



## ข่าววัดบางแสน

วันอาทิตย์ที่ 15 พ.ค. 2022 วัดบางแสนยิปดีต้อนรับซิสเตอร์คณะธรรมทูตแห่งเมตตาธรรม 2 ท่าน

(ขอบคุณภาพจาก Sarittha และ Wanlada)



### คณะซิสเตอร์ของคุณแม่เทเรซา

คณะธรรมทูตแห่งเมตตาธรรม (Missionaries of Charity) ซึ่งก่อตั้งโดย นักบุญ คุณแม่เทเรซา แห่งกัลกัตตา

ได้เข้ามาทำพันธกิจในประเทศไทย ที่สถานสงเคราะห์เด็กบ้านคุณแม่เทเรซา ที่จังหวัดหนองบัวลำภู และยิปดีต้อนรับสตรีไทยที่มีกระแสนิยมเข้าร่วมในพันธกิจของคณะ



สารวัต <http://www.bangsaenchurch.org>

# วัดแม่พระเมืองลูร์ด



<< OUR LADY OF LOURDES CHURCH >> บางแสน

ปีที่ 28 ฉบับที่ 1419 วันอาทิตย์ที่ 22 พฤษภาคม 2565/2022



“ผู้ใดรักเรา ผู้นั้นจะปฏิบัติตามวาจาของเรา”

ข้อคิด

**คริสตชน** รุ่นแรกมีเชื้อสายยิวและเชื้อสตัยต์ต่อกฎเก่า เมื่อคริสต์ศาสนาหยั่งรากลงในหมู่คนต่างชาติก็มีคำถามว่า คริสตชนใหม่เหล่านี้ควรถือกฎของชาวยิวหรือไม่ บรรดาอัครสาวกจึงจัดให้มีสังคายนาเพื่อปรึกษาปัญหาเรื่องนี้ พระศาสนจักรมั่นใจตั้งแต่แรกเริ่มแล้วว่า พระจิตเจ้านำทางพระศาสนจักรให้ตัดสินใจในสิ่งที่ถูกต้อง

ในบทอ่านที่สองจากหนังสือวิวรณ์ นักบุญยอห์นเห็นพระศาสนจักรที่สมบูรณ์มีฐานอยู่บนอัครสาวก กรุงเยรูซาเล็มศักดิ์สิทธิ์เป็นภาพของสหพันธ์นักบุญผู้ดำรงชีวิตเป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้า

ในพระวรสาร พระเยซูเจ้าตรัสสองเรื่องเกี่ยวกับพระจิตเจ้า เรื่องแรกคือพระจิตเจ้าจะเป็นผู้สอนเราและเราจะเป็นผู้เรียนรู้ พระจิตเจ้าจะเดินไปกับเราและนำทางเรา และเรื่องที่สองคือ เป็นองค์พระจิตเจ้าที่จะทำให้เราเข้าใจสิ่งที่พระองค์สอน และพระวาจาของพระเยซูเจ้าต้องเป็นกฎเกณฑ์ของชีวิตประจำวันของเราแต่ละคน



## ปฏิทินสัปดาห์หน้า

- วันพุธที่ 25 พ.ค. 22 ระลึกถึง น.เกรโกรีที่ 7 พระสันตะปาปา น.เมคา ผู้นำเคารพ พระสงฆ์และนักปราชญ์ น.มารีย์ มักดาลา เดบัสซี พรหมจารี
- วันพฤหัสบดีที่ 26พ.ค. 22 ระลึกถึง น.ฟิลิป เนรี พระสงฆ์
- วันศุกร์ที่ 27 พ.ค.22 ระลึกถึง น.ออกัสตินแห่งแคนเตอร์เบอรี พระสังฆราช
- วันอาทิตย์ที่ 29 พ.ค. 22 สมโภชพระเยซูเจ้าเสด็จสู่สวรรค์

## เรื่องน่ารู้ของคริสตชน

### สัญลักษณ์ในคริสต์ศิลป์

หมวด 2 ดอกไม้ ต้นไม้ และพืช

**เฟิร์น (Fern)** ซ่อนความงามและความบอบบางอยู่ในป่าทึบ เฟิร์นเป็นสัญลักษณ์แห่งความสันโดษ ความถ่อมตัว ความเปิดเผย และความจริงจัง เนื่องจากมีเพียงผู้พากเพียรเสาะหาอย่างไม่ลดละเท่านั้น ที่จะได้พบเห็นไม้ที่มีเสน่ห์เช่นนี้



## ข้อคิดสะกิดใจ

**ไร้**

น้ำใสเกินไปก็ไร้ปลา  
 ไฟแจ่มเกินไปก็ไร้เดือน  
 มีพร้อมเกินไปก็ไม่ดี  
 ลุ่มหลงเกินรักก็หนักใจ

ตรงไปตรงมาก็ไร้เพื่อน  
 ซับซ้อนซ่อนเงื่อนก็ไร้ใจ  
 บกพร่องกว่านี้ก็ไม่ไหว  
 คิดมากเกินไปก็หนักตน

## ข่าววัดบางแสน



พิธีบูชาขอบพระคุณวันอาทิตย์ที่ 22 พ.ค. 2022 เป็นอาทิตย์ที่ 6 เทศกาลปัสกา



## อาทิตย์ชวนคิด



### เมื่อเดินตามพระแม่

เมื่อเดินตามพระแม่ ท่านจะไม่หลงทาง  
 เมื่อวิงวอนพระแม่ ท่านจะไม่หมดหวัง  
 เมื่อคิดถึงพระแม่ ท่านจะไม่ทำผิด  
 เมื่อพระแม่จูงมือท่าน ท่านจะไม่หกล้ม  
 เมื่อพระแม่ปกป้องท่าน ท่านจะไม่หวั่นกลัว  
 เมื่อพระแม่นำทางท่าน ท่านจะไม่เหน็ดเหนื่อย  
 เมื่อพระแม่ช่วยเหลือท่าน ท่านจะถึงที่หมายอย่างปลอดภัย  
 พระแม่จะไม่ให้ปีศาจทำร้ายท่าน  
 พระแม่จะไม่ให้คุณธรรมความดีหนีไปจากท่าน  
 พระแม่จะไม่ให้ฤทธิ์กุศลของท่านถูกทำลาย  
 พระแม่จะไม่ให้พระพรหรรษาทานของท่านสูญหาย

... **นักบุญเบอร์นาร์ดี**

วัดแม่พระเมืองลูร์ด บางแสน

เลขที่ 167 ถนนลงหาดบางแสน ตำบลแสนสุข อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี



## เมิดทรายใต้พระแท่น



- บทอ่านจากพระวรสารนักบุญยอห์น ยน. 14: 23-29

เวลานั้น พระเยซูเจ้าตรัสกับบรรดาศิษย์ว่า “ผู้ใดรักเรา ผู้นั้นจะปฏิบัติตามวาจาของเรา พระบิดาของเราจะทรงรักเขา พระบิดาจะเสด็จพร้อมกับเรามาหาเขา จะทรงพำนักอยู่กับเขา ผู้ที่ไม่รักเรา ก็ไม่ปฏิบัติตามวาจาของเรา วาจาที่ท่านได้ยินนี้ ไม่ใช่วาจาของเรา แต่เป็นของพระบิดา ผู้ทรงส่งเรามา เราบอกสิ่งเหล่านี้ให้ท่านฟัง ขณะที่เรายังอยู่กับท่าน แต่พระผู้ช่วยเหลือคือพระจิตเจ้าที่พระบิดาจะทรงส่งมา ในนามของเรานั้น จะทรงสอนท่านทุกสิ่ง และจะทรงให้ท่านระลึกถึงทุกสิ่งที่เราเคยบอกท่าน เรามอบสันติสุขไว้ให้ท่านทั้งหลาย เราให้สันติสุขของเราแก่ท่าน เราให้สันติสุขแก่ท่าน ไม่เหมือนที่โลกให้ ใจของท่านอย่าหวั่นไหว หรือมีความกลัวเลย ท่านได้ยินที่เรากล่าวกับท่านแล้วว่า เรากำลังจะไป และเราจะกลับมาหาท่านทั้งหลาย ถ้าท่านรักเรา ท่านคงยินดีที่เราจะไปเฝ้าพระบิดา เพราะพระบิดาทรงยิ่งใหญ่กว่าเรา และบัดนี้เราได้บอกท่านทั้งหลายก่อนที่เหตุการณ์จะเกิดขึ้น เพื่อว่าเมื่อเหตุการณ์เกิดขึ้นแล้ว ท่านจะเชื่อ”

### ข้อคิด

คริสตชนรุ่นแรกมีเชื้อสายยิวและเชื้อสัดย์ต่อกฎเก่า เมื่อคริสต์ศาสนาหยั่งรากลงในหมู่คนต่างชาตีก็นำคำถามว่า คริสตชนใหม่เหล่านี้ควรถือกฎของชาวยิวหรือไม่ บรรดาอัครสาวกจึงจัดให้มีสังคายนาเพื่อปรึกษาปัญหาเรื่องนี้ พระศาสนจักรมั่นใจตั้งแต่แรกเริ่มแล้วว่า พระจิตเจ้านำทางพระศาสนจักรให้ตัดสินใจในสิ่งที่ถูกต้อง

ในบทอ่านที่สองจากหนังสือวิวรณ์ นักบุญยอห์นเห็นพระศาสนจักรที่สมบูรณ์มีฐานอยู่บนอัครสาวก กรุงเยรูซาเล็มศักดิ์สิทธิ์เป็นภาพของสหพันธนักบุญผู้ดำรงชีวิตเป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้า

**ในพระวรสาร พระเยซูเจ้าตรัสสองเรื่องเกี่ยวกับพระจิตเจ้า เรื่องแรกคือพระจิตเจ้าจะเป็นผู้สอนเราและเราจะเป็นผู้เรียนรู้ พระจิตเจ้าจะเดินไปกับเราและนำทางเรา และเรื่องที่สองคือเป็นองค์พระจิตเจ้าที่จะทำให้เราเข้าใจสิ่งที่พระองค์สอน และพระวาจาของพระเยซูเจ้าต้องเป็นกฎเกณฑ์ของชีวิตประจำวันของเราแต่ละคน**

- พี่น้องที่รักครับ ปีศาจดูเหมือนผ่านไปแล้ว แต่เรายังอยู่ในช่วงปลาย ๆ เทศกาลนะครับ อยากให้น้อง เก็บเกี่ยวพระพรของเทศกาล เพื่อการดำเนินชีวิตคริสตชนที่ครบถ้วนและร้อนรนขึ้น พระศาสนจักรกำหนดให้สัตบุรุษ รับผิดชอบบาปและรับผิดชอบมหาสนิท อย่างน้อยปีละครั้งในกำหนดปีศาจ ขออะไรน้อยกว่านี้ไม่ได้แล้วครับ ไม่ได้จริง ๆ เราจะเรียกร้องให้ลดลงกว่านี้ เชียวหรือ หากเราเข้าใจชีวิตเรามากขึ้น เราจะรับผิดชอบต่อเรียกร้อง การร้องขอของพระศาสนจักรได้อย่างกระตือรือร้น และยินดีจะปฏิบัติให้เป็นชีวิตของเราต่อเนื่อง ตลอดไป
- สอนลูกหลานให้สวดภาวนา และนำพวกเขาในการสวดประจำวันในครอบครัว - ภาวนาให้กันและกัน และเพื่อพระศาสนจักรให้มากขึ้นด้วย เป็นต้นด้วยการสวดสายประคำทุกวันนะครับ  
..... เจ้าวัด



# นิทาน ความคิด คติสอนใจ

## ความโลภของชายพเนจร

ในเมืองอันอุดมสมบูรณ์เมืองหนึ่ง ยังมีชายพเนจรคนหนึ่งเป็นคนไร้ที่อยู่อาศัย เขาไม่มีที่ดินทำกิน วันๆได้แต่เดินเร่ร่อนไปทั่วทุกหนทุกแห่ง เพื่อรับจ้างคนในเมือง แลกกับข้าวปลาอาหาร ทุกๆวัน เขาได้แต่นั่งอ้อนวอนทวดตา เพื่อขอที่ดินสักผืนไว้เป็นที่ทำกิน แต่เขาก็ยังไม่ได้รับสมความปรารถนา จนกระทั่งวันหนึ่งเขาได้ข่าวว่าเจ้าเมืองจะออกเยี่ยมเยียนชาวบ้าน ชายหนุ่มดีใจมาก จึงไปรพบ เจ้าเมืองพร้อมกับพวกชาวบ้าน ขณะที่เจ้าเมือง กำลังเดินทักทายชาวบ้านอยู่นั้น ได้มีงูตัวหนึ่ง เลื้อยเข้าไปหาเจ้าเมืองอย่างรวดเร็ว ชายหนุ่มเห็นดังนั้นจึงรีบพุ่งตัวออกไปจับงูร้ายก่อนที่มันจะ อกกัดท่าน

เมื่อเจ้าเมืองรอดตายจากงูร้าย จึงบอกกับชายหนุ่มว่า ขอขบใจเจ้าที่ช่วยชีวิตข้าไว้ เจ้า ต้องการอะไร ข้าก็จะให้ ชายหนุ่มรู้สึกดีใจมากจึงบอกกับเจ้าเมืองว่า ข้าต้องการที่ดินสักผืนหนึ่ง ไว้ปลูกบ้าน ปลูกผักปลูกข้าว ทำมาหากิน เจ้าเมืองได้ฟังดังนั้น จึงเอ่ยขึ้นว่า ตกลง ข้าจะให้ที่ดิน แก่เจ้าผืนหนึ่ง เอาเป็นว่าตั้งแต่ชานเมืองนี้ไป เจ้าเดินไปถึงแคไหน แค่นั้นก็เป็นที่ดินของเจ้าก็แล้ว กัน ชายหนุ่มรับคำด้วยความดีใจ เขากราบลาท่านเจ้าเมือง แล้วรีบเดินออกไปยัง ชานเมืองทันที เขาเริ่มต้นเดินเรื่อยๆไปเรื่อยๆ ระหว่างทางเขาก็ครุ่นคิดถึงคำของท่านเจ้าเมืองไปตลอด ถ้าหาก เราเดินไปเรื่อยๆ เราก็จะได้ที่ดินมากเท่าที่เราต้องการ

ดังนั้น แม้ว่าอากาศในตอนบ่ายจะร้อนอบอ้าว ทำให้เขารู้สึกหิวโหยและกระหายน้ำมาก เพียงใด ชายหนุ่มก็ไม่ยอมหยุดพัก เขายังคงก้มหน้าก้มตาเดินต่อไปจนกระทั่งมืด ค่ำ เขาเริ่มรู้สึก หิวและอ่อนล้ามากขึ้น เขาทั้งสองก้าวได้ช้าลง แต่เขาก็ไม่ ยอมหยุดเดิน เพราะคิดอยู่ตลอดเวลา ยิ่งเดินได้ไกลเท่าไร ก็ยิ่งได้ที่ดินมากขึ้นเท่านั้น เขาจึงกัดฟันเดินฝ่าความมืด ต่อไปเรื่อยๆจนถึงรุ่งเช้า ในที่สุดเขาก็ล้มลง และไม่ได้ออกมา ขาดใจตาย ชายหนุ่มไม่ได้ที่ดินดังหวัง แม้กระทั่งที่ดินที่จะ ผังศพตัวเอง ก็เพราะความไม่รู้จักพอเป็นเหตุหนึ่งเอง

คนที่ไม่รู้จักพอ ย่อมก่อความเดือดร้อนให้กับตนเอง ได้ในภายหลัง เพราะความไม่รู้จักพอ ทำให้ไม่รู้จัก ประมาณในการกินการอยู่ และความโลภที่แม้เกิดขึ้นในใจ เพียงเล็กน้อย ก็จะปิดบังปัญญาในการยังคิดไตร่ตรอง เรื่องราวต่างๆให้เป็นไปอย่างถูกต้องเหมาะสม



# กลุ่มนิสิตพัฒนารีย์

## คิดบวก แบบใหม่

การคิดบวกเพียงอย่างเดียวมันก็ไม่ได้อะไร แต่มันก็ไม่พอที่จะทำให้เราทำตามเป้าหมายได้สำเร็จ เราต้องมองโลกในแง่ดีแล้วก็นึกถึงอุปสรรคที่มันจะเกิดขึ้นด้วย ดึงตัวเองให้กลับมาয়งโลกแห่งความจริง การมองสถานการณ์ทั้งสองด้าน ทั้งผลลัพธ์ที่ดีที่เราคาดหวังและอุปสรรคที่มันอาจจะเกิดขึ้น มันจะทำให้เราคิดและทำตามความเป็นจริงมากที่สุด

มันจะทำให้เราคาดหวังความสำเร็จ มีกำลังใจและสามารถทำตามเป้าหมายได้ แต่ก็ไม่ลืมที่จะคิดถึง อุปสรรคที่เกิดขึ้น มันจะทำให้เรายังมีความกระตือรือร้นที่จะทำงานให้สำเร็จ เราสามารถฝึกฝนการมองสถานการณ์ทั้งสองด้าน เพื่อให้เราคิดบวกและให้เรายังมีความกระตือรือร้น โดยทำตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

- 1. Wish ระบุสิ่งที่เราต้องการให้เกิดขึ้น
- 2. Outcome ผลลัพธ์ที่ดีที่สุดเราคาดหวัง
- 3. Obstacle นึกถึงอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น
- 4. Plan วางแผนจัดการกับอุปสรรค

การศึกษาพบว่า การคิดบวกแบบ WOOP จะช่วยให้อาสาสมัครทำตามเป้าหมายได้สำเร็จถึง 80% เปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมที่ทำสำเร็จได้เพียง 30% อุปสรรคของคนที่ต้องไปสัมภาษณ์งานคือ ขาดความมั่นใจ ดังนั้นเราก็ต้องรู้จักวางแผนรับมือสถานการณ์ เช่น ก่อนสัมภาษณ์ ถ้ารู้สึกว่าจะไม่มั่นใจ ก็ให้เตือนตัวเองว่าเรามีความสามารถพอที่จะทำได้

การคิดบวกแบบ WOOP ทำให้เราประสบความสำเร็จได้ง่ายๆ โดยการสะกิด และถามตัวเองแค่ อย่างเดียว อะไรที่มันขัดขวางไม่ให้เราทำตามเป้าหมายได้สำเร็จ?

