

"Ideal for lent "

## **Marriage Initiative**

*"Becoming a Marriage-Building Church,  
So that people's lives are filled with hope"*



### **Iniciativa para el Matrimonio**

*"Con virtiéndonos en Iglesia que Fortalece  
Matrimonios, para que las vidas de las personas  
se llenen de esperanza "*

"Ideal para la Cuaresma "

***Resources/Recursos:***

- "*For Better and For Ever* " Roman Catholic Edition (En la Buenas y Para Siempre"Edición Católica) by Robert A Ruhnke C.SS R , D Min
- Bible/ Biblia
- *PAIRS Essentials Essenaates PAIRS- A professional 16 hour communication and problem solving workshop (Un Taller profesional de 16 horas de comunicacion y de resolución de problema)*

- o 1: 30- 1:50 p.m. Personal Silent reflection/  
Reflexión Personal en silencio
- o 1:50 - 2: 10 p.m. Couple sharing/  
Compartimiento en pareja
- o 2:10 - 2: 30 Silent Prayer before the  
Blessed Sacrament/ Oración en Silencio  
frente al Santísimo
- o 2:30 - 2:45 Large Group Sharing about the  
day's experience - Compartimiento con  
todo el grupo sobre la experiencia del día
- o 2:45—2:55 p.m. Final Couple Blessing/  
Bendición final de pareja

***Suggestions for extending program/  
Sugerencias para extender el programa:***

During the last evening - invite the couple to continue benefiting from this program by committing to participate in additional nights covering the following chapters: Chapters: 4, 5, 7, 8, 12, 18, 19 - 6 for couple living together  
*(Durante la última noche - invitar a la pareja a continuar beneficiándose de este programa, comprometiéndose a participar en noches adicionales que cubren los siguientes capítulos: Capítulos: 4, 5, 7, 8, 12, 18, 19-6 para pareja viviendo juntos)*



## ***Marriage Initiative***

### **“Ideal for Lent” training.**

The *"For Better and for Ever"* curriculum was written for the immediate preparation for the sacrament of Marriage. We will make adaptations in this program, to use it as a resource for already married couples/cohabitating couples. The main goal is to enrich the relationship by understanding themselves and Catholic teaching about this sacrament, and the importance of prayer in their relationship with God and with each other.

### ***Structure for the six week journey of relationship enrichment for couples/ singles:***

- Welcome and introduction to The Lenten Journey
- 4 evenings- using lessons 2, 3, 11, and 14, from *"For Better and for Ever"* book (*chapters 2 & 3 will help us look at our families of origin, chapter 11 is about Christian marriage and it's essential elements, and chapter 14 is about prayer*).
- Each session is 2 to 2/4 hours
- Homework: each week the participants will be asked to read and do activities on a specific chapter
- Retreat

- 15 min Explicar el proceso- presentación corta sobre el Salmo, tiempo en silencio reflexión sobre lo que Dios nos dice a través de este salmo, compartimiento como pareja, compartimiento en grupo (3 parejas)- tomar el tiempo para explicar porque es necesario tomar tiempo para estar en silencio - encontrar a Dios a través de cada una de las partes de este proceso).

o 12:00- 1:00 p.m. Lunch

o 1:00-1:25 p.m. Presentation/  
Presentación #2 Psalm/Salmo 23

=> Begin by asking, Are you familiar with whom a shepherd is and does?

Empezar preguntando, Si saben quién es un pastor y lo que hace?

=> What are the characteristics of a good shepherd?  
¿Cuáles son las características de un buen pastor?

=> What does this image of God as the good shepherd mean for us today?

¿Que es lo que esta imagen de Dios como el buen pastor significa para nosotros hoy?

## *Iniciativa para el Matrimonio*

Entrenamiento, "Ideal para la Cuaresma"

El plan de estudio, "En las Buenas y Para Siempre", fue escrito para la preparación inmediata del Sacramento de Matrimonio. Vamos a hacer adaptaciones en este programa, para usarlo como un recurso para las parejas ya casadas/ parejas que cohabitan. El objetivo principal es enriquecer la relación mediante la comprensión de sí mismos y de la enseñanza Católica sobre el sacramento, y la importancia de la oración en su relación con Dios y con los demás.

### *Estructura para la jornada de seis semanas de enriquecimiento de la relación para parejas/ solteros:*

- Bienvenida e introducción a la Jornada Cuaresmal
- 4 noches que utilizan las lecciones 2, 3, 11, y 14, del libro "En las Buenas y Para Siempre" (capítulos 2 y 3 nos ayudará a ver a nuestras familias de origen. El capítulo 11 habla sobre el matrimonio cristiano y sus elementos esenciales, y el capítulo 14 se enfoca en la oración).
- Cada sesión es de 2 a 2 1/4 horas
- Tarea: cada semana se les pedirá a las participantes que lean un capítulo específico y hagan las actividades que le corresponden.
- Retiro

***Lesson 6: Retreat (this also can be a full day retreat) make adaptations if it is only a night retreat)***

***6ta Lección: Retiro (también puede ser un día completo de retiro) hacer adaptaciones si es sólo un retiro de noche)***

- Couple's Retreat - Retiro para parejas
- Outline/Horario
  - 8:30 am - Gathering/Congregarse
  - 8:40 am - Opening prayer/ Oración de Apertura (Bilingual) - All
  - 8:55 am- Separate in Language groups - Grupos según language se separan
  - 9:00am - 9:45 Emptying of the emotional jar activity - Actividad de vaciar la vasija emocional (Instructions/Instrucciones 10 min. Activity/Actividad 35 min.
  - 9:45- 10:00 a.m. Break- Descanso
  - 10:00 am-12:00 pm. Presentation/ Presentación #1 Psalm/Salmo 139
- 15 min. Explain retreat process - Short presentation on the Psalm (25 min), silent time to reflect on what God is telling through this Psalm(25 min), sharing time as a couple on the experience (20 min), group sharing 20min. (three couples) - Explain why the need for silence- hear the voice of God- encountering God in all of these three parts of the process.

- **Prayer:** Each night will begin and end with a decade of the rosary according to the mysteries for that day. Example: Joyful Mysteries for Mondays and Thursdays. This is an opportunity to practice one of the most prevalent devotions of our tradition, and to have our Mother Mary accompany us during this journey. Ask them to bring their own intentions to the prayer.

### *Lesson 1 - Welcome and introduction to The Lenten Journey*

- Welcome and Introduction
- Instructions and logistics: restrooms, breaks, etc.
- Prayer: A decade of the Rosary
- Ice breaker
- Talk briefly about the Year of Faith - and opportunity to grow in our faith by ...
- Explain the structure of this Lenten Journey
- Ask the participants to explain what lent is and its importance to us
- Complete explanation about the meaning of Lent and the three pillars of lent: Prayer, Fasting and Almsgiving.
- Faith Sharing- allow time for couples/group to share
- Break
- Share memories about how Lent was celebrated in their own family (family of origin)

### *5 ta Lección: La Oración*

- Bienvenida
  - Oración: Recitar una década del Rosario
  - Capítulo 14 - repasar brevemente sobre el contenido de este capítulo (págs. 133-139) - cubra parte por parte - explicar palabras claves - pedir a los participantes a compartir palabras, frases que llamaron su atención durante la lectura y preguntas o reflexiones para este capítulo.
  - Descanso (este capítulo es larga, quizás desee dividirla en dos partes y hacer una pausa en el medio)
  - Actividad: Explicar qué y cómo hacer preguntas para reflexión y diálogo: oración en la página 143.
  - Compartir: cada uno de la proporción de participantes con su cónyuge/pareja tienen sus preguntas para la reflexión y el diálogo.
  - Grupo compartir acerca de la actividad: ¿Cuáles fueron sus conclusiones en este capítulo? ¿Fue útil esta experiencia? ¿Por qué?
  - Asignar tareas
  - Últimos comentarios de la noche
  - Oración final: una segunda década del Rosario
- Tarea:** Completa página 141 — compartir con cónyuge/pareja y diálogo sobre el contenido.
- Consejo:** orar juntos antes y después de pedir la ayuda del Espíritu Santo la tarea.

## Lesson 5: Prayer

- Welcome
- Prayer: Recite a decade of the Rosary
- Chapter 14 - Briefly go over the content of this chapter (pgs. 121-127)-Cover part by part -Explain key words - Ask participants to share words, sentences that caught their attention during reading and any questions or thoughts for this chapter.
- Break (This chapter is long, you might want to divide it into two parts and have a break in between)
- Activity: Explain what and how to do Questions for Reflection & dialogue: Prayer on page 129.
- Sharing: have each of the participants share with their spouse/partner their questions for reflection and dialogue.
- Group sharing about the activity - What were their findings in this chapter? Was this experience helpful? Why?
- Assign homework
- Last remarks of the night- Retreat and evaluation
- Final Prayer: a second decade of the Rosary
  
- **Homework:** Complete page 130—share with spouse/partner and dialogue about it.
- **Tip:** pray together before and after homework asking for the Holy Spirit's help.

- Oración: Cada noche comienza y termina con una década del rosario de acuerdo a los misterios de ese día; por ejemplo. Misterios Gozosos los lunes y los jueves. Esta es una oportunidad para practicar una de las devociones más prevalentes de nuestra tradición, y para que nuestra Madre María nos acompañará en esta jomada. Se le pedirá que traigan sus propias intenciones para la oración

## ler Lección - Bienvenida e introducción a la Jornada Cuaresmal

- Bienvenida e Introducción
- instrucciones y logística: los baños, las pausas, etc.
- Oración: Una década del Rosario
- "Dinámica Rompe Hielo"
- Breve platica sobre el Año de la fe - y la oportunidad de crecer en nuestra fe .
- Explicar la estructura de esta Jomada Cuaresmal
- Pedir a los participantes que expliquen qué es la Cuaresma y su importancia para nosotros
- Explicación completa sobre el significado de la Cuaresma y los tres pilares de la Cuaresma: oración, ayuno y limosna.
- Compartir entre sí mismos- dejar tiempo para que las parejas/grupo puedan compartir
- Descanso
- Comparta recuerdos de cómo la Cuaresma se ha celebrado en su propia familia (familia de origen).

- How do you celebrate it now?
- Last remarks of the night
- Assign homework
- Final Prayer: a second decade of the Rosary

Looking at our lives to find out what needs to be transformed: *Most of us have the practice of giving up something for Lent- some of us give up sugar (candy, chocolate, soda) etc... We are going to ask you to consider giving up something that will help you become a better person and Christian: giving up anger, resentment, lying, pride, capital sins, anything that might be in the way of your sanctification- it can also be something that we do not like such as praying alone and with the family, forgiving someone, going to church, teaching children about the faith, etc. - take time to reflect on this before you decide - Ask the Holy Spirit to help you find out what area needs light and transformation to help you become a saint.*

- Repaso de la tarea anterior- Parte II del Capítulo 3 -
- Capítulo 11 - Brevemente repasar el contenido de este capítulo (págs. 105 -106) - Explicar palabras clave - Pedir a los participantes que compartan palabras o frases que llamaron su atención durante la lectura, y preguntas o pensamientos de este capítulo.
- Descanso (Este capítulo es largo, es posible que desee dividirlo en dos partes y tener un descanso en el medio)
- Actividad (30 minutos): Explique cómo hacer 6 meses de matrimonio cristiano hasta la página 112.
- Compartir: haga que cada participante comparta con su pareja las preguntas para la reflexión y el diálogo.
- Dialogo en grupo acerca de la actividad - ¿Cuáles fueron sus resultados en este capítulo? ¿Fue útil esta experiencia? ¿Por qué?
- Asignar tareas
- Últimos comentarios de la noche
- Oración final: una segunda década del Rosario

**Tarea:** Lean el capítulo 14 - páginas 133-139. Lean juntos (pareja o solos), circulen cualquier palabra, frase u oraciones que llamen su atención, anoten sus pensamientos y/o preguntas para compartir durante la próxima clase.

- **Consejo:** orar juntos antes y después de la tarea pidiendo la ayuda del Espíritu Santo.



- Review homework - Part II of Chapter 3 –
- Chapter 11 - Briefly go over the content of this chapter (pgs. 93 -97) - Explain key words - Ask participants to share words, sentences that caught their attention during reading and any questions or thoughts for this chapter. Break (This chapter is long, you might want to divide it into two parts and have a break in between)
- Activity (30 min): Explain what and how to do 6 months into Christian Marriage page 100. Sharing: have each participant share with their spouse/partner their questions for reflection and dialogue.
- Group sharing about the activity - What were their findings in this chapter? Was this experience helpful? Why?
- Assign homework
- Last remarks of the night
- Final Prayer: a second decade of the Rosary
- **Homework:** Read Chapter 14 - pages 121-127 - Read together (couple or alone), circle any words, phrases or sentences that call their attention, write down thoughts and/or questions for the next class to share.  
**Tip:** pray together before and after homework asking for the Holy Spirit's help.

- Cómo lo celebran ahora?
- Ultimos comentarios de la noche
- Asignar tareas
- Oración final: una segunda década del Rosario

*Buscando en nuestras vidas para averiguar lo que necesita ser transformado*

*La mayoría de nosotros tenemos la costumbre de dejar algo para la Cuaresma, algunos de nosotros dejan el azúcar (caramelos, chocolate, soda), etc...*

*Vamos a pedirles que consideren renunciar a algo que le ayudará a ser una mejor persona y Cristiano: renunciar a la ira, el resentimiento, la mentira, el orgullo, los pecados capitales, algo que podría estar estorbando en el camino de su santificación. También puede ser algo que no nos gusta, como orando a solas y con la familia, perdonar a alguien, ir a la iglesia, enseñar a los niños acerca de la fe, etc - toma tiempo para reflexionar sobre esto antes de decidir. Pida al Espíritu Santo que le ayude a averiguar qué área necesita luz y transformación para ayudarle a convertirse en un santo.*

- Homework: Chapter 2 - pages 17 and 18 - Divide the chapter in four parts and read one part every night together (couple or alone), circle any words, phrases or sentences that call their attention, write down thoughts and/or questions for the next class to share.
- Tip: pray together before and after homework asking for the Holy Spirit's help.

### **Lesson 2: The families from which we came**

- Welcome
- Prayer: Recite a decade of the Rosary Chapter 2 - Briefly review part by part (pgs. 17 & 18) - After each part ask participants to share words, sentences that caught their attention during reading and any questions or thoughts for each section of the chapter.
- Break
- Activity (20 min); Explain what and how to do part one: The story of our home - (have paper available, crayons, markers, etc.) ask them to be creative and have fun with this activity.
- Sharing: have each participant share with their spouse/partner the floor plan of the place where their family lived.
- Group sharing about the activity - Did they find out things they did not know about each other? Was this experience helpful? Why?

- Actividad (30 minutos): Explique qué es la 1a parte y cómo hacer la; Las cosas que sé sobre mí mismo (Página 28)
- Compartir: haga que cada participante comparta con su pareja las preguntas para la reflexión y el diálogo.
- Diálogo en grupo acerca de la actividad - ¿Encontraron cosas que no sabían el uno del otro? ¿Fue útil esta experiencia? ¿Por qué?
- Asignar tareas
- Últimos comentarios de la noche
- Oración final: una segunda década del Rosario
- **Tarea:** Parte 2 del capítulo 3, - responder las preguntas y compartir con su cónyuge/pareja (dividir esta tarea en partes pequeñas si es necesario) Complete hasta los 3 y 6 meses en el matrimonio cristiano - compartan con su pareja. Lean Capítulo 11 - páginas 105-106 - Lean juntos (pareja o solos), circulen cualquier palabra, frase u oraciones que llamen su atención, anoten sus pensamientos y/o preguntas para compartir durante la próxima clase. Consejo: orar juntos antes y después de la tarea pidiendo la ayuda del Espíritu Santo

### **4ta Lección: El matrimonio cristiano: Elementos Esenciales**

- Bienvenida
- Oración: Reciten una década del Rosario

- Activity (30 min): Explain what and how to do part one: Things I know about myself (pg. 25)
- Sharing: have each participant share with their spouse/partner their questions for reflection and dialogue.
- Group sharing about the activity - Did they find out things they did not know about each other? Was this experience helpful? Why?
- Assign homework
- Last remarks of the night
- Final Prayer: a second decade of the Rosary
- **Homework:** Do part 2 of Chapter 3, - answer the questions and share with spouse/partner (divide this assignment in small parts if necessary) Complete the 3 & 6 months into Christian Marriage - share with spouse/partner read Chapter 11 - pages 93 -97 - Read together (couple or alone), circle any words, phrases or sentences that call their attention, write down thoughts and/ or questions to share for the next class.
- Tip: pray together before and after homework asking for the Holy Spirit's help.

#### **Lesson 4: Christian Marriage: Essential Elements**

- Welcome Prayer:
- Recite a decade of the Rosary

- Tarea: Capítulo 2 - páginas 19 y 20 - Divide el capítulo en cuatro partes y lee una parte cada noche juntos (pareja o en solitario), circulen cualquier palabra, frase u oraciones que llamen su atención, anoten sus pensamientos y/o preguntas para compartir durante la próxima clase. Consejo: orar juntos antes y después de la tarea pidiendo la ayuda del Espíritu Santo.

#### **2 da Lección: Las familias de donde procedemos**

- Bienvenida
- Oración: Reciten una década del Rosario
- Capítulo 2 - revisión breve por partes (págs. 19 y 20). Después de cada parte pida a los participantes que cuales palabras o frases les llamaron la atención durante la lectura y preguntas o pensamientos de cada sección del capítulo.
- Descanso
- Actividad (20 minutos): Explique qué y cómo hacer parte 1: La historia de nuestra casa - (tengan papel disponible, lápices de colores, marcadores, etc.) les pido que sean creativos y se diviertan con esta actividad.
- Compartir: pedir a los participante que compartan con su cónyuge / pareja del plano del lugar donde su familia vivía.
- Diálogo en grupo acerca de la actividad -  
¿Encontraron cosas que no sabían el uno del otro?  
¿Fue útil esta experiencia? ¿Por qué?

- Assign homework
- Last remarks of the night
- Final Prayer: a second decade of the Rosary
- **Homework:** Do part 2 of Chapter 2 - answer the questions and share with spouse/partner (divide this assignment in small parts if necessary) Complete the 3 & 6 months into Christian Marriage - share with spouse/partner Read Chapter 3 - pages 23 & 24 - Read together (couple or alone), circle any words, phrases or sentences that call their attention, write down thoughts and/or questions to share at the next class.
- **Tip:** pray together before and after homework asking for the Holy Spirit's help.
- **Lesson 3: *The person I have come to be***
  - Welcome
  - Prayer: Recite a decade of the Rosary
  - Review homework - Part II of Chapter 2 -
  - Chapter 3 - Briefly go over the content of this chapter (pgs. 23 & 24) - Explain key words - Ask participants to share words, sentences that caught their attention during reading and any questions or thoughts for this chapter.
  - Break

- Asignar tareas
- Últimos comentarios de la noche
- Oración final: una segunda década del Rosario
- **Tarea:** Parte 2 del capítulo 3, - responder las preguntas y compartir con su cónyuge/pareja (dividir esta tarea en partes pequeñas si es necesario) Complete hasta los 3 y 6 meses en el matrimonio cristiano - compartan con su pareja. Lea el Capítulo 3 - páginas 25 y 26 - Lean juntos (pareja o solos), circulen cualquier palabra, frase u oraciones que llamen su atención, anoten sus pensamientos y/o preguntas para compartir durante la próxima clase.  
Consejo: orar juntos antes y después de la tarea pidiendo la ayuda del Espíritu Santo.
- **3er Lección: *La persona que he llegado a Ser***
  - Bienvenida
  - Oración: Reciten una década del Rosario
  - Repaso de la tarea anterior -
  - Parte II del Capítulo 2 -
  - Capítulo 3 - Brevemente repasar el contenido de este capítulo (págs. 25 y 26) - Explique las palabras clave - Pedir a los participantes a compartir palabras o frases que llamaron su atención durante la lectura y preguntas o pensamientos de este capítulo.
  - Descanso