**Cầu nguyện – Hơi thở của đời sống Kitô Hữu**

****Cuộc sống luôn đặt con người vào những suy tư bất tận về ý nghĩa cuộc đời và các mối tương quan. Những tâm tư sâu thẳm của con người, những vấn nạn gai góc cuộc đời, những trăn trở bế tắc về cuộc sống thường đưa đẩy người ta đến một hành vi đặc thù, điều mà người ta quen gọi là “cầu nguyện”. Phải chăng cầu nguyện giúp họ giải quyết được tất cả những gì người ta cần? Một tác giả thiêng liêng sau những trải nghiệm của mình về đời sống nội tâm đã phải thừa nhận rằng *“Cầu nguyện là nhịp cầu nối kết cuộc sống vô thức với cuộc sống ý thức. Cầu nguyện liên kết tâm trí ta với tâm hồn ta, ý chí với những đam mê của ta, khối óc với cái bụng ta.”*[[1]](http://dongten.net/noidung/70539" \l "_ftn1)  Quả thế, cầu nguyện thực sự đưa ta đến một cảnh vực sâu xa hơn, là sống tương quan với Thượng Đế. Ki-tô giáo mang trong mình mạc khải tuyệt hảo về cầu nguyện: sống tương quan thiết thân với Thiên Chúa.

Người ta thật khó có thể tìm ra một tôn giáo nào mà cầu nguyện không đóng một vai trò gì trong đời sống của họ. Cầu nguyện được coi là mối dây liên kết giữa họ và Đấng Siêu Việt mà họ đang hướng tới. Đối với người Ki-tô hữu, đời sống cầu nguyện được ví như hơi thở của cuộc sống hay là dòng máu chuyển lưu trong cơ thể. Cầu nguyện là cách thế để hiện thực hoá tất cả chân lý đức tin đầy phong phú mà họ được lãnh nhận. Sống trong tâm tình cầu nguyện là sống mật thiết với Thiên Chúa và được lớn lên trong tương quan với Người. Vì thế, cầu nguyện không chỉ dừng lại ở nơi mình nhưng còn trải rộng mình ra với mọi chiều kích, mọi mối tương quan của cuộc sống. Tương quan cốt yếu là với Thiên Chúa, Đấng đã thông chia cho con người tất cả và mời gọi họ đi vào mầu nhiệm của chính Người. Dĩ nhiên, tác giả thiêng liêng đã dẫn trên đây không dừng lại ở khía cạnh tâm lý đơn thuần của con người, dẫu rằng đời sống con người nói chung và tinh thần của con người nói riêng gắn liền với niềm tin tôn giáo. Quả thế: *“Cầu nguyện là cách để cho Thần Khí trao ban sự sống xuyên thấu mọi ngóc ngách của hữu thể ta. Cầu nguyện là công cụ Thiên Chúa dùng để làm cho ta nên toàn diện, hợp nhất và bình an.”* Như vậy, vai trò cầu nguyện là điều không còn bàn cãi.

“Địa hạt” của đời sống cầu nguyện là gì? Đây là những câu hỏi thường nảy sinh trong những người đi vào đời sống cầu nguyện. Lẽ thường, người ta đến với Thiên Chúa để nài xin những điều thuộc nhu cầu hiện tại của mình. Nhưng vấn đề đặt ra là có hay không việc chúng ta đã quá thực dụng trong đời sống cầu nguyện? Ít nhiều điều này gây nên bối rối khi ta đến với Thiên Chúa. Dĩ nhiên, những điều rất thiết yếu đối với cuộc sống của họ là phần nào nói lên sự cậy dựa vào Thiên Chúa. Nhưng nếu bản chất cầu nguyện là một sự thông truyền bản tính của Thiên Chúa cho ta, thì hành vi cầu nguyện cũng phải xuất phát từ chính con tim khát khao Ngài để trở nên giống Ngài. Và vì thế, khi đi vào tương quan với Chúa trong cầu nguyện, những điều mà ta ao ước cũng nên thiện hảo hơn vì nhu cầu của ta liên kết với sự lôi cuốn của Người. Vươn lên cùng Thiên Chúa trong cầu nguyện giúp kéo ta ra khỏi những bận tâm về chính mình, khuyến khích ta rời bỏ vùng đất quen thuộc, thách thức ta bước vào một thế giới mới, thế giới không thể bị gồm tóm trong những ranh giới nhỏ bé của tâm trí và tâm hồn ta. Vì vậy, cầu nguyện, một mặt, là một cuộc phiêu lưu trong Thế giới của Thiên Chúa rộng lớn bát ngát vô tận, đầy thú vị và mới mẻ đang chờ đợi ta khám phá. Chính trong sự kết hợp thâm sâu với Người, ta không chỉ được mạc khải để biết thêm về Thiên Chúa nhưng về chính mình nữa. Mặc khác, bước vào một vùng đất rộng hơn với những trải nghiệm mới có nghĩa là đi vào mối tương quan sâu xa với Thiên Chúa với con người mới. Khi đấy, việc cầu nguyện của ta cũng trở nên phong phú và dồi dào hơn. Như vậy, “địa hạt” của cầu nguyện hay giới hạn của việc cầu xin không còn dừng lại ở những nhu cầu riêng ta nữa, nhưng trải rộng ra mọi chiều kích, mọi mối tương quan và mọi nhu cầu thiết thực khác. “Địa hạt” của đời sống cầu nguyện sẽ là không biên giới.

Ở lại trong Đức Giê-su, đó là tất cả ý nghĩa của việc cầu nguyện (x. Ga 15). Khẳng định này khởi đi từ kinh nghiệm kết hợp mật thiết với con người Đức Giê-su và cầu xin Người với bản tính Thiên Chúa hiện diện. Lời cầu nguyện đích thực bao giờ cũng ôm trọn thế giới này chứ không phải chỉ nơi ta đang sống. Quả vậy, hàng ngày chúng ta đối diện với biết bao những vấn đề mang tính nhân sinh mà thường là những nan đề (khủng bố, bất công…). Tuy nhiên, chúng sẽ trở nên vô cùng nặng nề nếu như ta chỉ tìm sự an toàn cho mình mà không để cho Đức Ki-tô đi vào trong đó. Cơ sở của điều này chính là sự nhập thể và nhập thế của Đức Giê-su – Con Thiên Chúa một cách trọn vẹn. Người đã trải qua kiếp sống nhân sinh với những quy luật của một con người vì thế, Người đồng cảm với từng người và với những ưu tư trong cuộc sống. Như vậy, cầu nguyện là kết hợp đời sống của mình với đời sống và giáo huấn của Đức Giê-su, chính là việc đi vào tương quan mật thiết với Thiên Chúa là Cha. Vì Đức Giê-su một mặt mạc khải cho ta về Cha, mặt khác, Người chia sẻ cho ta kinh nghiệm gặp gỡ và sống tương quan với Người.

Kiếp sống làm người không ai có thể đứng ngoài kinh nghiệm về những ưu tư và trăn trở của cuộc sống hàng ngày trong các mối liên hệ của đời sống. Sống tương quan với Thiên Chúa trong cầu nguyện có thể không làm giảm đi những khó nhọc thể xác và những vấn nạn của cuộc đời. Tuy nhiên, sức mạnh vạn năng của cầu nguyện chính là được kết hợp với Thiên Chúa ngang qua tất cả những biến cố, biến những đau khổ và vấn nạn ấy trở nên những trải nghiệm có ý nghĩa trong cuộc đời. Cầu nguyện giúp ta đi vào những biến cố với tâm thế của lòng cậy trông và tín thác vào Thiên Chúa Quan Phòng, Đấng luôn yêu thương và chăm sóc từng người. “Địa hạt” của Người không phải giới hạn chỉ trong sự hạn hẹp của những nhu cầu trước mắt, nhưng đi xa hơn; Ngài mời gọi con người kết hiệp với Ngài trong vinh quang thực sự và bình an vĩnh cửu. Cuộc sống của con người sẽ phong phú hơn nhiều là điều mà cầu nguyện (một đời sống thân thiết với Chúa) sẽ hứa hẹn. Hãy cầu nguyện với cả con người mình, xuất phát từ trái tim chân thành, cởi mở…điều kỳ diệu của cuộc sống sẽ đến.

Joseph Trần Ngọc Huynh S.J

[[1]](http://dongten.net/noidung/70539" \l "_ftnref1) Henry M.Nouwen.

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

*Ngày lại ngày, lạy Thiên Chúa,   
tôi sẽ đứng trước Người chiêm ngưỡng dung nhan,   
hai tay cung kính, lạy Thiên Chúa muôn loài,   
tôi sẽ đứng trước Người chiêm ngưỡng dung nhan.*

*Dưới bầu trời bao la,   
trong cô đơn và thầm lặng,   
với tấm lòng thanh tịnh,   
tôi sẽ đứng trước Người chiêm ngưỡng dung nhan.*

*Trong thế giới ồn ào vì nhọc nhằn,   
huyên náo vì đấu tranh,   
giữa đám đông hối hả lăng xăng,   
tôi sẽ đứng trước Người chiêm ngưỡng dung nhan.*

*Và khi đã hoàn tất việc đời,   
lạy Thiên Chúa muôn loài,   
một mình, lặng lẽ,   
tôi sẽ đứng trước Người chiêm ngưỡng dung nhan.*

Lời Dâng -  *(R. Tagore - Ðỗ Khánh Hoan dịch)*