



# Cầu Nguyện Ăn Năn

## Prayer of Repentance

Giô-na 2:1-10

Jonah 2:1-10

# Cầu nguyện Ăn năn

## Prayer of Repentance

1. Cầu nguyện phải là lời khóc lóc chân thành van xin Chúa giúp

Prayer must be an honest cry for God's help

2. Cầu nguyện phải bao gồm chấp nhận sửa phạt và ăn năn

Prayer must include acceptance of God's discipline and the believer's repentance

3. Cầu nguyện phải có sự tin cậy và tạ ơn

Prayer must be characterized by trust and thanksgiving

4. Cầu nguyện phải từ tấm lòng vâng phục theo ý muốn của Chúa

Prayer must be from a heart that is sacrificially yielded to God's will

1. Cầu nguyện phải là lời khóc lóc chân thành van xin Chúa giúp  
Prayer must be an honest cry for God's help

*Đức Giê-hô-va sắm sửa một con cá lớn đặng nuốt Giô-na; Giô-na ở trong bụng cá ba ngày ba đêm. 2 Giô-na từ trong bụng cá cầu nguyện Đức Chúa Trời mình mà rằng: Tôi gặp hoạn nạn, kêu cầu Đức Giê-hô-va, Thì Ngài đã trả lời cho tôi. Từ trong bụng âm phủ, tôi kêu la, Thì Ngài đã nghe tiếng tôi. (c1-2)*

*Then Jonah prayed to the LORD his God from the belly of the fish,<sup>2</sup> saying, "I called out to the LORD, out of my distress, and he answered me; out of the belly of Sheol I cried, and you heard my voice (v1-2)*

1. Cầu nguyện phải là lời khóc lóc chân thành van xin Chúa giúp  
Prayer must be an honest cry for God's help

Nếu Giô-na có thể cầu nguyện từ bụng cá, thì bất kể hoàn cảnh của chúng ta, cho dù tự gây ra hay không lường trước được, chúng ta cũng có thể cầu nguyện.

...Và Đức Chúa Trời hiện diện để giúp chúng ta.

If Jonah can pray from the belly of a fish, then regardless of our circumstances, whether self-inflicted or unforeseen, we too can pray.

...And God is there to help us.

1. Cầu nguyện phải là lời khóc lóc chân thành van xin Chúa giúp  
Prayer must be an honest cry for God's help

Điểm khởi đầu quan trọng cho lời cầu nguyện: “Chúa ơi, con cần Chúa. Con cần Chúa giúp con. Con không thể làm điều đó một mình.”

...Chúng ta cần hạ mình và thành khẩn cầu xin Chúa giúp đỡ

A crucial beginning point for prayer: “God, I need you. I need your help. I cannot do it by myself.”

...we must humbly and honestly ask God for help.

2. Cầu nguyện phải bao gồm chấp nhận sửa phạt và ăn năn  
Prayer must include acceptance of God's discipline and the  
believer's repentance

*Chúa ném con xuống vực sâu, Xuống tận lòng biển, Dòng nước biển  
bao bọc con, Hết thấy những luồng sóng to và sóng cồn của Ngài Cuộn  
lên ngang qua đầu con. 4 Con tự nhủ: "Con đã bị quăng xa Khỏi Chúa,  
Dù vậy, con lại sẽ được ngắm Đền thánh Ngài (c3-4)*

*For you cast me into the deep, into the heart of the seas, and the flood  
surrounded me; all your waves and your billows passed over me. 4  
Then I said, 'I am driven away from your sight; yet I shall again look  
upon your holy temple.' (c3-4)*

2. Cầu nguyện phải bao gồm chấp nhận sửa phạt và ăn năn  
Prayer must include acceptance of God's discipline and the  
believer's repentance

Giô-na nổi loạn và Chúa sửa phạt (Giô-na 1)

Jonah rebelled against God's will and God severe response (Chapter 1)

Đức Chúa Trời muốn đánh thức Giô-na

God wanted to wake Jonah up

2. Cầu nguyện phải bao gồm chấp nhận sửa phạt và ăn năn  
Prayer must include acceptance of God's discipline and the  
believer's repentance

Giô-na chấp nhận sửa phạt của Chúa bằng cách ăn năn

*... Con tự nhủ: "Con đã bị quăng xa khỏi Chúa, Dù vậy, con lại sẽ được  
ngắm Đền thánh Ngài" (c 4)*

Jonah accepted God's discipline by repenting

*... "I am driven away from your sight; yet I shall again look upon your  
holy temple" (v. 4)*



2. Cầu nguyện phải bao gồm chấp nhận sửa phạt và ăn năn  
Prayer must include acceptance of God's discipline and the  
believer's repentance

Bởi vì tình yêu sâu đậm của Ngài dành cho chúng ta, Đức Chúa Trời sẽ dịu dàng như Ngài có thể cứng rắn như Ngài cần để có thể trau dồi và sửa chữa chúng ta

Because of His deep love for us, God will be as gentle as He can be but as tough as He needs to be in order to reprove and correct us.

## 2. Cầu nguyện phải bao gồm chấp nhận sửa phạt và ăn năn Prayer must include acceptance of God's discipline and the believer's repentance

Bởi vì không một ai trong chúng ta hoàn hảo, sự ăn năn phải là một phần của cuộc sống hàng ngày của mỗi Cơ đốc nhân. Thay vì chúng ta che giấu hay biện minh cho sai lầm của mình...hãy nhanh chóng ăn năn với sự hối cải và sửa trị của Chúa để Ngài có thể làm thánh sạch chúng ta.

Because not one of us is perfect, repentance should be a part of every Christian's daily life. When we falter, let us resist the urge to cover up our wrong. Let us instead quickly respond in repentance to God's reproof and correction so that He can cleanse us.

### 3. Cầu nguyện phải có sự tin cậy và tạ ơn Prayer must be characterized by trust and thanksgiving

*.... 7 Khi con sắp ngất đi, Con nhớ đến CHÚA, Và lời cầu nguyện con lên  
thấu đến Ngài, Tận trong đền thánh Ngài ... Về phần con, con sẽ hát ca  
ngợi Chúa, Con sẽ dâng tế lễ cho Ngài, (c5-7,9)*

*...7 When my life was fainting away, I remembered the Lord, and my  
prayer came to you, into your holy temple... But I with the voice of  
thanksgiving will sacrifice to you (vv5-7,9)*

3. Cầu nguyện phải có sự tin cậy và tạ ơn  
Prayer must be characterized by trust and thanksgiving

Khi gặp phải khó khăn... hãy nhớ đến Chúa, tin cậy với sự tạ ơn trong lời hứa Chúa luôn ở cùng

When encountering hardship... remember the Lord, trust with thanksgiving in God's promise to always be there

4. Cầu nguyện phải từ tấm lòng vâng phục theo ý muốn của Chúa  
Prayer must be from a heart that is sacrificially yielded to God's will

*Những người thờ lạy các thần tượng giả dối Từ bỏ Đấng Yêu Thương  
thành tín, 9 Về phần con, con sẽ hát ca ngợi Chúa, **Con sẽ dâng tế lễ  
cho Ngài, Con sẽ thực hiện điều con hứa nguyện. Chỉ CHÚA mới có  
quyền giải cứu!**" (c8-9)*

*Those who pay regard to vain idols forsake their hope of steadfast  
love. 9 But I with the voice of thanksgiving **will sacrifice to you; what  
I have vowed I will pay. **Salvation belongs to the Lord!****" (vv8-9)*

4. Cầu nguyện phải từ tấm lòng vâng phục theo ý muốn của Chúa  
Prayer must be from a heart that is sacrificially yielded to God's will

Khi trở lại với Chúa, Giô-na phải sẵn lòng tuân theo ý muốn và kế hoạch của Đức Chúa Trời cho cuộc đời mình. Giô-na phải nói, “Dạ vâng, thưa Chúa, con sẵn sàng hy sinh đi bất cứ nơi nào Ngài dẫn dắt.”

... và chúng ta cũng phải vậy

In coming back to the Lord, Jonah had to be willing to follow God's will and plan for his life. Jonah had to say, “Okay, God, I am willing to sacrificially follow wherever You will lead.”

... and we must do the same

# Cầu nguyện Ăn năn

## Prayer of Repentance

- Cầu nguyện phải là lời khóc lóc chân thành van xin Chúa giúp  
Prayer must be an honest cry for God's help
- Cầu nguyện phải bao gồm chấp nhận sửa phạt và ăn năn  
Prayer must include acceptance of God's discipline and the believer's repentance
- Cầu nguyện phải có sự tin cậy và tạ ơn  
Prayer must be characterized by trust and thanksgiving
- Cầu nguyện phải từ tấm lòng vâng phục theo ý muốn của Chúa  
Prayer must be from a heart that is sacrificially yielded to God's will

## Giô-na 2:3    Jonah 2:3

*Tôi gặp hoạn nạn, kêu cầu Đức Giê-hô-va, Thì Ngài đã trả lời cho tôi. Từ trong bụng âm phủ, tôi kêu la, **Thì Ngài đã nghe tiếng tôi.***

*“I cried out to the Lord because of my affliction, And He answered me. “Out of the belly of Sheol I cried, And **You heard my voice.**”*