

## 12. LECTIO DIVINA

### THEO CHA DANIEL Ocist

Ng i h ng d n: Linh M c Marc-Daniel, dòng Xitô.  
a i m: an Vi n Xitô Rougemont, Québec, Canada .  
Th i gian: Tháng 6+10+11 n m 1991.  
B n úc k t: N tu Marie-Thérèse Dugas, SSS.)

#### I. TRÌNH BÀY T NG QUÁT

“Kinh Thánh là m t Bí Tích, là t m màn che. Qua ó, chúng ta ph i khám phá ra khuôn m t Tình Yêu” (Maurice Zundel)

M sách Kinh Thánh và hãy nhìn th y duy nh t m t mình Chúa GIÊSU. Chúa THÁNH LINH thúc y chúng ta m Nhà T m Kinh Thánh. "Không nên xem sách Kinh Thánh nh là m t cu n sách, cho dù là thiêng liêng, nh ng ph i xem sách Kinh Thánh nh là m t Nhà T m, m t n i u tiên g p g B n Tình Chí Ái". Chính Chúa THÁNH LINH ban cho chúng ta n i ni m ói khát Bánh L i Chúa. C ng chính Ngài ban cho chúng ta trí thông minh hi u các b n v n Kinh Thánh. M t khi chúng ta làm công vi c c a mình thì Chúa Thánh Linh s ti p s c và làm cho chúng ta h ng n m L i Chúa êm d u d ng nào! THÁNH LINH làm cho L i Chúa c sinh s n d i dào trong chúng ta nh ngày x a n i Trinh N Maria vào ngày L Truy n Tin (xem *Isaia 55, 10-11*).

Kinh Thánh v a che d u v a m c kh i s hi n di n và ho t ng c a Thiên Chúa, và c x p vào hàng các Bí Tích. K ho ch các Bí Tích phát xu t t vi c Ngôi L i Nh p Th . Thân xác Ngôi L i làm gì m b t vinh quang Thiên Chúa. L i không ph i là không có liên h v i th xác Ngôi L i, và c ng không ph i là không có liên h v i Thánh Th : Hình Bánh và Hình R u che

khu t m t chúng ta s h i n d i n c a Ng o i L i, v à c ù n g l ú c, m c k h i c h o c h ú n g t a s h i n d i n n à y.

Nh ã m q u e n v i L i, c h ú n g t a c ó t h c c n h n g b í n c a c o n t i m n i g n g m t C h ú a K i t ô. K i n h T h á n h l à t m l i v à p h i n h ã n k h u o n m t c a N g i B n T ì n h q u a t m l i n à y, n h c m ô t t r o n g s á c h D i u C a n i c h n g 2 c â u 9.

c L i C h ú a t c l à t i m k i m g n g m t C h ú a K i t ô, t r ê n ó t a s á n g v ì n h q u a n g c a C h ú a C h a (2C o r 4,6).

## II. NH NG N NT NG C A V I C C L I CHÚA.

c L i C h ú a l à c o n g i á p l i m c k h i T H I Ê N C H Ú A. T H I Ê N C H Ú A m c k h i t r o n g v i c s á n g t o: s á n g t o l à l i c a N g o i L i; c h i ê m n g m v i c s á n g t o l à m t h ì n h t h c c a v i c c L i C h ú a.

G i a i o n t h h a i c a m c k h i: c á c g i a o c.

G i a i o n t h b a c a m c k h i: c á c t i ê n t r i.

C h ú n g t a p h i t v i c c L i C h ú a v à o b ê n t r o n g c a h o t n g C h ú a B a N g o i. c L i C h ú a l à t r u y n t h n g c x a n h t c a c á c a n v i n X i t ô. c L i C h ú a c ó n g u n g c t r o n g D o T h á i g i á o v à t r o n g c á c c n g o à n K i t ô t i ê n k h i.

c L i C h ú a l à m t g i a s n c a G i á o H i, t h a h n g t h i n g d o t h á i - d o ó v i c c L i C h ú a k h o n g d à n h r i ê n g c h o c á c a n s - n h n g l à g i a s n c a h t m i n g i, v i t c á c h l à n h n g n g i c r a t i. C n t á i k h á m p h á c h n g c a L i C h ú a t r o n g g i a s n c a c h ú n g t a.

## III. VI C C L I CHÚA G NLI NV I PH NG V GI KINH VÀ THÁNH TH

C á c h t h c c h ú n g t a l n g n g h e L i C h ú a s t n g h p v i P h n g v . P h n g v l à k i m c h n a m c h o v i c c L i C h ú a. P h n g

và trở lại là một nhiệm vụ và chúng ta chỉ có thể sống một nhiệm vụ này dựa vào hình thái khác nhau và trở lại của nó. Nét đặc trưng trong lịch sử không thể thiếu.

Tác động của Chúa THÁNH LINH giống như cơn gió thổi. Chỉ có linh hồn nào canh chừng Ngài thì mới cảm nhận được Ngài đi qua. Phụng vụ Giáo Hội là khung cảnh Chúa THÁNH LINH thích dùng để làm tâm tình của Ngài cho chúng ta.

Chính Chúa THÁNH LINH phán báo qua niên lịch Phụng vụ. Xuyên qua Lịch Chúa do chính Giáo Hội chọn, Chúa THÁNH LINH tuôn đổ xuống chúng ta thánh của Ngài, thánh thiện và sống trong Phụng vụ của ngày. Không có sự khác biệt gì giữa chúng ta sống khi tham dự Phụng vụ và sống khi chúng ta sống khi đi phòng riêng. Vì vậy Lịch Chúa khi nào làm theo như dự định của Phụng vụ thì sẽ thành tựu cuộc sống của chúng ta. Lịch Chúa là một tác động thiêng liêng. Một linh hồn của Giáo Hội thì nên sống như một người sống trong Phụng vụ.

Chính trong niềm hi vọng thông vi Giáo Hội mà chúng ta suy gẫm Kinh Thánh. Trong niềm hi vọng thông vi các thánh, chúng ta hiệp nhất với vô số chúng nhân đã từng suy gẫm Lịch Chúa trước chúng ta. Vậy thì nên sống Lịch Chúa trong sự thông hiệp với các chúng nhân xưa cũng như với các chúng nhân ngày nay của chúng ta. Sự cộng tác của mọi người bao bọc bởi vô số người, chỉ một bởi Thiên Chúa, như Thiên Thần và các thánh.

### **Niềm tin và niềm tin Lịch Chúa.**

Lịch Chúa không phải là một thực thể gì; nhưng là Lịch Chúa với con tim, nghĩa là chiêm ngắm vinh quang của Chúa Cha và ngắm nhìn Chúa Kitô và Chúa THÁNH LINH mới khi trong Kinh Thánh. “Chính khi chúng ta hoán cải trở về với THIÊN CHÚA mà tấm màn che khuôn mặt THIÊN CHÚA sẽ cất đi” (2Cr 4,6).

#### IV. NGU N C I DO THÁI C A VI C C L I CHỨA

Trong truy n th ng do thái, cu n TORAH (ngh a là các sách thánh và l lu t) chỉ m m t ch ng chính y u. Chúa GIÊSU t x ng mình là cu n TORAH b ng x ng b ng th t: “Th y là ng, là S Th t và là S S ng” (Ga 14,6). L lu t có liên h m t thi t v i Giao c. Giao c Núi Sinai là m t giao c phu thê. L lu t là món quà c i Chúa trao ban cho dân Ngài. L lu t là phong t c t p quán c a Chúa, là cách th c c nhìn th y Chúa và tác ng c a Ngài. Tác ng c a Chúa là l i dĩ n t b n th c a Ngài là Tình Yêu. Thánh v nh 118 là b n tình ca c a l lu t, b i vì l lu t t l t m lòng c a Chúa i v i dân Ngài. H c h i và nghi n ng m L Lu t là ph n v cao p nh t c a m i ng i Do Thái. c L i Chúa là i vào m i liên h thân tình v i Chúa: “ c gì sách l lu t luôn trên môi mi ng con: hãy ngày êm suy g m l lu t, h u có th hành ng nh l lu t d y” (Jos 1,8).

Th nh ng suy g m là gì i v i m t ng i Do thái? Th a là suy g m v i mi ng, v i l i, v i môi, v i h i th , ch không ph i ch v i u óc mà thôi. Suy g m t c là l p i l p l i, là th m th c l i L i Chúa. Vì c c L i Chúa, trong ngu n g do thái, bao g m chi u kích xã h i: c L i Chúa n i h i ng hay trong gia ình.

#### \* BAY UT C A VI C SUY G ML I CHỨA N ING I DO THÁI:

- . c thành l i
- . Ghi nh vào ký c
- . Nghi n ng m (suy i ngh l i).

#### 1. c thành l i:

Ngay c khi c riêng m t mình, c ng ph i c L i Chúa to thành tí ng, phát âm rõ ràng, ch ng nh ng ch có m t làm v i c,

những cảm nghĩ và tai cảm làm vì chúng ta. Đây là vì chúng ta Lạy Chúa to lớn, chính mình cảm nghe chúng ta.

## 2. Ghi nhớ vào ký ức.

Ngài Do thái học bưng trí nhớ, thu cảm lòng tập Thánh Vinh. Khi Chúa GIÊSU cảm nguyện với Chúa Cha, Ngài dùng Thánh Vinh. Tầm thu, Thánh Vinh là do ý Chúa Cha muốn và cảm Chúa THÁNH LINH ghi nhớ, nhằm vì chúng ta Nhịp Thờ của Ngôi Lạy. Toàn thể tập Thánh Vinh hướng chúng ta về Chúa KITÔ.

Nhưng Thánh Vinh mà Chúa GIÊSU cảm thu cảm lòng: Tác giả ghi ngài Do thái tập vào môi miệng Ngôi Lạy nhịp, câu nói của Thánh Vinh 40: “Cha không muốn sống, chúng ta không muốn sống, nhưng Cha đã tác thành cho chúng ta thân xác” (Dt 10,5). Một khác của Thánh Vinh 30: “Lạy Cha, Con phó thác linh hồn con trong tay Cha” (Lc 23,46). Thánh Vinh 21: Chúa GIÊSU cảm Thánh Vinh này khi treo trên Thánh Giá. Ngài công bố chính mình hoàn toàn trên Thánh Vinh này. Dưới chân Thánh Giá, Mẹ Chúa GIÊSU và môn đệ ưu ái tập cảm nguyện Thánh Vinh này cho chúng ta cùng. Câu cuối: “Ó là lạy Chúa đã làm” có liên hệ với Thánh Vinh 117. Chúa GIÊSU cảm tập Thánh Vinh 21 làm niềm niềm hy vọng Phụng Sinh của Giáo Hội Ngài. Trên cùng Chúa GIÊSU đi ra ghi hai câu Thánh Vinh.

## 3. Nghĩ niệm (suy nghĩ)

Nghĩ niệm hay nhai lại là một tác động của thân xác: nhai lại một thức ăn đã đưa vào dạ dày rồi. Ví dụ con bò nhai lại thức ăn nó đã đưa vào dạ dày rồi.

Lạy Chúa một khi chúng ta cảm lên và cảm ghi vào ký ức thì sẽ cảm bồng trong trí nhớ. Chúng ta có thể ghi Lạy Chúa tập trí nhớ hướng niệm lại hướng về Lạy Chúa mà chúng ta tập nghĩ niệm. Ghi lại trí nhớ hướng niệm THIÊN CHÚA nghĩ niệm nào: là nhai lại, là nghĩ niệm.

Ba y u t trên ây c a vì c “suy g m” có th di n t b ng ng t :

1. Nói: c to ti ng
2. Ngh : ghi vào ký c
3. Nh l i: nghi n ng m

ó là ba giai o n (ba bi n t ng) c n thi t c a cùng m t sinh ho t.

N i h i ng, L i Chúa c tuyên c trong b u khí l l c vui t i. T p t c h i ng c dùng nh m m c ích làm h ng n m L i Chúa n i Giáo H i. B u khí l l c vui t i; dân chúng thi nhau ch m n ng ghi l lu t; m t s c m nh phát ra t TORAH ch a lành.

Lc 4,21: “Hôm nay, o n Kinh Thánh anh em v a nghe ã c ng nghi m”. Chúa GIÊSU phán:”Chính Th y ây, Th y gi i thích cho anh em nghe o n v n này”. L i c a Ngôi L i mang l i n thánh. “Chúa GIÊSU nói L i THIÊN CHÚA, và cùng lúc ó, Ngài trao ban THÁNH LINH” (A. Feuillet).

c L i Chúa n i h i ng c ti p n i trong i s ng th ng ngày nh vì c nghi n ng m nh ng g ã nghe. Ng i Do thái có kh n ng l ng nghe, giúp n i k t tâm lòng, th xác và trí tu , ó là i u th ng nh t m i kh n ng tinh th n. c L i Chúa góp ph n th ng nh t toàn h u th và kh n ng c a chúng ta.

i v i các an s Qumrân, c L i Chúa là ph ng cách chu n b con ng i vào sa m c (*Is 43*). c chuyên ch m l lu t và yêu m n l lu t. Các an s ph i t nh th c. Tr n m t ph n êm c dành nghi n ng m L Lu t.

M t khi ch m chú c L i Chúa, chúng ta s nghe ti ng B n Chí Thánh gõ c a. C a gi ng nh t m màn, m i lúc m t tr nên trong su t. (*Kn 6,12-15; Kh 3,20; Dc 5,2*).

Trong truy n th ng do thái, có ba i u bu c g n li n v i vi c c L i Chúa:

- C n m n
- Kh ch
- Khiêm t n

**1. C n m n:** c tính này r t quan tr ng. Không th c L i Chúa b t c gi nào và b t c ch nào. S ki n bi t gi úng m t gi gi c nh t nh, cho dù ng n ng i, thì vi c c L i Chúa ch c ch n s em l i nhi u k t qu .

**2. Kh ch :** Th t lòng g t b m t bên t t c các b n tâm khác, dành tr n th i gi cho Chúa. Gi gi c c a c ng o àn c phân chia v i ch ý ó.

**3. Khiêm t n bên trong.** (Mt 11,25): “Con ng i khen Cha vì ã che d u nh ng i u y v i k khôn ngoan và ng i thông thái, nh ng ã m c kh i cho k bé m n”.. c L i Chúa c dành riêng cho nh ng k bé m n. S khiêm t n t o nên kho ng tr ng c n thi t L i Chúa gây ti ng vang trong chúng ta.

Các nhà th c a các an vi n th i th k 12 th ng ch trình bày tr tr i m t bi u t ng duy nh t là qu tím, n i L i Chúa có th gây tác ng, qua hình nh Trái Tim Vô Nhi m c a Trinh N Maria. C ng th , bài hát bình ca (chant grégorien), t c bài hát theo th âm hi u, là bài hát thanh m, trình khi t, khó nghèo và tuân ph c.

## NH NG L I ÍCH C A VI C C L I CHÚA theo truy n th ng Do Thái giáo:

a. Vi c c L i Chúa tr thành th m ngon nh s a i v i tr s sinh. (1P 2,2).

b. L i Chúa thanh luy n h u th con ng i. L i Chúa là l a có s c thanh luy n, gi ng nh b c n i lò úc: “Chúng con ã c trong s ch nh nh ng l i Thày gi ng d y” (Ga 15,3). L i Chúa

t y r a, thanh luy n chúng ta. L i Chúa cho phép tu s a l i hình nh THIÊN CHÚA n i chúng ta. Khuôn m t ích th c c a chúng ta chính là khuôn m t c a Chúa Kitô.

c. Tuân hành L i Chúa t c là gìn gi và th c thi L i Chúa. *Ps 118.*

d. L i Chúa làm t ng tr ng và ho t ng cách kín áo. Chúng ta c m nh n c s phong phú vô cùng và nhi m m u c a L i Chúa. Khi THIÊN CHÚA phán b o thì cùng lúc Ngài c ng t trao ban. L i Chúa c ti p nh n trong c tin s sinh hoa trái.

e. c L i Chúa giúp tránh kh i vi c kéo dài L i Chúa b ng ngôn ng loài ng i.

### **Châm ngôn:**

- Hãy bi n Torah thành công vi c th ng ngày c a con.
- N i nào h c bi t nhi u v Torah, n i ó r t sinh ng.
- K nào t u c nhi u l i c a Torah thì c ng chi m c Cu c s ng v nh c u.

## **V. TRUY N TH NG KITÔ C A VI C CL ICHỨA**

Trong th i Giáo H i tiên kh i, các tín h u tí p t c truy n th ng ã nh n lãnh t tr ng d y Do Thái.

Chính Chúa GIÊSU kh i u vi c c L i Chúa cho các môn c a Ngài: N i trình thu t hai môn trên ng làng Emmaus (*Lc. 24,13*), Chúa gi i thích cho h i u Kinh Thánh, ngh a là Ngài d y cho hai môn , xuyên qua b n v n Kinh Thánh, bi t “ c th y t n bên trong”, bi t khám phá ra ý ngh a sâu xa c a Kinh Thánh nh n bi t khuôn m t c a Ngài. i u mà Chúa GIÊSU làm n i bàn n: “Ngài c m l y bánh, c l i chúc t ng, b ra và trao cho h ”, c ng chính là i u mà Ngài làm tr c ó v i hai v trên ng i. Chúng ta tìm th y n i ây hai khung c nh mà Công ng chung Vatican 2 nói t i: “Th là m t h m ra”, nh tr c



ó trên ng i. M t khi Chúa GIÊSU bi n i, thì Ngài l i cho h Kinh Thánh và Bánh n. Vi c hi u Kinh Thánh giúp hai môn nh n ra khuôn m t c a Chúa KITÔ n i Maisen, các tiên tri và các Thánh V nh. Giáo H i tiên kh i ã s ng trong h i th c a bu i khai mào m u nhi m Ph c Sinh này.

## L I CHÚA C VI T RA LÀ NGHE CH KHÔNG PH I C

i v i thánh Cypriano, thì t ng la tinh “**Lectio Divina**” ám ch cu n Kinh Thánh: “Anh em hãy luôn có sách Kinh Thánh trong tay”. H c bi t c L i Chúa t c là h c bi t Phúc Âm.

Th i x a, ng i c c xem nh là ng i phát ngôn c a tác gi . Nh ng ng i c trong các bu i Ph ng v là nh ng ng i “ c chính L i Chúa”, h là nh ng tr lý c a THIÊN CHÚA.

Khi L i Chúa c tuyên c trong c ng oàn Ph ng v , thì Chúa Kitô hi n đi n th t s n i ó. Ngay c khi chúng ta c L i Chúa riêng m t mình, thì c ng có s hi n đi n th t s c a Chúa Kitô Ph c Sinh n a.

Thánh Cypriano dành m t ch ng quan tr ng cho vi c c L i Chúa. Vào th i các thánh Giáo Ph , vi c c L i Chúa đi n ra trong b u khí vô cùng trang tr ng. L i Chúa trao ban cùng thông truy n THIÊN CHÚA và d y chúng ta bi t nh ng s thu c v Ngài. Danh t “Lectio Divina” c d ch ra “ c L i Chúa”, ph i c hi u trong ý ngh a s ng ng, ngh a là, L i n t THIÊN CHÚA và trao ban THIÊN CHÚA.

L i Chúa tr thành s c m nh khi c vi t ra, nh ng L i Chúa tr nên s ng ng khi c tuyên c, c công b . T ng loài ng i là nh ng ch t th mang L i Chúa. Chúng ta có th so sánh v i Bí Tích Thánh Th : Bánh và R u là nh ng ch t th , nh ng ph n c t y u chính là Minh Máu Thánh Chúa Kitô. L i Chúa c vi t ra là nghe ch không ph i c. N u chúng ta vi t ra L i Chúa, chính là chúng ta có th nghe c L i Chúa,

mà tr c h t, L i Chúa là m t s i p. c L i Chúa riêng m t mình cho chúng ta c m t ng nh là chúng ta c L i Chúa trong m t cu n sách khác. c L i Chúa là m t Bí Tích; không nên l n l n v i v i c c sách thiêng liêng. Khi i di n v i L i Chúa, không nên t mình trong a v c a m t ng i c, nh ng là m t ng i nghe. Khi chúng ta l ng nghe, thì tâm lòng chúng ta c m r ng h n ti p nh n L i Chúa, ti p nh n chính THIÊN CHÚA.

### **K t qu u tiên c a L i Chúa:**

1. **n th ng h i:** “Nghe nh ng l i ó, ai n y u h t s c c m ng” (Cv. 2,37).
2. **Thái s n sàng:** “H h i Phêrô và các tông : Th a các Ông, chúng tôi ph i làm gì?”.
3. **n hoán c i i s ng.**

### **VI. C NG OÀN THAM D PH NG V :**

#### **N I U TIÊN CHO VI C CL I CHÚA**

Vi c suy g m riêng chu n b cho vi c tham d Ph ng v và c kéo dài trong cô t ch. Thánh Antôn, s ng vào n m 320, là m t m u m c cho cu c s ng an tu. Ngài là Thánh Ph c a các an s ông ph ng. Thánh nhân suy g m L i Chúa chu n b tham d Ph ng v . M t ngày, khi i n nhà th , thánh nhân suy g m o n sách Tông Công V k l i chuy n các tông t b t t c b c theo Chúa Kitô. Khi thánh nhân b c vào c ng oàn thánh, úng lúc ang c o n Phúc Âm nói v ng i thanh niên giàu có. Ngài nghe câu Chúa phán: “N u con mu n nên tr n lành, hãy bán t t c và theo Ta”. Thánh Antôn ti p nh n L i này, nh L i Chúa GIÊSU c bi t phán riêng cho Ngài. Sau bu i Ph ng v , thánh nhân li n thi hành t ng ch c a l nh truy n: hãy bán t t c . Sau ó thánh nhân rút lui vào n i thanh v ng c u nguy n, th theo l i khuyên c a thánh Phaolo là ph i c u nguy n không ng ng.

### **Ph ng V , su i ngu n và chóp nh c a i s ng Kitô.**

Ph ng v , không ph i do hình th c nh ng là do m u nhi m c a mình, Ph ng v là su i ngu n và là chóp nh c a i s ng Kitô. i s ng an tu là m t cu c s ng n i tâm và ng hóa v i cu c s ng Kitô, m t cu c s ng phát sinh t ba bí tích khai tâm: R a t i, Thêm S c và Thánh Th .

Vi c c L i Chúa a đ n n su i ngu n và phát sinh t chóp nh; nó c ng a chúng ta n vi c c L i Chúa trong Giáo H i, là su i ngu n t i g i cu c s ng th ng ngày và sinh ra hoa trái c a Chúa THÁNH TH N. Do ó i u quan tr ng là, các b n thánh ca trong các bu i Ph ng v , ph i mang s c thái th t n gi n, có th m i làm n i b t ch ng duy nh t c n thi t: ó là L i Chúa. Các b n thánh ca ph i mang 3 c tính: - khó nghèo (ngh a là không c n m nhi u nh c khí); - thanh khi t Phúc Âm (ngh a là không c n ph i v n ch ng bóng b y), nh ng i th ng vào m c ích; - tuân ph c (ngh a là i sát v i các b n v n Kinh Thánh). T t c nh ng òi bu c ó có m c ích làm cho bu i hát Ph ng v c tr thành bu i c L i Chúa.

### **Ph ng v là n i ch n u tiên cho vi c c L i Chúa.**

Lúc riêng m t mình, chúng ta ch c n l p l i nh ng gì chúng ta làm chung n i c ng oàn. Chúa GIÊSU nói v i hi n thê mình là Giáo H i r ng: “Hãy a m t em ra!”, và Giáo H i ã làm cho c Lang Quân nghe ti ng mình n i Ph ng V .

**Lúc c hành Thánh Th** , chúng ta g p l i c c u chính y u c a bu i c L i Chúa:

Bài c - Lectio ( c)

Thánh V nh áp ca và Bài gi ng - Meditatio (Suy G m)

Kinh nguy n Thánh Th - Oratio (C u Nguy n)

Hi p L - Contemplatio (Chiêm Ng m)

### **N i Ph ng V Gi Kinh c ng th :**

Thánh V nh chu n b tâm lòng c hành L i Chúa:

Bài c – Lectio

áp ca v n – Méditatio

Kinh C u (th ng rút ý t Phúc Âm c a ngày hôm ó) – Oratio

**Kinh Nguy n c a Giáo H i th ng có ngu n g c t vi c c và Suy G m. M t ph ng th n gi n suy g m n i phòng riêng, là làm theo l c c a m t bu i c u nguy n do thái sau ây:**

1. Tán t ng
2. Tung hô
3. C u xin
4. K t thúc

Kinh nguy n Kitô dâng lên Chúa Cha, nh Chúa Con và trong Chúa Thánh Th n.

## VII. M I LIÊN H GI A VI C CL I CHÚA VÀ THÁNH TH

Giáo H i luôn kính tr ng Kinh Thánh, gi ng nh kính tr ng chính Thân Th c a Chúa GIÊSU, c bi t là trong Ph ng V Thánh Th . Giáo H i không ng ng l y L i Chúa t bần thánh, gi ng nh l y Mìn Thánh Chúa Kitô, bánh s s ng, t bần thánh và trao cho các tín h u v y (Dei Verbum).

Ch có m t Bánh S S ng ban cho chúng ta t bần thánh là L i Chúa và Mìn Chúa Kitô. Các Thánh Giáo Ph nhìn th y n i ch ng 6 c a Phúc Âm theo thánh Gioan, bài gi ng v L i Chúa. Bánh L i Chúa là bánh b t t . Khi m Kinh Thánh, chúng ta c th y: “ ây là bánh t tr i”. Origène nói: “Chúng ta u ng Máu Chúa KITÔ, là s s ng, không nh ng trong nghi th c Thánh Th nhi m m u, mà c khi chúng ta nh n lãnh L i c a Chúa n a”.

c L i Chúa là lãnh nh n Bánh S S ng gi ng y nh khi chúng ta r c chính Mìn Thánh Chúa GIÊSU Kitô trong thánh l v y.

## T C L I CHỨA N CHỨA BA NGÔI

Ngôi L i xâm chỉ m chúng ta ô m tr n chúng ta trong vòng tay c a Chúa THÁNH LINH và a chúng ta n cùng THIÊN CHÚA CHA. Chúng ta ph i i tham đ bu i c L i Chúa gi ng nh hi n thê trong sách Di u Ca: “Hãy lôi kéo em, chúng ta cùng ch y mau!”.

Thánh Gérôme vi t: “Tôi ngh r ng, Mình Chúa Kitô c ng là Phúc Âm c a Ngài, Bánh Chúa Kitô và Th t Ngài, chính là L i Chúa và giáo lý thiên qu c. N i tr n gian này chúng ta ch có m t th c a c i duy nh t: ó là chúng ta nuôi s ng b ng Th t c a Ngài và u ng b ng Máu c a Ngài, ch ng nh ng trong Bí Tích Thánh Th , mà còn trong bu i c L i Chúa n a”.

Kinh Thánh n m trong kh i các Bí Tích và vi c Nh p Th . Chúng ta không th n g n Chúa n u chúng ta tr u t ng hóa nhân tính c a Chúa Kitô. Nguyên t c này c ng c áp đ ng cho Kinh Thánh. Chính nh các t ng Kinh Thánh mà chúng ta t n s hi u bi t THIÊN CHÚA. M i kinh nguy n Kitô u âm r trong giao ti p v i L i Chúa. Thomas Merton vi t: “Trong Kinh Thánh, Ngôi L i không nh p th trong thân xác nh ng trong l i con ng i. Chúa hi n di n trong Kinh Thánh gi ng nh trong Thánh Th , c yêu m n, th l y và nh t là, c l ng nghe”.

Nh th , c L i Chúa là i tho i v i Chúa Kitô và r c Chúa vào lòng. Kinh Thánh làm cho chúng ta hi u bi t Chúa Kitô Thánh Th và Thánh Th trao ban cho chúng ta Chúa Kitô Kinh Thánh. Vi c c L i Chúa giúp chúng ta hi u bi t con tim Chúa GIÊSU, và Thánh Th trao ban con tim Chúa GIÊSU cho chúng ta.

## VIII. KINH THÁNH VÀ I S NG THIÊN LIÊNG TRONG TRUY N TH NG

Philoxène de Mabbourg qua đời năm 450 là người sống nghiêm chỉnh và thánh thiện, nhà giảng dạy nổi danh. Ngài là đan sĩ, sau làm giám mục. Philoxène trình bày cho chúng ta quy luật “métanie” trước Phúc Âm: “tất cả quản trị nhân thế giác, và vì sự đóng góp của toàn thân thể. Các ngài làm việc nghiêm mật và trí thức của ngài dùng trong lãnh vực thiêng liêng của THIÊN CHÚA BA NGÔI chỉ mình ngài.”

Về Lectio Divina bao gồm ba phần chính như sau:

- Khi “đọc” (lectio), mắt nhìn bản văn và tai nghe Lời Chúa
- Khi “suy gẫm” (meditatio), trí thông minh của tâm hồn
- Khi “cầu nguyện” (oratio), tình thân bày tỏ cùng THIÊN CHÚA

CHÚA

. Khi “chiêm ngẫm” (contemplatio), THIÊN CHÚA bày tỏ cùng linh hồn.

Vì vậy Lectio Divina thường xuyên toàn diện với con người, bởi vì toàn diện của con người đều góp phần vào việc Lectio Divina.

## IX. THÁNH LỄ TRUNG C

- 1035 - 1101 Thánh Bruno
- 1090 - 1153 Thánh Bênađô
- 1070 - 1121 Thánh Đa Minh
- 1182 - 1126 Thánh Phanxicô thành Assisi
- 1182 - 1246 Thánh Lutgardo
- 1193 - 1252 Thánh Clara thành Assisi
- 1225 - 1274 Thánh Tomassô Aquino
- 1256 - 1302 Thánh Gertrude
- 1347 - 1380 Thánh Catarina thành Sienna.

**Thánh Bênađô.** Thánh Bênađô trú ẩn tại Kinh Thánh: ngài cầu nguyện trong Kinh Thánh, suy gẫm trong Kinh Thánh; ngài sống vì Kinh Thánh và muôn cho người khác cầu nguyện trong Kinh Thánh. Thánh nhân là người của Kinh Thánh cách tuyệt đối.

**Thánh Guillaume de Saint-Thierry.** Thánh Guillaume khuyên nên c Kinh Thánh có quy c theo gi gi c nh t nh. Ngài ngh nh thu c lòng m t o n Kinh Thánh, và chú ý cách riêng n m t s o n Kinh Thánh làm cho linh h n quen thu c v i nh ng o n Kinh Thánh này. Thánh Guillaume không th hàn huyên tài nào khác ngoài tài Kinh Thánh. Gi c ng c a ngài nh c ru b ng Kinh Thánh.

**Thánh Goswin.** i v i thánh Goswin thì L i Chúa là ph ng thu c ch a tr n i bu n. L i Chúa úng th t là m t phép tr li u h u hi u. (Ch a b nh b ng L i Chúa).

**Thánh n Gertrude.** Chính Chúa GIÊSU d y Thánh n Gertrude cách th c c L i Chúa:

1. **c:** “ c trình thu t cu c Kh N n”
2. **Suy Xét:** “Kh o sát v i tr n lòng yêu m n”. i u Chúa d y Thánh n ph i tìm ki m trong L i Ngài, chính là Tình yêu.
3. **Vi t:** “Hãy vi t L i Ta”. i u gì c vi t ra thì c ghi vào trí nh và vào con tim. Khi vi c c L i Chúa tr nên khô khan thì cách n gi n nh t là nên chép l i b n v n.
4. **Gi l i:** “Hãy gi l i L i Ta”. Lc 2,19: “Ph n Maria, B à ghi nh t t c nh ng bi n c ó và suy g m chúng trong lòng”.
5. **L p L i:** “Hãy th ng xuyên l p l i trong con nh ng l i Ta nói”. Gi ng nh ru L i Chúa trong lòng.

Thánh Inhaxio (1491 - 1556)

Thánh n Têrêxa Chúa GIÊSU Avila (1515 - 1582)

Thánh Gioan Thánh Giá (1542 - 1591)

Thánh Phanxicô Salê (1567 - 1622)

c H ng Y de Bérulle (1575 - 1629)

Marie de l'Incarnation (1599 - 1672) (Cát minh)

**Marie de l'Incarnation.** Marie k t n i ng tác ngâ y ng t c a Ngôi L i vào n i tâm Ba Ngôi THIÊN CHÚA: ra kh i chính

mình g p g ng i khác. Kinh nguy n kytô là m t à ti n n ng i khác: ó là cu c s ng c a Ngôi L i trong vòng tay Chúa THÁNH LINH. Ch có m t ng i c u nguy n: ó là Chúa KITÔ trong Chúa THÁNH LINH.

Marie s ng hôn c v i Ngôi L i qua vi c s ng L i Chúa; qua bí tích L i Chúa, bà n v i Ngôi L i. N i Marie, vi c hi u bi t L i Chúa phát xu t t ba ngu n g c - ba n i g p g v i Ngôi L i qua L i Ngài:

- a. Ph ng v thánh
- b. Bài Gi ng
- c. c riêng L i Chúa

L i Chúa tác ng và t ng thêm c tin, c c y và c ái. N i Marie, hi u bi t i ôi v i tình yêu. Hi u bi t Kinh Thánh phát sinh tình yêu. L i Chúa là Bí Tích c a nh ng tác ng th m kín Chúa th c hi n n i Marie.

- L i Chúa gây n ng ng: Chúa hành ng qua L i nói.
- L i Chúa đ n n vi c chiêm ni m c di n t b ng L i.
- L i Chúa thông truy n cho Marie de l'Incarnation c s ng s ph m th n bí: L i mà Marie s bi t gi i thích nh m m c ích a ng i khác n kinh nghi m v THIÊN CHÚA.

“Khi nghe L i Kinh Thánh, đ ng nh tôi có c m t ng: qu tìm tôi tr thành m t cái bình, và L i Chúa nh ch t l ng vào bình. Không ph i là trí t ng t ng b a t ra, nh ng là s c m nh c a Th n Linh Chúa n i L i này, qua dòng thác n thánh, gây nên hi u qu ó trong tâm h n tôi. M t khi linh h n nh n đ i đ ào s sung mãn này, nó li n th l ra v i THIÊN CHÚA trong c u nguy n; và ôi lúc, tôi ph i dùng l i nói di n t ra bên ngoài, b i vì t b n ch t tôi, tôi không th nào ch a n i s phong phú này: ó là i u tôi t ng làm v i Chúa v i tr n nhi t tâm, và v i nh ng ng i trong nhà chúng tôi”.



Marie de l'Incarnation nh n c h ng ân th n bí t Kinh Thánh; bà là ng i ti p n i các Giáo Ph .

+ 1501: Jean Monbaer. Vào th k th 16, ng i ta b t u h th ng hóa:

1. Certa (nh t nh): th i gi và n i ch n nh t nh.
2. Attenta (chú ý): không c nhanh, c ng không c h i h t, nh ng v a c v a chú ý n chi u sâu c a b n v n.
3. Devota (s t s ng): chen l n v i tâm tình dâng lên Chúa, ngh a là linh h n nói chuy n tâm tình v i Chúa: l'oratio (c u nguy n).
4. Sonora (âm gi ng): c thành l i. Chúng ta ti p nh n L i Chúa nh s i p ch không ph i nh b n v n.
5. Modesta (khiêm t n): c ít nh ng nghi n ng m th t k nh ng gì ã c.

## X. VÀI CÂU H I LIÊN QUAN N VI C C L I CHÚA.

- c gì?
- c khi nào?
- c âu?
- c th nào?

**c gì?**

Khuyến nên theo sách bài c Ph ng v và ch p nh n b n v n (Phúc Âm) do Giáo H i ch n cho chúng ta ngày hôm ó..  
Ho c là c sách Kinh Thánh theo th t t u n cu i (ch ng h n vào d p t nh tâm).

Việc tuân theo bản văn của sách bài Phụng vụ giúp chúng ta có liên lạc trong việc cử hành Lễ Chúa và tránh rơi vào khuynh hướng quan, chủ nghĩa nhân văn mà bản văn thích, hoặc nghĩ là mình cần. Tuy nhiên mình giữ lòng Giáo Hội và tránh cho chúng ta nguy cơ của khuynh hướng quan.

Đôi khi mà bản văn Phụng vụ có thể là rất khô khan, tuy nhiên vì đức tin, chúng ta biết rằng Ngôi Lời thông truyền và chiụ tta trên chúng ta một cách kín đáo. Đây là lúc ánh sáng của tâm: chúng ta chỉ có nhiệm vụ chiêm trên bàn thờ.

### **c Lễ Chúa khi nào?**

Điều quan trọng là phải chiêm ngắm. Phải tận hưởng thì gian để tiếp nhận cho việc cử hành Lễ Chúa. Có những khoảnh khắc thì gian để tìm thấy sự thanh bình khác. Chẳng hạn như: ban đêm, sáng sớm, chiụ tta i.. Enzo nói: “Xếp đặt thì khóa bí ẩn làm việc tùy ý con, nhưng điều quan trọng là phải luôn luôn trung thành tuân giữ thì giờ này. Không nên vì cớ nguy hiểm vì Chúa, chẳng khi nào con thấy có một khoảnh khắc như rình rập gì của anh công việc thì ngày của con”. Ngày Chúa Nhật là ngày tùy theo nhà thờ (lý tưởng nhà thờ) cho việc cử hành Lễ Chúa.

Chúng ta phải có nhiệm vụ chiêm ngắm và táo bạo có thể để chúng ta sống riêng biệt của chúng ta tùy theo những giá trị của chúng ta. Vì việc cử hành Lễ Chúa thì các Giáo Phận nói là, phải dành ra khoảnh thì gian ít nhất một giờ.

### **c Lễ Chúa nơi nào?**

Phòng riêng là nơi chốn kết hợp thân mật với Ngôi Lời. Phòng riêng là nơi thánh, là nơi thờ bái và lễ lạy. Nên chú ý trong nét đẹp: Bí ẩn nhìn nhận sự uy nghi của mình và dùng những phụng vụ thì gian có thể giúp chúng ta, như một biểu tượng (icône), một cây Thánh Giá, một ngọn nến thì sáng. Chúng ta phòng riêng là nơi chốn ưu tiên hàng đầu của mình đối với Chúa. Chúng ta phòng riêng còn có thể xem như sự chiêm ngắm Chúa.

nói chuyện với lòng. Lời Chúa là Bánh nuôi sống chúng ta trong sa mạc khô cằn. Trong sa mạc này, chúng ta có thể có hai cách cảm động: một là trốn tránh, hai là chấp nhận sự khó khăn trong sa mạc. Ngoài ra còn có nguy cơ bám víu làm hại cho sự sống của con người riêng chúng ta. Do đó cần phải biết lâu trong sa mạc, một mình trong thinh lặng, với cuốn Kinh Thánh và tâm mình để nhìn nhận Chúa Kitô.

Chúa Kitô là Chúa như thế nào?. Bốn thì thầm của việc cầu Chúa:

1. Cầu
2. Suy Gẫm
3. Cầu Nguyện
4. Chiêm Ngẫm

Thần học trong thinh lặng, không ngừng duy nhất của việc cầu Chúa Kitô làm cho bốn thì thầm của việc cầu Chúa Kitô xen kẽ và ảnh hưởng lẫn nhau cách uyển chuyển. Việc cầu Chúa Kitô chỉ hiện trong Kinh Thánh chứ không phải trong “Cầu Nguyện”. Cha Lacordaire nói: “Hãy quỳ gối và hôn kính sách Kinh Thánh với lòng yêu mến, trước và sau khi cầu Chúa Kitô”.

Hãy kêu cầu Chúa THÁNH LINH, anh chị em sẽ nhận được ánh sáng. Luôn luôn bắt đầu buổi cầu Chúa Kitô với lời kêu khấn Chúa THÁNH LINH, xin Ngài ban ơn cho việc cầu Chúa Kitô thành một hiệp thông với Ngôi Lời, để các hình thức của Lời thánh.

## LECTIO

Chúng ta tìm kiếm trong Kinh Thánh, không phải một lời, mà những điều. Chúng ta cần phải kiên nhẫn với sự con người của chúng ta, khi chúng ta đi vào hiệp thông với THIÊN CHÚA. Việc cầu Chúa Kitô trước tiên là lắng nghe Lời Chúa, nên nhớ rằng, Lời Chúa là nghe chứ không phải chấp nhận. “Cầu nguyện của việc cầu Chúa Kitô của con trở thành lắng nghe và việc lắng nghe trở thành tuân

ph c”. Ph i t c b m i thành ki n l ng nghe, th nào cho b n v n Kinh Thánh có th nói v i chúng ta trong tr n nét ch quan c a nó, ch không ph i nói v i chúng ta i u chúng ta mu n nó nói. L i Chúa luôn s ng ng và th i s , L i nói v i tôi ngày hôm nay ây: “Hôm nay, chúng ta ng óng kín c a lòng”. Hãy i c L i Chúa v i con tim m i m . Hãy cho Chúa c hoàn toàn t do làm theo ý Chúa mu n. Thánh Jérôme nói: “Hãy c ng bu m cho Chúa THÁNH LINH mà không bi t s c p n b n b nào”.

## MEDITATIO

Vi c suy g m L i Chúa ph i h ng n tình yêu: hi u bi t yêu m n. “Suy g m t c là tìm ki m v ngon c a Kinh Thánh, ch không ph i tìm ki m khoa h c”. Tìm ki m Chúa Kitô trong ch vi t c a b n v n c linh ng, khám phá ra Tình Yêu THIÊN CHÚA, h ng n m tình yêu này và k t hi p v i Chúa.. Khám phá con tim Chúa trong L i Chúa: ó là i m l lũng nh t trong m i L i c linh ng, chính là lúc m r ng con tim chúng ta, con tim do Chúa làm, Ngài ch m n và bi n i nó.

L y ví d suy g m trong lúc i d o. Suy g m nh th cho phép chúng ta c t do d ng l i lâu h n n i m t ch , m t câu nào ó. c i r i c l i nh ng o n v n làm cho chúng ta chú ý, làm nh là chúng ta ru ng nó nó th m nh p vào trí nh c a con tim. Thánh Ambrosio vi t: “M i khi tôi c Kinh Thánh, thì Chúa đ o ch i v i tôi trong thiên àng”.

Isaac thành Ninivê d y chúng ta r ng: “Khi suy g m, L i Chúa tr thành m t h ng v ng t ngào trong mi ng, khi n chúng ta có th l p i l p l i ngàn v n l n mà không c m th y nhàm chán”. Chúng ta c d ng l i n i m t o n v n Kinh Thánh và không c thêm o n nào khác. Chúng ta không c n làm gì khác ngoài vi c suy i g m l i o n v n ó, ào sâu nó, b ng cách nói

thì mỗi một lần một câu thôi. Làm như thế tức là cho Lời Chúa nói với riêng tôi, hay nói đúng hơn, là chính Chúa nói với tôi, và Lời Chúa nói với tôi, trả về như người mà hôm qua, cũng một lần này, đã không nói, cũng không trả về tôi.

Nghiên cứu Lời Chúa trong lòng con: tức là kéo dài việc suy gẫm Lời Chúa. Tác dụng suy nghĩ mà lợi có hiệu quả là làm cho hoàn hảo vì cần như Lời Chúa và lưu giữ nội trí như một tâm hồn, trở nên hiện diện của Ngôi Lời. Việc suy nghĩ mà lợi này cũng có thể làm suốt ngày, chỉ không phải chỉ làm trong lúc Lời Chúa mà thôi.

Tất cả chung nhau bắt nguồn từ Kinh Thánh liên với nhau: Nên trở lại dài sự tiếp cận một nguồn sáng khác, có liên hệ với sự tiếp cận bắt nguồn từ ngày hôm đó, bởi vì chính Lời Chúa gợi thích cho Lời Chúa. Chúng ta có thể cần nghiên cứu và tìm kiếm và xem các điểm chú thích. Nhưng luôn giữ tâm trí trong bầu khí cầu nguyện và thanh lý, bởi vì buổi Lời Chúa không phải là buổi lịch sử Lời Chúa.

## ORATIO

Bắt nguồn từ Kinh Thánh biến thành kinh nguyện nên chúng ta, thế nên chúng ta bắt đầu: như một tia lửa làm bắt cháy ánh sáng trong tâm hồn. Thánh Bênadô viết: “Nếu tôi cảm thấy tâm trí tôi mơ màng cho việc hiểu biết Kinh Thánh; hay có những lời khôn ngoan tuôn trào đi dào tấp lòng tôi; hoặc cảm thấy sáng rực rỡ cho tôi như một niềm; hoặc trở nên cao hơn cung lòng tuôn trên tôi đi dào nếm mớm của việc suy gẫm, thì tôi chắc chắn rằng, các Lang Quân tôi đã sẵn sàng”.

Việc suy gẫm khi người nên chúng ta lòng cao. Lời Chúa xuất hiện trong lòng tôi, rồi từ lòng tôi phát đi và trở về với Chúa dưới hình thức cầu nguyện. “Khi con cầu, chính là Chúa nói với con; khi con cầu nguyện, là con nói chuyện với Chúa”. Hai hành động song đôi của việc Nhập Thể (Chúa Kitô nên với chúng

ta, r i tr v cùng THIÊN CHÚA) hoàn t t cách rõ ràng minh b ch n i vi c c L i Chúa. Tr c tiên L i Chúa n v i chúng ta và chúng ta ti p nh n L i Chúa, r i L i Chúa tr thành s s ng và ánh sáng cho chúng ta - ó là vi c c và suy g m L i Chúa - r i ch sau ó, chúng ta m i c L i Chúa h ng d n n v i Chúa Cha - ó là vi c c u nguy n. T ó, trong khi c v và sau khi c L i Chúa, bu i c L i Chúa tr thành bu i tán t ng ng i khen Chúa: linh h n ch p thu n n nh n c t L i Chúa và t l tâm tình ng ng m : ó là l i áp c a linh h n. “Ngôn ng c a Ngôi L i là tuôn n lành, còn l i áp c a linh h n là lòng ng ng m chen l n v i tâm tình t n”.

L i kinh cảm t , c u xin; l i kinh c a ng i nghèo bi t ch c s c l ng nghe, nh m l i. Tin r ng Chúa có th th c hi n n i chúng ta v p mà Ngài ch cho chúng ta th y. Ng i ta có th nói gì v l i nguy n - chiêm ng m - cu i bu i c L i Chúa, n u không ph i là: l i c u nguy n gì ng nh b i gai nóng trong á m l a cháy sáng?

### CONTEMPLATIO

ây là lúc THIÊN CHÚA t tình v i chúng ta: ân hu phát xu t t tình yêu và cho chúng ta c h ng n m h ng v ng t ngà c a Chúa. Linh h n chìm ng p trong Chúa. “Không ai có th nhìn chúng ta, c ng không còn xúc ng c a l i c u nguy n; tr c m t chúng ta ch còn có khuôn m t c a Chúa Kitô và trong ánh sáng c a Chúa, chúng ta chiêm ng ng ánh sáng c a THIÊN CHÚA CHA. Thân xác chúng ta ó, nh ng chúng ta không c m th y s c n ng c a nó; chúng ta không nh n th y, nh ng qu th t chúng ta ã c bi n i nên gì ng hình nh ng chúng ta chiêm ng ng, m i lúc m t sáng l ánh h n (2Cor 3,18). Khuôn m t không che đ u, chúng ta ph n chi u vinh quang c a Chúa KITÔ v à tr nên m t v i Ngài” (Enzo).

c L i Chúa t tôi tr c s hi n di n c a L i nh tr c t m g ng soi. Càng t mình tr c L i Chúa, con ng i càng

phần chi u L i Chúa gì ng nh tr c t m g ng soi. Ph i mình tr c các tia sáng r c r c a L i Chúa s l làm cho tôi s m n ng và tiêu h y t t c nh ng gì x u xa trong tôi.

Không có chiêm ni m n u không có Kinh Thánh. Chính Kinh Thánh cho chúng ta c b o t n i s ng k t h p v i THIÊN CHÚA. Thánh Bênadô nói: “N u anh em tuân gi L i Chúa, ch c ch n anh em s c L i Chúa gìn gi . Và Con THIÊN CHÚA s n v i anh em cùng v i Cha Ngài”.

i u quan tr ng là ph i k t thúc bu i c L i Chúa b ng l i nguy n c m t và ng i khen.

### **SÁNG DANH CHÚA CHA, CHÚA CON VÀ CHÚA THÁNH TH N.**

“Anh em ang v n Kinh Thánh, ngày êm anh em ch m lo suy g m Lu t Chúa. Sách anh em c c ng nhi u b ng s l ng v n t c anh em r o qua và t t ng anh em kín mức n i sách v c ng s sinh nhi u hoa trái nh hoa trái trong v n anh em ch m sóc. Phúc cho ai bi t riêng trái c và m i, l i c a các tiên tri, c a các phúc âm gia, các tông , làm th nào m i ng i trong anh em c ng đ ng l i c a hi n thê nói v i lang quân mình r ng: “H i B n Tình d u ái c a em, em ã gi riêng cho anh m i hoa trái c và m i c a em”. V y thì anh em hãy th m dò Kinh Thánh. Anh em có lý tin r ng Kinh Thánh tích ch a s s ng, b i vì anh em ch tìm ki m n i Kinh Thánh nh ng gì Kinh Thánh làm ch ng v Chúa Kitô. Ôi phúc thay nh ng ai bi t ào sâu ch ng tá v Chúa Kitô và th t lòng tìm ki m ch ng tá y! L y Chúa, nh ng ch ng tá v Chúa th t tuy t di u: do ó h n con c g ng i sâu v ào các ch ng tá này. C n ph i ào sâu các ch ng tá, không ph i ch đi n t ý ngh a m u nhi m, nh ng còn rút ra nh ng bài h c luân lý. Chính vì th , anh em là nh ng ng i ang r o quanh khu v n Kinh Thánh, anh em ng i qua cách v i v ã, cách h h ng, nh ng hãy ào sâu t ng ch rút ra c ý ngh a th t c a nó. Hãy b t ch c con ong, bi t c n m n rút t a t ng nh y hoa ch t

li u làm nên m t. Chúa GIÊSU phán: “Tình th n Ta êm d u h n m t ong và gia s n Ta th m ngon h n áng m t”. M t khi c h ng n m h ng v ng t ngà o c a bánh manna khu t n, anh em s yêu thích l p l i l i c a vua avít: “L i Chúa th t êm ái n i môi con! L i Chúa n i mi ng con th t ng t ngà o h n c áng m t” (Guerric d'Igny).

## LECTIO DIVINA

### VÀI CH D N

### KHI C U NGUY N THEO NHÓM

1. B t u bu i “ c L i Chúa” b ng m t v ài nghi th c di n t lòng tin vào s hi n di n c a Chúa Kitô n i L i Ngài, ch ng h n nh th p m t cày n n; kính c n m sách L i Chúa. Thinh l ng.

2. C u xin Chúa Cha ban Chúa THÁNH TH N cho t t c nh ng ng i s p nghe L i Chúa. Vi c c u xin này làm liên t ng t i l i nguy n c a v linh m c trong thánh l tr c khi truy n phép, ngài “nài xin Chúa dùng n Chúa THÁNH TH N, thánh hóa l v t tr nên Mình và Máu Thánh c GIÊSU KITÔ”.

3. B n giai o n c a vi c c L i Chúa c rút t câu 7 ch ng 7 c a Phúc Âm theo thánh Matthêô: “Hãy tìm s g p; Hãy gõ ng i ta s m cho”.

- Tìm ki m khi c
- G p th y khi suy ni m
- Gõ c a khi c u nguy n
- Vào c khi chiêm ng m..

Giai o n th n m là giai o n chuy n sang hành ng, d n thân s ng L i Chúa, sau khi ã g p c Chúa.



## I. TÌM KIẾM TRONG KHI C: C L I CHỨA

c l i b a l n m t b n v n Kinh Thánh ã ch n: c ch m  
rãi, suy ni m và kính c n, b i vì L i Chúa nói qua mi ng chúng ta.  
Ti p n, nh ng ng i hi n di n, m i ng i l n l t c l i ch m  
rãi m t câu. Sau khi t t c c xong, thì tr l i c kinh c u xin  
Chúa THÁNH TH N, th ng thì dùng m t i p khúc, bu i  
c L i Chúa c di n ra trong b u khí c u nguy n và l ng  
nghe. c L i Chúa là m t bu i c u nguy n đ i tác ng c a L i  
Chúa v i tinh th n ch m chú l ng nghe.

“L y Chúa GIÊSU, Chúa là Con THIÊN CHÚA H ng S ng,  
là Ngôi L i c a ánh sáng, xin hãy đ y con bi t l ng nghe nh ng g i  
Chúa phán b o trong Kinh Thánh và t ó khám phá ra khuôn m t  
c a Chúa”.

## II. G P TH Y KHI SUY G M: SUY G M

Suy g m b ng cách: m i ng i hi n di n c l i m t câu  
ng n c a b n v n, nh ng không thêm l i bàn. Làm nh th s giúp  
nghĩ n ng m, l p i l p l i L i Chúa và ghi kh c L i Chúa vào  
tâm lòng. Ph ng th c suy g m chung này giúp m i ng i bi t  
l ng nghe t i ng vang c a L i Chúa n i con tim c a ng i khác.  
Chính Chúa THÁNH LINH h ng đ n và nh ó, vì c suy g m  
c ng nh vì c làm vang đ i l i L i Chúa trong lòng Giáo H i, tr  
thành bu i hòa t u chúc t ng dâng lên THIÊN CHÚA CHA, ng  
ã trao ban L i Ngài cho chúng ta.

Giai o n th hai này k t thúc b ng vì c c thêm m t vài  
o n v n Kinh Thánh khác, h u giúp nh ng ng i hi n di n hi u  
rõ h n o n Kinh Thánh c ch n suy g m. B i vì chính Kinh  
Thánh t bàn lu n v Kinh Thánh. Làm nh th t c là chúng ta  
cho L i Chúa c ghi kh c vào lòng, b ng nh ng l i Kinh Thánh  
khác, nh là nh ng l i n gi i thích, kh ng nh v à khai tri n

thêm cho L i Chúa ã suy g m, h u giúp chúng ta hi u sâu xa h n n a.

“L y Chúa GIÊSU, là Con THIÊN CHÚA H ng S ng và là L i S ng ng, xin hãy d y con bi t ti p nh n và lãnh h i Phúc Âm c a Chúa cho Phúc Âm bi n i con và làm cho tâm trí con tr nên hoàn toàn phù h p v i Tâm Trí và Thánh Ý Chúa”.

### III. GỖ C A KHI C U NGUY N: C U NGUY N

Chúa Cha nói v i chúng ta qua L i c a Chúa GIÊSU: chúng ta l ng nghe L i Chúa b ng ôi tai c a c on tim. Gi ây chúng ta áp L i Chúa b ng vi c c u nguy n. Nh ng chúng ta v n còn dùng L i Chúa áp l i L i Chúa. C ng h i t ng t nh trong thánh l , chúng ta dùng Thánh V nh là chính L i Chúa áp l i L i Chúa. Chúa Cha trao ban cho chúng ta L i Ngài chúng ta c u nguy n. V y thì cách t t nh t là chúng ta hãy dùng chính nh ng L i c a b n v n suy g m c u nguy n. Nh th L i Chúa tr thành L i c u nguy n. Chúng ta c u nguy n L i Chúa. Chính i m này mà vi c c L i Chúa có ý ngh a. Và c ng chính n i ây mà h t gi ng L i Chúa sinh hoa trái.

“L y Chúa GIÊSU, Con THIÊN CHÚA H ng S ng, xin hãy d y cho lòng con bi t nói chuy n v i Chúa Cha, ng mà Chúa v n không ng ng chuy n vãn trong THÁNH LINH Chúa. Xin hãy xuyên th u tim con b ng Tình Yêu n i k t Chúa v i Chúa Cha và xin hãy tr thành trong con l i c u nguy n liên t c.

### IV. B C VÀO KHI CHIÊM NG M: CHIÊM NG M

L i Chúa kêu m i HI P THÔNG, m t hi p thông gi ng nh khi lãnh nh n Mình Thánh Chúa. Chúng ta gi thnh l ng m t lúc lâu l i trong s hi n dĩ n c a ng ã nói v i chúng ta b ng L i c a Ngài. ây không có ph ng th c nào khác ngoài ph ng th c do Chúa THÁNH LINH h ng d n n i lòng c a m i

ng ời, b ởi vì chính Ngài m ới là V ị Th ượng chân th ật d ạy cho chúng ta bi ết ph ải c ứ u ỷ nguy ện nh ư thế nào.

“L ạy Chúa GIÊSU, Chúa là Con THIÊN CHÚA H ồng S ắc, xin hãy ạo sâu n ổi lòng con m ột niềm khao khát tình yêu, l ớn lao n ếu Thiên Linh Chúa làm cho con ược tham d ự vào Thông Hi ệp Tình Yêu c ủa Ba Ngôi Thiên Chúa, trong Thánh L ời có s ắc siêu thoát m ột l ời nói cùng m ột c ảm tình”.

*Soeur Jean Berchmans Minh Nguy ệt  
chuy ển ngữ*