



นิตยสารภาพอศิกรายเดือน

จุดมตาบติ

มีนาคม 2017

ตีพิมพ์เมื่อพฤศจิกายน ค.ศ. 1917 / พ.ศ. 2460





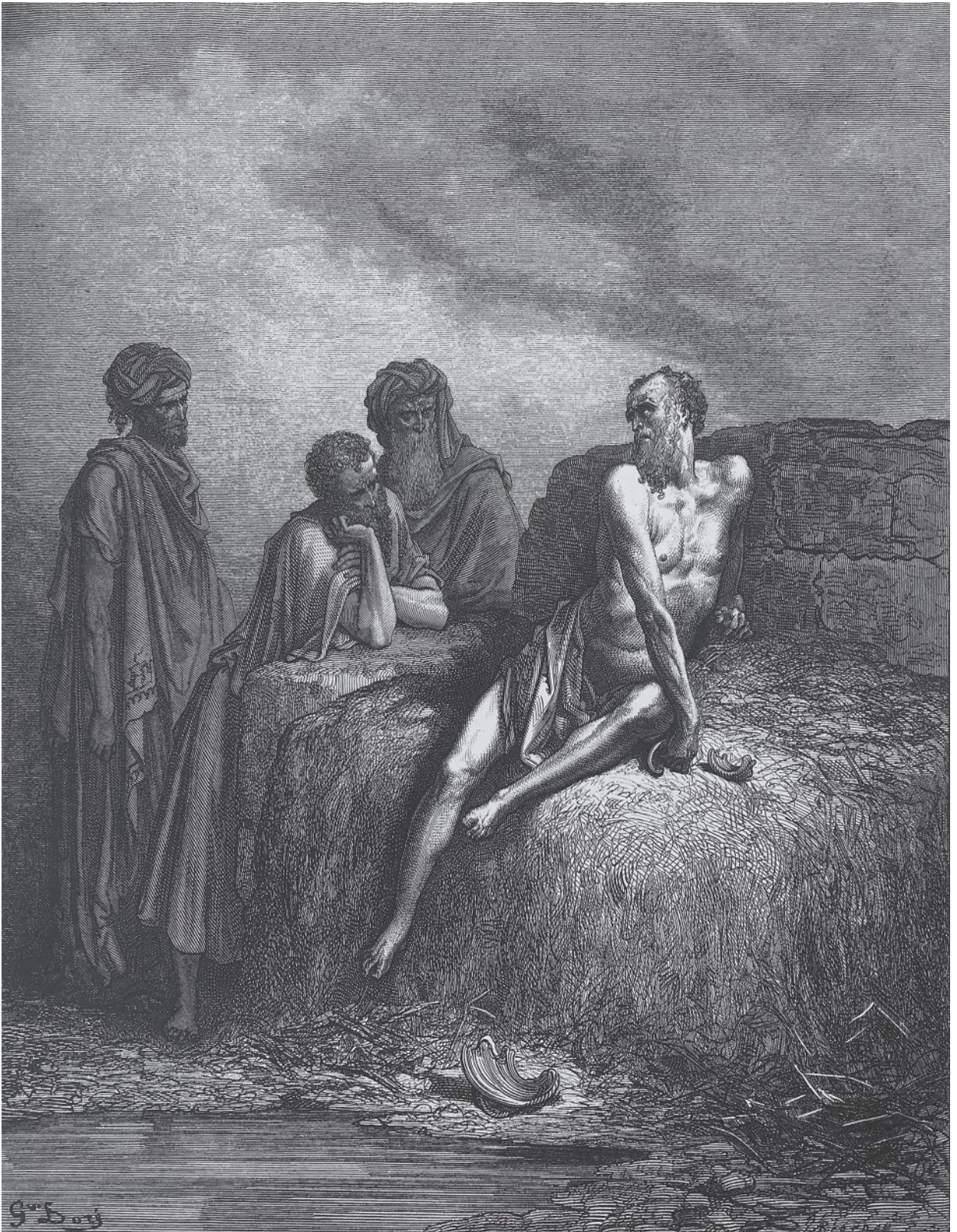
**“พี่น้องที่รัก จงอย่ากลัวที่จะให้หัวใจของเราก้าวไปข้างหน้า
พวกเราจำเป็นต้องให้หัวใจของเราก้าวไปข้างหน้า
เพื่อจะได้ไปสัมผัสคนอื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ”**

ข้อคิดจากสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส

**พระประสงค์ของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส
ประจำปี ค.ศ. 2017 มีนาคม**

**เพื่อคริสตชนที่ถูกเบียดเบียนข่มเหง
ขอให้พวกเขาได้รับการคำจูน**

โดยอาศัยการภาวนาและความช่วยเหลือด้านวัตถุจากพระศาสนจักรทั่วโลก



ปีศาจก่อภัยพิบัติ เพื่อทดลองความเชื่อของโยบ

(โยบ 1:22 – 2:13)

หนังสือ “โยบ” ในพระคัมภีร์นั้นเขียนขึ้นเพื่อต้องการตอบคำถามที่มีมาแต่ยุคโบราณ แม้จนกระทั่งยุคสมัยนี้ว่า “ทำไมคนดีจึงไม่ได้ดี แต่ดูเหมือนคนชั่วจะเจริญรุ่งเรืองได้ดี” นับเป็นความกล้าหาญชาญชัยของผู้เขียนหนังสือโยบอย่างมาก ที่พยายามตอบคำถามนี้ ซึ่งเมื่อเราอ่านจบแล้ว แม้จะไม่ได้คำตอบอย่างกระจ่างชัดแจ้ง (ต้องรอจนกระทั่งพระเยซูเจ้าเสด็จมาบังเกิดสิ้นพระชนม์และกลับคืนพระชนมชีพเสด็จขึ้นสวรรค์ เป็นคำตอบที่เด็ดขาดที่สุดแก่เรา) แต่เรากลับได้คำตอบอันหนึ่งซึ่งสำคัญมากสำหรับผู้มีความเชื่อ นั่นคือ เป็นไปไม่ได้ที่องค์พระผู้เป็นเจ้าจะทรงทอดทิ้งคนดี แม้ดูเหมือนว่าชีวิตภายนอกจะพบกับเรื่องร้ายๆ เพราะสติปัญญาของมนุษย์ ประดุจเศษฝุ่นดิน ไม่สามารถที่จะไปเข้าใจหรือตัดสินองค์พระผู้เป็นเจ้า และวินิจฉัยพระประสงค์ของพระองค์จากปัญญาอันน้อยนิดของเรา

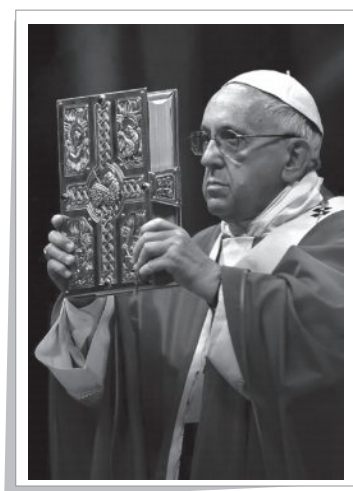
หนังสือโยบ เขียนด้วยแบบวรรณกรรมที่เป็นบทละครที่ละเอียดยิ่งๆ เริ่มต้นด้วยสาเหตุว่าทำไมจึงเกิดภัยพิบัติต่างๆ มากมายสู่ชีวิตคนดีมีศรัทธาของโยบเพียงในวันเดียวอย่างสิ้นเนื้อประดาตัว ภัยพิบัติที่ปีศาจขออนุญาตจากองค์พระผู้เป็นเจ้าเพื่อทดสอบความดีของโยบ เป็นภัยพิบัติเกี่ยวกับทรัพย์สินเงินทองและฝูงสัตว์ ชีวิตของคนรับใช้ ตลอดจนบุตรชายหญิงของท่าน แต่พอถึงบทที่ 2 ภัยพิบัติเริ่มเกิดขึ้นกับร่างกายของโยบ โดยมีผีร้ายขึ้นตามร่างกายตั้งแต่ฝ่าเท้าจนจรดศีรษะ ท่านใช้เศษภาชนะดินเผาขูดตามเนื้อตัวและนั่งอยู่บนกองขี้เถ้า... ผู้เขียนยังจงใจให้แม้แต่ภรรยาของโยบเองก็พูดจากากางให้ท่านเสียความเชื่อ...”

กุสตาฟ โดเร ทำภาพพิมพ์โลหะให้เห็นถึงตอนที่ว่า เพื่อนที่คุ้นเคยทั้งสามของโยบ (เอลิฟัสชาวเทมาน บิลดัตชาวชูคาห์ และโซฟาร์ชาวนาอามัท) ก็มาเยียมและปลอบใจท่าน โดยนั่งอยู่กับท่านบนดินเจ็ดวันเจ็ดคืน ด้วยพวกเขาเห็นว่าความทุกข์ระทมของโยบนั้นใหญ่ยิ่งนัก... อย่างไรก็ตามหนังสือโยบ เต็มไปด้วยเนื้อหาที่สอนคริสตังให้มีความไว้วางใจ และเชื่อมั่นในความรักโดยไม่ยอมละทิ้งพระเจ้า ด้วยประโยคบทสวด บทกวีที่ไม่ยอมให้เหตุผลทางโลกมาดับความไว้วางใจในองค์พระผู้เป็นเจ้า และจบลงด้วยความดีงาม ซึ่งพระเจ้าประทานคืนให้แก่โยบทุกอย่างที่ท่านสูญเสียไป โดยทรงประทานให้มากกว่าที่ท่านเคยมีตั้งแต่แรกเสียอีก ๕



ปกหน้า

เทศกาลมหาพรตปีนี้เริ่มต้นในวันพุธที่ 1 มีนาคม อันเป็นวันพุธรับเถ้า อุดมศาสนาเดือนมีนาคมจึงถือโอกาสนำภาพสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสทรงเป็นประธานในพิธีโรยเถ้าแก่สัตบุรุษมาขึ้นปก เพื่อเตือนกันและกันถึงการทำศีลกรรม ถือศีลอดอาหาร ทำบุญทำทาน ทำกิจเมตตาปราณี เป็นพิเศษตลอด 40 วัน ในเทศกาลนี้ พระสันตะปาปาทรงมอบสาส์นมหาพรตปีนี้แก่คริสตชนทั่วโลกในหัวข้อว่า “พระวาจาเป็นของขวัญ บุคคลต่างๆ ล้วนเป็นของขวัญ” (สามารถอ่านสาส์นมหาพรตของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสได้ในอุดมสารรายสัปดาห์ฉบับที่ 8 ค.ศ. 2017) ซึ่งมุ่งไปในเรื่องการเห็นคุณค่าในชีวิตผู้อื่น ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตล้วนเป็นของขวัญที่พระเจ้าประทานมาให้แก่เราในแง่มุมใดแง่มุมหนึ่งเสมอ น่าสนใจที่จะนำความจริงข้อนี้มาพิจารณาอย่างยิ่ง อันจะเป็นแรงบันดาลใจให้เราสามารถลงมือทำกิจเมตตาในเทศกาลมหาพรตนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น



ปกหน้าใน

แม้เทศกาลมหาพรต สื่ออารมณ์พระสงฆ์ที่สวมในพิธีกรรมจะเป็นสีม่วง แต่ก็ยังมีอยู่ 2 วันที่พระสงฆ์จะสวมใส่อาภรณ์สีแดง นั่นคือ “วันแห่ไปบลาน” และ “วันศุกร์ศักดิ์สิทธิ์” อุดมศาสนาต่อยากจะสื่อถึงการให้ความสำคัญแก่การอ่านพระคัมภีร์ เพราะหัวข้อสาส์นมหาพรตของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสปีนี้ว่า “พระวาจาเป็นของขวัญ บุคคลต่างๆ ล้วนเป็นของขวัญ” โดยเฉพาะเรื่องราวแห่งพระมหาทรมานของพระเยซูเจ้าในพระวรสาร

40 วันในเทศกาลมหาพรตนี้ยังมีสิ่งที่หล่อเลี้ยงชีวิตคริสตชนของเราที่สำคัญอีกสิ่งหนึ่ง นั่นคือการให้เวลากับการอ่านพระคัมภีร์ และพิจารณาไตร่ตรองเพื่อนำมาปฏิบัติในชีวิตให้มากยิ่งขึ้น

ขอบคุณที่สอนให้ได้สติ และตัดสินใจอย่างมีสติ

ช่วงระยะที่ผ่านมา ชาวที่เป็นกระแสและถูกพูดถึงมาก ๆ น่าจะเป็นเรื่องราวการใช้ปืนเข้าแก้ปัญหาต่อหน้าสถานการณ์หน้าลิ่วหน้าหวานของวิเศษอายุ 50 (ซึ่งต่อจากนั้นไม่นานวาทะที่เรียกคุณลุงอายุ 50 ก็ถูกกำเนิดและตอกย้ำ) กับครอบครัวที่ซับซ้อนเกี่ยวด้วยกัน ต้องมาพบกับกลุ่มเด็กวัยรุ่น ที่ดูภาพจากกล้องวงจรปิดก็เห็นความขัดแย้งที่กำลังจะปะทุขึ้น จะด้วยเหตุผลของการป้องกันตัว หรือพกปืนไปเที่ยวทำไมของฝั่งที่เชียร์กลุ่มวัยรุ่น หรือจะเป็นเรื่องของการออกตัวแรงของการเลือกฝั่งซี้ดผิดถูก สำหรับผมกับเหตุการณ์นี้ ผมยกให้คำพูดที่ภรรยาได้ถามสามี เมื่อกระสุนหนึ่งนัดได้ปลิดชีวิตวัยรุ่นคนหนึ่งล้มลง เธอถามว่า “คุณยิงเธอ” สามีตอบว่า “ใช่ผมยิง” ภรรยาจะพยายามแสดงความรับผิดชอบแทนด้วยคำคล้าย ๆ จะบอกว่าฉันจะรับว่าเป็นคนยิงเอง ในขณะเดียวกัน สามีก็พร้อมรับผิดชอบ ถ้าเราเก็บแค่ฉากนี้ ผมเชื่อว่า นี่คือภาพของรักแท้ รักแท้ที่ยอมแทนกันได้ และมันออกมาแบบทันทีทันใด เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยไม่ต้องคิดอะไรมากต่อหน้าสถานการณ์คับขัน

ผมคิดว่า สิ่งที่สำคัญที่สุดเวลาที่เมื่อไรเกิดขึ้นคือ “การใช้สติ” และเพื่อให้สติจะดีได้ต้องมี การฝึกฝน เรียนรู้ทำความเข้าใจ การอ่าน การอบรม ช่วยได้ แต่การใช้ชีวิตก็ช่วยคนให้เรียนรู้ได้จากบทเรียนที่เชื่อว่าบทเรียนชีวิต เน้นสอนสำหรับเราคริสตชนคำแนะนำที่เรายึดโยง ผูกพัน และรับฟัง เป็นดังแนวปฏิบัติที่หนักแน่น ไม่ผิดพลาดคือ “คำสอนของพระศาสนจักรและพระอัครนิกายภาพของสมเด็จพระสันตะปาปา” แต่สมเด็จพระสันตะปาปาองค์ปัจจุบันกำลังจะค่อยเปลี่ยนท่าทีความคิดแบบนี้ พระศาสนจักรไม่ใช่ไม่เคยผิดพลาด และคำสอนของพระสันตะปาปาไม่ใช่กฎตายตัว เน้นสอนต้องมีบทสรุป แต่ต้องยืดหยุ่น เข้าใจมนุษย์และมีความรัก ผมไม่แปลกใจต่อไปอีกถ้าพระองค์จะโดนต่อต้าน

วันที่ 13 มีนาคม เวียนมาบรรจบอีกครั้ง เป็นวาระที่เริ่มสมณสมัยของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ภาพการทรงงานอย่างไม่หยุดหย่อน บทเทศน์ที่มีพลัง พระจริยวัตรอันงดงามต่อคนทุกระดับ ทุกเพศ ทุกวัย ทุกชนชั้น แต่เป็นพิเศษคนชายขอบสังคม ความมุ่งมั่นที่จะปรับเปลี่ยนองค์กรกลางของพระศาสนจักรที่ไม่สามารถทำให้คนเข้าถึงศาสนาและเป็นแบบอย่างได้อย่างแท้จริง คำสอนที่จับต้องได้ และการตัดสินใจแต่ละประเด็นที่มีกรอบคิดของความเมตตา การบ่งถึงความเป็นพี่น้องของคริสตชนทุกนิกาย การทำลายกำแพงและสร้างสะพานเข้ากันด้วยความคิดถึงสันติสุขอันแท้จริงและยั่งยืน การตอบคำถามนักข่าวสด ๆ อย่างที่สดริบ์ถูกเตรียมไว้หมดแล้วในหัวใจของพระองค์นั่นเอง การเลือกประเทศที่จะเดินทางไป ไม่ใช่เพื่อสัมพันธ์ทางการทูตเท่านั้น แต่เป็นประเทศที่ยากจน มีความยากลำบาก หรือมีประเด็นในเชิงมนุษยธรรม

อุดมคันทรายเดือนฉบับนี้ขอเปิดสิ่งของต้องสำแดงของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสทั้ง 13 ชิ้น เพื่อร่วมต่อเติมประวัติศาสตร์อีกหน้าหนึ่งของพระศาสนจักรให้สมบูรณ์ การเข้าใจที่แท้ที่ไปของคนๆ หนึ่งทำให้เราเข้าใจว่า ทำไมเขาถึงเป็นคนแบบนี้ ขอขอบคุณคำสอนอันเรียบง่าย งดงาม นำไปสู่การปรับใช้ในชีวิตได้อย่างง่ายดายของทุก ๆ กระแสเรียก เรามักจะมีคำอวยพรผู้ปกครองในทำนองที่ว่า “ขอพระชนมายุยืนนาน” แต่สำหรับสมเด็จพระสันตะปาปาเราคงเสริมต่อได้ว่า “ขอคำสอนของพระองค์ท่าน เติบโตเต็มสติปัญญาและจิตวิญญาณของเรา เพื่อสร้างคุณค่าอันยั่งยืนและถาวรในการเจริญชีวิต และที่สุดขอพระชนมายุยืนนาน เพื่อสานต่อพันธกิจของพระคริสต์ ตามเจตจำนงทั้งหมดที่ท่านได้กำเนิดและดำเนินไปด้วยปณิธาน แห่งความตั้งใจที่งดงาม” ร่วมภาวนาเพื่อพระองค์ท่านในโอกาสพิเศษนี้ด้วย

1

วันที่ 1 มีนาคม
วันพุทธบูชา
(เริ่มเทศกาลมหาพรต
ถือศีลอดอาหารและอดเนื้อ)

4

วันที่ 4 มีนาคม

เจ้าพระยา สายน้ำแห่งศาสนธรรม
ล่องเรือจากอาสนวิหารอัสสัมชัญ
สู่วัดนักบุญยอแซฟ อโยธยา
เริ่มเวลา 06.00 น.

8

วันที่ 8 มีนาคม
วันสตรีสากล

19

วันที่ 19 มีนาคม

ครบ 4 ปีแห่งสมณสมัย
สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส
ฉลองศาสนนามนักบุญโยเซฟ
พระสังฆราชกิตติคุณสังวาลย์
ศุระสารักษ์
พระสังฆราชประธาน ศรีธารุณศีล
พระสังฆราชชูศักดิ์ สิริสุภรณ์
พระสังฆราชล้อมชัย ราชวัตรวิสัย
พระสังฆราชพิบูลย์ วิสิฐนันทชัย

25

วันที่ 25 มีนาคม

25 ปีแห่งพระพร

อัครสังฆมณฑลท่าแร่-หนองแสง
ขอเชิญร่วมขอบพระคุณพระเจ้า

โอกาส 25 ปี ชีวิตสงฆ์ ของคุณพ่ออันตน
วีระเดช ใจเสรี คุณเปาโล ธนภฤต นามโยธา
คุณพ่อยอแซฟ สุรศักดิ์ พงษ์พิศ
คุณพ่อเปาโล ฉลอง แก้วอาสา

และคุณพ่อยวง บอสโก วันทยา ศิริปะกะ

โดยพระอัครสังฆราชหลุยส์ จำเียร สันติสุขนิรันดร์
เป็นประธาน ที่อาสนวิหารอัครเทวดามีคาแอล
ท่าแร่ อ.เมือง จ.สกลนคร วันเสาร์ที่ 25 มีนาคม 2017
พิธีบูชาขอบพระคุณ เวลา 10.00 น.

สามเณราลัยนักบุญยอแซฟ
สามพราน
จัดฉลองบ้านเณรเล็กนักบุญยอแซฟ
พิธีบูชาขอบพระคุณ เวลา 10.00 น.

29-9

29 มีนาคม – 9 เมษายน

พบกับบูรคาทอลิก
N32 โซน C1

ในงานสัปดาห์หนังสือแห่งชาติ
ณ ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

อุดมสารณ์

คณะผู้จัดทำ

ประธานสื่อนมวชนคาทอลิกประเทศไทย
พระคุณเจ้าประธาน ศรีदारุนีล

คณะกรรมการที่ปรึกษา

พระสังฆราชกิตติคุณยอร์ช ยอด พิมพิสาร
ภราวาทยลยส์ ซาเนล
อ.ชัยณรงค์ มนเฑียรวิเชียรฉาย

เจ้าของ

สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย

ผู้อำนวยการ

คุณพ่ออนุชา ไชยเดช

บรรณาธิการบริหาร

คุณพ่ออนุชา ไชยเดช

หัวหน้ากองบรรณาธิการ

วัชร กิจสวัสดิ์

กองบรรณาธิการ

เสกสรร กองคำ
สุพร เล่าเรียนธรรม

อุดมสารณ์ นิตยสารรายเดือน

คำนำรุ่งปีละ 400 บาท
โอนเข้าบัญชี ธนาคารกรุงเทพ
สาขาย่อยโอเรียนเต็ล บัญชีสะสมทรัพย์
ชื่อบัญชี การพิมพ์คาทอลิก เลขที่ 226-0-006040
เช็คเช็คดรอมนั่งจ่าย การพิมพ์คาทอลิก

สำนักงาน

122/11 ซ.นนทรี 14 (นาคสุวรรณ) ถนนนทรี แขวงช่องนนทรี
เขตยานนาวา กรุงเทพฯ 10120 โทร. 0-2681-3900 ต่อ 1805
โทรสาร 0-2681-5401
CATHOLIC PRESS OF THAILAND UCIP/SEACPA (THAILAND)
122/11 Soi Nonsi 14 (Nak Suwan) Nonsi Rd.,
Chong Nonsi, Yannawa Bangkok 10120 Thailand
Tel. 0-2681-3900 ext. 1805 Fax 0-2681-5401
E-mail : udomsarn@gmail.com
Website : udomsarn.com

พิมพ์ที่

โรงพิมพ์อัสสัมชัญ โทร. 0-2268-1646-8

เว็บ

บริษัท วิ.ไอ.พี. โทร. 0-2683-5544-5

สารบัญ

Contents

สติป/บทความพิเศษ/สัมภาษณ์

- 6 ปฏิทินคาทอลิก
- 8 มีของต้องสำแดง

ชีวิตคริสตชน

- 33 ข้างธรรมาสัน
- 34 ระหว่างเดือน
- 36 วันละก้าวกับพระเยซู
- 40 บันทึกกรรมทูต
- 43 บทความเตือนใจตนเอง
- กลับใจเปลี่ยนนิสัย
- 46 สื่อศึกษา
- 48 บัญญัติดีดี
- 49 ท่วงทำนองแห่งรัก
- 50 กว่าจะเป็นนักบุญ
- 52 พระพรที่สำคัญ 'วันเวลา'
- 54 ผ่านมา 55 ปี พอจะมีเรื่องเล่าสู่กันฟัง
- 56 คริสต์ คิด กับนักจิตฯ
- 62 ดูหนัง
- 65 ได้ตามใจตัวเอง
- 68 เยาวชนของเรา

เด็กและเยาวชน

- 71 ชวนน้องคุย
- 74 ผ่อนคลายสไตล์ที่อ้อย
- 76 มุมเด็กศิลป์
- 81 เกมสโมสร
- 84 เงินหนึ่งดอลลาร์

กวี-ศิลป์

- 77 พงศ์ ประมวล
- 86 จดหมายจากผู้อ่าน
- 88 เขียนบทกวี เขียนชีวิต

วิสัยทัศน์

ประชากรของพระเจ้าร่วมเป็น
หนึ่งเดียวในความรัก แสงหา
ติดตามและประกาศพระเยซู
คริสต์เจ้า

พันธกิจ

พระศาสนจักรในประเทศไทยมุ่งอุทิศตนฟื้นฟู
ชีวิตให้สนิทกับพระคริสต์เจ้าโดยอาศัยพระ
วาจาและศีลศักดิ์สิทธิ์ เป็นหนึ่งเดียวร่วมมือ
และแบ่งปันซึ่งกันและกัน แสงหาคุณค่าพระ
อาณาจักรในบริบทสังคม เสวนาฉันพี่น้องกับ
ผู้มีความเชื่ออื่น ประกาศพระเยซูคริสต์เจ้า และ
เป็นประจักษ์พยาน ด้วยการดำเนินชีวิตเรียบง่าย
รักและรับใช้ปวงชน โดยเน้นผู้ยากไร้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นสื่อสัมพันธ์ระหว่างพระสงฆ์
นักบวช และฆราวาสทั่วไป
2. เพื่อเสนอข่าวสาร บทความ สารคดี
บันเทิงคดี บทความที่มีคุณค่าต่อชีวิต
ตามจิตตารมณ์พระวรสาร
3. เสริมสร้างความสัมพันธ์และความเข้าใจ
อันดีระหว่างประชาชนในด้านศาสนา
สังคม และวัฒนธรรม

มีของต้องสีแดง

เอกสารที่ทำให้รู้ตัวตนมากขึ้น ของสมเด็จพระสันตะปาปา ฟรังซิส

วาระเข้าสู่ปีที่ 5 แห่งสมณสมัยของสมเด็จพระสันตะปาปา ฟรังซิส เราคิดว่าจะมอบอะไรดีให้กับผู้อ่านเป็นพิเศษในฉบับนี้ พระโปรดด้วยการส่งหนังสือเล่มหนึ่งมาให้ หนังสือเล่มนี้สวยงาม มีลักษณะเป็นบ๊อปอัป คือ มีการสอดแทรกข้อมูลต่าง ๆ ในรูปแบบพิเศษ เช่น รูปภาพ เอกสารสำคัญ ฉบับย่อๆ หรือดัดแปลง จดหมาย ฯลฯ ซึ่งล้วนแล้วแต่น่าสนใจทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นไบเบิลล้างบาปของ พระสันตะปาปา รูปในวัยเรียนสมัยเป็นเณร เอกสารสำคัญ จดหมายตอบโต้ บัตรสมาชิกทีมฟุตบอล ฯลฯ ของต่าง ๆ เหล่านี้ ย่อมเป็นข้อมูลที่ทำให้เราเข้าใจตัวตนของผู้เป็นเจ้าของของสิ่งนั้น ได้ดียิ่งขึ้น อย่าเข้าไปดูกันเลย



ชิ้นที่ 1

หนังสือพิมพ์ลอสแชร์วาตอเร โรมานอ (L'OSSERVATORE ROMANO)
หนังสือพิมพ์รายวันของสันตะสำนัก ในวันที่ 14 มีนาคม ค.ศ. 2013 หนึ่งวันหลังจาก
การเลือกตั้งสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส



ชั้นที่ 2

รูปของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสบนหน้าแรกของหนังสือพิมพ์และบนหน้าปกนิตยสารฉบับต่างๆ หลังจากที่เราองค์ท่านทรงได้รับการรับเลือกตั้งเป็นพระสันตะปาปาองค์ใหม่

Mensis Martii – Anno MMXIII

1.	RE
2.	BERTONE
CARDINALES PATRIARCHÆ ECCLESiarUM ORIENTALIUM	
3.	NAGUIB
4.	RAI

6. DANNENFELS
7. MEISNER
8. LÓPEZ RODRÍGUEZ
9. MAHONY
10. ORTEGA Y ALAMINO
11. TURCOTTE
12. PULJIC
13. SANDOVAL INÍQUEZ
14. ROUCO VARELA
15. TETTAMANZI
16. PENGÓ
17. SCHÖNBORN
18. RIVERA CARRERA
19. GEORGE
20. GROCHOLEWSKI
21. SEPE
22. KASPER
23. DIAS
24. AGNELLO
25. BACIKS
26. ERBAZURIZ OSSA
27. TERRAZAS SANDOVAL
28. NAPIER
29. RODRÍGUEZ MARADIAGA
30. CIPRIANI THORNE
31. HUMMES
32. BERGGOLIO
33. POLICARPO DA CRUZ
34. POLETTTO
35. LEHMANN

35. SCOLA
36. OKOGIE
37. ZUBEIR WAKO
38. AMIGO VALLEJO
39. RIGALI
40. ANTONELLI
41. TURKSON
42. LUPU
43. PELL
44. BOZANIĆ
45. PHAM MINH MÂN
46. BARBARIN
47. ERDŐ
48. OUELLET
49. VALLINI
50. UROSA SAVINO
51. RICARD
52. CAÑIZARES LLOVERA
53. O'MALLEY
54. DZIWIŚZ
55. CAFFARRA
56. BRADY
57. MARTÍNEZ SISTACH
58. VINGT-TROIS
59. BAGNASCO
60. SARR
61. GRACIAS
62. ROBLES ORTEGA
63. DENARDO
64. SCHERER
65. NJUE
66. VELA CHIRIBOGA
67. MONSENGWO PASINYA
68. ROMEO
69. WUELI
70. DAMASCENO ASSIS
71. NYCZ
72. PATABENDIGE DON
73. MARX
74. ALENCHERRY
75. COLLINS
- 76.

77.	EIJK
78.	BETORI
79.	DOLAN
80.	WOELKI
81.	TONG HON
82.	THOTTUNKAL
83.	ONAIYEKAN
84.	SALAZAR GOMEZ
85.	TAGLE

86. TAURAN
87. NICORA
88. LEVADA
89. ROË
90. SANDRI
91. LAJOLO
92. CORDES
93. COMASTRI
94. RYLKO
95. FARINA
96. AMATO
97. SARAH
98. MONTERISI
99. BURKE
100. KOCH
101. SARDI
102. PIACENZA
103. DE PAOLIS
104. RAVASI
105. FILONI
106. MONTEIRO DE CASTRO
107. ABRIL Y CASTELLÓ
108. VEGLIÒ
109. BERTELLO
110. COCCOPALMERIO
111. DE ANIZ
112. O'BRIEN *Edwin Frederick*
113. CALCAGNO
114. VERSALDI
115. HARVEY

INFORMARE

SCRUTATORES.

RECOGNITORES

Presenters in *Conciliatory* must

Eptoni abacysa & Scritziaki nunt.

Abscises & Conclusions

OTHER NAME _____

ชั้นที่ 3

แผ่นรายชื่อของบรรดาพระคาร์ดินัลผู้มีสิทธิ์เลือกตั้งสำหรับการประชุมการ
เลือกตั้งพระสันตะปาปา (conclave) ในวันที่ 12 และ 13 มีนาคม ค.ศ. 2013 ที่จะทำการ
เลือกผู้สืบตำแหน่งต่อจากนักบุญเปโตรเป็นพระสันตะปาปาองค์ที่ 266 ของพระศาสนจักร

Quinto Grado "A"



(De arriba hacia abajo y de izquierda a derecha)

- 1^{ra} Hileria: Fariña V. - Suárez J. - Cacabelos J. - Lupia R. - Tavella R. - Fantino R. - Isla F. - Rementería C. - Benhayón J. - Juárez O. - Medina E. - Cabello L.
 2^{da} Hileria: Tomasello C. - Ortiz J. - Pizarro C. - Carelle J. - Sciarretta C. - Reig J. - Di Toto G. - Otero J. - Bergoglio O. - Battaglia G. - Alonso J. - Salinas J.
 3^{ra} Hileria: Etcheverry S. - Da Silva R. - Fernández J. - Serrano I. - Corino E. - Maisano D. - Ansolabehere I. - Silva G. - Barrera P. - Rocha J. - Paiva G.
 4^a Hileria: Pietro O. - Robles S. - Mari R. - Ferreri H. - Guala J. - Iglesias D. - Grasso C.
 5^a Hileria: R. P. Victor Delfino. - R. P. Director Emilio Cantarutti. - R. P. Francisco Lambruschini.
- Primero** José Benhayón **Primer Diploma** ... Ignacio Serrano
Segundo Ricardo Fantino **Segundo Diploma** ... Gastón Silva
Tercero Carlos Pizarro **Tercer Diploma** ... Oscar Pietro

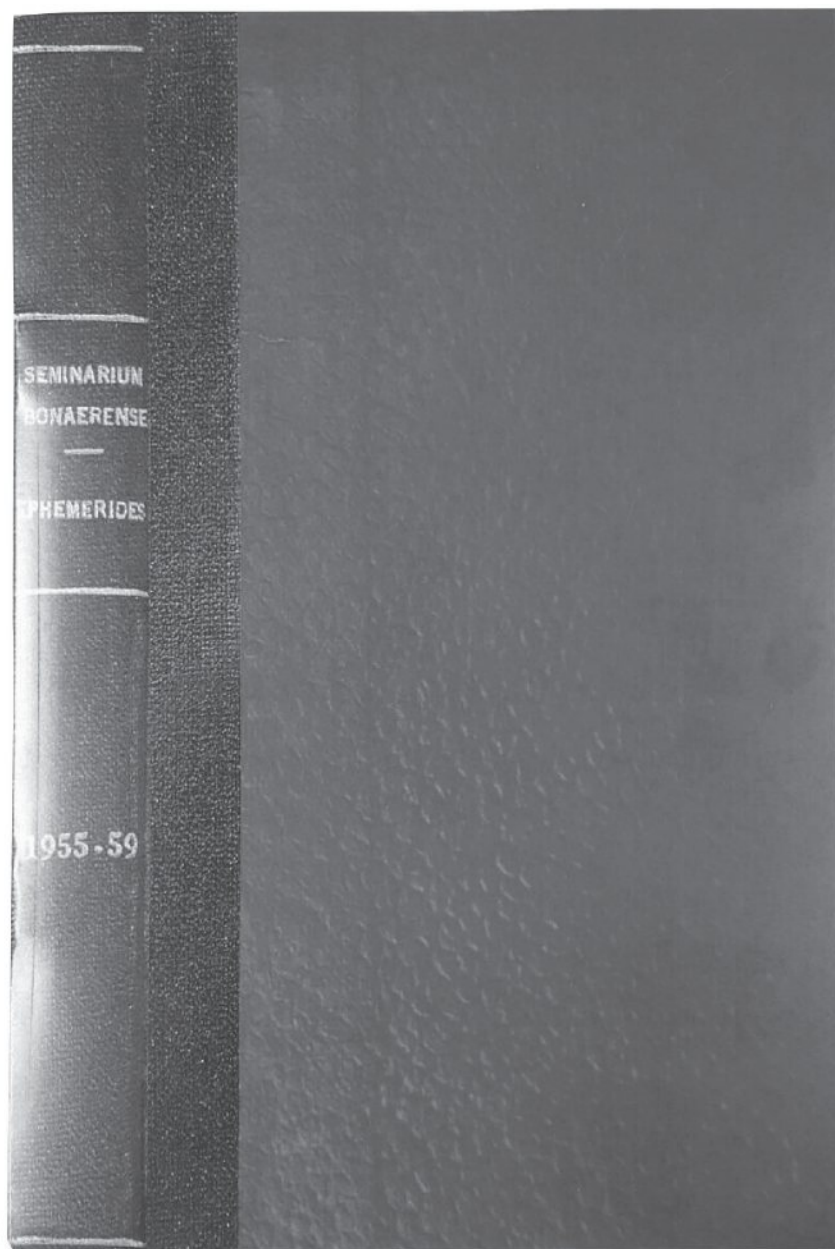
PROMOVIDOS

Jorge F. Alonso	Videla A. Fariña	José Otero
Julio Ansolabehere	José M. Fernández	González E. Paiva
Pedro L. Barrera	Hugo O. Ferreri	Oscar G. Pietro
Guillermo J. Battaglia	Carlos D. Grasso	Carlos H. Pizarro
José Benhayón	Jacinto A. Guala	José M. Reig
Oscar A. Bergoglio	David A. Iglesias	Carlos A. Rementería
Luis M. Cabello	Fernando M. Isla	Sebastián Robles
José M. Cacabelos	José M. Juárez	José H. Rocha
Juan J. Carelle	Orlando G. Juárez	Jorge Salinas Cantero
Eduardo Corino	Alfredo Lupia	Carlos A. Sciarretta
Alberto Da Silva	Domingo C. Maisano	Ignacio E. Serrano
Gabriel S. Di Toto	Alberto H. Mari	Gastón Silva
Sergio A. Etcheverry	Eduardo F. Medina	Roberto O. Tavella
Ricardo J. Fantino	Juan C. Ortiz	Carlos E. Tomasello

"Acordaos, niños, que hemos sido creados para amar y servir a Dios, nuestro Creador". (S. Juan Bosco).

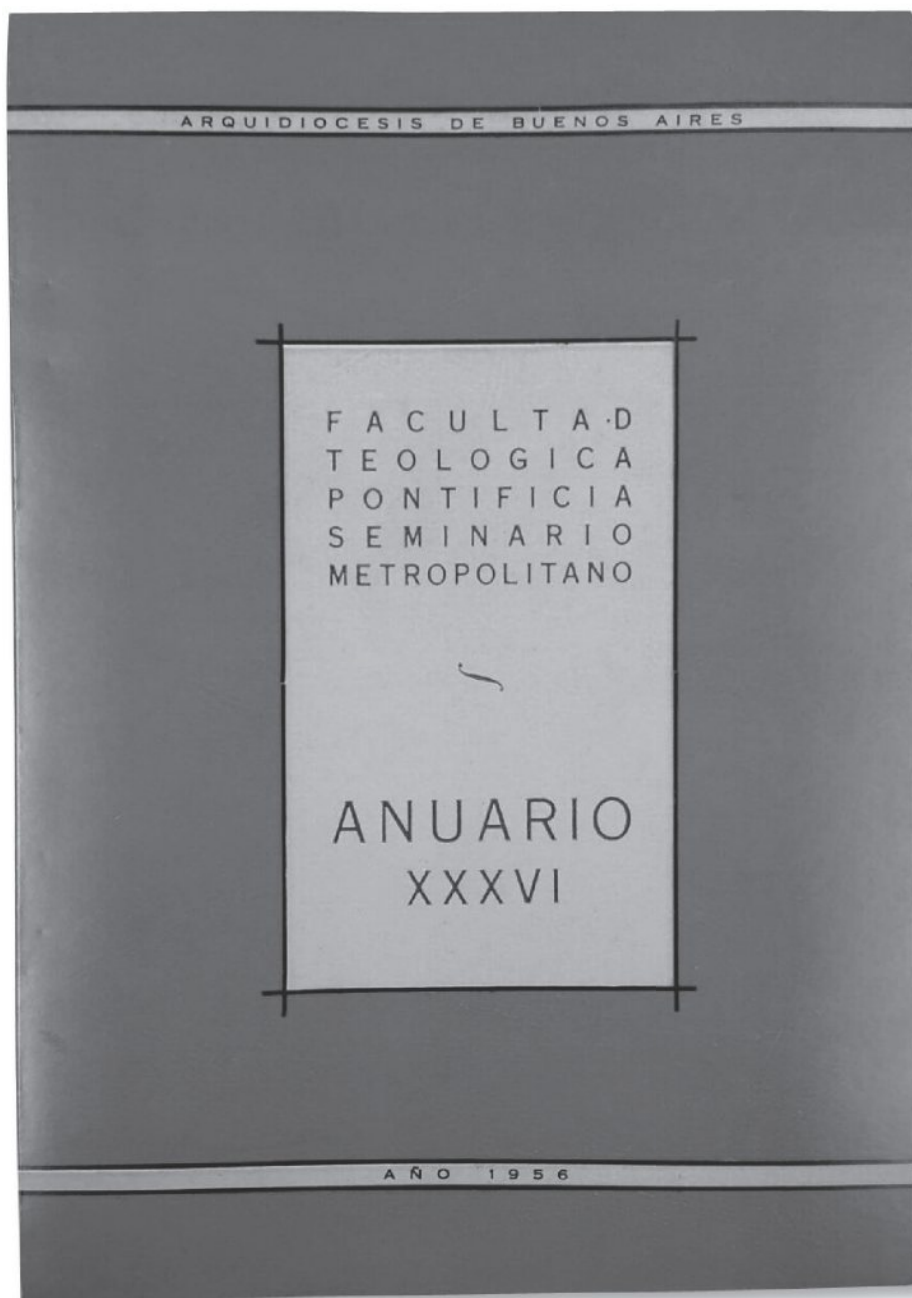
ชั้นที่ 4

รูปชั้นเรียนของสามเณรฮอร์เก มารีโอ แบร์โกลิโอ ในวัยเด็ก ขณะที่ท่านศึกษาวิทยาลัยซาลาเซียนแห่งวิลฟริดบาร์อน เด โลสซานโตสแอนเจลิส ณ เมืองลามอสเมเจีย ซึ่งท่านได้รับรางวัลผู้ประพฤติตนดีเด่นอันดับหนึ่ง และรางวัลเรียนดีในวิชาศาสนาและวิชาพระคัมภีร์ภาคพระวรสาร



ชั้นที่ 5

ข้อความที่คัดเลือกรวบรวมจากหนังสือรื้อบ้านเนรแสดงให้เห็นถึงรายชื่อของนักเรียนสามเณรในปี ค.ศ. 1956 ซึ่งหนึ่งในนั้นคือ สามเณรฮอร์เก แบร์โกลิโอ ณ บ้านเนรของอัครสังฆมณฑลบัวโนสไอเรส และวิลลาเดไวโต ในภาคตะวันตกของเมืองหลวงในประเทศอาร์เจนตินา



ชั้นที่ 6

ฮอว์เก แบร์โกลิโอ ได้รับรางวัลดีเด่นในการเรียน ภาษากรีก ภาษาละติน และ ดนตรี ณ ที่ศึกษาอยู่ที่บ้านเณร ซึ่งถูกบันทึกไว้ในหนังสืออนุสรณ์ประจำปี



ชั้นที่ 7

ในขณะที่ฮอร์ก มิเลีย กำลังพักผ่อนในช่วงบ่ายอย่างสงบ เสียงโทรศัพท์ปลุกให้เขาตื่นขึ้น และรับโทรศัพท์ โดยไม่ทันได้แนะนำตัวเองผู้รอสายถามเขาอย่างไม่เข้าใจว่า “คุณรู้จักนักเขียนท่าน ไหนบ้าง ที่มีบทนำเขียนโดยพระสันตะปาปาและฮอร์ก” ซึ่งเขาเองก็ไม่เชื่อว่าเขาจะได้ยินสิ่งนี้กับ หูของตัวเองเมื่อสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสที่เพิ่งจะได้รับการเลือกมาใหม่ ได้มีเวลาโทรศัพท์หา เขาถามสารทุกข์สุกดิบ ซึ่งหนังสือที่พระสันตะปาปาที่ทรงกล่าวถึงนั้นคือหนังสือรวมเรื่องสั้นที่มีชื่อ ว่า ‘Cuentos originales’ ซึ่งเขียนโดย 7 นักเขียนที่เป็นลูกศิษย์ของคุณพ่อแบร์โกลิโอ รวมทั้ง ฮอร์ก มิเลียด้วยเช่นเดียวกัน ณ วิทยาลัยแม่พระผู้ประเสริฐที่ซานตาฟี ซึ่งเมื่อมีการเยี่ยมชม ชั้นเรียน นักเขียนคนดังชาวอาร์เจนตินาชื่อว่า ฮอร์ก หลุยส์ โบร์จ เป็นผู้อาสาสนับสนุนและจัด พิมพ์ในปี ค.ศ. 1965

มิเลีย และ คุณพ่อแบร์โกลิโอได้รู้จักกันก่อนหน้านี้แล้วในปี ค.ศ. 1964 หนึ่งในผู้ร่วม เขียนหนังสือเล่มนั้นคือเด็กหนุ่มวัย 16 ปีที่มีรูปร่างและนิสัยเหมือนกับเด็กเล็ก ๆ อีกคนหนึ่งเคย อยู่ในคาบการเรียนการสอนวิชาวาดศิลป์และการเทศน์ของท่าน

ในปี ค.ศ. 2010 หลังจากนั้นกว่า 40 ปี ศิษย์เก่ามากมายได้เดินทางมาที่กรุงบัวโนสไอเรส เพื่อจะพบกับพระคาร์ดินัลแบร์โกลิโอ ในโอกาสการพบปะสังสรรค์ตอนเย็น ณ ที่ อาสนวิหารแห่ง อัครสังฆมณฑลบัวโนสไอเรส

El libro del Pueblo de Dios

LA BIBLIA



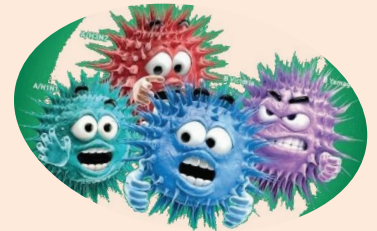
ชั้นที่ 8

“ด้วยความขอบคุณอย่างสุดซึ้งและด้วยความประทับใจ” พระคาร์ดินัลฮอร์เก แบร์โกลิโอ ได้มอบหนังสือพระคัมภีร์แก่หลิวหมิง แพทย์ฝังเข็มลัทธิเต๋า

ไขหวัดใหญ่

ป้องกันได้
ด้วยการฉีดวัคซีน

โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์
ขอเสนอแพ็คเกจ
วัคซีนป้องกันไขหวัดใหญ่



❖ แพคเกจวัคซีนป้องกันไขหวัดใหญ่ 4 สายพันธุ์
(สายพันธุ์ A/H1N1 , A/H3N2 สายพันธุ์ B/Yamagata , B/Victoria)

อายุ	จำนวนวัคซีน	ราคาบริการ(บาท)
อายุน้อยกว่า 9 ปี	ฉีด 2 เข็ม	1,200.- ไม่รวมค่าแพทย์,ค่าบริการ
อายุมากกว่า 9 ปี	ฉีด 1 เข็ม	600.- ไม่รวมค่าแพทย์,ค่าบริการ
อายุ 15 ปีขึ้นไป	ฉีด 1 เข็ม	890.- (รวมค่าแพทย์+ค่าบริการ)

❖ แพคเกจวัคซีนป้องกันไขหวัดใหญ่ 3 สายพันธุ์ สำหรับผู้ใหญ่
(สายพันธุ์ A/H1N1 , A/H3N2 สายพันธุ์ B/Yamagata)

อายุ	จำนวนวัคซีน	ราคาบริการ(บาท)
อายุ 15 ปีขึ้นไป	ฉีด 1 เข็ม	950.- (รวมค่าแพทย์+ค่าบริการ)

เงื่อนไขการรับบริการ :

- 1.แพคเกจสำหรับเด็กยังไม่รวมค่าแพทย์ และค่าบริการโรงพยาบาล
- 2.แพคเกจสำหรับผู้ใหญ่รวมค่าแพทย์และค่าบริการแล้ว
- 3.ราคานี้ไม่สามารถใช้ร่วมกับส่วนลดอื่นๆได้
- 4.ซื้อแล้วไม่รับเปลี่ยนคืนเป็นเงินสด

ตั้งแต่ 1 มกราคม ถึง 31 ธันวาคม 2560

สอบถามได้ที่ : แผนกการตลาด โทรศัพท์. 02-675-5000 ต่อ 51816-8







+
un

Vaticano, 15 abril 2013

Queridos Pili y Alberto:

Muchas gracias por la carta... y por el lindo dibujo de Triamma. Me dio alegría. Gracias también a tu amigo el tallador. ¡Hay que seguir adelante con "forja, forja, forja" como dicen Ustedes en la carta. Gracias a Dios estoy bien. Por favor, ningún regalo por mí, pues lo necesito.

Que Jesús los bendiga y la Virgen Santa los cuide. Afetuosamente,

Francisco

ชั้นที่ 9

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสและหลิวหมิง ยังคงติดต่อกันหลังจากการรักษาการฝังเข็มได้เสร็จสิ้นแล้ว ในกระตາซข้อความนี้พระสันตะปาปาทรงขอบพระทัยแพทย์ฝังเข็มผู้นี้อีกครั้ง “ในการร่วมเดินทางกับพระองค์” ในระยะหนึ่ง “บนถนนแห่งชีวิต”



ชั้นที่ 10

ในวันที่ 13 มีนาคม ค.ศ. 2013 ณ ที่มีการประชุมการเลือกตั้งพระสันตะปาปา แอนเดรียน พอลลาโรลส์ ได้ร่างแบบของถ้วยกาลิกส์ให้แก่เพื่อนของท่าน พระคาร์ดินัล ฮอร์เก แบร์โกลิโอ ที่พึงจะได้รับเลือกตั้งให้เป็นพระสันตะปาปา ในแบบนั้นมีรูปแม่พระ แห่งลูฮาน องค์อุปถัมภ์ของประเทศอาร์เจนตินา ธงชาติของประเทศอาร์เจนตินา และดอกกุหลาบของนักบุญเทเรซาแห่งพระกุมารเยซู



ชั้นที่ 11

บัตร์สมาชิกของพระคาร์ดินัล ฮอร์เก แบร์โกลิโอ ในสโมสรฟุตบอล “ซาน ลอเรนโซ” ของประเทศอาร์เจนตินา ที่อยู่ในเขตของท่านอาศัยอยู่และให้การสนับสนุนตั้งแต่สมัยยังเป็นหนุ่มๆ

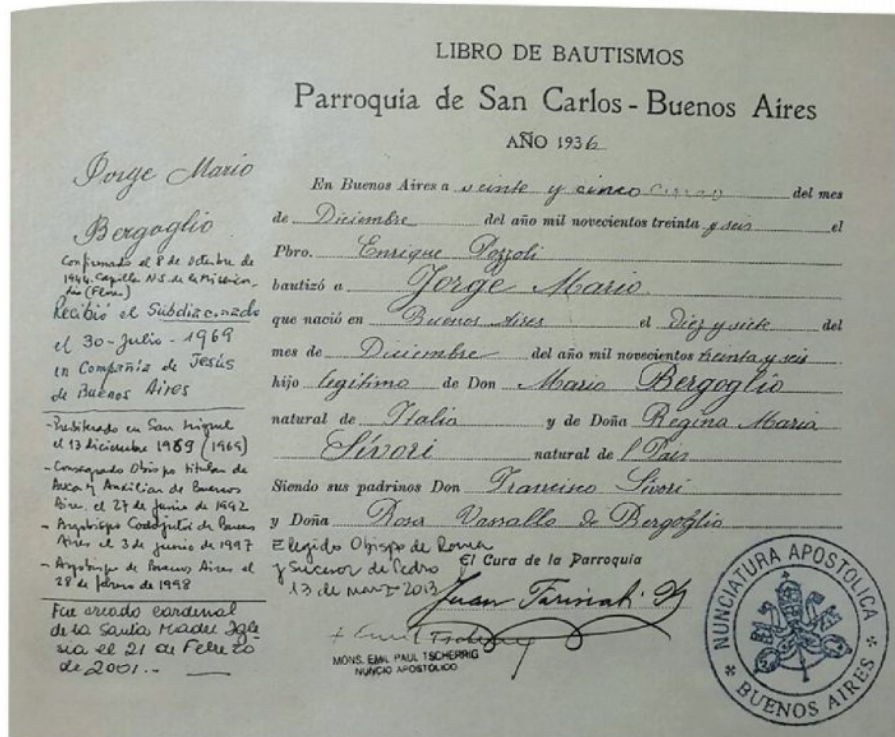
①

El Rabino Skorka hizo referencia, en su relato, al pontifical de la Catedral que representa el encuentro de José con sus hermanos. Decenas de desencuentros culpables confluyen en ese abrazo. Hay llanto de por medio y también una pregunta ^{entonces} ~~fundamental~~: ¿tiene un padre? No sin razón, en los tiempos de la ~~organización~~ nacional, fue puesta allí esa imagen, ~~que~~ representaba el anhelo del ~~reencuentro~~ de los argentinos. La escena apunta al trabajo por instaurar una "cultura del encuentro". Varias veces aludió a la dificultad que los argentinos tienen ~~de~~ para consolidar la cultura del encuentro, más bien parece que nos seduce la dispersión, lo abisma que la historia ha creado. Por un momento llegamos a identificarnos más con los constructores de murallas que de puente. Falta el abrazo, el llanto y la pregunta por el padre, por el patrimonio, por las raíces de la patria. Hay carencia de diálogo.

¿Es verdad que los argentinos no ~~queremos~~ ^{queremos} dialogar? No lo diría así. Más bien pienso que sucumbimos víctimas de actitudes que no nos permiten dialogar: ~~claudco~~ ^{claudco}, la populación, el no saber escuchar, la crispación del lenguaje ^{la descalificación por} comunicativo... y tantas otras. El diálogo nace de una actitud de respeto hacia la otra persona, de un convencimiento de que el otro tiene algo bueno que decir, supone hacer lugar en nuestros corazones a su punto de vista, a su opinión, a su propuesta. Dialogar ~~entraña~~ ^{entraña} negociación cordial y no condena previa. Para dialogar hay que saber bajar las defensas, abrir las puertas de casa y ^{de} calidez humana.

ชั้นที่ 12

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสเขียนบทนำของหนังสือของพระองค์ที่มีชื่อว่า “บนสวรรค์และแผ่นดิน (On heaven and Earth)” ซึ่งเป็นการสนทนากับรบบี อับราฮัม สโกร์กา พระองค์ท่านทรงมอบเอกสารต้นฉบับนี้แก่พระสหาย ซึ่งในปัจจุบันท่านเป็นอธิการของสถาบันการอบรมรบบีแห่งลาตินอเมริกา ในกรุงบัวโนสไอเรส และดูแลชุมชนชาวยิวแห่งเบไนติกวา



ชั้นที่ 13

ไบเบิลล้างบาปของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ลงทะเบียนในวันที่ 25 ธันวาคม ค.ศ. 1936 ณ มหาวิหารซาลเวเซียนแห่งแม่พระองค์อุปถัมภ์และนักบุญกาลอส

ผมเชื่อว่าเมื่ออ่านและติดตามมาถึงบรรทัดนี้แล้ว ท่านผู้อ่านอาจจะนึกถึงตัวตนของเราแต่ละคนเหมือนกัน เราเก็บเอกสารเหล่านี้ไว้ไหนนะ เรามีประวัติศาสตร์ชีวิตอย่างไร เราสนใจอะไรเป็นพิเศษ เรามีเพื่อนทำอะไรกันบ้าง เราเขียนจดหมาย ส่งอะไรมากไปกว่าทางอิเล็กทรอนิกส์ที่หายสูญไปในอากาศ เราเก็บภาพอะไรไว้คั่นหนังสือ อ่านอะไรยามว่าง ฯลฯ สิ่งเหล่านี้ล้วนบอกตัวตนของเราแต่ละคนๆ แต่ที่สุด สิ่งที่บอกตัวตนของเราได้ดีที่สุดคือสิ่งที่เราหลังจากซึมซับทุกอย่างแล้ว ได้ปฏิบัติตนอย่างไรต่อเพื่อนร่วมโลก ในกรณีแบบนี้เราสามารถมองดูจากชีวิตของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสได้เลย

(ขอบคุณต้นฉบับภาพ จากหนังสือ Pope Francis the story of the Holy Father ถอดความเป็นภาษาไทยโดยคุณพ่อภฤศ ทิพย์ทอง)





สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส

พระนามเดิม ฮอร์เก มารีโอ แบร์โกลิโอ
Jorge Mario Bergoglio

ขึ้นดำรงตำแหน่ง 13 มีนาคม ค.ศ. 2013

ประสูติ 17 ธันวาคม 1936 (81 ปี)
บัวโนสไอเรส ประเทศอาร์เจนตินา

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส มีพี่น้อง 5 คน เป็นบุตรของคณงานทางรถไฟ พระองค์ทรงได้รับปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเคมีจากมหาวิทยาลัยบัวโนสไอเรส และทรงเข้าศึกษาในสามเณรลัย พระองค์ได้ปฏิญาณตนเป็นนักบวชคณะแห่งพระเยซูเจ้า (เยสุอิต) เมื่อวันที่ 11 มีนาคม ค.ศ. 1958 และทรงได้รับใบรับรองด้านสาขาวิชาปรัชญาจาก Colegio Máximo San Jos ต่อมาพระองค์ได้ทรงสอนนิเวศวรรณกรรมและจิตวิทยาที่ Colegio de la Inmaculada และ Colegio del Salvador

ในปี ค.ศ. 1967 ทรงจบการศึกษา แล้วรับศีลบวชเป็นพระสงฆ์เมื่อวันที่ 13 ธันวาคม ค.ศ. 1969 ทรงทำงานสอนที่มหาวิทยาลัย San Miguel จนดำรงตำแหน่งเป็นศาสตราจารย์ทางเทววิทยา

ช่วง ค.ศ. 1973-1979 ทรงดำรงตำแหน่งอธิการเจ้าคณะแขวงคณะเยสุอิตในประเทศอาร์เจนตินา แล้วย้ายไปเป็นอธิการสามเณรลัยซานมีเกลจนถึงปี ค.ศ. 1986



สมณศักดิ์

คุณพ่อฮอร์เก มารีโอ แบร์โกลิโอ ได้รับการบวชเป็นพระสังฆราชผู้ช่วยแห่งบัวโนสไอเรส และได้สืบตำแหน่งเป็นพระอัครสังฆราชแห่งบัวโนสไอเรสในวันที่ 28 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 1998

ในวันที่ 21 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2001 ท่านได้รับแต่งตั้งเป็นพระคาร์ดินัล โดยสมเด็จพระสันตะปาปาจอห์น ปอล ที่ 2 ได้เป็นปฏิบัติหน้าที่ในหลายหน่วยงานของสันตะสำนัก



การขึ้นดำรงตำแหน่งสมเด็จพระสันตะปาปา

เมื่อสมเด็จพระสันตะปาปาเบเนดิกต์ ที่ 16 ทรงสละตำแหน่งเมื่อวันที่ 28 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 2013 ได้มีการจัดการประชุมเลือกตั้งพระสันตะปาปา โดยกำหนดให้มีขึ้นในวันที่ 12 มีนาคม ค.ศ. 2013 หลังจากการลงคะแนนเสียงครั้งที่ 5 โดยพระคาร์ดินัลผู้มีสิทธิออกเสียงจำนวน 115 ท่าน ผลปรากฏว่าพระคาร์ดินัลฮอร์เก แบร์โกลิโอ พระอัครสังฆราชแห่งบัวโนสไอเรส ประเทศอาร์เจนตินา ได้รับเลือก และทรงเลือกพระนาม “ฟรังซิส” ซึ่งหมายถึงนักบุญฟรังซิสแห่งอัสซีซี

นับเป็นพระสันตะปาปาพระองค์แรกจากทวีปอเมริกาและคณะเยสุอิต และเป็นองค์แรกในรอบ 1300 ปี ที่ไม่ได้เป็นชาวยุโรป นับตั้งแต่สมเด็จพระสันตะปาปาเกรกอรี ที่ 3 ชาวซีเรีย เมื่อปี ค.ศ. 731 และถือเป็นพระสันตะปาปาที่ไม่ได้เป็นชาวอิตาลีคนที่สามติดต่อกัน





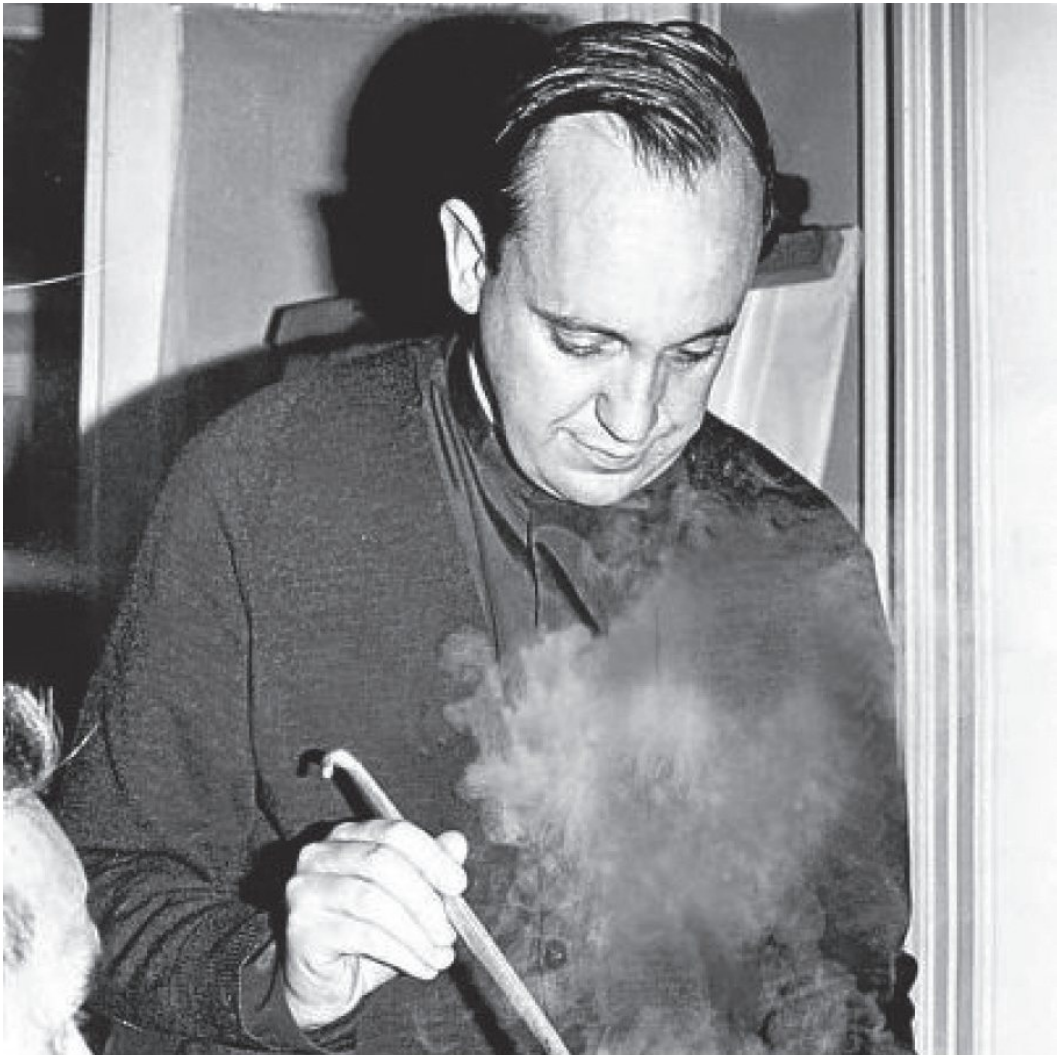
สื่อทั่วโลกปลื้มสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส

เมื่อสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงพบปะสื่อมวลชนจากทั่วโลกอย่างเป็นทางการนั้น ได้ทรงสร้างความประทับใจให้กับสื่อส่วนใหญ่ ด้วยความเป็นกันเองและความอบอุ่นของพระองค์

สมเด็จพระสันตะปาปา ได้ทรงเล่าถึงเหตุการณ์และความรู้สึกของพระองค์ในช่วงเวลาประชุมลับซึ่งพระองค์ได้รับเลือก และยังเผยที่มาในการเลือกใช้ชื่อ ฟรังซิส ว่าเป็นเพราะพระคาร์ดินัลจากบราซิลบอกกับพระองค์ว่า อย่าลืมคนยากจน เมื่อคะแนนโหวตออกมาว่า ทรงได้รับคะแนนเสียงส่วนใหญ่ จึงทรงนึกถึงนักบุญฟรังซิสแห่งอัสซีซี พระองค์ทรงขอให้พระศาสนจักรและสื่อทำงานร่วมกัน เพื่อรายงานถึงความจริง ความงาม และความดี

ชีวิตสมณะ

การใช้ชีวิตอย่างสมณะของพระสันตะปาปาองค์ใหม่ เป็นคุณสมบัติสำคัญที่ได้รับการยกย่องชื่นชมเมื่อครั้งยังทรงเป็นพระอัครสังฆราช ที่พำนักของพระองค์ในกรุงวาติกันเป็นเพียงแฟลตที่ตกแต่งอย่างเรียบง่าย ทรงมีพระอุปนิสัยเยือกเย็นสุขุม โดยสารรถไฟใต้ดินรถประจำทาง เหมือนคนทั่วไป และเมื่อเสด็จไปกรุงโรมก็ยังทรงเลือกบินชั้นประหยัด เมื่อเสด็จมายังกรุงโรม พระองค์มักทรงเลือกสวมชุดพระสงฆ์สีดำธรรมดา แทนที่จะเป็นชุดสีแดงตามศักดิ์และสิทธิ์ของพระคาร์ดินัล



พ่อครัวศักดิ์สิทธิ์ - ภาพคุ้นตาสำหรับชาวอาร์เจนไตน์ พระคาร์ดินัลฮอร์เก แบร์โกลิโอ (สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส) ผู้ทำอาหารทานเองทุกวัน โดยไม่ต้องการมีแม่ครัวหรือแม่บ้านมารับใช้ตนเองตลอดชีวิตสงฆ์





สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสทรงเป็น “พลังแห่งความสมดุล” แก่พระศาสนจักรโรมันคาทอลิก ด้วยทรงมีความเชื่อว่าพระศาสนจักรควรมีบทบาทในการเผยแผ่ศาสนา เข้าถึงประชาชน และมีความกระตือรือร้น

หลังจากได้รับเลือกเป็นพระสันตะปาปา พระองค์ทรงเริ่มภารกิจแรกด้วยการเสด็จไปสวดภาวนาและวางช่อดอกไม้ ภายในมหาวิหารแม่พระ และทรงอธิษฐานต่อหน้าแท่นบูชานักบุญอิกญาซิโอแห่งโลโยลา ผู้ก่อตั้งคณะเยสุอิต คณะนักบวชที่พระองค์ทรงสังกัดอยู่ก่อนหน้านี้

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงมีพระดำรัสเรียกร้องให้มีทุกคนร่วมมือกันปฏิรูปพระศาสนจักรอย่างเป็นระบบ เพื่อมิให้นิกายโรมันคาทอลิกต้องเสื่อมเสียความศักดิ์สิทธิ์และจิตวิญญาณมากไปกว่านี้ จนในอนาคตอาจเหลือสถานะไม่ต่างอะไรจาก “องค์กรการกุศล”

ขอขอบคุณเซอร์มารี หลุยส์ พรฤกษ์งาม

ฟังมากๆ พูดน้อยๆ

สุภาษิตจีน “Duó ting sháo shúo” – “ตัวหิง ส่าง ซัว” – แปลว่า “ฟังมากๆ พูดน้อยๆ”
คนฉลาดสุขุม พูดน้อยแต่ฟังมาก – แต่คนรู้น้อยชอบพูดมาก ไม่ค่อยอยากฟังใครด้วย

พระเยซูเจ้าตรัสว่า “ท่านไม่เข้าใจหรือว่าสิ่งต่างๆ ที่เข้าไปในปากย่อมลงไปในห้อง แล้วออกไปจากร่างกาย แต่สิ่งที่ออกมาจากปากนั้น ออกมาจากใจ สิ่งเหล่านี้แหละทำให้มนุษย์มีมลทิน...”
(มัทธิว 15:17-18) **มีคำฟังเพียวว่า** “โรคภัยเข้าทางปาก ภัยพิบัติออกจากปาก”

สุภาษิตไทยเกี่ยวกับปากมีมาก เช่น “ปากปราศรัยใจเชื่อถือ” “ปากหวานกันเปรี้ยว” “ปากปลาร้า” “ปากบอน” ฯลฯ

ปากเป็นเหตุให้เรามนุษย์ทำบาปมากมายเหลือเกิน และก่อให้เกิดความเดือดร้อน แยกแยะ
สามัคคี ทะเลาะ ตีรันฟันแทง เช่นฆ่า จนกระทั่งเกิดสงคราม ฯลฯ

บาปประจำวันเกิดจากปากของเราทุกคนก็ว่าได้ เช่น บ่น ตำหนิ นินทา ใส่ความ ใส่ร้าย
ทะเลาะ โลกอาหาร ลำมะเลเตเมา ฯลฯ เราอาจพูดได้เลยว่า ใครไม่ทำบาปด้วยปากเลยคนนั้นเป็น
นักบุญได้เลย

หู อย่างว่าไม่สำคัญ มันช่วยให้เราเป็นคนดี มีความรู้ได้มากเหมือนกัน แต่มันก็ทำให้เรา
กลายเป็นคนชั่ว คนเลวได้ไม่น้อยเหมือนกัน สุดท้ายแต่เราจะใช้มันไปทางไหน

ปาก ก็สามารถช่วยให้เราทำดี สร้างบุญ สร้างกุศลได้มากเหมือนกัน ปากเราสรรเสริญ
เทิดพระเกียรติของพระองค์ ประกาศพระวาจาของพระองค์ ช่วยบรรเทาใจเพื่อนบ้าน เป็นกำลังใจ
กันและกัน ตักเตือน สั่งสอนลูกหลาน และเพื่อนบ้านด้วย

มีคนให้ข้อสังเกตว่า ทำไมพระเจ้าสร้างมนุษย์ให้มีอวัยวะต่างๆ เป็นคู่ๆ เช่น แขน ขา มือ
หู ตา แม้จะมี 2 รู แต่มีปากเดียว ถ้ามี 2 ปากด้วยโลกคงวุ่นวายมากกว่านี้เป็นหลายเท่าแน่

สรุปแล้ว เราต้องใช้อวัยวะทุกส่วนในร่างกายของเรา ตามหน้าที่ของมัน เพื่อประโยชน์
ส่วนรวมของร่างกายของเรา และของสังคมด้วย เราจึงจะพบความสุขสันติทั้งในตัวเอง ครอบครัว
สังคม และประเทศชาติรวมทั้งโลกของเรานี้ แล้วรางวัลนี้รันดรตามมาก็อีกด้วยครับ

สรรเสริญและถวายเกียรติแด่พระเจ้าเสมอ **อ๊**

นับถือศาสนา

การนับถือศาสนาทุกวันนี้ ดูเหมือนจะย่อหย่อนลงไปทุกทีและแทบทุกที มีคนเข้าวัดวันอาทิตย์น้อยไม่สม่ำเสมอเอาเสียเลย ลองถามกันและถามตัวเองดูว่าสาเหตุเป็นเพราะอะไร

ทั้งๆ ที่ แต่ละศาสนาล้วนมีประวัติ-ศาสตร์มายาวนาน บรรดาศาสนิกจากรุ่นสู่รุ่นได้สืบสานประสพการณ์ศาสนา และต่ออายุศาสนากันมาจนถึงรุ่นเราพร้อมสมัยด้วยกันทุกวันนี้

ถามอีกว่า สาเหตุมาจากสิ่งภายนอกหรือจากสิ่งภายใน โดยพิจารณาจากสถานภาพของฐานจิตใจว่า มีความไวและความหนักแน่นที่จะรับผลกระทบท่ามกลางกระแสโลกยุคโลกาภิวัตน์ที่เรากำลังได้รับร่วมกันในปัจจุบันอย่างเต็มที่ นั้นได้มากน้อยเพียงใด เราแต่ละคนย่อมจะต้องหันมาทบทวนไตร่ตรองชีวิตจิตใจของตนและให้คำตอบกับตนเองตามความเป็นจริง

ดังนั้น การตระหนักรู้ถึงสถานการณ์ความเข้าใจในการวินิจฉัยข้อเท็จจริงและการหาวิธีการแก้ไขด้วยการตัดสินใจลงมือ

ปฏิบัติให้ตรงประเด็นจึงเป็นเรื่องที่สำคัญและจำเป็นเร่งด่วน

สิ่งภายนอกตามกระแสโลกยุคโลกาภิวัตน์ ผ่านสื่อที่ทันสมัยครอบจักรวาลไปพร้อมๆ กัน มันช่างสร้างความดึงดูดให้เราติดยึดกับวัตถุนิยมสิ่งของและทุนนิยมเงินทอง แล้วเสวยเพื่อปากท้อง พร้อมกับสนองความสะดวกสบาย การเสพสุขทุกชนิดและสิ่งเสพติดทุกประเภท

ส่วนสิ่งภายในตามกระแสพระกระแสธรรมนั้น กลับถูกมองข้ามยิ่งวันยิ่งมากขึ้นจนกลายเป็นช่องว่างระหว่างยุคและเป็นที่มาของความว่างในโบสถ์วิหารวัดวาอารามอย่างที่เห็นปรากฏแก่ตาอยู่ทุกวันนี้

แน่นอน การติดยึดใดๆ ย่อมเกิดจากการสะสม-สั่งสมต่อเนื่องและยาวนาน การสกัด-สลัดสิ่งเหล่านี้ ก็ย่อมต้องอาศัยการตัดที่เด็ดขาด ทำนองตัดไม่ขาดก็ต่อไม่ได้ เปรียบกับการตอกิ่งไม้ จำเป็นจะต้องตัดกิ่งนั้นมาต่อในต้นใหม่ ให้กิ่งใหม่ติดกับต้นใหม่ จึงจะเติบโตเติบโตใหญ่ขึ้นไปได้

ด้วยเหตุนี้ เราศาสนิกของทุกศาสนา จึงจำเป็นที่จะต้องปลุกจิตสำนึกได้กับกระแส สังคมยุคโลกาภิวัตน์ดังกล่าว ด้วยกระแส ของพระเจ้าของธรรมะซึ่งจะเสนอออกในรูป ของการส่งเสริมกระแสเรียกในมโนธรรม ให้กลายเป็นกระแส “รักพระรักธรรมะและ รักกัน” จนถึงที่สุด

ทั้งนี้ เราจะต้องผนึกพลังธรรมร่วมกัน เพื่อจรรโลงและสร้างสรรค์สังคมในบริบทที่ เราอาศัยอยู่ให้เป็นปึกแผ่น เป็นแดนที่มีพระ มีธรรมะประจำใจ อันจะก่อให้เกิดสันติสุข ในจิตใจและสันติภาพถาวรในสังคมทุกระดับ โดยทั่วกัน

จึงจะสมควรเรียกได้ว่า “การอยู่ ร่วมกันอย่างสันติ” ด้วยการแสดงน้ำใจ เสียสละปฏิบัติดีปฏิบัติชอบต่อกัน ภายใต้ หลักศาสนธรรมที่นำสู่การสานเสวนา เพื่อ เสริมสร้างชีวิตจิตใจให้มั่นคงและส่งผล ให้กว้างไกลออกไปจากสังคมศาสนาเข้าสู่ สังคมโลกอย่างไร้พรมแดน

เจตนารมณ์ข้างต้นจะได้ผลสมจริง ก็ต้องขึ้นอยู่กับการนับถือศาสนา ตามหลัก ธรรมคำสอน หลักธรรมบัญญัติและหลักธรรม ปฏิบัติ อย่างจริงจัง จริงจังและจริงแท้แน่นอน เสมอไป เพื่อให้เป็นที่มาของความหลุดพ้น จากบาปมลทินในโลกนี้ จะได้ก้าวสู่ความรอด ตลอดนิรันดร์ ❏

ท้าวๆ ที่ แต่ละศาสนามีประวัติศาตร์มายาวนาน บรรดาศาสนิกจากรุ่นสู่รุ่นได้สืบสานประสพการณ์ ศาสนา และต่ออายุศาสนากันมาจนถึงรุ่นเราพร้อมสมัย ด้วยกันทุกวันนี้

มัทธิว 5:38-39, 43-45

.....ท่านเคยได้ยินเขากล่าวว่า “ตาต่อตา ฟันต่อฟัน” แต่เรากล่าวแก่ท่านทั้งหลายว่า อย่าโต้ตอบคนชั่ว ผู้ใดตบแก้มขวาของท่าน จงหันแก้มซ้ายให้เขาด้วย

.....ท่านทั้งหลายได้ยินคำกล่าวว่า จงรักเพื่อนบ้าน จงเกลียดศัตรู แต่เรากล่าวแก่ท่านว่า จงรักศัตรู จงอธิษฐานภาวนาให้ผู้ที่ยเบียดเบียนท่าน เพื่อท่านจะได้เป็นบุตรของพระบิดาเจ้าสวรรค์ พระองค์โปรดให้ดวงอาทิตย์ของพระองค์ขึ้นเหนือคนดีและคนชั่ว โปรดให้ฝนตกเหนือคนชอบธรรมและคนอธรรม”

ตำราจราจรที่มีหัวใจ

ส.ต.ท.สมยศ ทำหน้าที่ตำรวจจราจรบนทางหลวงสายหนึ่งในเช้าวันนั้นอย่างเช่นเคย แต่สักครู่ต่อมาเกิดเหตุการณ์ที่ ส.ต.ท.สมยศ ต้องรีบขึ้นรถมอเตอร์ไซด์ขี่ไล่ตามรถบรรทุกที่วิ่งผ่านด้วยความเร็วสูงมาก เพราะเกรงว่าจะเป็นอันตรายต่อชีวิตของผู้อื่นบนถนนเส้นนั้น

เมื่อ ส.ต.ท.สมยศ ขับไล่ตามรถที่วิ่งอย่างกับรถแข่งคันนั้นทัน ก็บังคับให้หยุดรถ ปรากฏว่าผู้ขับเป็นชายอายุสามสิบปีเศษ ส.ต.ท.สมยศ ได้ขอดูใบขับขี่และทะเบียนรถ จากเอกสารเขาจึงรู้รายละเอียดว่าผู้ขับขี่ชื่อนายสมชาย มีลูกชาย-หญิงสองคน อายุต่ำกว่าสิบขวบ ด้านหลังของใบขับขี่มีบันทึกว่าสมชายถูกตำรวจจราจรจับด้วยข้อหาขับรถเร็วบ่อยครั้ง ครั้งหลังสุดถูกจับและปรับหนักมาก

เมื่อเห็นประวัติการขับรถของสมชายเช่นนี้แล้ว สมยศจึงกลับไปรถมอเตอร์ไซด์ของตนหยิบสมุดขึ้นมาและเขียนอะไรบางอย่าง ซึ่งสมชายคิดว่าคงเป็นใบสั่งที่เขาเคยได้รับมาจนชินแล้ว

สักครู่ สมยศก็นำเอกสารแผ่นที่เขาเขียนจนเต็มหน้ามาให้ สมชายรับมาและต้องประหลาดใจ เพราะที่ตนคิดว่าเป็นใบสั่งนั้น มันกลับเป็นจดหมายที่นายสิบตำรวจจราจรที่จับเขาครั้งนี้เขียนถึงเขาด้วยลายมือของเขาเองดังนี้.-

เรียน คุณสมชาย ที่เคารพรัก

ตามปกติคุณควรจะได้รับใบสั่งข้อหาขับรถเร็วเกินกำหนดมาก และถูกปรับหนักด้วย แต่เมื่อผมเห็นประวัติการถูกจับข้อหาขับรถเร็วของคุณแล้ว จึงคิดว่า ใบสั่งอีกฉบับคงไม่สามารถทำให้

คุณขับรถช้าลงได้ ผมจึงขอเล่าเรื่องที่เกิดกับครอบครัวของผมให้คุณได้รับทราบ เผื่อว่าคุณจะได้
สำนึกถึงผลของการขับรถบนถนนสาธารณะด้วยความเร็วสูงอย่างกับขับรถแข่งในสนาม Formula 1

เมื่อหลายปีก่อน เกิดเหตุเศร้าในครอบครัวของผม ลูกสาวคนโตของผมอายุเพียงหกขวบ
ถูกรถที่วิ่งด้วยความเร็วสูงชนและเสียชีวิต คนขับถูกจับ ถูกปรับหนัก และถูกจำคุก หลังพ้นโทษ
ผู้ทำผิดก็กลับบ้านไปพบภรรยาและลูก ครอบครัวของเขายังอยู่ครบทุกคน

ส่วนผม ผมกลับบ้าน ผมไม่มีลูกสาวให้ผมกอดอีกแล้ว ผมจึงอยากขอร้องคุณสมชาย
อย่าขับรถเร็วอีกเลย ช่วยรักษาชีวิตคนอื่นบนถนนด้วย รวมทั้งลูกชายคนเล็กของผมที่มีอายุเพียง
สี่ขวบเท่านั้น ผมยังต้องการพบลูกชายคนเดียวที่เหลืออยู่เวลาผมกลับบ้านทุกเย็นครับ

ด้วยความรัก

สมยศ

เมื่อสมชายอ่านจดหมายฉบับนี้จบลง ปรากฏว่า ส.ต.ท.สมยศ ได้ขี่มอเตอร์ไซด์ออกไปแล้ว
สมชายยืนดูจนสมยศลับสายตาไปแล้ว เขาจึงกลับขึ้นรถของตน และขับรถด้วยความเร็วที่ช้าลงมาก
อย่างที่เขาไม่เคยขับมาก่อน พลังนึกในใจว่า นี่เป็นใบสั่งที่กระทบกระเทือนใจเขามากที่สุด ทำให้
เขาสำนึกถึงความรับผิดชอบของเขากับท้องถนน

(หมายเหตุ : อุทาหรณ์เรื่องจริงเรื่องนี้ คงสะกิดใจนักซิ่งและผู้ขับขีรถยนต์บนถนนให้ได้
คิดเป็นอย่างดีหลังจากที่มีข่าวเหตุการณ์ร้ายแรงบนถนน เหตุการณ์ road rages (อาการโกรธ
อย่างรุนแรงแบบบังคับตนเองไม่ได้) บนถนนในกรุงเทพฯ บนถนนหลวงต่างๆ ในประเทศไทย มี
มาตรการหนึ่งที่จะช่วยลดอุบัติเหตุบนถนนก็คือ การปรับผู้ขับขี่ในอัตราสูงเกินอัตราที่กำหนดดังที่
ประเทศฟินแลนด์ใช้ นั่นคือ อัตราปรับใช้พื้นฐานของการลงโทษหนัก ด้วยอัตราส่วนของรายได้รวม
ทั้งปีของผู้ที่กระทำความผิดกฎจราจร ตัวอย่างเช่นในปี ค.ศ. 2003 Mr. Jussi Salonoja ชายอายุ
27 ปี ทายาทของธุรกิจทำไม้กรอกขนาดใหญ่ ถูกจับเพราะขับรถด้วยความเร็ว 80 ก.ม. ต่อชั่วโมง
ในเขตจำกัดความเร็วที่ 40 ก.ม. ต่อชั่วโมง Mr. Salonoja ถูกปรับเป็นเงินจำนวน Euro Dollars
170,000 (คิดเป็นเงินไทยในอัตราแลกเปลี่ยน 40 บาท เท่ากับ 6.8 ล้านบาท ซึ่งสูงกว่าอัตราสูงสุด
ก่อนหน้านี้ในปี ค.ศ. 2002 ที่ Mr. Auzzi Vanjoki เจ้าหน้าที่บริหารของ Nokia ซึ่งขับบิ๊กไบค์
Harley Davidson ด้วยความเร็วเกินกำหนด ถูกปรับ Euro Dollars 116,000 (คิดเป็นเงินไทย
เท่ากับ 4.64 ล้านบาท)

เหตุผลของรัฐบาลประเทศฟินแลนด์ที่กำหนดโทษปรับในอัตราสูงเช่นนี้ ก็เพื่อให้ครอบครัว
ถึงความเสียหายของครอบครัวที่ถูกรถชน ที่อาจถึงแก่ชีวิต ตลอดจนผลร้ายแรงต่างๆ ที่จะตามมา
จากความประมาทที่ไร้ความรับผิดชอบในการขับขี่ยานพาหนะ ๕



กล้ามเนื้ออกเสบ เอ็นอกเสบ

เป็นอาการที่เกิดการเจ็บปวด ไม่มีอันตรายถึงชีวิต แต่ก่อให้เกิดความรำคาญและลดคุณภาพชีวิตได้อย่างมาก อาการเจ็บกล้ามเนื้อไปจนถึงเอ็นอกเสบ อาจเกิดจากการเล่นกีฬาโดยไม่อบอุ่นร่างกายก่อน เกิดจากอุบัติเหตุ เกิดจากการใช้งานที่เกินกำลังของร่างกาย ใช้ซ้ำทำให้เกิดบาดเจ็บได้

วิธีการป้องกันก่อนข้างยาก ต้องทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง ออกกำลังกายที่ถูกต้องรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ เพื่อเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรงตลอด

เมื่อเป็นแล้วจะอย่างไร ประคบเย็น ประคบร้อน สำหรับผู้เขียนเองวิธีนี้ไม่ค่อยจะได้ผลเท่าใด ทายาในบริเวณที่บาดเจ็บ นวดบริเวณที่เป็น ทำได้บ่อยๆ อย่าใช้กล้ามเนื้อ หรือเอ็นที่

บาดเจ็บ ซึ่งอาจทำได้ยาก โดยเฉพาะการบาดเจ็บที่มือ เท้า เพราะต้องใช้งานอยู่เป็นประจำ หากบาดเจ็บมาก พบแพทย์ ทำการเอ็กซเรย์ พบการบาดเจ็บมาก แพทย์อาจให้เข้าเฝือก อาจเป็นเฝือกอ่อน เพื่อไม่ให้ใช้กล้ามเนื้อและเอ็นในส่วนที่บาดเจ็บ อาจใช้ไม้ค้ำช่วย ผู้เขียนเองเคยหกล้มต้องเข้าเฝือก และใช้ไม้ค้ำช่วยพยุงไม่ให้ใช้กล้ามเนื้อ เอ็นส่วนที่บาดเจ็บ การใช้ไม้ค้ำนั้นต้องหัดใช้ดีๆ ไม่ให้เกิดการหกล้มซ้ำ แพทย์อาจให้ยาแก้อักเสบช่วย ยาแก้อักเสบไม่ใช่ยาปฏิชีวนะ เป็นการลดการอักเสบของการบาดเจ็บที่เกิดขึ้น การใช้ยานี้ บางตัวอาจจะมีผลต่อกระเพาะอาหารได้ ดังนั้นต้องทานทันทีหลังอาหาร เคยมีผู้คุ้นเคยถามว่าในตอนเช้ารับประทานอาหารเช้าบ่อย แต่ขนมปังครึ่งแผ่น

ทานยาหลังอาหารเลยได้หรือไม่ ขอให้ทานอาหาร
มากหน่อยแล้วกัน เพื่อป้องกันยากัดกระเพาะ
แต่ในกรณีที่ทานยาเป็นระยะเวลาสั้นๆ ก็อาจ
ไม่เกิดความเสี่ยง แต่ถ้าในกรณีที่เป็นเยาะ
ต้องทานยาต่อเนื่องนาน แพทย์อาจให้ยาแก้
โรคกระเพาะให้ทานก่อนอาหาร เพื่อป้องกันยา
กัดกระเพาะ ทำให้บางท่านไม่อยากทานยาแก้
อีกเสบเลย ซึ่งเป็นผลแก่ตัวผู้ป่วยเอง คือทำให้
หายช้า ทำให้คุณภาพชีวิตต่ำไปด้วย

บางกรณีแพทย์จะให้ทำกายภาพบำบัด
ซึ่งควรทำต่อเนื่องให้อาการดีขึ้น หายเร็วขึ้น
แต่ผู้ป่วยบางคนเกิดความเบื่อหน่าย รู้สึก
เสียเวลาที่ต้องมาทำกายภาพบำบัด และไม่ได้
เห็นผลทันตา นอกจากนั้น ผู้ป่วยที่ใช้ประกัน
สุขภาพ ซึ่งบริษัทประกันคงไม่ค่อยชอบให้
ทำกายภาพ เพราะมีราคาไม่ย่อมเยาว์ ใช้ระยะ
เวลาในการรักษานาน ต้องให้แพทย์เขียนใบ
ส่งไปทำกายภาพ ซึ่งมีขั้นตอน

ผู้ป่วยบางท่านต้องการให้หายโดยเร็ว
อาจมีเหตุผลบางประการ แพทย์อาจคิดยา
ตรงบริเวณที่บาดเจ็บ แต่ขอเรียนย้ำไว้ตรงนี้
ด้วยว่า การใช้ยาฉีดควรเป็นทางเลือกสุดท้าย
และไม่แนะนำให้ใช้ทางเลือกนี้

การบาดเจ็บเช่นที่ข้อศอก อาจเกิดจาก
การเล่นกีฬา ยกของหนักเกินกำลัง มีตัวช่วย
อีกตัวหนึ่งได้ คือ ใส่ตัวข้อปอร์ต ช่วยประคอง
ข้อศอก ซึ่งสามารถหาซื้อได้ทั่วไป ตามร้าน
ขายยา และร้านขายเครื่องมือแพทย์ทั่วไปได้
มีขนาดให้เลือกตามขนาดแขนของผู้ป่วย
การเจ็บที่เข่าอาจบรรเทาได้โดยใช้ข้อปอร์ตนี้
การหกล้มเท้าแพลงก็เช่นกัน สามารถช่วยโดย
ใช้ข้อปอร์ต นอกจากนั้นผู้ที่ต้องยกของหนัก

หรือปวดเอว อาจใช้เข็มขัดคาดเอวเป็นข้อปอร์ต
ป้องกันได้

การบาดเจ็บนี้จะใช้ระยะเวลานานหรือ
สั้นขึ้นกับการปฏิบัติของผู้ป่วยด้วยเป็นสำคัญ
เนื่องจากการบาดเจ็บบางที่ผู้ป่วยสามารถทนได้
รำคาญเล็กน้อย จึงให้ความสำคัญน้อย อาจ
ทำอะไรที่ทำให้การบาดเจ็บนั้นเป็นขั้นมาอีก ใน
กรณีนี้ทำให้หายช้าได้ แต่ถ้าผู้ป่วยระวังตัวดี
ปฏิบัติตัวดี จะทำให้หายเร็วได้

ขอพระอวยพระพรให้ทุกท่านมีสุขภาพ
ที่ดี แต่ต้องไม่ลืมว่าสุขภาพที่ดีนั้นหาซื้อไม่ได้
ต้องดูแลตัวเอง ระวังไม่ให้เกิดการบาดเจ็บเรื้อรัง
ต้องไม่ฝืนตัวเอง ❄

BUBPHA WEDDING

คุณบุผา พิมพ์เจริญ (คุณคุณ)
089-524-0602
ผู้บริหาร ร้าน บุปผา เว็ดดิง



เว็บไซต์ : www.bubpha-wedding.com
E-mail : bubpha-wedding@hotmail.com
~o-----o~
BUBPHA WEDDING STUDIO
สำนักงาน : ถนนจ๊กกะพอก ปากน้ำ สมุทรปราการ
02-701-6871, 02-701-6873, 085-090-9549 (คุณน้ำ)

BUBPHA WEDDING DRESS
สำนักงาน : ถนนเพชรบุรีตัดใหม่-ตัดแยกเอกมัยเหนือ กรุงเทพฯ
02-716-6551-2, 081-758-5119 (คุณนิว)

BUBPHA WEDDING
สำนักงาน : ถนนสุขุมวิท(สายเก่า) รสทิพย์(ตำหรุ) สมุทรปราการ
02-323-1055, 089-870-4334 (คุณตาล)



ความท้าทายของ ครอบครัวคาทอลิก ในงานธรรมทูต

ประเด็นเรื่องครอบครัว เป็นเรื่องหนึ่ง
ที่พระศาสนจักรกำลังให้ความสนใจอย่างมาก
หลังจากการประชุมสมัชชาพระสังฆราชเมื่อ
ปี 2015 มีเรื่องน่าสนใจและท้าทายมากมาย
มากมายจริงๆ ที่พระศาสนจักรกำลังเผชิญ
หัวข้อตอนประชุมของบรรดาพระสังฆราชคือ
“กระแสเรียกและพันธกิจของครอบครัวใน
พระศาสนจักรและในโลกปัจจุบัน” จนกระทั่ง
ออกเป็นพระสมณลิขิต Amoris Laetitia
(ความปิติยินดีแห่งความรัก) ซึ่งยังคงติดตาม
กันต่อไป โดยเฉพาะในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับ
สถานการณ์ในบ้านเราก่อน

พระศาสนจักรในประเทศกัมพูชา โดย
เฉพาะที่พนมเปญ ได้ตัดสินใจติดตามเรื่องนี้
เพื่อทำเป็นแผนงานอภิบาลและงานธรรมทูต
ตลอด 3 ปีข้างหน้า ซึ่งเมื่อ 3 ปีที่แล้ว
เราเพิ่งเสร็จ “ปีแห่งความรักเมตตา” (3 Years
of Charity) ซึ่งจบลงอย่างลงตัวพอดีกับที่
พระศาสนจักรสากลประกาศ ให้เป็นปีพระเมตตา
(Year of Mercy)

สถานการณ์ของครอบครัวคาทอลิกใน
ประเทศกัมพูชา โดยทั่วไป คือ มีการแต่งงาน
แบบต่างคนต่างถือมากที่สุดประมาณ 80-90
เปอร์เซ็นต์ของคู่แต่งงานในวัด สำหรับเขตวัด

ในเมือง จะมีประมาณ 30-40 เปอร์เซ็นต์พบว่าไม่ได้มีภูมิลำเนาเดิมในเขตวัด หมายความว่า เพิ่งย้ายเข้ามาอยู่ ไม่ว่าจะเป็นระยะสั้นๆ หรือระยะยาว ซึ่งส่วนใหญ่มาจากต่างจังหวัดแล้วมาทำงานในเมือง

การแต่งงานกับคนต่างชาติ ก็เป็นประเด็นที่น่าจับตามอง ซึ่งมีคู่แต่งงานที่ทั้งแต่งกับคู่แต่งงานที่มาจากประเทศเพื่อนบ้าน เช่น เวียดนาม หรือแต่งกับชาวต่างชาติ หรือชาติเดียวกัน แต่ย้ายไปอยู่ต่างประเทศ เช่น ฝรั่งเศส อเมริกา ออสเตรเลีย ฯลฯ ผมเคยมีคู่แต่งงานที่แต่งกับชาวต่างชาติหลายคู่ ที่มาขอแต่งงานในเขตวัด แต่บางครั้งก็มีปฏิเสธไปบางคู่ โดยเฉพาะคู่ที่มีเป้าหมายการแต่งงานไม่ชัดเจน เช่น การแต่งงานเพื่อหวังเอาเอกสารเพื่ออพยพไปอยู่ต่างประเทศ หรือไม่ได้มีการเตรียมตัวอย่างเพียงพอ เช่น บางคู่ยังไม่เคยไปพบพระสงฆ์เลยสักครั้ง ไม่ว่าจะเป็นที่ประเทศเดิมหรือในประเทศกัมพูชา แต่เมื่อเดินทางมาถึงก็จะขอแต่งงานเลย แล้วก็กลับไป

บางคู่มีความยากลำบากมาก แต่ก็ได้นะนำให้รับการอบรมก่อน อย่างน้อยจากพระสงฆ์ หรือจากทางวัดที่ตนสังกัดอยู่ เช่น มีอยู่คู่หนึ่ง ฝ่ายชายอยู่ฝรั่งเศส ฝ่ายหญิงอยู่กัมพูชา ก็ตกลงว่า ให้แยกกันอบรมจากผู้อภิบาลของแต่ละฝ่ายจนวันแต่ง ก็ให้มีจดหมายรับรองส่งตัวมาว่า ได้รับการอบรมแน่นอน ถึงจะจัดพิธีแต่งงานให้ นี่เป็นอีกกรณีที่เกิดขึ้น และต้องปรับตัวรับกับงานอภิบาลในรูปแบบใหม่ๆ

การอภิบาลครอบครัว ที่มาจากที่อื่นๆ ทั้งต่างจังหวัดและนอกประเทศก็มีบ้าง เช่น การมาขอแต่งงานจากคู่หนึ่ง ฝ่ายชายเป็นชาวติมอร์ตะวันออกเป็นคาทอลิก ฝ่ายหญิงเป็นเวียดนามในกัมพูชาและไม่ได้รับศีลล้างบาป ทั้งคู่ไปพบกันที่เกาหลีโดยใช้ภาษาเกาหลีสื่อสารกัน และฝ่ายชายมากัมพูชาเพื่อมาขอทำพิธีในโบสถ์ แต่เมื่อสอบถาม ก็ยังขาดความพร้อมอยู่หลายด้าน เช่น ฝ่ายชายยังไม่มีเอกสารเป็นคาทอลิก ญาติพี่น้องอยู่ประเทศติมอร์ หมายความว่า ถ้าแต่งงานก็จะมีแค่ญาติฝ่ายหญิงซึ่งไม่ใช่คาทอลิกมา





ร่วมงานเท่านั้น ที่สุดท้ายตัดสินใจว่า ให้ไปแต่งงานที่ติมอร์ หรือถ้าจะแต่งที่พนมเปญนี้ ก็ขอเอกสารยืนยันความเป็นคาทอลิก และได้รับการเตรียมตัวก่อน โดยเฉพาะจะต้องส่งผ่านไปยังพระสงฆ์เกาหลีให้ช่วยอบรม เพราะทั้งสองเข้าใจภาษาเกาหลี

การช่วยคู่แต่งงานที่เคยอยู่กินกันมาแล้ว แต่ยังไม่ได้ทำพิธีอย่างถูกต้อง ก็มีประมาณ 20 เปอร์เซนต์ จากคู่แต่งงานที่มาติดต่อที่วัดผม คู่แต่งงานเหล่านี้จะได้รับการเตรียมตัวประมาณ 4 ครั้ง เพื่อให้เข้าใจชีวิตการแต่งงานแบบคาทอลิก แม้จะมีลูกแล้วก็ตาม อย่างไรก็ตาม ถ้าเป็นลักษณะต่างคนต่างถือ ก็จะต้องทำเรื่องขออนุญาตจากพระสังฆราชด้วย (ม.1124-1125) ซึ่งกลุ่มนี้มีเหตุผลต่างๆ มากมายโดยเฉพาะเรื่องน่าเห็นใจเรื่องหนึ่งคือ พวกเขาแต่งงานอยู่กินด้วยกัน ในสมัยที่พระศาสนจักรยังไม่เปิดประเทศ ไม่มีพระสงฆ์หรืออยู่กินในช่วงที่ไม่มีโครงสร้างของพระศาสนจักร

ส่วนกลุ่มคนที่มีข้อขัดขวาง โดยเฉพาะการพ้นระจากการแต่งงานครั้งก่อน ก็เป็นอีกกลุ่มหนึ่งที่มีไม่น้อยในประเทศกัมพูชา ปีที่แล้วผมเพิ่งจะทำโมฆะของการแต่งงานครั้งแรก ซึ่งช่วยไปได้แค่กรณีเดียว ความท้าทายที่เผชิญคือ การขาดทรัพยากรทางด้านบุคลากร ที่จะมาทำงานด้านนี้ พระสงฆ์มีจำนวนจำกัด ซึ่งมีกิจกรรมด้านงานธรรมทูต ซึ่งดำเนินไปพร้อมกับงานด้านอภิบาลในเขตวัดที่เพิ่งตั้งขึ้นใหม่นับว่างานล้นมือจริงๆ

ดังนั้น พระศาสนจักรในประเทศกัมพูชา กำลังเตรียมการอย่างดีสำหรับเรื่องอภิบาลและงานธรรมทูตสำหรับครอบครัว โดยเฉพาะมิสซังพนมเปญตั้งเป้าในสามปีนี้เป็นพิเศษ... ถ้าพี่น้องเห็นครอบครัวกัมพูชาหรือต่างชาติในเขตวัดของพี่น้อง โดยเฉพาะที่เป็นคาทอลิก ก็อย่ารีรอที่จะหาทางติดต่อสัมพันธ์ และช่วยเขาให้เป็นส่วนหนึ่งของพระศาสนจักรของเรา เพื่อวัดเราจะได้ เป็นของพระศาสนจักรอย่างแท้จริง ❧

กลับใจเปลี่ยนนิสัย

บอกตามตรงว่าในสมัยเด็กๆ ผมไม่ชอบเทศกาลมหาพรตเลย โดยเฉพาะในช่วงสวดท่ายที่เป็นสัปดาห์ศักดิ์สิทธิ์ เราถูกสอนให้ทรมานตัวเองเพื่อเป็นการใช้โทษบาป อยากจะกินขนมก็ถูกสอนให้งด อยากกินข้าวอ่อมก็บอกให้กินครึ่งเดียว อยากดูโทรทัศน์ก็บอกว่าดูไม่ได้ ฯลฯ เทศกาลมหาพรตและสัปดาห์ศักดิ์สิทธิ์จึงเป็นเทศกาลที่ไม่อยากให้มาถึงและอยากให้ผ่านไปไวๆ แต่พอโตขึ้นก็เริ่มเข้าใจความหมายและคุณค่าของเทศกาลนี้ รอคอยและหวังใช้เทศกาลนี้ให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิตฝ่ายกายและฝ่ายจิตอย่างเต็มที่

มหาพรตหรือที่ภาษาอังกฤษใช้คำว่า Lent คำนี้ยังใช้เรียกการเข้าพรรษาสามเดือนของพี่น้องชาวพุทธ และใช้เรียกเทศกาลถือศีลอดของเพื่อนพี่น้องชาวมุสลิมในเดือนที่เก้าหรือเดือนรอมฎอนด้วย มหาพรตของคริสตชนนั้นมีระยะเวลา 6 สัปดาห์เศษ หรือ 46 วัน วิธีกำหนดวันเริ่มต้นของเทศกาลนี้เริ่มจากการกำหนดวันอาทิตย์อีสเตอร์ก่อน ซึ่งเป็นวันที่สำคัญที่สุดของชาวคริสต์ ตามสังคายนาที่เมืองนิเซีย (Nicaea) ในปี ค.ศ. 325 พระศาสนจักรกำหนดให้ใช้วันอาทิตย์แรกที่ตามหลังวันเพ็ญแรกนับจากวันที่ 21 มีนาคม (วันที่เข้าสู่ฤดูใบไม้ผลิในซีกโลกเหนือ) ซึ่งปี 2560 นี้จะตรงกับวันอาทิตย์ที่ 16 เมษายน แล้วค่อยนับย้อนขึ้นมา 6 วันอาทิตย์ และใช้วันพุก่อนหน้านั้นเป็นวัน

เริ่มเทศกาลซึ่งปีนี้ก็จะตรงกับวันที่ 1 มีนาคมที่ใช้เวลาหกสัปดาห์ก็เพื่อให้ใกล้เคียงกับช่วงเวลาที่พระเยซูคริสต์เจ้าปลีกตัวไปถือศีลอดอาหารสี่สิบวันในทะเลทรายก่อนเริ่มออกเทศนา

หากเทศกาลเตรียมคริสตมาสที่มีเพียงสี่สัปดาห์เป็นการเตรียมจิตใจเพื่อเฉลิมฉลองต้อนรับพระเยซูคริสต์เจ้าที่จะมาบังเกิดเป็นมนุษย์ เทศกาลมหาพรตก็เป็นเทศกาลเตรียมจิตใจเพื่อเฉลิมฉลองประกาศชัยชนะของมนุษยชาติที่มีต่อความตาย โดยผ่านทาง การฟื้นคืนพระชนมชีพของพระเยซูคริสต์เจ้า หลังถูกตรึงกางเขน

สาระสำคัญของเทศกาลมหาพรตจึงอยู่ที่ความเต็มใจที่จะควบคุมตนเอง (Self-control) และความหวังที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเราให้ดีขึ้นตามแบบอย่างของพระคริสต์ เราเริ่มเทศกาลมหาพรตด้วยวันพुरुषรับเข้าเพื่อย้าเตือนว่าชีวิตในโลกนี้เป็นเพียงเวลาชั่วคราว มาอยู่แล้วก็ต้องตายจาก ร่างกายย่อมต้องเน่าเปื่อยผุพังแต่วิญญาณจะไปรวมเกิดใหม่กับพระเจ้าในสวรรค์ ทั้งหมดจึงขึ้นอยู่กับว่าเราจะเลือกชีวิตชั่วคราวฝ่ายโลกหรือกลับใจเลือกชีวิตที่แท้จริงในพระเจ้า และวิธีที่จะช่วยให้เราได้ชีวิตใหม่ที่ดีขึ้นในโลกนี้ และชีวิตนิรันดร์ในสวรรค์ตามคำขั้วญขอเทศกาลมหาพรต คือ การทำพลีกรรมเพื่อควบคุมความต้องการฝ่ายโลก การให้ความรัก

แก่ผู้อื่น (ทาน) และการยกจิตใจเข้าหาพระเจ้า (ภาวนา)

การทำพิธีกรรม มีความหมายทั้งการลดละเลิกอบายมุขที่เคยชื่นชอบ และการอดทนทำในสิ่งดีๆ เช่น ผมเห็นหลายสังคมทลธรณงค์ให้มีการลด ละ เลิก นิสัยที่ทำร้ายตนเองและผู้อื่น เช่น ชวนให้เลิกบุหรื เลิกสุรา เลิกการพนัน เลิกกินมากเกินไป เลิกพฤติกรรมเนือยนิ่ง และเพิ่มการออกกำลังกาย ฯลฯ ถ้าถามพระเยซูคริสต์เจ้าว่าดีหรือไม่ เชื่อแน่ว่าพระองค์จะตอบว่า “ดีมากลูกรัก เพราะเราเป็นทุกข์ที่เห็นคนเป็นอันมากได้รับผลกระทบจากปัญหาเหล่านี้”

ตามตัวเลขที่มีการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี 2557 เรามีคนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปที่สูบบุหรืเป็นประจำประมาณ 10 ล้านคน มีคนที่ดื่มสุราเป็นประจำ 7.4 ล้านคน และมีคนที่มีพฤติกรรมเนือยนิ่งหรือกิจกรรมที่ขยับเขยื้อนทางกายไม่เพียงพอ 11 ล้านคน ปัจจัยเหล่านี้ทำให้เกิดโรคอ้วน โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง อัมพฤกษ์ อัมพาต โรคหัวใจ โรคปอด และโรคมะเร็งหลายชนิด เนื่องจากเราไม่มีตัวเลขการสำรวจเฉพาะคริสตชน จึงต้องตั้งสมมุติฐานไว้ก่อนว่าคริสตชนจำนวนไม่น้อยก็อาจมีพฤติกรรมเหล่านี้

หลายคนบอกว่าเลิกไม่ได้เพราะมันเป็นนิสัยแล้ว แต่จากหลักฐานทางวิชาการต่างๆ พบว่าคนเราไม่ว่าจะเป็นชายหรือหญิงอายุน้อยเพียงใด สามารถเปลี่ยนนิสัยที่ไม่พึงประสงค์ของตนได้ทั้งสิ้น ทั้งนี้โดยอาศัยความตั้งใจที่

จะควบคุมตนเอง อาศัยการปรับสิ่งแวดล้อมให้ปลอดจากสิ่งกระตุ้น และอาศัยกำลังใจจากคนรอบข้างจนถึงกำลังใจจากศาสนอันเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของมนุษย์ ในฉบับนี้ผมขอยกกรณีเรื่องการเลิกบุหรืและอยากชวนให้ผู้ที่สูบบุหรี่โดยเฉพาะเยาวชนได้ตัดสินใจเลิก โดยดูตัวอย่างจากผู้ที่อยู่ใกล้ตัวหรือคนที่เลิกได้สำเร็จ

ในหลวงรัชกาลที่ 9 ที่เรารักยิ่ง เป็นผู้ที่เรียกร้องให้คนไทยเลิกสูบบุหรื พระองค์ตระหนักในพิษภัยของมัน พระองค์ท่านเริ่มสูบบุหรืตั้งแต่ตอนพระชันษาประมาณ 19 จนกระทั่งปี 2537 ก็เกิดโรคเส้นเลือดหัวใจอุดตัน ต้องเข้ารับการรักษาค้ใช้เครื่องช่วยขยายถ่างหลอดเลือด พระองค์ตัดสินใจเลิกบุหรืเพราะตระหนักดีว่าการสูบบุหรืคือสูบสารพิษ สารเคมีในบุหรืทำให้เส้นเลือดตีบตันทำให้เกิดมะเร็ง พระองค์ท่านตั้งใจว่าหากบุหรืของสุดท้ายหมดเมื่อไหร่ก็จะเลิก แล้วพระองค์ก็ทำได้สำเร็จก่อนบุหรืหมดของ โดยหลีกเลี่ยงการเห็นซองบุหรื ทรงเอาแผ่นซีดีหนังสือทักซองไว้ไม่ให้เห็นล่อตาล่อใจ

สมัยเมื่อสี่สิบปีก่อนนั้นการสูบบุหรืยังไม่มีข้อห้ามใดๆ ไม่มีการจำกัดสถานที่สูบ มีอาจารย์แพทย์สองท่านที่ผมรู้จักดี ท่านสอนหนังสือไปสูบบุหรืไป บรรยายไปพนควันบุหรืไป ประชุมไปด้วยสูบบุหรืไปด้วย ตอนหลังทั้งสองท่านเลิกบุหรืแบบหักดิบคือหยุดสูบทันที เหตุผลตรงกันคือได้หลานคนแรกและภรรยาหรือลูกมาขอให้เลิก เกิดความตระหนักว่าหากยังสูบต่อไป

จะเป็นอันตรายต่อเด็กเล็กที่อยู่ในบ้านเดียวกัน
วงการวิชาการนั้นย้ำเสมอว่าควันบุหรี่ไม่ได้มีพิษ
ภัยต่อผู้สูบบุหรี่เท่านั้น แต่ทำให้ผู้อยู่รอบข้างได้รับ
อันตรายด้วย ที่เรียกว่า “บุหรี่มือสอง Second
hand smoker” การตัดสินใจเลิกจึงเป็น
การเสียสละเพื่อจะได้ไม่ทำร้ายคนที่เรารัก

ผมถามหลายท่านที่เลิกบุหรี่แบบหักดิบ
ว่าลำบากมากหรือไม่ ทุกคนตอบตรงกันว่า “ขึ้น
อยู่กับใจ มันมีเส้นแบ่งบางๆ ระหว่างเลิกได้กับ
เลิกไม่ได้ ไม่ได้มีกำแพงใหญ่โตหรือหุบเหวลึก
ขวางกัน” หากตัดสินใจว่าจะเลิกและกล้าทำตาม
ความตั้งใจ ส่วนใหญ่แล้วจะเลิกสำเร็จ มีเพียง
เจ็ดวันแรกเท่านั้นที่ยังมีความอยากสูบบุหรี่ เนื่องจาก
ฤทธิ์ของสารนิโคตินยังคงค้างในกระแสเลือด
ช่วงนี้อยากสูบบุหรี่เมื่อไรหงุดหงิดเมื่อไรก็หายาอม
หรือสมุนไพรมาอมไว้ พอผ่านเจ็ดวันไปแล้ว
อาการอยากสูบบุหรี่จะลดลงไปเรื่อยๆ จนเลิกได้
อัตราความสำเร็จของการเลิกด้วยตนเองเมื่อ
หกเดือนผ่านไปนั้นอยู่ที่ประมาณร้อยละ 10 ถึง 20
แต่หากมีคนช่วยเชียร์คอยติดตามให้กำลังใจ
ความสำเร็จจะเพิ่มขึ้นมาถึงร้อยละ 30 ถึง 40 เรา
ยังมีสายด่วน 1600 หรือมูลนิธิรณรงค์เพื่อการ
ไม่สูบบุหรี่ที่สามารถโทรไปรับคำแนะนำปรึกษา
เรื่องการเลิกบุหรี่ได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ

ในทางวิชาการแล้วการเลิกบุหรี่ได้สำเร็จ
มักจะมียอดประกอบ 4 ส่วนคือ ประการแรก มี
คนมาขอหรือเกิดการกระตุ้นให้เลิกคิดว่าไม่ควร
สูบบุหรี่ต่อไป เช่นคนในบ้านเดียวกันขอร้องให้เลิก
แพทย์แนะนำให้เลิก ประการที่สอง ผู้สูบบุหรี่ได้มี

โอกาสพบทวนประเมินว่าทำไมตนเองถึงสูบบุหรี่ มี
ข้อดีข้อเสียของการสูบบุหรี่ที่เกิดกับตนเองและ
คนรอบข้างอย่างไร ตนเองมีแบบแผนการสูบบุหรี่
อย่างไร ในช่วงเวลานี้ผู้สูบบุหรี่บางคนจะมีความคิด
อยากจะเลิก ประการที่สาม การกำหนดวันเลิก
ให้แน่นอน ต้องกำหนดวันแน่นอนว่าจะเลิก
เมื่อไรภายในระยะเวลาอันใกล้นี้ ควรประกาศให้
คนใกล้ชิดได้รับรู้ ถ้าไม่กำหนดวันเลิกแน่นอน
มักไม่สำเร็จ เมื่อตั้งใจแล้วก็ให้เอาสิ่งล่อตาล่อใจ
ที่จะทำให้คิดถึงการสูบบุหรี่ไปทิ้งให้หมดเช่น
บุหรี่ที่ยังเหลือ ที่เขียนบุหรี่ ฯลฯ ประการที่สี่
ได้รับการติดตามช่วยเหลือจากผู้อื่นเช่นมีคน
ใกล้ชิดคอยให้กำลังใจสนับสนุน

ในโอกาสเทศกาลมหาพรตปีนี้ อยาก
เชิญชวนให้คริสตชนแต่ละครอบครัวได้สำรวจ
ดูว่ามีสมาชิกในบ้านหรือที่ทำงานหรือญาติมิตร
ที่ยังสูบบุหรี่อยู่หรือไม่ ช่วยกันเอ่ยชวนให้เลิก
บุหรี่ พระสงฆ์ในแต่ละวัดก็อาจชวนในช่วงการ
เทศน์ ยิ่งเป็นเยาวชนยิ่งเลิกง่าย สำหรับคน
สูงอายุก็ไม่มีข้ออ้างว่าอายุมากแล้วไม่เป็นไร
การหยุดสูบบุหรี่จะลดความเสี่ยงต่อการเกิด
มะเร็งปอด มะเร็งทางเดินหายใจ โรคเส้นเลือดหัวใจ
ตีบตัน โรคอัมพฤกษ์อัมพาตจากเส้นเลือดใน
สมองตีบ สุดท้ายให้เราขอพระกำลังความช่วยเหลือ
จากพระเป็นเจ้าเพื่อให้เราสามารถเลิกนิสัยที่
เป็นการทำร้ายตัวเองและทำร้ายคนรอบข้างใน
ครอบครัวของเราให้สำเร็จ เชื่อแน่ว่าพระเจ้าจะ
รับฟังและช่วยเราหากเราตั้งใจและลงมือ

มหาพรตของแต่ละปีคือเวลาแห่งการ
เอาชนะใจตนเองและเปลี่ยนนิสัย ❧

เทววิทยาไซเบอร์/ดิจิทัล: การทบทวนความผูกพันระหว่างเรากับพระเป็นเจ้า และมนุษย์สัมพันธ์ในยุคดิจิทัล

คุณพ่อแอนโทนี่ เลอ ดีก, SVD*

ต่อจากฉบับที่แล้ว

การแสวงหาพระเจ้าในสภาพแวดล้อมดิจิทัล

การปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับหลักเทววิทยาแขนงใดก็ตาม ควรเริ่มต้นด้วยการวิเคราะห์การแสวงหาพระเจ้าอย่างลึกซึ้ง โดยประเพณีแล้ว คริสตชนตั้งให้พระเจ้าอยู่ภายในกรอบเวลาและพื้นที่ที่สะท้อนใน “บทภาวนาข้าแต่พระบิดา” ซึ่งทำให้ผู้มีความเชื่อนั้นได้ตระหนักว่าพระเจ้าทรงประทับอยู่ใน “สวรรค์” พระเจ้าทรงเป็นนิรันดร์และเป็นผู้มีอำนาจปกครองสูงสุดของอาณาจักรที่จะมาถึงในเวลาหนึ่ง ดังผู้ขานร้องเพลงสดุดีไว้ “พระวณะของพระองค์ทรงดำรงอยู่ชั่วนิรันดร์ มั่นคงในสวรรค์”²⁹ วิธีหนึ่งซึ่งบุคคลหนึ่งจะสามารถทำความเข้าใจสิ่งที่เป็นนิรันดร์ได้ อาจเป็นการจินตนาการว่าหนึ่งพันปีสำหรับพระเจ้านั้น เสมือนเพียงหนึ่งในสิบการนับความเป็นจริงของเรามนุษย์ “แต่เพื่อนรัก อย่าลืมนะสิ่งหนึ่งคือ กับพระเจ้าหนึ่งวันเป็นเหมือนหนึ่งพันปี และหนึ่งพันปีเป็นเหมือนหนึ่งวัน”³⁰ ดังนั้น โดยการจินตนาการว่าสวรรค์เป็นสถานที่พิเศษเฉพาะ และความเป็นนิรันดร์เหมือนหนึ่งวันคุณอนันต์ จึงจินตนาการได้ง่ายขึ้นว่าพระเจ้านั้นอยู่จริงและสถิตอยู่ที่ใด แม้ว่านักเทววิทยาหลายๆท่านยืนยันว่าสวรรค์ไม่ได้เป็นสถานที่ที่จับต้องได้ แต่ผู้มีความเชื่อยังคงไม่สิ้นหวังและคอยมองขึ้นไปไกลโพ้นเหนือ

ดวงดาวทั้งปวง เพื่อจินตนาการว่าเบื้องบนนั้นที่ใดที่หนึ่งพระเจ้าทรงกำลังทอดพระเนตรด้วยความรักลงมายังบรรดาบุตรของพระองค์ และทรงเห็นความสุขและความทุกข์ทั้งมวลของพวกเขา รวมทั้งความทุกข์และความอ่อนแอของพวกเขา สิ่งนี้จะช่วยให้เรามนุษย์มีความตระหนักถึงของทิศทางเป้าหมายและความเชื่อมั่นในพระองค์

Lavinia Byrne ได้บันทึกไว้ว่า “ไม่มีการเสนออะไรที่ทรงพลังแก่หัวใจมนุษย์มากเท่ากับคำมั่นสัญญาว่าเราจะมีชีวิตนิรันดร์แม้ในสวรรค์ ไม่มีสิ่งใดที่น่าทะนุถนอมปลอดภัยเท่ากับสำนึกว่าการมีเวลามากขึ้นก็หมายถึงยังมีเวลาในแบบเดียวกับที่มีอยู่แล้วมากขึ้น มีพระอาทิตย์ขึ้นและพระอาทิตย์ตกเพื่อเป็นตัววัดวันหนึ่งวันของเรา”³¹

อย่างไรก็ตาม วิทยาศาสตร์ในยุคปัจจุบันได้รุกรานการตีความความเข้าใจของมนุษย์เรื่องพระเจ้าและสวรรค์ โดยเฉพาะผู้ที่สนใจพิจารณาการพัฒนาทางวิทยาศาสตร์อย่างจริงจัง ทว่าวิทยาศาสตร์ได้ประกาศว่าพื้นที่อากาศว่างเปล่า แท้จริงแล้วเป็นอสงไขย จึงสรุปได้ว่าสวรรค์ไม่มีความเป็นไปได้ที่จะเป็นสถานที่ หรือพื้นที่เฉพาะที่โดดเด่นใดๆทั้งสิ้น³² ความเข้าใจนี้เองที่ก่อให้เกิดข้อขัดแย้งด้านจิตวิญญาณที่ว่า

พระเจ้าจะทรงประทับอยู่ในสวรรค์ได้อย่างไร หากตามหลักเหตุผลว่าสถานที่ดังกล่าวไม่มีอยู่จริง?³³

นักเทววิทยาพยายามจัดการกับความ เป็นจริงนี้โดยเสนอการมีอยู่ของโลกฝ่ายจิต วิญญาณที่อยู่เหนือพื้นที่ว่างเปล่าทั่วไปหรือ แม้กระทั่งแนวความคิดของ “พื้นที่ศักดิ์สิทธิ์” ภายในโลกนี้ก็ดี หรือภายในชุมชนคริสตชนก็ดี ซึ่งเป็นพื้นที่ที่พระเจ้าทรงประทับอยู่จริงและเหล่า คริสตชนสัมผัสถึงพระองค์ได้³⁴ กระนั้นก็ตาม สภาพแวดล้อมดิจิตอลได้นำเสนอโอกาสใหม่ๆ เพื่อทำให้ผู้คนแสวงหาพระเจ้าได้และสามารถ จินตนาการได้ว่าพระเจ้าอาจทรงประทับในโลก นี้ได้อย่างไร

Lavinia Byrne ตั้งข้อสังเกตว่า จักรวาลนี้ประกอบด้วยอะตอมที่วิเคราะห์ได้ ซึ่งอะตอมเหล่านี้เกาะกลุ่มกันกลายเป็นสิ่งต่างๆ ขึ้นมา และจักรวาลนี้ไม่ได้เป็นเพียงจักรวาล แบบเดียวซึ่งมนุษย์อาจยึดถือในความคิด เมื่อ ไฮเบอร์สเปซประกอบด้วยหลักการศาสตร์ตัวเลข ที่ไม่มีตัวตน มนุษย์จึงเห็นมิติใหม่ๆ ที่อยู่ขนาน กับโลกของอะตอม ในบทความของเธอ Byrne ตั้งคำถามไว้ว่า “ถ้าโลกดิจิตอลนี้สามารถเข้าถึง ได้ด้วยคอมพิวเตอร์ของเรา แล้วทำไมฝ่ายจิต วิญญาณทำไม่ได้? จู๊ๆ พระเจ้าถูกวางไว้ในสถานที่ นี้เพราะมีสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับพระองค์ ความคิดที่ว่าเทวดาอาจเดินร่าบนหัวเข็มหมุด ก็ถูกเอ่ยขึ้นมาอีก เพราะยังมีเรื่องราวเกี่ยวกับ “พื้นที่ว่างเปล่า” และ “เวลา” ที่ลึกซึ้งเกินกว่าที่ เรามนุษย์สามารถมองเห็นและสื่อสารได้ในยุค ปัจจุบันนี้”³⁵

ตามความเห็นของ Singh โลกดิจิตอล มอบอุปมาสำหรับการประทับอยู่ของพระเจ้า และ

“วิธีการจินตนาการสิ่งต่างๆ ในสำนึกใหม่เกี่ยวกับ เวลาและพื้นที่ซึ่งหลักการศาสตร์ตัวเลขให้ความ ครอบคลุมเรื่องสถานการณ์ปัจจุบันของเรา”³⁶ จึงเอาชนะ ความท้าทายต่างๆ ที่วิทยาศาสตร์นำเสนอได้ การ อุปมานี้จึงเสนอความรู้เชิงลึกใหม่ต่อคำถามที่ว่า “พระเจ้าข้า พระองค์ทรงประทับอยู่หนใด”

ในขณะที่สภาพแวดล้อมดิจิตอลอาจ ช่วยในการเอาชนะข้อจำกัดต่างๆ ที่เคยมีมา โดยหลักวิทยาศาสตร์ ก็ได้ได้หมายความว่า การ แสวงหาพระเจ้าจะง่ายขึ้น ที่ผ่านมามีผู้คนเข้าหาผู้ มีอำนาจเช่นพระสงฆ์และนักบวช เพื่อหาคำตอบ เรื่องพระเป็นเจ้าและคำถามฝ่ายจิตวิญญาณ ตลอดจนประเด็นอื่นๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับฝ่าย จิตวิญญาณ นี่เป็นเพราะความจริงที่ว่าผู้คนไม่ได้ มองพระสงฆ์เป็นเพียงบุคคลที่มีอำนาจในเรื่อง ฝ่ายจิตวิญญาณเท่านั้น แต่อาจเป็นเพราะพวกเขา เป็นผู้ที่มีความรอบรู้และการศึกษามากที่สุด ใน ชุมชนนั้นๆ ส่วนใหญ่ยังคงเป็นเช่นนั้นในหลายๆ พื้นที่ของภูมิภาคเอเชียโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในพื้นที่ชนบท อย่างไรก็ตาม ผู้คนโดยเฉพาะ อย่างยิ่งในประเทศที่พัฒนาแล้วกำลังหันไปพึ่ง อินเทอร์เน็ต โทรศัพท์ และสื่ออื่นๆ มากขึ้น เพื่อ ค้นหาคำตอบต่างๆ ที่ว่าพวกเขาต้องการ³⁷ ในยุค ดิจิตอลนี้ บทบาทของสถาบันต่างๆ และปัจเจกชน ที่ทำงานในฐานะหน่วยงานที่มีอำนาจหน้านั้น กำลังโดดเด่นน้อยลงเรื่อยๆ³⁸ ในขณะเดียวกัน มีข้อมูลสารสนเทศจำนวนมากเหลือเกินบน อินเทอร์เน็ตที่สามารถทำให้เราถูกรอบงำด้วย สิ่งที่ปรากฏขึ้น การค้นหาใน Google โดยใช้ คำว่า “God” ได้ผลลัพธ์มากกว่า 1.5 พันล้าน รายการ ส่วนค้นหาด้วยคำว่า “พระเจ้า” (โดย ใช้อักษรไทย)

อ่านต่อฉบับหน้า



Ordinance

ordinary

ordinary forum

ordinary mandate

ordinary synods

Ordinary (ดู canon 134)

= ข้อบังคับ

= เป็นประจำ ปกติ ธรรมดาทั่วไป

= ศาลปกติ

= คำสั่งปกติ

= สมัชชาปกติ

= ผู้ใหญ่ (ที่มีอำนาจปกครอง) ของพระศาสนจักร
ซึ่งได้แก่

1) พระสันตะปาปา

2) สมณประมุข หรือพระสังฆราชผู้ปกครองสังฆมณฑล

3) ผู้ใหญ่อื่น ๆ (ที่สังฆมณฑลแต่งตั้งให้มีอำนาจ
ปกครอง)

Ordinary of the Mass

Oriental

The Oriental Churches

Oriental Code

= บทประจ้ามิสซา

= ที่อยู่ทางทิศบูรพา

= พระศาสนจักรบูรพา

= ประมวลกฎหมายพระศาสนจักร (คาทอลิก)
ตะวันออก

original sin

ornaments

orthodox

orthodoxy

orthopraxy

Orthodox Church

Eastern Orthodox Churches

Eastern Orthodoxy

Oriental Orthodox Churches

= บาปกำเนิด

= เครื่องตกแต่งในศาสนพิธี (เช่น ผ้าคลุมแท่น ฯลฯ)

= ที่มีความเชื่อถูกต้อง

= สัมมาทฤษฎี

= สัมมาปฏิบัติ การปฏิบัติความเชื่อที่ถูกต้อง

= พระศาสนจักรออร์ทอดอกซ์

= พระศาสนจักรนิกายออร์ทอดอกซ์ตะวันออก

= พระศาสนจักรออร์ทอดอกซ์ตะวันออก

= พระศาสนจักรนิกายออร์ทอดอกซ์บูรพา

คุณค่า

ชายหนุ่มคนหนึ่งรู้สึกที่ตนเองต่ำต้อยและแทบไม่มีค่าอะไร เขาได้รับเสียงวิจารณ์และคำตำหนิในทุกสิ่งที่เขากระทำ ไม่ว่าเขาจะทำกิจการต่างๆ ด้วยความตั้งใจดีเพียงใด ก็ยังคงมีจุดอ่อนให้ถูกตำหนิจากคนรอบข้างอยู่เสมอ

วันหนึ่งเขาทราบว่ามีอาจารย์ผู้ศักดิ์สิทธิ์มาที่หมู่บ้านของเขา เขารีบเดินทางไปยังที่พักของอาจารย์ เพื่อขอคำแนะนำจากท่านว่าจะทำอะไรถึงจะทำให้ชีวิตของเขามีคุณค่า อาจารย์นั่งฟังเขาด้วยความตั้งใจ และมองดูเขาด้วยสายตาแห่งความเมตตาพาลงกล่าวกับเขาว่า “ก่อนที่จะอาจารย์จะช่วยเจ้า อาจารย์อยากถามให้เจ้าทำอะไรบางอย่างให้อาจารย์” พลังถอดแหวนวงหนึ่งออกจากรั้วนางข้างขวาของอาจารย์มอบให้กับชายหนุ่ม และสั่งให้ชายหนุ่มนำแหวนวงนี้ไปขายให้ได้ราคาหนึ่งเหรียญทองคำ แล้วกลับมาหาอาจารย์ อาจารย์จะบอกถึงเคล็ดลับของชีวิตที่มีคุณค่าให้เขา

ชายหนุ่มรับแหวนจากอาจารย์แล้วรีบเดินทางไปในเมืองทันที เมื่อพบชาวเมืองเขาเสนอขายแหวนของอาจารย์ทันที ชาวเมืองส่วนใหญ่ที่เห็นแหวนต่างก็บอกว่าแหวนวงนี้ไม่มีค่าอะไร น่าจะเป็นของปลอม บางคนบอกว่าในสายตาของเขาราคามันต่ำมาก แค่ 100 เบี่ยนน่าจะเป็นราคาที่เหมาะสม บางคนบอกว่าราคาแค่หนึ่งเหรียญทองแดงก็มากเกินไปแล้ว มีเพียงชายชราท่าทางใจดีคนหนึ่งเสนอราคาแหวนให้เขาถึงหนึ่งเหรียญเงิน เขาพยายามขายแหวนของอาจารย์จนถึงเวลาเย็น แต่ก็ไม่ได้ตามราคาที่อาจารย์ต้องการ เขาจึงเดินทางกลับไปหาอาจารย์ด้วยความผิดหวัง เขาขอโทษอาจารย์ที่เขาทำงานที่อาจารย์มอบหมายให้ไม่สำเร็จ หรือว่าคุณค่าของแหวนวงนั้นมันมีราคาไม่ถึงหนึ่งเหรียญทองคำ อาจารย์ยิ้มและกล่าวกับเขาว่า “จะมีใครที่รู้คุณค่าที่แท้จริงของแหวนวงนี้ดีเท่ากับช่างเพชร เจ้าจงไปหาช่างเพชรของหมู่บ้านนี้ และให้เขาลองประเมินราคาแหวนวงนี้ดู แล้วกลับมาบอกอาจารย์”

ชายหนุ่มรีบไปหาช่างเพชรประจำหมู่บ้าน ช่างเพชรเมื่อเห็นแหวนวงนั้น สายตาของเขาเป็นประกายด้วยความชื่นชม “แม้ตัวแหวนจะทำจากวัสดุที่ไม่มีค่าอะไร แต่เพชรเม็ดที่อยู่บนแหวนมีค่าอย่างน้อยถึง 60 เหรียญทองคำ แหวนวงนี้มีค่ามากๆ พ่อหนุ่ม”

เมื่อเขานำแหวนกลับมาคืนอาจารย์และเล่าเรื่องที่ช่างเพชรประจำหมู่บ้านบอกกับเขาให้อาจารย์ฟัง อาจารย์ยิ้มให้เขาและกล่าวกับเขาว่า “ชีวิตของพ่อหนุ่มเปรียบเหมือนแหวนเพชรวงนี้ ดูภายนอกอาจจะดูไร้ค่า แต่จริงๆ แล้วมันมีคุณค่าสูงยิ่ง มีเพียงผู้เชี่ยวชาญจึงสามารถตัดสินและมองเห็นถึงคุณค่าของมัน แล้วทำไมพ่อหนุ่มจึงต้องพยายามให้ทุกคนมองเห็นถึงคุณค่าที่แท้จริงของพ่อหนุ่มเล่า” ๕

ชวนคิดสะกิดใจ

ถ้าทำอะไรแล้ว จงทำให้ดีที่สุด และจงมั่นใจในสิ่งที่คุณทำ ความบกพร่องเล็กๆ น้อยๆ และคำวิจารณ์ที่เกิดขึ้น มันไม่ได้ลดคุณค่าของคุณ ถ้าคุณไม่ลดคุณค่าของตนเอง คุณเป็นคนมีคุณค่ามากเพียงไร เพราะพระเจ้าผู้ยิ่งใหญ่ ทรงเสด็จมาบังเกิดอย่างยากจน รับทุกขทรมาน สิ้นพระชนม์บนไม้กางเขนเพื่อไถ่บาปของคุณ

เราจมองเห็นคุณค่าของตนเอง มองเห็นคุณค่าของกันและกัน ด้วยความคิด วาจา และกิจการ เหมือนดังที่พระเจ้าทรงเห็นคุณค่าของพวกเราทุกคน



นักบุญเบนยามิน (สังฆานุกรและมรณสักขี)

**St. Benjamin
(+ 424)**

ฉลอง 31 มีนาคม

“สังฆานุกรเบนยามิน ถูกจับกุมเพราะความเชื่อ ท่านถูกทรมานอย่างเหี้ยมโหด แต่กลับร้องสรรเสริญองค์พระเป็นเจ้าจนสิ้นลมหายใจ...”

ราว ค.ศ. 422 กษัตริย์แห่งประเทศเปอร์เซีย ได้สั่งให้จับกุมสังฆานุกรเบนยามินในข้อหาปลุกกระดม สร้างความวุ่นวาย และเป็นคริสตชน หลังจากถูกจำคุกเป็นเวลา 2 ปี เขาก็ปล่อยตัวท่าน ซึ่งทันทีที่ท่านเป็นอิสระก็ได้ออกเทศนาและโปรดศีลล้างบาปให้กับผู้ที่มีความเชื่อในองค์พระผู้เป็นเจ้าอีก

เมื่อข่าวการเทศน์สอนของท่านเบนยามินได้ยินไปถึงกษัตริย์แห่งเปอร์เซีย พระองค์จึงทรงกริ้วมาก มีรับสั่งให้จับท่านเบนยามินอีกครั้งและบังคับให้ละทิ้งความเชื่อ โดยให้หันมานับสการดวงอาทิตย์และไฟ แต่เบนยามินปฏิเสธ

อย่างเด็ดขาด กษัตริย์อธรรมองค์นั้นจึงสั่งให้นำตัวไปขังคุก และให้ทรมานจนกว่าจะตาย ท่านถูกมัดมือมัดเท้า ถูกไม้ไฟแหลมๆ 20 อันตอกเข้าไปที่เล็บมือและเล็บเท้าทุกนิ้ว เลือดของท่านไหลพุ่งออกมาทันที

ท่านเบนยามินได้รับความเจ็บปวดอย่างมาก แค่นี้ยังไม่พอ ทรงสั่งให้เหลาไม้อีกเพื่อใช้ทิ่มแทงทั่วไปตามส่วนต่างๆ ของร่างกายที่ไวต่อความรู้สึก ท่านถูกทรมานทุกวัน ไม่ได้กินอาหารเลย แต่ตลอดเวลาสังฆานุกรเบนยามินไม่ได้แสดงความหวาดวิตกให้ปรากฏออกมาภายนอกเลย ตรงข้ามท่านร้องสรรเสริญโมทนาคุณองค์พระผู้เป็นเจ้า จนถึงเวลามอบถวายคืนลมหายใจสุดท้ายแด่พระองค์ ท่านได้รับช่อมะกอกแห่งอาณาจักรสวรรค์ เป็นรางวัลของผู้ที่มีความเชื่อในองค์พระผู้เป็นเจ้า ท่านสิ้นใจราวปี ค.ศ.424 ❧



จงอย่ากังวลใจ... จงอย่าได้กลัวเลย

“ท่านทั้งหลายอย่ากังวลถึงวันพรุ่งนี้ เพราะวันพรุ่งนี้จะกังวลสำหรับตนเอง แต่ละวันมีทุกข์พอกอยู่แล้ว” (มัทธิว 6:34)

บางครั้งข้าพเจ้าก็อดสงสัยในแผนการของพระเจ้าไม่ได้เลย ในวันที่ข้าพเจ้ามีความหวังที่จะช่วยพระศาสนจักร ส่งลูกชายคนเล็กไปเป็นเณรด้วยความหวังจะได้นักบวชสักคน ในความหวังข้าพเจ้าก็ไม่ได้หักทักทายน้ำใจลูกชายนัก ยังคงให้เวลาในการไตร่ตรอง พิจารณากระแสเรียกของตนเอง ด้วย ว่าปรารถนาเช่นนั้นจริงๆ หรือไม่ สามปีแห่งความอดทนต่อการพิจารณากระแสเรียกของลูกชาย สุดท้ายคำตอบนั้นก็มาถึง “นี่ไม่ใช่ทางของลูก” แม้ข้าพเจ้าจะทำใจมาบ้างแล้ว และไม่ได้หวังจนเต็ม 100 ถึงกระนั้นข้าพเจ้าก็ยังอดสงสัยในแผนการของพระเจ้าไม่ได้เลย ข้าพเจ้ากังวลเรื่องชีวิตการทำงาน การเงิน การเรียนต่อ และยังคงวิถีชีวิตของลูกๆ แต่ละคนอีก จนข้าพเจ้ารู้สึกได้ว่า ข้าพเจ้าช่างมีความเชื่อ และความไว้วางใจน้อยเสียจริง

ข้าพเจ้ากลัวอนาคตที่ยังมาไม่ถึง หวาดหวั่นกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นในภายหน้า ความกลัว ความกังวล มาจากความคาดหวังที่อยากให้เป็นอย่างที่ใจคิด และหากไม่เป็นไปอย่างใจคิดข้าพเจ้าจะทำอย่างไร สามสี่วันแห่งความวุ่นวายใจ ทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกป่วยกายป่วยใจอย่างยิ่ง พระองค์ทรงรับรู้ถึงความวุ่นวายใจของข้าพเจ้า รวมไปถึงความอ่อนแอในจิตวิญญาณของข้าพเจ้าด้วย ทันทีที่ข้าพเจ้า

เปิดพระวาจาเพื่อนำมาไตร่ตรองในแต่ละสัปดาห์ พระองค์ทรงมอบพระวาจาให้ข้าพเจ้าเพื่อตักเตือนข้าพเจ้า ให้คลายความกังวล และเพิ่มความไว้วางใจมากขึ้น

พระองค์จะไม่ทรงทอดทิ้งข้าพเจ้าจะไม่ทรงปล่อยให้ข้าพเจ้าเผชิญความรู้สึกผิดหวังเพียงลำพัง พระวาจาเพียงประโยคเดียวพระองค์ทรงทราบข้าพเจ้าก็ยังคงหวั่นวิตกอยู่ พระองค์ทรงส่งครูอีกท่านหนึ่งมาเตือนให้ข้าพเจ้าช่วยไตร่ตรองพระวาจาที่เราได้รับมอบหมายให้อบรมนักเรียนหน้าเสาธงในอีกไม่กี่สัปดาห์นี้ให้เขาที่ เนื่องจากเขาเป็นครูต่างศาสนา พระวาจาบทนั้น พระเจ้าทรงเลือกสรรมาเพื่อข้าพเจ้าโดยแท้

“อย่ากระวนกระวายใจถึงสิ่งใดเลย จงทูลพระเจ้าให้ทรงทราบถึงความปรารถนาทุกอย่างของท่าน โดยคำอธิษฐาน การวอนขอ พร้อมด้วยการขอบพระคุณ” (ฟป 4:6)

พระวาจาเตือนใจประดังเข้ามาในชีวิตข้าพเจ้า ในวันที่ข้าพเจ้ารู้สึกวิตกกังวลกับเรื่องราวมากมายที่เหมือนจะรวมใจกันวิ่งเข้าหาข้าพเจ้าทวนพระวาจาทั้ง 3 ประโยคอย่างตั้งใจ เพื่อให้พระวาจานั้นแทรกซึมลงไปในหัวใจที่อ่อนแอของข้าพเจ้า และเพื่อให้พลังของพระวาจานั้นจุดจิตวิญญาณข้าพเจ้าให้มีความไว้วางใจมากยิ่งขึ้น มีความหนักแน่นในการดำเนินชีวิตมากยิ่งขึ้น ❧

คน.....ในใจ

แน่นอนพ่อแม่คงเป็นครูคนแรกของเรา อย่างไม่ต้องโต้เถียง รองลงมาก็คงเป็นญาติ พี่น้องที่พวกเราอยู่ใกล้ชิด เรื่องราวหลายอย่าง ถูกปลูกมาในชีวิตอย่างค่อยเป็นค่อยไป จนบางครั้งเราเองก็ 모르ตัว จากนั้นมีใครบ้างที่อยู่ ในใจของเรา

เวลาที่อายุมากขึ้น มองย้อนหลังแล้ว ก็อดแปลกใจไม่ได้ว่า มีเรื่องราวบางอย่างมัน ยังคงฝังลึกในสายเลือด คิดทีไรก็ยังเป็นคนๆ นั้นอยู่ดี

เกลียดเป็นที่หนึ่งตั้งแต่ประถมต้นก็คือ ครูที่สอนวิชาคัดไทย ครูตัวเล็กๆ คอยจ้ำจี้จ้ำไช โดนตีซะเจ็บนิ้วร้องไห้ก็หลายครั้งจนเพื่อนๆ และนั่นเองเกลียดและตั้งสมญานามครูว่าแม่มด เวลาพักก็ชอบเรียกพวกเราเก็บเศษกระดาษ ได้ยินเสียงเท่านั้นพวกเราก็ก้นวิ่งหนี แต่เชื่อเถอะทุกครั้งที่เราพูดถึงครู **ฉันกลับคิดถึงครูมาลี เซอลิน คนนี้เป็นคนแรกที่เราไปลายมือดูได้ ก็เพราะครูนี้แหละ**

ตอน ป.4 ฉันว่าฉันเริ่มแยกความสวยงาม และเลือกมากเลือกเป็น ครูประจำชั้น ของห้องอื่นทำไมสวยกว่าห้องของเรา ทำไม ครูห้องเราดำก็ดำ ผมก็ฟู ผู้หญิงอะไรก็ไม่รู้ ดูยังกับผู้ชาย ถ้าเป็นสมัยนี้ฉันว่าเธอต้องยก น้ำหนักหรือเป็นนักมวยได้เลยแน่นอน พวกเรา หลายคนไม่ชอบครูท่านนี้ ไม่เชื่อฟังเลย จนจะ

จบปีการศึกษา ผู้ชายต้องแยกไปเรียนโรงเรียน อื่นเพราะสมัยนั้นโรงเรียนที่ฉันเรียนผู้ชาย เรียนได้แค่ ป.4 ครูท่านนี้เองสอนพวกเราร้องเพลง ก็ไม่ได้ตั้งใจอะไรหรอก ร้องๆ ไปอย่างนั้นแหละ จนวันสุดท้ายของการเรียน ครูของพวกเรา บอกว่า ให้เราโดยเฉพาะพวกผู้ชายถือโอกาส ขอบคุณครูเพราะพวกเราต้องย้ายไปเรียน ที่อื่นแล้ว แล้วท่านก็เชิญครูหลายๆ ท่านที่ เคยสอนพวกเรามาที่ลานสนามบาสฯ เชื้อเถอะ วันนั้นเราร้องเพลงให้ครูอย่างตั้งใจ ฉันเห็น เพื่อนหลายคนร้องให้แล้วฉันคนหนึ่งก็ร้องเพลง หึ่งน้ำตา พวกเราขอบคุณครูซึ่งปรบมือให้เราหลัง ร้องเพลงจบ ฉันจำได้ว่าฉันเข้าไปกอด**ครูบุญชู** ที่ฉันไม่ชอบนั้นแหละ แต่ทำไมวันนั้นรักครูจัง แถมทุกครั้งที่จะร้องเพลงเกี่ยวกับครู เพลงที่ ครูสอนยังก้องในใจฉันตลอดมา **“คุณครูผู้ปราณี เมตตาปราณีมีอยู่ในคุณครู หวังความก้าวหน้า ที่จะพาศิษย์ไปสู่ความวิไลในน้ำใจคุณครูศิษย์ นี้จะจำๆ มิได้ลืมคำ มิได้ลืมครู พุ่มพวงมาลัย ดอกไม้ ฐูปเทียน ยกขึ้นเหนือเศียรขอบพระคุณ คุณครู ขอให้คุณครูจงสุขสวัสดิ์ โรคภัยอย่าได้มี เบียดเบียนครู”**

ชอบนิทานกันรีเปล่า เรื่องเล่าสนุกๆ ละ หรือว่าเรื่องพระธรรมคำสอนสั่ง ฯลฯ คงไม่ ปฏิเสธนะเพราะทุกครั้งที่อยู่ในวงสนทนา เรื่อง เล่าดีๆ ทำให้เราได้คิด เรื่องเล่าสนุกสนาน

ทำให้เราได้หัวเราะ เมื่อถามหัวใจฉันว่าใครคือ
นักพูดมืออาชีพ ฉันคิดถึงพี่ตุ้ยทันที เพราะสมัย
เด็กๆ พ่อแม่ฉันเช่าห้องแถวอยู่ มีเพื่อนมากหน้า
หลายตาพลัดเปลี่ยนเวียนมาจากที่ต่างๆ มา
อาศัยห้องแถว พวกเราเด็กๆ ตีใจพี่ตุ้ยคนโก้
เสมอ เพราะเวลาที่ว่างจากช่วยขายของที่ตลาด
กับญาติตอนเย็นๆ พี่ตุ้ยมักจะอารมณ์ดีร้องเพลง
เดินกลับบ้าน แล้วเรียกพวกเด็กๆ ไปหา
มีขนมติดไม้ติดมือมาแจกพวกเราและกำชับให้
พวกเราแบ่งกันกิน โตขึ้นให้รักกันช่วยกัน
พร้อมกับนิทานมากมายที่ปลั่งพรูออกมา
บางวันก็พาพวกเราร้องเพลง บางวันก็บอกให้
พวกเราพนมมือพร้อมกับบอกว่าจะเทศน์ให้ฟัง
เราตีใจซาตกรื่องพระเจ้า 100 ซาติที่พี่ตุ้ย
เล่าได้อย่างไม่น่าเบื่อ เล่าจบแล้วยังให้พวกเรา
กล่าวสาธุกันสั้น แต่ที่สนุกก็เป็นเวลากลางคืน
ที่พี่ตุ้ยชอบเล่าเรื่องผี เล่นเอาขากลับบ้าน
ขวัญผวากันไปตามๆกัน พี่ตุ้ยไม่มีความห่อเลย
ตัวเตี้ยม่อต้อ เดินยังกับเบ็ด ภาษาไทยโคราช
ชัดแจ้ว บางวันเห็นเมาให้เราล้อเล่น บางวัน
เห็นภาพสนุกๆ ที่พี่ตุ้ยวิ่งหนีตำรวจตอนง่วงไฟ
แตก ฯลฯ พี่ตุ้ยคือฮีโร่ของเราหลายๆ คนก็
แล้วกัน

เมื่อก้าวเข้าสู่ห้วงเยาวชน ฉันเห็นดารา
มากมายในโลกมาหาที่แสงสีสวย ฉันเห็นครู
หลายท่านที่ก้าวเดินไปสู่ทางที่ตนคิดและทำตาม
อุดมการณ์ ฉันเห็นเยาวชนคนหนุ่มสาวกล้า
เข้าป่าเขาเพื่อสร้างชีวิตตามอุดมการณ์ ฉันเห็น
คนมากมายที่กล้าขวางโลกทำสิ่งดีๆ ที่คนอื่น

ไม่กล้าทำ ฯลฯ ตามจริงแล้วสังคมก็พัฒนาให้ฉัน
คิดอยากเป็นนั่นเป็นนี่ตามกระแส

มองย้อนไปนานมาก ฉันอดหัวเราะ
ตัวเองไม่ได้เวลาที่คิดถึงตัวเองใส่กางเกง
ขามอสกว้างใหญ่ มันน่าจะกวาดบ้านได้เลย
คิดถึงความยากลำบากที่ต้องพยายามอย่างมาก
ที่จะถอดกางเกงขาคู่ที่คับแคบมากกว่า
จะออกจากข้อเท้าได้ คิดถึงเสื้อตัวลายดอกไม้
สดใสที่ให้ใส่วันนี้ก็คงไม่กล้าแล้ว คิดถึงทรงผม
ทำเดิน ลีลาการพูด กับอีกมากมายที่เคยสร้าง
วีรกรรมไว้

แล้ววันนี้ฉันมองเยาวชนลูกหลานที่
หมุนเวียนมาใส่กระโปรงสั้นๆ กางเกงรัดรูป
แน่นเบียด ทรงผมพิลึกๆ พร้อมด้วยสีสน
สะดุดหัวใจ ทำเดินที่คุ้นเคยกับวิถีชีวิตที่เป็น
วงจรถลับมาให้เห็นอีก หลายคนอาจจะปวดหัว
พร้อมกับส่ายหน้า ส่วนฉันกลับนิ่งเป็นและ
ก็ยิ้ม เพราะครั้งหนึ่งฉันเคยตำหนิพ่อแม่
ว่าไดโนเสาร์เต่าล้านปีไม่ทันโลก ก็วันนี้ฉัน
โดนลูกหลานมองว่า “ไดโนเสาร์เต่าทำร้าย
ล้านปี ไม่ทันสมัยเอชอะจริงๆ” เป็นยังไงล่ะ

ฉันก็ได้แต่บอกพวกเขาว่า เวลาจะ
หมุนเวียนเปลี่ยนไป แต่สุดท้ายในใจเราจะ
มีใครสักคนหนึ่งอยู่เสมอ แต่ที่แน่ๆ ฉันขอ...
ขอให้คนที่อยู่ในใจเป็นใครก็ได้ที่เป็นแบบอย่าง
ที่ดี เพราะฉันหวังว่าความดีนั้นเองจะเป็น
เชื้อไฟให้เราแต่ละคนก้าวหน้ามอบความดี
ให้กับสังคมต่อไป ว่าแต่เรามี “คน...ในใจ” กับ
เขาบ้างหรือเปล่า **ธี**

แรงบันดาลใจ

เพื่อนของดิฉันมักจะมีข้อคิด มุมมอง มาเล่าให้พวกเราฟัง เมื่อได้รับฟังเรื่องดีๆ ก็เกิดแรงบันดาลใจให้อยากทำสิ่งดีๆ ให้กับ คนรอบข้าง อยากส่งความรู้สึกดีๆ กำลังใจ เพื่อช่วยคนที่ท้อแท้ได้ลุกขึ้นยืน และก้าวเดินต่อไปตราบเท่าที่ยังมีลมหายใจ

มีอยู่เรื่องหนึ่งซึ่งเกี่ยวกับ “การให้” มีชายหนุ่มที่มีความพร้อมในทุกด้าน ทั้ง รูปสมบัติ ทรัพย์สินสมบัติ เขามีมากมาย ตัวเขาก็ภูมิใจเมื่อทุกคนที่พบเห็นต่างชื่นชมและ ชมเชย ชายหนุ่มคนนี้เขาได้ฟังจนเคยชิน เขาโชคดีในทุกด้าน ทั้งความรักจากครอบครัว เขาอยากได้สิ่งใดก็ไม่เคยพลาด จนทำให้เขาไม่เคยคิดถึงคนอื่น เพราะเขาไม่สนใจใคร ทั้งนั้น

วันหนึ่งเขาได้รับรถสปอร์ต สีแดง รุ่นใหม่คันหนึ่งเป็นของขวัญเนื่องในโอกาส วันเกิดจากพี่ชายของเขา เขาดีใจ และรีบ ขับรถออกไปทดสอบความเร็วแถวๆ นอกเมือง เขาขับด้วยความมั่นใจและคิดว่าทุกคนที่เห็น เขาขับผ่านไปจะต้องมองรถของเขาจนต้อง เหลียวหลัง

วิวข้างทางสวยงามด้วยต้นไม้ที่ร่มรื่น เขาจอดรถนั่งพัก เขารู้สึกอึดอัดใจ มันเป็น ความสุขอีกครั้งหนึ่งในรอบปี เขาโชคดีกว่า คนอื่นๆ และในขณะนั้นเองสายตาของเขา

ก็เลื้อยไปเห็นเด็กเล็กๆ แต่งตัวมอมแมม ยืนจ้องมองรถของเขาด้วยความสนใจ แน่ละ เด็กน้อยคนนี้จะอยากได้ แต่คงจะไม่ใช่วันนี้ หรือหุ่ย ชายหนุ่มจึงเดินไปถามเด็กคนนั้นว่า “หนูชอบรถคันใหม่ หนูอยากได้ใช่ไหม อยาก ลองขึ้นไปนั่งดูไหมละ” เด็กน้อยยิ้มและ พยักหน้า เขาจึงจูงมือเด็กขึ้นไปนั่งข้างๆ...

เด็กน้อยมองหน้าเขา และตอบว่า “ผมไม่อยากได้หรอกครับ แต่ผมมีน้อง เล็กๆ เขาเคยเห็นรถแบบนี้ในหนังสือ และ ผมสัญญากับน้องว่า ถ้าผมโตขึ้นและมีเงิน ผมจะซื้อให้น้อง ผมจะทำทุกอย่างให้น้องมีความสุข”

ชายหนุ่มพาเด็กน้อยนั่งรถแล้วขับไป ส่งที่หน้าบ้าน และเด็กคนนั้นรีบวิ่งลงไป อุ้มน้องของเขาซึ่งพิการไม่มีขาทั้ง 2 ข้างออกมาจากบ้าน เขาขอให้น้องได้นั่งในรถของ ชายหนุ่มๆ เขามองด้วยความสงสารเด็กน้อย ทั้ง 2 คน เขาไม่เคยเห็นสภาพที่น่ารันทด เช่นนี้มาก่อน เพราะตัวเขาอยู่ในสังคมชั้นสูง ทุกคนมีครบทางด้านวัตถุ ต่างคนต่างโอ้อวด ความมั่งมี แต่เด็กสองคนพี่น้องนี้เขาไม่เคยเห็น ไม่เคยมี ไม่เคยสัมผัส ซึ่งเขาขอเพียงแค่มิ ขำกิน 3 มื้อก็ถือว่าโชคดีที่สุดแล้ว เด็กคนที่ เป็นพี่ตู่จะรักและห่วงใยน้องของเขามากๆ เขาไม่ได้คิดถึงตนเอง คิดถึงแต่น้อง เขาเป็น

เด็กดี มีแต่ความเสียสละ

ชายหนุ่มเมื่อเห็นอย่างนั้นจึงมองย้อนกลับมาที่ตัวเอง เขามีชีวิตแสนสบายสนุกไปวันๆ ไม่ต้องคิดไม่ต้องห่วงใยใครทั้งสิ้น เขาลำนึกได้ว่า เขาเกิดมาไม่เคยทำประโยชน์อะไร สู้เด็กตัวเล็กๆ คนนี้ก็ไม่ได้ที่รู้จักคิดถึงคนอื่น จากจุดนี้เองมันจึงเกิดเป็นแรงบันดาลใจทำให้เขากลับเนื้อกลับตัวเป็นคนดี ซึ่งจากแบบอย่างอันนี้เองชายหนุ่มก็เปลี่ยนการดำเนินชีวิต ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่ทะเยอทะยาน และเขาหันมามองคนรอบๆ ตัว และอุทิศชีวิตให้ผู้อื่นมากขึ้น

สำหรับอีกเรื่องหนึ่ง เป็นมุมมองจากอีกมุมหนึ่ง ซึ่งเป็นเรื่องของเจ้าของร้านขายชาลาเปา ที่อยู่มาวันหนึ่งเมื่อเขาเปิดร้านแล้วก็มีชายคนหนึ่งแต่งตัวมอซอ เสื้อผ้าขาดๆ ดูสกปรกเดินเข้ามาในร้าน พร้อมทั้งล้วงหาเศษเหรียญในกระเป๋าแล้วออกมานับ และด้วยความริบเร่งเขาทำเหรียญตกลงไปในช่องน้ำคนงานในร้านต่างหัวเราะในความงกๆ เงินๆ และเดินรี่เข้าไปไล่ผู้ชายมอซอคนนั้นพลางพูดว่า ร้านนี้ไม่ขายชาลาเปาให้ เพราะคนอื่นๆ ในร้านเขารังเกียจ... แต่ชายคนที่เป็นเจ้าของร้านกลับรีบเดินไปหาชายมอซอคนนั้น พร้อมทั้งพูดว่า “คุณอยากได้ชาลาเปาใส่หวนหรือใส่เค็ม ไม่ต้องห่วงเงินที่หล่นหาย คุณจ่ายเท่าที่มีก็พอแล้ว” ชายคนนั้นยกมือไหว้ขอบคุณเจ้าของร้าน พร้อมรับชาลาเปาไปด้วยความตื่นตันใจ และชายเจ้าของร้านยังถามเขาขึ้น

อีกว่า คุณอยากทำงานไหม ผมจะไล่คนที่พูดจาไม่ดีกับคุณออก เพราะเขามีมารยาทไม่ดี ไม่สุภาพกับลูกค้า ผมจะรับคุณทำงานแทนเขา” ชายคนนั้นยกไหว้เจ้าของร้านอีกครั้ง น้ำตาอาบแก้ม เหมือนเขามีชีวิตใหม่จริงๆ

นับจากวันนั้น ร้านขายชาลาเปาร้านนี้มีคนมาอุดหนุนกันมากขึ้น ชาวคราวและเรื่องราวของการให้ในครั้งนี้ได้ยื่นไปทั่ว จากคนมอซอกลับเปลี่ยนเป็นคนใหม่ได้ ชยันชั้นแข็ง และกลายเป็นผู้ช่วยมือขวาของเจ้าของร้านไปแล้ว เจ้าของร้านตอบว่า “ผมดูการกระทำครับ เขาจนก็จริงแต่เขาก็มีศักดิ์ศรี รู้จักเก็บสะสมเงินจนครบ เมื่ออยากกินชาลาเปาแทนที่เขาจะมาขอฟรีๆ แต่เขารู้จักมาซื้อแม้เพียง 1 ลูกก็ตาม เราต้องสนับสนุนคนดี ผมดูคนไม่ผิด ถ้าเขาดีจริง ชยันจริง เขาก็จะอยู่กับผมได้ ผมจึงให้โอกาส และเขาก็ควรได้สิ่งดีๆ ตอบแทนบ้าง”

เรื่องนี้ให้แง่คิด มุมมอง และเป็นอุทาหรณ์ว่า อย่าตัดสินคนด้วยรูปลักษณ์ภายนอก ถ้าเราไม่ลองเปิดใจเปิดโอกาสให้คนอื่นได้พิสูจน์ตนเอง บางครั้งการดูด้วยสายตาอาจจะไม่ใช่อย่างที่เรารับรู้ก็ได้...แน่นอนว่าแรงบันดาลใจย่อมนำเราให้ไปถึงจุดหมายปลายทางที่เราปรารถนา ขอให้ทุกท่านกล้าที่จะออกแรงทำสิ่งดีๆ และแบ่งปันสิ่งที่เป็นประโยชน์ทั้งต่อผู้อื่นและต่อสังคมส่วนร่วมด้วยนะค่ะ ๕

การพูดต่อหน้าชุมชน(ตอนที่ 2)

จากตอนที่แล้ว สิ่งแรกที่ต้องปรับเตรียมตัวเอง ก่อนพูดต่อหน้าชุมชน คือ เรื่องของเจตคติ (Attitude)

สำหรับคนที่ไม่ค่อยได้พูดหน้าชุมชนให้ปรับความกลัวเป็นความกล้า โดยเปลี่ยนความประหม่าให้กลายเป็นความตื่นเต้น เพราะคนประหม่า คือ กลัวจะตื่นเต้น ทำให้เกิดเป็นความวิตกกังวล แต่ถ้าเราเพียงรู้และเข้าใจว่าความตื่นเต้นเป็นสิ่งที่ปกติที่เกิดขึ้นได้ เมื่อต้องทำสิ่งที่ไม่คุ้นชิน หรือเมื่อไปสถานที่ใหม่ เจอบุคคลใหม่ เนื้อหาใหม่ คนที่เป็นระดับมืออาชีพ ก็เกิดความตื่นเต้นได้เช่นกัน

เปลี่ยนความประหม่า ความกังวล ให้เป็นความตื่นเต้น อยากลอง อยากเรียนรู้ อยากฝึกตนเอง อยากพัฒนาให้เก่งขึ้น จะเป็นเคล็ดลับที่ทำให้การขึ้นไปพูดต่อหน้าชุมชนนั้น เป็นสิ่งที่น่าสนุก น่าท้าทาย สำหรับสิ่งที่แบ่งปันในตอนนี้เป็น การให้ความรู้พื้นฐานกับคนที่ไม่ค่อยคุ้นชินกับหน้าเวที หน้าสาธารณชน เพื่อจะได้เตรียมตัวเองกันได้

เคล็ดลับสำหรับการพูดต่อหน้าชุมชน สำหรับผู้ที่เริ่มต้น ผู้เขียนขอแบ่งช่วงเวลา คือ ช่วงเตรียมตัวก่อนการพูด ช่วงขณะที่พูด และช่วงหลังการพูด ต่อหน้าชุมชน ซึ่งในตอนนี้จะเป็นการแบ่งปันในช่วงแรกกันก่อน คือ ช่วงเตรียมตัวก่อนการพูดหน้าชุมชน

1. ช่วงเตรียมตัวก่อนการพูดต่อหน้าชุมชน ก่อนที่จะขึ้นพูดต่อหน้าชุมชน หากรู้ล่วงหน้า ว่าจะต้องพูดต่อหน้าชุมชน

จะมีอาการสองแบบที่เกิดขึ้นได้สำหรับผู้พูดหน้าใหม่ หรือ ผู้ที่ไม่ค่อยได้พูดหน้าชุมชนบ่อยๆ แบบที่หนึ่ง คือ รู้สึกดี มีเวลาเตรียม กับแบบที่สอง คือ วิตกกังวลล่วงหน้าจนไม่เป็นอันทำอะไร กลัวจะต้องออกไปพูด ภาพด้านลบ ผุดขึ้นมาอย่างมากมาย ถ้าใครเกิดแบบหลังขึ้นมา ให้ปรับเจตคติกลับมาว่า ดีที่รู้ตัวก่อน จะได้เตรียมตัว เตรียมความพร้อมได้

สิ่งที่ต้องคำนึงถึง เพื่อให้เกิดความมั่นใจว่าตัวเราพร้อมในการพูด คือ ให้เตรียมทำการบ้านในเรื่องต่อไปนี้ มาก่อน โดยใช้หลัก Wh Question เข้ามาช่วยได้ (What Who When Where)

2. ลักษณะงาน งานที่ได้รับมอบให้ไปพูด คือลักษณะงานแบบใด ที่จะไปพูดได้ จะทำให้สามารถกำหนดรูปแบบในการพูดได้ว่าควรเป็นแบบใด ทางการ หรือ ไม่ทางการ บรรยายให้ความรู้ หรือมีทำกิจกรรมร่วมด้วย เป็นต้น

3. กลุ่มผู้ฟัง ก่อนที่จะไปพูดหน้าชุมชน หากสามารถรู้ก่อนล่วงหน้าได้ ใครเป็นผู้ฟัง หรือผู้เข้าร่วม จำนวนกี่คน อายุอยู่ในช่วงวัยใดบ้าง เป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ระดับความรู้เป็นอย่างไร หลากหลายหรือใกล้เคียงกัน มีพื้นฐานในเรื่องที่เราจะสอนมาก่อนหรือไม่ จะทำให้เราเตรียมวางแผนการสอนหรือการพูดได้ว่า จะเตรียมเนื้อหา และกิจกรรมได้เหมาะสมกับกลุ่มผู้ฟัง

4. ระยะเวลาในการพูด เวลาที่ใช้ในการพูดที่แตกต่างกัน มีส่วนสำคัญในการลำดับเนื้อหา และการเลือกเนื้อหาที่จะใช้ในการพูด เพราะหากเวลาน้อย แต่เนื้อหามากเกินไป จะ

ทำให้ต้องเร่งเวลา ผู้ฟังอาจไม่เข้าใจ และผู้พูดเอง จะกังวลว่า ไม่สามารถพูดได้ครบตามเนื้อหาที่เตรียมมา จึงควรวางแผนไว้ก่อนว่า จะใช้เวลาเท่าใดให้เหมาะสมกับเนื้อหาที่ต้องการสื่อสารกับผู้ฟัง

5. สถานที่ ก่อนการพูด หากได้ไปดูสถานที่ไว้ก่อนล่วงหน้า จะช่วยให้ลดความกังวลลง เพราะเป็นการสร้างความคุ้นชินกับสถานที่ก่อน และจะได้ทราบถึงรูปแบบและบรรยากาศของการจัดห้อง หากไม่สามารถไปดูสถานที่ก่อนล่วงหน้าได้ สิ่งที่ควรทำคือ การไปถึงสถานที่จริงก่อนล่วงหน้าอย่างน้อย 1 ชั่วโมง เพื่อลดความตื่นเต้นและไม่เกิดภาวะความเหนื่อยเนื่องจากความรีบเร่งและถ้าจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนลักษณะการจัดห้อง หรือปรับเปลี่ยนการพูดให้เหมาะสมกับสถานที่ จะได้ดำเนินการจัดการได้อย่างไม่ร้อนใจ

6. เตรียมวางแผนการพูด การทำแผนการสอน ลำดับเนื้อหาประเด็นที่จะพูดไว้ก่อน จะได้รู้โครงที่จะพูด ไม่หลุดประเด็น เพราะหากใช้การเขียนบทพูดโดยไม่ได้กำหนดโครงร่างหรือหัวข้อที่ต้องการสื่อสารหลักๆ ไว้ก่อน จะทำให้การเขียนบทพูดออกนอกประเด็นได้

ผู้เขียนอยากให้ข้อสังเกตไว้ว่า การเขียนบทพูด ทำเพื่อเรียบเรียงและเรียงลำดับเนื้อหาให้ผู้พูดได้คลายความกังวล แต่อย่าเอาสิ่งที่เขียนมาท่องเป็นคำต่อคำ เพราะจะทำให้กังวลได้ จึงจำเป็นต้องสกัดสิ่งที่ร้อยเรียงเขียนไว้นั้นออกมาเป็นหัวข้อ แตกประเด็นย่อยจะง่ายกว่ากับการเลื้อมมอง เวลาพูด หรือ การไล่ประเด็น การท่องบท หรือจดจำทุกคำพูด อาจยังทำให้เกิดวิตกกังวล จนลืมบทที่ท่องได้ เมื่อต้องพูด

ในสถานการณ์จริง การเรียบเรียงคำพูดอย่างละเอียดคำต่อคำ มักจะใช้เมื่อเป็นงานพิธีการที่ไม่ได้พูดต่อเนื่อง เช่นในกรณีของพิธีการที่ต้องพูดลำดับงาน และชี้แจงขั้นตอน หรือการกล่าวรายงานในงานพิธีทางการ ที่สามารถอ่านตามเอกสารได้ การเขียนเรียงลำดับเนื้อหาสามารถกระทำได้

7. การฝึกซ้อมการพูด การฝึกซ้อมการพูดไว้ก่อนล่วงหน้า จะช่วยให้ผู้พูดเกิดความมั่นใจ เมื่อต้องขึ้นไปอยู่ในสถานการณ์จริง แต่เดิมการฝึกซ้อมการพูดจะกระทำหน้ากระจก ปัจจุบันสามารถใช้โปรแกรมในบันทึกภาพ จากกล้องมือถือ บันทึกภาพไว้ได้ ข้อดีของการบันทึกภาพเพื่อการฝึกซ้อม จะทำให้เราสามารถกลับมาดูบุคลิกภาพ ลำดับเนื้อหาการพูด ระยะเวลาที่ใช้ในการพูดได้ เพื่อปรับปรุงการพูดให้ดีขึ้น และดูพัฒนาการในการพูดได้

8. การเตรียมอุปกรณ์ และการประสานงานกับสถานที่หรือผู้จัดงาน หากมีอุปกรณ์ที่ต้องใช้ในการบรรยายหรือการพูด ให้จัดเตรียมให้เรียบร้อยและประสานงานกับสถานที่ไว้ก่อนล่วงหน้า ว่าต้องการอุปกรณ์อะไรบ้างเมื่อต้องบรรยาย เช่น ไมโครโฟนกั๊ตตัว เป็นไมค์ล้อยหรือไร้สาย ต้องการฟลิปชาร์ต ปากกา กระดาษ เครื่องเสียง โปรเจ็กเตอร์ เป็นต้น

การเตรียมตัวดี มีชัยไปกว่าครึ่ง..... อย่างน้อย ทำให้เกิดความอุ่นใจ ใจขึ้นขึ้นบ้าง ให้กำลังใจตนเองไปที่ละนิด ก่อนก้าวเข้าสู่เวทีสู่สถานการณ์จริง ... แล้วเดือนหน้า จะมาแบ่งปันต่อ ในช่วงที่พูดและหลังการพูดว่าจะใช้เทคนิคใดได้ เพื่อสร้างความพร้อมให้เกิดความมั่นใจให้มากยิ่งขึ้น **๕**



ASSUMPTION COLLEGE

โรงเรียนอัสสัมชัญ ส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม



“...เพราะเราเชื่อว่า ทุกคำสอนของทุกศาสนา ทำให้เราเป็นคนดี”

- การอบรมคุณธรรม จริยธรรม ในวันศุกร์ของทุกศาสนา
- การนำคุณธรรม จริยธรรมไปสู่การปฏิบัติ เช่น จิตอาสา อาสาพัฒนา ฯลฯ

โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม

164 ซ.สาทร 11 เขตยานนาวา กรุงเทพฯ 10120

โทร. 0-2675-6970-84 โทรสาร. 0-2212-2310

โรงเรียนอัสสัมชัญ

26 ซ.เจริญกรุง 40 เขตบางรัก กรุงเทพฯ 10500

โทร. 0-2630-7111-25 โทรสาร. 0-2237-7769



คุณสิท หึงสู!
หึง ปกป้อง!
ด้วย วูดเทค

สีย้อมไม้ วูดเทค

มีหะ **'ตัวจริง!'** ที่ผู้ใช้อย่างยืนยันทันใจ
สีย้อมไม้วูดเทค พัฒนาคุณสมบัติพิเศษของ
เบ็คส์ **UV Block Double Nano** ในวูดเทคอะควา
เพิ่มพลังปกป้อง แดด ฝน ถึง 3 เท่า
ซึมลึกถึงเนื้อไม้ สวยกน ช่วยไม่ให้แตกลอก
พิสูจน์ความเป็น 'ตัวจริง!' ด้วยประสิทธิภาพ
ที่เหนือชั้น และความคุ้มค่าที่เหนือกว่า



woodtect.com



Chemglaze®

The ultimate
wooden floor protection.

โพลียูรีเทนแท้ 100% ที่ดีที่สุด จาก

เคมเกลซ

- ✓ เนื้อฟิล์มสีใส เสริมความงามลายไม้ให้สวยเด่น
- ✓ แผ่นฟิล์มหนา แข็ง เหนียวและยืดหยุ่นเป็นพิเศษ
ไม่ปรแตก ไม่เป็นรอย ไม่หลุดล่อนโดยง่าย
- ✓ สวยกน งามงาน คุ้มค่า นานแสนนาน
- ✓ ทนต่อการขีดข่วน กระแทก น้ำร้อน น้ำเย็น กรด ด่าง

#1
Best Seller

สวยงาม คุ้มค่า

เข้าใจคนรักไม้



* เคมเกลซ Z065 ชนิดเงาขาวใน ขายเป็นดีที่สุด ในตระกูลเคมเกลซ

PRECISION
ENGINEERING CO., LTD.

บริษัท ปรีซิชั่น เอนจิเนียริ่ง จำกัด

คุณเกษม - คุณวศลระออ กรียาเจริญ



รับส่วนคณพิศษสุด เพื่อช่วยให้อองงานครีษตจักรและครีษตชนทั่วประเทศ

คุณปิอป สหรัฐ "แพทริก" แดงเดช โทร.02-613-8989 ต่อ 431 , 090-972-4950

บริษัท ปรีซิชั่น เอนจิเนียริ่ง จำกัด 153/13 ซอยรองเมือง 3 ถนนรองเมือง แขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กทม. 10330

โทรสาร: 0-2217-0214 Website: www.woodtect.com, E-mail: mkt@woodtect.com



woodtect.com



ส้วดเทค อัลตรา ชิลด์

• ออล เวเธอร์ •

สีน้ำอคริลิกแท้ 100% เน้นกันน้ำ สำหรับภายนอกและภายใน

TiO₂ Titanium Technology เทคโนโลยีไททาเนียม



มอก. 2321-2549
ทนสภาวะอากาศ



ฟิล์มสีหายได้



ล้างทำความสะอาดง่าย
เพียงใช้น้ำมากกว่า 50,000 ครั้ง

LOTUS EFFECT

สีเส้นเหมือนใบบัวไม่เปียกน้ำ
ระคายคราบสกปรก

ด้วย Ultra Silicone เทคโนโลยี Super Hydrophobic โมเลกุลมีขนาดเล็กมาก เรียงตัวกันอย่างหนาแน่น ทำให้น้ำเกาะฟิล์มสี น้ำจึงรวมตัวเป็นหยด และชะล้างคราบสกปรก เมื่อน้ำ และความชื้นไม่สะสม จึงทำให้ไม่เกิดเชื้อรา และตะไคร่น้ำ ป้องกันต่าง และ คราบเกลือได้ดีโครงสร้างเหล็กด้านในไม่เกิดสนิม แต่ ขณะเดียวกัน ยังคายความชื้นออกมา ป้องกัน สีเป่งพอง ลอกหลุด



**PRECISION
ENGINEERING CO., LTD.**

บริษัท พรีซิชั่น เอนจิเนียริ่ง จำกัด

กรุงเทพมหานคร - กรุงเทพมหานคร กรีนปาร์ก



รับส่วนเคลือบพิเศษ เพื่อช่วยเหลืองานคริสตจักรและคริสตชนทั่วประเทศ

คุณป๋อ สหรัฐ "แพทริก" แดงเดช โทร.02-613-8989 ต่อ 431 , 090-972-4950

บริษัท พรีซิชั่น เอนจิเนียริ่ง จำกัด 153/13 ซอยรองเมือง 3 ถนนรองเมือง แขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กทม. 10330

โทรสาร: 0-2217-0214 Website: www.woodtect.com, E-mail: mkt@woodtect.com



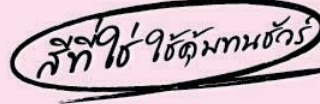
woodtect.com

ส้วดเทค

แม็กซ์

สีน้ำอคริลิก 100% สำหรับภายนอกและภายใน
เกรด มอก.

TiO₂ Titanium Technology เทคโนโลยีไททาเนียม



มอก. 272-2549



ปกปิด พื้นผิวได้ดียิ่งขึ้น

Titanium MAX

สูตรเพิ่มสารไททาเนียมทำให้ **ปกปิด** พื้นผิวได้ดียิ่งขึ้น โมเลกุลของสีขนาดเล็กเพิ่มประสิทธิภาพแทรกซึมลึก ยึดเกาะเป็นเนื้อเดียวกับผนังปูนได้ดี



ปกป้อง พื้นผิวให้สวยงาม

Shield MAX

สูตรผสมผสานการ **ปกป้อง** พื้นผิวให้สวยงาม ปกป้องจากรังสียูวี ไม่สะสมความชื้นไว้ ทำให้สีไม่ลอกหลุด ป้องกันเชื้อรา และคราบสกปรก



ประหยัด งบประมาณ

Saving MAX

สูตรเนื้อสีเข้มข้น เพิ่มพื้นที่ในการทา **ประหยัด** งบประมาณ เนื้อสีแน่น ปกปิดพื้นผิวได้จริง ทาได้พื้นที่มากขึ้น ประหยัดเวลา และงบประมาณ



“เพชรดีที่เจียรระโน”

เด็กเอ๋ยเด็กน้อย
โลกสดใสเบิกบานไร้มารยา
อายุเจ้ายิ่งน้อยค่อยฝึกหัด
อย่าปล่อยไว้ลำพังเล่นตัว
เด็กจะดีขึ้นได้ผู้ใหญ่ช่วย
เจียรระโนอันภูมิที่แวววาม
เขาจะโตเป็นทรงตามองค์ปิ่น
สร้างสืบโอรสเพิ่มลวดลาย

เจ้าเรียบร้อยสวยใสไม่เทียมสา
ในแววตาแสนซื่อไม่ต้อถึง
คงพอขัดกัดได้ให้ทั่วถึง
หมั่นแกะสลักถักทอให้พองาม
สร้างโลกสวยสดใสไม่พลัดลาม
เพชรเม็ดงามโดดเด่นเป็นประกาย
เราและท่านส่งเสริมเติมเส้นสาย
เด็กหญิงชายใสกิติ์แน่เอย

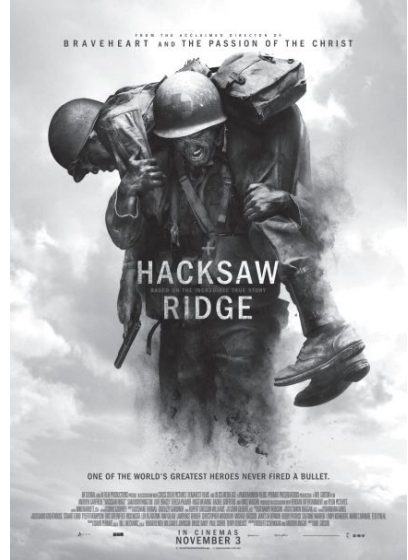
"MEL GIBSON'S BEST FILM SINCE BRAVEHEART."

- ACCESS HOLLYWOOD



Hacksaw Ridge

จิตวิญญาณนักรบแด่พระองค์



หนังเข้าชิงรางวัลออสการ์หนังยอดเยี่ยมปีนี้หลายเรื่องเข้าฉายในบ้านเราเริ่มจาก Lion ที่เข้าเมื่อวันที่ 5 มกราคม ตามมาด้วย La La Land และ Arrival เข้าฉายวันที่ 12 มกราคมโดยเฉพาะ La La Land ที่ชิงออสการ์มากที่สุด 14 สาขาและมีโอกาสสูงที่จะกวาดรางวัลในเกือบทุกสาขาที่ได้เข้าชิงทั้งหนังยอดเยี่ยม ผู้กำกับ บทหนัง ดารานำหญิง รวมถึงสาขาดนตรีและเพลงประกอบเพราะหนังอัดแน่นด้วยเพลงไพเราะมากมายเนื่องจากเป็นหนังเพลงที่เชิดชูหนังเพลงคลาสสิกของฮอลลีวูดหลายๆ เรื่อง รวมถึงสะท้อนความเป็นจริงบนเส้นทางกว่าจะถึงดวงดาวของนักแสดงในฮอลลีวูด รวมถึงในแวดวงนักดนตรีโดยเฉพาะเพลงแจ๊สเพราะไม่ใช่เพลงกระแสหลักที่ยากจะประสบความสำเร็จด้านธุรกิจ

ส่วนหนังที่เข้าชิงในสาขาหนังยอดเยี่ยมเรื่องอื่นที่เข้าฉายในโรงหนังบ้านเราเช่นกัน แม้บางเรื่องมีจำนวนโรงและจำนวนรอบน้อยไปบ้างได้แก่วันที่ 9 กุมภาพันธ์ เข้าฉายถึงสามเรื่องคือ Moonlight, Manchester by the Sea และ Hacksaw Ridge, Hell or High Water เข้า 16 กุมภาพันธ์ ตามด้วย

Hidden Figures เข้า 23 กุมภาพันธ์ ไม่กี่วันก่อนถึงงานประกาศผลออสการ์เย็นวันอาทิตย์ที่ 26 กุมภาพันธ์ หรือตรงกับเช้าวันจันทร์ที่ 27 กุมภาพันธ์ ในบ้านเรา

สำหรับ Hacksaw Ridge ที่เข้าชิงออสการ์ทั้งหมดหกสาขาได้แก่หนังยอดเยี่ยม ผู้กำกับ (เมล กิบสัน) ดารานำชาย (แอนดรูว์ การ์ฟิลด์) ลำดับภาพมิกซ์เสียงและลำดับเสียง เป็นผลงานกำกับเรื่องล่าสุดของกิบสันที่ไม่ได้นั่งเก้าอี้ผู้กำกับมายาวนานถึงสิบปี หลังกำกับเรื่อง Apocalypto (2006) ส่วนคริสตชนทั้งหลายน้อยคนนักที่จะไม่เคยดูผลงานกำกับเรื่อง The Passion of the Christ (2004) ของเขา ซึ่งหนังเรื่องล่าสุดของกิบสันนับได้ว่าเขากลับมาได้อย่างสมศักดิ์ศรีหลังจากนำ Braveheart (1995) คว่าออสการ์ห้าสาขารวมถึงหนังยอดเยี่ยมและผู้กำกับยอดเยี่ยม โดยเฉพาะในช่วงสิบปีที่ผ่านมาเขามีปัญหาส่วนตัวตกเป็นข่าวด้านลบอยู่หลายครั้ง และแม้จะมีหนังที่น่าแสดงหรือเล่นในบทสมทบอยู่บ้างแต่ไม่มีหนังเรื่องใดที่เรียกได้ว่าประสบความสำเร็จ แต่ Hacksaw Ridge หนังสงครามทุนสร้างราว 40 ล้านดอลลาร์สหรัฐ ทำรายได้ถึงวันที่ 16 กุมภาพันธ์ ในสหรัฐอยู่ที่ 66.6 ล้านดอลลาร์สหรัฐและ

ตลาดนอกสหรัฐ 97.6 ล้านดอลลาร์สหรัฐ

หนังเรื่องนี้สร้างอิงจากเรื่องจริงของ **เดสมอนด์ ทิ.ดอสส์** (การ์ฟิลด์) ที่มีบ้านอยู่ที่เซิงเซาบูล เมานท์เทนส์ รัฐเวอร์จิเนีย ในช่วงสงครามโลกครั้งที่สอง เขาสมัครเป็นทหารเพราะต้องการรับใช้ชาติและเห็นว่าเป็นสิ่งที่สมควรทำหลังจากเพื่อนพี่น้องของเขาต่างไปเป็นทหาร หลังฝูงบินรบของญี่ปุ่นโจมตีอ่าวเพิร์ลฮาร์เบอร์ แต่เขาเป็นทหารด้วยสถานะของ “conscientious objector” หรือ “ผู้คัดค้านโดนอ้างโมฆธรรม” โดยระหว่างการฝึกทหารจะไม่ขอจับอาวุธใดๆ และในสมรภูมิจะไม่คร่าชีวิตข้าศึก

หนังของกิบสันเรื่องนี้จากการเขียนบทของ โรเบิร์ต เซนค์คันทันที่เคยเขียนบทมินิซีรีส์หนังสงครามในสมรภูมิแปซิฟิกมาแล้วเรื่อง The Pacific (2010) ร่วมกับมือเขียนบทชาวออสเตรเลียแอนดรูว์ ไนท์ แบ่งการเล่าเรื่องเป็นสามองก์ได้แก่องก์แรกถ่ายทอดชีวิตวัยเด็กของดอสส์กับน้องชายของเขาชื่อฮัล ที่ทำให้เราทราบภูมิหลังของเขาที่ครอบครัวปลูกฝังความเชื่อที่มั่นคงในศาสนาคริสต์นิกายเซเวนธ์เดย์แอ็ดเวนติส โดยเฉพาะจากผู้เป็นแม่ **เบอร์ธา** (ราเชล กริฟฟิธ) ส่วนพ่อคือ **ทอม** (ฮิวโก วีฟวิง) ที่เป็นทหารผ่านศึกในสงครามโลกครั้งที่หนึ่งแต่ทุกวันนี้เป็นลุงขี้เมาจมปลักกับความเศร้าที่เพื่อนๆ เสียชีวิตในสงครามและเวลาเมาที่ไร้กิทำร้ายลูกเมีย หนังถ่ายทอดให้เห็นว่าทำไมดอสส์จึงยึดมั่นในบัญญัติ 10 ประการโดยเฉพาะ “อย่าฆ่าคน” และคำสอนของพระเยซูเจ้าที่ให้รักเพื่อนมนุษย์เหมือนรักตัวเองก็คือตอนที่เขาทะเลาะกับน้องชายแล้วเพลอใช้ก้อนอิฐฟาดหน้าจนน้องสลบไป ขณะที่น้องยังไม่ได้สติเขาเพ่งมองกระจกสีที่ประตูบ้านที่เป็นภาพและเรื่องราวของบัญญัติ 10 ประการและอีกเหตุการณ์หนึ่งเมื่อเขาโตเป็นหนุ่มแล้วตอนที่พ่อทะเลาะกับแม่แล้วพ่อก็มีปืนในมือด้วยแล้วดอสส์เขาไปแย่งปืนจากมือพ่อมาได้

องก์ที่สองของหนังคือช่วงที่ดอสส์ตัดสินใจสมัครเป็นทหารเพื่อไปรบในสงครามโลกครั้งที่สอง ทั้งที่คนรอบข้างไม่เห็นด้วยโดยเฉพาะพ่อของเขาและแฟนสาวที่เป็นพยาบาล **โดโรธี** (เทเรซา พัลเมอร์) แต่เธอ

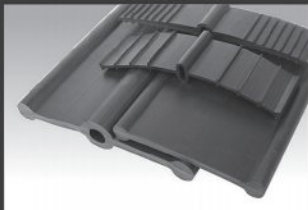


ก็ยังให้กำลังใจเขาด้วยการมอบพระคัมภีร์เล่มเล็กที่มีรูปของเธอใส่เอาไว้ที่หน้า 1 ซามูเอล 17 บท **“ดาวิดฆ่าโกลิอัทตาย”** ในค่ายทหารเขาต้องพบกับบททดสอบที่สำคัญเมื่อยืนหยัดในความเชื่อที่มั่นคงของตัวเองว่าจะไม่มีวันจับอาวุธ จนถูกต่อต้านทั้งจากเพื่อนทหารด้วยกันจนถึงกับถูกรุมทำร้ายแต่เขาก็ไม่ได้เจ็บแค้นแต่อย่างใด แม้แต่ผู้บังคับบัญชาคือ **จ่าไฮเวลล์** (วินซ์ วอร์ตัน) และ **ผู้กองโกลเวอร์** (แซม เวียร์ทิงตัน) ตอนแรกก็มองเขาเหมือนตัวถ่วงของกองร้อยและจะนำอันตรายมาสู่เพื่อนทหารถ้าออกสู่สมรภูมิจริงและพวกเขาคัดดันให้ดอสส์เก็บกระเป๋ากลับบ้านไปจะดีกว่า

องก์ที่สามคือช่วงเวลาที่กิบสันจัดเต็มในฉากแอ็คชั่นเมื่อดอสส์ทำหน้าที่เป็นทหารเสนารักษ์ในกองร้อยของเขาที่ได้รับมอบหมายให้เข้ายึดที่มั่นสำคัญของข้าศึกในสมรภูมิโอกินาวาคือหน้าผา **“ฮัคซอร์ ริค”** เขาช่วยชีวิตเพื่อนทหารได้อย่างน้อย 75 คนโดยที่ยังรักษาความเชื่อของตนที่จะไม่จับอาวุธในสงครามและไม่ฆ่าผู้ใด และตลอดการทำหน้าที่เพื่อรักษาชีวิตไม่ใช่คร่าชีวิต เขาจำฝังใจว่าหากกับพระเจ้าอยู่เสมอ ขอให้พระองค์ประทานกำลังให้เขาช่วยชีวิตเพื่อนทหารเพิ่มอีกคนและอีกคน

ภารกิจที่ดอสส์กระทำในสมรภูมิเขาไม่ได้คิดว่าตัวเองเป็นฮีโร่ แต่กระทำในฐานะที่เป็นคริสตชนคนหนึ่งโดยมีพระเจ้าทรงเป็นพลกำลังอยู่เคียงข้างเขาเสมอ ดังที่ฉากเปิดเรื่องเราได้ยินเสียงดอสส์อ่าน **“อิสยาห์”** บทที่ 40 **“พระเจ้าทรงเป็นพระเจ้าเนื่องนิิตย์ พระองค์มิได้ทรงอ่อนเปลี้ยหรือเหน็ดเหนื่อย เขาทั้งหลายผู้รอคอยพระเจ้าจะเสริมเรี่ยวแรงใหม่ เขาจะบินขึ้นด้วยปีกเหมือนนกอินทรี เขาจะวิ่งและไม่เหน็ดเหนื่อย เขาจะเดินและไม่อ่อนเปลี้ย”** ๕

ผู้ผลิตและจำหน่ายเคมีภัณฑ์ก่อสร้าง
พร้อมบริการติดตั้งงานระบบป้องกันการรั่วซึมทุกชนิดของอาคาร
งานเคลือบพื้นโรงงานอุตสาหกรรม
งานเสริมความแข็งแรงและซ่อมแซมโครงสร้างคอนกรีต
แก้ไขรอยแตกร้าวของอาคาร งานป้องกันสนิมโครงสร้าง
งานหยุดน้ำรั่วตันที่ด้วยวัสดุที่มีคุณภาพและทันสมัย
โดยช่างที่มีความชำนาญ และประสบการณ์สูง
พร้อมการรับประกันผลงาน



- จำหน่ายเคมีภัณฑ์ก่อสร้าง น้ำยาผสมคอนกรีต
ซีเมนต์กันซึม วัสดุซ่อมแซม ฯลฯ
- รับเคลือบพื้น EPOXY, PU และส่วนต่างๆ
ของโรงงาน เพื่อทนทานต่อแรงกระแทก
ลดการสึกกร่อน จากแรงเสียดสีและจากสารเคมี
- รับเคลือบสารป้องกัน การกัดกร่อนจากสารเคมี
- รับติดตั้งระบบป้องกันการรั่วซึมอาคารทุกชนิด

- งานหยุดร่องรอยต่อถนน พื้นโรงงาน และ
โครงสร้างคอนกรีต ด้วยวัสดุฉนวนกันน้ำหลายชนิด
- งานซ่อมแซมรอยรั่วซึม รอยแตกร้าวโครงสร้าง
คอนกรีตด้วยวิธี injection
- งานระบบสีกันความร้อน สะท้อนความร้อนจาก
แสง UV ได้มากกว่า 97%

บริษัทยูเนียน เอ็สซีซีเอทส์ (ไทย) จำกัด

20 ซอยประชาอุทิศ 59 แขวง 1 ถนนประชาอุทิศ
แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ 10140
โทรศัพท์ 02 4279380-1 แฟกซ์ 02 427 9492
email: sales@union-thai.com / www.union-thai.com

5 ขั้นตอน : ค้นพบจุดมุ่งหมายในการเกิดมาเป็นมนุษย์

เนื่องจากมีน้องๆ ถามเรื่อง การพิจารณากระแสเรียกนักบวชและฆราวาสอยู่บ่อยๆ โดยบอกว่าอยากชัดเจนในเรื่องกระแสเรียกว่าเป็นนักบวชหรือเป็นฆราวาส ถ้าเป็นนักบวชก็จะไปสมัครเข้าคณะนักบวช ถ้าเป็นฆราวาสก็จะใช้ชีวิตคริสตชนได้อย่างเต็มที่

ผมได้ยินแล้ว รู้สึกดีใจมากครับกับความคิดของคนรุ่นใหม่ที่เปิดหัวใจให้พระเจ้าก่อนสิ่งอื่น ด้วยเหตุนี้ผมจึงเขียนเรื่อง “8 วันพิจารณากระแสเรียกนักบวชและฆราวาสตามแนวทางของนักบุญอิกญาซีโอ” ลงไว้ในเฟซบุ๊ก “ฝึกปฏิบัติจิตแบบนักบุญอิกญาซีโอ” ครับ หลังจากนั้นก็มีผู้ที่น่าสนใจไปฝึกปฏิบัติและเขียนมาเล่าให้ผมฟังครับ ผมคิดว่าเป็นประโยชน์กับคนรุ่นใหม่ เลยนำมาแบ่งปันกับทุกท่านครับ เพื่อว่าท่านจะมีแนวทางแนะนำลูกหลานหรือคนรุ่นใหม่ หรือถ้าท่านผู้อ่านเป็นคนที่กำลังคิดเรื่องกระแสเรียกนักบวชฆราวาสอยู่ก็อาจเป็นประโยชน์ในเบื้องต้นได้ครับ

ในฉบับนี้ ผมนำมาลงในประเด็นที่สำคัญมากๆ ครับ นักบุญอิกญาซีโอใช้คำว่า “หลักการและพื้นฐาน” ของชีวิตเรคริสตชน ซึ่งเป็นการไตร่ตรองชีวิต ค้นหาจุดมุ่งหมายในการเกิดมาเป็นมนุษย์ของเรา ซึ่งมีประโยชน์กับคริสตชนทุกคนครับ

นักบุญอิกญาซีโอเสนอให้เราเริ่มต้นด้วยการขอพระเจ้าเพื่อรู้จักกับพระเยซูเจ้าให้มากยิ่งขึ้น เพื่อให้เราได้สนิทกับพระองค์มากยิ่งขึ้น จนทำให้เรารักพระองค์ และติดตามพระองค์ และแม่พระมากยิ่งขึ้นในทุกวันของชีวิตครับ

ท่านผู้อ่านสามารถไตร่ตรองตามขั้นตอนด้านล่างนี้ครับ

5 ขั้นตอน : ค้นพบจุดมุ่งหมายในการเกิดมาเป็นมนุษย์ตามแนวทางของนักบุญอิกญาซีโอ (มธ 6:25-33)

1) ขอพระคุณและการนำของพระเจ้าให้เราเข้าใจถึงจุดมุ่งหมายในการเกิดมาเป็นมนุษย์ของเรา เพื่อรู้จัก สนิท รัก และ ติดตามพระเยซูเจ้า และแม่พระมากยิ่งขึ้น ขึ้น

2) อ่านพระคัมภีร์ และนำคำที่ประทับใจหรือสะกิดใจมาพูดซ้ำๆ ในใจอย่างอ่อนโยน

“เหตุฉะนั้น เราบอกท่านทั้งหลายว่า อย่ากระวนกระวายถึงชีวิตของท่านว่า จะเอาอะไรกิน หรือจะเอาอะไรดื่ม และอย่ากระวนกระวายถึงร่างกายของท่านว่า จะเอาอะไรนุ่งห่ม ชีวิตสำคัญยิ่งกว่าอาหาร มิใช่หรือ และร่างกายสำคัญยิ่งกว่าเครื่องนุ่งห่ม มิใช่หรือ

จงดูนกในอากาศ มันมิได้หว่าน มิได้เกี่ยว มิได้สะสมไว้ในยุ้งฉาง แต่พระบิดาของท่านทั้งหลาย ผู้ทรงสถิตในสวรรค์ทรงเลี้ยงนกไว้ ท่านทั้งหลาย มิประเสริฐกว่านกหรือ

มีใครในพวกท่านโดยความกระวนกระวาย
อาจต่อชีวิตให้ยาวออกไปอีกสักศอกหนึ่งได้หรือ

ท่านกระวนกระวายถึงเครื่องนุ่งห่มทำไม
จงพิจารณาดอกไม้ที่ทุ่งนาว่า มันงอกงามเจริญขึ้นได้
อย่างไร มันไม่ทำงาน มันไม่ปั่นด้าย

แต่เราบอกท่านทั้งหลายว่าพระเยซูคริสต์
เมื่อบริบูรณ์ด้วยสง่าราศี ก็มีได้ทรงเครื่องงามเท่า
ดอกไม้หนึ่งดอกหนึ่ง

แม้ว่าพระเจ้าทรงตกแต่งหญ้าที่ทุ่งนาอย่าง
นั้น ซึ่งเป็นอยู่วันนี้และรุ่งขึ้นต้องทิ้งในเตาไฟ โอ ผู้มี
ความเชื่อน้อย พระองค์จะไม่ทรงตกแต่งท่านมาก
ยิ่งกว่านั้นหรือ

เหตุฉะนั้นอย่ากระวนกระวายว่า จะเอาอะไร
กิน หรือจะเอาอะไรดื่ม หรือจะเอาอะไรนุ่งห่มเพราะว่า
พวกต่างชาติแสวงหาสิ่งของทั้งปวงนี้ แต่ว่าพระบิดา
ของท่านผู้ทรงสถิตในสวรรค์ทรงทราบแล้วว่า ท่าน
ต้องการสิ่งทั้งปวงเหล่านี้

แต่ท่านทั้งหลายจงแสวงหาแผ่นดินของ
พระเจ้า และความชอบธรรมของพระองค์ก่อน แล้ว
พระองค์จะทรงเพิ่มเติมสิ่งทั้งปวงเหล่านี้ให้

3) พิจารณาหลักการและพื้นฐานสำคัญ ของชีวิต

ให้อ่านด้วยหัวใจ และพิจารณาไตร่ตรองใน
ความสงบ ต่อหน้าพระเจ้า พระเยซูเจ้า และแม่พระ

หลักการและพื้นฐาน

มนุษย์ได้รับการสร้างขึ้นมา เพื่อถวายการ
สรรเสริญ เคารพเทิดทูน และรับใช้พระเจ้าองค์พระ
ผู้เป็นเจ้าของเรา ด้วยการกระทำความดีนี้ วิญญาณ
จะได้รับความรอด

สรรพสิ่งสร้างทั้งหลายในโลกมีไว้เพื่อช่วย
ให้มนุษย์บรรลุเป้าหมายที่เขาได้รับการสร้างมา

เพราะเหตุนี้ มนุษย์จึงควรใช้สรรพสิ่งต่างๆ
เท่าที่จะช่วยให้ตนบรรลุเป้าหมาย และหากสิ่งเหล่านั้น
กลายเป็นอุปสรรคต่อเป้าหมายสูงสุดของมนุษย์
เขาก็ควรจะเลิกผูกพันกับสิ่งเหล่านั้นเสีย

ดังนั้น เราต้องวางใจเป็นกลางกับบรรดา
สิ่งสร้างทั้งปวง ในสิ่งที่เราจะเลือกได้ตามใจชอบ
และมีได้เป็นสิ่งต้องห้าม ด้วยเหตุนี้ เราไม่ควร
ปรารถนาสุขภาพสมบูรณ์มากเกินไปจนการเจ็บไข้
รำรวยมากกว่ายากไร้ มีเกียรติมากกว่าไร้เกียรติ
มีชีวิตยืนยาวมากกว่าชีวิตสั้น ฯลฯ

แต่เราควรปรารถนาและเลือกเฉพาะสิ่งที่จะ
เอื้ออำนวยมากที่สุดต่อการบรรลุเป้าหมายที่เราได้รับ
การสร้างมา

อ่านแล้ว เฝ้ามองหน้าต่อหน้าพระเจ้า พระ เยซูเจ้า และแม่พระ เพื่อขอคำตอบจากส่วนลึกของ จิตใจดังต่อไปนี้

3.1 จุดมุ่งหมาย (เป้าหมายสูงสุด) ในการ
เกิดมาเป็นมนุษย์ของฉันคือ

.....
.....
.....
.....
.....

3.2 อะไรที่พระเจ้าให้ฉันมา เพื่อฉันจะ
ได้ใช้ชีวิตตามจุดมุ่งหมายในการเกิดมาเป็นมนุษย์
ของฉัน

.....
.....
.....
.....
.....

3.3 อะไรที่เป็นอุปสรรคต่อจุดมุ่งหมาย
(เป้าหมายสูงสุด) ในการเกิดมาเป็นมนุษย์ของฉัน

.....
.....
.....
.....
.....

หลังการภาวนา บันทึกการภาวนา ไตร่ตรองครั้งนี้

1. ความรู้สึกที่เกิดขึ้นระหว่างการปฏิบัติจิต
2. สังเกตว่าสภาวะจิตใจอยู่ในความ
บรรเทาใจหรือความแห้งแล้งใจ หรือทั้งสองอย่าง
3. มีการคลายอะไรจากพระเจ้า จากพระ
เยซูหรือแม่พระ (ถ้ามี)

ผมหวังว่า การไตร่ตรอง ภาวนาเรื่อง
หลักการและพื้นฐานของชีวิตครั้งนี้จะเป็น
ประโยชน์กับชีวิตของท่านผู้อ่านและคนรอบข้าง
ทำให้ชีวิตมีเวลาใกล้ชิดพระเยซูเจ้าและแม่พระมาก
ยิ่งขึ้น มีความสุขและมีความหมายมากยิ่งขึ้น ขึ้น
ในการรักและติดตามพระเยซูเจ้าและแม่พระใน
ทุกวันของชีวิตนะครับ **อ้อ**

3.4 ฉันจะวางใจให้เป็นกลางกับสิ่งใด

3.5 ฉันจะเลือกสิ่งใดที่จะช่วยให้ฉันเข้าสู่
จุดมุ่งหมาย (เป้าหมายสูงสุด) ในการเป็นมนุษย์
ของฉัน

4) สนทนากับพระเยซูเจ้า แม่พระ และ
เปิดใจฟังพระองค์

5) ขอบพระคุณพระเจ้า พระเยซูเจ้า
แม่พระ และขอพระองค์ช่วยให้ฉันอยู่
ในหนทางแห่งความเชื่อ ความหวัง และ
ความรัก

ท่านที่สนใจร่วมกิจกรรมดีมีประโยชน์ วิทยากร :
นริศ มณีขาว (ดูรายละเอียด Facebook/Website :
บ้านใส่ใจ carefor.org สมัครที่ Line ID: narislove
โทร. 093-445-1665)

18-19 มีนาคม (เข้ามาเย็นกลับ) **“TRE® และ 12 เทคนิค
มหัศจรรย์ปลดปล่อยความสุข ปลดปล่อยความเครียด”**
ช่วยคุณฝึกเทคนิคเพิ่มความสุข เพิ่มความรัก ความสำเร็จ
ที่บ้าน ที่ทำงาน ปลดปล่อยความเครียด กังวล & แผลใจ
ในตัวคุณ สถานที่ : มูลนิธิคณะเซนต์คาเบรียล ซอย
ทองหล่อ 25 ถนนสุขุมวิท

1-2 เมษายน (เข้ามาเย็นกลับ) **“สื่อสารสร้างสันติ” สร้าง
ความรัก ความเข้าใจ ร่วมมือร่วมใจที่บ้าน & ที่ทำงาน
(Peace Communication)** ช่วยคุณฝึกกาย ใจ และ
การสื่อสารเพื่อดึงพลังความรัก ความเข้าใจ ความร่วมมือ
ร่วมใจออกมาจากตัวคุณ คนรัก คนรอบข้างทั้งที่บ้าน
ที่ทำงาน สถานที่ : มูลนิธิคณะเซนต์คาเบรียล ซอยทองหล่อ
25 ถนนสุขุมวิท



เทเรซา รัตตะวัน หอมจันทร์ สังฆมณฑลอุบลราชธานี

สวัสดีค่ะเพื่อน ๆ เยาวชนและท่านผู้อ่านทุกท่าน ในฐานะเยาวชนตัวอย่าง ฟังดูแล้วก็รู้สึกชื่น ๆ เหมือนกัน ไม่รู้จะเป็นตัวอย่างได้ดีหรือเปล่า หนูจึงขอใช้คำว่า “เล่าสู่กันฟัง... เพื่อเพิ่มแรงบันดาลใจ” ให้กับเพื่อน ๆ เยาวชนและท่านผู้อ่านทุกท่าน

เทเรซา รัตตะวัน หอมจันทร์ ชื่อเล่น บีม อาศัยอยู่ที่ 220 หมู่ 7 บ้านทัพไทย ตำบลแจระแม่อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี 34000 เป็นเยาวชนสังกัดวัดพระฤทัย บ้านทัพไทยสังฆมณฑลอุบลราชธานี เกิดวันที่ 29 สิงหาคม 2541 ตอนนี้เรียนอยู่ที่โรงเรียนนารีานุกุล

แรงบันดาลใจ ที่ทำให้อุทิศตนเพื่องานเยาวชนในระดับวัด เริ่มต้นจากการได้เห็นกิจกรรมต่างๆ ของเยาวชนที่ได้ทำร่วมกัน จึงลองเข้ามามีส่วนร่วมในกลุ่มของเยาวชน ผลที่ได้ก็คือได้มีเพื่อนใหม่ๆ มีมิตรภาพที่ดี ได้กล้า

แสดงออกในสิ่งที่ไม่กล้า ได้รับรู้ปัญหาของเยาวชนและได้ช่วยกันคิดแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น

กิจกรรมเยาวชนและบทบาทหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในวัด คือ การช่วยซิสเตอร์ทำความสะอาดวัด จัดดอกไม้ เตรียมเครื่องใช้และภาชนะศักดิ์สิทธิ์ เป็นพิธีกรในวัด ช่วยซิสเตอร์จัดกิจกรรมให้เด็ก ๆ

จากการเข้าร่วมกิจกรรมเยาวชน ได้เจอกับเพื่อนใหม่ๆ จากต่างที่ ต่างจังหวัดได้รับมิตรภาพที่ดี ได้ความรู้และเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ทำงานกันเป็นกลุ่ม มีการออกความคิดเห็นกัน ยอมรับเสียงส่วนมาก มากกว่าเสียงส่วนน้อย มีความสามัคคีกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ได้ทำกิจกรรมที่สนุกสนาน เฮฮา และได้รับความรักที่ดีจากเพื่อนๆ

สิ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้บีมและเพื่อนๆ เยาวชนมีความเชื่อ ความศรัทธาต่อพระเจ้า



มากยิ่งขึ้น คือ การจับกลุ่มกันชวนกันมาวัด
อย่างสม่ำเสมอ เพราะการมาวัดเป็นประจำทุก
วันอาทิตย์ หรือมาวัดทุกเช้าวันธรรมดา เป็นการ
เข้ามาหาพระเจ้าสวดขอพรกับพระเจ้าและ
พระนางมารีย์ มาคุยกับพระเจ้าในสิ่งที่เรา
ไม่สบายใจ สารภาพในสิ่งที่เราทำผิดไป พระเจ้า
จะรับฟังและทรงให้อภัยเราเสมอ ปีมจึงอยากให้
พี่น้องเยาวชนทุกคนที่ห่างเหินจากวัดจากพระเจ้า
ไป ได้หันหน้ากลับมาคืนดีต่อพระเจ้า และจับ
กลุ่มกันทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน มีจิตอาสาเพื่อ
ที่จะช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาส ยอมสละเวลาที่เรา
อยู่เทคโนโลยีต่างๆ หรือโลกโซเชียลสักเล็กน้อย
เพื่อที่จะไปพบปะกับผู้คนอื่นๆ และทำกิจกรรม
ดีๆ ด้วยกัน ๕



เราไม่จำเป็นต้อง
ทำสิ่งที่ยิ่งใหญ่
แค่ทำสิ่งเล็กๆ
ด้วยความรัก
อันยิ่งใหญ่ก็พอ ...

นักบุญเทเรซาแห่งกัลกัตตา



Dada Sound
www.dadasoundsystem.com

Professional Light & Sound Systems

We provide a variety of equipments that are suitable for all type of events; Grand Opening, Product Launches, Concert, Fashion Show, Wedding, Seminar, Conference, Party, Exhibition & Expo.

tel: +66(0)2-424-6150, +66(0)2-434-0912
contact: www.dadasoundsystem.com
facebook.com/dadasoundsystem
dadasoundsystem@yahoo.com
dada_sound@hotmail.com
IG: @dadasoundsystem



รับจัดระบบแสงสีเสียงและเครื่องดนตรี
สำหรับงานแต่งงานทั่วประเทศ



คุณสมโภชน์ - จินดา ศรีประยูร

บริษัท ดาดาซาวด์ จำกัด

63/3 ถนนบางขุนนนท์ แขวงบางขุนนนท์

เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร 10700

โทร./แฟกซ์: 0-2424-6150, 0-2434-0912

ราคาพิเศษสุด..สำหรับงานคริสตชน

ติดต่อ คุณสุภาดา 081-823-7860

ชวนน้องคุย

“ยิ้ม ยิ้ม ยิ้ม 2017”

“รอยยิ้ม” ทำให้โลกสวย เสริมสร้างกำลังใจ ...ทุกครั้ง ที่น้องๆ มีภาพสวยๆ ยิ้มๆ ก็รีบส่งภาพ มาร่วมสนุกแบ่งปัน รอยยิ้ม กับโครงการ “ยิ้ม... ยิ้ม... ยิ้ม... 2017” กับ สโมสรอุดมคานต์ ในคอลัมน์ “จูเนียร์โฟโต้” ขอแบบเป็น รอยยิ้มชัดๆ นะครับ

พี่ป้อง ขอขอบคุณบรรดาคุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครอง และผู้ใหญ่ใจดีทุกๆ ท่าน ที่คอยสนับสนุนกิจกรรมนี้ ขอขอบคุณอีกครั้งสำหรับความกรุณาต่างๆ มา ณ โอกาสนี้ และในเวลาเดียวกันขอเชิญชวนให้ส่งภาพ “ยิ้ม ยิ้ม ยิ้ม” ของน้องๆ เด็กๆ เข้ามาร่วมสนุกกันเยอะๆ เมื่อส่งภาพ มาร่วมสนุก...อย่าลืมเขียนชื่อ ที่อยู่ และ “ตั้งชื่อภาพ” มาด้วยก็จะดีมากครับ

ส่งมาที่ พี่ป้อง สโมสรอุดมคานต์ ชั้น 8 เลขที่ 122/11 ซ.นนทรี 14 ถ.นนทรี ยานนาวา กรุงเทพมหานคร 10120 หรือส่งทาง E-mail: udomsarn@gmail.com นะครับ

ชวนน้องคุย

สวัสดีน้องๆ เด็กๆ ที่น่ารักทุกคน พี่เชื่อว่า น้องๆ ทุกคนคงสบายดี และสบายใจ เพราะ ผ่านการสอบกันไปหมดแล้ว อย่างไรก็ดีช่วงเวลา ของการปิดเทอม ก็ไม่ได้หมายถึงปิดหนังสือหรือ ปิดตำรา แต่น่าจะเป็นการเตรียมตัวให้พร้อม สำหรับการเปิดเทอมใหม่ เตรียมพร้อมรับวิชา ความรู้ใหม่ๆ เราจึงควรเปิดหนังสือใหม่ ค่อยๆ อ่าน ค่อยๆ เตรียมเอาไว้ตั้งแต่เนิ่น

น้องๆ บางคนอาจจะเดินทางไปเที่ยว บางคนเรียนพิเศษเพิ่มเติมในวิชาต่างๆ ขอให้สมหวังในสิ่งที่ปรารถนา ขอให้ตั้งใจอย่างดี และขอให้ประสบความสำเร็จ แต่อย่าลืมว่า อย่าขาดความหวัง อย่าท้อแท้ เราต้องก้าวเดิน ต่อไป ลู๊ ลู๊...

สำหรับน้องๆ ที่สนใจ อยากจะสมัคร เป็นสมาชิกของสโมสรอุดมคานต์ “สมัครฟรี” รีบกรอก “แบบฟอร์มใบสมัคร” แล้วส่งกลับ มาหาพี่ป้องตามที่อยู่ของสโมสรฯ ยินดีต้อนรับ ทุกคน ครับผม

รางวัลชมเชย

น้องสรเรณิญา บัวสิงห์ น้องสืบสกุล ชัยวิเชียร น้องจันทราทิพย์ กิจไพศาล น้องดรุณี สร้อยมาลา
น้องธันนา เสนาจักร และน้องจูเนียร์ ชัยวิเชียร

แสงอาทิตย์

เธอทราบหรือไม่ว่ามีสุขภาพสตรีในพระคัมภีร์ผู้หนึ่งคับอกคับใจ เพราะเธอมีผิวดำ หนังสือเล่มหนึ่งในพระคัมภีร์เขียนประหนึ่งว่า เจ้าสาวพูดกับเจ้าบ่าวของเธอว่า “อย่าจ้องมองดิฉันที่มีผิวดำเพราะแสงแดดเผาฉัน” เธออธิบายว่า ผิวดำของเธอคือเพราะพี่ชายของเธอโกรธเธอ และให้เธอไปทำงานในสวนองุ่น ในขณะที่แสงอาทิตย์ร้อนจัด... แต่เจ้าบ่าวบอกกับเธอว่า “เธอทิ้งามกว่าหญิงใดๆ...”

ในช่วงฤดูร้อนจะมีความสุขถ้าได้ว่ายน้ำ และเล่นบอลลีแสงอาทิตย์ แต่ถ้าต้องทำงาน

ตลอดวันภายใต้แสงอาทิตย์ที่ร้อนระอุก็คงไม่สนุกแน่ แต่ก็ยังดีกว่าการทำงานในที่ที่เป็นน้ำแข็งเยือกเย็นและมีหิมะ ลองคิดดูว่าจะเลวร้ายเพียงใดถ้าไม่มีแสงอาทิตย์... เราต้องการแสงอาทิตย์ของพระเจ้า เพื่อการเจริญเติบโตของดอกไม้ พืชพันธุ์ และผักต่างๆ เพื่อตัวของเธอเองจะได้เติบโตมีสุขภาพแข็งแรง และเพื่อเป็นแสงสว่างสำหรับสิ่งอื่นๆ อีกมากมายในโลก

น้องๆ ควรอ่าน **พระคัมภีร์ภาคพันธสัญญาเดิม** ในหนังสือ **เพลงซาโลมอน** บทที่ 1 ข้อ 5 -8 นะครับ

การ์ตูน...คนดี

“ชอบเดินทางไปเพื่อบรรเทา”

(เป็นแสงสว่าง
ที่ไม่หยุดอยู่กับที่)

... travel light

จากการ์ตูน Saints...are...ของโมค
ถอดความโดย : ครุบ้านนอก



สมาชิกใหม่

สวัสดีครับ...มาถึงช่วงของ “สมาชิกใหม่” จุดประสงค์ของสโมสรฯ เพื่อให้เพื่อนๆ ได้รู้จัก “เพื่อนใหม่” สโมสรฯ แต่หากต้องการรู้จักกันมากขึ้น แลกเปลี่ยนความคิด แบ่งปันประสบการณ์ ก็ขอให้ติดต่อผ่านทางโรงเรียน หรือ สถาบันที่เพื่อนใหม่สังกัด นะครับ



น้องจักรพรรดิ แพ่งพันธ์ (ฟลุค) *3268

เกิด : 7 กันยายน 2545

การศึกษา : โรงเรียนดาราสมุทร ศรีราชา จ.ชลบุรี

วิชาที่ชอบ : ภาษาจีน เพราะชอบภาษาต่างประเทศ

อนาคตอยากเป็น : สจ๊วต (พนักงานบนเครื่องบิน) และเพราะอยากใช้ความรู้ อยากใช้ภาษาต่างประเทศที่ตัวเองเรียนมาให้เกิดประโยชน์

เป็นคนมีนิสัย : ร่าเริง

สัตว์ที่ชอบ : แมว

ชอบใช้เวลาว่าง : ดูหนัง ฟังเพลง

กีฬาที่ชอบ : แบดมินตัน

อาหารที่ชอบ : สดเจ็ก

ความสามารถพิเศษ : ว่ายน้ำ

อื่นๆ : มีพี่น้อง 2 คน เป็นชาย 2 คน เป็นคนที่ 1



น้องปิยวิชญ์ พานถม (ยุบิ) *3269

เกิด : 24 พฤศจิกายน 2543

การศึกษา : โรงเรียนดาราสมุทร ศรีราชา จ.ชลบุรี

วิชาที่ชอบ : ภาษาไทย เพราะสนุกดี เข้าใจง่าย

อนาคตอยากเป็น : พระสงฆ์ หรือครูคำสอน เพราะอยากช่วย

วิญญานให้รอด ให้ผู้อื่นได้รู้จักพระเยซูเจ้า

เป็นคนมีนิสัย : สนุกสนาน ร่าเริง เฮฮา

สัตว์ที่ชอบ : สุนัข

ชอบใช้เวลาว่าง : ดูหนัง อ่านหนังสือ

กีฬาที่ชอบ : แบดมินตัน

อาหารที่ชอบ : ผัดกะเพรา

ความสามารถพิเศษ : ชอบร้องเพลง

อื่นๆ : เป็นลูกคนเดียว ครับ

ชวประมกบล

สวสดีคะนึ่งๆ ที่นารักทกคน ฉบับนี้พีออยมีนิทานมาฝากอีกเช่นเคย ชื่อเรื่อง “ชวประมกบล” เรื่องมีอยู่ว่า

ครั้งหนึ่งมีชวชวประมกบลคนหนึ่ง เขามีอาชีพจับปลาและเขาจะเอาเรือออกไปหาปลาแทบทุกวันไม่เคยพัก ยกเว้นเวลาที่มีคลื่นลมแรงที่ไม่สามารถนำเรือออกจากฝั่งได้ ชวประมกบลนี้ได้เลี้ยงลิงเอาไว้หลายตัว และเนื่องจากเขาปลุกกล้วยและมะพร้าวเอาไว้ด้วย พวกลิงจึงชอบที่จะกินกล้วยและมะพร้าวที่บ้านของชวประมกบล

เวลาที่เขาออกเรือไปจับปลา ชวประมกบลมักจะพาพวกลิงออกไปด้วย พวกลิงก็นั่งอยู่ในเรือกินกล้วยกินมะพร้าวและมองดูชวประมกบลจับปลาไปเรื่อยๆ หรือบางทีพวกมันก็เล่นซุกซนกันเองและส่งเสียงดัง แต่ชวประมกบลก็ไม่ได้ว่อะไรพวกมัน แต่เขากลับชอบที่มีพวกลิงนั่งเรือไปด้วยกับเขา

อยู่มาวันหนึ่งเพื่อนบ้านก็มาเล่าให้ฟังว่า จะมีการจัดงานเทศกาลในเมือง มีของมาขายเยอะ ร้านค้ามากมาย มีวงดนตรีมาร้องเพลง และมีเครื่องเล่นต่างๆ มาให้เล่นด้วย ชวประมกบลจึงคิดได้ว่าเขาน่าจะไปขายที่งานเทศกาลนี้ด้วย คงจะขายดี เขาจึงจัดเตรียมที่จะเอาของไปขาย มีทั้งปลาที่เขาเอามาทำเป็นปลาเค็ม ปลาตัวเล็กตัวน้อย กุ้งแห้งตัวเล็กๆ และยังมีปลาสดๆ ที่เขาเพิ่งจับได้ก็จะเอาไปขายด้วย

เมื่อวันงานเทศกาลเริ่มขึ้นเขาจึงเข้าไปในเมือง เขาไม่ได้พาพวกลิงไปด้วย เขาหอบหัวข้าวของเพื่อไปขาย แต่เช้า พวกลิงก็เห็นว่าเขาเดินหายไป พวกมันก็ได้แต่สงสัยว่าเขาไปไหน ลักพักพวกลิงก็เริ่มหาอาหารกินกันเอง เช่น กล้วยและมะพร้าว กินกันจนอิ่ม อยู่เฉยๆ ก็ไม่เป็น และมันเริ่มเบื่ ที่สุดลิงตัวหนึ่งมันนึกสนุก จึงลากเรือของชวประมกบลออกไปในทะเล ลิงตัวอื่นๆ ก็กระโดดขึ้นเรือตามไป ลิงแต่ละตัวก็ซุกซนพวกมันเริ่มเอาแหออกมาเพื่อจะจับปลา ทำตามทีพวกมันเห็นชวประมกบลเคยทำ เพราะมันคิดว่าถ้าชวประมกบลทำได้พวกมันก็ต้องทำได้สิ “ไม่ยาก!”

เวลาผ่านไปตั้งแต่เช้าจนถึงค่ำ พวกลิงก็จับปลาไม่ได้ แถมยังทำแหของชวประมกบลลงในทะเลจมหายไปอีก และพวกมันพายเรือกลับเข้าฝั่งเองก็ไม่มีอีก ทำให้พวกมันติดอยู่กลางทะเล เมื่อชวประมกบลกลับมาเห็นว่าเรือของเขาหายไปก็ตกใจมาก และท้องฟ้าก็มืดแล้ว เขาไม่สามารถเห็นเรือของเขาได้ เขาคิดว่าคงมีคนมาขโมยไปตอนที่เขาไม่อยู่แน่ๆ แต่ก็ทำอะไรไม่ได้ จึงเข้าไปนอนและรอให้สว่างก่อนจึงจะออกไปดู

พอรุ่งเช้า ชวประมกบลก็ออกมาดูเขาจึงเห็นเรือลำหนึ่งลอยอยู่ไกลลิบๆ เขาคิดว่าน่าจะเป็นเรือของเขา เขาจึงขอความช่วยเหลือจากเพื่อนบ้านให้ออกเรือไปดูเรือของเขา เมื่อไปถึงเรือ เขาก็พบว่าพวกลิงนอนแผ่อยู่เต็มเรือ พวกมันหมดแรงจากการไม่มีน้ำดื่มและอาหาร ชวประมกบลจึงรับนำเรือของเขากลับเข้าฝั่งและขอบคุณเพื่อนบ้านที่ช่วยเหลือเขา จากนั้นเขาก็ดูแลพวกลิงและหาน้ำหาอาหารให้มันกิน แล้วก็บ่นกับลิงว่าไม่น่าพยายามเลียนแบบเขาเลย ชวประมกบลยังต้องเอาเงินที่ได้จากการขายของไปซื้ออวนใหม่ เพราะอวนผืนเดิมมันจมหายไปไหนเลยเสียแล้ว

หลังจากนั้นชวประมกบลก็ไม่เคยปล่อยทิ้งของที่สำคัญๆ ของเขาไว้อีกเลย เพื่อไม่ให้พวกลิงเอาไปเล่นอีก และพวกลิงก็ไม่กล้าเอาเรือออกไปเล่นเพียงลำพังอีกเลย

นิทานเรื่องนี้สอนให้รู้ว่า เวลาเราเห็นผู้ใหญ่ทำอะไร ไม่ใช่ที่เราจะสามารถทำตามได้ง่ายๆ บางอย่างก็ต้องอาศัยความชำนาญและการฝึกฝน ดังนั้นถ้าเด็กๆ จะทำอะไรควรจะถามคุณพ่อคุณแม่ก่อนว่าจะทำได้ไหม... แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้าละ บ้ายบาย ๕

แบบฟอร์มสมัครสมาชิกใหม่

สโมสรอุดมคานต์



ชื่อเล่น.....
 ชื่อ.....นามสกุล.....อายุ.....ปี
 ที่อยู่.....

โทรศัพท์.....
 เกิดวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ชื่อบิดา.....นามสกุล.....

ชื่อมารดา.....นามสกุล.....

มีพี่น้อง.....คน เป็นชาย.....คน เป็นหญิง.....คน เป็นคนที่.....

เรียนที่โรงเรียน.....ชั้น.....

วิชาที่ชอบ.....เพราะ.....

อนาคตอยากเป็น.....

เพราะ.....

เป็นคนมีนิสัย.....

สัตว์เลี้ยงที่ชอบ.....

ชอบใช้เวลาว่าง.....

กีฬาที่ชอบ.....

อาหารที่ชอบ.....

ความสามารถพิเศษ.....

อื่นๆ.....

หมายเหตุ : ขอบภาพถ่าย 2 ใบ จะเป็นภาพสีหรือขาว-ดำ ก็ได้
 กรอกใบสมัครแล้วรีบส่งมาที่ **ฟัปอง**

สโมสรอุดมคานต์

ชั้น 8 อาคารเลขที่ 122/11

ข.นาคลู่วรรณ (หนทรี14) ถ.หนทรี ซ่องหนทรี ยานนาวา กทม. 10120

ยินดีต้อนรับน้องๆ ทุกคน

สู้ สโมสรอุดมคานต์ ครับ



มุมเด็กศิลป์คราวนี้ชื่อภาพ
“วางใจในพระองค์”

ระบายสีเสร็จแล้วส่งมาร่วมสนุกชิงรางวัลกันนะคะ
(หมดเขตรับผลงานวันที่ 9 เมษายน 2017)



คนอื่นคือของขวัญจากพระเจ้า



- คนดีคือผู้ที่คิดว่าตนฉลาดกว่าคนอื่น
ยามจะแสดงว่าไม่ใช่คนที่เอาแต่ความคิดตน
ก็กลายเป็นทำเพียงเพื่อจะชนะความเข้าใจ
ที่คนอื่นมีต่อตัวเอง
จึงพลาดที่จะซื่อสัตย์ต่อความจริงซ้ำอีก
- คนใจแคบคือผู้ที่มองเห็นแต่จุดหมายของตน
มุ่งไปให้ถึงโดยไม่คำนึงถึงชีวิตสองข้างทาง
ชีวิตคน ชีวิตสัตว์แล้วเหยียบย่ำไปอย่างเลือดเย็น
- คำแก้ตัวเมื่อถูกประณาม
ก็วนเวียนอยู่กับประโยคที่ว่า
ผมไม่รู้เลย ผมทำไปด้วยเจตนาดี

- ซึ่งเป็นคำประกาศความคับแคบ
ทั้งจิตใจ ประสบการณ์และทัศนคติ
เพราะเจตนาดีของตนก็ยังมีค่าน้อยกว่าชีวิตผู้คนอยู่ดี
- คนดี เล็กเป็นได้ง่ายๆด้วยการเลิกแก้ตัว
เพื่อพยายามพิสูจน์ว่าตนดีกว่าคนอื่น
คนใจแคบแคบ แก้ไขได้
ด้วยการมองเห็นพระพรอันน่าพิศวงของพระเจ้า
ในชีวิตผู้อื่นและชื่นชมคนอื่นนั้น

พงศ์ ประมวล

15 กุมภาพันธ์ 2017

สโมสรอุดมศึกษา

พี่ป๊องและชาวคณะ

ผลการประกวดภาพวาดระบายสี



1 ด.ญ.ปริญกร แซ่หล่อ
โรงเรียนชาวตากรัฐศึกษา
กรุงเทพมหานคร



2 ด.ช.คณุตม์ อ่อนสุวรรณ
โรงเรียนสายน้ำทิพย์
กรุงเทพมหานคร



3 ด.ญ.ปารุดา อ่อนสุวรรณ
โรงเรียนสายน้ำทิพย์
กรุงเทพมหานคร

จูเนียร์ ไฟท์



ชื่อภาพ : เด็กดี เด็กหญิงดวงฝัน ตะทะสกุล (น้องเจนเจิ้ล)
ผู้ส่ง: แม่ตาล



คณะกรรมการคริสตศาสนธรรม 10 สังฆมณฑล เข้าร่วมสัมมนาที่นครสวรรค์ และศูนย์แพร่ธรรม มังเข็กน้อย เมื่อวันที่ 21-24 กุมภาพันธ์ 2017 โดยมีพระคุณเจ้าวีระ อารมณโรจน์ คุณพ่อวัชศิลป์ กฤษ เจริญ บรรดาผู้อำนวยการศูนย์คำสอน และเจ้าหน้าที่ศูนย์ทุกท่านเข้าร่วม ที่ศูนย์อบรม Bonus Pastor สังฆมณฑลนครสวรรค์



บินตลอด 24 ชม.

ขณะที่คุณหลับ เครื่องบินของเรา
GLOBAL DISTRIBUTION ALLIANCE
กำลังทะยานสู่ท้องฟ้า



WWW.GDA.CO.TH
0-2713-5500

บริการส่งพัสดุภัณฑ์ทางอากาศ บริการประทับใจ ทั่วโลก

ไม่ว่าจะเป็นกลางวันหรือกลางคืน หรือความแตกต่างของเวลาแต่ละประเทศ
บนโลก ก็ไม่เป็นอุปสรรคต่อการทำงานของเรา GDA เพราะเราทำงานกัน
ตลอด 24 ชั่วโมง เพื่อนำส่งพัสดุภัณฑ์ของท่านสู่จุดหมายอย่างปลอดภัยและ
ตรงเวลา ครอบคลุมทั่วโลกยังไม่หยุดหมุน เรา GDA จะไม่หยุดทำงานให้แก่ท่าน
เช่นกัน

คุณจึงมั่นใจได้ว่า "GDA...รอบรู้ทุกเส้นทางทั่วโลก"



GLOBAL DISTRIBUTION ALLIANCE : Head Office 47 Soi Sukchai (Yak Ban Kluay Tai), Sukhumvit 42 Road, Prakanong, Bangkok 10110 Thailand.

The Evolution of Sarasas Affiliated Schools (2015)

ด้านเหนือเมือง



วิทยาลัยเกษตรกรรม

วิทยาลัยเทคโนโลยี

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

วิทยาลัยการอาชีพ

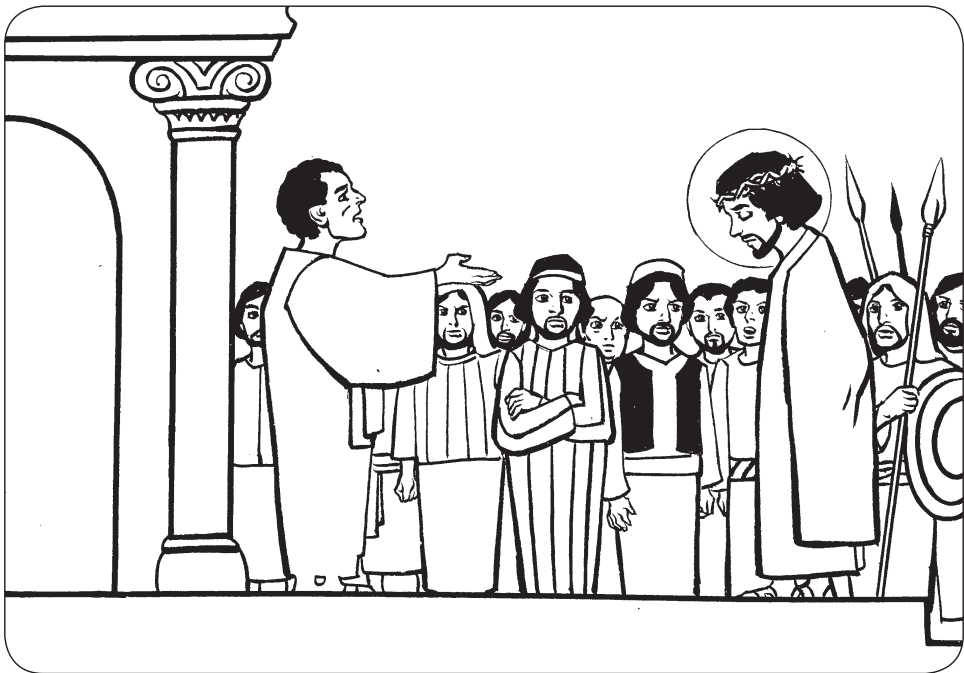
เกมสโมสรอดมศานต์

พื๋อ

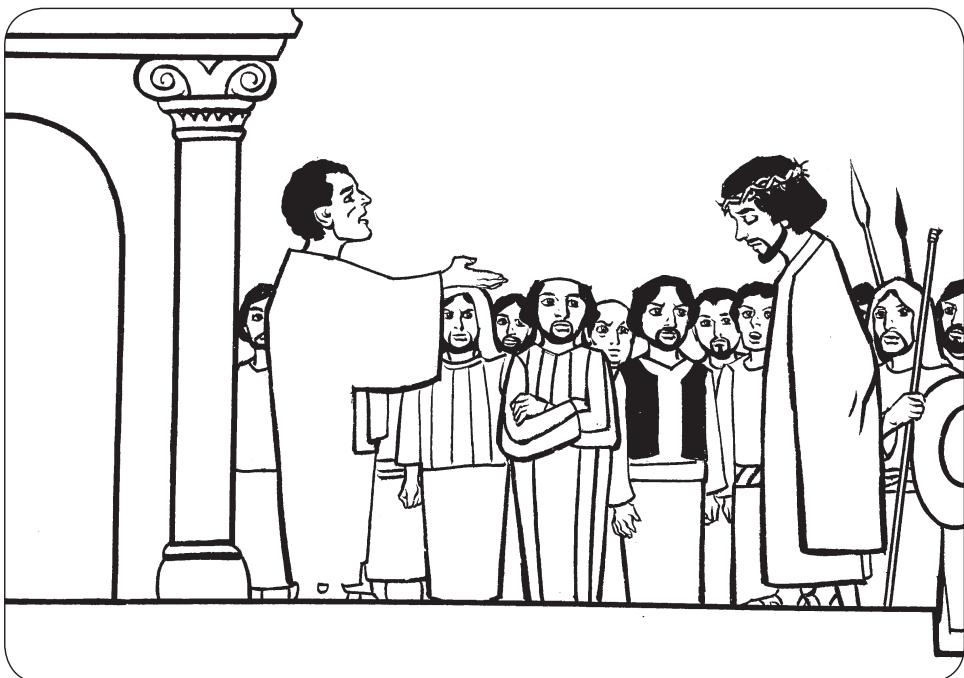
หนทางแห่งทางเขน “พระเยซูเจ้าตรัสว่า ...อย่าร้องไห้ส่งสารเราเลย แต่จงร้องไห้ส่งสารตนเอง และลูกๆ เกิด...เพราะถ้าเขาทำกับไม้สดเช่นนี้ จะเกิดอะไรขึ้นกับไม้แห้ง” (เทียบ ลูคา 23:22-32)

สำหรับเกมฯ ครั้งนี้อยากให้น้องๆ ช่วยกันค้นหาจุดต่างที่มีอยู่ใน 2 ภาพนี้ รวม 10 แห่ง ใครค้นพบครบแล้ว รีบส่งมาร่วมสนุกชิงรางวัลกันนะครับ

(A)



(B)



เพียงเธอห่วงใยใส่ใจวัยเยาว์

นุ่นววย

สวัสดีวันแรกของเทศกาลมหาพรต ซึ่งเริ่มต้นตั้งแต่วันพุธที่ 1 มีนาคม - วันเสาร์ที่ 15 เมษายน มีระยะเวลา 40 วัน โดยเรียก 40 วันนี้ว่าเทศกาลมหาพรต เริ่มต้นกันตั้งแต่วันพุธรับเถ้า - วันเสาร์ศักดิ์สิทธิ์ และสมโภชปัสกาในวันอาทิตย์ที่ 16 เมษายน ซึ่งเป็นวันฉลองที่ยิ่งใหญ่และสำคัญที่สุดของพระศาสนจักร การสมโภชปัสกาเป็นการเฉลิมฉลองที่พระเยซูเจ้าทรงรับทรมาน ลิ่นพระชนม์และทรงกลับคืนพระชนมชีพ เพื่อกอบกู้มนุษยชาติให้คืนดีกับพระเจ้า กลับมาเป็นบุตรสุดที่รักของพระองค์



เทศกาลมหาพรตเรียกร้องคริสตชนให้กลับใจ ใช้โทษบาป การกลับใจ คือการสละน้ำใจของตน ชดเชยบาปตามวิธีการของตน อธิษฐานภาวนาให้กับตนเองและผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่เรารู้สึกไม่ชอบ ไม่เข้าใจเขา ปฏิบัติกิจศรัทธา ได้แก่ การเดินรูป 14 ภาค การเผาศีลมหาสนิท สวดสายประคำ ฯลฯ



พลีกรรมด้วยการอดเนื้ออาหารตลอดเทศกาล และเป็นพิเศษในวันพุธรับเถ้าและวันศุกร์ศักดิ์สิทธิ์ปฏิบัติกิจเมตตาปราณีและแสดงความรักความเมตตา เป็นพิเศษกับผู้ยากไร้ ผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือ และสำคัญที่สุดคือการทำหน้าที่ของตนอย่างซื่อสัตย์ มีความรับผิดชอบต่องานตนเองและผู้อื่น รู้จักอดออมและละเว้นความฟุ้งเฟ้อต่างๆ

เทศกาลมหาพรต เรียกร้องการลงมือปฏิบัติจากใจของเราคริสตชนทุกคน เริ่มต้นลงมือ ลด ละ เลิก ชำระล้างจิตใจเพื่อเตรียมเฉลิมฉลองปัสกาพร้อมกับพระคริสตเจ้ากันนะคะ

สำหรับงานอภิบาลเด็กและเยาวชนในเดือนมีนาคมนี้ มีเรื่องสำคัญคือการประชุมเตรียมงานวันเยาวชนเอเชีย ระหว่างวันที่

20 - 24 มีนาคม 2017 ที่ประเทศอินโดนีเซีย การประชุมครั้งนี้เป็นการประชุมเตรียมงานวันเยาวชนเอเชีย ที่มีผู้ทำงานเยาวชนจากประเทศต่าง ๆ ในเอเชียมาร่วมประชุมมากที่สุด เนื้อหาหลัก ๆ เป็นเรื่องของการเตรียมงาน การเข้าร่วมสัมผัสชีวิตกับพี่น้องคริสตชนในสังฆมณฑลก่อนการเข้าร่วมงานวันเยาวชนเอเชีย เนื้อหาการอบรมรายละเอียดตารางเวลา การประสานความร่วมมือกันในระดับอนุภูมิภาค การไปดูสถานที่พัก สถานที่จัดงาน การเดินทางของแต่ละประเทศ รวมถึงเอกสารการขอวีซ่า การลงทะเบียน และปิดท้ายด้วยรายละเอียดของการประชุมจิตตภาวนาเยาวชนระดับเอเชีย AYMM (Asian Youth Minister meeting) อีกเนื้อหาหนึ่งที่สำคัญเช่นกันคือ ผลสรุปการประชุมสมัชชาพระสังฆราช เรื่อง “กระแสเรียกและพันธกิจของครอบครัวในพระศาสนจักรและในสังคมโลกปัจจุบัน” เนื่องจากครอบครัวคือสถาบันการอบรมแรกของเยาวชน จึงขอคำภาวนาเป็นพิเศษ สำหรับการประชุมเตรียมงานวันเยาวชนเอเชียครั้งนี้ จะให้เกิดผลและมีประโยชน์ต่องานอภิบาลเด็กและเยาวชนค่ะ



อากาศเปลี่ยน...

“เดี๋ยวเย็น.. เดี่ยวร้อน.. เดี่ยวฝน..” ในช่วงที่ “อากาศเปลี่ยนแปลงฉับพลัน” ในบางวัน จะมีทั้งอากาศเย็น อากาศร้อน หรืออาจจะมีฝนตก... ซึ่งบางครั้งลักษณะอากาศอาจเกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงอย่างฉับพลัน หากร่างกายปรับตัวไม่ทันอาจทำให้เจ็บป่วย เป็นไข้หวัด และอาจเกิดโรคแทรกซ้อนต่างๆ ได้ง่าย

สำหรับวิธีการดูแลสุขภาพตนเองและบุคคลในครอบครัวช่วงที่อากาศเปลี่ยนแปลงนั้น ควรออกกำลังกายอย่างเหมาะสม ควรรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และควรทานผลไม้ที่มีวิตามินซีสูง ซึ่งจะช่วยป้องกันไข้หวัดและส่งผลดีต่อสุขภาพ

ทั้งนี้ การปรุงอาหารก็เป็นสิ่งสำคัญ ควรปรุงให้สุกก่อนการบริโภค และใส่ในภาชนะที่สะอาด ควรเติมน้ำสะอาดหรือเติมน้ำต้มสุก และที่สำคัญควรล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนหลังจากที่ทำกิจกรรมต่างๆ และการสวมใส่เสื้อผ้าให้เหมาะสมกับสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลง และหลีกเลี่ยงการอยู่กลางแจ้งแดดจ้าหรือสายฝน

การรักษาสุขภาพเป็นเรื่องสำคัญ นื่องๆ เด็กๆ ควรให้ความสนใจในเรื่องนี้ อย่าคิดว่าการเจ็บป่วยหรือไม่สบายเป็นเรื่องเล็กๆ น้อย ๆ เพราะการเจ็บป่วยก็ทำให้สภาพร่างกายทรุดโทรมลง และอาจติดเชื้อโรคแทรกซ้อนอื่นๆ ได้ง่าย กระนั้นก็ดีควรระวังรักษาสุขภาพของเราแต่ละคนให้ดีๆ โดยการรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ ออกกำลังกายพอเหมาะ ควรพักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ... และอย่าลืมสวดภาวนาก่อนนอนด้วยนะครับ ๕

อยู่ในศีลในพร

ตั้งแต่ผมเขียนบทความเงินหนึ่งทะลันต์มาเนี่ย หากลองนับวันไปมา เดือนมิถุนายนนี้ก็จะครบ 2 ปีพอดี หากผู้อ่านเป็นแฟนนิตยสารอุดมสถานมานานกว่า 2 ปี คงยังจำได้ว่าพื้นที่ตรงนี้เคยเป็นพื้นที่แห่งการประกาศความเชื่อของ “พี่แบ่ง-มันส์” ในคอลัมน์ “ชีวิตมันส์ๆ ของพี่แบ่ง” ผ่านการเดินทางพบปะผู้คน เรื่องราวและเหตุการณ์ต่างๆ ที่พบเจอในชีวิตของแอร์โฮสเตส ทำให้เรามักจะได้อ่านเรื่องสนุกๆ จากพี่แบ่งเสมอ เหตุผลที่พี่แบ่งหายไปและเป็นคอลัมน์เงินหนึ่งทะลันต์ที่มาทำหน้าที่แทนนั้นก็เพราะว่า พี่แบ่งขอตัวไปเลี้ยงลูกน้อย งานเลี้ยงลูกเป็นงานที่สำคัญระดับชาติเนะครับ ผมเชื่อเสมอว่า หากเด็กได้รับการเลี้ยงดูให้พัฒนาเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เพื่อไม่ให้เป็นการแกล้งคม เขาก็จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่เป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนประเทศเพียงเท่านี้ สังคมที่เราอาศัยอยู่ก็จะมีสันติสุขเรื่อยไป

ผมและพี่แบ่ง (ซึ่งบัดนี้ได้กลายเป็นคุณแม่ Full-time ของน้องกวินแล้ว) ได้ติดตามเรื่องราวชีวิตของกันและกันผ่านทางเฟซบุ๊ก ผมพบว่าพี่แบ่งไม่ได้เลี้ยงลูกเพียงอย่างเดียว แต่ยังบริหารจัดการเวลาให้สามารถไปทำธุรกิจส่วนตัวได้หลายอย่าง กิจกรรมของพี่แบ่งที่ผมชื่นชอบและประทับใจเป็นพิเศษก็คือการที่พี่แบ่งได้แบ่งปันเรื่องราวประสบการณ์ชีวิตการทำงานกว่า 10 ปีบนสายอาชีพลูกเรือผ่านทางเพจ “Crew Pang & Crew Club : Cabin Crew Academy” ซึ่งเป็นเพจที่ได้รับความนิยมอย่างมากในเวลานี้ (เห็นได้จากยอดจำนวนผู้ติดตามกว่า 50,000 คน) เพจนี้ไม่เพียงแต่ให้ความรู้ทางด้านการเตรียมตัวเป็นลูกเรือซึ่งเป็นอาชีพใฝ่ฝันของใครหลายๆ คน แต่ยังเป็นการแบ่งปันความรู้ ประสบการณ์ชีวิต และทัศนคติของการดำเนินชีวิตด้วยมุมมองที่น่าสนใจจากพี่แบ่งอีกด้วย ทำให้ผมกลายเป็น #FCพี่แบ่ง ไปโดยไม่รู้ตัว ผู้อ่านอย่า

รีบเชื่อผมจนกว่าจะได้ลองเข้าไปอ่าน เข้าไปฟังในสิ่งที่พี่แบ่งพูดในเพจนะครับ

เมื่อเดือนมกราคมที่ผ่านมา

ผมได้เจอพี่แบ่งอีกครั้งในชั้นเรียนวิชา Seminar ของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ที่มหาวิทยาลัย ผมเชิญพี่แบ่งให้เกียรติมาแบ่งปันความรู้และประสบการณ์ชีวิตให้กับนักศึกษาในหัวข้อ “Customer Service Mindset for SME” นอกจาก “ความคิด” หรือ Mindset ที่สำคัญต่อการทำงานในยุคที่มีการแข่งขันสูงเช่นนี้แล้ว พี่แบ่งยังสอนน้องๆ นักศึกษาถึงแรงบันดาลใจและทักษะในการใช้ชีวิตอีกด้วย

หลังจบการบรรยาย ผมได้พูดคุยกับพี่แบ่งถึงการเตรียมตัวในการหาความรู้เพื่อแบ่งปันแก่ผู้อื่นทั้งทางเพจ #Crew Pang และทางหน้าชั้นเรียนสำหรับนักศึกษาและพนักงานของบริษัทต่างๆ พี่แบ่งได้ให้ข้อสังเกตว่า “เชื่อมั๊ยคะว่าหลายๆ คลาสที่แบ่งไปเข้าร่วมหรือได้รับการเรียนเพิ่มเติมจากปริญญาโทนั้น เราารู้แล้วตั้งแต่เรียนอยู่ชั้นประถม ค่ายผู้นำต่างๆ ได้สอนเราเรื่องของการทำงานเป็นทีม กระบวนการคิดในค่ายได้สอนภาวะความเป็นผู้นำให้กับแบ่ง เรียกได้ว่า หากได้รับการฝึกอบรมจากเด็กที่โตในค่ายจริงๆ นั้น ไม่มีอะไรใหม่สำหรับโลกแห่งการเรียนรู้ปริญญาหรือการทำงานเลยคะ”

พี่แบ่งยังได้แบ่งปันเพิ่มเติมอีกว่า “โชคดีที่แบ่งเป็นเด็กโตในค่าย ผ่าท้องปิดเทอมไว้กับบ้านสวนยอแซฟ กระบวนการคิดต่างๆ สอนให้เราคิดกว้าง คิดมากกว่าที่อื่น คิดยิ่งไปกว่านั้น ทุกๆ การตัดสินใจในการดำเนินชีวิตจะถูกทำให้คิดด้วย ‘รัก รับผิดชอบ ให้อภัย และแบ่งปัน’ ในทุกสถานการณ์ ภายใต้ความคิดนี้จึงได้ดึงดูดกัลยาณมิตรเข้ามาในชีวิตมากมาย รวมถึงคนที่ไม่น่ารัก



กับเราก็จะค่อยๆหายไป ซึ่งแบ่งคิดว่าสิ่งนี้คือพระพรของพระที่ทำให้เราดำเนินชีวิตอยู่ในศีลในพรแม้ว่าจะมีนอกกลุ่มนอกทางไปบ้าง แต่สุดท้าย มโนสำนึกจะทำให้เราระลึกถึงสิ่งที่เราเคยได้รับการอบรมมาโดยตลอดในวัยเด็กค่ะ”

ความคิดแรกของผมที่ตั้งขึ้นหลังจากได้ฟังพี่แบ่งปันคือ “ไม่น่าเชื่อว่าการวิ่งเล่นตามเพื่อนไปค่ายในวัยเด็ก การเข้าร่วมอบรมทำกิจกรรมกับกลุ่มต่างๆ หรือการไปช่วยงานวัด สิ่งเหล่านี้จะตามมาส่งผลกับชีวิตเราได้ถึงเพียงนี้เชียวหรือ?”

เรื่องราวของพี่แบ่งทำให้ผมนึกถึงตัวเองในวัยเด็ก ผมจำได้ว่าเมื่อครั้งฝึกหัดเป็นเด็กช่วยมิสซาแรกๆ นั้นเมื่อจบมิสซาผมก็จะวิ่งไปห้องอาหารบ้านพ่อ เปิดตู้เย็นดื่มน้ำอัดลม 1 ขวด ดื่มเสร็จก็จะเดินกลับออกมาอย่างสบายใจเฉิบ นึกแล้วก็ต้องขอบคุณคุณพ่อเวลานั้นที่ใจดีกับเด็กๆ จนทำให้บ้านพ่อเต็มไปด้วยเด็กๆ ที่มักจะเข้าไปวิ่งเล่นเสมอ เมื่อปิดเทอม คุณพ่อก็มักจะพาเราไปอบรมฟื้นฟูจิตใจค้างแรมที่ต่างจังหวัด ซึ่งสิ่งนี้เป็นกิจกรรมที่เด็กทุกคนตั้งหน้าตั้งตารับวันรอคอยอย่างใจจดใจจ่อ เพราะการไปอบรมฟื้นฟูจิตใจสำหรับพวกเราเด็กช่วยมิสซายังมีความหมายได้อีกอย่างคือ การไปเที่ยวไปกิน ไปวิ่ง ไปเล่นน้ำทะเลและสนุกสนานอื่นๆ อีกมากมาย ดังนั้นการไปวัด การช่วยมิสซา การได้ช่วยงานคุณพ่อในโอกาสฉลองต่างๆ เป็นสิ่งที่พวกเราชอบมากที่สุด

พอเราโตหน่อย แม้คุณพ่อท่านเดิมจะย้ายไปแล้ว แต่พระก็ยังส่งคุณพ่อท่านใหม่ที่ดีไม่แพ้กันมาเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับพวกเรา เราเยาวชนอยากจะฝึกเล่นดนตรี เราขอให้คุณพ่อซื้อเครื่องดนตรีให้ คุณพ่อก็ใจดีซื้อเครื่องดนตรีให้เราเอาไปแบ่งกันเล่นและดูแลรักษาอย่างดี อีกทั้งยังหาครูเก่งๆ มาสอนพวกเราอีก ไม่ว่าจะเป็นบราเดอร์จากบ้านแฉกรใหญ่ หรือคุณพ่อผู้มีความสามารถทางด้านดนตรีก็แวะเวียนกันมาสอนพวกเรา

และก็เป็นจริงอย่างที่พี่แบ่งว่า “ประสบการณ์ในวัยเด็กได้มาปรากฏอยู่ในชีวิตปัจจุบันของเราอย่างน่า

ประหลาดใจ” ทักษะด้านดนตรีของเราในวัยเด็ก ได้ตามมารับใช้ชีวิตเราและยังมีเหลือเฟือพอเพื่อเป็นเครื่องมือในการแบ่งปันพระพรให้แก่ผู้อื่นอีกด้วย นอกจากเรื่องดนตรีแล้ว เรายังถูกสอนให้สวดภาวนาสมาเสมอ คุณพ่อท่านหนึ่งเคยบอกเราว่า “รองจากคุณพ่อผู้ทำมิสซาแล้ว ก็เป็นพวกเราเด็กช่วยมิสซานี้แหละที่ได้ใกล้ชิดพระแท่นมากที่สุด ดังนั้นจงใช้เวลาที่ใกล้ชิดพระนี้เพื่อขอพรพิเศษที่จำเป็นสำหรับชีวิตของเรา” ผมในขณะนั้นที่ยังเป็นเด็กได้ยินคุณพ่อพูดเช่นนี้ก็อยากได้พระพรพิเศษบ้าง จึงทำให้ผมไปช่วยมิสซาอยู่บ่อยๆ ผมจำไม่ได้ว่าในวัยเด็กนั้นผมขออะไรไปบ้างและได้รับพระพรพิเศษตามที่ขอหรือไม่ แต่ผมจำได้แม่นว่าอยู่สิ่งหนึ่งคือเมื่อเวลาที่มีความทุกข์ เหงื่อ เทื่อหรือหมดหวัง ที่เดิมใกล้พระแท่นเหมือนครั้งที่ผมยังเป็นเด็กช่วยมิสซา กลับเป็นที่ๆ ผมชอบไปมากที่สุด

ผมนึกเสียดายที่เวลาแห่งความสนุกในวัยเด็กนั้นผ่านไปเร็วเหลือเกิน แต่ผมกลับพบว่าช่วงเวลาอันน่าประทับใจที่ผ่านไปอย่างรวดเร็วนั้นยังคงอยู่ในใจผมเสมอทุกครั้งที่ผมนึกย้อนกลับไปหามัน แต่สิ่งที่น่าแปลกใจกว่าวันเวลาและเหตุการณ์อันน่าประทับใจทั้งหลายก็คือ “พระผู้เป็นเจ้า องค์ผู้สร้างและบันดาลทุกสิ่งให้งดงาม” พระองค์ได้จูบมือเด็กน้อยเข้าไปในวัตรศีลล้างบาปในวันแรกแห่งการเป็นคริสตชน พระองค์ยังทรงบ่มเพาะความเชื่อในรูปแบบที่เรียบง่ายผ่านการช่วยมิสซาข้างพระแท่นบูชา ตำแหน่งที่ได้ใกล้ชิดพระองค์มากที่สุด พระองค์รู้ว่าเราควรจะมีทักษะการดำเนินชีวิตใดติดตัวไปบ้างเมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ จึงทรงพาเราไปรู้จักและสัมผัสกับผู้คนที่เป็นแบบอย่างที่ดีให้กับเรา พระองค์ยังทรงไม่ลืมที่จะมอบปรีชาญาณให้เราติดตัวไว้ใช้ในชีวิตประจำวัน และผมเชื่อว่า ในวันที่ยอดหวังจากทุกสิ่ง พระองค์จะทรงอยู่เคียงๆ ที่เดิม ในตู้ศีลมหาสนิทบนพระแท่นและรับฟังเราเหมือนครั้งที่เราชอบทำในวัยเด็ก...

“จงฝึกเด็กในทางที่เขาควรจะเป็น และเมื่อโตขึ้นเขาจะไม่หันไปจากทางนั้น” (สุภาษิต 22:6) ❧

พระคัมภีร์เขียนไว้ว่า...(3)

ข้าแต่พระเป็นเจ้า ในบทสวดนี้ ลูกขอเขียนต่อจากบทก่อนในประเด็นที่ศาสตราจารย์ท่านนั้นค้นพบในด้านความเชื่อทางคาทอลิกจากในพระคัมภีร์

เรื่องพระสันตะปาปา

“ซีโมน บุตรของยอห์น ท่านเป็นสุข เพราะไม่ใช่มนุษย์ที่เปิดเผยให้ท่านรู้ แต่พระบิดาเจ้าของเรา ผู้สถิตในสวรรค์ทรงเปิดเผย เรบอกท่านว่า ท่านเป็นศิลา และบนศิลานี้ เราจะสร้างพระศาสนจักรของเรา ประตูนรกจะไม่มีวันชนะพระศาสนจักรได้ เราจะมอบกุญแจอาณาจักรสวรรค์ให้ ทุกสิ่งที่ท่านจะผูกบนแผ่นดินนี้ จะผูกไว้ในสวรรค์ด้วย ทุกสิ่งที่ท่านจะแก้ในแผ่นดินนี้ ก็จะแก้ในสวรรค์ด้วย” (มัทธิว 16:17-19)

พระวาจาของพระเจ้าข้างบนนี้ บ่งชี้ว่าพระเจ้าทรงแต่งตั้งให้นักบุญเปโตรเป็นผู้ดูแลพระศาสนจักรของพระองค์บนโลกนี้ ซึ่งอาจเปรียบเทียบกับได้ว่านักบุญเปโตรเป็น “นายกรัฐมนตรี” คนแรกของ “พระศาสนจักรบนโลกของเรา” และกุญแจที่พระองค์ทรงมอบให้แก่นักบุญเปโตรนั้นคือ สัญลักษณ์ของอำนาจแห่งการบริหารนี้ที่ให้มอบต่อๆ กันมายังผู้ที่สืบทอดตำแหน่งต่อจากท่าน ซึ่งก็คือ พระสันตะปาปา และในเมื่อทรงประทานพระพรและมอบอำนาจแก่ผู้ดูแลพระศาสนจักรของพระองค์คนแรกได้ ก็ย่อมต้องประทานพระพรแก่ผู้สืบทอดต่ออย่างแน่นอน

ดังนั้น พวกเราชาวคาทอลิกจึงเชื่อว่า ตำแหน่งของพระสันตะปาปา คือ ผู้ที่สืบทอดจากนักบุญเปโตรที่ได้รับการเลือกจากพระเจ้าในการดูแลพระศาสนจักรของพระองค์บนโลกนี้

ลองคิดถึงสิ ประเทศที่ไม่มีผู้บริหารสูงสุด ไม่ว่าจะเป็นกษัตริย์ ประธานาธิบดี หรือนายกรัฐมนตรีก็แล้วแต่ จะวุ่นวายโกลาหลขนาดไหน (ลูกคิดเองพระเจ้าข้า...)

รูปปั้นและภาพของพระเยซู พระแม่มารีย์ และนักบุญทั้งหลาย

ในทางคาทอลิก เราจะมีภาพต่างๆ รวมทั้งรูปปั้นของพระเยซู พระแม่มารีย์ และนักบุญทั้งหลาย และมีรูปขององค์พระเยซูบนไม้กางเขน ในขณะที่ในทางพี่น้องคริสเตียนจะมีแต่ไม้กางเขนเปล่าๆ โดยไม่มีพระเยซูและไม่มีรูปปั้นหรือภาพขององค์ใดเลย

คำอธิบายในทางคาทอลิกก็คือ รูปปั้นก็ดี ภาพต่างๆ เหล่านี้ก็ดี มิได้มีไว้ให้คริสตชนคาทอลิกไปกราบไหว้บูชารูปปั้นหรือภาพเหล่านั้น แต่เป็นสัญลักษณ์หรือเครื่องหมายที่เตือนให้เราระลึกถึงแต่ละองค์ต่างหาก

ถามว่า หากเรามองดูภาพที่เราถ่ายกับคนที่เรารัก เวลาเราดูภาพเหล่านั้น กระดาษที่ใช้พิมพ์ภาพหรือคนในภาพมีความหมายสำหรับเรา? ...และพระสงฆ์องค์หนึ่งที่ถูกเคารพยกย่องเขียนเกี่ยวกับธนบัตรว่า ธนบัตรแต่ละใบคือกระดาษ แต่เมื่อประเทศนั้นๆ พิมพ์เป็นธนบัตร พร้อมทั้งกำหนดค่าลงไปบนธนบัตรนั้น กระดาษใบเดิมก็กลายเป็นสัญลักษณ์ของมูลค่าที่พิมพ์อยู่บนนั้น

ดังนั้น หากผู้ใดที่ไปเคารพรูปปั้นหรือภาพพิมพ์ภาพวาด ผู้นั้นก็ไม่ใช่เข้าใจในความหมายของสัญลักษณ์ที่พระศาสนจักรให้ยึดถือเป็นหลักปฏิบัติมา

ในพระคัมภีร์เอง พระเจ้าก็ยังอนุญาตให้มีสัญลักษณ์ในด้านความเชื่อได้ ตอนที่ชาวอิสราเอลบ่นว่าพระเจ้าและโมเสสว่า ทำไมท่านจึงพาพวกเราออกมาจากประเทศอียิปต์ให้ไปตายในถิ่นทุรกันดาร องค์พระผู้เป็นเจ้าทรงพิโรธจึงส่งพิษมากัดประชาชน ทำให้ชาวอิสราเอลล้มตายเป็นจำนวนมาก คนทั้งปวงจึงไปหาโมเสสและสำนักในความผิดและขอให้โมเสสทูลขอ

องค์พระผู้เป็นเจ้าให้ทรงขจัดผู้พิช โมเสสจึงอ่อนน้อม
พระเจ้าเพื่อประชากร แล้วองค์พระผู้เป็นเจ้าตรัสแก่
โมเสสว่า **“จงทำรูปโลหะติดไว้บนเสา ผู้ที่ถูกงูกัดและ
มองดูรูปโลหะนั้นจะรอดชีวิต”** โมเสสจึงทำรูปทองสัมฤทธิ์
ขึ้นติดไว้ที่เสา ผู้ที่ถูกงูกัดและมองดูทองสัมฤทธิ์นั้น
ก็รอดชีวิต” (กตว 21:8-9)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า แม้หากจะยึดถือพระคัมภีร์
เป็นหลัก การมีสัญลักษณ์ในด้านความเชื่อก็ยังเป็น
สิ่งที่พระเจ้าทรงอนุญาตให้มิได้

การสวดส่ายประคำ

การสวดของพี่น้องคริสเตียนกับพระเจ้านั้น
เรียกว่า การสวดอธิษฐาน คำอธิษฐานจะออกมาจาก
ใจแต่ละคนไปยังพระเจ้า ตามแต่ละคนจะอธิษฐาน
เช่นไร ในขณะที่ชาวคาทอลิกจะมีการสวดภาวนาที่
เป็นแบบแผน มีบทสวดที่มีคำสวดภาวนาตายตัวเป็น
บทๆ เป็นต้นว่า บทข้าแต่พระบิดา บทวันทามารีย์
ฯลฯ และที่เป็นสัญลักษณ์ของการสวดภาวนาแบบ
คาทอลิกคือ การสวดส่ายประคำ

เนื่องจากลูกไปแสวงหาพระเจ้าจากทาง
คริสตจักร ดังนั้นลูกจึงชินกับการสวดแบบอธิษฐาน
คือมีอะไรในใจ ไม่ว่าจะเป็นความทุกข์ ความสุข
ความตื่นเต้น ฯลฯ ก็จะมาบอกลูกให้พระเจ้าทรงทราบ
ซึ่งเป็นที่มาของการเขียน “บทสวดของฉัน” จนถึง
ทุกวันนี้ แต่เมื่อลูกได้ตัดสินใจรับศีลล้างบาปเป็นลูก
ของพระองค์คนหนึ่งในฐานะคาทอลิก ลูกก็ควรจะ
สวดภาวนาแบบคาทอลิกทั่วไป ทุกวันนี้ลูกจึงสวด
ต่อพระองค์ทั้งแบบอธิษฐานและแบบภาวนา ทั้งเขียน
ทั้งสวด เป็นสองเท่า

มีคำอธิบายเปรียบเทียบการสวดส่ายประคำที่
บางคนอาจจะเห็นว่าน่าเบื่อ เพราะเหมือนกับเป็นการ
ท่องจำบทสวดซ้ำๆ ซากๆ โดยไม่ได้สวดจากใจว่า หาก
ลูกเล็กๆ คนหนึ่ง บอกกับพ่อหรือแม่ทุกวันว่า “พ่อจ๋า
แม่จ๋า หนูรักพ่อ หนูรักแม่” พ่อหรือแม่จะเบื่อในการ
ฟังลูกพูดเช่นนั้นไหม?

แล้วเราคริสตชนไม่ว่าจะเป็นนิกายใด
นอกจากจะขอนี้ขอโน่นจากพระเจ้าแล้ว เคยบอก
กับพระเยซูเจ้าใหม่ว่า “ข้าแต่พระเยซูเจ้าข้า ลูกรัก
พระองค์?” และคาทอลิกเคยบอกพระแม่ใหม่ว่า
“ข้าแต่พระแม่เจ้าข้า ลูกรักพระแม่?”

เนื่องจากหนังสือเล่มนี้มีตั้ง 182 หน้า หาก
ลูกนำทุกประเด็นมาเขียนคงจะต้องเขียนถึงสิ้นปี
เป็นแน่ ลูกจึงขอจบการนำประเด็นต่างๆ ของความเชื่อ
ของพวกเราจากพระคัมภีร์เพียงเท่านี้ โดยขอเน้นว่า
พี่น้องคริสเตียนและคาทอลิกเป็นพี่น้องคริสตชนที่
ใกล้ชิดกันที่สุด เพราะเรามีพระเจ้าองค์เดียวกัน จะต่างกัน
บ้างก็ในหลักปฏิบัติและหลักความเชื่อบางประการ
เท่านั้น ดังนั้นพวกเราควรจะเป็นหนึ่งเดียวกันใน
การรับใช้พระองค์บนโลกนี้ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
ดังพระดำรัสของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสที่ว่า

“ความเป็นหนึ่งเดียวกันไม่ใช่การบังคับให้ทุกคน
ต้องเป็นเหมือนกันหมดทุกอย่าง แต่มันคือการทำ
หน้าที่อันหลากหลายให้สอดคล้องเพื่อวัตถุประสงค์
เดียวกัน”

ลูกเองมีความตื่นเต้นกับการเขียน “บทสวด
ของฉัน” 3 บทนี้เป็นอย่างยิ่ง เพราะตอนที่ลูกมีอายุ
ครบ 19 ปีเต็ม (รับศีลล้างบาปมาเป็นลูกของพระองค์)
ในการเป็นลูกของพระองค์คนหนึ่งในวันที่ 2 มิถุนายน
2015 นั้น ลูกรู้สึกว่าการได้เลื่อนขั้นขึ้นไปชั้นประถม
สองแล้ว แต่หลังจากได้อ่านหนังสือเล่มนี้ ซึ่งค่อนข้าง
ลึกซึ้งและต้องฟังพระคัมภีร์ทุกชั้นตอนหลายรอบ
แล้วจึงพยายามย่อและนำมาเขียนเป็นบทภาวนา
ง่ายๆ จากใจถวายแด่พระองค์และลูกรู้สึกว่ามัน
ได้จับ กตณ. แล้ว ระดับประถมสี่ พระเจ้าข้า!

ขอพระองค์และพระแม่มารีย์ได้รับการถวาย
เกียรติจากบทสวดของลูกทั้ง 3 บทนี้และทุกๆ บท
ด้วยเทอญ

อาแมน
ลูกของพระองค์คนหนึ่ง

แต่งทุกคู่ชีวิต แต่งทุกชีวิตคู่

...ในวัน	ที่เหนื่อย	และหนัก
เหตุผล	เพราะรัก	จักสู้
ทุกข์ยาก	อย่างไร	รับรู้
จะอยู่	ดูแล	ห่วงใย
...ไม่มี	เหตุผล	ใดอื่น
ที่อยู่	ที่ยืน	ใกล้ใกล้
คำตอบ	ชัดเจน	จากใจ
จะรัก	กันไป	นิรันดร์
...คือความ	จริงใจ	จริงจริง
คือยิ่ง	ทุกข์ยาก	บากบั่น
ก็ยิ่ง	ผูกความ	สัมพันธ์
ให้มัน	คงค่า	กว่าเดิม
...นิยาม	ความรัก	ที่แท้
ไม่มี	ข้อแม้	มาเพิ่ม
ยิ่งที่	ถักทอ	ต่อเติม
สร้างเสริม	สายใย	ยืนยง.

ภัสร์



DESKTOP STAND

TEFFA
DESKTOP STAND

& SHIKIRI RACK

เชื่อว่าทุกๆ ท่านเคยประสบปัญหา โต๊ะทำงานไม่เป็นระเบียบ ของใช้วางกระจัดกระจายเต็มโต๊ะ ท่านทราบหรือไม่ ว่าความยุ่งเหยิงวุ่นวายบนโต๊ะทำงานอาจทำให้ชีวิตของเรายุ่งเหยิงตามไปด้วย วันนี้เรามีตัวช่วย "LIHIT Desktop stand & Shikiri rack" จากประเทศญี่ปุ่นที่จะทำให้ของใช้ต่างๆ บนโต๊ะทำงานของคุณสามารถวางได้อย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย โดยการแบ่งพื้นที่วางของให้เป็นสัดส่วนชัดเจนและสามารถหยิบใช้ได้ง่าย รวมถึงสามารถเพิ่มพื้นที่ให้กับผู้ที่ไม่มีโต๊ะทำงานแคบหรือมีพื้นที่จำกัด ส่งผลให้การทำงานสะดวกรวดเร็ว มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น มีให้เลือกหลายขนาดหลากหลายสีให้เหมาะกับโต๊ะทำงานของคุณ



Boasting Bangkok's most impressive location, the Arnoma Grand is situated in the heart of the thriving Siam area. With Central World, the largest Shopping Mall in Asia, at its doorstep the BTS just a few steps away and just a short walk from the famous Erawan shrine, Arnoma is the perfect city lover's escape.



Address : 99 Rajchadamni Road, Pathumwan, Bangkok 10330, Thailand Telephone : +66 0 2655 5555

E-mail : reservations@arnoma.com www.arnoma.com

Experience the new Arnoma Grand



Felix River Kwai Resort Kanchanaburi being the only 5 stars property in Kanchanaburi is built on a 130-rai plot of pristine riverfront land adjacent to the world famous Bridge on The River Kwai. Each of 255 rooms luxuriously appointed residences offers opacious interiors with warm wood finishing and private balconies that open out to spectacular gardens or magnificent view of the River Kwai.

In addition to the full amenities and an uncompromising standard of service, there is also a complete range of facilities which included two large swimming pools, spa, saunas, a health and massage center, a fitness center, tennis courts and jogging track along the riverside and outstanding food and beverage outlets.



Address : 9/1 Moo 3 Thumakham Aphir Muang, Kanchanaburi 71000 Tel : +66(0) 3455-1000, Fax +66(0) 3455-1033 Email : felix@felixriverkwai.co.th

Bangkok Sales & Reservations Center 9th Floor, PASO Tower, 88 Siam Road, Sulyawong Bangkok 10500, Thailand
Tel : +662 634-4111 Fax : +662 634-4595-7 Email : sales@felixriverkwai.co.th www.felixriverkwai.co.th