Giáo Sĩ Việt Nam

Bán nguyệt san – Số 255 – Chúa nhật 16.08.2015

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

www.conggiaovietnam.net giaosivietnam@gmail.com

MỤC LỤC

CÁC GIÁO HỘI ĐỊA PHƯƠNG ..... Vatican 2

SỢ PHẢI LÊN TRÊN TRỜI! ..... Lm. Giuse Trần Đình Long, Dòng Thánh Thể

SỐNG ... . Lm Giuse Ngô Mạnh Điệp

GIẢI QUYẾT ..... Lm. Giuse Trần Việt Hùng

Muốn Sống Đời Đời Hãy Ăn Bánh Giêsu ..... Lm. Anton Nguyễn Văn Độ

NGƯỜI GIÁO DÂN ĐƯỢC MỜI GỌI THI HÀNH CÁC CHỨC NĂNG TƯ TẾ, NGÔN SỨ, VÀ VƯƠNG ĐẾ CÁCH NÀO Đ Ể NÊN NHÂN CHỨNG CHO CHÚA KITÔ TRƯỚC MẶT NGƯỜI ĐỜI ? ..... Lm. PX. Ngô Tôn Huấn

NGÀY ĐẠI HỘI GIAO LƯU GIỚI TRẺ HẠT TÂY BẮC PHÚ THỌ ..... Gioan Lê Quang Vinh

GIÁO DỤC LƯƠNG TÂM GIỚI TRẺ THEO TINH THẦN KITÔ GIÁO TRONG THỜI ĐẠI MỚI....

..... Lm. Giuse Nguyễn Văn Hạnh

LỄ CÔNG BỐ QUYẾT ĐỊNH CỦA CHÍNH PHỦ CHẤP THUẬN THÀNH LẬP HỌC VIỆN CÔNG GIÁO VIỆT NAM. ..... Ủy Ban Giáo Dục, HĐGMVN

ĐOẠT LÝ MÀ QUÊN NGƯỜI ..... Tín Thác

MARTIN LUTHER KING VÀ NIỀM MƠ ƯỚC CỦA XÃ HỘI DÂN SỰ.....

..... Luật sư Đoàn Thanh Liêm

MẬT ONG - BỆNH QUAI BỊ - CHOLESTEROL ..... BÁC SĨ NGUYỄN Ý ĐỨC, MD

CÁC GIÁO HỘI ĐỊA PHƯƠNG

Thánh Công Đồng Chung Vaticanô II

Bản dịch của Ủy Ban Giáo Lý Đức Tin, HĐGMVN

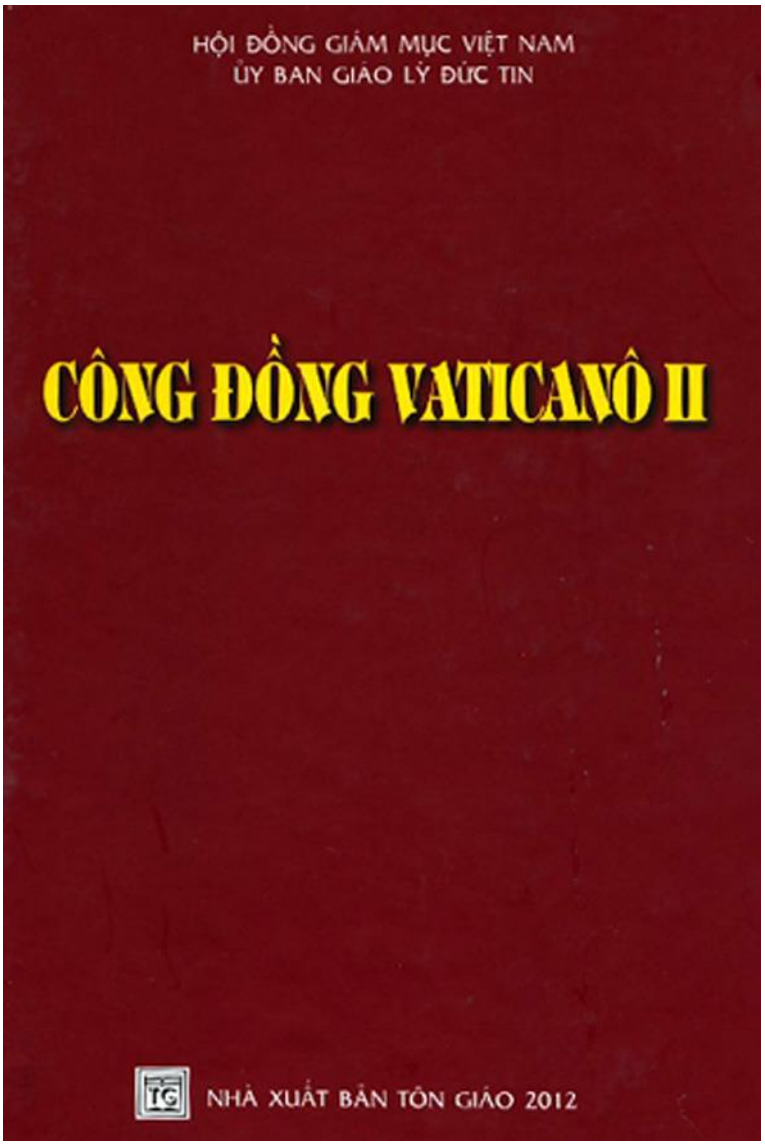
LTS: BBT CGVN và Đặc San GSVN hân hạnh giới thiệu trọn bộ 16 Văn Kiện Công Đồng Vatican 2, bản dịch của Ủy Ban Giáo Lý Đức Tin, HĐGMVN, ấn bản mới nhất, giá bán lẻ tại các Nhà Sách Công Giáo 120.000VN.

Suốt hơn 10 năm qua trên Đặc San Giáo Sĩ Việt Nam chúng con đã trung thành phổ biến bản dịch của Giáo Hoàng Học Viện PIO X Đà Lạt; Nay với trọn tấm lòng biết ơn các dịch giả qua các thời kỳ, chúng con xin tiếp tục công việc tối cần thiết này nhưng với một bản dịch hoàn chỉnh hơn - **Bản dịch của Ủy Ban Giáo Lý Đức Tin, HĐGMVN**. Rất mong được mọi người đón nhận, hỗ trợ việc phổ biến tài liệu quí này như KIM CHỈ NAM đích thực, đầy đủ và hoàn hảo cho mọi thành phần Dân Chúa. Chúng ta đang sống trong thời điểm kỷ niệm 50 năm Thánh Công Đồng Chung Vatican 2; Dân Chúa Việt Nam khi dành thời gian đọc lại các Hiến Chế, Sắc Lệnh, Tuyên Ngôn sẽ luôn nhận ra điều mới mẻ và hữu ích cho từng cá nhân cũng như cộng đoàn.

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

Xin chân thành cám ơn

BBT CGVN & Đặc San GSVN



SẮC LỆNH
VỀ HOẠT ĐỘNG TRUYỀN GIÁO CỦA GIÁO HỘI
AD GENTES

CHƯƠNG III
CÁC GIÁO HỘI ĐỊA PHƯƠNG

19. Việc gầy dựng Giáo Hội nơi một cộng đồng nhất định kể như là đã đạt tới mục đích, khi cộng đoàn tín hữu đã bén rễ trong đời sống xã hội và đã phù hợp phần nào với văn hóa địa phương, đồng thời cũng đã ổn định và vững mạnh, nghĩa là đã có nguồn nhân lực riêng khá dồi dào, tuy chưa hẳn đầy đủ, gồm các linh mục, tu sĩ và giáo dân địa phương, đã có những thừa tác vụ và những tổ chức cần thiết cho việc lãnh đạo và sự tăng triển đời sống của đoàn Dân Chúa, dưới sự hướng dẫn của vị Giám mục bản quyền.

Trong những Giáo Hội còn non trẻ đó, đời sống Dân Chúa phải đạt đến sự trưởng thành về mọi phương diện của đời sống Kitô hữu đã được canh tân theo những nguyên tắc đã được Công Đồng đề ra, đó là các cộng đoàn tín hữu càng ngày càng ý thức hơn rằng mình phải trở nên những cộng đoàn sống đức tin, cử hành phụng vụ và thực thi bác ái; qua các hoạt động dân sự và tông đồ, người giáo dân phải nỗ lực kiến tạo bác ái và công bình trong xã hội; phải sử dụng các phương tiện truyền thông xã hội cách thích hợp và khôn ngoan; các gia đình phải sống đời Kitô hữu đích thực để trở nên những vườn ươm cho ơn gọi tông đồ giáo dân, cũng như ơn gọi linh mục và tu sĩ. Sau hết, đức tin phải được hướng dẫn nhờ chương trình giáo lý thích hợp, được cử hành trong phụng vụ phù hợp với sắc thái dân tộc, và được đưa vào các tổ chức đoàn thể cũng như các tập tục địa phương, theo đúng qui định của giáo luật.

Còn các Giám mục, luôn hợp nhất với linh mục đoàn của mình và ngày càng thấm nhuần cảm thức của Chúa Kitô và Giáo Hội, phải biết cảm nhận và sống cùng với Giáo Hội toàn cầu. Các Giáo Hội trẻ phải duy trì mối thông hiệp mật thiết với toàn thể Giáo Hội và phải liên kết những yếu tố của truyền thống Giáo Hội với nền văn hóa riêng, để nhờ được trao đổi sinh lực cho nhau mà đời sống Nhiệm Thể được tăng trưởng[1]. Do đó, phải trau dồi những yếu tố thần học, tâm lý và nhân bản có thể góp phần vào việc cổ võ cảm thức thông hiệp cùng toàn thể Giáo Hội.

Nhưng vì các Giáo Hội này thường ở những miền khá nghèo túng nên nhiều khi vẫn còn rất thiếu linh mục cũng như những viện trợ vật chất. Vì thế, hoạt động truyền giáo liên tục của toàn thể Giáo Hội phải đảm nhận việc trợ cấp để trước hết giúp cho Giáo Hội địa phương phát triển và giúp cho đời sống Kitô hữu được trưởng thành. Hoạt động truyền giáo này cũng phải giúp đỡ các Giáo Hội tuy đã thành lập từ lâu, nhưng đang bị rơi vào tình trạng thoái hóa và suy yếu.

Tuy nhiên, các Giáo Hội đó phải khôi phục lòng nhiệt thành mục vụ chung và những hoạt động thích ứng, để nhờ đó số ơn kêu gọi vào hàng giáo sĩ giáo phận và vào các Hội dòng được gia tăng, được biện phân cách chắc chắn hơn và được huấn luyện hữu hiệu hơn[2], sao cho dần dần các Giáo Hội đó có thể tự túc và giúp đỡ các Giáo Hội khác.

20. Vì Giáo Hội địa phương phải phản ảnh Giáo Hội hoàn vũ cách thật hoàn hảo, nên cần nhận thức rõ ràng rằng mình cũng được sai đến với những người chưa tin vào Chúa Kitô đang sống trong cùng địa hạt, để nhờ chứng tá đời sống của mỗi tín hữu và toàn thể cộng đoàn, Giáo Hội này trở thành dấu chỉ cho họ nhận biết Chúa Kitô.

Ngoài ra thừa tác vụ Lời Chúa rất cần để Tin Mừng đến được với mọi người. Do đó, trước hết Giám mục phải là người rao giảng đức tin để dẫn đưa các môn đệ mới đến với Chúa Kitô[3]. Để chu toàn tốt đẹp phận vụ cao cả đó, ngài phải thấu hiểu tường tận hoàn cảnh sống của

---

[1] x. GIOAN XXIII, Thông điệp *Princeps Pastorum*, 28.11.1959: AAS 51 (1959), tr. 838.
[2] x. CĐ VATICAN II, Sắc lệnh về Tác vụ và đời sống linh mục *Presbyterorum Ordinis*, 11; Sắc lệnh về việc Đào tạo linh mục *Optatm Totius*, 2.
[3] x. CĐ VATICAN II, Hiến chế tín lý về Giáo Hội *Lumen Gentium*, 25.

đoàn chiên, cũng như những quan điểm riêng tư của dân chúng địa phương về Thiên Chúa, đồng thời ngài cũng phải đặc biệt quan tâm đến những chuyển biến phát sinh từ hiện tượng vẫn được gọi là đô thị hóa, từ việc di dân và chủ trương lãnh đạm đối với tôn giáo.

Các linh mục bản xứ ở những Giáo Hội trẻ phải hăng say dấn thân vào việc rao giảng Tin Mừng bằng cách tổ chức hoạt động chung với những vị thừa sai ngoại quốc, họp nhau thành một linh mục đoàn duy nhất, liên kết dưới quyền Giám mục, không những để chăn dắt các tín hữu và cử hành việc phụng tự, nhưng còn để rao giảng Tin Mừng cho những người ngoài Giáo Hội. Các ngài phải luôn sẵn sàng, và khi có dịp, phải hăng say tình nguyện để Đức Giám mục sai đi khởi công truyền giáo tại những miền xa xôi và ít người tìm đến trong giáo phận mình hoặc tại các giáo phận khác.

Các tu sĩ nam nữ và cả giáo dân cũng phải thể hiện nhiệt tâm truyền giáo đối với đồng bào, nhất là với những người nghèo khổ.

Các Hội Đồng Giám mục phải quan tâm tổ chức những khóa tu nghiệp định kỳ về Thánh Kinh, thần học, tu đức và mục vụ, để giúp hàng giáo sĩ, giữa những thực tại đầy phức tạp và nhiều biến chuyển, được hiểu biết đầy đủ hơn về thần học và phương pháp mục vụ.

Đàng khác, cũng phải tuân giữ chu đáo những điều Công Đồng đã quyết nghị, đặc biệt trong Sắc Lệnh về Chức vụ và đời sống linh mục.

Để có thể chu toàn công cuộc truyền giáo của Giáo Hội địa phương, cần có những thừa tác viên đủ khả năng, được chuẩn bị đúng lúc và thích hợp với hoàn cảnh của từng Giáo Hội. Thật vậy, con người càng ngày càng sống qui tụ trong những cộng đồng, vì thế các Hội Đồng Giám mục rất nên thiết lập những kế hoạch chung để tổ chức đối thoại với những cộng đồng đó. Nếu trong một vài miền có những nhóm người không muốn đón nhận đức tin công giáo vì không thể thích ứng với hình thức đặc biệt của Giáo Hội tại địa phương đó, cần phải tìm kiếm một phương thức đặc biệt thích hợp với hoàn cảnh[4], cho đến khi tất cả các Kitô hữu có thể qui tụ thành một cộng đoàn duy nhất. Mỗi Giám mục nên mời gọi hoặc sẵn lòng đón nhận vào giáo phận những nhà truyền giáo mà Toà Thánh đã dành riêng cho mục đích này, và tích cực ủng hộ hoạt động của những người ấy.

Để nhiệt tâm truyền giáo được phát huy nơi chính những anh em bản xứ, các Giáo Hội trẻ rất nên tham gia vào công cuộc truyền giáo phổ quát của Giáo Hội càng sớm càng tốt, bằng cách gửi những nhà truyền giáo của mình đi rao giảng Tin Mừng khắp nơi trên hoàn cầu, dù mình còn thiếu giáo sĩ. Thật vậy, tình hiệp thông với Giáo Hội hoàn vũ sẽ nên trọn hảo khi chính các Giáo Hội trẻ cũng tích cực tham gia và hoạt động truyền giáo nơi các dân tộc khác.

21. Giáo Hội chưa được thiết lập thực sự, chưa sống đầy đủ, cũng chưa là dấu chỉ tuyệt hảo của Chúa Kitô giữa loài người, nếu chưa có hàng giáo dân đích thực và nếu hàng giáo dân này chưa cùng làm việc với hàng Giáo phẩm. Thật vậy, Tin Mừng không thể đi sâu vào tinh thần, đời sống và sinh hoạt của một dân tộc nếu không có sự hiện diện linh hoạt của giáo dân. Do đó, ngay khi thiết lập Giáo Hội phải hết sức chú tâm đến việc đào tạo những Kitô hữu giáo dân trưởng thành.

Thật vậy, các tín hữu giáo dân trọn vẹn thuộc về Dân Chúa đồng thời cũng thuộc về xã hội trần thế: một đàng, họ được sinh ra nơi một dân tộc, được chia sẻ kho tàng văn hóa của dân tộc ấy nhờ việc giáo dục, liên kết với đời sống dân tộc bằng nhiều mối liên hệ xã hội khác nhau, cộng tác vào sự tiến bộ của dân tộc qua nghề nghiệp, cảm nhận và cố gắng giải quyết những vấn đề của dân tộc như là những vấn đề của chính họ; đàng khác, họ cũng thuộc về Chúa Kitô, vì đã được tái sinh trong Giáo Hội bằng đức tin và phép Rửa, để nhờ đời sống mới và các hoạt động, họ là của riêng Chúa Kitô (x. 1 Cr 15,23), để mọi sự qui phục Thiên Chúa trong Chúa Kitô và như thế, Thiên Chúa có toàn quyền trên muôn loài (x. 1 Cr 15,28).

[4] x. CĐ VATICAN II, Sắc lệnh về Tác vụ và đời sống linh mục *Presbyterorum Ordinis*, 10: để sinh hoạt mục vụ đặc biệt cho những cộng đồng xã hội khác nhau được dễ dàng, phải tiên liệu việc thiết lập các Giám chức biệt hạt tuỳ theo đòi hỏi của việc tổ chức hoạt động tông đồ.

Nhiệm vụ chính của giáo dân, nam cũng như nữ, là làm chứng về Chúa Kitô bằng cách sống cũng như bằng lời nói, trong gia đình, trong các đoàn thể xã hội, cũng như trong môi trường nghề nghiệp. Thật vậy, họ phải biểu lộ con người mới đã được tạo dựng theo hình ảnh Thiên Chúa, trong sự công chính và thánh thiện của chân lý (x.Ep 4,24). Họ phải thể hiện nếp sống mới đó trong môi trường xã hội và văn hóa của quê hương, theo truyền thống của dân tộc mình. Chính họ phải hiểu biết, tu chỉnh, bảo tồn, cải tiến theo những hoàn cảnh mới, và sau cùng phải hoàn thiện nền văn hoá đó trong Chúa Kitô, để niềm tin vào Chúa Kitô và đời sống Giáo Hội không còn xa lạ với xã hội họ đang sống, nhưng bắt đầu thấm nhiễm và cải hóa xã hội. Họ phải liên kết với đồng bào mình bằng tình bác ái chân thành, để trong cách sống của họ xuất hiện một mối dây mới của sự hiệp nhất và tình liên đới đại đồng khởi phát từ mầu nhiệm Chúa Kitô. Họ cũng phải gieo rắc niềm tin vào Chúa Kitô nơi những người có chung môi trường sống hay cùng chung ngành nghề; đây là một nhiệm vụ khẩn thiết vì nhiều người chỉ có thể nghe Tin Mừng và nhận biết Chúa Kitô nhờ những giáo dân sống gần bên họ. Hơn nữa, nơi nào có thể, giáo dân phải được chuẩn bị để cộng tác trực tiếp hơn với hàng Giáo phẩm trong việc thực thi sứ mệnh đặc biệt là loan báo Tin Mừng và truyền thông giáo lý Kitô giáo để Giáo Hội mới khai sinh được thêm vững mạnh.

Các thừa tác viên của Giáo Hội phải đánh giá cao việc tông đồ đầy khó khăn của người giáo dân. Các ngài phải huấn luyện sao cho giáo dân, với tư cách là chi thể của Chúa Kitô, luôn ý thức về trách nhiệm của mình đối với tất cả mọi người; phải giúp họ thấu hiểu sâu xa về mầu nhiệm Chúa Kitô, chỉ dẫn họ những phương pháp thực hành, và đồng hành với họ trong những lúc khó khăn, theo tinh thần của Hiến Chế về Giáo Hội và Sắc Lệnh về Tông đồ giáo dân.

Vì thế, trong khi Chủ Chăn và giáo dân vẫn giữ đúng phận vụ và trách nhiệm riêng của mình, toàn thể Giáo Hội non trẻ phải trở thành lời chứng duy nhất, sống động và vững chắc về Chúa Kitô, để trở nên dấu chỉ rõ ràng của ơn cứu rỗi chúng ta đã lãnh nhận trong Chúa Kitô.

22. Hạt giống Lời Chúa, vừa nẩy mầm trong đất màu mỡ thấm nhuần sương trời đổ xuống, vừa thu hút biến đổi và tiêu hóa dòng nhựa sống để sau cùng mang lại hoa trái dồi dào. Thật vậy, tương tự như kế đồ Nhập Thể, các Giáo Hội trẻ, khi đã cắm rễ sâu trong Chúa Kitô và được xây dựng trên nền tảng các Tông Đồ, nhờ cuộc trao đổi kỳ diệu, tiếp nhận tất cả những sự phong phú của các dân tộc đã được trao cho Chúa Kitô làm cơ nghiệp (x. Tv 2,8). Từ những tập quán và truyền thống, từ sự khôn ngoan và nền đạo lý, từ những nghệ thuật và khoa học của dân tộc mình, các Giáo Hội trẻ phải biết chắt lọc tất cả những gì có thể góp phần vào việc tuyên xưng vinh quang của Đấng Tạo Hóa, làm rạng ngời ân sủng của Đấng Cứu Chuộc và thể hiện tốt đẹp đời sống Kitô hữu[5].

Để đạt tới kết quả đó, nơi mỗi vùng rộng lớn cùng trong một khối văn hóa-xã hội, như người ta thường gọi, cần phải thúc đẩy việc suy tư thần học, để trong khi vẫn dõi theo Truyền Thống của Giáo Hội hoàn vũ, sẽ nghiên cứu sâu rộng hơn những gì đã được mạc khải qua hành động và ngôn từ của Thiên Chúa, được ghi chép trong Sách Thánh và đã được các Giáo Phụ và Huấn Quyền giải thích. Nhờ đó sẽ nhận thấy rõ ràng hơn đâu là những lối đường để đức tin, khi đã tiếp thu nền triết lý hay lẽ khôn ngoan của các dân tộc, có thể tìm gặp lý trí, đồng thời cũng tìm ra những phương thức để các phong tục, quan điểm sống và trật tự xã hội có thể hòa hợp với lối sống do Chúa mạc khải. Từ đó sẽ mở ra những con đường để thích nghi sâu xa hơn trong mọi lãnh vực của cuộc sống Kitô hữu. Nguyên tắc hành động đó sẽ giúp loại trừ mọi hình thức chủ nghĩa hòa đồng và chủ nghĩa cá thể sai lạc, và đời sống Kitô hữu sẽ được thích nghi với năng lực và đặc tính của từng nền văn hóa[6], những truyền thống đặc thù và những đặc tính cá biệt của mỗi gia đình dân tộc, khi đã được ánh sáng Tin Mừng chiếu soi, sẽ được tiếp nhận trong sự hiệp nhất công giáo. Sau cùng, các Giáo Hội mới tại các địa phương, cùng với những truyền thống tốt đẹp riêng, vẫn có chỗ đứng trong tình hiệp thông Giáo Hội, dĩ nhiên vẫn bảo toàn quyền tối thượng của ngai tòa Phêrô đứng đầu toàn thể cộng đoàn đức ái[7].

Vì thế, điều đáng ước mong, và cũng là điều rất thích hợp, là các Hội Đồng Giám mục ở những miền thuộc cùng một khối văn hóa-xã hội hợp nhất với nhau để có thể đồng tâm hợp ý thực hiện công cuộc thích nghi đó.

[5] x. CĐ VATICAN II, Sắc lệnh về Tác vụ và Đời sống Linh mục *Presbyterorum Ordinis*, 13.
[6] x. PHAOLÔ VI, Diễn từ đọc trong lễ phong thánh cho các Vị Tử Đạo Uganda: AAS 56 (1964), tr. 908.
[7] x. CĐ VATICAN II, Hiến chế tín lý về Giáo Hội *Lumen Gentium*, 13.

VỀ MUC LUC

SỢ PHẢI LÊN TRÊN TRỜI!

L.M. Giuse Trần Đình Long, Dòng Thánh Thể

Việc tin tưởng Đức Mẹ hồn xác lên trời đã có từ lâu trong Hội Thánh, vì Mẹ đã được cứu chuộc hoàn toàn, nên cũng phải được tôn vinh toàn diện, như lời thánh Phaolô nói : "*Thiên Chúa làm cho mọi sự đều sinh ích cho những ai yêu mến Người, tức là cho những kẻ được kêu gọi theo ý Người định. Vì những ai Người đã biết từ trước thì Người đã tiền định cho họ nên đồng hình đồng dạng với Con của Người" (Rm 8,28*-29). Vào ngày 1-11-1950, Đức Thánh Cha Pio XII đã công bố chân lý đức tin sau đây : "Đức Maria vô nhiễm trọn đời đồng trinh, Mẹ Thiên Chúa, sau cuộc sống trần gian, đã được đưa lên vinh quang trên trời cả hồn lẫn xác". Lễ Đức Mẹ Hồn Xác Lên Trời được mừng kính trọng thể hàng năm vào ngày 15-8.

Thật sự đường lối của Thiên Chúa thì luôn khác hẳn với đường lối của thế gian. "Trời cao hơn đất bao nhiêu thì đường lối của Thiên Chúa cũng khác xa đường lối của con người bấy nhiêu". Con người muốn được no đủ, bình an, hạnh phúc, thì chỗ nghỉ ngơi trông cậy phải là nơi Lòng Chúa Xót Thương chứ không phải nơi tiền tài, nhà cao cửa rộng, địa vị, quyền lực, danh vọng, dù trong đạo cũng như ngoài đời. Có những đại gia đã ở mức giàu sang tuyệt đỉnh, nắm mọi quyền lực trong tay, hoặc có những đấng bậc nắm đủ mọi quyền bính chức vụ trong giáo hội, thử hỏi những con người ấy đã đạt tới mảy may hạnh phúc thật sự chưa ? Tham vọng của con người biết bao giờ cho đủ? Túi tham không đáy biết bao giờ đong đầy? No danh vọng chưa hẳn là đã yên cái tâm! Cách sống của con ngươì, dù cho khôn khéo tài giỏi đến đâu thì điểm hẹn, đích đến, chỗ nghỉ ngơi cuối cùng và mãi mãi phải là nơi Lòng Chúa Xót Thương. Nếu không tới được "Điểm Hẹn Giêsu" đó thì tất cả đều vô ích uổng công.

Đức Maria đã sống như vậy, và đang là gương mẫu cho mọi xác phàm muốn sống như vậy. Đức Maria là mẫu mực và là người chúng ta phải nhờ cậy để gặp gỡ được Con Thiên Chúa. Vì tất cả những gì Thiên Chúa muốn ban cho chúng ta nơi Đức Giêsu Kitô đó là "*Chức vị làm con, chức vị thừa hưởng phúc lộc của Cha, chức vị đồng trị với Đức Giêsu" (2Tim 2,12*). Ơn huệ cao cả này, dù có cố gắng lắm chúng ta cũng không nhận được trọn vẹn, chưa nói chúng ta còn có khả năng từ chối. Nhưng Thiên Chúa đã chuẩn bị cho một người có khả năng nhận được, đó là Đức Maria, để nhờ Mẹ dẫn dắt mà chúng ta đón nhận được Đức Giêsu.

Đức Maria, một con người xác phàm từ đất mà ra như chúng ta, không phải từ trời mà đến như Đức Giêsu Kitô, đã sống trọn vẹn cuộc sống ân nghĩa trong vinh quang Thiên Chúa. Mẹ đã chứa đựng trong thân xác linh hồn mình cả một Đấng quyền năng tạo thành vũ trụ, cùng với một đại dương mênh mông của lòng mến, mà vẫn sống được cuộc sống bình thường như mọi người, trong nhân ái yêu thương như mọi người, và còn trổi xa hơn mọi người. Như vậy Đức Mẹ phải là con người duy nhất mà chúng ta có thể tín nhiệm và phải cậy trông. Muốn không bị lạc nẻo giữa đường trần gian này, chúng ta phải chạy đến nhờ Mẹ đưa đến gặp gỡ được Đức Giêsu con Mẹ, để sống kết hiệp với Ngài. Sống kết hiệp không phải trên mây trên gió, mà ngay trong mọi nỗi đau buồn, khấp khểnh, đói no, bất trắc của cuộc sống hôm nay.

Bởi đâu Đức Maria được như vậy ? Và bởi đâu chúng ta có một người Mẹ như vậy ?

Tin Mừng nói rất rõ : Bởi Đức Maria tin vào Thiên Chúa, và đặt đời mình vào trong ý của Thiên Chúa. Sách Thánh nói bà Elizabeth được đầy tràn Thánh Thần mà kêu lớn lên rằng : "*Em thật có phúc, vì đã tin rằng Chúa sẽ thực hiện những gì Người đã nói với em*." (Lc 1,41-45)

Bản thân Đức Maria chẳng có công nghiệp gì để đáng được như vậy. Và phần chúng ta không bao giờ có thể đặt một tạo vật như Đức Maria ngang hàng với Đức Giêsu Kitô. Tất cả chỉ là ơn, như chính Đức Maria đã nói trong kinh Magnificat. Mẹ chẳng có công gì nhưng tất cả đều là ơn huệ của Thiên Chúa : "*Phận nữ tỳ hèn mọn, Người đoái thương nhìn tới; từ nay hết mọi đời sẽ khen tôi diễm phúc. Đấng toàn năng đã làm cho tôi biết bao điều cao cả, danh Người thật chí thánh chí tôn*…" (Lc 1,48-49)

Hôm nay nhìn vào Đức Maria, Mẹ của tôi hiện đang ở trên thiên quốc cả hồn lẫn xác, và cũng đang ở bên tôi trên cõi đất này, tôi tự đặt câu hỏi : Tôi phải yêu mến Đức Maria như thế nào ?

Thưa, tôi phải yêu mến Đức Maria như người con thảo đối với mẹ hiền. Đừng bao giờ sợ lòng yêu mến Đức Maria là quá mức hay quá đáng. Vì thật sự tất cả thần thánh trên trời cũng như những người tốt lành dưới đất có yêu mến Đức Maria đến đâu cũng không thể sánh bằng lòng yêu mến của Đức Giêsu Kitô đối với Mẹ của Ngài được.

Hơn nữa, nếu tôi càng yêu mến Đức Mẹ, thì chắc chắn tôi lại càng gắn bó mật thiết với Đức Giêsu. Vì chính Đức Mẹ sẽ giúp tôi làm việc ấy, và cũng chính là lòng khao khát của Đức Mẹ như vậy. Đức Mẹ sẽ có con đường ngắn nhất và đúng nhất để dẫn dắt tôi vào trong tình yêu của Con Thiên Chúa.

Nhưng nếu tôi luôn kêu cầu Đức Mẹ, siêng năng lần chuỗi mà lòng tôi vẫn lạnh nhạt với Đức Giêsu, vẫn không bị cuốn hút vào lòng thương xót của Thiên Chúa, nghĩa là cách sống của tôi chẳng có gì thay đổi, vẫn chỉ yêu mình, không có lòng xót thương anh em mình, và không hề lưu tâm đến người khác, lúc ấy tôi phải coi lại lòng mến Đức Mẹ của tôi có đúng ý của Thiên Chúa chưa, hay chỉ mới là những mớ tình cảm vụn vặt, vụ lợi và vô bổ chóng qua.

Khi tiễn ai đi nước ngoài, khi chúc mừng ai được điều may lành, ta hướng về người đó, nơi đó. Nếu đó là một vinh phước, ta mừng cho họ và đồng thời mơ ước ngày nào đó ta cũng được đến nơi đó.

Khi mừng Lễ Đức Mẹ được thưởng trên Nước Trời, thực sự tôi có muốn được thưởng Nước Trời như Mẹ không ? Nói cách khác, tôi có muốn lên thiên đàng không ?

Ai lại chẳng muốn lên thiên đàng, sao mà hỏi kỳ quá vậy? Nhưng xét cho cùng, có lẽ chúng ta không muốn lên thiên đàng đâu ! Không phải như bài hát : “Sợ phải lên trên trời. Trên trời hai đứa hai nơi. Thôi anh lại muốn làm người trần gian”. Lên thiên đàng là điều rất dễ, nhưng cũng rất khó, bởi ta chỉ cần “muốn là được” (vouloir c’est pouvoir) ! Chúng ta bảo "muốn", nhưng trong thực tế cuộc sống lại "không muốn". Có hai thứ muốn :

- Muốn muốn : là nghĩ tới đó thì cũng thích, giá được thì hay quá. Nhưng không quyết tâm tìm kiếm. Ngại khó. Sợ khổ. Không chịu dùng các phương tiện chân chính để đạt điều mình muốn. Muốn vậy thôi!

- Muốn thật : là muốn đạt mục đích, đồng thời cũng quyết tâm tìm mọi cách, sử dụng mọi phương tiện chân chính để đạt ước muốn của mình. Thực tâm muốn!

Nói thật, tôi muốn lên Trời là muốn vậy thôi, chứ thật lòng mà nói tôi "sợ phải lên trên Trời" lắm.

Khi lên Trời tôi phải nói ngôn ngữ của người ở quê Trời. Đó là ngôn ngữ của lòng xót thương. Khó lắm. Tôi không quen. Vì ở dưới đất này tôi quen nói dối nói gian, nói hành nói xấu, nói xiên nói xẹo, nói bóng nói gió, nói ngược nói xuôi, nói nhăng nói cuội, ăn không nói có... bây giờ làm sao bỏ được?

Khi lên Trời tôi phải có suy nghĩ của người ở quê Trời. Đó là suy nghĩ của lòng xót thương. Khó lắm. Tôi không quen. Vì ở dưới đất này tôi quen nghĩ xấu, nghĩ bậy, nghĩ quẩn, nghĩ lung tung, bi quan yếm thế... bây giờ làm sao bỏ được?

Khi lên Trời tôi phải nói có hành động của người ở quê Trời. Đó là thực hành lòng xót thương. Khó lắm. Tôi không quen. Vì ở dưới đất này tôi quen sống ích kỷ, sống cho mình, sống độc tài độc đoán, sống xa hoa hưởng thụ, sống đầy lòng ghen ghét đố kỵ... bây giờ làm sao bỏ được?

Tôi sợ lên Trời lắm, vì lên đó tôi phải bỏ mọi tham vọng, chẳng còn được nắm chức vụ nào, không còn quyền hành gì, mất tất cả mọi địa vị... Không tiền bạc, chức vụ, địa vị, quyền hành, vậy tôi lên thiên đàng làm gì? Tôi sống thế nào nếu không có những thứ đó? Vì bây giờ tôi đang tôn thờ những thứ đó mà!

Tôi sợ lên Trời lắm, vì khi mừng lễ Bổn Mạng Đức Mẹ hay các Thánh, tôi không được rước sách kèn trống linh đình, không được cờ quạt mầu mè hình thức, không được làm lễ đài lộng lẫy xa hoa, nhất là không được tổ chức yến tiệc linh đình. Chỉ có "lễ" mà không có "lạc" thì buồn chết được!

Tôi sợ lên Trời lắm, vì khi đó tôi phải đối diện với chính mình, thấy được con người thật của mình, phải tĩnh lặng để chiêm ngắm Chúa. Vì tôi quen tổ chức, quen ồn ào, quen du lịch đi đây đi đó, quen được nhiều người biết đến, quen được đón rước tiền hô hậu ủng, quen giao tiếp với các đại gia, ăn nhậu trong các nhà hàng sang trọng, quen thăm viếng những người tai to mặt lớn lắm tiền nhiều của, quen chỉ tay năm ngón, một bước lên xe hơi, quen sống đầy đủ tiện nghi, nhà cao cửa rộng, dinh thự kín cổng cao tường... bây giờ lỡ lên thiên đàng không có những người bạn như thế, không có đầy đủ tiện nghi như thế, làm sao tôi chịu nổi?

Muốn được lên Trời như Mẹ, tôi phải noi gương Mẹ, sống như Mẹ. Tôi có tín thác vào Lòng Thương Xót của Thiên Chúa không? Có thực hành lòng thương xót không ? Có suy nghĩ, lời nói, hành động theo cách của những người thuộc quê Trời không? Có vui làm theo Lời Chúa không? Có trở nên dấu chỉ của lòng Chúa thương Xót không ?

Trả lời “có” cho những câu hỏi trên là tôi đang “muốn thật”, muốn được hưởng hạnh phúc Nước Trời như Mẹ, và tôi đâu sợ phải lên trên Trời!

Lạy Đức Giêsu Kitô, xin dạy con biết yêu mến Đức Mẹ theo ý Chúa.

Lạy Maria, xin dạy con biết yêu mến Đức Giêsu theo đường lối của Mẹ.

Xin giúp con trở nên dấu chỉ và dụng cụ của Lòng Chúa Thương Xót với anh em. Amen

VỀ MỤC LỤC

SỐNG ...

" … tôi SỐNG nhờ Chúa Cha thế nào , thì kẻ ăn tôi , cũng sẽ nhờ tôi mà được SỐNG như vậy." (Gio 6 , 57) .

Chúa Giê-su nói như thế đó …

Sống là một thực tại mà ai ai cũng đang – đã – sẽ trải qua một khi đã được Thiên Chúa thương cho có mặt trên mặt đất trần gian quá ư đẹp đẽ và dễ thương này …

Sống là nỗi niềm hạnh phúc quá lớn của tình cha , nghĩa mẹ đối với bản thân mình và giòng dõi cũng như dân tộc …

Thiên Chúa tình thương đã muốn rất rất nhiều những sinh linh khác có mặt trên thiên đàng trần gian này , nhưng – vì một lý do nào đó : cứ thường là những lý do vật dục – những sinh linh ấy đã bị ép buộc đánh mất đi nỗi niềm hạnh phúc là được sinh ra và có mặt giữa trần gian …

Tự nhiên muốn ngâm nga lại những vần thơ ngọt ngào của Đỗ Trung Quân :

Quê hương là chùm khế ngọt
Cho con trèo hái mỗi ngày …
Quê hương là đường đi học
Con về rợp bướm vàng bay …
Quê hương là con diều biếc
Tuổi thơ con thả trên đồng …
Quê hương là con đò nhỏ
Êm đềm khua nước ven sông …

Quê hương là cầu tre nhỏ
Mẹ về nón lá nghiêng che …
Quê hương là đêm trăng tỏ
Hoa cau rụng trắng ngoài thềm …
Quê hương mỗi người chỉ một
Như là chỉ một Mẹ thôi …
Quê hương nếu ai không nhớ
Sẽ không lớn nổi thành người …

Không biết nhà thơ Đỗ Trung Quân ngắt đoạn như thế nào nhưng nghe đi nghe lại một bản nhạc và ghi lại như thế đó …

Đẹp và réo rắt … Đẹp và ray rứt …

Đẹp và réo rắt … vì đúng là *" quê hương mỗi người chỉ một"* , không những *" như là "* … mà thật sự … lá chỉ có *" một Mẹ thôi "* … Mẹ kế - mẹ ghẻ - mẹ nuôi …cũng được gọi là mẹ , nhưng không là *" mẹ ruột "* … cho nên cái âm, cái giọng nó cũng khác đi …Nó không trìu mến … Nó không ngọt ngào…

Đẹp và ray rứt … vì không còn mấy ai thích khế - cái gống cây lá rụng khá nhiều …Không cỏn mấy tuổi thơ có bướm vàng bay trên trên đường đến trường … Diều thì vẫn có và có nhiều nhưng phần lớn thả ngoài bãi biển lộng gió chứ cánh đồng thì ít … vì liên tục mùa này nối tiếp mùa khác : năng xuất và chuyện kinh tế …Cầu tre có lẽ cũng không còn mấy và chẳng bao lâu nữa cái cầu tre , cầu khỉ chỉ còn trong tranh vẽ…Mẹ của hôm nay cũng hiếm khi còn chiếc nón lá che nghiêng … vì cùng với các kiểu dáng canh tân , cách tân , những tà áo dài hôm nay không khớp lắm với chiếc nón che nghiêng như những tà áo dài ngày xưa …Nón thì vẫn còn nhưng chỉ là để dùng che chút nắng khi ra , khi vào trong nhà , ngoài sân vậy …chứ không để che nghiêng trong những dịp có những chuyện lớn , chuyện quan trọng …Cái nghiêng của nón

lá nó còn là cái duyên của người phụ nữ Việt , bởi vì luôn luôn nó đi đôi với sự e thẹn làm say đắm …E thẹn lúc này là món hàng cổ - hiếm … mặc dù không mấy ai lùng sục vì người ta quên mất từ lâu rồi cái chất e và thẹn vốn là ranh giới khá an toàn cho và dối với người thiếu nữ …Mất đi cái ranh giới ẩn tiềm trong lương tâm ấy cũng là một tai hoạ …

Mới đây có dịp đọc một bài báo có cái đề gây tò mò : *Vẻ đẹp của người đứng một mình* …Đương nhiên không là chuyện *" đứng một mình"* hay *"đứng với…"* nhưng là chuyện sống bình thường với bản lãnh của riêng mình mà đám đông , nhóm người … không ảnh hưởng gỉ , không nhằm nhò chi … *" Hâm"* là từ hay được đám đông , nhóm người gán cho … khi một ai đó tự tìm cho mình thế đứng *" một mình"* … Người viết bài này cũng như rất nhiều tay viết khác đã từng đề cập đến *" những người đứng hay ngồi một mình nhưng lại lệ thuộc vào đám đông ảo"* khi dán mắt vào màn hình chiếc điện thoại thông mình lăm lăm trên tay ở bất cứ chỗ nào và trong bất cứ thời khắc nào …Tội nghiệp …Tác giả trích một câu của triết gia ở thế kỷ 19 - Henry David Thoreau - rất hay : *" Chúa Trời đứng một mình , nhưng quỷ sứ thì trái lại , nó tìm tới hội đoàn , nó nhiều vô kể ."* … Dân gian mình cũng có câu : *" ngưu tầm ngưu , mã tầm mã* – nghĩa là *trâu thì đi tìm trâu mà ngựa thì đến với ngựa"* … Dĩ nhiên là Chúa Trời không bao giờ đứng một mình rồi .., Nơi Người luôn luôn là Ba Ngôi Thiên Chúa Cha – Con – và Thánh Thần …Người đứng một mình bởi vì – nơi Người – là sự thánh thiện tòan hảo …Quý sứ thì có đám đông , có nhóm người , có đoàn , có hội và là chuyện *" ngưu tầm ngưu , mã tầm mã"* …

Cũng có một suy nghĩ khác nữa : sự tôn trọng đâu tự nhiên mà có ... mà phải ***SỐNG*** như thế nào đó để có thể chứng tỏ được là mình đáng được tôn trọng vì đã có được những việc làm , những cách hành xử có ý nghĩa …

Và ***SỐNG*** ở đây là *" dám đứng một mình"* , *" chọn đứng một mình"* giữa những nhốn nháo của đám đông , của nhóm người , của đoàn , của hội …

Không hề dễ chút nào … Không dễ …Và cần lắm lắm thần lực từ thần lương để có được cái *" dám"* , cái *" chọn"* ấy …

Mình Máu Chúa là thần lương mang lại thần lực …bởi vì

" …Tôi SỐNG nhờ Chúa Cha thế nào , thì kẻ ăn tôi , cũng sẽ nhờ tôi , mà được SỐNG như vậy ."

Lm Giuse Ngô Mạnh Điệp

VỀ MUC LUC

GIẢI QUYẾT

Một vị giáo sư bước vào lớp học và viết ba chữ số lên bảng đen 2 4 8. Giáo sư quay về phía học sinh và hỏi: "Thế đó, giải đáp thế nào?" Một vài học sinh trả lời: "Cộng chung là 14", giáo sư lắc đầu. Nhóm học sinh khác phát biểu: "Tính tiến lên và số kế tiếp là 16", giáo sư lại lắc đầu. Một nhóm học sinh ngồi cuối lớp lên tiếng: "Là số 64". Giáo sư nói: "Không phải". Tất cả các bạn đã vội vã đi tìm đáp án, nhưng các bạn đã thất bại để hỏi: "Vấn đề là cái gì?" Trừ khi các bạn tìm hiểu chìa khóa của câu hỏi, các bạn không thể biết vấn đề là gì và cũng không thể giải quyết vấn đề.

Vị giáo sư nói đúng. Chúng ta thường quên một việc rất đơn giản trong vấn đề này. Chúng ta thường vội vã tìm câu trả lời, trước khi biết chắc chắn vấn đề cần giải quyết là gì. Chúng ta muốn nhanh chóng giải đáp ngay các vấn đề, mà chưa hiểu rõ căn nguyên. Có thể vì chúng ta

trực tính, thiên kiến, thiển cận, tự ái, yên trí và nóng nảy vội vàng. Đi đến kết luận suy diễn theo chủ quan. Chính vì thế, chúng ta dễ bị mắc sai lầm. Có nhiều sự cố chúng ta thấy vậy, mà thật sự không phải vậy. Trong cách đối nhân xử thế, chúng ta không nên vội vàng xét đoán và kết án. Khi chưa có đủ bằng chứng, đáp án dễ bị thiên tư và lầm lạc.

Có khi câu chuyện bé, lại xé ra to hoặc cố ý thêm mắm, thêm muối để câu chuyện thêm thuận tai hấp dẫn. Chúng ta có hai lỗ tai để nghe, nhưng chỉ có một cái miệng để nói. Đôi khi chỉ vì lòng thù hận xôi sục với những ý tà tâm, nên chúng ta phát biểu lung tung vô căn cớ. Bốn điều uẩn khúc do miệng nói ra là: Lưỡng thiệt, ác khẩu, vọng ngôn và ý ngữ. Lưỡng thiệt là lưỡi đôi chiều lật dở thật hư. Ác khẩu là độc địa và nói chuyện tốt xấu của người. Vọng ngôn là nói những lời không thật, gian dối. Ý ngữ là nói những điều tạp nhạp và vô ý thức. Lòng đầy, miệng mới nói ra. Người ta dễ dàng đánh giá chúng ta qua những câu chuyện hàng ngày.

Cổ nhân nói: *'Hãy uốn lưỡi bảy lần trước khi nói.'* Ý nói rằng chúng ta phải luôn cẩn thận suy nghĩ chín chắn trước khi phát biểu một vấn đề gì. Khi nói, chúng ta nên biết đối tượng là ai, để không phạm thượng và không làm tổn thương người khác. Tại sao phải uốn lưỡi bảy lần? Con số bảy trong Kinh Thánh là con số thánh được lập đi lập lại nhiều lần. Số bảy là số hoàn hảo. Bảy lần gợi ý là phải trông trước, ngó sau, nhìn trên, nhìn dưới, ngó ngang, ngó dọc và vận dụng ái ngữ để giữ hòa khí. Số bảy cũng có thể là các hướng Đông, Tây, Nam, Bắc, thượng, hạ và xung quanh. Có nghĩa là sự xét suy bao gồm nhiều khía cạnh khách quan, chủ quan, tích tực và tiêu cực.

Tục ngữ ca dao nhắc nhở: '*Đi đâu mà vội mà vàng, mà vấp phải đá, mà quàng phải dây'.* Đúng vậy, *chậm mà chắc* hơn là *nhanh nhẩu đoảng*. Con người cao quý hơn mọi loài vật, vì con người có ngôn ngữ để truyền thông. Chúng ta biết rằng trong thế giới động vật, mỗi loài đều có những thứ ngôn ngữ riêng để thông tin. Ngôn ngữ là một khả năng giúp con người mở cánh cửa tri thức ra thế giới bên ngoài. Theo thống kê, nhân loại có tất cả khoảng 6500 thứ ngôn ngữ khác nhau trên thế giới. Tuy nhiên, có khoảng 2000 ngôn ngữ chỉ dùng cho nhóm thiểu số, ít hơn một ngàn người. Ngôn ngữ là cầu nối. Cầu nối giúp mọi người cảm thông, hiểu biết và liên kết với nhau.

Ngôn ngữ hay lời nói của con người giống như chiếc dao hai lưỡi. Nó có thể xây dựng và cũng có thể giết chết hoặc phá đổ. Cho nên chúng ta phải cẩn trọng trong mọi lời nói. Cha ông ví rằng: '*Nhất ngôn ký xuất, tứ mã nan truy'.* Một lời phát ra, bốn con ngựa đuổi không kịp. Đúng thế khi lời nói phát ra, khó rút lại lời đã nói. Hoặc khi viết xuống rồi, thì *'bút sa gà chết'.* Có nhiều người đã thành công hay thất bại cũng chỉ vì một lời nói hay một câu viết.

Trong đời sống gia đình, vợ chồng cần thông hiểu và đối thoại. Đừng để cảnh '*ông nói bà nói vịt'*, không ăn nhập gì với nhau. '*Hãy nhai cho kỹ, nghĩ cho lâu.*' Cần thông đạt vấn đề để hiểu nhau và tôn trọng nhau. Bất cứ vấn đề gì cũng có nguyên nhân riêng của nó. Chỉ khi nào hiểu thấu nội tình, chúng ta mới có thể giải quyết vấn đề một cách thỏa đáng. Nếu không phơi trần sự thật, vấn đề vẫn còn đó. Chúng ta đừng dối nhau để tô son bằng lớp da non, mà bên dưới vẫn còn là vết thương mưng mủ. Làm sao chúng ta có thể giải quyết các vấn đề tự căn nguyên cội rễ? Nói thì đơn giản và dễ dàng, nhưng thực tế cuộc sống có muôn vàn ngăn trở. Chỉ vì chúng ta, ai cũng muốn tự vệ cho mình. Cần sự khiêm nhường và dẹp bỏ tự ái.

Nên nhớ, kiến thức chuyên môn của chúng ta có là bao, so với kho tàng kiến thức của nhân loại. Chúng ta bị giới hạn mọi bề về lối suy nghĩ, về khả năng chuyên môn, về tri thức, về kinh nghiệm, về ngôn ngữ và về ý thức hệ. Hầu như mỗi người chúng ta đều bị ảnh hưởng trong một ý thức hệ nào đó. Có thể là tâm thức tôn giáo, văn hóa, truyền thống, phe nhóm chính trị và quan niệm sống. Người hữu thần và người vô thần nhìn mọi sự việc dưới nhãn quan khác nhau. Con người của thế giới tư bản tự do và cộng sản suy nghĩ khác nhau. Cho nên sự phán đoán đều tùy thuộc vào ý thức hệ đã vùi chôn sẵn trong mỗi con người. Không ai đúng hoặc sai hoàn toàn. Hãy chấp nhận những sự khác biệt của nhau để sống hài hòa.

Biết được giới hạn sự hiểu biết của mình là đầu mối sự khôn ngoan. Chúng ta không thể *'cả vú lấp miệng em'.* Không ai quản lý sự thật. Sự đối thoại giữa những ý kiến bất đồng là một việc tốt để giúp chúng ta nhìn được nhiều khía cạnh hay của vấn đề. Sự thật chỉ có một, nhưng có nhiều cách giải quyết. Không có một lý tưởng nào là tuyệt đối. Chúng ta có nhiều con đường dẫn tới sự hoàn thiện cuộc sống. Mỗi người tự chọn cho mình một cách thế thích hợp để sống vui và hạnh phúc. Chúng ta có thể góp ý xây dựng cho nhau và không nên kết án.

Trong cuộc tranh cãi, chẳng ai thua, mà cũng không có ai thắng. Chúng ta nên chấp nhận sự đa dạng của đời sống con người. Chúng ta không thể gò ép người khác rập theo khuôn mẫu và cách sống của mình. Hãy mở cửa tâm hồn để đón nhận và tôn trọng những khác biệt của nhau và cùng xây dựng một xã hội muôn mầu. Chúng ta không phải là những người 'ba phải', nhưng cần sự cảm thông và hiểu biết. Có nhiều sự tranh đấu giữa hai quan niệm sống bảo thủ và cấp tiến. Chúng ta cần '*ôn cố tri tân'*. Cuộc sống không thể dậm chân tại chỗ, mà là sự diễn tiến và phát triển không ngừng. Điều quan trọng là tất cả mọi quan điểm cần bám sát với nguồn cội rễ: Chân, thiện và mỹ để tiến lên hoàn hảo hơn. Giống như sợi giây của chiếc diều được cột nối với trụ, diều tha hồ tung cánh bay trong bầu trời mênh mông.

Là người Kitô hữu, chúng ta có Chúa Kitô là đầu và là cứu cánh. Trong mọi trạng huống cuộc đời, chúng ta cố bám chặt lấy Chúa Kitô. Chúng ta sẽ được tự do tung bay trong bầu trời tình yêu bao la. Xin Chúa nâng đỡ và chở che chúng ta trên mọi nẻo đường.

Lm. Giuse Trần Việt Hùng

Bronx, New York

VỀ MỤC LỤC

Muốn Sống Đời Đời Hãy Ăn Bánh Giêsu

Suy niệm Tin Mừng Chúa nhật XX – B
(Ga 6, 24 – 35)

Khởi đi từ việc thấy đám đông dân chúng theo mình, Chúa Giêsu đã "*chạnh lòng thương*", làm phép lạ hóa bánh ra nhiều để nuôi sống họ. Họ được ăn bánh no nê nên tiếp tục tìm kiếm và đi theo Chúa. Vì không hài lòng với ý tưởng ấy, Chúa trách họ : "*Các ngươi tìm Ta, không phải vì các ngươi đã thấy những dấu lạ, nhưng vì các ngươi đã được ăn bánh no nê*" (Ga 6, 26). Sau lời trách, Chúa gợi lên nơi lòng họ sự khát vọng tìm kiếm thay vì của ăn hay hư nát, thì hãy tìm kiếm lương thực trường tồn là chính Chúa (x. Ga 6). Khát vọng sống trường sinh nổi lên trong họ, Chúa mạc khải cho họ luôn : "*Ta là bánh hằng sống từ trời xuống. Ai ăn bánh này, sẽ sống đời đời*" (Ga 6, 51).

Hôm nay, tiếp tục diễn từ về bánh hằng sống, Chúa Giêsu kêu gọi những người Do thái và cả chúng ta nữa, hãy đến mà ăn cho no uống cho thoả. Nếu chúng ta khao khát sự sống trường sinh, thì đây là cơ hội tốt để có được mầm sống ấy. Hãy đến gặp Chúa Giêsu và đón nhận Người, bởi chính Người : "*Là Bánh Hằng Sống từ trời xuống, ai ăn bánh này, sẽ được sống đời đời. Và bánh Ta sẽ ban, chính là thịt Ta, để cho thế gian được sống*" (Ga 6,51).

Lời Chúa trong sách Châm Ngôn giúp chúng ta hiểu sâu xa hơn ý nghĩa của lời Chúa Giêsu phán ở trên : " *Sự khôn ngoan đã xây nhà mình… Pha rượu, dọn bàn tiệc, và sai những nữ tỳ lên các nơi cao trong thành mà công bố rằng: Hãy đến ăn bánh của ta, và uống rượu ta đã pha cho các ngươi*" (Cn 9, 1-5).

Nhưng Đức Khôn Ngoan ở đây là ai vậy ?

Theo thánh Irênê, vị giáo phụ thời danh của Giáo hội thì Đức Khôn Ngoan của Thiên Chúa không phải ai khác ngoài chính Ngôi Vị Thứ Hai trong Ba Ngôi Thiên Chúa, đúng như sách Khôn Ngoan mô tả : *Người tìm thấy niềm vui giữa loài người* ... "*Người đã làm người giữa muôn người ... Người đã trao ban sự sống và thiết lập sự hiệp thông giữa Thiên Chúa với con người* "(Kinh Tin Kính của Thánh Irênê).

Con người có được sự sống là nhờ Đức Khôn Ngoan nhập thể làm người thông ban sự sống ấy cho, và sở dĩ con người được hiệp thông với Thiên Chúa là nhờ Đức Khôn Ngoan ở giữa loài người, là chiếc cầu nối kết giữa con người với Thiên Chúa. Những lời cuối trong diễn từ về Bánh Hằng Sống của Chúa Giêsu trong đoạn Tin Mừng (Ga 6, 51-58) hôm nay là bằng chứng.

Theo tác giả sách Châm Ngôn thì chính Đức Khôn Ngoan ban tặng đồ ăn thức uống cho những *kẻ ngây thơ*, tín thành và ban tặng sự sống cho kẻ bỏ đi sự ngây dại và *bước đi theo đường lối khôn ngoan* (x. Cn 9, 6). Theo thánh Gioan, Chúa Giêsu chính là sự Khôn Ngoan của Thiên Chúa từ trời nhập thể, đích thân mời gọi chúng ta ăn Người, để có sự sống trong chúng ta : "*Ta bảo thật các ngươi: Nếu các ngươi không ăn thịt Con Người và uống máu Ngài, các ngươi sẽ không có sự sống trong các ngươi*" (Ga 6, 53). Bắt đầu đặt bút viết Tin Mừng, Gioan đã viết: " *Từ nguyên thủy đã có Ngôi Lời*" (Ga 1,1). Thiên Chúa đã dùng chính Ngôi Lời mà tạo thành vũ trụ, nay lại sai Ngôi Lời xuống thế để ban cho chúng ta sự sống vĩnh cửu. Tin và đón nhận Chúa Giêsu là tin và đón nhận sự khôn ngoan của Thiên Chúa. Tự chúng ta không thể có sự sống đời đời được, phải cậy nhờ vào sự khôn ngoan của Thiên Chúa là Chúa Giêsu. Vì thế, kết hợp cả hai dòng tư tưởng, một của thánh Gioan và một của sách Khôn Ngoan, chúng ta thật hạnh phúc khi được mời gọi ăn thịt và uống máu Chúa Giêsu để được sống đời đời : "*Ai ăn thịt và uống máu Ta thì có sự sống đời đời*" (Ga 6, 54) và hơn thế nữa còn được Người đến cắm lều ngay nơi lòng kẻ ấy : "*Ai ăn thịt Ta và uống máu Ta, thì ở trong Ta và Ta ở trong kẻ ấy*" (Ga 6, 56).

Vậy, hãy nghe và thực hành lời khuyên của thánh Phaolô mà thận trọng trong cách ăn nết ở : " *đừng như những kẻ dại dột, song như những người khôn ngoan*" (Eph 5, 15). Ai bước theo đường lối khôn ngoan, và cư ngụ trong nhà Đức Khôn Ngoan đã xây dựng, ngồi tại bàn của của Đức Khôn Ngoan thì sẽ được ăn thoả thích những đồ ăn mỹ vị và uống rượu ngon do Đức Khôn Ngoan dọn sẵn cho.

Chính do sự khôn ngoan của Thiên Chúa, con cái Israel mới có Manna từ trời rơi xuống làm lương thực để ăn dòng dã suốt 40 năm trường (x. Xh 16, 1- 36) ; Va nhờ lòng từ bi mà Chúa sai Thiên Thần mang bánh đến cho Êlia ăn, nhờ "*sức của nuôi ấy, ông đi bốn mươi ngày bốn mươi đêm mới tới Horeb, núi của Thiên Chúa*" (1V 19, 8) ; Hay do chạnh lòng thương, Chúa Giêsu đã làm phép lạ hóa bánh ra nhiều cho "*ai muốn bao nhiêu tuỳ thích*" (Ga 6, 11)

Cho dù là Manna từ trời xuống, hay bánh Thiên Thần mang đến nuôi sống người ta 40 ngày cùng lắm là 40 năm đi nữa, thì những thứ bánh đó cũng chỉ là thứ lương thực rất tạm bợ, kẻ nào ăn những thứ bánh ấy vẫn đói, vẫn khát và vẫn phải chết, nghĩa là không có sự sống nơi mình.

Hôm nay, Chúa Giêsu khẳng định, Người là bánh bởi trời xuống, Người đến làm no thỏa cái đói, cái khát, nhất là cái ước vọng lớn nhất của con người mọi nơi mọi thời là sự sống đời đời.

Nếu như trong sa mạc, Manna là quà tặng do lòng thương xót của Chúa dành cho dân, lương thực cứu đói tạm thời, nay Mình Máu Thánh Chúa là lương thực giúp người tín hữu có đủ sức, đủ nghị lực vượt qua trần thế về tới quê trời hưởng phúc vinh quang. Chẳng có gì chân

thật và an ủi hơn cho những linh hồn khát khao nên thánh, nên trọn lành hãy nhớ lời sách Châm Ngôn dạy : "*Hỡi những người ngây thơ hãy lại đây… hãy đến mà ăn bánh của ta, và uống rượu do ta pha chế*" (Cn 9, 5).

Lạy Chúa, xin phái Đức Khôn Ngoan của Ngài tới đồng lao cộng khổ với chúng con, dạy cho chúng con biết tìm kiếm Chúa là nguồn mạch mọi sự khôn ngoan, ẩn mình trong Bí tích Thánh Thể, và siêng năng lãnh nhận Mình và Máu Thánh Chúa để được sống đời đời. Amen.

Lm. Antôn Nguyễn Văn Độ

VỀ MỤC LỤC

NGƯỜI GIÁO DÂN ĐƯỢC MỜI GỌI THI HÀNH CÁC CHỨC NĂNG TƯ TẾ, NGÔN SỨ, VÀ VƯƠNG ĐẾ CÁCH NÀO Đ Ể NÊN NHÂN CHỨNG CHO CHÚA KITÔ TRƯỚC MẶT NGƯỜI ĐỜI ?

Hỏi : xin cha cho biết cách thức người giáo dân thi hành ba chức năng tư tế, ngôn sứ và vương đế trong Giáo Hội.

Trả lời:

Trong hoàn cảnh thế giới tục hóa, bất công, bạo động , vô luân và thiếu tình người hiện nay ở khắp nơi, người tín hữu Chúa Kitô nói riêng - và Giáo Hội nói chung-

hơn bao giờ hết được mời gọi sống Tin Mừng Cứu Độ và làm nhân chứng cho Chúa Kitô cách sống động và đích thực hơn nữa để đẩy lui bóng đen của tội lỗi và sự dữ đang bao trùm thế giới, đe dọa đẩy xa con người ra khỏi niềm tin có Chúa là Đấng trọn tốt trọn lành. Để đối phó vơi hiểm họa này, Giáo Hội đặc biết mời gọi mọi thành phần dân Chúa phải tái phúc âm (re-evangelization) để sống Tin Mừng Cứu độ của Chúa Kitô .và làm nhân chứng cho Chúa cách thuyết phục hơn nữa.

Riêng đối với người giáo dân, tái phúc âm cũng có nghĩa là thêm ý thức về vai trò của mình để sống nhân chứng cho Chúa Kitô cách tích cực hơn nữa qua ba chiều kích ngôn sứ, tư tế và vương đế.

Ba hức năng trên phát xuất từ Phép rửa mà mọi người đã lãnh nhận khi gia nhập Giáo Hội của Chúa Kitô, thiết lập trên nền tảng các Tông Đồ với sứ mệnh phải ra đi loan báo Tin Mừng cho muôn dân, **" làm Phép Rửa cho họ nhân danh Chúa Cha Chúa Con và Chúa Thánh Thần"**,(x Mt 28: 19) như Chúa đã truyền cho các Tông Đồ trước khi Người về trời, sau khi hoàn tất sứ mệnh cứu chuộc nhân loại qua khổ hình thập giá.

Đây là một đặc ân cao quý và cũng là trách nhiệm của những ai đã gia nhập Giáo Hội của Chúa Kitô qua Phép Rửa.Các giáo phụ (Church Fathers) xa xưa đã dạy rằng người tín hữu giáo dân là Đức Kitô thứ hai (Alter Christus) nhờ Phép rửa cho phép họ được tham dự vào các chức vụ kia của Chúa Kitô.

Danh xưng Đức Kitô thứ hai sau này cũng được dùng để chỉ các tư tế phẩm trật (ordained Ministers) như linh mục và giám mục, là những người thực sự thay mặt và nhân danh Chúa Kitô (in persona Christi) khi cử hành các bí tích quan trọng như Thêm sức, Thánh Thể, Hòa giải Xức dầu và Truyền Chức Thánh (dành riêng cho giám mục) Các Bí tích Rửa tội và Hôn phối thì phó tế có thể làm , kể cả giáo dân trong trường hợp khẩn cấp, nguy tử. Hai người phối ngẫu có thể kết hôn thành sự với sự chứng kiến của hai nhân chứng trong trường hợp nguy tử, không tìm được linh mục hay phó tế chứng hôn.(x giáo luật số, 1116 &1)

Danh xưng giáo dân(laity= lay people) được dùng để chỉ những người không có chức thánh (giáo sĩ =clerics) hoặc tu sĩ có lời khấn Dòng (consecrated life). Họ chính là thành phần dân Chúa đông đảo nhất trong Giáo Hội và được tham dự vào ba chức năng Ngôn sứ, Tư tế và Vương đế của Chúa Kitô theo cách thức riêng của họ.

Thánh Công Đồng Vaticanô II , trong Hiến Chế Tin Lý Lumen Gentium, đã phân biệt chức linh mục thông thường của giáo dân.(the common priesthood of the laity) khác với chức vụ linh mục biệt tác của hàng giáo sĩ thừa tác (extraordinary ministerial Priesthood of the clerics) như sau:

Hàng giáo sĩ thừa tác thì hành chức năng tư tế khi cử hành các bí tích , cách riêng bí tích Thánh Thể và Hòa giải nhân danh Chúa Kitô (Personna Christi). Nghĩa là chính Chúa Kitô cử hành các bí tích qua tay các thừa tác viên con người là Phó tế, linh mục và giám mục.Vì thế, bí tích luôn thành sự (validly) khi thừa tác viên nhân danh Chúa và cử hành đúng nghi thức (rites) mà Giáo hội đã qui định.

Thí dụ, rửa tội phải có nước và đọc công thức Chúa Ba Ngôi. Nếu thiếu một trong hai yếu tố này thì bí tích không thành sự, dù cho thừa tác viên là linh mục hay giám mục.Cũng vậy, khi cử hành bí tích Thánh Thể trong khuôn khổ Thánh Lễ Tạ Ơn, nếu thừa tác viên không dùng đúng chất thể là bánh không men và rượu nho đúng theo qui đinh của Giáo Hội, hoặc không đọc đúng kinh Nguyện Tạ Ơn và lời truyền phép (consecration) theo **chữ đỏ** (rubric) thì bí tích sẽ không thành sự . Ngược lại, nếu không có chức linh mục hữu hiệu hay thành sự, thì cho dù có đọc và làm đúng theo lễ qui vẫn không có bí tích được , và người cử hành sẽ bị vạ tuyệt thông tiền kết , vì không có chức linh mục mà dám cử hành Thánh Lễ hay giải tội cho ai.(x giáo luật số 1378 triệt 1 và 2).

Tiếp đến, hàng giáo sĩ thừa tác thi hành chức năng ngôn sứ của Chúa Kitô qua việc rao giảng Tin Mừng Cứu Độ và giáo lý của Giáo Hội cho giáo dân ở khắp nơi để giúp họ biết sống đức tin ,đức cậy và đức mến cách đích thực để được cứu rỗi theo lòng mong muốn của Thiên Chúa, **" Đấng cứu độ chúng ta, Đấng muốn cho mọi người được cứu độ và nhận biết chân lý."** (1 Tm 2 :4)

Mặt khác, hàng giáo sĩ và tu sĩ cũng được mong đợi sống phù hợp với lời mình rao giảng và dạy dỗ để làm chứng cho Chúa Kitô, "**Đấng đến để phục vụ và hiến mạng sống mình làm giá chuộc cho muôn người**." (Mt 20 28)

Đây là sứ mệnh mở mang Vương Quôc của Chúa Kitô, Vương Quốc của yêu thương, tha thứ, công bình và thánh thiện trong lòng người ở khắp mọi nơi trên thế giới

Trên đây là cách thức hàng giáo sĩ tham dự và thi hành ba chức năng tư tế, ngôn sứ và vương đế của Chúa Kitô, với tư cách là tư tế thừa tác (ministerial sacerdoce)

Người giáo dân, nhờ bí tích Rửa tội, cũng tham dự vào các chức năng trên nhưng theo cách thức riêng của họ như sau:

Liên quan đến chức năng ngôn sứ, người giáo dân không rao giảng lời Chúa trong nhà thờ, nhà nguyện như các linh mục, giám mục, mà rao giảng bằng chính đời sống của mình trước mặt người đời chưa nhận biết Chúa để giúp họ nhân biết và tin yêu Chúa nhờ gương sống đức tin của mình.

Nghĩa là, ở giữa những người không có niềm tin, hay có mà không dám sống niềm tin ấy, nên họ ăn gian nói dối, cờ bạc , gian dâm, thay vợ đổi chồng, buôn bán gian lận, thù ghét người khác, phá thai , ly dị… thì người có niềm tin Chúa phải sống ngược lại với cách sống của những người vô đạo hay chối đạo kia để **" họ thấy những việc tốt đẹp anh em làm , mà tôn vinh Cha của anh em, Đấng ngự trên Trời."** (Mt 5 :16), như Chúa Giê su đã dạy các môn đệ xưa.

Đây chính là trách nhiệm " **phúc âm hóa môi trường sống**" của người tin hữu giáo dân, góp phần hửu hiệu với hàng giáo phẩm và giáo sĩ trong sứ mệnh **"phúc âm hóa thế giới"** để mở mang Nước Chúa trên trần thế. Chính nhờ gương sống chứng nhân của mình mà người giáo dân sẽ thuyết phục được nhiều người khác nhận biết và tin yêu Chúa . Vì thề, Công Đồng Vaticanô II đã dạy rằng:

" …**Giáo dân được đặc biệt kêu mời làm cho Giáo Hội hiện diện và hoạt động trong những nơi và hoàn cảnh mà nếu không có họ, Giáo Hội sẽ không trở thành muối của thế gian."** (LG, số 33)

Nói khác đi, khi sống giữa những người khác tin ngưỡng hay vô tín ngưỡng, người tín hữu công giáo làm chứng cho Chúa Kitô và rao giảng Tin Mừng của Chúa bằng chính đời sống công bình, bác ái, vị tha, nhân hậu và trong sạch để đối nghịch với lối sống vô luân, gian tham, xảo trá, gian manh, vô nhân đạo của người đời. Nghĩa là. khi không hùa theo cách sống của họ và có can đảm sống theo đường lối của Chúa từ trong gia đình ra đến ngoài cộng đồng xã hội để không thay chồng đổi vợ, không ly dị, phá thai, không thù oán ai, không buôn bán gian lận, không lui tới những nơi tội lỗi như sòng bài và nhà điếm…, thì người giáo dân đã chu toàn chức vụ ngôn sứ của mình cách cách cụ thể và thuyết phục là rao giảng Tin Mừng của Chúa Kitô cách hùng hồn bằng chính đời sống của mình cho những người sống vô luân vô đạo ở khắp nơi trên thế giới tục hóa ngày nay.

Và đây mới chính là cách thi hành chức vụ ngôn sứ của người giáo dân trong Giáo Hội để góp phần mở mang Nước Chúa bằng lời nói và việc làm của mình trước mặt người đời chưa nhận biết Chúa.

Nói khác đi, nếu người tín hữu Chúa Kitô- giáo sĩ, tu sĩ và giáo dân- mà cũng ham mê tiền của, tôn thờ khoái lạc (hedonism) chạy theo những lôi cuốn về danh lợi và vui thú vô luân ,vô đạo với người đời thì sẽ trở thành phản chứng (anti-witness) thay vì là nhân chứng (witness) cho Chúa Kitô **" Đấng vốn giầu sang phú quí, nhưng đã tự ý trở nên nghèo khó vì anh em, để lấy cái nghèo của mình mà làm cho anh em được trở nên giầu có**." (2 Cor 8: 9)

Mặt khác, khi người tín hữu Chúa Kitô - giáo sĩ ,tu sĩ và giáo dân- sống công bình bác ái, trong sạch và vị tha, yêu thương, tha thứ từ trong gia đình ra đến cộng đồng xã hội thì cũng mang Vương Quốc của Chúa là Vương Quốc yêu thương, công bình, an vui và thánh thiện đến với những ai đang sống trong hận thù, bất công, bóc lột người khác, vô luân vô đạo và dửng dưng trước sự nghèo đói của biết bao anh chị em đồng loại sống quanh mình.

Sau hết, người tín hữu giáo dân thi hành chức năng tư tế của mình bằng cách dâng đời sống cá nhân hay gia đình với mọi vui buồn , sướng, khổ, thành công hay thất bại để hiệp thông với sự đau khổ của Chúa Kitô một lần dâng lên Chúa Cha trên thập giá , để đền tội thay cho nhân loại, và còn tiếp tục dâng hy tế đền tội này cách bí nhiệm trên bàn thờ ở khắp nơi trong Giáo Hội ngày nay.

Tóm lại, người tín hữu giáo dân được mời gọi thi hành các chức năng tư tế, ngôn sứ và vương đế của mình theo cách thức đã trình bày trên đây, để thông hiệp cùng với hàng giáo sĩ thừa tác tế lễ, rao giảng Tin Mừng Cứu Độ của Chúa Kitô cho những người chưa biết Chúa để mở mang Vương Quốc yêu thương, công bình và thánh thiện của Chúa đến với mọi tâm hồn con người ở khắp mọi nơi, để đánh tan bóng đen của tội lỗi, của văn hóa sự chết, của chủ nghĩa tục hóa (vulgarism, secularism) tôn thờ tiền bạc và mọi thú vui vô luân vô đạo, đang ngày một bành trướng ở khắp nơi trên thế giới trống vắng niềm tin này.

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

Lm Phanxicô Xaviê Ngô Tôn Huấn.

VỀ MUC LUC

NGÀY ĐẠI HỘI GIAO LƯU GIỚI TRẺ HẠT TÂY BẮC PHÚ THỌ

Cuối tháng 7 và đầu tháng 8 năm nay, Giáo phận Hưng Hóa có những biến cố đặc biệt: mừng Bổn Mạng Anphong Đức Cha phụ tá, họp mặt giao lưu và học hỏi giới giáo chức, phong trào thiếu nhi, giới truyền thông và giới trẻ.

Trong bầu khí rộn ràng cuối hạ đầu thu đó, Giáo hạt Tây Bắc Phú Thọ tưng bừng tổ chức đại hội Giao lưu Giới trẻ thuộc 13 Giáo xứ trong Hạt. Trong không khí chớm lạnh với những cơn mưa ngâu dai dẳng vùng Tây Bắc, gần 700 bạn trẻ đã tụ họp, tươi vui rộn ràng và thánh thiện với những âm thanh và màu sắc đầy thu hút.

Đây là ngày Giao lưu Giới Trẻ lần thứ 2 tại Hạt Tây Bắc Phú thọ. Chương trình được Quý Cha ban Tổ chức sắp xếp rất sinh động và đầy sức thu hút. Những bản Thánh ca, vũ điệu, xen lẫn tiếng hát Xoan nổi tiếng làm cho bầu khí vô cùng rộn ràng.

Trong Đại hội Giao lưu lần thứ 2 này, ngoài các tiết mục do các bạn trẻ phụ trách, các bạn còn được nghe ba bài thuyết trình về các chủ đề liên quan đến việc sống năm Phúc Âm hóa Giáo xứ. Trước hết các bạn trẻ lắng nghe Đức Cha Anphong trình bày về vấn đề Truyền giáo. Ngài nhấn mạnh các bạn trẻ phải học biết Chúa Giêsu để yêu mến Chúa Giêsu và loan truyền ơn Cứu độ cho mọi người.

Bài trình bày của cha Trưởng Ban Thánh Nhạc và Giới Trẻ của Giáo hạt, Cha Giuse Nguyễn Văn Hạnh, hướng các bạn trẻ về vấn đề lương tâm. Ngài nhắc nhở các bạn chú ý đào luyện và sống theo lương tâm ngay chính.

Trong bài thuyết trình về Giới trẻ sống Đạo để làm chứng cho Tin mừng, các bạn cùng nhau nhắc nhở lại về ơn gọi làm chứng cho Chúa, làm muối làm men giữa dòng đời.

Ngày Giao Lưu Giới Trẻ Hạt Tây Bắc Phú thọ với những nét đặc thù nổi bật là một thông điệp mạnh mẽ và cảm động về ít là ba điều sau đây:

1. *Tấm lòng mục tử:* Giữa lúc xã hội nghi kỵ hay thách đố các môn đệ Chúa, thì tấm lòng các mục tử là minh chứng hùng hồn cho thế gian về sự hiện diện của Đức Kitô trong Hội

Thánh Người giữa lòng đời. Có tiếp xúc với các mục tử của Giáo phận và của Giáo hạt, người ta mới nhận ra những nét tận tụy và dễ thương mà Chúa Giêsu phác họa về các Tông đồ: "Các con hãy cho họ ăn". Các món ăn mà các mục tử dọn ra cho Giới trẻ hôm nay là sự quan tâm, chia sẻ, là Lời Chúa trong tình huống cụ thể nhất và chính trái tim rộng mở của các ngài.

2. *Sự hiệp nhất:* Khi người ta lo lắng cho sự chia rẽ, thì Đức Kitô âm thầm củng cố sự hiệp nhất trong Dân Người bằng những dấu hiệu nhiệm mầu. Ai nhìn thấy vị Giám mục khăn gói lặn lội lên đường trong mưa gió, hòa mình với con cái trong từng suy tư, từng điệu hát và cả từng món ăn và ai từng nhìn thấy các linh mục hăng hái quên mình vì con cái, mới hiểu được thế nào là "Ut Sint Unum, Để chúng nên một". Hội Thánh chính là Nhiệm Thể Đức Kitô, một thân thể vẹn toàn của ngày Phục Sinh. Điều đáng quý là trong ngày Giao Lưu này, tất cả các Linh Mục trong Giáo Hạt cùng có mặt với các bạn trẻ chung quanh vị Giám Mục. Thật là hình ảnh đẹp của sự hiệp nhất.
3. *Tấm lòng con cái:* Trước bao mời mọc của thế gian, các bạn trẻ mỉm cười ý nhị nói "không", và sẵn sàng bỏ tất cả để đến với Chúa Giêsu. Một ngày hăng hái reo hò, ca hát, một ngày lắng nghe các mục tử và huynh trưởng, một ngày với những sinh hoạt thuần tôn giáo chắc chắn làm cho các bạn cảm nghiệm về Đức Kitô một cách cụ thể hơn. Các bạn yêu mến Chúa Giêsu và yêu mến các mục tử của mình, và lòng yêu mến đó được thể hiện ở cao điểm là Thánh Lễ cuối ngày, và thể hiện trong việc hăng hái trao và nhận Thánh Giá Chúa Giêsu, chuẩn bị cho Đại Hội năm tới.

Thánh Lễ bế mạc ngày Đại Hội Giao Lưu do Đức Cha Anphong chủ tế, cùng đồng tế với ngài có cha Quản Hạt Giuse Chu Văn Khương, cha xứ Yên Tập Giuse Kiều Tống và quý Cha trong Giáo hạt. Cha nguyên Quản Hạt Phêrô Phan Kim Huấn, chánh xứ Dư Ba chia sẻ Lời Chúa.

Ngoài ra, khi tham dự Đại Hội Giao lưu Giới trẻ hạt Tây Bắc Phú thọ, chúng ta chú ý điều này: về mặt trần thế, Giáo Hội là định chế bảo tồn và lưu giữ các giá trị văn hóa một cách đầy đủ và cẩn trọng. Chúng ta nghiệm ra điều này khi thưởng thức điệu hát Xoan Phú thọ. Điệu hát được Unesco xếp hạng văn hóa ấy tưởng như mai một, lại được bừng lên với tiếng ca và điệu múa, tiếng trống của Cha Giuse Nguyễn Văn Hạnh cũng như độ Xoan Giáo xứ Phượng Vĩ của ngài.

Tái hiện những nét văn hóa dân tộc là một trong những phương thế Phúc Âm hóa xã hội. Giáo huấn Xã Hội Công Giáo đề cao việc này: "Quả là một dấu hiệu đáng hy vọng khi các tôn giáo và các nền văn hoá hiện nay tỏ ra rất sẵn sàng đối thoại và đang cảm thấy nhu cầu cấp bách phải hợp lực để đẩy mạnh công lý, tình huynh đệ, hoà bình và sự phát triển của con người".

Ngày Giao Lưu Giới Trẻ đã qua đi, nhưng dư âm sẽ còn vang vọng mãi. Vẫy chào Tây Bắc, hẹn gặp lại ngày Giới Trẻ năm sau. Xin Chúa Giêsu đồng hành với các vị Mục Tử và với từng người chúng ta trên mọi nẻo đường.

Gioan Lê Quang Vinh

VỀ MỤC LỤC

GIÁO DỤC LƯƠNG TÂM GIỚI TRẺ THEO TINH THẦN KITÔ GIÁO TRONG THỜI ĐẠI MỚI

Người ta vẫn nói người trẻ hôm nay không hành động theo lương tâm, hay mạnh hơn nữa người trẻ không còn lương tâm, vậy lương tâm là gì?

1. Định nghĩa lương tâm

Hội thánh Công giáo đã đưa ra nhiều định nghĩa về lương tâm, mỗi định nghĩa trình bày một khía cạnh của lương tâm như sau :

a) “Lương tâm là tâm điểm sâu lắng nhất và là cung thánh của con người; nơi đây con người hiện diện một mình với Thiên Chúa và tiếng nói của Người vang dội trong thâm tâm họ" (HCMV số 16).

b) “Lương tâm là một phán quyết của lý trí; nhờ đó, con người nhận biết một hành vi cụ thể mình định làm, đang làm hay đã làm, là tốt hay xấu. Trong lời nói và hành động, con người phải trung thành tuân theo điều mình biết là chính đáng và ngay lành. Nhờ phán quyết của lương tâm, con người ý thức và nhận ra những quy định của luật Thiên Chúa.” (GLCG số 1778).

c) "Lương tâm là một lề luật của tinh thần con người, nhưng vượt trên con người. Lương tâm ra lệnh, nêu lên trách nhiệm và bổn phận, điều chúng ta phải sợ và điều có thể hy vọng…” (GLCG số 1778).

d) “Lương tâm là sứ giả của Đấng nói với chúng ta sau một bức màn, dạy dỗ và hướng dẫn chúng ta, trong thế giới tự nhiên cũng như trong thế giới ân sủng.” (GLCG số 1778).
Như vậy, tiếng nói lương tâm chính là ân huệ mà Thiên Chúa đã ban cho loài người, như là của ăn tinh thần, mà Chúa Giêsu đã tuyên bố: “Người ta sống không chỉ nhờ cơm bánh, nhưng còn nhờ mọi lời miệng Thiên Chúa phán ra" (Mt 4,4).

Tóm lại, lương tâm là tiếng nói vô hình của Thiên Chúa trong tâm hồn con người, thúc giục con người hãy yêu mến và làm điều thiện, tránh xa điều ác.

2. Lương tâm theo đạo lý truyền thống của Giáo Hội

Về bản chất của lương tâm Thánh Công đồng Vatican II trong Hiến chế Mục vụ về “Giáo Hội trong thế giới ngày nay” viết: “Con người khám phá ra tận đáy lương tâm một lề luật mà chính con người không đặt ra cho mình, nhưng vẫn phải tuân theo, và tiếng nói của lương tâm luôn luôn kêu gọi con người phải yêu mến và thi hành điều thiện cũng như tránh điều ác. Tiếng nói ấy âm vang đúng lúc trong tâm hồn của chính con người: hãy làm điều này, hãy tránh điều kia. Quả thật con người có lề luật được Chúa khắc ghi trong tâm hồn. Tuân theo lề luật ấy chính là phẩm giá của con người và chính con người cũng sẽ bị xét xử theo lề luật ấy nữa. Lương tâm là tâm điểm sâu kín nhất và là cung thánh của con người, nơi đây con người chỉ hiện diện một mình với Thiên Chúa và tiếng nói của Ngài vang dội trong thâm tâm họ. Nhờ lương tâm, lề luật được thực hiện trong sự yêu mến Thiên Chúa và anh em, và được biểu lộ cách kỳ diệu” (CĐ Vatican II, Hiến chế Vui mừng và Hy Vọng số 16).

Như thế, lương tâm là nơi sâu thẳm nhất của con người, nhờ đó con người nhận biết điều lành điều dữ, đồng thời giúp con người hành động để chu toàn bổn phận làm người của mình. Mỗi người đều phải tuân theo chỉ thị của lương tâm vì đó là tiếng nói cuối cùng mà con người có thể nghe được Lời của Thiên Chúa. Theo lẽ đó, con người có quyền lợi và nghĩa vụ tuân theo tiếng

nói của lương tâm.

Tuy nhiên “Thiên Chúa tôn trọng phẩm giá con người do chính Ngài tạo nên, phẩm giá ấy phải được hưởng tự do và được hướng dẫn theo phán đoán của chính con người. Con người luôn có tự do để hành động theo lương tâm của mình vì vậy “không ai bị cưỡng bách hành động trái với lương tâm, cũng như không ai bị ngăn cấm hành động theo tiếng lương tâm nhất là trong lĩnh vực tôn giáo. Con người có quyền tự do để hành động theo lương tâm của mình và không có một ai có quyền ngăn cản một con người hành động theo lương tâm của mình. Tuy nhiên, người ta sẽ tự hỏi, nếu con người luôn hành động theo lương tâm thì liệu lương tâm của con người có hoàn toàn đúng để hướng dẫn mọi hành động hay không?

Vấn đề lương tâm có thể sai lầm hay không đã được tranh luận rất nhiều nhưng Đức Thánh Cha Gioan Phaolô II trong Thông điệp Veriatis Splendor đã công nhận: “Các phán đoán của lương tâm luôn có nguy cơ sai lầm. Lương tâm không đưa ra một phán đoán vô ngộ: lương tâm có thể sai lầm”. Như thế, lương tâm không phải lúc nào cũng đưa ra các phán đoán đúng nhưng lương tâm vẫn có thể sai lầm, nhưng điều quan trọng nằm ở chỗ sai lầm ấy khả thắng hay bất khả thắng. Trong trường hợp lương tâm sai lầm bất khả thắng không làm mất phẩm giá và tính bắt buộc, nó vẫn là tiêu chuẩn gần cho hành động luân lý. Công đồng Vatican II cũng đã xác nhận: “Lương tâm nhiều khi lầm lạc vì vô tri bất khả thắng, nhưng cũng không vì thế mà mất hết phẩm giá. Nhưng không thể nói như vậy khi con người ít lo lắng tìm kiếm điều chân và điều thiện cũng như khi vì thói quen phạm tội mà lương tâm dần dần trở nên mù quáng”.

3. Bạn trẻ và vấn đề lương tâm

Như trên đã trình bày, người trẻ hôm nay đang rơi vào cơn khủng hoảng của ý nghĩa và căn tính về chính đời sống của họ. Bên cạnh đó, họ lại rơi vào trong tình cảnh nền luân lý và đạo đức đang xuống dốc trầm trọng. Vì vậy, họ chẳng còn biết bám víu vào đâu để quy chuẩn cho hành động của mình. Mọi hành động của người trẻ bây giờ chỉ còn cách dựa trên phán đoán của họ hay nói cách khác dựa vào tiếng nói của lương tâm. Tuy nhiên, lương tâm lại không phải là vô ngộ. Hơn thế nữa, trong xã hội hiện nay, đôi khi nhu cầu sinh sống và phát triển đã kéo theo những hệ luỵ làm cho lương tâm con người bị sai lệch hoặc bị mất phương hướng. Chính vì lẽ đó có thể giải thích những hoạt động không lành mạnh của giới trẻ hôm nay đa phần là do sự lệch lạc của tiếng nói lương tâm.

“Nhân chi sơ tính bản thiện”, nhưng do sống trong môi trường không được đào luyện lương tâm đúng đắn, lương tâm người trẻ dần trở nên xơ cứng, dẫn đến chai lì. Đứng trước một hành động cần đến sự phán đoán đúng sai, thì lương tâm lại rơi vào tình trạng bối rối nếu không muốn nói là sai lầm. Đôi khi do người trẻ mất cảm thức về tội nên lương tâm của họ cũng chẳng còn biết đâu là đúng, đâu là sai. Tệ hại hơn nữa, có nhiều bạn trẻ nại vào quyền tự do lương tâm để làm những gì mình cho là đúng.

Đứng trước thực trạng như thế đòi hỏi cần phải giáo dục lương tâm cho người trẻ. Bởi lẽ muốn người trẻ sống tốt và có ích cho đời, họ cần phải biết hành động thế nào cho đúng và điều này chỉ có nơi thâm sâu nhất của họ trả lời.

4. Giáo dục lương tâm cho giới trẻ

Giáo dục lương tâm cho người trẻ là điều cần thiết và bức bách trong giai đoạn xã hội đổi mới từng ngày, nhưng công việc giáo dục này nên bắt đầu từ đâu? Thiết nghĩ, công việc giáo dục

lương tâm phải khởi đi từ con đường của sự thật, vì lương tâm là tiếng nói sâu thẳm và trung thực nhất nói cho con người làm lành lánh dữ.

a. *Dẫn dắt người trẻ đi trên con đường chân lý*

Trả lời một cuộc phỏng vấn báo Thanh Niên, ông Trần Quốc Thuận, Phó Chủ nhiệm Văn phòng Quốc hội thẳng thắn nói: “Cái lớn nhất bị mất, đó là đạo đức. Chúng ta sống trong một xã hội mà chúng ta phải tự nói dối với nhau để sống. Nói dối đã trở thành thói quen hằng ngày của xã hội Việt Nam. Thói quen đó lặp đi lặp lại nhiều lần thành ‘đạo đức’, mà cái ‘đạo đức’ đó là rất mất đạo đức. Đó là một cái nguy nhưng tôi thấy ít người quan tâm”. Sống trong môi trường gian dối, con người dễ bị lây nhiễm và dần trở thành quen và cho rằng gian dối cũng chỉ là hiện tượng bình thường trong cuộc sống. Vì thế, gian dối tràn lan trong xã hội hôm nay và ngay cả trong lĩnh vực không ai ngờ tới là giáo dục nó cũng đã len lỏi vào.

Sống trong xã hội mà gian dối đã tràn lan ắt hẳn người trẻ cũng bị lây nhiễm ít nhiều. Do đó, muốn giáo dục lương tâm cho người trẻ trước hết phải hướng dẫn họ đến và đi trên con đường của sự thật, của chân lý. Để có được một lương tâm trong sáng, điều trước tiên là phải tìm kiếm sự thật. Dựa trên sự thật ấy, lương tâm con người mới đưa ra những phát xét sau cùng. Tuy nhiên, sự thật ở đâu?

Đức Thánh Cha Gioan Phaolô II trong ngày quốc tế 27-11-1988 đã nói với các bạn trẻ: “Sự thật ở nơi Ngôi Lời của Cha: đó là điều chúng ta muốn nói khi nhìn nhận Đức Giêsu là sự thật. “Sự thật là gì?” Philatô đã hỏi Người. Bi kịch Philatô đã sống là sự thật đang đứng trước mặt ông nơi con người Đức Giêsu Kitô, mà ông đã không thể nhận ra được. Các bạn trẻ thân mến, bi kịch đó không nên tái diễn trong đời chúng ta. Đức Kitô là trung tâm của đức tin Kitô giáo, đức tin mà Hội Thánh ngày nay đang công bố, cũng như đã luôn luôn công bố với mọi người: Thiên Chúa đã làm người”. Sự thật mà Đức Thánh Cha muốn giới thiệu cho các bạn trẻ là sự thật về Đức Giêsu, Con Thiên Chúa đã làm người và “cư ngụ giữa chúng ta” (Ga 1,14). Hơn thế nữa, Giáo Hội và tất cả mọi người đều phải loan báo cho toàn thế giới về “Sự Thật, đó là Đức Giêsu Kitô”.

Đức Giêsu nói: “Chính Thầy là Con Đường, là Sự Thật và là Sự Sống” (Ga 14,6), vì thế, hướng người trẻ đi trên con đường của sự thật chính là đưa họ đến gần với Đức Giêsu hơn. Nói cách khác, chỉ Đức Kitô mới thoả mãn cơn khát sự thật về Thiên Chúa, về con người, về cuộc đời và thế giới. Với sự thật của Đức Giêsu, các bạn trẻ sẽ có thêm sức mạnh để đương đầu với những thách đố của thời đại, những vấn đề lớn của cuộc đời, những gian dối, lừa lọc của những thú vui lạc thú, của cải vật chất và những nguy hiểm của những tệ nạn xã hội hôm nay. Nơi sự thật là Đức Giêsu, người trẻ được tăng cường mọi năng lực và củng cố nhận thức về sứ mạng của mình.

Tóm lại, để lương tâm người trẻ trở nên trong sáng trước những thách đố của sự giả tạo của trần thế, trước tiên cần hướng dẫn họ đến với sự thật là Đức Kitô. Chỉ nơi Đức Kitô người trẻ mới tìm được sự thật và cũng chính Người sẽ dẫn dắt họ trên con đường của Chân Lý. Một khi gặp gỡ được Đức Kitô, lương tâm của người trẻ mới tìm thấy sự thật để hướng dẫn họ làm điều thiện và tránh điều ác.

Tuy nhiên, hướng người trẻ về Đức Kitô mới chỉ là một chiều kích mang tính hướng thượng, song song đó cần phải hướng dẫn người trẻ can đảm đối diện với lương tâm của mình.

b. Khôi phục cảm thức đúng đắn về tội

Trào lưu tục hoá và khuynh hướng hưởng thụ đã làm cho người trẻ ngày nay dần mất đi cảm thức về tội. Điều này có nghĩa rằng, giới trẻ hôm nay không cảm thấy mình có tội, tự giảm chức năng của tội, hoặc tội phong trào: người ta làm được mình cũng làm được. Như thế, tội lỗi không còn khả năng làm cho lương tâm người trẻ bị giày vò hay cắn rứt nữa. Người trẻ triền miên phạm tội và mức độ tội ác ngày càng gia tăng, nhưng chính họ không cảm thấy mình có tội và ra như họ đã được miễn nhiễm với tội lỗi. Đánh mất cảm thức về tội, bất chấp nền luân lý và đạo đức, giới trẻ đang mang bộ mặt "lang sói". Họ tự huỷ diệt những mầm sống, những đứa con vô tội được trao cho họ. Trước thảm cảnh như thế, người ta chỉ còn biết kêu gào đến tiếng nói lương tâm của các bạn trẻ. Tuy nhiên, tiếng nói lương tâm của người trẻ đã tắt lịm từ bao giờ bởi họ đã đánh mất cảm thức về tội. Sự việc xem ra bị rơi vào vòng luẩn quẩn không thể thoát ra được. Vậy khôi phục cảm thức đúng đắn về tội nơi người trẻ phải bắt đầu từ đâu? Trước tiên, người trẻ hiểu rằng "tội lỗi như một phần trọn vẹn của sự thật về con người", như lời Thánh Gioan: "Nếu chúng ta nói là chúng ta không có tội, chúng ta tự lừa dối mình, và sự thật không ở trong chúng ta" (1 Ga 1,8-9). Con người là tội nhân, luôn yếu đuối, có khả năng phạm tội và có xu hướng phạm tội, vì thế phải cậy dựa vào lòng thương xót của Thiên Chúa. Tuy nhiên, cần thận trọng trong công việc này kẻo dễ đưa người trẻ vào tình trạng lương tâm bối rối, thấy đâu cũng là tội và rơi vào cơn khủng hoảng mặc cảm về tội.

Thứ đến, cần giáo dục người trẻ về hệ thống các nguyên tắc của lý trí và đức tin mà Hội Thánh vẫn chủ trương. Như trên đã trình bày, lương tâm là phán đoán của lý trí, nếu người trẻ bị "hổng" kiến thức về những nền tảng và tiêu chuẩn của hành động luân lý, ắt hẳn các phán đoán khó lòng đưa ra kết quả trung thực và đúng đắn. Để khắc phục tình trạng này, người trẻ phải được học hỏi giáo lý thánh thiện và vững chắc của Giáo Hội và nền luân lý Kitô giáo qua các khoá học, các dịp tĩnh tâm, hội thảo….

Bên cạnh đó, để khôi phục cảm thức về tội, Đức Thánh Cha Gioan Phaolô II trong Tông huấn Sám hối và Hoà giải nhắc nhở thêm: "Điều này (khôi phục cảm thức về tội) sẽ được hỗ trợ nhờ một nền giáo huấn chân chính được soi sáng bởi Thần học Kinh Thánh về Giao ước, nhờ việc chăm chú lắng nghe và tin tưởng đón nhận Huấn quyền của Hội Thánh không ngừng soi dẫn các lương tâm và nhờ việc thực hành chu đáo hơn nữa Bí tích Sám Hối".

Cuối cùng là việc hướng dẫn người trẻ đến với nguồn suối ân sủng là các Bí tích, đặc biệt là Bí tích Sám Hối. Qua Bí tích Sám Hối, người trẻ sẽ xem xét lại lương tâm của mình để nhìn nhận những thiếu sót, lỡ lầm. Không những hướng dẫn cho người trẻ đến với Bí tích Sám Hối khi mắc tội trọng mà nên khuyến khích họ năng đến với toà cáo giải để xưng thú các tội nhẹ. Khi các bạn trẻ năng đi xưng tội, kể cả những lúc chỉ mắc tội nhẹ thì cũng giúp cho việc xét đoán của lương tâm được bén nhạy, chống lại những xu hướng thấp kém xấu xa, và tiến bộ trong đời sống tinh thần.

Tóm lại, để lương tâm của người trẻ nhận định đúng sai, thiện ác, cần cung cấp cho họ một hệ thống đạo lý và những tiêu chuẩn hành động luân lý. Dựa trên những cơ sở đó, lương tâm của người trẻ sẽ đưa ra phán đoán về các giá trị luân lý mà họ sẽ làm. Bên cạnh đó, cũng nên hướng dẫn họ trông cậy vào lòng thương xót vô biên của Thiên Chúa qua Bí tích Giao Hoà, cho dẫu họ đang phải đối mặt với những cam go của cuộc sống.

Kết

Huấn luyện lương tâm luôn đòi hỏi một quá trình dài. Không thể mong đợi việc giáo dục này trong một thời gian ngắn ngủi. Lương tâm phải được rèn luyện từ nhỏ ngay trong môi trường gia đình dưới sự hướng dẫn của cha mẹ. Một lương tâm được rèn luyện tốt sẽ phán đoán ngay thẳng và chân thật. Việc giáo dục lương tâm rất cần thiết cho những người chịu các ảnh hưởng tiêu cực và bị tội lỗi cám dỗ làm theo ý riêng và bỏ những giáo huấn chính thức. Giáo dục lương tâm là nhiệm vụ phải theo đuổi suốt đời. Giáo dục lương tâm bảo đảm tự do và tạo bình an trong tâm hồn.

Giáo dục lương tâm hay huấn luyện lương tâm chính là giúp cho con người nhận thức được sự biến chất, thoái hóa cái tâm của mình và cố gắng cải thiện, cố gắng điều chỉnh để đưa cái tâm bị biến chất, thoái hoá về với cái chính tâm, cái tâm thiện tức là lương tâm. Nhờ sự hướng dẫn của lương tâm, mỗi người, trong mọi hoàn cảnh của cuộc sống, luôn có thể lắng nghe, nhận ra được Ý Chúa và quyết tâm đem ra thực hành.

Mến chúc các bạn luôn mở rộng lòng đón nghe tiếng Chúa, giáo huấn của Giáo Hội, lời dạy bảo của những người hữu trách, siêng chăm học giáo lý, lãnh nhận các Bí Tích, nhờ đó các bạn sẽ có một lương tâm ngay thẳng để không ngừng yêu mến và làm điều thiện, tránh xa điều ác.

Lm. Giuse Nguyễn Văn Hạnh

VỀ MUC LUC

LỄ CÔNG BỐ QUYẾT ĐỊNH CỦA CHÍNH PHỦ CHẤP THUẬN THÀNH LẬP HỌC VIỆN CÔNG GIÁO VIỆT NAM.

Vào lúc 16g00 ngày 06-08-2015, tại Đại sảnh của Trụ sở Văn phòng Hội đồng Giám mục Việt Nam (HĐGMVN), số 72/12 Trần Quốc Toản, Phường 8, Quận 3, TP.HCM, đã diễn ra lễ công bố và trao quyết định thành lập Học viện Công giáo Việt Nam. Với quyết định này, chính phủ chấp thuận cho Học viện được đào tạo Thạc sĩ và Tiến sĩ thần học như các Học viện, Đại học công Giáo trên thế giới, cũng như phối hợp với các Học viện, Đại học Công giáo (và các Đại học khác chuẩn nhận khi liên kết (convention) trong khu vực và trong toàn Giáo hội Hoàn vũ, để đào tạo mở rộng sứ vụ giảng dạy và nghiên cứu.

Mở đầu buổi lễ, linh mục Vinh sơn Nguyễn Cao Dũng SCJ, Thư ký Uỷ ban Giáo dục Công giáo trực thuộc HĐGMVN, biểu lộ sự hân hoan của Giáo hội Việt Nam khi Học Viện Công Giáo được thành lập, Cha Thư ký giới thiệu thành phần tham dự: Về phía các vị khách quý đến từ chính phủ trung ương: ông Lê Bá Trình, Phó Chủ tịch Uỷ ban Trung ương Mặt trận Tổ quốc Việt Nam (UBTWMTTQVN); ông Nguyễn Văn Thanh, Trưởng ban Tôn giáo UBTWMTTQVN;

ông Đặng Trung Thành, Vụ trưởng Vụ Công giáo thuộc Ban Tôn giáo Chính phủ; ông Đặng Văn Thanh, Chuyên viên Công giáo thuộc Ban Tôn giáo Chính phủ, cùng các đại diện của Ban công tác phía Nam UBTWMTTQVN và Ban Tôn giáo TP.HCM.

Về phía Giáo hội Công giáo Việt Nam có sự hiện diện của Đức Tổng Giám mục Phaolô Bùi Văn Đọc, Tổng Giám mục Giáo phận TP.HCM - Chủ tịch HĐGMVN; Đức Giám mục Phêrô Nguyễn Văn Khảm, Giám mục Mỹ Tho - Phó Tổng Thư ký HĐGMVN; Đức Giám mục Giuse Đinh Đức Đạo, Giám mục Phó Giáo phận Xuân Lộc - Chủ tịch Ủy ban Giáo dục Công giáo trực thuộc HĐGMVN và là Viện trưởng Học viện Công Giáo; linh mục Ignatiô Hồ Văn Xuân, Tổng đại diện Tổng Giáo phận TP.HCM, linh mục Louis Nguyễn Anh Tuấn, Chánh văn phòng Trụ sở Văn phòng HĐGMVN; linh mục Giuse Nguyễn Văn Sinh, Quản lý Trụ sở Văn phòng HĐGMVN và linh mục Vinh sơn Nguyễn Cao Dũng SCJ, Thư ký Uỷ ban Giáo dục Công giáo trực thuộc HĐGMVN.

Sau lời chào mừng và giới thiệu, ông Đặng Trung Thành, Vụ trưởng Vụ Công giáo thuộc Ban Tôn giáo Chính phủ, đã thay mặt Trưởng Ban Tôn giáo Chính phủ công bố “Quyết định về việc chấp thuận thành lập Học viện Công giáo Việt Nam” và ông Lê Bá Trình, Phó Chủ tịch UBTWMTTQVN, đã trân trọng trao quyết định này cho ĐTGM Phaolô Bùi Văn Đọc - Chủ tịch HĐGMVN.

Thay mặt chính phủ và UBTWMTTQVN, Ông Lê Bá Trình, Phó chủ tịch UBTWMTTQVN, cũng trao hoa, chúc mừng và chia sẻ niềm vui với HĐGMVN. Vị Phó chủ tịch Mặt trận nhấn

mạnh : "…các cơ quan của Nhà nước và Uỷ ban Trung ương Mặt trận Tổ quốc Việt Nam luôn sẵn sàng hỗ trợ, tạo nhiều điều kiện cùng với các vị trong Hội đồng Giám mục Việt Nam xây dựng đề án Học viện Công giáo nhằm đạt được nguyện vọng của Giáo hội trong việc đào tạo các chức sắc và tín đồ trong đạo Công giáo tại Việt Nam có đủ trình độ nâng cao về Giáo lý…"

ĐTGM Phaolô Bùi Văn Đọc đã thay mặt HĐGMVN đáp từ với lời cám ơn sâu sắc của HĐGMVN với các cơ quan nhà nước trong thời gian hiện tại đã nhanh chóng đáp lại nguyện vọng chính đáng của Giáo Hội đã ấp ủ từ lâu, ngài chia sẻ với các vị đại diện Ban Tôn Chính phủ và UBTWMTTQVN những tâm tình như sau: "Các vị Giáo hoàng trước và Đức Giáo hoàng đương kim đều dạy chúng tôi phải đối thoại thẳng thắn và chân thành với chính quyền. Điều đó, chúng tôi đã cố gắng thể hiện từ nhiều năm nay. Chúng tôi cũng thấy chính quyền rất thiện chí và cởi mở đón nhận tinh thần đối thoại của chúng tôi. Kết quả thực tế lớn là việc đẩy mạnh thành lập Học viện Công giáo Việt Nam. Tôi thấy kết quả này đạt được rất nhanh, từ lúc Đức cha Giuse Đinh Đức Đạo làm Chủ tịch Uỷ ban Giáo dục trực thuộc Hội đồng Giám mục Việt Nam, ngài đã cùng với tôi đẩy nhanh tiến độ này….". Được biết việc thành lập Học Viện Công Giáo Việt Nam là chủ trương của Hội Đồng Giám Mục Việt Nam, nhưng việc thực hiện được trao cho Ủy Ban Giáo Dục Công Giáo. Đức Cha Chủ tịch đầu tiên của Ủy Ban Giáo Dục là Đức Cha Phêrô Nguyễn Khảm, tiếp theo là Đức Cha Tôma Vũ Đình Hiệu đã bắt đầu tham kham khảo mọi thành phần Dân Chúa và xúc tiến những bước đi đầy khó khăn và từ cuối năm 2013 là Đức Cha Giuse Đinh Đức Đạo nhận trách nhiệm trọng đại này…

Sau lời đáp từ của Đức Tổng Phaolô và trước khi buổi lễ kết thúc, ông Đặng Trung Thành, Vụ trưởng Vụ Công giáo thuộc Ban Tôn giáo Chính phủ, đã trao hoa và quà tặng của Ban Tôn giáo Chính phủ cho Học viện Công giáo Việt Nam và Viện trưởng là Đức cha Giuse Đinh Đức Đạo đã nhận, cùng phát biểu lời cám ơn sâu sắc đến nỗ lực của Ban Tôn giáo. Ban Tôn giáo Tp.HCM cũng trao hoa chúc mừng đến Học Viện…

Lễ công bố và trao quyết định thành lập Học viện Công giáo Việt Nam đã kết thúc vào lúc bằng nghi thức nổ champagne và nâng ly chào mừng Học viện Công Giáo Việt Nam ra đời, trong niềm vui được biểu lộ và sẻ chia của cả khách mời lẫn "chủ nhà" như trong Đề Án lập Học Viện kết luận:

Việc có Học viện Công giáo ở Việt Nam, nói được sự trưởng thành của Giáo hội Việt Nam. Điều mà Hội Thánh Hoàn vũ mong muốn, anh chị em tín hữu cả nước vui mừng và đợi trông. Và chắc rằng các vị hữu trách dân sự, đồng bào cũng mừng vui với chúng tôi vì sự trưởng thành này.

Buổi lễ đơn giản nhưng không kém phần trang trọng, làm nổi bật ý nghĩa và tầm quan trọng của Học Viện Công Giáo: Nâng cao trí thức, suy tư cho linh mục tu sĩ và giáo dân, mang tầm "quốc tế" và biểu lộ sự trưởng thành của Giáo Hội Việt Nam trong lòng Giáo Hội Hoàn vũ…

Học viện Công giáo Việt Nam được đặt tại Văn phòng HĐGMVN số 72/12, Trần Quốc Toản, phường 8, quận 3, TP. Hồ Chí Minh.

Như chúng ta đã biết từ năm 1958 Tòa Thánh Vatican thành lập Giáo Hoàng Học viện Piô X tại Giáo phận Đà Lạt (Lâm Đồng) thu nhận chủng sinh ưu tuyển các Giáo phận Việt Nam và các quốc gia trong vùng, như Campuchia, Lào…, nhằm nâng cao kiến thức, suy tư, nghiên cứu Thần học ở Việt Nam nói riêng và các nước châu Á nói chung, đào tạo nhân lực cấp cao tại chỗ. Học viện này đã được nâng lên thành Phân khoa Thần học vào năm 1965, cấp văn bằng cử nhân Thần học và năm 1972 đang tổ chức xây dựng chương trình Tiến sĩ, (có 3 linh mục đã chuẩn bị bảo vệ luận án Tiến sĩ tại đây) nhưng Giáo Hoàng Học Viện bị ngưng hoạt động vào mùa hè năm 1977.

Việc thành lập Học viện Công giáo có chương trình đào tạo và nghiên cứu chuyên sâu Thần học tại đất nước mình, cho thấy sự trưởng thành của Giáo hội Công giáo Việt Nam, sánh vai cùng các Giáo Hội trong Khu vực (Thái Lan dù các tín hữu Công giáo tại nước này rất ít (0,1% trên tổng dân số 66,7 triệu dân), Inđônêxia 3% trên 249 triệu dân đã từ lâu đã có Đại học Công giáo rất uy tín... Từ nền tảng đào tạo thần học hôm nay, trong tương lai Học viện Công giáo Việt Nam mở rộng, không chỉ đáp ứng nhu cầu nâng cao kiến thức trong nội bộ Giáo hội Công giáo, mà còn góp phần đào tạo nhân lực với trình độ chuyên môn và ý thức trách nhiệm công dân cao để phục vụ xã hội.

Đây cũng là điều mà Tòa Thánh Vatican vẫn luôn khích lệ Giáo hội Việt Nam dấn thân, chắc chắn cũng là điều mà người Công giáo và cả nhiều người ngoài Công giáo mong chờ.

Ủy Ban Giáo dục Công giáo, HĐGMVN

VỀ MUC LUC

ĐOẠT LÝ MÀ QUÊN NGƯỜI

Góc Đời Sống Dâng Hiến

Tín Thác

Chưa đầy hai năm, gia đình tôi nhận hai cái tang. Bố tôi qua đời chưa kịp làm giỗ lần thứ hai, thì Chúa gọi chị tôi về.

Trong vòng một năm, tôi trải qua 3 cuộc giải phẫu: tiểu phẫu, trung phẫu, đại phẫu. Mổ tay, mổ cổ, mổ bụng.

Trong 1000 ngày, tôi phải ở trong "sa mạc", thu mình lại mai danh ẩn tích. "Ta dại, ta tìm nơi vắng vẻ. Người khôn, người đến chốn lao xao".

Tạ ơn lòng thương xót Chúa đã cho tôi còn sống đến hôm nay. Vẫn ăn uống, vẫn hít thở. Vẫn sống đấy, nhưng là Sống Khác rồi. Phải sống một cách khác thì mới tồn tại, mới thực hiện được khát vọng cháy bỏng hun đúc suốt một ngàn ngày trong cô tịch, cô độc, cô quạnh.

Chúa cho tôi sống để cảm nghiệm nỗi đớn đau mất mát của những người chứng kiến người thân trong gia đình của mình cứ chết dần, chết dần...

Chúa cho tôi sống sót sau cơn bạo bệnh để thấy cuộc sống con người thật mong manh, chẳng thể nắm giữ níu kéo được cái gì khi nằm trên giường bệnh chờ chết! Trong phòng giải phẫu, tay chân bị chói chặt như hình thập giá, thuốc mê thấm dần rồi thiếp đi không biết gì nữa, lúc đó mới thấy tiền tài, danh vọng, chức tước, địa vị, quyền hành nào có nghĩa gì đâu! Phù vân. Tất cả chỉ là phù vân!

Chúa cho tôi sống một ngàn ngày trong "sa mạc" để cảm nhận "nỗi đau trong Vườn Cây Dầu" của Chúa. Các môn đệ bỏ trốn hết. Ba đệ tử thân tín thì "không thức nổi với Thầy một giờ", trong lúc Thầy mình "buồn đến chết được". Một sự cô độc lạnh lùng đến nỗi tưởng chừng như "Lạy Cha, sao Cha nỡ đành bỏ con?" Chúa cho tôi sống một ngàn ngày trong tâm trạng như thế để mày mò tìm kiếm thánh ý Chúa, để tìm con đường nào Chúa muốn tôi đi.

Tôi là người duy lý. Chúa cho tôi cái đầu thích suy luận. Cái gì cũng phải suy lý cho đến cùng. Tôi chỉ chấp nhận điều nào hợp lý, có lý. Điều gì vô lý, phi lý là tôi không chấp nhận được. Suốt thời gian 3 năm "lặng lẽ nơi này" tôi vặn lý, đấu tranh tư tưởng để tìm ra lý lẽ, tại sao và tại sao...

Dần dần tôi nhận ra, tôi đang sống trong Năm Đời Sống Dâng Hiến, thế thì Chúa cho tôi cơ hội để Hiến Dâng. Dâng những người thân yêu trong gia đình mình. Dâng sức khỏe của mình. Dâng tự do ý chí, khát vọng, lý tưởng. Năm "Đời Sống Dâng Hiến", Chúa cho tôi "sống đời Hiến Dâng". Hợp tình hợp lý quá rồi, còn thắc mắc gì nữa? Còn lý luận dông dài gì nữa?

Hội thảo, thuyết trình, chia sẻ, nói về "Đời Sống Dâng Hiến" thì dễ, nhưng chính bản thân mình "sống đời Hiến Dâng" thì chẳng dễ chút nào.

Năm năm trước, Chúa cho tôi dong duổi đó đây rao giảng về lòng thương xót, về tín thác, về thập giá, về khổ đau...

Ba năm qua, Chúa cho tôi sống chính những điều tôi rao giảng. Tôi phải cảm nhận được lòng thương xót của Chúa, và thực hành lòng thương xót đó với tha nhân, nhất là với những người có thành kiến, nghi kỵ, ghen ghét, xét đoán, loại trừ, phủ nhận mọi thiện chí và những việc làm của tôi.

Một ngàn ngày qua, Chúa đưa tôi vào hoang mạc để chịu khổ đau thể xác, tinh thần, để vác thập giá là những hiểu lầm, nghi ngờ, dèm pha, chế diễu, chịu oan khiên mà không mở lời biện minh giải gỡ, nhất là để tôi tập sống tín thác ngay trong những lúc chẳng còn hy vọng, chẳng còn tia sáng, chẳng còn chút ủi an, chẳng còn biết bám víu cậy nhờ vào ai.

Cái gì bỏ được thì bỏ. Chỉ cần giữ lại tình yêu và lòng thương xót.

Một cao tăng được mời đi dự tiệc, giữa bàn tiệc bày đầy những món ăn chay trang trí vô cùng đẹp mắt, ngon lành. Bỗng ông phát hiện trong một đĩa có miếng thịt heo. Một đệ tử đi theo cao tăng cố ý dùng cái đũa bới miếng thịt lên, ý định để cho gia chủ trông thấy. Nhưng thật không ngờ vị cao tăng lại dùng đũa của mình đẩy miếng thịt khuất đi.

Một lát sau, người đệ tử kia lại bới miếng thịt heo lên. Thế là cao tăng lại phải thêm lần nữa che miếng thịt heo đi, đồng thời còn nói khẽ vào tai đệ tử: “Con mà còn lật nó lên nữa, ta sẽ ăn luôn!”.

Người đệ tử nghe thầy nói thế không dám bới miếng thịt heo lên nữa.

Tiệc xong, thầy trò cao tăng từ biệt gia chủ ra về. Trên đường về, đệ tử băn khoăn hỏi thầy:

“Thưa thầy, vừa rồi rõ ràng đầu bếp biết chúng ta không ăn mặn, lại vô ý để lẫn miếng thịt heo vào trong đồ ăn chay của chúng ta. Đệ tử lật miếng thịt lên chẳng qua là muốn gia chủ biết mà trừng phạt người đầu bếp này.”

Vị cao tăng nhìn đệ tử, nhẹ thở dài, rồi từ tốn nói:

“Trên đời ai cũng phạm sai lầm, dù vô tâm hay hữu ý. Nếu để người chủ thấy miếng thịt heo trong món ăn chay, ông ấy sẽ nổi giận mà trừng phạt người đầu bếp, thậm chí còn cho người đó nghỉ việc. Đây không phải điều chúng ta muốn thấy. Đoạt lý đương nhiên là quan trọng, nhưng tuyệt đối tránh ‘**chỉ biết lý mà bỏ quên người**’, phải nhận ra chỗ nào nên bỏ qua thì cho qua.

“Hoàn cảnh sống và quan niệm sống của mỗi người thường không giống nhau, vì thế sự khác biệt trong cuộc sống là khó tránh khỏi. Đa số những người rơi vào vòng xoáy của tranh đấu thường hay “**đoạt lý mà quên người**”, như thế nếu có thắng cũng không khiến người ta phục. Trong vòng xoáy của tranh đấu hơn thua, rất nhiều khi đối phương sẽ tìm cách đánh lén sau lưng.

"Con hãy xem chỗ nào bỏ qua được thì bỏ qua, không nên chỉ biết ép người một cách quái gở. Phải biết cho người ta một lối thoát. Vấn đề ở đây không chỉ là **cho người ta con đường sống**, quan trọng hơn là **cho chính mình một đường lùi**, đây cũng là con đường sáng để xã hội hài hòa.”

Tạ ơn Chúa! Chúa đã dùng câu chuyện của vị cao tăng này mà chỉ cho tôi thấy ba năm lặng lẽ ẩn dật là tôi đã **cho chính mình một đường lùi.** Nếu cứ say men chiến thắng, hùng hục lao đi, lên như diều gặp gió... chắc chắn có ngày diều sẽ đứt giây, vì càng ở trên đỉnh cao, tôi sẽ càng là đích nhắm cho nhiều người. Bao mũi dùi sẽ nhắm tôi mà châm chích chọc. Nguy hiểm nhất là tôi sẽ đi vào con đường danh vọng, cao ngạo, tự mãn, hợm mình, cuối cùng mất hết ơn phúc.

Năm Đời Sống Dâng Hiến là dịp tốt nhất để tôi suy nghĩ lại xem mình có mắc chứng bệnh mà vị cao tăng kia đã nói với đệ tử không. Căn bệnh "đoạt lý mà quên người".

Chỉ sau hai tháng khi lên ngôi Giáo Hoàng, ĐTC Phanxicô, người mục tử dám nói dám làm, trong thánh lễ thứ bảy ở Nhà Nguyện Thánh Mátta đã mời gọi Giáo Hội và những người làm mục vụ cần phải **"mở cửa"** cả nghĩa đen lẫn nghĩa bóng để đón nhận mọi thành phần dân Chúa.

ĐTC dí dỏm kể rằng có một người mẹ đơn thân đến xin rửa tội cho con mình thì bị nhân viên giáo xứ nói rằng không thể được vì bà mẹ này chưa kết hôn. ĐTC nhận xét rằng cứ theo cái đà này thì chúng ta không thể phát triển Giáo Hội được, vì Chúa Giêsu chỉ lập 7 Bí Tích, nhưng những người ban các bí tích lại lập thêm "bí tích thứ 8" là "Bí tích hải quan mục vụ, hay bí tích công an" (una aduana pastoral) đó là chỉ muốn kiểm tra và ra hình phạt, ép người quá đáng, chứ không hề cảm thông, có lòng xót thương, cho người ta một con đường sống (http://www.elpais.com.uy/mundo/francisco-critico-a-curas-que.html).

Rõ ràng ĐTC không hề cứng ngắc trong mớ lề luật, quy định, "đoạt lý mà quên người". Trả lời phỏng vấn về Giáo Hội Châu Mỹ trong chuyến tông du từ 5 đến 12/7/2015, ĐTC nói: "Giáo Hội Mỹ Châu Latinh là một Giáo Hội trẻ trung với rất nhiều vấn đề. Giáo Hội này có vấn đề và đây là sứ điệp tôi thấy được ở nơi đây, đó là: Đừng sợ tuổi trẻ của tính chất tươi mới này trong Giáo Hội. Giáo Hội này có thể là một Giáo Hội vô kỷ cương, nhưng với thời gian Giáo Hội này sẽ trở nên qui củ hơn và sẽ cống hiến cho chúng ta rất nhiều sức mạnh và nghị lực."

Tôi có dám tin vào con người, cho họ một con đường sống, để không chết cứng vào những lý lẽ của loài người để chỉ bắt bẻ nhau, làm khổ nhau không?

Giảng Lễ cho Cộng Đồng Dân Chúa Paraguay ở Compo Grande Asunción Chúa Nhật 12/7/2015, ĐTC nhấn mạnh:

"Hôm nay đây Chúa nói với chúng ta hết sức rõ ràng: theo tâm thức của Phúc Âm, các con thu phục con người ta không phải bằng những thứ tranh cãi, bằng những chiến thuật hay sách lược. Các con thu phục họ chỉ bằng cách làm sao để đón nhận họ.

"Chúa Giêsu chỉ cho các môn đệ thấy con đường của Người là biến đổi con tim. Học cách sống một cách khác, với một luật khác, theo một qui tắc khác.

"Đó là cách biến đổi từ sự ích kỷ, khép kín, đụng độ, chia rẽ, tự tôn, bước sang con đường bênh vực sự sống và yêu thương. Từ thái độ thống trị, đè nén, lèo lái, bước đến thái độ đón tiếp, chấp nhận, chăm sóc.

"Giáo Hội là người mẹ có tấm lòng cởi mở tiếp đón, nhất là những người đang rất cần được chăm sóc, những người ở trong tình trạng khó khăn nhất.

"Giáo Hội là ngôi nhà tiếp đón. Chúng ta có thể làm việc tốt nếu chúng ta khích lệ nhau học ngôn ngữ hiếu khách, đón tiếp! Bao nhiêu vết thương, bao nhiêu tuyệt vọng có thể chữa trị tại nơi mà người ta cảm thấy mình được đón nhận.

"Hiếu khách đối với người đói khát, kẻ trần trụi, người đau yếu và tù đày, với người phong cùi, bất toại, với những người không cùng chính kiến như chúng ta, những người vô thần, với người bị bắt bớ, những người thất nghiệp, với những nền văn hóa khác... và hiếu khách ngay với người tội lỗi".

Lại một lần nữa, những lời của ĐTC luôn cho thấy tấm lòng của người mục tử, bỏ qua những gì cần bỏ qua, không câu nệ, không cứng ngắc, mà luôn mở ra "con đường bênh vực sự sống và yêu thương".

Với người trẻ Paraguay, ĐTC cho thấy đâu là hạnh phúc đích thực:

"Chúa Giêsu biết rõ trong thế giới đầy cạnh tranh, ghen tuông và gây hấn này, hạnh phúc thật phát sinh từ việc học cách kiên nhẫn, tôn trọng người khác, từ khước kết án hay phán xét người khác.

Như người ta thường nói '*cả giận mất khôn*'. Các con đừng để trái tim các con nhường bước cho giận dữ và ghét bỏ.

Hạnh phúc thay người hay thương xót.
Hạnh phúc thay những ai biết đặt mình vào đôi giầy của người khác.
Hạnh phúc thay những ai biết ôm ấp, tha thứ.

Lúc này hay lúc khác, tất cả chúng ta đều đã cảm nghiệm được điều đó. Nó quả đẹp đẽ xiết bao! Giống như ta nhận lại được đời sống của mình, nhận được cơ may mới. Không gì đẹp đẽ bằng có được cơ may mới. Như thể đời ta lại khởi đầu trở lại.

Cũng hạnh phúc thay những ai đem lại sự sống và cơ hội mới.

Hạnh phúc thay những ai cố gắng và hy sinh để làm điều đó.

Tất cả chúng ta đều mắc sai lầm và vướng vào hiểu lầm, cả ngàn sai lầm và hiểu lầm. Thành thử, hạnh phúc thay những ai biết giúp người khác khi họ mắc sai lầm, khi họ cảm nghiệm sự hiểu lầm. Những người này là bạn bè đích thực, họ không bỏ rơi ai. Họ trong sạch trong tâm hồn, những người biết nhìn quá bên kia các sự việc nhỏ nhoi và biết vượt qua khó khăn. Trên hết, hạnh phúc thay những ai biết nhận ra điều tốt nơi người khác".

Năm Sống Đời Dâng Hiến sẽ qua, Năm Thánh Lòng Thương Xót sắp đến, tôi có thấy mình thật hạnh phúc khi Hiến Dâng trọn vẹn, khi được cảm nhận và sống lòng thương xót trong hy sinh khổ đau tận cùng không? Tôi có thoát được căn bệnh "Đoạt Lý Mà Quên Người" chưa?

Trả lời được câu hỏi này thì một ngàn ngày trong "sa mạc" đích thật là hồng ân của lòng Chúa thương xót dành cho tôi. Chúa **cho chính tôi một đường lùi**. Đường lùi đó là con đường của lòng thương xót!

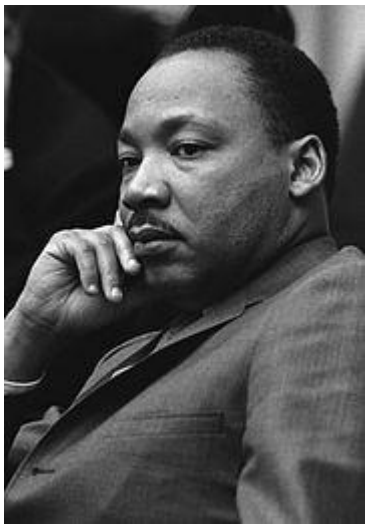
VỀ MUC LUC

MARTIN LUTHER KING VÀ NIỀM MƠ ƯỚC CỦA XÃ HỘI DÂN SỰ

Ghi nhận của Đoàn Thanh Liêm

* * *

Trong thế kỷ XX, trên thế giới có hai nhân vật nổi danh vì chủ trương tranh đấu bất bạo động – mà đều bị sát hại bởi súng đạn của kẻ cuồng tín bạo động. Hai nhân vật đó là Mahatma Gandhi (1870 – 1948) ở Ấn độ và Martin Luther King (1929 – 1968) ở Mỹ.



Cả hai người đều chỉ hoạt động trong khu vực Xã hội Dân sự (XHDS), nhưng lại đóng vai trò làm một đối trọng rất tích cực kiên quyết đối với chế độ đương quyền – và lôi cuốn được sự hưởng ứng nồng nhiệt của số đông quần chúng nhân dân. Nhờ đó mà họ đã góp phần đáng kể vào sự thắng lợi dứt khóat cho chính nghĩa độc lập dân tộc ở Ấn độ và cho dân quyền của người da màu trên đất Mỹ.

Gandhi là một luật sư suốt cuộc đời kiên trì tranh đấu - bắt đầu để bênh vực cho lớp người Ấn độ sinh sống tại Nam Phi và sau thì về lại quê hương để phát động công cuộc dành lại nền độc lập cho tòan thể dân tộc Ấn độ của mình. Ông được người dân Ấn độ kính trọng và tôn kính như là một vị thánh sống – danh hiệu do người Ấn ghép vào tên tuổi của ông là Mahatma, thì trong tiếng Hindu có nghĩa là “Thánh nhân” (Holy Man). Quả thật Gandhi có một cuộc sống rất đơn sơ đạo hạnh, nhân đức. Ông đã trở thành một biểu tượng sáng ngời cho nếp sống tâm linh tinh thần trong thời đại chúng ta. Người viết sẽ có dịp trình bày chi tiết hơn về ảnh hưởng vô cùng lớn lao trên khắp thế giới của bậc vĩ nhân thánh thiện này trong một dịp khác.

Mà trong bài viết này, tôi muốn tường thuật rõ ràng hơn về sự nghiệp tranh đấu kiên cường của vị mục sư Martin Luther King cho phẩm giá và dân quyền (civil rights) của tầng lớp người da đen vốn từng là nạn nhân khốn khổ lâu đời của tệ trạng áp bức và kỳ thị chủng tộc – đặc biệt là trong các tiểu bang thuộc miền Nam nước Mỹ. Bài này cũng được viết để kỷ niệm năm thứ 50 (1963 – 2013) – ngày mà Luther King đọc bài diễn văn lịch sử trước cuộc tập họp rất đông tới 250,000 người quy tụ trước đài tưởng niệm Tổng thống Abraham Lincoln tại thủ đô Washington DC. Bài diễn văn được gọi là “I have a dream speech” (Tôi có một giấc mơ) - do Luther King hùng hồn phát biểu trước một cử tọa sôi động hầu hết là người da màu vào ngày 28 tháng 8 năm 1963.

Để bạn đọc hiểu rõ hơn về bối cảnh xã hội của sự kiện lịch sử này, tôi xin ghi sơ lược về tình hình đen tối của người da màu tại miền Nam nước Mỹ vào thập niên 1950 – 60 cũng gần đây thôi.

I – Nạn áp bức kỳ thị chủng tộc đối với người dân da màu.

Người Mỹ da đen gốc Phi châu hiện nay là hậu duệ của những người được đưa từ những vùng tại lục địa này băng qua Đại Tây Dương đến Mỹ châu từ hồi thê kỷ XVII trở đi. Họ được coi như người nô lệ (slaves) cho các chủ nhân da trắng và phải làm việc cực nhọc vất vả trong các đồn điền nông trại (colonies). Chế độ nô lệ tàn tệ vô nhân đạo này kéo dài suốt bao nhiêu năm và đã là một nguyên nhân phát sinh ra cuộc nội chiến giữa hai phe Nam / Bắc tại Mỹ vào giữa thế kỷ XIX dưới thời Tổng thống Lincoln của Liên Bang Hoa Kỳ (civil war 1860 – 1865).

Năm 1863, giữa lúc chiến tranh Nam Bắc còn sôi nổi khốc liệt, Tổng thống Lincoln lãnh đạo phe Liên Bang (the Union) đã ban hành "Tuyên cáo Giải phóng Nô lệ" (Emancipation Proclamation). Thế nhưng, dù sau khi phe ly khai miền Nam (Confederacy) thất trận vào năm 1865, thì chế độ nô lệ vẫn còn hoành hành rất tàn bạo tại các tiểu bang thuộc khu vực này. Người da màu (colored people) bị đối xử như loại công dân hạng hai, không được sử dụng những phương tiện công cộng chung với người da trắng – như trong quán ăn, nhà vệ sinh hay trên xe bus, xe lửa v.v..., họ phải ngồi ở phía sau xe, đi lối dành riêng cho người da màu… Nhiều khi họ còn bị đánh đập vô cớ, bị miệt thị, bắt nạt về đủ mọi phương diện.

Vào cuối năm 1955, tại thành phố Montgomory tiểu bang Alabama, bà Rosa Parks, một người công nhân da màu đã nhất định ngồi vào chỗ dành riêng cho người da trắng trên xe bus. Hành động can đảm này đã khởi đầu cho một loạt những cuộc đối kháng tương tự của người da đen – và gây thành cao trào tranh đấu đòi quyền bình đẳng và công lý cho tập thể người Mỹ gốc Phi châu tại các tiểu bang miền Nam nước Mỹ. Người da trắng quá khích cũng đã phản ứng lại bằng nhiều thủ đoạn khủng bố tàn ác – nhất là do nhóm chủ trương kỳ thị cực đoan có tên là KKK (Ku Klux Klan) đã gây ra nhiều vụ đốt các nhà thờ, đốt xe, đánh đập và cả sát hại người da màu. Tệ hại hơn nữa, là các nhóm này được sự bao che và đồng lõa của cơ quan cảnh sát có nhiệm vụ bảo đảm an ninh trật tự tại địa phương.

Và chính trong bối cảnh hừng hực căng thẳng của sự đàn áp đối với người da màu như thế đó - thì người mục sư trẻ tuổi Martin Luther King đã bắt đầu dấn thân nhập cuộc với cao trào tranh đấu sôi nổi và quyết liệt cho phẩm giá và dân quyền của người cùng có màu da như mình kể từ giữa thập niên 1950 cho đến sau này. Là một mục sư thuộc hệ thống Tin Lành Baptist miền Nam (Southern Baptist), Luther King đã nhiều lần bị cảnh sát bắt giữ vì tham gia những vụ phản kháng nhằm đòi hỏi sự công bằng trong cách đối xử với người da màu – tất cả mọi hành

vi tranh đấu của ông đều áp dụng theo đường lối bất bạo động - không bao giờ ông kêu gọi phải sử dụng vũ khí bạo lực như chủ trương kích động của một số người lãnh đạo quá khích khác trong tập thể người Mỹ gốc Phi châu. Vì thế mà từ đầu thập niên 1960, lúc mới bước vào tuổi 30, Luther King đã nổi lên như một vị lãnh đạo sáng giá trong phong trào tranh đấu cho dân quyền tại nước Mỹ.

II – Cuộc tập họp kỷ niệm 100 năm ngày ban hành Tuyên cáo Giải phóng Nô lệ trước Đài Tưởng niệm Tổng thống Abraham Lincoln.

Cuộc tập họp biểu dương tinh thần đòi công lý và dân quyền quy tụ đến 250,000 người vào ngày 28 tháng 8 năm 1963 do các tổ chức tranh đấu cho sự bình đẳng của người da màu cùng hợp tác thực hiện – đã gây được một chấn động lớn trong công luận trên khắp nước Mỹ. Dịp này, Martin Luther King đã được mời để phát biểu trong một bài diễn văn lịch sử có tên là "Tôi có một giấc mơ". Bài diễn văn khá nhiều chi tiết lý thú kéo dài tới trên 30 phút, quý bạn đọc có thể truy cập trên Internet để tìm được bản nguyên văn tiếng Anh với 6 trang. Ở đây, tôi chỉ xin được trích dẫn một số đoạn thật hùng hồn cương quyết, mà lại có tinh thần xây dựng tích cực - tiêu biểu như sau :

" Không thể có sự nghỉ ngơi yên hàn tại nước Mỹ cho đến khi người da đen được cấp phát những quyền của công dân. Những cơn lốc xoáy của cuộc nổi dậy sẽ tiếp tục làm lay chuyển nền móng của quốc gia chúng ta cho đến khi xuất hiện những ngày tươi sáng của công lý"... "Chúng ta không bao giờ có thể được thỏa mãn khi mà người da đen vẫn còn là nạn nhân của những sự tàn bạo khủng khiếp của cảnh sát"...

" Tôi có một giấc mơ rằng sẽ có ngày quốc gia này sẽ trỗi dậy, sống đúng với ý nghĩa của niềm tin :" Chúng ta chủ trương những chân lý này là hiển nhiên, rằng mọi người sinh ra đều bình đẳng"... "Tôi có một giấc mơ rằng sẽ có ngày những người con của người trước kia là nô lệ và những con của người trước kia là chủ nhân nô lệ - lại có thể ngồi chung với nhau tại bàn ăn của tình huynh đệ"..."Với niềm tin như thế, chúng ta sẽ có thể cùng làm việc với nhau, cùng cầu nguyện với nhau, cùng tranh đấu với nhau, cùng đi tù với nhau, cùng đứng lên với nhau (để tranh đấu) cho tự do, với niềm tin chắc chắn rằng sẽ có ngày chúng ta được tự do"...

Cuộc tập họp vĩ đại với bài diễn văn lịch sử – ngay nơi đài Tưởng niệm Abraham Lincoln tại thủ đô Washington DC vào mùa Hè năm 1963 đó - đã gây một tiếng vang sâu rộng trên tòan thể quốc gia – kết quả là thúc đẩy chánh phủ Liên bang mau chóng đưa ra những đạo luật cụ thể hóa những quyền lợi chính đáng của khối người da màu ở Mỹ.

Nhưng khi đem áp dụng sự cải tổ đó tại các địa phương, thì lại gặp sức chống đối của những phần tử cực kỳ bảo thủ ngoan cố tại các tiểu bang ở miền Nam – các người này được gọi là “kẻ chủ trương nhất quyết duy trì sự ưu thắng của người da trắng” (white supremacist). Những người quá khích cực đoan này đã tìm mọi cách tàn bạo thâm độc để đe dọa, ngăn cản, kể cả khủng bố bằng bạo lực đối với bất kỳ ai có can đảm đứng ra bênh vực phẩm giá và quyền công dân của người đa màu. Điển hình là các tóan thiện nguyện viên gọi là “Freedom Riders” (Lữ hành vì Tự do) đi đến các khu cư dân da màu để giúp họ làm thủ tục ghi tên tuổi vào danh sách cử tri để cho họ có thể tham gia đi bàu cử. Đã có nhiều đòan viên bị sát hại và xe bị phá hủy, đốt cháy. Điều đáng ghi nhận là trong số các “Freedom Riders” này, lại có cả những thanh niên da trắng từ các tiểu bang miền Bắc là nơi đã từ lâu không hề có chế độ nô lệ.

Quả thật, đây là một cuộc đấu tranh thật là trường kỳ gian khổ – mà ngay tại một quốc gia được tiếng là văn minh như nước Mỹ - thì cũng không thể nào mà dễ dàng tự mình gỡ bỏ để vượt thóat được cái gánh nặng từ một truyền thống lịch sử đau buồn với đày dảy tình trạng vô nhân đạo “kẻ mạnh mẽ khôn khéo thì luôn luôn tìm cách bóc lột đàn áp người cô đơn yếu thế” - như đã xảy ra tại miền Nam nước này từ bao nhiêu thế kỷ trước đây.

Nhưng Martin Luther King thì vẫn kiên trì tiếp tục cuộc đấu tranh của mình đúng theo chủ trương “bất bạo động” trước kia của Mahatma Gandhi. Vì thế, mà ông đã được tặng Giải thưởng Nobel Hòa bình vào năm 1964 – lúc ông vừa mới có 35 tuổi và được coi là vị khôi nguyên trẻ tuổi nhất của Giải thưởng thật cao quý này cho đến năm ấy.

Nhưng hỡi ôi ! Vào tháng 4 năm 1968 mũi súng của kẻ sát nhân cuồng tín đã cướp đi mạng sống của nhân vật kiệt xuất này – cũng tương tự như vụ Mahatma Gandhi đã bị sát hại vào tháng Giêng năm 1948 tại Ấn độ. Không những cả nước Mỹ, mà còn cả thế giới đều đã đau buồn bị chấn động sâu sắc trước vụ thảm sát vô cùng tàn ác này.

* * Mặc dầu vậy, sự nghiệp tranh đấu bất bạo động của Gandhi, của Luther King cho chính nghĩa của Phẩm giá và Dân quyền cũng như Nhân quyền vẫn được các thế hệ hậu sinh tiếp nối. Và như ta thấy ngày nay, vào nửa thế kỷ sau bài diễn văn “I have a dream” lịch sử năm 1963 đó, thì tại nước Mỹ cuộc sống của các sắc dân thiểu số đã được cải thiện rất nhiều – đặc biệt là của người da màu. Và riêng đối với người Việt chúng ta là những người nhập cư sau này, thì rõ rệt là chúng ta cũng đã được hưởng cái thành quả của cuộc tranh đấu gian khổ trước đây của những bậc anh hùng như Martin Luther King, như Cesar Chavez.. nữa.

Và còn hơn thế nữa, lý tưởng Dân quyền và Nhân quyền đã được phổ cập tại khắp nơi trên thế giới - với hàng vạn hàng triệu những tổ chức, những nhóm nhỏ thuộc khu vực XHDS – đang năng nổ tích cực hoạt động thông qua những sáng kiến tân kỳ độc đáo nhằm đưa ra

được những giải pháp cụ thể thiết thực cho từng hòan cảnh thực tế ở mỗi địa phương – tất cả đều quy vào mục tiêu đề cao Nhân phẩm, bảo vệ Nhân quyền và thực hiện Công bằng Xã hội.

Chiều hướng nhân bản và nhân ái đó chính là sự thực hiện cái giấc mơ cao đẹp của những nhân vật lý tưởng tiêu biểu của thế kỷ XX như Mahatma Gandhi, như Martin Luther King v.v... đã để lại cho thế hệ chúng ta ngày nay đang ở vào đầu thế kỷ XXI vậy.

Westminster California, ngày 21 tháng Tám 2013

Luật sư Đoàn Thanh Liêm

VỀ MUC LUC

MẬT ONG - BỆNH QUAI BỊ - CHOLESTEROL

MẬT ONG

Hỏi

Cháu nghe bố mẹ cháu nói là mật ong chữa được nhiều bệnh lắm, không biết có đúng không. Xin bác sĩ chỉ dẫn cho cháu nhé. Cháu có cháu bé 3 tuổi hay bị ho, mẹ cháu bảo cho uống mật ong, có được không bác sĩ?

- Vân Anh

Đáp

Chào cô Vân Anh,

Câu hỏi của cô trùng hợp với một trường hợp mà một bà quen tôi nói, ho nhiều ngậm miếng cam ngâm trong mật ong là hết ngay. Tôi bèn thử thì thấy cũng có công hiệu, vì thấy đàm loãng hơn và bớt ho. Thế là tôi bèn tìm hiểu công dụng của mật ong. Và sau đây là những điều tôi thu lượm được.

Sách tham khảo The Edinburgh New Dispensatory xuất bản năm 1811 có ghi: “Từ xưa, mật ong đã được dùng như một loại thuốc rất tốt để làm long đờm, làm mềm dịu các mụn nhọt, để rửa các vết lở loét trên da”.

Tại Úc Châu và Tân Tây Lan, mật ong được phép bán như một dược phẩm để trị bệnh.

Như vậy, ta thấy mật ong đã là một môn thuốc dân gian từ lâu đời.

Mật ong đã và đang được dùng để chữa bệnh theo kinh nghiệm dân gian hoặc các nhà nghiên cứu trong những trường hợp sau.

- Mật ong bồi bổ, tăng cường sinh lực, rất tốt cho người bị bệnh đang hồi phục. Uống mật ong trước khi vận động cơ thể khiến ta không cảm thấy mệt và tập luyện lâu hơn.

- Mật ong làm bớt căng thẳng, làm thư giãn thể xác và tâm hồn.

- Trước khi đi ngủ, uống mật ong khiến giấc ngủ ngon hơn. Theo một nghiên cứu của Viện Công Nghệ Massachusetts, chất ngọt của mật làm não tiết ra nhiều serotonin mà serotonin lại làm dịu hoạt động của não, khiến ta ngủ dễ dàng.

- Mật làm sự tiêu hóa được dễ dàng nhờ chất đường dễ tiêu glucose và fructose

- Mật ong làm giảm ho vì thông đàm, rất tốt cho người bị suyễn, viêm cuống phổi, ho gà.

- Mật có phấn hoa nên đã được dùng để làm cơ thể quen dần với phấn hoa, tránh dị ứng theo mùa, nhất là vào mùa Xuân. Đấy cũng là nguyên tắc được áp dụng để làm người dị ứng với phấn hoa trở nên quen đi bằng cách tiêm một lượng rất nhỏ phấn hoa vào cơ thể.

- Mật ong rất tốt để làm bớt đau cuống họng, làm sạch răng miệng, làm mau lành lở miệng, lở mép nhờ có chất hydrogene peroxide.

- Mật ong làm mau lành các vết thương ngoài da, có tính cách khử trùng và là hàng rào tốt để cản sự xâm nhập của vi trùng vào các vết thương.

- Các nghiên cứu ở Ấn Độ cho thấy bệnh nhân bị phỏng mà được bôi bằng mật thì da mau lành hơn là chữa với thuốc trị phỏng silver sulfadiazine.

Một bác sĩ giải phẫu người Anh nổi tiếng đã bôi mật ong lên các vết thương và thấy vết thương mau lành hơn là khi bôi thuốc kháng sinh.

- Các bác sĩ nhi khoa ở Phi Châu cho hay mật ong rất công hiệu trong việc chữa bệnh tiêu chảy trẻ em do vi khuẩn Salmonella, E coli gây ra. Mật ong diệt vi sinh vật bằng cách hút hết chất lỏng trong vi khuẩn, làm chúng trở nên khô héo.

Tổ chức Y Tế Thế Giới khuyên người đi du lịch mắc bệnh tiêu chảy thì uống nhiều nước cam có pha mật ong, một chút muối và một chút baking soda đề bù lại số nước và khoáng chất mất đi.

- Nhờ có khoáng chất boron, mật ong có thể phòng ngừa bệnh loãng xương, nhất là ở nữ giới. Chất này cũng làm giảm các triệu chứng khó chịu khi có kinh nguyệt.

- Mật ong rất tốt cho da: Thoa trên da, mật ong làm da mịn, mềm hơn vì mật giữ độ ẩm cho da. Mật làm bệnh trứng cá mau lành; bôi lên tóc, mật làm tóc bóng mượt và mềm.

- Mật ong có một lượng chất chống oxy hóa tốt tương đương như sinh tố C, nên có khả năng làm chậm tiến trình lão hóa của tế bào sinh động vật, giảm nguy cơ ung thư. Mật càng đậm càng có nhiều chất chống oxy hóa.

Cơ quan Kiểm Soát Bệnh Tật Hoa Kỳ lưu ý là không nên cho trẻ em dưới một tuổi dùng mật ong vì cơ thể các em chưa đủ sức chống lại loại vi khuẩn gây bệnh trúng độc thực phẩm, đôi khi có lẫn trong mật. Cháu nhà đã 3 tuổi thì cũng dùng mật ong được.

Chắc là còn nhiều ý kiến khác nữa, nếu cô cần thêm, tôi sẽ tiếp tục tìm cho cô. Nhưng cũng xin thưa rằng, các kinh nghiệm này chưa được khoa học chứng minh bằng nghiên cứu, cho nên nếu ta có dùng thì cũng nên dè dặt. Chúc cô vui vẻ khỏe mạnh.

BỆNH QUAI BỊ

Hỏi

Tôi tên Trần văn Xê, 72 tuổi xin hỏi bác sĩ: tự nhiên bên dưới quai hàm bên phải có một cục u (gọi là bướu) dùng ngón tay cái rơ vào trong họng bóp không đau và đã hai tuần rồi. Không rõ nó có to nữa không. Ở Việt Nam gọi là bệnh quai bị có đúng không bác sĩ. Nhờ bác sĩ hướng dẫn.

Đáp

Thưa ông,
Tôi xin tóm tắt về bệnh Quai bị để ông biết thêm về bệnh này, vì người lớn cũng có thể bị bệnh chứ không chỉ ở trẻ em.

Bệnh quai bị tiếng Anh gọi là Mumps, do một loại virus gây ra.

Virus xâm nhập tuyến nước miếng ở trong miệng đặc biệt là tuyến parotid, ở dưới xương hàm, làm cho tuyến này sưng to khiến cho bệnh nhân bị nóng sốt, nhức đầu, đau miệng khi nhai nuốt, trong người mỏi mệt, biếng ăn, ớn lạnh.
Bệnh rất dễ lây lan.

Vì do virus gây ra cho nên không có thuốc đặc trị, mà chỉ hỗ trợ, uống thuốc giảm sốt giảm đau, chừng vài tuần lễ là khỏi.

Một biến chứng trầm trọng của bệnh là viêm ngọc hành, có thể gây ra vô sinh cho người nam vì sự sản xuất tinh trùng bị giảm.

Bệnh có thể chích ngừa với vaccine mumps.

Thường thường trẻ em chích ngừa chung với các bệnh ban sởi gọi là MMR mumps-measles-Rubella.

Khi đã bị bệnh thì cơ thể sẽ tạo ra tính miễn dịch với bệnh, tức là không tái mắc bệnh này.

Trường hợp của ông thì tôi có ý nghĩ như sau:

Người mình hồi xưa lúc còn bé cũng hay bị bệnh Quai bị này lắm, mà đã bị một lần là hiếm bị lại. Cho nên tôi nghĩ là ông cũng có thể bị Quai bị trước đây rồi. Cái bướu của ông có thể là một bệnh khác ở miệng chăng. Vì không thấy ông cho biết các dấu hiệu khác như nóng sốt, đau miệng…

Ông nên đến bác sĩ gia đình để khám bệnh và thử máu để tìm xem có kháng thể của bệnh Quai bị hay không. Hoặc là có thể là do một bệnh nhiễm trùng nào khác ở trong miệng mà ra.

Trong khi chờ đợi, ông nên súc miệng với nước diệt trùng hoặc nước muối và giữ gìn vệ sinh răng miệng. Chúc ông an hưởng tuổi già.

CHOLESTEROL

Hỏi

"Bác sĩ gia đình của tôi cho biết cholesterol trong máu tôi là 240. Bà bác sĩ chưa cho tôi uống thuốc hạ cholesterol và bảo tôi về ăn bớt chất béo, tập thể thao đã. Tôi ngại quá, vì mấy người bạn nói trung bình thì cholesterol là 200 thôi.

Vậy bây giờ tôi có nên uống thuốc hạ cholesterol hay không và uống thuốc gì?
- Lan Hoàng

Đáp

Thưa bà,
Cholesterol là vấn đề mà nhiều người bây giờ rất để ý và hay nói tới. Vì truyền thông, báo chí, tài liệu y học luôn luôn nhắc nhở rằng cholesterol trong máu cao thì sẽ gây ra các bệnh như tai biến não, suy tim, mập phì...

Nếu bà chỉ đo cholesterol trong máu thôi chưa đủ. Cần phải đo cả HDL cholesterol, LDL cholesterol và triglycerides. Và phải đo hai lần hoặc nhiều hơn để so sánh kết quả. Nếu kết quả hai lần đo giống nhau thì ta có thể kết luận là cholesterol cao hoặc bình thường.

Được coi như bình thường nếu cholesterol dưới 200mg/100ml. Nếu có mức độ này thì cứ năm năm ta thử lại một lần.

Hơi cao nếu cholesterol từ 200 tới 239 mg/100 ml. Trong trường hợp này, bác sĩ thường khuyên ta nên giảm tiêu thụ chất béo. Nhưng nếu ta có một vài rủi ro như có bệnh động mạch tim, gia đình có người bị bệnh tim mạch thì bác sĩ sẽ thử nghiệm thêm, khuyên nên ăn kiêng chất béo và có thể cho uống thuốc hạ cholesterol.

Nếu cholesterol lên trên 249 mg/100 ml thì phải uống thuốc hạ cholesterol.

Còn LDL thì bình thường là dưới 130 mg/100ml; hơi rủi ro nếu từ 130 tới 150 mg/100 ml; và rất nguy hiểm nếu trên 160 mg/100 ml.

HDL trên 55 mg/100 ml thì tốt. Mà dưới số này dù cholesterol bình thường thì cần phải giảm mỡ, vận động cơ thể. Nếu vẫn thấp sau một thời gian giảm mỡ và vận động thì có khi phải uống thuốc mới được.

Trường hợp của bà, tôi chắc là bác sĩ muốn bà tập thể dục và kiêng khem trước. Rồi thử lại máu. Nếu cholesterol xuống thì là điều tốt. Nếu nó vẫn cao thì tôi chắc là bác sĩ sẽ cho uống thuốc.

Bác sĩ dè dặt thế cũng phải, vì thuốc hạ cholesterol cũng có tác dụng phụ không tốt. Chỉ nên dùng khi thấy cần thiết thôi. Xin bà cứ yên tâm nghe theo lời dặn của bác sĩ nhé.

Tiện đây, xin kê khai số milligrams cholesterol trong 100 gr thực phẩm:

- Pho mát Cheddar:106 mg; Swiss: 93 mg;
- Trứng luộc: 548mg; trứng omelet 338 mg;
- Bơ mặn 220 mg; bơ nhạt 260 mg; margarine không có;
- Cua :101 mg; sò: 230mg; tôm:150 mg;
- bacon 81mg; thịt bò: 70mg;
- gà 60mg; vịt 70 mg; óc súc vật 2100mg;
- thận 375 mg; lưỡi 210 mg;
- gà tây:82 mg; kem 60 mg;
- yogurt 6mg.

Tôi thấy nếu ta giới hạn thịt bò, heo, gà mà ăn vài ba lần cá một tuần cũng như rau là tốt hơn. Vừa dễ tiêu lại tránh được cao cholesterol, mập và bệnh tim mạch.

Bác sĩ Nguyễn Ý Đức

www.bsnguyenyduc.com

Tuyển tập Videos Sống Vui Sống Khoẻ

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

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

VỀ MUC LUC

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

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

giaosivietnam@gmail.com

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

Trao đổi, chia sẻ những kinh nghiệm thực tế trong việc mục vụ của Giáo sĩ; Những tài liệu của Giáo hội hoặc của các Tác giả nhằm mục đích Thăng tiến đời sống Giáo sĩ; Cổ võ ơn gọi Linh mục; Người Giáo dân tham gia công việc "Trợ lực Giáo sĩ" bằng đời sống cầu nguyện và cộng tác trong mọi lãnh vực; Mỗi Giáo dân phải là những "Linh mục" không có chức Thánh; Đối thoại trong tinh thần Bác ái giữa Giáo dân và Giáo sĩ… (Truyền giáo hay xây pháo đài?)

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

www.conggiaovietnam.net

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

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

TM. Đặc San Giáo Sĩ Việt Nam

Lm. Luca Phạm Quốc Sử USA