

# บทภาวนาของคริสตชน

(ฉบับปรับปรุง ค.ศ. 2010)



คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อพิธีกรรม

ดำเนินงานภายใต้สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย



## คำประกาศ

### เรื่อง บทภาวนาของคริสตชน

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อสิทธิมนุษยชน ซึ่งดำเนินงานภายใต้สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย เห็นว่าบทภาวนาของคริสตชนฉบับที่ประกาศใช้อย่างเป็นทางการของพระศาสนจักรไทย มีการจัดแปลตั้งแต่ก่อนหรือตรงกับช่วงต้นๆ สงครามนาวิกังที 2 ประมาณปี ค.ศ. 1968 ควรมีการปรับปรุงถ้อยคำ ให้สื่อความหมายได้สมบูรณ์มากขึ้น ทั้งด้านเทววิทยา และหลักการไวยากรณ์ไทยในสมัยปัจจุบัน โดยเริ่มดำเนินงานตั้งแต่ปี ค.ศ. 2002 เพื่อให้สอดคล้องกับการปรับปรุงบทประจำพิธีบูชาขอบพระคุณ ซึ่งมีการเปิดทำประชาพิจารณ์ผ่านสื่อต่างๆ และโอกาสเข้าเฝ้าพระสงฆ์ รวมทั้งการจัดสัมมนาพิธีกรรมต่าง ๆ

บัดนี้ สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย ได้อนุมัติให้บทภาวนาของคริสตชนฉบับปรับปรุงใหม่ ปี ค.ศ.2010 นี้ เป็นฉบับทางการของพระศาสนจักรไทย เพื่อให้คริสตชนใช้สวดภาวนาด้วยความเป็นหนึ่งเดียวกัน

สำหรับบทภาวนาถ้อยคำภาษาแบบเดิมนั้น ยังสามารถใช้ในการสวดภาวนาส่วนตัว ส่วนบทเพลงที่แต่งขึ้นมาโดยใช้ข้อความจากบทภาวนาแบบเดิม ก็ยังอนุโลมให้สามารถใช้ขับร้องได้ ซึ่งหากมีการแต่งเพลงใหม่ก็ขอให้ใช้ข้อความที่ปรับปรุงใหม่นี้

คณะกรรมการฯ ขอความร่วมมือทุกวัด สถาบัน องค์กร ส่งเสริมให้คริสตชนใช้บทภาวนาฉบับปรับปรุงใหม่นี้อย่างทั่วถึงกัน

สภาพระสังฆราชฯ ได้ให้การรับรองบทภาวนาของคริสตชนฉบับนี้ ตั้งแต่วันที่ 29 กันยายน ค.ศ. 2010 และประกาศให้ใช้ทั่วทุกสังฆมณฑล ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

*F. Antonio Valerchi*

คุณพ่ออันโตนิโอ วาลเช็กกี

เลขาธิการ

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อสิทธิมนุษยชน



พระอัครสังฆราชฟรังซิสเซเวียร์ เสงี่ยมศักดิ์ ประมุข

ประธาน

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อสิทธิมนุษยชน

# การดำเนินงาน

## 1. การปรับปรุง

### 1. ถ้อยคำ ประโยค ภาษา

- : ให้ตรงตามพระคัมภีร์คาทอลิกฉบับปรับปรุงใหม่ เช่น องค์พระผู้เป็นเจ้า
- : ให้ตรงตามหนังสือพิธีบูชาขอบพระคุณ เช่น พระเจ้า, พระนางมารีย์, ทูตสวรรค์, พระสิริรุ่งโรจน์,
- : ให้มีลักษณะเป็นสำนวนแบบไทยๆ “ลูก” แทน “เรา, ข้าพเจ้าทั้งหลาย”
- : ให้เหมาะสมกับสมัยปัจจุบัน บทแสดงความรัก, บทแสดงความเชื่อ, บทแสดงความหวัง, บทแสดงความทุกข์, โประตระลึกเกิด
- : ให้ใช้คำราชาศัพท์ให้ถูกต้อง

### 2. เทววิทยา

- : คำนึงถึงความหมายของภาษาต้นฉบับที่แปลมากที่สุด พระบัญญัติ 10 ประการ, บทบัญญัติพื้นฐานของพระศาสนจักร

## 2. การปรับเปลี่ยน

### (1) แยกประเภทของบทภาวนา

ตามลักษณะของบทภาวนาที่มีต้นเน็ดตามสภาพการณ์

และให้สอดคล้องกับความเชื่อที่พระศาสนจักรสั่งสอน ดังนี้

- : **บทภาวนาที่เป็นทางการ** เป็นบทภาวนาที่ส่งเสริมให้จดจำ เพื่อความเป็นหนึ่งเดียว หรือข้อความเชื่อที่สำคัญ
- : **บทภาวนาส่งเสริมความศรัทธา และบทภาวนาส่วนตัว** เป็นบทภาวนาเน้นส่งเสริมให้เกิดความศรัทธาพิเศษเฉพาะกลุ่ม หรือ เฉพาะโอกาสพิเศษ

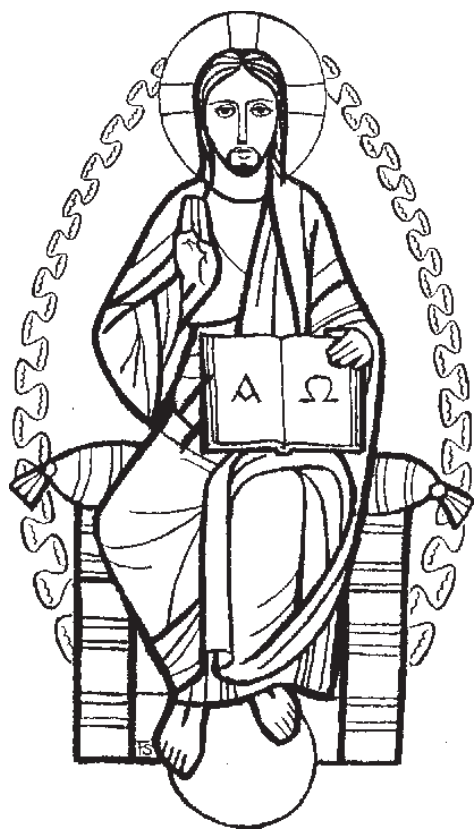
## 3. การเพิ่มเติม

- (1) **บทภาวนาที่จำเป็น** เพื่อให้แนวคำสอนครบบริบูรณ์มากขึ้น พระบัญญัติความรัก, ความสุขแท้จริง, บทภาวนาอุทิศเพื่อผู้ล่วงลับ และบทถวายประเทศไทยแด่แม่พระ

# สารบัญ

หน้า

บทอัญเชิญพระจิตเจ้า	1
บทข้าแต่พระบิดา	2
บทวันทามารีย์	3
บทพระสิริรุ่งโรจน์	3
ความสุขแท้จริง	4
บทสารภาพบาป	4
พระบัญญัติความรัก	5
บทบัญญัติพื้นฐานของพระศาสนจักร	5
พระบัญญัติสิบประการ	6
บทข้าพเจ้าเชื่อ	7
บทแสดงความเชื่อ	8
บทแสดงความหวัง	8
บทแสดงความรัก	8
บทแสดงความทุกข์	9
บทเยซู มารีย์ โยเซฟ	9
บททูลสวรงค์ของพระเจ้า	9
บทโปรดระลึกเกิด	10
บทข้าแต่พระชนนีพระเจ้า	10
บทภาวนาก่อนอาหาร	10
บทภาวนาหลังอาหาร	11
บทอุทิศแก่ผู้ล่วงลับ	11
บทวันทาพระราชนิ	11
บททูลสวรงค์แจ้งข่าว	12
บทราชนิสวรงค์	13
บทถวายประเทศไทยแด่แม่พระ	14
บทสรรเสริญพระเจ้า	15



## บทภาวนา

เดชะพระนาม พระบิดา และพระบุตร

และพระจิต อาแมน

บทอัญเชิญพระจิตเจ้า

(Veni Sancte Spiritus)

ก้อ เชิญเสด็จมา ข้าแต่พระจิตเจ้า

รับ เชิญเสด็จมาสถิตในดวงใจสัตบุรุษ และทรงบันดาลให้ลูก<sup>1</sup>ร้อน  
ด้วยความรักของพระองค์<sup>2</sup>

ก้อ โปรดประทานพระจิตของพระองค์ และสรรพสิ่งจะอุบัติ<sup>3</sup>ขึ้นมา

รับ แล้วพระองค์จะทรงเนรมิตแผ่นดินขึ้นใหม่

ข้าแต่พระเจ้า พระองค์ทรงสอนใจสัตบุรุษด้วยการส่องสว่าง<sup>4</sup>  
ของพระจิต โปรดให้ข้าพเจ้าทั้งหลายซาบซึ้งในความเที่ยงธรรม<sup>5</sup>โดยพระจิตนั้น  
และโปรดให้ได้รับความบรรเทาจากพระองค์ท่านเสมอ เดชะพระคริสต์เจ้า  
องค์พระผู้เป็นเจ้า<sup>6</sup> ของข้าพเจ้าทั้งหลาย อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> “เราร้อน” มีความหมาย กล็ดกลมด้วยร้อนใจ

<sup>2</sup> ด้วยความรักของพระองค์ : ไม่ใช่ “ต่อ” พระองค์ เราขอให้พระจิตเจ้าทำให้จิตใจของเราลุกร้อนเหมือนกับที่  
พระองค์ทรงมีความรักต่อพระบิดาและพระบุตร จึงเป็นความรัก “ของพระองค์” ที่พระจิตเจ้าจะต้องทรงจุดไฟใจของเรา

<sup>3</sup> ข้อความตอบรับนี้มาจาก สดต 104: 30 “อุบัติ” เกิดขึ้น

<sup>4</sup> การส่องสว่าง (illuminatio) ไม่ใช่ “ความสว่าง” (Lumen)

<sup>5</sup> ซาบซึ้งในความเที่ยงธรรม: lat. “recta sapere” แปลตามตัวอักษรว่า ลืมรสความถูกต้อง

<sup>6</sup> องค์พระผู้เป็นเจ้า : วลีนี้ใช้แปลคำ Dominus (Lord) ซึ่งเป็นตำแหน่งที่พระบิดาประทานแก่พระเยซูคริสต์เจ้า  
พระบุตรผู้ทรงกลับคืนพระชนมชีพ และประทับเบื้องขวาของพระองค์ เป็นตำแหน่งใช้เรียกพระจักรพรรดิ เราจะใช้สำนวนนี้ตลอดไปเมื่อแปลวลี  
“Per Christum Dominum nostrum” หรือ “Through Christ Our Lord”

## บทข้าแต่พระบิดา (มธ 6 : 9-13)

(Pater Noster)

ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย

พระองค์สถิตในสวรรค์

พระนามพระองค์จงเป็นที่สักการะ

พระอาณาจักรจงมาถึง

พระประสงค์จงสำเร็จในแผ่นดินเหมือนในสวรรค์

โปรดประทานอาหารประจำวัน แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายในวันนี้

โปรดประทานอภัยแก่ข้าพเจ้า เหมือนข้าพเจ้าให้อภัยแก่ผู้อื่น

โปรดช่วยข้าพเจ้าไม่ให้แพ้การผจญ

แต่โปรดช่วยให้พ้นจากความชั่วร้ายเทอญ อาแมน

**หมายเหตุ :** ใช้บทเดียวกับที่สวดในพิธีบูชาขอบพระคุณ

## บทวันทามารีย์

(Ave Maria)

วันทามารีย์ เปี่ยมด้วยพระพรพรรณ พระเจ้า<sup>1</sup>สถิตกับท่าน  
ผู้ได้รับพระพร<sup>2</sup> กว่าสตรีใดๆ และพระเยซูไอรอสของท่าน  
ทรงได้รับพระพรยิ่งนัก

สันตะมารีย์ พระมารดาพระเจ้า  
โปรดภาวนาเพื่อลูกทั้งหลายผู้เป็นคนบาป บัดนี้และเมื่อจะตาย อาแมน

## บทพระสิริรุ่งโรจน์<sup>3</sup>

(Gloria Patri)

พระสิริรุ่งโรจน์แต่พระบิดา และพระบุตร และพระจิต  
เหมือนในปฐมกาล บัดนี้และทุกเมื่อตลอดนิรันดร อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> พระเจ้า : ที่นี้แม้คำเดิมจะเป็น “Dominus” และ “Lord” จึงใช้ให้เหมือนกัน ไม่ต้องมีกริยา เพราะเป็นความปรารถนาถวายพระพร (เทียบ “พระสิริรุ่งโรจน์แต่พระเจ้าในสรวงสวรรค์”)



## ความสุขแท้จริง (มธ 5 : 3-10)

ผู้มีใจยากจนย่อมเป็นสุข เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา  
 ผู้เป็นทุกข์โศกเศร้าย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับกำลัการปลอบโยน  
 ผู้มีใจอ่อนโยนย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับแผ่นดินเป็นมรดก  
 ผู้ที่วิกรหาความชอบธรรมย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะอิม  
 ผู้มีใจเมตตาต่อย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับพระเมตตา  
 ผู้มีใจบริสุทธิ์ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้เห็นพระเจ้า  
 ผู้สร้างสันติย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้ชื่อว่าเป็นบุตรพระเจ้า  
 ผู้ถูกเบียดเบียนข่มเหงเพราะความชอบธรรมย่อมเป็นสุข  
 เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา

### บทสสารภาพบาศ

(Confiteor)

ข้าพเจ้าขอสารภาพต่อพระเจ้า ผู้ทรงสรรพานุภาพและต่อพี่น้องด้วย  
 ว่าข้าพเจ้าได้ทำบาปมากมาย ด้วยกาย วาจา ใจ และด้วยการละเลย  
 ข้าพเจ้าเป็นคนบาป ข้าพเจ้ายอมรับว่าเป็นคนบาป (ข้อนอกเพียงครั้งเดียว)  
 ดังนั้น ขอพระนางมารีย์ผู้ทรงเป็นพรหมจารีเสมอ ขอทูตสวรรค์ และนักบุญ  
 ทั้งหลายและพี่น้อง ด้วยช่วยวิงวอนพระเจ้าเพื่อข้าพเจ้าด้วยเทอญ

หมายเหตุ : ใช้บทเดียวกับที่สวดในพิธีบูชาขอบพระคุณ  
 และใช้บทนี้เป็นทางการเพียงบทเดียว

## พระบัญญัติความรัก (มธ 22 : 37.39)

จงรักองค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าของท่านสุดจิตใจ สุดวิญญาณ  
สุดสติปัญญาของท่าน (ฉธบ 6 : 5)

จงรักเพื่อนมนุษย์เหมือนรักตนเอง (สนต 19 : 18)

### บทบัญญัติพื้นฐานของพระศาสนจักร

1. จงร่วมพิธีบูชาขอบพระคุณ<sup>1</sup> และหยุดทำงานในวันอาทิตย์  
และวันฉลองบังคับ
2. จงรับศีลอภัยบาปอย่างน้อยปีละครั้ง<sup>2</sup>
3. จงรับศีลมหาสนิทอย่างน้อยปีละครั้งในกำหนดปี<sup>3</sup>
4. จงอดอาหาร และอดเนื้อ ในวันที่กำหนด<sup>4</sup>
5. จงบำรุงพระศาสนจักรตามความสามารถ

#### (Footnotes)

<sup>1</sup> **จงร่วมพิธีบูชาขอบพระคุณ** แกะไขให้ตรงกับความหมายของการร่วมพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งไม่ใช่เพียง “ฟัง” แต่อย่างเดียว ส่วนคำว่า “มิสซา” แกะไขถูกกับความหมายที่แท้จริง คือ “พิธีบูชาขอบพระคุณ” (ไม่ต้องซ้ำ “มิสซา” อีกเพราะเป็น tautologia)

<sup>2</sup> **จงรับศีลอภัยบาปอย่างน้อยปีละครั้ง** แยก “การรับศีลอภัยบาป” และ “การรับศีลมหาสนิท” ออกจากกันตามประมวลกฎหมายของพระศาสนจักรและหลักเทววิทยา เพราะศีลทั้งสองไม่จำเป็นต้องอยู่ด้วยกัน (ดังที่คริสตชนจำนวนไม่น้อยเข้าใจผิด) นอกจากนั้นการรับศีลอภัยบาปไม่จำกัดอยู่เฉพาะในกำหนดปีสักกา จะรับเมื่อไรก็ได้ โดยเฉพาะเมื่อมีบาปหนัก

<sup>3</sup> **จงรับศีลมหาสนิทอย่างน้อยปีละครั้งในกำหนดปีสักกา** กำหนดปีสักกาเป็นเวลาเหมาะที่สุดที่จะรับศีลมหาสนิท “อย่างน้อยที่สุด” แต่พระศาสนจักรมีเจตนาให้คริสตชนไปรับศีลนี้บ่อยกว่านั้น

<sup>4</sup> **วันที่กำหนด** คือวันศุกร์ตลอดปี วันศุกร์ศักดิ์สิทธิ์ วันพุธรับเถ้า สำหรับคริสตชนทุกคนที่มีอายุตั้งแต่ 14 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป ต้องอดเนื้อ และอายุตั้งแต่ 18 ปีบริบูรณ์ จนถึง 59 ปีบริบูรณ์ ต้องอดอาหาร (อิมเพียงมือเดียว)

## พระบัญญัติสิบประการ

(อพย 20: 1-17, ฉธบ 5: 1-21)

“เราคือองค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าของท่าน<sup>1</sup>”

1. จงนมัสการ องค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าขององค์เดียวของท่าน
2. อย่าออกพระนามพระเจ้าโดยไม่สมเหตุ
3. อย่าลืมฉลองวันพระเจ้าเป็นวันศักดิ์สิทธิ์<sup>2</sup>
4. จงนับถือบิดามารดา
5. อย่าฆ่าคน
6. อย่าผิดประเวณี<sup>3</sup>
7. อย่าลักขโมย
8. อย่าพูดเท็จใส่ร้ายผู้อื่น<sup>4</sup>
9. อย่าปลงใจผิดประเวณี<sup>5</sup>
10. อย่ามักได้ทรัพย์สินของผู้อื่น<sup>6</sup>

### (Footnotes)

<sup>1</sup> “เราคือองค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าของท่าน” เป็นข้อความจาก อพย 20:2 พระเจ้าทรงพระประสงค์จะกระทำพันธสัญญากับมนุษย์ แสดงความรักที่ทรงมีต่อมนุษย์ มนุษย์จึงต้องปฏิบัติตามพระบัญญัติที่ทรงให้ไว้เป็นการตอบสนองความรักนี้ ไม่ใช่ปฏิบัติตามเพราะถูกบังคับ พระบัญญัติประการที่หนึ่งจึงมีข้อความว่า “จงนมัสการองค์พระเป็นเจ้า พระเจ้าขององค์เดียวของท่าน” เพราะว่ามีพระเจ้าอื่นใดแล้วที่ทรงกระทำต่อมนุษย์เช่นนี้

<sup>2</sup> อย่าลืมฉลองวันพระเจ้า.....เรียงประโยคใหม่ให้ถูกต้องตามหลักภาษาไทย (กรรมาอยู่หลังกริยา)

<sup>3</sup> อย่าผิดประเวณี คำนี้ตรงกับคำของพระคัมภีร์มากกว่า พจนานุกรมให้ความหมายของคำ “อุลามก” ว่า “เลวมาก ต่ำช้า อุจาดลามก” ซึ่งดูจะกว้างเกินไปจนไม่รู้ว่าจะหมายถึงอะไรแน่

<sup>4</sup> อย่าพูดเท็จใส่ร้ายผู้อื่น มีน้ำหนักมากกว่า “ใส่ความนินทา” เพราะพระบัญญัติประการนี้มีเจตนาให้พูดความจริงในการเป็นพยาน เพื่อรักษาระบบความยุติธรรมในสังคม

<sup>5</sup> อย่าปลงใจผิดประเวณี ใช้คำให้ชัดเจนกว่าคำเดิม เช่นเดียวกับในพระบัญญัติประการที่หก

<sup>6</sup> อย่ามักได้ทรัพย์สินของผู้อื่น เพิ่มคำให้ประโยคชัดเจนยิ่งขึ้น

## บทข้าพเจ้าเชื่อ (สัญลักษณ์ของอัครสาวก)

(Credo)

ข้าพเจ้าเชื่อในพระเจ้า<sup>1</sup> พระบิดาผู้ทรงสรรพานุภาพ ทรงเนรมิตฟ้าดิน  
ข้าพเจ้าเชื่อในพระเยซูคริสต์เจ้า<sup>2</sup> พระบุตรหนึ่งเดียวของพระเจ้า  
องค์พระผู้เป็นเจ้าของข้าพเจ้าทั้งหลาย ทรงปฏิสนธิเดชะพระจิตเจ้า  
ทรงบังเกิดจากพระนางมารีย์พรหมจารี ทรงรับทรมาณสมัยปอนทิอัส ปิลาต  
ทรงถูกตรึงกางเขน สิ้นพระชนม์ และทรงถูกฝังไว้ เสด็จลงสู่แดนมรณะ<sup>3</sup>  
วันที่สามทรงกลับคืนพระชนม์ชีพจากบรรดาผู้ตาย เสด็จขึ้นสู่สวรรค์  
ประทับเบื้องขวาพระเจ้า พระบิดาผู้ทรงสรรพานุภาพ แล้วจะเสด็จมา  
พิพากษาผู้เป็นและผู้ตาย

ข้าพเจ้าเชื่อในพระจิตเจ้า พระศาสนจักรศักดิ์สิทธิ์สากล  
ความสัมพันธ์เป็นหนึ่งในเดียวของผู้ศักดิ์สิทธิ์<sup>4</sup> การอภัยบาป การกลับคืนชีพ  
ของร่างกาย<sup>5</sup> และชีวิตนิรันดร อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> **เชื่อในพระเจ้า** : ไม่ใช่ “เชื่อถึง” เป็นการแสดงความเชื่อที่เรามีต่อองค์พระเจ้า ไม่ใช่เชื่อ “ข้อความ”

<sup>2</sup> **ข้าพเจ้าเชื่อในพระเยซูคริสต์เจ้า** เป็นการเพิ่มประธานของประโยค แทนที่จะเริ่มด้วย “เชื่อในพระเยซูคริสต์เจ้า” ทำให้บทข้าพเจ้าเชื่อแบ่งได้เป็นสามตอน “ข้าพเจ้าเชื่อในพระเจ้า พระบิดา” “ข้าพเจ้าเชื่อในพระเยซูคริสต์เจ้า พระบุตร” และ “ข้าพเจ้าเชื่อในพระจิตเจ้า”

<sup>3</sup> **แดนมรณะ** : ซึ่งเป็นที่อยู่ของผู้ตาย ภาษาฮีบรูว่า “sheol” ภาษาละตินว่า “inferi” ภาษาอังกฤษว่า “He descended to the dead” และเป็นสำนวนภาษาจากพระคัมภีร์นักบุญเปาโล

<sup>4</sup> **ความสัมพันธ์เป็นหนึ่งในเดียวของผู้ศักดิ์สิทธิ์** แทน “สหพันธ์นักบุญ” เพราะคำว่า “สหพันธ์” ตามพจนานุกรมแปลว่า “สหภาพหรือสมาคมที่รวมตัวกันเพื่อการอย่างใดอย่างหนึ่ง” ไม่ตรงกับความหมายของ “communion” ซึ่งเป็น “ความสัมพันธ์” ที่เกิดจากพระพรทานและศีลล้างบาป นอกจากนั้นคำว่า “นักบุญ” ก็แคบเกินไปที่จะแปลคำ “saint” ซึ่งไม่หมายถึงจำเพาะ “นักบุญ” ที่ได้รับการประกาศจากพระศาสนจักร ยิ่งกว่านั้น คำว่า “นักบุญ” ขวนให้คิดถึงแต่คนที่ไมทำอะไรอื่นนอกจากทำ “บุญ” หรือที่มีความถนัดในการนี้โดยเฉพาะ (เทียบ นักธุรกิจ นักการเมือง นักกฎหมาย ฯลฯ) ความเข้าใจเช่นนี้ไม่ใช่ความหมายที่ถูกต้องของความศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งคริสตชนทุกคนและแต่ละคนได้รับเมื่อรับศีลล้างบาป ดังนั้นคริสตชนทุกคนจึงเป็น “ผู้ศักดิ์สิทธิ์” (เทียบคำสอนของนักบุญเปาโล) ที่จะต้องพัฒนาตนเองอยู่เสมอ คริสตชนทุกคนจึงมี “ความสัมพันธ์เป็นหนึ่งในเดียวกัน” ระหว่างกันและพระเจ้า ทั้งคริสตชนที่กำลังเดินทางและต่อสู้อยู่ในโลก ทั้งที่บรรลุดังจุดหมายปลายทางแล้วในสวรรค์ และที่ยังรอคอยการชำระให้สมบูรณ์ก่อนจะเข้าสวรรค์

<sup>5</sup> **การกลับคืนชีพของร่างกาย** : ไม่ใช่ “เนื้อหนัง”

## บทแสดงความเชื่อ

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าเชื่อมั่นในความจริงทุกข้อ ที่พระองค์ทรงเปิดเผย<sup>1</sup> และที่พระศาสนจักรสั่งสอน โปรดทรงเพิ่มพูนความเชื่อของข้าพเจ้าด้วยเถิด<sup>2</sup> อาแมน

## บทแสดงความหวัง

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าหวังอย่างแน่วแน่<sup>3</sup>ว่า เฉพาะพระบารมีของพระเยซู คริสต์เจ้า พระองค์จะประทานพระพรพรหมแก่ข้าพเจ้าในโลกนี้ และสันติสุขนิรันดร์ในโลกหน้า ทั้งนี้เพราะพระองค์ทรงรักษาพระสัญญาที่ทรงให้ไว้เสมอ<sup>4</sup> อาแมน

## บทแสดงความรัก

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้ารักพระองค์สุดดวงใจยิ่งกว่าสิ่งทั้งปวง เพราะพระองค์ทรงเป็นความดีงามหาที่สุดมิได้ และทรงสมควรได้รับความรักจากมนุษย์ทั้งมวล<sup>5</sup> และเพราะรักพระองค์ ข้าพเจ้าจึงรักผู้อื่นเหมือนรักตนเอง และพร้อมจะให้อภัยผู้อื่นเสมอ<sup>6</sup> โปรดทรงเพิ่มพูนความรักของข้าพเจ้าด้วยเถิด<sup>7</sup> อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> พระองค์ทรงเปิดเผย ภาษาไทยมีคำที่รู้จักกันดีอยู่แล้วเพื่อแปลคำ "to reveal" จึงไม่ควรจะใช้คำ "ไขแสดง" ที่คนไทยทั่วไปไม่เข้าใจ ("ไข"อะไร "แสดง" อะไร)

<sup>2</sup> โปรดทรงเพิ่มพูนความเชื่อของข้าพเจ้าด้วยเถิด (เทียบ ลก 17:5) เพื่อให้บทภาวนานี้มีความหมายมากขึ้นเพราะความเชื่อเป็นของประทานจากพระเจ้า ไม่ใช่เพียงจากเหตุผลทางปรัชญาที่ว่า "พระองค์ไม่รู้จักหลง ทั้งไม่รู้จักหลอกลวง" เท่านั้น

<sup>3</sup> ข้าพเจ้าหวังอย่างแน่วแน่ บทภาวนาบทนี้เป็นบท "แสดงความหวัง" (= hope) มากกว่า "ความไว้วางใจ" (= trust)

เราหวังจะได้รับความช่วยเหลือจากพระพรพรหมของพระเจ้าในชีวิตปัจจุบัน เพื่อดำเนินชีวิตจนกระทั่งได้รับสันติสุขนิรันดร์ในอนาคต

<sup>4</sup> พระองค์ทรงรักษาพระสัญญาที่ทรงให้ไว้เสมอ ประโยคพึงดูริ้นหูกว่า "เพราะพระองค์ทรงสัญญาและถือตามเสมอ"

<sup>5</sup> ทรงสมควรที่จะได้รับความรักจากมนุษย์ทั้งมวล น่าจะดีกว่า "ทรงน่ารักหาที่สุดมิได้" คำว่า "น่ารัก" หมายถึงรูปร่างหรือคุณสมบัติที่ปรากฏภายนอก เราเพียงแต่รู้ว่าพระเจ้าทรงความดีทุกประการจึงสมควรจะได้รับความรักจากมนุษย์ทั้งมวลด้วย

<sup>6</sup> พร้อมจะให้อภัยผู้อื่นเสมอ เพื่ออธิบายด้วยว่าในทางปฏิบัติเราจะ "รักผู้อื่นเหมือนรักตนเอง" ได้อย่างไร โดยเฉพาะในเมื่อผู้อื่นเคยทำผิดต่อเรา และดูเหมือนจะ "ไม่น่ารัก" ลึกเท่าไร

<sup>7</sup> ขอพระองค์โปรดทรงเพิ่มพูนความรักของข้าพเจ้าด้วยเถิด เพราะความรักของเรายังไม่สมบูรณ์นั่นเองเราจึงต้องขอจากพระเจ้าเสมอ

## บทแสดงความทุกข์

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าเป็นทุกข์เสียใจที่ได้ทำบาป เพราะบาปเรียกร้อง การลงโทษ<sup>1</sup> และโดยเฉพาอย่างยิ่ง บาปทำเคืองพระทัยพระองค์ ผู้ทรงความดี และทรงสมควรได้รับความรักจากมนุษย์ทั้งมวล เดชะพระหรรษทานช่วย ข้าพเจ้าตั้งใจแน่วแน่ว่าจะไม่ทำบาปอีกเลย จะหลีกเลี่ยงโอกาสบาป<sup>2</sup> และจะพยายามใช้โทษบาป<sup>3</sup> โปรดทรงพระกรุณา อภัยบาปแก่ข้าพเจ้าด้วยเถิด อาแมน

## บทเยชู มารีย์ โยเซฟ

เยชู มารีย์ โยเซฟ	ข้าพเจ้าขอถวายดวงใจ สติปัญญาและชีวิตแด่ท่าน
เยชู มารีย์ โยเซฟ	โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าเมื่อใกล้จะตาย
เยชู มารีย์ โยเซฟ	โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าให้สิ้นใจอย่างราบรื่น
	ในศีลในพรของท่านด้วยเทอญ

## บททูตสวรรค์ของพระเจ้า

ทูตสวรรค์ของพระเจ้า พระองค์ทรงพระกรุณามอบข้าพเจ้าไว้ในความอารักขาของท่าน โปรดส่องสว่าง พิทักษ์รักษา คุ้มครอง และนำทางชีวิต<sup>4</sup> ข้าพเจ้าในวันนี้(คืนนี้) ด้วยเทอญ อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> ควรตัดคำว่า “อาชญาของพระองค์” เพราะการลงโทษไม่ได้มาจากพระเจ้า

<sup>2</sup> และจะหลีกเลี่ยงโอกาสบาป คำสัญญาว่า “จะไม่ทำบาปอีกเลย” จะไร้ความหมายถ้าเราไม่พยายามหลีกเลี่ยงโอกาสบาป จึงควรแสดงความตั้งใจให้ชัดเจน

<sup>3</sup> และจะพยายามใช้โทษบาป คำว่า “พยายาม” ฟังไเพราะกว่า “หลีกเลี่ยง”

<sup>4</sup> นำทางชีวิต ตามตัวอักษรต้นฉบับว่า “guberna” = นำทาง ซึ่งในที่นี้หมายถึงนำทางชีวิต ไม่ใช่แนวทางธรรมดาทั่วไป

## บทไปรตระลิกเกิด

ไปรตระลิกเกิด พระแม่มารีย์พรหมจารีผู้โอบอ้อมอารี แต่ไหนแต่ไรมายังไม่เคยได้ยินเลยว่า ผู้ที่มาพึ่งพา ขอความช่วยเหลือ และความคุ้มครองจากพระแม่ จะถูกพระแม่ทอดทิ้ง ลูก<sup>1</sup>มันใจตั้งนี้ จึงรีบมาเฝ้าพระมารดา พรหมจารีแห่งพรหมจารีทั้งหลาย<sup>2</sup> ลูกเป็นคนบาป มาคร่ำครวญอยู่ เฉพาะพระพักตร์ของพระแม่ ข้าแต่พระมารดา แห่งพระวจนาตถ์ ไปรดอย่าเมินเฉยต่ออวาจาของลูก แต่ไปรดฟัง และประทานตามที่ลูกวอนขอด้วยเทอญ อาแมน

## บทข้าแต่พระชนนีพระเจ้า

ข้าแต่พระชนนีพระเจ้า ลูกทั้งหลายหลบภัยมาพึ่งพระแม่ ไปรดอย่าเมินเฉยต่อคำวอนขอในยามทุกข์ร้อนของลูก แต่ไปรดช่วยลูก ให้พ้นภัยทั้งสิ้นเสมอเถิด พระมารดาพรหมจารีผู้ทรงได้รับพระพร

## บทภาวนาก่อนอาหาร

ข้าแต่พระเจ้า ไปรดประทานพรแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย และแก่ อาหารที่จะรับประทานนี้ เพื่อจะได้ดำเนินชีวิตรับใช้พระองค์และเพื่อนมนุษย์<sup>3</sup> อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> “ลูก” เมื่อพูดกับแม่พระ คณะกรรมการเห็นควรใช้คำที่แสดงความใกล้ชิดมากกว่าจะใช้ภาษาทางการ “ข้าพเจ้า” หรือ “ข้าพเจ้าทั้งหลาย” ซึ่งยังใช้กับพระเจ้า พระคริสตเจ้า หรือทูตสวรรค์ ในกรณีเช่นนี้จะเรียกแม่พระว่า “พระแม่” ดังนั้นจึงต้องแก้ข้อความในบท “วันทามารีย์” ประโยคที่ว่า “ไปรดภาวนาเพื่อลูกผู้เป็นคนบาป”

<sup>2</sup> พระมารดาพรหมจารีแห่งพรหมจารีทั้งหลาย เป็นตำแหน่งที่ใช้เรียกแม่พระในบทรำვიวอน เช่นเดียวกับวลี “พระมารดา แห่งพระวจนาตถ์” ก็เป็นตำแหน่งเรียกหาพระแม่ที่บิดาจารย์และนักเทววิทยาใช้อยู่

<sup>3</sup> เพื่อจะได้ดำเนินชีวิตรับใช้พระองค์และเพื่อนมนุษย์ เพิ่มวลีนี้เพื่อบอกจุดประสงค์ของการรับประทานอาหารเข้าไป

## บทภาวนาหลังอาหาร

ขอขอบพระคุณ พระเจ้าผู้ทรงสรรพานุภาพ สำหรับของประทาน  
นานาประการ<sup>1</sup>ที่ได้รับจากพระองค์ ผู้ทรงจำเริญ และครองราชย์ตลอดนิรันดร  
อาแมน

### บทอุทิศแก่ผู้ล่วงลับ

ข้าแต่พระเจ้า โปรดประทานการพักผ่อนนิรันดรแก่เขาเถิด  
ขอให้ความสว่างนิรันดรส่องแสงแก่เขา  
ขอให้เขา(ทั้งหลาย)ได้พักผ่อนตลอดนิรันดรเถิด

### บทวันทาพระราชินี

(Salve Regina)

วันทาพระราชินี พระแม่ผู้ทรงเมตตากรุณา ทรงเป็นชีวิต  
ความอ่อนโยน<sup>2</sup> และความหวังของลูกทุกคน ลูกผู้เป็นลูกหลานที่ถูกเนรเทศ  
ของเอวา ขอวันทา ร้องหาพระแม่ ถอนใจคร่ำครวญรำไห่ในเหวน้ำตานี้  
โปรดเกิดพระแม่ ผู้ทรงช่วยเหลือเกื้อกูลลูก โปรดทอดพระเนตรเมตตามายังลูก  
และเมื่อชีวิตเนรเทศนี้ผ่านพ้นไปแล้ว โปรดแสดงให้ลูกเห็นพระเยซู  
พระบุตรผู้ทรงได้รับพระพร ข้าแต่พระแม่ผู้เมตตากรุณา พระแม่ผู้โอบอ้อมอารี  
มารีย์พรหมจารีผู้มีพระทัยอ่อนโยน

#### (Footnotes)

<sup>1</sup> สำหรับของประทานนานาประการ เทียบภาษาละติน "pro omnibus beneficiis tuis"

<sup>2</sup> อ่อนหวาน หมายถึง โประะ, น้าพั้ง ใช้แก่จวจา คำพูด



## บททูตสวรรค์แจ้งข่าว

- ก๋ ทูตสวรรค์แจ้งข่าวแด่พระนางมารีย์  
 รัับ และพระนางทรงครรภ์เดชะพระจิตเจ้า  
 - วันทามารีย์ ๗๗
- ก๋ ข้าพเจ้าคือผู้รับใช้ของพระเจ้า<sup>1</sup>  
 รัับ จงเป็นไปแก่ข้าพเจ้าตามวาตะของท่าน  
 - วันทามารีย์ ๗๗
- ก๋ พระวจนาตถ์ทรงรับสภาพมนุษย์  
 รัับ และเสด็จมาประทับอยู่ท่ามกลางข้าพเจ้าทั้งหลาย  
 - วันทามารีย์ ๗๗
- ก๋ โปรดภาวนาเพื่อลูกด้วยเถิด พระชนนีเจ้าข้า  
 รัับ ลูกจะได้เหมาะสมที่จะรับตามพระสัญญาของพระคริสตเจ้า  
 ให้เราภาวนา

ข้าแต่พระเจ้า ทูตสวรรค์มาแจ้งข่าวให้ทราบแล้วว่าพระคริสตเจ้า พระบุตรของพระองค์ทรงรับสภาพมนุษย์ ขอพระองค์ทรงพระกรุณา ประทานพระพรพรทานลงในจิตใจข้าพเจ้าทั้งหลาย ให้พึงพระทรมาน และกางเขนของพระคริสตเจ้า เพื่อจะได้กลับคืนชีพอย่างรุ่งโรจน์ เดชะพระคริสตเจ้า องค์พระผู้เป็นเจ้าของข้าพเจ้าทั้งหลาย  
 (รัับ) อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> พระเจ้า ในที่นี้แม้ในภาษาละตินจะเป็น "Dominus" แต่ก็หมายถึงพระเจ้า ไม่ใช่พระเยซูคริสตเจ้า (จึงไม่ใช่ "องค์พระผู้เป็นเจ้า")

## บทราชินีสวรรค์

(Regina Caeli)

ก้อ ราชินีสวรรค์ จงยินดีเถิด อัลเลลูยา

รับ เพราะพระบุตรที่พระแม่ให้กำเนิดนั้น<sup>1</sup> อัลเลลูยา

ก้อ ทรงกลับคืนพระชนมชีพดังตรัสไว้ อัลเลลูยา

รับ โปรดวอนขอพระเจ้าเพื่อลูกเถิด อัลเลลูยา

ก้อ จงชื่นชมยินดีเถิด มารีย์พรหมจารี อัลเลลูยา

รับ เพราะองค์พระผู้เป็นเจ้าทรงกลับคืนพระชนมชีพแล้วอย่างแท้จริง  
อัลเลลูยา

### ให้เราภาวนา

ข้าแต่พระเจ้า พระองค์ทรงบันดาลให้โลกยินดี อาศัยการกลับคืนพระชนมชีพของพระเยซูคริสตเจ้า พระบุตรของพระองค์ อาศัยพระนางมารีย์พรหมจารี พระมารดาของพระบุตร ขอทรงพระกรุณาโปรดให้ข้าพเจ้าทั้งหลาย ได้รับความสุขแห่งชีวิตนิรันดร เดชะพระบารมีพระคริสตเจ้า องค์พระผู้เป็นเจ้าของข้าพเจ้าทั้งหลาย

(รับ) อาแมน

#### (Footnotes)

<sup>1</sup> พระบุตรที่พระแม่ให้กำเนิดนั้น แปลความหมายของ “quem meruisti portare” ซึ่งแปลตามตัวอักษรว่า “ผู้ที่พระแม่มีไขศอ้อมไว้ในครรภ์นั้น” ซึ่งรุ่มร่ามเกินไป

## บทถวายประเทศไทยแด่แม่พระ

(ในโอกาสวันสมโภชพระนางมารีย์รับเกียรติยกขึ้นสวรรค์ องค์อุปถัมภ์ของประเทศไทย)

ข้าแต่พระแม่มารีย์ ผู้ทรงรับเกียรติยกขึ้นสวรรค์ทั้งกายและวิญญาณ พวกลูกชาวไทยต่างชื่นชมยินดีในเกียรติอันสูงส่ง ซึ่งพระเจ้าได้ประทานแด่พระแม่

วันนี้ ลูกขอถวายประเทศไทย อันเป็นแผ่นดินถิ่นเกิดของลูก ไว้ในพระหัตถ์ของพระแม่ ขอพระแม่ได้รักษาอิสรภาพและความเป็นไท ซึ่งเป็นมรดกตกทอดจากบรรพบุรุษมาถึงลูกทุกคน トラบเท่าทุกวันนี่

ลูกวอนขอพระแม่ได้โปรดปกป้องคุ้มครองพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระบรมราชินีนาถ ตลอดจนพระบรมวงศานุวงศ์ทุกพระองค์ ให้ทรงเป็นร่มโพธิ์ร่มไทยของปวงชนชาวไทยตลอดไป

ลูกวอนขอพระแม่ได้โปรดให้ชาวไทยทุกคน รักและหวงแหนความเป็นไท ของตน มีความสามัคคีกลมเกลียวกัน ช่วยกันรักษาไว้ซึ่งขนบธรรมเนียม ประเพณีและศีลธรรมอันดีงาม ซึ่งเป็นมรดกล้ำค่าของชาวไทยทุกคน

โปรดอำนวยการพระพรแก่พระศาสนจักรคาทอลิกในประเทศไทย บรรดา พระสังฆราช พระสงฆ์ และนักบวชชายหญิง ให้ทุกท่านเป็นผู้มีจิตใจเสียสละ ในการรับใช้ประชากรของพระเจ้า ขอให้เยาวชนคาทอลิกตอบสนองพระกระแสเรียก ด้วยใจเสียสละมากยิ่งขึ้น โปรดประทานพระพรแก่กิจการต่างๆ ของพระศาสนจักร ในด้านการศึกษา ด้านการพัฒนาและสงเคราะห์ เพื่อเป็นสักขีพยานถึงความรัก แบบคริสตชนอย่างแท้จริง

ข้าแต่พระแม่มารีย์ผู้ทรงรับเกียรติยกขึ้นสวรรค์ องค์อุปถัมภ์ของประเทศไทย ลูกขอถวายประเทศไทยชาติบ้านเมือง อันเป็นที่รักของลูกแด่พระแม่ ขอพระแม่ ปกป้องคุ้มครองประเทศไทย และพี่น้องชาวไทย โดยเฉพาะผู้มีใจรักและศรัทธา เป็นพิเศษต่อพระแม่ด้วยเทอญ<sup>1</sup> อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> กาวนาถึงแม่พระไม่ต้องขอในพระนามพระเยซูเจ้า

## บทสรรเสริญพระเจ้า

จงสรรเสริญพระเจ้า

จงสรรเสริญพระนามศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์

จงสรรเสริญพระเยซูคริสต์เจ้า พระเจ้าแท้และมนุษย์แท้

จงสรรเสริญพระนามเยซู

จงสรรเสริญพระหฤทัยศักดิ์สิทธิ์ยิ่งของพระองค์

จงสรรเสริญพระโลหิตศักดิ์สิทธิ์ยิ่งของพระองค์<sup>1</sup>

จงสรรเสริญพระเยซูเจ้าในศีลมหาสนิท

จงสรรเสริญพระเจ้า พระผู้บรรเทา

จงสรรเสริญพระนางมารีย์ผู้ศักดิ์สิทธิ์ พระชนนีของพระเจ้า

จงสรรเสริญการปฏิสนธิศักดิ์สิทธิ์และนิรมลของพระนาง

จงสรรเสริญการรับเกียรติเข้าสู่สวรรค์อย่างรุ่งโรจน์ของพระนาง

จงสรรเสริญพระนาม<sup>2</sup>มารีย์ พรหมจารีและมารดา

จงสรรเสริญนักบุญโยเซฟ ภัสดาผู้บริสุทธิ์ยิ่งของพระนาง

จงสรรเสริญพระเจ้าพร้อมกับทูตสวรรค์และผู้ศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย<sup>3</sup>

### (Footnotes)

<sup>1</sup> จงสรรเสริญพระโลหิตศักดิ์สิทธิ์ยิ่งของพระองค์ เป็นข้อความที่เพิ่มล่าสุด ยังไม่ลงในหนังสือที่ใช้กันอยู่

<sup>2</sup> พระนาม ระวีง ไม่ใช่ “พระนาง”

<sup>3</sup> ทูตสวรรค์และผู้ศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย แปลให้ถูกความหมายแท้ของคำ “angels” และ “saints”