

SPES NON CONFUNDIT

บรรดาผู้จาริก
แสวง
ความหวัง



20 บทเรียน CCP โอกาสปีศักดิ์สิทธิ์ ค.ศ. 2025

โดย ศูนย์คริสตศาสนธรรมสังฆมณฑลราชบุรี



บทเรียนที่ 13

การยังชีพในความหวัง

จุดประสงค์



เพื่อให้ผู้เรียน

1. รู้และเข้าใจว่าความหวังเป็นหนึ่งในคุณธรรมทางเทววิทยาที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตคริสตชน
2. ตระหนักว่าคุณธรรมความหวังช่วยให้ดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมาย
3. ดำเนินชีวิตด้วยความชื่นชมยินดีในความหวังอยู่เสมอ

กิจกรรม



กระต่ายขาเดียว

อุปกรณ์ กริ่งหรือนกหวีดให้สัญญาณ

ดำเนินการ

1. ให้ผู้เรียนจับคู่กันกับเพื่อน แต่ละคู่ตกลงกันเลือก 1 คน เป็นกระต่าย
2. รอบที่ 1 เมื่อผู้สอนให้สัญญาณ ให้คนที่เป็นกระต่ายยกขาข้างหนึ่งขึ้นและยืนขาเดียวให้นานที่สุด โดยเพื่อนอีกคนยืนให้กำลังใจ แต่ห้ามโดนตัวกันเด็ดขาด คนไหนที่เริ่มยืนไม่นิ่ง ตัวเอน เอียง หรือยืนไม่ไหว นำขาลงหรือล้มก่อนถือว่าแพ้ ส่วนคนที่ยืนได้นิ่งและนานที่สุดถือว่าเป็นผู้ชนะ หากมีเวลาไม่มาก ผู้สอนอาจพิจารณาตามความเหมาะสม
3. รอบที่ 2 เมื่อผู้สอนให้สัญญาณ ให้คนที่เป็นกระต่าย ยกขาข้างหนึ่งขึ้นและยืนขาเดียวอีกครั้ง แต่สามารถเกาะหรือจับเพื่อนอีกคนได้ ให้ยืนประมาณ 3-5 นาที ผู้สอนพิจารณาตามความเหมาะสม คนไหนที่เริ่มยืนไม่นิ่ง ตัวเอน เอียง หรือยืนไม่ไหว นำขาลงก่อนถือว่าแพ้ และคนที่ยืนได้นานที่สุดถือว่าเป็นผู้ชนะ ผู้สอนเตรียมรางวัลให้กลุ่มผู้ชนะเล็กน้อย



วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. ถามผู้เรียนคนที่เป็นกระต่ายยืนขาเดียวว่า รู้สึกอย่างไรบ้าง (เมื่อย, ตื่นเต้น, สนุก ฯลฯ)
2. ในรอบที่ 1 และรอบที่ 2 มีความรู้สึกแตกต่างกันอย่างไรบ้าง (รอบที่ 1 ยากกว่าเมื่อยกว่า เพราะต้องยืนเอง ไม่มีใครให้เกาะ แต่รอบที่ 2 สามารถเกาะเพื่อนได้ มีเพื่อนช่วยพยุงไว้ แต่ยืนนาน ๆ ก็เมื่อยเหมือนกัน)
3. ถามเพื่อนอีกคนหนึ่งที่ไม่ได้เป็นกระต่ายว่า ในรอบที่ 1 รู้สึกอย่างไรบ้าง (ลืมนไปด้วย, ตื่นเต้น, สงสารเพื่อน, อยากช่วย ฯลฯ)
4. ในรอบที่ 2 ที่สามารถช่วยเพื่อนได้ รู้สึกอย่างไรบ้าง (ดีใจที่ได้ช่วยเพื่อน, สนุก, เมื่อยเหมือนกัน ฯลฯ)
5. จากกิจกรรมนี้ ผู้เรียนได้ข้อคิดอะไรบ้าง (ให้แต่ละคนแบ่งปัน)





สรุป โดยปกติมนุษย์มี 2 ขา เพื่อใช้ยืน เดินและดำเนินชีวิตประจำวันจากกิจกรรมนี้ ในรอบที่ 1 คนที่ต้องยืนขาเดียวด้วยตนเองนาน ๆ อาจทำให้รู้สึกเมื่อย เกิดความ ยากลำบาก และไม่ค่อยถนัดนัก ส่วนในรอบที่ 2 เมื่อสามารถเกาะเพื่อนได้ มีเพื่อน ช่วยพยุง ก็ทำให้รู้สึกดีขึ้น สบายขึ้น และสามารถยืนได้นานกว่าเดิม ชีวิตคริสตชน ของเราก็เช่นกัน บางครั้งเราสามารถยืนอยู่ได้คนเดียวโดยที่ไม่รู้สึกอะไร ไม่จำเป็นต้อง พึ่งพาใคร แต่บางช่วงเวลาเมื่อต้องพบเจอกับปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ เราเริ่ม มองหาคนช่วย หาที่คอยเกาะ คอยยึดเพื่อให้อยู่ได้มั่นคง ลดความกังวลใจ และสิ่งใด ที่จะสามารถช่วยพยุงเราไว้ได้ ในวันที่เรารู้สึกว่าไม่สามารถยืนอยู่ได้โดยลำพัง เราจะ มาเรียนรู้กันในบทเรียนนี้



1. เราอาจจะเคยได้ยินประโยคที่ว่า “อย่าคาดหวัง จะได้ไม่ผิดหวัง” ประโยคนี้มักมาจากใคร หลายคนที่ต้องพบเจอกับความผิดหวัง และเมื่อผิดหวังบ่อย ๆ ซ้ำแล้วซ้ำเล่า ความผิดหวังนี้ ก็นำไปสู่ความทุกข์ จึงทำให้รู้สึกว่าไม่ต้องคาดหวังเลยก็อาจจะดีกว่า จะได้ไม่ต้องมารู้สึกหรือ ต้องเจอกับเหตุการณ์ที่ต้องผิดหวังอีก แต่จริง ๆ แล้ว หากเราพิจารณาดูให้ดีและทำความเข้าใจ กับความหมายของความหวังให้ถูกต้อง เราจะพบว่าในการดำเนินชีวิตของเรา เราไม่สามารถ มีชีวิตอยู่ได้ โดยปราศจากความหวัง

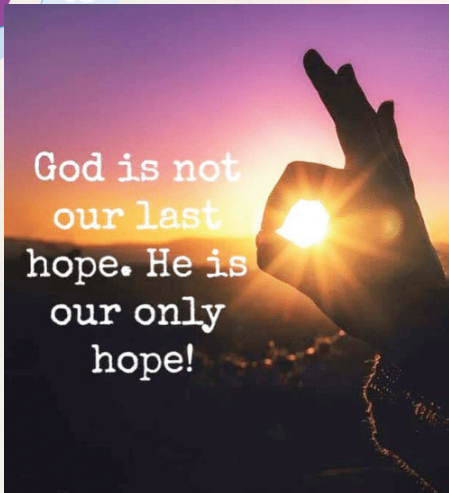


2. ความหวังคืออะไร หากจะนิยามความหมายของความหวัง ก็คือความ รู้สึกหรือความเชื่อมั่นว่าสิ่งที่ดีจะเกิดขึ้นในอนาคต หรือความคาดหวังในสิ่ง ที่ปรารถนาและเป็นไปได้ ความหวังเป็นพลังขับเคลื่อนให้เรามีความพยายาม และมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย แม้จะต้องเผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ ความหวัง เป็นสิ่งสำคัญในชีวิตที่ช่วยให้เรามีความเข้มแข็ง มีความสุข แม้ในวันที่รู้สึก ลึกลับ หวัง ก็ยังมีความหวังอยู่เสมอ คำนิยามเหล่านี้จึงทำให้เห็นชัดเจนและ มั่นใจได้ว่า ความหวังมีความสำคัญและเป็นสิ่งที่มีอยู่ในการดำเนินชีวิตของ มนุษย์อย่างแท้จริง

3. ความหวังพร้อมด้วยความเชื่อและความรัก ประกอบขึ้นเป็นคุณธรรมอันล้ำค่าของ “คุณธรรมทางเทววิทยา” ที่แสดงออกถึงหัวใจหลักของชีวิตคริสตชน ในพลังหนึ่งเดียวที่แยกไม่ได้ของคุณธรรมเหล่านี้ ความหวังเป็น คุณธรรมที่ให้ทิศทางและจุดหมายในชีวิตของผู้มีความเชื่อ ดังที่นักบุญเปาโลสอนว่า **“จงชื่นชมยินดีในความหวัง จงมีความอดทนต่อความทุกข์ยาก จงพากเพียรในการภาวนา” (รม. 12:12)** เราจึงจำเป็นต้องมีความหวังมากมาย (เทียบ รม. 15:13) เพื่อจะสามารถเป็นพยานที่น่าเชื่อถือและน่าดึงดูด ในเรื่องความเชื่อและความรักที่อยู่ในใจเรา และเพื่อให้เราชื่นชมยินดีในความเชื่อและกระตือรือร้นในความรัก เพื่อเราแต่ละคนจะสามารถมอบรอยยิ้ม

มิตรภาพ อภัยภัยไยตรี การรับฟังอย่างจริงใจ และการบริการแบบให้เปล่า โดยตระหนักว่า พระจิตเจ้า จะทรงทำให้สิ่งเหล่านี้กลายเป็นเมล็ดพันธุ์อันอุดมแห่งความหวังสำหรับผู้ที่ได้รับ (Spes Non Confundit ข้อ 18)





4. “ความหวัง” สำหรับคริสตชน เป็นหนึ่งในคุณธรรมทางเทววิทยา (คุณธรรมเกี่ยวกับพระเจ้า) มีทั้งหมด 3 ประการ อีก 2 ประการ ก็คือ ความเชื่อและความรัก ที่ต้องควบคู่ไปด้วยกัน คุณธรรมความหวังตอบสนองการแสวงหาความสุขที่พระเจ้าทรงวางไว้ในใจของมนุษย์แต่ละคน รวบรวมการคาดหวังที่เป็นพลังบันดาลใจให้มนุษย์ประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ช่วยป้องกันไม่ให้หมดกำลังใจ พยายามไขว่คว้าไม่ให้อ่อนแอ พลังผลักดันของความหวัง ช่วยปกป้องเราไว้จากความรักตนเองคือความเห็นแก่ตัว และนำเราให้แสวงหาความสุขที่มาจากความรัก (CCC 1818)

5. ฉะนั้น **คุณธรรมทั้ง 3 ประการนี้ ทั้งความเชื่อ ความหวัง และความรัก จะต้องดำเนินไปพร้อม ๆ กัน** ในชีวิตคริสตชน โดยมีความเชื่อ นำทาง เป็นหลักยึดเหนี่ยวที่มั่นคง มีความหวังคอยพยุง และเป็นพลังให้ความรัก ได้แสดงออกมาสู่การกระทำที่ดีและถูกต้อง ทั้งต่อตนเองและส่งต่อไปยังบุคคลรอบข้าง เป็นพิเศษในโอกาสปีศักดิ์สิทธิ์ “บรรดาผู้จาริกแห่งความหวัง” นี้ ให้ชีวิตของเราได้หยั่งรากลึกลงในความหวัง หมั่นสวดภาวนาวอนขอพระพรจากพระเจ้า ซึ่งหลายครั้งเราอาจจะรู้สึกผิดหวังและท้อแท้ แต่โดยอาศัยพระจิตเจ้าผู้ทรงประทับอยู่ และช่วยเหลือเรา เพื่อเราจะได้ดำเนินชีวิตท่ามกลางกระแสสังคมปัจจุบัน ด้วยความชื่นชมยินดีในความหวังเสมอ

✝ ✈️ ❤️
• faith • hope • love •
1 Corinthians 13:13



ก. ข้อควรจำ

1. จงชื่นชมยินดีในความหวัง จงมีความอดทนต่อความทุกข์ยาก จงพากเพียรในการภาวนา (รม. 12:12)
2. “ความหวัง” สำหรับคริสตชนเป็นคุณธรรมทางเทววิทยา มีทั้งหมด 3 ประการ อีก 2 ประการ ก็คือความเชื่อและความรัก ที่ต้องควบคู่ไปด้วยกัน
3. มีความเชื่อ นำทางเป็นหลักยึดเหนี่ยวที่มั่นคง มีความหวังคอยพยุงและเป็นพลังให้ความรัก ได้แสดงออกมาสู่การกระทำที่ดีและถูกต้อง ทั้งต่อตนเองและส่งต่อไปยังบุคคลรอบข้าง
4. หมั่นสวดภาวนาวอนขอพระพรจากพระเจ้า ซึ่งหลายครั้งที่เราอาจจะรู้สึกผิดหวังและท้อแท้ แต่โดยอาศัยพระจิตเจ้าผู้ทรงประทับอยู่และช่วยเหลือเรา
5. ให้เราจะได้ดำเนินชีวิตท่ามกลางกระแสสังคมปัจจุบัน ด้วยความชื่นชมยินดีในความหวังเสมอ





ช. กิจกรรม เด็กเล็ก “บทแสดงความหวัง”

อุปกรณ์ 1. กระดาษ A4 2. ดินสอ

ดำเนินการ

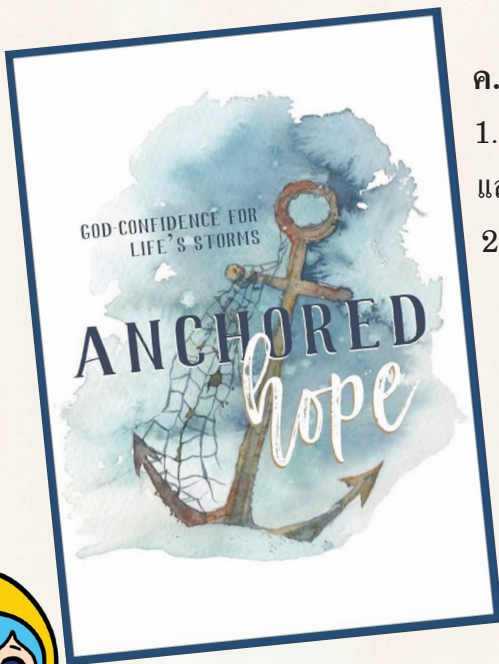
ผู้สอน สอนผู้เรียนท่องบทแสดงความหวังให้ได้ เมื่อท่องได้แล้วให้สวดภาวนาพร้อมกัน หากผู้เรียนยังท่องไม่ได้หรือพอมิเวลา ให้ผู้เรียนเขียนลงในสมุดหรือกระดาษ A4 เพื่อช่วยในการจดจำ

เด็กโต “จำให้ขึ้นใจ”

อุปกรณ์ 1. กระดาษ A4 2. ดินสอหรือปากกา 3. กริ่งหรือนกหวีดให้สัญญาณ

ดำเนินการ

1. ให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5-6 คน ผู้สอนพิจารณาตามความเหมาะสม ให้แต่ละกลุ่มยืนเป็นแถวตอนเล็กแต่ละคนห่างกัน 1 ช่วงแขน โดยแต่ละแถวจะมีกระดาษและดินสอหรือปากกาวางอยู่หน้าแถว
2. ให้ผู้เรียนคนสุดท้ายไปหาผู้สอน และจดจำข้อความ “**จงชื่นชมยินดีในความหวัง จงมีความอดทนต่อความทุกข์ยาก จงพากเพียรในการภาวนา**” (รม. 12:12) ให้ได้ ให้เวลาท่องจำ 2 นาที
3. เมื่อผู้สอนให้สัญญาณ ให้ผู้เรียนคนสุดท้ายที่ท่องจำพระวาจาวิ่งไปบอกเพื่อนคนที่ 2 และให้บอกคนต่อไปเรื่อย ๆ ตามลำดับ จนถึงคนหน้าสุดท้ายที่อยู่หัวแถว
4. ให้คนที่อยู่หัวแถวนำข้อความที่ตนเองได้ยินมา เขียนลงในกระดาษที่อยู่ด้านหน้ากลุ่มของตน กลุ่มใดเขียนเสร็จก่อนเป็นอันดับแรกและข้อความถูกต้องที่สุดเป็นกลุ่มที่ชนะ ผู้สอนเตรียมรางวัลให้กลุ่มผู้ชนะเล็กน้อย
5. ให้ผู้เรียนทุกคนท่องจำและกล่าวพระวาจาประโยคนี้อีกครั้งพร้อม ๆ กัน เพื่อเป็นการจดจำและเน้นย้ำให้ผู้เรียนนำไปปฏิบัติ

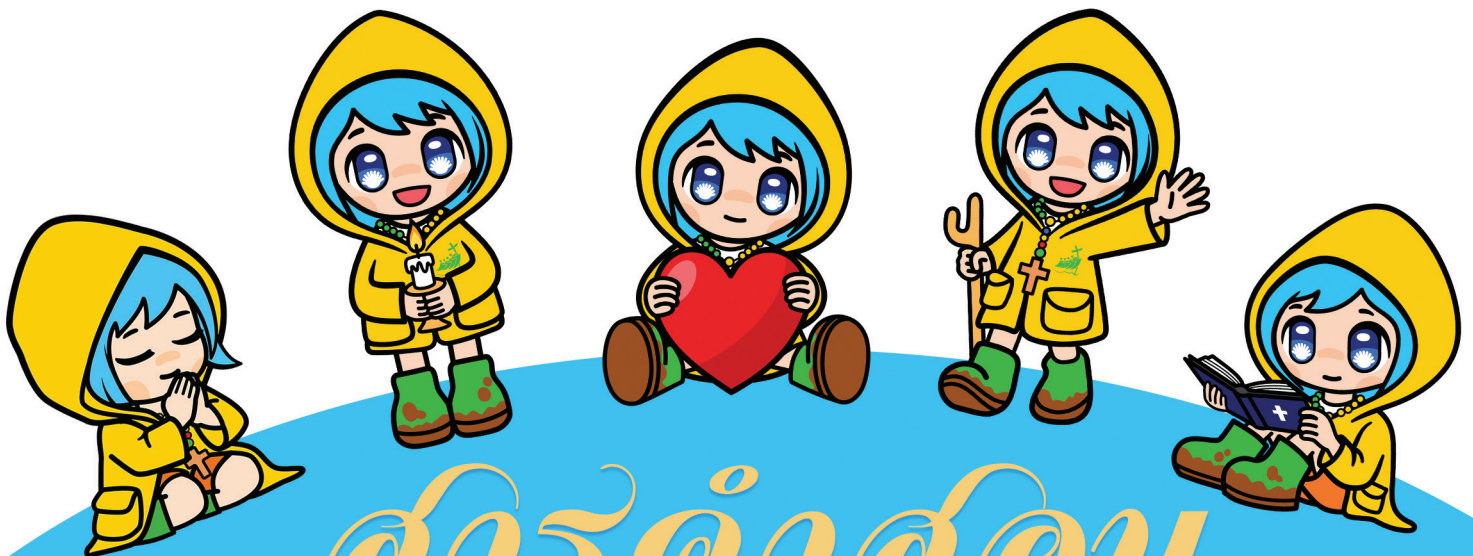


ค. การบ้าน

1. ให้ผู้เรียนกลับไปสวดภาวนาในบทแสดงความเชื่อ บทแสดงความหวัง และบทแสดงความรัก ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว
2. ให้ผู้เรียนดำเนินชีวิตเป็นผู้มีความชื่นชมยินดีในความหวังเสมอ



“ความหวังนี้ไม่ทำให้เราผิดหวัง”
(สุม. 5:5)



ดาวดำนดอน

สารคำสอน ปีที่ 31 ฉบับที่ 184 ปีการศึกษา 2568/2025