KOMISI
KERASULAN
KELUARGA
KEUSKUPAN AGUNG JAKARTA

Bulan Keluarga 2026

BUKU PANDUAN UMAT



Kata Pengantar

Syalom, keluarga-keluarga Katolik di Keuskupan Agung Jakarta

Masa Adven adalah masa penantian penuh harapan akan kedatangan Kristus di dunia, baik kelahiran-Nya di Hari Raya Natal maupun di akhir jaman nanti. Ibarat sebuah keluarga yang menyiapkan diri dengan banyak hal untuk kelahiran anak mereka, demikian pula kita sebagai umat beriman mempersiapkan diri untuk menyambut kedatangan Tuhan di dunia, dengan demikian masa Adven bukanlah sekedar tradisi yang akan berlalu begitu saja. Masa Adven juga menjadi kesempatan yang dianugerahkan Tuhan agar kita dapat menyiapkan diri, bukan hanya persiapan secara lahiriah, tetapi lebih-lebih secara batiniah dengan berbagai macam doa, Sakramen Tobat, refleksi Kitab Suci, dan aneka macam permenungan.

Komisi Kerasulan Keluarga Keuskupan Agung Jakarta menyiapkan modul Bulan Keluarga tahun 2026 dengan tema: **Ekaristi-Sumber Kekuatan Umat Kristiani.** Modul ini dibuat sebagai panduan permenungan selama Masa Adven untuk keluarga-keluarga Katolik di Keuskupan Agung Jakarta. Modul ini bisa digunakan untuk keluarga, kelompok kategorial, ataupun pertemuan lingkungan selama masa Adven. Melalui modul ini, keluarga-keluarga Katolik diajak untuk merenungkan, merasakan, dan menemukan nilai dari Ekaristi sebagai kekuatan dalam hidup sehari-hari.

Modul Bulan Keluarga ini disusun untuk **4 (empat) kali pertemuan** dengan empat topik yang berbeda. Alur penyusunannya adalah sebagai berikut:

1. Topik *pertemuan pertama (minggu pertama)* adalah **Diundang**. Fokus perhatian untuk topik ini adalah Ekaristi sebagai undangan dari Tuhan untuk umat Allah. Harapannya agar keluarga-keluarga Katolik memiliki cara pandang yang benar tentang Ekaristi, bukan sekedar tradisi atau rutinitas harian atau mingguan, melainkan ajakan atau undangan dari Tuhan untuk bersatu dalam Ekaristi.
2. Topik *pertemuan kedua (minggu kedua)* adalah **Dipahami**. Dalam pertemuan kedua ini, keluarga-keluarga Katolik diajak untuk memahami ajaran Gereja tentang Ekaristi. Dengan pemahaman yang benar sesuai dengan keyakinan Gereja Katolik, keluarga-keluarga Katolik terbantu untuk hadir dan merayakan Ekaristi dengan kesungguhan hati.
3. Topik *pertemuan ketiga (minggu ketiga)* adalah **Dijalani.** Tujuan dari pertemuan ketiga ini adalah memberikan animasi tentang bagaimana perayaan Ekaristi dirayakan dengan sungguh. Kesungguhan itu diwujudkan melalui keterlibatan aktif umat dalam perayaan Ekaristi dan bukan sekedar hadir.
4. Topik *pertemuan keempat (minggu keempat)* **Dihidupi.** Dalam pertemuan keempat, keluarga-keluarga Katolik diajak untuk merenungkan, merasakan, dan menemukan buah-buah Ekaristi untuk hidup mereka sehari-hari. Selanjutnya, keluarga-keluarga Katolik diajak untuk menyadari perutusan mereka untuk berbagi berkat kepada sesama.



Kami berharap agar modul ini bisa dipergunakan sebagaimana mestinya dan membantu keluarga-keluarga Katolik untuk menjalani masa Adven dengan baik.

Selamat menjalani masa Adven 2026.
Tuhan memberkati.

ROMO F.A. BUDIYONO MSF
KETUA KOMKK KAJ

Bulan Keluarga 2026

Makna Logo

Bulan Keluarga 2026



"Ekaristi-Sumber Kekuatan Umat Kristiani: tema BK 2026 ini hendak mengajak keluarga Kristiani di Keuskupan Agung Jakarta untuk menemukan kekuatan hidup sehari-hari dalam Ekaristi.

- **Hosti dan Piala** menjadi pusat logo adalah simbol Ekaristi, melambangkan persembahan diri Kristus yang menyelamatkan dan menyatukan keluarga Kristiani dengan Kristus serta sesama anggota Gereja.
- **Figur-figur orang** menggambarkan keluarga sebagai komunitas yang mengimani Kristus.
- **Lengkungan** yang menaungi seluruh gambar melambangkan keluarga yang dipanggil untuk menjadi Gereja Domestik dimana iman dihayati dengan harapan dan kasih serta diwariskan kepada generasi penerus, yakni anak-anak.
- **Empat lilin** melambangkan 4 minggu dalam masa Adven, saat keluarga Kristiani dianugerahi kesempatan untuk mempersiapkan diri, terutama dalam menyambut hari kelahiran Kristus di Hari Raya Natal. Cahaya lilin melambangkan panggilan dan perutusan bagi keluarga Kristiani untuk menjadikan masa Adven sebagai perjalanan untuk menjadi terang bagi sesama dan bukan sekedar ritual/tradisi tahunan belaka.
- **Bintang** di puncak melambangkan kehadiran Kristus yang menjadi cahaya bagi dunia. Demikian juga Kristus menjadi terang bagi kehidupan, yang kehadiran-Nya dinantikan oleh keluarga Kristiani. Dalam penantian tersebut, keluarga Kristiani bertumbuh dalam pengharapan dan keyakinan akan Allah yang memberikan berkat dan pertolongan-Nya seperti Allah yang menolong para majus dari Timur untuk menemukan bayi Yesus di palungan melalui bintang.
- **Sinar** yang memancar dari Ekaristi melambangkan cahaya ilahi Kristus yang memberi daya kekuatan dan terang kepada keluarga Kristiani.
- **Daun dan anggur** melambangkan kesuburan, kehidupan, dan sukacita untuk merayakan masa Adven.

Makna Warna:

🟡 **Emas / Kuning:** Cahaya Kristus yang menjadi terang, kemuliaan, dan sukacita Ekaristi.
🟣 **Ungu:** Pertobatan untuk menjadikan diri layak menyambut Kristus.
🩷 **Merah Muda:** Gaudete, sukacita ditengah-tengah penantian karena kehadiran Kristus yang semakin dekat.
🔴 **Merah:** Pengorbanan diri Kristus yang menjadi cahaya keselamatan bagi dunia.
🔵 **Biru:** Kesetiaan keluarga dalam menantikan kehadiran Kristus dan merayakan Adven dengan sungguh.
🟢 **Hijau:** Kesuburan dan pertumbuhan iman akan Kristus.
⚪ **Putih / Krem:** Kesucian sebagai buah dari pertobatan.

Tema Pertemuan Perminggu

Bulan Keluarga 2026

1. DIUNDANG UNTUK DATANG, MENERIMA WARISAN IMAN
2. MEMAHAMI EKARISTI SEBAGAI WARISAN IMAN
3. HATI EKARISTI, HATI KELUARGA
4. MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI

Ekaristi
Sumber Kekuatan Umat Kristiani

Bulan Keluarga 2026

Pertemuan Minggu 1

DIUNDANG UNTUK DATANG, MENERIMA WARISAN IMAN



Pertemuan Minggu 1

DIUNDANG UNTUK DATANG, MENERIMA WARISAN IMAN

LAGU TEMA BULAN KELUARGA

Ekaristi Hidup di Hati

Do = B / C , 4/4 | Moderato - 95 BPM

Intro : 1 . 1 2 3 | 3 . 2 3 3 4 5 |

6 . 4 6 | 5 . 5 0 |

Aaaa....

3 3 3 3 3 . 2 3 5 | 1 . 1 1 0 1 2 3 | 4 4 4 4 4 3 2 1 | 2 . . . |

Lonceng memang-gil, dan ki-ta ha - dir, ke Al-tar cin-ta se-ba-gai k' lu-ar-ga

3 3 3 3 3 . 2 3 5 | 1 . 1 1 0 1 2 3 | 4 4 4 4 3 4 6 | . 5 5

Ro-ti dan anggur lambang cin - ta - Nya i-man menyambut Kristus Sang Pu - tra

Reff. :

‖: 0 5 1 7 | 1 . 1 5 5 1 7 | 1 . 0 3 4 5 | 6 6 6 6 6 7 1 1 | 7 .

E - ka - ris - ti, hi- dup di ha - ti, ma- ri ja - lan - i , se- tia mengab - di

0 1 7 6 | 5 5 5 5 5 5 6 5 3 | 4 . 4 3 4 5 | 6 6 6 6 7 1 | 2 . 2 0 :‖

Ja - di - lah ro - ti yg di - pe-cah, di- ba - gi, ba - gi ke - lu - ar - ga dan du - ni- a

Coda

6 6 6 5 6 6 0 | 7 7 7 1 7 7 0 | 7 7 7 1 7 7 5 2 7 | 1 . 7 6 .

Ki - ta di - u - tus, ba- wa ber-kat-Nya, ja - di sak-si - Nya se- la- ma- nya

4 4 4 5 6 6 0 | 5 5 5 6 7 7 0 | 1 1 1 1 3 3 2 | 2 2 3 2 1 | 1 . . 0 ‖

Ki - ta di - u - tus, ba- wa ber-kat-Nya, ja - di sak - si - Nya se - la - ma-nya

TAP TO PLAY

LAGU PEMBUKA

Dengar Dia Panggil Nama Saya



Dengar Dia panggil nama saya..
Dengar Dia panggil namamu...
Dengar Dia panggil nama saya,
Juga Dia panggil namamu

Chorus:
Oh giranglah
Oh giranglah
Yesus amat cinta pada saya
Oh giranglah

DOA PEMBUKA

Marilah kita berdoa:

Dalam nama Bapa, dan Putera dan Roh Kudus, Amin

Bapa Yang Mahakasih, kami bersyukur karena pada hari ini Engkau mengundang kami untuk datang dan berkumpul sebagai satu keluarga dalam pertemuan minggu pertama Bulan Keluarga 2026. Hadirlah dan bukalah hati serta pikiran kami agar pertemuan ini menjadi berkat bagi keluarga kami, dampingi kami dengan Roh Kudus-Mu untuk mendengarkan, berbagi, dan mengalami kasih-Mu. Tuntunlah kami agar kami dapat menemukan kehendak-Mu melalui pertemuan Bulan Keluarga di minggu pertama ini.

Doa ini kamu mohon kepada-Mu melalui Putera-Mu Yesus Kristus, Tuhan dan pengantara kami, yang bertahta bersama Engkau dan Roh Kudus kini dan sepanjang segala masa. Amin.

Santo/ Santa ... (sebutkan pelindung Lingkungan Anda)... doakanlah kami.
Santo/ Santa ... (sebutkan pelindung Gereja)... doakanlah kami.

Dalam nama Bapa, dan Putera dan Roh Kudus, Amin

TAHUKAH KAMU?

Mengapa Misa dimulai dengan berkumpul?

Misa dimulai dengan berkumpulnya umat karena kita datang bukan sebagai individu yang berjalan sendiri-sendiri, melainkan sebagai persekutuan satu Umat Allah."

sumber: PUMR No. 27 & KGK No. 1140

Pertemuan Minggu 1

DIUNDANG UNTUK DATANG, MENERIMA WARISAN IMAN

PENJELASAN TEMA

Jika Anda menerima undangan untuk hadir dalam audiensi dengan Bapa Paus? Persiapan apa yang akan Anda lakukan? Pakaian? Kendaraan? Kesiapan hati? Pemahaman tentang tata tertib acara?

Sekarang, bagaimana jika Yesus Kristus mengundang Anda dalam perayaan Ekaristi?

Yesus Kristus mengundang setiap keluarga untuk tidak hanya hidup dalam iman secara pribadi, tetapi juga membangun persekutuan bersama keluarga-keluarga lain dengan terlibat dalam perayaan Ekaristi.

Dalam perayaan Ekaristi, umat beriman diundang untuk datang mendengarkan Sabda Tuhan, bersyukur atas karya keselamatan Allah, dan menerima Tubuh dan Darah Kristus. Perayaan Ekaristi bukan sekedar rutinitas atau kewajiban, melainkan perjumpaan pribadi bersama Yesus Kristus yang hadir secara nyata.

Kehadiran Yesus dalam Ekaristi dialami melalui imam yang bertindak ***in persona Christi*** (selaku pribadi Kristus), serta melalui kurban salib Kristus yang hadir dalam rupa roti dan anggur sebagai Tubuh dan Darah-Nya.

Perayaan Ekaristi memiliki akar tradisinya dari Perjamuan Terakhir dan diteruskan oleh jemaat Gereja Perdana sampai saat ini. Setiap keluarga diundang untuk datang, menerima warisan iman ini. Keluarga diajak untuk semakin dekat dengan Tuhan, semakin bersatu dengan sesama, dan semakin mampu menjadi saksi kasih Kristus dalam kehidupan sehari-hari.

TAHUKAH KAMU?

Mengapa membuat tanda salib kecil di dahi, mulut, dan dada sebelum Injil?

- *Dahi → Sabda Tuhan masuk ke pikiran.*
- *Mulut → Sabda Tuhan kita wartakan.*
- *Dada → Sabda Tuhan kita hidupi.*

sumber: Pedoman Umum Misale Romawi / General Instruction of the Roman Missal - GIRM)

Bulan Keluarga 2026

AKTIVITAS

Warisan Imanku



Alat dan perlengkapan:

1. Kertas bekas yang masih bisa ditulisi.
2. Alat tulis.
3. Beberapa kalimat petunjuk *(contoh kalimat akan dibagikan oleh fasilitator)*.

Cara bermain:

- Fasilitator menuliskan setiap kalimat petunjuk pada secarik kertas bekas, lalu melipat kertas/ beberapa kertas tersebut sehingga kalimat petunjuk tidak dapat dibaca oleh peserta.
- Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok yang masing-masing berisi kurang lebih 5 orang. (Jumlah anggota kelompok dapat disesuaikan dengan jumlah peserta.)
- Setiap kelompok diminta berbaris lurus dan fasilitator berdiri di belakang barisan. Kemudian fasilitator meminta peserta yang berada di posisi paling belakang untuk memilih salah satu kertas petunjuk. Fasilitator memastikan setiap kelompok telah memilih kertasnya.
- Fasilitator memberikan aba-aba, kemudian setiap peserta yang berada di baris paling belakang membaca dalam hati kalimat petunjuk pada kertas tersebut.
- Peserta paling belakang menepuk pundak peserta di depannya, lalu memperagakan kalimat petunjuk tanpa bersuara.
- Peserta kedua kemudian menepuk pundak peserta ketiga dan memperagakan kembali gerakan tersebut, begitu seterusnya hingga peserta terakhir/peserta yang berdiri di barisan paling depan.
- Peserta terakhir (paling depan) harus mengingat gerakan yang diperagakan dan menunggu hingga semua kelompok selesai memperagakan gerakan sampai ke peserta paling depan.
- Satu per satu dan di hadapan semua kelompok, peserta paling depan dari setiap kelompok harus memperagakan gerakan tersebut, sekaligus menebak isi kalimat yang dimaksud.
- Fasilitator kemudian dapat bertanya kepada peserta kelompok paling belakang untuk mengonfirmasi kebenaran isi kalimat yang diperagakan.



AKTIVITAS

LIHAT VIDEO PANDUAN AKTIVITAS

AKTIVITAS

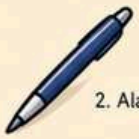
Warisan Imanku

Permainan sederhana, pesan yang mendalam tentang iman kita!

Alat dan perlengkapan:



1. Kertas bekas yang masih bisa ditulis



2. Alat tulis

Contoh kalimat petunjuk:

MENDENGARKAN SABDA TUHAN

1 Tulis dan lipat kertas petunjuk



Fasilitator menuliskan kalimat petunjuk pada secarik kertas bekas, lalu melipatnya sehingga tidak dapat dibaca oleh peserta.

2 Bentuk kelompok



Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok yang masing-masing berisi kurang lebih 5 orang.

3 Pilih kertas petunjuk



Setiap kelompok berbaris lurus. Peserta paling belakang memilih salah satu kertas petunjuk dari fasilitator.

4 Baca dalam hati



Setelah aba-aba, peserta paling belakang membaca kalimat petunjuk dalam hati.

5 Peragakan ke teman di depan



Peserta paling belakang menepuk pundak peserta di depannya, lalu memperagakan kalimat petunjuk tanpa bersuara.

6 Teruskan sampai depan



Peserta kedua kemudian menepuk pundak peserta ketiga dan memperagakan kembali gerakan tersebut, begitu seterusnya hingga peserta terakhir.

7 Peserta paling depan memperagakan



Peserta terakhir (paling depan) mengingat gerakan yang diperagakan dan memperagakan di hadapan semua kelompok.

8 Tebak isi kalimat



Peserta terakhir menebak isi kalimat yang dimaksud setelah semua kelompok selesai memperagakan gerakan.

9 Konfirmasi



Fasilitator menanyakan kepada peserta paling belakang untuk mengonfirmasi kebenaran isi kalimat yang diperagakan.

DIUNDANG UNTUK DATANG, MENERIMA WARISAN IMAN

Pertemuan Minggu 1

DIUNDANG UNTUK DATANG, MENERIMA WARISAN IMAN

MAKNA AKTIVITAS

Aktivitas pesan berantai ini menggambarkan makna keluarga yang mewariskan kebiasaan, norma, dan tata cara mengikuti perayaan Ekaristi. Setiap keluarga perlu memastikan bahwa warisan ini dapat diteruskan kepada generasi-generasi berikutnya tanpa mengubah makna dari warisan tersebut.

Isi pesan berantai merupakan contoh persiapan yang harus kita lakukan untuk menanggapi undangan Yesus Kristus dalam perayaan Ekaristi.

BACAAN KITAB SUCI

1 Korintus 11:20-26

20 "Apabila kamu berkumpul, kamu bukanlah berkumpul untuk makan
perjamuan Tuhan. 21 Sebab pada perjamuan itu tiap-tiap orang memakan
dahulu makanannya sendiri, sehingga yang seorang lapar dan yang lain mabuk.
22 Apakah kamu tidak mempunyai rumah sendiri untuk makan dan minum?
Atau maukah kamu menghinakan Jemaat Allah dan memalukan orang-orang
yang tidak mempunyai apa-apa? Apakah yang kukatakan kepada kamu?
Memuji kamu? 23 Dalam hal ini aku tidak memuji. Sebab apa yang telah
kuteruskan kepadamu, telah aku terima dari Tuhan, yaitu bahwa Tuhan Yesus,
pada malam waktu Ia diserahkan, mengambil roti dan sesudah itu Ia mengucap
syukur atasnya; Ia memecah-mecahkannya 24 dan berkata: "Inilah tubuh-Ku,
yang diserahkan bagi kamu; perbuatlah ini menjadi peringatan akan Aku!"
25 Demikian juga Ia mengambil cawan, sesudah makan, lalu berkata: "Cawan ini
adalah perjanjian baru yang dimeteraikan oleh darah-Ku; perbuatlah ini, setiap
kali kamu meminumnya, menjadi peringatan akan Aku!" 26 Sebab setiap kali
kamu makan roti ini dan minum cawan ini, kamu memberitakan kematian
Tuhan sampai Ia datang."

TAHUKAH KAMU?

Dari mana kata "Ekaristi" berasal?
Eucharistia berasal dari bahasa Yunani yang berarti ucapan syukur.
sumber: KGK 1328



Bulan Keluarga 2026

Pertemuan Minggu 1

DIUNDANG UNTUK DATANG, MENERIMA WARISAN IMAN

MAKNA KITAB SUCI

Perikop **1 Korintus 11: 20-26** membantu kita untuk melihat dua hal, yakni Kristus sebagai tuan rumah yang menyelenggarakan perjamuan dalam Ekaristi dan landasan penetapan Ekaristi atau dalam surat Paulus, istilah yang digunakan adalah ***"perkumpulan/ perjamuan bersama"***. Istilah ***"perjamuan Tuhan"*** dalam ayat 20 menunjuk pada perjamuan yang diselenggarakan oleh Tuhan sendiri sebagai tuan rumah perjamuan. ***(E. Martasudjita Pr, Ekaristi: Tinjauan Teologis, Liturgis, dan Pastoral, hal 237)***.

Rasul Paulus menggunakan istilah teknis **"menerima"** dan **"meneruskan"** yang digunakan dalam budaya Yahudi untuk pewarisan tradisi-tradisi yang penting.

Tradisi perjamuan bersama ini berasal dari Tuhan dan Tuhan sendiri yang menghendaki para murid-Nya untuk menjalankan perjamuan semacam itu dengan bersabda, ***"perbuatlah ini.....menjadi peringatan akan Aku!"*** Bagi Paulus, makna dari jemaat berkumpul dan melakukan perjamuan bersama adalah:

- untuk mengenang wafat Kristus,
- mewartakan wafat Tuhan sampai kedatangan-Nya di masa depan (kedatangan Kristus yang kedua), dan
- menjadikan kasih Kristus, yakni pengorbanan-Nya disalib sebagai semangat hidup jemaat dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga melalui perjamuan bersama ini umat dapat bersatu dan rela berkorban satu sama lain.

Dengan kata lain, Rasul Paulus hendak menegaskan bahwa perjamuan bersama/Ekaristi persekutuan dalam iman dan pengharapan, yakni iman akan karya kasih dan keselamatan Allah melalui kurban salib Kristus dan pengharapan akan kedatangan Kristus yang kedua.

Pengharapan akan kedatangan Kristus yang kedua menjadi salah satu makna dari masa Adven yang sudah menjadi tradisi dalam Gereja Katolik. Adven berasal dari bahasa Latin *"adventus"* yang berarti kedatangan, dalam bahasa Yunani adalah *"parousia"*. Ada dua makna kedatangan yang dimaksudkan di sini, yakni kedatangan Kristus dalam arti kelahiran-Nya (Natal), maupun kedatangan Kristus yang kedua di akhir zaman.

Pertemuan Minggu 1

DIUNDANG UNTUK DATANG, MENERIMA WARISAN IMAN

LAGU PENEGUHAN

Tuhan Kau Satukan Kami *(Puji Syukur 428)*

Ulangan:
Tuhan, Kau satukan kami dalam perjamuan-Mu.
Dengan makan roti ini kami pun bersaudaralah.

Pesta Kau selenggarakan, Kau sebarkan undangan.
Yang serta dalam perjamuan akan hidup kekal.
Bagai yang Engkau janjikan pada para rasul-Mu.
Dan kami percaya tulus hati Dikau tak ingkar janji. - *Ul.*

Kala Kau serahkan roti pada para murid-Mu,
Engkau nyatakan penuh cinta: T'rimalah hidup-Ku.
Itulah tanda cinta-Mu bagi kami umat-Mu.
Kini kami satu dengan Dikau 'kan mengabdi saudara. - *Ul.*

Maka kini sabda bahagia akan kami wartakan.
Bagi orang yang sengsara, bagi hati yang hampa.
Dan kepada yang putus asa, orang miskin dan papa.
Agar nanti seluruh bangsa satu di dalam Roh-Mu. - *Ul.*



PERTANYAAN REFLEKTIF

1. Pernahkah kamu dan keluargamu terlambat menghadiri perayaan Ekaristi? Bagaimana persiapan batin dan sikapmu serta keluargamu saat memenuhi undangan Kristus untuk hadir dalam perayaan Ekaristi?
2. Bagaimana cara keluargamu mengajarkan hal-hal baik dalam mengikuti perayaan Ekaristi?
3. Berdasarkan hasil survei umat KAJ 2026, terdapat indikasi bahwa lebih dari 50% umat yang pernah mengikuti perayaan Ekaristi merasa hampa atau kosong. Bagaimana dengan dirimu dan keluargamu?

TAHUKAH KAMU?

Mengapa umat wajib mengikuti Misa pada hari Minggu dan hari raya wajib?

Berdasarkan KHK Kan. 1247, umat beriman wajib ikut Misa pada hari Minggu dan hari raya wajib lainnya.

Bulan Keluarga 2026

Doa Bulan Keluarga

Marilah kita menutup pertemuan ini dengan berdoa bersama-sama
(dilanjutkan dengan doa penutup)

Dalam nama Bapa, dan Putera, dan Roh Kudus, amin...

Tuhan Yesus, kami datang sebagai keluarga yang Kau undang untuk bersatu dalam Ekaristi. Mampukan kami untuk semakin memahami dan terus mengandalkan Engkau sang Roti Hidup, sebagai sumber kekuatan iman kami dalam mengarungi perjalanan kehidupan, menuju kepenuhan keselamatan bersama Allah, yang Engkau janjikan.

Bunda Maria, Bunda Keluarga Kudus, tuntunlah kami mengikuti teladan-Mu yang telah menerima dan tetap setia menjalani rencana Allah. Bimbinglah kami berserah penuh kepada kehendak Allah dalam keluarga dan dalam mendidik anak-anak kami dengan penuh kasih.

Santo Yusuf, Pelindung Keluarga Kudus serta pekerja yang setia. Bimbinglah keluarga kami agar selalu berjalan dalam kebenaran dengan bertanggungjawab. Biarlah semangat ketulusanmu dalam menjalani rencana Tuhan senantiasa menjadi inspirasi bagi kehidupan keluarga kami setiap hari.

Bapa yang baik, terimalah dan satukan segala niat serta upaya kami sebagai persembahan hidup bersama seluruh keluarga beriman, agar melalui Ekaristi kami semakin dipersiapkan untuk menyambut Hari Kelahiran Yesus Putera-Mu.
Sebab Dialah Tuhan dan pengantara kami, kini dan sepanjang segala masa. Amin.

DOA PENUTUP

Allah Bapa Yang Mahakasih,
kami bersyukur atas pertemuan Bulan Keluarga minggu pertama pada hari ini. Engkau telah mengundang kami untuk senantiasa hadir dalam Ekaristi, sumber kekuatan dan kasih dalam hidup kami.

Teguhkanlah kami agar setia menjawab undangan-Mu, dan mampukan kami untuk mewariskan iman Katolik kepada anak-anak dan sesama kami, melalui teladan hidup Putera-Mu yang penuh kasih, kesetiaan, dan pengharapan.

Bantulah kami agar mulai pada masa Adven ini, kami dapat lebih menanggapi undangan Ekaristi dengan lebih pantas.

Doa ini kami mohon kepada-Mu melalui Putera-Mu Yesus Kristus, Tuhan dan pengantara kami. Amin.

Santo/Santa (Pelindung Lingkungan).... doakanlah kami
Santo/Santa (Pelindung Gereja).... doakanlah kami

Dalam nama Bapa, dan Putera dan Roh Kudus, Amin

LAGU PENUTUP

Biar Anak-Anak Datang Pada-Ku

(Puji Syukur 428)

"Biar anak-anak, datang kepada-Ku."
Itu sabda Yesus, Dia memanggilku.
Kini aku datang siap mendengar-Nya,
kini aku datang, Yesus memanggilku.

"Biar anak-anak, datang kepada-Ku."
Itu sabda Yesus, Dia memanggilku.
Dalam kesukaran susah tak terhibur,
pada-Nya kudatang, Yesus memanggilku.



TAHUKAH KAMU?

Bulan Keluarga 2026

1 MENGAPA KITA BERLUTUT KE ARAH TABERNAKEL?

Genufleksi adalah tanda penyembahan kepada Sakramen Mahakudus.

Sumber: PUMR No. 274



2 MENGAPA KITA BERDIRI, DUDUK & BERLUTUT?

Sikap tubuh membantu umat berdoa bersama: berdiri sebagai tanda hormat, duduk untuk mendengarkan, dan berlutut untuk menyembah.

Sumber: PUMR No. 42-44



3 MENGAPA ADA SALAM DAMAI?

Salam Damai mengungkapkan persatuan dan kasih persaudaraan sebelum kita menyambut Kristus.

Sumber: PUMR No. 82



4 MENGAPA ADA LONCENG SAAT KONSEKRASI?

Lonceng membantu umat memperhatikan saat-saat penting dalam Doa Syukur Agung.

Sumber: PUMR No. 150



5 MENGAPA KITA HENING SETELAH KOMUNI?

Keheningan memberi ruang untuk bersyukur dan berdoa dalam hati setelah menerima Kristus.

Sumber: PUMR No. 45, 88



Bulan Keluarga 2026

Pertemuan Minggu 2

MEMAHAMI EKARISTI SEBAGAI WARISAN IMAN



Pertemuan Minggu 2

MEMAHAMI EKARISTI SEBAGAI WARISAN IMAN

LAGU TEMA BULAN KELUARGA

Ekaristi Hidup di Hati

Do = B / C , 4/4 | Moderato - 95 BPM

Intro : 1 . 1 2 3 | 3 . 2 3 3 4 5 |

6 . 4 6 | 5 . 5 0 |

Aaaa....

3 3 3 3 3 . 2 3 5 | 1 . 1 1 0 1 2 3 | 4 4 4 4 4 3 2 1 | 2 . . . |

Lonceng memang-gil, dan ki - ta ha - dir, ke Al - tar cin- ta se-ba- gai k' lu-ar - ga

3 3 3 3 3 . 2 3 5 | 1 . 1 1 0 1 2 3 | 4 4 4 4 3 4 6 | . 5 5

Ro - ti dan anggur lambang cin - ta - Nya i - man menyambut Kristus Sang Pu - tra

Reff. :

‖: 0 5 1 7 | 1 . 1 5 5 1 7 | 1 . 0 3 4 5 | 6 6 6 6 6 7 1 1 | 7 .

E - ka - ris - ti, hi- dup di ha - ti, ma- ri ja - lan - i , se- tia mengab - di

0 1 7 6 | 5 5 5 5 5 5 6 5 3 | 4 . 4 3 4 5 | 6 6 6 6 7 1 | 2 . 2 0 :‖

Ja - di - lah ro - ti yg di - pe-cah, di- ba - gi, ba - gi ke - lu - ar - ga dan du - ni- a

Coda

6 6 6 5 6 6 0 | 7 7 7 1 7 7 0 | 7 7 7 1 7 7 5 2 7 | 1 . 7 6 .

Ki - ta di - u - tus, ba- wa ber-kat-Nya, ja - di sak-si - Nya se- la- ma- nya

4 4 4 5 6 6 0 | 5 5 5 6 7 7 0 | 1 1 1 1 3 3 2 | 2 2 3 2 1 | 1 . . 0 ‖

Ki - ta di - u - tus, ba- wa ber-kat-Nya, ja - di sak - si - Nya se - la - ma-nya

ritt.

TAP TO PLAY

Pertemuan Minggu 2

MEMAHAMI EKARISTI SEBAGAI WARISAN IMAN

LAGU PEMBUKA

Bapa Engkau Sungguh Baik

Bapa, Engkau sungguh baik.
Kasih-Mu melimpah di hidupku.
Bapa, 'ku berterima kasih.
Berkat-Mu hari ini yang Kau sediakan bagiku.

'Ku naikkan syukurku, buat hari yang Kau b'ri.
Tak habis-habisnya kasih dan rahmat-Mu.
Selalu baru dan tak pernah terlambat pertolongan-Mu.
Besar setia-Mu di sepanjang hidupku.

DOA PEMBUKA

Marilah kita berdoa:

Dalam nama Bapa, dan Putera dan Roh Kudus, Amin

Allah Bapa yang penuh kasih, kami bersyukur atas penyertaan-Mu dalam hidup kami, terlebih dalam keluarga kami.

Pada pertemuan Bulan Keluarga 2026 minggu kedua ini, kami ingin mengisi masa penantian menyambut kelahiran Putera-Mu dengan merenungkan ajaran Gereja tentang Ekaristi. Bantulah kami untuk memahami makna Ekaristi sebagai sumber kekuatan iman dalam keluarga kami.

Doa ini kami mohonkan demi Kristus Tuhan kami, yang bersama dengan Dikau, dalam persatuan dengan Roh Kudus, hidup dan berkuasa, Allah, sepanjang segala masa. Amin.

Santo/ Santa ... (sebutkan pelindung Lingkungan Anda)... doakanlah kami.
Santo/ Santa ... (sebutkan pelindung Gereja)... doakanlah kami.

Dalam nama Bapa, dan Putera dan Roh Kudus, Amin

Pertemuan Minggu 2

MEMAHAMI EKARISTI SEBAGAI WARISAN IMAN

PENJELASAN TEMA

Gereja Katolik memiliki berbagai pandangan tentang makna Ekaristi. Pada Bulan Keluarga 2026 minggu kedua ini, kita berfokus pada pandangan Gereja Katolik bahwa Ekaristi adalah sumber kekuatan dan puncak hidup Kristiani.

Kristus hadir melalui Ekaristi sebagai sumber kekuatan bagi kita dalam mengarungi suka dan duka hidup sehari-hari. Keluarga datang ke Ekaristi dan menerima Tubuh dan Darah-Nya agar menjadi satu dengan Kristus. Kesatuan kita dengan Kristus dalam Ekaristi itulah yang menjadi puncak kerinduan dan perjuangan kita menuju hidup kekal.

AKTIVITAS

QUIZ TIME — Who Wants to be a Blessionaire

CARA BERMAIN:

- Peserta dibagi dalam beberapa kelompok.
- Permainan terdiri dari 10 pertanyaan/level (unduh link pertanyaan di sini)
- Setiap kelompok akan menjawab pertanyaan seputar keluarga, kasih, iman, dan Ekaristi.
- Setiap jawaban benar membawa kelompok naik menuju "Tangga Berkat".
- Berkat yang dikumpulkan bukan berupa uang, tetapi nilai-nilai keluarga seperti kasih, kesabaran, pengampunan, persatuan, dan iman.
- Tidak ada yang menang atau kalah. ***Semua kelompok akan sampai pada level 10!***
- Setelah setiap pertanyaan, fasilitator memberikan penjelasan singkat dan refleksi bersama.

LIFELINE (BANTUAN)

Setiap kelompok dapat menggunakan bantuan/lifeline kapan saja.

1. ***TANYA KOMUNITAS (ASK THE AUDIENCE)***
   - Diskusikan dengan anggota komunitas/kelompok sendiri untuk mencari jawaban bersama.
2. ***MINTA BANTUAN KELOMPOK LAIN (CALL A FRIEND)***
   - Mintalah bantuan/pendapat dari teman atau keluarga.
3. ***DOA DULU (50:50)***
   - Berdoa sejenak dan minta petunjuk Tuhan. Fasilitator akan menghilangkan dua pilihan jawaban yang salah.



File Power point pertanyaan akan dibagikan kepada fasilitator

LIHAT VIDEO PANDUAN AKTIVITAS

MAKNA AKTIVITAS

Aktivitas quiz ini memberikan makna bahwa untuk memperoleh berkat terbesar bukanlah mencapai level tertinggi, melainkan menjadi keluarga yang semakin mengenal Kristus dalam Ekaristi.

Setiap pertanyaan mengajak kita semakin memahami makna Ekaristi dalam keluarga.

Pilihan bantuan mengingatkan bahwa setiap pribadi tidak dipanggil untuk berjalan sendiri melainkan saling mendukung dalam keluarga serta komunitas umat beriman, dalam lingkungan dan Gereja serta melibatkan Tuhan dalam setiap pengambilan keputusan.

TAHUKAH KAMU?

Jika Hosti Kudus jatuh ke lantai, ia tidak boleh diambil seperti remah roti biasa. Hosti harus diambil dengan sangat hormat, dan tempat jatuhnya dibersihkan dengan hati-hati karena bagi kita, Hosti yang telah dikonsekrasi adalah Tubuh Kristus yang nyata.

sumber: PUMR 280

Pertemuan Minggu 2

MEMAHAMI EKARISTI SEBAGAI WARISAN IMAN

BACAAN KITAB SUCI

Yohanes 6 : 53 – 58

53 Maka kata Yesus kepada mereka: "Aku berkata kepadamu, sesungguhnya
jikalau kamu tidak makan daging Anak Manusia dan minum darah-Nya, kamu
tidak mempunyai hidup di dalam dirimu. 54 Barangsiapa makan daging-Ku dan
minum darah-Ku, ia mempunyai hidup yang kekal dan Aku akan
membangkitkan dia pada akhir zaman. 55 Sebab daging-Ku adalah benar-benar
makanan dan darah-Ku adalah benar-benar minuman. 56 Barangsiapa makan
daging-Ku dan minum darah-Ku, ia tinggal di dalam Aku dan Aku di dalam dia.
57 Sama seperti Bapa yang hidup mengutus Aku dan Aku hidup oleh Bapa,
demikian juga barangsiapa yang memakan Aku, akan hidup oleh Aku. 58 Inilah
roti yang telah turun dari sorga, bukan roti seperti yang dimakan nenek
moyangmu dan mereka telah mati. Barangsiapa makan roti ini, ia akan hidup
selama-lamanya."

MAKNA KITAB SUCI

Yoh 6 : 53 – 58 merupakan penggalan dari kisah tentang roti hidup yang disabdakan oleh Yesus kepada orang banyak di Kapernaum. Bahasa yang digunakan oleh Yesus sangat Ekaristis, yang mengingatkan kita pada Markus 14: 22-25 dan 1 Korintus 11: 23-28 tentang Tubuh dan Darah-Nya.

Injil Yohanes mengajak orang banyak untuk mencerna hidup kekal melalui Daging dan Darah-Nya. Dalam ayat 56 dan 57, Yesus memberikan penjelasan bahwa Yesus memiliki hidup di dalam Diri-Nya oleh Bapa, sehingga kita yang makan Daging-Nya dan minum Darah-Nya akan memiliki hidup yang serupa.

Fokus utama dari perikop tersebut adalah pada tubuh yang terpecah dan darah yang ditumpahkan, yang diberikan untuk memberi hidup dan makan dunia. Kita diajak untuk menerima Yesus seperti mencerna makanan dan menerima kehadiran-Nya.

Dalam konteks Paskah, dimana orang-orang Yahudi merayakan pemberian manna oleh Allah ketika di padang gurun. Yesus menyatakan diri-Nya lebih dari sekedar pemberian manna. Yesus menyempurnakan karunia tersebut dengan menekankan soal kehadiran-Nya yang merupakan sumber hidup, baik hidup di dunia ini maupun hidup kekal bersama Allah. Inilah yang menjadi puncak dari kerinduan dan tujuan akhir dari kehidupan umat Allah.

Pertemuan Minggu 2

MEMAHAMI EKARISTI SEBAGAI WARISAN IMAN

LAGU PENEGUHAN

Jadikan Hatiku Istana Cinta-Mu *(Puji Syukur 428)*

Siapakah aku dihadapan-Mu Tuhan,
Kau curahkan cinta-Mu.
Apakah artiku bagi-Mu,
Cinta-Mu setia selalu.

Pantaskah 'ku menyambut Tubuh Darah-Mu,
karena banyak dosaku.
Sering 'ku ingkari cinta-Mu,
dalam langkah hidupku.

Ampunilah aku ampuni kelemahanku.
Ampuni dosaku dalam kerahiman-Mu.
Agar 'ku mampu wartakan kasih-Mu,
di dalam hidupku.

Bersihkan hatiku dengan sucinya cinta-Mu.
Jadikan hatiku istana cinta-Mu.
Tempat yang layak untuk bersemayam,
Tubuh dan Darah-Mu...



PERTANYAAN REFLEKTIF

1. Apa yang Anda rasakan setiap kali hadir dalam perayaan Ekaristi?
2. Apa yang ingin Anda beserta keluarga mulai ubah atau perbaiki dalam mengikuti perayaan Ekaristi setelah mengikuti pertemuan ini?

TAHUKAH KAMU?

*Menurut Kitab Hukum Kanonik (KHK 919 § 1), umat wajib berpantang makanan dan minuman (kecuali air putih) **minimal satu jam sebelum menerima Komuni**. Aturan ini dikecualikan bagi lansia, orang sakit, dan perawat mereka.*



Bulan Keluarga 2026



Doa Bulan Keluarga

Marilah kita menutup pertemuan ini dengan berdoa bersama-sama
(dilanjutkan dengan doa penutup)

Dalam nama Bapa, dan Putera, dan Roh Kudus, amin...

Tuhan Yesus, kami datang sebagai keluarga yang Kau undang untuk bersatu dalam Ekaristi. Mampukan kami untuk semakin memahami dan terus mengandalkan Engkau sang Roti Hidup sebagai sumber kekuatan iman kami dalam mengarungi perjalanan kehidupan, menuju kepenuhan keselamatan bersama Allah, yang Engkau janjikan.

Bunda Maria, Bunda Keluarga Kudus, tuntunlah kami mengikuti teladan-Mu yang telah menerima dan tetap setia menjalani rencana Allah. Bimbinglah kami berserah penuh kepada kehendak Allah dalam keluarga dan dalam mendidik anak-anak kami dengan penuh kasih.

Santo Yusuf, Pelindung Keluarga Kudus serta pekerja yang setia. Bimbinglah keluarga kami agar selalu berjalan dalam kebenaran dengan bertanggungjawab. Biarlah semangat ketulusanmu dalam menjalani rencana Tuhan senantiasa menjadi inspirasi bagi kehidupan keluarga kami setiap hari.

Bapa yang baik, terima lah dan satukan segala niat serta upaya kami sebagai persembahan hidup bersama seluruh keluarga beriman agar melalui Ekaristi kami semakin dipersiapkan untuk menyambut Hari Kelahiran Yesus Putera-Mu.
Sebab Dialah Tuhan dan pengantara kami, kini dan sepanjang segala masa. Amin.

DOA PENUTUP

Allah Bapa yang penuh kasih, kami bersyukur atas pertemuan Bulan Keluarga yang telah kami jalani bersama pada hari ini. Terima kasih atas pengalaman dan kebersamaan yang kami alami, yang mengingatkan kami bahwa Ekaristi adalah sumber kekuatan iman dan puncak kehidupan keluarga kami.

Bantulah kami, ya Tuhan, agar kami lebih memahami makna Ekaristi sebagai kekuatan untuk senantiasa mengembangkan iman, kasih, pengampunan, kesetiaan, dan harapan akan keselamatan jiwa dan raga kami, baik dalam peziarahan di bumi maupun kelak dalam rumah-Mu.

Doa ini kami panjatkan kepada-Mu dengan pengantaraan Kristus, Tuhan kami. Amin.

Santo/ Santa ... (pelindung Lingkungan)... doakanlah kami.
Santo/ Santa ... (pelindung Gereja)... doakanlah kami.

Dalam nama Bapa, dan Putera, dan Roh Kudus. Amin.

LAGU PENUTUP

Karena Aku Kau Cinta

1. Tiada nada, tiada suara,
Mampu mengungkapkan rasa
Bahagia tak terkira.

Tiada sungai, tiada samudra,
Mampu tandingi agung cinta-Mu,
Lembut hati-Mu ubah hidupku.

2. Tiada lembah, tiada bukit,
'Kan menghalangi langkahku
Menyambut kasih-Mu.

Tiada bimbang, tiada ragu,
Tak ingin aku jauh dari-Mu,
Kuingin hidup bagi-Mu Yesus.

Reff:
Hadir-Mu dalam lubuk hatiku,
'Tuk mencintaiku dengan segenap kasih-Mu.
Ku bahagia s'lalu bersama-Mu Yesus,
Karena aku Kau cinta.



Bulan Keluarga 2026

Pertemuan Minggu 3

HATI EKARISTI, HATI KELUARGA



Pertemuan Minggu 3

HATI EKARISTI, HATI KELUARGA

LAGU TEMA BULAN KELUARGA

Ekaristi Hidup di Hati

Do = B / C , 4/4 | Moderato - 95 BPM

Intro : 1 . 1 2 3 | 3 . 2 3 3 4 5 |

6 . 4 6 | 5 . 5 0 |

Aaaa....

3 3 3 3 3 . 2 3 5 | 1 . 1 1 0 1 2 3 | 4 4 4 4 4 3 2 1 | 2 . . . |

Lonceng memang-gil, dan ki - ta ha - dir, ke Al - tar cin- ta se-ba- gai k' lu-ar - ga

3 3 3 3 3 . 2 3 5 | 1 . 1 1 0 1 2 3 | 4 4 4 4 3 4 6 | . 5 5

Ro - ti dan anggur lambang cin - ta - Nya i - man menyambut Kristus Sang Pu - tra

Reff. :

‖: 0 5 1 7 | 1 . 1 5 5 1 7 | 1 . 0 3 4 5 | 6 6 6 6 6 7 1 1 | 7 .

E - ka - ris - ti, hi- dup di ha - ti, ma- ri ja - lan - i , se- tia mengab - di

0 1 7 6 | 5 5 5 5 5 5 6 5 3 | 4 . 4 3 4 5 | 6 6 6 6 7 1 | 2 . 2 0 :‖

Ja - di - lah ro - ti yg di - pe-cah, di- ba - gi, ba - gi ke - lu - ar - ga dan du - ni- a

Coda

6 6 6 5 6 6 0 | 7 7 7 1 7 7 0 | 7 7 7 1 7 7 5 2 7 | 1 . 7 6 .

Ki - ta di - u - tus, ba- wa ber-kat-Nya, ja - di sak-si - Nya se- la- ma- nya

4 4 4 5 6 6 0 | 5 5 5 6 7 7 0 | 1 1 1 1 3 3 2 | 2 2 3 2 1 | 1 . . 0 ‖

Ki - ta di - u - tus, ba- wa ber-kat-Nya, ja - di sak - si - Nya se - la - ma-nya

TAP TO PLAY

LAGU PEMBUKA

Ku Cinta Keluarga Tuhan

'Ku cinta keluarga Tuhan,
Terjalin mesra sekali.
Semua saling mengasihi,
Betapa s'nang 'ku menjadi
Keluarganya Tuhan...



DOA PEMBUKA

Marilah kita berdoa:

Dalam nama Bapa, dan Putera dan Roh Kudus, Amin

Allah Bapa, Sang Sumber Cinta, kami mengucap syukur atas berkat-Mu sehingga kami dapat hadir di pertemuan Bulan Keluarga minggu ketiga.

Ya Bapa, dampingilah kami yang saat ini ingin lebih mantap merayakan Ekaristi dalam kehidupan keseharian kami. Kami mohon penyertaan-Mu agar apa yang kami alami dalam Ekaristi sungguh kami jalani dalam hidup keseharian kami sebagai keluarga.

Doa ini kami haturkan dalam nama Tuhan Yesus Kristus, Putera-Mu dan Juru Selamat kami, yang hidup bersama Engkau dan Roh Kudus, kini dan sepanjang masa. Amin.

Santo/ Santa ... (sebutkan pelindung Lingkungan Anda)... doakanlah kami.
Santo/ Santa ... (sebutkan pelindung Gereja)... doakanlah kami.

Dalam nama Bapa, dan Putera dan Roh Kudus, Amin

Pertemuan Minggu 3

HATI EKARISTI,
HATI KELUARGA

PENJELASAN TEMA

Dalam pertemuan Bulan Keluarga minggu kedua yang lalu, kita belajar memahami Ekaristi sebagai warisan iman, yang menjadi sumber kekuatan dalam hidup sehari-hari.

Pada pertemuan minggu ketiga ini kita akan belajar bagaimana ritus Ekaristi dijalani dengan sepenuh hati dan diwujudkan dalam hidup sehari-hari. Ekaristi bukan sekedar rutinitas belaka.

Perjuangan keluarga menjalani Ekaristi dengan sepenuh hati adalah salah satu upaya untuk memenuhi panggilan keluarga sebagai Gereja Domestik ***(Ecclesia Domestica)***.

Setiap anggota keluarga harus terlibat aktif untuk merayakan iman melalui perayaan liturgi Gereja Katolik sebagai satu keluarga. Kemudian, bersama dengan keluarga-keluarga lain, berjuang untuk membangun persekutuan dengan sesama warga Gereja, terlebih dengan Tuhan.

Di masa Adven ini Gereja mengajak kita untuk menjalani Ekaristi sekaligus mempersiapkan diri menyambut kelahiran Tuhan Yesus Kristus. Secara khusus dalam setiap Ekaristi, kita akan selalu diingatkan kembali akan janji Tuhan Yesus Kristus; dalam Injil Matius 28:20 *"...Dan ketahuilah, Aku menyertai kamu senantiasa sampai akhir zaman."*

Janji tersebut secara nyata kita terima setiap kali mengikuti Perayaan Ekaristi. Oleh sebab itu, mari kita jalani bersama keluarga terkasih, dan juga sesama - dengan kerinduan hati yang bersungguh-sungguh.



TAHUKAH KAMU?

MENGAPA ADA LAMPU YANG SELALU MENYALA DI DEKAT TABERNAKEL?

Lampu itu menjadi tanda bahwa Kristus hadir dalam Sakramen Mahakudus dan sebagai bentuk penghormatan kepada-Nya.

Sumber: General Instruction of the Roman Missal (GIRM) no. 316; Kitab Hukum Kanonik Kan.940

AKTIVITAS

Matcha (Matching-matching'in Kata)

Aktivitas untuk membantu peserta mencermati proses yang terjadi pada bagian/ritus dalam Perayaan Ekaristi, agar setiap anggota keluarga "menjalani" setiap bagian/ritus tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Peralatan yang di perlukan :

- Alat tulis
- 1 (satu) lembar kertas kerja untuk setiap kelompok

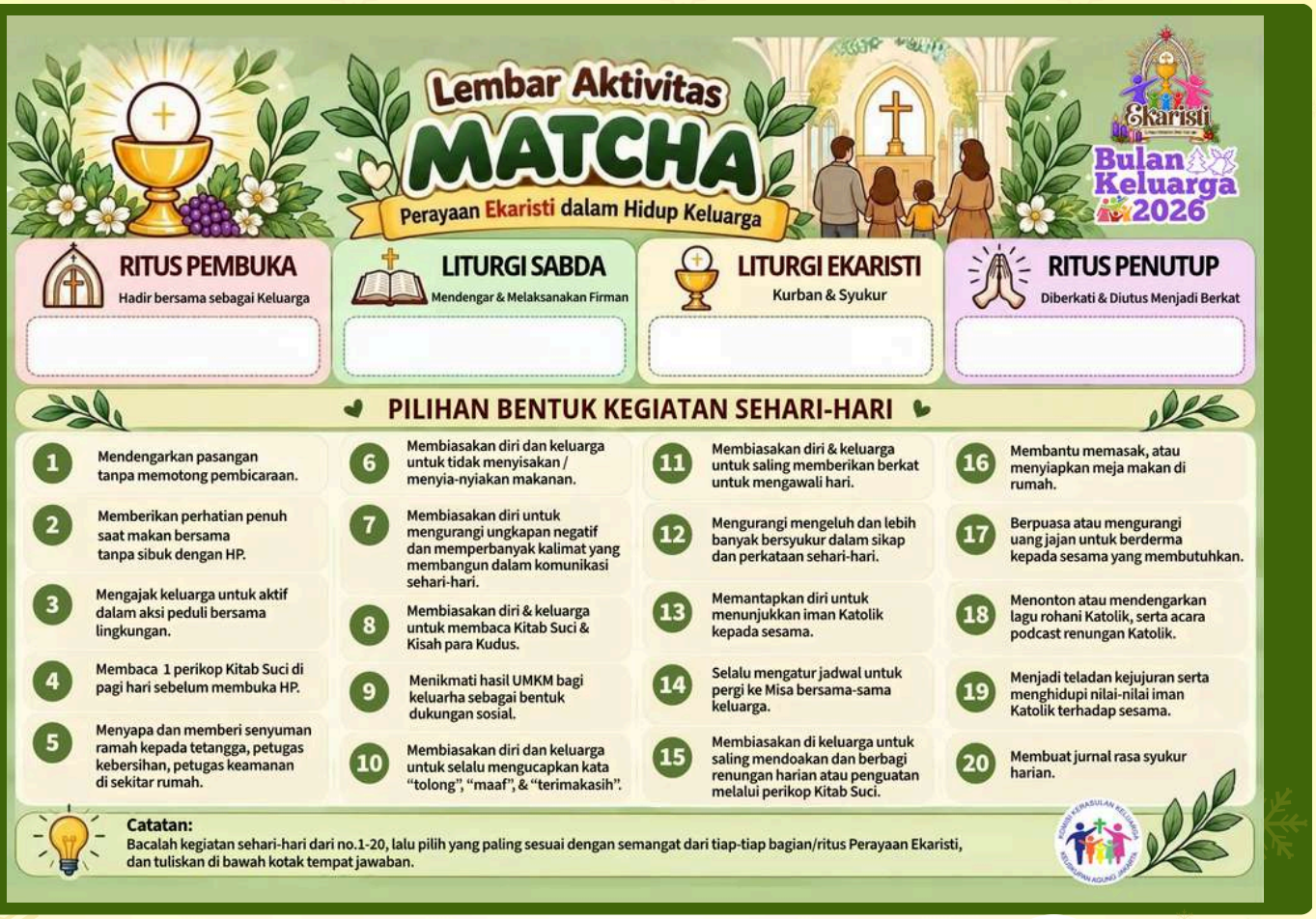
Cara Bermain:

- Setiap kelompok yang terdiri dari paling sedikitnya beranggotakan 2 orang , paling banyak 6 orang.
- Setiap kelompok mendapatkan kertas kerja yang bertuliskan bagian/ritus Misa (Liturgi Sabda, Liturgi Ekaristi, Perutusan) dan contoh perbuatan baik yang dapat dilakukan di rumah sesuai dengan tiap bagian/ritus Misa tersebut. *(contoh : saling memaafkan, membantu pekerjaan rumah, berdoa bersama)*.
- Tiap kelompok harus mencari dan "menjodohkan" bagian/ritus Misa dengan perbuatan baik yang dapat dilakukan / dijalani bersama keluarga dalam kehidupan sehari-hari di rumah.



Pertemuan Minggu 3

HATI EKARISTI, HATI KELUARGA



Silakan download file lembar aktivitas disini: CLICK HERE!

LIHAT VIDEO PANDUAN AKTIVITAS

MAKNA AKTIVITAS

- Membantu peserta memahami nilai-nilai yang terkandung dalam setiap bagian/ritus Misa/Perayaan Ekaristi dan bagaimana setiap anggota keluarga menjalankannya dalam kehidupan sehari-hari.
- Perayaan Ekaristi itu tidak selesai hanya 1-2 jam di gereja, melainkan keseluruhan hidup kita selanjutnya.

TAHUKAH KAMU?

Saat menerima Komuni Suci, pelayan komuni akan berkata "Tubuh Kristus" dan kita menjawab "Amin". Kata "Amin" ini bukan sekadar sahutan, melainkan sebuah ikrar iman yang sungguh-sungguh bahwa yang kita terima adalah benar-benar Tubuh Kristus.

sumber: PUMR No. 161 & 286, KGK No. 1396

Bulan Keluarga 2026

Pertemuan Minggu 3

HATI EKARISTI,
HATI KELUARGA

BACAAN KITAB SUCI

Markus 14 : 22–25

22 Dan ketika Yesus dan murid-murid-Nya sedang makan, Yesus mengambil roti,
mengucap berkat, memecah-mecahkannya lalu memberikannya kepada
mereka dan berkata: "Ambillah, inilah tubuh-Ku." 23Sesudah itu Ia mengambil
cawan, mengucap syukur lalu memberikannya kepada mereka, dan mereka
semuanya minum dari cawan itu. 24Dan Ia berkata kepada mereka: "Inilah darah-
Ku, darah perjanjian, yang ditumpahkan bagi banyak orang. 25 Aku berkata
kepadamu: Sesungguhnya Aku tidak akan minum lagi hasil pokok anggur
sampai pada hari Aku meminumnya, yaitu yang baru, dalam Kerajaan Allah."

MAKNA KITAB SUCI

Dalam perikop ini, pengarang Injil Markus menunjukan suatu perjamuan yang menggambarkan Paskah dan Ekaristi. Hal itu tampak dari pemberkatan dan pemecahan roti, pemberkatan dan pembagian piala anggur yang semuanya itu merupakan bagian dari perjamuan Paskah Yahudi.

Ada beberapa hal yang ditegaskan oleh Yesus dalam perjamuan bersama para murid-Nya yakni :

1. Roti itu adalah Tubuh-Nya dan anggur itu adalah Darah-Nya.
2. Darah itu adalah darah perjanjian yang ditumpahkan bagi banyak orang yang memeteraikan pengurbanan Kristus sendiri. Hal ini merujuk pada domba Paskah yang membebaskan Israel dari tulah kemusnahan (Keluaran 12:13), darah korban yang memeteraikan perjanjian (Keluaran 24:8) dan kisah hamba Yahweh yang menderita (Yesaya 53).
3. Yesus menyatakan tidak akan meminum “hasil pokok anggur” lagi sampai waktu Ia meminumnya lagi, yaitu dalam Kerajaan Allah.
   Hal itu memberikan harapan akan ada waktu dimana Kerajaan Allah akan berkuasa.

Dengan kata lain, pengarang Injil Markus meyakini bahwa akan ada waktu dimana hasil dari kebun anggur Allah dapat diperoleh lagi, yaitu pada saat jiwa kita sudah bersatu dalam kekekalan di dalam rumah Allah.

Pertemuan Minggu 3

HATI EKARISTI, HATI KELUARGA

Roti sebagai Tubuh Kristus dan anggur sebagai Darah Kristus mengingatkan kita pada keyakinan dalam tradisi Gereja Katolik tentang ***transsubstantiatio*** dalam Ekaristi. Istilah ***transsubstantiatio*** itu menunjuk pada perubahan esensi dari roti dan anggur menjadi Tubuh dan Darah Kristus setelah dikonsekrir dalam Ekaristi. Dengan keyakinan tersebut, saat para pelayan komuni membagikan komuni suci, akan mengatakan **"Tubuh Kristus"**, umat menjawab **"Amin"** yang menunjukkan kesungguhan iman bahwa yang diterima itu adalah benar-benar Tubuh Kristus.

LAGU PENEGUHAN

Hati Keluarga, Hati Ekaristi

PLAY

Di rumah kecil, kami berdoa, menyebut nama-Mu lembut,
seperti fajar yang datang, menyentuh hati yang rindu.

Di meja, kami berbagi, roti dan harapan hidup,
dalam tawa dan air mata, bawa cinta-Mu nyata bagi sesama.

Reff. :
Tinggallah, ya Kristus, bersama keluarga kami,
layakkan hati keluarga, jadi hati Ekaristi
(2x)

TAHUKAH KAMU?

MENGAPA IMAM MENCUCI TANGANNYA SEBELUM DOA PERSEMBAHAN?

Gerakan mencuci tangan bukan sekadar untuk membersihkan tangan. Ini menjadi tanda bahwa imam ingin membersihkan hati dan dirinya sebelum melanjutkan perayaan Ekaristi.

Sumber: PUMR No. 76



Bulan Keluarga 2026

Doa Bulan Keluarga

Marilah kita menutup pertemuan ini dengan berdoa bersama-sama
(dilanjutkan dengan doa penutup)

Dalam nama Bapa, dan Putera, dan Roh Kudus, amin...

Tuhan Yesus, kami datang sebagai keluarga yang Kau undang untuk bersatu dalam Ekaristi. Mampukan kami untuk semakin memahami dan terus mengandalkan Engkau sang Roti Hidup sebagai sumber kekuatan iman kami dalam mengarungi perjalanan kehidupan, menuju kepenuhan keselamatan bersama Allah, yang Engkau janjikan.

Bunda Maria, Bunda Keluarga Kudus, tuntunlah kami mengikuti teladan-Mu yang telah menerima dan tetap setia menjalani rencana Allah. Bimbinglah kami berserah penuh kepada kehendak Allah dalam keluarga dan dalam mendidik anak-anak kami dengan penuh kasih.

Santo Yusuf, Pelindung Keluarga Kudus serta pekerja yang setia. Bimbinglah keluarga kami agar selalu berjalan dalam kebenaran dengan bertanggungjawab. Biarlah semangat ketulusanmu dalam menjalani rencana Tuhan senantiasa menjadi inspirasi bagi kehidupan keluarga kami setiap hari.

Bapa yang baik, terima lah dan satukan segala niat serta upaya kami sebagai persembahan hidup bersama seluruh keluarga beriman agar melalui Ekaristi kami semakin dipersiapkan untuk menyambut Hari Kelahiran Yesus Putera-Mu.
Sebab Dialah Tuhan dan pengantara kami, kini dan sepanjang segala masa.
Amin.

DOA PENUTUP

Allah Bapa yang penuh kasih, kami bersyukur atas kebersamaan kami saat ini.

Engkau kembali mengingatkan kami untuk menjadikan Yesus Kristus, Sang Ekaristi Sejati, sebagai sumber kekuatan hidup keluarga kami, sehingga kami siap untuk hidup dalam kasih, pengampunan, dan kesetiaan, serta mampu menghadirkan teladan Sang Ekaristi Sejati dalam kehidupan kami sehari-hari.

Berkatilah setiap keluarga kami, agar semakin hari semakin bertumbuh dalam iman yang bersumber pada Ekaristi dan menjadi berkat bagi keluarga-keluarga lainnya.

Demi Kristus, Putera-Mu, Tuhan dan Juru Selamat kami. Amin.

Santo/ Santa ... (pelindung Lingkungan)... doakanlah kami.
Santo/ Santa ... (pelindung Gereja)... doakanlah kami.

Dalam nama Bapa, dan Putera, dan Roh Kudus. Amin.

LAGU PENUTUP

Bersama Keluargaku



Kami datang di hadirat-Mu dalam satu kasih,
Dengan bersehati...
Berjanji setia sampai akhir, mengasihi-Mu Tuhan.
(2x)

Bersama keluargaku melayani Tuhan,
Bersatu s'lamanya mengasihi Engkau.
Tiada yang dapat melebihi kasih-Mu ya Tuhan,
Bagi kami Kau-lah segalanya.

Bulan Keluarga 2026

Pertemuan Minggu 4

MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI



Pertemuan Minggu 4

MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI

LAGU TEMA BULAN KELUARGA

Ekaristi Hidup di Hati

Do = B / C , 4/4 | Moderato - 95 BPM

Intro : 1 . 1 2 3 | 3 . 2 3 3 4 5 |

6 . 4 6 | 5 . 5 0 |

Aaaa....

3 3 3 3 3 . 2 3 5 | 1 . 1 1 0 1 2 3 | 4 4 4 4 4 3 2 1 | 2 . . . |

Lonceng memang-gil, dan ki - ta ha - dir, ke Al - tar cin- ta se-ba- gai k' lu-ar - ga

3 3 3 3 3 . 2 3 5 | 1 . 1 1 0 1 2 3 | 4 4 4 4 3 4 6 | . 5 5

Ro - ti dan anggur lambang cin - ta - Nya i - man menyambut Kristus Sang Pu - tra

Reff. :

‖: 0 5 1 7 | 1 . 1 5 5 1 7 | 1 . 0 3 4 5 | 6 6 6 6 6 7 1 1 | 7 .

E - ka - ris - ti, hi- dup di ha - ti, ma- ri ja - lan - i , se- tia mengab - di

0 1 7 6 | 5 5 5 5 5 5 6 5 3 | 4 . 4 3 4 5 | 6 6 6 6 7 1 | 2 . 2 0 :‖

Ja - di - lah ro - ti yg di - pe-cah, di- ba - gi, ba - gi ke - lu - ar - ga dan du - ni- a

Coda

6 6 6 5 6 6 0 | 7 7 7 1 7 7 0 | 7 7 7 1 7 7 5 2 7 | 1 . 7 6 .

Ki - ta di - u - tus, ba- wa ber-kat-Nya, ja - di sak-si - Nya se- la- ma- nya

4 4 4 5 6 6 0 | 5 5 5 6 7 7 0 | 1 1 1 1 3 3 2 | 2 2 3 2 1 | 1 . . 0 ‖

Ki - ta di - u - tus, ba- wa ber-kat-Nya, ja - di sak - si - *ritt.* Nya se - la - ma-nya

TAP TO PLAY

Pertemuan Minggu 4

MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI

LAGU PEMBUKA

Kau Menyentuh Hatiku



Datanglah Yesus Tuhanku
Datanglah penuhi hatiku
Walau 'ku tak layak bagi-Mu
Jiwaku rindu pada-Mu

Dalam Perjamuan Kudus
Perbaharuilah hidupku
Jauhkanku dari dosa
Yang membelengguku

Dalam rupa roti dan anggur, Kau menyentuh hatiku
Aku mohon sembuhkanlah segala lukaku
Sucikanlah aku ya Bapa dengan belas kasih-Mu
Sang Anak Domba Allah, mulialah nama-Mu

DOA PEMBUKA

Marilah kita berdoa:

Dalam nama Bapa, dan Putera dan Roh Kudus, Amin

Allah Yang Maha Kuasa, kami bersyukur atas kasih-Mu yang selalu hadir dalam hidup kami, terutama pada kesempatan untuk berkumpul di pertemuan Bulan Keluarga 2026 minggu ke-empat ini.

Curahkanlah Roh Kudus-Mu agar kami mampu membuka hati dan pikiran untuk memahami cara menghidupi Ekaristi. Khususnya di masa Adven ini, kami ingin semakin setia mewujudkan nilai-nilai Ekaristi tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Demi Yesus Kristus Putera-Mu, Tuhan dan Pengantara kami yang hidup dan berkuasa bersama Engkau, dalam persekutuan dengan Roh Kudus kini dan sepanjang segala masa. Amin.

Santo/ Santa ... (sebutkan pelindung Lingkungan Anda)... doakanlah kami.
Santo/ Santa ... (sebutkan pelindung Gereja)... doakanlah kami.

Dalam nama Bapa, dan Putera dan Roh Kudus, Amin

Pertemuan Minggu 4

MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI

PENJELASAN TEMA

Perayaan Ekaristi adalah sumber dan puncak seluruh kehidupan Kristiani, serta pancaran rahmat Allah yang luar biasa bagi keluarga. Setiap anggota keluarga diundang untuk menerima rahmat tersebut. Ekaristi menjadi sumber semangat perutusan. Di akhir Perayaan Ekaristi, Imam berkata, "Pergilah, misa sudah selesai." Perkataan Imam tersebut bukan sekedar tanda berakhirnya perayaan, melainkan perutusan. Dibekali oleh Sabda, Tubuh Kristus, dan berkat-Nya, keluarga dimampukan menjadi saksi yang menghadirkan nilai-nilai Ekaristi melalui sikap, perkataan, dan tindakan nyata.

Setiap anggota keluarga dipanggil untuk menghayati Ekaristi secara benar dan tidak hanya berhenti pada ritual semata namun menjadikan Ekaristi sebagai cara hidup. Menghidupi Ekaristi berarti menjaga kesatuan dengan Tuhan dan sesama, rela berkorban, mengampuni dan berdamai, rela mendengarkan, serta ikhlas untuk berbagi, baik di dalam rumah maupun lingkungan sekitar. Semangat berbagi ini menjadi semakin relevan dalam masa Adven, dimana keluarga diajak untuk menjadikan tindakan kasih sebagai wujud pertobatan. Melalui tindakan kasih yang nyata, keluarga tidak hanya menantikan kedatangan Tuhan, tetapi aktif menghadirkan Kristus bagi sesama.

AKTIVITAS

Jujur atau Tantangan

Truth or Dare

Cara Bermain:

- Peserta dibagi dalam kelompok yang terdiri dari 5 – 8 orang.
- Setiap kelompok duduk membentuk lingkaran.
- Siapkan daftar JUJUR & TANTANGAN untuk setiap kelompok. Dapat diberikan dalam bentuk daftar pertanyaan/kegiatan, maupun dalam bentuk kartu.
- Siapkan 1 buah koin untuk setiap kelompok.
- Sebelum permainan dimulai, sepakati terlebih dahulu sisi koin untuk kategori: **"JUJUR"** & **"TANTANGAN"**
- Secara bergiliran, peserta melemparkan koin.
- Jika koin jatuh pada sisi "JUJUR", peserta harus menjawab salah satu pertanyaan yang diberikan dengan jujur.
- Jika koin jatuh pada sisi "TANTANGAN", peserta harus melakukan tantangan atau perintah yang ditentukan.
- Permainan dilanjutkan secara bergiliran hingga semua peserta mendapat kesempatan bermain.

Pertemuan Minggu 4

MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI

Jujur atau Tantangan (Truth or Dare)

Cara Bermain

1. Peserta dibagi dalam kelompok yang terdiri dari 5 - 8 orang.
2. Setiap kelompok duduk membentuk lingkaran.
3. Siapkan daftar JUJUR & TANTANGAN untuk setiap kelompok. Dapat diberikan dalam bentuk daftar pertanyaan/ kegiatan, maupun dalam bentuk kartu.
4. Siapkan 1 buah koin untuk setiap kelompok.
5. Sebelum permainan dimulai, sepakati terlebih dahulu sisi koin untuk kategori: "JUJUR" & "TANTANGAN".
6. Secara bergiliran, peserta melemparkan koin.
7. Jika koin jatuh pada sisi "JUJUR", peserta harus menjawab salah satu pertanyaan yang diberikan dengan jujur.
8. Jika koin jatuh pada sisi "TANTANGAN", peserta harus melakukan tantangan atau perintah bermain.

JUJUR

1. Apakah ada satu pesan homili atau bacaan Kitab Suci yang masih kamu ingat dan pernah kamu terapkan dalam kehidupan sehari-hari? Ceritakan.
2. Saat sedang lelah atau tidak bersemangat, apa yang biasanya membuatmu tetap datang mengikuti Ekaristi?
3. Ceritakan pengalaman positif setelah mengikuti perayaan Ekaristi bersama keluarga.
4. Siapa orang yang biasanya mengingatkanmu untuk pergi misa? Bagaimana perasaanmu saat diingatkan?
5. Pernahkah kamu datang ke perayaan Ekaristi padahal awalnya malas atau mengantuk? Apa yang akhirnya membuatmu tetap datang?
6. Siapa orang yang paling semangat mengajak keluarga ke perayaan Ekaristi? Ceritakan sedikit tentang orang tersebut.
7. Apa kenangan perayaan Ekaristi yang paling berkesan yang masih kamu ingat sampai sekarang?
8. Kalau ada teman bertanya alasanmu datang ke perayaan Ekaristi setiap minggu, apa jawaban sederhana yang akan kamu berikan?
9. Bagian mana dalam perayaan Ekaristi yang paling berkesan untukmu? Mengapa?
10. Jika bisa mengajak satu orang ikut perayaan Ekaristi bersamamu minggu depan, siapa yang akan kamu ajak dan mengapa?
11. Apa yang paling kamu rindukan jika suatu minggu tidak bisa mengikuti perayaan Ekaristi?
12. Apa satu hal baik yang pernah kamu lakukan setelah mengikuti perayaan Ekaristi dan membuatmu merasa benar-benar menjadi utusan Tuhan?

TANTANGAN

1. Promosikan Ekaristi seperti sedang menjadi sales selama 30 detik.
2. Buat slogan singkat tentang semangat pergi perayaan Ekaristi.
3. Sebutkan sebanyak mungkin kata yang berhubungan dengan misa dalam 15 detik.
4. Jelaskan manfaat Ekaristi seolah-olah kamu sedang membuat vlog di youtube.
5. Buat gerakan pelayan dalam perayaan Ekaristi (misalnya misdinar, dirigen, koor, lektor, dll.).
6. Peragakan seseorang yang awalnya malas ke gereja lalu menjadi semangat berangkat ke perayaan Ekaristi.
7. Buat pantun singkat tentang pergi ke gereja dan merayakan Ekaristi bersama keluarga.
8. Tirukan gaya petugas tata tertib / pelayan umat ketika menunjukkan kursi kosong.
9. Peragakan cara mengajak anggota keluarga mengikuti perayaan Ekaristi tanpa menggunakan kata-kata.
10. Berikan kalimat semangat kepada keluarga untuk mengikuti Ekaristi dengan gaya seorang motivator.
11. Bayangkan ada teman yang malas ikut perayaan Ekaristi. Dalam satu kalimat, ajak dia ikut perayaan Ekaristi minggu depan.
12. Peragakan reaksi kamu jika ada umat lain yang marah-marah padamu di parkiran gereja sepulang Perayaan Ekaristi.

Bulan Keluarga 2026

Silakan download file list Jujur & Tantangan disini: CLICK HERE!

LIHAT VIDEO PANDUAN AKTIVITAS

Pertemuan Minggu 4

MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI

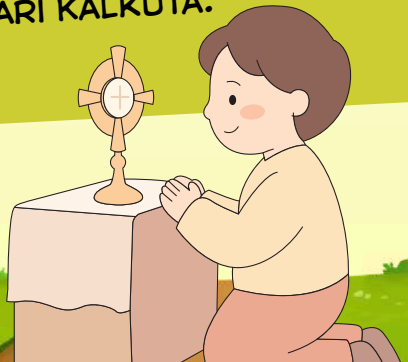
MAKNA AKTIVITAS

- Aktivitas ini mengajak setiap peserta untuk merefleksikan pengalaman pribadi setelah mengikuti Perayaan Ekaristi serta berbagi kebaikan yang telah diterima dan dihidupi dalam kehidupan sehari-hari.
- Pertanyaan dan tantangan yang diberikan, mengajak peserta untuk menyadari bahwa Ekaristi tidak berhenti saat Misa selesai, tetapi berlanjut dalam tindakan nyata di rumah, sekolah, tempat kerja, maupun lingkungan sekitar.
- Aktivitas ini juga menjadi kesempatan untuk saling belajar dan saling menguatkan dalam menghidupi iman melalui tindakan yang sederhana namun bermakna.
- Dengan mendengarkan pengalaman satu sama lain, peserta semakin memahami bahwa setiap orang memiliki kesempatan untuk menjadi saksi kasih Kristus dalam situasi yang berbeda-beda.
- Aktivitas ini sekaligus mengingatkan bahwa berkat yang diterima dalam Ekaristi mengandung perutusan untuk membawa damai dan kebaikan kepada sesama.

TAHUKAH KAMU?

- "THE EUCHARIST IS THE SOURCE AND SUMMIT OF THE CHRISTIAN LIFE." *KONSILI VATIKAN II (LUMEN GENTIUM 11).* EKARISTI ADALAH SUMBER DAN PUNCAK SELURUH KEHIDUPAN KRISTIANI KITA.
- "AKAN LEBIH MUDAH BAGI DUNIA UNTUK BERTAHAN HIDUP TANPA MATAHARI DARIPADA TANPA MISA KUDUS." – ST. PADRE PIO.
- "EKARISTI ADALAH JALAN TOL MENUJU SURGA." – ST. CARLO ACUTIS.
- "SAAT DIRIMU MELIHAT SALIB, KAMU MEMAHAMI BETAPA BESAR KASIH YESUS KEPADAMU. SAAT KAMU MELIHAT EKARISTI, KAMU MEMAHAMI BETAPA BESAR KASIH YESUS KEPADAMU SEKARANG." – ST. TERESA DARI KALKUTA.





Pertemuan Minggu 4

MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI

BACAAN KITAB SUCI

Kisah Para Rasul 2 : 42-47

42 Mereka bertekun dalam pengajaran rasul-rasul dan dalam persekutuan. Dan
mereka selalu berkumpul untuk memecahkan roti dan berdoa. 43 Maka
ketakutanlah mereka semua, sedang rasul-rasul itu mengadakan banyak mujizat
dan tanda. 44 Dan semua orang yang telah menjadi percaya tetap bersatu, dan
segala kepunyaan mereka adalah kepunyaan bersama, 45 dan selalu ada dari
mereka yang menjual harta miliknya, lalu membagi-bagikannya kepada semua
orang sesuai dengan keperluan masing-masing. 46 Dengan bertekun dan dengan
sehati mereka berkumpul tiap-tiap hari dalam Bait Allah. Mereka memecahkan
roti di rumah masing-masing secara bergilir dan makan bersama-sama dengan
gembira dan dengan tulus hati, 47 sambil memuji Allah. Dan mereka disukai
semua orang. Dan tiap-tiap hari Tuhan menambah jumlah mereka dengan orang
yang diselamatkan.

MAKNA KITAB SUCI

Perikop ini bercerita tentang cara hidup jemaat perdana di Yerusalem. Kita melihat bagaimana jemaat perdana hidup sebagai satu komunitas yang beriman kepada Yesus. Mereka dengan tekun mendengarkan ajaran para rasul, berkumpul untuk berdoa, dan memecah roti sebagai kenangan akan Perjamuan Terakhir yang dilakukan Yesus. Mereka juga tetap setia berkumpul sebagai komunitas dan saling mendukung dalam kehidupan sehari-hari. Dari kebersamaan itu tumbuh kepedulian yang nyata, sehingga mereka rela berbagi dan membantu satu sama lain sesuai kebutuhan masing-masing.

Cara hidup yang telah dimulai oleh jemaat perdana ini diwariskan turun-temurun sebagai tradisi hingga saat ini. Gereja Katolik, yang bersifat apostolik dan taat kepada ajaran para rasul, senantiasa tetap dalam persekutuannya, tempat di mana Yesus berkumpul untuk memecah roti dan berdoa melalui perayaan Ekaristi. Di akhir perayaan Ekaristi, setiap umat menerima berkat dan perutusan untuk berbagi kasih. Dengan demikian, umat Katolik dipanggil untuk membangun persekutuan dengan Tuhan dan sesama melalui doa, Ekaristi, serta tindakan kasih yang nyata dalam kehidupan sehari-hari.

Bulan Keluarga 2026

Pertemuan Minggu 4

MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI

Melalui cara hidup jemaat perdana, kita belajar bahwa kehidupan beriman tidak berhenti pada doa atau kehadiran dalam perayaan Ekaristi saja, tetapi perlu diwujudkan melalui pelayanan dan kasih kepada sesama. Semangat hidup jemaat perdana mengajarkan bahwa semakin dekat seseorang dengan Tuhan, semakin besar pula kerinduannya untuk berbuat baik dan membantu orang lain.
Dalam ajaran Gereja Katolik, doa, pelayanan, dan amal kasih juga menjadi bagian dari silih dan pertobatan yang melengkapi kehidupan iman setelah menerima Sakramen Tobat. Karena itu, selama masa Adven, setiap keluarga Katolik diajak untuk semakin tekun berdoa, setia mengikuti Ekaristi, melakukan pertobatan, dan menunjukkan kasih melalui tindakan nyata. Dengan demikian, hati dan kehidupan keluarga semakin dipersiapkan untuk menyambut kelahiran Kristus pada Hari Raya Natal dengan penuh sukacita dan iman.

LAGU PENEGUHAN

Maukah Kau Jadi Roti

Maukah kau jadi roti yang terpecah bagi-Ku?
Maukah kau jadi anggur yang tercurah bagi-Ku?
Maukah kau jadi saksi memb'ritakan injil-Ku?
Melayani, mengasihi lebih sungguh

Melayani, melayani lebih sungguh (2X)
Tuhan lebih dulu melayani kepadaku
Melayani, melayani lebih sungguh

Aku mau jadi roti yang terpecah bagi-Mu
Aku mau jadi anggur yang tercurah bagi-Mu
Aku mau jadi saksi memb'ritakan injil-Mu
Melayani, mengasihi lebih sungguh

Mengasihi, mengasihi lebih sungguh (2X)
Tuhan lebih dulu mengasihi kepadaku
Mengasihi, mengasihi lebih sungguh

TAHUKAH KAMU?

- **Bunyi Bel saat Konsekrasi:** Dentang bel atau Parva (lonceng misdinar yang terdiri dari 3 bel) bukan sekadar variasi ritual, melainkan pengingat suci agar seluruh fokus dan perhatian batin kita tertuju penuh pada momen paling sakral dalam Perayaan Ekaristi. (sumber: PUMR No. 150)
- **Makna Dupa Liturgi:** Asap dupa yang diayunkan oleh Imam bukan bertujuan untuk mengharumkan ruangan, melainkan simbol penghormatan kudus serta lambang doa-doa umat yang membubung naik ke hadirat Allah. (sumber: PUMR No. 276)
- **Kenapa Imam dan umat didupai dengan dupa?** Dupa bukan sekedar supaya harum, tapi merupakan tanda penghormatan dan doa yang naik kepada Allah. (sumber: PUMR No. 75)

Pertemuan Minggu 4

MENGHIDUPI SEMANGAT EKARISTI

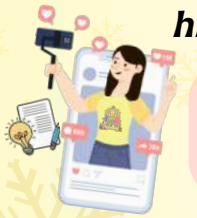
MEMBANGUN NIAT

1. Terkadang kita merasa lelah, bosan, banyak kesibukan, cuaca yang kurang mendukung, atau kegiatan lain yang sering menjadi hambatan. Apa yang dapat aku dan keluargaku lakukan agar semakin setia hadir bersama dalam Perayaan Ekaristi setiap minggu?
2. Bagaimana caraku dan keluargaku mempersiapkan diri dengan lebih baik untuk bisa mengikuti perayaan Ekaristi secara penuh dan aktif?
3. Kebiasaan sederhana apa yang ingin dibangun olehku dan keluargaku di rumah sebagai wujud menghidupi Ekaristi?

AKSI NYATA



1. Buatlah konten (video singkat maksimum 2 menit atau tulisan) dan bagikan kesaksian mengenai ***bagaimana Ekaristi telah menyentuh hatimu, memberi kekuatan, menghadirkan sukacita, dan mengubah cara hidupmu dan keluargamu.*** Kategori: keluarga, OMK, lansia.



- Jangan lupa bagikan kontenmu ke Instagram, tag **@komkk.kaj** dan gunakan hashtag **#BKKAJ2026**

2. Dengan semangat "***Ekaristi dari Altar Menuju ke Latar***", bagaimana keluarga bersama lingkungan dapat berbagi dengan aksi nyata bagi saudara yang paling membutuhkan (berbagi makanan atau kebutuhan pokok)?



TAHUKAH KAMU?

Apakah Yesus ikut terbagi bila Hosti dipecah menjadi beberapa bagian?

Dalam setiap bagian kecil Hosti, Kristus hadir seutuhnya, bukan sebagian

(sumber: KGK No. 1377)





Doa Bulan Keluarga

Marilah kita menutup pertemuan ini dengan berdoa bersama-sama
(dilanjutkan dengan doa penutup)

Dalam nama Bapa, dan Putera, dan Roh Kudus, amin...
Tuhan Yesus, kami datang sebagai keluarga yang Kau undang untuk bersatu dalam Ekaristi. Mampukan kami untuk semakin memahami dan terus mengandalkan Engkau sang Roti Hidup sebagai sumber kekuatan iman kami dalam mengarungi perjalanan kehidupan, menuju kepenuhan keselamatan bersama Allah, yang Engkau janjikan.

Bunda Maria, Bunda Keluarga Kudus, tuntunlah kami mengikuti teladan-Mu yang telah menerima dan tetap setia menjalani rencana Allah. Bimbinglah kami berserah penuh kepada kehendak Allah dalam keluarga dan dalam mendidik anak-anak kami dengan penuh kasih.

Santo Yusuf, Pelindung Keluarga Kudus serta pekerja yang setia. Bimbinglah keluarga kami agar selalu berjalan dalam kebenaran dengan bertanggungjawab. Biarlah semangat ketulusanmu dalam menjalani rencana Tuhan senantiasa menjadi inspirasi bagi kehidupan keluarga kami setiap hari.

Bapa yang baik, terima lah dan satukan segala niat serta upaya kami sebagai persembahan hidup bersama seluruh keluarga beriman agar melalui Ekaristi kami semakin dipersiapkan untuk menyambut Hari Kelahiran Yesus Putera-Mu.
Sebab Dialah Tuhan dan pengantara kami, kini dan sepanjang segala masa.
Amin.

DOA PENUTUP

Allah Bapa Yang Mahakasih, kami bersyukur atas kebersamaan dan firman-Mu yang kami terima pada pertemuan Bulan Keluarga minggu ke-empat ini. Menjelang perayaan Natal, persiapkanlah hati kami untuk menyambut kelahiran Putra-Mu, Yesus Kristus, dengan penuh iman, harapan, dan kasih.

Tuhan Yesus, Engkau yang hadir dalam Ekaristi menjadi sumber kekuatan bagi hidup kami. Bantulah kami menghidupi semangat Ekaristi dalam perutusan kami sebagai murid-Mu: menjadi pribadi yang mau melayani, berbagi, mengampuni, dan membawa damai bagi sesama.

Semoga dengan menghidupi semangat Ekaristi, keluarga kami semakin bertumbuh dalam kasih dan menjadi saksi kehadiran-Mu yang nyata di tengah dunia.

Semua doa ini kami panjatkan dengan pengantaraan Kristus, Tuhan dan Juruselamat kami. Amin.

Santo/ Santa ... (pelindung Lingkungan)... doakanlah kami.
Santo/ Santa ... (pelindung Gereja)... doakanlah kami.

Dalam nama Bapa, dan Putera, dan Roh Kudus. Amin.

LAGU PENUTUP

Gita Surga Bergema

(Puji Syukur 457)



Gita surga bergema, "Lahir Raja mulia!
Damai dan sejahtera turun dalam dunia
Bangsa-bangsa, bangkitlah, permaklumkan segera
Kabar baik cemerlang, Lahir Kristus Sang Terang!
Gita surga bergema, "Lahir Raja mulia!"

Yang di Surga disembah Kristus, Raja yang baka
Lahir dalam dunia dan Maria Bunda-Nya
Dalam daging dikenal Firman Allah yang kekal
Dalam Anak yang kecil nyatalah Imanuel!
Gita surga bergema, "Lahir Raja mulia!"

Raja Damai yang besar, Surya hidup yang benar
Menyembuhkan dunia di naungan sayap-Nya
Tak memandang diri-Nya, maut pun dit'rima-Nya
Lahir untuk memberi hidup baru abadi!
Gita surga bergema, "Lahir Raja mulia!"

TAHUKAH KAMU?



1 APAKAH MISA SUDAH "SELESAI" KETIKA KITA KELUAR GEREJA?

ustru saat itu kita diutus! Misa tidak hanya di dalam gereja, tetapi membawa Kristus ke dalam rumah, keluarga, ke tempat kerja, dan kehidupan sehari-hari. *Sumber: PUMR No.90 & ASC # 84)*

2 MENGAPA IMAM MENCIUM ALTAR?

Altar melambangkan Kristus dan dihormati pada awal serta akhir Misa. Ketika Imam mencium Altar, Ia menunjukkan hormat dan kasih kepada Kristus

Sumber: PUMR No. 296, KGK 1383





3 MENGAPA PERAYAAN EKARISTI BOLEH DIPADUKAN DENGAN BUDAYA LOKAL?

Gereja menghormati tradisi setiap bangsa dan mengizinkan unsur adat masuk dalam liturgi, selama hal itu tidak terikat takhayul dan tidak merusak esensi iman Katolik.

Sumber: Konstitusi tentang Liturgi Suci Art. 37-40

KOMISI KERASULAN KELUARGA KEUSKUPAN AGUNG JAKARTA

mengucapkan

SELAMAT NATAL 2026

&

TAHUN BARU 2027

Bulan Keluarga 2026

Ekaristi

SUMBER KEKUATAN UMAT KRISTIANI

komkk.kaj

komkk.kaj.or.id

KomKK KAJ

KOMISI KERASULAN KELUARGA

KEUSKUPAN AGUNG JAKARTA

2026

Ekaristi

SUMBER KEKUATAN UMAT KRISTIANI