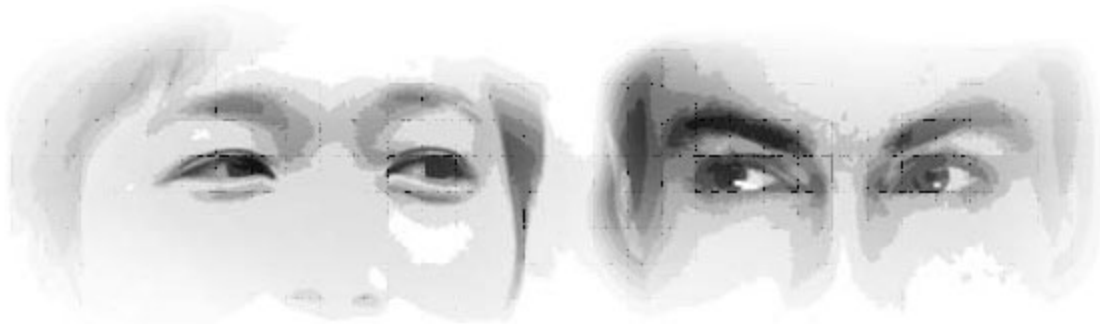


## Bài Học 4

\*15 Tháng 1–21 Tháng 1

# Các Mối Tương Giao



**Đọc Kinh Thánh Nghiên Cứu Tuần Này:** 1 Sa-mu-ên 25; Ê-phê-sô 4:1-3; 1 Phi-e-rơ 3:9-12; Lu-ca 17:3, 4; 23:34; Gia-cơ 5:16.

**Câu Gốc:** “Ấy vậy, hễ điều chi mà các người muốn người ta làm cho mình, thì cũng hãy làm điều đó cho họ, vì ấy là luật pháp và lời tiên tri” (Ma-thi-ơ 7:12).

**M**ột giảng sư lưu động thường tổ chức những buổi hội thảo về sự căng thẳng trước khi truyền giảng trong các thành phố. Ông đã soạn một bản thăm dò ý kiến ngắn. Ông hỏi thính giả liệt kê bốn hay năm điều gây cho họ sự căng thẳng nhất. Nhân viên chia các câu trả lời thành từng nhóm (sức khỏe, tiền bạc, việc làm, sự tương giao). Trước khi họ kiểm điểm xong, một nhân viên thấy giảng sư đã soạn sẵn một số hình để chiếu, thảo luận về “các mối tương giao” là nan đề số một. Khi được hỏi tại sao, mục sư giải nghĩa rằng các kết quả luôn giống nhau. Các mối tương giao thiếu hòa hợp luôn là nguyên nhân chính cho sự căng thẳng.

Các nan đề về tương giao có thể với người phối ngẫu (vợ hay chồng), con cái, ông chủ, đồng nghiệp, hàng xóm, bạn hữu, hay kẻ thù. Những người khác thường là nguyên nhân chính cho sự căng thẳng của chúng ta. Nhưng khi các mối tương giao tốt đẹp thì có thể đem lại hạnh phúc lớn. Điều này dường như đúng ở khắp mọi nơi. Người thì đem lại cho chúng ta hạnh phúc, hay người thì đem lại cho chúng ta sự bất hạnh.

Đó là lý do tại sao tuần này chúng ta dành thì giờ để học về đề tài quan trọng là sự tương giao và Kinh Thánh dạy chúng ta điều gì về đề tài này.

## Hết Sức Khiêm Nhường Và Mềm Mại

**Xin** đọc Ê-phê-sô 4:1-3. Tại sao Phao-lô liên kết một tinh thần khiêm nhường, mềm mại, và nhún nhường với sự tương giao và hiệp một? Hãy nghĩ về những thí dụ trong cuộc đời bạn khi thái độ tích cực ảnh hưởng tốt trên các mối tương giao.

---

---

**Hãy** đọc 1 Sa-mu-ên 25. Chúng ta có thể học được gì từ những hành động của A-bi-ga-in và Đa-vít về việc làm đúng trong những hoàn cảnh khó khăn và căng thẳng?

Chuyện tích về Đa-vít, Na-banh, và A-bi-ga-in là một thí dụ rất hay về việc bạn nên hay không nên đối xử với những người khác. Đa-vít sai lính đến xin Na-banh một ân huệ. “Trong lúc các kẻ chăn chiên ông ở gần chúng tôi, chúng tôi chẳng hề khuấy khuấy chúng nó. . . chẳng có thiếu mất chi hết. . . . Hễ tay ông tìm thấy vật gì, hãy ban cho các tôi tớ ông” (1 Sa-mu-ên 25:7, 8). Nhưng Na-banh không biết gì về sự nhân từ. Ông thiếu sự khéo léo trong cách đối xử với những người khác nên gây ra cảm giác tiêu cực. Chúng ta biết Na-banh là một người hung ác và xấu xa. Những bản dịch khác dùng các chữ như *cay đắng*, *hung dữ*, *thô lỗ*, *gian ác*, và *cộc cằn*. Và Na-banh đã phô bày các bản tính này với những người theo Đa-vít.

Nhưng hãy để ý đến thái độ của Đa-vít. Đa-vít có quyền lực quân sự, nhưng lời nói của người rất nhân hậu. Đa-vít chúc Na-banh và cả nhà ông được bình yên. Đa-vít tự giới thiệu mình, “con ông là Đa-vít” (câu 8).

Đối với A-bi-ga-in, Kinh Thánh nói rằng nàng là một người nữ thông minh và tốt đẹp. Hãy xem cách cư xử của nàng: Nàng đem theo thật nhiều thức ăn ngon. Nàng chạy đến xin lỗi Đa-vít, phục dưới chân người, tự xưng mình là “con đòi ông” và gọi Đa-vít là “chúa.” Nàng cầu xin sự tha thứ. Nàng cũng nhắc nhở Đa-vít rằng, là người của Đức Chúa Trời, ông cần tránh sự đổ huyết không cần thiết.

Những hành động khôn ngoan và khiêm nhường của A-bi-ga-in đã thay đổi kế hoạch của Đa-vít. Đa-vít ngợi khen Chúa đã sai nàng đến và khen nàng có sự phán đoán khôn ngoan. Các hành động của A-bi-ga-in đã cứu mạng sống của nhiều người vô tội. Còn đối với Na-banh, Đa-vít không cần phải giết ông ta, vì Na-banh chết – có lẽ vì bệnh tim gây ra bởi sự sợ hãi của chính mình.

**Tử tế với những người chúng ta thích thì thật dễ dàng. Nhưng đối với người chúng ta không thích thì sao? Hãy nghĩ đến những người không hợp với bạn. Họ sẽ hành động thế nào nếu bạn bày tỏ một thái độ khiêm nhường mềm mại đối với họ? Nhờ ân điển Đức Chúa Trời, hãy làm thử đi. (Xin cũng nhớ rằng có thể bạn không luôn là người được mọi người yêu thích hay dễ thương nhất).**

## Trả Điều Ác Với Sự Chúc Phước

**Mục** đích hay ý nghĩa thật của 1 Phi-e-rơ 3:8-12 là gì? Có những cách trực tiếp nào bạn có thể dùng các nguyên tắc này trong đời sống mình?

---

---

---

Thay vì “mắt đền mắt,” Đức Chúa Giê-su dạy chúng ta hãy đưa má bên kia (Ma-thi-ơ 5:38, 39). Hồi đó, tư tưởng này thật lạ lùng, và ngày nay trong nhiều văn hóa cũng vậy. Đáng buồn thay, ngay cả Cơ Đốc nhân cũng không luôn luôn bày tỏ sự nhân từ đối với người khác trong việc báo trả điều ác hay điều gây tổn thương cho họ. Nhưng Đức Chúa Giê-su dạy, “Ta có lòng nhu mì, khiêm nhường; . . . hãy học theo ta” (Ma-thi-ơ 11:29).

Một cặp vợ chồng nọ có các con nhỏ đang gặp những vấn đề nghiêm trọng với hàng xóm. Nhiều lần, người láng giềng nói với cặp vợ chồng là họ rất không vui về cái xích đu ở trong vườn, và rất khó chịu khi nghe con nít chơi ở đó. Và lối xóm cũng phàn nàn về “sự dơ dáy” trong vườn của cặp vợ chồng trẻ. Cặp cha mẹ trẻ này rất đau lòng về các lời thiếu lịch sự. Xét cho cùng, họ đâu có làm gì trái với luật lệ trong khu xóm đó.

Một hôm, gia đình này hái được nhiều trái táo từ cây táo trong vườn. Người mẹ quyết định làm hai bánh nướng bằng táo để tặng lối xóm. Những người láng giềng nhận bánh cách vui vẻ. Hành động giản dị đó đem lại sự khác biệt trong mối tương giao của họ, vì họ không còn nghe những lời phàn nàn từ hàng xóm nữa.

**Đa-vít** đã trả đũa Sau-lơ ra sao về những sự tấn công trên mạng sống mình? Hãy đọc 1 Sa-mu-ên 24:4-6. Điều này nói gì về bản tính của Đa-vít? Chúng ta có thể dùng cùng thái độ đó như thế nào trong kinh nghiệm của mình, đặc biệt là đối với những Cơ Đốc nhân khác?

---

---

---

1 Sa-mu-ên nói tới bốn lần Đa-vít có cơ hội để giết vua Sau-lơ. Nhưng lần nào Đa-vít cũng tha thứ cho vua. Đa-vít đã lựa chọn thái độ khiêm tốn và thánh thiện trong cách cư xử với một người không tử tế đối với mình.

Chúng ta có nên làm như vậy không?

## Sự Tha Thứ

Chúng ta có thể sống một đời sống tôn giáo đầy đủ và ý nghĩa nhưng vẫn có những nan đề đối với người khác. Chúng ta thường làm phiền và gây tổn thương cho người khác, ngay cả trong hội thánh. Đó là lý do tại sao học tha thứ là điều quan trọng đối với chúng ta.

**Hãy đọc Ê-phê-sô 4:32. Bạn đã áp dụng lẽ thật này của Kinh Thánh trong đời bạn thế nào? Bạn cần tha thứ cho ai? Tại sao tha thứ cho họ là điều quan trọng cho lợi ích riêng của bạn?**

---

Trong những năm gần đây, các cố vấn đã bắt đầu hiểu những nguyên tắc thiêng liêng quan trọng thế nào cho sức khỏe của tâm trí chúng ta. Những năm trước, nhiều tâm lý gia và cố vấn tin rằng tôn giáo là nguyên nhân của mặc cảm tội lỗi và sự sợ hãi. Nhưng điều này không đúng nữa. Ngày nay, nhiều người áp dụng các nguyên tắc Cơ Đốc giáo. “Những cách chữa trị” như cầu nguyện, ghi nhật ký thiêng liêng, học thuộc lòng các câu gốc, và tha thứ bây giờ là những cách được chấp nhận để giúp người ta vượt qua các nan đề về tình cảm. Sự tha thứ khiến người ta cảm thấy khoan khoái nhẹ nhàng. Sự tha thứ giải thoát chúng ta khỏi sự đau đớn và mặc cảm tội lỗi của quá khứ. Sự tha thứ chữa lành chúng ta. Đó là vì khả năng thật sự tha thứ và được tha thứ chỉ đến từ Đức Chúa Trời và qua một tấm lòng đã được Đức Chúa Trời thay đổi (Ê-xê-chi-ên 36:26).

**Hãy đọc Ma-thi-ơ 5:23-25; Lu-ca 17:3, 4 và Lu-ca 23:34. Những câu này dạy chúng ta điều gì về sự tha thứ?**

---

Đôi khi chúng ta nghĩ rằng mình không thể tha thứ được. Nhưng không ai sẽ phải chịu thống khổ và đau đớn như Đức Chúa Giê-su đã chịu trên thập tự giá. Vua và Đấng Tạo Hóa của vũ trụ bị những người Ngài đã tạo nên hành hạ và đóng đinh. Nhưng khi bị treo và hấp hối trên thập tự giá, Đức Chúa Giê-su vẫn yêu thương họ đến nỗi Ngài cầu xin Đức Chúa Cha tha thứ cho họ.

**Nhiều khi người ta xúc phạm đến người khác mà không hiểu rõ sự đau đớn mà họ đã gây ra. Còn những lần khác, người ta xúc phạm vì cảm thấy không an toàn hay gặp các vấn đề cá nhân. Vì thế họ cố làm giảm bớt sự đau đớn và mặc cảm tội lỗi mình bằng cách làm tổn thương người khác. Biết nan đề của người khác giúp bạn tha thứ thế nào? Bạn có thể học thế nào để tha thứ cho những người cố gây tổn thương cho bạn?**

## Hãy Xưng Tội Cùng Nhau

**Gia-cơ 5:16** nói hãy xưng tội cùng nhau nghĩa là gì? Hãy suy nghĩ về câu này và tự hỏi bạn áp dụng điều đó như thế nào trong hoàn cảnh mình.

---

---

---

---

Khi xúc phạm đến người lân cận, tôi phải xưng tội và xin người đó tha thứ. Điều này sẽ phục hồi mối tương giao và cho thấy rằng tôi sẵn sàng chịu trách nhiệm về việc mình đã làm. Việc này cũng nói lên rằng tôi tin và hy vọng được sự chấp nhận và tha thứ. Nhờ ân điển Chúa, một linh hồn cao thượng sẽ sẵn sàng tha thứ dù bị tổn thương nặng tới đâu.

Câu này có thêm một ý nghĩa nữa có thể giúp người ta được chữa lành mau chóng. Xưng tội lỗi và những sai lầm cho một người bạn tin cậy đem đến sự chữa lành về tình cảm. Chia sẻ những yếu đuối của chúng ta với một người bạn Cơ Đốc đạo đức sẽ giúp làm nhẹ bớt gánh nặng tội lỗi. Xưng tội cũng làm mối tương giao sâu đậm hơn. Tin cậy và được tin nhiệm giúp người ta hiệp một khiến tình bạn trở nên chân thành và bền vững. Thật ra, toàn thể khoa cố vấn đều dựa trên nguyên tắc là thổ lộ tâm tình thì tốt cho linh hồn. Có những khủng hoảng về tinh thần đòi hỏi sự chữa trị chuyên môn. Nhưng nhiều cảm xúc đau đớn và khổ sở có thể được làm nhẹ bớt tại hội thánh và trong cộng đồng. Điều này đúng khi các nan đề xảy ra vì hiểu lầm, nói dối, và ganh tị. Theo lời khuyên của Gia-cơ, chúng ta có thể làm nhẹ bớt những gánh nặng về tâm lý. Chúng ta cũng có thể giúp phục hồi sức mạnh của mối tương giao và thay đổi các hành động tiêu cực.

Dù sao chúng ta cần phải thận trọng. Xưng tội mình đã phạm với một người bạn thân có thể đem lại sự khuây khỏa. Nhưng điều đó cũng phơi bày sự yếu đuối của chúng ta với người khác. Thí dụ, luôn có sự rủi ro rằng người bạn đó sẽ chia sẻ sự bí mật yếu đuối của chúng ta với người khác, và điều này sẽ gây thiệt hại cho tất cả những ai liên quan.

**Điều quan trọng hơn hết là nhớ rằng chúng ta có thể xưng tất cả tội lỗi mình với Chúa vì Ngài hứa sẽ tha thứ. Xin đọc 1 Phi-e-rơ 5:7. Các mối tương giao tiêu cực có thể đem lại sự nghi ngờ, sợ hãi và lo lắng. Những người khác có thể giúp, nhưng sự giúp đỡ chắc chắn nhất đến từ Đức Chúa Trời, Đấng sẵn sàng mang lấy tất cả nỗi lo buồn của chúng ta bất cứ lúc nào. Ngài cũng cho chúng ta một cảm giác là gánh nặng thật sự được nhẹ bớt vì chúng ta đã giao phó trong tay Ngài.**

## Gây Dựng Cho Người Khác

**Hãy** đọc Ê-phê-sô 4:29; 1 Tê-sa-lô-ni-ca 5:11; và Rô-ma 14:19. **Hãy tự hỏi bạn có thể dùng sự dạy dỗ này như thế nào trong đời sống mình. Tại sao điều này rất quan trọng, không những cho bạn, mà cho những người khác nữa?**

---

---

Phao-lô khuyên hội thánh sơ khai đừng làm tổn thương hay phá hủy những mối tương giao cá nhân trong “thân thể Đấng Christ [hội thánh].” Nhiều nan đề đến từ việc người ta cắn xé lẫn nhau và làm tổn thương đến cả cộng đồng. Những người hay ngồi lê đôi mách hoặc chỉ trích người khác dường như chính họ mới là người có vấn đề. Họ cảm thấy mình thấp kém, cần được chú ý, muốn điều khiển hay có quyền lực, và sợ khác thì thiếu tự tin. Những người này cần được giúp đỡ để bỏ đi những ý nghĩ tai hại như vậy trong cuộc chiến đấu nội tâm của họ.

Cảm thấy thoải mái về mình giúp chúng ta không tham dự vào việc ngồi lê đôi mách hay nói dối. Các thành viên của thân thể Đấng Christ cần nhớ rằng họ có vinh dự được sự cứu rỗi (Thi thiên 17:8; 1 Phi-e-rơ 2:9). Vì hiểu điều này chúng ta nên nhớ rằng mục đích là xây dựng cho người khác và học hỏi lẫn nhau. Các lời khuyến khích và chấp nhận, luôn luôn tích cực và vui vẻ, là cách để hỗ trợ những người có nan đề cá nhân.

Một cách khác để giúp là làm người trung gian. Đức Chúa Giê-su gọi người làm cho người hòa thuận là “có phước” và “con Đức Chúa Trời” (Ma-thi-ơ 5:9). Gia-cơ nói người đem lại sự hòa thuận sẽ gặt “bông trái của sự công bình” (Gia-cơ 3:18).

**Hãy** đọc Ma-thi-ơ 7:12. **Tại sao điều này rất quan trọng cho tất cả các mối tương giao?**

---

---

Nguyên tắc này là một viên ngọc vô giá, thật là tích cực và nó được đặt trên nền tảng của sự yêu thương. Nguyên tắc đó rất đúng trong mọi thời đại và mọi nơi. Nguyên tắc này cao hơn tất cả luật lệ của loài người. “Luật vàng” này cũng đem các phúc lợi cho những người trong cuộc.

Một nông phu ở Trung hoa có ruộng lúa ở trên núi, phía dưới là thung lũng và biển cả. Một hôm, đang làm việc, ông thấy nước thủy triều bắt đầu dâng lên, rồi rút xuống thật thấp, để phơi trần một phần lớn bãi biển. Ông biết rằng nước biển sẽ trở lại cách mạnh mẽ, hủy diệt mọi thứ trong thung lũng. Ông nghĩ đến các bạn đang ở trong thung lũng và quyết định đốt cánh đồng lúa của mình. Các bạn ông vội vàng chạy lên núi để dập tắt lửa, và nhờ vậy họ được thoát chết khỏi làn sóng thủy triều. Kết quả của tinh thần giúp đỡ lẫn nhau, người nông phu đã cứu mạng sống của các bạn mình.

Bài học thật là rõ ràng.

# Thứ Sáu

\*21 Tháng 1

**Nghiên Cứu Bồ Túc:** Hãy đọc Ê-phê-sô 4:25-32 và gạch dưới những chữ làm bạn cảm động. Nghĩ tới tất cả những điều bạn có thể làm với sự giúp đỡ của Chúa để cải tiến mối tương giao của bạn với người khác.

Đây là những phần của một bức thư mà Ellen G. White viết năm 1908 cho một giảng sư, “Tôi có sứ điệp này từ Chúa cho ông. Lời nói nên nhân từ, hành động nên dịu dàng. Hãy canh chừng mình cẩn thận, vì ông có thể cứng rắn quá, muốn điều khiển, và nói những điều khó nghe.... Những lời tàn nhẫn làm Chúa đau buồn và gây tổn thương. Chúa truyền tôi nói với ông, hãy nói lời dịu dàng, canh chừng lời nói của mình; đừng nói hay hành động thiếu nhân từ...”

“Khi bạn nhìn lên Đức Chúa Giê-su và học nơi Ngài mỗi ngày, bạn sẽ bày tỏ một bản tính lành mạnh và vui vẻ. Bài giảng của bạn nên nhẹ nhàng và đừng nói những lời chỉ trích. Hãy học nơi Thầy đại tài. Lời nói nhân từ và cảm thông sẽ tốt như thuốc bổ, và chữa lành cho những linh hồn đang tuyệt vọng. Kiến thức của lời Đức Chúa Trời đem áp dụng trong đời sống sẽ có quyền lực chữa lành và bình an. Những lời nói tàn nhẫn sẽ không bao giờ đem lại ơn phước cho bạn hay người khác.” – Phỏng trích *Gospel Workers*, tr. 163, 164.

## Đề Tài Thảo Luận:

- 1 Bạn có thích ngồi lê đôi mách lắm không? Dù bạn không muốn làm điều này, bạn có sốt sắng và sẵn sàng nghe các lời nói xấu từ những người khác không? Tại sao nghe chuyện xấu thì cũng tệ như chính mình nói xấu? Làm thế nào bạn đừng tham dự vào việc gì có thể gây nhiều đau khổ cho người khác?
- 2 Sự tha thứ có thể rất khó, đặc biệt khi chúng ta bị tổn thương nhiều. Làm thế nào bạn học để tha thứ cho người không xin sự tha thứ? Họ có thể là những người không quan tâm đến sự tha thứ của bạn. Họ có thể nhạo báng bạn nữa. Bạn có trách nhiệm gì trong trường hợp như vậy?
- 3 Sự đối xử tệ bạc trong gia đình đem lại nhiều đau khổ cho cá nhân và đoàn thể. Thái độ của Cơ Đốc nhân là gì để giúp ngăn ngừa nan đề này? Bạn nên làm gì khi sự tha thứ không đem lại sự thay đổi nào trong hành vi tai hại?
- 4 Hãy suy nghĩ về đời sống của bạn bây giờ. Bạn nên làm những điều gì để cải thiện mối tương giao của bạn? Tại sao khiêm nhường, tin cậy nơi Đức Chúa Trời, và muốn làm điều tốt lại rất quan trọng trong việc cải tiến các mối tương giao?