

**Thứ Năm, 20-6-2024. Năm B**  
**Thursday, June-20-2024. Year B**  
**Tuần 11 Thường Niên**

**Mt 6, 7-15     Matthew 6:7-15**  
**Đây là cách anh em cầu nguyện (Mt 6,9)**

Think about how many great saints have prayed the Lord's prayer! Imagine all the consolation and wisdom that people like Catherine of Siena, Ignatius of Loyola, and Thérèse of Lisieux have derived from offering these simple but profound words to our heavenly Father.

It can be easy to feel inadequate when you hold yourself up to such shining examples of prayer. You might wonder how you could ever hope to even come close to the insights they received—not to mention the courage that so many martyrs found as they offered this prayer at the hour of their deaths! Yet for all their heroism and holiness, they had one thing in common with the rest of us: they prayed. Specifically, they prayed this prayer!

Think about that the next time you say, “Our Father, who art in heaven . . .” You are reciting the same prayer that these great saints did—the same prayer that Jesus himself taught his very first disciples. And they prayed with the same simplicity and sincerity that Jesus recommends to every disciple.

All God wants is for you to come to him with an open heart. He already “knows what you need,” so you don't have to worry too much about getting everything right as you pray (Matthew 6:8). In fact, by saying, “Thy Kingdom come, thy will be done,” you are already entrusting yourself and your loved ones to God's care (6:10). And when you ask for your “daily bread,” you are confessing that he alone can give you what you need—and that

Hãy nghĩ xem biết bao vị thánh vĩ đại đã cầu nguyện với Chúa! Hãy tưởng tượng tất cả niềm an ủi và khôn ngoan mà những người như Thánh Catarina Siena, Ignatius Loyola, và Thérèse Lisieux đã nhận được khi dâng lên Cha trên trời những lời đơn giản nhưng sâu sắc này.

Bạn có thể dễ dàng cảm thấy thiếu sót khi cố gắng tuân theo những tấm gương cầu nguyện sáng ngời như vậy. Bạn có thể tự hỏi làm thế nào bạn có thể hy vọng đạt được những hiểu biết sâu sắc mà họ nhận được - chưa kể đến lòng can đảm mà rất nhiều vị tử đạo đã tìm thấy khi họ dâng lời cầu nguyện này vào giờ lâm chung! Tuy nhiên, với tất cả sự anh hùng và thánh thiện của mình, họ có một điểm chung với chúng ta: họ cầu nguyện. Cụ thể là họ đã cầu nguyện lời cầu nguyện này!

Hãy nghĩ về điều đó vào lần tới khi bạn nói: “Lạy Cha chúng con ở trên trời. . .” Bạn đang đọc cùng một lời cầu nguyện mà các vị thánh vĩ đại này đã làm - cùng một lời cầu nguyện mà chính Chúa Giêsu đã dạy cho các môn đệ đầu tiên của Ngài. Và họ đã cầu nguyện với sự đơn sơ và chân thành như Chúa Giêsu đã khuyên nhủ mọi môn đệ.

Tất cả những gì Chúa muốn là bạn đến với Ngài với tấm lòng rộng mở. Ngài đã “biết bạn cần gì”, nên bạn không cần phải lo lắng quá nhiều về việc làm mọi việc như bạn cầu nguyện (Mt 6,8). Trên thực tế, khi nói: “Nước Cha được đến, ý Cha được thể hiện”, bạn đã giao phó bản thân và những người thân yêu của mình cho sự chăm sóc của Chúa (6,10). Và khi bạn xin “lương thực hàng ngày”, bạn đang thú nhận rằng chỉ có Ngài mới có thể cung cấp cho

he will provide (6:11). Every part of this prayer, in fact, can bring you closer to the Lord.

Prayer is the foundation on which all other spiritual growth is built. It is the spring from which works of mercy flow. Most importantly, it is the source of your ability to love as Jesus loves and to forgive as he forgives. This is the path of holiness that the saints themselves walked—and Jesus is inviting you to walk the same path!

So as you pray the Lord's Prayer today, let the saints encourage you. Trust that the Holy Spirit wants to lead you into your Father's presence. Then quiet your heart so you can sense how close he is to you. Holiness is far more accessible than you thought!

“Lord, teach me to pray!”

bạn những gì bạn cần - và Ngài sẽ cung cấp (6,11). Trên thực tế, mọi phần của lời cầu nguyện này đều có thể đưa bạn đến gần Chúa hơn.

Cầu nguyện là nền tảng để xây dựng mọi sự phát triển tâm linh khác. Đó là nguồn mạch từ đó tuôn chảy những việc làm của lòng thương xót. Quan trọng nhất, đó là nguồn gốc khả năng của bạn để yêu thương như Chúa Giêsu yêu thương và tha thứ như Ngài tha thứ. Đây là con đường thánh thiện mà chính các thánh đã đi - và Chúa Giêsu đang mời gọi bạn đi theo con đường đó!

Vì thế hôm nay khi bạn đọc Kinh Lạy Cha, hãy để các thánh khích lệ bạn. Hãy tin rằng Chúa Thánh Thần muốn dẫn bạn vào nơi hiện diện của Cha bạn. Sau đó, hãy xoa dịu trái tim của bạn để bạn có thể cảm nhận được Ngài gần gũi với bạn như thế nào. Sự thánh thiện dễ tiếp cận hơn nhiều so với bạn nghĩ!

Lạy Chúa, xin dạy con cầu nguyện!

**Nguồn:** the word among us  
**Chuyển ngữ:** Linh mục Phaolô Vũ Đức Thành, SDD.