

<http://www.geocities.ws/liemtpl/>
<http://www.geocities.ws/liempham>
<http://liempham.net>

NHẬP THỂ - TỰ HỦY VÌ YÊU

I. NHỮNG LƯU Ý ĐỂ GIÚP LTGĐT VÀ PHÂN ĐỊNH THIÊN LIÊNG

Cả ngày luôn năng nhớ Thiên Chúa Ba Ngôi đang ở bên mình, ở tận thâm sâu trong tâm hồn mình, luôn đồng hành với mình, để yêu thương nâng đỡ và bảo vệ mình.

Về cầu nguyện: đọc kinh, suy gẫm, và chiêm niệm. Xem <http://www.geocities.ws/liemtpl/>

II. BẢN VĂN KINH THÁNH

PI 2:

- ⁶Đức Giê-su Ki-tô vốn dĩ là Thiên Chúa
mà không nghĩ phải nhất quyết duy trì địa vị ngang hàng với Thiên Chúa,
⁷nhưng đã hoàn toàn trút bỏ vinh quang, mặc lấy thân nô lệ,
trở nên giống phàm nhân, sống như người trần thế.
⁸Người lại còn hạ mình, vâng lời cho đến nỗi bằng lòng chịu chết,
chết trên cây thập tự.
⁹Chính vì thế, Thiên Chúa đã siêu tôn Người và tặng ban danh hiệu
trổi vượt trên muôn ngàn danh hiệu.
¹⁰Như vậy, khi vừa nghe danh thánh Giê-su,
cả trên trời dưới đất và trong nơi âm phủ, muôn vật phải bái quỳ ;
¹¹và để tôn vinh Thiên Chúa Cha, mọi loài phải mở miệng tuyên xưng rằng :
“Đức Giê-su Ki-tô là Chúa.”

Lc 1:

- ²⁶Bà Ê-li-sa-bét có thai được sáu tháng, thì Thiên Chúa sai sứ thần Gáp-ri-en đến một thành miền Ga-li-lê, gọi là Na-da-rét, ²⁷gặp một trinh nữ đã thành hôn với một người tên là Giu-se, thuộc dòng dõi vua Đa-vít. Trinh nữ ấy tên là Ma-ri-a.
²⁸Sứ thần vào nhà trinh nữ và nói : “Mừng vui lên, hỡi Đấng đầy ân sủng, Đức Chúa ở cùng bà.” ²⁹Nghe lời ấy, bà rất bối rối, và tự hỏi lời chào như vậy có nghĩa gì.
³⁰Sứ thần liền nói : “Thưa bà Ma-ri-a, xin đừng sợ, vì bà đẹp lòng Thiên Chúa. ³¹Và này đây bà sẽ thụ thai, sinh hạ một con trai, và đặt tên là Giê-su. ³²Người sẽ nên cao cả, và sẽ được gọi là Con Đấng Tối Cao. Đức Chúa là Thiên Chúa sẽ ban cho Người ngai vàng vua Đa-vít, tổ tiên Người. ³³Người sẽ trị vì nhà Gia-cóp đến muôn đời, và triều đại của Người sẽ vô cùng vô tận.”
³⁴Bà Ma-ri-a thưa với sứ thần: “Việc ấy sẽ xảy ra cách nào, vì tôi không biết đến việc vợ chồng!”
³⁵Sứ thần đáp : “Thánh Thần sẽ ngự xuống trên bà, và quyền năng Đấng Tối Cao sẽ rợp bóng trên bà, vì thế, Đấng Thánh sắp sinh ra sẽ được gọi là Con Thiên Chúa. ³⁶Kìa bà Ê-li-sa-bét, người họ hàng với bà, tuy già rồi, mà cũng đang cưu mang một người con

trai : bà ấy vẫn bị mang tiếng là hiếm hoi, mà nay đã có thai được sáu tháng. ³⁷Vì đối với Thiên Chúa, không có gì là không thể làm được."

³⁸Bấy giờ bà Ma-ri-a nói : "Vâng, tôi đây là nữ tỳ của Chúa, xin Chúa cứ làm cho tôi như lời sứ thần nói." Rồi sứ thần từ biệt ra đi.

III. GỢI Ý CẦU NGUYỆN

NHẬP THỂ - TỰ HỦY VÌ YÊU

(Lc 1:26-38; Pl 2:6-11)

Bước 1: Chọn chỗ cầu nguyện. Tới đó, ý thức Thiên Chúa ở khắp mọi nơi, mình đang hiện diện trước thánh nhan Chúa. Kính cẩn chào Chúa. (LT 75)

Bước 2: Xin Chúa Cha ban Thánh Thần để giúp ý hướng tư tưởng hành vi hoạt động của mình đều nhằm làm vinh danh Chúa hơn. (LT 46)

Cũng có thể dùng lời nguyện xin khác: Xin Chúa Cha ban Thánh Thần của Chúa Giêsu Phục Sinh cho mình để Ngài

- thanh tẩy tâm hồn mình, thánh hóa mình, tha thứ tội lỗi cho mình, giao hòa mình với Thiên Chúa, giúp mình là thánh.
- giúp mình khao khát Thiên Chúa;
- giúp mình chọn Thiên Chúa trên tất cả; cụ thể, giúp mình gạt bỏ mọi vướng bận, mọi chia trí trong giờ cầu nguyện;
- giúp mình cầu nguyện, giúp mình cầu nguyện sốt sắng....

Bước 3: *Hội nhập khung cảnh* (LT 102-103)

Nhớ lại lịch sử điều tôi sắp chiêm niệm. Ở đây là Ba Ngôi Thiên Chúa đang nhìn xem khắp mặt địa cầu đầy người; và thấy mọi người đang sa xuống hỏa ngục, Ba Ngôi quyết định trong sự sống đời đời của mình rằng Ngôi Hai sẽ làm Người để cứu chuộc nhân loại; và như thế khi đã đến thời viên mãn, Ba Ngôi sai thiên thần Gabriel đến cùng Đức Mẹ.

Đặt khung cảnh, nhìn xem nơi chốn. Ở đây là sự mênh mông của thế giới, trên đó có biết bao dân tộc khác nhau; rồi nhìn riêng nhà và căn phòng của Đức Mẹ trong thành Nazareth, xứ Galilêa.

Bước 4: *Ơn xin* (LT 104)

Xin điều tôi muốn. Ở đây là xin được lòng hiểu biết thâm sâu về Chúa, Đấng đã làm người vì tôi, để được yêu mến Ngài hơn và theo Ngài.

Bước 5: *Điểm Gọi Ý* (LT 106-108)

106. ĐIỂM NHẤT:

- i. Lần lượt nhìn xem các nhân vật; trước tiên là những người trên mặt đất, với bao sự khác biệt, trong y phục và cử chỉ, người trắng kẻ đen, người hòa bình kẻ chiến tranh, kẻ khóc người cười, kẻ khỏe mạnh người ốm yếu, kẻ sinh ra người chết đi v.v.
- ii. Hai là nhìn xem và chiêm ngưỡng Ba Ngôi Thiên Chúa, như ngự trên ngai tòa uy nghi, đang nhìn xem mặt đất cùng toàn thể thế giới và mọi dân tộc ở trong sự mù quáng tối tăm, đang chết và đang sa hỏa ngục.
- iii. Ba là nhìn xem Đức Mẹ và thiên thần đang kính chào Người. Suy nghĩ để rút ích lợi bởi sự nhìn ngắm ấy.

107. ĐIỂM HAI:

- i. Nghe những điều người ta nói trên mặt đất, tức là nghe người ta nói với nhau, chửi rủa và nói phạm thượng v.v., như thế nào.
- ii. Cũng vậy nghe Ba Ngôi Thiên Chúa phán: "chúng ta hãy cứu chuộc nhân loại...".
- iii. Rồi những lời của thiên thần và Đức Mẹ; cuối cùng suy nghĩ để rút ích lợi từ những lời ấy.

108. ĐIỂM BA:

- i. Sau đó nhìn xem những việc người ta làm trên mặt đất, như đánh, giết, sa hỏa ngục ...;
- ii. cũng thế, nhìn xem việc Ba Ngôi Thiên Chúa làm tức là đang thực hiện công cuộc Nhập Thể cực thánh ...;
- iii. cũng thế, nhìn xem thiên thần và Đức Mẹ làm gì, tức là thiên thần đang thi hành chức vụ sứ giả và Đức Mẹ hạ mình khiêm nhường và tạ ơn Thiên Chúa. Đoạn suy nghĩ để rút ích lợi bởi mỗi việc ấy.

1. Nhìn, nghe, quan sát con người đang sa hỏa ngục

Con người bị sự dữ thống trị: đặt mình trên hết, không tôn trọng và tuân phục Thiên Chúa, xem tha nhân chỉ là phương tiện.

Làm khổ tha nhân.

Con người trong tình trạng bị đe dọa, không bình an, không hạnh phúc.

2. Nhìn nghe quan sát Ba Ngôi quyết định cứu độ con người

Thiên Chúa đã tạo dựng con người. Thiên Chúa muốn con người sống trong tình yêu của Ngài và yêu thương nhau. Con người đặt mình lên trên, không vâng phục Thiên Chúa và không yêu thương tôn trọng anh chị em mình, làm tổn thương nhau. Bất hạnh.

Thiên Chúa vẫn yêu thương con người. Và Ngài quyết định cứu độ con người.

Bằng cách nào? Con Thiên Chúa, Ngôi Lời, đã được trao sứ mạng cứu độ con người. Làm sao để con người sống bình an, tươi vui, triển nở, hạnh phúc? Làm sao để con người biết và tin Thiên Chúa yêu thương con người vô cùng? Làm sao để con người yêu thương nhau? Đó là sứ mạng của Ngôi Lời.

3. Nhìn nghe quan sát Đức Maria thưa tiếng Xin Vâng

Nhập thể để cứu độ con người.

Khi thời gian (đã định/tới thời viên mãn) tới, Thiên Chúa đã sai sứ thần Gabriel tới, hỏi ý kiến Đức Maria, xem Mẹ có sẵn sàng để Thiên Chúa can thiệp vào cuộc đời Mẹ qua việc đón nhận ý định của Thiên Chúa, chấp nhận thụ thai Con Thiên Chúa không? Và mẹ đã Xin Vâng, đã nhận lời.

Với tiếng Xin Vâng của Mẹ, Lời Thiên Chúa đã nhập thể làm người. Vũ trụ biến đổi.

Bước 6: Tâm sự (LT 109)

Sau hết, tâm sự bằng cách nghĩ về điều tôi phải thưa với Ba Ngôi Thiên Chúa hoặc với Ngôi Lời Hằng Sống đã nhập thể, hoặc với Mẹ Ngài cũng là Bà Chúa của chúng ta; cầu xin theo điều mình cảm thấy trong lòng, để được theo và bắt chước Chúa chúng ta vừa mới nhập thể hơn.

Đọc một kinh Lạy Cha.