

## Quy Tắc Cơ Bản cho Người Tham Dự & Quy Trình Nhóm Nhỏ

### Chìa Khóa để Giao Tiếp và Lắng Nghe Hiệu Quả

**P** (Pray and Ponder)– CẦU NGUYỆN và SUY NGẪM trước và sau khi nói. Xin Thiên Chúa ở trong trái tim và tâm trí và trên môi miệng anh chị em khi anh chị em bắt đầu nói. Ngoài ra, hãy suy ngẫm về những điều đã được chia sẻ và những gì Thiên Chúa đang đặt vào trái tim anh chị em.

**R** (Responsibility) – Chị em TRÁCH NHIỆM về những suy nghĩ và cảm xúc của bản thân, tránh bị cảm dỗ đổ lỗi cho người khác. Tự nguyện, hãy nhớ rằng anh chị em không chị em trách nhiệm về suy nghĩ và cảm xúc của những người khác trong nhóm. Trong lắng nghe và chia sẻ, chúng ta có thể chia sẻ những suy nghĩ và cảm xúc khác nhau.

**A** (Allow) - CHO PHÉP người khác nói và chia sẻ mà không hiệu quả chỉ trích. Nếu anh chị em là người hướng ngoại và quyết đoán hơn trong cuộc trò chuyện, anh chị em nên lắng nghe nhiều hơn và cho phép những người thường không nói được nói trước. Chúng tôi hy vọng nhận được phần hỏi từ mọi người trong tiến trình hiệp hành này, đặc biệt là những người bên lề.

**Y** (You) – ANH CHỊ EM – Chú ý đến những suy nghĩ, cảm xúc, ý kiến hoặc thậm chí là định kiến của bản thân. Hãy tự hỏi, "Tại sao tôi cảm thấy hoặc suy nghĩ theo cách này?"

**E** (Empathetic) - LẮNG NGHE THẤU CẢM, và chú ý không chỉ đến lời nói mà còn cả cảm xúc được thể hiện. Hãy thử đặt mình vào hoàn cảnh của người nói để giúp bản thân thực sự cảm nhận được những gì mà người đó đang cảm nhận.

**R** (Respect) - TÔN TRỌNG mọi người như Chúa Giêsu đã dạy chúng ta: : *hãy yêu thương nhau*. Tránh giảm thiểu hoặc gạt bỏ những suy nghĩ hoặc trải nghiệm của người khác. Luôn tìm cách kiểm soát cảm xúc của mình trong khi nói và lắng nghe, thể hiện sự tử tế và độ lượng với người khác.

Các buổi lắng nghe tập trung vào cầu nguyện chính cùng là cơ hội để lắng nghe và chia sẻ, chủ yếu ở hình thức nhóm nhỏ. Mục đích không phải là để thảo luận hay tranh luận, mà là để cầu nguyện và tạo cơ hội cho tất cả mọi người được lắng nghe và chia sẻ. Phương pháp mời gọi là một cách để đưa tất cả mọi người vào cuộc trò chuyện trong một bầu không khí rất tôn trọng. Trong khi mỗi người đang nói, những người khác lắng nghe. Không ai được ngắt lời người nói hoặc nhả ý vào nói mà không được điều phối viên mời/nhắc. Trong trường hợp có một điều phối viên cho một số nhóm nhỏ, như được hình dung cho nhiều buổi được nêu ở trên, người tham dự có thể chia sẻ theo thứ tự vòng quanh bàn, chọn bỏ qua nếu không muốn chia sẻ vào một lúc nào đó. Trong trường hợp tình nguyện viên điều hành bàn có mặt, người đó có thể hỗ trợ để đảm bảo rằng mỗi người trong nhóm nhỏ đều có cơ hội chia sẻ.

### Vai Trò của Điều Hành Viên Theo Bàn & Người Ghi Chú

Vai trò của điều hành viên theo bàn, nếu được sử dụng, là để giúp hướng dẫn các cuộc trò chuyện. Xin hãy nghe hướng dẫn của họ. Họ sẽ cố gắng tiếp tục dành thời gian cho việc chia sẻ, theo dõi thời gian được phân bổ, để mọi người

trong nhóm nhỏ có thể chia sẻ những cảm nghĩ và lãnh ngộ mà họ nhận được trong thời gian suy ngẫm và cầu nguyện.

Ở mỗi bàn sẽ có một thư ký xung phong ghi chép. Các ghi chú sẽ được ẩn danh. Các ghi chú từ tất cả các nhóm nhỏ tại buổi lắng nghe tập trung vào cầu nguyện sẽ giúp tạo ra một báo cáo tóm tắt cho giáo xứ/nhóm (một báo cáo cho mỗi giáo xứ/nhóm, tổng hợp tất cả các trả lời nghiêm trọng trong cầu nguyện và lắng nghe và chia sẻ những điểm nổi bật). Báo cáo tóm tắt của giáo xứ/nhóm này sẽ được gửi đến Hội Đồng Công Nghị tổng giáo phận, nhóm này sẽ lập báo cáo tổng giáo phận dựa trên các báo cáo của giáo xứ/nhóm, các cuộc họp khu vực và phản hồi từ cuộc khảo sát trực tuyến và các cuộc họp khác.

## Câu Hỏi cho các Buổi Lắng Nghe - Nhóm Nhỏ

Những câu hỏi sau đây được đưa ra như những câu hỏi chính để hướng dẫn các buổi lắng nghe tập trung vào cầu nguyện của giáo xứ/cộng đoàn tại Tổng Giáo Phận Atlanta. Chúng có thể được các giáo xứ hoặc các nhóm khác điều chỉnh hoặc sửa đổi tùy theo thời gian, hoàn cảnh và nhu cầu. Nếu có điều chỉnh, các cộng đồng được khuyến khích tuân theo các chủ đề và câu hỏi được gợi ý trong Tài Liệu Chuẩn Bị Công Nghị và Vademecum như phần hướng dẫn (xem thêm các câu hỏi tùy chọn được gợi ý bên dưới). Một cuộc khảo sát trực tuyến sẽ bổ sung cho những phản hồi thu được từ các buổi lắng nghe tập trung vào cầu nguyện của giáo xứ/cộng đoàn và các cuộc họp khu vực. Vui lòng truy cập [archatl.com/synod](http://archatl.com/synod) để tìm hiểu thêm và hoàn thành khảo sát trực tuyến.

## Câu Hỏi Cơ Bản

**Một Giáo Hội hiệp hành, khi loan báo Tin Mừng, “đồng hành cùng nhau.” “Đồng hành cùng nhau” diễn ra như thế nào trong giáo xứ/cộng đoàn của chúng ta hôm nay? Chúa Thánh Thần mời gọi giáo xứ/cộng đoàn chúng ta thăng tiến như thế nào trong “đồng hành cùng nhau?”**

- “Đồng hành cùng nhau” có ý nghĩa gì với anh chị em? Những trả lời nghiêm trọng xuất hiện trong tâm trí anh chị em?
- Anh chị em đã trả lời qua những niềm vui nào trong giáo xứ/cộng đoàn của chúng ta? Anh chị em đã gặp những khó khăn và trở ngại nào trong việc đồng hành cùng nhau, hoặc tham gia tích cực và sôi nổi vào đời sống của giáo xứ/cộng đoàn?
- Anh chị em nghe thấy Chúa Thánh Thần mời gọi thăng tiến ở điểm nào trong những trả lời nghiêm trọng này?

## Câu Hỏi Hỗ Trợ

### (1) Lắng Nghe và Phân Định

Lắng nghe là bước đầu tiên cần có một tâm hồn và trái tim rộng mở, không định kiến. Việc phân định theo kiểu hiệp hành, đòi hỏi sự chú ý đến Chúa Thánh Thần qua lời cầu nguyện và chia sẻ của cả cộng đồng, trước hết phụ thuộc vào việc lắng nghe.

- Làm thế nào để anh chị em lắng nghe tiếng Thiên Chúa mỗi ngày?
- Thiên Chúa nói với chúng ta như thế nào qua những tiếng nói ở giữa chúng ta, như những người sống bên lề xã hội (người nghèo, bị gạt ra ngoài lề xã hội, bị xã hội loại trừ, bị khai trừ, v.v.)? Làm thế nào để chúng ta nghe những tiếng nói từ những dân ngoại mà không có thành kiến?
- Giáo xứ / cộng đồng của chúng ta cung cấp (những) không gian nào cho việc lắng nghe và chia sẻ (nói một cách tự do) giữa tất cả các thành viên cũng như những người không thường xuyên kết nối với cộng đồng chúng ta?
- Làm thế nào để chúng ta cùng nhau phân định ý muốn của Thiên Chúa trong giáo xứ / cộng đồng chúng ta, và tham vấn đóng vai trò gì?

### (2) Đồng Trách Nhiệm và Tham Dự

Tinh hiệp hành nhằm phục vụ cho sứ vụ của Giáo Hội, trong đó mọi thành viên đều được kêu gọi tham dự. Tất cả những người đã chịu phép rửa tội đều đồng chịu trách nhiệm về sứ vụ của Giáo Hội — loan báo Tin Mừng và trở thành môn đệ của Chúa Giêsu Kitô.

- Điều gì cho phép hoặc cản trở anh chị em làm chứng và nói lên một cách can đảm và có trách nhiệm trong giáo xứ / cộng đồng chúng ta và ngoài xã hội?
- Làm thế nào để tất cả các thành viên trong giáo xứ / cộng đồng chúng ta được kêu gọi và trao quyền để tham gia vào sứ vụ loan báo Tin Mừng của Giáo Hội?
- Anh chị em thấy những trở ngại nào đối với việc tích cực làm việc môn đệ và tham dự?
- Làm thế nào để tinh thần đồng đội và đồng trách nhiệm với sứ vụ được thực hành trong giáo xứ / cộng đồng chúng ta?

### (3) Cầu Nguyện và Cử Hành

Trọng tâm của việc “bước đi cùng nhau” là cùng nhau lắng nghe Lời Chúa và cử hành Bí Tích Thánh Thể.

- Làm thế nào để việc cầu nguyện và cử hành phụng vụ, đặc biệt là Thánh Lễ Chúa Nhật, truyền cảm hứng và hướng dẫn giáo xứ / cộng đoàn chúng ta trong đời sống và sứ vụ chung của chúng ta?
- Làm thế nào để việc lắng nghe Lời Chúa cùng nhau (ví dụ, Thánh Lễ, các nhóm học Kinh Thánh, Giờ Chầu, v.v.) truyền cảm hứng cho các quyết định quan trọng nhất của giáo xứ / cộng đoàn của chúng ta?
- Bí Tích Thánh Thể có ý nghĩa gì đối với anh chị em? Bí Tích Thánh Thể truyền cảm hứng cho đời sống và hành động của anh chị em như thế nào?
- Làm thế nào chúng ta khuyến khích việc tham dự tích cực của tất cả các tín hữu trong cầu nguyện, phụng vụ và các bí tích?

## Câu Hỏi Kết Thúc - Lắng nghe Chúa Thánh Thần

*Dành 5-10 phút để cầu nguyện trong tinh lặng với nhóm nhỏ của mình, sau khi khấn cầu Chúa Thánh Thần một lần nữa qua kinh “Xin Chúa Thánh Thần Đến” hoặc lời cầu nguyện ngắn gọn. Sau đó, từ phần chia sẻ trong nhóm nhỏ của mình, xin kể tên một sự lãnh đạo trong đó anh chị em đã nghe thấy tiếng nói của Chúa Thánh Thần hôm nay, hoặc chia sẻ một sự lãnh đạo trong lòng anh chị em sau thời gian cầu nguyện.*

**\*\*Câu Hỏi Bổ Sung Tùy Chọn** – Những điều này có thể được hợp nhất vào kết cấu ở trên hoặc được điều chỉnh cho các nhóm bên ngoài đời sống giáo xứ hoặc môi trường mục vụ :

### Về Thiên Chúa và Giáo Hội Công Giáo

- Những suy nghĩ và trải nghiệm nào xuất hiện trong tâm trí anh chị em khi nghe nhắc đến “Thiên Chúa?”
- Mọi quan hệ với Thiên Chúa có ý nghĩa gì đối với anh chị em?
- Những suy nghĩ và trải nghiệm nào xuất hiện trong tâm trí anh chị em khi nghe nhắc đến “Chúa Giêsu Kitô?”
- Mọi quan hệ với Chúa Giêsu có ý nghĩa gì đối với anh chị em?
- Những suy nghĩ và trải nghiệm nào xuất hiện trong tâm trí anh chị em khi nghe nhắc đến “Giáo Hội Công Giáo” hoặc “là người Công Giáo?”

### Đối Thoại và Mọi Quan Hệ với Người Khác

- Anh chị có biết về những cách Giáo Hội Công Giáo thúc đẩy đối thoại và đối thoại với người khác không? Điều này có thể được củng cố như thế nào?
- Anh chị em có biết về cách Giáo Hội Công Giáo bước đi cùng với các Kitô hữu khác không? Điều này có thể được củng cố như thế nào?

### Các Chủ Đề Khác Liên Quan Đến Tính Hiệp Hành

- Thấm quyề n có ý nghĩa gì đố i với anh chị em?
- Lắ ng nghe có ý nghĩa gì đố i với anh chị em?
- Sự phân đị nh có ý nghĩa gì đố i với anh chị em?
- Làm thế nào chúng ta có thể truyề n đạ t tốt hơn cách thực hiệ n các quyế t đị nh và hành độn g trong Giáo Hộ i Công Giáo?
- Tinh hiệ p hành đò i hỏ i việ c tiế p thu sự thay đố i, giáo huấ n và liên tụ c hỏ c hỏ i. Anh chị em số ng hiệ p hành như thế nào trong cuộ c số ng hàng ngày củ a mình?

*Xin lưu ý: Xin nhắ c lạ i, [Tài Liệ u Chuẩn Bị](#) Công Nghị và [Vademecum](#) cung cấ p thêm các câu hỏ i có thể dùng mà các nhóm có thể điề u chỉ nh.*