

# Em Niệm Phật

(I Recite Buddha's Name)

---

## Em Học (I Learn):

1. Em tập chắp tay trước mặt, nhìn về hình tượng Đức Phật, và niệm:  
(*I practice putting my hands together in front of me and looking straight at the Buddha statue or picture, and recite*): **Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật**
2. Khi niệm Phật, em cảm thấy gần Phật và nhận được tình thương của Phật.  
(*When I recite Buddha's name, I feel closer to him and feel his love.*)
3. Em niệm Phật (I recite Buddha's name):
  - a. **Trước khi ăn** để cảm ơn Phật, Ba Mẹ, và những người đã cho em món ăn thật ngon, để giúp em lớn lên, khỏe mạnh.  
(*Before I eat to thank Buddha, my parents, and everyone who gave me this delicious food, to help me grow strong and be healthy.*)
  - b. **Trước khi ngủ** để xin Phật che chở và giúp em, Ba Mẹ, gia đình, bạn bè, và mọi người được an vui và ngủ ngon.  
(*Before I sleep to ask Buddha to protect and help me, my parents, family, friends, and everyone to be happy and sleep pleasantly.*)
  - c. **Trước khi đi học** để xin Phật che chở và giúp em học hành giỏi, để làm cho Ba Mẹ em vui.  
(*Before I go to school to ask Buddha to watch over me and help me do well in school, so my parents will be proud.*)
  - d. **Khi nào em cảm thấy buồn** để gần gũi Phật hơn và giúp em vui vẻ trở lại.  
(*Whenever I feel sad so I can be closer to Buddha, helping me to be happy again.*)



# Teacher's Guide: Em Niệm Phật

---

## Giảng Viên:

- 1) Cho các em xem một tấm hình của Đức Phật (ví dụ: xem trang 3). Yêu cầu các em nói lên những điểm đặc biệt của Ngài mà các em thích. Ví dụ: Phật mặc áo vàng rất đẹp, Ngài mỉm cười (không buồn giận), he sits calmly, ...
- 2) Cho các em tô chữ “Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật”, và khuyến các em mang hình Phật về nhà treo trong phòng để giúp các em tập niệm Phật.
- 3) Cho các em tập ngồi giống Đức Phật, như trên tấm hình (Có thể dùng tiếng chuông để giúp các em giữ yên lặng.)
- 4) Tập ngồi niệm Phật và tập đứng niệm Phật - *Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật*
- 5) Phát cho các em bài tập Homework (trang 4) để mang về nhà làm.



Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

# Bài Tập 1: Em Niệm Phật

---

Xin Phụ Huynh ký tên mỗi khi thấy con/em niệm “**Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật**”:

Mỗi ngày làm 1 lần	Niệm Phật trước khi đi học ( <i>Recite Buddha's name before going to school</i> )	Niệm Phật trước khi đi ngủ ( <i>Recite Buddha's name before going to sleep</i> )
Thứ Hai (Monday)		
Thứ Ba (Tuesday)		
Thứ Tư (Wednesday)		
Thứ Năm (Thursday)		
Thứ Sáu (Friday)		
Thứ Bảy (Saturday)		

Em niệm **Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật**:

- Trước khi ăn** để cảm ơn Phật, Ba Mẹ, và những người đã cho em món ăn thật ngon, để giúp em lớn lên, khỏe mạnh.  
(**Before I eat** to thank Buddha, my parents, and everyone who gave me this delicious food, to help me grow strong and be healthy.)
- Trước khi ngủ** để xin Phật che chở và giúp em, Ba Mẹ, gia đình, bạn bè, và mọi người được an vui và ngủ ngon.  
(**Before I sleep** to ask Buddha to protect and help me, my parents, family, friends, and everyone to be happy and sleep pleasantly.)
- Trước khi đi học** để xin Phật che chở và giúp em học hành giỏi, để làm cho Ba Mẹ em vui.  
(**Before I go to school** to ask Buddha to watch over me and help me do well in school, so my parents will be happy.)
- Khi nào em cảm thấy buồn** để gần gũi Phật hơn và giúp em vui vẻ trở lại.  
(**Whenever I feel sad** so I can be closer to Buddha, helping me to be happy again.)

## Bài Tập 2: Em Niệm Phật

---

Tô màu (color):



Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật

# Bài Tập 3: Em Niệm Phật

---

Puzzle: Cắt ra và ráp lại cho đúng thứ tự của câu niệm Phật:

Thích	Nam	Mâu	Bổn	Mô	Sư	Ca	Phật	Ni
-------	-----	-----	-----	----	----	----	------	----

Em niệm Phật (I recite Buddha's Name): **Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật**


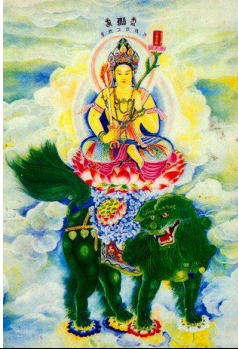


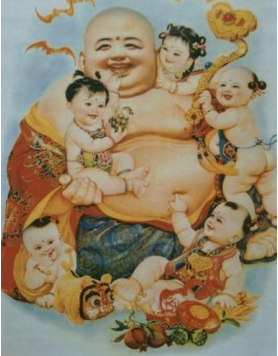

?	?	?	?	?	?	?	?	?
---	---	---	---	---	---	---	---	---



# Bài Tập 4: Em Niệm Phật

Cho các em tập niệm danh hiệu của những Đức Phật và Bồ Tát sau đây (cho các em đọc theo 3-4 lần) -- không cần phải thuộc lòng. Ở đây, chỉ muốn giới thiệu và giúp các em thực tập tụng theo (hoặc nghe theo) phần Niệm Danh Hiệu trong Kinh Sám Hối của GĐPT hằng tuần.

Nếu ở chùa có những tượng hoặc hình của các vị này, dẫn các em tới gần để xem. Help the students recognize the special features of each Buddha, for ex: Quán Âm holds a vase, Văn Thù Sư Lợi sits on a lion, ....

<p><b>Nam Mô Đại Bi Quán Thế Âm Bồ Tát</b></p> 	<p><b>Nam Mô Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát</b></p> 
<p><b>Nam Mô A Di Đà Phật</b></p> 	<p><b>Nam Mô Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ Tát</b></p> 
<p><b>Nam Mô Đương Lai Hạ Sanh Di Lặc Tôn Phật</b></p> 	<p><b>Nam Mô Thích Ca Mâu Ni Phật</b></p> 



**Lúc nào niệm Phật? Examples of when to recite the Buddha's names:**

1. Em tập niệm danh hiệu: “**Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật**” ba lần, trước khi ăn. (*I recite the Buddha's name 3 times, before every meal.*)
2. Em tập niệm danh hiệu: “**Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật**” ba lần, trước khi em đi ngủ. (*I recite the Buddha's name 3 times, every night before I go to bed.*)
3. Em tập niệm danh hiệu: “**Nam Mô A Di Đà Phật**” ba lần mỗi khi thấy ai không được an vui (*I recite the Buddha's name 3 times, every time I see someone not feeling peaceful or happy.*)
4. Em tập niệm danh hiệu: “**Nam Mô Quan Thế Âm Bồ Tát**” ba lần, mỗi khi em sợ hãi để giúp em bình tĩnh (*I recite the Buddha's name 3 times, every time I am afraid to help me calm down.*)
5. Em tập niệm danh hiệu: “**Nam Mô Quan Thế Âm Bồ Tát**” ba lần, mỗi khi em thấy ai đang khổ, đau đớn (*I recite the Buddha's name 3 times, every time I see someone suffering or in pain.*)
6. Em tập niệm danh hiệu: “**Nam Mô Đương Lai Hạ Sanh Di Lặc Tôn Phật**” mỗi khi em đang giận ai, để giúp em vui vẻ, tha thứ. (*I recite the Buddha's name 3 times, every time I'm angry, to help me be happy and forgiving.*)