

คุณดำพระวรสาร 21 ประการ

★ บทเรียน CCP เพื่อการปลูกฝังคุณธรรมตามคุณค่าพระวรสาร
โดย ศูนย์คริสตศาสนธรรมสังฆมณฑลราชบุรี





สารคำสอน

ปีที่ 29 ฉบับที่ 182 ปีการศึกษา 2566/2023

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเป็นการให้การอบรมอย่างต่อเนื่องแก่บรรดาผู้สนใจ
2. เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในงานคำสอน
3. เพื่อสร้างความสัมพันธ์และประสบการณ์งานคำสอนของวัดและโรงเรียนต่าง ๆ

ที่ปรึกษา

คุณพ่อสมบุญธรรม แสงประสิทธิ์

บรรณาธิการ

คุณพ่อวัชรศิลป์ กฤษเจริญ

ฝ่ายผลิตชุดคำสอน CCP

คุณพ่อวัชรศิลป์ กฤษเจริญ
คุณพ่อปิติกฤต พงศ์จิรพันธุ์
คุณราตรี ช้อยเครือ
คุณกฤติยา อุตสาหะ
คุณภูวดล กลิ่นสวัสดิ์
คุณศิริลักษณ์ เบญจภูมรินทร์
คุณสุพรรณิการ์ จุงใจ

คณะผู้จัดทำ

คุณกฤติยา อุตสาหะ
คุณภูวดล กลิ่นสวัสดิ์
คุณศิริลักษณ์ เบญจภูมรินทร์
คุณสุพรรณิการ์ จุงใจ

พิสูจน์อักษร

คุณกฤติยา อุตสาหะ
คุณสุพรรณิการ์ จุงใจ

พิมพ์/ปก/รูปเล่ม

คุณภูวดล กลิ่นสวัสดิ์
คุณศิริลักษณ์ เบญจภูมรินทร์

ค่าสมาชิกปีละ 250 บาท

โอนเข้าบัญชีออมทรัพย์ ธนาคารกรุงเทพ

เลขที่บัญชี 530-7-04314-0

ชื่อบัญชี นางสาวศิริลักษณ์ เบญจภูมรินทร์

โอนเงินแล้ว โปรดแจ้งให้ทางศูนย์ฯ ทราบ

โทรศัพท์ 098-272-2725 (สำนักงาน)

081-857-9487 (ครูลักษณ์)

หรือทางเพจ ศูนย์คำสอนราชบุรี

จัดพิมพ์โดย

ศูนย์คริสตศาสนธรรมราชบุรี 31/2-4 ถ.สมบุญกุล ต.หน้าเมือง อ.เมือง จ.ราชบุรี 70000
โทรศัพท์ 098-272-2725 WWW.KAMSONDEEDEE.COM FACEBOOK: ศูนย์คำสอนราชบุรี
พิมพ์ที่ ธรรมรักษ์การพิมพ์

สารบัญ

หัวข้อ	หน้า
บรรณาธิการ	5
บทที่ 1 มีความเชื่อและวางใจ	6
บทที่ 2 รักความจริง	9
บทที่ 3 รักการภาวนา	13
บทที่ 4 กล้าหาญในการทำความดี	19
บทที่ 5 มีอิสรภาพในพระคริสตเจ้า	23
บทที่ 6 ชื่นชมยินดีในความรักจากพระคริสตเจ้า	27
บทที่ 7 เคารพในความแตกต่างของกันและกัน	31
บทที่ 8 มีใจสุภาพ อ่อนโยนและถ่อมตน	34
บทที่ 9 เป็นคนดีมีใจซื่อตรง	37
บทที่ 10 มีความสุขในความเรียบง่ายและพอเพียง	41
บทที่ 11 รักพระเจ้าและรักเพื่อนมนุษย์	44
บทที่ 12 มีใจเมตตากรุณาต่อผู้อื่น	48
บทที่ 13 มีใจกตัญญู	53
บทที่ 14 มีความรับผิดชอบต่อน้ำที่ของตน	56
บทที่ 15 มีใจในการเป็นผู้รับใช้	59
บทที่ 16 มีความยุติธรรมในใจ ไม่เอารัดเอาเปรียบกัน	62
บทที่ 17 สร้างสันติให้สังคม	66
บทที่ 18 คุณค่าของการให้อภัยคือใจที่เป็นสุข	70
บทที่ 19 เป็นหนึ่งเดียวกันกับผู้อื่น	74
บทที่ 20 รักสิ่งสร้างเป็นหน้าที่ของทุกคน	77
บทที่ 21 มีความหวังในชีวิตเสมอ	81

บรรณธิการ

สถานศึกษาคาทอลิก เป็นสนามแพร่ธรรมสนามใหญ่ ที่ต้องให้ความสำคัญกับการจัดการศึกษา เพื่อพัฒนาความเป็นมนุษย์ในทุกมิติ ซึ่งสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงให้ความสำคัญต่อกระบวนการจัดการศึกษา ที่จะต้องช่วยนำให้ทุกคนสนใจ เอาใจใส่ ไม่เพียงแต่ความรู้ และทักษะในวิชาต่าง ๆ เท่านั้น แต่จำต้องสนใจ เอาใจใส่จิตวิญญาณของผู้เรียน ให้ได้รับการอบรมสั่งสอนให้เป็นคนดีและใส่ใจปัญหาต่าง ๆ ในสังคมโลกด้วย ซึ่งนำไปสู่อารยธรรมแห่งความรัก ที่ทุกคนมีส่วนร่วมช่วยกันสร้างสังคมแห่งความยุติธรรม สันติ ความงามและความดี (พระดำรัสส่วนหนึ่งจากการประชุมเรื่อง “ข้อตกลงสากลว่าด้วยการศึกษา” Global Compact on Education)

แต่สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว จึงต้องปรับเปลี่ยนวิธีการ รูปแบบในการเรียนการสอน เพื่อให้ทันยุคสมัย และตอบสนองต่อความต้องการของเด็กและเยาวชนในยุคนี้ แม้จะมีความเจริญทางสังคมและการใช้ชีวิตมากเท่าไร แต่ดูเหมือนว่าผู้คนจะให้ความสำคัญกับเรื่องคุณธรรมจริยธรรมน้อยลง และดูเป็นเรื่องล้าสมัย

เพื่อให้สอดคล้องกับกฤษฎีกาสมัชชาใหญ่ของพระศาสนจักรในประเทศไทย ที่ปรารภนาให้สถานศึกษาคาทอลิกมีเอกลักษณ์และอัตลักษณ์ที่ชัดเจน จัดการเรียนการสอนโดยบุคลากรที่ยึดถืออย่างมั่นคง ในคุณค่าแห่งพระวรสาร ได้รับการหล่อหลอม อบรม ด้วยคุณค่าของพระวรสารและวัฒนธรรมแบบคาทอลิกอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้เรียนทุกคนได้รู้จักพระเจ้า สัมผัสความรักและความเมตตาของพระองค์ ผ่านการจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการกับคุณค่าพระวรสาร ซึ่งมีทั้งหมด 21 ประการ (เทียบ กฤษฎีกาฯ ข้อ 25 และเชิงอรรถ ix)



สารคำสอนฉบับนี้จึงนำเสนอบทเรียน “คุณค่าพระวรสาร 21 ประการ” เพื่อเป็นเครื่องมือเป็นแนวทางให้ผู้ที่มีหน้าที่ในการสอน อบรม นำไปใช้กับเด็กและเยาวชนเพื่อให้พวกเขามีหลักยึดในการดำเนินชีวิตท่ามกลางกระแสสังคมที่เจริญรุดหน้าไป ในขณะที่คุณธรรมและจริยธรรมกำลังเสื่อมถอยลง บทเรียนนี้จะช่วยหล่อหลอมพวกเขาให้เป็นเยาวชนที่ดีของครอบครัว โรงเรียนและสังคมต่อไป

ขอพระเจ้าอวยพร
คุณพ่อวัชศิลป์ กฤษเจริญ



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. จดจำและอธิบายได้ว่าคริสตชนเชื่ออะไรบ้าง
2. มีความเชื่อศรัทธาและไว้วางใจในพระเจ้า
3. ปฏิบัติตามความเชื่อและคำสอนที่พระศาสนจักรสั่งสอน



กิจกรรม

Trust walk-เชื่อและวางใจ

อุปกรณ์ ผ้าปิดตา จำนวนครึ่งหนึ่งของผู้เรียนทั้งหมด



วิธีการ

1. ผู้สอนให้ผู้เรียนจับคู่กับเพื่อน กำหนดให้คนหนึ่งเป็น A และอีกคนเป็น B
2. แจกผ้าปิดตาให้ผู้เรียนคู่ละ 1 ผืนและให้ A ผูกผ้าปิดตาให้ B
3. ให้ A ช่วยหมุนตัวให้ B จำนวน 3 รอบ
4. ให้ A พา B เดินออกไปนอกห้องเรียน และพากลับมานั่งที่เดิมอย่างปลอดภัย โดย A ใช้การพูดบอกทางได้เท่านั้น ห้ามสัมผัสโดนตัวของ B
5. เมื่อกลับมาถึงที่นั่งแล้วให้นำผ้าปิดตาออกได้
6. ทำเช่นเดียวกันอีกครั้งโดยสลับให้ A เป็นผู้ถูกปิดตาบ้าง และให้ B เป็นผู้บอกทาง

วิเคราะห์

ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. ผู้ถูกปิดตารู้สึกอย่างไร / ผู้บอกทางรู้สึกอย่างไร (ตื่นเต้น, กลัว, กังวล, สนุก ฯลฯ)
2. ทำไมเราจึงเชื่อเพื่อนหรือคำบอกของเพื่อน (เชื่อใจ, ไว้วางใจ ฯลฯ)
3. ทำไมเราจึงเชื่อฟังคำสอนของพ่อแม่ (เคารพ, รัก, กลัว, กตัญญู ฯลฯ)
4. ทำไมเราจึงเชื่อคำสอนของศาสนา (รักพระเจ้า, กลัวพระเจ้าลงโทษ, เป็นบาป ฯลฯ)

สรุป

ชีวิตคริสตชน นอกจากจะเชื่อเหตุผลแล้ว ยังมีสิ่งที่เราต้องเชื่อ คือการเชื่อในพระเจ้า เพราะชีวิตเรามาจากพระเจ้า



คำสอน

1. ปรากฏการณ์ความเชื่อของคนไทยจนถึงยุคปัจจุบันนี้ จะเห็นได้ว่าการนับถือ
ธรรมชาติ นับถือผี เทวดา นับถือดวงวิญญาณ เชื่อเรื่องดวง ซึ่งเราจะพบเห็นได้จาก
การประกอบพิธีกรรมใดก็ตาม จะต้องมีการทำพิธีวงสรวงมีการบูชา แต่สำหรับ
คริสตชนเราเชื่อในพระเจ้าหนึ่งเดียว และคำสอนของพระศาสนจักรเท่านั้น



2. คำสอนของพระศาสนจักรสอนว่า **ความเชื่อ** เป็นคุณธรรมเกี่ยวกับพระเจ้า ที่ทำให้เราเชื่อในพระเจ้าและ
ทุกสิ่งที่พระเจ้าตรัสและทรงเปิดเผยให้เรารู้ และที่พระศาสนจักรเสนอให้เราเชื่อ เพราะพระเจ้าเองทรงเป็น
ความจริง (คำสอนพระศาสนจักรฯ 1814)



3. พระเจ้าซึ่งเราไม่อาจมองเห็น ตรัสกับเราผ่านทางพระคัมภีร์ และใน
ประวัติศาสตร์แห่งความรอด พระเจ้าประทับอยู่กับเราด้วยความรัก
ทรงเชื่อเชิญให้เราได้สนิทสัมพันธ์กับพระองค์ เราสามารถตอบสนอง
ต่อการเชื่อเชิญนี้ด้วยการเชื่อฟังพระองค์ คือการมอบตนเองด้วยความ
เต็มใจและปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระเจ้า จนทำให้ความเชื่อมีชีวิต
ในชีวิตของเรา

4. พระเยซูเจ้าสอนบรรดาศิษย์ว่า **“จงมีความเชื่อในพระเจ้าเถิด”** (มาระโก
11:20-26) ขณะที่บรรดาศิษย์ได้เห็นต้นมะเดื่อเทศเหี่ยวเฉาไปจนถึงราก
เปโตรจำได้จึงทูลพระเยซูเจ้าว่า **“พระอาจารย์ เจ้าข้า ดูนะ ต้นมะเดื่อเทศ**

ที่พระองค์ทรงสาปแช่งนั้นเหี่ยวเฉาไปแล้ว” พระเยซูเจ้าจึงตรัสกับบรรดาศิษย์ว่า **“จงมีความเชื่อในพระเจ้าเถิด**
เราบอกความจริงกับท่านว่า ถ้าผู้ใดบอกภูเขาว่า จงยกตัวขึ้นและทิ้งตัวลงไปในทะเลเถิด โดยไม่มีใจสงสัย
แต่เชื่อว่าสิ่งที่เขาพูดนั้นจะเป็นจริง มันก็จะเป็นอย่างนั้น”

คำว่า **“จงมีความเชื่อในพระเจ้าเถิด”** หมายความว่า บรรดาศิษย์ต้องมั่นใจในความเชื่อ และต้องดำเนิน
ชีวิตให้สอดคล้องต่อความเชื่อและต่อบุคคลที่เขาเชื่อ และนี่คือเอกลักษณ์ของคริสตชน ผู้ที่ไว้วางใจในพระเจ้า
คือการมีความเชื่อโดยปราศจากเงื่อนไข และเป็นเป้าหมายในชีวิต

5. แบบอย่างความเชื่อในพระคัมภีร์ที่เราเห็นได้ชัดคือ **“อับราฮัม”** ผู้ที่ถือว่าเป็นบิดาแห่งความเชื่อ ท่านได้พิสูจน์
ความเชื่อศรัทธาของท่านด้วยการกระทำ ท่านดำเนินชีวิตอย่างกระตือรือร้นโดยแสดงน้ำใจ นบนอบเชื่อฟังคำสั่ง
ของพระเจ้า ด้วยการถวายบุตรสุดที่รักเพียงคนเดียวแด่พระเจ้าอย่างไม่มีเงื่อนไข และแบบอย่างของพระนาง
มารีย์ คือการยอมรับพระเจ้า เชื่อฟังพระองค์และปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระเจ้าได้อย่างสมบูรณ์ที่สุด

6. พระศาสนจักรมีสัญลักษณ์แห่งความเชื่อ คือ **“บทข้าพเจ้าเชื่อ”** เป็นการสรุปข้อความเชื่อของคริสตชน
12 ประการ คือ

1. ข้าพเจ้าเชื่อในพระเจ้า พระบิดาผู้ทรงสรรพานภาพ ทรงเนรมิตฟ้าดิน
2. ข้าพเจ้าเชื่อในพระเยซูคริสตเจ้า พระบุตรหนึ่งเดียวของพระเจ้า
องค์พระผู้เป็นเจ้าของข้าพเจ้าทั้งหลาย
3. ทรงปฏิสนธิเดชะพระจิตเจ้าทรงบังเกิดจากพระนางมารีย์พรหมจารี

4. ทรงรับทรมาณสมัยปอนทียัสปีลาต ทรงถูกตรึงกางเขน ล้นพระชนม์และถูกฝังไว้
5. เสด็จสู่แดนมรณะ วันที่สามทรงกลับคืนพระชนมชีพจากบรรดาผู้ตาย
6. เสด็จสู่สวรรค์ประทับเบื้องขวาพระเจ้า พระบิดาผู้ทรงสรรพานุภาพ
7. แล้วจะเสด็จมาพิพากษาผู้เป็นและผู้ตาย
8. ข้าพเจ้าเชื่อในพระเจ้า
9. พระศาสนจักร คักดีลิตี๋ สากล ความสัมพันธ์เป็นหนึ่งเดียวของผู้คักดีลิตี๋
10. การอภัยบาป
11. การกลับคืนชีพของร่างกาย
12. และชีวิตนิรันดร์

7. **ความเชื่อ** มีความจำเป็นต่อความรอดของเรา เพื่อจะมีความเชื่อ เราต้องการความช่วยเหลือจากพระเจ้า อาศัยการภาวนาวอนขอ การเรียนคำสอน การอ่านพระคัมภีร์ ศึกษาประวัตินักบุญและการแบ่งปัน บอกเล่าประสบการณ์แห่งความเชื่อให้แก่กันและกัน จะช่วยเพิ่มพูนความเชื่อในใจเราให้มากยิ่งขึ้น และความเชื่อในพระเจ้าแสดงออกโดยการที่เรารักพระเจ้า รักพระศาสนจักร และรักเพื่อนพี่น้องทุกคน



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. ความเชื่อ เป็นคุณธรรมเกี่ยวกับพระเจ้าที่ทำให้เราเชื่อในพระเจ้าและทุกสิ่งที่พระเจ้าตรัสและทรงเปิดเผยให้เรารู้และที่พระศาสนจักรเสนอให้เราเชื่อ เพราะพระเจ้าเองทรงเป็นความจริง (คำสอนพระศาสนจักรฯ 1814)
2. พระเยซูเจ้าสอนบรรดาศิษย์ว่า “จงมีความเชื่อในพระเจ้าเถิด” (มาระโก 11:20-26)
3. คริสตชนต้องมีความไว้วางใจแท้จริงในพระเจ้า ไม่ใช่เพียงความรู้สึกเลื่อนลอยและไม่มีความชัดเจน เขาต้องไว้วางใจในพระองค์อย่างไร้เงื่อนไขและไร้ขอบเขต
4. แบบอย่างของบุคคลที่มีความเชื่อในพระคัมภีร์ คือ อับราฮัมและพระนางมารีย์
5. เรามีสัญลักษณ์แห่งความเชื่อ คือ “บทข้าพเจ้าเชื่อ” เป็นการสรุปข้อความเชื่อ 12 ประการ เป็นความเชื่อของพระศาสนจักรและเป็นหลักความเชื่อของคริสตชน
6. ความเชื่อในพระเจ้าจะแสดงออกโดยการที่เรารักพระเจ้า รักพระศาสนจักรและรักเพื่อนพี่น้องทุกคน

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน

ให้นักเรียนท่องบทข้าพเจ้าเชื่อ (สัญลักษณ์ของอัครสาวก) *ดูในคำสอนข้อ 6

ค. การบ้าน ฝึกสวดบทแสดงความเชื่อ

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าเชื่อมั่นในความจริงทุกข้อ
ที่พระองค์ทรงเปิดเผย และที่พระศาสนจักรสั่งสอน
โปรดทรงเพิ่มพูนความเชื่อของข้าพเจ้าด้วยเถิด อาแมน



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้ เข้าใจและอธิบายได้ว่าพระเยซูเจ้าทรงเป็นความจริงของชีวิตคริสตชน
2. รักความจริงและคำสอนของพระเยซูเจ้า
3. ปฏิบัติตนตามความจริงและกล้าเป็นพยานถึงความจริงอย่างกล้าหาญ



กิจกรรม

เกม “จริง หรือ ไม่จริง”

วิธีการ

1. แบ่งผู้เรียนออกเป็น 2 กลุ่มเท่า ๆ กัน และตั้งชื่อ “กลุ่มแสงสว่าง” กับ “กลุ่มความจริง”
2. ผู้สอนให้ผู้เรียน “ปรบมือ 2 ครั้ง” พร้อมกัน หากข้อความที่ผู้สอนกล่าวออกมานั้นถูกต้องเป็นความจริง แต่หากข้อความนั้นไม่ถูกต้องหรือไม่เป็นความจริง ให้ผู้เรียน “ยกแขนไขว้กัน” เป็นเครื่องหมาย X และพูดว่า “No No”
3. ผู้เรียนคนใดตอบผิด จะต้องออกจากกลุ่ม ไม่มีสิทธิ์ตอบในข้อต่อไป
4. สิ้นสุดทุกข้อความแล้ว กลุ่มใดเหลือสมาชิกมากกว่าเป็นผู้ชนะ (ปรบมือให้กลุ่มที่ชนะหรืออาจมีรางวัลมอบให้)
5. ข้อความใดที่ไม่ถูกต้อง ให้ผู้สอนเฉลยคำตอบเพื่อให้ผู้เรียนจดจำในสิ่งที่ถูกต้องด้วย

ตัวอย่างข้อความ

- พระเจ้าสร้างโลก 6 วัน (ปรบมือ)
- มนุษย์คนแรกมีชื่อว่า อาดัม (ปรบมือ)
- มนุษย์ทำบาปจึงต้องออกจากสวนเอเดน (ปรบมือ)
- อับราฮัมมีบุตรชื่อ โยเซฟ (X-No No) * เฉลยคำตอบ ยาโคบ
- โมเสสรับพระบัญญัติที่บนภูเขาซีนาย (ปรบมือ)
- โนอาห์สร้างรูปโคทองคำ (X-No No) * เฉลยคำตอบ ชาวอิสราเอล
- พระเยซูเจ้าบังเกิดที่เมืองเบธเลเฮม (ปรบมือ)
- พระเยซูเจ้าทรงรับพิธีล้างที่แม่น้ำจอร์แดน (ปรบมือ)
- ปีศาจ ให้พระเยซูเจ้าเสกขนมปังให้เป็นก้อนหิน (X-No No)
- * เฉลยคำตอบ เสกก้อนหินให้เป็นขนมปัง

- เปโตรขายพระเยซูเจ้าด้วยเงิน 30 เหรียญ (X-No No) * เฉลยคำตอบ ยูดาส
- พระเยซูเจ้าสิ้นพระชนม์ด้วยการถูกตรึงบนไม้กางเขน (ปรบมือ)
- พระเยซูเจ้าทรงกลับคืนชีพในวันที่ 3 หลังจากสิ้นพระชนม์ (ปรบมือ)
- (ผู้สอนเพิ่มเติมคำถามตามความเหมาะสม)

*** หรือให้ผู้เรียนดูคลิป ชัวร์ก่อนแชร์ <https://www.youtube.com/@SureAndShare/videos>

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. รู้สึกอย่างไรเมื่อได้แสดงท่าที่ปรบมือ/ไชว๊แซน และตอบได้ถูกต้อง (ดีใจ, ภูมิใจ, มั่นใจ ฯลฯ)
2. รู้สึกอย่างไรเมื่อตอบผิดแล้วต้องออกจากกลุ่ม (เสียใจ, เสียตาย, อายเพื่อน, อยากได้รับโอกาสอีก ฯลฯ)
3. รู้ได้อย่างไรว่าข้อความนั้นถูกต้องและเป็นความจริง (มีบันทึกไว้ในพระคัมภีร์, เรียนคำสอน ฯลฯ)

สรุป ความจริง คือเรื่องราวหรือเหตุการณ์ที่มีการพิสูจน์ตรวจสอบว่าถูกต้องเป็นจริง หรือเป็นสิ่งที่มียุ่อยู่จริง หรือยืนยันได้ว่าเป็นความจริง ตัวอย่างเช่น พระเยซูเจ้าทรงบังเกิดเป็นมนุษย์ ทรงกลับคืนพระชนม์ชีพจริง ๆ ตามคำบอกเล่าในพระคัมภีร์ว่า พระคูหาว่างเปล่า และมีพยานเห็นการประจักษ์มาของพระองค์



คำสอน

1. มนุษย์มีธรรมชาติของความอยากรู้อยากเห็น ด้วยเหตุนี้มนุษย์จึงพยายามแสวงหาความรู้ความจริงต่าง ๆ อยู่เสมอ เมื่อพบเห็นสิ่งใดหรือเกิดความสงสัยขึ้นมา ก็พยายามศึกษาหาความรู้ความจริงในสิ่งนั้น วิธีหาความรู้ความจริงมีอยู่หลายวิธีด้วยกัน บางครั้งมนุษย์ก็แสวงหาและพบความจริงที่ไม่ถูกต้อง ทำให้เกิดความคิดหรือแนวทางการดำเนินชีวิตที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งเราเองก็อาจมีคำถามเกี่ยวกับชีวิตของเราว่า ฉันคือใคร เกิดมาทำไม ตายแล้วไปไหน เป้าหมายของชีวิตคืออะไร สำหรับคริสตชนแล้วเราเชื่อว่าพระเจ้าสร้างเราขึ้นมา และให้หัวใจของเรามีความโหยหาและปรารถนาที่จะรู้จักพระเจ้า แต่ผลของบาปที่มนุษย์กระทำ ทำให้บางครั้งความปรารถนาของเราเป็นความเข้าใจผิด กลายเป็นความปรารถนาที่ไม่ถูกต้อง ดังนั้น เราต้องอาศัยความช่วยเหลือจากพระเจ้าเพื่อช่วยให้เราารู้ว่าสิ่งใดคือความจริงแท้

2. ในพันธสัญญาเดิมยืนยันว่าพระเจ้าทรงเป็นบ่อเกิดความจริง ทุกประการ พระวาจาของพระองค์เป็นความจริง ธรรมเนียมปฏิบัติของพระองค์ก็เป็นความจริงประชากรของพระองค์จึงได้รับเรียกให้มาดำเนินชีวิตในความจริง ความจริงของพระเจ้าปรากฏชัดเจนอย่างสมบูรณ์ในพระเยซูคริสตเจ้า พระองค์ทรงเปี่ยมด้วยพระหรรษทานและความจริง ทรงเป็น “แสงสว่างส่องโลก” (ยอห์น 8:12) พระองค์ทรงเป็นความจริง ทุกคนที่เชื่อในพระองค์ไม่อยู่ในความมืด (คำสอนพระศาสนจักรฯ 2465)

FACTS

VS.

TRUTH

3. พระเยซูเจ้าจึงทรงเป็นความจริงแท้สำหรับเรา ทรงเปิดเผยกับเราว่าพระองค์ทรงเป็น “หนทาง ความจริง และชีวิต” (ยอห์น 14:6) คำสอนของพระเยซูเจ้าจึงเป็นความจริงแท้แน่นอนสำหรับเรา และคำสอนของพระองค์ไม่เหมือนคำสอนหรือค่านิยมของโลก คุณธรรมความดีที่พระองค์ทรงสอน แสดงให้เห็นจริงในชีวิตของพระองค์ เราต้องยอมรับว่าพระเยซูเจ้าทรงเป็น “หนทาง ความจริง และชีวิต”

“ยอมรับว่าพระองค์ทรงเป็นหนทาง” โดยการดำเนินชีวิตตามที่พระองค์ทรงสอน คือ การแสดงความรัก ความสุภาพอ่อนตน การรับใช้ การเสียสละต่อผู้อื่น

“ยอมรับว่าพระองค์ทรงเป็นความจริง” โดยการเรียนรู้และปฏิบัติตามสิ่งที่พระองค์ทรงสั่งสอนในพระคัมภีร์ และในคำสอนของพระศาสนจักร

“ยอมรับว่าพระองค์ทรงเป็นชีวิต” โดยการมีส่วนร่วมในชีวิตของพระองค์ ผ่านการมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้นในพิธีบูชาขอบพระคุณและการรับศีลมหาสนิท และการด้วยการภาวนาต่อพระองค์อย่างสม่ำเสมอ

4. พระวรสารนักบุญมาระโกเล่าให้เราฟังถึงชีวิตของนักบุญยอห์น บัปติสต์ ท่านเป็นพยานถึงความจริงและความถูกต้อง ด้วยการดำเนิน กษัตริย์เฮโรดที่กระทำผิดศีลธรรม (นำภรรยาของน้องชายมาเป็น ภรรยาของตน) ท่านจึงต้องจ่ายค่าความซื่อสัตย์ต่อความจริงด้วย ชีวิตของตน ท่านเป็นแบบอย่างให้เราล้าที่จะเป็นพยานถึงความจริง และความถูกต้อง มิใช่โอนอ่อนตามกระแสและค่านิยมของโลก ที่อาจจะไม่ถูกต้องตามคำสอนของพระเยซูเจ้า (เทียบ มก.6:17-29)



5. ศิษย์ของพระเยซูเจ้าจะต้องรักความจริง ต้องแสวงหาความรู้เกี่ยวกับพระเจ้า เพื่อรักพระองค์ให้มากขึ้น และความจริงจะทำให้เราเป็นอิสระ บันดาลให้ศักดิ์สิทธิ์ การดำเนินชีวิตตามความจริง สามารถทำได้หลายทาง เช่น พูดแต่ความจริง กล้ายอมรับความจริงในชีวิตตนเอง เพราะบุคคลที่ไม่ซื่อตรง พูดความเท็จ ผู้นั้นคือบุตร แห่งปีศาจ (เทียบ ยอห์น 8:44) ทุกวัน ให้เราสำรวจจิตใจว่าเรากำลังตกเป็นทาสของการของพูดเท็จ ใส่ร้ายผู้อื่น หรือไม่ หากใช่ให้เราพยายามปรับปรุงแก้ไขตนเองให้ดีขึ้น



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

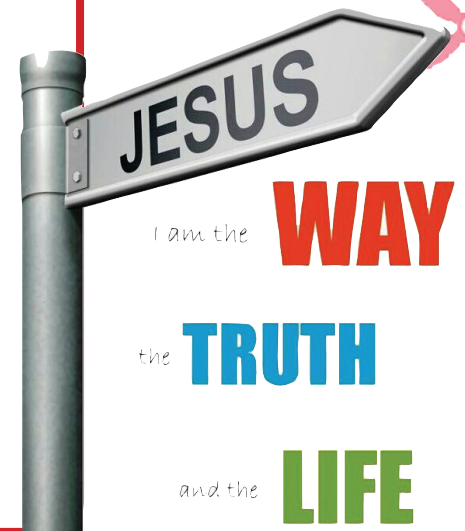
1. พระเจ้าทรงเป็นบ่อเกิดของความจริงทุกประการ พระวาจาและธรรมเนียมปฏิบัติของพระองค์ก็เป็นความจริง
2. ประชากรของพระองค์จึงได้รับเรียกมาให้ดำเนินชีวิตในความจริง ความจริงของพระเจ้าปรากฏชัดเจน อย่างสมบูรณ์ในพระเยซูคริสตเจ้า
3. พระเยซูเจ้าทรงเปี่ยมด้วยพระหรรษทานและความจริงทรงเป็น “แสงสว่างส่องโลก” (ยอห์น 8:12)
4. คำสอนของพระเยซูเจ้าจึงเป็นความจริงที่แน่นอนสำหรับเรา คุณธรรมความดีที่พระองค์ทรงสอน แสดงให้เห็นจริงในชีวิตของพระองค์
5. นักบุญยอห์น บัปติสต์ เป็นพยานถึงความจริงและความถูกต้อง แม้ต้องจ่ายค่าความซื่อสัตย์ต่อความจริง ด้วยชีวิตของตน ท่านเป็นแบบอย่างให้เราล้าที่จะเป็นพยานถึงความจริงและความถูกต้อง
6. ศิษย์ของพระเยซูเจ้า จะต้องรักความจริง ต้องแสวงหาความรู้เกี่ยวกับพระเจ้า เพื่อรักพระองค์ให้มากขึ้น และดำเนินชีวิตตามความจริงอยู่เสมอ

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน ร้องเพลง “หนทาง ความจริง และชีวิต”

https://youtu.be/TM_foX6E7Cg?t=1001

เพลง หนทาง ความจริง และชีวิต (อ.ประจักษ์)

1. พระเยซูคริสต์ เราคือหนทาง แผ่กว้าง และสร้างเกทชัย
เป็นทางแห่งจิตใจ นำเราไป สู่สวรรค์
2. พระองค์ดำรัส เราคือความจริง เป็นที่พึ่งพิง ให้ความจริงอันมีแปรผัน
คราใดรุ่มววยในชีวิต คำตอบนั้น หาได้ในพระองค์
3. พระองค์ดำรัส เราคือชีวิต คนใดใกล้ชิด ทำกิจตามพระประสงค์
คนใดสนิทแนบชิดพระองค์ แม้ชีพวายลง ก็คงกลับฟื้นคืนมา
4. หนทาง ความจริง และชีวิต คือองค์พระคริสต์ ผู้อุทิศชีวา
เป็นทางแห่งวิญญาณ มุ่งสู่เคหา บิดานิรันดร์
5. หนทาง ความจริง และชีวิต คือองค์พระคริสต์ ผู้อุทิศชีวา
เป็นทางที่ประจักษ์ ชีวิตนิรันดร์ จะเป็นรางวัลของเรา
หนทาง ความจริง และชีวิต หนทาง ความจริง และชีวิต



*** หรือเพลง “ความจริง” เพลงประกอบการสอนคุณธรรม อัลบั้ม เด็กดี

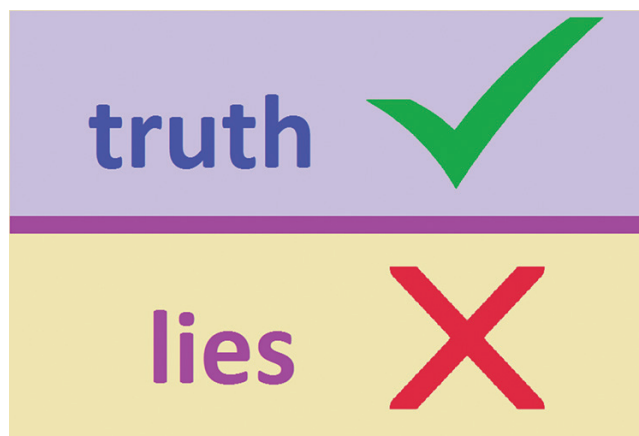
<https://www.kamsondeedee.com/main/action-songs/1914-dekdee>

เพลง ความจริง

ความจริงอยู่ที่ไหนเลย แท้จริงอยู่ในเรา ไม่ต้องหาที่ไหนเลย แต่ว่าอยู่ในเรา
ยกระดับจิตใจเรา ก็จะช่วยให้เราได้ อย่างแท้จริง รื้อรอย รืบทหาความจริงเกิด

ค. การบ้าน

1. กล่าวพูดและยืนยันในสิ่งที่ถูกต้อง ไม่พูดโกหก
2. กล่าวตักเตือน เมื่อมีใครกระทำความผิดหรือไม่พูดความจริง





จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกเล่าว่าพระเยซูเจ้าทรงภาวนาและสอนให้เราภาวนาอย่างไร
2. เห็นคุณค่าและรักการภาวนาเพื่อสร้างความสัมพันธ์กับพระเจ้า
3. สวดภาวนาอย่างสม่ำเสมอ



กิจกรรม

แข่งเปิดพระคัมภีร์เรื่อง “การอธิษฐานภาวนาของพระเยซูเจ้า”

อุปกรณ์ 1. ภาพพระเยซูเจ้าทรงอธิษฐานภาวนา สารคำสอนหน้า 17

https://en.wikipedia.org/wiki/Agony_in_the_Garden#/media/File:Christ_in_Gethsemane.jpg

2. พระคัมภีร์พันธสัญญาใหม่

3. ขนม/ลูกอม เป็นรางวัล

วิธีการ

1. ผู้สอนนำภาพพระเยซูเจ้าทรงอธิษฐานภาวนามาให้ผู้เรียนได้ดูและถามผู้เรียนว่า “พระเยซูเจ้าทรงภาวนาเมื่อใดบ้าง” (ผู้เรียนช่วยกันตอบ)
2. ผู้สอนบอกใต้พระคัมภีร์ที่ละหัวข้อและให้ผู้เรียนแข่งกันเปิดพระคัมภีร์ ผู้เรียนคนใดสามารถเปิดพบข้อความและอ่านได้ถูกต้องก่อน จะได้รับขนม/ลูกอม 2 เม็ด หากมีผู้เรียนจำนวนมาก อาจเล่นเป็นกลุ่มและใช้วิธีสะสมคะแนน

โค้ดพระคัมภีร์	ข้อความพระคัมภีร์
ลูกา 4:16	พระเยซูเจ้าเสด็จมาถึงเมืองนาซาเร็ธซึ่งเป็นสถานที่ที่พระองค์ทรงเจริญวัย ในวันสัปดาห์โตพระองค์เสด็จเข้าไปในศาลาธรรมเช่นเคย ทรงยืนขึ้นเพื่อทรงอ่านพระคัมภีร์
มัทธิว 14:19	พระองค์ทรงสั่งให้ประชาชนนั่งลงบนพื้นหญ้า ทรงรับขนมปังห้าก้อนกับปลาสองตัวขึ้นมา ทรงแหวนพระพักตร์ขึ้นมองท้องฟ้า ทรงกล่าวถวายพระพร ทรงบิขนมปังส่งให้บรรดาศิษย์ไปแจกแก่ประชาชน
มัทธิว 26:26	ขณะที่ทุกคนกำลังกินอาหารอยู่นั้น พระเยซูเจ้าทรงหยิบขนมปัง ตรัสถวายพระพร ทรงบิขนมปังประทานให้บรรดาศิษย์ ตรัสว่า “จงรับไปกินเถิด นี่เป็นกายของเรา”

โคดพระคัมภีร์	ข้อความพระคัมภีร์
ลูกา 22:32	แต่เราอธิษฐานอ้อนวอนเพื่อท่าน ให้ความเชื่อของท่านมั่นคงตลอดไป และเมื่อท่านกลับใจแล้ว จงช่วยคำจูนพี่น้องของท่านเถิด
มาระโก 1:35	วันต่อมา พระองค์ทรงลุกขึ้นตั้งแต่เช้าตรู่ เสด็จออกจากบ้านไปยังที่สงัด และทรงอธิษฐานภาวนาที่นั่น
ลูกา 6:12	ครั้งนั้น พระองค์เสด็จขึ้นไปบนภูเขาเพื่ออธิษฐานภาวนา และทรงอธิษฐานภาวนาต่อพระเจ้าตลอดทั้งคืน
ลูกา 22:39-40	พระเยซูเจ้าเสด็จจากที่นั่นไปยังภูเขามะกอกเทศเช่นเคย บรรดาศิษย์ตามเสด็จไปด้วย เมื่อเสด็จถึงที่นั่นแล้ว พระองค์ตรัสกับเขาเหล่านั้นว่า "จงอธิษฐานภาวนาเถิด เพื่อจะไม่ถูกพจญ"
ลูกา 5:16	แต่พระองค์เสด็จไปยังที่สงัดและทรงอธิษฐานภาวนา
ลูกา 9:28	หลังจากพระเยซูเจ้าตรัสเรื่องนี้ประมาณแปดวัน พระองค์ทรงพาเปโตร ยอห์น และยากอบ ขึ้นไปบนภูเขาเพื่ออธิษฐานภาวนา
มาระโก 14:35	แล้วทรงพระดำเนินไปยังหน้าอีกเล็กน้อย ทรงทรุดลงกับพื้นดิน ทรงอธิษฐานภาวนาเพื่อให้เวลานั้นผ่านไปโดยปราศจากพระองค์ไป ถ้าเป็นไปได้
มัทธิว 27:46	ครั้นถึงเวลาบ่ายสามโมง พระเยซูเจ้าทรงร้องเสียงดังว่า "เอลี เอลี ลามา สะบักธานี" ซึ่งแปลว่า "ข้าแต่พระเจ้าของข้าพเจ้า ข้าแต่พระเจ้าของข้าพเจ้า ทำไมพระองค์จึงทรงทอดทิ้งข้าพเจ้า"
ลูกา 23:34	พระเยซูเจ้าตรัสว่า "พระบิดาเจ้าข้า โปรดอภัยความผิดแก่เขาเถิด เพราะเขาไม่รู้ว่ากำลังทำอะไร" ทหารนำเสื้อผ้านของพระองค์ไปจับสลากแบ่งกัน
ลูกา 23:46	พระเยซูเจ้าทรงร้องเสียงดังว่า "พระบิดาเจ้าข้า ข้าพเจ้ามอบจิตของข้าพเจ้าไว้ในพระหัตถ์ของพระองค์" เมื่อตรัสดังนี้แล้ว ก็สิ้นพระชนม์

*** อาจให้ผู้เรียนค้นหา/เปิดหาข้อความพระคัมภีร์
จาก Application พระคัมภีร์คาทอลิกก็ได้



วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. เมื่อมีความทุกข์ ผู้เรียนทำอย่างไร (ร้องไห้, คุยกับเพื่อน, อยู่คนเดียว ฯลฯ)
2. ผู้เรียนได้ภาวนาในชีวิตประจำวันบ้างหรือไม่ เมื่อใดบ้าง (ตื่นนอน, ก่อนนอน, เดินทาง ฯลฯ)
3. เมื่อผู้เรียนได้ภาวนาแล้วมีความรู้สึกอย่างไร (สบายใจ, สงบ ฯลฯ)

สรุป ชีวิตคริสตชน นอกจากจะต้องเชื่อในพระเจ้าแล้ว ยังต้องมีความสัมพันธ์กับพระเจ้าผ่านทาง การภาวนาด้วย การภาวนามีความจำเป็นต่อชีวิตด้านความเชื่อของเราคริสตชนมาก เช่นเดียวกับการหายใจซึ่งสำคัญต่อการมีชีวิตอยู่ การอธิษฐานภาวนาทำให้จิตวิญญาณของเรามีชีวิต หากเราไม่ภาวนา จิตวิญญาณของเราก็จะสูญเสียความเชื่อ



คำสอน

1. โดยธรรมชาติแล้วมนุษย์นั้นมีศาสนา และมนุษย์ในทุกยุคสมัย ตั้งแต่ยุคถ้ำเรื่อยมา จนถึงยุคดิจิทัล มนุษย์จะแสวงหาพระเจ้าอยู่เสมอ และมีเพียงมนุษย์เท่านั้นที่ร้องขานพระนามของพระเจ้าได้ แม้เมื่อมนุษย์ได้สูญเสียความสัมพันธ์กับพระเจ้าไปแล้ว เมื่อเขาทำบาป แต่เขาก็ยังคงปรารถนาที่จะเข้ามาพบพระองค์

2. **การอธิษฐานภาวนา** เป็นการยกความคิดจิตใจขึ้นหาพระเจ้า เป็นการวอนขอพระเจ้าประทานให้เราตามพระทัยพระองค์ เมื่อเราภาวนา เราต้องวอนขอจากความปรารถนาอันสูงส่งของเรา ด้วยจิตใจต่ำต้อย และเป็นทุกข์ต่อใจของเรา (คำสอนพระศาสนจักรฯ 2559)

3. พระเยซูเจ้ายังทรงเรียนรู้ที่จะอธิษฐานภาวนาด้วยความเป็นมนุษย์ของพระองค์ด้วย ทรงเรียนรู้การอธิษฐานภาวนาจากพระนางมารีย์และนักบุญโยเซฟ ทรงอธิษฐานภาวนาเสมอที่ศาลาธรรม (ลูกา 4:16) และในชีวิตประจำวัน พระองค์ทรงภาวนา ตั้งแต่เช้า บ่ายและเย็น พระองค์ทรงภาวนาก่อนทานอาหาร (มัทธิว 14:19; 26:26) ทรงภาวนาส่วนตัวและภาวนาร่วมกับบรรดาศิษย์ของพระองค์ (ลูกา 22:32) ทรงภาวนาในยามเช้าที่เยียบสงัด หรือในที่ที่มีผู้คนมากมาย (มาระโก 1:35) บนภูเขา (ลูกา 6:12) ริมทะเล (มัทธิว 4:18) ที่สวนมะกอก (ลูกา 22:39) แม้จะเหนื่อยล้าสักปานใด พระองค์ทรงหาที่เงียบ ๆ เพื่อภาวนาได้เสมอ (ลูกา 5:16) พระองค์ทรงภาวนาเป็นพิเศษในช่วงเวลาที่เกิดวิกฤติในชีวิตหรือช่วงเวลาที่สำคัญ ๆ เช่น ก่อนการเลือกอัศวิน (ลูกา 6:12) พระเยซูเจ้าทรงภาวนาเพื่อสรรเสริญและขอบพระคุณพระบิดา ทรงภาวนาวอนขอการให้อภัย ทรงภาวนาวอนขอให้คุ้มครองสานุศิษย์ ทรงภาวนาด้วยจิตใจที่ศรัทธาและไว้วางใจ เมื่อรับรู้ว่าจะต้องทุกข์ทรมาน (ลูกา 9:28) เมื่อต้องเผชิญหน้ากับการถูกจับกุม (มาระโก 14:35) และเมื่อถูกตรึงกางเขน (มัทธิว 27:46) ทรงภาวนาให้กับผู้ที่ทรมานพระองค์ด้วย (ลูกา 23:34) ทรงจบชีวิตด้วยการภาวนาบนไม้กางเขน (ลูกา 23:46)



4. พระเยซูเจ้ายังทรงสอนเราให้อธิษฐานภาวนาด้วย การอธิษฐานภาวนาของพระองค์เป็นหนทางนำเราไปพบพระเจ้า เป็นหนทางความเชื่อ ความหวังและความรัก ไปพบพระบิดาของพระองค์ และสอนเราให้อธิษฐานภาวนาในบทภาวนาที่พระองค์ทรงสอน คือ บทข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย

5. พระจิตเจ้าทรงสอนและทรงทำให้พระศาสนจักรระลึกถึงทุกสิ่งที่พระเยซูเจ้าเคยตรัสไว้ พระจิตเจ้ายังทรงช่วยจิตใจให้พระศาสนจักรรู้จักภาวนาในรูปแบบต่าง ๆ ดังพระคัมภีร์ที่สืบทอดเป็นทางการมาจากบรรดาอัครสาวก จุดประสงค์ของการอธิษฐานภาวนาของคริสตชน คือการถวายพระพร การวอนขอ การวอนขอแทน การขอบพระคุณและสรรเสริญพระเจ้า

6. พระศาสนจักรยังสอนให้เราอธิษฐานภาวนาอย่างต่อเนื่องและสอนเราว่า ควรกำหนดเวลาอธิษฐานภาวนาเป็นประจำทุกวัน เวลาเช้า เวลาเย็น ก่อนและหลังอาหาร การอธิษฐานภาวนาในเหตุการณ์ของแต่ละวัน เช่น ก่อนเดินทาง ก่อนเรียนหนังสือ ก่อนการทำกิจการงานที่สำคัญ หรือเมื่อต้องการความช่วยเหลือจากพระเจ้าเป็นพิเศษ เมื่อกำลังตกอยู่ในอันตรายหรือก่อนการสอบ และขออภัยโทษเมื่อเราได้ทำผิดพลาดไปในแต่ละวัน ที่สุดแล้วต้องไม่ลืมที่จะไปสรรเสริญโมทนาคุณพระเจ้าในพิธีบูชาขอบพระคุณในวันอาทิตย์ และขอบพระคุณพระเจ้าเสมอสำหรับสิ่งดีงามมากมายที่พระเจ้าประทานให้กับเรา



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. การอธิษฐานภาวนาเป็นการยกความคิดจิตใจขึ้นหาพระเจ้า (คำสอนพระศาสนจักรฯ 2559)
2. พระเยซูเจ้ายังทรงเรียนรู้ที่จะอธิษฐานภาวนาด้วยความเป็นมนุษย์ของพระองค์ด้วย ทรงเรียนรู้การอธิษฐานภาวนาจากพระนางมารีย์และนักบุญโยเซฟ
3. พระเยซูเจ้าทรงอธิษฐานภาวนาเสมอและสอนเราให้อธิษฐานภาวนาด้วย
4. รูปแบบการภาวนาของคริสตชน คือ การถวายพระพร การวอนขอ การวอนขอแทน การขอบพระคุณและสรรเสริญพระเจ้า
5. พระศาสนจักรสอนให้เราอธิษฐานภาวนาอย่างต่อเนื่อง สอนว่าควรกำหนดเวลาอธิษฐานเป็นประจำทุกวันในทุกช่วงเวลาของชีวิต

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน

ให้ผู้เรียนไตร่ตรองชีวิตในวันนี้ และเขียนคำภาวนาจากใจในสิ่งที่ผู้เรียนต้องการบอกกับพระเจ้า ใบบานหน้า 18



*** หรือร้องเพลง “ภาวนา” เพลงส่งเสริมความศรัทธา แสงธรรมชุดที่ 13

เพลง ภาวนา

ภาวนา ภาวนา ได้ยินเสียงคำภาวนา จากดวงใจเปี่ยมความรักพระเจ้าของลูก
 สดุดี สดุดี สรรเสริญพระองค์ทุกวัน สวดอ้อนวอนขอบพระคุณพระเจ้ายิ่งใหญ่
 * พระเจ้าข้า พระองค์มีพระวาจาประทานชีวิต ลูกจะยังแสวงหาผู้ใดได้อีก
 เพราะพระองค์ทรงเป็นความรัก ลูกจึงรักพระองค์ และคิดถึงพระองค์ในคำภาวนา
 ภาวนา ภาวนา อยากใกล้ชิดพระองค์ทุกวัน ให้ดวงใจสัมผัสความเมตตา
 สวดอ้อนวอน ให้เข้าใจแผนการของพระเจ้า ลูกยินดีชีวิตติดตามพระองค์ (ยอห์น *)
 ลูกคิดถึงพระองค์ ในคำภาวนา

*** หรือร้องเพลง “ภาวนา” เพลงประกอบการสอนคำสอน อัลบั้ม รักที่อบอุ่น

<https://www.kamsondeedee.com/main/catechist-song/1911-warmlove>

เพลง ภาวนา

1. สรรเสริญ สรรเสริญ สรรเสริญพระในยามเช้า สรรเสริญพระในยามค่ำ
สรรเสริญ สรรเสริญ สรรเสริญพระทุกเวลา
 (คำที่ขีดเส้นใต้ เปลี่ยนคำร้องตามคำที่ให้มาด้านล่าง)
2. ขอบคุณ..... 3. วอนขอ..... 4. ขอโทษ.....

ค. การบ้าน ภาวนาขอบพระคุณพระเจ้าทุกคืนก่อนเข้านอน



ใบงานกิจกรรมท้ายบทเรียน บทที่ 3 รักการภาวนา

คำภาวนาของฉัน





จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และบอกถึงประโยชน์ของความกล้าหาญในการทำสิ่งที่ดีและถูกต้อง
2. แยกแยะได้ว่าสิ่งใดดี สิ่งใดไม่ดีและยึดมั่นในการทำสิ่งที่ดีและถูกต้อง
3. กล้าหาญยืนหยัดมั่นคงในการทำความดีและถูกต้องอยู่เสมอ



กิจกรรม

ต้องตัดสินใจ

ให้ผู้เรียนช่วยกันตอบว่า เมื่อต้องประสบกับเหตุการณ์เหล่านี้ ผู้เรียนจะตัดสินใจทำอะไร

1. เห็นก๊อกรน้ำในโรงอาหารปิดไม่สนิท มีน้ำหยดตลอดเวลา
2. พบกระเป๋าสตางค์ตกอยู่บริเวณสนามฟุตบอล
3. เพื่อนสนิทของเราคนหนึ่งกำลังจะชกต่อยกับเพื่อนต่างห้อง
4. เพื่อนทำการบ้านไม่เสร็จจึงมาขอลอกการบ้าน
5. แม่ชวนไปวัดวันอาทิตย์ แต่เพื่อนชวนไปเล่นเกมที่บ้าน
6. เห็นคุณยายคนหนึ่งขึ้นรถเมล์คันเดียวกับเราแต่ไม่มีที่นั่ง
7. เห็นน้องอนุบาลคนหนึ่งกำลังนั่งร้องไห้อยู่คนเดียวที่สนามเด็กเล่น
8. ้วยรุ่นในซอยชักชวนให้ลองสูบบุหรี่
9. เห็นรุ่นพี่ ม.6 ทิ้งขยะไม่ลงถัง
10. เพื่อนชอบแซวเวลาสวดก่อนรับประทานอาหาร ...และอื่น ๆ (ผู้สอนเพิ่มเติมได้)

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. ให้ผู้เรียนยกตัวอย่างประสบการณ์ที่เคยไปช่วยเหลือผู้อื่นด้วยความกล้าหาญ หรืออาจเป็นเหตุการณ์ที่ตนเองต้องตัดสินใจทำอะไรสิ่งหนึ่งด้วยความกล้าหาญ
2. ผู้เรียนรู้สึกอย่างไรกับเหตุการณ์นี้
3. ผลจากการตัดสินใจและกระทำในเหตุการณ์ครั้งนั้นเป็นอย่างไร
4. หากไม่มีใครช่วยเหลือจะเป็นอย่างไร
5. หากทุกคนกล้าที่จะทำความดี สังคมจะเป็นอย่างไร

สรุป เราอาจเคยมีประสบการณ์ที่ต้องตัดสินใจ เลือกกระทำความดีหรือไม่ดี ถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง ถูกใจหรือไม่ถูกใจ หากเราไม่ยึดมั่นในคำสอนหรือหลักธรรมทางศาสนา ก็อาจทำให้เราเลือก และตัดสินใจได้ไม่ถูกต้อง แต่หากว่าเราดำเนินชีวิตตามคำสอนของศาสนา ก็จะช่วยให้เรามีหลักในการตัดสินใจทำสิ่งที่ดีและถูกต้องได้



1. เราอาจเคยได้ยินคำพูดที่ว่า “**ทำดีไปทำไม**” “**ทำดีแล้วได้อะไร**” หรือบางครั้งเราอาจจะเคยรู้สึกว่าการทำความดีเป็นสิ่งที่ตัดสินใจทำได้ยาก แต่จริง ๆ แล้วการทำความดีเป็นสิ่งที่สำคัญมาก และเพื่อที่จะทำสิ่งที่ดีและถูกต้องได้นั้น จำเป็นต้องอาศัยคุณธรรม “ความกล้าหาญ” ซึ่งเป็นคุณธรรมที่ช่วยเราให้ยืนหยัดมั่นคง เข้มแข็ง เพียรทนในการทำสิ่งที่ถูกต้อง แม้ว่าจะอยู่ท่ามกลางความยากลำบากเพียงใดก็ตาม



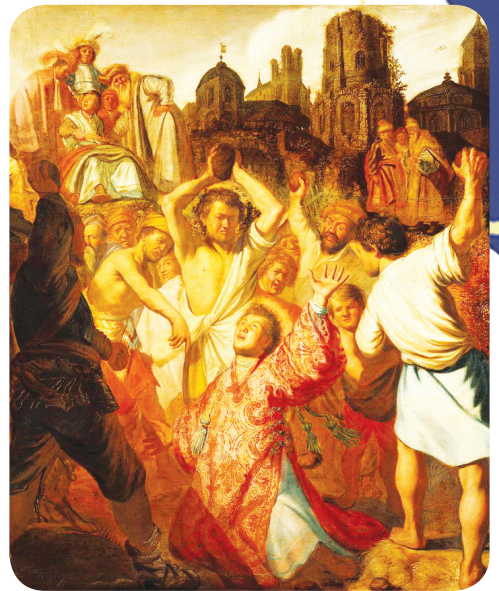
2. **ความกล้าหาญ** เป็นคุณธรรมทางศีลธรรม ที่แสดงความเข้มแข็งเมื่ออยู่ในความยากลำบากและความมั่นคงในการทำ ความดี คุณธรรมประการนี้สร้างความมั่นคง เมื่อต้องเผชิญการผจญและเอาชนะอุปสรรคในการดำเนินชีวิตตามศีลธรรม คุณธรรมความกล้าหาญ ทำให้เรามีความสามารถที่เอาชนะความกลัวแม้กระทั่งความตาย สามารถเผชิญกับการทดลองและการเบียดเบียน ทำให้พร้อมที่จะก้าวหน้าไป จนยอมเสียสละและถวายชีวิตของตนเพื่อความถูกต้อง (คำสอนพระศาสนจักรฯ 1808)

3. ประโยชน์ของคุณธรรมความกล้าหาญ คือช่วยให้เราเอาชนะอันตราย อุปสรรค และความกลัว ช่วยเราให้ยืนหยัด ต้านทานความยุ่งยากลำบากที่อาจจะขัดขวางเราไม่ให้บรรลุถึงเป้าหมายแท้จริงที่วางไว้ ความกล้าหาญเป็นคุณธรรมที่ทำให้คนมีใจสู้และสู้แม้กระทั่งยอมตายในสงคราม คุณคล้ายกับคุณธรรมของทหาร ที่ตัดสินใจอุทิศชีวิตเพื่อเห็นแก่ความดีที่ยิ่งใหญ่ เราคาดลึกลงใจเชื่อว่าเราคือทหารหาญของพระเจ้า ที่จะต้องออกสงคราม แต่ไม่ใช่สงครามสู้รบกับศัตรูของบ้านเมือง แต่เป็นการสู้รบทางจิตวิญญาณ ต่อสู้เพื่อเอาชนะความชั่วร้าย และสิ่งที่ไม่ดีต่าง ๆ คือเราเองต้องอุทิศชีวิตของเราเพื่อความดีที่ยิ่งใหญ่ นั่นคือเพื่อพระสิริรุ่งโรจน์ของพระเจ้า

4. ในพระวรสารเล่าเรื่องที่พระเยซูเจ้าเสด็จขึ้นไปยังกรุงเยรูซาเล็ม ไปที่พระวิหาร ก็พบว่าบริเวณพระวิหารกลายเป็นตลาด มีพ่อค้าขายวัว ขายแกะ ขายนกพิราบ จึงมีทั้งคนทั้งสัตว์มากมาย รุนวายเป็นหมัด ยังพบคนแลกเงิน นั่งอยู่ที่โต๊ะอีกจำนวนมาก คนเหล่านี้ก็กำลังค้าขายต่อรองราคา โกงราคา กำลังทำมาหากินอย่างบ้าเลือดในพระวิหารของพระเจ้า บรรยาการและความครึกครื้น ความสงบเงียบที่เหมาะสมสำหรับภาวนาไม่มีเลย พระเยซูเจ้าทรงเห็นเหตุการณ์ทั้งหมดเหล่านี้ แล้วมีความอดทนอดกลั้นไว้ได้ ทรงขับไล่ทุกคนรวมทั้งสัตว์ออกไปจากพระวิหาร ทรงปัดเงินกระจายเกลื่อนตลาด และทรงคว่ำโต๊ะของผู้แลกเงิน ทรงประกาศก้องว่า “อย่าทำบ้านของพระบิดาของเราให้เป็นตลาด” (เทียบ ยอห์น 2:13-16)



5. ในสมัยของคริสตชนรุ่นแรก ๆ และในพระศาสนจักรในปัจจุบันนี้ ยังมีคนจำนวนมาก ที่ยอมถูกฆ่าตายเพื่อยืนยันความเชื่อในพระเจ้า เช่น นักบุญสเตเฟน หนังสือกิจการอัครสาวกเล่าว่า “สเตเฟนเปี่ยมด้วยพระพรหทานและพระอำนาจ ทำปาฏิหาริย์และเครื่องหมายอัศจรรย์ยิ่งใหญ่ในหมู่ประชาชน” (กิจการ 6:8) ในหมู่ชาวยิวไม่มีใครโต้เถียงและเอาชนะสเตเฟนได้ “เพราะสเตเฟนพูดด้วยปัญญาอันซึ่งมาจากพระเจ้า” (กิจการ 6:10) เขาได้เป็นพยานความจริงของพระเยซูเจ้าที่ผู้เบียดเบียนไม่ต้องการฟัง พวกเขากันปิดหู และฉุดลากสเตเฟนออกไปทุ่มหินนอกเมือง คำพูดสุดท้ายของสเตเฟน เป็นเหมือนเสียงสะท้อนจากกัลวารีโอ “ข้าแต่พระเยซูองค์พระผู้เป็นเจ้า โปรดรับวิญญาณของข้าพเจ้าด้วย” (กิจการ 7:59) ก่อนจะคุกเข่าลงและร้องว่า “ข้าแต่องค์พระผู้เป็นเจ้า โปรดอย่าลงโทษพวกเขาเพราะบาปนี้เลย” (กิจการ 7:60) สเตเฟนได้เป็นพยานถึงพระเยซูเจ้าและอภิสฐานภาวณาเพื่อผู้ทุ่มหินท่านให้ตาย พระศาสนจักรได้ให้เกียรติโดยประกาศเกียรติคุณให้สาธุการชน ได้รับทราบถึงความกล้าหาญนี้ โดยเรียกพวกเขาว่า “มรณสักขี” นี่คือการแสวงหาของเรา คาทอลิกทุกคน คือมีความกล้าหาญที่จะมอบถวายชีวิตของเราเพื่อพระเจ้าและพระศาสนจักร แม้ว่าจะไม่ได้ถูกฆ่าตามตัวอักษร แต่เราต้องเตรียมพร้อมที่อุทิศตน เพื่อยืนยันถึงความเชื่อและเอกลักษณ์การเป็นคาทอลิก



6. คริสตชนต้องกล้าเป็นพยานความจริงของพระเยซูเจ้าเหมือนนักบุญสเตเฟน กล้าทำในสิ่งที่ถูกต้องมากกว่าสิ่งที่ถูกใจ กล้าทำความดี กล้าปฏิเสธกระแสทางโลกที่ไม่ตรงตามหลักธรรมของศาสนา หรือแม้ว่าใคร ๆ เขาจะไม่ทำกัน สิ่งที่จะช่วยให้เราตัดสินใจทำสิ่งที่ถูกต้องได้นั้น คือ ต้องเป็นการกระทำที่ดี มีเจตนาที่ดี และมีผลลัพธ์ที่ถูกต้อง เราสามารถเป็นพยานถึงความดีและความถูกต้องได้ เช่น กล้าเตือนเพื่อน กล้าที่จะทำความดี กล้าที่จะช่วยเหลือเพื่อนหรือครู หรือกล้าดำเนินชีวิตเป็นคริสตชนที่ดี กล้าที่จะมีส่วนร่วมในกิจกรรม หรืองานต่าง ๆ ของวัดและพระศาสนจักร เช่น ช่วยพิธีบูชาขอบพระคุณ อ่านบทอ่าน หรือช่วยเป็นนักขับร้อง เป็นต้น



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. “ความกล้าหาญ” เป็นคุณธรรมทางศีลธรรมที่แสดงความเข้มแข็งในความยากลำบากและความมั่นคงในการทำความดี
2. ประโยชน์ของคุณธรรมความกล้าหาญ คือ ช่วยให้เราเอาชนะอันตราย อุปสรรค ความกลัว และกล้าที่จะทำสิ่งที่ได้
3. พระเยซูเจ้าเป็นแบบอย่างให้เราเห็นว่าเราต้องกล้าเตือนคนที่ทำสิ่งที่ไม่ถูกต้อง
4. นักบุญสเตเฟน มีความกล้าหาญที่จะมอบถวายชีวิตของตนเพื่อพระเจ้า ไม่กลัวแม้กระทั่งความตาย
5. เราต้องกล้าทำในสิ่งที่ถูกต้องมากกว่าสิ่งที่ถูกใจ กล้าทำความดี กล้าปฏิเสธกระแสทางโลกที่ไม่ตรงตามหลักธรรมของศาสนา คาทอลิกของเรา
6. เราสามารถเป็นพยานถึงความดีและความถูกต้องได้ เช่น กล้าเตือนเพื่อนเมื่อเขาทำสิ่งที่ผิด กล้าที่จะทำความดี เป็นต้นในการช่วยเหลืองานต่าง ๆ ของวัดและพระศาสนจักร

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน

ให้ผู้เรียนเขียนสิ่งที่ตนเองสามารถช่วยเหลือหรือกระทำได้ที่โรงเรียน/ที่บ้าน/ที่วัด

สิ่งที่ฉันสามารถทำได้ ที่โรงเรียน ที่บ้าน และที่วัด	ความรู้สึก
ตัวอย่าง เก็บขยะที่อยู่บนทางเดินในโรงเรียน	ตอนแรกก็เขิน ๆ แต่พอได้ทำแล้วก็น่าใจขึ้น แล้วก็ได้ชวนเพื่อนในกลุ่มทำด้วยกัน
ช่วยปิดหน้าต่าง ปิดพัดลมในวัด	
ช่วยพ่อแม่กวาดบ้านและถูบ้าน	
ช่วยห้ามเพื่อนที่กำลังทะเลาะให้คืนดีกัน	

*** หรือร้องเพลง “ความกล้าหาญ” เพลงประกอบการสอนคุณธรรม อัลบั้ม เด็กดี

<https://www.kamsondeedee.com/main/action-songs/1914-dekdee>

เพลงความกล้าหาญ

ด้วยใจรักดี เราจึงมีความกล้าหาญ ด้วยใจรัก เรามั่นคงได้
เราไม่ท้อถอยและกังวล..ใดใด เพราะว่าเรา อยู่ด้วยความหวัง

ค. การบ้าน

ให้ผู้เรียนไปทำสิ่งต่าง ๆ ที่ได้เขียนในใบงาน ที่โรงเรียน/ที่บ้าน/ที่วัด
และบันทึกความรู้สึกที่ได้ทำสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นแล้วนำกลับมาส่ง



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายความหมายของคำว่าอิสราภาพได้
2. เห็นคุณค่าของอิสราภาพที่ได้รับจากพระเจ้า และเคารพในเสรีภาพที่ทุกคนมี
3. เลือกกระทำความดีได้อย่างเสรี โดยที่ไม่ต้องมีใครมาบังคับ



กิจกรรม

เราเป็นทาสของสิ่งใดบ้าง

อุปกรณ์ พระคัมภีร์ฉบับสมบุรณ์ หรืออาจเปิดจาก Application พระคัมภีร์คาทอลิก

- ผู้สอนถามผู้เรียนว่า “ปัจจุบัน มนุษย์เป็นทาสของสิ่งใดบ้าง” (ยาเสพติด, การพนัน, เจ้าหนี้, แมว, หมา, เกม, มือถือ, แฟชั่น, ศัลยกรรม ฯลฯ)
- เมื่อก่อนชาวอิสราเอลก็เคยเป็นทาสในอียิปต์ และเคยเป็นทาสของบาปด้วยเช่นกัน
- ให้ผู้เรียนเปิดพระคัมภีร์ หนังสืออพยพ บทที่ 32:1-6 และอ่านพร้อมกัน

เมื่อประชากรเห็นว่าโมเสสอยู่บนภูเขาานแล้วยังไม่ลงมา เขาก็มาชุมนุมกันรอบอาโรนพูดว่า “เร็วเข้า ท่านจงสร้างรูปเคารพให้เราสักรูปหนึ่ง เพื่อเป็นผู้นำทางพวกเราเถิด เราไม่รู้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับโมเสสคนนั้น คนที่นำเราออกมาจากแผ่นดินอียิปต์” อาโรนบอกว่า “จงถอดต่างหูทองคำที่ภรรยาและบุตรชายบุตรหญิงของท่านสวมอยู่ นำมาให้ข้าพเจ้า” ประชากรทุกคนก็ถอดต่างหูทองคำนำมาให้อาโรน อาโรนรับต่างหูจากมือของประชากร แล้วนำมาหลอมในเบ้าหล่อเป็นรูปลูกโคตัวหนึ่ง ประชากรต่างร้องว่า “ชาวอิสราเอลทั้งหลาย นี่แหละเป็นพระเจ้าของท่าน ผู้ทรงนำท่านทั้งหลายออกมาจากแผ่นดินอียิปต์” เมื่ออาโรนเห็นเช่นนี้ เขาก็สร้างพระแท่นบูชาขึ้นไว้เบื้องหน้ารูปลูกโคนั้น แล้วประกาศว่า “พรุ่งนี้จะมีงานเลี้ยงฉลองเพื่อเป็นเกียรติแด่พระยาห์เวห์” เช้าตรู่วันรุ่งขึ้น เขาทั้งหลายถวายเครื่องเผาบูชาและคานติบูชา ประชากรต่างนั่งลงกินและดื่มแล้วลุกขึ้นเล่นสนุกสนาน



วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. เพราะเหตุใดชาวอิสราเอลจึงสร้างรูปลูกโคทองคำ (หมดความอดทนที่จะรอคอยโมเสสที่ขึ้นไปบนภูเขาเพื่อรับพระบัญญัติ 10 ประการ)
2. การสร้างรูปเคารพลูกโคทองคำ แสดงถึงความเชื่อของชาวอิสราเอลอย่างไร (ขาดความเชื่อต่อพระเจ้า เชื่อมั่นในลูกโคทองคำมากกว่าพระเจ้า)
3. ผู้เรียนให้ความสำคัญต่อสิ่งใดมากที่สุดในชีวิต
4. สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ในลำดับความสำคัญมากกว่าพระเจ้าหรือไม่

สรุป ในอดีตประชากรชาวอิสราเอลได้กระทำความบาป โดยใช้เสรีภาพที่ตนมี เลือกเคารพรูปวัวทองคำที่สร้างขึ้นมาแทนพระเจ้า ในปัจจุบันก็มีบางสิ่งที่มีมนุษย์ให้ความสำคัญและเห็นว่ามีคุณค่ามากกว่าพระเจ้า ซึ่งเปรียบเหมือน “รูปเคารพ” เช่น ถ้าเราเห็นว่า “เงิน” มีคุณค่ามากและเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในโลกนี้ เราก็กำลังเห็นว่า “เงิน” เป็น “รูปเคารพ” เช่นเดียวกัน ถ้าเราเห็นว่าเรื่อง “ชื่อเสียง” เป็นสิ่งที่มีคุณค่ามากที่สุดในโลกนี้ เราก็กำลังทำให้ “ชื่อเสียง” เป็น “รูปเคารพ” เป็นสิ่งที่เรารู้สึกการบูชาโดยไม่รู้ตัว



คำสอน

1. รูปเคารพต่าง ๆ ในปัจจุบัน อาจทำให้เราตกเป็นทาสและทำให้เราถอยห่างออกจากความเชื่อจากพระเจ้า หรือบางครั้งอาจทำให้เราถอยห่างออกจากความดี หรือทำให้เราไม่มีอิสระในการกระทำความดีหรือไม่ยึดมั่นพระเจ้าไว้ในจิตใจ

2. **อิสราภาพ** คือสิ่งที่พระเจ้าทรงประทานให้มนุษย์สามารถกระทำตามความยินยอมของเราเองอย่างอิสระ ไม่กระทำภายใต้อิทธิพลของผู้ใด (เทียบ คำสอนพระศาสนจักร 1730-1733, 1743-1744) เมื่อพระเจ้าทรงเนรมิตสร้างมนุษย์ให้รู้จักคิดตามเหตุผล ประทานเกียรติให้มนุษย์มีความสามารถริเริ่มและควบคุมการกระทำของตนได้ “พระเจ้าทรงประสงค์ปล่อยให้มนุษย์ตัดสินใจด้วยตนเอง” (บุตรสิรา 15:14) แต่มนุษย์ได้ใช้เสรีภาพที่พระเจ้าให้ไปในทางที่ไม่ถูกต้อง เลือกทำในสิ่งที่พระเจ้าได้ทรงสั่งห้ามไว้ คือห้ามกินผลไม้จากต้นกลางสวน การใช้เสรีภาพในทางที่ผิดนี้ทำให้มนุษย์ต้องสูญเสียชีวิตและความสุขนิรันดร์ และทำให้เราสูญเสียความสัมพันธ์กับพระเจ้าผู้ทรงรักเราและประทานเสรีภาพนี้ให้กับเรา



3. เราทุกคนก็เป็นคนบาป และครั้งหนึ่งเราทุกคนในท้องนี้อาจเคยทำบาป เช่น อาจเคยโกหก บางครั้งอาจใช้คำพูดที่ไม่ดีกับพี่ชายหรือน้องสาวของเรา หรืออาจเคยไม่เชื่อฟังสิ่งที่พ่อแม่หรือคุณครูบอก สอน เป็นต้น ดังนั้นเมื่อเราทำบาปเราก็ดตกเป็นทาสของบาป

การตกเป็นทาสของบาป หมายความว่า เรารู้ว่าควรทำอะไร แต่เราไม่ต้องการทำสิ่งที่ถูกต้อง เราติดอยู่กับบาปของเรา ทำให้ไม่เป็นอิสระ แต่พระเยซูเจ้าสามารถปลดปล่อยเราให้พ้นจากบาป พระองค์สามารถให้อิสระแก่เราได้ เมื่อเรายอมรับว่าเราเป็นคนบาป

4. พระเยซูเจ้าทรงรับโทษเพราะบาปของเรา จนต้องสิ้นพระชนม์บนไม้กางเขน แต่เมื่อเราเชื่อว่าพระเยซูเจ้าคือความจริง และสิ่งที่พระองค์ทำเพื่อเราเป็นความจริง เมื่อนั้นเราจะเป็นอิสระและเมื่อพระจิตเจ้าเสด็จมาประทับอยู่ในใจของเรา เมื่อชีวิตเรามีพระเจ้า เราจะสามารถทำสิ่งที่ถูกต้องได้

5. ให้เราขอบคุณพระเจ้าที่ทรงรักและมอบอิสราภาพเพื่อเราแต่ละคน ดังนั้น เราจะต้องภูมิใจและมีความสุขในอิสราภาพนี้ที่พระเจ้าทรงมอบให้ และเคารพในเสรีภาพของเราแต่ละคน ไม่บังคับหรือกดดันให้ใครต้องทำสิ่งใดตามใจของเรา และให้เราหมั่นสวดภาวนาขอความช่วยเหลือจากพระจิตเจ้า ให้เราสามารถคิดตัดสินใจทำในสิ่งที่ถูกต้องเสมอ เอาชนะใจไม่ทำสิ่งที่ไม่ถูกต้อง และกล้าหาญที่จะกระทำความดีได้ด้วยตัวของเราเอง



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. อิสราภาพ คือสิ่งที่พระเจ้าทรงประทานให้มนุษย์สามารถกระทำตามความยินยอมของเราเองอย่างอิสระ ไม่กระทำภายใต้อิทธิพลของผู้ใด
2. เราเป็นทาสของบาป หมายความว่า เรารู้ว่าควรทำอะไร แต่เราไม่ต้องการทำสิ่งที่ถูกต้อง เราติดอยู่ในบาปของเราและทำให้ไม่เป็นอิสระ
3. พระเยซูเจ้าทรงรับโทษเพราะบาปของเรา จนต้องสิ้นพระชนม์บนไม้กางเขน
4. เมื่อเราเชื่อว่าพระเยซูเจ้าคือความจริง และสิ่งที่พระองค์ทำเพื่อเราเป็นความจริง เมื่อนั้นเราจะเป็นอิสระจากบาปตลอดไป
5. เราจะต้องภูมิใจและมีความสุขในอิสราภาพนี้ที่พระเจ้าทรงมอบให้ และเคารพในเสรีภาพของแต่ละคนด้วย
6. ให้เราหมั่นสวดภาวนาขอบคุณพระเจ้า และวอนขอความช่วยเหลือจากพระจิตเจ้า ให้เราสามารถคิดตัดสินใจทำในสิ่งที่ถูกต้องเสมอและกล้าหาญที่จะกระทำความดีได้ด้วยตัวของเราเอง

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน ให้ผู้เรียนทำใบงานและระบายสีให้สวยงาม หน้า 26

- นักบุญเปาโลสอนเราว่า พระคริสตเจ้าทรงปลดปล่อยเราให้เป็นอิสระแล้ว ฉะนั้น จงยืนหยัดมั่นคงและอย่าเข้าเทียมแอกเป็นทาสอีกเลย (กาลาเทีย 5:1)
- หรือ พูดคุยกันว่า เราจะใช้เสรีภาพอย่างสร้างสรรค์ได้อย่างไร เช่น เลือกกระทำความดีที่ กระทำความดีได้ โดยที่ไม่ต้องมีใครมาบังคับ และไม่ใช้เสรีภาพที่ตนมีไปทำให้อตนเอง หรือสังคมต้องเดือดร้อน

ค. การบ้าน

ให้ผู้เรียนเลือกใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

คำสั่ง ให้ผู้เรียนอ่านพระคัมภีร์ด้านล่างนี้พร้อมกัน และระบายสี ตกแต่งภาพให้สวยงาม



พระคริสต์เจ้าทรงปลดปล่อยเราให้เป็นอิสระแล้ว
ฉะนั้น จงยืนหยัดมั่นคง
และอย่าเข้าเทียมแอกเป็นทาสอีกเลย
(กาลาเทีย 5:1)



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกได้ถึงความแตกต่างของความทุกข์และความชื่นชมยินดี
2. ชื่นชมยินดีในความรักของพระเจ้าที่มีต่อตนเองและผู้อื่น
3. แสดงความกตัญญูต่อพระเจ้าโดยส่งต่อความชื่นชมยินดีไปสู่ผู้อื่น



กิจกรรม

ของขวัญแห่งความชื่นชมยินดี

อุปกรณ์

1. เงินเหรียญห่อกระดาษสี ตามจำนวนผู้เรียน
 2. กล่องของขวัญบรรจุรูปปั้นพระกุมารเยซูไว้ด้านใน 1 กล่อง
- ***หากไม่มีรูปปั้น สามารถใช้รูปภาพแทนได้

วิธีการ

1. ผู้สอนแจกเงินเหรียญที่ห่อไว้ให้ผู้เรียนแต่ละคน
2. ให้ผู้เรียนลองทายว่า “มีอะไรอยู่ข้างในห่อกระดาษนั้น”
3. ให้ผู้เรียนแกะกระดาษออกและช่วยกันพิจารณาถึงของขวัญที่แต่ละคนได้รับ
 - ผู้เรียนมีความรู้สึกอย่างไร (มีความสุข, ตื่นเต้น, สงสัย, อยากรู้ ฯลฯ)
 - มีอะไรบ้างที่ทำให้ผู้เรียนมีความสุข (เมื่อได้รับของขวัญ, ได้รับสิ่งที่ดี ๆ, ทำบางอย่างสำเร็จ)
 - ผู้เรียนจะใช้เงินที่ได้รับนี้อย่างไร (เก็บออม, ใช้จ่าย)
 - ทุกครั้งที่ได้รับของหรือสิ่งต่าง ๆ ที่มีคนมอบให้ ผู้เรียนควรทำอย่างไร (กล่าวคำขอบคุณ)
4. ผู้สอนนำของขวัญอีกกล่องหนึ่ง ที่มีรูปพระกุมารเยซูอยู่ด้านในมาให้ผู้เรียนได้ช่วยกันทาย โดยกล่าวว่า “พระเจ้ามีของขวัญ 1 กล่องมามอบให้กับคนทั้งโลก ลองทายดูซิว่าของขวัญนี้คืออะไร”
5. ผู้สอนแกะห่อของขวัญออกแสดงให้เห็นรูปพระกุมารเยซู และสนทนากับผู้เรียน
 - ทำไมพระเจ้าจึงทรงประทานพระบุตรของพระองค์มาให้แก่เรา (รักและเมตตาเรา)
 - คริสตชนรู้สึกอย่างไรเมื่อได้ทราบว่าพระเยซูเจ้าบังเกิดมา เพราะเหตุใด (ชื่นชมยินดี เพราะพระองค์คือผู้ช่วยเราให้รอด)
 - รู้สึกอย่างไรที่ทราบว่าพระเจ้ารักมนุษย์ผ่านทางพระเยซูเจ้า พวกเขาเป็นลูกของพระเจ้า พระองค์ทรงรักพวกเขาและทรงต้องการให้สิ่งที่ดีที่สุดในชีวิตสำหรับทุกคน (มีความสุข, มีความยินดี, ซาบซึ้งใจ ฯลฯ)

สรุป ความสุขกับความชื่นชมยินดีต่างกัน แต่อาจจะเกิดขึ้นได้ในใจเราพร้อมกัน แต่ความสุขเกิดขึ้นอยู่กับเราได้ในช่วงเวลาสั้น ๆ อาจมาจากสิ่งของหรือเหตุการณ์ภายนอก เช่น เมื่อได้รับของขวัญ เมื่อเราสำเร็จการศึกษาในระดับชั้นต่าง ๆ หรือเมื่อเราได้ฉลองวันเกิด ในทางกลับกัน ความยินดีนั้นมาจากพระเจ้าและซึ่งเราสัมผัสได้จากภายในจิตใจของเรา เราสามารถมีความยินดีได้แม้ในช่วงเวลาที่ไม่มีความสุขหรือความสะเทวกลสบาย เช่น พ่อแม่ยินดีที่จะอดข้าวเพื่อให้ลูกได้มีกิน หรือยอมทำงานหนักเพื่อให้มีเงินส่งให้ลูกเรียน หรือเมื่อเราเห็นเพื่อนหิว เราได้แบ่งปันอาหารให้เพื่อนกิน เมื่อเราเห็นเพื่อนไม่สบายและเราสละเวลาไปเยี่ยม เพื่อนไม่มีของเล่น เราได้ยอมสละของเล่นให้เพื่อนได้เล่นอย่างมีความสุข เป็นต้น เช่นเดียวกัน การบังเกิดมาของพระเยซูเจ้าที่ทรงทราบว่าจะทรงบังเกิดมาแล้ว พระองค์จะต้องทนทุกข์ทรมานเป็นอย่างมากเพื่อช่วยเราให้เรอดพ้นจากบาป แต่พระองค์ก็ทรงยอมรับพระประสงค์ของพระเจ้าด้วยความยินดี นี่คือการรักด้วยความยินดีที่พระเจ้าทรงมีต่อเรา

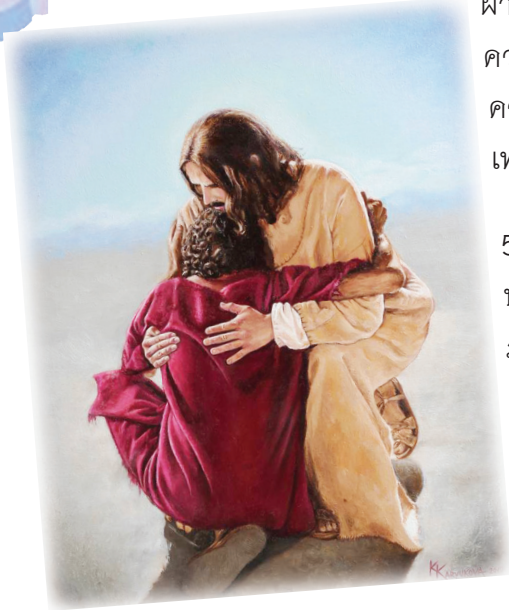


คำสอน

1. โลกให้คุณค่ากับสิ่งของ เงินทอง ความมั่งคั่ง อำนาจ รูปร่าง หน้าตา และชื่อเสียง แต่สำหรับคริสตชน สิ่งที่มีคุณค่ามากที่สุดคือพระเยซูเจ้า ความรักของพระเจ้าที่มีต่อเรานั้น มองเห็นและสัมผัสได้ผ่านทางชีวิต และการกระทำของพระเยซูเจ้าที่มีต่อมนุษยทุกคน
2. คุณค่าพระวรสารประกาศที่ 6 คือ **ความชื่นชมยินดี** ซึ่งเป็นผลมาจากความรักของพระเจ้า พระเยซูเจ้าสอนบรรดาอัครสาวกว่า สาเหตุแท้จริงที่ทำให้บรรดาอัครสาวกชื่นชมยินดีในชีวิตไม่ใช่เพราะพวกเขาทำงานสำเร็จ ไม่ใช่เพราะอำนาจที่พระองค์ประทานให้พวกเขาเหยียบยงและแมงป่องหรือมีอำนาจเหนือกำลังทุกอย่างของศัตรูอย่าชื่นชมยินดีที่ปีศาจอ่อนน้อมต่อท่าน แต่จงชื่นชมยินดีมากกว่าที่ชื่อของพวกเขาได้ถูกจารึกไว้ในสวรรค์แล้ว เพราะพระเจ้าทรงรักเราอย่างมาก ดังพระวาจาของพระเจ้าที่ว่า **“พระเจ้าทรงรักโลกอย่างมาก จึงประทานพระบุตรเพียงพระองค์เดียวของพระองค์ เพื่อทุกคนที่มีความเชื่อในพระบุตรจะไม่พินาศ แต่จะมีชีวิตนิรันดร์”** (ยอห์น 3:16) และเป็นความรักนิรันดร์และจะคงอยู่ตลอดไป **“เรารักท่านด้วยความรักนิรันดร์ ดังนั้นเราจึงมีความรักมั่นคงต่อท่านตลอดไป”** (เยเรมีย์ 31:3)
3. ชีวิตของพระนางมารีย์ เป็นประจักษ์พยานถึงบุคคลที่มีความชื่นชมยินดีในพระเจ้า เมื่อเรามองชีวิตของพระนางมารีย์ เราเห็นว่าพระนางทรงดำเนินชีวิตตามพระประสงค์ของพระเจ้า ทั้ง ๆ ที่ทรงทรมานพระทัยมาก เมื่อทูตสวรรค์กล่าวแก่พระนางว่า **“ท่านจะตั้งครรภ์และให้กำเนิดบุตรชายคนหนึ่ง ท่านจะตั้งชื่อเขาว่าเยซู”** แต่พระแม่ได้ตรัสตอบว่า **“ข้าพเจ้าเป็นผู้รับใช้ขององค์พระผู้เป็นเจ้า ขอให้ไปกับข้าพเจ้าตามวาจาของท่านเถิด”** (ลูกา 1:38) ชีวิตของพระนางไม่ได้มีเพียงความสุขสบาย แต่ต้องพบกับความทุกข์ทรมานสิ้นใจจากการเห็นพระบุตรสิ้นใจ ณ เชิงไม้กางเขนด้วย ความชื่นชมยินดีที่พระนางพบในพระเยซูเจ้าได้ถูกแบ่งปันออกไป พระนางออกไปช่วยเหลือนางเอลิซาเบธ ผู้เป็นญาติของพระนางด้วย



4. เมื่อเรามองกลับมาในชีวิตของเรา เราจะพบความชื่นชมยินดีของพระเจ้าได้เสมอ หากมองเห็นสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันในรูปแบบใหม่ มองด้วยสายตาแห่งความเชื่อและความรัก เราจะเห็นได้ว่าพระเจ้าทรงรักเรา ผ่านทางบิดามารดา คุณครูและเพื่อน ๆ ของเรา และแม้แต่ในช่วงเวลาที่เรามีความทุกข์ ต้องการความช่วยเหลือ พระเจ้าก็ได้ช่วยเหลือเราเสมอ ดังนั้น ความชื่นชมยินดีในชีวิตคริสตชน ไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะในเวลาที่เรามีความสุข เท่านั้น แต่รวมถึงในวันเวลาที่เราต้องเจอกับความทุกข์ยากต่าง ๆ ด้วย



5. ความชื่นชมยินดีเกิดขึ้นในใจเราได้เสมอ เมื่อเราใช้เวลาอยู่กับพระเจ้า บ่อย ๆ เช่น เมื่อเราอ่านพระคัมภีร์ เมื่อเราไปรับศีลมหาสนิท และเมื่อเราภาวนาต่อพระองค์ ดังนั้น ให้เราทำสิ่งเหล่านี้บ่อย ๆ เพื่อเพิ่มพูนความยินดีในจิตใจของเรา และขอให้แบบอย่างของแม่พระ ที่นำความชื่นชมยินดีไปให้กับผู้อื่นด้วยความรักและการช่วยเหลือกันนั้น เป็นรูปแบบในการดำเนินชีวิตคริสตชนของเรา



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. ความชื่นชมยินดีเป็นผลมาจากความรักของพระเจ้าที่ทรงมีต่อเราแต่ละคน
2. ชีวิตของพระนางมารีย์เป็นประจักษ์พยานถึงบุคคลที่มีความชื่นชมยินดีในพระเจ้า
3. ความชื่นชมยินดีทำให้เราเห็นถึงความรักของพระเจ้าได้ทั้งในเวลาที่เรามีความสุขหรือมีความทุกข์
4. ความชื่นชมยินดีเกิดขึ้นในใจเราได้เสมอเมื่อเราใช้เวลาอยู่กับพระเจ้าบ่อย ๆ เช่น เมื่อเราอ่านพระคัมภีร์ เมื่อเราไปรับศีลมหาสนิท และเมื่อเราภาวนาต่อพระองค์
5. แบบอย่างของแม่พระที่นำความชื่นชมยินดีไปให้กับผู้อื่นด้วยความรักและการช่วยเหลือกันนั้น เป็นรูปแบบในการดำเนินชีวิตชีวิตคริสตชนของเรา



ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน ทำการ์ด J.O.Y

อุปกรณ์ กระดาษทำการ์ดเท่ากับจำนวนผู้เรียน พิมพ์ตัวอักษรตามรูปแบบตัวอย่าง หน้า 30

วิธีการ

1. แจกกระดาษการ์ด พิมพ์คำว่า JOY ให้กับผู้เรียนแต่ละคน
2. ตัวอักษร O ให้ผู้เรียนเขียนถึงความชื่นชมยินดีในชีวิตของตนเองว่าพระเจ้ารักฉันอย่างไร
3. ตัวอักษร Y ให้ผู้เรียนเลือกถามเพื่อนหนึ่งคน ถึงความชื่นชมยินดีในชีวิตของเพื่อนว่าพระเจ้ารักเขาอย่างไร

J

พระเจ้ารักเรา
ผ่านทางพระเยซูเจ้า

O

พระเจ้ารักฉันอย่างไร

Y

พระเจ้ารัก
เพื่อนของฉันอย่างไร

พระเจ้าทรงรักโลกอย่างมาก
จึงประทานพระบุตร
เพียงพระองค์เดียวของพระองค์
เพื่อทุกคน
ที่มีความเชื่อในพระบุตร
จะไม่พินาศ
แต่จะมีชีวิตนิรันดร์
(ยอห์น 3:16)

ค. การบ้าน

ให้ผู้เรียนนำการ์ดใบนี้ไปเล่าให้บิดามารดาหรือผู้ปกครองฟัง



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และบอกได้ถึงความสำคัญที่ทุกคนจะต้องเคารพความแตกต่างของเพื่อนมนุษย์
2. เคารพตนเองและผู้อื่น
3. แสดงออกต่อผู้อื่นด้วยการเคารพความแตกต่างของกันและกัน



กิจกรรม

เมื่อ “แตกต่าง” ควรทำอย่างไร

วิธีการ

1. ผู้สอนหาอาสาสมัครจากผู้เรียน 4 คน มาแสดงบทบาทสมมติ ในสถานการณ์ต่อไปนี้

เพื่อนรักสี่คนกำลังวางแผนที่จะไปเที่ยวด้วยกันในวันหยุด สองคนในพวกเขาต้องการชวนเพื่อนอีกคนหนึ่งที่พักย้ายโรงเรียนมาเป็นสมาชิกใหม่ในห้องเรียนไปด้วย แต่อีกสองคนไม่ต้องการชวนเพื่อนคนนี้ เพราะเพื่อนคนนี้เป็นเด็กยากจนและดูไม่ค่อยฉลาด

2. ให้อาสาสมัครทั้ง 4 คน ช่วยกันคิดบทสนทนาและซักซ้อมกันสักเล็กน้อยก่อนแสดงให้เพื่อนชม โดยที่ยังไม่มีบทสรุปหรือตัดสินใจว่าจะให้เพื่อนใหม่ไปเที่ยวด้วยกันหรือไม่
3. เมื่อผู้เรียนได้ชมการแสดงบทบาทสมมุติจบแล้ว ให้ช่วยกันแสดงความคิดเห็น หรือช่วยกันตัดสินใจว่าพวกเขาเห็นด้วยหรือไม่ที่จะชวนเพื่อนใหม่คนนั้นไปเที่ยวด้วยกัน หากใครเห็นด้วยให้ “ชูนิ้วโป้งขึ้นในระดับศีรษะ” หากใครไม่เห็นด้วยให้ “กำมือและทำมือไขว้กัน” เป็นสัญลักษณ์กากบาทในระดับหน้าอก

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. ถามเหตุผลของผู้เรียนแต่ละคนว่าทำไมจึงเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย
2. ผู้เรียนได้รับข้อคิดหรือบทสอนอะไรจากเรื่องนี้บ้าง (เราสามารถอยู่ร่วมกันได้แม้จะคิดแตกต่างกัน ฯลฯ)
3. เพื่อน ๆ ในชั้นเรียนของเรา แต่ละคนมีความแตกต่างกันอย่างไรบ้าง (ให้ผู้เรียนช่วยกันหาคำตอบ)
4. ความแตกต่างของแต่ละคนมีผลดีต่อการอยู่ร่วมกันของเราอย่างไร (ช่วยให้เห็นว่ามีความคิดหรือมุมมองที่ต่างกันไป, ช่วยเสริมศักยภาพหรือความสามารถให้แก่กันได้ ฯลฯ)
5. อะไรที่จะช่วยให้ทุกคนที่คิดต่างกันอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข (การยอมรับและการเคารพกันและกัน)

สรุป การอยู่ร่วมกันในสังคมย่อมต้องมีเรื่องที่เรามีความเห็นแตกต่างจากคนอื่น เพราะแต่ละคนเติบโตมาในสิ่งแวดล้อมที่ต่างกัน มีแนวความคิด ความเชื่อ ทศนคติ วัฒนธรรมและประสบการณ์ที่ไม่เหมือนกัน เวลาที่เราสื่อสารกับคนอื่น แล้วคนอื่นมีความเห็นไม่เหมือน กับเรา ก็เป็นเรื่องปกติ และความคิดเห็นที่แตกต่างกัน ก็ไม่ จำเป็นต้อง “ทะเลาะกัน” เสมอไป ซึ่งปัจจุบันเราอยู่ร่วมกัน ในสังคมที่มีความแตกต่างกันมาก เราจึงควรปฏิบัติต่อกัน ด้วยความเคารพ ซึ่งจะทำให้สังคมของเราน่าอยู่ ไม่ว่าจะเป็น ที่บ้าน ที่โรงเรียนหรือในชุมชน การยอมรับผู้อื่นในแบบที่ เขาเป็น คือการแสดงความรักต่อกัน ซึ่งช่วยให้เราทุกคน อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข



คำสอน

1. เรากำลังเติบโตขึ้นในยุคที่ผู้คนต่างก็สนใจแต่ตนเอง ไม่สนใจผู้อื่น โดยเฉพาะคนที่มีความแตกต่างจากเรา หรือไม่ใช้กลุ่มเดียวกันกับเรา อาจเป็นการทำร้ายผู้อื่นด้วย และเป็นการลดทอนคุณค่าของผู้อื่น ซึ่งอาจทำให้เกิดช่องว่างและรอยร้าวในการอยู่ร่วมกัน ดังนั้น การอยู่ร่วมกันจึงต้องการความรักในความแตกต่างของกันและกัน
2. ความรู้สึกเคารพบุคคลอื่น เป็นพื้นฐานของการอยู่ร่วมกัน โดยเริ่มจากการยอมรับความเป็นบุคคลของทุกคน ไม่ว่าจะเป็นเด็กกว่า สูงวัยกว่า ต่างเพศ ต่างสถานะ ต่างศาสนา เป็นรุ่นพี่หรือรุ่นน้อง ทุกคนต่างต้องการความรักต่อกัน การแสดงความรักต่อผู้อื่นยังหมายถึงการยอมรับตัวตนของผู้อื่นในแบบที่เขาเป็น
3. พระคัมภีร์สอนให้เราเคารพกันและกัน ยอมรับในความแตกต่างของกันและกัน เพราะเราแต่ละคนถูกสร้างตามภาพลักษณ์ของพระเจ้า (เทียบ ปฐมกาล 1:26) ดังนั้น ชีวิตของทุกคนจึงต้องได้รับความเคารพ และการยอมรับ เพราะเราแต่ละคนนั้นมีศักดิ์ศรีและมีคุณค่ามากในสายพระเนตรของพระเจ้า (เทียบ มัทธิว 10:29-31)
4. นักบุญเปาโลยังสอนเราว่า การยอมรับในความแตกต่างเป็นเรื่องสำคัญในการอยู่ร่วมกัน เพราะโดยพื้นฐานแล้วทุกคนต่างก็มีความแตกต่างกัน ทั้งทางด้านร่างกาย ความคิดเห็น ความเชื่อ หรือสภาพแวดล้อมที่แต่ละคนเติบโตมาในครอบครัวที่แตกต่างกัน แต่ในความแตกต่างนี้เราสามารถอยู่ร่วมกันได้ เพราะเราเชื่อว่าเราต่างเป็นอวัยวะในร่างกายเดียวกันในพระคริสต์เจ้า และอวัยวะต่าง ๆ เหล่านี้ต่างมีจุดประสงค์และมีหน้าที่ต่างกัน ดังนั้น แม้เราจะแตกต่างกัน แต่ก็ถูกสร้างมาเพื่อให้รับใช้พระเจ้าและช่วยเหลือกันและกัน (เทียบ 1 โครินธ์ 12:17-20)
5. พระเยซูเจ้าทรงสอนเราว่า “ท่านอยากให้เขาทำกับท่านอย่างไร ก็จงทำอย่างนั้นกับเขาเถิด” (มัทธิว 7:12) ซึ่งเป็น “กฎทอง” ในการอยู่ร่วมกันของมนุษย์ทุกคน หากเรามีความรักต่อกัน เราจะปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความรัก ไม่ว่าจะเป็นอ่อนวัยหรือสูงวัยต่อเรา ไม่ว่าจะเป็นศัตรูหรือมิตร ไม่ว่าจะเป็นคนร่วมชาติหรือต่างชาติ ไม่ว่าจะเป็นชาวหรือดำ ไม่ว่าจะเป็นรวยหรือจน นี่คือนแนวทางในการปฏิบัติต่อกัน คือเคารพและยอมรับในความแตกต่างของกันและกัน ต้อนรับกันและกันด้วยใจยินดี





ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. การยอมรับในความแตกต่าง การเคารพกันและกันเป็นสิ่งที่สำคัญมากในการอยู่ร่วมกัน
2. ความรู้สึกเคารพบุคคลอื่น เริ่มจากการยอมรับความเป็นบุคคลของทุกคน
3. พระคัมภีร์สอนให้เราเคารพกันและกัน และยอมรับในความแตกต่างของกันและกัน เพราะเราแต่ละคนถูกสร้างตามภาพลักษณ์ของพระเจ้า (เทียบ ปฐมกาล 1:26)
4. เราแต่ละคนนั้นมีศักดิ์ศรีและมีคุณค่ามากในสายพระเนตรของพระเจ้า (เทียบ มัทธิว 10:29-31)
5. นักบุญเปาโลสอนว่า การยอมรับในความแตกต่างเป็นเรื่องสำคัญในการอยู่ร่วมกัน เราทุกคนถูกสร้างมาเพื่อให้รับใช้พระเจ้าและช่วยเหลือกัน (เทียบ 1 โครินธ์ 12:17-20)
6. พระเยซูเจ้าทรงสอนเราว่า “ท่านอยากให้เขาทำกับท่านอย่างไรก็จงทำอย่างนั้นกับเขาเถิด” (มัทธิว 7:12) ซึ่งถือว่าเป็น “กฎทอง” ในการอยู่ร่วมกันของมนุษย์ทุกคน
7. หากเรามีความรักต่อกัน เราจะปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความเคารพ ยอมรับในความแตกต่างของกันและกัน

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน จับคู่บอกความดี

วิธีที่ 1 ให้ผู้เรียนจับคู่กัน และต่างคนต่างบอกความดีของกันและกัน

วิธีที่ 2 ให้ผู้เรียนเดินไปหาเพื่อนแต่ละคน จับมือและบอกความดีของกันและกัน

วิธีที่ 3 แจกกระดาษ A4 และลวดหนีบกระดาษให้ผู้เรียนคนละ 1 ชุด และหนีบกระดาษไว้ที่ปกเสื้อด้านหลังของตนเอง และให้ทุกคนผลัดกันเขียนความดีของเพื่อนในกระดาษด้านหลังของเพื่อนคนนั้น

ค. การบ้าน “ฉันจะปฏิบัติต่อผู้อื่น ด้วยความเคารพอย่างจริงใจ”

เมื่อผู้เรียนได้ทำกิจการดีต่อผู้อื่น ให้บันทึกลงในสมุดปฏิบัติการของตน ตามหัวข้อด้านล่างนี้ และผู้สอนติดตาม ให้กำลังใจในการความดี

ว/ด/ป	ทำอะไร	ทำกับใคร	ทำที่ไหน	รู้สึกอย่างไร
16 ธ.ค. 2023 (ตัวอย่าง)	แบ่งขนม	พนักงานรักษา ความปลอดภัย	หน้าโรงเรียน	ตื่นเต้นแต่ก็มีความสุข



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกถึงคุณลักษณะของบุคคลที่มีความสุภาพถ่อมตนได้
2. ชื่นชมในคุณค่าของความสุภาพถ่อมตนต่อผู้อื่น
3. ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความสุภาพถ่อมตน



กิจกรรม

ผู้สุภาพอ่อนโยนและถ่อมตน

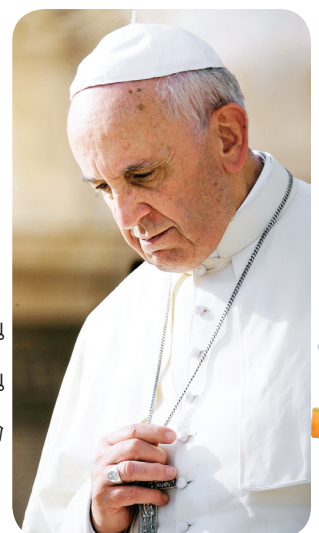
อุปกรณ์ 1. กระดาษ A4 2. ปากกา 3. ขนมหรีอรางวัล 4. นกหวีดหรือกระดิ่ง

1. แบ่งผู้เรียนออกเป็น 2 ทีม และตั้งเป็นแถวตอนลึก 2 แถว
2. วางกระดาษ A4 ให้ห่างจากคนแรก (หัวแถว) ประมาณ 3-5 เมตร ทีมละ 1 แผ่น
3. ให้แต่ละทีมออกไปเขียนชื่อบุคคลที่มีความสุภาพ อ่อนโยน และถ่อมตนให้ได้มากที่สุด (เช่น นักบุญเทเรซา นักบุญฟรังซิสอัลซีซี, นักบุญยอห์น ปอล ที่ 2, พระสันตะปาปาฟรังซิส หรือบุคคลที่ตนรู้จัก เป็นต้น)
4. เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณนกหวีดหรือกระดิ่ง ให้คนแรกวิ่งออกไปเขียนชื่อบุคคลต่าง ๆ ในกระดาษ และเมื่อได้ยินเสียงสัญญาณอีกครั้ง ให้วิ่งกลับไปแตะเพื่อนคนต่อไปให้เป็นผู้มาเขียนต่อ จากนั้นจึงวิ่งไปต่อท้ายแถว ทำเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ จนผู้เรียนได้เขียนครบทุกคน (อาจมากกว่า 1 รอบ)
5. เมื่อหมดเวลา กลุ่มใดเขียนชื่อบุคคลที่มีความสุภาพ อ่อนโยนและถ่อมตน โดยไม่ซ้ำกันได้มากที่สุดชนะ (เตรียมรางวัลไว้ให้)

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. ตรวจสอบและถามความคิดเห็นของผู้เรียนว่าเขียนชื่อของใครบ้าง
2. แต่ละบุคคลมีพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสุภาพถ่อมตนอย่างไร

สรุป ความสุภาพถ่อมตน คือบุคคลที่มีความประพฤติสุภาพ เรียบร้อย อ่อนโยน มีกิริยามารยาทที่ดีงาม มีสัมมาคารวะต่อผู้อื่น บุคคลที่มีความสุภาพอ่อนโยน และถ่อมตน มักจะเป็นบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งสร้างความประทับใจให้กับผู้ที่พบเห็น ดังเช่น บุคคลต่าง ๆ ที่เราได้ยกตัวอย่างมานี้





คำสอน

1. **ความสุภาพถ่อมตน** เป็นคุณลักษณะหนึ่งที่สำคัญ หายไปจากคนไทยเราในปัจจุบัน ทุกวันนี้เราจะเห็นได้ว่า ผู้คนชอบใช้ความรุนแรงมากขึ้น เช่น เด็ก ๆ และเยาวชนกล้าที่จะโต้ตอบ วิพากษ์วิจารณ์ หรือต่อปากต่อคำกับผู้ที่อาวุโสกว่า ด้วยท่าทางที่ดูดี และใช้คำพูดที่ก้าวร้าว ภาพเช่นนี้เราพบเห็นได้ในวงสนทนาประจำวัน การปราศรัยบนเวทีการเมือง หรือจากการออกมาเรียกร้องสิทธิเสรีภาพในโรงเรียนหรือในที่ทำงาน หรือจากบทละครโทรทัศน์ที่มีให้ชมในช่องทางต่าง ๆ ซึ่งมักจะมียุทธศาสตร์ การโต้เถียง การด่าทอทำร้ายร่างกายกัน การแสดงความไม่พอใจด้วยการทำลายข้าวของ เป็นต้น ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ตรงกันข้ามกับที่คุณค่าของพระวรสารและสิ่งที่พระเยซูเจ้าทรงสอน

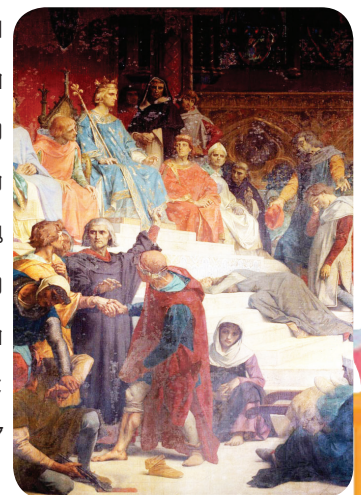
2. ในพันธสัญญาเดิม โมเสสเป็นบุคคลหนึ่งที่ได้ชื่อว่าเป็นคนสุภาพถ่อมตน ดังที่มีเขียนไว้ในหนังสือกันดารวิถี 12:3 ว่า **“โมเสสเป็นคนถ่อมตน เขาเป็นคนถ่อมตนมากกว่าใคร ๆ บนแผ่นดิน”** แม้ว่าพระเจ้าจะทรงเลือกเขาให้เป็นผู้นำชาวอิสราเอลออกมาจากประเทศอียิปต์ แต่เขาก็มิได้ตั้งตนหรือมองว่าตนเองนั้นอยู่เหนือกว่าผู้อื่น เขายังถ่อมตนว่า ตนเองพูดไม่คล่อง ขอพระองค์โปรดส่งผู้อื่นไปแทนเขา แต่พระเจ้าทรงสัญญาว่าจะทรงช่วยเขา เขาจึงวิงวอนขอพระเจ้าทรงประทานสติปัญญาและพลังกำลังที่จำเป็น ในการทำภารกิจที่พระองค์ทรงมอบหมายให้ (เทียบ อพยพ 4:10-17)



3. พระเยซูเจ้าทรงเป็นแบบอย่างแก่เราพระองค์ตรัสว่า **“เรามีใจสุภาพอ่อนโยนและถ่อมตน”** (มัทธิว 11:29) ความสุภาพอ่อนโยนของพระองค์ เราพบได้จากเหตุการณ์เมื่อมีผู้กระทำความผิด ชาวฮิวได้นำหญิงผิดประเวณีมาให้พระเยซูเจ้าตัดสิน พระองค์แสดงออกต่อนางด้วยความสุภาพ มิได้กล่าวประจาน ทรงก้มลงเอานิ้วพระหัตถ์ขีดเขียนที่พื้นดิน ตรัสว่า **“ท่านผู้ใดไม่มีบาป จงเอาหินทุ่มนางเป็นคนแรกเถิด”** (ยอห์น 8:8) การกระทำอย่างสุภาพของพระองค์ทำให้บุคคลอื่น ๆ รู้สึกอับอาย ที่ได้แสดงอาการซ้ำเติมต่อคนที่กระทำความผิด เช่นเดียวกัน ความอ่อนโยนของพระองค์ยังแสดงออกด้วยการเล่านิทานเปรียบเทียบเรื่องลูกแกะที่หายไป เมื่อเจ้าของแกะพบแกะที่หายไป เขาไม่ได้ทุบตีหรือลงโทษ แต่อุ้มมันขึ้นแล้วแบกใส่ป่าพากลับบ้าน เราเห็นความถ่อมตนของพระองค์ต่อพระบิดาเจ้า โดยทรงยอมทรงถ่อมองค์ลงมา

รับสภาพมนุษย์ที่อ่อนแอเหมือนเรา เว้นแต่บาป เพื่อไถ่เราให้รอดพ้นจากบาป

4. นักบุญหลุยส์เป็นกษัตริย์พระองค์หนึ่งที่เป็นแบบอย่างให้เราในเรื่องความสุภาพถ่อมตน พระองค์มิได้ทรงยึดถือความสุขสบาย แต่กลับมีใจอ่อนหวานกับบรรดาคนยากจนและคนยากไร้ทั้งหลาย ทรงสร้างโรงพยาบาลในหลายแห่ง และยังทรงหาบ้านให้คนตาบอด 300 คนได้อยู่อาศัย ทรงหาที่พักพิงให้พวกโสเภณีที่กลับตัวกลับใจ ในแต่ละวันจะทรงเลี้ยงอาหารพวกคนจน และทรงดูแลพวกคนโรคเรื้อนด้วยใจเมตตา พระองค์ยังทรงแก้ไขกระบวนการความยุติธรรมใหม่ทั้งหมด และทรงอนุญาตให้อุทธรณ์ถึงพระองค์ได้ ในฐานะที่ทรงเป็นอัครวิคนที่แท้จริง ด้วยจิตสำนึกด้านศีลธรรมแบบคริสตชน พระองค์ไม่ทรงอนุญาตให้ใช้ภาษาหยาบคาย และเป็นที่สะดุดในราชสำนัก พระองค์ทรงได้รับการสถาปนาเป็นนักบุญในปี ค.ศ. 1297 โดยพระสันตะปาปาโบนิฟาสที่ 8



5. แบบอย่างของโมเสส พระเยซูเจ้าและนักบุญหลุยส์ เตือนใจให้เราต้องมีความสุภาพอ่อนน้อมต่อทุกคน โดยใช้คำพูดสุภาพ ไพเราะ อ่อนหวาน ให้เกียรติผู้อื่นด้วยความเคารพ ไม่ใช่อำนาจ หรืออวดตัวหยิ่งผยอง หรือเมื่อมีใครกระทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ให้เราตักเตือนกันด้วยความอ่อนโยน ให้ความเห็นอกเห็นใจ ให้กำลังใจ ไม่ตอกย้ำความผิด ไม่ซ้ำเติม ให้โอกาสปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น เพื่อให้ทุกคนที่ได้พบกับเราจะได้รับกำลังใจและรู้สึกประทับใจในความเป็นคริสตชนของเราด้วย



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. ความสุภาพอ่อนน้อมตน คือบุคคลที่มีความประพฤติสุภาพ เรียบร้อย อ่อนโยน มีกิริยามารยาทที่งดงาม มีสัมมาคารวะต่อผู้อื่นที่ควรเคารพนับถือ
2. โมเสสเป็นบุคคลหนึ่งที่ได้ชื่อว่าเป็นคนสุภาพอ่อนน้อมตน
3. พระเยซูเจ้าทรงเป็นแบบอย่างให้แก่เรา พระองค์ทรงตรัสว่า “เรามีใจสุภาพอ่อนโยนและอ่อนน้อมตน” (มัทธิว 11:29)
4. เราเห็นความสุภาพอ่อนโยนของพระเยซูเจ้า จากการถ่อมองคืลงมาบังเกิดเป็นมนุษย์ และทำที่ที่พระองค์ทรงปฏิบัติต่อผู้อื่น
5. นักบุญหลุยส์ เป็นกษัตริย์ผู้มีใจอ่อนหวานกับบรรดาคนยากจน และคนยากไร้
6. เราต้องมีความสุภาพอ่อนน้อมตนต่อทุกคน โดยการใช้คำพูดสุภาพ ไพเราะอ่อนหวาน ให้เกียรติผู้อื่นด้วยความเคารพ
7. เมื่อมีใครกระทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ให้เราตักเตือนกันด้วยความอ่อนโยนและความเห็นอกเห็นใจ

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน มือที่อ่อนน้อมถ่อมตน

ให้แต่ละคนแตะมือกับเพื่อนและเอ่ยถ้อยคำ “ขอบคุณ” หรือ “ขอโทษ” ต่อกัน ด้วยความสุภาพอ่อนโยน

วิธีการ

1. ให้ทุกคนยืนเป็นวงกลม
2. ผู้สอนเริ่มแตะมือกับผู้เรียนที่อยู่ทางขวามือ และเลือกเอ่ยถ้อยคำ “ขอบคุณ” หรือ “ขอโทษ” ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่ต้องการจะบอก เช่น “ขอบคุณที่ช่วยครู ยกสมุดการบ้านเพื่อน”
3. จากนั้นผู้เรียนคนที่สองแตะมือกับเพื่อนคนที่สามและเลือกกล่าว “ขอบคุณ” หรือ “ขอโทษ” ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งกับเพื่อนเช่นเดียวกัน เช่น “ขอโทษที่ไม่ได้ช่วยทำเวรเมื่อวานนี้”
4. ทำต่อกันไปเรื่อย ๆ จนครบทุกคน



ค. การบ้าน ให้ผู้เรียนขอบคุณผู้ที่มีส่วนช่วยเหลือผู้เรียนในแต่ละวัน เช่น

1. ขอบขอบคุณครู ที่คอยต้อนรับอยู่ที่หน้าโรงเรียน
2. ขอบขอบคุณพี่พนักงาน ที่ช่วยทำความสะอาดโรงอาหาร
3. ขอบขอบคุณบรรณารักษ์ ที่ช่วยแนะนำหนังสือให้อ่านเสริมความรู้



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และบอกได้ถึงคุณลักษณะของผู้มีความซื่อสัตย์และซื่อตรง
2. ให้ความสำคัญกับการพูดความจริงอย่างซื่อสัตย์และซื่อตรง
3. ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความซื่อสัตย์และซื่อตรงทั้งต่อหน้าและลับหลัง



กิจกรรม

ชิมขนม

อุปกรณ์ 1. ลูกอมหลากหลายชนิด (แยกใส่จาน) 2. ผ้าปิดตา

สำรวจความซื่อสัตย์ด้วยเกมชิมขนม เพื่อให้ผู้เรียนรู้ว่าการโกหกขัดกับความซื่อสัตย์ และผู้อื่นจะมองเห็นการกระทำทั้งหมดของพวกเขา

วิธีการ

1. ขออาสาสมัครผู้เรียน 1 คนและใช้ผ้าปิดตาไว้ (จะเป็นผู้ที่ชิมและทายชนิดของลูกอม)
2. นำลูกอมแต่ละชนิดแยกใส่จาน วางไว้บนโต๊ะหน้าชั้นเรียน
3. ให้ผู้เรียนอีก 2-3 คน ออกมาเลือก หยิบลูกอมคนละ 1 เม็ด จากจานใดก็ได้ และนำเสนอรายละเอียด รสชาติ สีสันของลูกอม เพื่อเชิญชวนให้ผู้เรียนที่ปิดตาเลือกชิมลูกอมที่ตนเลือกไว้ นั้น โดยไม่บอกว่าเป็นลูกอมชนิดใด
4. ให้ผู้เรียนที่ปิดตาเลือกชิมลูกอม 1 เม็ดและทายว่าเป็นลูกอมชนิดใด
5. หากผู้ชิมเลือกชิมลูกอมตามเพื่อนคนใดและสามารถทายถูกว่าเป็นลูกอมชนิดใด ถือว่าเพื่อนคนนั้นเป็นผู้ชนะ

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. คนชิม (ที่ปิดตา) และคนที่ออกมาเลือกลูกอมให้เพื่อนชิม มีความรู้สึกอย่างไร (กลัว, ลังเล, ไม่มั่นใจ, อยากช่วยเพื่อน, อยากแกล้งเพื่อน ฯลฯ)
2. คนชิม เลือกที่จะเชื่อและชิมลูกอมตามเพื่อนคนนั้น เพราะเหตุใด (ไว้ใจ, มั่นใจในตัวเพื่อน, เพื่อนเชื่อเชิญ ได้น่าสนใจ, เดา ฯลฯ)
3. ลูกอมที่เลือกชิมนั้น มีรสชาติตรงตามที่เพื่อนบอกหรือไม่ (ตรง, ไม่ตรง)
4. เพื่อนคนอื่น ๆ ได้เห็นหรือได้เรียนรู้อะไร (มีคนพูดโกหก, ความไว้ใจ, ความซื่อตรง, การกลั่นแกล้ง ฯลฯ)
5. จากกิจกรรมนี้มีบุคคลใดที่น่าชื่นชมบ้าง (เพื่อนที่พูดความจริงและพยายามอธิบายอย่างตรงไปตรงมา)

สรุป ผู้ที่มีพฤติกรรม “ซื่อตรง” คือผู้ที่ประพฤติตรง ไม่เอินเอียง ไม่คดโกง ทั้งทางด้านวาจาและการกระทำ



คำสอน

1. ปัญหาเรื่องการทุจริตคอร์รัปชัน เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคมไทยมาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน และมีแนวโน้มที่จะทวีความรุนแรง และซับซ้อนมากขึ้นเรื่อย ๆ เช่น การให้หรือรับสินบน การขู่เข็ญบังคับ และให้สิ่งล่อใจ การยอมรับของขวัญ การไม่กระทำตามหน้าที่แบบตรงไปตรงมา แต่ใช้อิทธิพลของพรรคพวกแทน การใช้อำนาจหน้าที่ในทางที่ผิด การทุจริตการเลือกตั้ง การมีผลประโยชน์ทับซ้อน การรณรงค์ที่ผิดกฎหมาย หรือแม้แต่พฤติกรรมที่เกิดขึ้นในห้องเรียนของเราด้วย เช่น ลอกการบ้าน การทุจริตในการสอบ การใช้เทคโนโลยีในการสืบค้นข้อมูลเพื่อทำงานส่งซึ่งอาจมีการละเมิดลิขสิทธิ์ทางปัญญาของผู้อื่น



2. **ความซื่อตรง** เป็นหนึ่งในคุณธรรมที่เราสามารถทำได้เสมอในชีวิตประจำวัน ในการทำหน้าที่ของตน เช่น การตื่นนอนให้ตรงเวลา ไปเรียนหนังสือโดยไม่บ่ายเบี่ยง ไม่เกียจคร้าน แต่งกายให้ถูกต้อง ไม่หยิบของผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาต ไม่ขโมยสิ่งของเงินทองของใคร เมื่อพบเจอเงินหรือสิ่งของที่มีค่าที่ไม่ใช่ของตน ก็นำไปประกาศหาเจ้าของ คนที่ซื่อสัตย์และมีใจที่ซื่อตรง จะไม่อยากได้ของที่ไม่ใช่ของตน จะเคารพกฎระเบียบของสถานที่ ไม่ทำผิดกฎแม้ไม่มีใครเห็น หรือเมื่อทำผิดกฎระเบียบก็ต้องกล้ายอมรับโทษนั้นด้วยความจริงใจ และเราจะทำเช่นนี้ได้ เมื่อประพฤติตนด้วยความระมัดระวัง ไม่ปล่อยตัวปล่อยใจของเราให้หลงไปทำสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ต้องเลือกกระทำสิ่งที่ถูกต้องเสมอ ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ทั้งต่อหน้าและลับหลัง หากเราประพฤติตนไม่ซื่อสัตย์ ไม่ซื่อตรงต่อหน้าที่ความรับผิดชอบ ที่มีจะทำให้เรากลายเป็นคนที่ไม่น่าเชื่อถือ ไม่น่าไว้วางใจ และไม่มีใครอยากคบหาสมาคมด้วย



3. พระเยซูเจ้าเป็นแบบอย่างให้เราในการดำเนินชีวิตอย่างซื่อตรง หลังจากพระองค์ทรงรับพิณล้าง พระองค์เสด็จไปในถิ่นทุรกันดารเพื่ออดอาหาร อธิษฐานภาวนาเป็นเวลาสี่สิบวันและสี่สิบคืน ระหว่างนั้นซาตานมาหาพระองค์ ในช่วงเวลาที่พระองค์อ่อนแอที่สุด เพื่อทำลายความซื่อตรงของพระองค์ ทรงถูกทดลองในทุกทาง แต่กระนั้นพระองค์ก็ไม่เคยทำบาป (เทียบ ฮีบรู 4:15)

4. พระเยซูเจ้ายังทรงสอนเราว่า คริสตชนที่ดีต้องประพฤติตนตามมาตรฐานใหม่คือ ท่านยังได้ยืนยันคำกล่าวแก่คนโบราณว่า อย่าผิดคำสาบาน แต่จงทำตามที่ได้สาบานไว้ ต่อองค์พระผู้เป็นเจ้า แต่เราบอกท่านทั้งหลายว่า อย่าสาบานเลย อย่าอ้างถึงสวรรค์ เพราะเป็นที่ประทับของพระเจ้า อย่าอ้างถึงแผ่นดิน เพราะเป็นที่รองพระบาทของ

พระองค์ อย่าอ้างถึงกรุงเยรูซาเล็ม เพราะเป็นนครหลวงของพระมหากษัตริย์ อย่าอ้างถึงศิระของท่าน เพราะท่านไม่อาจเปลี่ยนพลมสักเส้นให้ดำเป็นขาวได้ ท่านจงพูดเพียงว่า ‘ใช่’ หรือ ‘ไม่ใช่’ คำพูดที่มากไปกว่านั้นมาจากมารร้าย (มธ.5:33-37) และผู้ที่ซื่อสัตย์ในเรื่องเล็กน้อย ก็จะซื่อสัตย์ในเรื่องใหญ่ด้วย ผู้ที่ไม่ซื่อสัตย์ในเรื่องเล็กน้อย ก็จะไม่ซื่อสัตย์ในเรื่องใหญ่ด้วย (ลูกา 16:10)

5. ทุกวันเราควรฝึกปฏิบัติในเรื่องความซื่อสัตย์และความซื่อตรงให้ติดเป็นนิสัย ทุกครั้งที่ทำในสิ่งที่ถูกต้อง เราจะมีคามภูมิใจในตนเองโดยทันทีโดยไม่ต้องมีใครมาอบให้ และบุคคลที่มีใจซื่อตรงนั้น ได้รับชื่อว่า เป็นผู้ไว้วางใจได้ อาศัยพระวาจาและบัญญัติของพระเจ้า จะช่วยให้เราดำเนินชีวิตเป็นคริสตชนที่ดีที่มีใจซื่อตรง



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. ผู้ที่มีพฤติกรรม “ซื่อตรง” คือ ผู้ที่ประพฤติตรง ไม่เอนเอียง ไม่คดโกง ทั้งทางด้านวาจาและการกระทำ
2. คนที่ซื่อสัตย์และมีใจที่ซื่อตรง จะไม่ยอมได้ของที่ไม่ใช่ของตนเอง จะเคารพกฎระเบียบของสถานที่ ไม่ทำผิดกฎแม้ไม่มีคนเห็น
3. คริสตชนต้องประพฤติตนด้วยความระมัดระวัง ไม่ปล่อยตัว ปล่อยใจของเราให้หลงไปทำสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ต้องเลือกกระทำสิ่งที่ถูกต้องเสมอ ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ทั้งต่อหน้าและลับหลัง
4. พระเยซูเจ้าเป็นแบบอย่างให้เราในการดำเนินชีวิตอย่างซื่อตรง แม้ทรงถูกทดลองในถิ่นทุรกันดาร แต่พระองค์ก็มีทรงทำบาป (เทียบ สิบรัฐ 4:15)
5. ผู้ที่ซื่อสัตย์ในเรื่องเล็กน้อย ก็จะมีซื่อสัตย์ในเรื่องใหญ่ด้วย ผู้ที่ไม่ซื่อสัตย์ในเรื่องเล็กน้อย ก็จะไม่ซื่อสัตย์ในเรื่องใหญ่ด้วย (ลูกา 16:10)
6. อาศัยพระวาจาและบัญญัติของพระเจ้าจะช่วยให้เราดำเนินชีวิตเป็นคริสตชนที่ดีที่มีใจที่ซื่อตรงได้

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน หลังจากที่เราได้เรียนเรื่องความซื่อตรงกันแล้ว เรามาทดลองประเมินตนเอง กันสักนิดว่าตัวเรามีความซื่อตรงในระดับใด

คุณสมบัติ	วงกลมระดับคะแนนที่ตรงกับตัวฉันมากที่สุด										
	ไม่มีเลย										มีมากที่สุด
1. ฐานะทางของตนเอง	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. ซื่อสัตย์ต่อตนเอง	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. ซื่อสัตย์ต่อผู้อื่น	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. รักษาความจริง	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. เป็นคนจริงใจ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6. ปฏิบัติตามกฎของโรงเรียน	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. ตรงต่อเวลา	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8. มีวินัย	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. มีความรับผิดชอบ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10. มีความอดทน	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

รวมคะแนนเสร็จแล้วมาดูผลคะแนนกันดีกว่า

น้อยกว่า 50 คะแนน	จะต้องปรับปรุงตัวอย่างมาก เพราะท่านเป็นคนที่ไม่น่าไว้วางใจ
50 – 60 คะแนน	ค่อนข้างมีความซื่อตรงแต่ก็ยังไม่ซื่อตรงตลอดเวลา บางครั้งก็ไม่ซื่อตรงแต่ยังปรับปรุงได้
61 – 75 คะแนน	เป็นคนที่ไว้วางใจได้ มีความซื่อตรงค่อนข้างมาก แม้บางครั้งอาจพูดเบี่ยงเบนบ้าง อาจเพราะปัจจัยแวดล้อม หรือไขว่เขวไปบ้าง
76 – 90 คะแนน	เป็นคนที่ไว้วางใจได้ มีความซื่อตรงในทุก ๆ ที่ทุกเวลา เป็นคนดีของสังคมและครอบครัว
มากกว่า 90 คะแนน	ท่านเป็นคนซื่อตรงอย่างสุดยอด ที่สุดเป็นคนสมบูรณ์แบบ หากเป็นตุลาการท่านจะเทียบได้กับ“เปาป๋านจิ้น” ถือว่าเป็นคริสตชนที่ดีมาก

หมายเหตุ: โดยปกติการประเมินตนเองมักมีอคติ ผู้ประเมินมักให้คะแนนตนเองสูงกว่าความเป็นจริง แต่อย่างไรก็ดี การประเมินนี้จะทำให้เราแต่ละคนจะได้เข้าใจตนเองมากขึ้น และตระหนักเรื่องความซื่อตรง รู้ว่าตนเองมีความบกพร่องในเรื่องใด จะได้ปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น หากได้คะแนนที่ดีก็ต้องภูมิใจในตนเองด้วย

ค. การบ้าน เขียนไตร่ตรองว่า จะปรับปรุงแก้ไขตนเองในเรื่องใดบ้าง

นิสัยหรือพฤติกรรมของฉันที่อยากปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายความหมายของคำว่าพอเพียงได้
2. รักและชื่นชมชีวิตที่เรียบง่ายและพอเพียงของพระเยซูเจ้าและนักบุญฟรังซิส
3. เห็นคุณค่าของสิ่งที่มี ดำเนินชีวิตด้วยความพอเพียง และใช้สิ่งของอย่างมีประสิทธิภาพและคุ้มค่า



กิจกรรม

ทุกสิ่งมีประโยชน์และมีคุณค่า

ผู้สอนเตรียมสิ่งของ 3-5 อย่างมาให้ผู้เรียนช่วยกันพิจารณาว่าสิ่งของที่ผู้สอนเตรียมมานั้นมีจุดประสงค์หรือประโยชน์ในการใช้อย่างไร และจะสามารถใช้ประโยชน์จากสิ่งนั้นให้คุ้มค่ามากที่สุดได้อย่างไรได้บ้าง (อาจให้แข่งกันเป็นกลุ่มก็ได้)

ตัวอย่าง

สิ่งของ/ สิ่งแวดล้อม	จุดประสงค์/ประโยชน์	การใช้ให้คุ้มค่า
ดินสอ	วาด เขียน จดบันทึก...	ใช้แล้วเก็บให้ดี ใช้จนเหลือน้อยที่สุด ไม่ทำลาย
เงิน	ใช้จ่าย ซื้อของกินของใช้...	ซื้อของที่มีประโยชน์ จำเป็น ไม่เล่นการพนัน...
น้ำ	ดื่ม ชำระล้าง ทำอาหาร การขนส่ง พลิตกระแสไฟฟ้า...	ดื่มน้ำบ่อย ๆ ไม่เปิดก๊อกน้ำทิ้งไว้ ใช้อย่างประหยัด ไม่ทิ้งขยะลงในแม่น้ำ...
เสื้อผ้า	ใส่ปกปิดร่างกาย สวยงาม กันร้อน กันหนาว...	ดูแลรักษาความสะอาด หากมีมากเกินไป ก็นำไปบริจาคให้คนยากจน...
หนังสือ	ให้ความรู้ บำบัด...	ขยันท่านหนังสือ รักษาไม่ให้ฉีกขาด ส่งต่อให้คนที่ต้องการอ่าน นำไปเป็นขยะรีไซเคิลได้เมื่อไม่ใช้แล้ว...

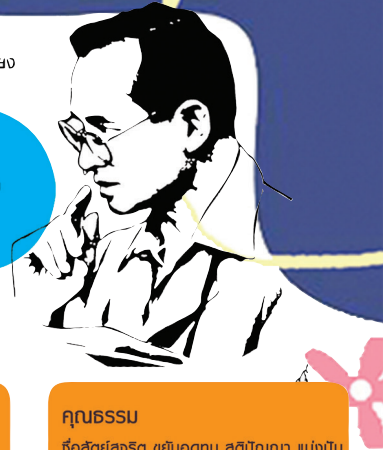
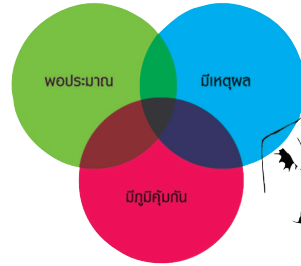
สรุป สิ่งของทุกชนิดทั้งที่มีอยู่ในธรรมชาติ และที่พระเจ้าได้ประทานสติปัญญาให้มนุษย์สร้างสรรค์ขึ้นมา นั้นมีประโยชน์และมีคุณค่าต่อการดำเนินชีวิตของเราทุกคน



คำสอน

1. คนไทยจะคุ้นเคยกับคำว่า “เศรษฐกิจพอเพียง” ซึ่งรู้กันว่าเป็น “แนวพระราชดำริ” ของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ในหลวงรัชกาลที่ 9 ที่พระราชทานให้แก่พสกนิกรชาวไทย นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2517 เป็นต้นมา “เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นแนวคิดที่ตั้งอยู่บนรากฐานของวัฒนธรรมไทย เป็นแนวทางการพัฒนา ที่ตั้งบนพื้นฐานของทางสายกลาง และความไม่ประมาท ดำเนินถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันในตัวเอง ตลอดจนใช้ความรู้ และคุณธรรมเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต ซึ่งจะนำไปสู่ “ความสุข” ในการดำเนินชีวิตอย่างแท้จริง โดยปรับเปลี่ยนความคิด นิสัย พฤติกรรมและวิธีการดำเนินชีวิตอย่างเรียบง่ายและพอเพียง มีความพอประมาณ พอดี ไม่เบียดเบียนตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
ทางสายกลาง



ความรู้
รอบรู้ รอบคอบ รอบระวัง

คุณธรรม
ซื่อสัตย์สุจริต อดทน เสียสละ อดทน อดกลั้น อดทน อดกลั้น อดทน อดกลั้น

นำไปสู่

*เศรษฐกิจ / สังคม / สิ่งแวดล้อม / วัฒนธรรม
*สมดุล / พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง

2. **ความพอเพียง** เป็นคุณธรรมที่ให้อำนาจสมดุลงในการใช้สิ่งสิ่งามที่พระเจ้าสร้างขึ้นมา ช่วยให้เรารู้คุณค่าของน้ำใจ เหนือสิ่งชาติญาณ และรักษาความต้องการไว้ภายในขอบเขตที่เหมาะสม

3. พระเยซูเจ้าทรงเป็นแบบอย่างของการเจริญชีวิตเรียบง่าย คือทรงอยู่กับประชาชนคนธรรมดา อยู่กับใครก็ได้ ทุกระดับ ทั้งคนจนและคนรวยทุกคนสามารถเข้าหาพระองค์ได้แม้แต่เด็ก ๆ (ลูกา 18:16) พระองค์ทรงสอนเราในเรื่องใจยากจนมีใจพอเพียงซึ่งเป็น “ความสุขแท้” ดังพระวาจาที่ว่า **“ผู้ใดมีใจยากจนย่อมเป็นสุข” (มัทธิว 5:3)** ใจยากจนแสดงถึงความพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ ไม่ยึดติดกับสิ่งของทางโลก ไม่ตกเป็นทาสของอารมณ์ มีความเป็นอิสระจากสิ่งทั้งปวง ดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับฐานะของตนเอง ไม่ละโมภโลภมาก ไม่อยากได้ในสิ่งที่ไม่ใช่ของตน



4. นักบุญฟรังซิส อัสซีซี เป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตตามอย่างของพระเยซูเจ้า ท่านเกิดที่เมืองอัสซีซี ประเทศอิตาลี เป็นบุตรชายของพ่อค้าที่ร่ำรวย ขณะยังหนุ่ม เป็นคนชอบสนุกสนาน ครั้งหนึ่งท่านป่วยหนักและได้ยินพระเยซูเจ้าเจ้าตรัสเรียกท่านให้สละความสุขฝ่ายโลกและติดตามพระองค์ ท่านจึงกลับไปเปลี่ยนแปลงชีวิตใหม่ โดยยึดพระวรสารที่ว่า **“เราบอกความจริงแก่ท่านทั้งหลายว่า ท่านทำสิ่งใดต่อพี่น้องผู้ต่ำต้อยที่สุดของเราคนหนึ่ง ท่านก็ทำสิ่งนั้นต่อเรา” (มัทธิว 25:40)** ท่านได้พยายามเจริญชีวิตตามคำสอนของพระเยซูเจ้า ละความเห็นแก่ตัวและมอบตนเองแด่พระเจ้า เจริญชีวิตยากจน เรียบง่าย ช่วยเหลือคนจน สละสมบัติอันเป็นมรดกของท่านและทำงานรับใช้คนโรคเรื้อน ต่อมาเมื่อผู้ศรัทธาในการดำเนินชีวิตของท่าน ทั้งเยาวชนชายและหญิงมาขอเจริญชีวิตกับท่าน ท่านได้แนะนำให้สมาชิกเหล่านี้ยึดถือตามอุดมคติแห่งพระวรสาร ให้เป็นคนสุภาพถ่อมตน อ่อนหวาน ร่าเริง จริงใจ เป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้า กับธรรมชาติและเพื่อนมนุษย์ทุกคน ท่านเน้นให้สมาชิกต้องทำงานเลี้ยงชีพด้วยน้ำพักน้ำแรงของตน และนำทรัพย์สินทั้งวัตถุและจิตใจมารวมเป็นกองกลาง เพื่อแบ่งปันกัน สมาชิกเหล่านี้ได้พัฒนาเป็นคณะนักพรต “ฟรังซิสกัน” และคณะนักพรตหญิง “คลาริส” และคณะภราดาฟรังซิสกัน

5. เราควรใช้ชีวิตตามแบบอย่างของพระเยซูเจ้า โดยเริ่มจากรู้จักประหยัด ใช้ทรัพย์สินเท่าที่ตนเองมี เช่น เงิน สิ่งของ เครื่องใช้ต่าง ๆ อย่างรู้คุณค่า ใช้ให้คุ้มค่า เก็บรักษาดูแลอย่างดี ใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ใช้อย่างเหมาะสม ใช้ทรัพยากรของส่วนรวมอย่างประหยัด ด้วยการลด ละ ความฟุ่มเฟือยในการดำรงชีวิตอย่างจริงจัง ไม่ฟุ้งเฟ้อ ดำเนินชีวิตอย่างพอประมาณมีเหตุผลและคิดให้รอบคอบ ก่อนที่จะใช้เงินทอง หรือสิ่งของต่าง ๆ



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. ความพอเพียง เป็นคุณธรรมที่ให้สร้างสมดุลในการใช้สิ่งดีงามที่พระเจ้าสร้างขึ้นมา ช่วยให้เราควบคุมน้ำใจเหนือสัญชาตญาณ และรักษาความต้องการไว้ภายในขอบเขตที่เหมาะสม
2. พระเยซูเจ้าสอนเราในเรื่องใจยากจน ใจพอเพียงนั้นเป็น “ความสุขแท้” ดังพระวาจาที่ว่า “ผู้ใดมีใจยากจน ย่อมเป็นสุข” (มัทธิว 5:3)
3. ใจยากจน หมายถึงความพอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ ไม่ยึดติดกับสิ่งของทางโลก ดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับฐานะของตนเอง ไม่ละโมภโลภมาก ไม่อยากได้ในสิ่งที่ไม่ใช่ของตน
4. นักบุญฟรังซิส อัลซีซี เจริญชีวิตตามคำสอนของพระเยซูเจ้า โดยละความเห็นแก่ตัวและมอบตนเองแด่พระเจ้า ถือความยากจน เรียบง่ายและพอเพียง
5. เราต้องดำเนินชีวิตตามแบบอย่างของพระเยซูเจ้าได้ โดยใช้ทรัพย์สินเท่าที่ตนมีอย่างรู้คุณค่า

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน

ให้ผู้เรียนสำรวจทรัพย์สินที่มีอยู่กับตัวว่ามีมูลค่าเท่าไร และในแต่ละวันผู้เรียนได้ใช้สิ่งของที่มีเหล่านั้นอย่างไร ได้ใช้อย่างคุ้มค่าหรือไม่

ค. การบ้าน

ให้นักเรียนทำบัญชีค่าใช้จ่ายในแต่ละวัน พิจารณาว่าตนเองใช้เงินวันละเท่าไร และหาวิธีที่จะช่วยผู้ปกครองประหยัดมากขึ้นได้อย่างไร





จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้ความหมายและแยกแยะความรักแต่ละประเภท ตามคำสอนของพระศาสนจักรคาทอลิกได้
2. ตระหนักถึงความรักที่มาจากพระเจ้า ซึ่งทำให้เรารักพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์
3. แสดงความรักต่อพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์ด้วยการรับใช้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน



กิจกรรม

10 บุคคลที่ฉันรัก

ให้ผู้เรียนเขียนชื่อบุคคลอันเป็นที่รักจำนวน 10 บุคคลและระบุความสัมพันธ์

ชื่อ	ความสัมพันธ์ (เช่น พ่อ แม่ พี่น้อง ห้า อา เจ้า ฯลฯ)
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

เมื่อพูดถึงบุคคลที่ฉันรัก ผู้เรียนคิดถึงใครมากที่สุด เพราะอะไร

อาจให้ผู้เรียนจับคู่และให้เวลาพูดคุยกันก่อน แล้วจึงขออาสาสมัคร แบ่งปันความคิดในกลุ่มใหญ่ สัก 3-5 คน

สรุป ความรักเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นกับเราทุกคน ตั้งแต่วันที่เราเกิดจนถึงวันที่เราลาจากโลกนี้ไป และความรักก็เกิดขึ้นได้เสมอและหลายรูปแบบ ความรักแต่ละแบบก็มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของเราแต่ละคน และความรักก็มีพลังสามารถเปลี่ยนแปลง ชีวิต สังคม โลก ให้ดีขึ้นได้ ดังนั้น ความรักจึงเป็นคุณธรรมที่เกี่ยวข้องกับพระเจ้าและเกี่ยวข้องกับเราทุกคน



จุดประสงค์

1. หากจะถามว่าทำไมเราต้องรักพระเจ้าและรักผู้อื่น นั้นเพราะพระคัมภีร์เขียนไว้ว่า “ท่านที่รักทั้งหลาย เราจงรักกันเพราะความรักมาจากพระเจ้า และทุกคนที่มีความรักย่อมบังเกิดจากพระเจ้าและรู้จักพระองค์” (1 ยอห์น 4:7) และ “พระเจ้าทรงเป็นความรัก” (1 ยอห์น 4:16) ดังนั้น ความรักจึงเป็นความรู้สึกที่เกี่ยวกับพระเจ้า ช่วยเราให้รักพระเจ้าเหนือสิ่งใด และความรู้สึกต่อเพื่อนมนุษย์ ช่วยเราให้รักเพื่อนมนุษย์เหมือนรักตนเอง เพราะเห็นแก่ความรักของพระเจ้า



Love God

Love Neighbor

2. ชาวกรีกแยกแยะความรักออกเป็น 4 แบบ และใช้คำศัพท์ที่สื่อถึงความหมายของ “ความรัก” แตกต่างกัน ดังนี้

1. **erōs** (เอรอส) หมายถึง ความรักระหว่างชายหนุ่มหญิงสาว
2. **storgē** (สตอร์เก) หมายถึง ความรักภายในครอบครัว เช่น พ่อแม่รักลูก ลูกรักพ่อแม่
3. **philia** (ฟีเลีย) หมายถึง ความรักที่อบอุ่น ที่มีต่อมิตรสหายหรือคนใกล้ชิดที่สุด
4. **agapē** (อากาเป) หมายถึง ความปรารถนาให้ผู้อื่นบรรลุความดีสูงสุดโดยไม่มีเงื่อนไข แม้ว่าผู้นั้นจะปฏิบัติต่อเราเลวร้ายเพียงใดก็ตาม

3. ในหนังสือเฉลยธรรมบัญญัติ 6:5 “ท่านจะต้องรักพระยาห์เวห์พระเจ้าของท่านสุดจิตใจ สุดวิญญาณ และสุดกำลังของท่าน” และหนังสือเลวีนิติ 19:18 “จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง” นี่คือนิยามบัญญัติที่พระเจ้าประทานแก่ชาวอิสราเอลในพันธสัญญาเดิม และเป็นเนื้อหาสำคัญของบัญญัติสิบประการที่ประทานแก่พวกเขาผ่านทางโมเสส ดังนั้น พระเยซูเจ้าจึงทรงสอนเราว่า “ท่านจะต้องรักองค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าของท่านสุดจิตใจ สุดวิญญาณ สุดสติปัญญาของท่าน... ท่านต้องรักเพื่อนมนุษย์เหมือนรักตนเอง” (มัทธิว 22:37-39) ซึ่งเป็นการสรุปบัญญัติของพระเจ้าให้เหลือเพียงสองประการคือ “**รักพระเจ้าและรักเพื่อนมนุษย์**”

4. พระเยซูเจ้าทรงทำให้ความหมายของความรักนี้เด่นชัดยิ่งขึ้น ด้วยแบบอย่างแห่งความรักของพระองค์บนไม้กางเขน “**ไม่มีใครมีความรักยิ่งใหญ่กว่าการสละชีวิตของตนเพื่อมิตรสหาย**” (ยอห์น 15:13) และนี่เองที่ทำให้เราเห็นถึงคุณลักษณะสำคัญของประการของความรักของพระเจ้า คือ “ความไม่เห็นแก่ตัว” และ “ความเสียสละ” ซึ่งเป็นรูปแบบความรักที่ยิ่งใหญ่ที่สุด

5. เราสามารถแสดงความรักต่อพระเจ้าได้ โดยปฏิบัติตามพระบัญญัติของพระเจ้า ภาวนาต่อพระองค์เป็นประจำวัน เพื่อขอบพระคุณ สรรเสริญ และขอโทษในสิ่งที่เราอาจจะทำผิดพลาดไป เรายังแสดงความรักต่อพระเจ้าด้วยการรับใช้พระเจ้า มีส่วนร่วมในพิธีบูชาขอบพระคุณ บำรุงพระศาสนจักรตามความสามารถ และร่วมมือในงานต่าง ๆ ของวัด

6. เรายังสามารถแสดงความรักต่อผู้อื่นได้ตามแบบอย่างของพระเยซูเจ้า ด้วยการเคารพบิดามารดา ญาติผู้ใหญ่และผู้มีพระคุณต่อเรา ช่วยเหลืองานของบิดามารดา ผู้ที่กำลังต้องการความช่วยเหลือ มอบความรักที่จริงใจให้กับเพื่อน ๆ แบ่งเบาความทุกข์ของเพื่อน ปลอบใจกันและกัน มีความเห็นอกเห็นใจต่อกัน เอาใจเขามาใส่ใจเราและที่สุดของความรัก คือการรักศัตรู ทำความดีแก่ผู้ที่เกลียดชังเรา สวดให้ผู้ที่ทำร้ายเรา อภัยให้คนที่ทำร้ายเรา ทำดีต่อผู้ที่ไม่มีอะไรมาตอบแทนเรา นี่ก็คือความหมายของการรักผู้อื่นเหมือนรักตนเอง

Love
One
Another



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. ชาวกรีกซึ่งแยกแยะความรักออกเป็นประเภทต่าง ๆ และใช้ศัพท์แตกต่างกันถึง 4 คำเพื่อหมายถึง “ความรัก” ความรักทั้ง 4 แบบ ได้แก่

erōs (เอรอส) หมายถึง ความรักระหว่างชายหนุ่มหญิงสาว

storgē (สตอร์เก) หมายถึง ความรักภายในครอบครัว เช่น พ่อแม่รักลูก ลูกรักพ่อแม่

philia (ฟีเลีย) หมายถึง ความรักที่อบอุ่น ที่มีต่อมิตรสหายหรือคนใกล้ชิดที่สุด

agapē (อากาเป) หมายถึง ความปรารถนาให้ผู้อื่นบรรลุความดีสูงสุดโดยไม่มีเงื่อนไข

2. แบบอย่างแห่งความรักของพระเยซูเจ้า คือ ยอมสละชีวิตเพื่อเราบนไม้กางเขน “ไม่มีใครมีความรักยิ่งใหญ่กว่าการสละชีวิตของตนเพื่อมิตรสหาย” (ยอห์น 15:13)

3. รูปแบบความรักที่ยิ่งใหญ่ของพระเจ้า คือ “ความไม่เห็นแก่ตัว” และ “ความเสียสละ”

4. เราจะสามารถแสดงความรักต่อพระเจ้าโดยปฏิบัติตามพระบัญญัติของพระเจ้า ภาวนาและรับใช้พระเจ้า

5. เรายังสามารถแสดงความรักต่อผู้อื่นได้ ด้วยการแสดงความเคารพและช่วยเหลือกัน แบ่งเบาความทุกข์ ปลอบใจกันและกัน และมีความเห็นอกเห็นใจต่อกัน

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน ร้องเพลง “แก่นรัก” <https://www.youtube.com/watch?v=GDiWgHI0t64>

เพลงแก่นรัก

ความรักนั้นอดทนนาน ความรักกระทำคุณให้
ความรักไม่อิจฉา ไม่อวดตัวหยิ่งผยอง ไม่หยาบค้าย ไม่เห็นแก่ตัว

ความรักนั้นไม่ฉุนเฉียว ไม่ช่างจดจำความผิด
ไม่ยินดี เมื่อผิดพลั้งไป ร่วมแรงร่วมใจ สร้างกันและกัน

** รักทนได้ทุกอย่าง ความรักนั้นทนได้ทุกอย่าง
ความรักคือการอภัย ความรักคือการให้กัน มีหวังเสมอ อภัยได้ทุกที่

*** รัก ทนได้ทุกอย่าง ความรักนั้นทนได้ทุกอย่าง
ให้เชื่อในส่วนดี ในกันเสมอไป ต้องคงมั่น อยู่เคียงข้างกันเสมอไป

*** หรือร้องเพลง “รัก” เพลงประกอบการสอนคำสอน อัลบั้ม รักที่อบอุ่น
<https://www.kamsondeedee.com/main/action-songs/1911-warmlove>

เพลงรัก

รัก รัก รัก รัก พระเจ้าทรง มีพระบัญชา
ให้รักผู้อื่น ดังรักตนเองเพราะพระรักเราทุกคน

ค. การบ้าน

ให้ผู้เรียนเขียนข้อตั้งใจว่า ฉันจะแสดงความรักต่อพระเจ้า ต่อบุคคลในครอบครัว ต่อเพื่อน และผู้ที่เกลียดชังได้อย่างไร

บุคคล	กิจการที่แสดงความรักที่ฉันตั้งใจจะกระทำ
พระเจ้า	
บุคคลในครอบครัว	
เพื่อน	
ผู้ที่ไม่ชอบ/เกลียดชัง	



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกความหมายของความเมตตากรุณาได้
2. มีใจเมตตากรุณาตามคำสอนของพระเยซูเจ้า
3. เป็นผู้ที่มีใจเมตตากรุณาและแสดงความเมตตากรุณาต่อผู้อื่น



กิจกรรม

ผู้สอนเตรียมภาพภาพเด็ก ๆ ที่ยากจนต้องการความช่วยเหลือ มาให้ผู้เรียนได้ดูและสนทนากับผู้เรียนด้วยคำถามเหล่านี้ ภาพการทำกิจกรรม หน้า 52

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. เห็นอะไร
2. รู้สึกอย่างไร
3. ชอบหรือไม่ชอบอะไร
4. อยากเป็นอะไรหรือใครในภาพนี้
5. บุคคลในภาพมีชีวิตเป็นอย่างไรและต้องการความช่วยเหลืออย่างไร

สรุป ในสังคมมีบรรดาคนยากจนและคนที่มีความยากลำบากในชีวิตอยู่มากมาย เช่น คนที่ขาดแคลนอาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย คนที่ขาดโอกาสทางการศึกษา และคนเจ็บป่วย พวกเขาต่างต้องดิ้นรน และกำลังรอความช่วยเหลือเพื่อให้สามารถมีชีวิตอยู่ได้ในแต่ละวัน





คำสอน

1. **เมตตากรุณา** หมายถึง การกระทำเพื่อต้องการช่วยให้ผู้อื่นมีความสุข ให้พ้นจากความทุกข์ โดยการแสดงความมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อผู้อื่นด้วยความเต็มใจ ไม่หวังผลตอบแทน ซึ่งเราเห็นได้ชัดจากกลุ่มองค์กรการกุศลหรือองค์กรทางศาสนา ที่ได้ออกไปช่วยเหลือผู้อื่นเวลาที่มีภัยพิบัติ หรือผู้ที่ประสบกับความทุกข์ยากลำบากต่าง ๆ ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

2. พระเยซูเจ้าสอนเราให้รู้จักพระเจ้าผู้เป็นพระบิดาผู้เมตตา (เทียบ ลูกา 15:20) และสอนเราว่า **“จงเป็นผู้เมตตากรุณาดังที่พระบิดาของท่านทรงพระเมตตากรุณาเถิด”** (ลูกา 6:36)

3. พระเยซูเจ้าทรงสอนเราให้เห็นพระเมตตากรุณาของพระบิดาเจ้า ผ่านทางการรักษาคนโรคเรื้อนคนหนึ่ง เมื่อพระองค์ทรงเห็นเขา “พระเยซูเจ้าทรงสงสาร ตื่นต้นพระทัย จึงทรงยื่นพระหัตถ์สัมผัสเขา ตรัสว่า **“เราพอใจ จงหายเถิด”** (มาระโก 1:41) การพบปะของพระองค์กับคนเจ็บป่วยและคนบาป เต็มเปี่ยมไปด้วยพระเมตตากรุณา พระองค์ทรงช่วยหญิงตกโลหิตให้เป็นอิสระจากการถูกหินทุ่ม ด้วยท่าที่แห่งความเมตตา(ยอห์น 8:3-11) พระองค์ยังทรงเมตตาต่อเด็ก ๆ ที่ปรารถนาจะเข้ามาหาพระองค์ (มัทธิว 19:14) พระองค์ร่วมทุกข์กับคนที่มีความทุกข์ เข้าถึงความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่นเสมอ (ยอห์น 11:33) ทุกเหตุการณ์แสดงให้เห็นถึงพระเมตตากรุณาของพระเจ้าต่อเรามนุษย์อย่างชัดเจน



4. เรายังเห็นเมล็ดพันธุ์แห่งความเมตตาของพระเยซูเจ้า ที่ได้ออกเงยขึ้นในดวงใจของนักบุญเทเรซาแห่งกัลกัตตา ในช่วงที่ท่านเป็นนักบวชและเป็นธรรมทูตในประเทศอินเดีย ท่านเริ่มงานแห่งความเมตตาโดยการสอนนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในกัลกัตตา ต่อมาท่านได้ยินเสียงเรียกพิเศษของพระเจ้า ท่านไม่สามารถอยู่นิ่งเฉยได้ เมื่อท่านเห็นคนนอนตายอยู่ตามถนนอย่างน่าสงสาร ท่านขออนุญาตออกจากอาราม และออกไปช่วยเหลือคนเหล่านั้น ในปี ค.ศ. 1948 พระสันตะปาปาปิโอที่ 12 อนุญาตให้ท่านติดตามกระแสเรียกพิเศษนี้ ท่านได้ถอดชุดซิสเตอร์และสวมเสื้อสำหรับสาวของสตรีที่ยากจน ท่านเริ่มรวบรวมคนยากจนตามท้องถนน และก่อตั้ง “บ้านสำหรับดูแลผู้ใกล้จะสิ้นใจ (Home for the Dying) ในกัลกัตตา แต่ต้องประสบปัญหาการต่อต้านจากชาวฮินดูมากมาย

อย่างไรก็ตามท่านก็ฝ่าฟันมาได้ ต่อมาเมื่อผู้ใจบุญบริจาคบ้านเพื่อการกุศล คุณแม่เทเรซาจึงเปิดบ้านรับเลี้ยงเด็กกำพร้าชื่อว่า “บ้านเด็กหทัยนิรมล” (Children’s Home of the Immaculate Heart) ท่านได้ตั้งคณะธรรมทูตแห่งเมตตาธรรม (Missionaries of Charity) พระเจ้าได้ทรงช่วยและผู้ใจบุญก็ยื่นมือช่วยเหลือคณะของท่านด้วย ท่านเป็นคนศักดิ์สิทธิ์ ท่านเป็นผู้ใจบุญ ท่านมีความรักมากมายและเป็นแบบฉบับของสตรีผู้อุทิศตนเพื่อผู้อื่น คือให้ความรัก ความสุขในชีวิตแก่ผู้ยากจนและยากไร้ เป็นนักบุญที่ยังมีชีวิตอยู่ จากตัวอย่างชีวิตของท่านนี้เอง ทำให้เกิดกิจการงานเมตตาธรรมแพร่ขยายไปทั่วโลก



5. พระเยซูเจ้าทรงเรียกร้องเราแต่ละคน ให้ทำอย่างชาวสะมาเรียที่มีใจเมตตาต่อผู้อื่น แม้กระทั่งผู้ที่เป็นศัตรู “ท่านจงไปและทำเช่นเดียวกันเถิด” (ลูกา 10:37) นี่เป็นคำสอนของพระองค์ที่ปรารถนาให้เราใจเมตตาต่อกัน ด้วยการเปิดดวงตาที่จะมองเห็นเพื่อนพี่น้องที่กำลังตกอยู่ในความทุกข์ยากลำบาก ให้เราเปิดหู เปิดตา เปิดใจของเรา เพื่อที่จะได้ยินเสียงของผู้ที่กำลังต้องการความช่วยเหลือ และยอมให้หัวใจของเราเต้นเพื่อผู้อื่น ด้วยและแสดงความเมตตาต่อผู้อื่น



จุดประสงค์

ก. ข้อควรจำ

1. เมตตา กรุณา หมายถึง การกระทำเพื่อต้องการช่วยให้ผู้อื่นมีความสุข ให้พ้นจากความทุกข์ โดยการแสดงความมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อผู้อื่นด้วยความเต็มใจ ไม่หวังผลตอบแทน
2. พระเยซูเจ้าสอนเราให้รู้จักพระเจ้าผู้เป็นพระบิดาผู้เมตตา (เทียบ ลูกา 15:20) และสอนเราว่า “จงเป็นผู้เมตตา กรุณาตามที่พระบิดาของท่านทรงพระเมตตา กรุณาเถิด” (ลูกา 6:36)
3. พระเยซูเจ้าทรงสอนให้เราสัมผัสและเห็นถึงพระเมตตา กรุณาของพระบิดาเจ้า ผ่านทางการรักษาและการปฏิบัติต่อผู้อื่น ในชีวิตประจำวันของพระองค์
4. เรายังเห็นถึงเมล็ดพันธุ์แห่งความเมตตาของพระเยซูเจ้า ที่ไถ่อกเงยขึ้นในดวงใจของนักบุญเทเรซา แห่งกัลกัตตา ท่านได้ช่วยเหลือคนใกล้จะสิ้นใจและคนโรคเรื้อนมากมาย
5. พระเยซูเจ้าปรารถนาให้เราใจเมตตาต่อกัน ด้วยการแสดงความเมตตาต่อผู้อื่น

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน ให้ผู้เรียนคิดว่าจะแสดงความเมตตาต่อผู้อื่นที่อยู่ในโรงเรียนได้อย่างไร (อย่างน้อย 3 ข้อ)

ใคร บุคคลที่ตั้งใจ จะไปแสดงความเมตตาด้วย	ทำอะไร กิจการที่ตั้งใจจะไปกระทำ	อย่างไร อธิบายวิธีการ/รายละเอียดคร่าว ๆ
1.		
2.		
3.		

ค. การบ้าน สวดภาวนา “บทภาวนาขอพระหรรษทานให้มีความเมตตาต่อผู้อื่น”

ข้าแต่พระตรีเอกภาพผู้ศักดิ์สิทธิ์ยิ่ง
ทุก ๆ ครั้งที่คุณหายใจ ทุก ๆ ครั้งที่หัวใจของคุณเต้น
ขณะที่โลหิตไหลวนเวียนทั่วกายเป็นจำนวนมากมายี่ครั้งก็ตาม
ลูกปรารถนาให้ทุกครั่งนั้น เป็นการถวายสดุดีพระเมตตาของคุณ
พระเจ้าข้า ลูกปรารถนาให้จิตใจลูกเข้าสู่พระเมตตาของคุณ
และเป็นแสงสะท้อนอันทรงชีวิตของคุณอย่างครบถ้วน
ขอให้พระคุณลักษณะอันยิ่งใหญ่ที่สุดของคุณเจ้า คือพระเมตตาอันสุดหยิ่งของคุณ
ผ่านดวงใจและวิญญาณลูกไปสู่เพื่อนมนุษย์เทอญ
พระเจ้าข้า โปรดทรงช่วยให้ดวงตาของลูกเต็มไปด้วยความเมตตา
เพื่อลูกจะไม่มองข้อพิรุณหรือตัดสินสิ่งใดโดยดูภายนอก
แต่ให้มองหาสิ่งที่งดงามในวิญญาณของเพื่อนมนุษย์และช่วยเหลือเขา
โปรดช่วยให้หูของลูกเต็มไปด้วยความเมตตา เพื่อลูกจะได้สนใจฟังความต้องการของเพื่อนมนุษย์
และไม่ทำใจเย็นเฉยต่อความเจ็บปวดและเสียงคร่ำครวญของเขา
พระเจ้าข้า โปรดทรงช่วยให้ลิ้นของลูกเต็มไปด้วยความเมตตา
เพื่อลูกจะได้ไม่พูดสิ่งร้าย ๆ แก่เพื่อนมนุษย์ แต่กล่าวคำปลอบโยนและคำอภัยแก่เขา
พระเจ้าข้า โปรดทรงช่วยให้มือของลูกเต็มไปด้วยความเมตตาและทำสิ่งดีงาม
เพื่อลูกจะทำแต่ความดีเท่านั้นต่อเพื่อนมนุษย์
ส่วนลูกเองยอมรับความยากลำบากและงานอันเหน็ดเหนื่อยยิ่งขึ้น
โปรดทรงช่วยให้เท้าของลูกเต็มไปด้วยความเมตตา เพื่อลูกจะได้เดินไปช่วยเพื่อนมนุษย์
เอาชนะความเหน็ดเหนื่อยและความอ่อนระโหยของตน
การพักผ่อนอันแท้จริงของลูกอยู่ที่การได้ช่วยเหลือผู้อื่น
พระเจ้าข้า โปรดทรงช่วยให้ดวงใจของลูกเต็มไปด้วยความเมตตา
เพื่อลูกจะได้สำนึกในความทุกข์ยากทั้งมวลของเพื่อนมนุษย์ ลูกจะได้ไม่ใจปฏิกิริยาผู้ใดเลย
ลูกจะมีความจริงใจ แม้แต่กับผู้ที่ลูกรู้ว่าเขาจะเข้าใจผิดในความดีของลูก
ลูกจะขังตัวอยู่ในพระหฤทัยอันทรงเมตตาของพระเยซูเจ้า ลูกจะยอมทนทุกข์ของตนเองเงียบ ๆ
ขอพระเมตตาของคุณองค์สถิตกับลูกเทอญ พระเจ้าข้า
ขอให้ลูกทำกิจการทุกอย่างด้วยความเมตตา
ถ้าลูกมีอาจช่วยได้ด้วยกิจการ ขอให้ลูกช่วยเขาด้วยคำพูดที่เต็มไปด้วยความเมตตา
ถ้าลูกมิได้ช่วยด้วยกิจการและคำพูด ขอให้ลูกภาวนาแก่เขาทุกคน ทุกแห่งหนที่ลูกไม่อาจไปถึงได้
ข้าแต่พระเยซูเจ้า โปรดแปรเปลี่ยนลูกให้เป็นหนึ่งเดียวในพระเมตตาของคุณองค์ด้วย
เพราะพระองค์ทรงกระทำทุกสิ่งได้ ทั้งนี้ขอทุกสิ่งจงเป็นไปตามพระประสงค์ของคุณองค์เถิด
ลูกเป็นของคุณองค์ โปรดกระทำต่อลูกตามที่พระองค์ทรงพอพระทัยเถิด อาแมน

Lord,
Have Mercy on Us

Matthew 20:31-34

ภาพประกอบ บทเรียนที่ 12 มีใจเมตตา กรุณาต่อผู้อื่น





จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และอธิบายความหมายของคำว่ากตัญญูได้
2. มีใจกตัญญูและเห็นคุณค่าของความกตัญญู
3. แสดงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ



คำสอน

สำหรับคุณ “ความกตัญญู” มีค่าเท่ากับอะไร

ให้ผู้เรียนดูคลิปวิดีโอ สำหรับคุณ “ความกตัญญู” มีค่าเท่ากับอะไร
<https://www.youtube.com/watch?v=ZTZaQTbpNiM>

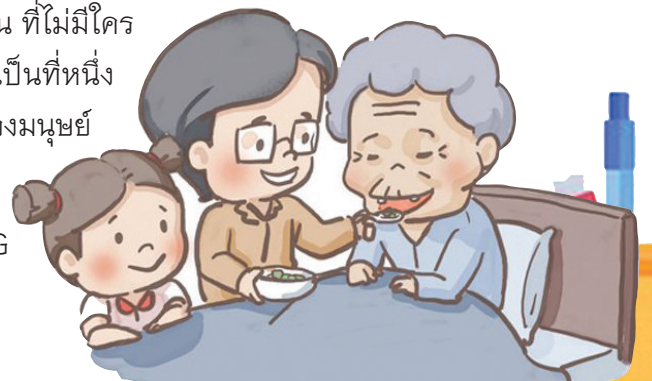
วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. ผู้เรียนเห็นอะไรจากคลิปวิดีโอบ้าง (เรื่องราวเป็นอย่างไร ให้ผู้เรียนช่วยกันตอบ)
2. ผู้เรียนมีความรู้สึกอย่างไร (ประทับใจ/ซึ่งใจ/ดีใจ ฯลฯ)
3. ผู้เรียนประทับใจ ชอบและไม่ชอบตอนใด
4. ผู้เรียนอยากจะเปลี่ยนแปลงตนเองในเรื่องใด
5. ข้อคิดที่ผู้เรียนได้รับจากการดูคลิปวิดีโอเรื่องนี้

สรุป เราได้เห็นความกตัญญูของเด็กสาวคนนี้มีต่อบิดาของตน แม้จะพิการแต่ก็ไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก เพื่อที่จะหาเงินมาซื้ออาหารและซื้อยาให้กับบิดา ซึ่งกำลังป่วยอยู่นอกจากนี้เรายังได้เห็นความเมตตาใจดีของผู้เข้าแข่งขันทุกคน ที่ไม่มีใครวิ่งเข้าเส้นชัยไปก่อน ทุกคนรอเพื่อให้เด็กคนนี้ได้เข้าเส้นชัยเป็นที่หนึ่งเพื่อเธอจะได้รับรางวัลดังที่หวังไว้ เป็นความเมตตาในจิตใจของมนุษย์ที่งดงามเหนือกว่าชัยชนะ

***หรืออาจใช้คลิปวิดีโอ ซีพีฟาร์ม ฟัน ปันโอกาส ของ CPG “ความกตัญญู”

<https://www.youtube.com/watch?v=yeNFSAbfK-E>





คำสอน

1. **ความกตัญญู** เป็นคุณธรรมที่อยู่ในจิตใจของคนไทยมาอย่างยาวนาน แต่เมื่อยุคสมัยและค่านิยมในการใช้ชีวิตของผู้คนเริ่มเปลี่ยนแปลงไป มีการให้ความสำคัญกับวัตถุสิ่งของมากกว่าความสำคัญของบุคคล ทำให้วัฒนธรรมของความกตัญญู ซึ่งเป็นรากฐานของสังคมไทยเริ่มถูกลดความสำคัญลงด้วย คนรุ่นใหม่บางคนเริ่มมีความเห็นว่า ความกตัญญูเป็นภาระของชีวิต ซึ่งเราพบว่าผู้สูงอายุที่ถูกกล่เลาะจากคนในครอบครัว มีปัญหาความรุนแรงด้านจิตใจ



และถูกละเลยทอดทิ้ง ซึ่งข้อมูลสถิติจากศูนย์ช่วยเหลือสังคม ปี ค.ศ. 2018 ระบุว่าผู้สูงอายุสูญหาย เร่ร่อนเพิ่มขึ้นเป็น 10 เท่าในรอบ 3 ปี และถูกทำร้ายเพื่อเอาประโยชน์โดยคนในครอบครัวเพิ่มขึ้น 1,000 เท่า ในรอบ 10 ปี ที่ผ่านมา ดังนั้นเรื่องความกตัญญูจึงเป็นคุณธรรมที่สำคัญ ที่เราจะต้องปลูกฝังไว้ในจิตใจของเรา

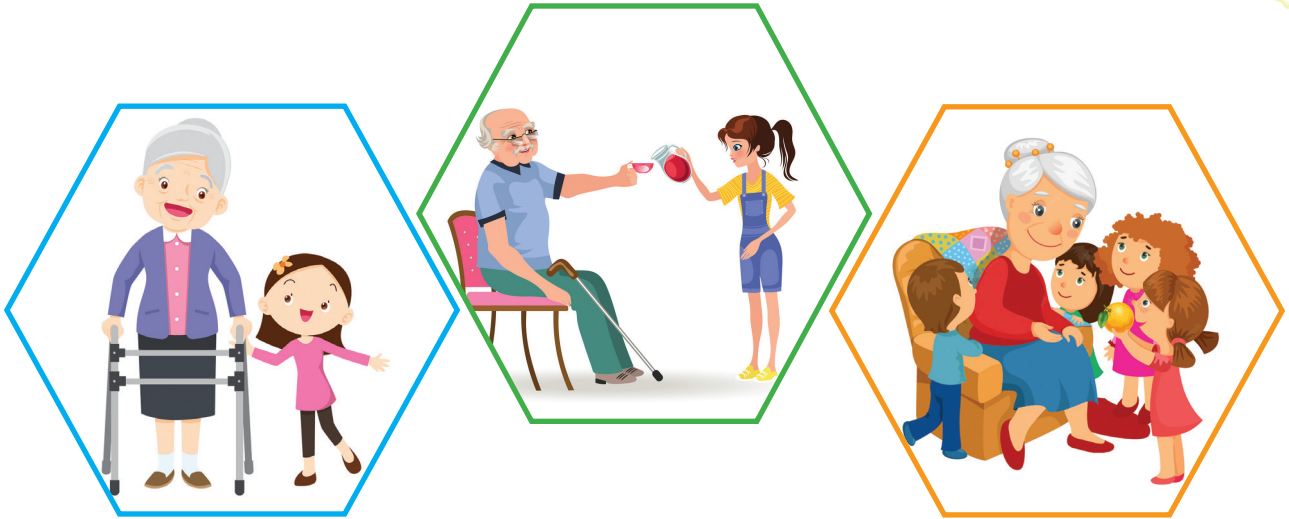
2. สำหรับคริสตชน **ความกตัญญูคือความรู้คุณต่อพระเจ้า สิ่งสร้างและผู้มีพระคุณ** และตระหนักในความดีที่ผู้อื่นมอบให้ตน พร้อมตอบแทนคุณในทุกโอกาส โดยการบ่นอบ เคารพ เชื้อพียง ให้เกียรติ ส่วนความกตัญญูในความหมายของคนทั่วไป คือการตอบแทนพระคุณผู้มีพระคุณต่อตนเท่านั้น เช่น ยอมรับพ่อแม่ว่ามีพระคุณ เพราะเลี้ยงดูมา ยอมรับครูว่ามีพระคุณเพราะสั่งสอนให้ความรู้ ยอมรับว่าญาติมีพระคุณเพราะเคยให้ข้าวให้ขนม เป็นต้น



3. มีเรื่องราวความกตัญญูในพระคัมภีร์เล่าว่า ขณะที่พระเยซูเจ้าเสด็จไปยังกรุงเยรูซาเล็มนั้น พระองค์เสด็จผ่านแคว้นสะมาเรียและกาลิลี เมื่อเสด็จเข้าไปในหมู่บ้านแห่งหนึ่ง คนโรคเรื้อนสิบคนเข้ามาเฝ้าพระองค์ ยืนอยู่ห่าง ๆ ร้องตะโกนว่า **“พระเยซู พระอาจารย์ โปรดสงสารพวกเราเถิด”** พระองค์ทอดพระเนตรเห็นจึงตรัสกับเขาว่า **“จงไปแสดงตนแก่บรรดาสมณะเถิด”** ขณะที่เขากำลังไป เขาก็หายจากโรค คนหนึ่งในสิบคนนี้เมื่อพบว่าตนหายจากโรคแล้ว ก็กลับมากลางร้องตะโกนสรรเสริญพระเจ้า ชบหน้าลงแทบพระบาทขอบพระคุณพระองค์ เขาผู้นี้เป็นชาวสะมาเรีย พระเยซูเจ้าจึงตรัสว่า **“ทั้งสิบคนหายจากโรคมิใช่หรือ อีกเก้าคนอยู่ที่ใด ไม่มีใครกลับมาถวายพระเกียรติแด่พระเจ้า นอกจากคนต่างชาติคนนี้หรือ”** แล้วพระองค์ตรัสกับเขาว่า **“จงลุกขึ้น ไปเถิด ความเชื่อของท่าน ทำให้ท่านรอดพ้นแล้ว”** (ลูกา 17:17-19) เรื่องนี้สอนเราให้รู้จักกตัญญูรู้คุณต่อพระเจ้า และต่อทุกคนที่มีบุญคุณต่อเรา

4. เราคริสตชนจึงควรขอบพระคุณพระเจ้า ภาวนาถึงพระองค์ทุกวัน และตระหนักว่าเราได้รับพระพรจากพระเจ้ามากมาย ทุกสิ่งในชีวิตที่เรามีและทุกอย่างที่เราเป็น ล้วนแต่เป็นของประทานจากพระเจ้าทั้งสิ้น ดังนั้นเราจึงขอบพระคุณพระเจ้าสำหรับความรักอันยิ่งใหญ่สุดพรรณนาของพระองค์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเรามองดูกางเขนของพระเยซูเจ้า เราเห็นถึงความรักอันหาที่สุดมิได้ของพระเจ้าที่มีต่อเราแต่ละคน เราไม่สามารถทำอะไรให้สำเร็จได้เลยโดยลำพัง ดังพระวาจาที่ว่า **“เพราะถ้าไม่มีเรา ท่านก็ทำอะไรไม่ได้เลย”** (ยอห์น 15:5) ดังนั้นจึงขอบพระคุณพระเจ้าเสมอ ตามธรรมเนียมปฏิบัติของคริสตชน เราขอบพระคุณพระเจ้าสำหรับผู้ที่จัดเตรียมอาหารสำหรับเรา ด้วยการสวดภาวนาก่อนและหลังอาหาร เรายังขอบพระคุณพระเจ้าพร้อม ๆ กันก่อนนอนในครอบครัวในแต่ละวันด้วย

5. เราแสดงความกตัญญูต่อพ่อแม่ปู่ย่าตายายที่ได้เลี้ยงดูเรา ด้วยการช่วยเหลือท่าน ไม่ทำให้ท่านเสียใจ ดูแลเมื่อท่านป่วยไข้หรือเมื่อท่านเข้าสู่วัยชรา และควรกตัญญูต่อผู้ทำสิ่งที่ดีให้กับเราด้วย เช่น เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยในโรงเรียน ผู้ที่ดูแลความสะอาดในโรงเรียนและชุมชน เจ้าหน้าที่จราจรและคนอื่น ๆ อีกมากมาย ให้เราหาโอกาสไปขอบคุณพวกท่านเหล่านี้ด้วยใจกตัญญูด้วย



บัญญัติ

ก. ข้อควรจำ

1. ความกตัญญู คือความรู้คุณต่อพระเจ้า สิ่งสร้างและผู้มีพระคุณ และตระหนักในความดีที่ผู้อื่นมอบให้กับเรา
2. เราต้องพร้อมตอบแทนคุณผู้มีพระคุณในทุกโอกาส โดยการนบถ เคารพ เชื่อฟัง และให้เกียรติแก่ท่าน
3. พระเยซูเจ้าสอนเราในเรื่องของคนโรคเรื้อนสิบคน เพื่อให้เรากตัญญูรู้คุณต่อพระเจ้าและต่อทุกคนที่มีพระคุณต่อเรา
4. คริสตชนต้องขอบพระคุณพระเจ้า ภาวนาถึงพระเจ้าทุกวันเพราะเราได้รับพระพรจากพระเจ้ามากมาย
5. เราสามารถแสดงความกตัญญูต่อพ่อแม่ปู่ย่าตายาย ด้วยการช่วยเหลือท่าน ไม่ทำให้ท่านเสียใจ ดูแลเมื่อท่านป่วยไข้หรือเมื่อท่านเข้าสู่วัยชรา และเรควรกตัญญูต่อผู้ทำสิ่งที่ดีให้กับเราด้วย

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน

1. พูดคุยกับผู้เรียน ถึงผู้มีพระคุณในชีวิตแต่ละคน และให้ผู้เรียนยกตัวอย่างบุคคล ที่เป็นผู้มีพระคุณของเขา และคิดว่าจะตอบแทนบุคคลที่มีพระคุณท่านนั้นได้อย่างไรบ้าง
2. พาผู้เรียนไปขอบคุณบุคคลที่มีส่วนช่วยเหลือผู้เรียน ไม่ว่าจะเป็นในโรงเรียนและในชุมชน เช่น พนักงานทำความสะอาด หรือเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย

ค. การบ้าน

ให้ผู้เรียนการเขียนบันทึกว่า ตลอด 1 สัปดาห์ ผู้เรียนได้ขอบคุณใครบ้างและในเรื่องอะไร



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และบอกได้ถึงหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเอง
2. ตระหนักถึงหน้าที่และความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น
3. ปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับด้วยความตั้งใจและรับผิดชอบ



กิจกรรม

พับกระดาษ

อุปกรณ์

กระดาษหลากสี รูปสี่เหลี่ยมจัตุรัส ขนาด 20x20 เซนติเมตร ตามจำนวนผู้เรียน

วิธีการ

ให้ผู้เรียนพับกระดาษเป็นรูปกระดาษ (หรือรูปอื่น ๆ) ทำตามผู้สอนที่ละขั้นตอนจนสำเร็จ ผู้สอนดูตัวอย่างได้จาก https://www.youtube.com/watch?v=gH8TGV_WGW8

วิเคราะห์

ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. คนที่ทำได้สำเร็จรู้สึกอย่างไร และทำไมจึงทำได้สำเร็จ
2. คนที่ไม่ได้สำเร็จรู้สึกอย่างไร และทำไมจึงทำไม่สำเร็จ

สรุป เราทุกคนต่างก็มีบทบาทของตน ทั้งในครอบครัวและในสังคม เช่น บทบาทของการเป็นลูกต่อบิดามารดา หรือบทบาทของการเป็นนักเรียนต่อคุณครูและโรงเรียน เมื่อมีบทบาทแล้วสิ่งที่ตามมาก็คือ หน้าที่ที่ต้องทำ ในการเป็นลูกที่ดี เป็นเด็กดี ตั้งใจเรียนหนังสือ ซึ่งเราแต่ละคนก็ต้องพยายามทำให้สำเร็จ





คำสอน

1. **ความรับผิดชอบต่อน้ำที่** เป็นเรื่องพื้นฐานและเป็นหนึ่งในคุณลักษณะสำคัญที่ทุกคนและทุกสังคมต่างคาดหวังจากมนุษย์ทุกคน ซึ่งแน่นอนว่า เราแต่ละคนก็จะมีหน้าที่ทั้งต่อตนเอง ผู้อื่น สังคมและประเทศชาติ หากแต่ละคนมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเองก็จะทำให้ชีวิตและสังคมมีความสงบเรียบร้อยและเจริญก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น เพราะการกระทำของคน ๆ หนึ่ง ย่อมมีผลต่อคนอื่น ๆ ในสังคมเสมอ

2. ความรับผิดชอบต่อน้ำที่ หมายถึง ความสามารถในการหน้าที่ของตน โดยไม่ย่อท้อต่อความยากลำบากหรือปัญหาอุปสรรค มีความกล้าหาญที่จะรับทั้งความผิดและความชอบจากการกระทำของตนเอง ตัวอย่างเช่น ผลสอบออกมาไม่ดี ก็ไม่โทษว่าเป็นการกระทำของผู้อื่น ไม่ใช่ความผิดของครูที่สอนไม่เข้าใจ ไม่โทษว่าไม่มีเวลาหรือไม่โทษบิดามารดาว่าไม่ให้การสนับสนุน แต่จะต้องพิจารณาถึงการกระทำของตนเป็นอันดับแรก ว่ายังทำไม่เต็มที่หรือมีข้อผิดพลาดตรงไหนอีกบ้าง เพื่อจะได้ปรับปรุงแก้ไขในการทำหน้าที่ของตนให้ดียิ่งขึ้น เป็นต้น

3. ในวัยเด็กของพระเยซูเจ้า พระองค์ทรงทำหน้าที่ของตนด้วยความรับผิดชอบ เราเห็นได้จากเหตุการณ์ที่พระองค์เสด็จเข้าไปในพระวิหารในขณะที่มีพระชนมายุ 12 ปี ทรงประทับอยู่กับบรรดาอาจารย์ เพื่อเรียนรู้คำสอนของ



ศาสนา ทรงฟัง และได้ถามพวกเขาด้วยความตั้งใจและกระตือรือร้น เมื่อทรงกลับไปอยู่ที่เมืองนาซาเร็ธกับบิดามารดา ก็ทรงเชื่อฟังท่านทั้งสองอย่างดี และทรงเจริญวัยขึ้น ทั้งในพระปรีชาญาณ พระชนมายุ และพระหรรษทาน เฉพาะพระพักตร์พระเจ้าและต่อหน้ามนุษย์ (เทียบ ลูกา 2:41-52)

4. พระเยซูเจ้าทรงสอนให้เราเห็นคุณค่าของการทำงานและความรับผิดชอบต่อน้ำที่ เพราะพระองค์ทำงานอยู่เสมอเหมือนพระบิดาทรงทำงานอยู่เสมอ (เทียบ ยอห์น 5:17) พระเยซูเจ้ายังสอนว่าการทำงานเป็นการสรรเสริญพระเจ้าด้วย (เทียบ มัทธิว 5:16, ยอห์น 15:8; 17:4) และพระองค์ก็ทรงทำงานตามบทบาทหน้าที่ของพระองค์อย่างดี ไม่ว่าจะเป็นหน้าที่การประกาศสอน การช่วยเหลือประชากรของพระเจ้าตลอดวันเวลาในชีวิตของพระองค์ ดังพระวาจาที่ว่า **“พระเยซูเจ้าเสด็จผ่านไปทีใดทรงกระทำความดี...”** (กิจการ 10:38)

5. เราต้องฝึกฝนตนเองให้มีความรับผิดชอบต่อน้ำที่ของตนอย่างสม่ำเสมอ ด้วยการปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายอย่างเต็มความสามารถ โดยเริ่มจากหน้าที่รับผิดชอบต่อนตนเอง เช่น การเก็บที่นอน อาบน้ำแต่งตัว รู้จักจัดสรรเวลา ซึ่งสามารถลงมือทำโดยที่พ่อแม่หรือคุณครูไม่ต้องคอยบอกคอยเตือน เราสามารถอาสารับผิดชอบหน้าที่ภายในบ้านได้ เช่น ล้างจาน ทำความสะอาดบ้าน เก็บของทิ้งของตนและส่วนรวมให้ถูกที่เป็นระเบียบเรียบร้อย เรายังมีหน้าที่ต้องรับผิดชอบที่โรงเรียนด้วย เช่น ตั้งใจเรียน ทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตามเวลาที่กำหนด ไม่จะเป็นการทำการบ้าน การทำความสะอาดห้องเรียน และสถานที่ต่าง ๆ รวมถึงการทำงานกลุ่มด้วยความรับผิดชอบ รักษาคำพูดและการกระทำของตนเองเสมอ



6. คริสตชนยังมีหน้าที่ต่อพระเจ้าด้วย คือ ปฏิบัติตามพระบัญญัติของพระองค์ด้วยความรัก นมัสการพระเจ้า แต่เพียงพระองค์เดียว มีความเชื่อและไว้วางใจในพระเจ้าเสมอ เคารพรักต่อพระนามของพระองค์ หมั่นสร้างความสัมพันธ์กับพระองค์ด้วยการไปร่วมพิธีบูชาขอบพระคุณ อ่านพระวาจาพระเจ้า สวดภาวนาเป็นประจำในทุก ๆ วัน



กิจกรรม

ก. ข้อควรจำ

1. ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ เป็นเรื่องพื้นฐานและเป็นหนึ่งในคุณลักษณะสำคัญที่ทุกคนต้องทำ
2. ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ หมายถึง ความสามารถในหน้าที่ของตน โดยไม่ย่อท้อต่อความยากลำบากหรือปัญหาอุปสรรค มีความกล้าหาญที่จะรับทั้งความผิดและความชอบจากการกระทำของตนเอง
3. พระเยซูเจ้าทรงทำหน้าที่ของพระองค์ในครอบครัว โดยทรงเชื่อฟังพระนางมารีย์และนักบุญโยเซฟ
4. พระเยซูเจ้าทรงทำงานตามพระประสงค์ของพระบิดา คือ ประกาศสอน ช่วยเหลือดูแลและรักษาประชากรของพระเจ้า
5. เราต้องฝึกฝนตนเองให้มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเสมอ ด้วยการปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ไม่ว่าจะเป็นหน้าที่ในครอบครัวและในโรงเรียน
6. คริสตชนยังมีหน้าที่ต่อพระเจ้าด้วย คือ การปฏิบัติตามพระบัญญัติของพระองค์ด้วยความรัก

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน

แบ่งหน้าที่ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มรับผิดชอบในการทำความสะอาดบริเวณต่าง ๆ ในห้องเรียนหรือในโรงเรียนให้สำเร็จ และสังเกตดูว่าพวกเขาทำสำเร็จหรือไม่ หากขาดตกบกพร่อง ควรชี้ให้เด็กเห็นว่า สิ่งที่เขาละเลยส่งผลต่อคนอื่นอย่างไร

ค. การบ้าน

ให้ผู้เรียนบันทึกหน้าที่ความรับผิดชอบของตนทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน ลงในสมุดปฏิบัติการส่วนตัวว่ามีอะไรบ้าง และพยายามกระทำตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายที่บ้านและที่โรงเรียนให้สำเร็จ





จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกและอธิบายถึงความหมายของการรับใช้ตามแบบคริสตชนได้
2. มีใจบริการรับใช้ผู้อื่นโดยเฉพาะผู้ที่กำลังได้รับความเดือดร้อนและมีความทุกข์
3. รู้จักสังเกตความต้องการของผู้อื่นและให้ความช่วยเหลือทันทีเท่าที่ตนเองสามารถ



กิจกรรม

ให้ผู้เรียนได้ทบทวนประสบการณ์ของตนเองและบันทึกลงในสมุด ในประเด็นต่อไปนี้

1. ตั้งแต่ตื่นนอนตอนเช้าจนถึงเวลาที่มาเรียนนี้ ผู้เรียนได้รับความช่วยเหลือจากใครและในเรื่องใดบ้าง
2. ตั้งแต่ตื่นนอนตอนเช้าจนถึงเวลาที่มาเรียนนี้ ผู้เรียนได้ให้ความช่วยเหลือหรือรับใช้ใครและในเรื่องใดบ้าง

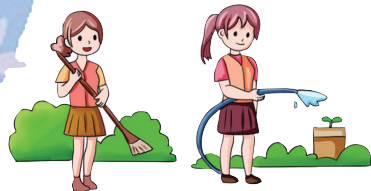
วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. เมื่อผู้เรียนได้รับความช่วยเหลือ มีความรู้สึกอย่างไร (ดีใจ, สุขใจ, ปลื้มใจ ฯลฯ)
2. เมื่อผู้เรียนได้รับใช้ ช่วยเหลือผู้อื่น มีความรู้สึกอย่างไร (ดีใจ, สุขใจ, ปลื้มใจ ฯลฯ)

สรุป ผู้เรียนรู้สึกชอบและมีความสุขเมื่อมีคนทำสิ่งดี ๆ ให้เรา ในชีวิตประจำวันยังมีอีกหลายคนที่ยกย่องช่วยเหลือเรา ไม่ว่าจะเป็น พ่อแม่ ลุงป้า น้าอา พี่น้อง คุณครู เพื่อน ๆ รวมถึงคนอื่น ๆ อีกมากมายที่อยู่ในสังคม เมื่อมีคนทำสิ่งดี ๆ ให้เรา เราจึงต้องทำสิ่งที่ดีต่อผู้อื่นด้วยเช่นกัน



คำสอน



1. หากพูดถึง **การช่วยเหลือรับใช้** หลายคนอาจคิดว่าเป็นเพียงเรื่องอุดมการณ์ หรือคนส่วนใหญ่ไม่กล้าที่จะทำ แต่ในความเป็นจริง มีหลายคนที่ใช้ชีวิตเพื่อรับใช้ ช่วยเหลือผู้อื่นอยู่เสมอ เช่น พนักงานต้อนรับในโรงแรม โรงพยาบาล ห้างสรรพสินค้า เป็นต้น ซึ่งหลายคนอาจคิดว่าการรับใช้เหล่านี้เป็นหน้าที่ ต้องทำอยู่แล้ว แต่ความจริงแล้วการกระทำเช่นนี้เป็นเรื่องที่น่าอัศจรรย์มาก เพราะเป็นการแสดงน้ำใจเพื่อรับใช้ผู้อื่น ซึ่งเราเองก็อาจเคยทำมาแล้วที่บ้าน ในการดูแลรับใช้ ช่วยเหลือพ่อแม่ ไม่ว่าจะกวาดบ้าน ล้างจาน นำขยะไปทิ้ง หรือสิ่งต่าง ๆ ที่เราเคยได้ทำ ย่อมเป็นการแสดงน้ำใจในการรับใช้ช่วยเหลือผู้อื่นในแบบที่เราสามารถทำได้

2. ทำไมเราต้องรับใช้กันและกัน เหตุผลก็เพราะว่าในคืนสุดท้ายที่พระเยซูเจ้าอยู่กับบรรดาศิษย์ เมื่อทรงล้างเท้าบรรดาศิษย์เสร็จแล้ว “พระเยซูเจ้าทรงสวมเสื้อคลุมอีกครั้งหนึ่ง แล้วกลับไปโต๊ะ ตรัสว่า ‘ท่านเข้าใจไหมว่าเราทำอะไรให้ท่าน’ ท่านทั้งหลายเรียกเราว่าอาจารย์ และองค์พระผู้เป็นเจ้า ก็ถูกแล้ว เพราะเราเป็นเช่นนั้นจริง ๆ ในเมื่อเราซึ่งเป็นทั้งองค์พระผู้เป็นเจ้าและอาจารย์ ยังล้างเท้าให้ท่าน ท่านก็ต้องล้างเท้าให้กันและกันด้วย เราวางแบบอย่างไว้ให้แล้ว ท่านจะได้ทำเหมือนกับที่เราทำกับท่าน” (เทียบ ยอห์น 13:1-15)



3. คำสอนเรื่องการรับใช้ตามแบบของคริสตชน ยังสอนเราให้มีความนอบน้อม ถ่อมตน ไม่คิดถึงแต่เรื่องของตนเองและพวกพ้องของตนเท่านั้น แต่ให้เราตระหนักถึงความต้องการความช่วยเหลือของผู้อื่นด้วย การรับใช้ช่วยเหลือผู้อื่น ยังช่วยให้เราเติบโตขึ้นในความเชื่อ โดยการใช้พระพรความสามารถที่ตนมี รับใช้ผู้อื่น ยิ่งเรารับใช้ช่วยเหลือผู้อื่น เราจะยิ่งเป็นเหมือนพระเยซูเจ้าและอยู่ใกล้กับพระเจ้ามากขึ้น และเมื่อเรารู้จักรักผู้อื่นมากขึ้น เราก็มักจะเริ่มมีความปรารถนาที่จะรับใช้พระเจ้าในชีวิตของเรามากยิ่งขึ้นด้วย

4. เราสามารถรับใช้ผู้อื่นได้ ด้วยการช่วยเหลือดูแลปู่ย่า ตายาย ช่วยบิดามารดาของเราทำงานในบ้าน และที่โรงเรียนก็เช่นเดียวกัน เราอาจช่วยเหลือรับใช้คุณครูและเพื่อน ๆ ด้วยการช่วยเหลือของ ช่วยลบกระดาน ช่วยเปิดประตู เก็บขยะ ล้างห้องน้ำ รวมถึงการรับใช้ช่วยเหลืองานต่าง ๆ ที่วัดด้วย เช่น ช่วยมิสซา อ่านบทอ่าน ปิดหน้าต่าง ปิดพัดลม เป็นต้น

5. แม้ว่าการรับใช้หรือช่วยเหลือผู้อื่น อาจทำให้เราต้องเหน็ดเหนื่อย ยุ่งยาก แต่ถือว่าเป็นหน้าที่ที่ควรค่าที่เราควรทำ เมื่อเหน็ดเหนื่อยหรือท้อใจ ก็ให้เราสวดภาวนาเพื่อขอพลังจากพระเจ้า เพื่อให้เราจะได้สามารถรับใช้ช่วยเหลือผู้อื่นต่อไปได้

6. พระเยซูเจ้าทรงสอนว่า ให้เรารับใช้ทุกคนโดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนและไม่คิดมูลค่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อคนยากจน คนตกทุกข์ได้ยาก ผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือจากเรา และด้วยการรับใช้ทุกคนเช่นนี้เท่านั้นที่จะทำให้เรายิ่งใหญ่ในสายพระเนตรของพระเจ้า



กิจกรรม

ก. ข้อควรจำ

1. เราต้องรับใช้กันและกัน เพราะพระเยซูเจ้าทรงสอนบรรดาศิษย์และสั่งว่า เราวางแบบอย่างไว้ให้แล้ว ท่านจะได้ทำเหมือนกับที่เราทำกับท่าน
2. การรับใช้ช่วยเหลือผู้อื่นช่วยให้เราเติบโตขึ้นในความเชื่อ โดยการใช้พระพรความสามารถที่ตนมีรับใช้ผู้อื่น
3. เราสามารถรับใช้ผู้อื่นได้ ด้วยการช่วยเหลือดูแลปู่ย่า ตายาย และบิดามารดาของเรา
4. การรับใช้หรือช่วยเหลือผู้อื่น อาจทำให้เราต้องเหน็ดเหนื่อย ยุ่งยาก แต่ถือว่าเป็นหน้าที่ที่เราควรทำ
5. เมื่อเรารู้สึกเหน็ดเหนื่อยหรือท้อใจในการรับใช้ช่วยเหลือผู้อื่น ก็ให้เราสวดภาวนาเพื่อขอพลังจากพระเจ้า
6. พระเยซูเจ้าทรงสอนว่าให้เรารับใช้ทุกคนโดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนและไม่คิดมูลค่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อคนยากจน คนตกทุกข์ได้ยาก และผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือจากเรา

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน **ร้องเพลง รับใช้ช่วยเหลือผู้อื่น** เพลงประกอบการสอนคุณธรรม อัลบั้ม เด็กดี

<https://www.kamsondeedee.com/main/action-songs/1914-dekdee>

เพลงรับใช้ช่วยเหลือผู้อื่น

มาพวกเราเร็วไว ช่วยเหลือผู้อื่น ช่วยเหลือ ด้วยความสุขใจ
มาพวกเราเร็วไว รับใช้ผู้อื่น รับใช้ ด้วยความเต็มใจ



ค. การบ้าน

1. ให้ผู้เรียนรับใช้ช่วยเหลือพ่อแม่พี่น้องของตน โดยเฉพาะงานที่นอกเหนือจากหน้าที่ประจำที่เราเคยทำและกลับมาเล่าให้เพื่อนฟัง
2. ให้ผู้เรียนรับใช้ช่วยเหลือชุมชน ที่โรงเรียนหรือที่วัด โดยเฉพาะงานที่นอกเหนือจากหน้าที่ และหรืองานที่ไม่มีใครทำ และกลับมาเล่าให้เพื่อนฟัง



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. รู้และบอกได้ถึงความหมายของความยุติธรรมตามคำสอนของพระศาสนจักรได้
2. ตระหนักถึงผลดีของความยุติธรรมในการอยู่ร่วมกันในสังคม
3. รักษาความยุติธรรมและเคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น



กิจกรรม

ความยุติธรรม เรื่อง สองพี่น้อง

ให้ผู้เรียนชมคลิปจาก <https://www.youtube.com/watch?v=6wgbFFdQ5p0>

เป็นเรื่องราวของพี่น้องที่มักทะเลาะแย่งของกันเป็นประจำ พี่น้องแย่งกันตีม้าอ้อดลมที่แบ่งเท่าใส่แก้ว 2 ใบ ต่างคนก็อยากได้แก้วใหญ่ ซึ่งตอนพี่เป็นคนแบ่งน้ำน้องไม่พอใจ หาวว่าพี่ได้มากกว่า พ่อจึงตัดสินอย่างมีเทคนิคโดยให้น้องเป็นคนแบ่งน้ำใส่แก้ว แล้วถามว่าเห็นว่าเท่ากันหรือยัง พ่อจึงบอกว่าเท่ากันแล้ว ทั้งที่ดูอย่างไรงี้ก็ไม่เท่ากัน พ่อให้พี่เป็นคนเลือกแก้วก่อน ปรากฏว่าพี่เลือกใบที่มีน้ำอ้อดลมมากกว่าทำให้น้องไม่พอใจ หรือเรื่องการแย่งกันเล่นลูกบอลพลาสติก จนพ่อต้องยุติความขัดแย้งด้วยการผ่าลูกบอลเป็น 2 ส่วนเท่ากัน พี่กับน้องได้ลูกบอลกันคนละครึ่งลูก แต่ท้ายสุดลูกบอลก็เล่นไม่ได้ พี่น้องจึงสมานฉันท์นำบอลมาประกบกันจึงเล่นได้ เป็นเรื่องที่สะท้อนว่า การเอาชนะกันต่างฝ่ายจะไม่ได้อะไรเลย



วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. ผู้เรียนเห็นอะไรจากคลิปวิดีโอบ้าง (เรื่องราวเป็นอย่างไร)
2. ผู้เรียนมีความรู้สึกอย่างไร
3. ผู้เรียนประทับใจ ชอบและไม่ชอบตอนใด
4. ผู้เรียนได้รับข้อคิดอะไรบ้าง

สรุป ความยุติธรรม เป็นสิทธิขั้นพื้นฐานที่สำคัญอย่างหนึ่งของมนุษย์ในการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ดังนั้นความยุติธรรมจึงเป็นสิ่งที่เราทุกคนต้องการ คนเราชอบมองความยุติธรรมในมุมของตนเอง ซึ่งบางครั้งก็เกิดความเอนเอียง ทำให้ขาดสภาพของความเป็นธรรม ความถูกต้องและขาดความเป็นธรรมให้กับผู้อื่นและตนเองด้วย



คำสอน

ลักษณะของคนนั้นแก่ตัว

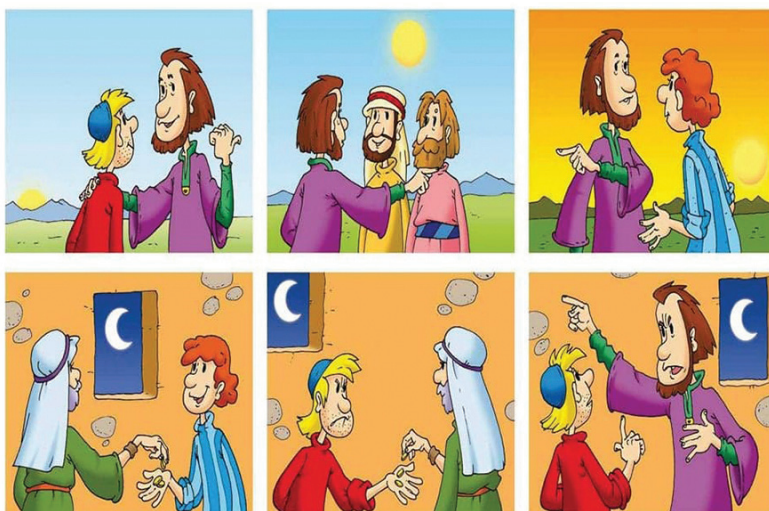


1. **ความยุติธรรมและความเห็นแก่ตัว** เป็นปัญหาพื้นฐานที่ก่อให้เกิดความยุ่งยากในสังคมและนำไปสู่ความแตกแยกในสังคมและครอบครัว ซึ่งในช่วง 2-3 ปีที่ผ่านมา มีการยกประเด็นนี้มาพูดคุยกันมากขึ้น เกิดปรากฏการณ์ ‘ทวงคืน’ ความยุติธรรมในหลายเรื่อง เช่น คอลเซนเตอร์ หลอกหลวง นายจ้างเอาเปรียบค่าแรงลูกจ้าง พ่อค้าคนกลางตั้งราคาสินค้าที่สูงเกินไปสำหรับพ่อค้าแม่ค้าที่รับสินค้าไปขายต่อ การที่คนรวย คนมีเงินมีสิทธิ์มีเสียงมากกว่าคนจน เป็นต้น

2. **ความยุติธรรม** หมายถึง ความเที่ยงธรรม ความชอบด้วยเหตุผล และเป็นเจตจำนงอันแน่วแน่ตลอดกาลที่จะให้ทุกคนตามสิทธิที่เขาควรจะได้รับ

3. ความยุติธรรมตามคำสอนของพระศาสนจักร เป็นคุณธรรมทางศีลธรรมที่มีเจตนามั่นคงที่จะให้แก่พระเจ้าและเพื่อนมนุษย์ ตามสิ่งที่เป็ลสิทธิของพระองค์และของเขา ความยุติธรรมต่อพระเจ้าจึงได้ชื่อว่า “คุณธรรมของศาสนา” คุณธรรมต่อมนุษย์ จัดให้เราเคารพสิทธิของแต่ละคน และเพื่อให้ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์มีความสามัคคีกลมเกลียวกัน ที่ส่งเสริมความเท่าเทียมกันระหว่างบุคคลและความดีส่วนรวม (คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก ข้อ 1807)

4. พระเยซูเจ้าเล่าเรื่อง อุปมาเรื่องคนงานในสวนองุ่น (มัทธิว 20:1-16) เพื่อสอนเราในเรื่องของความยุติธรรม อาณาจักรสวรรค์เปรียบเหมือนพ่อบ้านผู้หนึ่ง ซึ่งออกไปตั้งแต่เช้าตรู่ เพื่อจ้างคนงานมาทำงานในสวนองุ่น ครั้นได้ตกลงค่าจ้างวันละหนึ่งเหรียญกับคนงานแล้ว ก็ส่งไปทำงานในสวนองุ่น ประมาณสามโมงเช้า พ่อบ้านออกมาก็เห็นคนอื่น ๆ ยืนอยู่ที่ลานสาธารณะโดยไม่ทำงาน จึงพูดกับคนเหล่านั้นว่า “จงไปทำงานในสวนองุ่นของฉันทเถิด ฉันทจะให้ค่าจ้างตามสมควร” คนเหล่านั้นก็ไป พ่อบ้านออกไปอีกประมาณเที่ยงวันและบ่ายสามโมง กระทำเช่นเดียวกัน ประมาณห้าโมงเย็น พ่อบ้านออกไปอีกพบคนอื่น ๆ ยืนอยู่ จึงถามเขาว่า “ทำไมท่านยืนอยู่ที่นี้ทั้งวันโดยไม่ทำอะไร” เขาตอบว่า “เพราะไม่มีใครมาจ้าง” พ่อบ้านจึงพูดว่า “จงไปทำงานในสวนองุ่นของฉันทเถิด” “ครั้นถึงเวลาค่ำ เจ้าของสวนบอกผู้จัดการว่า “ไปเรียกคนงานมา จ่ายค่าจ้างให้เขาโดยเริ่มตั้งแต่คนสุดท้ายจนถึงคนแรก”



เมื่อพวกที่เริ่มงานเวลาห้าโมงเย็นมาถึง เขาได้รับคนละหนึ่งเหรียญ เมื่อคนงานพวกแรกมาถึง เขาคิดว่าตนจะได้รับมากกว่านั้น แต่ก็ได้รับคนละหนึ่งเหรียญเช่นกัน ขณะรับค่าจ้างเขาก็บ่นถึงเจ้าของสวนว่า ‘พวกที่มาสุดท้ายนี้ทำงานเพียงชั่วโมงเดียว ท่านก็ให้ค่าจ้างแก่เขาเท่ากับเรา ซึ่งต้องตรากตรำอยู่กลางแดดตลอดวัน’ เจ้าของสวนจึงพูดกับคนหนึ่งในพวกนี้ว่า ‘เพื่อนเอ๋ย ฉันไม่ได้โกงท่านเลย ท่านไม่ได้ตกลงกับฉันคนละหนึ่งเหรียญหรือ จงเอาค่าจ้างของท่านไปเถิด ฉันอยากจะให้คนที่มาสุดท้ายนี้เท่ากับให้ท่าน ฉันไม่มีสิทธิใช้เงินของฉันตามที่ฉันพอใจหรือ ท่านอิจฉาริษยาเพราะฉันใจดีหรือ’ “ดังนั้นแหละ คนกลุ่มสุดท้ายจะกลับกลายเป็นคนกลุ่มแรก และคนกลุ่มแรกจะกลับกลายเป็นคนกลุ่มสุดท้าย”

อุปมาเรื่องนี้ แสดงให้เห็นถึงความยุติธรรมของเจ้าของสวนอย่างชัดเจน ที่ให้โอกาสคนว่างงานได้มาทำงานในสวนอย่างเต็มที่ โดยตกลงให้ค่าจ้างคนละ 1 เหรียญ ซึ่งเป็นค่าจ้างสำหรับเลี้ยงครอบครัวในวันหนึ่งวัน ซึ่งเจ้าของสวนก็ใจดีที่มีเมตตาต้อนรับคนงานเข้ามาทำงานหลายคน เมื่อถึงเวลาจ่ายค่าจ้างได้จ่ายให้คนละ 1 เหรียญเท่ากัน นี่เป็นความยุติธรรมตามที่เจ้าของสวนได้ตกลงกับคนงาน ที่เข้ามาทำงานในสวนอย่างเต็มที่ของเขา รวมถึงคนมาที่หลังแม้ทำงานเพียงชั่วโมงเดียวด้วย

5. จากอุปมาเรื่องนี้ พระเยซูเจ้ายังสอนให้เรามีความเมตตาใจดีต่อกัน เห็นอกเห็นใจกันและกันด้วย เพราะหากคนงานที่มาทำงานเพียงชั่วโมงเดียว และได้เงินน้อยกว่า 1 เหรียญเขาคงมีเงินไม่พอที่เลี้ยงครอบครัวของเขา เพราะไม่มีอะไรเลยร้ายเท่าลูกจ้างรายวันไม่มียานพาหนะ พวกเขารออยู่ที่ลานสาธารณะของหมู่บ้านเพราะไม่มีใครจ้างงานพวกเขา แต่เพราะความใจดีของเจ้าของสวนที่ให้งานแก่พวกเขา ถึงแม้ว่าเขาจะทำงานเพียงชั่วโมงเดียว แต่มนุษย์ทุกคนมีสิทธิที่จะทำงานและได้รับค่าจ้างเพื่อยังชีพจากผลงานของเขา

6. ผู้ที่มีความยุติธรรมในใจ เขาจะไม่คิดถึงเฉพาะสิทธิและสิ่งของของตนเองเท่านั้น แต่ยังคิดถึงสิทธิและความอยู่รอดของผู้อื่นด้วย ข้อดีของความยุติธรรมยังเป็นการให้ความสำคัญกับผู้อื่นและช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น และเสริมสร้างการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ซึ่งหากคนในสังคมไม่มีความยุติธรรมในใจ ก็จะทำให้เกิดการเอารัดเอาเปรียบ เกิดความไม่เท่าเทียม สังคมก็จะมีแต่ความวุ่นวายและไม่มีความสุข



บัญญัติ

ก. ข้อควรจำ

1. ความยุติธรรม หมายถึง ความเที่ยงธรรม ความชอบด้วยเหตุผล และเป็นเจตจำนงอันแน่วแน่ตลอดกาลที่จะให้ทุกคนตามสิทธิที่เขาควรจะได้รับ
2. ความยุติธรรมตามคำสอนของพระศาสนจักร เป็นคุณธรรมทางทางศาสนา ที่มีเจตนามั่นคงที่จะให้แก่พระเจ้าและเพื่อนมนุษย์ เพื่อทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์มีความสามัคคีกลมเกลียวกัน และส่งเสริมความเท่าเทียมกันระหว่างบุคคลและความดีส่วนรวม (คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก ข้อ 1807)
3. อุปมาเรื่องคนงานในสวนอย่างชัดเจน สอนเราในเรื่องของความยุติธรรมและความเมตตาใจดีที่เราควรมีให้แก่กัน
4. ผู้ที่มีความยุติธรรม เขาจะไม่คิดถึงเฉพาะสิทธิและสิ่งของของตนเองเท่านั้น แต่ยังคิดถึงสิทธิและสิ่งของของผู้อื่นด้วย
5. ข้อดีของความยุติธรรมยังช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น เป็นการให้ความสำคัญกับผู้อื่นเพื่อสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข
6. หากคนในสังคมไม่มีความยุติธรรมในใจ ก็จะทำให้เกิดการเอารัดเอาเปรียบ เกิดความไม่เท่าเทียม สังคมก็จะมีแต่ความวุ่นวายและไม่มีความสุข

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน

ให้ผู้เรียนทำโปสเตอร์ ปлакจิตสำนึกเรื่อง “รักความยุติธรรม ไม่โกง” ติดบอร์ดในโรงเรียนหรือหน้าห้อง
คำสอน

ค. การบ้าน

ให้ผู้เรียนแต่งบทภาวนาเพื่อผู้ที่ถูกเอารัดเอาเปรียบและผู้ที่ไม่ได้รับความยุติธรรมในสังคม

บทภาวนาเพื่อผู้ที่ถูกเอารัดเอาเปรียบและผู้ที่ไม่ได้รับความยุติธรรมในสังคม



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกและอธิบายถึงความหมายของคำว่าสันติได้
2. ตระหนักว่าเราต้องเป็นผู้สร้างสันติตามที่พระเยซูเจ้าทรงสอน
3. เป็นผู้สร้างสันติด้วยการสร้างสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่นและสังคม



กิจกรรม

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 ให้ใช้คำพูดที่สร้างสันติและนำความยินดีแก่ผู้รับฟัง





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 เพราะเมื่อเราคุ่นเคยกันมากขึ้น ก็ทำให้เกิดการกระทบกระทั่งกันง่ายขึ้น เล่นกันด้วยความรุนแรงมากขึ้น พุดจากระทบกระทั่งกันมากขึ้น เป็นต้น แต่ไม่ใช่เอกลักษณ์ของการเป็นคริสตชน



2. สิ่งที่ถูกสังคมและชุมชนต้องการก็คือ **สันติภาพ** หมายถึง การไม่ใช้ความรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งคำว่า สันติภาพในภาษาฮีบรู คือคำว่า “shalom” เป็นคำกล่าวทักทายกัน ในปาเลสไตน์สมัยพระเยซูเจ้า แสดงออกถึงความปรารถนาดีแก่ผู้รับว่า “ขอให้ปลอดภัย” ในพระคัมภีร์ของชาวยิว shalom หมายถึงความผาสุก 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 “เราขอบสันติสุขไว้ให้ท่านทั้งหลาย 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 โดยพยายามทำตามทีพระเยซูเจ้าทรงสอน ดังแบบอย่างของ **นักบุญเอลิซาเบธ ราซีนีแห่งโปรตุเกส** (ค.ศ.1271-1336)

นักบุญเอลิซาเบธแห่งโปรตุเกส หรือบางคนเรียกท่านว่าทูตสวรรค์แห่งสันติภาพ ท่านประสูติที่อารากอน ในปี ค.ศ. 1271 ทำให้เกิดสันติภาพชั่วคราวระหว่างปูและเจ้าชายปีเตอร์บิดาของท่าน ท่านได้รับนามเอลิซาเบธตามบิดาของท่านคือนักบุญเอลิซาเบธแห่งฮังการี บิดาของท่านมอบท่านให้เป็นภรรยาของกษัตริย์เดนิสแห่งโปรตุเกส ขณะที่ท่านมีอายุเพียง 12 ปี ท่านเป็นคริสตชนใจศรัทธามีความรักต่อพระเจ้าและไปร่วมมิสซาทุกวัน

ท่านเป็นภรรยาและราชินีที่ดียอดเยี่ยม ตรงข้ามกับพระสวามีของท่าน ที่ไม่ได้เป็นคริสตชนที่ดี จึงทรงถูกพระสันตะปาปานิโคลาสที่ 4 ลงโทษ ให้ตัดขาดจากพระศาสนจักรเมื่ออายุ 19 ปี ท่านเป็นคนกลางสร้างสันติระหว่างพระสวามีของท่านกับพระสันตะปาปานิโคลาสที่ 4 จนที่สุดพระสันตะปาปาได้ประกาศยกเลิกการลงโทษพระสวามีของท่าน

นักบุญเอลิซาเบธ ยังสร้างวิทยาลัยเกษตรแห่งชาติเป็นครั้งแรก สร้างบ้านสงเคราะห์สำหรับทารกที่ถูกทอดทิ้ง โรงพยาบาล ที่พักรักษาตัวสำหรับนักเดินทาง ฯลฯ ท่านยังได้จัดงานเลี้ยงให้กับคนยากจนด้วย ท่านมีใจเมตตาและชอบช่วยเหลือคนยากไร้เสมอ ท่านมีบุตร 2 คน คือ คอนสแตนและอันฟองโซ แม้จะเป็นผู้ปกครองที่เก่ง แต่พระสวามีของท่านกลับเป็นคริสตชนที่ใจเย็นเฉย พระองค์ไม่สวดภาวนา ไม่สนใจเรื่องกิจวัตรธำ ชำยังเป็นสามีที่ไม่ซื่อสัตย์โดยนอกใจท่าน สิ่งนี้สร้างความทุกข์ใจให้กับท่านเป็นอย่างมาก ยิ่งที่ร้ายไปกว่านั้น กษัตริย์เดนิสยังหุบเขา เชื่อคำใส่ร้ายของมหาตเล็กซึ่งอิจฉาคนหนึ่งว่าท่านนอกใจและเป็นชู้กับมหาตเล็ก ผู้ที่ความจริงเป็นคนดีและศรัทธามาก แต่เมื่อกษัตริย์ทรงทราบความจริง ก็ทรงสำนึกและปรับปรุงตนไปในทางที่ดีขึ้น พระองค์ทรงขอร้องท่านต่อหน้าทุกคน และเคารพให้เกียรติท่านมากยิ่งขึ้น ต่อมากษัตริย์เดนิสทรงโปรดลูกชายนอกสมรส ตั้งใจจะให้สืบราชสมบัติซึ่งทำให้อันฟองโซลูกชายของท่านไม่พอใจ จนเกิดสงครามระหว่างพ่อกับลูก ท่านเข้าไปเป็นคนกลางไกล่เกลี่ย จนเกิดการคืนดีและสันติภาพระหว่างพระสวามีกับบุตรชาย จนปีค.ศ. 1324 กษัตริย์เดนิสป่วยหนักจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต ท่านดูแลอย่างใกล้ชิดและได้เตรียมจิตใจของพระสวามีของท่าน จนสิ้นใจในศีลในพรของพระเจ้า ในวันที่ 6 มกราคม

ค.ศ.1325 และอันฟองโซลูกชายของท่านได้เป็นกษัตริย์องค์ต่อมา หลังจากที่พระสวามีสิ้นพระชนม์ ท่านได้สละทรัพย์สินที่ท่านมี และออกเดินทางไปยังอารามนักบุญคลาราที่ท่านได้สร้างไว้ที่เมืองโคอิมบรา เหตุเพราะท่านอยากเป็นนักบวชในคณะของนักบุญคลารา แต่ก็ไม่ได้รับอนุญาต ท่านจึงสมัครเป็นนักบวชชั้นที่ 3 ในคณะฟรังซิสกัน และใช้ชีวิตในบ้านปลายของท่านฐานะพระราชินีและมารดาในบ้านที่อยู่ใกล้ ๆ อารามแห่งนั้น ท่านคืนชีวิตให้กับพระเจ้า เมื่อวันที่ 4 กรกฎาคม ค.ศ. 1336 และในปี ค.ศ. 1626 ท่านได้รับการสถาปนาเป็นนักบุญโดยพระสันตะปาปาอุร์บันที่ 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.

Let there be peace
on earth,
and let it begin
with me.

Jill Jackson and Sy Miller

5. ให้เราเป็นผู้สร้างสันติ ด้วยการคิดดี พูดดี ทำดีต่อกันและกัน เป็นผู้สร้างสันติตามคำสอนของพระเยซูเจ้า และตามแบบอย่างของนักบุญเอลิซาเบธ ผู้ให้อภัย และสร้างสันติให้กับสมาชิกในครอบครัว



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. สิ่งที่สังคมของเราต้องการก็คือ สันติภาพ ซึ่งหมายถึงการไม่ใช้ความรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่น
2. คำว่าสันติภาพในภาษาฮีบรูคือคำว่า “Shalom” เป็นคำกล่าวทักทายในปาเลสไตน์สมัยของพระเยซูเจ้าที่แสดงออกถึงความปรารถนาดีให้แก่ผู้อื่น
3. พระเยซูเจ้าสอนเราว่า “เราขอบสันติสุขไว้ให้ท่านทั้งหลาย 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 สงสยอยู่หนใด ข้าฯ นำความมั่นใจ
2. ในโลกที่เศร้าใจ ในโลกที่สิ้นหวัง ขอข้าฯ นำพลัง วางใจในพระองค์
ที่ซึ่งแสนมีดม่น ขอเป็นเช่นแสงเทียน ความทุกข์สุดจะทน
ความสุขในบัดดล ขอข้าฯ เป็นคนที่น่าไปให้
3. โปรดให้ข้าฯ คอยเฝ้าบรรเทาในชีวิตอื่น มากกว่าการจะรอคอยให้เขามาเข้าใจ
ด้วยการนำพระคริสต์สถิตในชีวิตอื่น ข้าฯ จะได้ชื่นชมพระองค์
4. โปรดให้ข้าฯ เป็นเครื่องมือทำตามน้ำพระทัย สันติองค์ทรงชัยจะนำไปให้โลกา
ด้วยการนำพระคริสต์สถิตในชีวิตอื่น ข้าฯ จะได้ชื่นชมพระองค์

ค. การบ้าน

สวดบทวันทามารีย์วันละ 1 บท เพื่อสันติภาพในโลก





จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

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



กิจกรรม

ยิ่งเก็บยิ่งหนัก (กิจกรรมนอกห้องเรียน)

อุปกรณ์ กระเป๋าเป้หรือย่าม ตามจำนวนผู้เรียน

วิธีการ

1. ให้ผู้เรียนสะพายเป้หรือย่ามไว้ แล้วออกไปหาก้อนหินคนละ 10 ก้อน ขนาดใดก็ได้ แล้วนำใส่ไว้ในเป้ หรือย่ามนั้นไว้
2. ผู้นำให้ผู้เรียนเดินไปในที่ต่าง ๆ เมื่อถึงจุดหนึ่งผู้สอนก็บอกให้ผู้เรียนเอาก้อนหินออกจากกระเป๋าได้ 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 ความรู้สึกเหล่านี้จะกลายเป็นภาระแก่เรา ทำให้จิตใจไม่เป็นสุข ส่งผลต่ออารมณ์ ความรู้สึก การแสดงออกและการดำเนินชีวิตที่ไม่สามารถพบปะปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างสะดวกเป็นปกติ และยังสามารถส่งผลเสียต่อสุขภาพทั้งกายและใจของเราอีกด้วย

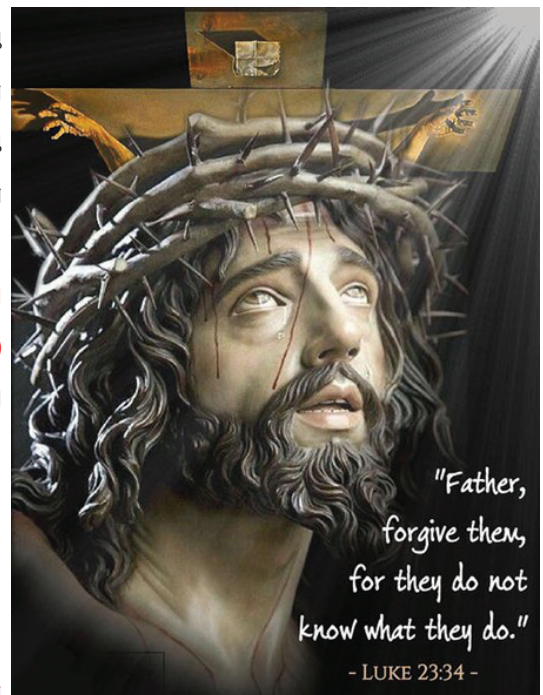


คำสอน

1. คนเราเมื่ออยู่ร่วมกันหลายคน ย่อมมีการขัดใจ หรือโกรธกันบ้างเป็นธรรมดา เพราะนิสัยใจคอที่ไม่เหมือนกัน แม้แต่ตัวเราเองบางครั้งยังไม่พอใจในการกระทำของตนเองบ่อย ๆ ยิ่งอยู่ร่วมกันมากเท่าใด ความขัดใจกันก็จะเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น การรู้จักให้อภัยในความผิดพลาดของกันและกันจึงเป็นสิ่งจำเป็น ทั้งในบ้านและในสังคมปัจจุบัน ดังนั้นเมื่อเราอยู่ร่วมกัน แล้วมีใครทำอะไรผิดพลาด 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 บิดาจึงเอาอกเอาใจเขาด้วยการตัดเสื้อผ้าพิเศษให้สวมใส่ พี่ ๆ จึงอิจฉา ยิ่งกว่านั้นโยเซฟมักฝันในทำนองว่าพี่ ๆ ต้องมาราบหัวตน คือ ฝันว่ากำลังเกี่ยวข้าวในทุ่งนา ฟ่อนข้าวของโยเซฟลุกตั้งขึ้น และฟ่อนข้าวของพี่ ๆ ต่างโค้งคำนับฟ่อนข้าวของโยเซฟ หรือฝันเห็นดวงอาทิตย์ มีดาวสิบเอ็ดดวงมาราบหัว ยิ่งทำให้พวกพี่ ๆ โกรธและอิจฉามากขึ้น



จนวันหนึ่งบรรดาพี่ ๆ ได้ขายโยเซฟให้แก่พ่อค้าไปประเทศอียิปต์ และพี่ ๆ บอกยาโคบบิดาว่า พบเสื้อผ้าเป็นอนเล็ดของโยเซฟ เพื่อให้เข้าใจว่าถูกสัตว์ ทำร้าย ทำให้ยาโคบร้องไห้เสียใจมาก จนเมื่อเวลาผ่านไป เกิดกันดาร แห้งแล้งขึ้นทั่วไป จนกระทั่งยาโคบเองต้องให้ลูก ๆ เดินทางไปซื้ออาหาร ที่ประเทศอียิปต์ ณ ที่นั่น พี่ ๆ กับโยเซฟได้พบกัน แต่พวกพี่ ๆ จำโยเซฟ ไม่ได้ แต่โยเซฟจำได้ จึงแกล้งสอบถามถึงยาโคบ ผู้บิดาและเบนยามิน น้องเล็กว่าเป็นอย่างไร โยเซฟคิดถึงเบนยามินมาก จึงออกอุบายจับพี่คนหนึ่ง ไว้เป็นตัวประกันแล้วให้คนอื่นนำอาหารกลับไป แต่ถ้ากลับมาอีกคราวหน้า ต้องนำเบนยามินมาด้วย จึงจะได้อาหารและตัวประกันกลับไป พวกพี่ ๆ เดินทางไปซื้ออาหารที่ประเทศอียิปต์อีก คราวนี้เบนยามินไปด้วย พอพบโยเซฟ พวกพี่ ๆ ก็ก้มกราบ ซึ่งตรงกับที่โยเซฟเคยฝันไว้ว่าพวกพี่ ๆ จะมากราบตน โยเซฟต้องแอบไปร้องไห้ แล้วกลับมาจัดเลี้ยงพวกพี่ ๆ เป็นการใหญ่ ทำให้พวกพี่ ๆ ประหลาดใจเพราะพวกเขายังจำโยเซฟไม่ได้ โยเซฟออกอุบายเอาถ้วยเงินซ่อนไว้ในกระสอบของเบนยามิน พอพวกพี่ ๆ ออกเดินทางไปได้ระยะหนึ่ง ก็ใช้คนติดตามไปแจ้งว่ามีถ้วยเงินหาย สงสัย มีคนขโมยมา เมื่อค้นดูก็พบอยู่ในกระสอบของเบนยามิน พวกพี่ ๆ จึงถูก นำตัวกลับมาหาโยเซฟ โยเซฟแกล้งบอกว่าจะกักตัวเบนยามินไว้เป็นทาส พวกพี่ ๆ จึงก้มกราบขอรับผิดแทนด้วยเกรงว่า ถ้ากลับไปโดยไม่มีเบนยามิน ยาโคบผู้บิดาจะตรอมใจตาย โยเซฟอดใจไว้ไม่ไหวจึงร้องไห้แล้วบอกกับ พวกพี่ ๆ ว่า “ฉันคือโยเซฟที่พวกพี่ ๆ ขายมา แต่อย่าเสียใจไปเลย สิ่งนี้ เกิดขึ้นเพราะพระเจ้าทรงจัดไว้เพื่อช่วยบิดาและพวกพี่ ๆ นั่นเอง” พูดเสร็จ โยเซฟก็ร้องไห้และตรงเข้าสวมกอดเบนยามินและพวกพี่ ๆ ทุกคนก็ ส่งเสียงร้องไห้กันระงมเพราะความตื้นตันใจ โยเซฟจัดส่งรถไปรับยาโคบ ผู้บิดาและลูกหลานมาอยู่ที่ประเทศอียิปต์ พวกพี่ ๆ ยังกลัวโยเซฟอยู่ กล่าวแก่กันว่า “โยเซฟคงจะชังพวกเรา และจะแกล้งแค้นเป็นแน่” จึงได้ ก้มกราบโยเซฟพูดว่า “ขอท่านโปรดอภัยความผิดของข้าพเจ้าทั้งหลายเถิด” โยเซฟได้ฟังก็ร้องไห้กล่าวว่า “อย่ากลัวเลย พวกท่านคิดร้ายต่อข้าพเจ้า ก็จริง แต่พระเจ้าทรงดำริให้เกิดผลดี คือเพื่อช่วยชีวิตคนเป็นอันมาก ข้าพเจ้าจะทะนุบำรุงเลี้ยงพี่และบุตรหลานของท่านด้วย” เขาทั้งหลายจึงอยู่ เป็นสุขตลอดมา และทวีเชื้อสายมากมายในประเทศอียิปต์

6. ให้เราจำความหมายของการให้อภัยไว้เสมอ เพื่อเตือนใจว่า เราทุกคน ทำผิดพลาดได้ ข้อดีของการให้อภัย คือ ทำให้เรามีจิตใจดี สงบและทำให้ มีความสุขมากขึ้น ให้เราฝึกการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่มีใครเป็นคนที่ สมบูรณ์แบบ หากเรารู้สึกขอบคุณเมื่อมีคนยกโทษให้เรา เราก็ควรจะ ยกโทษให้คนที่ทำผิดต่อเราด้วยเช่นกัน



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. การให้อภัย คือ การยกโทษให้คนที่ทำผิด ในพระคัมภีร์ คำภาษากรีกที่แปลว่า “การให้อภัย” มีความหมายว่า “ปล่อยไป”
2. ชีวิตของพระเยซูเจ้าก็เป็นแบบอย่างให้เราในการอภัยให้แกกันและกัน 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” เพื่อนในบางเรื่องที่เคยทำให้ผู้อื่นช้ำหรือหมองใจหรือบุคคลที่เราเคยทำผิดด้วย

*** หรือร้องเพลง “จงอภัยเถิด” เพลงประกอบการสอนคำสอน อัลบั้ม ทำด้วยความรัก

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

เพลงจงอภัยเถิด

1. จงอภัยเถิด จงอภัยเถิด จะสุขสันต์ ทุกวันทุกคืน
โลกจะสวยใส เมื่อมีอ้อมรับ อายุนั้นหากไม่หมองใจ
2. โอ้เพื่อนรักเอ๋ย โอ้เพื่อนรักเอ๋ย โอ้เพื่อนรัก ฉันให้อภัย
ต่อแต่นี้หนอ ฉันจะขอให้ โปรดเห็นใจเถิดช่วยอ้อมรับมา
3. ใครมีความเศร้า ทุกข์จะเผาใจ โลกจะไร้ ซึ่งความโลภ
โอ้เพื่อนรักเอ๋ย อย่าได้เฉยชา โปรดอ้อมรับมาเถิด เพื่อนรักเอ๋ย



ค. การบ้าน

สวดบทข้าแต่พระบิดา 1 บท เพื่อขอการประทานอภัยจากพระเจ้า



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกและอธิบายถึงความหมายของความเป็นหนึ่งเดียวกันได้
2. ตระหนักถึงความสำคัญของความเป็นหนึ่งใจเดียวกัน
3. ปฏิบัติตนเป็นหนึ่งเดียวกันกับผู้อื่น



กิจกรรม

ไปไหน..ไปด้วยกัน (กิจกรรมกลางแจ้ง)

อุปกรณ์ 1. เชือกฟางความยาว 50 เซนติเมตร กลุ่มละ 1 เส้น 2. กรรไกร

วิธีการ

1. ให้ผู้เรียนเลือกของที่ตนมี 1 อย่าง แล้วนำไปซ่อนไว้ในบริเวณที่ผู้สอนกำหนดโดยไม่ให้เพื่อนเห็น
2. แบ่งผู้เรียนออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5-7 คน ให้แต่ละกลุ่มนั่งเป็นวงกลม
3. ผู้สอนแจกเชือกฟางที่เตรียมไว้ให้ผู้เรียนกลุ่มละ 1 เส้น และให้ผู้เรียนฉีกเชือกฟางแบ่งเป็นเส้นเล็ก ๆ แจกให้สมาชิกในกลุ่มคนละ 1 เส้น
4. ให้ผู้เรียนผลัดกันผูกเชือกที่ข้อมือทั้งสองข้างของตนเองติดกับข้อมือของเพื่อนในกลุ่มต่อกันเป็นวงกลม
5. ให้ผู้เรียนพากันไปหาของที่แต่ละคนในกลุ่มได้นำไปซ่อนไว้กลับมาให้ครบทุกคน โดยที่เชือกไม่ขาดและไม่มีใครได้รับบาดเจ็บหรืออันตราย
6. ผู้สอนสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนในขณะทำกิจกรรม
7. ผู้สอนอาจเตรียมรางวัลให้กลุ่มที่หาของได้ครบก่อน

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. กลุ่มที่ได้ของกลับมาครบเป็นกลุ่มแรก มีวิธีการอย่างไร
2. กลุ่มใดที่เชือกขาดหรือเพื่อนหกล้มได้รับบาดเจ็บ เป็นเพราะอะไร
3. กลุ่มใดที่มีการทะเลาะหรือโต้เถียงกัน เกิดจากอะไร

สรุป จุดประสงค์ของกิจกรรมนี้เพื่อเสริมสร้างความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน มิใช่เพื่อทำให้เกิดความแตกแยกบาดหมางกัน การทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันกับผู้อื่น ต้องทำให้เรามีความรักและสามัคคีกันมากขึ้น และรวมใจเป็นหนึ่งเพื่อทำให้สำเร็จ



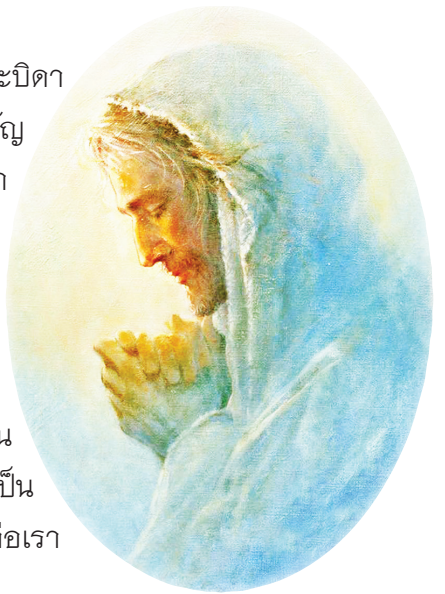
คำสอน

1. หากพูดถึงการแข่งขันกีฬา สิ่งที่สำคัญที่ทำให้ นักกีฬาประสบความสำเร็จก็คือการฝึกซ้อมตาม หน้าที่ และการทุ่มเทในการแข่งขันเพื่อชัยชนะของ ตนและของทีม แต่อีกหนึ่งปัจจัยของความสำเร็จ ที่ขาดไม่ได้เลยคือความสามัคคีและความเป็น น้ำหนึ่งใจเดียวกันโดยเฉพาะกีฬาประเภททีม เช่น วอลเลย์บอล ฟุตบอล บาสเกตบอล ซึ่งต้องอาศัยความ ร่วมมือและการมีส่วนร่วมในเกมของทุกคน หากขาดความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ทีมคงไม่ประสบความสำเร็จ และไม่เพียงแต่ในการเล่นกีฬาเท่านั้น แม้แต่การอยู่ร่วมกันในสังคม ในโรงเรียน ในห้องเรียน หรือในการทำกิจการ ต่าง ๆ ก็ต้องอาศัยความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน เพื่อที่จะอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ



2. คำว่า **น้ำหนึ่งใจเดียวกัน** หมายความว่า “มีความคิดเห็นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน” ซึ่งก็หมายถึง การมีจุด มุ่งหมายเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีความสามัคคีร่วมมือร่วมใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ประสบความสำเร็จ สิ่ง ที่ตรงข้ามกับความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันก็คือ ความแตกแยก การไม่เคารพกันและกัน ซึ่งคำสอนพระศาสนจักร คาทอลิกนั้นสอนว่า หลักของการเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันนั้นก็เพื่อสร้างชุมชนให้เข้มแข็งนั่นเอง

3. พระเยซูเจ้าทรงสอนว่า เราทุกคนเป็นพี่น้องกัน เพราะทุกคนมีพระเจ้าเป็นพระบิดา องค์เดียวกัน (เทียบ มัทธิว 6:9; ยอห์น 10:30) พระองค์ทรงตระหนักถึงความสำคัญ ของการเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน เมื่อทรงอธิษฐานภาวนาของต่อองค์พระผู้เป็นเจ้า ในพระวรสารนักบุญยอห์น 17:21 “ข้าแต่พระบิดา ข้าพเจ้าอธิษฐานภาวนาเพื่อ ให้ทุกคนเป็นหนึ่งเดียวกัน เช่นเดียวกับที่พระองค์ทรงอยู่ในข้าพเจ้าและข้าพเจ้า อยู่ในพระองค์ เพื่อให้เขาทั้งหลายอยู่ในพระองค์และในข้าพเจ้า โลกจะได้เชื่อว่า พระองค์ทรงส่งข้าพเจ้ามา” พระองค์ทรงภาวนาถึงพระบิดาเพื่อบรรดาศิษย์ที่อยู่ กับพระองค์ และทรงภาวนาเพื่อเราทุกคนด้วย นี่คือการภาวนาปราศรัยอำลา ก่อน สิ้นพระชนม์ พระองค์ภาวนาอำลาด้วยคำภาวนาเพื่อทุกคนที่เชื่อในพระองค์ จะได้เป็น น้ำหนึ่งใจเดียวกัน นี่คือการรักและความปรารถนาดีอย่างที่สุดที่พระเยซูเจ้ามีต่อเรา



4. ความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน คือเอกลักษณ์ของกลุ่มคริสตชน ซึ่งมาจากรูปแบบชีวิตของกลุ่มคริสตชนสมัย แรกเริ่ม พวกเขาดำเนินชีวิตโดยไม่คิดว่าสิ่งที่ตนมีเป็นกรรมสิทธิ์ของตน แต่ทุกอย่างเป็นของกลาง ไม่มีผู้ใด ขัดสน ใครมีที่ดินหรือบ้านก็นำไปขาย แล้วนำเงินมาให้บรรดาอัครสาวก เพื่อแจกจ่ายให้ผู้มีความเชื่อแต่ละคน ตามความต้องการ นี่แหละคือรูปแบบชีวิตของการอยู่ร่วมกันของกลุ่มคริสตชนของเรา

5. การสร้างความเป็นหนึ่งเดียวกันเป็นหน้าที่ของเราทุกคน ไม่ว่าเราจะอยู่ที่ใดของสังคม บ้าน โรงเรียนหรือ ชุมชน เราต้องแสดงน้ำใจในการเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันและต้องร่วมมือร่วมใจกับกิจกรรมต่าง ๆ ตามความสามารถ ของตน รวมถึงแบ่งปันความรัก สิ่งของต่อพี่น้องและเพื่อน ๆ ของเรา เพื่อให้ชุมชนของเราน่าอยู่ยิ่งขึ้น



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. “น้ำหนึ่งใจเดียวกัน” หมายความว่า “มีความคิดเห็นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน” การมีจุดมุ่งหมายเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีความสามัคคีร่วมมือร่วมใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ประสบความสำเร็จ
2. สิ่งตรงข้ามกับความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันก็คือ ความแตกแยกและการไม่เคารพกันและกัน
3. พระเยซูเจ้าทรงสอนว่าเราทุกคนเป็นพี่น้องกัน เพราะทุกคนมีพระเจ้าเป็นพระบิดาองค์เดียวกัน (เทียบมัทธิว 6:9; ยอห์น 10:30)
4. พระเยซูเจ้าทรงอธิษฐานภาวนาเพื่อเราว่า ให้ทุกคนเป็นหนึ่งเดียวกัน เช่นเดียวกับที่พระองค์ทรงอยู่ในข้าพเจ้า
5. ความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน คือเอกลักษณ์ของกลุ่มคริสตชน ซึ่งมาจากรูปแบบชีวิตของกลุ่มคริสตชนสมัยแรกเริ่ม
6. การสร้างความเป็นหนึ่งเดียวกันเป็นหน้าที่ของเราทุกคนเราต้องเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันและร่วมมือร่วมใจกับกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้ชุมชนของเราน่าอยู่ยิ่งขึ้น

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน ทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น

- ทำความสะอาดห้องเรียน, เก็บขยะในโรงเรียน
- กินขนมเฉลิมฉลอง, เล่นกีฬาด้วยกัน
- ชวนกันไปทำกิจกรรมอาสา/กิจกรรมจิตอาสา
- ชวนกันไปช่วยงานที่วัด



*** หรือร้องเพลง หนึ่งเดียวใจเดียว <https://www.youtube.com/watch?v=fKmR2oaSnLQ>

เพลง หนึ่งเดียวใจเดียว (บ.พานุพันธ์)

(รับ) หนึ่งเดียวใจเดียว หนึ่งเดียวร่วมเกลียวสัมพันธ์

สมัครสมาน จับมือกันเดินหน้าไป

สู่ที่หมายใฝ่ใจคือความสามัคคี ร่วมยินดีที่เราจะมีจิตใจเดียวกัน

1. ตั้งใจจะร่วมทุกข์ร่วมสุขทุกครา จะเชิดชูความหมายแห่งชีวิตเรา
ยามทุกข์ยามเศร้าเราเคล้าคลอให้น้ำใจ แม้วันท่างไกลจำผืนใจส่งถึงกัน (รับ)
2. พวกเราทั่วกันล้วนร่วมศาสนชาติไทย ใช้ถิ่นไกลเป็นน้องพี่ควรชิดใกล้
ผืนดินพลาตหนองจงบ่ไปไม่ถือทัญท์ สองมือเกี่ยวกันเธอฉันเราพี่น้องกัน (รับ)

**** หรือเพลงอื่น ๆ ที่ส่งเสริมความเป็นหนึ่งเดียวกัน

ค. การบ้าน

ให้ผู้เรียนแต่ละคนหาข้อตั้งใจประจำสัปดาห์ เขียนลงในสมุดปฏิบัติการส่วนตัว และนำไปปฏิบัติ
“ฉันจะพยายามแสดงความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ด้วยการ.....”



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. มองเห็นความงามของสิ่งสร้างและทราบว่าโลกคือบ้านของเรา
2. มีจิตสำนึกในการเป็นผู้ปกป้องดูแลรักษาสีสร้าง ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
3. ร่วมมือกับพระศาสนจักรในการเป็นผู้ดูแลรักษาสีสร้างของพระเจ้า



กิจกรรม

สถานที่ท่องเที่ยวทางธรรมชาติที่ฉันประทับใจ

1. ให้ผู้เรียนเข้ากลุ่ม 2-3 คน พูดคุยกัน ถึงสถานที่ท่องเที่ยวทางธรรมชาติ ที่เคยไปแล้วรู้สึกประทับใจ โดยเล่าให้เพื่อนฟังว่า สถานที่ที่ประทับใจ ชื่ออะไร อยู่ที่ไหน ประทับใจอะไร ทำไมถึงประทับใจ
2. ขออาสาสมัครผู้เรียนสัก 2-3 คน ออกมาแบ่งปันประสบการณ์และความประทับใจในสถานที่ท่องเที่ยวทางธรรมชาติที่ตนเคยไปให้เพื่อน ๆ ฟัง

วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. ธรรมชาติที่เราเห็นนั้นใครเป็นผู้สร้างมา (พระเจ้า)
2. ธรรมชาติที่งดงามนั้นใครต้องเป็นคนดูแลรักษา (เราทุกคน)
3. ผู้เรียนจะช่วยดูแลรักษาธรรมชาติที่งดงามได้อย่างไร



สรุป ธรรมชาติที่เราเห็น สวยงามได้ เพราะเป็นสิ่งสร้างที่พระเจ้าทรงสร้างขึ้นเพื่อเรา ซึ่งเราไม่สามารถสร้างขึ้นเองด้วยมือของเราได้ และหน้าที่ของเราคือต้องช่วยกันดูแลรักษาไว้



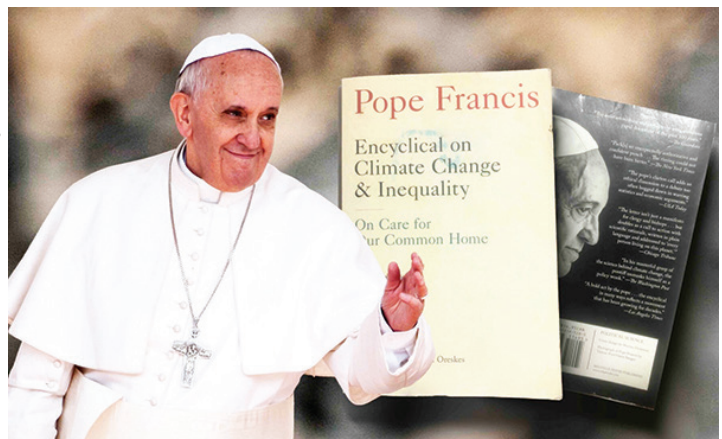
คำสอน

1. ปัจจุบันเราจะเห็นว่ามีปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมที่ทวีความรุนแรงมากขึ้น เช่น ภาวะโลกร้อน ซึ่งส่งผลต่อสิ่งแวดล้อมทั้งหมด ทำให้ฤดูกาลเปลี่ยนแปลงไปในฤดูร้อน หลายพื้นที่แห้งแล้ง ไม่มีน้ำดื่ม ไม่มีน้ำใช้ พืชผลเกิดความเสียหาย เมื่ออากาศร้อน แห้งแล้งมาก ก็ทำให้ไฟไหม้ป่าและคว้นพิษ เกิดฝุ่นละอองหรือ PM

ส่งผลต่อสุขภาพและการใช้ชีวิตประจำวัน และไม่ได้ส่งผลร้ายเฉพาะมนุษย์เท่านั้น แต่ทั้งพืช สัตว์และทรัพยากรอื่น ๆ ก็ได้รับผลกระทบด้วย นี่คือการร้องอย่างเจ็บปวดของ “ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม” เพราะความเสียหายที่ได้รับนั้น มากจนกระทั่งไม่สามารถรักษาหรือฟื้นฟูตนเองได้ทันกับการเปลี่ยนแปลง และความเสื่อมถอยอย่างรวดเร็ว ซึ่งสาเหตุของโลกร้อนนี้มาจากภาวะมลพิษที่สะสมอยู่ในอากาศ ทั้งควันจากท่อไอเสีย ควันจากโรงงานอุตสาหกรรม ก๊าซพิษจากขยะต่าง ๆ ทั้งที่ย่อยสลายได้และย่อยสลายไม่ได้ สารเคมีในการเกษตรและการทำอุตสาหกรรม ทั้งหมดนี้เกิดขึ้นในทุกวันและทุกที่ทั่วโลก ทำให้เราไม่สามารถสัมผัสถึงความงดงามของสิ่งสร้างของพระเจ้า มีกลุ่มคนจำนวนไม่น้อยที่เห็นถึงปัญหานี้ และออกมารณรงค์ให้ทุกคนได้ตระหนักรู้และร่วมมือกันดูแลรักษาโลกใบนี้ให้สวยงามและน่าอยู่ต่อไป

2. พระสันตะปาปาฟรังซิส ได้เชิญชวนให้ทุกคนได้มองดูสิ่งที่เกิดขึ้นในโลก ซึ่งเป็นบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกัน โดยทรงเรียกร้องให้เราลองดูปัญหาสภาพภูมิอากาศในปัจจุบัน ไม่ได้ส่งผลต่อสิ่งแวดล้อมเท่านั้น แต่ยังส่งผลทั้งในด้านจริยธรรม สังคม เศรษฐกิจ การเมือง และเหนือกว่าทุกอย่างคือส่งผลต่อชีวิตของผู้คนที่ยากลำบากที่สุดและอ่อนแอที่สุด พระองค์ตรัสว่า สันตะสำนักตั้งใจว่าจะส่งเสริมให้โรงเรียนคาทอลิกและที่อื่น ๆ ได้มี **“การศึกษาเพื่อนิเวศวิทยาแบบบูรณาการ”** เพื่อสนับสนุนให้มีการเรียนรู้เรื่องการพัฒนา และความยั่งยืน

นอกจากนี้ยังส่งเสริมนโยบายทางเศรษฐกิจต่างๆ ที่คำนึงและเคารพถึงสิ่งแวดล้อม ทรงกล่าวถึงความล่าช้าในการแก้ไขปัญหาสภาพโลกร้อนตามข้อตกลงปารีส และเรียกร้องให้มีความมุ่งมั่นในการแก้ไขปัญหาอย่างจริงจังเพื่อคนรุ่นถัดไปในอนาคต



“...เราควรถามตัวเองอย่างจริงจังว่ามีความมุ่งมั่นแก้ปัญหาโลกร้อนหรือไม่

...เรากำลังเผชิญความท้าทายของอารยธรรม

...วันนี้เยาวชนแสดงความอ่อนไหวต่อเหตุฉุกเฉิน

...เราต้องไม่โยนภาระและปัญหาที่ก่อโดยคนรุ่นเราให้คนรุ่นถัดไป

...ต้องลงมือทำให้พวกเขาจดจำว่า เราเป็นรุ่นที่ลงมือสร้างความเปลี่ยนแปลงเพื่อปกป้องบ้านหลังนี้ร่วมกัน มอบอนาคตที่ดีให้กับคนรุ่นถัดไป”

(การประชุมภาคีแห่งสหประชาชาติว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศครั้งที่ 25 ที่กรุงมาดริดของสเปน เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2019)



3. ในหนังสือปฐมกาลเรื่องราวการเนรมิตสร้างโลก พระเจ้าทรงสร้างสิ่งต่าง ๆ ขึ้นในแต่ละวัน และสิ่งสร้างที่สำคัญที่สุดก็คือมนุษย์ เมื่อพระเจ้าทรงสร้างทุกอย่างเสร็จสมบูรณ์ พระองค์ตรัสว่าดีและทรงอวยพรเขาทั้งสองว่า “จงมีลูกมากและทวีจำนวนขึ้นจนเต็มแผ่นดิน จงปกครองแผ่นดิน จงเป็นนายเหนือปลาในทะเล นกในอากาศ และสัตว์ทุกชนิดที่เคลื่อนไหวอยู่บนแผ่นดิน” (ปฐมกาล 1:28) พระยาเวห์พระเจ้าทรงนำมนุษย์มาไว้ในสวนเอเดนเพื่อเพาะปลูกและดูแลสวน (ปฐมกาล 2:15) เป็นการมอบหน้าที่สำคัญให้กับมนุษย์ ในการเป็นผู้ปกครองดูแลรักษาสิ่งสร้างต่าง ๆ ของพระองค์ แต่ปัจจุบันมนุษย์กลับเป็นผู้ทำลาย เป็นผู้กระทำให้เกิดภาวะโลกร้อนและฝุ่นควัน หลงลืมหน้าที่ในการเป็นผู้ดูแลรักษาสิ่งสร้างของพระเจ้า ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้กลับกลายเป็นอันตรายต่อโลก ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของมนุษย์เสื่อมถอยโดยไม่รู้ตัว (เทียบ พระสมณสาส์น “ขอสรรเสริญองค์พระผู้เป็นเจ้า” ข้อ 18)

4. คำสอนของพระศาสนจักร ข้อ 340 ยังสอนเราอีกว่า “พระองค์ทรงรักทุกสิ่งที่มีชีวิต พระองค์ทรงพระกรุณาต่อทุกสิ่ง เพราะทุกสิ่งเป็นของพระองค์” (ปรีชาญาณ 11:26) ทุกสิ่งที่พระองค์ทรงสร้างขึ้นมามีเอกลักษณ์และความงดงามเฉพาะตัว ทรงสร้างทุกสิ่งขึ้นด้วยความแตกต่าง ความหลากหลายของคุณสมบัติและจำนวน เพื่อให้เราเห็นว่าสิ่งสร้างทั้งหลายนั้น ไม่สามารถอยู่ได้ด้วยตนเอง ต้องพึ่งพาอาศัยกัน นำสิ่งที่ตนมีมาเติมเต็มกันและกันให้สมบูรณ์ (เทียบ คำสอนพระศาสนจักร 340) ดังนั้น เมื่อเกิดปัญหาขึ้นกับสิ่งสร้างของพระเจ้า จึงเป็นหน้าที่ของทุกคน ที่จะต้องช่วยกันดูแลรักษาสิ่งสร้างเหล่านั้น

5. พระเยซูเจ้าทรงสอนให้เราค้นหาความรักของพระเจ้าผ่านทางความสวยงามของธรรมชาติ “จงสังเกตนกกาเถิด นกกามีได้หว่าน มิได้เก็บเกี่ยว ไม่มีโรงนา ไม่มียุ้งฉาง แต่พระเจ้าทรงเลี้ยงมัน ท่านทั้งหลายมีค่ามากกว่านกสักเพียงใด” (ลูกา 12:24) เราไม่ได้เห็นเพียงนกกาเท่านั้น แต่เราเห็นถึงพระเมตตาของพระเจ้าที่ทรงมีต่อนกกาเหล่านั้น พระองค์ยังตรัสอีกว่า “จงสังเกตดอกไม้นี้ในทุ่งนาเถิด ดอกไม้นี้ไม่ปั่นด้ายหรือทอผ้า แต่เราบอกท่านทั้งหลายว่า กษัตริย์ซาโลมอนเมื่อทรงเครื่องอย่างหรูหรา ก็ยังไม่งดงามเท่าดอกไม้นี้ดอกหนึ่ง” (ลูกา 12:27) เราเห็นถึงความยิ่งใหญ่ของพระเจ้าผู้สร้าง ผ่านทางดอกไม้นี้ในทุ่งนา ผ่านทางธรรมชาติที่งดงาม เรามองเห็นถึงความเอาใจใส่ของพระเจ้าที่ทรงมีต่อเราทุกคน “พระองค์โปรดให้ดวงอาทิตย์ของพระองค์ ขึ้นเหนือคนดีและคนชั่ว โปรดให้ฝนตกเหนือคนชอบธรรมและคนอธรรม” (มัทธิว 5:45)

6. เราสามารถมีส่วนร่วมในการดูแลรักษาโลกที่เราอาศัยอยู่ร่วมกันนี้ ด้วยการช่วยกันบำรุง ดูแลรักษาเอาใจใส่ธรรมชาติ ช่วยกันรักษาป่า ปลูกต้นไม้ ไม่สร้างมลภาวะ ลดขยะ ลดการใช้พลาสติก ทั้งขยะให้ถูกที่ เพื่อโลกเพื่อเรา และสิ่งสร้างทั้งมวลของพระเจ้าจะได้รับการดูแลเอาใจใส่ ช่วยกันสร้างโลกซึ่งเป็นบ้านของเราให้น่าอยู่ เพราะถ้าวันใดที่ธรรมชาติที่งดงามถูกทำลายจนหมดไป เราจะอยู่ได้อย่างไร ดังนั้น หน้าที่ในการดูแลรักษาโลกใบนี้จึงไม่ใช่หน้าที่ของคนใดคนหนึ่ง แต่เป็นหน้าที่ของมนุษย์ทุกคน



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. พระสันตะปาปาฟรังซิส เชิญชวนให้ทุกคนได้มองดูสิ่งที่เกิดขึ้นในโลก ซึ่งเป็นบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกัน
2. พระสันตะปาปาฟรังซิส ให้เรามองดูปัญหาสภาพภูมิอากาศในปัจจุบัน ไม่ได้ส่งผลต่อสิ่งแวดล้อมเท่านั้น แต่ส่งผลทั้งในด้านจริยธรรม สังคม เศรษฐกิจ การเมือง และเหนือกว่าทุกอย่างคือมันส่งผลต่อชีวิตของผู้คนที่ยากลำบากที่สุด และอ่อนแอที่สุด
3. หน้าที่สำคัญที่พระเจ้าทรงมอบให้กับมนุษย์ คือการเป็นผู้ปกครองดูแลรักษาสีสร้างต่าง ๆ
4. คำสอนของพระศาสนจักร ข้อ 340 สอนเราอีกว่า “พระองค์ทรงรักทุกสิ่งที่มีชีวิต พระองค์ทรงพระกรุณาต่อทุกสิ่ง เพราะทุกสิ่งเป็นของพระองค์” (ปรีชาญาณ 11:26)
5. พระเยซูเจ้าสอนให้เราค้นหาความรักของพระเจ้า ผ่านทางความสวยงามของธรรมชาติ
6. เรามีส่วนในการดูแลรักษาเอาใจใส่โลกใบนี้ ด้วยการช่วยกันรักษาป่า ปลูกต้นไม้ ไม่สร้างมลภาวะ ลดขยะ ลดการใช้พลาสติก ทิ้งขยะให้ถูกที่ เพื่อโลก เพื่อเรา และสิ่งสร้างทั้งมวลของพระเจ้าจะได้รับการดูแลเอาใจใส่ให้น่าอยู่มากขึ้น

ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน **ร้องเพลง โลกสวยด้วยมือเรา** www.youtube.com หรือแอปพลิเคชัน JooX

เพลง โลกสวยด้วยมือเรา (รวมศิลปินแกรมมี่)

ธรรมชาติสร้างคน มีมือมาสองมือ ให้มากับคนเราทุก ๆ คน
 เอาไว้คอยประคองป้องกัน ไว้ดูแลให้โลกยังคง มีเราทุกคน ได้อยู่อาศัยร่วมกันมา
 อยู่กันแสนล้านคน ลงมือคนละมือ ช่วยกันถ้าเรายังเห็นคุณค่า
 ในเมื่อเราเป็นคนทั้งที่ ช่วยกันทำให้ดีดีกว่า รวมใจเข้ามา มาคอยรักษาโลกเราไว้
 * ให้โลกเราสวยพวกเรามาช่วยกัน รับรู้ด้วยกัน แล้วทำให้โลกนี้สดใส
 อยากให้โลกน่าอยู่กว่านี้ เป็นโลกที่เราฝันใฝ่ จะสวยอย่างไรเป็นไปได้ด้วยมือของเรา
 อีกไม่ช้าไม่นาน เราเองคงต้องไป แต่มันก็ยังมีโลกใบเก่า
 ยังต้องมีอีกหมื่นล้านคน เข้ามาอยู่ที่นี่แทนเรา คือเด็กของเรา เด็ก ๆ ที่เขาไม่เคียงสา (ซ้ำ *)

** อยู่ที่มีมือของเราที่จะทำโลกให้เลวร้ายอย่างไร อยู่ที่มีมือของเราที่จะทำ โลกให้สดใส
 อยากให้โลกน่าอยู่กว่านี้ เป็นโลกที่เราฝันใฝ่ จะสวยอย่างไรเป็นไปได้ด้วยมือของเรา

หรือ ประชุมกลุ่มเพื่อนัดหมายออกไปทำกิจกรรมดูแลรักษาธรรมชาติร่วมกัน เช่น ปลูกต้นไม้
 เก็บขยะในแม่น้ำลำคลอง เก็บขยะที่ชายทะเล โดยเริ่มต้นจากในโรงเรียน บ้าน หรือชุมชนของเรา

ค. การบ้าน

1. ให้ผู้เรียนกลับไปสวดภาวนาเพื่อมนุษย์ทุกคนจะได้ใส่ใจในการดูแลรักษาทรัพยากรธรรมชาติให้มากขึ้น รวมถึงสวดภาวนาให้ผู้ที่ได้รับผลกระทบจากการไม่รักษาทรัพยากรธรรมชาติด้วย
2. ให้ผู้เรียนแต่ละคนเขียนข้อตั้งใจที่จะช่วยดูแลรักษาโลกที่ตนปฏิบัติจริงคนละ 1 ข้อ และกลับมาแบ่งปันให้ทุกคนฟังในการเรียนครั้งต่อไปว่าได้ไปทำอะไรและรู้สึกอย่างไรบ้าง



จุดประสงค์

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้เรียนสามารถ

1. บอกและอธิบายความหมายของคุณธรรมความหวังได้
2. มีความหวังและส่งต่อความหวังไปสู่เพื่อนพี่น้องรอบข้าง
3. ดำเนินชีวิตอย่างมีความหวัง โดยการสวดภาวนาและอ่านพระวาจาอยู่เสมอ



กิจกรรม

ฉันคิดว่า ฉันสามารถจะ.....

ให้ผู้เรียนเขียนเป้าหมายที่ต้องการจะทำให้เป็นจริงขึ้นมา ในระยะเวลาอันใกล้ คนละ 1 อย่างลงในกระดาษ และบอกให้เพื่อน ๆ ในชั้นเรียนทุกคนได้ฟังว่า

“ฉันคิดว่า ฉันสามารถจะ.....”



วิเคราะห์ ผู้สอนสนทนากับผู้เรียน

1. ผู้เรียนจะต้องทำอย่างไรบ้างเพื่อให้สมหวัง (กำหนดเป้าหมาย, ฝึกฝน, อดทน, เพียรพยายาม, ตั้งใจ ฯลฯ)
2. ทำไมผู้คนจึงยอมลงทุนกับเรื่องความเสี่ยงโชค สอยดาว หรือร่วมรายการกล่อ่งสู้มต่าง ๆ (เพราะหวังว่าจะได้รับรางวัล, หวังว่าจะได้สิ่งดี ๆ ฯลฯ)
3. ผู้เรียนเคยมีประสบการณ์กับการสมหวัง หรือไม่สมหวังบ้างหรือไม่ เป็นเพราะอะไร

สรุป ความหวัง เป็นสิ่งที่เราคาดหวังว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งความหวังบางเรื่อง เราอาจจะต้องตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพื่อจะไปให้ถึงเป้าหมายที่หวังไว้ เช่น หวังอยากเป็นนักกีฬา ก็ต้องฝึกซ้อมให้เชี่ยวชาญ หวังว่าจะเรียนเก่ง ก็ต้องขยันอ่านหนังสือและทำการบ้าน หวังอยากเล่นดนตรีได้ก็ต้องหมั่นฝึกฝนให้ชำนาญ เป็นต้น และแน่นอนว่าเมื่อมีความหวัง ตั้งเป้าหมายไว้ ก็อาจจะต้องเจอกับอุปสรรคบ้าง หากเราหมดหวัง ยอมแพ้ต่อปัญหาและอุปสรรคเสียก่อน ความหวังนั้นก็อาจจะไม่เป็นจริงได้ ดังนั้น เพื่อให้สิ่งที่หวังเป็นจริงขึ้นมา ตั้งเป้าหมายแล้วก็ต้องลงมือทำ เพื่อให้ฝันนั้นเป็นจริงให้ได้



คำสอน



1. วันที่ 1 และวันที่ 16 ของทุกเดือน จะเป็นวันแห่งความหวังของคนไทยหลายล้านคน โดยเฉพาะในกลุ่มผู้มีรายได้น้อยและปานกลาง แม้โอกาสที่จะถูกรางวัลใหญ่ เช่น รางวัลที่ 1 จะมีเพียง 1 ในล้าน หรือ 0.0001% และความน่าจะเป็นที่จะถูกรางวัลใดรางวัลหนึ่งก็มีอยู่แค่เพียง 1.41% เท่านั้น แต่คนไทยจำนวนมากก็ยังคงซื้อลอตเตอรี่อย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าสภาพเศรษฐกิจจะเป็นอย่างไร ด้วยความหวังว่า “งวดนี้ โชคอาจจะเข้าข้างเรา” ได้เลื่อนขั้นเป็นเศรษฐี มีอันจะกินกับเขาเสียที การซื้อลอตเตอรี่ยังเป็นความสุขของคนกลุ่มหนึ่ง ผู้ซื้อลอตเตอรี่อาจหวังแค่ความสนุกที่จะได้ลุ้น มากกว่าที่จะหวังรวยจากลอตเตอรี่จริง ๆ แต่ก็ต้องยอมรับว่า ยังมีคนอีกกลุ่มหนึ่งที่จริงจังกับการเสี่ยงดวงกับตัวเลข เห็นได้จากการทุ่มเทหาเลขเพื่อมาซื้อห่วย เราอาจเคยได้ยินคนพูดกันว่า การซื้อห่วยคือการลงทุน คือการซื้อความหวัง ดังนั้นเรื่องความหวังจึงไม่ใช่เรื่องนามธรรม หรือเรื่องไกลตัว แต่เป็นเรื่องที่เห็นได้จากคนใกล้ตัวของเรา

2. เมื่อปลายปี ค.ศ. 1990 นักวิทยาศาสตร์ด้านสังคมศาสตร์ (Social scientist) ได้ให้คำนิยาม “**ความหวัง**” ไว้ว่าเป็นการคาดการณ์ (Expectation) ซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมาย และสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้นในอนาคต และยังมีบางแนวคิดได้ให้คำนิยามของ “**ความหวัง**” ว่าเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเรามีความเชื่อมั่นต่อตนเองว่าจะสามารถฝ่าฟันอุปสรรคต่าง ๆ ที่กำลังเผชิญอยู่ได้อย่างประสบความสำเร็จ (Edwards, 2009) จะเห็นได้ว่าความหวังเป็นแรงจูงใจด้านบวกในชีวิต เช่น บางคนมักจะคิดอยู่เสมอว่า “ฉันทำได้” (I can do it) หรือ “ฉันสามารถแก้ปัญหานี้ได้” (I can solve this problem) และแรงจูงใจนี้ก็ช่วยให้เขาสามารถทำบางสิ่งบางอย่างสำเร็จตามความหวังของเขา และความหวังยังเป็นพลังที่ช่วยให้เราพยายามเอาชนะความยากลำบาก และอุปสรรคต่าง ๆ ในชีวิตไปได้

3. **ความหวัง**ยังเป็นคุณธรรมเกี่ยวกับพระเจ้า ที่ช่วยให้เราให้ไฟหาอาณาจักรสวรรค์และชีวิตนิรันดร์ ซึ่งความหวังและความสุขของคริสตชนก็คือ การได้อยู่กับพระเจ้านั่นเอง (เทียบ คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก ข้อ 1817)



4. พระเยซูเจ้าทรงเป็นความหวังของผู้คนที่พบพระองค์ เช่น เมื่อเสด็จเข้าไปในศาลาธรรม ทรงพบชายมือสืบคนหนึ่ง ประชาชนบางคนถามพระองค์ว่า “**ธรรมเนียมบัญญัติให้รักษาโรคในวันสัปดาห์โตหรือไม่**” ทั้งนี้เพื่อจะหาเหตุกล่าวโทษพระองค์ แต่พระองค์ทรงตอบเขาว่า “**ท่านใดมีแกะอยู่ตัวเดียว และแกะนั้นตกบ่อในวันสัปดาห์โต เขาจะไม่ไปจับมันและอุ้มขึ้นมากอดหรือมนุษย์คนหนึ่งย่อมมีค่ากว่าแกะมากนัก** ดังนั้น **ธรรมเนียมบัญญัติจึงอนุญาตให้ทำความดีในวันสัปดาห์โตได้**” แล้วพระองค์ตรัสกับชายผู้นั้นว่า “**จงเหยียดมือขึ้น**” เขาจึงเหยียดมือ และมือนั้นก็กลับเป็นปกติเหมือนกับมืออีกข้างหนึ่ง ชาวฟาริสีจึงไปชุมนุมปรึกษากันว่า จะกำจัดพระองค์ได้อย่างไร พระเยซูเจ้าทรงทราบเรื่องนี้ จึงเสด็จไปจากที่นั่น ผู้คนจำนวนมากติดตามพระองค์ไป พระองค์ทรงรักษาทุกคนให้หายจากโรค แต่ทรงกำชับเขาไม่ให้แพร่งพรายให้ผู้รู้ ทั้งนี้ เพื่อให้พระวาจาที่ตรัสทางประกาศกอิสยาห์เป็นความจริงว่า.....

"นี่คือผู้รับใช้ที่เราได้เลือกสรรไว้ นี่คือผู้ที่เรารัก ซึ่งเราโปรดปราน
เราจะให้จิตของเราแก่เขา และเขาจะประกาศความยุติธรรมแก่นานาชาติ
เขาจะไม่ทะเลาะวิวาท และจะไม่ส่งเสียงเอ็ดอึง
จะไม่มีใครได้ยินเสียงของเขาตามลานสาธารณะ
เขาจะไม่หักดันอ้อมที่เข้าแล้ว เขาจะไม่ดับไล่ตะเกียงที่ยังริบรืออยู่
จนกว่าเขาจะทำให้ความยุติธรรมมีชัยชนะ นานาชาติจะมีความหวังในนามของเขา"
(มัทธิว 12:9-21)

พระสันตะปาปาฟรังซิสทรงสอนว่า พระวรสารตอนนี้สอนเราถึงเรื่องการมีความหวังได้เป็นอย่างดี พระเยซูเจ้าทรงรักษาชายมือลีบ แต่ถูกพวกธรรมจารย์และฟาริสีจ้องจับผิด อัครธรรมที่พระเยซูเจ้าทรงกระทำทำให้ชายคนนี้หายจากโรค แสดงให้เราเห็นถึงอิสรภาพและความหวัง เพราะที่ใดไม่มีความหวัง ที่นั่นก็จะมีอิสรภาพ การรักษาคนป่วยในวันนี้ พระเยซูเจ้าต้องการแสดงให้เราเห็นถึงฤทธานุภาพของพระเจ้าที่ทำให้ทุกสิ่งเป็นไปได้ ผ่านทางพระองค์เอง พระเยซูเจ้าคือองค์ความหวัง และทรงเป็นผู้รวบรวมอัครธรรมแห่งการซ่อมแซมสิ่งต่าง ๆ ในพระศาสนจักร ในชีวิตพ่อ ในชีวิตของเราทุก ๆ คน พระเยซูเจ้าคือเหตุผลที่ทำให้เรามีความหวัง และความหวังนี้ไม่เคยสูญสลายเลย

5. ดังนั้น เราต้องดำเนินชีวิตอย่างมีความหวังในพระเจ้าอยู่เสมอ โดยให้เราดูแบบอย่างของพระนางมารีย์ ผู้มีความหวังอย่างเต็มเปี่ยม ในพระเจ้าและพระบุตรของพระนาง และทรงเป็นแบบอย่างให้เรา ในการดำเนินชีวิตสนิทกับพระเยซูเจ้า นานถึง 30 ปี คอยติดตามตลอดเวลาทำงานของพระองค์ โดยเฉพาะช่วงเวลาที่ถูกทรมาน และแบกกางเขน จนถึงวาระสุดท้าย ณ เชิงกางเขน พระนางมารีย์ทำให้เราเห็นว่า แม้เราจะตกอยู่ในช่วงเวลายากลำบาก ความหวังในพระเจาก็ช่วยให้วันที่ทุกข์ใจผ่านพ้นไปได้ ความหวังในพระเจ้าช่วยฟื้นฟูสิ่งต่าง ๆ ให้ดีขึ้นได้ เมื่อพระนางได้รับการยกขึ้นสู่สวรรค์ ทั้งร่างกายและวิญญาณ หลังจากที่พระนางได้ทำหน้าที่ในโลกนี้เสร็จสิ้นแล้ว พระนางอยู่ในสวรรค์กับพระบุตรในฐานะที่เป็นราชินีแห่งเมืองสวรรค์ (คำสอนพระศาสนจักรฯ ข้อ 966) ทำให้เรามั่นใจได้ว่า เมื่อเรามีความเชื่อและความหวังในพระเจ้าเสมอ เราจะได้รับรางวัลในสวรรค์เช่นเดียวกัน

Hope
is the only
thing stronger
than fear

6. เราสามารถเพิ่มพูนความหวังในใจของเรา ด้วยการอ่านพระวาจาของพระเจ้า ให้พระวาจาของพระองค์ช่วยเพิ่มพูนความหวังในใจของเรา และในเวลาเดียวกันเราต้องเป็นบุตรแห่งความสว่าง คือเป็นผู้จุดประกายความหวัง ด้วยการช่วยเหลือ ให้กำลังใจแก่กันและกัน ทำดีต่อกันและไม่ดับความหวังในใจของใคร



ปฏิบัติ

ก. ข้อควรจำ

1. ความหวัง เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเรามีความเชื่อมั่นต่อตนเอง ว่าจะสามารถฝ่าฟันอุปสรรคต่าง ๆ ที่กำลังเผชิญอยู่ได้อย่างประสบความสำเร็จ (Edwards, 2009)
2. ความหวัง ยังเป็นคุณธรรมเกี่ยวกับพระเจ้าที่ช่วยให้เราให้ไฟหาอาณาจักรสวรรค์และชีวิตนิรันดร์ ซึ่งความหวังและความสุขของคริสตชน ก็คือการได้อยู่กับพระเจ้านั่นเอง (เทียบ คำสอนพระศาสนจักรคาทอลิก ข้อ 1817)
3. พระเยซูเจ้าเป็นความหวังของผู้คนที่พบพระองค์ เช่น ชายมือลีบ เป็นต้น
4. พระเยซูเจ้าคือเหตุผลที่ทำให้เรามีความหวัง และความหวังนี้ไม่เคยสูญสลายเลย
5. เราต้องดำเนินชีวิตอย่างมีความหวังในพระเจ้าอยู่เสมอ โดยดูแบบอย่างของพระนางมารีย์ ผู้มีความหวังอย่างเต็มเปี่ยมในพระเจ้า
6. เราต้องส่งต่อความหวังให้กับผู้อื่นและไม่ดับไฟแห่งความหวังใจในของใคร

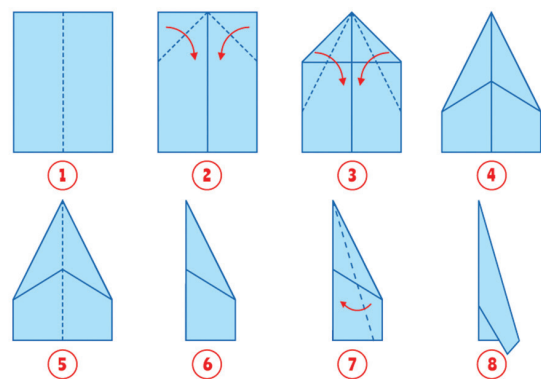
ข. กิจกรรมสรุปบทเรียน **ส่งต่อความหวังจากพระวาจาของพระเจ้า**

อุปกรณ์

1. กระดาษ A4
2. ใบงานส่งต่อพระวาจาแห่งความหวัง หน้า 85-86

1. ให้ผู้เรียนเลือกข้อความพระวาจา 1 ข้อ สุ่มหยิบ และเขียนข้อความพระวาจาที่ระบุไว้ลงในกระดาษ A4
2. ให้ผู้เรียนนำกระดาษ A4 ที่เขียนพระวาจาเสร็จแล้ว มาพับเป็นเครื่องบิน
3. เมื่อผู้เรียนทุกคนพับเครื่องบินเสร็จแล้ว ให้มาขึ้นเป็นวงกลม
4. ให้ผู้เรียนส่งต่อความหวัง โดยร่อนเครื่องบินกระดาษของเราไปให้เพื่อนที่อยู่ตรงข้ามกับเรา
5. เมื่อได้รับเครื่องบินแห่งความหวัง ให้แต่ละคนเปิดอ่านและจดจำข้อความนั้น และให้ข้อความที่เราได้รับเป็นแรงบันดาลใจให้เรา มีความหวังอยู่เสมอ

วิธีพับเครื่องบินกระดาษ



ใบงานพระวาจาแห่งความหวัง

ผู้ที่มีความหวังในพระเจ้าจะไม่อ่อนกำลัง (1 มคบ. 2:61)
ข้าแต่พระยาห์เวห์ ข้าบเจ้าวางใจ จิตใจข้าบเจ้ามีความหวัง ข้าบเจ้ารอดอยพระวาจาของพระองค์ (สดด. 130:5)
จงวางใจในพระเจ้า แล้วพระองค์จะทรงช่วยเหลือท่าน จงเดินตามทางตรง และมีความหวังในพระองค์เถิด (บสร. 2:6)
ผู้ยำเกรงองค์พระผู้เป็นเจ้าไม่กลัวสิ่งใด เขาจะไม่หวั่นไหว เพราะพระองค์ทรงเป็นความหวังของเขา (บสร. 34:14)
แต่ผู้ที่มีความหวังในพระยาห์เวห์จะได้รับพลังใหม่ เขาจะกางปีกบินขึ้นเหมือนนกอินทรี เขาจะวิ่งและไม่เหน็ดเหนื่อย เขาจะเดินและไม่อ่อนเปลี้ย (อิสย. 40:31)
คนที่วางใจในพระยาห์เวห์ย่อมได้รับพระพร พระยาห์เวห์ทรงเป็นความหวังของเขา (ยรม. 17:7)
พระยาห์เวห์ทรงติดต่อทุกคนที่หวังในพระองค์ ทรงติดต่อผู้ที่แสวงหาพระองค์ (บดค. 3:25)
แต่ข้าบเจ้าจะมองดูพระยาห์เวห์ ข้าบเจ้าจะหวังในพระเจ้า ผู้ทรงช่วยข้าบเจ้าให้รอดพ้น พระเจ้าของข้าบเจ้าจะทรงฟังข้าบเจ้า (มดา. 7:7)
จงวางใจในพระเจ้า แล้วพระองค์จะทรงช่วยเหลือท่าน จงเดินตามทางตรง และมีความหวังในพระองค์เถิด (บสร. 2:6)
จงชื่นชมยินดีในความหวัง จงมีความอดทนต่อความทุกข์ยาก จงพากเพียรในการภาวนา (รม. 12:12)
ประกาศกอิสยาห์ยังกล่าวอีกว่า รากของเจสซียะจะงอกขึ้น พระองค์จะทรงขึ้นมากปกครองประชาชาติ นานาชาติจะมีความหวังในพระองค์ (รม. 15:12)
เราทนทุกข์ทรมานรอบด้าน แต่ไม่อับจน เราจนปัญญา แต่ก็ไม่หมดหวัง (2 คร. 4:8)
ขอพระองค์โปรดให้ตาแห่งใจของท่านสว่างขึ้น เมื่อจะรู้ว่าพระองค์ทรงเรียกท่านให้มีความหวังประการใด และความรุ่งเรืองที่บรรดาผู้ศักดิ์สิทธิ์จะได้รับเป็นมรดกนั้นบริบูรณ์เพียงใด (อฟ. 1:18)
ท่านจงยืนหยัดมั่นคงในความเชื่อ ไม่หวั่นไหวจากความหวังตามข่าวดีที่ท่านได้รับฟัง ข่าวดีนี้ประกาศแก่มนุษยทุกคนในโลกนี้ (ดส. 1:23)
พวกเรารอคอยทำงานและต่อสู้เพื่อสิ่งนี้ เราได้มอบความหวังไว้ในพระเจ้าผู้ทรงชีวิต และพระองค์ทรงเป็นพระผู้ไถ่ของมนุษยทุกคน โดยเฉพาะของผู้ที่มีความเชื่อ (1 ทธ. 4:10)
ขณะที่เรากำลังรอดอยความหวังที่ให้ความสุข คือการสำแดงพระองค์ในพระสิริรุ่งโรจน์ของพระคริสตเยซู พระเจ้าผู้ยิ่งใหญ่และพระผู้ไถ่ของเรา (ทต. 2:13)

เมื่อพระพรหมทานของพระองค์จะบันดาลให้เรากลับเป็นผู้ชอบธรรม และเป็นทนายในความหวังว่าจะได้ชีวิตนิรันดร์ (ทต. 3:7)
เราปรารถนาให้ท่านแต่ละคนแสดงความกระตือรือร้นต่อไป จนกว่าความหวังของท่านจะสำเร็จบริบูรณ์ในวาระสุดท้าย (ฮบ. 6:11)
เราจงยึดมั่นโดยไม่หวั่นไหวในการประกาศความหวังที่เราได้อยู่ เพราะว่าพระองค์ผู้ประทานพระสัญญาั้นทรงซื่อสัตย์ (ฮบ. 10:23)
ความเชื่อคือความมั่นใจในสิ่งที่เราหวังไว้ เป็นข้อพิสูจน์ถึงสิ่งที่มองไม่เห็น (ฮบ. 11:1)
ท่านทั้งหลายจงเตรียมจิตใจไว้ให้พร้อมที่จะปฏิบัติงาน จงบังคับตนเอง ตั้งความหวังทั้งหมดไว้ในพระพรหมทาน ซึ่งพระเจ้าจะทรงนำมาประทานให้เมื่อพระเยซูคริสต์เจ้าทรงสำแดงพระองค์ (1 ปต. 1:13)
จงมีศรัทธาองค์พระผู้เป็นเจ้า คือพระคริสต์เจ้าในจิตใจของท่าน จงพร้อมเสมอที่จะให้คำอธิบายแก่ทุกคนที่ต้องการรู้เหตุผลแห่งความหวังของท่าน (1 ปต. 3:15)
ทุกคนที่มีความหวังในพระองค์ ย่อมชำระใจของตนให้บริสุทธิ์ เช่นเดียวกับที่พระองค์ทรงบริสุทธิ์ (1 ยน. 3:3)

*** หรือ ร้องเพลง “ความหวัง” อัลบั้ม ฉันจะบิน

<https://www.kamsondeedee.com/main/action-songs/1916-i-will-fly>

เพลงความหวัง

อาจจะผ่านเรื่องราวมากมาย อาจจะผ่านเรื่องราวร้อยพัน แต่มีบางสิ่งที่ไม่อาจลืม
จดและจำขึ้นใจ ว่ามีใครสักคน เขาทำให้โลกของฉัน ให้ใสสว่าง

(รับ) เขาเปลี่ยนความทุกข์ ให้เป็นความหวัง เขานำความรักที่จริงใจ
ฉันได้พบหนทาง ความหวัง กำลังใจ หากเจอสิ่งร้ายฉันไม่หวั่นเกรง

หากจะผ่านเรื่องราวมากมาย หากจะผ่านเรื่องราวร้อยพัน ยังมีสายตาแห่งความหวังเอย
คอยติดตามเรื่อยไป ก้าวด้วยใจด้วยความมั่นคง รู้เพียงพระองค์จะทรงดูแล
.....ฉันขอเพียงสายตาแห่งความหวังเอย ฉันขอเพียงพระองค์จะทรงดูแล

ค. การบ้าน สวดภาวนา “บทแสดงความหวัง”

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าหวังอย่างแน่วแน่ว่า เดชะพระบารมีของพระเยซูคริสต์เจ้า
พระองค์จะประทานพระพรหมทานแก่ข้าพเจ้าในโลกนี้ และสันติสุขนิรันดร์ในโลกหน้า
ทั้งนี้เพราะพระองค์ทรงรักษาพระสัญญาที่ทรงให้ไว้เสมอ อาแมน





สารำสอน : สารบอผู้รักงานำสอน
ปีที่ 29 ฉบับที่ 182 ปีการศึกษา 2566/2023