

# Cầu Nguyện

Theo Sách Đường Hy Vọng  
Của ĐHY. F.X. Nguyễn Văn Thuận

# Cầu Nguyện Là Gì?

- Cầu nguyện là tâm sự với Chúa như con với cha (142, 147) là nối liền, kết hiệp với Thiên Chúa.(120)
- ĐHV 142: “Giờ cầu nguyện là giờ tâm sự với Chúa là Cha, chứ không phải là giờ làm bài, là giờ của quả tim, chứ không phải là giờ của luân lý.”

- **ĐHV 120**: “Cầu nguyện là nền tảng của đời sống thiêng liêng. Lúc cầu nguyện, con nối liền, kết hiệp với Thiên Chúa. Bóng điện sáng nhờ nối liền với máy phát điện.”

# Có Mấy Cách Cầu Nguyện?

- Theo phụng vụ của Giáo Hội:
  1. Thánh Lễ: cao điểm của đời sống Kitô Hữu; Bàn tiệc Lời Chúa và Bàn tiệc Thánh Thể (129, 136),
  2. Thánh nguyện: Các kinh nguyện đọc trong Thánh Lễ, lúc cử hành bí tích, giờ kinh phụng vụ. (128, 136),

- Ngoài phụng vụ của Giáo Hội:

1. Nguyên ngắm (147)

2. Suy niệm Phúc Âm (128)

3. Đọc kinh (124, 126, 127, 143)

4. Đọc sách thiêng liêng (145)

5. Lời nguyện tắt (138, 139)

# Thái Độ Lúc Cầu Nguyện

- Tin Tưởng (121, 139, 141)
- Cương quyết, sốt sắng, phó thác (135)
- Kiên trì (123, 124, 125)
- Đơn sơ như con với cha (127, 142)

# Đâu Là Những Đòi Hỏi Của Cầu Nguyện?

Ta phải cầu nguyện:

- Liên li, khắp nơi (123, 130)
- Mọi trường hợp (124)
- Hiệp thông với Giáo Hội (124, 140, 144)

# Tại Sao Ta Phải Cầu Nguyện?

Ta phải cầu nguyện vì:

- Hoạt động mà không cầu nguyện là vô ích trước mặt Chúa. (118)
- Cầu nguyện là nền tảng của đời sống thiêng liêng (120, 137, 147)
- Ta tin vào hiệu năng của lời cầu nguyện (121, 135, 139, 140)
- Cầu nguyện là bí quyết nuôi dưỡng đời sống Kitô Hữu. (122, 136)

- Lời cầu nguyện giúp ta kiên trì giữa gian nan thử thách (124, 130)
- Nếu không cầu nguyện, ta sẽ mất ơn gọi, mất đức tin, phản bội Hội Thánh (125, 131, 134, 143)
- Chính Chúa đã dạy (126, 127, 129)
- Cầu nguyện là nền tảng của việc tông đồ (132, 133, 138)
- Nhiều người cần đến lời cầu nguyện của ta (146)

# Làm Thế Nào Để Nuôi Dưỡng Tinh Thần Cầu Nguyện?

Để nuôi dưỡng tinh thần cầu nguyện ta cần phải:

- Hy sinh (138)
- Dùng các phương thế như lắng đọng, suy niệm, tĩnh tâm, đọc sách thiêng liêng, hành hương, v.v...(138, 145)

# Những Ai Phải Cầu Nguyện?

Mọi Kitô Hữu đều phải cầu nguyện, đặc biệt những người sau đây:

- Những tâm hồn tận hiến (146)
- Những người làm việc tông đồ (133)
- Những người đang gặp cơn gian nan thử thách, hay bị cám dỗ nặng nề. (124, 130, 141)

- **ĐHV 118**: “Hoạt động không cầu nguyện là vô ích trước mặt Chúa. Máy móc tự động có thể làm hơn con.”
- **ĐHV 119**: “Thứ nhất cầu nguyện, thứ hai hy sinh, thứ ba mới đến hoạt động.”
- **ĐHV 120**: “Cầu nguyện là nền tảng của đời sống thiêng liêng. Lúc cầu nguyện, con nối liền, kết hiệp với Thiên Chúa. Bóng điện sáng nhờ nối liền với máy phát điện.”

- **ĐHV 121**: “Con tin vào hiệu năng của lời cầu nguyện không? Hãy suy lời Chúa: «Ta bảo các con: Hãy xin thì sẽ được; hãy tìm thì sẽ gặp; hãy gõ thì sẽ mở cho» (Lc 11,9). Có công ty bảo hiểm nào bảo đảm cho các con chắc chắn hơn lời ấy không?”
- **ĐHV 122**: “Bí quyết nuôi dưỡng đời sống Kitô hữu là cầu nguyện. Ai không cầu nguyện, dù có làm phép lạ, con cũng đừng tin.”
- **ĐHV 123**: “Con hãy cầu nguyện luôn, bất cứ ở đâu. Chúa Giêsu đã nói: «Hãy tỉnh thức và cầu nguyện» (Mt 26,41).

- **ĐHV 124**: “. «Đâu có hai, ba người họp lại nhân danh Ta, thì có Ta ở giữa họ» (Mt 18,20). Lời Chúa Giêsu đã ứng nghiệm, đặc biệt nơi nhiều cộng đoàn cầu nguyện, họ sống xa linh mục từng ngàn cây số mà vẫn hướng dẫn nhau cầu nguyện, kiên trì giữa gian nan và cô đơn.”
- **ĐHV 125**: “Con ngạc nhiên vì sao nhiều người mất ơn Chúa gọi, mất đức tin, phản bội Hội Thánh? Trong bao nhiêu lý do, luôn luôn có một lý do chính: họ bỏ cầu nguyện từ lâu.”

- ĐHV 126: “Đừng xem thường việc đọc kinh, các Tông đồ đã thưa: «Lạy Thầy xin dạy chúng con cầu nguyện» Chính Chúa Giêsu dạy đọc kinh Lạy Cha.”
- ĐHV 127: “Chúa dạy đọc kinh để giúp con cầu nguyện, nhưng việc chính là gặp gỡ, nói chuyện giữa Cha và con: «Còn người khi cầu nguyện thì hãy vào buồng, khóa cửa lại mà cầu nguyện với Cha người, có mặt cả nơi kín ẩn; và Cha người, Đấng thấu suốt cả nơi kín ẩn sẽ hoàn trả lại cho người» ”

- **ĐHV 128**: “Lời kinh Phụng vụ rất đẹp lòng Chúa, vì đó là lời Thánh kinh, là lời cầu của Hội Thánh, nhiệm thể Chúa Giêsu. Con hãy dùng sách lễ, sách ca vịnh, sách nguyện mà cầu nguyện.”
- **ĐHV 129**: “Cha nói: «Thứ nhất cầu nguyện», không phải là vô căn cứ. Chúa Giêsu bảo: «...Maria đã chọn phần tốt rồi, và sẽ không bị ai giựt mất!» (Lc 10,42). Khi ngồi dưới chân Chúa, nghe lời Chúa, yêu mến Chúa, Maria đã được Thánh Thể, Thánh Kinh, Thánh nguyện.”

- ĐH V 130: “Con tìm bạn để an ủi, nâng đỡ con khỏi cô đơn. Sao con không tìm người bạn không bao giờ phản bội con, và có thể ở với con liên lỉ bất cứ nơi nào”
- ĐH V 131: “Một người «thánh» mà không cầu nguyện là thánh giả. Con đợi xem, họ sẽ sụp đổ không mấy hồi.”

- ĐHV 132: “Muốn đánh giá công việc tông đồ của ai, con hãy xem người ấy cầu nguyện thế nào?”
- ĐHV 133: “Nếu con không cầu nguyện, chẳng ai tin con làm việc vì Chúa đâu!”
- ĐHV 134: “Tại sao có khủng hoảng trong Hội Thánh? Vì hạ giá việc cầu nguyện.”

- **ĐHV 135**: “Ai hiểu được mãnh lực của lời cầu nguyện? Sốt sắng như các Tông đồ và Đức Mẹ trong nhà tiệc ly, phổ thác như Chúa Giêsu ở vườn Cây dầu, cương quyết như Maisen giang tay trên núi, tha thiết như người trộm lành, khiêm tốn như người thu thuế.”
- **ĐHV 136**: “Người ta sống không chỉ nhờ cơm bánh mà còn nhờ những lương thực thiêng liêng (x. Mt 4,4): Thánh Thể, Thánh kinh, Thánh nguyện. Nếu không, con không có sự sống thần linh.”

- **ĐHV 137**: “Một người chưa vào đạo mà cầu nguyện là dấu rất tốt, khởi sự cầu nguyện là khởi sự có đức tin.”
- **ĐHV 138**: “Tinh thần cầu nguyện giống như một lò lửa nung đốt tâm hồn tông đồ của con. Muốn nuôi ngọn lửa ấy, con hãy nhen vào đó những thanh gỗ lớn của hy sinh, của những cuộc tĩnh tâm và cả những que củi nhỏ của lời nguyện tắt và hy sinh thầm kín.”

- **ĐHV 139**: “Dầu miệng con không nói ra, Chúa đã hiểu thấu lòng con. Con hãy xem gương người đàn bà băng huyết: động đến gấu áo Chúa, được nhận lời ngay.”
- **ĐHV 140**: “Con tội lỗi không dám ra trước mặt Chúa, nhưng lời Hội thánh khiến con vững tâm: «Nhờ Đức Kitô, Chúa chúng con». Tất cả công nghiệp của Chúa Giêsu, Đức Mẹ và các thánh không đủ bao bọc lời cầu nhỏ bé của con sao?”

- **ĐHV 141**: “Con tưởng trẻ em chưa làm gì được, người bệnh không còn làm gì được cho Hội thánh sao? Không đâu, sau lời cầu chính thức của Hội thánh, lời nguyện của trẻ em và bệnh nhân rất đẹp lòng Chúa. Năng nhắc họ ý thức!”
- **ĐHV 142**: “Giờ cầu nguyện là giờ tâm sự với Chúa là Cha, chứ không phải là giờ làm bài, là giờ của quả tim, chứ không phải là giờ của luân lý.”

- **ĐHV 143**: “Nhiều xứ không có linh mục đã giữ vững đức tin suốt nhiều chục năm, nhờ đọc kinh cầu nguyện trong các gia đình.”
- **ĐHV 144**: “Lời cầu nguyện của con phải phổ cập, quả tim con phải chứa đựng cả thế gian, nhưng đừng vì đó mà quên những thực tế trong con và chung quanh con.”
- **ĐHV 145**: “Sách thiêng liêng làm nhiều người nên thánh, đó là dầu nuôi lò lửa cầu nguyện.”

- **ĐHV 146**: “Đặc biệt với tâm hồn toàn hiến, đáng lẽ trong lý lịch phải khai: «Người nghiệp: cầu nguyện». Các nghề khác thế gian đều làm cả. Thế gian đòi hỏi con giữ đại lý cầu nguyện và nài xin con: «Cầu nguyện cho tôi».”
- **ĐHV 147**: “Không phải Maria ngồi yên dưới chân Chúa vì làm biếng. Phúc âm không phụng thánh người làm biếng. Maria chọn phần nhứt: nghe Chúa nói, để lời Chúa thấm tận tâm can, lay chuyển mình, làm việc trong mình. Có gì hoạt động bằng sự lột xác, sự biến đổi ấy? (x. Lc 10.42)

# Kết Luận

- Là Kitô hữu, nhất là khi đã trở nên một Cursillista, ta cần phải gắn bó với việc cầu nguyện để có thể kết hiệp với Thiên Chúa và gia tăng các nhân đức Tin, Trông Cậy và Mến yêu Chúa và tha nhân.
- Là Cursillistas, ta phải chuyên chăm cầu nguyện theo các phụng vụ của Giáo Hội, qua thánh lễ Misa, các kinh nguyện, giờ kinh phụng vụ, cũng như nguyện ngắm, suy niệm, đọc sách thiêng liêng và những lời nguyện ngắn ở mọi nơi, mọi lúc.
- Ta phải cương quyết và can đảm Sống đời sống cầu nguyện liên lỉ, để linh hồn ta được khỏe mạnh và sung mãn vì “cầu nguyện là hơi thở của linh hồn”

Decolores !!!