



บอกเล่าให้ฟัง

พี่น้องในช่วงนี้สัตบุรุษวัดของเราป่วยหลายคน **“เราต้องสวดภาวนาให้กันและกัน”** เพราะเราเป็นพี่น้องกันในความเชื่อ ในมิสซาบูชาขอบพระคุณ พอคิดถึงพี่น้องทุกๆท่านในคำภาวนาเสมอ พอคิดมีความปรารถนาให้สรวัดนี้เป็นดั่งสื่อกลางที่แสดงถึงความห่วงใยของพ่อในฐานะผู้อภิบาลถึงพี่น้องทุกๆท่าน และเป็นสื่อแห่งความรักและความห่วงใยของพี่น้องต่อกันและกันด้วย ใครอ่านสรวัดพบข้อความเหล่านี้แล้ว อย่าลืมนร่วมทุกข์ร่วมสุขกับเพื่อนพี่น้องในชุมชนแห่งความเชื่อของเรา ถ้าใครยังไม่รู้จะทำอย่างไรหรือช่วยอะไรใครได้ พอคิดว่าคำภาวนาจากน้ำใจจริงของเรานั้นแหละมีค่ามหาศาลในการแสดงน้ำใจและร่วมทุกข์ร่วมสุขกับผู้อื่น

พี่น้องวาระนี้เราได้คุณพ่อซีโรคมาอยู่ด้วย แต่พวกเขาไม่ต้องเป็นคนซีโรคเหมือนพ่อก็ได้ ถ้าใครต้องการร่วมส่วนในการแบกไม้กางเขนชีวิตกับพ่อต้องรักษาสุขภาพให้ดีเข้าไว้ จะได้ช่วยกันก้าวหน้าต่อไปได้ แต่พ่อซีโรคคนเดียวก็มากเกินไปแล้ว ขอพระเจ้าอวยพรพี่น้องให้มีสุขภาพดีแข็งแรงๆ เจริญๆ ในทุกๆด้าน อันที่จริงการรักษาสุขภาพก็ไม่ใช่ว่าเรื่องยากอะไรนัก สำคัญว่าเราจะทำและทำอย่างต่อเนื่องหรือเปล่าเท่านั้น

การกิน เราต้องกินอาหารที่ดีสะอาดถูกสุขลักษณะ ไม่ใช่กินอาหารแพงๆ อร่อยลิ้นแต่ไม่มีคุณค่าทางโภชนาการเลย เพราะฉะนั้นเวลาจะกินอะไรก็ต้องเลือกหน่อย ให้สด สะอาด และมีคุณค่าทางโภชนาการเข้าไว้

การดื่ม น้ำเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับร่างกาย ทำให้ร่างกายสดชื่น ช่วยขับชำระล้างของเสียออกจากร่างกาย เราจึงต้องดื่มน้ำที่สะอาดและดื่มน้ำอย่างถูกต้อง เพราะน้ำที่ผลิตออกมาขายบางชนิดขาดมาตรฐานที่จะใช้ดื่ม บางอย่างก็บริสุทธิ์เกินไปจนไม่มีแร่ธาตุที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย บางอย่างมีสารปนเปื้อนจนดื่มไม่ได้ ดังนั้นเวลาจะดื่มต้องสังเกตสี กลิ่น รสของน้ำดื่มด้วย ต้องดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว และอย่าดื่มทีละมากๆ แต่ต้องดื่มทีละน้อยๆทั้งวันให้ครบ 8 แก้ว

การหายใจ ปัจจุบันนี้เชื้อโรคมลพิษในอากาศมากมายจนเราไม่ทราบว่าจะหลบไปอยู่ที่ไหน แต่เราก็ต้องพยายามหาที่มีอากาศบริสุทธิ์ไว้หายใจบ้าง อย่างน้อยในบ้านในห้องนอนพยายามทำความสะอาด จัดข้าวของให้เป็นระเบียบเปิดห้องให้อากาศถ่ายเทบ้าง ของอะไรไม่ใช้แล้ว เสียแล้วทิ้งไปหรือขายเป็นของเก่าไปเถอะอย่าเสียตาย และอย่าสูบบุหรี่ในบ้าน

การออกกำลังกาย ต้องพอเหมาะและเหมาะสมไม่มากและไม่น้อยเกินไป วันละประมาณครึ่งชั่วโมงหรืออาจจะมากกว่านี้ก็ได้ แต่อย่าหักโหมเพราะร่างกายจะทรุดโทรม ถ้าเป็นการเดินปกติต้องเดินวันละ 10,000 ก้าวจึงเป็นการออกกำลังกาย และการออกกำลังกายต้องเหมาะสมกับวัย ผู้สูงอายุจะออกกำลังกายเหมือนหนุ่มๆสาวๆไม่ได้เพราะอันตราย

การพักผ่อน ต้องนอนให้เพียงพอ 6-8 ชั่วโมง รวมทั้งต้องทำจิตใจให้เบิกบาน มีอารมณ์สุนทรีย์ อย่าทำงาน บ้าเรียน หรือคร่ำเคร่งจนเกินไป เพราะทำให้สุขภาพจิตเสีย

ถ้าเราสามารถปฏิบัติห้าเรื่องนี้ได้ เราก็จะมีสุขภาพดี แข็งแรง การป้องกันไว้ก่อนดีกว่าการตามเยียวยารักษานะครับ.



จาก พ่อคนเดิม

ความรับผิดชอบของมนุษย์

จากอุปมาเรื่องคนเช่าสวนองุ่น เราจะพบว่าก่อนที่คนจะมาเช่าสวนองุ่น เจ้าของสวนได้ทำทุกสิ่งทุกอย่างจำเป็นสำหรับการทำสวนองุ่นไว้พร้อมมูลหมดแล้ว **“ลหบดีผู้หนึ่งปลูกองุ่นไว้สวนหนึ่ง ทำรั้วล้อม ขุดบ่ออย่างงุ่น สร้างหอเฝ้าให้ชาวสวนเช่า” (มธ.21:33)** อุปมาเรื่องนี้ทำให้เราคิดถึงเรื่องราวการสร้างโลกและสรรพสิ่งในหนังสือปฐมกาลบทที่ 1 พระเจ้าทรงสร้างทุกสิ่งไว้พร้อมมูลและมอบหมายให้มนุษย์ปกครองดูแล **“จงปกครองโลกและมีอำนาจเหนือแผ่นดิน” (ปฐม.1:28)** คำถามที่สำคัญสำหรับเรื่องนี้ก็คือ มนุษย์หรือผู้เช่าสวนต้องรับผิดชอบเรื่องอะไร ความรับผิดชอบของมนุษย์ที่พระเจ้าทรงวางพระทัย มอบทุกสิ่งไว้ให้มนุษย์ปกครองดูแลก็คือ ต้องดูแลพัฒนาและใช้สรรพสิ่งให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการเสริมสร้างพระอาณาจักรของพระเจ้าให้เป็นจริงบนแผ่นดินนี้ และเมื่อวันเก็บเกี่ยวมาถึงมนุษย์จะต้องนำผลผลิตถวายแด่พระเจ้า ด้วยเหตุนี้เราจึงทราบชัดเจนว่า **“มนุษย์เป็นผู้ร่วมงานกับพระเจ้าซึ่งพระองค์ให้เกียรติและวางใจให้ดูแลทรัพย์สินของพระองค์ ส่วนเจ้าของนั้นคือพระเจ้าเอง”**

การเสริมสร้างพระอาณาจักรของพระเจ้าบนแผ่นดินหมายถึง การสร้างสังคมแห่งความรัก ความยุติธรรม สันติสุข และความชื่นชมยินดี นั่นหมายความว่ามนุษย์ต้องใช้ทุกสิ่งที่พระเจ้าประทานให้ในการรักและรับใช้ผู้อื่น เพื่อก่อให้เกิดสันติสุขความเป็นหนึ่งเดียวกันในหมู่มวลมนุษย์บนแผ่นดินนี้ มนุษย์จึงต้องเป็นผู้เสริมสร้างความดีงามไม่ใช่เป็นผู้ทำลายโดยใช้สรรพสิ่งอย่างเห็นแก่ตัว ความผิดพลาดของมนุษย์ไม่ใช่เพราะมนุษย์ไม่สามารถทำให้สิ่งสร้างที่พระเจ้าประทานให้บังเกิดผล แต่เป็นเพราะมนุษย์ทำตนเป็นเจ้าของโรงพระเจ้าคิดครอบครองทุกสิ่งไว้เป็นของตน ไม่ยอมมอบคืนแด่พระองค์และใช้ทุกสิ่งอย่างเห็นแก่ตัว ทำลายธรรมชาติสิ่งแวดล้อมและทำร้ายมนุษย์ด้วยกันเพื่อหวังผลประโยชน์มาครอบครอง

เมื่อมนุษย์ผิดพลาดไปแล้วพระเจ้าไม่ได้ทรงนิ่งดูเฉย ทรงใช้วิธีการมากมายเพื่อเตือนสอนและช่วยมนุษย์ให้พ้นจากความผิดพลาดเหล่านั้น แต่น่าเสียดายมนุษย์ไม่เชื่อฟังพระองค์แถมยังทำร้ายผู้ที่พระองค์ส่งมาด้วย **“เจ้าของสวนจึงให้ผู้รับใช้ไปพบคนเช่าสวนเพื่อรับส่วนแบ่งจากผลผลิต แต่คนเช่าสวนได้จับคนใช้ ทุบตี...ฆ่า...เอาหินทุ่ม” (มธ.21:34-35)** และยิ่งกว่านั้นคนที่ทำร้ายผู้รับใช้ของพระเจ้า

มากที่สุดก็คือประชากรของพระองค์เอง พระเยซูคริสต์เจ้าจึงตรัสว่า “พระอาณาจักรของพระเจ้าจะถูกยกไปจากท่านทั้งหลาย ไปมอบให้แก่ชนชาติอื่นที่ให้ง่บังเกิดผล” (มธ.21:43-44) ที่พระองค์ตรัสเช่นนี้ เพราะ ประชากรของพระองค์ไม่รู้คุณค่าแห่งพระอาณาจักรของพระเจ้า ไม่ได้ปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายด้วยความรับผิดชอบ โลกต้องการครอบครองทุกสิ่ง แทนที่จะเป็นผู้พัฒนา กลับกลายเป็นผู้ทำลายล้าง

ในวันนี้ถ้าท่านได้ขิ้นเสียงของพระเจ้าก็อย่าทำใจแข็งเลย ขอพระวาจาของพระเจ้าเตือนใจเรา ให้เรามีความรับผิดชอบที่จะใช้ทุกสิ่งทีพระเจ้าประทานให้ ในการเสริมสร้างพระอาณาจักรของพระองค์ ทำให้โลก สังคม และบ้านของเราเต็มไปด้วยความรัก ความยุติธรรม สันติสุข และความชื่นชมยินดี เพื่อวันแห่งการเก็บเกี่ยวมาถึงเราจะได้มีสิ่งดีงามที่สุดถวายคืนแด่พระองค์ วันนั้นแหละจะเป็นวันแห่งชัยชนะและวันแห่งความชื่นชมยินดีสำหรับเราทุกคน.



พระเจ้าสถิตกับท่าน
คุณพ่อ สมชาย อัญชลีพรสันต์

ประกาศ

1. ปีนี้ครบรอบ 90 ปี แห่งการประจักษ์ของแม่พระที่ฟาติมา

จึงขอให้เชิญพี่น้องมาสดสวายประจำที่วัด มีการตั้งศีล สวดสวายประจำ อวยพรศีล ต่อด้วยมิสซาตลอดทั้งเดือน เริ่มเวลา 18.30 น. วันจันทร์-วันเสาร์ ตั้งแต่วันพุธที่ 1 ต.ค. 2014 เป็นต้นไป

2. ประชุมสภาภิบาล

วันอาทิตย์นี้ ขอเชิญคณะกรรมการสภาภิบาลทุกท่าน เข้าประชุมโดยพร้อมเพรียง หลังมิสซา เวลา 10.30 น.

3. วันอาทิตย์ที่ 12 ต.ค. 2014 ขอให้ผู้ช่วยมิสซาและผู้ทีปรารถนาจะมาช่วยมิสซา

รวมกันที่ศาลาเรือนไทย เพื่อซ้อมช่วยมิสซาและอ่านพระคัมภีร์ร่วมกัน



วัดพระชนนีของพระเป็นเจ้า รั้งสิต



22 ซอยพหลโยธิน 121 แขวงโรงพยาบาลชัยวัชรินทร์ โทร. 0-2992-1363-4 Fax 0-2992-1365

มิสซา: วันเสาร์ เวลา 19.00 น. วันอาทิตย์ เวลา 8.30 น. (ไทย) เวลา 10.45 น. (Eng.)

www.motherofgod-church.com



สารวัด ฉบับที่ 14040

วันอาทิตย์ที่ 5 ตุลาคม 2014

อาทิตย์ที่ 27 เทศกาลธรรมดา

ฉลองแม่พระบังเกิด