

# POURED OUT FOR YOU / DERRAMADO POR TI / GỢI Ý CHO BẠN

## A Morning of Reflection & Training

March 22, 2025

|              |                                                                                                                      |                                                                                                                                  |                                                                                                                          |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>9:00</b>  | <b>Welcome</b><br>Prayer & Reflection<br><br>Conversation<br><i>Break</i><br>Liturgical Roles<br>Ministry Scheduling | <b>Bienvenidos</b><br>Oración y reflexión<br><br>Conversación<br><i>Pausa</i><br>Roles litúrgicos<br>Programación de ministerios | <b>Chào mừng</b><br>Cầu nguyện & Suy<br>ngẫm<br>Đàm thoại<br><i>Nghỉ giải lao</i><br>Vai trò phụng vụ<br>Lên lịch mục vụ |
| <b>12:00</b> | <b>Depart</b>                                                                                                        | <b>Salir</b>                                                                                                                     | <b>Khởi hành</b>                                                                                                         |



### ***The Graces We Seek***

- ❖ *Deepen our reverence for Christ's Precious Blood*
- ❖ *Magnify Mother Mary's generosity of Spirit within us to hear the Word Incarnate and respond with great love*

### ***Las Gracias Que Buscamos***

- ❖ *Profundizar nuestra reverencia por la Preciosa Sangre de Cristo*
- ❖ *Magnifica la generosidad del Espíritu de la Madre María en nosotros para escuchar la Palabra Encarnada y responder con gran amor*

### ***Những Ân Sủng Chúng Ta Tìm Kiếm***

- ❖ *Đào sâu thêm lòng tôn kính của chúng ta đối với Máu Châu Báu của Chúa Kitô*
- ❖ *Hãy tôn vinh lòng khiêm nhường của Đức Mẹ Maria trong Thánh Thần để lắng nghe Ngôi Lời Nhập Thể và đáp lại bằng tình yêu lớn lao*

## POURED OUT FOR YOU / DERRAMADO POR TI / GỢI Ý CHO BẠN

### Luke 22:14-20

When the hour came, Jesus took his place at the table, and the apostles with him. He said to them, 'I have eagerly desired to eat this Passover with you before I suffer; for I tell you, I will not eat it until it is fulfilled in the kingdom of God.'

Then he took a cup, and after giving thanks he said, 'Take this and divide it among yourselves; for I tell you that from now on I will not drink of the fruit of the vine until the kingdom of God comes.'

Then he took a loaf of bread, and when he had given thanks, he broke it and gave it to them, saying, 'This is my body, which is given for you. Do this in remembrance of me.' And he did the same with the cup after supper, saying, 'This cup that is poured out for you is the new covenant in my blood.'

### Lucas 22:14-20

Cuando llegó la hora, Jesús se sentó a la mesa, y con él los apóstoles, y les dijo: 'He deseado ardientemente comer esta Pascua con vosotros antes de padecer, porque os digo que no la comeré hasta que se cumpla en el Reino de Dios'.

Después tomó una copa y, habiendo dado gracias, dijo: 'Tomadla y repartidla entre vosotros, porque os digo que a partir de ahora no beberé más del fruto de la vid hasta que llegue el Reino de Dios'.

Después tomó un pan, y habiendo dado gracias, lo partió y se lo dio, diciendo: 'Esto es mi cuerpo, que es entregado por vosotros; haced esto en memoria mía'. Después de cenar, hizo lo mismo con la copa, diciendo: 'Esta copa es la nueva alianza en mi sangre, que se derrama por vosotros'.

### Luca 22:14-20

Khi giờ đã đến, Đức Giê-su vào bàn ăn, các tông đồ cũng vào với Người. Người nói với các ông: "Thầy rất muốn ăn lễ Vượt Qua này với các con trước khi chịu khổ hình. Vì Thầy bảo các con: Thầy sẽ không ăn lễ này nữa cho đến khi lễ này được nên trọn vẹn trong vương quốc của Thiên Chúa".

Rồi Người cầm lấy chén, tạ ơn và nói: "Các con hãy cầm lấy chén này mà chia nhau. Vì Thầy bảo các con: Từ nay, Thầy sẽ không uống rượu nho nữa, cho đến khi vương quốc của Thiên Chúa đến".

Rồi Người cầm lấy bánh, tạ ơn, bẻ ra trao cho các ông và nói: "Đây là mình Thầy, hiến tế vì các con. Các con hãy làm việc này để nhớ đến Thầy". Sau bữa ăn tối, Người cũng cầm chén và nói: "Chén này là giao ước mới lập bằng máu Thầy, máu đổ ra vì các con".

## GUIDED PRAYER / ORACIÓN GUIADA / CẦU NGUYỆN CÓ HƯỚNG DẪN

### Composition of Place

Consider where we are in Jesus' story. This is the night of his final meal with his disciples. Bring to mind the scene in your imagination...

St. Ignatius invites us to place ourselves into the scripture. In your mind's eye, putting yourself into that moment, find yourself in the upper room around the table...

Using all your senses to notice what is going on around you:

- Who do you see? What do they look like?
- What are they saying to each other?
- What does it smell like?
- Do you feel warm or cold?

**Notice and name feelings that arise as you listen**

**Share with Jesus what you are feeling. Listen in your heart for what he wants to share with you**

### Composición del Lugar

Pensemos en el momento de la historia de Jesús en el que nos encontramos. Es la noche de su última cena con sus discípulos. Traigamos a la mente la escena en nuestra imaginación...

San Ignacio nos invita a situarnos en la Escritura. Con el ojo de nuestra mente, situándonos en ese momento, nos encontramos en el Cenáculo, alrededor de la mesa...

Utilizando todos nuestros sentidos para observar lo que sucede a nuestro alrededor:

- ¿A quién vemos? ¿Qué aspecto tienen?
- ¿Qué se dicen entre sí?
- ¿A qué huele?
- ¿Sentimos calor o frío?

**Observa y nombra los sentimientos que surgen mientras escuchas**

**Comparte con Jesús lo que estás sintiendo. Escucha en tu corazón lo que Él quiere compartir contigo**

### Cấu tạo của địa điểm

Hãy xác định chúng ta đang ở đâu trong câu chuyện của Chúa Jesus. Đây là đêm Người dùng bữa tối cuối cùng với các môn đồ. Hãy nhớ lại cảnh trong trí tưởng tượng của bạn...

Thánh Ignatius mời gọi chúng ta đặt mình vào trong thánh thư. Trong tâm trí của bạn, hãy đặt mình vào khoảnh khắc đó, thấy mình đang ở trong phòng trên lầu quanh bàn ăn...

Tận dụng các giác quan của bạn để nhận thấy những gì đang diễn ra xung quanh bạn:

- Bạn nhìn thấy ai? Họ trông như thế nào?
- Họ đang nói gì với nhau?
- Nó có hương vị gì?
- Bạn cảm thấy ấm áp hay lạnh lẽo?

**Lưu ý và đặt tên cho những cảm xúc nảy gọi ra khi bạn lắng nghe.**

**Chia sẻ với Chúa Giêsu những gì bạn đang cảm thấy. Hãy lắng đọng những điều bạn nghe được trong tâm hồn bạn những gì Người muốn chia sẻ với bạn**

# INDIVIDUAL REFLECTION

## REFLEXIÓN INDIVIDUAL

### SUY NGẪM CÁ NHÂN

Spend the next few minutes in sacred silence sharing with Jesus about your experience of this prayer, and listen in your heart for his response.

Pasa los próximos unos minutos en silencio sagrado compartiendo con Jesús tu experiencia de esta oración y escucha en tu corazón su respuesta.

Hãy dành vài phút tiếp theo trong sự im lặng thiêng liêng để chia sẻ với Chúa Giêsu về trải nghiệm của bạn khi cầu nguyện và lắng nghe trong lòng mình để Ngài đáp lại.

**As you wrap up your reflection with Jesus, notice what happened as you prayed**

**Al finalizar su conversación con Jesús, observe lo que sucedió mientras oraba.**

**Khi bạn kết thúc sự suy ngẫm của mình với Chúa Giêsu, hãy chú ý đến những gì đã xảy ra khi bạn cầu nguyện.**



What was the main emotion you felt? Joy, surprise, love, hope, or perhaps even anxiety? Was there new insight or awareness that you received?

¿Cuál fue la emoción principal que sintió? ¿Alegría, sorpresa, amor, esperanza o quizás incluso ansiedad? ¿Recibió una nueva comprensión o conciencia?

Cảm xúc chính mà bạn cảm thấy là gì? Niềm vui, sự ngạc nhiên, tình yêu, hy vọng hay thậm chí là sự lo lắng? Bạn có nhận được sự hiểu biết hoặc nhận thức mới nào không?

**Pick one thing from your prayer experience to share during conversation.**

**Elige algo de tu experiencia de oración para compartir durante la conversación.**

**Chọn một điều gì đó trong kinh nghiệm cầu nguyện của bạn để chia sẻ trong cuộc thảo luận**