

nguyenthi leyen

HỌNH PHÚC HÔN NHÂN

**CÁCH ĐÓN GIỜN ĐÓ CỜU NGUYỄN CHUNG VÀI BỜN ĐÓI
GIÚP CỜI THIỜN ĐÓI SỜNG HÔN NHÂN**

Cờu nguyờn cùng vớichờng chờa bao giờ là chuyờn đờ đờivớitôi. Mờc dù có thờ chia sờ mớithờ, mớikhía cờnh trong đờisờng cờa tôi vớianhờy, tuy nhiên, tôi đờng nhờ luôn ngờn ngời khi đờn giờ cờu nguyờn chung.

Khi mớicời nhau: Tôi đã ép mình phờinóidờugì đờtrong giờ cờu nguyờn, nhờng thờcờ đờ không phờilàlờicờu nguyờn xuờtphát thờcon tim, và đờuờy vớitôi xem ra rờtkhó khờn và gờng ép. Vờchờng tôi thờa thờn vớinầu là anhờysờ cờu nguyờn lờn thờng đờ khờisờ giờ cờu nguyờn. Tờp thờ, tôi dành vờiphứttờm thờvớichúatrong thờnh lờng. Và cừicùng, tôi khờp lờigờ cờu nguyờn bờng lờikờt "Amen!"

Chúng tôi cờm thờy khờn vớihình thờcờu nguyờn này trong mớynăm lờn. Tuy nhiên, đờisờng cờu nguyờn cờa chúng tôi đã hoàn thờn thờ đờikờtờ khi bờttờ đờn phờng phỏp cờu nguyờn chỏ John Riccardo đờng hờ cho các cờp vờchờng. Phờng phỏp thờ đờn giờ nhờ sau:

- 1/ Trờc khi đờng, ngờichờng đờttay lên đờuờ mình và lờn thờng cờm thờ Chúavì đờugì đờ anh thờ thờ đờcờnờivờ mình.
- 2/ Sỏ đờ, anhờy đờcờm thờtờnh lờy Chỏ.
- 3/ Tờp thờ, ngờichờng đờttay lên đờucờa chờng mình và lờn thờng cờm thờ Chúavì nhờng đờuờ chờ muờn khờngờichờng mình.
- 4/ Cừicùng, chờ đờcờm thờtờnh Kờnh Mờng đờ kờt thờ.

Và đây là kinh nghiệm của chúng tôi sau khi áp dụng cách cầu nguyện này:

Cách cầu nguyện này thật đơn giản và dễ thực hiện. Ngay cả vào những đêm chúng tôi đã kiệt sức và đã xem chương trình truyền hình trực tuyến Netflix hiếm muộn, chúng tôi vẫn có đủ sức để duy trì cầu nguyện theo cách của cha John Riccardo. Cách cầu nguyện này khiến tôi luôn tìm kiếm những điều thiện hảo nơi chính tôi và nơi đời sống hôn nhân của chúng tôi. Và tôi đã suy nghĩ về những điều tôi có thể nói để lòng kính trọng chính mình ngang qua ngày sống của tôi.

Một chút "ích kỷ", tôi thích được nghe những gì anh và bạn nói về tôi nhiều hơn. Khi tôi nhìn anh và bạn đã nhận được những điều tốt đẹp tôi đã làm mà tôi cho rằng chính ai có thể nhận ra. Tôi cảm thấy mình thật có giá trị và tôi được thúc đẩy để tiếp tục phục vụ gia đình khi được nghe những lời bí mật của chính tôi (Chúng tôi không nói điều gì đó quá đáng mỗi đêm. Thách thức một chút, những thực sự rất vui khi chúng tôi nhận được những điều gì đó chúng tôi chưa từng nói trước đây!)

KẾT QUẢ : 1/ Tôi không còn cảm thấy vắng vẻ hay sợ hãi khi cầu nguyện lẫn nhau vì chính tôi nhận ra. Đúng hơn, tôi cảm thấy rất thú vị và thoải mái gian chúng tôi có thể chia sẻ với nhau trước mặt Chúa như một cách mà Chúa muốn chúng tôi đời sống hôn nhân, nơi gia đình chúng tôi.

2/ Thoải mái qua, khi đã thành thạo hơn trong việc sử dụng những phương pháp cầu nguyện này, tôi thấy mình đã có thể dâng lên lời cầu nguyện để phát xuất phát từ trái tim tôi.

3/ Không có điều nào có thể khiến tôi mất niềm vui mà những phương pháp cầu nguyện này đem đến cho đời sống hôn nhân của chúng tôi và tôi không thể chờ đợi lâu hơn nữa để biết được nó đã tác động lên đời sống hôn nhân của bạn như thế nào.

Nguồn:

<https://catholic-link.org/this-simple-method-of-praying-with-your-spouse-will-improve-your-marriage/>

Chuyên ngành : Phan Quỳnh, S.J.(dongten.net)
