

## CANA WELCOME – ĐỒNG HÀNH CÙNG CÁC GIA ĐÌNH CÔNG GIÁO ĐƯỢC GIỚI THIỆU TẠI GIÁO XỨ KÊ SÉT - TỔNG GIÁO PHẬN HÀ NỘI

Trong hai buổi tối ngày 20 và 21/5 vừa qua, tại Giáo xứ Kê Sét, chương trình **Cana Welcome** đã được tổ chức trong bầu khí thân tình, cởi mở và đầy tình hiệp thông. Đây là hai buổi đầu tiên nhằm «**giới thiệu và trải nghiệm**» mở đầu cho hành trình xây dựng và phát triển Cana tại Hà Nội để đồng hành với các gia đình Công giáo trong đời sống hôn nhân và gia đình.

Chương trình có sự hiện diện và trực tiếp hướng dẫn của **Cha Stephan – linh mục người Bỉ thuộc Cộng đoàn Chemin Neuf cùng Sơ Marie – nữ tu người Pháp, hiện là Trưởng điều hành Cana quốc tế**. Với kinh nghiệm mục vụ phong phú trong các cộng đoàn của 50 quốc gia trên thế giới, cùng sự gần gũi, chân thành, quý Cha và Sơ đã giúp các tham dự viên hiểu hơn về sứ mạng, phương pháp hoạt động cũng như tinh thần của Cana trong Giáo hội hôm nay.



Một trong những nội dung trọng tâm của chương trình là giúp các đôi hôn nhân nhận ra “**nút thắt**” lớn nhất dễ dẫn đến hiểu lầm, xung đột, tổn thương và thậm chí đổ vỡ trong đời sống gia đình, đó chính là việc « **giao tiếp và đối thoại** » giữa vợ chồng.

Từ thực tế đó, chương trình đã đưa ra một số nguyên tắc và phương pháp cụ thể nhằm giúp các cặp đôi “**cởi nút thắt**” trong giao tiếp hôn nhân. Các tham dự viên được hướng dẫn nhận diện tính cách, cách phản ứng và thái độ sống của chính mình cũng như của người bạn đời thông qua hình ảnh bốn loài chim đặc trưng:

- Chim bồ câu – biểu tượng của sự hiền hòa, tình cảm và yêu thích sự bình an: thái độ « người khác luôn đúng » để tránh mọi xung đột;
- Chim ưng – đại diện cho sự quyết đoán, mạnh mẽ và thích kiểm soát: thái độ « mình luôn đúng, người đó mới sai »;
- Chim cú mèo – tượng trưng cho sự cẩn trọng, nguyên tắc và suy nghĩ sâu sắc: thái độ « phán xét bạn đời bằng lý trí »;
- Đà điểu – biểu hiện của xu hướng né tránh, im lặng hoặc thu mình trước xung đột: thái độ « né tránh trách nhiệm ».



Qua đó, các đôi vợ chồng có cơ hội hiểu nhau hơn, học cách tôn trọng sự khác biệt và tìm ra phương thức giao tiếp phù hợp với người bạn đời của mình.

Bên cạnh đó, chương trình cũng giới thiệu và thực hành “5 ngôn ngữ tình yêu” theo phương pháp của Gary Chapman, giúp các đôi hôn nhân nhận ra cách mỗi người cảm nhận và trao ban tình yêu khác nhau, bao gồm:

- Những món quà tặng;
- Phục vụ và chia sẻ công việc;
- Những lời yêu thương, khích lệ;
- Những giây phút riêng tư dành cho nhau;
- Những cử chỉ âu yếm và tiếp xúc thể lý.



Không chỉ dừng lại ở lý thuyết, các buổi học còn có nhiều bài tập thực hành trực tiếp ngay tại lớp, tạo cơ hội cho các cặp đôi cùng chia sẻ, lắng nghe và đối thoại với nhau trong bầu khí chân thành và yêu thương.

Đặc biệt, chương trình nhấn mạnh đến ba từ khóa quan trọng nhưng đôi khi lại bị lãng quên trong đời sống gia đình, đó là: **“Cám ơn – Xin lỗi – Làm ơn.”** Những lời nói đơn sơ nhưng chân thành ấy chính là nhịp cầu nối lại sự cảm thông, chữa lành những tổn thương và nuôi dưỡng hạnh phúc gia đình mỗi ngày.



Cana không chỉ là một chương trình sinh hoạt, nhưng còn là hành trình giúp các gia đình Kitô hữu tìm lại niềm vui, sự bình an và hạnh phúc đích thực khi có Chúa Giêsu và Mẹ Maria hiện diện trong gia đình mình – như tại tiệc cưới Cana năm xưa.



Hai buổi gặp gỡ đầu tiên đã để lại nhiều tâm tình tốt đẹp nơi các tham dự viên. Nhiều cặp đôi cảm nhận được sự mới mẻ, hy vọng và giá trị của việc cùng nhau xây dựng đời sống hôn nhân trên nền tảng đức tin và tình yêu thương. Sau khóa đào tạo, các tham dự viên đã đánh giá đây là chương trình rất thiết thực, giúp cải thiện sự đối thoại và gia tăng sự hiểu biết lẫn nhau trong mỗi gia đình. Tất cả đều mong muốn chương trình sẽ được tiếp nối và nhân rộng trong cộng đoàn.

Nguyện xin Chúa Thánh Thần tiếp tục hướng dẫn và chúc lành cho hành trình Cana tại Hà Nội, để ngày càng có thêm nhiều gia đình được nâng đỡ, chữa lành và sống hạnh phúc trong ơn gọi hôn nhân Kitô giáo.

*(Dom. Phạm Anh Đức - Lễ Chúa Thánh Thần hiện xuống 24/05/2026)*

## Traduction :

### **CANA WELCOME – ACCOMPAGNER LES FAMILLES CATHOLIQUES PRÉSENTÉ À LA PAROISSE KÈ SÉT – ARCHIDIOCÈSE DE HANOÏ**

Les soirées des 20 et 21 mai derniers, la paroisse de Kè Sét a accueilli le programme *Cana Welcome* dans une atmosphère fraternelle, chaleureuse et empreinte de communion. Ces deux premières rencontres de « découverte et d'expérimentation » marquent le début du développement de Cana à Hanoï, avec pour mission d'accompagner les familles catholiques dans leur vie conjugale et familiale.

Le programme a été animé directement par le Père Stephan, prêtre belge de la Communauté du Chemin Neuf, ainsi que par Sœur Marie, religieuse française et responsable internationale de Cana. Forts d'une riche expérience pastorale au sein de communautés présentes dans plus de 50 pays, le Père et la Sœur, par leur proximité et leur simplicité, ont permis aux participants de mieux comprendre la mission, les méthodes et l'esprit de Cana dans l'Église aujourd'hui.

L'un des thèmes centraux de cette session était d'aider les couples à identifier le principal « nœud » pouvant conduire aux malentendus, aux conflits, aux blessures, voire à la rupture dans la vie familiale : la communication et le dialogue au sein du couple.

À partir de cette réalité, plusieurs principes et méthodes concrètes ont été proposés afin d'aider les couples à « dénouer » ces difficultés de communication. Les participants ont ainsi été invités à reconnaître leur propre personnalité, leurs réactions et leurs attitudes de vie, ainsi que celles de leur conjoint, à travers l'image de quatre oiseaux symboliques :

- La colombe : symbole de douceur, d'affection et de recherche de paix, avec une tendance à éviter les conflits ;
- Le faucon : représentant la détermination, la force et le besoin de contrôle, avec l'attitude « j'ai toujours raison » ;
- Le hibou : symbole de prudence, de logique et de réflexion profonde, avec une tendance à juger par la raison ;
- L'autruche : représentant l'évitement, le silence ou le repli face aux conflits, avec une attitude de fuite des responsabilités.

Grâce à cette approche, les couples ont pu mieux se comprendre, apprendre à respecter leurs différences et trouver des moyens de communication adaptés à leur conjoint.

Le programme a également présenté et mis en pratique les « cinq langages de l'amour » selon la méthode de Gary Chapman, aidant les couples à découvrir les différentes manières de donner et de recevoir l'amour :

- Les cadeaux ;
- Les services rendus et le partage des tâches ;
- Les paroles valorisantes et encourageantes ;

- Les moments privilégiés passés ensemble ;
- Les gestes d'affection et le contact physique.

Au-delà des enseignements théoriques, les rencontres comprenaient aussi de nombreux exercices pratiques réalisés directement en groupe, offrant aux couples un espace de partage, d'écoute et de dialogue dans un climat de confiance et de bienveillance.

Le programme a particulièrement insisté sur trois mots-clés essentiels mais souvent oubliés dans la vie familiale : « **Merci – Pardon – S'il te plaît** ». Ces paroles simples mais sincères constituent un véritable pont de réconciliation, capable de restaurer la compréhension mutuelle, de guérir les blessures et de nourrir le bonheur familial au quotidien.

Cana n'est pas simplement un programme d'activités, mais un chemin permettant aux familles chrétiennes de retrouver la joie, la paix et le vrai bonheur lorsque Jésus et la Vierge Marie sont présents au cœur du foyer, comme lors des noces de Cana dans l'Évangile.

Ces deux premières soirées ont laissé de très beaux témoignages parmi les participants. De nombreux couples ont exprimé leur joie d'avoir découvert une démarche concrète et porteuse d'espérance pour construire leur vie conjugale sur les fondements de la foi et de l'amour.

À l'issue de cette formation, les participants ont souligné le caractère très concret et bénéfique du programme, notamment pour améliorer le dialogue et approfondir la compréhension mutuelle au sein des familles. Tous espèrent désormais voir cette initiative se poursuivre et se développer largement dans la communauté.

Que l'Esprit Saint continue de guider et de bénir la mission de Cana à Hanoï, afin que toujours plus de familles soient soutenues, guéries et heureuses dans leur vocation au mariage chrétien.

*(Dominique Anh Duc PHAM - Fête de la Pentecôte – 24 mai 2026)*