

Đời Sống Cầu Nguyện



ĐỌC KINH THÁNH NGHIÊN CỨU: 1 Các Vua 19:1–18; Ma-thi-ơ 6:5–8; Lu-ca 11:2–4; Ma-thi-ơ 6:5–15; Đa-ni-ên 9:4–19; Rô-ma 8:26, 27.

CÂU GỐC: “Hỡi bá tánh, khá nhờ cậy nơi Ngài luôn luôn, Hãy dốc đổ sự lòng mình ra tại trước mặt Ngài: Đức Chúa Trời là nơi nương náu của chúng ta” (Thi thiên 62:8).

Đời sống cầu nguyện của bạn như thế nào? Bạn có cầu nguyện thường xuyên không? Bạn cầu nguyện tha thiết đến mức nào? Trông đợi đến mức nào? Bạn cầu nguyện hằng ngày hay chỉ trong những trường hợp khẩn cấp? Lời cầu nguyện của bạn luôn là chỉ xin điều gì đó, hay bạn cũng ngợi khen Đức Chúa Trời trong khi cầu nguyện?

Ngoài ra, bạn chỉ dâng lời cầu nguyện trước khi ăn sáng, hoặc có lẽ thêm một lần nữa giữa ngày bận rộn? Có thể bạn đã tham gia một nhóm cầu nguyện đều đặn, hoặc thậm chí trải nghiệm việc cầu nguyện suốt ngày đêm. Bạn đã từng kinh nghiệm quyền năng và sự hiện diện của Đức Chúa Trời qua sự cầu nguyện—một sự cầu nguyện thay đổi mọi điều trong đời sống bạn—chưa?

Cầu nguyện là mối liên kết liên tục giữa chúng ta (những nhánh) và Chúa Giê-su (Gốc Nho). “Nếu chúng ta muốn lớn lên và đâm hoa kết trái, chúng ta phải liên tục hút nhựa sống và dưỡng chất từ Gốc Nho sống; vì khi tách rời khỏi Gốc Nho, chúng ta sẽ không có chút sức lực nào.”—Ellen G. White, *Early Writings*, tr. 73. Đây là phước hạnh của sự cầu nguyện bền đỗ. Đức Chúa Trời nghe chúng ta, và Ngài luôn trả lời theo thời điểm của Ngài và theo cách tốt nhất của Ngài—dù không phải lúc nào cũng theo cách chúng ta mong đợi.

Tuần này, chúng ta hãy cùng học về những anh hùng cầu nguyện khác trong Kinh Thánh và suy ngẫm về những cách thực tế, để làm cho đời sống cầu nguyện của chúng ta được mạnh mẽ hơn trong đời sống hằng ngày.

Học bài tuần này để chuẩn bị cho ngày Sa-bát 16 Tháng 5.

Ê-li—Câu Nguyện Trong Cơn Khủng Hoảng

Một tiên tri trung tín, Ê-li, sống trong thời kỳ mà sự gian ác bao phủ khắp nơi, khi vua A-háp làm nhiều điều “chọc giận Giê-hô-va Đức Chúa Trời của Y-sơ-ra-ên hơn hết thầy các vua Y-sơ-ra-ên đã trị vì trước người” (1 Các Vua 16:33). Những khoảnh khắc kịch tính nhất trong đời sống Ê-li hẳn là cuộc đối đầu trên núi Cạt-mên (xem 1 Các Vua 18). Cao trào của câu chuyện phi thường này là A-háp và vương quốc của ông tận mắt chứng kiến một lễ thật: Đức Chúa Trời đáp lời cầu nguyện. Đây là khoảnh khắc không thể quên trong lịch sử Y-sơ-ra-ên; và đó là lý do tại sao, sự thay đổi đột ngột của diễn biến trong câu chuyện khiến chúng ta ngạc nhiên.

Đọc 1 Các Vua 19:1–18, đặc biệt lưu ý những lời cầu nguyện của Ê-li và sự tương tác của Đức Chúa Trời với ông. Điều gì là nguyên nhân sâu xa của sự chán nản của Ê-li ở đây? Phản ứng của Đức Chúa Trời trong trường hợp này khác với những gì đã xảy ra tại núi Cạt-mên như thế nào?

Trong vòng một ngày, mặc dù Đức Chúa Trời đã đáp mọi lời cầu nguyện của Ê-li, nhưng cảm xúc, tinh thần và thể chất của vị tiên tri này đã nhanh chóng thay đổi. Dù Ê-li đã kinh nghiệm một chiến thắng lớn lao cùng Đức Chúa Trời hôm ấy, nhưng chỉ trong một khoảnh khắc mệt mỏi, ông đã để nỗi sợ chết lấn át đức tin nơi Đức Chúa Trời. Điều đáng chú ý là, dù Ê-li rơi vào tình trạng tuyệt vọng và nản lòng, Đức Chúa Trời vẫn đến với ông bằng sự dịu dàng và quan tâm, Ngài ban cho ông thức ăn và nước uống lần nữa (1 Các Vua 19:5, 6)—đến nỗi ông đi được bốn mươi ngày bốn mươi đêm (1 Các Vua 19:8). Và khi Đức Chúa Trời bày tỏ chính Ngài, Ngài làm điều đó theo một cách rất khác với trước kia.

Đôi khi trong đời sống của chúng ta, Đức Chúa Trời trả lời cách trực tiếp, mạnh mẽ và không thể phủ nhận. Điều ấy làm vững mạnh đức tin chúng ta, và chúng ta cảm nhận sự gắn gũi của Đức Chúa Trời trong đời sống mình.

Nhưng có lúc, chúng ta dao động và sa vào cảm dỗ, nghĩ rằng thật quá khó để theo Đức Chúa Trời với đức tin không lay chuyển. Chúng ta tìm kiếm câu trả lời của Đức Chúa Trời theo cách mình mong Ngài hành động, mà không nhận ra rằng tư tưởng và đường lối của Ngài cao hơn và khôn ngoan hơn rất nhiều so với chúng ta (Ê-sai 55:8, 9). Có nhiều điều về sự sáng tạo của Đức Chúa Trời mà chúng ta không thể hiểu nổi, thì chúng ta cũng không có gì phải ngạc nhiên khi có quá nhiều điều về đường lối của Ngài khiến chúng ta cũng không thể hiểu được.

Đức Chúa Trời, Cha nhân từ và tốt lành của chúng ta, biết chính xác bạn cần gì. Làm thế nào để bạn đủ yên lặng mà tin cậy Ngài và hướng mắt mình chăm nhìn nơi Ngài trong mọi hoàn cảnh? Hãy thưa chuyện với Ngài về điều này ngay bây giờ.

Khi Lời Cầu Nguyện Dường Như Không Được Đáp

Có lẽ bạn đã cầu nguyện về một điều gì đó rất lâu, thậm chí nhiều năm, và cảm thấy như Đức Chúa Trời không nghe lời cầu nguyện của bạn. Kinh Thánh dạy: “hãy xin, sẽ được” (*Ma-thi-ơ 7:7*) “nếu chúng ta xin điều chi theo ý muốn Ngài” (*1 Giăng 5:14*). Bạn hiểu những lời hứa này thế nào?

An-ne là một tấm gương về một người nữ tín kính đã cầu xin một điều rất cụ thể (*1 Sa-mu-ên 1:10-17*). Bà đầu dường như Đức Chúa Trời không đáp lời cầu nguyện của bà, nhưng bà kiên trì, và Đức Chúa Trời đã trả lời trong thời điểm tốt đẹp nhất của Ngài và theo ý muốn Ngài. Khi chúng ta học tin cậy nơi Chúa nhiều hơn, thì sự chờ đợi đôi khi giúp chúng ta bước đi với Chúa sâu sắc hơn.

Thi thiên 62:8 nói, “Hỡi bá tánh, khá nhờ cậy nơi Ngài luôn luôn, Hãy dốc đổ sự lòng mình ra tại trước mặt Ngài: Đức Chúa Trời là nơi nương náu của chúng ta.” Tin cậy. Chúng ta có tin rằng Ngài thật sự biết điều tốt nhất, ngay cả khi chúng ta chưa thấy câu trả lời ngay lập tức cho lời cầu nguyện không? Chúng ta có tin rằng cuối cùng Ngài sẽ đáp vào thời điểm và cách thức hoàn hảo của Ngài không?

Đôi khi lời cầu nguyện của chúng ta không được đáp nhanh như chúng ta mong muốn, hoặc không theo cách chúng ta kỳ vọng. Kinh Thánh khuyên chúng ta điều gì về vấn đề này?

- **Tìm ý muốn của Đức Chúa Trời, không phải ý riêng mình** (*Ma-thi-ơ 6:10; 1 Giăng 5:14, 15*).
- **Xem xét động cơ của mình** (*Châm ngôn 16:2; Gia-cơ 4:3*).
- **Nghĩ xem bạn có đang áp ú một tội lỗi yêu thích nào không** (*Thi thiên 66:18; 1 Phi-e-rơ 3:12; Châm ngôn 15:29*).
- **Ở trong Đức Chúa Trời và trong Lời Ngài** (*Giăng 15:7*).
- **Có đức tin khi cầu nguyện không** (*Hê-bơ-rơ 11:6; Gia-cơ 1:6; Mác 11:24; Ma-thi-ơ 21:22*).
- **Xem xét tấm lòng của mình (khiêm nhường hay kiêu ngạo)** (*Gia-cơ 4:6; 1 Phi-e-rơ 5:6*).
- **Bền đỗ** (*1 Tê-sa-lô-ni-ca 5:17, 18*).
- **Tha thứ cho người khác** (*Mác 11:25, 26*).
- **Sau cùng, Đức Chúa Trời thấy toàn cảnh và biết điều gì là tốt nhất cho chúng ta** (*Rô-ma 8:28; Ê-phê-sô 3:20; Giê-rê-mi 29:11-13*). **Đôi khi câu trả lời của Ngài chỉ đơn giản như đối với Phao-lô: “Ăn điển ta đủ cho ngươi rồi”** (*2 Cô-rinh-tô 12:9*).

Một yếu tố then chốt quyết định phản ứng của chúng ta trước điều tưởng như lời cầu nguyện không được đáp là hình ảnh của chúng ta về Đức Chúa Trời. Nếu chúng ta xem Đức Chúa Trời như xa cách và thờ ơ, mối quan hệ của chúng ta với Ngài sẽ yếu đi. Trong những lúc như vậy, hãy tìm trong Kinh Thánh bằng chứng về tình yêu và sự chăm sóc của Ngài dành cho bạn, và cầu xin để hình ảnh sai lệch của bạn về Ngài được trở nên rõ ràng hơn.

Chúa Giê-su Dạy Chúng Ta Cầu Nguyện

Trong thời của Jesus Christ, những lời cầu nguyện dài, được chuẩn bị kỹ lưỡng và dùng từ ngữ phức tạp như một màn trình diễn thường được coi trọng. Tuy nhiên, Chúa Giê-su không khen ngợi kiểu cầu nguyện này (xem *Ma-thi-ơ 6:5-8*), vì Ngài cho rằng đó chỉ là sự phô trương đạo đức.

Các môn đồ thấy Chúa Giê-su cầu nguyện, và họ biết cầu nguyện là phần quan trọng trong đời sống Ngài (xem *Lu-ca 5:16; Lu-ca 6:12; Lu-ca 9:18; Lu-ca 22:41; Lu-ca 24:30; Mác 1:35; Mác 6:46*). Khi quan sát Chúa Giê-su, họ thấy sự tương phản giữa Ngài với các nhà lãnh đạo tôn giáo, và nhận ra còn có nhiều điều về sự cầu nguyện hơn những gì họ từng nghĩ đến. Vì vậy, các môn đồ đến với Chúa Giê-su và thưa rằng: “Lạy Chúa, xin dạy chúng con cầu nguyện” (*Lu-ca 11:1*).

Chúa Giê-su đã làm gương cho các môn đồ (và cho chúng ta) rằng chúng ta có thể cầu nguyện một cách đơn giản bằng ngôn ngữ hằng ngày. Ngài cho thấy rằng những lời cầu nguyện của chúng ta phải chân thành và xuất phát từ tấm lòng.

Đọc *Lu-ca 11:2-4* và *Ma-thi-ơ 6:5-15*, và chú ý những khía cạnh sau của lời cầu nguyện mà Chúa Giê-su dạy:

- **Lạy Cha chúng tôi ở trên trời:** nhìn nhận mối liên hệ cá nhân của bạn với Cha của muôn loài.
- **Danh Cha được thánh:** nhận biết sự thánh khiết của Đức Chúa Trời khiến chúng ta đến với tấm lòng kính sợ và tôn trọng.
- **Nước Cha được đến:** khao khát Chúa trở lại và sự ngự trị của Đức Thánh Linh trong lòng cho đến khi điều ấy xảy ra.
- **Ý Cha được nên, ở đất như trời:** đầu phục và cầu xin ý muốn của Đức Chúa Trời được thực hiện trong đời sống chúng ta, tin rằng Ngài biết điều tốt nhất, thay vì chỉ cầu xin điều chúng ta muốn.
- **Xin cho chúng tôi hôm nay đồ ăn đủ ngày:** xin điều cần thiết để sống, cả về thể chất (thức ăn và nước uống) lẫn về thuộc linh (Chúa Giê-su và Lời hằng sống của Ngài).
- **Xin tha tội cho chúng tôi như chúng tôi cũng tha kẻ phạm tội nghịch cùng chúng tôi:** ăn năn, xin sự tha thứ, và nhớ tha thứ cho những người làm tổn thương mình cách rộng lượng như Đức Chúa Trời tha thứ cho chúng ta.
- **Xin chớ để chúng tôi bị cám dỗ, nhưng cứu chúng tôi khỏi điều ác:** xin sự bảo vệ và che chở khỏi điều ác trong thế gian này (*Thi thiên 91*).
- **Vì nước, quyền, vinh hiển đều thuộc về Cha đời đời. A-men:** thừa nhận rằng mọi điều chúng ta có, và mọi điều chúng ta làm đều thuộc về Đức Chúa Trời. Chỉ một mình Ngài xứng đáng nhận vinh hiển và sự ngợi khen của chúng ta (*1 Sử ký 29:11*).

Sao bạn không cầu nguyện nhiều hơn và hướng mặt về Đức Chúa Trời mỗi buổi sáng để thưa chuyện với Đấng yêu bạn hơn bất cứ ai khác? Điều gì đang ngăn bạn làm điều bạn biết mình nên làm? Hãy cầu nguyện ngay bây giờ, như Chúa Giê-su đã mời gọi chúng ta.

Ngợi Khen, Xưng Tội, Nài Xin, Tạ Ơn

Cũng như Chúa Giê-su dạy chúng ta cách cầu nguyện trong Ma-thi-ơ 6:5-15, chúng ta có thể theo mẫu đơn giản này khi đến với Đức Chúa Trời cách cá nhân, hoặc với gia đình, hoặc như một hội thánh—ghi nhớ rằng cầu nguyện là trò chuyện với Đức Chúa Trời như với một người bạn. Thường thì lời cầu nguyện của chúng ta đầy những điều cầu xin, trong khi Chúa Giê-su dạy chúng ta việc cầu nguyện còn nhiều điều hơn thế nữa!

Đọc lời cầu nguyện của Đa-ni-ên trong Đa-ni-ên 9:4-19 và tìm những phần khác nhau trong lời cầu nguyện của ông.

Hãy suy nghĩ xem bạn có thể đưa các yếu tố sau vào lời cầu nguyện của mình như thế nào:

Ngợi khen: Ngợi khen là sự tôn thờ bày tỏ Đức Chúa Trời là Đấng như thế nào và bản tính Ngài ra sao. Hãy đọc Thi thiên 100; đây là một bài ca khen ngợi tuyệt đẹp dâng lên Đức Chúa Trời. Hãy suy gẫm về nhiều danh xưng của Ngài và bản tính vinh hiển của Ngài. Hãy ngợi khen Ngài vì Ngài là Đấng Cứu Chuộc, Đấng Cứu Rỗi, Đấng An Ủi, Đấng Chữa Lành, Đấng Chấn Chiên Hiên Lành, An-pha và Ô-mê-ga, và Hòn Đá, v.v...

Xưng tội và tha thứ: Khi chúng ta trò chuyện và ở trong Đức Chúa Trời, chúng ta không thể không buông bỏ bất cứ điều gì đang kìm giữ mình hoặc khiến mình xa cách Ngài. Càng gần Ngài, chúng ta càng thấy mình không xứng đáng và bất khiết. Điều ấy khiến chúng ta nài xin Ngài cất bỏ tội lỗi của chúng ta và uốn nắn bản tính chúng ta giống như của Ngài. Nếu chúng ta mong Đức Chúa Trời tha thứ cho mình, chúng ta cũng phải sẵn sàng tha thứ cho người khác. “Vậy, hãy xưng tội cùng nhau, và cầu nguyện cho nhau, hầu cho anh em được lành bệnh: người công bình lấy lòng sốt sắng cầu nguyện, thật có linh nghiệm nhiều” (Gia-cơ 5:16).

Nài xin: Bạn đang đối diện với những thử thách nào, có lẽ gia đình, bạn bè, sức khỏe, tài chánh, công việc, hoặc học tập? Cụ thể, bạn cần bàn tay dẫn dắt của Đức Chúa Trời hướng dẫn đi đâu? Ai cần sự nâng đỡ của bạn, và bạn có thể nâng đỡ họ tốt nhất bằng cách nào? Hãy cầu nguyện cụ thể cho những lĩnh vực và con người ấy, xin ý muốn của Đức Chúa Trời được nên.

Tạ ơn: Hãy đọc Phi-líp 4:6 và nghĩ về những phước hạnh trong đời sống bạn. Có thể bạn nhớ đến những điều lớn lao, nhưng còn những điều nhỏ nhặt mà ta thường xem là hiển nhiên thì sao? Chúng ta luôn nhận lãnh sự thương xót của Đức Chúa Trời; vậy mà chúng ta bày tỏ lòng biết ơn quá ít, ngợi khen Ngài quá ít về những gì Ngài đã làm cho chúng ta.

Bạn cần ngợi khen Đức Chúa Trời về điều gì, xưng tội với Ngài về điều gì, xin Ngài điều gì, và tạ ơn Ngài về điều gì? Sao không làm ngay bây giờ?

Những Câu Hỏi Khác Về Sự Cầu Nguyện

Tại sao cầu nguyện khi Đức Chúa Trời đã biết mọi điều? Ellen G. White giải thích như sau: “Cầu nguyện không phải tỏ cho Đức Chúa Trời biết chúng ta là người thế nào, nhưng là để dọn mình tiếp rước Chúa. Cầu nguyện không phải để đem Chúa hạ xuống tới mức của chúng ta, nhưng là nâng mình lên với Ngài.”—*Con Đường Giải Thoát*, tr. 80. Dù Đức Chúa Trời biết mọi ao ước và nhu cầu của chúng ta, cầu nguyện vẫn tốt cho chúng ta. Cầu nguyện giúp chúng ta dừng lại giữa nhịp sống bận rộn, nhận biết Đức Chúa Trời là Đấng Tể Trị và đặt mình dưới chân Ngài. Khi cầu nguyện, chúng ta cũng mở lòng để Đức Chúa Trời hành động; và khi không biết cầu nguyện thế nào, Đức Thánh Linh sẽ cầu thay cho chúng ta (*Rô-ma 8:26-27*).

Tại sao cầu nguyện khi mọi sự đều tốt đẹp? Sự tự mãn và kiêu ngạo (xem bài 3) có thể là rào cản lớn cho đời sống cầu nguyện. Khi thật sự nhận ra mình cần Đức Chúa Trời, chúng ta sẽ tìm đến Ngài nhiều hơn. Nếu các thiên sứ trọn vẹn còn tôn thờ Ngài, thì con người tội lỗi lại càng cần Ngài hơn. Ma-thi-ơ 5:6 và Ê-sai 44:3 nói gì về lẽ thật này?

Vai trò của đức tin trong sự cầu nguyện là gì? Hãy đọc Hê-bơ-rơ 11:6 và suy gẫm những lời sau: Cầu nguyện và đức tin liên hệ mật thiết với nhau và cần được hiểu chung. Trong lời cầu nguyện, bởi đức tin có một khoa học thiêng liêng mà mỗi người muốn thành công trong đời sống cần phải học và hiểu. Đấng Christ phán: ‘Mọi điều các người xin trong lúc cầu nguyện, hãy tin đã được, tất điều đó sẽ ban cho các người’ (*Mác 11:24*). Ngài cho thấy rằng lời cầu xin phải theo ý muốn Đức Chúa Trời. Chúng ta cần xin những điều Ngài đã hứa, và dùng những gì nhận được để làm theo ý Ngài. Khi các điều kiện ấy được đáp ứng, lời hứa của Ngài chắc chắn sẽ được thực hiện... Chúng ta không cần tìm bất cứ bằng chứng bên ngoài nào cho sự ban phước ấy.”—Ellen G. White, *Education*, tr. 257, 258.

Cầu nguyện với ai? Chúng ta nên cầu nguyện theo ba cách. Trước hết là cầu nguyện cá nhân với Đức Chúa Trời, vì cầu nguyện và học Kinh Thánh là mạch sống của mối quan hệ với Ngài (*Ma-thi-ơ 6:6*). Thứ hai là cầu nguyện với gia đình hoặc nhóm nhỏ, vì nơi có hai hoặc ba người nhóm lại, Đức Chúa Trời ở giữa (*Công vụ 12:12; Ma-thi-ơ 18:20*). Cuối cùng là cầu nguyện chung trong hội thánh (*Gia-cơ 5:13-16*). Cả ba hình thức đều quan trọng.

Lắng nghe như thế nào? Cầu nguyện không chỉ là nói với Đức Chúa Trời; chúng ta cũng cần để Ngài “tia sửa” và hướng dẫn đời sống mình. Cách an toàn nhất là kết hợp cầu nguyện với học Kinh Thánh trong thì giờ thông công. Hãy cẩn thận, đừng để tâm trí trống rỗng hay chỉ nghe theo suy nghĩ riêng mà không tra xét Kinh Thánh.

Bạn thấy điều nào là thách thức nhất đối với mình trong những điểm đã nêu ở trên?

NGHIÊN CỨU BỔ TÚC: “Nếu chúng ta nghĩ và nói nhiều hơn về Đức Chúa Giê-su mà không quá quan tâm đến cá nhân mình, chúng ta sẽ được càng gần Chúa hơn.”—Ellen G. White, *Con Đường Giải Thoát*, tr. 88.

“Nếu ta nghe theo lời khuyên nhủ kia với lòng nghi ngờ và lo sợ, hoặc cố giải quyết mọi việc mà mình không thấy rõ ràng, rồi mới có đức tin sau, thì mọi bối rối sẽ tăng thêm mà thôi. Ngược lại, nếu chúng ta đến cùng Đức Chúa Trời khi tự cảm thấy hoàn toàn bất lực và lệ thuộc như thực trạng của chúng ta, rồi với đức tin đơn sơ và khiêm nhường, bày tỏ mọi nhu cầu cho Ngài là Đấng có sự hiểu biết vô hạn, là Đấng thấy hết mọi sự, vừa là Đấng dùng ý muốn và lời phán mà cai trị mọi vật, thì Ngài có thể và sẽ nghe lời kêu van của chúng ta, sẽ để sự sáng Ngài chiếu rọi vào lòng chúng ta.”—Ellen G. White, *Con Đường Giải Thoát*, tr. 83, 84.

“Linh hồn sẽ nương cánh tạ ơn mà bay bổng lên thiên đàng. Trên thiên cung cao kia Đức Chúa Trời được thờ phượng bằng bài ca, tiếng nhạc, nên khi chúng ta bày tỏ lòng biết ơn của mình, điều đó cũng phù hợp với sự thờ phượng của các thiên binh vậy. . . Vậy chúng ta hãy hết lòng tôn kính, vui mừng mà đến trước Đấng Tạo Hóa mình để dâng lời ‘tạ ơn và tiếng ca hát.’ (Ê-sai 51:3).”—Ellen G. White, *Con Đường Giải Thoát*, tr. 90

ĐỀ TÀI THẢO LUẬN:

1. Ý tưởng nào trong các trích dẫn trên truyền cảm hứng cho bạn nhiều nhất? Ý tưởng nào thách thức bạn nhiều nhất?
2. Bạn còn học được những bài học nào từ đời sống cầu nguyện của những anh hùng cầu nguyện khác trong Kinh Thánh? (Xem *E-xơ-ra* 10:1; 2 *Các Vua* 13:4; *Giô-na* 4:2, 3; *Ha-ba-cúc* 3:1; 2 *Các Vua* 19:14–19; *Giê-rê-mi* 32:16–25; *Nê-hê-mi* 1:4–11; 1 *Các Vua* 8:22–54; chỉ nêu vài ví.)
3. Vai trò của sự kiêng ăn đi kèm với sự cầu nguyện là gì?
4. Có điều gì mới mà bạn muốn thay đổi hoặc áp dụng trong đời sống cầu nguyện của mình sau bài học tuần này không? Vì sao không thực hiện những thay đổi ấy?