

Tôi đi tĩnh tâm linh thao

Tôi được nghe hai chữ linh thao nhiều lần nhưng không biết phương pháp tĩnh tâm này ra sao? Nhiều lần thấy báo Dân Chúa có đăng „Thông Báo“ các khóa linh thao, vì thắc mắc, tò mò cũng muốn đi thử xem sao? Thế nhưng hết chuyện này đến chuyện khác lôi kéo khiến tôi quên bồng đi mất, đến khi chợt nhớ lại thì thời gian đã trôi qua..... và cứ thế hết năm này sang năm khác tôi chẳng quyết định được gì cả.

Lần này tôi đến được với khóa linh thao mùa chay này, tôi phải cảm ơn chị bạn Th. đã thúc đẩy và khuyến khích cũng như rủ rê lôi cuốn nhiều lần. Chị còn quảng cáo ông cha Elizalde Thành, người Tây Ban Nha mà giảng tiếng Việt thật tuyệt vời hơn hẳn người Việt Nam chính cống. Đúng như lời nói của chị, tôi đã gặp được cha, được người hướng dẫn tốt và hiểu biết thêm về Chúa nữa.

Hướng dẫn vào khóa tĩnh tâm, cha ân cần chỉ bảo chúng tôi từng chút một, thật là tận tâm tận lực.

Cha nói: „Các anh chị em có ba ngày bên cạnh Chúa, các anh chị em hãy xin Ngài ban cho mình một tâm hồn vui sướng và nôn nao“ (Có thì giờ tâm sự với Chúa). Thế giới hằng ngày ở ngoài đời không có đủ thời gian tiếp xúc với Chúa. Ba ngày này ai cũng có thời giờ với một gia đình tinh thần để gặp Chúa. Các anh chị em hãy có hai thái độ:

1. Không nên coi thời gian này là hy sinh vì mình đi tĩnh tâm là đi thao luyện cho linh hồn mình.

2. Phải có ý chí, phải cố gắng hết mình.

Những ngày này chúng ta cứ thoải mái, bình an, thông thả. Như vậy có lợi ích cho linh hồn. Vì mỗi lần gặp Chúa, chúng ta có thêm sức sống, đức tin của chúng ta dồi dào hơn. Nếu ai có vết thương, Chúa sẽ xoa dịu. Chúng ta sắp xui xui thì Chúa sẽ thêm sức vực chúng ta lên.

Chúng ta nghỉ ngơi trong tĩnh thức. Lắng đọng tâm hồn xuống để nhận sự hiện diện của Chúa. Cảm lòng cảm trí lắng nghe Chúa. Anh chị em đi tìm chính Chúa chứ không phải chỉ đến để hưởng hồng ân của Chúa.

Mới nghe lời cha mở đầu như vậy tôi đã cảm thấy thích thú và cảm nhận được tình cha con thiết tha của cha với con chiên. Tôi thích thú vui sướng lắng nghe.

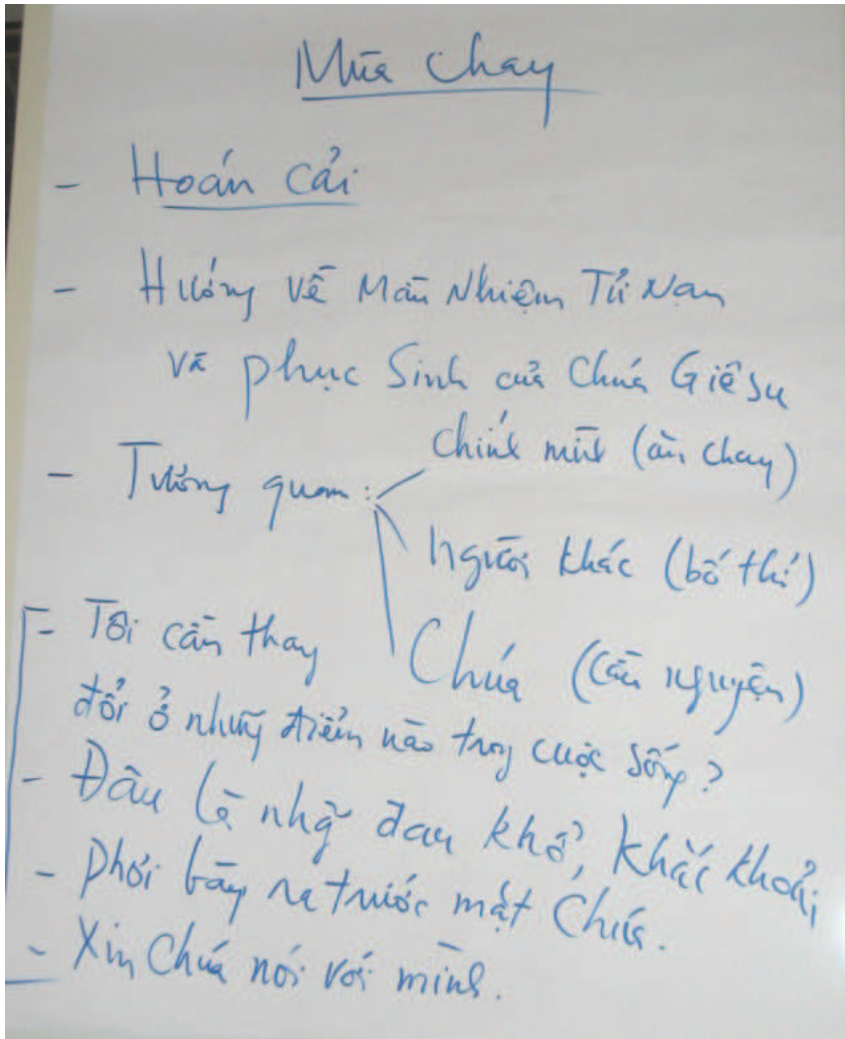
Rồi cứ thế ba ngày tĩnh tâm tôi say sưa, ngây ngất, mê mẩn với những lời vàng ngọc của cha qua các bài huấn đức, qua sự hướng dẫn cầu nguyện tận tâm của cha.

Qua những tâm tình của anh chị em trong khóa, nhất là buổi tối, giờ tâm sự, chia sẻ đức tin.

Về việc tổ chức thì phải nói lời cảm ơn nhiệt thành đến ban tổ chức. Sao mà các anh chị tổ chức lại chu đáo quá sức, nào là bảng tên, nào là bút, giấy để ghi chép. Nào là sách hát, nào là Kinh Thánh. Mỗi tham dự viên đều được một quyển sử dụng cho mình. Rồi giờ ăn, giờ ngủ, giờ cầu nguyện, giờ nghe giảng, giờ đi dạo v.v....thật nhộn nhịp, ăn khớp với nhau.

Tôi là người hay nói, thích múa môi múa mép thế mà trong ba ngày này tôi lại giữ được sự im lặng một cách tuyệt vời. Đến tối, tôi cũng không ngờ là mình làm được như vậy mà chẳng cần một tý cố gắng nào để giữ mồm giữ





cảm nghiệm thật sâu sắc, vui nhiều, sung sướng, hạnh phúc, được giải tỏa hết những thắc mắc về đức tin và được học hỏi nhiều về Thiên Chúa. Tôi đã trút bỏ được cái nhìn về Thiên Chúa là một ông Trời khó tính hay trách phạt, thay vào đó là cái nhìn ra Thiên Chúa là Tình Yêu Nhân Từ, Bao Dung và yêu tôi vô vàn.

Thánh lễ Hòa Giải trong khóa đã để lại trong tôi một niềm vui thật sâu lắng, thật cảm động. Chưa bao giờ tôi được xưng tội một cách sốt sắng và thiêng liêng như vậy. Không khí quanh chúng tôi thật là trang nghiêm và nhẹ nhàng thanh thoát, vui sướng không chỉ ở trong lòng mà trên nét mặt, trong ánh mắt từng người, khi chúng tôi chúc bình an cho nhau... ôi! Tuyệt vời!!

Hiện giờ ngồi ghi lại những cảm nghiệm này, niềm vui của những ngày trong khóa linh thao vẫn còn ngậy ngát trong tâm hồn tôi.

Nhờ đi tĩnh tâm linh thao mà con người tôi đã thay đổi, chồng và các con tôi thật hài lòng về tôi – Và hạnh phúc chan hòa trong gia đình chúng tôi – Lúc nào cũng đầy tiếng cười và những lời đối đáp dí dỏm, chứ không như trước kia tôi hay căng thẳng, lo âu về mọi sự mọi việc trong nhà. Tôi không biết mình có giữ mãi được những hình ảnh này trong tâm hồn mình không? Song tôi sẽ cố gắng.

Tạ ơn Chúa, Cảm ơn Thánh Ynhaziô Loyola, cảm ơn cha Elizalde Thành, cảm ơn ban tổ chức linh thao.

Một tham dự viên

Linh Thao

miệng. Hẳn đây là một phép lạ Chúa ban cho tôi chăng?

Lần đầu tiên tôi mới được biết giá trị tuyệt vời của sự im lặng. Thinh lặng cả bên ngoài lẫn bên trong tâm hồn. Nhờ thinh lặng tôi mới có thì giờ nghiền ngẫm Lời Chúa, nhờ thinh lặng tôi mới biết cầu nguyện với Chúa theo lời cha hướng dẫn:

- là đối thoại với Chúa
- Ca tụng Thiên Chúa
- Cảm ơn những Hồng Ân Ngài ban cho
- Ăn năn thống hối bao nhiêu lỗi lầm
- Xin lỗi Chúa và xin Chúa tha thứ
- Sau cùng xin ơn và dâng lời cảm ơn

Lâu nay từ bé đến giờ, khi cầu

nguyện tôi chỉ biết xin đủ thứ là xin...là xin.... mà không biết những gì mình xin có đẹp lòng Chúa không!?

Tôi chưa bao giờ nhìn thấy núi đồi hùng vĩ, phong cảnh đẹp đẽ mà biết ca tụng bàn tay kỳ diệu của Thiên Chúa Cha và không hề biết ca ngợi những kỳ công của Chúa ban cho riêng mình, cũng như ban cho nhân loại.

Tĩnh tâm theo phương pháp của Thánh Inhaziô Loyola thì phải thực hành những bước:

- Thinh lặng để lắng nghe
- Cầu nguyện để gặp Chúa
- Nỗ lực để hợp tác
- Bàn hỏi để nhận định

Và tôi đã không ngờ mình lại thích hợp được với những bước thực hành trên với những