



**DANH NGÔN  
CÁC THÁNH**

Ronda De Sola Chervin

Danh Ngôn Các Thánh

*Lần Đầu Ấn Bản bởi Tủ Sách Công Giáo (eBooks) 2019*

*Copyright © 2019 by Ronda De Sola Chervin*

*Bạn có thể chia sẻ hoặc gửi tặng, nhưng xin đừng sử dụng làm thương mại dưới mọi hình thức.*

*Tủ Sách Công Giáo kính tặng.*

*Chuyển ngữ: Matthias M. Ngọc Đính, CMC*

*Sách eBooks được tạo bởi Tủ Sách Công Giáo qua [reedsy.com](https://reedsy.com)*

# Mục Lục

*Dẫn Nhập*

THAM VỌNG đ ́ n M ́ N NGUY ́ N

GI ́ N D ́ U đ ́ n B ́ NH AN

KH ́ O CH ́ U đ ́ n NH ́ N N ́ I

HOANG MANG đ ́ n T ́ N TH ́ C

PH ́ N N ́ N đ ́ n TRI ́ N

H ́ N Đ ́ N đ ́ n CHI ́ M NI ́ M

CH ́ T đ ́ n S ́ NG MU ́ N Đ ́ I

Ả ́ O V ́ NG đ ́ n CH ́ N L ́ Y

TUY ́ T V ́ NG đ ́ n HY V ́ NG

PH ́ NG T ́ NG đ ́ n T ́ CH ́

XA C ́ C đ ́ n TH ́ N M ́ T V ́ I THI ́ N CH ́ A

HO ́ I NGHI đ ́ n Đ ́ C TIN

TR ́ NG R ́ NG đ ́ n TR ́ N Đ ́ Y

S ́ H ́ I đ ́ n CAN Đ ́ M

THAM LAM đ ́ n Đ ́ N B ́ CH

KH ́ T KHE đ ́ n HI ́ N T ́

L ́ OI B ́ NG đ ́ n CH ́ M CH ́

B ́ T CÔNG đ ́ n QUẢNG ĐẠI  
THI ́ U TÌNH YÊU đ ́ n TÌNH YÊU  
NGUỘI LẠNH đ ́ n S ́ T S ́ NG  
NÔ LỆ đ ́ n GIẢI PHÓNG  
KIÊU CĂNG đ ́ n KHIÊM NHƯỢNG  
PHẢN KHÁNG đ ́ n TUÂN PHỤC  
CẢM HẬN đ ́ n THỨ THA  
BU ̀ N PHI ̀ N đ ́ n VUI TƯƠI  
GHÉT MÌNH đ ́ n YÊU MÌNH  
TỰ LỰC đ ́ n C ̀ U NGUYỆN  
TỘI LỖI đ ́ n SÁM H ́ I  
CÁM DỖ đ ́ n KIÊN TRUNG  
B ́ T ĐỊNH đ ́ n KHÔN NGOAN

# Dẫn Nhập

Tại sao chúng ta lại phải đọc những lời của các thánh? Cứ tập trung vào Thánh Kinh, Lời của Chúa, có phải tốt hơn không? Việc tìm hiểu lẽ khôn ngoan của các thánh vốn là một truyền thống có từ lâu đời trong Giáo Hội. Các thánh nhân, những vị tiền phong trong đức tin, đã vinh thắng vượt qua con đường chúng ta hiện nay cũng đang cố gắng bước theo, và chúng tôi tin đó là nguyên nhân chính yếu của điều này.

Sau một quá trình điều tra thường rất lâu dài, các thánh mới được công nhận xứng đáng được tôn kính. Các thánh nam nữ là những vị anh hùng trên con đường thánh thiện. Giáo Hội tin rằng sau khi qua đời, các ngài đã đưa được vào cung lòng Thiên Chúa. Ở đó, các ngài tôn thờ Thiên Chúa Cha và cầu bầu cho chúng ta. Do đó, sự thánh thiện của các thánh đã mang lại một uy tín lớn lao cho những lời khôn ngoan của các ngài, để chúng ta bước theo, hơn là những lời hay ý đẹp của các nhân vật khác, những lời có lẽ sẽ bị loại bỏ, nếu xét trên chuẩn mực lý tưởng.

Chúng tôi xin trưng dẫn ra đây một vài thí dụ. Phải chăng câu nói thời danh, “Tâm hồn chúng ta mãi khắc khoải cho đến khi nào được nghỉ yên trong Chúa” sẽ tăng thêm trọng lượng khi chúng ta biết đó là câu nói của thánh Augustine, một thanh niên đầy lạc lõng đã được ơn hoán cải vào độ tuổi ba mươi ba? Là một người trẻ vương vấn vào nhục dục và dính líu vào bè rối, cuối cùng, thánh nhân đã nhận thức chỉ có một Thiên Chúa chân thực mới có thể làm thỏa mãn được

những khát vọng sâu xa nhất của tâm hồn ngài. Sau khi được hoán cải, thánh nhân còn sống thêm nhiều năm, trở thành một người độc thân trung thành và một chiến sĩ can trường bảo vệ đức tin chính thống.

Phải chăng câu nói, “Đừng để gì làm xao động bạn” sẽ tạo ra một âm hưởng đặc biệt khi chúng ta biết rằng đó là câu nói của thánh nữ Teresa Avila? Nhà thần bí danh tiếng này không phải là một nhà chiêm niệm lặng lẽ, nhưng là một con người dũng cảm khởi xướng công cuộc canh tân và cải tổ tinh thần trong một giai đoạn đầy nhiễu nhương trong lịch sử Giáo Hội. Đặc biệt, thánh nữ đã đương đầu với nhiều cuộc tranh luận pháp lý gian nan khi cố gắng thiết lập những nền tảng mới cho hội dòng của ngài.

Khi phân chia những câu danh ngôn của các vị thánh theo từng chủ đề, chúng tôi cho rằng cách thức tiếp cận đặc biệt và hữu ích này sẽ giúp chúng ta nhìn ngắm những viên ngọc chân lý này trong khung cảnh khát vọng riêng của chúng ta, đi từ tình trạng tiêu cực đến tình trạng tích cực của tâm trí hoặc cõi lòng chúng ta, chẳng hạn buồn phiền đến vui tươi, tuyệt vọng đến hy vọng... Chủ đề của các chương mục ấy nói lên niềm xác tín của bản thân chúng tôi: Chúa Thánh Thần sẽ dùng lẽ khôn ngoan tràn đầy đức tin của các thánh để đánh tan sự hỗn độn và nghi nan do tình trạng tiêu cực gây ra. Một khi đã tin tưởng vào đường hướng Thiên Chúa muốn chúng ta bước theo, chúng ta sẽ càng sẵn sàng cầu nguyện để được giải thoát khỏi những xúc cảm và những vấn đề đang trăn trở trên chúng ta.

Quyển sách này được viết cho hai giới độc giả. Thứ nhất là giới độc giả bình dân, những người tìm được nguồn khởi hứng nơi đời sống thánh thiện của các thánh và muốn dùng quyển sách này trong các giờ đạo đức hằng ngày – có lẽ bằng cách dõi theo một số chủ đề nào đó. Giới độc giả thứ hai là các cha sở, các giáo chức, các thừa tác viên, các vị linh hướng... Các vị có thể nhận thấy cách

sắp đặt những câu danh ngôn tiêu biểu này hữu ích cho các bài giảng, các buổi nói chuyện, những buổi hội thảo, hoặc khi linh hướng của các vị.

Trong quá trình đọc quyển sách có nhan đề Danh Ngôn Các Thánh, tâm tư bạn có thể sẽ nảy sinh một nghi vấn. Làm thế nào để biết một tư tưởng cụ thể nào đó có phù hợp cho bạn trong hoàn cảnh hiện thời hay không? Sự mơ hồ ấy có thể gây nản lòng nếu như vấn đề của bạn là một vấn đề nhức nhối, trong khi giải pháp của vị thánh này dường như trái ngược với giải pháp của vị thánh khác!

Để có thể xác định thông điệp trong danh ngôn nào thích hợp với cuộc sống của mình, bạn hãy nài xin Chúa Thánh Thần soi sáng cho bạn, hoặc trong giờ cầu nguyện cá nhân, hoặc chia sẻ với những tín hữu trưởng thành, hoặc hỏi han một vị linh hướng. Trong truyền thống phát triển Kitô Giáo của chúng ta, việc chỉ dựa vào những tư tưởng để tự hướng dẫn bản thân trên con đường thẳng tiến là điều chưa bao giờ được đề cao. Nếu như bạn chưa có một vị linh hướng, có lẽ Thiên Chúa muốn dẫn bạn tìm đến với một vị xứng đáng nào đó, người có thể giúp bạn áp dụng những giáo huấn vào cuộc sống của bạn.

Chúng tôi xin giải thích một vài danh hiệu được chú thích bên dưới các danh ngôn trong quyển sách này. Danh hiệu Đầy tớ Chúa dành cho các tín hữu Công Giáo nào đã qua đời và đang được điều tra theo thủ tục phong thánh vì được nhiều người công nhận đã sống một cuộc đời thánh thiện. Danh hiệu Đáng kính là danh hiệu của thánh bộ Phong Thánh - với sự chuẩn nhận của Đức Thánh Cha - tặng cho một vị đầy tớ Chúa, vì vị này đã minh chứng một cuộc sống nhân đức anh hùng khi còn tại thế.

Một đáng kính sẽ được tôn phong lên bậc Chân phúc sau khi các phép lạ do ngài thực hiện hồi còn sống và sau khi qua đời đã được điều tra và công nhận (theo thủ tục tôn phong chân phúc). Việc tôn phong hiển thánh sẽ căn cứ vào một phép lạ do tín hữu ấy thực hiện sau khi ngài đã được tôn phong chân



phúc và phải được chính Đức Thánh Cha chuẩn nhận. Sau khi được tôn phong chân phúc, tín hữu Công Giáo ấy mới được công khai tôn kính. Và sau khi được tôn phong hiển thánh, vị ấy mới được xưng tụng là thánh nhân.

Trong quyển sách này, chúng tôi đã mô phỏng theo nhiều quyển sưu tập khác, bằng cách lựa lọc các danh ngôn từ những văn liệu chủ yếu của các chân phúc và các thánh. Nhưng chúng tôi cũng bao hàm cả những đáng đáng kính và những vị đầy tớ Chúa, nhất là các vị được nhiều người tin rằng sắp được tôn phong lên bậc chân phúc ngay trong thời đại chúng ta. Để có được một mức quân bình tương đối, chúng tôi đã cố gắng sử dụng nhiều danh ngôn của các vị thánh nữ. Chúng tôi cũng tạo sự cân đối giữa văn liệu của các vị thánh Tây Phương nổi tiếng với văn liệu của các vị thánh thuộc truyền thống Đông Phương, gắn liền với linh đạo Hy Lạp, Trung Đông, và Nga. Chúng tôi hy vọng cách tuyển hợp này sẽ giúp quý độc giả trân trọng đường hướng nên thánh đượm sắc thái nữ tính và những báu tàng thiêng liêng của anh chị em chúng ta thuộc các truyền thống Đông Phương, nhất là trong hiệp đạo thờ phượng và thần bí.

Trên hành trình thiêng liêng của chính chúng tôi, những câu danh ngôn của các vị thánh đã có một ảnh hưởng rất quan trọng. Khi thương khóc một người bạn qua đời, chúng tôi nhớ lại câu nói nổi tiếng của thánh nữ Elizabeth Seton: “Trên thiên đàng, nơi chúng ta sẽ nhận biết nhau bằng một ánh nhìn của linh hồn.” Trong lúc tức giận trước thái độ tự mãn của một người vô tín, chúng tôi nhớ lại câu nói của thánh Francis de Sales: “Với một thìa mật ong, anh em có thể hoán cải được nhiều người hơn là với một thùng giấm dầy.” Hoặc trong những lúc gần như tuyệt vọng, chúng tôi cảm thấy được an ủi nhờ lẽ khôn ngoan của chân phúc Julian Norwich, “Tất cả rồi sẽ tốt đẹp, tất cả rồi sẽ tốt đẹp, và dù sao đi nữa tất cả rồi sẽ tốt đẹp.” Chúng tôi hy vọng quyển Danh Ngôn Các Thánh cũng sẽ đem đến một sự trợ giúp tương tự như vậy cho cuộc hành trình đức tin của quý độc giả.

*Ronda De Sola Chervin*

# THAM VỌNG đến MÃN NGUYÊN

Trong xã hội chúng ta, nhiều người coi thành công là mục đích chính yếu của cuộc sống. Trong những khóa học về kinh doanh tại một số đại học Công Giáo, các sinh viên thậm chí còn được khuyên hãy gạt bỏ giáo lý Công Giáo để có thể thăng tiến mà khỏi bị vướng bận vì những chuyện đạo đức lỗi thời! Khi những người trẻ mới phát lên trong thời đại chúng ta bị trĩu nặng vì triệu chứng stress, người ta thường bắt đầu đặt nghi vấn về các giá trị của một mục tiêu như thế. Phải chăng tham vọng thực sự là điều thiện hảo tối chung trong cuộc đời? Hay còn những điều khác quan trọng hơn nữa?

Giáo lý Kitô Giáo chưa bao giờ kết án sự thành công trong việc đeo đuổi những điều tốt đẹp và đã dạy chúng ta: “Tiên vàn anh em hãy tìm kiếm nước trời và sự công chính, rồi mọi sự khác sẽ được ban thêm cho” (Mt 6:33). Chúng ta hy vọng Thiên Chúa sẽ sử dụng tất cả những nén bạc Người đã ban cho chúng ta để biến chúng ta thành khí cụ trong những công cuộc tốt lành; nhưng chúng ta cũng phải phó thác sự thành công vào tay Thiên Chúa và tránh những quyết định đòi phải thành công bằng bất cứ giá nào. Đối với nhiều người, điều ấy có thể là phải từ chối những tăng lương tiến chức buộc họ phải bớt xén khoản thời gian chính đáng dành cho gia đình. Đối với những người khác, điều ấy có thể là phải từ bỏ một công việc hái ra tiền để đến sống trong một môi trường lành mạnh, dễ giữ đạo hơn.

Đời sống các thánh đầy những lần thất bại hồng phúc. Thánh nữ Catherine Alexandria, một nhà thần học và tu từ học, được tưởng thưởng vì đã thành công trong cuộc công khai tranh luận với các triết gia ngoại đạo bằng khổ hình và xử tử trên bánh xe nung đỏ. Thánh nữ Elizabeth nước Hungary có quyền sống như một bà hoàng, nhưng lại sống như một thành viên dòng Ba thánh Phanxicô để chuyên tâm săn sóc cho những người khó nghèo. Thánh Ignatius Loyola buộc lòng phải rời quân ngũ vì bị thương trong chiến đấu, nhưng đã trở thành một vương công, một lãnh tụ của những người hiến thân cho một mình Thiên Chúa. Thánh Benedict Labré đã sống một cuộc đời lang thang trên các đường phố Roma, sau khi đã bị chính những dòng tu chiêm niệm mà thánh nhân khát khao gia nhập khước từ.

Vinh dự trần thế này là gì nếu không phải là làn hơi thoảng, là sự trống rỗng và hiểm họa sa đọa?

*Thánh Augustine*

Chúa Kitô cho chúng ta biết nếu muốn kết hợp với Người, chúng ta phải bước theo con đường Người đã đi qua. Con Thiên Chúa đi trên con đường nhục nhã, trong khi con cái nhân loại lại đi trên con đường vinh hoa trần thế, thật chẳng hữu lý chút nào.

*Thánh Gioan Avila*

Khát vọng muốn làm đẹp lòng người đời thật tinh quái và rất khó nhận ra: nó chiếm đoạt cả những người khôn ngoan! Hệ quả của các dục vọng khác rất dễ dàng bị những kẻ chiều theo nhận ra, vì thế, họ hạ mình và ăn năn. Còn hệ quả của thói muốn làm đẹp lòng người đời thì đội lốt ngôn từ và dáng điệu đạo hạnh, thành ra các nạn nhân bị nó phủ dụ thật khó mà nhận ra được những bộ mặt muôn hình vạn trạng của nó.

*Thánh Mark khổ tu*

Cái mà người đời gọi là danh giá thực ra chỉ là một thứ hết sức phù phiếm.

Họ tưởng nhiều người đang ca ngợi, đang bàn tán về họ, nhưng kỳ thực thiên hạ chỉ dành một phần thời gian rất ngắn ngủi trong ngày để nghĩ tới họ mà thôi, bởi vì ai nấy đều bận rộn với những chuyện riêng của mình.

*Thánh Thomas More*

Anh em đừng tìm cách để trởi trang; trong bất cứ việc gì, anh em đừng sánh mình với người khác. Anh em hãy kệ mặc thế gian, hãy vác lấy thập giá, hãy vứt bỏ tất cả những gì phạm tục, hãy giữ sạch bụi trần khỏi bàn chân anh em.

*Thánh Barsanuphius*

Các thánh hoàn toàn chết cho bản thân đến độ không màng đến việc thiên hạ có tán thành các ngài hay không.

*Thánh Gioan Vianney*

Tham vọng là mẹ đẻ của thói giả hình, thích lẩn lút trong các xó xỉnh và những nơi tăm tối. Nó không thể chịu nổi ánh sáng ban ngày. Nó là thói xấu đơ bản rất sa đọa, luôn luôn che đậy, nhưng lại có một con mắt dòm ngó sự thăng quan tiến chức.

*Thánh Bernard*

Tôi vẫn luôn mãi nguyện với nơi này... Nhờ ơn Chúa thương, tôi chẳng thà được làm kẻ rốt bết trong dòng Thương Khó còn hơn được làm vua và thừa kế đất nước này.

*Thánh Gabriel Possenti*

Chúng ta dẫm nát đầu con cừu xà khi chúng ta khinh chê và chà đạp dưới chân chúng ta vinh quang trần thế, những lời tán tụng, những phù hoa, và tất cả những thứ hào nhoáng kiêu sa khác.

*Chân phúc Maria Nhập Thể*

Những người ham muốn vinh dự - tôi có ý nói những danh giá cao sang – là ham muốn một điều thực sự không có thực chất chút nào.

*Đáng đáng kính hồng y John Henry Newman*

Anh em ham muốn: kiến thức?... làm đầu?... những dự phóng táo bạo? Tốt, rất tốt. Nhưng hãy vì Chúa Kitô, hãy vì tình yêu.

*Thánh José Escriva*

Những người chung quanh bạn, bạn không coi là anh chị em mình; mà lại coi là những bậc cấp để bước lên.

*Thánh José Escriva*

# GỈẬN DỮ đến BÌNH AN

Đối với các tín hữu Kitô, thái độ giận dữ và gay gắt vẫn luôn luôn bị coi là một nét xấu. Trong thời đại chúng ta, người ta tin có một tương quan gần gũi giữa sự giận dữ với tình trạng tội ác bạo lực gia tăng: như đánh đập vợ con, xô xát, hãm hiếp, loạn luân, giết người... Chúng ta đừng để chiếc đầu còn nóng khi mặt trời đã lặn, không những vì chúng ta phải luôn sống hòa thuận yêu thương, mà vì nóng giận như thế còn có thể dẫn đến căm ghét, làm đổ vỡ gia đình, gây thù hận bằng nhóm, chiến tranh giữa các quốc gia và khởi loạn chống lại Thiên Chúa.

Trong quyển Tổng Luận Thần Học, thánh Thomas Aquinas đã phân biệt giữa thứ nóng giận bất chính với thứ nóng giận chính đáng vì tình trạng bất công trên thế giới và những quyền lợi hợp pháp của chúng ta bị xâm phạm. Để mặc sự dữ hoành hành lấn lướt mà không phản kháng cũng là một tội! Trong những vấn đề như thế, chúng ta buộc phải có thái độ cương quyết. Đàng khác, thánh Thomas cũng nặng lời kết án thứ nóng giận sai trái – tức là thái độ đố kị, xảo quyết và báo thù. Chúng ta phải cầu nguyện để khắc phục và phải thú xưng thứ giận dữ này trước khi nó kịp bén rễ vào tâm hồn chúng ta.

Chúng tôi cho rằng chúng ta còn phải cảnh giác với thái độ bực dọc dai dẳng, triệu chứng của việc chúng ta khẳng khái từ chối, không chấp nhận những đau khổ được Chúa gửi đến. Đôi khi tính hài hước cũng có thể trở thành một liệu pháp giúp chúng ta nghiêm chỉnh đối phó với tất cả những gì xô đẩy chúng ta vào cơn cuồng nộ.

Trong hạnh tích thánh Thomas Aquinas, chúng ta có thể gặp được một giai thoại rất thích hợp về việc dùng tính hài hước để trấn áp cơn giận dữ. Chuyện kể rằng các tu sĩ dòng thánh Đaminh muốn chế giễu thầy Thomas vì ngài quá miệt mài với các luận đề triết học và nếp sống vâng lời tỉ mỉ của ngài. Một thầy kêu to: “Thầy Thomas ơi, thầy Thomas ơi, lại cửa sổ mà xem! Một con bò nhảy qua mặt trăng kia kìa!” Nhà thần học phục phịch bỏ dở công việc và lật đật chạy đến xem điềm lạ. Khi thấy các thầy dòng cười âm ỉ, thánh nhân liền chống chế: “Tôi thà tin một con bò nhảy qua mặt trăng còn hơn là một thầy dòng Đaminh lại đi nói dối!”

Trường hợp thánh Gerard Majella còn khó xử hơn nữa vì ngài bị tố cáo đã dụ dỗ một tội nhân! Nhưng vì đã quyết định không bao giờ chữa mình, nên thánh nhân đành chịu tội nhục về cái tội bị vu khống và không bao giờ vì đó mà bực tức. Cuối cùng, thánh nhân cũng được minh oan và được kính trọng hơn trước vì cung cách ứng xử đầy nhịn nhục của ngài.

Nóng giận là một cơn điên nhất thời.

*Thánh Basil*

Hãy canh phòng cái lưỡi của chị khi chồng chị đang tức giận.

*Thánh Monica*

Người hiếu chiến không phải là người miễn cưỡng chấp nhận hòa bình, nhưng là người muốn một thứ hòa bình theo sở thích riêng của họ.

*Thánh Augustine*

Hòa bình là sự quân bình của trật tự.

*Thánh Augustine*

Anh hãy cho tôi biết hai chúng ta sắp phải đối diện với Ngày Chung Thảm như thế nào? Mặt trời làm chứng rằng nó đã lặn khi chúng ta vẫn còn giận dữ, không phải một ngày, nhưng là suốt nhiều năm dài...

*Thánh Jerome*



Tâm trí nào đã quên lãng tri thức chân thực thì sẽ gây chiến với người khác vì những điều có hại, như thể là những điều có lợi cho họ vậy.

*Thánh Mark khổ tu*

Ai không chịu được khinh dễ thì sẽ không thấy vinh quang. Ai không được gột rửa bằng mật đắng thì sẽ không thưởng thức được sự ngọt ngào.

*Thánh Barsanuphius*

Tranh cãi là một sợi dây câu có chiếc mồi là chân lý (bảo vệ, biện minh, bênh vực chân lý), vì thế, chúng ta bị quyến rũ nuốt gọn cái móc câu tội lỗi ấy. Linh hồn đáng thương nào bị vướng mắc vì chiếc lưỡi và cổ họng cũng hay bị các thần dữ dụ dỗ như vậy.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Để tránh bất hòa, anh em đừng bao giờ phản bác bất kỳ ai, ngoại trừ trong trường hợp tội lỗi hoặc nguy hiểm cho người chung quanh.

*Thánh Louis IX (Vua nước Pháp)*

Thế giới này có lẽ đã được hòa bình nếu như những nhà chính trị biết đi theo đường lối các Phúc Âm.

*Thánh Birgitta Thụy điển*

Cơn giận dữ chỉ có thể được thuần hóa và biến thành lợi ích nhờ lòng can đảm và lòng nhân ái; bởi vì hai điều này tiêu diệt những kẻ thù vây hãm thành trì linh hồn – điều thứ nhất tiêu diệt những kẻ thù bên ngoài; và điều thứ hai tiêu diệt những kẻ thù bên trong.

*Thánh Gregory Sinai*

Không tội lỗi hoặc điều sai phạm nào bắt người ta phải sớm chịu hỏa ngục ngay ở đời này cho bằng tính giận dữ và bất nhẫn.

Ôi lòng cảm thông khả ái. Bạn là đầu thơm làm tan cơn cuồng nộ và hung bạo nơi tâm hồn. Lòng cảm thông này, lạy Cha nhân ái, con xin Cha ban cho mọi người hết thảy.

Giáo Hội tìm lại vẻ đẹp của mình không phải bằng bạo lực, nhưng bằng hòa bình và những lời cầu nguyện liên lỉ và khiêm nhượng, bằng mồ hôi và những giọt nước mắt đổ ra với lòng khao khát thiết tha.

*Thánh Catherine Siena*

Hãy duy trì tinh thần hòa bình và anh em sẽ cứu được hàng ngàn linh hồn.

*Thánh Seraphim Sarov*

Anh em sẽ tạo được ảnh hưởng bằng lời nói nhân ái và cung cách lịch thiệp hơn là bằng thái độ giận dữ hoặc quở mắng cứng cỏi, đó là những điều chẳng bao giờ nên dùng đến, trừ khi cần thiết.

*Thánh Angela Merici*

Bạn hãy gác bỏ tất cả sự nóng giận để nhìn lại bản thân một chút. Hãy nhớ rằng đương sự bạn đang nói đến kia là một người anh chị em của bạn, và khi người ấy đang còn lữ hành trên con đường của ơn cứu độ, thì Thiên Chúa vẫn có thể làm cho người ấy trở nên một vị thánh, bất chấp sự yếu đuối hiện tại của họ.

*Thánh Thomas Villanova*

Điều cần thiết nhất cho những người sống chung là sự bình an và hợp nhất, không gì góp phần kiến tạo và duy trì đời sống ấy cho bằng việc dùng đức ái mà chấp nhận các khuyết điểm của nhau. Không ai mà lại không có lầm lỗi và không phải là gánh nặng cho người khác theo một cách nào đó, cho dù là bề trên hoặc bề dưới, già cả hoặc trẻ trung, học thức hoặc kém cỏi.

*Thánh Robert Bellarmine*

Một người thích ăn chay thì nghĩ mình là người rất đạo đức khi ăn chay, mặc dù tâm hồn người ấy đầy những giận ghét.

Người ấy quan tâm đến vấn đề điều độ, không dám đụng lưỡi đến rượu chè hoặc thậm chí nước lã, nhưng lại không ngần ngại uống cạn máu người chung quanh bằng việc gièm pha hoặc vu khống.

*Thánh Francis de Sales*

Cách thế để chiến thắng ma quỷ khi nó kích gợi các cảm xúc giận ghét những người làm tổn hại chúng ta là hãy lập tức cầu nguyện cho họ biết cải thiện.

*Thánh Gioan Vianney*

Nổi giận thì dễ hơn là kiềm chế; dọa nạt một đứa trẻ thì dễ hơn là thuyết phục nó. Anh em hãy bèn tâm hãm dẹp thói bất nhẫn và kiêu căng của chính mình hơn là sửa dạy cho những đứa trẻ.

*Thánh Gioan Bosco*

Tại sao bạn lại đánh mất sự điềm tĩnh, vì như thế là xúc phạm đến Thiên Chúa, làm phiền lòng người ta, và để bản thân phải khổ... và cuối cùng bạn cũng phải tìm nó lại cho bằng được.

*Thánh José Escriva*

# KHÓ CHỊU đến NHÃN NẠI

Nhẫn nại là một nhân đức thiết yếu. Thiếu nó, chúng ta không thể sống nổi giữa một thế giới đầy bất toàn! Khi gặp mọi thứ đều trái ý, người bất nhẫn sẽ thốt ra toàn những lời nguyền rủa trong các cuộc trao đổi thường ngày hoặc sẽ nổi điên lên trong lòng.

Giữa một thế giới sa đọa, mọi thứ chúng ta chờ đợi đều đến với một tốc độ chậm chạp hơn chúng ta tưởng, lẽ mề tưởng chừng như thất bại. Søren Kierkegaard, thần học gia danh tiếng người Đan Mạch, thường nói rằng tính bất nhẫn là cội rễ sinh ra mọi tội lỗi! Chẳng hạn, bất nhẫn vì không tìm được một người bạn đời có thể là căn cứ sinh ra việc ‘tóm’ đại một người nào đó để tạm thời thỏa mãn thú tính!

Thánh Kinh khuyên nhủ chúng ta hãy noi gương những người “vì tin và nhẫn nại mà được thừa hưởng các lời hứa làm cơ nghiệp” (Dt 6:12). Tấm gương nhẫn nại của các thánh thật khó mà tin nổi! Các bạn hãy tưởng tượng giữa những khu rừng bạt ngàn ở Canada, chân phúc Maria Nhập Thể đứng chết trân, nhìn khu vực tu viện ngài đã khó nhọc xây dựng cháy rụi chỉ trong vài giờ đồng hồ. Thay vì buông xuôi, chân phúc đã lặng lẽ hiến dâng nỗi đớn đau lên Thiên Chúa rồi bắt tay vào việc tái thiết. Khi bị xiềng xích và giam lỏng, thánh Phaolô không hề bực dọc chán nản, ngài vẫn tiếp tục công cuộc rao giảng, bắt đầu từ những người bạn tù!

Nhẫn nại chịu đựng là sự trọn lành của đức ái.

*Thánh Ambrose*

Sống trong nhẫn nhục và chết trong vui tươi.

*Thánh Augustine*

Kinh nghiệm thường thấy - kể cả nơi những người nhẫn nại - ngay lúc chịu đựng, họ không xao động vì sự phiền nhiễu... Nhưng một thời gian sau đó, khi nhớ lại những gì đã chịu đựng, họ sôi sục lòng căm hận và kiếm tìm lý do để báo thù.

*Thánh Gregogy Cả*

Hãy lấy lòng cảm thông để kéo dài sự nhẫn nại của anh em. Hãy điềm tĩnh chờ đợi niềm vui theo sau nỗi buồn.

*Thánh Phêrô Damian*

Tính nhẫn nại chỉ không tốt khi nào anh em có thể được tự do, nhưng lại tự để mình hóa thành nô lệ.

*Thánh Bernard*

Khi có ai hỏi, thánh Francis de Sales, một vị đại thánh, thường bỏ dở dang bức thư với một chữ đang viết nửa chừng để trả lời cho họ.

*Thánh Gioan Vianney*

Khi bị trở tính và cô quạnh trong nỗi ngao ngán, chán chường với cuộc sống và bực dọc với bản thân, tôi đã nhẫn nại để tiếp tục sống giữa những khó khăn... và lập tức sau đó, Chúa lại ban cho linh hồn tôi niềm an ủi và thanh thản trong hoan lạc và vững tin.

*Chân phúc Julian Norwich*

Chúa đã che giấu quyền toàn năng của Người và tự hủy mình để khuất lụy những hiện tượng tự nhiên như nóng, lạnh, đói, khát... giống như một con người, hầu dạy cho chúng ta, những phạm nhân yếu đuối và xấu xa, biết nhẫn nại chấp nhận thử thách.

*Chân phúc Angela Foligno*

Hỡi linh hồn tu sĩ, bồ câu yêu dấu của Chúa Kitô, hãy nhìn xem những cộng đồng bé nhỏ đang bị thế gian chà đạp dưới chân. Đó là những nhân đức Chúa Cứu Thế, Phu Quân của người, đã thực hiện để nêu gương cho người: khiêm nhường, hiền lành, khó nghèo, đền tạ, nhẫn nại và khổ chế.

*Thánh Anthony Padua*

Quả thật, người thế gian không dâng cho Ta [Thiên Chúa] vinh quang mà lẽ ra họ phải dâng, bằng việc yêu mến Ta trên hết mọi sự. Nhưng ở đó, lòng nhân ái và yêu thương của Ta được tỏ hiện, bởi vì Ta ban cho họ thời gian và không để trái đất này nuốt trứng họ đi vì tội lỗi của họ. Không... Ta lệnh cho trái đất phải cho họ hưởng dụng những hoa trái của nó.

*Thánh Catherine Siena*

Chẳng có thời tiết nào là xấu. Mọi thời tiết đều tốt bởi vì đều là của Thiên Chúa.

*Thánh Teresa Avila*

Mỗi khi có điều gì bất mãn hoặc khó chịu xảy đến, anh em hãy nhớ lại Chúa Kitô đã chịu đóng đinh và hãy nín lặng.

*Thánh Gioan Thánh Giá*

Thiếu gánh nặng đau khổ thì không thể đạt đến đỉnh cao ơn thánh. Những tặng ân ơn thánh gia tăng khi các cuộc giao chiến gia tăng.

*Thánh Rose Lima*

Nhiều người có lẽ sẵn lòng chịu đau khổ miễn là chúng không gây bất tiện cho họ.

Mỗi khi gặp gian nan và chống đối, anh em đừng cố gắng đánh tan, nhưng hãy dùng sự hiền lành và thời gian mà biến cải chúng.

Hãy nhẫn nại với cả thế gian, nhưng trước tiên anh em hãy nhẫn nại với bản thân.

Hãy chịu đựng và hiến dâng những ngày ngà phiền toái, những bất tiện nhỏ

mụn hằng ngày xảy đến với anh em, cơn đau răng này, bệnh nhức đầu này, chứng cảm lạnh này, sự chê bai hoặc khinh thị này.

Bậc gia đình là bậc sống đòi phải nhân đức và kiên trung hơn bất kỳ bậc sống nào khác. Đó là một cuộc trường kỳ thực hành khổ chế.

*Thánh Francis de Sales*

Lời kinh của một bệnh nhân chính là sự nhẫn nại chịu bệnh vì lòng yêu mến Chúa Giêsu Kitô.

*Thánh Charles Seoãe*

Hãy làm như người chủ hiệu với các hàng hóa của ông ấy; mưu lợi từ từng món hàng. Đừng để mất một mẫu nào, dù rất nhỏ bé, của cây thập giá thực sự. Đó có thể là chiếc vôi của một con ruồi hoặc mũi nhọn của một cây kim làm bạn khó chịu; đó có thể là những điều kỳ quặc của người láng giềng, một thái độ vô tình khinh thường, một đồng xu không giá trị bị mất, một cơn xao xuyến của tâm hồn, một cơn đau sơ sài ở tứ chi. Hãy mưu lợi từ mọi món đồ như người chủ hiệu, và chẳng mấy chốc, bạn sẽ trở nên giàu có trước mặt Thiên Chúa.

*Thánh Louis Marie de Montfort*

Như đàn ong bé nhỏ, những đứa con yêu dấu của tôi bám riết lấy tôi, chúng sợ sẽ mất tôi một lần nữa [sau một cuộc hành trình]. Tôi giữ được đứa này bên này, thì đứa khác lại bám chặt bên kia, tôi không sao viết xong một chữ mà không bị một lần ngắt quãng ngọt ngào.

*Thánh Elizabeth Seton*

Việc kiểm chế tính bất nhẫn đòi tôi phải trả một giá quá đắt, đến độ cả mình mướt đẫm mồ hôi.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Anh em nên nhẫn nhục chịu đựng tính khí dở hơi, những thái độ coi thường, sự cộc cằn của người khác đối với anh em.

*Thánh Gioan Bosco*

Bạn đừng bao giờ trách phạt một lỗi phạm nào đó khi vẫn còn đang bực tức – hãy đợi cho đến hôm sau, hoặc lâu hơn nữa. Sau đó, hãy bình tĩnh thực hiện việc quở trách với một chủ ý tinh ròng. Bạn sẽ được lợi ích nhờ một lời thân ái hơn là một trận cãi vã dài ba giờ đồng hồ.

*Thánh José Escriva*



# HOANG MANG đến TÍN THÁC

Trong xã hội chúng ta, các mối tương giao thường gây ra tang thương hơn là ổn định. Vì vậy, việc tín nhiệm nơi tha nhân, thậm chí nơi Thiên Chúa, là một điều thật khó khăn. Mỗi khi gặp rắc rối, chúng ta hoang mang và chờ đợi những gì tệ hại nhất xảy đến.

Tín thác vẫn luôn là một nhân đức rất khó đặc thù. Mỗi khi gặp gian truân, các thánh đã sống theo lời Thánh Kinh, chạy đến nương nhờ nơi “vị mục tử nhân lành” (Tv 23:1). Thiên Chúa ban thưởng cho niềm tín thác kiên trung của chúng ta.

Bạn hãy suy tư về tấm gương thánh nữ Frances Cabrini của nước Ý. Kinh sợ trước biển cả, nhưng thánh nữ vẫn liều mạng để vâng lời Đức Thánh Cha vì ngài muốn thánh nữ dẫn một nhóm nữ tu vượt Đại Tây Dương đến phục vụ các di dân người Ý tại Mỹ Châu đang mất dần đức tin nơi một miền đất có rất ít người nói được thứ ngôn ngữ của họ. Bạn hãy nghĩ đến những vị tử đạo Á Châu và Phi Châu, tại những đất nước đức tin còn non trẻ, các ngài đã chịu tra tấn đến chết và đã tín thác vào Thiên Chúa kiên cường như thế nào. Chúng ta hãy lắng nghe những lời đầy an ủi của các thánh để đem thái độ nghi nan và hoang mang của chúng ta đến cho Thiên Chúa.

Anh em hãy đón nhận những tai nạn xảy đến với anh em như những điều tốt lành, vì biết rằng không có gì xảy đến ngoài thánh ý của Thiên Chúa.

*Giáo Huấn của Mười Hai Tông Đồ*

Trên đường ra pháp trường chịu tử đạo: “Chúng tôi không dựa vào sức mạnh bản thân, nhưng vào sức mạnh Thiên Chúa.”

*Thánh Perpetua*

Những gì anh em đã khước từ vì Thiên Chúa, anh em chẳng thiệt mất gì cả, bởi vì khi đến giờ, nó sẽ trở lại gấp trăm với anh em.

*Thánh Mark khổ tu*

Thiên Chúa lượng định đau khổ theo sự cần thiết cho chúng ta.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Khi còn giữa biển khơi, chiếc tàu như một miếng mồi cho những hiểm nguy và bão tố. Nhưng khi cập bến yên hàn, nó không còn sợ hãi những hiểm nguy, những tai họa giông tố, nhưng sẽ được bình an. Cũng thế, khi ở giữa người đời, anh em phải đợi chờ thử thách, những hiểm nguy và những khốn khó tinh thần. Nhưng khi đã về đến bến yên hàn đã chuẩn bị sẵn cho anh em, anh em không còn sợ hãi gì nữa.

*Thánh Barsanuphius*

Cùng một đau khổ, nhưng nó minh chứng, thanh luyện và làm thuần thực những người lành; trong khi lại kết án, phế truất và loại bỏ những kẻ xấu.

*Thánh Augustine*

Chúng ta đừng xem sao sự phát đạt hoặc sự chống đối của thế gian, đừng coi chúng như những điều có thật và đừng vì chúng mà để mất một phút giây nào; hãy sống ở một nơi khác và hãy hướng toàn bộ chủ tâm của chúng ta về thiên đàng; hãy coi tội lỗi là điều duy nhất xấu xa đích thực và chẳng có gì tốt lành thực sự, ngoài nhân đức là điều kết hợp chúng ta với Thiên Chúa.

*Thánh Gregory Nazianzen*

Tất cả rồi sẽ tốt đẹp, tất cả rồi sẽ tốt đẹp, và dù sao đi nữa tất cả rồi sẽ tốt đẹp.

*Chân phúc Julian Norwich*

Nếu như Thiên Chúa để anh em phải chịu nhiều đau khổ, thì đó là dấu Người đã có những chương trình lớn lao dành cho anh em, và chắc chắn Người muốn biến đổi anh em thành một vị thánh.

*Thánh Ignatius Loyola*

An ủi trong thử thách chỉ có thể được bảo đảm nhờ một nền tảng đức tin vững vàng, nắm giữ những lời chân thật của Thánh Kinh và giáo huấn của Giáo Hội Công Giáo.

*Thánh Thomas More*

Những ai nhớ đến các đau khổ của Chúa Kitô, và qua cuộc thương khó của Người mà hiến dâng những đau khổ riêng của họ lên Thiên Chúa thì sẽ thấy nỗi đau đớn của họ trở nên ngọt ngào và hoan lạc.

*Thánh Mary Magdalene dei Paoñi*

Đau khổ tinh ròng nhất chứa đựng và mang theo một tri thức tinh ròng nhất.

*Thánh Gioan Thánh Giá*

Đừng để gì làm bạn xao động,  
Và làm bạn sợ hãi;  
Mọi sự đều đang qua đi;  
Thiên Chúa không bao giờ thay đổi;  
Sự nhẫn nại chịu đựng  
Đem lại tất cả;  
Ai có Thiên Chúa  
Thì không thiếu thốn gì  
Một mình Thiên Chúa đã đủ.

*Thánh Teresa Avila*

Chịu đau khổ chỉ vì Thiên Chúa muốn vẫn chưa đủ; chúng ta phải chịu đau khổ như Thiên Chúa muốn, khi nào Người muốn, bao lâu Người muốn, và theo

đúng cách làm đẹp lòng Người.

Hãy biến bệnh tật thành một lời cầu nguyện.

*Thánh Francis de Sales*

Đối với Thiên Chúa, chắc chắn không có gì là quá đáng trong vấn đề thánh hóa một linh hồn. Người để thân xác và tâm hồn ra yếu đuối hầu thanh luyện chúng trong tình yêu Uy Linh của Người và lòng khinh chê các sự trần thế. Người đả thương rồi lại chữa lành; Người đóng đinh chúng vào Thập Giá của Người để rồi tôn vinh chúng trong vinh quang của Người; tóm lại, Người cho chúng chết để chúng được sống đời đời. Vậy chúng ta hãy chấp nhận những hình thức sự dữ ấy để có được những sự lành đích thực do chúng sinh ra, và chúng ta sẽ được hạnh phúc cả đời này lẫn đời sau.

*Thánh Vincent de Paul*

Khi tin rằng Thiên Chúa muốn mình vào dòng, chân phúc Marie Nhập Thể đã từ giã gia đình, cùng với đứa con trai của ngài:

“Hỡi con trai yêu quý của mẹ. Suốt năm nay, mẹ vẫn khắc khoải khi nghĩ đến những hiểm nguy mà con có thể vấp phải, nhưng cuối cùng, Thiên Chúa nhân lành đã ban bình an cho mẹ khi mẹ tin rằng lòng nhân lành yêu thương hiền phụ của Người sẽ không bao giờ đánh mất những gì chúng ta đã vì lòng yêu mến Người mà khước từ .... Mẹ chưa bao giờ yêu thương con ngoài sự nghèo khó của Chúa Giêsu Kitô; nơi Người, mẹ đã tìm được mọi sự giàu có... không một ngày nào qua đi mà mẹ không hiến dâng con cho tình yêu của Người... Mẹ không ngừng nhắc đến con với Chúa Giêsu, Đức Mẹ Maria và Thánh Cả Giuse.”

*Chân phúc Marie Nhập Thể*

Khi những tai ương bất ngờ xảy đến, đôi khi làm choáng váng nạn nhân và xô đẩy họ vào nỗi khốn khó khiến họ không tận dụng được sự gian nan ngay lúc đó. Nhưng hãy nhẫn nại một chút... Nếu thiếu sự khốn khó ấy, có thể bạn vẫn

không xấu hoàn toàn, nhưng chắc chắn bạn cũng chẳng thể nào trở nên tốt hoàn toàn được.

Lìa bỏ một nơi ta đã quen thuộc và có những bạn hữu là một hình thức của cái chết.

*Chân phúc Claude de la Colombiere*

Yêu mến [Thiên Chúa] và nhắm mắt mà chịu đựng.

*Thánh Margaret Mary Alacoque*

Hồi còn ở trong tập viện, hầu như lúc nào tôi cũng yếu bệnh và thấp bé đến độ không sao với được chiếc đèn, tôi cũng không thể giúp đỡ các anh em tập sinh cùng lớp trong những công việc cần thiết của tập viện... Tuy nhiên, sau khi tuyên khấn, tôi đã có được sức khỏe, sức lực và phát triển đến tầm vóc trung bình. Tôi cho tất cả là nhờ việc tuyên khấn của tôi, và vì đó, tôi hết lòng cảm tạ Thiên Chúa.

*Chân phúc Junipero Serra*

Cảm xúc âu sầu đem lại lợi ích gì và việc chiều theo nó có bao giờ thay đổi được biến chuyển của sự vật hay không? Tốt hơn, ta nên nhìn vào các thực tại của cuộc sống như chúng được một Đấng Bảo Trợ công chính và nhân lành hướng dẫn, Người truyền lệnh cho từng việc xảy ra vào đúng thời gian và không gian của chúng.

*Thánh Elizabeth Seton*

Về cái chết thảm thương của người chỒNG trẻ tuổi của thánh nữ:

“Con biết những biến cố nghịch cảnh này đã được thượng trí Chúa, ánh sáng duy nhất, tha phép và hướng dẫn. Chúng con ở trong bóng tối và phải biết ơn, vì chúng để hoàn tất công cuộc của Chúa, tri thức của chúng con không cần thiết.”

*Thánh Elizabeth Seton*

Anh em hãy luôn luôn thưa rằng, “Lạy Đấng Cứu Độ yêu dấu đã xỉ nhục của con, được chịu đau khổ vì Chúa thật ngọt ngào biết bao!”

Nếu anh em chấp nhận mọi sự trong cuộc sống, kể cả cái chết, như thể phát xuất từ bàn tay Thiên Chúa, để làm trọn thánh ý của Người, nhất định anh em sẽ chết như một vị thánh.

*Thánh Alphonsus Liguori*

Một thanh sắt được thành hình trên một cái đe và nhờ ngọn lửa thế nào, thì dưới sức nặng thử thách và trong ngọn lửa đau khổ, linh hồn chúng ta cũng sẽ thành hình đúng như Thiên Chúa muốn về nó như vậy.

*Thánh Madeleine Sophie Barat*

Về một cơn bệnh hiểm nghèo: “Chính Đấng tạo tác hình dạng của tôi đã làm méo mó hình dạng của tôi.”

*Chân phúc Eugénie Smet*

Tôi sẽ nhìn bàn tay Thiên Chúa trong tất cả những gì xảy đến với tôi, và không gán cho cá nhân ai cả, họ chỉ là những khí cụ được Thiên Chúa sử dụng trong công cuộc thánh hóa của Người dành cho chúng ta.

*Chân phúc Raphaela Maria*

Xin đừng chỉ để tượng Chúa chịu đóng đinh trên mắt tôi và ngực tôi, nhưng cả trong tâm hồn của tôi nữa.

*Thánh Bernadette*

Cho dù tôi là gì, tôi ở đâu, cũng không bao giờ có thể bỏ tôi đi được. Nếu tôi bệnh tật, thì bệnh tật của tôi có thể phụng sự Người; nếu tôi hoang mang, thì cái hoang mang của tôi cũng có thể phụng sự Người; nếu tôi buồn rầu, thì nỗi buồn sâu của tôi vẫn có thể phụng sự Người... Thiên Chúa không làm một điều gì vô ích; Người có thể kéo dài, Người có thể rút ngắn cuộc sống của tôi; Thiên Chúa biết Người đang làm gì. Người có thể cắt đi những bạn hữu của tôi, Người có thể ném tôi vào giữa những kẻ xa lạ, Người có thể làm tôi cảm thấy lẻ loi, làm tinh thần tôi suy sụp, che khuất tương lai của tôi – nhưng Người vẫn biết Người sắp sửa làm gì.

*Đáng đáng kính hồng y John Henry Newman*

Lạy Đấng Cứu Độ ngọt ngào của con, không có Chúa, con chìm trong tăm tối và đau đớn. Lạy Con Chiên rất dịu hiền, không có Chúa, con chìm trong lo lắng và sợ hãi. Lạy Con Thiên Chúa Tối Cao, không có Chúa, con chìm trong hoang mang và xấu hổ.

*Chân phúc Gioan Alverna*

Tôi lo cho đến nửa đêm, và sau đó, tôi để mặc Chúa lo.

*Chân phúc Louis Guanella*

Đôi khi Thiên Chúa để chúng ta chìm trong tăm tối đến độ bầu trời của chúng ta không có lấy một vì sao chiếu sáng. Chúng ta phải nhớ rằng chúng ta sống trên trần gian là để chịu đau khổ, trong khi vẫn bước theo Đấng Cứu Độ dịu hiền trên con đường tăm tối và chông gai. Chúng ta là những người lữ hành và những người xa lạ trên trần gian. Những người lữ hành ngủ trong những túp lều và nhiều lúc phải băng qua hoang mạc, nhưng khi nghĩ đến quê nhà là họ quên hết mọi sự khác.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Cảm tạ Thiên Chúa nhân lành đã đến viếng thăm anh chị em bằng đau khổ; giả như hiểu được giá trị của đau khổ, có lẽ chúng ta sẽ nài xin cho bằng được.

*Chân phúc André Tu sĩ*

Thế bạn thất bại à? Bạn không thất bại đâu. Bạn chưa thất bại đâu: Bạn đã được thêm kinh nghiệm. Hãy tiến lên!

*Thánh José Escriva*

# PHÀN NÀN đến TRI ÂN

Mặc dù đã được Thiên Chúa ban cho muôn vàn phúc lành, nhưng chúng ta bao lần vẫn cứ kêu ca về những khó khăn và những thử thách hết sức nhỏ mọn? Chúng ta không nhìn ra bức tranh tổng thể và không biết quý trọng những điều thực sự quan trọng. Gói quà dưới cây thông Giáng Sinh chưa thể được chúng ta trân trọng cho đến khi nào nó được mở ra. Chúng ta có thể coi lòng biết ơn như phương cách để mở ra món quà tình yêu Thiên Chúa dành cho chúng ta, qua tất cả những biến cố tích cực lớn nhỏ trong cuộc sống của chúng ta cũng như vậy.

“Trong mọi sự, anh em hãy tri ân” (Ep 5:20). Noi gương các thánh, chúng ta cũng có thể làm tăng bội niềm vui trong cuộc sống hằng ngày bằng cách suy tư về những điều tốt lành, nhất là về lời hứa ban ơn cứu độ và phần rỗi đời đời cho chúng ta. Khi đọc tiểu sử các vị thánh, chẳng hạn như chân phúc Margaret Castello, chúng ta cảm thấy hổ thẹn về những sự kêu ca phàn nàn của chúng ta. Bé Margaret Castello bị mù lòa, gù lưng, què quặt, bị cha mẹ vứt bỏ trên bậc cấp nhà thờ, thế mà ngài đã dành trọn cuộc đời để ca ngợi Thiên Chúa và phục vụ những người xấu số khác.

Chúng ta đừng im lặng đón nhận những phúc lành của Thiên Chúa, nhưng hãy biết cảm tạ về những điều ấy.

*Thánh Basil*

Anh em hãy sốt sắng họp nhau để cảm tạ Thiên Chúa và vinh quang của Người thường xuyên hơn nữa. Vì khi chúng ta họp nhau như thế, các thế lực của



Satan sẽ bị tiêu diệt và sức mạnh hủy hoại của nó sẽ bị vô hiệu hóa trước khối hợp nhất đức tin của anh em.

*Thánh Ignatius Antioch*

...Thiên Chúa đã dựng nên con người để làm nhân chứng và làm người giải thích tri ân về các công trình của Ngài. Con người nên vì đó mà vươn lên, kéo lại chết như những con vật ngu đần, không nhìn thấy hoặc không hiểu biết về Thiên Chúa và các kỳ công của Ngài... Khi đặt lưng xuống giường, anh em hãy nhớ cảm tạ những phúc lành và ơn quan phòng của Thiên Chúa. Nhờ đó, khi được đầy tràn suy tư tốt lành ấy, thần trí anh em sẽ vui mừng và... rạo rức vì những xúc động tốt lành, anh em hãy tôn vinh Thiên Chúa bằng cả tâm hồn và sức lực, thượng tiến lên Ngài những lời ngợi khen phát xuất tự đáy lòng.

*Thánh Anthony Cả*

Tri ân là một tri thức nội tâm mới mẻ, đi liền với niềm tôn kính sâu xa và lòng kính sợ yêu mến.

*Chân phúc Julian Norwich*

Người kêu ca phàn nàn không phải là người hoàn thiện; làm một tín hữu xứng danh thậm chí còn chưa được.

*Thánh Gioan Thánh Giá*

Về những bệnh nhân được thánh nữ phục vụ: “Nếu căn bệnh có vẻ đưa đến cái chết, tôi sẽ làm hết sức mình để thúc bách bệnh nhân thực hiện những tác động tin, cậy và tín thác... và tôi sẽ cố gắng giúp họ hiểu biết về sự cao cả, vẻ xinh đẹp và lòng yêu thương của Thiên Chúa, về niềm vui được chiêm hữu Người mãi mãi và về vinh quang của các phúc nhân.”

*Thánh Louise de Marillac*

Những ơn lành [Thiên Chúa] đã ban cho tôi... là lòng khinh chê thế gian - những khoái lạc, của cải, vinh hoa của nó - và lòng mộ mến thập giá, sự nghèo nàn, đức khiêm nhường; cũng như lòng tôn kính sự hiện diện thường xuyên của

Thiên Chúa, tình thân mật và luyện kết, nhưng trên hết là lòng yêu mến tình yêu của Người.

*Chân phúc Marie Nhật Thế*

Nếu anh chị em có bất kỳ khuyết điểm tự nhiên nào, dù tâm trí dù thể lý, chúng ta đừng phàn nàn hoặc buồn phiền. Có ai đón nhận một món quà rồi lại ra sức mặc cả về nó bao giờ? Vậy chúng ta hãy cảm tạ về những gì Thiên Chúa đã ban cho chúng ta. Giả như chúng ta có một khả năng lớn hơn hoặc một sức khỏe tốt hơn, biết đâu vì đó mà chúng ta sẽ mà bị hư mất.

*Thánh Alphonsus Liguori*

Cuộc sống tinh thần của tôi vẫn không thay đổi: chứa đầy sự hiện diện của Thiên Chúa và của các vị thánh dấu yêu, những đấng đã từng sống bên Người, và đó là cuộc sống tôi rất yêu thích trên trần gian này. Trong sự chung sống hoan lạc ấy, tháng ngày trôi qua thật nhanh chóng và tôi chẳng làm được việc gì ngoài việc cảm tạ Thiên Chúa.... Chúng ta hãy đón nhận từng giây phút trong cuộc sống, dù may lành dù rủi ro, như đón nhận một hồng phúc, nhưng hãy đặc biệt tri ân về những thánh giá hơn những sự khác. Những thánh giá cứu gỡ chúng ta cho khỏi trần gian, và qua đó mà kết hợp chúng ta với Thiên Chúa.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

# HỒN ĐỘN đến CHIÊM NIỆM

Nếp sống đương đại với những vò vập bon chen dường như làm cho cuộc đời của chúng ta trở nên bừa bãi và hỗn độn, không còn sự tập trung và an bình. Các thánh đã chỉ ra những phương thế hữu hiệu và bảo đảm giúp đạt đến con đường chiêm niệm – trọn vẹn thời gian cho những ai có ơn gọi sống đời chiêm niệm, và một khoảng thời gian nào đó trong ngày cho những ai có ơn gọi sống đời hoạt động.

Trong biểu diễn hoạt cảnh Martha và Mary, chị tôi là Carla De Sola đã diễn vai thánh nữ Martha rất sinh động, thể hiện một người phụ nữ tất bật điển hình giữa thời đại chúng ta. Trong trạng thái đầy phân tán, Martha đã kêu lên: “Cái tình trạng bận rộn này tất cả là vì ai? Vì người ta? Hay vì tôi?” Sau đó, nhờ giáo huấn của Chúa Giêsu, Martha đã trấn tĩnh trở lại và đến ngồi dưới chân Chúa, cạnh cô em Mary, để hoan hưởng những tặng ân cầu nguyện cao quý nhất.

Ngay các vị thánh hoạt động nhiều nhất cũng mộ mẩn cuộc sống chiêm niệm. Chiêm niệm không phải là sự đắm đuối cảm hưởng tiền vị hạnh phúc đời đời của chúng ta trong Đấng Toàn Mỹ, Đấng đã tạo dựng chúng ta cho chính Người, hay sao? Nhưng chúng ta bước vào cuộc sống chiêm niệm bằng cách nào? Bằng con đường đơn sơ nhất. Chúng ta chỉ cần thường xuyên khơi mở cõi của lòng mình, trong lời kinh khát vọng đơn sơ, rồi chờ đợi Thiên Chúa đáp lời.

Việc chiêm niệm Thiên Chúa được hứa ban cho chúng ta như mục đích của mọi hành vi, và là sự viên mãn muôn đời cho mọi niềm vui của chúng ta.

*Thánh Augustine*

Người ta không nhìn thấy bóng đen chung quanh những người được bao bọc bởi ánh sáng thế nào, thì các điều tầm thường cũng không thể lôi cuốn được sự chú ý của những người chiêm niệm Chúa Kitô như vậy.

*Thánh Gregory Nyssa*

Khi bùng cháy lửa khát khao Thiên Chúa, có thể nói tâm trí anh em sẽ dần dần giữ sạch được nhục dục và mọi suy tư hoặc ký ức đã bị gây ra do các ấn tượng xấu xa; đồng thời nó được tràn đầy lòng kính thờ và hân hoan. Bây giờ, anh em có thể kết luận rằng nó đã đến được biên cương của sự cầu nguyện.

*Thánh Nilus Sinai*

Khi một người thoát được cảnh chia trí và thấy tâm trí được Chúa soi sáng, được tràn ngập niềm vui, thì họ đã gần đạt đến chỗ cầu nguyện hoàn hảo.

*Thánh Barsanuphius*

Chỉ cần yêu thích những sự trên cao là đã vươn cao rồi.

*Thánh Gregory Cả*

Nếu không xa lánh thế gian, chẳng ai có thể gặp được Thiên Chúa. Khi nói xa lánh, tôi không có ý nói về việc thay đổi chỗ ở thể lý, nhưng là xa lánh các sự trần tục. Nhân đức siêu thoát hệ ở chỗ không để tâm trí vương bận về trần thế.

Nếu một người chỉ đọc mà không đi sâu vào ý nghĩa cao siêu của những dòng chữ, thì tâm hồn họ vẫn còn nghèo nàn; và sức mạnh thánh thiện là thứ đem lại của ăn ngọt ngào cho tâm hồn – nhờ sự hiểu biết kỳ diệu của linh hồn – vẫn còn mờ yếu trong họ.

Cầu nguyện là một chuyện, còn chiêm niệm trong cầu nguyện là một chuyện khác.... Cầu nguyện là gieo vãi, còn chiêm niệm là gặt hái, khi người thợ ngõ ngang nhìn thấy cảnh tượng tuyệt vời mở ra trước mắt: những quả bắp xinh đẹp trở ra từ những hạt giống trần trụi bé nhỏ mà họ đã gieo vãi.

*Thánh Isaak Syria*

Khi được tình yêu thôi thúc, tâm trí vươn lên cùng Thiên Chúa, không còn một cảm thức nào về bản thân hoặc về một sự vật nào khác. Được chiếu soi trong ánh sáng vô biên Thần Linh, tâm trí vô cảm trước mọi tạo vật, giống như con mắt thể lý không nhìn thấy các ngôi sao trong ánh nắng của mặt trời.

Phúc cho tâm trí nào vượt qua được mọi tạo vật để liên li vui mừng trong sự Toàn Mỹ của Thiên Chúa.

Nhờ lời cầu nguyện tinh ròng, linh hồn hoàn toàn được ly thoát các tạo vật, và có thể nói được Thiên Chúa mang đi trên những đôi cánh.

*Thánh Maximus Hiển Tu*

Ơn chiêm niệm chỉ được ban cho khát vọng thao thức và nài nẵng.

*Thánh Bernard*

Tắm mạng là gì đối với con mắt, thì các tư tưởng trần thế và những tính toán về cuộc sống đối với tâm trí, hoặc con mắt của linh hồn cũng như vậy. Bao lâu còn để chúng tồn tại, chúng ta sẽ không nhìn thấy gì; nhưng khi chúng ta vứt bỏ chúng đi nhờ việc nhớ đến sự chết, chúng ta sẽ nhìn thấy ánh sáng đích thực là ánh sáng chiếu soi cho mọi người bước vào thế gian.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Khổ nhọc của chúng ta ở đời này thì ngắn ngủi, nhưng phần thưởng thì muôn đời. Chúng ta đừng để mình bị phiền nhiễu vì tiếng ồn ào của thế gian đang đi qua như một chiếc bóng. Chúng ta đừng để những khoái lạc giả trá của thế gian lừa đảo phỉnh gạt chúng ta.

*Thánh Clare Assisi*

Linh hồn chúng ta được Đấng Tối Cao yêu thương một cách đặc biệt, vượt trên khả năng nhận thức của bất kỳ tạo vật nào... Không thụ tạo nào có thể biết được Đấng Tạo Hóa yêu thương chúng ta bao nhiêu, ngọt ngào đến đâu và dịu dàng thế nào. Và do đó, với ân sủng và sự trợ giúp của Người, chúng ta có thể đứng vững trong Chúa Thánh Thần, mãi mãi thán phục tình yêu cao quý, vô

biên, vượt quá phạm vi nhân loại mà Thiên Chúa Toàn Năng vì lòng tốt lành đã dành cho chúng ta.

*Chân phúc Julian Norwich*

Mọi hình ảnh mờ nhạt về Thiên Chúa mà người ta có thể đạt được đều siêu vượt trên mọi đau đớn và mọi niềm vui mà nhân loại có thể nghĩ ra.

*Thánh Catherine Genoa*

Tôi đã mắc một lầm lỗi nghiêm trọng... Nếu như tôi đã bắt đầu nhận ra một người yêu thích tôi, và tôi cũng đem lòng yêu thích người ấy, tôi sẽ say mê người ấy đến độ trí nhớ của tôi thường hướng đến người ấy và lúc nào cũng nghĩ về người ấy, mặc dù tôi không chú ý xúc phạm đến Thiên Chúa... Nhưng sau khi tôi đã được nhìn thấy vẻ đẹp của Chúa [trong một thị kiến], thì tôi không còn thấy ai sánh được với Đấng mà tư tưởng của tôi muốn nghĩ đến nữa.

*Thánh Teresa Avila*

Hãy học để biết sống với ý hướng yêu mến, mong đợi Thiên Chúa trong trạng thái tĩnh lặng.

Chiêm niệm chính là sự thông trào ẩn nhiệm, an bình và yêu mến của Thiên Chúa, nếu được chấp nhận, nó hun đốt linh hồn trong ngọn lửa Thánh Thần tình yêu.

*Thánh Gioan Thánh Giá*

Các tôi trung của Thiên Chúa có tập quán phòng sẵn một số lời nguyện tắt và suốt ngày thường xuyên dâng lên trời cao, hướng tâm trí về Thiên Chúa từ nơi đầm lầy thế gian.

*Thánh Philip Neri*

Quả thật, tiếng của Thiên Chúa, một khi đã hoàn toàn thấu nhập tâm hồn, sẽ trở nên mạnh mẽ như giông tố và âm vang như sấm động; nhưng trước khi vào đến tâm hồn, tiếng ấy yếu ớt như một hơi thở thoáng nhẹ, hầu như không làm khuấy động không khí. Nó tránh lánh sự ồn ào, và lặng lẽ giữa những náo động.

*Thánh Ignatius Loyola*

Tôi không cần gì ngoài một mình Thiên Chúa, và được tan biến trong cõi lòng của Người.

*Thánh Margaret Mary Alacoque*

Đừng bao giờ đọc những quyển sách mà bạn không biết rõ... cho dù xét trên phương diện văn chương, những quyển sách xấu xa ấy được viết rất hay. Tôi xin hỏi điều này: bạn có dám uống một thức gì đó mà bạn biết đã bị pha độc chỉ vì nó được đựng trong một chiếc tách bằng vàng hay không?

*Thánh Gioan Bosco*

Thật đáng buồn cho linh hồn nào ước muốn lánh xa những sự hào nhoáng phù hoa nhưng lại hướng về thế gian để đón nhận những câu chuyện khờ lười và nhạt nhẽo, thay vì chỉ biết đàm đạo với mình Thiên Chúa, họ mở mắt mà chỉ thấy toàn thế gian, chứ không phải những cảnh quang thiên đàng.

*Thánh Gemma Galgani*

Khi nhìn vào tấm gương và không thấy khuôn mặt của mình, tự nhiên tôi thấy có một cảm giác nào đó trở dậy trong tôi; khi nhìn vào thế giới sống động nhộn nhịp này, và tôi không thấy hình ảnh của Đấng Tạo Thành nên nó... Phải chăng có một tiếng nói, nói rất rõ ràng trong lương tâm và tâm hồn của tôi rằng: tôi là một kẻ vô thần....

*Đấng đáng kính hồng y John Henry Newman*

Tâm trí của con... phải đầy tràn tình yêu Thiên Chúa, và quên lãng bản thân con. Nó phải đầy tràn sự chiêm niệm và niềm vui về mối phúc thật của Cha, cảm thương và buồn đau với những nỗi khổ của Cha, vui mừng vì những niềm vui của Cha... Nó phải là một tâm trí đầy tràn tình yêu đồng loại vì Cha, bởi Cha yêu thương mọi người như một hiền phụ yêu thương con cái. Nó phải đầy tràn niềm khát khao những của thiêng liêng và vật chất dành cho mọi người vì Cha. Nó phải là một tâm trí tự do, tĩnh lặng và bình an... Đừng để nó bị quấy động vì

những thứ tũn mủn. Hãy vứt bỏ những chuyện lặt vặt và cố sống như trên cõi cao sang, không phải vì kiêu căng, nhưng vì tình yêu.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Giữa lòng đại dương những phù phiếm và lẽ lạc này, tôi cảm thấy trong tâm hồn một khắc khoải muốn học biết cầu nguyện. Tôi đã tìm hỏi, tôi đã đọc sách, tôi đã giữ mình hết sức trước sự hiện diện của Thiên Chúa. Bằng đó việc đã đủ giúp tôi bắt đầu nhìn thấy một ánh sáng rạng ngời chiếu giải trên cái hư không của những sự trần thế, cái phù phiếm của cuộc đời, và vẻ đẹp của Thiên Chúa.

*Đầy tớ Chúa Concepción Cabrera de Armida*

Bạn cứ ở mãi trong tình trạng phàm tục, hời hợt, và chia trí... chỉ vì bạn là một kẻ nhát. Kẻ không dám đối diện với bản thân mình là gì, nếu không phải là một kẻ nhát?

*Thánh José Escriva*



# CHẾT đến SỐNG MUÔN ĐỜI

Vì quá chú tâm đến vẻ trẻ trung, nét xinh đẹp, đến thành tựu bản thân và thành công cuộc sống, nên đa số chúng ta dường như đã tránh né thực tại sự chết. Tuy nhiên, tất cả những quảng cáo âm ỉ và những thành tựu lẫy lừng nhất của cuộc sống này cũng không sao sánh được với những niềm vui do sự kết hợp muôn đời với Đấng Uy Linh Toàn Mỹ đem lại. Những điều tốt đẹp của cuộc sống đời này sánh với cuộc sống đời sau chỉ là một vở diễn tổng dợt, và cái chết chính là hiệu lệnh vén lên bức màn.

Tất cả các thánh đã cảm nghiệm được tác động của cõi đời đời và muốn thúc giục mọi người thân quen của các ngài cũng hãy khao khát những điều nhất định sẽ đến. Theo lời kể, thánh nữ Teresa Avila thỉnh thoảng lại nhìn đồng hồ và nói rằng: trong cuộc sống vô vị này, niềm an ủi duy nhất của ngài là biết rõ mỗi giây phút qua đi, thì ngài càng đến gần hơn cuộc sống đời đời. Thánh Augustine cho rằng niềm vui đích thực duy nhất là niềm hy vọng về cõi đời đời.

Hỡi anh chị em yêu quý, chúng ta hãy xem Thiên Chúa vẫn không ngừng mặc khải cho chúng ta về sự phục sinh sẽ đến. Về điều ấy, Thiên Chúa đã đặt Chúa Giêsu Kitô làm hoa quả đầu mùa, bằng cách cho Người sống lại từ kẻ chết.

*Thánh Clement I Giáo Hoàng*

Cội rễ của mọi công việc tốt lành là niềm hy vọng về sự sống lại; vì sự đợi trông phần thưởng [thúc bách] linh hồn đến với những công việc tốt lành.

*Thánh Cyril Jerusalem*

Ai sợ chết là người chưa sẵn sàng đến gặp Chúa Kitô.

*Thánh Cyprian*

Đối với người lành thánh, chết là một mối lợi. Người ngu dại sợ chết như điều dữ dần kinh hãi nhất, còn người khôn ngoan mong mỗi cái chết như sự nghỉ ngơi sau bao nhiêu lao nhọc và chấm dứt những bệnh tật.

*Thánh Ambrose*

Cái chết kết liễu cuộc sống đem đến một hiệu quả thật quan trọng, bởi vì ai đã chết một lần thì không phải trải qua cùng một thử thách như thế lần thứ hai nữa.

Vì thế, khi sống lại, thân xác các thánh sẽ khỏi mọi khiếm khuyết, mọi biến dạng, mọi hư hoại, trì trệ hoặc cản trở. Về phương diện này, sự tự do trong hành động của các ngài sẽ trọn vẹn giống như hạnh phúc của các ngài vậy.

*Thánh Augustine*

Sống là sự hợp nhất và liên kết giữa tâm trí [thần trí], linh hồn và thân xác; còn chết là sự hợp nhất giữa chúng bị phân rã; sau sự phân rã ấy, Thiên Chúa vẫn bảo tồn tất cả.

*Thánh Anthony Cả*

Sau khi được cứu mang Thiên Chúa trong lòng, Người Tớ Nữ dịu hiền [Đức Maria] đã xin - như cái giá của việc ấy - hòa bình cho thế giới, ơn cứu độ cho những người đã bị hư mất, và sự sống cho những người đã chết.

*Thánh Phêrô Kim Ngôn*

Khi đứa con nhỏ của thánh nữ bị chết yếu: “Tôi cảm tạ Thiên Chúa Toàn Năng vì Người đã không cho rằng tôi hoàn toàn bất xứng, không xứng đáng làm mẹ của một đứa trẻ được nhận vào nước trời. Sau khi đã già từ thế gian trong chiếc áo trắng tinh tuyền vô tội, đứa trẻ sẽ vui mừng trong sự hiện diện của Thiên Chúa cho đến muôn đời.”

*Thánh Clotilda*

Tôi không bao giờ có thể mất được người mà tôi đã yêu thương đến cùng; người mà tâm hồn tôi gắn bó mật thiết đến độ không bao giờ có thể chia lìa, người ấy không đi mất, nhưng chỉ đi trước mà thôi. Xin hãy nhớ đến tôi khi người đến nơi mà tôi cũng sẽ theo bước.

*Thánh Bernard*

Toàn bộ thế giới hiện tại này đã ra tòi tàn và buồn chán; ngược lại, thế giới tương lai đã trở nên đáng khát khao và hết sức yêu dấu đến độ tôi coi tất cả những sự đang qua đi này nhẹ nhàng như bông. Tôi đã chán “sống.”

*Thánh Herman Reichenau*

Xin Thiên Chúa chúc phúc cho chị tôi, đó là cái chết của thân xác.

*Thánh Francis Assisi*

Người ta kể Chúa Giêsu đã phán với thánh nữ Gertrude: “Thiên đàng của Cha sẽ không trọn vẹn nếu như thiếu con.”

*Thánh Gertrude Cả*

Trên giường hấp hối: “Lạy Thiên Chúa đáng mến, con cảm tạ Chúa đã để thân xác của con ra yếu nhược và bệnh nạn, để con càng được thông dong hưởng linh hồn của con về Chúa.”

*Chân phúc Margaret Colonna*

Trí hiểu của tôi đã được đưa lên thiên đàng, nơi đó, tôi nhìn thấy Chúa Kitô như một vương tôn trong lâu đài của Người. Người gọi tất cả những tôi trung và bạn hữu đặc sủng của Người đến dự bữa tiệc thịnh soạn... và [Chúa Kitô] đổ tràn [đầy nhà] niềm vui và hương liệu. Chúa không ngừng ban hoan lạc và an ủi cho các bạn hữu đặc sủng của Người... bằng giai điệu tuyệt vời của tình yêu vô biên nơi thánh nhan mỹ diệu và hồng phúc của Người. Thánh nhan vinh quang của Thiên Chúa đem lại niềm vui và hạnh phúc tràn đầy cho thiên đàng... Thiên Chúa đã cho thấy ba cấp độ hạnh phúc mà mọi linh hồn đã tự tình phụng sự Người... sẽ được hưởng trên thiên đàng. Thứ nhất là lòng tri ân... họ sẽ đón

nhận từ nơi Chúa... thứ hai là mọi thụ tạo diễm phúc trên thiên đàng sẽ được nhìn thấy lời tạ ơn tuyệt đẹp... thứ ba... là điều ấy sẽ kéo dài mãi đến muôn đời.

*Chân phúc Julian Norwich*

Các vị tử đạo ước ao được chết không phải để tránh khổ nhục, nhưng để đạt đến mục đích của các ngài. Tại sao các ngài lại không sợ chết, điều mà nhân loại tự nhiên ai cũng phải sợ? Bởi vì nhờ tình yêu siêu nhiên thần linh, các ngài đã chiến thắng tình yêu tự nhiên đối với thân xác của mình.

*Thánh Catherine Siena*

Hồi sự chết, tôi đã tìm được chỉ một sai sót nơi người, đó là người quá trù trù đối với những người khát khao người, mà lại quá hào phóng đối với những ai trốn tránh người.

Tôi tin rằng không thể tìm thấy một niềm vui nào sánh được với niềm vui của một linh hồn nơi luyện ngục, ngoại trừ niềm vui của các phúc nhân trên thiên đàng. Đó là một niềm vui mỗi lúc một tăng bội, vì Thiên Chúa ban tràn đầy cho linh hồn khi mọi ngãng trở trên con đường Người đến được tháo dỡ đi.

*Thánh Catherine Genoa*

Tôi thấy mình mỗi mòn vì khát khao được hưởng kiến Thiên Chúa, và tôi không biết làm sao để tìm được sự sống ấy ngoài con đường phải chết.

Nơi tâm trí tôi lóe sáng và ẩn hiện trong ánh sáng thần linh những thị kiến rạng ngời và vinh quang của thế giới tôi sẽ đến.

*Thánh Teresa Avila*

Cuộc sống thật bấp bênh và thực sự rất vắn vỏi. Nếu sánh với cõi đời đời, chúng ta thấy rõ ràng nó không hơn gì một thoáng qua.

Mỗi quan tâm chính yếu của chúng ta là một cái chết an bình đối với mọi sự thuộc đời sống này. Bởi vì khi chúng ta đạt được điều ấy và mất tất cả mọi sự khác, thì cũng chẳng có gì đáng kể. Còn nếu chúng ta không đạt được điều ấy, thì chẳng còn một sự gì khác sẽ có giá trị cả.

*Chân phúc Junipero Serra*

Khi sắp được tử đạo: “Lạy Chúa Giêsu rất dịu hiền của con, xin Chúa hãy đến để giờ đây con được kết hợp bất phân với Chúa trong thời gian và trong cõi muôn đời: xin chào những dây rợ, những rào chắn, những giá treo cổ, những gươm đao và giết chóc, xin chào vì tình yêu Chúa Giêsu, Đấng Cứu Độ của tôi.”

*Chân phúc Henry Morse*

Tôi không muốn sống thêm nữa, và chỉ nghĩ đến việc hiến dâng mạng sống của tôi cho Chúa mà thôi.

*Thánh Lugartha Lee Yu-Hyu tử đạo (Triều Tiên)*

... Trong giờ linh hồn phân vân giữa quê hương tương lai và ngôi nhà hiện tại của nó, linh hồn tôi được đưa đến chỗ có thể [chết] bởi vì những sợi dây ràng buộc hầu như không còn sức để giữ nó lại nữa... nếu lý trí và những tình cảm tốt đẹp nhất của trần gian đã không ràng giữ và níu kéo những lực bay của nó lại bằng một sức mạnh khác thường, thì có lẽ tôi đã từ bỏ mọi ước muốn và mục đích khác từ lâu rồi.

*Thánh Elizabeth Seton*

Hỡi cõi muôn đời, hỡi cõi muôn đời, rốt cuộc khi nào tôi mới gặp được người?... Trên thiên đàng, nơi chúng ta sẽ nhận biết nhau bằng một ánh nhìn của linh hồn.

*Thánh Elizabeth Seton*

Tôi sẽ bị xử trảm. Chỉ trong một vài giờ vắn vỏi nữa thôi, linh hồn tôi sẽ già từ cõi đất, cuộc lưu đày sẽ qua, và Khải Hoàn Vinh Thắng. Tôi sẽ bước lên và tiến vào ngôi nhà đích thực của chúng ta. Nơi đó, giữa các phúc nhân của Thiên Chúa, tôi sẽ ngắm nhìn những gì con mắt nhân loại không thể tưởng tượng, sẽ nghe những giai điệu không ai có thể nghĩ tưởng, và sẽ hoan hưởng niềm hạnh phúc tâm hồn không thể hiểu thấu.

*Thánh Theophane Venard*

Trên giường bệnh: “Tôi nhìn thấy một điều xinh đẹp biết bao.”

*Thánh Dominic Savio*

Trên đường đi chịu tử đạo: “Tại sao các người trời tôi? Tôi chạy trốn ai kia chứ? Trốn Thiên Chúa à?”

*Thánh Joseph Mukasa Balikuddembe*

Tôi không sợ hãi. Từ lâu lắm rồi tôi vẫn đợi trông Thiên Chúa của tôi. Người là Đấng đã ban cho tôi mộ mền cái chết, và giờ đây, khát vọng duy nhất của tôi là được đi đến bên Người.

*Chân phúc Rafka al-Rayes*

Lạy Chúa Giêsu, xin hãy phá hủy xiềng xích thân xác này đi, bởi vì con sẽ không bao giờ được thỏa nguyện cho đến khi linh hồn con có thể bay lên cùng Chúa. Khi nào con sẽ được hoàn toàn hạnh phúc trong Chúa?

*Thánh Gemma Galgani*

Hãy nhớ rằng người sẽ phải chết như một vị tử đạo, bị tước lột tất cả, bị căng thây trần trụi dưới đất, không còn nhân dạng, đầy những thương tích và máu me, chết tàn khốc và đau đớn – và hãy khát mong điều ấy được thực hiện ngay hôm nay.... Hãy thường xuyên nghĩ đến cái chết để chuẩn bị và thẩm định mọi sự theo đúng giá trị xác thực của chúng.

*Đấng đáng kính Charles de Foucauld*

Có những khó khăn, đau khổ và lo lắng.... Nhưng đến một ngày tươi đẹp nào đó, tất cả sẽ qua đi, và tất cả chúng ta sẽ thấy mình được kết hợp với Thiên Chúa Ba Ngôi đáng kính thờ, với Đức Maria Rất Thánh, với những người thân yêu và với những chị em đã ra đi trước chúng ta. Đó là niềm vui, là sự an ủi của chúng ta. Hãy can đảm lên!

*Đấng đáng kính Thecla Merlo*

Nếu bạn là một tông đồ, bạn sẽ không chết. Bạn sẽ chuyển đến một ngôi nhà mới: tất cả chỉ có thế.

*Thánh José Escriva*

# AO VỌNG đến CHÂN LÝ

Thời đại chúng ta đã chứng kiến một thảm trạng hoang mang về chân lý, nhất là các chân lý tuyệt đối của tôn giáo, kể cả ở nơi các tín hữu Kitô. Trước tiên, nhiều người chất đầy những tư tưởng của chủ nghĩa hoài nghi và chủ nghĩa tương đối đặc trưng của thời hiện kim đến độ nghi ngờ chúng ta có thể biết được một điều gì hoàn toàn xác thực hay không. Có những người cho rằng kinh nghiệm cá nhân chính là nguồn mạch duy nhất phát sinh chân lý về những vấn đề muôn đời. Thuyết Thời Đại Mới còn kích động việc dùng trực giác chủ quan để thay thế giáo lý bền vững.

Dĩ nhiên tình trạng hỗn độn tri thức ấy không chỉ đưa đến các giáo thuyết phức tạp, bất nhất, mà còn dẫn đến những lầm lạc về trách vụ luân lý. Nếu không hiểu biết một cách xác thực, làm sao chúng ta có thể trung thành tuân giữ những giáo huấn đạo đức? Một số người cho rằng cá nhân được toàn quyền giải thích Thánh Kinh, không cần đến quyền bính; vì quyền bính tôn giáo truyền thống đã lỗi thời. Do đó, mỗi người được tự do sàng lọc và lựa chọn những gì họ yêu thích từ Thánh Kinh và Thánh Truyền, bởi vì chẳng có gì bắt buộc cả.

Cái nhìn của các thánh rất khác biệt với quan điểm trên đây! Các tín hữu thánh thiện đã nhiệt thành tránh lánh những điều sai trái mà thánh Phaolô Tông Đồ đã cảnh báo để giữ lấy chân lý khách quan được Thiên Chúa mạc khải. Nhiều vị giáo phụ như thánh Clement, thánh Ambrose và thánh Augustine đã hăng say chiến đấu nhiều năm để đánh đổ các giáo thuyết sai lạc. Các thánh tiên tri như



thánh Đaminh và thánh Phanxicô đã phản bác ảo tưởng lầm lạc của nhiều giáo sĩ và giáo dân, cho rằng việc tích góp của cải thừa mứa và thói đàng điếm xa hoa là hợp pháp.

Người (Chúa Giêsu) phán rằng vì danh Người, chúng ta sẽ bị giết hại và bị ganh ghét; nhiều tiên tri giả và Kitô giả sẽ xuất hiện, nhân danh Người mà lôi kéo nhiều người đến chỗ lầm lạc. Quả đúng như thế. Vì có nhiều kẻ đã giảng dạy những điều vô đạo và gian tà, mượn danh Chúa để đóng “mác” vào mặt thuyết của họ, và đã rao truyền những điều mà thần dữ như uế đã ghi khắc vào tâm trí họ.

*Thánh Justine tử đạo*

Khi đã tự tín, thì lý trí nhân loại nghèo nàn sẽ dùng những điều kỳ quặc nhất để thay thế cho những tư tưởng thần linh cao siêu nhất.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Quả thật, không gì vĩ đại hơn tâm trí của con người, ngoại trừ một mình Thiên Chúa. Chúng ta hãy học cho biết dùng con mắt đức tin mà coi lời thần linh của Thánh Kinh như nguồn sáng soi chiếu nơi tâm tối cho đến lúc rạng đông ngày mới và ngôi sao mai xuất hiện trong tâm hồn chúng ta. Bởi vì nguồn sáng vô biên ấy - nơi ngọn đèn này mượn ánh sáng - là Ánh Sáng chiếu soi sự tâm tối, nhưng tâm tối không nhận biết Ánh Sáng. Để nhìn thấy Ánh Sáng ấy, tâm hồn chúng ta phải được đức tin thanh luyện.

*Thánh Augustine*

Vì là Mặt Trời Công Chính, nên Chúa có lý mà gọi các môn đệ của Người là ánh sáng soi cho thế gian. Bởi vì qua các ngài, như những tia sáng soi chiếu, Chúa đã trào đổ ánh sáng tri thức về chính Người trên khắp thế gian. Khi mình chứng ánh sáng chân lý, các ngài đã xua tan bóng tối lầm lạc ra khỏi tâm hồn nhân loại.

*Thánh Chromatius Aquileia*

Lạy Chúa, xin dùng ánh sáng rạng ngời thượng trí của Chúa mà chiếu giải linh hồn tăm tối của chúng con, để chúng con được soi sáng và phụng sự Chúa với tâm hồn trong sạch mới mẻ. Rạng đông báo hiệu thời điểm cho con người bắt đầu lao nhọc, còn trong linh hồn chúng con, lạy Chúa, xin hãy sửa dọn một nơi cho ngày không bao giờ tàn. Lạy Chúa, qua sự nhiệt tâm liên lý của chúng con, xin Chúa hãy thiết lập nơi chúng con dấu chỉ ngày của Chúa, ngày không tính theo mặt trời.

*Thánh Ephraem*

Mặt trời, tạo vật của Thiên Chúa, duy nhất và như nhau trên toàn thế giới thế nào, thì giáo huấn của Giáo Hội chiếu giải mọi nơi để soi sáng cho tất cả những ai muốn tìm đến tri thức chân lý cũng như vậy.

*Thánh Irenaeus*

Giáo huấn mà không được ân sủng kèm theo vẫn có thể đi vào đôi tai, nhưng chẳng bao giờ đến được cõi lòng. Khi ơn Chúa tác động đến nơi sâu thẳm nhất của tâm trí chúng ta và giúp nó hiểu biết, thì khi ấy lời Người, lời đã được đôi tai tiếp nhận, mới có thể lắng sâu vào cõi lòng.

*Thánh Isidore Seville*

Lạy Thiên Chúa hiển vinh cao quang, xin soi sáng nơi tăm tối của tâm hồn con. Và lạy Chúa, xin ban cho con một đức tin chân thực, một đức cậy vững vàng, một đức ái hoàn hảo, một sự cảm nhận và tri thức, để con có thể thực hiện mệnh lệnh thánh thiện và chính trực của Chúa.

*Thánh Francis Assisi*

Bao lâu còn ở chốn khách đày, thì tâm hồn con người vẫn còn quanh co và xu hướng về đảng tội, khuôn lười và yếu đuối trong đảng nhân đức. Chúng ta cần được cổ võ và khích lệ, để người này được người kia giúp đỡ và lòng sốt sắng do lòng mến thiên đàng có thể thắp lên ngọn lửa trong tâm hồn chúng ta, ngọn

lửa mà thói bất cần và sự nguội lạnh thường ngày của chúng ta thường làm tắt lịm.

*Chân phúc Jordan Saxony*

Vì vậy, trong Chúa, tôi hiểu biết và sở hữu trọn vẹn chân lý trên trời, dưới đất, trong hỏa ngục, và nơi mọi tạo vật; chân lý và sự xác thực ấy thật lớn lao đến độ cả thế gian này dù có nói ngược lại đi nữa, thì tôi cũng chẳng tin, tôi còn nhạo cười cho nữa.

*Chân phúc Angela Foligno*

Phúc cho ai có những lời tự Chúa Thánh Thần -chứ không phải tự họ - phát ra.

*Thánh Anthony Padua*

Anh chị em là ngọn lửa xua tan sự công lạnh, anh chị em hãy dùng ánh sáng của mình mà chiếu giải tâm trí, và làm cho tôi nhận biết chân lý của anh chị em.

*Thánh Catherine Siena*

Khi cất tiếng rao giảng Phúc Âm cho mọi dân nước, lời thánh Phaolô giống như tiếng vang sấm động trên bầu trời. Lời thánh nhân rao giảng là ngọn lửa bùng cháy cuốn phăng tất cả những gì cản trở. Đó là mặt trời xuất hiện trong vinh quang chói lọi. Sự thất trung bị tiêu hủy, những tà đạo bị xua tan, và chân lý xuất hiện như một ngọn đèn vĩ đại soi sáng cho toàn thế giới bằng ngọn lửa rạng ngời của nó.

*Thánh Bernadino Siena*

Tất cả những ai đảm nhận trách vụ huấn luyện phải có một tình yêu nóng bỏng, một lòng nhẫn nại rất lớn lao, và trên hết là một đức khiêm nhường thâm sâu. Họ phải thực hiện công việc với một nhiệt tâm hăng say. Sau đó, vì những lời cầu nguyện khiêm nhường của họ, Thiên Chúa sẽ thấy họ xứng đáng trở nên những cộng tác viên của Người trong sự nghiệp chân lý.

*Thánh Joseph Calasanza*

Trong ngôi nhà học thuật lừng danh này có ai hằng ngày đi đến trường luật, trường y, trường triết hoặc thần học mà không suy nghĩ làm cách nào để có thể tiến bộ tốt nhất trong chuyên ngành của mình và cuối cùng đạt cho được học vị tiến sĩ? Phải, trường học của Chúa Kitô là trường đức ái. Trong ngày sau hết,... đức ái sẽ là toàn bộ giáo trình.

*Thánh Robert Bellarmine*

Lý luận và khoa học nhân loại thường đưa anh em đến chỗ lầm lạc bởi vì chúng quá yếu kém và giới hạn, không thể thấu đáo kiến thức về Thiên Chúa, vốn là những điều vô cùng và khôn dò. Trí năng và tri thức nhân loại còn lừa lọc, bởi vì chúng đầy những tối tăm và mê muội tội lỗi, không thể đạt đến chỗ tri thức ngay cả những sự bên ngoài Thiên Chúa.

*Thánh Gioan Eudes*

Khi nhìn thấy nhu cầu người ta cần thiết và đói khát muốn được nghe giáo huấn về Thiên Chúa, tôi run rẩy muốn ra đi và chạy rảo khắp cùng thế giới để rao giảng lời Chúa. Tôi không còn một chút nghỉ ngơi, tâm hồn tôi chẳng tìm được một chút khuây khỏa nào khác ngoài việc hối hả đi khắp nơi và rao giảng.

*Thánh Anthony Mary Claret*

Những người được Chúa Thánh Thần hướng dẫn thì có những tư tưởng chân thực; vì thế rất nhiều người đốt nát nhưng lại thông sáng hơn những người học thức. Chúa Thánh Thần là ánh sáng và sức mạnh.

*Thánh Gioan Vianney*

Chân lý chỉ có một; vì thế... có rất nhiều người lầm lạc, vì họ khác biệt; họ khác biệt không chỉ những điểm nhỏ mọn, mà cả trong những vấn đề quan trọng; do đó, rất đông người, hoặc do lỗi của họ hoặc không do lỗi của họ, đã sai lầm ngay cả trong những vấn đề quan trọng về tôn giáo... Chân lý tự tỏ hiện với bản tính thiêng liêng của chúng ta; nó sẽ chỉ được thấu hiểu và coi trọng bởi những người yêu mến chân lý, nhân đức, thanh khiết, khiêm nhường, và bình an.

*Đấng đáng kính hồng y John Henry Newman*

# TUYỆT VỌNG đến HY VỌNG

Trong xã hội chúng ta, một xã hội coi thường và thậm chí còn loại bỏ các giá trị kiên vững của Kitô Giáo, đang vắng bóng hy vọng và đẩy dẩy thất vọng. Tự tử là hành vi cuối cùng của những người không thể vượt qua nỗi tình trạng thất vọng, trong đó có những nhân vật lỗi lạc như danh họa Vincent Van Gogh và văn hào Ernest Hemingway. Thực vậy, chẳng có gì khó hiểu khi người ta tự tử. Họ không hy vọng mãnh liệt vào Thiên Chúa và cuộc sống đời đời - như một phần thưởng để duy trì niềm hy vọng và tin tưởng cho cuộc sống hiện tại - trong lúc họ không còn một con đường nào khác để thoát khỏi tình trạng đau đớn và phũ phàng.

Thánh Kinh dạy chúng ta: “Với Thiên Chúa, mọi sự đều có thể” (Mt 19:26). Chúng ta hãy xem sự tương phản giữa hai tông đồ Phêrô và Giuđa. Phêrô đã chối Chúa, còn Giuđa bội phản Chúa. Cả hai đều làm tổn thương trầm trọng đến mối tương giao với Thầy Chí Thánh và có thể đã mất hy vọng, nhưng Phêrô đã tin tưởng nơi lòng thương xót của Chúa Giêsu, tin rằng: ngay cả tội chối Chúa vẫn có thể được tha thứ. Còn Giuđa thì sa vào chỗ tuyệt vọng và đã treo cổ tự tử.

Gần đây, Đáng đáng kính Francis Libermann cho biết mỗi khi đi ngang qua một cây cầu, lúc nào ngài cũng muốn nhảy xuống. Ngài đã cầu nguyện và Thiên Chúa đã ban ơn cho ngài giữ vững hy vọng, thay vì tuyệt vọng.

Dựa vào sức riêng, không ai được bằng an; nhưng họ sẽ được bằng an nhờ vào ân sủng và lòng thương xót của Chúa.

*Thánh Cyprian*

Chúng ta đừng ngã lòng về bất kỳ một ai, bao lâu họ còn sống.

Bởi vì đối với Thiên Chúa: lấy cái tốt từ trong điều xấu thì vẫn hơn là không để cho điều xấu xảy ra.

*Thánh Augustine*

Hy vọng luôn kéo linh hồn ra khỏi cái đẹp trước mắt để hướng đến cái đẹp cao vời, luôn khơi niềm khát vọng về những điều ẩn nhiệm từ những điều được cảm nhận.

*Thánh Gregory Nyssa*

Nếu Chúa Kitô ở với chúng ta, thì ai chống lại chúng ta? Anh em có thể chiến đấu một cách tin tưởng vì anh em vững tin vào chiến thắng. Với Chúa Kitô và vì Chúa Kitô, chiến thắng là điều chắc chắn.

*Thánh Bernard*

Cha [Chúa Kitô] đang ẩn mình khỏi con, để con có thể nhận biết: tự con, con là gì, nếu không có Cha.

*Thánh Margaret Cortona*

Chúa Kitô đã cho ma quỷ quyền lực trên Người khi Người chịu cám dỗ, chịu đưa vào nguy hiểm và chịu bách hại cho đến chết, để qua đó, Người giải thoát nhân loại khỏi quyền lực của ma quỷ.

Khi linh hồn tôi trong đêm tăm tối, tôi thà bị nướng chín còn hơn phải chịu những nỗi cay cực như thế. Vì vậy, tôi đã kêu gào và xin được chết, ước mong được chết cách nào cũng được, miễn là Thiên Chúa cho tôi được chết.

*Chân phúc Angela Foligno*

Hoàn thiện không hệ ở ơn an ủi, nhưng ở chỗ ý chí chúng ta suy phục thánh ý Thiên Chúa, nhất là trong cảnh cô đơn. Vậy chúng ta hãy nhớ lại đức vâng phục của Chúa thật hoàn thiện khi miệng lưỡi của Người cháy bỏng vì cơn sốt của những thương tích, cơn sốt ấy chỉ tăng thêm và cơn khát của Người càng dữ dội hơn khi người ta cho Người uống dấm chua và mật đắng.

*Chân phúc Henry Suso*

Rồi sẽ đến lúc chỉ còn một đoàn chiên và một chủ chiên, một đức tin và một tri thức rõ ràng về Thiên Chúa.

*Thánh Birgitta Thụy điển*

Những người nhiều hy vọng nhất trên trần gian này là những người trẻ tuổi và những người say sưa. Loại người thứ nhất chưa có bao nhiêu kinh nghiệm về thất bại, còn loại người thứ hai đã thành công trong việc nhận chìm thất bại của họ [trong rượu].

*Thánh Thomas Aquinas*

Cứ để thế gian đắm chìm trong sự điên dại của nó, bởi vì nó đang qua đi như một chiếc bóng và không thể trường tồn. Thế gian đang già cỗi, và tôi nghĩ, nó đang trong tình trạng sập sệ cuối cùng của nó. Còn chúng ta được chôn sâu trong những thương tích của Đức Kitô, tại sao chúng ta lại hoảng hốt?

*Thánh Phêrô Canisius*

Trên đường đi thành lập một đan viện Carmelite, thánh nữ Teresa Avila đã bị lật xe và người ta nghe ngài kêu lên:

Thảo nào Chúa chẳng có bao nhiêu bạn hữu, vì Chúa đối xử với họ như thế này đây

*Thánh Teresa Avila*

Nếu muốn vươn lên khỏi cơn chán chường, buồn nản, ngã lòng của linh hồn, và biến nó nên ích lợi trong việc phụng sự Thiên Chúa, chúng ta phải đối diện, phải chấp nhận tình trạng ấy và nhận thức giá trị của sự tự khinh thánh thiện. Bằng cách ấy, chúng ta sẽ biến thứ chì nặng trĩu của mình thành vàng, một thứ vàng nguyên tuyền hơn bất kỳ những câu hài hước thoải mái và vui tươi nhất của chúng ta.

Quá khứ hãy trao cho lòng thương xót của Thiên Chúa, hiện tại thuộc về lòng trung thành của chúng ta, còn tương lai thì phó thác cho sự quan phòng của



Thiên Chúa.

*Thánh Francis de Sales*

Hãy gieo mình vào vòng tay Thiên Chúa và hãy vững tin, nếu Người muốn anh em làm gì, thì Người nhất định sẽ làm cho anh em thích hợp với công việc ấy và sẽ ban sức mạnh cho anh em.

*Thánh Philip Neri*

Anh em hãy ẩn mình nơi Chúa Giêsu tử giá và đừng hy vọng gì khác ngoài việc muốn cho mọi người hoàn toàn thuận hợp theo thánh ý Người.

*Thánh Phaolô Thánh Giá*

Thiên Chúa rất tốt lành và nhân từ, đến độ chúng ta, tự tâm hồn, vẫn có thể xin Người ban thiên đàng cho chúng ta được.

*Thánh Benedict Joseph Labré*

Tôi phải có một con tim bùng cháy tình yêu, nhưng tôi lại là một hồ nước đông cứng.... Một linh hồn trong luyện ngục sống không có ánh sáng vì không nhìn thấy Thiên Chúa, không có niềm vui vì không thể chiếm hữu Người; nhưng lúc nào họ cũng hoàn toàn suy phục Người.

*Chân phúc Eugénie Smet*

Khi bị cám dỗ ngã lòng, tôi chỉ còn một phương cách duy nhất là đến sấp mình dưới chân nhà tạm như một con chó nhỏ dưới chân chủ nhân của mình.

*Thánh Gioan Vianney*

Nếu nhìn thấy các cửa hỏa ngục mở toang và con đang đứng bên mép vực sâu, thì con vẫn không ngã lòng, con sẽ không mất lòng cậy trông vào lòng thương xót, vì con tin thác nơi Chúa, lạy Thiên Chúa của con.

*Thánh Gemma Galgani*

Dù tôi xấu xa đến đâu, là một tội nhân kinh tởm đến đâu, tôi vẫn nuôi hy vọng rằng tôi sẽ được lên thiên đàng. Chúa cấm tôi ngã lòng.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

... Khi linh hồn đắm chìm trong đau đớn, vào chính lúc ấy, khi hầu như đã tuyệt vọng, bỗng nhiên một cơn gió thoảng xuất hiện, biến đổi nỗi đau đớn đã diết thành sự mát dịu khoan khoái, không còn khát vọng nào khác ngoài khát vọng muốn làm đẹp lòng Đấng Dấu Yêu, không còn ước mơ nào khác ngoài ước mơ về những sự thanh nhàn tương lai.

*Đầy tớ Chúa Concepción Cabrera de Armida*

Kinh Tin Kính đẹp nhất là kinh chúng ta đọc lên trong giờ tâm tối.

*Thánh Piô Năm Dấu*

Thời buổi này có ai nên thánh đâu, con đã nói với cha, còn cha... Cha lúc nào cũng vậy! Hỡi con, cha đã trả lời cho con, con hãy cố gắng đi hiệp lễ hằng ngày, và nghĩ rằng: giả như tôi không đi, tôi sẽ ra sao?

*Thánh José Escriva*

# PHÓNG TÚNG đến TỰ CHỦ

Ngày nay, việc người ta quá chú tâm đến đủ thứ nghiện ngập cho thấy rằng cuộc sống nhiều người trong chúng ta đã trở nên quá phóng túng, hoặc nghiện ngập rượu chè, ma túy, hoặc ăn uống quá độ. Ngược lại, các thánh đã nêu gương tự chủ, đó là một hoa trái của Chúa Thánh Thần (Gl 5:23).

Khi nghĩ đến nhân đức tự chủ, vị thánh đầu tiên hiện lên trong đầu tôi là thánh nữ Thérèse Lisieux, vị thánh với con đường nhỏ yêu mến đã tác động mạnh mẽ đến toàn thế giới Công Giáo. Thánh nữ tin rằng, Thiên Chúa không muốn ngài - cũng như đa số các tín hữu - thực hiện những kỳ công lẫy lừng, nhưng hãy làm từng công việc nhỏ mọn vì lòng yêu mến. Điều ấy cũng có nghĩa là phải dưng cảm kiềm chế những xúc động đưa đến giận dữ hoặc ghen ghét. Theo con đường bé nhỏ của mình, thánh nữ Thérèse đã thực hiện điều ấy một cách tuyệt vời, khiến cho những người chị thánh cảm thấy khó ưa lại lắm tưởng họ đã đem đến cho ngài những niềm vui đặc biệt. Một tấm gương khác là thánh nữ Catherine Siena. Là một trinh nữ chưa bao giờ lỗi phạm về đức trong sạch, nhưng trong lòng, thánh nữ vẫn bị cám dỗ về thứ tội ấy. Ông Chúa ban đã giúp thánh nữ giữ được sự tự chủ và không để lộ bất kỳ dấu hiệu nào về cuộc chiến đấu ấy ra bên ngoài.

Chúng ta đừng nên pha mình vào những cuộc thảo luận vô ích hoặc tranh cãi.

*Thánh Basil*

Say sưa là sự tàn lụi của lý trí, là tuổi già đến sớm, là cái chết tạm thời.

*Thánh Basil*

Ai có tâm hồn trong sạch là đền thờ của Chúa Thánh Thần.

*Thánh Lucy*

Người được ăn học và hùng biện đừng chỉ dựa vào sự lưu loát của mình để đo lường sự thánh thiện của bản thân. Giữa hai cái bất toàn, quê mùa mà thánh thiện thì tốt hơn là hùng biện mà tội lỗi.

*Thánh Jerome*

Đừng nói tâm trí các bạn trong sạch nếu như con mắt các bạn không trong sạch, bởi vì con mắt không trong sạch là sứ giả của một tâm hồn thiếu trong sạch.

Ham muốn mà chiều theo thì biến thành tập quán, và tập quán nếu không bị chống lại thì biến thành nhu cầu.

Ma quỷ đã bày ra trò cờ bạc.

*Thánh Augustine*

Những người lúc nào cũng chiều chuộng bản thân sẽ từ chối cả những công việc trong khả năng của họ, lấy cớ rằng họ không được ơn trên trợ giúp.

*Thánh Mark khổ tu*

Quả thật, tâm hồn tôi xao xuyến và thần trí tôi cóng lạng. Chúng ta được ban tự do để chọn và làm công việc của các thánh, nhưng chúng ta lại để các đam mê đầu độc, như thể bị say rượu, và chúng ta không muốn hướng tâm trí lên cao để tìm vinh quang thượng giới, không muốn noi gương việc làm của các thánh, không bước theo các ngài để trở nên những người thừa kế công việc của các ngài và cùng với các ngài mà đón nhận gia nghiệp đời đời.

Ai cố gắng làm đẹp lòng Thiên Chúa mới là người thông sáng, họ hầu như tinh lặng, hoặc có nói, thì nói rất ít – chỉ nói những gì cần thiết và đẹp lòng Thiên Chúa.

*Thánh Anthony Cả*

Người say sưa là một cái cây ma đang sống... Thiên Chúa ban rượu cho chúng ta đâu phải để chúng ta say sưa, nhưng để chúng ta được tỉnh táo, để chúng ta được vui mừng, chứ đâu phải để chúng ta tự làm khổ bản thân.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Giữ gìn miệng lưỡi cho khỏi câu chuyện xấu xa và đời bại; đừng thích nói nhiều.

*Thánh Benedict*

Không gì ngọt ngào hơn sự thanh thản của lương tâm: không gì bằng an hơn sự thanh sạch của tâm hồn, tuy nhiên, không ai có thể tự ban cho mình bởi vì nó là tặng ân của một đấng khác.

*Thánh Columbanus*

Môi miệng im lặng thì tốt lành và kỳ diệu hơn bất kỳ câu chuyện xây dựng nào... Nhưng vì tính yếu đuối của mình, chúng ta không thể đi theo con đường hoàn thiện ấy, vậy chúng ta hãy nói những gì xây dựng mà thôi.

*Thánh Barsanuphius*

Có một hình thức tiết độ cho những người tốt lành và một hình thức khác cho những người hướng chiều về một yếu đuối nào đó. Với loại người thứ nhất, bất kỳ xúc động thân xác nào cũng lập tức gợi lên một thúc giục kiềm chế, trong khi loại người thứ hai thì các xúc động ấy không hề giảm bớt hay ngưng nghỉ cho đến ngày họ qua đời. Loại người thứ nhất luôn phấn đấu để tâm trí được bằng an, trong khi loại người thứ hai cố gắng làm nguôi lòng Thiên Chúa bằng sự thống hối của họ.

Tham ăn là tật giả hình của cái bao tử. Dù no căng, nó vẫn kêu khóc rằng quá ít; dù đầy ắp và căng cứng, nó vẫn cứ rên rỉ rằng đói quá.

*Thánh Gioan Climacus*

Yêu xác thịt vô độ là ác độc, tuy bề ngoài chúng ta chiều chuộng thân xác,

nhưng kỳ thực lại giết chết linh hồn.

Dù ăn bánh cũng phải điều độ, kéo cái bao tử đầy ứ sẽ làm anh em chán ngại đọc kinh.

*Thánh Bernard*

Ai cai trị được các đam mê của mình là chủ nhân của thế giới. Hoặc chúng ta điều khiển chúng, hoặc làm nô lệ cho chúng. Thà làm búa còn hơn làm đe.

*Thánh Dominic*

Anh em không biết chay tịnh có thể làm thống trị nhục dục, nâng tâm hồn lên cao, củng cố nó trên đường nhân đức và chuẩn bị một phần thưởng cao quý cho người tín hữu hay sao?

*Thánh Hedwig Silesia*

Ăn uống vô độ là làm linh hồn ra tăm tối và bất xứng với các kinh nghiệm thiêng liêng.

*Thánh Thomas Aquinas*

Khi Thiên Chúa để chúng ta dường như nhìn thấy khuyết điểm của tha nhân, chúng ta hãy cứ theo phần chắc hơn – vì biết đâu phán đoán của chúng ta sai lầm. Mọi miệng anh em hãy nín lặng... Nếu tạt xấu kia thực sự tồn tại nơi một con người, đương sự tự sửa lấy thì tốt hơn. Khi thấy mình được cảm thông một cách hiền từ, họ sẽ thú nhận lầm lỗi của họ đúng như những gì anh em đã định nói với họ.

*Thánh Catherine Siena*

Ý riêng của chúng ta như một con quỷ, nó rất tinh vi và thâm căn trong chúng ta, được khóa lấp bằng những lời bào chữa và được bảo vệ bằng lập luận giả dối. Khi không thể theo ý riêng, chúng ta cũng vẫn làm việc ấy theo một cách khác, nại đủ mọi cớ – nào bác ái, nào cần thiết, nào công bằng... nào theo gương người khác, hoặc vì một ai đó đang cưỡng bách chúng ta.

*Thánh Catherine Genoa*

Tình trạng hỗn độn trong xã hội là hệ lụy từ tình trạng hỗn độn trong gia đình.

*(Thánh Angela Merici)*

Đừng giao du với những kẻ trác nết, nhất là khi họ thiếu khôn ngoan, như vẫn thường thấy.

Ai tránh được thế gian cũng tránh được phần lớn các tội lỗi và những sự xấu xa của nó.

*Thánh Francis de Sales*

Đừng tò mò về những vấn đề không liên can đến ta; đừng bao giờ nói về chúng, và đừng hỏi han về chúng.

*Thánh Teresa Avila*

Khi người chung quanh vắng mặt, ta đừng bao giờ nói những gì ta có lẽ sẽ không dám nói khi họ có mặt.

*Thánh Mary Magdalene dei Paoñi*

Bao lâu vẫn còn một đam mê nào đó cai trị trong tâm hồn chúng ta, mặc dù tất cả các đam mê khác đã bị khắc phục đi nữa, linh hồn vẫn chưa được hưởng bằng an.

*Thánh Joseph Calassanctius*

Từ trước đến giờ, tôi vẫn cố gắng để giữ cho vẻ trang trọng và uy phẩm [hồng y] của tôi dung dị hết sức có thể. Quả thật, ngay trong những giới hạn của sự chững chạc và uy phẩm ấy, tôi cũng đâu có bệ rạc.

*Thánh Robert Bellarmine*

Việc ăn uống quá độ gần như chắc chắn là nguyên nhân sinh ra hầu hết mọi căn bệnh của thân xác, nhưng các hậu quả của nó đối với linh hồn thì còn tai hại hơn nhiều.

Chúng ta phải chế phục chiếc lưỡi, bằng cách đừng nói những lời gièm pha, lăng mạ và tục tĩu. Một lời nói chơi thiếu trong sạch có thể nên gương mù cho

người khác, và nhiều khi một câu hài hước bóng gió còn gây tai hại hơn một câu xuồng xã.

*Thánh Alphonsus Liguori*

Có gì [người phụ nữ kiêu sa ấy] lại không làm và không chịu để gìn giữ vẻ đẹp cần thiết vì những mục đích riêng của bà... Có hình khổ nào bà ấy không đành chịu trên thân xác, trên đầu, trên tóc để thói hão huyền của bà ấy được thỏa mãn... Bà ấy ắt hẳn còn làm gấp trăm... nhưng đến cuối ngày, sự thể lại không xảy ra như đã trông đợi. Một người khác đã lôi cuốn được mọi ánh mắt và sự chú ý. Bà ấy chẳng mang được gì về nhà, ngoại trừ nỗi ê chề và cay đắng.

*Chân phúc Claude de la Colombière*

Không gì nguy hại hơn những người bạn xấu. Họ làm tiềm nhiễm những nét xấu cho tất cả những ai giao du với họ.

Chúng ta có muốn các tội kín đáo của mình bị phanh phui không? Vậy chúng ta cũng hãy lặng thinh về tội lỗi của tha nhân.

*Thánh Gioan de la Salle*

Đức trong sạch thánh thiện, nữ hoàng của các nhân đức, nhân đức của các thiên thần, là một viên ngọc rất quý đến độ những người giữ nhân đức ấy được nên giống các thiên thần của Chúa trên thiên đàng, mặc dù họ đang sống trong xác phàm.

Hãy lánh xa những người trước mặt ta không biết xấu hổ và đã thốt ra những lời gương mù, những câu nói hai nghĩa.

Hãy nói ít với thụ tạo, nhưng nói nhiều với Thiên Chúa. Người sẽ làm cho ta được thực sự khôn ngoan.

*Thánh Mary Maoñarello*

Thinh lặng là một món quà của Thiên Chúa, vậy chúng ta hãy chuyện vãn thân thiết hơn nữa với Người.

*Thánh Vincent Pallotti*



Bằng sức mạnh các biến cố, Chúa đã làm cho con được nên thanh sạch... Đức thanh sạch đã trở nên một phúc lành và một nhu cầu nội tại đối với con. Lạy Chúa, chỉ một mình Chúa đã thực hiện điều đó. Phần con, than ôi, con chẳng có phần nào trong đó. Chúa đã nhân lành biết bao! Chúa đã gìn giữ con một cách lạ lùng giữa những tái phạm đáng buồn và tội lỗi!... Ma quỷ là một ông chủ đàn áp quá đáng đến độ không để chân lý vào được linh hồn ô nơ như ấy nữa. Lạy Chúa, Chúa không thể vào một linh hồn bị tên quỷ đầy nhục dục buông tuồng ấy thống trị. Vậy mà Chúa đã muốn đến với linh hồn con, ôi Đáng mục tử nhân lành, và chính Chúa đã xua đuổi kẻ thù ra khỏi linh hồn con.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Ở đây có một bà đang trầm trồ về mái tóc xinh đẹp của con, rồi một bà khác thò đầu ra khỏi cửa vì muốn biết đứa trẻ gái xinh đẹp kia là ai... Tâm trạng hồi hộp vui sướng con đang cảm nghiệm đã chứng tỏ con đầy những tự ái. Con luôn cảm thương những người phải thiệt mất linh hồn - nói cho cùng, điều ấy thật quá dễ dàng - một khi ta muốn đi theo con đường dễ dãi của trần thế.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Chúng ta đừng bao giờ chỗi dậy khỏi bàn ăn khi chưa dâng lời cảm tạ xứng đáng lên Thiên Chúa. Nếu làm được như thế, chúng ta không phải sợ hãi giống tội tham ăn xấu xa. Khi ăn uống, hãy cẩn thận, đừng quá khó tính trong vấn đề thực phẩm, hãy nhớ rằng rất dễ bị sa vào chứng tham ăn. Đừng bao giờ ăn quá mức thực sự cần thiết... Tôi không có ý bảo bạn hãy đứng khỏi bàn khi chưa ăn gì. Không, đó không phải là chủ ý của tôi. Hãy để mọi sự đều được đức khôn ngoan điều khiển, đó là luật sống trong mọi hoạt động của chúng ta.

*Thánh Pio Năm Dấu*

Trong sạch à? Họ hỏi. Rồi họ cười. Họ là những con người đến với hôn nhân bằng thân xác tàn tạ và tâm trí vỡ mộng.

Tôi muốn cung cách và câu chuyện của bạn phải như thế này, khi nhìn thấy

bạn hoặc nghe lời bạn nói, người ta sẽ nhận xét: người này sống cuộc sống của Chúa Giêsu Kitô.

*Thánh José Escriva*

# XA CÁCH đến THÂN MẬT VỚI THIÊN CHÚA

Bao nhiêu người trong chúng ta vẫn còn giữ một quăng cách nào đó trong các mối tương giao với tha nhân chỉ vì chúng ta sợ những yêu sách phát sinh từ các mối liên kết thân ái? Thật là một điều rất đáng tiếc, bởi vì chúng ta cũng đánh mất cả niềm vui của cuộc sống chia sẻ. Đối với Thiên Chúa, việc giữ quăng cách như thế thật vô nghĩa, bởi vì chúng ta đã được dựng nên để nhận biết, yêu mến và phụng sự Người.

Thật đáng buồn. Thiên Chúa đang lôi cuốn chúng ta đến chỗ gần gũi với Người, trong khi chúng ta lại muốn ở xa, dường như muốn an toàn và tự tại trên lãnh thổ riêng của mình. Các thánh khuyên chúng ta hãy cầu nguyện để xin ơn biết sống thân mật hơn với Thiên Chúa tình yêu.

Thánh nữ Catherine Genoa là một phụ nữ điển hình đã ra sức tránh né cuộc sống thân mật với Thiên Chúa, bằng cách lao mình vào đời sống xã hội. Nhưng cuối cùng, thánh nữ đã dứt bỏ tất cả, ngoại trừ cái xã hội chỉ gồm những con người thánh đức và những bệnh nhân trầm trọng. Thánh nữ đã hiểu ra tầm quan trọng của mối tương giao thân mật với Thiên Chúa. Thực vậy, từ thời thơ ấu, nhiều vị thánh đã sống thắm thiết với Thiên Chúa; nhưng cũng có nhiều vị đã trải qua một cuộc sống trần tục đến một mức độ nào đó. Đáng đáng kính Charles de Foucauld là một thí dụ điển hình. Ngài đã sống cuộc đời của một

quân nhân trần tục tội lỗi, để rồi kết thúc bằng cuộc sống như một ẩn sĩ trong sa mạc!

Chúa Kitô đã làm linh hồn tôi nên xinh đẹp bằng những bảo ngọc ân sủng và nhân đức. Tôi thuộc về Đấng được các thiên thần phục vụ.

*Thánh Agnes*

Đối với con người, chỉ có một điều không thể: đó là né tránh cái chết. Thông hiệp với Thiên Chúa là điều có thể đối với con người, nếu như họ hiểu điều ấy là điều có thể. Vì nếu họ ước muốn và hiểu biết [làm cách nào để điều ấy được thực hiện] bằng đức tin và đức ái, minh chứng qua một cuộc sống tốt lành, thì một con người có thể thông hiệp với Thiên Chúa.

*Thánh Anthony Cả*

Ôi Đấng Toàn Mỹ tận ngàn xưa nhưng vẫn mãi trẻ trung, con đã yêu Chúa quá muộn màng! Con đã mến Chúa quá muộn màng! Nhưng kìa! Chúa đã ở bên trong, mà con lại tìm Chúa ở bên ngoài. Chúa ở với con, thế mà con lại không ở với Chúa.

Đây [Hiệp Lễ] là bánh hằng ngày của chúng ta; anh em hãy lãnh nhận hằng ngày, để bánh ấy đem lại lợi ích hằng ngày cho anh em. Anh em hãy sống sao để xứng đáng lãnh nhận bánh ấy hằng ngày.

*Thánh Augustine*

Thiên Chúa vô hình trong bản tính của Người nhưng đã trở nên hữu hình trong bản tính của chúng ta. Từ ngoài tầm với của chúng ta, Người đã muốn đến trong tầm với của chúng ta.

*Thánh Lê Cả*

Linh hồn là bộ mặt bên trong của con người, theo đó, chúng ta được Đấng Tạo Thành nhận biết và chăm sóc.

*Thánh Gregory Cả*

Dù là một thụ tạo hèn mọn, tôi vẫn là tay chân của Chúa Kitô. Tôi cử động

tay tôi, và tay của tôi thực sự là tay của Chúa Kitô, vì Thiên Chúa đã trở nên bất phân với tôi. Tôi thực hiện những điều tốt và ngợi sáng Thiên Chúa.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Chúng ta hãy học cho biết đặt con tim chúng ta vào Thiên Chúa.

*Thánh Bernard*

Thần TÍNH NGƯỜI chẳng hề xa lạ đối với tôi. Bởi vì tôi luôn luôn cảm nghiệm [Thần TÍNH ẤY] trong mọi chi thể của tôi, không bị ràng buộc nào cả... Linh hồn tự ban đầu phát xuất từ tâm hồn Thiên Chúa và phải trở lại đó.

*Thánh Mechtild Magdeburg*

Vậy, anh em hãy hoàn toàn phó thác cho tình yêu Thiên Chúa, và như vậy, anh em sẽ được hạnh phúc trọn vẹn.

*Chân phúc Henry Suso*

Thiên Chúa yêu thương tất cả các vật hiện hữu.

Yêu mến Thiên Chúa là việc cao quý hơn việc nhận biết Người.

Các lao nhọc của tôi đã đạt đến mục đích. Tất cả những gì tôi đã viết dường như cùng lắm chỉ như rơm rạ, sau khi tôi đã được mặc khải về các điều ấy.

*Thánh Thomas Aquinas*

Nơi những vật mỹ diệu, thánh Phanxicô đã nhìn thấy chính Đấng Toàn Mỹ, và qua những vết tích Người ghi khắc trên tạo vật, thánh nhân đã bước theo Đấng Yêu Dấu của ngài đi khắp nơi, biến mọi vật thành một chiếc thang để leo lên và ôm chầm lấy Đấng vô cùng đáng khát khao.

Nếu anh em muốn nhận biết... hãy xin ân sủng, chứ không phải lời chỉ dẫn; niềm khát khao, chứ không phải trí hiểu; lời cầu nguyện thổ than, chứ không phải việc chuyên chăm đọc sách; Tình Quân, chứ không phải thầy dạy; Thiên Chúa, chứ không phải con người; ẩn áo, chứ không phải quang đăng; không phải ánh sáng nhưng là ngọn lửa hoàn toàn cháy sáng và đưa chúng ta vào trong Thiên Chúa bằng thứ dầu ngắt ngây và những cảm tình nồng thắm.

*Thánh Bonaventure*

Tôi đã thấy Chúa là tất cả những gì tốt lành, an ủi và hữu ích cho chúng ta; Người là trang phục của chúng ta, vì tình yêu đã bao bọc chúng ta, ôm ghì chúng ta; Người ấp ủ chúng ta vì tình yêu dịu hiền, để không bao giờ xa rời chúng ta, bởi vì Người là nguồn mọi sự tốt lành đối với chúng ta, theo như tôi đã được hiểu biết.

*Chân phúc Julian Norwich*

Ở đời này, những người kết hợp với Ta [Thiên Chúa] được bùng cháy và ngập lặn trong máu thánh, nơi đó, họ gặp được đức ái nồng nhiệt của Ta. Đức ái này là một ngọn lửa từ Ta phát ra, giành lấy tâm hồn và thần trí của họ, chấp nhận hy sinh từ những khát khao của họ. Sau đó, mắt tâm trí họ hướng lên và chiêm ngắm Thần Tính của Ta, nơi ấy, tình yêu theo sau sự hiểu biết sẽ được nuôi dưỡng và được vào sự hợp nhất...

Chúa là một ngọn lửa xua tan sự lạnh lẽo, chiếu soi tâm trí bằng ánh sáng, làm cho con nhận thức chân lý của Chúa và con biết Chúa là Đấng Toàn Mỹ và Thượng Trí. Chúa ban mình Chúa, thần lương của các thiên thần, cho nhân loại trong ngọn lửa tình yêu của Chúa.

Đối với các linh hồn hoàn thiện, mọi nơi đều là nguyện đường.

*Thánh Catherine Siena*

Tôi không còn thuộc về tôi nữa. Dù sống hay chết, tôi vẫn thuộc về Đấng Cứu Độ của tôi. Tôi chẳng còn gì là của riêng tôi nữa. Thiên Chúa là tất cả của tôi, và trọn vẹn hữu thể tôi là của Người.

Tôi sẽ không liên quan gì đến một tình yêu cho Thiên Chúa hoặc trong Thiên Chúa nữa. Tôi không thể chịu nổi những chữ cho hoặc chữ trong, bởi vì các chữ ấy hàm ý vẫn còn một cái gì đó giữa Thiên Chúa và tôi.

*Thánh Catherine Genoa*

Ma quỷ sợ hãi linh hồn nào kết hợp với Thiên Chúa, bởi vì linh hồn ấy chính

là nơi Thiên Chúa ngự.

*Thánh Gioan Thánh Giá*

Hãy thực hiện nhiều tác động yêu mến, bởi vì chúng hun đốt và làm cho linh hồn nên dịu hiền.

Bất kỳ làm gì, chúng ta cũng hãy dâng lên Thiên Chúa, cầu mong nó tôn vinh và tán tụng vinh quang Người.

*Thánh Teresa Avila*

Trong chiến thuyền vương giả của Đấng Tình Yêu Chí Thánh không có các nô lệ: Tất cả đều là những tay chèo tự nguyện.

Tình yêu không có mục tiêu nào khác hơn là hợp nhất người yêu với người được yêu.

*Thánh Francis de Sales*

Người tín hữu có một sự liên kết với Chúa Giêsu Kitô còn cao quý, gắn bó và hoàn thiện hơn sự liên kết giữa các chi thể với đầu.

Chúa khát khao ngự trong anh em, Người muốn hơi thở Người là hơi thở anh em, trái tim Người là trái tim anh em, và tâm hồn Người ở trong tâm hồn anh em.

*Thánh Gioan Eudes*

Tôi biết chắc Đấng Cứu Độ thần linh đang sở hữu chị em bởi vì chị em muốn được ẩn náu trong Người. Vì vậy, tôi tìm chị em ở đó, tôi thấy chị em ở đó, tôi gặp chị em ở đó, đó là nơi tôi yêu mến và nâng niu chị em.

Bị tách lìa khỏi Chúa Giêsu Kitô là không có đức tin; hoặc nếu có, thì người ta không sống theo tinh thần hoặc ân sủng của Chúa nên họ hóa thành những chi thể chết, khô bại, tuy vẫn còn dính liền với thân thể nhưng cũng như không, bởi vì không còn thông phần sự sống thiêng liêng trong thân thể.

*Chân phúc Marie Nhập Thể*

Ngoại trừ ý riêng, không gì có thể tách lìa chúng ta xa khỏi Thiên Chúa.

Có một số linh hồn khát khao nên trọn lành ngay tức khắc, và niềm khát khao ấy làm cho họ lúc nào cũng khắc khoải. Trước tiên, cần phải bám chặt lấy chân Chúa Giêsu; sau đó, hôn đôi tay thánh thiện của Người; và cuối cùng, tìm cách thế để đi vào trái tim thần linh của Người.

Tình yêu hướng đến sự kết hợp với đối tượng được yêu. Chúa Giêsu Kitô thương yêu linh hồn sống trong tình trạng ân sủng bằng một tình yêu lớn lao; Người nồng nàn khát khao hợp nhất với họ. Đó là điều mà sự hiệp lễ thực hiện.

*Thánh Alphonsus Liguori*

Chúa đã đeo bám tôi một thời gian lâu dài... nhưng tôi lại cứ quyến luyến với cái hào huyền để tránh né vực thẳm tình yêu Chúa Giêsu đã dành cho tôi.

*Thánh Phêrô Julian Eymard*

Thầy Chí Thánh cho tôi nhìn thấy linh hồn tôi là một tấm vải trắng tinh, trên đó, Người muốn vẽ lại tất cả những chi tiết cuộc đời đau khổ của Người, hoàn toàn sống trong yêu thương và nghèo khó, cô quạnh, lạng lẽ và hy sinh đến cùng.

Thánh Tâm Chúa Giêsu khát khao trở nên mọi sự cho trái tim nào Người yêu mến. Nhưng điều ấy chỉ có thể thực hiện qua việc chịu đau khổ vì Người.

*Thánh Margaret Mary Alacoque*

Về bí tích Thánh Thể: “Ôi ngọt ngào biết bao sự hiện diện của Chúa Giêsu đối với linh hồn khát khao, thao thức! Đó là sự bình an tức khắc, là dầu thơm cho mọi thương tích.”

*Thánh Elizabeth Seton*

Khi ở trước Thánh Thể, tôi cảm thấy một đức tin sống động không sao tả được. Đối với tôi, Chúa Kitô trong bí tích Thánh Thể hầu như sờ được. [Tôi] hôn kính các vết thương của Người liên tục và ôm lấy Người. Khi đến giờ phải ra về, tôi đành phải rút mình ra khỏi sự hiện diện linh thánh của Người.

*Thánh Anthony Mary Claret*



Khi ra vào phòng riêng, cũng như những lúc có thể được, trước tiên tôi quì gối, rồi tưởng nghĩ Thiên Chúa đang đến thăm tôi, mang theo ơn thánh tràn đầy; tôi cũng tin Người sẽ kết hợp với tôi và hoàn toàn nên một với tôi.

*Thánh Vincent Pallotti*

Hiệp lễ là con đường vắng tắt và an toàn nhất để lên thiên đàng. Cũng còn những con đường khác: con đường vô tội, nhưng con đường này chỉ dành cho các trẻ nhỏ; con đường khổ chế, nhưng chúng ta lại sợ hãi; con đường quảng đại chịu đựng những thử thách ở đời, nhưng khi chúng đến, chúng ta lại than khóc và nài xin miễn chước.

Con đường chắc chắn nhất, dễ dàng nhất, ngắn ngủi nhất chính là Thánh Thể.

*Thánh Piô X Giáo Hoàng*

Dùng tranh ảnh thánh để trang trí nhà cửa là một tập quán đã có lâu đời như chính Kitô Giáo, bởi vì người tín hữu chân chính luôn cho rằng ngôi nhà của họ là đền thờ của Thiên Chúa, và các tranh ảnh thánh là những phương tiện để khuếch trương và duy trì tinh thần Kitô Giáo tại gia đình.

Quê hương của chúng ta là thiên đàng. Ở trần gian, chúng ta như những lữ khách trú ngụ tại một lữ quán. Khi đi xa, người ta lúc nào cũng tưởng nhớ về quê nhà.

[Đức Maria] ân cần với những ai đến cùng Mẹ với lòng sùng mộ và tôn kính, bởi vì Mẹ yêu thương, nuôi nấng và tiếp nhận họ như những người con của Mẹ.

Khi chúng ta hiệp lễ, Máu Chúa Giêsu Kitô thực sự tuôn chảy trong huyết mạch chúng ta và Minh Người thực sự hòa hợp với thịt chúng ta... Khi Chúa nhìn thấy những linh hồn thanh sạch nao nức đến viếng thăm Người trong bí tích Thánh Thể, Người tươi cười với họ. Họ đến với lòng đơn thành rất làm đẹp lòng Người.

Đời sống nội tâm như một đại dương tình yêu, linh hồn được gieo mình vào

đó, và có thể nói ngụp lặn trong tình yêu. Người mẹ dùng đôi tay ôm chặt khuôn mặt của đứa con nhỏ để hôn hít nó thế nào, thì Thiên Chúa cũng giữ gìn một con người đạo đức như vậy.

*Thánh Gioan Vianney*

Ôi, nếu như mọi người đều biết Chúa Giêsu xinh đẹp dường nào, khả ái dường nào! Có lẽ tất cả đều chết vì tình yêu.

*Thánh Gemma Galgani*

Mỗi ngày, Chúa từ trời xuống không phải để ngụy vào một chiếc bình bằng vàng. Chúa xuống để tìm kiếm một thiên đàng khác thân thương hơn đối với Người, đó là thiên đàng tâm hồn của chúng ta.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Chúa yêu thương, Chúa hy vọng, Chúa đợi chờ. Giả như Chúa chỉ ngụy trên các bàn thờ của chúng ta trong một số ngày nào đó mà thôi, thì một số tội nhân, khi động lòng thống hối, có lẽ sẽ đi tìm Chúa, và vì không gặp được Người, nên phải chờ đợi. Chúa muốn chính Người chờ đợi tội nhân ấy nhiều năm trời còn hơn để họ phải đợi chờ Người một phút giây.

Bí tích Thánh Thể là biểu hiện hoàn hảo của tình yêu Chúa Giêsu Kitô dành cho nhân loại, đó là tinh túy tất cả mọi màu nhiệm trong cuộc đời của Người.

Tôi không thể sống được nếu thiếu Chúa Giêsu. Bao giờ tôi mới được tiếp đón Người nữa đây?

*Thánh Maria Goretti*

Khi tôi vào khoảng 14 hoặc 15 tuổi, mỗi tuần, tôi chỉ được phép [rước lễ] bốn hoặc năm lần, và chẳng bao lâu sau đó, mới được hằng ngày. Tôi cảm thấy hạnh phúc, rất hạnh phúc mỗi khi tôi được hiệp lễ! Đó là một nhu cầu tuyệt đối cho đời sống của tôi.

*Đầy tớ Chúa Concepción Cabrera de Armida*

Giả như mỗi tuần anh chị em chỉ ăn một bữa thôi, liệu anh chị em có sống

được không? Với linh hồn của anh chị em cũng vậy. Hãy nuôi dưỡng nó bằng bí tích Thánh Thể. Một chiếc đĩa xinh đẹp được dọn sẵn cho chúng ta, với của ăn mỹ vị trên đó – thế mà chúng ta lại chẳng quan tâm gì cả.

*Chân phúc André Tu sĩ*

Trên thế giới đau thương này có một niềm vui mà các thánh và các thiên thần trên thiên đàng không được hưởng – đó là được cùng đau khổ với người yêu dấu của chúng ta. Dù cuộc sống có gian truân đến đâu, chuỗi ngày thê lương của chúng ta có lê thê đến mấy... chúng ta cũng đừng bao giờ rời xa chân thập giá trước khi Chúa muốn... Thầy Chí Thánh thật nhân lành đã cho chúng ta, những tâm hồn yếu mền thập giá, được cảm nghiệm sự ngọt ngào của nó, nếu không phải luôn luôn, thì ít ra là vẻ đẹp và sự cần thiết của nó.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Thiên Chúa muốn kết ước với linh hồn trong đức tin, linh hồn nào muốn cử hành hôn lễ thiên đàng ấy phải bước đi trong đức tin tinh ròng, đó là phương thế duy nhất thích hợp cho sự kết hợp tình yêu.

*Thánh Piô Năm Dấu*

Bất kỳ gì không đưa anh em đến với Thiên Chúa đều là vật cản. Hãy nhổ bật lên và vứt cho xa khỏi anh em.

*Thánh José Escriva*

# HOÀI NGHI đến ĐỨC TIN

Ở chương Tám, chúng ta đã nghe các thánh bàn qua về nhu cầu phải đi từ ảo vọng đến chân lý. Giờ đây, các ngài sẽ giúp chúng ta đi từ hoài nghi đến đức tin. Trong thời buổi đầy hoài nghi của chúng ta, một số bậc thầy đã gây ra ấn tượng: hoài nghi không chỉ là một tác nhân tiêu cực, mà còn là một tác nhân tích cực giúp nhận thức rằng không hề có chân lý tuyệt đối nào cả. Thật là một điều sai lầm.

Vì “tin là hy vọng về những điều chưa thấy” (Dt 11:1), nên với ơn Chúa Thánh Thần, chúng ta nhất thiết phải tìm cách vượt qua hoài nghi để làm sống động niềm tin của chúng ta vào Thiên Chúa, vào bản thân và tha nhân. Tâm trí nhân loại, khi đã bị tội lỗi làm tổn thương, đương nhiên sẽ tìm đủ lý do để nghi ngờ người khác hoặc đặt vấn một giáo lý đức tin nào đó. Nhưng chúng ta cần vượt qua sự hoài nghi, nhờ cầu nguyện và học hỏi, để hiểu biết việc tin tưởng bám chặt vào Thiên Chúa, ngay cả khi mọi sự đều mù mờ – quả thật là một tặng ân. Khi đã được ban tặng đức tin, chúng ta phải cố gắng tìm hiểu những gì chúng ta tin, để rồi có thể truyền thụ cho người khác.

Trong cuộc đời thánh nữ Jeanne de Chantal, chúng ta gặp được một điển hình thú vị về quá trình đi từ hoài nghi đến đức tin. Là ái nữ của một luật sư, Jeanne đã được ăn học thành đạt. Thánh nữ sống vào thời kỳ nước Pháp có nhiều người hoài nghi đức tin Công Giáo và ngả theo chủ thuyết của phái Calvin. Sau khi góa bụa, thánh nữ trở thành môn đệ của thánh Francis de Sales,

hăng say phục vụ Giáo Hội và cộng tác với vị thánh giám mục trong việc sáng lập dòng Thăm Viếng. Tuy nhiên, thánh nữ đã phải chịu những giờ phút tăm tối trong tâm hồn. Các chân lý đức tin không còn rạng ngời. Nhưng thay vì làm ảm ĩ về các hoài nghi ấy, thánh nữ Jeanne đã tin tưởng thổ lộ với vị linh hướng thánh thiện của ngài. Thánh Francis de Sales đã khuyên nhủ thánh nữ đừng bao giờ hành động theo sự hoài nghi và bối rối, nhưng hãy tôn vinh Thiên Chúa bằng cách nhiệt thành hiến thân cho những công cuộc ngài đã đảm nhận trong lúc sáng suốt. Cuối cùng, tâm trí thánh nữ Jeanne de Chantal lại được bình an về những nghi vấn giáo lý.

Mặt trời, tạo vật của Thiên Chúa, duy nhất và như nhau trên toàn thế giới thế nào, thì giáo huấn của Giáo Hội chiếu giải mọi nơi để soi sáng cho tất cả những ai muốn tìm đến tri thức chân lý cũng như vậy.

*Thánh Irenaeus*

Một người vững vàng về các chứng cứ của Thánh Kinh là một thành đồng của Giáo Hội.

*Thánh Jerome*

Chính đức tin là tác nhân giải thoát, nhờ máu thánh Chúa Kitô.

*Thánh Ambrose*

Như những người bị trôi giạt ngoài biển khơi, lạc mất phương hướng của hải cảng, phải nhờ một dấu chỉ sáng tỏ để tìm lại thủy trình của họ thế nào, thì Thánh Kinh cũng hướng dẫn những người bị trôi giạt trên biển đời tìm lại bến cảng thánh ý Thiên Chúa như vậy.

*Thánh Gregory Nyssa*

Khi đã tự tín, thì lý trí nghèo nàn của nhân loại sẽ dùng những điều kỳ quặc nhất để thay thế cho những tư tưởng thần linh cao siêu nhất.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Thiên Chúa không phải là kẻ lừa phỉnh. Thiên Chúa không đưa ra đề nghị để

chúng ta đến nương tựa nơi Người, nhưng rồi lại lánh khỏi chúng ta.

*Thánh Augustine*

Có những người được gọi là thông minh chỉ vì từ ngữ ấy bị lạm dụng. Người thông minh không phải là người nghiên cứu ngôn từ và tác phẩm của các bậc thông thái thời xưa, nhưng là người có tâm hồn sáng suốt, biết đoán định điều tốt điều xấu; với lòng tri ân Thiên Chúa, họ tránh lánh những điều xấu nguy hại cho linh hồn, đồng thời ân cần lưu tâm và thực hiện điều tốt sinh ích cho trần thế.

*Thánh Anthony Cả*

Thiên Chúa là đầu, là giữa, là cuối của tất cả những gì thiện hảo. Nhưng những người thiện hảo không thể tích cực hoặc không thể tin vào họ hơn là tin vào Chúa Giêsu Kitô và Chúa Thánh Thần.

*Thánh Mark khổ tu*

Chúa đã khai sáng cho sự vô tín của tôi, mặc dù rất muộn màng... Với tất cả tâm hồn, tôi đã trở về với Chúa là Thiên Chúa của tôi, Đấng đã đoái đến phận thấp hèn của tôi, đủ thương tuổi trẻ vô tri của tôi và gìn giữ tôi trước khi tôi nhận biết Người, và trước khi tôi biết phân định.

*Thánh Patrick*

Một người kiên vững trong đức tin sẽ không bao giờ lúng túng trong các cuộc thảo luận và khi tranh luận với những người lạc giáo hoặc vô tín, bởi vì trong họ có Chúa Giêsu, Chúa sự bình an và trầm lặng. Sau cuộc thảo luận bình an, một người như thế có thể đưa nhiều người lạc giáo và vô tín trở về nhận biết Chúa Giêsu Kitô, Đấng Cứu Độ chúng ta.

*Thánh Barsanuphius*

Sự cứng lòng của thánh Thomas đã mưu ích cho đức tin của chúng ta hơn là đức tin của các thánh tông đồ khác. Khi thánh nhân chạm đến Chúa Kitô và

được cải hóa, thì mọi hoài nghi nơi ngài đều bị loại trừ và đức tin của chúng ta được củng cố.

*Thánh Gregory Cả*

Giáo Hội như một con thuyền chòng chành giữa những ba đào trong cuộc sống với những căng thẳng muôn hình vạn trạng. Bốn phận chúng ta là không được rời bỏ, nhưng phải giữ cho con thuyền ấy đi đúng hướng.

*Thánh Boniface*

Tin là sẵn sàng chết vì danh Chúa Kitô, vì các giới răn của Người, tin tưởng rằng một cái chết như thế sẽ đem lại sự sống; tin là coi sự nghèo khó như những báu tàng, coi sự vô nghĩa và hư không là danh dự và vinh quang đích thực, và vững tâm mình đang có tất cả đang khi chẳng có gì. Nhưng trên hết, tin là đạt được kho tàng vô hình của sự hiểu biết về Chúa Kitô.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Ai dạy dỗ cho linh hồn, nếu không phải là Thiên Chúa? Thế gian này không có một lời dạy dỗ nào tốt hơn là lời dạy dỗ phát xuất từ Thiên Chúa.

*Thánh Clare Montefalco*

Tin là tìm kiếm sự hiểu biết.

Tôi không cố hiểu để tin, nhưng tôi tin để hiểu.

*Thánh Anselm*

Mặc dù cái nhìn chúng ta bị giới hạn và mờ nhạt về những sự rất linh thánh, nhưng chỉ thoáng thấy những sự ấy cũng đã là hoan lạc lắm rồi.

Có ba điều cần thiết cho phần rỗi con người: hiểu biết điều nào phải tin; hiểu biết điều nào phải ước ao; và hiểu biết điều nào phải thực hiện.

Có những điều ta phải nắm giữ bằng đức tin, nhưng lý trí vẫn có thể tìm hiểu; nhờ đó, mọi người đều có thể chia sẻ tri thức về Thiên Chúa một cách dễ dàng, không hoài nghi và lầm lạc.

*Thánh Thomas Aquinas*

Thiên Chúa Ba Ngôi là Đấng tạo thành chúng ta. Thiên Chúa Ba Ngôi là Đấng giữ gìn chúng ta. Thiên Chúa Ba Ngôi là Đấng yêu thương chúng ta mãi mãi. Thiên Chúa Ba Ngôi là niềm vui bất tận của chúng ta.

*Chân phúc Julian Norwich*

Lạy Chúa Thánh Thần là Thần Chân Lý, Chúa là phần thưởng của các thánh, là Đấng an ủi các linh hồn, là ánh sáng trong nơi tăm tối, là sản nghiệp của những người nghèo khó, là kho tàng của những người yêu mến, là thực phẩm cho những người đói khát, là ủi an cho những ai đang lạc bước; tóm lại, nơi Chúa chứa đựng mọi báu tàng.

*Thánh Mary Magdalene dei Paoñi*

Tôi là một người con của Giáo Hội.

*Thánh Teresa Avila*

Chính vì đức tin mà chúng ta đánh đổi hiện tại để lấy tương lai.

Điều làm cho các thánh tông đồ và các thánh tử đạo cam chịu những gian truân kinh khiếp và những cực hình cay đắng là gì, nếu không phải là đức tin, và nhất là đức tin vào sự phục sinh?

*Thánh Fidelis Signmaringen*

Không có đức tin, không ai có thể làm đẹp lòng Thiên Chúa, và nếu không làm đẹp lòng Thiên Chúa, thì không ai có thể được cứu độ, và chẳng có một đức tin nào khác ngoài đức tin Chúa Kitô đã dạy cho các tông đồ của Người. Vì thế, mọi người có trách vụ phải tìm gặp đức tin để sống và chết trong đức tin ấy, mặc dù vì thế mà họ phải chịu mất cả thế gian, vì điều đó có nghĩa là sống hoặc chết đời đời.

*Đấng đáng kính William Lloyd*

Đức tin là ánh sáng thần linh, thuộc về thiên giới, một sự thông phần vào ánh sáng đời đời, khôn thấu, một luồng ánh sáng phát xuất từ thánh nhan Thiên Chúa.



*Thánh Gioan Eudes*

Chúng ta hãy bắt lý trí chúng ta suy phục các chân lý đức tin với lòng khiêm nhường và đơn sơ của một con trẻ.

*Thánh Alphonsus Liguori*

Con mắt trần gian không nhìn thấy gì bên kia cuộc sống ngày, như con mắt của tôi chẳng nhìn thấy gì bên kia bức tường này khi cửa nhà thờ đã đóng. Con mắt người tín hữu nhìn sâu vào cõi đời đời.

*Thánh Gioan Vianney*

Hãy làm việc một cách đơn giản, đừng phân tích quá đáng.

*Đáng đáng kính Francis Liberman*

Từ năm tôi mười lăm tuổi, tín lý vẫn là nguyên lý căn bản đạo giáo của tôi: tôi không biết một đạo giáo nào khác, tôi không thể biết về một thứ đạo giáo nào khác; đối với tôi, nếu như đạo giáo chỉ là một cảm tình thì nó một giấc mơ và là một sự nhạo báng.

Một ngàn nỗi khó khăn cũng không tạo nên một sự nghi ngờ.

*Đáng đáng kính hồng y John Henry Newman*

Ôi đức tin của chúng ta hiển sáng biết bao! Thay vì kiềm hãm tâm hồn, như thế gian vẫn tưởng, thì lại nâng tâm hồn lên cao và mở rộng khả năng yêu mến của nó.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Giây phút tôi nhận biết Thiên Chúa hiện hữu, tôi biết tôi không thể làm gì khác hơn ngoài việc sống cho một mình Người... Đức tin tước lột mặt nạ khỏi thế giới này và tỏ ra Thiên Chúa trong mọi sự. Đức tin làm cho không còn một sự là không thể, làm cho những từ ngữ như lo lắng, nguy hiểm, và sợ hãi trở nên vô nghĩa, nhờ đó, người tín hữu sống cuộc đời yên hàn thanh thản, với một niềm tin sâu xa – như một con trẻ được mẹ cầm tay.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Khi đi tìm chân lý là bạn đi tìm Thiên Chúa, cho dù bạn có ý thức điều đó hay không.

*Chân phúc Theresia Benedicta (Edict Stein)*

Có một số người trải qua cuộc đời như qua một đường hầm, không hề biết đến vẻ huy hoàng, sự an toàn và sức nóng của mặt trời đức tin.

*Thánh José Escrivá*

# TRỐNG RỖNG đến TRÀN ĐẦY

Chúng ta hay thở than về sự trống rỗng và tẻ nhạt của cuộc sống thường ngày! Tuy nhiên, các thánh dạy chúng ta hãy coi sự trống rỗng ấy như một dấu chỉ cho thấy Thiên Chúa đã thực hiện cho chúng ta những điều mà thế gian không thể làm được. Quả thật, các loài hạ đẳng rất dễ dàng thỏa mãn khi có đủ của ăn, khí ấm, nhục khoái và ngủ nghỉ. Còn chúng ta - theo cách nói của Pascal tiên sinh - chúng ta đã được tạo dựng có một tâm hồn với “một-khoảng-trống-to-lớn-bằng-Thiên-Chúa.” Ngay ở đời này, vào những phút giây hồng phúc, chúng ta cũng được cảm hưởng tiền vị của hạnh phúc sung mãn đang đợi chờ chúng ta trong cõi đời đời, khi chúng ta được hợp nhất với Thiên Chúa.

Trước khi qua đời, thánh nữ Monica, người mẹ đau khổ triền miên trong nỗ lực đưa người con trở về với đức tin Công Giáo, đã được cảm nghiệm một thời gian tuyệt đẹp, khi người con của thánh nữ là Augustine được hoán cải. Hai mẹ con nhìn ngắm biển khơi và dường như cùng được hưởng một kinh nghiệm thần bí về tình yêu sung mãn của Thiên Chúa. Khi được tràn đầy Chúa Thánh Thần, chân phúc Mariam Baouardy, một nữ tu dòng kín người Ả rập vào thế kỷ XIX, đã bay bổng trên không rồi đáp xuống những cành cây, hát lên những bài ca hân hoan, chúc tụng Thiên Chúa. Những phép lạ ấy đã được nhiều người chứng kiến tận mắt xác nhận.

Với Thiên Chúa, không có gì là vô nghĩa, không có gì là không mang biểu tượng.

*Thánh Irenaeus*

Như một phụ nữ, với tình cảm tự nhiên, hối hả cho đứa con nhỏ bú bầu sữa căng trào của mình thế nào, thì Chúa Kitô cũng lấy bửu huyết mình để nuôi dưỡng những kẻ đã được Người tái sinh như vậy.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Trong việc thực hành nhân đức: “Nỗi sợ hỏa ngục thúc đẩy những người khởi sinh tránh lánh tâm tưởng xấu; còn niềm ước ao được phần thưởng trọng hậu đem đến nhiệt tâm muốn thực hiện những điều tốt lành cho những người tiến bộ. Nhưng mầu nhiệm tình yêu nâng tâm trí vượt trên tất cả các tạo vật, làm cho nó mù lòa trước tất cả những gì không phải là Thiên Chúa. Chỉ có những người mù lòa trước tất cả những gì không phải là Thiên Chúa mới được Người ban tặng ơn khôn ngoan, cho họ nhìn thấy Người rõ nhất.”

*Thánh Mark khổ tu*

Tâm hồn chúng con mãi khắc khoải cho đến khi nào được nghỉ yên trong Chúa. Đối với con, tất cả những gì không phải từ Chúa đều là sự bần cùng. Vì thế, sự thỏa nguyện sung mãn và cuộc sống hạnh phúc của các linh hồn chính là việc nhận biết - với tâm hồn sùng mộ và trọn vẹn - Đấng dẫn đưa anh em vào chân lý, bản chất của chân lý anh em hoan hưởng, và mối dây liên kết anh em với sự vô biên tối thượng.

*Thánh Augustine*

Quả thật có ba tình trạng nơi những người đã được hoán cải: bậc đầu, bậc giữa, và bậc hoàn thiện. Ở bậc đầu, họ được cảm nghiệm sự hấp dẫn ngọt ngào, bậc giữa là những cuộc tranh đấu với chước cám dỗ, và bậc sau cùng là sự sung mãn trọn lành.

*Thánh Gregory Cả*

Tôi đã được tạo dựng từ tình yêu... vì thế, trong bản chất cao quý của tôi, không thụ tạo nào có thể làm tôi nên sung túc và được sáng suốt, ngoại trừ một

mình Thiên Chúa.

*Thánh Mechtild Magdeburg*

Từ lúc còn thơ nhi cho đến hiện nay, năm tôi bảy mươi tuổi, linh hồn tôi vẫn luôn nhìn thấy điều ấy... Sự sáng láng tôi nhìn thấy không bị giới hạn bởi không gian và chói lói hơn cả ánh sáng chung quanh mặt trời... Nhiều lúc, khi tôi thấy ánh sáng ấy, tất cả buồn phiền và đau đớn được cất khỏi tôi, và dường như tôi vẫn còn là một thiếu nữ, chứ không phải là một bà già.

*Thánh Hildegarde*

Sau khi hiệp lễ: “Sáng nay, linh hồn tôi còn lớn rộng hơn cả thế giới bởi vì nó đã được sở hữu Thiên Chúa, Người là Đấng mà trời và đất không thể chứa nổi.”

*Thánh Margaret Cortona*

Vào một lúc nào đó, nếu có ai trong anh em gặp tình trạng mỗi mọt của tinh thần hoặc đau khổ vì tâm hồn khô khan đến độ dòng suối tình yêu sốt sắng dường như đã cạn khô... Anh em hãy nhận biết phương cách của Thiên Chúa. Trong một thời gian, Người sẽ lánh xa để anh em kiếm tìm Người háo hức hơn; và khi đã tìm kiếm, anh em sẽ gặp được Người với một niềm vui lớn lao hơn; và khi đã gặp được Người, anh em sẽ giữ Người với một tình yêu nồng nàn hơn; và khi đã giữ được Người, thì anh em không bao giờ để cho Người ra đi nữa.

*Chân phúc Jordan Saxony*

Một đền thánh đích thực – kể cả trước cuộc sống tương lai - là một tâm hồn không có những ý riêng, nhưng được Chúa Thánh Thần làm cho sống động. Bởi vì nơi đó, tất cả đều được nói và được làm theo Thánh Thần. Người nào chưa đạt đến tình trạng ấy, dù trong một số nhân đức, họ có thể là một tảng đá thích hợp cho chúng ta xây dựng một đền thờ cho Thiên Chúa, nhưng chính họ thì chưa phải là một đền thờ, cũng chưa phải là một đồng sự của Chúa Thánh Thần.

*Thánh Gregory Sinai*

Ân sủng có năm hiệu quả nơi chúng ta: thứ nhất, linh hồn chúng ta được

chữa lành; thứ hai, chúng ta được nên hoàn thiện; thứ ba, chúng ta sẽ hoạt động hiệu quả; thứ tư, chúng ta sẽ bền vững; và thứ năm, chúng ta sẽ mau đạt đến vinh quang.

*Thánh Thomas Aquinas*

Chỉ nơi Thiên Chúa mới có niềm vui nguyên tuyền và chân thực, và trong số tất cả những niềm vui của chúng ta, đó mới là niềm vui chúng ta tìm kiếm.

*Thánh Bonaventure*

Nguyên nhân tâm hồn và linh hồn chúng ta chưa được hoàn toàn thanh thản là vì chúng ta đi tìm sự thanh thản ở những sự vật tự chúng không có hay chỉ có ít sự thanh thản, trong khi chúng ta lại không quan tâm đến Thiên Chúa, Đấng là Toàn Năng, Toàn Trí, Toàn Thiện, và là sự thanh thản đích thực duy nhất.

*Chân phúc Julian Norwich*

Theo bản chất của tình yêu, yêu là khi cảm thấy mình được yêu, và yêu tất cả những gì người yêu của mình yêu. Vì thế, khi linh hồn đã nhận biết trong một mức độ nào đó tình yêu của Đấng Tạo Hóa dành cho mình, thì nó yêu mến Người, và khi yêu mến Người, nó cũng yêu tất cả những gì Người yêu.

*Thánh Catherine Siena*

Anh em hãy hoàn toàn phó mình cho tình yêu Thiên Chúa, và như thế anh em sẽ được hoàn toàn hạnh phúc.

*Chân phúc Henry Suso*

Từ khi tôi bắt đầu yêu, tình yêu chưa bao giờ phụ rẫy tôi. Tình yêu càng ngày càng triển nở sung mãn trong nơi thẳm cung tâm hồn tôi.

*Thánh Catherine Genoa*

Nếu như Thiên Chúa không để anh em cảm nhận được sự hiện diện của Người nữa, thì cốt để chính Người, chứ không phải sự hiện diện của Người, chiếm hữu tâm hồn của anh em.

*Thánh Francis de Sales*

Tôi đã nhìn thấy tất cả những gì không phải là Thiên Chúa vừa hạn hẹp, vừa gò bó... Trong tất cả những điều ấy, tâm hồn tôi vui mừng bởi vì không gì có thể sánh được với Thiên Chúa vô cùng, và tôi cứ lặp đi lặp lại: Lạy Chúa, có ai được như Chúa không? Cảm kích trước tất cả những cái nhìn ấy, tâm thần tôi đã hát lên những bài ca xứng hợp với những gì nó đã nhìn thấy. Khi nhìn thấy cái đẹp, nó đã ca tụng cái đẹp; khi nhìn thấy sự hùng vĩ, nó đã ca ngợi sự hùng vĩ; khi nhìn thấy sức mạnh, nó đã ca ngợi sức mạnh, nhưng sau cùng lại cũng là những lời này: Lạy Chúa, có ai được như Chúa không?

*Chân phúc Marie Nhập Thể*

Tình yêu của Đức Mẹ như một dòng suối mát rượi phát xuất từ Mạch Nguồn Hằng Hữu, làm giảm khát mọi người, không bao giờ cạn khô và luôn luôn chảy về Mạch Nguồn

*Chân phúc Margaret Bourgeois*

Ngoài một mình Thiên Chúa, ai có thể ban bình an cho anh em? Đã có khi nào thế gian làm tâm hồn [anh em] được thỏa nguyện chưa?

*Thánh Gerald Majella*

Trước khi làm cho tâm hồn mình trống rỗng hoàn toàn, người ta sống trong tình trạng bồn chồn bất định; và khi sự trống rỗng ấy đã được lấp đầy, thì người ta càng đau khổ hơn nữa; tuy nhiên, trong sự đau khổ ấy có một niềm vui vì họ chỉ còn nhìn thấy một mình Thiên Chúa và chỉ khát khao một mình Người.

*Chân phúc Eugénie Smet*

Tôi đã được dựng nên vì thiên đàng và thiên đàng [được dựng nên] vì tôi.

*Thánh Joseph Cafasso*

Thỉnh thoảng, khi đọc các sách thiêng liêng cao siêu... tâm trí bé mọn của con bị choáng váng, con lập tức đóng quyển sách uyên thâm đã làm cho đầu óc nứt ra và tâm hồn khô cháy ấy lại, rồi cầm lấy quyển Thánh Kinh. Bấy giờ mọi sự

dường như bừng sáng, từng lời mở ra những chân trời thênh thang cho linh hồn con.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Tôi đi lại, tôi làm việc, tôi khổ sở vì sức khỏe yếu nhược, tôi gặp từng ngàn khó khăn, nhưng tất cả những sự ấy chẳng là gì, bởi vì thế gian này thật nhỏ bé. Đối với tôi, không gian là một nơi quá hạn hẹp vì tôi đã quen sống trong cõi đời đời.

*Thánh Frances Cabrini*

Lạy Chúa... Chúa đã cho con biết kinh tởm tính mê và sự nhuốc hổ. Con đã làm sự xấu xa, nhưng con không bao giờ chấp nhận hay yêu thích nó. Chúa đã để con cảm thấy một nỗi trống vắng nào nè, một nỗi buồn sâu mà con chưa từng bao giờ cảm thấy.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Tôi đang sốt sắng suy niệm về Thiên Chúa, thế rồi tôi bỗng nhìn thấy một vầng sáng rất sinh động, càng lúc càng rạng rỡ hơn ở chính giữa. Một ánh sáng trắng ngần! Và ngạc nhiên nhất là bên trên đại dương ấy, vực sâu ánh sáng với hàng ngàn tia sáng vàng và lửa ấy, tôi đã nhìn thấy một bồ câu, một bồ câu toàn trắng, các cánh vươn ra bao phủ toàn bộ luồng sáng ấy nhưng tôi không biết bằng cách nào.

*Đầy tớ Chúa Concepción Cabrera Armida*

Tôi ưu tư vì tương lai bất trắc của tôi, nhưng tôi vẫn ấp ủ một hy vọng sống động sẽ được thấy những giấc mơ của tôi trở thành hiện thực, bởi vì Thiên Chúa không lẽ nào lại đặt vào một linh hồn những tư tưởng và khát vọng ấy nếu như Người không thực sự muốn chúng được nên trọn, để hoàn tất những khát vọng mà chỉ một mình Người đã tạo ra.

*Thánh Piô Năm Dấu*

“Chúc bạn một thời gian vui vẻ nhé!” Người ta thường chúc nhau như vậy.



Một tâm hồn thân mật với Thiên Chúa sẽ cho rằng: “Thật là một lời chúc quá hạn hẹp!”

*Thánh José Escriva*

# SỢ HÃI đến CAN ĐAM

“Đừng sợ, khi người đi ngang qua sông, Ta sẽ ở với người. Ta đã gọi đích danh của người” (Is 43:2). Con người chúng ta khổ sở vì nhiều nỗi sợ: sợ bệnh tật, sợ tai nạn, sợ thất bại, sợ thiên tai, sợ bom nguyên tử, sợ khủng hoảng kinh tế, sợ tội lỗi, sợ chết chóc, sợ chính cái sợ. Các thánh có thể giúp chúng ta có một cái nhìn xác đáng về cái sợ cùng với các khía cạnh của nó để chúng ta biết cầu xin ơn can đảm cần thiết.

Chân phúc Kateri Tekakwitha là một tấm gương cho chúng ta về việc xin Chúa ban ơn can đảm để thắng dẹp nỗi sợ. Bị bộ tộc da đỏ của mình khinh thị vì là người mờ côi và bị biến dạng vì những vết sẹo do bệnh đậu mùa để lại, Kateri Tekakwitha còn phải phấn đấu trước thái độ của những chiếc áo đen [các tu sĩ dòng Tên] không cho ngài theo đạo. Bà Edel Quinn, một con người trong thế kỷ chúng ta, một nhà truyền giáo thuộc hội Đạo Binh Đức Mẹ, đã lái chiếc xe jeep đơn độc băng qua các khu rừng rậm tại Phi Châu để huấn luyện các thiếu nữ trở thành giáo lý viên. Bà sắp được tôn phong chân phúc.

Chỉ có một điều đáng sợ... một thử thách mà thôi, và đó là tội lỗi. Tôi đã nhiều lần nói đi nói lại điều này. Tất cả những điều khác đều không thành vấn đề, cho dù anh em nói về những âm mưu, lừa lọc, phản bội, vu khống, lạm dụng, tịch thu tài sản, lưu đày, gươm giáo, biển dữ hoặc chiến tranh toàn diện. Cho dù chúng có là gì đi nữa thì tất cả cũng đều nhất thời và sẽ chấm dứt. Chúng chỉ

đụng đến thân xác hay chết, nhưng không thể làm tổn hại đến linh hồn biết tình thức.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Khi vì bản thân mà ước ao sống trọn tuổi già là người ta chỉ muốn kéo dài tình trạng yếu bệnh của họ mà thôi.

*Thánh Augustine*

Khi thân xác trong lòng mẹ đã phát triển đầy đủ thì phải được sinh ra thế nào, thì linh hồn khi đã đạt đến mức hạn cuộc sống trong thân xác mà Thiên Chúa đã ấn định cũng phải lìa bỏ thân xác như vậy.

*Thánh Anthony Cả*

Chúng ta hãy hân hoan và can trường xông vào cuộc chiến đấu chính nghĩa và đừng sợ hãi kẻ thù của chúng ta (ma quỷ). Nếu chúng nhìn thấy tâm thần chúng ta nhút nhát và run rẩy, chúng sẽ càng tấn công chúng ta dữ dội hơn. Chúng ngần ngại khi phải giao đấu với một dũng sĩ can đảm.

*Thánh Gioan Climacus*

Bám riết vào thói cũ vì sợ những canh tân là tỏ ra một tâm trí yếu đuối. Thời thế thay đổi và để bắt kịp chúng, chúng ta phải tự điều chỉnh các phương pháp của mình.

*Thánh Madeleine Sophie Barat*

Như các thủy thủ được một tinh tú hướng dẫn về bến cảng thế nào, thì các tín hữu cũng được Đức Maria dẫn đưa về thiên đàng như vậy.

*Thánh Thomas Aquinas*

Chúng ta hãy hy vọng mọi sự nơi lòng thương xót của Thiên Chúa. Lòng thương xót của Người cũng vô biên như quyền năng của Người vậy.

*Thánh Frances Roma*

Tôi sẽ không mất tin tưởng [nơi Thiên Chúa], mặc dù cảm thấy mình đang yếu dần và sắp sửa bị nhận chìm trong sợ hãi.... Tôi tin tưởng Chúa sẽ đặt bàn

tay thánh thiện của Người trên tôi và nâng tôi khỏi ngập chìm giữa biển giông tố.

*Thánh Thomas More*

A sự sợ hãi, thứ quỷ của tâm trí yếu nhược; thói tự xô ngã mình, người bạn giả dối, cội rễ của ân hận... cơn bệnh của lòng dũng cảm, sự băng giá của tình yêu, xương đúc những lời dối trá.

*Chân phúc Robert Southwell*

Sợ hãi là một sự dữ còn ghê gớm hơn chính sự dữ.

*Thánh Francis de Sales*

Có ai tin tưởng Thiên Chúa mà lại hư mất bao giờ chưa?

*Thánh Alphonsus Liguori*

[Đức Trinh Nữ Maria phán], con đừng sợ gì cả, con là đứa con đích thực của Mẹ, và Mẹ luôn luôn là người mẹ nhân lành của con.

*Thánh Margaret Mary Alacoque*

Hãy nương náu dưới tà áo Mẹ Maria, và đừng sợ hãi. Mẹ sẽ ban cho bạn tất cả những gì bạn cần thiết. Mẹ rất giàu sang, và rất quảng đại đối với con cái của Mẹ. Mẹ rất thích ban phát.

*Chân phúc Raphaela Maria*

Tôi ước gì các ông cũng kiên quyết như các bà.

*Chân phúc Anne Javouhey*

Hãy tiến lên! Hãy can đảm! Trong đời sống thiêng liêng, ai không tiến tức là lùi. Như một con thuyền phải luôn luôn tiến lên, nếu nó đứng yên, gió sẽ đẩy nó lùi lại.

*Thánh Piô Năm Dấu*

Trên thượng giới thì khác, còn dưới đây, sống là biến đổi, và nên hoàn thiện là phải biến đổi thường xuyên.

*Đáng đáng kính hồng y John Henry Newman*

Anh em hãy yêu mến Đức Mẹ. Và Đức Mẹ sẽ ban tràn đầy ân sủng cho anh em để giúp anh em chiến thắng trong cuộc chiến đấu hàng ngày của anh em. Kẻ thù sẽ chẳng kiếm được gì từ những điều xấu xa lúc nào cũng đang sôi sục và chỗi dậy trong anh em, tìm cách nuốt trửng những lý tưởng cao cả, lòng quyết tâm mà chính Chúa Kitô đã đặt nơi tâm hồn anh em trong sự thối rửa được ướp thuốc thơm của chúng.

*Thánh José Escriva*

# THAM LAM đến ĐƠN BẠCH

Ngày nay, hai chữ “tham lam” không được thông dụng cho bằng uyển ngữ của nó là hai chữ “ham thích.” Cho dù được gọi bằng tên gì đi nữa, thói xấu này cũng hết sức đối nghịch với giá trị của nhân đức giản dị. Chúa Giêsu phán dạy trong Phúc Âm: “Các con hãy nhìn xem hoa huệ ngoài đồng” (Mt 6:28). Chúa Giêsu xác quyết thái độ mê mải thu tích của cái vật chất là một trong những ngãng trở lớn nhất đối với việc bước theo Người.

Khi vui lòng với những tặng ân thiêng liêng như tình yêu, vẻ đẹp và sự thiện hảo, chúng ta thấy mình ít phải bận tâm đến những cuộc đeo đuổi trần tục. Nhưng khi bị ngộp giữa những quảng cáo hào nhoáng về các món đồ quá đắt đỏ, thì cái vòng thèm muốn ham hố, vung tay quá trán, nợ nần, bôn chôn, và sự thèm khát cứ muốn sở hữu thêm một món đồ khác nữa lại bắt đầu nhen nhúm trong chúng ta. Nhiều vị thánh đã tự chọn đời sống nghèo khó như một phương thế để tránh khỏi những gánh nặng liên quan đến của cải. Các ngài có nhiều điều để dạy chúng ta về tính tham lam và nhân đức giản dị.

Chúng ta có thể gặp được những tấm gương thú vị trong đời sống của nhiều người nam nữ quý phái đã sử dụng tiền bạc của họ vào các công cuộc từ thiện. Thánh nữ Birgitta, một trong những phụ nữ giàu có nhất nước Thụy điển, đã dâng cúng tài chính, giúp xây dựng một tu viện để các nữ tu cầu nguyện cho các đồng bào tội lỗi. Phần gia sản còn lại, thánh nữ chi tiêu vào các cuộc hành hương kính viếng Rome và Thánh Địa của ngài, cũng như của các linh mục và thân

nhân thánh thiện. Một lần kia, thánh nữ bị thiếu hụt tài chính, Chúa Giêsu dặn ngài đừng đi vay những người Rome giàu có, nhưng hãy ra đường mà ăn xin. Thánh nữ đã hân hoan nghe theo.

Người nào chi tiêu càng điều độ trong cuộc sống, người ấy càng được an bình, bởi vì họ không phải lo lắng về nhiều chuyện – nào đầy tớ, nào người làm công, nào gia súc phải tậu thêm. Khi bám vào những thứ ấy, chúng ta sẽ vì chúng mà sinh ra bực bội và đi đến chỗ kêu trách Thiên Chúa. Như vậy, lòng tham muốn có nhiều của cải chỉ làm cho chúng ta đầy những hỗn độn và đẩy chúng ta lạc bước vào tăm tối.

*Thánh Anthony Cả*

Nếu anh em muốn vươn lên, hãy xa lánh thói xa hoa, vì thói xa hoa kéo ghì và hạ thấp.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Phúc cho ai dứt bỏ được thói tham lam là cội rễ của các tính mê... Của cải thừa mứa trên thế gian này có ích gì, chúng không giúp được chúng ta sinh cũng chẳng cản được chúng ta tử? Chúng ta sinh vào thế gian này trần trụi, và chúng ta chết đi mà chẳng mang theo được một xu nào, chúng ta bị chôn táng mà không đem theo được sản nghiệp của mình.

*Thánh Ambrose*

Anh em hãy đọc hiểu những lời Thánh Kinh bằng hành động; đừng ham hố ngôn từ rồi hợm mình vì những ý tưởng lý thuyết suông.

Các công việc là điều cần thiết và được Thiên Chúa minh nhiên an định, nhưng chúng ta nên dứt bỏ các công việc không hợp giờ giấc và dành ưu tiên cho việc cầu nguyện, nhất là nên dứt bỏ những công việc đòi hỏi chi tiêu quá đáng hoặc sinh được quá nhiều của cải dư thừa. Ai biết vì Chúa mà tự hạn chế và loại bỏ những của cải dư thừa của họ bao nhiêu, người ấy càng giữ tâm trí khỏi bị xao lãng bấy nhiêu... để dành chỗ cho việc cầu nguyện tinh tuyền và chứng tỏ một

niềm tin chân thành nơi Chúa Kitô. Còn ai vì kém đức tin hoặc vì một yếu đuối nào khác mà không làm được điều ấy, thì ít nhất cũng hãy thừa nhận thực trạng, tố cáo sự ấu trĩ của mình, và hãy hết sức vươn lên.

*Thánh Mark khổ tu*

Lòng ham mê của cải trần gian là một thứ nhựa bầy làm vướng mắc linh hồn và không cho nó bay bổng lên tới Thiên Chúa.

*Thánh Augustine*

Người giàu có là người nghèo khó có Chúa Kitô.

*Thánh Jerome*

Chúng ta nên đơn giản trong tình cảm, ý hướng, hành vi và ngôn từ; chúng ta nên làm những gì chúng ta thấy không có sự giả tạo hoặc lừa lọc trong đó.

*Thánh Vincent de Paul*

Đừng lo lắng anh em có gì, nhưng hãy lo lắng anh em là gì.

*Thánh Gregory Cả*

Người bác ác là người gieo vãi tiền bạc chung quanh, còn người tự nhận vừa bác ái vừa có tiền thì chỉ là một kẻ ngu tự lừa dối bản thân.

*Thánh Gioan Climacus*

Sự nghèo khó không có trên thiên đàng. Nó đầy dẫy khắp trần gian, nhưng nhân loại không nhận biết giá trị của nó. Do đó, vì quý chuộng sự nghèo khó nên Con Thiên Chúa đã giáng thế để tự chọn cho Người, và làm nó trở nên quý giá đối với chúng ta.

*Thánh Bernard*

Di chúc của tôi ư! Bạn đang nói cái gì vậy? Cảm ơn Chúa, tôi không có lấy một đồng xu con để lưu lại trên thế gian này.

*Thánh Lawrence O'Toole*

Khi nhìn thấy chúng ta chẳng sợ hãi cuộc sống nghèo khó, công việc nặng nhọc, đau khổ, nhục nhã, hoặc sự khinh miệt của thế gian, nhưng coi trọng



chúng như những niềm vui lớn lao, thì Thánh Phụ [thánh Phanxicô Nghèo] đã viết cho chúng ta một qui luật sống.

[Chúa Kitô] đã muốn sống trong thân phận một người bị khinh chê, thiếu thốn và nghèo khó trên trần gian này, để những ai sống trong cảnh túng nghèo thì được trở nên giàu có trong Người, qua việc được sở hữu nước trời. Ta hãy hân hoan và vui mừng.

*Thánh Clare Assisi*

Chị em, những người sở hữu nước trời, các chị không phải là người đàn bà nghèo khó, mà là nữ hoàng.

*Chân phúc Jordan Saxony*

Khi ma quỷ được gọi là chúa tể của thế gian này, thì không phải vì nó đã tạo dựng thế gian, nhưng vì chúng ta đã phục vụ nó bằng cái thói thế gian của chúng ta.

*Thánh Thomas Aquinas*

Người siêu thoát luôn luôn cảnh giác với những gì họ không cần thiết.

*Chân phúc Henry Sús*

Chúng ta có thể chịu mất những lâu đài, nhưng chúng ta đừng để một ngày nào trôi qua mà không tham dự thánh lễ.

*Chân phúc Charles Blois*

Sau một cuộc khủng hoảng tài chính: “[Chồng tôi] đang ngồi bên cạnh tôi, âm thầm viết lách, trong tình trạng sức khỏe khả quan nhất từ trước đến nay – các con nhỏ của tôi lạng lã trên giường và cha tôi đang mỉm cười... Đối với tôi, tôi cho rằng hạnh phúc lớn nhất của đời này là được thoát khỏi những ưu tư và những hình thức vốn được gọi là thế gian. Thế giới của tôi là gia đình tôi, và đối với tôi, tất cả thay đổi là tôi sẽ ân cần hiến thân cho báu tàng này của tôi.”

*Thánh Elizabeth Seton*

Tôi muốn chết thật nghèo khó để người ta nói rằng: Don Bosco chết đi mà

chẳng để lại được lấy một nửa đồng xu.

*Thánh Gioan Bosco*

Của cải vật chất chưa bao giờ làm thỏa mãn được tâm hồn tôi, tôi cảm thấy một cái gì khác, rất lớn lao trong thâm cung tâm hồn tôi.

*Đầy tớ Chúa Concepción Cabrera de Armida*

Anh em đừng quên rằng: người có rất nhiều là người cần rất ít. Anh em đừng tự tạo ra cho mình những nhu cầu.

*Thánh José Escriva*

# KHẮT KHE đến HIỀN TỪ

Nhiều tín hữu đã chiến đấu thật anh dũng với những khuyết điểm như tính tham lam hoặc sợ hãi của họ, nhưng lại tỏ ra một thái độ rất khát khe đối với những yếu đuối của tha nhân, và đôi khi cả với bản thân họ. Điển hình là những cung cách khắc nghiệt, thiếu tế nhị trong đối xử với người khác tại nơi làm việc và tại gia đình, nhất là với những người dưới quyền.

Nhiều khi trong gia đình tôi xảy ra tranh luận. Đang lúc ấy, chuông điện thoại reo, tôi lấy làm ngạc nhiên vì nhận ra mình bỗng nhiên thay đổi giọng nói. Vì muốn tạo ấn tượng với người lạ, có thể nói, tôi đã bất thần chuyển sang “giọng ngọt ngào.”

Lòng nhân ái luôn đưa đến đức hiền lành, đó là nhân đức thiết yếu người ta căn cứ vào đó để nhận diện các môn đệ của Chúa Kitô. Chúng ta hãy luôn luôn thuần hóa tính khát khe của mình bằng thái độ hiền từ trước những yếu đuối của tha nhân, bởi vì chính chúng ta đã được lòng thương xót và ân sủng của Chúa giải thoát.

Lòng nhân ái thật tốt lành vì làm cho người ta nên hoàn thiện, noi theo Chúa Cha là Đấng hoàn thiện. Không gì làm cho linh hồn người tín hữu nên khả ái cho bằng lòng nhân ái.

*Thánh Ambrose*

Người nào bị tổn thương trầm trọng trong tâm hồn vì bị khiêu khích hoặc bị xúc phạm thường nuôi một con rắn độc trong lòng. Nếu biết âm thầm chấp

nhận sự tấn công và đáp lại trong sự khiêm nhường sâu xa, người ấy sẽ làm cho con rắn yếu sức và bất lực (hoặc giết chết nó luôn). Còn nếu hung hăng tranh cãi hoặc kiêu căng đối chất, người ấy sẽ làm cho con rắn thêm mạnh sức, tăng thêm chất độc cho nó, rồi nhai nuốt luôn bộ lòng của nó.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Con người phải khoan dung với linh hồn mình về những yếu đuối và bất toàn bản thân, và hãy chịu đựng những thất bại của mình giống như phải chịu đựng các sự ấy nơi tha nhân, nhưng không được khờn lười, và phải tự phấn khích để vươn đến những điều hoàn thiện hơn.

*Thánh Seraphim Sarov*

Ta đừng bao giờ phán xét, đừng bao giờ khinh rẻ các tội nhân, vì ta không biết những phán quyết của Thiên Chúa.

*Chân phúc Angela Foligno*

Dù có biết tội lỗi của tha nhân, những người kết hợp với Thiên Chúa vẫn sống trong ánh sáng hiền từ... Vì vậy, người ấy luôn được bình an và thanh thản, không gì có thể làm họ vấp ngã, bởi vì họ đã loại bỏ được điều có thể gây cho họ vấp ngã, đó là ý riêng của họ... Họ gặp được niềm vui trong mọi sự. Họ không xét nét các đầy tớ của ta hoặc bất kỳ ai khác, nhưng hân hoan trong mọi hoàn cảnh và mọi nếp sống mà họ nhìn thấy.... Cho dù có thấy một điều rõ ràng là tội, họ vẫn không xét đoán, họ cảm thông một cách thánh thiện và chân thành, đồng thời cầu nguyện cho tội nhân.

*Thánh Catherine Siena*

Ai kiêu căng phản đối và chống báng sẽ luôn bị đứng ngoài cửa. Chúa Kitô, tôn sư khiêm nhường, chỉ tỏ chân lý của Người cho những linh hồn khiêm nhường và Người ẩn mình khỏi những kẻ kiêu căng.

*Thánh Vincent Ferrer*

Chúa Kitô đã xuất hiện không như một triết gia lảm lời hoặc một hùng biện

gia ồn ào... Người nói năng với mọi người trong cung cách hết sức giản dị, tỏ cho họ con đường chân lý trong cuộc sống, các nhân đức, và các phép lạ của Người.

*Chân phúc Angela Foligno*

Hãy hiền từ với mọi người và nghiêm khắc với bản thân.

*Thánh Teresa Avila*

Nếu muốn giữ được hòa thuận với người chung quanh, chúng ta đừng bao giờ nhắc đến các khuyết điểm tự nhiên của họ.

*Thánh Philip Neri*

Với một thìa mật ong, anh em có thể hoán cải được nhiều người hơn là với một thùng giấm dầy.

*Thánh Francis de Sales*

Lòng nhân lành của Thiên Chúa bao la đến độ chỉ một giây phút cũng đủ để nài xin và lãnh nhận ơn thánh của Người, chúng ta có thể tìm được bảo đảm nào cho bằng một người mới hôm qua còn là tội nhân mà hôm nay đã được như thế?

*Thánh Francis de Sales*

Càng là bạn tốt của nhau chừng nào, anh em càng nói thẳng với nhau chừng nấy.... Hãy thận trọng kéo tính cứng cỏi khắc nghiệt làm các tội nhân đáng thương phải hoảng sợ đang khi họ cố gắng giải bày tình trạng khủng hoảng tâm hồn của họ. Tốt hơn, anh em nên nói với họ về lòng nhân lành của Thiên Chúa... Thỉnh thoảng, người ta cảm thấy được nâng đỡ khi anh em kể cho họ nghe về quá khứ đáng buồn của chính anh em.

*Thánh Francis Xavier*

Trong tất cả các giống tội người ta có thể phạm, không tội nào dễ phạm mà lại khó sửa cho bằng tội nói hành nói xấu.

*Chân phúc Claude de la Colombiere*

Nhân đức hiền lành là phương pháp Chúa Giêsu đã áp dụng với các tông đồ.

Chúa đã chịu đựng sự ngu xuẩn và cộc cằn, thậm chí cả sự thất trung của các vị ấy. Chúa đã cư xử nhân ái và yêu thương các tội nhân đến độ khiến một số người phải ngạc nhiên, một số khác lấy làm chướng mắt, và một số khác nữa đã tìm được hy vọng nơi lòng thương xót của Thiên Chúa. Như vậy, Chúa mời gọi chúng ta hãy sống hiền lành và khiêm nhường trong lòng.

*Thánh Gioan Bosco*

Tính kiêu ngạo làm chúng ta ghét những người ngang hàng chúng ta vì sợ họ bằng chúng ta; ghét những người kém chúng ta vì sợ họ sẽ bằng chúng ta; và ghét những người trên chúng ta vì họ ở trên chúng ta.

*Thánh Gioan Vianney*

Nếu các bạn muốn giữ được bình an và bác ái với nhau, mỗi người hãy sẵn lòng gánh chịu trách nhiệm.

*Đấng đáng kính Thecla Merlo*

Chúa Kitô không phải là một quan tòa nghiêm khắc, đúng theo ý nghĩa của danh từ ấy, đối với bất kỳ ai trong anh em; Người chỉ là Chúa Giêsu mà thôi.

Nói xấu tha nhân là gây ra cơn dịch truyền nhiễm đầu độc và phá hoại công cuộc tông đồ. Nó đối nghịch với đức bác ái, hoang phí sức mạnh một cách vô ích, gây thiệt hại cho bình an nội tâm và đánh mất sự kết hợp với Thiên Chúa.

*Thánh José Escriva*

# LƯỜI BIẾNG đến CHĂM CHỈ

“Hãy làm việc cật lực, hãy chơi bởi hết mình.” Đó là một khẩu hiệu khá phổ biến trong thời đại chúng ta. Khẩu hiệu ấy bảo rằng chúng ta đáng được hưởng tất cả những niềm vui chúng ta có thể hưởng trong trò vui, không cần quan tâm đến giá cả hoặc người khác. Chúng ta được hưởng quyền lợi ấy vì chúng ta đã chuyên cần với công việc của mình.

Ngược lại, Phúc Âm dạy rằng chúng ta chỉ là những người quản lý thời giờ Thiên Chúa ban. Vâng, ngay cả các tu sĩ nam nữ trong tu viện cũng cần thời giờ giải trí, những cuộc vui lành mạnh. Nhưng điều ấy không có nghĩa là mỗi ngày được phép dùng bốn giờ đồng hồ để xem các chương trình truyền hình chuyên phục vụ thị hiếu rẻ tiền, những trò nhục dục tội lỗi hoặc bạo lực. Điều ấy cũng không có nghĩa là được dành hết thời gian cho những trò tiêu khiển như chơi bài, câu cá, mà không cần nghĩ gì đến các nhu cầu cấp thiết của cộng đồng.

Chúng ta được mời gọi hãy phục vụ, đó là một giới điều căn bản của Phúc Âm mà các thánh đã hiểu biết và đã dùng cả cuộc đời các ngài để thực hành.

“Mùa màng thì nhiều mà thợ làm thì ít” (Mt 9:37). Lời Chúa Giêsu không chỉ nhắm đến các ơn gọi linh mục mà còn đến những công việc từ thiện rất cần thiết ngay trong các xứ đạo của chúng ta, chứ chưa cần phải nói xa hơn là xã hội. Những người chỉ sống trong nhà vì bệnh nạn hoặc chăm sóc người thân cũng đừng bao giờ cảm thấy lẻ loi, bởi vì các bạn có thể đóng góp rất nhiều cho nước Chúa bằng cách liên kết sự đau đớn của mình với lời cầu nguyện van nài, hoặc

hiến dâng man và công việc trong bốn phận làm cha mẹ để cầu cho các nhu cầu thiêng liêng, hoặc dùng điện thoại để liên lạc với những người neo đơn. Khi đọc hạnh các thánh, chúng ta kinh ngạc vì các ngài đã thực hiện được quá nhiều công việc. Vậy chúng ta hãy để cho sự khôn ngoan hướng dẫn chúng ta đến với kết quả ấy.

Chúng ta thần phục Đấng Tạo Hóa, không những Người là Đấng tạo thành trời và đất, mặt trời và đại dương... gấu và sư tử, mà còn là Đấng tạo thành cả những tạo vật nhỏ bé như kiến, vắt, ruồi... Trong các điều nhỏ, ta cũng phải hướng tâm trí về Chúa Kitô một cách tha thiết như các điều lớn, vì ngay cả một lời hư từ cũng phải trả lẽ.

*Thánh Jerome*

Thánh nhân ca ngợi thân mẫu của mình: “Một số phụ nữ trôi vọt trong việc điều hành việc gia đình, và một số khác trong việc đạo đức – bởi vì khó mà đạt được cả hai – nhưng ngài [thánh nữ Nonna] đã vượt trội trong cả hai. Ngài làm gia tăng sản nghiệp gia đình bằng sự quan tâm và tiên liệu thực tiễn... Ngài hiến mình cho Thiên Chúa... như một người không vướng bận gia đình”.

*Thánh Gregory Nazianzen*

Người nào biết phân phối thời gian giữa việc xác và việc cầu nguyện là người biết dùng lao công để chinh phục thân xác và kiềm chế những đòi hỏi lằng loàn của nó. Vì cùng làm việc với thân xác, nên linh hồn cần được nghỉ ngơi, do đó, nó sẵn sàng vào giờ cầu nguyện như đến với một công việc dễ dàng và đem đến giờ cầu nguyện một sức mạnh và nhiệt tâm mới mẻ... Ai không thích làm việc là người lấy sự ươn ái để nuôi dưỡng các đam mê và để những dục vọng của mình tự do bay đến những đối tượng giống như nó.

*Thánh Nilus Sinai*

Khi một người vì Thiên Chúa mà làm việc chăm chỉ, thì đó không phải là chia trí, nhưng là một sự trọn vẹn làm đẹp lòng Thiên Chúa.



*Thánh Barsanuphius*

Ngày hôm nay, anh em hãy làm một việc tốt cho người anh em không ưa.

*Thánh Anthony Padua*

Vào những lúc nguội lạnh và ươn ái, lòng anh em hãy hồi tưởng những thời gian quá khứ, khi anh em còn đầy nhiệt tâm và hăng say trong mọi việc, kể cả những việc nhỏ nhặt nhất; hãy nhớ lại những cố gắng trước kia của anh em và năng lực anh em đã dùng để chống lại những đối thủ muốn ngăn cản sự tiến bộ của anh em. Sự hồi tưởng ấy sẽ đánh thức tâm hồn anh em khỏi giấc ngủ mê, đem lại cho nó một ngọn lửa hăng say, nâng nó chỗi dậy từ chỗ chết, làm nó sốt sắng dẫn thân vào cuộc chiến chống lại ma quỷ và tội lỗi, và như thế là đưa nó trở lại như tình trạng trước kia.

*Thánh Isaak Syria*

Đầy tớ không chăm chỉ là đầy tớ không tốt. Nơi những người thuộc địa vị của chúng ta, đạo đức mà lười biếng là đạo đức giả dối.

Mọi thứ sùng kính đưa đến chỗ khờn lười đều giả dối. Chúng ta phải yêu thích làm việc.

*Thánh Zita*

Không làm việc không thể có niềm vui.

*Thánh Thomas Aquinas*

Để lên thiên đàng, chúng ta phải vượt qua một con đường dài, bao nhiêu việc lành chúng ta làm, bao nhiêu lời kinh chúng ta đọc, bao nhiêu tư tưởng tốt lành chúng ta suy nghĩ trong chân lý, cậy trông và đức ái, là bấy nhiêu bước chân chúng ta tiến về quê trời.

*Chân phúc Richard Rolle*

Anh em hãy tỉnh táo và chăm chỉ; hãy tránh mọi thứ hào nhoáng trong cách ăn mặc là cái sẽ loại trừ anh em khỏi thiên đàng.

*Thánh Nicholas Flue*

Người nữ có gia đình mà sống đạo đức là người rất đáng khen, nhưng đừng bao giờ quên mình là một người nội trợ; vì thế, nhiều khi họ phải từ biệt Thiên Chúa nơi bàn thờ để tìm lại Người trong công việc nội trợ.

*Thánh Frances Rome*

Đời sống tông đồ đích thực hệ tại ở việc hiến thân không ngừng nghỉ.

*Thánh Camillus de Lellis*

Hỏa ngục đầy những người tài ba, còn thiên đàng đầy những người hăng say.

*Thánh Jeanne de Chantal*

Trong việc phụng sự Thiên Chúa, nếu muốn tiến bộ, chúng ta phải bắt đầu mỗi ngày sống của mình bằng một nhiệt tâm mới mẻ.

*Thánh Charles Borromeo*

Chúng ta hãy yêu mến Thiên Chúa bằng sức mạnh của đôi tay và mồ hôi của vầng trán.

*Thánh Vincent de Paul*

Không có gì mệt mỏi hay khổ sở khi được làm việc cho một ông chủ trả công hậu hĩnh; thậm chí một ly nước là bố thí vì lòng yêu mến cũng sẽ được trả công.

*Thánh Dominic Savio*

Thiên Chúa không đòi hỏi chúng ta sự trọn lành của ngày mai, cũng chẳng phải của tối nay, nhưng là của giây phút hiện tại.

Đối với linh hồn bất toàn, quá nhiều việc cũng là một nguy hiểm... Còn đối với linh hồn yêu mến Thiên Chúa, một việc mà thôi cũng đã là một mùa bội thu.

*Thánh Madeleine Sophie Barat*

Chiếc bẫy ma quỷ giăng ra cho người trẻ chủ yếu là sự ươn ái. Đó là đầu mối mọi sự dữ. Đừng để trong tâm trí anh em còn một chút hoài nghi nào nữa, bởi vì con người được sinh ra là để làm việc, và khi không làm việc là họ đã đánh mất bản chất của mình và đang gặp nguy cơ xúc phạm đến Thiên Chúa.

Điều chính yếu phải làm là hãy xốc vai vác lấy gánh nặng. Khi anh em hăng

hái tiến lên, gánh nặng sẽ nén xuống và sẽ được phân phối đều đặn.

Hãy bảo ma quỷ phải nghỉ ngơi trước đã, rồi sau đó tôi mới nghỉ.

*Thánh Gioan Bosco*

Đối với Thiên Chúa, tất cả vẫn còn quá ít. Tôi sẵn lòng làm bất cứ việc gì cho Người... Sau khi chết, chúng ta sẽ nằm trong một thời gian rất dài, vì thế khi còn sống, chúng ta cứ nên đứng mãi. Giờ đây chúng ta hãy làm việc; một ngày kia, chúng ta sẽ nghỉ ngơi.

*Chân phúc Agostina Pietrantonio*

Hãy cầu nguyện, hãy chịu đau khổ, và hãy lao nhọc vì các linh hồn trong luyện ngục.

*Chân phúc Eugénie Smet*

Anh em hãy nhớ rằng cuộc sống Kitô hữu là một cuộc sống hoạt động; chứ không phải chỉ là lời nói và mộng mơ.

Tôi ước muốn từng giây phút quá khứ, hiện tại và tương lai đều được tôi cũng như mọi người sử dụng một cách tốt nhất.

Trên thiên đàng chúng ta sẽ nghỉ ngơi.

*Thánh Vincent Pallotti*

Ta đừng bỏ qua một cơ hội nào mà không thực hiện một hy sinh, chỗ này là một nét mặt tươi cười, chỗ kia là một lời dịu dàng; hãy luôn luôn làm tốt công việc nhỏ nhất nhất và hãy làm vì tình yêu.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Hãy nhớ rằng không có gì là nhỏ mọn trước mắt Thiên Chúa. Ta hãy làm tất cả mọi việc vì tình yêu.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Ràng buộc đời sống vào một thời biểu, một chương trình, anh em bảo tôi như thế là quá buồn tẻ đơn điệu! Còn tôi thì trả lời thế này: vì không có Tình Yêu nên mới thấy buồn tẻ đơn điệu.

*Thánh José Escriva*

# BẤT CÔNG đến QUANG ĐẠI

Trên báo chí, ngày nào chúng ta cũng có thể đọc thấy những bất công của cuộc sống hiện tại: giết hại các bào thai vô tội còn trong bụng mẹ, đánh đập các phụ nữ chân yếu tay mềm, loạn luân, những kẻ nghiện ma túy giết người, các tài xế say rượu gây tai nạn, các công nhân bị bóc lột phải làm việc nặng nhọc với đồng lương chết đói, những người cao niên phải ăn thức ăn chó vì thu nhập quá thấp, và những vụ phân biệt chủng tộc.

Thánh Kinh dạy chúng ta: “Người công chính lấy việc thực thi chính trực làm vui, nhưng đối với phường gian ác, quả là cơn hãi hùng” (Cn 21:15). Công bình là cấp độ tối thiểu của đức ái. Người tín hữu đừng bao giờ dành lấy những công việc thuận lợi cho mình, bất chấp sự công bình người chung quanh đáng được hưởng. Một nguyên nhân nảy sinh tình trạng thiếu công bình trên thế giới này là tính bất an, muốn ôm chặt lấy của cải, chứ không muốn ban phát rộng rãi.

Câu chuyện thánh Nicholas là một tấm gương điển hình nổi tiếng về việc sửa chữa tình trạng bất công. Thời xưa, của hồi môn là điều cần thiết và tình trạng túng nghèo đủ trở thành một cái cớ để cha mẹ được phép bán con gái thành đi điếm. Thánh Nicholas đã kịp thời ném 8 đồng tiền vàng vào cửa sổ một gia đình để giúp người cha nghèo túng với mục đích cứu ba cô con gái khỏi rơi vào số phận bi đát. Nếu tất cả các xứ đạo của chúng ta đều hợp sức nâng đỡ các bà mẹ độc thân, thì có lẽ các vụ phá thai sẽ ít hơn. Nhiều vị thánh hằng ngày đã lấy của cải mình để nuôi những người nghèo khó. Một số vị đã thiết lập các bệnh

viện và trường học cho những người không thể nào thoát khỏi được cái vòng nghèo đói và ngu dốt.

Nếu mọi người đều chỉ nhận theo nhu cầu của mình và nhường phần dư cho những người túng thiếu, thì có lẽ không còn ai giàu có, không còn ai nghèo túng, không còn ai khổ cùn.

*Thánh Basil*

Chiếc bánh anh em để dành là của những người đói khát; chiếc áo nằm trong rương của anh em là của những người trần trụi; vàng bạc anh em chôn giấu dưới đất là của những người nghèo túng.

*Thánh Basil*

Anh em có muốn tôn vinh thân thể Chúa Kitô không? Vậy anh em đừng khinh khi Người trong sự trần trụi của Người, đừng tôn vinh Người trong thánh đường này bằng vài vóc lụa là trong khi bỏ mặc Người ở ngoài kia, nơi Người đang cóng lạnh và trần trụi. Người giàu có không phải là người sở hữu nhiều, nhưng là người ban phát nhiều.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Mọi sang giàu đều bắt nguồn từ bất công, vì nếu người này không mất, thì người kia làm sao đạt được? Do đó, ý kiến chung này dường như rất đúng, “Người giàu là một người bất công, hoặc thừa kế một người bất công.” Sang trọng bao giờ cũng là kết quả của trộm cắp, nếu người sở hữu hiện tại không ăn cắp, thì là tiền nhân của họ.

*Thánh Jerome*

Ngôi nhà chúng ta rộng mở cho mọi người, tiếp đón các bệnh nhân đủ loại, thuộc mọi hoàn cảnh; người què quặt, người tật nguyền, người phung cùi, người câm, người điên, người bại liệt, người đau đớn vì thiếu dinh dưỡng và người bệnh nạn vì tuổi già... Chúng ta không đòi ai phải trả tiền bạc, thế mà Chúa Kitô vẫn hằng chu cấp mọi sự cho chúng ta.

*Thánh Gioan Thiên Chúa*

Hãy rộng mở lòng nhân ái cho tha nhân, để không một ai túng thiếu nào gặp được chúng ta mà không được giúp đỡ. Hỡi thử chúng ta sẽ hy vọng vào đâu nếu như Thiên Chúa cũng rút lại lòng nhân ái của Người dành cho chúng ta?

*Thánh Vincent de Paul*

Hãy ân cần phục vụ những người nghèo khó. Hãy yêu thương những người nghèo khó. Hãy tôn trọng họ như tôn trọng Chúa Kitô.

*Thánh Louise de Marillac*

Mọi của tốt lành Thiên Chúa ban cho chúng ta quả thật đều mang một ý hướng đặc biệt. Ai tin điều này sẽ không làm hư hại chúng.

*Thánh Mark khổ tu*

Nếu loại bỏ công bình, thì khi đó các vương quốc là gì, nếu không phải là những vụ cướp lớn? Còn những vụ cướp là gì, nếu không phải là những vương quốc nhỏ.

*Thánh Augustine*

Tất cả những ai xin, anh chị em hãy cho và đừng từ chối vì thánh ý Chúa Cha muốn chúng ta hãy cho tất cả những tặng ân chúng ta đã được lãnh nhận.

*Giáo Huấn của Mười Hai Tông Đồ*

Khi anh em muốn làm phúc nhưng tư tưởng của anh em lại hoài nghi không biết có nên làm phúc hay không, anh em hãy xét lại tư tưởng của mình, và nếu anh em nhận ra sự hoài nghi kia là do lòng tham lam, thì anh em hãy làm phúc nhiều hơn một chút so với dự định của anh em.

*Thánh Barsanuphius*

Người giàu cho người nghèo thực ra không phải là bố thí, nhưng là trả nợ.

Luật công bình rất rõ ràng, một người tốt không được tránh né sự thật, không được gây tổn thiệt bất công cho bất kỳ ai, không được lường gạt hay lừa đảo.

Hỡi những người giàu có, anh em muốn mở rộng tính tham lam của mình đến tận đâu? Anh em định làm những người duy nhất cư ngụ trên trái đất này sao? Vậy tại sao anh em lại xua đuổi những người cùng chia phần thiên nhiên và tự nhận nó là của riêng anh em? Trái đất này được tạo dựng cho mọi người, giàu cũng như nghèo, chung cho tất cả. Tại sao những người giàu có như anh em lại tự nhận nó làm độc quyền của mình

*Thánh Ambrose*

Luật là sự ấn định hợp lý về ích chung, do người có trách vụ săn sóc cộng đồng.

Con người không nên coi tài sản vật chất là của riêng mình, nhưng là của chung mọi người, vì thế ta phải chia sẻ, không được trù trừ, khi thấy người khác túng thiếu.

*Thánh Thomas Aquinas*

Ở đây, tại thành Naples này, các tín hữu Kitô sống chẳng tốt lành gì hơn những người vô đạo, khi họ nuôi giữ các nô lệ nữ như những gái điếm, và chông chất trên các nô lệ nam những công việc quá mức, rửa xả và đánh đập quá đáng đến nỗi nhiều người đã phải tự tử vì tuyệt vọng. Những tội lỗi này khơi cơn thịnh nộ của Thiên Chúa và toàn thể đạo binh trên trời, vì Thiên Chúa yêu thương mọi người. Người đã tạo dựng tất cả mọi người và đã cứu chuộc họ bằng cuộc thương khó trên thập giá.

*Thánh Birgitta Thụy điển*

Thông thường, các ông sẽ nhận thấy mọi sự đều ra ô nhor vì những hợp đồng cho vay nặng lãi. Chính những người ấy đã kiếm được phần lớn tiền bạc của họ bằng sự chiếm đoạt, thế mà họ vẫn tự tin nhận mình trong sạch, không dính líu gì đến sự tiếm đoạt bất công.

*Thánh Phanxicô Xavier*

Quả thật, các vấn đề trên thế giới này thật tồi tệ; nhưng chỉ cần anh em và



tôi thành tâm sửa đổi chính mình, thì một sự khởi đầu tốt đẹp sẽ thực sự được thực hiện.

*Thánh Peter Alcantara*

Của cải dư thừa anh em đã cất giữ và khổ sở vì mục nát trong khi lẽ ra phải làm phúc cho những người nghèo khó, những trang phục dư thừa mà anh em sở hữu và thà để mỗi một ăn còn hơn là cho những người nghèo khó mặc, và vàng bạc anh em muốn để nằm im chứ không chịu mua của ăn cho những người nghèo đói, tôi cho rằng tất cả những thứ ấy, sẽ làm chứng tố cáo bạn trong ngày Phán Xét.

*Thánh Robert Bellarmine*

Khi mua, bạn hãy coi mình là người bán; và khi bán, bạn hãy coi mình là người mua, như vậy, bạn sẽ mua bán một cách công bằng.

*Thánh Francis de Sales*

Những kẻ ngu vô đạo đã để cho những người hữu trí chết đói trong khi lại nuôi chó nuôi ngựa của chúng thừa mứa.

*Chân phúc Claude de la Colombiere*

Của cải sinh ích gì trong cõi đời đời?

*Thánh Aloysius Gonzaga*

Anh em đừng quá lo lắng về ngôi nhà trên trần gian này khi chúng ta có một ngôi nhà rất đẹp trên thiên đàng. Chúng ta nghèo khó, nhưng đức bác ái thúc bách chúng ta phải chia sẻ những gì Thiên Chúa ban cho chúng ta cho những anh chị em nghèo khó.

*Thánh Soledad*

Khi nhìn thấy hoặc tưởng nghĩ đến những người nghèo khó, tôi nhất định phải giúp đỡ họ trong phạm vi có thể và thực sự cảm thương cho hoàn cảnh của họ bằng cách biến thành ánh sáng cho người mù, tiếng nói cho người câm, thính giác cho người điếc và một chiếc gối êm để họ đặt những tay chân rã rời của họ.

*Thánh Vincent Pallotti*

Hãy đến với người bị ruồng bỏ nhất của thế giới này, rồi đến người kế tiếp.

*Chân phúc Eugénie Smet*

Đừng mong gì nhiều nơi những người quyền thế của thế gian này – vì hầu hết họ đều bỏ mặc những người nghèo khó trong cảnh bần hàn, họ vừa hèn hạ vừa thiếu quảng đại, giả điếc làm ngơ trước tiếng kêu than của những người yếu đuối và bất lực.

*Chân phúc Placid Riccardi*

Nếu Thiên Chúa cho một số người được thừa mừa của cải thay vì để cho họ nghèo khó như Chúa Giêsu, thì cốt để họ dùng những của cải Người đã giao phó cho họ như những đầy tớ trung thành, làm đúng ý chủ, làm phúc cho tha nhân về phương diện tinh thần và vật chất.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Anh em đừng để bị rơi vào cái vòng lẩn quẩn. Anh em nghĩ rằng: nếu việc này được giải quyết xong xuôi theo cách này hay cách khác, anh em sẽ quảng đại với Thiên Chúa. Chẳng lẽ anh em không nhìn thấy Chúa Giêsu đang đợi chờ bạn hãy sống quảng đại mà không tính toán, để Người có thể giải quyết mọi chuyện tốt đẹp hơn nhiều so với điều bạn tưởng tượng hay sao?

Khi đã hoàn thành công việc của mình, anh em hãy hỗ trợ công việc của người khác, giúp đỡ họ vì danh Đức Kitô, một cách tinh tế và tự nhiên đến độ không ai, kể cả đương sự, nhận ra anh em đang làm điều vượt quá những gì đức công bình đòi hỏi. Quả thật, đó là nhân đức xứng đáng của một người con của Thiên Chúa.

*Thánh José Escriva*

# THIỆU TÌNH YÊU đến TÌNH YÊU

Khi đùa nghịch với bộ phận dò sóng các đài phát thanh, có lẽ bạn tưởng rằng thời đại của chúng ta đang tràn ngập tình yêu. Hết ca khúc này đến bài hát nọ đều ca ngợi tình yêu. Chính Thánh Kinh cũng cho chúng ta biết đức ái là nhân đức cao trọng nhất (1 Cr 13:13).

Tình yêu là tâm điểm của toàn bộ linh đạo Kitô Giáo, nhưng có nhiều thứ tình yêu: dục vọng đam mê, tình thân hữu, tình cảm gia đình, lòng nhân ái trước những người cùng quần. Tất cả các thứ tình yêu cần phải được Chúa Thánh Thần biến đổi và thanh luyện để khỏi rơi vào những cạm bẫy nguy hiểm.

Đam mê có thể biến thành nhục dục, điên cuồng muốn thỏa mãn nhất thời. Vì thế, đam mê phải được biến đổi để trở nên một ngọn lửa khát khao hạnh phúc nơi Thiên Chúa và nơi những người được Thiên Chúa sai đến. Niềm vui tình thân ái không được dẫn đến tình trạng bè phái, loại trừ những người khác. Các mối dây liên kết đừng biến gia đình thành một nơi ngọt ngào. Sự quan tâm đến người chung quanh không được biến chất, hóa thành một hệ thống kiểm soát và thống trị họ.

Dĩ nhiên, trong đời sống các thánh có rất nhiều tấm gương về tình yêu chân chính. Câu nói của một người quen biết thánh Francis de Sales, giám mục và giảng giả danh tiếng, đã làm chúng tôi xúc động mãnh liệt: “Nếu Thiên Chúa cũng nhân từ như đức cha Francis de Sales, thì chẳng ai phải sợ hãi Người.” Một tấm gương sáng khác là bà Rose Hawthorne, ái nữ của văn hào Nathaniel

Hawthorne. Mặc dù được sinh trong một gia đình chữ nghĩa và ăn học thành tài, nhưng bà Rose Hawthorne đã dùng phần lớn cuộc đời để chăm sóc các bệnh nhân ung thư với một lòng thương cảm và quan tâm đặc biệt.

Anh em đừng ghét bỏ bất kỳ một ai; có những người anh em hãy khuyên nhủ, có những người anh em hãy cầu nguyện, và có những người anh em hãy yêu thương hơn cả mạng sống của anh em.

*Giáo Huấn của Mười Hai Tông Đồ*

Đừng một ai trong anh em có thái độ thuần túy tự nhiên đối với người lân cận, nhưng anh em hãy luôn luôn yêu thương nhau trong Chúa Giêsu Kitô.

*Thánh Ignatius Antioch*

Tôi sẽ chỉ cho anh em một việc duy nhất giúp ta nên vững vàng trong đảng lành và giữ ta bền đỗ đến cùng: đó là hãy yêu mến Thiên Chúa hết linh hồn, hết con tim, hết tâm trí, và hãy làm việc cho một mình Người. Khi ấy, Thiên Chúa sẽ ban cho anh em sức mạnh và niềm vui lớn lao.... Toàn bộ chiếc ách của Thiên Chúa sẽ trở nên êm ái và nhẹ nhàng cho anh em... trong nghịch cảnh, bằng sự phấn đấu và vươn lên... anh em sẽ dần dần trở nên mạnh mẽ hơn và... không còn sợ hãi sự dữ nữa.

*Thánh Anthony Cả*

Chúng ta đã yêu thương họ khi họ còn sống, vậy chúng ta cũng đừng lãng quên họ cho đến ngày chúng ta dẫn đưa họ - bằng lời cầu nguyện của chúng ta - vào đến nhà Chúa.

*Thánh Ambrose*

Không gì làm người ta đánh mất ơn Chúa và chắc chắn đi đến chỗ hư mất hơn là việc bói móc, gièm pha và kết án người chung quanh. Kết án tức là nói thế này: ông nợ bà kia là đồ dối trá, thứ ngoại tình, kẻ xấu thói. Người ấy đã kết án thực trạng linh hồn và phán xét toàn bộ cuộc sống của tha nhân.... Đó là một tội trọng.... Chỉ mình Thiên Chúa mới có quyền tuyên công hoặc kết án, vì Người

biết rõ thực trạng linh hồn của mọi người, sức mạnh của họ, các khuynh hướng và các tặng ân của họ.

*Thánh Abba Dorotheus*

Có loại tình yêu giống như một ngọn đèn nhỏ, cháy sáng được nhờ dầu, và sẽ tắt lịm khi dầu cạn; hoặc giống như một dòng suối chảy tràn nước mưa, và khi mưa không cung cấp nước cho nó, thì nó sẽ khô cạn. Nhưng cũng có loại tình yêu giống như một dòng suối trào lên từ lòng đất, không bao giờ cạn khô. Loại tình yêu thứ nhất thuộc về nhân loại; loại tình yêu thứ hai thuộc về Thiên Chúa và lấy Thiên Chúa làm nguồn mạch.

Một con tim nhân ái là gì? Đó là con tim của người sốt sắng cảm thương mọi người... Họ nhìn tha nhân mà mắt đắm lệ. Lòng họ dạt dào sự cảm thương sâu xa và nhẫn nại vô biên. Tâm hồn họ tràn đầy sự hiền dịu và không đành tâm khi nhìn thấy hoặc nghe biết bất kỳ một điều dữ hoặc một nỗi buồn nhỏ mọn nào mà người khác phải chịu.

*Thánh Isaak Syria*

Khi được liên kết với nhau bằng sức mạnh của lời cầu nguyện, có thể nói chúng ta cùng nắm tay để tiến bước trên một con đường trơn trượt; nhờ tâm hồn tràn đầy đức ái, khi chúng ta mỗi người càng tựa vào người khác, thì càng liên kết chặt chẽ với nhau hơn trong tình yêu huynh đệ.

*Thánh Gregory Cả*

Tình yêu được minh chứng không phải chỉ bằng việc ban phát của cải, mà hơn nữa, còn bằng việc giảng dạy Lời Chúa và phục vụ phần xác.

Người chưa có đức ái hoàn hảo thì cư xử với tha nhân tùy theo tha nhân là người thế nào, thương hoặc ghét vì điều nọ điều kia, hoặc khi thì thương, khi thì ghét cũng cùng một người, với những lý do như nhau.

Việc nhớ đến lửa không làm tổn hại cho thân xác thế nào, thì đức tin mà thiếu đức ái cũng không tạo nên được ánh sáng hiểu biết trong linh hồn như vậy.

Bất cứ ai còn một chút giận ghét tha nhân trong lòng, dù sự xúc phạm kia là gì đi nữa, thì họ vẫn còn là một con người hoàn toàn xa lạ với tình yêu Thiên Chúa.

*Thánh Maximus Hiển Tu*

Hiện nay, chúng ta không thể nào có một ý tưởng chính xác về khả năng yêu mến mà một linh hồn sẽ có được ở đời sau, cũng như khả năng của nó ngay lúc này.

*Thánh Bernard*

Không có người cha, người mẹ, người con, hoặc bất kỳ người nào khác có thể ấp ủ đối tượng họ yêu dấu bằng một tình yêu lớn lao như tình yêu Thiên Chúa ấp ủ một linh hồn.

*Chân phúc Angela Foligno*

Có một ngọn lửa tình yêu trong Thiên Chúa nơi tâm hồn chúng ta, và ở đó, bà nói với tôi và tôi nói bà trong mọi lúc, trong những cảm xúc tình yêu mà không miệng lưỡi nào có thể tả xiết.

Hỡi Diana, thật là một tình trạng khốn khổ... Tình yêu chúng ta dành cho nhau không bao giờ thoát khỏi đau đớn và lo lắng. Bà áy náy và đau đớn vì không được phép gặp tôi trong mọi lúc, còn tôi áy náy vì hiếm khi có được sự hiện diện của bà. Ước gì chúng ta có thể được vào thành thánh của Chúa các đạo binh, để ở đó chúng ta sẽ không còn phải xa Người hoặc phải xa nhau.

*Chân phúc Jordan Saxony*

Bổn phận trước tiên của chúng ta là đừng làm tổn thương những người anh em hèn mọn của mình, nhưng chỉ mới đến đó mà dừng lại thì đúng là hoàn toàn ngộ nhận về những chủ đích của Thiên Chúa quan phòng. Chúng ta còn có một sứ mạng cao hơn nữa. Thiên Chúa muốn chúng ta phải nâng đỡ người anh em bất cứ khi nào họ cần đến.

*Thánh Francis Assisi*

Ta hãy hết lòng yêu mến Đấng đã phó mình trọn vẹn vì mến yêu ta.

*Thánh Clare Assisi*

Ta [Thiên Chúa] thương yêu con nhiều hơn con có thể yêu thương bản thân con, và Ta ân cần chăm sóc cho con cả ngàn lần hơn con có thể chăm sóc bản thân con.

*Thánh Catherine Siena*

Giả như cần chết bao nhiêu lần, thì Chúa Giêsu cũng đã sẵn lòng chịu chết bấy nhiêu lần; tình yêu có lẽ không bao giờ để Người yên cho đến khi Người thực hiện xong điều ấy.

*Chân phúc Julian Norwich*

Nếu muốn giúp đỡ linh hồn người chung quanh, trước tiên, bằng trọn vẹn con tim của mình, anh em hãy đến với Thiên Chúa. Hãy nài xin Người lấy đức ái là nhân đức cao trọng nhất mà đổ đầy tâm hồn anh em, nhờ đó, anh em mới có thể thực hiện được điều anh em ước muốn.

*Thánh Vincent Ferrer*

Chúng ta phải làm phúc bố thí. Đức bác ái chinh phục và lôi kéo các linh hồn đến với nhân đức.

*Thánh Angela Merici*

Ta hãy luôn nghĩ mình là đầy tớ của mọi người.

Tôi tin mọi người nam ắt sẽ có một tình cảm lớn hơn đối với những người nữ mà họ thấy sẵn sàng sống tốt.

Chúa Kitô hiện nay chẳng còn thân xác nào trên trần gian này ngoài thân xác của bạn, không có bàn tay nào ngoài bàn tay của bạn, không có bàn chân nào ngoài bàn chân của bạn; đôi mắt của bạn là đôi mắt Chúa Kitô cảm thương đoái nhìn thế giới, đôi chân của bạn là đôi chân Chúa Kitô rảo bước khắp nơi để thi ân giáng phúc, và đôi tay của bạn là đôi tay Chúa Kitô giờ đây chúc lành cho chúng tôi.

*Thánh Teresa Avila*

Lúc cuối đời, chúng ta sẽ bị phán xét về đức ái.

*Thánh Gioan Thánh Giá*

Trường học của Chúa Kitô là trường đức ái. Vào ngày sau hết, khi cuộc thi cuối cùng được tổ chức, sẽ không có một câu hỏi nào về các tài liệu của Aristotle, về các cách ngôn của Hippocrates, hoặc các đoạn văn của Justinian. Đức ái là toàn bộ giáo trình.

*Thánh Robert Bellarmine*

Lạy Chúa Chúa Giêsu của con! Đấng Tình Yêu không được các thụ tạo nhận biết và yêu mến. Giả như con có một giọng nói đủ to và đủ mạnh để khắp nơi trên trần gian có thể nghe được, thì con sẽ gào thật lớn để cho mọi người nhận biết, yêu mến và tôn vinh Tình Yêu này như một sự thiện độc nhất khôn lường.

*Thánh Mary Magdalene dei Paoñi*

Yêu là một sự di chuyển, thông trào và vươn tới của trái tim về hướng sự thiện.

Linh hồn không thể sống được nếu thiếu tình yêu. Tất cả đều tùy thuộc vào việc linh hồn biết dành tình yêu cho một đối tượng xứng đáng.

Chúng ta không bao giờ có thể yêu thương người chung quanh của mình quá mức.

Trong việc phụng sự Thiên Chúa, không có gì là tầm thường nhỏ bé cả.

*Thánh Francis de Sales*

Chúng ta chỉ nên nhìn những gì thiện hảo nơi người chung quanh.

*Thánh Jeanne de Chantal*

Tình thân là một tình yêu dịu dàng, lặng lẽ, giới hạn; trong khi tình yêu là một tình thân đạt đến chỗ hoan lạc và ngắt ngậy, không biết đến giới hạn và chỉ sống được ở mức thái quá.... Sự khắc khoải cực độ là đặc tính đích thực của tình yêu.... Tình yêu ghét trì hoãn, không gì có thể kiềm giữ được nó. Nó gạt phẳng



mọi ngãng trở, vượt thắng mọi gian nan chỉ trong một giây phút. Không gì là không thể, không gì là quá khó.

*Chân phúc Claude de la Colombiere*

Tất cả khát vọng của tôi đều hướng đến việc đi tìm hoan lạc và an ủi trọn vẹn nơi bí tích Cực Thánh trên bàn thờ.

Chúa đòi trái tim của tôi... rồi đặt nó vào Trái Tim đáng tôn thờ của Người. Chúa cho tôi nhìn thấy trái tim của tôi như một cái chấm nhỏ được thiêu đốt trong lò lửa bùng cháy ấy. Sau đó, Chúa lấy nó ra như một ngọn lửa bùng cháy có hình trái tim rồi đặt vào chỗ trước đó Người đã lấy ra.

*Thánh Margaret Mary Alcoque*

Mẹ tôi [Đức Maria] rất lạ lùng; nếu tôi đem những bông hoa đến dâng cho Mẹ, Mẹ bảo Mẹ không cần; nếu tôi đem những quả đào đến hiến tặng Mẹ, Mẹ bảo Mẹ không nhận, và khi tôi hỏi Mẹ thích gì, thì Mẹ trả lời: “Mẹ ước ao trái tim của con, vì Mẹ sống được nhờ các trái tim.”

*Thánh Joseph Cupertino*

Về ngôi trường truyền giáo dành cho người da đỏ tại Canada:

Những người đến ghé thăm chúng tôi không thể hiểu vì sao chúng tôi lại có thể ôm ấp những đứa trẻ mồ côi chỉ được phủ bọc bằng những mảnh giẻ tã này. Đối với tất cả chúng tôi, đó là một hạnh phúc khôn tả... Tôi ấp ủ tất cả các chúng trong trái tim tôi, và bằng những lời cầu nguyện, một cách hiền từ, tôi cố gắng hết sức để giành lấy chúng về cho thiên đàng.

Tôi có một khát vọng rất mãnh liệt đối với nhiều linh hồn chưa thuộc về Giáo Hội và rất nhiều linh hồn khác, tuy đã thuộc về Giáo Hội nhưng không sống trong tình trạng ơn thánh, được thành tâm trở về. Có vậy mới thỏa nguyện được ước vọng của Đấng đã vì họ mà hiến thân với một tình yêu lớn lao và muốn trở nên thiên đàng hạnh phúc cho họ ngay ở đời này, để trên thiên đàng mai sau, càng trở nên sung mãn và hoàn hảo hơn nữa.

*Chân phúc Marie Nhật Thể*

Bí tích Thánh Thể là Chúa Kitô trở nên hữu hình. Bệnh nhân nghèo hèn cũng là Chúa Kitô trở nên hữu hình.

*Thánh Gerald Majella*

Về những học sinh của thánh nữ: “Bạn biết, tôi như một người mẹ có nhiều đứa con với những tâm trạng khác nhau vây quanh. Chúng không dễ thương hoặc ngoan ngoãn như nhau, nhưng tôi buộc phải yêu thương, dạy dỗ, đem hạnh phúc đến cho tất cả, làm gương sáng về sự vui tươi, bình an, nhẫn nại, coi tất cả chúng có cùng một nguồn gốc và cùng hướng đến một mục tiêu như nhau, trong những dáng vẻ khác nhau về công trạng hoặc khuyết điểm.

Đạo thánh không giới hạn những sức mạnh của tình cảm, vì Đấng Cứu Độ rất thánh đã thánh hóa và chấp nhận tất cả những mối liên hệ và tương giao thân ái nơi chúng ta, từ cuộc đời của chúng ta. Chỉ có đạo thánh mới có thể ràng buộc những hoàn cảnh và thời gian mà cái chết không có quyền lực nào trên đó. Ngược lại, cái chết hoàn hảo hóa sự kết hợp mà những sẵn sóc, những cơ hội và những nỗi buồn trong cuộc sống đã chấm dứt, bằng cách mở ra một quang cảnh, nơi đó, tất cả những lời hứa, những hy vọng, và những an ủi mà chúng ta đã nhận lãnh từ Đấng Cứu Độ sẽ được hoàn toàn nên trọn.”

*Thánh Elizabeth Seton*

Đức ái chân thật là luôn luôn lấy lành báo oán.

*Thánh Mary Maoñarello*

Chỉ có thể tìm được hạnh phúc trong ngôi nhà nào mà Thiên Chúa được yêu mến và tôn vinh; mỗi người đều yêu thương, giúp đỡ và chăm sóc người khác.

*Thánh Theophane Venard*

Nếu như Lời Chúa... được một linh mục sôi trào ngọn lửa yêu mến Thiên Chúa và đồng loại công bố, thì Lời ấy sẽ đả thương tật xấu, tiêu diệt tội lỗi, hoán cải tội nhân và thực hiện các phép lạ.

*Thánh Anthony Mary Claret*

Trở nên mọi sự cho mọi người.

*Đầy tớ Chúa Mary Teresa Bonzei*

Đức ái tha nhân gồm ba điều:

- ước muốn điều tốt hơn cho mọi người;
- thực hiện điều tốt khi có thể;
- chịu đựng, bênh vực và bao che sai lỗi của tha nhân.

*Thánh Gioan Vianney*

Người ta có thể sống bên cạnh nhau nhưng trí lòng xa cách nhau, thì chúng ta cũng có thể sống xa nhau về mặt thể lý, nhưng trí lòng lại hợp nhất gắn bó với nhau. Hỡi cha thân yêu, đó là điều chúng ta đang cảm nghiệm.

Trích bức thư gửi cho mẹ nhân dịp chân phúc trở lại tu viện:

“Khi từ giã mẹ, ước vọng của con là được trở nên cửa thiên đàng cho mỗi người trong gia đình.”

*Chân phúc Eugénie Smet*

Anh em không thể làm được gì cho các trẻ bao lâu anh em chưa thu phục được niềm tin và tình cảm của chúng, bằng cách đưa chúng đến chỗ tiếp xúc với anh em, sau khi dẹp bỏ mọi ngãng trở ngăn cách chúng với anh em.

*Thánh Gioan Bosco*

Chúng ta sinh ra để yêu, chúng ta sống để yêu, và chúng ta sẽ chết để yêu nhiều hơn nữa.

*Thánh Joseph Cafasso*

Yêu mến Thánh Tâm Chúa mà thiếu có tinh thần hy sinh là một ảo tưởng rỗng tuếch.

*Chân phúc Maria Droste zu Vischering*

Tâm hồn của người tín hữu, người tin tưởng và cảm nghiệm, không thể nào đi qua những người nghèo khó trong cảnh cùng quẫn và túng thiếu mà không

giúp đỡ.

*Chân phúc Louis Guanella*

Càng yêu mến Thiên Chúa, chúng ta càng muốn yêu mến Người hơn nữa.

*Thánh Joaquina*

Xin cho con một trái tim lớn rộng như vũ trụ.

*Thánh Frances Cabrini*

Về những anh chị đã qua đời của thánh nữ: “Bốn linh hồn trong trắng đã sớm về thiên đàng ấy nhất định sẽ cảm thương đứa em gái còn phải chịu thử thách đau đớn trên dương thế này.... Sự nhận thức quý báu ấy đã ngập tràn linh hồn tôi từ lâu và tôi đã biết có những người yêu thương tôi đang ở trên thiên đàng.”

*Thánh Thérèse Lisieux*

Bốn phận làm vợ và làm mẹ chẳng hề ngừng trở đời sống thiêng liêng của tôi... Tôi rất hạnh phúc với người chồng của tôi.

Tôi thường thấy chồng tôi, một người đàn ông tuyệt vời, sớm sửa trở về nhà và gặp được ở đây mọi sự mà không phải tìm kiếm những giải trí ở nơi đâu khác... Tôi dành cho chồng tôi rất nhiều quan tâm. Mỗi khi đến dịp sinh nhật của chồng tôi, tôi tặng anh ấy mười tám hoặc hai mươi món quà... Chồng tôi lúc nào cũng cư xử rất tế nhị với tôi. Tất cả những gì tôi làm cho anh ấy chẳng là gì so với những gì anh ấy thực sự xứng đáng. Chồng tôi giúp tôi cho con cái lên giường và ru chúng ngủ. Mái nhà và con cái là tất cả niềm hạnh phúc của anh ấy.

Tôi muốn mang trong tâm hồn tôi Đức Thánh Cha, người gánh vác tất cả gánh nặng của Giáo Hội, các đức hồng y, các tổng giám mục, các giám mục, các cha sở, các linh mục, các chủng sinh đang chao đảo và phấn đấu vì ơn gọi của họ... Tôi sẽ hiến dâng cuộc đời trần gian của tôi cho các vị ấy, và tôi sẽ dùng trọn thời gian của tôi trên thiên đàng để phục vụ họ vì tình yêu của Chúa.

*Đầy tớ Chúa Concepción Cabrera de Armida*

Người phụ nữ có thể hoàn tất sứ mạng làm mẹ của mình theo ba cách khác nhau:

- trong hôn nhân;
- theo đuổi một sự nghiệp coi trọng sự phát triển của nhân loại;
- và dưới tấm lúp như một hiền thê của Chúa Kitô.

*Chân phúc Theresia Benedicta (Edith Stein)*

Anh em đừng ngại gọi Chúa bằng thánh danh của Người là Giêsu, và hãy thưa Người rằng anh em yêu mến Người.

*Thánh José Escriva*

# NGUỘI LẠNH đến SỐT SẼNG

Chúa phán: “Ta sẽ mưa ra khỏi miệng Ta những kẻ ương ương dở dở” (Kh 3:16). Đây là một trong những câu mạnh mẽ nhất của Thánh Kinh. Chúng ta được cảnh báo đừng sa vào tình trạng nguội lạnh và chiều theo sự dung hòa dễ dãi, vì chúng ta là những chứng nhân đức tin và phải đem đức tin vào cuộc sống.

Bao nhiêu lần các bạn trẻ Công Giáo đã bước tập được thói quen tham dự thánh lễ Chúa Nhật và làm các việc đạo đức đơn sơ thường nhật, nhưng chỉ sau một vài năm, những sự dung hòa với trần thế có thể đã xảy đến và đời sống nội tâm của họ bắt đầu trở nên nguội lạnh.

Bằng cuộc sống tận hiến tận tuyệt của các ngài dành cho Chúa Giêsu, các vị thánh, nhất là các vị tử đạo, những con người đã sẵn sàng hy sinh mạng sống vì Phúc Âm, đang thôi thúc chúng ta sống hăng say.

Thật hạnh phúc cho chúng ta biết bao nếu như chúng ta cũng biết cam chịu khổ nhục để chiếm lấy nước trời và làm hài lòng Thiên Chúa giống như những người thế gian vẫn làm để thu tích của cải đời này.... Họ liều thân với bọn trộm cướp. Giữa biển khơi, họ dám xông pha với phong ba bão tố; họ chịu đắm tàu và mọi hiểm nguy; họ thử tất cả, dám tất cả, liều tất cả; còn chúng ta, khi phụng vụ một Tôn Sư rất mực tốt lành, chúng ta lại sợ hãi đủ mọi chống đối.

*Thánh Syncretia*

Anh em sẽ không bao giờ tìm thấy một ai thực tâm phấn đấu vươn lên mà lại bỏ bê việc đọc sách thiêng liêng. Người nào thờ ơ với việc ấy, thực trạng sẽ hiện

rõ ngay trong cuộc sống của họ.

*Thánh Athanasius*

Linh hồn tốt lành là linh hồn yêu mến Thiên Chúa, thực sự hiểu biết Người và thao thức muốn hiến thân làm mọi sự, không trừ một điều nào, để làm đẹp lòng Người. Nhưng những con người như thế thật hiếm có.

*Thánh Anthony Cả*

Ơn Thiên Chúa định ban cho những người có lòng khát khao không phải là ơn tầm thường; những nỗ lực nửa vời sẽ chẳng bao giờ đưa đến mục tiêu. Tặng ân Thiên Chúa sắp sửa ban cho họ không phải là các tạo vật, nhưng là chính mình Người... Anh em hãy làm việc cật lực, hãy giữ lấy Thiên Chúa; hãy khát khao những gì anh em sắp sửa có được trong cõi đời đời.

*Thánh Augustine*

Tôi mang nợ rất nhiều đối với Thiên Chúa, Đấng đã ban cho tôi hồng ân trọng đại, đến độ nhiều người sẽ nhờ tôi mà được trở về với Thiên Chúa, và sau đó sẽ nên kiên cường, các giáo sĩ sẽ được thụ phong khắp nơi, để từ đó phát sinh một dân tộc biết suy phục đức tin.

*Thánh Patrick*

Khi nghĩ về các thánh, tôi cảm thấy lòng mình bốc lửa khát khao.

Nhiệt thành mà thiếu tri thức thường rất nguy hiểm, luôn dẫn đến sự luống công và kém hiệu quả so với một lòng nhiệt thành được điều hướng.

*Thánh Bernard*

Anh em hãy thánh hóa bản thân rồi anh em sẽ thánh hóa được xã hội.

*Thánh Francis Assisi*

Bao lâu còn ở chốn khách đầy này, bấy lâu tâm hồn con người còn lệch lạc và xu hướng về đàng tội, biếng nhác và yếu nhược trong nhân đức. Vì thế, chúng ta cần được khích lệ và kích động, để người này được người kia giúp đỡ và lòng sốt

sáng trong đức ái nước trời khơi lên ngọn lửa mà tính bất cẩn và sự nguội lạnh hằng ngày của chúng ta dường như làm lịm tắt trong tâm hồn.

*Chân phúc Jordan Saxony*

Không tiến bước trên đường đến với Thiên Chúa tức là đi lùi.

Đời sống hôn nhân hoàn hảo là sự hiến thân tinh thần của cha mẹ vì lợi ích của con cái.

*Thánh Thomas Aquinas*

Chúng ta càng chiều chuộng bản thân trong cách sống ẻo lả và cung phụng thân xác, thì nó càng nổi loạn chống lại linh hồn.

*Thánh Rita Cascia*

Cấp độ nhiệt thành trong việc vươn lên chiều kích Chúa Kitô chứng tỏ một người vẫn còn ấu trĩ hoặc đã hoàn thiện trong thế giới hiện tại và thế giới mai sau.

*Thánh Gregory Sinai*

Vì phần rỗi các linh hồn... hãy nhiệt thành yêu thương đồng loại đến mức sẵn lòng hy sinh mạng sống thân xác cả ngàn lần nếu có thể, hãy cam chịu đau đớn và khổ cực để đồng loại được tiếp nhận sự sống ân sủng, và hãy trao tặng của cải đời này để mưu ích và cứu trợ thân xác họ.

*Thánh Catherine Siena*

Thiên Chúa không gọi các tội tớ của Người vào một đời sống nguội lạnh, tầm thường, nhưng đến đỉnh trọn lành thánh thiện.

*Chân phúc Henry Suso*

Giả như được nhìn thấy phần thưởng đời sau dành cho nhân đức, người ta sẽ không còn để tâm trí, trí nhớ và ý chí của họ vào một sự nào khác ngoài các việc lành, bất chấp hiểm nguy và mệt nhọc.

Giả như có thể đổ hết máu mình ra cho người ấy uống để giúp họ hiểu biết chân lý [Thiên Chúa yêu thương họ], thì tôi cũng sẵn lòng. Tôi không thể đành



tâm nhìn thấy con người ấy được tạo dựng tốt đẹp dường ấy là lại phải hư đi vì những điều quá nhỏ mọn.

*Thánh Catherine Genoa*

Hãy làm ngay bây giờ, hãy làm ngay lúc này những gì các bạn, vào giờ lâm chung, muốn thấy đã được hoàn tất.

*Thánh Angela Merici*

Nhờ lòng nhân lành và thương xót của Thiên Chúa, ơn gọi và tình thương của chúng tôi dành cho các thổ dân [da đỏ ở Canada] chưa bao giờ giảm sút. Tôi cứu mang họ tất cả trong lòng và rất dịu dàng, bằng những lời cầu nguyện, cố giành lấy họ về cho nước trời. Trong tâm hồn, lúc nào tôi cũng muốn hy sinh mạng sống mình vì phần rỗi của họ – ước gì tôi xứng đáng được như thế – và hiến thân như một của lễ toàn thiêu liên lí lên Uy Linh Thiên Chúa vì sự toàn an cho những linh hồn đáng thương ấy.

*Chân phúc Marie Nhật Thế*

Anh em đừng bao giờ nói với Chúa: “Đủ rồi”; nhưng chỉ nên thưa: “Con đang sẵn sàng.”

*Chân phúc Sebastian Valfrè*

Hằng ngày, các thành phố dường như không thể thất thủ đã bị đánh chiếm, nhiều người đang băng vào những vùng biển chưa từng được biết đến... Các khoa học gia gắng sức đạt đến những thành tựu mà suốt ba ngàn năm qua bao người tốn công vẫn không sao đạt được – thế mà chúng ta lại ngụy biện rằng chúng ta không thể trở thành những vị thánh, mặc dù hằng ngày chúng ta vẫn cử hành lễ kính các vị đã đạt đến đỉnh cao thánh thiện.

Ta phải làm đẹp lòng Thiên Chúa bằng bất cứ giá nào.

*Chân phúc Claude de la Colombière*

Một linh hồn công chính có thể xin được ơn tha thứ cho cả ngàn tội nhân.

*Thánh Margaret Mary Alacoque*

Khi khởi đầu sứ mạng phục vụ các thổ dân da đỏ tại California:

Ước gì tôi có thể chuyển đến [gia đình của tôi] niềm vui lớn lao đang đầy ắp tâm hồn tôi. Giả như tôi có thể làm được điều ấy, thì nhất định lúc nào họ cũng khích lệ tôi tiến lên và đừng bao giờ lùi bước. Họ hãy nhớ rằng sứ mệnh tông đồ rao giảng, nhất là bằng thực tế hành động, chính là ơn gọi đặc tuyển cao quý nhất mà họ có thể mong ước cho tôi.

*Chân phúc Junipero Serra*

Giải thoát một con người bị cầm giữ trong tay bọn man di là một hành vi cao quý, nhưng việc giải thoát một linh hồn khỏi cảnh nô lệ Satan còn cao quý hơn việc giải phóng tất cả mọi người đang trong cảnh nô lệ phần xác.

*Thánh Gioan Eudes*

Bạn hãy dốc lòng nên thánh.

*Thánh Mary Maoñarello*

Tôi hết lòng khát khao nên thánh, để rồi có thể làm cho người khác cũng nên thánh, và nhờ đó mà đem lại vinh quang cho Thiên Chúa.

*Thánh Phêrô Julian Eymard*

Xin ban cho con linh hồn [những đứa trẻ mà con dạy] Chúa muốn.

*Chân phúc Marie Rose Durocher*

Tôi cảm thấy một khát vọng và nhu cầu phải trở nên một vị thánh. Trước kia, tôi không nghĩ điều ấy dễ dàng như vậy, nhưng giờ đây, tôi thấy người ta có thể nên thánh mà vẫn hạnh phúc. Đơn giản là tôi cảm thấy mình phải trở nên một vị thánh.

*Thánh Dominic Savio*

Ước chi tôi có thể yêu mến không miễn cưỡng... không mức độ... không cùng tận.

*Đáng đáng kính Pauline-Marie Jaricot*

Phúc cho ai sốt sắng khát khao sự thánh thiện, vì họ sẽ được toại nguyện.

*Thánh Vincent Pallotti*

Chúng ta đừng bao giờ quên mất điều này: chúng ta sẽ là những vị thánh hoặc là những kẻ bị loại bỏ; chúng ta phải sống vì nước trời hoặc sống vì hỏa ngục. Không có con đường trung lập.

Anh em thuộc trọn về thế gian hoặc thuộc trọn về Thiên Chúa.

Giả như người ta cũng làm được cho Thiên Chúa những gì họ đã làm cho thế gian, thì số các tín hữu lên thiên đàng sẽ đông đảo biết mấy.

*Thánh Gioan Vianney*

Đó là một kiểu giao dịch, anh em thấy đó. Tôi xin Thiên Chúa các linh hồn; và trả cho Người bằng cách khước từ mọi sự khác.

*Thánh Gioan Bosco*

Chúng ta hãy hết lòng mong ước cho mọi người được sống trong tình trạng ơn thánh! Nói một cách khác, chúng ta hãy khát khao nhìn thấy có bao nhiêu linh hồn trên thế giới thì có bấy nhiêu nhà tạm sống động, có bấy nhiêu thân xác và linh hồn thấm nhuần tinh thần Chúa Giêsu. Chúng ta hãy hết lòng ước ao nhìn thấy các linh hồn trong tình trạng ơn thánh thực hiện mọi công việc thánh thiện.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Chúng ta không thể làm thánh nửa vời. Chúng ta phải là thánh trọn vẹn hoặc là không thánh chút nào cả.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Giáo Hội và thế giới cần một lễ Linh Giáng mới, một lễ Linh Giáng thứ hai, một lễ Linh Giáng linh mục, một lễ Linh Giáng nội tâm.

*Đầy tớ Chúa Concepción Cabrera de Armida*

Để yêu mến Thiên Chúa nhân lành, không cần phải được ăn học thành đạt hoặc phải qua nhiều năm ở đại học. Muốn yêu mến một cách quảng đại là đủ rồi.

*Chân phúc André tu sĩ*

Bằng đời sống tông đồ của mình, anh em hãy làm sạch vết nhơ bẩn và trơn trượt do những kẻ hư đốn gieo rắc sự căm hận để lại. Và anh em hãy thắp sáng tất cả những nẻo đường trần gian bằng ngọn lửa Chúa Kitô mà anh em đang mang trong tâm hồn.

*Thánh José Escriva*

# NÔ LỆ đến GIẢI PHÓNG

Giải phóng là hai chữ “đầu lưỡi” của các xu hướng chính trị ngày nay – xin đan cử hai thí dụ là phong trào Thần Học Giải Phóng và phong trào Giải Phóng Phụ Nữ. Một số cương lĩnh của hai phong trào ấy quả thật rất chính trực và đáng được ủng hộ. Tuy nhiên, chúng ta không thể ủng hộ quan điểm toàn diện của các phong trào ấy, tức là lập trường cho rằng bằng mọi giá, nếu cải thiện được các điều kiện trần thế thì nhất định sẽ đi đến chỗ tự do tinh thần trường cửu.

Các thánh có một cái nhìn khác hẳn về vấn đề này. Sự giải phóng đích thực bắt nguồn từ việc lãnh nhận ơn cứu độ do Chúa Giêsu Kitô thực hiện, và sau đó là việc sống trong đức ái. Trên bình diện thiêng liêng, giải phóng không đến từ việc áp dụng những kỹ thuật cầu nguyện đặc thù, nhưng từ việc loại bỏ tất cả những gì ngăn trở chúng ta tuân theo thánh ý Thiên Chúa. Quả vậy, làm sao chúng ta có thể đáp lại tiếng Chúa nếu chúng ta chỉ trao một tay cho Người còn tay kia thì bám chặt lấy một nhu cầu nào đó mà chúng ta cho là quan trọng tương tự hoặc thậm chí còn hơn cả Thiên Chúa?

Chúng ta hãy nhớ lại trường hợp thánh nữ Mary Magdalene, người đã đánh đổi cuộc đời làm nô lệ cho nhục dục để đón nhận nhiệt tâm say mê Chúa Giêsu? Hoặc niềm vui của chân phúc Junipero Serra khi ngài được miễn chức các trách vụ lớp học để có thể đi theo tiếng gọi nội tâm, đến với những khu truyền giáo của dòng thánh Phanxicô tại Mexico và California! Và niềm vui của các thánh nữ thuộc giới thượng lưu trong xã hội như thánh Frances Roma, người

đã từ bỏ mọi sang trọng và hào nhoáng của thế gian để chuyên lo phục vụ những người nghèo khó.

Người nào ước ao một sự gì đến mức tôn thờ nó, thì đối với họ, nó là một vị thần. Một vết xấu trong tâm hồn là một ngấu tượng trên bàn thờ.

Những cuộc chay tịnh lâu ngày đến vô lý của nhiều người làm tôi khó chịu, vì theo kinh nghiệm, tôi biết rằng con lừa khi chịu quá nhiều mệt nhọc trên đường thì bất cứ giá nào nó cũng đòi phải nghỉ ngơi. Trên con đường dài, sức lực cần phải được nâng đỡ.

*Thánh Jerome*

Chỉ những ai không còn màng gì về trang phục và đến gần Chúa mới trở thành một môn đệ đích thực của Người và một giảng giả về giáo lý hoàn hảo.

*Thánh Mark khổ tu*

Anh em đừng coi những kẻ nhờ địa vị mà được tự do là những con người tự do, vì chỉ những ai có tự do trong cuộc sống và tâm hồn mới đích thực là con người tự do. Thí dụ, ta không nên gọi những kẻ ham việc và giàu sang nhưng sống trụy lạc và vô độ là những người tự do, vì những kẻ ấy là những nô lệ cho các đam mê nhục dục. Tự do và hồng phúc của linh hồn là kết quả của lòng thanh sạch thực sự và lòng khinh chê của cải trần gian.

*Thánh Anthony Cả*

Linh hồn là người sử dụng, thân xác là để sử dụng; vì thế cái này là chủ, cái kia là đầy tớ.

*Thánh Ambrose*

Nếu muốn biết mình có chiều theo đam mê ăn uống hay không, anh em có thể áp dụng cách này. Nếu như của ăn chiếm đoạt tâm tư của anh em (đến độ không thể chống lại), thì anh em là kẻ tham ăn. Nếu anh em không bị nó chiếm đoạt và anh em thảnh thơi dùng mọi của ăn tùy mức thân xác anh em cần thiết, thì anh em không phải là kẻ tham ăn.... Thiên Chúa Toàn Năng đã đặt sự ngon

lành vào mọi cửa ăn, hễ ai lành nhận điều ấy với lòng biết ơn thì không hại gì. Nhưng luôn phải tránh lánh sự dính bén thái quá, vì nó làm hại linh hồn.

*Thánh Barsanuphius*

Nếu sự gì đã hợp nhất sâu xa với tâm hồn anh em, thì anh em không nên coi nó như sở hữu của mình ở đời này mà thôi, mà hãy tin rằng nó sẽ theo anh em về đời sau. Nếu đó là điều tốt, anh em hãy vui mừng, và trong tâm trí, anh em hãy tạ ơn Thiên Chúa; còn nếu đó là điều xấu, anh em hãy buồn sầu thở than, và hãy gắng gỡ mình ra khỏi nó trong khi anh em vẫn còn trong thân xác.

*Thánh Isaak Syria*

Như đất được ném vào lò thì dập tắt ngọn lửa trong đó thế nào, thì những lo toan trần thế và mọi thứ dính bén, dù nhỏ mọn và vô nghĩa đến đâu, cũng hủy diệt nhiệt tâm ban đầu trong tâm hồn như vậy.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Lời nhắn cho con: “Mẹ thà thấy con chết ngay dưới chân mẹ còn hơn thấy con ra ô nơ vì một tội trọng.”

*Chân phúc Queen Blanche (nước Pháp)*

Thiên Chúa không muốn cắt đi niềm hoan lạc khỏi chúng ta; nhưng muốn ban cho chúng ta niềm hoan lạc trọn vẹn; tức là tất cả sự hoan lạc... Hỏi còn hoan lạc nào lớn lao hơn là thấy mình đúng là con người mình phải đạt đến, và trọn vẹn là con người mình phải trở thành?... Không gì có thể tạo nên hoan lạc trừ những điều hợp với các sự sâu nhiệm nhất của bản tính thần linh.

*Chân phúc Henry Suso*

Giả như biển cả là thực phẩm của tình yêu, thì không một ai, dù nam hay nữ, mà lại không đến và lao mình xuống đó, và nếu như đang sống xa biển, thì họ sẽ chẳng còn tưởng nghĩ gì khác ngoài việc muốn đến đó để được đắm mình trong biển. Tình yêu [Thiên Chúa] tràn đầy hoan lạc – nếu đem sánh với nó, bất kỳ niềm vui nào cũng đều kém cõi. Nó làm cho con người giàu sang đến độ mọi sự

khác đều trở nên thứ bần tiện. Nó làm cho con người nhẹ tâng đến mức hầu như không cảm thấy mặt đất dưới chân. Tâm hồn họ gắn chặt với thượng giới đến độ không còn cảm thấy sự trì trọng trần gian. Họ là con người tự do nhất bởi vì lúc nào cũng được thanh thản với Thiên Chúa.

*Thánh Catherine Genoa*

Mọi tạo vật trên trần gian sẽ nâng tâm hồn chúng ta lên cùng Thiên Chúa nếu như chúng ta nhìn chúng bằng một con mắt ngay lành.

*Thánh Felix Cantalice*

Một con chim có thể bị giữ lại bằng một sợi xích hoặc một sợi chỉ, đàn nào nó cũng vẫn không bay lên được.

*Thánh Gioan Thánh Giá*

Ta đừng bao giờ nên khước từ thân xác những gì nó đáng được, để nó cũng không ngăn cản những gì linh hồn đáng được.

Tôi đã làm một giao kèo với thân xác; nó hứa sẽ chấp nhận sự đối xử khắc khe của tôi trên trần gian này, còn tôi thì hứa nó sẽ được lãnh nhận sự an nhàn muôn đời trên thiên đàng.

*Thánh Phêrô Alcantara*

Nói chung, cho thân xác hơi nhiều của ăn một chút vẫn hơn là cho quá ít.

*Thánh Philip Neri*

Linh hồn nên đối xử với thân xác như đứa con của mình, sửa sai nó nhưng đừng làm nó đau đớn.

Mặc dù chơi đùa, múa hát, trang điểm, xem kịch tuồng đứng đắn và mừng lễ hội là điều hợp pháp; tuy nhiên, mê thích những sự ấy là đối nghịch với lòng sùng mộ, hết sức tai hại và nguy hiểm.

*Thánh Francis de Sales*

Ý chí của tôi đã hoàn toàn xúc động và giờ đây được đắm đuối trong cuộc kết hợp toàn diện kéo dài đến cuối giờ cầu nguyện. Chủ đề nguyện gẫm của tôi:



vì Thiên Chúa là tình yêu, nên tôi phải là tình yêu trọn vẹn trong cuộc kết hợp này; vì Thiên Chúa là lửa, nên tôi phải được thiêu đốt trong Người và trở nên lửa giống như Người; vì tình yêu là mối liên kết hoàn hảo, nên tôi không còn ước ao mối liên kết nào khác... Sau những giờ phút ngắt ngây ấy, tôi thấy mình trong một tình trạng siêu thoát với mọi thụ tạo và hoàn toàn gắn bó với Đấng Tình Quân thiên đàng của tôi ở khắp nơi và trong mọi lúc... nếu như Chúa muốn tôi đi đến tận cùng trái đất, thì nơi đó trở thành quê hương của tôi: bởi vì Chúa ở khắp nơi, nên chỗ nào đối với tôi cũng đều như nhau.

*Chân phúc Marie Nhập Thể*

Tại sao người ta lại sẵn lòng chịu khổ đến thế chỉ để làm vui lòng một con người? Quý chuộng người đời hơn Thiên Chúa, đó là tình trạng nô lệ kỳ quặc và khốn khổ của một người gắng làm hài lòng thiên hạ... [Tôi thề] không bao giờ sẽ làm một điều gì hoặc bỏ dở một việc gì chỉ vì dư luận... Điều này sẽ tạo lập một niềm bình an nội tâm lớn lao trong tôi.

*Chân phúc Claude de la Colombière*

Giữa xã hội và trong những cuộc vui, Người đã bắn những mũi tên lửa làm xuyên thấu và đốt cháy trái tim của tôi... và nỗi đau tôi cảm nghiệm làm cho tôi cảm thấy hoàn toàn bị chinh phục... Tôi cảm thấy như bị ràng buộc và kéo đi bằng những sợi dây thừng chắc chắn đến mức cuối cùng, tôi buộc phải bước theo Đấng đã gọi tôi vào nơi kín nhiệm.

Vài năm sau đó, khi thánh nữ rời gia đình để vào dòng:

Tôi cảm thấy như một người nô lệ được giải thoát khỏi lao tù và xiềng xích để bước vào mái nhà của người yêu... để vui mừng, hoàn toàn tự do, với sự hiện diện, của cải, và tình yêu của người mình yêu dấu.

*Thánh Margaret Mary Alacoque*

Về cái chết của đứa con thân yêu của thánh nữ: “Thật là quá ích kỷ nếu chúng tôi ước mong những đau đớn khôn tả của đứa trẻ phải kéo dài thêm và

hạnh phúc bảo đảm của nó bị trì hoãn vì chúng tôi được sở hữu nó lâu hơn nữa... mặc dù trong đứa trẻ, tôi đã mất đi người bạn nhỏ của tâm hồn tôi.”

*Thánh Elizabeth Seton*

Tất cả của cải sang giàu trên trần gian không thể sánh được với niềm hạnh phúc được chung sống hợp nhất.

*Thánh Margaret Youville*

Không phải lý trí, nhưng là Thiên Chúa;  
Không phải ý chí, nhưng là Thiên Chúa;  
Không phải linh hồn, nhưng là Thiên Chúa;  
Không phải vị giác, nhưng là Thiên Chúa;...  
Không phải xúc giác, nhưng là Thiên Chúa;  
Không phải tâm hồn, nhưng là Thiên Chúa;  
Không phải thân xác, nhưng là Thiên Chúa;...  
Không phải của ăn thức uống; nhưng là Thiên Chúa;  
Không phải trang phục, nhưng là Thiên Chúa;  
Không phải nghỉ ngơi trên giường, nhưng là Thiên Chúa;...  
Không phải của cải, nhưng là Thiên Chúa;  
Không phải tiếng tăm, nhưng là Thiên Chúa...  
Thiên Chúa trong mọi sự và mãi mãi.

*Thánh Vincent Pallotti*

Trong tu viện, chúng tôi chẳng có giày giớ, chúng tôi sẽ coi thử mình có thể đứng được không. Hãy biết chắc rằng một đàn, chúng tôi không muốn chiều chuộng ai, nhưng đàn khác, chúng tôi cũng không muốn giết chết ai cả.

*Đáng đáng kính Mary Magdalen Bentivoglio*

Hãy cười, hãy chơi, và hãy chạy nhảy bao nhiêu tùy thích, chỉ xin lưu ý là đừng nói hoặc làm điều gì mất lòng Thiên Chúa.

*Thánh Mary Maoãarello*

Có lần đang lúc chơi đùa vui vẻ với các đồng bạn, [một vị thánh kia] được hỏi ngài sẽ làm gì nếu như thiên thần báo cho biết ngài sẽ chết và phải ra trước tòa Chúa phán xét trong vòng một khắc đồng hồ nữa. Vị thánh trả lời ngài sẽ tiếp tục chơi đùa, vì ngài biết chắc những trò chơi ấy làm đẹp lòng Thiên Chúa.

*Thánh Gioan Bosco*

Bạn biết tôi có những đam mê mạnh mẽ chừng nào, tôi cần kiểm soát trí tưởng tượng và tất cả những gì từ đó mà ra... Hãy xin cho tôi... biết quên hết mọi tạo vật và bản thân tôi, con người khốn cùng của tôi ở đâu cũng tìm mình... Bên ngoài, tôi có vẻ an nhàn, nhưng bên trong, một cơn giông tố kinh hãi đang nổi lên trong linh hồn tôi và tôi chỉ có thể thưa lên: “lạy Chúa, xin cứu con kéo con chết mất.”

*Chân phúc Eugénie Smet*

Hãy tự chăm sóc bản thân... Hãy ăn uống cho ngon lành. Thiên Chúa không muốn các bạn tình của Người có vóc dáng như thể Người đã lấy những con thạch sùng mà nuôi họ.

*Chân phúc Rafaela Maria*

Thế gian đã cố chinh phục tôi... Tôi nhớ lại mình thỉnh thoảng đã lần dở những tạp chí thời trang, và nỗi ân hận đã tràn ngập linh hồn tôi cho đến ngày Chúa bảo tôi đừng xem chúng nữa.

*Đầy tớ Chúa Concepción Cabrera de Armida*

Trái tim anh em bị chao đảo và anh em bám chặt vào sự đỡ nâng của trần gian. Rất tốt; nhưng cẩn thận kéo cái mà anh em đang bám riết để khỏi bị ngã ấy trở nên một gánh nặng chết chóc kéo ghì anh em xuống, một sợi xích trói anh em vào cảnh nô lệ.

*Thánh José Escriva*

# KIÊU CĂNG đến KHIÊM NHƯỢNG

Trong lời kinh Magnificat, Đức Maria đã tuyên xưng: “Chúa đã ra oai sức mạnh cánh tay Người, làm cho tan tác lũ kiêu căng lòng trí.” Các thánh dạy cho chúng ta biết rằng khiêm nhượng không phải là hiền lành nhu nhược, nhưng là sự nhận thức chân lý. Thiên Chúa là tất cả, còn chúng ta là những thụ tạo tùy thuộc, nhỏ hèn, nhưng lại tuyệt vời, vì chúng ta là con cái của một Thiên Chúa đầy yêu thương. Tính kiêu ngạo dưới lớp vỏ háo danh, hợm hĩnh, hoặc tự cao tự đại như ma quỷ, là một thói xấu. Nó đánh lừa, dụ dỗ chúng ta làm một việc bất khả là gắng sức trở nên những thần minh. Thái độ đó làm chúng ta xa lìa Thiên Chúa là Đấng muốn cứu độ chúng ta.

Sau đây là một số thí dụ chúng ta thường gặp trong đời sống hiện tại. Một người chỉ là nhân công hạng quèn tại công sở, nhưng khi về đến nhà lại đóng vai “Hitler tại gia,” đêm nào cũng quát tháo và đánh đập vợ con. Một nữ giáo sư đại học, hậm hực vì phải bấm bụng chịu nhục hồi còn đi học để chiều theo quan điểm của người khác, giờ đây thích đưa ra những ý tưởng bất mãn làm chấn động các sinh viên.

Các thánh thật đáng thán phục trong thái độ vui lòng đón nhận xỉ nhục và không chút kiêu căng. Thánh Gioan Thánh Giá, một thiên tài trí thức và là nhà cải tổ, đã chịu các tu sĩ phản đối quyền lãnh đạo của ngài đánh đập và chịu giam cầm trong một tu viện. Trong thời gian ấy, thánh nhân đã sáng tác những vần thơ tuyệt vời về cuộc kết hợp đầy hoan lạc với Chúa Kitô. Là người có công sáng

lập dòng, nhưng thánh nữ Raphaela lại bị một nữ tu ganh ghét và bắt chuyển đến một tu viện xa xôi. Nơi đó, ngài không được giới thiệu là người lãnh đạo, nhưng như một người giúp việc. Thánh nữ Germaine de Pibrac bị người cha dượng buộc phải sống trong chuồng súc vật. Các thánh vừa kể trên đây và nhiều vị khác đã không ngừng lấy đức ái kiên nhẫn để vượt qua tất cả các trở ngại của các ngài.

Khi đọc Thánh Kinh, những người khiêm nhường và tích cực trên phương diện thiêng liêng sẽ áp dụng mọi lời vào bản thân họ, chứ không phải vào người khác.

*Thánh Mark khổ tu*

Một người thực sự vĩ đại không chỉ ngang tầm với những điều vĩ đại, mà họ còn dùng khả năng của mình để làm cho những điều bé nhỏ trở nên vĩ đại.

*Thánh Basil*

Đức khiêm nhường có thể nâng cao tâm hồn một cách lạ thường.

Ước muốn danh giá cám dỗ cả những tâm trí cao thượng.

*Thánh Augustine*

Trong bài ca ngợi người chị của thánh nhân:

[Thánh Gorgonia] không bao giờ trang sức bằng vàng hoặc... bằng những lọn tóc uốn.... Trang phục của ngài không đắt giá, lượt là, không có những hạt ngọc rực rỡ và xinh đẹp.... Tuy vẫn biết các thứ đồ trang điểm trưng diện của phụ nữ, nhưng ngài đã ý thức rằng không có gì quý báu hơn tâm tính và vẻ đẹp nội tâm.

*Thánh Gregory Nazianzen*

Tôi như một hòn đá nằm sâu dưới vũng sinh lầy; Đấng toàn năng đã đến, và với lòng thương xót, Người đã đưa tôi lên, nâng tôi lên cao thực sự và đặt tôi trên chóp bức tường.

*Thánh Patrick*

Khi một con người đầy ắp kiêu căng, thì thiên thần bản mệnh là đấng ở bên cạnh để khuyên nhủ họ quan tâm đến đường nẻo chính trực sẽ bỏ họ mà đi. Khi người ấy đã xúc phạm đến vị thiên thần và ngài đã bỏ họ mà đi rồi, thì một kẻ lạ (thần tối tăm) sẽ mon men đến gần, và từ đó, người ấy sẽ chẳng quan tâm đến đường nẻo chính trực nữa.

Người khiêm nhượng không bao giờ hấp tấp, bộp chộp hoặc xôn xao. Họ chẳng bao giờ có những tư tưởng nóng nảy hoặc thiếu nghiêm túc, nhưng luôn luôn điềm tĩnh. Không gì có thể làm cho họ kinh động, xao xuyến hoặc hoảng hốt, vì họ không sợ hãi cũng không thay đổi trong thử thách; không ngạc nhiên cũng không phớt lờ trong vui tươi. Tất cả hoan lạc và niềm vui của họ gồm trong những gì đẹp lòng Thiên Chúa.

*Thánh Isaak Syria*

Ngay cả khi không có quyền lực trong tay, tâm trí con người vẫn hướng chiều về sự kiêu căng; thế thì khi có quyền lực nâng đỡ, họ còn tự đại đến đâu nữa.

*Thánh Gregory Cả*

Thiếu khiêm nhượng, không thể nào có lòng kính sợ Thiên Chúa, lòng nhân ái, đức tin, đức tự chủ, hoặc bất kỳ một nhân đức nào khác... Nếu đau khổ xảy đến cho một người khiêm nhượng, họ lập tức nhận mình đáng chịu, không trách cứ hoặc đổ lỗi cho người khác. Như thế, họ điềm tĩnh cam chịu mọi điều xảy đến mà không xao động, không bứt rứt; và vì vậy, họ không bị ai tức giận mà cũng chẳng giận tức ai.

*Thánh Abba Dorotheus*

Khiêm nhượng là nhân đức độc nhất mà quỷ không thể bắt chước được. Nếu như tính kiêu ngạo đã biến các thiên thần trở nên ma quỷ, thì đức khiêm nhượng ắt hẳn cũng có thể biến các ma quỷ trở nên thiên thần.

Trong sự quan phòng khôn thấu, Thiên Chúa đã sắp định cho một số người

được lãnh nhận phần thưởng vì khó nhọc của họ ngay trước khi bắt tay vào việc; một số nữa thì được trong khi đang làm việc; một số khác thì được sau khi công việc đã hoàn tất; và một số khác nữa thì được vào giờ chết. Vậy độc giả hãy tự vấn xem mình thuộc loại nào để sống khiêm nhường hơn nữa.

*Thánh Gioan Climacus*

Người háo danh cảm thấy khó chịu khi thấy người khiêm nhường chảy nước mắt nài xin được lòng thương xót của Thiên Chúa và khơi dậy lời cảm ơn tự phát nơi người khác.

Như ngọn lửa lúc nào cũng bốc lên, nhất là khi chất đốt được khêu cời và lật đảo, thì tâm hồn kẻ háo danh cũng không thể nào hạ mình xuống được. Khi anh em nói điều tốt về họ, thì tâm hồn họ càng lúc càng hứng chí; nếu bị tố cáo và quở trách, thì họ tranh cãi kịch liệt; còn nếu được khen lao và tiếp đón, thì họ càng hợm mình hơn nữa.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Khi cảm thấy sự nhục nhã, anh em hãy chấp nhận như một dấu chỉ chắc chắn báo trước một ân sủng nào đó đang dành sẵn cho anh em.

Ai lại thoát được những khuyết điểm? Người thiếu sót mọi sự là người tưởng mình không thiếu sót sự gì.

*Thánh Bernard*

Thân xác chúng ta không được dựng nên bằng sắt. Sức mạnh chúng ta không phải là sức mạnh của đá. Ta hãy sống và trông cậy vào Thiên Chúa, và hãy phục vụ cho hợp lý. Hãy dùng muối khôn ngoan mà tra vào cửa kẽ toàn thiêu của chúng ta.

*Thánh Clare Assisi*

Người tự phụ về phương diện thiêng liêng thường sa vào lầm lạc và khó sửa mình hơn những người tự phụ về phương diện trần thế. Vì vậy, ta hãy coi mình là hư vô.

*Chân phúc Angela Foligno*

Sự trọn lành không hệ ở việc giết chết thân xác, nhưng ở việc giết chết ý riêng ngoan cố của chúng ta.

Lời Chúa phán cùng thánh nữ:

Con thực chất là hư không, còn Cha là Tự Hữu.

*Thánh Catherine Siena*

Chúa Kitô rất vui mừng khi thấy một linh hồn đơn sơ đến với Người trong sự trần trụi, đơn thành và chân chất, bởi vì Người chính là nơi cư ngụ tự nhiên của linh hồn được Chúa Thánh Thần thúc đẩy.

*Chân phúc Julian Norwich*

Chúa Kitô soi sáng tận thẳm cung của tâm hồn khiêm nhường. Người luôn luôn xúc động mỗi khi có linh hồn nào than thở hoặc khiêm nhường đem nỗi bất lực của họ đến đặt trước thánh nhan Người.

*Chân phúc Jan Van Ruysbroeck*

Điều duy nhất nơi tôi khiến tôi hãnh diện là tôi thấy nơi tôi chẳng có gì để hãnh diện.

*Thánh Catherine Genoa*

Trong tinh thần siêu thoát, linh hồn tìm được sự tĩnh lặng và thanh thoi vì không còn ham hố sự gì. Nó không mỏi mệt vì tự cao, cũng không chán chường vì ngã lòng, bởi vì nó đứng ở tâm điểm sự khiêm nhường.

*Thánh Gioan Thánh Giá*

Một ngày kia có lẽ anh chị em sẽ thấy tôi đi trước, phía sau có một nhân viên chấp pháp quát roi vào tôi, và anh chị em sẽ nói, “Lạy Chúa lòng lành, đúng kia là ông cha Philip mà chúng ta vẫn cứ tưởng là một người tốt lành dễ mến.”

*Thánh Philip Neri*

Nếu ai ngỡ vì sao Thiên Chúa lại tạo dựng mọi thụ tạo mà lại để họ lúc nào cũng cần đến sự trợ giúp của Người, thì họ hãy biết rằng Thiên Chúa đã làm



như thế chỉ vì lòng tốt lành toàn diện của Người. Thứ nhất, để giữ cho các thụ tạo khỏi kiêu ngạo bằng cách để họ nhận ra sự yếu đuối của họ mà kêu cầu lên Người; thứ hai, để tôn vinh và an ủi các thụ tạo của Người.

*Thánh Thomas More*

Sau khi đã sa ngã, anh em hãy hướng tâm hồn lên một cách dịu dàng và êm đềm. Anh em hãy sấp mình trước thánh nhan Thiên Chúa trong sự ý thức về nỗi khốn cùng của mình. Đừng ngạc nhiên trước sự yếu đuối của anh em, bởi vì chẳng có gì đáng ngạc nhiên cả, sự yếu đuối thì phải yếu đuối.

*Thánh Francis de Sales*

Cuộc đời Chúa Kitô chẳng phải là một cuộc đời chấp nhận xỉ nhục triền miên hay sao

*Thánh Vincent de Paul*

Có những ân sủng Thiên Chúa Toàn Năng không được ban khi anh em ngỏ lời xin lần thứ nhất, lần thứ hai, hoặc lần thứ ba, bởi vì Người muốn anh em phải cầu nguyện trong một thời gian lâu dài và thường xuyên. Người muốn trì hoãn để giữ anh em trong tình trạng khiêm cung và tự hạ, đồng thời làm cho anh em nhận thức được giá trị những ân sủng của Người.

*Thánh Gioan Eudes*

Cửa thiên đàng rất thấp; chỉ những người biết hạ mình mới có thể vào được.

*Thánh Elizabeth Seton*

Tôi chẳng biết gì cả; tôi chẳng là gì cả. Vì vậy, Thiên Chúa đã kén chọn tôi.

*Thánh Catherine Labouré*

Thiên Chúa thường và thực sự rất thường để cho các tôi trung cao cả của Người vấp phải những sai lỗi nhục nhã nhất. Điều ấy hạ thấp họ trước mắt họ và trước mắt những người đồng sự của họ. Điều ấy giữ cho họ khỏi nhìn thấy và không kiêu hãnh về những ân sủng Thiên Chúa đã ban cho họ.

*Thánh Louis Marie de Montfort*

Trong nhà hát, các đam mê được trình bày theo một hình thức hoàn toàn khác với thực trạng... Trên sân khấu, dường như óc thống trị, kiêu hãnh, căm giận, báo phục, v.v., phát xuất từ một tâm hồn vĩ đại và tâm trí cao thượng, trong khi người ta dùng một bức màn để che phủ sự thối nát của con tim.

*Thánh Elizabeth Seton*

Thiên Chúa chỉ có thể làm cho chúng ta trở nên khiêm nhượng bằng những nhát búa mà thôi, cho dù tâm tính tự nhiên chúng ta có tốt lành đến đâu đi nữa.

*Thánh Anthony Mary Claret*

Tôi lại không biết Đức Trinh Nữ Rất Thánh đã chọn tôi chỉ vì tôi là người dốt nát nhất hay sao? Nếu như đã tìm được một ai đó còn dốt nát hơn tôi, có lẽ Đức Mẹ đã chọn người ấy rồi.

Đức Trinh Nữ Rất Thánh sử dụng tôi như một cây chổi. Quý vị sẽ làm gì với một cây chổi sau khi đã quét xong? Quý vị sẽ cất nó vào chỗ của nó, ở phía sau cánh cửa.

*Thánh Bernadette*

Làm sao chúng ta có thể cảm thấy nhu cầu chúng ta cần đến sự trợ giúp của Thiên Chúa, sự lệ thuộc của chúng ta vào Người, món nợ của chúng ta đối với Người, hoặc bản chất tặng ân Người ban cho chúng ta, nếu như chúng ta không nhận biết bản thân mình... Đó là lý do nhiều người trong thời đại này (và trong tất cả các thời đại) đã trở nên vô thần, rối đạo, lạc đạo, bất trung với Giáo Hội... Họ chưa từng cảm nghiệm được quyền năng và tình yêu của Thiên Chúa, bởi vì họ chưa bao giờ nhận ra tình trạng yếu đuối và nhu cầu của chính bản thân họ.

*Đáng đáng kính hồng y John Henry Newman*

Phương cách duy nhất để tiến nhanh trên con đường tình yêu Thiên Chúa là cứ sống rất nhỏ bé và đặt hết tín thác vào Thiên Chúa Toàn Năng. Đó là điều tôi đã thực hiện.

Một tư tưởng nào đó chợt đến với tôi, tôi nói ra và được chị em đón nhận –

tại sao các chị không nhận nó làm của họ? Tư tưởng đó không phải của tôi, nhưng của Chúa Thánh Thần. Giả như tôi nghĩ nó thuộc về tôi, thì tôi cũng phạm sai lầm giống như con lừa chở đồ thánh, cứ tưởng rằng sự tôn kính người ta dành cho vị thánh là dành cho nó!

*Thánh Thérèse Lisieux*

Khi sống trong tình yêu, người ta khiêm nhượng, người ta thấy mình rất vô nghĩa và không là gì bên cạnh Đấng mình yêu dấu.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Khiêm nhượng, khiêm nhượng, và luôn luôn khiêm nhượng. Satan sợ hãi và run giùng trước những linh hồn khiêm nhượng. Chúa sẵn lòng thực hiện những việc lớn lao, nhưng với điều kiện là chúng ta phải thực sự khiêm nhượng.

*Thánh Piô Năm Dấu*

Bạn đừng chán nản khi không thấy những điều tốt bạn làm. Hầu như người ta được trợ giúp nhờ sự vô danh, những hy sinh ẩn khuất của mình, thay vì lòng sốt sắng của một vị Tông Đồ lẫy lừng. Trên hết, chúng ta hãy cố gắng dẹp bỏ cái tôi của mình sang một bên, vì đó là điều làm tổn hại cho mọi sự.

*Đáng đáng kính Thecla Merico*

Hãy vứt bỏ những cảm tình, những cảm tình ngớ nẩn chỉ hợp với nữ sinh nhẹ dạ. Hãy để nếp sống bên ngoài của anh em phản ánh niềm bình an và trật tự trong linh hồn của anh em.

Cung cách hợm hĩnh và tự mãn không hợp với anh em chút nào: Nó rất dễ lây nhiễm. Vậy anh em hãy cố gắng để đừng dùng nó với Thiên Chúa, hoặc với cha linh hướng, hoặc với anh em của anh em. Giữa họ và anh em sẽ có một vật cản kém hơn.

*Thánh José Escriva*

# PHAN KHÁNG đến TUÂN PHỤC

Trong thời đại của chúng ta, người ta ít khi đề cập đến nhân đức tuân phục. Nhiều người cho rằng việc tuân phục - kể cả quyền bính hợp pháp - là một thái độ ấu trĩ và nô lệ. Tuy nhiên, việc tuân phục là điều thực sự cần thiết, ngay cả trong các vấn đề ít quan trọng, chẳng hạn việc vâng theo quyền bính của các cảnh sát lương thiện. Như vậy, việc vâng phục Thiên Chúa Toàn Năng còn cần thiết đến đâu nữa!

Thiên Chúa là Đấng Thượng Trí, Toàn Năng, Toàn Yêu, nên việc con người bất tâm trí, ý chí và tâm hồn họ suy phục Thiên Chúa là điều hợp lý. Thái độ khởi loạn phát xuất từ việc chúng ta tự coi bản thân mình là thần minh. Thói bất tuân làm tâm trí chúng ta ra mù tối và đưa chúng ta đến chỗ tôn thờ ý riêng, giống như Satan, để chống lại thánh ý Thiên Chúa. Thái độ tuân phục của các thánh đối với Đấng là chân lý bất biến không phải là một thái độ nô lệ mù quáng, nhưng là sự hiểu biết sáng suốt về những điều tốt lành.

Thánh Francis Assisi là một tấm gương sáng lạn. Là người có tinh thần phóng khoáng, nhưng thánh nhân đã ngoan thảo đệ trình bộ qui luật hội dòng của ngài lên quyền bính Đức Giáo Hoàng để xin được châu phê. Thánh nhân rất mộ mến việc hôn kính tay các vị linh mục còn kém thánh thiện hơn ngài, vì những bàn tay ấy có quyền truyền phép Thánh Thể.

Nhờ tuân phục, kỷ luật và đào luyện, con người, một thụ tạo bất tất, đã thăng tiến trong hình ảnh giống như Thiên Chúa Hằng Hữu.

*Thánh Irenaeus*

Là những nô lệ của Chúa Kitô, chúng ta bắt thân xác phục vụ và cho tâm trí cai trị, để huyết nhục chấp nhận các mệnh lệnh của tâm trí và thuận theo ý chí của chúng ta, ý chí đã được Chúa Kitô, Đấng Tạo Thành chúng ta, hướng dẫn.

*Thánh Paulinus Nola*

Chúng ta hãy chu toàn các lệnh truyền của Thiên Chúa với một lòng khát vọng không bao giờ thỏa mãn, luôn luôn vươn tới những thành tựu to lớn hơn.

Đây là định nghĩa của nét xấu: vi phạm lệnh truyền của Thiên Chúa là sử dụng sai trái những gì Thiên Chúa, với một mục đích tốt lành, đã ban cho chúng ta.

Việc suy phục quyền bính cấp trên là điều hợp lý, miễn sao đừng vi phạm lệnh truyền của Thiên Chúa.

*Thánh Basil*

Sau khi đã đặt sự thiện và sự dữ trong khả năng của chúng ta, Thiên Chúa đã ban cho chúng ta quyền tự do để lựa chọn. Người không chấp nhận những gì miễn cưỡng, nhưng đón nhận những gì tự tình.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Hành vi tự cao tự đại đã xô chúng ta xuống thấp... Ta không thể xin được ơn tha thứ, ngoài phương cách đối nghịch với hành vi ấy, tức là sự hạ mình khiêm nhượng. Điều gì đã gây nên tất cả những khốn khó cho chúng ta? Chẳng phải là thói kiêu căng hay sao? Con người đã được tạo dựng để hưởng mọi hoan lạc và được sống trong vườn Địa Đàng. Họ chỉ bị cấm không được làm một điều duy nhất, thế nhưng họ lại làm. Anh em đã thấy thói kiêu ngạo chưa?... Vì thế, Thiên Chúa đã phán: Nếu chỉ có toàn những niềm vui, thì con người không biết hưởng... Nếu chưa trải qua buồn phiền và khổ cực, con người sẽ không biết niềm vui và an bình là gì... Chính các đau khổ do sự bất tuân sẽ dạy cho con người hiểu biết những phúc lành của vâng phục.

*Thánh Abba Dorotheus*

Toàn bộ khoa học của các thánh hệ ở chỗ nhận biết và vâng theo thánh ý Thiên Chúa.

*Thánh Isidore Serville*

Đối với những người đã ra ươn ái trong việc chu toàn các giới răn nhưng vẫn ước muốn xua đuổi sự mù mịt tăm tối, thì không còn liệu pháp nào tốt hơn hoặc hiệu quả hơn việc hoàn toàn vâng phục trong mọi sự, với tinh thần đức tin và đờng lý luận.

*Thánh Gregory Sinai*

Tuân phục là con đường an toàn, là cuộc hành trình của người ngủ. Tuân phục là mồ chôn ý chí nhưng là sự phục sinh của thân phận hèn mọn.

*Thánh Gioan Climacus*

Con khấn với Chúa giữ đức tuân phục vì tình yêu hiền phụ của Chúa đã lôi cuốn con, lòng nhân ái yêu thương và hiền dịu của Chúa đã thu hút con. Khi vâng giữ thánh ý Chúa, con tự ràng buộc mình con với Chúa vì việc gắn bó với Chúa thì đáng chuộng hơn hết mọi sự.

*Thánh Gertrude Cả*

Các giới răn của Thiên Chúa thì nhẹ nhàng đối với những người yêu mến, nhưng nặng nhọc đối với những người sợ hãi.

Người tín hữu phải vâng phục nhà cầm quyền bởi vì quyền hành của họ là từ Thiên Chúa, chứ không phải từ nơi đâu khác.

*Thánh Thomas Aquinas*

Trên giường hấp hối, thánh nữ đã nói với cộng đồng chiêm niệm Phanxicô của ngài: “Hỡi các con của mẹ, mẹ cầu cho các con biết sống thánh thiện và cầu cho tất cả những công việc Thiên Chúa đã giao cho mẹ thực hiện cho các con được mỹ mãn. Các con hãy khiêm nhượng, vâng lời; các con hãy sống sao cho Thiên Chúa nhờ các con mà luôn được ca ngợi.”

*Thánh Clare Montefalco*

Thiên Chúa yêu thích việc vâng phục hơn là việc hy sinh.

*Chân phúc Jan Van Ruysbroeck*

Khi ăn hay uống, di chuyển hay đứng yên, nói năng hay nín lặng, ngủ hay thức, nhìn xem, lắng nghe, hay suy nghĩ; dù ở nhà thờ, ở gia đình, hoặc trên đường phố, khỏe mạnh hoặc yếu đau, hấp hối hoặc chưa hấp hối, mọi giờ mọi phút trong cuộc đời của tôi, tôi muốn tất cả đều ở trong Thiên Chúa. Tôi muốn mình không thể ước ao, không thể làm, không thể nghĩ, không thể nói bất cứ điều gì không hoàn toàn phù hợp với thánh ý Thiên Chúa; và nếu trong tôi còn phần nào đối nghịch với điều ấy, tôi muốn nó biến nên bụi và tan bay theo gió.

*Thánh Catherine Genoa*

Sự thuận hợp và phó thác hoàn toàn cho thánh ý Thiên Chúa thực sự là một con đường trên đó chúng ta không thể lầm lạc; đó là độc đạo đưa chúng ta đến cảm nếm và hoan hưởng niềm bình an mà những con người nhục dục và phạm tục không thể biết được.

*Thánh Philip Neri*

Anh em hãy trở nên như một cục đất sét và thân thưa với Thiên Chúa: Con là đất sét, còn Chúa là thợ gốm. Xin hãy nặn đúc con thành bất kỳ thứ gì Chúa muốn.

*Thánh Gioan Avila*

Tuân phục là một hiến lễ toàn thiêu, trong đó, toàn bộ con người, không trừ một tơ tóc gì, đều được dâng lên Thiên Chúa, Đấng Tạo Hóa của họ, trong ngọn lửa tình yêu, qua bàn tay các thừa tác viên của Người.

Rất ít linh hồn hiểu được những gì Thiên Chúa muốn thực hiện nơi họ chỉ vì họ không tận tụy phó mình cho Người và để ân sủng Người tùy ý uốn nắn.

*Thánh Ignatius Loyola*

Đừng bao giờ ngoan cố, nhất là trong những điều quan trọng.

Chúa Kitô không cưỡng ép ý chí chúng ta, Người chỉ nhận những gì chúng ta dâng hiến cho Người mà thôi. Nhưng Chúa cũng không ban mình hoàn toàn cho chúng ta cho đến khi nào Người thấy chúng ta phó mình trọn vẹn cho Người.

*Thánh Teresa Avila*

Nếu như tôi chỉ muốn thứ nước tinh khiết, thì việc người ta đem đến trong chiếc bình vàng hoặc chiếc bình thủy tinh có gì can hệ đối với tôi đâu? Nếu như thánh ý Thiên Chúa đối với tôi được biểu hiện trong thử thách hoặc trong an ủi thì có gì khác biệt đâu, bởi vì tôi chỉ ước muốn và tìm kiếm thánh ý Thiên Chúa mà thôi?

*Thánh Francis de Sales*

Anh em hãy nhắm mắt mà ăn lấy thánh ý của Thiên Chúa và uống lấy chén đắng của Chúa Giêsu, để anh em khỏi phải nhìn thấy những gì bên trong.

*Thánh Phaolô Thánh Giá*

Chẳng bao lâu sau khi tuyên khấn [để trở nên một người con của Đức Mẹ Maria], tôi liền được Đức Trinh Nữ Rất Thánh chữa lành và nhận được một sự bảo trợ mới của Mẹ. Đức Mẹ đã trở nên Nữ Vương tâm hồn tôi, đến độ Mẹ chăm sóc cho tôi như vật sở hữu riêng của Mẹ, cai trị tôi như một người đã hiến mình cho Mẹ, quở trách tôi về các lầm lỗi và dạy cho tôi biết thực thi thánh ý Thiên Chúa.

*Thánh Margaret Mary Alacoque*

Hết ngày này sang ngày khác, tôi sẽ gắng sức đập vỡ ý riêng của tôi thành từng mảnh nhỏ. Tôi muốn làm trọn thánh ý của Thiên Chúa, chứ không phải ý riêng của tôi.

*Thánh Gabriel Possenti*

Tất cả chúng ta đều giống như những người không ngừng lắng nghe, hiểu biết và ngưỡng mộ lời hằng sống; chúng ta làm tất cả mọi việc, trừ ra việc vâng



theo lời ấy.

*Đáng đáng kính hồng y John Henry Newman*

Lạy Chúa, hôm nay con xin dâng lên Chúa sự hy sinh không hoạt động, đó là điều làm con phải tiêu hao. Con sẽ chỉ làm những gì Chúa cho phép con làm, qua con người [vị linh hướng] Chúa đã chọn cho con.

*Chân phúc Eugénie Smet*

Nơi nào không có vâng phục, thì không có nhân đức; nơi nào không có nhân đức, thì không có gì tốt lành, không có tình yêu; và nơi nào không có tình yêu, thì không có Thiên Chúa; không có Thiên Chúa thì chúng ta không được lên thiên đàng.

*Thánh Piô Năm Dấu*

Nếu như sự tuân phục không đem lại bình an cho anh em, thì chỉ vì anh em còn kiêu ngạo.

*Thánh José Escriva*

# CĂM HẬN đến THỨ THA

Cách đây không lâu, toàn thế giới đã ngỡ ngàng trước sự kiện Đức Gioan Phaolô II đến xà lim nhà tù để thăm gặp và tha thứ cho Agca, kẻ đã giết hụt ngài. Nếu là người khác, có lẽ họ đã tỏ thái độ căm hận đối với tên sát nhân muốn sát hại mình vì những ý đồ chính trị, còn Đức Gioan Phaolô II, ngài đã vào tận Thánh Tâm Chúa Kitô để tìm được lòng cảm thương đối với kẻ sát nhân. Ngài không hề nuôi lòng cay đắng hoặc căm hờn.

Chúa Giêsu đã phán dạy: “Các con hãy tha thứ bảy mươi lần bảy lần” (Mt 18:22). Đối với một số tín hữu, đây là điều khó thực hiện nhất trong tất cả những giáo huấn của Chúa Giêsu, bởi vì họ tích giữ sự căm hờn như một kho báu bằng vàng! Nhiều nhà tâm lý tôn giáo học hiện đại xác nhận tình trạng thiếu khoan dung là nguyên nhân chính sinh ra rất nhiều bệnh tật thể lý và thần kinh. Các thánh cũng như Đức Gioan Phaolô II đã không nuôi lòng căm hận, nhưng luôn mau mắn tha thứ.

Sự lãng mạ bị giữ lại hoặc được bỏ qua không phải bởi tâm hồn của những kẻ lãng mạ, nhưng là tâm hồn của các nạn nhân.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Không ai có thể tự chữa lành cho bản thân bằng cách đá thương người khác.

*Thánh Ambrose*

Anh em hãy góm ghét tội lỗi, nhưng hãy yêu thương tội nhân.

*Thánh Augustine*

Những gì anh em làm để báo thù kẻ đã gây bất công với anh em sẽ làm khổ anh em trong giờ cầu nguyện.

*Thánh Nilus Sinai*

Anh em ôn lại các lỗi phạm của người khác trong khi lại quên mất những lỗi phạm của chính mình.

Khi có người xúc phạm đến anh em:

Anh em đừng chiều theo lòng căm hận kéo nông nổi gây hại điều gì, nhất là cho người đã bị rối trí vì những ý tưởng do quỷ hồn ghen xui xiểm... Họ đáng được thương hại và cảm thông hơn là đáng bị tức giận và báo thù... Vậy chúng ta hãy khoan dung với người chung quanh trong cơn suy sụp thể lý và tinh thần của họ... Với trọn vẹn tâm hồn, anh em hãy cầu nguyện và yêu thương họ trong Chúa Giêsu Kitô, Chúa chúng ta.

*Thánh Barsanuphius*

Trong tình yêu Chúa Kitô, anh em hãy cầu nguyện cho kẻ thù; hãy làm hòa với đối thủ trước khi mặt trời lặn.

*Thánh Benedict*

Về một phụ nữ căm ghét thánh nữ: “Lạy Chúa, phải chăng vì mục đích này mà cái tội khốn cùng của con đã được hiện hữu trong thế gian: để rồi vì con mà những linh hồn đã được tạo dựng theo hình ảnh Chúa phải bị đọa phạt trong lửa muôn đời? Lẽ nào thánh ý Chúa lại để con, một người có trách nhiệm phải giúp đỡ người chị em của con được cứu rỗi đời đời, thì lại trở nên căn cứ khiến chị ấy bị đọa phạt muôn kiếp?... Con sẽ không bao giờ ngơi nghỉ kêu van lòng nhân lành vô biên của Chúa cho đến khi... người chị em ấy của con được cứu thoát khỏi lửa muôn đời.”

*Thánh Catherine Siena*

Người nào biết mở lòng để yêu thương và cầu nguyện cho những ai xúc phạm, xỉ nhục và làm hại mình, người ấy sẽ đạt được những thành tựu rất to lớn

chỉ trong một thời gian ngắn ngủi.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Bạn hữu của chúng ta là tất cả những ai làm cho chúng ta phải khốn khổ vì những gian truân, thử thách, nhục nhã, oan ức, buồn phiền, cay cực, tử đạo và chết một cách bất công; chúng ta phải hết lòng yêu thương họ, bởi vì nhờ họ mà tất cả chúng ta đạt được cuộc sống muôn đời.

*Thánh Francis Assisi*

Tình yêu Chúa Kitô dành cho chúng ta không bị chấm dứt vì tội lỗi của chúng ta thế nào, thì Chúa Kitô muốn tình yêu chúng ta dành cho bản thân và dành cho anh chị em đồng đạo của chúng ta cũng không bị chấm dứt như vậy. Đúng hơn, Chúa muốn chúng ta gớm ghét tội lỗi và không ngừng yêu thương linh hồn như Thiên Chúa đã yêu thương vậy.

*Chân phúc Julian Norwich*

Anh em vẫn chưa hoàn toàn chết hẳn cho bản thân cũng như chưa thể ngủ ngon giấc cho đến khi nào anh em tìm đến với người gây khổ cho anh em để xoa dịu cơn tim nóng giận của họ bằng những lời lẽ và những thái độ hết sức ngọt ngào; bởi vì nhờ sự khiêm tốn hiền lành như thế, anh em sẽ tước hết gươm đao của họ, làm cho họ trở nên bất lực trong ý chí bệnh hoạn của họ.

*Chân phúc Henry Suso*

Anh em hãy tha thứ cho nhau để sau này không còn nhớ đến sự tổn thương nữa. Việc khơi lại một tổn thương như thế tự nó là một điều sai trái. Nó làm tăng thêm cơn giận, dung dưỡng tội lỗi và ghét bỏ những điều tốt lành. Nó là một mũi tên rỉ sét và làm độc cho linh hồn. Nó xua đuổi tất cả nhân đức.

*Thánh Francis de Paola*

Chúng ta hãy yêu mến và cảm thương những người chống đối chúng ta, bởi vì họ tự làm hại bản thân nhưng lại thi ân cho chúng ta, đội lên đầu chúng ta những triều thiên vinh quang muôn đời.

*Thánh Anthony Zaccaria*

Anh càng mau tha thứ, con anh càng sớm bình phục. Anh là người đem lại cho con anh sức khỏe tâm hồn và thân xác. Anh hãy nói chuyện lại với người con của anh đi.

*Thánh Catherine dei Ricci*

Nếu Thiên Chúa muốn, tôi sẽ cam chịu mười lần hơn nữa những gì ông đã mặc sức làm khổ tôi. Tôi tha thứ cho ông và cầu xin Thiên Chúa tha thứ cho ông, cũng như tôi sẽ được Người tha thứ vậy.

*Chân phúc Thomas Woodhouse*

Bị những người tốt lành, các bạn hữu và thân quyến chỉ trích, lên án và khinh bỉ là một cuộc thử thách rất khắc nghiệt. Tôi thán phục đức nhẫn nhục của thánh Charles Borromeo khi ngài chấp nhận những lời công khai chỉ trích từ một vị giảng giả thời danh và nhân đức nhiệm nhặt hơn là sự nhẫn nhục của ngài trước tất cả các cuộc tấn công từ những người khác.

*Thánh Francis de Sales*

Quả thật các binh lính có bảo vệ và hộ tống các nhà truyền giáo; nhưng dù vậy đi nữa, trong trường hợp các thổ dân da đỏ giết hại một nhà truyền giáo, thì chúng tôi sẽ được gì nếu mở một chiến dịch quân sự để báo thù? Phía quân đội trả lời cho tôi rằng: “Chúng tôi sẽ giáng cho chúng một hình phạt đích đáng để chúng không dám giết hại các vị khác nữa.” Tôi trả lời rằng: “Xin cứ để cho kẻ sát nhân sống để anh ta có thể được cứu độ.” Đó là mục đích của chúng tôi ở đây... Sau một hình phạt khoan dung nào đó, nên cho kẻ sát nhân biết rằng anh ta được tha thứ; và như vậy, chúng ta sẽ làm trọn luật Kitô Giáo truyền chúng ta phải bỏ qua sự tổn thương, cầu xin ơn cứu độ muôn đời cho kẻ sát nhân chứ không phải muốn anh ta phải chết.

*Chân phúc Junipero Serra*

Các thánh không hề ghen ghét, chẳng hề đả đày. Các ngài tha thứ tất cả.

*Thánh Gioan Vianney*

Về người thanh niên muốn cưỡng hiếp và đã đâm thánh nữ mười bốn nhất khi thánh nữ kiên quyết không chiều theo ý xấu của anh ta: “Tôi tha thứ cho Alessandro. Tận đáy lòng, tôi tha thứ cho anh ấy và muốn anh ấy được cùng ở với tôi trên thiên đàng.”

*Thánh Maria Goretti*

# BUỒN PHẪN đến VUI TƯƠI

Đối với nhiều người trong chúng ta, cuộc sống hiện tại thật khủng khiếp. Bạn thử tưởng tượng về cuộc sống tại các thành phố tràn ngập những tội ác. Bạn thử tưởng tượng về những con người lang thang trên các đường phố phải ẩn núp vào các ô cửa để trốn tránh bọn trộm cắp. Bạn thử nghĩ về những đứa trẻ bị nhốt một mình trong các gian hộ, suốt ngày dán mắt vào màn ảnh truyền hình mà không có ai giám hộ. Bạn thử nghĩ về những người cao niên thường phải sống neo đơn trong các nhà dưỡng lão, tất cả người nhân của họ đều đã qua đời hoặc chẳng ngó ngàng gì đến họ.

Tuy là tín hữu Kitô, nhưng chẳng phải lúc nào chúng ta cũng sống vui tươi. Bạn hãy thử nhìn gương mặt của những người sống trong xứ đạo của mình đi! Thánh Kinh đã mời gọi chúng ta: “Anh em hãy vui luôn trong Thiên Chúa. Xin nhắc lại, anh em hãy vui lên” (Pl 4:4). Chúng ta được mời gọi hãy sống vui tươi, vì chúng ta hy vọng một ngày kia, trong Thiên Chúa, tất cả nước mắt của chúng ta sẽ được lau khô, khi chúng ta được hợp nhất với Người trong hạnh phúc vĩnh cửu. Tuy nhiên, không phải trên thiên đàng mới có niềm vui, ngay ở trần gian này, mỗi ngày chúng ta vẫn có thể cảm nếm được tiền vị của cõi đời đời trong những tặng ân Thiên Chúa hằng ban cho chúng ta.

Các thánh nhân, những người đã chịu rất nhiều đau khổ, là mô phạm dạy chúng ta biết cách sống vui tươi, bất chấp những gì xảy đến. Bạn hãy nhớ tấm gương thánh Piô Năm Dấu, nhờ đức tin, ngài vẫn tràn đầy niềm vui, tuy phải

đau đớn vì các thương tích thánh; hoặc thánh Lawrence tử đạo đã đùa giỡn với những tên lý hình; hoặc thánh Maximilian Kolbe rạng rỡ hạnh phúc trong gian phòng chịu giam đói tại trại tập trung Auschwitz của Đức quốc xã!

Không ai thực sự hạnh phúc chỉ vì có được những gì họ muốn, nhưng ước chi họ chỉ muốn những gì họ phải muốn.

*Thánh Augustine*

Chúng ta có thể luôn được vui tươi, miễn là chúng ta phải gắng đầu cao hơn một chút bên trên cơn hồng thủy của những sự nhân thế.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Anh em hãy đừng bao giờ tỏ ra ảo não, buồn sầu và ủ rũ như bọn giả hình; nhưng hãy luôn vui tươi trong Thiên Chúa, phấn khởi, dễ thương và hân hoan cho xứng hợp.

*Thánh Francis Assisi*

Người thế gian chỉ nghĩ rằng chúng ta đang giỡn đùa khi chúng ta chê chối những gì họ khát khao nhất trên trần gian... Chúng ta giống như những anh hề và những diễn viên nhào lộn, đầu ở dưới đất còn chân lại trên trời, nhưng thu hút được mọi ánh mắt về phía mình.

*Thánh Bernard*

Nỗi phiền muộn lâu ngày và quá đáng của tâm hồn về nhục dục thường làm tâm tối và đảo điên tâm trí. Nó xua đuổi lời cầu nguyện tinh ròng và sự ngọt ngào ra khỏi tâm hồn, đồng thời chuốc lấy một nỗi đau đớn da diết cho cõi lòng.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Nỗi ưu phiền là thuốc độc đối với lòng sùng kính. Khi gặp thử thách, nhất thiết chúng ta phải vui mừng và hân hoan hơn bởi vì chúng ta đang được gần Chúa hơn.

*Thánh Clare Assisi*

Có thể làm khuấy khóa nỗi buồn bằng một giấc ngủ ngon, một lần tắm và



một ly rượu.

*Thánh Thomas Aquinas*

Hãy xem, nước Thiên Chúa giờ đây đang ở trong chúng ta. Linh ân Thánh Thần chiếu soi và sưởi ấm chúng ta, tỏa lan bát ngát bao hương thơm diệu kỳ chung quanh chúng ta, làm vui thỏa giác quan chúng ta bằng hoan lạc thiên giới, dường như nước Thiên Chúa đổ đầy tâm hồn chúng ta bằng niềm vui khôn tả.

*Thánh Seraphim Sarov*

Vì hạnh phúc chính là niềm vui về sự thiện tối cao và vì sự thiện tối cao thuộc về thượng giới, nên không ai có thể hạnh phúc nếu như không vươn mình lên cao, không phải vươn thân xác, nhưng vươn tâm hồn.

*Thánh Bonaventure*

Ý chí bản tính của chúng ta cần Thiên Chúa, còn ý chí tốt lành của Thiên Chúa cần chúng ta, và chúng ta sẽ không bao giờ ngừng khao khát và mong mỏi Thiên Chúa cho đến khi chiếm hữu được Người trong niềm vui sung mãn. [Chúa Kitô] sẽ không được trọn vẹn hạnh phúc trong chúng ta cho đến khi chúng ta có được hạnh phúc trọn vẹn nơi Người.

*Chân phúc Julian Norwich*

Xin Chúa hãy ngự đến và đổ tràn đầy tâm hồn con sự ngọt ngào tuyệt hảo của Chúa. Xin Chúa làm cho tâm trí con ngắt ngậy trong thứ rượu nồng tình ái dịu ngọt của Chúa để con quên hết những gì xấu xa... và khi đã chiếm hữu được Chúa, con được vui mừng và hoan lạc trong Chúa Giêsu, Thiên Chúa của con.

*Chân phúc Richard Rolle*

Khi đã đến được miền cư ngụ đáng khát khao của Tình Ái tinh ròng, cho dù có ước ao hoặc có cố gắng hết mình hay không, người ta cũng chẳng thể làm việc gì khác ngoài việc yêu mến và hân hoan.

*Thánh Catherine Genoa*

Những đau khổ Thiên Chúa gửi đến cho các linh hồn chiêm niệm là thứ đau

khổ kinh hoàng, nếu Người không bổ dưỡng cho các linh hồn ấy bằng thứ manna an ủi thần linh, thì họ sẽ thấy thống khổ của họ không sao chịu nổi.

*Thánh Teresa Avila*

Linh hồn người say yêu Thiên Chúa lúc nào cũng đắm đuối trong hoan lạc, lúc nào cũng mừng lễ và lúc nào cũng hứng khởi hát ca.

*Thánh Gioan Thánh Giá*

Ngoài tội lỗi, chúng ta đừng để sự gì làm chúng ta buồn phiền; niềm hoan lạc thánh thiện nhất thiết phải gắn liền với nỗi buồn phiền vì tội lỗi.

*Thánh Francis de Sales*

Chỉ nên giải bày đau khổ cho một mình Thiên Chúa mà thôi, vì Người là Đấng có tình yêu và lý tưởng có thể làm cho đau khổ trở nên dễ chịu và vinh quang.

*Thánh Isaac Jogues tử đạo*

Cánh tay dịu hiền của Thiên Chúa trao ban niềm vui cho tâm hồn con, và trong đau khổ, xin Chúa thương ban cho con biết vui tươi như một anh hề.

*Chân phúc Crescentia Hoess*

Với lòng tri ân và yêu mến Thiên Chúa, chúng ta hãy ước ao trở nên những con người bị cho là đại khờ.

Hãy cười tươi và hãy mạnh mẽ.

*Thánh Ignatius Loyola*

Anh em hãy chấp nhận thập giá của mình; nếu như anh em vác thập giá một cách can đảm, nó sẽ đưa anh em đến thiên đàng.

Thiên Chúa truyền anh em cầu nguyện, nhưng Người cấm anh em ưu phiền.

*Thánh Gioan Vianney*

Hãy vui lên, vui thật nhiều. Cuộc đời người tín hữu đích thực phải là một đại lễ trường kỳ, một tiền tấu khúc của những lễ hội muôn đời.

*Thánh Theophane Venard*

Tâm hồn sẽ được phong phú khi nó mãn nguyện, và tâm hồn sẽ luôn được mãn nguyện khi những khát vọng của nó gắn chặt với Thiên Chúa. Không gì có thể mang lại hạnh phúc lớn lao hơn việc chu toàn thánh ý Thiên Chúa với lòng yêu mến.

*Chân phúc Miguel tu sĩ*

Việc tập tành nhân đức đã trở nên hấp dẫn và dường như tự nhiên hơn. Lúc đầu, gương mặt của tôi lộ ra cuộc chiến đấu trong lòng, nhưng dần dần, việc hy sinh ngay từ giây phút đầu đã trở nên dễ dàng hơn.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Ôi lạy Chúa, Chúa nhân lành biết bao khi cho chúng con được gọi Chúa là “Cha của chúng con.” ... Điều ấy gọi lên tâm tình biết ơn, niềm vui, tình yêu, và trên hết là lòng tin thác trong con. Vì Chúa là Hiền Phụ và là Thiên Chúa của con, nên con phải luôn luôn trông cậy hoàn toàn nơi Chúa.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Có những giây phút vô giá khi tôi được cảm nghiệm một hiện tượng diệu kỳ, có thể nói là vui mừng giữa đau khổ. Linh hồn tôi cảm hưởng những hoan lạc chưa từng thấy. Nỗi đau không nguôi ngoai, nhưng mặc lấy một cảm giác ngọt ngào, tạo nên hành vi phó thác vào thánh ý Thiên Chúa và niềm hạnh phúc trong việc làm đẹp lòng Người.

*Đầy tớ Chúa Concepci ón Cabrera de Armida*

Nếu như tình yêu, kể cả tình yêu nhân loại, còn mang lại quá nhiều an ủi ở đời này như thế, vậy thì còn gì mà tình yêu sẽ không thực hiện trên thiên đàng?

*Thánh José Escriva*

# GHÉT MÌNH đến YÊU MÌNH

Lệnh truyền của Thiên Chúa đòi chúng ta phải yêu thương tha nhân như chính mình. Một số nhà tâm lý học cho rằng đây chính là điều chúng ta đang sống. Chúng ta yêu thương tha nhân ít vì chúng ta yêu mình ít. Chúng ta đem gán cho họ tất cả những điều xấu xa mà chúng ta biết vẫn có nơi bản thân mình, nhưng chúng ta đã che đậy đi! Người ta lẫn lộn không ít về giá trị của việc ghét mình trong Kitô Giáo. Nhiều đoạn văn trong những tác phẩm của các thánh gợi ý rằng chúng ta chỉ có thể thực sự yêu mến Thiên Chúa bằng con đường tự khinh.

Tuy nhiên, khi xét ngẫm suy hơn các đoạn văn ấy trong ngữ cảnh của toàn bộ linh đạo chân chính, chúng ta lại gặp thấy một kết luận trái ngược. Không kể tình trạng chán nản vì các khuyết điểm tự nhiên, thì việc góm ghét những nét xấu của bản thân không bao giờ dẫn đến thái độ chối bỏ giá trị cao quý của chúng ta là những người con cái của Thiên Chúa. Cho dù có yếu đuối, ngu xuẩn và xấu xa đến đâu đi nữa, chúng ta vẫn được Thiên Chúa yêu thương. Thiên Chúa muốn ban ơn tha thứ cho chúng ta, Người coi trọng chúng ta đến độ sẵn lòng chịu chết vì chúng ta.

Một tấm gương sáng ngời về thái độ yêu mình được tìm thấy trong câu chuyện về cuộc đời thánh Gioan Vianney, một vị thánh nhiều lần đã được trích dẫn trong quyển sách này. Thánh nhân là một học sinh yếu kém, không ai tin rằng ngài có thể trở thành linh mục. Sau nhiều tủi nhục vì thi cử lận đận, cuối cùng Gioan Vianney cũng qua khỏi, để rồi được cử về một giáo phận thê thảm

nhất của miền quê nước Pháp. Lúc đầu, đa số bốn đạo với náo trạng bài giáo sĩ đã chế giễu cha sở mới đến của họ. Tuy nhiên, nơi thánh Gioan Vianney, cảm thức về giá trị của một người con được Thiên Chúa cứu độ đã thắng vượt mọi mặc cảm về tình trạng khả năng kém cỏi. Với một nhiệt tâm không thể tin được, thánh nhân ngồi tòa bất kể ngày đêm, chịu công lạnh vào mùa đông và nóng bức vào mùa hạ, để giải tội không những cho con chiên xứ Ars mà còn cho hàng ngàn tín hữu lũ lượt kéo đến từ mọi miền nước Pháp. Nhờ đặc sủng tiên tri, thánh nhân có khả năng nhận biết và an ủi những tâm hồn chai đá bằng niềm xác tín của ngài: Thiên Chúa cứu độ họ, bất chấp tất cả.

Lãnh tụ của chúng ta là Ngôi Lời Thiên Chúa không đòi một thân thể khỏe mạnh và một khuôn mặt đẹp đẽ, cũng không đòi một giọng tộc cao sang và quý phái, nhưng là một linh hồn trong sạch, vững vàng trong sự thánh thiện.

*Thánh Justin tử đạo*

Ai có thể yêu bản thân thì cũng yêu tất cả mọi người.

*Thánh Anthony Ai cập*

Một người chán ngán với bản thân một cách vô lý hoặc bị cha linh hướng xử đối một cách khắc khe, tâm hồn họ đều đau khổ vì những vết thương. Họ bị đánh ngã đau đớn nhưng chẳng được ích gì. Họ giống như một người bệnh được cho uống lầm thuốc.

*Thánh Mark khổ tu*

Phần chúng ta là hiển dâng những gì chúng ta có thể, phần của Chúa là chu cấp những gì chúng ta không thể.

*Thánh Jerome*

Nếu như biết đập lên những nốt xấu của mình dưới chân, chúng ta sẽ biến chúng thành một chiếc thang.

*Thánh Augustine*

Anh em đừng bao giờ tuyệt vọng về lòng thương xót của Thiên Chúa.

*Thánh Benedict*

Nếu biết thường xuyên trang bị tinh thần bằng nghị lực kiên cường để chống lại những xui giục của các tập quán xấu xa, chúng ta có thể biến chính các tập quán xấu ấy thành vốn liếng của nhân đức.

*Thánh Gregory Cả*

Thân phận của chúng ta rất cao quý, vì chúng ta được Thiên Chúa Tối Cao thương yêu đến độ sẵn lòng chịu chết vì chúng ta. Nếu như con người không phải là một thụ tạo cao quý và có giá trị rất vĩ đại, có lẽ Thiên Chúa đã không làm như vậy.

*Chân phúc Angela Foligno*

Chính Ta [Chúa Kitô] là Đấng Toàn Mỹ Tối Cao, từ nơi Ta xuất phát mọi vẻ đẹp. Quả thật, vẻ đẹp của các linh hồn nhân loại thật mê say đến độ Ta vui lòng xuống trần gian, chịu đổ máu ra để cứu chuộc họ.

*Thánh Catherine Siena*

Một người bước đi ngay chính và linh hồn của họ sống trong thân xác như trong một chiếc giỏ xinh đẹp. Khi đến giờ cần thiết, chiếc giỏ ấy được mở ra rồi đóng lại hoàn toàn xác đáng. Chính Thiên Chúa là Đấng thực hiện công việc ấy... vì Thiên Chúa không khinh thị những gì Người đã tác thành. Hơn nữa, Thiên Chúa không quản ngại phục vụ chúng ta trong những nhu cầu giản đơn nhất mà bản tính của thân xác chúng ta cần đến, vì Người đã dựng nên tình yêu của linh hồn chúng ta nên giống hình ảnh của Người.

Trên thiên đàng, chúng ta sẽ mãi mãi nhìn thấy một cách rõ ràng chúng ta thật đáng trách vì đã phạm tội ở đời này; tuy nhiên, chúng ta cũng thấy tình yêu Thiên Chúa dành cho chúng ta chưa bao giờ suy suyễn, và giá trị của chúng ta trước ánh nhìn của Người cũng không bị giảm sút. Vì tình yêu ấy rất kiên vững và tuyệt vời, không thể và không bị chấm dứt vì sự xúc phạm.

*Chân phúc Julian Norwich*

Chúng ta không được bắt công khi đòi hỏi bản thân những gì không có ở nơi chúng ta.

Anh em đừng mơ ước trở nên một con người nào khác không phải là mình, nhưng hãy mong ước trở nên chính mình.

*Thánh Francis de Sales*

Mặc dù rất nỗ lực để áp chế lòng đố kỵ và ác cảm đối với tha nhân, nhưng linh hồn tôi vẫn hết sức lo sợ bị ảo tưởng. Linh hồn tôi nghĩ mình chưa bao giờ có các nhân đức vững vàng, và những đam mê chỉ nằm yên từ khi tôi được mời gọi bước vào cuộc sống nội tâm... Những gì đã được lãnh nhận, giờ đây linh hồn tôi cảm thấy không phải phát xuất từ Thiên Chúa... Tôi đã hướng về Thiên Chúa... nài xin Người giải thoát tôi.

*Chân phúc Marie Nhập Thể*

Thiên Chúa sung sướng và vui mừng nhìn xem những gì? Đó là những kẻ đang vì Người mà chiến đấu chống lại của cải, thế gian, hỏa ngục và bản thân của họ. Họ là những kẻ đang vui tươi vác lấy thập giá của Người.

*Thánh Louis Marie de Montfort*

Về việc xưng tội: “Hỡi ôi linh hồn của tôi, khi bản tính sa đọa của chúng ta trôi dạt mạnh mẽ, khi chúng ta chán chường bản thân, trở nên yếu nhược tư bề, ngao ngán vì những sa đi ngã lại, hao mòn vì tội lỗi và ưu phiền, chúng ta hãy nhẹ nhàng, từ tốn đặt tất cả cáo trạng ấy dưới chân Thiên Chúa, để nhờ vị đại diện được chỉ định của Người mà được giao hòa và khích lệ. Mặc dù chúng ta run rẩy ý thức về tình trạng bất toàn của mình, nhưng chúng ta đã đến gần suối mạch thánh thiện. Khi tâm hồn mở rộng tiếp nhận khát vọng thao thức ấy, tức khắc nó được bảo bọc trong tình yêu của Thiên Chúa, được bao phủ nhờ sự công chính của Người. Và chúng ta không còn như trước nữa.”

*Thánh Elizabeth Seton*

Tôi có một người bạn tuyệt vời. Tôi bắt bản thân phải vui tươi với Thiên

Chúa khi tôi không vui tươi được với chính mình.

*Chân phúc Miguel tu sĩ*

Thiên Chúa biết Người đã nặn đúc chúng ta từ đất sét và Người yêu thương chúng ta hơn một bà mẹ có thể thương yêu người con. Thiên Chúa là Đấng không hề nói dối, Người đã phán với chúng ta rằng Người không xua đuổi bất kỳ ai tìm đến với Người.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Anh em hãy tiến bước một cách đơn sơ trên đường lối Thiên Chúa và đừng làm khốn khổ trí lòng mình. Anh em hãy học cho biết gớm ghét tội lỗi, nhưng hãy gớm ghét một cách điềm tĩnh.

*Thánh Piô Năm Dấu*

Những sa ngã của anh em, những cái ngã của một đứa trẻ, làm cho Thiên Chúa, Hiền Phụ của anh em, thấy rằng Người cần phải chăm sóc anh em hơn nữa.... Mỗi ngày, khi Chúa đỡ nâng anh em lên khỏi mặt đất, anh em hãy ôm chặt lấy Người bằng tất cả sức lực của anh em và hãy tựa cái đầu khốn cùng của anh em vào lòng ngực của Người đang rộng mở đến độ trở nên hoàn toàn 'điên dại' vì nhịp đập của Thánh Tâm rất đáng mến.

*Thánh José Escriva*



# TỰ LỰC đến CẦU NGUYỆN

Nhiều năm trước đây – chúng tôi nhớ lại - khi còn là một kẻ vô thần, chúng tôi không thể chấp nhận được hình ảnh những người Công Giáo đang quỳ gối cầu nguyện. Sao họ lại chịu luồn cúi như thế. Đứng thẳng người và làm chủ tâm hồn của mình là một hình thức của chủ nghĩa tuyệt đối văn hóa. Về sau chúng tôi mới nhận thức được rằng, khi con người cầu nguyện, họ đạt được một phẩm giá đích thực, đó là một tầm vóc thật cao quý: Thiên Chúa toàn thiện đang nghiêm chỉnh lắng nghe những lời của chúng ta.

Hình ảnh biểu trưng cho sự tự lực oai hùng chắc chắn vẫn chưa phai nhòa từ thời chúng tôi còn trẻ. Diễn viên John Wayne đã bị thay thế bởi những “gã vai u thịt bắp” như Chuck Norris, Clint Eastwood và Arnold Schwarzenegger. Ngày nay, nhiều phần tử đấu tranh triệt để vì lý tưởng nam nữ bình quyền cũng kêu gọi mọi người phải tự lực tự cường để không cần nhờ vả người khác mãi mãi.

Ngược lại, các tín hữu là những người sẵn lòng chấp nhận sự lệ thuộc vào Thiên Chúa. Thánh Kinh mời gọi chúng ta hãy không ngừng cầu nguyện. “Bất cứ anh em làm việc gì, trong lời nói cũng như trong hành động, anh em hãy làm vì danh Chúa Giê-su, nhờ Người mà tạ ơn Thiên Chúa Cha” (Cl 3:17). Thái độ quá tự tin hoặc hoạt động mà thiếu cầu nguyện thường dẫn đến tình trạng mệt mỏi và chán chường. nếp sống phạm tục đưa đến tình trạng trống rỗng, và cuối cùng là hỏa ngục. Chỉ khi nào biết kiếm tìm sự canh tân không ngừng trong tình yêu Thiên Chúa, khi ấy chúng ta mới có thể sống tự do trong Chúa Thánh Thần.

Đôi khi chúng ta có thể cảm thấy chán ngại cầu nguyện, nguyên do là vì chúng ta có một cái nhìn quá thiển cận về phạm vi của nó. Có nhiều hình thức cầu nguyện với Thiên Chúa: cầu xin, tạ ơn, sám hối, chúc tụng, thờ lạy, và nhiều hình thức phong phú khác mà các bạn có thể tự khám phá được nếu các bạn biết để cho Chúa Thánh Thần soi động. Quyển sách nhan đề Tập Sống Trước Sự Hiện Diện Thiên Chúa của tu sĩ Lawrence là một khởi dẫn rất được ưa chuộng. Tất cả các thánh không ngừng mời gọi anh chị em của các ngài hãy liên li sống trong sự cầu nguyện.

Người tín hữu cầu nguyện trong mọi trạng huống, khi bách bộ, khi giao tiếp với tha nhân, khi thinh lặng, khi đọc sách, khi suy tư.

*Thánh Clement Alexandria*

Khi đứng cầu nguyện... chúng ta phải hết sức thành tâm. Chúng ta hãy gạt bỏ mọi tư tưởng trần gian và đừng để tâm hồn tưởng nghĩ tới bất cứ sự gì khác ngoài đối tượng của những lời cầu nguyện.

*Thánh Cyprian*

Sáng sớm, khi thức dậy, trước khi bắt tay vào các việc, mọi tín hữu nam nữ hãy rửa tay và cầu nguyện với Thiên Chúa.... Và anh em cũng hãy cầu nguyện trước khi đặt mình xuống giường.

*Thánh Hippolytus*

Việc suy niệm của chúng ta về đời sống hiện tại phải ở trong lời ca ngợi Thiên Chúa; bởi vì niềm hoan lạc của đời sống muôn đời mai sau sẽ là lời ca ngợi Thiên Chúa. Ai chưa thực tập điều ấy ngay từ bây giờ thì không thể phù hợp với đời sống tương lai.

Những lời cầu nguyện hằng ngày của các tín hữu đền bồi những sai lỗi sơ sài nhỏ mọn thường ngày của họ, những điều mà cuộc sống này không thể tránh được.

*Thánh Augustine*

Anh em hãy xét xem hạnh phúc được trào đổ và vinh quang được ban tặng cho anh em lớn lao nhường nào. Đó là việc anh em được thông hiệp với Thiên Chúa trong khi cầu nguyện, được liên kết với Chúa Kitô trong cuộc tâm sự, và nài xin những gì anh em ước muốn.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Theo tôi, cầu nguyện là nâng tâm hồn lên cùng Thiên Chúa; là tiếng kêu của tình yêu tri ân phát xuất từ đỉnh cao niềm vui hoặc đáy sâu tuyệt vọng: đó là một sức mạnh lớn lao và siêu nhiên, mở rộng tâm hồn chúng ta, và liên kết chúng ta mật thiết với Chúa Giêsu.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Bằng việc cầu nguyện và cậy trông, chúng ta hãy gắng sức xua đi mọi ưu tư trần thế. Nhưng nếu chúng ta không thể làm được như thế để đạt đến trọn lành, chúng ta hãy thưa với Thiên Chúa về những khiếm khuyết của chúng ta và đừng bao giờ từ bỏ việc siêng năng cầu nguyện. Bởi vì bị trách cứ về những thiếu sót thường xuyên thì vẫn còn hơn là sự chảnh mảng hoàn toàn.

*Thánh Mark khổ tu*

Thiên Chúa sẽ không nhậm lời chúng ta cầu nguyện nếu như chúng ta không nhận mình là tội nhân. Chúng ta thực thi điều ấy khi chúng ta suy xét về tội lỗi của bản thân, chứ không phải tội lỗi của tha nhân.

*Thánh Moses Ethiopi*

Cầu nguyện làm cho chúng ta quen dần với việc thông hiệp với Thiên Chúa, và nhờ sự thực hiện lâu ngày, việc ấy sẽ đưa chúng ta đến chỗ thân thiết với Người; tình yêu Thiên Chúa chấp nhận và không ngại chia sẻ tình thân với cả những con người không có giá trị, miễn là tình yêu sống trong họ đem lại cho họ sự bạo dạn.

*Thánh Nilus Sinai*

Ban ngày, tôi đã cầu nguyện cả trăm lần, và ban đêm, cũng ngần ấy lần nữa.

*Thánh Patrick*

Một người không ngại cầu nguyện sẽ biết ngay nguyên do mỗi khi họ đạt được điều gì, và họ không thể kiêu ngạo về điều ấy được.... Bởi vì họ không thể gán điều ấy cho những khả năng bản thân, nhưng qui tất cả thành công của mình cho Thiên Chúa. Lúc nào họ cũng cảm tạ và thường xuyên kêu cầu Thiên Chúa, lo sợ bị rút lại sự trợ giúp.

*Thánh Abba Dorotheus*

Nếu đặt tất cả các nỗ lực và các việc đạo đức của anh em lên một đĩa cân, rồi đặt sự tĩnh lặng lên đĩa cân bên kia, anh em sẽ thấy đĩa thứ hai trĩu nặng hơn nhiều. Người ta có nhiều điều phải giữ; nhưng nếu ai giữ được tĩnh lặng, thì việc giữ các điều khác chỉ là phụ thêm mà thôi, và các việc đạo đức trước kia của người ấy cũng hóa ra phụ thêm; người ấy tỏ ra vượt qua tất cả những điều ấy, vì họ đã gần đạt đến sự trọn lành.

Khi gặp gỡ Thiên Chúa trong giờ cầu nguyện, anh em hãy như một đứa trẻ nín lặng.

*Thánh Isaak Syria*

Mọi phương cách của trần gian này thật thường và bất trắc như một cơn giông tố giữa biển khơi.

*Thánh Bede*

Cầu nguyện là thứ rượu làm vui thỏa tâm hồn con người.

*Thánh Bernard*

Việc cầu nguyện giúp tâm hồn nhìn thấy sự phù phiếm của những của cải và khoái lạc trần thế. Nó đổ tràn cho họ ánh sáng, sức mạnh và an ủi; đồng thời cho họ cảm nếm trước hạnh phúc thanh nhàn nơi quê hương trên trời của chúng ta.

*Thánh Rose Viterb*

Lạy Chúa con, con ngợi khen Chúa,

Vì Chúa đã dựng nên muôn loài,

Cách riêng là Anh Mặt Trời,  
Anh phân ngày đêm, Anh cho ánh sáng,  
Anh xinh đẹp và rạng ngời ánh quang chói lọi...  
Lạy Chúa con, con ngợi khen Chúa,  
Vì Chúa đã dựng nên Chị Trăng và các tinh tú,  
Tuyệt đẹp, trong sáng và lấp lánh trên bầu trời...  
Lạy Chúa con, con ngợi khen Chúa,  
Vì Chúa đã dựng nên Chị Nước,  
Thật hữu ích, khiêm tốn, cao quý và thanh sạch.  
Lạy Chúa con, con ngợi khen Chúa,  
Vì Chúa đã dựng nên Anh Lửa,  
Nhờ Anh, Chúa soi sáng đêm đen  
Anh xinh đẹp, vui vẻ, mạnh mẽ, hăng say...  
Lạy Chúa con, con ngợi khen Chúa,  
Vì Chúa đã dựng nên Chị Chết,  
Không ai có thể chạy thoát khỏi tay chị....

*Thánh Francis Assisi*

Người thế gian thường mua hỏa ngục bằng một cái giá quá đắt. Họ chịu hy sinh bản thân để làm đẹp lòng thế gian.

*Chân phúc Henry Suso*

Khi chúng ta cầu nguyện, thánh ý Thiên Chúa muốn lời cầu và niềm tin của chúng ta phải vươn xa như nhau. Vì nếu niềm tin chúng ta không vươn xa được như lời cầu nguyện, thì chúng ta chưa dâng lên Thiên Chúa một việc tôn vinh trọn vẹn trong giờ cầu nguyện của mình; chúng ta đã hoang phí thời gian và tự làm cho mình phải khổ.

*Chân phúc Julian Norwich*

Trong quãng thời gian hai mươi tám năm, tôi đã mất hơn mười tám năm trời

trong cuộc chiến giằng co vì tôi đã cố sức dung hòa Thiên Chúa với thế gian.

*Thánh Teresa Avila*

Khi chúng ta cầu nguyện, lời từ con tim phải được lắng nghe nhiều hơn là lời từ miệng lưỡi.

*Thánh Bonaventure*

Khi áp đôi môi nóng bỏng của mình vào Thánh Tâm rất dịu hiền của Chúa, con muốn làm giãn cơn khát của con ở nơi suối nguồn thần linh này.

*Thánh Phêrô Canisius*

Phương cách cầu nguyện tuyệt hảo là chẳng theo phương cách nào cả. Khi đi cầu nguyện, nếu ta tạo được trong tâm hồn một khả năng tinh tuyền để có thể tiếp nhận tinh thần Thiên Chúa, thì điều ấy đã đủ cho mọi phương cách.

*Thánh Jeanne de Chantal*

Không khí chúng ta thở, cơm bánh chúng ta ăn, trái tim đập trong lồng ngực chúng ta cũng không cần thiết để giúp chúng ta có thể sống đúng là một con người cho bằng lời cầu nguyện giúp cho chúng ta có thể sống đúng là một tín hữu.

*Thánh Gioan Eudes*

Người không bỏ cầu nguyện thì chẳng thể kéo dài thói quen xúc phạm đến Thiên Chúa. Hoặc họ bỏ cầu nguyện, hoặc họ sẽ ngưng phạm tội.

*Thánh Alphonsus Liguori*

Ngủ ngon dưới bóng cánh chở che của Thiên Chúa, thức giấc dưới ánh nắng rạng rỡ của mặt trời quang vinh với một sức mạnh và những phúc lành mới, được ban khả năng để thần trí có thể thông hiệp sâu xa với Người Cha, cảm nhận sự hiện diện và những tác động tình yêu của Người là chuyện không có gì sao? Anh em hãy tin chắc rằng tình yêu đủ sức liên kết chúng ta trung thành với Thiên Chúa, và trong khi chúng ta trung thành với Người, thì tất cả những ưu tư và nghịch cảnh ở đời này chỉ là những sợi dây yêu thương ràng buộc chúng ta

chặt chẽ hơn với Đấng sau này sẽ làm cho việc nhớ đến các điều ấy tan biến trong thực tại hạnh phúc đời đời của chúng ta.

*Thánh Elizabeth Seton*

Càng cầu nguyện, chúng ta càng ước muốn cầu nguyện. Như một con cá lúc đầu bơi trên mặt nước, sau đó, lặn xuống và càng lặn sâu hơn nữa thế nào, thì linh hồn cũng bơi, lặn và mất hút trong hương vị ngọt ngào của cuộc chuyện vãn với Thiên Chúa như vậy.

*Thánh Gioan Vianney*

Cả thế gian cứ ngủ mê, trong khi Thiên Chúa vô cùng nhân lành, vô cùng cao sang, vô cùng xứng đáng với mọi lời ngợi khen, thế mà chẳng ai tưởng nghĩ đến Người! Hãy xem, thiên nhiên ngợi khen Người, còn nhân loại... những kẻ phải chúc tụng Người thì lại ngủ mê! Vậy chúng ta hãy đi đánh thức vũ trụ dậy... và hát lên những khúc ca tán tụng Người.

*Chân phúc Mariam Baouardy*

Suốt ngày đêm tôi miệt mài với một suy tư: người ta cầu nguyện không đủ cho những người đã qua đời. Riêng tại quốc gia này, mỗi ngày có đến tám mươi ngàn người chết.

*Chân phúc Eugénie Smet*

Tôi biết các binh lính phải khổ sở rất nhiều và phải chịu đựng trong âm thầm. Giả như mỗi sáng khi thức giấc, họ chịu khó thân thưa với Thiên Chúa lời than thở đơn sơ này: “Lạy Thiên Chúa của con, con ước ao làm và chịu đựng mọi sự trong ngày hôm nay vì yêu mến Chúa.” Họ sẽ tích lũy được nhiều vinh quang muôn đời.

*Thánh Bernadette*

Tình trạng tê thảm của các thụ tạo không thể làm phai nhòa niềm vui sâu xa trong tâm hồn tôi, đó là “dòng chảy an bình” được trào tuôn khi tôi tưởng nghĩ đến phúc lành vô biên, lớn lao và bất biến của Đấng Tạo Hóa. Chúng ta

phải “tạ ơn Thiên Chúa vì vinh quang cao cả của Người,” hân hoan vì Người là Thiên Chúa.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Dưới tác động nhiệm lực của Chúa Thánh Thần, linh hồn như một chiếc đàn phát ra những giai điệu thần linh. Sợi dây càng đau đớn thì càng phát ra những thanh âm tuyệt vời. Vì thế, linh hồn thích thú nhìn sợi dây đàn của nó được tác động để có thể đạt đến cung lòng Thiên Chúa.

*Thánh Elizabeth Chúa Ba Ngôi*

Thật là một niềm vui khi tôi thức giấc và được chào kính Thiên Chúa bằng lời ca.

*Chân phúc Teresa Andes*

Chúng ta phải cầu nguyện không mỏi mệt, vì phần rỗi nhân loại không tùy thuộc vào thành tựu vật chất hoặc những khoa học làm u mê lý trí. Nó cũng không tùy thuộc vào vũ khí và các ngành công nghiệp nhân loại, nhưng chỉ tùy thuộc vào một mình Chúa Giêsu.

*Thánh Frances Cabrini*

Anh em đi cầu nguyện: để trở thành lửa, một ngọn lửa sống động, lan truyền nhiệt tâm và ánh sáng.

*Thánh José Escriva*



# TỘI LỖI đến SÁM HỐI

Ngày nay người ta không còn thích dùng danh từ “tội lỗi.”. Một số tín hữu mang nặng nề trạng tâm lý học đến mức nghĩ rằng trong quá khứ họ chỉ gặp những tổn thương, chứ họ không cố tình phạm một tội lỗi nào cả. Người ta quên rằng tội lỗi đến dưới cái lốt của những vui thú rất hấp dẫn, không bắt người trẻ phải chịu một tổn thương kinh hãi đến độ muốn nói dối, lừa đảo, trộm cắp hoặc tà dâm. Một trong những khía cạnh tệ hại nhất của tội lỗi là làm cho tâm hồn ra chai đá, chống lại Thiên Chúa.

Nhưng Thiên Chúa cho chúng ta biết lòng thương xót của Người thật vô biên. “Tình yêu khóa lấp muôn vàn tội lỗi” (1 Pr 4:8). Cho dù có phạm tội ghê tởm đến đâu, người ta cũng chẳng bao giờ có thể làm cạn được nguồn ơn tha thứ và lòng thương xót của Thiên Chúa. Khi sám hối, tốt nhất là qua bí tích Hòa Giải, chúng ta mang tội lỗi bản thân đến với Thiên Chúa và xin Người chữa lành chúng ta. Thật hữu ích khi chúng ta nhận thấy trong hàng ngũ các thánh có những dân làng chơi như thánh Mary Magdalene, Mary Ai cập, và Mary Edessa, hoặc dân côn đồ như thánh Moses Ethiopi. Nếu các ngài đã sám hối và nên thánh, vậy tại sao chúng ta lại không thể?

Với những người còn ở trần gian, không có sự sám hối nào là quá trễ. Con đường đến với lòng thương xót Thiên Chúa vẫn rộng mở.

*Thánh Cyprian*

Việc chúng ta xa lạc chính đạo không phải chỉ là sự tổn thiệt cho riêng chúng ta, nhưng còn là một sự cay cực cho các thiên thần và toàn thể các thánh trong Chúa Giêsu Kitô. Thảm trạng nhục nhã của chúng ta đem đến sự khốn khổ, còn ơn cứu độ của chúng ta đem lại niềm vui và hoan lạc cho tất cả các vị ấy.

*Thánh Anthony Ai cập*

Ai đã phạm tội thì đừng thất vọng. Đừng bao giờ. Chúng ta không bị đoán phạt vì số lượng tội lỗi đã phạm, nhưng vì chúng ta không muốn sám hối và học biết những phép lạ của Chúa Kitô.

*Thánh Mark khổ tu*

Hãy cứ để cho thân xác của tôi đây, vốn là dụng cụ của rất nhiều tội lỗi, phải chịu mọi cực hình [tử đạo].

*Thánh Afra*

Sự dữ gắn liền với bản tính của chúng ta như hoen rỉ với sắt, hoặc cáu ghét với thân xác. Nhưng hoen rỉ không do người thợ sắt và cáu ghét không do cha mẹ tạo ra thế nào, thì sự dữ cũng không do Thiên Chúa làm ra như vậy. Thiên Chúa ban cho con người lương tâm và lý trí để tránh lánh sự dữ, vì họ biết nó tai hại và đem lại khổ hình cho họ. Vậy anh em hãy cẩn thận cảnh giác, và khi anh em gặp người giàu có và quyền thế, thì đừng để ma quỷ lừa phỉnh mà chiều theo người ấy. Nhưng anh em hãy lập tức để sự chết hiện ra trước mắt; và anh em sẽ không bao giờ ước muốn bất cứ điều gì xấu xa hoặc phạm tục.

*Thánh Anthony Cả*

Tội lỗi là một sự dữ đáng kinh sợ, nhưng với người biết sám hối thì rất dễ chữa lành.

*Thánh Cyril Jerusalem*

Ai phạm tội là nô lệ cho tội.

Nếu như mỗi khi máu thánh Chúa Kitô đổ ra thì đều đổ ra vì ơn tha thứ tội lỗi, thì tôi là kẻ thường xuyên phạm tội, tôi phải lãnh nhận máu thánh ấy thường

xuyên. Tôi cần một phương dược thường xuyên.

Tội nhân không bị loại bỏ, chính họ tự loại bỏ bản thân họ.

Chúng ta tránh né con mắt người đời, nhưng chúng ta lại phạm tội ngay trước mắt Thiên Chúa.

*Thánh Ambrose*

Tội lỗi chính là quên lãng những sự đời đời và tìm kiếm những sự tạm bợ.

Tội lỗi của con càng khó chữa hơn nữa bởi vì... con thà để Chúa là Thiên Chúa Toàn Năng chịu thất bại trong con để rồi con đi đến hủy diệt còn hơn là để con bị Chúa đánh bại để rồi con được cứu độ.

*Thánh Augustine*

Tất cả hy vọng đều hệ ở bí tích Hòa Giải. Anh em hãy mạnh mẽ tin tưởng điều ấy. Anh em đừng nghi ngờ, đừng lưỡng lự, đừng bao giờ mất cây trông vào lòng thương xót của Thiên Chúa. Anh em hãy hy vọng và tin tưởng vào việc xưng thú tội lỗi.

*Thánh Isidore Serville*

Sám hối là từ tình trạng bất tự nhiên trở về với tình trạng tự nhiên, từ ma quỷ trở về với Thiên Chúa, nhờ kỷ luật và nỗ lực.

*Thánh Gioan Damascus*

Một người càng hạ mình xuống vực thẳm khiêm nhượng và nhận mình là kẻ không đáng được cứu độ, thì càng than khóc và tuôn trào suối lệ. Người ấy càng than khóc và tuôn trào suối lệ, thì niềm vui thiêng liêng càng trào đổ vào tâm hồn người ấy, và kèm theo là niềm cậy trông càng tăng bội, đem lại cho người ấy một sự vững tin hoàn toàn về ơn cứu độ.

*Thánh Simeon thần học gia mới*

Hỡi tội nhân, bất kỳ bạn là ai, đã sống nhiều năm trong đàng tội, đã lún sâu vào sự dữ, nhưng xin đừng ngã lòng... Để khích lệ bạn tin tưởng vững mạnh hơn, Thiên Chúa đã ban cho bạn một vị trung gian. Bằng những lời thỉnh cầu, vị

ấy xin được tất cả những gì ngài muốn. Vậy bạn hãy chạy đến cùng Đức Maria, và bạn sẽ được cứu độ.

*Thánh Bernard*

Chúa Chịu Nạn đã phán dạy tôi:

“Khi những người con của Cha, những người con vì tội lỗi đã lạc xa vương quốc của Cha và đã trở nên con cái của ma quỷ, quay trở về với Chúa Cha, thì Người hết sức vui mừng vì họ và Người cho họ thấy niềm hoan lạc vô cùng lớn lao của Người về sự hoán cải của họ, bởi vì Người thương xót tình trạng khốn cùng của họ.”

*Chân phúc Angela Foligno*

Chẳng thà anh em phải chấp nhận khổ cực do mọi thứ khổ hình tử đạo còn hơn đành phạm một tội trọng.

*Thánh Louis IX (vua nước Pháp)*

Anh em đừng giấu giếm cha giải tội điều gì... Bệnh nhân phải bày tỏ các thương tích mới mong được chữa lành.

*Thánh Margaret Cortona*

Không tội nhân nào trên trần gian này, cho dù trong tình trạng thù nghịch với Thiên Chúa đến đâu đi nữa, mà không thể quay về với Người và được phục hồi ơn thánh, nếu như họ chạy đến nương nhờ và xin Đức Mẹ Maria hộ phù.

*Thánh Birgitta Thụy điển*

Phạm tội là con người, nhưng ngoan cố trong tội là ma quỷ.

*Thánh Catherine Siena*

Lửa, tối tăm, giò bọ, hỏa ngục tương xứng với các đam mê. Các ham hố đủ loại, tăm tối vô tri toàn diện, đói khát vô độ những khoái lạc nhục thể... đó là những tiền cảm về các cực hình hỏa ngục, ngay từ bây giờ đã làm khốn khổ các tội nhân.

*Thánh Gregory Sinai*

Con người ở đời này hay thay đổi, vì yếu đuối và thất bại... họ sa vào tội lỗi. Tự mình, họ bất lực và ngu xuẩn, ý chí họ nặng nề. Ở đời này, họ sống giữa giông tố, ưu phiền và khốn cùng. Nguyên nhân ấy là vì họ mù tối, không nhìn thấy Thiên Chúa. Giả như lúc nào cũng nhìn thấy Thiên Chúa, thì có lẽ họ không có những xúc động lằng loàn và không gặp một khuấy động hoặc ham hố nào xui khiến họ phạm tội cả.

*Chân phúc Julian Norwich*

Không người mẹ nào vội vã đến cứu giúp đứa con của bà thoát khỏi tòa nhà đang cháy cho bằng Thiên Chúa đến cứu trợ một tội nhân biết sám hối, cho dù họ đã sa phạm một lượng tội nhiều hơn cả ngàn lần mọi thứ tội lỗi trên trần gian này.

*Chân phúc Henry Suso*

Khi linh hồn sống trong tình trạng tội lỗi, Thiên Chúa tự nội tâm không ngừng thúc bách và mời gọi. Nếu linh hồn đáp ứng những lời than van dụi hiền của Thiên Chúa, thì với lòng yêu thương tinh ròng như trước, Người tiếp nhận họ vào lại ân sủng của Người. Thiên Chúa không muốn nhớ lại linh hồn ấy đã từng sai lỗi, và Người không ngừng tỏ cho họ thấy mọi phúc lành họ có thể lãnh nhận.

Việc thanh luyện và hồi phục tình trạng tinh tấn nguyên tuyền cho linh hồn ngay ở đời này, để khỏi chịu luyện ngục ở đời sau, là một nhiệm vụ... Để có thể lập được công phúc bằng nhiều việc sám hối khắc nghiệt, linh hồn phải trải qua rất nhiều khốn khổ dữ dằn.

*Thánh Catherine Genoa*

Cho dù đang mắc tội trọng đi nữa, anh em cũng cứ cầu nguyện. Tôi xin đảm bảo với anh em rằng anh em sẽ đạt đến bến cảng phần rỗi.

*Thánh Teresa Avila*

Không sức mạnh nào có thể khuất phục được người cha cho bằng những giọt

nước mắt của đứa con nhỏ, cũng không gì có thể thúc bách Thiên Chúa phải ban cho chúng ta, không phải phép công thẳng, nhưng là lòng thương xót, cho bằng nỗi buồn phiền và sự ăn năn của chúng ta.

*Thánh Gioan Avila*

Nước dập tắt lửa thế nào, tình yêu cũng rửa sạch tội lỗi như vậy.

*Thánh Gioan Thiên Chúa*

Nơi nào tội lỗi sinh sôi nảy nở, thì giờ đây những giọt nước mắt hãy rửa sạch cái tổ ấy đi.

*Chân phúc Robert Southwell*

Nếu trót phạm tội, chúng ta hãy sắp mình ăn năn trước sự hiện diện của Thiên Chúa; và sau đó, bằng một hành vi tin tưởng vô giới hạn, chúng ta hãy gieo mình vào đại dương nhân lành của Người. Nơi đó, mọi sa ngã sẽ được bỏ qua và nỗi ưu phiền sẽ biến nên tình yêu.

*Thánh Phaolô Thánh Giá*

Con người là sa ngã, nhưng thiên thần thì chỗi dậy.

*Thánh Mary Euphrasia Pelletier*

Thiên đàng chứa đầy những tội nhân đủ loại sám hối và vẫn còn chỗ cho nhiều người khác nữa.

*Thánh Joseph Cafasso*

Về số phận đời đời của một người tự vẫn: “Từ khoảng cây cầu đến giòng sông, ông ấy đã ăn năn và đã được tha thứ.”

*Thánh Gioan Vianney*

Giáo Hội dạy rằng tà để nhật nguyệt sa khỏi bầu trời, địa cầu ngừng quay, và tất cả nhiều triệu người trên hành tinh này chết đói trong nỗi khổ cùng, xét theo đau khổ đời này, còn hơn một linh hồn... phạm chỉ một tội mọn, hoặc lỗi cố tình nói dối.

Như thế, chúng ta sẽ hiểu được bản chất của sự bất tuân và tội lỗi đích thực

của chúng ta,... chúng ta cảm nghiệm phúc lành của việc xóa sạch tội lỗi, việc cứu độ, ơn tha thứ, ơn thánh hóa không phải là những ngôn từ suông.

*Đáng đáng kính hồng y John Henry Newman*

Nếu như vào giờ chết, tội nhân xấu xa nhất trần gian biết sám hối và trút hơi thở cuối cùng trong một hành vi yêu mến, thì cho dù rất nhiều ơn thánh người ấy đã lạm dụng và rất nhiều tội lỗi người ấy đã sai phạm có cản trở đi nữa, thì Thiên Chúa vẫn tiếp nhận tội nhân ấy vào lòng thương xót của Người.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Ôi lạy Chúa, biết bao nhiêu hành vi thương xót của Chúa, hôm qua và hôm nay, từng giây phút cuộc đời con, từ trước khi con chào đời, từ trước lúc khởi đầu của thời gian! Con được đắm đuối trong lượng thương xót hải hải của Chúa, con gieo mình vào đó: những hành vi ấy bao bọc và ủ ấp con từ bề.

*Đáng đáng kính Charles de Foucauld*

Phải chăng sau khi trở lại, Magdalene, Phaolô, Constantine, Augustine đã trở thành những ngọn núi giá băng? Hoàn toàn ngược lại. Chúng ta có lẽ đã không có được những cuộc hoán cải phi thường và thánh thiện tuyệt vời như thế nếu như các vị ấy đã không biến những ngọn lửa đam mê phạm tục trở thành những ngọn núi lửa vĩ đại của tình yêu Thiên Chúa.

*Thánh Frances Cabrini*

Bằng những giọt nước mắt, những giọt nước mắt nam nhi nóng hổi, anh em có thể thanh tẩy được quá khứ và siêu nhiên hóa cuộc sống hiện tại của mình.

*Thánh José Escriva*

# CÁM DỔ đến KIÊN TRUNG

Trong thời đại hôm nay, chúng ta thấy mọi người, thuộc mọi lứa tuổi, đều bị tấn công vì các quyến rũ của tội lỗi. Theo sự mô tả trên các phương tiện truyền thông, việc tiêu xài tiền bạc vào những sự phù phiếm sẽ lập tức tạo ra hạnh phúc. Số phận nghèo khó và địa vị thấp kém trên nấc thang sự nghiệp bị cho là một số kiếp còn tệ hại hơn cả cái chết. Quan hệ tình dục tiền hôn nhân được coi như một chuyện bình thường của kinh nghiệm hò hẹn. Giữa một bầu khí luân thường đạo lý như thế, chúng ta thấy vô cùng cần đến chứng từ của các thánh.

Chúng ta cần nhớ chính Chúa Giêsu cũng đã chịu cám dỗ sau bốn mươi ngày chay tịnh trong hoang mạc. Nhiều môn đệ của Chúa Kitô đã bị ma quỷ làm khốn đốn thật kinh sợ như thánh Anthony Ai cập trong sa mạc, thánh Gioan Vianney, chân phúc Angela Foligno và thánh Catherine Genoa.

Các tín hữu đừng lầm tưởng bị cám dỗ là đồng lõa với sự dữ, đừng nghĩ sự dữ ấy còn thật hơn mọi ý hướng tốt lành và những hành vi yêu mến của chúng ta. Thiên Chúa để chúng ta chịu cám dỗ để chúng ta bám chặt vào Người hơn nữa trong những cơn thử thách gian truân. Điều quan trọng là chúng ta phải ứng xử thế nào khi bị cám dỗ! Các thánh có nhiều điều dạy cho chúng ta biết chiến thắng và đứng đầu hàng cơn cám dỗ. Các ngài đã đứng vững trong thử thách và đã nhận lãnh triều thiên sự sống (Gc 1:12).

Khi đã hiểu ra, linh hồn sẽ gớm ghét tội lỗi như một ác thú hôi thối. Nhưng khi chưa hiểu, họ yêu chuộng nó, chấp nhận làm nô lệ cho nó, chịu để nó cầm



giữ. Con người khốn khổ đáng thương ấy không nhìn thấy điều gì có thể cứu vớt họ, thậm chí không nghĩ đến điều ấy; lại tưởng rằng tội lỗi tô điểm cho họ, nên họ vui mừng hoan nghênh nó.

*Thánh Anthony Cả*

Trong lúc anh em chiến đấu chống lại ma quỷ, các thiên thần và Chúa của các thiên thần đang nhìn xem anh em.

*Thánh Ephraem*

Một tư tưởng xấu, đối với những người biết coi khinh, là một dấu chỉ minh chứng tình yêu của họ đối với Thiên Chúa, chứ không phải là ham mê tội lỗi; vì tác động của tư tưởng ấy không phải là tội, trừ khi tâm trí yêu thích chiều theo. Nếu chúng ta không yêu thích, tại sao chúng ta lại vẫn vương mãi với nó? Không thể có chuyện chúng ta thực tâm gớm ghét điều gì mà lại đối đáp lâu giờ với nó trong lòng, trừ khi chúng ta đồng thuận xấu xa với nó.

*Thánh Mark khổ tu*

Như hoa tiêu được thử thách trong giông tố; võ sĩ trên sỏi vạt; người lính nơi trận tuyến; và người anh hùng giữa nghịch cảnh thế nào: thì người tín hữu cũng bị thử thách trong cám dỗ như vậy.

*Thánh Basil*

Bao lâu còn cư ngụ trong căn lều thân xác và được phủ bọc trong huyết nhục yếu đuối này, chúng ta chỉ có thể điều hướng, chứ không thể hoàn toàn dứt bỏ các đam mê của mình được.

Vừa khi bị nhục dục tấn công, chúng ta hãy than thở: “Lạy Chúa, xin cứu giúp con, xin đừng để con xúc phạm đến Chúa.”

*Thánh Jerome*

Nước dập tắt lửa thế nào, thì lời cầu nguyện cũng dập tắt sự cuồng nhiệt của các đam mê như vậy.

Người ta hỏi tại sao lại có nhiều cám dỗ như thế? Chúng ta đừng bay là xà,

nhưng hãy tìm kiếm những sự trên cao.

*Thánh Gioan Kim khẩu*

Bao lâu còn trong thân xác hay chết này, tôi không tin vào mình.... Xác thịt nghịch thù luôn luôn lôi kéo tôi về sự chết, tức là chiều theo những quyền rũ bất hợp pháp.

*Thánh Patrick*

Sau khi vận dụng nhiều mưu mô nhưng vẫn thất bại trong việc cản trở giờ cầu nguyện của những linh hồn chuyên cần, tên quỷ gian xảo tạm nghỉ một thời gian ngắn; nhưng khi người ấy vừa xong giờ cầu nguyện, hấn lại đến báo thù. Hoặc hấn khêu lên cơn giận dữ của họ, và thế là hủy diệt tâm thái tốt đẹp do giờ cầu nguyện tạo nên, hoặc hấn kích thích một xúc động lạc thú và như thế là nhạo báng tâm trí của họ.

*Thánh Nilus Sinai*

Anh em đừng chống cự những tư tưởng do kẻ thù gieo rắc trong lòng, nhưng tốt hơn hãy cầu nguyện cùng Thiên Chúa mà dứt bỏ việc đối đáp với chúng.

Người ta phải làm việc không phải chỉ đến khi nhìn thấy hoa trái, nhưng cho đến tận cùng. Bởi vì ngay cả những quả chín cũng thường bị mưa đá hủy hoại.

*Thánh Isaak Syria*

Ma quỷ đích thân đến cám dỗ chúng ta hoặc xui xiểm những người không có lòng kính sợ Thiên Chúa chống lại chúng ta. Chúng đích thân cám dỗ khi chúng ta rút vào những nơi xa cách với đời, vì chính Chúa Giêsu đã từng bị cám dỗ trong hoang mạc. Chúng dùng người khác để cám dỗ khi chúng ta có những giao tiếp với đời, như chúng đã từng cám dỗ Chúa Giêsu qua những người Biệt phái. Nhưng nếu chăm chú nhìn ngắm Chúa Giêsu, tấm gương của chúng ta, chúng ta sẽ xua đuổi được chúng trong từng trường hợp.

*Thánh Maximus hiển tu*

Tên cám dỗ lúc nào cũng tinh táo, khai chiến thật dữ dội để chống lại những

người hẳn thấy rất cần trọng tránh lánh tội lỗi.

*Thánh Lê Cả*

Vậy chúng ta hãy canh giữ lương tâm... Chúng ta đừng để lương tâm tố cáo chúng ta về bất kỳ điều gì, nhưng cũng đừng coi thường nó trong bất cứ điều gì, cho dù nhỏ mọn... Nếu ai bắt đầu nói, “Tôi ăn miếng này thì có hệ gì? Tôi nhìn xem cái kia thì có can chi?” sau đó, từ “cái này có hệ gì, điều kia có can chi?” người ấy sẽ sa vào một tập quán xấu và bắt đầu coi thường cả những điều to lớn và quan trọng, rồi chà đạp chính lương tâm của họ.

*Thánh Abba Dorotheus*

Điều gì tốt anh em phải đạt cho bằng được, hãy chiến đấu nếu cần. Vậy, anh em đừng sợ cám dỗ, nhưng hãy vui mừng, bởi vì chúng đưa đến thành tựu. Thiên Chúa phù giúp và bảo vệ anh em.

*Thánh Barsanuphius*

Khi những tư tưởng xấu lén vào tâm hồn ta, tốt nhất ta hãy lập tức đập chúng vào tảng đá Chúa Kitô và giải bày chúng cho cha linh hướng.

*Thánh Benedict*

Cám dỗ nhất thiết phải có; vì ai sẽ được tôn vinh nếu không phải là người đã chiến đấu vì thánh luật, và người ấy chiến đấu thế nào được nếu như chẳng có ai tấn công.

*Thánh Bernard*

Chúng ta không có quyền đòi hỏi, nhưng phải nài xin Thiên Chúa ban cho ơn bền đỗ.

Nhận ra những ai là người chúng ta phải tránh lánh là một phương thế quan trọng để cứu lấy linh hồn mình.

*Thánh Thomas Aquinas*

Hãy bịt tai trước những lời xì xèo của hỏa ngục và can trường chống lại những đợt tấn công của nó.

*Thánh Clare Assisi*

Nếu Thiên Chúa không giữ gìn tôi, có lẽ tôi là con đàn bà xấu xa nhất trên đời này.

*Thánh Clare Montefalco*

Xin đừng bắt tôi phải nhượng bộ thân xác của tôi. Tôi không thể để như vậy. Giữa tôi và thân xác của tôi cần phải có một cuộc đấu tranh cho đến chết.

*Thánh Margaret Cortona*

Chúa đâu có nói: anh em sẽ không bị khốn khổ, anh em sẽ không bị cám dỗ, anh em sẽ không bị buồn phiền; nhưng Người nói: anh em sẽ không bị đánh bại.

*Chân phúc Julian Norwich*

Trừ phi mà chiều theo chúng tao [ma quỷ], còn không, chúng tao sẽ chẳng giảm bớt những cuộc tấn công cho đến ngày mày chết... [thánh Catherine đáp lại]: “Tôi đã quyết chọn đau khổ làm nguồn sức mạnh của tôi. Điều đó chẳng gian truân gì đối với tôi, nhưng đúng hơn là một niềm vui, tôi sẵn lòng vì Đấng Cứu Độ mà chịu đựng tất cả những gì các người gây ra cho tôi, trong thời gian bao lâu tùy uy linh Người muốn.”

*Thánh Catherine Siena*

Đôi khi [ma quỷ] xui giục các linh hồn ham hố một nhân đức hoặc một việc đạo đức nào đó đến lạ kỳ, để họ thực hiện việc ấy cách cuồng nhiệt; và rồi nó làm họ đâm ra chán nản đến độ chệnh mảng với mọi sự vì mỗi mệt và ngao ngán. Anh em cần phải thắng vượt cả chiếc bẫy này lẫn chiếc bẫy kia.

*Thánh Catherine Bologna*

Tư tưởng ấy đến và xui xiểm tôi phạm một tội trọng. Tôi lập tức chống lại và nó bị khuất phục. Nếu tư tưởng xấu xa ấy lại đến với tôi và tôi chống trả, nó vẫn cứ trở lại, nhưng tôi tiếp tục chống trả cho đến khi nó bị đánh bật hẳn, cách thứ hai này đáng công hơn cách thứ nhất.

Ai nhớ đến sự hiện diện của Thiên Chúa thì bớt nghĩ đến các tư tưởng khác,

nhất là các tư tưởng xấu xa... Sự hiện diện của Thiên Chúa là phương được chống lại tội lỗi bằng hai cách. Thứ nhất, vì Chúa nhìn thấy chúng ta; và thứ hai, vì chúng ta nhìn thấy Chúa.

*Thánh Ignatius Loyola*

Lạy Chúa, xin hãy cảnh giác với Philip, coi chừng nó phản bội Chúa.

Đức khiêm nhượng là người bảo vệ cho đức thanh sạch. Trong vấn đề thanh sạch, không có nguy hiểm nào tai hại hơn là thái độ không sợ nguy hiểm. Khi một người tự đặt mình vào dịp tội và tuyên bố, "Tôi sẽ không sa ngã," thì đó là dấu hiệu gần như xác thực rằng kẻ ấy sẽ sa ngã, với một thương tích trầm trọng cho linh hồn.

*Thánh Philip Neri*

Ở đây có một người mua hỏa ngục bằng cái giá quá nhiều gian khổ, đến độ họ có thể mua được thiên đàng, bằng một cái giá không đến một nửa như thế.

Hãy choáng đầu óc anh em bằng những tư tưởng tốt lành, còn không, kẻ thù sẽ đổ đầy vào đó những tư tưởng xấu xa. Đầu óc không thể nào không bận suy nghĩ.

*Thánh Thomas More*

Anh em hãy gớm ghét thứ tình yêu có mục tiêu cuối cùng là nhục dục, đó là mối mọt của tâm trí, bóng tối che khuất ánh sáng lý trí; mờ chôn ân sủng... sai lầm mọi lẽ. Tóm lại, đó là sự dữ gây hại không lường nào có thể tả xiết, trong đó, sống là chết, và chết là hỏa ngục.

*Chân phúc Robert Southwell*

Khi một tư tưởng xấu xa hiện lên trong tâm trí, chúng ta phải cố gắng lập tức hướng tư tưởng về Thiên Chúa hoặc một điều trung lập nào đó. Nhưng qui luật trước tiên là phải lập tức kêu cầu thánh danh Chúa Giêsu và Mẹ Maria và tiếp tục kêu cầu cho đến khi cơn cám dỗ chấm dứt.

Người nào tin tưởng vào bản thân sẽ hư mất. Người nào tin tưởng vào Thiên

Chúa sẽ làm được mọi sự.

*Thánh Alphonsus Liguori*

Chúa đã dang tay để kéo con ra khỏi vũng bùn nhơ mà các tình cảm của con đã đẩy con vào và bản tính quá buông thả của con đã nhận chìm con trong đó.

*Chân phúc Claude de la Colombiere*

Thư thánh nữ gửi cho người con trai đã lớn:

“Con đừng là người con yêu quý của mẹ nữa khi con khốn cùng đến nỗi cố tình vi phạm bất cứ giới luật nào của Thiên Chúa, hoặc bỏ bê những kinh nguyện của con, vì bất kỳ lý do gì... Ngay từ ban đầu, sau khi đã dâng hiến con cho Thiên Chúa, mẹ đã đón nhận con vào vòng tay và vào lòng mẹ, và mẹ vẫn không ngừng nài xin Thiên Chúa hãy cất mẹ khỏi thế gian này còn hơn là để con xúc phạm đến Người hoặc làm ố danh linh hồn quý đẹp của con. Và như con biết, cái chết của mẹ chính là khi biết con đã từ bỏ con đường nhân đức, con đường duy nhất có thể tái đoàn tụ mẹ con ta mãi mãi. Mọi sự khác thì mẹ có thể chịu nổi, nhưng sự cách biệt thì không bao giờ. Trái tim mẹ của con nhất định sẽ vỡ tan nếu như điều ấy xảy ra.”

*Thánh Elizabeth Seton*

Khi bị cám dỗ, anh em hãy kêu cầu thiên thần bảo mệnh của mình. Anh em hãy phớt lờ và đừng sợ hãi ma quỷ: nó run rẩy và bỏ chạy khi nhìn thấy thiên thần bảo mệnh của anh em.

*Thánh Gioan Bosco*

Thiên Chúa như một người mẹ ẵm con trên tay bên bờ một vực thẳm. Trong khi bà mẹ tìm cách giữ con cho khỏi nguy hiểm, thì đưa nhỏ lại cố sức để nhào xuống đó.

Trong mọi sự dữ, sự dữ lớn nhất là tình trạng không bị cám dỗ, bởi vì khi đó, rất có lý để tin rằng ma quỷ đã coi chúng ta là sở hữu riêng của nó.

*Thánh Gioan Vianney*

Đừng bao giờ... nghĩ rằng chúng ta đã biết đủ về bản thân cho đến khi nào chúng ta đã trải qua đủ loại cám dỗ và đã chịu thử thách tư bề. Trong tâm tính của chúng ta, ưu điểm về mặt này không bảo đảm được ưu điểm về mặt khác. Giả như chúng ta đã gặp những cám dỗ khác với những cám dỗ mà đến nay chúng ta đã từng trải qua, không biết chúng ta đã hành động như thế nào. Tư tưởng này giữ cho chúng ta khiêm nhượng. Là những tội nhân, nhưng chúng ta không biết mình khốn cùng như thế nào. Chỉ một mình Đấng đã chết vì tội lỗi của chúng ta biết được.

*Đáng đáng kính John Henry Newman*

Trừ khi ý chí chủ tâm chấp thuận, còn không thì chưa có tội lỗi gì cả; cũng chẳng có tội lỗi gì nếu như lý trí đã chống lại khi các tư tưởng xấu xa hiện lên và làm nó kinh tởm.

*Chân phúc Henry Suso*

Đối với một thiếu nữ, tuổi mười lăm là tuổi nguy hiểm nhất vì nó là lối đưa cô vào đại dương giông tố trần gian. Tuy nhiên, khi tôi lên mười lăm tuổi, Chúa Giêsu đã điều khiển con thuyền của tôi.

*Chân phúc Teresa Andes*

Trong giờ phút cám dỗ, anh em hãy tưởng nghĩ đến Đấng Tình Yêu đang chờ đợi anh em trên thiên đàng: anh em hãy vun đắp nhân đức cậy trông.

*Thánh José Escriva*

# BẤT ĐỊNH đến KHÔN NGOAN

“Trong mọi sự, người khôn ngoan hành động trong ý thức, người ngu xuẩn phô bày sự điên dại” (Cn 13:16). Tôi muốn nhận biết thánh ý Thiên Chúa, nhưng bằng cách nào tôi có thể biết chắc được điều đó? Bao nhiêu tín hữu đã từng đặt ra câu hỏi trên đây! Đức khôn ngoan - một trong bốn luân đức trụ - luôn được coi là một nhân đức rất quan trọng trên con đường bước theo Chúa.

Trong khi đức đơn sơ vâng phục cần thiết trong những trường hợp phân vân giữa điều xấu và điều tốt; thì đức khôn ngoan sáng suốt cần thiết trong những trường hợp phải lựa chọn giữa hai điều tốt, trong đó có một điều là thánh ý Thiên Chúa. Để tránh ảo tưởng, các thánh đã đề cao sự cần thiết của việc linh hướng và ơn khôn ngoan trời cao. Các thánh, đặc biệt là các thánh tiến sĩ Giáo Hội, được coi là những con người khôn ngoan nhất trong mọi thời đại. Chúng ta hãy cố gắng noi gương các ngài.

Thiên Chúa hướng dẫn mọi người bằng hoạt động ơn thánh của Người. Vì thế, anh em đừng biếng lười hay nản chí, nhưng hãy kêu cầu suốt ngày đêm để nài xin Thiên Chúa từ trời cao ban ơn hộ trợ, dạy cho anh em biết điều nên làm.

*Thánh Anthony Cả*

Nhiều người đã vì danh Chúa mà lập được những kỳ tích về sự khổ chế và chịu được nhiều gian lao nhọc nhằn; nhưng chỉ vì theo ý riêng, thiếu óc phán đoán lành mạnh và nghĩ rằng không cần phải nghe theo lời khuyên tốt lành của anh em, nên họ đã biến những lao nhọc của họ thành ra vô ích và luống công.



*Thánh Mark khổ tu*

Khi muốn làm một việc gì mà anh em thấy tư tưởng phân vân, và nếu sau khi đã kêu cầu thánh danh Chúa mà anh em vẫn còn phân vân đến từng chi tiết nhỏ, lúc ấy, anh em hãy biết rằng công việc anh em định làm ấy xuất phát từ ma quỷ và đừng làm nữa.

*Thánh Barsanuphius*

Những ai đã vấp ngã trên đất bằng, đừng nên đến gần vực thẳm.

*Thánh Gregory Cả*

Không ai bắt hạnh và sắp sửa hư mất hơn những người không có thầy dạy trên đường nẻo của Chúa.

*Thánh Abba Dorotheus*

Đôi khi có người ước muốn một điều tốt lành, nhưng Thiên Chúa không giúp đỡ họ. Điều này xảy ra bởi vì ước muốn ấy nhiều khi do ma quỷ mà ra và gây hại chứ không sinh ích; hoặc vì ước muốn ấy vượt ngoài phạm vi khả năng của chúng ta, khi chúng ta chưa đạt đến một đời sống xứng hợp; hoặc vì điều ấy xa lạ với hình thức nỗ lực chúng ta đã chấp nhận; hoặc vì vẫn chưa đến thời gian để điều ấy được hoàn thành hoặc bắt đầu được hoàn thành; hoặc vì chúng ta không có đủ kiến thức và sức mạnh; hoặc vì những hoàn cảnh hiện tại vẫn chưa thích hợp. Tuy nhiên, ma quỷ lại dùng tất cả mưu mô của hắn để đặt công việc ấy vào một ánh sáng thuận lợi, mưu đồ kích động chúng ta, khuấy đảo bình an tâm hồn và làm hại thân xác chúng ta. Vậy chúng ta phải cẩn trọng suy xét cả những ước muốn tốt lành của mình. Tốt nhất là hãy làm mọi việc theo lời khuyên nủ.

*Thánh Isaak Syria*

Anh em hãy đọc không mỏi mệt những giới luật của Chúa để anh em sẽ biết điều gì phải tránh và điều gì phải giữ.

Thiếu khôn ngoan, nhân đức biến thành nét xấu, những hứng khởi tự nhiên chỉ gây ra đảo lộn và làm hỏng nhân cách.

Ít người lưu tâm đến sự khôn ngoan vì chẳng mấy ai có được đức tính ấy.

*Thánh Bernard*

Hãy để người thánh thiện cầu nguyện; và hãy để người khôn ngoan cai trị.

*Thánh Thomas Aquinas*

Không thể hiểu biết và thực thi các giới luật một cách chính trực trừ khi cũng có một tâm hồn chính trực.

*Thánh Gregory Sinai*

Mỗi người hãy xét mình và xem Thiên Chúa mong muốn và chờ đợi mình điều gì, còn hãy kệ mặc những sự khác.

*Chân phúc Henry Suso*

Việc lưu tâm quá mức đến những sự thuộc về thân xác là điều đáng trách chừng nào, thì việc lưu tâm đến nó một cách hợp lý để giữ gìn sức khỏe hầu phụng sự Thiên Chúa là điều đáng đề cao chừng nấy.

*Thánh Ignatius Loyola*

Nếu tôi xao lãng, việc hiệp lễ sẽ giúp tôi tịnh tâm trở lại. Nếu hàng ngày có những dịp xảy đến xui giục tôi xúc phạm đến Thiên Chúa, tôi sẽ tự trang bị cho cuộc chiến mỗi ngày bằng việc lãnh nhận Thánh Thể. Nếu tôi đặc biệt cần đến ánh sáng và sự khôn ngoan để thực thi các phận sự nặng nề của tôi, tôi sẽ đến bên Đấng Cứu Độ, mong tìm được lời khuyên và ánh sáng của Người.

*Thánh Thomas More*

Đáng nguyên rủa cho thứ trung thành nào đi đến chỗ chống lại lẽ luật Thiên Chúa.

Ta đừng bao giờ làm bất cứ việc gì mà ta không thể làm trước sự hiện diện của mọi người.

Ta đừng bao giờ xác quyết bất cứ điều gì mà trước tiên ta không hiểu biết tường tận.

*Thánh Teresa Avila*

Một trong những chủ ý tuyệt hảo nhất chúng ta có thể có được trong tất cả các hoạt động đó là: chúng ta làm, bởi vì Chúa đã từng làm các việc ấy.

*Thánh Francis de Sales*

Tôi tưởng tượng linh hồn và thân xác tôi giống như hai chiếc kim của chiếc compa. Linh hồn tôi là chiếc kim đứng yên, cố định vào Chúa Giêsu, Đấng là trung tâm của tôi; còn thân xác tôi là chiếc kim di động, đang vẽ ra một vòng tròn gồm những công việc và các trách vụ của tôi.

*Thánh Anthony Mary Claret*

Nếu như có ai nói năng điều gì lỗi đức bác ái trước mặt anh em, anh em hãy lên tiếng bênh vực người vắng mặt; hoặc rút lui; hoặc nếu có thể, hãy dừng câu chuyện ấy lại.

*Thánh Gioan Vianney*

Tôi biết [Chúa Kitô] lúc nào cũng cư ngụ trong lòng tôi, hướng dẫn và soi động cho tôi mỗi khi tôi làm lụng hoặc nói năng điều gì. Khi nào cần thiết, một ánh sáng mà trước đó tôi chẳng hề có một tia lờ mờ nào cả liền đến với tôi.

*Thánh Thérèse Lisieux*

Trong mọi việc, anh em hãy suy nghĩ xem Thầy Chí Thánh đã làm điều gì, và anh em hãy làm như vậy.

*Đấng đáng kính Charles de Foucauld*

Anh em phải luôn có đức khôn ngoan và đức ái. Đức khôn ngoan có đôi mắt; đức ái có đôi chân. Đức ái có đôi chân muốn lao đến cùng Thiên Chúa, nhưng đà chạy của nó tối tăm và nhiều khi có thể vấp ngã nếu như không được đức khôn ngoan có đôi mắt hướng dẫn. Khi đức khôn ngoan nhận ra đức ái chưa được định hướng, nó liền cho đức ái mượn đôi mắt của mình. Như vậy, đức ái sẽ tự chủ và được đức khôn ngoan hướng dẫn, đức ái sẽ làm những gì nó nên làm, chứ không phải những gì nó thích.

*Thánh Piô Năm Dấu*

Anh em đừng bao giờ thực hiện một quyết định nào mà chưa dừng lại để suy xét vấn đề trước sự hiện diện của Thiên Chúa.

*Thánh José Escriva*