



Learn, Pray, Do – Bring On the Wine!

Activities for Couples and Parents

Learn

Make time to read and discuss this month:

- Make time to read and discuss this month:
 - [For Your Marriage](#)
 - [Marital Love Is Like Fine Wine–It Gets Better with Time](#)
 - [The Family is the Masterpiece of Society](#)
 - [Why Marry in the Catholic Church?](#)

Pray – A 3X5 Prayer for Married Couples

Each day, at morning or evening,
take five minutes to do three things together:

1. **Ask** – How can I pray for you today?
2. **Share** – Here is what is on my heart today.
Please pray for me!
3. **Appreciate** – Acknowledge the ways your spouse
has loved you in the last 24 hours.

End with an “Our Father” together.

Do

- Fill your spouse’s “cup of the best wine.” You know what activities or signs of love bring them joy in life. You also know their burdens, the things that sap their energy. Go out of your way to do something special that will bring them joy or ease their burden. Then repeat, as often as you can.
- Take a risk and talk to someone—a friend, a coworker, a relative—about the goodness and beauty of marriage as a sacrament of God’s love. This is what it means to [Radiate Love](#) as Jesus did!
- Show your children—through actions, words, or both—that love is expressed in many ways, and that there is joy in giving and receiving signs of affection, care, and loving service.
- Reflect for a moment on the question: How well am I offering the best of myself in the time I spend with my spouse and children? Humbly and honestly share your insights with your spouse without criticizing them in any way, then discuss: How can we be more open to God transforming our ordinary wine into the best wine?



Aprender, Rezar, Actuar – ¡Hagamos un brindis!

Actividades para parejas y padres de familia

Aprender

Separen tiempo para leer y dialogar sobre:

- Por tu matrimonio
 - Beneficios del Matrimonio Católico para el Amor
 - Procesos emocionales en la vida de pareja
 - Cohabitación, unión libre y matrimonio
 - Detalles y Más Detalles

Rezar - Una oración 3X5 para parejas casadas

Cada día, por la mañana o por la noche, separen cinco minutos para hacer tres cosas juntos:

1. Pregúntale a tu marido o mujer: ¿Cómo puedo rezar por ti hoy?
2. Comparte: Esto es lo que siento hoy en mi corazón.
¡Por favor, reza por mí!
3. Aprecia: reconoce las formas en que tu cónyuge te ha amado en las últimas 24 horas.

Terminar con un “Padre Nuestro” juntos.

Actuar

- Llena la copa de tu cónyuge con el mejor vino. Sabes cuáles actividades o detalles de amor le brindan alegría en la vida. También conoces sus cargas, las cosas que le quitan energía. Haga algo especial que le brinde alegría o le alivie la carga. Luego repite esto frecuentemente.
- Arriégate y habla con alguien (un amigo, un compañero de trabajo, un familiar) sobre la bondad y la belleza del matrimonio como sacramento del amor de Dios. ¡Que brille el amor!
- Muestran a sus hijos —a través de acciones, palabras o ambas— que el amor se expresa de muchas maneras y que hay alegría en dar y recibir muestras de afecto, cuidado y servicio amoroso.
- Reflexionen un momento sobre la pregunta: ¿Qué tan bien estoy ofreciendo lo mejor de mí en el tiempo que paso con mi cónyuge y mis hijos? Comparta con humildad y honestidad sus ideas con su cónyuge sin criticarlo de ninguna manera, luego analicen juntos: ¿Cómo podemos estar más abiertos a que Dios transforme nuestro vino común en el mejor vino?