

Sống Thánh Thể : Tập hợp, Nuôi dưỡng và Sai đi

**Thư mục vụ của Đức Cha Robert N. Lynch
Giám mục St. Petersburg
gởi
Giáo Hội Giáo Phận St. Petersburg**

Ngày 25 Tháng 11 , 2007
Lễ Chúa Kitô Vua

Anh chị em thân mến trong Chúa Giêsu, là Thiên
Chúa và là Vua chúng ta,

Đầu năm nay, một cặp vợ chồng trẻ kề lại với tôi
một câu chuyện đã làm cho họ tỉnh ngộ. Họ kể:

*Thưa Đức Cha, chồng con và con muốn chia sẻ với
Đức Cha một kinh nghiệm của chúng con ngày Chúa
nhật vừa qua. Chúng con có ba cháu, 7 tuổi, 5 tuổi
và 18 tháng. Hai cháu lớn học trường giáo xứ, tại
đây, vợ chồng con thường tham dự Thánh lễ Chúa
nhật cùng với các con.*

*Ngày Chúa nhật tiếp sau lễ Giáng Sinh, chúng con
thúc đẩy trễ hơn thường, trong tư thế mệt mỏi của
mùa lễ. Chồng con và con nghĩ rằng Chúa cũng có
thể cảm thông cho, nếu chúng con dám bỏ chỉ một
lễ Chúa nhật hôm đó. Các con chúng con cũng đã*

*dậy và cháu lớn hỏi chúng nào chúng con đi lễ.
Chồng con liếc nhìn con và nói : ‘Anh nghĩ rằng
chúng ta nên đi.’*

*Chúng con vội vàng sửa soạn cho cháu bé, rồi cho
hai cháu lớn ăn, mặc áo quần và ra đi. Nhưng nếu đi
nhà thờ giáo xứ thì đã trễ mất khoảng 15 phút, nên
đã quyết định đến một nhà thờ khác gần đó, có lẽ
vào nửa giờ sau.*

*Năm chúng con vừa bước vào thì một nữ nhân viên
ra tiếp đón rất niềm nở,(đặc biệt quan tâm đến mấy
đứa con chúng con)và hỏi có muốn gởi vào phòng
giữ trẻ của giáo xứ đó không. Chúng con đồng ý. Và
đây cũng lại thêm một kinh nghiệm mới nữa cho
chúng con: tham dự thánh lễ không có các trẻ nhỏ
quấy phá. Chúng tôi trở lại vào nhà thờ chính lúc
đang hát kinh “Vinh Danh”.*

*Hôm đó là lễ Thánh Gia Thất và vị linh mục giảng
thuyết đã đặc biệt chú tâm vào những nghịch cảnh
mà Chúa Giêsu,Mẹ Maria và Thánh Giuse đối diện
với. Ngài đề nghị không nên tiểu thuyết hóa hoạt
cảnh mang cỏ mà nên suy nghĩ về những khó khăn
mà Thánh Giuse và Mẹ Maria đã phải đối phó ngay
cả với biến cố Sinh Nhật Chúa Giêsu: sự hăm dọa
đến tính mạng, có thể bị tước quyền sở hữu, chạy
trốn vào một đất lạ, xa gia tộc và những người thân
trong lúc sinh nở, sự nghi hoặc không biết tương lai
sẽ ra sao, bản thân là một xa lạ đến một đất nước có
tiếng là không hiểu khách. Vị linh mục hăng say
giảng về chính bản Phúc âm và các bài thánh thư.*

Chồng con cầm lấy tay con. Và cả hai chúng con cùng cảm nhận được một sự thách đố tương tự của bậc đôi bạn trong thế giới ngày nay. Thách đố một sự ràng buộc, một tình yêu chấp nhận hy sinh, sự tương trợ lẫn nhau từ cả hai phía trong mọi hoàn cảnh của cuộc sống - cũng như tình yêu và sự phó thác giữa Mẹ Maria và Thánh Giuse. Trong khoảnh khắc đó, Thánh Gia Thất xem ra thực tế hơn và cả hai chúng con đều cảm nghiệm được điều đó; chúng con cũng đã bắt đầu nhận thấy chúng con đã bị lạc lõng trong đức tin biết chừng nào.

Sau đó, chúng con lên rước lễ. Bỗng nhiên như có một sự 'nối kết' giữa Lời Chúa chúng con nghe, bài giảng và Thánh Thể chúng con được chia sẻ

Chúng con thật lấy làm vui vì đã dâng lễ Chúa Nhật hôm đó - đức tin và tâm linh của chúng con đã được đổi mới một cách độc đáo. Chúng con sẽ tiếp tục dự thánh lễ ngay tại giáo xứ của chúng con. Và hy vọng có thể mang lại những gì hay mà chúng con đã cảm nhận tại đây về cho cộng đoàn giáo xứ của chúng con.

Chúng con ước muốn chia sẻ kinh nghiệm trên với Đức Cha, hy vọng Đức Cha có thể được càng nhiều giáo xứ hơn để cung cấp thêm vững mạnh những kinh nghiệm chúng con đã thu nhận được ngày Chúa Nhật hôm đó, là sự đón tiếp nồng hậu, sự tham gia rộng rãi của cộng đoàn, bài giảng thuyết tốt đẹp. Con biết con đang nghĩ về một chuyện phúc âm khác, nhưng trái tim chúng con đã bùng cháy tại

thánh lễ đó rồi. Chúa Giêsu sống động đã thực sự hiện diện và sống thực trong ‘Lời’ của Chúa mà chúng con đã chia sẻ, trong nghị thức ‘bẻ bánh’ mà chúng con đã cùng chia nhau với những người cùng đến thờ phượng hôm đó.

Cảm nghiệm về ngày Chúa Nhật

Như quý vị có thể đoán biết, tôi rất vui khi nhận được những góp ý như trên. Mỗi ngày Chúa Nhật trong mỗi giáo xứ thuộc Giáo Phận St. Petersburg cần mang lại sự cảm nghiệm mà người Kitô hữu, cũng như các môn đệ trên đường Emmau, cảm nhận được con tim mình bùng cháy và Chúa Kitô hiện diện thực sự trong Lời của Chúa, trong Thánh Thể, trong những người cũng cùng vây quanh ‘Bàn tiệc sung mãn’. Sự cử hành Thánh Thể tốt đẹp nhất, là khi Lời Chúa được chia sẻ rộng rãi do những người công bố Lời Chúa đã được chuẩn bị chu đáo, và do vị giảng thuyết tài giỏi. Cuộc gặp gỡ như thế thúc đẩy chúng ta tiến tới và truyền bá Lời và thực thi những điều tốt đẹp Chúa Kitô đã làm qua những ngày Ngài sống giữa chúng ta.

Tuy nhiên những điều trên đây khó mà thực hiện được nếu ta không hiểu thấu ý nghĩa phong phú của Thánh Thể. Đó mới là khởi điểm của mỗi nghi lễ cử hành. Cử hành Thánh Thể hoàn hảo, phải là một cái gì còn hơn chỉ có thánh nhạc hay, một địa điểm thờ phượng khang trang, một cộng đoàn tham gia và cầu nguyện, bài giảng hay, khung cảnh tốt hoặc là sự thi hành nghiêm túc các nghi thức phụng vụ. Tất

cả đều hữu ích. Nhưng, các cử hành Thánh Thể tốt đẹp phải khởi đầu từ một khát vọng nội tâm được trở nên một với Chúa Kitô, trở nên chi thể của Người. Những cuộc cử hành này qui tụ và thánh hóa chúng ta, sai chúng ta đi và trở thành những Giêsu cho thế giới.

Công đồng Vatican II, trong Hiến Chương về Phụng vụ Bí Tích Thánh Thể, đã kêu gọi sự thông công trọn hảo, đầy ý thức và tích cực của các tín hữu phải bắt đầu từ sự nhận thức đầy đủ và năng động xác tín rằng đây là giây phút cao trọng, tuyệt vời của đời sống chúng ta.

Thánh Thể tất nhiên là một quà tặng lớn lao và là một kho báu cần được chia sẻ. Với sự trợ giúp của tâm thư mục vụ này và chiến dịch vận động của Giáo phận trong ba năm tới ("Sống Thánh Thể:Tập họp, Nuôi dưỡng, Sai đi") tất cả các tín hữu thuộc Giáo phận St Petersburg đều được mời gọi tái khám phá quà tặng lớn lao này, tận dụng nó và không để tuột mất nó. Cùng nhau chúng ta hãy nguyện cầu cho tâm thư này và ba năm học tập cùng suy niệm sẽ thắp lên một ngọn lửa hồn đốt lòng chúng ta soi dẫn khám phá được tình yêu và sự am hiểu Phép Thánh Thể.

Mục đích của tâm thư này

Người tín hữu thuần thành cũng như những người đã xa rời đức tin cần suy niệm về màu nhiệm vĩ đại Thánh Thể mà Giáo hội cử hành. Có người nói: "Tôi

đã từng là Công giáo nhưng không hiểu gì nhiều về Thánh Thể nên đã không đến tham dự nữa.” Hoặc là, “Tôi đã rời Giáo hội Công giáo và đang tham gia một giáo hội khác mà mọi người đến đây đều được hoan nghênh và sẵn sàng hoan nghênh kẻ khác đến.” Tôi xin khuyến cáo những người này nên suy nghĩ lại cái mà họ đã mất mát trong lúc họ xa rời Phép Thánh Thể. Tất cả tín hữu thuộc Giáo phận St. Petersburg đều được mời gọi và khuyến khích suy niệm về quà tặng vĩ đại và kho báu này. Ngay cả đối với những người đã tin, bản nghiên cứu và diễn giải này cũng có thể gợi lại ý niệm phi thường, kính sợ và biết ơn quà tặng này là Phép Thánh Thể.

Tôi ước vọng các tín hữu, qua cảm nhận về tâm thư này cũng như quyết tâm cầu nguyện và học hỏi trong ba năm tới, sẽ thực hiện được ba điều này; Thứ nhất là hiểu biết hơn và cảm nhận được Phép Thánh Thể là một quà tặng; thứ hai là tham dự đầy đủ hơn, tích cực và thường xuyên hơn nghi lễ phụng vụ mà họ đã hiểu được thấu đáo hơn và quí mến hơn; thứ ba là tinh thần phấn khởi và can đảm mang Chúa Kitô, mà họ đã nhận được vào thế gian và truyền rộng tin mừng nơi đây. Chúng ta hãy nguyện cầu cho những ai đã bỏ Hội Thánh Công Giáo được trở lại và những người không tôn giáo được hợp đoàn với chúng ta trong cộng đồng đức tin, trong kinh nguyện và trong yêu thương.

Gặp gỡ Đức Kitô

Trong Thánh lễ, chúng ta gặp gỡ Chúa Kitô, Đáng đã chịu khổ hình, đã chết và đã sống lại. Chúng ta thờ phượng không phải như là đóng một ‘màn diễn suất’ hay là tái diễn lịch sử bùa Tiệc Ly. Mà đây là một gặp gỡ thực sự ngay với Chúa Kitô, Đáng đã sống, đã chết và đã sống lại từ kẻ chết, và đã ngự bên hữu Thiên Chúa Cha.

Cuối cuộc sống ở trần thế, Chúa Kitô đã hứa sẽ ở lại với chúng ta cho đến tận thế. Ngài đang ở lại và sẽ ở lại với chúng ta một cách thực thể và hiện hữu cho đến khi chúng ta được hợp nhất với Ngài trong cuộc sống vĩnh cửu. Thánh Phaolô đã tuyên bố thực tế này trong thư thứ nhất gởi tín hữu Corintô rằng: ”Trong đêm Chúa Giêsu bị trao nộp, Ngài cầm lấy bánh và rượu và phán: Đây là mình Ta..Đây là máu Ta...” Những lời này không chỉ là để ghi lại sự việc đã xảy ra một vài giờ trước khi Chúa tử nạn. Người Kitô hữu hiểu đây là một lệnh truyền phải tiếp tục làm việc Chúa đã làm. Ngày Chủ nhật là ngày của Chúa, chính là ngày chúng ta cử hành Thánh Thể và vâng lệnh truyền, đáp lại Lời Chúa phán bảo các môn đệ, “hãy làm việc này mà nhớ đến Ta”

Sự đáp ứng của các cộng đoàn Kitô hữu sơ khai được ghi chép rõ ràng suốt qua bộ Tân Ước. Một gương đặc biệt sống động là câu chuyện, sau khi sống lại Chúa Giêsu đã hiện ra với hai môn đệ trên đường đi Emmaus. Cũng như các môn đệ, ngày nay, trong ta, quả tim cũng đang bùng cháy vì Thánh kinh đã được

triển khai rõ ràng. Cũng vậy, ngày nay chúng ta nhận biết Chúa Kitô khi bẻ bánh.

Các Tông đồ, các môn đệ và toàn giáo hội sơ khai coi đó là một sự hiển nhiên là Chúa Kitô đã phán bảo chính điều mà Ngài đã nói trong đêm trước khi chịu chết. Các cộng đoàn Kitô hữu khắp nơi đã sớm tổ chức ăn mừng bữa tiệc này, biến cố hy sinh này, mà ngày nay chúng ta gọi là Thánh Lễ. Giáo hội sơ khai đã hiểu mầu nhiệm vĩ đại Thánh Thể là một cuộc gặp gỡ Chúa Kitô đích thực. Đầu thê kỷ thứ hai, Thánh Justinô, Tử đạo đã viết:

“Chúng ta rước bánh và rượu Thánh Thể không phải như tiêu thụ thức ăn và thức uống thường, vì chúng ta đã được dạy bảo rằng Chúa Giêsu Kitô Đáng cứu chuộc chúng ta đã trở thành người bằng xương bằng thịt do quyền năng của Lời Chúa, cũng vậy, thức ăn mà thịt và máu chúng ta tiêu dùng để được nuôi dưỡng, trở nên thịt và máu của Đức Kitô nhập thể, do chính quyền năng của Lời Người trong kinh Tạ Ơn.”

Thánh Justinô dạy điều mà người Kitô hữu đã xác tín: Trong Thánh Thể chúng ta gặp chính Chúa Kitô. Qua các Phúc âm và thư thánh Phaolô, những tham vấn về việc “bẻ bánh” là điểm cốt lõi của mỗi thánh lễ. Sách Tông Đồ Công Vụ chứng minh sức mạnh của Thánh Thể trong đời sống của Giáo hội sơ khai và sự cảm nhận được trong khi tập họp cộng đoàn Thánh Thể. “Các tín hữu chuyên cần nghe các Tông Đồ giảng dạy, luôn luôn hiệp thông với nhau, siêng

năng tham dự lễ bẻ bánh, và cầu nguyện không ngừng.”

Thánh Thể là “nguồn gốc và cao điểm” của đời sống đức tin và phụng tự của chúng ta. Trong hai ngàn năm Giáo hội đã cử hành mừng lễ quà tặng này như là một gia đình đức tin. Thánh Thể đã nuôi nấng, tăng nghị lực và bồi dưỡng chúng ta như là thực phẩm cho cuộc hành trình của đời sống. Chúa Kitô đã đoán chắc với chúng ta rằng “thịt Ngài là của ăn thật và máu Ngài là của uống thật”.

Thật là một thực tế kinh ngạc -sự hy sinh và tự hiến tế của Chúa Kitô- ta gấp gỡ trong thánh lễ. Hạnh phúc biết chừng nào khi được nuôi nấng và bồi dưỡng bằng Lời của Chúa và Thánh Thể trong Thánh lễ Chủ nhật và mỗi ngày. Ta cảm thấy khiêm tốn và kính sợ biết chừng nào khi đối diện với mệnh lệnh vĩ đại của Chúa Kitô cho tái diễn máu nhiệm này mà ta đã được nhận lãnh. Nhờ quà tặng Thánh Thể, ta không bao giờ cô đơn trong những khó khăn. Chúa Kitô là nguồn sinh lực, Thánh Thể là nguồn gốc và là đỉnh cao đời sống thiêng liêng của ta.

Tóm lược thần học về Thánh Thể.

Là người Công Giáo, chúng ta xác tín rằng trong Thánh Thể chúng ta thật sự và thực tế gặp gỡ Chúa Kitô hiện hữu - với thân xác, máu, linh hồn và thiên tính. Trong ngôn từ thần học, sự hiện hữu của Chúa Kitô thường được diễn tả bằng từ “biến thể” (transubstantiation). Ý nghĩa rằng mặc dầu hình thái

của bánh và rượu vẫn còn đó nhưng bản thể thì đã trở thành mình và máu Chúa Kitô. Sự dùng bánh và rượu trong bí tích này mang nhiều ý nghĩa - hy sinh, dâng hiến, "lao công của bàn tay con người", "bánh nuôi sống", "thức uống thiêng liêng", bữa ăn, sự tha thứ, ơn cứu rỗi. Nhưng trung tâm điểm của Thánh Thể là Chúa Kitô - Chúa Kitô mà chúng ta lãnh nhận dưới hình thức bánh và rượu. Như vậy, chúng ta trở thành Kitô, và nhờ trở thành Kitô chúng ta được mời gọi làm Kitô cho kẻ khác.

Mỗi lần Thánh lễ được cử hành phải được cử hành với lòng khiêm nhường, lòng tôn sùng và kính sợ. Chúa Kitô là trung tâm điểm của mầu nhiệm vĩ đại này. Chúng ta khiêm tốn lắng nghe Ngài nói với chúng ta qua Lời của Ngài. Chúng ta cung kính rước lấy bánh và rước bình thường - bản chất bổ dưỡng thông thường cho chúng ta - và khấn cầu tác động của Chúa Thánh Thần biến thành Đáng Kitô thiêng thánh. Chúng ta cảm kích khi Chúa hằng sống kêu gọi mọi người từ mọi phương trời trở nên một. Thật vậy, "Sự Thông-Hiệp Thánh" diễn ra lúc này và tại đây - "thông hiệp" với Thiên Chúa, Đáng đến với chúng ta và hợp nhất với những người đang cùng chúng ta cử hành Thánh Lễ. Đức Giáo Hoàng Gioan Phaolô đệ nhị nói "Giáo hội rút tinh túy sống của mình từ Thánh Thể". Bởi vậy, thưa anh chị em thân mến, Thánh Lễ, tự bản chất là cộng đồng, đồng thời cũng là cảm nghiệm riêng tư của cá nhân mỗi người kết hợp làm một với Chúa Kitô

Trong khi tất cả chúng ta được mời gọi tìm hiểu, yêu mến và sống mầu nhiệm Thánh Thể cho hoàn hảo hơn nữa, tôi cũng đặc biệt chuyển lời mời gọi đến các anh em linh mục, xin các anh em hãy lưu tâm cách riêng hơn nữa trong việc cử hành bí tích này. Xin anh em chịu khó giải tỏa những vấn nạn khác biệt giũa quan niệm dự thánh lễ ngày Chúa Nhật như là một bốn phận với sự vui vẻ tham dự Thánh lễ như là để thực hành đức tin và sự cam kết của cộng đoàn. Các linh mục và các phó tế, những người rao giảng Lời Chúa, cần phải thận trọng hơn nữa trong việc chuẩn bị chia sẻ Lời Chúa và áp dụng Lời Chúa vào những thách đố của đời sống.

Tất cả những ai có nhiệm vụ chuẩn bị và cử hành Thánh Thể cần soát xét lại sự thực thi nhiệm vụ của từng người. Gồm có các ban: tiếp đón, thánh nhạc, công bố Lời Chúa, thừa tác viên Thánh Thể, giúp lễ, thừa tác viên Thánh Thể cho kẻ liệt và cho người già lão bệnh tật tại gia.

Mọi người đều có sự đóng góp quan trọng trong việc cải tiến kinh nghiệm cử hành Thánh Lễ Chủ Nhật. Qua tâm thư mục vụ này và qua tiến trình vận động ba năm, các tín hữu Công giáo sẽ thông hiểu thấu đáo hơn, thông công và lãnh nhận được lợi ích Thánh Thể - Quà tặng của chính mình Đức Kitô cho mọi thế hệ.

Bây giờ xin đề cập đến từng phần đặc biệt của Thánh Lễ.

Nghi thức tập họp và dẫn nhập.

Chuẩn bị cho Thánh Lễ

Những tín hữu sẵn sàng thì khởi sự sửa soạn cho Thánh Lễ trước khi rời nhà để đến nhà thờ. Nếu là một gia đình có truyền thống việc thờ phượng trong ngày Chúa Nhật, thì đêm thứ Bảy là thời gian thuận tiện để bắt đầu. Họ tự hỏi tuần này sẽ mang đến Chúa những thách đố nào, ưu phiền nào, vui mừng nào. Ngay cả khi không có tội trọng, sự chuẩn bị này cũng cần dành ít phút xét lại các sa ngã, các yếu đuối, trễ nải đối với tha nhân, đối với Thiên Chúa, để có thể dâng lên Giáo hội để khiêm tốn cầu xin Chúa yêu thương, thương xót và chữa lành.

Đọc trước những bài đọc được công bố trong Thánh Lễ Chúa Nhật là phương tiện tuyệt vời để chuẩn bị cử hành Thánh Thể. Làm quen với Lời Chúa trước, ta có thể lãnh hội thấu đáo khi vị linh mục hoặc thầy phó tế phân tách lời đó.

Một trong những quà tặng của Công Đồng Vatican II cho Dân Chúa là các bài đọc cho chu kỳ ba năm. Sự thờ phượng còn giúp khám phá được nhiều ý nghĩa của Lời Chúa, từ sách Sáng thế cho đến cuốn Thánh Kinh cuối cùng, là sách Khải Huyền. Nhờ nhiều bài Kinh Thánh khác nhau được tuyên đọc trong Thánh Lễ, người Công Giáo thực sự là con cái của Lời Chúa, vì Lời Chúa là phần Chính trong việc phụng thờ hằng tuần của chúng ta.

Các tín hữu cũng được kêu gọi yểm trợ sứ mệnh của cộng đoàn giáo xứ bằng sự đóng góp mỗi tuần. Sự tham gia tài chánh như vậy là một t sư “đầu tư” vào công việc tốt đẹp của giáo xứ. Đó là sự cam kết xây dựng Nước Chúa ở giữa chúng ta.

Trước khi rời nhà đến nhà thờ tưởng cũng nên đặt vấn đề y phục cho xứng hợp. Y phục là bề ngoài để chứng tỏ bề trong của chúng ta. Khi đến nhà Chúa để dự lễ, áo quần sạch sẽ, gọn gàng và chỉnh tề. Trang phục là để vinh danh Thiên Chúa, chứ không phải để vinh danh ta.

Trong khi đến nhà thờ, ta cũng nên cố gắng tránh thái độ vội vã hăng ngày, mà cần giữ thái độ thanh thản và yên tĩnh của nhà Chúa. Nhưng trong những trường hợp lưu thông trở ngại và những bất tiện khác, thì phải cố gắng. Có khi dễ cũng có khi khó.

Cộng đoàn tập họp.

Đến nhà thờ, thời gian trước thánh lễ không phải là lúc để chuyên trò với bạn bè và những người chung quanh. Việc đó có thể dành lại sau thánh lễ. Trước lễ, một lời chào, một mỉm cười trao đổi với người bên cạnh là đủ rồi. Điều quan trọng hơn nhiều là dùng những giây phút đặc biệt này để đặt mình dưới sự hiện diện của Thiên Chúa.

Tôi tin rằng tâm thư này, và sự học hỏi và suy tư sau khi thư được phổ biến sẽ thúc đẩy các giáo xứ và các giáo họ trở thành những nơi tiếp đón niềm nở.

Người tiếp đón trước cửa, những người xếp chỗ, các ca đoàn viên, những người công bố

Lời Chúa, các thừa tác viên Thánh Thể, các lễ sinh, phó tế và linh mục, tất cả đều góp sức thực hành điều này.

Ghi chú về thánh nhạc.

Thánh nhạc là một phần quan trọng cho việc cử hành Thánh Thể ngày Chúa nhật của chúng ta. Nhiều giáo xứ làm việc vất vả mới cung ứng được một thánh nhạc phù hợp vừa cho Thánh lễ và vừa cho cộng đoàn.

Mỗi phụng vụ ngày Chúa Nhật nên có thánh nhạc. Thánh nhạc phải tôn nghiêm và phải được chọn lựa trong bản tổng kê phong phú đã được Ban thánh nhạc chuẩn nhận. Nhưng thánh nhạc không nên như là một cuộc trình diễn. Ca đoàn dâng hiến tài nghệ của họ cho Thiên Chúa, không phải đi tìm tiếng khen, vỗ tay hay tiếng tăm. Không nên vỗ tay hoan hô trong lúc đang cử hành Thánh lễ. Khi Thánh lễ xong, sau bản nhạc kết thúc hoặc khúc đơn ca cuối lễ, đó là lúc thích hợp để vỗ tay hoặc có lời chúc mừng, cảm ơn những người đã đóng góp tiếng nhạc lời ca vào phụng vụ Thánh lễ. Tôi cổ vũ các giáo xứ, trong những năm tới, nên dành nhiều thời giờ và cố gắng hơn để có những hòa tấu và hợp xướng thánh ca được trình tấu trong các thánh đường.

Thánh lễ bắt đầu.

Việc cử hành Thánh Thể bắt đầu bằng một cuộc rước, có bản ca nhập lễ. Bài ca này giúp qui tụ chúng ta lại như một cộng đoàn thờ phượng. Chúng ta cùng nhau làm dấu thánh giá, là dấu đức tin. Tiếp theo, vị linh mục ngỏ lời chào và ngay sau đó chúng ta nguyện kinh sám hối nhớ chúng ta về ơn thứ tha và yêu thương của Chúa. (Tại nhiều giáo đường, nhất là trong mùa Phục Sinh, phụng vụ bắt đầu bằng nghi thức làm phép nước và rảy Nước Thánh để nhắc lại về Phép Thánh Tẩy của chúng ta.)

Vào các ngày Chúa Nhật, lễ trọng và một vài thánh lễ khác, kinh Vinh Danh được tuyên xưng, nếu được cộng đoàn hát chung thì tốt nhất.

Sau đó linh mục mời tín hữu cùng cầu nguyện (trong thỉnh lặng hoặc bằng lời nói) để tín hữu có thể ý thức được họ đang ở dưới sự hiện diện của Thiên Chúa hoặc nhẩm đọc lời nguyện trong tâm trí. Kinh nguyện này 'tập hợp' tín hữu lại và liên kết họ lại với nhau. Điều này cũng nói lên chủ đề của phụng vụ. Kinh nguyện được dâng lên Thiên Chúa Cha qua Chúa Kitô trong Chúa Thánh Thần. Kinh này giúp con người sang số và chậm lại, đổi từ các ưu tư hằng ngày để cảm nghiệm Thiên Chúa trong Lời và Bí tích của Người.

PHỤNG VỤ LỜI CHÚA

Phụng vụ Lời Chúa và phụng vụ Thánh Thể tạo thành một “hành động thờ phượng duy nhất và đơn thuần”. Trong phần Lời Chúa, Giao Ước tình yêu của Chúa được tuyên bố - như đã được tuyên bố với các tổ phụ Do Thái, với các môn đệ, và với các thành viên của Giáo hội sơ khai xưa kia, thì bây giờ cũng vậy, được tuyên bố với chúng ta trong giờ phút này. Trong Thánh Thể, giao ước mới và vĩnh cửu được cử hành.

Mọi động tác trong Thánh Lễ, một cách nào đó, được xuất phát từ Lời Chúa. Ví dụ chính yếu là lời tường thuật sự thành lập Phép Thánh Thể như trong kinh nguyện Thánh Thể (“hãy nhận lấy mà ăn.. hãy nhận lấy mà uống”) Các lời nguyện linh mục đọc trong lễ, các bài ca chúng ta hát, nhiều động tác của linh mục và tín hữu và nhiều dấu chỉ khác (nước, rượu, ngay cả động tác đứng, ngồi, quỳ), một cách nào đó, xuất phát từ Lời Chúa. Chúa Kitô luôn hiện diện trong khi tuyên bố Lời Chúa -“ là Lời hằng sống và hiệu nghiệm.”

Không như trong một trận đấu bóng với các hoạt động đang diễn ra trên sân cỏ.

Phụng vụ Thánh Thể mời ta bước khỏi “bục khán giả” và nhập đoàn với Chúa Kitô, với anh em chị em chúng ta trên “sân cỏ”. Một Thánh lễ Chúa nhật cử hành tốt đẹp, phải được chia sẻ trọn vẹn, đầy ý thức và tích cực, không phải chỉ gồm những khán giả thụ động..

Khi tuyển lựa và chuẩn bị những người công bố Lời Chúa trong Thánh lễ, giáo xứ phải chọn và huấn luyện những người có khả năng và uy tín công bố Lời Chúa với sự cảm nhận, rõ ràng và chính xác. Công bố lời Chúa trong Thánh lễ là một đặc ân và cũng là một trách nhiệm nặng nề. Sự công bố Lời Chúa một cách cẩn thận và tốt đẹp là yếu tố quan trọng cho việc cử hành phụng vụ được tốt đẹp.

Có khi các bài đọc trong Thánh lễ mở rộng ra một chân trời mới về lịch sử ơn cứu độ. Bài đọc một, từ Cựu Ước (trừ mùa Phục Sinh, thì từ Sách Tông Đồ Công Vụ), bài đọc hai do kinh nghiệm của các Kitô hữu sau này như trong Sách Tông Đồ Công Vụ và các thư Thánh Phaolô, Thánh Phêrô, Thánh Giacôbê, Thánh Gioan, tác giả thư gởi tín hữu Do Thái và sách Khải Huyền. Vì các bài thánh kinh này rất quan trọng nên Giáo hội không cho phép thay thế bằng các bài khác, không từ nguồn gốc thánh kinh, bất kể những tài liệu đó tuyệt vời đi nữa và xem ra có thể phù hợp với hoàn cảnh.

Có một sự chuyển tiếp rất tốt đẹp từ các bài đọc từ thời trước Kitô cho đến thời Kitô có các điệp khúc đáp ca, hát tiếp sau bài đọc một. Thường thì đó là những thánh vịnh. Thánh vịnh nhắc nhở ta, một cách nào đó, Thiên Chúa hiện diện trong đời sống chúng ta trong những lúc an vui cũng như khi phải đấu tranh gian khổ. Tóm lại, Thánh vịnh là một ca khúc hy vọng.

Phụng vụ Lời Chúa đạt được tốt đĩnh với bài công bố Phúc Âm với từ “Alleluia” suốt quanh năm (ngoại trừ Mùa Chay Thánh). Cộng đoàn đều đứng lên để tôn kính Chúa Kitô đang nói với chúng ta.

Sau khi nghe những lời sự thật và sự sống, chúng ta cảm tạ và ngợi khen Thiên Chúa, đoạn cùng ngồi xuống để nghe giảng. Đây là một phần trọn vẹn của phụng vụ và là một nguồn sinh lực nuôi dưỡng đời sống Kitô hữu. Bài giảng hay giúp áp dụng Lời Chúa vào đời sống. Bài giảng hay đưa chúng ta đi từ việc suy gẫm Lời Chúa, rồi chiếm hữu và đem ra áp dụng. Một bài giảng hay bắt đầu với mục đề của Thánh kinh trong ngày đó và liên hệ vào cuộc sống hằng ngày. Chúng ta không nhầm lẫn một bài giảng hay khi nghe giảng - hay một bài giảng không hay cũng vậy.

Phụng vụ Lời Chúa tiếp tục bằng sự đáp ứng của công đồng với Thánh Kinh. Đồng thuận này được thể hiện qua việc tuyên xưng Đức Tin, hay là kinh Tin Kính. Đây là giây phút chính cốt ta chuyển từ nghe đến thực hành Lời Chúa. Phụng vụ Lời Chúa kết thúc với lời nguyện giáo dân: cầu cho các vị lãnh đạo Giáo hội, thế giới, cho tha nhân và cho kẻ đã chết (là những kẻ đang hiệp thông với chúng ta trong ý nghĩa các thánh cùng thông công). Có người cho rằng lời nguyện xứng hợp nhất, là những lời nguyện được soạn thảo, một đảng lời từ thánh kinh, một đảng lời từ tờ báo. Những lời nguyện này không những nói lên niềm tin xác và lòng nhân lành của Thiên Chúa mà còn nói lên ý cầu nguyện và chăm

sóc cho cả những anh chị em nhỏ mọn nhất của chúng ta.

PHỤNG VỤ THÁNH THỂ

Lời dẫn nhập

Nhiều lần trong đời sống công khai, Chúa Giêsu đã tỏ ra ưu tư việc tiếp tế lương thực và nuôi dưỡng con người. Chúa đã nuôi hàng ngàn người tụ họp nghe Chúa giảng dạy, chỉ bằng năm ổ bánh và hai con cá. Tại bữa Tiệc Ly cũng vậy Chúa đã dùng chất liệu thông thường - bánh và rượu - không những để thỏa mãn sự đói khát thể xác của các tông đồ mà còn nuôi dưỡng các ông bằng chính Mình và Máu của Chúa nữa. Nay giờ cùng với bao nhiêu thế hệ đã trước, chúng ta đang nhận được Chúa Giêsu qua lời của Ngài; Nhờ quyền năng Chúa Thánh Thần tác động trong lời kinh nguyện Thánh Thể của cộng đoàn Giáo hội, bánh và rượu trở thành Mình và Máu Chúa, sự hiện hữu nối tiếp của Chúa trong Phép Thánh Thể. Đây không chỉ là một sự biến đổi trong Thánh lễ. Mà những người tụ họp lại đây cũng được biến đổi nữa. Như thánh Augustinô đã nói, trong cử hành Thánh Thể," chúng ta trở thành thực thể mà chúng ta lãnh nhận".

Chuẩn bị dâng Của Lễ

Phụng vụ Thánh Thể bắt đầu bằng sự chuẩn bị của lễ. Đại diện cộng đoàn mang bánh và rượu lên nới lên

việc công đoàn dân Chúa sẽ cùng nhau rước lên để chịu Thánh Thể Chúa. Điểm chính yếu giờ này là chuyển từ “giảng dài” (chỗ trong cung thánh, nơi công bố Lời Chúa) qua bàn thờ. Theo thói quen lâu đời, đây cũng là lúc xin dâng cúng đóng góp. Có khi đặc biệt, đây là lúc xông hương để nhắc nhớ ta dâng hương thơm cho Thiên Chúa - dâng chính Đức Kitô.

Kinh nguyện Thánh Thể

Bây giờ kinh nguyện Thánh Thể bắt đầu. Đây là kinh nguyện của mọi người được vị linh mục hướng dẫn. Cộng đoàn thông hiệp bằng cách lắng nghe, ca hát, và đối đáp và ngay cả làm những động tác nữa.

Các phần trong Kinh nguyện Thánh Thể:

Tạ ơn - Toàn thể kinh nguyện, theo nguyên văn, là kinh “tạ ơn”. Chúng ta cảm tạ Thiên Chúa về công trình cứu chuộc (mà ta gọi là mầu nhiệm phục sinh).

Tung hô - Cộng đoàn nhóm họp cùng nhau ca bài chúc tụng và tạ ơn. Bài ca tung hô “Thánh, Thánh, Thánh...” nhắc nhớ chúng ta rằng đất nối kết với trời.

Cầu xin Chúa Thánh Thần - Việc chúng ta cầu nguyện, được biến đổi, được thông hiệp vào mầu nhiệm này chỉ có thể thực hiện được bởi quyền năng của Chúa Thánh Thần.

Thiết lập và Truyền phép - Chúng ta kính nhớ việc Chúa Kitô đã làm trước khi chết và thực hành điều Chúa truyền dạy phải làm.

Tưởng Niệm - Giáo hội tưởng niệm và nhớ lại sự sống, sự chết và sự phục sinh của Chúa Giêsu. Qua việc tưởng niệm này, giáo hữu được thật sự kết hợp với Chúa Kitô phục sinh.

Dâng tiến - Đây không những hy lě được thượng tiến lên cho Thiên Chúa Cha qua Thiên Chúa Con nhờ quyền năng của Thiên Chúa Thánh Thần, mà người tín hữu còn hiến dâng chính bản thân mình nữa.

Chúng ta quyết tâm trở nên giống Chúa Kitô hơn. Chúng ta cũng san sẻ việc thông hiệp này với Chúa Cha, qua Chúa Con, nhờ quyền năng Chúa Thánh Thần.

Lời cầu bầu - Kinh nguyện này kết hợp chúng ta với toàn thể các tín hữu. Chúng ta cầu nguyện cho Giáo hội hoàn vũ và cho vị mục tử chung là Đức Thánh Cha; cho Đức Giám mục, người kế vị các tông đồ tại địa phương; cho hàng giáo sĩ và mọi giáo hữu, còn sống cũng như đã qua đời, đã ra đi trước chúng ta và đã được ghi dấu đúc tin khi chết.

Bài ca kết thúc. - Kinh nguyện kết thúc bằng lời tán tụng dâng lên Thiên Chúa Ba Ngôi - Chúa Cha, Chúa Con và Chúa Thánh Thần. Chúng ta tất cả đồng thuận lớn tiếng đáp “Amen”.

Kinh nguyện Thánh Thể nhấn mạnh khía cạnh cộng đồng của phụng vụ: "*Chúng con* đến với Cha... *Chúng con* xin Cha ban phép lành và chấp nhận của lễ này.. *Chúng con* dâng lên Cha trong thần khí và sự thật. Việc chúng ta thờ phượng như là một cộng đoàn, không nên được quá nhấn mạnh. Phụng vụ là "công việc của con người" hướng dẫn bởi vị linh mục và thể hiện được do quyền năng của Chúa Thánh Thần. Phụng vụ thuộc về mọi người đã được chịu phép rửa tội, phụng vụ nói với và nói từ con tim của họ, và công bố niềm tin của họ. Tuy nhiên, đồng thời không thể có Thánh Thể nếu không có linh mục thừa tác. Linh mục là người cha thiêng liêng của chúng ta, hướng dẫn chúng ta cử hành Thánh Thể và hành động trong bản thân Chúa Kitô

Sau "kinh nguyện trước bữa ăn" được gọi là Kinh Tiên Tụng, lời và động tác trong phụng vụ mang thêm nhiều ấn nhiệm và đặc biệt giàu ý nghĩa. Sự hội họp của chúng ta là một bữa ăn. Chúng ta được mời đến thông phần vào động tác chính của bữa Tiệc Ly, khi Chúa Giêsu "bẻ bánh." Sự hội họp của chúng ta cũng là một hy lễ. Hy lễ này hiện tại hóa hy lễ tuyệt vời của Chúa Giêsu trên Núi Sọ khi Ngài đã đổ máu ra cho chúng ta, máu giao ước mới và vĩnh cửu. Kinh nguyện cũng nhắc lại biến cố Chúa Giêsu đã sống lại từ kẻ chết, đã ngự bên hữu Thiên Chúa Cha, và sẽ lại đến. Phụng vụ bắt nguồn từ trong "mầu nhiệm phục sinh" -Sự sống, sự chết và sự sống lại của Chúa Giêsu. Và mặc dầu những biến cố này xảy ra trong khoảng thời gian khác biệt, phụng vụ Thánh Thể nay diễn đạt lại trung thực như khi xảy ra, nên

canh tân và biến đổi Giáo hội. Chúng ta, con người phàm trần, không thể hiểu thấu triệt và lãnh hội hết được Thánh lễ, nhưng mỗi khi tụ họp lại để thờ phượng, chúng ta lại có cơ hội cảm nghiệm lại lần nữa phép màu nhiệm này.

Mỗi kinh nguyện Thánh Thể được chấp thuận cho áp dụng đều hội đủ các yếu tố trên đây, tuy thứ tự cũng đôi khi linh động. Trong những thánh lễ Chúa nhật tối quý vị sẽ thấy hữu ích khi chú ý lắng nghe những lời trong kinh nguyện Thánh thể và sẽ nhận thức được những yếu tố khác nhau kể trên.

Trên hết, Kinh nguyện Thánh Thể là một kinh nguyện tạ ơn (từ Eucharist - phiên dịch là Thánh Thể - chính nó có nghĩa là tạ ơn). Chúng ta tạ ơn sự sống, sự chết và sự sống lại của Chúa Kitô. Chúng ta cảm tạ Chúa về sự sống mới đang đến với chúng ta qua “giao ước mới và vĩnh cửu” này. Chúng ta cảm tạ Thiên Chúa hiện diện trong và với Giáo hội mà Chúa Kitô hằng cầu bầu cho Giáo hội. Tự nhiên tâm hồn chúng ta sáng ngời lên lòng biết ơn khi ta bẻ bánh và chia rượu. Trong và qua màu nhiệm này, đời sống chúng ta được thay đổi.

Trong khi chúng ta cầu kinh nguyện Thánh Thể, chính Chúa Thánh Thần cầu nguyện ở trong và ở giữa chúng ta. Kinh nguyện của chúng ta chỉ có thể thành tựu được dưới sự hiện diện và quyền năng của Chúa Thánh Thần, như trong mục “cầu xin Chúa Thánh Thần”(epiclesis) ở trên.

Sau cùng, mà chưa phải là cuối cùng, lời nguyện Thánh Thể là việc tưởng niệm. "Anamnesis" hay tưởng nhớ trong nghĩa đặc biệt của từ này, khi cộng đoàn tụ họp lại để cử hành phụng vụ Thánh Thể, là "nhớ lại" những gì Chúa Giêsu đã làm trong bữa Tiệc Ly, trên Núi Sọ và trong sự sống lại từ kẻ chết. Đây không chỉ nhớ lại những biến cố quá khứ, mà còn thể hiện thực sự trong lúc này và bây giờ. Chúng ta tuyên xưng :"Chúa Kitô đã chết, Chúa Kitô đã sống lại, Chúa Kitô sẽ lại đến". Chúa Kitô là tất cả cho chúng ta, đang ở với chúng ta đến cuối thời gian - và đời đời bất tận.

Chúa Giêsu thực sự đã yêu thương chúng ta đến chết. Nay Ngài lại hiện diện giữa cộng đoàn tụ họp lại trong Thánh Lễ, trong nghi thức công bố Lời Chúa, và "nhất là trong hình bánh rượu Thánh Thể". Xác tín điều này, chúng ta chuẩn bị lãnh nhận Minh Thánh và Máu Chúa Kitô và, như vậy, chúng ta kết hợp với nhau sâu xa hơn nữa. Sự kết hợp này đòi buộc chúng ta phải cư xử thế nào với anh chị em trong Chúa Kitô, cũng như cư xử với chính Chúa Kitô vậy.

Nghi thức Rước Lễ

Nghi thức rước Lễ bắt đầu cùng nhau đọc kinh Lạy Cha, kinh Chúa Giêsu đã dạy cho. Trong những thời sơ khai của Giáo hội, kinh này được dùng như một phương cách giao hòa với Chúa Cha và giữa các chi thể của Giáo hội. Có cách nào tốt đẹp hơn để cùng

nhau sửa soạn thông phần vào tiệc thánh ? Trong những lời nguyện tiếp theo của kinh Lạy Cha, chúng ta xin Chúa Kitô đừng chấp tội nhưng nhìn vào đức tin của chúng ta và giúp chúng ta sống hài hòa với người. Trong tinh thần đó, chúng ta trao đổi với nhau bằng lời chúc bằng an.

Sau cử chỉ chúc bằng yên, chúng ta hát bài “Chiên Thiên Chúa”, linh mục bẻ Mình Thánh, chia vào các bình khác gọi là ciboria để chia phát ra. Bài phúc âm trên đường Emmau hùng hồn kể lại sự kiện các môn đệ nhận ra Chúa Kitô trong lúc bẻ bánh. Điều này cũng dễ hiểu vì việc bẻ bánh nhắc cho ta nhớ lại mấy lần Chúa Giêsu cũng đã bẻ bánh trước kia - tại bữa Tiệc Ly và khi cho đám đông ăn. Điều này cũng nhắc cho chúng ta nhớ là thân xác Chúa Kitô cũng đã bị dập nát trên thập giá và chính thân xác chúng ta cũng bị trù dập vì những thử thách của cuộc đời và sức nặng của bao nhiêu tội lỗi, và rồi được Chúa kết hợp lại khi Ngài lại đến để nuôi nấng và bồi dưỡng chúng ta.

Những tín hữu lớn tuổi còn nhớ luật buộc phải giữ chay Thánh Thể nghiêm nhặt trước khi rước Lễ - không ăn uống vật gì từ nửa đêm cho đến khi rước Lễ. Sự giữ chay này bây giờ chỉ còn một giờ thôi, nhưng cũng nhấn mạnh được sự thánh thiêng của Phép Thánh Thể.

Bây giờ chúng ta đi rước Lễ. Nhưng, như Thánh Augustinô nói, không những chúng ta lãnh nhận

Chúa Kitô mà chúng ta còn ước mong trở thành Kitô nữa.

Nếu bạn là mình và chi thể của Đức Kitô, thế thì trên bàn tiệc Thiên Chúa bày ra bí tích là chính bạn và nên bí tích mà bạn đang nhận lãnh.. Chính bạn thưa 'Amen' với chính mình bạn và đó là một chứng minh cụ thể. Bạn hãy là chi thể của xác thánh Chúa Kitô, như vậy lời "Amen" mới được trung thực.

Lại một cuộc rước nữa - lần này, dân Chúa cùng nhau lên nhận lãnh Minh và Máu Đức Kitô. Thông thường thì có một bài ca xưng tụng sự hiện thực của Thánh Thể và cũng nói lên được chiêu kích cộng đồng đang diễn ra.

Thường đi rước Lễ mang lại niềm vui- niềm vui được diễn tả trong bài ca tạ ơn. Cần dành thì giờ để cầu nguyện riêng sau khi rước lễ, nhưng Giáo hội cũng khôn ngoan khuyên khích chúng ta nên hát và chúng ta nên tuân hành như thế.

Chúa Kitô thực sự hiện diện dưới cả hai hình, bánh và rượu. Tại hầu hết các giáo xứ của Giáo phận St. Petersburg, mọi cố gắng được thực thi để trao cho tín hữu cả Minh Thánh và Máu Thánh Chúa Kitô. Như Đức Thánh Cha Benedictô vừa tuyên bố là rước lễ dưới hai hình là "hình thức tham dự vào phép Thánh Thể trọn vẹn nhất." Với thư mục vụ được phô biến này, yêu cầu mọi giáo xứ thực hiện cho rước lễ dưới

hai hình trong các thánh lễ hằng ngày và thánh lễ Chúa nhật. Điều này không bắt buộc, nhưng thực hiện được thì tốt. Tại Hoa Kỳ, cách thích hợp nhất khi lên rước lễ là thế đúng.(Nếu có người chủ trương nên quì mà rước lễ, thì cũng không hề gì, nhưng họ nên hiểu rằng làm như vậy không hợp thời, không tỏ ra cung kính hơn đúng, lại còn có thể gây chia trí và nguy hiểm cho người khác). Người lên rước lễ nên bái đầu nhẹ và cung kính. Đáp lại câu,”Mình Thánh Chúa Kitô” và “Máu Thánh Chúa Kit, thì thưa “Amen” tuyên bố niềm tin tin rằng Chúa Kitô đang hiện diện. Hành động này cũng xác nhận chúng ta hợp nhất trong và với Chúa Kitô và cũng nói lên niềm hy vọng về điều chúng ta được trở n ên.

Sự thường thì quen quá hóa nhầm. Nhưng chúng ta, -giám mục, linh mục, phó tế, tín hữu- không một ai được nhầm lẫn cho rằng rước lễ chỉ là một việc chúng ta làm thêm trong Thánh Lễ. Chúng ta phải đón nhận Thánh Thể với cảm nhận sâu sắc về tính cách thiêng liêng của thánh lễ. Chúa Kitô đã dùng thể xác chúng ta làm đền thờ của Ngài. Còn ý tưởng nào hay hơn nữa có thể khích lệ chúng ta tự xét xem lại thái độ đối xử lẫn nhau của chúng ta với anh chị em? Chúa Kitô, Đáng ngợi trong ta cũng là Chúa Kitô, Đáng ngợi trong các anh chị em của chúng ta.

Ý thức được màu nhiệm trọng đại khi cử hành Thánh lễ, không ai trong chúng ta được rước lễ nếu người ấy đã phạm tội trọng mà chưa xưng và chưa được tha thứ. Phép Thánh Thể là nguồn mạch ban ơn tha thứ của Thiên Chúa, nên tất cả chúng ta có thể nói và

nói lên lòng chân thật của chúng ta trong lời nguyện: "Lạy Chúa, con chẳng đáng nhưng xin Chúa phán một lời thì con sẽ lành mạnh." Những tín hữu có tội trọng, bắt buộc phải lãnh nhận Bí Tích Hòa Giải trước khi rước Thánh Thể. Phép giải tội là phương tiện đã được chính Chúa Kitô thiết lập để cho người tội lỗi cảm nhận được sự thứ tha vô biên của Thiên Chúa, và giao hòa với cộng đồng.

Tuy nhiên, có điều này cũng đúng là nhiều người cho rằng những lỗi lầm và sa ngã của họ chưa đến mức là tội nặng.

Sự nhìn lại đời sống cá nhân -trong nghi thức sám hối, lời chúc bình an, trước khi lên rước lễ- giúp chúng ta nhận biết được sự yêu đuối của chúng ta và sẽ dẫn đưa chúng ta trở về với lòng thương xót, từ bi, tha thứ và khoan dung của Thiên Chúa.

Nhưng điều quan trọng là giây phút ngắn ngủi này, chỉ nhắc chúng ta nhớ lại tội lỗi của chúng ta, chứ không thay thế cho bí tích Hoà giải được. Trong giây lát này ta chỉ xin Thiên Chúa thứ tha những quên sót, những vấp phạm nhẹ, mà không phải những tội nặng. Linh mục cũng không xá giải tội nặng được khi đọc lời nguyện *Xin Thiên Chúa toàn năng thương xót, tha tội và dẫn đưa chúng ta về cõi trường sinh.*

Lời nguyện hiệp lễ kết thúc phần phụng vụ Thánh Thể. Chỉ sau lời nguyện này, mới nên có những thông báo ngắn gọn, nếu cần.

Kết Lễ

Thánh lễ, tuy vậy, chưa phải là đã kết thúc. Sau lời chào tạm biệt, linh mục ban phép lành cho chúng ta bằng dấu thánh giá. Dấu thánh giá này nhắc nhở chúng ta trong mọi trường hợp -sự khởi đầu, tận cùng, sự sống và sự chết, sự chết và sự sống lại của chúng ta -là chúng ta thuộc về Chúa Kitô.

Cuối cùng, lời “lẽ đã xong, chúc anh chị em ra về bằng yên,” “Ra về bằng yên để yêu mến và phụng sự Chúa” hoặc là một lời tương tự khác nhắc chúng ta rằng chúng ta đang mang Chúa Kitô trong mình, Đáng mà chúng ta đã vừa lãnh nhận, để đem vào thế gian. Sứ mệnh của Giáo hội là sứ mệnh của Đức Kitô và của mỗi người chúng ta, và mỗi người chúng ta là thành phần của Giáo hội, đều có nhiệm vụ tuyên xưng và sống sứ mệnh đó: chữa lành, thương xót, công bằng, cũng như sứ mệnh rao giảng Tin Mừng.

ĐTC Gioan Phaolô II thường nói đến “phụng vụ sau Phụng vụ”. Ngài có ý nói tất cả chúng ta được sai vào thế gian như những chiến sĩ phúc âm - nơi chúng ta làm việc, nơi sinh sống, nơi giải trí, nơi học hỏi. Truyền bá phúc âm gồm phục vụ những người có nhu cầu, xây dựng một xã hội công bằng, tiếp xúc tận đến người nghèo và đặc biệt là theo sát các huấn thị về xã hội của Giáo hội. Như vậy, những hành vi diễn ra trong nhà thờ, khi cử hành Bí Tích

Thánh Thể, sẽ đi vào giòng sinh mệnh chính của đời sống hằng ngày.

Như ĐTC Bênêdictô nói, ‘Tình yêu chúng ta cùi hành trong bí tích không phải chỉ giữ cho riêng mình .. Trải rộng sứ mệnh Thừa sai là chính yếu trong việc phụng vụ Thánh Thể của đời sống Kitô hữu.’

Tôi nhận thấy có nhiều việc phải làm sau Thánh Lễ - những chỗ phải đi, những người phải gặp, những bốn phận phải chu toàn. Như vậy, trong hoàn cảnh cho phép, tôi khuyến khích và xin những ai có thể, ở lại chốc lát trong tinh thần thầm lặng tạ ơn - là giây phút rất đặc biệt để gặp gỡ Chúa. Và bây giờ, sau khi đã cầu nguyện với anh chị em trong đức tin của chúng ta, sau khi lắng nghe Lời Chúa, tưởng nhớ hy lễ của Chúa Kitô trên núi Sọ, và sau khi “nhớ lại” bữa Tiệc Ly, chúng ta ra về, sinh lực được tăng cường, được tươi mát, được đổi mới, chúng ta sẵn sàng là Kitô cho tha nhân.

Thánh Lễ hằng ngày và sự tôn sùng Thánh Thể.

Một số tín hữu may mắn có thể đi dự Lễ hằng ngày hay ít nhất vài ngày trong tuần. Thực hành gương mẫu này chứng tỏ lòng yêu mến Thánh Thể. Nhiều người khác thì ghé các nhà thờ hay nhà nguyện để châu riêng. Đây cũng là một hành vi đáng khen ngợi. Dành nhiều thì giờ hơn cầu nguyện trước Thánh Thể được đặt trên bàn thờ, cùng với chầu Phép Lành, là một thực hành khác được giáo phận này khuyến khích, phù hợp với qui định của Giáo hội hoàn vũ.

Sự chầu riêng và sự chưng đặt Thánh Thể công khai không thuộc về phần phụng vụ cử hành Thánh lễ nhưng đó là một phần tiếp nối, giúp sửa soạn lòng trí chúng ta để cử hành thánh lễ cho có hiệu quả. Đây là một hành vi thờ phượng nòng cốt thực hiện bởi dân Chúa.

Ba năm chú trọng vào mục tiêu Thánh Thể.

Thư mục vụ này được ấn hành để đánh dấu sự khởi đầu chính thức của thời gian ba năm suy niệm sâu xa về Thánh lễ. Phương pháp dạy giáo lý về Thánh Thể sẽ được nghiên cứu và tăng cường trong thời gian này, khởi sự từ các lớp các em rước lễ lần đầu -và các người cha mẹ- rồi mở rộng tới các trường tiểu học, trung học và các chương trình giáo lý. Tôi yêu cầu các giảng viên giáo lý, các quí chức và giáo dân cố gắng tham gia học hỏi và yêu mến Thánh Thể hơn khả dĩ giúp những người khác thông hiểu và kính yêu phép Thánh Thể hơn nữa.

Chương trình năm thứ nhất sẽ tập trung vào phần thứ nhất của Thánh lễ, phụng vụ Lời Chúa. Năm thứ hai tập trung vào phần thứ hai, phụng vụ Thánh Thể. Năm thứ ba sẽ chú trọng đặc biệt vào sứ mạng mang Đức Kitô, Đáng mà chúng ta đã lãnh nhận trong khi rước lễ, đi vào thế gian -đây là sứ vụ thương xót và công bằng. Kết thúc ba năm sẽ có đại lễ đặc biệt Giáo phận mừng Thánh Thể để cảm tạ ơn hiểu biết mới và sâu xa: làm thế nào để trở nên con người của Thánh Thể. ÔMong chúng ta sẽ hoàn

thành công trình. Để chuẩn bị tinh thần mừng 50 năm thành lập Giáo phận St. Petersburg vào năm 2018, tôi xin các tín hữu trong giáo phận, trong ba năm tới, chú tâm vào nền tảng đức tin Công giáo - món quà bánh miến quý giá, là chính Chúa Kitô. Đức Giêsu đã nói “Hãy đến, và theo ta.” Chúng ta hãy cầu nguyện hỗ trợ lẫn nhau trong cuộc hành trình đức tin này. Mỗi Thánh lễ phải là một cảm nghiệm biến đổi đời sống. Trái tim chúng ta phải bùng cháy lên mỗi khi chúng ta cử hành Lời Chúa và gặp gỡ Chúa Giêsu trong lúc bẻ bánh.

Được nuôi dưỡng bởi Thánh Thể, chúng ta hãy đi vào thế gian để chia sẻ Tin Mừng, thay đổi bộ mặt của trái đất này nhân danh Chúa chúng ta và Đáng cứu độ chúng ta, Đức Giêsu Kitô.

Làm vào ngày Lễ trọng kính Chúa Kitô Vua, ngày 25 tháng 11, năm Chúa Giáng sinh Hai Ngàn Lẻ Bảy.

Đức Cha Robert N. Lynch
Giám mục St. Petersburg.

NHỮNG ÁP DỤNG MỤC VỤ

Tôi mong ước ghi ra đây những áp dụng thực tiễn vào chương trình Sống Thánh Thể trong Giáo phận của chúng ta, đặc biệt đối với việc cử hành Thánh Thể vào ngày Chúa nhật.

Chuẩn bị và Đón tiếp

- Mỗi cộng đoàn giáo xứ nên rộng mở và niềm nở đón tiếp mọi người: các giáo dân, những người mới lạ, những bạn khách, và những ai xa lìa Giáo hội hay không còn sống đức tin Công giáo. Các giáo xứ nên phát triển những chương trình nhằm đi tới và mời những người Công giáo cũng như hết mọi người tham gia vào cuộc sống đức tin Công giáo toàn diện.
- Để xây dựng cộng đoàn và tận dụng những tiềm lực, các giáo xứ nên xét lại các Thánh lễ mỗi tuần để xem thử nếu ít Thánh lễ hơn có thực sự phục vụ giáo xứ tốt đẹp hơn không.
- “Những lễ nghi phụng vụ không phải là những công việc riêng tư, nhưng thuộc về Giáo hội” (**Hiến chương về Phụng vụ Thánh, số 26**); do đó, các giáo xứ nên giàn xếp để có những cử hành cộng đồng cho toàn giáo xứ chứ không cho một nhóm nào hay một quyền lợi riêng tư nào.
- Mỗi giáo xứ cần có một ủy ban phụng vụ và các thành viên cần được đào luyện về phụng vụ và học hỏi về các văn kiện của

Giáo hội. Mục đích của ủy ban phụng vụ này nhằm chuẩn bị cho việc cử hành ngày Chúa nhật theo các mùa. Phụng vụ của Giáo hội đã được hoạch định, nhưng cũng cho phép một số du di. Ủy ban phụng vụ có thể thẩm định những cuộc cử hành phụng vụ nhất định và các mùa để xác định những cơ hội phán khích.

- Các thành viên của ủy ban này cần được huấn luyện kỹ càng cho phận vụ của họ để khi có những khóa học hỏi trên cấp giáo phận, họ nên tham dự. Mỗi giáo xứ nên chỉ định ai đó khả dĩ có trách nhiệm trong việc tuyển nhận, huấn luyện, và thường xuyên đào tạo các thành viên phụng vụ này.
- Giáo dân cố gắng chuẩn bị khi đến nhà thờ tham dự Thánh lễ Chúa nhật bằng cách xem trước các bài đọc, xét đến những thiếu sót cá nhân mình trong tuần, đến đúng giờ, ở lại cho đến cuối, và ăn mặc tương đối chỉnh tề (tức là không ăn mặc lôi thôi hay tầm thường).
- Các giáo xứ cố gắng làm sao để các thánh lễ cuối tuần giúp cho giáo dân cảm nghiệm cuộc sống thiêng kiêng thực sự.
- Thánh ca cần được chọn lọc theo ý nghĩa các bài đọc, theo mùa hay cho cuộc cử hành đặc biệt nào đó.
- Thánh ca cộng đồng cần được chọn lọc để cho cả cộng đoàn tham gia vào. Việc chọn các bài hát cần được dựa vào ba nguyên tắc trong văn kiện năm 1972 của Hội đồng

Giám mục, *Thánh nhạc trong Phụng tự Công giáo*, tức là thánh ca, phụng vụ và mục vụ phải thích hợp với nhau cho việc phụng tự công giáo.

- Các linh mục, phó tế, nhạc sĩ/ca trưởng và người đọc cần phải chú ý đến những lúc cần phải thỉnh lặng cầu nguyện; như lúc Sám hối, sau lời mời gọi hãy cầu nguyện, giữa những bài đọc, sau bài giảng, và sau khi Rước Lễ. Đây là những giây phút suy niệm không nên hấp tấp.
- Lời Chúa cần được công bố rõ ràng và bài giảng phải sâu sắc và ứng dụng cho giáo dân.
- Những dấu chỉ và tư thế cần phải được khoan thai.
- Rước lễ dưới hai hình là qui luật chung cho mọi Thánh lễ trong Giáo phận St. Petersburg.
- Bánh và rượu cho giáo dân rước trong Thánh lễ phải được truyền phép trong Thánh lễ đó; lấy Minh Chúa trong nhà chầu để cho rước lễ là một ngoại lệ.

Sứ mạnh “sống” Đức Tin Thánh Thể

- Mỗi giáo xứ trong Giáo phận St. Petersburg phải thực thi chương trình Sống Thánh thể. Trong thời gian diễn tiến này, các giáo xứ và các trường học, cần hợp tác với các văn phòng liên hệ của giáo phận, phải nhận

diện và thi hành những tiến trình phúc âm hóa, nhằm tăng cường những sứ vụ bí tích, giáo lý, và bác ái.

- Vì sự nối kết chặt chẽ giữa phụng vụ và phục vụ, các giáo xứ cần phải:
 - canh cải những cố gắng xây dựng và/hay tăng cường những tác vụ đang có tại giáo xứ, nhằm phục vụ những người nghèo và những người sống bên lề xã hội.
 - phát triển những tác vụ có chương trình hành động nhằm phát huy và xây dựng một xã hội công bằng và bác ái.

NHỮNG CÂU HỎI HỌC TẬP

TẬP HỌP VÀ NGHI THỨC DẪN NHẬP

Xin thính lặng suy nghĩ về những câu hỏi sau đây. Và xin cho ý kiến.

1. Chuẩn bị kỹ sẽ giúp ta cảm nghiệm và thông hiệp đầy đủ vào mọi biến cố. Vậy bạn chuẩn bị thế nào cho Thánh Lễ Chủ Nhật?
2. Giáo xứ làm gì để giúp bạn cảm thấy được ân cần tiếp đón và gắn bó lại với nhau như là một cộng đoàn trước giờ Lễ? Giáo xứ làm gì để cải thiện về điểm này?
3. Trước giờ Lễ, bạn có chào những người chung quanh, kể cả những người bạn không

- quen biết? Nếu không, điều gì đã ngăn cản bạn làm điều đó?
4. Trong nghi thức dẫn nhập, yếu tố nghi thức nào, những động tác nào hoặc kinh nguyện nào giúp bạn đi vào Thánh Lễ và dẫn bạn tham dự vào công việc thờ phượng này?
 5. Nghi thức Sám hối mang lợi ích nào cho bạn trong việc thờ phượng này và trong sự liên kết với Thiên Chúa và tha nhân? Việc rảy nước thánh vào đầu thánh lễ có ý nghĩa gì và tầm quan trọng thế nào?

Phụng Vụ Lời Chúa

Xin âm thầm suy nghĩ về những câu hỏi sau đây. Và xin cho ý kiến.

1. Chuẩn bị các bài đọc Thánh Lễ Chủ Nhật có thể do cá nhân hoặc tập thể. Có cơ hội nào khả dĩ giúp giải thích sâu rộng Lời Chúa theo những xếp đặt khác nhau của chúng ta và làm sao có thể mời những người khác tham gia?
2. Giáo Hội dạy chúng ta “Chúa Kitô hiện hữu trong Lời của Chúa, vì chính Người nói khi Thánh Kinh được công bố trong nhà thờ.”
 - a. Việc tuyên bố Lời Chúa được tôn kính thế nào trong giáo xứ bạn?
 - b. Những người công bố Lời Chúa có được huấn luyện kỹ càng để giáo dân

- có thể lắng nghe thay vì theo rỗi trong sách lẽ không?
- c. Họ có tham dự các khóa học của giáo phận/giáo xứ không?
 3. Nghi thức thỉnh lặng quan trọng trong Phụng vụ Lời Chúa. Vậy giáo xứ của bạn tôn trọng những giây phút thỉnh lặng đó đến mức độ nào?
 4. Bài giảng là phần quan yếu của phụng vụ và là nguồn chủ giải những mầu nhiệm đức tin và những nguyên lý của đời sống Kitô hữu.
 - a. Bài giảng Chủ Nhật trong giáo xứ bạn, có được dọn kỹ càng, có diễn tả bối cảnh Thánh Kinh, hay ngày/mùa năm phụng vụ không?
 - b. Làm sao chúng ta có thể giúp được vị giảng thuyết dọn bài giảng?
 5. Phụng vụ Lời Chúa có phải chính là nơi rao giảng Phúc âm của giáo xứ?
 - a. Phụng Vụ Lời Chúa có hướng dẫn giáo dân hết lòng ngợi khen và tạ ơn trong Phụng Vụ Thánh Thể?
 - b. Có gì úp chúng ta suy niệm về ơn gọi của Bí Tích Rửa Tội?
 - c. Bài giảng và các lời nguyện giáo dân có giúp giáo dân nối kết với thế giới hiện tại và các vấn đề của địa phương không?

PHỤNG VỤ THÁNH THỀ

Xin âm thầm suy nghĩ về những câu hỏi sau đây. Và xin cho ý kiến.

1. Ý nghĩa như thế nào trong việc rước và dâng của lễ bánh, rượu và sự đóng góp của cộng đoàn trong phần Chuẩn Bị Lễ Vật?
2. Yếu tố nào, hành động nào, kinh nguyện nào trong phần Phụng Vụ Thánh Thể có ý nghĩa nhất đối với bạn? Tại sao?
3. Kinh nguyện Thánh Thể gồm có những phần nào? Tầm quan trọng và ý nghĩa mỗi phần này ra sao?
4. Bạn cảm nghiệm kinh nguyện Thánh Thể như thế nào khi mang lương thực đến, kính nhở, hy l咿 và tri ân của việc phụng vụ?
5. Khi cùng với anh chị em lên rước Thánh Thể, bạn có cảm thấy như được hướng dẫn đi sâu vào máu nhiệm Chúa Kitô hiện hữu và đã sống lại chăng?
 - a. Bạn cảm nghiệm như thế nào?
 - b. Có ảnh hưởng đến cuộc sống trong tuần tới của bạn không?

NGHI LỄ KẾT THÚC

Xin âm thầm suy nghĩ về những câu hỏi sau đây. Và xin cho ý kiến.

1. Mục đích của lời giải tán là gì? Bạn hiểu vai trò môn đệ của bạn ra sao?
2. Bạn đã giúp truyền bá Nước Chúa ra sao?

3. Điều gì thúc đẩy bạn dẫn thân vào sứ vụ bác ái và công bằng?

4. Đức Thánh Cha Phaolô II đã viết trong Tông Thư, *Dies Domini*, Nề việc giữ Ngày Thánh của Chúa), "Việc cử hành Thánh Thể không ngưng tại cửa nhà Thờ" và còn tiếp tục" phụng vụ sau Phụng vụ". Bạn nghĩ sao về lời này?

5. Cộng đoàn đức tin của bạn thách đố bạn ra sao để thành Kitô hữu tốt hơn?

a. Cộng đoàn có thể đáp ứng hữu hiệu hơn những nhu cầu thế giới ra sao?

b. Có những cách cụ thể nào giúp chúng ta, như là một cộng đoàn giáo xứ, có thể mời gọi và khuyến khích lẫn nhau để trở thành Chúa Kitô lẫn cho nhau và cho thế giới.?

SỐNG THÁNH THỂ
Giáo Phận St. Petersburg