

*Self-Realization Fellowship*

CỘNG ĐỒNG  
CẦU NGUYỆN  
TOÀN CẦU

*Công hiến  
cho sự thăng hoa  
của nhân loại bằng  
cầu nguyện*



*Self-Realization Fellowship*

FOUNDED 1920 BY PARAMAHANSA YOGANANDA



PARAMAHANSA YOGANANDA  
(1893-1952)



*Self-Realization Fellowship*

# CỘNG ĐỒNG CẦU NGUYỆN TOÀN CẦU

*Công hiến  
cho sự thăng hoa  
của nhân loại bằng cầu nguyện*

**SELF-REALIZATION FELLOWSHIP**  
*Paramahansa Yogananda, Sáng Lập Viên  
Brother Chidananda, Chủ Tịch*

Copyright © 2021 Self-Realization Fellowship  
Bảo vệ trọn vẹn tác quyền



Bạn thân mến,

Với quyển sách nhỏ này về Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu của Self-Realization Fellowship, tôi trân trọng mời bạn cùng tham gia với chúng tôi phụng sự tha nhân bằng sức mạnh năng động của sự cầu nguyện

Mỗi ngày khi đọc báo về một căn bệnh lạ, một tai họa mới, hay thêm một cuộc khủng hoảng quốc tế đưa thế giới đến gần hơn với chiến tranh, rất nhiều người trong chúng ta sẽ cảm thấy vô cùng bất an về sinh mạng của mình và của những người thân yêu. Chúng ta đã tới một thời điểm mà rất nhiều người tự hỏi: “Liệu có gì trong thế giới này mà ta còn có thể trông cậy vào được nữa không? Liệu ta có thể làm gì để chống lại những mối đe dọa đối với hòa bình và an ninh mà ta mong muốn cho chính mình và cho toàn thể nhân loại?”

Tất cả chúng ta hưởng ứng một cách sâu sắc đối với những câu hỏi như thế – và có một câu trả lời cho các vấn đề đã làm trái tim chúng ta ray rứt đến như vậy. Lý do tại sao các cá nhân phải chịu những sự rối loạn về thể xác và cảm xúc, và tại sao các quốc gia trải qua các xung đột xã hội và quốc tế là vì: con người đã tự tách rời khỏi nguồn sức mạnh thiêng liêng và phước lành, bởi những ý nghĩ và hành động sai lầm của chính mình.

Hôm nay, có lẽ hơn bao giờ hết, bắt buộc chúng ta phải chống lại tình trạng tiêu cực này. Nếu khao khát nhiều hơn một sự tồn tại bất an trên trái đất này thì chúng ta phải khôi phục lại mối quan hệ của chúng ta với Cội Nguồn thiêng liêng. Đây chính là mục đích của Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu thuộc Self-Realization Fellowship. Và đây cũng là lý do vì sao tôi khẩn khoản xin bạn suy ngẫm sâu xa về thông điệp của quyển sách nhỏ này. Quyển sách mô tả làm sao mọi người chúng ta, nam cũng như nữ, và trẻ em – thuộc tất cả các chủng tộc và tôn giáo – có thể hành

động một cách hữu hiệu để chữa lành và đem lại sự an toàn cho chính mình và những người thân yêu. Và những cố gắng cá nhân của bạn tập trung vào sức mạnh của sự cầu nguyện – sức mạnh vô hạn của Thương Đέ trong mỗi người chúng ta – có thể làm được rất nhiều để đem lại hòa hợp hơn nữa giữa các quốc gia đang chịu những bất an của thế giới.

Chúng tôi hy vọng bạn sẽ tham gia cộng đồng cầu nguyện toàn cầu này, để mọi người nam cũng như nữ khắp nơi có thể thức tỉnh với sự giác ngộ hơn nữa về sức mạnh thiêng liêng bên trong, và sức mạnh này có thể được thể hiện bên ngoài như hòa bình và tình thân hữu giữa tất cả các dân tộc.

Trong tình thân hữu thiêng liêng.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Daya Mata".

Nữ Tu Daya Mata, Chủ tịch thứ ba,  
Self-Realization Fellowship

*Một lời cầu nguyện mãnh liệt và sâu xa chắc chắn sẽ nhận được sự đáp ứng của Thượng Đế... Bằng cách ứng dụng khoa học vào tôn giáo, niềm tin mơ hồ của bạn vào những điều có thể xảy ra nay trở thành nhận thức rõ ràng về khả năng hoàn thành những điều ấy ở mức độ tốt đẹp nhất.*



*Hầu hết mọi người đều cho rằng mọi chuyện xảy ra đều tự nhiên và bất khả kháng. Hầu như họ không biết những thay đổi căn bản có thể xảy ra bằng sự cầu nguyện.*



*Thượng Đế là Mẹ của tất cả bà mẹ, là Cha của tất cả các người cha, người Bạn Duy Nhất đằng sau tất cả những người bạn. Nếu luôn luôn nghĩ đến Ngài như người thân cận nhất trong số những người thân cận, bạn sẽ chứng kiến nhiều điều kỳ diệu trong đời mình.*

*Paramahansa Yogananda*

**T**ượng Đế là tình yêu duy trì vũ trụ, là đại dương của sự sống và sức mạnh thâm nhập toàn thể vũ trụ này. Bằng những phương pháp cầu nguyện khoa học, chúng ta có thể chủ động hòa nhập chính mình với Sức Mạnh Vô Biên đó, và đem sự chữa lành đến cho thể xác, tâm trí và tinh thần. Các phương pháp và nguyên tắc được mô tả trong quyển sách nhỏ này có thể được sử dụng bởi bất cứ ai, không phân biệt tôn giáo vì các phương pháp và nguyên tắc này không dựa trên giáo điều hay niềm tin, mà là sự ứng dụng các định luật chung của vũ trụ.

## Sức Mạnh của Cầu Nguyện

Những người hoài nghi xem cầu nguyện như một việc làm mơ hồ và vô hiệu trong suy nghĩ, ước ao. Thường thì người ta chạy đến cầu nguyện chỉ khi nào gặp tai họa hay chỉ khi nào tất cả những phương cách khác đều đã thất bại. Nhưng Paramahansa Yogananda đã dạy rằng sự cầu nguyện chân thật là một khoa học – dựa vào những định luật chính xác điều hành toàn thể vũ trụ – và là điều phải làm mỗi ngày để cuộc sống được hài hòa. Ngài giải thích rằng thể xác hữu hình của chúng ta và thế giới vật chất chúng ta đang sống chỉ là các hình thức năng lượng vô hình đậm đặc lại mà thể hiện ra. Năng lượng này, về phần nó, lại do những hình thức tư tưởng tạo thành; tư tưởng vốn là sự rung động vi tế nhất điều hành tất cả những biểu hiện của năng lượng và vật chất. Thoạt tiên, toàn thể vũ trụ được Thượng Đế đưa vào hiện hữu bằng tư tưởng hay hình thức của ý nghĩ. Rồi nguồn Ý Thức Thiêng Liêng ấy quyết định cõi đọng những hình thức tư tưởng này thành ánh sáng và năng lượng, rồi cuối cùng thành những rung động thô thiển hơn, đó là vật chất.

Là con người, được tạo ra trong hình ảnh của Thượng Đế, chúng ta khác với những loài tạo vật thấp kém hơn: Chúng ta tự do sử dụng cùng một nguồn sức mạnh của tư tưởng và năng lượng như vậy. *Bằng những ý nghĩ ấp ú lâu ngày rồi phát sinh thành hành động, chúng ta tạo ra những cảnh ngộ khai mở cuộc đời mình.* Cầu nguyện khoa học là dựa vào sự hiểu biết về chân lý này, và ứng dụng các lực lượng phổ quát của vũ trụ: Cầu nguyện như vậy là hòa nhịp với Thượng đế trong tư tưởng về sức khỏe, hài hòa và hoàn

hảo – rồi dùng sức mạnh của ý chí chuyển hóa năng lượng góp phần biến đổi những hình thức tư tưởng đó thành hiện thực.

Cầu nguyện là một khoa học giúp chúng ta hòa nhập tâm trí và ý lực con người với ý thức và ý lực của Thượng Đế. Thông qua cầu nguyện, chúng ta tạo nên một quan hệ yêu thương cá nhân với Thượng Đế, và sự đáp ứng của Ngài là chắc chắn. Chúng ta có thể đọc trong tự truyện của Paramahansa Yogananda:

“Thượng Đế đáp ứng tất cả mọi người và hành động cho mọi người. Hiếm khi con người nhận ra rằng Thượng Đế vẫn thường quan tâm đến những lời cầu nguyện của họ. Ngài không thiên vị một số ít người nào đó mà lắng nghe bất cứ ai đến với Ngài bằng tất cả sự tin tưởng. Con cái của Ngài phải luôn luôn tin tưởng tuyệt đối vào sự ân cần ưu ái của Vị Cha Lành Hằng Hữu.”

Bằng sự ứng dụng kiên trì và bền bỉ sức mạnh vô hạn của Thượng Đế, cùng với tình yêu và sự giúp đỡ của Ngài, chúng ta có thể tạo ra bất cứ hoàn cảnh nào theo ý muốn, và giải quyết mọi khó khăn và bệnh tật – không những cho chúng ta mà còn cho người khác nữa.

## Hướng Năng Lượng Chữa Lành Đến Người Khác

Những lời cầu nguyện của chúng ta có thể ảnh hưởng đến đời sống của người khác như thế nào? Cũng giống như lời cầu nguyện làm cho cuộc sống của chính mình thăng hoa, chúng ta ảnh hưởng người khác bằng cách ghi khắc vào ý thức những hình thức tích cực về sức khỏe, thành công và khả năng tiếp nhận Ông Trời. Paramahansa Yogananda đã viết:

“Tâm của một người đã thoát khỏi mọi nhiễu loạn, hoặc đã ‘tĩnh’ không còn loạn động – có khả năng thực hiện tất cả các chức năng thu phát vô tuyến phức tạp, phát đi cũng như tiếp nhận tư tưởng và loại bỏ những tư tưởng mờ nhạt không mong muốn. Cũng như công suất của một trạm phát sóng vô tuyến được điều hòa bởi khối lượng của dòng điện mà trạm có thể sử dụng, thì hiệu năng của một máy phát sóng vô tuyến con người tùy thuộc vào mức độ của sức mạnh ý chí mà mỗi con người sở hữu.”

Tâm của các bậc chân sư đã giác ngộ<sup>1</sup> – tức là những người có thể hòa nhập ý chí của mình với ý chí của Thượng Đế một cách hoàn hảo – có thể truyền sức mạnh thiêng liêng để đem lại sự chữa lành ngay lập tức cho thể xác, tâm trí và tinh thần. Các bài viết cũng như thuyết giảng của Paramahansa Yogananda đầy những ví dụ về những sự chữa lành như thế. Ngài giải thích rằng mặc dù có vẻ như phép lạ, nhưng sự chữa lành thiêng liêng là kết quả tự nhiên do thực hiện một cách khoa học các định luật phổ quát của vũ trụ. Bằng sự chuyển tải những ý nghĩ hoàn hảo của Thượng Đế với đầy đủ sức mạnh của ý chí và năng lượng để thị hiện trong tâm hồn và thể xác của những người khác, các vị chân sư đã giác ngộ tuân theo cùng một tiến trình mà qua đó vạn vật trong vũ trụ đã được hình thành.

Bất cứ ai cầu nguyện theo những nguyên tắc này sẽ nhận ra những lời cầu nguyện của mình còn có một ảnh hưởng rõ rệt. Và dù sức mạnh cá nhân của chúng ta hiển nhiên không bằng sức mạnh mà một chân sư có thể chuyển tải, nhưng khi những lời cầu nguyện của hàng ngàn người được kết hợp lại thì những rung động mãnh liệt của sự bình an và chữa lành thiêng liêng được tạo ra như thế là vô cùng giá trị trong việc trợ giúp để thể hiện những kết quả mong muốn. Vì mục đích này, Paramahansa Yogananda đã khởi xướng Hội Đồng Cầu Nguyện và Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu trong Tổ Chức Self-Realization Fellowship.

## Sự Phục Vụ Cao Cả Nhất cho Nhân Loại

Những cá nhân nhạy cảm tâm linh cảm nhận sự đau khổ của người khác như của chính mình. Trong thế giới hỗn loạn của chúng ta, không biết bao nhiêu ngàn người bị thiệt hại bởi chiến tranh, nghèo khó, bệnh tật, lo âu và không có mục đích trong đời, lẽ tự nhiên những người đồng cảm, nam cũng như nữ, vô cùng quan tâm đến an sinh của các anh chị em mình ở tất cả các quốc gia. Những người có lòng như thế thường tự hỏi: “Ta có thể làm được gì để với đi những vấn nạn của thế giới?”

<sup>1</sup> Là những người đạt được sự làm chủ chính mình, đã hòa nhập chân thân mình với Đáng Thiêng Liêng hằng hữu.

*Đã đến điểm cấp bách trong lịch sử, con người phải hướng đến Thượng Đế để tránh những hậu quả do suy nghĩ sai lầm của chính mình. Chúng ta phải cầu nguyện, không phải một số ít trong chúng ta, mà tất cả chúng ta. Chúng ta phải cầu nguyện một cách đơn giản, nồng nhiệt và chân thành, và với sức mạnh không ngừng gia tăng khi đức tin của chúng ta lớn mạnh.*

*Chúng ta phải tác động đến những người lãnh đạo thế giới bằng cách cầu xin Đức Thánh Linh ngự xuống trên trái tim và tâm trí của họ. Chúng ta phải tác động chính mình, mọi người và mỗi người, bằng cách cầu xin sự giúp đỡ của Thượng Đế trong cuộc sống để hòa bình có cơ hội xảy ra.*

*Chúng ta phải cầu nguyện trong nhà thờ, ở nhà, trên tàu hỏa, trong lúc lái xe, trong khi làm việc – và cứ duy trì như thế. Mỗi người trong chúng ta hiện nay đều rất quan trọng. Mỗi cá nhân đều có khả năng tìm kiếm sự trợ giúp thiêng liêng, đó là mảnh xích cần thiết trong sợi xích bằng vàng kiến tạo hòa hợp và bình an.*

*Cầu nguyện là một biểu thị sống động của tình yêu do những người quan tâm thực hiện nhằm cầu xin Thượng Đế cứu giúp nhân loại. Bạn có thể góp phần thay đổi thế giới bằng những lời cầu nguyện của chính mình và bằng hành động thường xuyên cầu nguyện của chính mình.*

Dag Hammarskjold  
Phát biểu tại Lễ Cung Hiến Thiền Phòng  
Trụ Sở Liên Hiệp Quốc

Câu trả lời của Paramanahansa Yogananda thật rõ ràng: “Chỉ ý thức tâm linh – nhận ra sự hiện diện của Thượng Đế trong chính mình và trong mọi chúng sinh khác – mới có thể cứu vớt thế gian. Tôi thấy không thể có hòa bình mà không có ý thức tâm linh này. Hãy bắt đầu với chính bạn. Không còn thời gian để phung phí. Nhiệm vụ của bạn là thực hiện phần mình để đem vương quốc của Thượng Đế xuống thế gian.”

Nhận ra sự hiện diện và tình yêu của Thượng Đế bên trong – và phát tỏa tình yêu đó ra bên ngoài. Các thánh nhân và chân sư vĩ đại trong suốt lịch sử đã dạy rằng đây là giải pháp thực tiễn duy nhất đối với các vấn đề của nhân loại, vì có một sự quan hệ sống động giữa ý thức của chúng ta và tình trạng của thế giới. Khi nói về các vấn đề “chính trị,” “xã hội,” hay “quốc tế,” người ta thường không nhận ra rằng các tình trạng này chính là những ý nghĩ và hành động tích lũy từ hàng triệu cá nhân. Và cách duy nhất để thay đổi tình trạng thế giới là thay đổi chính chúng ta. Paramahansa Yogananda đã nói:

“Các tai họa bất ngờ xảy ra trong thiên nhiên, gây tàn phá và thương vong hàng loạt đều không phải ‘hành vi của Thượng Đế.’ Những tai họa như thế là hậu quả đến từ ý nghĩ và hành động của con người. Hễ nơi nào sự quân bình giữa những rung động thiện và ác bị xáo trộn do tích lũy quá nhiều rung động tác hại – hậu quả của suy nghĩ sai lầm và hành động sai lầm của con người – thì bạn sẽ thấy sự tàn phá xảy ra...

“Chiến tranh xảy ra không phải do Thượng Đế tiên định, mà do thói ích kỷ vật chất lan rộng... Khi khuynh hướng vật chất chiếm ưu thế trong ý thức con người, nó sẽ phát ra những tia tiêu cực vi tệ; sức mạnh tích tụ của các tia tiêu cực này sẽ đảo lộn sự quân bình điện thế của thiên nhiên và đó là khi động đất, lụt lội và những tai họa khác xảy ra.”

## **Giao Tiếp với Thượng Đế Đem Lại Sự Chữa Lành Cho Cá Nhân và Thế Giới**

Tuy nhiên Paramahansa Yogananda nhấn mạnh rằng những rung động tiêu cực của lòng ích kỷ, tham lam và thù hận – những rung động đưa đến bệnh tật và bất hạnh cho các cá nhân, cũng như

chiến tranh và thiên tai cho các quốc gia – đều có thể khắc phục nếu có đủ người, nam cũng như nữ, hướng đến Thượng Đế trong thiền định và cầu nguyện. Bằng cách thay đổi chính chúng ta – qua cách sống tâm linh và hiệp thông với Đấng Thiêng Liêng – chúng ta tự động phát ra những rung động hòa bình và hòa hợp có thể chống lại một cách hữu hiệu những hậu quả tiêu cực của lối sống thác loạn.

Như vậy, là một phương tiện chuyển tải sức mạnh chữa lành của Thượng Đế, cầu nguyện cho người khác là một trong những phụng sự cao cả nhất chúng ta có thể cống hiến. Bố thí vật chất, công tác an sinh xã hội, và những hình thức cứu tế khác đều có giá trị và cần thiết để nhất thời giảm bớt sự đau khổ của người khác, nhưng cầu nguyện một cách khoa học đánh vào tận nguyên nhân gốc rễ sự đau khổ của thế gian: những hình thức suy nghĩ sai lầm của nhân loại.



Ngài Đại Sứ Ấn Độ tại Hoa Kỳ, Tiến sĩ Binay Ranjan Sen cùng với Paramahansa Yogananda tại Tổng Hành Dinh của hiệp hội Self Realization Fellowship Quốc Tế. Ngài Đại Sứ nói:

“Nếu chúng ta có một người như Yogananda lãnh đạo tại Liên Hiệp Quốc ngày nay thì hẳn là thế giới đã tốt đẹp hơn rất nhiều”

Bằng sự tham gia vào Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu, mỗi người trong chúng ta có thể góp phần hữu hiệu nhất để đem lại hòa bình vĩnh cửu và chữa lành cho toàn thế giới và cho bất người thân yêu nào của chúng ta đang cần giúp đỡ.

## Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu

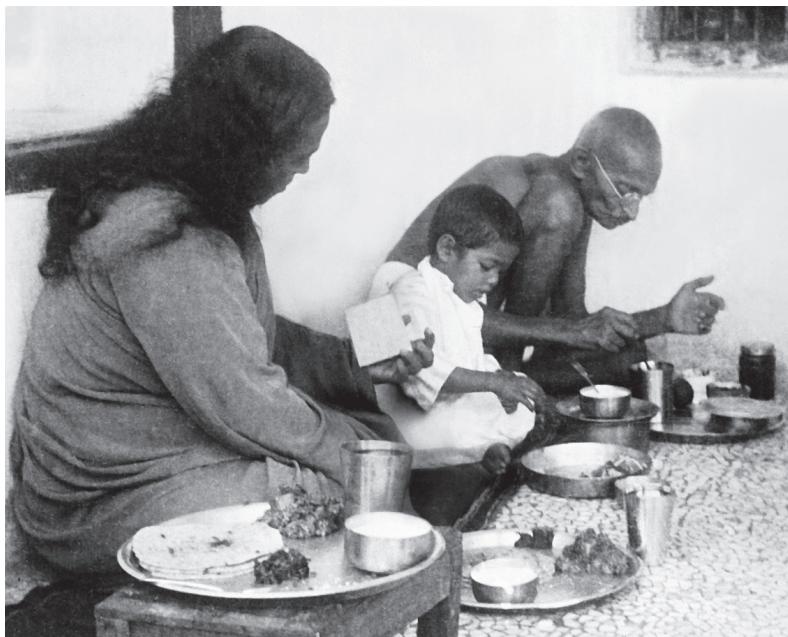
Paramahansa Yogananda đã cống hiến một phụng sự to lớn cho nhân loại bằng lời cầu nguyện của Ngài cho hòa bình thế giới cũng như chữa lành các đau đớn về thể xác, tâm trí và tinh thần cho nhiều người khác. Vào mỗi sáng, trong sự thiền định thâm sâu Ngài khẩn cầu Thượng Đế ban phước lành cho tất cả những ai đã xin giúp đỡ, và gửi đến họ năng lượng chữa lành qua sự thực hiện một phương pháp rất đơn giản nhưng vô cùng hữu hiệu (mô tả ở trang 18). Dần dần, Đức Paramahansa yêu cầu tất cả nam nữ tu sĩ của Tu Viện Self-Realization cùng tham gia trong nỗ lực phụng sự thế giới bằng sự cầu nguyện này. Hội Đồng Cầu Nguyện của Tổ chức Self-Realization Fellowship đã được thành lập như vậy.

Được lãnh đạo bởi những người nổi nghiệp tâm linh của Paramahansa Yogananda, hoạt động của Hội Đồng Cầu Nguyện vẫn tiếp tục không gián đoạn trong suốt nhiều năm qua. Mỗi sáng mỗi chiều, Hội Đồng đều ngồi thiền định thâm sâu và cầu nguyện cho mọi người, cũng như thực hiện cách thức chữa lành đã được thực hành và chỉ dạy bởi Paramahansa Yogananda. Self-Realization Fellowship đã nhận được vô số thư từ của những người cầu xin và đã nhận được giúp đỡ, những lá thư chứng minh sức mạnh vô hạn của Thượng Đế được Hội Đồng Cầu Nguyện hướng đến người khác để chữa lành thể xác, tâm trí và tinh thần cho họ một cách hiệu quả.

Paramahansa Yogananda vẫn thường bày tỏ ước muốn công cuộc chữa lành cho nhân loại của Hội Đồng Cầu Nguyện được phát huy với sự cầu nguyện của các thành viên trong Tổ chức Self-Realization Fellowship cũng như bằng hữu ở mọi đất nước, tạo nên một sự liên kết tâm linh giữa những trái tim đồng cảm – một cộng đồng cầu nguyện toàn cầu. Kể từ khi thành lập Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu, các lời cầu nguyện của những người tham dự

khắp thế giới đã góp phần tạo thành một trào lưu không ngừng gia tăng của sức mạnh thiêng liêng, bao trùm khắp thế giới trong hài hòa, thiện chí và hòa bình.

Chúng tôi hy vọng bạn sẽ góp phần cung cố trào lưu chữa lành này với sức mạnh tâm hồn từ những lời cầu nguyện của bạn. Các buổi cầu nguyện được tổ chức hằng tuần tại các đền thờ, trung tâm và các nhóm hành thiền của Tổ Chức Self-Realization Fellowship. Nếu không thể tham dự các buổi cầu nguyện này, hoặc là người theo giáo pháp tâm linh khác, bạn cũng có thể thực hiện nghi thức cầu nguyện hằng tuần tại nhà riêng (xem các chỉ dẫn ở trang 20). Như đã trình bày trước đây, những nguyên tắc căn bản về sự cầu nguyện và chữa lành mô tả trong quyển sách nhỏ này có thể được



**Paramahansa Yogananda và Mahatma Gandhi Wardha, Ấn Độ, năm 1935**

Đức Yogananda đang đọc một ghi chú viết bởi Gandhi (đó là ngày Thứ Hai, ngày mà Gandhi tự quán sát nội tâm trong im lặng). Sau ngày đó, theo mong muốn của Gandhi, Đức Yogananda đã truyền dạy Khoa học Kriya cho ông.

áp dụng bởi bất cứ ai, không phân biệt tôn giáo. Nếu bạn muốn tham gia Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu của Tổ Chức Self-Realization Fellowship, vui lòng xem mẫu ghi danh ở phần cuối của quyển sách nhỏ này.



### **Tượng Đài Hòa Bình Quốc Tế Gandhi tại Đền thờ Lake Shrine của Self Realization Fellowship**

“Các nhà khoa học cho chúng ta biết rằng nếu thiếu một lực giữ cho các nguyên tử gắn kết thành hành tinh của chúng ta thì tất cả sẽ đổ vỡ và chúng ta sẽ ngừng tồn tại. Và bởi vì có lực gắn kết mọi vật chất thì cũng phải có một lực gắn kết mọi sự sống, và lực đó là Tình Yêu. Chúng ta nhận ra tình yêu giữa cha và con, giữa anh chị em, giữa bạn bè. Nhưng chúng ta cần phải học cách nhận ra tình yêu trong mọi sự sống và sử dụng tình yêu đó một cách phù hợp với tri kiến về Thượng Đế.”



*“Không có nỗ lực nào có thể hoàn thiện nếu thiếu Cầu Nguyện. Cần phải nhận ra rõ rệt rằng đằng sau nỗ lực cao nhất của con người là sự hộ trì của Thượng Đế”.*

Mahatma Gandhi

## Xin Cầu Nguyện

Bạn cứ việc xin cầu nguyện cho chính mình hay cho người khác bằng cách gửi tên người muốn nhận được sự cầu nguyện đến website của chúng tôi, hay bằng thư, điện thoại hay máy fax. Tất cả mọi thỉnh cầu đều được các thành viên của Hội Đồng Cầu Nguyện ưu ái quan tâm ngay. Những người có tên gửi đến chúng tôi sẽ được cầu nguyện trong các nghi thức cầu nguyện chữa lành đặc biệt vào các buổi sáng và chiều trong suốt ba tháng. Người xin được cầu nguyện không cần thiết phải có mặt tại nghi thức cầu nguyện nhưng vẫn hưởng được ơn ích từ sức mạnh chữa lành.

Tất cả các thư xin cầu nguyện được hoàn toàn giữ kín. Không cần thiết phải nêu rõ nội dung của vấn đề xin cầu nguyện trừ trường hợp bạn muốn làm như vậy. Tất cả những gì cần thiết cho công việc của Hội Đồng Cầu Nguyện và Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Thế Giới là tên của người xin được chữa lành. Nếu nội dung của việc xin cầu nguyện được nhiều người trong một cộng đồng cầu nguyện biết được thì nội dung này sẽ không được đem ra thảo luận. Bởi vì nếu làm như thế, những liên tưởng tiêu cực có thể xảy ra làm suy giảm lực cầu nguyện. Thay vào đó, các thành viên cầu nguyện được khuyến khích chỉ tập trung vào sức mạnh chữa lành của Thượng Đế, và vào trạng thái hoàn hảo để thay thế mọi tình trạng xáo trộn.

## Nghi Thức Cầu Nguyện

(Dài khoảng từ 15 đến 20 phút)

Nghi thức cầu nguyện được mô tả trong những trang tiếp theo được thực hiện trong các cộng đồng tu viện, đền thờ và các nhóm thiền định khắp thế giới của Tổ Chức Self-Realization Fellowship. Nghi thức cầu nguyện này sử dụng hai phương diện căn bản của sự cầu nguyện khoa học: tư tưởng và năng lượng. Trước tiên, các tư tưởng về sự hoàn hảo và hòa nhập với sự trợ giúp của Thượng Đế được gửi đến tất cả những ai cần được giúp đỡ. Rồi, qua sự thực hành những kỹ thuật do Paramahansa Yogananda chỉ dạy, năng lượng chữa lành được chuyển đến tất cả những ai cần được giúp.

1. Lời nguyện mở đầu.
2. *Tùy chọn:* Đọc một đoạn ngắn từ các bài viết của Paramahansa Yogananda để lấy cảm hứng và/hay một Bài Thánh Ca Vũ Trụ của Ngài.
3. Một thời thiền ngắn. Hòa nhập tư tưởng của bạn với sự hiện diện chữa lành của Thượng Đế, thực hành các kỹ thuật thiền định được chỉ dạy trong Các Bài Học của Self-Realization Fellowship (nếu bạn biết). Rồi thầm cầu nguyện một cách thâm sâu cho tất cả những người đã xin Hội Đồng Cầu Nguyện giúp đỡ. Ngoài ra, bạn cũng có thể cầu nguyện riêng cho những người thân yêu hay xin ơn trợ giúp thiêng liêng để vượt qua những khó khăn của chính mình.

Tập trung chú ý vào điểm giữa hai chân mày,<sup>2</sup> hình dung ánh sáng rung động của Thượng Đế. Cảm nhận chính Đức Thượng Đế toàn năng đang chiếu tỏa các tia rung động chữa lành cô đọng qua con mắt tâm linh của bạn đến tất cả những người xin cầu nguyện. Bạn có thể nghiệm ra cảm giác bình an và cảm giác ngứa ngáy hay cau lại ở điểm giữa hai chân mày. Trong bất cứ tình huống nào, hãy biết một cách chắc chắn rằng sức mạnh chữa lành của Thượng Đế đang ban phước cho những người được bạn cầu nguyện cho họ.

4. *Tùy chọn:* Tiếp theo sau thời thiền, có thể đọc một lời tuyên nhận ngắn, nếu muốn. (Xem các chỉ dẫn trong Chương 5 của sách Những Tuyên Nhận Để Chữa Lành Một Cách Khoa Học của Paramahansa Yogananda).
5. Thực hành cách thức chữa lành do Paramahansa Yogananda chỉ dạy (mô tả ở những trang sau).
6. Lời nguyện kết thúc, cầu cho hòa bình thế giới.

<sup>2</sup> Trung tâm của sự tập trung và ý chí trong thể xác, thường được gọi là “con mắt tâm linh” hay “con mắt duy nhất” của trực giác; cửa ngõ đưa đến các trạng thái cao hơn của ý thức. Chúa Giêsu đã đề cập đến ánh sáng thiêng liêng được cảm nhận qua con mắt tâm linh khi Ngài nói: “Do đó nếu mắt ngươi chỉ là một, toàn thân ngươi sẽ đầy ánh sáng.” (Matthew 6:22).

## Cách Thức Chữa Lành do Paramahansa Yogananda chỉ dạy

Khoa học hiện đại đã chứng tỏ rằng tất cả mọi thứ trong vũ trụ được tạo thành bởi năng lượng, và sự khác biệt bề ngoài giữa những chất rắn, chất lỏng, chất khí, âm thanh, và ánh sáng đơn thuần chỉ là sự khác biệt về độ rung động của các chất này. Tương tự, các tôn giáo lớn của thế giới đều bảo rằng tất cả các vật đã được tạo ra là do sự rung động của năng lượng vũ trụ qua âm thanh Aum<sup>3</sup> hay Amen, Ngôi Lời hay Thánh Thần. “Nguyên thủy là Ngôi Lời, và Ngôi Lời ở cùng với Thượng Đế, và Ngôi Lời là Thượng Đế... Tất cả mọi thứ đều do Ngài tạo ra, và nếu không có Ngài những gì đang hiện hữu ở đây chẳng được tạo ra” (John 1:1,3).

“Đấng Amen, nhân chứng đích thực và trung thành, khởi đầu sự tạo dựng vũ trụ muôn loài, nói ra những lời này” (Rev.3:14). Cũng như âm thanh được tạo ra bởi sự rung động của một động cơ đang chạy, âm thanh hiện diện khắp nơi của tiếng Aum chứng tỏ một cách trung thực sự vận hành của ‘Động Cơ Vũ Trụ’ duy trì tất cả sự sống và mọi phân tử của vũ trụ muôn loài bằng năng lượng rung động.”

Bằng sự tập trung và sức mạnh ý chí chúng ta có thể chủ động gia tăng nguồn lực vũ trụ cho thể xác. Năng lượng này có thể được điều động đến bất cứ phần nào của cơ thể, hoặc có thể được phóng thích trở lại vào không gian qua các “ăng-ten” bén nhạy ở đầu các ngón tay để lưu chuyển sức mạnh chữa lành đến những người đang cần – dù ở cách xa hàng ngàn dặm. Qua sự rung động của tiếng Aum vĩ đại, chúng ta có thể giao cảm trực tiếp với ý thức hiện diện khắp nơi của Thượng Đế, nơi Ngài hoàn toàn không có các khái niệm ảo tưởng về thời gian và không gian. Như vậy, có sự giao tiếp

<sup>3</sup> Ngữ căn tiếng Phạn hay âm gốc biểu thị phương diện này của Thượng Đế, đấng sáng tạo và duy trì toàn thể vũ trụ; sự rung động vũ trụ. Tiếng Aum của Bộ Kinh Vệ-đà trở thành tiếng Hum thiêng liêng của những người Phật giáo Tây tạng; tiếng Amin của các tín đồ Hồi giáo; và Amen của những người Ai cập, Hy lạp, La mã, Do thái và Thiên chúa giáo. Có thể giao tiếp với tiếng Aum bằng cách thực hành các kỹ thuật thiền định của Self-Realization Fellowship. Sự hiệp thông đầy hạnh phúc với Đấng Quyền Năng vô hình (“Đấng An Ủi, cũng là Thánh Thần” – John 14:26) là căn bản của khoa học đích thực về cầu nguyện.

tức thời giữa sự khẩn cầu tha thiết của người cần giúp đỡ và năng lượng cô đọng được phát đi bởi những người đang cầu nguyện cho người khác theo cách thức sau đây.

*(Đứng trong khi thực hiện)*

1. Với hai mắt nhắm, cầu nguyện như sau: “Lạy Cha Trên Trời, Ngài hiện diện khắp nơi; Ngài ở trong tất cả con cái của Ngài. Xin tỏ lộ sự hiện diện chữa lành của Ngài trong *thể xác* các con cái Ngài.” Hai mắt nhắm, xoa nhanh hai lòng bàn tay với nhau từ mười đến hai mươi giây. (Động tác này và động tác mô tả trong đoạn kế tiếp có công năng đặc biệt như một phương tiện gom góp và cảm nhận năng lượng trong hai bàn tay). Cùng lúc đó, tập trung sâu vào năng lượng vũ trụ đang chảy vào cơ thể bạn qua huyệt “medulla oblongata”<sup>4</sup> rồi truyền xuống hai cánh tay và hai bàn tay của bạn. Bạn sẽ cảm thấy ấm và ngứa ở hai cánh tay và bàn tay vì năng lượng chữa lành tích tụ ở đó. Không nên căng thẳng, giữ thân thể luôn luôn thoải mái. Bây giờ, giờ hai bàn tay mở rộng trước mặt ngang tầm trán, miệng niệm Aum. Cùng lúc niệm tiếng Aum, từ từ hạ thấp hai bàn tay phía trước cho đến khi dừng lại hai bên hông. Trong khi làm như vậy, hình dung hay cảm nhận bằng tâm nguồn năng lượng chữa lành đang tuôn trào từ hai bàn tay của bạn đến những người

<sup>4</sup> Các luận thuyết Yoga giải thích rằng năng lượng vũ trụ chảy vào thể xác chủ yếu qua huyệt “medulla oblongata” ở đáy não. Trong các kinh sách, medulla được gọi là “miệng của Thượng Đế,” và năng lượng rung động vũ trụ gọi là “Lời” hay tiếng “Aum.” Chúa Giêsu đã phán: “Con người sẽ không chỉ sống bằng bánh [các nguồn cung cấp năng lượng qua vật chất của– thực phẩm, nước và dưỡng khí], mà còn bằng bất cứ lời nào phát ra từ miệng Thượng Đế.” (Matthew 4:4).

Paramahansa Yogananda đã minh họa nguyên tắc này bằng cách so sánh thể xác với một bình điện xe hơi. Đời sống của bình điện xe hơi chỉ tùy thuộc phần nào nói các hóa chất và nước cất cung cấp cho nó từ bên ngoài; bình điện còn cần đến dòng điện rung động từ máy phát điện của xe hơi tái nạp điện cho nó để nó có thể tạo thêm năng lượng từ các hóa chất. Một bình điện xe hơi đã chết không thể được tái nạp điện bằng cách đổ đầy các hóa chất mới; nó cần được nạp điện để hồi sinh. Tương tự như thế, một thể xác đã chết không thể được hồi sinh bằng cách dồn thức ăn vào bao tử, và bơm đầy không khí vào phổi. Để chuyển đổi các hóa chất thành năng lượng, thể xác cần có dòng điện rung động của sự sống (tức là ‘lời’) “phát ra” từ huyệt medulla oblongata (“miệng Thượng Đế”) truyền vào các bộ phận của thể xác. Sinh lực này được truyền bằng sức mạnh của ý chí vào huyệt medulla oblongata từ năng lượng vũ trụ ở chung quanh.

đang cần được chữa lành.

2. Cầu nguyện: “Lạy Cha Trên Trời, Ngài hiện diện khắp nơi; Ngài ở trong tất cả con cái của Ngài. Xin tỏ lộ sự hiện diện chữa lành của Ngài trong *tâm* các con cái của Ngài.” Xoay tròn hai bàn tay thật nhanh quanh nhau (trong một chuyển động hướng về phía trước). Chẳng bao lâu hai bàn tay của bạn sẽ trở nên đầy năng lượng vũ trụ. Tập trung vào nguồn năng lượng vũ trụ đang nhập vào huyệt medulla oblongata và truyền xuống hai bàn tay. Tiếp tục xoay hai bàn tay từ mươi đến hai mươi giây. Bây giờ, giơ hai bàn tay mở rộng ra phía trước ngang với tầm trán và niệm Aum. Từ từ hạ thấp hai cánh tay mở rộng trong lúc hình dung sự rung động chữa lành truyền từ hai bàn tay của bạn đến với những người bạn đang cầu nguyện cho họ.
3. Cầu nguyện: “Lạy Cha Trên Trời, Ngài hiện diện khắp nơi; Ngài ở trong tất cả con cái của Ngài. Xin tỏ lộ sự hiện diện chữa lành của Ngài trong *linh hồn* các con cái của Ngài.” (Lặp lại cách thức xoa hai lòng bàn tay với nhau và niệm Aum như mô tả trong điểm 1 ở trên).
4. Với hai tay giơ lên, niệm Aum một lần nữa, gửi những rung động chữa lành của hòa bình và sự hòa hợp đến với toàn thế giới.

### **Thực Hiện Nghi Thức Cầu Nguyện Ở Nhà**

Những ai không thể tham gia nhóm cộng đồng cầu nguyện, có thể thực hiện nghi thức cầu nguyện riêng hay với gia đình ở nhà, theo những cách thức đã phác họa ở trên. Nghi Thức Cầu Nguyện có thể được thực hiện như một phần của thời thiền thường nhật mỗi sáng hay chiều của bạn, nếu muốn.<sup>5</sup> Rất nhiều gia đình nhận thấy cùng tụ họp – thậm chí mời thân hữu hay những người trong cộng đồng – đến cầu nguyện cho người khác và cho hòa bình thế giới là góp phần rất lớn cho tinh thần yêu thương và sự hòa hợp trong gia đình và trong cả cộng đồng lớn hơn.

<sup>5</sup> Nếu có thể được, tốt nhất là luôn luôn thực hiện các nghi thức cầu nguyện trong một căn phòng, hay một phần của căn phòng vẫn thường được dùng cho mục đích này, như vậy người cầu nguyện sẽ dễ tập trung và dành trọn sự yêu kính của mình đối với Thượng Đế.

## **Trích Đoạn Một Số Thư Gửi Đến Hội Đồng Cầu Nguyện**

“Những lời cầu nguyện đầy tình yêu thương của các bạn đã góp phần tạo ra phép lạ... Tôi đã được chữa lành rất nhanh chóng, và đức tin của tôi đã trở nên vô cùng sâu sắc, vì tôi đã cảm nhận được sự hiện diện chữa lành và đầy yêu thương của Thượng Đế quanh tôi.”

*D.B., Topanga, California*

“Tôi muốn thưa với quý vị rằng tôi hết sức cảm kích và vô cùng biết ơn Hội Đồng Cầu Nguyện. Bất cứ trường hợp nào tôi biết về người được các bạn cầu nguyện, tôi đều nhận thấy có sự thay đổi đầy ơn ích trong cuộc sống của người được cầu nguyện. Lúc đầu, tôi chỉ ngạc nhiên về sự cầu nguyện này, nhưng bây giờ tin tâm của tôi đối với Thượng Đế và đối với sự cầu nguyện đã trở nên sâu sắc hơn rất nhiều. Tôi biết rằng Thượng Đế luôn luôn cứu giúp những ai cầu khẩn Ngài một cách sâu sắc và thành khẩn.”

*R.H., Pittsburgh, Pennsylvania*

“Cha của một người sùng tín thuộc Tổ Chức Self-Realization Fellowship ở địa phương chúng tôi gần đây bị ốm nặng, và tôi là một trong những bác sĩ chữa bệnh cho ông ta. Sau khi chúng tôi thực hiện phương thức chữa lành thì sức khỏe của ông ta đã khả quan như có phép lạ. Ảnh tượng này rất sâu đậm đối với tôi, vì tôi nhận ra rằng sức mạnh mãnh liệt của phương thức này hoạt động thông qua chúng ta có thể tạo ra những hiệu quả tốt đẹp ngoài những phương cách thông thường.”

*Dr. G.R., Santa Fe, Argentina*

“Nhiều năm nay tôi vẫn hoài nghi hiệu lực của sự cầu nguyện cho người khác – tôi chẳng thấy bằng chứng nào cho thấy sự cầu nguyện thật sự hữu hiệu. Nhưng sự phấn chấn tinh thần mà tôi đang cảm thấy vào lúc này chắc chắn là kết quả từ những lời cầu nguyện chân thành của Hội Đồng Cầu Nguyện cho tôi là bằng chứng sinh động chứng tỏ sự cầu nguyện đem lại hiệu quả. Tất cả những chướng ngại tưởng như không thể vượt qua đã từ từ tan biến.”

*B.R., Amherst, Massachusetts*

“Một năm về trước tôi đã thỉnh cầu quý vị cứu giúp một bé gái bị đau nặng vì bệnh bạch cầu và viêm gan. Bây giờ cháu hoàn toàn khỏe mạnh. Không có dấu hiệu các tế bào ung thư trong cơ thể cháu. Sự chữa lành đặc biệt này là một chứng minh vô giá cho thấy con người không đơn độc trong thế giới đầy hỗn loạn này.”

*E.N., Napoli, Italy*

## Những Bí Quyết Để Cầu Nguyện Thành Công

Thỉnh thoảng có người hỏi “Cách cầu nguyện tốt nhất cho người khác là gì?” Nữ Tu Daya Mata đã trả lời:

“Cầu nguyện cho người khác là đúng và tốt lành. Trên hết mọi sự, cầu xin cho họ có thể đón nhận Thượng Đế, và do đó sẽ nhận được sự giúp đỡ vật lý, tâm trí hay tinh thần một cách trực tiếp từ vị Y Sĩ Thiêng Liêng. Đây là căn bản của tất cả sự cầu nguyện. Phước lành của Thượng Đế thì luôn luôn hiện diện, nhưng thường thiếu sự đón nhận. Cầu nguyện làm gia tăng khả năng đón nhận.

“Khi bạn quả quyết chữa lành cho người khác hay cho chính mình, hãy hình dung nguồn lực mãnh liệt từ sức mạnh chữa lành của Thượng Đế như một thứ ánh sáng trắng bao quanh bạn hay người được bạn cầu nguyện chữa lành. Hãy cảm giác như là vùng ánh sáng này đang làm tan biến tất cả mọi bệnh tật và sự bất toàn hảo. Mỗi một ý nghĩ thăng hoa chúng ta suy nghĩ, mỗi một lời cầu nguyện chúng ta thốt ra, mỗi một hành vi tốt lành chúng ta thực hiện, đều thẩm nhuần sức mạnh của Thượng Đế. Chúng ta có thể biểu lộ sức mạnh ngày càng mãnh liệt khi đức tin của chúng ta ngày càng kiên cố và tình yêu của chúng ta đối với Thượng Đế ngày càng sâu đậm.”

Trong các bài giảng của Tổ Chức Self-Realization Fellowship, Paramahansa Yogananda đã chỉ dẫn từng bước để nhận ra sự hiện diện của Thượng Đế bên trong bằng những phương pháp khoa học về tập trung và thiền định. Ngài khát khao muốn thấy những người thực hành các phương pháp này biết phục vụ tha nhân do nhận thức mỗi ngày một rộng mở về Thượng Đế Hiện Diện trong tất cả – và thực sự nhận ra rằng thế giới là một gia đình duy nhất.

Hiệu lực của Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu không những tùy thuộc vào sự tham gia hết lòng của càng nhiều linh hồn đồng cảm càng tốt, mà còn tùy thuộc vào mức độ sâu xa của sự hiệp thông đạt được bởi cá nhân các thành viên trong Cộng Đồng Cầu Nguyện. Để sự cầu nguyện được Thượng Đế đáp ứng, điều quan trọng là phải biết cách cầu nguyện. Những điều quan yếu cần được ghi nhớ để sự cầu nguyện có hiệu quả được mô tả ngắn gọn ở các trang sau.

## Tập Trung

Cầu nguyện một cách thành công tùy thuộc rất nhiều vào khả năng tập trung – khả năng làm cho tâm không còn sao nhãng và đặt tâm một cách nhất quán vào bất cứ gì chúng ta muốn. Cũng như các tia sáng mặt trời tản mác có thể làm cho hội tụ bằng cách sử dụng kính phóng đại để tạo ra sức đốt cháy mãnh liệt, do đó năng lượng vi tế nhưng mãnh liệt tiềm ẩn trong các ý nghĩ, cảm thọ và lời nói có thể được gom lại thành sự cầu nguyện vô cùng mãnh liệt qua một phương pháp tập trung nhất định. Những nguồn dự trữ bao la của sức mạnh tâm thần có thể được khai thác thông qua sự tập trung – sức mạnh có thể được sử dụng trong bất cứ nỗ lực bên ngoài nào, hay được sử dụng bên trong để đạt kinh nghiệm về sự quan hệ thân thích bất biến của chúng ta với Thượng Đế.

## Tâm quan trọng của Thiền Định

Thiền định là dùng sự tập trung để biết Thượng Đế. Paramahansa Yogananda đã dạy rằng tốt nhất là phải thiền định trước khi cầu nguyện để nhận biết chúng ta đã được tạo ra “trong hình ảnh của Thượng Đế.” Các kỹ thuật tập trung và thiền định như được chỉ dẫn trong Các Bài Học của Tổ Chức Self-Realization Fellowship làm cho tâm trí quay vào bên trong, và tỏ lộ Đức Thánh Linh bên trong. Tập trung nơi Thượng Đế hiện diện bên trong đưa đến nhận thức trực tiếp về Cái Ta đích thực của chính mình, hay linh hồn, luôn luôn là một với Thượng Đế.

Đức Paramahansa đã từng nói “Thượng Đế không muốn chúng ta van xin như những kẻ ăn mày, vòi vĩnh Ngài ban cho những gì chúng ta muốn. Như bất cứ người cha yêu thương con cái, Ngài hoan hỉ thực hiện những mong muốn chính đáng của chúng ta. Do đó, trước tiên hãy thiết lập sự đồng nhất của bạn với Ngài thông qua thiền định. Rồi lúc đó bạn mới có thể xin người Cha yêu quý những gì bạn cần với sự mong đợi đầy tình yêu thương của một người con, và biết rằng yêu cầu của bạn sẽ được đáp ứng.”

## Sức Mạnh của Ý Chí

Sức mạnh của ý chí là một yếu tố quan trọng trong sự cầu nguyện. “Sử dụng ý chí một cách liên tục, trầm tĩnh và mãnh liệt

làm rung chuyển các lực sáng tạo và đem lại sự đáp ứng của Đấng Vô Cùng,” Đức Paramahansa đã từng nói. “Khi bạn kiên quyết, không chấp nhận thất bại, đối tượng của ý muốn sẽ thành hiện thực. Khi bạn vận dụng ý chí một cách liên tục thông qua ý nghĩ và sinh hoạt của bạn, những gì bạn mong muốn sẽ phải xảy ra. Dù rằng không có gì trên thế gian tuân theo ý muốn của bạn, nhưng khi ý chí của bạn kiên quyết thì kết quả mong muốn sẽ thể hiện bằng một cách nào đó. Trong một ý chí như vậy đã có câu trả lời của Thượng Đế bởi vì ý chí xuất phát từ Thượng Đế, và ý chí vô gián đoạn là ý chí thần linh.”

Trong cầu nguyện cần phân biệt giữa thái độ thụ động cho rằng Thượng Đế sẽ làm tất cả, và quan niệm cực đoan cho rằng hoàn toàn dựa vào nỗ lực của chính mình. “Cần phải đạt được sự quân bình giữa ý tưởng thời trung cổ về sự tùy thuộc hoàn toàn vào Thượng Đế và phương cách hiện đại hoàn toàn trông cậy vào cái tôi,” Paramahansa Yogananda đã giải thích.

Khi Chúa Giêsu cầu nguyện “Ý Cha nên trọn” trước khi chịu án đóng đinh trên thánh giá, Ngài đã không phủ nhận ý chí của chính mình. Ngài đã phải hoàn toàn làm chủ ý chí để tuân phục kế hoạch thiêng liêng Thượng Đế đã dành cho cuộc đời Ngài. Rất ít người đã triển khai sức mạnh ý chí của mình đến mức độ như thế. Nhưng Thượng Đế mong muốn chúng ta, con cái của Ngài, vận dụng những gì được Ngài ban cho như khả năng lý luận, ý chí, và cảm thọ đến mức tối đa thuộc khả năng của mình trong mọi cố gắng. Trong khi tùy nghi sử dụng tất cả các phương tiện để đạt thành công, chúng ta cũng cần tìm kiếm sự hướng dẫn của Thượng Đế Hiện Diện bên trong. Thái độ trung dung này đưa đến thế thăng bằng, hiểu biết, hòa hợp của nhân loại chúng ta và những năng lực thiêng liêng, cũng như hòa nhập ý chí con người của chúng ta với ý chí của Thượng Đế.

### **Lòng Sùng Tín – Tình Yêu Thượng Đế**

Cầu nguyện thấm nhuần lòng sùng tín là sự cầu nguyện hữu hiệu nhất. Lòng sùng tín, tình yêu Thượng Đế là hấp lực đầy tính thu hút của trái tim khiến Thượng Đế không thể cưỡng lại.

Paramahansa Yogananda đã bảo: “Đấng Tim Kiếm Những Trái Tim chỉ muốn tình yêu chân thành của bạn. Ngài như một đứa trẻ thơ: có người dâng hiến Ngài tất cả sự giàu có nhưng Ngài không nhận; còn kẻ khác khóc với Ngài: ‘Ôi Thượng Đế, con yêu kính Ngài!’ thế là Ngài chạy vào tim của người sùng tín đó.”

Biết rõ tất cả những gì trước khi chúng ta cầu xin<sup>6</sup>, Thượng Đế quan tâm đến lòng yêu kính của chúng ta hơn là những lời cầu nguyện dài dòng. John Bunyan đã phát biểu, “Trong cầu nguyện, có một trái tim không lời thì vẫn tốt hơn nhiều lời nhưng không có một trái tim.” Cầu nguyện máy móc, không chú ý và vô cảm, thì cũng giống như lơ đãng dâng những đóa hoa héo úa lên Thượng Đế – một sự dâng hiến không chắc đem lại bao nhiêu đáp ứng! Nhưng nếu khẩn khoản cầu xin Thượng Đế, với lòng sùng tín, sự tập trung và sức mạnh của ý chí chúng ta sẽ biết một cách chắc chắn rằng những lời cầu nguyện của chúng ta sẽ được Đấng Thiêng Liêng nghe và đáp ứng; sức mạnh và sự quan tâm ưu ái của Ngài dành cho chúng ta thì tuyệt đối và vô giới hạn.



Phước thay cho những ai cầu nguyện cho người khác, vì khi cầu nguyện như thế họ biết rõ tính cách hợp nhất của tất cả sự sống. Chúng ta không phải những chúng sinh cô lập, một mình chống chọi với các thế lực của nghịch cảnh. Hạnh phúc của chúng ta gắn liền với hạnh phúc của tất cả; sự hoàn thành cao cả nhất của chúng ta ở trong sự an sinh của tất cả. Xin gửi đến tất cả các bạn - những người đã nhận ra chân lý này và dành thời gian cũng như tình cảm tham gia Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu - lòng biết ơn sâu xa của chúng tôi. Qua sự phục vụ quên mình cho nhân loại như thế, ước mong các bạn luôn luôn nhận thức rõ sự che chở thường xuyên và lòng yêu thương thỏa mãn tất cả của Thượng Đế.

Tổ Chức Self-Realization Fellowship

<sup>6</sup> “... Cha người biết rõ những gì người cần trước khi người hỏi Ngài” (Matthew 6:8).

*“Hãy cùng cầu nguyện với tập thể Linh Hồn vì một Thế Giới Đại Đồng. Dù chúng ta thoát nhìn thì có vẻ như bị chia cắt bởi màu da, sắc tộc, tôn giáo, chính trị... nhưng chúng ta đều là con cái của Thượng Đế, chúng ta có khả năng cảm nhận sâu sắc bên trong rằng chúng ta đều là anh em và thế giới này là hòa hợp. Hãy cùng chung sức vì một Thế Giới Đại Đồng nơi mà mỗi một quốc gia đều có vị trí hữu ích, dẫn đường bởi Thượng Đế thông qua ý thức giác ngộ của con người.*

*“Từ trong trái tim, chúng ta đều có thể học tự giải phóng mình khỏi hận thù và ích kỷ. Hãy cùng cầu nguyện cho sự hài hòa của các quốc gia, để họ có thể cùng bước tới, tay trong tay, hướng về cánh cổng của nền văn minh mới công bằng.”*

*Paramahansa Yogananda*

## Mời bạn tham gia với chúng tôi trong công cuộc phụng sự đại gia đình thế giới bằng cầu nguyện...

Nếu muốn tham gia vào Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu của Tổ Chức Self-Realization Fellowship, xin mời bạn ghi danh tại website của chúng tôi; hay điền vào mẫu đơn này rồi gửi đến cho chúng tôi bằng bưu điện, hay máy fax (xin xem bên dưới).

(Vui lòng viết chữ in)

Ngày \_\_\_\_\_

Họ và tên: \_\_\_\_\_  
Ông, Bà, Cô

Địa chỉ: \_\_\_\_\_

Thành phố và Tiểu Bang: \_\_\_\_\_

Mã số bưu điện: \_\_\_\_\_ Quốc gia: \_\_\_\_\_

Số điện thoại (tùy ý): \_\_\_\_\_

Địa chỉ email: \_\_\_\_\_

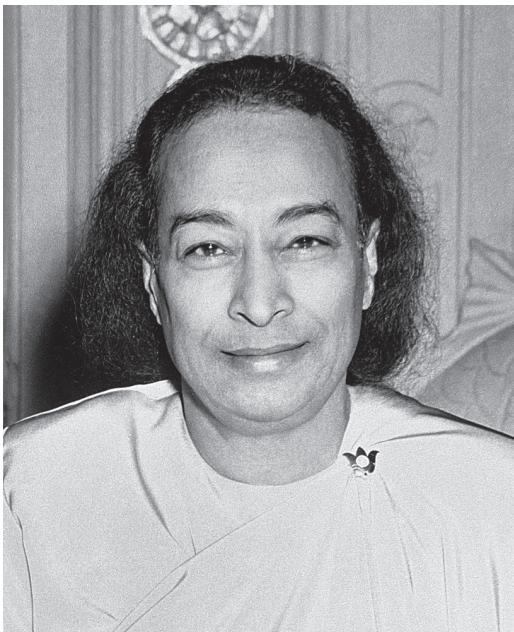
Số tham chiếu (*nếu là học viên của Hội SRF*): \_\_\_\_\_

- Tôi dự tính thực hiện các lễ cầu nguyện riêng hay cùng với gia đình ở nhà.
- Tôi sẽ tham dự các lễ cầu nguyện tổ chức tại đền thờ hay trung tâm thiền định của Hội SRF ở địa phương của tôi.
- Tôi là học viên Các Bài Học của Tổ Chức Self-Realization Fellowship và muốn biết tin tức về đền thờ hay trung tâm thiền định của Hội SRF ở gần nơi tôi ở.
- Tôi không phải học viên Các Bài Học của Tổ Chức Self-Realization Fellowship và muốn nhận được thêm tin tức về các bài giảng của Đức Paramahansa Yogananda.

Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Cầu Self-Realization Fellowship  
3880 San Rafael Avenue – Los Angeles, CA 90065-3219 – USA

Phone: (323) 225-2471 – Fax: (323) 225-5088

[www.yogananda.org](http://www.yogananda.org)



## Self-Realization Fellowship

Self-Realization Fellowship là một tổ chức tôn giáo quốc tế phi lợi nhuận được Đức Paramahansa Yogananda thành lập năm 1920 để giới thiệu với mọi người thuộc tất cả các chủng tộc, văn hóa, tín ngưỡng về khoa học và triết lý Yoga cổ đại cùng với các phương pháp thiền định được kính chuộng bao đời. Trong số các mục tiêu và lý tưởng của Hội là: Khuyến khích sự hiểu biết và hợp tác giữa tất cả các tôn giáo và nhận thức rộng rãi hơn về căn bản đồng nhất của tôn giáo; cũng như phổ biến kiến thức về những kỹ thuật khoa học rõ ràng để đạt được cảm nghiệm cá nhân trực tiếp về Thượng Đế.

Paramahansa Yogananda sinh năm 1893 ở miền Bắc Ấn Độ và đã được nhiều người tôn kính như một trong những nhân vật tâm linh nổi bật của thời đại chúng ta. Năm 1920 Paramahansa được mời với tư cách đại biểu Ấn Độ tham dự một đại hội quốc tế của các nhà lãnh đạo tôn giáo thế giới ở Boston, và sau đó Ngài đã lưu lại

Hoa Kỳ trên ba mươi năm cho đến khi qua đời năm 1952. Với cuộc đời và sự giảng dạy của mình, Ngài đã cống hiến những phương cách sâu rộng để Tây phương có được nhận thức sâu sắc về trí tuệ tâm linh của Đông phương. Quyển sách *Tự Thuật* của một Yogi được xem như một kiệt tác tâm linh hiện đại.

Sau đây là lời tôn kính dành cho Đức Yogananda của Chính phủ Ấn độ nhân dịp phát hành con tem đặc biệt tưởng niệm để vinh danh Ngài: “Lý tưởng tình yêu Thượng Đế và phung sự nhân loại đã được nhận thấy thể hiện một cách trọn vẹn trong cuộc đời của Paramahansa Yogananda... Dù đã dành phần lớn cuộc đời mình bên ngoài Ấn độ, nhưng Ngài vẫn có chỗ trong số các thánh nhân vĩ đại của chúng ta. Sự nghiệp của Ngài tiếp tục phát triển và ngày càng chiếu sáng chói lọi, lôi cuốn mọi người khắp nơi trên đường hành hương của Tinh Thần.”

Ngày nay công cuộc tâm linh và nhân đạo do Paramahansa Yogananda khởi xướng vẫn tiếp tục dưới sự điều hành của Brother Chidananda, đương kim Chủ Tịch của Self-Realization Fellowship/ Yogananda Satsanga của Ấn độ. Ngoài việc xuất bản các bài viết và những băng thuyết giảng của Đức Yogananda, Tổ Chức Self-Realization Fellowship còn quản lý các đền thờ, các khu tĩnh tâm và các trung tâm thiền định khắp thế giới, các cộng đồng tu viện của Dòng Tu Self-Realization, và Cộng Đồng Cầu Nguyện Toàn Thế Giới.

Muốn biết thêm về các bài giảng của Paramahansa Yogananda, bạn có thể tìm kiếm thông tin ở website của chúng tôi: [www.yogananda.org](http://www.yogananda.org). Bạn cứ việc yêu cầu – qua website của chúng tôi, hoặc bằng điện thoại, máy fax hay gửi thư – tài liệu hướng dẫn của chúng tôi và một quyển danh mục kê khai tất cả sách, hình ảnh, băng thuyết giảng và âm nhạc của chúng tôi.

#### SELF-REALIZATION FELLOWSHIP

3880 San Rafael Avenue

Los Angeles, CA 90065-3219

Phone (323) 225-2471 – Fax (323) 225-5088

[www.yogananda-srf.org](http://www.yogananda-srf.org)

CỘNG ĐỒNG  
CẦU NGUYÊN  
TOÀN CẦU



*Self-Realization Fellowship*

Paramahansa Yogananda, Sáng Lập Viên  
Brother Chidananda, Chủ Tịch

3880 San Rafael Avenue • Los Angeles, CA 90065-3219, USA  
Teléfono (323) 225-2471 • Fax (323) 225-5088  
[www.yogananda.org](http://www.yogananda.org)

Worldwide Prayer Circle (*Vietnamese*)  
14099-J7028