[**THINH LẶNG (có Youtube)**](http://suyniemhangngay.net/2017/09/12/thinh-lang-4/)

[](http://suyniemhangngay.net/wp-content/uploads/2017/09/Screen-Shot-2017-09-12-at-1.20.44-PM.png)Cần phải sống cái thinh lặng, bởi vì đó là con đường đi vào chính bản thân mình để biết mình.  “*Hỡi người, hãy tự  biết mình*” (Socrate), đó là giềng mối của mọi sự khôn ngoan.

Trên phương diện nhân bản, ta thấy rằng chỉ có thinh lặng mới giúp ta thực sự lắng nghe để  thấu hiểu và đón nhận người khác một cách chân thực như chính họ đang là, và giúp ta bước vào sự tương giao chân thực.  Để nghe được một tâm hồn, phải trở nên nội tại trong mầu nhiệm của tâm hồn ấy.  Vì thế, cần phải tránh tiếng ồn ào và dư luận bung xung bên ngoài, nghĩa là tất cả những gì ngăn cản ta thực sự nghe được.  *“Người ta sẽ tin bạn không phải vì bạn nói nhiều, nhưng vì bạn biết thinh lặng để lắng nghe”* (Paul Xardel).  Trong đời sống trí thức và làm việc cũng vậy: *“Lời nói là nhất thời, im lặng là vĩnh cửu.  Trí tuệ chỉ làm việc được trong thầm lặng, công trạng chỉ đạt tới trong lặng thầm”* (Carlyle).

Trên phương diện tâm linh, thinh lặng càng cần thiết hơn, bởi vì tiếng ồn bên ngoài gây biến động tinh thần thay vì dẫn đưa nó đi vào chiều sâu của tâm hồn.  Và còn hơn nữa, tiếng ồn bên trong xóa mất dấu vết của sự thật mà ta khao khát tìm kiếm.  Bởi vậy, *“Những con người biết yêu sự thật là những con người của thinh lặng”* (Zundel).  Bao lâu còn ở trong sự ồn ào nội giới, con người vẫn còn bị mê đắm trong cái tôi của mình và trong sự sục sôi của dục vọng.  Thinh lặng là thước đo chiều sâu của đời sống nội tâm.  Không có gì quí trọng và tinh tế cho bằng cái quân bình thinh lặng, tuy nhiên nó không ngừng bị đe dọa  bởi tiếng ồn ào mà ta tự gây nên cho chính mình.  Chỉ có thinh lặng mới mạc khải cho chúng ta những vực thẳm của cuộc sống.  Chỉ có nó mới làm cho chúng ta tiến tới tinh thần, tiến tới đời sống tâm linh cao vượt mà con người hằng khát khao mong mỏi.

1. **Lời Chúa vang lên trong thinh lặng**

*Trong sách các Vua quyển 1 (19, 9… ), chúng ta gặp trình thuật kể lại cuộc gặp gỡ giữa Thiên Chúa với ngôn sứ Elia trên núi Hôrep để trốn lánh sự truy sát của Vua A- cáp và hoàng hậu Giêr-ra-ben.  Ông vào một cái hang và nghỉ đêm tại đó.  Có lời Đức Chúa phán với ông: “Ê-li-a ngươi làm gì ở đây?”  Ông thưa: “Lòng nhiệt thành đối với Đức Chúa, Thiên Chúa các đạo binh nung nấu con, vì con cái Ít-ra-en đã bỏ giao ước với Ngài, phá huỷ bàn thờ, dùng gươm sát hại các ngôn sứ của Ngài.  Chỉ còn sót lại một mình con mà họ đang lùng bắt để lấy mạng sống con.”  Người nói với ông: “Hãy ra ngoài và đứng trên núi trước mặt Đức Chúa.  Kìa Đức Chúa đang đi qua.”  Gió to bão lớn xẻ núi non, đập vỡ đá tảng trước nhan Đức Chúa, nhưng Đức Chúa không ở trong cơn gió bão.  Sau đó là động đất, nhưng Đức Chúa không ở trong trận động đất.  Sau động đất là lửa, nhưng Đức Chúa cũng không ở trong lửa.  Sau lửa có tiếng (gió hiu hiu) thì thào, êm nhẹ”, và Chúa ngự trong tiếng thì thào êm nhẹ.*

Thật ra, Lời Chúa vang lên trong mọi biến cố của cuộc sống: trong những lúc đau thương dập vùi âm ỉ cũng như trong những lúc êm ái nhẹ nhàng.  Nhưng bài học rút ra từ trình thuật trên là cung cách mà vị ngôn sứ tiếp nhận Lời Chúa.  Ông đã tiếp nhận Lời Chúa một cách thanh thản trong thinh lặng.  Cảnh tượng của câu chuyện xảy ra giữa đêm tối, trong sa mạc, trên núi cao và hết sức quạnh hiu.  Về khía cạnh này, ngôn sứ Elia thực sự đã hiện thân trở lại trong đời sống của Gioan Tẩy Giả, vì với Gioan Tẩy Giả, “*Lời Chúa cũng đến trong sa mạc*” (Lc 3, 2).  Từ ý nghĩa trên chúng ta xác định 2 điều:

1. Với một tâm trạng lo âu, bồn chồn, xao xuyến và náo động thì con người không có khả năng và cung cách tiếp nhận Lời Chúa, mà chỉ với tâm hồn tha thiết muốn lắng nghe trong thanh thản và bình lặng.
2. Khung cảnh tĩnh mịch, vắng vẻ bên ngoài là môi trường hết sức cần thiết để Lời Chúa vang lên.

Những điều đó đã được Tân Ước làm nổi bật lên khi Chúa Giêsu lên tiếng dạy “*khi cầu nguyện, hãy vào phòng, đóng cửa lại, và cầu nguyện cùng Cha của anh em, Đấng hiện diện nơi kín đáo (Mt, 6, 6).* Chính Chúa Giêsu cũng đã làm như vậy trong đời sống hằng ngày khi “*Sáng sớm, lúc trời còn tối mịt, Người đã dậy, đi ra một nơi hoang vắng và cầu nguyện ở đó” (Mc 1, 35).*

Trong tiến trình tu đức, thinh lặng bên trong và bên ngoài là điều kiện thiết yếu không thể thiếu (sine qua non) để mở ra một môi trường thuận lợi cho Lời Chúa đến với ta.  Nếu Lời Chúa đến với ta rất hiếm hoi thì nguyên do chỉ vì thiếu sự tĩnh lặng.  Thánh Ignatio cho biết rằng Lời Chúa bao giờ cũng vang lên từ trong tĩnh lặng [1], vì đó là điều kiện “thanh tịnh của Lời Chúa”.  Trước khi rước Mình Thánh Chúa, ta phải giữ chay và lòng thanh tịnh như thế nào, thì ta cũng phải chay tịnh để đón nhận Lời Chúa như vậy: giữ chay tịnh cho khỏi cái nhộn nhịp của bản thân cũng như của tha nhân.  Lời Chúa quyết liệt đòi buộc chúng ta phải tránh xa sự náo nhiệt của trần gian đến độ khi sai các môn đệ đi rao giảng, Chúa Giêsu đã dặn dò các ông “đừng chào hỏi ai dọc đường”(Lc 10, 4): nghĩa là phải tránh mọi thứ xáo trộn và rườm rà phụ thuộc bên ngoài làm phân tán sự bình lặng bên trong, làm cho việc rao giảng Lời Chúa trở nên bất lợi, mất đi tính cách hữu hiệu của nó.  Ở đây không phải chỉ đơn thuần là vấn đề giữ thinh lặng, mà là sống cái thinh lặng.  Sống cái thinh lặng nghĩa là làm cho cái TÔI hoàn toàn trống rỗng, là dành riêng một cõi riêng tư cho Lời Chúa được lên tiếng trong cuộc sống và lời rao giảng của mình, như thánh Phaolo đã nói về chính Ngài (Rm 1, 1).  Khi càng tiến sâu vào sa mạc của sự tĩnh lặng, người ta càng phải vứt bỏ những thứ cồng kềnh, những hình ảnh, những ký ức trong đầu óc, những ham muốn bề ngoài, những thần tượng trần tục.  Lời Chúa đã đến với Elia ở điểm cuối cùng của con đường hoang vu, trống vắng, và khi sức lực đã mỏi mòn, khiến ông nghĩ rằng mình đã hoàn toàn thất bại đến nỗi phải than van *“Đủ rồi, lạy Chúa, xin cất mạng sống con đi*” (1V 19, 4).  Chiếc bình sành ấy, tâm hồn ấy phải được làm trống rỗng hoàn toàn trước đã rồi mới có thể chứa đầy kho báu Lời Chúa (2 Cor 4, 7).  Thánh Augustin nói rằng : *“Giả sử Thiên Chúa muốn đổ tràn mật ngọt cho anh em, nhưng lòng anh em lại đầy giấm chua, thì anh em sẽ đựng mật ngọt vào đâu?  Anh em phải đổ hết những thứ đang chứa bên trong đó ra trước, phải chịu khó xúc sạch và lau rửa toàn bộ để xứng đáng tiếp nhận quà tặng nhiệm mầu”*[2].

Như vậy, thinh lặng còn là chết đi cái tôi, là chối từ sở hữu chính bản thân để cho Lời Chúa được thay thế và cất tiếng lên từ trong sâu thẳm của tâm hồn mình.  Tình yêu làm nên sự thinh lặng, và chỉ trong sự thinh lặng người ta mới nếm hưởng trọn vẹn hương vị của tình yêu nồng thắm lan tỏa từ chính người mình yêu, để từ đó ta mới có thể ngụp lặn trong mối tình nồng ấm và thẳm sâu của Thiên Chúa.

1. **Thinh lặng : môi trường gặp gỡ, thông hiệp và biến đổi.**

*“Không một vĩ nhân nào đã thành công mà không đắm mình trong tĩnh lặng để hồi tâm và cầu nguyện”*(P. Doncocur).  Mỗi người có thể xây dựng cho mình một cõi riêng tư của sự thinh lặng, là nơi hò hẹn hằng ngày để có thể gặp được Chúa.  Tĩnh tâm là bước vào cõi riêng tư, là đi vào cõi thinh lặng để gặp gỡ và lắng nghe tiếng Chúa.  Vì Thiên Chúa là bản nhạc thầm lặng (musica callanda) nói theo Gioan Thánh Giá, là một bản nhạc luôn mới mẻ do sự cấu tạo hòa âm lạ lùng của Ngài ở trong tâm hồn ta mà chỉ nghe được trong sự thinh lặng.  Thiên Chúa là sự hiện diện ở bên kia mọi lời nói. Chính sự thinh lặng là môi trường đưa ta vào sự thông hiệp, mang đến ánh sáng, bình an và niềm vui từ một con tim đến một con tim, là sự giao lưu tuyệt vời mà Thiên Chúa muốn thiết lập với ta.  Đó là một lời mời đi vào sự khám phá ra tình yêu bí ẩn đang ẩn náu thâm sâu trong cõi lòng của mỗi con người.  Thinh lặng không ngăn cản sự trung gian của ngôn ngữ và văn hóa, nhưng nó thiết lập khoảng không gian, trong đó những trung gian kia tan biến đi trước cõi vô biên, để một thế giới mới được mở ra cho sự gặp gỡ và thông hiệp, đó là thế giới của Thiên Chúa.  Sẽ không có tình yêu gặp gỡ và thông hiệp nếu tôi không tạo ra khoảng không gian để cho mầu nhiệm của bản thân, của tha nhân và của Thiên Chúa được diễn ra trong thinh lặng.

Trong sự thinh lặng, con người đang trong tình trạng tiến hóa, trở thành (devenir), biến đổi, bởi vì nó chỉ còn là một cái nhìn hướng về Thiên Chúa và được hòa nhập trong sự sống của Ngài.  Và lúc này lời có thể phát sinh, bởi vì người ta chỉ có thể nói về Thiên Chúa từ trong thinh lặng, và rồi cũng dẫn đến thinh lặng.  Bởi vì Sự Thật về Thiên Chúa chỉ có thể được nói lên và chỉ có thể được nắm bắt trong ánh sáng của ngọn lửa tình yêu, ở đó mọi lời nói được thiêu đốt tiêu tan trong thinh lặng.

Ngôi Lời đã trở thành người và Ngài đang cư ngụ giữa chúng ta (Ga 1, 14), đó là *Đức Giê-su Ki-tô, Ngài vẫn là một, hôm qua cũng như hôm nay (Dt 13, 8)*: Đấng đang là, đang có, đang hiện diện cách trọn vẹn trong thinh lặng.  Chính trong thinh lặng tôi được gặp Ngài và thấy Ngài đang nói với tôi, đang tha thiết yêu tôi, và đang làm nên cuộc đời tôi.  Trong sự thinh lặng tôi khám phá ra Ngài đang sống trong tôi và hoàn toàn vì tôi, điều mà trước kia tôi không tài nào hiểu được, nên tôi đã tưởng tượng ra cung cách của Ngài theo tiêu chuẩn và mức độ của bản thân mình: một bản thân hẹp hòi, ích kỷ, lệch lạc, đầy những tối tăm và những sự lôi cuốn của ma lực.  Chính vì thế, bao năm qua trái tim tôi vẫn sầu héo, tình yêu của Thiên Chúa nơi tôi bị ngưng trệ, bao nỗ lực và cố gắng trong kinh nguyện để vươn lên đều vô hiệu.  Tôi vẫn là tôi, không hề xoay chuyển chút nào, không hề biến đổi chút nào, vẫn là con người cũ, với cung cách đó, với lối sống đó, với kiểu suy nghĩ đó.  Vì tôi không thấy gì khác hơn nên tôi cũng không thể thay đổi gì khác hơn, cho tới khi trong khao khát mỏi mòn của sự trống vắng thinh không, tôi mới hiểu ra rằng cuộc đời dâng hiến trước tiên không phải là công việc mà là tình yêu.  Chúa cần tôi và khao khát chính tôi chứ không phải công việc của tôi.  Ngài muốn tôi dâng hiến chính mình tôi theo như chương trình và ý  định của Ngài chứ không theo cách thức và phương hướng của tôi, mà chỉ có thể hiểu được rõ ràng những điều đó khi tôi khao khát lắng nghe tiếng Chúa trong thinh lặng, từ trong sâu thẳm của tâm hồn mình bằng một tình yêu nồng cháy trong trái tim mình.  Đó là điều âm vang mãi trong tôi qua câu Chúa nói với Matta: *“Mác-ta! con băn khoăn lo lắng nhiều chuyện quá!  Chỉ có một chuyện cần thiết mà thôi.  Ma-ri-a đã chọn phần tốt nhất và sẽ không bị lấy đi”(Lc 10, 41-42)*.  Thái độ thinh lặng với lòng đầy yêu mến và sẵn sàng lắng nghe Lời Chúa của Maria phải làm nên một tâm thái trong cuộc sống của tôi mọi nơi và mọi lúc để có thể đón nhận Chúa một cách trọn vẹn hơn trong cuộc sống dâng hiến cho Ngài.

Sống đức tin là một cuộc hành trình đi vào chương trình của Thiên Chúa.  Quy luật tối thượng của cuộc hành trình đó chính là thinh lặng: thinh lặng khỏi những bon chen tranh giành của cuộc sống; thinh lặng khỏi những đam mê sôi sục và những toan tính vị kỷ; thinh lặng để không ngừng lắng nghe tiếng Chúa trong từng giây phút; thinh lặng để không ngừng đi vào lẽ khôn ngoan và hành động của Thiên Chúa; thinh lặng để nhận ra từng bước Chúa đi qua trong cuộc đời mình; thinh lặng để làm một với Ngài trong tâm tư, ý nghĩ và ước muốn cũng như trong tình yêu.  Chính trong thinh lặng mà ta được sống với Chúa, được kề cận và ở lại bên Ngài trong mọi ngày của cuộc đời mình.

Lm. Thái Nguyên