ഉള്ളടക്കം
Index

ആമുഖം Preface.....05
നിർദ്ദേശങ്ങൾ Instructions.....08
റിസോഴ്സ് ടീം Resource Team.....10
എന്തുകൊണ്ട് വിവാഹ ഒരുക്ക ധ്യാനം? Why to Prepare for Marriage?.....11
I. വിവാഹം : ദൈവവിളി Marriage : A Vocation.....13
1. വിവാഹം : സ്നേഹിക്കുവാനുള്ള വിളി
Marriage : A Divine Call to Love.....14
II. വിവാഹത്തിലെ ഐക്യം Intimacy in Marriage.....17
2. വൈകാരിക ഐക്യം Emotional Unity.....19
3. കൗദാശിക ഐക്യം Sacramental Unity.....23
4. വൈവാഹിക ആദ്ധ്യാത്മികത Marital Spirituality.....27
5. ശാരീരിക ഐക്യം Physical Unity.....28
6. പ്രജനന ആരോഗ്യം Reproductive Health.....35
III. ഉറപ്പുള്ള ദാമ്പത്യം ഉണർവ്വുള്ള കുടുംബത്തിന്
Strong Marriage for a Happy Family.....48
7. ആശയവിനിമയം ദാമ്പത്യത്തിൽ Marital Communication & Connection.....49
8. സ്ത്രീ-പുരുഷ വ്യത്യാസം വിവാഹപൂർണ്ണതക്ക്
Complementarity in Marriage.....51
9. കുടുംബ ബഡ്ജറ്റ് Family Budget.....54
10. ഫലദായക ദാമ്പത്യം Pro-file, Child Care and Parenting.....59
11. ഭ്രൂണഹത്യയും, ജനന നിയന്ത്രണ മാർഗ്ഗവും; കത്തോലിക്കാസഭയുടെ നിലപാട്.....61
12. ദാമ്പത്യ അനുഭവങ്ങൾ Couple Sharing.....62
IV. തിരുവിവാഹിതർ ക്രിസ്തുശിഷ്യർ Marriage: A Call to Discipleship.....64
13. തിരുവിവാഹം വിശുദ്ധർക്കുള്ളതാകുന്നു Marital Sanctity.....64
14. വിവാഹ ലിറ്റർജിയും നിയമങ്ങളും Marriage Laws and Liturgy.....65
15. തിരുവിവാഹവും ദൈവരാജ്യവും Holy Matrimony and Kingdom of God.....72
V. അകലാം അരികിലേക്ക് Leaving and Cleaving.....74
16. വിവാഹിതരും കുടുംബബന്ധങ്ങളും
Marriage and Family Relationships: Boundary Setting.....74
17. ദമ്പതീപ്രാർത്ഥന Couple Prayer.....77
18. തിരുവിവാഹയാത്ര സഫലമാക്കുവാൻ For a Perfect Marriage.....78
19. കുടുംബഗാനം Family Song.....79
20. വിലയിരുത്തൽ Evaluation.....81

ആമുഖം
Preface

അടിസ്ഥാനപരമായി ഒരു പുരുഷനും ഒരു സ്ത്രീയും തമ്മിൽ മരണം വരെ നീണ്ടു നിൽക്കുന്ന ആഴമേറിയ സ്നേഹബന്ധമാണ് വിവാഹം. മാമ്മോദീസ സ്വീകരിച്ച രണ്ട് വ്യക്തികൾ ഈ ബന്ധത്തിലേർപ്പെടുമ്പോൾ അത് ഒരു കൂദാശയാകുന്നു. ദൈവ-മനുഷ്യ, ക്രിസ്തു-സഭാ സ്നേഹത്തിന്റെ ജീവിക്കുന്ന അടയാളമാണ് വിവാഹം. കല്യാണം ഈ ബന്ധത്തിനു ആരംഭം കുറിക്കുന്ന ഒരു ചടങ്ങ് മാത്രമാണ്. കേവലം മൂന്നോ നാലോ മണിക്കൂർ മാത്രം നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന ഈ ചടങ്ങിന് ഏറെ സമയവും പണവും ചെലവഴിച്ച് ഒരുങ്ങാറുണ്ട്. എന്നാൽ, അതിനേക്കാൾ തയ്യാറെടുപ്പ് മരണം വരെ നീണ്ടു നിൽക്കുന്ന വിവാഹത്തിന് ആവശ്യമാണ്. ഒരുങ്ങി ആരംഭിക്കുന്ന വിവാഹത്തിന്റെ അടിത്തറ ശക്തമായിരിക്കും. ആയതിനാലാണ് സഭ തന്റെ മക്കൾക്ക് വിവാഹ ഒരുക്ക ധ്യാനം നിർബ്ബന്ധമാക്കിയത്. വിവാഹത്തിനുള്ള ഒരുക്കം പ്രധാനമായും ആറ് തലങ്ങളിലാണ്.

1. മാതാപിതാക്കളുടെയും മറ്റ് കുടുംബാംഗങ്ങളുടെയും മേൽനോട്ടത്തിൽ യോജിച്ച ജീവിതപങ്കാളിയെ കണ്ടെത്തുക: ഇതു പ്രേമം പോലെ വെറും ഒരു വൈകാരിക പ്രക്രിയയല്ല. മറിച്ച്, പലവട്ടം ആലോചിച്ച് വാഹാർത്ഥി എടുക്കേണ്ട തീരുമാനമാണ്. തീരുമാനത്തിനു മുൻപ് ഭാവി ജീവിതപങ്കാളിയെ വിശദമായി വിലയിരുത്തണം. വിവാഹത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ആ വ്യക്തിയുടെ കാഴ്ചപ്പാട് തിരിച്ചറിയണം. മാത്രമല്ല, ആ വ്യക്തിയോട് മനസ്സിൽ ഇഷ്ടം ജനിക്കുകയും വേണം.

2. വിവാഹത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ക്രിസ്തീയ കാഴ്ചപ്പാട് അറിയുക: ഇന്നത്തെ മാധ്യമങ്ങൾ അയഥാർത്ഥമായ, കേവലം ഉപരിപ്ലവമായ സ്വപ്നങ്ങളിൽ വിവാഹത്തെ ചിത്രീകരിക്കുമ്പോൾ, കൃത്യമായ വിവാഹദർശനം രൂപപ്പെടുത്തണം.

3. ഈ ദർശനങ്ങളനുസരിച്ച് ജീവിക്കാൻ എന്നിൽ എന്തുമാത്രം നന്മകളാണുള്ളത് എന്ന് പരിശോധിക്കുക: ഇതിനു തടസ്സമായേക്കാവുന്ന ശീലങ്ങൾ, മനോഭാവങ്ങൾ, സ്വഭാവ രീതികൾ എന്നിവ കണ്ടെത്തി, തിരുത്താനുള്ള പദ്ധതി ആവിഷ്കരിക്കുക.

4. തന്നെത്തന്നെ പൂർണ്ണമായി സമർപ്പിക്കുന്നതാണ് വിവാഹമെന്നതിനാൽ, വിവാഹാർത്ഥി സ്വയം വിശുദ്ധീകരിക്കുക. ഭൂതകാലത്തിൽ ചെയ്തുപോയ പാപങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തി നേടുക.

5. വിവാഹത്തെ ദൈവവിളിയായി കാണുക: ദൈവതിരുമനസ്സിനു സ്വയം സമർപ്പിക്കുക.

6. മാമ്മോദീസ സ്വീകരിച്ച രണ്ട് വ്യക്തികൾ തമ്മിൽ മിശിഹായുടെ നിയമവും തിരുസഭയുടെ നടപടിയുമനുസരിച്ച് ചെയ്യുന്ന കൂദാശയാണ് വിവാഹം. ഈ കൂദാശ സ്വീകരണത്തിന് ക്രിസ്തുവിലുള്ള വിശ്വാസത്തെ ആഴപ്പെടുത്തണം, ക്രിസ്തുവിനെ അടുത്തറിയണം.

ഇത്തരത്തിലുള്ള ഒരുക്കത്തിന് ഇതിലെ താളുകൾ സഹായകമാകുമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നു. ഇവിടെ ചർച്ച ചെയ്യുന്ന ഓരോ വിഷയങ്ങളുടെയും രത്നചുരുക്കമാണ് ഇതിൽ കൊടുത്തിട്ടുള്ളത്. വിഷയസംബന്ധമായ ജിജ്ഞാസ ഉണർത്തി ഒരുക്കം മനോഹരമാക്കാൻ ഈ പുസ്തകം ഉപകരിക്കും.

ഈ പുസ്തകം വിവാഹ ഒരുക്കധ്യാനത്തിനു മാത്രമായി തയ്യാറാക്കിയതല്ല; മറിച്ച്, നിങ്ങൾ ആരംഭിക്കുന്ന വിവാഹജീവിതത്തിലുടനീളം ഒരു വഴികാട്ടിയായി സൂക്ഷിക്കാൻ വേണ്ടിയാണ്. വിവാഹവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നിങ്ങളുടെ ചിന്തകളും അനുഭവങ്ങളും ഈ പുസ്തകത്തിൽ എഴുതി സൂക്ഷിക്കുന്നത് നിങ്ങളുടെ വിവാഹത്തെ മധുരതരമാക്കും. മരിക്കാത്ത ഓർമ്മകളുടെ രേഖയായി ഇത് ഭവിക്കും. സ്നേഹത്തിന്റെ തോണിയിൽ യാത്ര ചെയ്ത് നിത്യതയുടെ കരയിലെത്താൻ നിങ്ങൾക്ക് ഈ പുസ്തകം ഉപകരിക്കട്ടെയെന്ന് ആശംസിക്കുന്നു. ദൈവാനുഗ്രഹം നേരുന്നു.