

Khi nói, chúng ta hãy chú ý nhäu đän đäu mình nói, lý do đän nói và cách nói đän tránh “vấn miäng”.



VRNs (09.12.2011) - IntegratedCatholicLife – Tôi thäy sä khao khát trong vän đän cäa tôi -khao khát cái gì đó sâu säc hän, bäi bä hän và tâm linh hän. Muän läp đäy khoäng khao khát này, chúng ta phäi cä gäng, thäm chí đäu này không đä trong xã häi ngày nay, đän tái phát hiän khä năng chäa lành cäa sä thänh läng. Sách Giäng viên đäy: “Có lúc nän tänh läng, và có lúc nän nói”.

Mäi nä tu Dòng Kín, kä cä tôi, đäu phäi tänh tâm 8 ngày mäi năm. Län đäu tiên chúng ta vào Dòng Kín, chúng ta cäm thäy rät khó thänh läng. Đäu mäi lä. Nhiäu ngä trong chúng ta län đäu tänh tâm 8 ngày chä suy niäm bäng sä ngäc näiên mà cho räng ai cũng có thä giä thänh läng suät 8 ngày. Làm sao chúng ta làm đän cä nhä väy? Dĩ nhiên, qua nhiäu năm, chúng ta trän nên thích säng thänh läng hän.

Có 2 loäi thänh läng – thänh läng ngoäi täi và näi täi (exterior and interior silence). Mäi cái bä täc län nhau. Cái này làm cho cái kia có thä. Cä hai đäu đäm chúng ta đän gän Thiên Chúa. Chúng ta biät giä thänh läng đä có thä cäu nguyän. Không khó hiäu đä nhän ra räng khi có sä thänh läng ngoäi täi, nó sä cho thäy tät cä các täng đäng näi täi trong tâm hän. Dòng Kín có cách cäu nguyän thäm sâu và tät cä chúng tôi mau chóng nhän ra các täng đäng näi täi có thä rät nä ào. Tôi nghe nhäng ngä cä gäng nän đät hóa đäi mình, và räi xa nó vì sä thänh läng cho thäy nhiäu täng đäng näi täi. Đó là làm lä ra quá nhiäu.

Trong kä tänh tâm năm, ngängä giäng phòng (retreat master) là LM Thomas Dubay, SM. Ngäi nói vä sä trái ngängä cäa sä im läng. Ngäi täp trung vào läi nói, täp trung vào Đäu chúng ta CHäN đän nói và KHI chúng ta nói đäu đó.

Tôi còn gi nh ng ghi chú trong k tĩnh tâm đó. M đi m đ u làm tôi “sáng m t”. Ng i ta có th tìm th y đ u này trong s yêu c u c a mình. Đây là vài ghi chú tôi ghi i khi nghe LM Dubay gi ng tĩnh tâm, ngài chia làm 2 ph n:

1. T i i hi n nhiên c a cái i.
2. Không nh n ra i i m trong i nói.

T i i hi n nhiên c a cái i – “Ng i năng nói năng i, ai dè gi i nói m i là ng i khôn” (Cn 10:19).

- * Gièm pha – Nói v i c a ng i khác (i có th t) mà không có ý t t (Sr 21).
- * Vu kh ng – Nói v i c a ng i khác (i không có th t).
- * Cãi nhau v t – Nói nh ng i nh n xét gay g t.
- * C n nh n – Luôn than phi n, la r y ho c ch trích ng i khác dù i đó có th t; luôn tìm cách “b i lông tìm v t” (Cn 21:9).
- * Đ cao mình – Luôn nói đ n nh ng đ u mình làm ho c nói, luôn nói v mình.
- * L m chuy n – Có nh ng bí m t không đ c ti t i , ai cũng có danh đ : “Đ a ng i lê đôi mách s ti t i đ u bí m t, còn ng i tín c n gi kín chuy n riêng t ” (Cn 11:13).
- * Chi ph i cu c nói chuy n – H u nh chúng ta không bi t đ u này, vì ai cũng mu n nói nhi u.
- * Nói chuy n t c t u – Nói nh ng đ u b t x ng, dù nói đùa: “Chuy n gian dâm, m i th ô u hay tham lam, thì dù nói đ n, anh em cũng ph i tránh, nh th m i x ng đáng là nh ng ng i trong dân thánh” (Ep 5:3-4).

Không nh n ra i i m trong i nói

- * Nói đ gi t th i gian – Khi tán g u, nói chuy n vô b : “Đ n Ngày phán xét, ng i ta s ph i tr i v m i đ u vô ích mình đã nói” (Mt 12:36).
- * Khinh su t tâm linh khi nói chuy n v i ng i khác – Cho đó là đ u t t nhiên c a cu c s ng (Tv 25:15; Ep 1: Cl 3:12; Ep 5:18-20).
- * Phung phí năng l c tâm lý – Làm chúng ta m t m i, xao lãng, và không th hoàn t t b n ph n hi n tại.
- * Làm g ng x u – Đ i v i gia đình, b n bè, đ ng nghi p, nh t là đ i v i tr em.
- * Nói cho s ng mi ng – Nói đi nói i v n i đau ho c i i m c a ng i khác.

Vấn Miếng

Tác Giả: N tu Laus Gloräe, OCD

Thứ Năm, 15 Tháng 12 Năm 2011 06:09

* Bị n h – T bào ch a mình dù không c n thi t.

* Lãng nhách, “vô duyên” – Đáng l có th dùng th i gian t t h n: “Còn nh ng chuy n nh m nhí, tr ng r ng, anh hãy tránh xa, vì nh ng k nói nh ng chuy n y s ti n sâu vào con đ ng vô luân. L i h nh m t th ung nh t c loét thêm ra” (2 Tm 2:16-17).

* Can đ vào chuy n c a ng i khác – Chúng ta a “xía” vào chuy n c a ng i khác, dù ch ng liên quan t i mình: “Có m t s ng i s ng vô k lu t, ch ng làm vi c gì, mà vi c gì cũng xen vào. Nhân danh Chúa Giêsu Kitô, chúng tôi truy n đ y và khuyên nh nh ng ng i y hãy y yên mà làm vi c, đ có c a nuôi thân” (2 Tx 3:11-12).

Làm sao chi n th ng mi ng i?

1. C u nguy n hàng ngày.
2. Th ng xuyên x ng t i và r c l .
3. Xin n nh n bi t t i l i c a mi ng i.
4. Xin n bi t gi thnh l ng trong khi nói chuy n v tình hu ng x u.
5. Xin n bi t gi thnh l ng trong khi nói chuy n v ng i khác.
6. C g ng gi thnh l ng.

QUY T C: Không bao gi ti p t c các thông tin x u v b t k ai, n u L i Chúa không cho b n đ c quy n và trách nhi m làm v y, ng i mà b n thông tin có trách nhi m trong tình hu ng đó và c n bi t thông tin đó.

Dĩ nhiên, chúng ta c n thnh l ng nhi u đ kh đ trở chuy n thân m t v i Thiên Chúa. S thnh l ng đó là s im l ng ch đ i, s thnh l ng c u nguy n. Ngày nay th gi i c a chúng ta có quá nhi u ti ng n, m i ng i chúng ta có th nói r ng tâm h n chúng ta cũng v y. Khi nói, chúng ta hãy chú ý nhi u đ n đi u mình nói, lý do đ nói và cách nói đ tránh “v mi ng”.

L y Chúa, xin h ng đ n chúng con trong Chân lý c a Ngài. Chúng con c u xin nhân danh Thánh T Giêsu, Chúa chúng con. Amen.

N tu Laus Gloräe, OCD

TR M THIÊN THU

(Dich t IntegratedCatholicLife.org)