

Việc Cầu Nguyện Của Một Số Nhóm Giới Trẻ Công Giáo Đang Sinh Hoạt Tại Tổng Giáo Phận Sài Gòn năm 2023 - 2024

The Prayers of Young Catholic Groups in Saigon Archdiocese (2023-2024)

Vinh Sơn Phạm Văn Tuấn, C.Ss.R.^{1*}, Giuse Nguyễn Văn Huấn, S.S.S¹, Phêrô Vũ Đức Toàn, O.Cam¹, Bernard Thiên Mãn Athit, C.Ss.R.¹

¹ Học Viện Thánh Anphongsô, Vietnam

* Email của tác giả liên hệ: vincentetuan97@gmail.com

* <https://orcid.org/0009-0000-4936-775X>

<https://doi.org/10.54855/csl.24415>

© Copyright (c) 2024 Phạm Văn Tuấn, Nguyễn Văn Huấn, Vũ Đức Toàn, Thiên Mãn Athit

Received: 20/02/2024

Revision: 25/03/2024

Accepted: 29/03/2024

Online: 29/03/2024

ABSTRACT

The purpose of this research is to help people have an objective view of the current state of prayer life among some young Catholic groups operating in the Archdiocese of Saigon. Most young people still consider prayer to be an important and indispensable practice of faith in the life of a Christian. Although greatly affected by society with the increasing trend of secularization, many young people still seem to be urged to meet a Transcendent Being, who is the God of Love. However, there are still difficulties both external and internal for young people in practicing their faith life through prayer. Therefore, through this research, the group wants to raise some concerns in order to support and accompany young people in their prayer life, so that they themselves will be witnesses to the Gospel of Christ in the midst of everyday life.

Keywords: Prayer Life, Young Catholic, Saigon Archdiocese

TÓM LƯỢC

Mục đích của bài nghiên cứu nhằm giúp mọi người có một cái nhìn khách quan về hiện trạng đời sống cầu nguyện của một số nhóm giới trẻ Công giáo đang sinh hoạt tại Tổng Giáo phận Sài Gòn. Hầu hết các người trẻ vẫn xem việc cầu nguyện là một việc thực hành đức tin quan trọng và không thể thiếu trong đời sống là những Kitô hữu. Mặc dù chịu những tác động lớn từ xã hội với trào lưu tục hoá ngày càng gia tăng, nhiều người trẻ dường như vẫn bị thôi thúc đến gặp gỡ một Đấng Siêu Việt là chính Thiên Chúa Tình Yêu. Tuy nhiên, vẫn còn đó những khó khăn vừa đến từ bên ngoài và bên trong đối với các bạn trẻ trong việc thực hành đời sống đức tin ngang qua việc cầu nguyện này. Do đó, ngang qua bài nghiên cứu, nhóm muốn gọi lên cho mọi người một số thao thức để từ đó nâng đỡ và đồng hành với người trẻ trong đời sống cầu nguyện, để từ đó chính các bạn sẽ là chứng nhân cho Tin Mừng của Chúa Kitô ngay giữa cuộc sống đời thường.

Từ khóa: Cầu nguyện, giới trẻ Công giáo, Tổng Giáo phận Sài Gòn

Dẫn nhập

Bước vào thế kỷ XXI, thế giới đã tiến một bước thật xa trên con đường chinh phục vũ trụ, một thời đại phát triển rực rỡ về khoa học và kỹ thuật. Những điều này đã tác động cách mạnh mẽ tới sự thăng tiến vượt bậc về trí tuệ của nhân loại, cũng như đã làm cho cuộc sống con người ngày càng được nâng cao với đầy đủ tiện nghi. Cũng thế, có thể nói, thời đại ngày nay là một cơ hội rất lớn cho mọi người, đặc biệt là giới trẻ - không những trong việc tự khẳng định bản thân mà còn giúp mỗi người biểu lộ mạnh mẽ khát vọng tiến xa hơn nữa! Tuy nhiên, bên cạnh những mặt tích cực của tiến bộ xã hội, giới trẻ hiện nay đang đứng trước cơn khủng hoảng về các giá trị luân lý, đạo đức và đang có nguy cơ loại Thiên Chúa ra khỏi cuộc sống. Vấn đề này bắt nguồn từ việc xem nhẹ đời sống cầu nguyện.

Chúng ta không phủ nhận điều này là có nhiều bạn trẻ Công giáo hiện nay sống đức tin rất vững vàng. Các bạn không những siêng năng tham dự Thánh lễ Chúa nhật mà còn tham dự cả những ngày thường. Họ không chỉ sống hình thức bề ngoài nhưng còn đào sâu vào nội tâm bên trong. Chính những điều này giúp nhiều bạn trẻ xây dựng cho mình một đời sống cầu nguyện thật chân thành, tuy đơn sơ nhưng gắn bó khăng khít với Thiên Chúa. Thế nhưng, vẫn còn đó không ít bạn trẻ làm chúng ta không khỏi thất vọng và lo lắng vì đời sống thực hành đạo của họ. Thật vậy, tại một số xứ đạo, số lượng người trẻ đi tham dự Thánh lễ đang ngày một giảm nhanh. Có nhiều bạn coi việc đến Nhà thờ và tham dự Thánh lễ là một gánh nặng. Nhìn chung họ đi vì bổn phận, hoặc vì gương ép: do cha mẹ thúc giục, hoặc vì không đi sợ mắc tội chứ không vì đức tin và lòng mến. Họ có mặt ở nhà thờ nhưng không hề ý thức mình đang có mặt ở đó để làm gì, chỉ mong sao giờ lễ mau kết thúc. Họ dường như không biết gì về giáo lý căn bản, ngay cả những kinh đọc hằng ngày họ cũng không thuộc.¹ Những điều này cho thấy họ đang có nguy cơ sống xa rời đời sống thực tế thường ngày và sống đức tin Công Giáo có phần rất hời hợt.

Tổng Giáo phận Sài Gòn – Thành phố Hồ Chí Minh là một giáo phận lớn với khoảng 697.244 giáo dân, đứng thứ hai sau Giáo phận Xuân Lộc về số tín hữu trong toàn Giáo hội Công Giáo Việt Nam. Bên cạnh đó, đây là Giáo phận với số lượng rất lớn người nhập cư từ các địa phương khác, chiếm 30,1% tổng số dân trong toàn thành phố², phần nhiều trong số đó là các bạn trẻ đến học tập tại các môi trường đại học. Nhìn chung, giới trẻ Công giáo Tổng Giáo phận (TGP) Sài Gòn – Tp HCM có điểm đặc biệt là các bạn đến từ nhiều tỉnh thành khác nhau, đã lớn lên và thực hành Đức tin bởi nhiều truyền thống địa phương khác nhau. Điều đó làm nên sự đa dạng phong phú của giới trẻ Công giáo TGP Sài Gòn.

Xuất phát từ thực tế đó, bài nghiên cứu của nhóm muốn khảo sát chung về việc sống đời sống cầu nguyện của giới trẻ Công Giáo đang sinh hoạt tại TGP Sài Gòn để nhờ đó, cung cấp cho người đọc cái nhìn khách quan về lối sống đạo của giới trẻ Công Giáo hiện nay.

¹ x. Lôrensô Vũ Văn Trình MF., “Đức tin của giới trẻ trong đời sống hôm nay”, truy cập ngày 29/12/2023, <https://tgpsaigon.net/bai-viet/duc-tin-cua-gioi-tre-trong-doi-song-hom-nay-39725>.

² Thu Hiền, “Làn sóng di cư gây áp lực lên địa phương”, truy cập ngày 29/12/2023, <https://thesaigontimes.vn/lan-song-di-cu-gay-ap-luc-len-dia-phuong/>.

Cơ sở lý luận

Vào ngày 25/3/2019 tại Loreto, sau Thượng hội đồng về người trẻ, Đức Giáo hoàng Phanxicô đã gửi đến toàn dân Chúa một Tông huấn đề cập cách đặc biệt đến người trẻ nói chung và giới trẻ Công Giáo nói riêng. Đó là tông huấn *Christus Vivit*. Với tình cảm đặc biệt và những thao thức mục vụ dành cho người trẻ Công giáo trên khắp thế giới, Đức Thánh Cha Phanxicô đã có những nhấn nhủ hết sức tha thiết đến người trẻ. Người nhấn mạnh cách đặc biệt đến sự nối kết giữa người trẻ với Đức Kitô thông qua đời sống cầu nguyện. Trong đó, ngài viết,

Với một người bạn, chúng ta có thể trò chuyện và chia sẻ những điều sâu kín nhất. Cũng thế, với Đức Giêsu chúng ta có thể đàm đạo với Người. Cầu nguyện là một thách đố và cũng là một cuộc phiêu lưu. Và cuộc phiêu lưu thật là thú vị biết bao! Nó cho phép chúng ta biết Người mỗi ngày một hơn, cho chúng ta đi vào tương giao sâu xa với Người và càng ngày càng kết hợp bền chặt hơn với Người. Cầu nguyện cho phép chúng ta chia sẻ với Người mọi điều xảy đến với mình và tín thác trong vòng tay của Người, đồng thời cầu nguyện cũng cho chúng ta những giây phút thân tình quý giá, trong đó Đức Giêsu trao ban sự sống của Người cho chúng ta. Khi cầu nguyện “chúng ta cởi mở tất cả với Người”, chúng ta dành chỗ cho Người “để Người có thể hành động và có thể bước vào và có thể chiến thắng.”³

Như vậy ta có thể đạt đến kinh nghiệm kết hợp thường xuyên với Người, vượt trên tất cả những gì chúng ta có thể sống với những người khác: “Tôi sống, nhưng không còn là tôi sống, mà Đức Kitô sống trong tôi” (Gl 2,20). Đừng tước mất khỏi tuổi trẻ của con tình bạn này. Có thể con sẽ cảm thấy Người ở bên cạnh không chỉ khi cầu nguyện. Con sẽ nhận ra Người đồng hành với con trong mọi lúc. Hãy thử khám phá Người và con sẽ có kinh nghiệm tuyệt vời là nhận ra rằng Người luôn đồng hành với con.⁴

Sách Giáo lý Hội Thánh Công Giáo cũng đã khẳng định: “Cầu nguyện Kitô Giáo là một tương quan giao ước giữa Thiên Chúa và con người trong Đức Kitô. Đó là hành động của Thiên Chúa và hành động của con người. Lời cầu nguyện xuất phát từ Chúa Thánh Thần và từ chúng ta, hoàn toàn hướng về Chúa Cha, trong sự kết hợp với ý chí nhân loại của Con Thiên Chúa làm người.”⁵. Công đồng Vaticanô II trong Hiến chế *Sacrosanctum Concilium* cũng dạy rằng: “đời sống thiêng liêng không chỉ hạn hẹp trong việc tham dự Phụng vụ thánh. Thật vậy, người Kitô hữu được mời gọi cầu nguyện chung, nhưng cũng phải biết vào phòng riêng âm thầm cầu nguyện cùng Chúa Cha, hơn nữa phải cầu nguyện không ngừng như lời thánh Tông Đồ khuyên dạy.”⁶

Như vậy, việc cầu nguyện phải được coi là quan trọng và cần thiết cho đời sống đức tin của các Kitô hữu nói chung và giới trẻ Công giáo nói riêng. Nó quan trọng như chính hơi thở của

³ ĐGH Phanxicô, Tông huấn *Christus Vivit*, # 156, truy cập ngày 29/12/2023, <https://hdgmvietnam.com/chi-tiet/tong-huan-christus-vivit-chua-kito-dang-song-38964>.

⁴ Ibid., #157.

⁵ *Sách Giáo Lý của Hội Thánh Công Giáo*, Ủy ban Giáo lý Đức tin trực thuộc Hội đồng Giám mục Việt Nam dịch, (Hà Nội: NXB. Tôn Giáo, 2019), # 2564.

⁶ Công đồng Vaticanô II, Hiến chế *Sacrosanctum Concilium*, (Hà Nội: NXB. Tôn Giáo, 2019), 22, #12.

sự sống. Do đó, nhóm nghiên cứu đã khai thác các tài liệu chung quyết này của Hội Thánh Công Giáo để làm điểm quy chiếu khi đề cập đến đời sống cầu nguyện của các Kitô hữu.

Trong Thư Mục vụ năm Đức Tin 2012, Hội đồng Giám mục Việt Nam lên tiếng nhấn mạnh như sau:

Tại Việt Nam, phần đông các tín hữu vẫn trung thành dự lễ Chúa nhật, kể cả ngày thường. Đa số các gia đình Công Giáo vẫn là cái nôi nuôi dưỡng và thông truyền đức tin cho con cái. Tuy nhiên, nơi một số người, việc giữ đạo chỉ theo tập tục và thói quen, chưa trở thành xác tín cá nhân và động lực cho những chọn lựa quan trọng trong đời sống. Nơi một số người khác, đời sống đức tin quá thiên về tình cảm, chỉ giới hạn vào một số thực hành nghi lễ và luân lý. Ngoài ra, do ảnh hưởng của thời đại đề cao lối sống vật chất và hưởng thụ, nhiều người trẻ Công Giáo ngày nay cảm thấy bị lung lạc trong đời sống đức tin, nhiều đôi vợ chồng trẻ không còn ý thức trách nhiệm thông truyền đức tin cho con cái.⁷

Việc một số bạn trẻ hiện nay lơ là với đời sống đức tin Công Giáo là điều khá hiển nhiên và rõ ràng. Một trong những nguyên nhân chính đó là việc các bạn bị khủng hoảng cách trầm trọng về niềm tin tôn giáo khi đứng trước trào lưu tục hoá của xã hội cũng như việc chủ nghĩa thực dụng và duy cá nhân lên ngôi.⁸ Thêm vào đó, nhiều bạn trẻ bị cuốn vào vòng xoáy của công nghệ thông tin và mạng xã hội mà theo khảo sát, “có tới 54% sinh viên Công Giáo lên mạng xã hội bất cứ khi nào rảnh rỗi, và có tới 42% tham gia mạng xã hội từ 4 đến 5 giờ mỗi ngày.”⁹ Điều này đã được ĐTC Phanxicô nói đến như sau: “Việc đắm chìm trong thế giới ảo đã dẫn đến một loại “di cư kỹ thuật số”, nghĩa là xa lánh gia đình cùng các giá trị văn hóa và tôn giáo, dẫn nhiều em đến một thế giới cô độc và tự sáng chế, đến nỗi cảm thấy mất gốc rễ, mặc dù vẫn ở cùng một chỗ.”¹⁰ Như vậy, cơn khủng hoảng về đức tin của một bộ phận giới trẻ Công giáo hiện nay đến từ chính việc các bạn chưa thực sự xây dựng cho mình một đời sống cầu nguyện vững chắc với Chúa Kitô.

Những gì đã đề cập ở trên làm tiền đề cho nhóm tiến hành nghiên cứu cách cụ thể qua việc khảo sát thực tế nơi môi trường sinh hoạt của giới trẻ Công giáo tại Sài Gòn. Thật vậy, qua tìm hiểu, nhóm nghiên cứu nhận thấy rằng hiện nay chưa có những số liệu thông kê cụ thể và khách quan về đời sống cầu nguyện của giới trẻ Công giáo nói chung và ở tại khu vực TGP Sài Gòn nói riêng. Chính vì vậy, nhóm nghiên cứu muốn khảo sát và cung cấp cho người đọc một bức tranh về hiện trạng đời sống cầu nguyện của các bạn trẻ Công giáo đang sinh sống và làm việc tại thành phố Hồ Chí Minh này.

⁷ Hội đồng Giám mục Việt Nam, “Thư mục vụ 2012: năm Đức Tin”, #5, truy cập ngày 29/12/2023, <https://hdgmvietnam.com/chi-tiet/thu-muc-vu-2012-nam-duc-tin-31662>.

⁸ x. Thiên Di CND – CSA, “Giải đáp thắc mắc cho người trẻ Công Giáo - Thiên Chúa ở đâu trong trái tim tôi?”, truy cập ngày 30/12/2023, <https://hdgmvietnam.com/chi-tiet/thien-chua-o-dau-trong-trai-tim-toi-44400>.

⁹ Giuse Tạ Minh Quý, “Đời sống sinh viên”, truy cập ngày 29/12/2023, https://hdgmvietnam.com/chi-tiet/doi-song-sinh-vien-45970#_Toc103019788.

¹⁰ ĐGH Phanxicô, Tông huấn *Christus Vivit*, # 90.

Những câu hỏi nghiên cứu

Đề tài nghiên cứu của nhóm tập trung vào ba câu hỏi chính yếu. Những câu hỏi này làm tiền đề cho nhóm phân tích và đánh giá về đời sống cầu nguyện hiện nay của người trẻ Công Giáo tại TGP Sài Gòn. Những câu hỏi đó được trình bày như sau:

1. Giới trẻ Công Giáo hiện nay nhận định như thế nào về cầu nguyện?
2. Thực trạng đời sống cầu nguyện của người trẻ ngày nay?
3. Đời sống cầu nguyện có tác động như thế nào đến cuộc sống thường ngày của các bạn trẻ Công giáo?

Phương pháp nghiên cứu

a. Phương pháp điều tra, khảo sát

Đối với phương pháp này, nhóm nghiên cứu đã tiến hành sử dụng 2 cách thức :

- **Cách thức thứ nhất:** sử dụng mẫu phiếu điều tra bằng các câu hỏi trắc nghiệm nhằm thu thập các thông tin đánh giá về hiện trạng đời sống cầu nguyện. Tiến hành phát phiếu điều tra cho **200** bạn trẻ Công giáo đang sinh hoạt tại địa bàn nơi các thành viên của nhóm đang phụ trách mục vụ hàng tuần. Người được phỏng vấn sẽ trả lời các câu hỏi bằng cách đánh dấu vào phần trả lời phù hợp với hiểu biết của họ. Các bước tiến hành của phương pháp này bao gồm cách bước sau :

✓ **Bước 01 : Chọn đối tượng tham gia khảo sát**

Trong bài nghiên cứu này, các đối tượng tham gia khảo sát bao gồm 4 nhóm bạn trẻ như đã được đề cập phía trên.

✓ **Bước 02 : Chuẩn bị phiếu điều tra**

Đây là một bước quan trọng. Nó quyết định việc điều tra, khảo sát thu thập thông tin, số liệu có đạt được mục đích yêu cầu của đề tài hay không.

Nhóm nghiên cứu đã tiến hành thiết kế mẫu điều tra, khảo sát liên quan đến các câu hỏi nghiên cứu đã đặt ra cho đề tài này của nhóm. Phiếu khảo sát gồm 23 câu hỏi gồm các câu trắc nghiệm, với một số câu hỏi mở để người tham gia khảo sát có thể linh hoạt trong việc đưa ra câu trả lời dựa trên chính kinh nghiệm của bản thân.

✓ **Bước 03 : Gửi phiếu, phỏng vấn trực tiếp và thu phiếu**

Nhóm nghiên cứu tiến hành gửi phiếu, phỏng vấn trực tiếp và thu phiếu khảo sát trong **vòng 2 tuần từ ngày 07 tháng 01 đến ngày 21 tháng 01 năm 2024**. Đây là cũng là thời điểm cận tết Nguyên Đán, việc thu thập thông tin của các người được khảo sát cũng tương đối thuận lợi vì các bạn thường sẽ tổ chức các hoạt động nhằm quy tụ nhiều nhất các thành viên trong nhóm của mình trước khi họ về quê nhà để nghỉ tết.

✓ **Bước 04 : Tổng hợp, phân tích và xử lý số liệu**

Trên cơ sở thu thập các số liệu từ việc điều tra này, nhóm nghiên cứu sẽ tiến hành phân tích,

xử lý số liệu nhằm đánh giá, đưa ra các kết luận liên quan đến đề tài.

- **Cách thức thứ 2** : sử dụng công cụ google biểu mẫu để tiến hành khảo sát trực tuyến qua các nền tảng mạng xã hội như Facebook, Zalo, Messenger... về nhận thức của các bạn giới trẻ khác mà nhóm không thể tiếp cận cách trực tiếp. Số lượng người tham gia vào việc khảo sát là **100** người. Trong đó có **83** phiếu hợp lệ (đạt tỷ lệ **83%**).

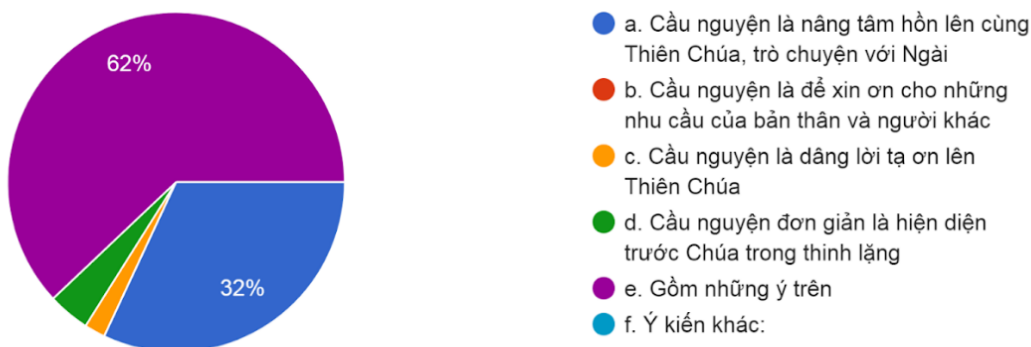
b. Phương pháp phân tích, tổng hợp và đánh giá

Sau khi có đầy đủ những thông tin, số liệu, tư liệu liên quan đến đề tài, bắt đầu tiến hành tổng hợp, phân tích, nghiên cứu các tài liệu, nguồn thông tin nhằm đưa ra những đánh giá, kết luận thích hợp về những vấn đề liên quan đến đề tài của nhóm. Các kết quả thu được sẽ là tiền đề để nhóm đưa ra các đánh giá khách quan về hiện trạng chung của những người trẻ Công Giáo đối với đời sống đức tin.

Kết quả nghiên cứu

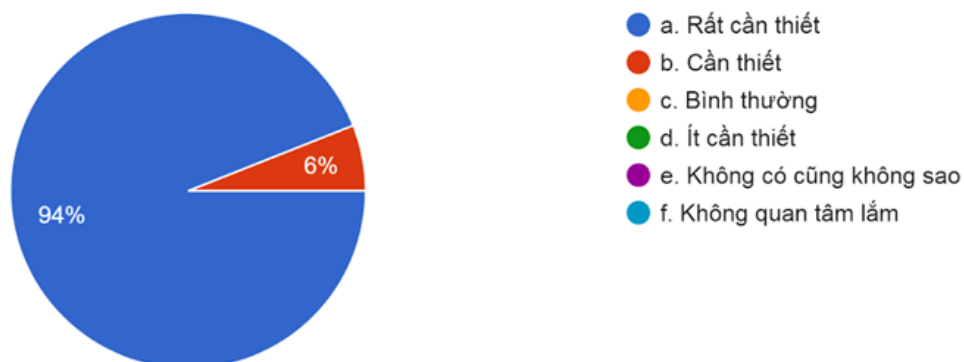
Các câu hỏi liên quan đến việc giới trẻ Công giáo nhận định chung về cầu nguyện

Câu 1: Theo bạn, miêu tả nào gần nhất với ý hiểu của bạn về cầu nguyện Kitô giáo?



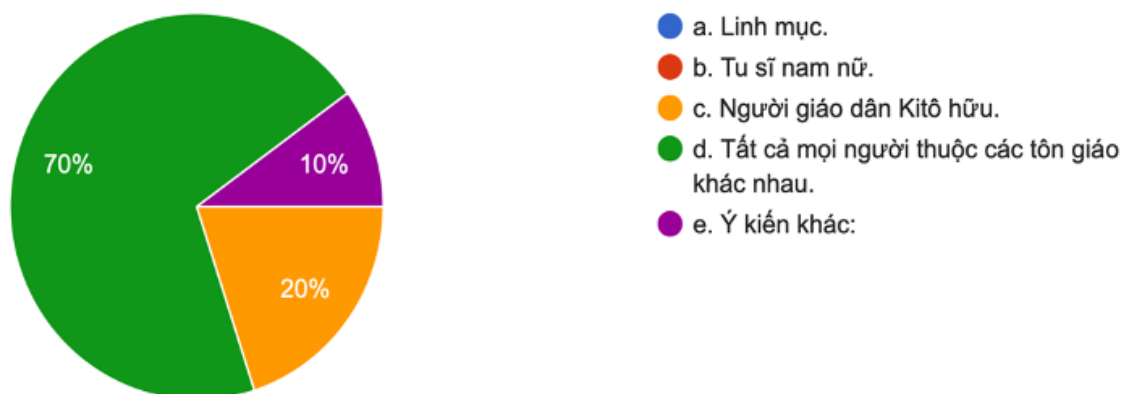
Theo đó, phần lớn các bạn đều cho rằng cầu nguyện đồng thời là việc nâng tâm hồn lên cùng Thiên Chúa, trò chuyện với Người, dâng lời tạ ơn, xin những ơn cần thiết cho chính mình và cho tha nhân, và đôi khi chỉ đơn giản là hiện diện trước Thiên Chúa trong sự thinh lặng. Con số này chiếm 62% số người tham gia khảo sát. Và có 32% số người cho rằng, cầu nguyện chính là việc nâng tâm hồn lên cùng Thiên Chúa và trò chuyện với Người trong tâm tình con thảo.

Câu 2: Theo bạn, cầu nguyện có cần thiết cho đời sống Kitô hữu không?



Hầu hết mọi người đều cho rằng đời sống cầu nguyện rất cần thiết cho đời sống Kitô hữu, với tỷ lệ là 94%. Nhìn chung, tất cả những người tham gia khảo sát đều khẳng định đời sống cầu nguyện là cần thiết cho bản thân.

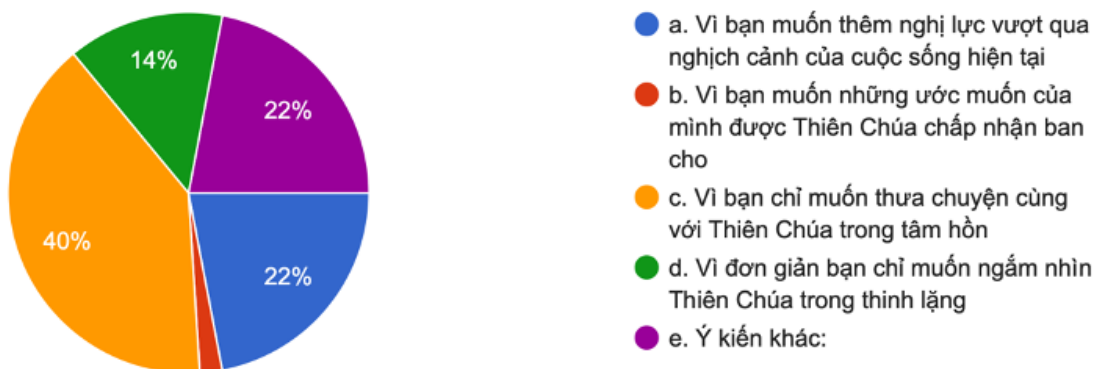
Câu 3: Theo bạn, ai là người có bổn phận cầu nguyện?



Theo nhận định chung, đa số những người được khảo sát cho rằng tất cả mọi người thuộc các tôn giáo khác nhau đều có bổn phận trong việc cầu nguyện 70%. Có 20% cho rằng người giáo dân Kitô hữu có bổn phận trong việc cầu nguyện và chỉ có 10% số người được hỏi đưa ra ý kiến khác. Như thế, không chỉ các Kitô hữu có bổn phận cầu nguyện, nhưng là tất cả mọi người nói chung, vì tự bản chất, con người là hữu thể tôn giáo¹¹.

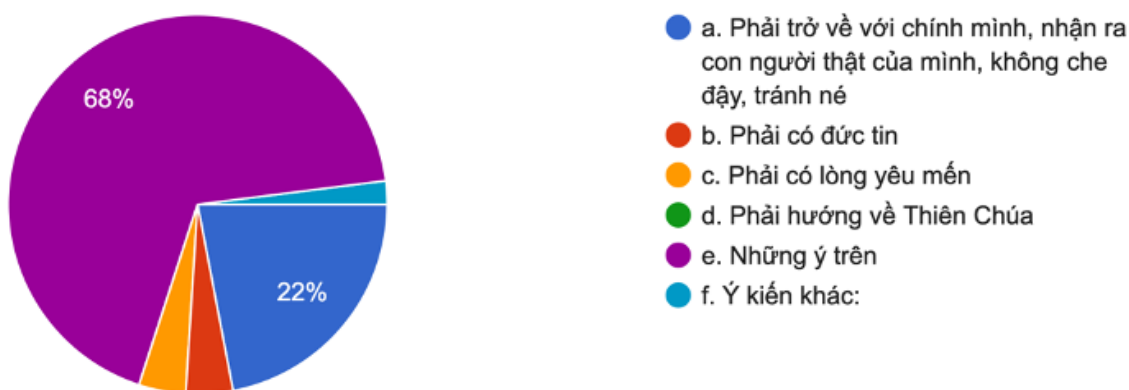
¹¹ Sách Giáo Lý của Hội Thánh Công Giáo, #44.

Câu 4: Theo bạn, mục đích của việc bạn cầu nguyện là gì?



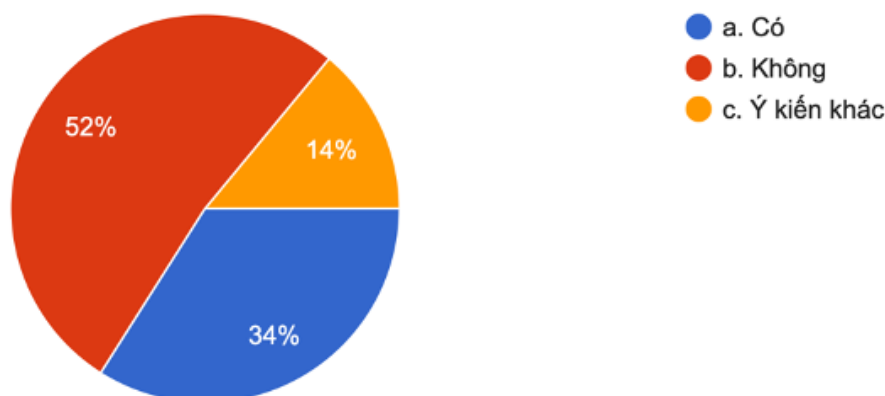
Có 40% số người được hỏi nghĩ rằng mục đích của việc họ cầu nguyện là muốn thưa chuyện cùng với Thiên Chúa trong tâm hồn. Vì họ muốn thêm nghị lực vượt qua nghịch cảnh của cuộc sống hiện tại, đó là mục đích cầu nguyện của 22% người được khảo sát; tương ứng với số phần trăm này, mục đích cầu nguyện được đưa ra với nhiều ý kiến khác nhau, chẳng hạn: vì muốn chia sẻ với Thiên Chúa về cuộc sống hàng ngày, hoặc muốn bản thân được mở lòng ra và đón nhận thánh ý của Thiên Chúa để ngày càng gắn bó khăng khít hơn với Người... Và có 14% cho rằng vì chỉ đơn giản là họ muốn ngắm nhìn Thiên Chúa trong thinh lặng.

Câu 5: Theo bạn, đâu là điều quan trọng khi bước vào giờ cầu nguyện?



Đa số mọi người đều có câu trả lời cho việc họ hiểu điều quan trọng khi cầu nguyện là phải trở về với chính mình, nhận ra con người thật của mình, không che đậy, tránh né; phải có đức tin; phải có lòng yêu mến và phải hướng về Thiên Chúa, với tỷ lệ 68%. Có 22% trả lời là phải trở về với chính mình, nhận ra con người thật của mình, không che đậy, tránh né. Một số ít người cho rằng điều quan trọng khi cầu nguyện là phải có đức tin. Cũng có một số ít người cho rằng điều quan trọng khi cầu nguyện là phải có lòng yêu mến và một số ít người đưa ra ý kiến khác về điều quan trọng khi cầu nguyện.

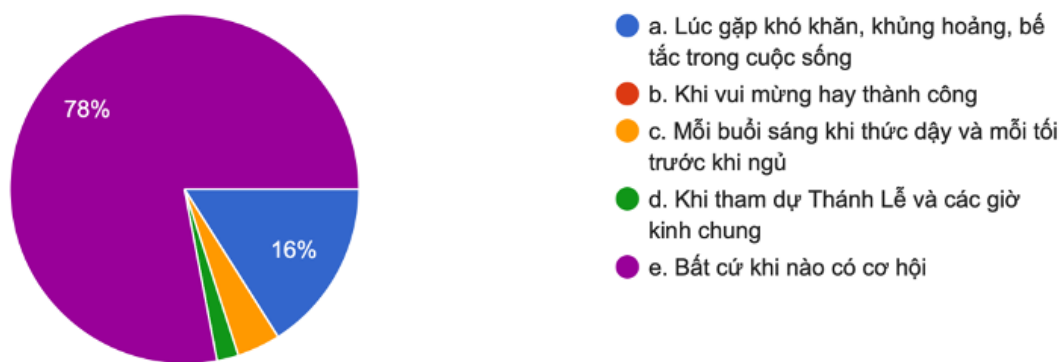
Câu 6: Theo bạn, việc đọc kinh có thể thay thế cho việc cầu nguyện riêng tư không?



Nhìn chung số người tham gia đều nhận định cầu nguyện riêng tư chiếm phần quan trọng nhất 52% chiếm hơn một nửa số lượng ứng viên khảo sát. Trong khi đó 34% lại cho rằng việc đọc kinh có thể thay thế cho cầu nguyện riêng tư. Nhóm còn lại khoảng 14% vẫn còn có ý kiến khác, với đa số cho rằng có thể kết hợp cả hai khi cầu nguyện.

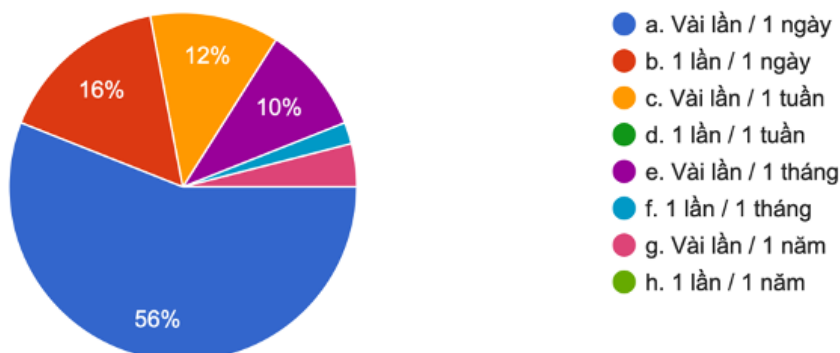
Những câu hỏi liên quan đến hiện trạng đời sống cầu nguyện của người trẻ

Câu 7: Bạn thường cầu nguyện khi nào?



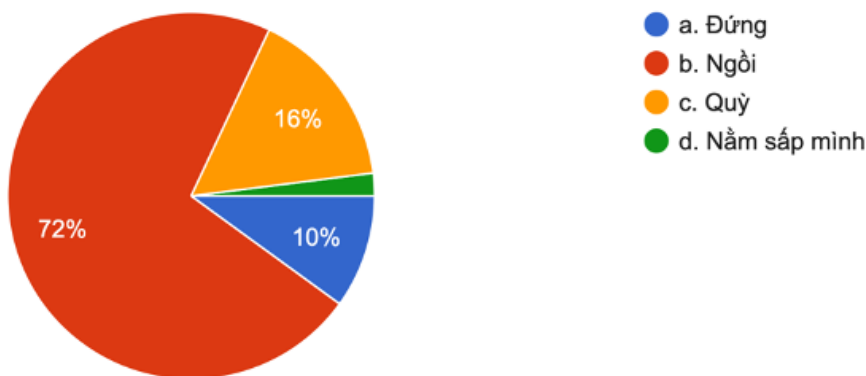
Lúc đầu, nhóm nghiên cứu dự đoán rằng, nhu cầu tâm linh và cầu nguyện chỉ thực hiện ở nơi thờ tự như nhà thờ khi tham dự Thánh Lễ và các giờ kinh, nhưng số liệu khảo sát cho thấy 78% ứng viên cho biết họ luôn cầu nguyện bất cứ khi nào có cơ hội. Tiếp theo, đứng thứ nhì là khi gặp khó khăn, khủng hoảng, bế tắc trong cuộc sống với 16%. Thứ đến, chỉ có 4% cho thấy cầu nguyện mỗi buổi sáng khi thức dậy và mỗi tối trước khi ngủ. Cuối cùng, chỉ có 2% ứng viên lại lựa chọn là khi tham dự Thánh Lễ và các giờ kinh chung.

Câu 8: Mức độ tham dự việc cầu nguyện của bạn như thế nào?



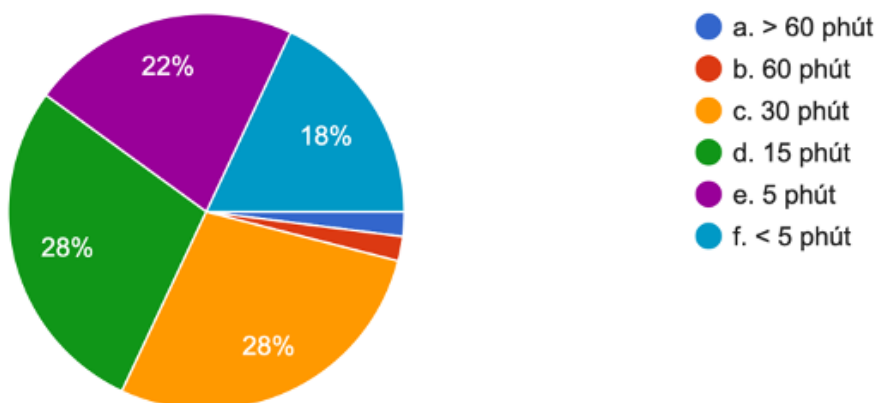
Khi được hỏi về mức độ tham dự việc cầu nguyện, 56% ứng viên trả lời đều có tần suất cầu nguyện vài lần/ngày. Tiếp đến, 16% cho rằng họ thường cầu nguyện một lần/ ngày. Vài lần/ 1 tuần chiếm 12%. Tần suất một lần/năm thì không có ứng viên nào trong trường hợp này. Thời điểm cầu nguyện ở câu hỏi số 7 và mức độ ở câu hỏi số 8 cũng liên kết với nhau, cầu nguyện bất cứ khi nào có cơ hội chiếm số lượng lớn 78% thì mức độ cầu nguyện vài lần/ngày cũng chiếm số lượng lớn, chiếm một nửa số người được hỏi.

Câu 9: Bạn thấy thoải mái khi cầu nguyện trong tư thế nào nhất?



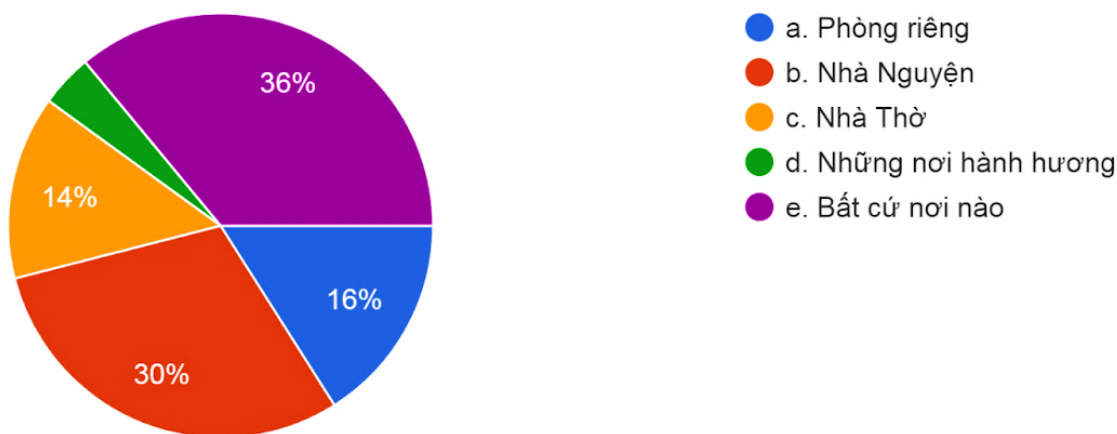
Đối với câu hỏi về tư thế cầu nguyện, dựa vào biểu đồ thấy rằng số người tham gia khảo sát cảm thấy thoải mái nhất với tư thế ngồi khi cầu nguyện, tỷ lệ là 72%. Thứ đến 16% chọn tư thế quỳ. Đứng thứ ba 10% là tư thế đứng. Dường như chỉ có 2% lựa chọn tư thế nằm sấp mình, vì như thế sẽ đi vào “giấc ngủ”.

Câu 10. Bạn thường dành bao nhiêu thời gian cho những lần cầu nguyện?



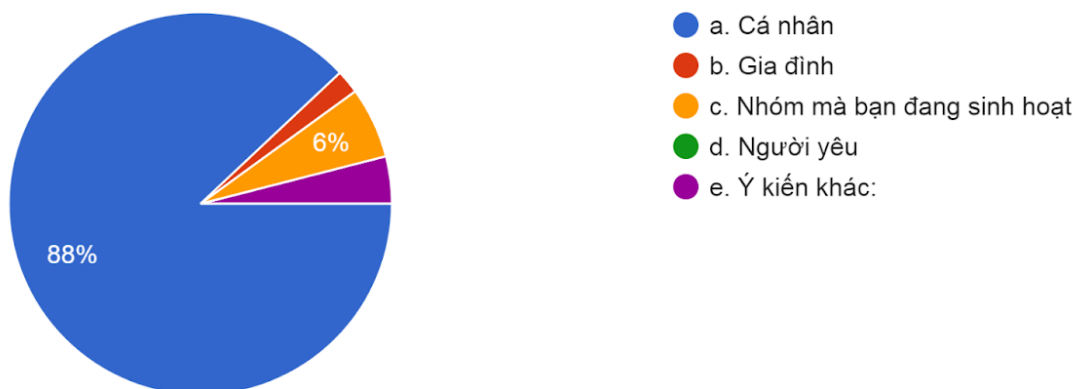
Biểu đồ diễn tả câu hỏi cá nhân liên quan đến việc dành thời gian cho những lần cầu nguyện. Ở đây có thể nhận thấy có sự tương đồng giữa khoảng thời gian 30 phút và 15 phút, với tỷ lệ là 28%. Tiếp đến số người dành khoảng 5 phút chiếm 22%. Mức độ <5 phút chiếm 18%. Còn thời gian > 60 phút và 60 phút thì tương đối ít người lựa chọn, điều này có thể liên quan đến việc sử dụng phương pháp cầu nguyện.

Câu 11: Không gian nào khiến bạn giúp bạn cầu nguyện được dễ dàng nhất?



Dựa trên những kinh nghiệm cá nhân của mỗi người, theo đó, dường như các bạn có thể cầu nguyện ở bất cứ nơi nào. Con số này chiếm 36%. Mặt khác, nhiều bạn thích chọn lựa những không gian nhỏ, có phần riêng tư hơn như nhà nguyện, hay phòng riêng của mỗi người để cầu nguyện, với số phần trăm chọn lựa là gần 50%. Chỉ có 14% chọn cầu nguyện trong các nhà thờ. Điều này cũng có thể lý giải ở chỗ, nơi nhà thờ thường diễn ra nhiều hoạt động, số lượng người ra và vào đông nên phần nào gây sự ồn ào không thể tránh khỏi, khiến nhiều bạn cảm thấy bị lo ra chia trí khi cầu nguyện.

Câu 12: Bạn thường cầu nguyện với ai?



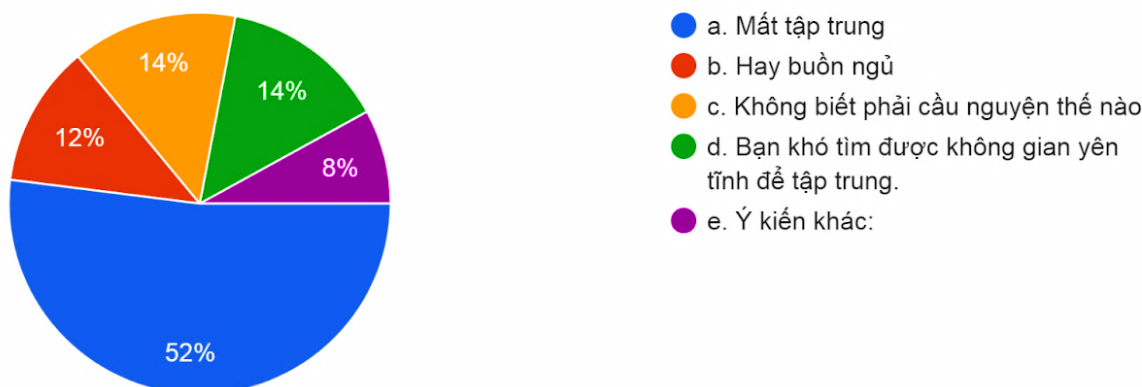
Chiếm đại đa số những người tham gia khảo sát đều cho rằng, họ thường cầu nguyện cá nhân họ với Chúa, 88%. Điều này dễ hiểu bởi vì, cầu nguyện được nhiều bậc thầy về đời sống thiêng liêng cho rằng, là sự gặp gỡ, đối thoại cách cá vị với Thiên Chúa, tức là chỉ mình ta với Người. Do đó, chúng ta thường có xu hướng muốn gặp gỡ cách cá vị và riêng tư với Thiên Chúa là Đấng đầy yêu thương, luôn chờ đón ta bất cứ khi nào và ở bất cứ nơi đâu. Có 6% các bạn cho rằng, họ cầu nguyện với nhóm mà bản thân đang sinh hoạt cùng.

Câu 13: Đây là hình thức cầu nguyện mà bạn thường sử dụng?



Chiếm khoảng 70% số người được hỏi cho rằng, họ thường cầu nguyện cách thâm thi 38% hay chỉ đơn giản là thỉnh lịnh trước Thiên Chúa, Đấng đang hiện diện cách thực sự với họ 32%. Với khoảng 22% là những người sử dụng phương pháp *Lectio Divina* hoặc nguyện ngắm với một đoạn Lời Chúa để cầu nguyện. 6% ý kiến khác cho rằng họ không sử dụng nhất định một phương pháp nào hay không biết một phương pháp nào để cầu nguyện; nhưng chỉ là khi nào muốn cầu nguyện thì họ đến trước Chúa và nói với Người những khó khăn đang gặp phải của bản thân để xin Người ban ơn và trợ giúp họ.

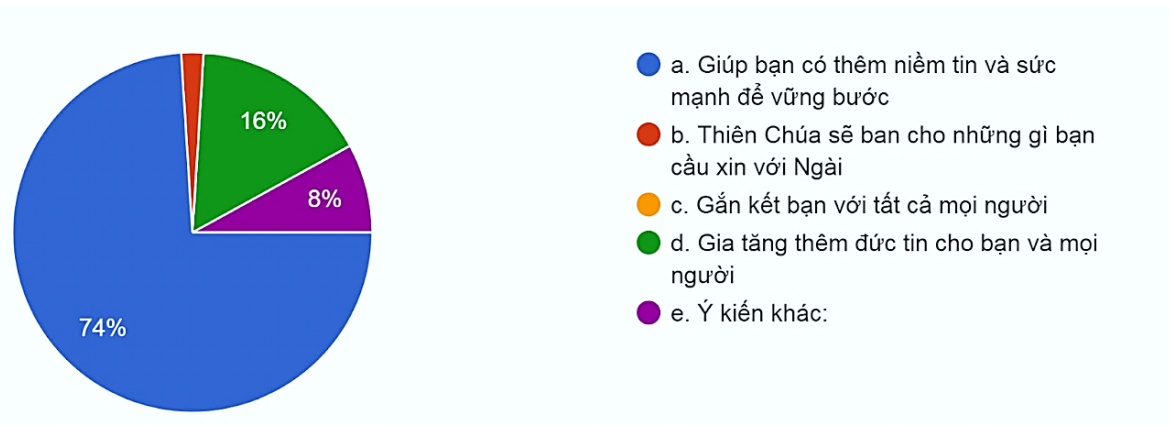
Câu 14: Những khó khăn bạn thường gặp phải khi cầu nguyện là gì?



Khó khăn lớn nhất mà các bạn gặp phải khi cầu nguyện là việc bị mất tập trung 66%, trong đó có khoảng 14% là do không tìm được không gian yên tĩnh để tập trung. Số khác cho rằng mình không biết phải cầu nguyện như thế nào 14%. Một số lại cảm thấy hay buồn ngủ khi cầu nguyện 12%. Và 8% cho rằng họ gặp phải những khó khăn khác như là chán nản, trống rỗng, không có nhiều thời gian để cầu nguyện...

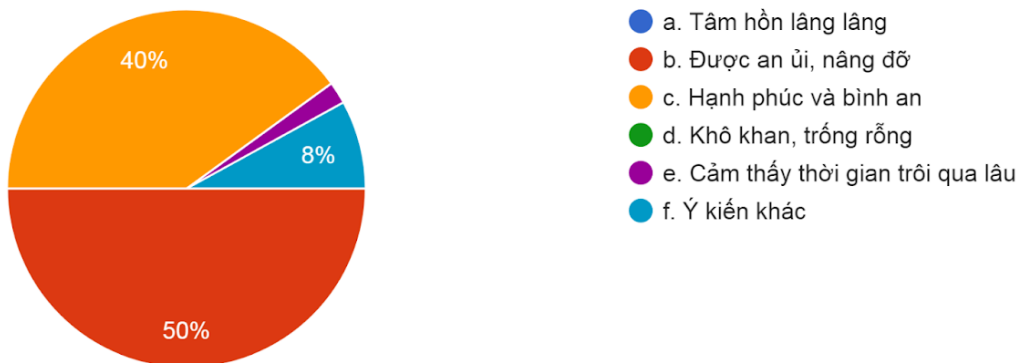
Những câu hỏi liên quan đến sự tác động của cầu nguyện tới đời sống của giới trẻ

Câu 15: Theo bạn, việc cầu nguyện giúp gì cho bạn?



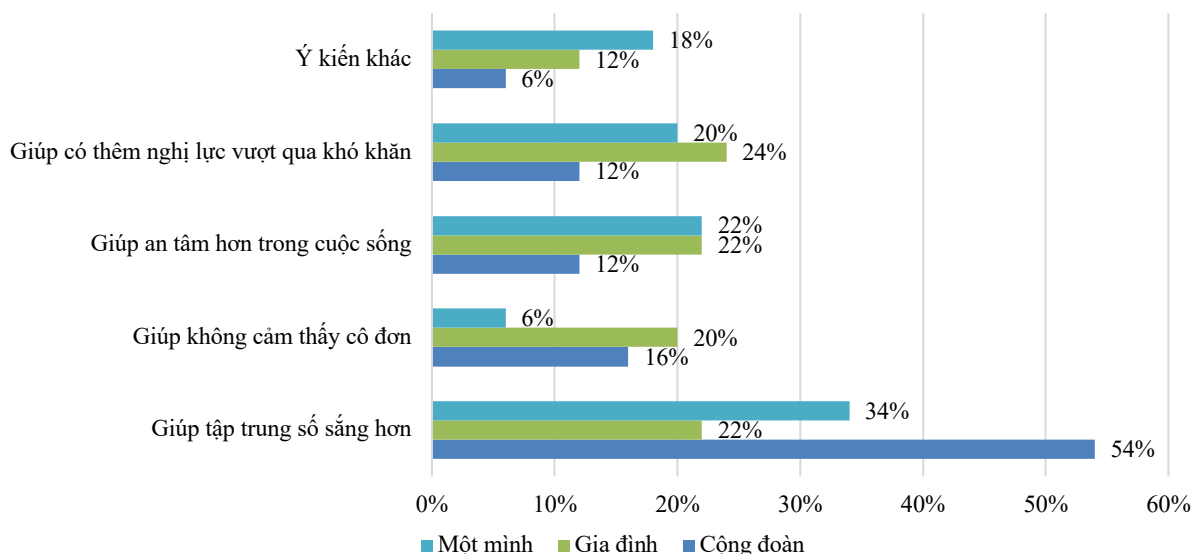
Câu hỏi này được đặt ra để các bạn tự đánh giá về ơn ích của việc cầu nguyện. Phần lớn các bạn đều cho rằng khi cầu nguyện, họ có thêm niềm tin và sức mạnh để vững bước trên đường đời 74%. Một số khác lại cho rằng việc cầu nguyện giúp gia tăng đức tin cho chính họ và cho những người họ gặp gỡ. Có 8% cho rằng việc cầu nguyện mang lại tất cả những ơn ích đã kể trên hoặc một số chưa đánh giá được tác động của cầu nguyện đối với họ.

Câu 16: Trong khi cầu nguyện, bạn thường cảm thấy như thế nào?



Một nửa trong số những người được khảo sát cho rằng, họ cảm thấy được an ủi, nâng đỡ khi cầu nguyện 50%. Số khác lại cho rằng họ cảm thấy được bình an và hạnh phúc khi cầu nguyện 40%. Tựu chung, có tới 90% số người được hỏi cho thấy khi cầu nguyện, chính họ cảm nhận được những tác động tích cực như hạnh phúc, bình an, được nâng đỡ hay ủi an. Số người cảm thấy có cả những tác động tích cực và những cảm giác khô khan, trống rỗng hoặc thấy thời gian trôi qua lâu, với tỷ lệ phần trăm là 8%.

Câu 17 – 20: Việc cầu nguyện CỘNG ĐOÀN, với GIA ĐÌNH và MỘT MÌNH giúp gì cho bạn?



Dựa trên số liệu khảo sát cho thấy, việc cầu nguyện cùng với CỘNG ĐOÀN giúp các bạn tập trung số sáng hơn, với 54% số người tham gia khảo sát, tiếp đến là việc cầu nguyện một mình, 34% và gia đình là 22%.

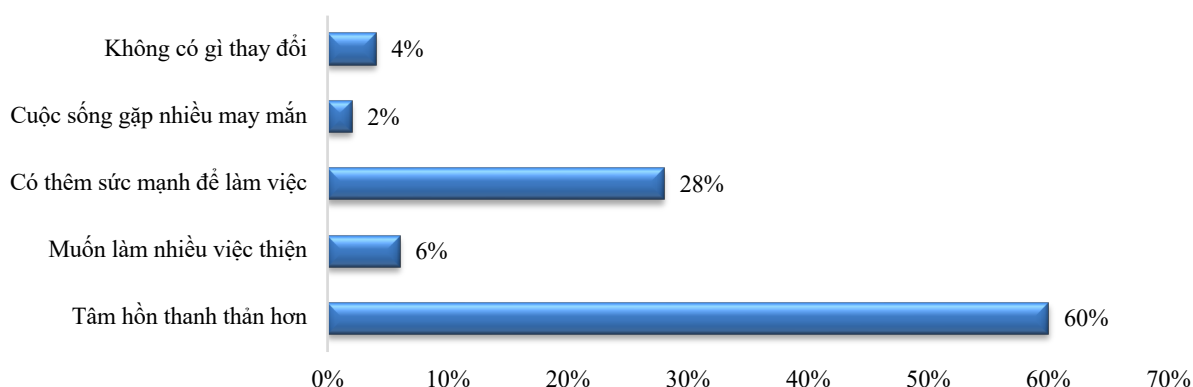
Khi cầu nguyện trong GIA ĐÌNH, có 20% cảm thấy không bị cô đơn, lạc lõng. Con số ít hơn một chút là 16% khi cầu nguyện trong bầu khí CỘNG ĐOÀN.

Việc cầu nguyện MỘT MÌNH hay với GIA ĐÌNH giúp họ cảm thấy an tâm hơn trong cuộc sống, chiếm khoảng 22%.

Việc cảm thấy có thêm nghị lực vượt qua khó khăn là khi họ cầu nguyện cùng với GIA ĐÌNH. Con số này nhiều hơn một chút khi họ cầu nguyện MỘT MÌNH, với 20% số người lựa chọn.

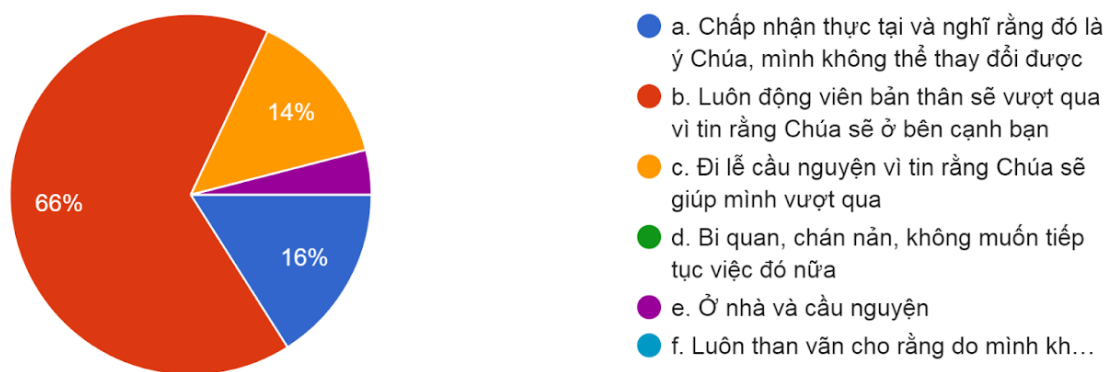
Con số 18% là những ý kiến khác khi họ cầu nguyện MỘT MÌNH. Theo những gì các bạn chia sẻ, họ thường cảm thấy việc cầu nguyện một mình sẽ giúp họ dễ dàng đi vào cầu nguyện được hơn hoặc không cảm thấy hay bị lo ra chia trí. Một số khác lại cho rằng thường họ không có thói quen cầu nguyện với cộng đoàn hay với gia đình nên họ không biết đánh giá như thế nào.

Câu 20: Sau mỗi lần cầu nguyện, bạn thấy có những thay đổi gì trong cuộc sống?



Phần lớn các bạn trẻ cho rằng, sau mỗi lần cầu nguyện, bản thân họ cảm thấy tâm hồn được thanh thản hơn trước, với tỷ lệ 60%. Chiếm hơn ¼ số người được hỏi cho rằng họ cảm thấy có thêm sức mạnh để làm việc. Có khoảng 4% số người cho biết, họ không cảm thấy thay đổi gì sau khi cầu nguyện.

Câu 21: Khi gặp khó khăn hay trở ngại trong cuộc sống, bạn thường làm gì?



Chiếm đa số các bạn được hỏi đều khẳng định, khi gặp nghịch cảnh trong cuộc sống, họ sẽ luôn động viên bản thân vượt qua vì tin rằng Chúa sẽ ở bên cạnh và giúp họ vượt qua nếu họ kiên trì trong việc cầu nguyện, với tỷ lệ là 80%. Có 16% số người được hỏi cho rằng, họ sẽ chấp nhận thực tại và tin rằng đó là ý Chúa muốn mình mạnh mẽ và trưởng thành hơn trong cuộc sống thường ngày. Và chỉ có 4% cho biết họ sẽ ở nhà và cầu nguyện để chờ cho khó

khăn qua đi. Điều đáng mừng là không có ai trong số họ cảm thấy bị quan, chán nản, thất vọng và không tiếp tục việc đó nữa.

Các câu hỏi 22 và 23: là những câu hỏi về thông tin cá nhân. Vì lý do bảo mật thông tin cá nhân, nhóm chỉ tiến hành thu thập thông tin về giới tính và độ tuổi của các bạn trẻ tham gia khảo sát. Kết quả được chỉ ra như sau:

- Số lượng các bạn tham gia khảo sát là nữ giới chiếm 54%, số còn lại là nam giới.
- Độ tuổi của các bạn nằm trong ngưỡng từ 18 – 25 tuổi chiếm 56%, số người trong độ tuổi 26 – 30 tuổi là 24%, và số còn lại là các bạn trên 31 tuổi chiếm 20%.

Ngoài ra, nhóm còn tiến hành phỏng vấn một số bạn trẻ nơi các thành viên trong nhóm đang giúp mục vụ. Kết quả của buổi phỏng vấn đã chỉ ra rằng:

- Một số bạn cho rằng, họ quá bận rộn với việc học hành và làm thêm việc để kiếm thêm thu nhập nhằm trang trải cho sinh hoạt hàng ngày. Do đó, dường như họ không có nhiều thời gian cho việc cầu nguyện.
- Thêm vào đó, với áp lực cuộc sống “cơm – áo – gạo – tiền”, những bạn đã tốt nghiệp và đang bươn chải cho cuộc sống, họ dường như kiệt sức. Có bạn còn thẳng thắn chia sẻ: *“Con phải đi là từ 7h sáng đến 8h tối, về đến phòng là cơ thể gần như kiệt sức, không còn tâm trí đâu mà cầu nguyện, chỉ muốn nằm ngay lên giường và lăn ra ngủ”*.
- Có những bạn cho biết, họ không thực sự biết cách cầu nguyện. Đối với họ, chỉ cần đọc mấy kinh Kính Mừng, kinh Sáng Danh và kinh Lạy Cha là đủ rồi. Cùng lắm là họ sẽ chỉ chu toàn được việc tham dự Thánh lễ ngày Chúa Nhật.
- Tuy nhiên, bên cạnh những điểm tiêu cực, một vài bạn lại cho rằng, chính nhờ cầu nguyện thường xuyên với Chúa, họ cảm thấy có thêm nghị lực và ân sủng để sống như một Kitô hữu ở giữa đời thường.
- Có bạn nêu lên suy nghĩ của bản thân: họ muốn được Hội Thánh quan tâm nhiều hơn nữa qua việc đồng hành và hướng dẫn họ trong đời sống thiêng liêng. Bởi, đôi khi vì rào cản tâm lý, họ không biết phải hỏi ai để chỉ cho họ về đời sống cầu nguyện kết hợp với Chúa. Thêm vào đó, họ cho rằng, mặc dù có nhiều bài hướng dẫn trên các trang mạng, nhưng việc có một vị linh hướng cùng đồng hành, chia sẻ và giúp đỡ về đời sống thiêng liêng thì vẫn tốt hơn rất nhiều.

Bình luận

Từ kết quả của phần nghiên cứu bên trên, chúng ta có thể phần nào đánh giá cách khách quan hơn về hiện trạng đời sống cầu nguyện của giới trẻ Công giáo đang sinh sống tại TGP Sài Gòn. Nhìn chung, các bạn đều hiểu được ý nghĩa của cầu nguyện theo lối nhìn Kitô giáo. Đa số các bạn cho rằng cầu nguyện là một việc cần thiết không thể thiếu trong đời sống thường ngày. Vượt trên những nhu cầu của vật chất, các bạn vẫn cảm thấy được thôi thúc để đến gặp gỡ và trò chuyện với một Đấng Siêu Việt là chính Thiên Chúa. Như thế, có thể khẳng định, đa số các bạn vẫn ý thức cách cụ thể và rõ ràng về đời sống tinh thần và cầu nguyện

trong lối sống thường ngày của bản thân. Như vậy, chúng ta có thể nói, chỉ khi các bạn thực sự chuyên chăm cầu nguyện với Thiên Chúa, đời sống của các bạn sẽ được biến đổi và khi đó, chính các bạn là những chứng nhân hùng hồn của lời rao giảng về Tin Mừng Cứu độ cho những người chưa nhận biết Chúa đang sống xung quanh mình, như chính Thánh Giáo hoàng Gioan Phaolô II đã kêu mời: “Hỡi các bạn trẻ yêu dấu, Thầy Giêsu mời gọi các con là những ngôn sứ trong kỷ nguyên mới này, là những sứ giả tình yêu của Người, có khả năng thu hút con người đến với Chúa Cha và xây dựng một tương lai đầy hy vọng cho toàn nhân loại”.¹²

Kết luận

Có thể nói, cầu nguyện chính là hơi thở cho sự sống linh hồn của các Kitô hữu. Nó thực sự cần thiết là vì ở nơi đó, chính con người được gặp gỡ cách cá vị với một Thiên Chúa là tình yêu và giàu lòng thương xót. Chính qua cầu nguyện, con người kín múc những ân sủng trào tràn từ tình yêu của Thiên Chúa Ba Ngôi đang luôn tuôn đổ xuống trên những ai biết mở lòng đón nhận. Điều này lại càng cần thiết hơn cho những người trẻ. Chính họ, hơn bao giờ hết, phải luôn ý thức được giá trị và ý nghĩa lớn lao của cầu nguyện đối với đời sống Kitô hữu của chính mình.

Bài nghiên cứu của nhóm đã phân nào chỉ ra hiện trạng của đời sống cầu nguyện của giới trẻ Công giáo đang sinh hoạt tại TGP Sài Gòn. Tuy còn nhiều hạn chế về phương pháp và quy mô nghiên cứu, cùng với đó là những khó khăn do ngoại cảnh và tình hình thực tế của các thành viên trong nhóm, bài nghiên cứu cũng cố gắng cập nhật những dữ liệu mới nhất về đời sống cầu nguyện của giới trẻ Công Giáo, như một đóng góp nhỏ bé của nhóm, trong tư cách là một thành phần của Hội Thánh, nhằm giúp mọi người có được một cái nhìn khách quan hơn về đời sống đạo của giới trẻ ngày nay. Thật vậy, bên cạnh những mặt tích cực của việc có nhiều bạn trẻ vẫn ý thức cách sâu sắc về đời sống cầu nguyện kết hợp với Chúa thì vẫn còn đó những bạn trẻ, vì lý do khách quan hay chủ quan, vẫn còn lơ là hay thực sự chưa hiểu rõ về tầm quan trọng của cầu nguyện trong đời sống thiêng liêng. Chính vì vậy, những đóng góp của nhóm nhằm mục đích là chỉ ra hiện trạng và gợi hứng cho những vị lãnh đạo trong Giáo Hội hay chính những người trẻ thao thức nhằm tìm ra những phương cách hữu hiệu nhằm nâng đỡ đức tin và đời sống đạo cho giới trẻ, khởi đi từ chính đời sống cầu nguyện. Bởi vì, với tư cách là những chi thể trong một Giáo Hội duy nhất, chúng ta cần trở thành một cộng đồng những người nam và người nữ bước theo Chúa Kitô Giêsu, mà nhờ đó, cung cấp những không gian cần thiết để nhiều người trẻ trong thế giới của chúng ta ngày nay, những người chưa nhận biết Chúa Kitô - có thể học hỏi, đón nhận ân sủng từ Người và bước đi trên con đường Người đã đi, qua đó, họ càng đến gần Người hơn nhờ việc cầu nguyện và suy ngẫm Lời Chúa mỗi ngày.

¹² ĐGH Gioan Phaolô II, “Bài giảng thánh lễ bế mạc Đại hội Giới trẻ thế giới tại Sydney năm 2008”, truy cập ngày 23/01/2024, <https://hdgmvietnam.com/chi-tiet/doi-net-ve-thuc-trang-song-dao-cua-gioi-tre-ngay-nay-39747>.

Tài Liệu Tham Khảo

- Lôrensô Vũ Văn Trình MF. (2023, December 29). Lôrensô Vũ Văn Trình MF. “Đức tin của giới trẻ trong đời sống hôm nay”. Retrieved December 29, 2023. <https://tgpsaigon.net/bai-viet/duc-tin-cua-gioi-tre-trong-doi-song-hom-nay-39725>.
- Thu Hiền, (2023, December 29). Thu Hiền. “Làn sóng di cư gây áp lực lên địa phương”. Retrieved December 29, 2023, <https://thesaigontimes.vn/lan-song-di-cu-gay-ap-luc-len-dia-phuong/>.
- ĐGH. Phanxicô, (2023, December 29). ĐGH. Phanxicô. Tông huấn Christus Vivit, Retrieved December 29, 2023, <https://hdgmvietnam.com/chi-tiet/tong-huan-christus-vivit-chua-kito-dang-song-38964>.
- Sách Giáo Lý của Hội Thánh Công Giáo. Ủy ban Giáo lý Đức tin trực thuộc Hội đồng Giám mục Việt Nam dịch. Hà Nội: NXB. Tôn Giáo, 2019.
- Công đồng Vaticanô II. Hiến chế Sacrosanctum Concilium. Hà Nội: NXB. Tôn Giáo, 2019.
- Hội đồng Giám mục Việt Nam. “Thư mục vụ 2012: năm Đức Tin”. Retrieved December 29, 2023, <https://hdgmvietnam.com/chi-tiet/thu-muc-vu-2012-nam-duc-tin-31662>.
- Thiên Di CND – CSA. “Giải đáp thắc mắc cho người trẻ Công Giáo - Thiên Chúa ở đâu trong trái tim tôi?”. Retrieved December 30, 2023, <https://hdgmvietnam.com/chi-tiet/thien-chua-o-dau-trong-trai-tim-toi--44400>.
- Giuse Tạ Minh Quý. “Đời sống sinh viên”. Retrieved December 29, 2023, https://hdgmvietnam.com/chi-tiet/doi-song-sinh-vien-45970#_Toc103019788.

Thông tin về tác giả

1. Vinh Sơn Phạm Văn Tuấn, tu sĩ dòng Chúa Cứu Thế (C.Ss.R), hiện đang là sinh viên lớp Triết I tại Học viện Thánh Anphongsô.
2. Giuse Nguyễn Văn Huân, tu sĩ dòng Thánh Thể (S.S.S), hiện đang là sinh viên lớp Triết I tại Học viện Thánh Anphongsô.
3. Phêrô Vũ Đức Toàn, tu sĩ dòng Cát Minh (O.Cam), hiện đang là sinh viên lớp Triết I tại Học viện Thánh Anphongsô.
4. Bernard Thiên Mãn Athit, tu sĩ dòng Chúa Cứu Thế (C.Ss.R), hiện đang là sinh viên lớp Triết I tại Học viện Thánh Anphongsô.