CON LÀ CON YÊU DẤU CỦA TA

"Chúng ta là những người con mà Thiên Chúa mong muốn chiếu theo ý định của Ngài."

Chúng tôi đang tham gia vào Tuần thứ 8 của chương trình tu nghiệp (Sabbatical Program) tại Trung tâm Mercy ở Colorado Springs và người thuyết trình yêu cầu chúng tôi suy ngẫm về bốn cách cầu nguyện chiêm niệm, như Thánh Teresa thành Avila đã thuật lại trong cuốn sách của mình: *The Interior Castle.*

Vào sáng ngày 26 tháng 10 năm 2022, chúng tôi được yêu cầu tập trung vào cách cầu nguyện đặt trọng tâm vào một vật thể nào đó, nó có thể là một bức tranh tôn giáo, hình cây thánh giá, hoặc tượng của Đức Mẹ hay của Chúa Giêsu. Đây là phương cách cầu nguyện mà thường diễn ra trong đời sống tâm linh, nhất là trong việc cầu nguyện khi một tâm hồn được mời gọi để tiến vào dinh thự thứ tư, trong lâu đài của Thiên Chúa được mô phỏng trong cuốn sách *Lâu Đài Nội Thất* (*The Interior Castle*), theo Thánh Teresa of Avila.

Dưới đây là đoạn trích dẫn từ tài liệu học tập của lớp:

> *Nơi dinh thự thứ tư (trong Lâu Đài Nội Thất) bắt đầu một khoảnh khắc của nhịp điệu tự nhiên và mối quan hệ sâu sắc hơn trong mối tương quan và tình bằng hữu đối với Thiên Chúa. Mức độ sâu sắc của tình bạn này đã trở nên mãnh liệt hơn và dẫn chúng ta đến một ý thức rõ ràng về sự khác biệt. Nơi dinh thự thứ tư (nghĩa là nơi cự ngụ trong lâu đài nội thất) trở thành một nơi tôn nghiêm cho sự tĩnh lặng, cô tịch và chiêm nghiệm.*[1]

[1] . Trích từ tài liệu "In His Image: A Journey with St. John of the Cross and St. Teresa of Avila" đã được trao cho học viên chúng tôi.

Xin cho phép tôi trích một đoạn từ ghi chú của lớp nói về cách cầu nguyện của sự tập trung (Prayer of Focus).

Trong giai đoạn này, người ta có thể huấn luyện các giác quan và các cơ quan của họ. Người đó có thể tạo ra một không gian trống trong suy nghĩ và cảm xúc của họ để chào đón sự thăm viếng của Thiên Chúa với tư cách riêng.

Vào giai đoạn này, họ chủ yếu tập trung vào đối tượng cầu nguyện. Bằng cách tập trung vào một cái gì đó cụ thể, ví dụ, một ngọn nến, một cây thánh giá hoặc nhà tạm Thánh Thể, hay một bức tranh tôn giáo, ví dụ như các Icons: có vẽ hình các Thánh, hay hình của Chúa hay của Đức trinh nữ Maria. Trong khi cầu nguyện bằng phương pháp này, một người có thể đạt được sự bình an và tĩnh lặng tuyệt vời, cũng như đón nhận được nguồn cảm hứng và sự giác ngộ đến từ Thiên Chúa. Lời cầu nguyện của tập trung bao gồm:

- Tại đây và bây giờ
- Hãy mở cặp mắt và chiêm ngắm
- Hãy để mọi sinh vật nói về Đấng Tạo Hóa, Đấng đã tạo dựng nên tất cả mọi loài
- Và sau cùng là các công trình này nói về Đấng Tạo dựng (Thiên Chúa) của nó như thế nào?

Do đó, tôi được yêu cầu theo sự đề nghị của người hướng dẫn tập trung vào một vật thể, chẳng hạn như một biểu tượng, một bức tranh tôn giáo, một bức tượng của Đức Mẹ hoặc Chúa Giêsu, hoặc thậm chí một tác phẩm điêu khắc. Vì vậy, tôi đi vào phòng khách, nơi tôi đang trú ngụ và tại đây có rất nhiều tranh ảnh và tượng điêu khắc được trưng bày thật đẹp mắt. Tôi nhìn xung quanh để tìm kiếm vật thể mà tôi muốn tập trung vào trong thời gian cầu nguyện của mình. Cuối cùng tôi quyết định chọn một tác phẩm điêu khắc có hình ảnh một người

cha, cho phép đứa con của mình nằm trên cung lòng của mình và đứa trẻ ngủ yên mà không hề sợ hãi hay lo lắng.

Tôi mời các bạn (là các độc giả) xem bức ảnh mà tôi chụp từ phòng khách, trước khi chia sẻ với các bạn sự suy ngẫm của tôi và những tư tưởng và cảm giác sâu sắc mà tôi đã cảm nhận được trong thời gian cầu nguyện.

Hình chụp do Lm Trần Mạnh Hùng

Trước khi bước vào việc cầu nguyện, tôi dành thời gian để ngắm nhìn vào vật thể, đó là bức điêu khắc, mà tôi đang tập trung toàn bộ sự chú ý của mình vào, sau một lúc, tác phẩm điêu khắc ấy bắt đầu truyền đạt với tôi và tiết lộ ý nghĩa của nó mà tôi có thể hiểu được. Tôi cảm nhận cách mãnh liệt dường như Chúa đang nói với tôi và giúp tôi hiểu được những ý nghĩa quan trọng của tác phẩm điêu khắc này. Vì vậy, đây là những gì tôi đã cảm nhận được trong lúc cầu nguyện:

- Đứa trẻ là tâm điểm của tác phẩm điêu khắc này. Đứa bé ấy đang ngủ bình yên và dường như em ấy không hề sợ hãi hay lo lắng
- Nhìn kỹ hơn, đứa bé giống như một thai nhi nằm trong bụng mẹ trước khi được sinh ra. Điều này cho thấy rằng Thiên Chúa không chỉ là hình ảnh của một người cha, mà Ngài còn là một người mẹ, Đấng có thể cưu mang mỗi người chúng ta trong cung lòng của Thiên Chúa.
- Người cha âu yếm nhìn đứa bé với tất cả sự quan tâm, sự yêu thường đầy trìu mến và với sự chăm sóc hết sức của mình. Có lẽ toàn bộ sự tập trung của người cha là đặt trọng tâm vào đứa bé, khi ông ta nhìn nó. Đối với tôi, dường như mối quan tâm duy nhất của người cha là về đứa con bé nhỏ đang nằm ngủ bình yên ở cung lòng và không có gì điều gì khác làm cho người phải quan tâm hay để ý tới.
- Hai tay của cha ấy đang nâng đỡ ông ta và đứa bé. Người cha không nắm giữ đứa trẻ mà để nó tự do, điều đó có nghĩa là Thiên Chúa muốn đứa bé được thong dong và trở nên chính mình. Khi tôi nhìn vào tác phẩm điêu khắc này, tôi cảm thấy rằng: Chúa là nơi nương tựa, là kiên thuẫn và là mã chiến giáp của tôi. Chính Ngài sẽ bảo vệ tôi, vì tôi là con yêu dấu của Thiên Chúa, và Ngài sẽ chăm sóc cho tôi. Mối quan tâm duy nhất của chính Chúa là về sức khỏe, niềm vui và sự an toàn của tôi. Tôi cũng tin rằng điều này áp dụng cho tất cả chúng ta.

Tôi vô cùng hạnh phúc và biết ơn sâu sắc đối với Thiên Chúa, Đấng đã mặc khải (tiết lộ) cái nhìn sâu sắc tuyệt vời này cho tôi, để tôi có thể gần gũi hơn

với Ngài, là Đấng Tạo hóa của tôi và Ngài yêu thương tôi vô điều kiện như đứa con yêu dấu của Ngài.

Tôi cảm thấy thật khó để diễn tả thành lời những gì tôi đã trải nghiệm được trong giây phút cầu nguyện (qua phương cách tập trung) sáng nay, khi tôi ngắm nhìn tác phẩm điêu khắc hết sức mỹ thuật và đầy những ý nghĩa cao siêu. Tôi chỉ muốn trân trọng điều mà tôi đã cảm nhận và muốn ôm áp nó trong trái tim của mình để tiếp tục suy ngẫm và khám phá thêm về những điều hiều diệu của bức điêu khắc ấy với chủ đề: “Con là con yêu dấu của Ta.”

Linh mục Trần Mạnh Hùng, STD.