

CÁCH XÉT MÌNH

(*Nên giữ yên lặng và cầu nguyện.*)

1. Em làm dấu Thánh Giá
2. Em đọc Kinh Lạy Cha
3. Em cầu nguyện cùng Chúa Thánh Thần:
Xin Chúa soi sáng cho con, giúp con nhận ra tội con đã phạm và cho con biết ăn năn chữa tội cùng xưng tội cho nên.
4. Em xét Mình theo 10 Điều răn:

TRONG GIA ĐÌNH NHỎ:

- Con có thương và giúp đỡ cha mẹ không?
- Con có vâng lời và lễ phép với ông bà, cha mẹ, anh chị không?
- Con có nói thật không?
- Con có tức giận, cãi lại và ngang bướng không?

TRONG GIA ĐÌNH LỚN:

- Con có vâng lời thầy cô không?
- Con có thương và giúp đỡ bạn bè không?
- Con có nói tốt và nghĩ tốt về bạn bè không?
- Con có cãi lộn hoặc đánh nhau không?
- Con có ăn gian khi làm bài không?
- Con có ước muốn hoặc lấy gì của ai không?
- Có có thù ghét ai không?
- Con có tha thứ cho người làm con buồn không?
- Con có tôn trọng thân xác con và người khác không?
- Con có ghen vì người khác giàu có hơn con không?

TRONG GIA ĐÌNH CHÚA:

- Con có tin và vâng lời Chúa dạy không?
- Con có lễ phép khi kêu tên Chúa không?
- Con có quên nói chuyện với Chúa không?
- Con có bỏ lễ Chúa Nhật và các ngày lễ buộc không?

5. Em NHẬN LỖI
6. Em HỐI HẬN và HỨA không phạm tội nữa.
7. Em XIN LỖI CHÚA và mọi người.
8. Em gặp Linh Mục để XUNG TỘI.
9. Em làm việc ĐỀN TỘI
10. Chúa THA TỘI cho em và Em CẢM ƠN CHÚA

EXAMINATION OF CONSCIENCE (inner voice)

(*Pray in silence.*)

1. I make the Sign of the Cross.
2. I say Our Father.
3. I pray to the Holy Spirit:
Lord, please help me recognize all the sins that I have committed, to sin no more, and make a good confession.
4. Examine my actions based on the 10 Commandments:

IN MY LITTLE FAMILY:

- Do I love, help, and do what my parents ask me to do?
- Do I obey or not respect my grandparents, parents, brothers and sisters?
- Do I tell the truth no matter what?
- Do I ever feel angry toward my parents, argue with them, act stubborn or make them sad?

IN MY BIG FAMILY:

- Do I obey my teachers?
- Do I love and care for my needy brothers and sisters?
- Do I always think or talk nicely about my friends/others?
- Do I fight with anyone?
- Do I ever cheat on tests or schoolwork?
- Do I want to steal or tell someone else to steal?
- Do I hate or act mean to anyone?
- Do I refuse to forgive others?
- Do I take care of my body and respect other people's bodies?
- Do I get jealous of others or what they may have?

IN GOD' FAMILY:

- Do I obey and believe in God?
- Do I always pray or talk to God?
- Do I always say God's name with love and respect?
- Do I miss or come late to Mass on Sunday or a Holy Day on purpose?

5. I ADMIT my sins.
6. I am very SORRY & PROMISE not to sin again.
7. I say SORRY to GOD and everybody.
8. I go to see the priest and go to CONFESSION.
9. I do my PENANCE as the priest advised.
10. God FORGIVES my sins and I THANK GOD.

CÁCH XUNG TỘI

(Giữ yên lặng và cầu nguyện.)

1. Linh Mục (Cha) chào đón em
2. Em làm dấu Thánh Giá
3. Em nói với Linh Mục:
“Thưa Cha, con xưng tội lần đầu...”

“Thưa Cha, con đã xưng tội được
..... ngày / tháng / năm”.

(Nếu không phải xưng tội lần đầu, em nói rõ em đã xưng
tội cách đây được bao lâu?)
4. Em Xưng tội:
 - Con đã.....
 - Con đã.....
 - Con đã.....
 - Con đã.....
 - Con đã.....
 - Con đã.....
 - Con đã........và tất cả các tội khác con đã phạm mà con quên mất.
5. **“Thưa Cha con đã xưng xong.”**
6. Linh Mục nói chuyện và cho em làm VIỆC ĐÈN TỘI, một số kinh phải đọc hay việc phải làm.
7. Em đọc **KINH ẨM NĂN TỘI**
Lạy Chúa con, Chúa là Đấng trọn tốt trọn lành vô cùng! Chúa đã dựng nên con, và cho Con Chúa ra đời, Chịu nạn chịu chết vì con, mà con đã cả lòng phản nghịch lỗi nghĩa cùng Chúa, thì con lo buồn đau đớn, cùng chê ghét mọi tội con trên hết mọi sự; con dốc lòng chừa cải, và nhờ ơn Chúa thì con sẽ lánh xa dịp tội, cùng làm việc đền tội cho xứng, Amen.”
8. Linh Mục cầu xin Chúa THA TỘI cho em và chúc em về bình an.
9. Em làm dấu Thánh Giá, và cảm ơn Linh Mục.
10. Em về **CẢM ƠN CHÚA**, đọc kinh và làm những việc / điều Linh Mục dặn.

GO TO CONFESSION

(Pray in silence.)

1. The Priest (Father) welcomes me.
2. I make the Sign of the Cross.
3. I tell the priest:
“Father, this is my first confession.”

“Father, I have made the last confession about.....
days / months / years...”

(If this is not your 1st time to make confession,
tell how long **it has been since** your last confession).
4. I confess my sins:
 - I did....
 - I did....
 - I did....
 - I did....
 - I did....
 - I did........ all the sins that I have committed but now I forget.
5. **“Father, I am done with my confession”.**
6. Father advises me and gives me a PENANCE, something to say or do to make up a little for my sins.
7. I say the **ACT OF CONTRITION**
My God, I am sorry for my sins with all my heart. In choosing to do wrong and failing to do good, I have sinned against You Whom I should love above all things. I firmly intend, with Your help, to do penance, to sin no more, and to avoid whatever leads me to sin. Our Savior Jesus Christ suffered and died for us, in His Name, My God, have mercy, Amen.”
8. Father asks God to FORGIVE me and tells me go in peace.
9. I make the Sign of the Cross, and thank Father.
10. I thank God and do the PENANCE that the Priest tells me to do.