



นิตยสารภาพอสิกรายเดือน

จุดมตาบต๋

ตุลาคม 2024

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





“พ่อขอกล่าว้าถึงความเข้มแข็งและความอ่อนโยนของความรัก กล่าวคือ
ขอให้เราเคารพสิ่งสร้างของพระเจ้า ขอให้เราอย่าตกเป็นเครื่องมือแห่งการทำลายล้าง
ขอให้เราเคารพชีวิตมนุษย์ ขอให้ความขัดแย้งในการสู้รบนองเลือดทั่วโลกได้สิ้นสุดลง
ขอให้ความขัดแย้งทางทหารยุติ ขอให้ทุกที่ที่เกลียดชังเปี่ยมด้วยความรัก
ขอให้ที่ที่มีการบาดเจ็บล้มตายเปลี่ยนเป็นการให้อภัย
ขอให้ที่ที่แตกแยกเปลี่ยนเป็นสามัคคีมีความเป็นหนึ่งเดียว
ขอให้เราฟังเสียงร้องของผู้ที่กำลังร่ำไห้ ผู้ที่กำลังทนทุกข์ทรมาน
และของผู้ที่กำลังจะตายเพราะความรุนแรง...ทั่วโลก”
ข้อคิดจากสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส

บทภาวนาตามพระประสงค์ของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส
ประจำปี ค.ศ. 2024 เดือนตุลาคม
เพื่อมีส่วนร่วมในพันธกิจ
ให้เราภาวนาเพื่อพระศาสนจักร บรรดาบาทหลวง นักพรตและขรวาาส
สนับสนุนรูปแบบชีวิตแบบก้าวเดินไปด้วยกันต่อไป
ในฐานะเป็นเครื่องหมายของการร่วมรับผิดชอบ
ส่งเสริมการมีส่วนร่วม ความสัมพันธ์ และพันธกิจ



หนุเอ๋ย จงลุกขึ้นเถิด

(ลก 8:40-56)

ไยรัส เป็นหัวหน้าศาลาธรรม คงหมดที่พึ่งแล้วจึงมาคุกเข่ากราบที่พระบาท พระเยซูเจ้า อ้อนวอนพระองค์ให้เสด็จไปยังบ้านของเขา เพื่อรักษาบุตรหญิงคนเดียว อายุ 12 ขวบ ป่วยกำลังจะตาย นี่เป็นเรื่องไม่ธรรมดา เพราะหัวหน้าศาลาธรรมโดยทั่วไป น่าจะถือนโยบายของผู้ใหญ่ทางศาสนาหรือมหาสมณะ นั่นคือ ถือว่าพระเยซูเจ้าเป็นศัตรู ต่อสถาบันศาสนาของลัทธิยิว แต่ไยรัสคงจนตรอกแล้ว จึงมากราบวิงวอนพระอาจารย์ ทูลเชิญไปที่บ้าน

ระหว่างทางไป มีอัศจรรย์เกิดขึ้นแก่หญิงที่ป่วยเป็นโรคตกโลหิตมา 12 ปีแล้ว นางเบียดเสียดผู้คนเข้ามาสัมผัสชายพระภูษาของพระเยซูเจ้า ด้วยความเชื่อมั่นว่าแค่นั้น ก็ทำให้หายจากโรคได้แล้ว และนางก็หายจากโรคได้จริงๆ

เมื่อไปถึงบ้านของไยรัส เด็กหญิงนั้นตายแล้ว ผู้คนเริ่มพิธีไว้อาลัย ร้องไห้ และร้อง เพลงโศก แต่พระเยซูเจ้าตรัสว่า “อย่าร้องไห้เลย เด็กยังไม่ตาย เพียงแค่นอนหลับไปเท่านั้น” คนเหล่านั้นเปลี่ยนจากร้องเพลงโศกมาหัวเราะเยาะพระองค์ แล้วพระเยซูเจ้าให้สาวกเพียง 3 คน และพ่อแม่ของเด็กตามเข้าไปในห้องที่เด็กนอน ทรงจับมือเด็กและตรัสเสียงดังว่า “หนุเอ๋ย จงลุกขึ้นเถิด” จิตของเด็กก็กลับมาและเด็กก็ลุกขึ้นทันที

ข้าแต่พระเยซูเจ้า... พระองค์ทรงปลุกคนตายให้กลับคืนชีพ เพื่อยืนยันว่าพระองค์ ทรงเป็นพระบุตรของพระเจ้า แต่เหนืออื่นใดพระองค์เปี่ยมด้วยความอ่อนหวานและเมตตา สงสาร ความตายทำร้ายจิตใจของพ่อแม่และครอบครัว แต่พระองค์ทรงคืนชีวิตแก่คนรัก ที่สูญเสีย เพราะพระองค์ทรงเป็นหนทาง ความจริง และชีวิต (ยน 14:6)

“เราเป็นการกลับคืนชีพและเป็นชีวิต ใครเชื่อในเรา แม้ตายไปแล้ว ก็จะมีชีวิต และทุกคนที่มีชีวิต และเชื่อในเราจะไม่มีการวันตายเลย ท่านเชื่อเช่นนี้หรือ?” (ยน 11:25-26)



ปกหน้า :

วันที่ 7 ตุลาคม “ระลึกถึงแม่พระแห่งลูกประคำ” คริสตชนจึงรณรงค์ สวดสายประคำกันเป็นพิเศษในเดือนนี้ โดยเฉพาะคณะกรรมการ สวดสายประคำโลกระดับสากล พระศาสนจักรในประเทศไทยก็เข้าร่วม ในการสวดสายประคำโลกตลอดเดือนตุลาคม นี้มาทุกปี ตั้งเป้าไว้จำนวน กี่สาย และแม้จะเพิ่มจำนวนขึ้นทุกปี สัตบุรุษคาทอลิกไทยก็ร่วมใจ สวดภาวนาได้ตามจำนวนสายประคำที่ตั้งเป้าไว้สำเร็จทุกปี (เมื่อ ปีที่แล้ว พระศาสนจักรในประเทศไทยตั้งเป้าไว้ 1,000,000 สาย)

การตั้งเป้าจำนวนสายประคำ คณะกรรมการสวดสายประคำโลกมิได้มีจุดประสงค์จะสร้างสถิติ จำนวนสายประคำแต่อย่างใด แต่การตั้งเป้าจำนวนสายประคำ เป็นการส่งเสริมสนับสนุนให้ คริสตชนคาทอลิกกระตือรือร้น เห็นความสำคัญ ก่อเกิดค่านิยมที่ดีในหมู่คาทอลิกที่จะสวดสายประคำ สรรเสริญพระเจ้าพร้อมกับแม่พระ เป็นการประกาศแก่สังคมกว้างว่าการสวดสายประคำยังเป็น การภาวนาที่ไม่มีวันล้าสมัย เป็นเรื่องร่วมสมัยกับคนหนุ่มสาว เยาวชนและคริสตชนทุกเพศทุกวัย ขอเราร่วมใจกันสวดสายประคำเมื่อมีโอกาส ทั้งส่วนตัวและส่วนรวม สวดภาวนาเพื่อผู้อื่น เพื่อ ความก้าวหน้าและความรอดพ้นในชีวิตตนเอง เพื่อสันติภาพในสังคมโลก การสวดสายประคำ เป็นโรงเรียนสอนการสวดภาวนาของแม่พระแก่ลูกๆ ทุกคน



ปกหน้าใน :

แนวคิดเดียวกันกับปกหน้า เพียงแต่ภาพนี้วาดด้วยคอมพิวเตอร์ และสร้างบรรยากาศตามจินตนาการเหนือจริงผสมกับธรรมชาติใน ทวีปยุโรป

โลกยังไม่หยุดหมุน อย่าเพ็รับล

เสียงเพลงหมุนวนผ่านร่องเสียง คุณภาพยังแจ๋วอยู่ ในสถานะของแผ่นเสียงแผ่นหนึ่ง ที่ผ่านการเดินทางมายาวนาน ซึ่งผมไม่แน่ใจว่ากี่ปีมาแล้ว ที่แผ่นเสียงแผ่นนี้กำเนิดขึ้น ด้านหน้าเขียนตัวโต ๆ ว่า “ถ้าหัวใจฉันมีปีกบิน” ผลงานเอก ทวีพงศ์ มณีนิล ร้องโดย จิตติมา เจือใจ วงดนตรีนคร ถนอมทรัพย์ ชื่อบางคนคุ้น ชื่อบางคนเหมือนเพิ่งเคยได้ยิน ผมเปิดวนไปวนมา ตอนอยากฟังก็เปิดไปเรื่อย ตอนต้องการสมาธิ ก็หยุดเครื่องเล่นไว้ก่อน ผมไล่อ่านรายละเอียดที่ให้ข้อมูลไว้ในแผ่นเสียงนั้น เพลงแต่ละเพลงมีเนื้อให้ด้วย เนื้อแต่ละเพลงมีความเป็นกวี ผมสะดุดกับชื่อเพลงในหน้า บี “หยุดโลก...ฉันจะลง”

เพลง “หยุดโลก...ฉันจะลง” เล่าเรื่องความเบื่อหน่ายของชีวิตจากชายคนรัก จากบรรยากาศของชีวิต จนต้องขอร้องให้โลกหยุดอย่าหมุนต่อไป แต่ความเป็นจริงมันเป็นไปได้ มันต้องหมุนต่อ และมันกำลังหมุนมาถึงไตรมาสสุดท้ายของปีกันแล้ว

เมื่อต้นเดือนกันยายน สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส มีโปรแกรมเสด็จเยี่ยมอภิปาล ครั้งที่ 45 ในวัย 87 เป็นการเสด็จในจำนวนวันที่ยาวนานที่สุดเท่าที่ผ่านมาก็คือ 12 วัน จากวันที่ 2 ถึงวันที่ 12 กันยายน ไปทั้งหมด 4 ประเทศ ผมได้มีโอกาสไปรับเสด็จที่ประเทศอินโดนีเซียซึ่งเป็นประเทศแรกที่พระองค์ท่านเสด็จมา ระหว่างวันที่ 3-6 กันยายน มีเหตุการณ์หลาย ๆ เหตุการณ์ที่น่าประทับใจ ซึ่งผมเชื่อว่าหลายท่านคงได้มีโอกาสอ่านผ่านสื่อต่าง ๆ กันไปบ้างแล้ว

ในการเดินทางครั้งนี้ วันที่เราไปถึงวันแรกเราตั้งใจไปแสวงบุญก่อน วันถัดมาไปร่วมมิสซากับสมเด็จพระสันตะปาปา พร้อมกับพี่น้องชาวอินโดนีเซียที่สนามกีฬา และวันสุดท้ายก็ไปจุดที่สมเด็จพระสันตะปาปาเสด็จ ไปซื้อศาสนภัณฑ์ ไปชมเมือง ในวันแรกที่เรารตั้งใจแวะไปอาสนวิหารแม่พระรับเสด็จยกขึ้นสวรรค์ แต่วันนั้นเข้าไปไม่ได้ ได้แต่มองอยู่ภายนอกอาศัยจังหวะรถผ่าน ช่าง ๆ นั้นเราเห็นป้ายใหญ่ ๆ ป้ายหนึ่งมีตัวอักษรว่า SERVIAM เป็นตัวอักษรที่ทำให้นึกถึงคณะอัครสุลิน

อุดมคติฉบับนี้ขอพาผู้อ่านไปทำความรู้จักกับ คณะอัครสุลินในประเทศไทย ในสภูปชุดใหญ่ “100 ปี คณะอัครสุลินในประเทศไทย ๑๐๐ ฉันทภพ อารังครบ ณ กาล งานรับใช้พลีตน” ลองติดตามกันดูถึงช่วงเวลาแห่งการรับใช้เพื่อสร้างคุณค่า และเป็นส่วนสำคัญให้ประเทศไทยก้าวหน้า และพระศาสนจักรคาทอลิกไทยเติบโต วันเวลาที่ผ่านจึงค่อย ๆ เพาะบ่มชีวิตแต่ละชีวิตที่เข้ามามีส่วนร่วมได้มีคุณค่า และธำรงความเชื่อ ไว้ให้คงอยู่มั่นคง

บทเพลงชีวิตหมุนวนต่อไป คงมีบางคนอยากไปต่อ หรือมีบางคนอยากยอมแพ้ คงมีบางคนอยากกระโดดลงกลางคัน หรือบางคนที่อดทนรอวันที่ฝันเป็นจริง รอชัยชนะหรือความสำเร็จที่ยังรอพวกเขาอยู่ จะอย่างไรก็ตาม เมื่อมีชีวิตแล้วก็ต้องก้าวต่อ เมื่อมีลมหายใจก็ต้องสู้ทนกันไป แต่การรับรู้ว่ามีหลายคน หลายกลุ่มคณะ ยืนยันออกมาพร้อมรับใช้ผู้อื่น ไม่ได้เพิ่งเริ่มแค่เมื่อวานหรือวันนี้ แต่พวกเขาทำอย่างต่อเนื่องมาร่วมศตวรรษ โลกยังหมุนต่อไปได้อย่างมีความหวัง เพราะมีคนที่ยังรักและพร้อมรับใช้เพื่อนมนุษย์

บรรณาธิการบริหาร

อุดมการณ์

คณะผู้จัดทำ

ประธานสื่อมวลชนคาทอลิกประเทศไทย
บิชอปประธาน ศรีदारุนสีล

คณะกรรมการที่ปรึกษา

บิชอปลือชัย ธาตุวิสัย
ภราดาหลุยส์ ชาแนล
อ.ชัยณรงค์ มนเทียรวิเชียรฉาย

เจ้าของ

สภาประมุขบาทหลวงโรมันคาทอลิกแห่งประเทศไทย

บรรณาธิการบริหาร

คุณพ่ออนุชา ไทยเดช

หัวหน้ากองบรรณาธิการ

วัชร กิจสวัสดิ์

กองบรรณาธิการ

เสกสรร กองคำ

อุดมการณ์ นิตยสารรายเดือน

ฉบับละ 400 บาท

โอนเข้าบัญชี ธนาคารกรุงเทพ

สาขาย่อยไอเรียนเต็ล บัญชีสะสมทรัพย์

ชื่อบัญชี การพิมพ์คาทอลิก เลขที่ 226-0-006040

เช็คขีดคร่อมสั่งจ่าย การพิมพ์คาทอลิก

สำนักพิมพ์

122/11 ซ.นนทรี 14 (นาคสุวรรณ) ถ.นนทรี แขวงช่องนนทรี
เขตยานนาวา กรุงเทพฯ 10120 โทร. 0-2681-3900 ต่อ 1801
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. 1801 Fax 0-2681-5401

E-mail : udomsarn@csct.or.th

Website : <https://www.csct.or.th/udomsarn/>

พิมพ์ที่

โรงพิมพ์อัสสัมชัญ โทร. 0-2268-1646-8

เว็บ

บริษัท วี.ไอ.พี. โทร. 0-2295-1789

สารบัญ

Contents

สติ/บทความพิเศษ/สัมภาษณ์

7	100 ปี คณะอัครทูตในประเทศไทย “๑๐๐ ฉันทภาพ อัครทูต ณ กาล งานรับใช้พลีตน”
32	ข้างธรรมมาสน์
33	กว่าจะเป็นนักบุญ
34	ระหว่างเดือน
36	วันละก้าวกับพระเยซู
38	บันทึกรรรมทูต
42	หาเรื่องเขียน เรียนเรื่องชีวิต หลับไม่ลึก ภาวนาตื่น
45	ท่วงทำนองแห่งรัก
46	พระพรที่สำคัญวันเวลา
48	ผ่านมา 55 ปี พอจะมีเรื่องเล่าสู่กันฟัง
53	ได้ตามโค้งตะวัน
56	คริสต์ คิด กับนักจิตฯ
60	เยาวชนของเรา

เด็กและเยาวชน

63	ชวนน้องคุย
64	รักพระคัมภีร์
66	เก็บมาเล่าเอามาฝาก
67	ผ่อนคลายสไตล์พี่อ้อย
68	มุมเด็กศิลป์
73	เกมส์โมสตรอดมศาสนาต์
74	ใส่ใจวัยเยาว์

กวี - ศิลป์

69	พงศ์ ประมวล
76	บทความ
78	จดหมายจากผู้อ่าน
80	เขียนบทกวี เขียนชีวิต

วิสัยทัศน์

ประชากรของพระเจ้าร่วมเป็น
หนึ่งเดียวในความรัก แสวงหา
ติดตามและประกาศพระเยซู
คริสต์เจ้า

พันธกิจ

พระศาสนจักรในประเทศไทยมุ่งอุทิศตนฟื้นฟู
ชีวิตให้สนิทกับพระคริสตเจ้าโดยอาศัยพระ
วาจาและศีลศักดิ์สิทธิ์ เป็นหนึ่งเดียวร่วมมือ
และแบ่งปันซึ่งกันและกัน แสวงหาคุณค่าพระ
อาณาจักรในบริบทสังคม เสวนาฉันพี่น้องกับ
ผู้มีความเชื่ออื่น ประกาศพระเยซูคริสต์เจ้า และ
เป็นประจักษ์พยาน ด้วยการดำเนินชีวิตเรียบง่าย
รักและรับใช้ปวงชน โดยเน้นผู้ยากไร้

วัตถุประสงค์

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



100 ปี คณะอัครสุลินในประเทศไทย “๑๐๐ ฉันทภาพ รำวงครบ ณ กาล ภาวรับใช้พลีตน”

ท่ามกลางกลิ่นของกระดาษเอกสารเก่า ๆ ในห้องของบ้านเจ้าคณะอัครสุลิน ภายในบริเวณโรงเรียนมาแตร์เดอีวิทยาลัย เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ที่ดินตรงนี้ก็กลายเป็นทำเลทอง ท่ามกลางหมู่ตึกอาคารสมัยใหม่รายล้อมทั้งสี่ทิศ บ้าน “อัครสุลิน” ยังคงรักษาอัตลักษณ์ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงของสังคม ผู้คนรุ่นแล้วรุ่นเล่า ผ่านมาและจากไป ได้นำเอาความงดงาม ความร่มรื่น จากตรงนี้ไปสู่ยังที่อื่น ปีที่หนึ่งร้อยกำลังย่างกรายมาถึง คณะอัครสุลินไทย กำลังตระเตรียมงาน ศึกษาค้นคว้า เพื่อบอกกล่าวเล่าขานเป็นตำนานของการพลีตนรับใช้พระเจ้า แต่ละปี 10 20 ...ปี ผ่านไป เป็นเรื่องไม่ง่าย ไม่ธรรมดาเลย และเป็นเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริง ที่มาจากเอกสารเก่า ๆ รูปถ่ายบางรูปที่ยังหลงเหลืออยู่ การบันทึกเป็นภาษาไทยสมัยเก่า ภาษาฝรั่งเศส อังกฤษ แต่บันทึกจากการเสียดสของบรรพชนคนต่างแดนสำคัญที่สุด เราเริ่มเดินตามวิถีทางวิถีอัครสุลินร่วมกัน บันทึกไว้เป็นอนุสรณ์ในหัวใจของพระศาสนจักรไทยด้วยกัน...



หากจะพูดถึง “คณะออร์สุลิน” “เกี่ยวอะไรกับโรงเรียนกุหลาบวัฒนา โรงเรียนมาแตร์เดอีวิทยาลัย โรงเรียนเรยีนาเชลีวิทยาลัย โรงเรียนวาสูเทวี โรงเรียนนีย์มาตย์” แท้จริงแล้วทุกสิ่งทีกล่าวล้วนมีความเป็นมาในสายธารพระพรสายเดียวกัน

ย้อนไปในปี ค.ศ. 1474 ณ เมืองเดเซนซาโน เดล การ์ดา ประเทศอิตาลี เด็กหญิงอัญจลา เมริซี ถือกำเนิดมา เธอมีพี่สาวและน้องชายอีก 2 คน วันหนึ่งพี่สาวจากเธอไปอย่างกะทันหัน

ไม่นานพ่อกับแม่ก็เสียชีวิตลงอีก เธอกับน้องชายจึงต้องไปอยู่กับลุงผู้มีฐานะที่เมืองซาโล ใช้ชีวิตสุขสบาย ครั้นเมื่อเติบโตเป็นสาวได้สมัครเข้าเป็นสมาชิกชั้นที่ 3 ของคณะฟรังซิสกัน

ในยุคนั้นผู้หญิงไม่มีเสรีภาพในการเลือกอนาคตของตนเอง ครอบครัวเป็นผู้จัดให้ ถ้าไม่แต่งงานก็เข้าเขตพรตของอาราม อัญจลาได้รับแรงบันดาลใจ จึงก่อตั้ง “กลุ่มสตรีแห่งนักบุญออร์สุลา” เมื่อวันที่ 25 พฤศจิกายน ค.ศ. 1535 เป็นทางเลือกการถือครองพรหมจรรย์อยู่ในสังคมโลกด้วยสถานะคนสนิทติดตามบุตรพระเจ้า “กลุ่มสตรีแห่งนักบุญออร์สุลา” นี้อยู่ภายใต้ความอุปถัมภ์ของนักบุญออร์สุลา ผู้ได้ชื่อว่าเป็นพรหมจารีมรณสักขี อัญจลาถึงแก่กรรมในวันที่ 27 มกราคม ค.ศ. 1540 ณ เมืองเบรสเซีย ได้รับการแต่งตั้งให้เป็นนักบุญเมื่อวันที่ 24 พฤษภาคม ค.ศ. 1807 มีการจัดตั้งกลุ่มสตรีแห่งนักบุญออร์สุลาขึ้นหลายแห่งในประเทศอิตาลี และแผ่ขยายไปทั่วยุโรปในประเทศฝรั่งเศสได้ปรับเปลี่ยนรูปแบบมาเป็นคณะนักบวชและได้เผยแผ่ออกไปทั่วทุกทวีปเพื่อให้เกิดการศึกษาแก่เด็กหญิง

ท่านนักบุญอัญจลาได้เพาะพันธุ์กล้าไม้แห่งการรับใช้ จากเมล็ดพืชเล็กๆ ซึ่งต่อมาก็ได้เติบโตใหญ่และแผ่ขยายกิ่งก้านสาขาออกไปมากมาย ฉะนั้น คณะออร์สุลิน มีนักบุญ “อัญจลา” เป็นผู้ก่อตั้ง และได้เลือกชื่อของ นักบุญ “ออร์สุลา” เป็นองค์อุปถัมภ์ของคณะนั่นเอง



ปฐมบท ณ สยาม วันวารผืนผ่าน นานเพียรบ่มเพาะ เชื้อมันตุฯเกราะ แกร่งกล้าเกริกไกร ค.ศ. 1924-1928

ต้นไม้มต้นหนึ่งเริ่มต้นจากเมล็ดเล็กๆ ที่หว่านลงในดินที่ดี ย่อมจะกลายเป็นต้นไม้ใหญ่ ให้ผลผลิต ให้ร่มเงาแก่สรรพสิ่งสร้าง เฉกเช่นเดียวกับคณะอัครสุลินในประเทศไทย ที่หยั่งดินมาอย่างยาวนานถึง 100 ปี ก็เริ่มจากสิ่งเล็กๆ จากอักษรในจดหมายของ**พระสังฆราชเรอเน แปร์รอส ประมุขมิสซังสยาม*** (*เขตการปกครองของพระศาสนจักรในสยาม) ถึงผู้อำนวยการสมณกระทรวงเผยแผ่ความเชื่อที่วาติกัน ขอให้มิชชันนารีสักกลุ่มหนึ่งมาช่วยทำงานด้านการสอนสำหรับเด็กหญิง จดหมายฉบับนั้นมาถึงมหาธิการิณี**คุณแม่แองเจล** มหาธิการิณีจึงมีจดหมายเวียนไปยังสำนักต่างๆ ของคณะ แต่ไม่มีที่ใดตอบรับ เรื่องจึงยบไปจนพระคุณเจ้า**แปร์รอส**รู้สึกหมดหวัง ที่สุดคณะที่ปรึกษาใหญ่ที่กรุงโรมตัดสินใจส่งมิชชันนารี 4 ท่าน ที่ตั้งใจจะส่งไปประเทศจีน ให้มาที่สยามแทน มิชชันนารี 4 ท่านก็คือ **มิชชันนารี ราฟาเอล วูร์นิก และมิชชันนารี เซเวียร์ เบียร์ช** ชาวยูโกสลาเวีย **มิชชันนารี อักแนส เดอลัตร์** ชาวฝรั่งเศส และ**มิชชันนารี เทเรส แมร์แตนส์** ชาวเบลเยียม ผู้ได้รับแต่งตั้งเป็นอธิการิณีของกลุ่ม



มารี เทเรส แมร์แตนส์/เบลเยียม



มารี ซาเวียร์ เบียร์ช/ยูโกสลาเวีย



มารี ราฟาเอล วูร์นิก/ยูโกสลาเวีย



มารี อักแนส เดอลัตร์/ฝรั่งเศส

23 ตุลาคม ค.ศ. 1924 ทั้ง 4 ท่านออกเดินทางจากเมืองมาแซย์ ประเทศฝรั่งเศส สู่ประเทศสิงคโปร์ ใช้เวลาแรมเดือน เมื่อมาถึงโทรเลขของคณะที่กรุงโรมมารออยู่แล้ว และแจ้งว่าต้องเปลี่ยนการเดินทางจากที่ตั้งใจให้ไปที่ซัวเถา ประเทศจีน ให้มาที่บางกอก สยามแทน ทั้งสี่จึงต่อเรือขนส่งสินค้าขนาดเล็กที่ไปยังสยาม ทุกก้าวอย่างย่อมมีอุปสรรค ในเรือมีเพียงมิชชันนารี 4 ท่าน พร้อมสัมภาระ 49 เกิดคลื่นลมแปรปรวนตลอด 3 วัน 3 คืน กระเป๋าดินทางลิ่งไปไหลมากระแทกร่าง จึงตัดสินใจทิ้งกระเป๋าดินทางบางส่วนลงทะเล ข้างเป็นการเปิดประตูต้อนรับทั้งสี่สู่**งานธรรมทูตในโลกใหม่อย่างท้าทายยิ่งนัก**

25 พฤศจิกายน การสื่อสารในสมัยนั้นไม่เหมือนกับสมัยนี้ ทำให้การมาของคณะซิสเตอร์ อูร์สุลิน ยากที่จะจัดการ ฉุกเฉินทุก เมื่อถึงท่าเรือคลองเตย ก็ไม่มีใครมารับ รอจนตะวันตกดิน มาเซอร์จากคณะเซนต์ปอล เดอ ชาร์ตร มารับและนำทั้งสี่ไปพักที่โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ ใน ห้องเล็กๆ ของโรงพยาบาล เป็นทุกอย่าง ทั้งอาราม ห้องนอน ห้องอาหาร ห้องเรียน แม้สถานที่ จะอึดอัดเพียงใด ทั้ง 4 ท่านก็ยังขนบอบและเคารพต่อพระวินัยอย่างเคร่งครัด



พระคุณเจ้าแปร์รอสมาหาทุกวันเพื่อสอนภาษาไทย ภาษาไทยก็ยากเหลือเกิน วันเวลาเคลื่อนคล้อยจวบจน วันฉลองคริสต์มาสแรกในสยาม แทนที่จะเฉลิมฉลองกัน อย่างเรีงร่า ทำได้เพียงขับร้องเพลงคริสต์มาสเบาๆ เพื่อ ไม่ไปรบกวนเด็กกำพร้าที่พักอยู่ห้องติดกัน เพลง Silent Night ดุจะเข้ากับบรรยากาศและมีความหมายในคำคืนคริสต์มาสแรก ยิ่งนัก หรือนี้คือ การบังเกิดของพระเยซูเจ้าอย่างแท้จริง



ค.ศ. 1925 งานที่พระคุณเจ้าแปร์รอสตั้งใจให้คณะอูร์สุลินมาทำ ก็คือการเปิดโรงเรียนใน ชุมชนชาวจีน ที่วัดแม่พระลูกประคำ กาลหวัร์ ตลาดน้อย ที่มีคณะภคินีเซนต์ปอล เดอ ชาร์ตร รับผิดชอบอยู่แล้ว ระหว่างนั้น **ซิสเตอร์ 3 ท่านเกิดโรคแพ้อากาศ แพ้อาหาร และเจ็บป่วยด้วย โรคไขกระดูก** มีเพียงซิสเตอร์อีกแ่นสคนเดียวที่แข็งแรง ซิสเตอร์เซเวียร์เริ่มอาการดีขึ้น ทั้งสอง จึงต้องไปมีสหชาตชุมชนที่วัดกาลหวัร์ เพื่อรับมอบงาน **“บ้านคณะหลังแรก”** ซึ่งอยู่ในย่านที่ จอแจ ไร้ความเป็นส่วนตัว ไม่มีเขตพรต (สถานที่สงวนไว้สำหรับนักบวช) ซิสเตอร์ต้องออกไป จับจ่ายซื้อหาสิ่งของจำเป็นด้วยตนเอง การทำงานครั้งแรกติดๆ ขัดๆ การซักรีดด้วยวิธีการ ซักผ้าที่ไม่เหมือนในยุโรป ทำให้เสื้อผ้าเสียหายบ้าง ต้องสอนหนังสือ นี่คือ **บททดสอบความเชื่อ ความศรัทธาอันแน่วแน่**ของทั้ง 4 ท่าน วันคืนผันผ่าน ความสามารถของซิสเตอร์กลับทำให้จำนวน นักเรียนเพิ่มขึ้นกว่า 100 คนในระยะเวลาเพียง 3 เดือน เมล็ดแรกเริ่มแตกหน่อ...

ในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 6 ทรงเปิดรับวิทยาการ สมัยใหม่จากประเทศทางยุโรปแต่ก็ยังคงยึดในขนบธรรมเนียมประเพณีไทยไว้อย่างเคร่งครัด ทรงจัดตั้งกระทรวงธรรมการ (กระทรวงศึกษาธิการ) ทรงออกพระราชบัญญัติว่าด้วยการศึกษา



ภาคบังคับ อนุญาตให้เปิดโรงเรียนสำหรับเด็กชายและเด็กหญิงภายใต้การดูแลของรัฐบาล แสงแห่งปลายอุโมงค์เริ่มเผยความสว่าง...

โรงเรียนจีนที่วัดกาลหว่าร์ดำเนินไปอย่างราบรื่น แต่ไม่ค่อยเอื้ออำนวยกับวิถีชีวิตนักบวชมากนัก บ้านของกลุ่มซิสเตอร์ไม่เป็นสัดส่วน จำนวนนักเรียนก็มากขึ้นเรื่อยๆ สิ้นรัชสมัยรัชกาลที่ 6 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 7 เสด็จขึ้นครองราชย์สืบสันตติวงศ์ ทรงสนพระทัยในด้านการศึกษ สิสเตอร์อูร์สุลินยังได้ขยายงานสอนของตนโดยริเริ่มโรงเรียนสอนภาษาอังกฤษและภาษาฝรั่งเศส ชื่อว่าโรงเรียน “โรซารีคอนแวนต์” (ต่อมาเปลี่ยนเป็น “กุหลาบวัฒนา”)

ค.ศ. 1926-1928 มหาธิการิณีคนใหม่ของคณะฯ ได้แต่งตั้งคุณแม่แบร์นาร์ต มังแซล อธิการิณีที่เชี่ยวชาญให้มาทำหน้าที่อธิการิณีที่สำนักคณะอูร์สุลินในสยาม ทันทีที่มาถึงสยาม งานแรกคือหาซื้อที่ดินสำหรับบ้านคณะฯ ด้วยความนอบน้อมความสัมพันธ์ที่ดีกับท่านพระคุณเจ้าแปร์รอส ทำให้ได้รับความเมตตาจากพระคุณเจ้า **พระเจ้ามาทีนเวลาเสมอ** งานต่างๆ รุดหน้า การติดต่อกับศูนย์กลางคณะที่กรุงโรมก็ดูราบรื่นรวดเร็วกว่าเดิม รวมถึงการเสาะหาที่ดินสำหรับบ้านและโรงเรียนของคณะ จุดหมายจากสำนักมหาธิการิณีแจ้งว่า โรงเรียนที่จะสร้างขึ้นใหม่นี้ให้อุทิศถวายแด่แม่พระ ใช้ชื่อว่า “**มาแตร์เดอี**” ตามข้อเสนอของคุณแม่แบร์นาร์ต และได้รับการอนุมัติเงินกู้ตามจำนวนในนาที่สุดท้ายของการกำหนดนัดซื้อขาย



สถานที่ตั้งอยู่ในทำเลที่ดีเยี่ยม ติดถนน มีบ้านเรือนอยู่ห่างๆ กัน ใกล้สถานทูต อากาศดี มีที่ว่างพอขยับขยายได้ ตัวอาคารเป็นไม้มีเสารับตัวอาคารตามลักษณะของบ้านคนไทย มีน้ำและไฟฟ้า มีคลองสายหนึ่งใกล้ๆ ทำให้มีบรรยากาศรื่นรมย์ไปมาสะดวกด้วยรถราง **ซิสเตอร์คณะอูร์สุลิน** อีกหลายท่านเดินทางมาจากฝรั่งเศส เมื่อมาถึงสยาม ก็ได้รับหน้าที่ โดยเฉพาะการสอนภาษาอังกฤษและฝรั่งเศส **14 มกราคม ค.ศ. 1928** โรงเรียนมาแตร์เดอีวิทยาลัย ได้รับใบอนุญาตจากกระทรวงธรรมการให้เปิดการสอนอย่างเป็นทางการ

วาระที่สอง

ก่อตั้งกำเนิด

ชุดศึกษา

เสริมส่งปัญญา

อรัญญินไทย

ค.ศ. 1928-1964

การให้ที่ยิ่งใหญ่ คือ การให้ความรู้แก่ผู้คน การให้การศึกษาจึงเป็นหัวใจหลักและเป้าหมายสูงสุดของคณะซิสเตอร์อรัญญินผู้ข้ามน้ำข้ามทะเลมา และที่สุดก็เริ่มบรรลุเป้าหมาย แต่หนทางนี้ยังไม่มีสิ้นสุด

2 กุมภาพันธ์ ค.ศ. 1928 ซึ่งตรงกับวันฉลองแม่พระถวายพระกุมารในพระวิหาร ซึ่งเป็นวันเสกเทียน จึงจัดให้มีพิธีเสกอาคารและที่ดินของคณะโดยพระคุณเจ้าแปร์รอส ที่บ้านคณะและศูนย์กลาง ณ โรงเรียนมาแตร์เดอีฯ เลขที่ 529 ถนนเพลินจิต บางกอก สยาม



การสอนในช่วงเริ่มแรกหนักหนาสาหัส มีทั้งหลักสูตรภาษาอังกฤษและภาษาฝรั่งเศส เปิดสอนตั้งแต่อนุบาลจนถึงมัธยมศึกษา แต่ละวันตื่นนอนตีสี่ครึ่งจนถึงส่งเด็กกลับบ้านตอนสี่โมงเย็น ไหนจะต้องทำกิจของนักบวช ดูแลนักเรียนประจำท่ามกลางอากาศร้อน อาหารการกินกระท่อน

กระแท่น เกิดความกดดัน สภาพร่างกายของหลายท่านเริ่มทรุดโทรม จิตใจบอบช้ำ เหนื่อยล้า มีเพียงจิตวิญญาณของการรับใช้พระเจ้าเท่านั้นที่ทำให้บรรดาซิสเตอร์ยืนหยัดอยู่ได้ ปีต่อมาได้มีการประกาศให้ คุณแม่แบร์นาร์ดดำรงตำแหน่งอธิการินีอีกสมัยหนึ่ง ซิสเตอร์ราฟาแอลเป็นผู้อำนวยการ ซิสเตอร์เจมมะเป็นอาจารย์ใหญ่ โรงเรียนมาแตร์เดอีฯ



ค.ศ. 1930

พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าอานันทมหิดล (พระอิสริยยศ ณ ขณะนั้น) ทรงเข้าศึกษาในโรงเรียนมาแตร์เดอีวิทยาลัยในระดับอนุบาล และอีก 2 ปีต่อมา พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้า ภูมิพลอดุลยเดช (พระอิสริยยศ ณ ขณะนั้น) ได้ทรงเข้าเป็นนักเรียนอนุบาลด้วย ในเดือนตุลาคม สมเด็จพระยาดำรงราชานุภาพได้เสด็จมาเยี่ยมโรงเรียนมาแตร์เดอีฯ ท่านเพิ่งกลับจากยุโรป และได้เข้าเฝ้าพระสันตะปาปาปิอุส ที่ 11 จึงมอบสายประคำเสกที่ได้มาจากพระสันตะปาปา แก่คณะซิสเตอร์ ด้วยสถานภาพทางการเงินที่ยังไม่มั่นคง บุคลากรที่ไม่เพียงพอ ปัญหารูมเร้า รอบด้าน แต่ภารกิจในสยามก้าวหน้า ประสบความสำเร็จ หากไว้วางใจในพระเจ้าก็ไม่มีสิ่งใด จะเป็นไปไม่ได้

ค.ศ. 1931

มีนักเรียนชาวไทยสมัครเข้าคณะและได้รับอนุมัติ คือ ลูซี่ ทรรทรานนท์ อายุ 18 ปี สมาชิกคณะเรียกเธออย่างเอ็นดูว่า “คุณลูซี่น้อย” (นี่คือจุดเริ่มต้นชีวิตนักบวชของซิสเตอร์ บุญประจักษ์ ทรรทรานนท์) คณะส่งเธอไปอบรมที่เมืองโบยังซี ประเทศฝรั่งเศส

พระคุณเจ้าแปร์รอสเชิญชวนให้ไปก่อตั้งบ้านอีกแห่งที่ เชียงใหม่ แม้ว่าในขณะนั้นโรงเรียนมาแตร์เดอีฯ ยังคงขาดแคลน บุคลากรและมีหนี้สินเป็นจำนวนมาก คุณแม่แบร์นาร์ดออกเดินทางด้วยรถไฟไปเชียงใหม่ พบที่ดินที่เหมาะสมกับการก่อตั้ง “บ้านพระมารดาผู้นิรมล ราชนินีแห่งสวรรค์” หรือ Regina Coeli (เรยีนาเชลี) ด้วยความช่วยเหลือจากคณะมิสซังต่างประเทศแห่งกรุงปารีส (M.E.P: Missions Étrangères de Paris) ที่ดินแห่งนี้กว้างขวาง มีทิวทัศน์เป็นภูเขา ล้อมรอบ ใกล้เคียง เมื่อตกลงซื้อที่ดิน คุณแม่ได้ต่อเติมอาคาร บ้านทั้งสองแห่งกลายเป็นความกังวล สถานะทางการเงินก็กระเปียดกระเสีร แต่ก็มิใช่อุปสรรค กลับเพิ่มความมุ่งมั่นอันแรงกล้าของคุณแม่แบร์นาร์ดที่เล็งเห็นถึงอนาคตการศึกษา





เมษายน ชาวคณะอัครสุลินมาร่วมพิธีมิสซาแรกในบ้านแห่งใหม่ ต่อมาก็เปิดรับสมัครนักเรียน ครั้งแรกจะเปิดเพียงแผนกประถม แต่มีผู้ปกครองนำลูกสาวมาสมัครเรียนชั้นมัธยม จึงจำเป็นต้องเปิดสอนด้วย 16 เมษายน เปิดทำการสอน พฤษภาคมได้รับใบอนุญาตอย่างเป็นทางการให้โรงเรียนเปิดทำการสอนได้ มีนักเรียน 91 คน **ไม่มีใครไม่พบกับปัญหาในชีวิต** เดือนเมษายนเป็นช่วงที่ร้อนมาก ทำให้เหน็ดเหนื่อยในการสอน ชาวเชียงใหม่รู้สึกประทับใจความทุ่มเทของพวกซิสเตอร์ เกิดน้ำท่วมใหญ่ขึ้นอีก มีแต่ความทุกข์ร้อน ท่ามกลางสิ่งเลวร้ายกลับมีสิ่งดีงาม เมื่อคุณแม่แบร์นาร์ตได้รับรางวัล Prix Rodius ที่มอบแด่ชาวฝรั่งเศสที่ประกอบคุณงามความดี คุณแม่จึงนำเงินรางวัลนั้นมาจ่ายค่าดอกเบี้ยย

ค.ศ. 1932-1934

คณะราษฎรเปลี่ยนแปลงการปกครองเป็นระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขในวันที่ 24 มิถุนายน จุดประกายกระแสชาตินิยม ส่งผลกระทบต่อระบบการศึกษา เฉพาะอย่างยิ่งการศึกษาของชาวต่างชาติ มีการประกาศใช้กฎหมายการศึกษาภาคบังคับอย่างจริงจัง กฎกระทรวงบังคับให้ใช้ภาษาไทยในโรงเรียนอย่างน้อย 25 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ กระแสชาตินิยมรุนแรงมากขึ้น ทำให้นักบวชชาวต่างชาติได้รับความลำบาก “ลูขีน้อย” ซิสเตอร์มารีโยเซฟ ทรรทรานนท์ หรือซิสเตอร์บุญประจักษ์ ได้เข้าพิธีปฏิญาณตนชั่วคราว และเดินทางกลับมาสยาม



ค.ศ. 1935

การสละราชย์ของรัชกาลที่ 7 และการสืบราชบัลลังก์ของยุวกษัตริย์รัชกาลที่ 8 ซึ่งยังทรงศึกษาอยู่ที่ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ เป็นอีกการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ รัฐบาลประกาศให้เด็กทุกคนอายุระหว่าง 7-14 ปี ต้องศึกษาภาคบังคับในโรงเรียนรัฐบาลหรือในโรงเรียนของชาวต่างชาติที่มีการสอนภาษาไทยตามกำหนดอย่างเคร่งครัด ไม่ให้มีการสอนศาสนาในโรงเรียนคาทอลิก แต่โรงเรียนของคณะก็ประสบความสำเร็จ พระคุณเจ้าแบร์รอสได้บันทึกไว้ในรายงานประจำปีว่า โรงเรียนอัครสุลินทั้งสองแห่งได้รับการยกย่องอย่างกว้างขวาง

เมื่อครบวาระสองรอบของการดำรงตำแหน่งที่สยามของคุณแม่แบร์นาร์ด ท่านได้รับคำสั่งให้ย้ายไปประจำที่ประเทศจีน สร้างความตกใจแก่สมาชิก เพราะคุณแม่เป็นเสาหลักของโรงเรียนเรยีนาเชลีฯ และเป็นรากฐานของโรงเรียนมาแตร์เดอีฯ



ค.ศ. 1936

ปีแห่งการทดสอบจิตวิญญาณของนักบวชอัครสุลิน มีบางท่านต้องลาจากไป ด้วยปัญหาของสุขภาพกายใจ ไม่สามารถปรับตัวกับสภาพดินฟ้าอากาศและความโดดเดี่ยวได้ มาแตร์เดอีฯ ตกอยู่ในสภาวะการขาดผู้นำ ที่เรยีนาเชลีฯ ประสบกับการต่อต้านศาสนาคริสต์ นักเรียนลาออกไปเข้าโรงเรียนรัฐบาล การเจ็บป่วยของซิสเตอร์มีมากจนน่าเป็นห่วง ความเคร่งเครียดเหน็ดเหนื่อย ทำงานหนัก อากาศร้อน อาหารก็จำกัดจำเขี่ย งานรับผิดชอบหนักหนา เริ่มหวั่นไหวว่าโรงเรียนจะถูกบังคับให้ปิดตัวลง การขยายงานออกมา ทำให้บ้านทั้งสองแห่งตกอยู่ในภาวะหนี้สินล้นพ้นตัว

ค.ศ. 1937-1938

อหิวาตกโรคระบาด เศรษฐกิจย่ำแย่ มีฤดูร้อนอันแห้งแล้ง ในขณะที่สมาชิกที่โรงเรียนมาแตร์เดอีฯ ซึ่งขาดอธิการินีขึ้นมาระยะหนึ่ง ตกอยู่ในสภาพย่ำแย่ลงเรื่อยๆ ปัญหาการเงิน ปัญหาดนทำงานไม่พอ ปัญหาสุขภาพของสมาชิก คำสั่งเคร่งครัดจากกระทรวงศึกษาธิการ



การสอนที่โรงเรียนมาแตร์เดอีฯ จึงสูญเสียชีวิตารมณีย์ พระคุณเจ้าแปร์รอสพยายามช่วยเหลือและแก้ปัญหาต่างๆ ที่เรยีนาเซลิฯ การเงินยังน่ากังวล มาตรฐานครู เงินเดือนครู และการรักษา มาตรฐานของโรงเรียนยังเป็นปัญหาไม่รู้จะแก้ไขกันเช่นไร หรือนี้ จะถึงกาลอวสานของการแพร่ธรรมในสยามเสียแล้ว

ค.ศ. 1939

จอมพล ป. พิบูลสงคราม เปลี่ยนชื่อประเทศจากสยามเป็นประเทศไทย กระแสชาตินิยมพัดใหม่ทั่วประเทศ ในขณะที่สงครามในยุโรปเริ่มปะทุขึ้น ชิสเตอร์ที่มาจากประเทศต่างๆ ในยุโรปปรับทราบข่าวนี้ด้วยความหวาดกลัว โรงเรียนที่วัดกาลหว่าร์ก็สามารถทำตามที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนดได้ แม้จะยากลำบากในการจัดสอนคำสอน ความรู้สึกชาตินิยมที่ต้องการขจัดชาวจีนและวัฒนธรรมของจีนรุนแรงมากขึ้น



มาแตร์เดอีฯ เปิดแผนกบูรณศึกษา หรือ Finishing Course หลักสูตรนี้ใช้เวลา 3 ปี เป็นวิชาว่าด้วยการเป็นกุลสตรีอย่างครบครัน สอนภาษาสันสกฤตซึ่งเปิดสอนเพียงแห่งเดียวในสยาม สอนศิลปะ คหกรรม และการวางตัวในวงสังคม กระทรวงศึกษาธิการอนุมัติให้เปิดทำการสอนได้ ที่เรยีนาเซลิฯ โรงเรียนประสพภาวะน้ำท่วมหนักหนาที่สุด

ปรับ = ห่างไกล โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง คือโรคที่ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรค ไม่สามารถแพร่กระจายเชื้อได้ แต่เกิดจากพฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตได้แก่...

- โรคเบาหวาน
- โรคอ้วน
- โรคมะเร็ง
- โรคตับแข็ง
- โรคสมองเสื่อม
- โรคความดันสูง
- โรคหัวใจ
- โรคทางเดินหายใจ
- โรคไตเรื้อรัง

เคล็ดลับการปรับพฤติกรรม

1. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เช่น การเดิน 30 นาที ต่อวัน
2. งดการดื่มแอลกอฮอล์ งดสูบบุหรี่
3. พักผ่อนให้เพียงพอ
4. ทำจิตใจให้ผ่อนคลาย
5. เน้นการรับประทานผัก และผลไม้ของปรุงสุก งดของปิ้งย่าง อาหารมัน ของสุกๆดิบๆ อาหารที่รสเค็มจัด หรือหวานจัด
6. ตรวจสุขภาพประจำปีสม่ำเสมอ
7. ไม่ซื้อขายรับประทานเอง



100 ปี

คณะออร์สุลินในประเทศไทย

ค.ศ.1924 - ค.ศ.2024

วันวรมันผ่าน นานเพียรบ่มเพาะ
เชื่อมั่นศุภเคราะห์ แกร่งกล้าเกริกไกร

ก่อเกิดกำเนิด ชูเชิดศึกษา
เสริมส่งปัญญา ออร์สุลินไทย

ค.ศ.1924 ถึง ค.ศ.1928
พ.ศ.2467 ถึง พ.ศ.2471

ค.ศ.1928 ถึง ค.ศ.1964
พ.ศ.2471 ถึง พ.ศ.2507



ริเริ่มบรรพเจ็ด เทิดพระศาสนจักร
โอบเอื้อเพื่อรัก มุกเบิกเพื่องาน

สืบสานทั่วทิศ จิตมุ่งอภิบาล
รับใช้ประสาน ขจรท่าจาย

ค.ศ.1964 ถึง ค.ศ.1993
พ.ศ.2507 ถึง พ.ศ.2536

ค.ศ.1993 ถึง ค.ศ.2024
พ.ศ.2536 ถึง พ.ศ.2567



๑๐๐ หนึ่งร้อย ปี ครบถ้วน ณ ๑๑๐๓ จามรีใช้พิถีพิถัน

ค.ศ. 1940-1942

ซิสเตอร์ชาวยุโรปที่สยามเริ่มหวั่นไหวกับข่าวสงคราม การติดต่อกันทางจดหมายทำได้ยากยิ่งขึ้น มีความพยายามระดับประคองโรงเรียนทั้งสองแห่งให้ดำเนินต่อไป และแล้วประเทศไทยก็เริ่มเข้าสู่สงคราม เกิดกระแสเกลียดชังชาวคาทอลิก จากความขัดแย้งเรื่องดินแดนลามไปถึงครูและนักเรียนในโรงเรียน จึงจำเป็นต้องโอนทรัพย์สินไปเป็นของซิสเตอร์คนไทย คือ ซิสเตอร์บุญประจักษ์ ทรรทรานนท์ และซิสเตอร์แอนเจลา เดอ นอเทรอดาม ต้น บิดาของซิสเตอร์บุญประจักษ์เป็นคนจัดการให้



ชาวฝรั่งเศสทุกคนต้องเข้ารายงานตัวกับรัฐบาลไทย และที่เชียงใหม่มีคำสั่งด่วนให้ชาวฝรั่งเศสออกนอกประเทศทันที การขับไล่ชาวฝรั่งเศสดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง ซิสเตอร์ชาวฝรั่งเศสจากไปด้วยใจจำยอม ต่อมาสหรัฐอเมริกาสั่งให้ชาวอเมริกันในประเทศไทยเดินทางออกนอกประเทศ แต่ซิสเตอร์ชาวอเมริกันต้องการอยู่ในประเทศไทยต่อไปแม้จะรู้ว่าอันตราย เมื่อมีการเจรจาสันติภาพเกิดขึ้นชั่วคราวที่ยุโรป ซิสเตอร์ชาวฝรั่งเศสจึงเดินทางกลับประเทศไทย

ญี่ปุ่นก็ประกาศสงครามกับสหรัฐอเมริกาและอังกฤษ กองทัพญี่ปุ่นขอเคลื่อนทัพผ่านประเทศ มาตั้งค่ายที่สวนลุมพินี มีทหารญี่ปุ่นจำนวนหนึ่งที่โรงเรียนเพื่อยึดโรงเรียนมาแต่ร์เดอีย ขับไล่ให้คณะซิสเตอร์ออกจากพื้นที่ภายในสามชั่วโมง คุณแม่ราฟาแอลคัดค้านอย่างกล้าหาญ เพราะไม่มีหนังสืออนุมัติจากเอกอัครราชทูตญี่ปุ่น

ซิสเตอร์ทั้ง 7 ท่านที่เชียงใหม่ ต้องเดินทางไปประเทศพม่า ทั้งหมดพร้อมสัมภาระออกเดินทางโดยรถไฟอย่างทุลักทุเล แต่...สายไปเสียแล้ว ชายแดนพม่าปิด ทุกคนยืนงง ก่อนตัดสินใจเดินทางกลับไปเชียงใหม่ด้วยรถไฟ แม้จะเป็นการจากไปไม่กี่วัน แต่พระเจ้าช่วย!!! ข้าวของอาหาร ถูกค้นและย้ายไปจนหมดสิ้น ทั้งเหนื่อยทั้งหิว ห่อเหี่ยวใจยิ่งนัก แต่ก็ต้องยืนหยัดสู้ต่อไป ทหารญี่ปุ่นเข้ายึดพื้นที่จนได้ พร้อมทั้งจับซิสเตอร์ผู้มีสัญชาติที่เกี่ยวข้องกับสงคราม 5 ท่าน กักบริเวณ โรงเรียนยังคงเปิดทำการสอนต่อไปด้วยซิสเตอร์เพียง 2 ท่าน มีคำสั่งให้อพยพซิสเตอร์สัญชาติศัตรูของญี่ปุ่นลงไปกักกันที่กรุงเทพฯ ชาวต่างชาติถูกส่งไปค่ายกักกันในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ส่วนซิสเตอร์ทั้งห้าถูกส่งไปกักตัวที่โรงเรียนมาแต่ร์เดอีย นี่เป็นการเจรจาอย่างมีชั้นเชิงของคุณแม่ราฟาแอล

ค.ศ. 1943



เครื่องเตือนภัยระเบิด

ซิสเตอร์บุญประจักษ์ได้รับปริญญาตรี จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทำให้ท่านสามารถดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการโรงเรียนได้ สงครามไม่มีความปรานีกำลังขยายไปทั่วโลก ซิสเตอร์ชาวต่างชาติขาดการติดต่อกับครอบครัว กระทรวงศึกษาธิการสั่งให้ทุกโรงเรียนปิดอย่างกะทันหัน มีการทิ้งระเบิดทั้งกรุงเทพฯ และเชียงใหม่ ไทยตกอยู่ในภาวะสงคราม ก่อนวันฉลองนักบุญอัญญาลา กรุงเทพฯ ถูกโจมตีทางอากาศอย่างหนัก กลางวันซิสเตอร์ต้องสอนหนังสือและทำงานต่างๆ กลางคืนต้องแออัดอยู่ในหลุมหลบภัยที่มีอากาศเพียงน้อยนิด การทิ้งระเบิดทำให้อาคารไม้ของโรงเรียนตกอยู่ในอันตราย กรุงเทพฯ เริ่มไม่ปลอดภัย ระเบิดลงที่ท่าเรือ

และโรงปูน สิ้นสะเทือนมาถึงอาคารของโรงเรียน ซิสเตอร์ไม่อาจทำอะไรได้ นอกจากสวดสายประคำตลอดคืนในวัดน้อย ทางภาคเหนือยิ่งยากลำบาก มีคำสั่งให้ชาวต่างชาติทั้งหมดออกไปจากภาคเหนือ คุณแม่ราฟาเอล ผู้เก่งด้านการเจรจาเดินทางขึ้นไปเชียงใหม่ ขอทางการให้ซิสเตอร์ชาวต่างชาติอยู่ในประเทศไทย และได้รับอนุมัติให้อยู่ต่อไปได้อีกหนึ่งปี

ค.ศ. 1944 ปีแห่งความยากลำบาก

โรงเรียนไม่อาจเปิดสอนได้ตามปกติ คุณแม่ราฟาเอลจึงตัดสินใจย้ายไปเปิดทำการสอนชั่วคราวที่หัวหิน หมู่บ้านประมงเล็กๆ ที่เหล่าซิสเตอร์เคยไปพักผ่อน เช้าบังกะโลเปิดเป็น “มาแตร์เดอีฯ-หัวหิน” โดยมีซิสเตอร์บุญประจักษ์เดินทางล่วงหน้าไปเตรียมสถานที่



วันอันตรายมาถึง ไม่มีเสียงเตือนใดๆ ระเบิดถูกทิ้งอย่างต่อเนื่อง ชิสเตอร์และเด็กประจำวังหลบภัยกันอลหม่าน คุณแม่ราฟาเอลรีบนำศิลมหาสนิทเข้าไปที่หลบภัย ระเบิดลงข้างอาคารแผนกบูรณศึกษา มีชิสเตอร์กระเด็นไปตามแรงระเบิด คุณแม่จับเชิงฐานรัศมีสีไว้แน่น ระเบิดดังกึกก้องอยู่รอบๆ จนถึงบ่ายสองโมงจึงสงบ เย็นวันนั้นไม่มีอะไรรับประทาน โชคดีที่ผู้ปกครองของนักเรียนนำอาหารมาให้ วันรุ่งขึ้นผู้คนต่างพากันมาช่วยเหลือ ทั่วทั้งกรุงเทพฯ ได้รับความเสียหาย ชิสเตอร์ต่างเตรียมเคลื่อนย้ายไปหัวหิน

มาแต่ร์เดอีฯ ณ หัวหิน: อื้ออึงด้วยเสียงของเด็กๆ มีเด็กประจำ 50 คน และนักเรียนไปกลับ 150 คน ส่วนหนึ่งมาจากกรุงเทพฯ การซ่อมแซมอาคารมาแต่ร์เดอีฯ ที่เสียหายนั้นทำได้ยาก เพราะวัสดุส่วนใหญ่นำไปซ่อมสถานที่ราชการหมด จึงไม่มีทางจะเปิดโรงเรียนที่กรุงเทพฯ ได้ แต่หากปิดตายไว้ก็เกรงว่าทหารญี่ปุ่นจะมายึดครอง ต่อมามีการขออนุญาตให้ย้ายชิสเตอร์ที่ถูกกักบริเวณที่โรงเรียนมาแต่ร์เดอีฯ ไปยังหัวหินด้วย ชีวิตที่หัวหินเป็นไปอย่างเรียบง่าย ท่ามกลางความห่วงกังวลโรงเรียนมาแต่ร์เดอีฯ ที่กรุงเทพฯ และการขาดหายไปของข่าวคราวจากโรงเรียนเรยีนาเชลีฯ เชียงใหม่



ดีกริมคลอง

คุณแม่ราฟาเอลได้รับข่าวว่าญี่ปุ่นจะมายึดโรงเรียนมาแต่ร์เดอีฯ จึงรีบขึ้นรถไฟที่เพชรบุรี พร้อมกับชิสเตอร์บุญประจักษ์ เมื่อมาถึงทั้งสองต้องตกตะลึง เพราะพระคุณเจ้าแปร์รอสได้ยกโรงเรียนให้ญี่ปุ่นแล้ว โดยที่ไม่รู้ล่วงหน้าเลย จริงๆ แล้วพระคุณเจ้าเขียนโทรเลขเพื่อแจ้งข่าว แต่ไปไม่ถึง เพราะการติดต่อถูกตัดขาด เหตุที่พระคุณเจ้าต้องกระทำเช่นนี้ ก็เพื่อรักษาสำนักมิสซังซึ่งเป็นหัวใจในการบริหารไว้ โรงเรียนมาแต่ร์เดอีฯ จึงจำเป็นต้องเสียดสละเพื่อส่วนรวม



แม่ราฟาแอล

คุณแม่ราฟาแอลขอเจรจาเพื่อทำสัญญาเช่า โดยคิดค่าเช่า 7,000 บาทเป็นเวลา 6 เดือน เมื่อเอกสารสัญญาเรียบร้อย ทหารญี่ปุ่นก็เข้ามาประจำการ ทหารญี่ปุ่นเข้าใจความสำคัญของสิ่งของศักดิ์สิทธิ์ และสัญญาว่าจะไม่เข้าไปใช้วัดน้อย สูดยอดนักเจรจา คุณแม่ราฟาแอลพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาส การเสียสละเพื่อสำนักมิสซังจึงใช้เป็นข้อต่อรองหักหนี้สินที่มีกับสำนักมิสซัง เวลาผ่านไปหลายปี สงครามในยุโรปกำลังสิ้นสุดลง และมีข่าวว่าญี่ปุ่นยอมแพ้โดยไม่มีเงื่อนไข ฮิโรชิมาถูกทิ้งระเบิดปรมาณูพินาศย่อยยับ สันติสุขคืนกลับมา มีทหารญี่ปุ่นมาขอพักที่หัวหิน 2-3 วัน แม้สงครามสงบลง แต่ทหารญี่ปุ่นนำสงสาร ชิสเตอร์จึงเชิญมาดื่มน้ำชาด้วยกัน...

เมื่อสงครามสงบลง ทหารญี่ปุ่นเตรียมย้ายออกจากโรงเรียน แต่โรงเรียนที่หัวหินจะเปิดสอนจนจบปีการศึกษา ทหารญี่ปุ่นจ่ายค่าเช่าเต็มจำนวน คืนกุญแจก่อนย้ายออกไป ทหารญี่ปุ่นดูแลทรัพย์สินเป็นอย่างดี เถมาทำความสะอาดให้ด้วย ทิ้งข้าวสารไว้ให้หลายกระสอบและไม้กองหนึ่งที่เป็นประโยชน์ในการซ่อมแซม เงินค่าเช่าที่ทหารญี่ปุ่นจ่ายนั้นนำไปชำระหนี้สำนักมิสซังจนครบ

ทางเหนือมากเท่าไร มีคนบาดเจ็บล้มตายเป็นจำนวนมาก ชิสเตอร์ต้องช่วยกันประดับประดาโรงเรียนให้อยู่รอด มีผู้บาดเจ็บ คนยากจนหลังไหลเข้ามา ความยากลำบากแผ่ขยายไปทั่ว นักเรียนลดลง รายได้ลดลง โรงเรียนปิดบ่อย ชิสเตอร์ทำสวนผักเล็กๆ เพื่อเอาไว้ทำอาหาร ผู้ปกครองนักเรียนนำข้าวสาร ผลไม้ ไข่ และเนื้อสัตว์มาให้ ชีวิตไม่พุ่มเฟิยแต่พอเพียง ไข้หรือไม่เป็นเพราะความเสียสละ ความกล้าหาญ ความอดทน ความฉลาด ความเป็นนักสู้ของชิสเตอร์ทั้งหลายในช่วงสงคราม ทำให้เรามีวันนี้



มาแตร์หลังสงครามสงบ

ค.ศ. 1945

เดือนตุลาคม โรงเรียนมาแตร์เดอีวิทยาลัยเปิดทำการสอนอีกครั้งหลังสงครามสงบลง มีซิสเตอร์ 21 ท่านในประเทศไทย มีชาวไทย 2 ท่าน คือ ซิสเตอร์บุญประจักษ์ ทรรทรานนท์ และซิสเตอร์แอนเจลา เดอ นอเทรอดาม ต้น ที่โรงเรียนเรยีนาเชลีฯ ไม่ได้รับความเสียหาย เหมือนที่โรงเรียนมาแตร์เดอีฯ แต่บรรยากาศดูจะยังไม่ค่อยเป็นมิตรมากนัก

ค.ศ. 1946-1954 อรุณรุ่งแห่งการศึกษาอัครสูลินได้เริ่มขึ้นอีกครั้ง

ฟ้าหลังฝนย่อมงดงามเสมอ เมื่อโรงเรียนทั้งสองแห่ง และโรงเรียนที่กาลหวาร์ เข้าสู่สภาวะปกติ การแบ่งหน้าที่ตามความสามารถของแต่ละคนดูเหมือนจะลงตัวมากขึ้น งานการศึกษาพัฒนาไปพร้อมกับความเจริญก้าวหน้าของสังคมไทย มีการนำจิตตารมณ์ SERVIAM มาปลูกฝังให้เด็ก ๆ รู้จักการรับใช้สังคม และได้ออกดอกผล ทำให้การศึกษาอัครสูลินได้รับความนิยมอย่างกว้างขวาง ซิสเตอร์บุญประจักษ์ ผู้มีบทบาทสำคัญในการสอนที่โรงเรียนมาแตร์เดอีฯ ถูกขอให้ไปช่วยงานที่โรงเรียนเรยีนาเชลีฯ เพื่อให้กระทรวงศึกษาธิการรับรองวิทยฐานะ ซิสเตอร์บุญประจักษ์ได้รับการแต่งตั้งเป็นครูใหญ่และผู้จัดการ และรับหน้าที่เป็นอธิการินีที่โรงเรียนเรยีนาเชลีฯ ในเวลาต่อมา ส่วนที่กาลหวาร์เปิดสอนอย่างเป็นทางการตามที่ได้รับใบอนุญาต และเปลี่ยนชื่อเป็น “โรงเรียนกุหลาบวัฒนา”

ค.ศ. 1955

มหาธิการินีเห็นความก้าวหน้าของโรงเรียนมาแตร์ เดอีฯ และโรงเรียนเรยีนาเชลีฯ ได้มอบหมายให้ซิสเตอร์ บุญประจักษ์ไปเจรจาซื้อโรงเรียนพระแม่ฟาติมา ที่ตรอกจันทน์ จากคณะสงฆ์มิสซังปารีส ตกลงขายให้ โดยอัครสุลินของพ่อ่นชำระเป็นเวลา 15 ปี การตัดสินใจเปิดโรงเรียนและบ้านคณะแห่งนี้ ทำให้อัครสุลินไทยได้ยกระดับเป็นภาคในสหภาพโรมันและขึ้นตรงต่อศูนย์กลางที่กรุงโรม ซิสเตอร์บุญประจักษ์ ทรรทรานนท์ ได้รับการแต่งตั้งเป็นเจ้าคณะภาคคนแรกของอัครสุลินภาคไทย และเป็นคนไทยคนแรกที่ได้รับหน้าที่นี้

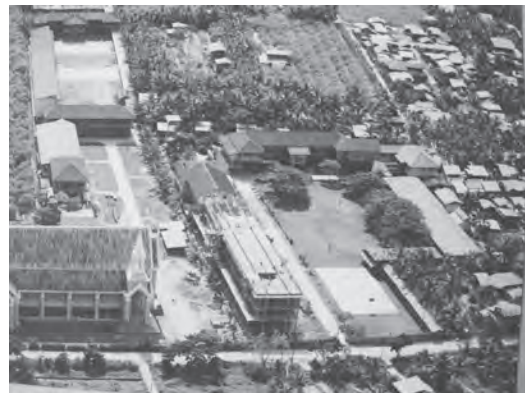
คณะอัครสุลินเปลี่ยนชื่อโรงเรียนพระแม่ฟาติมาเป็น Regina Mundi อันเป็นพระนามที่พระสันตะปาปาปิโอที่ 2 ทรงเพ็งถวายแม่พระ แต่เนื่องจากกระทรวงศึกษาธิการในเวลานั้น ไม่อนุญาตให้ใช้ชื่อโรงเรียนเป็นภาษาต่างประเทศ จึงต้องแปลชื่อจากภาษาละตินเป็นภาษาไทยว่า “วาสูเทวี”



แม่เชเวียร์กับซิสเตอร์บุญประจักษ์ที่วาสู



ซิสเตอร์นั่งรถสองแถวที่วาสู



โรงเรียนวาสูมุ่มสูง

ตรอกจันทน์ในเวลานั้นพื้นที่ส่วนใหญ่เป็นสวนผลไม้ ถนนหนทางเป็นเพียงตรอกเล็ก ๆ เป็นถนนลูกรัง รถที่พาคณะซิสเตอร์เดินทางไปตกหลุมตักบ่อสะเทือนไปทั้งคัน ซิสเตอร์ต้องประคองพระรูปแม่พระที่อุ้มมาด้วยไว้ให้มั่นเพื่อไม่ให้ตกแตก “ที่ใดมีกางเขน จะพบองค์พระคริสตเจ้า”... โรงเรียนใหม่ของอัครสุลินจะไม่เพียงให้การศึกษาแก่เยาวชน แต่จะเข้าไป “รับใช้” ชุมชนด้วยความรัก ภารกิจอันท้าทายนี้จะเกิดขึ้นด้วยหัวใจอันมุ่งมั่น และศรัทธาอันแรงกล้า



บ้านเพชรสำราญ

เดือนพฤศจิกายน เจ้าของ “บ้านเพชรสำราญ” อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ เสนอขายบ้านและที่ดินให้คณะอัครสุลิน ชิสเตอร์บุญประจักษ์ตัดสินใจซื้อไว้เพื่อให้เป็น “บ้านเข้าเงียบ” และเป็นสถานที่พักผ่อนสำหรับคณะชิสเตอร์ รวมทั้งใช้เป็นบ้านค่ายของนักเรียนโรงเรียนอัครสุลินทุกแห่งในเวลาต่อมา ปัจจุบัน บ้านเพชรสำราญได้เปิดกว้างให้เป็นบ้านพักสำหรับบุคคลทั่วไปจัดกิจกรรมด้านการศึกษาและศาสนาอีกด้วย

วาระที่สาม

ริเริ่มบรเรจิก

เกิดพระศาสนจักร

โอบเอื้อเพื่อรัก

บุกเบิกเพื่อนาน

ค.ศ. 1964-1993

เมื่อภารกิจด้านการศึกษาดำเนินไปได้ด้วยดี ระบบการศึกษาไทยเข้าสู่ระบบมาตรฐาน ตามกฎกระทรวงมากขึ้น จนทำให้คณะชิสเตอร์ที่บริหารโรงเรียน ไม่มีเวลาการสวดภาวนา ไตร่ตรองชีวิตภายใน จึงถ่ายโอนงานด้านการศึกษาให้กับศิษย์เก่าเข้ามาดำเนินการแทน ขณะเดียวกันในสังคมก็ยังต้องการความช่วยเหลือด้านอื่น ๆ อีกมากมาย จึงถึงเวลาที่ภารกิจแห่งการรับใช้ จะแผ่ขยายให้กว้างไกลออกไป

ค.ศ. 1965

“สังคายนาวาติกันครั้งที่ 2” ทำให้บทบาทและวิธีการดำเนินงานของมิชชันนารีคาทอลิก ได้รับการปรับปรุงที่ละเล็กละน้อย เพื่อให้ชีวิตนักบวชอยู่ร่วมกับวัฒนธรรมและสังคมในท้องถิ่น คณะอัครสุลินไทยได้เปลี่ยนแบบเครื่องแต่งกายนักบวชจากของเดิมที่ดู “ขลังและศักดิ์สิทธิ์” ให้มีความเรียบง่ายตามสภาพอากาศของเมืองไทย แม้กระทั่งสรพนามก็เปลี่ยนจาก “มาแมร์” เป็น “ชิสเตอร์”



คณะร่วมกับนักบวชหญิงจากคณะต่างๆ เปิด “ศูนย์ศาสนศาสตร์” หรือศูนย์คำสอนครั้งแรกเปิดสอนที่โรงเรียนมาแตร์เดอีฯ เพื่อผลิตครูสอนคำสอนที่มีคุณภาพ ต่อมาจึงส่งมอบให้สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย เป็นผู้ดำเนินงานต่อ ซึ่งปัจจุบันคือ “ศูนย์อบรมคริสตศาสนธรรมระดับชาติ” หรือศูนย์ซีซีซี (NCC: National Catechetical Center) อยู่ที่อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

ค.ศ. 1968

ทศวรรษที่ 60 ช่วงเวลาที่หนุ่มสาวมีบทบาทมากขึ้น เกิดแนวคิดสตรีนิยมหรือเฟมินิสต์ มีการเรียกร้องและต่อสู้เพื่อสิทธิและความเท่าเทียมของสตรี นักบวชหญิงก็เพิ่มจำนวนมากขึ้น “ศูนย์นักบวชหญิง” จึงก่อตั้งขึ้นโดยคณะอัครสุลินมีส่วนร่วม ด้วยจุดประสงค์ที่จะให้นักบวชหญิงได้แลกเปลี่ยนแบ่งปันความรู้และดูแลกันเอง ปัจจุบัน ศูนย์นักบวชหญิงตั้งอยู่ที่อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม



ค.ศ. 1970

ระหว่างที่แม่บ้านมาฝึกอบรมที่ศูนย์ถักทอ มักมีเด็กเล็กติดตามมาด้วยและมีรายได้น้อยไม่อาจส่งลูกเข้าโรงเรียนอนุบาลได้ คณะซิสเตอร์เห็นว่าเด็กควรได้รับการเลี้ยงดูและอบรมให้มีพัฒนาการอย่างถูกต้องเพื่ออนาคตที่ดี จึงเปิด “ศูนย์กลางเทวี” เพื่อช่วยดูแลเด็กก่อนวัย ที่นี้กลายเป็นสถานที่ฝึกงานบริการสังคมของนักเรียนวาสูเทวี ศูนย์กลางเทวีรับใช้ชุมชนวัดไผ่เงิน

ซึ่งขณะนั้นขาดความเจริญทั้งด้านอุปโภค และสาธารณูปโภค ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และดำเนินงานอย่างต่อเนื่องมาถึง 50 ปี จึง ปิดตัวลง



ค.ศ. 1974

คณะได้เริ่มงานอภิบาลที่วัดแม่พระ นิจจานุเคราะห์ ทุ่งเขาหลวง อำเภोजอมบึง จังหวัดราชบุรี ซึ่งเป็นกลุ่มคริสตชนใหม่ของ สังฆมณฑลราชบุรี มีการสอนคำสอน ดูแลสุขภาพ ทุกข์ทั้งจิตใจและร่างกาย รวมถึงพัฒนาอาชีพ



พร้อมกันนั้นคณะเข้าดำเนินงาน “สถานเลี้ยงเด็กบ้านเทพ” ชุมชนสวนอ้อย คลองเตย ร่วมกับ คณะสงฆ์เยสุอิต อบรมทักษะภาษาอังกฤษและการพิมพ์ดีดให้แก่เยาวชน และให้นักเรียนมัธยม ของโรงเรียนมาแตร์เดอีฯ ไปปฏิบัติกิจกรรมสังคมสงเคราะห์ที่ศูนย์แห่งนี้ สถานรับเลี้ยงเด็กก่อนวัยเรียนบ้านเทพ บริหารงานโดยสมาคมนักเรียนเก่ามาแตร์เดอีวิทยาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์

ค.ศ. 1979



มีส่วนร่วมในโครงการ “หมู่บ้านซอนต้าพัฒนา” ศูนย์สังคมพัฒนา สังฆมณฑลราชบุรี ได้รวบรวมที่ดิน อำเภोजอมบึง มาจัดสรรและแจกจ่ายให้ผู้ที่ไม่มีที่ดินทำกิน ที่อพยพมาจากทั่วทุกภาค กลายเป็น “ชุมชนแห่งความเชื่อ” ที่มีผู้คนต่างอาชีพและต่างศาสนามาอาศัยอยู่ร่วมกัน เดิมทีบริเวณนี้แห้งแล้ง ไม่มีแหล่งน้ำ จนได้รับความช่วยเหลือและสนับสนุนจาก “สโมสรซอนต้ากรุงเทพฯ” อันเป็นที่มาของชื่อหมู่บ้าน ระยะเวลาทำการเพาะปลูกพืชไร่หลายชนิดแต่ได้ผลผลิตที่ไม่ดีนัก ที่สุดเปลี่ยนมาเลี้ยงโคนม สามารถผลิตน้ำนมได้อย่างมีระบบ ครบวงจร และมีคุณภาพ ในนาม “นมซอนต้า” โดยมุ่งขายนมสดให้โรงเรียนเป็นหลัก



ค.ศ. 1988

เปิดบ้าน “บ้านเบธานี” ในบริเวณโรงเรียนเรยีนาเชลีวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ เป็นบ้านพักสำหรับเยาวชนหญิงกลุ่มชาติพันธุ์ ผู้ต้องการศึกษาต่อและเรียนรู้ชีวิตในสังคมที่กว้างขึ้น ให้นักเรียนกลุ่มชาติพันธุ์เรียนการศึกษานอกโรงเรียน (กศน.) เด็ก ๆ มีความสุข และเรียนคำสอน เรียนเสริมวิชาการต่างๆ ที่โรงเรียนเรยีนาเชลีฯ พร้อมกับช่วยงานต่างๆ ในโรงเรียน ทำให้ได้เรียนรู้ทักษะชีวิตในหลากหลายด้าน และพัฒนาตนเองอย่างมีคุณภาพ จนถึงปัจจุบัน ที่นี้ดูแลเยาวชนหญิงกลุ่มชาติพันธุ์มาแล้วกว่า 500 คน

ค.ศ. 1992

คณะอัคร์สุลินเข้าดูแลและบริหารงาน “โรงเรียนศิริมาตย์เทวี” อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย ซึ่งเป็นของสังฆมณฑลเชียงใหม่ ชื่อโรงเรียนนั้น ชิสเตอร์บุญประจักษ์ ทรรทรานนท์ ตั้งชื่อ “MATER DEI” (มาแตร์เดอี) เป็นภาษาไทย จึงได้ชื่อ “ศิริมาตย์เทวี” มีความหมายว่า พระมารดาพระเจ้า คณะอัคร์สุลินดูแลศิริมาตย์เทวี ระหว่างปี ค.ศ. 1992-2007 เป็นเวลา 15 ปี ...เมื่อลำตันแข็งแรง รากแก้วมั่นคง ย่อมแตกกิ่งก้านสาขาแผ่ขยายออกไป นำความร่วมมือเข้ามาสู่ผู้ที่เข้ามาพักพิง งานของคณะอัคร์สุลินก็เป็นเช่นนั้น ที่เริ่มแผ่ขยายจากงานให้การศึกษากับเด็ก ๆ ออกมายังชุมชนคนที่ยังไม่มีโอกาสมากนัก เพื่อให้ความรักและความเมตตาโอบอุ้มคำจูนสังคมให้ร่วมมือเป็นสุขตลอดไป....



วาระที่สี่

สืบสานทั่วทิศ

จิตมุ่งอภิบาล

รับใช้ประสาน

ซารก่ากาย

ค.ศ. 1993-2024

การศึกษาอบรมคือพระพรพิเศษของคณะอัครสุลิน และเป็นช่องทางที่นำเมล็ดพันธุ์แห่งรักและรับใช้ ไปสู่ผู้คนและสังคมใหม่ๆ จากต้นหนึ่งสู่ต้นหนึ่ง ให้เป็นพื้นที่เขียวขจี เกิดความสงบสุขสันติ ร่วมกันเป็นชุมชนพี่น้องในตามแบบของอัครสุลิน



ค.ศ. 1993

เชียงคำ จังหวัดพะเยา เด็กหญิงในพื้นที่อยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อ “การค้ามนุษย์ (การตกเขียว)” ทางคณะฯ จึงให้การอบรมศึกษาแก่เด็กหญิง ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายของรัฐบาล ขณะนั้นที่ต้องการแก้ปัญหาด้วยการศึกษา คณะอัครสุลินไทยจึงเปิด “บ้านอัญชลา” ขึ้นในบริเวณพื้นที่วัดแม่พระปฏิสนธินิรมล เพื่อให้เยาวชนหญิงที่ต้องการเข้ามาเรียนต่อระดับมัธยมได้มีที่พักที่ปลอดภัย มีการฝึกอบรมเด็กหญิงให้รู้จักจัดระเบียบวินัยในชีวิต ทำงานบ้าน งานอาชีพ รู้จักดูแลตนเองทั้งร่างกาย จิตใจ และรักศักดิ์ศรี

ค.ศ. 2002

ภารกิจใหม่ของคณะอัครสุลินเกิดขึ้นอีกครั้ง เมื่อได้ร่วมงานกับองค์การเยสุอิตสงเคราะห์ผู้ลี้ภัย (JRS: Jesuit Refugee Service) ที่จังหวัดระนอง ผู้อพยพชาวเมียนมา (พม่า) งานของซิสเตอร์ไม่เพียงแค่อสอนหนังสือเด็กๆ ชาวเมียนมาผู้พลัดถิ่น ไร้สัญชาติ ให้ได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐาน และรู้ภาษาไทยเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการดูแลสุขภาพกายและจิตใจของทั้งเด็กและครอบครัว

ค.ศ. 2003

ครบรอบ 100 ปี แห่งการก่อตั้งสหภาพโรมันของคณะอัครสุลิน ใน ค.ศ. 2000 จึงเปิดโรงเรียนใหม่ครั้งแรกในรอบหลายสิบปี “โรงเรียนปิยะมัตย์” เป็นโรงเรียนคาทอลิกแห่งแรกในจังหวัดพะเยา เปิดโอกาสทางการศึกษาในท้องถิ่น “ปิยะมัตย์” แปลว่า มารดาผู้เป็นที่รัก ได้รับความรักและการสนับสนุนจากนักเรียนเก่าในนาม “ชมรมศิษย์อัครสุลิน” มีการจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อหาทุนสนับสนุนสวัสดิการให้คณะครูและเจ้าหน้าที่ ช่วยเหลือด้านอุปกรณ์การเรียนการสอน สมาชิกคณะอัครสุลินทั่วโลกที่ได้รับรู้ถึงโครงการนี้ ต่างร่วมสมทบทุนสร้างอาคารเรียนจนแล้วเสร็จ



ค.ศ. 2007

“บ้านสันติวนา” คือสถานที่พักผ่อนอันเงียบสงบอีกแห่งหนึ่งของคณะอัครสุลิน มีพื้นที่ประมาณ 30 ไร่ อยู่บน



ถนนสรงประภา เขตดอนเมือง กรุงเทพฯ เป็นสวนป่าธรรมชาติที่ยังคงความบริสุทธิ์ไว้ได้ท่ามกลางชุมชนเมือง บาทหลวงวิชัย โภคทวี คณะเยสุอิต ผู้ร่วมบุกเบิกพื้นที่ และคณะ ได้ใช้สันติวนาเป็นสถานที่จัดกิจกรรมฟื้นฟูจิตใจสำหรับครู เจ้าหน้าที่ของโรงเรียน และนักเรียน ปี ค.ศ. 2018 มูลนิธิศูนย์สื่อเพื่อการพัฒนา ได้ร่วมงานเพื่อรักษาและพัฒนาให้สันติวนาเป็นพื้นที่แห่งความยั่งยืน โดยใช้ชื่อว่า “ชุมชนนิเวศสันติวนา” ให้เป็นชุมชนตัวอย่างของการอนุรักษ์ความสมดุลทางระบบนิเวศ เป็นแหล่งเรียนรู้นอกห้องเรียน ในปี ค.ศ. 2023 ได้รับรางวัลเกียรติคุณ “Saint Francis of Assisi Award” ในฐานะผู้ดำเนินการพัฒนาที่ดินให้เป็นศูนย์การเรียนรู้เกษตรอินทรีย์ พลังงานทางเลือก และการอนุรักษ์ธรรมชาติ

ค.ศ. 2010

คณะอัครสุลินไทยเริ่มส่งมิชชันนารีออกแพร่ธรรมยังต่างประเทศ จากดาร์จีเปิดบ้านใหม่ที่ประเทศกัมพูชา คณะอัครสุลินภูมิภาคเอเชีย การเริ่มต้นในดินแดนที่ไม่รู้จักใครนั้นย่อมไม่ใช่เรื่องง่าย ภาษา วัฒนธรรม อาหาร และวิถีชีวิต ต้องเรียนรู้และปรับตัว ล้วนมาจากหัวใจของผู้แพร่ธรรม เริ่มเปิดศูนย์การเรียนรู้ Ursuline Learning Center ตามด้วยการเปิดโรงเรียนอนุบาล เพราะตระหนักดีว่า พื้นฐานการศึกษาที่ดี และการอบรมตามวิถีของอัครสุลิน จะช่วยสร้างจิตใจที่ดีและเข้มแข็ง เมล็ดพันธุ์จากอัครสุลินไทยได้หว่านลงในผืนดินกัมพูชา ได้หยั่งรากและผลิใบแล้ว



ค.ศ. 2013

งานอภิบาลและเผยแพร่ธรรมของคณะอัครสุลินไทยในหมู่บ้านต่างๆ ทางภาคเหนือ มีมาอย่างต่อเนื่อง ช่วยสอนคำสอนและออกเยี่ยมชาวบ้านตามหมู่บ้านต่างๆ ต่อมาคณะฯ จึงหาที่ดินเป็นของตนเองเพื่อความสะดวกในการทำงาน และเปิด “บ้านแมรี ออฟดิอินคาร์เนชัน” ที่หมู่บ้านกอบิดี อำเภอสบเมย จังหวัดแม่ฮ่องสอน เพื่อรองรับเยาวชนหญิงที่ต้องการศึกษาต่อ ให้การดูแลและอบรมการใช้ชีวิตแก่เยาวชนเหล่านี้



ค.ศ. 2024

“อัครสุลิน เวียดนาม” เดิมทีขึ้นอยู่กับภาคฝรั่งเศส/เบลเยียม/สเปน ทางคณะอัครสุลินที่กรุงโรมมีความคิดเห็นว่า เวียดนามอยู่ในทวีปเอเชีย และอยู่ใกล้ประเทศไทย จึงขอให้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของอัครสุลินภาคไทย มีการประกอบพิธีกรรมที่เมืองดองไน ประเทศเวียดนาม เพื่อรับซิสเตอร์อัครสุลิน 4 ท่านเข้าเป็นส่วนหนึ่งของอัครสุลินภาคไทย เมื่อวันที่ 24 กรกฎาคม....



การให้การอบรมศึกษาของคณะอัครสุลินไทยในแต่ละช่วงเวลาและสถานการณ์ ไม่อาจเป็นไปตามที่วาดหวังไว้ได้ทั้งหมด ต้องเรียนรู้ และปรับเปลี่ยนให้เหมาะสม ขอเพียงเชื่อมั่น ว่าทุกอย่างเป็นไปตามน้ำพระทัยของพระเจ้า...

100 ปี ของคณะอัครสุลินในประเทศไทย บทความสั้นๆ นี้มีอาจบันทึกทุกภารกิจได้อย่างไม่หมดจด หากแต่ว่าทุกคนที่ได้สัมผัส สัมพันธ์อัครสุลิน ย่อมจารจรจดความดีงามไว้ไม่มากนัก อาจจะเป็นเพียงเกร็ดเล็กๆ ที่ล่องลอยไป และตกลงในผืนดิน ก่อให้เกิดเป็นหน่ออ่อน และเติบโตขึ้นเป็นลำต้นที่แข็งแรง ได้ลมแรงแสงแดดเผา เพียงเท่านั้นก็คุ้มค่าแห่งการเสียสละพลีตนของมิชชันนารีอัครสุลิน และต้นไม้ใหญ่ที่มีวงปีที่ 100 นี้ก็ยังคงอยู่ เป็นที่พึ่งพิงของสรรพสิ่งต่อไปอย่างแข็งแกร่ง และพร้อมที่จะเป็นรากฐาน เพื่อให้เกิดเมล็ดพันธุ์ที่ดีต่อไปตราบนานเท่านานในความคุ้มครองขององค์พระผู้เป็นเจ้า...



“และพระองค์
จะไม่ทอดทิ้งคณะนี้
ตราบใดที่โลกใบนี้
ยังดำรงอยู่”

(พินัยกรรม - มรดกสุดท้าย: 7)

เขาว่า

เขาว่า อะไรต่อมิอะไรมากมาย จริงบ้าง ไม่จริงบ้าง เขาว่า มิได้เจาะจงว่าเป็นใคร ใครเป็นคนพูด และเรื่องที่พูดนั้น ส่วนใหญ่เป็นเรื่องไร้สาระ และมักจะเป็นเรื่องไม่ดีแทบทั้งนั้น ต่ำว่า นินทา คนนี้ คนนั้น ยุแหย่ให้คนทะเลาะ ต่อยตีกัน เป็นส่วนใหญ่

เขาว่า เรื่องดีๆ มีประโยชน์ แทบจะไม่มีเลยก็ว่าได้ มีคำพังเพยว่า “เขาว่าให้อา 5 ทหาร” ซึ่งหมายความว่า อย่าไปเชื่อเลย

เขาว่าอย่างนี้ เขาว่าอย่างนั้น ส่วนใหญ่เป็นเรื่องยุให้คนแตกแยกกัน ทะเลาะกัน ตีกัน แทบทั้งนั้น คนที่ชอบพูดว่า เขาว่าอย่างนี้ เขาว่าอย่างนั้น ก็มักจะเป็นคนพูดเองนั่นแหละ ยุแหย่ให้คนทะเลาะกัน ตีกัน แทบทั้งนั้น

เขาว่า เรื่องดี ๆ มีประโยชน์ สร้างสรรค์ ส่งเสริมให้คนทำดี แทบจะไม่มีใครพูดเสียด้วย จงระวังให้ดี คนที่ชอบพูดว่า “เขาว่าอย่างนี้ อย่างนั้น” มักจะเป็นเรื่องไม่ดี ขอบติจิน นินทา ว่าร้าย ใส่ความ คนอื่นแทบทั้งนั้น

ใครที่ชอบพูดว่า เขาว่าอย่างนี้ อย่างนั้น มักจะเป็นคนพูดเองนั่นแหละ จงระวัง คนประเภทนี้ให้ดีๆ อย่าหลงให้เขาชักจูงเราไปในเรื่องไม่ดีแทบทั้งนั้น

ตัวท่านเอง จงระวังอย่าเป็นคนชอบพูดว่า “เขาว่า” บ่อยๆ นะ มันทำให้ท่านนิสัยเสีย หรือเป็นคนไม่ดีไป โดยไม่รู้ตัว

ฉะนั้น ใครจะพูด จะว่าอะไร อย่างไร ก็อ้างชื่อคนคนนั้นๆ ไปเลย จงระวังให้ดีด้วย เมื่อเอาชื่อคนนี้ คนนั้น ไปอ้าง ต้องเป็นเรื่องจริงๆ ดีๆ ด้วยนะ มิฉะนั้น ท่านจะต้องเดือดร้อน นะครับ

พระเยซูเจ้าสอนเราไว้ว่า “ท่านจงพูดเพียงว่า ‘ใช่’ หรือ ‘ไม่ใช่’ คำพูดที่มากไปกว่านั้น มาจากมารร้าย” (มธ 5:37)

การพูดจาเป็นเรื่องสำคัญ มันบ่งบอกถึงนิสัย หรือสันดานของคนพูดได้ดีทีเดียว ฉะนั้น จงพูดจาสุภาพ อ่อนหวาน นุ่มนวล เราจะได้เป็นที่รัก เคารพ นับถือ สำหรับทุกคน ตลอดไปด้วย **✠**

กว่าจะเป็นนักบุญ



นักบุญเทเรซา แห่งอาวีลา พรหมจารีและนักปราชญ์ (St. Theresa of Avila)

ฉลองวันที่ 15 ตุลาคม

เทเรซา เกิดที่เมืองอาวีลา จากตระกูลผู้ดีที่ร่ำรวยของประเทศสเปน ตั้งแต่เด็กแล้วได้มีวิแววให้เห็นความโน้มเอียงไปสู่ชีวิตการเพ่งฉาน เธอเป็นคนที่ชอบอ่านบทเขียนของบรรดาปิตาจารย์ และเพราะได้อ่านบทเขียนของนักบุญเยโรมด้วย เธอจึงได้มีกระแสเรียกให้เข้าเป็นนักบวช และในปี 1533 ได้เข้าอารามคาร์แมล ซึ่งขณะนั้นระเบียบวินัยของคณะรู้สึกไม่เข้มงวดเท่าที่ควร ในขั้นแรกเธอก็ปฏิบัติเหมือนนักบวชคนอื่นๆ แล้วจึงค่อยๆ เริ่มลงมือปฏิรูปครั้งใหญ่โดยมีนักบุญยอห์นแห่งไม้กางเขนเป็นผู้ช่วยเหลือสนับสนุน

เทเรซาได้ถือปฏิบัติพระวินัยอย่างเคร่งครัดที่สุด แม้ว่าเธอจะมามีภารกิจหน้าที่ที่จะปฏิรูปและสร้างอารามแห่งใหม่ด้วย และแม้จะมีความยากลำบากต่างๆ นานาประการที่เธอต้องเผชิญก็ตาม ถึงกระนั้นเธอก็มีความกล้าหาญและมุ่งมั่นจนบรรลุถึงความสำเร็จ และได้บรรลุถึงชีวิตการเพ่งฉานขั้นสูงสุดด้วย เธอได้เขียนหนังสือหลายเล่ม ซึ่งให้คำสอนที่ลึกซึ้งอันเป็นผลจากชีวิตจิตของเธอเอง... เธอได้กล่าวว่าชีวิตบำเพ็ญตบะของคริสตชนคือการตอบสนองต่อพระจิตเจ้า พระองค์ทรงทำงานในตัวเราแต่ละคนตั้งแต่เราได้รับศีลล้างบาป เพื่อที่จะช่วยบันดาลให้เราเข้าได้กับรูปแบบแห่งพระบุตรพระเจ้า

และถ้าหากเราจะพิจารณาดูท่านนักบุญเทเรซา จากทางด้านของมนุษย์ เธอก็เป็นสตรีที่เข้าใจคนอื่นได้ดี ร่าเริงแจ่มใส น่ารัก และมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น แต่ในขณะที่เดียวกันเธอเป็นหญิงที่แข็งแกร่ง ไม่ยอมแพ้ง่ายๆ และมีพรสวรรค์ในการจัดการกับเรื่องต่างๆ

เทเรซาสิ้นใจในคืนวันที่ 4 ตุลาคม 1582 พระเยซูเจ้าได้ประจักษ์มาให้เธอเห็น พระองค์ทรงห้อมล้อมไปด้วยบรรดานักบุญอีกมากมาย เทเรซาได้ร้องขอต่อพระองค์ให้รับดวงวิญญาณของเธอไปด้วย ซึ่งเธอก็ได้รับสิ่งที่เธอปรารถนามาตลอดชีวิตของเธอจริงๆ ในคืนนั้นเอง ซึ่ง ณ ช่วงเวลานั้นเป็นปีที่สมเด็จพระสันตะปาปาเกรกอรี ที่ 13 ได้ทรงทำการแก้ไขปฏิทินใหม่ โดยให้วันรุ่งขึ้นเป็นวันที่ 15 ตุลาคม ดังนั้นการฉลอง หรือการระลึกถึงนักบุญเทเรซา แห่งอาวีลา จึงทำกันในวันที่ 15 ตุลาคม ตามปฏิทินใหม่ และจากคำสอนทางด้านชีวิตภายในอันลึกซึ้งของท่านนักบุญเทเรซา แห่งอาวีลา ทำให้สมเด็จพระสันตะปาปาเปาโล ที่ 6 ตัดสินพระทัยเห็นสมควรที่จะประกาศยกย่องท่านว่าเป็น “นักปราชญ์แห่งพระศาสนจักร” ในปี 1970 ^๕



ทำไมงานแพร่ธรรมสำคัญที่สุด

การที่พระบิดาเจ้าสวรรค์ “ส่ง” พระบุตรของพระองค์ลงมาบังเกิดเป็นมนุษย์ในโลกของเรา เพื่อเป็น “ข่าวดีแห่งความรอด” ด้วยชีวิตของพระองค์เอง ในฐานะทรงเป็นองค์พระผู้ไถ่ของมวลมนุษยชาติ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็ทรงสละราชสมบัติและบริวาร เพื่อเสด็จออกไปแสวงหาพระสัจธรรมหรือธรรมปฏิบัติ บำเพ็ญเพียรจนกว่าจะบรรลุ การตรัสรู้ ในพระอริยสัจ 4 เพื่อนำไปเทศน์สอนโปรดให้กับเหล่าเทวดา และสาธุชนมนุษยชาติทั้งหลาย

ต้นแบบการแพร่ธรรมเช่นนี้ ยังเป็นพันธกิจอันสำคัญสืบมา โดยการ “ส่งสาวกและสานุศิษย์เรื่อยมาจนถึงทุกวันนี้ และยังคงต้องถือว่าเป็นหน้าที่อันสำคัญที่สุด เพื่อสืบต่องานไถ่กู้แห่งความรอดของพระเยซูคริสตเจ้า ในสังคมโลกร่วมสมัยปัจจุบันของเรา”

แต่น่าเสียดายที่ดูเหมือนว่า เราจะไปเน้นเทศน์สอนบนธรรมมาสน์ และสาธยายบรรยายในห้องเรียน เป็นฐานองค์ความรู้หรือที่เรียกว่า เป็นงานด้าน “ศาสตร์” แต่กลับขาดด้าน “ศิลปะ” ที่จะนำมาประพฤติ ประยุกต์

ปฏิบัติให้เกิดประจักษ์มรรคผลอย่างอนง
อนันต์

อนึ่ง ยังส่งผลเสียหายไปถึงด้าน
“ศีลธรรม” ที่ทำให้เราถูกระทบจากกระแส
สังคมวัตถุ ซึ่งไม่อาจโต้กระแส แต่กลับตาม
กระแสเหล่านั้นมากกว่า

ด้วยเหตุนี้ จึงเป็นวาระที่จำเป็นเร่ง
ด่วนเพื่อการสานเสวนา และประสานความ
ร่วมมือของผู้ทุกฝ่าย เพื่อหาทางออกของ
ปัญหา และนำไปสู่สนามงานแพร่ธรรมในทั่ว
ทุกมุมโลกให้ทันท่วงที

ทั้งนี้ ไม่ว่าพี่น้องชาวพุทธหรือชาวคริสต์
เราจะได้ร่วมมือกันกอบกู้ รักษาสถานการณ์
ด้านชีวิตจิตใจ-จิตวิญญาณ ไว้เป็นฐานชีวิต
และสังคมที่ยั่งยืนถาวรต่อไป นี่จึงจะเป็นการ
สนองพระประสงค์ขององค์พระศาสดาของตน
อย่างแท้จริงมิใช่หรือ

ดังนั้น สมาชิกในศาสนา ไม่ว่าศาสนา
ไหน จึงควรร่วมมือร่วมใจกัน ในฐานะเป็น

ธรรมิกชน ญาติธรรมและธรรมทูต เพื่อการ
รณรงค์ส่งเสริมและสร้างสรรค์เวลาเดียวกัน

ยิ่งกว่านั้น เราต้องสำนึกอย่างสำคัญ
ไว้เสมอว่า ประสบการณ์ชีวิตที่แท้จริงเท่านั้น
ที่จะเป็นสิ่งที่ทำให้เราหวังได้ว่า เรากำลังสร้าง
ประวัติศาสตร์หน้าใหม่ไปด้วยกัน

เรามักจะชื่นชม ประทับใจและยกย่อง
ให้บรรดาธรรมทูตรุ่นบุกเบิกทั้งหลาย เป็น
ดุษฎีปูชนียบุคคลต้นแบบ ฉันทิโกฉันทัน สิ่งนี้
ก็ควรให้เป็นความบันดาลใจ ในการผลักดัน
และสร้างสรรค์พัฒนางานแพร่ธรรมให้ก้าวหน้า
ยิ่ง ๆ ขึ้นในยุคร่วมสมัยของเราไปด้วย

ทั้งนี้ทั้งนั้น เพื่อว่าการแพร่ธรรมจะได้
เป็นงานที่สำคัญและทำหายไปชั่วลูกชั่วหลาน
อย่างไม่มีที่สิ้นสุด.. “เพราะองค์พระผู้เป็นเจ้าของเจ้า
ตรัสสั่งเราว่าอย่างนี้ เราตั้งเจ้าไว้ให้เป็น
ความสว่างสำหรับคนต่างชาติ เพื่อเจ้าจะได้
นำความรอด ไปจนถึงที่สุดปลายแผ่นดินโลก”
(กิจการ 13:47)

- | | | |
|----------------|--------------|------------|
| • “งานแพร่ธรรม | นำประยุกต์ | ทุกมุมโลก |
| เป็นบุญโชค | ดีแท้ | สักแต่ไหน |
| เพราะเป็นทาง | สร้างความรอด | อันปลอดภัย |
| ซุจริตใจ | ช่วยประชา | สู่ราชัย.” |

วันละก้าวกับพระเยซู

ซาฟาแอล

.....พระพรพิเศษมีหลายประการ แต่มีพระจิตเจ้าพระองค์เดียว มีหน้าที่หลายอย่างต่างกัน แต่มีองค์พระผู้เป็นเจ้าเพียงองค์เดียว กิจกรรมมีหลายอย่าง แต่มีพระเจ้าพระองค์เดียวผู้ทรงกระทำทุกอย่างในทุกคน พระจิตเจ้าทรงแสดงพระองค์ในแต่ละคนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม พระจิตเจ้าประทานถ้อยคำที่ปรึกษาแก่คนหนึ่ง พระจิตเจ้าพระองค์เดียวกันประทานถ้อยคำที่รอบรู้แก่อีกคนหนึ่ง พระจิตเจ้าพระองค์เดียวกันประทานความเชื่อแก่อีกคนหนึ่ง พระจิตเจ้าพระองค์เดียวกันประทานพระพรบำบัดรักษาโรค ประทานอำนาจทำอัศจรรย์ให้อีกคนหนึ่ง ประทานให้อีกคนหนึ่งประกาศพระวาจาให้อีกคนหนึ่งรู้จักจำแนกจิตต่าง ๆ ให้อีกคนหนึ่งพูดภาษาที่ไม่มีใครเข้าใจ และให้อีกคนหนึ่งตีความอธิบายความหมายของภาษานั้นได้ พระพรพิเศษทั้งหมดเป็นผลงานจากพระจิตเจ้าพระองค์เดียว ผู้ทรงแจกจ่ายพระพรต่าง ๆ ให้แต่ละคนตามที่พอพระทัย

1 โครินธ์ 12:4-11

คุณค่าชีวิตมนุษย์

ชีวิตมนุษย์เป็นสิ่งสร้างประเสริฐ และทรงคุณค่ามากที่สุดในพระประสงค์ของพระเจ้า เพราะพระเจ้าทรงสร้างมนุษย์ในภาพลักษณ์ของพระองค์ ให้คล้ายคลึงพระองค์ (ปฐมกาล 1:26-27)

มนุษย์จึงเป็นผู้ทรงปรีชาญาณ มีสติ รู้จักแยกแยะ รู้ดี รู้ชั่ว ปลุกฝัง ผักฝน พระพร พระพรพรทานที่พระเจ้า (พระจิตเจ้า) ประทานให้เจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ในความเชื่อ (เชื่ออย่างมีวุฒิภาวะ) และในการดำเนินชีวิตประจำวัน ที่สะท้อนออกมาเป็นคุณค่าชีวิตมนุษย์ 3 รูปแบบคือ

1. คุณค่าชีวิตมนุษย์ เป็นดังหลักการที่กำหนดทิศทางทางปฏิบัติ ความประพฤติที่มีความหมายของมนุษย์ (values are steering principles for directing human behavior meaningfully)

2. คุณค่าชีวิตมนุษย์หล่อหลอมธรรมเนียมประเพณี และอุปนิสัยของมนุษย์ (values imply cultural customs and habits)

3. คุณค่าชีวิตมนุษย์เป็นรากแก้วฝังในจิตใจมนุษย์ นำการกระทำที่ควร (values imply internalized norms - awareness of the ought)

และด้วยคุณค่าชีวิตมนุษย์ 3 รูปแบบนี้นักมานุษยวิทยา Meissner ได้เสนอบทบาทของคุณค่า ที่จะช่วยปลุกฝังเอกลักษณ์ และพัฒนาชีวิต ควบคู่ความเชื่ออย่างมีวุฒิภาวะ (เชื่อแบบผู้ใหญ่ -

mature faiths) ดังรายละเอียด 10 ประเด็นดังนี้

- คุณค่าเป็นเรื่องภายในจิตใจ และเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตที่มักไม่ค่อยปรากฏให้เห็นเด่นชัดภายนอกในวิถีการดำเนินชีวิตในสภาพสังคม เป็นเรื่องที่เราารู้สึกภายใน และมีประสบการณ์กับมัน (values are intrapsychic and often part of the non-observable part of a person's existential orientation within a certain social milieu. They may be introspected and experienced).

- + คุณค่าก่อเกิดการสร้างสรรค์ ความแน่นอน ความมั่นคง ความทนทาน และความถาวรของการปฏิบัติ/ความประพฤติของคน คุณค่าอยู่คงทนยาวนาน และมั่นคงอุปนิสัยใจคอที่ถาวรขององค์ประกอบของจิตใจของคน (values provide certainty, security, durability and permanence to human behavior. Values are durable, and form a more or less permanent aspect of a person's psychic composition).

- Δ คุณค่าเป็นโครงสร้าง (ของจิตใจ) ที่มีจุดหมาย (โดยเจ้าตัว-มนุษย์) คุณค่านำ (การปฏิบัติตนของคน) และก่อเกิดเป็นความคิดอ่านและความตั้งใจ (จุดหมาย) ของความประพฤติ คุณค่าจึงเป็นความคิดอ่าน ความคิดที่สามารถถูกนำมากล่าวขาน ถูกสื่อ และ ชั่งน้ำหนัก หาเหตุผลได้ (values are intentional

structures. Values guide one and can be formulated as concepts which promote purposed behavior. Furthermore, values are concepts and ideas and can, therefore, be verbalized and rationalized).

□ คุณค่าบางครั้งสำนึกเด่นชัด แต่บางครั้งก็รู้สึกโดยทางอ้อมๆ บ่อยครั้งคุณค่าปรากฏแจ่มแจ้ง แต่บ่อยครั้งอยู่ใต้จิตสำนึก คุณค่าจึงมักบ่อยครั้งเป็นลางสังหรณ์แก่คนเรา (ที่เราเรียกว่าสัมผัสที่หก) (values are explicit or implicit. Sometimes they are partly conscious, but they could also be altogether unconscious. Often values operate on a more pre-conscious level).

• คุณค่าสัมพันธ์กับการกระทำ คุณค่าเกี่ยวเนื่องกับการตัดสินใจ และคุณค่าตีกรอบแนวทางปฏิบัติ (values are action-oriented. Values often play a role in decision making and offer a framework within which actions take place).

+ คุณค่าสัมพันธ์กับเป้าหมาย มีทิศทางหมายปลายทาง ชี้บ่งหนทางแนวทางในการจัดการ จัดระเบียบการแสดงออกของพลังต่าง ๆ ของคนตามเอกลักษณ์ความสามารถของตนเพื่อมุ่งเป้าหมายที่มุ่งหวัง (values are goal-oriented. This telic dimension of the value system has a channeling effect insofar as it organizes or tends to organize the various drive-derivative aspects of personality and directs them toward specific goals).

Δ คุณค่าสัมพันธ์กับความต้องการของชีวิต ความต้องการทางกายภาพ (ความรัก ความเล่นทางเพศ) มีส่วนเป็นอย่างมากในการสร้างคุณค่าชีวิต คนเราจึงจำต้องกำกับควบคุมความต้องการพื้นฐานทางกายภาพให้ดีอย่างสมดุล เพื่อดำรงคุณค่าไว้ให้ได้ (values are linked to the biological needs of an organism. Needs concerning sexuality and love play a huge role in the homing of values. Although the interplay between values and biological needs is tricky, values are

nevertheless derived biologically).

□ คุณค่าสัมพันธ์กับพลังมุ่งมั่น คุณค่าเป็นคุณภาพ คุณสมบัติของพลังจิตใจ และชี้้นำการปฏิบัติความประพฤติที่คนเราแสดงออกมา (values are motivational. They channel psychic energy and direct behavior)

• คุณค่ามาจากการเลือกสรรแล้วตัดสินใจ (รับหรือปฏิเสธ) การตัดสินใจเลือกนี้สำคัญต่อคุณค่า (สร้างคุณค่าหรือปฏิเสธคุณค่า) ความประพฤติก็ถูกแสดงออกตามนั้นไปในตัว (values are selective and decisional. They are subject to preference behavior. This selective nature of values means that personal decision plays an important role in the formation of values)

+ คุณค่าเน้นคุณภาพ/คุณสมบัติตามธรรมชาติสำหรับมนุษยชาติ และเมื่อคุณค่าถูกปลูกฝังจนเป็นอุปนิสัยของคนเราแล้ว ก็จะเสริมสร้างเอกลักษณ์ธรรมชาติของคุณธรรม จริยธรรม ศีลธรรม และความรับผิดชอบของมนุษยชาติ (values are normative. When values attain an obligatory character, thus having ethical implications, they attain a normative character which appeals to a person's sense of responsibility and moral sensitivity).

(คุณค่า 10 ข้อนี้ จากหนังสือ Life and Faith โดย W.W. Meissner – AD 1987)

(จาก Maturity and the Interplay of Values and Virtues หนังสือ A Mature Faith: Spiritual Direction & Anthropology in a Theology of Pastoral Care and Counseling

โดย Daniel J. Louw; Peeters Press Louvain ; W.B. Eerdmans, Leuven, Belgium ; 1999)

ป.ล. บทแบ่งปันนี้ ได้รับการตรวจทานโดยคุณพ่อจิตตพล ปลั่งกลาง C.Ss.R. อธิการเจ้าคณะพระมหาไถ่แห่งประเทศไทย และนักให้คำปรึกษาทางสุขภาพจิต – National Certified Counselor, U.S.A.



หลังจากเรา เขาจะไปต่อ

สวัสดีครับพี่น้อง ช่วงนี้อาจจะเป็นช่วงท้ายๆ ของวาระในการเป็นเจ้าของาวาสที่วัดนักบุญยอแซฟ ผมได้เห็นความเป็นไปของพี่น้องสัตบุรุษ และครอบครัวคาทอลิกที่กำลังเปลี่ยนรุ่นสู่รุ่น จากเยาวชนไปสู่การทำงาน และมีครอบครัว มีเรื่องที่ทำหายใหม่ๆ เกิดขึ้นเสมอในสังคมกับพวเขา ที่กำลังเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว

พูดถึงวาระการทำงานที่มีสขังพนมเปญ พวกเราคณะธรรมทูตไทย จะไม่มีวัดใดวัดหนึ่งเป็นของตัวเอง เราไม่มีบ้านของหมู่คณะเอง เราจะทำหน้าที่ของเราไปตามความต้องการของ

พระศาสนจักรท้องถิ่น ผ่านทางพระสังฆราชและที่ปรึกษา ตามวาระที่นี้ เจ้าอาวาสจะมีวาระหนึ่ง 6 ปี และอาจจะต่อไปได้อีกครั้งวาระคือ 3 ปีตามสถานการณ์เรียกร้อง ผมเป็นเจ้าอาวาสวัดนักบุญยอแซฟ พนมเปญ เดือนกันยายนนี้ ก็จะครบ 9 ปีแล้ว เห็นเด็กๆ ของเราที่เติบโตขึ้น สูงขึ้น พัฒนาขึ้นเสมอ

ดังนั้นในวิสัยทัศน์ และพันธกิจของวัดเรา จึงมีเรื่องเยาวชน เข้ามามีส่วนร่วมเสมอ แม้ว่าค่านิยมต่างๆ ในสังคม พร้อมทั้งเด็กเรากอกจากกลุ่มคริสตชนเราไป แต่ผมมั่นใจว่า ถ้าพวกเขามีประสบการณ์ทางความเชื่อ กับ





เพื่อนๆ กับพระสงฆ์ ชิสเตอร์ และกับพี่น้อง
ในชุมชน มันจะช่วยหล่อหลอมพวกเขา
สำหรับการเป็นคริสตชนในอนาคตเสมอ

คณะกรรมการหลายๆ แห่ง ก็ให้ความสำคัญ
กับชนรุ่นใหม่ โดยเฉพาะที่ได้เห็น ทาง
มิสซังชินจู ได้มอบพันธกิจเรื่องเยาวชนและ
กระแสเรียก ให้กับหมู่คณะของเราที่นั่นอย่าง
ชัดเจน

ผมได้มีโอกาสประชุมกับพระสงฆ์
รุ่นน้องของมิสซัง ที่เขาไปทำงานธรรมทูตในที่
ต่างๆ พวกเขาสังเกตว่า ตามวัดที่เกิดใหม่ใน
ต่างจังหวัด รุ่นพ่อแม่มักจะมาจากการกลับใจ
ยังมีวัฒนธรรมแบบผสมผสานศาสนาเดิมอยู่
แต่เด็กและเยาวชนรุ่นหลังนี้เขาเกิดมาใน
ครอบครัวที่เป็นคริสตชนแล้ว พวกเขาต้องการ
บรรยากาศแบบคริสตชนมากๆ เพราะพวกเขา
จะเป็นรากฐานของกลุ่มคริสตชนของพวกเขา
ในอนาคต

เนื่องจากบรรยากาศแต่ละวัดต่างกัน
บรรดาเจ้าอาวาสและสภาอภิบาล จึงเป็นตัว
ขับเคลื่อนที่สำคัญ สำหรับให้วัดก้าวข้ามต่อไป
รุ่นต่อรุ่นได้อย่างราบรื่น เพราะความสัมพันธ์

ระหว่างพวกเขา จะต้องเสริมสร้างบรรยากาศ
งานประกาศพระวรสารและงานอภิบาลที่ดีใน
อนาคต

บทบาทเยาวชนในเมืองหลวง อย่าง
กลุ่มในพนมเปญนี้ ที่จริงพวกเขามีกิจกรรม
ทางสังคม พร้อมจะให้เขาบอกกับเราเสมอ
ว่า “ไม่ว่าง งานยุ่ง” หรือ “ไม่มีเวลา” ดังนั้น
ทางวัดจึงเปิดโอกาสให้เยาวชนได้รู้สึก ว่า วัด
เป็นของพวกเขา ผมเปิดให้เยาวชนเข้าไปมี
บทบาททุกส่วนในกิจกรรมของวัด ไม่ว่าจะ
เป็นด้านพิธีกรรม อ่านบทอ่าน นักขับร้อง ยก
ของถวาย ช่วยมิสซา รวมทั้งกลุ่มต่างๆ ที่
เขาสามารถจะช่วยเหลือ เช่น การสอนคำสอน
กลุ่มเครดิตยูเนี่ยน กลุ่มศิลปะ ฯลฯ และโดย
เฉพาะกลุ่มเยาวชนเอง ดังนั้น พวกเขาจะเข้า
มีส่วนร่วมในสภาอภิบาลของวัด ตามบทบาท
หน้าที่ของพวกเขา เพื่อเรียนรู้การทำงาน
ด้วยกัน ระหว่างคนรุ่นก่อน คนรุ่นกลาง และ
คนรุ่นใหม่ ดังนั้น เมื่อคนรุ่นเก่ากำลังจะล่วง
ผ่านไป อาจจะเพราะปัญหาสุขภาพ พวก
เยาวชนรุ่นใหม่ก็จะค่อยๆ เรียนรู้งานกันและ
ต้องงานกัน ตามสถานการณ์ในช่วงนั้นๆ โดย





มีพวกเราพระสงฆ์ นักบวช และสภาอภิบาล
จะเป็นพี่เลี้ยง สนับสนุน

นับว่าเป็นเรื่องไม่ง่ายตายชะทีเดียว
เพราะช่องว่างระหว่างวัย ความรู้สึกนึกคิด
ของแต่ละรุ่น (Generation) อาจจะทำให้เกิด
ความขัดกัน ความคิดเห็น สไตล์การทำงาน
ที่แตกต่างกัน ดังนั้น จิตตารมณ์ของซินอด
(Synodality) จึงสำคัญมาก วัดของเรามีประชุม
สภาอภิบาลทุกอาทิตย์ต้นเดือน เพื่อก้าวไป
ด้วยกันในแต่ละเดือน และเพื่อให้มีพื้นที่ของ
แต่ละกลุ่ม ที่จะแบ่งปันสิ่งที่พวกเขาได้ทำ
และมองไปด้วยกันในเดือนข้างหน้า จัดการ
แบ่งงานกัน โดยรับรู้ร่วมกัน จากนั้น พวกเขา
ก็จะกลับไปแบ่งปันต่อในสมาชิกกลุ่มของ
พวกเขา ดังนั้นในทุกกิจกรรมของวัด ทุกคน
จะรู้บทบาทของตนเอง เราเหนื่อยในการเตรียม
ดึกว่าใช้พลังงานในการแก้ปัญหา ซึ่งบางเรื่อง
สามารถควบคุมได้ และเยาวชนเองก็ได้เรียนรู้
จากประสบการณ์และความผิดพลาดของ
พวกเขา ด้วยการประเมินผล

ผมได้ส่งตัวแทนเยาวชนไปค่ายผู้นำ
เยาวชนของสังฆมณฑลจันทบุรี ตอนนีกลุ่ม
ผู้นำเหล่านี้ กำลังจัดกิจกรรมอบรมให้เยาวชน
รุ่นน้อง ได้มีโอกาสแสดงศักยภาพของพวกเขา
พวกเขาจัดค่ายอบรมผู้นำเยาวชน ในเขตงาน
อภิบาลทางเหนือ โดยการสร้างสรรค์ของพวกเขา
และจะมีแผนจัดอีกสองครั้ง ส่วนกิจกรรม
อื่นๆ พวกเขาได้จัดภาวนาเทเซ่ ตามจุดประสงค์
ของพระสันตะปาปา

ผมได้เปิดให้บางคน เขาไปมีบทบาทใน
งานประกาศพระวรสารด้วย โดยจัดให้เยาวชน
บางคน ได้มีส่วนในการส่งเสริมจิตตารมณ์
ธรรมทูตคือ การตั้งกลุ่ม “ยุวธรรมทูต” ผมได้
ทำคู่มือ จัดประชุมผู้ร่วมงานรับผิดชอบ ตอนนี
ได้ฝึกอบรมผู้นำกลุ่มให้กับเยาวชนบางคนที
สนใจแล้ว เป้าหมายของเรา คือ เพื่อสานต่อ
ให้เด็ก ๆ คาทอลิกของวัด ได้มีจิตตารมณ์
ธรรมทูต รู้จักแบ่งปัน ช่วยกันและกัน ช่วยวัด
ซึ่งจะมีเสริมช่องว่างของการอบรมสำหรับเด็ก
คาทอลิกที่กำลังมีรุ่นใหม่ ๆ ขึ้นมา

เดือนตุลาคมนี้ เป็นเดือนแห่งการ
แพร่ธรรม ผมจะพากลุ่มผู้นำเยาวชน ออกไป
ทำกิจกรรมให้กับเด็ก ๆ ในหมู่บ้านยากจนและ
ไม่ใช่คาทอลิก ออกไปทางเหนือ แต่อยู่ในเขต
อภิบาลของผม

สำหรับงานก่อสร้างวัดคืบหน้าไป เกือบ
90% แล้ว เรามีความท้าทายในทุกช่วงงาน
แต่พระเป็นเจ้าของเจ้า และนักบุญยอแซฟก็ช่วยให้
ผ่านไปด้วยดี แต่สำหรับการสร้างกลุ่มคริสตชน
ให้เข้มแข็ง นี่เป็นเรื่องที่สำคัญยิ่ง

ขอขอบคุณพี่น้อง ที่สนับสนุนงาน
ธรรมทูตของคณะธรรมทูตเรา ขอคำภาวนา
สำหรับคณะธรรมทูต หลังจาก**พระคุณเจ้า**
ไตรรงค์ มุลตรี ได้รับการอภิเษก ตำแหน่ง
อธิการเจ้าคณะก็จะว่างลง และคณะของเรา
จะมี**คุณพ่อวีระชัย ศรีประมงค์** รองอธิการ
ทำหน้าที่แทน จนถึงสมัชชาสามัญครั้งหน้าใน
เดือนมกราคม 2025 **๕**



ระลึกถึง แม่พระแห่งลูกประกาศา (7 ตุลาคม)

“วันทามารีย์ เปี่ยมด้วยพระพรมหานาน
พระเจ้าสถิตกับท่าน ผู้ได้รับพระพรกว่าสตรีใดๆ
และพระเยซูโอรสของท่าน ทรงได้รับพระพรยิ่งนัก
สันตะมารีย์ พระมารดาพระเจ้า โปรดภาวนาเพื่อลูกทั้งหลายเป็นคนบาป
บัดนี้และเมื่อจะตาย อาแมน”

หลับไม่ลึก ภาวนาตื่น

พอคนเราอายุมากขึ้น โดยเฉพาะผู้ชายหลายคนจะเริ่มมีปัญหาเรื่องการนอน จากที่หัวยังไม่ถึงหมอนก็หลับ กลายเป็นการนอนหลับยาก แกรมพอหลับแล้วต้องลุกตื่นตอนดึกหลาย ๆ ครั้ง จากที่เคยฝันหวาน ก็กลับมาตาค้าง ระยะเวลาประมาณ 1 ปีที่ผ่านมาผมก็เริ่มเป็น พอหลับไม่ได้ วันรุ่งขึ้นก็จะมีอาการง่วงเพลีย ตอนบ่าย ๆ บางวันขี้บรดและเจอรถติดมาก ๆ ก็รู้สึกง่วง ดูข่าวโทรทัศน์ก็เผลอหลับ บางครั้งก็รู้สึกว่าการหัวใจเต้นผิดปกติที่เคยหายไปหลายปีเริ่มกลับมาเยือนใหม่ ครั้งสุดท้ายที่ไปตรวจหัวใจ คุณหมอบอกถามว่า “นอนหลับดีไหม” ก็ตอบไปว่า “หลับ ๆ ตื่น ๆ มากขึ้น” ตอบไปแบบที่คิดว่าพออายุมากขึ้นทุกคนก็จะหลับยากเหมือนกันหมด แต่ดูเหมือนจะไม่เห็นด้วยก็เลยแนะนำให้ไปตรวจการนอน

สมัยก่อนไม่ค่อยได้ยินเรื่องให้ตรวจการนอน แต่ระยะหลังวงการแพทย์พบว่าหากนอนไม่พอและคุณภาพการนอนไม่ดี จะเกิดโรคต่าง ๆ ตามมามากมาย เช่น โรคความดันสูง โรคหัวใจ เบาหวาน รวมไปถึงอารมณ์หงุดหงิด และประสิทธิภาพการทำงานของสมองลดลง ความจำเสื่อม โดยปกติคนเราต้องนอนหลับสนิทอย่างน้อย 7 ชั่วโมง ใครนอนน้อยกว่านี้ไม่ดีแน่ การหลับจะประกอบด้วย 4 ระยะรวมกันเป็น 1 ชุด ระยะที่ 1 และ 2 เป็นการหลับแบบตื้น ๆ ระยะที่ 3 เป็นการหลับแบบลึกไม่รู้ตัวเลย และระยะที่ 4 เป็นการหลับที่ลึกตาจะจโรกไปมา ซึ่งระยะที่ 3 และ 4 มีความสำคัญ ในระยะที่ 3 เป็นช่วงที่อวัยวะต่างๆ พักแบบเต็มที่ ส่วนระยะที่ 4 นั้นเปิดโอกาสให้สมองทำความสะอาดพื้นที่จัดเก็บข้อมูลต่างๆ และปล่อยสิ่งที่เก็บคั่งอยู่ภายใต้จิตสำนึกออกมา บางทีอาจเป็นเรื่องราวแปลก ๆ ในความฝัน

ผมได้ไปพบหมอผู้เชี่ยวชาญด้านการนอนตามนัด ท่านก็ซักถามประวัติอย่างละเอียดเพื่อหา



ต้นตอว่า เป็นจากเหตุกระตุ้นภายนอกหรือไม่ เช่น ขอบคุดภาพยนตร์ตึรันพันแทงก่อนนอนหรือเปล่า ก่อนนอนยังนั่งหน้าจอคอมพิวเตอร์และได้รับแสงกระตุ้นจากจอมากไปหรือไม่ ยังกินชาคาเฟอีนหลังบ่าย 3 โมงหรือเปล่า สูบบุหรี่หรือดื่มแอลกอฮอล์ไหม หรือห้องนอนร้อนไปหนาวไปแสงสว่างมากไป แต่ก็ไม่มีสิ่งที่กระตุ้นจากภายนอก คราวนี้ก็มาถึงสิ่งกระตุ้นจากภายใน เช่น ความกังวล การย่ำคิดในเรื่องบางอย่างในทำนองคิดไม่ตก เลยเอามานอนคิดวกไปวนมา ผมเองก็ไม่มီးอะไรที่กังวลขนาดนั้น แล้วก็เหลืออีกสาเหตุที่พบบ่อยคือ ภาวะโอเอสเอ (Obstructive Sleep Apnea) แปลเป็นไทยคือ โรคหยุดหายใจตอนนอนที่เกิดจากท่อทางเดินหายใจถูกอุดกั้น ทำให้ร่างกายโดยเฉพาะอวัยวะสำคัญ ๆ เช่นสมองหรือหัวใจได้รับออกซิเจนไม่เต็มที่ แทนที่จะได้เกือบ 100 เปอร์เซ็นต์ อาจลงมาเหลือเพียงร้อยละ 80 อาการนี้มักพบในผู้ชาย มีภาวะอ้วน และนอนกรน

ผู้ใหญ่ปกติจะหายใจด้วยความถี่ประมาณ 15-20 ครั้งต่อนาที แต่พออ้วนมีไขมันไปสะสมในท้องและที่รอบคอ ประกอบกับพออายุมากขึ้น กล้ามเนื้อรอบคอที่ช่วยดึงรั้งบังคับกระดูกอ่อนที่ทำหน้าเปิดปิดท่อทางเดินหายใจส่วนบนอ่อนกำลัง ทำให้กระดูกอ่อนนี้มักตกไปปิดท่อลม เวลาลมผ่านก็เกิดการกระพือได้ยินเป็นเสียงกรน หรือบางครั้งปิดนานจนเหมือน

การกลืนหายใจไปเกินกว่า 10 วินาที อากาศดีจากภายนอกก็ผ่านเข้าไปไม่สะดวก อากาศเสียก็ค้างอยู่ในปอด จนกระทั่งร่างกายทนไม่ไหวก็ส่งสัญญาณไปกระตุ้นสมอง ให้อวัยวะและเกิดอาการหายใจเอือกใหญ่อย่างแรงเพื่อทดแทนหรือสะดุ้งตื่นขึ้นมา คนใกล้ชิดซึ่งเป็นภรรยา ก็มักจะสังเกตว่าสามีนอนกรน และหยุดหายใจเป็นพัก ๆ

ในกรณีของผมนั้น ภรรยาไม่เคยบ่นว่านอนกรนและไม่มีอาการสะดุ้งหายใจเอือก คุณหมอท่านเลยต้องนัดมาให้ตรวจการนอนหลับ มาทราบเอาว่ามีคนรอตรวจกันมากมาย โรงพยาบาลที่เชี่ยวชาญเรื่องนี้ อาจมีห้องตรวจการนอนเพียง 2 หรือ 3 ห้อง เวลาตรวจต้องไปนอนทั้งคืน คนไข้เลยต้องรอคิวกันหลายเดือน พอถึงวันนัด ก็เหมือนเข็มนาไปนอนโรงแรม ต่างกันตรงที่ต้องติดสายระโยงระยางเกือบ 20 เส้น เพื่อวัดคลื่นสมอง วัดการเต้นของหัวใจ วัดความถี่ของการหายใจ วัดแรงลมที่ผ่านออกมาทางจมูก ติดไมโครโฟนขนาดจิ๋วเพื่อวัดเสียงกรน แล้วยังวัดการกระตุกของกล้ามเนื้อรอบซี่โครงและที่ขา และที่สำคัญคือวัดความเข้มข้นของออกซิเจนที่ไหลเวียนในกระแสเลือด พอถึงเวลา 3 ทุ่มเขาก็ปิดไฟเพื่อให้หลับ แต่ก็มึนล่องบันทึกรูปการนอนตลอดเวลาว่านอนท่าไหน ขยับตัวหรือตื่นมากน้อยเท่าไร ผ่านไปถึงเที่ยงคืนก็มีเจ้าหน้าที่มาปลุกว่าต้องใช้เครื่องดันลมสวมครอบจมูก เพราะพบว่ามีอาการหยุดหายใจชั่วคราวบางครั้ง (Apnea) แต่ส่วนใหญ่แล้วเป็นการหายใจแผ่ว (Hypopnea) ลมที่ผ่านเข้าปอดลดปริมาณไปถึง 1 ใน 3 ทำให้ระดับออกซิเจนในเลือดต่ำกว่าร้อยละ 80 และชีพจรเต้นเร็วเกินกว่า 100 โดยทั่วไประดับความเข้มข้นของออกซิเจนในเลือดจะต้องมากกว่าร้อยละ 95 ตลอดเวลา หลังจากใช้เครื่องดันลมผ่านครอบจมูกก็ปรากฏว่าระดับความเข้มข้นของออกซิเจนก็เพิ่มขึ้นมาสู่ระดับปกติ คุณหมอเลยแนะนำให้ซื้อเครื่องดันลมแบบอัตโนมัติหรือที่เรียกว่าซีพีพี CPAP ไปใส่เวลานอน

ปัจจุบันมีคนที่ได้รับการวินิจฉัยว่าหยุดหายใจชั่วคราวระหว่างหลับมากขึ้น หากเป็นไม่มากการเปลี่ยนมาเป็นท่านอนตะแคง ลดน้ำหนัก ออกกำลังกาย ให้อากาศไหลเวียนดี อาจช่วยได้ แต่หากเป็นมากจะต้องใช้เครื่อง CPAP ครอบจมูก เพื่อนผมหลายคนก็ใช้เครื่องนี้เวลาไปประชุมต่างจังหวัดหรือต่างประเทศ ก็พกเครื่องนี้ใส่กระเป๋าไป ขนาดก็ไม่ใหญ่มากมายนาน่าจะเท่ากับเครื่องปั๊มลมบั้งหนักสัก 1.5 กิโลกรัม ทำหน้าที่เหมือนเครื่องปั๊มลมในตู้ปลา ช่วยดันอากาศผ่านครอบจมูกลงไปสู่อปอด ตั้งแต่เข้านอนจนถึงตื่น

การนอนหลับสนิทโดยไม่มีภาวะหยุดหายใจชั่วคราว หลับโดยหายใจเอาออกซิเจนเข้าเต็มปอด หรือการยอมใช้เครื่องเพิ่มความดันผ่านจมูก อาจเทียบได้กับภวานาของคริสตชน เวลาส่วนใหญ่ในแต่ละวันเราต่างวุ่นวายกับการทำงานประกอบอาชีพ พบปะผู้คน และมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง เจอเรื่องดีบ้าง เรื่องไม่ดีก็มาก สร้างความเครียด ทำให้จิตใจเหนื่อยล้าไปด้วยการภวานาเหมือนการได้นอน คือการหยุดเวลาสนใจกับเรื่องฝ่ายโลกและใช้เวลาพบปะกับพระเจ้า เพื่อจะได้พละกำลังที่จะดำรงชีวิตและทำหน้าที่คริสตชนที่ดีต่อไป แต่การภวานาก็มีหลายระดับเหมือนการนอนระดับตื่น ๆ คือการสวดแบบเปล่งเสียงแต่จิตใจอาจล่องลอยไปที่อื่น สวดขอให้เป็นไปตามที่เราหวัง แต่การภวานาแบบลึกเหมือนหลับลึกนั้นทุกอย่างเกือบสงบนิ่งมีเพียงเราอยู่ต่อหน้าพระเจ้า แทนที่จะวุ่นกับการขอสั่งต่าง ๆ แต่กลับกลายเป็นการสงบเพื่อฟังว่าพระเจ้าตรัสอะไรหรืออยากให้เราทำอะไร นักบุญที่เป็นปรารภเรื่องการภวานาให้เคล็ดลึกลับว่า หากเราภวานาแบบตื่นคืออาศัยความพยายามของเราล้วน ๆ ก็เหมือนการหาบน้ำไปรดต้นไม้ แต่หากยอมรับข้อจำกัดและยอมรับความช่วยเหลือจากพระเจ้า ขอพระเมตตาจากพระองค์ พระองค์ก็จะประทานสายฝนลงมารดต้นไม้หรือจิตใจของเราให้ชุ่มฉ่ำสดชื่นตลอดเวลา ๕



นักบุญมาร์กาเร็ตา มารี อาลาก็อก พรหมจารี

(16 ตุลาคม)

“จงมองดูพระหฤทัยนี้ที่ทรงรักมนุษย์มากมาย
แต่มนุษย์ยังคงไม่ต้องการที่จะสนองตอบความรักของเรา
ดังนั้น โดยทางลูก เราปรารถนาที่จะแผ่ขยายความรักของเราไปทุกหนแห่งในโลก”



มือของแม่

จอห์นไม่ชอบแขนและมือของแม่ที่หึงงอ เต็มไปด้วยแผลเป็น ไม่สวยงาม เพราะทุกครั้งที่เขาเพื่อนมาที่บ้าน เพื่อนจะถามจอห์นเสมอว่า “ทำไมแม่ของเธอจึงมีแขนและมือที่หึงงอ เป็นแผลเป็นมากมาย ดูน่าเกลียดมาก” วันหนึ่งจอห์นทนไม่ไหวจึงถามพ่อของตนว่า “พ่อครับ ทำไมคุณแม่จึงมีแขนและมือที่น่าเกลียด หึงงอ เต็มไปด้วยแผลเป็น ขนาดเพื่อนของผมยังรังเกียจมือของคุณแม่เลย”

พ่อตอบจอห์นว่า “ตอนที่ลูกเกิดมาได้ไม่นาน บ้านของเราถูกไฟไหม้ ลูกนอนอยู่ในบ้าน แต่ไม่มีใครกล้าเข้าไปช่วยลูกเพราะกลัวอันตราย มีเพียงแม่ของลูกที่วิ่งเข้าไปช่วยลูก คุณแม่อุ้มลูกและเอาแขนกันไม่ให้ไฟไหม้ลูก ด้วยเหตุนี้แม่ของลูกจึงมีแขนและมือที่ไม่สวยงาม เพราะแขนและมือของแม่ถูกไฟคลอก” เมื่อได้ทราบความจริง จอห์นจึงเดินเข้าไปหาแม่ และจับมือของแม่ พร้อมทั้งกล่าวว่า “แม่ครับ สำหรับผมมือของแม่เป็นมือที่สวยงามที่สุดในโลก”

ชวนรำพึง

นักบุญเปาโลสอนเราว่า “บุตรทั้งหลาย จงเชื่อฟังบิดามารดาในองค์พระผู้เป็นเจ้า เพราะการกระทำเช่นนี้ถูกต้อง พระบัญญัติที่ว่าจงให้เกียรติบิดามารดา เป็นพระบัญญัติแรกซึ่งมีพระสัญญาควบคู่อยู่ด้วยว่า แล้วท่านจะอยู่บนแผ่นดินอย่างมีความสุขและมีอายุยืน” (อฟ 6:1-3)



“โดนว่าซะบ้างจะได้รู้”

ต้องบอกว่าโลกเรามันหมุนเวียนเปลี่ยนไปแบบตามไม่ทันจริงๆ ชีวิตที่ตามกระแส วัตุนิยมกับเรื่องราวของเทคโนโลยีนี้ทำเอาบางโอกาสเราทำอะไรพลาดไปมากมาย โดยเฉพาะความเป็นคนแก่ไม่ยอมตามโลก หลายอย่างมันก็ล้าสมัยไปเลย

มีอยู่ครั้งหนึ่งทางครอบครัวใหญ่เป็นที่รู้จักของชุมชน มีโอกาสคุยกันในครอบครัวว่า ใกล้ถึงวันที่พวกเราจะทำบุญคิดถึงพ่อแม่บรรพบุรุษแล้ว เราจะทำอะไรกันดี แล้วด้วยความที่มี ลูกหลานมากมาย กับความที่มีการงานอาชีพพอเป็นที่พึ่งของชุมชนได้ การตกลงจึงเป็นเรื่อง จากเล็กๆ กลายเป็นเรื่องราวมากความขึ้น

“เราจัดเรียบง่ายแบบเดิมดีกว่า นิมนต์พระมาทำบุญในครอบครัวเราก็พอ จะได้มีโอกาส ทานข้าว เป็นการพบหน้าค่าตาของพี่น้องลูกหลาน นานๆ จะมีโอกาสได้พบได้คุยกัน หลายคน ก็เรียนจบแล้ว มีเวลาร่าง...”

“เราเลือกวันเสาร์อาทิตย์นะ เพราะเป็นวันหยุด จะได้มาเจอกันมากๆ”

“อ้าว เรื่องแบบไหนยังไม่เสร็จเลย ข้ามไปวันอะไรแล้ว”

แล้วลูกหลานหลายคนที่ยื่นจบแล้วมีงานทำก็เริ่มออกความคิดเห็น เสียงปรึกษากันซึ่ง แต่ก่อนมีแต่พวกพี่ๆ น้องๆ ตอนนี้ต้องฟังเสียงลูกหลานบ้าง เพราะบางคนก็โตมีงานทำ แถม มีครอบครัว ยิ่งบางคนมีหน้ามีตาในสังคมแล้ว คนแก่เลยกลายเป็นคนที่มีมุมมองแคบ เพราะ พี่ๆ น้องๆ ก็หวังเพียงแต่ทำบุญให้พ่อแม่แม่ แล้วก็ได้มาพบเพื่อเก็บเกี่ยววันเวลา “หน้าสั้น

หลังยาว” เอาไว้ให้ดี เพราะเราก็พูดกันอยู่เสมอว่า ใครเข้าใจเรื่องสำคัญของเวลาได้เร็ว คนนั้นก็มีความสุข

ตอนแรกก็เป็นการเสนองานของพี่ๆ น้องๆ แต่ต่อมาก็กลายเป็นรุ่นพ่อรุ่นแม่ก็เจียบ กลายเป็นรุ่นลูกหลานออกความคิดเห็น

“เราพบช่วงหลังงาน ทานข้าวด้วยกัน ใครว่างก็ได้พักที่บ้านตายายก็แล้วกัน ส่วนใครไม่ว่างก็ค่อยเดินทางกลับก็ได้ เพราะเราก็มีรถกันทุกครอบครัว”

เสียงหลานสาวที่มักจะไม่ค่อยอยู่กับครอบครัวพี่น้องสักเท่าไรออกความคิดเห็น ทางแม่เองก็ถูกพี่น้องมองหน้า คงเข้าใจสายตาที่บอกว่า แต่ก่อนเราพี่น้องรุ่นเก่าอยู่ด้วยกันเจ็ดแปดคนอยู่กันได้ แต่ตอนนี้มีลูกแค่สองสามคน กลับมองว่าบ้านนี้คับแคบ

“เราก็ถือโอกาสนี้ทำบุญใหญ่ แจกข้าวของเครื่องใช้ เพราะแต่ก่อนพ่อแม่เราทำแค่งานเลี้ยงข้าวด้วยกัน ตอนนี้เราก็พอมีหน้ามีตา แจกมาก ๆ หน่อย จริงมั๊ยท่านนายก อบต.” เจ้าหลานชายคนชอบกระแนะกระแหนมองหน้าลูกพี่ลูกน้อง แน่นอนมันก็เป็นหน้าเป็นตาให้กับวงศ์ตระกูล แต่ในขณะที่เดียวกันทุกคนก็รู้ว่ามันเป็นการต่อสู้ที่เล่นเอาหมดเงินไปหลายตั้งค์

“เอาละ ๆ ตกกลางคืนนี้ก็แล้วกัน คุณมานานแล้ว เราได้วันเวลาแน่นอนแล้ว ส่วนวิธีก็เอาแบบกว้างขวางขึ้น จบจากเรื่องทางวัดวาแล้ว เราก็เอาข้าวของเครื่องใช้แจกชาวบ้านใกล้ ๆ นี้แหละ เป็นการช่วยเหลือเขา ส่วนทานข้าวเลี้ยงกันก็ตามประสาคนแก่เฒ่าที่เรารู้จัก เราก็จะได้มีเวลาได้ทานข้าวได้เจอกันตามประสาพี่น้องด้วย”

.....

วันงานมาถึง ทุกอย่างรวดเร็วกระชับฉับไว แถมพระสมัยใหม่ทำเวลาได้ดีมาก ทุกอย่างค่อนข้างเร็วไปหมด จึงเป็นที่มาของการแจกข้าวของเครื่องใช้เร็วและก่อนเวลามาก ทุกคนทั้งอ้อมทั้งหัวข้าวของกลับไปอย่างมีความสุข อย่างน้อยประหยัดเงินไม่ต้องซื้อข้าวของเครื่องใช้บางอย่าง

ญาติพี่น้องนั่งทานข้าวพูดคุยกัน ในความสุขตามประสาครอบครัวนั่นเอง มีเสียงรวิ้งเร็วมาจอดหน้าบ้าน เจ้าของบ้านที่เป็นพี่คนโตออกไป.....เวลาผ่านไปแบบทุกคนก็รู้ว่าใครมา

“ใครส่งข่าว...แจกข้าวของนี่” คำถามเอ่ยขึ้นก่อนคำตอบที่ทุกคนรอ

“ผมเองแม่ เห็นเป็นงานใหญ่ก็เลยบอกกลัวไม่รู้วาท่านนายก อบต. ทำอะไร”

“เป็นอะไรหรือ” หลายๆ คนถามออกมาแบบงงๆ

“ฉันถูกว่านะสิ ไม่รู้คนมาจากไหน เค้าพากันบอกว่า อ่านเจอในเฟซบุ๊ก เห็นว่าจะมีการแจกข้าวของ รวมเงินกันเหมารถเพื่อมารับของแจก เห็นว่าเป็นนายก อบต. เตรียมกระสอบเตรียมถุงมาด้วย กะจะรวยของแจกซะหน่อย พวกเค้าบอกว่า ทีหลังแจกน้อย ๆ อย่าเที่ยวลงข่าวให้เสียค่ารวมกันเหมารถมา....”

ทุกคนเจียบ มองหน้ากันอย่างงงๆ กับโลกสมัยใหม่ ฉันเองก็งงเพราะนั่งทานอยู่กับเขาด้วยในฐานะครูของพวกเด็ก ๆ ทีโตเป็นคนสมัยใหม่นี้ เธอมีอาชีพอย่างนี้ด้วยนะ ๕

ทำสิ่งดีๆ ให้เกิดขึ้น

โด่งหนุ่มจากภาคอีสาน เขาเข้ามาทำ เชื้อนหินให้บ้านใหม่ของเรา เขาทำด้วยความ ขยันและใส่ใจในหน้าที่ โด่งรับหน้าที่ขับรถ แทรกเตอร์ เขาเป็นคนสู้งาน ทำงานท่ามกลาง สายฝนและแสงแดด เขาทำงานอย่างไม่รู้ เหน็ดเหนื่อย มีความตั้งใจสูง ซึ่งดูแตกต่างจาก เพื่อนร่วมงานที่มาทำงานชนหินทำเชื้อนด้วยกัน เพราะคนอื่นๆ ต่างหลบงาน อุ้งงาน ขอบไป นิ่งๆ เล่น

แฟนดิฉันเจ้าของงานเชื้อนหิน เขาเฝ้า ดูพฤติกรรมของโด่งแล้วคิดว่า โด่งต่างจาก ลูกจ้างคนอื่นจริงๆ จึงได้ถามไถ่จากญาติของโด่ง ซึ่งเป็นคุณอาของเขานั่นแหละว่า หลานคนนี้เป็นอย่างไร เราจึงได้ทราบว่าโด่งกำพร้าพ่อแม่ตั้งแต่เด็กๆ แต่ได้เรียนหนังสือจนจบชั้นมัธยม และเขารับ ทำงานทุกอย่างเพื่อหาเงินเลี้ยงตนเอง

แฟนดิฉันจึงตัดสินใจรับโด่งมาเป็น คนงานของเรา ให้เขาทำหน้าที่ทำสวนที่ บ้านใหม่ของเรา โด่งดูดีใจและตั้งใจทำงาน อย่างมาก เราได้คุยกับเขามากขึ้นจึงรู้ว่า เขาเคยขับรถบัส รถทัวร์ เคยผ่านงานมาหลายที่ ไม่มีใครอุปการะหรือให้ความเมตตาต่อเขาเลย คำว่า “ความรัก ความเมตตา” เขาไม่เคย ได้รับจากใครทั้งนั้น

ดิฉันเห็นถึงความสุภาพ อ่อนน้อม มารยาทดี จึงอดสงสารไม่ได้ และคิดว่าคนเรา เกิดมาแตกต่างกันจริงๆ แต่ละคนก็มีภูมิหลัง ที่ไม่เหมือนกัน บางคนโอกาสดีๆ ก็ไม่เคยมี เข้ามาในชีวิต ไม่เคยได้รับความรัก ไม่มีใคร สนใจ เขาโดดเดี่ยวและว่าเหว... ต่อจากนี้ไป เขาก็จะเป็นสมาชิกใหม่ของบ้านเรา

ดิฉันขอให้ทุกคนโดยเฉพาะแม่ครัว และคนงานในบ้านต้องดูแลเขา ให้ความ เมตตา ส่วนเรื่องอาหารการกินต้องมีคุณภาพ เช่นเดียวกับเรา ซึ่งปกติดิฉันจะเป็นคนลงมือ ทำอาหารเองอยู่แล้ว และรู้ว่าใครชอบอะไร รสชาติอย่างไร เราใส่ใจและอยากให้ทุกคน ในบ้าน ในครอบครัวมีความสุข รู้สึกอบอุ่น และสบายใจ

สำหรับเรื่องข้าวของ เสื้อผ้า และ เครื่องใช้อื่นๆ ที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน เรา ก็ดูแลจัดหาให้เขา โด่งน้อมรับด้วยความสุภาพ สนิทหน้าของเขาบ่งบอกถึงความดีใจและตื่นเต้น เขาบอกใครๆ ว่า ทุกคนในบ้านดูแล ห่วงใย มีความเอื้ออาทรต่อเขา ซึ่งเป็นสิ่งที่เขาไม่เคย ได้รับจากที่ใดมาก่อน ได้ยินได้ฟังอย่างนี้แล้ว ก็ยิ่งรู้สึกสงสาร เพราะหากเราอยู่ในสภาพ อย่างนี้เช่นเดียวกับเขา เราคงท้อแท้ เบื่อชีวิต อย่างแน่นอน แต่โด่งกลับสู้ไม่ถอย จึงบอกกับ เขาว่า เบื้องบนลิขิตให้เขาได้มาทำงานให้เรา ซึ่งเราก็จะดูแลเขาเหมือนญาติคนหนึ่ง

วันนี้โด่งดูหน้าตาสดชื่นขึ้น แต่งตัว สะอาดสะอาดดี ดูไม่ต่างจากคนงานในบ้าน ของเรา เขาจะได้รับสวัสดิการและความมั่นคง ดิฉันขอบพระคุณพระเป็นเจ้า ขอบพระคุณ พระองค์ที่โปรดส่งคนดีให้มาร่วมงานกับเรา ให้ เราเองได้มีโอกาสช่วยเหลือคนที่ยากไร้ในอีก รูปแบบหนึ่ง ซึ่งโด่งเองก็ได้ช่วยเหลือเราตาม ความสามารถของเขา เป็นการช่วยเหลือ ซึ่งกันและกัน เราหวังว่าเขาจะทำให้เราภูมิใจ ส่วนเขาก็เหมือนได้เริ่มต้นชีวิตใหม่ มีความหวัง และมีอนาคต

ดิฉันขอพระเจ้าให้มีชีวิตในโลกนี้ ยาวนาน เพื่อจะใช้ทุกนาทีที่มีลมหายใจ เพื่อจะได้ช่วยเหลือคนรอบข้าง เป็นกำลังใจให้คน สิ้นหวัง เพื่อให้เขามีแรง ให้เขาลุกขึ้น ก้าวเดินต่อไป ให้เขาวิ่งไปข้างหน้า ให้เขาสู้ชีวิตบนโลกใบนี้ต่อไปไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นก็ตาม “ชีวิตต้องสู้” ต้องทำความดี ทำสิ่งดี ๆ ให้เกิดขึ้น

ดิฉันคิดเสมอว่า เมื่อพระเจ้าอวยพรเรา เราต้องมองหาและค้นหาความสามารถหรือพรสวรรค์ที่เรามีนั้นให้เจอ และนำพรสวรรค์อันนั้นออกมาทำให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่น ทำสิ่งดี ๆ ให้เกิดขึ้นให้ได้ และแล้วดิฉันค้นพบว่า... นี่คือ “ภารกิจใหม่” เป็นภารกิจใหม่ที่เริ่มต้นในวัยสูงอายุ เราจะไม่ว่างเฉย ๆ รอให้วันหนึ่ง ๆ ผ่านไปอย่างไร้ประโยชน์

ดิฉันจับพู่กันมาระบายสีลงกระดาษวาดภาพ ใช้สมาธิ นั่งลงวาดภาพด้วยความสงบของจิตใจ พยายามวาดให้เป็นดอกไม้ที่สวยงามหลากสี จริงอยู่ที่ว่าแม้เราจะไม่ได้เรียนทางการวาดภาพ แต่เรามีความตั้งใจจริง และทำด้วยใจรัก ซึ่งก็ทำอย่างนี้และคิดอย่างนี้มาตั้งแต่เด็ก หมั่นฝึกวาดบ่อย ๆ จนเป็นที่พึงพอใจของคนทีพบเห็น เมื่อเขาได้เห็นชิ้นงานใบต่อไปแผ่นต่อแผ่น... เมื่อมีคนเห็นเมื่อมีคนชื่นชมและสนใจ ดิฉันก็พลอยมีความสุข ปลื้มอกปลื้มใจ หัวใจพองโต มันช่วยเสริมและเพิ่มแรงบันดาลใจมากยิ่งขึ้น ดิฉันยินดีและดีใจที่ทำให้คนอื่นเบิกบานใจ ชื่นชอบและได้เพิ่มพูนความสุข ในวันที่เราลงมือวาดแจกให้เพื่อน ๆ คนที่ได้รับก็ปลื้มใจ เขานำไปใส่กรอบ และติดไว้ที่บ้าน หรือตามห้องต่าง ๆ บางคนก็ถ่ายรูปส่งกลับมาให้เราดูด้วย

ดิฉันคิดว่าจะทำกรวาดรูปขาย โดยจะนำรายได้ไปมอบให้เด็กยากจนที่โรงเรียน

ดอนบอสโก... ที่นั่นเป็นแหล่งผลิตนักเรียนที่ดี เป็นแหล่งให้ความรู้ด้านงานช่าง งานฝีมือ เพื่อให้เด็กที่เรียนจบสามารถไปประกอบอาชีพได้ ซึ่งโรงเรียนนี้ก็ให้โอกาสและโดยเฉพาะกับเด็กกำพร้า เด็กยากจน เด็กขาดทุนทรัพย์ และขาดโอกาสต่างๆ ให้ได้เข้ามารับการศึกษาเล่าเรียน ได้ฝึกวิชาชีพต่างๆ และได้รับการขัดเกลาชีวิตและจิตใจอย่างดีเลิศ จากคณະนักบวชชาวเลเซียน ที่ทุกท่านอุทิศชีวิตเพื่อเด็กยากจน หรือเด็กขาดโอกาสต่างๆ เหล่านี้

เรื่องชื่อเสียงของเด็กนักเรียนที่นี่ก็ได้รับการยอมรับตลอดมา เป็นเด็กที่มีคุณภาพ เป็นเยาวชนที่ดีของสังคม... มีเด็ก ๆ หลายคนไปร่วมประกวดเรื่องเครื่องยนต์ เด็กเหล่านี้มีฝีมือไม่แพ้เด็ก ๆ ต่างประเทศ และสามารถคว้ารางวัลชนะเลิศ นำชื่อเสียงกลับมาสู่โรงเรียนอีกด้วย

ชื่อเสียงของโรงเรียนนี้ยังเป็นที่ยอมรับของบุคคลภายนอกทั่วไป มีบริษัท และโรงงานต่าง ๆ มาขอจองตัวเด็กนักเรียนตั้งแต่เนิ่น ๆ ทั้ง ๆ ที่ยังเรียนไม่จบ เพราะเป็นเด็กเก่ง สุขภาพเรียบร้อย มีความประพฤติดี มีความซื่อสัตย์ และมีผลงานดีเด่น เพราะที่โรงงานของดิฉัน แม้จะเพิ่มเครื่องจักร แต่เราก็ใช้บริการของโรงเรียนนี้มาอย่างยาวนาน เราภูมิใจและดีใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งที่สนับสนุนในภารกิจแบบนี้

ณ วันนี้มีคนมาอุดหนุนภาพวาดของเราถึงที่บ้าน เรามีรายได้มากกว่าที่คิดเอาไว้ ซึ่งเราจะนำไปมอบให้เด็ก ๆ ตามที่เราได้ตั้งใจไว้ อย่าลืมนะ เราทุกคนต้องพึ่งพาศรัยซึ่งกันและกัน อย่าลืมนะเราต้อง “ทำสิ่งดี ๆ ให้เกิดขึ้น” ซึ่งสิ่งดี ๆ เหล่านั้นจะส่งผลต่อสังคม ต่อชุมชนที่เราอาศัยอยู่ร่วมกัน และต่อตัวเราเองด้วยค่ะ ☺

ภาพเคียงคำ

วีรพันธ์ เอกอักษรารณ



“ด้วยหน้าที่”

ด้วยหน้าที่
ยกเรื่องศาสน์
ใช้ศรัทธา
มีต่อองค์
ด้วยหน้าที่
เลี้ยงลูกให้
ได้ซึมซับ
ร่วมมิสซา
ด้วยหน้าที่
ต้องรอบคอบ
เสริมสีสัน
ระยะยาว
ด้วยหน้าที่
ทั้งสองสิ่ง
ทุ่มสุดใจ
สรรสิ่งดี

มีให้
วาดหวัง
นำทาง
คงมั่น
มีพ่อ
ไฝ่ธรรม
รับองค์
ต่อเนื่อง
มีอยู่
ตรงหน้า
ปั้นแวง
เราสร้าง
มีพระ
ต้องกล้า
ให้งาม
แนบสนิท

ไม่เคยขาด
ตั้งประสงค์
อย่างซื่อตรง
เสมอมา
ขออยู่ใกล้
ตามประสา
ตรงเวลา
เป็นเรื่องราว
รู้ผิดชอบ
คือผ้าขาว
ให้แพรวพราว
แบบอย่างดี
ไม่ละทิ้ง
อย่าเมินหนี
ตามวิถี
ชีวิตเรา



ข้อมูลสินค้า

สีวูดเทค

สีย้อมไม้ วูดเสตน

ไม้ภายนอก คนแดด คนฝน

ลายไม้เด่น **5** ทุน



ล็อคสีสด ทุน UV



เบอร์ 1813-2554
สีย้อมไม้ ทุนบ้าน



ข้อมูลสินค้า



เคมีกลซ

โพลียูรีเทนแท้ 100%

ปกป้องไม้ภายนอก สวยแกร่ง

เงา **ว๊ิง** สวย ทุน



รับส่วนลดพิเศษสุด เพื่อช่วยเหลืองานคริสตจักรและคริสตชนทั่วประเทศ

โทร. 0-2613-8989 (ต่อ 431 คุณศรรัฐ 'แพทริค' แดงเดช)

บริษัท พรซิชั่น 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

คุณวศกร ออ กรัฟฟิเจอร์รี่



สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสเสด็จอินโดนีเซีย เปิดฉากเยือนเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และโอเชียเนีย 12 วัน

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส เสด็จถึงกรุงจาการ์ตา ประเทศอินโดนีเซีย วันที่ 3 กันยายน ค.ศ. 2024 เป็นจุดหมายแรกในภารกิจเยือนของพระองค์ เพื่อส่งเสริมความเป็นหนึ่งเดียวในระหว่างศาสนา ภารกิจการเยือนครั้งนี้ ใช้เวลาทั้งสิ้น 12 วัน ซึ่งเป็นทริปเยือนต่างประเทศที่ยาวนานที่สุดของพระองค์

Photo © Vatican Media

โต้วาทีวัน

นริศ มณีขาว



“การพิจารณาแยกแยะพระประสงค์ของพระเจ้าคืออะไร?” (Discernment) จากคำสอนของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส และ 5 แบบฝึกปฏิบัติ

การพิจารณาแยกแยะพระประสงค์ของพระเจ้าคืออะไร? (Discernment) สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสให้ความเข้าใจกับเราว่าเป็นกระบวนการสำคัญที่ทุกคนต้องเผชิญในชีวิต เพราะการตัดสินใจเป็นส่วนสำคัญของชีวิตเรา ตั้งแต่การเลือกอาหาร เสื้อผ้า การศึกษา อาชีพ หรือความสัมพันธ์ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการชีวิตที่สร้างขึ้น และการไตร่ตรองเป็นวิธีที่เรานำพระประสงค์ของพระเจ้ามาใช้ในชีวิตของเรา

ในพระวรสาร พระเยซูเจ้าทรงใช้ภาพลักษณ์จากชีวิตประจำวันเพื่ออธิบายการพิจารณาแยกแยะพระประสงค์ของพระเจ้า

เช่น การเลือกปลาที่ดีจากปลาที่ไม่ดีของชาวประมง หรือพ่อค้าที่รู้จักเลือกไข่มุกที่มีค่ามากที่สุด การไตร่ตรองจึงเป็นการใช้สติปัญญา ทักษะ และเจตจำนง เพื่อทำการตัดสินใจที่ดี

การพิจารณาแยกแยะพระประสงค์ของพระเจ้าไม่เพียงแต่เป็นการคิดวิเคราะห์ แต่ยังรวมถึงการฟังอารมณ์และความรู้สึกในใจของเรา การตัดสินใจที่ดีควรนำมาซึ่งความยินดีและความสงบสุขที่ยั่งยืน ไม่ใช่ความสุขชั่วคราวที่ทิ้งความว่างเปล่าและความไม่พอใจ นอกจากนี้ การตัดสินใจที่ถูกต้องคือการพบกันระหว่างพระประสงค์ของพระเจ้ากับเจตจำนงของเรา

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสเน้นว่า การพิจารณาแยกแยะพระประสงค์ของพระเจ้านั้นยากลำบากแต่จำเป็นสำหรับการใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย และต้องการการรู้จักตัวเอง รู้ว่าสิ่งใดที่ดีสำหรับเราในเวลานี้และที่นี่ ที่สำคัญที่สุดคือการมีความสัมพันธ์แบบบุตรกับพระเจ้า พระเจ้าทรงต้องการให้เราได้เสรีภาพในการตัดสินใจ และการเรียนรู้ที่จะรักจำเป็นต้องมีการไตร่ตรองเพื่อทำสิ่งที่เป็นสัญลักษณ์ของความรักและความเป็นผู้ใหญ่ในความรัก

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสได้เชิญชวนให้เราเรียกขอความช่วยเหลือจากพระจิตเจ้าในทุกๆ วัน โดยเฉพาะเมื่อเราต้องทำการตัดสินใจในชีวิต

แบบฝึกปฏิบัติ “การพิจารณาแยกแยะพระประสงค์ของพระเจ้านั้นคืออะไร?” (Discernment)

วัตถุประสงค์: เพื่อพัฒนาความสามารถในการไตร่ตรองและตัดสินใจในชีวิตประจำวัน โดยใช้กระบวนการไตร่ตรองตามคำสอนของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส

แบบฝึกปฏิบัติที่ 1: การทบทวนการตัดสินใจในชีวิตประจำวัน

1. เลือกการตัดสินใจที่สำคัญในชีวิตของคุณ:
 - เลือกการตัดสินใจหนึ่งในชีวิตประจำวันที่คุณต้องตัดสินใจเป็นประจำ เช่น

การเลือกอาหาร การจัดการเวลาว่าง หรือ การเลือกเสื้อผ้าในแต่ละวัน

2. จดบันทึกความคิดและความรู้สึกที่เกิดขึ้นในระหว่างการตัดสินใจ:

- เมื่อคุณทำการตัดสินใจ จดบันทึกว่าคุณคิดอย่างไรและรู้สึกอย่างไรในขณะนั้น ความคิดและความรู้สึกเหล่านั้นนำไปสู่ความสงบสุขและความพอใจหรือไม่?

3. สะท้อนคิดหลังจากการตัดสินใจ:

- หลังจากที่你能ได้ทำการตัดสินใจแล้ว ให้พิจารณาว่าการตัดสินใจนั้นนำมาซึ่งความยินดีที่ยั่งยืนหรือทำให้เกิดความว่างเปล่าและความไม่พอใจในภายหลัง

แบบฝึกปฏิบัติที่ 2: การฟังเสียงในใจของคุณเอง

1. ใช้เวลาเงียบๆ เพื่อฟังใจตนเอง:
 - นั่งในที่เงียบสงบ และทำสมาธิอย่างสงบสัก 10 นาที สังเกตความคิดและความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อคุณคิดถึง การตัดสินใจที่ทำในชีวิตประจำวัน

2. จดบันทึกสิ่งที่คุณรู้สึก:

- บันทึกความรู้สึกที่เกิดขึ้นในระหว่างที่คุณทำสมาธิ ฟังใจตนเองว่ามีความสงบสุขหรือความไม่พอใจในใจของคุณอย่างไร

3. พิจารณาพระประสงค์ของพระเจ้า:

- พิจารณาว่าความรู้สึกที่เกิดขึ้นนั้นเป็นสัญญาณจากพระเจ้าหรือไม่ และพระประสงค์ของพระเจ้าสำหรับการตัดสินใจนั้นๆ คืออะไร

แบบฝึกปฏิบัติที่ 3: การไตร่ตรองในการตัดสินใจที่สำคัญ

1. เลือกการตัดสินใจที่สำคัญในชีวิตของคุณ:

- เลือกการตัดสินใจหนึ่งที่มีผลกระทบต่อชีวิตในระยะยาว เช่น การเลือกงาน การตัดสินใจในความสัมพันธ์ หรือการเลือกที่อยู่อาศัย

2. ใช้กระบวนการไตร่ตรองในการตัดสินใจ:

- นำกระบวนการไตร่ตรองมาใช้ในการพิจารณาทางเลือกต่างๆ โดยฟังเสียงในใจของตนเองและพิจารณาผลลัพธ์ที่อาจเกิดขึ้น

3. ตรวจสอบผลลัพธ์หลังการตัดสินใจ:

- หลังจากที่คุณได้ทำการตัดสินใจแล้ว ให้สะท้อนคิดว่าการตัดสินใจนั้นนำมาซึ่งความยินดีที่ยั่งยืนและความสงบสุขหรือไม่

แบบฝึกปฏิบัติที่ 4: การสนทนากว้างไกล

1. แบ่งปันประสบการณ์การไตร่ตรองกับผู้อื่น:

- เลือกคู่สนทนาหรือกลุ่มสนทนาทางจิตวิญญาณ แบ่งปันประสบการณ์การตัดสินใจและการไตร่ตรองของคุณให้ผู้อื่นฟัง

2. ฟังคำแนะนำจากผู้อื่น:

- ฟังความคิดเห็นและคำแนะนำจากคู่สนทนา พิจารณาว่าคุณสามารถนำสิ่งเหล่านั้นไปใช้ในกระบวนการไตร่ตรองของคุณได้อย่างไร

3. ใช้คำแนะนำในการปรับปรุงกระบวนการไตร่ตรองของคุณ:

- นำคำแนะนำและข้อเสนอแนะจากผู้อื่นไปปรับใช้ในกระบวนการไตร่ตรองของคุณ เพื่อพัฒนาความสามารถในการตัดสินใจที่ดีขึ้น

แบบฝึกปฏิบัติที่ 5: การอธิษฐานและทบทวน

1. อธิษฐานขอความช่วยเหลือจากพระจิตเจ้า:

- ปิดท้ายด้วยการอธิษฐานขอพระจิตเจ้าช่วยนำทางและให้ความชัดเจนในการตัดสินใจและการไตร่ตรองในชีวิตประจำวัน

2. ทบทวนกระบวนการไตร่ตรองของคุณ:

- ใช้เวลาในการทบทวนว่าคุณได้เรียนรู้อะไรจากกระบวนการไตร่ตรองในสัปดาห์นี้ และคุณต้องการพัฒนาอะไรเพิ่มเติม

หมายเหตุ: แบบฝึกหัดนี้สามารถทำซ้ำได้หลายครั้ง เพื่อพัฒนาทักษะการไตร่ตรองในทุกสถานการณ์ของชีวิต และเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกับพระเจ้าในทุกๆ การตัดสินใจ

ขอพระจิตเจ้าอวยพรและนำทางทุกท่านในการพิจารณาแยกแยะพระประสงค์ของพระเจ้าในชีวิตประจำของทุกท่านในชีวิตส่วนตัว ครอบครัว ที่ทำงาน ชุมชน และสังคม

เจ็บแบบไหนดีกว่ากัน

“ทุกอย่างมัน “พัง” ไปหมดแล้ว”

“ผม/ฉัน ไม่เหลืออะไรแล้ว”

“ทุกคนเข้าใจฉันผิดหมดเลย”

“ฉันทำพลาดเพียงครั้งเดียว จะไม่เหลือที่ยืนให้ฉันบ้างเลยหรือ”

“ผม/ฉันอยากลาออก ไม่อยากเข้าไปในที่ทำงานอีก”

“มันแย่มากเลยตอนนี้ คิดแล้วน้ำตาก็ไหลตลอด”

“คนในกลุ่มไลน์เขาออกจากกลุ่มกันไปหมด ทุกคนทิ้งฉันไปเลย”

“ฉันพยายามขอร้องให้แต่ละคน พังฉันอธิบายนบ้าง เขาเข้าใจฉันผิด แต่ไม่มีใครเปิดใจเลย”

ในชีวิตของคนเรา จะมีช่วงเวลาใด เวลาหนึ่งของชีวิต ที่เรากำลังอยู่ในช่วงเวลาแห่งความรู้สึกแย่งช่วงเวลาที่อะไร อะไร ก็ประเดประดังเข้ามาในชีวิต โดนน็อกเข้าทีจากปัญหา จากผู้คน จากเรื่องที่เราไม่ได้ก่อ จากเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดฝัน จนทำให้เราทรุดลงแบบไม่ทันตั้งตัว ซ้ำร้าย หากความท้าทายมีระดับความเข้มข้นอย่างมาก ความถี่ของอุปสรรค และสารพันปัญหา จะดาหน้าเข้ามาอย่างไม่หยุด

ณ ช่วงเวลานั้น เราอาจรู้สึกได้ว่า เราถูก “ทิ้งดิ่ง” “ทิ้งเดี่ยว” ต้องเผชิญกับทุก ๆ เรื่องตามลำพัง และรู้สึกเสียศูนย์ไปอย่างมากมาย

ร่างกายเครียด จนไม่สามารถดื่ม กิน อะไรได้มากมาย อาจเกิดอาการขย้อน สำลัก สำรอก อาเจียนอาหารออกมา พาให้ร่างกายหมดเรี่ยวแรง แอมนอนไม่หลับ สมองตื่นอยู่ตลอด แม้กายจะล้ามากเพียงใดก็ตาม

ความคิดวิ่งวนไปวนมาซ้ำแล้วซ้ำอีกในหัวสมอง กับเรื่องราวแย่ ๆ ร้าย ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง เกิดคำถามกับตัวเองว่า “ทำไมต้องเป็นฉัน” “ฉันผิดอะไร” “ทำไมไม่มีใครเข้าใจฉันเลย” “ไม่ใช่แล้ว ฉันหมดแรงแล้ว” “ไม่อยากรับรู้อะไรแล้ว”

ซึ่งก่อนหน้านั้น อาจจะเคยหลังชนฝา ลู่วิ่งแรง แผลงฤทธิ์มาก่อนหน้า เพื่อพิสูจน์ตัว พิสูจน์ตนให้คนอื่นเข้าใจ เมื่อสู้ไม่ไหว ใจจึงเริ่มท้อ พ้อต่อว่าแทน

ช่วงเวลาเช่นนี้ เป็นช่วงเวลาแห่งการพิสูจน์ใจและเป็นช่วงเวลาแห่งการสร้างตนให้เติบโตขึ้นทางปัญญาและเติบโตทางอารมณ์ ที่อาศัยการตรองและการกรองด้วยสติ มิใช่การเติบโตตามพัฒนาการธรรมชาติที่ไม่ต้องทำอะไร วยก็เปลี่ยน ไปตามกาลเวลาเท่านั้น

ประสบการณ์อันเลวร้าย ปัญหา อุปสรรค ความท้าทายต่าง ๆ จะเป็นบททดสอบสภาวะแห่งจิตใจของเราว่า เราเก่ง และแกร่งพอแค่ไหน ในวัยที่เป็นอยู่ ณ ปัจจุบันนี้

แน่นอนว่า ในช่วงที่ต้องเผชิญและต้องอยู่กับช่วงเวลาที่ไม่ดีร้าย มันทรมาณและบีบคั้น.... จนอยากปล่อยให้ตัวเองจมดิ่งไปกับความคิดลบ ๆ และอารมณ์แย่ ๆ ที่สร้างแผลใจ หรือแผลกายให้ตนเอง

ณ ขณะนั้น แต่หากเมื่อใดที่เราสามารถฟื้นคืนกลับมาตั้งตัวเองเพื่อเดินหน้าต่อได้ นั่นคือ การสร้างตนเองให้แข็งแกร่งขึ้นไปได้อีกขั้นหนึ่งของชีวิตในวัยผู้ใหญ่กันไว้

ช่วงเวลาเช่นนี้ เป็นช่วงเวลาที่จะวัดกันว่า เราสามารถใช้ Growth Mindset และ Choice Mindset เพื่อเข้ามาจัดการชีวิตได้อย่างไร ในการผ่านเวลาที่ยากเย็นนี้ได้

คนที่มี Growth Mindset จะมองอุปสรรคเป็นปัญหาที่เข้ามาทดสอบชีวิต คนเราทุกคนมีช่วงเวลาแห่งความทุกข์ยากด้วยกันทั้งสิ้น ไม่มีใครไม่เคยล้มหรือพลาดมาก่อน ไม่มีใครที่ไม่เคยถูกเข้าใจผิด พวกเขาจะมองว่า สิ่งต่างๆ ที่ตาโถม จู่โจม เข้ามาในชีวิตคือความท้าทาย ที่ต้องฟันฝ่าข้ามไปได้

แม้ว่าผู้คนรายรอบไม่เข้าข้าง ไม่เข้าใจ แม้ว่าจะสิ่งแวดล้อมรอบตัวไม่เป็นใจ จนถูกทับถมจากสถานการณ์รอบข้างมากแค่ไหน คนที่มี Growth Mindset จะไม่ซ้ำเติมตัวเองให้แย่ลงจนไปอีก การมองปัญหา จึงมุ่งไปที่การหาทางเลือก และการหาทางออก มิใช่ การสร้างปัญหาเติมให้ตนเองเพิ่มมากขึ้น

ถ้าปัญหาซับซ้อนมาก ไม่อาจรับมือ หรือไม่อาจแก้ไขด้วยตัวคนเดียวได้ ก็ต้องหา “ผู้ช่วย” มาชี้แนะ ชี้ทาง ให้คำปรึกษา ร่วมหาทางออก หรือหา “ตัวช่วย” อื่นๆ ที่จะเอื้อให้แข็งแรง มีพลัง หรือเป็นที่พึ่งพิง หลบภัย พักกายใจ ให้พร้อมฟันตัวเพื่อลุกขึ้นมาเอาชนะอุปสรรค ปัญหา ความท้าทายต่างๆ นั้นให้จงได้

คนที่มี Choice Mindset จะบอกตัวเองว่า ชีวิตมี “ทางเลือก” เสมอ อย่างน้อย 2 ทางเลือก ให้ตนเองอยู่เสมอ ในทุกสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับชีวิต

เราเป็น “ผู้เลือก” ว่าจะเลือกทางเลือกใด ระหว่าง “หลีกเลี่ยง” กลบปัญหาไว้ ให้ตัวเองแยะ หรือ “เรียนรู้” กล้าเผชิญปัญหา ให้ตัวเองดีขึ้น

สิ่งที่เหมือนกันทั้งสองทางเลือก คือ ต่างต้องผ่านความเจ็บปวด และความสับสนสับสนร้าวด้วยกันทั้งคู่

สิ่งที่ต่างกัน在选择ทั้งสอง คือ ในทางเลือกแบบแรก การอยู่กับความเจ็บปวด จะกลายเป็นแผลที่ฝังใจ กัดกร่อนคุณค่าในตนเอง ไม่มีอะไรดีขึ้น รังแต่จะแย่ลงไปเรื่อย ในขณะที่ความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นในแบบที่สอง เกิดจากการใช้พลัง ต่อสู้เพื่อตั้งความคิด และอารมณ์ทางลบของตนเองให้ออกจากหล่มหรือหลุมที่จมดิ่งลงไป ตะเกียกตะกายเพื่อพยุงตนให้ลุกขึ้นมาให้ได้ แม้จะมีแผลเป็นทางใจอยู่บ้าง แต่แผลนั้น จะเป็นเพียงร่องรอยแห่งประสบการณ์ ที่จารึกความทรงจำที่ดีว่า ความพยายามของการฝ่าฟันนั้น ทำให้ชีวิตก้าวข้ามจากปัญหาไปสู่ปัญญาได้มากมายขนาดไหน

ช่วงเวลาที่ถูกถด จะเป็นช่วงเวลาพิสูจน์พลังแห่งสติ พิสูจน์สิ่งที่เคยรู้ เคยบอก เคยกล่าว เคยสอน ผู้คนมา เมื่อโดนประสบการณ์แยะๆ ขนเข้าจ้งกับตนเองจ้งๆ จะเป็นการวัดและประเมินตนเองได้ว่า ความรู้ที่มี สามารถเอามาใช้ “ได้จริง” ได้ในระดับใด หรือจะอยู่ในสภาวะของ “ความรู้ท่วมหัว เอาตัวไม่รอด”

ในช่วงเวลาปกติ จึงควรเรียนรู้ที่จะมีคลังของตัวเลือก ตัวช่วย แสวงหาความรู้ฝึกทักษะ เพื่อสร้างภูมิให้กับตนเองไปเรื่อยๆ และเตือนตัวเองทุกครั้งในการเลือกว่า “จะเลือกเจ็บแบบไหน... ให้ใช้สตินำทาง....” ❌



ASSUMPTION WAY ASSUMPTION STYLE



โรงเรียนอัสสัมชัญ ได้ปรับกระบวนการเรียนรู้ ผ่านทางแผนการเรียน การสอน เพื่อรองรับในการพัฒนาศักยภาพของนักเรียนที่หลากหลาย และสามารถ เรียนรู้ในสิ่งที่ตนสนใจ ตามแนวทางความถนัดของตัวเองกับแนวคิดที่ว่า “อัสสัมชัญ จะพัฒนานักเรียนให้เป็นผู้สร้างงานและนวัตกรรม ไม่ใช่เป็นคนงานที่ป้อนเข้าสู่ โลกธุรกิจเท่านั้น”

ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีแผนการเรียนให้เลือกศึกษา 6 แผนการเรียน ได้แก่

1. แผนการเรียน Gifted Science & Mathematics Program ห้องเรียนที่ส่งเสริม การพัฒนาทักษะเกี่ยวกับวิทยาศาสตร์-คณิตศาสตร์ ตามแนวทาง สสวท.และ สอวน.
2. แผนการเรียน Science & Mathematics Program ห้องเรียนที่ส่งเสริมการพัฒนา ทักษะกระบวนการทางวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์
3. แผนการเรียน Digital & Technology Program ห้องเรียนที่ส่งเสริมการพัฒนา ทักษะเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ด้าน Digital and Technology
4. แผนการเรียน Chinese & English Program ห้องเรียนที่ส่งเสริมการใช้ภาษาจีน ตามมาตรฐาน HSK และภาษาอังกฤษ ทั้งในชั้นเรียนและชีวิตประจำวัน
5. แผนการเรียน Bell English Program ห้องเรียนที่เน้นภาษาอังกฤษ โดยใช้หลักสูตร ภาษาอังกฤษของศูนย์ภาษา Bell Educational Trust, England
6. แผนการเรียน Science & Mathematics English Program ห้องเรียนที่เน้นภาษา อังกฤษเป็นสื่อ ตามแนวทาง British Integration Curriculum

ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีแผนการเรียนให้เลือกศึกษา 13 แผนการเรียน ได้แก่

1. แผนการเรียน AC Advanced Science & Mathematics Program
2. แผนการเรียน AC Pre-Engineering Program
3. แผนการเรียน AC Health Science Program
4. แผนการเรียน AC Digital & Technology Program
5. แผนการเรียน AC Business Administration Program
6. แผนการเรียน AC Art & Design Program
7. แผนการเรียน AC Sports Program [ต้องผ่านการคัดเลือกในโครงการนักกีฬาทุน]
8. แผนการเรียน AC French Program
9. แผนการเรียน AC Chinese Program
10. แผนการเรียน AC Japanese Program
11. โปรแกรมภาษาอังกฤษ (English Program) AC Pre-Engineering English Program
12. โปรแกรมภาษาอังกฤษ (English Program) AC Health Science English Program
13. โปรแกรมภาษาอังกฤษ (English Program) AC Business Administration English Program



ดูรายละเอียดการรับสมัครได้ที่

www.assumption.ac.th

www.facebook.com/AssumptionCollege1885

Line @ : Assumption1885

โทรศัพท์ 0-2630-7111-20 โทรสาร 0-2237-7769

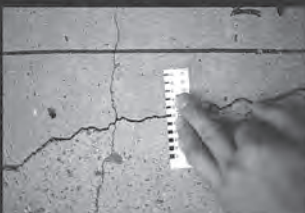


#ASSUMPTION_STYLE



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

ผู้ผลิตและจำหน่ายเคมีภัณฑ์ก่อสร้าง
พร้อมบริการติดตั้งงานระบบป้องกันการรั่วซึมทุกชนิดของอาคาร
งานเคลือบพื้นโรงงานอุตสาหกรรม
งานเสริมความแข็งแรงและซ่อมแซมโครงสร้างคอนกรีต
แก้ไขรอยแตกร้าวของอาคาร งานป้องกันสนิมโครงสร้าง
งานหยุดน้ำรั่วทันทีด้วยวัสดุที่มีคุณภาพและทันสมัย
โดยช่างที่มีความชำนาญ และประสบการณ์สูง
พร้อมการรับประกันผลงาน



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

- งานหยุดร่องรอยต่อถนน พื้นโรงงาน และ
โครงสร้างคอนกรีต ด้วยวัสดุฉนวนหลายชนิด
- 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

ผู้ช่วย...เยาวชน

อัญญา กนกนันท์ พันธุ์กระวี สัตบุรุษวัดนักบุญยอแซฟ ตรอกจันทน์ อัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ



“เจ้” เจ้าหน้าที่สำนักเลขานุการสภาพระสังฆราชฯ แรงบันดาลใจที่เข้ามาทำงานในครั้งนี้ คือ ต้องการรับใช้พระเจ้าและพระศาสนจักร และได้รับพระพรและประสบการณ์ซึ่งตรงตามคุณสมบัติที่สภาพระสังฆราชฯ กำหนด

สวัสดีค่ะพี่น้องคริสตชนและเพื่อน ๆ เยาวชนทุกท่าน คอลัมน์ “เยาวชนของเรา” ฉบับนี้ขอแนะนำให้รู้จักกับ “เจ้” อัญญา กนกนันท์ พันธุ์กระวี สัตบุรุษวัดนักบุญยอแซฟ ตรอกจันทน์ อัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ เจ้เป็นคาทอลิกคนเดียวของบ้าน บิดามารดาไม่ได้นับถือศาสนาคริสต์ มีคุณตาที่นับถือศาสนาคริสต์ แรงงูใจของการเป็นคริสตชน เชื่อว่าพระองค์ทรงเรียกตั้งแต่วัยเยาว์ เพราะสนใจศาสนาคริสต์ตั้งแต่เรียนชั้น ป.1 ที่โรงเรียนมาแตร์เดอีวิทยาลัย ตอนนั้นอยากไปเรียนคำสอนมาก ๆ แต่ไม่ได้เรียนเพราะครอบครัวไม่ได้นับถือ



ศาสนาคริสต์ และต้องการเข้าร่วมพิธีมิสซาด้วย ได้รับแรงบันดาลใจจากพระเจ้าในหลายๆ เรื่อง ตอนเด็กๆ ชอบไปห้องคำสอนบ่อยๆ เพื่อไปอ่านหนังสือศรัทธาเกี่ยวกับอัครสาวก สามารถสวดบทวันทามารีย์และข้าแต่พระบิดาได้ตั้งแต่เด็ก ได้รู้จักประวัติของพระเยซูผ่านวันฉลองพระคริสตสมภพในทุกๆ ปี หลังจากนั้นได้รับแรงบันดาลใจในการเลือกนักบุญอัญญา เมรีซี เป็นนักบุญอุปถัมภ์จากรางวัล “เซอร์เวียม” (คือ การรับใช้ เสียสละผู้อื่น) ซึ่งได้รับรางวัลนี้ในการช่วยเหลือเพื่อนและคุณครูเสมอ และได้รับแรงบันดาลใจจากเรื่องที่คุณครูเล่าเกี่ยวกับนักบุญอัญญา เมรีซี และหนูเขียนเรียงความเกี่ยวกับท่าน และได้เข้ารอบ 3 คนสุดท้าย

หลังจบมัธยมศึกษาปีที่ 2 พระองค์ทรงเรียกหนูอีกครั้งเมื่อไปศึกษาต่อที่ประเทศอังกฤษ ซึ่งเป็นโรงเรียนนิกายแองกลิกัน (Church of England) ได้เข้าวัดและสวดภาวนาแทบทุกวัน สวดภาวนาก่อน-หลังรับประทานอาหารกลางวันกับคุณครูและเพื่อนๆ ได้อยู่ในคณะนักร้องประสานเสียง จากการเข้าวัดเป็นประจำทำให้ได้รู้จักกับพระเจ้ามากขึ้น และรู้จักความหมายของเพลงอย่างลึกซึ้ง

เมื่อกลับมาที่ประเทศไทย ได้เข้าวัดในวันฉลองพระคริสตสมภพทุกปี ที่วัดนักบุญยอแซฟ ตรอกจันทน์ ซึ่งอยู่แถวบ้าน จนมาถึงปี ค.ศ. 2011 ได้เรียนเกี่ยวกับศาสนาคริสต์ที่มหาวิทยาลัย



ตอนแรกได้ไปเข้าคริสตจักรที่สอง สามย่าน ได้เรียนคำสอนเพื่อล้างบาปจนจบคอร์ส ระหว่างเขียนคำพยานชีวิตตระหนักได้ว่าครอบครัวคุณตานั้นถือศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก ขณะเดียวกันเพื่อนสนิทที่โรงเรียนได้ชวนเรียนคำสอนกับซิสเตอร์คณะอัครทูต จึงกลับใจมาเข้าคาทอลิก เมื่อบอกกับครอบครัวรู้สึกอัศจรรย์ใจที่ทุกคนเข้าใจและยอมรับ เชื่อเสมอว่าพระเจ้าทรงนำข้าพเจ้าให้มารู้จักกับพระเจ้าตั้งแต่ข้าพเจ้ายังอยู่ในวัยเด็ก และจนถึงปัจจุบันนี้ ขอบคุณพระเจ้าเสมอที่ทรงนำข้าพเจ้าและทรงประทานพระพร สติปัญญา ปรึกษาญาณ และประสบการณ์ต่างๆ เข้ามาในชีวิต

กิจกรรมเยาวชน เมื่อก่อนหนูเป็นเลขานุการชุมนุมคาทอลิก มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และเป็นอดีตกรรมการศูนย์นิสิตนักศึกษาคาทอลิกแห่งประเทศไทย (2013-2014) เคยร่วมร้องประสานเสียงคอนเสิร์ต Handel's Messiah 2023 และ Spring Concert 2024 : From Passion to Peace ร่วมกับกลุ่มนักร้อง The Bangkok Combined Choir and Orchestra ที่ศูนย์วัฒนธรรมแห่งประเทศไทย พิสูจน์อักษรหนังสือ “พระคัมภีร์ในที่ประชุมใหญ่” และหนังสือ “พระคัมภีร์ช่วยชีวิตเขาไว้” ซึ่งเขียนโดยคุณพ่อพงศ์เทพ ประมวลพร้อม

ปัจจุบันเจ้าเป็นเยาวชนวัด นักขับร้อง ผู้อ่านพระคัมภีร์ พิธีกร (ในบางโอกาส) ก่อสวดสายประคำ และเพิ่งได้รับหน้าที่เป็นสภาภิบาลวัดนักบุญยอแซฟ ตรอกจันทน์ และอาสาสมัครฆราวาสประกาศข่าวดีประจำวัดนักบุญยอแซฟ ตรอกจันทน์

นอกจากกิจกรรมเยาวชนแล้ว เจ้าทำงานประจำที่สภาพระสังฆราชฯ จริงๆ แล้ว ใฝ่ฝันที่จะทำงานที่สภาพระสังฆราชฯ ตั้งแต่ศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย เพื่อรับใช้พระเจ้าและพระศาสนจักร





ตามพระพรที่ได้รับทางด้านสื่อมวลชน แต่ช่วงนั้นไม่มีตำแหน่งที่เปิดรับสมัคร เชื่อว่าพระองค์ทรงมีแผนการและทรงเปิดโอกาสให้ไปทำงานกับบริษัทอื่น เพื่อเตรียมความพร้อมและเพิ่มพูนทักษะในการทำงานก่อนจะทำงานรับใช้สภาพระสังฆราชฯ อย่างเต็มตัว เชื่อว่าพระเป็นเจ้าทรงมีแผนการและเลือกสรรให้มาทำงานที่สภาพระสังฆราชฯ ในเวลาที่เหมาะสมและตามพระประสงค์ของพระองค์ แรงบันดาลใจที่เข้ามาทำงานในครั้งนี้ คือ ต้องการรับใช้พระเจ้าและพระศาสนจักร และได้รับพระพรและประสบการณ์ซึ่งตรงตามคุณสมบัติที่สภาพระสังฆราชฯ กำหนด

งานที่ได้รับมอบหมาย คือ... ได้รับหน้าที่เป็นเลขานุการประจำสำนักเลขาธิการ สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย ซึ่งพระพรที่ได้รับจากการทำงาน ณ ขณะนี้ คือ เก็บข้อมูล แปลเอกสาร พิสูจน์อักษร เขียนและส่งจดหมายราชการ ติดต่อสื่อสาร มนุษย์สัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานและองค์กรต่างๆ

สิ่งที่คาดหวัง คือ “ขอพระเจ้าประทานทุกสิ่งตามที่พระองค์ปรารถนา และโปรดให้แผนการทั้งปวงของพระองค์ประสบความสำเร็จ” (สดด. 20:4) เราเป็นผู้รับใช้และเครื่องมือในการทำ

พันธกิจต่างๆ ของพระองค์ อยู่ในสถานะทรงเรียกเสมอ ไม่ว่าพระองค์จะเรียกไปทำงานที่ใด

ในโลกทุกวันนี้เราเจอแต่สิ่งที่ทำทนาย อยากให้เยาวชนได้ตระหนักถึงการประทับอยู่ของพระเป็นเจ้าในชีวิตของเรา เชื่อและวางใจในการทรงนำของพระองค์ ไม่ว่าชีวิตเราจะเป็นอย่างไร ขอให้ฝากไว้กับพระองค์ เมื่อเราประสบปัญหา ขอให้นึกถึงพระองค์ผู้ทรงประทับอยู่กับเราเสมอ ดังพระวาจาที่ว่า “เราอยู่กับท่านทุกวันตลอดไปตราบจนสิ้นพิภพ” (มธ. 28:20) อยากให้ละความกังวลใจไว้กับพระองค์ ขอบพระคุณและสรรเสริญพระองค์ในทุกกรณี และอย่ากระวนกระวายใจถึงสิ่งใดเลย จงทูลพระเจ้าให้ทรงทราบถึงความปรารถนาทุกอย่างของท่านโดยคำอธิษฐาน การวอนขอพร้อมด้วยการขอบพระคุณ แล้วสันติสุขของพระเจ้าซึ่งเกินสติปัญญาจะเข้าใจได้นั้น จะคุ้มครองดวงใจและความคิดของท่านไว้ในพระคริสตเยซู (ฟป. 4:6-7)

อยากชวนน้องๆ เข้าร่วมกิจกรรมของเยาวชนวัดกันเยอะๆ เพราะนอกจากน้องๆ จะได้เรียนรู้หลายสิ่งหลายอย่างและสามารถนำกลับไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในอนาคตแล้ว น้องๆ ยังได้รับประสบการณ์ที่มีคุณค่า มิตรภาพที่ดี และชิดสนิทกับพระเจ้ามากขึ้นด้วย คุ่มยิ่งกว่าคุ่ม **๕**

ชวนน้องคุย

ชวนน้องคุย

“ยิ้ม ยิ้ม ยิ้ม 2024”

“รอยยิ้ม” ทำให้โลกสวย เสริมสร้างกำลังใจ ...ทุกครั้งที่น้องๆ มีภาพสวยๆ ยิ้มๆ ก็รีบส่งภาพมาร่วมสนุกแบ่งปันรอยยิ้มกับโครงการ “ยิ้ม...ยิ้ม...ยิ้ม... 2024” กับสโมสรอุดมศึกษา ในคอลัมน์ “จูเนียร์โฟโต้” ของภาพแบบเห็นรอยยิ้มชัดๆ 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 สโมสรอุดมศึกษา ชั้น 8 เลขที่ 122/11 ซ.นนทรี 14 ถนนนริ ยานนาวา กรุงเทพมหานคร 10120 หรือส่งทาง E-mail: udomsarn@gmail.com นะครับ

สวัสดีน้องๆ เด็กๆ และสมาชิกสโมสรอุดมศึกษา ที่น่ารักทุกคน สำหรับเดือนตุลาคม เรายกให้เป็นเดือนของ “แม่พระแห่งลูกประคำ” แม่พระได้ประจักษ์แก่เด็ก ๆ และขอร้องให้สวดลูกประคำทุกๆ วัน และยังได้บอกอีกว่า “ฉันคือ แม่พระลูกประคำ จงสวดลูกประคำต่อไปทุก ๆ วัน”

และเป็นพิเศษ โอกาสที่ปีนี้ “ครบรอบ 100 ปี การถวายมิสซังไทยแด่แม่พระ” และเตรียมเข้าสู่ “ปีศักดิ์สิทธิ์ ค.ศ. 2025” จึงขอให้น้องๆ ตั้งใจสวดลูกประคำ พวกเรา วอนขอแม่พระโปรดปกป้องคุ้มครองประเทศไทย และพี่น้องชาวไทย ...ขอให้เกิดสันติภาพอย่างแท้จริง และขอให้การเบียดเบียนศาสนาในประเทศต่างๆ หหมดสิ้นไป “พลังที่ยิ่งใหญ่ที่สุดคือการสวดภาวนา อาวุธที่ดีที่สุดคือสายประคำ”...ครับผม

สำหรับน้องๆ ที่สนใจ อยากจะสมัครเป็นสมาชิกของสโมสรอุดมศึกษา “สมัครฟรี” ไร้กรอบ “แบบฟอร์มใบสมัคร” แล้วส่งกลับมาหาพี่ป๋องตามที่อยู่ของสโมสรฯ! ... “ยินดีต้อนรับทุกคน” ครับ... โอกาสนี้ ขอขอบพระคุณซิสเตอร์อิกเนส มาลาวัลย์ คุณครูพรพรรณ อิมรุ่งเรือง คุณครูสุรดา ฉิมแก้ว คุณครูลัดดา กล้าชัย คุณครูวันชัย เชื้อตายน่า คุณครูพาณี กิจสวัสดิ์ และคุณครูโรชา ลิขิตธรรม ที่สนับสนุนกิจกรรมของสโมสรฯ ตลอดมา และหวังว่า คุณครูทุกท่านจะได้สนับสนุน สโมสรอุดมศึกษาต่อไป... สวัสดีครับ

รางวัลชมเชย



น้องวัชรกร อินธิติก น้องจิรัชญา ต้นปรีक्षा น้องนัฐชา ก้าวรงค์ น้องเพชรรัตน์ อ่อนศรี น้องกฤษกร เก้าวาลัย น้องเขมนิจ สกลธวัฒน์ โรงเรียนท่าแร่วิทยา จ.สกลนคร น้องณภัทร วันจันทร์ น้องกรวิวิ จิตต์อำไพ น้องณัชชา เปลี่ยนสีทอง น้องประดับดาว บุศตาสุข น้องสุธาณีนัย พันศรี น้องสมิตรา กาญจนสิทธิ์ โรงเรียนเรืองวิทย์พระหฤทัย จ.ราชบุรี น้องมีดาว นากสุก น้องอันดา แจ่มกระจ่าง น้องณัชภา แสนหวัง น้องสาริตา ช่มไพรี น้องภคพร อ่องไพฑูรย์ โรงเรียนพระหฤทัยดอนเมือง น้องมานะชัย ชัยวิเชียร โรงเรียนหาดอมราฯ น้องธีรภัท บุญเย็น น้องอภิชาติ นวลประเสริฐ น้องสุวีณา ปิติสุข น้องเอกพล เปี่ยมวินัย โรงเรียนเทศบาล จ.สมุทรปราการ



นายชุมพบาลที่ดี

เธอเคยไปปิกนิกหรือไปสวนสาธารณะแล้วพบทุ่งหญ้าเขียวขจีขึ้นหนาเหมือนพรมหรือไม่ เธอเคยนั่งหรือนอนลงบนหญ้าและสัมผัสได้ถึงความอบอุ่นของพื้นดินข้างล่าง และสูดอากาศที่สดชื่นของกลิ่นบริสุทธิ์ของต้นหญ้าหรือไม่ ในพระคัมภีร์พันธสัญญาเดิม กษัตริย์ดาวิดเปรียบเทียบกับองค์พระผู้เป็นเจ้าว่า ทรงเป็นผู้เลี้ยงแกะที่ดี “นายชุมพบาลที่ดี” ทรงนำแกะไปในทุ่งหญ้าเขียวขจี ที่ซึ่งมีหญ้าขึ้นหนาและสด อันเป็นที่ซึ่งฝูงแกะสามารถพักผ่อนและหาอาหารได้ เธอเคยเห็นภาพพระเยซูเจ้านายชุมพบาลที่ดี ที่ทรงเอาใจใส่แกะของพระองค์ ปกป้อง ฝึกระวัง และนำไปสู่ทุ่งหญ้าเขียวขจีหรือไม่ ซึ่งนับเป็นภาพที่งดงามจริงๆ

ครั้งต่อไปเมื่อเธอไปที่สวนสาธารณะหรือไปปิกนิก ให้คิดถึงพระเยซูเจ้านายชุมพบาลที่ดี เธอลองนอนลงบนหญ้า และมองขึ้นไปบนท้องฟ้า มองดูก้อนเมฆ สูดกลิ่นดอกหญ้าและดอกไม้ และสวดภาวนาขอบพระคุณที่มีพระเยซูเจ้ามาเป็นนายชุมพบาลที่น่ารัก ซึ่งจะคอยเฝ้าดูแลเธอและพวกเราเสมอไป

น้องๆ เด็กๆ ควรอ่าน พระคัมภีร์ภาคพันธสัญญาเดิม ในหนังสือเพลงสดุดี บทที่ 23 ข้อ 1-2 และในพันธสัญญาใหม่ (ยอห์น 10 ข้อ 1-16)

การ์ตูน...คนดี

รู้จักโอนอ่อนผ่อนตาม
(...know when
to bend a Little)



จากการ์ตูน Saints...are...ของโมค
ถอดความโดย : ครูบ้านนอก

สมาชิกใหม่

สวัสดีครับ...มาถึงช่วงของ “สมาชิกใหม่” จุดประสงค์ของสโมสรฯ เพื่อให้น้องๆ ได้รู้จัก “เพื่อนใหม่” สโมสรฯ แต่หากต้องการรู้จักกันมากขึ้น เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น แบ่งปันประสบการณ์ ก็ขอให้ติดต่อผ่านทางโรงเรียนหรือสถาบันที่เพื่อนใหม่สังกัด นะครับ



*น้องภริฎญา คำตานิษฐ์ (แปง) *3440*

เกิด : 4 พฤศจิกายน

การศึกษา : โรงเรียนลาซาลโชติรวินครสวรรค์

วิชาที่ชอบ : คณิตศาสตร์ เพราะได้คิด และคำนวณ

อนาคตอยากเป็น : ครูสอนคณิตศาสตร์

เป็นคนมีนิสัย : เงียบ มีจิตใจดี ชอบหยอกล้อ

และล้อเล่นกับเพื่อนๆ และอื่นๆ

สัตว์ที่ชอบ : แมว

ชอบใช้เวลาว่าง : เล่นเกมบ้าง ดูหนังบ้าง

กีฬาที่ชอบ : ตะกร้อ

อาหารที่ชอบ : หมูกระทะ

ความสามารถพิเศษ : คิด คำนวณได้เร็ว

อื่นๆ : ชอบแกล้ง ชอบล้อเล่นกับเพื่อนๆ



*น้องชารเกียรติ ชิตยะวงศ์ (เบสก์) *3441*

เกิด : 1 มีนาคม

การศึกษา : โรงเรียนลาซาลโชติรวินครสวรรค์

วิชาที่ชอบ : วิทยาศาสตร์ เพราะได้ใช้สมองวิเคราะห์

คำนวณสิ่งต่างๆ

อนาคตอยากเป็น : นักกีฬาบอลเลย์บอล

เป็นคนมีนิสัย : ใจดี แบ่งปัน ชอบช่วยเหลือ

สัตว์ที่ชอบ : กระต่าย

ชอบใช้เวลาว่าง : ทำการบ้าน เล่นเกมบ้าง

กีฬาที่ชอบ : บอลเลย์บอล

อาหารที่ชอบ : ผัดไทย

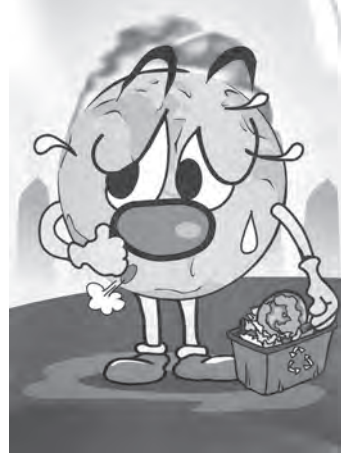
ความสามารถพิเศษ : ให้คำปรึกษาเพื่อนๆ คนอื่นๆ ได้

อื่นๆ : ชอบการคิด และคำนวณ

เก็บมาเล่าเอามาฝาก

พี่ป๊อ

โลก : บ้านของเรา (โลกป่วย โลกงอแง และโลกแปรปรวน)



พวกพี่ๆ ทีมงานได้ใช้พื้นที่ “เก็บมาเล่าเอามาฝาก” ตรงนี้ เพื่อบอกเล่าเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้น ซึ่งช่วงนี้มีหลายๆ ครั้งได้เล่าเกี่ยวกับเรื่อง “ภาวะโลกร้อน – GLOBAL WARMING” บางคนบอกว่า “โลกเดือด” ซึ่งผลกระทบที่ตามมา มันทำให้ทุกคนเดือดร้อน พุดง่าย ๆ ก็คือ “โลกร้อน เราทุกคนก็เดือดร้อน” เราทุกคนอยากให้ “โลก : บ้านของเรา” น่าอยู่เหมือนเดิม

น้องๆ เด็กๆ ...ทุกวันนี้ “โลกร้อน โลกเดือด โลกป่วย โลกงอแง และโลกแปรปรวน” เนื่องจากอิทธิพลของ “ร่องมรสุม” ... “หย่อมความกดอากาศ” ... “มรสุมกำลังแรง” เหล่านี้เกิดความผิดปกติ มีความผันแปรของอุณหภูมิโลกที่เปลี่ยนไปจากเดิมที่เคยเป็น และทวีความรุนแรงยิ่งขึ้น เพราะสาเหตุจาก “ภาวะโลกร้อน” จากการคาดการณ์สภาพอากาศเช่นนี้ จึงประเมินได้ว่า ต้องเฝ้าระวัง ติดตามข่าวสาร เพราะฝนจะตกหนัก และจะตกหนักมากขึ้น จะทำให้เกิดน้ำท่วมฉับพลัน และน้ำป่าไหลหลาก...”

คำว่า “ฝนตกหนัก น้ำป่าไหลหลาก น้ำท่วมฉับพลัน ดินโคลนถล่ม ดินสไลด์ ...” เหล่านี้ นำมาซึ่งความเดือดร้อน ความเสียหาย ความเสียใจ และถึงกับเสียชีวิต... บ้านพังบ้านทรุดที่อยู่อาศัยที่กินที่นอน ข้าวของต่างๆ ไหลไปกับกระแสน้ำที่รุนแรงและเชี่ยวกราก ไม่มีอะไรต้านทานมันไว้ได้ เกิดความเสียหาย และสูญเสียหลายสิ่งหลายอย่าง ซึ่งรวมถึงชีวิตของผู้คน

ในวันที่กำลังเขียนต้นฉบับก็ได้รับ ข่าวด่วน เข้ามาว่า “ที่จังหวัดเชียงราย เกิดน้ำท่วมฉับพลัน น้ำป่าไหลหลาก... ประชาชนได้รับผลกระทบกว่า 1,200 ครอบครัว ถูกตัดน้ำตัดไฟ ไม่มีที่พักอาศัย ไม่มีอาหาร ไม่มีน้ำดื่ม ขาดการสื่อสาร...ซึ่งก็เกิดวิกฤตการณ์แบบนี้กับหลายจังหวัดมาแล้ว... ซึ่งแน่นอนว่าหลังจากน้ำลดแล้ว ก็ต้องได้รับการฟื้นฟู ทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจอย่างมาก

การเตรียมความพร้อมรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ จะช่วยผ่อนหนักให้เป็นเบาลงได้ และอย่าตื่นกลัวจนเกินไป ขอให้ตั้งใจ ขอให้คิดเสมอว่า “ชีวิต สำคัญที่สุด” และนับจากวันนี้ “อย่าลืม !!! เราต้องช่วยกันปลูกต้นไม้ ปลูกป่า อย่างจริงจัง” ไม่อย่างนั้นเหตุการณ์เหล่านี้ก็จะเกิดขึ้นอีก และจะรุนแรงมากกว่านี้...เราปลูกต้นไม้ ปลูกป่า เพื่อปกคลุมพื้นผิวโลก โลกจะได้ร่มเย็นเป็นสุข และอุดมสมบูรณ์ดังเดิมครับผม

*โทรสายด่วน กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย กระทรวงมหาดไทย 1784 / ศูนย์อำนวยการบรรเทาสาธารณภัย (ส่วนปฏิบัติการ) WWW.nirapai.com หรือ Line ID @1784DDPM “ภัยพิบัติ รู้ทันรับมือได้” ครับ



ความหวัง

สวัสดีคะน้อง ๆ ที่น่ารักทุกคน ฉบับนี้พี้ออยมีนิทานมาฝากอีกเช่นเคย ชื่อเรื่องว่า ความหวัง เรื่องมีอยู่ว่า

ครั้งหนึ่งในเมืองเล็ก ๆ ที่ล้อมรอบด้วยภูเขาและทุ่งหญ้าเขียวขจี มีเด็กหญิงคนหนึ่งชื่อว่า น้องมิลลี่ มิลลี่เป็นเด็กน้อยที่มีจิตใจดี เธอรักธรรมชาติและมักจะคอยช่วยเหลือเพื่อน ๆ เสมอ แต่ในปีนั้น เมืองของมิลลี่ต้องเผชิญกับเรื่องราวมามากมายที่ทำให้ทุกคนรู้สึกท้อแท้ ไม่ว่าจะเป็นน้ำท่วมไหลหลาก โรคติดต่อทางเดินหายใจต่าง ๆ ฝุ่นละออง รวมไปถึงอากาศที่เปลี่ยนแปลงจนทุ่งหญ้าที่เคยเขียวขจีเริ่มแห้งแล้งและต้นไม้ตายไปมากมาย

วันหนึ่ง มิลลี่นั่งอยู่ใต้ต้นไม้แถวบ้าน เธอรู้สึกเศร้าใจที่เห็นผู้คนและเพื่อน ๆ ไม่มีความสุข แต่แล้วเธอก็ระลึกถึงคำสอนของคุณยายที่เคยบอกไว้ว่า (เมื่อใดที่เราารู้สึกท้อแท้ ให้เราหันหน้าไปหาพระเจ้าและสวดภาวนา) มิลลี่ตัดสินใจลองสวดภาวนา เธอหลับตาและอธิษฐานด้วยหัวใจ (ขอพระเจ้าโปรดช่วยให้ทุกคนกลับมามีความสุขอีกครั้ง โปรดให้เรามีความหวังที่จะก้าวผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากนี้ไปได้)

หลังจากนั้น มิลลี่รู้สึกถึงความอบอุ่นในใจ รวกับว่ามีแสงสว่างส่องมาจากข้างใน เธอลืมตาและพบว่าไม่เพียงแต่ตัวเธอเองที่รู้สึกดีขึ้น แต่ท้องฟ้าก็ดูสว่างใสและอากาศสดชื่นขึ้นด้วย แต่เธอรู้ว่าความหวังนั้นไม่ได้หยุดอยู่แค่การสวดภาวนา มิลลี่เริ่มคิดว่าจะทำอะไรได้บ้างเพื่อให้ผู้คนและเพื่อน ๆ กลับมามีความสุข

เธอเริ่มต้นด้วยสิ่งเล็กๆ ก่อน โดยปลูกดอกไม้เล็กๆ และเมื่อดอกไม้บานเธอนำมาทำเป็นพวงมาลัยให้กับผู้สูงอายุที่อยู่ในเมือง ผู้ที่ได้รับพวงมาลัยก็ยิ้มและรู้สึกว่ามีคนที่ยังคงห่วงใยและใส่ใจพวกเขาอยู่นอกจากนี้ มิลลี่ยังตัดสินใจปลูกต้นไม้ทดแทนต้นไม้ที่ตายไป เธอชวนเพื่อน ๆ มาช่วยกันปลูกต้นไม้และรดน้ำ แม้ว่าในช่วงแรกต้นไม้จะยังไม่เติบโตเร็ว แต่มิลลี่และเพื่อน ๆ จะมารดน้ำ ใส่ปุ๋ย ดูแลต้นไม้อย่างเอาใจใส่

มิลลี่ยังคิดถึงโรคต่าง ๆ ที่ติดต่อกันทางการหายใจ เธอเริ่มขอให้คุณแม่สอนทำหน้ากากอนามัย และ เธอยังคุยกับเพื่อน ๆ ว่าการรักษาความสะอาด ล้างมือบ่อย ๆ โดยเฉพาะก่อนกินอาหาร และการใส่หน้ากากเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยป้องกันการแพร่กระจายของโรค

ทุก ๆ คำคืนมิลลี่ชวนครอบครัวมาร่วมสวดภาวนาด้วยกัน และบางทีเธอชวนเพื่อนบ้านมาร่วมสวดด้วยกันที่ลานใหญ่ในเมืองเธอสวดขอให้พระเจ้าประทานความเข้มแข็งและความกล้าหาญให้กับทุกคนเพื่อที่จะก้าวผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากนี้ไปได้

ในไม่ช้า ความพยายามของมิลลี่ก็เริ่มมีผลลัพธ์ ผู้คนในเมืองเริ่มรู้สึกถึงความเปลี่ยนแปลง พวกเขาเห็นว่าความหวังไม่ได้อยู่ไกลเกินเอื้อม ความหวังสามารถก่อเกิดจากสิ่งเล็กๆ ที่เราทำด้วยใจที่เต็มไปด้วยความหวังและศรัทธา ต้นไม้ที่เด็ก ๆ ปลูกเริ่มผลิดอกออกผล ทุ่งหญ้ากลับมาเขียวขจีอีกครั้ง ผู้คนในเมืองกลับมายิ้มแย้มและช่วยเหลือกันมากขึ้น ทุกคนเริ่มมองเห็นว่าแม้โลกจะเผชิญกับความยากลำบาก แต่ด้วยความรักและความร่วมมือจากทุกคน สิ่งดี ๆ ก็สามารถเกิดขึ้นได้

มิลลี่ได้เรียนรู้ว่า การสวดภาวนาด้วยความหวัง และการลงมือทำด้วยหัวใจที่เปี่ยมด้วยความหวัง มีพลังที่จะเปลี่ยนแปลงโลกใบนี้ให้ดียิ่งขึ้น

แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้าคะ

มุมเด็กศิลป์คราวนี้ชื่อภาพ
“วันทามารีย์”

ระบายสีเสร็จแล้วส่งมาร่วมสนุกชิงรางวัลกันนะครึบ
(หมดเขตรับผลงานวันที่ 9 พฤศจิกายน 2024)





คนหยาบคาย นั้นอ่อนแอ

- คนหยาบคาย จมปลักกับการคุยไม่ว่าตนเก่ง
วางตัวว่าไม่เคยทำผิด
แต่เมื่อถูกจับได้ว่าไม่จริง ก็จะเรียกร้องกับผู้อื่น
ว่าแค่นี้เห็นใจกันหน่อยไม่ได้หรือ
- คนหยาบคาย มีวงเหล้าเป็นเวทีประกาศศักดา
นินทาเป็นเหรียญตราลัดดอก
ให้กันและกันในวงสนทนานั้น
- เมื่อพูดร้ายถึงคนอื่นได้ ดวงตาจะลุกวาวเป็นประกาย
แต่กล่ากลิ่นในจิตใจไม่พูดความจริง
ที่ผู้อื่นต้องอดทนความประพฤติของตน
- แท้จริง คนหยาบคาย นั้นอ่อนแอ
แต่ไม่รู้จะแสดงออกอย่างไร
เพื่อเลียนแบบคนเข้มแข็ง
ให้ผู้คนยอมรับ
- คนหยาบคาย จึงพูดเสียงดัง
แทนความคิดและการกระทำดี
ที่ตนมีอย่างบางเบา และถ้าดังไม่พอ...
การนินทาว่ำร้ายผู้อื่น
จึงเป็นกระบอกเสียง
เจื้อยแจ้วหนวกหูไปวัน ๆ

2 กันยายน 2024

พงศ์ ประมวล

(ขอขอบคุณภาพจากโลกโซเชียลมีเดีย)

สโมสรอุดมศานต์

ผลการประกวดภาพวาดระบายสี



1 ด.ญ.อรอุมา ทอสุภ
โรงเรียนท่าแร่วิทยา
จ.สกลนคร



2 ด.ช.กิตติพงษ์ ชัยหมื่น
โรงเรียนท่าแร่วิทยา
จ.สกลนคร



3 ด.ญ.สุกฤตา เลิศสกุลชล
โรงเรียนพระหฤทัยดอนเมือง
กรุงเทพมหานคร



จูเนียร์ ไฟท์



ชื่อภาพ : “ยิ้มที่ตา... ศรีภราที่ใจ”
(น้องจิกซอร์ กุศลวิญญู จุสวย)
ผู้ส่ง : ชิสเตอร์ชิลบ แสงอรุณ จ.ประจวบฯ



ชื่อภาพ : “น้องเวา ยิ้มสดใส”
น้องอัญญา วสิฐฐา สัมขมกล
(ณ ร้านหนังสือคฤศตวัน : แสงสว่างแห่งชีวิต)
ผู้ส่ง : คุณลูกหว่า แวธรักษา



สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส
เสด็จเยือนมัสยิด Istiqlal กรุงจาการ์ตา ประเทศอินโดนีเซีย
วันที่ 5 กันยายน ค.ศ. 2024 โอกาสเยือนประเทศอินโดนีเซีย
ระหว่างวันที่ 3-6 กันยายน ค.ศ. 2024

Photo © Vatican Media



AMAZING SARASIN
2021



ภาพรวมอาคารเรียน
โรงเรียนในเครือสารสาสน์จำนวน 51 แห่ง

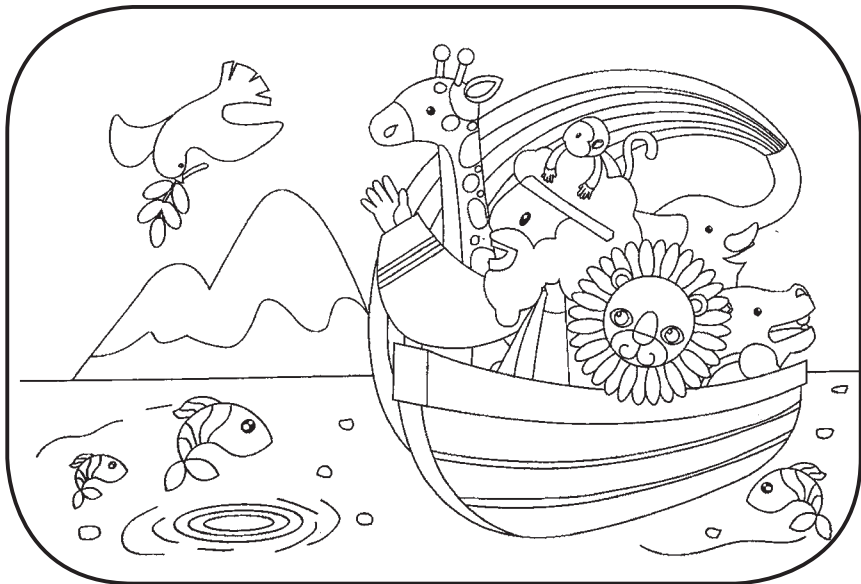
เกมสโมสรรอดมศานต์

พื้บ้อจ

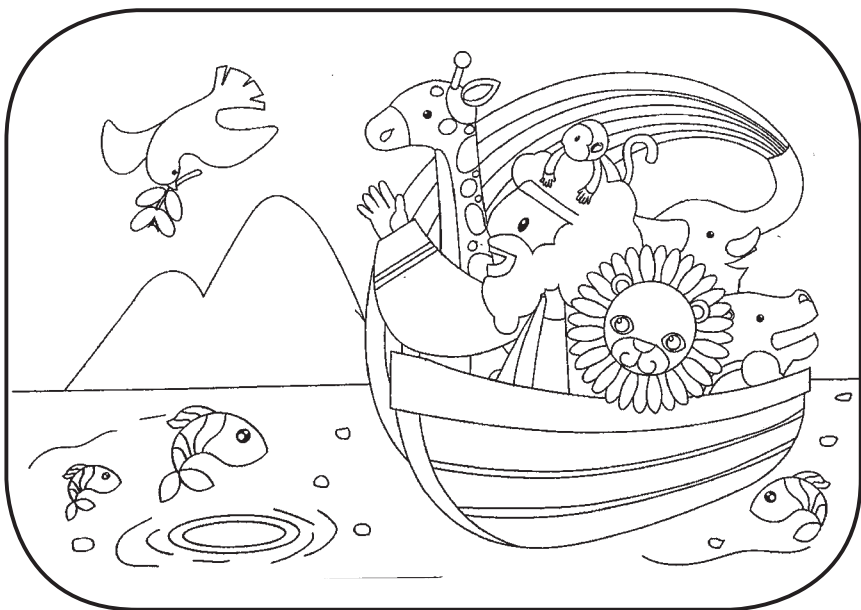
โนอาห์ : พระสัญญาของพระเจ้า : “...ครั้นถึงเวลาเย็นนกพิราบก็กลับมาหาเขา และคาบใบมะกอกเทศเขียวสดมาด้วย โนอาห์จึงรู้ว่าน้ำลดจากพื้นแผ่นดินแล้ว... พระเจ้าตรัสว่า “เราจะตั้งรุ้งของเราไวบนเมฆ... รุ้งนี้จะเป็นเครื่องหมายแห่งพันธสัญญาระหว่างเรากับแผ่นดิน... และน้ำวินาศจะไม่ท่วมทำลายสิ่งมีชีวิตทั้งหมดอีก” (ปฐมกาล บทที่ 8-9)

สำหรับเกมฯ ครั้งนี้อีกให้น้องๆ ช่วยกันคนหาจุดต่างที่มีอยู่ใน 2 ภาพนี้ รวม 10 แห่ง ใครค้นพบครบแล้ว รีบส่งมาร่วมสนุกชิงรางวัลกันนะครับ

(A)



(B)



ใส่ใจวัยเยาว์

by พี่นุ้ย



REJOICE IN HOPE (Romans 12:12) 2024

จงชื่นชมยินดีในความหวัง (รม. 12:12)



สวัสดีค่ะพี่น้องคริสตชนและเพื่อนๆ เยาวชนทุกท่าน คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อคริสตชนฆราวาส แผนกเยาวชน จัดค่ายผู้นำเยาวชนคาทอลิกระดับชาติขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปี โดยเวียนไปจัดในสังฆมณฑลต่างๆ เพื่อให้เยาวชนได้เรียนรู้กระบวนการอบรมผู้นำเยาวชนที่เป็นเอกลักษณ์ของสังฆมณฑลนั้นๆ ในปี ค.ศ. 2024 ค่ายผู้นำเยาวชนคาทอลิกระดับชาติ ครั้งที่ 39 จะจัดขึ้นที่สังฆมณฑลเชียงราย ระหว่างวันที่ 14-18 ตุลาคม ในหัวข้อ “Rejoice in Hope” ภายใต้พระวรสาร “จงชื่นชมยินดีในความหวัง” (รม. 12:12) และมีเป้าหมายตามนโยบายและทิศทางการอภิบาลเยาวชนฉบับที่ 11 ดังนี้...

เป้าหมายที่ 1 คือ การส่งเสริมให้เยาวชนมีประสบการณ์กับพระคริสตเจ้าผู้ทรงพระชนม์ ส่งเสริมเยาวชนให้มีความสนิทสัมพันธ์กับพระเจ้า ด้วยพิธีบูชาขอบพระคุณ การภาวนา และการเฝ้าศีลมหาสนิท กิจกรรมเหล่านี้จะเป็นเครื่องบำรุงรักษาความหวังของบรรดาเยาวชน เพราะการภาวนาคือพลังแรกของความหวัง เมื่อเราภาวนา ความหวังก็จะเติบโตและเคลื่อนที่ไปข้างหน้า

เป้าหมายที่ 2 คือ พระศาสนจักรต้องเป็นผู้เดินเคียงข้างเยาวชน โดยในค่ายนี้จะมีบรรดาจิตตากริบาลเยาวชน พระสงฆ์ นักบวช บราเดอร์ และผู้ประสานงาน อยู่เคียงข้างบรรดาเยาวชนเสมอ เพื่อรับฟังความยากลำบากในรูปแบบต่างๆ พร้อมให้คำปรึกษา และก้าวเดินไปด้วยกันพร้อมกับบรรดาเยาวชน

เป้าหมายที่ 3 คือ เยาวชนค้นพบกระแสเรียกของตนในพระศาสนจักร ด้วยการนำเยาวชนให้ออกไปพบเจอ (Outreach) โดยใช้กระบวนการสัมผัสชีวิตกับเพื่อนพี่น้องในหมู่บ้านและชุมชนคริสตชน อาศัยการเรียนรู้วิถีการดำเนินชีวิตของชาวบ้าน เรียนรู้การอยู่การกินที่อาจจะแตกต่างแต่เปี่ยมไปด้วยหัวใจที่เปิดบ้านต้อนรับบรรดาเยาวชนด้วยความเต็มใจและดูแลเอาใจใส่อย่างอบอุ่น เรียนรู้การประกอบอาชีพเกษตรที่ต้องพึ่งพาธรรมชาติ แต่ก็เปี่ยมไปด้วยความงดงามของสิ่งสร้างจากพระเจ้า เรียนรู้การดำเนินชีวิตที่เรียบง่าย ที่เต็มไปด้วยความหวัง ความฝัน และความเป็นพี่น้องกัน



เป้าหมายที่ 4 คือ เยาวชนเป็นศิษย์ธรรมทูตของพระคริสตเจ้า ประกาศข่าวดีด้วยใจกล้าหาญ ท่ามกลางบรรดาเยาวชนด้วยกันเอง และท่ามกลางเพื่อนพี่น้องที่เขาจะกลับไปเป็นพยานและประกาศข่าวดีถึงพระคริสตเจ้าผู้ทรงพระชนม์ อย่างมีชีวิตชีวา “เมื่อเยาวชนมีความรักและความหวังในพระเจ้า ก็จะทำให้เขามีความสุขจากภายในได้”

ขอพระนางมารีย์ พระมารดาแห่งความหวัง ช่วยเสนาอวิงวอนเพื่อบรรดาเยาวชน และการจัดค่ายผู้นำเยาวชนคาทอลิกระดับชาติในครั้งนี้ ให้เปี่ยมไปด้วยความชื่นชมยินดีในความหวังเทอญ

แบบฟอร์มสมัครสมาชิกใหม่ สโมสรอุดมคานต์

ชื่อเล่น.....
ชื่อ.....นามสกุล.....
อายุ.....ปี
เกิดวันที่.....เดือน.....พ.ศ.
เรียนที่โรงเรียน.....ชั้น.....
วิชาที่ชอบ.....เพราะ.....
อนาคตอยากเป็น.....
เพราะ.....
เป็นคนมีนิสัย.....
สัตว์ที่ชอบ.....
ชอบใช้เวลาว่าง.....
กีฬาที่ชอบ.....
อาหารที่ชอบ.....
ความสามารถพิเศษ.....
อื่นๆ.....



หมายเหตุ : ขอภาพถ่าย 1 ใบ จะเป็นภาพสีหรือขาว-ดำ ก็ได้

กรอกใบสมัครแล้วรีบส่งมาที่

สโมสรอุดมคานต์

122/11 ชั้น 8 ซ.นนทรี 14 (ซ.นาคสุวรรณ) ถ.นนทรี

แขวงช่องนนทรี เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร 10120

ยินดีต้อนรับน้องๆ สู่ สโมสรอุดมคานต์ ครับ...





อ่อนแอเพียงกาย...ขอให้ใจแข็งแรง

“เราไม่ท้อถอย แม้ว่าร่างกายภายนอกของเรากำลังเสื่อมสลายไป จิตใจของเราที่อยู่ในภายในก็ได้รับการฟื้นฟูขึ้นในแต่ละวัน” (2โครินธ์ 4:16)

ร่างกายเป็นพระวิหารของพระเจ้า แต่ร่างกายมนุษย์ที่แสนจะอ่อนแอทั้งจากโรคภัยไข้เจ็บภายนอก

และโรคภัยไข้เจ็บภายในจิตวิญญาณอันเกิดจากความฟ่ายแพ้แก่บาป ก็ทำให้ร่างกายที่เปื่อยสลายได้ของเรากลายเป็นพระวิหารของพระเจ้าที่ผุกร่อนไม่สง่างามเอาเสียเลย

ในขณะที่ฉันก็เฝ้าเตือน ย้ำและบอกใจตัวเองตลอดเวลา ให้ยกถวายกายและใจตัวเอง ทั้งครบให้กับพระเจ้า ทำกิจการใดที่ยากเกินกำลังตนก็ให้มั่นใจในการทรงนำของพระจิตเจ้า จนแล้วจนรอด ฉันก็ยังรับรู้ได้ถึงความท้อท้อ อ่อนล้าของใจ

ทุกครั้งที่ต้องเผชิญกับภาวะกดดัน หรือภารกิจที่ยากเกินจะกำหนดความสำเร็จได้ ร่างกายที่แสนจะอ่อนแอของฉันมันชอบรวนเกรในภาวะกดดันที่ฉันก็ย้ำเตือนตัวเองไว้แล้วว่า ยกถวายให้พระเจ้าทรงนำ

สุดท้ายสิ่งที่ฉันทำได้ก็คือทำใจและปล่อยให้เวลาล่วงเลยไป พร้อมกับทำทุกอย่างที่ผ่านเข้ามาให้สุดกำลัง ท่ามกลางความรู้สึกท้อท้อ เปล่าว่าง เว้งว่าง หรือเดียวดายก็ตามที

อันที่จริง ฉันก็ผ่านช่วงเวลาของความเลวร้ายของภาวะกดดันมาได้หลายครั้ง และฉันก็มั่นใจว่าที่ฉันสามารถผ่านช่วงเวลาเหล่านั้นมาได้ เพราะพระเจ้าทรงนำทางจริงๆ แต่ร่างกายที่

อ่อนแอ สมอง และจิตใจที่บอบบางเกินไปของฉัน มักจะทำให้ฉันกลายเป็นโทมัสอยู่ตลอดเวลา สงสัยในการทรงนำ สงสัยในแผนการของพระเจ้า และสงสัยในเหตุผลที่ไม่ต้องเกิดเหตุการณ์ เช่นนี้ขึ้นกับฉันตลอดเวลา

ฉันเฝ้าเตือนตัวเองในทุกๆ ครั้งที่ต้องเผชิญกับความไม่เข้าใจว่า แม้ร่างกายจะเสื่อมสลายไป อย่าให้ดวงใจแห่งความไว้วางใจในพระเจ้าต้องเสื่อมสลายตามไปเลย ฉันเฝ้าบอกและเตือนใจของตนเองอยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน เพื่อจะได้เป็นแรงขับเคลื่อนชีวิตที่ยังเดินทางอยู่บนโลกใบนี้ ให้เดินทางไปในพระพร มีชีวิตที่ก่อประโยชน์ได้บ้างไม่มากก็น้อยให้กับผู้คนรอบข้าง

เมื่อไม่กี่วันที่ผ่านมา ฉันได้มีโอกาสแบ่งปันและซักถามครูแนะแนวท่านหนึ่ง ถึงสถิตินักเรียนที่มีปัญหาด้านสุขภาพจิต ไม่รวมปัญหาด้านพฤติกรรม หรือโรคทางพันธุกรรมอื่นๆ ครูแนะแนวบอกฉันว่า เยาวชนในปัจจุบันมีแนวโน้มเป็นโรคซึมเศร้าจำนวนมากขึ้น และฉันก็สัมผัสได้ว่าเป็นเช่นนั้นจริงๆ กลุ่มเยาวชนที่เป็นโรคซึมเศร้าส่วนใหญ่ มาจากภาวะกดดันต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตจนเกิดความเจ็บปวดทรมาน และจากผลกระทบที่เกิดจากสื่อโซเชียลมีเดียที่ทำลายสุขภาพทางจิตของเยาวชนในปัจจุบัน ก็ให้ความรุนแรงเพิ่มมากขึ้นด้วยเช่นกัน

ผู้ใหญ่ท่านหนึ่งบอกกับฉันว่า เยาวชนที่อยู่ในภาวะโรคซึมเศร้า นอกจากเป็นเพราะความผิดปกติของสารเคมีในสมองของพวกเขาแล้ว ยังเนื่องมาจากสภาวะเครียดที่เกิดขึ้นสะสมในใจ และแสดงให้เห็นว่าเค้ากำลังรู้สึกด้อยค่าของตัวเองอย่างหนัก กิจกรรมที่จะทำให้เขารู้สึกมีคุณค่าคือกิจกรรมด้านจิตอาสาหรือกิจการที่ส่งเสริมให้เขาได้แสดงออกถึงศักยภาพของเขาอย่างเต็มที่ ให้เขาได้รับรู้ถึงคุณค่าความมีตัวตนของเขาต่อคนรอบข้าง เช่นเดียวกันร่างกายที่เสื่อมสลายได้ของเรา อาจจะเกร และทำร้ายตัวเองจนบาดเจ็บ แต่ถ้าเราสามารถฟื้นฟูภายในจิตใจให้เข้มแข็งขึ้นได้ ความมั่งงามในจิตใจก็จะแผ่ครอบครองร่างกายที่อ่อนแอของเราให้สามารถก้าวข้ามผ่านทุกเหตุการณ์ไปได้อย่างปลอดภัย

“ความทุกข์ยากลำบากเล็กน้อยของเราในปัจจุบันนี้ กำลังเตรียมเราให้ได้รับสิริรุ่งโรจน์นิรันดรอันยิ่งใหญ่หาที่เปรียบมิได้” (2โครินธ์ 4:17)

ความอ่อนแอของร่างกาย เหาชนะได้ด้วยความเข้มแข็งในจิตวิญญาณ

มันอ่อนแอ	พ่ายแพ้	ขอเพียงกาย
ที่สลาย	กลายเป็น	เป็นผุยผง
แต่ดวงจิต	แห่งรัก	จักมั่นคง
ให้เข้มแข็ง	ยืนยง	ในความดี

หัวใจไม่มีรอยเหี่ยวย่นหรือรอยตีนกา

ข้าแต่พระเป็นเจ้า ในทุกสังคม ไม่ว่าจะเป็นในประเทศไทยเราหรือประเทศใด ๆ ก็ตาม ย่อมประกอบด้วยผู้คนหลากหลายอาชีพ หลากหลายภูมิหลังและหลากหลายความสนใจ แล้วแต่ว่าวิถีชีวิตของใครจะนำพาให้แต่ละคนอยู่ในสังคมของผู้คนในลักษณะใด แต่แต่ละคนล้วนแล้วแต่มีโอกาสรู้จักและเป็นมิตรกับผู้คนต่างอาชีพ ต่างความสนใจได้

หากใครมีเพื่อนในหลายวงการ ก็ถือว่าเป็นความหลากหลาย ความมีสีสันของชีวิต

วันก่อน ลูกไปทานเลี้ยงเป็นโต๊ะใหญ่ มีผู้ร่วมทานเลี้ยงสืบทอดกัน บังเอิญมีเพื่อนคนหนึ่งเป็นเจ้าของบริษัทที่ทำธุรกิจเกี่ยวกับเรื่อง stem cell ในการดูแลสุขภาพและเสริมความงามให้คนในสมัยนี้ บทสนทนาส่วนใหญ่จึงมุ่งเน้นไปในเรื่องวิวัฒนาการในยุคปัจจุบันที่ใช้เทคนิคทางการแพทย์ช่วยให้มนุษย์เรามีอายุยืนยาวขึ้น และดูเหมือนจะสำคัญไม่น้อยกว่าการมีอายุยืน คือ เทคนิคในการทำให้เราดูหนุ่มหรือสาวกว่าวัยเป็นจริง และหนึ่งในเทคนิคในยุคนี้คือ การทำหน้าให้เต่งตึงด้วยการฉีด stem cell เข้าไปบนใบหน้า

มีสามเรื่องหลัก ๆ ที่เพื่อน ๆ ชักถามกันมากในการใช้ stem cell ให้หน้าเต่งคือ 1. เรื่องค่าใช้จ่าย 2. เจ็บมากไหม 3. แหล่งของ stem cell

เรื่องค่าใช้จ่าย ถ้าใครอยากจะทำให้ตัวเองมีหน้าเต่ง ดูอ่อนกว่าวัยก็ต้องยอมจ่าย ถ้าไม่มีปัญญาจ่ายก็จบตั้งแต่ต้น 2. เจ็บมากไหม คำตอบคือ เจ็บมากกกกก โอ้ย 3. อธิบายยาวทางวิชาการ

คุยกันถึงครึ่งทาง เพื่อนที่นั่งข้าง ๆ ลูกถามว่า ลูกสนใจไหมที่จะไปใช้บริการของเพื่อนคนนั้นในการไปใช้ stem cell ทำให้ชีวิตยืนยาวและเสริมให้หน้าเต่ง ลูกตอบทันทีโดยไม่ต้องคิดเลยว่า “ไม่ค่ะ” เพื่อนตอบทันทีเช่นกันว่า “พี่เป็นผู้ที่มีความมั่นใจในตัวเองมาก” ลูกตอบอีกว่า “ไม่ใช่ค่ะ พี่เป็นผู้ที่มีความเชื่อในพระเจ้ามากต่างหาก พี่เชื่อว่ามนุษย์ไม่ใช่เป็นเจ้าของชีวิตของเราเอง พระเจ้าต่างหากเป็นผู้ประทานและเป็นเจ้าของชีวิตของมนุษย์ทุกคน และพระองค์จะทรงเอาชีวิตของเราคืนไปเมื่อไรก็ได้ แต่เป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องดูแลสุขภาพของตัวเองให้ดี และสำหรับหน้าตา พระเจ้าทรงดูมนุษย์ที่ใจ ไม่ใช่ที่ใบหน้า”

พูดมาเพียงประโยคเดียว แต่ได้รับ “คำเทศน์” กลับไปยาวเหยียดเกี่ยวกับพระเจ้า เพื่อนข้างลูกยิ้มและไม่ถามอะไรต่อ

ในยุคปัจจุบัน ชีวิตสำหรับบางคนมีหลายมิติ ไม่เหมือนในยุคที่ลูกยังเป็นเด็กเล็ก ๆ ชีวิตมีเพียงมิติเดียว คือ ชีวิตจริงที่อยู่กับบิดามารดา โตขึ้นหน่อยก็ไปโรงเรียน มีเพื่อน ๆ นักเรียน แล้วก็เติบโตถึงวัยทำงาน ชีวิตเป็นอย่างไร ก็เป็นไปตามที่คนรอบข้างและครอบครัวเห็นและรู้จัก

แต่ยุคนี้โลกเปลี่ยนไป มนุษย์ก็เปลี่ยนไป สำหรับคนวัยอย่างลูก รู้สึกว่าวิวัฒนาการของเทคโนโลยีในสมัยใหม่ทำให้เราเห็นทุกสิ่งทุกอย่างชัดขึ้น แต่ในความชัดเจนในด้านกายภาพ

เท่านั้น เรากลับเห็นเพื่อนมนุษย์ด้วยกันในมิติที่มัวลงหรือคลาดเคลื่อน แล้วแต่จะใช้ศัพท์ ความหมายคือ ภาพของเพื่อนมนุษย์ที่เราเห็นนั้น อาจไม่ใช่ตัวตนจริงของเขาก็ได้

มนุษย์ในสมัยนี้หลาย ๆ คนจะมีชีวิตในสองมิติหรือมากกว่า นั่นคือ ชีวิตที่ต้องการให้ เพื่อน ๆ หรือสังคมเห็นบน “ออนไลน์” ซึ่งอาจจะแตกต่างหรือใกล้เคียงหรือคนละเรื่องกับชีวิตจริงของเขาเหล่านั้นบน “ออฟไลน์” หรือชีวิตจริงก็ได้ ซึ่งมีตัวอย่างมากมายในสังคม

สำหรับลูก ลูกได้ค้นพบพระองค์และขอรับพระองค์ไว้ในดวงใจของลูก เป็นผู้ทรงนำลูกทั้ง ครบในการดำรงชีวิต ชีวิตของลูกจึงมีเพียงมิติเดียว ไม่ว่าจะเป็ชีวิต “ออนไลน์” หรือ “ออฟไลน์” ชีวิตในความเป็นตัวตนในมิติส่วนตัวหรือมิติให้สังคมเห็น ลูกคือ ลูกของพระเจ้าคนหนึ่ง เป็นลูกที่อยู่โดยพระเจ้า รับใช้พระเจ้า และเพื่อพระเจ้า

แต่ ... ในสังคมที่มีประชากรเป็นคริสตชนเพียง 0.5% การยืนหยัดตั้งมั่นบนความเชื่อ ความศรัทธาที่มีต่อพระเจ้า ที่คนส่วนใหญ่รอบข้างไม่รู้จักหรือไม่มีความเชื่อนั้น บางครั้งก็ไม่ใช่ว่าเรื่องง่าย

ลูกจึงต้องสวดภาวนาขอพลัง ขอกำลังใจจากพระองค์ในการเป็นลูกของพระองค์คนหนึ่ง ที่เข้มแข็ง ไม่อ่อนแอหรือกลัวต่อกระแสสังคมในการ “ยืนหยัด” เป็นคริสตชนที่มีความเชื่อมั่นมั่นคง บ้านที่ตั้งบนศิลา

มีเพื่อนคนหนึ่งชวนลูกตลอดหลายปีที่ผ่านมาให้ไปประเทศหนึ่งที่ยุโรปเพื่อฉีด stem cell ให้ร่างกายแข็งแรงและหน้าแดงกับเธอ ลูกปฏิเสธไปทุกครั้ง เธอก็ไม่ลดละความพยายามและไม่เข้าใจว่าทำไมลูกจึงไม่สนใจที่จะทำให้ตัวเองสวยขึ้น

“พระยาห์เวห์ไม่ทรงมองอย่างมนุษย์มอง มนุษย์มองแต่รูปร่างภายนอก

แต่พระยาห์เวห์ทรงมองจิตใจ” 1ซามูเอล 16:7

“เราพอใจความเมตตาการุณา มิใช่พอใจเครื่องบูชา” มัทธิว 9:13

“มนุษย์จะได้ประโยชน์ใดในการที่ได้โลกทั้งโลกเป็นกำไร แต่ต้องเสียชีวิต ...” มัทธิว 16:26

จากพระวาจาทั้ง 3 บทนี้ สรุปได้ว่าสำหรับพระเจ้าแล้ว หัวใจของมนุษย์ที่จริงใจ จริงจังในการถวายพระเกียรติแด่พระองค์ รับใช้พระองค์ และประกาศพระเกียรติคุณของพระองค์นั้นสำคัญ และมีความหมายมากกว่ารูปร่างหน้าตาสวยหล่อหรือการกระทำของเรา ซึ่งอาจจะไม่จริงใจก็ได้

ซึ่งก็หมายความว่า หัวใจของลูกของพระองค์ที่เป็นลูกของพระองค์อย่างแท้จริงแล้ว จะเป็นหัวใจที่ไม่มีวันมีรอยเหี่ยวย่นหรือมีรอยตีนกา เป็นหัวใจที่ได้รับยาที่เป็นอมตะ คือพระพรของพระองค์ โดยไม่ต้องเสียเงินและเจ็บตัว เช่นเดียวกับการไปฟังวิวัฒนาการปัจจุบันอย่าง stem cell เลย

ลูกขอฟังพระองค์ดีกว่าพระเจ้าข้า

อาแมน

ลูกขอพร: องค์คนหนึ่ง

www.vvsharefoundation.org

เขียนบทกวี เขียนชีวิต

ภัสร์



กางเขนรำแพน
หมายแทนถึงธรรม
ที่ยังคงย้า
ค้ำนึ่งถึงไหม

มิเพียงภายนอก
บอกแทนถึงใจ
งามที่แท้ได้
ให้งามความดี.

เคียงโค้งหลังคา
วัดศีลมหาสนิท ตลิ่งชัน

DAHLE ผู้นำด้านใบมีดคุณภาพสูงจากประเทศเยอรมนี

GERMAN
ENGINEERING
BY DAHLE

AUTOMATICALLY SHREDS
300
SHEETS OF PAPER

AUTO FEED SHREDDER

สามารถใส่เอกสาร และทำลายได้
สูงสุดถึง **300 แผ่น** ในเวลา **9 นาที**

ฝาเครื่องสามารถปิดล็อกด้วยกุญแจ
เพื่อป้องกันเอกสารสำคัญถูกนำออกไป



วิดีโอสาธิตสินค้า



OIL free



นวัตกรรมใหม่ล่าสุดจาก DAHLE กับเครื่องทำลายเอกสารแบบละเอียดที่มาพร้อม
"ระบบป้องกันกระดาษอัตโนมัติ" ช่วยให้การทำลายเอกสารเป็นเรื่องง่าย และประหยัดเวลา

security level



PROFESSIONAL
OFFICE

Reliable, convenient and
high-performance

2 YEARS WARRANTY



36.7

50.6

26.3

CROSS CUT



90
SHEETS



W
240



10.2
kg



35090



43.2

64.2

35.5

CROSS CUT



300
SHEETS



W
650



18.6
kg



35314



สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่



0-2675-8239 (press 6)

NANDEE
STATIONERY

www.nandeestationery.com

f nandee stationery

nd_stationery

@nandee

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 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, Kanchanaburi 71000 Tel : +66(0) 3455-1000, Fax +66(0) 3455-1033 Email : felix@felixriverkwai.co.th

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