

Phải Làm Gì Với Những

Gánh Nặng

Trong Cuộc Đời?



N

hững gánh nặng trong cuộc đời này thì đa dạng và

phong phú, ai ai cũng có, từ trong nhà ra ngoài xã hội, nơi công sở làm việc, ở trong dòng tu...đâu đâu cũng thấy những gánh nặng lớn nhỏ, cỡ nào cũng có cả!

- *Gánh nặng trong công việc bổn phận, trách nhiệm sinh dưỡng và giáo dục con cái.*
- *Gánh nặng của nghiện ngập rượu chè, cờ bạc, xì ke, ma túy, trai gái...*
- *Gánh nặng của bệnh hoạn, tật nguyền, nhất là gánh nặng của lo âu vì tình trạng suy đồi đạo đức trong xã hội!*
- *Gánh nặng của thất nghiệp, của nợ nần, của nghèo đói, thiếu thốn cơm áo, gạo tiền ...*

Những lúc phải mang vác những gánh nặng như vậy, ta phải làm gì? Theo bản tính tự nhiên, rất nhiều người, trong đó có tôi nữa, ta chỉ muốn quẳng những gánh nặng đó đi cho nhẹ nhõm, cho đời mình bớt khổ.

- *Người ta quẳng những gánh nặng của tài chánh, của bổn phận, trách nhiệm sinh dưỡng, nuôi nấng, giáo dục...bằng cách phá thai, vứt bỏ hay đem con bỏ vào trong các trại mồ côi...*
- *Người khác thì quẳng những gánh nặng mà họ đang phải mang vác bằng cách ly dị, ly thân...*
- *Một số khác nữa thì quẳng những gánh nặng của những nợ nần, của bệnh tật, của đau đớn...mà họ đang mang vác qua việc tự tử hay trợ tử (Euthanasia)...*

Thế nhưng, sau khi quẳng những gánh nặng ấy đi rồi, người ta vẫn đau khổ, thậm chí còn bi đát và nặng nề hơn, và những gánh nặng của họ còn chồng chất lên vai của những người thân yêu của họ gấp bội.

Bạn thân mến, khi mang vác những gánh nặng trong cuộc đời, dù lớn, dù nhỏ, dù nặng dù nhẹ, thì tôi và bạn đừng nên kiếm cách quẳng nó đi, nhưng xin hãy chạy đến với Đức Giêsu Kitô xin Ngài trợ giúp và ban thêm sức mạnh và ơn can đảm cho để mà vác cho nên, bởi chính Ngài đã hứa: *“Tất cả những ai đang vất vả mang gánh nặng nề, hãy đến cùng tôi, tôi sẽ cho nghỉ ngơi bồi dưỡng” (Mt 11:28)*. Chạy đến

với Chúa Giê-su, mở miệng ra xin Ngài ban ơn giúp sức, bạn và tôi sẽ có đủ can đảm, và sẽ có đủ nghị lực để mang vác những gánh nặng trong cuộc sống một cách dễ dàng hơn. Tôi xác tín như vậy!

Để nhân được sự trợ giúp của Chúa, và để có thể mang vác những gánh nặng lớn nhỏ trong cuộc đời này cho nên, bạn và tôi hãy cố gắng:

- **Tham dự thánh lễ và rước lễ thường xuyên:** Để nhờ vậy, chúng mình mới có đầy đủ dinh dưỡng và đủ sức để mang vác những gánh nặng trong cuộc sống hàng ngày.
- **Đọc và học hỏi Kinh Thánh:** Bởi vì Kinh Thánh chính là cuốn chỉ nam do chuyên gia Giê-su hướng dẫn cho chúng mình mang vác những gánh nặng của mình cho đúng cách.
- **Tham dự những giờ Châu Thánh Thể,** để xin Ngài ban thêm sức mạnh và xin Ngài cùng mang vác những gánh nặng nề trong cuộc sống của mình.

Bạn tin tôi đi, khi chúng mình có đầy đủ Thần Lương, có sự hướng dẫn của chuyên viên Giê-su, và với sự trợ giúp của Ngài, thì dù những gánh nặng của bạn và tôi có nặng nề mấy đi chăng nữa, thì nó cũng sẽ trở nên nhẹ nhõm đi rất nhiều cho mà xem!

Chúng ta cầu nguyện cho nhau, xin Chúa Thánh Thần, qua lời chuyển cầu của Mẹ Maria, ban cho chúng ta Ôn Khôn Ngoan và Ôn Thông Minh, để chúng ta hiểu và tin chắc rằng khi Chúa Giê-su đã hứa, thì Ngài sẽ thực hiện lời hứa ấy. Ngài chưa bao giờ và sẽ không bao giờ thất hứa, bởi vì Ngài là Đấng trung tín!

Tin tưởng, phó thác và mau mắn chạy đến với Chúa, xin Ngài ban ơn trợ giúp, thì nhất định những gánh nặng trong cuộc sống của chúng mình sẽ trở nên nhẹ nhàng hơn, dễ chịu hơn và sẽ dễ mang vác hơn. Bạn tin không?

Cầu chúc bạn và gia đình của bạn, cùng những người thân yêu của bạn, một tuần lễ bình an, khỏe mạnh và luôn sống trong ơn nghĩa của Chúa.

The burdens of this life are varied and abundant.

Everyone has them, whether in the home, in society, in the workplace, in the convent/monastery. Burdens exist everywhere and they come in various sizes!

- *The burden of the responsibility to nurture and educate our children.*
- *The burden of alcohol abuse, gambling, substance abuse, dating concerns...*
- *The burden of illness, disability, especially the burden of anxiety or overwhelmed due to a decline in morality and ethical behavior in the society.*
- *The burden of unemployment, debt, or poverty...*

What to do when burdens become overwhelming? Naturally, many people, including myself, just want an easy way out to find relief from our burdens, so that we suffer less.

- *Some people get rid of financial burdens, duties, and responsibilities of nurturing and educating their children by having an abortion, dumping babies in the garbage, or putting them in an orphanage.*
- *Others get rid of burdens through divorce, separation, leaving the location of the burden.*
- *Many others get rid of the burdens of debt, illness, pain, etc., through suicide or euthanasia.*

However, after people get rid of these burdens, they are still suffering, the aftermath and burdensome are even worse because by their actions they pile twice as much heavy burdens on their loved one's shoulders.

My dear friends, when we experience the burdens of life, no matter how big or small, lightweight or heavy, instead of trying to get rid of them, let us run to Jesus Christ for help and plead with Him to give us strength and courage to bear our burdens, for Jesus has promised: *"Come to me, all you who labor and are burdened, and I will give you rest"* (Mt

you who labor and are burdened, and I will give you rest" (Mt 11:28). If we turn to Jesus and beg for His grace, He will give us the courage and the strength to carry the burdens of life more easily. I am so convinced!

To receive God's assistance and the strength to carry the burdens of this life, both you and I need to strive to:

- **Attend Holy Mass and receive Holy Communion frequently** if we want to have enough nutrition and strength to bear the burdens of our daily lives.
- **Read and study the Bible**, for the Bible is a guidebook given by Jesus to teach us ways to carry our burdens properly.
- **Attend Eucharistic Adoration as often as possible.** Implore Jesus to be present with us and assist us to bear the burdens of our lives *"Come to me, all you who labor and are burdened, and I will give you rest"* (Mt 11:28).

Trust me, when we are filled with the Holy Spirit, with the expert guidance of Jesus, and with His infinite assistance, no matter how heavy our burdens are, we will experience a great liberation!

Let us pray for one another, that the Holy Spirit, through the intercession of Blessed Mother Mary, might grant us the grace of Wisdom and Knowledge, so that we may understand and believe that once Jesus promised, He will fulfill that promise. Jesus' promises never fail because He is faithful!

Trusting, surrendering, and running swiftly to the Lord, pleading Him to be of assistance; undoubtedly, the burdens of our lives will be light, tolerable, and carry easily. Do you agree?

Wishing you and your family, together with all your loved ones, a week ahead of you, filled with God's peace, health, and continuing to live in the grace of God.



What To Do

With Life's Burden?

Lm Đaminh Phạm Tĩnh, SDD

www.chatinh.org

www.sddhaingoai.com