

MỘT SỐ YẾU TỐ TÂM LÝ TRONG VIỆC CẦU NGUYỆN CỦA NGƯỜI CÔNG GIÁO

Lê Minh Thiện
Viện Tâm lý học.

Cầu nguyện là hành vi mà người giáo dân phải thực hiện như là một bổn phận, nhưng nó lại xuất phát từ động lực bên trong của mỗi cá nhân - những người theo Công giáo, đối với Chúa. Nhận thức, niềm tin và tình cảm của người giáo dân đối với Chúa khi họ thực hiện hành vi này, bản thân họ cảm nhận như thế nào, việc cầu nguyện sẽ giúp gì cho đời sống của mỗi giáo dân? Những người thực hiện hành vi cầu nguyện khác gì với những người không thực hiện? Tâm trạng, bổn phận và trách nhiệm của họ sẽ thế nào nếu họ không thực hiện hành vi cầu nguyện trong khi mang trên mình danh nghĩa Kitô giáo?

Nhằm lý giải và hiểu được những vấn đề trên cũng như những đặc điểm tâm lý của người Công giáo khi thực hiện hành vi này, năm 2001, chúng tôi thực hiện đề tài nghiên cứu: “*Một số yếu tố tâm lý trong việc cầu nguyện của người Công giáo*”. Chúng tôi đã sử dụng phương pháp điều tra bằng Anket, phương pháp phỏng vấn sâu những người là tín đồ Công giáo và quan sát thực tế hành vi của họ. Nhằm đảm bảo tính chính xác của kết quả nghiên cứu, chúng tôi đã lựa chọn ngẫu nhiên 228 khách thể thuộc các độ tuổi từ thanh thiếu niên (dưới 25), trung niên (từ 26 đến 50) và cao niên (trên 50) ở các trình độ học vấn khác nhau (từ bậc tiểu học đến đại học) thuộc hai xứ đạo của tỉnh Thái Bình tham gia trả lời bảng hỏi.

1. Nhận thức của người giáo dân đối với việc cầu nguyện

Theo người giáo dân thì cầu nguyện là công việc quan trọng và thường xuyên. Cầu nguyện là cách thức diễn tả lòng thành kính, biết ơn của họ đối với Chúa. Cầu nguyện để cảm tạ những gì mà họ tin rằng Chúa đã ban cho họ và cầu xin những điều tốt lành. Thông qua việc cầu nguyện để họ bày tỏ tâm tư, nguyện vọng của mình đối với Chúa. Do vậy, người giáo dân không chỉ cầu

nguyện vào những ngày lễ lớn mà họ cầu nguyện quanh năm, mọi nơi, mọi lúc. Họ cho rằng, cầu nguyện là công việc hàng ngày và là trách nhiệm của mỗi người giáo dân khi họ tự nguyện đi theo tôn giáo. Trong tâm lý học tôn giáo, cầu nguyện là sự thể hiện những mong muốn, niềm hy vọng của người giáo dân vào đấng tối cao. Người giáo dân cầu nguyện cùng Chúa với một tâm tình như người con cầu xin cha. Họ có thể cầu nguyện dưới nhiều hình thức khác nhau: cầu nguyện chung với những người đồng đạo, cầu nguyện một mình theo những bản kinh đã được in sẵn, họ có thể cầu nguyện bằng cách nói lên những suy nghĩ, tâm tư của họ. Người giáo dân luôn nhận thức rằng cầu nguyện là quan trọng nhưng không phải chỉ đọc nhiều kinh sách, bên cạnh đó họ còn học hỏi kinh thánh, giáo lý và thực hành tôn giáo. Cách thức cầu nguyện của người giáo dân cũng rất linh hoạt, họ có thể kết hợp nhiều hình thức cầu nguyện. Tùy theo mỗi giáo dân trong những trường hợp, hoàn cảnh, không gian khác nhau mà hình thức cầu nguyện cũng khác nhau. Một nữ giáo dân cho biết: *“Cầu nguyện là cách diễn tả lòng tin qua nhiều hình thức cầu nguyện, phù hợp với nền văn hoá của mỗi dân tộc. Cầu nguyện không chỉ theo một công thức duy nhất”*. Kết quả nghiên cứu cho thấy, có 45,1% số giáo dân được hỏi cho biết họ kết hợp cả ba hình thức, 17,4% giáo dân cầu nguyện chung và 2,7% cầu nguyện riêng. Như vậy, sự đa dạng trong hình thức cầu nguyện đã giúp người giáo dân dễ dàng bày tỏ tâm tư, nguyện vọng cũng như thực hiện bổn phận của mình với Chúa.

Kết quả nghiên cứu cũng cho thấy, có 99,1% giáo dân nhận thức rằng cầu nguyện là cần thiết. Chính vì nhận thức được sự cần thiết của việc cầu nguyện cho nên có 94,6% giáo dân thực hiện hành vi này hàng ngày.

Cầu nguyện trong các gia đình Công giáo đã giúp cho họ có một khoảng thời gian tĩnh lặng bên nhau, làm tăng sự hiểu biết, hoà thuận giữa mọi người. Khi tham gia cầu nguyện, giáo dân có thời gian để suy ngẫm việc mình làm, ý thức được chính bản thân. Một nữ giáo dân cho biết: *“Cầu nguyện chung trong gia đình tạo nên không khí đầm ấm, yêu thương nhau, giảm bớt không khí căng thẳng, giữ yên lặng để tự nhận ra lỗi lầm của mình, lánh xa mọi tình huống xấu trong xã hội”*.

Qua ý kiến trên cho thấy, cầu nguyện có ý nghĩa tích cực đối với đời sống người giáo dân. Họ luôn hướng đến Chúa và hướng đến nhau trong lúc cầu nguyện. Lúc này, mọi vất vả, căng thẳng, day dứt trong cuộc sống đều được quên đi, bỏ qua những bất hoà, tạo nên một không khí trang nghiêm, thánh thiện. Mọi thành viên đều suy ngẫm về hành vi của mình và tha thứ cho nhau.

Giờ cầu nguyện thường là lúc mọi công việc được hoàn tất, mọi người quây quần bên nhau, tạo cho gia đình một không gian ấm áp, đông đủ và yêu thương. Bên cạnh đó, một số giáo dân còn cho rằng, việc cầu nguyện còn giúp họ nhận biết Chúa, từ sự nhận biết này họ sẽ hành động tốt hơn, sống yêu thương nhau hơn, dễ dàng chấp nhận những khó khăn, thử thách.

Tìm hiểu những yếu tố thúc đẩy hành vi cầu nguyện của người giáo dân, chúng tôi nhận thấy:

Từ khía cạnh nhận thức, việc cầu nguyện đã giúp cho giáo dân sống hoà thuận, thương yêu nhau hơn. Người giáo dân luôn ý thức trách nhiệm cầu nguyện với Chúa khi họ là một Kitô hữu. Bên cạnh đó, họ còn ý thức được những hành động tốt - xấu để tích cực hoàn thiện chính bản thân họ. Kết quả nghiên cứu cho thấy, 95,6 % giáo dân được hỏi cho rằng, việc cầu nguyện giúp con người sống thánh thiện hơn. Đối với người giáo dân, khi tham gia cầu nguyện, họ như được kết hợp với Chúa - một tấm gương về sự thánh thiện, cho nên họ ý thức về việc làm và hành động hướng đến sự thánh thiện như Chúa. 81,3% giáo dân được hỏi cho rằng, việc cầu nguyện giúp con người đoàn kết, đại lượng với nhau hơn. Khi tham gia cầu nguyện, giáo dân tin tưởng có sự hiện diện của Chúa và để lời cầu nguyện của họ có ý nghĩa thì họ phải tha thứ cho nhau, làm hoà cùng nhau theo lời dạy của Chúa. Do đó, việc cầu nguyện giúp họ đoàn kết và tha thứ cho nhau, có như vậy họ mới được kết hợp với Chúa và nhận được sự tha thứ của Chúa. Bên cạnh đó, có 78,8% giáo dân cho rằng, cầu nguyện giúp họ yêu thương mọi người. Trong giáo lý Công giáo có hai điều răn quan trọng nhất là *kính Chúa* và *yêu người*. Theo lời Chúa dạy: *"Phải kính Chúa hết lòng, hết sức, hết trí khôn và yêu thương mọi người như chính bản thân mình vậy"*. Để lời cầu nguyện được chấp nhận thì họ phải thực thi lời dạy của Chúa, ngoài việc thờ phượng kính Chúa còn yêu mến anh em đồng loại như chính bản thân họ. 57,8% giáo dân cho rằng, việc cầu nguyện giúp họ có thêm sức sống.

Nhận thức được sự cần thiết cũng như trách nhiệm của giáo dân đã giúp họ tích cực cầu nguyện hơn. Việc cầu nguyện đã giúp họ có những hành vi đúng mực trong cuộc sống và ứng xử với mọi người.

2. Niềm tin của người giáo dân trong việc cầu nguyện

Niềm tin của người Công giáo khi thực hiện hành vi cầu nguyện thể hiện ở sự tin tưởng những điều Chúa sẽ ban cho họ. Người giáo dân tin rằng, khi cầu nguyện Chúa sẽ hiện diện và nghe lời cầu xin. Cầu nguyện sẽ giúp ích

cho cuộc sống của họ và gia đình. Người giáo dân không chỉ cầu mong sự thành đạt, điều may lành cho chính bản thân, mà còn cầu nguyện cho gia đình, cho mọi người, cho Giáo hội cũng như cho xã hội mà họ đang sống. Cầu nguyện thể hiện khát vọng, mong muốn, và chia sẻ những khó khăn của người giáo dân với Chúa. Họ không chỉ cầu nguyện mà còn tin tưởng rằng những điều cầu xin sẽ được Chúa nhận lời và ban cho những điều tốt lành. Chính sự tin tưởng này đã giúp người giáo dân tìm được cảm giác an tâm khi họ gặp khó khăn trong cuộc sống. Tìm hiểu niềm tin của người giáo dân khi tham gia cầu nguyện cho thấy, hầu hết các giáo dân (99,1%) khi thực hiện hành vi cầu nguyện đều tin tưởng vào Chúa. Họ tin rằng, khi cầu nguyện, Chúa luôn thấu hiểu lời cầu xin của từng người và ban phát ơn lành. Điều này cho thấy, trong tâm trí của người giáo dân, Chúa có ảnh hưởng rất lớn. Nếu như họ cầu xin, mong muốn một điều gì mà kết quả mang lại là tốt đẹp thì họ cầu nguyện càng tích cực hơn, niềm tin vào Chúa càng mãnh liệt hơn. Nhưng nếu những điều cầu xin mà không đạt được như mong muốn thì họ tin rằng đó là sự thử thách hoặc Chúa chưa ban cho. Lúc này, nếu như công việc ít quan trọng thì họ vẫn tin tưởng và cầu xin, nhưng nếu những việc lớn thì họ cho rằng họ còn chịu thử thách, nhưng sự thử thách này cũng tạo nên tâm lý không vui. Bên cạnh đó, có 36,1% số giáo dân tin tưởng vào những nỗ lực từ chính bản thân. Người giáo dân khi làm việc gì đó họ ít nghĩ đến sự nỗ lực của bản thân để thành công. Từ niềm tin như vậy, trong mọi công việc và trong tâm trí của người giáo dân, Chúa luôn được đề cao. Một nam giáo dân cho biết: *“Khi cầu xin một điều gì mà chưa đạt được thì tôi phải xem lại mình và những điều mình xin, và tin tưởng hãy xin thì sẽ được”*. Chỉ có 0,9% giáo dân cho rằng, những điều mà họ mong muốn, cầu xin được là do khách quan mang lại.

3. Tình cảm của giáo dân khi thực hiện hành vi cầu nguyện

Người giáo dân đến với tôn giáo với nhiều cách thức khác nhau. Nhưng đời sống của họ đối với tôn giáo có mật thiết, sâu sắc hay mờ nhạt thể hiện ở tình cảm của chính họ. Người giáo dân phải có một tình cảm sâu sắc với tôn giáo thì mới tin tưởng và thực hiện tốt những điều răn dạy, những quy định của tôn giáo. Tình cảm của người Công giáo được dựa trên mối liên hệ với Chúa và gắn liền với những hành động. Tình cảm tôn giáo của giáo dân xuất phát từ ngay chính gia đình. Khi họ yêu mến tôn giáo thì luôn động viên và dạy dỗ con cái đi theo, dành thời gian học hỏi về đạo. Kết quả nghiên cứu cho thấy, có 67,7% số giáo dân đến với tôn giáo do truyền thống gia đình; 15,6% số giáo dân cho biết họ theo đạo do hiểu biết về đạo. Khi tìm hiểu việc thực hành tôn giáo chúng tôi thấy, có 77,6% giáo dân tham gia cầu nguyện khi có thời gian.

Đối với họ, cầu nguyện để đáp lại tình cảm mà Chúa đã dành cho, để được gần gũi Chúa, để tâm sự với Chúa.

Tình cảm của người giáo dân đối với Chúa còn thể hiện ở sự chia sẻ, thổ lộ với Chúa những những khó khăn mà bản thân gặp phải. Kết quả khảo sát cho thấy, có 58,6% giáo dân cầu nguyện khi gặp khó khăn. Theo quan niệm của giáo dân, Chúa như một người để có thể chia sẻ những khó khăn. Mặc dù lời cầu nguyện của họ là độc thoại, nhưng họ vẫn tin rằng Chúa sẽ nâng đỡ, giúp sức cho. Do đó, khi gặp khó khăn, họ đều cầu nguyện để mong nhận được sự giúp đỡ, an ủi và sẻ chia. Trong đời sống hàng ngày của người giáo dân, khi gia đình gặp điều không may họ cũng cầu nguyện. Cầu nguyện để chia sẻ những rủi ro trong gia đình, mong muốn được ủi an, động viên và Chúa ban phúc. Họ không chỉ mong muốn tình cảm của Chúa dành cho bản thân mà còn cho cả gia đình.

Tình cảm của giáo dân đối với Chúa còn thể hiện ở sự mong đợi mỗi khi họ thực hiện hành vi cầu nguyện. Tìm hiểu vấn đề này nơi người giáo dân, chúng tôi thấy, giáo dân không xin Chúa sự giàu sang mà chỉ xin được sức khỏe, sự bằng an cho gia đình, cho cộng đồng và mọi điều tốt lành. Về khía cạnh tâm lý, khi bản thân con người yên tâm, tâm trí thanh thản, sức khoẻ tốt thì họ có thể vượt qua những khó khăn. Người giáo dân mong muốn khi cầu nguyện được như vậy. *“Khi cầu nguyện, xin Chúa ban cho gia đình bình an, khoẻ mạnh, được Chúa an ủi khi gặp khó khăn”* (ý kiến của một nam giáo dân); hoặc *“Khi cầu nguyện mong Chúa chấp nhận lời cầu nguyện của mình và ban ơn lành hồn xác cho gia đình và bản thân, xit họ và cả dân tộc, hy vọng ngày sau sẽ được hưởng vinh phúc”* (ý kiến của một nữ giáo dân).

Tình cảm đối với Chúa ở người giáo dân còn thể hiện ở việc giáo dục, dạy bảo các thế hệ con cháu làm theo những điều răn dạy của Chúa. Khi tìm hiểu hành vi của cha mẹ đối với việc cầu nguyện của con cái, chúng tôi thấy, có 78,1% giáo dân cho biết họ thường xuyên thúc giục con em cầu nguyện. Việc thúc giục con cái cầu nguyện của giáo dân có tính chất giáo dục con cái đi theo niềm tin của cha mẹ, từ đó hình thành tình cảm đối với Chúa giống như tình cảm của chính họ. Thúc giục, dạy dỗ con cái cầu nguyện còn là trách nhiệm của những người làm cha mẹ, chính họ phải làm gương cho con cháu họ. *“Thúc giục con cái cầu nguyện là trách nhiệm của người cha, người mẹ trong gia đình để chúng giữ luật Chúa”* (ý kiến của một nam giáo dân); *“Thúc giục con cháu cầu nguyện là hình thành cho con cháu một thói quen trước khi con trẻ chưa*

nhận ra được điều cần thiết của cầu nguyện, sau đó trẻ sẽ nhận thức ra điều đó” (ý kiến của một nữ giáo dân).

Tóm lại, đối với người Công giáo, cầu nguyện là một việc làm rất thường xuyên, là công việc hàng ngày. Cầu nguyện của người Công giáo thể hiện những đặc điểm tâm lý như nhận thức, niềm tin, tình cảm, mong muốn của chính người thực hiện hành vi đó. Nhận thức của họ càng rõ ràng thì niềm tin và tình cảm càng vững mạnh. Cầu nguyện giúp cho người Công giáo trút bỏ được những cảm xúc tâm lý tiêu cực. Việc nghiên cứu yếu tố tâm lý trong việc cầu nguyện của người Công giáo giúp chúng ta hiểu được đời sống tâm linh của tín đồ cũng như những trạng thái tâm lý, tình cảm, niềm tin và những mong muốn của người giáo dân khi thực hiện hành vi này.