

4 GIỜ THÁNH để Thăng Tiến Hôn Nhân

CÁC GIA ĐÌNH HÂN HOAN LOAN BÁO, CỬ HÀNH, LÀM CHỨNG NHÂN VÀ PHỤNG VỤ CÙNG NHAU

NHIỀU CÁCH THỨC ĐỂ CẦU NGUYỆN

CÙNG NHAU THAM DỰ: Khi có thể, hãy cùng tham dự Châu Thánh Thể với bạn đời. Quý vị có thể đăng ký tham dự thường xuyên (vui lòng xem các bước ở trang mặt sau), hoặc tham dự không thường xuyên, tùy theo lịch của mình.

“THAY PHIÊN NHAU THAM DỰ”: Nếu quý vị có con nhỏ ở nhà, việc tham dự Châu Thánh Thể cùng bạn đời có thể khó khăn hoặc thậm chí là không thể. Hãy thử cùng tham dự một giờ Châu Thánh Thể thường xuyên, luân phiên tham dự giữa quý vị và bạn đời hai tuần một lần.

THAM DỰ MỘT MÌNH: Nếu không thể cùng bạn đời tham dự một giờ Châu Thánh Thể, xin nhớ rằng lời cầu nguyện của quý vị cho đời sống hôn nhân của mình (dẫu cả khi cầu nguyện một mình) vẫn mang giá trị sâu sắc. Chúa Giê-su luôn mong muốn đến gần để nâng đỡ quý vị qua chính ơn gọi của quý vị, đặc biệt trong những thời điểm hôn nhân trở nên chèn vênh hay nặng trĩu.



“Sự ưng thuận mà vợ chồng trao cho nhau trong Đức Ki-tô không chỉ kết hiệp họ thành một cộng đoàn sự sống và tình yêu, mà còn mang chiều kích Thánh Thể. ...Tình yêu phụ phụ là dấu chỉ bí tích của tình yêu Đức Ki-tô dành cho Hội Thánh của Người—một tình yêu đạt tới chóp đỉnh nơi thập giá, cũng là cách diễn tả ‘hôn ước’ của Người với nhân loại, đồng thời là cội nguồn và trung tâm của Bí Tích Thánh Thể. Chính vì thế, Hội Thánh biểu lộ sự gắn gũi thiêng liêng với những ai đặt gia đình của họ trên nền tảng Bí Tích Hôn Phối.”

— Đức Giáo Hoàng Benedict XVI, Bí Tích Tình Yêu

LỊCH THÁNH LỄ VÀ
CHẦU THÁNH THỂ CỦA
GIÁO XỨ



Đăng ký để nhận Tin
Tức và Sự Kiện dành
cho Gia Đình, chia sẻ
trải nghiệm về sự
kiện này hoặc gửi lời
cầu nguyện





4 GIỜ THÁNH để Thăng Tiến Hôn Nhân

CÁC GIA ĐÌNH HÂN HOAN LOAN BÁO, CỬ HÀNH, LÀM CHỨNG NHÂN VÀ PHỤNG VỤ CÙNG NHAU



GIỜ THÁNH 1

10 PHÚT MỖI NGƯỜI

Hãy viết ra danh sách những phẩm chất ở bạn đời mà quý vị cảm thấy biết ơn.

Hãy viết ra danh sách những phẩm chất ở bạn đời mà quý vị cảm thấy biết ơn.

Hiện tại, bạn đời của quý vị có những niềm vui nào trong cuộc sống? Hãy cảm ơn Chúa vì những điều đó.

Hiện tại, bạn đời của quý vị đang đối mặt với những thử thách và khó khăn nào? Hãy cầu xin Chúa giúp đỡ.

Hãy thưa cùng Chúa: "Lạy Chúa, con có thể làm gì để động viên bạn đời trong những thời điểm khó khăn?"
Hãy lắng lòng để đón nhận câu trả lời.

Bạn đời của quý vị có thể cần được chữa lành ở những khía cạnh nào? Hãy nghĩ đến những tổn thương mà bạn đời của quý vị đã chịu đựng từ quý vị, gia đình ruột thịt, bạn bè, đồng nghiệp, v.v. Cầu xin Chúa giúp đỡ bạn đời (và quý vị!) biết tha thứ và được chữa lành.



GIỜ THÁNH 2

5 PHÚT

Tự vấn lương tâm. Quý vị đã yêu thương bạn đời nhiều như thế nào trong tuần này? Quý vị có thể cải thiện ở điểm nào?

20 PHÚT

Cầu nguyện Kinh Mân Côi cho bạn đời. Quý vị có thể dâng mỗi chục kinh cho một ý nguyện khác nhau như: 1. Công việc hàng ngày của bạn đời, 2. Sự tăng trưởng về đức hạnh của họ, 3. Biết ơn về tình yêu của bạn đời, 4. Chữa lành cho mọi tổn thương, 5. Bạn đời sẽ tin tưởng vào tình yêu của quý vị.

20 PHÚT

Đọc chậm rãi một đoạn từ một trong những sách Phúc Âm, chú ý đến bất kỳ từ ngữ hoặc đoạn nào nổi bật. Đọc lại và suy ngẫm đoạn Kinh dưới ánh sáng của lời cầu nguyện, "Lạy Chúa, xin chỉ cho con cách yêu thương bạn đời hơn!"

10 PHÚT

Cầu nguyện cho mọi tình huống cụ thể mà bạn đời sẽ trải qua trong tuần này.

5 PHÚT

Một điều mà quý vị có thể làm vào tuần này để bạn đời tin tưởng vào tình yêu của quý vị là gì? Hãy quyết tâm làm điều đó.



GIỜ THÁNH 3

15 PHÚT MỖI NGƯỜI

Tự vấn lương tâm theo đoạn kinh 1 Cô-rinh-tô 13:4-7. Đặt tên của quý vị vào vị trí từ "yêu thương". Cảm ơn Chúa vì những thành công của quý vị trong tuần này cũng như cầu xin Chúa tha thứ cho những thất bại.

Lăn chuỗi Mân Côi để cảm ơn Chúa vì những đặc điểm tính cách cụ thể ở người bạn đời hay những phước lành trong đời sống hôn nhân của quý vị. Thúc đẩy bản thân tìm thấy những điều tốt đẹp (dù nhỏ bé) khi lăn từng hạt Mân Côi!

Ghi ra một vài điều từ lời cầu nguyện biết ơn của quý vị trong những tờ ghi chú nhỏ để lại cho bạn đời vào tuần này.

Dâng một Chuỗi Kinh Lòng Chúa Thương Xót cho bạn đời, cầu xin Chúa thương xót cho cuộc hôn nhân của quý vị!



GIỜ THÁNH 4

20 PHÚT

Đọc lại những lời thề mà quý vị đã nói vào ngày cưới:

Anh/em là (tên) nhận em/anh (tên) làm vợ/chồng của anh/em, và hứa giữ lòng chung thủy với em/anh, khi thịnh vượng cũng như lúc gian nan, khi mạnh khỏe cũng như lúc đau yếu, để yêu thương và tôn trọng em/anh mọi ngày suốt đời anh/em.

Mỗi cụm từ có ý nghĩa gì đối với quý vị? Quý vị đã làm gì để thực hiện mỗi lời thề đưa ra?

30 PHÚT

Đọc chậm rãi đoạn kinh Giảng 2:2-12. Có những mặt nào trong hôn nhân của quý vị đang "hết rượu?" Hãy xin Mẹ Maria chuyển cầu để phép lạ xảy ra, rồi lắng nghe lời dạy của Mẹ: "Người bảo gì các con cứ làm theo". Chúa Giê-su đang yêu cầu quý vị làm những điều nhỏ bé nào để "đổ nước vào chum" và chuẩn bị lãnh nhận thêm niềm vui?

10 PHÚT

Tìm 10 điều cụ thể ở bạn đời để cảm ơn Chúa, và cầu xin Chúa giúp đỡ bạn đời trong 10 tình huống cụ thể mà họ có thể trải qua trong tuần này.

> Tìm hiểu thêm tại dsj.org/family-life/