



**CỬ HÀNH LẦN ĐẦU
BÍ TÍCH THÔNG HỐI
VÀ RƯỚC LỄ**

Các bạn Giáo lý viên thân mến,

1. “**Cử hành lần đầu BT Thống Hối và Rửa Lễ**” được góp nhặt và soạn lại qua những thời điểm khác nhau, nhằm thích ứng nhu cầu giúp GLV và HV chuẩn bị tốt hơn cho thời gian rất quan trọng này. Xin chân thành cảm ơn những tác giả mà chúng tôi trích dẫn.
2. Tài liệu này không thể thay thế chương trình giáo lý chung, nhưng dành cho các em sử dụng sau khi đã hoàn tất chương trình Giáo Lý Xung tội.
3. GLV nên chuẩn bị trực tiếp 2 tháng trước khi các em lãnh nhận Bí tích Thống Hối.
4. Về số trong ngoặc cuối mỗi câu hỏi trong bài giáo lý:
 - Số trong ngoặc (...): trích từ Sách Bản Hỏi Thưa GLHTCG - HĐGMVN - UBGLĐT -2014 ;
 - ngoặc [...]: trích từ Sách ĐBTT của GPXL.

*Sr Têrêsa Nguyễn Thị Phương
Hội Dòng Đa Minh Tam Hiệp*

MUC LUC

Bài 1 : ÔN TỔNG QUÁT	Tr 05
Bài 2 : TỘI LỖI	06
Bài 3 : BÍ TÍCH THÔNG HỐI	08
Bài 4 : XÉT MÌNH	10
Bài 5 : ĂN NĂN ĐÓC LÒNG CHỮA.....	17
Bài 6 : XUNG TỘI	19
Bài 7 : ĐÈN TỘI	20
Bài 8 : BÍ TÍCH THÁNH THỂ	22
Bài 9 : RƯỚC LỄ	23

Bài 1 : ÔN TỔNG QUÁT

01. H. Con người được Thiên Chúa dựng nên thế nào? (61)

T. Con người được Thiên Chúa dựng nên giống hình ảnh Ngài, nghĩa là có khả năng nhận biết và yêu mến cách tự do Đấng tạo dựng nên mình.

02. H. Được Thiên Chúa ban cho sự sống và phẩm giá cao quý như vậy, chúng ta phải làm gì? (68)

T. Chúng ta phải biết cảm ơn và yêu mến Thiên Chúa, đồng thời cố gắng làm cho cuộc sống thêm tươi đẹp và đầy yêu thương.

03. H. Loài người có sống mãi trong tình nghĩa với Thiên Chúa không? (70)

T. Tổ tông loài người đã nghe ma quỷ cám dỗ, lạm dụng tự do và không tin tưởng và tuân phục Thiên Chúa, nên đã phạm tội mất lòng Chúa; đó là tội tổ tông.

04. H. Sau khi tỏ tông phạm tội, Thiên Chúa có bỏ loài người không? (73)

T. Sau khi tỏ tông phạm tội, Thiên Chúa không bỏ mà còn hứa ban Đấng Cứu Thế để cứu độ loài người.

05. H. Cuộc sống trần thế của Chúa Giêsu đã diễn ra thế nào? (90)

T. Chúa Giêsu đã sinh ra tại Bê-lem, sống ẩn dật tại Na-da-rét nước Do Thái. Khoảng 30 tuổi, Ngài đi rao giảng Tin Mừng Nước Thiên Chúa. Sau cùng Ngài chịu chết trên thập giá thời Phong-xi-ô Phi-la-tô, rồi sống lại và lên trời.

06. H. Chúa Giêsu đã làm gì để chu toàn ý định cứu độ của Chúa Cha? (108)

T. Chúa Giêsu đã tự nguyện hiến mình để chu toàn ư định cứu độ của Chúa Cha.

07. H. Hy tế của Chúa Giêsu trên Thập giá đem lại cho chúng ta điều gì? (111)

T. Hy tế của Chúa Giêsu trên Thập giá xóa bỏ tội trần gian (x. Ga 1, 29) và giao hòa toàn thể nhân loại với Chúa Cha.

Bài 2 : TỘI LỖI

08. H. Tội là gì? (418)

T. Tội là lời nói, việc làm hoặc ước muốn trái với luật Chúa dạy, là xúc phạm đến Chúa, làm hại chính mình và người khác.

09. H. Tội trọng là gì? (420)

T. Tội trọng là cố tình phạm luật Thiên Chúa, trong những điều quan trọng mà chúng ta đã kịp suy biết.

10. H. Tội trọng làm hại chúng ta thế nào? (421)

T. Tội trọng làm mất tình nghĩa giữa chúng ta với Thiên Chúa và nếu không hoán cải, chúng ta phải xa cách Ngài đời đời.

11. H. Khi lỡ phạm tội trọng thì phải làm gì? [68 bản ĐBTT]

T. Phải thực lòng thông hối và lo liệu đi xưng tội ngay, đồng thời dùng mọi phương thế để không tái phạm nữa.

12. H. Tội nhẹ là gì? (422)

T. Tội nhẹ là phạm một điều luật nhẹ hoặc một điều quan trọng, nhưng chưa kịp suy biết hay chưa hoàn toàn ưng theo.

13. H. Tội nhẹ làm hại chúng ta thế nào? (423)

T. Tội nhẹ không làm mất tình nghĩa giữa chúng ta với Thiên Chúa, nhưng làm cho chúng ta giảm bớt lòng yêu mến Chúa, dễ hướng chiều về điều xấu và dễ phạm tội trọng hơn.

Bài 3: BÍ TÍCH THỐNG HÔI

14. H. Bí tích Thống Hôi là gì? (294)

T. Là bí tích Chúa Giêsu lập, để tha các tội riêng chúng ta đã phạm từ khi lãnh bí tích Rửa Tội về sau, cùng giao hòa chúng ta với Thiên Chúa và Hội Thánh.

15. H. Bí tích Thống Hôi có những hiệu quả nào? (308)

T. Bí tích Thống Hôi có những hiệu quả này:

- Một là tha tội để giao hòa chúng ta với Thiên Chúa và Hội Thánh,
- Hai là tha hình phạt muôn đời do các tội trọng đã gây ra và tha một phần các hình phạt tạm,
- Ba là ban sự bình an và gia tăng sức mạnh cho cuộc chiến đấu thiêng liêng của người Kitô hữu.

16. H. Bí tích Thống hối có cần thiết không? [121]

T. Cần thiết, vì Bí tích này tha thứ tội lỗi là sự dữ nặng nề nhất xúc phạm đến Thiên Chúa, làm tổn thương phẩm giá con người và phá vỡ sự an bình thiêng liêng của Hội Thánh.

17. H. Những ai cần lãnh nhận Bí tích Thống hối? [122]

T. Những người người đã phạm tội trọng thì cần lãnh Bí tích Thống hối; còn ai chỉ mắc tội nhẹ mà lãnh Bí tích này thì được nhiều ơn ích thiêng liêng.

18. H. Để lãnh nhận Bí tích Thống Hối chúng ta phải làm gì? (297)
- T. Để lãnh nhận Bí tích Thống Hối chúng ta phải làm bốn việc này:
- Một là xét mình;
 - Hai là ăn năn và dốc lòng chữa;
 - Ba là xưng tội;
 - Bốn là đền tội.

Bài 3 : XÉT MÌNH

19. H. Muốn xét mình, em nên làm mấy bước ?

T. Em nên làm bốn bước:

- 1/ Đặt mình trước mặt Chúa và cầu nguyện.
- 2/ Thành khẩn XÉT MÌNH nghĩa là nhớ lại những tội đã phạm từ khi có trí khôn đến nay hoặc ít nhất trong năm nay.
- 3/ Đọc lại bản xét mình đã viết để xác định tội nặng trong những tội đã xét thấy.
- 4/ Viết bản Xưng tội.

20. H. Em thực hiện bước “Đặt mình trước mặt Chúa và cầu nguyện” thế nào ?

T. Em tìm nơi thanh vắng (*tốt nhất là Nhà thờ*), em ý thức mình đang ở trước Chúa, em làm dấu Thánh giá và thưa với Chúa:

“Lạy Chúa, con tin Chúa đang ở đây với con, Chúa thấu suốt đời con, con thờ lạy Chúa, con yêu mến Chúa. Xin Chúa dạy con biết dọn mình thật tốt để lãnh nhận Bí tích Thống hối”.

21. H. Có mấy cách giúp Xét mình ?

T. Có nhiều cách giúp xét mình, nhưng có 3 cách thông dụng là :

- Xét mình theo 10 Điều răn.
- Xét mình theo các bốn phận.
- Xét mình theo luật bác ái.

22. H. Em chọn cách nào ?

T. Em chọn cách **xét mình theo mười điều răn**, cụ thể như sau:

Lỗi điều răn thứ nhất:

- Con bỏ cầu nguyện sáng tối lần.
- Lười đọc Lời Chúa lần.
- Trốn, lười, nghịch phá... học giáo lý lần.
- Giấu tội trọng khi xưng tội lần.
- Trốn lễ, nói chuyện trong lễ ngày thường... lần.
- Rước lễ đang khi có tội trọng lần.
- Mới ăn xong mà rước lễ..... lần.
- Chối mình là người Công giáo lần.

Lỗi điều răn thứ hai:

- Nói phạm đến Chúa lần.
- Kêu tên Chúa để chơi giỡn lần.
- Nói phạm đến Đức Mẹ và các thánh..... lần.
- Thề dối, thề vặt lần.

Lỗi điều răn thứ ba:

- Bỏ lễ Chúa Nhật *đi chơi với bạn v.v.* lần.
- Dự lễ Chúa Nhật không trọn vì vào *muộn hay nói chuyện, nô giỡn v.v* lần
- Làm việc xác Chúa nhật, lễ buộc..... lần.

Lỗi điều răn thứ bốn:

Không kính trọng và vâng lời ông bà, cha mẹ,
người trên..... lần.

Chửi lại ông bà, cha mẹ lần.

Giận ghét cha mẹ lần.

Nói dối, lừa gạt cha mẹ lần.

Ăn cắp của cha mẹ..... lần

(ghi rõ mấy lần? tổng số tiền? đã xin lỗi ?)

Cãi nhau với anh chị em lần.

Đánh đập anh chị em lần.

Giận ghét anh chị em lần.

Lỗi điều răn thứ năm:

Đánh nhau, cãi nhau lần.

Giận hờn, thù ghét người khác lần.

Xúi người khác đánh nhau lần.

Âm mưu trả thù người khác..... lần

Phung phí sức khỏe cách quá đáng..... lần.

Lỗi điều răn thứ sáu và thứ chín:

Gán ghép đôi lừa..... lần.

Tưởng nghĩ, ước ao điều tục tĩu..... lần.

Nói tục tữ	lần.
Làm điều tục tữ	lần.
Xem phim, hình ảnh, sách báo xấu.....	lần.

Lỗi điều răn thứ bảy và thứ mười :

Lười biếng, bỏ việc bổn phận	lần.
Ăn cắp của người ta	lần.
Sử dụng của cắp.....	lần.
Xúi giục người khác ăn cắp	lần.
Gian lận, lừa gạt người khác.....	lần.
Phá hoại của người ta	lần.
Phá phách của chung	lần.
Ước muốn lấy cắp của người ta.....	lần.
<i>(ghi rõ cái gì, giá bao nhiêu, đền trả chưa?)</i>	

Lỗi điều răn thứ tám :

Nói dối, lừa gạt người khác	lần.
Kiêu ngạo, khoe khoang	lần.
Nói vu vạ cho người khác	lần.
Làm chứng gian	lần.
Nói xấu người khác	lần.
Xúi người khác làm điều xấu.....	lần.

23. H. Em thực hiện bước thứ hai của việc xét mình thế nào ?

T. Em đặt **bản giúp xét mình** trước mặt, tay cầm viết, ghi vào đầu trang giấy trắng:

BẢN XÉT MÌNH

- **Lỗi điều răn thứ nhất:** Em đọc các gợi ý trong bản xét mình. Thí dụ : Ru bạn trốn lễ ngày thường - Mấy lần ? Dụ lễ Chúa Nhật không trọn vì nói chuyện - Mấy lần?
- Em thành thật, kiểm điểm từng tội theo gợi ý của bản xét mình cho tới hết - và nghiêm túc nhớ lại xem đã phạm tội nào? bao nhiêu lần? Tội nào em phạm thì viết ra giấy, *tội nào không phạm thì bỏ qua, chứ không viết hết như trong bản giúp xét mình.*

24. H. Bước thứ ba của việc Xét mình là gì ?

T. Em đọc lại cách cẩn thận để nhận ra tội nặng trong những tội đã xét thấy. **Nếu có, em ghi dấu +** vào đầu hàng tội đó và xác định chính xác lại số lần đã phạm tội nặng.

25. H. Em làm gì ở bước thứ bốn ?

T. Sau khi đã nhận định nghiêm túc về những lỗi phạm ghi trong bản xét mình, em **viết “bản xưng tội”** trên trang giấy khác như sau:

BẢN XUNG TỘI

Thưa Cha, con xưng tội lần đầu:

(Xuống hàng, em ghi tội theo thứ tự của bản xét mình:)

Những tội nặng em đã xác định và số lần của mỗi tội nặng đó;

Nếu là **tội nhẹ**, em chỉ ghi 02 hoặc 3 tội nhẹ phạm nhiều nhất hoặc tác hại nhất.

(Xuống hàng, em ghi:)

Con đã xưng hết.

Bài 4 : ĂN NĂN DỐC LÒNG CHỪA

26. H. Ăn năn tội và dốc lòng chừa là gì? (299)

T. Ăn năn tội và dốc lòng chừa là thật lòng chê ghét các tội đã phạm và quyết tâm từ nay không phạm tội nữa.

27. H. Những động lực nào giúp ăn năn tội và dốc lòng chừa tội ?

T. Em nhớ đến những hậu quả to lớn, tác hại của tội :

- Tội xúc phạm đến Chúa là Cha nhân từ.
- Tội là nguyên cớ khiến Chúa Giêsu phải chết đau thương trên thánh giá.
- Tội làm dơ bản linh hồn.
- Tội nặng dẫn đến hoả ngục.

28. H. Có mấy cách ăn năn, dốc lòng chừa ?

T. Có 2 cách :

- Ăn năn tội vì sợ hình phạt của Chúa.
- Ăn năn tội vì lòng yêu mến Chúa.

29. H. Thế nào là Dốc lòng chữa tội ?

T. Với lòng buồn bã, phàn nàn và chê ghét tội, em quyết tâm “**thà chết chứ không phạm tội**” (tránh xa dịp tội, nỗ lực làm điều tốt, sống ngoan, sống thánh).

30. H. Kết thúc việc “ăn năn dốc lòng chữa”, em nên đọc kinh nào ?

T. Với tâm tình sám hối, em đọc kinh “**Ăn năn tội**”, hoặc thầm thĩ cầu nguyện :

Lạy Chúa, xin tha thứ những tội con đã xét biết và những tội quên sót. Con đã xúc phạm đến tình thương của Chúa, con thật lòng hối tiếc về những lỗi lầm yếu đuối của con, xin Chúa giúp con thành tâm ăn năn thống hối, và biết cộng tác với ơn Chúa, để cải thiện đời sống con ngày nên tốt hơn.

☞ *Em chờ đến phiên mình vào toà xưng tội.*

Bài 5 : XUNG TỘI

31. H. Khi chờ Xung tội, em nên có tâm tình nào ?
- T. Trong khi chờ đến lượt vào Xung tội, em nên có những tâm tình này :
- Thành tâm thống hối vì những tội đã phạm.
 - Tin tưởng vào lòng nhân từ xót thương Chúa tha thứ.
 - Xin Đức Maria, thánh bổn mạng, các thánh giúp ăn năn tội và cầu bầu cùng Chúa tha mọi tội đã trót phạm.
32. H. Khi vào Xung tội, em làm gì ?
- T. Với lòng sám hối, em thành tâm đọc **BẢN XUNG TỘI**.
33. H. Em nên có tâm tình và lời thưa thể nào khi lãnh nhận ơn tha tội ?
- T. Em nên có tâm tình và lời thưa như sau :
- Thành tâm sám hối về tất cả những tội đã phạm, nhất là các tội nặng đã xét thấy và đã xưng.

- Chăm chú lắng nghe cha giải tội khuyên nhủ và **chỉ định việc đền tội**.
- Khi cha đọc lời tha tội, em thành tâm sám hối, lắng nghe, đón nhận ơn tha tội. Khi cha đọc lời: *”Vậy Cha tha tội cho con: nhân danh Cha - và Con và Thánh Thần”* – thì em làm dấu Thánh giá và thưa: **“Amen”** - **“Con cảm ơn cha”**.
- Em nghe tiếng cha gõ thì đứng dậy đi ra quỳ vào ghế và làm việc đền tội - như cha giải tội đã dạy.

Bài 6 : ĐỀN TỘI

34. H. Em phải có tâm tình nào và làm gì sau khi Xung tội ?
- T. Em có những tâm tình và việc làm sau đây
- Vui mừng cảm tạ Chúa đã yêu thương tha thứ tất cả mọi tội cho em.
 - Nhớ lại những lời cha khuyên bảo (*lúc cử hành nghi thức sám hối hoặc trong toà giải tội*).

- Nhắc lại điều quyết tâm (*thà chết chẳng thà phạm tội*).
- Sốt sắng làm việc đền tội như cha giải tội đã chỉ định. (*Nếu là đọc kinh, chỉ được đọc nhiều hơn chứ không được ít hơn. Không được bỏ qua bất cứ việc đền tội nào Cha giải tội đã chỉ định*).
- Xin ơn bền đỗ. Có thể bằng lời cầu nguyện sau:

Lạy Chúa, con hết lòng cảm ơn Chúa, vì hôm nay Chúa đã tạo điều kiện để con được hưởng ơn tha thứ của Chúa. Chúa đã tha các tội lỗi con đã phạm trong những ngày qua. Xin Chúa gìn giữ con luôn sống trung thành yêu mến Chúa, đừng để con phạm tội làm mất lòng Chúa. Amen.

Sau đó, em thỉnh lặng giây lát rồi ra về.

35. H. Được ơn tha tội, em phải sống Bí tích Thống hối thế nào ?

T. Em cố gắng sống đạo tốt hơn, cụ thể :

- Vui tươi sống đời làm con Chúa.

- Luôn nỗ lực sống thánh, tránh dịp tội.
- Quảng đại tha thứ lỗi lầm của người khác.
- Giúp mọi người, nhất là bạn bè, trở về đón nhận tình thương tha thứ của Thiên Chúa.

Bài 7 : BÍ TÍCH THÁNH THỂ

36. H. Bí tích Thánh Thể là gì? (267)

T. Là Bí tích Chúa Giêsu đã lập để tiếp tục lễ hy sinh trên thánh giá và để ban Mình Máu người dưới hình bánh rọu làm của nuôi linh hồn ta.

37. H. Chúa Giêsu đã lập Bí tích Thánh Thể khi nào? (268)

T. Chúa Giêsu đã lập Bí tích Thánh Thể trong bữa tiệc sau hết, trước khi người đi chịu chết.

38. H. Chúa Giêsu hiện diện trong Bí tích Thánh Thể thế nào? (285)

T. Chúa Giêsu hiện diện dưới hình bánh rọu cách thực sự và toàn vẹn cùng với linh hồn và thần tính của Người.

39. H. Ta phải thờ kính Chúa Giêsu trong Bí tích Thánh Thể thế nào?

T. Ta phải siêng năng kính viếng thờ lạy Thánh Thể, giữ nghiêm trang đứng đắn trong nhà thờ, nhất là tham dự thánh lễ và rước lễ.

Bài 8 : RƯỚC LỄ

40. H. Phải có điều kiện nào để được rước lễ? (289)

T. Phải có những điều kiện này:

- Một là hoàn toàn thuộc về Hội Thánh Công giáo;
- Hai là ý thức mình không có tội trọng;
- Ba là phải giữ chay theo quy định của Hội Thánh;
- Bốn là có thái độ tôn kính Đức Kitô.

41. H. Việc rước lễ đem lại cho chúng ta những ơn ích nào? (290)

T. Việc rước lễ làm cho chúng ta được kết hợp mật thiết với Đức Kitô và Hội Thánh, được tẩy xóa các tội nhẹ, gia tăng ân sủng và lòng yêu mến tha nhân.

42. H.Ta nên siêng năng rước lễ thế nào? [143 bản cũ]

T. Ngoài bốn phận rước lễ mỗi năm ít là một lần, ta nên rước lễ hằng ngày. Có thể rước lễ lần thứ hai trong cùng một ngày khi tham dự Thánh lễ.

CÁCH RƯỚC LỄ

Có 2 cách:

➤ **Rước lễ bằng miệng:**

- Em há miệng, đưa lưỡi ra và cha chủ sự đặt Mình Thánh Chúa vào miệng.

➤ **Rước lễ bằng tay:**

- Đưa tay trái ra và mở bàn tay.
- Bàn tay phải để dưới bàn tay trái.
- Sau khi cha đặt Mình Thánh Chúa vào bàn tay trái, tay phải cầm lấy Mình Thánh đưa vào miệng.

➤ **Khi cha chủ sự đưa MTC và nói: “Mình Thánh Chúa Kitô”. Thì thưa lại: “Amen”.**

Xin Chúa Giêsu chúc lành cho em.