



นิตยสารคาทอลิกรายเดือน

# จุดมตาบต

เมษายน 2019

พิมพ์เผยแพร่ครั้งแรก ค.ศ. 1917 / พ.ศ. 2460





**“ความอันตรายที่สุดสำหรับพระศาสนจักรคือ  
ถ้าพระศาสนจักรกลายเป็น (สถาบัน) ทางโลก  
พระศาสนจักรก็ไม่สามารถประกาศพระวรสารได้”**

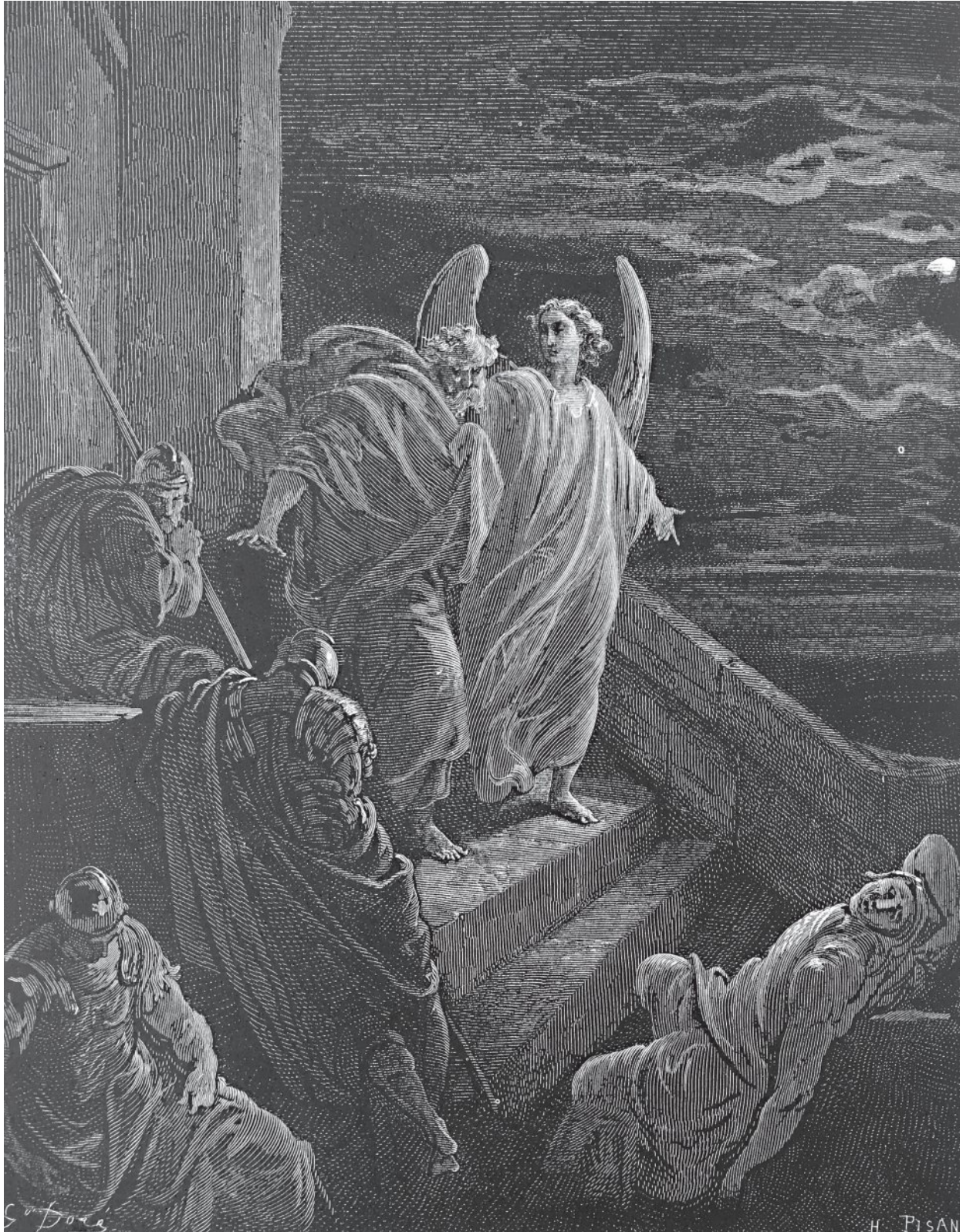
ข้อคิด จากสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส

**พระประสงค์ของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส  
ประจำปี ค.ศ. 2019 เมษายน**

**เพื่อบรรดาแพทย์และผู้ร่วมงานด้านมนุษยธรรม ในภูมิภาคที่มีสงคราม  
ซึ่งต้องเสี่ยงชีวิตของตน เพื่อรักษาชีวิตของผู้อื่น**

# ขุมทรัพย์

พระคัมภีร์ 2019



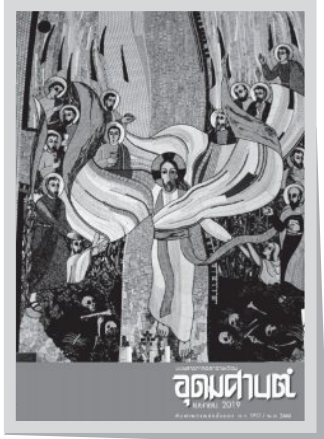
# ทูตสวรรค์ของพระเจ้า มาช่วยเปโตรออกจากคุกขัง

(กจ 12:1-19)

หลังจากพระเยซูเจ้าเสด็จขึ้นสวรรค์และพระจิตเจ้าเสด็จลงมาบังปรดาอัศจรรย์แล้ว พวกเขา ก็เริ่มแพร่ธรรมท่ามกลางการเบียดเบียนจากชาวยิว โดยเฉพาะพวกฟาริสี มหาสมณะ และกษัตริย์เฮโรด ทรงเริ่มเบียดเบียนสมาชิกบางคนของพระศาสนจักร ทรงประหารชีวิตยากอบพี่ชายของยอห์นโดยการ ตัดศีรษะ เมื่อทรงเห็นว่าชาวยิวพอใจ จึงทรงจับกุมเปโตรด้วย ขณะนั้นอยู่ในช่วงเทศกาลขนมปังไร้เชื้อ และเพื่อให้ชาวยิวพอใจยิ่งขึ้น จึงสั่งให้จองจำเปโตรไว้ในคุกโดยมีทหารสี่หมื่น หมู่ละสี่คน เขาใช้วิธี ควบคุมตัวเหมือนเป็นนักโทษของกองทัพโรมัน และตั้งใจว่าพอจบเทศกาลปัสกาแล้ว ก็จะทรงพิจารณาคดีต่อหน้าประชาชนให้เหมือนอย่างที่ทำกับพระเยซูเจ้า

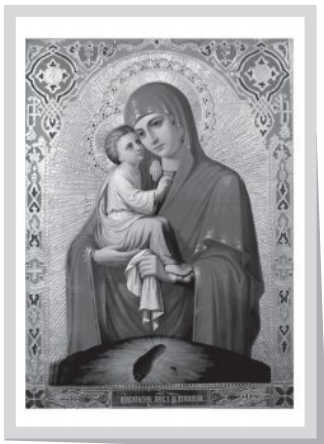
ขณะที่เปโตรถูกจองจำอยู่ในคุก พระศาสนจักรช่วยกันสวดภาวนาให้แก่ท่านตลอดเวลา และในคืนก่อนจะพิจารณาคดีนั้นเอง องค์พระผู้เป็นเจ้าทรงส่งทูตสวรรค์ของพระองค์มาช่วยท่านออกจากคุก โดย ทำให้โซ่หลุดจากมือ และทหารยามที่เฝ้าอยู่ก็หลับใหลท่ามกลางแสงสว่างเจิดจ้าของทูตสวรรค์ ทูตสวรรค์ สั่งให้เปโตรแต่งตัวและตามออกไป ขณะนั้นเปโตรคิดว่าตนเองฝันไป จนกระทั่งเดินผ่านยามชั้นที่หนึ่ง และชั้นที่สอง จนมาถึงประตูเหล็กที่เป็นทางผ่านเข้าไปในเมือง ประตูนั้นก็เปิดออกได้เอง ท่านเดินตามทูตสวรรค์ออกไปตามทางจึงรู้ว่าท่านมิได้ฝันไป และกล่าวว่า “บัดนี้ข้าพเจ้ารู้แน่แล้วว่า องค์พระผู้เป็นเจ้าทรงส่งทูตสวรรค์มาช่วยข้าพเจ้าให้พ้นเงื้อมมือของกษัตริย์เฮโรดและจากความมั่งร้ายทั้งหลายของประชาชนชาวยิว” แล้วท่านก็เดินทางไปยังบ้านของมารีย์มารดาของยอห์น ที่รู้จักกันในนามว่ามาระโก...

...พระเจ้าข้า หนังสือกิจการอัศจรรย์ครั้งแรกได้กล่าวถึงบทบาทอันสำคัญของนักบุญเปโตรผู้นำพระศาสนจักร และในครึ่งส่วนหลังได้กล่าวถึงบทบาทการแพร่ธรรมของนักบุญเปาโล และพระศาสนจักรที่แผ่ขยายออกไปอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง แต่ทุกเหตุการณ์สอนพวกลูกให้รู้จักสวดภาวนา และมีความเชื่อมั่นคงในองค์พระคริสตเจ้าผู้ทรงกลับคืนพระชนมชีพ ว่าพระองค์ทรงประทับอยู่กับพระศาสนจักรเสมอไปตราบนานสืบพิภพอย่างแท้จริง ✠



## ปกหน้า

ภาพพระเยซูเจ้าเสด็จคืนพระชนมชีพในวันอาทิตย์อีสเตอร์ โดยใช้วิธีเรียงหินที่เรียกว่าโมเสกแต่ศิลปินใช้กระเบื้องเซรามิก หินสี และวัสดุแข็งพื้นผิวต่างชนิด ตามส่วนต่างๆ ของภาพ ศิลปินคือ**คุณพ่อ มาร์โก รัปนิค** คุณพ่อคณะเยสุอิต ท่านสร้างภาพติดผนังวัดต่างๆ ด้วยเทคนิคโมเสกนี้หลายแห่งทั้งในกรุงโรม ทั่วประเทศอิตาลีและต่างประเทศ ในวัยหนุ่มท่านได้รับการสนับสนุนจาก**นักบุญยอห์น ปอล ที่ 2 พระสันตะปาปา** บอกให้อธิการบ้านของคณะได้ส่งเสริมคุณพ่อไปเรียนวิชาศิลปะ เมื่อสั่งฆมณฑลคราควอฟสร้างพิพิธภัณฑ์พระสันตะปาปายอห์น ปอล ที่ 2 หลังจากที่ท่านได้รับแต่งตั้งเป็นนักบุญแล้ว ได้ขอให้คุณพ่อรัปนิคเป็นผู้ทำภาพโมเสกในวัดใหญ่ของพิพิธภัณฑ์และวัดน้อยทุกส่วนในพิพิธภัณฑ์แห่งนั้น อุดมคานต์ขอร่วมยินดีกับผู้อ่านในปีสกาของพระเยซูเจ้าที่จะมาถึงล่วงหน้าในการสมโภชเดือนนี้ครับ เราจะเห็นในภาพว่าพระเยซูเจ้าทรงจับมือช่วยเหลือบรรดาผู้ล่วงลับในแดนมรณะให้กลับคืนชีพไปสวรรค์กับพระองค์ด้วย



## ปกหน้าใน

ขอเสนอภาพพระมารดามารีย์และพระบุตรอีกครึ่งนะครับ มีรอยเท้าพระบุตรประทับอยู่ในโลกที่พระองค์ทรงรับเอากายมาบังเกิด เดินเห็นอยู่ในโลก รับทรมาน ลิ่นพระชนม์และกลับคืนชีพ โถ่บาปมนุษย์ ทั้งมวลโดยมีพระมารดาของพระองค์ร่วมรับทรมานผ่านพันไปสู่ปีสกากับพระบุตรของพระนาง ภาพนี้ยังคงเป็นศิลปะแบบไบแซนไทน์ จารีตกรีกออร์ทอดอกซ์รัสเซีย

## โปรดเลือกพรรค

การเลือกตั้งในแบบไทย ๆ จบลงเมื่อวันที่ 24 ของเดือนมีนาคมที่ผ่านมา ความฝุ่นตลบยังไม่จบบ่าวเกิดขึ้นไม่เว้นแต่ละวัน ศาสนาไม่ควรไปยุ่งเกี่ยวกับการเมือง และสิ่งที่ทำได้ดีที่สุดคือการสนับสนุนให้คนออกไปใช้สิทธิ์เลือกตั้ง ไม่ใช่เลือกข้าง เลือกคนดีคือคำที่ทุกคนมีในใจ แต่เลือกใคร เป็นเรื่องส่วนบุคคล ในวันที่เลือกตั้งผมก็เทศน์ไว้ทำนองว่า ถ้าพ่อเลือกตั้งได้พ่อคงเลือกพรรค...วันไว้ให้ลุ้นก่อนจะเฉลยในไม่ก็อดใจว่า พ่อคงเลือก “พักพิงในพระเจ้า”

มีคนบางคนสิ้นหวังกับบรรยากาศแบบนี้ของสังคมไทย แต่ผมสอนตัวเองเสมอว่า ทุกวันความหวังยังอยู่กับเรา อาจไม่ใช่ความหวังใหม่ แต่รับรองว่ามันไม่ใช่เรื่องเก่าแน่ ผมชอบวางหนังสือที่อยากอ่าน เพลงที่อยากฟัง หนังสืออยากดูไว้ในจุดที่สายตาเห็นได้ง่ายๆ เวลาที่เข้ามาที่ห้องก็เลยรู้สึกว่ามีอะไรให้ต้องทำอีกมาก คนทำสื่อถ้าไม่หาความรู้ใส่สมอง หาอะไรใหม่ๆ ใส่ความคิดโลกก็เหมือนถูกปิดตาย ความหวังจึงเป็นเรื่องใกล้ตัวและมีได้ทุกวัน ความหวังไม่ใช่เรื่องเลือนลอยและไกลออกไปอย่างจับต้องไม่ได้ เพราะไกลเกินเอื้อม บางทีผมแค่ดูรายการแปลกๆ สักรายการหนึ่งต่อมความตื่นเต้นสนใจใคร่รู้ บวกกับอารมณ์ความรู้สึกสร้างสรรค์ก็ทำงานของมันในจังหวะที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว วันหนึ่งผมก็เปิดไปเจอรายการรถสี่ชมพู่ เป็นรายการจากประเทศญี่ปุ่น ซึ่งจะพาชายหญิงจำนวนเท่าๆ กันนั่งไปด้วยกัน ในพื้นที่ของประเทศในแถบเอเชีย และในการอยู่ร่วมกันนั้น ถ้าความรักเกิดขึ้นก็ถือว่าเป็นเรื่องที่ดี รายการทำได้น่าสนใจ มากไปกว่านั้นคือ เรื่องราวความสวยงามของภูมิประเทศในแถบเอเชีย และเรื่องราวชีวิตปมของแต่ละคน เบื้องหลังที่เขาจากมาก่อนจะมาเข้ารายการ ในตอนหนึ่งรายการพาไปที่ประเทศเวียดนาม และคนขับรถสี่ชมพู่คนนั้น พาสมาชิกที่ร่วมรายการไปบ้านเพื่อนหรือญาติพี่น้องของเขา หนุ่มสาวในรถที่เป็นชาวญี่ปุ่นทั้งหมด เห็นพ้องต้องกันว่า ครอบครัวชาวเวียดนามทำไม่เยี่ยมแก่จ้ง ทำไมเขามีความสุข คำตอบที่ได้รับคือ พวกเขามีความสุขเพราะเขาอยู่ในครอบครัว เขาใช้ชีวิต ปลูกบ้านอยู่ในบริเวณเดียวกันจะได้ดูแลกัน สังคมของเขาเป็นสังคมเกษตรต้องช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ความสุขของพวกเขา คือการอยู่พร้อมหน้าพร้อมตากัน “ผมเห็นชายหนุ่มหญิงสาวในรายการที่เป็นคนญี่ปุ่นเหล่านั้น คงสงสัย และเริ่มมีคำถามในใจว่า ชีวิตที่เร่งรีบ มีเงินทองในกระเป๋ามากมาย ประสบความสำเร็จ ฯลฯ เหล่านี้คือความสุขใช่ไหม?

“พักพิงในพระเจ้า” ไม่ใช่พรรคการเมือง แต่เป็นช่วงเวลาที่เราอบอุ่น ปลอดภัย มีความสุข และต่อเติมพลัง ลองเลือกดูสิครับ การเลือกแบบนี้อาจจะตัดขาดเราจากช่วงเวลาปลอมๆ ของชีวิต จากการวิ่งวนไขว่คว้าและสรุปสิ่งที่ได้มากับคำว่า “ว่างเปล่า” การอ่านสิ่งดีๆ จากหนังสือเล่มนี้ก็เป็นช่วงเวลาหนึ่งที่เราจะพักอยู่กับพระองค์

สนุกอ่าน สมานชีวิต สนิทพระองค์นะครับท่านผู้อ่านทุกท่าน

บรรณาธิการบริหาร

# ปฏิทิน

เดือนเมษายน

## 6

วันที่ 6 เมษายน

วันจักรี /

มหาธีการินีและสมาชิกคณะรักกางเขนแห่งจันทบุรี ขอเชิญร่วมขอบพระคุณพระเป็นเจ้า ในพิธีบูชาขอบพระคุณ โดยพระสังฆราชซิลวีโอ สิริพงษ์ จรัสศรี โอกาสฉลองครบรอบการปฏิญาณ 70 ปี 60 ปี 50 ปี และการปฏิญาณตนตลอดชีพ ที่อาสนวิหารพระนางมารีอาปฏิสนธินิรมล จันทบุรี วันเสาร์ที่ 6 เมษายน 2019 เวลา 10.00 น.

ฉลองครบรอบการปฏิญาณ 70 ปี  
ซิสเตอร์มารี คริสต็อฟ ประคองโยธารักษ์  
สัตบุรุษวัดอารักษ์เทวดา โคกวัด ปราจีนบุรี

ฉลองครบรอบการปฏิญาณ 60 ปี  
ซิสเตอร์มารี อัลบิना น้ำเงิน อานามนารถ  
สัตบุรุษวัดธรรมาสินีบุญเปโตร ท่าแฉลบ จันทบุรี  
ซิสเตอร์มารี เฮเลน เฉลิมพรรณ พัฒนภิรมย์  
สัตบุรุษอาสนวิหารพระนางมารีอาปฏิสนธินิรมล จันทบุรี  
ซิสเตอร์มารี อัลฟองส์ รพีพร ชาญสว่าง  
สัตบุรุษวัดพระผู้ไต่ เสวภา นครนายก  
ซิสเตอร์มารี ทอมมีนา วิไล สุขสกุล  
สัตบุรุษวัดเซนต์ปอล แปดริ้ว ฉะเชิงเทรา

ฉลองครบรอบการปฏิญาณ 50 ปี  
ซิสเตอร์มารี บัปติสต์ จำเนียร บุญกัน  
สัตบุรุษวัดอัครเทวดามีคาแอล ปราจีนบุรี  
ซิสเตอร์มารี เบดา วันทนา อโศกสกุล  
สัตบุรุษวัดพระหฤทัยแห่งพระเยซูเจ้า ศรีราชา ชลบุรี  
ปฏิญาณตนตลอดชีพ ซิสเตอร์แบร์นาเด็ต แสงคำ ปอด  
สัตบุรุษวัดแม่พระปฏิสนธินิรมล บ้านแม่พิช กำแพงเพชร  
ซิสเตอร์ลูซียา ศรีคำ ปอด  
สัตบุรุษวัดแม่พระปฏิสนธินิรมล บ้านแม่พิช  
กำแพงเพชร

## 28

ฉลองพระเมตตา

วันที่ 28 เมษายน

## 14

วันที่ 14 เมษายน

อาทิตย์มหกรรมมา  
(แห่ใบลาน)

## 21

วันที่ 21 เมษายน

สมโภชปีสภา พระเยซูเจ้า  
ทรงกลับคืนพระชนมชีพ

## 27

วันที่ 27 เมษายน

คณะภคินีนักบุญยอแซฟแห่งการประจักษ์ ขอเชิญร่วม พิธีบูชาขอบพระคุณ โอกาสฉลอง 40 ปี และ 25 ปี แห่งชีวิตนักบวช โดยพระสังฆราชฟิลิป บรรจ ไซธรา เป็นประธาน วันเสาร์ที่ 27 เมษายน 2019 เวลา 10.00 น. ที่อาสนวิหารแม่พระนิรมล อุบลราชธานี

40 ปี แห่งชีวิตนักบวช ซิสเตอร์แพทริเซีย บัจจอร์ จันทร์ลา

25 ปี แห่งชีวิตนักบวช ซิสเตอร์มาติกา นิศาชล รามวงศ์  
ซิสเตอร์โรซา นรินพร สิงห์ใหญ่  
ซิสเตอร์มารีอา เฉลิมศรี มีศรี /

คณะภคินีพระหฤทัยของพระเยซูเจ้า แห่งกรุงเทพฯ ขอเชิญร่วมพิธีบูชาขอบพระคุณ โอกาสปฏิญาณตน ตลอดชีพในชีวิตนักบวชของซิสเตอร์มารีอา สายทอง ธรรมสรณ์กุล สัตบุรุษวัดนักบุญปาทริก จ.เชียงใหม่  
ซิสเตอร์เทเรซาแห่งอาวิลลา จันทนา สิงห์อินันต์  
สัตบุรุษวัดนักบุญอันตน โคกมดตะนอย จ.ราชบุรี

หิรัญสมโภชการปฏิญาณตนในชีวิตนักบวชของซิสเตอร์ มารีอา แสงอรุณ ธารีจิตร สัตบุรุษวัดนักบุญยอแซฟ จ.พระนครศรีอยุธยา ซิสเตอร์คริสตีนา กฤษณา พูลสวัสดิ์ สัตบุรุษวัดนักบุญลูกา บางขาม จ.ลพบุรี

สุวรรณสมโภชการปฏิญาณตนในชีวิตนักบวชของ ซิสเตอร์อาคาทา สุนิย์พร กัตัญญู สัตบุรุษวัดเซนต์นิโกลาส จ.พิษณุโลก ซิสเตอร์มารีอา สมใจ สิงห์สา สัตบุรุษ วัดนักบุญลูกา บางขาม จ.ลพบุรี โดยพระสังฆราชยอแซฟ วุฒิเลิศ แห่งล้อม ประมุขสังฆมณฑลเชียงใหม่ เป็นประธาน วันเสาร์ที่ 27 เมษายน 2019 เวลา 10.00 น. ที่หอประชุม อาคารหนึ่งศตวรรษ โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์



# อุดมการณ์

## คณะผู้จัดทำ

ประธานเลื่อมวลชนคาทอลิกประเทศไทย  
พระคุณเจ้าประธาน ศรีदारุณศีล

## คณะกรรมการที่ปรึกษา

พระสังฆราชลือชัย ชาติวิสัย  
ภราวดาหลุยส์ ซาเนล  
อ.ชัยณรงค์ มนเทียรวิเชียรฉาย

## เจ้าของ

สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย

## ผู้อำนวยการ

คุณพ่ออนุชา ไชยเดช

## บรรณาธิการบริหาร

คุณพ่ออนุชา ไชยเดช

## หัวหน้ากองบรรณาธิการ

วีชรี กิจสวัสดิ์

## กองบรรณาธิการ

เสกสรร กองคำ

## อุดมการณ์ นิตยสารรายเดือน

ฉบับละ 400 บาท  
โอนเข้าบัญชี ธนาคารกรุงเทพ  
สาขาซอยโอเรียนเต็ล บัญชีสะสมทรัพย์  
ชื่อบัญชี การพิมพ์คาทอลิก เลขที่ 226-0-006040  
เช็คขีดคร่อมสั่งจ่าย การพิมพ์คาทอลิก

## สำนักงาน

122/11 ซ.นนทรี 14 (นาคสุวรรณ) ถ.นนทรี แขวงช่องนนทรี  
เขตยานนาวา กรุงเทพฯ 10120 โทร. 0-2681-3900 ต่อ 1805  
โทรสาร 0-2681-5401

CATHOLIC PRESS OF 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 วี.ไอ.พี. โทร. 0-2295-1789

# สารบัญ

## Contents

### สฤ์ป/บทความพิเศษ/สัมภาษณ์

- 6 ปฏิทินคาทอลิก  
8 รักกางเขน ผลผลิตของมิชชันนารี  
อันนำภาคภูมิใจตลอด 350 ปี  
จากการสถาปนามิสซังสยาม  
22 ศูนย์บรรเทาใจสมาคมคาทอลิก  
แห่งประเทศไทย

### ชีวิตคริสตชน

- 32 ข้างธรรมาสัน  
33 กว่าจะเป็นนักบุญ  
34 ระหว่างเดือน  
36 วันละก้าวกับพระเยซู  
38 บั้นที่ภรรยาหลุด  
41 บทความเตือนใจตนเอง  
สนทนาธรรมเลียนโซง  
44 บัญญัติศัพท์  
45 ท่วงทำนองแห่งรัก  
46 พระพรที่ล้ำค่า 'วันเวลา'  
48 ผ่านมา 55 ปี พอดีจะมีเรื่องเล่าสู่กันฟัง  
53 ใต้ตามโค้งตะวัน  
56 คริสต์ คิด กับนักจิตฯ  
60 เยาวชนของเรา

### เด็กและเยาวชน

- 63 ชวนน้องคุย  
66 ผ่อนคลายสไตส์ที่อ้อย  
68 มุมเด็กศิลป์  
73 เกมสโมสร

### กวี-ศิลป์

- 69 พงศ์ ประมวล  
76 หนึ่งทะเลันต์  
78 จดหมายจากผู้อ่าน  
80 เขียนบทกวี เขียนชีวิต

### วิสัยทัศน์

ประชากรของพระเจ้าร่วมเป็น  
หนึ่งเดียวในความรัก แสวงหา  
ติดตามและประกาศพระเยซู  
คริสตเจ้า

### พันธกิจ

พระศาสนจักรในประเทศไทยมุ่งอุทิศตนฟื้นฟู  
ชีวิตให้สัมพันธ์กับพระคริสตเจ้าโดยอาศัยพระ  
วาจาและศีลศักดิ์สิทธิ์ เป็นหนึ่งเดียวร่วมมือ  
และแบ่งปันซึ่งกันและกัน แสวงหาคุณค่าพระ  
อาณาจักรในบริบทสังคม เสวนาอันพี่น้องกับ  
ผู้มีความเชื่ออื่น ประกาศพระเยซูคริสตเจ้า และ  
เป็นประจักษ์พยาน ด้วยการดำเนินชีวิตเรียบง่าย  
รักและรับใช้ปวงชน โดยเน้นผู้ยากไร้

### วัตถุประสงค์

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

สกุ๊ป

คุณพ่ออนุชา ไชยเดช

# รักกางเขน ผลผลิตของมิชชันนารี อันน่าภาคภูมิใจตลอด 350 ปี จากการสถาปนามิสซังสยาม



ในระยะเวลา 350 ปี ที่คาทอลิกในประเทศไทยได้ผ่านวันเวลายาวนานพอสมควร และในปีนี้เป็นปีที่สำคัญเพราะเรามีการเฉลิมฉลอง เรามีการระลึกถึงมิชชันนารีเหล่านั้น แต่แน่นอนว่า ตลอดระยะเวลาที่ยาวนานนั้นเอง มีเรื่องราวเกิดขึ้นมากมาย และมีคณะนักบวชหญิงคณะหนึ่งที่มีส่วนสำคัญ ตั้งแต่

กำเนิด การก่อสร้าง วิถี และความเป็นไป พบกับ **คุณแม่โรสลิน ศรีไพร กระจทอง** มหาธิการินี คณะรักกางเขนแห่งจันทบุรี และประธานสหพันธ์ คณะภคินีรักกางเขนแห่งประเทศไทย ลาว และกัมพูชา ที่จะมาบอกเล่าเรื่องราวของ “รักกางเขน ผลผลิตของมิชชันนารี อันน่าภาคภูมิใจตลอด 350 ปี จากการสถาปนามิสซังสยาม”



## 350 ปี บิซซังสยาม คือ 350 ปี รักกางเขน

เดิมทีเดียว พระสังฆราชปีแอร์ ลัมแบร์ต เดอ ลาม็อต และ พระสังฆราชฟรังซัวส์ บัลลือ ได้รับมอบหมายจากสันตะสำนัก โดยสมเด็จพระสันตะปาปาอเล็กซานเดอร์ ที่ 7 ในปี ค.ศ. 1658 ให้เดินทางมาเผยแผ่ศาสนา แถบภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยมอบให้ พระสังฆราชปีแอร์ ลัมแบร์ต เดอ ลาม็อต เป็นผู้แทนสมเด็จพระสันตะปาปา ในเขตอภิบาลโคชินจีน และ พระสังฆราชฟรังซัวส์ บัลลือ เป็นผู้แทนสมเด็จพระสันตะปาปา ในเขตอภิบาลตั้งเกี่ย ประเทศเวียดนาม

พระสังฆราชปีแอร์ ลัมแบร์ต เดอ ลาม็อต พร้อมผู้ร่วมเดินทาง ออกเดินทาง ในปี ค.ศ. 1660 ใช้เวลาเดินทาง 2 ปีเศษ แต่ไม่สามารถที่จะเข้าไปในประเทศเวียดนามได้ เนื่องจากประเทศเวียดนามมีสงครามและไม่อนุญาตให้ประกาศศาสนา ท่านจึงหยุดที่อยุธยา ประเทศสยาม เมื่อวันที่ 22 สิงหาคม ค.ศ.1662 เพื่อรอคอยเวลาที่ท่านจะเข้าไปในดินแดนที่ท่านได้รับมอบหมาย นี่จึงเป็นที่มาว่าทำไม พระสังฆราชปีแอร์ ลัมแบร์ต เดอ ลาม็อต มิชชันนารีชาวฝรั่งเศส มาถึงประเทศสยาม เป็นคนแรก แต่ทำไมท่านไม่ใช่พระสังฆราชแห่งสยาม เพราะว่าท่านไม่ได้รับมอบหมายให้มาปกครอง

สยาม สยามคือทางผ่านของท่าน เพื่อรอคอย  
เวลาที่ จะเข้าไปในดินแดนที่ท่านได้รับมอบหมาย  
คือประเทศเวียดนาม

เมื่อท่านพำนักอยู่ที่อยุธยา ท่านก็เริ่มงาน  
อภิบาลทันที ด้วยการเข้าเยี่ยม ภาวนา พลิกกรม  
เป็นเวลา 40 วัน จากนั้นท่านได้ศึกษาสภาพชีวิต  
ของคริสตชน ที่มีอยู่ก่อนแล้ว โดยการประกาศ  
ศาสนาของนักบวชธรรมทูต คณะดอมินิกัน  
คณะฟรังซิสกัน และคณะเยสุอิต ท่านก็มอง  
เห็นว่า คริสตชนที่นี่ เชื้อยชา ไม่รู้เรื่องศาสนา  
ดีพอ และไม่ได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด ซึ่ง  
เป็นเรื่องที่ทำให้ท่านเศร้าใจเป็นอย่างมาก  
ครั้งเมื่อธรรมทูตรุ่นที่ 2 ซึ่งมีท่านปลัสสิโอ  
และคุณพ่อลาโน เดินทางมาด้วยกัน  
(ต่อมาคุณพ่อลาโน ได้รับแต่งตั้งให้เป็น  
พระสังฆราชมิสซังสยาม ในปี ค.ศ.1669) และ  
ธรรมทูตรุ่นที่ 3 เดินทางมาถึง ท่านก็ให้จัด

ประชุมสมัชชาที่กรุงศรีอยุธยา หรือ สังคายนา  
อยุธยาทันที ผลที่เกิดจากการประชุมครั้งนี้  
ทำให้เกิดการกำหนดระเบียบปฏิบัติ เป็นเข็มทิศ  
ในการดำเนินชีวิตและการทำงานของธรรมทูต  
เพื่อให้งานแพร่ธรรมมีประสิทธิภาพ ท่านดำริ  
ว่า ต้องสถาปนาสถาบันแพร่ธรรมที่มีสมาชิก  
มุ่งสู่ความครบครัน โดยแบ่งสามกลุ่ม คือ กลุ่ม  
ที่หนึ่ง ประกอบด้วยพระสังฆราช พระสงฆ์และ  
นักบวชชาย กลุ่มที่สอง สงวนไว้สำหรับสตรี  
คือ ภคินีรักไม้กางเขน กลุ่มที่สาม คือ ฆราวาส  
ชาย-หญิงที่อยู่ในโลก ทั้งสามกลุ่มนี้ จะเป็นผู้มี  
ความรักความศรัทธาเป็นพิเศษต่อไม้กางเขน  
ของพระเยซูคริสตเจ้า อย่างไรก็ตาม มีเพียง  
กลุ่มที่สอง คือ ภคินีรักไม้กางเขน ที่ยืนหยัด  
อยู่ได้จนถึงปัจจุบัน นับได้ 350 ปี **“350 ปี  
มิสซังสยาม จึงเป็น 350 ปี รักกางเขน”** ด้วย  
ประการฉะนี้



10 อุดมศานต์ เมษายน 2019



## ชื่อ “รักกางเขน” นั้นมีที่มา หรือ มีเหตุผลอย่างไร

พระสังฆราชปีแอร์ ลัมแบร์ต เดอ ลาม็องต์ ท่านเกิดในตระกูลที่ศรัทธา เป็นตระกูลขุนนางฝรั่งเศส มีพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ที่ศรัทธา ซึ่งพยายามอบรมบุตร ตามความศรัทธาของคนในศตวรรษที่ 17 ที่นิยมอ่านหนังสือ “จำลองแบบพระคริสต์” ท่านเองก็มีความประทับใจอย่างมากในการอ่านหนังสือนี้ ระยะแรกของชีวิตธรรมทูตที่อยุธยา ท่านลัมแบร์ตเล่าว่า ตั้งแต่อายุ 9 ขวบที่ลีซีเออซ์ ท่านได้รับการตลใจให้ก่อตั้งคณะนักบวชคณะหนึ่ง ในนามของผู้มีความศรัทธาพิเศษต่อองค์พระเยซูคริสต์เจ้าผู้ถูกตรึง การตลใจภายในนี้ ได้รับการยืนยันชัดเจนอีกครั้งหนึ่งที่อยุธยา เมื่อท่านมีประสบการณ์สำคัญสองประการ คือ

ประการแรก คือ ชีวิตและการปฏิบัติศาสนาของบรรดาคริสตชนที่รับศีลล้างบาปแล้ว ยิ่งวันยิ่งเลวร้ายลง รวมทั้งการเจริญชีวิตที่ไม่เหมาะสมของบรรดาธรรมทูต ที่ทำงานอยู่ภาคพื้นนี้

ประการที่สอง คือ ท่านได้เห็นจิตตารมณ์ของพระภิกษุสงฆ์ในประเทศไทย ไม่ว่าจะในเรื่องการบำเพ็ญตบะ การบิณฑบาต การอดอาหารอดเนื้อ และอดของมีเมาตลอดชีวิต ที่ทำให้ประชาชนรักและนับถือบุคคลเหล่านั้น

จากเหตุการณ์ทั้งสองนี้ ท่านได้รำพันว่า เพื่อที่จะได้มีธรรมทูตที่เหมาะสมเพื่อการประกาศข่าวดี จำเป็นต้องก่อตั้งคณะนักบวชแพรธรรมที่มีการเจริญชีวิตดีเด่นที่สุด และคณะนักบวชนี้ จะต้องเป็นผู้ที่มีความศรัทธาพิเศษต่อไม้กางเขนของพระเยซูเจ้า ซึ่งท่านได้คิดชื่อนี้มา

นานแล้ว “ผู้รักไม้กางเขน” นับแต่ได้อ่านหนังสือ  
“จำลองแบบพระคริสต์”

เมื่อโอกาสมาถึง ในปี ค.ศ.1670 ท่าน ได้เดินทางไปประเทศเวียดนามและตั้งกลุ่ม ภคินีรักกางเขนกลุ่มแรก ที่ตั้งเกี๋ย (ภาคเหนือ ของเวียดนาม) ต่อมาใน ปี ค.ศ.1671 ตั้งกลุ่ม ที่สอง ที่โคชินจีน (ภาคใต้ของเวียดนาม) อีกหนึ่งปีต่อมา คือ ปี ค.ศ.1672 ท่านได้ตั้ง กลุ่มภคินีรักกางเขน กลุ่มที่สาม ที่อยุธยา ซึ่งนับเป็นปีกำเนิดของคณะรักกางเขน ประเทศ สยาม

## ปัจจุบัน “คณะรักกางเขน” เป็นอย่างไร

คณะรักกางเขนในปัจจุบัน เป็น ครอบครัวใหญ่ ที่มีบุตรสาวสามคน เกิดจาก บิดาคณเดียวกัน คือ พระสังฆราชปีแอร์ ลัมแบร์ต เดอ ลา ม็อต บุตรสาว คนที่ 1 และ คนที่ 2 อยู่ที่ประเทศเวียดนาม ส่วนคนที่ 3 อยู่ ที่ประเทศไทย ลาว และกัมพูชา

ในประเทศไทย มีคณะรักกางเขน แห่ง จันทบุรี คณะรักกางเขน แห่ง ท่าแร่ และคณะ รักกางเขน แห่ง อุบลราชธานี โดยมี คณะ รักกางเขน แห่ง เชียงหวาง สปป.ลาว รวมอยู่





ด้วย ต่อมา มีคณะรักกางเขน แห่งกัมพูจาม ประเทศกัมพูชา ที่เกิดขึ้นมาภายหลัง รวมเรียกว่า สหพันธ์คณะภคินีรักกางเขน แห่ง ประเทศไทย ลาว และกัมพูชา ปัจจุบันมีสมาชิก รวมกัน 375 คน

ในประเทศเวียดนาม มีคณะรักกางเขน รวมทั้งสิ้น 24 คณะ และอีกคณะหนึ่งที่ประเทศ สหรัฐอเมริกา คือ คณะรักกางเขน แห่ง ลอส แอนเจลิส ที่ก่อตั้งใน ปี ค.ศ.1975 จากการรวมตัว กันเมื่อครั้งลี้ภัยการเมืองไปยังสหรัฐอเมริกา ซึ่ง มีสมาชิกรวมกันกว่า 8000 คน คณะรักกางเขน ทุกแห่ง ยึดถือจิตตารมณ์และพันธกิจเดียวกัน ที่ผู้ตั้งคณะมอบให้ และ มีธรรมเนียมเดียวกัน นอกจากแนวทางปฏิบัติที่สอดคล้องกับท้องถิ่นที่ แต่ละคณะตั้งอยู่







## การมีอยู่ของ “รักกางเขน” คือ พระ ประสงค์ของพระเป็นเจ้า หมายความว่า อย่างไรครับ

(ขอกล่าวเฉพาะ คณะรักกางเขน แห่ง  
จันทบุรี) จากการค้นคว้าของคุณพ่อโกสเด ตาม  
หลักฐานทางประวัติศาสตร์

เมื่อคณะรักกางเขน ได้รับการก่อตั้งขึ้น  
โดยพระสังฆราชปีแอร์ ลัมแบร์ต เดอ ลา มีอต  
เมื่อวันที่ 7 กันยายน ค.ศ. 1672 ที่อยุธยา โดย  
มีสมาชิกกลุ่มแรก เพียง 5 คน เป็นชาวโคชินจีน  
เชื้อสายเวียดนามที่อพยพมา ต่อมาสถาบัน  
รักไม้กางเขน ได้รับการรับรองจากสมเด็จพระ  
สันตะปาปา ในรูปแบบการประทานพระกรุณณ์  
บริบูรณ์แก่สถาบัน

เป็นเวลากว่า 200 ปี หลังการกำเนิด  
ของ “รักกางเขน” ในปี ค.ศ. 1672 ภคินี  
รักกางเขน อยู่ในเงามืด เงียบเหงา ไม่มีรายงาน  
ไม่มีผลงาน อันเป็นผลจากการเป็นหญิงที่  
รักสงบ ทำงานรับใช้อยู่เบื้องหลัง แล้วยังมีเรื่อง  
การเมือง การปกครองของกษัตริย์ในบางยุค  
สมัย การสงครามกับประเทศเพื่อนบ้าน มีบันทึก  
ในประวัติศาสตร์พระศาสนจักรในประเทศไทย  
ว่า เมื่อกรุงศรีอยุธยาเสียกรุงแก่พม่าครั้งที่สอง  
ในปี พ.ศ. 2310/ค.ศ.1767 นั้น บ้านเมืองถูกเผา  
รวมทั้งวัดวาอารามและโรงเรียน ในขณะที่  
บ้านเมืองกำลังระส่ำระสายนั้น มีอารามภคินี  
รักไม้กางเขน ที่จันทบุรีเพียงแห่งเดียวเท่านั้น  
และยังมีบันทึกในพงศาวดารว่า บรรดาภคินี  
ที่อยุธยาได้หนีภัยสงครามมากับกองทัพของ



พระเจ้าตาก ภคินีได้ช่วยพยาบาลทหารและชาวบ้าน รวมทั้งเด็กที่เจ็บป่วย และได้ช่วยพยาบาลมารดาของพระเจ้าตากให้ทุเลาจากความเจ็บไข้ ในขณะที่แพทย์หลวงไม่สามารถรักษาได้ เมื่อพระเจ้าตากทรงทราบ ก็ได้เรียกให้ภคินีเข้าเฝ้า และประทานหมากพลู 3 คำ ให้เป็นรางวัล เราจึงเชื่อว่า **รักกางเขน จันทบุรี** สืบเนื่องจาก **รักกางเขน อยุธยา** อย่างแน่นอน

ที่จันทบุรี เริ่มมีบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร ในปี ค.ศ.1803 โดยภคินีจะอยู่ในการปกครองดูแลของพระสังฆราชที่สืบทอดต่อกันมา ซึ่งมีเพียงท่านเดียว คือ **พระสังฆราชคาร์โนลต์** ที่ปกครองดูแลมิสซังสยามในขณะนั้น ภคินีได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิดจาก คุณพ่อเจ้าอาวาส ในแต่ละยุคสมัยตลอดมาตราบจน ปี ค.ศ.1944 เมื่อมีการก่อตั้งมิสซังจันทบุรี คณะ

รักกางเขนแห่งจันทบุรี จึงเป็นภคินีของสังฆมณฑลจันทบุรีโดยสมบูรณ์ นับถึงปัจจุบันเป็นเวลา 75 ปี ซึ่งในปีนี้ สังฆมณฑลจันทบุรีฉลองครบรอบ 75 ปี การก่อตั้งสังฆมณฑล

## ขอคุณแม่เซเว่นชวนผู้สนใจให้มาเข้าร่วมรักกางเขน

การฉลอง 350 ปี มิสซังสยาม และฉลองครบรอบ 75 ปี สังฆมณฑลจันทบุรี เป็นโอกาสที่เหมาะสมมาก ที่เรา **“รักกางเขน”** จะกลับไปดูรากเหง้า ต้นกำเนิดของคณะของเรา และพยายามที่จะทบทวนว่า พันธกิจของเราได้ดำเนินไปตามเป้าหมาย ตามจุดประสงค์ที่ผู้ตั้งคณะได้วางไว้ให้หรือไม่ ปีนี้เป็นปีแห่งพระพรของคณะอีกด้วย คือ เป็นปีสมัชชาของคณะ ซึ่งจัดให้มีขึ้นทุกๆ 5 ปี หัวข้อสมัชชาของเราในครั้งนี้ จึงมุ่งเน้นไปที่การประกาศพระวรสารขึ้นใหม่



# แพคเกจตรวจมะเร็ง ปากมดลูก

1 มกราคม - 31 ธันวาคม 2562

## โดยวิธีตินเพร็พ แพป เทสต์ THIN PREP PAP TEST

เป็นวิธีการใหม่ในการตรวจมะเร็งปากมดลูก ซึ่งสูติแพทย์  
จะเก็บตัวอย่างเซลล์ปากมดลูกนำใส่ขวดน้ำยารักษา  
สภาพเซลล์ส่งห้องปฏิบัติการ เพื่อตรวจหาเซลล์  
ผิดปกติที่บ่งชี้ว่าเป็นเซลล์มะเร็ง  
(รวมค่าแพทย์ + ค่าบริการผู้ป่วยนอก)

1,600.-

## วัคซีน HPV Vaccine

### Package HPV 1

#### ป้องกันมะเร็งปากมดลูก

สามารถป้องกันมะเร็งปากมดลูก HPV  
จำนวน 2 สายพันธุ์ ที่เป็นสาเหตุของ  
มะเร็งปากมดลูก มะเร็งช่องคลอด  
และมะเร็งปากช่องคลอด

(ราคารวมวัคซีน 3 เข็ม + ค่าแพทย์ +  
ค่าบริการผู้ป่วยนอก)

8,100.-

### Package HPV 2

#### ป้องกันมะเร็งปากมดลูก และหูดหงอนไก่

สามารถป้องกันมะเร็งปากมดลูก HPV  
จำนวน 4 สายพันธุ์ ที่ทำให้เกิดมะเร็ง  
ปากมดลูก มะเร็งช่องคลอด  
มะเร็งปากช่องคลอดและหูดที่อวัยวะเพศ

(ราคารวมวัคซีน 3 เข็ม + ค่าแพทย์ +  
ค่าบริการผู้ป่วยนอก)

8,500.-

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม : แผนกสูติ-นรีเวชกรรม โทร 0 2838 5555 ต่อ 10250-1, 0 2838 5563 (สายตรง)



0 2838 5555  
www.saintlouis.or.th



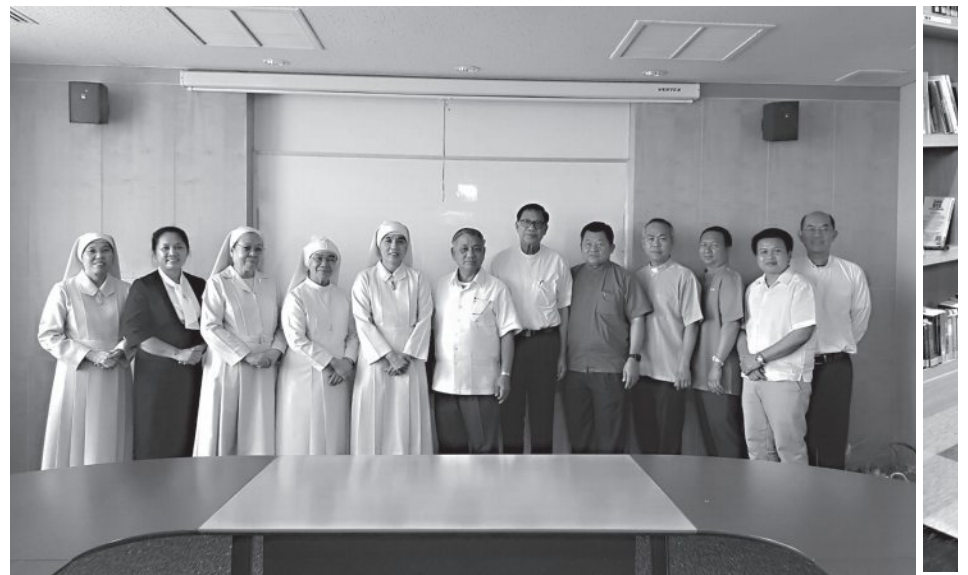
สอดคล้องกับบทกวีกาพย์ชาของสังฆมณฑล และตามแบบฉบับของผู้ตั้งคณะ คือ พระสังฆราชปีแอร์ ลัมแบร์ต เดอ ลาม็อต และ ไม่เพียงแต่เฉพาะรักกางเขนจันทบุรีเท่านั้น ในฐานะที่เราเป็นสหพันธ์ภคินีรักกางเขนฯ เราก็ร่วมมือกันทั้ง 5 คณะ ที่จะหันกลับไปมองรากเหง้า ต้นกำเนิดเดิม และโดยเฉพาะอย่างยิ่ง จิตตารมณ์ ของรักกางเขนนั้น ยังเข้มแข็ง ยังยืนหยัด ในเป้าหมายที่ผู้ตั้งคณะได้มอบไว้ให้หรือไม่

ในระเบียบวินัยฉบับแรก ข้อแรก ของ คณะรักกางเขน ที่พระสังฆราชปีแอร์ ลัมแบร์ต เดอ ลาม็อต เขียนไว้คือ **“ผู้ที่มีจิตใจรักไม้กางเขน**

**ของพระเยซูคริสตเจ้า สามารถสมัครเข้าคณะนี้ ได้”** คณะรักกางเขน แห่ง จันทบุรี ได้ตั้งกลุ่ม ฆราวาสรักไม้กางเขนขึ้น ปีนี้เป็นปีที่ 8 มี สมาชิกถึง 910 คน ทั้งทั้งสังฆมณฑลจันทบุรี เป็นฆราวาส ทั้งชายและหญิง ผู้ใหญ่ และ เยาวชน ที่เจริญชีวิตอยู่ในครอบครัว แต่ว่าถือ จิตตารมณ์รักกางเขน นั่นคือ มีความศรัทธาต่อ พระเยซูคริสตเจ้าผู้ถูกตรึงกางเขน ซึ่งเรามีการ พบปะเพื่อฟื้นฟูจิตตารมณ์นี้ทุกปี

*ขอขอบคุณคุณแม่ศรีไพร กระทบง ที่มาบอกเล่าเรื่องราวของ 350 ปี สถาปนามิสซัง สยาม และ 350 ปี ของคณะรักกางเขน*







ซึ่งเป็นคณะนักบวชที่มีชื่อนารีได้ตั้งขึ้นคณะแรก  
คณะเดียว คณะที่ติดตามเรื่องราวควบคู่ไปกับ  
ประวัติพระศาสนจักรในประเทศไทย

เรื่องราวของอดีตบอกเล่าเรื่องราวของ  
ปัจจุบัน และบอกถึงความกล้าหาญของคน  
กลุ่มหนึ่ง ที่ใช้ชีวิตเพื่อพวกเรา และเผยแผ่  
ความดีงาม เรามีหน้าที่ต่อยอดความดีงามนั้น  
ต่อๆ ไป ด้วยความรัก และเพื่อสร้างความดีงาม  
ให้กับสังคมต่อไป **ซั**

# สัมภาชนิ

สมาคมคาทอริกแห่งประเทศไทย



## ศูนย์บรรเทาใจ สมาคมคาทอริกแห่งประเทศไทย อาสาสมัคร : เพื่อนสนิท... เพื่อนผู้พร้อมให้กำลังใจผู้ประสบปัญหา

กว่า 20 ปีแล้ว ที่สมาคมคาทอริก  
แห่งประเทศไทย ภายใต้การนำของ **ดร. ทิม  
พรรณศิริ** นายกสมาคมในสมัยนั้น ที่ได้ริเริ่ม  
การให้บริการปรึกษาทางโทรศัพท์ในช่วงภาวะ  
เศรษฐกิจตกต่ำสุดของประเทศขึ้นในระหว่าง

ปี พ.ศ. 2541-2542 ประชาชนไม่มีทางออก  
ธุรกิจล้มระเนระนาด มีข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์  
เกือบทุกวันที่นักธุรกิจและคนทั่วไปฆ่าตัวตาย  
บ่อยครั้ง นับเป็นสภาวะสิ้นหวังแล้วของคนใน  
ประเทศ



การถือกำเนิดขึ้นมาของศูนย์บรรเทาใจ เพื่อเป้าหมายมารองรับผู้ประสบปัญหาต่างๆ สำหรับคนทุกเพศ ทุกวัย ทุกศาสนา ทุกชนชั้น จะได้มีทางระบายออกของปัญหาทุกเรื่องในชีวิต ภายใต้การดูแลและดำเนินโครงการโดย **นาย อนันต์ วรรณราทร** ซึ่งสมัครเข้ามาทำงานช่วยดำเนินโครงการนี้ตั้งแต่ก่อตั้ง ด้วยการขอเชิญกรม สุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข เข้ามาเป็นพี่เลี้ยง อบรมสร้างอาสาสมัคร 2 รุ่นแรกในปีพ.ศ.2543 และเริ่มให้บริการครั้งแรกเมื่อวันที่ 19 มกราคม 2543 ด้วยจำนวนอาสาสมัครที่ผ่านการอบรม หลักสูตรเฉพาะเพื่อมีทักษะและให้บริการแก่ ผู้ประสบปัญหาต่างๆ อย่างต่อเนื่องมาจน ปัจจุบัน

แม้จะประสบปัญหาอยู่หลายครั้ง เนื่องจากจำนวนอาสาสมัครที่ผ่านการอบรม และยินดีเสียสละเวลาเข้ามาทำงานด้วยหัวใจ และด้วยกำลังกายใจ โดยปราศจากรางวัลหรือ ผลตอบแทนใดๆ แต่อย่างไรก็ตามงานดูแล และให้บริการรับปรึกษาทางโทรศัพท์สามารถ ช่วยเหลือผู้ประสบปัญหาที่ผ่านมาแล้วทุก ประเภท อาทิ ปัญหาสามีมีภรรยาบ่อย ปัญหา เรื่องการเลี้ยงดูลูก ปัญหาวัยรุ่นติดยาเสพติด ทำแท้ง ปัญหาการเรียน เศรษฐกิจ ปากท้อง และโรคภัย ตลอดจนถึงคิดสั้นฆ่าตัวตาย

ด้วยรูปแบบการทำงานแบบอาสาสมัคร ดังกล่าว เปโตร อนันต์ วรรณราทร กรรมการ สมาคมฯ ผู้รับผิดชอบดูแลโครงการศูนย์บรรเทาใจ



ของสมาคมคาทอลิกฯ ตั้งแต่เริ่มก่อตั้งจนปัจจุบัน เพราะเนื้อหาหลักสูตรนี้จึงมีความจำเป็นต้องฝึกอบรมทักษะที่จำเป็นให้กับทุกคนผู้สนใจทั่วไป เข้ามาอบรมเนื้อหาหลักๆ อาทิ เทคนิคและความสำคัญของการรับฟัง เทคนิคการให้การบริการปรึกษา วิธีการแก้ปัญหา ฯลฯ หลังจากอบรมเสร็จแล้ว ผู้สนใจสามารถสมัครเข้าสอบสัมภาษณ์เพื่อทดลองทำงานในรูปแบบอาสาสมัครได้ และหลายๆ ท่านก็ได้ทำงานอาสาสมัครตั้งแต่เริ่มก่อตั้งจนปัจจุบัน บางท่านก็มาทำอาสาสมัครอยู่ช่วงหนึ่ง ก็ลาออกไปและขอสมัครกลับเข้ามาอบรมและทำงานอาสาสมัครใหม่ได้เช่นกัน

สมาคมคาทอลิกแห่งประเทศไทย ให้การอบรมผู้สนใจทั่วไปมาตลอด 19 ปี ตั้งแต่เริ่มเปิดให้บริการวันที่ 19 มกราคม พ.ศ. 2543 มีผู้ให้ความสนใจมาร่วมอบรมมากกว่า 1,500 คน ส่วนใหญ่ผู้สนใจสมัครเข้าอบรมจะมาจากหลายๆ กลุ่ม ทุกๆ ศาสนา อาทิ โรงเรียนคาทอลิก คณะนักบวช เจ้าหน้าที่โรงพยาบาล มูลนิธิต่างๆ พนักงานทั่วไป ผู้สูงวัย เกษียณแล้ว วัยรุ่นมัธยม เป็นต้น ซึ่งส่วนใหญ่หลังการอบรมแล้ว ก็นำความรู้ไปปรับใช้ในหน่วยงานของตนเอง และหรือกลับไปดูแลคนที่บ้านของตนเองเป็นส่วนใหญ่ มีอยู่บ้างที่สมัครเป็นอาสาสมัครของศูนย์บรรเทาใจ

เพื่อการสัมผัสประสบการณ์ของการอบรม และบทบาทหน้าที่ของอาสาสมัคร ขอเรียนเชิญผู้อ่านทุกท่านไปสัมผัสกับบุคคลกลุ่มต่างๆ ที่มีส่วนทำให้โครงการนี้ ชับเคลื่อนและให้บริการสังคมอยู่ได้ในปัจจุบัน



### มารีอา จิตรา แทนชวาล (นายกสมาคมคาทอลิกแห่งประเทศไทย)

ดิฉันเห็นว่าโครงการศูนย์บรรเทาใจเป็นโครงการที่มีประโยชน์แก่ประชาชนทั่วไปโดยไม่จำกัดเชื้อชาติหรือศาสนา สามารถช่วยเหลือคนที่มีปัญหา ซึ่งบางครั้งไม่รู้จะไปปรึกษาใคร โครงการนี้จะสามารถช่วยเป็นที่ปรึกษาปัญหาด้านต่างๆ ให้ หรือบางครั้งช่วยเหลือคนที่คิดจะฆ่าตัวตายด้วย จึงมีประโยชน์อย่างยิ่ง และในวาระที่ 2 ที่ดิฉันดำรงตำแหน่งนายกสมาคมแห่งนี้ จึงพยายามผลักดันโครงการนี้ต่อไป เพราะสมาคมเล็งเห็นว่า โครงการนี้เป็นโครงการพิเศษเพราะคนที่มีปัญหาในชีวิต ต้องการมีที่พุดจา หรือระบายความทุกข์ของเขาได้ เป็นเพื่อนรับฟังปัญหาของเขา เป็นคนที่คอยจะอยู่เคียงข้างเขา เขาไม่ใช่คนเดียวที่โดดเดี่ยวในโลกใบนี้อีกต่อไป เพราะสมาคมอยากจะช่วยเหลือในด้านนี้เป็นอย่างยิ่งค่ะ เพราะศูนย์บรรเทาใจสามารถช่วยเหลือได้ในระดับหนึ่ง และโครงการนี้จะจัดอบรมต่อเนื่องปีละ 2 ครั้งเพื่อผู้สนใจทั่วไป และรับสมัครผู้ผ่านการอบรมมาสอบสัมภาษณ์และทดลองทำงานเป็นอาสาสมัครด้วยค่ะ



### บาทหลวงยอแซฟ วิษุกรณ์ เกตุภาพ (จิตตาศิลา สมาคมคาทอลิกแห่งประเทศไทย)

ขอแสดงความรู้อีกบางประการเกี่ยวกับโครงการศูนย์บรรเทาใจ ที่ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ เป็นโครงการช่วยสังคมให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของสมาคมที่ตั้งไว้ตั้งแต่เริ่มต้น ศูนย์บรรเทาใจแห่งนี้เกิดขึ้นมาใน

ยุคสมัยที่สังคมมีความกระหาย ต้องการการบรรเทาใจมากๆ โดยเฉพาะคนในสังคมเมืองที่ทุกอย่างเร่งรีบ แข่งขันเพื่อตนเองเท่านั้น โครงการศูนย์บรรเทาใจสามารถดำเนินการได้ เพราะผู้มีจิตอาสา สมัครเข้ามาสนับสนุนด้วยการมีจิตสาธารณะ จึงตอบโจทย์และช่วยเหลือคนอื่น แม้จะไม่ได้ทำให้ปัญหาหมดไป แต่ก็ได้รับความช่วยเหลือบรรเทาใจจากศูนย์แห่งนี้

ในส่วน of พระศาสนจักรคาทอลิกเอง ก็มีเป้าหมายในการดูแล อภิบาลสัตบุรุษอยู่แล้ว พระศาสนจักรกำลังทำบางสิ่งบางอย่างในการเกื้อกูลพี่น้องในสังคมไทยโดยรวม ไม่ว่าจะนับถือศาสนาใดๆ ก็อยู่ด้วยกันในลักษณะครอบครัวเดียวกัน แม้จะต่างความเชื่อก็ตาม แต่จุดมุ่งหมายเดียวกันของทุกคนที่เข้ามาเป็นอาสาสมัครก็คือ การมีเป้าหมายต้องการบรรเทาใจ และให้ความเข้าใจ ให้กำลังใจผู้อื่น



ที่ประสบปัญหาต่างๆ ในชีวิต ดังนั้นจึงอาจจะบอกได้ว่า นี่เป็นอีกแนวความคิดหนึ่งของพระศาสนจักรเอง ในการมองความเป็นพี่น้อง ให้เห็นและให้เกิดผล ด้วยความช่วยเหลือเกื้อกูลกันในสังคมที่อยู่ด้วยกันแม้จะต่างความเชื่อหรือแม้แต่ในที่ทำงานเดียวกัน พระศาสนจักรจึงเปิดกว้างเพื่อให้ทุกคนมีโอกาสเรียนรู้ และเป็นประจักษ์พยานของพระศาสนจักรในการนำสันติสุขกับเพื่อนพี่น้องทุกคนโดยผ่านทางพระผู้เป็นเจ้า สมาคมคาทอลิกจึงถือเอาจิตตารมณ์นี้ในการประกาศข่าวดีใหม่ ซึ่งผมมั่นใจว่าสมาคมคาทอลิกได้น้อมรับสิ่งนี้ของสมาคมคาทอลิกแห่งประเทศไทยซึ่งเปรียบเสมือนเครื่องมือ อุปกรณ์ และเป็นพยาน ที่จะช่วยประกาศข่าวดีใหม่

ตามกฤษฎีกาของสภาพระสังฆราชคาทอลิกฯ ปี 2015 ให้สำเร็จไป ตามวัตถุประสงค์ของพระศาสนจักรท้องถิ่น

ท้ายสุดนี้ ในนามของคณะกรรมการสมาคมฯ ขอต้อนรับอาสาสมัครทุกท่านที่ยินดีแบ่งปัน ช่วยเหลือเพื่อนพี่น้องด้วยกัน ด้วยการเป็นผู้ทำงานที่แบ่งปันความสุข ความปรารถนาดี และเป็นกำลังใจให้แก่กัน ด้วยการมาอบรมเพื่อสมัครเป็นผู้มีจิตอาสา ทำงานจิตสาธารณะ ช่วยเหลือเพื่อนพี่น้องในสังคมหรือจะมาอบรมเพื่อเป็นความรู้ และเป็นเครือข่ายเพื่อนำข้อมูลดีๆ ของโครงการนี้ไปใช้ในโอกาสอื่นๆ ต่อไป



## ความสำคัญของเนื้อหาหลักสูตรการอบรม

เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมสำหรับผู้ที่มาทำงานด้านดูแลจิตใจผู้อื่น เนื้อหาของหลักสูตรจึงมีความจำเป็นเพื่อการเตรียมตัวและฝึกทักษะด้านต่างๆ ให้กับผู้เข้าอบรมไม่ว่าผู้เข้าอบรมจะไปทำงานด้านใดให้กำลังผู้อื่นในหน่วยงานใดก็ตาม ก็จะมีความพร้อมในการดูแลผู้อื่นได้อย่างดี ดังนั้นการออกแบบเนื้อหาหลักสูตร จึงประกอบด้วยเนื้อหาวิชาการด้านต่างๆ ที่จำเป็น เช่น ความสำคัญของการดูแลจิตใจผู้อื่นด้วยการให้การปรึกษา ทักษะการฟังอย่างตั้งใจเพื่อเข้าใจจิตใจผู้ประสบปัญหาทุกประเภท วิธีการและขั้นตอนการให้การปรึกษา ทักษะต่างๆ ที่จำเป็นต้องฝึกฝน อาทิ เทคนิคการฟัง เทคนิคการเงียบ การสะท้อนอารมณ์ความรู้สึก ทักษะการให้กำลังใจ ขบวนการวิธีการแก้ปัญหา และการฝึกฝนปฏิบัติตลอดการอบรมจำนวน 2 วัน ด้วยการฝึกลงมือปฏิบัติจำลองเสมือนจริงในกลุ่มย่อย ซึ่งหมุนเวียนให้ผู้เข้าอบรมทุกคนฝึกปฏิบัติจำนวน 5 ครั้ง ซึ่งหมุนเวียนฝึกเป็นทั้งผู้มาปรึกษา ผู้ให้การบริการปรึกษา และผู้สังเกตการณ์ ด้วยการฝึกปฏิบัติจริงทำให้ความเข้มข้นลงชัดเจนในการศึกษาทั้งเนื้อหาวิชาการ และความเข้าใจการทำงานด้านนี้อย่างชัดเจน

ขอเชิญทุกท่านมาลองฟังแนวคิด ความคิดเห็นของวิทยากรผู้ให้อบรมจิตอาสา ที่มาคอยช่วยอบรมรุ่นต่างๆ มามากกว่า 10 ปี ในนามสมาคมคาทอลิกแห่งประเทศไทย จำนวน 2 ท่าน เพื่อสะท้อนภาพการทำงานด้านนี้อย่างชัดเจน



## ผศ.ดร.ร้อยตรีหญิง พนมพร พุ่มจันทร์ (ผู้อำนวยการสมาคมสมาธิตันแห่งประเทศไทย)

ดิฉันยินดีเป็นอย่างยิ่ง ที่ได้เป็นพันธมิตรกับศูนย์บรรเทาใจ สมาคมคาทอลิกฯ มาต่อเนื่องยาวนาน ซึ่งตั้งเป็นศูนย์ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ และเป็นองค์กรที่ให้คำปรึกษาที่ดีมากๆ ช่วยเหลือผู้มีความทุกข์ใจ ไม่สบายใจ คนที่ไม่สามารถจะพูดระบายความรู้สึกได้ หรือมีความรู้สึกขัดแย้งอยู่ในใจ แต่พอมีศูนย์บรรเทาใจจัดตั้งขึ้นมาแบบนี้ ก็จะคอยช่วยเหลือและเป็นเพื่อนคอยรับฟัง สำหรับคนที่มีความทุกข์ เปรียบง่ายๆ เหมือนกับปรอทที่มีอุณหภูมิขึ้นสูงมากๆ พอได้พูดคุยหรือระบายอารมณ์แล้วปรอทอารมณ์ก็จะลดลง สติก็จะค่อยๆ กลับมา เพราะเราเชื่อมั่นว่า มนุษย์ทุกคนมีความรักตัวกลัวตาย พอเราได้ระบายและพูดคุยปัญหาต่างๆ ที่มีอยู่ออกมา ปัญหาจะค่อยๆ เบาลงแล้วเขาจะรู้เองว่า มันมีทางออกในเรื่องที่เขาไม่สบายใจ

และรู้ว่าน่าจะทำอย่างไรต่อไป และพอเรามีพลัง ในการทำสิ่งเหล่านี้ให้เขา เขาก็จะกลับไปเป็น กำลังสำคัญของครอบครัว และประเทศชาติได้ ต่อไป

สำหรับอาสาสมัครเอง ก็จะต้องมีใจ เมตตา เรามีใจอยากจะช่วย แต่ความเมตตา ในการทำหน้าที่นี้ เราเองจะต้องฟังในสิ่งที่เขา ไม่สบายใจจริงๆ โดยที่เราเองจะต้องอย่าไปแก้ ปัญหาให้กับเขา เราอย่าใช้วิธีนี้มาช่วย เพราะ สภาพแวดล้อมและการเติบโตมาของแต่ละคน ไม่เหมือนกันเลย ฉะนั้นวิธีที่อาสาสมัครจะ ต้องทำคือ เราจะต้องรับฟังเต็มที่ และหยุด การพูดของเราเอง และใจของเราจะต้องตั้งใจ ฟังในสิ่งที่เขาพูด และใช้ทักษะที่ได้รับการอบรม มาพิจารณา และเป็นแนวทางที่เราจะสามารถ ช่วยเหลือเขาได้ ดิฉันขอเป็นกำลังใจให้กับอาสาสมัครทุกๆ คนของศูนย์บรรเทาใจ ค่ะ

เพื่อให้ผู้อ่านสามารถมองเห็นภาพ การทำงานรูปแบบอาสาสมัครศูนย์บรรเทาใจ ได้ชัดเจนขึ้น ขอนำทุกท่านไปฟังประสบการณ์ ตรงของผู้ผ่านการอบรมหลักสูตรนี้ มาบอกเล่า เรื่องราวความคิดเห็นที่มีต่อหลักสูตรนี้ด้วย ตนเองด้วยกัน



### บาทหลวงสเตฟาโน ดลจิตต์ศักดิ์ นัตรบรรยงค์ (สังฆมณฑลสุราษฎร์ธานี)

การอบรมหลักสูตรครั้งนี้ เป็นประโยชน์ มากทีเดียวในฐานะที่พ่อทำงานด้านเยาวชนของ สังฆมณฑลสุราษฎร์ธานี เพราะเป็นงานเยาวชน ตั้งแต่วัย 15-25 ปี บรรดาเด็กๆ และเยาวชน เหล่านี้ก็จะมามีปัญหา ซึ่งมีปัญหา มีอารมณ์ มีความรู้สึก ก็ไม่รู้จะไปปรึกษาใคร หาทางออก ไม่ค่อยได้ การได้เข้ามาอบรมครั้งนี้ทำให้พ่อได้ เห็นมุมมองหลายอย่าง และสามารถที่จะเข้าใจ พวกเขาได้มากยิ่งขึ้น และสามารถนำเอาเนื้อหา อบรมไปปรับใช้ได้จริง ในลักษณะของการแนะนำ การเป็นเพื่อนกับเขามากกว่า เพราะเยาวชน สมัยนี้ต้องการมีคนเป็นเพื่อนกับเขา เพราะเขา มีพ่อแม่คอยให้คำแนะนำเขามากพออยู่แล้ว แต่บางครั้งเขาต้องการใครสักคนที่ต้องการฟัง เขามากกว่า เพราะปัญหาที่เขากำลังประสบอยู่ หรือเขาเผชิญอยู่ในปัจจุบัน จะหาคนฟังเขา ลำบาก จะหาใครสักคนมาฟังเขา หรือเขาจะ ระบายออกไปในโลกโซเชียล ซึ่งในโลกโซเชียล

ก็มีการระบายอารมณ์ต่างๆ ให้เห็นตามกัน โดยที่ไม่ได้ให้เขาคิดเองว่า ปัญหาของเขาเป็นอย่างไร สำหรับโครงการนี้ก็มีประโยชน์สำหรับทุกคนที่จะนำไปใช้กับเยาวชนและเด็กนักเรียนที่ดูแลอยู่ได้จริงๆ



### **ซิสเตอร์วรุช ประνομมิตร (คณะรักกางเขน แห่ง จันทบุรี)**

ซิสเตอร์ดีใจและอยากจะขอบคุณ สมาคมคาทอลิกแห่งประเทศไทย ที่มีเจตนารมณ์ คิดถึงสังคมไทย และพระศาสนจักรจัดหลักสูตรอบรมนี้ขึ้นมา ซิสเตอร์เห็นว่าผู้เข้าอบรมหลักสูตรนี้มีความตั้งใจ ที่อยากมาอบรมเพื่อเรียนรู้เนื้อหาต่างๆ ซิสเตอร์ทำงานด้านสตรี ประจำ สังฆมณฑล มีความรู้สึกที่สังคมโลกปัจจุบัน โดยเฉพาะเด็กเยาวชนระดับมัธยมปลาย ซิสเตอร์มีความห่วงใยเพราะเด็กบางคนมีความรู้สึกที่ ชีวิตไม่มีความหมาย และจากข่าว ตามหน้าหนังสือพิมพ์จะเห็นว่าเด็กฆ่าตัวตาย

ง่ายมาก ทั้งๆ ที่ที่บ้านก็มีฐานะดี ที่เรามองว่า ไม่น่าจะมีปัญหา หรือเพราะสังคมเปราะบางหรือ มีปัญหาจริงๆ ขอขอบคุณที่มหาวิทยาลัยมาให้การ อบรมทุกท่าน ซิสเตอร์หวังเป็นอย่างยิ่งว่า การ อบรมหลักสูตรนี้ซึ่งมีประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับ ทุกคนที่เข้ามาอบรมทั้งในรุ่นนี้ และรุ่นต่อไป ซึ่งเหมาะสำหรับซิสเตอร์ บาทหลวง ครู ผู้ที่ทำงาน ให้การศึกษาทั้งในที่ทำงาน และหรือบุคคล ทั่วไป เพื่อจะนำไปใช้กับตัวเอง กับเพื่อนๆ หรือกับครอบครัว สุดท้ายซิสเตอร์ขออวยพรให้ โครงการนี้ ดำเนินการต่อไปและมีเครือข่าย มากขึ้น และให้มีคนมีจิตอาสาที่จะมาช่วยงาน ด้านนี้ ได้ช่วยเหลือผู้ประสบปัญหา สำหรับตัว ซิสเตอร์เอง ก็จะนำโครงการนี้ไปขยายและนำ เสนอผู้อำนวยการเพื่อนำไปใช้ประโยชน์สำหรับ โรงเรียนต่างๆ ในเครือข่ายต่อไป

### **อาสาสมัคร : เพื่อนสนิท...เพื่อนผู้พร้อม ให้กำลังใจผู้ประสบปัญหา**

โครงการศูนย์บรรเทาใจ สมาคมคาทอลิกแห่งประเทศไทย เป็นโครงการเพื่อสังคม เพื่อช่วยเหลือรับฟังผู้ประสบปัญหาทุกประเภทด้วยการบริการทางโทรศัพท์หมายเลข 0-2233-4449 และ 0-2233-6227 ระหว่างวันจันทร์ ถึงวันศุกร์ เวลา 10.00-18.00 น. และเพิ่งเปิดการให้บริการผ่านเฟซบุ๊กศูนย์บรรเทาใจ ด้วยการมีอาสาสมัครหมุ่นเวียนมาให้บริการเป็นจิตอาสา ตามวันเวลาที่ตนเองสามารถสละเวลามานั่งรับฟังปัญหาต่างๆ ตามวันเวลาที่

ตนเองสะดวก และไม่มีคิดค่าบริการใดๆ ตลอด จนอาสาสมัครเองก็ไม่มีค่าจ้างและหรือเงินเดือน ใดๆ เช่นกัน เพราะฉะนั้นทุกคนที่เป็นอาสาสมัครคือ มีจิตสาธารณะที่ต้องการช่วยเหลือผู้อื่น อย่างแท้จริง เมื่อผ่านการอบรมหลักสูตร 2 วัน แล้ว ก็สมัครสอบสัมภาษณ์คัดเลือกมาทำงานนี้ และไม่มีข้อผูกมัดใดๆ ที่จะเป็นอาสาสมัคร นานเท่าใดแล้วแต่ การมีเวลาและมีจิตใจอยาก ช่วยเหลือผู้อื่น จึงสามารถลาออกจากการเป็นอาสาสมัครเมื่อใดก็ได้

เพื่อสามารถเข้าใจได้ลึกซึ้งถึงการทำงานจิตอาสาในฐานะอาสาสมัครศูนย์บรรเทาใจ ขอ นำผู้อ่านทุกท่านไปพบกับอดีตอาสาสมัครท่านหนึ่ง ซึ่งทำงานในด้านนี้มาต่อเนื่องยาวนานหลายปีติดต่อกัน



**บราเดอร์ยอแซฟ ชัยรัช ธีรานุสนธิ์ -**  
**คณะกรรมการชุดไทย**  
**(อดีตอาสาสมัครศูนย์บรรเทาใจ)**  
**ปัจจุบันเสียชีวิต**

ผมได้ผ่านการอบรมศูนย์บรรเทาใจรุ่นที่ 7 และทำงานเป็นอาสาสมัครหลังจากนั้นอยู่หลายปี สิ่งที่ได้จากการเป็นอาสาสมัครจากการทำงานทำให้เราได้รู้สึกว่าการอุทิศเวลาของเรานี้เพื่อช่วยผู้อื่น เราไม่รู้หรอกว่าใครจะโทรเข้ามา ใครจะมีปัญหาอะไร แต่ว่าทุกครั้งที่เราไปนั่งเราให้เวลากับเขา และเมื่อเขาโทรเข้ามา เราเป็นผู้หนึ่งที่จะรับฟังเขา แม้จะไม่มีคำแนะนำที่จะช่วยเขาได้มาก แต่เราก็ยินดีรับฟัง เป็นเพื่อนกับเขา ไม่สนใจว่าคุณจะทำอะไรมา ไม่สนใจว่าคุณจะทำถูกหรือทำผิด แต่เราเป็นเพื่อนให้คุณได้ และการได้มาอบรม 2 วันนี้ เนื้อหาอาจจะไม่ครอบคลุมทุกอย่างในการให้คำปรึกษา แต่ว่าเป็นเนื้อหาพื้นฐานที่จะให้เราเข้าใจภาพรวม เป็นเพื่อนเขาในยามที่เขามีปัญหา แต่สิ่งที่ได้มากก็คือว่า เรา รู้จักฟังมากขึ้น ปกติส่วนมากเรามักจะพูดเมื่อมีเพื่อนๆ มาขอคำปรึกษา เราก็จะให้คำแนะนำเขาไป แล้วคุณจะได้รู้ได้อย่างไรว่าคุณสนใจเขา เมื่อคุณฟังเขา เขาจะได้พูดในสิ่งที่เขาอยากจะทำฟัง นั่นแหละเป็นสิ่งที่จะทำให้เขาพูดในสิ่งที่เขาอยากได้ระบายออกมา และทางออกจะค่อยๆ เดินออกมาเอง เพราะว่ามันมนุษย์ทุกๆ คนมีความสามารถที่จะแก้ปัญหาเองได้ เพียงแต่ ณ เวลานั้นอาจจะติดขัด ไม่สบายใจ เสียใจ เศร้าใจอยู่ แต่ว่าเมื่อเขาได้รู้ว่าจะอย่างไรยังมีผู้ที่ฟังเขาอยู่ แล้วทุกๆ อย่างก็จะคลี่คลายในตัวของมันเอง

สำหรับโครงการนี้ก็เป็นโครงการที่มีประโยชน์มาก ขอเชิญชวนเพื่อนๆ ที่สนใจ





เราไม่ต้องกังวลว่า เราต้องจบสูงๆ มา หรือไม่  
ค่อยมีความรู้มากนัก แต่สิ่งสำคัญที่สุดในการ  
ให้คำปรึกษา ก็คือ มีใจที่อยากจะจะเป็นเพื่อนกับ  
คนอื่น ถ้าคุณมีใจที่จะช่วยเหลือคนอื่นก็มาร่วม  
งานกับเรา สามารถติดตามข่าวสารในเฟซบุ๊ก  
ของสมาคมคาทอลิกฯ ได้

โดยส่วนตัวผมเองแล้ว โครงการนี้เป็น  
โครงการที่มีประโยชน์มากกับตัวเราเอง และ

ทุกคนที่จะมาปรึกษา อยากจะเชิญชวนเพื่อนๆ  
ที่มีความสนใจ มาฝึกพัฒนาตนเอง และ  
พรสวรรค์ในตัวเรา นี้ ที่จะนำมาช่วยเหลือผู้อื่น  
ลองมาอบรมดูนะครับ แต่ถ้าสนใจจะมาร่วม  
เป็นที่งานอาสาสมัครกับเรา ก็จะมีการอบรม  
เพิ่มขึ้นให้มีความชำนาญเพื่อสามารถช่วยเหลือ  
ผู้อื่นได้มากยิ่งขึ้น ❀

## กล่าวโทษคนอื่น

สุภาษิตจีน “เจี๋ย ฮั้ง หวี เหยิน” “jiá huà yú rén” “กล่าวโทษคนอื่น” ปรกติหรือส่วนมาก คนที่ทำผิดแล้วมักจะโทษคนอื่นเป็นต้นเหตุให้เขาทำผิดเสมอ น้อยคนที่จะยินดียอมรับว่าเป็นความผิดของตนเอง

เอวา โทษ ชวนให้เขาทำผิด – อาดัม โทษ เอวา ชวนให้เขาทำผิด คนทำผิด ทำบาป มักโทษหรือหาเหตุผลต่างๆ ชักชวนเขาให้ทำผิด – นักปฏิวัติอ้างเหตุผลต่างๆ เพื่อทำการปฏิวัติ ฯลฯ

เวลาเรา่วมพิธีบูชาขอบพระคุณ ตอนแรก เราสวดว่า “...ข้าพเจ้าเป็นคนบาป ข้าพเจ้ายอมรับว่าเป็นคนบาป...” เพื่อเตือนใจเราให้เป็นทุกข์ เสียใจ ขอโทษพระเจ้า ให้ยกโทษบาปของเรา เราจะได้มีใจบริสุทธิ์ จะได้ร่วมพิธีบูชาขอบพระคุณอย่างสมควร

พระเยซูเจ้าตรัสว่า “ผู้ใดที่ยกตนขึ้น จะถูกกดให้ต่ำลง ผู้ใดถ่อมตนลง จะได้รับการยกย่องให้สูงขึ้น” (มธ 23:12) ไม่มีใครชอบคนจองทอง อวดดี อวดเก่ง แต่ทุกคนนิยมชมชอบ สรรเสริญ คนที่ใจสุภาพ ถ่อมตน แต่ความเป็นจริง แทบทุกคนก็มักจะมี ความเย่อหยิ่ง จองทอง ในตัวเอง ไม่มากก็น้อย ฉะนั้นเราต้องคอยระวังตัวเราอยู่เสมอ จงมีใจสุภาพถ่อมตนเสมอ ใครๆ จะนิยมชมชอบ สรรเสริญเราด้วย

พระเยซูเจ้าตรัสว่า “อย่าตัดสินเขา แล้วพระเจ้าจะไม่ทรงตัดสินท่าน” (มธ 7:1) ฉะนั้นในการสนทนา พูดจา คุยกับใคร เราอย่าพูดถึงความผิด หรือสิ่งไม่ดีของใครเลยเป็นดีที่สุด และพยายามพูดถึงความดีของคนอื่นเสมอ เราจะเป็นคนดี น่ารัก น่าสรรเสริญของทุกๆ คนตลอดไป

ถ้าใครอยากจะรู้ว่า คนอื่นเขาพูดถึงเราอย่างไร ลองไปนั่งในห้องน้ำ หรือห้องข้างๆ ห้องประชุม หรือห้องพักผ่อน เราจะได้ยินกับหูเราเองเลย แล้วเราจะทำอย่างไร

1. ออกมาต่อว่าเขาทันทีเลย
2. ไปต่อว่าเขาในภายหลัง
3. หรือว่า เลยไปเลย อภัยให้เขา
4. หรือท่านมีวิธีใด จะทำอย่างไรกับคนๆ นั้น แบ่งปันกันบ้างครับ

ทางที่ดีที่สุด เมื่อเราทำผิดแล้วยอมรับผิดโดยดี เราจะได้รับอภัยจากพระเจ้า และมนุษย์ด้วย จะทำให้เราเป็นที่รักของคนอื่นในโลกนี้แล้ว จะได้รางวัลมากขึ้นในสวรรค์ด้วยครับ ๕

# กว่าจะเป็นนักบุญ

อันตรธาน



## นักบุญปีโอ ที่ 5 พระสันตะปาปา (St. Pius V) ฉลอง 30 เมษายน

นักบุญปีโอ ที่ 5 (เดิมชื่อ อันโตนิโอ กิสลิเอรี) จากครอบครัวที่ยากจน ในหมู่บ้านบอสโก มาร์แลงโก ใกล้ๆ กับเมืองอเล็กซานเดรีย ซึ่งอยู่ทางภาคเหนือของประเทศอิตาลีตอนเด็กท่านมีหน้าที่ดูแลแกะและฝูงสัตว์ จนอายุ 14 ปี ได้สมัครเข้าเป็นนักบวชคณะโดมินิกัน เพราะท่านฉลาดและเรียนเก่งจึงได้ศึกษาต่อที่โบโลญญาและที่เจนีวา

ท่านดำเนินชีวิตอย่างเรียบง่าย และค่อยๆ เลื่อนขั้นไปเรื่อยๆ ตามลำดับขั้นตอนในตำแหน่งต่างๆ ของพระศาสนจักร จากภราดาเป็นอธิการเจ้าคณะ เป็นพระสังฆราชที่ปรีक्षा และตำแหน่ง พระคาร์ดินัล จนกระทั่งได้รับเลือกให้เป็นประมุขของพระศาสนจักร และทรงใช้พระนามว่า สมเด็จพระสันตะปาปาปีโอ ที่ 5

ในระหว่างสมณสมัย (ค.ศ.1566-1572) ทรงตัดสินพระทัยในหลายๆ เรื่อง โดยทรงนำการสังคายนาแห่งเมืองเตรนต์ มาสู่การปฏิบัติอย่างจริงจัง เช่น ในเรื่องเกี่ยวกับพิธีกรรม พระองค์ได้จัดพิมพ์หนังสือมิสซาและบทภาวนาขึ้นใหม่ เรื่องเกี่ยวกับคำสอน ทรงจัดพิมพ์หนังสือคำสอนขึ้นใหม่ เรื่องเกี่ยวกับเทววิทยาและเรื่องเกี่ยวกับระเบียบวินัย ทรงกำชับให้พระสังฆราชได้พยายามอยู่ทำงานในสังฆมณฑล

ของตน ให้ออกไปเยี่ยมพระสงฆ์และสัตบุรุษตามวัดบ่อยๆ สำหรับนักบวชและผู้รับเจิม ทรงขอให้อยู่ในอาราม และหากต้องปฏิบัติหน้าที่ภายนอกก็ขอให้เจริญชีวิตอย่างศักดิ์สิทธิ์ และพระองค์ใส่ใจในเรื่องการขยายงานแพร่ธรรมต่างๆ

นอกนั้น คุณความดีของพระองค์ยังปรากฏในการที่พวกคริสตชนได้รับชัยชนะเหนือกองทัพเติร์ก (Turks) ที่เลปันโต (Lepanto) เมื่อวันที่ 7 ตุลาคม ค.ศ. 1571 อันเป็นการสิ้นสุดการรุกรานของกองทัพเติร์ก และเป็นวันนี่เองที่ได้ให้กำเนิดวันฉลองแม่พระแห่งลูกประคำ สมเด็จพระสันตะปาปาปีโอ ที่ 5 ทรงฝากสิ่งตั้งใจไว้ในพระศาสนจักรมากมาย เป็นต้น เรื่องการอบรมนักบวช การสอนคำสอนสัตบุรุษ การรวมอำนาจไว้ที่ศูนย์กลางของพระศาสนจักร ทรงก่อตั้งสมณกระทรวงต่างๆ ขึ้น และการสร้างเอกภาพให้กับพิธีกรรมของพระศาสนจักรด้วย

สมเด็จพระสันตะปาปาปีโอ ที่ 5 สิ้นพระชนม์วันที่ 1 พฤษภาคม ค.ศ.1572 และได้รับการสถาปนาเป็นนักบุญวันที่ 22 พฤษภาคม ค.ศ.1712 ถือเป็นพระสันตะปาปานักปฏิรูปที่สำคัญและโดดเด่นของพระศาสนจักร ❧

## งานฉลองวัดแต่ละปี

แต่ละปีในแต่ละวัดจะจัดงานฉลองวัดกันเป็นประจำ แต่จะทำอะไรอย่างไร เพื่อให้เกิดคุณค่า ความหมายและคุณภาพสำหรับชีวิตและชุมชน จึงน่าจะเป็นเรื่องที่เราควรให้ความสำคัญใส่ใจในรายละเอียดเป็นพิเศษ

ประการแรก งานฉลองวัดถือเป็นประเพณีนิยม สังคมพาทำและเราก็มักทำตามๆ กันไป ปีแล้วปีเล่า เสร็จปีนี้ก็รอพบกันใหม่ในปีหน้าอย่างไรก็อย่างนั้น

ประการที่สอง งานฉลองวัดเป็นประสบการณ์ร่วมกันของมวลสมาชิกภู่วัดในชุมชน นอกนั้นยังมีภู่วัดจากวัดเพื่อนบ้านอีกมากมายมาร่วมฉลองด้วย

ประการที่สาม จากสองประการข้างต้น จึงน่าจะทำให้เราหันมาพิจารณาประเมินผลจากข้อมูลที่เราประมวลจากงานฉลองวัดที่จัดไปนั้น ว่าได้ผลเป็นอย่างไร

แล้วเราจะรู้ว่า เราได้รับประโยชน์สุขทั้งงานวัตถุปัจจัยภายนอก กับงานจิตใจ จิตศรัทธาภายในว่าคุ้มค่าโดยทั่วหน้าและถึงใจกันหรือไม่เพียงใด

ยิ่งกว่านั้น หากการประเมินผลดังกล่าวครอบคลุมข้อมูลรายละเอียด ไปถึงประเด็นของเรื่องราวและเหตุการณ์ที่สำคัญตลอดทั้งปี ที่เกิดขึ้นในวิถีชีวิตของสมาชิก ทั้งโดยส่วนตัวและส่วนรวมในชุมชนด้วยแล้ว ก็จะทำให้เกิดความสำนึกตรึกตรองและการกลั่นกรองได้ถ่องแท้เป็นจริงแบบองค์รวมยิ่งขึ้น

จากนั้น เราก็จะสามารถประมาณการสำหรับวางแผนและแนวทางปฏิบัติให้รัดกุมและคุ้มค่า จะได้เกิดผลดีงาม เจริญก้าวหน้ายั่งยืนยิ่งๆ ขึ้นในปีฉลองนั้นๆ

ทั้งนี้ทั้งนั้น เพื่อให้ปีที่กำลังฉลองดีกว่าปีที่ผ่านมาให้ได้ โดยทุกเรื่องทุกราย การอาศัยทุกผู้ทุกฝ่าย ทุกหน่วยงาน มีส่วนร่วมเมื่อร่วมใจ ร่วมคิดร่วมทำด้วยกัน และร่วมรับผิดชอบอย่างสมานสามัคคีและมีสมานฉันท์ทุกชั้นตอน

ดังนั้น ถ้ามองว่าเราเป็นคนหนึ่งที่มักมาร่วมฉลองวัดหรือไม่ แล้วเราปฏิบัติตนอย่างไร เนื่องจากงานฉลองวัดเป็นทั้งเรื่องเฉพาะส่วนบุคคลที่ตนศรัทธามาด้วยใจและยังเป็นเรื่องส่วนรวม โดยเป็นผู้มีส่วนร่วมสร้างสรรค์พัฒนา

วัดวา ศาสนา พระศาสนจักรท้องถิ่นของตนให้มี  
ชีวิตชีวา และสดชื่นยังยืนมั่นคงยิ่งๆ ขึ้นไป

ด้วยเหตุนี้ งานฉลองวัดทุกครั้งทุกครา  
จึงเป็นโอกาสอันงดงามและเหมาะสมสำหรับ  
ฟื้นฟูประเพณีนิยม ประสพการณ์ชีวิตจิต ชีวิต  
ส่วนรวมและประเมินผลวิถีชีวิตคริสตชนร่วมกัน

แล้วที่สุด เราจะได้สรรเสริญโมทนา  
คุณพระเจ้าและภาวนาขอพระพรอันอุดมและ  
จำเป็นสำหรับชีวิตและงานพันธกิจของวัดวา  
ศาสนาในพระศาสนจักรท้องถิ่นที่เรากำลัง  
สร้างสรรค์พัฒนาร่วมกันนี้โดยมีส่วนจากทุกผู้  
ทุกฝ่าย ❧

เพื่อให้เกิดคุณค่า ความหมายและคุณภาพสำหรับชีวิต  
และชุมชน จึงน่าจะเป็นเรื่องที่เราควรให้ความสำคัญ ใส่ใจ  
ในรายละเอียดเป็นพิเศษ

# วันละก้าวกับพระเยซู

ราฟาแอล

.....พระเยซูเจ้าตรัสตอบเขาว่า “เวลาที่บุตรแห่งมนุษย์จะได้รับพระสิริรุ่งโรจน์มาถึงแล้ว เราบอกความจริงแก่ท่านทั้งหลายว่า ถ้าเมล็ดข้าวไม่ได้ตกลงในดินและตายไป มันก็จะเป็นเพียงเมล็ดเดียวเท่านั้น แต่ถ้ามันตาย มันก็จะบังเกิดผลมากมาย ผู้ที่รักชีวิตของตนย่อมจะเสียชีวิตนั้น ส่วนผู้ที่พร้อมจะสละชีวิตของตนในโลกนี้ ก็ย่อมจะรักษาชีวิตนั้นไว้สำหรับชีวิตนิรันดร์ ผู้ที่ได้รับใช้เรา ผู้นั้นจงตามเรามา เราอยู่ที่ใด ผู้รับใช้ของเราก็จะอยู่ที่นั่นด้วย ผู้ที่ได้รับใช้เรา พระบิดาจะประทานเกียรติแก่เขา”

ยอห์น 12:23-26



## นาคี...ชีวิต

ชายคนหนึ่ง เป็นนักเล่นเรือใบที่เชี่ยวชาญ วันหนึ่งชวนลูกเล่นเรือในอ่าว ลูกชายนำเพื่อนมาด้วยหนึ่งคน ในขณะที่กำลังเล่นเรือใบอยู่เพลินๆ นั้น เกิดพายุกะทันหัน แต่ตัวคุณพ่อคิดว่า ด้วยความเชี่ยวชาญของตน คงสามารถฝ่าคลื่นลมเข้าฝั่งได้

แต่เหตุการณ์ไม่เป็นเช่นนั้น พายุกลับพัดแรงขึ้น คลื่นสูงขึ้นและกระแทกเรือไปอย่างรุนแรง จนเป็นเหตุให้เรือใบเสากระโดงหัก และหางห้อง ทั้งสามคนต้องลอยคออยู่กลางทะเล โดยอยู่กันคนละทิศคนละทาง คุณพ่อรีบมองหาลูกตัวเองปรากฏว่าอยู่ห่างออกไปทางด้านขวา ส่วนเพื่อนลูกชายอยู่อีกด้านหนึ่ง ทั้งคู่อยู่ห่างจากคุณพ่อผู้นี้พอประมาณ ในมือของคุณพ่อมีเชือกเส้นหนึ่งซึ่งอาจใช้ประโยชน์ได้ จึงต้องตัดสินใจว่าจะโยนเชือกให้ลูก หรือเพื่อนลูกยึดเพื่อดึงเข้าหาตัวเขา

ถ้ามีคำถามว่า แล้วชายคนนี้จะโยนเชือกให้ใครก่อน เขาก็คงจะตอบได้ทันทีว่า เขาคงโยนให้ลูกชายเขาก่อน....เหตุการณ์จริงเป็นเช่นนี้ไหม?

ปรากฏว่าคุณพ่อคนนั้นเกิดความคิดขึ้นมาว่า ลูกของตนเองเป็นคาทอลิก ลูกเป็นเด็กดี ยิ่งงาย ต้องได้ขึ้นสวรรค์แน่ ส่วนเพื่อนลูกชายนี่ซิ เขาไม่ได้เป็นคาทอลิก ถ้าไม่รอด ก็ไม่ทราบว่าจะวิญญานเขาจะเป็นอย่างไร คิดแล้วเขาจึงโยนเชือกให้เพื่อนของลูกชายก่อน แล้วดึงเขาขึ้นมาเพื่อเกาะคานไม้ให้ลอยตัวอยู่ได้ แล้วเขาก็หันไปหาลูกเขา.... แต่ปรากฏว่าหาไม่พบ ไม่รู้ว่าคลื่นพาเขาไปที่ไหนหรืออาจจะจมน้ำแล้ว

....เด็กที่ห้อมล้อมคุณลุงที่เล่าเรื่องนี้ ก็บอกว่า “เรื่องนี้ไม่จริง เป็นไปไม่ได้ที่คุณพ่อจะไม่ช่วยลูกตัวเองก่อน” .....ลุงก็ยิ้ม แล้วตอบว่า “เป็นไปได้ และเป็นไปแล้ว..... ในพระคัมภีร์ พระบิดาเป็นคุณพ่อคนหนึ่งที่ช่วยพวกเราก่อน ส่วนลูกชายคือพระบุตร พระองค์ปล่อยให้ถูกประหารถึงแก่ชีวิตบนไม้กางเขน”..... เด็กๆ ที่นั่งฟังอยู่ในวงก็เสริมว่า “เรื่องนี้พวกเรารู้มานานแล้วในวิชาคำสอน แต่ในชีวิตจริงๆ ของคนเรานั้น คงไม่มีคุณพ่อเช่นนี้แน่!”

ลุงชราคนนั้นก็ค่อยๆ ลุกขึ้นยืน พร้อมกับจ้องมายังเด็กๆ เหล่านั้น กระบอกตาเต็มไปด้วยน้ำตา และพูดด้วยน้ำเสียงสั่นเครือว่า “มีซีทลานเฮย์... ชายคนนั้น...พ่อคนนั้นคือ ‘ลุงเอง’ ถึงแม้ลุงจะเสียลูกชายของลุงไป แต่ลุงก็ได้ลูกชายคนใหม่ เพื่อนของลูกชายซึ่งไม่ใช่คาทอลิก ก็ได้ขอมามีเป็นคาทอลิก และขณะนี้เขาก็คือคุณพ่อเจ้าวัดของหลานเอง”

**ข้อคิดแห่งชีวิต :** บ่อยครั้งเราอาจจะไม่เข้าใจว่า ทำไมเราจึงได้ตัดสินใจ “กระทำ” หรือ “ไม่กระทำ” เช่นนั้น ....แต่ถ้าเรามอบทุกสิ่งทุกอย่างไว้ในพระญาณเอื้ออาทรของพระเจ้า (God's Providence) แล้ว ทุกอย่างจะมีความหมายในตัวเอง ซึ่งอาจจะไม่ประจักษ์แก่เรานับแต่แรก ต่อเมื่อเวลาผ่านไปเราจึงจะคิดได้ และเข้าใจได้ในภายหลัง **๕**



## พระวิหารของพระเจ้า... พระพรแห่งความเชื่อ

เมื่อวันที่ 16 มีนาคม 2019 ที่ผ่านมา มีพิธีเสกวัดใหม่ที่หมู่บ้านจุมคีรี จ.กำแพงเพชร ในเขตมิสซังพนมเปญ โดย**พระคุณเจ้าโอลีเวียร์** วัดแห่งนี้เป็นกลุ่มคริสตชนเกิดใหม่ หลังจากเปิดประเทศ คริสตังคนแรก เป็นสตรีชาวกัมพูชาธรรมดาคนหนึ่ง ที่ได้รับความเชื่อผ่านทางธรรมทูตที่ทำงานในค่ายอพยพไซด์ทู ที่รัฐประเทศ ในระหว่างนั้นมีการสอนคำสอน มีการรวบรวมกลุ่มคริสตชนเล็กๆ ขึ้น... ในปี 1992 ได้เริ่มทยอยปิดค่ายอพยพ ให้ประชาชนกลับไปตามภูมิลำเนาของตนเอง เพื่อเตรียมตัวเลือกตั้งทั่วไปในปี 1993 ระหว่างนั้นคณะธรรมทูตไทยก็เตรียมตัวเข้ามาทำงานในกัมพูชา ชุดแรกมี**คุณพ่อวีรชัย ศรีประมงค์** เป็นหัวหน้าทีม ซึ่งหลังจากได้เริ่มทำงานในวัดนักบุญยอแซฟ มิสซังพนมเปญ ก็ได้ติดตามคริสตังไปเยี่ยมพวกเขาตาม

ที่ต่างๆ โดยเฉพาะในเขต จ.กำแพงเพชร เมื่อได้ยืมว่ามีคริสตังจากค่ายอพยพย้ายไปอยู่ที่นั่น คุณพ่อได้ไปเยี่ยม พร้อมกับ**พระคุณเจ้าเอมิล** ซึ่งต้องเดินทางอย่างยากลำบาก การไปเยี่ยมแต่ละครั้งเริ่มต้นด้วยการเยี่ยมเยียน และแบ่งปันความเชื่อ รวบรวมเด็กๆ บางคนที่เคยเป็นผู้ป่วยเคยไปรักษาพยาบาลที่วัดพซาโตจ พนมเปญ ก็มาพูดคุย ชาวบ้านยากจนมาก ต่อมาเริ่มถวามิสซา ก็ต้องทำในบ้านสัตบุรุษ เวลาฝนตก หลังคาที่รั่ว และไม่มีไฟฟ้าใช้ แต่ที่ละเล็กละน้อย ชาวบ้านได้สนใจความเชื่อใหม่นี้

ประมาณปี 1999 ก็มีการสร้างวัดหลังแรกขึ้น ซึ่งก่อนหน้านั้น เด็กและเยาวชนหลายคน ได้รับเข้าเป็นคริสตังสำรอง หมู่บ้านจุมคีรี อาจเรียกได้ว่าเป็นกลุ่มคริสตชนกลุ่มแรกในจังหวัดกำแพงเพชรได้ ประมาณปี 2001 พระคุณเจ้าโอลีเวียร์เป็นผู้ดูแลเขต



ตาแก้วและกำโปต ก็ได้มาทำงานที่นี่ด้วยกับ**คุณพ่อลี** ซึ่งปัจจุบันเป็นอุปสังฆราช ต่อมา**คุณพ่อสน** เป็นเจ้าอาวาสคนแรกที่อยู่เลขที่ จ.กำโปตเพียงแห่งเดียว และปัจจุบันเป็น**คุณพ่อจอห์น ลูกา** จากคณะปีเม ได้ตัดศิลาใจก่อสร้างวัดหลังใหม่ เมื่อปี 2018

การจัดหาที่ดินตอนแรก อยู่ห่างจากหมู่บ้านเดิมนิดหน่อย เพราะในหมู่บ้านพื้นที่แน่นมาก แต่ปัจจุบันหมู่บ้านก็ค่อยๆ ขยาย และวัดคาทอลิกแห่งนี้ก็เป็นกลุ่มคริสตชนชาวกำพูชาล้วนๆ เป็นเขตกรรมทูตอย่างแท้จริง

การเปิดวัดใหม่ในช่วงเริ่มต้นของปี 2019 ช่วยกระตุ้นเตือนบรรดากรรมทูต และสัตบุรุษได้เป็นอย่างดี ที่จะสำนึกถึงบทบาทหน้าที่ในการประกาศข่าวดี เพราะปีนี้จะมีการประชุมพิเศษเพื่องานกรรมทูตโดยเฉพาะในเดือนตุลาคมที่มาถึงนี้ บ่อยครั้งเราสังเกตเห็นว่า ในการเริ่มกลุ่มคริสตชนหลายครั้งพบว่า มักเกิดจากสัตบุรุษที่มีตัวตนอยู่ในพื้นที่นั้นๆ ได้เป็นพยาน และรวบรวมชาวบ้านที่สนใจ โดยมีเราพระสงฆ์ นักบวช เป็นผู้หล่อเลี้ยง จัดเตรียมความพร้อมต่างๆ ให้กับพวกเขา

ในธรรมนูญของคณะกรรมทูตไทย ได้พูดถึงงานกรรมทูตที่ต้องสนับสนุนส่งเสริมให้สัตบุรุษเองเป็นผู้ประกาศข่าวดีด้วย ดังนั้น สมาชิกกรรมทูตไทยต้องตระหนัก แต่ก็ไม่ใช่แต่คณะกรรมทูตไทยเท่านั้นที่ทำงานแพร่ธรรม แต่เป็นคริสตชนทุกคน โอกาสที่ประเทศไทยเราได้ทำการเฉลิมฉลอง การก่อตั้งมิสซังไทย ผมเห็นว่า นับเป็นสิ่งที่ดีที่จะกระตุ้นจิตตารมณ์กรรมทูตในจิตใจของคริสตชนทุกคน ไม่ใช่เพียงการเฉลิมฉลองที่ดูสวยหรู หรือเพื่อเป็นแค่กิจกรรมหนึ่งที่ทำตามโอกาสเท่านั้น

สถานการณ์ในกำพูชาในช่วงสองสามปีหลังนี้ มีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมมาก โดยเฉพาะทางวัตถุและความเจริญภายนอก จินกลายเป็นผู้ลงทุนใหญ่ที่สุดในกำพูชา บางเมืองอาจกล่าวได้ว่า



เป็นกรรมสิทธิ์ของชาวจีนไปแล้ว พระศาสนจักร  
 ที่นี้ก็กำลังปรับตัว แต่ก็มีความจำกัด เพราะขาด  
 ทรัพยากรมนุษย์อย่างมาก ปัจจุบันพระสงฆ์  
 อาวุโสก็กำลังกลับประเทศ และถอยจากการงาน  
 พระสงฆ์หรือธรรมทูตรุ่นใหม่ ก็ยังอ่อน  
 ประสบการณ์ ต้องเรียนรู้อีกมาก กระแสเรียก  
 ท้องถิ่นในปีสองปีนี้ ก็ยังไม่เห็นคนเข้า  
 บ้านเณรใหญ่ ยิ่งสังคมกำลังเปลี่ยน งาน  
 ธรรมทูตที่กัมพูชาก็มีความท้าทายมากขึ้นเรื่อยๆ  
 อย่างไม่รู้ที่ตาม เหตุการณ์เหล่านี้ไม่ทำให้  
 เราหมดหวัง แต่ทำให้รู้ว่า ไม่ควรจะพลาดจาก  
 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นโดยไม่ปรับตัว แสวงหา  
 วิธีการใหม่ๆ ในงานธรรมทูต ต้องทำงานในแนว



เชิงรุกมากขึ้น ซึ่งขณะนี้ คณะธรรมทูตไทยก็  
 กำลังจะเปิดพื้นที่ใหม่ในมิสซังกำปงจาม โดยแต่  
 เดิมมีแต่สมาชิกร่วมงานที่เป็นซิสเตอร์ แต่หมด  
 สัญญากลับประเทศไทยไปแล้ว ตอนนั้นเรากำลัง  
 เตรียมสมาชิกที่เป็นพระสงฆ์ ซึ่งกำลังจะได้รับการ  
 บวชในวันที่ 6 กรกฎาคม 2019 ที่จะถึงนี้  
 คือ **สังฆานุกรพร้อมพงษ์ ศรีทาร์ตน์** เราหวังว่า  
 งานบวชนี้ จะเป็นการกระตุ้นกระแสเรียกมากขึ้น  
 ส่วนพี่น้องสัตบุรุษ เรามีส่วนร่วมได้ก็  
 สามารถสนับสนุนงานธรรมทูตที่กัมพูชาได้ด้วย  
 การภาวนา และสามารถสมัครเป็นครอบครัว  
 ธรรมทูต และติดตามงานธรรมทูตมากขึ้น พี่น้อง  
 จะอาสาสมัครเข้าร่วมงานธรรมทูตในบางแห่ง  
 บางโอกาสก็ได้ หรืออาจช่วยเหลือปัจจัย ตาม  
 โครงการต่างๆ... ขอพระเจ้าประทานพระพรให้  
 พี่น้องมีจิตใจธรรมทูตมากขึ้นทุกคน **อ้อ**

**BUBPHA WEDDING**

คุณบุผา ทิมเจริญ (คุณบุ๋บ)  
 089-524-0602  
 ผู้บริหาร ร้าน บุผา เวิร์ดคิง

เว็บไซต์ : [www.bubpha-wedding.com](http://www.bubpha-wedding.com)  
 E-mail : [bubpha-wedding@hotmail.com](mailto:bubpha-wedding@hotmail.com)

-----o-----  
**BUBPHA WEDDING STUDIO**  
 สำนักงาน : ถนนจ๊กกะพาก 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 (คุณน้ำ)

**BUBPHA WEDDING**  
 สำนักงาน : ถนนสุขุมวิท(สายเก่า) รสทิพย์(ตำพร.)สมุทรปราการ  
 02-323-1055, 089-870-4334 (คุณตา)



## สนทนารธรรมเลียนโซง

กิจกรรมที่คนสูงอายุทำกันมากขึ้นคือการแวะเวียนไปพบปะกับเพื่อนๆ ที่เคยรู้จักกันมาเดือนกุมภาพันธ์นี้มีโอกาสเดินทางเลียนฝั่งโขงกับเพื่อนๆ ทั้งฝ่ายภรรยาและของตนเองเริ่มจากจังหวัดเลย โดยมีจุดหมายสำคัญคือการไปเยี่ยมเพื่อนเก่าที่มาบวชอยู่ที่วัดป่าแห่งหนึ่ง หลังจากทานข้าวเที่ยงที่ห้วยกระทิง อ.เมือง ก็มุ่งหน้าไป อ.เชียงคาน ระหว่างทางต้องผ่านหมู่บ้านไทยดำบ้านนาป่าหนาด ที่อพยพมาจากอาณาจักรสิบสองจุไททางตอนเหนือของลาวในสมัยรัชกาลที่ 5 ชาวไทยดำมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ดีใจที่เห็นชาวบ้านยังคงพยายามรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีทั้งการแต่งตัว ภาษา งานเย็บปักถักร้อย และการละเล่น

เคยอ่านว่าอำเภอเชียงคานน่าอยู่ พอไปเยือนก็ให้อัจฉาที่ชาวบ้านและท้องถิ่นลงทุนทำทางเดินเรียบริมโขงหลายกิโลเมตร ผู้คนได้เดินได้วิ่งได้ขี่จักรยานออกกำลังกายท่ามกลางบรรยากาศสงบของสายน้ำโขง สิ่งเหล่านี้คนเมืองคนกรุงไม่มี มีแต่รถติดและทุกอย่างรีบร้อนวุ่นวายไปหมด แต่เนื่องจากมีชื่อเสียง ถึงวันหยุดเสาร์อาทิตย์ผู้คนต่างก็แห่กันไปแน่นขนัดเช่นกัน ตื่นเช้าได้ขึ้นไปดูดวงอาทิตย์ที่ภูทอกที่มองเห็นฟ้าโดยรอบสามร้อยหกสิบองศา เห็นธรรมชาติแล้วก็อยากขอบคุณพระเจ้าที่สร้างสิ่งเหล่านี้มาให้มนุษย์ จากอำเภอเชียงคานก็ขับรถเลียนโขงมาเข้าเขตอำเภอสังขม ท่างไปไม่กี่กิโลมิวัดผาตากเสื้อตั้งอยู่บนยอดเนินที่มองลงมาเห็นตัวอำเภอสังขมจากมุมสูง ที่วัดทำระเบียงแก้ว

ให้ผู้คนได้เดินออกไปและมองทะลุทางเดินเห็นยอดไม้อยู่ด้านล่าง เรียกความสนใจได้มากมาย ขับรถไปอีกสักพักใหญ่ก็มาถึงวัดหินหมากเป้งที่ตั้งอยู่บนก้อนหินใหญ่สามก้อนริมฝั่งโขงพอดี บรรยากาศร่มรื่นแม่แสงแดดจะร้อนแรง วัดนี้เป็นวัดที่หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี ท่านสร้างไว้เพื่อให้เป็นที่ปฏิบัติธรรมของภิกษุสงฆ์ แม่ชี และผู้แสวงบุญทั้งหลาย

พระภิกษุในพุทธศาสนาที่อยู่ในไทย มีด้วยกันสองสายหลักคือธรรมยุติกนิกายและมหานิกาย พระวัดป่านี้เป็นสายธรรมยุตที่เน้นการปฏิบัติเพื่อการดับทุกข์และเข้าถึงนิพพาน ท่านเหล่านี้ได้เห็นว่าชีวิตมนุษย์นั้นหากอุดมสมบูรณ์ไปด้วยความสะดวกสบาย ห้อมล้อมไปด้วยสิ่งเสียดสีและวัตถุที่เกินความจำเป็น เห็นที่จะหลุดพ้นและเกิดปัญญาที่จะนำไปสู่นิพพานได้ยาก ท่านจึงรุดตไปตามป่าตามเขาเพื่อฝึกฝนตนเองให้รู้เท่าทันอารมณ์ที่จะนำไปสู่ความอยาก ได้อยากมีอยากเป็นอันเป็นต้นเหตุของความโลภ โกรธ หลง หากใครยังอยู่ในวังวนของตัณหาและมกิเลสพอกหนาก็จะต้องเวียนว่ายตายเกิดและรับความทุกข์ไม่สิ้นสุด

ภาคอีสานนั้นมีวัดป่าและพระอาจารย์ที่ชาวบ้านเคารพนับถือว่าเป็นอริยสงฆ์อยู่หลายองค์ ตั้งแต่**พระอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต** ที่เป็นบูรพาจารย์ของพระอาจารย์ท่านอื่นๆ มีลูกศิษย์สืบทอดวัตรปฏิบัติอันเคร่งครัดต่อกันมา พุทธศาสนิกชนจำนวนมากให้ความเลื่อมใสด้วยการแวะไปนมัสการ เมื่อคนไปกันมากๆความเจริญก็ตาม

กันมา มีถนนมีการก่อสร้างอาคารต่างๆ วัดป่าหลายแห่งที่เคยเงียบสงบก็เริ่มเปลี่ยนไป เพื่อนของเราทำนาหนึ่งที่ประสบความสำเร็จอย่างมากทางฝ่ายโลกแต่เจตนาจะไปบวชเพื่อแสวงหาความสงบ เริ่มต้นก็มาบวชที่วัดป่าที่เจ้าอาวาสมีศิษยานุศิษย์ทั่วประเทศ บวชได้ไม่นานก็รู้สึกว่าคุณค่าที่หนีจากเมืองแต่ก็ยังไม่พ้น เลยต้องเปลี่ยนใจขอลามาคำพรษาขังวัดป่าเล็กๆ ที่ยังคงเป็นวัดท่ามกลางธรรมชาติ

เมื่อไปพบเพื่อนก็ต้องสนทนา หากเป็นแวดวงของเพื่อนนักเรียนก็คงหนีไม่พ้นการคุยกันว่าตอนเด็กเคยเกรกันขนาดไหน และปัจจุบันทำอะไรกัน มีหน้าที่การงานและธุรกิจใหญ่โตหรือไม่ แต่พอเจอเพื่อนที่ละทิ้งเรื่องความสำเร็จทางฝ่ายโลกเพื่อแสวงหาการหลุดพ้นแทน คำถามหลักจึงเป็นเรื่องการใช้ชีวิตหลังวัยเกษียณควรเป็นอย่างไร

หลวงเพื่อนได้เริ่มชวนให้คิดว่า พวกเราไปใช้ชีวิตเพื่องานฝ่ายโลกหรืองานภายนอกมากแล้ว เวลาที่เหลืออยู่น่าจะได้อะไรสำหรับงานฝ่ายจิตหรืองานภายในอันจะทำให้เราพบกับความสงบสุขในโลกนี้ แล้วท่านก็นำถึงความสำคัญที่เราต้องใคร่ครวญไตร่ตรองในกิจการต่างๆ ที่เราทำอยู่ คำที่ทักทายอันนี้ทำให้ผมนึกถึงเรื่องราวหนังสือมหาภารตะยุคพุทธ อันเป็นหนังสือที่บรรจุบทเทศน์สอนภควทศิตาอันสำคัญของศาสนาฮินดู ภายหลังที่อรชุนซึ่งเป็นตัวเอกของเรื่องได้เอาชนะศึกที่ทุ่งกุรุเกษตรที่เกิดขึ้นเพราะความบาดหมางระหว่างสองเมืองของตระกูลปาณฑพ และตระกูลเกาฑ์ที่เป็นเครือญาติกันแล้ว ก็ได้ไปปรึกษาฤๅษีชเวียสกีซึ่งเป็นพระอาจารย์ถึงความเหนื่อยหน่ายต่อความผันผวนของชีวิตตนเองที่

ประสบมา ฤๅษีชเวียสกีได้แนะนำว่า “อรชุนหลานรัก พฤติการณ์ทุกอย่างทุกประการที่หลานได้พรรณนามานี้ปฐุทราบดี นี่แหละคือชีวิต นี่แหละคือกฎแห่งกรรม ทุกคนเกิดมาในโลกจะหลีกเลี่ยงจากกฎนี้ไม่ได้ ไม่มีสิ่งไหนที่หลานจะต้องเศร้าโศกเสียใจ หลานเองได้ปฏิบัติหน้าที่และบรรลุเป้าหมายไปถึงสามประการแล้วในโลกนี้คือมีอรรณะ (ทรัพย์สินเงินทอง) ได้กามะตามต้องการ (ความใคร่ความปรารถนา) ปฏิบัติธรรมะ (ทำสิ่งที่ดีที่ถูกต้อง) บัดนี้ยังเหลืออยู่เพียงประการที่สี่คือโมกษะอันเป็นเป้าหมายที่สำคัญที่สุดของชีวิต (ความหลุดพ้นจากการเวียนเกิดเวียนตายหรือนิพพาน) หลานจงอย่าประมาทและจงพยายามแสวงหาให้ได้เป้าหมายนี้โดยมิชักช้า” ได้ฟังดังนี้แล้วอรชุนก็ตั้งใจสิ่งต่างๆ เดินทางเข้าป่า เพื่อหาความหลุดพ้นตามคติความเชื่อ

ทางพุทธศาสนาที่มีความเชื่อในเรื่องการเวียนว่ายตายเกิดคล้ายทางฮินดู และจุดหมายสำคัญคือการหลุดพ้นหรือการนิพพานที่ไม่ต้องมาเวียนเกิดเวียนตายอีก แต่คำถามสำคัญคงอยู่ที่วิธีการที่จะไปถึง จำเป็นหรือไม่ที่ทุกคนต้องสละสถานะทางโลกมาบวชหรือปลีกวิเวกในป่า พระพุทธเจ้าได้เทศน์สอนว่าหากเราปฏิบัติตามมรรคแปดก็จะพบหนทางแห่งการดับทุกข์และเข้าสู่นิพพานได้ มรรคแปดนั้นเน้นเรื่องการมีความคิดเห็นที่ถูกต้องว่าทุกสิ่งในโลกนี้ล้วนเป็นอนิจจังไม่ควรไปยึดไปถือครองแบบเอาเป็นเอาตาย เน้นเรื่องการปฏิบัติดีทั้งทางการกายวาจาใจต่อผู้อื่น และการมีสติมีสมาธิที่มั่นคงรู้อารมณ์เพื่อหักห้ามใจได้ทัน หากทำดังนี้ได้เมื่อตายก็จะมีชาติภพที่ดีขึ้นเรื่อยๆ จนวันหนึ่งก็จะไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอีก



ได้เข้าใจคติความเชื่อทางพุทธแล้วก็กลับมาไตร่ตรองคติความเชื่อทางคริสต์บ้าง ตอนเป็นนักเรียนโรงเรียนอัสสัมชัญทุกสัปดาห์จะต้องขึ้นหอประชุมใหญ่เพื่อรับการอบรมสั่งสอนจากครูใหญ่และอธิการ สมัยนั้นไม่มีมือถือให้ก้มหน้าเล่น ถ้าไม่ยอมสบตาอธิการก็มองขึ้นไปข้างบนเหนือเวที นักเรียนทุกคนจะเห็นและจำปฏิมากรรมเสมือนจริงแบบหุ่นสูงที่**อาจารย์คิลบีพีระศรี** บรรจงสร้างเพื่อสะท้อนกลอนที่**บราเดอร์ฮีแลร์** บรรจงแต่งไว้ว่า “*จงตื่นเถิด เปิดตา ทาความรู้อย่างคนคำครุ คำพระเจ้า เผ่าชายัน จะอุดม สมบัติปัจจุบัน แต่สวรรค์ ดีกว่า เรื่อย่าลิ้ม*” ทางคริสต์นั้นก็เชื่อคล้ายกันว่าโลกมนุษย์นั้นเป็นสถานที่ชั่วคราว ขณะที่ชีวิตในโลกก็ให้ปฏิบัติดีตามที่ครูสอนและปฏิบัติตามบัญญัติที่พระเจ้าให้ไว้เรื่องการรักเพื่อนมนุษย์ หากทำได้เราก็จะพบความสุขตามประสาโลก แต่อย่ามัวหลงติด เพราะเป้าหมายสำคัญที่สุดคือการกลับไปอยู่ร่วมกับองค์พระผู้เป็นเจ้าในสวรรค์อันเป็นชีวิตนิรันดร์ซึ่งอาจเทียบเคียงกับนิพพานแม้จะไม่เหมือนกัน ชาวคริสต์เชื่อเรื่องเกิดครั้งเดียวตายครั้งเดียว หากเป็นฟุตบอลคือเป็นรอบตัดเชือกชิงดำ

ชิงชนะเลิศ ไม่มีชาติหน้าให้แก้ตัว แต่ชาวคริสต์อาจโชคดีที่พระเจ้าออกจะลำเอียงหน่อยๆ คือพระองค์ปรารถนาให้ทุกคนได้เข้าสวรรค์อยู่แล้วถึงกับส่งพระเยซูคริสต์มาเกิดเป็นมนุษย์เพื่อช่วยนำเรากลับสู่สวรรค์ ขอเพียงให้เราตอบรับ-เชย-เยส-บอกเห็นท้าว แสดงความต้องการขอความช่วยเหลือจากพระองค์และความตั้งใจที่จะปฏิบัติดีต่อเพื่อนมนุษย์ หากพลาดไปบ้างก็ขอให้อภัยกับเรา เหมือนที่เราให้อภัยคนอื่น

เดือนมีนาคมและเมษายนปีนี้เป็นเทศกาลมหาพรตพอดี หัวใจของมหาพรตอาจจะอยู่ที่คำสามคำคือ ทาน ศีล ภาวนา วันพุธรับเถ้าย้ำเตือนอีกครั้งว่าร่างกายมนุษย์นั้นมาจากดินและจะต้องตายและกลายเป็นดินอีก แต่หากเราตอบรับข่าวดีของพระเยซูคริสต์ด้วยการภาวนาขอความช่วยเหลือจากพระองค์ การแบ่งปันของฝ่ายโลกที่เราทำให้ผู้ที่ขัดสนขาดแคลน และการหักห้ามใจมิให้ทำผิดต่อผู้อื่น หากทำได้ดังนี้เมื่อชีวิตในโลกนี้ผ่านไปเราก็จะสามารถก้าวข้ามความตายเพื่อรับชีวิตนิรันดร์ในสวรรค์เหมือนที่องค์พระคริสต์เจ้าได้กลับคืนชีพในวันฉลองปัสกา ๕

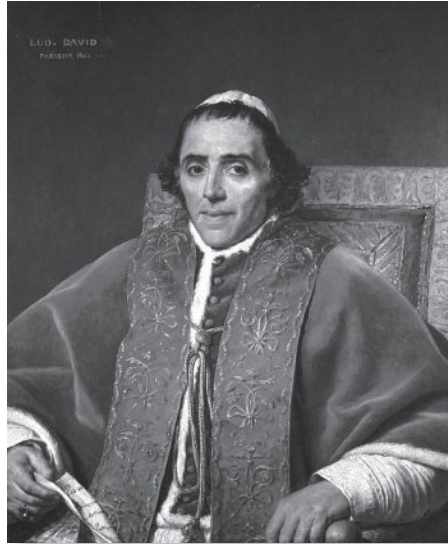
# บัญญัติศัพท์

คณะกรรมการแปลและบัญญัติศัพท์

## R

religious state	= ลักษณะชีวิตนักพรต สถานะชีวิตนักพรต
renouncement	= การตัด การสละ การละ (ทิ้ง)
renunciation	= การสละ, การปฏิเสธตนเอง, การละ
remedy	= การบำบัดรักษา
penal remedy	= การลงโทษบำบัด
remission	= การยกโทษ การยกหนี้ การอภัย
remission of sins	= การอภัยบาป การยกบาป (เดิมใช้ การโปรดบาป)
remission of penalties	= การยกโทษบาป
remnant	= เศษชน (เส-สะ-ชน), ชนจิตมั่น (ชาวอิสราเอลกลุ่มเล็ก ๆ ที่ยังคงซื่อสัตย์ต่อพระเจ้า จนวาระสุดท้าย)
remorse	= ลำนึกผิด ความรู้สึกเศร้าเสียใจที่ได้ทำผิด
remuneration	= ค่าตอบแทน
renewal	= การรื้อฟื้น
renewal of vows	= การรื้อฟื้นคำปฏิญาณ
renovation	= การฟื้นฟู การปฏิสังขรณ์
reparation	= การชดใช้ การชดเชย
Act of Reparation	= บทชดเชยบาป (ที่ผิดต่อพระทุกข์ของพระเยซูเจ้า)
repent	= การสำนึกผิด
repentance	= การสำนึกผิด การเป็นทุกข์ถึงบาป
reposition	= ที่ตั้ง ตำแหน่ง การจัดวาง
reposition of the Blessed Sacrament	= พิธีตั้งนมัสการศีลมหาสนิท
Requiem Mass, the	= มิสซาผู้ล่วงลับ
resignation	= การยอมรับสภาพ, การลาออก
rescript	= สารตอบ (จากผู้มีอำนาจหน้าที่)
respondent	= ผู้โต้ตอบ จำเลย
response	= บทรับ
responsory	= บทเพลงท่อนรับ

## ความเมตตาของพระสันตะปาปาปิโอ ที่ 7



**พระสันตะปาปาปิโอ ที่ 7 (ค.ศ. 1800–1823)** พระองค์ไม่ใช่ นักบุญ แต่ก็ทรงมีใจศรัทธา และมีความอ่อนโยน พระองค์ทรงทำสัญญากับประเทศฝรั่งเศส แต่ที่สุด นโปเลียนก็ฉีกสัญญาและรุกราน พระศาสนจักร เพื่อเป็นการรอมชอมข้อขัดแย้ง พระองค์เสด็จไปยังกรุงปารีสในพิธีขึ้นครองราชย์เพื่อ สวมมงกุฎจักรพรรดิให้แก่ นโปเลียน แต่นโปเลียนกลับลบล้างพระสันตะปาปาด้วยการสวมมงกุฎให้กับ ตนเองและพระราชินีโยเซฟิน

เป็นความจริงที่เดียวที่อำนาจในโลกนี้เป็นสิ่งไม่ยั่งยืนที่สุด นโปเลียนแพ้สงคราม แต่พระสันตะปาปา ปิโอ ที่ 7 ด้วยหัวใจของสันตะบิดา พระองค์ทรงขอกองทัพอังกฤษอย่าทำร้าย หรือทารุณพระเจ้า นโปเลียน ขณะนั้น นโปเลียนถูกคุมขังอยู่ที่เกาะเซนต์เฮเลนา นอกจากนั้น พระองค์ยังทรงอนุญาตให้ลูเคลเซีย (มารดา) ลุง และน้องชายของนโปเลียนเข้ามาหลบภัยอยู่ที่กรุงโรมได้อย่างสงบ ❧

### ชวนคิดสะกิดใจ

เมื่ออ่านเรื่องนี้พอรู้สึกประทับใจในแบบฉบับของพระสันตะปาปาปิโอ ที่ 7 เป็นอย่างมาก พระองค์ ไม่เพียงแต่สอนเรื่องความรักและความเมตตาตามคำสอนของพระเยซูเจ้าเท่านั้น แต่พระองค์ทรงปฏิบัติ ตามคำสอนของพระเยซูเจ้า พระอาจารย์ ด้วยชีวิตของพระองค์เอง ทำให้พ่อคิดถึงสิ่งที่นักบุญยากอบ เตือนเราในจดหมายของท่านว่า “จงพูดและทำอย่างผู้ที่จะถูกพิพากษาด้วยธรรมบัญญัติแห่งอิสราเอล เกิด ผู้ใดที่ไม่แสดงความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ จะถูกพิพากษาโดยปราศจากความเมตตากรุณา เช่นเดียวกัน ผู้ที่แสดงความเมตตากรุณาจะไม่เกรงกลัวการพิพากษา” (ยก 2:12-13)

## “ผู้กล้า.....”

ความสนุกสนานในวัยเด็ก มีสิ่งหนึ่งที่น่าจะจำก็คงเป็นเรื่องความกล้าทำหายซึ่งยอมกันไม่ได้จริงๆ ใครเก่งกว่า ใครเร็วกว่า ใครเล่นแฉกกว่า ใคร.....โอ้ยๆ เยอะ ของอย่างนี้มันประมาทกันไม่ได้จริงๆ ฉันว่าในวัยเด็กฉันก็เคยเป็นอย่างนั้นแหละ เล่นเอาทำอะไรแปลกๆ บางครั้งก็แตกก็เจ็บไปตามๆ กัน นั่นนะสิเขาถึงต้องบอกให้ผู้ใหญ่ดูเด็กดีๆ

เขาเล่าว่าในช่วงเดือนตุลาคม มีธรรมเนียมที่ตืออย่างหนึ่งของคริสตชนคือการไปสวดสายประคำ ขอพรพระเจ้าผ่านทางแม่พระ บางแห่งยังคงรักษาธรรมเนียมเดิมๆ ไว้ ในช่วงหัวค่ำจะพากันไปสวดตามบ้าน เจ้าภาพจะถือโอกาสได้เตรียมบ้านสะอาดเรียบร้อยรับรูปแม่พระ เพื่อนบ้านจะไปรวมกันภาวนาด้วยกันเสร็จแล้วก็มีการเวียนหรือของว่างทานด้วยกัน เป็นภาพน่ารักแบบครอบครัวใหญ่ที่มีใจให้แก่กัน เด็กๆ นี่ชอบเป็นพิเศษเลย เพราะได้เล่นกับเพื่อนในช่วงค่ำนั้นขึ้น แนนอนบางครั้งมีอาหารอร่อยๆ เล่นเอาพุงกางเลย

ในคำหนึ่งของเดือนตุลาคมนี้เอง ฉันเดินออกไปเพื่อร่วมสวดกับชาวบ้าน ผ่านต้นดอกปีบ (ก้านของกาสะลอง) กลิ่นหอมแบบไทยๆ คล้ายราชาดี...ราตรี...วาสนาประมาณี่เห็นเด็กกลุ่มหนึ่งคุยกันใต้ต้นมะขามหัวเราะสนุกสนาน

“คุยอะไรกันนั่น”

“คุยว่าใครเก่งกว่ากันครับ”

“เจ้าที่ขอบอกว่าตัวเองเล่นลูกแก้วเก่ง เจ้านายบอกว่าเตะบอลเก่ง เจ้าที่ขอบอกว่าตัวเองวิ่งเร็ว.....” แล้วแต่ละคนก็คุยทับกันว่าใครเก่งกว่ากัน ก็ตามประสาเด็กแหละ ฉันก็ได้แต่นึกสนุกในใจ ตอนเด็กๆ ฉันก็ยอมใครที่ไหนละ บางเรื่องก็เล่าไม่ได้หรอก เตียวเด็กไปตามละยุ่งเลย

ค่านั่นฉันเห็นเด็กๆ กลุ่มนี้สวดกันเสียงดังฟังชัด จนต้องพยายามลากเสียงให้พวกเขาตั้งใจสวดมากกว่าแข่งกันสวดแบบวิ่งร้อยเมตร หลังสวดเรามีมื้ออาหารค่ำหนักเอากการ เพราะมีข้าวเหนียวกับลาบหมู อีกอย่างก็เป็นแกงหน่อไม้ ฉันได้พิเศษเพราะเป็นครุ้มัง ชาวบ้านแถมผัดหน่อไม้ใส่ตัวอ่อนของต่อเข้ามาอีกจาน แซบพิเศษจริงๆ

ฟังเสียงชาวบ้านคุยกันสนุกสนาน บางโอกาสก็บ่นเรื่องฟ้าฝนที่ไม่ตกเอาซะเลย เล่นเอาต้นข้าว ข้าวโพด อ้อยไม่รู้ว่าจะมีผลผลิตหรือเปล่า บ้านเราพึ่งฝนตามธรรมชาติ ไม่มีคลองไม่มีเขื่อน ก็สู้ตามมีตามเป็น ฟังแล้วก็เศร้าไปกับพวกเขาด้วย เพราะนี่เป็นเรื่องปากท้องที่น้อยคนจะเข้าใจและยื่นมือมาช่วย

ส่วนเจ้าเด็กกลุ่มนั้นยังคงคุยทับกันเรื่องต่างๆ ที่ค้างคากันได้ต้นมะขาม คำข้าวใหญ่ที่เคี้ยวเอร็ดอร่อย ความซื่อใสที่มีต่อกันบรรยายกาศอย่างนี้ฉันว่ามันเป็นมนต์เสน่ห์ที่ฉันหลงใหล และไม่ยากให้มันสูญหายไปพร้อมกับกาลเวลาและนวัตกรรมใหม่ที่อาจจะมาแทนที่





เรื่องราวดีๆ ของหัวใจ

“เจ้าเอ็มถือถุงขนมนี้ไปส่งครูด้วย” ว่าแล้วก็อายนะที่ชาวบ้านยังมีถุงขนมให้คนที่ไปร่วมสวดภาวนา เป็นธรรมเนียมดีแต่ฉันก็มีอายอายอยู่นะ เพราะฉันไม่รู้ว่ามีอะไรบ้างที่ได้ตอบแทนความดีความน่ารักของพวกเขา

กลุ่มเด็กนำหน้าพวกฉัน ยังคงคุยว่าใครเก่ง ใครกล้า ใครแน่นกว่ากัน ยิ่งเดินผ่านวัดชะด้วยคำทำทหายก็ออกมา “ใครกล้า ใครไม่กลัวเดินออกไปก่อนเลย”

ไม่ให้น้อยหน้ากัน ต่างคนต่างวิ่งผ่านความมืดใต้ต้นมะขาม ผ่านวัดซึ่งต้องยอมรับว่ามีตสนิทจริง พันสายตาไปไม่เท่าไรก็มีเสียงร้องลั่น

“เฮ้ย.....ผี” เด็กตะโกนร้องเสียงหลงวิ่งกลับสุดชีวิต บางคนหกล้มเพราะวิ่งสะดุด โครงเหล็กตั้งลำโพงที่วางเกะกะแถวนั้น ทั้งหมดวิ่งมามากอดฉันไว้แน่น แรกๆ ก็คิดว่าร้องหลอกกันเล่น แต่เมื่อพวกเขาวิ่งมามากอดแน่นพร้อมสัมผัสกับอาการลั่นของบางคนก็รู้ว่ากลัวจริง

“อะไรกัน”

“ผีครับผี มันเกาะบนต้นไม้ เลี้ยวไปบ้านครูเห็นเลยครับ”

“ไหนไปดูกัน” เด็กบางคนไม่ไปด้วยยืนอยู่ที่ต้นมะขาม แต่พอเห็นเพื่อนส่วนมากไปก็ต้องไปด้วยเพราะอยู่ก็กลัว

ทั้งหมดเดินตามฉันไป ผ่านวัดผ่านความมืด พอเลี้ยวเท่านั้นก็เห็นสีขาวยๆ แกว่งอยู่ที่ต้นไม้ เท่านั้นแหละทุกคนก็วิ่งมากอดฉันกลมพร้อมร้องดัง “ผี”

ฉันหัวเราะลั่นกับความไม่ตั้งใจที่วันนี้ดันชักเลื้อยยาวลีซาว เห็นลมดีก็เลยเอามาห้อยกับต้นไม้ พันความตื่นกลัวก็พากันพูดว่า “ไหนเจ้าก็อปเจ้าว่าไม่กลัวผี วิ่งคนแรกเลย”

อายไม่อายไม่รู้แหละ แต่พอตอนขากลับฉันไม่ได้ไปด้วย ผ่านมุมมืดที่วัด เดินกันอยู่ดีๆ ฉันตะโกนไล่หลังเสียงยานคางแต่ดังชัดว่า “รีบกลับนะ.....เดี๋ยวเถอะ.....” ได้ผลเกินคาดบรรดาผู้กล้าคนเก่งทั้งหลายวิ่งแจ้นหายไปเลย ๕

# ผ่านมา 55 ปี พอจะมีเรื่องเล่าสู่กับพี่

จันทรา กาญจนบัตร

## กตัญญู

ดิฉันได้อ่านบทความชิ้นหนึ่งซึ่งเป็นเรื่องราวของ **นางกิมจู** ผู้หญิงชาวจีนคนหนึ่ง เห็นว่าน่าสนใจมาก และเชื่อว่า จะสะท้อนให้เห็นมุมมองของสังคมปัจจุบันอีกมุมหนึ่งในเรื่องของความกตัญญู และการตอบแทนบุญคุณ ที่ดูเหมือนว่าคนรุ่นใหม่มักจะละเลย รวมถึงการมองข้ามความรู้สึกของคนรอบข้าง โดยมักจะเอาตัวเองเป็นที่ตั้ง ใครจะทำความดีให้ เขามักจะเฉยๆ แล้วก็ลืมๆ ไป โดยไม่รู้สึกถึงบุญคุณที่ควรตอบแทน แล้วก็ปล่อยให้มันผ่านไป จนกลายเป็นคนเล็งน้ำใจเสียด้วยซ้ำ อันที่จริงพ่อแม่ ผู้ปกครอง ควรปลูกฝังและควรทำตนเป็นแบบฉบับแก่เด็กๆ เพื่อเขาจะได้ซึมซับสิ่งดีๆ ในเรื่องความกตัญญูรู้คุณ จึงขอแบ่งปันเรื่องนี้เพื่อเป็นอุทาหรณ์แก่ทุกคน

นางกิมจู แต่งงานกับสามีที่มีฐานะครอบครัวปานกลาง และเธอได้ย้ายมาอยู่กับครอบครัวของสามี แต่แม่ของสามีไม่ถูกชะตากับเธอเลย จึงโดนดูโดนว่าทุกวัน มันสร้างความเจ็บปวดและบั่นทอนจิตใจ ซึ่งมันทำให้เธอทุกข์ใจทุกวัน แล้วตัวสามีของเธอเองก็ไม่สนใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น นางกิมจูมีลูกสาว 3 คน ซึ่งก็เริ่มโตขึ้นเรื่อยๆ ไปโรงเรียนกันหมดทุกคน ส่วนนางกิมจูก็ต้องอยู่ที่บ้านและทำงานบ้านทุกอย่างด้วยความเหน็ดเหนื่อยเพราะไม่มีใครช่วย

วันหนึ่ง วันที่หิมะตกหนัก นางได้ยินเสียงเคาะประตูบ้านเบาๆ นางจึงไปเปิดประตู ก็พบเด็กชายคนหนึ่งอายุประมาณ 6 ขวบ แต่งตัวมอมแมม เสื้อผ้าขาดวัน เด็กน้อยขอข้าวกินประทังความหิว นางกิมจูมองดูเด็กคนนั้นด้วยความสงสาร แต่ข้าวในหม้อเหลือเพียงน้อยนิด และมีน้ำแกงจืดอยู่อีกนิดหน่อย นางจึงรีบตัดข้าวและเทน้ำแกงจืดใส่ชามส่งให้เด็กที่หิวโหยคนนั้น เขารับทานอย่างรวดเร็วจนหมดชาม วันนั้นหิมะตกมาก เด็กน้อยตัวสั่นและขอเข้าไปในบ้านเพื่อหลบหิมะ

และความหนาว แต่นางไม่กล้าอนุญาตเพราะกลัวว่าแม่ของสามีจะไม่พอใจ จึงให้เด็กคนนั้นไปแอบหลบนอนอยู่แถวๆ เฝิงเก็บพื้นหลังบ้าน

เวลาผ่านไปหลายวัน นางก็ยังแอบจัดส่งอาหารให้เด็กชายคนนั้น จนกระทั่งวันหนึ่งความลับถูกเปิดเผย แม่สามีจับได้ว่านางกิมจูแอบซ่อนเด็กไว้ใน เฝิงเก็บพื้นหลังบ้าน แม่สามีโกรธมาก จับเด็กคนนั้นมาตีแบบไม่ยั้ง แثمใส่ร้ายป้ายสีว่าเด็กคนนั้นเป็นลูกชู้ลูกขโมย นางกิมจูพยายามอธิบายอะไรๆ พวกเขาก็ไม่ยอมฟัง และพยายามจะตบตีเด็กคนนั้น นางจึงปกป้องการเขียนดี โดยโอบกอดเด็กคนนั้นเอาไว้

สุดท้าย พวกเขาจับไล่เด็กคนนั้นออกไปจากบ้าน นางกิมจูได้แต่ยืนมองด้วยความสงสาร ที่เห็นเด็กคนนั้นไม่มีโอกาสได้อธิบายหรือพูดอะไรบ้างเลย เด็กคนนั้นเดินก้มหน้าร้องไห้ไม่รู้จะไปไหนดี นางกิมจูยืนมองเด็กคนนั้นเดินฝ่าหิมะและความหนาวเย็นไปเรื่อยๆ จนหลุดพ้นสายตา โดยที่นางไม่สามารถช่วยเด็กคนนั้นได้เลย

วันเวลาผ่านไป 20 ปีเศษ นางยังไม่เคยลืมเด็กคนนั้น และคิดว่าเขาคงตายไปแล้วเพราะวันนั้นหิมะตกหนักอากาศหนาวเย็นเกินกว่าจะทนได้ และในวันนี้พวกลูกสาวของนางกิมจูเองก็เรียนจบกันหมดแล้ว และทุกคนต่างก็แต่งงานมีครอบครัวกันไปหมด ลูกสาวคนโตและคนกลางเมื่อแต่งงานแล้วก็ย้ายบ้านไปอยู่ที่เมืองอื่น ส่วนคนเล็กก็ย้ายไปอยู่ฮ่องกง

ไม่นานนักแม่ของสามีเริ่มป่วยด้วยโรคเมเร็ง ซึ่งคนที่ต้องดูแลในวาระสุดท้ายก็เป็นนางกิมจูคนนี้เอง ที่แม่สามีเกลียดชัง นางคิดว่าคนที่เข้าหน้ากันไม่ได้และดูดำกันทุกวัน มาวันนี้กลับต้องมาช่วยดูแล มันไม่ยุติธรรมเลย แต่นางก็ยินดียิ่งดูแลรับใช้แม่สามีอย่างดี จนถึงวันสุดท้ายที่แม่สามีสิ้นใจ นางกิมจูจึงรีบโทรศัพท์

บอกพวกลูกสาวทั้งสามคน ให้มาเคารพศพคุณย่า แต่ ลูกๆ ก็ปฏิเสธว่าไม่ว่าง ไม่สะดวก งานเยอะ นางรู้สึก เศร้าใจมากที่วาระสุดท้ายแล้ว ทุกคนก็เมินหน้าหนี หรือเพราะความผูกพันไม่เคยมีจริงๆ ในระหว่างคุณย่า กับหลานๆ

เมื่อผ่านพ้นงานศพของแม่สามีไปได้ไม่นานนัก ตัวสามีของนางกิมจูเองก็ประสบอุบัติเหตุถูกรถชนขณะ ข้ามถนนเลียชิวิต ชะตาชีวิตกำลังเล่นกลั่นแกล้งนาง โลกมืดแปดด้าน ดูเหมือนนางกิมจูถูกทิ้งให้ต้องอยู่ คนเดียว นางตัดสินใจโทรศัพท์บอกกับลูกสาวทั้ง สามคนว่า แม่แก่แล้ว สุขภาพไม่ค่อยดี อยากจะขอไป อยู่บ้านของลูกๆ บ้าง ลูกสาวคนไหนก็ได้สักคน แต่ลูกๆ กลับบอกว่าที่บ้านของพวกเขาไม่พร้อม เพราะอยู่กับ ครอบครัวของสามี เรื่องเยอะ ยุ่งยาก และสามีคงไม่ สะดวกจะต้อนรับแม่ ขอให้แม่อยู่คนเดียวก็แล้วกัน

นางกิมจูนั่งร้องไห้ด้วยความหดหู่ นางสังเวชกับ ชีวิตตัวเองที่ไม่เคยสุขใจ ไม่เคยสมหวัง ทั้งๆ ที่ทุกๆ วัน นางก็วอนขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้ช่วยนางให้ได้พบหนทางที่ จะเอาชีวิตรอด นางท้อแท้กับชีวิตที่ดูไร้ค่า ถึงแม้นาง จะพยายามปฏิบัติตนเป็นคนดี เป็นแม่ที่ดีของลูกๆ แต่ สิ่งที่ตอบแทนกลับมานั้นไม่เคยทำให้ชุ่มชื่นใจบ้างเลย

วันนี้หน้าตาของคนแก่หัวใจแกร่งไหลรินไม่ ขาดสาย นางกิมจูถามตัวเองว่า โลกนี้ไม่เหมาะกับฉัน จริงๆ ไช่ไหม นางทรุดตัวลงนั่งร้องไห้สะอึกสะอื้น แต่ แล้วเสียงเคาะประตูก็ดังขึ้น นางค่อยๆ พยุงตัวขึ้นเดิน ไปเปิดประตู แล้วก็ต้องแปลกใจ เมื่อเห็นชายหนุ่มรูปร่าง สูงใหญ่ บุคลิกดี ยกมือไหว้นาง และเรียกนางว่า “แม่” “...แม่ครับ จำผมได้ไหม ผม ‘ก๊วนก้วย’ เด็กขอทานใน อดีตที่มาขอข้าวแม่มกิน แล้วแม่ก็ให้ข้าวผมกิน และยัง ให้อาหารที่หลับนอนด้วย ผมขอเรียกว่า แม่ นะครับ”

ก๊วนก้วยคุกเข่าลงกราบนางกิมจูที่เคยช่วย ชีวิตเขา หรือแม่แต่ตอนที่โดนทุบตี ดูด่า นางก็ยังยอม เสียสละเพื่อปกป้องเขา นางกิมจูก้มลงประคองชาย

หนุ่มคนนั้นขึ้นมากอด บอกว่า “ฉันดีใจมากที่หนู รอดชีวิต ฉันคิดถึงหนูตลอดไม่เคยลืม มันเป็น ความทรงจำที่ฝังแน่น เหมือนเราเคยเป็นแม่ลูกกัน ฉันดีใจที่สุดที่หนูปลอดภัย หนูสบายดีไช่ไหม” นาง ร้องไห้ด้วยความปลาบปลื้ม

ก๊วนก้วยเล่าให้นางกิมจูฟังว่า จากวันนั้นเขา เดินโซซัดโซเซเข้าไปในเมือง เกือบตายเพราะความหิว และความหนาว แต่โชคดีที่เจอพวกนักข่าวและหน่วย กู้ภัย พวกเขาเข้ามาคอยสอบถามถึงที่มาที่ไปและเกิด ความสงสัยแล้วพยายามช่วยติดต่อประกาศตามหา พ่อแม่ของผมให้ เพราะพวกเราพลัดพรากจากกัน ตอนช่วงที่เกิดแผ่นดินไหว และที่สุดผมได้พบกับ พ่อแม่ ซึ่งพ่อของผมก็เป็นพ่อค้า ทำมาหากินมีรายได้ พอสมควร ผมได้อยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุข ได้เรียนหนังสือจนจบปริญญา และช่วยพ่อแม่ค้าขาย จนกระทั่งท่านทั้งสองตายจากไป ผมจึงสานต่อกิจการ ของท่านและรับมรดกทั้งหมด และผมก็ไม่เคยลืม บุญคุณที่แม่ (นางกิมจู) ได้เคยช่วยผมเอาไว้ และวันนี้ ผมพร้อมแล้วที่จะมารับแม่กิมจูไปอยู่กับผม

นางกิมจูดีใจ วันนี้สวรรค์มีตา พระเจ้า ผู้ศักดิ์สิทธิ์บนฟ้าสวรรค์ได้ส่ง “ลูก” ชายคนนี้ให้ มาดูแลเขาในช่วงสุดท้ายของชีวิต นี่เป็นเพราะนาง พยายามสร้างสมความดีมาตลอด และเป็นเพราะความ กตัญญูรู้คุณของชายหนุ่ม ทำให้ทั้งสองได้กลับมา พบกันอีก... เรื่องนี้เป็นเรื่องจริงที่เกิดขึ้น

ท่านเคยช่วยเหลือคนที่ตกทุกข์ได้ยาก คน ที่หิวโหยบ้างไหม หรือเคยพูดคุยปลอบโยน และให้ กำลังใจแก่คนที่สิ้นหวังบ้างไหม เพื่อให้เขาเหล่านั้น สามารถลุกขึ้นและดำเนินชีวิตต่อไป... จงให้และจง ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในขณะที่ท่านยังมีกำลังและ ทำได้ พระเจ้าบนสวรรค์กำลังเฝ้ามองกิจการของเรา แต่ละคน และจะทรงตอบแทนคุณงามความดีของเรา แต่ละคนเป็นร้อยเท่าพันทวีอย่างแน่นอน **๕**

# ภาพเคียงคำ

วีรพันธ์ เอกอักษรภรณ์



## "เสียงจากน้องเหมียว"

เคยตามสักคำไหม  
ปุบปับก็จับเอา  
เจ้านายหมายสนุก  
ใกล้ไกลตามใจนาง  
ลอดร่องซ่องหน้าตา  
จะพามาทำไม  
แดดร้อนนอนขดคู้  
เที่ยวหน้าถ้ามีทิวส์

ว่าอยากไปด้วยหรือเปล่า  
ใส่กระเป๋าออกเดินทาง  
เราไม่สุขถูกปล่อยวาง  
ท่องเที่ยวเขาลำเนาไพร  
นั่งมองข้างอย่างเศร้าใจ  
แบกสะพายให้น่ากลัว  
ใครจะรู้หนูปวดหัว  
เหมียวขอตัวไม่ยอมมา

สีน้ำอะครีลิคแท้ 100% ชนิดกึ่งเงา สำหรับภายนอกและภายใน  
Acrylic 100 % Emulsion Semi-Gloss (Exterior & Interior)



มอก.2321-2549  
สีอับชื้น  
ทนสภาวะอากาศ



ซูเปอร์ฮีโร่  
**ฮีโร่**  
SUPER HERO



**เงาวัน**



No Lead and Mercury Added.  
ไม่พบบางสารก่อมะเร็งปรอท



มอก.2625-2557



สีเคลือบเงาสำหรับพื้นผิวโลหะและไม้  
Enamel Paint for Metal and Wood

สำหรับภายนอกและภายใน  
for exterior & Interior



คุณวศกร อภิรมย์เจริญ



รับส่วนลดพิเศษสุด เพื่อช่วยเหลืองานคริสตจักรและคริสตชนทั่วประเทศ

โทร. 0-2613-8989 (ต่อ 431 คุณสารรัช 'แมทธิก' แถงเดช)  
บริษัท เพรซิชั่น 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



สภาประมุขบาทหลวงโรมันคาทอลิกแห่งประเทศไทย จัดพิธีบูชา  
ขอบพระคุณฉลองครบ 6 ปีแห่งสมณสมัยของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส  
โดยพระคาร์ดินัลฟรังซิสเซเวียร์ เกรียงศักดิ์ โกวิทวาณิช ประธานสภาประมุ  
ขบาทหลวงโรมันคาทอลิกแห่งประเทศไทย เป็นประธาน พร้อมด้วยพระอัครสังฆราช  
พอล ชาง อิน-นัม เอกอัครสมณทูตนครรัฐวาติกันประจำประเทศไทย  
พระคาร์ดินัลไมเกิ้ล มีชัย กิจบุญชู และบรรดาพระสังฆราช วันอาทิตย์ที่ 17  
มีนาคม 2019 เวลา 17.00 น. ณ อาสนวิหารอัสสัมชัญ กรุงเทพฯ

## เรื่องราวของชายสองคน

ชายสองคนโต้เถียงกันโดยใช้คำพูดที่รุนแรงพูดใส่กัน ทั้งสองขัดแย้งกันเพราะชอบพรรคการเมืองที่ต่างกัน ความรุนแรงเพิ่มมากขึ้น จนทำให้กังวลว่าทั้งสองจะทำร้ายร่างกายกัน ...

ทันทีทันใดนั้น น้องหมาตัวหนึ่งเข้ามาตรงกลางและเห่าเสียงดังใส่ชายคนหนึ่ง จนชายคนนั้นถอยหลังไป แล้วน้องหมาก็หันมาเห่าเสียงดังใส่ชายอีกคนหนึ่ง ชายคนนี้ก็ถอยหลังไปเช่นกัน ...

น้องหมาหันมาเห่าเสียงดังใส่ชายคนแรกอีกและหันไปเห่าใส่ชายคนที่สองเช่นนี้ 2 ถึง 3 รอบ จนแยกชายทั้งสองให้ยืนห่างออกจากกัน ... ชายทั้งสองคนนี้หยุดโต้เถียงกัน และเริ่มยิ้ม พูดว่า “คนทะเลาะกัน ต้องให้หมามาห้าม ฮ่าๆๆ” เขาทั้งสองคนหัวเราะพร้อมกัน (ชาวบ้านที่ยืนดูอยู่ก็หัวเราะไปด้วย) ...

ชายสองคนนี้ไม่ใช่ใครที่ไหน เขาเป็นเพื่อนสนิทกันนั่นเอง ... ส่วนน้องหมาตัวนี้มีประวัติมาว่า เมื่อเห็นใครทะเลาะส่งเสียงดังเข้าหากัน ไม่ว่าจะเป็นผู้คน หรือสัตว์ เจ้าน้องหมาตัวนี้จะเข้าไปเห่าจนกว่าจะหยุดอยู่บ่อยๆ ... จนเป็นที่ประหลาดใจของชาวบ้าน เหมือนเป็นน้องหมา “สุนัขแห่งสันติ” ของหมู่บ้านนี้ก็ว่าได้ ...

### 14 วิธีพูดสื่อสารที่ทำให้เราเข้าใจกันได้ยากขึ้น

ดูเหมือนว่าคนเราทุกคนต่างต้องการความเข้าใจด้วยกันทั้งนั้น บ่อยครั้งเราพบว่า เราพูดอย่างหนึ่ง แต่ใจเราต้องการพูดอีกอย่างหนึ่ง อย่างเช่น เราพูดว่า “ทำไมคุณพูดกับฉันแบบนี้

พูดแย่มากเลย กับคนอื่นละ พูดดีเสีย” ขณะนี้ใจของเราอยากพูดว่า “ฉันน้อยใจจริงๆ นะ ฉันอยากได้ความอ่อนโยน และเห็นใจกันบ้าง”

ก่อนที่จะเราจะเรียนรู้การสื่อสารที่สร้างความเข้าใจกัน การมีสติรู้ตัวเองว่า คำพูดของเราแบบใดที่ทำให้เราเข้าใจกันได้ยาก จะช่วยให้เรากลับมาตั้งสติและหาทางพูดหรือฟังอย่างเข้าใจกันแทนการสร้าง ความขัดแย้งหรือความไม่เข้าใจกันโดยไม่จำเป็น

1) การให้แนะนำโดยไม่ถามว่าอีกฝ่ายหนึ่งต้องการคำแนะนำหรือไม่ เช่น “ฉันว่าทางที่ดีคุณควรจะ...” “คุณทำแบบนี้ดี ... ทำแล้วแก้ปัญหาของคุณได้แน่...”

2) เรื่องของฉันยิ่งกว่าเธอ เช่น “แบบนี้ฉันเจอมาเยอะแล้ว...เจอมายิ่งกว่าเธออีก”

3) สั่งสอนเสียเลย “โอ๊ย ความทุกข์ของคุณมันไม่มากหรอก ลองเทียบกับคนอื่นที่ลำบากกว่าคุณสิ แล้วคุณจะรู้สึกดีขึ้น”

4) ปลอบใจไว้ก่อน เช่น “ไม่เป็นไรหรอก เต็มวันก็ดีขึ้นเองแหละ อย่าคิดมาก...”

5) เล่าเรื่องอื่น เช่น “เรื่องของคุณนี่ทำให้ฉันคิดถึงอีกเรื่องที่ผมเคยเจอมา...”

6) ให้อีกฝ่ายหนึ่งหยุดพูด เช่น “พอแล้วๆ อย่าพูดอย่างนั้นเลย อย่าคิดลบเลย”

7) ให้ความสงสาร เช่น “ชีวิตเธอ ฟังแล้วน่าสงสารจริงๆเลย”

8) วิเคราะห์เสียเลย เช่น “เรื่องนี้มันเกิดขึ้นนานแค่ไหนแล้ว สาเหตุเพราะอะไร”

9) อธิบายตัวฉันเอง เช่น “คือ ฉันก็ไม่รู้เหมือนกัน ฉันมีอะไรเยอะแยะที่ต้องทำ”

10) แก้อีกฝ่าย เช่น “เธอคิดมากไปเอง ลองคิดใหม่ว่า .... ก็แล้วกัน”

11) ชูสักหน่อย เช่น “ถ้าเธอยังทำแบบนี้ต่อไป ชีวิตเธอแย่งแน่ๆ”

12) ตัดสินเสียเลย เช่น “คุณทำแบบนี้ แสดงว่าคุณไม่มีน้ำใจให้เขาเลย”

13) เยาะเย้ยสักนิด เช่น “ฉันบอกแล้วว่าอย่าทำแบบนี้ แล้วเป็นไง แย่ละซิ”

14) เบี่ยงเบนไปเรื่องอื่น เช่น “เอาอย่างนี้ดีกว่า เราไปหาอะไรอร่อยๆ กินกันดีกว่า”

อย่างไรก็ตาม ไม่ได้หมายความว่า เราจะพูดสื่อสารด้วยวิธีทั้ง 14 แบบด้านบนนี้ไม่ได้เลย หรือเราไม่สามารถแนะนำหรือสอนใครได้

คำแนะนำหรือการสอนนั้นมีประโยชน์ในหลายกรณี สิ่งสำคัญคือการพิจารณาให้แน่ชัดก่อนว่าอีกฝ่ายหนึ่งต้องการคำแนะนำหรือไม่ หรือเขาต้องการเพียงความเข้าใจ

เราอาจถามเพื่อรับรู้ความต้องการของอีกฝ่ายหนึ่งให้ชัดเจนเลยก็ได้ว่า “ตอนนี้คุณต้องการคำแนะนำจากฉัน หรืออยากให้ฉันเข้าใจคุณ...” และอาจถามด้วยคำพูดเพื่อบอกความตั้งใจของเราด้วยก็ได้ว่า “ที่ฉันถามอย่างนี้เพื่อฉันจะได้คุยกับคุณแบบที่คุณต้องการ”

### พลังของการให้ความเข้าใจ 30 วินาที

การให้ความเข้าใจเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้อย่างรวดเร็ว ความจริงใจและความเคารพในประสบการณ์ของผู้พูด ใส่ใจต่อสิ่งที่เขาพูด ให้เวลาเขาได้พูดและมอบความเข้าใจให้ การให้ความเข้าใจเช่นนี้เป็นเสมือนของขวัญอันทรงคุณค่าที่มนุษย์คนหนึ่งจะมอบให้กับมนุษย์อีกคนหนึ่งได้

การพูดให้ความเข้าใจผู้อื่นทำได้อย่างรวดเร็วภายใน 30 วินาทีที่มีพลังอย่างที่เราคาดไม่ถึง

มีการทดลองในโรงพยาบาลของสหรัฐอเมริกา โดยให้หมอให้ความเข้าใจแก่คนไข้ที่เป็นหวัดเพียง 30 วินาที เช่น พูดว่า “เป็นหวัดช่วงนี้คงลำบากสินะ กำลังสบายอยู่ด้วย” หรือ “คงไม่สบายตัวเลยนะที่มีอาการแบบนี้”

ผลปรากฏว่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มคนไข้ที่ไม่ได้รับความเข้าใจแล้ว กลุ่มคนไข้ที่ได้รับความเข้าใจ 30 วินาที มีอัตราการหายหวัดเร็วกว่าและมีภูมิคุ้มกันสูงขึ้นมากกว่า

การให้ความเข้าใจเพียงแค่ 30 วินาทีสามารถส่งผลต่อระบบร่างกายจนวัดความแตกต่างได้ ดังนั้นแล้ว ขอให้ท่านมั่นใจในพลังของการให้ความเข้าใจว่าจะส่งผลต่อคนที่อยู่เบื้องหน้าท่านได้จริงๆ

### ฝึกให้ความเข้าใจ 30 วินาที

ลองให้ความเข้าใจผู้อื่นตามการทดลองข้างบนนี้ดู หากมีใครมาบ่นหรือระบายอะไรให้ท่านฟัง ขอให้ท่านให้ความเข้าใจเขาอย่างง่ายๆ 30 วินาที เช่น “คุณคงเหนื่อยมากล่ะสินะ” หรือ “กลุ่มใจอยากมีคนเข้าใจบ้างไหม๊”

ลองดูว่าหลังจากพูดไปแล้ว อีกฝ่ายมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง

เมื่อท่านฝึก 30 วินาที จนมั่นใจแล้ว ท่านค่อยๆ เพิ่มเวลาให้ความเข้าใจให้มากขึ้นเรื่อยๆ

หวังว่า การฝึกให้ความเข้าใจกัน 30 วินาทีคงเป็นประโยชน์สำหรับผู้อ่านทุกท่าน ขอพระเยซูเจ้าและแม่พระอวยพร นำทาง และเติมเต็มพลัง



ในกายใจจิตวิญญาณของท่านให้เต็มไปด้วยความรัก ความกรุณาของพระองค์ เพื่อท่านจะขยายพื้นที่แห่งความรัก ความกรุณาของพระองค์ให้กว้างขึ้นๆ ในทุกหนแห่งที่ท่านอยู่ กับทุกคนทุกชีวิตที่อยู่รอบๆ ท่าน ให้พบสันติสุข มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เกื้อกูล และเพิ่มสิ่งดีให้กันและกันในทุกวันของชีวิต

อ้างอิงจากหนังสือ “สื่อสารสร้างสันติ” โดย ดร.ไพรินทร์ โชติสกุลรัตน์ และ นริศ มณีขาว สถาบันสิทธิมนุษยชนและสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล, 2559.

\*\*\*สำหรับท่านที่สนใจรายการ “เข้าเฝ้าที่บ้านเซเวียร์” ท่านสามารถเข้าร่วมได้ทุกวันอาทิตย์ที่ 3 ของเดือน เวลา 10.30-12.30 น. ที่หอประชุมใหญ่ บ้านเซเวียร์ อนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ โดยบ้านเซเวียร์เซเวียร์เป็นผู้จัดเพื่อสนับสนุนประสบการณ์การพบพระเยซูเจ้าและแม่พระเป็นส่วนตัวอย่างต่อเนื่องทุกเดือนตามแนวทางปฏิบัติจิตของนักบุญอิกญาซีโอ แห่งโลโยลา ผู้ก่อตั้งคณะเยสุอิตและองค์อุปถัมภ์แห่งการเข้าเฝ้าพื้นฟูจิตใจ ตามหัวข้อดังต่อไปนี้ครับ

21 เมษายน : “เพื่อพบพระเยซูเจ้าและแม่พระในทุกสิ่ง”

19 พฤษภาคม : “หลักและพื้นฐานของชีวิตคริสตชน”

16 มิถุนายน : “เพื่อแสวงหาและพิจารณาหน้าพระทัยของพระเจ้า”

21 กรกฎาคม : “เพิ่มพลังความเชื่อ ความหวัง และความรัก”

18 สิงหาคม : “หลักและวิธีการปรับปรุงชีวิต การเรียน การงาน & ความรัก”

ขอเชิญน้องทุกท่าน **เข้าเฝ้าที่บ้านเซเวียร์**  
**พบพระเยซูเจ้า & แม่พระ**  
 ตามแนวทางนักบุญอิกญาซีโอ แห่ง โลโยลา



ทุกวันอาทิตย์ที่สามของเดือน **10.30-12.30 น.**  
**ตลอดปี 2562 ณ หอประชุมใหญ่ บ้านเซเวียร์**

17 กุมภาพันธ์ : “เพื่อความรักในครอบครัว ที่ทำงาน และชุมชน”  
 17 มีนาคม : “เพื่อร่วมสุขทุกข์กับพระเยซูเจ้าและแม่พระ”  
 21 เมษายน : “เพื่อพบพระเยซูเจ้าและแม่พระในทุกสิ่ง”  
 19 พฤษภาคม : “หลักและพื้นฐานของชีวิตคริสตชน”  
 16 มิถุนายน : “เพื่อแสวงหาและพิจารณาหน้าพระทัยของพระเจ้า”  
 21 กรกฎาคม : “เพิ่มพลังความเชื่อ ความหวัง และความรัก”  
 18 สิงหาคม : “หลักและวิธีการปรับปรุงชีวิต การเรียน การงาน & ความรัก”  
 15 กันยายน : “หลักและวิธีสื่อถึงความรักแห่งใจและการเจริญ”  
 20 ตุลาคม : “สัมผัสใจพระเยซูเจ้าและแม่พระ”  
 17 พฤศจิกายน : “เพื่อการพิศเพ่งภาวนาเพื่อเข้าถึงความรัก”  
 15 ธันวาคม : “เดินเคียงข้างแม่พระและพระกุมาร”

วิทยากร : นริศ มณีขาว ผู้จัดโดย สถาบันสิทธิมนุษยชนและสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล & นำเข้าเฝ้าโดยบ้านเซเวียร์ 30 ปี  
 จัด โดย บ้านเซเวียร์ 30 ปี สถาบันสิทธิมนุษยชนและสันติศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล - เข้าเฝ้าได้ฟรี

15 กันยายน : “หลักและวิธีรับมือกับความแห้งแล้งใจและการผจญ”

20 ตุลาคม : “สัมผัสใจพระเยซูเจ้าและแม่พระ”

17 พฤศจิกายน : “เพื่อการพิศเพ่งภาวนาเพื่อเข้าถึงความรัก”

15 ธันวาคม : “เดินเคียงข้างแม่พระและพระกุมาร”

Facebook : ฝึกปฏิบัติจิตแบบนักบุญอิกญาซีโอ Line : narislove บ้านใส่ใจ www.carefor.org

ท่านที่ต้องการติดต่อผมเป็นวิทยากรจัดกระบวนการเพื่อพัฒนาชีวิต จิตใจ แรงแบนดาลใจในการรักและรับใช้ การสร้างความรักความเข้าใจ การปลดปล่อยความเครียดและบาดแผลในจิตใจด้วยตนเอง การสื่อสารเพื่อสร้างสันติในครอบครัว โรงเรียน โรงพยาบาล ชุมชนวัด คณะนักบวช งานพระศาสนจักร งานพัฒนาสังคม สามารถติดต่อได้ที่ Line ID: narislove หรือที่ Facebook: Naris Manikhao (นริศ มณีขาว) Email: riscarefor@gmail.com โทร. 09-3445-1665

## อุปสรรค

อุปสรรค คือ สิ่งกีดขวาง สิ่งที่ไม่ต้องการให้เกิด สิ่งไม่คาดฝันที่จะเกิดขึ้น สิ่งที่ทำให้รู้สึกอึดอัด สิ่งที่ทำให้ไปถึงเป้าหมายได้ช้าลงกว่าที่ตั้งใจไว้ สิ่งที่ทำให้ต้องใช้พลังงานเพื่อขับเคลื่อนมากกว่าในยามปกติ

อุปสรรคในชีวิต เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องได้ประสบพบเจอด้วยกันทั้งสิ้น หากจะแบ่งประเภทของอุปสรรค จะสามารถแบ่งได้เป็น 3 ประเภทหลัก คือ 1 รู้ล่วงหน้า 2 ไม่รู้ล่วงหน้า และ 3 สร้างขึ้นมาเอง

**1. อุปสรรคที่รู้ล่วงหน้า** คือ อุปสรรคที่ได้รับการแจ้ง การเตือนมาก่อน รู้มาก่อนล่วงหน้า ว่าจะมีว่าจะเกิดขึ้น เช่น การประกาศให้ทราบว่าจะงดจ่ายน้ำในวันหยุด เพื่อวางท่อประปาใหม่ กรมอุตุนิยมวิทยา ประกาศว่า จะมีพายุฝนเข้าต่อเนื่องและฝนจะตกหนัก 1-2 วัน ที่ทำงานประกาศว่า จะมีการปรับและการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างองค์กรใหม่ทั้งองค์กรในปีหน้า เป็นต้น ซึ่งเรามักจะเรียกอุปสรรคที่รู้ล่วงหน้าว่า ปัญหา ความยุ่งยาก

อุปสรรคที่รู้ล่วงหน้า แบ่งได้เป็นสองประเภทย่อย คือ **ชัดเจน** กับ **คลุมเครือ** อุปสรรคที่ชัดเจนได้แก่ เมื่อน้ำท่วม รถจะติด ใช้เวลาอยู่ในท้องถนนนานกว่าปกติ อุปสรรคแบบคลุมเครือ คือ มีสัญญาณบอกเหตุมาเป็นระยะแต่อาจไม่สนใจใส่ใจ เช่น มีอาการชา อากาศปวด อาการเจ็บที่ร่างกาย แต่ปล่อยไว้ไม่ได้ใส่ใจ จนสุดท้าย กลายเป็นโรคภัยไข้เจ็บ จากอุปสรรคคลุมเครือ กลายเป็นอุปสรรคชัดเจน ซึ่งอุปสรรค

แบบคลุมเครือนั้น คนเรามักจะมองข้าม ทำเป็นไม่รู้ ทำเป็นไม่เห็น ทำเป็นเย็นใจ ปล่อยๆ ไปจากสัญญาณเล็กๆ จึงลุกลามก่อร่างเป็นอุปสรรคใหญ่ที่เข้ามาทำให้ชีวิตเกิดการสะดุดได้

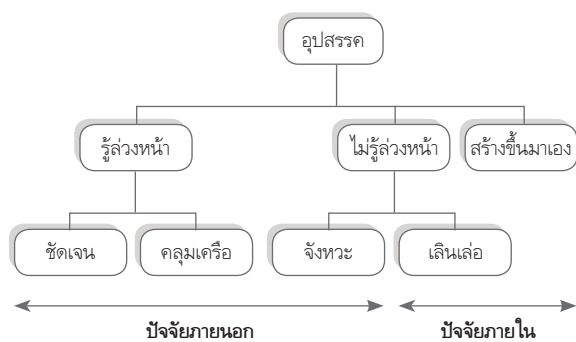
**2. อุปสรรคที่ไม่รู้ล่วงหน้า** คือ อุปสรรคที่เกิดขึ้นฉับพลัน โดยไม่ได้ทันระวังตัว ไม่ได้เตรียมตัว ไม่คาดคิดว่าจะเกิด เช่น เดินๆ อยู่ขึ้นรถพาราตกใส่ศีรษะ รถคันหลังชนท้ายรถขณะที่ติดไฟแดง การสูญเสียอย่างฉับพลัน เป็นต้น เป็นซึ่งเรามักจะเรียกอุปสรรคที่ไม่รู้ล่วงหน้านี้ว่า โชคร้าย เเคราะห์กรรม ดวงไม่ดี อุบัติเหตุ

อุปสรรคที่ไม่รู้ล่วงหน้า แบ่งได้เป็นสองประเภทย่อย คือ **จังหวะ** กับ **ความเลินเล่อ** อุปสรรคที่เกิดจากจังหวะ เป็นอุปสรรคที่เกิดจากปัจจัยภายนอกเข้ามากระทำ ชัดขวาง แทรกแซง โดยไม่มีสัญญาณมาก่อนล่วงหน้า เช่น เช็คลูกค้า แต่ง ลิฟต์ค้าง อุปสรรคที่เกิดจากความเลินเล่อ เป็นอุปสรรคที่เกิดจากปัจจัยภายใน ที่สร้างให้เกิดอุปสรรค เช่น เดินตกท่อ การใส่รองเท้า ส้นสูงเดินแล้วหกล้ม อุปสรรคที่เกิดจากความเลินเล่อ มักมีสาเหตุมาจากความไม่รอบคอบ ความซุ่มซ่าม ความรน เหม่อลอย

**3. อุปสรรคที่สร้างขึ้นเอง** คือ อุปสรรคที่เกิดจากการสร้างตัวอุปสรรคจอมปลอมขึ้นมา โดยจะมีเหตุผลของบุคคลนั้น มาใช้อ้างเพื่อรองรับว่า เพราะอะไรจึงคิดว่ามีอุปสรรค อุปสรรคที่สร้างขึ้นเอง เป็นผลผลิตจาก “ความคิด” ทำให้เกิดวิตกกังวล กลัว ตระหนก จึงมโนและสร้างภาพอนาคตให้เป็นไปในทางลบ

ทางร้าย ทำให้จากไม่มีอะไร กลายเป็นมีอะไร จากไม่มีปัญหา กลายเป็นมีปัญหา ที่มีใช้เป็นอุปสรรคแท้จริง แต่เป็น “ความคิดด้านลบ” ที่สร้างให้เกิดเป็นปัญหา จึงคิดว่ามีอุปสรรคขัดขวาง ซึ่งจะทำให้เสียพลังงาน บั่นทอนศักยภาพมาก คนส่วนใหญ่มักเรียกพฤติกรรมของบุคคลที่สร้างอุปสรรคขึ้นมาเองว่า “เยอะ” “คิดมาก”

ตัวอย่างเช่น คนที่เรารักต้องเดินทางไปเรียนหนังสือหรือทำงานต่างประเทศ 3 สัปดาห์ คนที่สร้างอุปสรรคขึ้นมาเอง จะคิดว่าความไกลของระยะทาง จะทำให้ความรู้สึกของอีกฝ่ายเหือดหายลงไปตามระยะทางที่ไกลห่างกัน คิดไปเองฝ่ายเดียวว่า ระยะทางคืออุปสรรค ทั้งๆ ที่ยังสามารถติดต่อสื่อสารส่งข้อความ หรือโทรศัพท์หากันได้แฉกเช่นเดียวกับยามที่อยู่ในภาวะปกติทั่วไป แม้ว่าอีกฝ่าย ยังพูดคุยเป็นปกติทุกอย่างเหมือนเดิม แต่บุคคลที่ต้องการสร้างอุปสรรคขึ้นให้ได้ จะคิดรบกวนเรื่องเชื่อมโยงเรื่องราวให้เกิดเป็นเรื่องให้ได้ มโนเรื่องต่างๆ โดยสมมติเหตุการณ์ “ถ้าเกิดว่า...” ขึ้นมา แบบฟุ้งๆ คุยกันถกกัน จับผิดกัน จนนำไปสู่การโต้คารมกันเถียงกัน ส่งผลให้ความสัมพันธ์สลาย กลายเป็นเข้าหน้ากันไม่ติด ด้วยการสมมติจากเรื่องที่ไม่เป็นเรื่อง สร้างปัญหาทั้งที่ไม่มีปัญหา เรียกว่าเป็นการ “หาเรื่องใส่ตัว”



จากภาพ จะเห็นได้ว่า อุปสรรคที่เข้ามาในชีวิต เกิดขึ้นได้ทั้งจากปัจจัยภายนอกที่เราควบคุมได้ไม่ได้จริงๆ และเกิดจากปัจจัยภายในที่ควบคุมได้ แต่ในภาวะนั้น เราอยู่ในภาวะที่อ่อนแอเกินกว่าที่จะรู้สึกว่าจะตนเองควบคุมได้ ไม่มั่นใจในตนเอง หรือ เกิดจากความไม่รอบคอบ ไม่ระวัง ไม่มีสติอยู่กับสิ่งที่ทำอยู่ในปัจจุบัน จนนำไปทำให้เกิดอุปสรรคขึ้นมาในที่สุด

เกณฑ์ที่จะเป็นตัววัดว่า อุปสรรคใดใหญ่ อุปสรรคใดเล็ก ขึ้นกับ “การรับรู้” “การตีความ” ในแต่ละบุคคลที่แตกต่างกัน อุปสรรคเดียวกัน อาจกลายเป็นปัญหาหรือไม่เป็นปัญหาได้ทันที การตีความและการรับรู้ของบุคคลที่ต่ออุปสรรค จะส่งผลต่อวิธีการรับมือว่าจะหนี หลีกเลี่ยง หลบหลีก จะดับเครื่อง พุ่งเข้าชน วิ่งเข้าใส่ หรือ จะเผชิญหน้าไปที่ละประาะ รับมือไปที่ละเรื่อง ซึ่งหากฝึกวิธีคิดให้ได้ดีๆ บางทีอุปสรรคจะกลายเป็นโอกาส หากไม่ได้ฝึก อุปสรรคจะกลายเป็นวิกฤตและฝันร้ายของบุคคลไปได้เช่นกัน

การรับรู้และการตีความอุปสรรคที่เข้ามาในชีวิตของบุคคล จึงสามารถสร้างให้คนๆ หนึ่ง ประสบสำเร็จในชีวิตได้ หรือทำ (ลาย) ให้คนๆ หนึ่ง ล้มละลายยอมแพ้ต่อเกมชีวิตไปได้เช่นกัน

ลองกลับไปถอดบทเรียน อุปสรรคที่เคยประสบพบเจอมาว่าเป็นแบบใด ในฉบับหน้า จะเป็นการเรียนรู้กันว่า จะรับมือกับอุปสรรคได้อย่างไร และอุปสรรค ให้อะไรกับชีวิตคนเราได้บ้าง **๕**



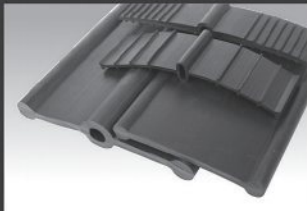
# ศูนย์การเรียนรู้อัสสัมชัญ



สอบถามรายละเอียดและติดต่อจองศูนย์การเรียนรู้อัสสัมชัญ ได้ที่  
เลขที่ 1/1 หมู่ 7 ตำบล ตลาดจินดา อำเภอสามพราน จ.นครปฐม  
โทร 0-2630-7111-25 ต่อ 414 หรือ 415 โทรสาร 0-2630-6212

**UNION  
ASSOCIATES  
THAI  
CO., LTD.**  
Since 1969

ผู้ผลิตและจำหน่ายเคมีภัณฑ์ก่อสร้าง  
พร้อมบริการติดตั้งงานระบบป้องกันการรั่วซึมทุกชนิดของอาคาร  
งานเคลือบพื้นโรงงานอุตสาหกรรม  
งานเสริมความแข็งแรงและซ่อมแซมโครงสร้างคอนกรีต  
แก้ไขรอยแตกร้าวของอาคาร งานป้องกันสนิมโครงสร้าง  
งานหยุดน้ำรั่วกันที่ด้วยวัสดุที่มีคุณภาพและทันสมัย  
โดยช่างที่มีความชำนาญ และประสบการณ์สูง  
พร้อมการรับประกันผลงาน



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

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

### บริษัทยูเนียน แอ็สโซซิเอทส์ (ไทย) จำกัด

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

# เยาวชนของเรา

บุญย...เยาวชน



## เซบาสเตียน สมยศ มาเยอะ สัตบุรุษวัดแม่พระ แห่งภูเขาคาร์แมล (จาว) สังฆมณฑลเชียงรายได้

สวัสดีค่ะพี่น้องคริสตชนทุกท่าน เป็นโอกาสดีที่จะขอแนะนำงานอภิบาลเด็กและเยาวชนของสังฆมณฑลเชียงรายได้ ซึ่งเป็นสังฆมณฑลที่ 11 ของประเทศไทย จิตตาทิบาลเยาวชนคือ **คุณพ่อธินากร ดำรงอุษาศิล (พ่อแซะ)** พระสงฆ์คณะเบธาราม คุณพ่อเป็นอธิการดูแลคณะเบธารามอยู่ที่จังหวัดพะเยา และท่านช่วยดูแลงานนักศึกษาในเขตของสังฆมณฑลเชียงรายได้ด้วยนะคะ ในคอลัมน์ “เยาวชนของเรา” ฉบับนี้ เรามานั่งคุยกันแบบซิด ๆ กับ “บ๊ิก” เยาวชนนักศึกษาจากสังฆมณฑลเชียงรายได้กันนะคะ

สวัสดีครับผมนักบุญ **เซบาสเตียน** ชื่อ **สมยศ มาเยอะ** เพื่อนๆ เรียกว่า **บ๊ิก** ที่อยู่ของผม 154/5 ต.บ้านร้อง อ.จาว จ.ลำปาง ผมลืมตาดูโลกวันที่ 28 กันยายน พ.ศ.2539 เป็นสัตบุรุษวัดแม่พระแห่งภูเขาคาร์แมล (จาว) สังฆมณฑลเชียงรายได้ เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย ภาควิชาบริหารธุรกิจ สาขาบริหารทรัพยากรมนุษย์ ปี 4 แล้ว

ผมขอเล่าถึงความเป็นมาในการเข้าร่วมกิจกรรมเยาวชนในฐานะเป็นนักศึกษานะครับ... ตอนเข้าไปเรียนมหาวิทยาลัยใหม่ๆ ผมกำลังหา

ชมรมหรือกลุ่มเพื่อจะเข้าไปทำกิจกรรม บังเอิญมีกลุ่มคาทอลิกราชภัฏเชียงรายได้พอดี ผมได้รู้จักพี่คนหนึ่งที่ประธานชมรมในปีนั้น เขาเลยชวนผมเข้าไป ตอนเข้าไปใหม่ๆ ผมมีความรู้สึกว่าจะเข้ามาทำไม เรามีหน้าที่เรียนไม่ใช่หรือ? แต่พอได้เข้าจริงๆ มันเหมือนครอบครัวที่สองทำให้มีความอบอุ่นทั้งใจและในการเรียน จนถึงทุกวันนี้รู้สึกว่าจะอยากทำกลุ่มในการประกาศข่าวดีของพระเจ้าจนกว่าชีวิตจะสิ้นลมหายใจ เพราะผมเชื่อว่าพระเจ้าคอยดูช่วยเราอยู่ทุกวัน แม้ในยามลำบากหรือทุกข์หรือสุข พระก็อยู่กับเราเสมอ ผมเชื่อแบบนี้ครับ

ถ้าพูดถึงกิจกรรมของคาทอลิก ผมขอพูดในฐานะสถานิสิตนักศึกษาคาทอลิกแห่งประเทศไทยละกันนะครับ กิจกรรมหลักของผมคือการนำเกมส์ันทนาการและพิธีกรรม ในการแบ่งปันรอยยิ้มให้เพื่อนๆ พี่ๆ เพื่อนๆ ทุกคน ผมมีความสุขมากๆ เลยครับ และการช่วยพิธีกรรมเหมือนเรามีส่วนร่วมในการถวายมิสซาขอบพระคุณ ทำให้เราได้คุยกับพระเจ้าผ่านทางพระสงฆ์

สมัยก่อนที่ผมยังเรียนปีหนึ่ง ผมไม่กล้าแม้แต่จะไปหน้าห้องเรียนเพราะผมเป็นคนขี้อาย เมื่อผมได้อยู่กับกลุ่มนิสิตนักศึกษาคาทอลิกแห่ง



ประเทศไทย ผมช่วยงานมา 3 ปีแล้วครับ ได้ติดต่อสื่อสาร ได้รู้จักเพื่อนใหม่ๆ เหมือนเปิดโลกใบใหม่ที่ไม่ใช่เรา ได้รู้จักคุณพ่อมากขึ้น กล้าที่จะติดต่อสื่อสาร และทำให้ผมรู้สึกว่าเป็นคนใหม่ที่ไม่ใช่คนชื้อ่ายคนเดิม และทุกวันนี้ผมนำทักษะการเป็นผู้นำมาปรับใช้ในที่ฝึกงานด้วยครับ ผมมีโอกาสนำเกมส์ันทนาการให้พนักงาน 20 กว่าชีวิต ในโรบินสันลำปาง

ผมต้องขอบคุณพระเจ้าที่ให้ลูกได้รู้จักคำว่าให้ โดยผ่านรอยยิ้ม ทำให้เราทำงานและมีความสุขกับเพื่อนร่วมงานและประกาศข่าวดีไปด้วย

ความท้าทายของผมคือ การได้ไปเจอเพื่อนใหม่ในกลุ่มคริสตชนและกลุ่มชาวพุทธ ที่สามารถแลกเปลี่ยนประสบการณ์เรื่องราวต่างๆ ที่เราได้เจอมา เพื่อแชร์ให้เพื่อนๆ เป็นสิ่งท้าทายทุกครั้งที่ได้พูดหน้าไมค์ และพูดเรื่องราวของพระเจ้า และแบ่งปันเพื่อนได้รู้

กับคำถามที่ว่า อะไรคือสาเหตุที่ทำให้นักศึกษาคาทอลิกบางส่วน ไม่เข้ามามีส่วนร่วมในกลุ่มหรือกิจกรรมต่าง ๆ... ผมคิดว่าอยู่ที่ใจคน

มากกว่า ถ้าคนสนใจถึงแม้เราไม่พูด เขาก็จะตามเราอย่างที่พระเจ้าสอนว่า “จงเบนไม้กางเขนตนและตามเรามา” การไปอยู่กับเขาและแสดงความจริงใจให้กับเขา ผมว่าความจริงใจหรือมอบความรักให้เขาเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ในการทำงานของพระเจ้า และพระเจ้าจะส่งคนดีๆ มาให้เราเอง ผมเชื่อว่าอย่างนั้น

สำหรับหัวข้อ Synod ที่ว่า “เยาวชน ความเชื่อ และทางเลือกกระแสรเบียง” ผมคิดว่าพระเจ้าให้กระแสรเบียงทุกคน เว้นแต่เราจะใช้กระแสรเบียงของพระเจ้าอย่างไรนั่นคือสิ่งสำคัญ ในฐานะที่ผมเป็นเยาวชนของสังฆมณฑลเชียงราย ผมคิดว่าพระเจ้าส่งผมมาทำงานพระเจ้า และมีความสุขทุกครั้งที่ได้รับใช้พระเจ้า ขอขอบคุณครับ

สมยศ มาเยอะ พร้อมรับใช้พระเจ้าเสมอ Facebook: Somyot mayer HR ติดต่อผมได้เสมอนะครับ ถ้าข้อมูลผิดพลาดประการใด ผมขออภัยมา ณ ที่นี้ด้วยนะครับ ถ้าต้องการให้ผมช่วยเหลือ ผมยินดีไม่ต้องเกรงใจผมนะครับ เบอร์ติดต่อ 080-843-4584 ☺





**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

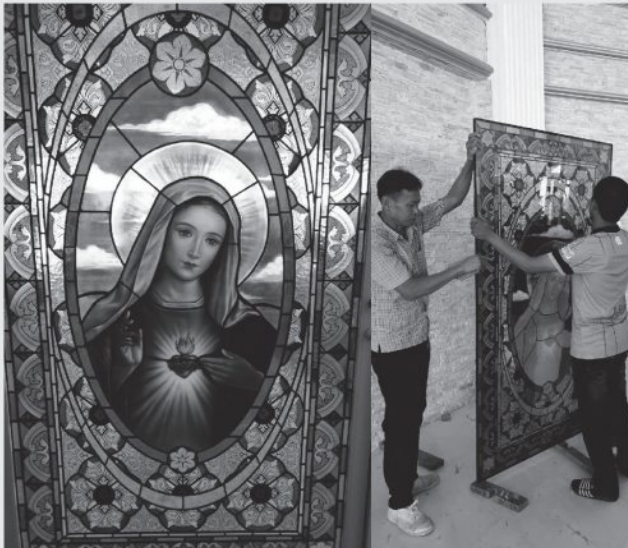
เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร 10700

โทร./แฟกซ์: 0-2424-6150, 0-2434-0912

ราคาพิเศษสุด..สำหรับงานคริสตชน

ติดต่อ คุณสุภาดา 081-823-7860

### สร้างความแตกต่าง บริการดีเยี่ยม เต็มเปี่ยมคุณภาพ



อาสนวิหารแม่พระนิรมล อุบลราชธานี



หนึ่งในผลงานของ Monet Glass ณ อาสนวิหารแม่พระนิรมล จ.อุบลราชธานี ก็บังงานสเตนกลาสพื้นที่อบบานประตูข้างพระแท่น ด้านซ้ายและขวา

Monet Glass ขอขอบคุณ คุณพ่อสเตเฟนบุญเลิศ พรหมเสนา ที่ได้ไว้วางใจให้เราเป็นส่วนหนึ่งในการสร้างสรรค์ผลงานในสถานที่สำคัญ มา ณ โอกาสนี้

Monet Glass Co.,Ltd



sales@monetglass-design.com



+66(0)92-826-2463  
+66(0)89-666-6531  
+66(0)2-817-6660 #12



www.facebook.com/monetglass



www.monetglass-design.com

44/19 M.7 Soi.SuksaWat 78 Suksawat Rd. Bangjak Phrapradaeng Samut Prakan 10130 Thailand



# ชวนน้องคุย

## ชวนน้องคุย

### “ยิ้ม ยิ้ม ยิ้ม 2019”

“รอยยิ้ม” ทำให้โลกสวย เสริมสร้างกำลังใจ ...ทุกครั้งที่น้องๆ มีภาพสวยๆ ยิ้มๆ ก็รีบส่งภาพมาร่วมสนุกแบ่งปันรอยยิ้ม กับโครงการ “ยิ้ม...ยิ้ม...ยิ้ม...2019” กับสโมสรอุดมคณาต์ ในคอลัมน์ “จูเนียร์โฟโต้” ขอภาพแบบเห็นรอยยิ้มชัดๆ นะครับ

พี่ป๋อง ขอขอบคุณบรรดาคุณพ่อ คุณแม่ ผู้ปกครอง และผู้ใหญ่ใจดีทุกๆ ท่าน ที่คอยสนับสนุนกิจกรรมนี้ ขอขอบคุณอีกครั้งสำหรับความกรุณาต่างๆ มา ณ โอกาสนี้ และในเวลาเดียวกันขอเชิญชวนให้ส่งภาพ “ยิ้ม ยิ้ม ยิ้ม” ของน้องๆ เด็กๆ เข้ามาร่วมสนุกกันเยอะๆ เมื่อส่งภาพมาร่วมสนุก...อย่าลืมเขียนชื่อ ที่อยู่ และ “ตั้งชื่อภาพ” มาด้วยก็จะดีมาก ๆ ครับ

ส่งมาที่ พี่ป๋อง สโมสรอุดมคณาต์ ชั้น 8 เลขที่ 122/11 ซ.นนทรี 14 ถ.นนทรี ยานนาวา กรุงเทพมหานคร 10120 หรือส่งทาง E-mail: [udomsarn@gmail.com](mailto:udomsarn@gmail.com) นะครับ

สวัสดีน้องๆ เด็กๆ และมวลสมาชิกสโมสรอุดมคณาต์ที่น่ารักทุกคน เมื่อเดือนที่แล้ว **คุณครูสุรดา ฉิมแก้ว** ได้เขียนข้อความสั้นๆ ถึง พี่ป๋องและทีมงาน ความว่า “ขอภัยที่ส่งผลงานประกวดระบายสีของน้องๆ ช้ากว่ากำหนด เนื่องจากคุณครูมีภาระหน้าที่และติดกิจกรรมหลายอย่าง... แต่คุณครูต้องการให้น้องๆ ได้ร่วมสนุกส่งภาพวาดระบายสีอย่างต่อเนื่อง ไม่อยากให้น้องๆ เสียโอกาสในแต่ละเดือน และจะสนับสนุนให้น้องๆ ส่งผลงานประกวดทุกๆ เดือน” ... โอกาสนี้ พี่ป๋องและทีมงาน กราบขอบพระคุณอย่างสูง ที่คุณครูสุรดา ช่วยสนับสนุนสโมสรฯ

อันที่จริงก็มีหลายครั้งที่บางโรงเรียนส่งผลงานของเด็กมาร่วมสนุกเข้ามา ไม่ทันเวลาจริงๆ แต่อย่างไรก็ดีทางสโมสรฯ ก็ได้จะจัดตารางวัลให้กับน้องๆ เด็กๆ ที่ส่งผลงานเข้าร่วมสนุกอยู่แล้ว แม้ไม่ได้ติดอันดับที่หนึ่ง สอง หรือสาม ...และโอกาสนี้ขอมอบกำลังใจและความปรารถนาดีให้กับบรรดาผู้ใหญ่ใจดีทุกๆ ท่านด้วย ที่ช่วยเหลือและสนับสนุนกิจกรรมของสโมสรฯ ตลอดมา

สำหรับน้องๆ เด็กๆ ที่สนใจจะสมัครเป็นสมาชิกของสโมสรอุดมคณาต์ก็สามารถกรอกแบบฟอร์มใบสมัครได้เลย สมัครฟรี ไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ แล้วอย่าลืม รูปถ่ายตัวน้องๆ ให้กับสโมสรฯ ด้วย นะครับ

**\*รางวัลชมเชย\***

น้องจิรัชญา วงษ์แดง น้องบวรวงศ์ วิมานกาลยาตรา น้องเหมียววิษั เดชาติวงศ์ ณ อยู่ธยา น้องฟ้าลดา วาปีโส น้องไกรฤช ตันติเพชรภรณ์ น้องบัณฑิตา ดุลยวรรณท์ น้องเชิญขวัญ นิกฎานนท์ น้องเกียรติภูมิ วิริยดี น้องนาโอมิ สมุนเจียว น้องศรัณย์พัฒน์ วงษ์แดง น้องชนิกานต์ เดชโคบุตร จากโรงเรียนพระหฤทัยดอนเมือง กรุงเทพฯ น้องสุรีย์ เหลืองสร้อยทอง น้องภาวณา ทรวงท่าไม้ น้องจารุวรรณ ศรีไทย น้องแทนไทย ห่มบุญ น้องชานนท์ แซ่ตั้ง และน้องชัยวัฒน์ กิจไพศาล จากโรงเรียนมนตรวิทยา กรุงเทพฯ น้องดวงกมล สว่างจันติก้อง น้องกฤติมา ไสวงาม น้องชุตติมา คำมีภา และน้องสุพรรษา สีลาอ่อน จากโรงเรียนเซนต์คาเบรียลพัฒนา จ.เพชรบูรณ์

# รักพระคัมภีร์

## ความมืด

เธอเคยกลัวความมืดหรือไม่ เธอเคยเดินผ่านที่มืดๆ ไหม... ในพระคัมภีร์ กษัตริย์ดาวิดทูลต่อพระเจ้าว่า “แม่ข้าพเจ้าจะต้องเดินไปในหุบเขาที่มีมืดมิด ข้าพเจ้าก็จะไม่กลัวอันตรายใดๆ เพราะพระองค์ทรงอยู่กับข้าพเจ้า พระคทาและธารพระกรของพระองค์ ช่วยให้ข้าพเจ้าอุ่นใจ” (สดด 23:4) กษัตริย์ดาวิดคิดเสมอว่าพระเจ้าทรงเป็นนายชุมพบาลที่แสนดี จะใช้ไม้เท้าที่หนักขบไล่บรรดาคัศตรของแกะออกไป เช่น สุนัขป่า และจะใช้ไม้เท้าที่เบาๆ เพื่อนำทางแกะไปในทิศทางที่ถูกต้อง หรือช่วยแกะเมื่อพวกมันติดอยู่ในพุ่มหนาม นี่เป็นสิ่งดีมิใช่หรือ ที่รู้ว่าแม่สิ่งต่างๆ ดูมีตม่น แต่พระเจ้าทรงอยู่ที่นั่นเพื่อช่วยเหลือเธอ

\*\*\*\*\*

ลองนึกภาพว่าวันนี้เธอกำลังผ่านไปยังหุบเขาที่มีมืด ทางเดินขรุขระ มีพุ่มหนาม และเธอรู้สึกกลัว แต่แล้วมีบางคนมาช่วยเธอ จับมือของเธอนำพาออกมาจากความมืดนั้น เธอพบแสงสว่าง มีกองไฟให้ความอบอุ่น และมีซ็อกโกแลตร้อนๆ ถ้วยหนึ่งรอเธออยู่ สิ่งเหล่านี้ทำให้เธอรู้สึกดีขึ้นปลอดภัย มีความสุข ดังนั้น ถ้าเธอรู้สึกกลัวหรือกังวล จงวางใจในพระเจ้า พระองค์จะทรงจูงมือและนำเธอออกจากความมืดนั้น

น้องๆ เด็ๆ ควรอ่านพระคัมภีร์ ภาคพันธสัญญาเดิม ในหนังสือเพลงสดุดี บทที่ 23 ข้อ 4 นะครับ

## การ์ตูน...คนดี

...รู้จักอดทนยามถูก  
กระทบกระทั่ง  
(ต้องรับให้ได้)  
(...can take  
a few knocks)

จากการ์ตูน Saints...are...ขอมโบค์  
ถอดความโดย : ครุบ้านนอก



# สมาชิกใหม่

สวัสดีครับ...มาถึงช่วงของ “สมาชิกใหม่” จุดประสงค์ของสโมสร เพื่อให้เพื่อนๆ ได้รู้จัก “เพื่อนใหม่” สโมสร แต่หากต้องการรู้จักกันมากขึ้น เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น แบ่งปันประสบการณ์ ก็ขอให้ติดต่อผ่านทางโรงเรียน หรือสถาบันที่เพื่อนใหม่สังกัด นะครับ



## \*น้องภัทรวดี จันทรบริรักษ์ (น้ำเพชร)\*3316\*

เกิด : 31 ธันวาคม 2551

การศึกษา : โรงเรียนอนุบาลวัดเพลง จ.ราชบุรี

วิชาที่ชอบ : ชอบวิชาพลศึกษา เพราะชอบเล่นกีฬา

อนาคตอยากเป็น : ครู เพราะอยากสอนเด็กๆ

เป็นคนมีนิสัย : โกรธง่ายหายไว

สัตว์ที่ชอบ : ลูกแมว กับลูกสุนัข

ชอบใช้เวลาว่าง : วาดภาพ เล่นกีฬา

กีฬาที่ชอบ : แครีบอล

อาหารที่ชอบ : ผัดกะเพราหมูกรอบ

ความสามารถพิเศษ : วาดภาพ ระบายสี

อื่นๆ : มีพี่น้อง 2 คน เป็นชาย 1 คน เป็นหญิง 1 คน เป็นคนที่ 1



## \*น้องอภิตยา วัลย์มาลา (หนูนา)\*3317\*

เกิด : 5 มีนาคม 2549

การศึกษา : โรงเรียนเรืองวิทย์พระฤทธิย์ จ.ราชบุรี

วิชาที่ชอบ : วิชาคอมพิวเตอร์ และวิชาศิลปะ

เพราะชอบฟังเพลง และชอบวาดภาพ

อนาคตอยากเป็น : นักออกแบบ เพราะชื่นชอบการออกแบบ

เป็นคนมีนิสัย : ใจจริง

สัตว์ที่ชอบ : แมว กับสุนัข

ชอบใช้เวลาว่าง : วาดภาพ ร้องเพลง ฟังเพลง เต้น

กีฬาที่ชอบ : แครีบอล

อาหารที่ชอบ : ต้มยำ

ความสามารถพิเศษ : วาดภาพ ระบายสี

อื่นๆ : บ้านอยู่ในตำบลวัดเพลง จังหวัดราชบุรี

# ผ่อนคลายสไตล์พี้อ้อย

พี้อ้อย

## กระรอกน้อย

สัตว์สี่เท้าๆ ที่น่ารักทุกคน ฉบับนี้พี้อ้อยมีนิทานมาฝากอีกเช่นเคย ชื่อเรื่อง กระรอกน้อย เรื่องมีอยู่ว่า

ครั้งหนึ่งมีกระรอกอยู่กลุ่มหนึ่ง ในกลุ่มนี้มีกระรอกเล็กๆ อยู่ 3 ตัว พวกมันคิดว่ามันรวดเร็วและคล่องแคล่วสามารถวิ่งไปมาบนต้นไม้และสายไฟได้ กระรอก 3 ตัวจึงออกจากฝูงมาเพื่อไปอยู่ยังบ้านหนึ่งที่มีผลไม้มากมาย

ช่วงแรกๆ เจ้า 3 ตัวนี้สามารถกินผลไม้ได้อย่างเต็มที่เพราะเจ้าของบ้านไม่ได้ป้องกันผลไม้ไว้เลย เมื่อผลไม้เริ่มจะสุกเจ้ากระรอกน้อย 3 ตัวนี้ก็จะพุ่งตรงเข้าไปกิน แต่ว่าเจ้าตัวที่ 1 ก็จะมีระมัดระวังเสมอ มันบอกเพื่อนอีก 2 ตัวว่า พวกเราต้องระวังตัวไว้อาจจะมีการจับกุมก็ได้ เราควรจะไปอยู่กับกลุ่มของเราดีกว่า

กระรอกอีก 2 ตัวบอกว่า พวกเราอยู่กันสบายๆ เราจะกลับไปอยู่กับในกลุ่มทำไม อยู่อย่างนี้ต่อไปเถอะ เจ้ากระรอกตัวที่ 1 จึงบอกเพื่อนๆ ว่า ถ้าอย่างนั้นก็ตามใจ แต่มันจะกลับไปอยู่กับกลุ่มดีกว่าเพราะว่าทุกตัวก็ช่วยกันดูแลซึ่งกันและกัน

วันหนึ่งเจ้าของบ้านก็เอามะม่วงกับกล้วยมาวางไว้บนกับดัก เพื่อที่จะจับกระรอกที่แอบกินผลไม้พวกนี้ ปรากฏว่าเจ้ากระรอกตัวที่ 2 เห็นของกินมากมายก็กระโจนเข้าไปแล้วกรงก็ปิดลงตัวที่ 3 เอะใจก่อนจึงไม่ได้กระโจนเข้าไปจึงไม่ติดกับดัก เจ้ากระรอกน้อยตัวที่ 2 ตกใจมากที่ติดอยู่ในกับดักและพยายามจะดิ้น แต่ก็ไม่สามารถหลุดจากกรงได้

กระรอกตัวที่ 3 จึงตัดสินใจว่าต้องรีบกลับไปหากลุ่มเพื่อตามเพื่อนๆ มาช่วยกระรอกน้อยตัวที่ 2 พอหากลุ่มเจอก็ไม่มีใครกล้าจะไปกับมันเพื่อไปช่วยเพื่อนเพราะเกรงว่าตัวเองจะติดกับเข้าไปด้วย กระรอกตัวที่ 1 พยายามคิดแล้วคิดอีกว่าจะทำอย่างไร มันตามกระรอกตัวที่ 3 กลับไปดู แต่มันก็ไม่สามารถช่วยกระรอกน้อยนั้นออกจากกับดัก

ถือเป็นความโชคดีที่เจ้าของบ้านไม่ได้คิดจะทำร้ายกระรอก เขาแค่ไม่อยากให้กระรอกมาแอบกินผลไม้ของเขา เขาจึงเอากะรอกไปปล่อยไกลๆ จากบ้านของเขา เจ้ากระรอกเพื่อนๆ ก็ตามไป และได้เจอกับเพื่อนที่ถูกปล่อยจากกรง เจ้ากระรอกที่เพิ่งถูกปล่อยกลับจวนหนึ่งไปเลยเหมือนโดนสะกดจนลึกลับที่เพื่อนๆ มารวมล้อมมันจึงรู้สึกผ่อนคลายขึ้นและกลับไปรวมกลุ่มกับกระรอกตัวอื่นๆ ได้

หลังจากนั้นกระรอกน้อยทั้ง 3 ก็เลิกหึง คิดว่าตัวเองเก่งกาจ และมีความรอบคอบมากขึ้น ทำให้พวกมันมีชีวิตยืนยาวพอที่จะสอนกระรอกน้อยๆ รุ่นใหม่ต่อไปให้รู้จักถ่อมตนและมีความรอบคอบ

จบแล้วค่ะ แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้านะคะ 

## ต่อจากหน้า 77

จริงๆ แล้วครั้งนี้ไม่ใช่ครั้งแรกที่พ่อพลอยปากถามผมเรื่องการบวชเป็นพระสงฆ์ ผมได้ตอบพ่อไปตรงๆ ว่าเคยคิดจะบวชเมื่อครั้งยังเป็นนักเรียนอยู่ชั้นมัธยมต้น และเล่าให้พ่อฟังต่อว่าเพราะเหตุใดเวลานั้นถึงคิดเช่นนั้น แล้วที่สุดทำไม่ถึงไม่ได้ตัดสินใจเข้าบ้านเณร เมื่อผมเล่าจบพ่อพลอยจึงพูดว่า “ทำไมไม่สละหนึ่งวันในวันนี้เพื่อทบทวนคำถามเก่า เปิดใจกว้างและดูว่า ทางเลือกมีอะไรบ้าง ความตลใจ ความภูมิใจ... ผมคิดว่าความสบายใจก็เป็นสัญญาณจากพระเจ้าเหมือนกันนะ งาม(ตัวเอง)ว่าผมเป็นใคร และไม่จำเป็นต้องมีคำตอบแบบถ้าไม่ไว้เศษก็ทำอะไรไม่ได้นะ ลองถามง่ายๆ ว่า ผมมีมือสองมือ ผมจะเอามาใช้ที่ไหนได้ดีที่สุด... น่าคิด! เปิดใจและลองดูว่า พระองค์จะทำอะไรกับใจเราหรือเปล่า หวังว่าพระองค์จะมารบกวมนานิดหน่อย”

ผมใช้เวลาทั้งวันเงียบเพื่อฟัง และรุ่งเช้าก็ไปพบพ่อ ผมเล่าให้พ่อฟังว่าเมื่อวานผมแอบไปนั่งเป่าขลุ่ยอยู่ในวัดช่วงเวลาที่ยุ่งที่ผู้คนส่วนใหญ่ทานอาหารกลางวันอยู่ที่ห้องอาหาร เมื่อเป่าแล้วก็รู้สึกสบายใจ และมีความคิดว่า ผมได้เผาตัวเองเป็นเครื่องบูชาถวายแด่พระเจ้า ผมยังเล่าต่อว่า ผมอยากเป็นประกาศกในแบบซาราวาส เพราะผมเชื่อว่า มีงานหลายอย่างในสนามงานแพร่ธรรมที่ต้องอาศัยซาราวาส เช่น การได้ร่วมแบ่งปันด้วยการกระทำและให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาเหมือนอย่างที่ผมได้ทำอยู่ขณะนี้ในมหาวิทยาลัย ผมจึงตอบคุณพ่อไปว่าผมยังอยากดำเนินชีวิตในแบบซาราวาส แต่ก็ยังได้ถามคุณพ่อต่อว่าคณะเยสุอิตรับสมาชิกอายุมากที่สุดกี่ปี ซึ่งหลังจากที่คุณพ่อได้ตอบคำถามแล้วก็ยังได้เล่าเพิ่มเติมว่า “**นักบุญอิกญาซีโอแห่งโลโยลา** (ผู้ก่อตั้งคณะแห่งพระเยซูเจ้า) ท่านมาเป็นนักบวชก็อายุ 40 กว่า

ปีแล้ว และเสียชีวิตตอนอายุ 65 ปี เป็นพระสงฆ์ไม่ถึง 20 ปี แต่ทำได้เยอะ เพราะฉะนั้นอายุไม่เกี่ยว **ถ้าพระเจ้าต้องการอะไร พระองค์จะมารบกวมนเรา** ถ้ายังมีความสุข ความภูมิใจ เย็นใจในสิ่งที่กำลังทำอยู่ ขอขอบคุณพระเจ้าแล้วลุยเลย! ไม่ต้องคิดมาก แต่เปิดหูเปิดตา ถ้ามีสัญญาณเข้ามาบรกวมนเราก็เอาไปคิดบ้าง”

ช่วงเวลาแห่งการเข้าเงียบมักจะผ่านไปอย่างรวดเร็วเสมอ เมื่อผมเดินทางกลับถึงบ้าน ในคืนนั้นเองกิจกรรมที่เคยทำทุกคืนในวัดน้อยสวดเจ็ดตรีนคือการอ่านหนังสือ คิด เขียน และรำพึงก่อนนอน ก็ได้เกิดขึ้นที่บ้าน แต่ต่างตรงที่ผมนั่งอ่านบนเลื่อข้างตู้หนังสือในห้องสมุดกับแสงไฟสีชาดวงเล็กและมีเสียงพัดลมเป็นเพื่อน คืนนั้นผมทำได้แต่เพียงพิจารณาถึงเสียงรบกวมนที่ดังวนเวียนอยู่ในใจ จนง่วงและนอนหลับไป

เราเป็นทหารที่เลือกสมัครเข้าแทนที่ หรือเป็นทหารที่ยอมแพ้ เพราะความหนาวเย็นที่กำลังแซ่ดตัวเราให้ตายอย่างช้าๆ ในทะเลสาบน้ำแข็งและกองไฟต้มน้ำอุ่นที่กำลังแยกแยะเราหรือเปล่าที่ทำให้เรายอมแพ้ หรือเราเป็นหนึ่งในทหารที่กำลังยืนดูทหารทั้ง 40 คนถูกทรมานในทะเลสาบน้ำแข็งอยู่ เราใช้ทหารคนที่กำลังยืนสงสัยและแปลกใจกับเสียงรบกวมนจากภาพความกล้าหาญของทหารทั้ง 40 คนตรงหน้าเราหรือเปล่า เรากำลังลึกลงที่จะเข้าไปร่วมในอุดมการณ์นั้นหรือเปล่า เรากลับใจ ทุ้งทุกอย่างและเลือกสมัครเข้าแทนที่ทันทีเมื่อมีทหารคนหนึ่งถอนตัวใหม่...

“ขอพระเจ้าผู้ทรงเรียกคุณ ทำให้ความฝันของคุณเป็นจริง” – **คุณพ่ออาดรีอาน เปโลซิน** อธิการเจ้าคณะธรรมทูตไทย ๕

## มุมเด็กศิลป์คราวนี้ชื่อภาพ “เราจะไปบ้านท่าน”

ระบายสีเสร็จแล้วส่งมาร่วมสนุกชิงรางวัลกันนะครับ  
(หมดเขตรับผลงานวันที่ 9 พฤษภาคม 2019)





## "เราไม่ทุกข์ร้อนอีกแล้ว"

- แม้ยาจะดีแค่ไหน เมื่อท่านเข้าไปก็ต้องใช้เวลาเดินทางเข้าสู่กระแสเลือด อีกนานกว่าจะกำจัดเชื้อโรคร้าย แปลกปลอมในร่างกายให้หายเป็นปกติได้
- ระหว่างรอนี้แหละที่ทรมาน เรารู้สึกหนาวจับใจจากพิษไข้ ปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อ นานนะ...กว่าจะกลับมาแข็งแรงอย่างเดิม
- แล้วถ้ายาไม่ดีละ หรือไม่มียาเลยเล่า ถ้าที่เจ็บนั้นเป็นเรื่องใจซอกซำ ถูกกระทำร้ายฝ่ายจิตวิญญาณ...ลองคิดดู
- การพลิกฟื้นชีวิตและเยียวยาดวงจิต เป็นกระบวนการของความทรมานทุกข์ทน ที่ต้องใช้ความหวังเพราะมีความสมหวังรออยู่จริง ความสมหวังนี้แม้จะมีความทรงจำในอดีตอยู่บ้าง เรากลับเข้าใจ...ไม่ทุกข์ร้อนอีกแล้ว
- ปัสกาของพระเยซูเจ้ารอเราอยู่ แม้จะมีรอยแผลรอยตะปูอยู่บ้าง ...เราไม่ทุกข์ร้อนอีกแล้ว.

27 มีนาคม 2019

พงศ์ ประมวล

# สโมสรอุดมสถานต์

พี่น้องและชาวคณะ

## ผลการประกวดภาพวาดระบายสี



1 ด.ญ. ดลนภา พลดอน  
โรงเรียนเซนต์คาเบรียลสันติพัฒนา  
จ.เพชรบูรณ์



2 ด.ช. ไตรรัตน์ อิมแก้ว  
โรงเรียนพหุกฤษฎีดอนเมือง  
กรุงเทพฯ



3 ด.ญ. ณิชาดา หวังแก้ว  
โรงเรียนพหุกฤษฎีดอนเมือง  
กรุงเทพฯ

## จูเนียร์ โฟโต้



ชื่อภาพ : ปาร์คต่างวัย ด.ช. วิกเตอร์ ฌีรูสรี และ ด.ช. วินนี่ ลววิน วิศวกรรมบุตร  
ผู้ส่ง : โยเซฟ





พระอัครสังฆราชพอล ชาง อิน-นัม เอกอัครสมณทูตนครรัฐวาติกันประจำประเทศไทย จัดงานฉลองครบ 6 ปี แห่งสมณสมัยสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส และ 50 ปี ความสัมพันธ์ทางการทูตไทย วาติกัน โดยมีสภาประมุขบาทหลวงโรมันคาทอลิกแห่งประเทศไทย เอกอัครราชทูต ทูตานุทูต ผู้แทนศาสนา ผู้แทนจากภาครัฐบาล และผู้แทนองค์กรต่างๆ เข้าร่วมงาน วันอังคารที่ 19 มีนาคม 2019 ณ โรงแรมโนมาแกรนด์ กรุงเทพฯ



**SARASAS AFFILIATED SCHOOLS**  
**โรงเรียนในเครือสารสาสน์ 10 แห่ง**  
**เปิดสอนแผนก International Education Programme (IEP)**

- |                                  |                                   |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| 1.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศบางบอน    | 6.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศราชพฤกษ์   |
| 2.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศร่มเกล้า  | 7.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศบางบัวทอง  |
| 3.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศศึกษา     | 8.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศสุวรรณภูมิ |
| 4.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศสายไหม    | 9.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศเชียงใหม่  |
| 5.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศศรีรังสิต | 10.โรงเรียนสารสาสน์วิเทศนิมิตใหม่ |

# เกมสโมสรอดมศานต์

## พื้ป้อว

“พระเยซูเจ้าทรงสำแดงพระองค์กับบรรดาศิษย์” คำว่านั้นซึ่งเป็นวันต้นลับดาห์ ประตู่ห้องที่บรรดาศิษย์กำลังชุมนุมกันปิดอยู่เพราะกลัวพวกยิว พระเยซูเจ้าเสด็จมาอยู่ตรงกลาง ตรัสกับพวกเขาว่า “สันติสุขจงสถิตกับท่านทั้งหลายเถิด” (เทียบ ยน 20:19)

สำหรับเกมฯ ครั้งนี้อ่อยากใ้หน่องๆ ช่วยกันค้นหาคู่ดต่างที่มีอยู่ใน 2 ภาพนี้ รวม 10 แห่ง ใครค้นพบครบแล้ว รีบส่งมารวมสนุกซิงรางวัลกันนะครับ

(A)



(B)



# เก็บมาเล่าเอามาฝาก

พี่ป้อง

## กินผลไม้ล้างสารพิษ และต้านแสงแดด



เมื่อพูดถึงผัก และผลไม้ น่องๆ หลายคนคงทราบกันดีอยู่แล้วว่าเป็นของที่มีประโยชน์ แต่น่องๆ พอจะทราบบ้างไหมว่า ผลไม้ชนิดไหนมีประโยชน์อย่างไรบ้าง... วันนี้เรามี เรื่องของผลไม้ที่ช่วยในการล้างสารพิษมาฝากกันครับ

**1. แอปเปิ้ล :** เป็นผลไม้ที่ดีที่สุดสำหรับการกำจัดของเสียออกจากร่างกาย สารเปกตินในแอปเปิ้ลจะช่วยนำสารพิษไปกำจัดทิ้ง ทั้งยังป้องกันไม่ให้โปรตีนในลำไส้เกิดการบูดเน่า และยังมีเส้นใยมากมายที่รับหน้าที่ทำความสะอาดลำไส้ ช่วยให้ตับ

และระบบย่อยอาหารทำงานได้ดียิ่งขึ้น นอกจากนี้แอปเปิ้ลยังมีวิตามินและเกลือแร่ และยิ่งเหมาะกับคนที่ต้องการลดน้ำหนักอีกด้วย **2. องุ่น :** เป็นผลไม้ที่มีสารฟอกล้างสำหรับผิวหนัง ตับ ลำไส้และไตโดยเฉพาะ เนื่องจากองุ่นมีคุณสมบัติรักษาอนุมูลที่จะออกมาจากเยื่อเมือกต่างๆ ในร่างกาย และยังให้พลังงานสูง สำหรับนำไปใช้ได้ง่ายซึ่งมีเกลือแร่อุดม ดังนั้นจึงช่วยบำรุงเลือดและซ่อมสร้างเซลล์ในร่างกาย **3. สับปะรด :** มีเอนไซม์โปรเมลินจำนวนมาก ซึ่งเอนไซม์ชนิดนี้เป็นตัวที่จะช่วยการทำงานของกรดไฮโดรคลอริกในกระเพาะ และช่วยทำให้ของเสียที่เป็นโปรตีนแตกตัวได้เร็วขึ้น และแถมยังช่วยรักษาอาการอักเสบในระบบเดินทางอาหาร และช่วยในการซ่อมแซมส่วนต่างๆ ที่สึกหรอ ช่วยการทำงานของต่อมไทรอยด์และช่วยกำจัดน้ำมูก **4. มะม่วง และมะละกอ :** ผลไม้ทั้งสองชนิดนี้มีลักษณะคล้ายกัน แต่มะม่วงจะมีสารสำคัญน้อยกว่ามะละกอชนิดหน้อย ผลไม้ทั้งสองชนิดมีเอนไซม์ที่มีชื่อว่า *ปาเปน* ซึ่งมีลักษณะคล้ายกับน้ำย่อย *เปปซิน* ในกระเพาะอาหาร มันมีหน้าที่คอยช่วยทำให้ของเสียที่เป็นโปรตีนแตกตัวได้เร็วเช่นเดียวกับโปรเมลิน ฉะนั้น ทั้งมะม่วงและมะละกอก็มีข้อดีสำหรับทำความสะอาดลำไส้และช่วยย่อยอาหาร **5. แตงโม :** ผลไม้ชนิดนี้จะมีฤทธิ์ขับปัสสาวะ ช่วยฟอกล้างร่างกายได้เป็นอย่างดี และยังช่วยรักษาแผลในกระเพาะอาหาร มีหน้าที่ลดความดันเลือดสูง ทำให้สบายท้อง น้ำคั้นจากเปลือกของแตงโมนั้นอุดมไปด้วยคลอโรฟิลล์ และเมล็ดแตงโมนั้นก็อุดมไปด้วยวิตามิน

คุณย์สมุญไพโรภักย์บุตร เปิดเผยว่าที่ผ่านมามีงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ที่สามารถยืนยันได้ว่าการทานอาหารที่มีสารต้านอนุมูลอิสระในปริมาณที่เหมาะสม จะช่วยต่อต้านแสงแดดได้ดี และป้องกันผิวไหม้ได้ด้วย โดยเฉพาะอาหารที่มีเบต้าแคโรทีน ไลโคปีน แคโรทีนอยด์ และไลโปแคโรทีน ซึ่งจะพบได้ในผักใบเขียว แครอท พริก พริกหยวก และผลไม้สีเหลืองอย่างเช่น มะม่วง และพวกสารไลโคปีน จะพบได้ในมะเขือเทศและฟักข้าว ...น่องๆ เด็กๆ ควรลดความเสี่ยงจากการถูกแสงแดด โดยเฉพาะช่วง 10.00 - 16.00 น. ซึ่งเป็นช่วงที่แดดแรง

โอกาสนี้ พี่ป้องและทีมงานขอเตือนภัย อีกเรื่องหนึ่งคือ การลงเล่นน้ำหรือการว่ายน้ำเล่น น่องๆ ต้องมีคุณพ่อคุณแม่ หรือผู้ปกครองคอยดูแลอย่างใกล้ชิด อย่าประมาท! อย่าเล่นน้ำหรือว่ายน้ำโดยลำพัง เพราะจะเกิดอันตรายถึงชีวิตได้ “ด้วยรักและห่วงใย...” ครับผม **ธี**

# เพียงเธอห่วงใยใส่ใจวัยเยาว์

บุญญ...เยาวชน



สวัสดีค่ะพี่น้องคริสตชนทุกท่านในเดือนเมษายนนี้มีวันสำคัญมากมาย ทั้งวันสำคัญทางศาสนาและวันสำคัญตามประเพณีไทยคือ เทศกาลสงกรานต์ - วันขึ้นปีใหม่ไทย และทางราชการกำหนดให้วันที่ 13 เมษายน ของทุกปีเป็น “วันผู้สูงอายุ” เพื่อให้ลูกหลานกลับมาเยี่ยมบ้าน เยี่ยมพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ทำให้วันนี้เป็นเหมือนวันครอบครัว ที่จะได้อยู่กันแบบอบอุ่นพร้อมหน้าพร้อมตากัน ถือเป็นโอกาสร่น้ำขอพรจากผู้ใหญ่ด้วยค่ะ

สำหรับคริสตชนเราจะไปร่วมมิสซาขอพรพระในโอกาสวันขึ้นปีใหม่ไทย และเกือบทุกวัดจะจัดพิธีร่น้ำเพื่อขอพรจากผู้สูงอายุ และบรรดาผู้ใหญ่เช่นกันค่ะ บางวัดก็จัดให้มีการทานอาหารร่วมกันแบบข้าวหม้อแกงหม้อ แต่ละครอบครัวนำอาหารมาแบ่งปันกัน แลกเปลี่ยนรสชาติ ชื่นชมฝีมือเสน่ห์ที่ปลายจวักกัน ตามคติพจน์ของนุญญคือ “อ่อยทุกอย่าง” ค่ะ

จากนั้นในวันอาทิตย์ที่ 14 เมษายน เป็นวันอาทิตย์เิบลาน เพื่อระลึกถึงการเสด็จเข้ากรุงเยรูซาเล็มอย่างสง่าของพระเยซูเจ้า เราคริสตชนปฏิบัติกิจเมตตา อดเนื้อ อดอาหาร ภาวนา พลีกรรม ชดเชยบาปตลอดเทศกาลมหาพรต 40 วัน ซึ่งเริ่มตั้งแต่วันพุธรับเถ้า (วันพุธที่ 6 มีนาคม) เพื่อร่วมในมหาทรมานของพระเยซูเจ้า...

วันพฤหัสบดีที่ 18 เมษายน - วันพฤหัสบดีศักดิ์สิทธิ์ ช่วงเช้า ณ อาสนวิหารหรือสถานที่ที่สังฆมณฑลกำหนด จะมีพิธีเสกน้ำมันศักดิ์สิทธิ์และรื้อฟื้นคำสัญญาแห่งการเป็นสงฆ์ ในช่วงค่ำทุกวัดจะมีมิสซาระลึกถึงพระเยซูเจ้าทรงตั้งศีลมหาสนิท และพี่น้องคริสตชนจะอยู่ร่วมเฝ้าศีลมหาสนิทต่อ

วันศุกร์ที่ 19 เมษายน - วันศุกร์ศักดิ์สิทธิ์ พระเยซูเจ้าทรงรับทรมานและสิ้นพระชนม์บนไม้กางเขน ในวันนี้คริสตชนจำเป็นต้องถือศีลอดอาหารและอดเนื้อ ภาวนา พลีกรรมชดเชยบาป และมาเฝ้าศีลมหาสนิทที่วัด ร่วมเป็นหนึ่งเดียวในพระมหาทรมานกับพระเยซูเจ้าตลอดทั้งวัน

วันเสาร์ที่ 20 เมษายน - วันเสาร์ศักดิ์สิทธิ์ คืนตื่นเฝ้าปัสกา จะมีพิธีเสกน้ำ - เสกไฟ แห่เทียนปัสกา และรื้อฟื้นคำสัญญาแห่งศีลล้างบาป

วันอาทิตย์ที่ 21 เมษายน - สมโภชปัสกา สมโภชการกลับคืนพระชนม์ชีพของพระเยซูเจ้า ทุกวัดจะแจกไข่ปัสกา ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของ “การมีชีวิตใหม่ในพระคริสตเจ้า” เช่นเดียวกับชีวิตใหม่ของลูกไก่ที่ออกมาจากไข่ เมื่อแม่ไก่ฟักไข่ และคริสตชนให้ความหมายที่สำคัญคือ ไข่เป็นเหมือนสัญลักษณ์ของพระคริสต์ทรงกลับคืนชีพ มีชีวิตใหม่รุ่งเรืองรุ่งเรืองใส ความตายเหมือนเงาที่ผ่านไป แต่ชีวิตใหม่คือความหวังของเรา อัลเลลูยา... ๕

## ถ้าพระเจ้าต้องการอะไร พระองค์จะรบกวนเรา

เดือนมีนาคมที่ผ่านมาเป็นเดือนที่ผมอ่านหนังสือมากที่สุดเดือนหนึ่ง เหตุผลที่ผมอ่านหนังสือมากเป็นพิเศษเพราะผมเพิ่งได้มีโอกาสจัดห้องสมุดในบ้านเป็นครั้งแรก ห้องสมุดขนาดเล็กของผมเริ่มจากการซื้อตู้หนังสือใหม่ 2 ตู้ หนังสือที่เคยถูกวางกองกับพื้นและบนโต๊ะบัดนี้ก็ถูกย้ายมารวมกันอยู่บนตู้หนังสืออย่างพร้อมหน้าพร้อมตา

ไม่น่าเชื่อว่าหนังสือเล่มเดิมๆ แต่ถูกเปลี่ยนที่มาวางอยู่บนชั้นหนังสือ ถูกจัดเรียงตามหมวดหมู่และขนาด เพียงแค่นี้ได้เห็นหนังสือเหล่านี้ก็ทำให้ความอยากอ่านหนังสือของผมเพิ่มขึ้นเป็นอย่างมาก จนถึงกับเผลอนอนหลับไปข้างๆ ตู้หนังสือในคืนแรกที่จัดเสร็จเรียบร้อย แต่ประโยชน์ที่ได้จากการจัดห้องสมุดจึงไม่ใช่เพียงความเรียบร้อยสวยงามเท่านั้น พฤติกรรมการอ่านหนังสือก่อนนอนได้กลายมาเป็นของแถมที่แสนจะคุ้มค่าจากการได้จัดห้องสมุดใหม่

ในจำนวนหนังสือที่อ่านในเดือนที่ผ่านมา มีหนังสืออยู่เล่มหนึ่งที่ผม “บังเอิญ” ได้อ่านหนังสือเล่มนี้มีชื่อว่า “จากธรรมทูตแดนไกล...สู่ธรรมทูตไทยในปัจจุบัน” ผมบังเอิญเจอหนังสือเล่มนี้วางอยู่บริเวณที่มีป้ายกระดาษใบเล็กเขียนไว้ว่า “หยิบอ่านฟรี” บนชั้นวางหนังสือหน้าห้องสำนักงานบ้านพักเข้าเฝ้าที่สวนเจ็ดริ้ว วิภาที่แรกที่เห็นหนังสือเล่มนี้วางอยู่ ผมรู้สึกดีใจและแปลกใจในเวลาเดียวกัน เพราะผมตั้งใจจะหาซื้อตั้งแต่ที่รู้ว่า

หนังสือเล่มนี้พิมพ์เสร็จแต่ก็ยังไม่มีความคืบหน้า ดังนั้นผมจึงไม่รอช้าที่จะใช้สิทธิหยิบอ่านฟรีทันที

ผมจำได้ว่าเริ่มเปิดอ่านเมื่อช่วงสายของวันแรกที่เริ่มเข้าเฝ้าส่วนตัว และอ่านจบเล่มภายในคืนนั้นเลย เมื่ออ่านจบผมก็เกิดคำถามว่า อะไรทำให้เราอ่านหนังสือของ **คณะธรรมทูตไทย** แบบรวดเร็วขนาดนี้ หนังสือเล่มนี้มีอะไรน่าสนใจ

หนังสือ “จากธรรมทูตแดนไกล...สู่ธรรมทูตไทยในปัจจุบัน” จัดทำโดยคณะธรรมทูตไทย เป็นหนังสือที่รวบรวมเรื่องราวประวัติการก่อตั้ง จิตตารมณ์ องค์อุปถัมภ์ และประวัติศาสตร์งานแพร่ธรรมของคณะ ในยุคสมัยต่างๆ พร้อมบทความประสบการณ์งานแพร่ธรรมของตัวแทนสมาชิกคณะ

ผมเลือกที่จะเริ่มอ่านหนังสือจากเนื้อหาส่วนบทความประสบการณ์งานแพร่ธรรมของตัวแทนสมาชิกคณะ ผมประทับใจประสบการณ์ของ **คุณพ่อ วีระชัย ศรีประมณฑ์** เป็นพิเศษ คุณพ่อได้เล่าว่า **ได้รู้จักคณะธรรมทูตครั้งแรกเมื่อครั้งยังเรียนเป็นนักศึกษาชั้นปี 3 ของบ้านเณรใหญ่แสงธรรม ครั้งนั้น คุณพ่ออัง มารี ดังโตแนล, M.E.P.** (อธิการเจ้าคณะธรรมทูตไทยองค์แรก) ท่านได้มาแบ่งปันและเล่าถึงสถานการณ์ในประเทศกัมพูชาและพระศาสนจักรในกัมพูชาว่า **ตอนนี้พระสงฆ์ชาวเขมรถูกฆ่าตายหมด ทำให้ไม่มีพระสงฆ์เขมรถืออยู่เลยในประเทศกัมพูชา คุณพ่อดังโตแนลได้กล่าวปิดท้ายว่า “มีใครอยากจะสมัครไปทำงานที่ประเทศกัมพูชาบ้างไหม?”**

ในที่ประชุมพวกเราทุกคนหัวเราะและต่างก็คิดอยู่ในใจว่า “กูจะไปทำไมวะ!” มีทั้งสงครามกลางเมืองและชีวิตความเป็นอยู่ที่น่าจะลำบากมากๆ หลังประชุมเสร็จพวกเราไม่คิดอะไรต่างก็แยกย้ายกันไป **แต่สำหรับผม คึนนั้น ทั้งคึน ผมไม่สามารถข่มตานอนหลับได้เลย ในหัวเหมือนจะมีเสียงดังก้องอยู่ตลอดเวลาว่า “พระสงฆ์ เขมรถูกฆ่าตายหมด และตอนนี้ไม่มีพระสงฆ์เหลืออยู่เลย”**

ผมพยายามจะลืมสิ่งที่ผมได้ยินมา แต่ก็ไม่สามารถลืมได้ พยายามคิดถึงว่าถ้าเราได้บวชเป็นพระสงฆ์ที่เมืองไทยคงจะมีชีวิตที่ดี สะดวกสบายไม่ลำบากอะไรมากมายนัก ทำงานตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย เป็นพระสงฆ์อยู่ในกรุงเทพฯ คงจะได้อยู่วัดใหญ่ๆ มีรถสวยๆ ขับ ได้บริหารโรงเรียนใหญ่ๆ มีเงินทองมากมายที่จะใช้ในการทำงาน ไปไหนก็มีคนเคารพให้ความนับถือยกย่อง ครอบครัว พ่อและแม่ก็จะมีคนมาชื่นชมยินดีมากมาย พ่อแม่ภูมิใจเพราะมีลูกได้บวชเป็นสงฆ์ในมณฑลกรุงเทพฯ เป็นที่นับหน้าถือตาของครอบครัว

แต่ถึงแม้จะพยายามเท่าไร เสียงที่ได้ยินมันคงยังดังก้องอยู่ในหัวของผมตลอดเวลา ผมฝันเห็นภาพของเด็กๆ ตัวผอมๆ ดำๆ มีแววตาที่ไม่สดใส ใส่เสื้อผ้ามอซอซาตวัน มีชีวิตที่ยากลำบาก ไม่มีครอบครัว ไม่มีบ้าน ไม่มีข้าวกิน ผมรู้สึกไม่มีความสุขและไม่สบายใจอยู่หลายเดือน

ผมตัดสินใจเข้าไปพบคุณพ่อวิญญูณรักษ์ของผม คือ **คุณพ่อซิลวานอ มายิสตราลี, PIME** ท่านแนะนำให้ผมสวดภาวนาเยอะๆ ฟังเสียงของพระที่ตรัสกับเราผ่านทางคำภาวนาให้มากๆ ผมก็พยายามสวดมากขึ้น แต่ยิ่งสวด ความคิดผมก็ยิ่ง

วนเวียนอยู่กับเรื่องนี้ และเสียงนั้นก็ยังคงดังอยู่ในหัวของผมตลอดเวลา จนกระทั่งวันหนึ่งผมตัดสินใจไปพบคุณพ่อดังโตแนลในปี 1988 และบอกกับท่านว่าผมสมัครไปทำงานที่ประเทศเขมรครับ ซึ่งตอนนั้นผมไม่รู้เลยว่าผมจะต้องทำอะไร อนาคตจะเป็นแบบไหน ผมได้ยินท่านบอกว่า **“ดีมาก วีรชัย ดีมาก”**

เรื่องราวประสบการณ์ของคุณพ่อวีรชัยสร้างความประทับใจและความแปลกใจให้กับผมเป็นอย่างมาก เพราะเพียงไม่กี่วันก่อนหน้านี้ผมได้บังเอิญอ่านประวัติของ **มรณสักขี 40 คนแห่งเซบัสเตีย** มรณสักขีเหล่านี้เป็นกลุ่มทหารที่ถูกสังหารในปี 320 เพราะยึดมั่นในความเชื่อคริสตชน ยุคนั้นเป็นช่วงเบียดเบียนศาสนาโดยจักรพรรดิ Licinius ผู้ปกครองเมืองเซบัสเตียพยายามหว่านล้อมว่าจะไว้ชีวิตหากพวกเขาละทิ้งความเชื่อ แต่ไม่เป็นผล เขาจึงสั่งให้เปลื้องเสื้อผ้าทุกคนและจับลงแช่ในทะเลสาบที่น้ำเย็นแทบเป็นน้ำแข็ง ที่ริมฝั่ง เขาสั่งให้ก่อกองไฟและต้มน้ำอุ่นเพื่อเย้ายวนให้เปลี่ยนใจ **ทหารคนหนึ่งยอมแพ้ แต่ปรากฏว่าทหารอีกคนหนึ่ง ซึ่งไม่ใช่คริสตชน สมัครเข้าแทนที่ทันที** ทหารคนนั้นกลับใจเป็นคริสต์ในเวลาตัวเอง แล้วในท่ามกลางอากาศหนาวเย็น ทุกคนก็เสียชีวิต...

สองเรื่องที่ผมได้แบ่งปันให้ผู้อ่านฟังนั้น ผมได้เล่าให้ **คุณพ่อพอล พอลลิค, S.J.** คุณพ่อผู้นำเข้าเงียบฟังเช่นกัน เล่าว่ารู้สึกประทับใจเรื่องราวทั้งสองเป็นพิเศษ และยังได้จดไว้ในสมุดไดอารี่ส่วนตัว หลังจากได้อ่านไว้สั้นๆ ว่า “ความกล้าหาญและความวางใจในพระ” เมื่อได้คุยกันไปได้สักพักหนึ่ง คุณพ่อก็ได้ถามผมว่า “เคยคิดจะบวชไหม?”

## อ่านต่อหน้า 67

## ศิษย์พระคริสต์ เจริญชีวิต ประกาศ ข่าวดีใหม่ (1)

ข้าแต่พระเป็นเจ้า ในวันที่ 21 ตุลาคม 2018 ปีที่ผ่านมา เป็นวันคริสตชนฆราวาส มีการจัดงานชุมนุมในแต่ละสังฆมณฑล โดยมีสังฆมณฑลจันทบุรีเป็นเจ้าภาพจัดงานนี้ระดับชาติ ครั้งนี้เป็นครั้งที่ 2

เท่าที่ลูกฟังมา มักจะมีคำพูดที่ว่า ฆราวาสคริสตชนนั้น เป็นเสมือนยักษ์หลับในการประกาศข่าวดี การกำหนดให้มีวันคริสตชนฆราวาส จึงน่าจะเป็นการปลุกฝังให้เกิดความตื่นตัวในหมู่ฆราวาส ประหนึ่งเป็นการปลุกยักษ์ให้ตื่นจากการหลับ ให้ลุกขึ้นมาทำหน้าที่ของการเป็นคริสตชนที่ดีคือ การประกาศข่าวดี แทนที่จะหลับใหลอย่างสบายและปล่อยให้เป็นหน้าที่ของพระสงฆ์ นักบวชชายหญิง ทำหน้าที่ดังกล่าวแต่ฝ่ายเดียว ดังที่ผ่านมา มา

ลูกได้รับเชิญให้ไปพูดแบ่งปันในงานชุมนุมที่เป็นระดับชาติ ครั้งที่ 2 นี้ ในหัวข้อ **“บทบาทคริสตชนฆราวาสของดิฉัน”** ซึ่งลูกได้เริ่มต้นการแบ่งปันด้วยประโยคสองประโยคนี้

**“การแบ่งปันเป็นพยานถึงพระเจ้าเป็นการรับใช้พระเจ้าที่ดีที่สุดอย่างหนึ่ง”** และ **“ความเชื่อที่ยิ่งแบ่งปันยิ่งเพิ่มพูน”** หลังจากนั้นลูกได้แบ่งปันถึงชีวิตของลูกเมื่อ 25 ปีก่อน ตอนจะแสวงหาพระเจ้าว่ามีเพื่อนแนะนำให้ไปที่คริสตจักรแห่งหนึ่ง จากการอยู่ที่นั่นเป็นเวลา 3 ปี สิ่งที่ได้ติดตัวลูกมาแม้ในที่สุดลูกได้รับศีลล้างบาปเป็นคาทอลิกก็ตามคือ ความกระตือรือร้นในการอ่านพระคัมภีร์และความตื่นตัวในการประกาศข่าวดี

จากการอ่านพระวาจาของพระเจ้าอย่างสม่ำเสมอ ควบคู่กับการสวดสายประคำทุกวันนี่แหละ ทำให้ลูกค้นพบว่า ที่แท้พระเจ้านั้นได้อยู่บนสวรรค์ไกลโพ้นโน่นเลย แต่อยู่ในหัวใจของลูกและของมนุษย์ทุกคนนี่เอง เป็นการค้นพบที่มีคุณค่าที่สุดของมนุษย์ชาติเลยก็ว่าได้!

ด้วยความร้อนรนต้องการรับใช้พระองค์ ลูกจึงเข้าร่วมกับเกือบทุกองค์กรของพระศาสนจักรเท่าที่จะทำได้ เพราะในตอนนั้นมีความเข้าใจว่าการรับใช้พระเจ้านั้น ต้องผ่านองค์กรทางศาสนาเท่านั้น ต่อมาลูกได้เรียนรู้ว่า เราสามารถรับใช้พระเจ้าได้ในทุกทางการดำรงชีวิตของเรา ไม่ใช่จำกัดแค่ต้องผ่านองค์กรเท่านั้น และในเวลาเดียวกันลูกก็ได้ยินคำว่า **“กระแสรีบ”** ซึ่งตอนแรกลูกไม่เข้าใจถึงคำๆ นี้ ลูกจึงได้สวดภาวนาทูลถามพระเจ้าอย่างต่อเนื่อง และด้วยความร้อนรนและถ่อมตนว่า **“ข้าแต่พระเป็นเจ้า กระแสรีบที่พระองค์ทรงประทานให้ลูกในการรับใช้พระองค์คืออะไร?”** ต่อมาพระศาสนจักรได้รณรงค์ให้คริสตชนพายเรือออกไปที่ลึก (Duc In Altum) ลูกตื่นเต้นมาก และเริ่มคิดว่าถ้านี้คือกระแสรีบของลูก?



ในที่สุด พระดำรัสที่ตรัสกับลูกก็ชัดเจน ลูกเริ่มวางมือจากตำแหน่งในองค์กรต่างๆ เมื่อครบวาระแล้วลูกก็วางแผนที่จะพายเรือออกไปที่ลีกโดยจะพายเรือออกไปตามลำพัง ในขณะเวลาใกล้ๆ กัน พระคุณเจ้าพระสังฆราชที่ลูกเคารพรักได้ให้หนังสือแก่ลูกเล่มหนึ่ง เขียนโดยพระคาร์ดินัลองค์หนึ่งที่เป็นพระอัครสังฆราชของอัครสังฆมณฑลไซ่ง่อน ประเทศเวียดนาม ตอนที่ประเทศเปลี่ยนแปลงการปกครองเป็นระบอบคอมมิวนิสต์ ชื่อว่า “ขนมปังห้าก้อนกับปลาสองตัว” ในหนังสือเล่มนี้ ท่านได้เขียนถึงการถูกจับไปทรมานและขังเดี่ยว รวมทั้งหมด 13 ปี แต่ในช่วงเวลาแห่งความทุกข์ทรมานอันยาวนาน ท่านได้ยืนยันเสียงบอกกับท่านว่า “ให้เลือกองค์พระผู้เป็นเจ้า ไม่ใช่เลือกเอางานของพระองค์” เป็นประโยคสั้นๆ แต่ลึกซึ้ง ในที่สุดท่านก็เข้าใจถึงความหมายของสองประโยคนี้ และสามารถอยู่ในสภาพการถูกขังเดี่ยวสลับกับการถูกขังร่วมกับนักโทษอื่นๆ ได้ ด้วยจิตใจที่สงบสุขและเปี่ยมไปด้วยความรักที่มีต่อองค์พระผู้เป็นเจ้าได้

ลูกเองเอาสองประโยคนี้มารำพึงและไตร่ตรองเป็นเวลานาน มันเป็นช่วงจังหวะที่ลูกกำลังตัดสินใจจะพายเรือออกไปที่ลีกตามลำพังพอดี แล้วลูกก็บอกกับตัวเองว่า ลูกเข้าใจแล้วว่าทำไมพระสังฆราชองค์ที่ลูกเคารพรักจึงให้หนังสือเล่มนั้นแก่ลูกในช่วงนั้น เป็นการทรงนำของพระจิตเจ้าโดยแท้ เพราะการพายเรือออกไปที่ลีกนั้นเป็นการรับใช้พระเจ้าที่ไม่มีผลงานจะรายงาน ไม่ว่าจะเป็ ไตรมาสหรือประจำปี เป็นการรับใช้พระเจ้าที่เลือกเอาองค์พระผู้เป็นเจ้า ไม่ใช่เลือกเพราะเป็นงานที่จะมีผลงาน! ลูกคิดว่ามันเป็นการค้นพบอีกขั้นหนึ่งของการเป็นคริสตชนของลูกที่ลึกซึ้งมาก ลูกจำได้ว่าลูกกราบทูลพระเยซูเจ้าด้วยความวางใจในพระองค์ว่า “ข้าแต่พระเยซูคริสตเจ้า ขอพระองค์ได้โปรดประทับอยู่บนเรือน้อยของลูกในการพายเรือออกไปที่ลีกครั้งนี้เทอญ มีเพียงพระองค์อยู่กับลูก แค่นี้ก็เพียงพอแล้ว ไม่ว่าจะมิลมายุ ดินฟ้าอากาศแปรปรวนอย่างไร หรืออุปสรรคใดๆ ลูกก็จะไม่หวั่น พระเจ้าข้า อาแมน”

จากวันนั้นถึงวันนี้ ลูกได้พายเรือออกไปลีกมาก ลึกและไกลเกินกว่าสมองน้อยๆ ของลูกในฐานะมนุษย์ตัวเล็กๆ จะพึงคาดถึงได้ จากการตั้งใจอย่างแน่วแน่ของลูกว่า ลูกจะรับใช้พระองค์ตามน้ำพระทัยของพระองค์และตามกระแสเรียกของพระองค์ที่ได้ประทานให้แก่ลูก พระองค์ก็ทรงเผยแผนการการใช้ลูกให้ลูกทราบชนิดที่ว่าลูกเองยังตามแทบไม่ทัน

ลูกได้ค้นพบแล้วว่าพระองค์ทรงยิ่งใหญ่เพียงใด และลูกขอถวายชีวิตทั้งครบในช่วงที่เหลือในการรับใช้พระองค์ตามน้ำพระทัยของพระองค์จนกว่าชีวิตจะหาไม่

ในบทสวดของลูกฉบับหน้า ลูกจะขอเขียนถวายแด่พระองค์ถึงวิธีพายเรือของลูกออกไปที่ลีกพระเจ้าข้า

**“พระองค์ประทานให้บางคนเป็นอัครสาวก บางคนเป็นประกาศก บางคนเป็นผู้ประกาศข่าวดี บางคนเป็นผู้อภิบาลและอาจารย์” (1เอเฟซัส 4:11)**

**อาแมน**  
**ลูกของพระองค์คนหนึ่ง**

# เขียนบทกวี เขียนชีวิต

ภัสร์



## ระลึกถึง คุณพ่อนิโคลาส บุญเกิด กฤษบำรุง

ความดี ยังมีชีวิต  
เพื่อย้ำ และคำนึง  
ความดี ไม่มีตาย  
ดีงาม ความทรงจำ  
ความดี ที่จารึก  
วอนขอ ได้พอเพียง

พาดวงจิต ให้คิดถึง  
บุคคลหนึ่ง ซึ่งชอบธรรม  
มิสูญหาย กลายดีซ้ำ  
คำจุนใจ ให้เดินเคียง  
พาดรองตรีภพ ผนึกเสียง  
พรจากพระ ผ่านสู่เรา.

ภัสร์

ภาพ : Mario Anthony II



# PAPER SHREDDERS

เครื่องทำลายเอกสาร

ส่วนหัวกดได้  
สะดวกในการ  
เทกระดาษทิ้ง



ทำลายซีดี  
และเครดิตการ์ดได้



มีช่องทำลายซีดี  
และเครดิตการ์ด  
แยกต่างหาก  
ง่ายต่อการแยกขยะ



21015



22092

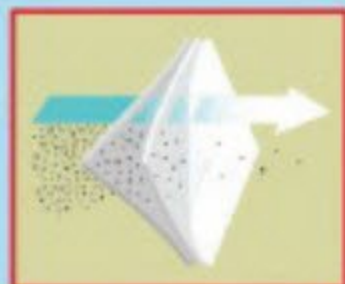


22084



มีล้อเลื่อน  
เคลื่อนย้ายสะดวก

“มีระบบเครื่องฟอกอากาศ”



CleanTEC®

กรองฝุ่น  
ได้มากถึง  
**98%**

41304

**บริษัท นานดีอินเตอร์เทรด จำกัด**  
**NANDEE INTER-TRADE CO., LTD.**

TEL : 0-2675-8230-44 ต่อ 141-146 FAX : 0-2675-8230  
E-mail : stationery@nandee.co.th www.nandestationery.com  
f nandee stationery nd\_stationery @nandee



## The Best of Thai Hospitality In the Heart of Bangkok

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 Ratchadamri Road, Pathumwan, Bangkok 10330, Thailand Telephone : +66 0 2655 5555

E-mail : [reservations@arnoma.com](mailto:reservations@arnoma.com) [www.arnoma.com](http://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 spacious 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 Thamakham Aphur Muang, Kanachanaburi 71000 Tel : +66(0) 3455-1000, Fax +66(0) 3455-1033 Email : [felix@felixriverkwai.co.th](mailto:felix@felixriverkwai.co.th)

Bangkok Sales & Reservations Center 9th Floor, PASO Tower, 88 Silom Road, Suriyawong Bangkok 10500, Thailand  
Tel : +662 634-4111 Fax : +662 634-4595-7 Email : [sales@felixriverkwai.co.th](mailto:sales@felixriverkwai.co.th) [www.felixriverkwai.co.th](http://www.felixriverkwai.co.th)