩn với Thiên Chúa, các tư tế được tách riêng ra, ăn mặc y phục đặc biệt, không có phần cơ nghiệp chung với con cái Israel.

Trong khi đó, con đường Đức Kitô đi thì hoàn toàn ngược lại. Để trở thành Thượng Tế Vĩnh Viễn của nhân loại, thay vì đứng trên mọi người, thì Đức Giêsu lại trở nên đồng hình đồng dạng với họ; Ngài là một giáo dân, với hai bàn tay chai sạn của một người thợ mộc; Ngài tiếp xúc với mọi người, coi nhẹ những tập tục thanh tẩy tay chân, không ngại ăn uống với những người thu thuế, để những phụ nữ bị mang tiếng và những người đau bệnh đụng chạm đến Ngài.

Tuy nhiên, ngoài cách ăn mặc và xã giao, ***nét chính yếu của tư tế là gì?*** Sứ mệnh chính của tư tế là ***làm trung gian giữa con người và Thiên Chúa.*** Sứ vụ tư tế của Đức Kitô, là vị trung gian giữa loài người và Thiên Chúa, được thực hiện nhờ tình liên kết huynh đệ với loài người và lòng vâng phục Chúa Cha của tình con thảo.

**a) Liên đới với thân phận con người.** Dưới ánh sáng của sự chết và sống lại của Đức Kitô các môn đệ khám phá ra rằng chính Ngài là vị tư tế đích thực, duy nhất và vĩnh viễn của nhân loại. Họ khám phá ra rằng: Đức Kitô là vị trung gian giữa Thiên Chúa và nhân loại ngay từ lúc Ngài nhập thể: do sự kết hợp giữa bản tính loài người với Ngôi Lời Thiên Chúa. Vì là con Thiên Chúa, Đức Kitô nối kết nhân loại với Thiên Chúa trong chính bản thân. Qua biến cố Ngôi Lời nhập thể, nhân loại được biến đổi tận gốc: từ lúc đó con người tham gia vào sứ mạng của Con Thiên Chúa. Đức Kitô tư tế mặc lấy số phận của chúng ta để mời chúng ta chia sẻ số phận của Ngài.

“*Vị Thượng Tế của chúng ta không phải là Đấng không biết cảm thương những nỗi yếu hèn của ta, vì Người đã chịu thử thách về mọi phương diện cũng như ta, nhưng không phạm tội*” [Dt 4,15].

Trong cuộc sống dương thế của Ngài, Ngôi Lời của Chúa Cha đã sống kiếp sống loài người, và Ngài đã làm cho cuộc sống con người được dự phần vào cuộc sống của Thiên Chúa. Đức Kitô trở nên giống chúng ta về mọi đàng, trừ phạm tội, có nghĩa là:

- ▶ mặc lấy kiếp loài người đang bị đe dọa bởi đau khổ và sự chết;
- ▶ nhận lấy quyền tự do của con người và chịu trách nhiệm lựa chọn mục đích và ý nghĩa của cuộc sống mình; Chúa Kitô đã bị cám dỗ khi đối diện chèn quá đấng kế hoạch của Thiên Chúa dành cho mình; và đã vâng phục Chúa Cha;
- ▶ sống trong một thời điểm lịch sử và một nền văn hóa cá biệt, và chính vì sống trong thời điểm đó mà Đức Giêsu phải lựa chọn một cách sống cụ thể: Ngài phải lựa chọn chiều theo những ước muốn chính trị của dân Do-thái đối với Đấng Thiên Sai hay là tuân theo sứ vụ Chúa Cha giao phó cho Ngài;
- ▶ sẵn sàng chấp nhận sự chết: Đức Giêsu can đảm chiến đấu trong nội tâm, cầu nguyện mãi đến khi cảm thấy sẵn sàng chịu nạn chịu chết theo ý của Chúa Cha.

Đức Giêsu hòa đồng với con người đến nỗi, mặc dầu không bao giờ phạm tội, Ngài mặc lấy tội lỗi của nhân loại. Trong cuộc thương khó, Đức Giêsu cảm thấy xa Chúa Cha; cảm thấy bị Chúa Cha bỏ rơi và nộp vào tay người tội lỗi (Mt 17,22). Trong suốt cuộc thương khó hai Cha Con có vẻ xa nhau và khoảng cách giữa hai Cha Con có vẻ rộng lớn thêm từng phút, đến nỗi, trước khi chết trên thập giá, Ngài kêu lên: “*Lạy Chúa, Ngài ở lòng ruồng bỏ con sao!*” (Mt 27,46).

Nhưng Đức Giêsu vâng phục và tuân theo ý Chúa Cha đến cùng. Lòng tin tưởng Đức Giêsu dành cho Chúa Cha làm chứng cho sự hiệp nhất giữa Ba Ngôi Thiên Chúa. Khi tận hiến mình trên thập giá, Đức Giêsu làm chứng cho tình yêu Ngài dành cho Chúa Cha và dành cho chúng ta; Ngài mời con người luôn luôn tin tưởng và vâng phục Chúa Cha.

**b) Thập giá.** Nơi Đức Kitô, hai sứ vụ *tu tế* và *cứu thế* là một. Trong sứ vụ *cứu thế*, từ lúc nhập thể Ngài là *vị trung gian* chia sẻ thân phận làm người để nhân loại được thông phần bản tính Thiên Chúa. Đức Kitô đã tận hiến mình cho Chúa Cha trong cuộc sống thường ngày, nhưng chính lúc Ngài chết trên thập giá là lúc Ngài hoàn toàn dâng hiến mình cho Chúa Cha. Sự hy sinh trên thập giá là hành động thể hiện rõ nhất lòng vâng phục của Người cho Chúa Cha. Khi nhận lãnh sự chết, Đức Giêsu đã bày tỏ sự tận hiến hoàn toàn của mình cho Chúa Cha với lòng hiếu thảo của một người con. Đức Giêsu biết, tin tưởng và thần phục Chúa Cha. Ngài biết sự khôn ngoan và tình thương của Chúa Cha vượt xa những gì con người có thể hiểu và cảm thấy được.

Nhờ lòng hiếu thảo và tin tưởng vô điều kiện, Đức Giêsu hoàn toàn tự do khi vâng phục Chúa Cha. Sự tận hiến của Đức Kitô trên thập giá là bằng chứng đích thực của tình yêu và lòng vâng phục đối với Chúa Cha, là hành động cao quý nhất của quyền tự do nhân loại, là khuôn mẫu cho con người luôn luôn tin tưởng, vâng phục và chấp nhận Cha là Thiên Chúa của nhân loại. Đức Giêsu trên cây thập giá hàn gắn lại vết thương tổ tiên gây ra khi, trước cây ‘*tri thiện ác*’, họ đâm ra nghi ngờ Thiên Chúa và đã bắt phục tùng Ngài.

Đức Giêsu đã trở nên Thượng Tế của nhân loại bởi vì đã xuống đến tận cùng sự khốn khổ của con người, để đặt vào đó tình yêu và lòng tin tưởng của Người đối với Thiên Chúa và như thế vạch ra một lối thoát cho con người; đã vạch ra cho họ con đường của Giao Ước Mới, con đường hiệp thông cùng Thiên Chúa.

**c) Phép Thánh Thể.** Đức Kitô thành lập Phép Thánh Thể trong bữa tiệc ly, khi dùng bữa tiệc Vượt Qua với các môn đệ. Người Do-thái hằng năm mừng bữa tiệc Vượt Qua để kỷ niệm biến cố Đức Chúa dùng quyền năng mà giải thoát dân Người khỏi đất nô lệ. Là ‘*Haggadah*’, nghĩa là ‘*kể lại*’, ‘*thuật lại*’, trong khuôn khổ gia đình, cuộc xuất hành khỏi cảnh nô lệ Ai-cập và đi đến đất hứa. Trong bữa tiệc ‘*Haggadah*’ hằng năm, từ thế kỷ này sang đến thế kỷ khác, bố mẹ kể lại



cho con cháu nghe cuộc giải thoát khỏi cảnh nô lệ Ai-cập. Bữa 'Haggadah' tiên báo một cuộc Vượt Qua Mới sẽ được thể hiện khi Đức Giêsu chịu nạn chịu chết trên thập giá và sống lại vinh quang.

Phép Thánh Thể chủ yếu được xem như bữa tiệc Vượt Qua Mới, khi các môn đệ họp nhau chung quanh Đức Giêsu để tái diễn cuộc *Thương Khó của Ngài*. Cả hai màu nhiệm chỉ là một. Màu nhiệm cuộc Thương Khó được thể hiện lại trên bàn thờ, còn màu nhiệm Thánh Thể, thì biểu lộ ý nghĩa của cuộc Thương Khó, khi Đức Giêsu chịu nạn chịu chết trên thập giá. Qua Phép Thánh Thể Ngài cho biết rằng, khi nộp mình chịu chết trên thập giá, Ngài mở đường cho nhân loại vượt thắng sự chết và tội lỗi; Ngài hòa giải con người với Chúa Cha, với nhau và với chính mình.

Phép Thánh Thể nảy nở từ trái tim rộng mở của Đức Kitô trên thập giá. Đây là bí tích chính trong bảy bí tích của Giáo Hội. Chân lý căn bản của Phép Thánh Thể là *'tình yêu vô điều kiện của Đức Kitô tận hiến mình trên thập giá để mang hòa bình, ơn tha thứ và hòa giải cho nhân loại'*.

**B. Sứ vụ tư tế của các Kitô hữu.** Thường thường giáo dân chưa hiểu sâu xa về *sứ vụ tư tế*; đối với nhiều người Kitô hữu sứ vụ tư tế có vẻ mơ hồ và xa vời. Khi đức tin đã trưởng thành, các Kitô hữu mới khám phá ra sứ vụ tư tế cao quý của mình. Sự hiểu biết này mở một chân trời mới trong mối liên hệ với Chúa Cha và với thế giới mình đang sống.

**a) Trong cuộc sống thường ngày.** Đang tham gia sứ vụ tư tế của Đức Kitô, giáo dân được mời sống từng giây phút của cuộc sống mình, lúc khỏe cũng như lúc đau ốm, lúc thịnh vượng hay trong thử thách, mà liên đới với mọi người trong thời đại mình; được mời chia sẻ những buồn sâu và lo âu, vui mừng và hy vọng của đồng loại, mà luôn luôn vâng phục Chúa Cha.

**b) Trên thập giá.** Trong cuộc sống, có những lúc lời nói và việc làm của chúng ta chẳng có công hiệu nữa. Chúng ta không tránh được bệnh thể xác hay nỗi đau khổ về tinh thần nữa. Đây chính là lúc chúng ta đồng tâm nhất trí với sứ vụ tư tế của Đức Kitô lúc chịu nạn chịu chết, nâng tâm hồn lên Chúa Cha và học được thể nào là vâng phục Chúa Cha với lòng hiểu thảo của một người con, *"Này con đây, con đến để thực thi ý Ngài"* (Dt 10, 9).

**c) Trong Phép Thánh Thể.** Lễ tế của Đức Kitô có hiệu lực nối kết Thiên Chúa với loài người luôn mãi. Vì lý do đó Đức Giêsu là thượng tế duy nhất và vĩnh viễn của nhân loại. Đây là sứ vụ các Kitô hữu chia sẻ với Ngài kể từ khi chịu Phép rửa. Ý thức sứ vụ tư tế của mình, giáo dân được mời dâng hiến cuộc sống thường ngày của mình cho Chúa Cha, và Thánh Lễ là lúc dâng hiến mình để lập giao ước giữa Thiên Chúa với nhân loại và giữa anh chị em với nhau. Như Vatican II nói: *"Nếu giáo dân chu toàn trong Thánh Thần mọi hoạt động, kinh nguyện và công cuộc tông đồ, đời sống hôn nhân và gia đình, công ăn việc làm thường ngày, việc nghỉ ngơi thể xác và tinh thần, ... cũng như những thử thách của cuộc sống, tất cả đều trở nên hiến lễ thiêng liêng đẹp lòng Thiên Chúa nhờ Chúa Giêsu Kitô và được thành kính dâng lên Chúa Cha với Mình Thánh Chúa khi cử hành Thánh Lễ. Như thế, giáo dân thánh hiến thế giới này cho Thiên Chúa nhờ biết phụng thờ Ngài bằng hành động thánh thiện khắp nơi"* (LG 34).

Trong Đức Kitô, cuộc sống và chính thể xác chúng ta đang trở thành bàn thờ, hy lễ và tư tế. Sứ vụ này được thể hiện một cách trọn vẹn lúc dâng Thánh Lễ. Lúc dâng lễ Giáo Hội dùng lời nguyện đặc biệt xin Chúa Cha sai Thánh Thần của Ngài để dâng hiến mình cho Ngài trong Đức Kitô: *"Thánh Thần liên kết chúng con nên một khi chúng con dự tiệc Mình Máu Đức Kitô"* (II), *"Xin cho chúng con nên một thân thể và một tinh thần trong Đức Kitô"* (III), *"chúng con được Chúa Thánh Thần liên kết thành một thân thể, và trở nên hy lễ sống động trong Đức Kitô để ca tụng Cha vinh hiển"* (IV).

***Chính nhờ Người, với Người và trong Người,  
mà mọi danh dự và vinh quang  
đều qui về Chúa là Cha toàn năng,  
trong sự hợp nhất của Chúa Thánh Thần đến muôn đời.***

### **Câu hỏi phản tỉnh**

1. Chia sẻ sứ vụ tư tế của Đức Kitô, đối với tôi nghĩa là gì?
2. Đối với tôi, giữa Thánh Lễ và cuộc sống có những mối liên hệ nào?
3. Phép Thánh Thể giúp tôi đối mới mối tương quan với Chúa và với anh em như thế nào?

**“Nhờ bí tích thánh tẩy, Chúa cho chúng con tham dự vào chức vụ tư tế của Chúa, xin cho cuộc đời chúng con thành lễ tế không ngừng tiến dâng để ca ngợi Chúa”**

**“Lạy Chúa, Chúa muốn cho mọi thành phần dân Chúa phải phụng sự lẫn nhau theo ơn mình lãnh nhận, xin soi sáng cho mỗi người chúng con tìm thấy vai trò của mình trong Giáo Hội, để tất cả cùng nhau xây dựng nhiệm thể Chúa Kitô là Thiên Chúa hằng sống và hiển trị cùng Chúa, hiệp nhất với Chúa Thánh Thần đến muôn thuở muôn đời” Amen.**

**‘Đi-ô-nhê-tô’** là nhân vật quan trọng trong xã hội Hy-lạp, muốn hiểu đạo Kitô giáo. Lá thư được viết vào thế kỷ thứ Hai. Chẳng ai biết tác giả là ai. Đây là tác phẩm thẩm mỹ nhất được viết lúc Hội Thánh đang bị bách hại và đương đầu với nhiều gian nan. Lá thư xác định rằng người Kitô hữu được mời gọi nên thánh ngay giữa đời và thế gian; mọi Kitô hữu có nhiệm vụ mang ánh sáng của Đức Kitô và sức sống mới vào thế giới chung quanh. (Chúng ta trích một đoạn ngắn thôi)

### **Thư gửi cho Đi-ô-nhê-tô**

“Các Kitô hữu không khác người ta về xứ sở, ngôn ngữ và tập quán trong đời sống. Họ không ở trong những thành phố riêng, không dùng ngôn ngữ lạ thường, cũng không sống một nếp sống khác biệt. Họ theo tập quán của dân địa phương trong cách ăn mặc và trong lối sống, mà vẫn cho thấy một nếp sống lạ lùng và ai cũng phải nhận là khó tin. Họ sống ở quê hương mình mà như những khách kiều cư. Họ có chung mọi thứ như công dân, nhưng phải gánh chịu đủ thứ như khách lữ hành. Họ lập gia đình và sinh con đẻ cái như mọi người, nhưng không phá thai. Họ ăn chung với nhau một bàn, nhưng không chồng chung, vợ chạ.

Họ sống trong xác thịt, nhưng không theo xác thịt. Họ sống ở trần gian nhưng họ là công dân Nước Trời. Họ tuân hành luật pháp, nhưng cách sống của họ vượt trên những đòi hỏi của luật pháp. Họ yêu thương mọi người, nhưng mọi người lại ngược đãi họ. Họ không được nhìn nhận, lại còn bị kết án. Họ thiếu thốn mọi thứ, nhưng lại dư dật mọi sự.

Tôi xin nói đơn giản như sau: hồn ở trong xác thế nào, thì các Kitô hữu sống giữa thế gian cũng thế. Linh hồn ở khắp các chi thể thế nào thì các Kitô hữu cũng ở mọi thành thị trên thế giới như vậy. Linh hồn ở trong thân xác nhưng không do thân xác, thì các tín hữu cũng ở trong thế gian nhưng không bởi thế gian. Linh hồn vô hình được gìn giữ trong thân xác hữu hình, thì người ta nhìn thấy các Kitô hữu sống trong thế gian, nhưng không thấy lòng đạo đức của họ. Xác thịt thù ghét và gây chiến với linh hồn, dù linh hồn không làm hại gì cho xác thịt, mà chỉ ngăn không cho nó hưởng lạc thú; thế gian cũng ghét các Kitô hữu như vậy, dù họ không gây thiệt hại gì cho nó, mà chỉ chống lại các lạc thú.

Linh hồn yêu thân xác, nhưng thân xác và các chi thể lại ghét linh hồn; các Kitô hữu cũng yêu những kẻ ghét mình. Linh hồn bị giam giữ trong thân xác, nhưng thực ra chính linh hồn lại chứa đựng thân xác; các Kitô hữu cũng bị giam giữ trong thế gian như trong tù, nhưng chính họ lại chứa đựng thế gian. Linh hồn bắt tù ở trong nhà tạm phải chết; các Kitô hữu sống giữa những thực tại hay hư nát như khách lữ hành, đang khi đợi chờ sự bất hoại trên thiên quốc. Thiên Chúa đã đặt họ vào tình trạng như thế, thì họ không nên trốn tránh”.

## **PHẦN II**

### **NĂM NGUỒN MẠCH**

Muốn *phụng sự Thiên Chúa nhiều và chỉ vì tình yêu thuần khiết*, tôi cần rút sức từ nguồn mạch đời sống dồi dào. Đây là vai trò của Hội Thánh, *Mẹ và Nhà Giáo (Mater et Magistra)*. Chúa Cha cho tôi sinh ra, trưởng thành và qua đời trong Hội Thánh.

***Trong Hội Thánh tôi tìm được năm nguồn mạch sức sống chính:***

- Nguồn mạch thứ Nhất: Thần Khí,
- Nguồn mạch thứ Hai: Phép Thánh Thể,
- Nguồn mạch thứ Ba: Đời sống cầu nguyện,
- Nguồn mạch thứ Tư: Các Môi Phúc Thật,
- Nguồn mạch thứ Năm: Chiêm niệm trong hoạt động.

Thực ra, ***Thần Khí là nguồn mạch gốc***, bởi vì chính Ngài nối kết tôi với Chúa Cha, và Chúa Cha là sự sống, là nguồn gốc và là cùng đích của đời tôi. Tuy nhiên, bốn nguồn mạch kia có liên hệ mật thiết và là hoa quả của Thần Khí.

### **NGUỒN MẠCH THỨ NHẤT: THẦN KHÍ**

***“Được quyền năng Thần Khí thúc đẩy, Đức Giêsu trở về miền Ga-li-lê, và tiếng tăm Người đồn ra khắp vùng lân cận. Người giảng dạy trong các hội đường, và được mọi người tôn vinh. Rồi Đức Giêsu đến Na-da-rét, là nơi Người sinh trưởng. Người vào hội đường như Người vẫn quen làm trong ngày sa-bát, và đứng lên đọc Sách Thánh. Họ trao cho Người cuốn sách ngôn sứ I-sai-a. Người mở ra, gấp đoạn chép rằng: Thần Khí Chúa ngự trên tôi, vì Chúa đã xức dầu tấn phong tôi, để tôi loan báo Tin Mừng cho kẻ nghèo hèn. Người đã sai tôi đi công bố cho kẻ bị giam cầm biết họ được tha, cho người mù biết họ được sáng mắt, trả lại tự do cho người bị áp bức, công bố một năm hồng ân của Chúa. Đức Giêsu cuộn sách lại, trả cho người giúp việc hội đường, rồi ngồi xuống. Ai nấy trong hội đường đều chăm chú nhìn Người. Người bắt đầu nói với họ: “Hôm nay đã ứng nghiệm lời Kinh Thánh quý vị vừa nghe”.***

***Mọi người đều tán thành và thán phục những lời hay ý đẹp thốt ra từ miệng Người”*** (Lc 4,15-30).

Thần Khí là cách Chúa Cha và Chúa Con hiện diện cho nhau; là tình yêu nối kết hai Cha Con nên một. Đây chính là ân huệ quý báu mà Thiên Chúa ban cho chúng ta: Thần Khí của Ngài. ***Thần Khí có nhiệm vụ và hoạt động nào?*** Thần Khí là tình yêu nối kết hai Cha Con nên một, cho nên nhiệm vụ và hoạt động chính của Thần Khí là nối kết chúng ta với Chúa Cha và với Đức Kitô trong tình yêu. Nhờ Thần Khí chúng ta trở thành người con của Chúa Cha và đồng thừa kế với Đức Kitô. Ngoài sự sống mới làm con Thiên Chúa, Ngài còn muốn ban cho chúng ta rất nhiều hồng ân để xây dựng Hội Thánh.

Trong Cựu Ước, dấu chỉ Thần Khí hiện diện trong một người là những hành động phi thường. Tuy nhiên, trong Tân Ước thường là những biến đổi nhẹ nhàng nội tâm cũng như trong các môi tương quan với người chung quanh. Có ba hồng ân đặc biệt:

1. Thần khí ban một bình an vượt quá sự hiểu biết,
2. Linh hứng để nối kết người với người và xây dựng Hội Thánh,
3. Biến đổi chúng ta nên đồng hình đồng dạng với Đức Kitô

#### **1. Thần Khí ban một bình an vượt quá sự hiểu biết**

Được sinh ra bởi Nước và Thánh Thần, chúng ta có quyền hưởng bình an của Thần Khí trong mọi hoàn cảnh. Bình an bởi Thần Khí không chỉ là một cảm giác thoải mái và yên hàn ngay giữa những gian nan của cuộc sống. Được biết Thiên Chúa là Cha Quan Phòng, chúng ta cảm thấy an tâm, nhẹ nhàng và hăng hái, bất chấp những u tối và xấu xa chung quanh; chúng ta nhận thấy đang hiệp nhất với Thiên Chúa và có một nhiệm vụ theo kế hoạch của Ngài. Nhờ bình an này, chúng ta được Thần Khí an ủi, nâng đỡ và ban hồng ân: *a) xóa dịu những đau khổ, b) củng cố*

niềm tin ngay trong khi gặp thử thách, c) ban tâm hồn sáng suốt và khôn ngoan để quyết định và lựa chọn.

**a) Thần Khí xoa dịu những đau khổ.** Đây là kinh nghiệm quý báu của các Kitô hữu: tuy đang đương đầu với nhiều vấn đề, nhờ ơn Thần Khí, tôi vẫn cảm thấy bình tĩnh và tin chắc rằng mọi sự sẽ tốt đẹp. Đôi khi tôi chưa nhận ra đó là hồng ân của Thần Khí và tự nhủ: *làm sao tôi có thể cảm thấy bình tĩnh như vậy ngay lúc một người thân mới qua đời, một người bạn đang lâm nguy? Hay là tôi không thương họ đủ?* Thực ra, ơn bình an ngay giữa nỗi đau khổ là hồng ân của Thần Khí đang hiện diện và đồng hành với tôi. Ngài an ủi và hứa với tôi rằng, một ngày gần đây, những nỗi đau khổ đó, nhờ quyền năng và tình yêu của Ngài, sẽ mang lại hoa trái tốt đẹp.

**b) Thần Khí củng cố niềm tin ngay lúc tôi bị bắt bớ và hành hạ.** Có bao giờ tôi cảm thấy lạc lõng và bị đe dọa vì là Kitô hữu, hay đã bị hiểu lầm và bị xét đoán? Đã bao nhiêu lần, tôi phải giải quyết một hoàn cảnh phức tạp? Thường thường lúc đó, cảm giác tự nhiên là lo sợ và bối rối vì những trục trặc có thể xảy ra với mình và cho người khác. Thầy Giêsu khuyên bảo các môn đệ: *"Khi người ta điếu anh em đi nộp, thì anh em đừng lo trước phải nói gì, nhưng trong giờ đó, Thiên Chúa cho anh em biết điều gì, thì hãy nói điều ấy: thật vậy, không phải chính anh em nói, mà là Thánh Thần nói"* (Mc 13,11).

Thần Khí ban bình an khi tôi phó thác mình cho Ngài, để Ngài dìu dắt và gợi ý phải làm gì, nói gì. Những lời nói và hành động Thần Khí gợi lên trong lòng mình có khả năng thuyết phục người ta, đánh động các tâm hồn, chiếu một ánh sáng mới và củng cố sự đồng tâm nhất trí giữa anh em. Đây là bình an của Thần Khí, là Đấng an ủi dịu dàng và che chở mà Đức Kitô hứa cho chúng ta. Thật là một điểm phúc khi Ngài dùng tôi như khí cụ tình yêu và bình an của Chúa!

**c) Thần Khí ban sự sáng suốt và khôn ngoan** lúc tôi đối diện những quyết định và lựa chọn tế nhị. Trong nhiều hoàn cảnh phức tạp, sức thông minh không đủ; cần một trực giác về những gì tôi nên nói, nên làm. Muốn có những suy xét sáng suốt và khôn ngoan, tôi cần bình an nội tâm. Nếu thiếu bình an, thì trực giác của tôi sẽ lệch lạc và mở đường cho những quyết định có thể gây thiệt hại cho nhiều người.

Hơn nữa, nếu bị phản bội, bị người thân phụ lòng hay đụng chạm tự ái, chẳng hạn, phản ứng tự nhiên là gọi lại tất cả những lần tôi đã bị phụ lòng, phản bội và đụng chạm như vậy, lấy làm buồn vì những lời và hành động bất công, thiếu bác ái của người khác đối với mình, tôi đâm ra chán nản, u buồn, muốn rút lui không cộng tác với họ nữa. Lúc đó Thần Khí vẫn gõ cửa trái tim để xoa dịu vết thương, vun trồng lòng tin tưởng mới, khôn ngoan hơn và chỉ cách đương đầu với nghịch cảnh và tránh những nguy hại mà chính tôi có thể gây nên.

## **2. Linh hứng và chỉ dẫn để nối kết người với người và xây dựng Hội Thánh**

Thần Khí không chỉ ban cho tôi bình an để bảo vệ trái tim mà còn soi sáng đầu óc để biết quyết định những gì có ích lợi cho Nước Chúa. Trong những hoạt động của Ngài, có ba phạm vi đặc biệt: a) *Khuyến bảo và dẫn dắt người khác*, b) *suy tưởng đúng theo các tin điều của Hội Thánh*, và c) *khôn ngoan quyết định và lựa chọn*.

**a) Khuyến bảo và dẫn dắt người khác.** Có nhiều hình thức, nhiều cách trao đổi và dẫn dắt người khác. Tùy hoàn cảnh, có lẽ tôi gặp riêng một người, trao đổi kinh nghiệm hoặc trình bày một đề tài cho một tập thể. Tôi có thể là cha là mẹ, là thầy cô, là bạn bè hay là anh em với nhau. Chúng ta đang gặp một hoàn cảnh khó xử hay là cộng tác trong một chương trình học hỏi và huấn luyện.

Sự hiện diện của Thần Khí thường xảy đến một cách bất ngờ. Đã thành thật nghe và tìm hiểu nhu cầu hay ước ao của họ, sau khi học hỏi đề tài, một ý tưởng, một nhận xét chính đến đầu óc tôi. Ý tưởng và nhận xét đó xem ra hữu ích nhất. Từ từ có nhiều ý tưởng khác bỏ tước điếm đó với những trường hợp, kinh nghiệm và hình ảnh để đào sâu, tìm hiểu và rút kết quả hữu ích. Những lời khuyến bảo và hướng dẫn xuất hiện một cách rõ ràng và đương nhiên. *Có phải là do Thần Khí soi sáng và gợi ý chăng?*

Xem ra đó chỉ là lối suy luận tự nhiên và là kết quả của nhiều kinh nghiệm khác. Nhưng, hồi tâm lại về một cuộc gặp gỡ và trao đổi thật hữu ích, đọc lại bài viết hay bức thư, tôi nhận thấy rằng kết quả đó vượt quá khả năng và khôn ngoan của tôi. Một điểm đáng chú ý nữa là những giây phút sáng suốt đó chỉ xảy ra khi tôi tận tâm muốn giúp đỡ một người, một hội đoàn.

Thường thường Thần Khí hoạt động khi tôi thành thật muốn phục vụ và dẫn dắt anh em theo Thánh Ý Chúa. Về phần tôi, chỉ cần tin tưởng, chiều ý theo và diễn tả một cách rõ ràng những lời Thần Khí gọi lên trong đầu óc tôi. Các lời nói đến môi miệng một cách nhẹ nhàng và dễ dàng. Có thể là những lời rất bình thường hay cao đẹp, đơn sơ và ngay thẳng hay đầy hình ảnh, nhưng nếu do Thần Khí, những lời đó có sức lực đánh động tâm hồn và thúc đẩy họ theo nẻo đường của tình yêu, hiệp nhất và sự sống.

**b) Suy tưởng đúng theo các tín điều của Hội Thánh.** Thần Khí nâng đỡ “cảm thức” về đức tin và soi sáng chúng ta hiểu biết những chân lý có sức tác động, soi sáng và biến đổi cuộc sống. Có khi, đọc một tác phẩm, nghe một bài thuyết trình, tôi có một linh cảm khó chịu về nội dung sách đó, về bài diễn thuyết đó e rằng nội dung không đúng theo chân lý. Trong khi đó, đọc tác phẩm một vị thánh (như Tô-ma, như I-nhã chẳng hạn), tuy khó hiểu nhưng tôi cảm thấy thực sự gần gũi Chúa, đang được dẫn dắt vào mầu nhiệm của Thiên Chúa và lấy làm thích thú, thoải mái, muốn hiểu thêm và tiến gần Thiên Chúa hơn. Tôi tin rằng Thần Khí sự thật đang soi sáng, nâng đỡ và đổ tràn đầy lòng tôi ánh sáng và niềm vui. Bao lâu tôi mở lòng cho ánh sáng, bình an và niềm vui thánh thiện của Thần Khí, Ngài sẽ không để tôi bị lừa gạt bởi những sai lầm về các tín điều.

*“Thực vậy, nhờ cảm thức về đức tin được Thánh Thần chân lý khơi dậy và duy trì, dưới sự hướng dẫn và giáo huấn thần linh của Giáo Hội mà họ trung thành tuân theo, Dân Thiên Chúa nhận lãnh không còn là lời nói của loài người nhưng thực sự là lời của Thiên Chúa (1 Th 2,13); họ gắn bó hoàn toàn “với đức tin chỉ một lần được ban bố cho các thánh” (Gđa 3); họ tiến sâu hơn trong đức tin nhờ phán đoán đúng đắn và sống đức tin cách hoàn hảo hơn” (Lumen Gentium n.12).*

**c) Khôn ngoan quyết định và lựa chọn,** nhất là những quyết định có ảnh hưởng lớn trong cuộc sống. Ai ai cũng mong rằng những quyết định của mình mang ích lợi cho bản thân cũng như cho kẻ khác. Tuy nhiên, tôi đã từng có kinh nghiệm đi đến một lựa chọn, có lẽ theo lời khuyên bảo của gia đình, của người thân, mà ngay lập tức tôi cảm thấy không ổn, làm cho tôi tự hỏi có phải đó là một quyết định đúng và khôn ngoan chăng? Có phải Thần Khí đang đánh thức chăng! Đương nhiên, tác động của Thần Khí khác hẳn những bối rối do mặc cảm thiếu tự tin.

*Làm sao biết được những tác động bởi Thần Khí?*

Bằng cách vừa theo ánh sáng **suy luận khôn ngoan** vừa **phân định thần loại**. Cả hai đều cần thiết: coi thường **ánh sáng của suy luận**, thì tôi có thể bị dừng chân tại chỗ bởi cảm xúc tiêu cực. Quên **phân định thần loại**, thì tôi có thể đi đến những lựa chọn sai vì ngụy biện và lý luận một chiều. Thần Khí không muốn tôi coi thường ánh sáng của suy luận. Đồng thời, tôi không nên quên rằng óc suy nghĩ và khôn ngoan của tôi cũng bắt nguồn từ Thần Khí.

Thần Khí thúc đẩy tôi bằng những tác động bình an, hăng hái và nhiệt tình. Đặc tính của những kế hoạch do Thần Khí soi giục là: lúc ban đầu chưa chắc tôi biết rõ kết quả cuối cùng, vậy mà sau một thời gian mầm nhân đã triển nở và sinh hoa trái dồi dào và rất hữu ích đối với nhiều người. Thần Khí muốn diu dắt tôi theo những kế hoạch lâu dài của bậc sống và ơn gọi mình, bởi vì Thánh Ý Chúa Cha là tôi sinh hoa trái dồi dào, và hoa trái đó tồn tại. *“Chính Thầy đã chọn anh em, và cắt cử anh em để anh em ra đi, sinh được hoa trái, và hoa trái của anh em tồn tại” (Ga 15,16).*

Thường thường Thần Khí dẫn tôi từng bước:

- một cơ hội mới để cùng nhau đóng góp cho Nước Chúa mở ra trước mắt tôi,
- mơ ước đó thu hút một số người khác và ngày càng nhiều người mơ ước cùng nhau,

- o bắt tay thực hiện ước mơ, mọi người chia sẻ lòng hăng hái và quảng đại, bắt cháp các khó khăn,
- o gặp ngăn trở, thử thách, mọi người cùng nhau đương đầu và cố gắng vượt qua.

Trong sách Linh Thao Thánh I-nhã có những lời hướng dẫn rất hữu ích để **phân biệt thân loại**. (Xem trang 41 và kế tiếp)

### 3. Biến đổi chúng ta nên đồng hình đồng dạng với Đức Kitô

Thần Khí Chúa không chỉ an ủi mà còn muốn *biến đổi chúng ta nữa*. Là tình yêu chân thật, Thần Khí nối kết tôi với Thiên Chúa và với anh em và khi nối kết lại biến đổi tôi tận gốc. Nhờ Thần Khí, tôi ngày càng nên đồng hình đồng dạng với Đức Kitô.

Theo Thánh Ý Chúa Cha, Đức Kitô sai Thần Khí đến với tôi với hai mục đích: a) *Uốn nắn các tập thể* (gia đình, xứ đạo, hội dòng, quốc gia...) theo kế hoạch Ngài dành cho mỗi tập thể, b) *Uốn nắn và biến đổi từng cá nhân một* theo kế hoạch Ngài dành cho mỗi người. Cả hai loại kế hoạch tùy thuộc và ảnh hưởng lẫn nhau: các tập thể được đổi mới nhờ anh em nghe và vâng theo tác động của Thần Khí; các anh em được Thần Khí uốn nắn và rèn luyện qua kinh nghiệm vui buồn khi phục vụ tập thể, đặc biệt qua thử thách, hiểu lầm và xung đột. Những hiểu lầm và xung đột không phải do Thần Khí mà có. Những xung đột và khó khăn đó có nhiều nguyên do: tự nhiên hay do con người gây ra. Khi bị hiểu lầm, tôi có thể:

- tự cô lập hóa trong thế giới khép kín, cay đắng và tủi thân, hoặc cời mở tìm ánh sáng và sức lực của Thần Khí để hiểu nhau hơn và tiếp tục hoạt động,
- ý thức về ảnh hưởng bất lợi của những phản ứng tiêu cực nếu rút lui, bãi bỏ hoạt động, hoạt giải tán nhóm,
- thông cảm với những nhu cầu và ước muốn của rất nhiều người đang được giúp đỡ qua sinh hoạt đó,
- dẹp tự ái và lòng yêu mình, chỉ tìm vinh quang của Chúa, cùng ích lợi của các linh hồn.

Nhờ sức tình yêu của Thần Khí, ảnh hưởng tiêu cực của xung đột có thể biến thành tích cực, và thay vì đóng cửa tâm hồn và tự cô lập, nhờ nỗi đau khổ, tôi có thể đền gần anh em, cảm thông và chia sẻ với họ những tâm tình mới.

Nếu cầu nguyện và mở lòng cho Thần Khí, tôi sẽ hiểu rõ hơn các Mối Phúc Thật và những gì Đức Giêsu muốn nói qua từng mối Phúc. Kết quả sau cùng, tôi **đồng hình đồng dạng với Đức Kitô hơn**.

#### Kết luận

Mọi sinh hoạt làm vinh danh cho Chúa cũng có thể làm vinh danh cho tôi. Tôi luôn luôn cần chú ý và cảnh giác kéo bắt đầu bước theo đường lối của Chúa, nhưng từ từ tôi đổi hướng và bước tiếp theo ích lợi và danh vọng riêng. Tôi khẩn cầu “*Xin Chúa sai Thánh Thần xuống: mọi vật sẽ được tái tạo, vũ trụ sẽ được đổi mới*”. Thần Khí hoạt động khắp nơi, trong mọi người và trong mọi tập thể.

Tôi được Ngài dìu dắt và thúc đẩy khi bước qua những cửa và theo những con đường Ngài mở ra cho tôi. Tuy nhiên tôi cần đề phòng, “*anh em đừng cứ thần khí nào cũng tin, nhưng hãy cân nhắc các thần khí xem có phải bởi Thiên Chúa hay không*” (1 Ga 4,1).

#### Câu hỏi phản tỉnh

1. Tôi có những kinh nghiệm nào về các tác động của Thần Khí:
  - ban bình an vượt quá sự hiểu biết,
  - chỉ dẫn và soi sáng,
  - biến đổi tận gốc?
2. Hồng ân nào của Thần Khí tôi quý trọng nhất?
3. Những gì đã giúp tôi hiểu biết và mở lòng cho Thần Khí?

## PHÂN BIỆT THÂN LOẠI

**“Thần”:** (*spirit, ruah*), là một sức lực nội tâm muốn thúc đẩy con người theo một hướng nào đó, như luồng gió muốn diu dắt thuyền buồm. Các ‘thần’ khác với ‘đam mê’ và các ‘tội đầu’ ở chỗ: ‘thần’ thì ở ngoài mà quyến rũ, trong khi các ‘đam mê’ và các ‘tội đầu’ hành hạ tôi từ bên trong. Bao lâu tôi không ưng theo, thì các đam mê chỉ có thể hành hạ tâm lý và thể lý của tôi thôi, mà không vào tận đáy lòng (tâm linh) của tôi được. Cánh cửa tâm linh có chìa khoá mà chỉ một mình tôi mới sử dụng được.

Nếu đam mê là những năng lực có ở trong mình mà còn không vào tận đáy lòng mình được, phương chi các thần, là những động lực thổi ở ngoài mà thôi. Khi tôi đóng cửa lòng mình, các thần lành hay dữ chỉ có thể gõ cửa để quyến rũ hoặc đe dọa mình thôi.

Nếu tôi khôn ngoan, trước khi mở buồm lòng cho một ‘thần’ nào thúc đẩy, tôi nên chú ý, phân biệt và xem ‘thần’ đó lành hay dữ. ‘thần lành’ thì dễ nhận ra là lành vì bản chất ngay thẳng, thành thật và hiền lành của nó. Vấn đề là nhận ra ‘thần dữ’, vì bản chất của thần dữ luôn luôn *giả dối* và *ma giáo*.

**“Thần lành”.** Trong cuộc sống nội tâm ‘thần lành’ bao gồm tất cả những tác động muốn thúc đẩy tôi theo đường lối của Chúa. ‘Thần lành’ bắt nguồn từ Thần Khí Chúa. Thần Khí ngự trong lòng để kết liền tôi với Chúa Cha, với Đức Giêsu và với anh em hơn. Ngài hay sử dụng muôn vàn sứ giả: người, sách vở, phim ảnh, thiên nhiên và các biến cố cuộc sống để tác động tôi. Đây là những ‘trung gian’, là những ‘thiên thần’ (angels), là những ‘hình thánh’ (icons), có thể soi sáng, hướng dẫn và khuyến khích tôi trên các đường nẻo của Chúa.

Thiên Chúa là Đấng vô hình, thì càng nhẹ nhàng và thiêng liêng, càng đáng tin rằng các tác động bắt nguồn từ Thần Khí. Tác động vô hình và thiêng liêng nhất là tin tưởng Thiên Chúa. Vì lý do đó, trên tất cả tôi nên mong ước và tìm sự hiện diện và tác động của Thiên Chúa qua đức tin tưởng.

**“Thần dữ”** bao gồm tất cả những tác động và quyến rũ muốn kéo tôi xa Thiên Chúa và các đường nẻo của Ngài. Thủ lãnh là Lu-xi-phê ‘kẻ thù của nhân loại’. Đã phân loạn vì bất phục tùng Thiên Chúa, nó tự kiêu, tham vọng và tàn nhẫn. Vốn dĩ là thông minh, nó lại nhiều kinh nghiệm và lắm ‘cộng tác viên’ trong thế giới chung quanh và ngay trong tâm lý và thể lý của tôi, cho nên tôi không thể coi thường nó. Tuy nhiên, nó chẳng có quyền trên tôi bao lâu tôi không mở lòng tâm linh cho nó. Là thần ma giáo và giả dối, điều rất quan trọng là tôi nhận ra nó càng sớm càng hay. Theo I-nhã có hai trình độ và hai bộ nguyên tác phân biệt thần loại:

- *trình độ một (Tuần 1)*, là khi tôi chưa dứt khoát với những ước muốn bất chính của mình. Đây có thể là tình trạng chưa quả quyết theo Chúa, hay là đã theo Chúa nhưng, trong một phạm vi lệch lạc nào đó (đánh bài, uống rượu, mua bán cô phần, trả thù, coi phim...), tôi chưa dứt khoát trách cơ hội cám dỗ. Trong trường hợp này, phân biệt các thần không khó, nhưng sức lôi cuốn của thần dữ lại rất mạnh.
- *trình độ hai (Tuần 2)*, là khi tôi dứt khoát với cơ hội cám dỗ và quả quyết phục vụ Chúa. Trong trường hợp này ‘kẻ thù của nhân loại’ sẽ giả dạng thần lành đi vào theo chiều hướng tốt đẹp để rồi kéo tôi ra theo đường của nó. Trên các nẻo đường theo Chúa và phục vụ tha nhân, phân biệt thần loại này tinh vi hơn và không dễ. Đôi khi, trước khi kết luận đang bị thần dữ ảnh hưởng, phải đợi chờ xem những dấu chỉ của nó.

**Quy tắc 1 (Lt 314):** “*Đối với những người sa ngã hết tội trọng này sang tội trọng khác, kẻ thù thường quen bày cho họ những vui thú bề ngoài, xui họ tưởng đến những khoái lạc và vui thú giác quan để dễ cầm giữ và thúc đẩy họ tiến sâu vào thói hư và tội lỗi. Với những người như thế, thần lành dùng phương pháp ngược lại, bằng cách thôi thúc cho lương tâm cắn rứt họ bằng luật tự nhiên của lẽ phải”.*

**Quy tắc 2 (Lt 315):** “*Nơi những người tiến mạnh trong việc diệt trừ tội lỗi và đang tiến lên hơn mãi trên đường phụng sự Thiên Chúa, Chúa chúng ta, thì lại có phương pháp ngược lại với quy tắc thứ nhất. Vì khi đó, đường lối riêng của thần dữ là cắn rứt, làm buồn phiền và đặt chướng ngại bằng cách gây băn khoăn lo lắng với những lý lẽ giả tạo để người ta khỏi tiến tới, còn cách*

*thức riêng của thần lành là làm cho can đảm và sức mạnh, an ủi, nước mắt, ơn soi giục và an nghỉ, giảm bớt và hủy diệt các trở ngại để cho người ta tiến lên trong đường lành”.*

Hai quy tắc này mời chúng ta chú ý đến *đường hướng của cuộc sống*: tôi đang tiến bộ hay thụt lùi trên đường nên đồng hình đồng dạng với Đức Kitô. Được Chúa Cha mời gọi làm con của Ngài, Thần Khí của Đức Giêsu muốn nhập thể trong tôi. Khi tôi để một đam mê bất chính làm chủ trái tim tôi, nào là đi hoang (mở lòng cho *tứ đồ tường* là sắc dục, rượu chè, bài bạc và thuốc sái), hay đầu hàng trong một phạm vi đặc biệt thôi, kết quả là các đam mê sẽ làm chủ trái tim ngày càng mạnh mẽ và gây thiệt hại cho tôi và nếp sống chung quanh. Trong tình trạng này, *Thần dữ* cảm dỗ rõ ràng (“thôi thúc làm bậy”), nhưng lại hấp dẫn bày ra những thú vui luôn luôn mới lạ. Nó còn chích vào lương tâm một loại thuốc tê làm cho tôi cố chấp, mặc kệ thiệt hại, nước mắt của người thân và mọi hậu quả đáng tiếc khác do hành động trụy lạc của mình.

Lúc đó ảnh hưởng của *thần lành* ngược lại: thần lành làm lương tâm cắn rứt, bối rối, khó chịu và hối hận. Thần lành chỉ muốn tôi ăn năn hoán cải. Điều lạ lùng là nếu tôi phản ứng rõ ràng và chối dạy, cũng chỉ trong tâm linh thôi, là hai thần sẽ đối chiến thuật ngay: *thần lành* khuyến khích, an ủi, hứa niềm vui và nhiều hoa quả tích cực cho mình và cho thân nhân, kể cả sự hài lòng của Chúa; còn *thần dữ* thì ngược lại: sẽ gợi ý những nghi ngờ và lo sợ về chính mình cũng như về Thiên Chúa để thúc đẩy tôi nản lòng và bỏ cuộc.

**Quy tắc 3** (Lc 316): “*Về an ủi thiêng liêng. Gọi là an ủi trong khi linh hồn phát khởi một thúc đẩy nội tâm, khiến linh hồn bùng cháy lửa kính mến Đấng Tạo Hóa và Chúa mình, và do đó, không có thể yêu một tạo vật nào trên mặt đất vì chính tạo vật ấy, nhưng chỉ yêu trong Đấng tạo dựng mọi sự. Đó cũng là trường hợp linh hồn chảy nước mắt giục lòng mến Chúa, hoặc bởi đau đớn vì tội lỗi mình, hay vì sự thương khó của Đức Kitô, Chúa chúng ta, hay vì những điều khác trực tiếp hướng về việc phụng sự và ca ngợi Chúa. Sau cùng, còn gọi là an ủi mọi gia tăng của lòng tin- cậy- mến, cùng mọi niềm vui bề trong mời gọi và lôi kéo (tâm hồn) đến những sự trên trời và phần rỗi riêng của linh hồn mình, làm cho linh hồn được nghỉ ngơi và an bình trong Đấng Tạo Hóa và Chúa mình”.*

**Quy Tắc 4** (Lc 317): “*Sự sầu khổ thiêng liêng. Gọi là sầu khổ tất cả những gì trái ngược với quy tắc thứ ba, như sự tối tăm trong linh hồn, xao xuyến bề trong, thúc đẩy về những gì thấp hèn và phạm tục, lo lắng về những xao động và cảm dỗ xúi ta mất tin tưởng, trông cậy, lòng mến; (linh hồn) cảm thấy lười biếng, khô khan, buồn sầu và như bị lìa xa Đấng Tạo Hóa và Chúa mình. Vì như an ủi trái ngược với sầu khổ thế nào, thì các tư tưởng do an ủi sinh ra cũng trái ngược với các tư tưởng do sầu khổ sinh ra như vậy”.*

**Quy tắc 3 và 4** nói về “*an ủi hay sầu khổ*” trong liên hệ với Thiên Chúa và những gì thuộc về Ngài. Kinh nghiệm ‘*an ủi thiêng liêng*’ vượt xa cảm xúc vui vẻ, mạnh khoẻ hay lòng hăng hái. Là một hồng ân đặc biệt của Thần Khí, là dấu chỉ Thiên Chúa hài lòng và xác định đường hướng mình đang theo. Kinh nghiệm an ủi thiêng liêng có thể kèm theo nhiều cảm xúc (nước mắt chảy ra vì lòng hối hận hay vì tình thương của Chúa). Nhưng, kinh nghiệm an ủi cũng có thể ngầm và nhẹ nhàng như bình an nội tâm, gia tăng lòng tin, cậy, mến làm cho ‘linh hồn nghỉ ngơi và an bình trong Đấng Tạo Hóa và Chúa mình’.

Còn ‘*sầu khổ thiêng liêng*’, là kinh nghiệm nội tâm khi Thần Khí ‘im’, không soi sáng, không tác động tâm hồn, để chúng ta một mình (một phần nào, bởi vì Ngài luôn luôn hiện diện và gìn giữ chúng ta). Lúc sầu khổ, đọc Kinh Thánh không thấy ý nghĩa, lãnh các Bí Tích chẳng có cảm xúc nào cả, Thiên Chúa có vẻ vắng mặt, tính lười biếng cùng các cảm dỗ trần tục lại nổi lên. Sầu khổ nặng nề là khi mình cảm thấy xa cách và nghi ngờ tình yêu Chúa. Cả hai kinh nghiệm, an ủi hay sầu khổ, đều cần thiết. Chúng ta cần được Chúa soi sáng và củng cố đều đều trên đường vâng phục Ngài. Những năm đầu lúc mới theo Chúa, chúng ta có thể cần được an ủi và soi sáng, có nhiều cảm xúc và nước mắt hơn. Khi lớn lên về niềm tin yêu, Thần Khí có thể an ủi chúng ta qua bình an, niềm tin, cậy và khả năng hiện diện trước mặt Chúa trong Đức Tin. Thường thường kinh nghiệm sầu khổ do Thần Khí “im” không kéo dài lâu.



**Quy tắc 5** (Lt 318): “Trong thời gian sâu khổ, đừng bao giờ thay đổi, nhưng hãy cương quyết bền vững trong những quyết định và dốc lòng có trước khi bị sâu khổ, hoặc những quyết định đã có khi được an ủi trước đây. Vì cũng như trong khi được an ủi, phần nhiều là thần lành hướng dẫn khuyên nhủ ta thế nào, thì trong cơn sâu khổ, thần dữ cũng (làm) như vậy, mà theo lời khuyên của nó, ta chẳng thể gặp được con đường đưa tới đích”.

“Trong thời gian sâu khổ, đừng bao giờ thay đổi”. Lý do là vì đặc tính của tình trạng ‘sâu khổ’ là sự im lặng của Thần Khí. Ngài im lặng, thì cảm xúc mệt mỏi, nản lòng và sâu khổ nổi lên một cách dễ dàng. Đây không phải lúc đổi hướng đi của cuộc sống hoặc quyết định về một chương trình hữu ích. Vì cũng như trong khi được an ủi, phần nhiều là thần lành hướng dẫn khuyên nhủ ta thế nào, thì trong cơn sâu khổ, thần dữ cũng (làm) như vậy, mà theo lời khuyên của nó, ta chẳng thể gặp được con đường đưa tới đích. Hãy nghĩ rằng chẳng bao lâu nữa sẽ được an ủi, nếu hết sức chiến đấu với cơn sâu khổ ấy.

**Quy tắc 9** (Lt 322): “Có ba nguyên do chính khiến ta gặp sâu khổ: **thứ nhất:** vì ta không sốt mền đủ, lười biếng hay chệnh mảng trong các việc thiêng liêng; vậy là vì lỗi ta mà sự an ủi thiêng liêng là bỏ ta; **thứ hai:** để thử coi sức ta tới đâu và ta có thể vươn tới đâu trong việc phụng sự và ca ngợi Chúa, khi không được thưởng công bằng bấy nhiêu an ủi và ân sủng bao la; **thứ ba:** để ta học biết và nhận thức tận thâm tâm rằng, không phải tự ta làm phát sinh hay duy trì được lòng sốt sắng vô ngần, lòng mền mạnh mẽ, nước mắt hoặc ơn an ủi thiêng liêng, mà mọi sự đều là ân điển của Thiên Chúa, Chúa chúng ta, và để ta đừng “làm tổ ở nhà người khác”, và đừng tự đắc đến trở thành kiêu ngạo, khoe khoang, tự gán cho mình lòng sốt sắng hay các hoa trái khác của ơn an ủi thiêng liêng”.

Ba lý do chính tại sao chúng ta bị sâu khổ đều đều:

- vì lỗi của chính mình đã không tinh thức và quảng đại đáp trả lại hồng ân Chúa. Hoặc thiếu lòng ngay thẳng và thành thật với Chúa, tội dâng lễ vật và lời nguyện với môi miệng thôi, trong khi tâm hồn để thần tượng nào đó làm chủ rồi (xem quy tắc 1).
- Để thanh tẩy lòng mến yêu tôi dành cho Thiên Chúa; tuy vốn dĩ loài người nghèo nàn, trong khi Ngài là chủ trời đất, tôi đi tìm Ngài với lòng vô vị lợi chăng? Tức là, tôi quý trọng chính Ngài và sẵn sàng phụng sự Ngài tới đâu khi không được hưởng những an ủi thiêng liêng của Ngài?
- Đây cũng là cơ hội cảm nhận sự nghèo hèn của tôi, không thể tự mình gặp gỡ Thiên Chúa. Mọi an ủi thiêng liêng là hồng ân Chúa ban.

**Quy tắc 12** (Lt 325): “Kẻ thù sử sự như đàn bà, khi ta chống thì nó yếu, và khi ta để mặc thì nó mạnh”. I-nhã mời chúng ta can đảm đối diện những nỗi sợ hãi nội tâm với lòng can đảm và tin tưởng Thiên Chúa. Đặt chính tôi trước mặt Thiên Chúa, tôi đối diện những thử thách đó, và xin Ngài ban sức lực và tình yêu để biết chịu đựng và vâng phục Ngài.

**Quy tắc 13** (Lt 326): “Kẻ thù cũng còn sử sự như kẻ si tình lẳng lơ, muốn giữ bí mật để khỏi bị lộ”. Quy tắc này nói về lòng ‘khép kín’ hay ‘mờ lòng’ và kể lại cho linh hướng biết khi tôi bị cám dỗ. Theo kinh nghiệm, lắm khi tôi không vượt qua nổi một tâm tình u buồn và nặng nề, bao lâu chưa mở hết lòng cho vị linh hướng nghe. Trước khi thú thật, tôi e ngại sẽ có hậu quả nguy hại cho mình. Nhưng, thú thật với vị linh hướng luôn luôn có ích lợi. “Khi thành thật với một người khác, chúng ta thành thật với chính mình và với Thiên Chúa” (Bill Wilson).

**Quy tắc 14** (Lt 327): “Kẻ thù lại còn sử sự như một tướng quân để thắng và cướp những gì nó muốn”. ‘Điểm yếu của tôi ở đâu?’ Tôi nhạy cảm và bị cám dỗ dễ dàng hơn trong phạm vi nào? Tôi hay phạm đi phạm lại những tội giống nhau. Nghĩa là, trong phạm vi đó tôi có một nhu cầu, một vết thương, một đam mê mạnh hơn. I-nhã khuyên tôi nhớ những thất bại cũ để biết đề phòng, tránh cơ hội cám dỗ và cầu nguyện nhiều hơn về điểm yếu đó. Tránh cơn cám dỗ là một cách tỏ lòng vâng phục Chúa Cha.

**Quy Tắc thích hợp hơn cho tuần thứ Hai Linh Thao**

**Quy tắc 1 (Lt 329):** “*Đặc điểm của Chúa và các thiên thần khi soi giục là ban sự sáng khoái và vui vẻ thiêng liêng thật, xóa bỏ mọi buồn sầu và xao xuyến do kẻ thù đưa vào*”. Ôn an ủi đóng một vai trò quan trọng trong đời sống và sứ mệnh của môn đệ. ‘An ủi’ là đặc tính của Thiên Chúa, “là Cha giàu lòng từ bi lân ái, và là Thiên Chúa hằng sẵn sàng nâng đỡ ủi an. Người luôn nâng đỡ ủi an chúng ta trong mọi cơn gian nan thử thách” (2 Cr 1,3). Đặc tính của Thiên Chúa là nâng đỡ, khuyến khích và ban sức lực để tôi có thể đương đầu với các thử thách. Mỗi lần kết thân với Thiên Chúa, tôi được an ủi; cạnh bên Ngài, tôi luôn luôn được nâng đỡ. Nếu cảm thấy mệt mỏi, thiếu sức lực để làm tròn bổn phận, nghĩa là tôi đang bước một mình và đã quên sự hiện diện yêu thương của Thiên Chúa; tôi cần xét mình kỹ hơn và mở lòng cho Thần Khí luôn luôn muốn thanh tẩy và thánh hóa tôi.

**Quy tắc 2 và 3 (Lt 330,331):** “*Chỉ có Thiên Chúa mới ban ơn an ủi cho linh hồn mà không cần có nguyên do trước*”. ‘Nguyên do an ủi’ có thể đến với tôi từ bên ngoài, hoặc từ bên trong, do biến cố ở ngoài (gặp một người thân, một thành công quan trọng), hoặc do những tác động nội tâm (tính tình lạc quan, hăng hái của tôi). Trong một hội đoàn có thể có thành phần vui buồn bất thường, thiếu thăng bằng về tâm cảm, quá hăng hái, luôn luôn sẵn sàng điều khiển và lèo lái sinh hoạt của nhóm. Trong trường hợp đó, phân biệt thân loại nghĩa là ý thức và chấp nhận có nhiều tính tình và thái độ khác nhau, và đồng thời biết kiềm chế những người quá hiếu động do những thúc đẩy không hoàn toàn của Thiên Chúa.

**Quy tắc 4 (Lt 332):** “*Đặc điểm của thần dữ là giả dạng thần lành đi vào theo chiều hướng của linh hồn trung tín để rồi kéo linh hồn ra theo đường của nó*”. Đối với những người đầy thiện chí, muốn đẹp lòng Chúa và hăng hái dần thân phục vụ tha nhân, kẻ thù luôn luôn giả dạng thần lành mà cám dỗ họ. Đặc tính của kẻ thù là gây chia rẽ trong các nhóm, gia đình và cộng đoàn. Chẳng hạn với một thái độ quá khắt khe và nghiêm khắc làm cho nhiều người nổi loạn hoặc nản lòng.

**Quy tắc 5, 6 và 8 (Lt 333, 334, 336):** “*Cần chú ý nhiều về diễn tiến của tư tưởng. Nếu từ đầu đến cuối đều tốt, là dấu hiệu của thần lành*”. Nguyên xin Thánh Thần soi sáng cho tôi biết *đọc ‘thánh sử của mình’!* (My sacred history). Mọi người và tập thể tận hiến mình cho Chúa, sẽ trải qua nhiều giai đoạn bước theo Ngài: có lúc lên có lúc đi xuống. Ban đầu, Thiên Chúa thường hoạt động nhiều để biểu lộ tình yêu và lời mời gọi của Ngài. Kế tiếp, các môn đệ sẽ khám phá các thiếu sót và khuyết điểm của người chung quanh và của chính mình. Một số thành phần sẽ nản lòng và rút lui. Mọi người bị thử thách. Nhìn lại quá khứ của mình và của nhóm với cặp mắt của Thiên Chúa nghĩa là nhìn anh chị em và chính mình một cách ngay thẳng, thành thật và nhân từ. Cách nhìn này giúp tôi thêm khôn ngoan, khiêm nhường, biết ơn và tin tưởng Thiên Chúa. Ngược lại với cặp mắt lý lẽ tự bảo chữa, hoặc khiển trách người khác, tôi tự cô lập hóa trong thái độ tủi thân và nản lòng.

Những ai đối diện các khuyết điểm của chính mình với thái độ ngay thẳng, thành thật và khiêm nhường, và những khuyết điểm của người khác với lòng nhân hậu và tin tưởng, sẽ được thanh tẩy, sẽ ngày càng gần gũi Thiên Chúa, và sẽ đóng góp cho tinh thần hiệp nhất trong nhóm và cộng đoàn.

**Quy tắc 7 (Lt 335):** “*Đối với những người đang tiến tới, thần lành soi dẫn linh hồn cách êm ái, nhẹ nhàng và dịu ngọt, như giọt nước thấm vào miếng bọt biển; còn thần dữ thì thúc đẩy cách chát chúa, ồn ào và sôi động, như giọt nước rơi trên đá*”. Quy tắc này nói về sự đồng cảm giữa nhân loại với Thần Khí, người với người, nhóm với nhóm. Một sự đồng cảm thăm sâu, bí ẩn, trong Thần Khí, khác với sự hợp tính hay thiện cảm tự nhiên. I-nhã nói về một kinh nghiệm nội tâm, khi tôi nhận ra sự hiện diện của Thần Khí trong một cuộc gặp gỡ, sự giống nhau của hai người, của hai tinh thần. Những lời giáo huấn của một tu sĩ hoặc của một giáo dân, có thể đánh động tâm linh mình một cách nhẹ nhàng, vui vẻ và bình an. Tinh thần của họ bỏ tức tinh thần của mình. Hoặc ngược lại: những lời nói của họ làm cho tâm linh mình bối rối và xao xuyến. Chúng ta cần khôn ngoan và lòng khiêm nhường để áp dụng quy tắc này. Ai ai cũng cần thái độ cởi mở, sẵn sàng đối thoại, tìm hiểu và tôn trọng nhau. Nếu tôi biết mình thường quá cởi

mở, hay ngược lại, quá bảo thủ và cứng đầu, thì tôi sẽ không ưng theo cảm xúc đầu tiên, biết tránh thành kiến hay những xét đoán vội vàng.

### **Kết Luận**

Bộ Quy tắc của Tuần Một giúp tôi phân tích những hoàn cảnh và thách đố của đời sống thường ngày. Những cảm dỗ của kẻ thù, của thế gian và xác thịt đến với tôi một cách rõ ràng: lòng tham lam của cải, hưởng thụ thú vui xác thịt, thù ghét kẻ chống đối và lợi dụng người khác. Những hành động bất chính này xuất hiện trước lương tâm với khuôn mặt thật của họ. Các quy tắc của Tuần Một giúp chúng ta mở mắt và nhìn thẳng vào bản chất lệch lạc của các đam mê, nghe tiếng căn rứt của lương tâm và quyết tâm chống trả.

Còn Bộ Quy Tắc của Tuần Hai thì muốn giúp những người ‘đạo đức’ bị những ‘cạm bẫy’ của kẻ thù lừa gạt. Đây có thể là:

- **Người thích hoạt động**, tham gia ca đoàn, sinh hoạt xã hội, hành hương, đại hội... luôn luôn bày ra chương trình và kế hoạch hoạt động, xây cất, mở rộng cơ sở, nhưng thiếu tình thân với Thiên Chúa. *Họ sống và hoạt động cho ai? Ai sai họ đi? Sinh hoạt của họ mang kết quả lâu dài nào?*

- **Người sùng kính** đi tìm điếm lạ và phi thường của Thiên Chúa, Đức Mẹ và các thánh: phép lạ và thị kiến; hay thăm viếng các nơi thánh, nghĩ rằng chính mình có ơn thị kiến và đặc ân của Thiên Chúa và Đức Mẹ. *Họ có hòa hợp ý mình với ý Thiên Chúa chăng? Ai năng đỡ ủi an họ trong cơn gian nan khốn khổ?*

- **Người đạo đức**, rèn luyện mình làm tròn bổn phận và tuân theo các điều luật, bị cảm dỗ sống qua lề luật, xét đoán người khác.

## **NGUỒN MẠCH THỨ HAI: PHÉP THÁNH THỂ**

*Chúa Kitô là con chiên của Tân Ước đã nộp mạng sống mình để lập giao ước mới và vĩnh viễn giữa Thiên Chúa với nhân loại và giữa anh chị em với nhau. Khi cử hành phép Thánh Thể chúng ta tưởng niệm và làm sống lại món quà Đức Kitô dành cho Chúa Cha trong suốt cuộc sống và đặc biệt lúc chịu nạn chịu chết. Khi chúng ta tiến đến bàn thánh tham dự bữa tiệc Mình Máu Thánh Chúa, chúng ta nhận lãnh món quà cao quý Chúa Cha ban tặng cho nhân loại là Con Yêu Dấu của Ngài; khi rước Mình Máu Đức Kitô, chúng ta kết hợp cùng với Ngài dâng hiến mình cho Chúa Cha với lòng vâng phục và hiếu thảo; chúng ta đồng cảm với tất cả anh chị em, nhất là những người chúng ta nhớ một cách đặc biệt trong Thánh Lễ đó. Đây là tâm điểm của một cuộc sống ngày càng giống cuộc sống Đức Giêsu là vị Thượng Tế của nhân loại.*

### **1. TIỆC CƯỚI CA-NA [Ga 2,1-12]**

*“Ngày thứ ba, có tiệc cưới tại Ca-na miền Ga-li-lê. Trong tiệc cưới có thân mẫu Đức Giêsu. Đức Giêsu và các môn đệ cũng được mời tham dự. Khi thấy thiếu rượu, thân mẫu Đức Giêsu nói với Người: "Họ hết rượu rồi." Đức Giêsu đáp: "Thưa bà, chuyện đó can gì đến bà và tôi? Giờ của tôi chưa đến." Thân mẫu Người nói với gia nhân: "Người bảo gì, các anh cứ việc làm theo." Ở đó có đặt sáu chum đá dùng vào việc thanh tẩy theo thói tục người Do-thái, mỗi chum chứa được khoảng tám mươi hoặc một trăm hai mươi lít nước. Đức Giêsu bảo họ: "Các anh đổ đầy nước vào chum đi!" Và họ đổ đầy tới miệng. Rồi Người nói với họ: "Bây giờ các anh múc và đem cho ông quản tiệc." Họ liền đem cho ông. Khi người quản tiệc nếm thử nước đã hoá thành rượu (mà không biết rượu từ đâu ra, còn gia nhân đã múc nước thì biết), ông mới gọi tân lang lại và nói: "Ai ai cũng thết rượu ngon trước, và khi khách đã ngà ngà mới đãi rượu xoàng hơn. Còn anh, anh lại giữ rượu ngon mãi cho đến bây giờ." Đức Giêsu đã làm dấu lạ đầu tiên này tại Ca-na miền Ga-li-lê và bày tỏ vinh quang của Người. Các môn đệ đã tin vào Người”.*

**‘Chuyện tình’ giữa con người và Thiên Chúa, một giao ước hôn nhân:** Thiên Chúa muốn trở thành vị hôn phu của Israel, mà điều kiện là dân phải chiều theo thánh ý và phải tỏ ra trung thành với giao ước. Thiên Chúa đã tỏ lộ một sự kiên trì phi thường và một lòng quảng đại tuyệt vời: luôn luôn tìm cách lập lại giao ước với dân Người. Tiệc cưới đã bắt đầu rồi, nhưng đột nhiên thiếu rượu. Tiệc cưới diễn ra, nhưng dân cứ mãi bắt trung và sùng bái ngẫu tượng.

**"Thưa bà, chuyện đó can gì đến bà và tôi? Giờ của tôi chưa đến".** Đức Giêsu đã gọi ‘thưa bà’ thay vì ‘thưa mẹ’, nghe thật không bình thường khi từ miệng một người con nói với chính mẹ của mình. Chúa Giêsu muốn đặt lại các mối liên hệ gia đình, nhường chỗ cho một kiểu tương quan khác. Đức Maria chấp nhận một sự tiến triển trong mối tương quan giữa mình với con, chấp nhận rằng con mình dần dần sẽ xa mình để thực thi sứ mệnh Chúa Cha giao phó.

**"Người bảo gì, các anh cứ việc làm theo".** Bà Maria hoàn toàn không đoán được Đức Giêsu sẽ làm gì, nhưng trong mọi trường hợp Mẹ kêu gọi các gia nhân vâng phục hoàn toàn con của bà. Đức Maria để cho Đức Giêsu khởi xướng. Đức Maria không chỉ đích thân vâng nghe lời của Đức Giêsu, mà còn mời gọi những người khác cũng quy phục Người nữa. Mẹ trở thành mẹ của Đức Giêsu theo một cách thức mới, theo lời tuyên bố của Đức Giêsu: *"Phàm ai thi hành ý muốn của Cha tôi, Đấng ngự trên trời, người ấy là anh chị em tôi, là mẹ tôi"* [Mt 12,50]. Đức Maria là mẹ của chúng ta, dạy chúng ta biết thật sự vâng nghe Chúa.

**‘Hãy đổ đầy nước vào chum đi’,** là nước để dùng vào việc thanh tẩy theo thói tục Do-thái. Loại nước này hoàn toàn tương ứng với tình trạng của giao ước cũ: một chế độ thanh tẩy bề ngoài, không có khả năng lập một giao ước nội tâm, bởi vì luật được viết trên bia đá chứ không phải trong tâm hồn. Thứ nước này không thể làm cho tiệc cưới hoàn tất được, mà cần phải có một sự biến đổi tận căn.

**Rượu ngon,** mà ở Cana chỉ là dầu chỉ, chính là máu của đức Giêsu. *‘Ai ăn thịt và uống máu tôi, thì ở lại trong tôi, và tôi ở lại trong người ấy’.* Đây là giao ước hoàn hảo. Sau này, trên đồi Cal-vê, rượu ngon sẽ trào ra từ trái tim đức Giêsu, và đó chính là lúc hoàn tất tiệc cưới, hoàn tất giao ước.

**‘Đức Giêsu bày tỏ vinh quang của Người’.** Trên đồi Cal-vê tiệc cưới của nhân loại với Thiên Chúa được hoàn tất. Vinh quang của Đức Giêsu là vinh quang của tình yêu bao la ban phát rượu ngon để hoàn tất tiệc cưới.

## **2. ‘LẬP MỘT GIAO ƯỚC MỚI’**

*"Này sẽ đến những ngày - sấm ngôn của Đức Chúa - Ta sẽ lập với nhà Ít-ra-en và nhà Giu-đa một giao ước mới, không giống như giao ước Ta đã lập với cha ông chúng, ngày Ta cầm tay dẫn họ ra khỏi đất Ai-cập; chính chúng đã hủy bỏ giao ước của Ta, mặc dầu Ta là Chúa Tể của chúng - sấm ngôn của Đức Chúa. Nhưng đây là giao ước Ta sẽ lập với nhà Ít-ra-en sau những ngày đó - sấm ngôn của Đức Chúa. Ta sẽ ghi vào lòng dạ chúng, sẽ khắc vào tâm khảm chúng Lễ Luật của Ta. Ta sẽ là Thiên Chúa của chúng, còn chúng sẽ là dân của Ta. Chúng sẽ không còn phải dạy bảo nhau, kẻ này nói với người kia: "Hãy học cho biết Đức Chúa", vì hết thầy chúng, từ người nhỏ đến người lớn, sẽ biết Ta - sấm ngôn của Đức Chúa. Ta sẽ tha thứ tội ác cho chúng và không còn nhớ đến lỗi lầm của chúng nữa. Ít-ra-en sẽ tồn tại mãi" [Gr 31,31-34].*

**“Ta sẽ lập một giao ước mới”.** Đây là một lời hứa tuyệt diệu, vô cùng đại lượng của Thiên Chúa. Một lời hứa được thực hiện trong phép Thánh Thể. Giao ước được lập nên với lời hứa trung thành và được ký kết bằng máu. Giao ước mới được thiết lập bằng máu, như Giao ước thứ nhất; nhưng không bằng máu súc vật, mà bằng máu của Đức Giêsu, máu *‘đổ ra cho muôn người được tha tội’* [Mt 26,28].

Phép Thánh Thể nối kết sứ vụ tư tế với giao ước. Đức Kitô là Đấng Trung Gian của Giao Ước Mới và như thế Người là Thượng Tế. Đức Giêsu là Tư Tế làm giao ước mới và vĩnh cửu. Giao ước này có bốn điểm đặc biệt: a) Giao Ước Mới sẽ thuộc nội tâm chứ không phải hình thức bên ngoài. b) Trong Giao Ước Mới, Thiên Chúa và đoàn dân sẽ lệ thuộc hoàn toàn vào nhau. c) Giao

Ước Mới là một mối tương quan cá nhân, của mỗi người đối với Chúa. d) Mối tương quan này sẽ dựa trên sự tha thứ hết mọi tội lỗi.

**a) Giao Ước Mới sẽ thuộc nội tâm.** Yếu tố đầu tiên là sự biến đổi tâm hồn. *“Ta sẽ ghi vào lòng dạ chúng, sẽ khắc vào tâm khảm chúng Lễ Luật của Ta”*. ‘Luật Chúa được viết ngay trong tâm hồn’ có nghĩa là một tâm hồn thực hiện thánh ý của Thiên Chúa một cách tự do và vì lòng yêu mến. Một khi tâm hồn đã xấu xa thì lễ luật có ích gì? Do đó biến đổi nội tâm là điều không thể thiếu được và Thiên Chúa cũng đã hứa điều đó.

**b) Giao Ước mới sẽ là một sự lệ thuộc hoàn toàn vào nhau.** Tâm hồn đã được biến đổi thì mối tương quan hoàn hảo giữa Thiên Chúa và dân Người cũng được thiết lập. *Ta sẽ là Thiên Chúa của chúng, còn chúng sẽ là dân của Ta*. Khi Luật Chúa được khắc ghi trong tâm hồn thì mối tương quan thuộc trọn cho nhau cũng được bảo đảm.

**c) Giao Ước Mới hệ tại ở một mối tương quan cá nhân của mỗi người với Thiên Chúa, vì hết thấy chúng, từ người nhỏ đến người lớn, sẽ biết Ta.** Biết một người, theo ngôn ngữ Kinh Thánh, có nghĩa là có một mối quan hệ cá nhân với người đó; do vậy, không phải chỉ biết là có Chúa, mà là kết hiệp với Người trong một mối tương quan cá nhân sâu sắc. *“Sự hiểu biết Đức Chúa sẽ tràn ngập đất này, cũng như nước lấp đầy lòng biển”* [Is 11,9].

**d) Mối tương quan này sẽ dựa trên sự tha thứ hết mọi tội lỗi.** Tất cả những gì được nói tới là được đặt nền tảng trên yếu tố cuối cùng: ơn tha thứ các tội lỗi: *Ta sẽ tha thứ tội ác cho chúng và không còn nhớ đến lỗi lầm của chúng nữa*. Một sự tha thứ tuyệt vời mạc khải cho chúng ta thấy lượng hải hà vô biên của Thiên Chúa, là người Cha đầy lòng xót thương. Chính Đức Giêsu trong bữa Tiệc Ly đã mạc khải cho chúng ta điều đó khi Người lập Phép Thánh Thể, *“Tất cả anh em hãy uống chén này, vì đây là máu Thầy, máu Giao Ước, đổ ra cho muôn người được tha tội”* [Mt 26,27-28]. Chính yếu tố cuối cùng này và lòng độ lượng vô biên của Thiên Chúa là nền tảng cho Giao Ước Mới.

#### **Câu hỏi phân tích**

1. Sức lực nào có thể nâng đỡ tôi trung tín giữ giao ước với Thiên Chúa?
2. Tôi mong muốn ‘chuyện tình’ của tôi với Thiên Chúa được đổi mới ra sao?
3. Phép Thánh Thể giúp tôi đổi mới Giao Ước với Thiên Chúa như thế nào?

### **3. MÀU NHIỆM THẬP GIÁ VÀ PHÉP THÁNH THỂ**

**Ăn tiệc Vượt Qua:** *“Khi giờ đã đến, Đức Giêsu vào bàn, và các Tông Đồ cùng vào với Người. Người nói với các ông: “Thầy những khát khao mong mỗi ăn lễ Vượt Qua này với anh em trước khi chịu khổ hình. Bởi vì, Thầy nói cho anh em hay, Thầy sẽ không bao giờ ăn lễ Vượt Qua này nữa, cho đến khi lễ này được nên trọn vẹn trong Nước Thiên Chúa.” Rồi Người nhận lấy chén, dâng lời tạ ơn và nói: “Anh em hãy cầm lấy mà chia nhau. Bởi vì, Thầy bảo cho anh em biết, từ nay, Thầy không còn uống sản phẩm của cây nho nữa, cho đến khi Triều Đại Thiên Chúa đến.” Rồi Người cầm lấy bánh, dâng lời tạ ơn, bẻ ra, trao cho các ông và nói: “**Đây là mình Thầy, hiến tế vì anh em. Anh em hãy làm việc này, mà tưởng nhớ đến Thầy.**” Và tới tuần rượu cuối bữa ăn, Người cũng làm như vậy và nói: “**Chén này là giao ước mới, lập bằng máu Thầy, máu đổ ra vì anh em.**” Nhưng này bàn tay kẻ nộp Thầy đang cùng đặt trên bàn với Thầy. Đã hẳn Con Người ra đi như đã ấn định, nhưng khôn cho kẻ nào nộp Con Người.” Các Tông Đồ bắt đầu bàn tán với nhau xem ai trong Nhóm lại là kẻ toan làm chuyện ấy.*

Các ông còn cãi nhau sôi nổi xem ai trong Nhóm được coi là người lớn nhất. Đức Giêsu bảo các ông: *“Vua các dân thì dùng uy mà thống trị dân, và những ai cầm quyền thì tự xưng là ân nhân. Nhưng anh em thì không phải như thế, trái lại, ai lớn nhất trong anh em, thì phải nên như người nhỏ tuổi nhất, và kẻ làm đầu thì phải nên như người phục vụ. Bởi lẽ, giữa người ngồi ăn với kẻ phục vụ, ai lớn hơn ai? Hẳn là người ngồi ăn chứ? Thế mà, Thầy đây, Thầy sống giữa anh em như một người phục vụ”* (Lc 22,14-27).

Trong bữa tiệc Vượt Qua, hằng năm người Do-thái nhắc nhở lại cuộc giải thoát khỏi cảnh nô lệ Ai-cập, đồng thời tiên báo cuộc giải thoát trọn vẹn, một Vượt Qua Mới, khi Đức Giêsu chịu nạn chịu chết trên thập giá và sống lại vinh quang. Thánh thể chủ yếu được xem như bữa tiệc Vượt Qua Mới, khi các môn đệ họp nhau chung quanh Đức Giêsu để tái diễn cuộc Thương Khó của Ngài. Cả hai mầu nhiệm chỉ là một. Mầu nhiệm cuộc Thương Khó được thể hiện lại trên bàn thờ, còn mầu nhiệm Thánh Thể, thì biểu lộ ý nghĩa của cuộc Thương Khó, khi Đức Giêsu chịu nạn chịu chết trên thập giá. Qua Phép Thánh Thể Ngài cho biết rằng, khi nộp mình chịu chết trên thập giá, Ngài mở đường cho nhân loại vượt thắng sự chết và tội lỗi, và được hòa giải lại với Chúa Cha, với nhau và với chính mình. Phép Thánh Thể nảy nở từ trái tim rộng mở của Đức Kitô trên thập giá.

Chân lý căn bản của Phép Thánh Thể là tình yêu vô điều kiện của Đức Kitô tận hiến mình trên thập giá để mang hòa bình, ơn tha thứ và hòa giải cho nhân loại, để chữa lành và biến đổi chúng ta đến cuộc sống muôn đời.

**a) Phép Thánh Thể là món quà của Đức Kitô dành cho Chúa Cha và cho nhân loại, mà Ngài mời chúng ta nhận lãnh, kết hiệp và cùng với Ngài dâng hiến trên bàn thờ.** Suốt cuộc sống và đặc biệt lúc chịu nạn chịu chết, Chúa Kitô là con chiên của Tân ước đã nộp mạng sống mình để lập giao ước mới và vĩnh viễn giữa Thiên Chúa với nhân loại và giữa anh chị em với nhau. Khi tận hiến mình, Đức Kitô mang bình an, sự biến đổi và thống nhất đến cho chúng ta. Rước Lễ xong, chúng ta thấy Ngài hiện diện và đồng hành với chúng ta qua những nẻo đường của cuộc sống.

Khi thành lập Phép Thánh Thể, Đức Giêsu nói: *“Hãy cầm lấy mà ăn, đây là Mình Thầy sẽ bị nộp vì các con”*. ‘Mình’ bao gồm thể xác lẫn tâm hồn, nghĩa là cả người. Ngài dâng hiến cả người mình, kể cả tình yêu, là tình yêu vô điều kiện. Khi truyền chén thánh cho các môn đệ, lại xác nhận rằng Ngài *đổ máu* để ký kết Giao Ước Mới giữa con người và Thiên Chúa; là máu Giao Ước Mới và vĩnh cửu hứa cho chúng ta tình yêu và sức sống vĩnh viễn.

### ***Đức Kitô có hiếu và vâng phục Chúa Cha***

Đức Kitô đã tận hiến mình cho Chúa Cha trong cuộc sống thường ngày, nhưng chính lúc Ngài chết trên thập giá là lúc Ngài hoàn toàn dâng hiến mình cho Chúa Cha. Suốt 30 năm, Ngài đã sống ẩn dật, bình thường như mọi người. Suốt ba năm cuối đời, Đức Giêsu đã dạy chúng ta biết những đòi hỏi của sự sống thực, biết nhận ra và phân biệt tội ác, giữ mình trong sạch trước mặt Chúa Cha; Ngài chiến đấu với thế gian và ma quỷ, đã xung đột mãnh liệt với lãnh đạo tôn giáo và tỏ lộ quyền năng của Ngài qua lời nói, phép lạ và trừ quỷ. Bây giờ, vì vâng phục Chúa Cha, Ngài nộp mình trong tay kẻ tội lỗi, nộp mình cho quyền của tối tăm. Sự hy sinh trên thập giá là hành động thể hiện rõ nhất lòng vâng phục của người con cho Chúa Cha. Đức Giêsu biết, tin tưởng và thán phục Chúa Cha. Ngài biết khôn ngoan và tình thương của Chúa Cha vượt xa những gì con người có thể hiểu được.

Sự tận hiến của Đức Kitô trên thập giá là bằng chứng tình hiếu thảo và lòng vâng phục của một người con đối với Chúa Cha; là hành động cao quý nhất của quyền tự do nhân loại, là khuôn mẫu cho những chọn lựa của con người đối với Thiên Chúa, và là sự chấp nhận tuyệt đối Ngài là Thiên Chúa của nhân loại, ngược lại với tổ tiên đã bất phục tùng vì hồ nghi Thiên Chúa.

### ***Thần Khí tình yêu cứu thoát Đức Kitô***

Trên *thập giá*, Ngài tha thứ cho kẻ đang giết chết, chửi rủa và chế giễu mình; Ngài đang chịu đựng khổ hình cùng cực mà còn đủ sức lực hứa ban vinh quang cho kẻ trộm cướp, giao Mẹ cho môn đệ và môn đệ cho Mẹ coi sóc; Ngài tin tưởng phó thác mạng sống trong bàn tay yêu thương của Chúa Cha. Khi Đức Giêsu nộp mình vào quyền của tối tăm, sức lực của sự dữ tấn công và đe dọa Ngài. Sự dữ gọi lên sự dữ trong lòng con người. Bao lực không bao giờ chiến thắng sự dữ. Chỉ có Thần Khí tình yêu mới thắng được sự dữ. Mầu nhiệm thập giá dạy nhân loại rằng sức của sự chết và sự gian ác đã chịu thua trước sức lực của một tình yêu mạnh hơn. Tuy sức lực của tội ác nguy hại và to lớn vô cùng, nhưng tình yêu của Thiên Chúa, được biểu lộ ra trên thập giá, vẫn mạnh hơn và đã chiến thắng. Đó là vinh quang của thập giá.

“Khi còn sống kiếp phàm nhân, Đức Giêsu đã lớn tiếng kêu van khóc lóc mà dâng lời khẩn nguyện nài xin lên Đấng có quyền năng cứu Người khỏi chết. Người đã được nhậm lời, vì có lòng tôn kính. Dầu là Con Thiên Chúa, Người đã phải trải qua nhiều đau khổ mới học được thế nào là vâng phục; và khi chính bản thân đã tới mức thập toàn, Người trở nên nguồn ơn cứu độ vĩnh cửu cho tất cả những ai từng phục Người” (Dt 5,7-10). Đức Giêsu không dùng bạo lực để tự cứu mình và cứu nhân loại lâm cảnh bất công, tàn nhẫn, chết chóc. Nếu dùng bạo lực, Đức Giêsu chẳng khác chúng ta bao nhiêu. Chỉ khác ở chỗ Ngài mạnh hơn. Ngài là người công chính, vô tội, nhưng nếu Ngài dùng sức lực mà chiến thắng, Ngài không hiền lành và không sống vì tình yêu. Đấng Cứu Thế mà Chúa Cha đã ban cho nhân loại không dùng bạo lực mà dùng sức khác, là sức Thần Khí.

**Đức Giêsu trở thành vị thượng tế nhân từ và trung tín của nhân loại.** “Bởi thế, Người đã phải nên giống anh em mình về mọi phương diện, để trở thành một vị Thượng Tế nhân từ và trung tín trong việc thờ phượng Thiên Chúa, hầu đền tội cho dân” [Dt 2,17]. “Trung tín” nói đến khả năng nối kết tương quan giữa Thiên Chúa và dân Người. “Nhân từ” diễn tả khả năng cảm thông, nâng đỡ trong tình huynh đệ với con người. Một người đầy lòng xót thương đối với anh em mình và, đồng thời, được tin nhiệm trước mặt Thiên Chúa. Hai phẩm chất này cần phải cùng nhau hiện diện để tạo nên con người tư tế. Đức Giêsu đã ‘trung thành’ trong cuộc sống của Người, trong cuộc khổ nạn của Người. Ngài cũng ‘trung tín’, bây giờ và mãi mãi sẽ tìm hiểu và thực thi thánh ý Chúa Cha.

**b) Phép Thánh Thể là món quà Chúa Cha dành cho nhân loại, mà Ngài mời chúng ta nhận lãnh để được cứu chuộc.** Khi cử hành phép Thánh Thể chúng ta tưởng niệm và làm sống lại món quà Chúa Cha ban cho chúng ta lúc Chúa Kitô chịu nạn, chịu chết và phục sinh. Khi nộp Người Con duy nhất trong tay kẻ tội lỗi, Chúa Cha cảm thấy đau lòng như các cha mẹ khi nhìn thấy người con đau khổ. Làm như vậy Ngài bày tỏ tình thương vô bờ bến dành cho mỗi người chúng ta.

Cảm động vì lòng hiếu thảo và vâng phục của Đức Giêsu, Chúa Cha ban vinh hiển cho Ngài. Và đây chính là vinh quang mà Đức Giêsu, tư tế của nhân loại, muốn chia sẻ với con người. Khi sống lại, Đức Giêsu nâng chúng ta lên chia sẻ vinh quang của Ngài. Đức Giêsu Phục Sinh sai Thần Khí của Ngài đến với con người, và chính Thần Khí này gợi lên nơi con người lòng hiếu thảo và vâng phục của người con. Ngày tận thế Ngài sẽ ban cho chúng ta vinh quang của Ngài: “Con đã ban cho họ vinh quang mà Cha đã ban cho con... Lạy Cha, con muốn rằng con ở đâu, thì những người Cha đã ban cho con cũng ở đó với con, để họ chiêm ngưỡng vinh quang của con” (Ga 17, 22-24). Chúa Cha ưa thích thể hiện cùng với chúng ta món quà này trong suốt cuộc sống của chúng ta, và nhờ đó chúng ta khám phá tình thương của Ngài và lãnh nhận những hồng ân cứu thoát chúng ta.

### **Câu hỏi phản tỉnh**

1. Trong Lễ Vượt Qua, người Do Thái tưởng nhớ những biến cố nào? Đức Giêsu đã ứng nghiệm những biến cố đó ra sao?
2. Thường thường ý nghĩa nào của Phép Thánh Thể đánh động tôi nhiều nhất?

## **4. MỘT CUỘC ĐỜI NÓI LÊN MÀU NHIỆM THÁNH THỂ**

“Thật, tôi bảo thật các ông, ai tin thì được sự sống đời đời. Tôi là bánh trường sinh. Tổ tiên các ông đã ăn man-na trong sa mạc, nhưng đã chết. Còn bánh này là bánh từ trời xuống, để ai ăn thì khỏi phải chết. Tôi là bánh hằng sống từ trời xuống. Ai ăn bánh này, sẽ được sống muôn đời. Và bánh tôi sẽ ban tặng, chính là thịt tôi đây, để cho thế gian được sống.” Người Do-thái liền tranh luận sôi nổi với nhau. Họ nói: “Làm sao ông này có thể cho chúng ta ăn thịt ông ta được?” Đức Giêsu nói với họ: “Thật, tôi bảo thật các ông: nếu các ông không ăn thịt và uống máu Con Người, các ông không có sự sống nơi mình. Ai ăn thịt và uống máu tôi, thì được sống muôn đời, và tôi sẽ cho người ấy sống lại vào ngày sau hết, vì thịt tôi thật là của ăn, và máu tôi thật là của uống. Ai ăn thịt và uống máu tôi, thì ở lại trong tôi, và tôi ở lại trong người ấy. Như Chúa Cha là Đấng hằng sống đã sai tôi, và tôi sống nhờ Chúa Cha thế nào, thì kẻ ăn tôi, cũng

sẽ nhờ tôi mà được sống như vậy. Đây là bánh từ trời xuống, không phải như bánh tổ tiên các ông đã ăn, và họ đã chết. Ai ăn bánh này, sẽ được sống muôn đời." ...Từ lúc đó, nhiều môn đệ rút lui, không còn đi theo Người nữa. Vậy Đức Giêsu hỏi Nhóm Mười Hai: "Cả anh em nữa, anh em cũng muốn bỏ đi hay sao?" Ông Si-môn Phê-rô liền đáp: "**Thưa Thầy, bỏ Thầy thì chúng con biết đến với ai? Thầy mới có những lời đem lại sự sống đời đời. Phần chúng con, chúng con đã tin và nhận biết rằng chính Thầy là Đấng Thánh của Thiên Chúa**" [Ga 6,47-69].

Khi cử hành phép Thánh Thể, chúng ta tưởng niệm và làm sống lại những giây phút cao thượng khi Đức Giêsu chịu nạn chịu chết làm giao ước mới và vĩnh cửu giữa Thiên Chúa và nhân loại. Phép Thánh Thể là Bí Tích Tình Yêu, là tâm điểm cuộc sống Kitô hữu. Khi tận hiến mình trên Thập Giá, cũng như khi ban Phép Thánh Thể, Đức Giêsu biểu lộ ra tình yêu bao la và vô điều kiện của Ngài. Đồng thời, mỗi lần cử hành Thánh Lễ, chúng ta muốn hiệp thông với Đức Giêsu và biến đổi cách chúng ta sống.

*"Thiên Chúa toàn năng hằng hữu, nhờ mầu nhiệm Vượt Qua, Chúa đã cho loài người lại được phúc giao hòa với Chúa; xin cho cả cuộc đời chúng con nói lên chính mầu nhiệm mà chúng con cử hành với tất cả niềm tin"* (Thứ 6, Phục Sinh). Lời truyền Phép Thánh Thể phải là định thức cho đời sống, không chỉ là lời truyền Phép mà thôi:

#### **a) Một đời sống biết ơn sâu xa**

**'Đức Giêsu cầm lấy bánh, dâng lời chúc tụng rồi bẻ ra, trao cho các môn đệ'**. Trong Thánh Lễ chúng ta tưởng nhớ và làm sống lại tâm tình đầu tiên của Đức Giêsu khi Ngài 'Bẻ Bánh': là tạ ơn. Ngày hôm nay cũng vậy: chính Đức Giêsu hiệp nhất với lòng và môi miệng chúng ta mà tạ ơn Chúa Cha.

Chúng ta hiệp thông với Đức Kitô dâng lời chúc tụng và tạ ơn Thiên Chúa vì tất cả những kỳ công Ngài làm ra. Chúng ta tri ân Đấng không ngừng tuôn đổ xuống cùng với các ân huệ kia một tình yêu thậm chí còn lớn lao hơn cả những gì chúng ta dám cầu xin hay nghĩ tới. Đồng cảm với những tâm tình của Đức Giêsu, chúng ta tạ ơn Chúa Cha đã yêu mến chúng ta với tình yêu bao la, không ngừng cứu chuộc, luôn luôn quan phòng, che chở và diu dắt chúng ta theo kế hoạch nhân từ và vinh quang Ngài dành cho mỗi người.

*"Chúng ta là những người đã nhiều lần vi phạm giao ước với Chúa Cha, nhưng Cha không bao giờ đánh lòng bỏ rơi, nhưng nhờ Đức Giêsu Con Cha, Đấng Cứu Chuộc chúng con, Cha còn dùng mối dây liên kết mới của tình thương mà nối kết gia đình nhân loại với Cha cách bền chặt không gì cắt đứt được"* (Kinh Thánh Thể Giao Hòa I).

#### **b) Một đời sống trao hiến và phục vụ**

**"Hãy nhận lấy mà ăn... hãy nhận lấy mà uống..."**. Lòng khiêm nhường phục vụ của Đức Giêsu được biểu lộ ra khi trong Bữa Tiệc Ly, Ngài quỳ gối dưới các môn đệ và rửa chân cho họ. Ngài trao hiến mình đến cùng khi Ngài nộp mình trên thập giá.

Trong Phép Thánh Thể, Ngài nộp mình cho chúng ta ăn để truyền cho chúng ta sự sống dồi dào và vinh quang vĩnh viễn. Vinh quang của Thiên Chúa là con người sống và sống thực sự. Đức Giêsu nói với người Do-thái: *"Tôi là bánh hằng sống từ trời xuống. Ai ăn bánh này, sẽ được sống muôn đời. Và bánh tôi sẽ ban tặng, chính là thịt tôi đây, để cho thế gian được sống... Ai ăn thịt và uống máu tôi, thì ở lại trong tôi, và tôi ở lại trong người ấy. Như Chúa Cha là Đấng hằng sống đã sai tôi, và tôi sống nhờ Chúa Cha thế nào, thì kẻ ăn tôi, cũng sẽ nhờ tôi mà được sống như vậy"* (Ga 6,51, 56-57).

Đây là quà tặng mà tôi nhận lãnh trong Thánh Lễ. Đồng thời, khi cử hành Thánh Lễ tôi muốn học được thế nào là 'nộp mình' trong cuộc sống để anh em nhận lấy mà ăn. Mỗi lần tôi, cùng với Linh Mục, lặp lại lời *"hãy nhận lấy mà ăn... hãy nhận lấy mà uống..."* tôi trao hiến mình cho anh em, đặt mình dưới chân anh em để phục vụ cho họ.

#### **c) Một đời sống được cứu chuộc để cứu chuộc**

**"Đây là Mình Thầy sẽ bị nộp vì các con. Đây là Máu Thầy được đổ ra làm giao ước cho nhiều người"**. Đức Giêsu nộp Mình Máu của Ngài để cứu chuộc con người, toàn bộ con người



và mọi người. Khi Kinh Thánh nói “nhiều người”, theo tiếng Do-thái có nghĩa là một đám rất đông, và ám chỉ là ‘mọi người’. Mọi người đều được cứu chuộc. Về phía con người, mỗi người có quyền tự do chọn lựa, lãnh nhận hay từ chối ơn cứu rỗi, nhưng, về phía Thiên Chúa, chẳng ai bị loại ra ngoài ơn cứu chuộc của Đức Kitô. Mỗi người đã được cứu chuộc. Khi rước Mình Máu Đức Giêsu và đón nhận Ngài, tôi tin chắc và kêu Thiên Chúa “Abba, Cha ơi”, với tất cả niềm tin. Tin tưởng đã được cứu chuộc, tôi mới có thể mở lòng cho Thánh Thần, tiến lên trên đường cứu rỗi, và đồng thời trở thành nhân chứng và sứ giả ơn cứu chuộc cho người khác.

#### **d) Một đời sống tưởng nhớ**

**“Các con hãy làm việc này mà nhớ đến Thầy”.** Bữa Tiệc Vượt Qua là nghi thức kỷ niệm biến cố dân Do-thái vượt qua đất Ai-cập và Xuất Hành lên đường dẫn đến đất hứa. Người Do-thái tưởng nhớ ngày vượt Biển Đỏ và những biến cố quan trọng trong lịch sử của họ: ngày Abraham được kêu gọi, khi Isaac nằm trên bàn thờ, cuộc giao ước đầu tiên trên núi Si-nai và bao nhiêu lần Thiên Chúa đã cứu vớt Dân của Ngài.

Ngày hôm nay Thánh Lễ cũng là lúc chúng ta tưởng nhớ những ân huệ, những vết chân của Thiên Chúa trong cuộc sống cá nhân và gia đình của chúng ta. Biết tưởng nhớ, chúng ta mới có một căn tính, mới có gốc rễ, mới có thể tin tưởng Thiên Chúa ngày càng sâu xa hơn. Lòng tin tưởng được vun trồng bằng kỷ niệm. Chúng ta tưởng nhớ các dấu chỉ tình yêu Thiên Chúa dành cho chúng ta. *“Đấng Bảo Trợ là Thánh Thần Chúa Cha sẽ sai đến nhân danh Thầy, Đấng đó sẽ dạy anh em mọi điều và sẽ làm cho anh em nhớ lại mọi điều Thầy đã nói với anh em”* (Ga 14,26).

#### **e) Một đời sống được thánh hiến**

**“Đây là mầu nhiệm đức tin”.** Mỗi lần truyền phép Mình Máu Thánh Chúa, linh mục loan báo: *‘Đây là mầu nhiệm đức tin’*, tỏ lòng ngạc nhiên và xúc động trước những gì vừa mới được thực hiện trên bàn thờ. Bánh và rượu vẫn có vẻ như trước, chẳng biến đổi gì bề ngoài, tuy nhiên bây giờ bánh không còn là bánh, rượu không còn là rượu nữa mà là Mình Máu Đức Kitô. Thánh Thần vừa mới thực hiện sự biến đổi lạ lùng này. Thật là mầu nhiệm đáng kính nể xảy ra trong mỗi Thánh Lễ mà tôi loan báo bằng một đời sống thánh thiện hơn: tức là khi con người cũ của tôi được biến đổi và trở thành giống Đức Kitô. *“Xin cho cả cuộc đời chúng con nói lên chính mầu nhiệm mà chúng con cử hành với tất cả niềm tin”*.

Phép Thánh Thể là nơi tôi được thánh hiến. Mỗi lần gặp chuyện vui buồn trong cuộc sống và dâng Thánh Lễ, hoặc viếng thăm Ngài trong nhà nguyện, tôi xin Thánh Thần đổi mới tôi biết vâng phục Chúa Cha và trở thành giống Đức Giêsu hơn.

*“Lạy Chúa rất nhân từ, xin thương đoái nhìn những người được liên kết với Cha nhờ hy lễ của Con Cha, và xin cho họ khi thông phần cùng một bánh và chén này, nhờ quyền năng Chúa Thánh Thần, được quy tụ lại trong Chúa Kitô, thành một thân thể, trong đó không còn một chia rẽ nào”* (Kinh Thánh Thể Giao Hòa I).

#### **f) Một đời sống có Đức Kitô là tâm điểm**

**“Lạy Chúa, chúng con loan truyền Chúa chịu chết, và tuyên xưng Chúa sống lại, cho tới khi Chúa đến”.** Mỗi lần cử hành Phép Thánh Thể, tưởng niệm Đức Kitô từ cõi chết sống lại, chúng ta mong ước gặp gỡ Ngài ngày càng hoàn toàn và vĩnh viễn. Chúng ta hy vọng Ngài lại đến. Đức Kitô đã thắng thế gian, đã cứu chuộc chúng ta và muốn chia sẻ vinh quang vĩnh viễn với chúng ta. Đó chính là ý muốn và kế hoạch đầu tiên của Chúa Cha.

*“Chính vì muốn đưa muôn vàn con cái đến vinh quang, nên Thiên Chúa đã làm một việc thích đáng, là cho Đức Giêsu trải qua gian khổ mà trở thành vị lãnh đạo thập toàn, dẫn đưa họ tới nguồn ơn cứu độ”* (Dt 2,10).

Như thánh Phao-lô tuyên xưng: *“Tôi sống, nhưng không còn phải là tôi, mà là Đức Kitô sống trong tôi. Hiện nay tôi sống kiếp phàm nhân trong niềm tin vào Con Thiên Chúa, Đấng đã yêu mến tôi và hiến mạng vì tôi”* (Gl 2,20).

#### **Câu hỏi phản tỉnh**

- 1) Vai trò của Phép Thánh Thể trong đời sống tôi là gì và đang biến đổi như thế nào?
- 2) Tại sao Phép Thánh Thể là Bí Tích chính trong bảy Bí tích và là tâm điểm cuộc sống Kitô hữu?
- 3) Thường tôi làm gì và như thế nào để tích cực tham dự Thánh Lễ?

## **NGUỒN MẠCH THỨ BA: ĐỜI SỐNG CẦU NGUYỆN**

Khi huấn luyện các môn đệ, Thầy Giêsu hay nhắc nhủ: “*Anh em hãy canh thức và cầu nguyện để khỏi lâm vào cơn cám dỗ. Vì tinh thần thì hăng hái, nhưng thể xác lại yếu đuối*” (Mt 26,41). Cầu nguyện là nguồn mạch đời sống Kitô hữu.

### **1. CẦU NGUYỆN NHƯ ĐỨC KITÔ**

Qua Phúc Âm tôi biết rằng Đức Kitô cầu nguyện liên tục: sáng sớm, lúc trời còn tối mịt, Ngài đã dậy, đi ra một nơi hoang vắng và cầu nguyện ở đó; lúc gặp thử thách, Ngài sắp mặt xuống mà cầu nguyện “*xin đừng theo ý con, mà xin theo ý Cha*”.

#### **1) Mục đích cầu nguyện**

Đức Kitô luôn luôn tìm cách làm theo ý Chúa Cha, là Đấng đã sai Thầy. Tìm Thánh Ý Thiên Chúa và đem ra thực hiện là ơn gọi căn bản của con cái Thiên Chúa. “*Quả vậy, phàm ai được Thần Khí Thiên Chúa hướng dẫn, đều là con cái Thiên Chúa*” (Rm 8,14). Khi để Thần Khí Thiên Chúa hướng dẫn và kết ‘*ý tôi hòa hợp với ý của Chúa*’, tôi sống như con Thiên Chúa. Mục đích chính của cầu nguyện là: ‘*được một trái tim ngày càng tự do để mong muốn những gì Thiên Chúa muốn*’.

*Nhưng, làm sao biết Thánh Ý Chúa?* Thiên Chúa tỏ lộ ý của Ngài trong trái tim hơn là qua đầu óc; trong ước muốn hơn là trong ý tưởng; qua những gì tôi cảm thấy hơn là những gì tôi suy nghĩ. Tôi hiểu biết Thánh Ý khi tôi để Thần Khí soi sáng, thanh tẩy và củng cố trái tim tôi, mãi đến khi ý muốn và ước ao của Chúa biến thành ý muốn và ước ao của tôi. Thiên Chúa không truyền những gì Ngài mong muốn đến đầu óc của tôi như một kế hoạch tôi phải tuân phục hoặc một luật lệ tôi bắt buộc phải vâng theo. Ước muốn và lời mời gọi của Chúa xuất hiện trong trái tim như ước muốn đích thực của tôi. Tôi được như vậy do ảnh hưởng của Thần Khí thánh hóa con người nội tâm với những ý muốn tốt lành của tình yêu. Kết quả là tôi ngày càng không ưa thích những gì lề luật Thiên Chúa cấm, và ưa thích những gì lề luật Thiên Chúa bắt làm.

Như vậy, cầu nguyện là mở lòng cho Thần Khí biến đổi tôi tận gốc. Thực ra, khi tôi hân hạnh đón nhận và mong muốn Thánh Ý của Thiên Chúa, tôi mới hiểu được những gì Ngài mong muốn. Tôi chỉ nghe Thiên Chúa nói khi Thánh Ý Ngài xuất hiện trong trái tim như ước muốn đích thực của tôi. Tôi chỉ nhận ra lời mời gọi của Ngài khi tôi được cùng chạnh lòng thương với những gì Ngài chạnh lòng thương, khi tôi ước ao với chính ao ước của Thiên Chúa, khi tôi đồng cảm với Ngài.

Nếu mục đích cầu nguyện là như vậy, thì tôi nên hiểu rằng:

- a) Cầu nguyện không phải là mục đích của cầu nguyện.
- b) Cầu nguyện là tâm tình với Thiên Chúa để Ngài biến đổi mình.
- c) Quan trọng là phó thác và tận hiến chính mình cho Chúa.
- d) Sự biến đổi này là một hành trình lâu dài.
- e) Bằng chứng đích thực về đời sống cầu nguyện là cách sống của tôi.

**a) Cầu nguyện không phải là mục đích của cầu nguyện!** Đôi khi tôi có thể nghĩ rằng tôi chẳng cầu nguyện bởi vì tôi hay chia trí, không có thể thư giãn và tập trung tư tưởng, chẳng có ý tưởng hoặc cảm xúc gì cả.

Người Kitô hữu cầu nguyện không phải để học hỏi ý tưởng mới hoặc để cảm thấy sốt sắng và gần gũi Chúa. Chẳng ai nên đo lường cách cầu nguyện của mình do mức độ cảm xúc sốt sắng trong thời gian cầu nguyện.

Sự đóng góp của tôi khi cầu nguyện là “*chăm chú nghe Thiên Chúa*”, còn nhiệm vụ của Thần Khí là “*nối kết tôi với Thiên Chúa và khi nối kết, lại biến đổi tôi tận gốc*”. Muốn đo lường phẩm chất cầu nguyện tôi nên hỏi trái tim tôi đã được biến đổi và hòa hợp nên một với những gì Thiên Chúa muốn đến mức độ nào.

Có thể xảy ra rằng, trong khi cầu nguyện ‘khô khan’, với rất nhiều chia trí và ít cảm xúc, Thần Khí đang thanh tẩy trái tim và nối kết tâm linh tôi với Thiên Chúa. Ngược lại, có thể xảy ra rằng, tôi cầu nguyện với nước mắt và cảm xúc sôi nổi, hoặc với ý tưởng rất hấp dẫn về Thiên Chúa, nhưng các cảm xúc và ý tưởng đó chẳng đụng đến trái tim tự kỷ và thiếu tình yêu của mình.

**b) Cầu nguyện là tâm tình với Thiên Chúa để Ngài biến đổi mình tận gốc.** Tình yêu biến đổi con người tận gốc. Thiên Chúa muốn kết thân nên một với tôi trong tình yêu. Chỉ có tình yêu mới nối kết con người với Thiên Chúa. Thần Khí là tình yêu nối kết Chúa Cha và Chúa Con nên một, và con người với Thiên Chúa. Thần Khí ngự trong lòng tôi kể từ khi tôi đã chịu phép Rửa Tội. Nhờ Ngài cư ngụ trong tận đáy lòng tôi mà tôi trở nên con Thiên Chúa. Tôi được mời gọi khám phá ra sự hiện diện của Thần Khí tình yêu, nghe những tác động nhẹ nhàng của Ngài và ngày càng tin tưởng vào tình yêu vô bờ bến Thiên Chúa dành cho tôi. Thần Khí luôn luôn muốn biến đổi và thánh hiến tôi.

Tôi không nên thánh thiện bằng những cố gắng, tự chủ, quyết tâm và rèn luyện của chính mình; không phải là nhờ những cố gắng sống hoàn thiện đó mà tôi trở nên xứng đáng làm con Thiên Chúa. Tự mình chẳng ai hiền lành. Tôi chẳng làm gì được, để trở nên xứng đáng làm con Thiên Chúa. Ngài đoái thương yêu tôi trước và mời gọi tôi là con của Ngài. Tình yêu Thiên Chúa dành cho tôi là món quà nhưng không. Thiên Chúa là Đấng hiền lành thương mến tôi và Thần Khí của Ngài mới biến đổi tôi nên hiền lành.

Mối tương quan này với Thiên Chúa có khả năng biến đổi tôi tận gốc. Sức lực của Thần Khí mạnh hơn tất cả những đam mê, nổi hận thù, quyền uy và khuyết điểm lười biếng, tự kỷ, ham vui của mình. Thần Khí có khả năng gìn giữ trái tim tôi hiền lành, sáng suốt và can đảm ngay trong hoàn cảnh nguy hại, giả dối, bất công và tàn nhẫn chung quanh. Trong một hoàn cảnh nguy hại như vậy, sự hiện diện của Thần Khí được biểu lộ ra bằng sự biến đổi của trái tim tôi, khiến tôi vẫn tin tưởng, khôn ngoan và hiền lành.

**c) Điều quan trọng là phó thác và tận hiến chính mình cho Chúa.** Muốn Thần Khí hướng dẫn, tôi cần mở lòng và phó thác chính mình hoàn toàn cho Ngài. Ngài là ‘*kho báu chôn giấu trong ruộng*’, là ‘*viên ngọc quý*’ tôi đã khám phá ra. Muốn Thiên Chúa kết thân nên một với tôi, tôi cần quý mến Ngài trên mọi người và trên mọi sự. Để tỏ ra lòng tôn trọng Thiên Chúa thánh thiện cao cả, tôi không cần giữ một khoảng cách. Ngài chỉ muốn tôi thành thật mời Ngài là chủ và là tâm điểm duy nhất của trái tim tôi. Thiên Chúa ‘ghen tương’ vì Ngài không có thể chia trái tim tôi với bất cứ ‘*ngẫu tượng*’ nào cả. “*Các người phải thuộc về Ta, phải thánh thiện, vì Ta, Đức Chúa, Ta là Đấng Thánh, và Ta đã tách biệt các người ra khỏi các dân để các người thuộc về Ta*” (Lv 20,26). Ngài lài ‘*Đấng Thánh*’ vì Ngài vĩnh viễn hiền lành và thành tín.

Màu nhiệm của tình thân với Thiên Chúa là tôi hoàn toàn phó thác chính mình cho Ngài, yêu mến Ngài hết lòng, hết linh hồn, hết sức lực, và hết trí khôn tôi; và yêu mến mọi người trong Chúa.

Lòng thành thật và chung thủy được thử thách mỗi lần tôi bị bệnh, thất bại, mất mát một báu vật và gặp nghịch cảnh. Các kinh nghiệm sống, những cơn cám dỗ và mọi sự gian ác, mang một ý nghĩa mới khi tôi kết thân với Thiên Chúa trong tình yêu.

Tôi tin tưởng Thiên Chúa, nhưng cũng ý thức sự yếu đuối của tôi: tôi thành thật cố gắng tránh các cơ hội bị cám dỗ, và đồng thời sẵn sàng đối diện với các cám dỗ mà chẳng tránh được. Tôi

biết rằng, qua hành động và lựa chọn, tôi mới biết được tận đáy lòng của tôi. “*Tình yêu được biểu lộ ra qua hành động hơn là trong lời nói*” (Lt 231).

**d) Sự biến đổi này là một hành trình lâu dài.** “*Thiên Chúa thông biết bản tính chúng ta hơn chúng ta vô cùng và sẽ cho mỗi người nhận ra điều thích hợp với mình*” (Lt 89). Đây là nhận xét khôn ngoan của I-nhã. Những gì Thiên Chúa mong đợi nơi tôi tùy thuộc hoàn cảnh, nhu cầu và khả năng của tôi. Ngài không mong chờ nơi tôi một cách sống và phục vụ hoàn thiện khi tôi còn đang cố gắng thoát khỏi một nếp sống lười biếng hay trụy lạc. Một vài năm sau, khi lòng biết ơn và mến yêu đốt cháy trong trái tim tôi, lúc đó Ngài sẽ mời gọi tôi sống và phục vụ một cách quảng đại hơn. Kế hoạch Thiên Chúa dành cho mình có nhiều trình độ, theo nhiều giai đoạn. Chúng ta có thể phân biệt ba giai đoạn chính:

- **Hoán cải:** khi tôi nhận ra sự thật về nếp sống nguy hại của tôi, chưa cương quyết dứt khoát và tránh cơ hội cám dỗ. Hoàn cảnh nguy hại bởi vì tôi có thể làm mất gia tài quý báu, mất danh thơm tiếng tốt và mất lòng những người mến yêu tôi. Trong hoàn cảnh này Thiên Chúa mở mắt để tôi ý thức những xấu xa và giả dối của tôi, biết hối hận và mong ước một nếp sống lành mạnh, trong sạch và thành thật. Chúa thúc đẩy tôi **quyết tâm và nỗ lực** dứt khoát cơ hội cám dỗ và hấp thụ nếp sống của một Kitô hữu.

Giai đoạn này đòi hỏi lòng can đảm, chịu đựng và biết chỗi dậy, không nản lòng, mỗi lần yếu đuối sa ngã lại.

- **Thanh tẩy tâm linh:** được Đức Kitô thuyết phục và đốt cháy lòng mến yêu Ngài, tôi bắt đầu coi nhẹ những gì trước đây làm chủ trái tim tôi; Thần Khí thanh tẩy tâm linh và viết ngay trong trái tim tôi các điều răn cũng như những ước muốn tốt lành và trong sạch để tôi ngày càng được đồng hình đồng dạng với Đức Kitô.

- **Kết thân nên một với Đức Kitô.** Cảm thấy sức lực nội tâm, bình an và hy vọng đối với tương lai, Thần Khí gọi lên trong trái tim tôi lòng biết ơn Người đã ban lại sự sống đích thực cho tôi; tin tưởng sức lực phục hồi và lòng nhân hậu của Ngài, tôi bắt đầu hỏi Ngài: “*Con có thể làm gì vì Ngài?*” Tôi chỉ mong muốn được sống với Ngài, chia ngọt sẻ bùi với Ngài; tôi lắng nghe Ngài mời gọi bước theo và chia sẻ sứ mệnh của Ngài.

**e) Bằng chứng đích thực về đời sống cầu nguyện là cách sống của tôi.** Có nhiều ‘thần’ khác nhau: có ‘*thần lành*’ và có ‘*thần dữ*’. Các *thần dữ* có thể giả dạng *thần lành* để lôi cuốn tôi. Khi tôi quả quyết sống theo Thần Khí, thì *thần dữ* sẽ dụ dỗ tôi làm việc ‘tốt’, nhưng với hậu quả không tốt, hoặc là ít tốt hơn, chẳng hạn: làm tôi phí thì giờ, gây hoang mang và chia rẽ trong cộng đoàn. Vì lý do đó, tôi cần ánh sáng nội tâm để nhận ra những mưu mô ẩn kín và những ý tồi tệ của *thần dữ*.

Cách sống và liên kết với người khác sẽ giúp tôi nhận ra ‘thần’ nào đang thúc đẩy tôi. Tôi nên để ý đến các mối tương quan, sự tự do của trái tim đối với người cũng như đối với của cải; đức khó nghèo và lòng khiêm nhường của tôi. Nếu Thần Khí diu dắt trái tim tôi, hành động của tôi sẽ ngày càng giống hành động của Đức Kitô.

## 2) Ngôn ngữ của Thiên Chúa

Muốn hiểu Thiên Chúa, tôi cần làm quen với ngôn ngữ của Chúa, là cách Ngài nói. Kể từ khi Ngôi Lời Thiên Chúa nhập thể, muốn hiểu ngôn ngữ của Thiên Chúa tôi cần để ý đến nhân bản của tôi, là nơi Ngôi Lời giáng trần và biểu lộ ra mình. Sau đây là những nét chính của ngôn ngữ Thiên Chúa:

- a) “*Tôi là ai?*” *Tương lai vĩnh viễn của tôi đang được giữ kín trong trái tim Thiên Chúa.*
- b) *Tôi cầu nguyện nhân danh Đức Kitô.*
- c) *Tiếng nói của Chúa là những hiệu quả Ngài thực hiện nơi linh hồn.*
- d) *Thần Khí mời gọi một cách nhẹ nhàng chứ không áp đặt con người*
- e) *Được Thần Khí tác động và soi sáng tôi vẫn cần học hỏi, nghe ý kiến người khác và quyết định.*
- f) *Thiên Chúa nói qua kinh nghiệm sống của tôi.*

a) **“Tôi là ai?”**, tương lai vĩnh viễn của tôi đang được giữ kín trong trái tim của Thiên Chúa. Thiên Chúa biểu lộ ra kế hoạch Ngài dành cho tôi qua lời mời gọi. Càng mở lòng, phó thác và nghe theo Thần Khí dịu dặt và biến đổi, tôi càng thấy rõ hơn kế hoạch Thiên Chúa dành cho tôi, tôi là ai. Thiên Chúa gọi lên những gì tốt đẹp nhất trong tận đáy lòng tôi. Vì lý do đó, tôi không muốn kéo Thiên Chúa theo kế hoạch của tôi; tôi muốn Thiên Chúa dịu dặt tôi theo kế hoạch của Ngài. Tôi mong muốn lắng nghe theo lời mời gọi của Chúa bởi vì tôi tin tưởng Ngài.

Có người đi tĩnh tâm và tìm một thời gian tĩnh mịch để đối diện với hoàn cảnh đang sống và xin được Thiên Chúa tha tội.

Tuy nhiên, mục đích của các buổi tĩnh tâm và khóa Linh Thao không tiêu cực: xét mình và được Thiên Chúa tha tội. Thiên Chúa không phải là quan tòa, là thẩm phán xét đoán mình. Ngài là Cha, là Em-ma-nu-en, là bạn chí thân, luôn luôn đứng bên mình như bác sĩ coi sóc, như luật sư bênh vực, như vị hướng dẫn. Tôi không sợ Thiên Chúa đòi hỏi nhiều quá; tôi không nghĩ rằng Ngài làm khổ đau cho những kẻ Ngài mến yêu. Thiên Chúa sai Đức Kitô đến đời sống mình như một ‘tín mừng’ và Thần Khí của Ngài luôn luôn an ủi, ban niềm vui và bình an.

Đức Mẹ khuyến khích tôi luôn tin tưởng Thiên Chúa. Những nỗi đau và gian nan xảy ra cho Đức Mẹ, hoàn toàn do tội ác của con người, chứ không bắt nguồn từ Thiên Chúa. Trong Thiên Chúa Đức Mẹ luôn luôn tìm thấy bình an, tình yêu và sức lực chịu đựng.

b) **Tôi cầu nguyện nhân danh Đức Kitô.** Cầu nguyện ‘nhân danh Đức Kitô’ nghĩa là gì? ‘Danh’ của Đức Kitô là tên Chúa Cha đặt cho Ngài, là sứ mệnh Chúa Cha giao phó, là nếp sống của Đức Kitô. Hoạt động *nhân danh Đức Kitô*, nói chuyện *nhân danh Đức Kitô*, mến yêu và kết thân *nhân danh Đức Kitô*, nghĩa là hoạt động, nói chuyện và mến yêu với một hiểu biết sâu xa về cách Ngài suy nghĩ và mến yêu; nghĩa là cầu mong Thần Khí của Ngài nâng đỡ và dịu dặt tôi trong hoạt động, nói chuyện và cách mến yêu; nghĩa là cảm thấy no thỏa khi được biết mình đang thực thi Thánh Ý của Chúa Cha và đẹp lòng Ngài. *“Luong thực của Thầy là thi hành ý muốn của Đấng đã sai Thầy, và hoàn tất công trình của Người”* (Ga 4,34).

c) Theo Gioan Thánh Giá: **‘Tiếng nói của Chúa là những hiệu quả Ngài thực hiện nơi linh hồn’**. Tôi muốn Thiên Chúa nói với tôi, tức là tôi muốn hiểu biết Thánh Ý, muốn ý tôi hòa hợp với ý của Chúa. Thánh Ý của Chúa luôn luôn xuất hiện trong trái tim như ý muốn đích thực của tôi. I-nhã nói về ơn ‘*cảm nếm sâu xa*’ và ‘*an ủi thiêng liêng*’. Khi I-nhã mời tôi cầu xin ơn ‘*cảm nếm thâm sâu*’ ngài mời tôi xin ơn *an ủi thiêng liêng*. Ôn ‘*cảm nếm sâu xa*’ là được Thần Khí tác động trái tim mình; là nhận thấy tận đáy lòng tôi những gì Chúa muốn, dù ý muốn đó đụng chạm đến phạm vi nào đó trong các tình cảm và ưa thích tự nhiên của tôi.

Đối với I-nhã, ơn ‘*an ủi thiêng liêng*’ là được hòa hợp với Thần Khí. Ôn *an ủi thiêng liêng* chưa chắc là cảm xúc thích thú, thoải mái. Tôi được ơn ‘*an ủi thiêng liêng*’ khi tôi được Thần Khí soi sáng và ý thức những lệch lạc quyến luyến của mình, lấy làm u buồn, hối hận và mong muốn được thanh tẩy; hoặc khi tôi cảm thông với Đức Kitô chịu nạn chịu chết và ‘*cảm thấy đau đớn, hối hận và hổ thẹn, chính vì tội lỗi tôi mà Chúa chịu nạn như vậy*’ (Lt 193).

Khi tìm Thiên Chúa trong cầu nguyện, tôi coi nhẹ cảm xúc sốt sắng. Ai tìm cảm xúc trong cầu nguyện vẫn đang tìm chính mình hơn là tìm Chúa trong cầu nguyện. Mục đích và giá trị của cầu nguyện không phải là ‘cảm thấy sốt sắng’, nhưng là *mở lòng cho Thần Khí và để ý mình hòa hợp với ý của Chúa*.

Nếu được kết thân với Chúa mật thiết hơn, tôi tìm sự hiện diện của Chúa và mong muốn nghỉ ngơi trong Ngài. Đối với tôi ‘*chủ yếu chính là xin ngay bây giờ được sống với Thiên Chúa và được thấy Thiên Chúa cách tỏ tường theo yếu tính của Ngài, như linh hồn hằng ước mong được bảo đảm và được thỏa mãn ở đời sau*’ (Khúc Linh Ca 1).

d) **Thần Khí mời gọi một cách nhẹ nhàng, chứ không áp đặt con người.** Khi soi sáng và khuyến khích, Thiên Chúa tác động tôi một cách nhẹ nhàng, như một lời mời. Ngài không áp đặt ý muốn của Ngài như một lễ luật hoặc một chương trình rõ ràng, sẵn có. Nếu Ngài làm như vậy,

tôi sẽ không còn tự do vâng phục Ngài. Thiên Chúa khiêm nhường và nhân hậu, kiên nhẫn đợi chờ mãi đến khi tôi khám phá ra tình yêu của Ngài và mời Ngài làm chủ trái tim tôi.

Thiên Chúa ban tặng muôn ơn lành cho tôi, và nếu tôi biết nhìn kỹ vào những ơn vật chất cũng như thiêng liêng, tôi sẽ nhận ra chính Ngài hiện diện trong các ơn đó. Bao lâu tôi chỉ mong muốn hưởng các ân huệ, vật chất cũng như tinh thần, không màng tìm vị ân nhân đã ban tặng, tôi sẽ không ngờ lòng mến thương Ngài dành cho tôi. Nhưng, nếu tôi tìm Ngài và mong muốn kết thân với Ngài, Ngài sẽ mở đường và tìm cách giúp tôi nhận ra Ngài, bởi vì chính Thiên Chúa muốn kết thân với tôi trong tình yêu.

Ngày xưa khi Đức Kitô đi ngang bên kia bờ sông Gio-đan, Gio-an Tẩy Giả nhận thấy và chỉ tay: “*Đây là Chiên Thiên Chúa!*”! Hai môn đệ Gioan và An-rê đứng lên, bước theo Ngài và hỏi “*Thầy ở đâu?*”. Đức Kitô đi ngang trước mặt hai môn đệ ‘như tình cờ’, mà thực ra lý do duy nhất là để hai môn đệ nhìn thấy, mong muốn làm quen và bước theo. Một cuộc gặp gỡ như tình cờ đã mở cho họ một cuộc sống mới lạ, cuộc sống làm môn đệ của Ngài.

Tôi cũng có thể nghĩ rằng những ý muốn nhẹ nhàng, những ước muốn không tên, là kết quả sức tưởng tượng, là một giấc mơ nhất thời. Trong mỗi giai đoạn trong hành trình kết thân với Đức Kitô có những lời mời gọi của Thần Khí, tôi có thể đón nhận, ôm ấp trong lòng, hoặc tôi có thể bỏ qua. Nếu bỏ qua, Thiên Chúa sẽ không trách, nhưng tôi sẽ không bao giờ biết những gì Thiên Chúa dành cho tôi.

Biết Thiên Chúa nhân hậu như vậy, tôi không thấy sự ‘vô hình’ của Thiên Chúa, ‘là Đáng ăn dật’, như một ngăn trở hay một khó khăn để kết thân với Ngài. Ngược lại, cách Thiên Chúa vừa ẩn mặt vừa biểu lộ ra mình, làm cho tình thương Ngài có một sức thu hút thăm sâu và dịu dàng hơn.

Đồng thời, tôi hiểu rõ hơn yếu tính cao cả, huy hoàng của Thiên Tính, bởi vì chỉ có những ai yêu mến Ngài với lòng trong sạch và biết chung thủy vâng phục Ngài, mới được mời kết thân và ngồi dùng bữa ăn tối với Ngài. “*Phúc thay ai có tâm hồn trong sạch, vì họ sẽ được nhìn thấy Thiên Chúa*” (Mt 5,8).

**e) Được Thần Khí tác động và soi sáng, tôi vẫn cần học hỏi, nghe ý kiến người khác và quyết định.** Thần Khí hướng dẫn, nhưng tôi vẫn cần học hỏi, vẫn có thể sai lầm và phải điều chỉnh lại những lựa chọn của tôi. Được Thần Khí dìu dắt trong đời sống gia đình, giáo dục con cái hoặc trong nghề nghiệp chuyên môn, không miễn tôi phải được rèn luyện, nghe ý kiến người khác và chịu trách nhiệm về những quyết định của tôi. Được dâng hiến cuộc sống và hoạt động của tôi cho Chúa, tôi vẫn chịu trách nhiệm về hành động của tôi.

Hiểu lầm về cách Thần Khí gìn giữ và dìu dắt, thì tôi có thể rơi vào ‘*lòng mê tín dị đoan*’ (*magic*). *Mê tín dị đoan* là hy vọng Thiên Chúa bảo vệ đời sống và công việc của tôi ngoài sự cộng tác của tôi.

Tôi cũng có thể rơi vào tình trạng *mê tín dị đoan* nếu quan trọng hóa một người, một nơi chốn, hoặc một kiểu đọc kinh, như ‘linh thiêng’, bảo đảm ơn trên. Mỗi lần tôi muốn nối kết các ơn huệ của Thiên Chúa và một hành động của loài người, tôi đang rơi vào *lòng mê tín dị đoan*.

Thiên Chúa luôn luôn tự do, chẳng ai có thể điều khiển Ngài; Ngài ban ơn vì Ngài mong muốn. Khi khẩn, khi cầu nguyện, tôi xin mọi sự được “*theo Thánh Ý*” và “*phó thác mình trong bàn tay của Ngài*”.

I-nhã biết tin tưởng và phó thác mọi sự trong bàn tay Chúa. Cha Rivadeneira kể: “*Trong một công trình ngài đảm đương để phục vụ Thiên Chúa, I-nhã áp dụng rất kỹ càng và có kết quả tất cả những phương thế lành mạnh trong khả năng của ngài như kết quả tùy thuộc vào hành động của mình. Đồng thời, đặt hết niềm hy vọng nơi Thiên Chúa, ngài phó thác kết quả và chính mình cho Thiên Chúa, như phương thế loài người mà ngài đã sử dụng chẳng ăn thua gì cả*”.

**f) Thiên Chúa nói qua kinh nghiệm sống của tôi.** ‘Kinh nghiệm’ là một biến cố đánh động tôi và gây ảnh hưởng trong đời tôi. Lúc cầu nguyện tôi chú ý đặc biệt đến những kinh nghiệm của

tôi vì đây chính là nơi Thiên Chúa thường viếng thăm tôi. Nhiều khi tôi không dám đối diện những tâm tình, vết thương và nỗi cơ đơn của trái tim tôi. Sở dĩ tôi bận rộn, làm rất nhiều việc, đôi khi là để trốn tránh những nỗi cô đơn thăm sâu của tôi.

Cô đơn là nỗi đau của một trái tim khao khát được chấp nhận, tôn trọng và quý mến. Chỉ có Thiên Chúa có thể là tâm điểm trái tim tôi; một mình Ngài mới có thể nhập vào nỗi cô đơn và biến đổi nó thành một *cõi nội tâm của tôi (from loneliness to solitude)*.

Tôi có phúc khi nhận thấy sự hiện diện của Thiên Chúa chung quanh cũng như trong tận đáy lòng tôi; đặc biệt nơi tất cả những gì tốt đẹp trong và ngoài tôi. Điều khó hơn là nhận ra sự hiện diện của Chúa nơi các kinh nghiệm đau đớn, gian ác và tội lỗi chung quanh hoặc ngay trong lòng tôi. Tuy nhiên, đó cũng là những nơi tôi cần gặp gỡ Thiên Chúa. Tôi có phúc khi tôi nhận ra Ngài viếng thăm tôi trong các vết thương, khuyết điểm và thất bại của tôi.

Kinh nghiệm nào cũng có ảnh hưởng trong cách tôi lớn lên, trong con người đang thành hình. *Những ảnh hưởng đó có tốt và tích cực hay xấu xa và tiêu cực chẳng?* Trước khi tôi nhận ra những gì Thiên Chúa muốn nơi tôi, đa số các kinh nghiệm chẳng có một ý nghĩa rõ ràng; các kinh nghiệm vẫn là kinh nghiệm ‘mù lòà’.

Thiên Chúa, là Đấng Tạo Nên và Cứu Độ chúng ta, muốn soi sáng và mở mắt cho chúng ta thấy ý nghĩa tích cực của những kinh nghiệm đó. Ngài đồng hành với chúng ta trên đường đời và muốn giúp đỡ chúng ta đối diện những kinh nghiệm đó với tâm hồn hiền lành, can đảm và biết tha thứ. Đồng hành với Đức Kitô, kinh nghiệm nào cũng có thể mang một ý nghĩa, chiếu ánh sáng và vun trồng sức sống. Kinh nghiệm đó không còn mù lòà nữa.

Như vậy, các kinh nghiệm của tôi đặt câu hỏi về ý nghĩa sâu xa của cuộc sống và giúp tôi ý thức và nhận ra tôi sống cho ai. *Ai là chủ trái tim tôi? Tôi tin tưởng, cậy trông và mến yêu ai trên hết mọi sự?* Vì lý do đó, khi cầu nguyện tôi cần mang tất cả phạm vi của cuộc sống dưới ảnh hưởng của Thần Khí.

Xây dựng cuộc sống trên căn bản vững chắc của lòng tin tưởng Thiên Chúa là một hành trình lâu dài. Nếu căn bản cuộc sống của tôi là ước muốn được làm giàu và thành công, tôi sẽ lớn lên và triển nở theo đường hướng đó, và rất sớm tôi sẽ nhận ra rằng, Thiên Chúa vắng mặt trong đời tôi.

Nhiều phụ huynh khám phá ra quá muộn sự vắng mặt của Chúa trong trái tim của các con. Thực ra, hạt giống của đời sống vô thần có lẽ đã hiện diện trong lòng của họ kể từ tuổi dậy thì.

Nếu Thần Khí diu dắt tôi từ tuổi nhỏ, thì kinh nghiệm nào cũng giúp tôi trưởng thành.

### **3) Những ngăn trở trên đường kết thân với Thiên Chúa**

Trên đường kết thân với Thiên Chúa có những ngăn trở tôi nên chú ý:

- a) *Không để dành giờ ‘trò chuyện’, ‘tiếp xúc’ với Thiên Chúa.*
- b) *Những hình ảnh sai lầm về Thiên Chúa.*
- c) *Sống trong một thế giới chủ quan, xa anh chị em.*
- d) *Phủ nhận, không nhìn nhận sự thật về những tâm cảm của chính mình, hoặc của kẻ khác.*
- e) *Chiều theo cảm xúc và tình cảm.*
- f) *Không chất vấn (đặt thành vấn đề) lối suy nghĩ và hoạt động của chính mình.*
- g) *Không chất vấn (đặt thành vấn đề) các mối tình của mình.*

a) *Không để dành thời giờ ‘trò chuyện’ và ‘tiếp xúc’ với Thiên Chúa.* Tôi sẵn sàng để dành thì giờ cho những ai tôi tôn trọng và quý mến. Tôi có thể đo lường mức độ tôi tôn trọng và quý mến Thiên Chúa bằng thời gian tôi để dành cho Ngài. Muốn là môn đệ của Đức Kitô, được Thần Khí diu dắt và biến đổi, tôi cần thường xuyên để dành thời giờ cầu nguyện, không phải vì tôi nghĩ rằng chỉ có lúc cầu nguyện tôi mới gặp Ngài. Tôi rất mong muốn và hy vọng ngày càng được ơn *‘tìm và nhận ra Thiên Chúa khắp mọi nơi’*. Nhưng, nếu muốn được ơn *‘chiêm niệm trong hoạt động’* tôi cần thường xuyên để dành thời giờ cầu nguyện.

b) *Những hình ảnh sai lầm về Thiên Chúa (false images of God)*. Tôi có thể bị nhầm lẫn về Thiên Chúa, coi Ngài như **quan tòa và cảnh sát**, luôn luôn đứng phía lề luật và bổn phận, ngày đêm xét đoán hành động của tôi. Nhìn Thiên Chúa như vậy, tôi đâm ra sợ sệt bởi vì tôi là kẻ hay thiếu sót về các bổn phận; trước mặt Ngài tôi luôn sợ và bị mặc cảm có lỗi. Thực ra, Thiên Chúa không có như vậy: Ngài luôn luôn đứng về phê bình, là “*Thiên-Chúa-ở-cùng-chúng-ta*”, muốn giúp tôi nên người xứng đáng. ‘*Tội làm Chúa buồn bởi vì tội làm hại những người Ngài mến yêu*’. Ngài bênh và nâng đỡ tôi như vị bác sĩ, như thầy giáo, như người cha như người mẹ.

Tôi nhầm lẫn khi nghĩ rằng ‘**Thiên Chúa thương yêu ai, thì Ngài làm cho người đó chịu đau khổ nhiều**’. Như vậy, nếu tôi hoàn toàn phó thác trong bàn tay Thiên Chúa, tôi sẽ bị nhiều gian nan, khổ sở! Thực ra, ‘*đặc điểm của Thiên Chúa thúc đẩy một tâm hồn là ban sự hoan hỉ và mừng vui thiêng liêng thật*’ (Lc 329).

Đôi khi tôi cảm thấy **không xứng đáng tình yêu của Ngài**, chẳng có ơn gọi đặc biệt gì cả, thì tôi đâm ra nản lòng, bị mặc cảm. Thực ra, Thiên Chúa thương mến mọi người và ‘*không muốn cho một ai trong những kẻ bé mọn phải hư mất*’ (Mt 18,14).

c) *Sống trong một thế giới chủ quan, xa anh chị em, chẳng dám yêu mến tha thiết*. Trên đường đời có nhiều kinh nghiệm có thể khiến tôi đâm ra sợ tin tưởng và kết thân với người khác. Tôi sợ bị tổn thương, không dám tin tưởng ai hoặc mở lòng cho tình bạn. Chẳng tin tưởng ai, thì dù hoạt động rất nhiều, nhưng, thật sự tôi sống một mình, chẳng kết thân với ai và cũng chẳng biết Thiên Chúa. Thiên Chúa là tình yêu, và tôi chỉ có thể biết Ngài qua kinh nghiệm ‘kết thân’, ‘tin tưởng’ và ‘mến yêu’ người khác. Sống xa tha nhân, trái tim tôi cũng xa cách Thiên Chúa.

d) *Phủ nhận, không nhìn nhận sự thật về những tâm cảm của mình*. Tôi có thể cho rằng một số tâm cảm quá nguy hiểm, xấu xa và vì lý do đó tôi có thể phủ nhận, không dám nhìn nhận những tâm cảm đó trong trái tim tôi. Không đối diện, thì các tâm cảm biến thành ‘ẩn ý’. Các ‘ẩn ý’ đó biến thành mặt tiêu cực của những mối tương quan cao thượng của tôi. Tôi có thể phủ nhận những ẩn ý tức giận đối với người bạn chí thân, chẳng có cảm tình với người vợ, không ưa thích một người tôi đang giúp đỡ. Tôi có thể phủ nhận ẩn ý dục vọng đối với một người thân tôi rất quý mến.

Không dám nhìn nhận, thì tôi cũng chẳng quyết tâm, chẳng cầu nguyện xin Chúa ban ơn chiến đấu. Tôi chỉ quyết định dồn nén chúng vào tiềm thức, thì các ẩn ý đó từ tiềm thức sẽ xuất hiện trong chiêm bao, hoặc dưới hình thức một mặc cảm. Mặc dầu tôi sẽ không bao giờ hành động theo các ẩn ý đó, nhưng kể cả sự hiện diện của ẩn ý đó cũng làm tôi bối rối.

Bao lâu tôi phủ nhận, không dám đối diện và nhìn nhận các ẩn ý lệch lạc đó, thì tôi sẽ bị ảnh hưởng, ngoài sự giúp đỡ của Chúa.

Thiên Chúa gìn giữ, thanh tẩy và thánh hiến tôi trong sự thật, và chẳng làm gì được đối với những ai phủ nhận, không dám nhìn nhận sự thật trong trái tim mình.

Một điều tôi nên nhớ là: các ‘ẩn ý’, dù xấu xa bao nhiêu đến nữa, không làm trái tim ô uế, và cũng chẳng có tội, bao lâu tôi không lựa chọn cách đương đầu với ý muốn đó.

e) *Chiều theo cảm xúc và tình cảm*. Đây là thái độ ngược lại, nhưng với hậu quả hơi giống: tôi có thể nghĩ rằng cảm xúc và tình cảm là vua trái tim, tôi chẳng kiểm chế và định hướng lại được. Do đó, tôi đầu hàng chiều theo cảm xúc và tình cảm. Có lẽ tôi cũng chẳng cầu nguyện về các tình cảm, mặc dầu đối tượng quan trọng nhất của những trao đổi với Thiên Chúa chính là trái tim tôi. Với ơn sủng của Chúa tôi có thể điều khiển các tình cảm của tôi.

Thực ra, tôi chỉ có thể điều khiển tình cảm nhờ một tình cảm khác. Nếu tôi cầu nguyện với trái tim hơn là với đầu óc, tình thân mật với Thần Khí sẽ mở một chân trời mới cho thế giới tâm cảm của tôi. Thiên Chúa là tình yêu. Tư cách, nhu cầu, ước muốn của anh chị em chung quanh tôi, nhờ Thần Khí, có khả năng gọi lên trong trái tim tôi sức lực mới để điều khiển các tình cảm kia. Muốn làm chủ và điều chỉnh lại các tình cảm, tôi chỉ cần, nhờ Thần Khí, yêu mến họ hơn.



Bước đầu trên đường hướng này là hy vọng tôi có thể làm chủ trái tim tôi. Thần Khí tác động tâm tình và gọi lên những cảm tình tốt đẹp nhất trong trái tim tôi. Tôi bước theo Đức Kitô với trái tim, và tình thân với Ngài ban cho tôi khả năng mến yêu anh chị em với tâm tình vững chắc. Tình yêu Chúa mở đường cho những ‘chuyện tình’ cao đẹp, tha thiết, trong sạch và hấp dẫn hơn tất cả những tình cảm tự nhiên nơi trái tim cũ của tôi.

f) *Không chất vấn (đặt thành vấn đề) lối suy nghĩ và hoạt động của mình.* Một ngăn trở khác trong đời sống cầu nguyện là cho rằng các ý tưởng, suy luận và cách lựa chọn của mình thật vững chắc, không cần chất vấn, mặc dầu những ý tưởng và suy tư đó bị ảnh hưởng của những gì mình không biết, của thành kiến và suy luận theo một cái nhìn eo hẹp (*one-sided ways*). Ước chi tôi đủ khiêm nhường và tin tưởng Thiên Chúa để tôi bàn luận về những vấn đề này với anh em, sẵn sàng biến đổi cách suy tư của tôi và cầu nguyện xin Chúa soi sáng để tôi lựa chọn theo Ý Ngài!

g) *Không chất vấn (đặt thành vấn đề) các mối tình của mình.* Đây là một đề tài khác nữa rất quan trọng để cầu nguyện: người thân và bạn bè của tôi. Có thể xảy ra là tôi để người thân và bạn bè điều khiển cuộc sống tôi. Tôi không dám chất vấn ảnh hưởng của các mối tình này, nghĩ rằng nếu tôi không tuân theo họ vô điều kiện, tôi là người con bất hiếu, là người bạn phản bội bạn chí thân của tôi.

Thực ra, chỉ có Thiên Chúa mới khôn ngoan và mến yêu tôi đến nỗi có thể làm chủ trái tim tôi. Mỗi lần tôi thần tượng hóa một người và để người đó làm chủ trái tim, tôi bị tổn thương không nhiều thì ít trong tư cách của tôi.

Thiên Chúa muốn tôi là người con có hiếu, là người bạn mến yêu bạn chí thân. Nhưng, Ngài mong muốn tôi tự do và chịu trách nhiệm về chính mình ngay ở giữa những mối tương quan thân thiết nhất của tôi. Thần Khí nối kết tôi với họ trong tình yêu, và đôi khi chính Thần Khí mời tôi chất vấn và rút lui một bước đối với các mối tương quan đó. “*Ai là mẹ tôi? Ai là anh em tôi? Ai thi hành ý muốn của Thiên Chúa, người ấy là anh em chị em tôi, là mẹ tôi*” (Mc 3,33).

Thần Khí gọi lên và củng cố các mối tương quan trong trái tim tôi. Các mối tương quan luôn luôn là đối tượng cầu nguyện. Bạn chí thân nhất của tôi là chính Thiên Chúa. Ngài biết và củng cố ơn gọi và tư cách của tôi, nhất là khi tôi kết thân với người khác.

#### **4. Thời gian và phương pháp chăm chú lắng nghe Thiên Chúa**

Tôi học hỏi cách *cầu nguyện* bằng kinh nghiệm. Muốn biết cầu nguyện, đường lối tốt nhất là tham gia chương trình Thao Luyện Nhẹ Nhàng, vài ngày tĩnh tâm hay một khóa Linh Thao. Còn các phương pháp và lời hướng dẫn về cầu nguyện, thì sẽ giúp tôi đương đầu với các vấn đề, ngăn trở và thử thách.

Tôi nên nhớ rằng, muốn kết thân với Thiên Chúa sự đóng góp của tôi là mong ước và *chăm chú lắng nghe* Ngài, còn chính Thần Khí nối kết tôi với Thiên Chúa. Sinh hoạt chính trong khóa Linh Thao là *bốn giờ* cầu nguyện theo phương pháp suy và chiêm niệm. Mỗi giờ kéo dài khoảng sáu mươi phút. Tôi nên làm gì để suốt thời gian lâu như vậy tôi vẫn ‘*chăm chú lắng nghe*’ Thiên Chúa?

Những ơn soi sáng và tác động của Chúa có thể đến với tôi ngoài bốn giờ cầu nguyện đó. I-nhã mong muốn chúng ta tìm và nhận ra Thiên Chúa khắp mọi nơi. Tuy nhiên, chẳng ai phủ nhận tầm quan trọng của thời gian đặc biệt tôi dành cho suy niệm và chiêm niệm. Đây là thời gian tôi *hoàn toàn phó thác cho Thiên Chúa* và đòi hỏi nơi tôi một lòng quyết tâm. Những thời gian đó giúp tôi giữ trái tim mong ước và lắng nghe suốt ngày. I-nhã hướng dẫn từng bước tôi phải làm gì trong thời gian suy và chiêm niệm:

- **Kinh dọn lòng** là: *xin ơn Thiên Chúa cho tất cả ước muốn, hành vi và hoạt động của tôi chỉ quy hướng về việc phụng sự và ca tụng Chúa Chí Tôn* (Lt 91). Tôi lắng đọng, thư giãn, để mọi bộ phận trong cơ thể tôi hoàn toàn ngơi nghỉ và giãn ra một cách thanh thản, thoải mái. Từ từ, nhờ đức tin, tôi nhận thức sự hiện diện của Chúa chung quanh và trong trái tim tôi: Ngài đang

mến yêu, ôm ấp và mời gọi tôi sống trong niềm tin tưởng và mến yêu. Về phía tôi, tôi cũng tin tưởng và mến yêu Ngài. Thiên Chúa và tôi hiện diện và kết thân nên một trong tình mến yêu.

- **Tiền nguyện đầu** là ‘*đặt mình trong bối cảnh*’ của đoạn Kinh Thánh hoặc của đề tài suy niệm. Nghĩa là tôi tìm mối liên hệ giữa bối cảnh Kinh Thánh và đời sống hiện tại của tôi: tôi tưởng tượng khung cảnh, các nhân vật, Đức Kitô hồi đó; tôi hiện diện và đặt chính mình trong khung cảnh đó; tôi nhập vào các nhân vật, vì tôi cũng là kẻ ‘*mù lòa*’, ‘*bại liệt*’ hay ‘*đói khát*’. Tôi hiện diện và nhập vào bối cảnh hồi Đức Kitô ở giữa loài người để nhận ra Ngài hiện diện trong bối cảnh của tôi hiện tại.

- **On xin! Tôi muốn gì?** Ngay từ bước đầu, tôi tìm Thiên Chúa qua trái tim hơn là đầu óc; tôi nhìn nhận ước muốn, mục đích chính cầu nguyện của tôi hôm nay là gì. *On xin* giúp tôi cảm lòng cảm trí và mở lòng cho Chúa ngay từ đầu. Suốt thời gian cầu nguyện, mỗi lần tôi chia trí, ngủ gật, *on xin* giúp tôi cảm lòng cảm trí trở lại. Cuối giờ cầu nguyện, *on xin* giúp tôi nhìn lại sự diễn tiến và kết quả cầu nguyện để tôi tạ ơn Chúa và tiếp tục mở lòng cho Ngài.

- **Đoạn Kinh Thánh.** Muốn *chăm chú lắng nghe*, tôi cần hiểu hoàn cảnh và ý chính của lời nói và hành động Đức Kitô. Đọc bản văn (*Lectio*) Kinh Thánh giúp tôi, nhất là nếu tôi đọc lại vài lần và chú ý đến từng động từ, hành động, các nhân vật và phản ứng của họ. Vừa đọc vừa mong chờ Thần Khí mở mắt tâm hồn hiểu ý nghĩa (*Meditatio*) và đánh động trái tim tôi. Rất quan trọng là biết lúc nào tôi nên im lặng, nhìn ngắm và hiện diện trước mặt Chúa, đợi chờ, mong muốn, tin tưởng, tạ ơn và mến yêu (*Contemplatio*).

Được ‘*an ủi thiêng liêng*’ là đặc ơn của Chúa đánh động trái tim tôi vừa hiểu ý nghĩa, vừa cảm thấy thích thú, sốt sắng, quý mến Đức Kitô, hăng hái muốn đẹp lòng Thiên Chúa, nghỉ ngơi và an bình trong Ngài; thời gian cầu nguyện trôi qua một cách nhẹ nhàng. Trường hợp ‘*sâu khổ thiêng liêng*’ là khi những cố gắng của tôi chẳng mang kết quả: không tập trung tư tưởng, Lời Chúa chẳng có ý nghĩa gì, tâm hồn khô khan chẳng nhận ra Thiên Chúa hay cảm xúc sốt sắng nào cả; ngược lại, tôi bị nhiều ý tưởng vớ vẩn đến và cảm thấy xa Thiên Chúa. Tuy nhiên, lúc *sâu khổ thiêng liêng* tôi có thể nhận lãnh nhiều ơn huệ đặc biệt: thấy *sự nghèo hèn của mình* chẳng có thể làm gì để kết thân với Thiên Chúa, *biết cậy trông nơi Thần Khí*; được thanh tẩy nội tâm, đi *tìm chính Chúa* hơn là các hồng ân của Ngài; cậy dựa vào *lòng tin tưởng* mà tìm và nghỉ ngơi trong Chúa; cầu mong, tin tưởng và kiên nhẫn đợi chờ ơn được ngày càng kết thân nên một với Thiên Chúa.

**Tâm sự.** Tôi luôn luôn kết thúc thời gian cầu nguyện với những tâm tình tâm sự: tôi tạ ơn Chúa vì những ánh sáng và tác động Ngài ban cho, cũng như vì ơn được ở lại với Ngài trong thời gian này. Như người con nói với cha, như người bạn tâm tình với bạn chí thân, tôi xin một ơn, thú nhận một sai lầm, xin Ngài chỉ bảo..., và kết thúc bằng kinh **Lạy Cha**.

**Xét gẫm – kiểm điểm giờ cầu nguyện.** Là thời gian nhìn lại một cách trung thực những gì mình đã trải nghiệm qua trong giờ cầu nguyện. Mục đích là nhận ra rõ hơn những gì Thiên Chúa muốn tôi nhận thấy và làm. Cũng là để chuẩn bị cho những giờ cầu nguyện sắp tới được tốt đẹp hơn. Vì lý do đó, nếu tôi đang gặp khó khăn trong giờ cầu nguyện, thì tôi lại cần kiểm điểm một cách kỹ càng hơn, rút tía kinh nghiệm và cải tiến cách tôi cầu nguyện.

## 2. CẦU NGUYỆN TỰ PHÁT

Lời nguyện tự phát là những lời nguyện ngắn gọn, hữu hiệu và dễ nhớ để mở lòng cho những hồng ân cần thiết trong cuộc sống, nhất là lúc gặp gian khổ, bị cám dỗ, cần được tha thứ hoặc phải tha thứ cho người khác. Chúng ta đề nghị bốn kiểu lời nguyện dành cho bốn hoàn cảnh thường xảy ra trong cuộc sống:

### 1) Lúc chúng ta gặp thử thách, bệnh tật hoặc một vấn đề.

Lúc đó lời bộc phát tự nhiên là: “*Lạy Chúa, xin cứu giúp con!*”. Khi tôi chạy đến Chúa như vậy và khiêm nhường nguyện xin ơn trên, Ngài ban sức lực chịu đựng, bình an nội tâm làm cho tôi

có thể chịu đựng một biến cố nguy hiểm, một thất bại cay đắng hay một đêm dài trên giường bệnh viện.

Có người không cầu xin vì tưởng làm mình phải ráng chịu một mình, hay là Thiên Chúa không lưu ý đến những biến cố nhỏ bé như vậy! Thực ra, Thiên Chúa thương yêu tôi như người mẹ, không chỉ nghe lời khẩn cầu mà còn muốn nâng đỡ, ủi an và đồng hành với tôi lúc gian truân. Có nhiều cách khẩn cầu:

**a. “Lần chuỗi”.** Kinh Kính Mừng mang những đặc tính của một bài giảng hoàn hảo và ngắn gọn. *Kính mừng Maria, Thiên Chúa ở cùng bà, ... Con lòng Bà có phúc, Bà được Thiên Chúa chúc phúc.* Bây giờ là thời điểm của phút hiện tại trong cuộc hành trình tại thế. Hiện tại là thời gian trong đó chúng ta phải sống còn, mà hoàn toàn không biết phải chờ Nước Chúa cho đến bao giờ. *Trong giờ lâm tử*, thời điểm cuối cùng của đời sống thể xác là cái chết. *Cầu cho chúng con khi này và trong giờ lâm tử.*

Chuỗi mân côi rất phong phú về Thần Học. Tuy nhiên, khi lần chuỗi ít khi tôi nghĩ tới bản chất Thần học đó. Tôi tạo ra một sự thinh lặng trong tâm trí mà lặp đi lặp lại cũng chừng ấy từ ngữ. Một bình an, một sự sung sướng tràn trề làm ta thốt lên những từ được lặp lại. Khi lần chuỗi, tôi cảm nếm những lời Thiên Thần ngỏ với mỗi người chúng ta: *“Thiên Chúa ở cùng người”* mà ban cho tôi thêm sức và óc sáng suốt trong giây phút đó. Khi lần chuỗi tôi nhắc đến tình yêu của Đức Mẹ cảm thương và khẩn cầu cho con cái đang lâm nguy, xin Thiên Chúa tìm cách đương đầu với sự nghèo hèn của mình, như trong tiệc cưới Cana, khi hai tân lang muốn chia sẻ niềm hoan hỉ với mọi người nhưng không còn rượu nữa.

**b. “Lạy Chúa, xin Chúa rút ích lợi nào đó từ nỗi đau khổ này!”** Năm 1995, ông Brendan, là trưởng nhóm CLC Thế Giới, bị bệnh lạ lùng làm cho ông hoàn toàn tê liệt. Trong cơn bệnh, rất nhiều người viết thư chia buồn và hứa cầu nguyện. Chỉ có cộng đoàn Đài Loan viết thư yêu cầu ông cầu nguyện và dâng hiến nỗi đau khổ cho những vấn đề cộng đoàn đang có. Theo ông thuật lại, lá thư yêu cầu này an ủi ông hơn tất cả các lá thư thông cảm kia vì đã mang một mục đích, một ý nghĩa cho tình trạng bế tắc của ông.

Thực sự, những cơn đau khổ có thể làm cho tôi nản lòng và chán nản, nếu không thấy một ý nghĩa, một mục đích cho ai. Còn nếu những đau khổ của mình có một ý nghĩa, mang ích lợi cho ai, thì tôi được nâng đỡ rất nhiều. Ước chi không một phần nào trong các nỗi đau khổ của mình bị phí phạm! Xin rút ích lợi cho con (cho con được thanh tẩy và thuộc về Chúa), cho anh em (được cảm thương với họ, mang hồng ân Chúa cho họ). Xin cho con nhận ra và biết ơn Chúa (và anh em đang coi sóc con).

**c. “Dâng hiến mình lên”.** Một trong những mầu nhiệm cuộc sống Kitô hữu là Thánh Ý Chúa mời chúng ta chia sẻ sứ vụ tư tế của Đức Kitô, tức là nối kết nhân loại và Thiên Chúa trong tình thương, trong niềm tin và trong lòng vâng phục. Đức Kitô đã tận hiến mình cho Chúa Cha trong cuộc sống thường ngày, nhưng chính lúc Ngài chết trên thập giá là lúc Ngài hoàn toàn dâng hiến mình cho Chúa Cha. Sự hy sinh trên thập giá là hành động thể hiện rõ nhất lòng vâng phục của con người cho Chúa Cha. Khi nhận lãnh sự chết, Đức Giêsu đã bày tỏ sự tận hiến hoàn toàn cho Chúa Cha với lòng hiếu thảo của một người con. Trong cuộc sống có những lúc lời nói và việc làm của tôi chẳng có công hiệu là bao nhiêu. Bệnh thể xác hay nỗi đau khổ về tinh thần không còn tránh được nữa. Đây chính là lúc tôi đồng tâm nhất trí với *sứ vụ tư tế của Đức Kitô chịu nạn chịu chết*, nâng tâm hồn lên Chúa Cha và học được thể nào là vâng phục Chúa Cha với lòng hiếu thảo của một người con. *“Này con đây, con đến để thực thi ý Ngài”* (Dt 10, 9). Cuộc sống và chính thể xác tôi biến thành trong Đức Kitô bàn thờ, hy lễ và tư tế.

## 2) “Lạy Chúa, xin thương xót con là kẻ tội lỗi!”

Trong dụ ngôn người Biệt Phái và người Thu Thuế, người thu thuế chẳng dám ngước mắt lên trời, nhưng vừa đấm ngực vừa thưa rằng: *“Lạy Chúa, xin thương xót con là kẻ tội lỗi”* (Lc 18,13). Theo Đức Giêsu người này trở về nhà, thì đã được nên công chính rồi. Lòng nhân từ của Thiên Chúa thật lạ lùng và bất ngờ! Như Giáo Hội ca tụng *“khi Chúa thương xót và thứ tha, chính là lúc Chúa biểu lộ quyền năng cách tỏ tường hơn cả”* (ChNh. 26 TN). Hai lời nguyện từ

phát có thể giúp tôi mở lòng cho hồng ân nhân từ của Chúa: “*Con xin nhận ơn tha thứ của Chúa*”, “*Xin Chúa chữa lành và hàn gắn lại những vết thương con có thể đã gây ra cho người khác*”.

**a. “Con xin nhận ơn tha thứ của Chúa”.** Hơn nữa! “*Con xin phó thác cho Chúa lòng yếu đuối, lệch lạc và hay phạm tội của con!*”. Tôi tin rằng tình yêu của Chúa sẽ thanh tẩy và thánh hóa tôi. Trước khi tôi ăn năn hối cải, Thiên Chúa đánh động tâm hồn và thúc đẩy tôi trở về với Ngài! Chỉ có Chúa mới có sức giải thoát và biến đổi tâm hồn đuối sức và hay phản bội của tôi. Tôi không giấu các nhược điểm được, cũng chẳng có thể tự cứu chuộc nổi mình. Như người thu thuế, tôi phó thác mình trong lòng thương xót của Chúa. Ngài sẽ công chính hóa tôi.

**b. “Xin Chúa chữa lành và hàn gắn lại những vết thương có lẽ con đã gây cho người khác”.** Thiên Chúa nhân từ không chỉ tha thứ và biến đổi chúng ta, mà còn chữa lành và hàn gắn lại những vết thương chúng ta gây cho nhau. Tôi thành thật hối hận và xin họ tha thứ cho tôi. Lòng khiêm nhường của tôi khi xin lỗi có thể điều chỉnh lại những hậu quả tai hại của hành động sai lầm đó. Đồng thời tôi tin tưởng và hy vọng anh em sẽ tha thứ cho tôi. Trong trường hợp họ từ chối, vì chưa sẵn sàng tha thứ, ít nhất, đã thành thật xin lỗi, tôi có thể lãnh nhận ơn thứ tha của Chúa.

Nhiều khi tôi chẳng biết mình đã làm mất lòng, làm gương xấu, gây vết thương nơi anh em. Lúc đó có một lời nguyện sẽ mở đường cho hồng ân Chúa: “*Lạy Chúa, xin bù đắp, hàn gắn lại và điều chỉnh lại những thiệt hại có lẽ con đã gây ra cho anh em*”.

### 3) “Xin tha thứ cho anh em!”

**a. “Lạy Chúa, là Đấng công chính, xin xử cho chúng con”.** Đức Giêsu tha thiết mời chúng ta tha thứ cho nhau bảy mươi lần bảy, như Chúa Cha đã từng tha thứ cho chúng ta. Ngài nhắc đi nhắc lại lời này nhiều nhất. Tại sao? Vì sự dữ gây sự dữ, bạo lực gây bạo lực, hận thù gây hận thù và hành động trả thù gây hành động trả thù. Là nạn nhân của ác ý bất công, mỗi lần tôi nhớ biến cố đó, lòng tôi nổi giận lại, mỗi lần thêm mạnh hơn.

Một lời nguyện tự phát rất hữu ích là: “*Lạy Chúa, là Đấng công chính, xin xử cho chúng con. Chúa biết trái tim mỗi người, Chúa biết quá khứ cũng như hiện tại của chúng con. Xin Chúa xử và lo cho cả vụ này. Con xin phó thác mọi sự trong bàn tay Chúa!*” Làm như vậy Chúa sẽ ban cho tâm hồn tôi một bình an sâu xa, thoải mái và vui vẻ rất đặc biệt.

**b. “Cầu nguyện cho kẻ thù”.** Chúa nói: “*hãy yêu kẻ thù và cầu nguyện cho những kẻ ngược đãi anh em*” (Mt 5,44). Chúng ta nên tuân theo lời Ngài khi gặp một người không ưa mình, có ác cảm và đôi khi muốn hại mình. Hãy cầu nguyện thường xuyên cho họ, xin Chúa chúc phúc cho họ bằng cách vào trái tim họ, biểu lộ tình yêu cho họ, kéo họ đến với Chúa. Mỗi lần cầu nguyện như vậy tôi sẽ được Thiên Chúa biến đổi trái tim tôi, và nhiều khi Ngài sẽ biến đổi cả tâm lòng của họ nữa!

### 4) “Ý Cha thể hiện dưới đất như trên trời”.

Đây là lời nguyện quan trọng nhất, bao gồm tất cả những lời nguyện khác. Tại sao? Bởi vì Thiên Chúa có một kế hoạch đầy khôn ngoan và tình yêu dành cho mỗi người và mỗi tập thể: *là ban sự sống và vinh quang cho chúng ta*. Ngài còn mời chúng ta cộng tác với Ngài và giúp anh em sống theo kế hoạch Ngài dành cho mỗi người. Chẳng có lời nguyện nào quý báu hơn.

Trong mọi hoàn cảnh: thành công hay thất bại, khỏe hay đau, khi bị cám dỗ hay lúc gặp nghịch cảnh, tôi tâm tình với Ngài, phơi bày các biến cố và nguyện xin: “*Con xin vâng theo Ý Cha*”, “*Xin cho Ý Cha được thể hiện*”.

Chỉ cần lưu ý một điểm: là tránh hình ảnh sai lầm về Thiên Chúa. Nếu tôi quên rằng Ngài là người Cha nhân hậu và khôn ngoan, tràn đầy tình yêu vô điều kiện, và coi Ngài như kẻ muốn thử thách và sửa phạt tôi vì tội lỗi ngày xưa, thì Thánh Ý biến thành một sự đe dọa đối với tôi. Nhưng, nếu tôi tin tưởng Thiên Chúa là Cha Nhân Hậu, thì tôi luôn luôn và trong mọi hoàn cảnh tin tưởng cầu nguyện: “*Xin Thánh Ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời*”.

### **3. KINH “LẠY CHA”** *Đức Giêsu dạy chúng ta cầu nguyện*

Cầu nguyện là nói với Thiên Chúa và lắng tai nghe Ngài. Ai biết lắng nghe Thiên Chúa có phúc bởi vì sẽ được Ngài dìu dắt trên mọi nẻo đường của cuộc đời và sẽ được Ngài dẫn đến sự sống vinh quang. Chỉ có Thiên Chúa mới biết vinh quang đang ẩn dấu trong mỗi người cũng như trong thế giới chung quanh. *“Phúc thay kẻ lắng nghe và tuân giữ lời Thiên Chúa”* (Lc 11,28). Nếu tôi lắng nghe và xin vâng theo lời Thiên Chúa, thì ơn ‘thiên triệu’ của tôi và của thế gian sẽ được tỏ lộ. Khi biết tôi đang thể hiện ơn thiên triệu, thì trong bất cứ hoàn cảnh nào tôi sẽ tìm được một sức lực mới. *“Cho đến nay, anh em đã chẳng xin gì nhân danh Thầy. Cứ xin đi, anh em sẽ được, để niềm vui của anh em nên trọn vẹn”* (Ga 16,24).

Tôi chẳng biết phải cầu nguyện ra sao, nhưng Thần Khí cầu nguyện trong tôi. Thần Khí mở mắt tâm hồn và chỉ cách tìm Thánh Ý Chúa, khi tôi để Ngài kết hiệp lòng tôi với Thánh Ý trong tình yêu. *“Chúng ta không biết cầu nguyện thế nào cho phải; nhưng chính Thần Khí cầu thay nguyện giúp chúng ta, bằng những tiếng rên siết khôn tả. Và Thiên Chúa, Đấng thấu suốt tâm can, biết Thần Khí muốn nói gì, vì Thần Khí cầu thay nguyện giúp cho dân thánh theo đúng ý Thiên Chúa”* (Rm 8, 26-27).

Như vậy tôi nên cầu nguyện như thế nào? *“Có một lần Đức Giêsu cầu nguyện ở nơi kia. Người cầu nguyện xong, thì có một người trong nhóm môn đệ nói với Người: “Thưa Thầy, xin dạy chúng con cầu nguyện, cũng như ông Gio-an đã dạy môn đệ của ông”* (Lc 11,1).

Có hai bản văn của kinh **Lạy Cha**:

**“Lạy Cha chúng con ở trên trời,  
chúng con nguyện danh Cha cả sáng,  
Nước Cha trị đến,  
Ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời.  
Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày,  
và tha nợ chúng con  
như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con;  
xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ,  
nhưng cứu chúng con cho khỏi sự dữ”** (Mt 6,9-13).

**“Lạy Cha,  
xin làm cho danh thánh Cha vinh hiển,  
Triều Đại Cha mau đến.  
Xin Cha cho chúng con ngày nào có lương thực ngày ấy,  
xin tha tội cho chúng con, vì chính chúng con cũng tha cho mọi người mắc lỗi với chúng con,  
và xin đừng để chúng con sa chước cám dỗ”**  
(Lc 11,2-4).

**“Lạy Cha chúng con ở trên trời”**

**“Lạy Cha”**. Chúng ta kêu Thiên Chúa bằng “Cha” bởi vì Ngài dựng nên con người theo hình ảnh Ngài. *“Chính Người chẳng phải cha người, Đấng dựng nên người, Đấng tạo thành, cũng có?”* (Dt 32,6). *“Thiên Chúa là nguồn gốc của mọi tình mẫu tử và phụ tử, trên trời dưới đất”* (Ep 4, 15). Chúng ta cũng kêu Thiên Chúa bằng ‘cha’ bởi vì Ngài tôn trọng, quý mến và coi chúng ta như con, đồng thừa kế với Đức Kitô. *“Phần anh em, anh em đã không lãnh nhận Thần Khí khiến anh em trở thành nô lệ và phải sợ sệt như xưa, nhưng là Thần Khí làm cho anh em nên nghĩa tử, nhờ đó chúng ta được kêu lên: “Áp-ba! Cha ơi!” Chính Thần Khí chứng thực cho thần trí chúng ta rằng chúng ta là con cái Thiên Chúa. Vậy đã là con, thì cũng là thừa kế, mà được Thiên Chúa cho thừa kế, thì tức là đồng thừa kế với Đức Kitô ”* (Rm 8 15-17). Ngài có thể nói với mỗi người chúng ta: *“Con à, lúc nào con cũng ở với cha, tất cả những gì của cha đều là của con”* (Lc 15,31).

Mỗi người được Chúa Cha đặt tên; một tên vĩnh viễn diễn tả tư cách, căn tính và vinh quang của mình trước mặt Thiên Chúa. “*Người ta sẽ gọi người bằng tên mới, chính là tên miệng Chúa đặt cho*” (Is 62,2). Tên vĩnh viễn của mỗi người bắt nguồn từ ước muốn của Chúa Cha, và thành hình qua những chọn lựa hoàn toàn tự do của mỗi người. *Làm sao tôi có thể biết tên vĩnh viễn Chúa dành cho tôi?* Tên vĩnh viễn của chúng ta bí ẩn và đầy mâu thuẫn, bởi vì bắt nguồn từ Chúa Cha và đồng thời tùy thuộc quyền tự do lựa chọn của mình. Ý Cha thật bí ẩn, ai thấu hiểu được? Khi dựng nên con người, Thiên Chúa phán một lời và con người được dựng nên. Mỗi lần Ngài dùng tên vĩnh viễn mà gọi tôi “con yêu dấu”, tôi được tái thiết. Cha chúc phúc tôi khi Ngài kêu tôi bằng tên vĩnh viễn, tức là khi trong bất cứ hoàn cảnh nào Ngài mời gọi tôi phản ứng theo Thần Khí.

Được dựng nên giống hình ảnh Thiên Chúa, tôi cũng đang phán một *lời* diễn tả ý muốn đích thực của tôi; *lời* tôi thân thưa cùng Chúa tôi sống cho ai, sống làm gì. Suốt cuộc đời, Chúa Cha lưu ý và đợi chờ lời đáp lại của tôi. Tôi không biết phải nói gì, nhưng Thần Khí đến và giúp tôi phán một *lời* tin tưởng và vâng phục Chúa Cha. Nếu tôi để Thần Khí dìu dắt, tôi sẽ nhận ra tên vĩnh viễn Chúa Cha dành cho tôi.

“*Ai thắng, Ta sẽ ban cho man-na đã được giấu kỹ; Ta cũng sẽ ban cho nó một viên sỏi trắng, trên sỏi đó có khắc một tên mới; chẳng ai biết được tên ấy, ngoài kẻ lãnh nhận*” (Kh 2,17). Như vậy, tên vĩnh viễn bắt nguồn từ chính Thiên Chúa mời gọi và thành hình qua những chọn lựa và cách mỗi người đáp trả lời mời gọi của Ngài.

“... **chúng con**”. Thiên Chúa hiện diện nơi tất cả mọi anh em bởi vì mọi người được Thiên Chúa quý mến và tôn trọng như con. Ngài không muốn làm mất người nào cả, “*Cha của anh em, Đấng ngự trên trời, không muốn cho một ai trong những kẻ bé mọn này phải hư mất*” (Mt 18,14). Biết Ngài yêu thương mọi người, chúng ta nhìn nhận và yêu mến họ như anh em của mình.

*Nếu ai nói: "Tôi yêu mến Thiên Chúa" mà lại ghét anh em mình, người ấy là kẻ nói dối; vì ai không yêu thương người anh em mà họ trông thấy, thì không thể yêu mến Thiên Chúa mà họ không trông thấy*” (1 Ga 4,20).

“... **ở trên trời**”. Địa vị của Thiên Chúa, là Đấng Tạo Hóa trời đất, thật cao cả: Ngài ở trên trời. ‘Trời’, nơi Thiên Chúa ở, thực sự chẳng xa lạ đối với chúng ta. Trời là nơi Thiên Chúa ở, và Ngài ở trong trái tim của những ai vâng phục Ngài. Khi cầu nguyện, chúng ta chỉ cần vào trái tim thì sẽ tìm Ngài. “*Thiên Chúa là Thần Khí, và những kẻ thờ phượng Người phải thờ phượng trong Thần Khí và sự thật*” (Ga 4,24). “*Xin cho anh em, nhờ lòng tin, được Đức Kitô ngự trong tâm hồn*” (Ep 3,17). Thiên Chúa hiện diện và hoạt động nơi có tình yêu đích thực. “*Thiên Chúa là tình yêu: ai ở lại trong tình yêu thì ở lại trong Thiên Chúa, và Thiên Chúa ở lại trong người ấy*” (1 Ga 4,16). “*Ai yêu mến Thầy, thì sẽ giữ lời Thầy. Cha Thầy sẽ yêu mến người ấy. Cha Thầy và Thầy sẽ đến và ở lại với người ấy*” (Ga 14,23).

Chúng ta là con Thiên Chúa, là dòng dõi cao quý và vĩnh viễn. “*Quê hương chúng ta ở trên trời, và chúng ta nóng lòng mong đợi Đức Giêsu Kitô từ trời đến cứu chúng ta*” (Pl 3,20). “*Anh em hãy xem Chúa Cha yêu chúng ta dường nào: Người yêu đến nỗi cho chúng ta được gọi là con Thiên Chúa -mà thực sự chúng ta là con Thiên Chúa. Sở dĩ thế gian không nhận biết chúng ta, là vì thế gian đã không biết Người. Anh em thân mến, hiện giờ chúng ta là con Thiên Chúa; nhưng chúng ta sẽ như thế nào, điều ấy chưa được bày tỏ. Chúng ta biết rằng khi Đức Kitô xuất hiện, chúng ta sẽ nên giống như Người, vì Người thế nào, chúng ta sẽ thấy Người như vậy*” (1 Ga 3,1-2). “*Anh em đã được trời đất dựng nên cùng với Đức Kitô, nên hãy tìm kiếm những gì thuộc thượng giới, nơi Đức Kitô đang ngự bên hữu Thiên Chúa*” (Cl 3,1).

#### “**chúng con nguyện danh Cha cả sáng**”

Lời nguyện đầu là ‘*Danh thánh của Thiên Chúa được sáng láng*’. ‘Danh’ là người, là những gì bắt nguồn từ tận đáy lòng Thiên Chúa, là ý muốn, là kế hoạch, là những gì làm Thiên Chúa vui hay buồn. Chúng ta nguyện xin ‘*danh Thiên Chúa*’ được vinh hiển.

Tôi ngợi khen Thiên Chúa khi bắt chước Ngài, nhất là lòng nhân từ của Ngài: *“Vây, anh em hãy bắt chước Thiên Chúa, vì anh em là con cái được Người yêu thương, và hãy sống trong tình bác ái, như Đức Kitô đã yêu thương chúng ta, và vì chúng ta, đã tự nộp mình làm hiến lễ, làm hy lễ dâng lên Thiên Chúa tựa hương thơm ngào ngạt”* (Ep 5,1-2).

Danh Thiên Chúa được biểu dương và sáng láng khi dân của Ngài, tức là những ai tự xưng là con của Ngài, biến thành thánh thiện như Ngài. Thần Khí nối kết tôi với Thiên Chúa và với anh em trong tình thương, và khi nối kết, lại biến đổi tôi tận gốc. Nhờ Thần Khí tôi thông hiệp vào sự thánh thiện của Thiên Chúa.

Nhờ Thần Khí, tôi trở nên đồng hình đồng dạng với Chúa Kitô, là hình ảnh trọn vẹn của Chúa Cha. Tôi ngợi khen Chúa Cha bằng cách vâng phục Ngài như Con Một đã vâng phục Ngài đến chết. *“Người lại còn hạ mình, vâng lời cho đến nỗi bằng lòng chịu chết, chết trên cây thập tự”* (Pl 2,8). Nhờ Thần Khí, tôi yêu mến như Ngài, tha thứ như Ngài, ăn nói và phục vụ như Ngài.

*“Anh em hãy xem Chúa Cha yêu chúng ta dường nào: Người yêu đến nỗi cho chúng ta được gọi là con Thiên Chúa-mà thực sự chúng ta là con Thiên Chúa. Sở dĩ thế gian không nhận biết chúng ta, là vì thế gian đã không biết Người. Anh em thân mến, hiện giờ chúng ta là con Thiên Chúa; nhưng chúng ta sẽ như thế nào, điều ấy chưa được bày tỏ. Chúng ta biết rằng khi Đức Kitô xuất hiện, chúng ta sẽ nên giống như Người, vì Người thế nào, chúng ta sẽ thấy Người như vậy”* (I Ga 3,1-2).

#### **“Nước Cha trị đến” (Triều Đại Cha mau đến)**

Trong Tân Ước tục ngữ *“Nước Trời”* được sử dụng 33 lần, *“Nước Thiên Chúa”* 2 lần. *“Nước Cha”* là cuộc đời của tôi khi Thiên Chúa là vua; một vua không độc tài mà là ‘Cha’ thân yêu.

*“Nước Thiên Chúa không phải là chuyện ăn chuyện uống, nhưng là sự công chính, bình an và hoan lạc trong Thánh Thần. Ai phục vụ Đức Kitô như thế, thì đẹp lòng Thiên Chúa và được người ta quý trọng. Vây chúng ta hãy theo đuổi những gì đem lại bình an và những gì xây dựng cho nhau”* (Rm 14,17-19).

*Nước Thiên Chúa* là nước công chính, không chỉ trước mặt Thiên Chúa mà còn trong các mối tương quan với tha nhân. Là nước ‘công chính’ bởi vì mọi người tôn trọng Thiên Chúa và được đối xử xứng đáng với giá trị vĩnh viễn của mình. Thiên Chúa là Đấng công chính vì Ngài *‘công chính hóa chúng ta’*, như Ngài đã công chính hóa phụ nữ ngoại tình, kẻ bại liệt và thánh Phê-rô. *“Hỡi đoàn chiên nhỏ bé, đừng sợ, vì Cha anh em đã vui lòng ban Nước của Người cho anh em”* (Lc 12,32).

Đây là Nước Đức Kitô đã mô tả qua các dụ ngôn và loan báo với hành động nhân từ và yêu thương của Ngài. Chúng ta khao khát đức công chính này khi nguyện xin *“Nước Cha trị đến”*.

*Nước Thiên Chúa* sẽ đến khi *‘mọi người cùng ý muốn với Thiên Chúa’*. Nét thiết yếu của *Nước Trời* là nơi Thiên Chúa được mọi người vâng phục và đẹp lòng. Trong *Nước Trời* con người được mãn nguyện bởi vì đang cùng ước ao và ý muốn với Thiên Chúa. Vì thế trong *Nước Trời* tuân theo ý Thiên Chúa cũng là tuân theo ý con người. *Nước Thiên Chúa* là nước tự do thực sự, bởi vì nơi đó mọi người sống theo ước muốn đích thực của mình. Hiện nay, tuy Thiên Chúa là vua các vua và có toàn quyền, nhưng con người chưa vâng phục và hành xử với nhau theo Thánh Ý Ngài.

Khi cầu nguyện *‘nước Cha trị đến’* chúng ta xin được hoán cải và biến đổi tận gốc. Tức là không còn bị thể xác thống trị nữa, để kết hiệp với ý muốn Thiên Chúa và theo những thúc đẩy của Thần Khí. *“Muôn loài có ngày cũng sẽ được giải thoát, không phải lệ thuộc vào cảnh hư nát, mà được cùng với con cái Thiên Chúa chung hưởng tự do và vinh quang. Thật vậy, chúng ta biết rằng: cho đến bây giờ, muôn loài thọ tạo cùng rên siết và quản quai như sắp sinh nở. Không phải muôn loài mà thôi, cả chúng ta cũng rên siết trong lòng: chúng ta đã lãnh nhận Thần Khí như ân huệ mở đầu, nhưng còn trông đợi Thiên Chúa ban cho trọn quyền làm con, nghĩa là cứu chuộc thân xác chúng ta nữa”* (Rm 8,21-23).

### **“Ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời”**

Chúa Thánh Thần dạy chúng ta ‘*vâng theo ý Chúa*’. Khi ‘*vâng phục*’ Thiên Chúa, chúng ta tỏ ra khôn ngoan như bệnh nhân tuân theo lời chỉ bảo của bác sĩ. Thiên Chúa biết những gì có ích lợi cho chúng ta. Người khôn ngoan sẽ hiệp ý muốn với Ý Thiên Chúa, như Đức Kitô “*vì tôi tự trời mà xuống, không phải để làm theo ý tôi, nhưng để làm theo ý Đấng đã sai tôi*” (Ga 6,38).

Yêu thì muốn làm vừa lòng người yêu, nghĩa là làm theo ý muốn của người yêu. Đức Giêsu yêu mến Cha và làm đúng như Cha muốn. Sự kết hiệp giữa Đức Giêsu và Chúa Cha là kết hiệp trong ý muốn. “*Không phải bất cứ ai thưa với Thầy: “Lạy Chúa! lạy Chúa!” là được vào Nước Trời cả đâu! Nhưng chỉ ai thi hành ý muốn của Cha Thầy là Đấng ngự trên trời, mới được vào mà thôi. Trong ngày ấy, nhiều người sẽ thưa với Thầy rằng: “Lạy Chúa, lạy Chúa, nào chúng tôi đã chẳng từng nhân danh Chúa mà nói tiên tri, nhân danh Chúa mà trừ quỷ, nhân danh Chúa mà làm nhiều phép lạ đó sao?” Và bấy giờ Thầy sẽ tuyên bố với họ: Ta không hề biết các người; xéo đi cho khuất mắt Ta, hỡi bọn làm điều gian ác!*” (Mt 7,21-23).

Nhờ Thần Khí tình yêu biến đổi tôi tận gốc, tôi thực sự ưa thích những gì Thiên Chúa ưa thích và ghét những gì Thiên Chúa ghét. Tôi cầu nguyện liên li mãi đến khi ý muốn của tôi nên giống ý muốn Thiên Chúa. Bao lâu ý muốn tôi khác với ý muốn Thiên Chúa, tôi cần cầu nguyện: “*Lạy Cha, nếu có thể được, xin cho con khỏi phải uống chén này. Tuy vậy, xin đừng theo ý con, mà xin theo ý Cha.*” (Mt 26,39). Cầu nguyện như Đức Mẹ: “*Vâng, xin Chúa cứ làm cho con như lời sứ thần nói*” (Lc 1,38).

### **“Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày”**

Trong thế giới thực tế hiện tại, *chúng ta cần những gì?* Trước tiên chúng ta xin ‘*lương thực hằng ngày*’, không xin những gì vượt qua các nhu cầu cần thiết. Từng ngày chúng ta xin Thiên Chúa ban cho chúng ta lương thực đơn giản, ‘*bánh mì*’, tức là những gì cần bản cho cuộc sống hôm đó, và không áy náy về ngày mai.

“*Vì thế, anh em đừng lo lắng tự hỏi: ta sẽ ăn gì, uống gì, hay mặc gì đây? Tất cả những thứ đó, dân ngoại vẫn tìm kiếm. 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. Vậy, anh em đừng lo lắng về ngày mai: ngày mai, cứ để ngày mai lo. Ngày nào có cái khổ của ngày ấy*” (Mt 6,31-34).

Ngoài lương thực thể xác, con người còn cần ‘*bánh Thánh*’ của Phép Thánh Thể và ‘*bánh*’ của Lời Chúa. “*Tôi là bánh hằng sống từ trời xuống. Ai ăn bánh này, sẽ được sống muôn đời. Và bánh tôi sẽ ban tặng, chính là thịt tôi đây, để cho thế gian được sống*” (Ga 6,51). “*Nhưng Người đáp: “Đã có lời chép rằng: Người ta sống không chỉ nhờ cơm bánh, nhưng còn nhờ mọi lời miệng Thiên Chúa phán ra*” (Mt 4,4).

**“và tha nợ chúng con như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con”**. Ngoài Đức Giêsu và Đức Mẹ, mọi người cần được tha thứ. Chúng ta nên sống khiêm nhường. “*Nếu chúng ta nói là chúng ta không có tội, chúng ta tự lừa dối mình, và sự thật không ở trong chúng ta*” (1 Ga 1,8).

Đồng thời, chúng ta hy vọng bởi vì Thiên Chúa luôn luôn nhân từ, muốn tha thứ tội lỗi chúng ta. “*Đức Giêsu sắp phải chết thay cho dân, và không chỉ thay cho dân mà thôi, nhưng còn để quy tụ con cái Thiên Chúa đang tản mác khắp nơi về một mối*” (Ga 11,51).

Tuy nhiên, chúng ta cũng phải tha thứ cho anh em. Anh em hay chia rẽ và từ nhau. Chúa Cha muốn hai bên hòa giải để xây dựng lại mái ấm gia đình của Ngài. Đức Kitô dạy nhân loại vượt qua những bất công và tội ác. Nạn nhân mới có thể tha thứ kẻ bắt nạt. Đức Giêsu, Người Con yêu dấu của Chúa Cha, đã trở thành nạn nhân của nhân loại, và đã cầu xin: “*Lạy Cha, xin tha cho họ, vì họ không biết việc họ làm*” (Lc 23,34).

Ngài hoà giải con người với Thiên Chúa và con người với con người, nào là con hoang đàng phung phí tài sản, hay là con cả luôn luôn làm tròn bổn phận và tuân giữ các lề luật, nhưng đang bực mình với em đi hoang trở về và được cha tha thứ.



Nhìn ngắm Đức Giêsu bị đóng đinh vào thập giá con người học cách tha thứ, và hiểu được mối phúc thật: *“Phúc thay ai xót thương người, vì họ sẽ được Thiên Chúa xót thương”* (Mt 5,7), cũng như lời khuyên bảo: *“Anh em đừng xét đoán, thì anh em sẽ không bị Thiên Chúa xét đoán. Anh em đừng lên án, thì sẽ không bị Thiên Chúa lên án. Anh em hãy tha thứ, thì sẽ được Thiên Chúa thứ tha”* (Lc 6,37).

**“xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ”** Trong đời sống nào theo lý tưởng cũng có cám dỗ. Cuộc sống nào theo ơn gọi cũng bị thử thách. Bao lâu chưa đương đầu với thử thách, tôi không biết ý muốn sâu xa và đích thực của mình. Khi bước theo ơn gọi, những đòi hỏi của nếp sống mới, hoặc một xung đột căng thẳng có thể làm tôi mệt mỏi. Lúc đó cơn cám dỗ nguy hiểm nhất là *nản lòng và thất vọng*. Nhưng, đó cũng là cơ hội tự hỏi: *Tôi làm việc này vì ai? Tôi mong muốn gì? Tôi cần cầu nguyện. “Anh em hãy canh thức và cầu nguyện, để khỏi lâm vào cơn cám dỗ. Vì tinh thần thì hăng say, nhưng thể xác lại yếu hèn”* (Mt 26,41).

Những thử thách và cám dỗ ở đâu tới? Ai cám dỗ tôi? ‘Đời là bể khổ’. Có những thử thách do cuộc sống hằng ngày, nhưng cũng có những thử thách đặc biệt do nếp sống mới. Trong các thử thách có bàn tay Thiên Chúa muốn thanh tẩy và rèn luyện. *“Thiên Chúa của anh em, thử thách anh em cho biết anh em có yêu mến Đức Chúa”* (Dt 13,4). Tuy nhiên, các đụng chạm với nhau thì không phải do Thiên Chúa. *“Khi bị cám dỗ, đừng ai nói: “Tôi bị Thiên Chúa cám dỗ”, vì Thiên Chúa không thể bị cám dỗ làm điều xấu, và chính Người cũng không cám dỗ ai. Nhưng mỗi người có bị cám dỗ, là do dục vọng của mình lôi cuốn và dùng môi mà bắt. Rồi một khi dục vọng đã cuur mang thì để ra tội; còn tội khi đã phạm rồi, thì sinh ra cái chết”* (Gc 1,13-15). Những cám dỗ đó do xác thịt, ma quỷ hay là thế gian.

**‘Xác thịt’:** những cám dỗ nguy hại nhất bắt nguồn từ những đòi hỏi bất chính ngay trong con người của tôi. *“Vẫn biết rằng Lễ Luật là bởi Thần Khí, nhưng tôi thì lại mang tính xác thịt, bị bán làm tôi cho tội lỗi. Thật vậy, tôi làm gì tôi cũng chẳng hiểu: vì điều tôi muốn, thì tôi không làm, nhưng điều tôi ghét, thì tôi lại cứ làm. Nếu tôi cứ làm điều tôi không muốn, thì tức là tôi đồng ý với Lễ Luật và nhận rằng Lễ Luật là tốt. Vậy thật ra không còn phải là chính tôi làm điều đó, nhưng là tội vẫn ở trong tôi. Tôi biết rằng sự thiện không ở trong tôi, nghĩa là trong xác thịt tôi. Thật vậy, muốn sự thiện thì tôi có thể muốn, nhưng làm thì không. Sự thiện tôi muốn thì tôi không làm, nhưng sự ác tôi không muốn, tôi lại cứ làm. Nếu tôi cứ làm điều tôi không muốn, thì không còn phải là chính tôi làm điều đó, nhưng là tội vẫn ở trong tôi. Bởi đó tôi khám phá ra luật này: khi tôi muốn làm sự thiện thì lại thấy sự ác xuất hiện ngay. Theo con người nội tâm, tôi vui thích vì luật của Thiên Chúa; nhưng trong các chi thể của tôi, tôi lại thấy một luật khác: luật này chiến đấu chống lại luật của lý trí và giam hãm tôi trong luật của tội là luật vẫn nằm sẵn trong các chi thể tôi. Tôi thật là một người khốn nạn! Ai sẽ giải thoát tôi khỏi thân xác phải chết này? Tạ ơn Thiên Chúa, nhờ Đức Giêsu Kitô, Chúa chúng ta!* (Rm 8,14-25)

**‘Ma quỷ’**, hay ‘thần dữ’ luôn luôn hoạt động để lôi cuốn tôi xa ảnh hưởng của Thần Khí thiên Chúa. *“Anh em hãy sống tiết độ và tỉnh thức, vì ma quỷ, thù địch của anh em, như sư tử gầm thét, rảo quanh tìm mỗi chỗ yếu”* (1 P 5,8). Thần dữ cám dỗ tôi theo chiến thuật khác nhau tùy lòng quyết tâm của tôi: khi tôi chưa dứt khoát với những ước muốn bất chính của mình, thần dữ tấn công theo điểm yếu của tôi, tức là với những thú vui và đam mê mạnh hơn của tôi: *“kẻ thù sử sự như một tướng quân để chiến thắng và cướp đi những gì nó muốn. Vì như một vị chỉ huy hay vị tướng quân, sau khi đặt bản doanh trại và xem xét lực lượng hoặc cách bố trí của một thành trì, sẽ tấn công vào nơi nào yếu hơn; thì cũng vậy, kẻ thù của bán tính loài người lượn quanh để dò xét lần lượt hết các nhân đức đối thân, các nhân đức trụ và các nhân đức luân lý khác của ta, và điểm nào nó thấy ta yếu hơn và cần thiết hơn cho phần rỗi đời đời của ta, nó sẽ tấn công vào đó và cố hạ gục ta”* (Lt 327). Đã sa chước cám dỗ rồi, thì ma quỷ muốn chúng ta nản lòng, thất vọng và buông xuôi theo cuộc sống trụy lạc.

Nếu tôi quả quyết vâng phục và đẹp lòng Chúa, thì kẻ thù của nhân loại dùng chiến thuật khác: *“đặc điểm của thần dữ là giả dạng thành thiên thần ánh sáng đi vào cùng với linh hồn sốt mến và đi ra theo chính nó; nghĩa là nó bày ra những tư tưởng tốt lành thánh thiện hợp với linh hồn*

*công chính, rồi lần lần gắng lôi kéo linh hồn ra theo những mưu mô ẩn kín và những ý định tội tệ của nó” (Lc 11,22). (xem tr.39-47).*

**‘Thế gian’** cám dỗ chúng ta qua cửa cái, quyền thế và danh vọng. *“Thật thế, cội rễ sinh ra mọi điều ác là lòng ham muốn tiền bạc, vì buông theo lòng ham muốn đó, nhiều người đã lạc xa đức tin và chuốc lấy bao nỗi đớn đau xâu xé” (1 Tm 6,10).*

Trong mỗi tương quan với Thiên Chúa cam dỗ tinh vi nhất là *hô nghi Thiên Chúa*: hô nghi lòng nhân từ và tình yêu của Thiên Chúa đối với mình. Bởi vì nếu nghi ngờ tình thương và kế hoạch Thiên Chúa dành cho mình, tôi sẽ không còn xác quyết vâng phục các điều răn của Ngài.

Cám dỗ nguy hại nhất là khi *ý tôi khác với ý Thiên Chúa*. Lúc đó, *tôi theo ý nào? Tôi sẵn sàng bỏ ý tôi, theo ý Thiên Chúa chăng?* Tôi cần cầu nguyện như Đức Giêsu trong vườn cây dầu: *“Lạy Cha, nếu có thể được, xin cho con khỏi phải uống chén này. Tuy vậy, xin đừng theo ý con, mà xin theo ý Cha” (Mt 26,39).*

Tôi cầu nguyện: *“xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ”*, tức là biết thắng cám dỗ. *“Phúc thay người biết kiên trì chịu đựng cơn thử thách, vì một khi đã được tôi luyện, họ sẽ lãnh phần thưởng là sự sống Chúa đã hứa ban cho những ai yêu mến Người” (Gc 1,12).*

### **”nhưng cứu chúng con cho khỏi sự dữ”**

Ngoài những cám dỗ, tôi còn bị nhiều kiểu sự dữ khác nhau đe dọa: *“những ai muốn sống đạo đức trong Đức Kitô Giêsu, đều sẽ bị bắt bớ. Còn hạng người xấu xa và bịp bợm sẽ ngày càng xấu hơn, họ vừa lừa dối, vừa bị lừa dối” (2 Tm 3,12-13).* Có những gian truân về thể xác cũng như về tinh thần, những chén đắng do kẻ xa lạ hay do người thân mang đến tôi. Tôi cầu nguyện xin Cha gìn giữ và cứu thoát tôi!

Thiên Chúa tỏ ra sức toàn năng khi uốn nắn và biến đổi tôi qua các thử thách và gian nan. *“Thật thế, thưa anh em, chúng tôi không muốn để anh em chẳng hay biết gì về nỗi gian truân chúng tôi đã gặp bên A-xi-a: chúng tôi đã phải chịu đựng quá mức, quá sức chúng tôi, đến nỗi chúng tôi không còn hy vọng sống nổi. Nhưng chúng tôi đã mang án tử nơi chính bản thân rồi, để chúng tôi không tin tưởng vào chính mình, mà vào Thiên Chúa, Đấng làm cho kẻ chết trở lại sống. Chính Người đã cứu và sẽ còn cứu chúng tôi khỏi một cái chết như thế. Người là Đấng chúng tôi trông cậy, Người sẽ còn cứu chúng tôi nữa” (2 Cr 1,8-10).*

## **4. LECTIO DIVINA**

Là một phương pháp cầu nguyện bắt nguồn từ các đan viện xưa, hiện tại Lectio Divina được phổ biến trong các cộng đoàn tín hữu. Trên nguyên tắc, trong phương pháp cầu nguyện này chúng ta diễn tiến theo ba bước, nhưng trong thực tế, khó mà phân biệt ba giai đoạn đó. Nếu lựa chọn một đoạn trong bốn Phúc Âm, thì chúng ta có thể cầu nguyện theo kiểu *‘chiêm niệm’*, còn nếu lựa chọn một Thánh Thư, thì chúng ta chỉ có thể áp dụng hai bước đầu thôi: *‘Lectio’* và *‘Meditatio’*.

**1) Đọc bản văn (Lectio).** Trước tiên tôi hỏi: *Bản văn này nói gì?* Tôi đọc đoạn và chú ý đến từng danh từ và động từ. Tuy đoạn này rất quen thuộc, tôi đọc đi đọc lại vài lần vì tôi tin rằng bản văn được viết dưới tác động của Chúa Thánh Thần. Tôi đọc bản văn với một thái độ tích cực và chú ý, như khi đối diện một thách cảnh: lúc ban đầu xem ra là một thung lũng san bằng, nhưng nơi đó từ từ xuất hiện đồi núi, suối nước, vài nơi đầy ánh sáng, chỗ nằm trong bóng râm. Tôi cầu nguyện xin Thần Khí tác động tôi qua bản văn.

Tôi nên kéo dài bước đầu tiên này nhiều hay ít tùy nhu cầu: đọc qua loa thì lúc suy niệm, Lời Chúa sẽ không có ảnh hưởng nhiều. Lâu quá thì không còn thì giờ suy và chiêm niệm nữa.

**2) Suy niệm (Meditatio)** về những giá trị được bản văn nêu lên. Đây là cách mới nghiền ngẫm bản văn, là tìm ý nghĩa của nó cho cuộc sống cá nhân và cộng đoàn. *Bản văn nêu lên những giá trị nào trong cuộc sống của người Kitô hữu? Bản văn này nói với tôi điều gì hay? Tôi suy niệm không chỉ với đầu óc mà còn bằng trái tim, bởi vì những giá trị đó đánh động lòng tôi. Ý nghĩa*

*sâu xa của những lời và hành động này là gì? Qua bản văn này, Đức Giêsu mời tôi sống như thế nào? Lời Chúa muốn biến thành một cách sống đối với tôi.*

Tôi không nên kéo dài phần suy niệm quá lâu, kéo tôi cảm thấy mãn nguyện vì đã hiểu ý nghĩa sâu xa của bản văn. Thấu hiểu chưa chắc là muốn áp dụng cho cuộc sống. Khi cầu nguyện, tôi xin Chúa mở mắt, tác động trái tim và dẫn tôi thực thi Thánh Ý trong cuộc sống của tôi.

**3) *Chiêm niệm (contemplatio)*.** Đây là lúc tôi ở với Chúa một cách đơn sơ và gần gũi nhất: tôi nhập vào bối cảnh, nhìn xem Đức Kitô và các nhân vật chung quanh, nghe họ nói gì, để ý những gì họ làm. Tôi nhập vai người mù, kẻ bại liệt, các môn đệ hoặc thánh Phê-rô. Tôi chứng kiến Đức Giêsu chữa bệnh, giảng dạy hay làm phép bánh ra nhiều. Tôi nghiên ngẫm Đức Giêsu nhân từ, khiêm nhường, can đảm khi đối xử với Chúa Cha và với loài người. Tôi thờ phượng và mến yêu Đức Giêsu, hối hận xin lỗi, quý mến lòng nhân từ của Ngài, dẫn thân theo, khẩn cầu cho chính mình, cho nhân loại, cho Hội Thánh.

Tôi đang cảm thấy gì? Một sức lôi cuốn dịu dàng, niềm thích thú đối với một lối sống như vậy, một năng lực nội tâm và niềm hy vọng, một nỗi sợ hãi, kháng cự, muốn trốn tránh chăng? Tôi tìm thánh nhan Đức Giêsu và tin mừng của Ngài. Tâm hồn tôi kết hiệp với Thần Khí Chúa. Tôi nói chuyện và tâm tình với chính Chúa Cha đang kêu mời tôi.

Đây là tâm điểm cầu nguyện; là cuộc gặp gỡ giữa Đấng Tạo Hoá và thụ tạo, giữa hai Cha con, giữa hai anh em, giữa lòng tự do của Chúa và lòng tự do của tôi. Đối tượng của chiêm niệm luôn luôn là Đức Giêsu, là Ngôi Lời của Chúa Cha.

Đây là lúc thuận tiện để tôi mở lòng cho Thần Khí đang nối kết tôi với Chúa Cha, với Đức Kitô và với anh em trong tình yêu; đây cũng là lúc tôi nhường chỗ trong trái tim tôi cho Thần Khí để Ngài thờ phượng và ngợi khen Chúa Cha trong tôi.

### **NGUỒN MẠCH THƯ TỰ: CÁC MỐI PHÚC THẬT**

*"Tất cả những ai đang vất vả mang gánh nặng nề,  
hãy đến cùng tôi, tôi sẽ cho nghỉ ngơi bồi dưỡng.  
Anh em hãy mang lấy ách của tôi, và hãy học với tôi,  
vì tôi có lòng hiền hậu và khiêm nhường.  
Tâm hồn anh em sẽ được nghỉ ngơi bồi dưỡng.  
Vì ách tôi êm ái, và gánh tôi nhẹ nhàng"*  
[Mt 11,28-30].

Đức Kitô cho chúng ta biết rằng con người là một tác phẩm quý báu của Chúa Cha. Tuy còn dở dang, nhưng mỗi người có một giá trị cao quý trước mặt Thiên Chúa và là một thế giới đầy màu nhiệm đáng tìm hiểu và quý mến. *Thiên Chúa là nguồn gốc và cùng đích mọi loài, ... muốn đưa muôn vàn con cái đến vinh quang* [Dt 2,10]. Thiên Chúa mời gọi mỗi người trở nên đồng hình đồng dạng với Đức Kitô.

*Nhưng, Đức Kitô là người như thế nào? Ngài có nét và thái độ nào?* Trong các Mối Phúc Thật, chính Đức Kitô mô tả các nét và thái độ của Ngài.

Các mối phúc cũng là lời mời gọi, và là lời hứa Ngài dành cho các môn đệ của Ngài.

Thấy đám đông, Đức Giêsu lên núi. Người ngồi xuống, các môn đệ đến gần bên. Người mở miệng dạy họ rằng:

*"Phúc thay ai có tâm hồn nghèo khó, vì Nước Trời là của họ.  
Phúc thay ai hiền lành, vì họ sẽ được Đất Hứa làm gia nghiệp.*

*Phúc thay ai sầu khổ, vì họ sẽ được Thiên Chúa ủi an.  
 Phúc thay ai khát khao nên người công chính,  
 vì họ sẽ được Thiên Chúa cho thỏa lòng.  
 Phúc thay ai xót thương người, vì họ sẽ được Thiên Chúa xót thương.  
 Phúc thay ai có tâm hồn trong sạch, vì họ sẽ được nhìn thấy Thiên Chúa.  
 Phúc thay ai xây dựng hoà bình, vì họ sẽ được gọi là con Thiên Chúa.  
 Phúc thay ai bị bách hại vì sống công chính, vì Nước Trời là của họ.  
 Phúc thay anh em khi vì Thầy mà bị người ta sỉ vả,  
 bách hại và vu khống đủ điều xấu xa.  
 Anh em hãy vui mừng hớn hờ,  
 vì phần thưởng dành cho anh em ở trên trời thật lớn lao.  
 Quả vậy, các ngôn sứ là những người đi trước anh em  
 cũng bị người ta bách hại như thế” (Mt 5, 1-12).*

### **1. “Phúc thay ai có tâm hồn nghèo khó, vì Nước Trời là của họ”.**

Người có tâm hồn nghèo khó là người không tự tạo ra cho mình một thế giới nhỏ, vừa sức lực của mình, nơi mình làm chủ và là tâm điểm. Thật là vô phúc cho những ai chỉ mong ước *an cư lạc nghiệp*, được hưởng nhiều tiện nghi, ăn uống và giải trí như ý, tạo cho mình địa vị và quyền thế cao, nơi đó họ là tâm điểm và là cùng đích. Thực ra, trong thế giới của Chúa, chẳng ai có thể tự mình thực thi ơn gọi hoặc thi hành sứ mệnh Thiên Chúa dành cho mình. Có tâm hồn nghèo khó, tức là có lòng khiêm nhường.

Tâm hồn nghèo khó và khiêm nhường là nền tảng của tất cả các mối phúc thật và là hoa quả của hai yếu tố: *a) Không tự cậy dựa vào sức mình, mà nương tựa vào lòng nhân từ và sức lực của Thiên Chúa.* *b) Đặt nhu cầu của tha nhân trên nhu cầu của mình.*

***a) Không tự cậy dựa vào sức mình, mà nương tựa vào lòng nhân từ và sức lực của Thiên Chúa,*** biết vị trí của mình trong kế hoạch tổng quát của Thiên Chúa và *tình nguyện trở nên nghèo hèn.* Trở nên nghèo hèn nghĩa là chấp nhận những khuyết điểm của mình, những giới hạn và thiếu sót của người khác; tức là chấp nhận bản tính loài người, với những khả năng cũng như giới hạn của nhân tính; biết rằng tự mình, con người chẳng có gì đáng hãnh diện hay nương tựa, con người chỉ là người phạm, vậy mà Thiên Chúa vẫn thương và kêu gọi con người làm con cái Thiên Chúa. Ngài còn đang dựng nên trời đất và quyền năng của Ngài đang luôn làm việc. Biết Thiên Chúa giàu lòng từ bi nhân ái và toàn năng, đáng cậy trông và tin tưởng, người có tâm hồn nghèo khó đặt niềm hy vọng nơi Thiên Chúa, sẵn sàng đón nhận Tin Mừng Nước Trời. Thiên Chúa là tâm điểm cuộc sống của họ.

***b) Đặt nhu cầu của tha nhân trên nhu cầu của mình.*** Người có tinh thần nghèo là người lựa chọn anh em làm tâm điểm cuộc sống và mong muốn dùng khả năng, nghị lực và thời gian để giúp anh em nên người theo Thánh Ý Thiên Chúa; muốn sống và hoạt động trong thế giới Thiên Chúa đang dựng nên. Tại các môi trường sống và làm việc, những ai có tâm hồn nghèo khó luôn luôn tự hỏi: *“Tôi có thể làm gì cho họ?”*, *“Tôi có thể giúp như thế nào để họ sống khá hơn theo kế hoạch Thiên Chúa?”* Đối với người có tâm hồn nghèo khó và khiêm nhường, những gì làm được cho tha nhân biến thành mục đích của cuộc sống.

*‘... vì Nước Trời là của họ’.* ‘Nước Thiên Chúa’ và ‘Nước Trời’ có cùng ý nghĩa như nhau. Nước Trời không hẳn là một lãnh thổ, nơi Thiên Chúa làm vua. Nước Trời là cuộc đời của tôi khi Thiên Chúa là vua; một vua không độc tài mà là ‘Cha’ thân yêu.

Nước Trời sẽ đến khi *‘mọi người cùng ý muốn với Thiên Chúa’.* Nét thiết yếu của Nước Trời là nơi Thiên Chúa được mọi người vâng phục. Trong Nước Trời con người được mãn nguyện bởi vì đang cùng ước ao và ý muốn với Thiên Chúa. Vì thế trong Nước Trời tuân theo ý Thiên Chúa cũng là tuân theo ý con người. Nước Thiên Chúa là nước tự do thực sự, bởi vì nơi đó mọi người sống theo ước muốn đích thực của mình. Hiện nay, tuy Thiên Chúa là vua các vua và có toàn quyền, nhưng con người chưa vâng phục và hành xử với nhau theo Thánh Ý Ngài.

**2. “Phúc thay ai hiền lành, vì họ sẽ được Đất Hứa làm gia nghiệp”** Lòng hiền lành là hoa quả của lòng khiêm nhường, biết quý mến anh em hết thảy và muốn phục vụ họ nên người theo Thánh Ý Thiên Chúa. Càng quý trọng anh em bao nhiêu chúng ta càng kiên nhẫn và hiền lành với họ bấy nhiêu. Người hiền lành biết giữ lòng bình tĩnh, sáng suốt trong mọi hoàn cảnh.

Người hiền lành phân biệt thế giới trần tục, nơi bạo lực làm chủ và thế giới thần linh, nơi chân lý và tình yêu mới hữu hiệu. Người hiền lành biết rằng trong các mối tương quan giữa người với người, sức áp đặt không mang kết quả bằng khả năng thuyết phục và lòng mến yêu. Người hiền lành tôn trọng mầu nhiệm tự do của mỗi người, bắt chước Cha Quan Phòng, luôn luôn tôn trọng mọi người và không dùng võ lực để dẫn dắt họ đến lòng vâng phục. Người hiền lành mở lòng cho Thần Khí khiêm nhường của Đức Kitô, không nhất quyết phải thắng hay phán lời cuối cùng trong các xung đột, không lấy ác báo ác nhưng lấy thiện mà thắng ác.

*“... vì họ sẽ được Đất Hứa làm gia nghiệp”*. Khi từ chối, không sử dụng bạo lực, người hiền lành mở đường cho một thế giới mới, sống trong đức công chính và lòng nhân từ.

**3. “Phúc thay ai khát khao nên người công chính, vì họ sẽ được Thiên Chúa cho thỏa lòng”**. Người khát khao nên công chính, *trước tiên* là người muốn lãnh nhận *đức công chính của Thiên Chúa*. Tức là muốn được Thiên Chúa cứu rỗi và công chính hóa theo kế hoạch và Thánh Ý Ngài. *Kế tiếp* mong muốn lãnh nhận *đức công chính loài người*, tức là muốn trở thành người công chính bởi hành động ngay lành, tuân theo các điều răn và vâng phục Thánh Ý Chúa. *Sau cùng*, mong muốn lãnh nhận *đức công chính xã hội*, tức là tôn trọng những đòi hỏi của đức công bằng trong các mối tương quan với tha nhân. Người nên công chính như vậy có tinh thần liên đới bởi, không đặt nhu cầu và ích lợi riêng lên trên hết, và quý trọng mọi người, nhất là kẻ nghèo hèn.

Ba thái độ trên có liên quan với nhau như rễ, thân cây và hoa trái. *Đức công chính của Thiên Chúa* là gốc rễ, bởi vì các hồng ân của Ngài giúp chúng ta nên người công chính. Thân cây là các hành động ngay lành, đúng theo Thánh Ý Chúa. Hoa trái là *đức công chính xã hội*.

Khát khao nên người công chính, tức là tôi không chỉ mong ước hoa trái và thân cây của đức công chính, mà trên hết tôi muốn bén rễ trong Thiên Chúa và tuân theo Thánh Ý. Tôi *khao khát chính Thiên Chúa*, và Ngài là nguồn vui của tôi.

**4. “Phúc thay ai xót thương người, vì họ sẽ được Thiên Chúa xót thương”**. Ai có lòng xót thương sẽ để ý đến những người cô đơn, thiếu thốn, bị xã hội loại ra ngoài, và sẽ cố gắng giúp đỡ họ.

Ai xót thương, thì cũng dễ tha thứ. Thiên Chúa là Đấng hay xót thương và luôn luôn sẵn sàng tha thứ. Ngài là Đấng thành tín, không bao giờ ngưng thương yêu và đi kiếm chiên lạc. Nhìn ngắm trái tim Đức Kitô bị đâm thấu qua, tôi mong ước luôn luôn biết mở lòng và bỏ qua lỗi lầm của anh em đối với mình. Bắt chước lòng thương xót hay thứ tha của Ngài, tôi sẵn sàng hàn gắn lại các mối tương quan và vui vẻ mở lòng kết thân lại với mọi anh em. Do đó các con của Ngài không bao giờ ngưng mến yêu, dứt lời hay đoạn tuyệt với anh em.

Đối với Đức Kitô lòng xót thương rất quan trọng. Trong ba năm rao giảng tin mừng Nước Trời, Ngài ít khi nói đến hình phạt vĩnh viễn. Vậy mà Ngài đã kể hai dụ ngôn rất mạnh về số phận của những kẻ thiếu lòng nhân từ: *‘Ông Lazarô và người giàu có’* [Lc 16,19-31], *‘Các con cừu và các con dê’* [Mt 25,31-46]. Đức Kitô ‘đe dọa’ để ‘đánh thức’ chúng ta nếu làm lơ trước anh em thiếu thốn và cô đơn. Ngài e rằng ai không mở lòng xót thương đối kẻ đói khát, thì cũng chẳng mở lòng cho tha nhân. Ai không mở lòng cho tha nhân, thì cũng chẳng mở lòng cho Thiên Chúa; và không mở lòng cho Thiên Chúa, thì sẽ chẳng lãnh nhận tình yêu xót thương của Ngài.

**5. “Phúc thay ai có tâm hồn trong sạch, vì họ sẽ được nhìn thấy Thiên Chúa”**. *Thế nào là một tâm hồn trong sạch?* Là một tâm hồn ngay thẳng, không có ẩn ý, trước mặt Thiên Chúa và trước mặt loài người; là một tâm hồn không bị ô uế bởi đam mê bất chính nào cả; là tâm hồn đã được, nhờ Thần Khí Thiên Chúa, thanh tẩy và tái thiết.

Hơn nữa: trong sạch là tâm hồn chấp nhận Thánh Ý Chúa đối với mình một cách chân thật, vui vẻ và trung thành; là một tâm hồn tìm Nước Thiên Chúa trên tất cả; là tâm hồn của một người đã thống nhất cuộc sống và đức tin, cầu nguyện và hoạt động, vui vẻ cử hành Thánh Lễ và làm trọn bổn phận trong cuộc sống.

*Tâm hồn trong sạch* là môi Phúc Thật then chốt và là mục đích của tất cả các Môi Phúc Thật, bởi vì khi tôi chỉ ước muốn Thiên Chúa và Thánh Ý của Ngài, lòng tôi sẽ khiêm nhường, hiền lành, thương xót và dễ thứ tha.

“*Kho tàng ở đâu, trái tim của con ở đó*” (Mt 6,21). Đức Kitô biết rằng giữa ước muốn và trái tim có một liên hệ mật thiết. Muốn hiểu lời Đức Kitô về tâm hồn trong sạch, tôi nên chú ý đến các ước muốn. Các ước muốn là tâm điểm của đời sống thiêng liêng, là nguồn ý nghĩa và đường hướng cuộc sống của mỗi người. Điểm đến của một hành trình nội tâm, rút cuộc là hoa quả của những ước ao sâu xa nhất của mình”.

Vì lý do đó, chúng ta có thể diễn tả môi Phúc Thật này như sau: “*Phúc thay ai ước muốn Thiên Chúa và Thánh Ý Ngài một cách rõ ràng và mãnh liệt đến nỗi họ hân hạnh định hướng tất cả những ước muốn của mình theo ước muốn của Chúa*”. Khi Thiên Chúa và Thánh Ý Ngài là đối tượng của ước muốn, tôi mới có thể thoát ra các đam mê xác thịt, coi nhẹ những gì trước đây làm chủ trái tim mình, chịu đựng thử thách và tuân theo các điều răn cũng như các bổn phận và trách nhiệm của bậc sống mình.

**6. “Phúc thay ai xây dựng hòa bình, vì họ sẽ được gọi là con Thiên Chúa”.** Đối với Đức Kitô, ‘xây dựng hòa bình’ không chỉ là ‘giải quyết xích mích’, ‘giữ trật tự’, ‘tránh khỏi rối loạn’. ‘Hòa bình’ bằng tiếng Do thái là ‘shalom’. ‘Shalom’ đối với người Do thái có một ý nghĩa sâu và phong phú: ‘hòa thuận với tha nhân’, ‘bình an trong lòng mình’, ‘kết hợp với Thiên Chúa’, ‘được mãn nguyện nơi Ngài’. *Xây dựng hòa bình* là giúp anh em trong một tập thể kết thân với Thiên Chúa, sống hòa thuận với nhau. Ý muốn nguyên thủy của Thiên Chúa khi dựng nên trời đất là loài người sống kết thân nên một với Ngài và với nhau trong tình yêu.

Hậu quả nguy hại nhất của tội ác là tách rời loài người với Thiên Chúa, người với người, và con người với chính mình. Đã tách rời, thì cả hai bên sẽ phải chịu nhiều đau khổ, chảy nước mắt. Loài người đã được cứu chuộc vì Thiên Chúa quả quyết hòa giải lại với loài người, nhờ Đức Kitô, là hòa bình, là ‘shalom’ của chúng ta.

Đức Kitô đến để *quy tụ con cái Thiên Chúa vì tội lỗi tàn mác khắp nơi về một mối* (Ga 11,52). Ngài thực hiện Thánh Ý Cha khi sai Thần Khí tình yêu đến thế gian. Nhiệm vụ của Thần Khí là nối kết Thiên Chúa và chúng ta, và khi nối kết, lại biến đổi tận gốc chúng ta và cả thế giới. Đó chính là nhiệm vụ của Hội Thánh: “*Hòa giải loài người với Thiên Chúa và với nhau theo kế hoạch nguyên thủy của Ngài*”.

**7. “Phúc thay ai sầu khổ, vì họ sẽ được Thiên Chúa ủi an”.** Chúng ta sầu khổ khi mất người thân, bị bệnh, thất nghiệp, rơi vào tình trạng túng thiếu, và nói chung bị rủi ro, gian nan và nghịch cảnh. Chẳng ai muốn sầu khổ. Chúng ta bắt đầu dĩ rơi vào tình trạng rủi ro như vậy. Các biến cố đó thường nằm ngoài bàn tay chúng ta. Vì lý do đó phải hỏi: *Làm sao những gì đè nặng tâm hồn có thể là nguồn vui và hạnh phúc? Khi sầu khổ, tôi nên can đảm chịu đựng hay có cách nào tìm ý nghĩa tích cực trong những lúc u buồn và chảy nước mắt đó?*

Tôi được phúc khi được Thiên Chúa ủi an. Sự an ủi của Chúa sưởi ấm tâm hồn và lau sạch nước mắt, phá tan mọi u buồn và sầu khổ. Tôi được Thiên Chúa ‘ủ an’ khi ‘trời mở ra’ để hiểu mình là ai, khi vinh quang của đường lối Chúa ‘hiển dung’ và khi nhận thấy những gì Ngài muốn tôi làm. Nét đặc thù của *on an ủi thiêng liêng* là ảnh hưởng đến con người toàn diện. Được Thần Khí ban ơn an ủi, tôi được các mối tương quan với Thiên Chúa, với tha nhân và với chính mình biến đổi ngay; tôi đồng cảm với nhân loại yếu đuối, cảm thông với bao nhiêu nạn nhân của những bất công và gian ác hiện tại và trước đây. Được an ủi, thì mối tương quan với Thiên Chúa trở thành tâm điểm cuộc sống và chẳng có thọ tạo nào có sức thu hút tâm hồn tôi như trước; trải

tim cảm thấy tự do, không còn bị ràng buộc vào của cải, danh vọng và xác thịt, tôi coi nhẹ những gì trước đây làm chủ trái tim, trí óc, ước muốn và thể xác tôi.

**8. “Phúc thay ai bị bách hại vì sống công chính, vì Nước Trời là của họ”.**

**9. “Phúc thay anh em khi vì Thầy mà bị người ta sỉ vả, bách hại và vu khống đủ điều xấu xa. Anh em hãy vui mừng hớn hở, vì phần thưởng dành cho anh em ở trên trời thật lớn lao”.**

Hai mối Phúc Thật cuối cùng nhấn mạnh cùng một ý tưởng: bị bách hại vì sống công chính, bị bách hại vì Đức Giêsu. Tức là kẻ sống theo những đòi hỏi của đức công chính, hoặc bước theo Đức Kitô và đặt niềm tin nơi Thiên Chúa; đây là những kẻ bị thiệt hại khi đóng góp cho Nước Chúa. Bị bách hại là điều đáng tiếc. Tuy nhiên, tôi thấy rằng, trong lịch sử Giáo Hội các Kitô hữu đã từng bị bách hại và Chúa Thánh Thần có thể ban cho các Kitô hữu lòng can đảm để chịu đựng và tin tưởng ngay trong thử thách.

### **Kết luận**

Các Mối Phúc Thật mô tả các nét và thái độ nội tâm của Đức Kitô. Ngài là hình ảnh trọn vẹn của Chúa Cha. “Ai thấy Thầy, là thấy Chúa Cha”. Hai Cha Con giống như nhau. Chúa Cha là Đấng khiêm nhường, hiền lành, nhân từ và khao khát đức công chính như Thầy Giêsu. Các mối phúc thật có liên quan mật thiết với nhau: quan trọng nhất là tâm hồn nghèo và khiêm nhường. Tâm hồn trong sạch mở đường cho tâm hồn khát khao nên người công chính. Ai khát khao nên người công chính sẽ thoát ra khỏi những ước ao trái nghịch với Thánh Ý Chúa và được một tâm hồn nghèo và khiêm nhường. Một tâm hồn khiêm nhường sẽ hiền lành, biết tha thứ và xây dựng hòa bình.

Qua các mối phúc thật tôi nghe lời mời gọi Thiên Chúa dành cho tôi. Một lời mời gọi hoán cải tận gốc, một lời mời bước theo Đức Kitô và một lời mời kết thân với Ngài.

### **Câu hỏi phản tỉnh**

- 1) Mối phúc thật nào đánh động tôi nhiều nhất? Tại sao?
- 2) Mối nào khó hơn đối với tôi? Tại sao?
- 3) Đức Kitô đã sống và thực hành tinh thần các Mối như thế nào?
- 4) Tôi nên làm gì để ngày càng tiến bộ trên lối sống này?

## **NGUỒN MẠCH THỨ NĂM: CHIÊM NIỆM TRONG HOẠT ĐỘNG “Tìm và nhận ra Thiên Chúa trong mọi sự”**

Thế giới hiện nay khuyến khích tôi hoạt động, bị chi phối bởi nhiều sinh hoạt, sống bề ngoài và bị phân tán. Trong khi đó Thiên Chúa hiện diện trong lòng tôi và muốn mang một sức lực thống nhất cho cuộc sống tôi. Ngài mời tôi tránh cuộc sống chia trí và đi tìm một cuộc sống “*chiêm niệm trong hoạt động*”.

### **1. ‘Chiêm niệm trong hoạt động’ nghĩa là gì?**

Theo thánh I-nhã là “*Tìm và nhận ra Thiên Chúa trong mọi sự*”; là kết hiệp nên một với Thiên Chúa, không chỉ lúc cầu nguyện mà luôn luôn và ở khắp mọi nơi. ‘*Kết hiệp nên một*’, tức là sống theo Thánh Ý Chúa và cảm nhận bình an sâu xa vì suốt ngày tôi đẹp lòng Ngài. Bình an này là hoa quả của những hồng ân khác, thanh tẩy trái tim và tác động tâm linh tôi biết nhận ra chính Chúa và những gì Ngài mong muốn; là một hồng ân Chúa Thánh Thần ban cho tôi khi nối kết tâm linh tôi với Thiên Chúa.

### **Nghĩa là:**

- khám phá ra rằng Thiên Chúa đang hiện diện trong tận đáy lòng và chúc phúc cho tôi,
- không phải là thêm thì giờ cầu nguyện mà là biến đổi và kết hiệp tận đáy lòng tôi với Thiên Chúa trong tình yêu,
- là một cách sống ở trong thế gian mà không thuộc về thế gian,
- là giữ niềm hy vọng trong mọi hoàn cảnh; là nhìn mọi sự với cặp mắt của Chúa,

- o là được tất cả phạm vi cuộc sống hòa nhập và thống nhất.

Do đó, *‘chiêm niệm trong hoạt động’* cũng là kết quả của một sự lựa chọn: là muốn làm chứng cho Đức Kitô trong thế gian bằng lối sống và hoạt động của mình. Tôi vẫn sống trong thế gian nhưng muốn sống một cách khác, muốn tìm ý nghĩa đích thực trong mọi sự. Do đó, thỉnh thoảng tôi:

- o ngưng và nhìn lại những gì đang làm, những gì mình đang lựa chọn,
- o hiện diện cho chính mình, cho anh em và lắng nghe Thiên Chúa có thể tác động lòng trí tôi bất cứ lúc nào,
- o tránh *thái độ vô tư lự* và để các biến cố cuộc sống trở thành những câu hỏi đánh động tôi,
- o hỏi tâm về những hành động mình đang làm, tuy bắt buộc phải làm, nhưng tôi muốn tìm Thánh Ý trong những hành động đó,
- o tìm và lắng nghe những gì Chúa muốn nói với tôi.

*‘Chiêm niệm trong hoạt động’* giúp tôi xã giao khác hơn; là cầu nguyện bằng cách chú ý đến mọi biến cố xảy ra chung quanh; biến đổi mỗi giây phút, mỗi hành động, mỗi người tôi gặp, thành một kinh nghiệm quan trọng. *‘Chiêm niệm trong hoạt động’* giúp tôi dâng hiến cho Chúa những cố gắng, những bất mãn hoặc những nghịch cảnh xảy đến cho tôi.

*‘Hoạt động’* không chỉ là những gì tôi làm, mà là cách tôi hiện diện trong thế gian khi những gì tôi làm có ý nghĩa. Muốn có ý nghĩa, tôi nên để Chúa hướng dẫn. Tức là, tôi chịu trách nhiệm về cuộc sống, nhưng không đóng vai trò chủ động trong thế gian, mà để Cha Quan Phòng diu dắt. Tôi phó thác cuộc sống trong bàn tay của Chúa Cha.

Khi đương đầu với những khủng hoảng và thách đố lớn, khi người ta mong chờ quá nhiều nơi tôi, tôi cảm thấy căng thẳng. Nhưng tôi không thể sống trong sự căng thẳng luôn mãi. Tôi nên tìm những gì tôi có thể làm. Điều quan trọng là tôi không bị kiệt sức hoặc hủy hoại sức khỏe. Càng sớm càng hay tôi nên ‘bình thường hóa’ cuộc sống.

Gặp nghịch cảnh hoặc người khó xử, Người Kitô hữu không bao giờ thất vọng. Kết hiệp với Thiên Chúa trong tình yêu thì luôn luôn có hy vọng. Chính niềm hy vọng này thúc đẩy tôi hoạt động và cộng tác với người khác, kể cả với những người chưa hoàn thiện. Vì lý do đó, người Kitô hữu không bao giờ thất vọng. Đây cũng là một kết quả của *‘chiêm niệm trong hoạt động’*.

Khi *‘chiêm niệm trong hoạt động’*, tôi ý thức tôi là ai và tôi đối diện với những khuyết điểm của tôi vì tôi tin chắc rằng Chúa vẫn thương tôi. Tôi để Thiên Chúa thanh tẩy mình trong khi tôi cố gắng điều chỉnh lại những bất chính ở trong và chung quanh tôi. Thiên Chúa là Đấng dựng nên và cứu chuộc tôi, Ngài muốn dẫn tôi đến vinh quang theo kế hoạch Ngài dành cho mỗi người.

Suốt đời, tôi hoán cải liên tục. Chính khi tôi đối diện với các vấn đề ở trong và ngoài tôi, tôi có thể đồng cảm sâu xa hơn với Thiên Chúa. Chưa chắc Thiên Chúa muốn giải quyết tất cả các vấn đề của tôi và của anh em ngay lập tức. Tôi chỉ ‘đồng hành’ với anh em ngang qua các vấn đề. Biết Thiên Chúa hiện diện và đồng hành với mình, tôi bình tĩnh, kiên nhẫn và can đảm hơn.

Muốn *‘chiêm niệm trong hoạt động’* tôi cần một tâm hồn ngày càng *‘trong sạch’*, *‘thống nhất’* cuộc sống và đức tin, cầu nguyện và hoạt động. Tuy nhiên, ngay trong lòng tôi có những ẩn ý đe dọa ân huệ ‘thống nhất’ đó. Đồng thời, cũng có động lực ủng hộ và khuyến khích sự thống nhất trong trái tim tôi.

Những động lực **muốn làm tôi bị chia rẽ** thường là:

- o ‘cảm thấy mình giỏi hơn người khác’, hoặc ngược lại: ‘mặc cảm bị coi thường và không được quý trọng’,
- o tìm trước tiên những thích thú, danh vọng và tư lợi riêng,
- o những cảm xúc ghen tương và ganh tỵ,
- o tinh thần cạnh tranh hơn là cộng tác,
- o thích làm việc một mình hơn là làm việc chung,



- o sống và hoạt động một cách hời hợt, dễ nản lòng và mau thất vọng,
- o luôn luôn vội vã bởi vì làm việc nhiều quá hoặc thiếu tổ chức.

Những động lực **làm tôi hiệp nhất** là:

- o tin chắc rằng chỉ có Thiên Chúa mới cần thiết, không thể thiếu được,
- o cầu nguyện một mình và cầu nguyện trong nhóm,
- o nhận ra Thiên Chúa hiện diện trong anh em,
- o tìm ích lợi chung, với tinh thần liên đới và thái độ rộng rãi giúp người khác,
- o các nhân đức khiêm nhường, thương xót, và tha thứ,
- o nhận thấy những giới hạn của mình, cần làm việc chung với anh em,
- o liên tưởng cuộc sống thường ngày với những lựa chọn căn bản của mình về cuộc sống,
- o để tình thương và sức lực của Chúa làm tâm điểm cuộc sống và hoạt động của mình.

## **2. Ba nguyên tắc dọn đường cho hồng ân ‘*chiêm niệm trong hoạt động*’**

**1) Thiên Chúa ban cho mỗi người quyền tự do lựa chọn mục tiêu cuộc sống.** Mỗi người có quyền định hướng cuộc sống theo ước muốn đích thực của mình. Ý nghĩa sâu xa của những lựa chọn hằng ngày là cách mỗi người đáp lại cho câu hỏi “*Tôi sống cho ai?*”, “*Tôi sống để làm gì?*”. Những ai sống cho chính mình, thì biến thành ích kỷ, sống trong sự thiếu thốn và đói khát nội tâm, bởi vì chẳng ai có thể mang ý nghĩa cho chính mình. Người ích kỷ không bao giờ được mãn nguyện, luôn luôn cảm thấy cần và thêm muốn. Người tự kỷ ít màng niềm vui hoặc nước mắt của người khác.

Còn ai lựa chọn sống cho Thiên Chúa và cho tha nhân, thì được Ngài ban sức sống dồi dào, cảm thấy mãn nguyện, biết ơn và chỉ mong muốn mình có thể chuyển sức sống đó cho anh em. Thật may mắn cho những ai sống cạnh bên, vì người đó sẽ dùng mọi khả năng để nâng đỡ và chuyển sức sống cho họ.

**2) Mọi biến cố vui buồn trong cuộc sống đều xảy ra trong kế hoạch của Thiên Chúa.** Các biến cố xảy ra theo nhiều nguyên do: do luật tự nhiên của trời đất, do rủi ro hay là do lựa chọn của loài người. Thiên Chúa Quan Phòng, tuy có quyền trên mọi sự, nhưng thường tôn trọng các luật tự nhiên và luôn luôn tôn trọng quyền tự do của loài người. Tuy nhiên, Ngài biết mọi sự và có quyền trên mọi sự.

Tôi không nên nói: “*Mọi biến cố trong cuộc sống đều xảy ra do Ý Thiên Chúa*”, “*Đó là Ý Chúa!*” bởi vì nhiều người có thể hiểu lầm rằng, thực sự Thiên Chúa phải chịu trách nhiệm về những quyết định và lựa chọn của thụ tạo. Thực ra, Thiên Chúa giao cho con người trách nhiệm về những quyết định và lựa chọn của mình. Nhiều biến cố trong cuộc sống là hậu quả của những hành động gian ác của loài người chống đối Ý Chúa.

Tôi cũng không nên nói: *Mọi biến cố trong cuộc sống đều do Thiên Chúa cho phép xảy ra*, vì nhiều người có thể hiểu lầm Thiên Chúa. Kẻ có quyền can thiệp, mà không ngăn cản hành động gian ác, thì cũng phải chịu trách nhiệm về hành động đó. Tôn trọng quyền tự do của loài người không có nghĩa là cho phép ăn hiếp, lợi dụng và quên lãng đồng loại.

Tôi cũng không nên hỏi Chúa: “*Tại sao Chúa không quan phòng chúng con cách khác?*” Thực ra, con người không có thể hiểu được đức khôn ngoan của Chúa Quan Phòng. Đương nhiên Ngài ‘*im lặng*’. Trước sự im lặng của Thiên Chúa chúng ta hay suy xét Ngài một cách chủ quan, kết luận rằng Ngài không công bằng, thiếu lòng nhân từ hay có ẩn ý khác, và đâm ra nghi ngờ Ngài.

Nhờ Đức Kitô tôi biết rằng Thiên Chúa trộn tốt trộn lành, không bao giờ có ác ý đối với các con của Ngài. Đồng cảm với Đức Kitô, tôi tin tưởng rằng Chúa Cha khôn ngoan, chân thật, toàn năng và đầy tràn tình yêu khi quan phòng tôi.

Chẳng có gì xảy ra ngoài sự hiểu biết của Thiên Chúa. Thiên Chúa không tùy thuộc thời gian, Ngài sống trong vĩnh viễn. Quá khứ và tương lai hiện diện trong Thiên Chúa. Vì lý do đó mọi sự xảy ra trong thời gian, đều hiện diện trong Thiên Chúa. Ngài biết mọi sự và có quyền 'làm cho mọi sự đều sinh lợi ích cho những ai yêu mến Ngài' (Rm 8,23). Ngài có quyền cứu chữa vết thương và điều chỉnh lại những sai lầm. 'Thiên Chúa biểu lộ quyền năng cách tỏ tường hơn cả, khi Ngài thương xót và thứ tha' (Ch.Nh. 26).

Tin tưởng Thiên Chúa như vậy, trong mọi hoàn cảnh tôi chỉ cần biết một điều: "Thiên Chúa mời gọi tôi làm gì?". Hoặc, hỏi như Đức Mẹ: "Việc ấy sẽ xảy ra cách nào?" (Lc, 1,34).

**3) Thiên Chúa mời chúng ta cộng tác với Ngài trong công trình sáng tạo trời đất và uốn nắn con người theo kế hoạch Ngài dành cho mỗi người.** Trời đất chưa được hoàn tất, con người còn dở dang. Thiên Chúa muốn con người cộng tác với Ngài với khả năng, sáng kiến và đóng góp của mình. Ngài thân mời, gõ cửa trái tim chúng ta. Con người có thể làm lơ hoặc đáp lại với lòng quảng đại lời mời gọi của Chúa. Đây là thực tại căn bản của ơn gọi và sứ vụ mỗi người: "Thiên Chúa tôn kính và tin tưởng loài người, khi mời chúng ta cộng tác với Ngài trong kế hoạch dựng nên trời đất và cứu chuộc nhân loại".

Thật đáng lấy làm lạ: Thiên Chúa muốn hạn chế quyền năng Quan Phòng của Ngài khi mời con người cộng tác với Ngài, và con người có thể làm Ngài 'thất bại', cũng như con người có thể đóng góp cho vinh quang của Ngài và giúp Chúa 'thành công'. Được Thiên Chúa mời cộng tác với Ngài là nhiệm vụ cao đẹp nhất, là vinh dự lớn lao của con người. Chúa Kitô Vua mời tôi "cùng lao nhọc cùng ta ban ngày và tĩnh thức với ta ban đêm, để sau này được dự phần cùng ta trong chiến thắng như đã dự phần với ta trong lao nhọc" (Lt 92).

### **3. Tôi có thể làm gì để nhận lãnh ơn 'chiêm niệm trong hoạt động'?**

**1) Thương yêu mọi sự và mọi người trong Thiên Chúa.** Theo thánh I-nhã, muốn nhận ra Thiên Chúa một cách dễ dàng trong mọi sự, tôi cần một tâm hồn tự do, biết phó thác mọi người và mọi sự trong bàn tay của Chúa. Tâm hồn trong sạch như vậy là điều kiện cần thiết để tìm và nhận ra Chúa trong mọi sự.

**2) Sống trong sự hiện diện của Chúa Phục Sinh.** Tôi được kêu và sai đi không phải một mình nhưng với Chúa: "Vậy dù ăn, dù uống hay làm bất cứ điều gì, anh em hãy làm mọi sự để tôn vinh Chúa"(1Cr 10,31), và tin tưởng rằng: "Thiên chúa làm cho mọi sự đều sinh lợi ích cho những ai yêu mến Người" (Rm 8,28). Khi ước muốn sâu xa và đích thực của tôi giống ước muốn của Đức Kitô, Thánh Ý Chúa biến thành tâm điểm cuộc sống của tôi và Thần Khí soi sáng tôi biết lựa chọn theo Thánh Ý Ngài. Sống trong sự hiện diện của Chúa Kitô Phục Sinh, thúc đẩy tôi đặt Chúa Cha lên trên hết.

Bí quyết về đời sống 'chiêm niệm trong cuộc sống' hoàn toàn nằm ở trong tình yêu.

**3) Chiêm niệm để lớn lên trong tình yêu.** Trong bài chiêm niệm này (LT 231) thánh I-nhã đề nghị bốn điểm để tôi nghiền ngẫm tình yêu của Chúa trong thế gian và cách đáp trả lại tình yêu với tình yêu. Trong bốn điểm đó, tôi có thể tìm được một đường lối phong phú để mở lòng cho ơn: 'Chiêm niệm trong hoạt động'.

#### **Câu hỏi phản tỉnh**

*Những biến đổi trong cuộc sống: trước đây trong cuộc sống có thời gian dành cho Chúa (đi Lễ, lần chuỗi) và thời gian dành cho gia đình, công ăn việc làm. May ra bây giờ, tôi tìm được Thiên Chúa ngay trong gia đình và nơi làm việc.*

- Sự biến đổi này đã xảy ra như thế nào?
- Có giai đoạn nào, người nào, kinh nghiệm nào đã giúp tôi nhận ra Thiên Chúa trong cuộc sống của tôi?

## **Hiện Diện**

**Ôn xin:** *Sống giây phút hiện tại cho tràn đầy tình yêu*

**Kinh thánh:**

1. Lc 12,22-32: Tin tưởng vào Thiên Chúa quan phòng
2. Lc 10, 25-42: Người Sa-ma-ri tốt lành, Mac-ta và Maria
3. Ga 14,1-7: “*Trong nhà Cha của Thầy có nhiều chỗ ở*”

**Nhận xét**

- Hiện diện trước mặt Chúa và anh chị em nghĩa là sống giây phút hiện tại trong tất cả sự thật của mình, phó thác quá khứ cũng như tương lai trong bàn tay của Ngài; sống giây phút hiện tại trong lòng biết ơn, vâng phục và muốn cộng tác với Ngài.
- Tình thương của Chúa mới có thể bao gồm quá khứ và tương lai trong giây phút hiện tại một cách đơn sơ và trọn vẹn.
- Cha nhìn con, con nhìn Cha, hai Cha con nhìn nhau với lòng mến nhau. Dù nằm bệnh hay đang làm việc, đây là những giây phút trọn vẹn trong cuộc sống dương thế.
- *Tìm thấy Chúa trong mọi sự* là một hồng ân Thần Khí Chúa ban khi tôi cảm nhận Chúa ở trong và chung quanh tôi;
- *Tìm thấy Chúa trong mọi sự* là một lựa chọn của mình: tôi để Ngài điều dắt cuộc sống của tôi như nhân vật chủ động dù tôi vẫn sẵn sàng chịu trách nhiệm về những hành động và quyết định của tôi.
- Là kết quả nhiều hồng ân và thái độ khác:
  - biết Thiên Chúa quan phòng, tha thứ, chữa lành, điều dắt tôi theo một kế hoạch đầy khôn ngoan và vinh quang;
  - biết nhận ra Thánh Ý Chúa trong cuộc sống thường ngày cũng như trong tình trạng bất ngờ;
  - mến yêu Ngài tha thiết, muốn đẹp lòng Ngài trên hết.
  - Tránh thành kiến tiêu cực về người, nhóm hay sinh hoạt nào đó.
  - Nhìn mỗi biến cố và mỗi người tôi gặp với cặp mắt hy vọng. (*Chúa Quan Phòng luôn luôn hoạt động trong ở giữa chúng ta!*)

**“Tôi đến để cho chiêm được sống và sống đời dao” (Ga 10,10)**

### PHẦN III

#### NĂM PHỤNG VỤ

**Chúng con là đất sét, còn thợ gốm là Ngài**

*“Lạy Đức Chúa, Ngài mới là Cha,*

*là Đấng cứu chuộc chúng con:*

*đó là danh Ngài từ muôn thuở.*

*Người ta chưa nghe nói đến bao giờ,*

*tai chưa hề nghe, mắt chưa hề thấy*

*có vị thần nào, ngoài Chúa ra,*

*đã hành động như thế đối với ai tin cậy nơi mình.*

*Ngài đón gặp kẻ sống đời công chính mà lấy làm vui*

*và nhớ đến Ngài khi theo đường lối Ngài chỉ dạy.*

*Kìa, Ngài phần nộ vì tội lỗi chúng con,*

*nhưng khi mãi đi theo các đường lối của Ngài,  
chúng con sẽ được cứu thoát.*

*Tất cả chúng con đã trở nên như người nhiễm uế,  
mọi việc lành của chúng con khác nào chiếc áo dơ.  
Tất cả chúng con héo tàn như lá úa,  
và tội ác chúng con đã phạm, tựa cơn gió,  
cuốn chúng con đi.*

*Không có ai cầu khẩn danh Chúa,  
cũng chẳng ai tỉnh dậy mà níu lấy Ngài,  
vì Ngài đã ngoảnh mặt không nhìn đến,  
và để cho tội ác chúng con phạm mặc sức hành hạ chúng con.*

*Thế nhưng, lạy Đức Chúa, Ngài là Cha chúng con;  
chúng con là đất sét, còn thợ gốm là Ngài,  
chính tay Ngài đã làm ra tất cả chúng con” [Isaia 64, 3-7].*

## 1. MÙA VỌNG

*Lạy Chúa là Đấng chúng con tôn thờ,  
xin cho chúng con hằng tha thiết đợi chờ Đức Kitô ngự đến,  
để khi đến gõ cửa,  
Người thấy chúng con đang tỉnh thức cầu nguyện,  
và hân hoan ca tụng Người.*

**Mùa Vọng bắt đầu vào Chúa Nhật cuối cùng tháng 11**, cho đến ngày 24 tháng 12 và chuẩn bị cho mùa Giáng Sinh và Hiền Linh. Lúc ban đầu trong Giáo Hội chưa có Mùa Vọng, tức là mùa chuẩn bị cho Giáng Sinh. Mùa Vọng được cử hành lần đầu tiên vào cuối thế kỷ IV tại Pháp và Tây Ban Nha. Mãi đến thế kỷ VI mới có một Mùa Vọng trong sách Lễ Roma. Tiếng Anh dùng từ “Advent”, bằng tiếng Hy-lạp là “parusia” có ý nghĩa là ‘hiện diện’, ‘hiện đến’, ‘bắt đầu hiện diện’ rồi.

Ngày xưa từ ‘Advent’ được sử dụng để xác định vị vua, hoặc một đấng quan trọng, đã hiện diện rồi. Như vậy Mùa Vọng, ngoài ‘mong chờ’ còn có nghĩa là ‘Thiên Chúa đã hiện đến và đang ở giữa chúng ta rồi’, dù một cách ẩn dật. Ý nghĩa thứ hai của ‘Advent’ là sự hiện diện của Thiên Chúa trong thế giới này chưa hoàn thành, mới bắt đầu thôi, muốn tiên triên và trưởng thành nhờ mỗi tín hữu. Ánh sáng Đức Kitô sẽ soi sáng thế gian nhờ ánh sáng của mỗi Kitô hữu.

**‘Năm nay tôi cần gì, tôi mong muốn gì?’** Nhìn chính mình tôi hiện tại, chưa chắc tôi có thể trả lời câu hỏi này. Như vậy, đối với tôi Mùa Vọng năm nay không cần thiết lắm sao! Nhưng, trên mặt đất này, tôi không ‘sống một mình’. Tôi là quản gia của Thiên Chúa và Thiên Chúa sắp đến với tôi. Sự hiện đến của ‘chủ’ gọi lên cảm giác trái nghịch cho quản gia trung tín và cho quản gia bất chính. Quản gia trung tín biết chủ hiện đến thì mừng vô cùng vì chủ sẽ nghe mình báo cáo nhu cầu trong gia tài của Ngài và tìm cách giải đáp các nhu cầu đó. Còn quản gia bất chính, thì sợ sệt bởi vì chủ sẽ bắt quả tang nó đánh đập tôi trai tớ gái và chèn chén say sưa.

- *Tôi là quản gia được Chúa giao những gia tài nào để tôi quản lý?*
- *Tôi đang quản lý gia tài của Ngài như thế nào?*
- *Tôi đang gặp những vấn đề nan giải nào trong nhiệm vụ quản gia của tôi?*

Ngoài khả năng Chúa ban cho tôi, chắc chắn tôi có nhiều giới hạn, nhất là khi đối diện với những vấn đề nan giải trong gia tài Thiên Chúa giao cho tôi.

- Tôi cần Thiên Chúa phụ giúp về phương diện nào trước tiên?
- Hồng ân nào Chúa ban cho tôi sẽ mang ích lợi cho nhiều người trong gia tài Chúa giao cho tôi?

**a) Mùa Vọng là thời gian giúp chúng ta chuẩn bị đón nhận Đức Kitô Giáng Sinh**, và nghĩ đến sự hiện đến lần thứ hai của Con Thiên Chúa, khi Ngài sẽ đến, phán xét kẻ sống và kẻ chết, và dẫn chúng ta đến đời sống vinh quang và vĩnh viễn.

Sách phụng vụ Mùa Vọng nhắc lại những gì các Kitô hữu nên chú ý đặc biệt trong thời gian thánh thiện này:

- ▶ Tinh thức, là thái độ đặc biệt của những ai đang tha thiết mong chờ Đấng Cứu Thế,
- ▶ Tin tưởng như Đức Mẹ để đón nhận mầu nhiệm của Thiên Chúa được biểu lộ ra qua Hài Nhi,
- ▶ Hy vọng và cậy trông vào tình thương của Thiên Chúa,
- ▶ Hoán cải và xúc tiến làm những gì cần thiết để dọn đường đón nhận Hài Nhi,
- ▶ Cầu nguyện tha thiết: “*Marana-tha*” (*Lạy Đức Kitô, xin hãy đến!*), và “*Maran-atha*” (*Ngài đang hiện đến*),
- ▶ Vui vẻ và phấn khởi mong chờ để đón Đấng sẽ mở đường dẫn đến Nước Thiên Chúa.

Như vậy, Mùa Vọng là thời gian mở rộng trái tim mong chờ Đức Kitô, là thầy thuốc duy nhất có thể chữa các bệnh tật và an ủi chúng ta.

**\* *Tinh thức, là thái độ đặc biệt của những ai đang tha thiết mong chờ đón nhận Đấng Cứu Thế***

Nghĩ đến tương lai, điều quan trọng không phải là đoán ngày giờ các biến cố hên xui sẽ xảy đến, mà là mở mắt nhận ra các dấu chỉ của Chúa đang hiện đến trong mỗi biến cố cá nhân và tập thể. “Tinh thức” bởi vì cuộc sống là một đêm đen dài cho đến khi Đức Kitô hiện đến như rạng đông. “*Đã đến lúc anh em phải thức dậy, vì hiện nay ngày Thiên Chúa cứu độ chúng ta đã gần hơn trước kia, khi chúng ta mới tin đạo. Đêm sắp tàn, ngày gần đến. Vậy chúng ta hãy loại bỏ những việc làm đen tối, và cầm lấy vũ khí của sự sáng để chiến đấu. Chúng ta hãy ăn ở cho đúng đắn như người đang sống giữa ban ngày: không chèn chén say sưa, không chơi bời dâm dăng, cũng không cãi cọ ghen tương. Nhưng anh em hãy mặc lấy Chúa Giêsu Kitô, và đừng chiều theo tính xác thịt mà thỏa mãn các dục vọng*” (Rm 13,11-14).

Ai tin rằng chỉ có Đức Kitô mới có thể sáng soi đêm tối của nhân loại thì sẽ tinh thức như kẻ canh gác nhà đợi chờ Đấng Cứu Thế hiện đến; sẽ tinh thức, chứ không ngủ mê man nữa và không quên ơn gọi và sứ vụ Thiên Chúa dành cho chúng ta.

*"Anh em phải coi chừng, phải tinh thức, vì anh em không biết khi nào thời ấy đến. Cũng như người kia thấy phương xa, để nhà lại, trao quyền cho các đầy tớ của mình, chỉ định cho mỗi người một việc, và ra lệnh cho người giữ cửa phải canh thức. Vậy anh em phải canh thức, vì anh em không biết khi nào chủ nhà đến: Lúc chập tối hay nửa đêm, lúc gà gáy hay tảng sáng. Anh em phải canh thức, kéo lờ ra ông chủ đến bất thần, bắt gặp anh em đang ngủ. Điều Thầy nói với anh em đây, Thầy cũng nói với hết thầy mọi người là: phải canh thức!" [Mc 13,33-37]*

**\* *Tin tưởng như Đức Mẹ để đón nhận mầu nhiệm của Thiên Chúa được biểu lộ ra qua Hài Nhi***

Tin tưởng Chúa Cha là nền tảng duy nhất của cuộc sống chúng ta. Đặt niềm tin tưởng tuyệt đối nơi Chúa Cha, không có nghĩa là chúng ta không tin tưởng anh em. Ngược lại, chính vì tin tưởng Thiên Chúa mà chúng ta mới dám tin tưởng anh em. Những ai tự nhủ chỉ tin tưởng một mình Thiên Chúa mà thôi, chứ không tin tưởng anh em nào cả, thực sự chỉ tin tưởng nơi chính mình thôi. Bởi vì ai tin tưởng nơi Thiên Chúa, thì không chỉ tự cậy dựa vào chính mình và biết nương tựa nơi anh em.

**\* *Hy vọng và cậy trông vào tình thương của Thiên Chúa***

Sở dĩ chúng ta cậy trông nơi Thiên Chúa là vì Ngài không phải là người xa lạ. Mỗi tín hữu và cộng đoàn đều có một tiêu sử. Phúc thay kẻ nhìn lại các biến cố xảy ra trong cuộc sống và nhận

thấy được sự hiện diện của Thiên Chúa! *“Tất cả chúng con héo tàn như lá úa, và tội ác chúng con đã phạm, tựa cơn gió, cuốn chúng con đi... Thế nhưng, Lạy Đức Chúa, Ngài là Cha chúng con; chúng con là đất sét, còn thợ gốm là Ngài, chính tay Ngài đã làm ra tất cả chúng con”* (Is 64,5-7).

Thiên Chúa là Đấng Cứu Rỗi không bao giờ bỏ rơi chúng ta. Con người có thể bỏ rơi Thiên Chúa, nhưng Ngài không bao giờ bỏ rơi con người. *“Cũng như Đức Kitô đã giáng thế một lần duy nhất khi Người nhập thể, thì ngày nay, bất cứ giờ phút nào, Người cũng sẵn sàng lại đến với chúng ta, để ở trong tâm hồn chúng ta và ban ơn thánh dồi dào, nếu về phía mình, chúng ta dẹp bỏ mọi trở ngại”* (C.Bô-rô-mê-ô).

**\* Hoán cải và hăng hái làm những gì cần thiết để dọn đường đón nhận Hài Nhi**

*“Anh em hãy sám hối, vì Nước Trời đã đến gần. Hãy dọn sẵn con đường cho Đức Chúa, sửa lối cho thẳng để Người đi”* (Mt 3,2). Đường san bằng để đón Đức Kitô, theo Thánh Gioan Tẩy Giả chỉ dẫn, là ‘hoán cải’. ‘Hoán cải’ là nét đặc thù của Kitô hữu. Khi chịu Phép Rửa Tội, người Kitô hữu tuyên hứa *“từ bỏ tội lỗi, những quyến rũ bất chính và ma quỷ, để bước theo một nếp sống mới”*. Đây là một sự biến đổi tận gốc. Nhưng con người không có thể tự sức của mình giữ lời hứa khi chịu Phép Rửa Tội.

Thần Khí mới nối kết chúng ta với Thiên Chúa và với anh em trong tình yêu và khi nối kết, lại biến đổi tận gốc. Dọn đường cho Đức Chúa là thú tội với Ngài và khi thú tội, lại mở lòng cho tình yêu của Thần Khí. Lòng khiêm nhường khi xưng tội mở đường cho Chúa hiện đến, và khi hiện đến, Ngài cứu chữa chúng ta.

**\* Cầu nguyện tha thiết: “Marana-tha” (Lạy Đức Kitô, xin hãy đến!), và “Maran-atha” (Ngài đang hiện đến)**

Biết mọi sự là hồng ân của Chúa, môn đệ không tự hào vì nhân đức, cũng không nản lòng trước những yếu đuối của mình. Biết rằng Thiên Chúa đã tỏ ra kế hoạch cứu rỗi trong Đức Kitô, môn đệ tha thiết cầu xin: *“Lạy Chúa, xin ban cho chúng con Đấng Kitô”*.

Thực sự Thiên Chúa đã ban Con của Ngài cho chúng ta, nhưng chúng ta vẫn cầu xin: *“Lạy Chúa, xin ban cho chúng con Đấng Kitô”*, như chúng ta cầu xin: *“xin ban cho chúng con lương thực hằng ngày”*. Đức Kitô là bánh bởi trời, là lương thực hằng ngày.

**\* Niềm vui và phấn khởi vì đang mong chờ đón một Người sẽ mở đường dẫn đến Nước Thiên Chúa**

*“Anh em hãy vui luôn trong niềm vui của Chúa. Tôi nhắc lại: vui lên anh em!”* (Pl 4,4). Niềm vui là nét căn bản của Tin Mừng Đức Kitô và của Kitô hữu. *“Hãy vui luôn trong niềm vui của Chúa”* bởi vì tất cả những niềm vui chân thật bắt nguồn từ Thiên Chúa. Còn những thứ vui xa Ngài, hoặc trái ý Ngài, sẽ thu hút và đẩy con người vào một thế giới thiếu niềm vui sâu xa và đích thực. Những ai chỉ nhận ra trong Giáo Hội những điều răn nặng nề, nhiều lời cấm đoán khắt khe và bỏ đạo đi tìm hạnh phúc và niềm vui theo con người tự nhiên, họ chưa khám phá ra Tin Mừng Đức Kitô mang đến cho nhân loại. Một niềm vui bí ẩn và khó khám phá ra so với các thứ vui của xác thịt và thế gian. Là niềm vui đích thực đi sâu vào tận đáy lòng, và bắt nguồn từ tình yêu vô điều kiện, ơn gọi và sứ vụ Thiên Chúa dành cho mỗi người. *“Thiên Chúa có ý định hoàn tất và kiện toàn nơi chúng ta mọi tình trạng cuộc đời tại thế của Chúa Giêsu và mọi mầu nhiệm đã diễn ra nơi Người. Người muốn hoàn tất nơi chúng ta mầu nhiệm nhập thể, giáng sinh”* (Th. Gio-an Ô-đô).

**b) Tin mừng Mùa Vọng: Truyền tin cho Đức Ma-ri-a (Lc 1,26-38).** Trong đoạn Tin Mừng này tôi có thể tìm ý nghĩa phong phú cho Mùa Vọng của tôi.

**1) Thiên Thần Truyền tin: “Lời Mời Gọi Chúa dành cho tôi”**

*“Đức Chúa, Ngài là Cha chúng con; chúng con là đất sét, còn thợ gốm là Ngài, chính tay Ngài đã làm ra tất cả chúng con”* (Is 65,7). Mỗi người là tác phẩm mỹ thuật của Thiên Chúa, tuy còn dở dang. Con người được sáng tạo theo hình ảnh Thiên Chúa. Chúa Cha muốn ban cho chúng ta đầy đủ sự sống của Chúa Ba Ngôi. Ngài kêu mỗi người bằng tên vĩnh viễn chỉ một mình Ngài

biết. Một tên đầy vinh quang mỗi người khám phá ra khi vâng phục Thiên Chúa và để Ngài đi dặt trong mọi hoàn cảnh của cuộc sống. Thiên Chúa chúc phúc một người khi Ngài kêu gọi người đó bằng tên vĩnh viễn Ngài dành cho nó. *“Ai thắng, Ta sẽ ban cho man-na đã được giấu kỹ; Ta cũng sẽ ban cho nó một viên sỏi trắng, trên sỏi đó có khắc một tên mới; chẳng ai biết được tên ấy, ngoài kẻ lãnh nhận”* (Kh 2,17). *“Người ta sẽ gọi người bằng tên mới, chính là tên miệng Chúa đặt cho”* (Is 62,2). Thiên Chúa luôn luôn hiện diện và đồng hành với tôi, sẵn sàng dùng quyền năng của Ngài để giúp tôi thành hình theo kế hoạch đầy vinh quang Ngài dành cho tôi.

Tôi là một mẫu nhiệm bèn rỗi trong Chúa Cha, có ơn gọi và sứ mệnh riêng. Đó là tên vĩnh viễn Ngài dành cho tôi. Tên vĩnh viễn, tức là “kế hoạch” Thiên Chúa dành cho mỗi người, được “truyền tin” cho họ như một lời mời gọi. Tên vĩnh viễn của chúng ta rất bí ẩn và đầy mẫu nhiệm, không chỉ vì bắt nguồn từ Chúa Cha mà là vì tùy thuộc quyền tự do đáp trả lại của mình. Như vậy, tên vĩnh viễn bắt nguồn từ chính Thiên Chúa mời gọi và thành hình qua những chọn lựa của tôi và cách tôi đáp trả lời mời gọi của Ngài.

**2) “Việc ấy sẽ xảy ra cách nào?”** Tin tưởng Thiên Chúa và muốn cộng tác với Ngài, Đức Mẹ hỏi: *“Việc ấy sẽ xảy ra cách nào?” “Thánh Thần sẽ ngự xuống trên bà, và quyền năng Ngài sẽ rợp bóng trên bà”*. Thần Khí đóng vai trò chính và chủ động trong các kế hoạch của Thiên Chúa. Ngôi Lời Thiên Chúa giáng trần trong lòng Đức Mẹ nhờ quyền năng của Thánh Thần. Đức Mẹ xin vâng.

Tuy nhiên, vai trò của Đức Mẹ cũng thiết yếu. Lời *‘xin vâng’* của Đức Mẹ mở đường cho Ngôi Lời nhập vào lịch sử nhân loại. Sở dĩ quyền năng của Thần Khí Thiên Chúa không hoạt động một cách hữu hiệu hơn giữa chúng ta, là vì thiếu những tâm hồn sẵn sàng *‘xin vâng’* như Đức Mẹ.

Thiên Chúa tiếp tục sáng tạo chúng ta nhờ Thần Khí của Ngài. Chúng ta được thánh hóa do những biến đổi Thần Khí mang đến cho chúng ta trong các mối liên hệ với Thiên Chúa và anh em. Tình yêu biến đổi chúng ta. Thần Khí tình yêu kết nối tín hữu lại với Thiên Chúa và tha nhân. Hết thấy mọi ân huệ Người ban đều đượm nhuần tình yêu. Tình yêu không phải là một dạng *“ân huệ ban thêm”*, nhưng chính là *“linh hồn”* của mỗi ân huệ. Tình yêu Thần Khí nối kết con người với Thiên Chúa và với nhau, và khi nối kết, lại biến đổi họ tận gốc; là tình yêu vô vị lợi và đích thực.

Chỉ có tình yêu vô vị lợi và đích thực mới nối kết người với người và để hai bên vẫn tự do. Các mối tương quan khác cũng nối kết, nhưng lại bố buộc, làm mất tự do. *“Đến mức nào có sự lệ thuộc của người này vào người khác, rút cuộc sẽ gây xung đột, bề ngoài và thâm sâu. Trong các mối tương quan này, những ước muốn và đòi hỏi nơi người và hoàn cảnh thế nào cũng đưa đến sự phụ lòng lẫn nhau. Đường lối lệ thuộc bảo đảm và chắc chắn là hoàn toàn tùy thuộc vào Thiên Chúa mà thôi”* [Bill Wilson, Thư cho Jeff, 1953]

Trong Thần Khí chúng ta thực sự là con. *“Quả vậy, phàm ai được Thần Khí Thiên Chúa hướng dẫn, đều là con cái Thiên Chúa. Phần anh em, anh em đã không lãnh nhận Thần Khí khiến anh em trở thành nô lệ và phải sợ sệt như xưa, nhưng là Thần Khí làm cho anh em nên nghĩa tử, nhờ đó chúng ta được kêu lên: “Áp-ba! Cha ơi!” Chính Thần Khí chứng thực cho thần trí chúng ta rằng chúng ta là con cái Thiên Chúa. Vậy đã là con, thì cũng là thừa kế, mà được Thiên Chúa cho thừa kế, thì tức là đồng thừa kế với Đức Kitô ; vì một khi cùng chịu đau khổ với Người, chúng ta sẽ cùng được hưởng vinh quang với Người”* (Rm 8,14-17).

**3) “Vâng, tôi đây là nữ tỳ của Chúa, xin Chúa cứ làm như lời sứ thần nói”**. Đây là lời đáp lại của Đức Mẹ cho Thiên thần truyền tin, và cho Chúa suốt cả cuộc sống. Đức Mẹ luôn luôn tìm Thánh Ý Chúa và đem ra thực hiện. Đức Mẹ tin tưởng và hết lòng yêu mến Thiên Chúa cũng như yêu thương tha nhân. Vì lý do đó, Đức Mẹ thật lòng *‘xin vâng’*. Ngoài Đức Giêsu ra, chẳng có người nào hoàn toàn tự do và vui lòng tận hiến mình cho Chúa bằng Đức Mẹ.

Thiên Chúa dựng nên con người có quyền tự do, thì đương nhiên các kế hoạch Ngài dành cho mỗi người là những lời mời gọi mà con người có thể vâng phục, cũng như có thể bỏ qua. Đây là quyền của mỗi người, là quyền tự do Thiên Chúa ban và chẳng ai có thể lấy mất được.

Con người quyết định liên tục, trong suốt cuộc đời, dù ít khi ý thức về những chọn lựa đang làm, và rút cuộc mỗi người định hướng cuộc sống của mình. Mỗi người chịu trách nhiệm về tất cả hành động, lối sống và về cả căn tính và khả năng của mình. Càng chịu trách nhiệm *bao nhiêu có thể về* đời sống, chúng ta càng mở rộng chân trời cho quyền tự do cần thiết để đương đầu với chính mình và với tha nhân.

Theo nhà thần học Karl Rahner: ý nghĩa sâu của tự do không phải là “*khả năng luôn luôn muốn làm gì thì làm*”, hay là “*bất cứ lúc nào tôi có thể làm mọi sự*”, mà là “*quyền và khả năng định hướng cuộc sống theo ước muốn sâu xa nhất và đích thực của tôi*”.

Những lựa chọn tự do đó luôn luôn muốn gom cả cuộc sống, quá khứ lẫn tương lai của mình trong một chân lý bất biến. Thực sự trong quá khứ đã có những lúc tuyệt vời, khi chúng ta đã gom cả cuộc sống thành một thực tại trọn vẹn. Chúng ta mong rằng những giây phút đó có thể kéo dài mãi mãi. Nhưng, tiếc thay, thường thường không có vậy: bởi vì sống vô tư vô tâm, hoặc chỉ để ý đến một khía cạnh trong ý muốn của mình. Những lựa chọn và hành động của chúng ta thường không bắt nguồn từ tận đáy lòng mình. Động lực thúc đẩy mình thường chỉ là bản phận, sở thích và thói quen.

Nhưng sẽ có những dịp khác và chúng ta sẽ thử một lần nữa gom quá khứ và tương lai lại trong một lựa chọn và hành động duy nhất để nói lên một lần và mãi mãi chân lý bất biến về chính mình. Giây phút trọn vẹn đó sẽ *thống nhất cuộc sống*. Rút cuộc giây phút tuyệt vời sẽ đến (chỉ có Chúa mới biết thời điểm) và chúng ta sẽ nắm trong tay hoa quả đời đời kiếp kiếp của mình. Đó chính là lúc vĩnh viễn hiện diện trong thời gian.

*Trong giây phút đó chúng ta sẽ làm gì?* Chúng ta sẽ yêu mến Thiên Chúa. Yêu mến với tất cả trái tim, với tất cả tâm hồn, với tất cả sức lực mình. Tức là, chúng ta tận hiến mình qua một hành động yêu thương hoàn toàn tự do. Chính vì lý do đó, nó có tính cách vĩnh viễn và bất biến.

Chỉ có tình yêu mới có thể thống nhất cuộc sống. Chỉ có tình yêu Thiên Chúa mới có thể gom lại tất cả, quy tụ và định hướng mọi phạm vi cuộc sống. Chỉ có tình yêu Thiên Chúa mới chuộc lại những sai lầm của quá khứ; chỉ có tình yêu mới can đảm tin tưởng vào lòng nhân ái của Thiên Chúa và phó thác tương lai trong bàn tay Ngài.

Đương nhiên chúng ta cần hồng ân của Thần Khí để trái tim mình thực sự có quyền tự do và bình an này. Nhờ hồng ân của Thần Khí, con người mới thoát khỏi những vết thương, những nỗi nghi ngờ hoặc các ràng buộc trần tục là bao ngăn trở của quyền tự do mỗi người. “*Tự do đích thật không phải là một sự chinh phục của con người cho bằng là ơn nhưng không của Thiên Chúa, là hoa trái của Thần Khí, được lãnh nhận trong mức độ con người tự đặt mình dưới sự lệ thuộc thương yêu đối với Đấng Tạo Hóa và Đấng Cứu Độ của mình*”<sup>2</sup>.

**c) Hai người đã sống theo tinh thần Mùa Vọng là Thánh Gioan Tẩy Giả và Đức Mẹ Maria.** Vì lý do đó hai vị hiện diện một cách đặc biệt trong các bài đọc và lời nguyện của Mùa Vọng:

### **1) Thánh Gioan Tẩy Giả**

*Dọn đường cho Đức Kitô.* Gioan bước đi trước Đức Kitô một cách khiêm nhường và vâng phục. Ngài không bao giờ đặt mình trước hoặc trên Đức Kitô. Tự hạ mình, Gioan nói mình ‘*không xứng đáng cởi quai dép cho Người*’ (Ga 1,27). Tóm lại sứ vụ của mình đối với Đức Kitô ngài nói: “*Người phải nổi bật lên, còn thầy phải lu mờ đi*” (Ga 3,30). Thấy Đức Kitô, Gioan chỉ tay và phán: “*Đây là chiên Thiên Chúa, đây Đấng xóa bỏ tội trần gian!*” (Ga 1,29).

Một vài tháng sau, khi đã bị bắt, Gioan sai vài môn đệ hỏi thử Đức Kitô: “*Thưa Thầy, Thầy có thật là Đấng phải đến không, hay là chúng tôi còn phải đợi ai khác?*” Đức Giêsu trả lời: “*Các*

<sup>2</sup> Jacques Philippe, “Tự do nội tâm”, 2007, tr.9.

George Maloney, “Jesus, set me free! Inner freedom through contemplation”, 1977.



*anh cứ về thuật lại cho ông Gio-an những điều mắt thấy tai nghe: Người mù xem thấy, kẻ què được đi, người cùi được sạch, kẻ điếc được nghe, người chết sống lại, kẻ nghèo được nghe Tin Mừng, và phúc thay người nào không vấp ngã vì tôi" (Mt 11,2-6).*

*Hoán cải cách suy nghĩ và cách nhìn cuộc sống.* Gioan kêu mời mọi người ăn năn sám hối. Con người tự nhiên nghĩ đến chính mình trước tiên và trong mọi hoàn cảnh yêu mến người mến yêu mình, ghét kẻ thù. Muốn đón nhận Thiên Chúa, con người luôn luôn phải hoán cải nội tâm, biến đổi cách nhìn thế gian và cuộc sống. Những gì đập vào mắt qua truyền hình, quảng cáo và lối suy nghĩ của người ta có thể làm cho chúng ta nghĩ rằng đó là thế giới duy nhất. Thế nhưng thế giới vô hình và bí ẩn mới phong phú và cao quý. Muốn nhận ra thế giới nội tâm và thiêng liêng, chúng ta cần ‘hoán cải’, biến đổi nội tâm. Muốn mong chờ, mở lòng và đón nhận Thiên Chúa hiện diện trong thế gian, chúng ta cần luôn luôn hoán cải và biến đổi.

## **2) Đức Maria của Mùa Vọng**

Trong Năm Phụng Vụ Đức Mẹ hiện diện trong Mùa Vọng một cách đặc biệt. Sự hiện diện của Đức Mẹ trong mùa vọng thật êm ái vì nơi Mẹ những niềm hy vọng đã biến thành thực tại và lời hứa của Thiên Chúa đã trở thành ân huệ dồi dào. Nhờ Đức Mẹ tin tưởng Thiên Chúa và can đảm “Xin Vâng” kế hoạch cứu rỗi và vinh quang Thiên Chúa dành cho nhân loại được thực hiện. Như bà E-li-sa-bét ca ngợi Đức Mẹ: *“Em thật có phúc, vì đã tin rằng Chúa sẽ thực hiện những gì Người đã nói với em” (Lc 1,45).*

Đức Mẹ cũng làm gương cho tất cả những ai muốn sống một cách mới trong thế giới ngày nay: tức là sống theo Thánh Ý Thiên Chúa. *“Vâng, tôi đây là nữ tỳ của Chúa, xin Chúa cứ làm như lời sứ thần nói”.* Đây là lời đáp lại của Đức Mẹ cho Thiên thần truyền tin, và cho Chúa suốt cả cuộc sống. Đức Mẹ luôn luôn tìm Thánh Ý Chúa và đem ra thực hiện. Khi phó thác đời sống cho kế hoạch của Chúa, Đức Kitô biến thành tâm điểm của Đức Mẹ, quyền năng Chúa Thánh Thần biến thành nguồn sức lực đời sống của Mẹ.

Chính quyền năng này của Thần Khí cũng có thể biến thành nguồn sức lực của chúng ta. *“Lạy Chúa, ngày xưa Thánh Thần Chúa đã dùng quyền năng làm cho Đức Trinh Nữ Maria thụ thai; giờ đây, xin Chúa cử Người đến thánh hóa lễ vật chúng con dâng trên bàn thờ này” (Lời nguyện tiến lễ, ChNh IV mùa vọng).*

### **Câu hỏi phản tỉnh:**

- 1) *Nét nào của Gioan Tẩy Giả đánh động tôi nhiều nhất?*
- 2) *Nét nào của Đức Maria Mùa Vọng đánh động tôi nhiều nhất?*
- 3) *Trong Mùa Vọng, tôi mong muốn Đức Giêsu mang những món quà nào cho tôi và cho những thân của tôi?*

***Chúa đã chấp nhận thân phận làm người của chúng con,  
xin cũng cho chúng con tham dự vào Thiên Tính của Chúa!***

## **2. MỪNG CHÚA GIÁNG SINH**

Mùa Giáng sinh bắt đầu từ đêm 24 tháng 12 đến Chúa Nhật Chúa Giêsu chịu Phép Rửa. Trong mùa này, Giáo Hội mừng mầu nhiệm Đức Giêsu, là Đấng Cứu Thế, một Hải Nhi duyên dáng, sống cạnh bên Đức Maria, Mẹ Thiên Chúa. Ngày giờ Ngôi Lời Thiên Chúa nhập thể trong lòng Đức Maria, là một ‘Rạng Đông’ mới của lịch sử nhân loại. Hải Nhi là Thiên Chúa. Một phụ nữ đồng trình trở thành mẹ Chúa Trời. Trời và đất, Thiên Chúa và loài người kết hợp với nhau.

Chúng ta không biết một cách chính xác ngày sinh của Đức Giêsu. Kể từ năm 380, Giáo Hội Rô-ma mừng sinh nhật của Đấng Cứu Thế vào ngày hai mươi lăm tháng mười hai, trong khi các cộng đoàn Đông Phương lựa chọn mừng sáu tháng giêng. Sở dĩ Giáo Hội Rô-ma chọn ngày 25 tháng 12 là ngày đế quốc La mã sôi nổi thờ phượng thần Elios (mặt trời), bởi vì đó là ngày qua cầu quay trở lại chung quanh mặt trời, đêm bắt đầu ngắn đi, rạng đông ngày càng sớm thêm. Vì

muốn mang một ý nghĩa mới cho các đại lễ cũ và lãnh mạnh hóa nếp sống xã hội Giáo Hội lựa chọn ngày đó để mừng Đức Giêsu, là ánh sáng thế gian, sinh ra để chiến thắng đêm đen vô thần và dẫn dắt nhân loại đang lạc mất bước theo các nẻo đường về với Chúa Cha.

Ai ai trong thế giới ngày nay cũng biết và mừng Giáng sinh một cách nào đó. Cuộc sống của mọi người, không phân biệt tôn giáo, đều bị ảnh hưởng bởi ngày Đức Giêsu sinh ra đời. Kể từ thế kỷ XV cả thế giới ghi nhận ngày tháng các biến cố tính theo ngày Đức Giêsu ra đời. (**B.C. Before Christ** - trước khi Đức Kitô sinh ra đời, **A.D. - Annus Domini Nostri Iesu** - sau khi Đức Kitô sinh ra đời). Giáng sinh, ngày Đức Giêsu sinh ra đời, là trung tâm điểm của lịch sử nhân loại.

### **Màu nhiệm Giáng Sinh**

Một biến cố đơn sơ, duyên dáng, mang niềm hy vọng cho mọi người. Một biến cố đầy màu nhiệm: Ngôi Lời Thiên Chúa, có trước khi trời đất được dựng nên, giáng trần trong thời gian, để chỉ đường và dẫn dắt nhân loại đến sự sống đích thực và vĩnh viễn. Ngôi Lời nhập thể, mặc lấy thân xác loài người. Hai Nhi có hai bản thể: vừa là Con Thiên Chúa vừa là con người.

*“Trước hết, chúng ta hãy cảm nghiệm sự cao cả của Chúa chúng ta khi chấp nhận bước vào thời gian. Thật kỳ diệu khi Thiên Chúa đánh đổi cuộc sống thần linh để sinh vào một giây phút và một gia đình nhất định: đó là cuộc thần hiện trong xác thể! Thiên Chúa đã đi bước liêu, Ngài trở thành một kẻ lưu đày, làm con của một đôi vợ chồng bé mọn, sinh trong một đất nước mà quốc thể đã biến thành kiếp nô lệ. Người sinh ra trong nghèo hèn, trong chuồng vật bởi cha mẹ Người không được khách sạn chào đón, như chính thánh Phaolô đã ngậy ngất trước cái nghèo của Con Thiên Chúa: Người vốn giàu sang phú quý, nhưng đã tự ý trở nên nghèo khó, vì anh em để lấy cái nghèo của mình mà làm cho anh em trở nên giàu có”* (Karl Rahner).

Màu nhiệm cao siêu nhưng rất êm ái. Trong màu nhiệm Nhập Thể Thiên Chúa thực hiện các lời hứa và kế hoạch của Ngài biến thành thực tại. Kinh Thánh và phụng vụ dẫn chúng ta đến màu nhiệm Giáng Sinh theo từng bước:

**a. “Một trẻ sơ sinh bọc tã, nằm trong máng cỏ”.** Khi hiện ra với các mục đồng và báo tin mừng ‘**một Đấng Cứu Thế đã sinh ra cho anh em**’, thiên thần ban một dấu chỉ để giúp mục đồng nhận ra Ngài. *Dấu nào? Làm sao chúng ta có thể nhận ra Đấng Cứu Thế? ‘Một trẻ sơ sinh bọc tã, nằm trong máng cỏ’.* Tức là một dấu chỉ chẳng có gì phi thường, cao siêu, hiếm có: ‘*một trẻ sơ sinh bọc tã nằm trong máng cỏ*’, trong một hang đá ở ngoài trời, ai ai cũng vào được một cách dễ dàng. Khách sạn cao sang, dành cho người quý phái giàu có. Muốn vào khách sạn, phải ăn mặc lịch sự, sang trọng. Đấng Cứu Thế không sinh ra trong nhà trọ, trong khách sạn. Ngài sinh ra trong một hang đá. Mục đồng bước tìm và vào hang đá một cách dễ dàng; đã nhận ra Ngài, và vui vẻ ra về vừa đi vừa tôn vinh ca tụng Thiên Chúa. Đi tìm Đấng Cứu Thế, con người chẳng cần ăn mặc sang trọng, không phải vất vả gì cả, bởi vì nơi Ngài ở là một hang đá và Ngài là một trẻ sơ sinh, nằm trong máng cỏ.

Đi tìm chúng ta, Thiên Chúa phải vất vả hơn nhiều. Thiên Chúa gõ, tôi có mở cửa ngay chẳng? *“Này đây Ta đứng trước cửa và gõ. Ai nghe tiếng Ta và mở cửa, thì Ta sẽ vào nhà người ấy, sẽ dùng bữa với người ấy, và người ấy sẽ dùng bữa với Ta”* (Kh 3,20). Chỉ có những tâm hồn đơn sơ, canh thức và lắng tai mới nhận ra Chúa gõ cửa. Hai Nhi Giêsu mời chúng ta sống một cách đơn sơ, gần gũi anh em, biết chạnh lòng thương mọi người, nhất là kẻ nghèo khó.

*“Xin cho lòng chúng con luôn mở rộng chờ mong Chúa đến. Xin cho lòng chúng con luôn thắm nồng một tình yêu mến. Xin cho lòng chúng con luôn khát khao, luôn ước ao một thế giới sống vui đạt dào”.*

**b. ‘Vinh danh Thiên Chúa trên trời’.** Hai Nhi làm vinh danh cho Thiên Chúa. Một vinh danh mới lạ là mở đường cho nhân loại có thể đóng góp xây dựng Nước Thiên Chúa. Nước Ngài là một thế giới ‘*của sự thật và sự sống, thánh thiện và ân sủng, công chính, yêu thương và an bình*’. Đấng Cứu Thế mở đường cho mỗi người, cho mỗi tập thể đóng góp xây dựng Nước Thiên Chúa, vừa làm vinh hiển cho Thiên Chúa vừa làm vinh hiển cho con người. Điều rất đáng ngạc

nhiên là cách thể hiện công trình đó. Nhìn ngắm Đấng Cứu Thế là một hài nhi nằm trong máng cỏ vì bố mẹ không tìm được chỗ trong nhà trọ, chúng ta khám phá ra một Thiên Chúa duyên dáng, mới lạ.

Trái tim của Hài Nhi Giêsu hiền hậu và khiêm nhường. “*Người là phản ánh về huy hoàng, là hình ảnh trung thực của bản thể Thiên Chúa*” (Dt 1,3). Là hình ảnh trọn vẹn của Chúa Cha, Hài Nhi mặc khải một Thiên Chúa không dùng quyền năng để xét đoán và hình phạt, để lèo lái các biến cố cuộc sống, qua mặt quyền tự do của loài người; không dùng quyền năng để những người hiền lành được miễn thử thách. Đấng Cứu Thế, ngay từ bước đầu, hòa đồng với những người hèn yếu và đồng hành với họ qua các biến cố cuộc sống. Ngài dùng quyền năng để ủi an, giải tỏa, diu dặt và biến đổi trái tim loài người theo kế hoạch của Chúa Cha. Chúa Cha sai Con yêu dấu của Ngài hạ mình xuống làm người và dùng quyền năng để biến đổi loài người trở nên giống Thiên Chúa.

**c. ‘Bình an dưới thế cho người Chúa thương’.** Đây là một trong những lời chúc phúc chúng ta trao đổi nhiều nhất trong mùa Giáng sinh và Năm Mới: bình an, Khang an, hòa bình. Đêm Giáng Sinh các thiên thần hát ‘*Vinh danh Thiên Chúa trên trời, bình an dưới thế cho loài người Chúa thương*’. Trong bài giảng trên núi Đức Giêsu phán: ‘*Phúc thay ai xây dựng hòa bình, vì họ sẽ được gọi là con Thiên Chúa*’. Chính Ngài đã hứa: “*Thầy để lại bình an cho các con, Thầy ban bình an của Thầy cho các con*”. Đức Giêsu dùng từ ‘Shalom’. ‘Shalom’ đối với người Do-thái có một ý nghĩa sâu và phong phú: bình an, hòa thuận, kết hợp với Thiên Chúa, được mãn nguyện nơi Ngài. Hòa bình Hài Nhi mang đến là một đời sống êm ái, hòa thuận với Thiên Chúa, với anh em và với thụ tạo. Bình an Đức Giêsu mang đến là kết quả của những biến đổi cần thiết để mọi người trở thành anh em với nhau và sống hiệp nhất như con cái Thiên Chúa.

Bình an mà Đức Kitô mang đến là kết quả của nhiều hồng ân căn bản:

- thường xuyên tiếp xúc thân mật với Thiên Chúa và mở lòng đón nhận các hồng ân của Ngài,
- chấp nhận, tôn trọng và yêu mến chính mình với những vết thương hay sai lầm của quá khứ, với thể xác, cảm xúc và tính tình của mình bây giờ, với tương lai đang ẩn dấu trong trái tim Thiên Chúa,
- sống để nâng đỡ đức công chính và các mối tương quan giữa người với người,
- biết tha thứ cho kẻ thù ghét và hành hạ mình,
- đón tiếp và tỏ lòng liên đới với những người hèn yếu.

Bình an Hài Nhi mang cho chúng ta bao gồm các hồng ân đó. Chẳng ai có thể sống một mình. Hài Nhi mời chúng ta tin tưởng vào tình thương và kế hoạch Thiên Chúa dành cho mình, bớt lo âu về nhu cầu, địa vị và tham vọng của mình, chú trọng đến nhu cầu của anh em nhiều hơn. Tâm điểm của bình an Hài Nhi mang đến là niềm tin nơi Chúa, là Thiên Chúa duy nhất. Chính vì mất niềm tin nơi Thiên Chúa, mà tổ tiên không muốn vâng phục Ngài nữa. Từ lúc đó những chia rẽ, đau khổ và tội ác nhập vào gia đình nhân loại.

Hài Nhi là vua hòa bình, dạy chúng ta tin tưởng Thiên Chúa và vâng phục Ngài. Khi hòa giải chúng ta với Thiên Chúa, Hài Nhi cũng hòa giải chúng ta với chính mình và với tha nhân. Đây là hòa bình, là cuộc sống Khang an và bình an mà Hài Nhi mang đến cho chúng ta.

**d. “Còn bà Maria thì hằng ghi nhớ tất cả những điều ấy, và suy đi nghĩ lại trong lòng”.** Những biến cố bà ghi nhớ là ngày Thiên Thần Truyền Tin, lời ‘xin vâng’ của Bà và biến cố thật lạ lùng là Bà thụ thai bởi Thánh Thần và mang bầu suốt chín tháng, đường đi từ Na-da-rét đến Giê-ru-sa-lem và Bê-lem, đêm thanh bình khi Bà sanh bé Giêsu con đầu lòng, và các mục đồng đến chúc mừng cho hai ông bà và được Hài Nhi chúc phúc. Tức là ghi nhớ cách Thiên Chúa đang thực hiện những gì Ngài đã nói với Bà kể từ lúc Thánh Thần ngự xuống trên Bà, và quyền năng Đấng Tối Cao rọi bóng trên Bà.

Nhìn Hài Nhi Giêsu qua cặp mắt của Đức Maria, như thánh I-nhã, chúng ta nhận thấy Đức Kitô đã ‘*vất vả sinh ra trong cảnh nghèo khó tội cùng, và để chết trên Thập Giá sau bao nhiêu lao nhọc, đói, khát, nóng, lạnh, bất công nhục nhã, và tất cả những sự ấy là vì tôi*’ [LT 117] và liên li nguyện xin: “*Xin Bà đặt con với Con của Bà!*”

Khi bắt chước Đức Mẹ, nghe lời mời gọi của Thiên Chúa và can đảm đáp lại “*Vâng, xin Chúa cứ làm cho tôi như lời sứ thần nói*”, chúng ta mở lòng cho muôn ơn Thiên Chúa muốn ban cho chúng ta và qua chúng ta cho thế gian ngày nay. Kể từ lúc đó “*Thánh Thần ngự xuống trên chúng ta, và quyền năng Đấng Tối Cao rợp bóng trên chúng ta*”, Đức Kitô lớn lên trong chúng ta. Ghi nhớ tất cả những gì xảy ra cho chúng ta trên đường ơn gọi của Thiên Chúa, suy đi nghĩ lại trong lòng, thì chúng ta công nhận rằng “*tôi sống, nhưng không còn phải là tôi, mà là Đức Kitô sống trong tôi*” (Gl 2,20).

Lòng tin tưởng được vun trồng và củng cố bằng kỷ niệm. Kỷ niệm đáng suy đi nghĩ lại nhất là những dấu chỉ tình thương kèm theo ơn gọi và sứ mệnh Thiên Chúa dành cho chúng ta. Những ngày Giáng Sinh, cuối và đầu năm, là cơ hội “*nhớ lại tất cả điều đó*” để được củng cố trong đức tin và ơn gọi của mình.

### **Câu hỏi phản tỉnh**

1. *Nét nào của Đức Maria trong mẫu nhiệm Giáng Sinh soi giục tôi cộng tác hơn với Thiên Chúa trong ơn gọi và sứ mệnh của tôi?*
2. *Bạn bè chung quanh tôi mong ước gì?*
3. *Tôi cần Đức Giêsu biến đổi tôi trong những phạm vi nào của đời sống?*
4. *Chung quanh Hải Nhi, ai là kẻ xây dựng hòa bình: vua Hê-rô-đê? thượng tế Cai-pha? Hay là các mục đồng, thánh Giu-se và Đức Maria?*

### **Mừng ngôi Thánh Tử xuống trần gian**

*Lạy Đấng Cứu Tinh, xin ngự đến,  
Từ lòng Trinh Nữ, kháng ra đời!  
Hoàng Thiên giáng thế: ôi huyền diệu!  
Chỉ có Chúa làm mới được thời.*

*Chẳng do ý định của nam nhân  
Nhưng bởi quyền năng Chúa Thánh Thần,  
Thiên Chúa Ngôi Lời đầu thai xuống  
Làm con Thánh Mẫu, Đấng đầy ơn.*

*Ngang hàng Thượng Đế, Ngài không quản  
Làm kẻ tôi đòi giữa phàm nhân.  
Thân phận chúng con hèn yếu quá,  
Chúa thương nâng đỡ kiếp phong trần.*

*Máng cỏ giờ đây rực sáng ngôi,  
Đêm tàn, ngày mới đã lên ngôi;  
Cho ngày khỏi bị đêm lẩn lướt  
Xin giải niềm tin tựa mặt trời.*

*Mừng ngôi Thánh Tử xuống trần gian,  
Đáng nắm quyền Vua cõi thiên đàng,  
Cùng với Thánh Linh và Thánh Phụ  
Muôn đời chung hưởng phúc vinh quang.*

## **3. MÙA CHAY**

**“Vào sa mạc để Thiên Chúa ‘quyến rũ’ chúng ta trở về với Ngài”**

Mở đường cho lễ Phục Sinh và mầu nhiệm Vượt Qua là ‘Mùa Chay’, bắt đầu từ lễ Tro, ngày thứ tư trước Chúa Nhật I Mùa Chay, đến ngày thứ năm Tuần Thánh. Theo Kinh Thánh ‘bốn mươi ngày’ là thời gian bị thử thách, thanh tẩy và cầu nguyện trước những lựa chọn sẽ định hướng lại cuộc sống theo Thánh Ý Chúa. Giống như 400 năm dân Do-thái làm nô lệ tại Ai-cập và 40 năm đi trong sa mạc; giống như Môisê là người đã ăn chay 40 ngày trước khi đón nhận những tấm bia lề luật và Êlia trước khi gặp Chúa tại núi Horép. Đức Giêsu cũng vậy, đã cầu nguyện và ăn chay 40 ngày để chuẩn bị cho sứ vụ đặt trước mặt Ngài, sứ vụ được đánh dấu bằng một cuộc chiến đấu nghiêm trọng với kẻ cám dỗ.

**Lịch sử Mùa Chay.** Trong thế kỷ II các dự tòng ăn chay hai ngày trước khi được Rửa Tội trong Đêm Vọng Phục Sinh. Từ từ thời gian chuẩn bị và ăn chay kéo dài 2, 3 và 4 tuần. Trong thế kỷ V Giáo Hội thêm lễ Tro là một nghi thức dành cho **tội nhân**<sup>3</sup> đang hoán cải và sẽ được hòa giải ngày thứ Năm Tuần Thánh. Như vậy các dự tòng và tội nhân là nhân vật quan trọng trong Mùa Chay đầu tiên. Lời nguyện và bài đọc của Mùa Chay thường nhắc đến dự tòng đang chuẩn bị chịu phép Rửa Tội và tội nhân đang xin được hòa giải. Rất sớm Mùa Chay được dành cho mọi tín hữu. Thực sự mọi Kitô hữu đã là ‘tân tòng’ cần đi lại và đào sâu con đường dẫn đến Rửa Tội; vẫn là ‘tội nhân’ được mời xúc tro và tích cực tham gia vào Mùa Chay để ăn năn sám hối và chuẩn bị lập lại lời hứa khi chịu Phép Rửa Tội.

Công Đồng Vat II muốn đem lại đặc tính đích thực cho Mùa Chay: *“Hai đặc tính của mùa Chay là việc sám hối và nhất là việc nhớ lại hoặc dọn mình chịu phép Rửa Tội, chuẩn bị các tín hữu cử hành mầu nhiệm phục sinh, bằng sự nhiệt thành nghe lời Chúa và chuyên chăm cầu nguyện hơn. Hai đặc tính trên phải được trình bày rõ ràng hơn cả trong Phụng Vụ lẫn giáo lý phụng vụ. Do đó:*

- a) **Những yếu tố về phép Rửa Tội** riêng cho Phụng Vụ Mùa Chay phải được sử dụng rộng rãi hơn. Một số yếu tố thuộc truyền thống xa xưa, nếu có thể, cần phải được tái lập.
- b) **Còn các yếu tố về việc sám hối cũng vậy.** Trong khi dạy giáo lý, phải khắc ghi vào tâm trí các tín hữu, không những các hậu quả xã hội của tội mà còn chính bản chất của sám hối là ghét tội vì tội xúc phạm đến Thiên Chúa. Không được bỏ quên vai trò của Giáo Hội trong tác động sám hối và phải nhấn mạnh đến việc cầu cho các tội nhân”.

*“Trong Mùa Chay, việc sám hối không những chỉ ở trong lòng và có tính cách cá nhân, mà còn phải tỏ lộ ra bên ngoài và có tính cách xã hội. Vậy hãy khuyến khích việc thực hành sám hối tùy theo khả năng của thời đại ta, của các miền khác nhau cũng như tùy hoàn cảnh các tín hữu.”* (Sacrosantum Concilium, số 109-110)

Theo nghi thức phụng vụ mới, từ năm 1969 Mùa Chay được chia thành ba giai đoạn với những bài Phúc Âm thích hợp: 1) Hai Chúa Nhật đầu nói về Chúa Kitô bị cam dỗ và biến hình, 2) Ba Chúa Nhật tiếp theo, trong năm A nói về giáo lý dự tòng, về nước (phụ nữ Samari), về ánh sáng (người mù) và về sự sống (Lazarô sống lại). Năm B có giáo lý về thập giá và Phục Sinh, năm C về hoán cải và lòng nhân từ của Chúa. 3) Chúa Nhật thứ sáu là Lễ Lá và khai mạc Tuần Thánh.

**Mục đích và hồng ân đặc biệt của Mùa Chay.** Mùa Chay là thời gian đầy ân sủng của Chúa, giúp cho các tín hữu ý thức mình là ai theo kế hoạch Thiên Chúa; là thời gian nhớ lại *ngày được Rửa Tội*, là thời gian *“đìm xuống”* trong Đức Kitô để hoán cải và bước theo vết chân Ngài; là thời gian tìm gốc rễ của đời sống loài người. Gốc rễ là Chúa Cha thương mến nhân loại, là Đức Kitô đã chết và sống lại để ban cho chúng ta sự sống. Gốc rễ là hành động của Thần Khí muốn nối kết chúng ta với Thiên Chúa và với anh em trong tình yêu.

---

<sup>3</sup> Suốt bảy thế kỷ đầu tiên, các tín hữu quý trọng cuộc sống mới trong Thần Khí đã nhận khi chịu phép Rửa Tội đến nỗi, nếu rơi đạo, giết người hay ngoại tình, chỉ được tha thứ và hòa giải một lần trong cuộc sống. Muốn được hòa giải, phải công khai gia nhập vào ‘nhóm đền tội’ (*ordo paenitentiae*) qua nghi thức xúc TRO.

Bước vào sa mạc của mùa Chay, không phải là tránh xa anh em và tự cô lập hóa chính mình trong một thế giới vị kỷ. Ngược lại, chúng ta được mời bước vào sa mạc của Mùa Chay, để tìm lại chính mình và những gì chúng ta muốn chia sẻ với anh em. Sống giữa đám đông chưa chắc chúng ta sống thông cảm và chia sẻ.

Sa mạc là nơi thanh vắng, chỉ có cát và vòm trời, ít chia trí, lại có nhiều cơ hội hồi tâm, nhìn ngắm chân trời mênh mông, vòm trời đầy ngôi sao, đặt những câu hỏi căn bản về cuộc sống. Sa mạc rất nóng ban ngày, lạnh ban đêm. Ai bước vào sa mạc chỉ nên mang theo những gì cần thiết thôi: nếu thiếu, sẽ không sống nổi, còn nếu dư, với gánh quá nặng sẽ không đi xa được.

Trước khi xúc tro có lời nguyện: *“Lạy Chúa, ngày hôm nay, tất cả chúng con ăn chay hãm mình, để bước vào mùa tập luyện chiến đấu thiêng liêng. Xin giúp chúng con hằng biết sống khắc khổ, để ngày thêm vững mạnh mà chiến thắng ác thần”*.

Vào Đêm Vọng Phục Sinh, trước khi lặp lại lời tuyên hứa bí tích thánh tẩy linh mục nói: *“Anh chị em thân mến, nhờ mầu nhiệm Vượt Qua, chúng ta được mai táng với Đức Kitô trong bí tích thánh tẩy, để được cùng Người sống đời sống mới. Bởi thế, giờ đây, thời gian thanh luyện của Mùa Chay đã kết thúc, chúng ta cùng nhau lập lại những điều đã tuyên hứa khi lãnh nhận bí tích thánh tẩy: là từ bỏ Xa-tan với tất cả những gì thuộc về nó, và trung thành phụng sự Chúa trong Hội Thánh công giáo”*.

Mùa Chay là một hành trình tập luyện thiêng liêng dẫn đến Phục Sinh.

**a. Lộ trình thiêng liêng dọn mình chịu phép Rửa Tội.** Nhờ phép Rửa Tội chúng ta được kết hợp với Đức Kitô chết và sống lại. Những gì đã xảy ra cho Ngài, từ từ biến thành thực tại trong chúng ta. Con người cũ bị đóng đinh với Ngài và chúng ta nên đồng hình đồng dạng với Ngài. Thần Khí hoạt động để giải phóng ta ra khỏi vòng u tối, dẫn đến ánh sáng của đời sống mới trong Đức Kitô. Kẻ tội lỗi được cứu rỗi. Vì Đức Kitô đã sống lại, chúng ta có thể thoát khỏi ảnh hưởng nguy hại của tội lỗi và trở thành con Thiên Chúa. *“Quả vậy, phàm ai được Thần Khí Thiên Chúa hướng dẫn, đều là con cái Thiên Chúa. Phần anh em, anh em đã không lãnh nhận Thần Khí khiến anh em trở thành nô lệ và phải sợ sệt như xưa, nhưng là Thần Khí làm cho anh em nên nghĩa tử, nhờ đó chúng ta được kêu lên: “Áp-ba! Cha ơi! ” Chính Thần Khí chứng thực cho thần trí chúng ta rằng chúng ta là con cái Thiên Chúa. Vậy đã là con, thì cũng là thừa kế, mà được Thiên Chúa cho thừa kế, thì tức là đồng thừa kế với Đức Kitô ; vì một khi cùng chịu đau khổ với Người, chúng ta sẽ cùng được hưởng vinh quang với Người”* (Rm 8,14-17).

‘Dự tòng’ (Catechumen) bằng tiếng Hy Lạp là kẻ “lắng nghe” (katejei), tức là kẻ nhận ra tiếng kêu của Thiên Chúa. Kinh nghiệm căn bản của dự tòng là ‘nghe Thiên Chúa nói’. Khi đọc Kinh Thánh, thắc mắc chính của con người không phải là Thiên Chúa ‘**có thật**’ không, mà là Ngài ‘**có nói**’ thực sự chăng. Những thắc mắc về đức tin không được đáp lại bằng những lý luận rất giỏi mà bằng cách nhận thấy và nghe Thiên Chúa nói với mình.

Chịu phép Rửa Tội là đáp lại lời mời làm con của Chúa Cha, là chọn lựa bước theo vết chân của Đức Kitô, là mở trái tim cho Thần Khí, là định hướng lại cuộc sống từ tận gốc.

Chương trình giáo huấn các dự tòng rút ra từ kinh nghiệm rao giảng Tin Mừng và huấn luyện của các môn đệ kể từ thời kỳ các tông đồ. Cách rao giảng Tin Mừng này có những yếu tố luôn luôn hiện diện trong mọi kinh nghiệm đức tin:

★ Loan báo Tin Mừng: *‘Nước Chúa đã đến và đang hiện diện ở giữa anh em’*. Thiên Chúa đã từng nói với loài người, hôm nay vẫn hiện diện và muốn tâm tình với chúng ta. Có nhiều người làm chứng cho Ngài! Lời nói của Ngài kèm theo sức lực chữa bệnh, trừ quỷ, thanh tẩy và thánh hiến.

★ *Giáo lý dành cho những ai muốn ‘nghe’ Thiên Chúa sẽ mở đường hoán cải cho họ, sẽ mở đường cho một lối sống mới. Lối sống đó được đúc kết trong các mối Phúc Thật. ‘Nghe’ là tuân theo, là vâng phục. Thiên Chúa đổ tình yêu và ân sủng theo ý muốn mến yêu của mỗi người. Giai đoạn này sẽ kéo dài một hai năm đối với dự tòng và suốt đời đối với các tín hữu.*

✱ *Nhờ quyền năng của Thần Khí.* Đức Kitô ngày xưa và Giáo Hội ngày nay, loan báo Tin Mừng cứu rỗi nhờ quyền năng của Thần Khí, là hoa quả của Đức Kitô Phục Sinh. Tin Mừng các vị tông đồ loan báo dẫn đến kinh nghiệm nhận lãnh Thần Khí, là một biến cố các tín hữu đã từng chứng kiến. Bất cứ tín hữu nào cũng có thể làm chứng cho quyền năng của Thần Khí.

✱ *Dạy cách cầu nguyện – đối thoại với Thiên Chúa – như Đức Giêsu ngày xưa đã dạy các môn đệ (Lc 11,1-13).* Môn đệ cầu nguyện như Thầy: ‘*một mình trong phòng*’ (Mt 6,6), hay ‘*trong cộng đoàn*’ (Mt 11,25), ‘*không dùng nhiều lời*’ (Mt 6,7), với ‘*Thánh Vịnh*’ và ‘*các nghi thức*’ cử hành chung với cộng đoàn. Điều quan trọng là mong ước làm vinh hiển và vâng phục Chúa Cha.

✱ *Giao cho dự tòng sứ mệnh của Đức Kitô.* “*Như Chúa Cha đã sai Thầy, thì Thầy cũng sai anh em*” (Ga 20,21). Các môn đệ có nhiều sứ mệnh khác nhau: của Nhóm Mười Hai, của bảy mươi hai môn đệ, của các bà mà Đức Giêsu sai loan báo tin mừng Phục Sinh. Chúa Cha dành cho mỗi người một sứ mệnh riêng, chia sẻ một phần sứ mệnh Ngài giao cho Đức Kitô.

**b. Lộ trình thiêng liêng hoán cải và sám hối.** Mùa Chay là thời gian thuận tiện để nhìn lại cuộc sống và định hướng lại những phạm vi còn lệch lạc. Ai ai cũng cần hoán cải. Thiên Chúa đến để cứu rỗi và giải phóng chúng ta. *Như thế nào? Trong thực tế cuộc giải phóng này diễn tiến ra sao?*

✱ *Hoán cải là một biến đổi tận gốc.* Hoán cải không chỉ là quyết định thêm giờ cầu nguyện, đi Lễ, làm chặng dâng Thánh Giá, bổ thí cho người nghèo; không chỉ là cố gắng sửa chữa một tật xấu. Hoán cải cốt ở sự biến đổi tận gốc, là sự tái sinh, là đổi mới trái tim. “*Rồi Ta sẽ rảy nước thanh sạch trên các ngươi và các ngươi sẽ được thanh sạch, các ngươi sẽ được sạch mọi ô uế và mọi tà thần. Ta sẽ ban tặng các ngươi một quả tim mới, sẽ đặt Thần Khí mới vào lòng các ngươi. Ta sẽ bỏ đi quả tim bằng đá khỏi thân mình các ngươi và sẽ ban tặng các ngươi một quả tim bằng thịt. Chính thần trí của Ta, Ta sẽ đặt vào lòng các ngươi, Ta sẽ làm cho các ngươi đi theo thánh chỉ, tuân giữ các phán quyết của Ta và đem ra thi hành. Các ngươi sẽ cư ngụ trong đất Ta đã ban cho tổ tiên các ngươi. Các ngươi sẽ là dân của Ta. Còn Ta, Ta sẽ là Thiên Chúa các ngươi. Ta sẽ cứu các ngươi khỏi mọi ô uế*” (Ed 36,25-29).

✱ *Hoán cải là một lộ trình thiêng liêng lâu dài.* Dân Do-thái tiến về đất hứa qua 40 năm đi trong sa mạc. Trở nên ‘*đồng hình đồng dạng với Đức Kitô*’ là một cuộc hành trình thiêng liêng kéo dài suốt cuộc đời. Con người thành hình trong thời gian, qua rất nhiều lựa chọn tự do. Con người luôn luôn lựa chọn, không có thể ngưng lựa chọn. Trong cả vũ trụ chỉ có loài người mới có thể định hướng cuộc sống theo ước muốn mình. *Xin Thần Khí tình yêu giúp con ngày càng ý thức và quảng đại chọn lựa Thánh Ý Chúa Cha trong mọi sự!*

✱ *Hoán cải và những lựa chọn lớn nhỏ.* Có những lựa chọn quan trọng, tận gốc, căn bản: *Tôi sống cho ai? Tôi sống để làm gì? Ai làm chủ trái tim tôi? Và có những lựa chọn nhỏ, hằng ngày.* Tuy nhiên, những lựa chọn nhỏ này có liên hệ với các lựa chọn tận gốc: là những lựa chọn hợp lý hay mâu thuẫn với lựa chọn tận gốc. Khi một người đã cam kết trước mặt cộng đoàn sống cho ai, nhưng trong cuộc sống hằng ngày có những hành động trái nghịch với lời tuyên hứa đó, sự lựa chọn công khai đó chỉ là một ảo ảnh, một ảo tưởng; có vẻ thật, nhưng thực sự không có. Hành động biểu lộ các ước muốn đích thực của mình. “*Vì kho tàng của anh ở đâu, thì lòng anh ở đó*” (Mt 6,21).

Thường thường muốn biết những lựa chọn căn bản của mình ra sao, chúng ta nên nhìn những lựa chọn nhỏ hằng ngày. Theo Th. Thoma: “*Nhìn kỹ vào bất cứ hành động của một người, chúng ta sẽ khám phá ra người đó đang định hướng cuộc sống trước mặt Chúa và đời sống vĩnh viễn như thế nào*”.

Mỗi người tự do định hướng cuộc sống trước mặt Thiên Chúa: *Tôi là ai đối với Chúa? Ngài là ai đối với tôi?* Đây là ý nghĩa đích thực của hoán cải. Tức là, con người lựa chọn Thiên Chúa và những gì đẹp lòng Ngài trong các biến cố và hoàn cảnh đời sống.

Hoán cải đối với người Kitô hữu là tự hỏi: “*Tôi đã thực sự lựa chọn Đức Kitô không? Tôi đã khám phá ra nơi Ngài tình thương, kế hoạch và lối sống Chúa Cha dành cho tôi không?*” Tự

hỏi, không phải trong lý thuyết và suy tư mà qua hành động và cách sống của mình. Bởi vì những hành động nhỏ nhỏ hằng ngày sẽ chứng tỏ những lựa chọn căn bản của mỗi người.

★ *Hoán cải là hoa quả của Thần Khí tình yêu.* Đây là hồng ân của Thần Khí tình yêu. Thần Khí mới biến đổi chúng ta tận gốc. Khi ‘thánh hóa’ con người, Thần Khí biểu lộ những khả năng, duyên dáng cao đẹp nhất của mỗi người: trái tim trong sạch, tấm lòng thương xót và khao khát sự công chính, khả năng xây dựng hòa thuận, lòng can đảm chịu đựng sự bách bớ. Nếp sống này cao quý trước mặt Thiên Chúa cũng như trước mặt loài người. Ngược lại, những ai như người Pha-ri-sê-u, dùng ý chí mà tự ‘thánh hóa’ mình bằng cách giữ lề luật đầy đủ, chưa chắc được thêm duyên thánh. Trước mặt Chúa kẻ giữ luật nên, nếu thiếu bác ái và lòng nhân từ, chẳng có thêm duyên dáng hay công chính. Mọi sự cao đẹp của con người là hồng ân của Thần Khí tình yêu. Ai muốn hoán cải cuộc sống theo vết chân Đức Kitô, cần có một thái độ cộng tác, xin vâng và mở lòng cho Thần Khí. Được hoán cải như vậy không phải do ý chí, cố gắng và rèn luyện của mình. Chính Thiên Chúa hoán cải và biến đổi chúng ta tận gốc. Tức là Thiên Chúa thanh tẩy các nét xấu, khuyết điểm và thói quen lệch lạc của chúng ta bằng lửa hằng say của một tình yêu mới.

★ *Hoán cải và chay tịnh.* Chay tịnh là gạt bỏ một bên những điều gây lo ra cho tâm trí và tăng trưởng trong những điều nuôi dưỡng tâm hồn, hầu yêu mến Thiên Chúa và tha nhân. Thiên Chúa dẫn chúng ta vào sa mạc chay tịnh để tỏ tình yêu cho chúng ta và ‘quyến rũ’ chúng ta trở về với Ngài.

### **Câu hỏi phản tỉnh:**

*Trong chương trình huấn luyện dự tòng, tôi cần đào sâu và đổi mới những điều gì?*

Về nhu cầu hoán cải và sám hối,

1. điều nào đánh động tôi nhiều nhất?
2. điều nào tôi muốn hiểu rõ và sâu xa hơn?

### **Phụ Lục về Bí Tích Hòa Giải Mùa Chay**

‘Xưng tội trong một năm ít là một lần’ và ‘Chịu Mình Thánh Chúa Giêsu trong mùa Phục Sinh’ là điều răn thứ ba và thứ bốn của Hội Thánh. Ngoài ‘làm chặng đàng Thánh Giá’, ‘bổ thí cho người nghèo’ và ‘chay tịnh’, lãnh Bí Tích Hòa Giải cũng là thói quen đáng khuyến khích của các tín hữu trong Mùa Chay. Muốn được hoán cải tận gốc, chúng ta dọn mình lãnh bí tích Hòa Giải một cách chu đáo hơn, nguyện xin Thần Khí biến đổi cách quan sát, suy xét và hành động của chúng ta:

#### **a) Mùa Chay là thời gian thuận tiện để hồi tâm lại, xem:**

- ▶ Tôi vun trồng tình yêu đối với Thiên Chúa và tha nhân như thế nào?
- ▶ Tôi tìm cách nào để tự chủ, kiềm chế sở thích cá nhân và chú ý đến tình liên đới với tha nhân?
- ▶ Tôi quý trọng tư cách và mầu nhiệm của mỗi người như thế nào?
- ▶ Cách tôi điều chỉnh lại lý tưởng quá cao, không thực tế?
- ▶ Cách tôi để tinh thần các Mối Phúc Thật thấm nhuần trái tim tôi?
- ▶ Cách tôi sống đạo qua hành động lớn nhỏ ngày càng trung thành và hiếu thảo với Thiên Chúa

#### **b) Mùa Chay là thời gian thuận tiện để suy xét và tự hỏi:**

- ▶ Tại sao tình yêu của tôi còn dè dặt, ơ hờ, quá ích kỷ như thế?
- ▶ Tại sao tôi chiều ý tôi nhiều, hưởng thụ những thú vui quá độ làm tôi mất bình an và quên nhu cầu và ao ước của anh em?
- ▶ Tại sao tôi còn coi thường anh em nghèo, kém học, hèn yếu?
- ▶ Tại sao tôi mơ tưởng nhiều về một thế giới vừa ý tôi, quên những đòi hỏi của thực tế khắc khổ?
- ▶ Tại sao tôi hay quên Tin Mừng Đức Kitô và tinh thần các mối Phúc Thật?
- ▶ Tại sao tôi tự lừa dối mình, mặc đức tin như một áo đẹp hơn là một lối sống theo vết chân Đức Kitô trên Thập Giá?



**c) Mùa Chay là thời gian thuận tiện để canh tân các hành động và để cố gắng:**

- ▶ Dẹp thái độ ơ hờ và xin ơn được hằng say dấn thân phục vụ anh em.
- ▶ Dung hòa cuộc sống nội tâm và hoạt động, theo lương tâm và đến gần anh em.
- ▶ Đối xử với mọi người xa gần một cách tế nhị, tôn trọng, từ tâm và quảng đại.
- ▶ Hiểu biết cuộc sống thực tế của anh em, tránh tự đóng lại trong một lâu đài đầy tham vọng ích kỷ.
- ▶ Ngày càng hiểu biết sâu xa hơn về Đức Kitô cũng như Tin Mừng, thập giá và ơn cứu chuộc của Ngài.
- ▶ Dung hòa ‘đạo’ và ‘đời’, ‘biết’ và ‘tin’, ‘sốt sáng cử hành Thánh Lễ’ và ‘phục vụ tha nhân’ để sống một cách thống nhất hơn.

*“Lạy Chúa, xin soi sáng mỗi người chúng con biết ăn năn hối cải và tăng cường việc bác ái yêu thương, hầu chế ngự mọi tính mê tật xấu. Nhờ đó, chúng con được sạch tội, và thêm lòng sốt sáng thông phần cuộc khổ nạn của Đức Kitô, Đáng hằng sống và hiển trị muôn đời”.*

#### **4. PHỤC SINH** **Mầu Nhiệm ‘Vượt Qua’**

**Lời mở đầu.** Làm môn đệ của Đức Kitô có lúc chúng ta khô khan, bồn chồn, tức giận, nản lòng, kiệt sức, không biết mình nên tiếp tục dấn thân hay rút lui. Trên đường tu hay hôn nhân, tự nhiên muốn bỏ mọi sự, ‘treo áo’, ‘đổ vỡ’, đi luôn! Nguy hiểm nhất là khi mình có lý, thấy rõ ràng, chịu không nổi nữa. Vậy mà, nếu đang bối rối và chịu không nổi nữa, thì chắc chắn đang mù lòa, thiếu sáng suốt. Quyết định bây giờ chẳng có ích lợi cho ai. Hậu quả đáng tiếc đầu tiên là mất những năm trời đầy nghị lực và hứa hẹn. Nhưng, làm sao có thể tìm lại bình an, ánh sáng và sức lực? Theo Thánh Theresa Avila, đường tắt tìm lại bình an và hướng đi cho cuộc sống là mở lòng cho ‘ước muốn làm vinh danh Thiên Chúa’ và cho ‘mầu nhiệm Phục Sinh’.

**a. Mầu nhiệm Vượt Qua và Phục Sinh là gì?** Nguồn lịch sử và ý nghĩa mầu nhiệm Vượt Qua của Đức Kitô nằm ở trong Cựu Ước. Đối với dân Do-thái biến cố then chốt trong niềm tin và đạo mình là Thiên Chúa giải phóng dân Israel ra khỏi Ai Cập. Đối với dân Do-thái cuộc giải phóng này là một cuộc “vượt qua” – Pesak – Pasqua – từ đất nô lệ, vượt Biển Đỏ, sang sa mạc, đi tới Đất Hứa. Trên đường ‘sang qua’, Thiên Chúa đã từng xác định khế ước đầu tiên Ngài ký kết với các tổ phụ Abraham, Isaac và Gia-cóp.

Phục Sinh và mầu nhiệm Vượt Qua là trung tâm điểm của cuộc sống Kitô hữu và là nền tảng của Năm Phụng Vụ. Cuộc sống của người Kitô hữu là tham gia vào mầu nhiệm Vượt Qua của Đức Kitô. Kể từ lúc chịu phép Rửa Tội, người Kitô hữu đang chết với Ngài cho tất cả những gì tách ta xa Thiên Chúa, và sống lại với Đức Kitô Phục Sinh. Phục Sinh và phép Thánh Thể là tâm điểm cuộc sống Giáo Hội bởi vì trong Thánh Lễ chúng ta cử hành và thể hiện mầu nhiệm Vượt Qua của Đức Kitô.

Là “mầu nhiệm” bởi vì ý nghĩa sâu xa của Đức Kitô đã chết trên thập giá và sống lại vinh quang, từ từ mới sáng tỏ được. Mỗi mỗi chúng ta tìm hiểu mầu nhiệm Thiên Chúa đã cứu độ nhân loại trong Con của Ngài nhập thể, mặc lấy bản tính ta, sống trong lịch sử và nộp mình trên thập giá. Trong lịch sử Dân Chúa đã có những bước, những giai đoạn mở đường cho mầu nhiệm Phục Sinh của Đức Kitô:

- Bữa tiệc cuối cùng của dân Do-thái trước khi thoát đất nô lệ Ai cập và vượt qua Biển Đỏ,
- Lễ Vượt qua dân Do-thái hằng năm cử hành để nhắc nhớ hai biến cố đó,
- Đức Kitô ăn Bữa Tiệc ly theo nghi thức Bữa Tiệc Vượt Qua và chịu nạn chịu chết ngay lúc các tư tế trong đền thờ đang dâng các con chiên.

Những cuộc hẹn và Nghi thức chính trong mầu nhiệm Vượt Qua là:

★ **Thứ Năm Tuần Thánh**, khi Đức Kitô thành lập phép Thánh Thể, rửa chân cho các môn đệ và chuyển đến họ chức linh mục. Ngày xưa là lúc các tội nhân được hòa giải. Đáng chú ý trong Bữa Tiệc Ly là sự hiện diện của Giu-đa là kẻ phản bội, và cuộc hẹn trong vườn cây dầu nơi Đức Giêsu sẽ cầu nguyện chiến đấu với chính mình để vâng phục Chúa Cha. Sau Thánh Lễ chúng ta được mời ở với Thầy, chiêm niệm châu Minh Thánh Chúa.

★ **Thứ Sáu Tuần Thánh**, không có Thánh Lễ, mà có Nghi Thức Nghe Lời Chúa, kính thờ Thánh Giá và Rước Minh Thánh Chúa để đào sâu và nhìn ngắm mầu nhiệm Vượt Qua, khi Đức Kitô, con Chiên Thiên Chúa nộp mình và chết để giao hòa nhân loại với Thiên Chúa; đổ máu để ký kết khế ước mới và vĩnh cửu. Đây là hành động của Đức Kitô, Đấng Cứu Thế, mà Giáo Hội lập lại trong mỗi Thánh Lễ.

★ **Đêm Vọng Phục Sinh**. Đức Kitô là ánh sáng nhân loại, chính Ngài vượt qua đất nô lệ khi chịu nạn chịu chết và từ cõi chết sống lại vinh quang. Ánh sáng của đêm Vọng Phục Sinh soi sáng ý nghĩa của Đức Kitô chịu chết và của bữa Tiệc Ly. Các dự tông được Rửa Tội, chìm chết với Đức Kitô và sống lại trong Ngài.

★ **Bảy Chúa Nhật mùa Phục Sinh đến Lễ Thánh Thần Hiện Xuống**. Giáo Hội mừng Đức Kitô chiến thắng trên tội lỗi và sự chết để ban sự sống mới và Thần Khí cho các môn đệ để thành lập Hội Thánh.

Như vậy mầu nhiệm Vượt Qua là một người, là Con Chiên Thiên Chúa, là Đức Kitô. Chính Đức Kitô, một người bằng xương bằng thịt, đã chiến thắng sự chết. Mỗi lần Đức Giêsu báo cho các môn đệ biết Thầy phải chết, các môn đệ lấy làm bối rối. Đức Kitô chịu chết là thử thách lớn nhất cho niềm tin các môn đệ, bởi vì nếu Thầy chỉ ái nộ mình và bị giết chết, ắt là Ngài không phải là Đấng Cứu rỗi! Phê-rô nghĩ như vậy, hai môn đệ Emmau cũng thất vọng như thế!

Nhưng đó chỉ là tư tưởng của loài người. Theo tư tưởng của Thiên Chúa, Thầy sẽ chiến thắng sự chết bằng cách nộp mình chịu nạn và chịu chết. Cộng đoàn tín hữu đã hiểu ý nghĩa sâu xa của ngôn sứ Isaia nói về Tội Trung của Chúa (Is 50,4-9, 52,13...). Vị Tội Trung mặc lấy tội ác của cộng đoàn và đền tội để cứu chuộc chúng ta. Ngài chết vì tội ác chúng ta và Ngài đã chiến thắng. Các môn đệ, nhờ ánh sáng của Thần Khí làm chứng như vậy: “Thưa anh em, tôi xin nhắc lại cho anh em Tin Mừng tôi đã loan báo và anh em đã lãnh nhận cùng đang nắm vững. Nhờ Tin Mừng đó, anh em được cứu thoát, nếu anh em giữ đúng như tôi đã loan báo, bằng không thì anh em có tin cũng vô ích. Trước hết, tôi đã truyền lại cho anh em điều mà chính tôi đã lãnh nhận, đó là: Đức Kitô đã chết vì tội lỗi chúng ta, đúng như lời Kinh Thánh, rồi Người đã được mai táng, và ngày thứ ba đã trỗi dậy, đúng như lời Kinh Thánh” (1 Cor 15, 1-4).

**b. Giao Ước mới và vĩnh cửu.** Đức Kitô đổ máu để ký kết giao ước mới và vĩnh cửu. Đức Kitô là tư tế mới và vĩnh viễn từ lúc nhập thể cho đến lúc chịu chết và được vinh quang phục sinh. Ngài là vị trung gian giữa người và Thiên Chúa, bởi vì Ngài đồng bản tính với nhân loại và đồng bản tính với Thiên Chúa. Đức Kitô đã tận hiến mình cho Chúa Cha trong cuộc sống thường ngày, nhưng chính lúc Ngài chết trên thập giá là lúc Ngài hoàn toàn dâng hiến mình cho Chúa Cha. Sự hy sinh trên thập giá là hành động thể hiện rõ nhất *lòng vâng phục của con người cho Chúa Cha*. Khi nhận lãnh sự chết Đức Giêsu đã bày tỏ sự tận hiến hoàn toàn cho Chúa Cha với lòng hiếu thảo của một người con. Đức Giêsu biết, tin tưởng và thần phục Chúa Cha. Ngài biết đức khôn ngoan và tình thương của Chúa Cha vượt xa những gì con người có thể hiểu được.

Nhờ lòng hiếu thảo và tin tưởng vô điều kiện, Đức Giêsu hoàn toàn tự do khi vâng phục Chúa Cha. Sự tận hiến của Đức Kitô trên thập giá là bằng chứng tình yêu và lòng vâng phục đối với Chúa Cha, là hành động cao quý nhất của quyền tự do nhân loại, là khuôn mẫu cho những đáp trả của con người đối với Thiên Chúa, và là sự chấp nhận tuyệt đối Thiên Chúa là Thiên Chúa. Khi con người vâng phục Thiên Chúa với lòng hiếu thảo của một người con, như Đức Giêsu đã làm khi chết trên thập giá, thì Thiên Chúa được sùng kính vinh quang đáng được có mà tổ tiên đã từ chối khi bắt phục tùng.

Khi nộp Người Con duy nhất trong tay kẻ tội lỗi, Chúa Cha cũng đau khổ như các cha mẹ khi nhìn thấy con mình đau khổ. Chính vì lý do đó Chúa Cha bày tỏ tình thương vô bờ bến dành cho mỗi người chúng ta. Cảm động vì lòng hiếu thảo và vâng phục của Đức Giêsu, Chúa Cha ban vinh hiển cho Ngài. Và đây chính là vinh quang mà Đức Giêsu, tư tế của nhân loại, muốn chia sẻ với loài người. Khi sống lại, Đức Giêsu nâng chúng ta lên chia sẻ vinh quang Thiên Chúa. Đức Giêsu Phục Sinh sai Thần Khí của Ngài đến với loài người, và chính Thần Khí này gọi lên nơi con người lòng hiếu thảo và vâng phục của người con. Ngày tận thế Ngài sẽ ban cho chúng ta vinh quang của Ngài: “Con đã ban cho họ vinh quang mà Cha đã ban cho con, để họ được nên một như chúng ta là một: Con ở trong họ và Cha ở trong con, để họ được hoàn toàn nên một; như vậy, thế gian sẽ nhận biết là chính Cha đã sai con và đã yêu thương họ như đã yêu thương con. Lạy Cha, con muốn rằng con ở đâu, thì những người Cha đã ban cho con cũng ở đó với con, để họ chiêm ngưỡng vinh quang của con” (Ga 17, 22-24).

Chính lúc có vẻ thất bại, Đức Kitô lại chiến thắng, không chỉ cho Ngài – đã sống lại - mà cho cả nhân loại. Nhân loại được cứu chuộc khỏi sự chết, như Dân Do-thái được cứu chuộc khỏi Ai cập. “Cha dùng cây thập giá để ban ơn cứu độ cho loài người. Thật vậy, xưa vì cây trái cấm loài người chúng con phải tử vong, nay nhờ cây thập giá lại được sống muôn đời; và ma quỷ xưa chiến thắng nhờ cây trái cấm nay thảm bại vì cây thập giá của Đức Kitô, Chúa chúng con.” (Lời tiên tụng Suy Tôn Thánh Giá)

✱ **Thế gian bị kết án.** Thầy chiến thắng thế gian. Thế gian không chấp nhận Ngài, đã ghét Ngài và thử tiêu diệt Ngài, nay chịu thua trước Đức Giêsu. Đức Giêsu hưởng vinh quang của Chúa Cha, chỉ vết thương tay chân và chứng minh cho bất cứ ai muốn thấy lẽ phải. Ai nhìn ngắm Đức Giêsu sẽ thấy rằng thế gian sai lầm lúc kết án Ngài. Thực sự Ngài là Đấng công chính và thế gian là kẻ bị kết án: “Khi Người (Thần Khí) đến, Người sẽ chứng minh rằng thế gian sai lầm về tội lỗi, về sự công chính và việc xét xử: về tội lỗi: vì chúng không tin vào Thầy; về sự công chính: vì Thầy đến cùng Chúa Cha, và anh em không còn thấy Thầy nữa; về việc xét xử: vì Thủ lãnh thế gian này đã bị xét xử rồi” (Ga 16, 8-11).

✱ Vì Ngài là Con Chiên Thiên Chúa; con chiên của lễ vượt qua mới. Máu Ngài khai mạc một giai đoạn mới, một khế ước mới giữa Thiên Chúa và loài người. Mãi mãi nhân loại được hòa giải với Thiên Chúa.

**c. Thần Khí và Phục Sinh.** Tất cả những hồng ân của mầu nhiệm Vượt qua được thể hiện trong Thần Khí. Thần Khí là bạn chí thân và trung thành của Đức Kitô và của nhân loại. Trong kiếp làm người của Ngôi Lời Thiên Chúa, niềm vui của lòng hăng hái, sức can đảm của lòng vâng phục Cha, niềm tin tưởng nơi Cha nhân từ và khôn ngoan, tất cả những hồng ân đó bắt nguồn từ Thần Khí. Được quyền năng Thần Khí thúc đẩy, Đức Giêsu vượt qua mọi thử thách. Thần Khí soi sáng Ngài khi lên Giê-ru-sa-lê-m, nộp mình trong tay quyền tối tăm; Thần Khí mang bình an cho tâm hồn bối rối, sợ sệt của Ngài trong đêm vọng chịu nạn chịu chết; Thần Khí trung thành ban sức chịu đựng mọi gian nan thể xác lẫn tâm hồn, gọi lên tâm tình thương xót và tha thứ những kẻ hà hiếp mình; Thần Khí nối kết hai Cha Con trong một tình yêu chung thủy đến hơi thở cuối cùng. Trái tim của Đức Kitô đốt cháy bởi lửa tình yêu của Thần Khí suốt đời, nhưng một cách đặc biệt lúc tự dâng mình như con chiên vẹn sạch trên bàn thờ thập giá.

Như Linh Mục cầu nguyện trước khi Rước Mình Máu Thánh Chúa: “Lạy Chúa Giêsu Kitô, Con Thiên Chúa hằng sống, bởi Thánh Ý Chúa Cha và nhờ sự hợp tác của Chúa Thánh Thần, Chúa đã chết để ban cho thế gian được sống, xin dùng Mình và Máu Thánh Chúa đây cứu con khỏi mọi tội lỗi và mọi sự dữ; xin cho con hằng tuân giữ giới răn Chúa, và đừng để con lìa xa Chúa bao giờ”.

**d. Đức Mẹ Maria hiện diện trong mầu nhiệm Vượt Qua.** Ngay từ bước đầu của đời sống Đức Giêsu, cụ Si-mê-ôn đã tiên báo cho mẹ Ngài “một lưỡi gươm sẽ đâm sâu tâm hồn bà”(Lc 2,35). Lời tiên tri đó được thể hiện một cách đau đớn cực độ khi Đức Mẹ đứng bên thập giá. Đức Mẹ tích cực tham gia vào kế hoạch Thiên Chúa khi nhận môn đệ, mỗi môn đệ hiện tại và tương lai, như con của bà. “Đứng gần thập giá Đức Giêsu, có thân mẫu Người, chị của thân mẫu, bà Ma-ri-

a vợ ông Co-lô-pát, cùng với bà Ma-ri-a Mác-đa-la. Khi thấy thân mẫu và môn đệ mình thương mến đứng bên cạnh, Đức Giêsu nói với thân mẫu rằng: "Thưa Bà, đây là con của Bà." Rồi Người nói với môn đệ: "Đây là mẹ của anh." Kể từ giờ đó, người môn đệ rước bà về nhà mình" (Ga 19, 25-27). Nhờ lời của Đức Giêsu, môn đệ nào cũng phấn khởi mở lòng và dành một chỗ tốt trong đời sống mình cho Đức Mẹ.

Theo quan niệm loài người Maria là một người mẹ đáng thương hại của một người vô phúc bị tử hình. Nhưng đối với Đức Giêsu, Maria là người mẹ của một gia đình mới; môn đệ yêu thương của Thầy hôm nay cũng như mai này trở thành con của Bà. *"Vì khi Đức Trinh Nữ đón nhận lời Cha vào tâm hồn trong trắng, Người đã được phúc cứu mang Ngôi Lời nhập thể trong thân xác khiết trinh. Và khi sinh ra Đấng sáng lập Hội Thánh, Người đã dọn đường cho Hội Thánh khởi đầu. Rồi khi đứng dưới chân thập giá đón nhận lời trăng trối của Con mình, Người đã nhận mọi người làm con cái vì họ được tái sinh làm nghĩa tử của Cha, nhờ Đức Kitô đã chết và sống lại".* (Lời Tiên Tụng Đức Maria Hình Ảnh và Mẹ hiền của Hội Thánh)

Như vậy trong ngày cực thánh này, môn đệ nhận lãnh thêm một ân huệ quý báu: Môn đệ đã được rửa chân, được Minh Máu Thánh Chúa, chịu chức Linh Mục, lãnh nhận Thần Khí và bây giờ lại lãnh nhận một người Mẹ. Tất cả để Đức Kitô ngày càng lớn lên trong tâm hồn của người môn đệ.

### **Câu hỏi phân tích**

1. Đức Kitô ký kết với máu mình trên thập giá giao ước mới và vĩnh cửu, còn tôi, lúc nào tôi đã ký kết giao ước đó?
2. Giao ước mới và vĩnh cửu này có nghĩa gì đối với tôi?
3. Lúc nào tôi nên ký kết lại giao ước này với Thiên Chúa?
4. Trong Lễ Phục Sinh tôi xin Thần Khí ban cho tôi những ơn đặc biệt nào?
5. Đối với môn đệ Chúa yêu, "rước Đức Bà về nhà mình" có những ý nghĩa nào?
6. Đối với tôi, khi "rước Đức Bà về nhà", thì cuộc sống thay đổi như thế nào?

*Lạy Chúa, qua màu nhiệm thập giá mà bao người vấp phải, Chúa bày tỏ trí khôn ngoan vô lượng cách kỳ diệu lạ lùng, xin dạy chúng con, khi ngắm nhìn Con Chúa chịu khổ nạn, biết nhận ra vinh quang của Người mà luôn tin tưởng tự hào về thập giá. Người là Thiên Chúa hằng sống và hiển trị cùng Chúa, hiệp nhất với Chúa Thánh Thần đến muôn thuở muôn đời.*

## **CANH TÂN BÍ TÍCH THỐNG HỐI VÀ HÒA GIẢI**

*Bí Tích Sám Hối đóng vai trò gì trong đời sống đức tin của tôi?* Ngày nay, trong một cộng đoàn có nhiều kiểu "xung tội" khác nhau:

- Có người 'xung tội' thường xuyên, hằng tuần; tội xung là: chia trí lúc cầu nguyện, nóng giận với con cái, nói dối, tội quên tội sót, cùng với các tội quá khứ.

- Có người 'xung tội' rất cẩn thận, xét mình từng phạm vi cuộc sống, từng điều răn và nhân đức. Người này nhận ra rất nhiều lỗi lầm và xung tội rất tỉ mỉ.

- Có người 'xung tội' mỗi lần sa ngã về điều răn thứ sáu và muốn Rước Lễ, sợ đã phạm tội trọng rồi, nếu không 'xung tội' sẽ còn thêm tội 'phạm thánh'.

Đàng khác, - có người ngại xung tội, bỏ xung tội cả năm trời, mà vẫn Rước Lễ. Có người chỉ tham gia các nghi thức Sám Hối có xung tội tập thể.

- Có linh mục ngồi tòa giải tội mỗi ngày một hai tiếng, vị khác thì không bao giờ ngồi tòa. Có xứ đạo tổ chức Nghi Thức Sám Hối thường xuyên, trong khi xứ khác chẳng bao giờ.

'Sám hối', 'tha thứ' và 'hòa giải', là những ơn thiết yếu trong cuộc sống Kitô Hữu. Chúng ta cần canh tân Bí Tích Sám Hối, trong đời sống cá nhân cũng như cộng đoàn. *Muốn canh tân cách 'xung tội', chúng ta nên nhấn mạnh những gì? Chúng ta nên chú ý đến những gì để Bí Tích Sám Hối và Hòa Giải giúp chúng ta được hòa giải với Thiên Chúa và với anh em?*

### **1. Những lời hướng dẫn của Công đồng Vaticanô II**

Giáo Hội đang khuyến khích Kitô hữu canh tân bí tích Sám Hối từ năm chục năm nay. Công đồng Vaticanô II vạch ra đường hướng căn bản để canh tân Bí Tích:

a) **‘Diễn tả bản tính và hiệu quả’, ‘bản chất và mục đích’**. “Nghi Lễ và công thức Bí Tích Giải Tội phải được duyệt lại để diễn tả rõ ràng hơn **bản tính và hiệu quả** của Bí Tích này” (Sc III, 72). “Tuy nhiên, trải qua các thời đại, có một số yếu tố đã len lỏi vào các nghi thức Bí Tích và Á Bí Tích khiến cho **bản chất và mục đích** kém phần rõ ràng đối với thời đại chúng ta. Vậy cần phải thích nghi vài yếu tố trong các nghi thức đó cho hợp với nhu cầu của thời đại chúng ta; nên trong việc duyệt xét lại những nghi thức ấy, Thánh Công Đồng quyết định các điều sau đây” (Sc III, 62).

b) **‘Diễn tả Hiệu quả xã hội và cộng đoàn Giáo Hội của tội’**. Khi phạm tội, Kitô hữu không chỉ tách mình xa Thiên Chúa mà còn xa cộng đoàn Giáo Hội nữa. Nghi thức nên diễn tả rõ hơn hiệu quả xã hội của tội, không chỉ tách tội nhân xa Thiên Chúa mà còn kéo họ xa cộng đoàn Giáo Hội. Vì lý do đó, khi Hòa Giải, tội nhân không chỉ được hòa giải với Thiên Chúa mà còn được ‘giao hòa’ cùng Giáo Hội nữa.: “*Những ai đến nhận lãnh bí tích Thống Hối đều được Thiên Chúa nhân từ tha thứ những xúc phạm đến Ngài. Đồng thời họ được giao hòa cùng Giáo Hội mà tội lỗi họ đã làm tổn thương. Nhưng Giáo Hội hằng nỗ lực lấy đức ái, gương lành và kinh nguyện, để hoán cải họ*” (LG II, 11).

Năm 1974, Tòa Thánh thông báo Nghi Thức Hòa Giải Mới, gồm ba nghi thức:

- 1) Nghi thức sám hối riêng,
- 2) Nghi thức sám hối chung và giải tội riêng,
- 3) Nghi thức sám hối chung, thú tội và giải tội tập thể.

Nghi thức thứ 2 diễn tả đầy đủ nhất bản chất và mục đích bí tích, bởi vì cả cộng đoàn cùng chung chuẩn bị, nghe Lời Chúa, thú tội và lãnh ơn hòa Giải.

## 2. Thuật ngữ thích hợp với Bí Tích Hòa Giải

Thường chúng ta gọi là Bí Tích **‘Thống Hối’, ‘Hòa Giải’** và **‘Xưng tội’**. Mỗi thuật ngữ có một ý nghĩa đặc biệt và nêu lên những nét quan trọng của Bí Tích:

a) **‘Bí Tích Thống Hối/Sám Hối’** (The Sacrament of Penance) được sử dụng nhiều nhất, với ý nghĩa *‘một biến đổi nội tâm’, ‘hối tiếc’, ‘hối hận’*. Cũng mang ý nghĩa *‘một biến đổi bề ngoài’* là: *‘ăn năn trở về’, ‘thay đổi cách sống và hành xử’*. Chúng ta xin Chúa ban một trái tim mới, kèm theo những cảm xúc xấu hổ, sợ hãi, băn khoăn. Mặc dầu chưa là *‘ăn năn trọn vẹn’*, nhưng các cảm xúc này giúp và khuyến khích chúng ta hoán cải tận gốc. “Sám Hối” đi đôi với những biến đổi trong cách sống và đối xử với tha nhân. Như vậy, chúng ta sẵn sàng đền tội, không hẳn như một hình phạt, mà bằng cách biến đổi cuộc sống.

Nói về *Bí Tích Thống Hối*, nên tránh một hiểu lầm: quên rằng tác nhân chính trong Bí Tích là Thiên Chúa nhân từ. Trước khi tội nhân hối hận và xin được tha thứ, Ngài đã muốn tha thứ và hòa giải tội nhân với Ngài. Ý muốn ‘nhưng không’ trong ơn tha thứ bắt nguồn từ tình yêu của Cha nhân từ, nhớ người con đã chết, đã mất, và mong nó sống lại và được tìm thấy. Nói về Bí Tích Thống Hối, tôi cần nhớ lòng nhân hậu của Cha, luôn luôn vượt xa những gì con người mong chờ và có thể làm được. “*Lạy Chúa, khi Chúa thương xót và thứ tha, chính là lúc Chúa biểu lộ quyền năng cách tỏ tường hơn cả, xin không ngừng ban ơn giúp chúng con đạt tới Nước Trời là hạnh phúc Chúa đã hứa ban, và chúng con đang hết lòng theo đuổi*” (ChNh 26). Để được ơn tha thứ, tội nhân không cần thuyết phục lòng Cha; chỉ cần dốc lòng hối tiếc, quyết tâm chỗi dậy và trở về cùng Cha.

Theo truyền thống của Giáo Hội, **‘hành trình thống hối’** bao gồm ba bước:

- 1) *Xưng tội, tức là gặp Đức Giám Mục (hay linh mục)*, trình bày cho ngài nghe những sai lầm, bất chính và phản bội của mình và xin được tha thứ. Được sự ưng thuận của ngài, tội nhân chấp nhận các điều kiện đền tội (làm gì, bao lâu) do ngài quyết định.
- 2) Thực hiện *hành trình ăn năn đền tội*, là dấu chỉ tội nhân thành thật muốn biến đổi cách sống.
- 3) Được Giám Mục (Linh mục) đặt tay trên đầu, ban ơn tha thứ và hòa giải với Thiên Chúa và với cộng đoàn (thường làm trong đêm Vọng Phục Sinh).

**b) Bí Tích Hòa Giải.** Thuật ngữ này có một truyền thống phong phú. Trong Đức Kitô, loài người được hòa giải với Thiên Chúa, trời đất được hòa giải với Đấng Tạo Hóa. Đây là hoa quả, mục đích và sứ mệnh chính của Đức Kitô; Ngài là Đấng Cứu Độ của nhân loại; trong sự sống, chết và Phục Sinh của Ngài, nhân loại được hòa giải với Cha. *“Một khi đã được nên công chính nhờ đức tin, chúng ta được bình an với Thiên Chúa, nhờ Đức Giêsu Kitô, Chúa chúng ta”* (Rm 5,1). Khi phạm tội, tội nhân đã tự tách ra xa Thiên Chúa và kế hoạch của Ngài; xa chính mình và mục đích cuộc sống; xa tha nhân, cộng đoàn và vũ trụ. Nhờ Bí Tích, tội nhân được hòa giải với Thiên Chúa, với chính mình, với anh em, với Giáo Hội, cộng đoàn và vũ trụ. Suốt thời gian ‘*ăn năn đền tội*’, tội nhân không được Rước Mình Thánh Chúa. Bây giờ, nhờ Bí Tích, tội nhân được vui vẻ đoàn tụ và hòa giải với Thiên Chúa và với cộng đoàn. Thuật ngữ ‘*Hòa Giải*’ rất thích hợp với dụ ngôn ‘*Người Cha Nhân Hậu*’, mô tả những rạn nứt giữa hai cha con, hai anh em, và ngay trong nội tâm của cả hai người con. Nhờ Cha ra đón từng người con, tình huynh đệ giữa hai anh em được hàn gắn lại để cùng với nhau ngồi chung quanh bữa tiệc ăn mừng.

**c) Bí Tích Xung Tội.** Là thuật ngữ được sử dụng nhiều nhất: ‘*đi xưng tội*’, ‘*cần xưng tội*’, ‘*được phép xưng tội*’. Bằng tiếng Anh: ‘*Confession*’, ‘*make my confession*’, ‘*going to confession*’. Thuật ngữ nhấn mạnh bước đầu trong hành trình ‘*Thông Hối*’, nhưng, lại có thể quên bước ‘*đền tội*’ và ‘*hòa giải*’. Tuy nhiên, ‘*xưng*’ mang theo một ý nghĩa rất sâu: là ‘*tuyên xưng*’ và ‘*nhìn nhận*’. Các thánh ‘*confessors*’ tuyên xưng đức tin và tình yêu bằng cuộc sống của họ. Người khiêm nhường ‘*xưng nhận*’, ‘*nhìn nhận*’ trách nhiệm và những sai lầm của mình. Song song với việc ‘*xưng tội*’, khi lãnh nhận Bí Tích, chúng ta nên ‘*xưng tụng*’ lòng nhân từ của Thiên Chúa và ‘*tuyên xưng niềm tin*’ nơi Ngài.

### **3. Canh tân mục đích của Bí Tích Hòa Giải**

Vai trò Bí Tích Thông Hối và Hòa Giải trong đời sống Kitô hữu là giúp mở lòng cho Thần Khí, bước theo Đức Kitô và làm đẹp lòng Cha. Bí tích nào cũng có vai trò giáo huấn, nuôi dưỡng và củng cố đức tin. *“Các Bí Tích có mục đích thánh hóa con người, xây dựng thân thể Chúa Kitô, và sau cùng là thờ phượng Thiên Chúa. Tuy nhiên, là những dấu chỉ, các Bí Tích còn giữ vai trò giáo huấn nữa. Không những các Bí Tích giả thiết phải có đức tin, mà còn dùng lời nói và sự vật để nuôi dưỡng, củng cố và diễn tả đức tin đó. Bởi thế, được gọi là các Bí Tích Đức Tin. Thực ra các Bí Tích ban ân sủng, nhưng việc cử hành các Bí Tích còn là việc chuẩn bị các tín hữu đón nhận ân sủng đó một cách hữu hiệu để thờ phượng Chúa đúng cách và để thực thi đức bác ái. Do đó, việc rất quan trọng là làm sao cho các tín hữu dễ dàng hiểu được những dấu chỉ của các Bí Tích, và hết sức siêng năng lui tới đón nhận các Bí Tích, là những Bí Tích được lập ra để nuôi dưỡng đời sống Kitô hữu”* (SC 59).

Mục đích ‘*giáo huấn*’ của Bí Tích Thông Hối rất tế nhị, bởi vì khi nói về tội, sám hối và hòa giải, chúng ta nhắc đến nhiều yếu tố và ảnh hưởng của tâm lý, luân lý, thần học và Phụng Vụ, cá nhân cũng như cộng đoàn. Bí Tích Thông Hối có thể giúp Kitô hữu, tùy nhu cầu của mỗi người: *a) khuyến khích thái độ lành mạnh về tội, c) sống theo ơn thánh sủng của Phép Rửa Tội và của Bí Tích Thánh Thể, d) hoán cải liên tục.*

**a) Khuyến khích thái độ lành mạnh về tội lỗi.** Bí Tích Thông Hối muốn giúp Kitô Hữu trưởng thành làm con người và làm con Thiên Chúa; vượt qua những nỗi sợ hãi của những Kitô hữu coi mình như tội tó, lấy *lẽ luật* là tiêu chuẩn xét mình và thúc đẩy mình xưng tội một cách quá tỉ mỉ, dài dòng. Nếu Kitô hữu nhìn nhận là người con, thì sẽ lấy *mối tương quan* với Cha Nhân Hậu làm tiêu chuẩn xét mình và sám hối. Bí tích muốn khuyến khích thái độ tôn trọng những đòi hỏi của *lẽ luật*, bổn phận và lời cam kết, và vâng phục với lòng tự do của người con; quyết tâm chỗi dậy và hoán cải; tin tưởng sẽ được tha thứ và hòa giải lại với Thiên Chúa, với anh em và với chính mình.

Thái độ lành mạnh giúp tôi tìm hiểu những gốc rễ của các lỗi lầm: tức là lòng lười biếng, tự kỷ, muốn hài lòng chính mình và thỏa mãn mọi ao ước riêng, là những ngăn trở đối với ảnh hưởng của Thần Khí trong tâm linh tôi. Thái độ lành mạnh mở đường cho lòng hối hận vì mến yêu Thiên Chúa và khuyến khích một cuộc hoán cải và thanh tẩy tận gốc.

Mặt khác, Bí Tích Thống Hối nên giúp Kitô hữu biết nhìn nhận trách nhiệm và lỗi lầm một cách thành thật và khiêm nhường, không còn tự dối mình, minh bạch mọi sai lầm và yếu đuối. Như Thánh Gioan Thánh Giá nói: *“Nhiều người còn khao khát được các cha giải tội thương riêng và được gần gũi thân mật với các vị, từ đó nảy sinh đủ thứ thèm muốn và âu lo không ngớt. Họ xấu hổ không dám vạch trần tội lỗi của họ vì sợ các cha giải tội đánh giá thấp, họ tô màu các tội lỗi của họ để các tội lỗi ấy có vẻ không đến nỗi xấu xa, như thế họ đến với cha giải tội để chữa lỗi hơn là để thú lỗi. Những khi cần xưng ra các tội xấu họ thường tìm đến cha giải tội khác để cha giải tội riêng của họ đừng nghĩ rằng nơi họ còn bất toàn mà trái lại chỉ toàn là nhân đức. Và như thế, họ luôn được thích thú nói với ngài toàn điều tốt, và cách họ dùng từ ngữ cũng thường khiến cho những điều ấy thành ra có vẻ lớn hơn thực tế nhiều, đang khi lẽ ra họ phải tỏ ra khiêm nhường hơn bằng cách xem nhẹ những việc lành họ đã làm được, và còn ao ước cha giải tội cũng như những người khác đừng đếm xỉa gì đến những việc ấy”* (1 Đêm dầy, 2).

Linh mục giải tội nên chú ý xem những trường hợp bị *mặc cảm tội lỗi*, nhất là về điều răn thứ sáu. Người bị mặc cảm tội lỗi coi dục vọng như một bản năng riêng biệt, ngoài toàn bộ con người mình. Mỗi lỗi lầm, yếu đuối và sa ngã, làm cho họ cảm thấy nặng nề và nản lòng. Đối với họ bí tích ‘xưng tội’ có thể chỉ là một thứ ‘*an thần tâm linh*’ (*tranquilizer*). Thái độ lành mạnh sẽ giúp họ vượt qua ‘*mặc cảm tội lỗi*’ và ý thức rằng dục vọng là triệu chứng của những ẩn ý sâu xa; những ẩn ý cần được mang đến ánh sáng, đối diện và vượt qua với ơn trên.

**b) Sống theo ơn thánh sung của Bí Tích Rửa Tội và Thánh Thể.** Đây là hai Bí Tích quan trọng và cao quý nhất. Bí tích Hòa Giải có một liên hệ mật thiết với Bí Tích Rửa Tội và Thánh Thể. *Bí Tích Rửa Tội* ban ơn làm con Thiên Chúa, nối kết con người với Đức Kitô mãi mãi; là điểm đến và hoa quả của một hành trình dẫn dục tông đến với Thiên Chúa và đến với Giáo Hội (cộng đoàn tín hữu). Bí tích Rửa Tội biến con người thành con Thiên Chúa luôn mãi; là Bí Tích căn bản. Nếu phạm tội trọng, con người ‘*đánh mất đức mến, tự tước bỏ ơn thánh hóa, quay lưng với Thiên Chúa, không còn coi Ngài là cùng đích và chân phúc của mình*’. Nhưng, khi hối hận và hoán cải trở lại, thì Bí Tích Hòa Giải tái lập mối tương quan mến yêu và vâng phục đó giữa con người và Thiên Chúa.

*Bí Tích Thánh Thể* là Bí Tích cao quý nhất trong bảy Bí Tích. Bí Tích Hòa Giải không chỉ là điều kiện cần thiết (‘Xưng tội’) để được ‘Rước Lễ’, như một thủ tục thiêng liêng, mà là điểm đến của một hành trình thiêng liêng dẫn tội nhân đến Chúa Cha. Thiên Chúa vui vẻ đón nhận và mời tội nhân vào bữa tiệc ăn mừng, hiệp thông với Ngài và với anh em. Phép Thánh Thể cũng là lương thực nuôi dưỡng và vun trồng ơn hiệp nhất với anh em. Bí Tích Hòa Giải dẫn tội nhân đến bữa ăn hiệp nhất của Thánh Thể qua hành trình hoán cải.

**c) Hoán cải liên tục.** Có một cuộc ‘*hoán cải đầu*’ (*Rửa Tội*) và một ‘*hoán cải liên tục*’ (hằng ngày). Bí tích Hòa Giải không có mục đích dẫn tội nhân đến cuộc ‘*hoán cải đầu*’. Đây là mục đích của các khoá Giáo Lý Dự tông và các chương trình ‘*Tân Phúc Âm hóa*’ (New Evangelization). Trên đường *hoán cải đầu*, mỗi người theo một hành trình riêng. Mục đích chính của Bí Tích Thống Hối là *cuộc hoán cải tận gốc* trong đời sống của một Kitô hữu đã phạm tội trọng, tự tách khỏi Thiên Chúa, Giáo Hội và những cam kết căn bản của mình. Đối với họ Bí Tích Thống Hối và cuộc hành trình hoán cải là bước cần thiết. Bí Tích Thống Hối và cuộc hành trình hoán cải cũng cần thiết đối với những tín hữu đang sống trong hoàn cảnh đe dọa đức tin và nếp sống người Kitô hữu, tức là, những hoàn cảnh sẽ đưa đến tội trọng.

Đối với các tội nhẹ, thánh Tô-ma nói: *“Mục đích của Bí Tích Thống Hối là tất cả các tội, nhưng không phải như nhau. Bởi vì, tội trọng là đối tượng đích thực và chính của Bí Tích. Là đối tượng đích thực, bởi vì chúng ta hối hận về những gì đã làm một cách tự do. Và là đối tượng chính, bởi vì Bí Tích này được thành lập để xóa bỏ tội trọng. Các tội nhẹ cũng là đối tượng đặc biệt của Bí Tích khi chúng ta phạm một cách tự do. Tuy nhiên, Bí tích này không được thành lập để xóa các tội nhẹ”* (Tô-ma, Summa Theologica III, q.84, a. 2, ad 3). Suốt nhiều thế kỷ, chẳng ai áp dụng ba bước của hành trình hoán cải Bí Tích Thống Hối đối với tội nhẹ.

**Hoán cải liên tục.** Giáo hội có nhiều cách khuyến khích các tín hữu *hoán cải hằng ngày*: nghi thức thống hối trong Thánh Lễ, các mùa Vọng, mùa Chay, việc ăn chay, bố thí, Phút Hối Tâm... Tuy nhiên, kể từ thế kỷ 19, rất nhiều người đến *‘tòa giải tội’* để được giúp đỡ trên đường đạo đức bằng những lời khuyên bảo và ơn thánh sủng của Bí Tích. Hôm nay, muốn canh tân mục đích của Bí Tích Thống Hối, mỗi người, mỗi cộng đoàn nên nhận định xem nhu cầu cử hành bí tích Hòa Giải để tạo ra một **‘nhịp hoán cải’, và nâng đỡ thái độ tỉnh thức, hối tâm và chú ý đến xu hướng lệch lạc đặc biệt của mình và vun trồng lòng khao khát sống xứng đáng làm con Thiên Chúa, làm bạn chí thân của Đức Kitô.** Mỗi người, mỗi cộng đoàn, nên tìm câu trả lời thích hợp với mục đích và bản chất của Bí Tích và đặt ra một *‘nhịp canh tân lòng hoán cải’*. Ngoài hoàn cảnh đặc biệt của từng cá nhân, nhịp căn bản có thể là các Mùa Vọng, Giáng Sinh, Mùa Chay và Phục Sinh cùng với các dịp Lễ đặc biệt. Nhân dịp đó, các cộng đoàn (nhà xứ, nội trú, tu sĩ...) sẽ cử hành *“Nghi Thức Sám Hối chung, xưng tội Riêng”*; còn *Nghi Thức Sám Hối Riêng*, thì để mỗi cá nhân quyết định.

*Nhờ Lời Thiên Chúa soi sáng.* Không chỉ trong Nghi Thức Thống Hối kiểu 2, lời Chúa được loan báo và giúp chúng ta nhận ra lòng nhân từ của Thiên Chúa. Khi lãnh nhận ơn tha tội trong ‘Bí Tích Hòa Giải Riêng’ cũng nên dùng Lời Chúa, lúc linh mục đón tiếp người xưng tội, hay trong những gì ngài đề nghị tội nhân sẽ làm để đền tội.

#### **4. Canh tân nghi thức ‘Sám Hối Riêng’**

Đây là nghi thức chúng ta sử dụng thông thường nhất. Ngoài những biến đổi sâu xa về tội, về mối tương quan giữa Bí Tích Hòa Giải và Phép Rửa Tội cũng như Phép Thánh Thể, lòng mong ước và quyết tâm hoán cải liên tục, chúng ta vẫn có thể canh tân, một cách cụ thể, cách lãnh nhận Bí Tích Hòa Giải ‘Riêng’. Chính thuật ngữ ‘Xưng tội’ có thể giúp mang ý nghĩa phong phú hơn cho Bí Tích bằng cách: *tuyên xưng* lòng tin tưởng nơi Thiên Chúa, đang tỏ lòng nhân từ của Ngài trong tiểu sử của mình, và đặc biệt trong thời gian gần đây nhất; giờ này đang hiện diện, cứu chuộc và tha thứ cho tôi; *xưng tụng* và *tri ân* món quà này trước cộng đoàn:

**1) Xưng tụng Thiên Chúa (Confessio laudis),** mở đầu bằng lời tạ ơn Ngài vì một biến cố vừa mới xảy ra trong đời sống, hoặc đặc ân tôi vừa mới lãnh nhận.

- *Dạo này tôi có lý do gì để biết ơn Thiên Chúa?*
- *Qua những thời điểm nào trong tháng vừa qua, tôi nhận thấy Thiên Chúa thương yêu tôi?*

**2) Xưng nhận về cuộc sống (Confessio vitae):** Ngoài những tội lỗi tôi đã phạm và cần xưng, tôi muốn nhìn nhận trong cuộc sống tôi, đạo này có:

- *Điều gì, người nào làm tâm hồn tôi nặng nề, bối rối?*
- *Hành động nào tôi đã làm mà tôi hối tiếc, mong rằng đã không làm?*
- *Tôi sai lầm ở chỗ nào, về phương diện gì? Lương tâm tôi nặng nề vì lý do gì?*

**3) Tuyên xưng niềm tin (Confessio fidei):** tôi tin tưởng Thiên Chúa đang giải thoát tôi. Ngài đến để hòa giải tôi với Chúa Cha, với anh chị em, với chính tôi. Ngài không chỉ tha tội mà còn giải phóng tôi thoát khỏi những ràng buộc và gánh nặng trên vai, đem lại tự do cho tôi.

#### **Đã tham khảo**

- Robert Spitzer, *“Five Pillars of the Spiritual Life”*, 2008  
 Brian Gaybba, *“The Spirit is love”*, 2001  
 Felipe Gomez, *“Chúa Thánh Thần”*, 2009  
 Albert Vanhoye, sj, *“Hãy đón nhận Đức Kitô vị thượng tế của chúng ta”*, 2008  
 John Paul II, *“Letter to priests for Holy Thursday”*, 2005  
 John Paul II, *Apostolic Letter ‘MANE NOBISCUM DOMINE’*, 2005  
 Benedicto XVI, *Apostolic Exhortation ‘SACRAMENTUM CARITATIS’*, 2007  
 Jacques Philippe, *“Tự do nội tâm”*, 2007, tr.9.  
 George Maloney, *“Jesus, set me free! Inner freedom through contemplation”*, 1977.  
 F.X.Durwell, *“Thánh Thể, bí tích Vượt Qua”*, 2006



Hiển Chế “*Tín Lý và Giáo Hội*” – ‘*Lumen Gentium*’ (LG)  
Hiển Chế “*Phụng Vụ Thánh*” – ‘*Sacrosantum Concilium*’ (SC) ‘*Giáo Lý Hội Thánh Công Giáo*’  
Fernando Millan, “*La Penitencia hoy*”, Comillas, 2001

### **Xin Chúa cho chúng con là người tốt lành**

*Xin Chúa cho chúng con là người tốt lành,*  
trong một thế giới có vẻ ngày càng xấu xa;  
có những lời nói và hành động thâm độc ngày càng lan tràn.

*Xin Chúa cho chúng con là người tốt lành*

Linh mục nên là người thánh thiện, tin tưởng, hy vọng, vui vẻ, biết nói, biết thính lắng, biết đồng cảm. Nhưng trên hết và trước hết linh mục nên là người tốt lành, là người biết yêu thương.

Khi một linh mục đến một xứ đạo, hay bất cứ nơi nào có sự lạnh lùng, căng thẳng, cãi nhau, hay xích mích nhau, thì ngài vẫn tỏ ra là người tốt lành, ngài sẽ không làm phép lạ ngay; phải kiên nhẫn đợi chờ một thời gian trước khi thấy kết quả; nhưng thời gian chờ đợi này sẽ không vô ích.

*Xin Chúa cho chúng con là người tốt lành*

Tốt lành thể hiện trên khuôn mặt bình an, hiền hoà, bình tĩnh và vui tươi; tốt lành trong cách nhìn, cái nhìn ban đầu gây ấn tượng nhưng sau đó có sức thu hút; tốt lành luôn luôn là cách nhìn của Chúa Kitô. Chúng ta còn nhớ khi thánh Phê-rô được Chúa Kitô nhìn với cái nhìn của Ngài, khiến thánh nhân khóc lóc ăn năn.

*Xin Chúa cho chúng con là người tốt lành trong cách lắng nghe*

Như vậy chúng con sẽ luôn kiên nhẫn, mến yêu, chú tâm và chấp nhận mọi người đến với chúng con.

*Xin Chúa cho chúng con có bàn tay tốt lành*

Bàn tay biết cho đi, biết nâng đỡ, biết lau sạch nước mắt tha nhân, biết ôm chặt bàn tay người nghèo khổ và người bệnh tật để truyền cho họ lòng can đảm, biết đón nhận kẻ thù và giúp họ hoà giải, biết viết thư an ủi kẻ khổ đau, nhất là khổ đau vì lỗi của chúng con; bàn tay biết ăn xin cho chính mình và cho kẻ nghèo khổ; biết phục vụ bệnh nhân và không ngại làm những việc khiêm nhường.

*Xin cho chúng con biết chiêm niệm trong hoạt động*

Nhìn Chúa Kitô để chúng con biến thành hình ảnh của Ngài trong thế giới và trong Giáo Hội này. Chiêm niệm trong hoạt động để biến nơi hoạt động mục vụ thành nơi kết hiệp với Thiên Chúa.

*(Lời nguyện của cha Pedro Arrupe sj, tĩnh tâm với các linh mục, 1976)*

## **MỤC LỤC**

### **PHẦN I: ĐỜI SỐNG KITÔ HỮU**

Được sinh ra bởi Nước và Thánh Thần

1. Sứ vụ ‘*Ngôn sứ*’ của Đức Kitô
2. Sứ Vụ ‘*Vương Đế*’ của Đức Kitô
3. Sứ vụ ‘*Tư Tế*’ của Đức Kitô

### **PHẦN II: NĂM NGUỒN MẠCH**

NGUỒN MẠCH THỨ NHẤT: THÂN KHÍ

1. Thân Khí ban bình an
2. Linh hứng và chỉ dẫn
3. Biến đổi trái tim

Phân biệt Thân Loại

NGUỒN MẠCH THỨ HAI: PHÉP THÁNH THỂ

1. Tiệc cưới Ca-na

2. ‘Ta sẽ lập một giao ước mới’
3. Mầu nhiệm Thập Giá và Phép Thánh Thể
4. Một cuộc đời nói lên mầu nhiệm Thánh Thể

#### NGUỒN MẠCH THỨ BA: ĐỜI SỐNG CẦU NGUYỆN

1. Cầu nguyện như Đức Kitô
2. Cầu nguyện tự phát
3. Kinh “LẠY CHA”
4. Lectio Divina

#### NGUỒN MẠCH THỨ TƯ: CÁC MỐI PHÚC THẬT

#### NGUỒN MẠCH THỨ NĂM: CHIÊM NIỆM TRONG HOẠT ĐỘNG

Hiện Diện

#### **PHẦN III: NĂM PHỤNG VỤ**

1. Mùa Vọng
2. Mừng Chúa Giáng Sinh
3. Mùa Chay
4. Mùa Phục Sinh

Canh tân Bí Tích *Thống Hối và Hòa Giải*