

# คุณดำพระวรสาร 21 ประการ

★ บทเรียน CCP เพื่อการปลูกฝังคุณธรรมตามคุณค่าพระวรสาร  
โดย ศูนย์คริสตศาสนธรรมสังฆมณฑลราชบุรี





เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกและอธิบายถึงความหมายของคำว่าสันติได้
2. ตระหนักว่าเราต้องเป็นผู้สร้างสันติตามที่พระเยซูเจ้าทรงสอน
3. เป็นผู้สร้างสันติด้วยการสร้างสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่นและสังคม



### The Comments

- อุปกรณ์**
1. กระดาษโพสต์อิท (Post-it notes) ตามจำนวนผู้เรียน
  2. ภาพเหตุการณ์ ภาพบุคคล หรือภาพประเด็นต่าง ๆ ในสังคม 1 ภาพ

### วิธีการ

1. ผู้สอนนำเสนอภาพ 1 ภาพให้ผู้เรียนได้เห็นชัด ๆ และนำภาพติดไว้ที่หน้าชั้นเรียน
2. ให้ผู้เรียนเขียนแสดงทัศนคติความคิดเห็น (comments) ลงในกระดาษโพสต์อิท คนละ 1 ข้อความ แล้วนำไปติดไว้ที่รอบ ๆ ภาพหน้าชั้นเรียน
3. ผู้สอนอ่านข้อความจากกระดาษโพสต์อิททั้งหมด ให้ผู้เรียนฟัง

### วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. มีข้อความใดเป็นข้อความที่ดีบ้าง
2. มีข้อความใดเป็นข้อความที่สร้างสันติบ้าง
3. มีข้อความใดเป็นข้อความที่สร้างความแตกแยกบ้าง

**สรุป** คำพูดที่ออกจากปากสามารถสร้างสันติได้ หรืออาจจะสร้างความแตกแยกก็ได้โดยที่เราไม่รู้ตัว ยิ่งในโลกออนไลน์ด้วยแล้ว การเขียนแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ที่คิดเห็นต่างกัน ก็อาจทำให้เกิดความเข้าใจที่ไม่ตรงกันจนบางครั้งทำให้เกิดสงครามในโลกออนไลน์ได้ ดังนั้นเราต้องรอบคอบและระมัดระวังตนในการใช้คำพูดของเราให้ดี หากจะพูดหรือแสดงความคิดเห็น ให้ใช้คำพูดที่สร้างสันติและนำความยินดีแก่ผู้ที่รับฟัง





## คำสอน

1. ปัจจุบันเราพบเห็นความรุนแรง ความขัดแย้งมากขึ้น ในสังคม ผู้คนมีความใจร้อนมากขึ้น รอไม่ได้ อภัยไม่เป็นการทะเลาะวิวาทกันของทุกคนที่รู้จัก และไม่รู้จักกัน ความรุนแรงในครอบครัว ในโรงเรียน และสาเหตุหนึ่งที่เราารู้สึกว่ารุนแรงขึ้น เพราะมันอยู่ใกล้ตัวเรามากขึ้น

เราสามารถเห็นความรุนแรง ความขัดแย้ง การทะเลาะวิวาทการทำร้ายกันผ่านหน้าจอมือถือ และมากกว่านั้น ในยุคนี้ ความรุนแรงยังส่งต่อกันผ่านถ้อยคำ ผ่านตัวอักษรที่คนพิมพ์โดยไม่คิด ขาดความยับยั้งชั่งใจ ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ก็เป็นการทำลายความสงบสุขในสังคม แม้แต่เด็กและเยาวชนก็ซึมซับแนวคิดนิยมความรุนแรงแก้ปัญหา โดยไม่รู้ตัว เพราะเมื่อเราคุ่นเคืองกันมากขึ้น ก็ทำให้เกิดการกระทบกระทั่งกันง่ายขึ้น เล่นกันด้วยความรุนแรงมากขึ้น พุดจากระทบกระทบกระทั่งกันมากขึ้น เป็นต้น แต่ไม่ใช่เอกลักษณ์ของการเป็นคริสตชน



2. สิ่งที่ถูกสังคมและชุมชนต้องการก็คือ **สันติภาพ** หมายถึง การไม่ใช่ความรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งคำว่า สันติภาพในภาษาฮีบรู คือคำว่า **“shalom”** เป็นคำกล่าวทักทายกัน ในปาเลสไตน์สมัยพระเยซูเจ้า แสดงออกถึงความปรารถนาดีแก่ผู้รับว่า **“ขอให้ปลอดภัย”** ในพระคัมภีร์ของชาวยิว shalom หมายถึงความพาสึก ซึ่งเป็นการขอให้คุณได้รับพระพร ขอให้สันติอยู่กับท่าน ซึ่งแสดงออกถึงความปรารถนาดีที่มีต่อกัน

## Shalom

**(noun)** the Hebrew word for peace, harmony, prosperity, completeness, tranquility & welfare. It can be used as both hello and goodbye.

3. พระเยซูเจ้าสอนเราว่า **“เรามอบสันติสุขไว้ให้ท่านทั้งหลาย เราให้สันติสุขของเราแก่ท่าน”** (ยอห์น 14:27) พระองค์ทรงมอบสันติสุขที่เหนือกว่าสันติสุขใด ๆ ที่โลกมอบให้ ไม่ใช่แค่การไม่มีสงครามหรือการรุกราน แต่เป็นการประทานพลังอันมั่นคงของพระเจ้า และความสงบสุขภายใน เพื่อให้เราเป็นผู้สร้างสันติให้กับครอบครัว ในบ้าน

ในโรงเรียน และมีใช้การอยู่เฉย ๆ โดยไม่ทำอะไรเลย แต่ต้องสร้างความสุขและสันติกับตนเองและผู้อื่นด้วย เช่น เมื่อเห็นเพื่อน ๆ ทะเลาะหรือขัดแย้งกัน เราต้องเป็นผู้ประสานสัมพันธ์ที่ดี ทำให้เกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน หรือเมื่อเห็นว่าเพื่อนกำลังมีความทุกข์ ก็ควรถามไถ่และช่วยปลอบใจ และหากมีสิ่งใดที่เราต้องการบอกเพื่อน ก็ควรสื่อสารกันด้วยจริงใจ


4. เราสามารถทำได้แน่นอน โดยเลียนแบบอย่างบรรดานักบุญ พวกท่านไม่ได้มีชีวิตที่สมบูรณ์แบบ แต่พวกท่านพยายามที่จะดำเนินชีวิตที่สร้างสรรค์สังคมให้ดีขึ้น โดยพยายามทำตามที่พระเยซูเจ้าทรงสอน ดังแบบอย่างของ **นักบุญเอลีซาเบธ ราซินีแห่งโปรตุเกส** (ค.ศ.1271-1336)

นักบุญเอลีซาเบธแห่งโปรตุเกส หรือบางคนเรียกท่านว่าทูตสวรรค์แห่งสันติภาพ ท่านประสูติที่อารากอน ในปี ค.ศ. 1271 ทำให้เกิดสันติภาพชั่วคราวระหว่างปู่และเจ้าชายปีเตอร์บิดาของท่าน ท่านได้รับนามเอลีซาเบธตามป้าของท่านคือนักบุญเอลีซาเบธแห่งฮังการี บิดาของท่านมอบท่านให้เป็นภรรยาของกษัตริย์เดนิสแห่งโปรตุเกส ขณะที่ท่านมีอายุเพียง 12 ปี ท่านเป็นคริสตชนใจศรัทธามีความรักต่อพระเจ้าและไปร่วมมิสซาทุกวัน



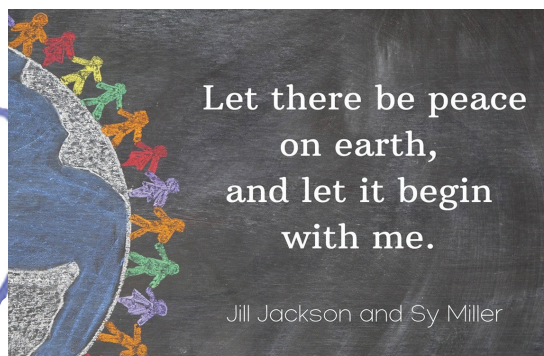
ท่านเป็นภรรยาและราชินีที่ดียวอดเยี่ยม ตรงข้ามกับพระสวามีของท่าน ที่ไม่ได้เป็นคริสตชนที่ดี จึงทรงถูก พระสันตะปาปานิโคลาสที่ 4 ลงโทษ ให้ตัดขาดจากพระศาสนจักรเมื่ออายุ 19 ปี ท่านเป็นคนกลางสร้าง สันติระหว่างพระสวามีของท่านกับพระสันตะปาปานิโคลาสที่ 4 จนที่สุดพระสันตะปาปาได้ประกาศยกเลิก การลงโทษพระสวามีของท่าน

นักบุญเอลิซาเบธ ยังสร้างวิทยาลัยเกษตรแห่งชาติเป็นครั้งแรก สร้างบ้านสงเคราะห์สำหรับทารกที่ถูกทอดทิ้ง โรงพยาบาล ที่พักชั่วคราวสำหรับนักเดินทาง ฯลฯ ท่านยังได้จัดงานเลี้ยงให้กับคนยากจนด้วย ท่านมีใจเมตตา และชอบช่วยเหลือคนยากไร้เสมอ ท่านมีบุตร 2 คน คือ คอนสแตนและอันฟองโซ แม้จะเป็นผู้ปกครองที่เก่ง แต่พระสวามีของท่านกลับเป็นคริสตชนที่ใจเย็นเฉย พระองค์ไม่สวดภาวนา ไม่สนใจเรื่องกิจการทำบุญ ซ้ำยังเป็น สามีที่ไม่ซื่อสัตย์โดยนอกใจท่าน สิ่งนี้สร้างความทุกข์ใจให้กับท่านเป็นอย่างมาก ยิ่งที่ร้ายไปกว่านั้น กษัตริย์เดนิส ยังหุบเขา เชื่อคำใส่ร้ายของมหาตเล็กซึ่งอิจฉาคนหนึ่ง ว่าท่านนอกใจและเป็นชู้กับมหาตเล็ก ผู้ที่ความจริง เป็นคนดีและศรัทธามาก แต่เมื่อกษัตริย์ทรงทราบ ความจริง ก็ทรงสำนึกและปรับปรุงตนไปในทางที่ ดีขึ้น พระองค์ทรงขออภัยท่านต่อหน้าทุกคน และ เคารพให้เกียรติท่านมากยิ่งขึ้น ต่อมากษัตริย์เดนิส ทรงโปรดลูกชายนอกสมรส ตั้งใจจะให้สืบราชสมบัติ ซึ่งทำให้อันฟองโซลูกชายของท่านไม่พอใจ จนเกิด สงครามระหว่างพ่อกับลูก ท่านเข้าไปเป็นคนกลาง ไกล่เกลี่ย จนเกิดการคืนดีและสันติภาพระหว่าง พระสวามีกับบุตรชาย จนปีค.ศ. 1324 กษัตริย์เดนิส ป่วยหนักจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต ท่านดูแลอย่าง ไกล่ชิดและได้เตรียมจิตใจของพระสวามีของท่าน จนสิ้นใจในศีลในพรของพระเจ้า ในวันที่ 6 มกราคม ค.ศ. 1325 และอันฟองโซลูกชายของท่านได้เป็นกษัตริย์องค์ต่อมา หลังจากที่พระสวามีสิ้นพระชนม์ ท่านได้สละ ทรัพย์สินที่ท่านมี และออกเดินทางไปยังอารามนักบุญคลาราที่ท่านได้สร้างไว้ที่เมืองโคอิมบรา เหตุเพราะท่าน อยากรับบวชในคณะของนักบุญคลารา แต่ก็ไม่ได้รับอนุญาต ท่านจึงสมัครเป็นนักบวชชั้นที่ 3 ในคณะ ฟรังซิสกัน และใช้ชีวิตในบ้านปลายของท่านฐานะพระราชินีและมารดาในบ้านที่อยู่ใกล้ ๆ อารามแห่งนั้น ท่านคืน ชีวิตให้กับพระเจ้า เมื่อวันที่ 4 กรกฎาคม ค.ศ. 1336 และในปี ค.ศ. 1626 ท่านได้รับการสถาปนาเป็นนักบุญ โดยพระสันตะปาปาอูร์บันที่ 8



**PRAYER TO**  
*St. Elizabeth of Portugal*

Father of peace and love,  
you gave Saint Elizabeth  
the gift of reconciling enemies.  
By the help of her prayers  
give us the courage to work  
for peace among men,  
that we may be called  
the sons of God.  
Through our Lord  
Jesus Christ, your Son,  
who lives and reigns with you  
in the unity of the Holy Spirit,  
one God, for ever and ever.  
Amen.



5. ให้เราเป็นผู้สร้างสันติ ด้วยการคิดดี พูดดี ทำดีต่อกันและกัน เป็นผู้สร้างสันติตามคำสอนของพระเยซูเจ้า และตามแบบอย่างของนักบุญเอลิซาเบธ ผู้ให้อภัย และสร้างสันติให้กับสมาชิกในครอบครัว



## ปฏิบัติ

### ก. ข้อควรจำ

1. สิ่งที่สังคมของเราต้องการก็คือ สันติภาพ ซึ่งหมายถึงการไม่ใช้ความรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่น
2. คำว่าสันติภาพในภาษาฮีบรูคือคำว่า “Shalom” เป็นคำกล่าวทักทายในปาเลสไตน์สมัยของพระเยซูเจ้า ที่แสดงออกถึงความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น
3. พระเยซูเจ้าสอนเราว่า “เรามอบสันติสุขไว้ให้ท่านทั้งหลาย เราให้สันติสุขของเราแก่ท่าน” (ยอห์น 14:27)
4. พระองค์ทรงมอบสันติสุขแก่เรา เป็นความสงบสุขภายใน เพื่อให้เราผู้สร้างสันติให้กับครอบครัว โรงเรียน และชุมชนที่เราอาศัยอยู่
5. นักบุญเอลีซาเบธ ราซินีแห่งโปรตุเกส เป็นแบบอย่างในการสร้างสันติในครอบครัว
6. ให้เราเป็นผู้สร้างสันติ ด้วยการคิดดี พูดดี ทำความดีต่อกันและกัน

### ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน **ร้องเพลง “ผู้นำสันติ”** <https://www.youtube.com/watch?v=NMJcr9ydgPg>

1. ในโลกที่เศร้าใจ ในโลกที่สิ้นหวัง ขอข้าฯ นำพลัง รักของพระแพร่ไป  
ที่ใดเคืองขัดใจ ขอข้าฯ ได้อภัย สงสัยอยู่หนใด ข้าฯ นำความมั่นใจ
2. ในโลกที่เศร้าใจ ในโลกที่สิ้นหวัง ขอข้าฯ นำพลัง วางใจในพระองค์  
ที่ซึ่งแสนมีดมณ ขอเป็นเช่นแสงเทียน ความทุกข์สุดจะทน  
ความสุขในบัดดล ขอข้าฯ เป็นคนที่น่าไปให้
3. โปรดให้ข้าฯ คอยเฝ้าบรรเทาในชีวิตอื่น มากกว่าการจะรอคอยให้เขามาเข้าใจ  
ด้วยการนำพระคริสต์สถิตในชีวิตอื่น ข้าฯ จะได้ชื่นชมพระองค์
4. โปรดให้ข้าฯ เป็นเครื่องมือทำตามน้ำพระทัย สันติองค์ทรงซัยจะนำไปให้โลกา  
ด้วยการนำพระคริสต์สถิตในชีวิตอื่น ข้าฯ จะได้ชื่นชมพระองค์

### ค. การบ้าน

สวดบทวันทามารีย์วันละ 1 บท เพื่อสันติภาพในโลก







*สารทำนอง : สารของผู้รักงานทำนอง*  
ปีที่ 29 ฉบับที่ 182 ปีการศึกษา 2566/2023