

Lo lắng đời thường



Là con người, mang kiếp phàm nhân, không thể tránh khỏi lo lắng, thậm chí là sợ hãi. Và ngay cả những đứa trẻ cũng có điều lo lắng, thậm chí những người điên cũng có dạng lo lắng đặc thù. Đó là chuyện tất yếu của kiếp phàm nhân. Không lo lắng thì làm sao "làm người" và "nên người"? Nhưng vấn đề là đừng quá lo lắng. Tâm bệnh sẽ kéo theo thể bệnh, và có thể... chết yếu!

May thay chúng ta có Thiên Chúa là cứu cánh và cùng đích! Ngài là tất cả: "Dẫu cha mẹ có bỏ con đi nữa thì vẫn còn có Chúa đón nhận con" (Tv 27:10). Đúng là đại phúc cho chúng ta, những tội nhân khốn nạn!

1. **Đừng lo lắng về ngày mai: ngày mai, cứ để ngày mai lo. Ngày nào có cái khổ của ngày ấy** (Mt 6:34).
2. Sao nhát thế? Làm sao mà anh em vẫn **chưa có lòng tin?** (Mc 4:40).
3. Có ai trong anh em nhờ lo lắng mà kéo dài đời mình thêm được một gang tay? Vậy, **việc nhỏ nhất mà anh em còn làm không được** thì anh em lo lắng về những việc khác làm gì? (Lc 12:25-26).
4. **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? (Mt 6:25).
5. Cứ yên tâm, chính **Thầy đây**, đừng sợ! (Mc 6:50).
6. **Đừng sợ!** (Mt 10:26; Mt 10:28; Mt 10:31; Mt 14:27; Mt 17:7; Mt 28:5; Mt 28:10; Mc 5:36; Mc 6:50; Lc 1:13 & 30; Lc 2:0; Lc 5:10; Lc 12:4; Lc 12:7; Lc 12:32; Lc 21:9; Ga 6:20; Kh 1:17-18).
7. Hỡi đoàn chiên nhỏ bé, đừng sợ, vì Cha anh em đã vui lòng **ban Nước của Người** cho anh em (Lc 12:32).
8. Đừng sợ, **chỉ cần TIN** thôi! (Mc 5:36).
9. **Đừng xao xuyến!** Hãy tin vào Thiên Chúa và tin vào Thầy (Ga 14:1).
10. Đừng sợ những kẻ giết thân xác mà không giết được linh hồn. Đúng hơn, anh em **hãy sợ** Đấng có thể tiêu diệt cả hồn lẫn xác trong hoả ngục (Mt 10:28).

Đó là 10 câu Chúa Giêsu nói về sự lo lắng. Bạn cảm thấy an tâm hơn chưa? Hãy luôn ghi nhớ những điều đó. Khi bạn cảm thấy lo sợ, hãy đọc đi đọc lại những câu đó và bạn sẽ cảm thấy thanh thản. Là Kitô hữu, chúng ta không nên quá lo lắng vì chúng ta có Chúa Giêsu. Chính Ngài là liệu-pháp-cuối-cùng để chữa "bệnh lo lắng" cho chúng ta. Nếu có cảm nghiệm về điều này, hãy chia sẻ với người khác để họ cũng được trải nghiệm sự bình an của Chúa! Sự bình an rất cần, nhất là sự bình an tâm hồn, vì khi gặp các môn đệ, điều đầu tiên là Chúa Giêsu chúc mọi người bình an (Ga 20:19-21). Ngài còn dặn đi đâu thì chúc bình an cho người ta (Mt 10:12; Lc 10:5), và Ngài cũng chúc bình an sau khi chữa bệnh cho người ta (Mc 5:34; Lc 7:50; Lc 8:48).

Chúng ta cần thay đổi cách sống, càng sớm càng tốt, vì Chúa Giêsu đã từng bảo chúng ta “đừng sợ” hoặc “đừng xao xuyến” dù có những người đe dọa làm hại chúng ta, nhưng Ngài cũng nói chúng ta NÊN sợ điều gì đó. Dù chúng ta lo lắng nhiều thứ, điều này thường không có trong dự tính, nhưng cũng nên như vậy. Tại sao? Vì khi biết sợ điều ác sẽ khiến chúng ta bám lấy Chúa và tuân giữ các huấn lệnh của Ngài. Nếu không làm, chúng ta sẽ mất Chúa!

Lo thì cứ lo, nhưng đừng thái quá, vì chúng ta “không thể làm cho một sợi tóc hoá trắng hay đen được” (Mt 5:36). Do đó mà phải học Đức Mẹ ở lời “xin vâng” tuyệt đối. Chúa Giêsu đã hứa chắc: “*Vì danh Thầy, anh em sẽ bị mọi người thù ghét. Nhưng dù một sợi tóc trên đầu anh em cũng không bị mất đâu*” (Lc 21:17-18).

Một lần nọ, trong khi đợi trời sáng, Thánh Phaolô khuyên mọi người: “*Cho đến hôm nay là mười bốn ngày, các bạn nhịn đói chờ đợi, không ăn gì cả. Vậy tôi khuyên các bạn nên ăn uống, vì có thể các bạn mới được cứu. Không ai trong các bạn sẽ mất một sợi tóc trên đầu* (Cv 27:33-34). Điều này cho thấy việc sinh hoạt đời thường vẫn cần thiết, vì đó là bảo vệ sự sống!

Lạy Chúa, xin thêm đức tin cho chúng con để chúng con mạnh mẽ và can đảm, có thể thực sự tin thác vào lòng thương xót của Ngài chứ không chỉ nói suông. Chúng con cầu xin nhân danh Thánh Tử Giêsu Kitô, Thiên Chúa cứu độ chúng con. Amen.

TRẦM THIÊN THU