

## BÀI HỌC 4

## KHI CHỈ MỘT MÌNH



**CÂU GÓC:** “Giê-hô-va Đức Chúa Trời phán rằng: Loài người ở một mình thì không tốt; ta sẽ làm nên một kẻ giúp đỡ giống như nớ” (Sáng thế Ký 2:18).

**KINH THÁNH NGHIÊN CỨU:** *Truyền đạo 4:9-12; Phi-líp 4:11-13; 1 Cô-rinh-tô 7:25-34; Ma-thi-ơ 19:8; Sáng thế Ký 37:34; Ê-sai 54:5.*

**M**ột câu chuyện thương tâm được đăng trên báo chí vài năm trước. Đó là câu chuyện tại một thành phố lớn ở Hoa Kỳ, người ta tìm thấy một người đàn bà trẻ đã chết tại căn nhà cô ở. Dấu cái chết này chính nó là một điều thương tâm, nhưng điều làm câu chuyện tang thương hơn cả ấy là cô ta đã chết trên mười năm trước khi người ta phát hiện tử thi của cô. Mười năm! Nhiều người đã phải đặt câu hỏi, thế nào, trong một thành phố lớn bao nhiêu người qua lại, và với bao nhiêu phương cách để liên lạc truyền tin cho nhau, mà một người đàn bà mà đây không phải chỉ là một người vô gia cư không người thân thiết, lại có thể chết lâu đến vậy mà không ai hay biết?

Tuy chuyện này thì cũng thuộc vào hạng thái quá, nhưng nó là một điển hình cho thực tế: Rất nhiều người đang từng trải hay đang sống trong sự cô đơn. Năm 2016, nhật báo New York Times chạy một hàng tít tựa đề, “Các nhà nghiên cứu đối đầu với một nạn dịch của sự cô đơn.” Vấn nạn này là có thật.

Từ buổi ban đầu, loài người không phải là để sống một mình. Từ Vườn Ê-đen trở đi, chúng ta sống trong cộng đồng, trong sự tương giao với những con người khác, không nhiều thì ít. Dĩ nhiên, tội lỗi xâm nhập vào thế gian, và không có gì còn vẹn toàn nữa. Tuần này chúng ta sẽ xem xét câu hỏi về tình bạn đồng hành và sự cô đơn vào những thời điểm khác nhau của cuộc đời mà, có lẽ, tất cả chúng ta đều phải đối mặt trong một thời gian nào đó. Nếu bạn chưa bao giờ phải đối diện với điều này thì hãy xem mình là một người may mắn.

## 1. TÌNH BẠN ĐỒNG HÀNH

**Đọc Truyền đạo 4:9-12. Ý chính của các câu này là gì? Nguyên tắc nào của cuộc sống mà tác giả bàn ở đây?**

Rất ít người trong chúng ta có thể sống suốt cuộc đời một mình. Cho dầu chúng ta là loại người không thích ở nơi đông người hay nhiều náo nhiệt và thích một mình thường xuyên, không sớm thì chầy cũng có lúc chúng ta cần có bạn đồng hành nhất là trong những hồi cần cấp. Bởi vì, con người thật sự được dựng nên để sống trong cộng đồng. Rất may mắn cho những ai có người thân trong gia đình có thể chăm sóc, đỡ đần cho mình, nhất là trong những lúc chúng ta cần.

Nhưng không phải ai cũng được may mắn như vậy. Nơi sở làm, trong hội thánh, trong cộng đồng chúng ta sống, nếu chúng ta không quen biết ai, không thân thích với ai, không phải trong lúc cần có sự giúp đỡ mà cả dầu chỉ để chuyện trò lúc cuối ngày, thì quả thật rất đáng buồn. Có một người độc thân đã nói, “Ngày khó nhất cho tôi là ngày Chủ Nhật. Trong tuần tôi đi làm ở sở gặp bạn cùng sở, ngày Thứ Bảy đi nhà thờ cũng gặp gỡ nhiều người. Nhưng ngày Chủ Nhật, tôi chỉ có một mình.”

**Các nguyên tắc nào chúng ta học được qua các câu Kinh Thánh dưới đây, nhất là khi chúng ta thấy mình thật cô đơn:**

Giăng 16:32, 33 \_\_\_\_\_

Phi-líp 4:11-13 \_\_\_\_\_

Đúng vậy, là Cơ Đốc nhân, thực trạng, chúng ta không những có Đức Chúa Trời, mà chúng ta còn có thể thông công với Ngài. Và chúng ta chắc chắn có thể tìm thấy sự an ủi qua tình thân ái có được với Ngài. Nhưng sự thân tình mà Đức Chúa Trời có cho A-đam, trong Vườn Ê-đen đã chẳng ngừng lại sau khi Ngài phán rằng “Loài người ở một mình thì không tốt.” (Sáng thế Ký 2:18). Bởi vậy Chúa biết rằng A-đam, cho dầu người có một mối thông công với Chúa trong một thế giới chưa bị tội ác làm cho hư nát, vẫn cần một người bạn đồng hành. Chúng ta cũng vậy, chúng ta cần có những mối tương giao với một người bạn đồng hành.

Chúng ta phải cẩn thận, đừng tưởng rằng một người mà lúc nào cũng đầy những người bao quanh thì chắc không thể nào cô đơn. Có những người cô đơn nhất thế giới lại là những người ở giữa các thành phố náo nhiệt và lúc nào cũng có người chung quanh họ. Chỉ vì bị vây quanh bởi nhiều người, chưa chắc đã có sự cảm thông nào được truyền đạt để làm cho người ta không còn cảm thấy cô đơn.

**Không phải lúc nào chúng ta cũng biết được có ai đó đang cảm thấy cô đơn, bị bỏ quên, bị chối bỏ, hay chỉ trong lòng có sự khổ đau và đang cần được có ai đó để họ cảm thấy an toàn, hay chỉ là để có người nói chuyện với mình. Làm thế nào để bạn có thể chủ động trong sự tìm kiếm để kết nối hoặc có sự lưu tâm hay nhạy cảm với những người này, dù họ là ai đi nữa?**

## 2. SỐNG ĐỜI ĐỘC THÂN

Một cô gái trẻ nói về lợi điểm của sự độc thân của mình: “Hai lần, tôi có cơ hội được kêu gọi đi truyền giáo, và tôi đáp ứng lời kêu gọi không chút ngại ngùng.” Một người có gia đình, với vợ hoặc chồng hay cả con cái, sẽ không dễ nhận lời đi truyền giáo nhanh chóng được. Người ấy phải suy nghĩ và đắn đo trong quyết định có can hệ đến gia đình mình.

**Các lý do nào là lý do tốt, theo lời của sứ đồ Phao-lô, để một người cần sống độc thân? 1 Cô-rinh-tô 7:25-34.**

Phần đông người ta nghĩ rằng việc tìm được người bạn đời và lập gia đình là ý Chúa có cho họ. Chẳng phải là Đức Chúa Trời đã phán, “Loài người ở một mình thì không tốt” hay sao? Tuy vậy, trong Kinh Thánh chúng ta có nhiều gương về những người độc thân, kể cả gương cao cả hơn hết, Đức Chúa Giê-su.

Tiên tri Giê-rê-mi đã được Chúa bảo đừng lập gia đình (Giê-rê-mi 16:1-3); đó là một sự phán xét trong một tình trạng lịch sử của dân Y-sơ-ra-ên. Chúng ta không biết bao lâu thì sự cấm đoán đó được cất đi, nhưng chúng ta biết Giê-rê-mi đã là một đáng tiên tri lớn khi ông là một người độc thân.

Cũng vậy, đời sống hôn nhân của Ê-xê-chi-ên cũng không có phần quan trọng, dầu chúng ta có biết vợ ông đã qua đời bất thành linh. Ông đã không được phép khóc để tang vợ mà phải tiếp tục với sứ mạng mà Đức Chúa Trời đã giao phó cho ông (Ê-xê-chi-ên 24:15-18). Tiên tri Ô-sê cũng phải chịu đựng một cuộc hôn nhân tan vỡ, nhưng vẫn tiếp tục hầu việc Chúa. Câu chuyện của Ô-sê nghe cũng hơi khác thường với chúng ta, Đức Chúa Trời biểu ông hãy đi lấy một cô điếm – mà Đức Chúa Trời biết là cô ta sẽ phản bội Ô-sê để chạy theo đàn ông khác (Ô-sê 1-3). Nhìn lại cuộc đời của tiên tri Ô-sê, chúng ta thấy Đức Chúa Trời muốn cho thấy biểu tượng về tình yêu mà Ngài có cho Y-sơ-ra-ên và cho chúng ta, nhưng thật Ô-sê phải đau đớn lắm khi Ô-sê phải là đối tượng của bài học.

Trong cả ba thí dụ cuộc đời kể trên, hôn nhân không phải là vấn đề. Đức Chúa Trời để ý nhiều đến sự trung chính, sự biết vâng phục của một cá nhân, và khả năng người ấy có thể phát biểu được những lời mà Đức Chúa Trời muốn người tiên tri nói. Chúng ta không thể để việc có hay không có gia đình của chúng ta là một điều định nghĩa chúng ta là ai. Sẽ có nhiều người ngày nay dèm pha rằng một người không lập gia đình là còn thiếu sót. Phao-lô trả lời, “Hỡi anh em, tôi lấy sự thương xót của Đức Chúa Trời khuyên anh em dâng thân thể mình làm của lễ sống và thánh, đẹp lòng Đức Chúa Trời, ấy là sự thờ phượng phải lẽ của anh em” (Rô-ma 12:1, 2).

**Các cách thực tế nào mà bạn có thể làm việc cho những người chưa kết hôn, cả thuộc viên hội thánh cũng như không là thuộc viên?**

### 3. KHI MỘT CUỘC HÔN NHÂN KẾT THÚC

Trong mọi cách mà tội lỗi đã tàn phá nhân loại, trừ sự chết và khổ đau, gia đình là nơi mà tội lỗi tàn phá hơn hết? Các chữ “gia đình rối loạn” xem như là thường tình, vì đã là gia đình, thì thế nào cũng có không nhiều thì ít, sự rối loạn.

Ngoài sự chết, một trong những điều khó khăn nhất mà một gia đình phải đối diện, ấy là sự ly hôn. Những người phải qua một cuộc ly dị trải nghiệm hàng loạt cảm xúc. Có lẽ điều đầu tiên và thông thường nhất là đau khổ, tùy từng cá nhân, có thể kéo dài từ vài tháng đến vài năm với cường độ khác nhau. Có người sợ hãi, sợ những điều mình không biết, như về tài chánh, về sự quen thuộc nay thay đổi, về đối diện với xã hội mình là kẻ thất bại; hoặc người ta tuyệt vọng hay tức tối, và cả sự cô đơn.

**Chúng ta học được gì về sự ly dị qua các câu Kinh Thánh sau đây?**

Ma-la-chi 2:16 \_\_\_\_\_

Ma-thi-ơ 5:31, 32 \_\_\_\_\_

Ma-thi-ơ 19:8 \_\_\_\_\_

1 Cô-rinh-tô 7:11-13 \_\_\_\_\_

“Hội thánh trong vai trò một cơ quan cứu chuộc của Đấng Cơ Đốc phải phục vụ cho các thuộc viên của mình trong tất cả mọi nhu cầu của họ và nuôi dưỡng mọi người để tất cả có thể phát triển và có kinh nghiệm của một Cơ Đốc nhân trưởng thành. Điều này đặc biệt đúng khi các thuộc viên phải đối diện với các quyết định lâu dài như hôn nhân và kinh nghiệm đau khổ như ly hôn. Khi một cuộc hôn nhân đi đến chỗ rạn nứt, cả hai người trong cuộc phải cố gắng mọi cách, cũng như gia đình hội thánh phải giúp mang lại sự hòa giải cho họ trong sự hòa hợp với các nguyên tắc thiêng liêng để hàn gắn một mối liên hệ đã bị thương tổn (Ô-sê 3:1-3; 1 Cô-rinh-tô 7:10, 11; 13:4-7; Ga-la-ti 6:1).

“Hội thánh và các tổ chức của giáo hội có các chương trình có thể giúp thuộc viên trong sự phát triển một mái ấm gia đình Cơ Đốc vững chắc. Các sự trợ giúp này bao gồm: (1) chương trình chỉ dẫn giúp các cặp sắp lập gia đình để họ không ngỡ ngàng với đời sống hôn nhân, (2) chương trình chỉ dạy cho các cặp vợ chồng cùng với gia đình họ, và (3) chương trình hỗ trợ cho các gia đình tan vỡ và cho những người đã ly dị.” – *The SDA Church Manual*, ấn bản số 19, (2016), trang 161.

**Có những phương cách nào bạn có thể giúp đỡ những người đang trải qua sự ly hôn, vừa thực tế mà cũng vừa không đoán xét người ta?**

## 4. CHẾT VÀ CÔ ĐƠN

Có người đã từng đặt câu hỏi: Cái chết đối với con người và con gà có khác gì nhau? Câu trả lời là, cả hai đều phải chết, nhưng khác nhau là con người biết rằng chúng ta SẼ chết, nhưng con gà thì không biết. Và thật vậy, cái sự biết mình sẽ chết ảnh hưởng cách chúng ta sống vô cùng.

Như chúng ta biết, trong mọi mối tương quan, kể cả hôn nhân, không sớm thì chầy chúng ta sẽ đi đến một cuối cùng khi kẻ thù lớn nhất của chúng ta hiện đến: sự chết. Cho dầu mỗi tương quan mật thiết, hay tình thương gắn bó, kỷ niệm ghi khắc, đến đâu, là con người, chúng ta biết sẽ có lúc sự chết đến (trừ khi Đức Chúa Giê-su tái lâm khi chúng ta hãy còn sống), và khi ấy mọi gắn bó sẽ chấm dứt. Đây đã là số phận nghiệt ngã của đời người từ khi tội lỗi xâm nhập thế gian, và sẽ như vậy hoài cho đến chừng Đức Chúa Giê-su trở lại.

Kinh Thánh không nói A-đam hay Ê-va, người nào qua đời trước, nhưng chắc chắn khi một trong hai người ấy qua đời, người ở lại phải đau đớn lắm, nhất là cả hai khi được dựng nên, sự chết không là một phần trong chương trình sáng tạo. Họ được sống trong một thế giới toàn mỹ, nhưng khi tội lỗi đến vì sự sa ngã của họ, họ chứng kiến những lá khô rụng, những cỏ cây khô héo, những con thú giết nhau, và giờ đây người thân thương nhất của họ lìa đời.

Vấn đề là chúng ta thấy sự chết quá thường xuyên, nên chúng ta chấp nhận cái chết. Nhưng thật sự, cái chết không phải là một điều có trong chương trình của Đức Chúa Trời khi Ngài tạo dựng một thế gian tốt đẹp và phước hạnh. Nhưng ngày nay, nó đã là một phần của đời người, và chúng ta bản khoăn muốn hiểu nó, nhưng thường, chúng ta không hiểu được cái chết.

**Các câu sau đây dạy chúng ta biết gì về sự chết và nó đã là niềm ưu tư của con người như thế nào?**

Ê-sai 57:1 \_\_\_\_\_

Khải huyền 21:4 \_\_\_\_\_

1 Tê-sa-lô-ni-ca 4:17, 18 \_\_\_\_\_

Ma-thi-ơ 5:4 \_\_\_\_\_

2 Sa-mu-ên 18:33 \_\_\_\_\_

Sáng thế Ký 37:34 \_\_\_\_\_

Không những hết thảy chúng ta sẽ đối diện với thực tế cái chết của mình, nhưng chúng ta cũng phải đối diện với cái chết của những người thân yêu, hay cả người bạn đời thân thiết nhất của mình. Và tiếp theo đó là sự cô đơn mà nhiều người sẽ phải nhìn thấy khi người thân yêu nhất của mình qua đời. Điều đó sẽ đau đớn vô cùng, sẽ khó khăn dường như quá sức, và đó là lúc mà chúng ta phải bám chặt vào các lời hứa của Đức Chúa Trời. Nói cho cùng, trong thế gian tội lỗi này, những điều đau đớn, sự thống khổ, và sự chết, chúng ta còn biết nương tựa vào đâu?

**Hội thánh bạn có thể giúp gì cho những người bạn biết là họ đang chống chọi với sự cô đơn vì cái chết của người thân?**

## 5. ĐỘC THÂN ĐỜI SỐNG THUỘC LINH

Một phụ nữ trẻ đã có gia đình trên bảy năm, một ngày kia theo lời mời của người quen, chị dự thính một chương trình truyền giảng của một nhà thờ Cơ Đốc địa phương. Tin chắc vào những điều mình học được, chị hiến dâng đời mình cho Chúa, chị trải nghiệm được sự sinh lại thiêng liêng, và cho dầu nhiều sự chống đối và dè bỉu của chồng, của cha mẹ, của gia đình nhà chồng, và cả người bạn hàng xóm thân thiết, chị gia nhập hội thánh Cơ Đốc Phục Lâm. Chị cũng thay đổi nếp sống cá nhân mình, từ cách ăn mặc đến sự ăn uống, qua những điều chị học hỏi được trong đức tin mới của mình.

Chúng ta có thể tưởng tượng sự thử thách và chống đối mà chị phải trải qua. Và nhất là với người chồng của chị, vì anh đã cãi vả với chị, và nói, “Đây không phải là những gì tôi dự định sẽ gặp khi mình cưới nhau. Em bây giờ là một con người khác, tôi muốn con người cũ của em kia.”

Đã nhiều năm trôi qua, người phụ nữ này đã chống chọi để sống một nếp sống theo niềm tin mình. Tuy chị vẫn có gia đình, nhưng trong phương diện thuộc linh, chị vẫn có một mình chẳng khác gì một người độc thân.

**Có những lời an ủi và khuyến khích nào chúng ta tìm được cho những người độc thân trong đời sống thuộc linh?**

Ê-sai 54:5 \_\_\_\_\_

Ô-sê 2:19, 20 \_\_\_\_\_

Thi thiên 72:12 \_\_\_\_\_

Khắp toàn thế giới, có rất nhiều người như người phụ nữ kể trên trong hội thánh chúng ta. Những người ấy, nam cũng như nữ, họ có gia đình, nhưng họ đi đến nhà thờ một mình hay với con cái họ. Họ có thể lập gia đình với một người khác niềm tin. Hay có thể khi họ tìm biết Chúa và gia nhập hội thánh, người bạn đời của họ không theo. Hay khi lập gia đình, cả hai người cùng tin Chúa và là thuộc viên của hội thánh, nhưng vì một lý do nào đó, người phối ngẫu của họ bỏ đi nhà thờ, hay hoặc cả bỏ đạo hay hẳn học với niềm tin. Các người tín hữu này, họ đi nhà thờ một mình, tham gia buổi ăn trưa với hội thánh một mình, hoặc tham gia các mục vụ của hội thánh cũng chỉ một mình. Họ buồn vì họ không thể dâng hiến hay đóng góp được nhiều cho công việc Chúa vì chồng hoặc vợ của họ không đồng ý. Dầu họ vẫn là những người có gia đình, nhưng trong đời sống thuộc linh, họ cảm thấy như họ là những người góa bụa!

Chúng ta cũng có thể đã gặp những người như thế này trong hội thánh mình, và họ cần lòng yêu thương và sự hỗ trợ của chúng ta.

**Là hội thánh, chúng ta có các hỗ trợ thực tế nào cho những người độc thân thuộc linh trong vòng chúng ta?**

## NGHIÊN CỨU BỔ TÚC:

“Giữa cuộc sống lao động đầy gian nan, Ê-nóc vẫn một lòng giữ sự thông công cùng Đức Chúa Trời. Cuộc sống càng gian khổ, những lời cầu nguyện của ông với Chúa càng thêm tha thiết. Ông sống giữa một thế gian gian ác nhưng không dự phần vào xã hội ấy. Sau một thời gian lâu dài sống chung với mọi người, mà ông đã làm việc để nuôi dưỡng họ qua lời dạy dỗ và chính gương mẫu của mình, ông đã tránh xa thế gian, sống trong sự thanh tịnh, tha thiết tìm cầu sự khôn ngoan thiên thượng mà chỉ có Đức Chúa Trời mới có được. Càng thông công với Đức Chúa Trời, Ê-nóc càng mỗi ngày phản ảnh ảnh tượng của thiên đàng. Gương mặt ông tỏa chiếu ánh sáng thánh, ánh sáng đã tỏa sáng trên gương mặt của Đức Chúa Giê-su. Khi ông bước theo những sự thông công thiên thượng, ngay những kẻ vô đạo cũng ngỡ ngàng vì họ nhìn thấy thiên đàng in dấu trên nhân diện ông.” – Ellen G. White, *Gospel Workers*, trang 52.

Tuy câu chuyện của Ê-nóc ở đây thật khích lệ và là lời chứng ủng hộ những người chọn để thời gian tịnh tâm một mình khuyến khích, nhưng có rất nhiều người phải bị cô độc không bởi vì họ chọn như vậy. Họ không muốn ở một mình. Phải chúng ta luôn có một mối thông công vui mừng với CHÚA, là Đấng luôn hiện hữu, nhưng có nhiều khi chúng ta thêm muốn có mối tương giao hay thông công với một con người. Hội thánh chúng ta có thấy tầm quan trọng của việc với tay ra để chạm những người cô đơn, mà họ có thể ngồi ngay bên mình mỗi Sa-bát hay không? Đồng thời, nếu bạn là người đang trải qua sự cô đơn này, hãy tìm một người trong hội thánh (hay trong vòng bạn bè, thân nhân) mà bạn tin tưởng và nói cho họ biết sự cô đơn của mình. Nhiều khi, ít người biết là người khác đang đối diện với sự cô đơn, nếu chỉ bởi nhìn sắc diện họ. Vì rất nhiều người cố gắng dấu đi những điều phiền não, cô đơn trong đời họ và không hé lộ nơi sắc mặt.

## ĐỀ TÀI THẢO LUẬN:

1. Hội thánh bạn có thể làm gì để học cách biết nhạy cảm hơn với nhu cầu của sự cô đơn ở giữa vòng những người trong hội thánh?
2. “Không phải tôi muốn nói đến sự cần dùng của tôi; vì tôi đã tập hễ gặp cảnh ngộ nào, cũng thỏa lòng ở vậy” (Phi-líp 4:11). Suy nghĩ bao quát hơn về những lời ông Phao-lô nói đây. Làm thế nào để chúng ta cũng có được thái độ của ông? Nhưng đồng thời, với người khác, tại sao chúng ta phải cẩn thận khi dùng những lời này để “khuyến” những người đang gặp những cảnh ngộ thật đau thương?
3. Trong lớp, chia sẻ với nhau một giai đoạn nào đó của cuộc sống bạn mà bạn cảm thấy cô đơn khôn cùng. Điều gì đã xảy đến với bạn? Điều gì giúp bạn? Bạn học được gì để giúp đỡ người khác khi họ gặp cùng cảnh ngộ?