



## **Chương Trình Buổi Họp Liên Gia**

1. Hát kinh Cầu Xin Chúa Thánh thần (1')
2. Lời nguyện mở đầu (Gia Chủ hoặc LG) (1')
3. Đọc một đoạn Kinh Thánh (2')
4. Suy niệm Lời Chúa và chia sẻ cảm nghiệm cá nhân dựa theo đoạn Kinh Thánh vừa nghe (Bài Kinh Thánh đã đánh động cá nhân như thế nào? Không giải thích Kinh Thánh. Nếu không có cảm nghiệm gì thì không bắt buộc phải nói) (5-10')
5. Giới thiệu và chia sẻ về đề tài của buổi họp. (Xem những câu hỏi gợi ý nhưng không nhất thiết chỉ giới hạn phần chia sẻ qua những câu hỏi này) (45')
6. Sắp xếp cho buổi gặp mặt lần tới, thông báo, tin vui, tin buồn, linh tinh
7. Hát một bài (Các bài hát trong tập họp LG) (...')
8. Đọc Kinh Hôn Nhân Gia Đình với 3 lời nguyện tắt kết thúc.

## **Phúc Âm - Mt 6, 25-34**

"Vì vậy Thầy bảo cho anh em biết: đừng lo cho mạng sống: lấy gì mà ăn; cũng đừng lo cho thân thể: lấy gì mà mặc. Mạng sống chẳng trọng hơn của ăn, và thân thể chẳng trọng hơn áo mặc sao? Hãy xem chim trời: chúng không gieo, không gặt, không thu tích vào kho; thế mà Cha anh em trên trời vẫn nuôi chúng. Anh em lại chẳng quý giá hơn chúng sao? Hởi có ai trong anh em, nhờ lo lắng, mà kéo dài đời mình thêm được dù chỉ một gang tay? Còn về áo mặc cũng thế, lo lắng làm gì? Hãy ngắm xem hoa huệ ngoài đồng mọc lên thế nào mà rút ra bài học: chúng không làm lụng, không kéo sợi; thế mà, Thầy bảo cho anh em biết: ngay cả vua Sa-lô-môn, dù vinh hoa tột bậc, cũng không mặc đẹp bằng một bông hoa ấy. Vậy nếu hoa cỏ ngoài đồng, nay còn, mai đã quăng vào lò, mà Thiên Chúa còn mặc đẹp cho như thế, thì huống hồ là anh em, ôi những kẻ kém tin! Vì thế, anh em đừng lo lắng tự hỏi: ta sẽ ăn gì, uống gì, hay mặc gì đây? Tất cả những thứ đó, dân ngoại vẫn tìm kiếm. Cha anh em trên trời thừa biết anh em cần tất cả những thứ đó. Trước hết hãy tìm kiếm Nước Thiên Chúa và đức công chính của Người, còn tất cả những thứ kia, Người sẽ thêm cho. Vậy, anh em đừng lo lắng về ngày mai: ngày mai, cứ để ngày mai lo. Ngày nào có cái khổ của ngày ấy.

## QUẢNG GÁNH LO MÀ VUI SỐNG

Khi tôi còn nhỏ mỗi khi nhận được tin xấu, mọi người trong gia đình tôi vẫn thường yên ủi nhau với quan niệm “sau cơn mưa trời lại sáng”, hết chuyện buồn rồi tin vui sẽ đến vì cuộc đời là một chuỗi buồn vui nối tiếp nhau. Vì vậy, tôi cố gắng tập sống thích nghi với mọi hoàn cảnh và “quảng gánh lo mà vui sống.” Trong một lần tình cờ mà những dòng tâm sự của một người lính vô danh trong quân đội đồng minh được đăng tải và sau đó được truyền đi khắp Hoa Kỳ, tôi xin tạm dịch những lời tâm sự này như sau:

“Tôi xin Chúa sức mạnh, để tôi được thành công  
Nhưng được ban cho sự yếu đuối, để tôi tự hạ mình biết vâng lời;  
Tôi xin tính kiên cường, để làm nhiều chuyện vĩ đại  
Nhưng được ban cho tính nhu nhược, để luôn biết cố gắng;  
Tôi xin được giàu có, để tôi có hạnh phúc  
Nhưng được ban sự nghèo khó, để có sự khôn ngoan;  
Tôi xin được quyền thế, để mọi người ngưỡng mộ  
Nhưng được ban sự hèn yếu, để luôn trông cậy Chúa;  
Tôi xin được mọi sự, để sống vui thú ở đời  
Nhưng được ban cho sự sống, để sống vui với mọi sự;  
Tôi không xin được những gì tôi đòi hỏi, nhưng lại được ban cho mọi sự tôi hy vọng;  
Tất cả mọi sự, ngoài những ý riêng của tôi, tôi đều được Chúa ban cho;  
Vì vậy, tôi là người có phúc hơn hết thảy.”

Trong cuộc đời ai mà không muốn giàu sang, quyền thế, và được mọi người ngưỡng mộ hay kính trọng. Nếu bạn đang có được những điều này, bạn là người may mắn. Bạn sẽ được Chúa chúc phúc nếu biết dùng tài sản và khả năng của mình để giúp người, giúp đời. Tuy nhiên, cuộc đời không phải ai cũng như ai: có người thành công thì cũng có kẻ thất bại, nhiều người được giàu sang nhưng số người nghèo khó lại đông gấp bội; có người tài ba, đẹp đẽ, quý phái được người đời ngưỡng mộ và kính trọng, nhưng lại có người yếu đuối, xấu xí, nghèo hèn bị người đời xem thường và xã hội ruồng bỏ; nhiều nơi chúng ta thấy có công bằng bác ái, nhưng còn nhiều chỗ chỉ thấy toàn là thù hận, áp bức, bóc lột, bất công... Và trên thế giới này nhiều nơi vẫn còn tồn tại những ưu đãi cho người tham tàn bất chính và những bất công đổ ập xuống đầu những người thấp cổ bé miệng.

Những vần thơ tâm sự trên là của một người thương phế binh phải chịu cảnh ngồi trên xe lăn trong suốt cuộc đời còn lại của mình mặc dầu anh còn rất trẻ. Như bao người khác anh cũng có ước mơ làm được những chuyện vang danh thiên hạ, nhưng những gì anh có được hiện tại chỉ là những thứ mà theo lẽ thường nhiều người cho là bất hạnh. Nhưng thay vì bi quan chán nản, anh ta lại vui vẻ chấp nhận sống cuộc đời còn lại với sự giúp đỡ của các y tá, và cuộc sống của anh là một gương sáng cho biết bao nhiêu người khác. Bản

tính thực sự của con người chỉ bộc lộ khi phải đối diện với những nghịch cảnh. Đôi khi tôi vẫn hay đọc thầm hai câu thơ rất hay mà nhiều người nói là của cụ Phan Bội Châu: “Ví phỏng đường đời bằng phẳng cả, anh hùng hào kiệt có hơn ai.”

Trong cuộc sống có rất nhiều yếu tố tác động đến chúng ta từ bên trong lẫn bên ngoài theo chiều hướng tốt hay xấu và với mức độ nào tùy theo hoàn cảnh, quan niệm, và sự chịu đựng của mỗi người. Cách thức và phản ứng của mỗi người khi chúng ta phải đối diện với những sự thay đổi đó cũng khác nhau. Có rất nhiều chuyện xảy đến chúng ta không thể biết trước hoặc ngay cả không thể hiểu được, nhưng một điều chúng ta có thể làm được là cố gắng thay đổi chính mình để thích nghi với hoàn cảnh mới. Có một câu chuyện ngắn kể rằng một ông phú hộ kia có một sân cỏ tuyệt đẹp nên ông ta bỏ nhiều công sức để chăm sóc nó. Khách vãng lai ai cũng không khỏi trầm trồ khen ngợi mỗi khi đi ngang nhà ông. Một hôm ông thấy những bông hoa dại màu vàng óng mọc lên trên khắp thảm cỏ xanh mướt. Ông ta giận lắm nên nhổ sạch chúng đi tận gốc rễ, nhưng một thời gian ngắn sau đó chúng lại mọc lên không thể diệt hết được. Ông ta buồn phiền đến mất ăn mất ngủ. Vợ ông thấy vậy mới khuyên nhủ: “Diệt không được sao ông không tìm cách yêu thích chúng.” Ông thấy vợ nói có lý bèn thay đổi quan điểm, và rồi dần dà ông nhìn ra được những vẻ đẹp riêng của chúng và không còn ghét chúng nữa.

Đối với người có niềm tin Kitô giáo, chúng ta tin rằng kế hoạch của Thiên Chúa đối với mỗi người khác nhau, và tất cả đều là những sự huyền nhiệm. Chúa Giêsu phán: “Hãy xem loài chim trời: chúng không gieo, không gặt, không thu tích vào kho; thế mà Cha anh em trên trời vẫn nuôi chúng. Anh em lại chẳng quý giá hơn chúng sao?” (Mt. 6, 26). Đối với những đau khổ mà chúng ta phải gánh chịu, thì chính Ngài cũng đã phải trải qua. Ngài chia sẻ với chúng ta “chén đắng” là con đường thập giá Ngài đã đi qua trong cuộc đời nơi dương thế, chứng tỏ con người không ai tránh khỏi bị chi phối bởi những sự lành và sự dữ. Ở đây chúng ta chỉ bàn tới thái độ của mỗi người là chấp nhận hay buông xuôi. Không chấp nhận hay đầu hàng và ngã lòng trông cậy vào Chúa trước những thử thách càng làm cho chúng ta xa cách Thiên Chúa và thêm phần đau khổ. Chấp nhận vác thánh giá với Chúa và để Ngài sử dụng cuộc đời mình như một mục đích làm sáng danh Ngài, chúng ta sẽ chẵn chẵn sẽ vượt qua được những thử thách đó. Chúng ta cảm tạ Chúa vì Ngài luôn đồng hành với chúng ta trong những gian truân thử thách trên đường đời.

Chúng ta nên tập sống an vui với những gì mình có, và sống hết lòng với mọi người. “Quảng gánh lo mà vui sống” là một triết lý sống rất hay ở đời. Chúa Giêsu cũng đã nói: “Vậy anh em đừng lo lắng về ngày mai. Ngày mai cứ để ngày mai lo. Ngày nào có cái khổ của ngày ấy” (Mt. 6, 34). Vâng, nếu biết sống phó thác trông cậy vào Chúa, chúng ta cũng sẽ nhận ra rằng: ngày nào cũng có cái vui của ngày ấy. Vui vẻ chấp nhận mọi thử thách được gọi

đến với chúng ta và tìm cách thích nghi với chúng, chúng ta sẽ tìm được ý nghĩa cao đẹp của cuộc sống như người lính vô danh trong câu chuyện trên đây vậy.

Martin Nguyễn

### **Câu Hỏi Gợi Ý:**

1. “Thuận vợ thuận chồng tát biển Đông cũng cạn”. Làm thế nào để vợ chồng giúp nhau vượt qua những khó khăn gian khổ trong cuộc sống?
2. Xin chia sẻ một kinh nghiệm trong cuộc sống mà quý anh chị đã vượt qua những khó khăn nghịch cảnh để sống thích nghi vui vẻ với hoàn cảnh mới.
3. Quý anh chị đã làm gì khi gặp những khó khăn thử thách? Cầu nguyện? Chia sẻ với vợ/chồng/gia đình? Tìm hỏi chuyên viên tâm lý?...