

## Giới Thiệu DẪN VÀO LINH THAO

*“Thầy bảo anh em:  
anh em cứ xin thì sẽ được, cứ tìm thì sẽ thấy, cứ gõ cửa thì sẽ mở cho.  
Vì hễ ai xin thì nhận được, ai tìm thì thấy, ai gõ cửa thì sẽ mở cho”*  
(Lc 11,9-10)

Mục đích của Linh Thao, theo thánh I-nha-xi-ô Lô-yo-la, là “sắp xếp lại cuộc đời”. “Sắp xếp lại cuộc đời” có nghĩa là gì? Tại sao phải sắp xếp lại? Làm thế nào để sắp xếp? Một số câu hỏi dẫn nhập có thể hữu ích.

### **1. Tôi đang ở đâu trong chặng hành trình cuộc đời?**

Chất liệu quan trọng để cầu nguyện với phương pháp Linh Thao chính là hành trình cuộc đời tôi. Thời gian Linh Thao là cơ hội quý giá để tôi dành cho mình một khoảng lặng giữa dòng đời, để tôi đọc lại đời mình.

- Tôi đang ở giai đoạn nào trong cuộc đời? Hành trình tôi đã đi qua: ngắn hay dài? Hành trình còn trước mắt tôi: dài hay ngắn?
- Tôi đã sống cuộc đời mình như thế nào? Tôi có hài lòng với quá khứ của mình chăng? Tôi có đủ niềm tin vào tương lai không?
- Đây là những niềm vui và hạnh phúc tôi đã được hưởng nếm trong một kiếp người? Đây là những gánh nặng và nỗi buồn thường đeo bám theo tôi?
- Có điều gì tôi muốn thay đổi nơi cuộc đời của mình không? Tôi có dám tin rằng tôi còn có thể thay đổi được, để sống tốt hơn, để hạnh phúc hơn, để sống đẹp lòng Chúa hơn?

### **2. Tôi đang khao khát điều gì?**

Điểm xuất phát cần có cho Linh Thao: khao khát của lòng tôi. Cần phải rất trung thực với lòng mình, trung thực với Chúa, để đọc ra những khao khát và ước ao sâu thẳm trong lòng tôi.

- Lúc này đây tôi muốn gì? Tôi ước ao Chúa làm cho tôi điều gì?
- Đây là điều đã nhiều lần tôi xin Chúa mà chưa được? Đây là ơn tôi ước ao mà chưa dám xin? Những ngày sống gần Chúa trong Linh Thao là cơ hội thuận tiện. *“Hãy xin thì sẽ được!”*. Tôi có dám xin – dám tìm – dám gõ cửa nhà Chúa không? Biết đâu trong khi tha thiết cầu xin và nài nỉ thân thưa với Chúa, tôi có cơ hội để nhận ra thực sự đâu là điều mình cần. Biết đâu Chúa

giúp tôi bằng cách ban cho tôi ơn còn lớn hơn điều mà tôi muốn xin, tôi dám xin.

- Hãy nghĩ đến những gởi gắm mà bao người khác đặt vào tôi khi tôi đến với cuộc tĩnh tâm lần này. Có cơ được thanh thoi và được gần Chúa, tôi cũng có nhiệm vụ cầu nguyện cho những người khác.

### **3. Ba nhân tố chính làm nên một cuộc tĩnh tâm theo phương pháp Linh Thao**

- (1) *Chúa Thánh Thần*:
  - Người đánh động từng tâm hồn, quy tụ chúng ta về đây
  - Người sẽ giúp chúng ta cầu nguyện, đồng hành với chúng ta cả trong những thời khắc an ủi đầy tâm tình lẫn những thời khắc khô khan sầu khổ.
- (2) *Người làm Linh Thao*.
  - Cá nhân:
    - Cố gắng của từng người. Nhịp đi của từng người. Tâm tình riêng của từng người
    - Giá trị của thính lặng trong đời sống hiện đại: 3 ngày tập thính lặng.
    - “Lạy Chúa xin hãy nói, vì tôi tớ Ngài đang lắng tai nghe” (1 Sam 3, 9)
  - Cộng đoàn:
    - Thính lặng là quà tặng quý nhất chúng ta có thể dành cho nhau trong Linh Thao. Để cầu nguyện được, cần có bầu khí cầu nguyện và hiệp thông
    - Hành trình tĩnh tâm theo Linh Thao rất gần với hành trình làm người:
      - Mỗi người có một lối đi riêng, mỗi người có một cuộc đời riêng để sống.
      - Nhưng chúng ta cần có nhau. Cần có những giây phút gặp gỡ và hội ngộ, cần có những thời khắc chia sẻ và nâng đỡ nhau.
- (3) *Người giảng Linh Thao*:
  - Là một khí cụ nghèo hèn trong bàn tay Thiên Chúa
  - Nhưng nếu đủ cộng tác, chúng ta dám tin rằng Thiên Chúa có thể làm nên nhiều công trình kỳ diệu từ những khí cụ tầm thường và nhỏ bé.