



Chương Trình Buổi Họp Liên Gia

1. Hát kinh Cầu Xin Chúa Thánh thần (1')
2. Lời nguyện mở đầu (Gia Chủ hoặc LG) (1')
3. Đọc một đoạn Kinh Thánh (2')
4. Suy niệm Lời Chúa và chia sẻ cảm nghiệm cá nhân dựa theo đoạn Kinh Thánh vừa nghe (Bài Kinh Thánh đã đánh động cá nhân như thế nào? Không giải thích Kinh Thánh. Nếu không có cảm nghiệm gì thì không bắt buộc phải nói) (5- 10')
5. Giới thiệu đề tài về đời sống hôn nhân gia đình, chia sẻ những kinh nghiệm sống, những suy nghĩ, ưu tư, những phấn đấu đã vượt qua và những quyết tâm thay đổi sắp tới... (45')
6. Sắp xếp cho buổi gặp mặt lần tới, thông báo, tin vui, tin buồn, linh tinh (...')
7. Đọc Kinh Hôn Nhân Gia Đình với 3 lời nguyện tắt kết thúc.

BÀI CA ĐỨC MẾN – (CR 13:4-7)

⁴ Đức mến thì nhẫn nhục, hiền hậu, không ghen tương, không vênh vang, không tự đắc,⁵ không làm điều bất chính, không tìm tư lợi, không nóng giận, không nuôi hận thù,⁶ không mừng khi thấy sự gian ác, nhưng vui khi thấy điều chân thật.⁷ Đức mến tha thứ tất cả, tin tưởng tất cả, hy vọng tất cả, chịu đựng tất cả

GIỮ LỬA HẠNH PHÚC

Bí quyết nào để có một cuộc hôn nhân êm thấm, bền vững? Theo chuyên gia tâm lý Vijay Nagaswami của Ấn Độ, tác giả quyển Hôn nhân 24x7, nhìn chung bí quyết đó chỉ gói gọn trong một câu: Thay vì quần quật cho cuộc hôn nhân, hãy chăm sóc mối quan hệ đó một cách khôn ngoan.

1. Làm chủ cuộc hôn nhân của mình

Hôn nhân là vấn đề giữa hai cá nhân, không phải hai gia đình. Tuy nhiên, nhiều bậc cha mẹ lại điều khiển chuyện vợ chồng của con cái. Họ không tạo cho con một không gian riêng như lẽ ra phải có, thậm chí can thiệp thẳng thừng vào mọi chuyện lớn bé trong gia đình các con.

Nếu muốn duy trì hạnh phúc, đừng để ai nắm giữ cuộc hôn nhân của mình. Hãy tự quyết định những vấn đề của gia đình vì nếu “đầu tư” đúng mức, thành quả nhận được sẽ hơn ta mong đợi rất nhiều.

Ngoài ra, hôn nhân là cơ hội để ta trưởng thành hơn nếu biết can đảm đối mặt với các nghịch cảnh trong cuộc sống và vững bước tiến tới.

2. Trân trọng những thời khắc bên nhau

Trong quan hệ hôn nhân, ngoài không gian riêng của mỗi người, các cặp vợ chồng cũng nên chú trọng đến không gian “của chúng ta”. Nếu vợ hay chồng luôn miệng cấm “Anh/em không được can thiệp vào chuyện riêng của em/anh”, sẽ chẳng còn gì hai vợ chồng có thể chia sẻ với nhau.

Hai vợ chồng không cần bên nhau mọi lúc mọi nơi, nhưng hãy cố thu xếp thời gian dành riêng cho nhau cho dù bận bịu thế nào đi nữa. Hai người có thể cùng nhau chăm sóc vườn tược, dọn dẹp nhà cửa, nấu nướng hay đơn giản chỉ là đi dạo mát dọc bãi biển. Hãy tắt hẳn điện thoại di động ít nhất một giờ khi bạn ở bên chồng hay vợ của mình.

3. Dung hòa giữa tình cảm vợ chồng và tình cảm dành cho cha mẹ, con cái

Tình yêu thương dành cho cha mẹ và con cái cũng không kém phần quan trọng; tuy nhiên bạn không nên để những tình cảm này “lấn sân” những gì bạn dành cho người bạn đời. Ngay cả khi bạn yêu cha mẹ và con cái rất mực, bạn cũng nên lưu tâm đến điều này.

Nhiều đôi vợ chồng để con cái ngủ chung phòng đến lúc chúng lớn và không thể dành cho nhau những chiếc hôn nồng ấm hay vòng tay âu yếm ngọt ngào chỉ vì ngại con mình nhìn thấy. Điều này hoàn toàn không nên. Hãy luôn nhớ ngoài tình cảm dành cho bậc song thân và con trẻ, còn có cả tình yêu chúng ta dành cho người mình đã chọn làm chồng/vợ.

4. Tìm sự trợ giúp nếu cần

Đừng do dự tìm đến các chuyên gia tư vấn hôn nhân khi gặp phải khó khăn hay trực tiếp trong đời sống vợ chồng nhưng chưa có cách giải quyết. Nhiều lúc người ngoài sẽ thấy rõ vấn đề hơn người trong cuộc.

5. Tạo dựng “phiên bản” mới

Thông thường, con cái hay tìm kiếm người bạn đời theo khuôn mẫu của cha mẹ mình. Một cô gái nghĩ rằng cha mình là người chồng lý tưởng vì ông không ngại đi chợ giúp vợ hay chỉ dẫn con cái làm bài tập. Nếu chồng cô không làm những việc tương tự, cô sẽ rất thất vọng.

Điều đó cũng xảy ra khi một anh chàng tôn sùng mẹ mình vì tài nấu ăn ngon. Khi vợ anh nấu ăn không bằng mẹ chồng, anh ta sẽ dễ đâm ra cáu kỉnh.

Tuy nhiên, cô gái hay anh chàng đó có thể không biết cũng có những chuyện không hay trong đời sống vợ chồng của cha mẹ mình. Hãy nhớ rằng phiên bản hôn nhân của cha mẹ chưa hẳn đã thích hợp nhất đối với bạn. Tốt hơn hết hãy tự xây dựng cho mình một khuôn mẫu mới.

6. Tránh phân biệt “gia đình anh, gia đình em”

Đừng quá kỳ vọng bạn đời của mình cũng hết mình với cha mẹ chồng/vợ như bản thân chúng ta. Tránh những trường hợp nảy sinh mâu thuẫn kiểu “em và gia đình em, anh và gia đình anh”. Thay vì thế, hãy tiến dần đến điểm chung “chúng ta và gia đình chúng ta”.

Hãy nhớ rằng ai cũng có cả ưu lẫn khuyết điểm và cha mẹ chúng ta cũng không ngoại lệ.

7. Giao du bạn bè nhưng không để họ ảnh hưởng đến đời sống hôn nhân

Cánh đàn ông không thể sống mà không có hội họp bạn bè, cũng như cánh phụ nữ không thể rời bỏ sở thích mua sắm cùng bạn gái. Một vài người trong số đó lại thích đưa ra lời khuyên cho mọi chuyện, từ hòa giải mâu thuẫn với mẹ chồng đến xoa dịu cơn giận của vợ.

Tuy nhiên, những lời khuyên này thường căn cứ vào kinh nghiệm sống của bản thân họ, do đó có thể thích hợp hoặc không đối với trường hợp của chính bạn. Vì thế, hãy nghe nhưng không phải lúc nào cũng áp dụng những lời khuyên đó.

THẢO VY (theo Times of India)