

# CHÀU THÁNH THỂ

*Giới trẻ Lãng Vần tỉnh tâm Mùa Chay 2020*

## I. KHAI MẠC: Đặt mình Thánh Châu

### Hát: Đây lòng Chúa

1. Đây lòng Chúa ái tuất không bên bờ, thương loài nhân thế đang vướng tội nhơ. Dem trót máu thịt nuôi dưỡng xác hồn. Ngày đêm ban xuống cho muôn ngàn ơn.

ĐK: Con xin kính tin sấp Mình thờ lạy Chúa, và dâng tiến lên niềm yêu mến trung thành. Từ nay con quyết sống tình yêu Chúa, ở nơi thế gian và trên chốn Thiên Đình.

2. Trong hình bánh Chúa náu thân khó hèn con dù không thấy luôn vững niềm tin. Đây chính máu thịt Con Đức Chúa Trời. Là Vua trên hết các vua trần ai.

### Kinh châu Mình Thánh

Con lạy Đức Chúa Giêsu hằng ngự trên bàn thờ đêm ngày liên mãi vì lòng thương loài người ta, và lấy lòng nhân từ thương xót mời gọi chờ đợi cùng chịu lấy mọi kẻ đến cùng Chúa. Con tin thật vững vàng Chúa ngự trong phép Mình Thánh, dù mà con rất hèn hạ con cũng cả dám sấp mình xuống thờ lạy đội ơn Chúa vì mọi ơn Chúa đã xuống cho con, nhất là vì Chúa đã lập phép Mình Thánh phó mình cho con cùng đã ban Mẹ Chúa, là Rất Thánh Đức Bà Maria, làm quan thầy bầu cử cho con và đã mở lòng con đến châu Mình Thánh Chúa trong nhà thờ này bây giờ.

Hôm nay con thờ lạy Trái Tim Chúa đáng mến vô cùng, hay thương vô cùng, trước là cho được tạ ơn Chúa đã lập phép cực trọng Mình Thánh Chúa, sau là cho được đền vì tội lỗi những kẻ vô đạo, kẻ rồi đạo và kẻ có đạo đã phạm đến phép Mình Thánh Chúa từ xưa đến nay. Sau nữa dù mà con châu Mình Thánh Chúa ở đây, nhưng mà lòng con ước ao cho được châu Chúa nơi các nhà thờ có Mình Thánh Chúa, nhất là những nơi người ta bỏ chẳng châu Mình Thánh Chúa.

Lạy ơn Đức Chúa Giêsu, con kính mến Chúa hết lòng hết sức, con lo buồn ăn năn trách mình con vì bấy lâu nay nhiều lần con đã mất lòng Chúa là Đấng nhân lành vô cùng dường ấy. Từ nay về sau, trông ơn Chúa giúp sức, con quyết chí sửa mình chẳng còn dám mất lòng Chúa nữa. Dù mà con rất hèn mạt, con cũng xin dâng trót mình con cho Chúa. Trí khôn ý muốn, mọi sự lòng con yêu chuộng ước ao cùng các sự khác thuộc về con, thì con dâng cho Chúa hết thay thay chẳng dám tiếc sự gì cùng Chúa nữa. Từ này mà đi Chúa muốn định cho con thế nào, con vâng bằng lòng thế ấy. Con chẳng xin, chẳng muốn gì, chỉ xin, chỉ muốn cho con được kính mến, được giữ nghĩa cùng Chúa cho đến hết hơi cùng vâng theo thánh ý Chúa cho trọn mà thôi.

Con xin Chúa thương đến các linh hồn nơi luyện ngục, nhất là những linh hồn kẻ khi còn sống có lòng kính mến Mình Thánh Chúa và trông cậy Rất Thánh Đức Bà

cách riêng. Con lại xin Chúa thương đến các kẻ có tội cho nó được ăn năn sửa mình lại nữa.

Sau hết dù con có yêu mến ước ao sự gì, vật gì, thì con cũng hằng xin hợp một ý cùng Trái Tim rất nhân lành Chúa mà dâng sự ấy vật ấy làm một cùng Trái Tim Chúa cho Đức Chúa Cha, xin Người nhận lấy cùng nghe lời con cầu xin vì công nghiệp Chúa. Amen.

## TÂM TÌNH ĐẦU

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, chúng con quy tụ nơi đây trong tinh thần hiệp nhất yêu thương, để cùng dâng lên Chúa lòng mến yêu tôn thờ, với niềm xác tín Chúa đang hiện diện trước mặt chúng con. Chúng con cảm tạ Chúa vì tình thương bao la Chúa đã dành cho chúng con qua Bí tích Nhiệm Mầu này.

Lạy Chúa, sống giữa thế giới hôm nay chúng con phải đối đầu với nhiều thử thách niềm tin. Xin Chúa gìn giữ chúng con trong danh thánh Chúa, và bảo vệ chúng con bằng tình yêu và lòng thương xót của Chúa. Xin xua đuổi mọi ác thần xa khỏi chúng con. Xin cho chúng con biết rằng mọi gian nan, thử thách trong cuộc sống đều là cơ hội cho chúng con yêu mến Chúa. Xin cho chúng con biết tìm sức mạnh nơi Thánh Thể Chúa, để chúng con biết chống trả những cơn cám dỗ trong cuộc sống chúng con.

Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, bước vào mùa Chay Thánh, mùa chiến đấu thiêng liêng, mùa hoán cải và trở về với lòng Chúa xót thương. Xin giúp chúng con biết nương tựa vào Chúa, biết ăn năn, sám hối và tin vào Tin Mừng. Xin thương ban cho chúng con biết nhận ra thánh ý Chúa, hầu đón nhận ơn cứu độ Chúa hứa ban. Amen

## II. TÂM TÌNH SÁM HỐI

**Người dẫn:** *Chúng ta hãy cùng mượn lời thánh thi sau đây để dâng lên Thiên Chúa tâm tình thống hối ăn năn.*

(Nam) Lạy Đấng Hóa Công xin đoái nhận

Nỗi lòng con cái khấn nguyện đây

Lời kinh thâm lệ cùng dâng Chúa

Suốt cả mùa Chay thánh thiện này

(Nữ) Cõi lòng người thể Chúa lạ chi,

Biết sức phạm nhân chẳng là gì,

Xin hãy bao dung người sám hối,

Chúa nở lòng nào đuổi xua đi!

(Nam) Tội lỗi ngập đầu khôn xiết kê,

Cung xưng hầu được Chúa thứ tha.

Ngàn muôn thương tích xin cứu chữa  
Để hiển danh Ngài khắp gần xa.

(Nữ) Chỉ bảo đoàn con biết hãm mình,  
Tinh thần vững mạnh bởi hy sinh,  
Hồn thiêng tắm gội nguồn ân tứ  
Rửa hết bùn nhơ sạch tội tình.

(Nam) Tay chấp gối quỳ lòng tha thiết  
Nài xin Chúa cả khẩn nghe lời,  
Đoàn con nhờ phúc mùa chay tịnh  
No thỏa ân tình mãi an vui.  
*(Thinh lặng)*

### **III. SUY NIỆM LỜI CHÚA** *(Mời cộng đoàn đứng)*

#### **Hát: Lắng nghe Lời Chúa**

1. Xin cho con biết lắng nghe Lời Ngài dạy con trong đêm tối. Xin cho con biết lắng nghe Lời Ngài dạy con lúc lẻ loi. Xin cho con cất tiếng lên trả lời và vâng theo ý Chúa. Xin cho con biết thân thưa: 'Lạy Ngài, Ngài muốn con làm chi ?'

ĐK: Lời Ngài là sức sống của con. Lời Ngài là ánh sáng đời con. Lời Ngài là chứa chan hy vọng, là đường để con hằng dõi bước. Lời Ngài đượm chất ngọt niềm vui, trọn vẹn ngàn tiếng hát đầy vui. Lời Ngài đổi mới cho cuộc đời. Lời Ngài hạnh phúc cho trần ai.

#### **Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Luca**

Đức Giêsu được đầy Thánh Thần, từ sông Gio-đan trở về. Suốt bốn mươi ngày, Người được Thánh Thần dẫn đi trong hoang địa và chịu quỷ cám dỗ. Trong những ngày ấy, Người không ăn gì cả, và khi hết thời gian đó, thì Người thấy đói. Bấy giờ, quỷ nói với Người: "*Nếu ông là Con Thiên Chúa thì truyền cho hòn đá này hoá bánh đi!*" Nhưng Đức Giêsu đáp lại: "*Đã có lời chép rằng: Người ta sống không chỉ nhờ cơm bánh.*"

Sau đó, quỷ đem Đức Giêsu lên cao, và trong giây lát, chỉ cho Người thấy tất cả các nước thiên hạ. Rồi nó nói với Người: "*Tôi sẽ cho ông toàn quyền cai trị cùng với vinh hoa lợi lộc của các nước này, vì quyền hành ấy đã được trao cho tôi, và tôi muốn cho ai tùy ý. Vậy nếu ông bái lạy tôi, thì tất cả sẽ thuộc về ông.*" Đức Giêsu đáp lại: "*Đã có lời chép rằng: Người phải bái lạy Đức Chúa là Thiên Chúa của người, và phải thờ phượng một mình Người mà thôi.*"

Quỷ lại đem Đức Giêsu đến Giêrusalem và đặt Người trên nóc Đền Thờ, rồi nói với Người: "*Nếu ông là Con Thiên Chúa, thì đứng đây mà gieo mình xuống đi! Vì*

*đã có lời chép rằng: Thiên Chúa sẽ truyền cho thiên sứ gìn giữ bạn. Lại còn chép rằng: Thiên sứ sẽ tay đỡ tay nâng, cho bạn khỏi vấp chân vào đá." Bấy giờ Đức Giêsu đáp lại: "Đã có lời rằng: Người chớ thử thách Đức Chúa là Thiên Chúa của người." Sau khi đã xoay hết cách để cám dỗ Người, quỷ bỏ đi, chờ đợi thời cơ.*

**Đó là Lời Chúa.**

**(Mời cộng đoàn ngồi)**

### **Suy niệm Lời Chúa:**

Trong đời sống đức tin, các Kitô hữu ít nhiều trải qua những cám dỗ. Cám dỗ là những xung đột nội tâm xảy đến khi ta chịu chi phối và thúc đẩy bởi những tác động khác nhau đến từ ngoài lẫn trong tâm hồn. Cám dỗ có thể xảy đến cho bất kỳ ai vào bất cứ thời điểm nào. Ngay cả đối với Đức Giêsu, trong thân phận con người, Ngài cũng không phải là ngoại lệ.

Tin Mừng hôm nay tường thuật biến cố Đức Giêsu được Thánh Thần dẫn đi trong hoang địa trong khoảng thời gian 40 ngày và Ngài chịu cám dỗ. Thánh sử Luca kể cho chúng ta ba lần ma quỷ cám dỗ Đức Giêsu về ba điều khác nhau: của cải, danh vọng và quyền lực. Ba lần chịu cám dỗ và cũng ba lần Đức Giêsu dùng Lời Chúa để vượt thắng chúng.

Bước vào Mùa Chay cũng là lúc mỗi người chúng ta ý thức cách đặc biệt thời điểm cùng đi với Chúa Giêsu vào hoang địa để ăn chay, cầu nguyện và lắng nghe theo sự hướng dẫn của Chúa Thánh Thần. Các cám dỗ đã xảy đến với Đức Giêsu, chắc chắn cũng sẽ xảy đến với chúng ta.

Trong con người, cách tự nhiên, chúng ta thường khao khát nhiều thứ, trong đó điển hình vẫn là của cải, danh vọng và quyền lực. Những thứ này tự chúng không xấu nhưng khi ta muốn có chúng bằng mọi giá, ta dần trở thành kẻ lệ thuộc và tự đánh mất bản thân mình.

Mùa Chay cũng là thời gian chúng ta nhìn lại bản thân để nhận ra những cám dỗ thường xuyên xảy ra trong nhịp sống của mỗi người. Không thể vượt thắng cám dỗ nếu chúng ta chưa nhận ra đang bị cám dỗ về điều gì. Để nhận ra cám dỗ, chúng ta cũng cần đi vào chay tịnh và cầu nguyện như Đức Giêsu. Bị cám dỗ chưa hẳn đã là điều xấu, nhưng chiều theo cám dỗ khiến ta mất tự do, ân sủng và làm nhạt nhòa tương quan với Thiên Chúa. Cầu nguyện là lúc ta đối diện với Lời Chúa, mở lòng để Lời Chúa chiếm trọn tâm hồn và con tim. Khi đó, chúng ta được chính Lời Hằng Sống nuôi dưỡng và thánh hoá.

Cám dỗ về của cải, danh vọng và quyền lực ngày càng trở nên đa dạng và tinh vi. Cám dỗ không bao giờ đến như một cơn sóng thần, mạnh mẽ và dồn dập; nhưng chúng âm ỉ và lôi kéo ta nhẹ nhàng đến độ nhiều khi ta không nhận ra chúng. Có lẽ nhiều lần chúng ta cũng tự cho phép mình chiều theo những ngọt ngào của cám dỗ, tự miễn trừ cho mình những đòi buộc từ bỏ trong những hoàn cảnh này khác.

Ước gì Mùa Chay trở thành thời điểm ta gắn kết với Chúa nhiều hơn qua cầu nguyện và xét mình, để cùng với Chúa Giêsu, mỗi người chúng ta được thánh hoá khỏi những yếu đuối và vấp ngã cố hữu. Xin Chúa Thánh Thần hướng dẫn chúng ta trên bước đường theo Chúa. Để cũng như Đức Giêsu, người tín hữu lớn lên trong đức tin và lòng mến để chúng ta có thể tin tưởng và tôn kính chỉ một mình Thiên Chúa mà thôi.

### **Cầu nguyện**

*Lạy Chúa Giêsu Thánh Thể, Chúa đã kinh nghiệm thân phận con người, yếu đuối và mong manh, khi đứng trước nhiều cám dỗ ngọt ngào. Chúa đã vượt thắng cám dỗ, nhờ tin tưởng và phó thác vào ân sủng. Xin cho chúng con hiểu rằng, để thắng được chính mình, chúng con cần cậy dựa vào Chúa.*

*Cuộc sống hôm nay vẫn chứa nhiều hấp dẫn, của lối sống thiên về vật chất, của những trào lưu phóng khoáng dễ dãi, của những ham muốn danh vọng chóng qua. Tất cả đều mở ra những viễn tượng đẹp đẽ, để rồi giam giữ con người trong cái tôi ích kỷ, của sung túc và danh vọng trần thế. Xin cho chúng con có đủ can đảm, để có thể từ chối những mời gọi hấp dẫn, để dám tách mình khỏi những quyến luyến lệch lạc. Xin giúp con đủ nghị lực, bước đi trên con đường hẹp của khó nghèo và khiêm hạ, của hy sinh và phục vụ. Amen.*

### **Hát: Con đường nào Chúa đã đi qua**

1. Lạy Chúa con đường nào Chúa đã đi qua, Con đường nào Ngài ra pháp trường. Mãi gai nào hằn sâu trên trán. Lạy Chúa, Thánh Giá nào Ngài vác trên vai. Đau thương nào phủ kín tâm tư. Đường tình đó Ngài dành cho con.

**Đk:** Lạy Chúa xin cho con bước đi với Ngài. Xin cho con cùng vác với Ngài. Thập giá trên đường đời con đi. Lạy Chúa xin cho con đóng đinh với Ngài. Xin cho con được chết với Ngài. Để được sống với Ngài vinh quang.

2. Lạy Chúa mũi dùi nào đâm thấu con tim. Đinh nhọn nào còn loang máu đào. Sĩ nhục nào còn vương trên mắt. Lạy Chúa những bước nào gục ngã đau thương. Bao roi đòn hằn vết thê lương. Đường tình đó Ngài giành cho

*(Thinh lặng)*

### **IV. CẦU NGUYỆN (Mời cộng đoàn quỳ)**

**Người dẫn:** *Lạy Chúa Giêsu,/ xin Chúa ban cho chúng con Thần Khí,/ để Thần Khí đưa chúng con vào sa mạc nội tâm sâu kín của tâm hồn,/ để nhờ Thần Khí/ chúng con can đảm,/ dứt khoát cắt đứt tội lỗi và sống an bình*

**Cộng đoàn:** *Lạy Chúa,/ xin cho chúng con ngày càng yêu mến Chúa hơn/ và siêng năng tham dự thánh lễ/ để được đón Chúa vào lòng.*

**Người dẫn:** Lạy Chúa Giêsu,/ vì yêu thương,/ Chúa đã tự hiến mình để nên của ăn/  
của uống nuôi sống chúng con.

**Cộng đoàn:** *Lạy Chúa,/ xin cho chúng con cảm nhận được tình thương của Chúa  
ngày một sâu đậm hơn./ Tình thương của Chúa giúp chúng con khám phá ra vẻ đẹp/  
và lòng nhân từ của Chúa trong tất cả mọi sự.*

**Người dẫn:** Lạy Chúa Giêsu,/ vì yêu thương,/ Chúa đã hy sinh hãm mình,/ ăn chay  
và cầu nguyện suốt bốn mươi ngày đêm/ để nên gương sáng cho chúng con.

**Cộng đoàn:** *Lạy Chúa,/ xin cho chúng con có một tâm hồn trong trắng,/ cam đảm  
chống lại những cám dỗ tội lỗi/ và biết làm điều tốt,/ tránh xa việc xấu./ Ngõ hầu tâm  
hồn chúng con luôn xứng đáng cho Chúa ngự.*

**Người dẫn:** Lạy Chúa Giêsu,/ vì yêu thương,/ Chúa đã lướt thắng mọi cảm bẫy của  
ma quỷ để làm chứng cho niềm tin của chúng con.

**Cộng đoàn:** *Lạy Chúa,/ Tình thương của Chúa cho chúng con nhìn thấy sự hiện diện  
của Chúa/ qua mọi biến cố vui buồn trong cuộc sống./ Xin tình thương của Chúa/  
chiếu soi tâm hồn chúng con/ để chúng con biết sống yêu thương,/ biết khoan dung  
quảng đại và dấn thân phục vụ,/ để làm chứng cho tình thương vô biên của Chúa.*

**Kinh Lạy Cha**

## **VI. PHÉP LÀNH THÁNH THỂ**

**Hát: Này con là đá**

**Hát: Đây Nhiệm Tích:** *(Trong khi hát chủ sự xông hương)*

Ta hãy sắp mình thờ lạy. Một nhiệm tích tuyệt vời. Phụng vụ xưa phải được thay, này  
đây nghi lễ mới. Giác quan tuy không cảm thấy, Đức Tin vững lòng người.

Muôn tiếng chúc mừng cảm tạ, cùng tung hô uy quyền. Chân thành dâng lên Ngôi  
Cha, và Ngôi Con quý mến. Tán dương vinh quang danh giá. Kính Ngôi Ba nhân  
hiền. Amen.

*(Mời cộng đoàn đứng)*