

Cầu Nguyện Như Một Nhịp Thở

(Tác giả: *Vũ Thắng & Lumi Hồng Nhung*)



Có những người nghĩ rằng cầu nguyện là đọc đúng bài kinh, đúng giờ, đúng khuôn mẫu. Nhưng cầu nguyện, trước hết, không phải là đọc – mà là sống. Không phải là thuộc lòng – mà là lắng nghe.

Tâm hồn con người không phẳng lặng như mặt hồ cố định. Nó có ngày nắng, ngày mưa. Có khi rực rỡ như bình minh tháng Ba, có khi mờ sương như chiều cuối mùa. Nếu tâm trạng đổi thay từng ngày, tại sao lời cầu nguyện lại phải đứng yên?

Khi lòng ta vui, bình an và hoan lạc – lời kinh cảm tạ tự nhiên trào ra như suối. Ta không cần gắng gượng xin tha thứ khi lòng đang tràn đầy ánh sáng. Khi ấy, điều đẹp nhất ta có thể làm là nói: “Cảm ơn.” Một lời tạ ơn chân thành có khi đã là một bài thánh ca trọn vẹn.

Khi ta hối lỗi – đó không phải là bóng tối đáng sợ. Đó là lúc ta còn biết mình cần ánh sáng. Lời thú tội khi ấy không làm ta nặng nề, nếu ta hiểu rằng Thiên Chúa không giữ sổ nợ, Người chỉ mở cửa.

Nhưng nếu có ngày, việc đọc kinh xin tha thứ lại làm ta chìm trong ám ảnh quá khứ – thì hãy dừng lại. Hãy chuyển sang một lời cảm tạ. Hãy hát một câu thánh ca. Truyền khẩu xưa nói: *“Một câu ca bằng ba câu kinh.”* Không phải vì ca hát thay thế cầu nguyện, mà vì khi con tim mở ra, âm nhạc trở thành lời cầu nguyện tinh tuyền nhất.

Cầu nguyện trưởng thành là biết đổi nhịp theo tâm hồn.

Có người gặp Chúa trong lời kinh.
Có người gặp Chúa trong thinh lặng.
Có người gặp Chúa trong tiếng hát.
Có người gặp Chúa trong phục vụ.

Khi ta thiếu khôn ngoan, ta xin ơn khôn ngoan.
Khi ta muốn dẫn thân, ta cầu Kinh Hòa Bình, Kinh Bác Ái.
Khi ta mỗi mệt, ta chỉ cần ngồi yên và thở – để Thần Khí cầu
thay cho ta.

Thiên Chúa không đòi ta phải luôn ở một trạng thái cố định.
Người không chờ ta hoàn hảo mới lắng nghe. Người chỉ chờ ta
chân thật.

Cầu nguyện không phải là gánh nặng đạo đức.
Cầu nguyện là sự gặp gỡ.

Không phải là đọc cho đủ.
Mà là sống cho sâu.

Và có lẽ, khi ta thôi cầu nguyện cách máy móc,
ta bắt đầu cầu nguyện như một người trưởng thành –
người biết rằng mỗi tâm trạng đều có một cánh cửa riêng dẫn
đến Thiên Chúa.

Chỉ cần ta dám bước vào.