

## Bí Tích Thánh Thể Chữa Lành Trái Tim Tan Vỡ của Chúng Ta

Trong một thế giới đầy dẫy những thử thách, thất vọng và đau khổ triền miên, trái tim chúng ta thường bị những thương tích sâu xa. Cho dù đó là nỗi đau mất mát, những mối quan hệ tan vỡ, bệnh tật hay gánh nặng do tội lỗi của chính mình gây ra, tất cả chúng ta đều trải qua những khoảnh khắc tan vỡ thương đau. Phục hưng Thánh Thể muốn mang lại cho chúng ta một Tin mừng là Chúa Giêsu Kitô đang hiện diện thật trong Bí tích Thánh Thể; Người chờ đợi chúng ta ở đó để ban cho chúng ta ơn chữa lành và phục hồi. Bí tích Thánh Thể, sự hiện diện thật của Chúa Giêsu trong Mình, Máu, Linh hồn và Thiên tính của Người, có quyền năng chữa lành trái tim tan vỡ của chúng ta và đưa chúng ta trở về cùng mỗi quan hệ yêu thương với Thiên Chúa.

*Nhưng Bí tích Thánh Thể chữa lành trái tim tan vỡ của chúng ta như thế nào? Bắt đầu với việc nhìn nhận sự yếu đuối của mình, gặp gỡ Đức Kitô trong Bí tích Thánh Thể và sống trong một nền văn hóa Thánh Thể của cộng đồng mà chúng ta được chữa lành. Nhờ hiểu được quyền năng chữa lành của Bí tích Thánh Thể và vai trò của mình trong việc nuôi dưỡng một môi trường yêu thương và trắc ẩn, chúng ta có thể đón nhận lời mời gọi của Đức Kitô để được trở nên trọn vẹn hơn.*



### 1. Nhìn Nhận Sự Yếu Đuối: Mang Vết Thương của Chúng Ta đến với Chúa Giêsu

*Sự chữa lành bắt đầu bằng nhìn nhận sự yếu đuối của mình, sẵn lòng phơi bày sự tan vỡ và nỗi đau của mình với Đấng có thể chữa lành cho mình. Chúng ta thường âm thầm cam chịu những vết thương lòng, và sợ người khác nhìn thấy những yếu đuối của mình. Tuy nhiên, các sách Tin Mừng cho thấy rằng những người đã cảm nghiệm được sự chữa lành từ Chúa Giêsu là những người có can đảm công khai hoá sự yếu đuối của mình.*

Một thí dụ điển hình là câu chuyện người phụ nữ bị băng huyết (Mc 5:25–34). Sau nhiều năm chịu đựng căn bệnh, bà đã đến gần Chúa Giêsu giữa đám đông, tin rằng chỉ cần chạm đến viền áo

choàng của Người, bà sẽ được chữa lành. Mặc dù sợ bị chú ý, bà đã can đảm đến gần Người trong đức tin, và sự yếu đuối của bà đã được đáp lại bằng lòng trắc ẩn và chữa lành. Chúa Giêsu quay nhìn bà, gọi bà là “hỡi con” và xác nhận đức tin của bà, là điều đã mang lại sự chữa lành cho bà.

Giống như người phụ nữ trong câu chuyện này, chúng ta được mời gọi đem trái tim tan vỡ của chính mình đến với Chúa Giêsu, đặc biệt là trong Bí tích Thánh Thể. Chúa Giêsu luôn mong muốn gặp gỡ chúng ta trong những vết thương của chúng ta và chữa lành chúng ta. Nhưng *chúng ta phải sẵn sàng mở lòng mình ra đón nhận ân sủng của Người*. Trong Bí tích Thánh Thể, chúng ta kết hợp nỗi đau khổ, sự tan vỡ và nhu cầu được chữa lành của mình với Hy tế của Chúa Giêsu trên Thập giá và dâng chúng lại cho Người *như một của lễ hy sinh đẹp lòng Thiên Chúa*.

*Bí tích Thánh Thể là lời mời gọi nhìn nhận sự yếu đuối của chúng ta*. Khi đến gần bàn thờ để rước Lễ, chúng ta không nhận được một biểu tượng mà nhận được sự hiện diện sống động của Đức Kitô. Trong Bí tích Thánh Thể này, chúng ta được kết hợp với tình yêu hoàn hảo của Người. Và trong sự kết hợp ấy, con tim tan vỡ của chúng ta bắt đầu được phục hồi. Cho dù đó là nỗi đau do tội lỗi, đau buồn hay cô đơn gây ra, Chúa Giêsu bước vào vết thương của chúng ta và ban cho chúng ta món quà chữa lành.

## **2. Châu Thánh Thể: Gặp gỡ Sự Hiện Diện Chữa Lành của Đức Kitô**

*Một trong những cách mật thiết nhất để gặp gỡ sự hiện diện chữa lành của Đức Kitô ngoài Thánh Lễ là châu Thánh Thể*. Khi châu Thánh Thể, chúng ta đến trước Minh Thánh Chúa, đặt mình trong sự hiện diện của Người và để tình yêu của Người thấm nhập tâm hồn mình. Với những người đau khổ, thời gian im lặng và cầu nguyện trước Thánh Thể có thể là nguồn an ủi và chữa lành sâu xa.

*Trong lúc thinh lặng châu Thánh Thể, chúng ta có thể dâng những vết thương lòng của mình lên Chúa Giêsu và chỉ cần nghỉ ngơi trong sự hiện diện của Người*. Chúng ta không cần phải nói nhiều lời. Chỉ cần âm thầm hiện diện trước Chúa Thánh Thể là đủ. Khi chiêm ngưỡng Chúa Thánh Thể, chúng ta được nhắc nhở về tình yêu hy sinh mà Người dành cho chúng ta. Đó là *một tình yêu mãnh liệt hơn bất cứ đau khổ nào, kể cả sự chết, mà chúng ta phải chịu*.

Trong một bài trên trang web [Eucharistic Revival Blog](#), Cha Boniface Hicks, O.S.B., đã chia sẻ cảm nghiệm được chữa lành của mình trước sự hiện diện của Chúa Thánh Thể. Cha nhớ lại việc cầu nguyện trước Minh Thánh Chúa, và xin Chúa Giêsu cho ngài biết Người đã ở đâu trong một biến cố đặc biệt đau thương của cuộc đời ngài. Trong giây phút ân sủng đó, Cha đã cảm nghiệm được cảm giác sâu xa về sự hiện diện và tình yêu của Đức Kitô. Điều này đã mang lại cho ngài sự chữa lành. Đối với nhiều người, việc *Châu Thánh Thể mang đến một cơ hội tương tự để dâng những tổn thương sâu kín nhất của họ cho Đấng có thể chữa lành họ*.

Việc châu Thánh Thể cho phép chúng ta gặp gỡ Chúa Giêsu trong sự sung mãn của Người và cảm nghiệm được ánh mắt chữa lành của Người. *Khi ngồi trước Minh Thánh Chúa, chúng ta có thể để cho Đức Kitô chữa lành trái tim tan vỡ của mình, mang lại cho chúng ta sự bình an và phục hồi chúng ta, làm cho chúng ta trở nên trọn vẹn hơn*.

## **3. Xây Dựng Một Nền Văn hóa Chữa Lành Thánh Thể trong Giáo xứ**

Mặc dù những cuộc gặp gỡ cá nhân với Chúa Thánh Thể là điều cần thiết để chữa lành cá nhân, nhưng chúng ta không thể quên chiều kích cộng đồng của quyền năng chữa lành này. Thánh Thể

là nguồn mạch và tột đỉnh của đời sống Hội Thánh. *Trong bối cảnh cộng đồng giáo xứ, chúng ta được mời gọi cảm nghiệm được sự chữa lành trọn vẹn của Đức Kitô.*

*Đối với những người có tâm hồn tan vỡ, giáo xứ phải trở thành nơi chào đón, yêu thương và nâng đỡ. Đây chính là ý nghĩa của việc xây dựng một nền văn hóa Thánh Thể; một nền văn hóa mà trong đó tình yêu của Đức Kitô tràn lan trên toàn thể cộng đồng, chạm đến bất cứ ai bước qua ngưỡng cửa nhà thờ. Trong nền văn hóa Thánh Thể, việc cử hành Thánh Lễ là trung tâm, và mọi khía cạnh của đời sống giáo xứ đều hướng đến việc chữa lành và thánh hóa các thành viên.*

Xây dựng một nền văn hóa Thánh Thể trong giáo xứ có nghĩa là nuôi dưỡng một môi trường mà trong đó sự yếu đuối được chấp nhận. Ở đó, *những người đang đau khổ có thể đem những vết thương của họ đến với cộng đồng mà không sợ bị xét đoán.* Điều này đòi hỏi cả giáo sĩ lẫn giáo dân phải *cam kết sống tình yêu của Đức Kitô mà họ đã lãnh nhận trong Bí tích Thánh Thể.* Điều đó có nghĩa là phải chú ý đến nhu cầu của những người khác, cầu nguyện, nâng đỡ và đồng hành với những người đang đau khổ.

Ngoài ra, việc xây dựng một nền văn hóa Thánh Thể bao gồm việc *tạo cơ hội cho giáo dân gặp gỡ quyền năng chữa lành của Đức Kitô trong Bí tích Thánh Thể.* Điều này có thể bao gồm việc cung cấp các cơ hội thường xuyên để Châu Thánh Thể, tổ chức các Thánh Lễ chữa lành và khuyến khích việc năng lãnh nhận Bí tích Hòa giải, giúp chuẩn bị tâm hồn đón nhận toàn thể Đức Kitô trong Bí tích Thánh Thể. *Khi các giáo xứ của chúng ta trở thành những trung tâm yêu thương và chữa lành Thánh Thể, những người đau khổ có thể dễ dàng tìm thấy sự bình an và hồi phục mà họ tìm kiếm.*

#### **4. Thánh Thể là Nguồn Mạch Chữa Lành và Hoà Giải**

*Trọng tâm của Thánh Thể là máu nhiệm tình yêu tự hiến của Đức Kitô. Chúa Giêsu đã bị tan nát vì chúng ta trên Thập giá để chúng ta có thể được nên trọn vẹn trong Người.* Trong mỗi Thánh Lễ, chúng ta bước vào Máu Nhiệm Vượt Qua này qua việc tham gia vào Hy Tế của Đức Kitô, và đón nhận ân sủng tuôn chảy từ Thân Thể tan nát và Máu Thánh đổ ra của Người.

*Đối với những người mà tâm hồn bị tan nát, Thánh Thể là bí tích hoà giải họ, không những chỉ với Thiên Chúa mà còn với người khác, và với chính mình.* Khi đón nhận Thánh Thể, chúng ta được mời gọi trải nghiệm sự chữa lành đến từ việc kết hợp với Đức Kitô và Hội Thánh của Người. Những chia rẽ và vết thương do tội lỗi gây ra được chữa lành khi chúng ta đón nhận lòng thương xót của Thiên Chúa trong Bí tích Thánh Thể.

*Thánh Thể cũng mời gọi chúng ta mở rộng sự chữa lành đó cho tha nhân.* Cũng như chúng ta được tình yêu của Đức Kitô chữa lành, *chúng ta được kêu gọi trở thành công cụ chữa lành trong cuộc sống của những người chung quanh.* Điều này có thể có nghĩa là tha thứ cho những người đã làm tổn thương mình, tiếp cận những người cô đơn hoặc an ủi những người đang đau buồn. Tình yêu mà chúng ta nhận được trong Thánh Thể không nhằm mục đích ở lại trong chúng ta; *nó là để chia sẻ với những người khác.*

Khi chúng ta tiếp tục gặp gỡ Đức Kitô trong Bí tích Thánh Thể, trái tim chúng ta dần dần được biến đổi. *Càng mở lòng mình ra với quyền năng chữa lành của Bí tích Thánh Thể, chúng ta càng*

có thể sống sứ vụ của Đức Kitô, mang tình yêu và sự chữa lành của Người đến cho một thế giới đang bị phân hóa.

## **Kết Luận**

*Bí tích Thánh Thể là nguồn mạch chữa lành tối thượng cho trái tim tan vỡ của chúng ta. Qua việc nhìn nhận những yếu đuối của mình, cầu Thánh Thể và xây dựng nền văn hóa Thánh Thể trong các giáo xứ của chúng ta, chúng ta được mời gọi gặp gỡ tình yêu chữa lành của Đức Kitô một cách sâu xa và biến đổi. Thánh Thể không chỉ chữa lành chúng ta cách riêng, mà còn mời gọi chúng ta trở thành công cụ chữa lành trong cuộc sống của những người khác. Khi tiếp tục đón nhận món quà Thánh Thể, chúng ta hãy để Đức Kitô chữa lành vết thương của mình, phục hồi chúng ta khỏi tình trạng sự tan vỡ và làm cho chúng ta trở nên trọn vẹn hơn.*

*Trong Thánh Thể, chúng ta tìm thấy tình yêu mà mình khao khát, sự chữa lành mà mình cần đến và sự bình an vượt quá mọi hiểu biết. Chúng ta hãy đến gần bàn thờ với một tâm hồn rộng mở để đón nhận quyền năng biến đổi của Đức Kitô, Đấng không mong muốn gì hơn là làm cho chúng ta trở nên toàn vẹn.*

## **Câu hỏi để Suy Nghĩ**

- 1. Tôi cần dăng những khía cạnh nào trong cuộc sống của tôi cho Chúa Giêsu trong Bí tích Thánh Thể để được Người chữa lành? Làm sao tôi có thể nhìn thấy rõ ràng hơn những yếu đuối của mình khi chia sẻ những đau khổ với Đức Kitô?*
- 2. Làm sao tôi có thể dành nhiều thì giờ hơn cho việc Cầu Thánh Thể trong cuộc sống của mình? Tôi đã trải nghiệm sự chữa lành thế nào khi hiện diện trước Thánh Thể?*
- 3. Làm sao tôi có thể góp phần xây dựng một nền văn hóa chữa lành Thánh Thể trong giáo xứ của tôi? Giáo xứ của tôi có thể thực hiện những bước thiết thực nào để biến Thánh Thể trở thành trung tâm của cuộc sống và sứ vụ của mình?*
- 4. Bí tích Thánh Thể mời gọi tôi trở thành nguồn chữa lành và hòa giải cho người khác bằng những cách nào? Làm sao tôi có thể chia sẻ quyền năng chữa lành của Bí tích Thánh Thể với những người khác trong cuộc sống của tôi?*

*Phaolô Phạm Xuân Khôi*