



# LÀM THẾ NÀO CHÚNG TA CÓ THỂ TẠO RA MỘT VĂN HÓA BAO GỒM MỌI NGƯỜI Ở NHÀ THỜ?

Khi chúng ta nhìn quanh tiểu giáo khu và chi nhánh của mình, chúng ta thấy có những người dường như rất dễ hòa nhập. Điều mà chúng ta không nhận thấy là ngay cả trong số những người dường như dễ hòa nhập đó, cũng có nhiều người cảm thấy bị bỏ rơi. Ví dụ, một nghiên cứu mới đây khám phá ra rằng gần nửa số người trưởng thành ở Hoa Kỳ cho biết là họ cảm thấy cô đơn, bị bỏ rơi, hoặc bị cô lập khỏi những người khác.<sup>1</sup>

Thật là quan trọng để cảm thấy được hòa nhập. Đó là nhu cầu cơ bản của con người, và khi chúng ta cảm thấy bị bỏ rơi, thì thật là đau lòng. Việc cảm thấy bị bỏ rơi có thể tạo ra những cảm giác buồn chán hoặc bức tức.<sup>2</sup> Khi chúng ta không cảm thấy mình được thuộc vào, chúng ta có khuynh hướng tìm kiếm nơi nào đó mà chúng ta cảm thấy thoải mái hơn. Ở nhà thờ, chúng ta cần giúp mọi người cảm thấy họ được thuộc vào.

## **Giống Như Đấng Cứu Rỗi, Hãy Bao Gồm Mọi Người**

Đấng Cứu Rỗi là tấm gương hoàn hảo về việc quý trọng và gồm vào những người khác. Khi Ngài lựa chọn Các Sứ Đồ của Ngài, Ngài không chú ý đến địa vị, của cải, hay nghề nghiệp cao sang. Ngài quý trọng người đàn bà Sa Ma Ri tại giếng nước, làm chứng với bà về thiên tính của Ngài mặc dù người Do Thái xem thường người Sa Ma Ri đến mức nào (xin xem Giảng 4). Ngài nhìn thấy trong lòng và chẳng hề vị nể ai (xin xem 1 Sa Mu Ên 16:7; Giáo Lý và Giao Ước 38:16, 26).

Đấng Cứu Rỗi phán:

“Ta ban cho các người một điều răn mới, nghĩa là các người phải yêu nhau; như ta đã yêu các người thế nào, thì các người cũng hãy yêu nhau thế ấy.

“Nếu các người yêu nhau, thì ấy là tại điều đó mà thiên hạ sẽ nhận biết các người là môn đồ ta” (Giăng 13:34–35).

## **Chúng Ta Có Thể Làm Gì?**

Đôi khi thật khó để biết được một người nào đó có đang cảm thấy họ bị bỏ rơi không. Hầu hết người ta không nói ra—ít nhất thì không nói rõ. Nhưng với một tấm lòng nhân từ, với sự hướng dẫn của Đức Thánh Linh, và một nỗ lực để nhận biết, chúng ta có thể nhận thấy khi một người nào đó không cảm thấy được gồm vào tại các buổi họp và sinh hoạt của Giáo Hội.

Những Dấu Hiệu Có Thể Cho Biết Là Một Người Nào Đó Cảm Thấy Bị Bỏ Rơi:

- Ngôn ngữ cơ thể khép kín, chẳng hạn như tay khoanh chặt hoặc mắt nhìn xuống.
- Ngồi ở cuối phòng hoặc ngồi một mình.
- Không tham dự nhà thờ hoặc tham dự không thường xuyên.
- Ra về sớm trong các buổi họp hoặc buổi sinh hoạt.
- Không tham gia vào các cuộc trò chuyện hoặc các bài học.

Đây có thể là dấu hiệu của các loại cảm xúc khác, chẳng hạn như nhút nhát, lo lắng, hoặc cảm thấy không thoải mái. Các tín hữu có thể cảm thấy “khác biệt” khi họ là tín hữu mới của Giáo Hội, đến từ một quốc gia hoặc nền văn hóa khác, hoặc vừa mới trải qua một chấn động lớn trong cuộc sống, như ly dị, mất đi một người thân, hoặc đi truyền giáo về sớm hơn dự định.

Dù đó là lý do gì đi nữa, chúng ta không nên ngần ngại tìm đến họ trong tình yêu thương. Điều gì chúng ta nói và làm đều có thể tạo ra một cảm giác rằng tất cả mọi người đều được chào đón và được cần đến.

Một Số Cách Thức Để Bao Gồm và Chào Đón Mọi Người:

- Đừng luôn luôn ngồi cạnh cùng một người ở nhà thờ.
- Đừng bận tâm đến diện mạo bên ngoài của một người, mà hãy nhìn vào con người thực sự của họ. (Để hiểu thêm về đề tài này, xin xem “Phục Sự Là Nhìn Những Người Khác như Đấng Cứu Rỗi Nhìn Họ,” *Liahona*, tháng Sáu năm 2019, trang 8–11.)
- Mời người khác tham gia vào những cuộc chuyện trò.
- Mời người khác trở thành một phần trong cuộc sống của anh chị em. Anh chị em có thể mời họ tham gia vào những sinh hoạt mà anh chị em đã hoạch định.
- Tìm kiếm và phát triển những sở thích chung.
- Đừng ngăn cản tình bạn chỉ vì một người nào đó không được như anh chị em kỳ vọng.
- Khi anh chị em thấy một điều gì đó kỳ lạ về một người, hãy quan tâm đến điều đó thay vì thờ ơ hoặc lãng tránh.
- Bày tỏ tình yêu thương và đưa ra lời khen chân thành.
- Dành ra thời gian để suy nghĩ về ý nghĩa thực sự của câu nói rằng Giáo Hội là dành cho tất cả mọi người, bất kể khác biệt của họ là gì. Làm thế nào chúng ta có thể làm cho điều này trở thành hiện thực?

Không phải lúc nào cũng dễ dàng để cảm thấy thoải mái ở xung quanh những người khác biệt với chúng ta. Nhưng nếu tập làm như vậy, chúng ta có thể giỏi hơn trong việc tìm thấy giá trị trong những sự khác biệt và biết ơn về những đóng góp độc đáo mà mỗi người mang lại. Như Anh Cả Dieter F. Uchtdorf thuộc Nhóm Túc Số Mười Hai Vị Sứ Đồ dạy rằng sự khác biệt của chúng ta có thể giúp chúng ta trở nên tốt hơn, hạnh phúc hơn: “Hãy đến, giúp chúng tôi xây dựng và củng cố một bầu không khí chữa lành, nhân từ, và đầy lòng thương xót đối với tất cả con cái của Thượng Đế.”<sup>3</sup>

## **Được Ban Phước bằng cách Bao Gồm Mọi Người**

Christl Fechter đã di cư sang một quốc gia khác sau khi chiến tranh tàn phá quê hương của chị. Chị không nói giỏi tiếng bản địa và không quen biết một ai quanh nơi ở mới của mình, vì thế thoạt đầu chị cảm thấy bị cô lập và cô đơn.

Là tín hữu của Giáo Hội, chị lấy hết can đảm và bắt đầu tham dự tiểu giáo khu mới của mình. Chị lo lắng rằng giọng nói không chuẩn của chị sẽ là rào cản

khiến nhiều người không muốn nói chuyện với chị hoặc chị sẽ bị xét đoán vì là một phụ nữ độc thân.

Nhưng chị đã gặp những người mà đã bỏ qua những khác biệt của chị và chào đón chị vào nhóm bạn bè của họ. Họ tìm đến chị trong tình yêu thương, và chẳng mấy chốc chị thấy mình bận rộn giúp giảng dạy một lớp học Hội Thiếu Nhi. Bọn trẻ đã là những tấm gương sáng về sự chấp nhận, và cảm giác được yêu thương và được cần đến đã củng cố đức tin của chị và giúp chị nhen nhóm lại lòng tận tâm suốt đời của mình với Chúa.

### KHÁM PHÁ THÊM

Để có thêm ý kiến, xin đọc “We Can Do Better: Welcoming Others into the Fold,” *Liahona*, tháng Chín năm 2017.

### CHIA SẺ KINH NGHIỆM CỦA ANH CHỊ EM

Hãy gửi những kinh nghiệm của anh chị em khi anh chị em phục sự cho những người khác hoặc được phục sự. Vào trang [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) và bấm vào “Submit an Article or Feedback.”

### THỰC HIỆN

Chị Linda K. Burton, cựu Chủ Tịch Trung Ương Hội Phụ Nữ, đã dạy, “Hãy Quan Sát Trước, Rồi Sau Đó Phục Vụ” (*Liahona*, tháng Mười Một năm 2012, trang 78). Việc tuân theo lời khuyên bảo này có thể giúp chúng ta tạo ra các tiểu giáo khu và các chi nhánh nơi mà mọi người đều được gồm vào và đều được cần đến. Sau đây là một số ý kiến khác để xem xét:

- Khi chúng ta bước vào nhà hội của mình, chúng ta có thể **nhìn xung quanh và quan sát** xem ai mà Chúa muốn chúng ta kết bạn ngày hôm đó.
- Đôi khi chúng ta tránh những người khác biệt với mình hoặc những người đang trải qua thời gian khó khăn vì chúng ta sợ nói ra những điều không nên nói. Điều này có thể làm cho họ cảm thấy bị cô lập, thắc mắc tại sao không có ai nói chuyện với mình. **Ngồi cạnh họ, bày tỏ tình yêu thương,**

**và hỏi những câu hỏi chân thành.** Hỏi về kinh nghiệm qua những thử thách của họ và cách anh chị em có thể giúp đỡ.

- Trong những bài nói chuyện và bài học của chúng ta vào ngày Chủ Nhật, chúng ta có thể chọn **sử dụng những tấm gương cho thấy các cá nhân và gia đình trong nhiều hoàn cảnh khác nhau** có thể sống theo phúc âm và vui hưởng các phước lành của phúc âm.
- Các thành viên trong lớp học có thể được ban phước dồi dào khi giảng viên **mời các thành viên thuộc các lứa tuổi, quốc gia và hoàn cảnh gia đình khác nhau cùng tham gia.** Chúng ta có nhiều điều để học hỏi từ nhiều tín hữu trung tín của Giáo Hội, là những người có những kinh nghiệm khác với chúng ta.
- Các giảng viên có thể tạo ra một nơi an toàn cho tất cả mọi người chia sẻ kinh nghiệm của họ trong việc sống theo phúc âm. Bất cứ khi nào một lời bình luận được chia sẻ, thì giảng viên có thể **đáp lại một cách tích cực với một điều gì đó mà đã được đưa ra.** Sau đó, các thành viên trong lớp học sẽ cảm thấy tự tin và thoải mái hơn trong việc chia sẻ ý nghĩ của họ.

### GHI CHÚ

1. Xin xem Alexa Lardieri, “Study: Many Americans Report Feeling Lonely, Younger Generations More So,” *U.S. News*, ngày 1 tháng Năm năm 2018, [usnews.com](http://usnews.com).
2. Xin xem Carly K. Peterson, Laura C. Gravens, và Eddie Harmon-Jones, “Asymmetric Frontal Cortical Activity and Negative Affective Responses to Ostracism,” *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, tập 6, số 3 (tháng Sáu năm 2011), trang 277–285.
3. Dieter F. Uchtdorf, “Tin Tưởng, Yêu Thương, Làm Theo,” *Liahona*, tháng Mười Một năm 2018, trang 48.