

[View this email in your browser](#)

E-News

WELCOME TO THE PEACE CHURCH!

Lent

40 days of renewal



PRAYER

FASTING

SERVICE

MÙA THƯƠNG KHÓ

Thứ Sáu - Ngày 24/03/2023

Bài Suy Niệm #27

Con Mệt Lắm, Chúa ơi!

Kinh Thánh

Hãy ra khỏi tư thế mệt mỏi của bạn, tạm ngừng đi bộ trên sàn nhà một chút, hãy bước ra ngoài và nhìn lên bầu trời. Đây là những gì bạn sẽ tìm thấy:

25 Đấng Thánh phán:

“Các con so sánh Ta với ai?

Ai sẽ ngang bằng với Ta?”

(Ê-sai 40:25)

Suy Niệm

Trong đời sống chúng ta, có nhiều lúc tinh thần của chúng ta quá căng thẳng: căng thẳng gia đình, căng thẳng việc làm, căng thẳng tài chánh, căng thẳng sức khỏe... Và cuối cùng chúng ta có lúc phải thốt lên lời với Chúa, với người thân :Chúa ơi, con mệt lắm:

mặt và những gì chúng ta nghĩ rằng bên ngoài đang yêu cầu chúng ta phải đối mặt. Chính sự khác biệt về sự suy nghĩ "điều cần phải làm" so với sự suy nghĩ về "những điều không thể làm được" này đã làm chúng ta mất cân bằng bản thân. Chúng ta có thể gọi nó là "yếu tố căng thẳng". Đó chính là hẻm núi giữa điều "nên làm" và niềm tin mà chúng ta "không thể làm". Một bác sĩ y khoa đã nói một cách đơn giản, "Mức độ căng thẳng của một người liên quan đến những gì người đó tin tưởng."

Có một lời khuyên cổ xưa đã được đưa ra cách đây gần ba thiên niên kỷ (3,000 năm) bởi một nhà tiên tri tên là Ê-sai, là người đang cùng với quốc gia của mình đối mặt với một thời kỳ căng thẳng không thể tin được. Tiên tri Ê-sai cho chúng ta một toa thuốc thần thánh cho sự căng thẳng xuất phát từ tấm lòng của Đức Chúa Trời. Vì vậy, khi cuộc sống trở nên không thể chịu nổi, cơn bão trở nên quá mạnh, sợi dây hy vọng của chúng ta bị cắt làm đôi và chúng ta cảm thấy muốn bỏ cuộc, thì vẫn có nhiều cách để giải tỏa căng thẳng thành công. Hôm nay chúng ta sẽ xem xét một trong những cách đó và hai cách nữa vào ngày mai.

(1) **Nhìn Lên Chúa**: Điều đầu tiên, nếu chúng ta muốn giải tỏa sự căng thẳng thì chúng ta phải nhìn lên Thiên Chúa. Điều này nghe có vẻ đơn giản nhưng khi chúng ta bị căng thẳng, chúng ta cần bắt đầu bằng cách đợi cho đến khi trời tối, sau đó ra ngoài và chỉ nhìn lên. Đó chính xác là điều mà tiên tri Ê-sai đã nói với Quốc gia Israel, "***Hãy ra khỏi tư thế mệt mỏi của bạn, tạm ngừng đi bộ trên sàn nhà một chút, hãy bước ra ngoài và nhìn lên bầu trời. Đây là những gì bạn sẽ tìm thấy:***

25 Đấng Thánh phán:

"Các con so sánh Ta với ai?

Ai sẽ ngang bằng với Ta?" (Ê-sai 40:25).

Đức Chúa Trời này, Đức Chúa Trời của Ê-sai, Đức Chúa Trời của Kinh Thánh, là Đức Chúa Trời vô song.

26 *Hãy ngược mắt nhìn lên trời,*

Xem ai đã tạo nên những thiên thể ấy?

Ai đã làm chúng hiện hữu vô số như vậy?

Thế mà Ngài gọi chúng theo từng tên riêng.

Nhờ quyền năng lớn lao của Ngài,

Nhờ sức mạnh vô hạn của Ngài,

Không một thiên thể nào bị bỏ sót. (Ê-sai 40:26)

lời đó, họ không biết đó là một lời tuyên bố khó tin đến thế nào. Nhưng khi họ vâng lời và trông cậy vào Chúa giữa lúc đời sống họ đang căng thẳng, thì họ cảm nghiệm được sự bình an.

Mời Gọi

Điều tương tự trên cũng có thể đúng với quý vị, là những người bạn của tôi. Nếu hôm nay quý vị cảm thấy căng thẳng thì hãy bắt đầu bằng cách nhìn lên bầu trời... hít một hơi thở thật dài... và nói với Chúa rằng: con mệt quá, Chúa ơi!... Bình an sẽ theo hơi thở vào tận đáy trái tim...

Cầu Nguyện

"Lạy Chúa, con cảm ơn vì Chúa là Chúa không ai sánh bằng. Không có ai giống như Chúa. Và chỉ có Chúa mới có thể cho con những gì con cần để vượt qua tình huống căng thẳng này. Con cầu nguyện rằng Chúa sẽ nhắc nhở con rằng mỗi khi con căng thẳng thì sẽ tìm đến Chúa trước hết để tìm thấy sự bình yên, niềm vui và sự thoải mái mà con đang tìm kiếm. Trong danh của Chúa Giê-xu, chúng con cầu nguyện. Amen!"

ÂM NHẠC

Chúa ơi, Con Mệt Lắm!

Sáng Tác: Tiến Nguyễn

Trình Bày: Lâm Phạm



(Xin click vào hình trên để nghe bài Thánh Ca)

Subscribe

Past Issues

Translate ▼

Copyright © 2023 Peace United Methodist Church, All rights reserved.

Want to change how you receive these emails?

You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

Grow your business with  **mailchimp**