

CỘNG ĐOÀN LÒNG CHÚA THƯƠNG XÓT LIÊN GIÁO PHẬN



Địa chỉ : **1 Tôn Thất Tùng, P.Phạm Ngũ Lão,
Q.1; TPHCM**

Email : **longthuongxotgp@yahoo.com**

Website : **longchuathuongxot.vn**

Facebook : **facebook.com/thuongxotGP2008**

ĐT: **(028) 38.330.820**

09/2022

Linh hồn nào tin thác vào Lòng Thương Xót của Ta là linh hồn may phúc nhất, bởi vì chính Ta sẽ chăm sóc cho họ (NK 1273).

(Lưu hành nội bộ)



LÁ THƯ LINH HƯƠNG THÁNG 09/2022

LM Ernest Nguyễn Văn Hương



Tình hình thế giới vẫn còn trong tình trạng nguy hiểm: về dịch bệnh thì covid 19 vẫn còn đe dọa nhiều nơi trên thế giới trong đó có Việt Nam. Căn dịch này vẫn chưa chấm dứt hoàn toàn, nghĩa là nó vẫn còn đe dọa bùng phát tại nhiều nơi và gây nhiều tử vong tuy không nhiều như trước. Chưa hết cơn dịch này, người ta lại lên tiếng một cơn dịch khác: bệnh đậu mùa khi. Tuy bệnh này không nghiêm trọng như covid nhưng cũng làm cho nhiều người lo âu.

Càng thêm lo âu vì cuộc chiến tranh giữa Ukraine với Nga vẫn còn khốc liệt, làm cho nhiều người chết và kinh tế toàn cầu bị chao đảo. Cuộc chiến này chưa cho thấy ánh sáng ở cuối đường hầm, nghĩa là không biết bao giờ mới kết thúc. Trong những ngày qua căng thẳng lại leo thang giữa Trung quốc và Đài loan lại làm cho cả thế giới đứng tim vì đứng trước một cuộc chiến tưởng như sắp tới nơi. Đó là chúng ta chưa nói tới những cuộc chiến “nhỏ nhỏ” khác đang xảy ra ở những nơi khác trên thế giới.

Tất cả những sự kiện đó tuy ở xa nhưng cũng có thể ảnh hưởng lớn đến chúng ta, đến đời sống chúng ta vì nó làm cho vật giá leo thang, sự đi lại khó khăn và công việc làm ăn cũng bị ảnh hưởng... Điều ai trong chúng ta cũng thấy là những khó khăn này không biết bao giờ chấm dứt, không biết bao giờ sinh hoạt, đời sống trở nên dễ chịu hơn, mọi người được bình an.

Đứng trước những khó khăn này, mọi thành viên trong phong trào Kính Lòng Chúa Thương xót cần gia tăng chạy đến Lòng Chúa Thương Xót qua việc đọc kinh cầu nguyện. Chúng ta tin vào sức mạnh của lời cầu nguyện. Chúng ta tin rằng nhờ lời cầu nguyện cùng với những hành vi noi gương Thiên Chúa giàu lòng thương xót mà thế giới bớt đi căng thẳng và mọi người biết đối xử với nhau trong tình yêu như Thiên Chúa yêu thương và tỏ lòng thương xót với chúng ta.



BBT tổng hợp

CHÚA NHẬT XXIII THƯỜNG NIÊN, NĂM C

Dòng Thừa Sai Bác ái của Mẹ Têrêsa Calcutta đã rất nổi tiếng, nên có rất nhiều thiếu nữ xin gia nhập. Nhưng Mẹ Têrêsa rất thẳng thắn, Mẹ nói với họ: "Công việc người nữ tu dòng này rất cực khổ: chúng tôi phải phục vụ cho những người nghèo và những người vô gia cư. Chúng tôi phải làm việc suốt 24 giờ mỗi ngày". Mẹ Têrêsa thẳng thắn như thế để các thiếu nữ ý thức và cân nhắc cẩn thận trước khi gia nhập dòng.

Gia nhập "dòng" của Chúa Giêsu để làm môn đệ Ngài còn cực khổ hơn nhiều. Vì thế Chúa Giêsu cũng rất thẳng thắn nói rõ cho những kẻ đi theo Ngài: Ai muốn làm môn đệ Ngài thì phải sẵn sàng từ bỏ tất cả và còn phải vác thập giá mà theo.

Làm môn đệ Chúa không phải là bám theo một nhân vật quyền thế để có ô dù che chở hay để chia sẻ vinh dự, mà là để sống theo gương Ngài: hy sinh tất cả vì yêu thương mọi người.

Bởi đó người muốn làm môn đệ Chúa cần phải suy nghĩ kỹ

xem mình có thể đáp ứng được những đòi hỏi khó khăn ấy không. Như người xây tháp phải suy nghĩ kỹ về khả năng tài chính của mình, như một ông vua trước khi xuất chinh phải suy nghĩ kỹ về sức mạnh quân sự của mình.

Nếu chúng ta suy nghĩ kỹ về khả năng đáp ứng của mình trước hai đòi hỏi trên của Chúa Giêsu, chắc là chúng ta nản lòng không dám làm môn đệ của Ngài nữa.

Tuy nhiên, gương các tông đồ là một khích lệ cho chúng ta: ban đầu các ông theo Chúa Giêsu mà không suy nghĩ gì nhiều; nhiều lúc các ông còn nghĩ rằng theo Chúa Giêsu thì sẽ được chia quyền chia thế trong nước mà Ngài sẽ thành lập. Nhưng Chúa Giêsu từ từ thanh luyện suy nghĩ của các ông. Sau ngày Chúa phục sinh, các ông mới hiểu rõ thế nào là làm môn đệ Chúa; và nhờ sức mạnh Chúa Thánh Thần, các ông đã can đảm từ bỏ tất cả và vác thập giá



của mình đi theo Chúa một cách hăng hái và vui vẻ.

Hiện giờ chúng ta chưa đủ khả năng đáp ứng những đòi hỏi của Chúa về một người môn đệ. Nhưng ít ra ý thức của chúng ta về những đòi hỏi đó cũng giúp chúng ta không đi theo Chúa vì những tính toán sai lệch. Nhìn gương các tông đồ và tin tưởng vào sự trợ giúp của ơn Chúa, chúng ta có thể can đảm từ bỏ và vác thập giá đi theo Ngài.

Người-đi-theo và người-môn-đệ

Trong đoạn Tin Mừng này, có những cụm từ rất ý nghĩa, đó là "đi theo" và "làm môn đệ". Thánh Luca đã sử dụng những cụm từ này rất khéo: "Khi ấy có rất đông người *đi theo* Chúa Giêsu. Ngài quay lại bảo họ: Ai không dứt bỏ... thì không thể *làm môn đệ* tôi. Ai không vác thập giá mình mà *đi theo* tôi thì không thể *làm môn đệ* tôi". Rất đông người "đi theo" Chúa Giêsu nhưng không phải tất cả đều là "môn đệ" Ngài; chỉ những ai đi theo mà từ bỏ và vác thập giá thì mới là môn đệ.

Người-đi-theo chưa hẳn là *người-môn-đệ*.

Cũng như *người-nói* "Lạy Chúa lạy Chúa" chưa hẳn là *người-làm* theo ý Chúa.

Cũng như *người-đến-nhà-thờ* chưa hẳn là *người-tín-hữu*.

Cũng như *người-mang-danh kitô hữu* chưa hẳn là *người-kitô-hữu*.

Điều khiến người-nói thành người-làm, người-đến-nhà-thờ thành người-tín-hữu, người-đi-theo thành người-môn-đệ, người-

mang-danh-kitô-hữu thành người-kitô-hữu-đích-thực, đó là *từ bỏ* và *vác thập giá*.

Một trong những khiếm khuyết của Giáo Hội - và là khiếm khuyết lớn nhất - đó là trong Giáo Hội có rất nhiều người-đi-theo Chúa Giêsu, nhưng rất ít người-môn-đệ thực sự của Ngài.

Chuyện minh họa: Một vị vua đến thăm một thiền viện. Nhà vua hỏi vị thiền sư: "Trong thiền viện này có tất cả bao nhiêu người đang theo học". Thiền sư đáp "10 ngàn". Nhà vua rất ngạc nhiên. Nhưng nhà vua càng ngạc nhiên hơn nữa khi thiền sư nói tiếp: "Trong số đó, số môn đệ thật của tôi chỉ có 4 hoặc 5 người".



CHÚA NHẬT XXIV THƯỜNG NIÊN, NĂM C

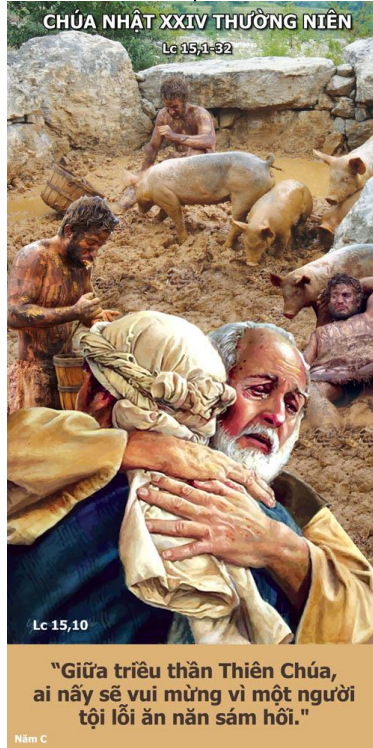
Bài Tin Mừng hôm nay gồm 3 dụ ngôn. Dụ ngôn đầu xem ra không hợp lý: ai lại bỏ 99 con chiên để đi tìm một con chiên lạc? Dụ ngôn thứ hai cũng chẳng có sức thuyết phục bao nhiêu: một đồng xu có đáng là bao so với công sức mà người đàn bà kia bỏ ra để tìm lại nó? Nhưng rồi tất cả đều trở thành hợp lý khi ta đọc dụ ngôn thứ ba: Ý của Chúa Giêsu không nhằm nói tới con chiên, cũng không nói tới tiền bạc mà nói tới con người. Trước mặt Thiên Chúa, mỗi một con người đều có giá trị vô cùng, bởi vì mỗi một con người, dù là tội lỗi, cũng đều là con của Ngài.

Tuy nhiên có mấy ai chia sẻ tâm ý của Chúa? Những người pharisêu và các kinh sư thấy Chúa Giêsu bỏ công lui tới với những người tội lỗi thì họ cho là mất công vô ích nên xầm xì phản đối. Đối với họ, việc làm của Chúa Giêsu là không đáng, bởi vì những kẻ tội lỗi là hạng đáng vất đi. Nhưng đối với Chúa Giêsu, đó là những con người, những giá trị. Một đồng xu quý

giá thế nào đối với người đàn bà nghèo khổ, một người con quý giá thế nào đối với tấm lòng người cha, thì một người tội lỗi cũng đáng giá thế ấy đối với tấm lòng của Thiên Chúa.

Thế còn việc bỏ 99 con chiên trong đàn để đi tìm con chiên lạc thì sao? Vì con chiên ấy cần được chăm sóc hơn 99 con kia: nó cô đơn, nó bơ vơ, nó đói khát hơn, nó bị nguy hiểm nhiều hơn. Vì thế

nên người mục tử nhân lành không thể ở yên chờ nó tìm được đường về, mà phải đích thân ra đi tìm nó. Chúa Giêsu đã làm như người mục tử ấy: Ngài không chờ kẻ tội lỗi đến với mình, nhưng bước trước đến với họ. Ngài kết thân với họ trong tình trạng của họ còn đang là tội nhân, còn đang lầm lạc. Chính đó là cách đối xử khác những người pharisêu và kinh sư, và chính đó là lý do khiến họ xầm xì phản đối. Nhưng chính cách đối xử này đã hoán cải được một người pharisêu nổi tiếng là Thánh Phaolô (bài đọc 2).



Có một câu chuyện biến ngôn như sau: Chúa Giêsu gặp một người mục tử đang rất buồn rầu. Ngài hỏi tại sao thì người ấy đáp: "Vì tôi bị lạc mất một con chiên". Chúa Giêsu nói: "Để Ta đi tìm nó cho". Một lúc sau, Chúa Giêsu trở lại, ôm theo con chiên lạc giao lại cho người mục tử, và căn dặn: "Từ nay anh phải yêu thương nó, chăm sóc nó nhiều hơn những con khác nhé, vì Ta đã tốn rất nhiều công sức mới tìm lại được nó đó".

Tất cả chúng ta đều là những đồng bào đã từng bị mất, những con chiên đã từng đi lạc và những đứa con đã từng đi hoang. Nhờ công lao khó nhọc của nhiều người và nhất là của Chúa mà chúng ta đã được tìm lại. Vậy chúng ta phải có những tâm tình gì?

- Tâm tình cảm mến, vì mình đã hư mất mà đã được tìm lại.

- Tâm tình vui sướng, vì biết mình là đối tượng được thương yêu nhiều hơn.

- Và tâm tình tự trọng, đừng để mình bị lạc mất thêm một lần nào nữa.

Những con người bị mất

Không chỉ đồ vật hay thú vật bị mất, mà chính con người cũng có thể bị mất.

Những con người bị mất ấy là ai?

- Là những đứa trẻ không tìm được hạnh phúc trong gia đình nên đi hoang.

- Là những thiếu niên bị thói xấu xã hội lôi kéo.

- Là những người nghiện ngập đến nỗi hư cả cuộc đời.

- Là những vợ chồng bất thuận đến nỗi không còn là vợ chồng với nhau.

- Là những anh em bất hòa không còn coi nhau là anh em nữa.

- Là những tín hữu yếu đuối lỡ phạm tội nên mặc cảm và xa lánh gia đình xứ đạo.

Những con người lạc mất ấy không ở đâu xa, mà đang ở bên cạnh chúng ta, ở giữa chúng ta. Nhưng buồn thay, nhiều người không hề quan tâm đi tìm họ lại.

Chúng ta rất hạnh phúc vì có một Thiên Chúa rất nhân từ, Ngài luôn tha thứ cho những kẻ tội lỗi. "Nếu Chúa chấp tội nào ai đứng vững được!".

Nhưng đừng quên, Thiên Chúa luôn sẵn sàng tha thứ cho chúng ta, những con người lầm lỗi; nhưng Người chỉ có thể thứ tha khi chúng ta thật lòng sám hối.



CHÚA NHẬT XXV THƯỜNG NIÊN, NĂM C

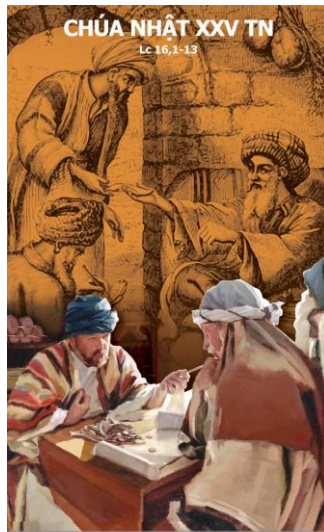
Dùng tiền của hiện tại để mua bảo đảm cho tương lai

Dụ ngôn này nói tới một người quản gia kia bị tố cáo là phung phí tài sản của chủ nên bị chủ báo tin sẽ cho thôi việc. Anh ta lo sợ trước viễn tượng một tương lai bấp bênh nên đã tìm cách xoay sở, để sau này khi anh mất việc thì có nhiều người giúp đỡ anh.

Mấu chốt của câu chuyện là cách xoay sở của anh: anh gọi những người thiếu nợ đến và sửa lại giấy nợ, nghĩa là giảm bớt phần nợ mà họ phải trả. Làm như thế họ sẽ biết ơn anh và sau này sẽ giúp anh để đền ơn.

Thế nhưng cách xoay sở bằng cách sửa lại giấy nợ như thế có lương thiện hay không? Hiện có hai lối giải thích:

- Giải thích thứ nhất cho rằng anh ta không lương thiện: lẽ ra con nợ thứ nhất phải trả cho chủ 100 thùng dầu thì anh bớt đi chỉ còn phải trả 50 thùng thôi; con nợ thứ hai lẽ ra phải trả 1000 thùng lúa thì anh bớt đi chỉ còn 800. Như thế là làm thiệt hại cho



chủ. Anh ta lấy một phần tài sản của chủ để mua lấy tình cảm cho bản thân anh. Nói nôm na hơn, anh ta "mượn đầu heo nấu cháo".

- Giải thích thứ hai cho rằng anh lương thiện: Theo tục lệ Do Thái, người quản gia không được trả lương, nhưng bù lại, chủ thường yến chuyển

hoặc làm ngơ để cho người quản gia dùng tài sản của chủ mà kiếm ăn riêng, miễn sao không hại đến tài sản của chủ thôi. Người quản gia này đã lấy 50 thùng dầu của chủ để cho người ta vay nhưng trong giấy nợ anh ghi là 100 thùng, tức là có thêm 50 thùng mà anh ta sẽ hưởng; cũng thế anh lấy 800 thùng lúa của chủ để cho vay nhưng trong giấy nợ lại ghi là 1000, nghĩa là có phần của anh 200 thùng. Đến lúc cần mua lòng người, người quản gia đã hy sinh phần lời mà anh được hưởng, anh dùng phần đó để mua tình cảm của những người thiếu nợ. Nói nôm na, anh này đã "bỏ con tép để bắt con tôm". Như thế, anh xoay sở cách lương thiện.

Hai giải thích trên, giải thích nào cũng có phần đúng. Chúng ta không biết chọn theo giải thích nào. Nhưng điều đáng chúng ta lưu ý, mà cũng là điều chính Chúa Giêsu bảo chúng ta học theo, đó là anh biết dùng của cải vật chất hiện tại để mua sắm những thứ bảo đảm cho tương lai: đối với người quản gia này, để mua lấy bảo đảm cho tương lai, anh không tiếc phải hy sinh tài sản hiện tại, anh làm ơn cho những người thiếu nợ anh, để sau này những người đó sẽ trả ơn cho anh.

Những việc nhỏ dẫn đến việc lớn

Người ta không phạm một tội lỗi tà trời ngay trong một sớm một chiều; người ta cũng không làm một việc tốt vĩ đại ngay trong một sớm một chiều. Việc lớn là hậu quả hay kết quả của những việc nhỏ mà người ta đã bắt đầu làm từ rất lâu trong quá khứ.

Như người quản gia trong dụ ngôn này, có lẽ khi mới được chủ chọn làm người coi sóc tài sản, anh đã làm rất tốt. Dần dần đồng tiền có sẵn trong tay cảm dỗ anh ăn bớt ăn xén, khởi sự là một số tiền nhỏ, dần dần lớn hơn... Rất có thể đôi khi lương tâm anh cũng sống lại, khiến anh biết điều mình làm là sai

trái. Nhưng vì đã quen ham tiền và quen kiếm tiền cách bất chính nên anh không dừng lại được, trái lại càng ngày càng lún sâu hơn trong tội lỗi. Cho đến một ngày kia, sự việc đổ bể, chủ gọi anh đến và cách chức anh.

Tục ngữ có câu "Túi tham không đáy". Chúng ta đừng tự lừa dối mình rằng "Chỉ một ít này thôi, chỉ một lần này thôi", bởi vì một khi đã dùng cách bất chính để bỏ vào túi tham của mình một ít tiền thì cái túi ấy chẳng những không đầy, trái lại nó càng sâu thêm, lòng tham của mình đói khát thêm và lại đòi ăn thêm nữa.

Hằng ngày đọc báo, nghe đài và xem truyền hình, chúng ta thấy nhiều người phải ra tòa rồi vào tù vì tội ăn cắp tài sản của người khác hoặc của công. Đáng chú ý là thủ phạm của những vụ ăn cắp lớn không phải là những người nghèo mà là những người giàu. Họ đâu có túng thiếu, họ còn dư thừa nữa là đằng khác. Nhưng căn bệnh nguy hiểm của họ là tiền bạc họ có thay vì thỏa mãn họ thì lại làm cho họ thêm khát hơn.

Cách tốt nhất để không bị đồng tiền làm hại là hãy kiếm tiền cách chân chính và đừng bao giờ bắt đầu một hành vi gian tham dù rất nhỏ nhất.

CHÚA NHẬT XXVI THƯỜNG NIÊN, NĂM C

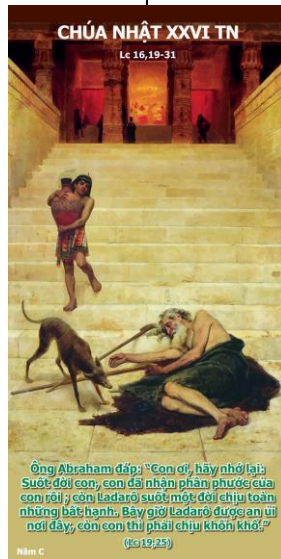
Giấy thông hành nước trời

Ngày Xưa, bên Tàu có một ông vua tự cho mình là người yêu nước thương dân, nhưng lại chẳng bao giờ để ý đến cảnh khổ của dân chúng. Trái lại, ông chỉ biết đến yến tiệc linh đình, trang hoàng cung điện, xây cất dinh thự, sưu tầm những kỳ hoa dị thảo, để mong được nở mà nở mặt với lân quốc.

Một hôm, nhà vua nghe nói ở một ngôi chùa trong nước có một loại hoa hồng quý hiếm, từng bông hoa to đẹp rực rỡ, bao phủ cả một khu vườn. Nhà vua báo tin cho vị sư trụ trì là ông sẽ đến thăm để biết thứ hoa hồng quý lạ. Khi được tin báo và được biết giờ vua sẽ đến, vị sư liền cắt tất cả những đoá hồng xinh tươi đổ vào hố rác chỉ để lại một bông duy nhất đang thắm nở.

Vào đến vườn, nhà vua lấy làm lạ vì thực tế khác hẳn với tin đồn. Khi biết được sự việc, nhà vua hỏi vị sư tại sao làm như thế. Vị sư từ tốn trả lời:

- Thưa bệ hạ, nếu thần để tất cả các hoa nở rộ trên cành, bệ hạ sẽ không thương thức được



vẻ đẹp của từng bông hoa. Vì thần biết bệ hạ chỉ có thói quen nhìn đám đông chứ không để ý đến từng cá nhân.

Thiên Chúa của chúng ta không có thói quen chỉ nhìn đám đông, nhưng Người quan tâm đến từng con người. Thiên Chúa yêu thương

con người không có tính cách chung chung, nhưng Người chăm sóc cho từng người một. Mỗi một con người là một nhân vị, có nhân phẩm cao quý. Mỗi một con người là một tác phẩm tuyệt vời của Người, với những ơn riêng mà người khác không có được. Mỗi một con người là một bông hồng rực rỡ sắc màu, thơm ngát hương hoa.

Người phú hộ trong bài Tin Mừng hôm nay sở dĩ phải trầm luân muôn kiếp, vì ông đã không nhìn người nghèo khó Ladarô với cái nhìn ấy. Thậm chí ông cũng chẳng thèm nhìn con người khổ ngày ngày lê lết bên cổng nhà ông.

Người phú hộ phải "*chịu cực hình*" không phải vì ông nhiều của cải, nhưng vì ông đã không san sẻ của cải cho người thiếu thốn, ngay cả những của thừa

thãi trên bàn tiệc cũng chẳng đến tay người nghèo.

Người phú hộ phải tổng xuống biển lửa không phải vì ông đã làm ra nhiều của cải, nhưng vì ông đã quá cậy dựa vào tiền của, trong khi người nghèo khó chỉ biết cậy dựa vào Chúa; Ladarô có nghĩa là *"Thiên Chúa giúp đỡ"*.

Vậy tội của người phú hộ chính là tội làm ngơ, tội phớt lờ, tội không nhìn, không nghe, không thấy những Ladarô đang van xin cứu giúp trong cơn túng quẫn cùng cực. Tội của người phú hộ chính là tội thiếu sót, tội đã không làm những gì lẽ ra mình phải làm cho một ai đó đang cần trợ giúp. Bác sĩ Albert Schweitzer, người đã bán hết gia tài kếch xù của ông, xây một bệnh viện và dẫn thân cứu giúp những con người cùng khổ nhất Châu Phi đã đặt ra câu hỏi cho chính mình: *"Làm sao chúng ta có thể sống hạnh phúc trong khi có biết bao người đang đau khổ?"*.

Sẽ có một ngày tất cả chúng ta bước vào một thế giới mà giấy thông hành không phải là tiền của nhưng chính là tình yêu. Chỉ có những ai yêu mến Thiên Chúa và thương yêu anh em mới được bước vào.

Sẽ có một ngày người phú hộ chẳng còn yễm tiệc linh đình, chẳng còn trện vui tới sáng, trện cười suốt đêm, nhưng sẽ phải đuổi khỏi bàn tiệc và lao xuống hoả hào muôn kiếp.

Sẽ có một ngày người Ladarô nghèo khó chẳng còn lê lết dưới đất đen, không còn nhặt những miếng bánh vụn nơi bàn tiệc người phú hộ, nhưng sẽ được nâng lên *"trong lòng Ápraham"* vui hưởng hạnh phúc muôn đời.

Lời giảng của Đức Thánh Cha Gioan Phao lô II trong chuyến viếng thăm Hoa Kỳ lần đầu tiên ngày 2.10.1979 đáng cho chúng ta suy nghĩ: *"Chúng ta không thể thờ ơ vui hưởng của cải và tự do của chúng ta nếu bất cứ ở vùng nào đó, người nghèo khó Ladarô của thế kỷ 20 vẫn còn đang đứng chờ chúng ta ngoài cửa... Các bạn đừng bao giờ bằng lòng với hành vi chỉ cho họ những mẩu bánh vụn nơi bàn tiệc. Các bạn chỉ nên lo lắng cho đủ phần chính yếu của cuộc sống mà thôi chứ đừng tìm cách sống cho sung túc dư dật, để nhờ đó các bạn có thể giúp đỡ những người nghèo khổ. Đồng thời, các bạn hãy đối xử với họ như những thực khách trong gia đình các bạn"*.

HỌC HỎI LINH ĐẠO**Bài 80****TÌM HIỂU TÔNG CHIẾU
DUNG NHAN LÒNG XÓT THƯƠNG***(Tiếp theo)***Lm. G. Tạ Huy Hoàng****Dẫn vào**

Trong tác phẩm *Các thể chế của người An-nam ở "Hạ Nam Kỳ" trước cuộc chinh phục của người Pháp*, Alfred Schreiner cho rằng tá quân Lê Văn Duyệt là vị quan "cho tới giờ sau hết, vẫn còn là người bảo vệ... các tín đồ Thiên Chúa giáo".¹ Có lẽ vì thế, từ chính nhận định mạnh mẽ này (và cả những cách thức lượng giá công việc "mục vụ truyền giáo" kiểu như thế), mà không ít người đã nghĩ rằng công cuộc loan báo Tin Mừng trong thời gian đó, đối với một con người như thế đó... phải kể là rất thành công... (trong định hướng loan báo Tin Mừng cho muôn dân). Mà thật vậy, ở nhiều mức độ khác nhau, người ta vẫn được mời gọi theo Chúa... phụng sự Chúa và Giáo hội theo bậc sống của mình... trong đó, ta không nên để mình rơi vào "cái bẫy khủng khiếp của suy nghĩ rằng cuộc sống phụ thuộc vào tiền của và rằng, sánh với tiền của, bất cứ thứ gì khác đều không có giá trị, đều không có phẩm giá".²

Nghĩa là, quyền bính, danh tiếng, tiền của... cũng chỉ là công cụ để phục vụ; vì thế, nếu "ai có tai hãy nghe", thì cũng vậy có tâm trí hãy suy nghĩ cho thật sâu lắng, với tinh thần phó thác... để mong một kết quả sẽ trọn vẹn hơn, mùa gặt bội thu hơn... trong công

¹ Chương tá quân Lê Văn Duyệt mất ngày 30 tháng 7 năm Mậu Thìn tại Sài Gòn (15-8-1832) hưởng thọ 69 tuổi [x. A. Schreiner, *Les institutions annamites en Basse-Cochinchine avant la conquête française (Các thể chế của người An Nam ở "Nam Kỳ Hạ" trước cuộc chinh phục của người Pháp)*, Tập I (Sài Gòn: Saigon Claude & Cie, 1900-2), tr.192].

² APV 19,6. Khi đi rao giảng về Nước Trời, Thầy Giê-su đã không chỉ chọn một nhóm nhỏ gồm Mười Hai Tông Đồ (*apostles*), nhưng còn chọn thêm các vị khác làm một nhóm lớn gồm Bảy Mươi Hai Môn Đệ (*disciples*), và một nhóm lớn hơn rất nhiều là tất cả những người tự nguyện đi theo Người (*followers*) (x. Mt 10,2; Lc 10,1-17).

cuộc loan báo Tin Mừng. Bởi lẽ, khi hạt giống Tin Mừng được gieo vãi... thì không kể những hạt rơi vệ đường, sỏi đá, bụi gai... mà ngay những hạt rơi trên đất tốt thì mọc lên... "... sinh hoa kết quả: hạt được gấp trăm, hạt được sáu mươi, hạt được ba mươi".³ Còn nhớ, trong Đại hội Loan báo Tin Mừng III tại Huế, từ ngày 01 đến ngày 04 tháng 9 năm 2015, với chủ đề "Canh tân hoạt động loan báo Tin Mừng tại Việt Nam ngày nay", Đức cha An-phong Nguyễn Hữu Long – lúc bấy giờ là Giám mục Phụ tá Giáo phận Hưng Hóa, Chủ tịch Ủy Ban Loan Báo Tin Mừng trực thuộc Hội đồng Giám Mục Việt Nam – đã phát biểu về công cuộc canh tân hoạt động loan báo Tin Mừng bằng cách nhắc đến việc phát triển những mô hình cộng đoàn cơ bản, phát triển các nhóm nhỏ cùng chí hướng... để "cá nhân dễ hòa nhập và không cảm thấy xa lạ hay bị lãng quên".⁴ Một dung môi hiệp hành như thế sẽ rất thuận tiện để cùng nhau sống "hiệp thông, tham gia, và sứ vụ",⁵ để hạt giống Tin Mừng được gieo vãi trên đất tốt, sinh hoa kết quả: hạt được gấp trăm, hạt được sáu mươi, hạt được ba mươi.

Misericordiae vultus, số 19,6-10

Đừng rơi vào cái bẫy khủng khiếp của suy nghĩ rằng cuộc sống phụ thuộc vào tiền của và rằng, sánh với tiền của, bất cứ thứ gì khác đều không có giá trị, không có phẩm giá. (APV 19,6) Điều này không gì khác hơn là ảo ảnh! (APV 19,7) Chúng ta không thể đem tiền của theo mình vào cuộc sống bên kia. (APV 19,8) Tiền của không mang đến cho chúng ta hạnh phúc. (APV 19,9) Bạo lực gây ra vì thu vén của cải vấy máu chẳng làm cho người ta quyền năng hay bất tử. (APV 19,10)

Chút suy tư

³ Mt 13,8-9.

⁴ X. Nguyễn Hữu Long, "Canh tân hoạt động loan báo Tin Mừng tại Việt Nam ngày nay" trong *Bài Thuyết Trình tại Đại hội Loan Báo Tin Mừng Lần III* (Huế, 01-04/9/2015) (<http://www.simonhoadalat.com/hochoi...>).

⁵ X. Thượng Hội đồng Giám mục, "Tài liệu chuẩn bị" (*Preparatory Document*) trong *Hướng đến một Hội Thánh Hiệp hành: Hiệp thông, Tham gia và Sứ vụ* (*For a Synodal Church: Communion, Participation, and Mission*) (Vatican: Văn phòng Tổng Thư ký THĐGM, 2021).

Trong khi người ấy gieo, thì có những hạt rơi xuống vệ đường, chim chóc đến ăn mất. Có những hạt rơi trên nơi sỏi đá, chỗ đất không có nhiều; nó mọc ngay, vì đất không sâu; nhưng khi nắng lên, nó liền bị cháy, và vì thiếu rễ nên bị chết khô. Có những hạt rơi vào bụi gai, gai mọc lên làm nó chết nghẹt. Có những hạt lại rơi nhằm đất tốt, nên sinh hoa kết quả: hạt được gấp trăm, hạt được sáu chục, hạt được ba chục. Ai có tai thì nghe.⁶

Thật ra, tiền của không phải là hoàn toàn không thể “mua được chút gì” của hạnh phúc, không phải là không thể không mang đến cho nhân loại phần nào đó hoặc đôi khi rất nhiều hạnh phúc. Nào là sống lâu hơn, được chủ động đôi phần cuộc sống của chính mình, sống khỏe mạnh hơn, nhiều thời gian rảnh rỗi hơn, sống tự do.... Tuy nhiên, con người không những không thể đem tiền của theo mình vào cuộc sống bên kia;⁷ mà đã vậy, tiền của còn có thể gây ra bạo lực vì bị chiếm đoạt bất chính!⁸ Mặc cho sự khẳng định rất hay rằng tiền của hoàn toàn có thể tạo ra cơ hội để chủ sở hữu đạt được hạnh phúc, chứ không phải là “không mang đến cho chúng ta hạnh phúc”,⁹ nhưng vấn đề trở ngại chính là tiền của đã không được sử dụng đúng mục tiêu hoặc không đúng cách thức! Thật vậy, trong định hướng loan báo Tin Mừng, đối với Ki-tô hữu chân chính, tiền của cũng như mọi sự khác có các mục đích trung gian và tối hậu thật rõ ràng; theo đó, việc không được sử dụng đúng mục tiêu hoặc cách thức khiến tiền của có thể được sánh ví như vệ đường, sỏi đá, bụi gai... mà không là đất tốt.¹⁰

Vâng, căn cứ vào “Dụ ngôn người gieo giống”¹¹ trong “Tin Mừng Chúa Giê-su Ki-tô theo Thánh Mát-thêu” một cách đầy đủ

⁶ Mt 13,4-9.

⁷ X. APV 19,8.

⁸ X. APV 19,9.

⁹ APV 19,9.

¹⁰ X. Mt 13,4-9.

¹¹ X. Mc 4,3-9; Lc 8,5-8. Trong văn chương Do-thái, người ta thường sử dụng rất nhiều dụ ngôn. Khi đi loan báo Tin Mừng, Chúa Giê-su cũng vậy, đã thường xuyên và rất khéo léo khi sử dụng các dụ ngôn để trình bày, giảng dạy về mầu nhiệm Nước Trời.

hơn chẳng hạn,¹² ta có thể đưa ra chút suy tư như sau: “Có hạt lúa nào / gieo chẳng may / rơi xuống bên vệ đường / Thì cứ sự thường / nảy mầm có / nhưng khó mà mọc rễ / Chim trời vì thế / sẽ ăn mất / không còn vết tích gì / Hạt lúa bị thí / mới hay rằng / đời mình thật lãng phí / Có hạt lúa nhí / gieo chẳng may / rơi vào trong bụi gai / Tất sẽ chẳng sai / có nảy mầm / và mọc rễ thành cây / Nhưng chỉ có vậy... / cây còi cóm / thiếu ánh sáng và nghẹt / Lúa bị bắt chẹt / mới hay rằng / đời mình vô tích sự / Niềm vui... thứ tự... / hạt ba mươi / hạt sáu mươi một trăm / Gieo trên ruộng bằm / nước đầy ắp... / phân đủ... người cần mẫn / Làm cỏ nhiều lần / chăm chút kỹ / ngừa bệnh với sâu rầy / Lúa mọc... phân phân... / tuổi dậy thì / làm đòng rồi kết trái / Ai nấy hăng hái / làm cỏ nhiều lần / chăm chút kỹ / ngừa bệnh với sâu rầy / Lúa mọc... phân phân... / tuổi dậy thì / làm đòng rồi kết trái / trĩu nặng hạt ba mươi / sáu mươi và một trăm”.¹³

Câu hỏi gợi ý thảo luận

1. Theo bạn, trong bầu khí Hội Thánh hiệp hành như hiện nay, người Công giáo cần phải sống “hiệp thông, tham gia, và sứ vụ” như thế nào để có thể góp phần thiết thực vào công cuộc loan báo Tin Mừng cho muôn dân? Tiền của cần phải được sử dụng như thế nào, cần đóng vai trò như thế nào trong công cuộc truyền giáo?
2. Với viễn cảnh lạc quan của công cuộc loan báo Tin Mừng của Giáo hội, câu nói của Thầy Giê-su “có hạt được một trăm, có hạt sáu mươi, có hạt ba mươi...” luôn được coi là một khẳng định rất tích cực; nhưng nếu “có hạt được 20, hạt được 10, thậm chí có hạt chỉ được 1” thì sao?
3. Thế còn hạt lúa gieo trên thửa đất “tả quân Lê Văn Duyệt”, trong cái nhìn lạc quan và nghiêm túc của bạn, đã nảy sinh hoa trái được bao nhiêu: “... ba mươi, hay sáu mươi, hay một trăm...”? Còn bạn và những người chung quanh thì sao? Đang ở trong hoàn cảnh nào?

12-8-2022, GTHH

¹² Mt 13,1-23.

¹³ Bằng Hữu và Nhóm Bạn, *Sỏi đá vẫn cần có nhau* (TP. HCM: Nxb. Tôn Giáo, 2020), T35, số 56-63.

TIN TỨC – SINH HOẠT

TIN CỘNG ĐOÀN LCTX TGP SÀI GÒN

THÁNH LỄ KÍNH LCTX TRONG THÁNG 09/2022 CỦA TGP SÀI GÒN VÀ CÁC GIÁO HẠT

Kính mời Quý Ông-Bà-Anh-Chị-Em tham dự Thánh Lễ Kính LCTX tại các địa điểm sau:

TỔNG GIÁO PHẬN:

NHÀ THỜ HUYỆN SỸ, Số 1, Tôn Thất Tùng, P. Phạm Ngũ Lão, Q.1, TP.HCM; Lúc 15h, Thứ sáu hằng tuần (Chương trình: 14h00: Tôn Sùng Trái Tim Đức Mẹ. 14g30: Sùng kính Lòng Chúa Thương Xót. 15h00: Thánh Lễ Kính Lòng Chúa Thương Xót).

- Ngày 02/09/2022; **Chủ Tế: LM Giuse Nguyễn Mạnh Hùng**, Giáo xứ Thánh Phanxicô Xaviê, hạt SG – CQ.

- Ngày 09/09/2022; **Chủ Tế: LM Antôn Nguyễn Ngọc Sơn**.

- Ngày 16/09/2022; **Chủ Tế: LM. Giuse Nguyễn Phát Tài**, Giáo xứ Tân Thông, Gp. Phú Cường.

- Ngày 23/09/2022; **Chủ Tế: LM Giuse Đặng Chí Lĩnh**, TTMV Tgp Sài Gòn.

- Ngày 30/09/2022; **Chủ Tế: LM Giuse Phạm Văn Trọng**, Đại Chủng Viện Thánh Giuse Sài Gòn.

CÁC GIÁO HẠT:

HẠT CHÍ HÒA: Nhà Thờ Khiết Tâm (28, đường Long Hưng, P.7 Q. Tân Bình) lúc 17g00, ngày 06/09/2022 (thứ ba ĐT). **Chủ tế: LM. Phêrô Nguyễn Văn Giáo**, Chánh xứ Gx Khiết Tâm, Linh hướng CĐ LCTX hạt Chí Hòa.

HẠT GIA ĐÌNH: Nhà thờ Bình Hòa (93/9 Nơ Trang Long; P. 11; Q. Bình Thạnh) lúc 17g00, ngày 14/09/2022.

HẠT HỌC MÔN: Nhà Thờ Bùi Môn (4/2, Ấp Tân Tiến, xã Xuân Thới Đông, huyện Hóc Môn) lúc 15g00, ngày 03/09/2022, **Chủ Tế: LM Gioan B. Trần Văn Trí**, Chánh xứ Gx Bùi Môn.

HẠT SÀI GÒN-CHỢ QUÁN: Nhà Thờ Chợ Quán (120, Trần Bình Trọng, P.2, Q.5) lúc 15g00, ngày 28/09/2022. **Chủ Tế: LM. Gabriel Trịnh Công Chánh**, Chánh xứ Gx Chợ Quán, Linh hướng CD LCTX hạt SG-CQ.

HẠT TÂN ĐỊNH: Nhà thờ Thánh Phaolô 3 (220/101, Lê Văn Sỹ, P.14, Q.3) lúc 17g 00, ngày 01/09/2022 (thứ năm ĐT), **Chủ Tế: LM. Michael Phạm Trường Trinh**, Chánh xứ Gx Phaolô 3, Linh hướng CD LCTX hạt Tân Định.

HẠT TÂN SƠN NHÌ: Nhà thờ Tân Hương (162 Tân Hương, P. Tân Quý, Q. Tân Phú), lúc 15g00, ngày 06/09/2022 (thứ Ba đầu tháng). Chủ tế: **LM. Đa Minh Vũ Ngọc Thủ**, Linh hướng CD LCTX hạt Tân Sơn Nhì.

HẠT THỦ ĐỨC: Nhà Thờ Thánh Nguyễn Duy Khang (32, đường 25, Kp 1, P. Linh Đông, Q. Thủ Đức) lúc 15g00, ngày 09/09/2022, **Chủ Tế: LM. Phêrô Lê Hoàng Chương**, Chánh xứ Gx Thánh Nguyễn Duy Khang, Linh hướng CD LCTX hạt Thủ Đức.

HẠT XÓM MỚI: Nhà Thờ Đức Mẹ Hằng Cứu Giúp (730/29, Lê Đức Thọ, P.15, Q. Gò Vấp) lúc 15g30, ngày 01/09/2022 (thứ năm ĐT), **Chủ Tế: LM Giuse Nguyễn Văn Thanh**, Chánh xứ Gx Đức Mẹ HCG.

Trước Thánh Lễ, có giờ Cầu nguyện Tôn sùng LCTX.

DANH SÁCH AN NHÂN THÁNG 07/2022

DANH SÁCH XIN BẰNG AN NHÂN CD LCTX TGP SÀI GÒN:

HẠT XÓM MỚI:

1. Têrêsa Nguyễn Thị Huệ, Giáo xứ Bắc Dũng.
2. Lh. Anna Nguyễn thị Nhung, Giáo xứ Đức Mẹ Hằng Cứu Giúp.
3. Têrêsa Đào Thị Hiền, Giáo xứ Thạch Đà.
4. Lh. Anna Maria Nguyễn Thị Cúc, Giáo xứ Bắc Dũng
5. Lh. Alphongsô Vũ Bằng An, Giáo xứ Hà Đông.

HẠT HỌC MÔN:

1. Maria Nguyễn Thị Thanh Tâm & Anna Nguyễn Thị Phái, Giáo xứ Bùi Môn.

- Đaminh Nguyễn Văn Thông & Maria Nguyễn Thị Tuyết Mai, Giáo xứ Bùi Môn.

HẠT CHÍ HÒA:

- Ông Trần Văn Thu, Giáo xứ Tân Dân.
- Bà Lê Thị Hoa, Giáo xứ Tân Dân.

HẠT THỦ ĐỨC:

- Anna Nguyễn Thị Tâm, Giáo xứ Tam Hải.

ÂN NHÂN ĐÓNG GÓP GIÚP CÁC EM DÂN TỘC XÊ ĐĂNG, GP. BAN MÊ THUẬT:

- CD LCTX Hạt Học Môn: 5.000.000đ.
- CD LCTX Giáo xứ Mân Côi, hạt Gò Vấp: 1.000.000đ.

Cha Tổng Linh hướng và Ban Chấp hành CD Lòng Chúa Thương Xót Tgp Sài Gòn chân thành cảm ơn Quý Ân nhân. Nguyên xin Thiên Chúa, Đấng Từ Bi – Thương Xót bù đắp xứng đáng cho lòng quảng đại của Quý Vị.

CHÚC MỪNG BỔN MẠNG

Hòa chung niềm vui cùng Giáo Hội hoàn vũ mừng kính lễ Thánh Vinh Sơn Phaolô, linh mục, ngày 27/9.

**CỘNG ĐOÀN LÒNG CHÚA THƯƠNG XÓT LIÊN GIÁO PHẬN
Kính Chúc Mừng Lễ Bổn Mạng**

**ĐỨC CHA VINH SƠN NGUYỄN VĂN BẢN,
Giám mục Gp Ban Mê Thuật**

Nguyên xin Thiên Chúa, qua lời cầu bầu của Thánh Quan thầy, tuôn đổ muôn ơn lành trên Quý Đức Cha.



TIN HIỆP HỘI LÒNG CHÚA THƯƠNG XÓT GIÁO PHẬN XUÂN LỘC: SINH HOẠT ĐỊNH KỲ - THỨ SÁU ĐẦU THÁNG (08.2022) *(Xin xem hình ở trang bìa)*

I. BẢN TIN HIỆP HỘI LCTX GIÁO HẠT TÂN MAI – GIÁO PHẬN XUÂN LỘC

Tháng 8 hằng năm, tháng mà Giáo Hội mừng Lễ Chúa Hiển Dung, là cơ hội thật thích hợp để diễn tả Lòng Thương Xót của Chúa đến cho muôn người. Vì sao Chúa lại hiển dung? Còn gì khác hơn là vì Tình Yêu! Phải, vì yêu thương nhân loại, đại diện qua ba tông đồ trung tín, mà Chúa đã tỏ mình ra cho họ thấy vinh quang của Người. Ánh sáng hiển dung là niềm hy vọng cho những con tim đang chán nản, là động lực để nhân loại vững bước trên con đường Tin Mừng. Trước ánh sáng rực rỡ, tuyệt đẹp ấy, thánh Phêrô đã xin được ở lại, dầu ông nào biết phải qua "thập giá thì mới đến vinh quang". Nhưng trước ánh sáng Tình yêu ấm áp ấy, chắc hẳn thánh Phêrô, cũng như mỗi Kitô hữu, đều dám xác quyết rằng, đau khổ phải chịu, thập giá phải vác là đáng chi, khi phần thưởng là được dim mình trong LCTX đến muôn đời.

Hưởng ứng lời mời gọi của quý Đức Cha, toàn thể Giáo Phận Xuân Lộc, và cách riêng là giáo hạt Tân Mai tiếp tục bước đi trên con đường "Lòng Thương Xót", mở lòng đón nhận LTX của Chúa là con đường nối kết Thiên Chúa với con người, nối kết các thể hệ với nhau.

Sau hai năm lỡ hẹn (tháng 8/2020 và tháng 8/2021) vì đại dịch Covid 19, Hiệp hội LCTX Giáo hạt Tân Mai không thể đi hành hương thường kỳ tại trung tâm LCTX Giáo Phận tại Gx. Suối Cát. Vì thế, hôm nay thứ sáu 05/08/2022 đến phiên hành hương của Hiệp hội LCTX hạt Tân Mai, tất cả các thành viên thuộc Hiệp hội LCTX của 18 Giáo xứ Hạt Tân Mai vui mừng tham dự buổi hành hương thật đông vui và phấn khởi.

Ngay từ 12 giờ 30 trưa thứ sáu 05/08/2022, các giáo xứ đã khởi hành đến Gx. Suối Cát, trung tâm LCTX Giáo Phận. Mặc dù tháng 8 hay có những cơn mưa bất chợt, nhưng qua Ý Chúa quan phòng, bầu trời Suối Cát hôm đó thanh cao, nắng ấm cùng gió nhẹ. Ngọn núi Chúa Chan sừng sững, xanh niềm vui hy vọng như diễn tả "Chúa Chan Lòng Thương Xót Chúa". Khung cảnh thanh bình ấy

xoa dịu những tâm hồn thành tâm đến đây với những ý khẩn, lời nguyện. Chắc hẳn, những tâm hồn ấy khi trở về, được đầy tràn ơn bình an, ơn biến đổi, ơn hoán cải của LCTX, không chỉ cho bản thân mà còn cho thân nhân và cho hết mọi người.

15 giờ 00 bắt đầu giờ Cầu Thánh Thể do Cha Giuse Trần Phú Sơn, Đặc Trách HHLCTX Giáo Phận chủ sự. Mọi người sốt sắng lắng đọng tâm hồn trước Thánh Thể như nghe Chúa mời gọi: *"Tất cả những ai đang vất vả mang gánh nặng nề, hãy đến cùng tôi, tôi sẽ cho nghỉ ngơi bồi dưỡng"* (Mt 11, 28).

Đặc biệt trong Thánh lễ hôm nay, cộng đoàn vui mừng được chào đón Đức Cha Gioan Đỗ Văn Ngân, Giám Mục Giáo Phận. Đúng 16 giờ, Thánh lễ bắt đầu với đoàn rước cung nghinh Tượng LCTX, cùng với Đức Cha Gioan, Cha Giuse - Đặc Trách HHLCTX Giáo Phận, Cha Gioan Baotixita - Đặc Trách HHLCTX giáo hạt Tân Mai, Quý Cha trong Hạt Gia Ray, Long Khánh và Tân Mai.

Trong phần mở đầu Thánh Lễ Kính Chúa Hiển Dung, Đức Cha Gioan đã mời gọi: *"Anh Chị Em hôm nay từ Hạt Tân Mai và từ các nơi đến dự thánh lễ này, chúng ta hãy dành trọn thánh lễ này hướng về Chúa, chúng ta hãy để ra ngoài tất cả các chia trí làm cản trở chúng ta cầu nguyện. Lời cầu nguyện của chúng ta sẽ được Chúa lắng nghe, lời cầu nguyện của chúng ta sẽ được đặt vào Trái Tim Lòng Chúa Thương Xót, là lời cầu nguyện của những người khiêm nhường và Chúa là Đấng giàu lòng xót thương gìn giữ chúng ta. Anh Chị Em hãy vượt lên trên tất cả những cái bề ngoài để đi vào trong sự kết hợp tâm hồn mình với Chúa. Và như vậy, đời sống đức tin và lòng sùng kính Chúa Thương Xót của chúng ta mới thực sự trở nên ý nghĩa, trở nên sống động trong Trái Tim Chúa. Trong ý nghĩa của ngày Lễ kính Chúa Hiển Dung, Chúa tỏ mình trên núi Tabor, xin cho mẫu nhiệm Chúa tỏ mình giúp chúng ta biết chạy đến với Lòng Chúa Thương Xót cách mạnh mẽ hơn, và càng có nền tảng vững vàng hơn"*.

Bầu khí Thánh lễ hôm nay thật sốt sắng, dẫu nhà thờ Giáo xứ Suối Cát khá lớn, nhưng trong nhà thờ đã chật kín người, một số đông giáo dân phải ngồi hai bên hành lang. Dòng người tiến lên rước lễ thật đông, vì trước Thánh Lễ quý cha đã ngồi tòa, cố gắng tạo điều kiện tốt nhất có thể, giúp hồi nhân lãnh nhận Bí tích Hòa

giải để được ơn tha thứ và chúc lành của Chúa: "*Con hãy về bình an và đừng phạm tội nữa*".

Kết thúc Thánh lễ trong tâm tình Tạ Ơn Thiên Chúa, ông Trưởng Ban Phục Vụ HHLCTX Hạt Tân Mai, dâng lời tạ ơn Thiên Chúa, và tri ân Đức Cha Giáo Phận, Quý Cha Quản Hạt, Quý Cha Đặc Trách HHLCTX và Quý Cha Đồng Tế, Quý Chức BHG, Các Giới, Các Đoàn Thể trong Gx. Suối Cát đã cộng tác, giúp đỡ để Thánh Lễ trong ngày hành hương được diễn ra trang nghiêm, tốt đẹp.

Cộng đoàn hành hương của HHLCTX giáo hạt Tân Mai tin tưởng rằng, qua hướng dẫn và lời cầu nguyện của Đức Cha Chánh Giáo và Quý Cha hạt Gia Ray, Quý Cha hạt Tân Mai, tất cả thành viên trong HHLCTX Giáo hạt Tân Mai nói riêng và trong HHLCTX Giáo phận nói chung, luôn luôn sống tín thác tuyệt đối vào LTX của Thiên Chúa trong suốt hành trình đức tin dương thế.

Xin cho mọi người chúng ta được luôn ở trong Trái Tim Lòng Chúa Thương Xót.

BPV. HHLTX Hạt Tân Mai

Hình ảnh minh họa trên trang bìa: **Ban Truyền Thông Suối Cát**

II. CHƯƠNG TRÌNH THÁNH LỄ KÍNH LÒNG CHÚA THƯƠNG XÓT

Tại Gx. Suối Cát, thứ Sáu, ngày 02/9/2022

Giáo hạt Biên Hòa phụ trách

Chủ đề: GÓP PHẦN BẢO VỆ MÔI SINH.

"Cha Ta làm việc liên lý, Ta cũng làm việc như vậy" (Ga 5, 17).

THÁNH LỄ: CẦU NGUYỆN CHO VIỆC BẢO VỆ MÔI TRƯỜNG

Ý cầu nguyện: Cầu cho việc chăm sóc công trình tạo dựng, ý thức giữ gìn môi trường xung quanh xanh, sạch, đẹp.

Chương trình tổng quát (chiều):

14g00' – 14g45': Đón tiếp

14g45' – 15g45': Giờ Cầu kính Lòng Chúa Thương Xót

15g45' – 16g00': Giải lao

16g00' – 17g30': Thánh lễ (Đức Cha chủ sự)

- Kết thúc.

Lm. Giuse Trần Phú Sơn

Đặc trách HH. LCTX – Gp. XL

DIỄN ĐÀN

BỆNH MÃN TÍNH ĐƯA TÔI ĐẾN GẦN CHÚA

ALLISON BROWN

TRÂM THIÊN THU (chuyển ngữ từ CatholicExchange.com)



Có nhiều cách Chúa kêu gọi chúng ta đến với Ngài. Với một số người, đó có thể là những lời đơn giản của một người bạn trung thành hoặc những lời mạnh mẽ trong Kinh Thánh. Với những người khác, như bản thân tôi, tôi đoán Chúa quyết định phải trực tiếp và cá nhân hơn.

Từ hồi còn trẻ, tôi đã hoạch định tương lai của mình. Tôi muốn hoàn thành chương trình học rồi vào đại học để nghiên cứu tâm lý học và kịch nghệ. Tôi muốn viết một cuốn sách và làm việc với trẻ em. Tôi không có kế hoạch kết hôn cho đến khi tôi 30 tuổi, và tôi cũng không có kế hoạch sinh con cho đến năm 35 tuổi.

Ngay trước sinh nhật thứ 13, cuộc sống của tôi đã thay đổi đáng kể. Tôi được chẩn đoán mắc chứng đau cơ viêm não và cột sống (còn được gọi là hội chứng mệt mỏi mãn tính) sau khi gần như nằm liệt. Những ước mơ về tương lai tan thành mây khói khi tôi đếm số tuần bị bệnh, đầy tháng rồi tròn năm. Nhìn lại gần 40 năm cuộc đời, tôi có thể nhận thấy cách Chúa dùng đau khổ của tôi để đưa tôi đến gần Ngài hơn.

Nhìn lại, tôi thấy Chúa đã chuẩn bị cho tôi một cuộc sống rất khác. Trong trò chơi trẻ con, tôi sắp đặt tất cả búp bê khi tôi đóng giả làm mẹ của nhiều đứa con. Bộ phim yêu thích của tôi luôn luôn là phim "The Sound of Music – Tiếng Nhạc". Ở trường trung học, tôi đã cố gắng để trẻ ngời và dạy kèm cho một cô bé mắc hội chứng Down, em đã mở rộng trái tim của tôi cho những đứa trẻ có nhu cầu lớn hơn.

Lúc đầu, tôi từ bỏ kế hoạch của mình khi tôi khoảng 16 tuổi. Tôi đã phải chịu đựng rất nhiều vì bệnh tật của mình. Cha tôi đã đưa tôi đến một bác sĩ chuyên khoa, và trong cuộc hẹn đặc biệt này, tôi

đoán bạn có thể nói rằng chúng tôi cảm thấy tuyệt vọng. Tôi đã đấu tranh rất nhiều. Tôi hầu như không thể hoạt động tốt nhất vào những thời điểm tốt nhất vì kiệt sức và mệt mỏi, đau nhức cơ thể, buồn nôn, suy nhược, ngất xỉu, rối loạn nhận thức nghiêm trọng và các vấn đề về trí nhớ.

Ngồi trong phòng mạch, bác sĩ quay sang tôi và nói: "*Tôi có điều này mà tôi nghĩ sẽ giúp được cô. Điều đó không được hợp pháp hóa ở Úc nhưng tôi có thể lấy được nó từ Mỹ*". Bỗng dưng tất cả những giấc mơ của tôi đều có thể, tôi có thể có lại cuộc sống của tôi. Tôi có cảm giác như ông ấy đang cung cấp cho tôi mọi thứ trên một đĩa bạc. Bác sĩ nói tiếp: "*Nhưng có thể cô sẽ không thể có con, vì nó sẽ ảnh hưởng đến khả năng sinh sản của cô*". Tôi đã không do dự, và nói ngay: "*Không*". Lúc đó tôi cầm lấy Thánh Giá, cũng là lần đầu tiên tôi không còn là nạn nhân nữa. Tôi đã trở thành một chiến sĩ. Một chiến binh thực sự.

Đây là lần đầu tiên tôi tỉnh táo đưa ra quyết định từ bỏ mọi ước mơ và dự định cho tương lai. Mặc dù tôi không nhận ra rằng những gì tôi đang làm là chấp nhận kế hoạch của Thiên Chúa dành cho chính mình và những gì là phân nhánh cuối cùng. Đức tin của tôi không sâu sắc, vẫn là đức tin rất trẻ con với nhiều vấn đề và cố gắng. Tôi tạ ơn Chúa vì Ngài đã ban cho tôi sự khôn ngoan và sức mạnh để nói không với vị bác sĩ đó.

Điều này đã tiếp diễn với tôi trong suốt cuộc hôn nhân và những năm sinh con. Chúng tôi kết hôn khi tôi 20 tuổi. Chúng tôi gặp nhau qua cha tôi khi tôi 16 tuổi, và bắt đầu hẹn hò khi tôi 17 tuổi. Lúc đó chồng tôi không theo đạo Công giáo, chưa rửa tội cho đến sau khi chúng tôi kết hôn và đưa con đầu lòng sinh ra. Mãi đến nhiều năm sau, tôi mới biết rằng sinh nhật của chồng tôi vào ngày lễ Thánh Bông Hoa Nhỏ Têrêsa, vị thánh mà tôi tôn sùng đặc biệt từ khi tôi còn là một đứa trẻ. Tôi sinh con đầu lòng năm 21 tuổi và sinh con út năm 35 tuổi. Tôi đã mang thai 12 lần trong 19 năm: 4 lần sẩy thai và 8 lần sinh sống (kể cả trẻ sinh non ở NICU – Neonatal Intensive Care Unit, khu săn sóc đặc biệt cho trẻ sơ sinh). Tôi có 6 đứa con tự kỷ phải chăm sóc, cùng với một số điều kiện y tế rất khó khăn đối với chúng, bao gồm ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder, rối loạn tăng động giảm chú ý), rối loạn lo

âu nghiêm trọng, chậm hoặc kém khả năng nói, các vấn đề về giác quan, dị ứng và hen suyễn mãn tính.

Theo nghĩa đen, tôi dành phần lớn thời gian mang thai trên chiếc ghế vì yếu quá không thể di chuyển. Trong hầu hết các lần mang thai, tôi đều được chẩn đoán mắc bệnh tiểu đường, tiền sản giật và huyết áp cao. Thông thường, mọi thứ sẽ trở nên tồi tệ đến mức không thể làm gì khác ngoài việc đặt tất cả vào tay Chúa. Chồng tôi thường xuyên phải nghỉ làm, vừa đưa tôi ra vào bệnh viện vừa phải chăm sóc lũ trẻ.

Tôi chắc chắn rằng ở bên ngoài mọi thứ trông giống như nó đang sụp đổ. Có lẽ đã một lần. Nhưng chúng tôi cũng học được sức mạnh của lời cầu nguyện và sự chuyển cầu của các thánh. Chúng tôi đã phải đầu hàng và để Chúa đảm nhận. Chúa không bao giờ làm chúng tôi thất vọng. Đối với chúng tôi, điều vô cùng quan trọng là phải chung thủy và cởi mở với cuộc sống hôn nhân, bất kể chúng tôi sẽ phải nhận bao nhiêu áp lực từ mọi người, kể cả bác sĩ đề nghị tôi phá thai hoặc những người tìm cách tránh thai cho chúng tôi. Mặc dù có lúc chúng tôi gặp khó khăn, nhưng chúng tôi biết rằng Thiên Chúa có kế hoạch và ý muốn dành cho chúng tôi, cuối cùng sẽ tạo ra nền tảng vững chắc cho hôn nhân và gia đình của chúng tôi.

Những khó khăn và vất vả do căn bệnh mãn tính luôn hiện hữu. Qua nhiều năm, đã có những lần tôi phải trườn bò để trông con vì quá kiệt sức và yếu ớt, không thể đi lại được. Có những lúc vì kiệt sức đến mức chân tay run rẩy, nói ngọng ngịu và tình trạng rối loạn nhận thức khiến tôi quên từ ngữ hoặc không hiểu câu nói. Tôi đau khớp, đau cơ và nhức xương khắp cơ thể. Tôi cũng đau mô, đau da và đau các đầu dây thần kinh. Từ đầu đến chân, cả mặt mũi đều đau nhức. Bất cứ thứ gì chạm vào da tôi, kể cả quần áo, cũng làm tôi đau. Khi cơn đau đến mức tồi tệ nhất, tôi phải nhờ vào những miếng dán giảm đau. Cơ thể của tôi không điều chỉnh nhiệt độ tốt, tim tôi có xu hướng đập rất nhanh hoặc lệch nhịp. Huyết áp của tôi có xu hướng giảm thấp khi chỉ ngồi hoặc đứng. Khi tôi sắp nổi nóng hoặc suy sụp, tôi có những vết bầm tím xuất hiện, các tuyến dưới cánh tay và ở cổ sưng lên rất đau. Tôi còn bị chứng đau nửa đầu từ năm 10 tuổi.

Kể từ lần mang thai cuối cùng, tôi đã được chẩn đoán mắc bệnh tiểu đường loại 2 và bệnh thận. Chồng tôi làm việc chăm chỉ để hỗ trợ tất cả chúng tôi và thường xuyên phải gánh vác việc nhà vì tôi càng ngày càng phải vật lộn với nỗi đau và thiếu năng lượng, suy nhược não và lẫn lộn, tôi càng già đi. Chúng tôi tín giao cho Chúa tương lai và phần đời hôn nhân còn lại khi chúng tôi rời xa những năm tháng sinh con và mong chờ kỷ niệm 20 năm hôn nhân trong năm 2022 này.

Qua nhiều năm, tôi đã đấu tranh hết sức để cố gắng hiểu mục đích sống của mình là gì. Làm sao cuộc đời tôi có thể có bất kỳ ý nghĩa hay mục đích thực sự nào mà tất cả những gì tôi có thể làm là nằm trên giường, quá ốm yếu nên không thể ra khỏi nhà? Tôi đã dành nhiều năm để đặt câu hỏi: "*Tại sao lại là tôi?*". Tôi nhìn xuống và tập trung vào vấn đề ít quan trọng nhất.

Khi tôi đọc về Thánh GH Gioan Phaolô II, mọi thứ trở nên rõ ràng. Ngài đến thăm những người bệnh trong bệnh viện, hướng dẫn họ cầu nguyện và nói rằng họ vẫn còn mục đích sống, mặc dù họ bị bệnh và nằm liệt giường. Tôi đã rơi nước mắt khi Chúa mang đến sự trong sáng mà tôi đang tìm kiếm. Trong lúc đau đớn tột cùng do chứng đau cơ xơ hóa, tôi bắt đầu cầu nguyện và dâng nỗi đau đớn lúc đó để cầu cho người khác và cho những linh hồn trong Luyện Ngục, đặc biệt là cho những linh hồn bị lãng quên. Đó là lần đầu tiên trong đời tôi được trải nghiệm niềm vui khác thường. Sự tách rời là một chủ đề mạnh mẽ. Tôi phải học cách buông bỏ mọi thứ và đặt mình vào tay Chúa vì thập giá quá nặng khi tôi vác một mình. Thật không thể chịu nổi!

Thiên Chúa đã kêu gọi tôi cầu nguyện và sử dụng những đau khổ của tôi để cứu rỗi người khác.

Ngài đã dạy tôi chịu đựng một cách vui vẻ. Rằng khi chúng ta đau khổ vì ý Chúa và phù hợp với kế hoạch của Ngài, chúng ta đang làm việc với Ngài, cộng tác với Ngài vì sự cứu rỗi đời đời của thế giới. Từ chối thập giá là từ chối Chúa Giêsu Kitô, và tôi không thể làm như vậy. Vác thập giá không được coi là một việc dễ dàng và thoải mái. Nó lộn xộn và đau đớn, nhưng có nét đẹp trong đó. Vẻ đẹp được tìm thấy trong niềm hy vọng của Chúa là chính Chúa Giêsu Kitô, Đấng làm cho mọi sự trở nên khả thi. Qua thập giá bệnh

tật, tôi đã học được cách trân trọng sự đơn giản của cuộc sống. Những khoảnh khắc nhỏ nhất trong cuộc sống thường là những khoảnh khắc sâu sắc nhất. Sự sống và phẩm giá con người có giá trị nhất và đáng đấu tranh nhất từ lúc thụ thai cho đến lúc chết tự nhiên. Tôi đã trưởng thành để hiểu biết và chấp nhận mục đích của đau khổ trong đời tôi và trên thế gian này.

Đau khổ đã khiến tôi tìm đến Chúa nhiều hơn. Nó không làm mất niềm tin của tôi, nhưng làm tăng đức tin của tôi. Bây giờ tôi có thể nhìn lên, tập trung vào Thiên Đàng, chấp nhận và nói một cách dễ dàng: *"Tại sao không phải là tôi?"*. Chúa đã kêu gọi tôi và tôi đã đáp lại. Câu trả lời của tôi không phải lúc nào cũng hoàn hảo và không phải lúc nào cũng dễ dàng "xin vâng," nhưng ngay cả một câu "xin vâng" không hoàn hảo nhỏ bé cũng dẫn đến một câu trả lời lớn lao hơn, hoàn hảo hơn.

Nhận biết tôi có thể kết hiệp với Chúa Giêsu qua thập giá của chính mình đã đem lại cho tôi sức mạnh và niềm vui lớn lao. Niềm vui đó tôi chưa bao giờ thực sự hiểu được cho đến khi tôi đã trải qua nó trong suốt thời gian đau đớn và khổ sở về thể xác. Niềm vui đó đem lại cho tôi niềm hy vọng, và niềm hy vọng này biến sự đau khổ của tôi thành mục đích phục vụ vì Chúa và vì người khác. Như vậy, sự đau khổ này lấp đầy cuộc sống có mục đích và ý nghĩa của tôi, ngay cả khi tôi nằm liệt giường. Việc nhận biết này lấp đầy trái tim tôi và cho tôi cảm giác có giá trị. Có thể tôi không thành công trong con mắt của thế gian. Có thể tôi không làm được gì nhiều, ngày này qua ngày khác. Nhưng nhờ Chúa Giêsu, tôi có thể đem lại ý nghĩa và mục đích, không chỉ cho cuộc đời tôi mà còn cho những đau khổ của tôi. Qua chiều sâu thăm đau khổ của tôi, Thiên Chúa đã bày tỏ chính Ngài, làm cho tôi và gia đình tôi nhận biết chính Ngài. Thiên Chúa đã đem lại mục đích cho sự đau khổ của tôi, và đưa tôi đến gần hơn trong sự kết hợp với chính Ngài.

Quý vị có nhu cầu hiệp thông cầu nguyện, xin email về

longthuongxotgp@yahoo.com

longthuongxotgp@gmail.com

để cộng đoàn cùng hiệp thông cầu nguyện



CHIÊM NGẮM TÌNH YÊU

J.B Lê Đình Nam

Đối với người đời, hình ảnh thập giá là một điều gì đó đau đớn tột cùng và một sự thất bại thê thảm. Tuy nhiên, với người Công giáo thì khác, thập giá là biểu tượng của hy sinh, của tình yêu và vinh quang.

Hôm nay Giáo hội mời gọi chúng ta cùng nhau suy tôn Thánh giá, tức là chiêm ngắm tình yêu tự hủy của Thiên Chúa dành trọn cho con người. Chính nơi thập giá ấy, ơn cứu chuộc đã đến với con người và cánh cửa trong thân phận làm con Thiên Chúa được rộng mở.

Chúa Giêsu đã không chỉ tự hạ mình để đến với nhân loại trong thân phận con người. Nhưng hơn thế nữa, Ngài đã tự hiến thân mình trên cây thập giá để tình yêu và lòng thương xót của Thiên Chúa được tuôn đổ trên con người.

Thay vì thập giá là biểu tượng của sự ô nhục và thất bại thì ngang qua cái chết của Đức Giêsu, thập giá đã trở nên biểu tượng của sự chiến thắng tội lỗi và đem lại vinh quang cho con người bằng một tình yêu vô vị lợi.

Thay vì thập giá là biểu tượng của sự đau khổ và vô cảm, thì ngang qua sự hiến thân của Đức Giêsu, thập giá đã trở nên biểu tượng của sự hòa giải và tình liên đới với Thiên Chúa bằng một tình yêu khiêm hạ.

Thay vì thập giá là biểu tượng của sự hận thù và chết chóc, thì ngang qua việc hy sinh mạng sống của Đức Giêsu, thập giá đã trở nên biểu tượng của một Đức tin tinh tuyền và một tình yêu son sắt mà Thiên Chúa dành tặng cho nhân loại.

Thật thế, mỗi một người Công giáo luôn xác tín rằng, thập giá không phải là một kết thúc, nhưng là một sự bắt đầu. Thập giá không phải là sự yếu đuối nhưng là sức mạnh của tình yêu đến nỗi thí mạng sống cho người mình yêu. Và thập giá không phải là sự chết, nhưng hơn thế đó chính là sự sống mới của con người trong tư cách làm con Thiên Chúa.

Suy tôn Thánh giá là cơ hội để chúng ta chiêm ngắm tình yêu của Thiên Chúa – Người là cội nguồn của tình yêu. Đây cũng là giây

phút thiết thực để mỗi chúng ta nhìn lại hành trình sống chứng nhân tình yêu của mình đối với Chúa và tha nhân.

Trong một thế giới đang mãi mê tìm kiếm vật chất như hôm nay, tình yêu dường như đang trở nên khan hiếm và rẻ mạt. Khi mà mọi thứ xung quanh đang được cung cấp một cách đầy đủ và tiện nghi hơn, thì xem ra tình yêu lại đang bị thiếu hụt và xem thường một cách trầm trọng.

Tình người đang được cân đong đo đếm bằng những lợi lộc vật chất và địa vị. Tình yêu nam nữ đang được xây dựng trên những quy chuẩn của tiền tài và dục vọng. Do đó, sự khủng hoảng đời sống gia đình đang trở nên báo động hơn bao giờ hết. Sự thờ ơ vô cảm trở nên lối sống chung của con người thời hiện đại. Và xã hội trở nên như một chiến trường của sự tranh giành, đấu đá và chỉ biết nghĩ cho riêng mình.

Một trong những nguyên nhân dẫn đến những đổ vỡ đó chính là sự thiếu vắng tình yêu. Và cốt lõi của nó chính là sự đánh mất niềm tin vào một Thiên Chúa – Đấng đầy tình yêu thương.

Lễ Suy tôn Thánh giá mời gọi chúng ta chiêm ngắm tình yêu vô tận của Thiên Chúa. Một tình yêu tự hạ để đến và sẻ chia với thân phận con người. Một tình yêu tự nguyện để đồng hành và thấu hiểu nỗi thống khổ của phận người. Một tình yêu tự hiến để hàn gắn tình nghĩa phụ tử của Thiên Chúa với con người.

Suy tôn Thánh giá không chỉ dừng lại ở việc nhận ra tình yêu hải hà của Thiên Chúa trên cuộc đời mình, mà còn mời gọi mỗi người chúng ta sống tình yêu đó một cách triệt để và cụ thể nơi cuộc sống hằng ngày. Để ngang qua đời sống chứng nhân đó, hình ảnh một Thiên Chúa đầy tình yêu thương và giàu lòng thương xót đến được với nhân loại đang quặn mình trong đau khổ và tội lỗi.

Dẫu biết rằng dòng đời vẫn còn đó lắm vất vả gian truân, nhưng sẽ đẹp biết mấy nếu mỗi chúng ta biết dành tình thương cho nhau. Xã hội sẽ trở nên giá trị và bình yên hơn nếu mỗi chúng ta biết tôn trọng phẩm giá con người bằng tình liên đới và sẻ chia trong cuộc sống. Và tất cả điều đó sẽ được bắt đầu khi mỗi chúng ta biết nhìn lên Thập giá Đức Kitô, chiêm ngắm tình yêu Thiên Chúa và thực hành tình yêu đó mỗi ngày trong đời.

MẸ MARIA LÀ EVÀ MỚI

Tu sỹ Jos. Vinc. Jos. Vinc. Ngọc Biển, SSP



Sự sống là điều quý giá mà Thiên Chúa ban tặng cho con người. Việc tổ chức mừng sinh nhật cho chính mình cũng như cho người khác là dịp nhắc nhở ta về sự quý giá đó để tạ ơn Thiên Chúa qua sự hiện hữu của mình hay của người khác.

Hôm nay, cùng với toàn thể nhân loại, chúng ta mừng sinh nhật Đức Trinh Nữ Maria. Ngài là Mẹ Đấng Cứu Chuộc và qua thiên chức cao cả đó, Mẹ cũng là mẹ các chi thể của Đức Kitô là chính chúng ta. Mừng lễ sinh nhật Đức Mẹ, chúng ta hiệp cùng Giáo Hội ca tụng, tung hô Mẹ: *"Lạy Mẹ, Mẹ Thiên Chúa, nhờ việc Mẹ sinh ra mà thế gian được tràn ngập hoan lạc và khích lệ, vì bởi lòng Mẹ, mặt trời công chính là Đức Giêsu đã đến trong thế gian, chính Người sẽ kéo chúng con ra khỏi sự chết và đưa vào đời sống vĩnh cửu"*. Và cùng với chính Mẹ, chúng ta ca tụng Thiên Chúa: *"Đấng Toàn Năng đã làm cho tôi biết bao điều cao cả, danh Người thật chí thánh chí tôn! Đời nọ tới đời kia, Chúa hằng thương xót những ai kính sợ Người"* (Lc 1, 49-50).

Thật vậy, ngày Mẹ sinh ra, cả Triều Thần Thiên Quốc và mọi loài mọi vật dưới đất hân hoan, vui mừng, hy vọng. Bởi vì Mẹ sinh ra báo hiệu thời cứu rỗi đã đến, là Rạng Đông đi trước Mặt Trời Công Chính là Đức Kitô. Mẹ chính là Sao Mai soi sáng và dẫn đưa nhân loại đến với Đức Kitô. Mẹ đến để phục hồi vai trò làm Mẹ Chúng Sinh mà Evà đã đánh mất do tội bất tuân. Mẹ chính là Evà mới, nghĩa là sự sống và là Mẹ của các người sống. Bởi vì như Evà đầu tiên đã được rút ra từ cạnh sườn của Adam, để trở nên một con người sống động thế nào, thì cũng vậy, Đức Maria, với tất cả rạng ngời của sự sống và vô nhiễm nguyên tội, Mẹ bước ra từ trái tim của Ngôi Lời vĩnh cửu là chính Đức Kitô, Đấng là nguồn mạch sự sống.

Mẹ Maria chính là ưu phẩm; là bảo vật mà Thiên Chúa đã giấu kín từ lâu; là hình ảnh đã được tiên báo trong Tiên Tin Mừng. Mẹ cũng

là quà tặng của Thiên Chúa cho nhân loại. Nơi Mẹ, Mẹ vừa là Nữ Tỳ của Thiên Chúa, vừa là Mẹ Ngôi Hai Nhập Thể, và Mẹ của toàn thể chúng sinh. Việc tuyển chọn Mẹ để trở thành Mẹ Thiên Chúa là một mẫu nhiệm cao cả, bởi vì liên hệ trực tiếp đến công trình cứu độ của Thiên Chúa nơi Đức Giêsu Kitô. Chính trong vai trò này, mà Mẹ đã góp phần của mình nhằm hoàn tất vai trò cứu độ loài người của chính Thiên Chúa.

Như vậy, chúng ta tôn kính Mẹ bởi vì Mẹ đã đón nhận thánh ý Thiên Chúa qua lời "*xin vâng*". Khi Mẹ đón nhận thánh ý Chúa như thế, Ngôi Hai Thiên Chúa đã Nhập Thể trong cung lòng Mẹ. Đây chính là một vai trò trọng yếu trong công trình cứu độ của Thiên Chúa nơi nhiệm vụ cứu độ của Người.

Nhưng khi tôn kính những ơn huệ của Mẹ không thôi thì chưa đủ, mà còn noi gương những nhân đức của Mẹ mới là những người con thảo hiếu của Mẹ trên trời.

Quả thật, Công đồng Vaticanô II đã nói: "*Lòng sùng kính chân chính... phát sinh từ một đức tin chân thật. Đức tin dẫn chúng ta đến chỗ nhìn nhận địa vị cao cả của Mẹ Thiên Chúa, và thúc đẩy chúng ta lấy tình con thảo yêu mến và noi gương các nhân đức của Mẹ chúng ta*" (LG 67).

Noi theo mẫu gương của Mẹ, chính là bắt chước những gương sáng của Mẹ để lại. Những mẫu gương nổi trội nơi Mẹ chính là: đức tin, đức ái, lòng khiêm nhường, tinh thần ngoan ngùy với Thiên Chúa trong vai trò là Nữ Tỳ của Người.

Lạy Chúa, ngày sinh nhật của Đức Giêsu Con Một Chúa, Chúa đã mở đầu kỷ nguyên cứu độ, thì hôm nay, ngày sinh nhật của Thánh Mẫu Người, xin Chúa cũng rộng ban muôn phúc lộc, và cho chúng con hưởng bình an. Chúng con cầu xin nhờ Đức Giêsu Kitô, Chúa chúng con. Amen!

Tài liệu Học tập Lòng Chúa Thương Xót rất mong sự đóng góp về bài vở và sự giúp đỡ của các nhà hảo tâm. Mọi thư từ, bài vở xin vui lòng gửi trước ngày 15 hàng tháng theo địa chỉ email:

longthuongxotgp@yahoo.com

longthuongxotgp@gmail.com

Xin dùng chữ Unicode

CON TIM RUNG ĐỘNG

Giuse Lê Đức Thắng, SJ



Mọi cuộc tình đều bắt đầu từ những rung động tinh tế nhất của con tim. Tác nhân có thể là ánh mắt, nụ cười, hành vi, cử chỉ hay một lời nói trầm ấm. Như mỗi lửa bắt đầu được nhen nhúm, sự rung động nhẹ nhàng ấy tiếp tục được ấp ủ, nuôi dưỡng và gìn giữ cách trân trọng để rồi tới một thời điểm nào đó người ta rơi vào trạng thái yêu lúc nào chẳng hay. Như vậy, nếu không có sự bắt đầu dù là nhỏ bé ấy thì không thể có hoa trái tình yêu được. Nói cách khác, nếu con tim ta không biết rung động trước một đối tượng nào đó thì ta sẽ chẳng có cơ may xây đắp lâu dài tình ái với họ.

Thiết nghĩ nguyên tắc trên cũng được áp dụng trong tương quan giữa con người với Thiên Chúa. Nhiều người mặc định rằng chỉ những linh mục tu sĩ hay những người được cho là đạo hạnh mới có đời sống thiêng liêng sâu sắc, số còn lại không bao giờ có kinh nghiệm về Thiên Chúa. Điều này hoàn toàn không đúng. Sự thật là tất cả mọi người đều có kinh nghiệm về Thiên Chúa theo cách này hay cách khác. Thậm chí ngay cả những người tuyên bố là vô thần hoặc không tin vào Thiên Chúa của Kitô giáo, họ vẫn không thể chối bỏ được kinh nghiệm về một thực tại siêu việt bên ngoài giới hạn của con người.

Từ cổ chí kim, từ đông sang tây, từ nhà bác học cho đến người thất học, không ai có thể tránh khỏi các câu hỏi tra vấn về nguồn gốc và cùng đích của vũ trụ, về đau khổ ở đời này hay về thực tại đằng sau cái chết. Con người sẽ mãi không ngừng thao thức tìm

kiếm, hay nói đúng hơn là họ sẽ luôn phải đối diện với những vấn đề không có lời giải đáp cuối cùng. Đó chính là lý do vì sao con tim chúng ta dễ dàng rung động trước những tín hiệu của thế giới tâm linh. Thế giới tâm linh ở đây không hẳn là những gì huyền bí hay ma thuật. Đúng hơn, đó chỉ là cách nói diễn tả mối tương quan giữa con người với Thiên Chúa. Đời sống tâm linh là một chiều kích khác của thực tại đời này chứ không phải là một thế giới khác. Theo đó, con người biết nhận ra và diễn tả lòng yêu mến Thiên Chúa không phải qua kinh nghiệm xuất thần mà là qua những biến cố cụ thể xảy ra hằng ngày trong đời sống của mình.

Một con tim biết rung động sẽ là điều kiện đầu tiên và thiết yếu cho việc xây dựng tương quan với Thiên Chúa. Có rất nhiều lý do khiến con tim ta loạn nhịp đập. Đó có thể là sự mất mát đau thương của chính mình hay của đồng loại. Đó có thể là nỗi niềm bức xúc và căm phẫn khi chứng kiến cảnh bạo lực, bất công diễn ra trong xã hội. Đó có thể là sự choáng ngợp khi đứng trước vẻ đẹp của tự nhiên. Đó có thể là thái độ cảm phục trước tinh thần quảng đại hy sinh của người khác. Đó có thể là sự ngưỡng mộ khi thấy ai đó có khả năng đặc biệt. Đó cũng có thể là niềm vui sâu xa khi vô tình đọc hay nghe được một lời dạy thấm thía. Và đó còn có thể là niềm sung sướng tột độ khi đạt được điều mình ao ước. Trong những tình huống như thế, một cách vô thức, người ta thường thốt lên: “Lạy Chúa tôi!” hay là “Ôi trời ơi!”. Con người ý thức được rằng có một điều gì đó vượt ngoài tầm kiểm soát của mình. Chúng ta gọi đó là kinh nghiệm siêu việt. Dù có tin vào Chúa hay không, người ta phải thừa nhận rằng nguồn gốc của những kinh nghiệm siêu việt không thể đến từ con người.

Khi bàn về kinh nghiệm nói chung và kinh nghiệm siêu việt nói riêng, chúng ta cần phân biệt giữa “kinh nghiệm trực tiếp” và việc “phản tỉnh” về kinh nghiệm đó. Hai bước này dù khác biệt nhưng không hề tách rời nhau. “Kinh nghiệm trực tiếp” liên hệ đến hoàn cảnh mà một người trải qua, còn việc “phản tỉnh” nói lên ý nghĩa của kinh nghiệm đó đối với họ. Con người ta có kinh nghiệm khác nhau không chỉ vì họ trải qua những hoàn cảnh khác nhau mà còn vì họ có thái độ phản tỉnh khác nhau về cùng một tình huống. Ví dụ như có hai người sinh ra trong cùng một hoàn cảnh nghèo khó như nhau, nhưng một người thì chỉ biết than trách số phận, còn người

kia thì cố gắng phấn đấu để vươn lên. Tương tự, có một nhóm người leo lên tới đỉnh núi cao, ai cũng có kinh nghiệm trực tiếp về khung cảnh thiên nhiên hùng vĩ. Tuy nhiên, trong số họ có người liên hệ đến thân phận nhỏ bé của con người, có người nhận ra sự sắp đặt kỳ diệu của bàn tay tạo hóa, còn có người thì chỉ thấy khung cảnh đẹp, khoan khoái trong lòng vậy thôi.

Không phải “kinh nghiệm trực tiếp” nhưng chính việc “phản tỉnh” về kinh nghiệm mới là con đường dẫn dắt con người đến với Thiên Chúa. Với kinh nghiệm siêu việt, người ta liên tục đặt ra những câu hỏi “tại sao” và thao thức tìm kiếm lời giải đáp. Chính trong nỗ lực tìm kiếm đó mà con người gặp được Thiên Chúa, hay nói đúng hơn là họ nhận ra Thiên Chúa đang hiện diện trong cuộc đời mình. Thật vậy, khi con người biết phản tỉnh về một kinh nghiệm siêu việt nào đó đủ sâu, họ sẽ nhận thấy một sự thay đổi đáng kể. Thực tại bên ngoài không hề thay đổi, sự thay đổi đến từ cách nhìn của con người về thực tại đó. Nói cách khác, thế giới vẫn vậy nhưng nó mang một ý nghĩa mới qua kinh nghiệm phản tỉnh của con người.

Sự thay đổi như thế thường xảy ra qua một biến cố bước ngoặt trong đời. Ví dụ, một đứa con ăn chơi lêu lổng bỗng trở nên chí thú làm ăn và biết gánh vác việc gia đình sau khi bố hoặc mẹ mất. Sau cơn bệnh thập tử nhất sinh thì một người tham lam ích kỷ bỗng biết sống yêu thương sẻ chia với người khác nhiều hơn trước. Hoặc một người khô khan nguội lạnh trong đời sống đức tin lại trở nên sốt mến lạ thường sau chuyến du lịch Đất Thánh. Trong những trường hợp như vậy, chắc chắn đương sự đã trải qua một kinh nghiệm siêu việt nào đó khiến họ thay đổi cách nhìn hay thái độ sống của mình. Chúng ta gọi đó là kinh nghiệm hoán cải.

Thánh I Nhã là một trong những người có kinh nghiệm hoán cải đó. Trong thời gian dưỡng thương ở lâu đài Loyola, ngài muốn tìm sách đọc như một cách giết thời gian nhàn rỗi và nhàm chán. Tuy nhiên, khi đọc đến câu chuyện kể về các vị thánh thì con tim của ngài đã rung động. Quan trọng hơn, thánh I Nhã đã không dừng lại ở rung động nhất thời mà ngài đã dành thời gian để phản tỉnh về tác động của kinh nghiệm đó đến mình. Ngài so sánh những cảm xúc có được khi suy nghĩ về việc phục vụ Chúa theo gương các vị thánh với những cảm xúc khi nghĩ đến việc chinh phục một tiểu thư

quý phái để rồi phân biệt điều nào đến từ Thiên Chúa, điều nào đến từ ma quỷ. Chính kinh nghiệm có được và việc phản tỉnh về kinh nghiệm đó đã thôi thúc thánh I Nhã tìm kiếm ý Chúa trong những biến cố tiếp theo trong cuộc đời ngài.

Thiên Chúa đã tạo ra con người với con tim biết rung động trước những dấu chỉ có thể dẫn chúng ta đến với Ngài. Do vậy chúng ta hãy để ý đến những chuyển động nội tâm dù là nhỏ bé nhất, vì đó có thể là sự khởi đầu của một kinh nghiệm thiêng liêng sâu sắc. Đừng coi thường những câu hỏi bất chợt hiện ra trong đầu mình như “Không hiểu sao có người tài đến thế?”, “Không biết làm thế nào mà có cảnh đẹp đến như vậy?”, “Không biết điều gì đã khiến người ta hy sinh quảng đại như thế?”... Và cùng đừng ngần ngại đặt ra những vấn đề từ lâu chúng ta thường băn khoăn trăn trở như “Tôi sinh ra ở đời này để làm gì?”, “Rồi sẽ đi về đâu?”, “Làm sao để có được hạnh phúc?”... Thậm chí những câu hỏi kiểu như “Tại sao Chúa lại để điều này xảy ra?” hay “Tại sao người tốt lại gặp phải nhiều bất hạnh như thế?” không hề là sự chối bỏ niềm tin vào Thiên Chúa. Ngược lại, đó là những rung động của con tim giúp kết nối con người với thực tại vượt quá giới hạn hiểu biết của con người. Chính khi đó, Chúa sẽ tỏ mình ra cho con người theo cách Ngài muốn.

Nguồn: dongten.net

Ý CẦU NGUYỆN CỦA ĐỨC THÁNH CHA PHANXICÔ

Tháng 09/2022

CẦU CHO HỦY BỎ ÁN TỬ HÌNH

Xin cho án tử hình, vốn xúc phạm nghiêm trọng đến phẩm giá con người, bị hủy bỏ trong hiến pháp của các quốc gia trên toàn thế giới.

PHÉP MÀU CỦA THINH LẶNG

Thinh lặng? Xưa rồi Sơ ơi, thời nay không nói người ta bảo là tự kỷ đấy!



Đó là phản ứng của một bạn trẻ trong một cuộc chuyện phiếm với các bạn trẻ khi tôi về quê nghỉ hè. Tôi không rõ bạn ấy tên gì và cũng chợt quên mất không hiểu cả nhóm đang nói chuyện gì mà tôi lại nhắc đến hai chữ “thinh lặng” nữa, nhưng tôi nhớ sau lời phản ứng của bạn đó thì có một vài tiếng nữa xen vào: *Đúng đấy, Sơ ơi!*. Rồi các bạn ấy nhanh chóng chuyển sang một đề tài khác mà không hề để ý đến phản ứng của tôi. Thế rồi tôi hiểu ý nên cũng không nhắc đến nữa.

Câu nói của bạn đó khiến tôi suy nghĩ rất nhiều: Có khi nào bạn ấy đúng, còn tôi đang lạc hậu chẳng? Nhất là trong một nền xã hội công nghiệp hóa, hiện đại hóa; thời đại công nghệ 4.0 như hiện nay. Con người luôn luôn trong tình trạng chạy đua với những thay đổi một cách chóng mặt, âm thanh tràn ngập mọi ngóc ngách của cuộc sống. Thinh lặng thật khó! Thế rồi, niềm vui bên gia đình, người thân và bạn bè trong những ngày hè khiến cái suy nghĩ đó cũng dần dần bị lãng quên.

Rồi kỳ nghỉ kết thúc, tôi trở lại nhà dòng và chuẩn bị bước vào kì tĩnh tâm năm. Không hiểu sao năm nào cũng vậy, tôi mong đợi những ngày này lắm. Không phải để được ăn ngon, ngủ kĩ; cũng không phải lo lắng chuyện tông đồ hay bất cứ chuyện gì nhưng là tôi có nhiều giờ bên Chúa hơn để nhìn lại cuộc hành trình một năm đã qua của mình. Vào mỗi dịp tĩnh tâm, ngoài những giờ cầu nguyện, tôi thường có một thói quen vẽ hay viết những suy tư của riêng mình theo các chủ đề mà Cha giảng phòng đưa ra. Nhưng năm nay tôi quyết định không vẽ, không viết gì hết mà dành trọn thời gian thinh lặng trước Chúa. Không hẳn vì câu nói của bạn trẻ đó mà tôi có quyết định như vậy đâu nhưng vì tôi cũng muốn có được những trải nghiệm riêng cho bản thân mình. Tôi thinh lặng

chiêm ngắm Chúa như đứa con ngồi dưới chân cha nó để chờ cha giải đáp cho một vấn nạn. Và tôi bắt đầu lắng nghe...

Khi tuần tĩnh tâm kết thúc thật bình an và những giây phút linh thánh vẫn còn vang vọng trong tôi. Tôi quay trở lại với nhịp sống thường ngày của cộng đoàn. Nhưng lạ thay, như vị khách không mời mà đến, cái cụm từ: *Thinh lặng*, "xưa rồi" cứ lảng vảng trong cái đầu của tôi khiến tôi phải để ý đến nó. Rồi mới đây, tôi được một người chị em cho mượn cuốn sách có tựa đề: "*Sức mạnh của thinh lặng*" của ĐHY Robert Sarah. Tôi bắt đầu nghiền ngẫm nó và như có thêm nguồn động lực để xác quyết một điều vững vàng hơn. Rằng: Quả thật, thinh lặng có phép màu! Và tôi quyết định viết cho bạn.

Bạn thân mến!

Đúng là thế giới mà chúng ta đang sống luôn tràn ngập những ồn ào náo nhiệt: Nào là tiếng vận hành của máy móc, xe cộ; nào là âm thanh của máy vi tính, chuông điện thoại; những tiếng ồn từ quán ăn, hàng nước... Con người luôn phải sống trong một môi trường bị ô nhiễm bởi tiếng ồn mà Tổ Chức Y Tế Thế giới vào năm 2011 đã gọi đó là một "*dịch bệnh thời hiện đại*". Chúng ta làm sao có thể thinh lặng trong một môi trường như vậy?

Thực tế, khi nhìn lại những chặng đường tông đồ trước đây của tôi: Ban ngày lên lớp hò hét với các cháu, tối về đi dạy hát, dạy múa rồi sinh hoạt các hội đoàn... có khi nào là ngưng nói đâu. Mà đó toàn là những việc cần phải nói. Và không biết tự lúc nào đời tu cũng đã bị ảnh hưởng bởi sự ô nhiễm tiếng ồn. Chính vì thế, tôi có thể thông cảm được với nhận định của bạn. Và có lẽ ở một góc độ nào đó, bạn đang đúng.

Nhưng bạn biết không, có thể tôi và bạn, chúng ta luôn có những công việc của một ngày tất bật từ sáng đến tối. Nó khiến ta lúc nào cũng ở trong tình trạng ồn ào, khó có thể thinh lặng nhưng điều đó không có nghĩa là không thể thinh lặng. Vì theo tâm lí, tự bản chất, sâu trong tâm hồn mỗi người vẫn luôn cần có những khoảng lặng. Đã bao giờ bạn cầm một bản nhạc và ngân nga hát theo những giai điệu của nó chưa? Chắc chắn bạn sẽ nhận ra rằng, một bản nhạc hay không thể không có những dấu lặng hay những dấu nghỉ. Tác

giả đặt vào đó vừa là để thể hiện sắc thái của bài hát vừa là để cho người hát có chỗ lấy hơi, nếu không sẽ đứt hơi mất. Hay đã bao giờ bạn đọc một bài văn mà không có dấu chấm nghỉ nào chưa? Chuyện đó thật hiếm đúng không? Như máy móc cần có lúc thay dầu nhớt, máy tính cần có lúc phải sạc pin,... Cuộc sống của chúng ta cũng cần có những giây phút như vậy đó để làm mới lại bản thân theo một lập trình mới bạn ạ.

Giả sử nếu chúng ta cứ làm việc, làm việc và làm việc; hay các bạn trẻ cứ học, học và học mà không nghe xem cơ thể mình nó đang muốn nói điều gì thì đến một lúc nào đó chắc chắn chúng ta sẽ phải nhập viện khẩn cấp vì kiệt sức. Vậy điều gì sẽ giúp chúng ta lắng nghe được cơ thể của mình? Thưa: Thinh lặng. Thinh lặng giúp ta nghe được tiếng nhịp đập của con tim, những cung bậc cảm xúc để rồi tự sâu trong tâm hồn nó sẽ mách cho ta biết ta nên làm gì. Và cũng chính thinh lặng sẽ giúp ta tìm lại được con người thật của chính mình.

Hơn nữa, trong cuộc sống hằng ngày, thinh lặng có thể là điều kiện cần thiết để chúng ta sống được với tha nhân. Bạn thử nghĩ xem, nếu cuộc sống lúc nào cũng ồn ào thì làm sao bạn có thể nhận ra đứa bạn ngồi cạnh mình hôm nay như có điều gì đó không vui? Hay nhà hàng xóm bên cạnh nhà mình hình như hôm nay có chuyện buồn... Nhất là trong thời đại dịch Covid-19 đang lan tràn như hiện nay. Hỏi rằng chúng ta có thể hiểu được nỗi niềm của những gia đình đã mất đi người thân vì dương tính với Covid, hay ta có thể thấu được những nỗi niềm của các bệnh nhân ở tâm dịch đang phải chia sẻ không khí cho những con virus quái ác kia nếu như cuộc sống không có những khoảng lặng. Chưa bao giờ tôi thấy người Ki-tô hữu đau khổ như hiện nay. Họ khao khát những thánh lễ, những giờ kinh. Họ ước ao được quỳ trước Thánh Thể Chúa để giải bày những tâm tình nhưng điều đó thật khó! Covid đã cướp đi tất cả những quyền lợi đó. Tất cả giờ đây phải làm trong sự âm thầm. Con người kêu trách Thiên Chúa: Tại sao? Tại sao?... Nhưng chúng ta sẽ không bao giờ nghe được tiếng Chúa nếu như không dành cho mình những phút thinh lặng để lắng nghe. Bởi vì *"Thiên Chúa nói bằng sự thinh lặng. Sự Thinh lặng của Thiên Chúa là một lời nói"* (x. Sức mạnh của thinh lặng, Robert Sarah). Và

tôi nghĩ cuộc sống luôn cần có những khoảng lặng mà tôi gọi nó là “giờ vàng” để con người có thể xích lại gần nhau hơn và nhờ đó mà chúng ta mới có thể hiểu mình và hiểu người hơn. Như vậy thì thình lặng đâu có lỗi thời mà rất hiện thời đấy chứ, phải không bạn?

Bạn thân mến, có thể bạn sẽ cho rằng tôi hơi khùng khi nhắc đến một đề tài mà được coi là lạc lõng giữa một thế giới siêu kỹ thuật và ồn ào như hiện nay. Con người đã quá quen với những tiếng ồn. *"Không có tiếng ồn con người cảm thấy bức bối và lạc lõng. Tiếng ồn làm cho con người trở nên yên tâm hơn, nó như một thứ thuốc phiện mê hoặc khiến chúng ta không thể nhận ra đó là một loại chất rất nguy hại"*. Nó khiến chúng ta không bao giờ đối diện được với khoảng lặng của mình là thế giới nội tâm.

Nhưng tôi thiết nghĩ đó lại là một đề tài rất hữu ích cho bạn và cả cho tôi là những người đang phải sống trong một xã hội quá ồn ào. Paul Xardel từng nói: “Người ta sẽ tin bạn không phải vì bạn nói nhiều nhưng vì bạn biết thình lặng để lắng nghe”. Vì vậy, hãy dành thì giờ để tìm thình lặng, vì đó là lúc thuận tiện để gặp gỡ. Gặp gỡ chính mình và gặp gỡ Đấng Vô Hình. ĐHY Robert Sarah, khẳng định thêm: *"Sự thình lặng không thể thiếu để có thể lắng nghe âm nhạc của Thiên Chúa: CẦU NGUYỆN. Vì chưng con người vốn nảy sinh từ thình lặng và không ngừng chìm sâu vào thình lặng để gặp gỡ Người. Ai không chìm sâu vào thình lặng thì có lẽ người ấy chẳng bao giờ đạt được sự thật, vẻ đẹp và tình yêu"*. Và ĐTC Phaxicô giải thích: Thình lặng này không phải là thình lặng không lời nhưng là thình lặng để nghe các tiếng nói khác: tiếng nói của tâm hồn và nhất là tiếng nói của Thần Khí.

Nếu bạn cho rằng những điều tôi vừa nói không đáng tin thì ngay hôm nay bạn hãy cùng tôi, chúng ta hãy làm một trải nghiệm nhé. Hãy dành cho mình những khoảng lặng nho nhỏ, chỉ khoảng 5-7 phút vào mỗi tối thôi như là những phút hồi tâm cuối ngày. Hãy để tâm hồn bạn thật trống rỗng trước Chúa và để cho Người lấp đầy bằng ân sủng và bình an. Tôi tin chắc bạn sẽ khám phá ra một điều mà bấy lâu nay bạn đã bỏ qua, rằng: Thình lặng có phép màu!

Chúc bạn luôn Bình an!

Têrêsa nhỏ



TRONG CÔNG CUỘC LOAN BÁO TIN MỪNG: “HIỆP HÀNH”

Minh Đỗ

Lời Tòa soạn: Cùng với toàn thể Giáo hội Công giáo Việt Nam, Cộng đoàn Lòng Chúa Thương xót Liên Giáo phận chúng ta đang trong quá trình tham gia “Thượng Hội Đồng Giám Mục Thế giới lần thứ XVI” với chủ đề *“Hướng tới một Hội Thánh Hiệp Hành: Hiệp Thông-Tham gia-Sứ vụ”*. Mỗi Công đoàn, mỗi thành viên đều được mời gọi học hỏi, tìm hiểu và thực hành trong đời sống đạo ngay tại gia đình, giáo xứ. Qua trao đổi Linh Mục Giuse Tạ Huy Hoàng, hiện là Chánh xứ Thánh Tổng Việt Bường, Hạt Phú Thọ, Tổng quản lý Học Viện Công giáo Việt Nam đã chia sẻ những việc cụ thể cần thực hiện trong đời sống Đạo hôm nay. Xin giới thiệu đến độc giả.

Với lời mời gọi “Nào, chúng ta cất bước lên đường” ở cuối bài viết *“Hiệp hành là lối sống của Hội Thánh”*, Đức TGM. Giu-se Nguyễn Năng khích lệ các Ki-tô hữu sống tinh thần “hiệp hành”; nghĩa là, cùng nhau sống “hiệp thông, tham gia, và sứ vụ”. Thật vậy, để hiện thực và cụ thể hóa lời mời gọi “cất bước lên đường”, mọi thành phần dân Chúa (giáo sĩ, tu sĩ, giáo dân), các hội đồng, hội đoàn hãy:

- Sốt sắng hơn trong việc cử hành thánh lễ, giờ kinh nguyện, các bí tích...;
- Tích cực hơn trong việc lắng nghe tiếng Chúa, vâng theo sự giảng dạy, hướng dẫn của giám mục giáo phận (thư mục vụ, huấn từ, bài giảng...); đồng thời, khi gặp khó khăn, trắc trở trong mục vụ, cần mạnh dạn trình bày;
- Trong tinh thần trách nhiệm chung, lưu tâm hơn đến sự hiệp thông, cộng tác với các hoạt động mục vụ của các xứ đạo, của anh em linh mục xung quanh.

Trong thực tế sinh hoạt mục vụ của các đoàn hội, với những điểm mạnh, điểm yếu riêng của từng giáo xứ (có giáo xứ mạnh về Thiếu nhi Thánh Thể; có giáo xứ mạnh về Gia đình Thánh Tâm, Legio Mariae...; có giáo xứ lại chọn điểm nhấn là các ca đoàn...), tất

cả đều có thể tham gia vào việc điều hành, vào sinh hoạt chung của giáo hội địa phương từ những điểm mạnh, điểm yếu của giáo xứ mình và của chính bản thân mỗi người. Trong định hướng loan báo Tin Mừng, luôn có thể thêm vào những sáng kiến khả thi với các hoạt động cụ thể nhằm liên kết các giáo xứ, giáo hạt, liên hạt... để cùng nhau thực hiện những công trình bác ái xã hội, giáo dục, văn hóa Ki-tô giáo... (cần được các vị bề trên hữu trách chấp thuận và khích lệ...). Nhờ đó các thành phần dân Chúa trong các giáo xứ chắc chắn sẽ có nhiều dịp "gặp gỡ, lắng nghe, và phân định" hơn. Thế rồi, theo các chiều tương tác qua lại, chính những nỗ lực như thế lại tiếp tục góp phần tích cực vào việc hiện thực hóa chủ đề Hướng đến một Hội Thánh hiệp hành: Hiệp thông, Tham gia, và Sứ vụ. Thật vậy, có thể nói không quá lời: "Hiệp hành là lối sống của Hội Thánh" đang mời gọi tất cả chúng ta hiểu và sống Tin-Cậy-Mến... cách nhiệt thành hơn để góp phần xây dựng một Giáo hội hiệp thông, hiệp nhất; xây dựng một lối sống tham gia vào công việc chung cách hiệu quả hơn; xây dựng một lối sống chuyên chăm hơn vào sứ vụ loan báo Tin Mừng. Nghĩa là:

- Lắng nghe tiếng Chúa trong tâm hồn và quyết đem ra thực hành, các thành viên trong các hội đồng, hội đoàn cũng nên lắng nghe nhau nhiều hơn, nhất là nghe lời hướng dẫn của vị "mục tử riêng" (linh mục chính xứ, quản xứ) để tất cả cùng thực sự chung lòng, chung sức sống đạo, làm việc tông đồ bác ái, xây dựng cộng đoàn... và hiệp nhất yêu thương nhau hơn;

- Các vị quý chức đang tích cực dẫn thân phục vụ, tuy đã có những hoạt động cụ thể, nhưng cũng nên chủ động ngỏ lời mời thêm nhiều người cùng tham gia vào công việc chung... vì đó mới là lối sống hiệp hành; chẳng hạn, giáo xứ cần thêm người tham gia vào ban trật tự, tham gia vào các phiên trực nhật, tham gia vào việc giữ xe, chăm sóc cây xanh... (đặc biệt chú ý đến các nhân tài, các thành phần thuộc giới giáo chức, doanh nhân, nghệ sĩ...); nguyên tắc "chiêu hiền đãi sĩ" cần được khéo léo áp dụng;

- Vẫn là phụng sự Chúa và phục vụ cộng đồng, dân xứ thật ra còn cần thêm những hoạt động tương thích với thực tế của thời đại... để gọi là cùng bước, cùng đi, cùng hiệp hành (cung cấp nước uống tinh khiết cho cộng đồng, hỗ trợ tài chính cho các em học

sinh, sinh viên...; trong thời gian đại dịch còn là nơi cung cấp, phân phối gạo, thuốc men, nhu yếu phẩm, rau củ quả...);

- Đối với những thành phần dân chúng trong cộng đồng “bị bỏ rơi, bị quên lãng, bị loại trừ...”, trong thực tế các thành viên các hội đồng, hội đoàn, cách riêng Legio Mariae, hãy đến thăm hỏi, động viên và góp phần giúp những người này hội nhập trở lại vào sinh hoạt cộng đồng; tuy nhiên, hãy kiến tạo thêm những nhóm tình nguyện viên làm thành phần nòng cốt, những nhóm nhỏ thiện nguyện để hoạt động mục vụ loan báo Tin Mừng của Giáo hội được hữu hiệu hơn.

CHÚC MỪNG BỔN MẠNG

Hòa chung niềm vui cùng Giáo Hội hoàn vũ, mừng kính Thánh Vinh Sơn Phaolô, linh mục (27/9), Tổng Lãnh Thiên Thần Micae (29/9).

CỘNG ĐOÀN LÒNG CHÚA THƯƠNG XÓT LIÊN GIÁO PHẬN
Kính Chúc Mừng Lễ Bổn Mạng

LM. VINH SƠN NGUYỄN VĂN DƯƠNG,
Linh hướng CDLCTX Miền GiaLai

LM. VINH SƠN TRẦN ĐÌNH HÒA,
Phó Linh hướng Hội LCTX GP Bà Rịa

LM. MICAË PHẠM TRƯỜNG TRINH,
Linh hướng CDLCTX hạt Tân Định

LM. MICAË NGUYỄN TIẾN BÌNH,
Gx Cầu Kho

Nguyện xin Thiên Chúa, qua lời cầu bầu của Thánh Quan Thầy, tuôn đổ muôn ơn lành trên quý Cha.

GIỔ ĐÀU NẠN NHÂN COVID-19

Phan Xa Minh

Đúng một năm trước, vào những ngày này (Tháng 8, 9 năm 2021), cả Thành phố Hồ Chí Minh chúng ta như một thành phố tĩnh lặng. Nhà nhà, ngõ ngõ phải phong tỏa. Nhà nào biết nhà nấy, người người sống trong lo sợ, bất an. Thi thoảng lại có tiếng còi xe cứu thương báo hiệu có người phải đưa đi, hoặc là nhiễm COVID phải cách ly, hoặc đã từ giã cõi trần.



Tính cho đến tháng 11/2021, cả nước có trên 21.000 người không qua khỏi. Riêng Thành phố Hồ Chí Minh đã có trên 17.000 người, trong đó có không ít người Công giáo. Tại Tổng giáo phận Saigon-TP Hồ Chí Minh chỉ riêng giáo xứ Bình An đã có trên một trăm giáo dân ly trần. Giáo xứ Hòa Hưng thuộc hạt Phú Thọ ngay trung tâm quận 10 cũng có trên 60 giáo dân, Giáo xứ Lộc Hưng thuộc Hạt Chí Hòa, quận Tân Bình 46 người... Hình ảnh ngày cánh chung trong Tin Mừng như xuất hiện khiến chúng ta thật sự lo sợ, chỉ biết kêu cầu danh Thánh Chúa qua kính nguyện. Chúng ta không thể đến thánh đường để tham dự Thánh lễ trực tiếp, không thể đón nhận Thánh Thể làm của ăn nuôi dưỡng linh hồn và là hành trang trên đường về quê thật,

hàng mấy tháng trời. Thật đau xót khi những người chẳng may không qua khỏi trong thời gian giãn cách, do phòng chống dịch bệnh lây lan trong cộng đồng, nên không thể có người thân, đồng đạo bên cạnh, họ ra đi trong đơn độc. Thay vì vào những lúc bình thường được gia đình, họ hàng chăm sóc, bạn bè, đồng nghiệp thăm viếng, tiễn biệt. Với người tín hữu, họ còn không được đưa đến nhà thờ để được cộng đoàn giáo xứ, giáo họ dâng Thánh lễ chia tay lần cuối trong cuộc đời.

Nhân giỗ đầu những nạn nhân vì dịch bệnh Covid-19, chúng ta thành tâm tưởng nhớ và cầu nguyện cho các tín hữu đã ly trần trong đại dịch. Tại nhiều giáo xứ trong Tổng giáo phận Saigon-Thành Phố Hồ Chí Minh, những ngày này cũng tổ chức Thánh lễ rất long trọng cầu cho các tín hữu ly trần trong lúc dịch bệnh, tro cốt gửi tại nhà Chờ Phục Sinh (Nhà hài cốt) của các giáo xứ. Giáo xứ Sao Mai, Hạt Chí Hòa, cho in hình các giáo dân, hội viên đã ly trần trong cơn đại dịch, niêm yết cuối nhà thờ để mọi người tưởng nhớ và cầu nguyện. Giáo xứ Nam Hòa, Xứ Đoàn Bác Ái Thánh Mẫu tổ chức Thánh lễ cầu nguyện cho giáo dân và hội viên nhân Lễ Đức Mẹ lên trời

Tạ ơn Chúa, mọi sự rồi cũng đã qua đi trong sự quan phòng của Thiên Chúa. Mọi người trở lại Thánh đường, đoàn hội phục hồi sức sống. Xin cho các linh hồn các tín hữu đã ly trần sớm vào hưởng ánh sáng tôn nhan Chúa, Xin chia sẻ niềm đau xót này đến các thân nhân, gia đình nạn nhân vì *"nỗi đau được sẻ chia, nỗi buồn sẽ vơi đi"*.

CHÚC MỪNG BỔN MẠNG

Hòa chung niềm vui cùng toàn thể Giáo Hội hoàn vũ mừng kính Thánh Matthêu, Tông đồ, ngày 21/9 và Tổng Lãnh Thiên Thần Micae, ngày 29/9.

CỘNG ĐOÀN LÒNG CHÚA THƯƠNG XÓT LIÊN GIÁO PHẬN
Chúc Mừng Lễ Bổn Mạng quý Anh

MICAE NGUYỄN VĂN XUÂN,
Phó BCH CĐLCTX Gp Bùi Chu

MATTHÊU NGUYỄN AN HÙNG QUỐC,
Phó BCH CĐLCTX Gp Huế

Nguyện xin cho sự nhiệt thành và can đảm của Thánh nhân, luôn là tấm gương soi rọi quý Anh trên bước đường phục vụ Giáo Hội.

BÀI HỌC TỪ THÁNH MONICA

Lm. Ed broom, omv

Viễn Đông (chuyển ngữ từ CatholicExchange.com)

(Tiếp theo và hết)

12. KHOẢNH KHẮC HOÁN CẢI – Monica đã cầu nguyện, khóc lóc, dâng hy sinh và những đau khổ của mình trong nhiều năm. Augustine 31 tuổi và thời điểm quan trọng đã đến. Augustinô đang ở trong vườn và nghe thấy giọng nói giống như của một đứa trẻ mời gọi: *"Hãy cầm lấy và đọc."* Augustinô cầm lấy Sách Thánh và đọc thư gửi tín hữu Rôma: *"Chúng ta hãy ăn ở cho đúng đắn như người đang sống giữa ban ngày: không chè 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 13:13-14).

Cuối cùng, sau nhiều năm dài đấu tranh, Augustinô đã quyết tâm từ bỏ làm nô lệ cho những đam mê tình dục của mình. Augustinô đã cầu nguyện: *"Lạy Chúa, xin ban cho con sự trong trắng!"* nhưng vẫn chưa được. Bây giờ là lúc từ bỏ những công việc của xác thịt, từ bỏ bóng tối và bước đi trong ánh sáng.

13. ĐỜI SỐNG MỚI TRONG ĐỨC KITÔ

Chàng Augustinô nói với mẹ Monica và GM Ambrôsiô về quyết định của mình và sau đó được rửa tội, mặc lấy con người mới là Chúa Giêsu Kitô và lột bỏ con người cũ. Thánh Monica vui mừng vô cùng!

Cuối cùng, thấy đứa con nổi loạn từ bỏ lối sống tội lỗi và kiên quyết theo Chúa Giêsu là kết quả của những lời cầu nguyện liên li, đầm nước mắt, hy sinh mãnh liệt và tham vấn thường xuyên.

14. RA ĐI BÌNH AN – Lòng tràn đầy niềm vui và sẵn sàng trở về nhà ở Phi châu, Thánh Monica đã thấy ước mơ của mình hiện thực. Người chồng Patrick được ơn hoán cải và được rửa tội trước khi chết. Mẹ chồng cũng đã được ơn hoán cải. Nhưng quan trọng nhất là đứa con trai nổi loạn của bà, bị nô lệ bởi những đam mê cho đến năm 31 tuổi, cũng đã được ơn hoán cải và dâng lại cho Đức Kitô.

Giờ đây, bà đã sẵn sàng rời khỏi thế giới này và đi nhận phần thưởng vĩnh cửu.

15. HOÁN CẢI TẠI OSTIA – Sau khi Augustinô hoán cải, hai mẹ con đã say sưa trò chuyện sâu sắc về những gì sẽ như thế nào khi ở trên Thiên Đàng. Tràn ngập niềm vui và an ủi, cả hai đã chia sẻ suy nghĩ về Ngôi Nhà Thiên Đàng vĩnh cửu của họ.

Thánh Phaolô nhắc chúng ta về những niềm vui trên Thiên Đàng: *"Mắt không thấy; tai không nghe cũng như không lọt vào tâm trí con người những niềm vui mà Thiên Chúa đã chuẩn bị cho những ai yêu mến Ngài."* Thật quan trọng biết bao đối với tất cả những ai thường xuyên suy niệm về Thiên Đàng, niềm vui của Thiên Đàng và những bước chúng ta nên dùng để đạt được Thiên Đàng.

16. MONICA QUA ĐỜI – Trong khoảng 5 ngày kể từ cuộc trò chuyện của hai mẹ con, Thánh Monica bị sốt cao, sau đó bà bất tỉnh, hầu như mất cảm giác đang ở đâu. Hai con trai của bà đều có mặt và biết mẹ Monica sắp qua đời. Augustinô cố kìm nước mắt, vì cảm thấy thực sự yêu mẹ lắm. Được ở gần người thân khi họ hấp hối là điều rất quan trọng, nếu Chúa cho chúng ta cơ hội thì đừng bỏ qua.

17. ƯỚC MUỐN LỚN NHẤT CUỐI ĐỜI – Con trai Augustinô nói với mẹ Monica rằng sẽ chuyển thi hài mẹ trở lại Phi châu để chôn cất. Đầy buồn bã và đau khổ trước mong muốn trần thế này của con trai, Thánh Monica đã quở trách con về việc nói chuyện ngớ ngẩn đó. Mong muốn lớn nhất của Thánh Monica là, sau khi cô ấy chết, bà được nhớ đến trong những lời cầu nguyện và thánh lễ.

Cầu nguyện cho người sống và xin ơn hoán cải của họ là điều quan trọng lắm, nhưng cũng phải cầu nguyện cho người chết nữa.

18. ĐAU KHỔ CÀNG DỮ DỘI – Như Thánh Monica nói, sự đau khổ của bà càng gia tăng khi đến gần thời điểm quan trọng là bà phải rời bỏ đời này để bước sang đời sau. Thật vậy, đau khổ có giá trị vô hạn khi nó được chấp nhận và kết hiệp với Thập Giá của Chúa Giêsu.

19. CÁI CHẾT CỦA MẸ, TƯƠNG LAI CỦA CON – Thánh Monica chết trong sự thánh thiện. Con trai Augustinô trở thành linh mục và giám mục. Sau đó, với tư cách là giám mục, ngài đã trở thành mục

tử đích thực của các linh hồn. Ngài dũng cảm chiến đấu chống lại nhiều dị giáo thời đó: Các tà thuyết Manicheism, Arianism và Donaanism – gọi tắt là Mani, Arian và Donaan. Ngài trở thành một trong những người viết phong phú và sâu sắc nhất trong lịch sử Công giáo và thế giới nói chung. Ngài là Giáo phụ và Tiến sĩ của Giáo Hội, được trao tước hiệu “Tiến Sĩ Ân Sủng.”

20. CẦU NGUYỆN VÀ CẢM HỨNG TỪ BÀI HỌC CỦA THÁNH MONICA

+ Khiêm Nhường – Bà sẵn sàng chấp nhận sự sửa đổi huynh đệ khi còn nhỏ (bỏ rượu) và thay đổi cuộc đời bà. Tất cả chúng ta đều được kêu gọi sửa đổi nhiều lần và phải trải qua sự hoán cải hằng ngày.

+ Hôn Nhân – Bà kết hôn với một người đàn ông tồi tệ là Patrick và phải chịu đựng những nỗi đau khôn nguôi. Chúng ta hãy giúp những người trẻ của chúng ta cẩn thận trong việc lựa chọn bạn trăm năm. Đó là quyết định quan trọng nhất trong đời họ, với tư cách là con người.

+ Cách Đối Xử Với Những Người Giận Dữ – Khi người thân hoặc bạn bè cảm thấy đau khổ và tức giận, tốt hơn hết là đừng quở trách họ, cố gắng thay đổi hoặc la mắng họ. Điều này giống như ném một tảng đá vào tổ ong bắp cày. Cách tốt hơn: im lặng, cầu nguyện và kiên nhẫn.

+ Kiên Trì Với Mâu Thuẫn và Thất Bại – Khi mọi thứ không theo ý mình, Thánh Monica vẫn không bỏ cuộc. Bà hành động hoàn toàn ngược lại. Giống như dụ ngôn về người đàn bà góa van nài, Thánh Monica kiên trì cầu nguyện và tin tưởng vào Chúa.

+ Mở Khóa Trái Tim Chúa: Cầu Nguyện, Sám Hối, Kiên Nhẫn, Kiên Trì và Điềm Đạm – Để mở khóa Trái Tim Chúa và đạt được sự hoán cải, Thánh Monica tận dụng những chìa khóa này: Cầu nguyện liên tục, sám hối và ăn chay. Bà thực hiện tính kiên nhẫn của Thánh Gióp, quyết không bỏ cuộc, luôn kiên trì. Bà không bao giờ đánh mất phẩm giá của mình, vẫn duy trì tính điềm đạm và cao thượng.

Có 5 vấn đề chúng ta phải lưu ý áp dụng để biến đổi các thành viên trong gia đình:

+ Hoán Cải Gia Đình – Cả gia đình đã được hoán cải vì ân sủng của Thiên Chúa và sự thánh thiện của một người trong gia đình – Thánh Monica. Các gia đình ngày nay vẫn có thể được hoán cải bởi sự thánh thiện của một người trong gia đình họ.

+ Linh Hưởng và Tham Vấn – Thánh Monica không giữ những vấn đề cho riêng mình và để cho sự chán nản dồn nén trong bà. Đúng hơn, bà đã chia sẻ vấn đề với vị linh hướng – vị giám mục vĩ đại là Thánh Ambrôsiô. Hãy tìm một người linh hướng để có thể trút bầu tâm sự, chia sẻ và bày tỏ nỗi niềm riêng.

+ Tình Mẹ Dành Cho Con Trai – Điều quan trọng hàng đầu của Thánh Monica là tình yêu dành cho Thiên Chúa, nhưng cũng là tình yêu bà dành cho con trai Augustinô. Thánh Tôma Aquinô định nghĩa: *"Tình yêu là sẵn sàng làm điều tốt cho người kia."* Điều tốt nhất là sự cứu rỗi linh hồn của chúng ta!

+ Điều Cuối Cùng – Không lâu trước khi Thánh Monica chết, bà đã chiêm ngưỡng và nói về Thiên Đàng với Thánh Augustinô. Bà ít lo lắng về nơi chôn cất, nhưng bà được tưởng nhớ sau khi chết, trong những lời cầu nguyện và đặc biệt là trong Thánh Lễ. Bà chết và bay tới Thiên Đàng.

+ Bài Học Cho Các Bà Mẹ – Ngày nay, hơn bao giờ hết, các bà mẹ có thể dễ dàng nhận biết với Thánh Monica, người đã bị tấn công bởi rất nhiều vấn đề! Những người chồng không tin tưởng, hoặc những người chồng có thói hư tật xấu, con trai và con gái nổi loạn, những người thân buồn chuyện – ước gì chúng ta có thể nhìn vào gương của Thánh Monica và áp dụng chương trình hoán cải: cầu nguyện, sám hối, nhẫn nại, kiên trì và cân bằng.

LỜI NGUYỆN

Lạy Thiên Chúa giàu lòng thương xót và niềm an ủi cho những người sầu khổ, những giọt nước mắt của Thánh Monica đã thúc đẩy Thánh Augustinô hoán cải theo đức tin của Chúa Kitô. Nhờ lời cầu của các ngài, xin giúp chúng con từ bỏ tội lỗi và tìm thấy lòng nhân từ của Chúa. Xin ban ơn này qua Thánh Tử Giêsu Kitô, Chúa chúng con, Đấng hằng sống và hiển trị cùng với Chúa Cha và Chúa Thánh Thần, một Thiên Chúa duy nhất muôn đời. Amen.

“SỰ ĐIÊN RỒ CỦA CHIẾN TRANH ĐÃ SẢN SINH BIẾT BAO NHIÊU NGƯỜI NGHÈO!”

(Gioakim Trương Đình Giai chuyển dịch từ nguyên bản Bồ Đào Nha "Quantos pobres gera a insensatez da guerra!" Osservatore Romano ra ngày 14 tháng 6 năm 2022).

(Tiếp theo và hết)

8. Chúng ta đang phải đối mặt với một nghịch lý mà ngày nay cũng như trong quá khứ, khó có thể chấp nhận được, vì nó mâu thuẫn với logic của con người: có nghèo mới làm giàu. Nhắc lại “ân sủng” của Chúa Giêsu Kitô, Phao-lô muốn xác nhận điều mà chính Chúa đã rao giảng, đó là sự giàu có đích thực không bao gồm việc tích lũy “của cải trên thế gian, nơi mà sâu bọ và gỉ sét phá hủy và kẻ trộm phá tường để cướp chúng” (Mt 6, 19), nhưng đúng hơn trong tình yêu thương lẫn nhau, khiến chúng ta mang gánh nặng cho nhau, để không ai bị bỏ rơi, loại trừ. Kinh nghiệm về sự mong manh và hạn chế mà chúng ta đã phải trải qua trong những năm gần đây, và bây giờ, thảm kịch của một cuộc chiến với những hậu quả toàn cầu, chắc chắn sẽ dạy chúng ta một điều: chúng ta không phải hiện diện trên thế gian để tồn tại, nhưng để mọi người có thể có cuộc sống đàng hoàng và hạnh phúc. Sứ điệp của Chúa Giê-su chỉ cho chúng ta con đường và khiến chúng ta khám phá ra sự tồn tại của một cái nghèo làm nhục và giết chết, và có một cái nghèo khác - của Ngài - giải thoát chúng ta và mang lại cho chúng ta sự thanh thản.

Cái nghèo giết chết chính là sự khốn cùng, là con đẻ của sự bất công, bóc lột, bạo lực và sự phân phối tài nguyên không công bằng. Đó là cái nghèo tuyệt vọng, không có tương lai, bởi vì nó bị áp đặt bởi văn hóa vút bỏ không mang lại triển vọng hay lối thoát. Đó là sự khốn cùng mà, khi bó buộc tình trạng nghèo cùng tột độ, cũng ảnh hưởng đến chiều kích tâm linh, mà tuy thường bị lãng quên, không vì thế mà ngừng tồn tại hay không còn đáng kể. Khi luật duy nhất trở thành phép tính lợi nhuận vào cuối ngày, thì việc áp dụng logic bóc lột người sẽ không còn có thể ngăn cản việc đi theo cái logic bóc lột người nữa: những người khác chỉ còn là phương tiện. Không còn một mức lương công bằng, giờ làm việc

công bằng và các hình thức nô lệ mới được tạo ra, được duy trì bởi những người, không có cách nào khác, phải chấp nhận sự bất công độc hại này để kiếm được mức tối thiểu đủ ăn.

Ngược lại, giải phóng nghèo đói là cho chúng ta tỏ ra như một lựa chọn có trách nhiệm để loại bỏ những gì thừa ra khỏi kho và đặt cược vào những gì thiết yếu. Trên thực tế, người ta có thể dễ dàng nhận ra cảm giác không hài lòng mà nhiều người trải qua, bởi vì họ cảm thấy rằng họ đang thiếu một thứ gì đó quan trọng và đang tìm kiếm nó như những kẻ lạc đường không mục đích. Mong muốn tìm được thứ có thể thỏa mãn họ, họ cần hướng đến những người khiêm tốn, mong manh, nghèo khó để cuối cùng hiểu được họ thực sự cần điều gì. Gặp gỡ những người nghèo khó cho phép chúng ta chấm dứt biết bao nỗi lo âu và sợ hãi bấp bênh, để đạt đến điều thực sự quan trọng trong cuộc sống mà không ai có thể cướp đi của chúng ta: tình yêu đích thực và sự tự do. Trong thực tế, người nghèo, trước khi là đối tượng của sự bố thí của chúng ta, là những đối tượng giúp giải thoát chúng ta khỏi cạm bẫy của lo lắng và hời hợt.

Một linh mục và Tiến sĩ Giáo hội, Thánh Gioan Kim khẩu, mà trong các bài viết của ngài người ta tìm thấy những lời tố cáo mạnh mẽ trước cách cư xử của các Kitô hữu đối với những người nghèo nhất, đã viết: "Nếu anh chị em không thể tin rằng sự nghèo khó làm cho anh chị em trở nên giàu có, hãy nghĩ đến Chúa của anh chị em và đừng nghi ngờ về điều đó. Nó. Nếu Ngài không nghèo, anh chị em đã không giàu; Đó là một điều phi thường: từ nghèo khó phát xuất của cải dồi dào. Ở đây Phaolô muốn nói "giàu có" là sự hiểu biết đạo đức, sự thanh tẩy tội lỗi, công bình, sự thánh hóa và hàng ngàn điều tốt lành khác được ban cho chúng ta bây giờ và mãi mãi. Chúng ta có được tất cả những điều này là nhờ sự nghèo khó" (Bài giảng về Thư thứ hai gửi cho tín đồ Côrintô, 17, 1).

9. Bản văn của Thánh tông đồ mà Ngày Thế giới Người nghèo lần thứ VI này đề cập đến trình bày một nghịch lý lớn lao của đời sống đức tin: Sự nghèo khó của Chúa Kitô làm cho chúng ta trở nên giàu có. Nếu Phaolô có thể truyền đạt giáo lý này - và Giáo hội đã truyền bá và làm chứng cho điều đó qua nhiều thế kỷ - thì đó là bởi vì Thiên Chúa, trong Con của Người là Chúa Giê-su, đã chọn và đi theo con đường này. Nếu Người tự làm cho mình nghèo đi vì chúng

ta, thì cuộc sống của chính chúng ta sẽ được chiếu sáng và biến đổi, đón nhận được một giá trị mà thế gian không biết cũng như không thể ban tặng. Sự phong phú của Đức Giêsu là tình yêu của Người, không khép kín với ai nhưng vươn tới mọi người, đặc biệt là những người bị gạt ra ngoài lề xã hội và thiếu thốn những gì cần thiết. Vì tình yêu, Người tước bỏ chính mình và mặc lấy thân phận con người. Vì yêu, Người đã trở thành một đầy tớ vâng phục, cho đến chết, và chết trên thập giá (x. Pl 2, 6-8). Vì yêu, Người đã trở thành “bánh ban sự sống” (Ga 6, 35), để không ai thiếu thứ mình cần và có thể tìm được lương thực nuôi dưỡng cho sự sống đời đời. Ngay cả trong thời đại của chúng ta, cũng như đối với các môn đệ của Chúa lúc bấy giờ, việc chấp nhận giáo huấn này có vẻ khó khăn (x. Ga 6, 60); nhưng lời của Đức Giêsu thật rõ ràng. Nếu chúng ta muốn sự sống chiến thắng sự chết và nhân phẩm được cứu chuộc khỏi sự bất công, thì con đường phải theo là con đường Ngài đi: đó là bước theo sự nghèo khó của Đức Giêsu Kitô, chia sẻ sự sống từ tình yêu thương, chia sẻ tấm bánh hiện hữu của chúng ta với anh chị em của chúng ta, bắt đầu từ những người rốt hết, với những người thiếu thốn những gì cần thiết, để tạo ra sự bình đẳng, ngõ hầu người nghèo được thoát khỏi cảnh khốn cùng và người giàu thoát khỏi sự phù phiếm, cả hai đều không có hy vọng.

10. Ngày 15 tháng 5 vừa qua, tôi đã phong thánh cho Anh Charles de Foucauld, một người dù sinh ra giàu có, đã từ bỏ mọi sự để theo Chúa Giêsu và cùng với Ngài trở nên nghèo khó và anh em với mọi người. Cuộc sống ẩn tu của ngài, đầu tiên là ở Nazareth và sau đó là sa mạc Sahara, được làm nên bởi sự tỉnh lặng, cầu nguyện và chia sẻ, là một nhân chứng mẫu mực cho sự nghèo khó của Kitô hữu. Chúng ta hãy thêm vào việc suy niệm của chúng ta những lời nói này của ngài: “Chúng ta đừng khinh thường người nghèo, người hèn mọn, người làm công; họ không chỉ là anh em của chúng ta trong Thiên Chúa, mà còn là những người noi gương Chúa Giê-su một cách hoàn hảo nhất trong đời sống bên ngoài của họ. Họ trình bày một cách hoàn hảo về Đức Giêsu, người thợ thành Nazareth. Họ là con đầu lòng trong số những người được chọn, là người đầu tiên được gọi vào nội của Đấng Cứu Rỗi. Họ là bạn đồng hành thông thường của Chúa Giê-su, từ khi Người sinh ra cho đến khi Người qua đời (...). Chúng ta hãy tôn vinh họ, chúng ta hãy tôn



vinh nơi họ hình ảnh của Đức Giêsu và các vị thánh của Người (...). Chúng ta hãy mang lấy [tình trạng] mà Người đã mang lấy (...). Chúng ta đừng bao giờ ngừng trở nên nghèo trong mọi sự, anh em của người nghèo, bạn đồng hành của người nghèo; Chúng ta hãy trở thành người nghèo nhất trong những người nghèo, cũng như Đức Giêsu, và giống như Người, chúng ta hãy yêu người nghèo và để người nghèo bao quanh mình” (Chú giải Phúc âm Lu-ca, Bài suy niệm 263).

Đối với Anh Charles, đây không chỉ là những lời nói, nhưng một lối sống cụ thể, khiến anh ta chia sẻ với Đức Giêsu món quà sự sống của bản thân mình.

Ước gì Ngày Thế giới Người nghèo lần thứ VI này trở thành một cơ hội ân sủng, để chúng ta tra vấn lương tâm cá nhân và cộng đoàn, tự hỏi mình xem sự nghèo khó của Đức Giêsu Kitô có phải là người bạn đời trung thành của chúng ta hay không.

Roma, Đền Thờ Gioan Laterano

Lễ nhớ Thánh Anton

Ngày 13 tháng 6 năm 2022.

Phanxicô

Suy niệm số 263, về Lc 2, 8-20: CHARLES DE FOUCAULD. Sự tốt lành của Thiên Chúa. Các suy niệm về các thánh Phúc âm, nxb Nouvelle Cité — Montrouge 1996, 214-216.

CHÚC MỪNG CHA PHÓ LINH HƯỚNG

CỘNG ĐOÀN LÒNG CHÚA THƯƠNG XÓT LIÊN GIÁO PHẬN
Kính Chúc Mừng

LINH MỤC VINH SƠN TRẦN ĐÌNH HÒA

Thêm sứ vụ mới

PHÓ LINH HƯỚNG HỘI LCTX GIÁO PHẬN BÀ RỊA

Nguyện xin Chúa Thánh Thần luôn đồng hành cùng Cha trên mọi bước đường Mục tử.

GIÁO DỤC NHÂN BẢN

TẬP NGHĨ TỐT, NÓI TỐT VÀ LÀM TỐT CHO NHAU

LM ĐAN VINH – HHTM



1. LỜI CHÚA: Chúa Giê-su phán: “Anh em đừng xét đoán để khỏi bị Thiên Chúa xét đoán. Vì anh em xét đoán thế nào, thì anh em cũng sẽ bị Thiên Chúa xét đoán như vậy. Và anh em đong bằng đấu nào, thì Thiên Chúa cũng sẽ đong cho anh em đấu ấy” (Mt 7, 1-2).

2. CÂU CHUYỆN: TÀO THÁO GIẾT NGƯỜI.

Trong Tam Quốc Chí có thuật lại câu chuyện Tào Tháo do xét đoán sai, đã gây hậu quả nghiêm trọng là sát hại cả gia đình vị ân nhân đã cứu giúp mình trong lúc nguy khốn như sau:

Một lần kia sau khi hành thích viên tướng quốc Đổng Trác bất thành, Tào Tháo cùng một người bạn thân đã chạy trốn ra khỏi thành đô trong tình trạng bị triều đình dán cáo thị khắp nơi, ban thưởng 1000 lượng vàng cho ai bắt được Tào Tháo. Khi chạy đến một khu rừng vắng thì trời đã tối, hai người bị đói là kiệt sức. Bấy giờ Tào Tháo liền tìm đến nhà một người thân quen tên Lã bá Xa ở gần đó để xin tá túc. Ông này dù biết Tào Tháo đang bị quan quân truy đuổi, nhưng sẵn lòng đón hai người vào nhà và còn sai gia nhân mổ heo làm tiệc đãi khách quý.

Trong khi chủ nhà ngồi xe ra ngoài chợ mua rượu thì Tào Tháo và người bạn nằm nghỉ trong phòng khách. Ông ta bỗng chợt dạ khi nghe thấy tiếng mài dao, rồi tiếng gia nhân hè nhau: “Trói nó lại”. Rồi có tiếng hỏi: “Giết nhỏ hay lớn”, và tiếng kia đáp: “Giết lớn”. Tào Tháo tưởng gia chủ đang sai gia nhân đến giết mình để báo quan lãnh thưởng, ông ta liền rút gươm và ra ngoài giết hết mọi người trong nhà. Sau khi đã chém giết, Tào Tháo đi xuống nhà bếp kiểm tra tìm kẻ sống sót, thì nhìn thấy một con heo lớn đang bị trói, bên cạnh là con dao đã được mài sắc, thì mới biết mình lầm: Thì ra, gia nhân trong nhà đang hè nhau bắt con heo lớn giết thịt để thết đãi mình. Nhưng do tính đa nghi xét đoán sai nên đã vội ra tay giết oan cho cả nhà vị ân nhân của mình. Rồi hai người liền vội vã bỏ đi trước khi chủ nhà về tới. Dọc đường gặp chủ nhân đang từ chợ mang vò rượu về, Tào Tháo liền giết luôn vị ân nhân để trừ hậu hoạn.

Chính do thói suy nghĩ hồ đồ dẫn đến xét đoán sai nên Tào Tháo đã phạm phải tội ác vô cùng nghiêm trọng không thể sửa chữa được, là ra tay giết hại cả gia đình vị ân nhân giúp đỡ mình.

3. SUY NIỆM:

Một trong những thói xấu mà chúng ta cần phải cấp thời sửa đổi là thói hay xét đoán ý trái cho người khác. Vậy thế nào là xét đoán? Người ta có thường xét đoán đúng không? Tại sao? Ta cần làm gì để tránh xét đoán oan sai cho kẻ khác?

1) Thế nào là xét đoán?: “Xét” là cứ xét bao gồm mấy việc: quan sát sự kiện, tìm hiểu nguyên nhân và kết luận đúng sai. “Đoán” là phỏng đoán và thiếu chính xác. Vậy xét đoán là những kết luận được rút từ sự phỏng đoán chứ không dựa trên các sự kiện khách quan, rồi kết án theo cảm tính “*yêu nên tốt ghét nên xấu*”, nên thường dẫn đến kết luận oan sai và hành động cho người khác.

2) Phân biệt hai cách xét đoán đúng và sai:

- **Xét đoán đúng:** Thực ra xét đoán nói chung là một việc tốt, là biểu hiện trí thông minh của một người. Một nhà lãnh đạo cần phải có khả năng phán đoán chính xác khi biết nhìn xa trông rộng, để thấy được hậu quả sẽ xảy ra và tìm cách khắc phục, hầu công việc ngày một ổn định. Hơn nữa phán đoán tốt còn cần để duy trì an

ninh trật tự xã hội. Chẳng hạn khi một vụ án cướp của giết người xảy ra, công an hình sự được điều đến phá án. Điều tra viên trước hết phải cách ly hiện trường để thu thập dấu vết kẻ thủ ác để lại, rồi tiếp tục phỏng vấn thêm các đối tượng liên quan để tìm thêm chứng cứ. Tiếp đến sẽ dùng phương pháp nghiệp vụ loại dần các nghi can để xác định kẻ thủ ác là ai. Để phán đoán chính xác, điều tra viên phải dựa trên bằng chứng khách quan, rồi còn phải có trình độ nghiệp vụ cao mới hy vọng sớm phá án được.

- **Xét đoán sai:** Tuy nhiên trong thực tế đời thường, chúng ta lại hay xét đoán theo cảm tính chủ quan của mình, hoặc dựa trên thành kiến có sẵn về người khác để kết án họ hơn là dựa trên các bằng chứng khách quan. Kết quả là chúng ta thường xét đoán sai đến 70-80 phần trăm sự việc. Ngay những điều nhìn thấy tận mắt mà nhiều người vẫn xét đoán sai như người ta thường nói: *"Nhìn cò ra quạ!", "Thấy vậy mà không phải vậy"...* phương chi nếu chỉ dựa trên dư luận lời đồn hoặc tệ hơn lại dựa vào các bằng chứng nguy tạo do kẻ thủ ác cố tình đưa ra thì sẽ khó tránh khỏi sự xét đoán hồ đồ và kết án oan sai cho người vô tội.

3) Cần tránh xét đoán ý trái cho người khác:

- **Sự phức tạp của các hành vi nhân linh:** Con người ngoài hành động bên ngoài người ta có thể nhìn thấy, còn có phần tinh thần là động lực hành động, làm cho tội ác có thể được giảm khinh hay thậm chí vô tội. Do đó chúng ta cần phải thận trọng khi xét đoán hoặc kết án kẻ khác. Vì thế Đức Giê-su đã dạy các môn đệ về thói xấu này như sau: *"Anh em đừng xét đoán, để khỏi bị Thiên Chúa xét đoán"* (Mt 7, 1).

- **Tránh xét đoán ý trái:** Ai trong chúng ta cũng phải thừa nhận mình đã nhiều lần xét đoán ý trái cho kẻ khác, nhất là những kẻ mình không ưa, như người đời thường nói: *"Không ưa dưa có dòi!"* và *"Yêu nên tốt, ghét nên xấu"...* Muốn xét đoán tha nhân đúng đắn, chúng ta cần tránh thành kiến, cần lắng nghe nhiều phía và nhất là phải dựa trên các bằng chứng xác thực hơn chỉ dựa vào những lời tố cáo vô căn cứ. Muốn xét đoán đúng cần phải theo trình tự tố tụng như tại tòa án: Đầu tiên quan tòa sẽ nghe *công tố viên* trình bày diễn tiến tội phạm để buộc tội bên bị. Tiếp đến *luật sư bên bị* bào chữa bị can và *luật sư bên nguyên* sẽ phản bác với sự trợ giúp của các nhân chứng. Sau khi nghe hai bên đối đáp, *bồi*

thẩm đoàn sẽ họp kín để định tội, rồi *quan tòa* sẽ nhân danh luật pháp đọc lời tuyên án bị cáo là vô tội hay có tội và mức độ chịu hình phạt nặng nhẹ ra sao... Vậy khi xét đoán tha nhân chúng ta có theo các trình tự trên hay không? Ngay cả tòa án dù làm việc nghiêm túc như vậy, mà nhiều khi vẫn bị sai lầm khi đưa ra những bản án bất công và kết án oan sai cho người vô tội. Do đó thánh Gia-cô-bê khuyên tín hữu: "*Chỉ có một Đấng ra Lễ Luật và xét xử, đó là Đấng có quyền cứu thoát và tiêu diệt. Còn anh là ai mà dám xét đoán người thân cận?*" (Gc 4, 12b).

4) Chúng ta phải làm gì?

- **Tiên trách kỷ hậu trách nhân:** Mỗi khi mắc phải một sai lầm, chúng ta thường hay đổ lỗi cho người khác. Chẳng hạn khi trong gia đình có đứa con phạm tội ăn cắp hoặc trốn học đi chơi, ông bố thường hay đổ lỗi cho bà vợ đã quá nuông chiều con khiến nó sinh hư. Hầu như xã hội cũng đồng quan điểm qua câu: "*Con hư tại mẹ, cháu hư tại bà!*". Tuy nhiên trong trường hợp này, lẽ ra ông bố phải tự trách mình: "*Tội quy vu trưởng*" để nhận ra phần lỗi của mình: "Lỗi tại tôi, vì tôi đã không chu toàn trách nhiệm quan tâm giáo dục con cái. Tôi đã vô trách nhiệm khi phó mặc việc dạy dỗ con cho vợ, dù biết rõ khả năng giới hạn của vợ mình".

- **Cần phải nhìn lại mình trước:** Nhiều người thích soi mói và hay lên mặt thầy đời sửa lỗi anh em, đang khi chính bản thân lại đầy những khuyết điểm như người xưa dạy: "*Chân mình những lấm bê bê, lại cầm bó đuốc mà rê chân người*". Đối với hạng người này, Đức Giê-su đã có lời dạy như sau: "*Sao người thấy cái rác trong mắt anh em người, mà chẳng thấy cây đũa trong mắt mình? Sao người dám nói với anh em rằng: Để tôi lấy cái rác ra khỏi mắt anh, mà chính người có cây đũa trong mắt mình? Hỡi kẻ giả hình! trước hết phải lấy cây đũa khỏi mắt mình đi, rồi mới thấy rõ mà lấy cái rác ra khỏi mắt anh em mình được*" (Mt 7, 3-5).

- **Phải biết đối xử bao dung:** Đức Giê-su muốn chúng ta đối xử bao dung nhân từ với tha nhân noi gương Thiên Chúa trên trời như sau: "*Anh em hãy có lòng nhân từ, như Cha anh em là Đấng nhân từ. 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, 36-37).

- **Tập nghĩ tốt và làm trạng sư bào chữa cho anh em:** Sở dĩ chúng ta hay xét đoán ý trái cho kẻ khác vì chính chúng ta là kẻ xấu. Có người đã nêu ra nhận xét chí lý như sau: "*Nếu bạn hay xét đoán ý trái cho tha nhân về một tội gì thì đó là dấu chứng tỏ bạn đang mắc phải thói xấu ấy*". Thực vậy, một người có thói dâm ô tục tĩu, sẽ luôn nhìn và xét đoán người khác dưới lăng kính này: Khi thấy đôi bạn trẻ nam nữ chờ nhau trên xe hai bánh là đã vội "suy bụng ta ra bụng người" và cho rằng hai người đang chờ nhau đến khách sạn để tình tự!!! Đang khi thực ra họ đang cùng nhau đi làm công tác bác ái thăm viếng người già neo đơn... Do đó, mỗi người chúng ta phải tập nghĩ tốt cho người khác. Khi nghe một người nói xấu về người thứ ba, chúng ta phải làm trạng sư biện hộ cho kẻ bị nói xấu. Làm như vậy là chúng ta sẽ phần nào chặn được dư luận xấu ngay từ trứng nước, sẽ làm cho kẻ hay nghĩ xấu bị mất hứng, để không tiếp tục nói hành kẻ vắng mặt với người khác.

- **Phải năng cầu xin ơn Chúa:** Hành vi xét đoán tha nhân là một việc khó và tế nhị cần phải có ơn Chúa giúp, nên thánh Au-gút-ti-nô đã luôn cầu xin với Chúa: "*Xin cho con biết Chúa và xin cho con biết con*". Đây cũng phải là lời cầu nguyện của mỗi người chúng ta. Chúng ta xin cho mình được biết Chúa để thấy lòng quảng đại yêu thương vô biên của Chúa; Và cũng xin Chúa cho biết mình để ý thức về sự yếu đuối, bất toàn của mình. Nhờ đó chúng ta sẽ đối xử rộng lượng với lỗi lầm của người khác như Đức Giê-su đã dạy: "*Anh em hãy cho thì sẽ được Thiên Chúa cho lại. Người ta sẽ đong cho anh em đấu đủ lượng đã dẫn, đã lắc và đầy tràn, mà đổ vào vạt áo anh em. Vì anh em đong bằng đấu nào, thì Thiên Chúa sẽ đong lại cho anh em bằng đấu ấy*" (Lc 6, 38).

4. SINH HOẠT: Hãy cho biết bạn có cảm tưởng thế nào khi bị kẻ khác nghĩ xấu và kết án oan sai cho mình?

5. LỜI CẦU:

Lạy Chúa Cha từ bi nhân ái. Xin giúp chúng con tránh hồ đồ khi xét đoán tha nhân. Con xin lỗi Chúa vì nhiều lần con đã xét đoán ý trái và kết án bất công cho những kẻ con không ưa. Xin cho con biết luôn bình tĩnh trong mọi tình huống, và tập xét đoán ý tốt cho tha nhân, tập bênh vực chữa lỗi cho kẻ đang bị xét đoán oan sai. Nhờ đó chúng con sẽ được Chúa thương xét xử khoan dung trước tòa phán xét sau này. AMEN.

GIẢI ĐÁP THẮC MẮC

Ý NGHĨA CỦA VIỆC ĐI LỄ NGÀY CHÚA NHẬT

Pr. Lê Hoàng Nam, SJ,

Tại sao đạo Công Giáo lại bắt các tín hữu phải đi lễ vào Chúa Nhật? Con đi lễ từ thứ hai đến thứ bảy chẳng lẽ không bằng một người chỉ đi lễ ngày Chúa Nhật à?



Chào bạn,

Bất cứ một tôn giáo nào cũng có những buổi cử hành lễ tế như là một hành vi thờ phượng dành cho Đấng Tối Cao của mình. Đối với người Công Giáo, hành vi thờ phượng được cho là cao nhất chính là việc hiệp cùng với vị linh

mục dâng thánh lễ. Trong thánh lễ ấy, chúng ta tái hiện lại cuộc tế lễ năm xưa Đức Giêsu đã dâng trên cây thập giá. Người dâng là Đức Giêsu, của lễ dâng lên Chúa Cha cũng chính là Đức Giêsu. Thánh lễ là một cuộc quy tụ của cả vũ trụ hướng về tâm điểm Giêsu, để cùng Giêsu hướng về Cha. Bởi thế, ơn ích mà một thánh lễ mang lại là rất lớn và không sao đo lường được. Tự bản chất, thánh lễ là vô giá, dù nó được cử hành ở nơi trang nghiêm như các Vương Cung Thánh Đường rộng lớn hay nơi một nhà tù dơ bẩn ẩm thấp, dù do Đức Giáo Hoàng chủ sự hay một cha già nằm trên giường bệnh dâng. Vậy nếu thánh lễ là vô giá thì dù bạn đi lễ ngày thường hay ngày Chúa Nhật thì xét về mặt ơn ích, bạn vẫn lãnh nhận được cùng một ơn lành.

Việc muốn các tín hữu đi lễ ngày Chúa Nhật như một điều bắt buộc không liên quan đến tính giá trị của một thánh lễ (vì như đã nói ở trên, thánh lễ nào cũng đều vô giá cả), nhưng liên quan đến ý nghĩa đặc biệt của ngày Chúa Nhật và mức độ ưu tiên của nó hơn những ngày khác trong tuần. Thiên Chúa là Đấng vượt trên không gian và thời gian, nếu đối với Ngài, ngày nào cũng như ngày nào. Nhưng đối với con người thì không như vậy. Không chỉ riêng trong lĩnh vực tôn giáo, nhưng chính kinh nghiệm bản thân cũng cho

chúng ta thấy rằng ngày Chúa Nhật có cái gì đó khác với những ngày khác. Nó là một ngày đặc biệt hơn, chất chứa nhiều ý nghĩa hơn. Chúng ta hãy cùng điểm lại một vài chi tiết trong Kinh Thánh cho thấy ý nghĩa trọng đại có một không hai của ngày Chúa Nhật khiến cho nó trở thành ngày trọng đại để dâng lễ tế.

Trước hết, trong trình thuật Sáng Thế, tác giả cho chúng ta biết rằng Thiên Chúa đã hoàn tất công trình tạo dựng và “ngày thứ bảy [tức là ngày Chúa Nhật của mình] Người nghỉ ngơi và Thiên Chúa chúc lành cho ngày này” (x. St 2, 3). Trong sách Xuất Hành, khi ban luật cho dân, Thiên Chúa đã nói rằng “trong sáu ngày, người sẽ lao động và làm mọi công việc của người. Nhưng ngày thứ bảy [ngày Chúa Nhật] là hưu lễ kính Thiên Chúa của người; người không được làm bất cứ việc nào, người và con trai con gái người, tớ trai tớ gái của người. Vì trong sáu ngày, Thiên Chúa đã làm nên trời đất, biển và tất cả mọi sự trong các nơi ấy, nhưng Người đã nghỉ ngơi ngày thứ bảy, bởi thế, Thiên Chúa đã chúc lành cho ngày thứ bảy và tác thành nó” (Xh 20, 9-11).

Trong thời gian lưu đày ở Babilon, dân Israel rơi vào khủng hoảng. Họ tự vấn, không biết Thiên Chúa bây giờ ở đâu vì lúc đó không còn Đền Thờ, không còn đất hứa như lời Thiên Chúa đã hứa cùng tổ phụ Apraham và với vua Đa-vít nữa. Chính lúc này, Thiên Chúa cho họ biết rằng Thiên Chúa không còn ngự ở một nơi (Đền Thờ) như trước, nhưng là hiện diện trong một thời gian, đó chính là ngày Sabat (ngày Chúa Nhật). Ngày Sabat là ngày của Thiên Chúa, ngày Thiên Chúa đưa đến hoàn tất tất cả những gì còn dang dở trong công trình tạo dựng. Việc Đức Giêsu làm phép lạ chữa lành các bệnh nhân trong ngày Sabat chính là để thể hiện ý này: Ngài cho thấy mình là Thiên Chúa, đến để hoàn tất công trình cứu độ. (Tiếc thay, những người Pharisêu đã không hiểu, lại còn lên án Đức Giêsu).

Hơn hết, ngày Chúa Nhật là ngày quan trọng vì đó là ngày là Đức Giêsu – Chúa chúng ta – đã phục sinh. Điều này một lần nữa bổ sung cho tính “hoàn tất” của ngày Chúa Nhật. Với sự phục sinh của Đức Giêsu, ngày Chúa Nhật mang một ý nghĩa vô cùng quan trọng vì nó cho thấy sự hoàn thành của một công trình tạo dựng mới mà Thánh Thần thực hiện nơi Đức Giêsu. Đó cũng chính là đỉnh điểm

của ơn cứu độ và là điểm đến của mọi loài thụ tạo trong trời đất. Từ ý nghĩa này, ngày Chúa Nhật được Giáo Hội chọn để tất cả con cái mình ở khắp nơi quy tụ về với nhau, cùng nhau long trọng dâng lên Thiên Chúa Cha lời tạ ơn từ sâu thẳm con tim mình, tưởng nhớ rằng chính vào ngày này là ngày Thiên Chúa hoàn tất mọi sự, ngày mà chúng ta được thánh hoá, ngày ân sủng của Thiên Chúa, “ngày Thiên Chúa làm ra”. Họp nhau vào ngày Chúa Nhật tại thế giới này báo trước một cuộc họp mặt với nhau trong bàn tiệc vĩnh cửu trên trời mai sau. Thánh lễ ngày Chúa Nhật là một lễ tế của toàn thể dân Chúa, nó mang tính chất của một cộng đoàn là toàn thể Giáo Hội. Nó hết như ngày tất cả con cái về nhà với cha mẹ, thăm cha mẹ, cùng nhau chia sẻ bữa ăn thân mật và trò chuyện vui vẻ với nhau.

Trong mỗi thánh lễ, Chúa cần hơn hết nơi chúng ta một tấm lòng. Thánh lễ sẽ trở nên vô nghĩa nếu chúng ta chỉ đi vì bắt buộc, vì thói quen. Nếu không vì yêu mến, không xuất phát từ việc ý thức được tầm quan trọng của nó, ta sẽ cảm thấy việc đi lễ là một điều gì đó rất nặng nề. Quả thật, nếu bạn hiểu được ý nghĩa của thánh lễ, đặc biệt là thánh lễ của ngày Chúa Nhật, bạn sẽ không đặt lên bàn cân để so sánh mức độ hơn kém thiệt hơn là các thánh lễ ngày thường với thánh lễ ngày Chúa Nhật.

Ngoài ra, cũng cần phải ý thức rằng, Thiên Chúa và mẹ Giáo Hội không khắc khe đến độ đòi buộc các tín hữu phải đi lễ ngày Chúa Nhật bằng mọi giá. Nếu bạn gặp phải một lý do nào đó bất khả kháng như bệnh tật, đang ở nơi không có linh mục... thì chỉ cần bạn hướng lòng về Chúa thì cũng đã làm cho Ngài vui lòng rồi. Thử lấy một ví dụ thế này: khi có người yêu, ta có thể quan tâm và tặng quà cho người yêu vào bất cứ ngày nào. Nhưng nếu mình quan tâm, đến thăm và tặng quà cho người yêu vào đúng một ngày nào đó có ý nghĩa đặc biệt của người ấy (sinh nhật...) hoặc của cả hai (ngày Valentine hoặc kỷ niệm ngày quen nhau...) thì điều đó sẽ có ý nghĩa hơn rất nhiều, phải không?

Đến đây, chắc là bạn đã có thể tự trả lời cho câu hỏi của mình rồi nhỉ!

Xin Chúa chúc lành cho bạn!

Nguồn: dongten.net

PHÒNG MẠCH MIỄN PHÍ

NGƯỜI BỊ BỆNH TIỂU ĐƯỜNG NÊN ĂN GÌ THÌ CÂN BẰNG VÀ TỐT CHO SỨC KHỎE?



Với người tiểu đường thì không có một chế độ ăn uống cụ thể nào. Nhưng những thực phẩm bạn ăn không chỉ tạo sự khác biệt cho sức khỏe mà còn ảnh hưởng đến vị giác và mức năng lượng bạn có từ thức ăn. Bài viết dưới đây sẽ giúp bạn hiểu rõ năm nhóm thực phẩm chính

tạo nên một chế độ ăn uống cân bằng và lành mạnh cho người tiểu đường.

Lợi ích của việc thu nạp dinh dưỡng từ 5 nhóm thực phẩm chính

Bạn cần ăn uống bao nhiêu thì tùy thuộc vào độ tuổi, giới tính, mức độ hoạt động và mục tiêu bạn hướng tới. Nhưng không có thực phẩm nào chứa tất cả dinh dưỡng thiết yếu mà cơ thể bạn cần.

Đó là lý do tại sao một chế độ ăn uống cân bằng và lành mạnh chính là lựa chọn đa dạng các loại thực phẩm khác nhau từ mỗi nhóm thực phẩm chính hằng ngày. Và khi chúng ta nói đến yếu tố "cân bằng", nghĩa là chúng ta nên ăn nhiều hơn các loại thực phẩm nhất định và ít hơn ở một số loại khác.

Nội dung bên dưới sẽ chỉ ra những lợi ích cụ thể của từng nhóm thực phẩm chính, một số trong đó sẽ giúp bảo vệ tim và có tác động tốt đến lượng đường trong máu của bạn.

Vậy các nhóm thực phẩm chính bao gồm:

- + Trái cây và rau quả
- + Thực phẩm giàu tinh bột
- + Thực phẩm giàu protein
- + Sữa và các sản phẩm từ sữa

+ Dầu thực vật

TRÁI CÂY VÀ RAU QUẢ



Bị bệnh tiểu đường không có nghĩa là bạn không thể ăn trái cây. Trái cây và rau tự nhiên chứa ít calo và giàu vitamin, khoáng chất, chất xơ. Chúng cũng làm tăng hương vị và sự đa dạng cho mỗi bữa ăn. Bên cạnh đó, chúng có thể giúp bảo vệ bạn chống lại đột quỵ, bệnh tim, huyết áp cao và một số bệnh ung thư – đây là những tình trạng mà khi mắc bệnh tiểu đường, bạn sẽ có nhiều nguy cơ mắc phải.

Trái cây, rau quả để ở dạng tươi hoặc đông lạnh đều được. Nhưng bạn cần tránh nước trái cây và sinh tố vì chúng không có nhiều chất xơ.

Lợi ích:

- + Giúp hệ tiêu hóa hoạt động tốt
- + Bảo vệ cơ thể khỏi bệnh tim, đột quỵ và một số bệnh ung thư

Lượng ăn:

Mọi người nên cố gắng ăn ít nhất năm phần mỗi ngày, trong đó một phần sẽ bằng lòng bàn tay của bạn.

THỰC PHẨM GIÀU TINH BỘT (có chỉ số đường huyết thấp)

Thực phẩm giàu tinh bột bao gồm khoai tây, gạo, mì ống, bánh mì... Chúng đều chứa carbohydrate, phân hủy thành glucose và được tế bào sử dụng làm nhiên liệu. Vấn đề với một số thực phẩm giàu tinh bột là chúng có thể làm tăng lượng đường huyết nhanh chóng, khiến bạn khó kiểm soát bệnh tiểu đường hơn.

Vì vậy, chúng ta nên thay thế bằng những thực phẩm giàu tinh bột nhưng có chỉ số đường huyết thấp ($IG \leq 55$), ví dụ như bánh mì làm từ ngũ cốc nguyên hạt, mì ống làm từ lúa mì nguyên cám hoặc gạo lứt... Chúng cũng chứa nhiều chất xơ, giúp hệ tiêu hóa hoạt động tốt. Vì vậy, nếu bạn đang cố gắng cắt giảm carbs thì trước tiên, hãy cắt giảm những thứ như bánh mì trắng và cơm.

Lợi ích:

- + Chất xơ giúp hệ tiêu hóa khỏe mạnh
- + Ngũ cốc nguyên hạt giúp bảo vệ tim mạch
- + Giúp lượng đường trong máu sau khi ăn tăng chậm hơn và giữ mức ổn định, nhờ đó mà đảm bảo nguồn năng lượng ổn định

Lượng ăn:

Ăn một ít thực phẩm giàu tinh bột mỗi ngày, ví dụ buổi sáng ăn hai lát bánh mì lúa mạch đen hoặc buổi trưa ăn hai củ khoai lang nướng. Với những thực phẩm có chỉ số đường huyết thấp ($IG \leq 55$) thì không có giới hạn khẩu phần. Với thực phẩm có IG trung bình từ 56 đến 69 thì chỉ nên dùng ở mức vừa phải. Còn những thực phẩm có IG cao từ 70 trở lên (như đồ uống có gas, bánh kẹo ngọt, kem) thì nên hạn chế dùng.

THỰC PHẨM GIÀU PROTEIN

Thịt và cá có nhiều protein, giúp cơ bắp luôn khỏe mạnh. Nhưng một chế độ ăn uống lành mạnh có nghĩa là ít thịt đỏ và thịt đã qua chế biến. Vì chúng có liên quan đến bệnh ung thư và bệnh tim. Trong khi cá có nhiều dầu như cá thu, cá hồi, cá mòi có hàm lượng dầu omega-3 cao, giúp bảo vệ tim mạch.

Các thực phẩm giàu protein khác có thể kể đến là các loại đậu, hạt, trứng...

Lợi ích:

- + Giúp các cơ khỏe mạnh
- + Dầu cá bảo vệ tim mạch

Lượng ăn:

Nên ăn một số thực phẩm từ nhóm này mỗi ngày. Cụ thể là ít nhất 1 hoặc 2 phần dầu cá mỗi tuần. Nhưng bạn không cần ăn thịt mỗi ngày.

SỮA VÀ CÁC SẢN PHẨM TỪ SỮA

Sữa, pho mát và sữa chua có nhiều canxi và protein, rất tốt cho xương, răng và cơ bắp của bạn. Nhưng một số sản phẩm từ sữa có nhiều chất béo, đặc biệt là chất béo bão hòa không tốt cho bệnh tiểu đường như pho mát, kem tươi, kem lạnh, sữa nguyên kem, sữa bò tươi, sữa chứa 2% chất béo...

Vì vậy, bạn nên chọn các loại sản phẩm thay thế, ít chất béo hơn như sữa tách béo, sữa chua, sữa đậu nành, sữa hạnh nhân... Khi mua sản phẩm từ sữa, bạn chú ý đến loại có dán nhãn là "low fat" (ít béo) hoặc "skim" (tách béo, không béo).

Lưu ý là bạn cần kiểm tra lượng đường bổ sung trong các sản phẩm từ sữa như sữa chua. Tốt nhất bạn nên dùng sữa chua không đường và thêm vào một số trái cây nếu muốn có vị ngọt.

Lợi ích:

- + Tốt cho xương và răng
- + Giữ cho cơ bắp luôn khỏe mạnh

Lượng ăn:

Chúng ta đều cần thu nạp một lượng canxi mỗi ngày, ví dụ một ly sữa đậu nành mỗi sáng hoặc một hộp sữa chua vào mỗi tối.

DẦU THỰC VẬT VÀ CÁC LOẠI BƠ



Chúng ta vẫn cần nạp một ít chất béo mỗi ngày vì nó vẫn là một phần trong chế độ ăn uống lành mạnh. Không phải chất béo nào cũng xấu, vẫn còn loại chất béo tốt, được gọi là chất béo không bão hòa, có ích cho người bị tiểu đường nếu được dùng đúng cách và tiêu thụ ở mức độ vừa phải. Vì vậy, bạn cần thay thế chất béo bão hòa hoặc chất béo chuyển hóa bằng chất béo tốt.

Chất béo tốt thường được tìm thấy trong các dầu thực vật như dầu ô liu, dầu đậu phộng, dầu hạt cải, dầu mè,

dầu hướng dương; các loại bơ như bơ đậu phộng, bơ hạnh nhân, bơ tươi...

Lợi ích:

- + Giảm cholesterol xấu, không ảnh hưởng đến cholesterol tốt, ngăn ngừa nguy cơ mắc bệnh tim mạch
- + Kiểm soát tiểu đường loại 2

Lượng ăn:

Dù chất béo tốt mang lại nhiều lợi ích cho sức khỏe nhưng nếu ăn quá nhiều thì vẫn có thể dẫn đến tăng cân. Vì tất cả chất béo đều chứa 9 calo cho mỗi gam. Do đó, bạn không nên tiêu thụ quá mức 30% tổng lượng calo mỗi ngày. Riêng chất béo bão hòa thì không nên quá 10%.



Ngoài nhóm thực phẩm trên, bạn cũng nên tránh các loại thực phẩm giàu chất béo, muối và đường như bánh quy, khoai tây chiên, socola, bánh ngọt, kem, đồ uống có đường. Chúng đều có hàm lượng calo cao và làm tăng đường huyết. Tốt nhất là bạn nên thực hiện chế độ cắt bỏ chúng khỏi khẩu phần ăn hằng ngày. Và đồ uống tốt nhất là nước tinh khiết.

Bạn cũng đừng nên ăn kem hoặc đồ ngọt dành cho bệnh nhân tiểu đường. Việc dán nhãn bất kỳ thực phẩm nào dành cho bệnh tiểu đường là trái luật và hiện chưa có bằng chứng nào cho thấy thực phẩm dành cho bệnh nhân tiểu đường mang lại lợi ích tốt hơn so với chế độ ăn uống cân bằng và lành mạnh.

Tác giả bài viết: **Huỳnh Lê Kim Ngân**
 Bác sĩ tham vấn: **BS. CKII Ngô Thế Phi**



Mục lục

✠ Lá Thư Linh Hưởng tháng 09/2022	02
✠ Sống Lời Chúa	03
✠ Học Hỏi Linh Đạo	
◆ Tìm hiểu TC Dung Nhan Lòng Xót Thương (B80)	11
✠ Tin tức & Sinh hoạt	
◆ Tin CDLCTX TGP Sài Gòn	15
◆ Tin HHLCTX GP Xuân Lộc	18
✠ DIỄN ĐÀN:	
◆ Bệnh mãn tính đưa tôi đến gần Chúa	21
◆ Chiêm ngắm tình yêu	26
◆ Mẹ Maria là Evà mới	28
◆ Con tim rung động	30
◆ Phép màu của thỉnh lặng	34
◆ Trong công cuộc loan báo Tin Mừng	38
◆ Giỗ đầu nạn nhân covid	41
◆ Bài học từ thánh Monica (tt)	43
◆ Sự điên rồ của chiến tranh (tt)	47
✠ Giáo dục nhân bản:	
◆ Tập nghĩ tốt, nói tốt và làm tốt cho nhau	51
✠ Giải đáp thắc mắc:	
◆ Ý nghĩa của việc đi lễ ngày Chúa nhật	56
✠ Phòng mạch miễn phí:	
◆ Người bệnh tiểu đường nên ăn gì	59

