

คุณดำพระวรสาร 21 ประการ

★ บทเรียน CCP เพื่อการปลูกฝังคุณธรรมตามคุณค่าพระวรสาร
โดย ศูนย์คริสตศาสนธรรมสังฆมณฑลราชบุรี





บทเรียนที่ 18 คุณค่าของการให้อภัย คือใจที่เป็นสุข



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกความหมายของคำว่า การให้อภัย และข้อดีของการให้อภัยผู้อื่นได้
2. เห็นคุณค่าของการให้อภัย และตั้งใจรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน
3. รู้จักขอโทษและให้อภัยในความผิดพลาดของกันและกันได้



กิจกรรม

ยิ่งเก็บยิ่งหนัก (กิจกรรมนอกห้องเรียน)

อุปกรณ์ กระเป่าเป้หรือย่าม ตามจำนวนผู้เรียน

วิธีการ

1. ให้ผู้เรียนสะพายเป้หรือย่ามไว้ แล้วออกไปหาก้อนหินคนละ 10 ก้อน ขนาดใดก็ได้ แล้วนำใส่ไว้ในเป้หรือย่ามนั้นไว้
2. ผู้นำให้ผู้เรียนเดินไปในที่ต่าง ๆ เมื่อถึงจุดหนึ่งผู้สอนก็บอกให้ผู้เรียนเอาก้อนหินออกจากกระเป่าได้ 1 ก้อน แล้วเดินต่อไป
3. ทำเช่นนี้จนก้อนหินหมดจากเป้หรือย่าม (จำนวน 10 จุด)
4. นำผู้เรียนกลับมาที่ห้องเรียน

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. การแบกเป้หรือย่ามที่มีก้อนหินอยู่ ไปในที่ต่าง ๆ ผู้เรียนมีความรู้สึกอย่างไร (หนัก, เหนื่อย, เมื่อย, รำคาญ, ลำบาก, น่าเบื่อ, ฯลฯ)
2. ทุกครั้งที่ผู้เรียนนำก้อนหินออกจากเป้หรือย่าม รู้สึกอย่างไร (เบาลง, อยากเอาออกให้หมดเร็ว ๆ ฯลฯ)
3. หากเปรียบก้อนหินเป็นความโกรธ แค้นเคือง ผู้เรียนจะอยากเก็บเอาไว้กับตัวเองหรือไม่ เพราะอะไร
4. ผู้เรียนได้รับข้อคิดอะไรจากกิจกรรมนี้



สรุป การเก็บสะสมความโกรธ ความรู้สึกเจ็บปวด หรือความอาฆาตแค้นที่มีต่อผู้อื่นไว้ในใจ ความรู้สึกเหล่านี้ จะกลายเป็นภาระแก่เรา ทำให้จิตใจไม่เป็นสุข ส่งผลต่ออารมณ์ ความรู้สึก การแสดงออกและการดำเนินชีวิต ที่ไม่สามารถพบปะปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างสะดวกเป็นปกติ และยังสามารถส่งผลเสียต่อสุขภาพทั้งกาย และใจของเราอีกด้วย

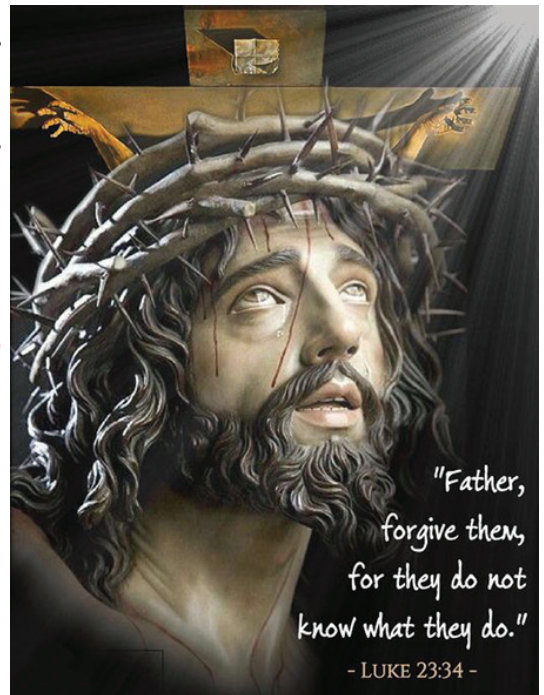


คำสอน

1. คนเราเมื่ออยู่รวมกันหลายคน ย่อมมีการขัดใจ หรือโกรธกันบ้างเป็นธรรมดา เพราะนิสัยใจคอที่ไม่เหมือนกัน แม้แต่ตัวเราเองบางครั้งยังไม่พอใจในการกระทำของตนเองบ่อย ๆ ยิ่งอยู่รวมกันมากเท่าใด ความขัดใจกันก็จะเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น การรู้จักให้อภัยในความผิดพลาดของกันและกันจึงเป็นสิ่งจำเป็น ทั้งในบ้านและในสังคมปัจจุบัน ดังนั้นเมื่อเราอยู่รวมกัน แล้วมีใครทำอะไรผิดผิดพลาด ก็ต้องรู้จักขอโทษและให้อภัยกัน

2. **การให้อภัย** คือ การยกโทษให้คนที่ทำผิด ในพระคัมภีร์ คำภาษากรีกที่แปลว่า “การให้อภัย” มีความหมายตรงตัวว่า “ปล่อยไป” เหมือนเจ้านี้ยอมยกหนี้ให้ลูกหนี้ พระเยซูเจ้าทรงใช้การเปรียบเทียบนี้ เมื่อพระองค์ทรงสอนบรรดาสานุศิษย์ให้ภาวนาว่า **“โปรดประทานอภัยแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย เหมือนข้าพเจ้าทั้งหลายให้อภัยแก่ผู้อื่น”** (ลูกา 11:3-4) และเมื่อพระองค์เล่าตัวอย่างเรื่องลูกหนี้ไร้เมตตา พระองค์ทรงเปรียบเทียบการให้อภัยว่าเหมือนการยกหนี้ (มัทธิว 18:23-35)

3. ชีวิตของพระเยซูเจ้าเป็นแบบอย่างแก่เรา ในการให้อภัยแก่กันและกัน พระเยซูเจ้าทรงถูกตัดสินประหารชีวิตโดยไม่มีความผิด ถูกทรมาน ถูกสบประมาท และถูกทำร้ายร่างกายอย่างทารุณ ต้องทุกข์อย่างแสนสาหัส แต่พระองค์ยังสามารถขอการอภัยจากพระบิดาเจ้าเพื่อคนที่ทำผิดต่อพระองค์ได้ เราเห็นอย่างชัดเจนที่สุดบนไม้กางเขน เมื่อทรงตรัสว่า **“พระบิดาเจ้าข้า โปรดอภัยความผิดแก่เขาเถิด เพราะเขาไม่รู้ว่ากำลังทำอะไร”** (ลูกา 23:34) เป็นคำสอนที่สำคัญที่พระเยซูเจ้าทรงสอนเรื่องการให้อภัย แทนการแก้แค้นแบบ **“ตาต่อตา ฟันต่อฟัน”** นี่คือหนทางแห่งความสุขที่แท้จริง เพราะเราทุกคนย่อมทำผิดพลาดกันได้ และการอภัยนั้นเป็นหนทางนำมาซึ่งสันติสุขที่แท้จริงนั่นเอง



4. นักบุญเปโตรถามพระเยซูเจ้าว่า **“ถ้าพี่น้องทำผิดต่อข้าพเจ้า ข้าพเจ้าต้องยกโทษให้เขาสักกี่ครั้ง ถึงเจ็ดครั้งหรือไม่”** (มัทธิว 18:21) ซึ่งสำหรับชาวยิว การยกโทษคนที่ทำผิดต่อเราสามครั้งถือว่ามากที่สุดแล้ว แต่พระเยซูเจ้าทรงตอบเปโตรว่า **“ต้องยกโทษให้เจ็ดคูณเจ็ดสิบครั้ง”** (มัทธิว 18:22) ซึ่งหมายถึง “จำนวนที่ไม่จำกัด” คือ ต้องยกโทษหรือให้อภัยตลอดไป

5. เรายังเห็นแบบอย่างของบุคคลในพระคัมภีร์ ซึ่งเอาชนะใจตนเองเพื่ออภัยให้พี่น้องของตน นั่นคือแบบอย่างของ **“โยเซฟบุตรของยาโคบ”**



โยเซฟเป็นลูกของยาโคบ บิดารักมากกว่าพี่น้องอื่น ๆ อีกสิบเอ็ดคน เพราะโยเซฟเกิดมาเมื่อยาโคบมีอายุมากแล้ว บิดาจึงเอาอกเอาใจเขา ด้วยการตัดเสื้อผ้าพิเศษให้สวมใส่ พี่ ๆ จึงอิจฉา ยิ่งกว่านั้นโยเซฟมักฝันในทำนองว่าพี่ ๆ ต้องมาราบไหว้ตน คือ ฝันว่ากำลังเกี่ยวข้าวในทุ่งนา ฟ่อนข้าวของโยเซฟลุกตั้งขึ้น และฟ่อนข้าวของพี่ ๆ ต่างโค้งคำนับฟ่อนข้าวของโยเซฟ หรือฝันเห็นดวงอาทิตย์ มีดาวสิบเอ็ดดวงมาราบไหว้ ยิ่งทำให้พวกพี่ ๆ โกรธและอิจฉามากขึ้น



จนวันหนึ่งบรรดาพี่ ๆ ได้ขายโยเซฟให้แก่พ่อค้าไปประเทศอียิปต์ และพี่ ๆ บอกยาโคบบิดาว่า พบเสื้อผ้าเปื้อนเลือดของโยเซฟ เพื่อให้เข้าใจว่าลูกสัตว์ทำร้าย ทำให้ยาโคบร้องไห้เสียใจมาก จนเมื่อเวลาผ่านไป เกิดกัณดารแห้งแล้งขึ้นทั่วไป จนกระทั่งยาโคบเองต้องให้ลูก ๆ เดินทางไปซื้ออาหารที่ประเทศอียิปต์ ณ ที่นั่น พี่ ๆ กับโยเซฟได้พบกัน แต่พวกพี่ ๆ จำโยเซฟไม่ได้ แต่โยเซฟจำได้ จึงแกล้งสอบถามถึงยาโคบ ผู้บิดาและเบนยามิน น้องเล็กว่าเป็นอย่างไร โยเซฟคิดถึงเบนยามินมาก จึงออกอุบายจับพี่คนหนึ่งไว้เป็นตัวประกันแล้วให้คนอื่นนำอาหารกลับไป แต่ถ้ากลับมาอีกคราวหน้า ต้องนำเบนยามินมาด้วย จึงจะได้อาหารและตัวประกันกลับไป พวกพี่ ๆ เดินทางไปซื้ออาหารที่ประเทศอียิปต์อีก คราวนี้เบนยามินไปด้วย พบโยเซฟ พวกพี่ ๆ ก็กักราบ ซึ่งตรงกับที่โยเซฟเคยฝันไว้ว่าพวกพี่ ๆ จะมากราบตน โยเซฟต้องแอบไปร้องไห้ แล้วกลับมาจัดเลี้ยงพวกพี่ ๆ เป็นการใหญ่ ทำให้พวกพี่ ๆ ประหลาดใจเพราะพวกเขาจำโยเซฟไม่ได้ โยเซฟออกอุบายเอาถ้วยเงินซ่อนไว้ในกระสอบของเบนยามิน พอพวกพี่ ๆ ออกเดินทางไปได้ระยะหนึ่ง ก็ใช้คนติดตามไปแจ้งว่ามีถ้วยเงินหาย สงสัยมีคนขโมยมา เมื่อค้นดูก็พบอยู่ในกระสอบของเบนยามิน พวกพี่ ๆ จึงถูกนำตัวกลับมาหาโยเซฟ โยเซฟแกล้งบอกว่าจะกักตัวเบนยามินไว้เป็นทาส พวกพี่ ๆ จึงกักราบขอรับผิดแทนด้วยเกรงว่า ถ้ากลับไปโดยไม่มีเบนยามิน ยาโคบผู้บิดาจะตรอมใจตาย โยเซฟอดใจไว้ไม่ไหวจึงร้องไห้แล้วบอกกับพวกพี่ ๆ ว่า “ฉันคือโยเซฟที่พวกพี่ ๆ ขายมา แต่อย่าเสียใจไปเลย สิ่งนี้เกิดขึ้นเพราะพระเจ้าทรงจัดไว้เพื่อช่วยบิดาและพวกพี่ ๆ นั่นเอง” พูดเสร็จโยเซฟก็ร้องไห้และตรงเข้าสวมกอดเบนยามินและพวกพี่ ๆ ทุกคนก็ส่งเสียงร้องไห้กันระงมเพราะความตื่นตันใจ โยเซฟจัดส่งรถไปรับยาโคบ ผู้บิดาและลูกหลานมาอยู่ที่ประเทศอียิปต์ พวกพี่ ๆ ยังกลัวโยเซฟอยู่ กล่าวแก่กันว่า “โยเซฟคงจะชังพวกเรา และจะแก้แค้นเป็นแน่” จึงได้กักราบโยเซฟพูดว่า “ขอท่านโปรดอภัยความผิดของข้าพเจ้าทั้งหลายเถิด” โยเซฟได้ฟังก็ร้องไห้กล่าวว่า “อย่ากลัวเลย พวกท่านคิดร้ายต่อข้าพเจ้าก็จริง แต่พระเจ้าทรงดำริให้เกิดผลดี คือเพื่อช่วยชีวิตคนเป็นอันมาก ข้าพเจ้าจะทะนุบำรุงเลี้ยงพี่และบุตรหลานของพี่ด้วย” เขาทั้งหลายจึงอยู่เป็นสุขตลอดมา และทวีเชื้อสายมากมายในประเทศอียิปต์

6. ให้เราจำความหมายของการให้อภัยไว้เสมอ เพื่อเตือนใจว่า เราทุกคนทำผิดพลาดได้ ข้อดีของการให้อภัย คือ ทำให้เรามีจิตใจดี สงบและทำให้มีความสุขมากขึ้น ให้เราฝึกการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่มีใครเป็นคนที่มีสมบูรณ์แบบ หากเรารู้สึกขอบคุณเมื่อมีคนยกโทษให้เรา เราก็ควรจะยกโทษให้คนที่ทำผิดต่อเราด้วยเช่นกัน



ปฎิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. การให้อภัย คือ การยกโทษให้คนที่ทำผิด ในพระคัมภีร์ คำภาษากรีกที่แปลว่า “การให้อภัย” มีความหมายว่า “ปล่อยไป”
2. ชีวิตของพระเยซูเจ้าก็เป็นแบบอย่างให้เราในการอภัยให้แก่กันและกัน พระองค์ขอการอภัยจากพระบิดาเจ้าเพื่อคนที่ทำผิดต่อพระองค์บนไม้กางเขน “
3. พระเยซูเจ้าทรงสอนเราว่า “ต้องยกโทษให้เจ็ดคูณเจ็ดสิบครั้ง” (มัทธิว 18:22) ซึ่งหมายถึง “จำนวนที่ไม่จำกัด” ต้องยกโทษหรือให้อภัยตลอดไป
4. โยเซฟบุตรของยาโคบ เป็นแบบอย่างในการอภัยให้พี่น้องของตนในครอบครัว
5. ข้อดีของการให้อภัย คือ ทำให้เรามีจิตใจดี สงบ และทำให้มีความสุขมากขึ้น

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน ส่งข้อความไป “ขออภัย” ในบางเรื่อง

หากใครโกรธหรือขัดเคืองใจกัน จงให้อภัยเร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ ดีกว่าเก็บความโกรธไว้ในใจ

“แม้ท่านจะโกรธก็อย่าให้เป็นบาป จงเลิกโกรธก่อนดวงอาทิตย์ตก” (เอเฟซัส 4:26)

ให้ผู้เรียนส่งข้อความไป “ขอโทษ” เพื่อนในบางเรื่องที่เคยทำให้ชุ่นชองหมองใจหรือบุคคลที่เราเคยทำผิดด้วย

*** หรือร้องเพลง “จงอภัยเถิด” เพลงประกอบการสอนคำสอน อัลบั้ม ทำด้วยความรัก

<https://www.kamsondeedee.com/main/action-songs/1912-withlove>

เพลงจงอภัยเถิด

1. จงอภัยเถิด จงอภัยเถิด จะสุขสันต์ ทุกวันทุกคืน
โลกจะสวยใส เมื่อมียิ้มรื่น आयูยื่นหากไม่หมองใจ
2. ไอ้เพื่อนรักเอ๋ย ไอ้เพื่อนรักเอ๋ย ไอ้เพื่อนรัก ฉันให้อภัย
ต่อแต่นี้หนอ ฉันจะขอให้ โปรดเห็นใจเถิดช่วยยิ้มมา
3. ใครมีความเศร้า ทุกข์จะเผาใจ โลกจะไร้ ซึ่งความโสกา
ไอ้เพื่อนรักเอ๋ย อย่าได้เฉยชา โปรดยิ้มมาเถิด เพื่อนรักเอ๋ย



ค. การบ้าน

สวดบทข้าแต่พระบิดา 1 บท เพื่อขอการประทานอภัยจากพระเจ้า



สารทำนอง : สารของผู้รักงานทำนอง
ปีที่ 29 ฉบับที่ 182 ปีการศึกษา 2566/2023