

## 5. Thực hành:

Em đọc Kinh Thánh một cách chăm chú tức là lắng nghe Chúa nói. Khi em suy nghĩ, em hiểu Chúa muốn nói gì và nói gì với riêng em qua đoạn văn Kinh Thánh em đọc. Hiểu được điều Chúa nói với em rồi thì em thực hành điều Chúa muốn. Yêu mến Chúa thì phải thực hành điều Chúa muốn vì Chúa Giêsu đã nói: “*Nếu anh em yêu mến Thầy, anh em sẽ giữ các điều răn của Thầy*” (Ga 14, 15).

- H. Đọc Kinh Thánh để cầu nguyện, em có cần phải học thuộc lòng các đoạn Kinh Thánh không?
- Đ. Mỗi lần đọc Kinh Thánh để cầu nguyện, em rất nên học thuộc lòng một câu mà em cảm thấy qua câu này Chúa Giêsu muốn em đem ra thực hành.  
Để dễ nhớ, em nên viết câu em cần học thuộc trên một tấm giấy nhỏ rồi cất giữ trong túi. thỉnh thoảng em lấy ra đọc để nhớ và nhất là để cầu nguyện.
- H. Em nên đọc sách nào trong Tân Ước?
- Đ. Trước hết, em nên đọc các sách Tin Mừng, là 4 quyển sách đầu tiên của Tân Ước. Sau này em sẽ lần lượt đọc các sách khác. Hoặc em có thể đọc bài Phúc Âm của thánh lễ mỗi ngày và cầu nguyện theo hướng dẫn trên.

Linh mục Bảo Tịnh  
Đan viện Xitô Thánh Mẫu Tâm Mỹ Ca  
[baotv44@gmail.com](mailto:baotv44@gmail.com)

## Em đọc Kinh Thánh



*Đọc Kinh Thánh là em lắng nghe Chúa nói với em qua những trang Sách Thánh. Do vậy, khi em mở Sách Thánh, Cựu Ước hoặc Tân Ước, đặc biệt là bốn sách Tin Mừng (còn gọi là Phúc Âm) để đọc, em phải có lòng cung kính và yêu mến như em gặp chính Chúa Giêsu, em nhìn thấy Chúa Giêsu là Đang đang nói với em.*

*Hình trên đây diễn tả Chúa Giêsu âu yếm nhìn em khi em đọc Kinh Thánh để cầu nguyện. Vậy mỗi ngày em nên dành nhiều giờ gặp gỡ Chúa Giêsu bằng cách đọc Kinh Thánh hoặc ít ra đọc các sách Tin Mừng. Đó là một cách thế cầu nguyện tốt nhất.*

## **Đọc Kinh Thánh Trong Tâm Tình Cầu Nguyện**

- H. Để cầu nguyện bằng cách đọc Kinh Thánh, em có cần chuẩn bị không?
- Đ. Trước khi đọc và trong khi đọc Kinh Thánh, em cần phải cầu xin Chúa Thánh Thần mở lòng mở trí cho em hiểu điều em đọc, vì chính Chúa Thánh Thần là Đấng linh hứng cho các tác giả viết lại Lời Chúa trong Kinh Thánh. *(Chim bồ câu trong hình trên đây là tượng trưng cho Chúa Thánh Thần).*
- H. Sau khi cầu xin Chúa Thánh Thần em làm gì?
- Đ. Đức Giáo Hoàng Bênêđictô thứ 16 khuyên em đọc

Kinh Thánh trong tâm tình cầu nguyện qua 5 giai đoạn như sau:

### **1. Đọc:**

Em chăm chú và đọc chậm rãi nhiều lần một đoạn Kinh Thánh. Em đọc ít là 3 lần. Và em chăm chú lắng nghe Chúa Giêsu nói với em qua đoạn Kinh Thánh em đang đọc. Vì đọc Kinh Thánh để cầu nguyện là lắng nghe Chúa nói rồi nói với Chúa.

### **2. Suy nghĩ:**

Em suy nghĩ đoạn Kinh Thánh em đang đọc có ý nghĩa gì. Qua những câu Kinh Thánh em đọc, Chúa Giêsu nói gì với em.

### **3. Cầu nguyện:**

Khi em đọc Kinh Thánh là em lắng nghe Chúa Giêsu nói với em và khi em cầu nguyện là em nói với Chúa Giêsu.

Do vậy em phải cung kính và yêu mến lắng nghe Chúa nói và em nói với Chúa những điều em muốn đáp lại lời Chúa.

### **4. Kết hiệp:**

Lắng nghe Chúa nói và nói với Chúa dẫn em vào gặp gỡ Chúa Giêsu, yêu mến Chúa Giêsu, kết thân với Chúa Giêsu.

Cả ba thánh Mátthêu, Máccô và Luca đều viết:  
**“Cứ để trẻ em đến với Thầy”**

*(Mt 19,13-15; Mc 10,13-16; Lc 18,15-17).*

Chúa Giêsu rất thích gặp gỡ nói chuyện với trẻ em. Đến với Chúa Giêsu, gặp gỡ Chúa Giêsu là khi em tham dự thánh lễ, hoặc đọc Kinh Thánh.

Em kết hiệp mật thiết với Chúa Giêsu qua việc em cầu nguyện, qua việc em siêng năng sốt sắng tham dự thánh lễ và chuyên chăm đọc Kinh Thánh.

Kết hiệp với Chúa Giêsu như thế, em sẽ trở nên bạn nghĩa thiết của Chúa Giêsu. Chúa Giêsu mong muốn em siêng năng tham dự thánh lễ và đọc Kinh Thánh để cầu nguyện. *(Vì em còn nhỏ nên em chỉ cần đọc bốn sách Tin Mừng, sau này lớn lên em sẽ đọc các sách khác trong Kinh Thánh).*

## 5. Practicing:

Loving God is listening to His Word and putting it into practice. You read the Bible attentively, meaning that you listen to what the Lord is speaking to you. When you reflect, you understand what the Lord wants to say (in general and) to you through the Bible passage you read. Then having understood what the Lord said to you, you now put it into practice. If you love the Lord, you need to do what the Lord wants, because Jesus said: **“If you love me, you will keep my commands.”** (Jn 14:15).

Q: When I read the Bible to pray, do I need to learn Bible passages by heart?

A: Each time you read the Bible to pray, you only need to memorize a sentence (or verse) which you feel the Lord wants you to put it into practice.

To memorize it easily, you should write it on a small piece of paper and keep it in your pocket. Now and then you take it out and read it in order to memorize it and especially pray over it.

Q: Which books in the New Testament should I read?

A: You can read the books in the New Testament according to the order as already arranged there. Each time, read a short passage, then pray over it according to the instruction above. You should also make time to read all the books of the New Testament several times.

Monastery My Ca, 10/01/2011

Fr. Bao Tinh O.Cist – [baotv44@gmail.com](mailto:baotv44@gmail.com)

## READING THE BIBLE IN PRAYER



*Reading the Bible means listening to what God speaks to you through the Scripture pages. So when you open and read the Bible, the Old Testament or the New Testament, especially the four Gospels (also called Good News), you need to venerate and love it as if you are meeting Jesus himself; you are seeing Jesus, who is speaking to you.*

*The picture above describes that Jesus is lovingly looking at you while you are reading the Bible. Therefore, each day you should spend time meeting Jesus by reading the Bible or at least the New Testament. That is a way to pray.*

## READING THE BIBLE IN PRAYER

Q: To pray by reading the Bible, do I need to be prepared?

A: Before and during your reading the Bible, you need to ask the Holy Spirit to open your mind and your heart to understand what you read because the Holy Spirit is the One who inspired the writers to write God's Word in the Bible (*The dove in the picture symbolizes the Holy Spirit*).

Q: After praying to the Holy Spirit, what do I do?

A: Pope Benedict XVI advises you to read the Bible in a prayerful way through 5 stages as follows:

### 1. Reading:

You concentrate yourself and slowly read a Bible passage several times. Read it at least 3 times. And listen to the Lord Jesus, who speaks to you through the passage you are reading, because reading the Bible to pray is listening to the Lord who is talking to you.

### 2. Reflecting:

You reflect on the Bible passage you are reading. What does it mean? Through the Bible verses you are reading, what does the Lord Jesus say to you?

### 3. Praying:

When you read the Bible, you listen to the Lord Jesus speaking to you; and when you pray, you talk to Him. Therefore, you have to be respectful and listen to the Lord with love, and you tell Him what you want to do to respond to His word.

### 4. Uniting:

Listening to the Lord and talking to Him lead you to be united with Him, love Him, and befriend Him.

Saints Matthew, Mark, and Luke wrote: **“Let the children come to me.”** (*Mt 19, 13-15; Mk 10, 13-16; Lk 18, 15-17*)

The Lord Jesus loves to meet and talk with the children. When you attend Mass or read the Bible, you come to Jesus.

You become united with the Lord Jesus by praying, attending Mass and reading the Bible regularly.

United with the Lord Jesus like that, you will become His close friend. Jesus desires to see you attend Mass and read the Bible to pray regularly. (*Since you are still young, you only need to read the New Testament. When you grow up, you will read the Old Testament. You can ask adults, priests, sisters or catechists to know what book of the New Testament you should read...*).