

Kristie Phan
Sep 25 at 10:19 AM

Lectio Divina

Đây là một phương pháp đọc Kinh Thánh nâng đỡ lòng tin thông qua phó thác cách chân thành. Phương pháp này đã có từ xa xưa, khoảng năm 300 trước công nguyên. Người Do Thái đã dùng phương pháp này cứu nguy dân tộc thời đó và cho đến nay vẫn tồn tại.

Phương pháp này giúp Kitô hữu đi vào kho tàng phong phú của Lời Chúa,

nhớ Đức, hiểu và yêu mến Lời Chúa hơn,

và tìm kiếm cho đời mình một hướng đi hợp với tín lý Chúa Kitô.

Trong di văn ngày 16.09.2005 trước Hội Nghị Quốc Tế họp tại Rom về Kinh Thánh Trong Đời Sống Giáo Hội" Đức Thánh Cha Benedicto XVI đã nói:

„Tôi muốn Đức biết nhắc lại và giới thiệu truy cập thông qua lectio divina xưa xưa: việc sống nâng đỡ Kinh Thánh, có cứu nguy kèm theo, thực hiện cuộc trò chuyện thân tình với Thiên Chúa, Đấng mà chúng ta nghe nói khi Đức, và chúng ta đáp lại khi cứu nguy với một tâm hồn cởi mở và tín nhiệm.

Cách thức hành này, nếu phát triển hiểu hiểu, sẽ đem lại cho Giáo Hội một mùa Xuân thiêng liêng mới – tôi xác tín nhé vậy –

Vì ý vị của mình về Kinh Thánh phải được biết như một nhà đọc lectio divina và khuyến khích, như dùng những phương pháp mà đã được nghiên cứu kỹ càng và hoàn toàn thích hợp cho thời đại chúng ta. Chúng ta không bao giờ được quên rằng;

Lạy Chúa là ngọn đèn soi cho ta bước, là ánh sáng chỉ đường cho ta đi (Tv, 118, 105)

Chúng ta "được Kinh Thánh có cùng sự nguy hiểm kèm theo" là để gặp gỡ Đức Kitô, mà Đức Kitô đã chết, đã sống lại và đang sống với chúng ta.

Ngài sẽ biến đổi cuộc đời chúng ta trở nên mỗi ngày gặp gỡ Ngài hằng, qua tác động của Chúa Thánh Thần.

Lạy Chúa là Đấng không thể thiếu của người Kitô hữu, thì Lectio Divina phải được so sánh như „bữa tiệc của Lạy Chúa" mà mỗi thức khách phải tận hưởng thức.

Đến tận hưởng thức chúng ta phải tuân theo trình tự của việc ăn uống

nhập tâm vào (Lectio: đọc Lời Chúa), sau đó nhai (meditatio: suy gẫm)

thì mới có thể thưởng thức được bữa tiệc của món ăn (oratio: cầu nguyện)

và cuối cùng món ăn được tiêu hóa và là một phần của cảm thức (contemplatio: chiêm niệm).

Như thế Lectio Divina không phải là phương pháp học hỏi Thánh Kinh, những mục tiêu của chúng ta là để gặp gỡ Chúa là Lời Hằng Sống cho mọi Kitô hữu.

1. Đọc Lời Chúa: Bạn hãy thắp lên một ngọn nến trên trục của cây nến Chúa, làm Đuốc Thánh Giá, nhằm một lời cầu nguyện đi vào sự sống trong tâm hồn, thắp lên ngọn thân xác.

Đang một lời cầu nguyện „xin Thiên Khí Sống Thắp đèn, Ngọn nến sống anh em tôi sống thắp toàn vẹn toàn" (Ga 16,13)

Bây giờ bạn hãy đọc Lời Chúa thật chậm, đọc chăm chú với tâm hồn khiêm nhường và tinh thần cầu nguyện,

đọc lời mở đầu của chương và câu nào, chương nào đánh dấu thì hãy ngừng lại đó, bạn nhớ đi nhớ lại Lời và đánh dấu bạn đọc Lời Chúa thấm vào lòng.

2. Suy gẫm: Lời Chúa đã thấm vào tâm hồn bạn. Bạn hãy đặt mình vào Lời Chúa, bạn đặt mình vào nhân vật đánh dấu bạn và hình dung sự việc, hoàn cảnh của thời gian, không gian đó, bạn phân tách các nhân vật từng hành động, từng thái độ, cảm xúc, từng câu nói, để hiểu sâu sắc nhân vật và cảnh bài Tin Mừng.

Bạn sống với Chúa Giêsu đang nói gì với bạn, dạy bạn đi đâu trong Lời Ngài

và bạn đã cảm nhận ra ý nghĩa câu tâm đức của bạn giúp bạn tìm một quy tắc đức hạnh hay một lời khuyên cho cuộc sống bạn.

Ngài sống làm cho bạn thành con người tốt do và sống đẹp lòng hồn

3. Cầu nguyện: Đấng Ánh Sáng mà Lời Thiên Chúa đã chiếu soi cho bạn, bây giờ bạn hãy thưa chuyện với Chúa, bày tỏ lòng của bạn, những nỗi buồn, niềm vui bạn hãy ghi bày hết với Chúa, những gì đang xảy ra trong đời sống cá nhân hay cảnh thế.

Ngài biết tất cả nên bạn có thể nói mái thân thể của bạn. Bạn xin Ngài chữa lành những vết thương trong lòng bạn và ban ơn bình an cho bạn. Bạn xin Thiên Khí Chúa nâng đỡ bạn để bạn được sống đời đời và quy phục Đấng hay hơn Ngài.

Chiêm niệm: Chiêm niệm cho ta có thể hiểu thông điệp từ Thiên Chúa.

Bây giờ bạn nhận mình là gì, tĩnh lặng tâm hồn để nhìn thấy những điều của Chúa.

Bạn đang ở trong vòng tay Ngài để Ngài yêu thương bạn.

Ngài đang sống trong bạn và làn gió thiêng liêng của Ngài đang làm dịu mát tâm hồn mà bạn có thể nhìn thấy lâu dài.

4. Hành Động: Thiên Khí Chúa đang đến để soi sáng cho bạn. Bạn hãy xin Ngài ban thêm sức mạnh, để bạn thực hành ý Chúa. Ngài muốn con làm gì? Xin hãy chờ đợi Ngài trong đời sống, con sẽ làm vinh danh Ngài.

Cùng nhau, bạn hãy cầm bút lên ghi những cảm nghiệm của bạn vào cuốn nhật ký hôm nay với Thiên Chúa.

Những ghi nhận và khám phá thiêng liêng này sẽ giúp bạn sống đời đời với Đức Kitô, mỗi khi bạn đọc lại.

Elisabeth Nguyễn
