

Nhìn Lại Chính Mình - Hành Trình Hy Vọng Trong Lòng Thương Xót

Hôm nay, Giáo Hội mời gọi chúng ta bước vào một không gian tĩnh lặng của tâm hồn, một nơi mà chúng ta có thể đối diện với chính mình, với những ánh sáng và bóng tối trong cuộc đời. Mùa Chay không chỉ là thời gian của sự hy sinh và hãm mình, mà còn là cơ hội quý báu để chúng ta thực hiện một cuộc "**Nhìn lại chính mình**", một cuộc hành trình khám phá những góc khuất, ăn năn sám hối và quyết tâm canh tân đời sống trong ân sủng của Chúa.

Chủ đề này càng trở nên ý nghĩa hơn trong bối cảnh Năm Thánh Hy Vọng, khi chúng ta được mời gọi trở thành những người lữ hành của niềm hy vọng. Để có thể hy vọng vào một tương lai tươi sáng hơn, chúng ta cần phải đối diện với quá khứ, không phải để chìm đắm trong sự thất vọng, nhưng để đón nhận ân sủng chữa lành và tha thứ của Thiên Chúa.

1. Nhìn Lại Quá Khứ Tội Lỗi: Từ Hối Hận Đến Thấu Hiểu

Bài đọc thứ nhất hôm nay đưa chúng ta đến với ông Daniel, một người con của dân Israel đang sống trong cảnh lưu đày tại Babylon. Giữa nỗi đau khổ của cảnh mất nước, ông đã dâng lên Chúa một lời cầu nguyện thống hối sâu sắc, không chỉ là lời thú tội cá nhân, mà còn là tiếng kêu than thay cho cả dân tộc.

Daniel nhận ra rằng, chính vì tội lỗi của họ, vì sự phản nghịch, bất trung với giao ước mà Thiên Chúa đã ký kết với tổ tiên, mà họ phải chịu cảnh lưu đày đau khổ. Ông đã can đảm nhìn lại quá khứ tội lỗi của dân tộc, của các bậc tiền nhân: "*Chúng con đã phạm tội, đã làm điều gian ác, đã bất trung; chúng con đã phản nghịch, đã xa lìa các giới răn và các quyết định của Ngài... Chúng con đã không vâng nghe tiếng Đức Chúa là Thiên Chúa chúng con, mà đi theo lề luật Ngài đã đặt ra cho chúng con qua miệng các ngôn sứ.*" (Daniel 9,5-6)

Lời cầu nguyện của Daniel không chỉ là một bản liệt kê tội lỗi, mà là một lời thú tội chân thành xuất phát từ một trái tim thống hối. Ông hiểu rõ nguyên nhân sâu xa của tội lỗi, những yếu đuối, những sai lầm mà dân tộc ông đã mắc phải.

Vậy, chúng ta học được gì từ lời cầu nguyện của Daniel?

- **Đừng chỉ đếm tội, hãy thấu hiểu:** Khi nhìn lại quá khứ, đừng chỉ dừng lại ở việc liệt kê những việc làm sai trái. Hãy đi sâu hơn để hiểu *nguyên nhân* của những tội lỗi đó. Điều gì đã khiến chúng ta đưa ra những lựa chọn sai lầm? Thiếu hiểu biết? Yếu đuối trước cám dỗ? Áp lực từ người khác? Hay đơn giản là sự ích kỷ, thiếu yêu thương?
- **Tội lỗi và hậu quả:** Suy ngẫm về những hậu quả mà tội lỗi của chúng ta đã gây ra. Không chỉ ảnh hưởng đến bản thân, mà còn đến những người xung quanh, đến gia đình, bạn bè, đồng nghiệp, thậm chí cả cộng đồng. Nhận thức rõ những hậu quả này sẽ giúp chúng ta trân trọng hơn ân sủng tha thứ và có động lực mạnh mẽ hơn để thay đổi.
- **Cầu nguyện với tâm tình của Daniel:** Hãy đọc lại lời cầu nguyện của Daniel, không chỉ bằng đôi môi, mà bằng cả trái tim. Đặt mình vào vị trí của ông, cảm

nhận nỗi đau của một dân tộc đang lưu đày, và dâng lên Chúa lời thú tội chân thành.

- **Hành động cụ thể:** Sau khi suy niệm và cầu nguyện, hãy quyết tâm thực hiện những hành động cụ thể để đền bù những thiệt hại do tội lỗi gây ra. Đến với bí tích Hoà Giải để đón nhận ơn tha thứ và ân sủng để tiến bước trong tình yêu Chúa.

2. Nhìn Lại Cách Hành Xử Với Tha Nhân: Từ Phán Xét Đến Cảm Thông

Bài Tin Mừng theo Thánh Luca hôm nay, Chúa Giêsu dạy chúng ta về mối tương quan với tha nhân. Ngài kêu gọi chúng ta sống yêu thương, tha thứ, không phán xét, không lên án. Ngài nói: *"Anh em đừng xét đoán, thì anh em sẽ không bị xét đoán; anh em đừng lên án, thì anh em sẽ không bị lên án. Anh em tha thứ, thì sẽ được tha thứ. Anh em cho, thì sẽ được cho lại."* (Luca 6:37-38)

Lời dạy của Chúa Giêsu thách thức chúng ta phải thay đổi cách nhìn, cách suy nghĩ và cách hành xử đối với những người xung quanh.

- **Phán xét và sự thật:** Thường thì chúng ta phán xét người khác dựa trên những thông tin편 diện, dựa trên những định kiến, hoặc thậm chí dựa trên những lời đồn đại. Hãy tự hỏi: Tôi có thực sự biết rõ hoàn cảnh của người đó không? Tôi có đặt mình vào vị trí của họ để hiểu những khó khăn, thử thách mà họ đang phải đối mặt không?
- **Lòng thương xót và sự tha thứ:** Thay vì phán xét, hãy tập trung vào việc thể hiện lòng thương xót. Nhớ rằng, ai trong chúng ta cũng có những yếu đuối, những lầm lỗi. Tha thứ cho người khác cũng là tha thứ cho chính mình. Chúa Giêsu đã tha thứ cho những người đóng đinh Ngài trên thập giá, vậy chúng ta có thể tha thứ cho những lỗi lầm nhỏ bé của người khác không?
- **Làm điều tốt một cách âm thầm:** Đừng chỉ làm những việc lớn lao, mà hãy chú ý đến những điều nhỏ nhất, những hành động yêu thương âm thầm trong cuộc sống hằng ngày. Một nụ cười, một lời động viên, một cử chỉ giúp đỡ nhỏ bé cũng có thể mang lại niềm vui và hy vọng cho người khác. Hãy nhớ đến dụ ngôn người Samari nhân hậu, người đã không ngần ngại dừng lại để giúp đỡ một người bị nạn, dù người đó không cùng tôn giáo, không cùng dân tộc với mình.
- **Tập trung vào điểm mạnh:** Thay vì chỉ nhìn vào những khuyết điểm của người khác, hãy cố gắng tìm ra những điểm mạnh, những phẩm chất tốt đẹp của họ. Khen ngợi, khích lệ sẽ giúp họ phát huy những tiềm năng tốt đẹp. Mỗi người đều có những tài năng, những khả năng riêng, và chúng ta có thể giúp họ tỏa sáng bằng cách nhìn nhận và trân trọng những điều đó.

3. Nhìn Lại Ước Muốn Của Mình: Khát Khao Nên Thánh, Sống Giống Chúa

Trong bài Tin Mừng, Chúa Giêsu còn khuyên nhủ chúng ta: *"Anh em hãy có lòng nhân từ, như Cha anh em là Đấng nhân lành."* (Luca 6,36) Đây là lời mời gọi nên thánh, trở nên giống Chúa Cha nhân từ, giống Chúa Giêsu hiền lành và khiêm nhường.

Vậy, chúng ta có thực sự ước muốn trở nên giống Chúa không? Chúng ta có khao khát sống theo những giá trị Tin Mừng không?

Hỏi bản thân: Thật sự, tôi có muốn nên giống Chúa Cha nhân từ không? Tôi có muốn sống theo những giá trị Tin Mừng không? Nếu có, thì tôi đã làm gì để hiện thực hóa ước muốn đó?

- **Tìm hiểu về cuộc đời Chúa Giêsu:** Đọc Kinh Thánh, suy ngẫm về cuộc đời của Chúa Giêsu, về những lời dạy và hành động của Ngài. Học hỏi từ Ngài cách yêu thương, tha thứ, phục vụ và hy sinh. Chúa Giêsu đã đến thế gian không phải để được phục vụ, mà là để phục vụ và hiến mạng sống làm giá chuộc cho muôn người.
- **Cầu xin ơn biến đổi:** Xin Chúa ban cho chúng ta ơn biến đổi, để chúng ta có thể từ bỏ những đam mê tội lỗi, những thói quen xấu, và sống một cuộc đời thánh thiện, xứng đáng là con cái của Ngài. Thánh Phaolô đã nói: *"Tôi sống, nhưng không còn phải là tôi, mà là Đức Kitô sống trong tôi."* (Galata 2:20)
- **Hành động cụ thể:** Đặt ra những mục tiêu cụ thể, có thể đo lường được, để giúp chúng ta tiến gần hơn đến sự thánh thiện. Ví dụ, mỗi ngày dành thời gian cầu nguyện, đọc Kinh Thánh, hoặc làm một việc tốt cho người khác. Dành thời gian cho những người cần đến chúng ta, lắng nghe những nỗi đau của họ, và chia sẻ những gì chúng ta có thể.

Những Người Lữ Hành Hy Vọng

Mùa Chay không phải là một cuộc chạy đua để trở nên hoàn hảo, mà là một hành trình khám phá bản thân, đón nhận lòng thương xót của Chúa và nỗ lực sống tốt hơn mỗi ngày. Hãy nhớ rằng, chúng ta không đơn độc trên hành trình này. Chúa luôn ở bên cạnh, sẵn sàng nâng đỡ và tha thứ cho chúng ta.

Nếu chúng ta nhìn lại quá khứ với lòng thành thật, nhận ra những yếu đuối và lầm lỗi của mình, và quyết tâm thay đổi, thì chúng ta sẽ kinh nghiệm được sức mạnh của lòng thương xót Chúa. Dù tội chúng ta có đỏ như son, Chúa vẫn có thể tẩy xóa, làm cho nên trắng như tuyết.

Mùa Chay này, chúng ta hãy bước vào hành trình **"Nhìn lại chính mình"** với lòng tin tưởng và hy vọng. Hãy để lòng thương xót của Chúa biến đổi chúng ta, để chúng ta trở thành những chứng nhân cho tình yêu của Ngài giữa thế giới hôm nay.

Xin Mẹ Maria, Ngôi Sao Hy Vọng, đồng hành cùng chúng ta trên hành trình Mùa Chay thánh thiện này.