

Giáo Sĩ Việt Nam

Bán nguyệt san – Số 368 – Chúa nhật 15.12.2019

Giáo sĩ: ĐƯỢC CHỌN GIỮA LOÀI NGƯỜI VÀ CHO LOÀI NGƯỜI (x. Dt 5, 1)

www.conggiaovietnam.net

giaosivietnam@gmail.com

MỤC LỤC

| | |
|--|--------------------------------------|
| VÌ ĐẤU GIOAN NGHI NGỜ GIÊSU | Lm. Anphong Nguyễn Công Minh, ofm |
| GIÁNG SINH 2019: XIN ĐỪNG QUÊN CÁC BỆNH NHÂN UNG THƯ' | BBT CGVN |
| GIỚI THIỆU SÁCH QUÝ | BBT CGVN |
| ĐỂ CÓ THỂ THAY ĐỔI TẤT CẢ... .. | Lm JB NGUYỄN MINH HÙNG |
| CHUYỆN MỖI TUẦN – CHUYỆN CỦA CÁI RÌU... .. | Lm Giuse Ngô Mạnh Điệp |
| THÁNH THẦN, HƠI THỜ SỐNG ĐỘNG CỦA GIÁO HỘI | Hồng Y L.J. Suenens |
| BẢO VỆ CHỖ HIỂM YẾU NHẤT TRONG MỖI NGƯỜI | Lm. Jos. Tuấn Việt, O.Carm |
| VẤN ĐỀ TỰ DO TÔN GIÁO ĐỐI VỚI TIN HỮU CÔNG GIÁO..... | |
| | Lm. Ngô Tôn Huấn, Doctor of Ministry |
| TÁC PHẨM KÍNH CHÀO NỮ VƯƠNG RẤT THÁNH - MẸ THIÊN CHÚA QUA LỜI CHÚA (CHƯƠNG 6) | Tiến Sĩ Trần Mỹ Duyệt chuyển ngữ |
| MỘT NĂM NGÀY TIẾN BA VỀ NƠI CUỐI TRỜI | Người Giòng Trôm |
| SINH TỐ | Bác sĩ Nguyễn Ý Đức, MD |
| HẠNH PHÚC | Chuyện phiếm của Gã Siêu |

VÌ ĐẤU GIOAN NGHI NGỜ GIÊSU

Chúa nhật 3 mùa Vọng A (Mt 11, 2-11)

Ở thành phố có nhiều vị quốc khách đến thăm, như Saigon chẳng hạn, chắc hẳn đã có người có lần thấy từng đoàn xe cảnh sát đi trước, thổi còi, dẹp đường... để xe của vị quốc khách chạy nhanh mà không cần dừng lại nơi đèn xanh đèn đỏ. Họ là những kẻ tiền hô, họ là kẻ dọn đường, họ là kẻ mở lối. Chắc hẳn họ phải biết họ mở lối, họ dọn đường, họ tiền hô cho ai. Chí ít, không biết tên thì cũng biết địa vị của người mà mình tiền hô, dọn đường.

Ấy vậy mà trong bài Tin Mừng hôm nay, kẻ dọn đường, kẻ tiền hô có tên là Gioan Tiền Hô lại hô lên rằng: *không biết đấng mình dọn đường cho có đúng là đấng phải đến hay lại phải dọn đường, tiền hô cho một đấng khác với ông Giêsu.* Câu đầu tiên của bài Tin Mừng hôm nay nói cho ta điều đó: *“Đang ngồi trong tù, Gioan nghe biết những việc Đức Kitô làm, thì sai môn đệ đến hỏi Người rằng: ‘Thầy có thật là đấng phải đến không, hay chúng tôi còn phải đợi ai khác’.”*

Đã có những giải thích để bênh vực cho Gioan, rằng Gioan Tiền Hô quá biết Giêsu là Đấng phải đến, người mà Gioan cời quai dép cho, cũng không xứng cơ mà ! (x. Ga 1, 29tt). Lại còn giới thiệu rõ ràng về Giêsu : đó là Đấng xoá bỏ tội trần gian nữa ... Vậy những giải thích bênh vực này nói: Gioan sai môn đệ tới hỏi Đức Giêsu : *Thầy có thật là đấng phải đến không, hay chúng tôi còn phải đợi ai khác,* là vì lợi ích cho các môn đệ của mình thôi, tức là những kẻ đến hỏi, cho họ tin hơn khi nghe được từ chính miệng Đức Giêsu nói ra.

Xem ra cách bênh vực cho Gioan như thế cũng hay, cũng có vẻ chính xác. Nhưng đâu có gì ngăn cản chúng ta không suy nghĩ khác. Suy nghĩ khác đó là: *chính Gioan, kẻ tiền hô, nghi ngờ thật về đấng mà mình loan báo.* Ngay cả Đức Giêsu khi được các đồ đệ của Gioan đặt câu hỏi như thế, thì nếu Đức Giêsu biết là Gioan đã biết chắc rồi, sẽ không trả lời như thế này: *Hãy về nói cho Gioan biết.* Cần gì về nói cho Gioan biết nữa! Gioan biết chắc ai là đấng phải đến rồi mà! Chỉ cần trả lời thẳng cho các môn đồ của Gioan là được rồi: *Các con không phải chờ một ai khác nữa đâu.* Vậy chính bản thân Gioan Tẩy Giả **nghi ngờ thật** về sự thật, giả của Giêsu không biết ngài có thật là đấng phải đến, hay chỉ là đấng giả đến, nghi ngờ đó là có căn cơ. Ta thử tìm hiểu xem do căn cơ nào mà Gioan nghi ngờ như thế. Hôm nay, chỉ xin nêu lên hai.

1. Căn cơ thứ nhất: Đức Giêsu có hành vi cử chỉ khác với lời Gioan loan báo.

-Gioan Tiền hô đã loan báo một Đấng Cứu Thế uy nghiêm, đến để trừng phạt nhân loại. Trong Phúc Âm tuần trước, thánh nhân đã răn đe người Do Thái : *Búa rìu đã để sẵn ở gốc cây, cây nào không sinh trái sẽ bị đốn cho vào lò lửa.* Gioan cũng nói rõ, *"Tôi, tôi làm phép rửa cho anh em trong nước, nhưng Người sẽ làm phép rửa cho anh em trong Thánh Thần và lửa. Tay Người cầm nia rê sạch lúa trong sân: thóc mấy thì thu vào kho lẫm, còn thóc lép thì bỏ vào lửa không hề tắt mà đốt đi."* (Lc 3:15-17)

Sứ điệp quả thật là dữ dội, bởi sứ điệp ấy đã gây xôn xao sợ hãi khiến dân hỏi cải ăn năn. Thế mà khi Đức Giêsu đến, Người đã hành động khác hẳn. Không oai phong, quyền lực, lại tỏ ra rất mực nhân từ : *"Người không bẻ gãy cây lau bị dập, không dập tắt tim đèn còn khói"*.

-Gioan Tiền hô loan báo sự trừng phạt: Những người biệt phái kéo đến với Gioan để “được” nghe những lời này: *“Nòi rắn độc kia, ai đã chỉ cho các ngươi cách trốn cơn thịnh nộ của Thiên Chúa sắp giáng xuống.”* Nhưng Đức Giêsu lại đến để cứu chữa, tha thứ. Đức Giêsu nói : *“Con người đến không phải để lên án, nhưng để cứu chữa”*. *“Chỉ những người bệnh mới cần đến thầy thuốc”*. Thật là trái ngược. Trách nào Gioan chẳng hoang mang, nghi ngờ.

Nhưng chính căn cơ thứ hai mới làm cho Gioan vốn chớm thấy nghi, thì ngờ thật sự, vì căn cơ này gắn chặt với chính con người Gioan Tẩy Giả.

2. Căn cơ thứ hai : Gioan đang bị giam trong tù.

Chắc chúng ta còn nhớ Gioan bị giam là do ông dám tố cáo tội loạn luân của vua Herode Antipas, vua này đã ngang nhiên lấy chị dâu là bà Herodia, vợ của Herodê Philip I, anh ruột của vua. Cưới vợ của anh ruột mình. Không phải lén lút, vụng trộm, mà là công khai, không coi ai ra gì (*).

Rõ ràng Gioan bị giam là do nàng Herodia là chính. Ta thấy rõ hơn điều đó nếu biết cái chết của Gioan là do bà quyết định (**).

Phạm tội buôn lậu, bán thuốc phiện, hay tham nhũng, làm điều ác, bị giam, là đích đáng. Gioan không phải vậy. Can gián, nên bị giam.

Bị giam do ý của vua, thì có oan cũng cứ vui lòng. Vì đó là thánh chỉ (như lời các bộ phim Trung Quốc hay trình chiếu: *hãy qui xuống tiếp thánh chỉ*). Gioan thì khác. Bị tù do thù oán của một mục đàn bà mà ông cảnh cáo tội lỗi của y thị. Như thế chẳng những oan mà ỨC ĐẾN CHẾT ĐI ĐƯỢC. Bị tù oan, tù ỨC TRONG HOÀN CẢNH ĐÓ, làm sao Gioan không nghi ngờ về người mà ông tiền hô, rằng Đấng đó sẽ đến xét xử công bằng, sẽ giải thoát những ai bị tù tội. Tù vì tội còn được tha huống là tù bị oan và nhất là tù bị ỨC NHƯ GIOAN, sao chẳng được thả.

Bị giam cầm, bị ngược đãi, bị hành hạ chắc Gioan dư sức chịu được. Nhưng nghi ngờ về người mà mình là kẻ tiền hô thì gặm nhấm, thiêu đốt tâm hồn ông. Ông e sợ mình đã lầm đường, làm người. Không nén lòng được, ông đã sai môn đệ đến hỏi thẳng Đức Giêsu : *“Ngài có phải là Đấng Cứu thế, hay chúng tôi phải chờ đợi một Đấng khác ?”* Gioan đã hình dung một đấng Kitô Cứu Thế phải thế này: uy nghiêm, xét xử, trừng trị, giải thoát... điều mà Gioan không gặp thấy nơi ông em Giêsu của mình. Vậy đâu mới là dung mạo của Đấng Cứu Thế?

3. Dung mạo Đấng Cứu Thế (Đấng Phải Đến)

Trước câu hỏi ấy của người được Gioan phái đi hỏi, Đức Giêsu không trả lời trực tiếp. Nhưng chỉ yêu cầu các sứ giả về thuật cho Gioan những việc Ngài làm : *“Cho kẻ mù xem thấy, kẻ què đi được, người cùi lành lặn, kẻ điếc được nghe, người chết sống lại, kẻ nghèo được nghe Tin Mừng”*. Với câu trả lời ấy, Đức Giêsu nhắc Gioan nhớ lại lời sấm của I-sa-i-a về Đấng Cứu Thế. Đồng thời cũng thanh luyện cái nhìn của ông về dung mạo Đấng Cứu Thế.

Chắc nhiều người đã từng câu chuyện người ăn xin mà thi hào Tagore đã kể. Kẻ ăn xin kia đang trên đường khát thực, nghe thấy tiếng chuông kêu của xa giá nhà vua đi tới, liền mừng thầm là sẽ được vua giàu có cho gì đây. Quả xa giá có dừng lại, nhà vua có bước xuống, nhưng thay vì cho người ăn mày cái gì thì lại xin người ăn xin : *người có gì cho ta không?* Người ăn xin buồn quá, mở bị gạo xin được từ sáng tới giờ, lấy đúng 1 hột cho nhà vua, rồi cất bước đi xin tiếp. Chiều về, dốc túi gạo ra, thấy lấp lánh 1 hạt vàng, chỉ 1 hạt thôi. Bấy giờ người ăn xin mới chợt hiểu và hối tiếc, phải chi ta trao cả túi gạo cho Người.

Ta đang chờ đón Chúa đến. Hãy cảnh giác. Chúa không đến trong một biển cố kinh thiên động địa. Chúa không có những pha biểu diễn ngoạn mục. Chúa không đến trong những thành công rực rỡ. Chúa không đến trong uy tín hay quyền lực. Chúa sẽ chỉ đến rất âm thầm, bé nhỏ nhưng đầm ấm tình người. Chúa sẽ đến trong một bàn tay kín đáo nâng đỡ. Chúa sẽ đến trong một ánh mắt cảm thông. Chúa sẽ đến trong một nụ cười khích lệ. Chúa sẽ đến trong một cái bắt tay thân ái. Chúa đến chỉ thoáng qua. Nơi nào có dấu hiệu của tình thương, nơi đó đang vẽ nên dung mạo của Chúa. Lạy Chúa Giêsu, xin cho con nhận ra dung mạo đích thực của Chúa, để con biết đón tiếp Chúa trong Mùa Giáng sinh năm nay. Amen.

Anphong Nguyễn Công Minh, ofm

(*) Cũng chẳng phải là chỉ mình Herode chủ động, mà chính nàng (bà) Herodia cũng muốn như thế, khi thấy chồng mình, tuy là con đầu của Herode Cả, mà chẳng được tí đất nào để cai trị, làm giàu, bèn muốn làm bà hoàng hậu, hơn là vợ hiền hậu.

(**) Con gái của bà là Salomê nhảy múa trong ngày mừng sinh nhật vua, vua vui quá hứa trong men rượu làm quà cho Salomê, con xin gì ta cũng cho, dẫu nửa nước, OK luôn. Herodia đâu cần cắt nửa nước, nàng muốn cắt lưỡi của Gioan kia, để Gioan không còn thốt nên lời tố cáo tội loạn luân của bà nữa. Còn lưỡi đâu nữa mà tố với cáo. Thế là cái đầu của Gioan bị cắt đặt trên đĩa làm quà cho Salomê để Salomê đưa ngay vào cho mẹ là Herodia, người lấy em chồng làm chồng khi chồng còn sống. Kinh Thánh ghi, khi sai thị vệ đi lấy đầu Gioan, vua Herode buồn, buồn lắm. Nhưng ta đang ở chỗ phân tích Gioan bị giam chứ chưa bị giết.

VỀ MỤC LỤC

GIÁNG SINH 2019: XIN ĐỪNG QUÊN CÁC BỆNH NHÂN UNG THƯ

Hòa Bình là kết quả của Công Lý và Tình Liên Đới

Peace As The Fruit Of Justice and Solidarity

(Is 32,17; Gc 3,18; Srs 39)

www.conggiaovietnam.net

conggiaovietnam@gmail.com



Kính thưa Quý Ân Nhân xa gần,

Nhờ sự giúp đỡ của Quý Ân Nhân mà chương trình Cơm Yêu Thương - tặng phần ăn chất lượng cho bệnh nhân ung thư - BBT CGVN chúng con đã bước sang năm thứ tư. Nay, khắp nơi trên Quê Hương Việt Nam, từ thành thị tới nông thôn, những bài thánh ca Mừng Chúa Giáng Sinh đã đang vang vọng và thấm sâu vào lòng mọi người không phân biệt tôn giáo hay quan điểm chính trị...

Bản thân một vài thành viên trong BBT CGVN chúng con cũng đang mang trong mình căn bệnh nan y này, cho nên chúng con rất chạnh lòng mỗi khi Giáng Sinh, Lễ Tết về, chúng con không thể không nhớ đến biết bao bệnh nhân ung thư, ngày đêm đang khổ sở vật vã với các cơn đau cả thể xác lẫn tâm hồn trong các bệnh viện, cùng với bao hoảng sợ lo lắng của những người thân.

Ngày 28/8/2019 vừa qua, một cộng tác viên của chúng con bị viêm gan cấp do siêu vi E, tuy không phải bệnh mãn tính nhưng lại là một loại siêu vi hiện chưa có thuốc đặc trị, cứ ngày hôm sau men gan tăng gấp đôi ngày hôm trước và được cho là có thể bị hôn mê bất cứ lúc nào. Khi nhập viện, chúng con thật sự kinh hoàng vì phải chờ đợi từ 5 giờ chiều tới 11 giờ đêm mới được "một chỗ" trong khoa chuyên điều trị gan mật. Khi đêm về, nếu các bác sĩ muốn di chuyển trong khoa thì phải hết sức cẩn thận, nếu không sẽ giẫm đạp lên cả bệnh nhân nằm la liệt ngay trong các lối đi. Tại khoa cấp cứu tổng hợp, từ bác sĩ đến điều dưỡng và cả bệnh nhân cũng như thân nhân đều sống và làm việc trong sự căng thẳng tột độ. Có ai dám tin rằng, mỗi ngày đêm tại khoa cấp cứu của bệnh viện này đã nhận khoảng 450 bệnh nhân các loại?



Tặng phần ăn trưa cho các bệnh nhân ung thư là một thách đố rất lớn cho chúng con, vì chúng con chỉ có thể làm được với sự giúp đỡ của Quý Ân Nhân, những người đang dãi bước theo Lời Chúa Giêsu: **“³⁵Vì xưa Tôi đói, anh em đã cho Tôi ăn; Tôi khát, anh em đã cho Tôi uống; Tôi là khách lạ, anh em đã đón tiếp Tôi; ³⁶Tôi mình trần, anh em đã cho Tôi mặc; Tôi đau yếu, anh em đã thăm viếng Tôi; Tôi ở tù, anh em đã đến với Tôi. ³⁷Bấy giờ những người công chính thưa rằng: “Lạy Chúa, có bao giờ chúng con thấy Chúa đói mà đã cho ăn, khát mà đã cho uống đâu? ³⁸Có bao giờ chúng con thấy Chúa là khách lạ mà tiếp rước, mình trần mà cho mặc? ³⁹Có bao giờ chúng con thấy Chúa ốm đau hay ở tù và chúng con đã đến với Chúa đâu?”. ⁴⁰Và đáp lại, Vua nói với họ rằng: “Amen Tôi bảo anh em: những gì anh em làm cho một trong các người bé mọn nhất này của Tôi, là anh em đã làm cho chính Tôi”... (Mt 25: 35-40).** Ước mong rằng qua sự giúp đỡ của Quý Ân Nhân, các bệnh nhân thập tử nhất sinh này sẽ cảm nhận được Tình Yêu Thương vô bờ của chính Thiên Chúa, ngay trong những hoàn cảnh ngặt nghèo nhất.

Nhân đây chúng con cũng xin kính báo: Chương trình Quà Tặng Tin Mừng vẫn âm thầm tiếp tục sinh hoa kết trái, chúng con vẫn duy trì việc chia sẻ Phép Lành Tòa Thánh cho những ai muốn nhận, đặc biệt vào các dịp kỷ niệm của các cá nhân, gia đình hay cộng đoàn. Riêng về cuốn Quà Tặng Tin Mừng (Phúc Âm Bỏ Túi, với bản dịch mới) chúng con đã nhận được giấy phép xuất bản của Nhà Nước và sẽ tranh thủ cho in sớm nhất có thể. Nhưng khả năng chúng con rất giới hạn, nếu in nhiều thì giá thành mới rẻ, tùy sự giúp đỡ tài chánh nhận được. Quà Tặng Tin Mừng không bán, chỉ dùng để tặng: người này cho tiền in sách đem tặng, người nhận sách lại cho tiền in thêm sách đem tặng người khác, người khác lại giúp in sách để tặng người khác nữa, cứ như thế mà nhân rộng mãi ra, và Lời Cứu Độ của Chúa càng đến được với nhiều người. Cầu xin Chúa cho sợi dây chuyền này được kết nối mãi.

Xin vui lòng tùy chọn cách nào thuận tiện nhất cho Quý Vị, để có thể hỗ trợ chúng con một tay: (xin ghi rõ tặng phần Cơm Yêu Thương hay Quà Tặng Tin Mừng)

1. Gởi qua Ngân Hàng ACB:

Chủ Tài Khoản: **NGUYỄN VĂN HẢI. Số Tài Khoản: 2144457**

Asia Commercial Bank (ACB) – SWIFT CODE: ASCBVNVX

442 NGUYEN THI MINH KHAI, Q3, HCMC, VIETNAM

2. Gởi Sr. VƯƠNG THỊ TÁM tức Sr. Marillac (nhờ chuyển cho BBT)

Phòng Tiếp Đón Thân Chủ, Tu Hội Nữ Tử Bác Ái Thánh Vinh Sơn

42 Tú Xương, Q3, TP.HCM. Phone: **(028) 3932 5134**

3. Gởi Cô Sandy Vũ (nhờ chuyển cho BBT)

4094 Mira Loma way,

San Jose CA 95111 - USA

Email: sandyvu@yahoo.com Phone: **408-420-0040**

4. Gởi Luật Sư NGUYỄN CÔNG BÌNH (nhờ chuyển cho BBT)

SanJose - Email: lsnguyencongbinh@gmail.com Phone: **408-833-8297**

Xin chú ý:

Nếu Quý Vị có nhu cầu lấy biên nhận để khai thuế, xin vui lòng liên lạc Luật Sư Bình hoặc Cô Sandy theo thông tin ngay bên trên.

Ngoài ra nếu có thể được, xin cũng nhắn tin qua email hoặc điện thoại cho Ban Biên Tập để chúng con dễ dàng theo dõi và có dịp được viết thư cảm ơn Quý Vị.

Điện Thoại của Ban Biên Tập: **0938 108 306**

Email: conggiaovietnam@gmail.com

**Cơm Yêu Thương nhân lên Tình Bác Ái
Tiếp sức người đang trong cảnh khổ đau
Xin Ôn Trên ban xuống Phép Nhiệm Mầu
An ủi những mảnh đời chưa may mắn.**

Xin chân thành cảm ơn và kính chúc Quý Vị: Mùa Vọng sốt sáng, Mùa Giáng Sinh thánh thiện, Năm Mới tràn đầy Hồng Ân Thiên Chúa. Xin thương cầu nguyện cho nhau.

Lời Tri Ân

**Có Tình Yêu: nối nhịp cầu Nhân Ái
Cơm Yêu Thương với Quà Tặng Tin Mừng
Cảm tạ Lòng Từ Thiện Quý Ân Nhân
Từ khắp chốn xa gần muôn vạn nẻo
Giáng Sinh đến trong tâm tình thấu hiểu
Kính chúc mọi người mạnh khoẻ bình an
Mong chung tay vun đắp Tấm Lòng Vàng
Hồng Ân Chúa mãi dành cho dư dật.**

BBT CGVN

VỀ MỤC LỤC

GIỚI THIỆU SÁCH QUÝ

Trọng kính Quý Đức Cha, Quý Cha và Quý Vị,

Trong niềm hân hoan dọn lòng đón mừng Chúa Giáng Sinh, Chúng con vui mừng kính báo:

Cha Micae-Phaolô Trần Minh Huy, PSS, Cố Vấn kỳ cựu của BBT CGVN chúng con, vừa hoàn thành cuốn sách rất quý:

“LINH MỤC VÀ TU SĨ SỐNG TRƯỞNG THÀNH TÌNH CẢM VÀ TÌNH DỤC TRONG BỐI CẢNH GIÁO HỘI VÀ XÃ HỘI HÔM NAY”.

Với sự nhiệt tình giúp đỡ của các Sơ Nhà Sách Đức Bà Hoà Bình, cuốn sách đã được nhanh chóng phát hành vào ngày thứ Bảy 7.12.2019 tại các nhà sách Công Giáo.

Chúng con chân thành cảm ơn Cha giáo Micae-Phaolô, các Sơ Nhà Sách Đức Bà Hoà Bình và xin được chuyển đến mọi người một vài thông tin của cuốn sách, cùng với Lời Giới Thiệu của Đức Tổng Giuse Ngô Quang Kiệt và Đức Cha Phêrô Nguyễn Văn Đệ, SDB.

Chúng con xin chân thành cảm ơn

BBT CGVN

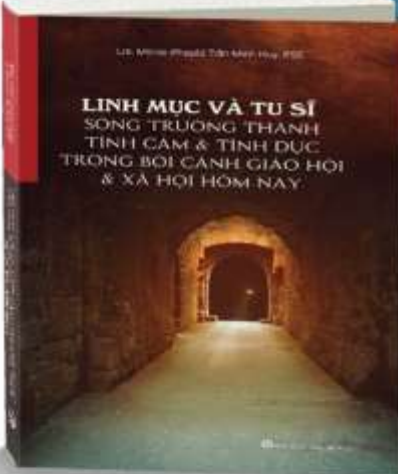
GIỚI THIỆU
sách **"LINH MỤC VÀ TU SĨ
SỐNG TRƯỞNG THÀNH TÌNH CẢM VÀ TÌNH DỤC
TRONG BỐI CẢNH GIÁO HỘI VÀ XÃ HỘI HÔM NAY"**

Kính thưa Quý Đức Cha, Quý Cha, Quý Bề trên các Hội Đồng, Quý Chủng sinh, Quý Tu sĩ, và Quý độc giả kính mến,

Trước thực trạng của cuộc khủng hoảng bề bối lạm dụng tình dục gây chấn động Giáo hội Công giáo trên toàn thế giới, Lm. Micae-Phaolô Trần Minh Huy, PSS. (cũng là tác giả cuốn: **NHÀ ĐÀO TẠO TÂM HUYẾT**, XB 2018) là người luôn thao thức và tham gia vào sứ vụ đào tạo linh mục và tu sĩ. Cuốn sách của cha như một đóng góp quý giá, nói nên thực trạng nỗi đau của Mẹ Giáo hội về nạn lạm dụng tình dục, đồng thời giúp đào tạo và tự đào tạo để trưởng thành tình cảm và tình dục trong thời đại hôm nay.

Cuốn sách được **Đức Tổng Giám mục Tổng Giáo phận Huế Giuse Nguyễn Chí Linh, Chủ tịch Hội đồng Giám mục Việt Nam** đồng **ấn Imprimatur**; **Đức Tổng Giuse Ngô Quang Kiệt, Nguyên Tổng giám mục Hà Nội** giới thiệu: *"Với quyển sách này, ngài không đi vòng ngoài nhưng đi vào tâm bão. Không né tránh nhưng trực diện với vấn đề. Không giải quyết vấn đề tạm thời ở phần ngọn đối phó, nhưng rất ráo ở tận gốc rễ đào tạo. Không lý thuyết nhưng đề ra những biện pháp triệt để"* và **Đức cha Phêrô Nguyễn Văn Đệ SDB**, Giám mục Giáo phận Thái Bình, Nguyên Chủ tịch Ủy Ban Tu Sĩ HĐGMVN thêm: *"Cuốn sách đã đáp ứng rất sớm và rất kịp thời nỗi trăn trở lo lắng của Đức Thánh Cha Phanxicô cũng như của các Đấng bậc, cách riêng của các nhà đào tạo, huấn luyện tại các chủng viện, dòng tu trên thế giới và tại Việt Nam"*.

Sách dày 414 trang, khổ 16x24 cm,
Giá bìa 98.000đồng/1 quyển
Quý đơn vị, Dòng tu,
Giáo phận nào có nhu cầu với số lượng lớn
sẽ được ưu đãi đặc biệt.



Nhà sách ĐỨC BÀ HÒA BÌNH
ĐÓNG THÁNH PHAOLÔ THIÊN BÀN
1- Công Xã Đức - Quận 1 - TP. HCM
(028) 38 250 745 - 09 38 03 71 75

(028) 38 250 745 - 09 38 03 71 75
<https://ducbahoabinhbooks-osp.com>

LỜI GIỚI THIỆU

Của Đức Tổng Giuse Ngô Quang Kiệt

Trong nhiều thập niên Giáo hội trải qua nhiều thử thách khắc nghiệt. Nạn lạm dụng tình dục như một cơn bão lớn muốn nhấn chìm con thuyền Giáo hội giữa biển đời. Đức Thánh Cha và các vị hữu trách đang vất vả ra sức chèo chống đưa thuyền Giáo hội vượt qua bão tố.

Trong tinh thần đồng cảm với Giáo hội, Cha Micae-Phaolô Trần minh Huy muốn chia sẻ ưu tư trách nhiệm và góp phần chèo chống cơn thuyền Giáo hội trong cơn sóng gió, đã ra công soạn thảo quyển “LINH MỤC VÀ TU SĨ SỐNG TRƯỞNG THÀNH TÌNH CẢM VÀ TÌNH DỤC TRONG BỐI CẢNH GIÁO HỘI VÀ XÃ HỘI HÔM NAY”.

Với quyển sách này, ngài không đi vòng ngoài nhưng đi vào tâm bão. Không né tránh nhưng trực diện với vấn đề. Không giải quyết vấn đề tạm thời ở phần ngọn đối phó, nhưng rót ở tận gốc rễ đào tạo. Không lý thuyết nhưng đề ra những biện pháp triệt để: Từ tự ý thức về bản thân đến nhận thức về môi trường xã hội hiện tại. Từ khâu tự xét mình phân định đến khâu duyệt xét tuyển chọn ơn gọi. Từ đào tạo đến tự đào tạo sao cho linh mục tu sĩ đạt đến con người trưởng thành về mọi mặt, đặc biệt về tâm lý, tình cảm và đạo đức. Từ trước khi gia nhập đời sống tu trì, đến khi được đào tạo, và cả khi đã thi hành tác vụ trong cộng đoàn. Không chỉ đưa ra những ngăn ngừa tiêu cực mà còn đề nghị những phát triển tích cực. Phát triển con người toàn diện. Phát triển sức mạnh thiêng liêng. Phát triển những mối quan hệ tốt đẹp. Phát triển tình hiệp thông trong mọi thành phần Dân Chúa. Nền tảng của mọi cuộc hiệp thông chính là hiệp thông với Chúa. Trong cầu nguyện. Trong Thánh Thể. Đặc biệt cùng Chúa Giêsu tự hiến chính mình.

Đây đúng là một tác phẩm đầy tâm huyết, nhạy bén với tình hình Giáo hội và xã hội. Một tác phẩm đáp ứng nhu cầu của nhiều tầng lớp: giáo dân cũng như giáo sĩ; ứng sinh cũng như linh mục, tu sĩ; nhà đào tạo cũng như người đang được đào tạo.

Tôi trân trọng giới thiệu và tin tưởng quyển sách sẽ đem lại nhiều lợi ích cho từng người và cho toàn thể Giáo hội.

Nho quan lễ Đức Mẹ Mân Côi 2019

+ Giuse Ngô quang Kiệt

Nguyên TGM Hà nội

Lời Giới Thiệu của

Đức Cha. Phê-rô Nguyễn Văn Đệ SDB

Cùng quý đọc giả và cách riêng các nhà đào tạo, huấn luyện, hướng dẫn, linh hướng, các cha giáo, tập sự, các bề trên Dòng, các trưởng cộng đoàn, các linh mục, tu sĩ nam nữ và chúng sinh, tu sinh, khấn sinh thân mến,

Trước những cuộc khủng hoảng trầm trọng của Giáo Hội trong năm vừa qua (2018) và hiện nay (2019) (Thượng Hội Đồng Amazon 7-10/2019) đang xảy ra nhiều nơi trên thế giới mà một số người đã không ngần ngại gọi là khủng hoảng có “hệ thống” của Giáo hội Công giáo, nghĩa là “khủng hoảng toàn bộ” với nguy cơ sụp đổ hay tận thế của Giáo Hội Công giáo.

Nhà báo Henri Tincq, trong quyển sách " ngày tận thế Vatican" (Vatican, la fin d'un monde, nxb. du Cerf), đã tiết lộ, cáo buộc về “đời sống hai mặt” của các hồng y, giám mục, Linh mục, Tu sĩ

và tội ác tình dục phạm trên trẻ con, trên các chủng sinh và cả trên các nữ tu. Thêm vào đó còn có cả cuộc khủng hoảng về quản trị, khủng hoảng về tín điều, về quyền lực v.v..... đã gây ảnh hưởng tai hại đến niềm Tin, lòng kính trọng của giáo dân đối với Giáo hội nói chung và hàng giáo phẩm, hồng y, giám mục, linh mục và tu sĩ chủng sinh nói riêng.

Đối mặt với các nguy cơ này, Tòa Thánh đã nhiều lần lên tiếng và đưa ra những hướng dẫn cụ thể qua các hội nghị, đại hội, các Thượng hội đồng, các thư mục vụ v.v. như :

- Tâm thư của ĐTC Phanxicô gửi cho toàn thể tín hữu thế giới (20/8/2018)
- Hội nghị HĐGM Pháp tại Trung tâm Thánh Mẫu Lộ Đức từ 3-8/11/2018
- Đại Hội của HĐGM Hoa Kỳ từ ngày 12-14/11/2018,
- ĐTC và các vị Chủ tịch HĐGM trên thế giới vào ngày 21-24/2/2019 về việc phòng chống lạm dụng trẻ vị thành niên và người lớn dễ bị tổn thương.

Cùng trăn trở lo lắng trước gánh nặng của Đức Thánh Cha Phanxicô và của Giáo Hội Công Giáo toàn cầu, trong đó có Giáo hội Việt Nam, Cha Micae-Phaolô Trần Minh Huy PSS đã biên soạn tập sách "**LINH MỤC VÀ TU SĨ SỐNG TRƯỞNG THÀNH TÌNH CẢM VÀ TÌNH DỤC TRONG BỐI CẢNH GIÁO HỘI VÀ XÃ HỘI HÔM NAY**".

Cuốn sách đã đáp ứng rất sớm và rất kịp thời nỗi trăn trở lo lắng của Đức Thánh Cha Phanxicô cũng như của các Đấng bậc, cách riêng của các nhà đào tạo, huấn luyện tại các chủng viện, dòng tu trên thế giới và tại Việt Nam.

Nói đến Cha Micae-Phaolô Trần Minh Huy PSS, các nhà giáo dục, đào tạo, linh hướng, chủng viện, dòng tu, không ai không tâm phục, khẩu phục Cha, một linh mục uyên bác nhưng âm thầm, lặng lẽ phục vụ, làm nhiều hơn nói. Dù tuổi cao, sức yếu, nay đã trên 80, nhưng Ngài vẫn miệt mài nhiệt thành giảng dạy, viết nhiều sách báo đào tạo, huấn luyện cho các chủng viện, dòng tu.

Cả đời Ngài hoàn toàn dành cho việc đào tạo, huấn luyện linh mục, tu sĩ cho Giáo Hội VN. Điều đáng ngưỡng mộ và khâm phục nơi Ngài đó là tâm hồn, trái tim hoàn toàn dành cho việc đào tạo, huấn luyện, giảng dạy, linh hướng cho vô số môn sinh, linh mục, tu sĩ, trong các chủng viện, dòng tu của cả nước với một con tim cống hiến không mỏi mệt, không nghỉ ngơi.

Tôi rất vui và hân hạnh giới thiệu với bạn đọc, cách riêng với các nhà đào tạo, huấn luyện, các Bề trên Chủng viện, Tu hội, Dòng tu, cộng đoàn tu sĩ, tập sách quý giá và hữu ích này :

"LINH MỤC VÀ TU SĨ SỐNG TRƯỞNG THÀNH TÌNH CẢM VÀ TÌNH DỤC TRONG BỐI CẢNH GIÁO HỘI VÀ XÃ HỘI HÔM NAY."

Cuốn sách không chỉ giúp Giáo hội và hàng Giáo phẩm biết cách đối mặt với các khủng hoảng nghiêm trọng về luân lý, đạo đức của các linh mục tu sĩ, mà còn chỉ ra những giải pháp và biện pháp tích cực để giải quyết, nhất là để phòng ngừa tận căn các nguyên nhân khủng hoảng nói trên.

Cuốn sách dày trên 414 trang, được chia thành 6 phần và mỗi phần gồm nhiều chương, được tóm lại qua 6 điểm chính yếu như sau :

I. Nạn Lạm dụng và vi phạm tình dục trong hàng giáo phẩm, linh mục và tu sĩ

- Những vấn đề nhức nhối: những đứa con của linh mục
- 17 Nguyên nhân của lạm dụng
- Các thiệt hại của lạm dụng
- Các biện pháp giải quyết tận gốc rễ

II. Những gặp gheh trái ngang về tình cảm và tình dục nơi chủng sinh, tu sĩ, linh mục qua 3 giai đoạn :

- Giai đoạn tiền chủng sinh, tu sinh tìm hiểu đời tu
- Giai đoạn chủng sinh, khấn sinh
- Giai đoạn linh mục và tu sĩ

III. Vấn đề muôn thuở: Độc thân Linh mục

- Bản chất và sứ vụ linh mục
- Độc thân và Thanh khiết tu sĩ
- Thách đố của linh mục và tu sĩ sống độc thân

IV. Trưởng thành tình cảm và tình dục của linh mục và tu sĩ.

- Thiếu trưởng thành và nhân cách của linh mục và tu sĩ
- Khủng hoảng đời sống độc thân của linh mục và tu sĩ
- Lợi dụng và lạm dụng tình dục của linh mục và tu sĩ

V. Nguyên nhân và lý do thành công và thất bại của linh mục và tu sĩ

- Lý tưởng của linh mục và tu sĩ
- Nguy cơ và dự phòng
- Hạnh phúc vui sống ơn gọi linh mục tu sĩ

VI. Hiệp thông - yếu tố thành công

- Hiệp thông với Chúa
- Hiệp thông với Phẩm trật Giáo Hội
- Hiệp thông với Anh em

Lời kết của tập sách kêu gọi mọi người hãy cầu nguyện nhiều cho các linh mục, tu sĩ, chủng sinh và phó dâng tất cả cho Thánh Tâm Chúa và Trái tim vẹn sạch Mẹ Maria, được coi như vũ khí duy nhất để giúp Giáo hội chiến thắng, vượt qua mọi khủng hoảng, quyền lực của tử thần như Chúa đã nói với Thánh Phêrô: “Thầy bảo cho anh biết: anh là Phêrô, nghĩa là Tảng Đá, trên Tảng Đá này, Thầy sẽ xây Hội Thánh của Thầy, và quyền lực tử thần sẽ không thắng nổi” (Mt 16,18).

Thay lời cho đọc giả và các nhà đào tạo, huấn luyện, các linh mục, tu sĩ, chủng sinh, tu sinh của các chủng viện, dòng tu, xin chân thành cảm ơn Cha Micae-Phaolô Trần Minh Huy PSS, và cầu nguyện, cầu chúc Cha luôn được tràn đầy ơn Chúa Thánh Thần, được nhiều niềm vui khi thấy các linh mục tu sĩ, chủng sinh, trở nhiều bông hoa huệ xinh đẹp nhờ thực hành các lời khuyên dạy của Cha trong tập sách: "**LINH MỤC VÀ TU SĨ SỐNG TRƯỞNG THÀNH TÌNH CẢM VÀ TÌNH DỤC TRONG BỐI CẢNH GIÁO HỘI VÀ XÃ HỘI HÔM NAY**".

Thái Bình 13/10/2019

Đc. Phê-rô Nguyễn Văn Đệ SDB

Giám mục Giáo phận Thái Bình.

Ban Biên Tập CGVN

VỀ MỤC LỤC

ĐỂ CÓ THỂ THAY ĐỔI TẤT CẢ...

ĐỂ THAY ĐỔI TẤT CẢ, HÃY BẮT ĐẦU BẰNG MỘT THAY ĐỔI...

Chúng ta thường than thở về điều này, điều kia và cho rằng quá khó để một mình có thể hoàn thành hay càng đáng.

Ai đó nói: Thà đốt lên một ngọn nến còn hơn ngồi nguyên rửa bóng đêm.

Đúng là cá nhân sẽ khó thay đổi một tác động to tát, khó làm rung chuyển một nếp nghĩ, nếp sống nào, khó làm lung lay quyết định của đồng loại.

Nhưng “khó” không có nghĩa là không thể. Để có thể thay đổi tất cả, hãy bắt đầu bằng một thay đổi: THAY ĐỔI CHÍNH BẢN THÂN.

Khi còn trẻ, bản thân đầy tràn sức sống, đầy nhiệt huyết, tôi muốn thay đổi thế giới. Nhưng chẳng lâu sau, tôi nhận ra thay đổi thế giới là điều khó khăn.

Tôi bắt đầu nghĩ đến thay đổi đất nước. Và rồi tôi lại thấy thay đổi đất nước vẫn là việc vượt quá tầm tay.

Giai đoạn cuối tuổi trẻ, tôi nghĩ, mình sẽ thay đổi quê hương, nơi mình sống. Nhưng chưa bao giờ tôi làm được chấn hưng nào cho quê hương.

Tuổi đời càng ngày càng qua đi. Rất nhanh, tôi đã trung niên. Tôi luống cuống, buồn, lo vì không còn trẻ, khỏe, vậy mà bản thân vẫn loay hoay với hai tiếng thay đổi, mà chưa bao giờ có thể làm gì cho ước mơ "thay đổi" của mình.

Tôi quay nhìn gia đình. Bằng tất cả tâm huyết và nỗ lực, tôi tin, chính gia đình mà tôi yêu quý sẽ là môi trường vừa trưởng thành trong nhận thức, vừa trưởng thành trong ơn gọi. Nhưng tôi chuốc lấy thất bại. Tới bây giờ, tôi chưa thể thay đổi ai, thay đổi gì, hoàn cảnh nào...

Tôi muốn thay đổi người bạn thân bên cạnh. Chẳng mấy chốc tôi tự thấy hổ thẹn, vì khám phá ra, bản thân đầy bất toàn, kém cỏi.

Tôi nhận thấy, ước mơ "thay đổi" ấy nguy hiểm. Tôi là ai mà dám nghĩ mình có thể thay đổi người xung quanh? Tôi đang biến mình thành kẻ kiêu ngạo!

Giờ đây, thật quá trễ tràng, khi đã thật sự vào tuổi già, tôi nhận ra, điều duy nhất tôi có thể làm được, chính là THAY ĐỔI BẢN THÂN.

Tôi xác tín, nếu cố gắng biến đổi mình từ lúc trẻ, tôi đã có thể làm thay đổi bạn bè, gia đình, gây ảnh hưởng đẹp nơi quê hương và tổ quốc... **TRƯỚC KHI CÓ THỂ THAY ĐỔI TẤT CẢ, TÔI CẦN BẮT ĐẦU BẰNG MỘT THAY ĐỔI, ĐÓ LÀ THAY ĐỔI CHÍNH TÔI!**

Tự biến đổi, dẫu khó, không ai có quyền cho rằng, mình không làm được. Ai cho rằng, mình không thể tự thay đổi là cố chấp trong tình trạng cũ kỹ, có khi tội lỗi. Nếu cố chấp, ta là kẻ tự mình tách khỏi Thiên Chúa, từ chối ơn Chúa.

Thông thường, chúng ta hay đổ lỗi cho số đông để không làm gì nên tốt hơn, ngay cả khi cần phải vượt qua tình trạng sống nửa vời của bản thân.

Chẳng hạn, sống giữa những kẻ tham lam, hối lộ, lưu manh..., thay vì phải vươn lên cho lòng mình thanh thoát, ta lại ngã nhào vào đám đông ấy, để chước cám dỗ lôi kéo mình.

Còn các Kitô hữu, lắm khi miệng thì nói mình có đức tin, còn biểu hiện của hành vi, lối suy nghĩ lại đi xa đức tin, nhưng vẫn cho rằng nhiều người cũng sống như tôi, vì thế “ai sao tôi vậy”, không hề nuôi một chút ý thức biến đổi nào.

Nếu không chiến đấu với bản thân, ngược lại còn để cho loại suy nghĩ “ai sao tôi vậy” len lỏi vào đời sống đức tin, đó là một mối nguy khó lường. Như thế là tự mình giết chết đức tin của mình.

Ta không bao giờ được phép cho rằng, mình là người Công giáo, là người của Thiên Chúa, mà không cần cố gắng. Vì không ai tự hào mình có đức tin, nhưng trong thực tế không sống đức tin, lại có thể đạt lý tưởng ơn phần rồi.

Thánh Gioan Tẩy giả khẳng định điều đó, khi dùng những lời rất cứng rắn, đến nỗi như một lời răn đe mạnh:

*“Hỡi nòi rắn độc, ai bảo các người trốn lánh cơn thịnh nộ hồng đố xuống trên đầu các người. Hãy làm việc lành cho xứng với lòng thống hối; **chớ tự phụ nghĩ rằng: tổ tiên chúng ta là Abraham. Vì ta bảo cho các người hay: Thiên Chúa quyền năng có thể khiến những hòn đá trở nên con cái Abraham. Đây cái rìu đã để sẵn dưới gốc cây. Cây nào không sinh trái tốt, sẽ phải chặt đi và bỏ vào lửa...**” (Mt 3, 7-10).*

Có nhiều con đường. Nhưng đường quan trọng là đường dẫn đến cõi lòng.

Con đường không chăm sóc sẽ sinh bụi cây, bờ cỏ, rác rưởi..., cản mắt lối.

Cũng vậy, đường vào tâm hồn phải là con đường quang đãng, sạch sẽ. Phải ra sức canh giữ để đường vào tâm hồn không đánh mất nét đẹp ấy.

Đường vào tâm hồn là con đường đưa Chúa đến cõi hồn.

Để Chúa có thể ngự đến, ta hãy biến đổi bằng cách bạt phẳng núi đồi của tự kiêu, tự mãn; lấp những mấp mô, hay hố sâu ngăn cách tình yêu, lòng tha thứ.

Ăn năn thống hối là dọn lòng. Hãy ăn năn thống hối vì Chúa đã gần đến. Nếu không, sẽ rơi vào nguy hiểm. Bởi *“Cái rìu đã để sẵn dưới gốc cây. Cây nào không sinh trái tốt sẽ phải chặt đi và bỏ vào lửa”*.

Lm JB NGUYỄN MINH HÙNG

[VỀ MỤC LỤC](#)



Cái RÌU ấy – ông Gioan Tiền Hô nói đến khi người người lớp lớp đến với ông...để chịu phép rửa – hành vi biểu tượng của sám hối và thanh sạch...Người đi – ta cũng đi...và nhiều người trong Nhóm Biệt Phái, Nhóm Xa-đốc đã đến với Gioan Tiền Hô...Ông lấy hình ảnh của “**cái RÌU đặt sát gốc cây**”...để cảnh cáo họ...Lý do đơn giản : họ đến như mọi người nhưng không có được cái “**TÂM**” như mọi người...

Khi nói đến hình ảnh “cái RÌU đã đặt sát gốc cây”, Gioan Tiền Hô cho thấy sứ vụ của ông: đây là “*làm cho cái cây phải đơm bông , sinh trái*”...chứ không thể cứ để cho nói tự do, thoải mái rậm rà rậm rịt những lá và lá – nơi trú ẩn an toàn của rắn rít hay chuột bọ...

Mới đây người viết được đọc vài ba trang về “bí mật thứ III” của Fatima...Có vẻ như chuyện chiến tranh thế giới hay những vấn đề liên quan đến thế giới không được đề cập đến, nhưng hai vấn đề được nói tới : đây là **cuộc khủng hoảng đức tin trong Giáo Hội** và **việc xao lãng mục vụ**...Và hai vấn đề này...thì đang là chuyện của “**hôm nay**” cách gay gắt và vô cùng nghiêm trọng, bởi vì nền văn hóa của hưởng thụ, thu gom, ích kỷ “lên ngôi” nơi mọi tầng lớp con người, trong mọi ngõ ngách của cuộc sống...làm cho Lời Tin Mừng không được những người có trách nhiệm chăm chút và chuyện cơm-áo-gạo-tiền cùng với những nhu cầu mới của công cuộc phát triển về mọi mặt làm cho con người ảo tưởng về quyền lực của mình chiếm hết thời gian và không gian sống, không còn dành cho con người chút khoảng trống nào đủ để có thể ngược mắt nhìn lên chiêm ngưỡng màu xanh của trời cao...

Đây là lý do tại sao người viết nói đến chuyện “**cái RÌU đặt sát gốc cây**” ở tuần thứ II / Vọng / A này – một cái RÌU mà vết chặt ngọt lịm, nhưng khi đầu đã vào đấy...thì vết cắt mới nhức nhối, đau buốt – điều này người viết nghiệm được khi nghe những câu chuyện tai nạn trong thời gian ba tuần nằm bệnh viện : hầu hết chỉ thấy đau...khi đã vào trong bệnh viện !!!

Thế nhưng cũng có câu chuyện “cái RÌU cát tường”...

Chuyện là như thế này : có một anh chàng tiểu phu sở hữu một cái RÌU vừa tay sắc và bén...Anh ta dùng cái RÌU ấy đốn cây, dựng nhà...rồi đóng cửa đi xa có việc...Ở nhà bất cẩn sao đó mà lửa bếp bốc cháy, bà con chạy đến “cứu hỏa” nhưng không kịp, tất cả thành tro...



Anh ta trở về, nhìn thấy cảnh tượng, vội vội vàng vàng chạy vào đồng tro tàn lụi... Bà con nghĩ là anh ta đang bối tìm một báu vật gì đó, nhưng cuối cùng thì anh ta reo lên : “**Đây rồi!**”...và ôm ra một lưởi rìu...Anh ta hớn hờ : “**Còn RÌU**” là còn **NHÀ**.”... “**Lời Thiên Chúa là lời sống động, hữu hiệu và sắc bén hơn cả gươm hai lưởi : xuyên thấu chỗ phân cách tâm với linh, cốt với tủy – lời đó phê phán tâm tình cũng như tư tưởng của lòng người**” (Dt 4 , 12)...Để cho Lời Thiên Chúa hoạt động, những người tin sẽ được ở trong **NHÀ**...

Lại có chuyện về ba lưởi RÌU...Có anh chàng tiểu phu siêng năng, cần cù...Anh ta có một lưởi RÌU sắc và bén...Ngày kia đốn cây bên cạnh một giòng suối...và lưởi RÌU của anh vắng xuống suối...Giòng suối nước chảy phăng phăng, anh không thể nào xuống lặn tìm lại cây Rìu của mình...

Ôm đầu rầu rĩ...Một ông lão bạc phơ mái đầu đặt tay trên vai anh...Anh kể lại sự việc...và ông lão phóng xuống giòng suối... Lặn rồi hụp, ông ngoi lên đưa cao một lưởi RÌU bằng bạc...Anh tiểu phu lắc đầu quày quật : “**Không phải lưởi RÌU của con...**” Ông lão lại ngụp lặn tìm kiếm...và đưa lên một lưởi RÌU bằng vàng...Anh chàng tiểu phu vẫn lắc đầu : “**Không phải lưởi RÌU của con...**” Ông lão tiếp tục xủi bọt nước dưới suối...để rồi cuối cùng đưa lên một lưởi RÌU bằng sắt...Anh chàng tiểu phu sáng mắt : “**Lưởi RÌU của con đấy!**”

Ông lão cười ha hả : “**Bởi vì con không ham của, không ham bạc hay vàng...mà chỉ nhận cái gì là của mình...nên Ta tặng con luôn cả hai lưởi RÌU bạc và vàng...**” - **Chuyện Cổ**.

“Cũng vậy, Cha của anh em, Đấng ngự trên trời, không muốn cho một ai trong những kẻ bé mọn này phải hư mất” (Mt 18 , 14)

Lm Giuse Ngô Mạnh Điệp

VỀ MỤC LỤC

THÁNH THẦN, HƠI THỞ SỐNG ĐỘNG CỦA GIÁO HỘI

LTS. "Thánh Thần, Hơi thở sống động của Giáo Hội" của ĐHY Suenens được dịch ra Việt ngữ gồm 3 cuốn. BBT sẵn lòng gởi cho ai muốn nhận một lần trọn bộ qua email để tham khảo. Xin chân thành cảm ơn.

Hồng Y L.J. Suenens

**THÁNH THẦN,
HƠI THỞ SỐNG ĐỘNG**

CỦA GIÁO HỘI

Quyển một

Nguyễn Đăng Trúc và Nguyễn Chính Kết
chuyển dịch ra Việt ngữ

Éditions de l'Association FIAT
Định Hướng Tùng Thư
2003

*Lạy Chúa Thánh Thần,
xin Ngài canh tân những kỳ công của Ngài
trong cuộc sống hôm nay của chúng con,
như một Ngày Hiện Xuống Mới.*

Gioan XXIII

*Nhu cầu khẩn thiết nhất của Giáo Hội
luôn luôn là sống Ngày Hiện Xuống*

Phaolô VI

Hồng Y L.J. Suenens

(16 tháng bảy 1904 – 06 tháng năm 1996)

L'Esprit-Saint, souffle vital de L'Église

Xuất bản lần đầu vào tháng 07 năm 1974
do Nhà xb **Desclée de Brouwer**

Hiệp Hội FIAT tái bản ngày lễ Hiện Xuống 2001

Định Hướng Tùng Thư xuất bản lần đầu năm 2003 bằng Việt ngữ

với giấy phép của Hiệp Hội Fiat

ISBN 2-912554-31-4

© Éditions de l'Association FIAT
Kardinaal Sterckxlaan, 29
B- 1860 Oppem-Meise **Belgique**

© Định Hướng Tùng Thư
Cộng Đoàn Đức Mẹ La Vang

LỜI TỰA

Đức Hồng Y L. J. Suenens từ biệt chúng ta về với Chúa đã được 5 năm*. Suốt những năm dài trong cuộc đời giám mục, Ngài đã phục vụ Thầy Chí Thánh của mình với lòng nhiệt thành tông đồ, ngay cả những ngày tháng cuối đời của tuổi thọ quá cừu tuần. Lúc nào ngài cũng miệt mài phục vụ thiện ích Giáo Hội cho đến tận ngày vào bệnh viện. Bấy giờ ngài có ngỏ lời với một nữ tu: «*Tôi đến đây để thực hiện cuộc vượt qua vĩ đại của đời tôi*». Ngày hôm sau ngài phó trút linh hồn trong tay Chúa Cha. Cũng như Đức Kitô, ngài có thể thực sự nói rằng: «*Mọi sự đã hoàn tất*».

Quả thực, nhìn vào đời sống linh mục và giám mục tốt lành của Hồng Y Suenens, người ta vẫn còn sửng sốt về những gì ngài đã làm để phục vụ Giáo Hội mà ngài hết lòng yêu mến. Ngài đã chọn khẩu hiệu «*In Spiritu Sancto*» (trong Thánh Thần) cho đời giám mục của mình. Và Thánh Thần đã thiết thực hướng dẫn ngài trên con đường đầy những «*bất ngờ của Thiên Chúa*». Ngài vẫn luôn nói đến sự kiện kỳ diệu này cho những ai muốn hỏi ngài về những biến cố quan trọng trong cuộc đời hoạt động tông đồ của mình.

Hồng Y Suenens đã dành phần lớn cuộc đời, trí tuệ và tình yêu để phục vụ công cuộc canh tân đoàn sủng. Nếu chỉ nhìn về bề ngoài nơi khuôn mặt ngài, chỉ nghe giọng nói hơi đơn điệu hoặc chỉ biết được lối sống hơi khắc khổ của ngài, không ai nghĩ rằng Đức Hồng Y Suenens sau này sẽ trở thành vị «*Hồng Y Bảo Trợ*» cho phong trào đoàn sủng và những sinh hoạt hăng say của phong trào ấy. Các cuộc hội Canh Tân linh hoạt từng bừng bao nhiêu, thì gương mặt của ngài như bình thần bất động bấy nhiêu khi ngài lên tiếng, trừ những chớp sáng nơi cái nhìn của ngài.

Hồng Y Suenens hiểu rất rõ tầm quan trọng của trào lưu Canh Tân đối với Giáo Hội, ngài hiểu những thiện ích phát sinh từ đó cũng như những lệch đường nguy hiểm có thể xảy ra. Ngài cũng hiểu tầm quan trọng của việc phán đoán phân biệt trong Giáo Hội. Đức Phaolô VI cũng hiểu điều ấy nên đã trao ngài phận vụ dẫn dắt trào lưu vốn tế nhị này, qua quyết định công bố ngay tại vương cung thánh đường Thánh-Phêrô ở Rôma.

Vị Hồng Y giờ đã im tiếng. Số phận con người là thế. Nhưng «*Defunctus adhuc loquitur*» – «*người chết vẫn tiếp tục nói với chúng ta*» (Dt 11,4) thông qua các tác phẩm của Ngài. Vì thế, chúng tôi thật vui mừng khi có được những số lớn tác phẩm của Hồng Y Suenens tái xuất bản trong loạt *Các tài liệu ở Malines* và ở các nơi khác. Tất cả những tác phẩm này đều nằm trong chiều hướng giúp “suy nghĩ phân biệt”, rất hữu ích và thích đáng. Một số tác phẩm này cho thấy lúc bấy giờ Hồng Y Suenens thực sự can đảm khi cho phổ biến. Nhưng chính lúc này đây, chúng ta có thể kiểm chứng chắc chắn được rằng «*Vị Hồng Y Bảo Trợ*» này đúng thật là một nhà hướng dẫn bảo đảm an toàn, biết đặt những cột mốc dọc đường Canh Tân vào lúc chưa có tấm bản đồ chỉ đường dẫn lối.

Xin cảm ơn Đức Hồng Y đáng kính vẫn đang nói với chúng con kể cả sau khi về với Chúa Cha. Xin cảm ơn những ai đưa ra sáng kiến và những ai thực hiện công việc tái bản này.

Hồng Y Godfried Danneels

Tổng Giám Mục Malines-Bruxelles

* *Lời Tựa viết năm 2001*

LỜI GIỚI THIỆU **Của Đức Cha MAI THANH LƯƠNG**

Lúc Phong Trào Canh Tân Đặc Sủng vừa chớm nở, Đức Hồng Y L.J.Suenens đã được tặng cho danh xưng là tổ phụ của phong trào. Danh từ “patriarch” diễn tả phần nào cách trung thực nơi Ngài về lòng mộ mến và hăng say hoạt động cho phong trào.

Hàng năm trong thập niên bảy mươi, Ngài thường chủ tọa các buổi Đại Hội tại Đại Học Notre Dame thường thu hút mỗi lần trên 100 ngàn tham dự viên.

Cuốn sách *Thánh Linh, Hơi Thở Sống Động Của Giáo Hội* là bảo chứng về lòng sùng kính Thánh Linh của Ngài, và đồng thời đề cao vai trò Ngài đã liên kết cách mật thiết Công Đồng Vaticanô II với Phong Trào Canh Tân Đặc Sủng. Đúng như lời Đức Thánh Giáo Hoàng Gioan XXIII, khi hiệu triệu các Giám Mục và Giáo Phụ về tham dự Công Đồng, đã chính thức công bố: “Đây là Lễ Hiện Xuống Mới của Giáo Hội”. Bước sang thiên niên kỷ mới này Đức Giáo Hoàng Gioan Phaolô II cũng loan báo khắp nơi: “Chúng ta bước sang thiên kỷ của Chúa Thánh Thần.”

Đứng trước những thách đố của thời đại, chỉ có cậy trông vào Chúa Thánh Linh – Đấng Thánh Hóa và Ban Sức Sống, Giáo Hội mới có thể vươn lên và bảo tồn được đời sống quá mong manh này.

Đức Cha Mai Thanh Lương
Giám Mục Phụ Tá Giáo Phận Orange

California – Hoa Kỳ
Ngày 14 tháng 7 năm 2003

LỜI GIỚI THIỆU **Của Cơ Sở Hy Vọng**

Chúa Giêsu nói trong Tin Mừng Thánh Gioan: *“Thầy còn nhiều điều phải nói với các con, nhưng bây giờ các con chưa thể lãnh hội được. Khi Thánh Thần Sự Thật đến, Ngài sẽ dẫn đưa các con đến chân lý toàn vẹn”*. Lời Chúa Giêsu nói lên tầm quan trọng của những mạc khải do Chúa Thánh Linh trong thời đại hôm nay.

Trong thiên niên kỷ trước, hình như có khuynh hướng cho rằng tất cả những mạc khải về Tình Yêu Thiên Chúa và ơn cứu độ của Ngài đã hoàn tất, ta chỉ cần nhìn về quá khứ như nhà khảo cổ tìm tòi và chiêm ngưỡng những kho tàng được khám phá. Quả thật mạc khải chính thức trong Giáo Hội đã chấm dứt với sách Khải Huyền. Nhưng Chúa Thánh Thần, Đấng linh hoạt và tự do như cơn gió, vẫn không ngừng tác động và soi sáng trong tâm hồn người tín hữu, như lời hứa của Chúa Giêsu. Ngay cả Lễ Hiện Xuống, khi Chúa Thánh Thần đến như làn gió mạnh và như ngọn lửa từ trời, cũng dường như được coi là một sự kiện đã đi vào quá khứ. Và những ân huệ lạ lùng của Chúa Thánh Linh thời Giáo Hội sơ khai cũng được coi như chỉ còn là một thời vang bóng.

Thiên niên kỷ mới, với những biến cố lay chuyển Giáo Hội và rung động địa cầu, đã bắt buộc người tín hữu phải đặt vấn đề quyết liệt về niềm tin của mình, đồng thời phải lựa chọn một cái nhìn về những dấu chỉ thời đại. Một cái nhìn hoang hốt và phiến diện có thể làm ta bị quan và mất tin tưởng nơi Thiên Chúa và Giáo Hội của Ngài: các dòng tu sa sút, chủng viện phải đóng cửa, gương mù về tình dục của một số giáo sĩ tại Hoa Kỳ, giáo dân bỏ tham dự các bí tích Những biến động về mặt xã hội cũng làm ta lo âu và thấy cuộc sống của mình bất an ngay tự nền tảng, cho dù tại một quốc gia tân tiến và hùng mạnh nhất địa cầu.

Nhưng nếu nhìn những dấu chỉ thời đại dưới ánh sáng đức tin, vững lòng trông cậy vào Tình Thương Thiên Chúa và vào lời hứa của Chúa Cứu Thế, ta có thể cảm nhận được làn gió

rung chuyển của một Ngày Hiện Xuống Mới. Và ngọn lửa của Chúa Thánh Thần, Đấng có sức thiêu đốt tâm hồn và đổ tràn niềm vui mừng và hy vọng, bùng cháy trong tâm hồn ta. Chúa Thánh Thần vẫn đang hoạt động mạnh mẽ để canh tân Giáo Hội và đổi thay mặt địa cầu. Ngài vẫn tiếp tục, và ngày càng mạnh mẽ, soi sáng tâm hồn các tín hữu và mạc khải những kho tàng kỳ diệu, phong phú khôn lường của Tình Thương Chúa. Lời hứa ngày xưa của Chúa Giêsu vẫn còn đang hiện thực hôm nay: nơi đâu có hai ba người họp lại vì danh Thầy, sẽ có Thầy ở giữa.

Tác phẩm *“Thánh Thần, hơi thở sống động của Giáo Hội”* của Đức Hồng Y L.J.Suenens chính là một kim chỉ nam hiếm quý giúp ta nhận ra sức mạnh vô cùng phong phú của Thánh Thần vẫn luôn tuôn tràn trong Hội Thánh suốt chiều dài lịch sử ơn cứu độ. Đức Hồng Y Suenens quả thực là vị Hồng Y của Thánh Thần. Khi được tấn phong Giám Mục, Ngài chọn khẩu hiệu *“Trong Chúa Thánh Thần”*. Bản thân Ngài đã có cảm nghiệm về các đặc ân của Chúa Thánh Linh. Chính từ cảm nghiệm nội tâm sâu xa và tâm tình khiêm tốn, Đức Hồng Y đã chuyển đạt cho người đọc ngọn lửa sốt sắng mà Ngài đã lãnh nhận. Tác phẩm của Ngài phối hợp tuyệt vời sự nhiệt thành sốt sắng do những ân huệ lạ lùng của Chúa Thánh Linh và sự hướng dẫn vững chắc trên căn bản thần học chính thống của Giáo Hội. Lòng yêu mến và trung thành với Giáo Hội của Đức Hồng Y được biểu lộ rõ ràng qua toàn bộ tác phẩm. Chính Đức Hồng Y là một trong những vị lãnh đạo trụ cột của Giáo Hội: Tổng Giám Mục Giáo Phận Malines-Bruxelles, trách nhiệm chuẩn bị và điều hành Công Đồng Vatican II. Ngài hằng say phục vụ Chúa Giêsu và Giáo Hội cho đến những năm tháng cuối cùng của tuổi thọ quá cửu tuần.

Sau ba thập niên được ấn hành và tái bản, tác phẩm của Đức Hồng Y vẫn mang đầy tính mới lạ và tiên tri. Từ chương đầu *“Thánh Thần, hơi thở sống động của Giáo Hội”* đến chương cuối *“Thánh Thần, niềm hy vọng của tôi”* người đọc luôn được hướng dẫn đến những chân trời đầy hứng khởi. Trong tác phẩm, bản chất và vai trò của Giáo Hội, tương quan giữa định chế và đặc sủng, tín hữu và chủ chăn, vai trò các ngôn sứ ... được trình bày thật tuyệt vời. Những chương nói về Chúa Thánh Thần và Bí Tích Thánh Thể, Chúa Thánh Thần và Mẹ Maria giúp ta tham gia phụng vụ với một tâm tình mới. Việc sùng kính Mẹ Maria cũng mang một chiều kích thần học sâu xa và mới mẻ. Nổi bật trong tác phẩm là những chương nói về chứng nghiệm tôn giáo và tác động của Thánh Linh. Tác giả so sánh chứng nghiệm về Thiên Chúa với hình ảnh một lữ khách trong đêm đông giá lạnh tình cờ gặp được căn nhà rực rỡ đèn sáng có ánh lửa sưởi ấm áp bập bùng. Nhưng lữ khách chỉ có thể được sưởi ấm khi mở cửa bước vào trong nhà. Bao lâu chỉ đứng ngoài nhìn vào, khách vẫn bị toàn thân lạnh giá. Lữ khách đó là hình ảnh chúng ta, những Kitô hữu đang đi tìm Thiên Chúa trong đêm tối của đức tin.

Các đặc ân Thánh Linh được phân tách rất tinh vi qua cái nhìn mới lạ và sâu xa của tác giả. Xuyên qua tác phẩm ta mới chợt nhận ra những ơn huệ lạ lùng của Chúa Thánh Thần thời Giáo Hội sơ khai vẫn đang hiện diện phong phú giữa lòng Hội Thánh Chúa hôm nay. Nhưng tác phẩm không ngừng tại đó mà còn mở ra những chân trời bao la về tác động của Chúa Thánh Thần giữa Cộng Đoàn Dân Chúa trong tương lai. Thánh Thần hướng dẫn và là sức liên kết từng cộng đoàn Kitô hữu. Thánh Thần như điểm tâm linh hội tụ của hy vọng đại kết các giáo hội tin vào Chúa Kitô. Chúa Thánh Linh thôi thúc người Kitô hữu hiện diện giữa thế gian như môn đệ Chúa Giêsu: vừa ở với, vừa đối lập, vừa siêu việt khỏi thế gian để mang ơn cứu độ cho thế gian.

Chúng tôi hy vọng và tin tưởng việc phổ biến rộng rãi tác phẩm *“Thánh Thần, hơi thở sống động của Giáo Hội”* sẽ giúp nhiều người nhận ra ơn gọi Kitô hữu đích thực và trở thành những khí cụ sống động của Chúa Thánh Thần, Đấng đang tác động như một cơn gió mạnh để đổi mới mặt địa cầu.

Chúng tôi chân thành cảm ơn Định Hướng Tùng Thư đã cho phép Cơ Sở Hy Vọng tái bản tác phẩm quý giá này do quý vị giáo sư Nguyễn Đăng Trúc và Nguyễn Chính Kết dày công chuyển ngữ.

Xin cảm ơn sự bảo trợ của Phong Trào Canh Tân Đặc Sủng* tại Orange County, một Phong Trào đang hoạt động rất mạnh mẽ phục vụ Thiên Chúa và Giáo Hội.

Chúng tôi kính dâng cuốn sách này cho sự quan phòng của Chúa Thánh Linh.

* **Phong Trào Canh Tân Đặc Sủng** là danh xưng của phong trào tại Orange County. Trong cuốn sách này, từ ngữ “charisme” được chuyển ngữ là “đoàn sủng”. Cơ Sở Hy Vọng tôn trọng nguyên văn của dịch giả.

[còn tiếp nhiều kỳ](#)

[VỀ MỤC LỤC](#)

BẢO VỆ CHỖ HIỂM YẾU NHẤT TRONG MỖI NGƯỜI

Xin trân trọng chia sẻ với mọi người. Các điểm chính trong clip như sau:



- 1/ chỗ hiểm yếu nhất của mỗi người là gì và cách bảo vệ nó
- 2/ tại sao số lượng và mức độ ác ngày càng tăng cao ở VN và Trung Quốc ?
- 3/ giải pháp nào cho tương lai con cháu?
- 4/ quy luật vàng và bạc

TIẾNG VIỆT: <https://www.youtube.com/watch?v=Up7LsCwPaIY&feature=youtu.be>

ENGLISH: <https://www.youtube.com/watch?v=aZtlYMj4TBc&feature=youtu.be>

GHI CHÚ: clip bằng tiếng Anh trình bày cho khán thính giả quốc tế nên một số chi tiết sẽ hơi khác bản Tiếng Việt.-

Một góp tay nho nhỏ vào việc THẢI ĐỘC cho giống nòi (xem ảnh)

Lm. Jos. Tuấn Việt, O.Carm

[VỀ MỤC LỤC](#)

VẤN ĐỀ TỰ DO TÔN GIÁO ĐỐI VỚI TIN HỮU CÔNG GIÁO

Thắc mắc: Xin cha cho biết người Công Giáo có được phép tin là Đạo nào cũng tốt, cũng đúng, cũng hay nên không nhất thiết phải gia nhập Đạo Công Giáo ?

Trả lời :

Tôn giáo là vấn đề quan trọng nhất của con người ở khắp mọi nơi, trong mọi nền văn hóa và ở mọi thời đại. Nó quan trọng vì là con người, là loài “linh ư vạn vật” nên ai cũng thắc mắc, khắc khoải nhiều hay ít về mục đích của đời mình, về lý do tại sao mình có mặt trên trần thế này và nhất là mình sẽ đi đâu, sẽ ra sao sau cái chết trong thân xác mà không ai có thể tránh được. Chính vì những khắc khoải này mà con người tìm đến một tôn giáo, một con đường giúp giải đáp những khắc khoải của mình và giúp mình đi đâu để đạt mục đích tối hậu là tìm được hạnh phúc đích thực cho đời mình. Đó là lý do xuất hiện nhiều Tôn giáo hay Đạo khác nhau như Đạo Công Giáo, hay Kitô Giáo, ĐẠO Tin Lành (Protestantism) Do Thái Giáo (Jewdaism) Phật Giáo, Đạo Khổng (Confucism), Đạo Lão (Taoism), Ấn Giáo (Hinduism) của người Ấn Độ, Đạo Shinto hay Thần Đạo của người Nhật, Đạo Cao Đài, Phật Giáo Hòa Hảo, Đạo Dừa ở Miền Nam VN,, Đạo Hồi Giáo(Islam) ở Trung Đông và nhiều nơi khác trên Thế giới

Các Tôn Giáo lớn nhỏ nói trên đều có tín đồ tin theo và thực hành niềm tin của họ trong các Đạo hay Tôn Giáo mà họ là tín hữu,

Đứng trên lập trường khách quan và tôn trọng tự do tín ngưỡng thì không ai được phép đề cao tôn giáo của mình và phê phán tôn giáo khác, khinh chê niềm tin của người khác tôn giáo với mình. Mình có quyền bênh vực tôn giáo của mình, nhưng không được phép phê bình hay khinh chê tôn giáo nào để chỉ tôn trọng và đề cao tôn giáo của mình là trên hết. Chính vì có những người không hiểu điều này nên đã gây ra tranh chấp – hay tệ hơn nữa là bạo động và chiến tranh giữa các tín đồ có niềm tin khác nhau. Cụ thể là xưa kia dưới thời

Các vua nhà Nguyễn (Minh Mạng, Thiệu Trị, Tự Đức...) đã có những cuộc bắt bớ, sát hại các tín hữu Kitô Giáo, được các giáo sĩ Tây Phương mang đến phổ biến cho người Việt từ đầu thế kỷ 18 ở nước ta

Các Vua Nhà Nguyễn – đặc biệt bọn quá khích Văn Thân - đã bách hại các tín hữu Kitô Giáo để đề cao Đạo Khổng, một tôn giáo thượng tôn của các nhà Nho, tức của các tín đồ trung kiên chỉ biết học sách của Khổng Mạnh để sống và thực hành những gì các đại triết gia này dạy mà họ coi là Đạo hay Con Đường phải đi để tìm hạnh phúc đích thực cho mình và cho người khác. Đó là Đạo Khổng của các nhà nho VN nói chung và của các Vua Chúa Nhà Nguyễn tôn thờ Khổng Giáo và bách hại Kitô Giáo mà họ coi là “Tả Đạo” phải bị tiêu diệt để bảo vệ “Chích Đạo” là Đạo Khổng của các Nhà Nho, tức đệ tử của các học thuyết Khổng Mạnh.

Trên đây là thực trạng đáng buồn về tệ trạng không tôn trọng tự do tín ngưỡng ở VN trong thời điểm hậu bán thế kỷ 18 và đầu thế kỷ 19, là thời kỳ bách hại Kitô Giáo mãnh liệt nhất trên quê hương VN để bảo vệ Khổng Giáo của các vua Chúa nhà Nguyễn và bọn hủ nho thiển cận tức bọn Văn Thân. thù ghét Kitô Giáo.

Nhưng từ năm 1945 đến nay, các Tôn giáo ở VN nói chung và Kitô Giáo nói riêng, lại bị nhà cầm quyền cộng sản bách hại cách tinh vi và thâm độc hơn để truyền bá cái Đạo vô luân vô thần là chủ nghĩa cộng sản của Các Mác và Lênin,

Một tai họa lớn lao cho cả thế giới và cách riêng cho dân VN. Đây chính là kẻ thù của mọi Tôn Giáo, của mọi niềm tin về một Đấng Tạo Hóa cầm vận mạng của mọi con người và của vũ trụ càn khôn.

Riêng với các tín hữu Chúa Kitô trong Giáo Hội Công Giáo, thì Đấng Tạo Hóa đó chính là Thiên Chúa Ba Ngôi (The Holy Trinity) Người CHA chung đầy yêu thương và nhân hậu của mọi người tin hay không tin có Chúa là Đấng “ cho Mặt Trời của Người mọc lên soi sáng kẻ xấu cũng như người tốt , và cho mưa xuống trên người công chính cũng như kẻ bất chính.” (Mt 5 :45)

Hơn thế nữa, Thiên Chúa còn nhân hậu đến mức không muốn cho ai phải hư mất đời đời , vì Người là “ Đấng cứu độ chúng ta, Đấng muốn cho mọi người được cứu độ và nhận biết chân lý.” (1Tim 2: 4)

Là người tin có Thiên Chúa là CHA quá yêu thương con cái loài người, chúng ta được mời gọi mang Chúa đến với những ai chưa nhận biết Chúa là tình thương , là Đấng đã cứu chuộc chúng ta nhờ Chúa Cứu Thế Giê- su, Đấng đã hạ mình xuống trần gian làm CON NGƯỜI để hy sinh mạng sống của mình “ làm giá chuộc cho muôn người.” (Mt 20: 28)

Qua phép Rửa, người tín hữu Chúa Kitô trong Giáo Hội Công Giáo được tham dự vào ba chức năng tư tế, ngôn sứ và vương đế của Chúa Kitô.

Thi hành chức năng ngôn sứ, người tín hữu chúng ta có bổn phận và trách nhiệm giới thiệu Chúa Giêsu-Kitô cho những người chưa nhận biết Chúa là Thiên Chúa Ngôi Hai và là CON Đức Trinh nữ Maria sinh xuống trần gian làm Con Người để thi hành Sứ Mệnh Đức Chúa Cha trao phó là cứu chuộc cho nhân loại khỏi phải chết đời đời vì tội. Chúa Giêsu đã hoàn thành Sứ Mệnh đó qua khổ hình thập giá, chết, sống lại và lên Trời ngự bên hữu Đức Chúa Cha và “ Người sẽ trở lại trong vinh quang để phán xét kẻ sống và kẻ chết. (Kinh Tin Kính Nícea). Đây là Sự thật phải được công bố cho mọi người biết để cùng cảm tạ Chúa về niềm vui được cứu rỗi và hy vọng được sống hạnh phúc đời đời với Chúa mai sau trên cõi vĩnh hằng là nơi không còn đau khổ, bệnh tật, nghèo đói, bất công xã hội, hận thù, chia rẽ, khủng bố, chiến tranh và chết chóc nữa. Đây là niềm tin và hy vọng của mọi người có niềm tin Thiên Chúa là Cha rất nhân từ đã tạo dựng và cứu chuộc con người nhờ Chúa Cứu Thế Giêsu.

Trên đây là nội dung của niềm tin có Thiên Chúa là Đấng đã tạo dựng mọi loài mọi vật hữu hình và vô hình, trong đó có con người được tạo dựng giống hình ảnh của Thiên Chúa, “ Đấng cứu độ chúng ta , đã biểu lộ lòng nhân hậu và lòng yêu thương của Người đối với nhân loại.” (Tt 3 :4)

Cho nên, là tín hữu của Đạo Công Giáo, mọi người chúng ta có bổn phận rất cao cả là giới thiệu Chúa Giêsu cho những ai chưa biết Chúa qua gương sống chứng nhân của mình trước mặt người đời . Nghĩa là khi sống giữa bao người chưa biết Chúa, người tín hữu Công Giáo phải sống công bình bác ái , yêu thương, ngay thẳng với hết mọi người . Như thế “ anh em sẽ trở nên những con người vẹn toàn của Thiên Chúa giữa một thế hệ gian tà sa đọa. Giữa thế hệ đó, anh em phải chiếu sáng như những vì sao trên vòm trời.” (Pl 2: 15) Như Thánh Phaolô đã dạy

Lời dạy trên của Thánh Phaolô khuyến khích hay dạy ta phải sống chứng nhân cho Chúa qua lời nói việc làm của mình trước mặt người đời trong mọi hoàn cảnh để mời gọi những người chưa biết Chúa được nhận biết có Chúa thật là Đấng đã tạo dựng muôn loài muôn vật trong đó có con người chúng ta được Chúa yêu thương cách riêng, nên đã sai Con Một Người là Chúa Giêsu Kitô xuống trần gian làm Con Người để hy sinh vắt thập giá nặng nề , chịu mọi đau đớn xỉ nhục , và cuối cùng bị đóng đinh và chết đau thương trên thập giá để cứu chuộc cho muôn người khỏi chết đời đời vì tội.

Đây là niềm tin của mọi tín hữu chúng ta trong Giáo Hội Công Giáo. Chúng ta hãnh diện tuyên xưng niềm tin này trước mặt người đời ở khắp mọi nơi trong thế giới trống vắng niềm tin này.

Nhưng sống và tuyên xưng đức tin Công Giáo không hề có nghĩa là khinh chê hay bài bác niềm tin của người khác về Đấng mà họ tôn thờ. Trong thế giới ngày nay có nhiều tôn giáo hay Đạo khác nhau như Đạo Công Giáo hay Kitô Giáo, Đạo Phật, Đạo Khổng (Confucism), Đạo Lão, (Taoism) Đạo Cao Đài (ở VN), Ấn Giáo (Hinduism) của người Ấn Độ, Thần Giáo (Shinto) của người Nhật, Do Thái Giáo (Jewdaism) của người Do Thái, Hồi Giáo (Islam) của nhiều dân trên thế giới, Phật Giáo Hòa Hảo ở miền nam VN ...và đặc biệt là Đạo Tin Lành (Protestantism) phát sinh ở Đức .Pháp, Thụy Điển, Thụy Sĩ vào thế kỷ 16.Ở Mỹ có hàng ngàn nhánh Tin Lành khác nhau hoạt động với những tên gọi khác nhau như Baptist, Lutheran, Methodist, Evangelican, Church of Christ...Các nhóm này hoạt động độc lập tức không có Hệ Thống Giáo phẩm để chỉ đạo chung sinh hoạt của các nhóm khác nhau ,nhưng chung nguồn gốc Thệ phản (Protestantism). Ngoài ra còn nhóm Anh Giáo (Anglican Cmmunion) do Vua Henri VIII chủ xướng ở Anh năm 1534 , Vì bất mãn với Tòa Thánh Roma (thời Đức Thánh Cha Clemente VII), đã không cho phép nhà vua li dị để lấy vợ khác.Nhóm Anh Giáo này khác biệt với Giáo Hội Công Giáo Nước Anh (The Catholic Church of England) hiệp thông và hiệp nhất trọn vẹn (communion and Unity) với Giáo Hội Công Giáo Roma hoàn vũ, dưới quyền cai trị của Đức Thánh Cha, cũng là Giám Mục Roma.

Trên đây là tất cả các Tôn Giáo hay Đạo khác nhau có tin đồ đang sinh hoạt ở các nơi có các tôn giáo hay Đạo này.

Về phía người Công Giáo, xin nhắc lại một lần nữa là chúng ta tôn trọng niềm tin của các tín hữu của mọi tôn giáo ngoài Công Giáo. Chúng ta tuyệt đối không phê bình hay đả kích một tôn giáo nào và cũng mong những tín hữu của các tôn giáo khác tôn trọng niềm tin của chúng ta như vậy . Giáo Hội Công Giáo là Giáo Hội đã được Chúa Cứu Thế Giêsu thiết lập trên nền tảng Tông Đồ Phêrô như Chúa đã nói với Phêrô một ngày kia: , sau khi Phêrô tuyên xưng Chúa là Đấng Kitô Con Thiên Chúa hằng sống. Chúa nói :

“Thầy bảo cho anh biết : anh là Phêrô, nghĩa là Tảng Đá, trên tảng đá này Thầy sẽ xây Hội Thánh của Thầy , và quyền lực từ thần sẽ không thắng nổi. Thầy sẽ trao cho anh chìa khoá Nước Trời : dưới đất anh cầm buộc điều gì, trên Trời cũng sẽ cầm buộc như vậy. Dưới đất anh tháo cởi điều gì, trên Trời cũng sẽ tháo cởi như vậy. “ (Mt 16: 18-19)

Đây là niềm tin của mọi tín hữu Công Giáo về Giáo Hội của mình . ví như người Mẹ đang thay mặt Chúa là Cha để dạy dỗ con cái mình sống sao cho đẹp lòng Chúa để được cứu rỗi mà vào Thiên Đàng vui hưởng Thánh Nhan Chúa là nguồn vui và hạnh phúc của các Thánh các Thiên Thần .

Là tín hữu chúng ta tin vững chắc có Thiên Chúa là Đấng Tạo Hóa, Đấng dựng lên muôn loài muôn vật hữu hình và vô hình, là CHA giàu lòng yêu thương và nhân hậu đối với mọi con cái loài người. Chúng ta tin Chúa Giêsu Kitô là Ngôi Hai Thiên Chúa, sinh xuống trần gian làm Con Người bởi Đức Trinh Nữ Maria, nhờ quyền năng của Chúa Thánh Thần tức Ngôi Ba Thiên Chúa trong Mầu Nhiệm “Ba Ngôi một Thiên Chúa-=Three Persons =One God=The Hply Trinity.

Chúng ta tin và tuyên xưng Chúa Giêsu là Chúa Cứu Thế, Đấng đã đến trong trần gian làm Con Người để **“hy sinh mạng sống mình làm giá chuộc cho muôn người.”(Mt 20:28)**

Đó là niềm tin của mỗi người Công Giáo chúng ta.Chúng ta không ngừng tạ ơn Chúa về quà tặng đức tin này đã cho chúng ta hy vọng được cứu rỗi để sống hạnh phúc vĩnh cửu với Chúa là Cha đầy lòng yêu thương mọi con cái loài người. **“Thiên Chúa làm ra con người có nam có**

nữ giống như Thiên Chúa. Chúa ban phúc lành cho họ và đặt tên cho họ là "người" ngày họ được sáng tạo." (St 5: 1-2)

Chúng ta thật có phúc vì được Chúa tạo dựng làm người ở trần gian này. Cụ thể chúng ta được mong đợi sống đức tin cách sống động giữa bao người chưa biết Chúa là CHA là Thượng Đế toàn năng, là tình thương vô vị lợi –và quan trọng hơn nữa , là “ **Đấng cứu độ chúng ta, Đấng** muốn cho mọi người được cứu rỗi và nhận biết chân lý.”(1Tim 2:4)

Nhưng sống và thực hành niềm tin trên đây không có nghĩa là bài bác hay khinh chê niềm tin của người khác về Đấng họ tôn thờ. Chúng ta phải tôn trọng tự do tín ngưỡng của người khác trong khi thực hành niềm tin của mình khi sống chung với người khác. Chúng ta có quyền tuyên xưng đức tin của mình và mong đợi người khác tôn trọng niềm tin của chúng ta.

Mặt khác, là tín hữu Chúa Kitô trong Giáo Hội Công Giáo, chúng ta không thể nói ba phải là Đạo nào cũng tốt. cũng hay.

Đạo là Con Đường phải đi để đạt đến Chân Lý. Mà Chân Lý thì chỉ có MỘT chứ không thể có hai, hay ba bốn được. Do đó, khi chọn một Tôn giáo hay Đạo nào thì người ta tin tôn giáo hay Đạo đó sẽ giúp tìm được Chân lý là kim chỉ nam cho đời mình trong mục đích tìm sự giải thoát dẫn đến hạnh phúc đích thực cho mình. Là tín hữu Chúa Kitô thì Chân Lý đó là chính Thiên Chúa là CHA toàn năng và là tình thương tuyệt đối

Cho nên ta phải tôn thờ và yêu mến Chúa trên hết mọi sự đúng như Thiên Chúa đã truyền cho Dân Do Thái xưa kia rằng “**Người không được có thần nào khác đối nghịch với Ta.**” (XH 20:3)

Đây là Điều Răn **Thứ Nhất** trong bản Thập Giới mà mọi người tin có Thiên Chúa phải tuân giữ để được chúc phúc ngay từ ở đời này và nhất là đời đời trên Thiên Quốc sau khi mọi người phải chết trong thân xác có ngày phải chết đi này.

Qua Điều Răn trên, Chúa không cho phép ta đi tìm và tôn thờ một Thần linh nào khác ngoài Thiên Chúa là Đấng duy nhất ta phải tôn thờ và yêu mến hết tâm trí ,hết linh hồn và hết sức mình như Chúa đã dạy ta

Do đó, khi đã có đức tin để tin có Chúa thì ta không còn phải thắc mắc hay đi tìm thần thánh nào khác. Tín hữu của các tôn giáo hay Đạo khác tôn thờ các Thần Linh của họ. Đó là niềm tin của họ, mà chúng ta phải tôn trọng và không có ý kiến gì về các Thần linh này. Tôn trọng ở đây không có nghĩa là chúng ta,-- tín hữu Công Giáo =, cũng chia sẻ niềm tin của các tín hữu khác trong tinh thần Đạo nào cũng tốt, thần thánh nào cũng đáng kính trọng, tôn thờ. Tinh thần này chỉ đúng trong phạm trù phải tôn trọng niềm tin của người khác để không chỉ trích ,phê bình tôn giáo nào hay hiềm khích với tín đồ của tôn giáo khác , để đưa đến bất hòa sát hại nhau vì khác tôn giáo. Cụ thể, bọn quá khích Hồi giáo (ISIS) = trong những năm qua- đã sát hại nhiều tín hữu Kitô Giáo ở nhiều nơi trên thế giới , đặc biệt ở vùng Trung Đông nơi có nhiều dân Hồi Giáo. Chúng đốt phá nhiều cơ sở thờ phượng của Kitô Giáo và điên cuồng tin rằng giết được nhiều người không theo Đạo Hồi thì sẽ được lên Thiên Đàng mau lẹ !!! Đây là một thảm họa cho thế giới nói chung, và nói riêng các Kitô hữu sống ở các quốc gia có đồng Hồi Giáo như Iran, Irak , syria Afganistan và Ai Cập . Bọn quá khích Hồi Giáo ở Trung Đông đang bách hại tín hữu Công giáo Giáo và Tin Lành, đi ngược lại mục đích của Đạo Hồi là tôn giáo cổ võ sự sống chung hài hòa với mọi tôn giáo khác,

Nhưng bọn quá khích Hồi Giáo đã đi ngược lại với bản chất hiếu hòa của Hồi Giáo khi giết hại những người chúng coi là thù địch và mù quáng tin rằng sống và hành động như vậy là đẹp lòng Thượng đế của chúng !!

Chắc chắn không có Thượng đế nào lại chấp nhận, tán thưởng những việc làm vô luân vô đạo của bọn quá khích Hồi giáo nói trên. Không một tôn giáo nào lại chủ trương tiêu diệt tôn giáo khác để dành quyền độc tôn cho tôn giáo của mình. Cũng không một tín đồ nào được phép giết người và phá hủy cơ sở thờ phượng của tôn giáo khác. Kẻ nào làm như vậy là đã đi ngược lại với mục đích của tôn giáo mình

Tóm lại, ai theo tôn giáo nào thì phải sống cái cốt lõi của tôn giáo đó. Tôn giáo hay Đạo nào cũng dạy người ta ăn ngay ở lành, lương thiện và yêu thương người khác dù họ không cùng tín ngưỡng với mình.

Đây chính là bản chất và mục đích của Kitô Giáo mà người tín hữu chúng ta phải hãnh diện tuyên xưng khi sống chung với những người có hay không có niềm tin nào. Khi ở giữa họ, chúng ta phải sống niềm tin của mình như “**đèn chiếu giải trước mặt thiên hạ để họ thấy những công việc tốt đẹp anh em làm mà tôn vinh Cha của anh em, Đấng ngự trên trời.**” (Mt 5: 16)

Đó là lời Chúa Giêsu đã dạy các môn đệ và dân chúng xưa kia mà hôm nay chúng ta phải thực hành trong đời sống để làm nhân chứng cho Chúa trước mặt người đời để mời gọi họ nhận biết và tin Chúa Kitô là Đấng đã đến trong trần gian làm Con Người để “**hy sinh mạng sống mình làm giá chuộc cho muôn người**” (Mt 20:8)

. Đây là đức tin Kitô Giáo mà chúng ta phải hãnh diện tuyên xưng trước mặt người đời, trước những người sống chung quanh trong môi trường sống của thế giới hôm nay. Tuyên xưng đức tin này để nói lên rằng chúng ta vững tin có Thiên Chúa là Thượng Đế, là CHA toàn năng, yêu thương hết mọi người và “**muốn cho mọi người được cứu độ và nhận biết chân lý.**” (1Tim 2: 4)

Tuyên xưng đức tin này cũng để không bao giờ còn khắc khoải, hay thắc mắc phải đi tìm một Thượng Đế nào khác nữa. Thượng Đế của người Công Giáo chúng ta là Thiên Chúa Ba Ngôi (The Holy Trinity) CHA, CON và THÁNH THẦN,

Là Thiên Chúa toàn năng, Đấng tạo dựng muôn loài, muôn vật hữu hình và vô hình, cách riêng con người được tạo dựng giống hình ảnh của Thiên Chúa (St 1: 26) với sứ mệnh: “**sinh sôi nảy nở thật nhiều** cho đầy mặt đất và thống trị mặt đất.” (St 1:28)

Trung thành với đức tin trên cũng không cho phép ta nói cách “ba phải” là Đạo nào cũng tốt, cũng hay cũng phải. Ngược lại, đức tin Kitô Giáo buộc ta đi một Con Đường duy nhất: đó là đi theo Chúa Kitô là “**Con Đường, là Sự Thật và là Sự Sống.**” (Ga 14: 6)

Chỉ có Con Đường này mới dẫn đưa ta đến sự sống thật là Nước Thiên Chúa nơi các Thánh các Thiên Thần đang vui hưởng Thánh Nhan Chúa là cội nguồn của mọi lạc thú, vui mừng và bình an vĩnh cửu mà thôi.

Tóm lại, chúng ta không phê bình một tôn giáo nào và cũng không chê bai niềm tin của ai về Đấng họ tôn thờ. Chúng ta chỉ giữ vững và tuyên xưng đức tin của mình vào Một Thiên Chúa Ba Ngôi (The Holy Trinity) là CHA và là CHÚA của chúng ta mà thôi.

Đó là thái độ sống của người Công giáo chúng ta trước mặt người đời và ở giữa những người khác tín ngưỡng với chúng ta để không gây hiềm khích với bất cứ ai quanh vấn đề tín ngưỡng. Ai tin hay không tin một tôn giáo nào thì đó là quyền tự do của họ, chúng ta không có ý kiến gì về thái độ sống của họ. Nhưng chúng ta phải bảo vệ niềm tin của mình và đòi người khác tôn trọng niềm tin của chúng ta như chúng ta tôn trọng niềm tin hay không tin của người khác. Có như thế thì mới tránh được nguy cơ xung đột tôn giáo, một tai họa đáng sợ do những người muốn độc tôn tín ngưỡng của mình và không tôn trọng niềm tin của người khác như bon cuông tín Hồi giáo cực đoan (ISIS) ở Trung Đông hiện nay, và bọn hủ Nho Văn Thân ở nước ta

trong thế kỷ 18 dưới thời các Vua Nhà Nguyễn (Minh Mạng, Thiệu Trị và Tự Đức) đã bách hại các tín hữu Kitô Giáo để độc tôn Nho giáo.

Sau hết , bọn Hồi Giáo quá khích đang bách hại người Kitô hữu Công giáo và Tin Lành ở Trung Đông chỉ vì chúng muốn độc tôn đạo Hồi của chúng và coi Kitô Giáo là kẻ thù phải tiêu diệt để tôn vinh Thượng Đế của chúng. Nhưng chắc chắn không có Thượng Đế nào có thể chấp nhận và chúc phúc cho sự điên rồ của quân cuồng tín mù quáng này. Amen.

Lm. Ngô Tôn Huấn, Doctor of Ministry

VỀ MỤC LỤC

TÁC PHẨM KÍNH CHÀO NỮ VƯƠNG RẤT THÁNH - MẸ THIÊN CHÚA QUA LỜI CHÚA (CHƯƠNG 6)

Chuyển ngữ: Trần Mỹ Duyệt



Xin giới thiệu bản dịch tác phẩm KÍNH CHÀO NỮ VƯƠNG RẤT THÁNH.

Đây là tác phẩm Thánh Mẫu được một giáo sư thần học viết. Ông trước đây là một mục sư Tin Lành, nên những dẫn chứng và toàn bộ tác phẩm có nền tảng Thánh Kinh rất vững vàng. Sách có thể dùng làm sách giáo khoa hay dùng trong những đề tài trao đổi Thánh Kinh và Thánh Mẫu.

Nguyên tác: Hail, Mary Queen; Tác giả: SCOTT HAHN là giảng sư thần học và Thánh Kinh tại Đại Học Phanxicô ở Steubenville, và gần đây được Đức Giáo Hoàng Benedict XVI chỉ định Khoa Trưởng Thần Học Thánh Kinh và Tuyên Ngôn Phụng Vụ tại Đại Chủng Viện Saint Vincent. Ông là tác giả của hơn một tá tác phẩm, bao gồm The Lamb's Supper; Hail, Mary Queen; Swear to God; và Understanding the Scriptures. Tiến sỹ Hahn còn là người sáng lập và chủ tịch của the St. Paul Center for Biblical Theology, ở Steubenville, Ohio, cũng là nơi ông đang sống với vợ ông là Kimberly, và sáu người con của họ.

Tác phẩm gồm 8 chương ngoài lời tựa, lời giới thiệu, phụ bản và kê cứu. Đặc San GSVN sẽ hân hạnh phổ biến mỗi kỳ một chương.

CHƯƠNG 6

NHỮNG GÌ VỀ CÁC NGƯỜI CON?

HOÀNG HẬU

VÀ HOÀNG TỘC

Đây có thể là điều vui mừng để tìm ra Đức Maria thực sự là ai. Cùng lúc, đối với một số người, những việc này có thể là quá lớn lao - ngay cả không chấp nhận. Nếu Người là Hòm Bia mới của giao ước, thì cũng như Hòm Bia cũ, Người đòi hỏi sự tôn kính đặc biệt của chúng ta. Theo lời cầu của Thánh Methodius với Thánh Nữ Đồng Trinh ở thế kỷ thứ ba:

Thiên Chúa đã đặt vinh dự như thế trên Hòm Bia, là hình ảnh và đặc trưng sự thánh thiện của anh em, mà không ai ngoại trừ các tư tế có thể đến gần để mở hoặc tiến lại chiêm ngưỡng. Bức màn ngăn cách nó, ngăn cách tiền đình như ngăn cách một hoàng hậu. Vậy chúng con phải tôn sùng như thế nào, những con người tạo vật nhỏ bé nhất, mang ơn Người, Đáng thực sự là Hoàng Hậu - với Người, Hòm Bia sống động của Thiên Chúa, Đáng Ban Phát Luật - với Người, chỉ thiên đàng đó chứa nỗi Ngài, Đáng không ai có thể chứa nổi?

Như một hoàng thân quốc thích, Đức Maria có thể được xem như nối kết chúng ta, những người làm công, những người không mang một danh phận cao sang nào, những người khó lòng để phân biệt với đám đông những kẻ phục vụ trong hoàng cung. Làm cách nào chúng ta, khoác lên người bộ áo rách rưới vì tội lỗi có thể đến gần với Đức Maria, Người không mang tỳ vết tội khiên đang ngự trên ngai vinh quang?

Để trả lời câu hỏi này, chúng ta cần nhận ra khía cạnh thần học và tu đức tiềm ẩn bên trong. Nó không phải là một hình ảnh tầm thường về Đức Maria. Người là, trên tất cả, vô tội và thuộc hàng vua chúa. Hơn thế nữa, sự sợ hãi này đối với Maria - điều xem như quá bình thường ngay cả trong các Kitô hữu - biểu lộ hình ảnh sai lầm của chính nó. Hơn nữa, nó mặc khải một vấn đề sâu xa hơn trong cách thức chúng ta đón nhận Phúc Âm của Chúa Giêsu Kitô. Vì theo Tin Mừng, mặc dù nếu chúng ta ăn mặc rách rưới như những người nghèo khó, chúng ta vẫn có dòng máu vương giả chảy trong huyết mạch.

Liên Hệ Hoàng Tộc

Sự thật tại tâm điểm của Phúc Âm là gì? Giáo Hoàng Lêô Cả đã tóm lược cho chúng ta: “Đây là một tặng ân trời vượt trên tất cả: Thiên Chúa mời gọi con người làm con của Ngài, và con người gọi Thiên Chúa là ‘Cha’”.

Chúng ta là con cái Thiên Chúa. Điều này không phải là một câu nói hàm ý, cũng không phải là một châm ngôn sống. Nó là một sự thật còn hơn chiếc ghế mà bạn đang ngồi trên đó. Khi chúng ta nhận Bí Tích Thánh Tẩy, chúng ta được gắn bó nhờ giao ước của Máu Chúa Kitô trong gia đình của Thiên Chúa. Từ giây phút đó, chúng ta được nâng lên để chia sẻ sự sống đời đời của Ba Ngôi Thiên Chúa. Hãy lắng nghe Thánh Gioan khi nói về mầu nhiệm này trong Phúc Âm: “Anh em hãy xem Chúa Cha yêu chúng ta dường nào: Ngài yêu đến nỗi cho chúng ta được gọi là con Thiên Chúa - mà thực sự chúng ta là con Thiên Chúa” (1 Ga 3:1). Sau nhiều thập niên rao truyền Phúc Âm, Thánh Gioan dường như vẫn còn kinh ngạc khi nghe chính mình nói những lời này: “chúng ta đáng được gọi là con Thiên Chúa.” Vậy hãy tưởng tượng xem sự ngạc nhiên của vị rao giảng Phúc Âm khi lần đầu nghe những lời Chúa Giêsu nói về sự phục sinh của Ngài: “Ta lên cùng Cha Ta và Cha các con, cùng Thiên Chúa của Ta và Thiên Chúa của các con” (Ga 20:17).

Nhờ Bí Tích Thánh Tẩy, chúng ta trở nên “những người con của Người Con”. Những Kitô hữu từ xưa đã dám gọi hành động này là *thần linh hóa*. “Con của Thiên Chúa trở nên con của con người”, thánh Athanasiô nói, “nhờ thế, những con cái của con người trở nên những con cái của Thiên Chúa”. Sau hơn hai ngàn năm, chúng ta cần - ngay bây giờ - phục hồi cảm giác ban đầu của Giáo Hội về sự hiểu biết, ngỡ ngàng, và biết ơn đối với hồng ân xuất phát từ trung tâm ơn cứu độ của chúng ta.

Vì chúng ta là con cái của Thiên Chúa. Đây là yếu tố nền tảng và tâm điểm về ơn cứu độ của chúng ta. Chúng ta không chỉ được *tha thứ*, chúng ta còn được *nhận làm dưỡng tử* bởi Thiên Chúa như là những người con trai và con gái của Ngài. Đó là một thế giới khác biệt giữa hai quan điểm về cứu độ và công chính. Hãy suy nghĩ điều này bằng những từ ngữ thông thường: Bạn có thể tha thứ cho người thợ máy nếu ông ta đòi tiền công quá mức, nhưng không phải, vì sự tha thứ ấy, mà bạn sẽ nhận ông ta làm nghĩa tử. Nhưng đó lại là điều Thiên Chúa đã làm. Ngài đã tha thứ tội lỗi chúng ta nhờ đó chúng ta có thể tìm được căn nhà sau cùng trong gia đình chúng ta gọi là Ba Ngôi Thiên Chúa.

Chúng ta là con cái Thiên Chúa, nhờ ân sủng, chúng ta được nhận vào gia đình của Ngài. Sự thật này, các nhà thần học gọi là *quan hệ cha con với Thiên Chúa* (divine filiation), nó xuất hiện trong Tân Ước, qua những tài liệu tín lý của Giáo Hội, và từng phần của toàn hệ thống thần học. Quan hệ cha con với Thiên Chúa là cầu chứng của sự hiểu biết Công Giáo một cách chính xác về Phúc Âm. Tiếp đến, quan hệ cha con với Thiên Chúa bao gồm một từ ngữ mà có lẽ hầu hết người Công Giáo không hay biết - mặc dù đó là sự thật mà họ không thể sống nếu không có nó.

Ơn cứu độ, vì thế, không chỉ *thoát khỏi* tội, nhưng còn đối với vai trò làm con - vai trò làm con Thiên Chúa trong Chúa Kitô. Chúng ta không chỉ được tha thứ bởi ân sủng Thiên Chúa; chúng ta được nhận làm nghĩa tử, được thiên-chúa-hóa. Có nghĩa là, chúng ta “trở nên kẻ thông phần bản tính Thiên Chúa” (2 Pr 1:4). Từ ban đầu, đó là sự sống mà Thiên Chúa đã tạo dựng con người. Tội của Adong và Evà không phải họ ước muốn sự sống của Thiên Chúa, nhưng là muốn thiên-chúa-hóa mà không cần Thiên Chúa.

Đúng vậy, thánh ý Thiên Chúa cũng đã từ từ được thể hiện. Theo Công Đồng Trent, sự công chính của một tội nhân là “một biến đổi từ trạng thái trong đó con người được sinh ra làm con cái Adong đầu tiên, sang trạng thái ân sủng và “dưỡng tử của những người con” (Rm 8:15) của Thiên Chúa qua Adong thứ hai - Chúa Giêsu Kitô - Đấng Cứu Chuộc của chúng ta.” Sự công chính, theo *sách Giáo Lý*, “bao gồm cả chiến thắng trên sự chết gây ra bởi tội và việc tham dự mới trong ân sủng. Nó mang lại vai trò nghĩa tử trong quan hệ cha con với Thiên Chúa, nhờ đó mà con người trở nên anh em của Chúa Kitô... Chúng ta là anh em không do tự nhiên, nhưng nhờ tặng ân của ân sủng, bởi vì vai trò nghĩa tử trong quan hệ cha con với Thiên Chúa này đem lại cho chúng ta sự chia sẻ thật sự đời sống của Người Con duy nhất, mà nó được mặc khải đầy đủ trong Phục Sinh của Ngài” (số 654).

Thích Hợp Với Một Hoàng Đế

Đây là nguồn gốc của gia phả hoàng tộc của chúng ta. Chúng ta là con cái của Thiên Chúa do bởi lý lịch gần gũi của chúng ta với Chúa Giêsu Kitô. Thật vậy, chúng ta không thể có cách nào gần gũi nào hơn với Ngài ngoài bí tích Thanh Tẩy. Đức Giáo Hoàng Gioan Phaolô II đã diễn tả nó như thế này: “Ra khỏi nước của giếng nước rửa tội, tất cả mọi Kitô hữu nghe lại tiếng mà nhiều người đã nghe trên bờ sông Giođan: ‘Con là Con yêu dấu của Ta; Ta hài lòng về Con’” (Lc 3:22). Chúng ta được nhận diện một cách gần gũi với Chúa Giêsu đến nỗi Thánh Augustinô có thể nói, “Mọi người trở nên một trong Chúa Kitô, và sự hiệp nhất của các Kitô hữu tiếp tục nhờ một người.” Augustinô tiếp tục giải thích rằng, được nhận ra với Chúa Kitô, chúng ta cũng chia sẻ ba sứ vụ với Ngài là tư tế, tiên tri và vương giả” (x. 1 Pt 2:9).

Chia sẻ vương quyền của Ngài, chúng ta cũng chia sẻ tất cả mọi sự, bao gồm Thân Mẫu của Ngài. Hãy đọc cẩn thận những gì Thánh Giáo Hoàng Piô X đã nói về vấn đề này:

Phải chăng Đức Maria không là Mẹ của Đức Kitô? Nếu vậy, Người cũng không phải là Mẹ của chúng ta nữa. Và chúng ta phải thật sự công nhận rằng Chúa Kitô, Ngôi Lời đã hóa thành nhục thể, cũng là Đấng Cứu Độ của nhân loại. Ngài có thân xác thể lý giống như bất cứ người nào: và một lần nữa như Đấng Cứu Độ của gia đình nhân loại. Ngài có

một thân thể huyền nhiệm và thần linh, một xã hội, có thể nói, của những người tin vào Chúa Kitô. “Chúng ta tuy nhiều, nhưng là một thân thể duy nhất trong Chúa Kitô” (Rm 12:5). Giờ đây, Thánh Nữ Đồng Trinh không mang thai Người Con Muôn Thuở của Thiên Chúa không chỉ để Ngài có thể trở thành người mang hình hài nhân loại của Ngài từ Người, mà còn để qua phương tiện tự nhiên ấy được nhận lấy từ Người, Ngài có thể trở nên Đấng Cứu Chuộc con người. Vì đó là lý do thiên sứ đã nói với các mục đồng: “Hôm nay Đấng Cứu Thế là Đức Kitô đã sinh ra cho các ngươi” (Lc 2:11). Vì thế, trong cùng một chồi thánh thiện của người mẹ rất trinh trong, Chúa Kitô đã mặc lấy thân xác của Ngài, và hiệp nhất với mình qua thân xác thần linh đã được hình thành bởi những ai tin vào Ngài. Vì Đức Maria, cưu mang Chúa Cứu Thế trong dạ mình, cũng cưu mang những ai mà đời sống họ cũng bao gồm sự sống của Đấng Cứu Thế. Vì vậy, tất cả chúng ta những người hiệp nhất trong Chúa Kitô, và như Thánh Tông Đồ đã nói, là chi thể của thân thể Ngài, của máu thịt và của xương Ngài” (Ep 5:30), đã được phát sinh trong dạ Đức Maria giống như một thân thể được hiệp nhất với đầu. Từ đây, qua một cách thức thần linh và mầu nhiệm ấy, chúng ta tất cả là những người con của Đức Maria, và Người là Mẹ của chúng ta hết thảy.

Ở đây, Thánh Giáo Hoàng Piô vang vọng lời dạy mà đã có từ thời Thánh Irênê (vị Thánh mà chúng ta đã thảo luận ở chương 2), và cũng vậy, giống như chính Tông Đồ Gioan. Hãy nhớ rằng, Thánh Irênê trình bày việc hạ sinh của Chúa Giêsu như “Đấng tinh tuyền khai mở một cách tinh tuyền để từ dạ tinh tuyền tái sinh con người trong Thiên Chúa”.

Chúng ta được trở thành *anh chị em* của Chúa Kitô - *adelphos*, “từ cùng một dạ”. Vì thế, chúng ta có thể một cách tự tin đến gần hoàng hậu thiên đàng chứ không phải chỉ vì Người hạ cố, trong lòng thương xót lớn lao, nghe lời chúng ta, nhưng bởi vì chúng ta là con của Người, của hoàng tộc, của dòng máu quý tộc. Chúng ta có thể đến với Người không chỉ vì Người là Mẫu Hậu của Chúa Kitô nhưng cũng là Mẹ của chúng ta.

Đau Đón Lúc Sinh Con

Rồi chúng ta sẽ như thế nào - trong sự khám phá địa vị hoàng tộc của chúng ta - liên quan đến vị Hoàng Hậu này? Tín lý về thánh mẫu đem chúng ta không xa, và trong thực tế, những điều này xem như chỉ cho thấy vượt ra ngoài chính chúng. Ngay cả tín lý được định nghĩa gần đây nhất, việc Mẹ lên trời, có một tính chất vào giây phút trước chung cuộc: giờ đây, Người ở trên trời, Người *làm gì*? Chúng ta biết những gì Chúa Giêsu làm. Sách Khải Huyền cho chúng ta biết rằng Ngài đang cai trị (Kh 22:3). Chúng ta cũng biết thêm rằng những gì các thánh tử đạo làm ở trên trời; sách Khải Huyền cho chúng ta biết các ngài đang cầu xin cho sự thánh thiện trên mặt đất (Kh 6:9-10).

Và rằng, không có gì ngạc nhiên khi sách Khải Huyền nói với chúng ta những gì Đức Maria làm ở trên thiên đàng. Là Evà Mới, “người mẹ của muôn sinh linh,” Người săn sóc Giáo Hội, “gồm tất cả hậu duệ của Người” (Kh 12:17). Giải thích về câu hỏi tại sao người nữ của Sách Khải Huyền vẫn còn sinh con, mặc dù Người đang ở trên thiên đàng, Thánh Giáo Hoàng Piô X nói: “Việc sinh nở đó là gì? Rõ ràng đó là việc sinh ra chúng ta, vẫn tiếp tục bị lưu đày, và vì vậy được sinh ra do lòng bác ái hải hà của Thiên Chúa, cho hạnh phúc muôn đời. Sự đau đớn lúc sinh nở nói lên tình yêu và long khao khát ơn cứu rỗi. Đức Trinh Nữ từ trời nhìn xuống trên chúng ta, và tha thiết cầu xin để mang lại sự hoàn tất con số được chọn”.

Và sự đau đớn sinh nở nói lên tình yêu và lòng ao ước với nó Đức Trinh Nữ từ trời nhìn xuống trên chúng ta, và gắng sức với lời cầu xin tha thiết để mang lại sự hoàn tất con số được chọn”.

Luôn luôn là người Mẹ, Đức Maria nhìn xuống chúng ta, cầu bầu cho chúng ta, và hướng dẫn chúng ta để làm trọn vẹn cuộc sống. Công Đồng Vatican II dạy:

“Thiên chức làm Mẹ của Đức Maria để ân sủng tiếp tục một cách không gián đoạn từ sự ưng thuận mà Người đã một cách trung thành chấp nhận trong ngày truyền tin và qua đó Người vững vàng mà không quy ngã dưới chân thập giá, cho đến khi hoàn tất đời đời cho tất cả những ai được chọn. Được đưa về trời, Người không ngồi đó bên văn phòng cứu độ này, nhưng với lời cầu xin không ngừng tiếp tục để mang cho chúng ta những ân huệ của sự cứu độ đời đời... Vì thế, Đấng Thánh Đồng Trinh được khẩn cầu trong Giáo Hội dưới tước hiệu Trạng Sư, Đấng Phù Hộ, Đấng BanƠn Lành, và Đấng Trung Gian Hòa Giải.” (Lumen Gentium 62, trích từ Sách Giáo Lý Công Giáo, số 969)

Vị Nữ Trung Gian Là Thông Điệp

Chúng ta đôi khi nghe những người không Công Giáo phản đối danh xưng “Trung Gian Hòa Giải” được áp dụng cho Đức Maria. Trong thời đại chúng ta, là một thành viên của phái Tin Lành Phúc Âm, tôi lập tức kiếm một câu xem ra có thể bóp chết danh hiệu ấy: Thánh Phaolô đưa ra một nhận xét tuyệt đối rằng Chúa Kitô là “trung gian hòa giải duy nhất giữa Thiên Chúa và con người” (1 Tm 2:5). Làm cách nào hai tuyên bố - Chúa Kitô như đấng hòa giải duy nhất và Đức Maria như đấng nữ hòa giải - có thể dung hòa được?

Tông Đồ Phaolô đã đụng chạm đến mầu nhiệm này khi ngài khẳng định: “Chúng tôi là những người đồng cộng sự của Thiên Chúa” (1 Cr 3:9). Nếu Chúa Kitô là đấng hòa giải duy nhất, tại sao Ngài còn có các cộng tác viên? Chẳng lẽ Thiên Chúa lại không hoàn tất công việc do bởi chính mình Ngài? Dĩ nhiên Ngài có thể. Nhưng vì Ngài là người Cha, công việc của Ngài là làm trưởng thành những người con trai cũng như con gái của Ngài, và cách thức để hoàn thành công việc này là để cho chúng ta thành những cộng sự viên thân thiết hơn của Ngài.

Là người môn đệ, một cộng sự viên của Chúa Giêsu, cần phải nỗ lực. Nhiều lúc chấp nhận đau khổ. Một trang mà xem như phải xóa khỏi sự quan tâm của tôi như một thành viên Tin Lành là lời của Thánh Phaolô “Giờ đây, tôi vui mừng được chịu đau khổ vì anh em. Những gian nan thử thách Đức Kitô còn phải chịu, tôi xin mang lấy vào thân cho đủ mức, vì lợi ích cho thân thể Người là Hội Thánh” (Cl 1:24). Những người Công Giáo xưa có thể còn nhớ một số những kỷ niệm được truyền lại (kết quả chung cuộc của một nhóm tranh đua thất bại, “dẫn đến” là một đầu gối bị lột da, hoặc một trái tim tan nát). Mệnh đề đơn giản này đã hàm chứa chìa khóa để khai mở những mầu nhiệm về việc cùng cộng tác của Đức Maria, và của chúng ta. Bằng việc hiệp thông một cách có ý thức những đau khổ của chúng ta với những đau khổ cứu độ của Chúa, chúng ta trở nên những cộng tác viên. Bằng việc hiệp thông tâm hồn của Người với Ngài, đặc biệt trên đồi Canvariô, Mẹ rất thánh đã trở nên người cộng tác tuyệt vời.

Hơn nữa, trong thư gửi người Do Thái giải thích chức vụ thượng tế của Chúa Kitô qua những ngôn từ về sự hiện hữu của Ngài bằng Người Con đầu lòng của Thiên Chúa (Dt 1:1-2: 17), điều mà được coi như căn bản của vai trò làm con thần linh của chính chúng ta (Dt 2:10-17), cũng như việc phục vụ và sự thánh thiện một cách tự tế của chúng ta (Dt 13:10-16; x tiếp 1 Pr 2:5). Một lần nữa, không có sự giằng co giữa Đấng Cứu Chuộc và người được cứu chuộc.

Như Người Con đầu lòng của Gia Đình Thiên Chúa, Chúa Giêsu chuyển cầu như một Thượng Tế, giữa Chúa Cha và những con cái của Ngài; trong khi đó, Đức Maria chuyển cầu như một hoàng hậu, và một trạng sư (x 1V 2:19). Đức Giáo Hoàng Gioan Phaolô II gọi đó là “sự giằng hòa mẫu tử”. Đối với Chúa Cha, Đức Maria là Mẹ Chúa Con. Đối với chúng ta là những tội nhân, Người là mẹ Đấng Cứu Độ của chúng ta. Cũng giống như Con của Người, Người cũng là Mẹ của những anh em của Ngài. Khi đến với vị trí của Đức Maria trong chương trình cứu độ của Thiên Chúa, tiếng “mẹ” không chỉ là một danh từ nhưng còn là một động từ, và từ đó còn là một chức vụ.

Như là Mẹ của Thiên Chúa và các con cái Ngài, Đức Maria chỉ cho chúng ta cách làm vinh danh Thiên Chúa như thế nào, không chỉ bằng quỳ mọp dưới chân, nhưng còn bằng việc lãnh

nhận ân sủng của Con của Ngài trong sự tràn đầy Chúa Thánh Thần. Vì thế, nếu chúng ta muốn phán đoán bằng cách tốt đẹp nào con người đón nhận Phúc Âm trong ý nghĩa cốt lõi của nó, hãy xem họ chấp nhận Thiên Chúa là Cha - và Đức Maria là Mẹ bao nhiêu.

Abba Không Phải Allah

Sau tất cả, đây là những khác nhau căn bản trong Kitô giáo. Nó không có nghĩa rằng các Kitô hữu chỉ tin duy một Thiên Chúa; có ba tôn giáo độc thần trên trái đất. Những gì làm cho Kitô giáo khác biệt đó là các Kitô hữu dám gọi Thiên Chúa là “Cha”. Trong Israel xưa, dân của Giao Ước Cũ nói về vai trò làm cha của Thiên Chúa, nhưng vẫn mang một ý nghĩa mơ hồ - Ngài là cha họ bằng cách cung cấp cho họ và hướng dẫn họ vượt qua những gian nan thử thách.

Chỉ duy những Kitô hữu có thể gọi Thiên Chúa là “Cha”, bởi vì qua Giao Ước Mới, Thiên Chúa đã mặc khải chính Ngài như người Cha từ muôn thuở. Giáo lý về Thiên Chúa là Cha đòi hỏi sự mặc khải của Ba Ngôi Thiên Chúa, bởi vì Thiên Chúa có thể là người Cha muôn thuở duy nhất nếu có với Ngài người Con muôn thuở.

Do Thái Giáo cao cả vì nó nâng những người tin nhận thành những *tôi tớ* tốt của Thiên Chúa. Chữ “Islam” một cách văn chương có nghĩa là “sự tùng phục” Allah. Nhưng Kitô giáo không bao gồm dù là tình trạng *tôi tớ* hay *tùy thuộc*. Kitô giáo bao gồm trong tình yêu của con cái, tình yêu của người Con muôn thuở đối với người Cha, tình yêu Thiên Chúa trong đó chúng ta tham dự. Và một người con yêu thương phục vụ tốt hơn những người nô lệ ngay cả khi họ có ý muốn tuyệt hảo và trung thành nhất.

Tôi sẽ đi xa hơn để nói rằng tình yêu con cái đây chỉ có thể nếu khi những kẻ tin theo nắm giữ một cách chính xác sự hiểu biết về Công Giáo trong Phúc Âm. Trong tác phẩm dựa trên một cuộc phỏng vấn của ngài *Bước Qua Ngưỡng Cửa Hy Vọng*, Đức Thánh Cha Gioan Phaolô II đã nói về những gì xảy ra khi các Kitô hữu phạm tội hoặc nói cách khác, đánh mất cảm giác của mối liên hệ thần linh: “Tội nguyên tổ cám dỗ, để rồi hủy diệt, tàn phá tình của người cha và những tia sáng mà chúng chiếu qua thế giới được tạo thành, đặt nghi ngờ sự thật về Thiên Chúa, Đấng là Tình Yêu và để lại con người chỉ với cảm giác của mối liên lạc chủ-nô lệ.”

Tôi tin mối liên lạc chủ-nô lệ - hoặc như tôi ưa nghĩ về nó, mối liên lạc người làm công-chủ - thấm nhập vào Kitô giáo ngày nay. Những dấu hiệu cảnh báo của nó là gì trong các người tin theo? Họ mang bộ mặt tốt nhất về với Thiên Chúa, nhưng không bao giờ nói với Ngài những gì họ thực sự suy nghĩ. Họ có những gì mà họ gọi là mối liên hệ cá nhân với Ngài, nhưng coi đó như bất kính để hỏi Ngài những câu hỏi khó khăn. Họ nói về quyền tối cao của Ngài trong khi lại phật ý về những yêu sách của Ngài. Họ chu toàn những giới răn của Ngài một cách miễn cưỡng, nhưng lại có một cảm giác ít ỏi về mối liên kết gia đình với Ngài, Giáo Hội Ngài, hoặc Mẹ của Ngài. Vậy, làm cách nào họ có thể bắt đầu để kêu cầu Ngài như Chúa Giêsu đã làm, là “Abba” có nghĩa là “Cha”?

Kết Thúc Hợp Đồng

Tôi cảm thấy một nỗi đau quen thuộc trong trái tim khi nói những lời này, vì sau bao năm kiếm tìm một sự hiểu biết như thế về ơn cứu độ của Thiên Chúa, và sự công chính. Là một mục sư Tin Lành, và là một giáo sư, tôi đã đi theo Calvin và Luterô, những người đã đọc thư Thánh Phaolô gửi tín hữu Rôma và Galata dường như Thiên Chúa đang ngồi vai chánh án trong một phiên tòa của Rôma, tha bổng chúng ta mặc dù Ngài biết chúng ta có tội, tất cả vì Chúa Kitô đã trả nợ cho chúng ta.

Nhưng càng đi sâu hơn vào thư gửi tín hữu Rôma và Galata, tôi càng nhận ra rằng những tác giả xưa là những người *Do Thái* trước khi trở thành bất cứ ai. Những ước định của họ, ngôn ngữ của họ, và những dự đoán của họ đều được bắt nguồn từ trong những giao ước, không

phải trên cấu trúc các luật pháp của đế quốc Rôma. Tôi đã có một ý niệm từ lâu rằng giao ước là một dụng cụ luật - một khế ước. Tuy nhiên, từ từ tôi bắt đầu bừng tỉnh trước những gì mà Giáo Hội Công Giáo đã dạy từ đầu là giao ước khác với một khế ước, giống như hôn nhân khác với bán dâm. Một khế ước trao đổi tài sản, vật dụng và công việc, đúng và bền phận, một giao ước trao đổi *những con người*. Trong khế ước, sản phẩm này là của bạn, và duy nhất thuộc về bạn; nhưng trong giao ước, *tôi* là của anh, và *anh* là của tôi. Vì thế trong các giao ước, Thiên Chúa luôn luôn nói giống nhau: Ta sẽ là Thiên Chúa người, và người sẽ là dân Ta - Gia đình Ta, thân thuộc Ta - bởi vì giao ước thiết lập sự thân thuộc.

Giao ước thiết lập những ràng buộc gia đình. Nó còn mạnh mẽ hơn mỗi giây liên kết gia đình theo xác thịt. Đó là những gì mà những người Do Thái xa xưa đã biết. Đó là những gì Phaolô đã biết, và Gioan, và Giacôbê đã biết. Vì thế khi họ nghe những tin rằng Thiên Chúa thiết lập một giao ước với họ, họ hiểu ngay Ngài không chỉ đơn thuần là một nhà làm luật hoặc một thẩm phán, mà còn là người Cha muôn đời.

Kết Nối Vinh Quang

Một cảm giác mạnh của liên hệ con cái - một cảm nhận mà nó đến từ sự trở về sâu xa - tự do đem chúng ta đến với tình yêu của mẹ mình. Vì bao lâu chúng ta còn dính dáng tới mối liên hệ chủ-tớ, chúng ta sẽ không bao giờ hiểu Đức Thánh Đồng Trinh Maria. Bao lâu chúng ta còn coi mình như những đầy tớ của Thiên Chúa, hoặc đơn thuần chỉ là những tội nhân, những tội nhân được Ngài giải thoát, thì chúng ta sẽ nhìn Người như một mối đe dọa cho vinh quang Thiên Chúa. Một chủ nhân ông được vinh dự nhờ việc phục vụ của những người đầy tớ. Một chủ nhân ông cai trị bao lâu những đầy tớ của ông còn quỳ mọp dưới chân ông. Nhưng điều này không xảy ra đối với một người cha, người mà mong muốn duy nhất là yêu thương con cái mình.

Còn sự thật nào hơn nữa đối với người Cha không giận hờn này, Ngài là chính Thiên Chúa. Thiên Chúa không tìm vinh quang từ sự quỳ mọp của chúng ta, Ngài cũng không mất đi về vinh quang khi chúng ta dành sự kính trọng đối với các tạo vật. Thiên Chúa Ngôi Con không tìm cho mình dù chỉ một chút vinh quang - sau khi sống, chịu chết, và sống lại như một con người - mà Ngài đã mất mát trước đó. Cũng không phải ngay cả khi Thiên Chúa có thể làm gia tăng vinh quang vô cùng của Ngài. Ngài đã đến, đã chết, đã sống lại, và đang hiển trị để chia sẻ vinh quang của Ngài với chúng ta.

Như những kẻ đón nhận vinh quang ấy, như những kẻ đồng thừa hưởng với Chúa Kitô, như những kẻ cùng chia sẻ vương quyền của Ngài, như những con cái của Thiên Chúa, chúng ta cần hỏi: Còn vinh quang nào Ngài muốn chia sẻ nữa? Và Ngài sẽ thành công như thế nào nữa?

Là tình yêu tuyệt đối, Ngài muốn chia sẻ tất cả. Nhưng vì chúng ta là thụ tạo giới hạn của Ngài, và Ngài là tạo hóa vô cùng, làm cách nào chúng ta có thể chia sẻ một cách đầy đủ vinh quang thần linh của Ngài? Chúng ta không thể làm điều này tự chúng ta. Nhưng một cách chắc chắn là tình yêu tuyệt đối sẽ làm tất cả những gì Ngài có thể để ban cho chúng ta tất cả vinh quang của Ngài. Và, vì là Đấng toàn năng, Ngài chắc chắn sẽ hoàn thành. Thật vậy, khi chúng ta nhìn ngắm Đức Maria, chúng ta nhận ra rằng Ngài đã thành công rồi. Ngài đã ban cho chúng ta *tất cả* vinh quang của Ngài bằng cách ban nó cho chỉ duy nhất một người, đáng sẽ ban nó cho tất cả chúng ta: Mẹ của chúng ta.

Nếu bạn ghé thăm nhà tôi và cho các con nhỏ của tôi cái gì đó - thí dụ, một hộp kẹo - tôi dám chắc với bạn là một trận tranh giành nho nhỏ sẽ xảy ra để xem coi ai được nhiều hơn ai. Nhưng nếu đó là một hộp kẹo chocolates cho vợ tôi chẳng hạn, tôi cũng có thể bảo đảm với bạn rằng những cục kẹo kia sẽ được phân phát cho từng đứa. Đó, Thiên Chúa biết, người Mẹ sẽ hành động như thế nào.

Thiên Chúa không tạo dựng vũ trụ và cứu chuộc nó để được thêm vinh hiển, nhưng là chia sẻ nó với tất cả chúng ta. Không có sự tranh giành giữa Đấng Tạo Hóa và loài thụ tạo. Chúa Cha tạo thành và cứu chuộc chúng ta qua Chúa Con và Chúa Thánh Thần. Ngài làm vậy vì chúng ta - khởi đầu với Đức Maria, trong Mẹ, nó được hoàn tất không chỉ trước nhất mà là tốt nhất.

Chúng ta có làm giảm công việc đã được hoàn tất của Chúa Kitô vì cho rằng sự thánh thiện của nó được nhận ra tuyệt vời trong Đức Maria? Hay ngược lại, chúng ta tán dương công việc của Ngài, một cách rõ ràng bằng cách qui hướng sự chú ý của chúng ta trên một người, mà người này làm tỏa sáng nó một cách hết sức hoàn hảo.

Đức Maria không phải là Thiên Chúa, nhưng Người là Mẹ của Thiên Chúa. Người chỉ là thụ tạo, nhưng là một thụ tạo cao cả nhất của Thiên Chúa. Người không phải là một hoàng đế, nhưng Người được chọn là Mẫu Hậu. Giống như nhà họa sỹ mong muốn vẽ một kiệt tác phẩm giữa những họa phẩm của mình. Cũng vậy Chúa Giêsu đã biến mẹ của mình thành một kiệt tác tuyệt vời nhất. Khẳng định sự thật về Đức Maria không làm giảm giá trị Chúa Giêsu - thế nhưng từ chối xác định nó lại *làm giảm* giá trị Ngài.

Công Trạng Của

Rất Thánh Đồng Trinh

Vấn đề xảy ra khi người ta nghĩ về sự quan phòng của Thiên Chúa theo từ ngữ của kinh tế con người. Sau hết, một câu hỏi được đặt ra: Đức Maria *làm gì* để được vinh dự như vậy từ Thiên Chúa? Tất cả những việc lành Người làm đều đến từ hồng ân của Ngài. Cũng vậy tất cả vinh dự và vinh quang thuộc về Thiên Chúa. Ngài không mắc nợ chúng ta ân sủng nào.

Nếu “công trạng” được hiểu như một từ ngữ hoàn toàn theo kinh tế, thì khi nói về bất cứ ai đáng hưởng vinh dự từ Thiên Chúa đều không đúng và phản nghĩa. Nhưng nếu chúng ta nhìn công trạng qua một ý nghĩa chung, thì tự nó chính là quyền thừa kế, hoặc sự cấp dưỡng của cha mẹ. Một cách khác, là con cái trong gia đình của Thiên Chúa, chúng ta đáng được ân huệ mà một người con có được - như việc ăn uống tất cả những món ăn trên bàn. Người cha có thấy bất đắc dĩ khi cho con mình những món quà không? Hoặc có phật ý đối với những đứa con mà ông ân thưởng chúng không? Như Thánh Augustinô đã viết: “Khi Thiên Chúa ban thưởng chúng ta. Ngài ban thưởng cho những cố gắng của chúng ta” (*Sách Giáo Lý*, số 2006).

Theo *Sách Giáo Lý*, do “hành động hiền phụ” của Thiên Chúa, mà chúng ta có thể thừa kế “quyền làm con, khiến chúng ta trở thành những kẻ thừa kế qua ân sủng trong thiên tính, có thể ban cho *quyền thừa hưởng* vô điều kiện kết quả sự công chính của Thiên Chúa. Đó là quyền lợi của chúng ta do ân sủng, quyền đầy đủ của tình yêu, khiến chúng ta “đồng thừa hưởng” với Chúa Kitô” (số 2008-9).

Chúa Kitô đã thông ban khả năng cho chúng ta để thừa hưởng - có nghĩa là Ngài đã ban cho chúng ta với ân sủng của quyền làm Con Thiên Chúa của Ngài, và sự sống của Chúa Thánh Thần. Thực ra, Chúa Giêsu đã không hưởng một điều gì cho chính Ngài, bởi vì Ngài không cần gì. Vì thế, Ngài thừa hưởng chỉ vì nhu cầu của chúng ta.

Ở đâu Thiên Chúa Cha chỉ cho thế gian Con của Ngài đã thừa hưởng bao nhiêu? Trong mỗi người chúng ta, chắc chắn là thế, nhưng hơn tất cả trong Đức Maria. Không giống như tất cả chúng ta - trong đó thường là một khoảng cách rất xa giữa những gì chúng ta muốn và những gì Thiên Chúa muốn - với Đức Maria, thì không có khoảng cách đó. Giáo Hội qui về Maria một khả năng không giới hạn để thừa hưởng. Không phải là coi thường hành động cứu chuộc của Chúa Cứu Thế, nhưng Mẹ làm quang tỏa nó. Do hồng ân đầy tràn ơn phúc, Đức Maria, đạt mục đích của giao ước: một sự hiệp nhất mỗi dây liên kết tuyệt vời giữa con người với Thiên Chúa và Thánh Ý của Ngài. Với Đức Maria, ý nghĩa và thực tế chỉ là một và giống nhau.

Đây Là Một Bài Khảo Sát

Đức Maria là một bài khảo sát về mức độ tốt lành tới đâu mà một Kitô hữu có thể đón nhận Phúc Âm. Không phải rằng Người là trung tâm của lịch sử cứu độ. Người không phải, Chúa Giêsu mới là trung tâm lịch sử cứu độ. Nhưng sự hiểu biết của chúng ta về Đức Maria chứng tỏ mức độ sự hiểu biết về Chúa Giêsu và công việc cứu độ của Ngài.

Chúng ta sống tinh thần con cái tốt nhất bằng cách lắng nghe Đức Maria và yêu mến như Người yêu mến. Lắng nghe có nghĩa là biết đáp lại như Mẹ khi thưa: "Hãy thực hiện nơi tôi những gì Ngài nói". Yêu mến có nghĩa là đứng bên Chúa Cứu Thế, ngay cả dưới chân thập giá. Yêu mến có nghĩa là chọn Ngài, trong mọi trường hợp, xa tránh tội lỗi.

Tư cách Thân Mẫu Thần Linh là nơi, ở đó Evà và Hòm Bia được lấp đầy trên thiên đàng và trong gia đình bạn. Tư cách Thân Mẫu Thần Linh là ở chỗ những tín lý của Giáo Hội trở thành nguồn sữa mẹ cho những ai muốn lớn lên trong khôn ngoan. Tư cách Thân Mẫu Thần Linh là nơi mà chủ thuyết thần bí gặp thần học - trong trái tim của trái tim chúng ta.

Tư cách Thân Mẫu Thần Linh là nơi ở đó Thiên Chúa muốn những Kitô hữu gặp Chúa Kitô, người anh của mình. Tôi sẽ nhắc lại một lần nữa: *adelphos* nghĩa là "từ trong cùng một dạ". Những gì làm thành tư cách người anh, đồng thời cũng là tư cách người mẹ. Đối với Đức Maria để ban Con của Người cho chúng ta là một điều hiển nhiên. Nhưng với Chúa Giêsu để ban Mẹ của Ngài cho chúng ta - những người đã đóng đinh Ngài và phạm tội phản nghịch Chúa Cha của Ngài - cái đó là một điều lớn lao vượt sức tưởng tượng! Sau khi ban Mẹ của Ngài cho chúng ta, chúng ta có thể tin chắc rằng, chẳng có lý do gì Ngài giữ lại nữa.

VỀ MỤC LỤC

MỘT NĂM NGÀY TIỀN BA VỀ NƠI CUỐI TRỜI

Một năm đã qua ...

Lễ của Ba con không về Sài Gòn đúng ngày nhưng rồi trước đó có tang Lễ của các cha và người quen, chiều thứ Tư con đã cùng anh chị em thân thương như gia đình, đặc biệt với quý Cha để tưởng nhớ và cầu nguyện cho Ba trong Thánh Lễ đặc biệt. Thánh Lễ nhẹ nhàng và ấm cúng, con nghĩ như lòng Ba mong đợi.

Ngược về phố núi - nơi con đang hiện diện - anh chị em sắc tộc nhớ đến Ba thật nhiều trong ngày chính Lễ.

9 - 12, cả làng về với giáo xứ Mẹ để mừng Mẹ Vô Nhiễm. Ngày ấy, tất cả mọi người và đặc biệt 2 Cha thương nhớ cầu nguyện cho Ba.

Cảm động đến khóc được đó là hình ảnh những túi gạo nửa cân hay 1 cân dúi vào tay con. Kèm theo đó là những đồng bạc 10 ngàn hay 20 chục ngàn cực kỳ giá trị chuyển giao cho con. Và đó là phong tục của anh chị em Jrai khi giỗ của cha mẹ người thân của họ và họ xem con như là người làng của họ.



Trưa hôm đó, như 1 chú rể chỉ có đứng một chỗ để chờ tình cảm của từng người trong làng kéo đến ! Ôi ! Sao mà dễ thương quá ! Sao mà thân thiện quá ! Sao mà tình cảm quá !

Chưa hết, chiều tối thứ Tư, sau khi hoàn thành sứ vụ giúp xứ gần nhà, 2 anh em lại lon ton lên đường đến với ngôi làng thân thương gần giáo xứ - nơi các cha đang phục vụ. Hóa ra là làng xin phép Cha sở để dâng Lễ cầu nguyện cho Ba.

Rất đơn sơ và đầm ấm, chả khác ý mong đợi của Ba.

Sau Thánh Lễ, bữa cơm đúng phong tục Jrai được bày biện.

Và, cũng thế, như hôm nọ, họ đã đến với con bằng cả lòng của người nghèo. Những túi gạo và có những túi nếp cứ dúi vào tay con cách lặng lẽ. Cũng vậy, tờ 10 ngàn và 20 ngàn cứ nhét vào trong tay cách lặng lẽ và không khoe mẽ như người khác.

9 g 00 tối, anh chở em về tới nhà. Phòng ai nấy ở. Tình cảm con người là vậy, anh thương em và em thương anh. Chả ai thèm nói lời nào bởi lẽ là vô ngôn. Tình thương dành cho nhau, dành cho đời mục vụ, dành cho bà con sắc tộc không dừng lại ở lời nói nhưng đọng lại trong hành động và cử chỉ yêu thương.

Trời Pleiku đang lạnh lắm và lạnh lắm ! 11 độ c chứ không nhỏ hơn đâu mà kêu. Thế nhưng mà tình Chúa và tình người cứ quyện vào nhau để lòng kề lòng nên lòng cứ ấm lại.

Một "mùa" giỗ như nữ tu kia nói "sao Lễ giỗ của ông dài thế !".

Vâng ! Dài hay không là ở chữ tình và chữ nghĩa. Sống như thế nào sẽ hưởng như thế đó. Cả cuộc đời, Ba Mẹ không giàu có, không tiền bạc, không nhà cửa xa hoa nhưng Ba Mẹ tạo dựng nên con bằng tấm lòng và cho con tấm lòng để con cũng như Ba Mẹ chung chia tấm lòng cho những ai chúng con gặp gỡ. Và cứ như thế lòng trải lòng và sẽ nhận được lòng.

Tạ ơn Chúa, tri ân Cha anh và cha đồng hành nơi sở tại, cảm ơn tất cả và tất cả.

Chắc chắc Ba và Mẹ con không quên ơn cũng như không quên cầu nguyện cho mọi người, cho gia đình và cho tất cả những ai đã chung chia tình cảm với gia đình nhỏ bé Antôn và Anna Maria trong cõi dương gian này.

Người Giòng Trôm

VỀ MỤC LỤC

SINH TỐ

Sinh tố là những chất hữu cơ cần thiết cho sự tăng trưởng và duy trì sức khỏe cơ thể. Sinh tố góp phần điều hành chức năng của các cơ quan, bộ phận trong người.

Tên tiếng Anh của Sinh Tố là Vitamin, có nguồn gốc tiếng La Tinh “vita” có nghĩa là *đời sống* và amino là chất dinh dưỡng cần thiết.

Hầu hết các sinh tố cần phải được cung cấp từ thức ăn, vì cơ thể con người không thể tổng hợp được, ngoại trừ hai sinh tố D và sinh tố K. Điều may mắn là trong thực phẩm có đủ các loại sinh tố.

Mặc dù ta chỉ cần một lượng sinh tố rất nhỏ nhưng lượng nhỏ đó giữ vai trò rất quan trọng cho sự sống của cơ thể. Không có sinh tố thì những sinh vật cao cấp như loài người, không thể tồn tại.

Sau đây là một số công dụng của sinh tố:

- Góp phần vào việc cấu tạo tế bào máu, xương và răng.
- Điều hành có hiệu quả những chức năng của tim và hệ thần kinh, tăng cường thị lực của mắt.
- Giúp cơ thể biến thực phẩm thành năng lượng.
- Giữ vai trò xúc tác trong các hệ thống sinh hóa và có nhiệm vụ biến năng lượng để giúp các tế bào và các mô hoàn thành các chức năng rất cần thiết cho sức khỏe của con người;
- Ngoài ra, sinh tố còn có tác dụng hỗ trợ cơ thể sử dụng các khoáng chất, chất đạm, chất bột đường và nước.

Có 13 loại sinh tố chính. Đó là sinh tố A, C, D, E, K và tám sinh tố thuộc nhóm B như B1 (thiamin), B2 (riboflavin), B3 (niacin) , B5 (pantothenic acid) , B6 (pyridoxine), B12 cobalamin), folacin (acid foli) và biotin.

Đặc biệt, sinh tố A vừa có trong các thực phẩm từ động vật như thịt, trứng lại cũng có ở dạng gọi là caroten trong thực vật. Khi được đưa vào cơ thể, caroten được biến thành sinh tố A. Caroten có nhiều trong cà rốt, rau xanh, cà chua .. Caroten còn là một chất chống oxy hóa rất hữu hiệu.

Ngoài ra còn một số chất không là sinh tố nhưng có các chức năng gần giống như sinh tố (vitaminlike substances). Chẳng hạn như bioflavonoid, carnitine, coenzyme, inositol.

Có hai nhóm sinh tố. Nhóm hòa tan trong chất béo như các sinh tố A, D, E, và K và nhóm hòa tan trong nước gồm có sinh tố C và các sinh tố B.

Sự phân biệt này rất quan trọng vì cơ thể tồn trữ sinh tố hòa tan trong chất béo ở gan và mô béo tương đối lâu hơn, nên tình trạng thiếu hụt các sinh tố nhóm này chậm xảy ra. Còn những sinh tố hòa tan trong nước chỉ tồn tại một thời gian ngắn trong cơ thể và cần được bổ sung thường xuyên để tránh các bệnh gây ra do thiếu những sinh tố nhóm này

Đa số sinh tố rất dễ bị sức nóng và ánh sáng hủy hoại. Do đó, trong việc tồn trữ và nấu nướng thực phẩm, một số sinh tố bị mất đi. Sự mất mát càng lớn khi thực phẩm tiếp xúc với ánh sáng, sức nóng hoặc không được ướp lạnh, cất giữ đúng cách.

Sinh tố hòa tan trong mỡ béo ổn định hơn sinh tố hòa tan trong nước khi thực phẩm được nấu nướng. Ví dụ, khi đun sôi thì lượng sinh tố hòa tan trong nước bị phân hủy trong nước nóng, cho nên muốn duy trì lượng sinh tố này thì không nên nấu quá lâu và chỉ nên nấu với ít nước.

Mỗi sinh tố có nhiệm vụ riêng của nó. Trong một số trường hợp, vài loại sinh tố có tác dụng hỗ trợ nhau nhưng không thể thay thế cho nhau.

Ví dụ:

- Sinh tố D có hiệu quả tốt hơn nếu dùng chung với sinh tố A.
- Cặp sinh tố D và A hoạt động tốt hơn nếu có sự hiện diện của sinh tố B;
- Sinh tố E được tăng hiệu năng khi đi chung với cặp sinh tố D và A;
- Sinh tố C có ảnh hưởng đến tác dụng của sinh tố A;
- Khi thiếu sinh tố B1 thì sự hấp thụ những sinh tố khác trong cơ thể gặp trở ngại.

Mặc dầu cơ thể cần sinh tố, nhưng sinh tố không thể thay thế thực phẩm. Nếu thay thế được thì người ta đã không cần bữa ăn rườm rà mà chỉ cần uống vài viên sinh tố bán trên thị trường.

Không có thực phẩm thì sinh tố không được cơ thể hấp thụ vào các hệ thống sinh hóa để làm nhiệm vụ biến năng. Sinh tố không cung cấp năng lượng (calori) và không có khả năng tự nó làm tăng trưởng cơ thể như các chất đạm, chất béo, carbohydrate, khoáng chất và nước.

Vì vai trò quan trọng của sinh tố đối với cơ thể như đã nói ở trên, ta nên xét qua từng loại hoặc nhóm sinh tố để biết chúng có những chức năng gì cũng như nhu cầu của chúng ta đối với các sinh tố đó ra sao.

Sinh tố được chia ra làm hai nhóm: nhóm hòa tan trong dầu mỡ như A,D,E và K; và nhóm hòa tan trong nước như nhóm sinh tố B, C, Folatin..

Sinh tố hòa tan trong dầu mỡ.

Sinh Tố A

Sinh tố A hòa tan trong chất béo và có nhiều trong thực phẩm như sữa, bơ, pho-mát, lòng đỏ trứng, gan, dầu cá.

Một số thực vật như cà rốt, cà chua, rau xanh ...có chất carotene hoặc tiền sinh tố A Provitamin A và sẽ được biến thành sinh tố A khi đưa vào cơ thể.

1-Sinh tố A.

Có nhiều hình thức sinh tố A với tác dụng hơi khác nhau. Hai loại thông thường nhất là Retinol và Dehydroretinol.

Dehydroretinol chỉ có ở cá nước ngọt và chim ăn cá đó nên không quan trọng lắm.

Retinol có trong dầu cá biển, mỡ béo, gan, lòng đỏ trứng.

Sinh tố A là chữ gọi chung cho cả hai loại.

Sinh tố A có màu vàng nhạt, không hòa tan trong nước nên không mất đi khi nấu nướng thực phẩm.

Sinh tố được hấp thụ ở ruột non dưới tác dụng của mật. Sự hấp thụ có thể bị trở ngại bởi dầu khoáng chất. Dầu này không hòa tan trong nước, thu hút sinh tố A và thải ra ngoài theo phân. Sinh tố không có trong nước tiểu vì không hòa tan trong nước.

Trong cơ thể, sinh tố A được dự trữ nhiều nhất ở gan, một số nhỏ ở tế bào mỡ, phổi, thận.

Công dụng

Sinh tố A :

- Giúp mắt nhìn rõ trong ánh sáng mờ.
- Giúp chế tạo và bảo trì da, răng, xương, tinh trùng, những mô mềm, những màng nhầy;
- Giúp sự sinh sản được bình thường. Mang thai mà thiếu sinh tố này trong ba tháng đầu có thể bị sảy thai.
- Có thể có tác dụng ngăn chặn sự phát triển của tế bào ung thư.
- Các cuộc nghiên cứu mới nhất cho thấy sinh tố A có khả năng giúp trẻ em chống nhiễm độc, giúp thai nhi tăng trưởng tốt.

Nguồn cung cấp

Sinh tố A có nhiều trong các thực phẩm gốc động vật như dầu mỡ cá thu, gan, cật, sữa, lòng đỏ trứng và các thực phẩm chế biến từ sữa như cà rem, pho mát. Gan bò nuôi bằng cỏ xanh và bò lớn tuổi có nhiều sinh tố A hơn bò non và bò ăn cỏ khô. Dầu gan cá là nguồn cung cấp sinh tố A nhiều nhất.

Sinh tố A tổng hợp cũng công hiệu và an toàn như sinh tố từ động vật nhưng rẻ tiền hơn.

Nhu cầu

Nhu cầu mỗi ngày là 900mcg cho đàn ông, 700mcg cho đàn bà. Tối đa 3000mcg.

Không cần tăng sinh tố A khi có thai, nhưng khi cho con bú sữa mẹ thì người mẹ cần tiêu thụ thêm khoảng 200mcg mỗi ngày.

Thiếu sinh tố A

Thiếu sinh tố A con người dễ bị nhiễm trùng miệng, cuống họng; giảm thị giác, khô và đục giác mạc (cornea); cơ thể còi cọc, xương chậm mọc, răng yếu mau hư; da khô có vảy; kém khả năng thụ thai, thai nhi kém tăng trưởng.

Tuy nhiên, tình trạng thiếu sinh tố A ít khi xảy ra vì trong thực phẩm hàng ngày thường có đầy đủ sinh tố này.

Thừa sinh tố A

Dùng thêm nhiều sinh tố A có thể gây ra ăn mất ngon, nhức đầu, rụng tóc, mắt mờ, tính tình nóng nảy, da khô, ngứa, tiêu chảy, ói mửa, sưng gan. Người cao tuổi dùng trên 5000 mcg một ngày có thể bị suy gan.

Đàn bà có thai không nên dùng quá 5000mcg/ ngày vì nguy cơ gây khuyết tật ở thai nhi. Tốt nhất là dùng những thực phẩm chứa nhiều sinh tố A thay vì dùng dạng chế biến.

2.Caroten.

Có ba dạng caroten là alpha, beta và gamma, đều được gọi chung là tiền-sinh-tố A vì khi cơ thể hấp thụ những chất này sẽ biến đổi chúng thành sinh tố A.

Carotene có nhiều trong thức ăn gốc thực vật như các loại rau màu lục đậm và các loại trái cây có màu vàng cam đặc biệt là trong trái xoài, trái mơ, củ cà rốt, súp lơ, cà chua.

Nhiều nghiên cứu cho thấy beta carotene có thể ngăn ngừa bệnh ung thư nhờ tính chống oxy hóa, vô hiệu hóa gốc tự do trong các phản ứng chuyển hóa của cơ thể.

Nghiên cứu ở Trung Hoa cho hay khi dùng chung với sinh tố E, beta carotene có thể ngăn ngừa bệnh ung thư bao tử. Kết quả nghiên cứu khác cho thấy beta carotene còn có khả năng giảm sự truyền bệnh AIDS từ mẹ sang con.

Khác với sinh tố A, beta carotene không gây rủi ro khi được dùng với liều lượng lớn, bởi vì cơ thể chuyển chất này thành sinh tố A dần dần, tùy theo nhu cầu. Trường hợp dùng với lượng quá cao (thí dụ mỗi ngày ăn một kí cà rốt) cũng chỉ làm cho da trở nên vàng hay cam. Hiện tượng này sẽ mất đi khi ta điều chỉnh chế độ ăn.

Mỗi ngày ta có thể dùng từ 10-20 mcg carotene mà không có ảnh hưởng xấu cho cơ thể.

Nguồn cung cấp carotene gồm có: cà rốt, khoai lang, bí ngô, dưa canteloupe, bưởi hồng, rau bina (spinache), mận, broccoli và nhiều loại rau có lá màu lục đậm. Rau trái càng đậm màu lục và màu cam thì càng chứa nhiều carotene.

SINH TỐ D.

Sinh tố D là chất bột màu trắng, không mùi, hòa tan trong mỡ, không hòa tan trong nước, không bị phân hủy ở nhiệt độ cao và không bị oxy hóa. Do đó sinh tố này không bị mất đi trong khi chế biến hoặc cất giữ thức ăn.

Công dụng

Sinh tố D rất cần cho sự tăng trưởng của xương và răng. Sinh tố duy trì chất calci và phosphor trong máu ở mức bình thường bằng cách điều hòa sự hấp thụ hai khoáng chất này từ thực phẩm.

Nếu không có sinh tố D, calci trong thực phẩm không được ruột non hấp thụ, cơ thể sẽ lấy calci dự trữ trong xương ra để cung ứng cho nhu cầu khác của cơ thể.

Một số nhà chuyên môn y tế cho rằng sinh tố D có thể làm giảm nguy cơ ung thư ruột già, vú và các bệnh phong nhức khớp, nhưng vấn đề này vẫn còn đang trong vòng vi nghiên cứu.

Nguồn cung cấp

Thực phẩm cung cấp rất ít sinh tố D, nhưng may mắn là thiên nhiên giúp chúng ta tạo ra loại sinh tố này qua tác dụng của ánh nắng mặt trời chiếu trên da.

Các loại cá béo như cá trích (herring), cá thu (mackerel), cá hồi (salmon), cá ngừ (Tuna), cá sardine là nguồn cung cấp chính của sinh tố D. Cá ăn các sinh vật phù du (plankton) phơi mình trên mặt biển nắng chói.

Gan, lòng đỏ trứng, bơ có một ít sinh tố D.

Sữa người và sữa bò có rất ít sinh tố D.

Rau trái hầu như không có hoặc chỉ có vài dấu vết sinh tố D

Vì thế, các thứ sữa và thực phẩm dùng cho trẻ sơ sinh đều được bổ sung sinh tố D, chẳng hạn như một lít sữa thường được bổ sung 10mcg sinh tố D (tương đương với 400 IU). Ngoài ra, ngũ cốc khô ăn sáng, bánh mì, margarine, nước trái cây cũng thường được cho thêm sinh tố D.

Sinh tố D được ruột non hấp thụ với sự trợ giúp của mật.

Sinh tố D được tạo ra khi ánh sáng mặt trời hoặc ánh đèn có tia cực tím chiếu lên da. Tia cực tím biến một hóa chất dưới da thành một loại sinh tố D rồi gan và thận tiếp tay biến thành sinh tố D hữu hiệu cho cơ thể. Ta chỉ cần phơi nắng 10- 15 phút, hai hoặc ba lần mỗi tuần là có đủ lượng sinh tố D cần thiết cho cơ thể. Vì lẽ đó, sinh tố này còn được gọi là "*Sinh tố Ánh Nắng*" *Sunshine Vitamin*).

Lượng sinh tố được tạo ra theo cách này thay đổi tùy theo thời gian và mức độ tiếp cận với ánh sáng. Da có màu đậm cản ánh sáng tới 95%, quần áo và cửa kính, không khí ô nhiễm cũng cản tia tử ngoại vào da; mùa đông ít ánh nắng hơn mùa hè.

Phần lớn sinh tố D được dự trữ ở tế bào mỡ, xương và thịt. Một số nhỏ ở gan, óc, phổi và thận. Phần không dùng tới hầu hết được bài tiết theo phân, chỉ có dưới 4% theo nước tiểu.

Nhu cầu

Mỗi ngày nên tiêu thụ khoảng 5mcg (tương đương khoảng 200 IU) và không nhiều quá 10mcg (tương đương khoảng 400IU).

Thiếu sinh tố D có thể đưa đến bệnh còi xương ở trẻ em, mềm xương (osteomalacia) ở người cao tuổi và xơ cứng mạch máu.

Trong bệnh còi xương, xương mềm và biến dạng, xương ngực nhô về phía trước (pigeon breast), xương sọ chậm khép kín, xương sống cong, răng sữa chậm mọc, răng khôn mỏng manh, men răng mau hư. Tất cả đều do thiếu calci và phosphor trong xương.

Dùng sinh tố D với liều lượng lớn như trên 50mcg trong một ngày (tương đương 2000 U.I) có thể nguy hiểm. Calci trong máu sẽ lên cao, kết tụ vào các tế bào tim, mạch máu, thận, phổi ... và cao quá có thể đưa tới tử vong.

Phụ nữ có thai và trẻ em sơ sinh dùng nhiều sinh tố D quá thì van tim thu hẹp, em bé bị chậm phát triển trí não và khuyết tật. Thường thường chỉ khi dùng sinh tố D dạng chế biến thì mới có nguy cơ này, cho nên cần tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi dùng.

Sinh Tố D và Ánh Sáng Mặt Trời.

Sinh tố D là một chất bột màu trắng, không mùi, hòa tan trong mỡ, không hòa tan trong nước, không bị phân hủy ở nhiệt độ cao và không bị oxy hóa. Do đó sinh tố này không bị mất đi trong chế biến hoặc cất trữ thức ăn.

Sinh tố D có dưới nhiều dạng và mỗi dạng có tác dụng riêng. Calciferol là hình thức có tác dụng mạnh nhất.

Gan và thận giúp chuyển hóa sinh tố D tiêu thụ trong thực phẩm hoặc do tác dụng của tia nắng sang dạng hormone 1.25 dihydroxyvitamin D. Hormon này gửi tín hiệu cho ruột non để tăng hấp thụ calci và phosphor.

Công dụng

Sinh tố D rất cần cho sự tăng trưởng của xương và răng.

Sinh tố duy trì chất calci và phospho trong máu ở mức bình thường bằng cách điều hòa sự hấp thụ hai khoáng chất này từ thực phẩm.

Nếu không có sinh tố D, calci trong thực phẩm không được ruột non hấp thụ, cơ thể sẽ lấy calci dự trữ trong xương ra để cung ứng cho nhu cầu khác của các cơ quan, bộ phận.

Một số chuyên viên y tế cho rằng sinh tố D có thể làm giảm nguy cơ ung thư ruột già, vú và các bệnh phong nhức khớp, nhưng vấn đề này vẫn còn đang trong phạm vi nghiên cứu.

Một số nghiên cứu khác cho là sinh tố D có khả năng duy trì tốt hệ miễn dịch, giúp tế bào tăng trưởng và phân sinh thành các loại đặc biệt

Nguồn cung cấp

Thực phẩm cung cấp rất ít sinh tố D, nhưng may mắn là thiên nhiên giúp chúng ta tạo ra loại sinh tố này qua tác dụng của ánh nắng mặt trời chiếu trên da.

Tia cực tím của nắng biến hóa chất ergosterol dưới da thành một loại sinh tố D rồi gan và thận tiếp tay biến thành sinh tố D hữu hiệu cho cơ thể. Chỉ cần phơi nắng 10-15 phút, hai hoặc ba lần mỗi tuần là có đủ lượng sinh tố D cần thiết. Vì lẽ đó, sinh tố này còn được gọi là “Sinh tố Ánh Nắng” Sunshine Vitamin).

Điều cần lưu ý là:

- Nên tắm nắng vào buổi sáng khi tia nắng còn dịu hoặc xế chiều khi nắng không gay gắt;
- Không nên bôi quá nhiều kem chống nắng vì kem ngăn tia cực tím hấp thụ qua da.
- Nên phơi mình trần càng nhiều càng tốt.
- Cẩn thận để da khỏi bị cháy nắng và có thể gây ung thư da.

Lượng sinh tố D do nắng tạo ra thay đổi tùy theo thời gian và mức độ tiếp cận với ánh sáng.

Da có màu đậm cản ánh sáng tới 95%, quần áo và cửa kính, không khí ô nhiễm cũng cản tia tử ngoại vào da; mùa đông ít ánh nắng hơn mùa hè.

Các loại cá béo như cá trích (bloaters, herring), cá thu (mackerel), cá hồi (salmon), cá ngừ (Tuna), cá sardine là nguồn cung cấp chính của sinh tố D. Cá ăn các sinh vật phù du (plankton) phơi mình trên mặt biển nắng chói.

Gan, lòng đỏ trứng, bơ có một ít sinh tố D.

Rau trái hầu như không có hoặc chỉ có vài dấu vết sinh tố D

Sữa người và sữa bò có rất ít sinh tố D. Vì thế, các thức sữa và thực phẩm dùng cho trẻ sơ sinh đều được bổ sung sinh tố D, chẳng hạn như một lít sữa thường được bổ sung 10mcg sinh tố D (tương đương với 400 IU).

Ngoài ra, ngũ cốc khô ăn sáng, bánh mì, margarine, nước trái cây cũng thường được cho thêm sinh tố D.

Sinh tố D được ruột non hấp thụ với sự trợ giúp của mật.

Phần lớn sinh tố D được dự trữ ở tế bào mỡ, xương và thịt, một số nhỏ ở gan, óc, phổi và thận.

Phần không dùng tới hầu hết được bài tiết theo phân, chỉ có dưới 4% theo nước tiểu ra ngoài.

Nhu cầu

Viện Y học Hoa Kỳ đề nghị mỗi ngày nên tiêu thụ khoảng 5mcg (tương đương với 200 IU) và không nhiều quá 10mcg (tương đương với 400IU).

Tuy nhiên, một số nhà dinh dưỡng khác, như bác sĩ người Canada Reinhold Vieth, lại cho rằng cơ thể cần số lượng sinh tố D cao hơn, khoảng 4000IU/ ngày.

Thiếu sinh tố D

Thiếu sinh tố D có thể đưa đến bệnh còi xương ở trẻ em (rickets), mềm xương (osteomalacia) ở người cao tuổi và xơ cứng mạch máu.

Trong bệnh còi xương, xương mềm và biến dạng, xương ngực nhô về phía trước (pigeon breast), xương sọ chậm khép kín, xương sống cong, răng sữa chậm mọc, răng khôn mỏng manh, men răng mau hư. Tất cả đều là do thiếu calci và phosphor trong xương.

Thiếu sinh tố D xảy ra khi:

- *Tiêu thụ ít hơn số lượng được khuyến khích
- *Ít tiếp xúc với tia nắng
- *Thận không chuyển hóa sinh tố D sang dạng hormone
- *Cơ thể không hấp thụ được sinh tố D ở ruột

Người dị ứng với sữa hoặc ăn rau thuần túy dễ bị thiếu sinh tố D. Trẻ em chỉ nuôi với sữa mẹ cũng thiếu sinh tố D, nếu các em không được dùng thêm calci phụ.

Những trường hợp sau đây cần dùng thêm sinh tố D:

-Em bé nuôi với sữa mẹ.

-Người trên 50 tuổi. Lý do là da của họ không tổng hợp hữu hiệu được sinh tố D và thận cũng kém chuyển hóa sinh tố D thành dạng kích thích tố.

Theo thống kê, có từ 30-40% người cao tuổi bị gãy xương hông vì thiếu sinh tố D. Do đó lớp người này có thể được bảo vệ hơn, nếu dùng thêm sinh tố D.

-Những người ít tiếp xúc với mặt trời như cư dân miền bắc cực, dân chúng mặc quần áo trùm kín cơ thể, người làm việc trong không gian không có mặt trời.

-Người da màu, có nhiều chất màu melanin bao phủ khiến tia tử ngoại không xâm nhập được vào da.

Người có rối loạn hấp thụ chất béo như trong bệnh viêm ruột (bệnh Crohn), bệnh xơ nang tụy tạng (cystic fibrosis), bệnh gan, tụy tạng, giải phẫu cắt bỏ một phần bao tử hoặc ruột.

Thừa sinh tố D

Dùng sinh tố D với liều lượng lớn như trên 50mcg trong một ngày (tương đương 2000 U.I) có thể gây ra nôn mửa, táo bón, ăn không ngon, mệt mỏi, xuống cân, tăng lượng calci trong máu, rối loạn tâm trí.

Quá cao calci trong máu có thể đưa tới rối loạn nhịp tim, kết tụ calci vào các tế bào tim, mạch máu, thận, phổi.

Các nhà dinh dưỡng định mức độ tối đa sinh tố D mà cơ thể chịu đựng được là 25µ (1000IU) cho trẻ em tới 12 tháng; 50µ (2000IU) cho trẻ em, phụ nữ có thai và mẹ cho con bú sữa của mình.

Một số nghiên cứu cho hay, phụ nữ có thai và trẻ em sơ sinh dùng nhiều sinh tố D quá thì van tim thu hẹp, bé bị chậm phát triển trí não và bị khuyết tật. Thường thường chỉ khi dùng sinh tố D phụ thêm thì mới có nguy cơ này. Vì thế, nên tham khảo ý kiến bác sĩ trước khi dùng.

Sinh tố E

Sinh tố E được các khoa học gia tại Đại học Berkeley, California khám phá ra cách nay hơn 80 năm. Trong những thập niên vừa qua, sinh tố này đã là một trong những ngôi sao sáng trong số các chất dinh dưỡng.

Có hai nhóm sinh tố E chính: nhóm tocopherols và tocotrienol với 4 isomers.

Trong hai nhóm này, nhóm alpha-tocopherol isomer có tác dụng mạnh nhất ở trong cơ thể. Cơ thể hấp thụ được cả tocopherol thiên nhiên và nhân tạo nhưng loại thiên nhiên trong thực phẩm có nhiều tác dụng tốt hơn.

Sinh tố E (tocopherol) có dạng dầu sền sệt, màu vàng nhạt, hòa tan trong chất béo hoặc cồn và không hòa tan trong nước.

Sinh tố chịu đựng được sức nóng và acid nhưng bị phân hủy bởi tia tử ngoại hoặc oxygen.

Đun nấu với nhiệt độ bình thường không làm mất sinh tố E, nhưng khi chiên rán chìm trong chất béo hoặc đóng hộp, sấy khô thì sinh tố E mất đi khá nhiều.

Vai trò của sinh tố E trong cơ thể

Trong cơ thể, vitamin E có vai trò quan trọng trong việc chuyển hóa của các tế bào, bảo vệ sinh tố A và chất béo khỏi bị oxy hóa, tạo hồng cầu, phòng ngừa sự hư hao của tế bào và giúp cơ thể sử dụng sinh tố K.

Công dụng

Sinh tố E được đề nghị để phòng ngừa hoặc điều trị một số vấn đề của sức khỏe do tác dụng chống oxy hóa của chúng. Tuy nhiên, cho tới nay kết quả các nghiên cứu đều chưa được thống nhất, chưa có tính cách kết luận hoặc mới có ý kiến trung dung (neutral), đôi khi tiêu cực (negative).

Theo một số tác giả, sinh tố E là một chất chống oxy hóa rất hữu hiệu. Sinh tố bảo vệ các mô, giúp chế tạo và bảo vệ hồng huyết cầu; giúp cơ thể sử dụng sinh tố K.

Vì là chất chống oxy hóa, một số tác giả cho biết sinh tố E có thể tiêu diệt hoặc vô hiệu hóa các gốc tự do (free radicals) do đó có thể giữ một vai trò nào đó trong sự phòng ngừa ung thư và làm chậm tiến trình lão suy. Selenium và sinh tố E có thể thay thế, hỗ trợ cho nhau trong công dụng này.

Nghiên cứu sơ khởi cho thấy sinh tố E có thể ngăn ngừa các chứng bệnh tim mạch, kể cả những chứng nhồi máu cơ tim hay tai biến động mạch não, vì nó làm giảm bớt sự kết tụ của cholesterol xấu LDL (low density lipoprotein) ở trong mạch máu.

Một số nghiên cứu khác cho thấy sinh tố E có thể làm tăng tính miễn dịch bằng cách bảo vệ tế bào khỏi bị tổn thương, do đó sức đề kháng của cơ thể với các bệnh nhiễm trùng mạnh hơn. Đặc tính này có lẽ cũng giúp trì hoãn các triệu chứng của bệnh sa sút trí tuệ.

Sinh tố E còn làm giảm nguy cơ bệnh cườm mắt (cataract) nhờ khả năng chống oxy hóa.

Các nghiên cứu trước đây cho thấy sự sinh đẻ của chuột khả quan hơn khi cho dùng sinh tố E.

Trái với tin tưởng của nhiều người, sinh tố này không có vai trò gì trong việc làm đời sống tình dục người nam mạnh hơn.

Nguồn cung cấp

Nguồn cung cấp chính sinh tố E là thực phẩm gốc thực vật như dầu đậu nành, dầu hạt bông gòn (cotton seed oil), dầu hướng dương (sunflower oil), dầu bắp, phó sản của các dầu vừa kể như margarine; trong mầm lúa mì (wheat germ); trong bắp, các loại hạt có vỏ cứng, hạt dưa (seed), quả ô liu, măng tây và các loại rau có lá màu lục.

Thực phẩm gốc động vật có rất ít sinh tố E.

Sinh tố E được hấp thụ ở ruột non với sự hỗ trợ của mật và chất béo.

Sinh tố E lưu chuyển trong máu và được dự trữ trong tế bào mỡ, gan, bắp thịt, phần dư thừa được bài tiết qua phân.

Không giống như sinh tố A và D, sinh tố E không gây ra triệu chứng ngộ độc khi ta dùng một số lượng cao.

Tuy nhiên, đang uống thuốc Coumadin chống loãng máu cần cẩn thận, vì sinh tố E cao quá có thể làm xuất huyết nhiều hơn.

Nhu cầu

Nhu cầu sinh tố E thay đổi tùy theo tuổi tác, nam hoặc nữ, tình trạng sức khỏe và số lượng chất béo bão hòa mà người đó tiêu thụ. Chất béo bão hòa dễ bị oxy hóa vì thế cần tăng sinh tố E nếu ăn nhiều chất này.

Liều (dose) sinh tố được ghi theo đơn vị milligram hoặc IU (International units). 1mg alpha-tocopherol tương đương với 1.5 IU.

Tại Hoa Kỳ, giới chức y tế dinh dưỡng đề nghị (Recommended Daily Allowance- RDA) là:

- Nam nữ từ 14 tuổi và phụ nữ có thai ở mọi tuổi cần 15mg (hoặc 22.5IU),
- Phụ nữ cho con bú sữa mẹ cần 19mg (hoặc 28.5IU) sinh tố E mỗi ngày.

Số lượng này đều có trong phần ăn hàng ngày nếu ta tiêu thụ đầy đủ các chất dinh dưỡng trong thực phẩm.

Với trẻ em sơ sinh, không có RDA nhưng có đề nghị:

- Các em khỏe mạnh bú sữa mẹ từ lúc sanh tới 6 tháng cần 4mg/ngày (6IU/ngày);
- Từ 7-12 tháng cần 5mg/ngày (7.5 IU/ngày).

RDA cho trẻ em

- Từ 1-3 tuổi: 6mg/ngày (7.5 IU);
- Từ 4-8 tuổi: 7mg/ngày (10.5 IU)
- Trẻ em từ 9-13 tuổi: 11mg/ngày (16 IU/ngày).

Thiếu sinh tố E

Thiếu sinh tố E rất ít khi xảy ra và có thể thấy trong bệnh nhân kém hấp thụ chất béo ở ruột như bệnh Crohn, sau giải phẫu, khi kém dinh dưỡng, khi tiêu thụ rất ít sinh tố E hoặc trong vài bệnh di truyền đặc biệt.

Thiếu sinh tố trong thời gian lâu có thể đưa tới không vững trong việc đi đứng và không có phối hợp giữa các cơ bắp, yếu cơ bắp, giảm phản xạ (reflex). Thiếu kinh niên có thể đưa tới mù lòa, sa sút trí tuệ, thay đổi nhịp tim.

Điều trị khi thiếu sinh tố E cần được bác sĩ xác định và theo dõi vì có nhiều chứng minh khoa học cho hay, dùng thêm sinh tố E có thể gây hậu quả không tốt cho cơ thể.

An toàn của sinh tố E

Cho tới nay, chưa có chứng minh khoa học về sự công hiệu của sinh tố E khi dùng quá liều để được cơ quan y tế đưa ra (RDA). Do đó, cần cân nhắc lợi hại trước khi quyết định dùng thêm sinh tố E.

Dùng thêm trong thời gian ngắn với liều tối đa 1000mg/ ngày (tương đương với 1100 IU) được coi như tương đối an toàn và có thể có ích lợi.

Ảnh hưởng lâu dài khi dùng nhiều sinh tố E vẫn chưa được làm rõ cho nên các giới chức y tế khuyên không nên dùng quá nhiều sinh tố này.

Quá nhiều sinh tố E có thể đưa tới viêm da, đau bụng, tiêu chảy, ói mửa, tăng rủi ro xuất huyết, chóng mặt, mệt mỏi, nhức đầu, mờ mắt...

SINH TỐ K.

Sinh tố K (còn gọi là sinh tố chống xuất huyết) hòa tan trong chất béo và có hai loại: K1 có tự nhiên trong rau màu lục và K2 được tổng hợp bởi các vi sinh vật trong ruột của người và động vật. Sinh tố K3 được tổng hợp bằng phương pháp khoa học.

Công dụng

Sinh tố K có nhiệm vụ bảo vệ cơ thể chống chảy máu khi bị vết thương trên da thịt hay xuất huyết trong cơ quan nội tạng. Sinh tố K giúp gan tổng hợp bốn yếu tố đông máu II, VII, IX và X mà khi thiếu các yếu tố này thì máu không đông được .

Nhiều nghiên cứu sơ khởi cho thấy sinh tố K có thể tăng cường sức chịu đựng của bộ xương ở người cao tuổi.

Nguồn cung cấp

Các vi khuẩn trong ruột con người tạo khoảng 80% sinh tố K, số còn lại do thức ăn cung cấp.

Sinh tố K có nhiều trong trà xanh, cây củ cải (turnip), bắp su (cabbage), su lơ (cauliflower), những loại rau có lá lớn, đậu nành và nhiều loại dầu thực vật, gan, thịt lợn.

Sinh tố K chịu đựng được sức nóng và độ ẩm nhưng bị tia tử ngoại, acid, kiềm, oxygen phân hủy. Việc nấu nướng thức ăn thường không làm mất sinh tố K.

Sinh tố K tổng hợp menadione hay K3 cũng có tác dụng như sinh tố K.

Nhu cầu

Mỗi ngày nên tiêu thụ từ 30 mcg-80 mcg tùy theo độ tuổi. Số lượng này đều có trong thực phẩm nên không cần phải uống thêm sinh tố K.

Lý do thiếu sinh tố K thường là do uống nhiều thuốc kháng sinh khiến vi khuẩn trong ruột bị tiêu diệt, hoặc không có khả năng hấp thụ sinh tố K từ thực phẩm.

Trẻ sơ sinh chưa có vi sinh vật trong ruột, cũng thường hay thiếu sinh tố K nên sau khi sinh, được tiêm một lượng nhỏ sinh tố này để ngừa chảy máu.

Bác sĩ Nguyễn Ý Đức, MD

www.bsnguyenyduc.com

VỀ MỤC LỤC

HẠNH PHÚC

LỜI TẠM BIỆT:



**Quán trọ đời chân trần nay đã mỗi,
Chào mọi người tôi tạm biệt ra đi,
Đột ngột chia tay chẳng kịp nói gì.**

Xin nhắn gửi đôi lời ai ở lại:

"Quà Tặng Tin Mừng" đang đợi tiếp theo...

"Cơm Yêu Thương" giúp ung thư ngặt nghèo.

Đa tạ tấm lòng chung tình bác ái.

Làm đẹp lòng Thiên Chúa: giáng Hồng Ân.

Kính báo: Mọi sự giúp đỡ cho chương trình Quà Tặng Tin Mừng và Cơm Yêu Thương,
xin vui lòng liên lạc BBT CGVN conggiaovietnam@gmail.com

Đề tưởng nhớ và tri ân Lm Gã Siêu Hoàng Đình Mai, Đặc San GSVN sẽ cho đăng mỗi kỳ một Chuyện Phiếm của Gã Siêu.

HẠNH PHÚC

Lễ Giáng sinh và tết tây trở về, bước chân xuống phố, hay chui đầu vào những cửa tiệm, đâu đâu gã cũng thấy được hàng chữ :

- A merry Christmas and a happy new year.

Và cũng hàng chữ ấy được in trên từng cánh thiệp thiên hạ gửi cho nhau nhân dịp này.

Việt nam ta luôn mở rộng vòng tay đón nhận mọi luồng văn hóa. Tây có mà Tàu cũng có. Đầu an-nam-mít, mà đít có khi là Phăng-xe, có khi là Ăng lê, có khi là khỉ khô gì nữa...thì chỉ mình ông trời mới biết.

Vì thế, cũng “ a happy new year” cho nhau khi năm mới bắt đầu. Ngoài ra, trong dịp tết nguyên đán, người ta cũng chúc cho nhau ba trăm sáu mươi lăm ngày hạnh phúc. Và khi đi dự đám cưới, người ta cũng toe toét cái miệng mà cầu cho đôi tân hôn được trăm năm hạnh phúc. Thế nhưng, hạnh phúc có hay không ?

Giáo lý nhà Phật vốn thường bảo :

- Đời là bể khổ và mỗi người là một cánh bèo trôi dạt trên đó.

Như thế, thì thật khó mà tìm thấy hạnh phúc trên cõi đời này. Ấy vậy cho nên những người bi quan mới nghĩ rằng hạnh phúc chỉ là một khái niệm trừu tượng, chẳng hề tồn tại. Thậm chí, có những tay tỷ phú, giàu nứt đố đổ vách, mà vẫn than van : đời mình gom lại liệu được mấy giờ hạnh phúc. Hay chán đời đi tìm cái chết để “phục mê bu tích” chấm dứt một kiếp người làm than khổ ải.

Ngày xưa ngày xưa có một ông vua sống trong cung điện nguy nga lộng lẫy, thế mà lúc nào lòng cũng rầu rĩ, chứt xiu nữa thì râu ria ra rập rập...Người ta bày đủ trò đủ cách cho ông vua được “dui” : nào là tiệc tùng linh đình, nào là cung nữ nhảy múa, nào là đờn hát xướng ca...thế mà ông vua vẫn cứ buồn rười rượi.

Thế rồi, một kẻ lạ mặt đã xin vào chầu và dâng lên ông vua cao kiến của mình :

- Nếu bệ hạ mặc được chiếc áo của một người hạnh phúc nhất nước, thì lúc ấy căn bệnh “buôn huyền” mãn tính sẽ được thuyên giảm liền tù tì.

Nghe vậy, ông vua bèn truyền cho mọi quan chức và binh đội, tất tậ đều phải lên đường, lùng sục khắp nơi, thậm chí chẳng được bỏ sót bất kỳ một hang cùng ngõ hẻm nào, miễn sao đem về cho ông vua tấm áo của con người hạnh phúc nhất nước.

Tuy nhiên, đi tới đâu cũng chỉ cảm thấy sặc sụa mùi đau khổ. Và hình như khổ đau đã phủ bóng lên từng cây số. Bên cạnh chiếc nồi hồng của trẻ thơ, đã thấy phảng phất bóng dáng của thần chết. Bên cạnh ánh mắt rạng rỡ của đôi tình nhân, đã hằn lên vết chân của phản bội, bắt trung. Bên cạnh nụ cười mãn nguyện của cặp vợ chồng trẻ, đã để lại dấu ấn của biết bao nhiêu vất vả, cực nhọc...

Quan với quân đi mãi đi hoài mà cũng chẳng thấy được một khuôn mặt hạnh phúc. Thất vọng, họ kéo lê từng bước chân mệt mỏi trở về kinh đô chịu tội với ông vua. Đang lúc ấy, tai họ bỗng nghe thấy một giọng hát véo von và hồn nhiên, chắc hẳn phải là của một người hạnh phúc lắm.

Họ vội vã bước tới và nhận ra một em nhỏ đang ngồi trên mình trâu vô tư nghêu ngao. Họ hăm hở xông đến với ý đồ đen tối lột phăng chiếc áo em nhỏ đang mặc mà đem về dâng cho ông vua.

Thế nhưng, khi mặt đã đối mặt, họ mới chưng hửng và hựt hẫng. Thì ra em nhỏ quá nghèo, chẳng có được một tấm áo che thân, nên phải cời trần trụi trực.

Thảo nào mà Nguyễn công Trứ đã phải than van :

- Thoạt sinh ra thì ã khóc chóc,

Đời có vui sao chẳng cười khi.

Còn bàn dân thiên hạ, kể thì bảo :

- Phàm trên cõi đời này, chẳng có chi là sung sướng, nên người ta mới phải mong ước...Hạnh phúc là một cái gì thật mơ hồ, khiến chúng ta bắt buộc phải khát khao đợi chờ.

Người thì nói :

- Hạnh phúc như một thứ tiếng vang, nó trả lời nhưng không bao giờ đến.

Tuy nhiên, chủ trương như trên xem ra có phần bi quan yếm thế, chẳng khác gì đeo cặp kính râm mà soi mới nhìn vào cuộc sống. Kinh nghiệm đời thường cho thấy : Ai trong chúng ta cũng đã từng có những khoảng khắc sướng rên mé ãu hiu, nhưng giây phút khoái tỹ tuyệt cú mèo và chúng ta bảo rằng :

- Minh rất ư là hạnh phúc tràn trề.

Dù mùa đông lạnh lẽo, thì thỉnh thoảng cũng có ã được một vài ngày nắng ấm ãt xuất. Đau khổ ã ãng ãng đeo ãuôi kiếp người thì cũng có ã được ãi ba ngày vui. Dù ngày vui mau qua và rất họa hiem, thậm chí chỉ ã được ãếm trên ãầu ngón tay, hay ãu thể nào chẳng ãũa thì cái ã được gọi là hạnh phúc vẫn có ãó. Nhưng hạnh phúc là cái chi chi ?

Dẫn vào một bài bàn về hạnh phúc trên báo Figaro, ãược báo “Kiến thức ngày nay” trích ãịch, tác giả ãã ghi nhận như sau :

- Không có một từ nào mù mờ về nghĩa bằng từ “hạnh phúc” Hạnh phúc không thể nói lên bằng lời, không thể diễn tả, cũng không thể nắm bắt...Càng không thể mua ãược bằng tiền. Nhà thơ Pháp Jacques Prévert có lần ãã viết : “Trên tấm bảng ãen của sự bất hạnh, mặc cho bao ãe bũ, cậu bé ãốt ãặc ãã vẽ ãược gương mặt của hạnh phúc”. Vậy hạnh phúc là gì ?

Đứng trước câu hỏi này, chính bản thân gã cũng cảm thấy bí, bèn phải vác tự ãiển ra ãể mà tra cứu. Trước hết, theo “Việt nam Tự ãiển” của Lê văn Đức, hạnh phúc có nghĩa là ãiều may mắn cho cuộc đời. Chúc ông ãược nhiều hạnh phúc thì cùng có nghĩa là chúc ông ãược nhiều may mắn.

Đãc xong câu ãịnh nghĩa trên, gã cảm thấy ám ức, không ãn và còn thiếu thiếu một cái gì ấy, bởi vì rất nhiều người suốt đời chẳng gặp ãược ãiều chi may mắn như trúng số, thi ãỗ...mà họ vẫn cứ sống phây phây hạnh phúc, như hình ảnh của cặp vợ chồng con nhà nghèo :

- Râu tôm nấu với ruột bầu.

Chồng chan, vợ húp, gặt ãầu khen ngon.

Còn theo tự ãiển “Larousse” của mấy ông tây, hạnh phúc có nghĩa là một tình trạng ãược hoàn toàn hài lòng. Câu ãịnh nghĩa này hơi “siêu” nhưng xem ra lại ãúng hơn.

Như thế, người ta khó mà ãược ãịnh nghĩa ãược hạnh phúc bằng lời nói hay bằng ngôn từ, nhưng chỉ cảm nhận ãược nó mà thôi. Tuy nhiên, cách thức cảm nhận hạnh phúc của mỗi người lại khác nhau, nên mới nhiều khê và rắc rối.

Thực vậy, có khi cùng một cảnh ngộ, nhưng mỗi người lại cảm nhận một cách khác nhau. Với người lạc quan thì đó là niềm hạnh phúc, còn với người bi quan thì đó lại là nỗi buồn khổ. Chẳng hạn hai người cùng đi du lịch Đalat, được hỏi cho biết cảm tưởng của mình về thành phố này. Người thứ nhất trả lời :

- Đây là một thành phố buồn. Mưa rơi và gió lạnh chẳng đi được tới đâu, suốt ngày co ro nơi xó nhà.

Trái lại, người thứ hai hồ hởi nói :

- Đây là một thành phố tuyệt cú mèo. Khí hậu thì mát mẻ, cảnh sắc thì đẹp đẽ.

Hơn thế nữa, mỗi người thường lại nhắm tới một thứ hạnh phúc cho riêng mình. Chẳng hạn tiền đôi khi là hạnh phúc của kẻ nghèo, chỗ trú chân đôi khi là hạnh phúc của kẻ lang bạt và mái ấm gia đình đôi khi là hạnh phúc của kẻ cô đơn..

Lắm lúc hạnh phúc đơn sơ của người này lại là hạnh phúc cháy bỏng của người kia. Chẳng hạn trên đường phố : Một người phụ nữ sang trọng đi chiếc xe Dream láng coóng, trong khi đó cặp vợ chồng nghèo đang đèo nhau trên chiếc xe đạp cà tàng, phía trước là thằng cu con. Anh chồng thỉnh thoảng lại cạ chiếc cằm đầy râu của mình lên mái đầu thằng cu con, làm nó cười khúc khích vì nhột. Chị vợ ngồi sau tùm tùm đấm nhẹ lưng anh chồng và nhắc : cẩn thận kéo té.

Người phụ nữ sang trọng kia đã nhìn cảnh tượng ấy bằng ánh mắt thèm khát. Còn anh chồng nghèo lại mơ có chiếc xe Dream cho đỡ cực cái thâm ròm của mình. Đúng như dân La mã ngày xưa đã bảo :

- Ta muốn tìm hạnh phúc của người, còn người thì lại thèm hạnh phúc của ta.

Cha ông chúng ta cũng đã phát biểu :

- Được voi đòi tiên.

- Đứng núi này, trông núi nọ.

Nhiều khi quả thực hạnh phúc rất đơn sơ. Chẳng hạn ngày xưa mỗi khi tết đến được bố may cho bộ quần áo mới, hay mỗi khi mẹ đi chợ về cho một chiếc kẹo là gã liền cảm thấy vui sướng quá chừng chừng. Bộ quần áo mới và chiếc kẹo ấy chính là niềm hạnh phúc đối với gã hồi nhỏ. Còn bây giờ, chẳng hạn mỗi khi viết xong một mẩu chuyện phiếm, gã bèn bán một phát thuốc Lào, điều kêu lên ro, mắt lim dim thả hồn theo khói và thâm nghĩ :

- Ôi đời sao mà đẹp thế.

Và như vậy, nói nôm na theo kiểu bình dân học vụ thì hạnh phúc chính là cái tình trạng “sướng rên”, “khoái tử” của mỗi người.

Gã rất tâm đắc với ý tưởng sau đây của Chamfort :

- Hạnh phúc giống như chiếc đồng hồ. Càng ít rắc rối bao nhiêu, thì càng ít hư hỏng bấy nhiêu.

Mới đây, gã đã đọc một bài của Phương Thủy trên báo Phụ nữ Chủ nhật, trong đó có đoạn như sau :

“Hạnh phúc cũng có giá. Song ít ai biết được giá của hạnh phúc là bao nhiêu. Có khi rất đắt, có khi rẻ lắm, nhưng cũng có khi vô giá hoặc được cho không một cách hào phóng. Cũng có khi người ta đem hạnh phúc ra mua bán hoặc đánh đổi. Nhưng mà chỉ có thể bán hạnh phúc đi, chứ không thể nào mua được nó...”

Sau đó, tác giả đã đưa ra một vài trường hợp cụ thể của việc bán đứt hạnh phúc của mình :

“ Một anh bạn trai đã bộn bạch chân thành : Mình nghèo, lấy vợ nghèo, chỉ mong có nhiều tiền nên lao vào việc kiếm tiền. Ngày ấy hạnh phúc của mình là tiền. Bây giờ, nhà mình giàu có, nhưng con cái bị bỏ bê, hư hỏng, nghiện ngập. Vợ mình suốt ngày ca cẩm, mình chán lắm... Một cô bạn gái xinh đẹp khác thì buồn sâu : hồi ấy mình chán “lão chồng” suốt ngày chỉ nghiên vớی cứu. Vài đồng lương kỹ sư thì có mà ăn cám. Tưởng theo “tay” này khôn lanh, nhiều tiền sẽ hạnh phúc. Nào ngờ... Tôi bắt gặp ánh mắt luyến tiếc của cô nhìn về phía “lão chồng” cũ cũng có mặt ngày hôm ấy. Cũng phải thôi. Cô và tay chồng mới, một gã lái xe, quá chênh nhau về trình độ học vấn. Đã thế, “chàng” đi rong khắp nơi, bỏ bịch khắp chốn thì được, nhưng về nhà lại ghen đứng ghen ngồi với vợ. Vì vậy, cô được “bảo quản” rất cẩn thận...”

Trong cả hai trường hợp kể trên, anh bạn trai và cô bạn gái đều đã bán đứt hạnh phúc của mình. Anh bạn trai thì bán đứt cho những đồng tiền còm, còn cô bạn gái đã bán đứt cho tên lái xe nợ với giá là một căn nhà ba tầng với đầy đủ tiện nghi. Nhưng mà hỉ thương ôi...

Còn trường hợp thứ ba là tình yêu đơn phương của một cô gái :

“Suốt bao nhiêu năm liền, vào những ngày thứ bảy, cô đạp xe hai mươi cây số, từ nơi cô sống về thành phố chỉ để nhìn người cô yêu vài phút. Chỉ vài phút thôi vì sau đó thế nào anh chàng cũng viện cớ để bỏ đi, sau khi hứa về một cuộc hẹn vào tuần sau. Những giây phút ấy đối với cô là hạnh phúc quý giá mà cô nâng niu suốt nhiều năm, cho tới ngày anh chàng đi lấy vợ. Giá của cái hạnh phúc nhỏ nhoi ấy là những năm tháng tuổi trẻ của cô. Tôi nói :

- Đắt quá.

Nhưng cô lắc đầu :

- Không đâu. Hạnh phúc được gặp anh ấy mỗi tuần là nguồn ánh sáng của mình ngày ấy... Nếu không, chưa chắc mình đã sống nổi.

Có thể cô có lý. Tôi đã không định giá được niềm hạnh phúc ấy.”

Hạnh phúc luôn có đó, nhưng làm thế nào để bản thân mình được hạnh phúc ?

Như trên gã đã đã viết : cách thức cảm nhận về hạnh phúc của mỗi người thật khác nhau. Vì thế, hạnh phúc luôn hệ tại ở lòng mình. Thực vậy, câu chuyện sau đây đã xác nhận sự thật trên :

Đức Khổng tử ngày kia đi chơi núi Thái sơn, gặp ông Vinh Khải Kỳ ngao du ở ngoài đồng, mặc áo cừu, thắt lưng dây, tay gảy đàn cầm, vừa đi vừa hát. Thấy vậy, Đức Khổng Tử bèn hỏi :

- Tiên sinh làm thế nào mà vui vẻ thế ?

Ông Vinh Khải Kỳ trả lời :

- Trời sinh muôn vật, loài người quý nhất, mà ta được làm người, đó là một điều đáng vui. Trong loài người, đờn ông quý hơn đờn bà, mà ta được làm đờn ông, đó là hai điều đáng vui. Người ta sinh ra có kẻ đui mù, có kẻ què quặt, mà ta hoàn toàn khỏe mạnh, nay đã chín mươi,

đó là ba điều đáng vui...Còn cái nghèo là sự thường của thế gian, cái chết là sự hết của đời người. Ta nay xử cảnh thường đợi lúc hết, thì có gì là lo buồn.

Đức Khổng tử nói :

- Phải lắm, tiên sinh thế là biết cách tự làm cho mình hạnh phúc mà hưởng sự vui thú ở đời.

Từ đó, gã nghiệm ra bí quyết thứ nhất để cuộc đời được hạnh phúc, đó là biết khám phá ra những niềm vui nho nhỏ ẩn dấu trong những sự việc của cuộc sống thường ngày, như người xưa đã nói :

- Tri túc tiện túc đãi túc hà thời túc, tri nhân tiện nhân đãi nhân hà thời nhân.

Niềm vui nho nhỏ ấy có khi được ẩn dấu ngay cả trong những khổ đau phải chịu, bởi vì nhiều lúc trong niềm vui lại có nỗi buồn và trong nỗi buồn lại có niềm vui. Hay như một câu danh ngôn đã bảo :

- Đau khổ là chiếc cầu dẫn tới hạnh phúc.

- Không đau khổ, thì chẳng thể hiểu được hạnh phúc.

Và như thế, cách thức cảm nhận giống như một cặp kính chúng ta đeo vào mắt. Nếu cặp kính màu hồng, chúng ta sẽ thấy mọi sự đều tươi hồng và đáng yêu, nên chúng ta sẽ được hạnh phúc. Còn nếu cặp kính màu xám, chúng ta thấy mọi sự đều đen xám và đáng ghét, nên chúng ta sẽ phải khổ đau. Đúng là :

- Người vui, cảnh cũng vui lây,

Người buồn, cảnh có vui đâu bao giờ.

Bí quyết thứ hai để cuộc đời được hạnh phúc đó là một cuộc sống trong sáng, không hổ thẹn với lương tâm. Thực vậy, người hạnh phúc là người không bị lương tâm cắn rứt. Trái lại, kẻ đi vào con đường cong queo, xiên xẹo sẽ chẳng bao giờ tìm thấy được hạnh phúc.

Gã còn nhớ hình ảnh của Cain trong sách Sáng thế ký. Ghen tức vì lễ vật của Abel được Thiên Chúa chấp nhận, Cain đã giết em mình ngoài đồng vắng. Thế nhưng, liền sau đó, dù đi tới đâu và dù ở nơi chân trời góc biển xa lạ nào chẳng nữa, Cain vẫn cảm thấy như đôi mắt Thiên Chúa đang nhìn mình trừng trừng để rồi cuộc đời của Cain trở nên bất ổn. Một khi đã bị lương tâm dày vò vì tội ác và cuộc đời trở nên bất ổn thì làm sao thấy được hạnh phúc.

Bescus là một gã thanh niên đã phạm tội giết cha của mình. Hắn thực hiện hành vi tội ác ấy một cách tinh vi, chẳng ai biết được. Nhưng kỳ lạ thay, là từ hôm đó hắn luôn luôn nghe thấy những con chim én bay lượn và lặp đi lặp lại :

- Mày là thằng giết cha, mày là thằng giết cha.

Hắn tìm cách phá hết mọi tổ én, nhưng hắn vẫn không cảm thấy được yên lòng. Cuối cùng hắn đã phải thú nhận tội lỗi của mình.

Cặp mắt Thiên Chúa hay tiếng chim én...tất cả chỉ là những hình ảnh nói lên sự dày vò cắn rứt của lương tâm. Thực vậy, trước mỗi việc làm, lương tâm sẽ lên tiếng báo động cho chúng ta hay đó là điều tốt hay điều xấu, đó là điều được phép hay không được phép.

Còn sau mỗi việc làm, lương tâm sẽ đóng vai quan tòa xét xử. Nếu đã làm điều tốt, chúng ta sẽ được vui mừng. Còn nếu đã làm điều xấu, chúng ta sẽ bị dằn vặt, mặc dù việc làm của chúng ta thật kín đáo, chẳng một ai hay biết.

Cũng trong chiều hướng ấy, mà hình như cụ Tú Lãm trong “Nửa chừng xuân” của Khái Hưng, đã có lời khuyên sau đây :

- Cha chỉ có ba thứ gia bảo này ông cha để lại cho cha, nay cha truyền lại cho hai con mà thôi, là : giữ lòng vui, giữ linh hồn trong sạch và đem hết nghị lực ra làm việc.

Bí quyết thứ ba để cuộc đời được hạnh phúc, đó là hãy ra sức cố gắng làm cho người khác được hạnh phúc. Đúng vậy, Abbé Delile đã nói :

- Hạnh phúc chỉ dành riêng cho những ai làm nhiều người được sung sướng.

Gã cảm thấy lời Kinh thánh sau đây như là qui luật của muôn đời :

- Cho thì sướng hơn là nhận.

Hay nói một cách khác :

- Càng hy sinh vì người khác thì lại càng hạnh phúc. Nếu hạnh phúc là một thứ tiền, thì càng cho lại càng lời.

Đúng vậy, kinh nghiệm bản thân đã cho gã hay, mỗi khi cực chẳng đã phải ngửa tay xin tiền người khác, sao mà gã cảm thấy ngại ngùng, chẳng biết mở mồm mở miệng ra ăn nói thế nào cho phải phép, mặc dù số tiền xin xỏ ấy được dùng vào công việc chung đem lại lợi ích cho mọi người và mặc dù ăn tục nói phép vốn dĩ là “nghề” của gã. Nhiều khi cầm đồng tiền của người khác mà nghĩ thật tủi nhục, chỉ muốn ứa cả nước mắt, nhưng vì lợi ích chung đành phải cắn răng chịu vậy.

Thiên hạ thì : Cái có ló cái ngu. Chẳng thế mà bên Ăng lê, có kẻ quẳng tiền ra xây khách sạn năm sao cho...chó. Còn mình thì chỉ sợ : Cái khó bó cái khôn. Bởi vì phàm để làm mọi việc, thì vấn đề đầu tiên bao giờ cũng vẫn là vấn đề tiền đâu, cho nên đành phải lật ngược thế cờ : Cái khó ló cái khôn. Dù chỉ là thứ khôn vặt, khôn lỏi mà thôi.

Trái lại, mỗi khi gã bố thí cho người nghèo, hay cho người ăn mày ngồi bên vệ đường, dù chỉ một vài đồng tiền còm, thì lập tức gã liền cảm nhận được một niềm vui nhẹ nhàng len lén đi vào tâm hồn, khiến nhiều lúc gã đã phải cười ruồi một mình, hay huýt sáo vu vơ cho hả bớt niềm vui.

Cũng trong ý nghĩ ấy, Thánh nữ Têrêsa đã cho biết :

- Từ khi tôi biết quên mình, tôi được sống hạnh phúc như chưa từng ai thấy.

Báo “Tuổi trẻ Chủ nhật” đã móc được một mẩu chuyện nho nhỏ trên “internet” như sau :

Có hai người đàn ông bệnh nặng, được xếp chung một phòng tại bệnh viện. Người nằm gần cửa sổ được phép mỗi buổi chiều ngồi dậy một tiếng đồng hồ để thông khí trong phổi, nên đã lợi dụng thời gian này để kể lại cho người kia những sinh hoạt bên ngoài : nào là bà ngỗng đang bơi lội trên mặt hồ, nào là đôi tình nhân tay trong tay dạo chơi dưới vòm cây, nào là đoàn quân diễu hành đang đi qua...

Người kia mỗi ngày đều chờ đợi khoảng thời gian ấy để được hòa nhập với cuộc sống bên ngoài.

Ngày và đêm trôi dần cho tới một buổi sáng cô y tá phát giác ra người nằm bên cạnh cửa sổ đã qua đời. Khi mọi việc đã ổn định, người đàn ông còn lại yêu cầu được chuyển đến cạnh cửa sổ.

Bác ta nhón dậy bằng tất cả sự cố gắng của mình và nhìn ngắm thế giới bên ngoài. Thế nhưng, đối diện với cửa sổ chỉ là một bức tường xám xịt. Bác ta hỏi cô y tá xem cái gì khiến người bạn khốn khổ cùng phòng đã mô tả cho bác ta nghe những điều tuyệt diệu qua cửa sổ.

Cô y tá cho biết người đàn ông đó bị mù và thậm chí cũng chẳng thấy được cả bức tường xám xịt nữa. Cô y tá nói :

- Sở dĩ ông ta kể như vậy vì muốn cho bác được vui và được hạnh phúc, đồng thời khuyến khích bác can đảm hơn lên.

Tuy nhiên, để dễ dàng thực hiện ba bí quyết trên, đồng thời cũng để cuộc đời được hạnh phúc, thì người ta rất cần đến một niềm tin tôn giáo.

Một vị thánh ẩn tu nọ sống khắc khổ trong khu rừng vắng. Ngày kia có người hỏi :

- Làm sao ngài có thể chịu đựng nổi ?

Thánh nhân nói :

- Ông hãy đến và nhìn qua cái lỗ này thì sẽ rõ.

Người kia đến và thấy sau tường hang rêu phủ, có một lỗ hồng để lộ ra một góc trời.

Thấy họ không hiểu, thánh nhân liền cắt nghĩa :

- Góc trời đó là niềm an ủi và hạnh phúc của tôi.

Một người khác vừa đau ốm lại vừa nghèo túng thế mà vẫn cứ sống hạnh phúc. Thiên hạ bèn hỏi tại sao, thì bác ta đã trả lời :

- Vì tôi biết sử dụng cái nhìn với đôi mắt sáng suốt.

Nhìn về mặt ngạc nhiên của họ, bác ta vội cắt nghĩa :

- Trước hết tôi nhìn lên trời và nhớ rằng nước trời mới là quê hương đích thật của tôi. Rồi tôi nhìn xuống đất và hình dung ra nắm bụi đất của thân xác khi tôi đã chết. Và sau cùng, tôi nhìn chung quanh và thấy nhiều người còn khổ hơn tôi. Ba cái nhìn ấy làm tôi hạnh phúc, chúng khử trừ mọi tiếng than van và trách móc.

Tìm được hạnh phúc trên cõi đời này đã là chuyện khó, nhưng giữ được hạnh phúc trong cuộc sống của mình lại càng khó hơn.

Thế thì gã biết màn rằng bây giờ ?

Chuyện phiếm của Gã Siêu

[VỀ MỤC LỤC](#)

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

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

giaosivietnam@gmail.com

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

Trao đổi, chia sẻ những kinh nghiệm thực tế trong việc mục vụ của Giáo sĩ; Những tài liệu của Giáo hội hoặc của các Tác giả nhằm mục đích Thăng tiến đời sống Giáo sĩ; Cổ 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 Quý vị

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

TM. Đặc San Giáo Sĩ Việt Nam

Lm. Luca Phạm Quốc Sử USA