

Chuẩn Bị Cho Bài 12

TẠI GIA ĐÌNH

Chọn Những Việc Làm Tại Nhà

CẦU NGUYỆN BẰNG LỜI CHÚA

Các em sẽ học biết Chúa Giê-su cầu nguyện bằng tâm hồn, trí khôn và môi miệng. Các em sẽ biết rằng suy niệm dẫn các em đến gần Chúa hơn và các em có thể cầu nguyện bằng óc tưởng tượng. Khi đặt mình vào truyện Phúc Âm, các em có thể tưởng tượng các em sẽ thấy gì, nghe gì, nói gì và cảm gì.



Tâm Hồn Thư Thái

Thư dẫn là bước đầu tiên để cầu nguyện bằng Thánh Kinh. Thực tập thư dẫn với con cái. Bắt đầu bằng cách ngồi cách thoải mái tại một nơi yên tĩnh. Nhắm mắt lại. Rồi thở đều hòa và để ý tới hơi thở. Nếu nghĩ tới cái gì khác, hãy trở lại lưu ý đến hơi thở.

Nếu Chúa Có Mặt Ở Đó

Đọc truyện mà các em thích. Các em thấy như thế nào nếu là người trong truyện. Các em có thể nhìn hình trong truyện và cho biết truyện gì xảy ra.

Xin Thinh Lặng!

Cùng với các em, hãy lắng nghe những tiếng động trong nhà. Lưu ý xem khi nào hoàn toàn yên tĩnh. Nói cho biết bạn cảm thấy gì khi mọi vật đều thinh lặng. Thinh lặng và lắng nghe là những bước đầu tiên để cầu nguyện bằng Lời Chúa.





Những Việc Có Thể Làm...

Ngày Chúa Nhật

Chăm chú lắng nghe truyện Phúc Âm trong thánh lễ. Tưởng tượng nếu truyện xảy ra bây giờ thì sao.

Trong Tuần

Cầu nguyện bằng Lời Chúa bằng cách suy niệm một truyện Phúc Âm ta thích. Tưởng tượng xem bạn thấy, nghe, nói, nghĩ và cảm thấy gì.

Thăm gia trang của chúng ta



www.blestarewe.com

Những Điều Nên Biết...

Gia Sản Của Chúng Ta Trong Cầu Nguyện

Thánh I-nha-xi-ô Loy-o-la, sinh năm 1491 tại Tây-ban-nha, là đấng sáng lập Dòng Tên. Trong khi học hỏi về đời sống thiêng liêng, I-nha-xi-ô ghi lại những kinh nghiệm của ngài về cầu nguyện, đau khổ và sám hối. Những tác phẩm của Ngài được nhiều người biết đến và gọi là Linh Thao. Những thao luyện này bao gồm phương pháp suy niệm của Thánh I-nha-xi-ô. Phương pháp của ngài bao gồm việc cầu xin Chúa một ơn đặc biệt, suy niệm về cảnh Phúc Âm bằng cách dùng óc tưởng tượng và giác quan, đặt mình trong truyện, và áp dụng sứ điệp Phúc Âm vào đời sống. Ngài tin rằng mỗi người đều có thể học cách cầu nguyện này. Linh Thao là một trong những đóng góp lớn lao nhất của Thánh I-nha-xi-ô cho nền tu đức Tây phương.

Những Tư Tưởng Nên Suy Nghĩ...

Dùng truyện Phúc Âm để cầu nguyện

Thầy bảo thật anh em: Ai không đón nhận Nước Thiên Chúa như một trẻ em, thì sẽ chẳng được vào.
Mc 10:15



Trong truyện Phúc Âm, các môn đệ Chúa Giê-su ngăn cản phụ huynh đưa con cái đến với Chúa. Chúa trách các môn đệ và khuyến khích trẻ em đến với Người. Người ôm chúng vào lòng và chúc lành cho chúng.

Tưởng tượng quý vị là một trong những phụ huynh trong truyện Phúc Âm. Ông/bà muốn Chúa Giê-su nói gì với con cái? Ông/bà muốn con cái nói gì với Chúa? Ông/bà cảm thấy như thế nào khi thấy Chúa Giê-su chúc lành cho con cái?

Suy niệm dẫn ta đến gần Chúa Giê-su hơn. Năm bước của suy niệm (thư dẫn, nhìn và lắng nghe, tưởng tượng và suy nghĩ) sẽ giúp quý vị và con cái cầu nguyện bằng Lời Chúa.