



นิตสารเพื่อนเยาว์

ปีที่ 25 ฉบับที่ 88 เดือนกุมภาพันธ์ 2012

มีอะไรในเล่ม

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10



เรือที่ลอยตามน้ำยอมให้ความรู้สึกที่สบาย ๆ ชิล ๆ ไม่เหนื่อย ไม่ลำบาก แต่ก็มีโอกาสสูงที่จะชนหรือกระแทกกับก้อนหิน หรือเกยตื้นเพราะหลุดออกจากร่องน้ำที่ควรจะไป ชีวิตที่ลอยไปตามกระแสสังคมวัตถุนิยม และความสะดวกสบาย ก็ให้ความรู้สึกสบาย ๆ ชิล ๆ เช่นกัน แต่นั่นก็อันตรายเพราะมันจะนำมาซึ่งความเดือดร้อนทั้งต่อตัวเองและคนรอบข้างเมื่อไรไม่ทราบได้ เรือที่แข็งแรงบวกกับหางเสือที่หนักแน่นที่มีคนควบคุมที่รู้จักคิดรู้จักมอง ย่อมมุ่งไปสู่จุดหมายได้อย่างปลอดภัยฉันใด คนที่รู้จักคิดและมีหลักในการดำเนินชีวิต ย่อมเข้มแข็งท่ามกลางกระแสที่ไหลเชี่ยว เพราะจะรู้ว่าเมื่อไรที่ควรจะทำตาม และเมื่อไรควรจะทำทวน แต่ก็ยังคงมุ่งไปสู่เป้าหมายของชีวิตอย่างมั่นคงชัดเจนฉันนั้น.....

คำสั่งสอนของพ่อแม่ครูบาอาจารย์ หลักธรรมจากศาสนาที่เราเชื่อ ยังมีความหมายในการเป็นหลักให้กับเรือชีวิตของเราหรือเปล่า ถ้าคำตอบคือ **“ใช่”** ก็ดีไป เพราะเรือชีวิตของเราคงปลอดภัยในร่องน้ำที่มุ่งไปสู่จุดหมายที่ดี แต่ถ้าคำตอบคือ **“ไม่”** แล้วพวกเธอกำลังยึดเรือชีวิตของเธอไว้กับสิ่งใดหรือ ???... เยาวชน!!!.....



อะไรคือความในใจของเขาวชนวันนี้?



อะไรคือความสุข ความทุกข์ และความกังวล ความสงสัยของเขาวชนวันนี้?
มีใครสังเกต ถามไถ่ เข้าใจ และช่วยให้คำแนะนำหรือตอบคำถามเหล่านั้นบ้างไหม?

โลกทุกวันนี้เต็มไปด้วยความโศกเศร้า ความขัดแย้ง ความรุนแรง
ความอดอยาก การข่มเหงรังแก การเอารัดเอาเปรียบ ฯลฯ
โลกปัจจุบันกำลังบอกอะไรกับเขาวชนบ้าง? นิยามของ “คนรุ่นใหม่” คืออะไรหรือ?



ไม่ว่าโลกใบนี้จะเป็นเช่นไร เราอาจจะแก้ไขสิ่งใดไม่ได้มาก ขอเพียงเรารับรู้ เข้าใจ และค้นหาสิ่งเล็กๆ ที่เราพอจะทำได้
ได้อย่างน้อย เพื่อบรรเทาความทุกข์ร้อนต่างๆ ที่กำลังคุกรุ่นในโลกใบเดียวกันนี้ให้ลดลงบ้าง นานอน! หนึ่งคนทำสิ่งเล็กๆ
เพื่อเป้าหมายนี้ และหากมีอีกหนึ่งคนที่ทำสิ่งเล็กๆ เพื่อเป้าหมายเดียวกันจะเกิดสิ่งใดขึ้น เราอาจจะคิดว่า “ยาก! เราเป็นแค่
เขาวชนธรรมดาๆ คนหนึ่งเท่านั้น”

จงมั่นใจเถิดว่า พระเจ้าทรงสร้างเราตามพระฉายาของพระองค์ นั่นคือ พระองค์ทรงสร้างเราให้มีความละม้าย
คล้ายคลึงพระองค์ เราจึงมีศักยภาพมากกว่าที่เราคิด บางทีเรายังไม่ได้ขุดค้น หรือบางที่ยังขุดค้นไม่เจอ อยากรู้ก็ตาม
ท่านนักบุญเปาโลได้กล่าวไว้ว่า **“อย่ากระวนกระวายใจถึงสิ่งใดเลย จงทูลพระเจ้าให้ทรงทราบถึงความปรารถนาทุกอย่าง
ของท่านโดยคำอธิษฐาน การรอนขอพร้อมด้วยการขอบพระคุณ แล้วสันติสุขของพระเจ้าซึ่งเกินสติปัญญาจะเข้าใจได้นั้น
จะคุ้มครองดวงใจและความคิดของท่านไว้ในพระคริสตเยซู”** (ฟป 4: 6-7) ด้วยคำยืนยันของท่านนักบุญเปาโลนี้ทำให้เรา
มั่นใจได้ว่า ความวุ่นวายใจและความยากลำบากต่างๆ ทั้งของเราและผู้คนรอบๆ ตัวเรานั้นจะได้รับบรรเทาทุกข์ได้ด้วยการ
วิงวอนขอความช่วยเหลือจากพระเยซูคริสตเจ้า



ถาม & ตอบ ปัญหาชีวิต...กับพี่น้อง

คำถาม : พี่คะ..เมื่อเราได้ยินคำพูดที่ต่อว่าเรา ตำหนิเรา จะตอบโต้อย่างไรดีคะ บางทีหนูก็เจ็บไม่ตอบโต้ แต่รู้สึกอึดอัด.... ไม่สบายใจคะ..... บางทีเขาพูดแรงมา หนูก็พูดแรงกลับไป แล้วก็มาเสียใจภายหลังคะ? หนูควรทำอย่างไรดีคะ?



ตอบ : น้องครับ เวลาที่น้องเจ็บไม่ตอบโต้ น้องคงรู้สึกลำบากใจ และอยากรักษาความสัมพันธ์ให้ใหม่ครับ คือพูดแล้วก็กลัวมีเรื่อง... ส่วนเวลาที่น้องตอบโต้ อาจเป็นเพราะน้องอยากสื่อสารจากใจอย่างตรงไปตรงมาและก็แค้นความสัมพันธ์ด้วยใช่ไหมครับ...ที่น้องไม่สบายใจในภายหลังเพราะกังวลใจเมื่อพูดตรงๆไปแล้ว จะกระทบต่อความสัมพันธ์

พี่ได้พบเห็น ได้ยินได้ฟังผู้คนจำนวนมากไม่น้อยเลือกวิธีการตอบโต้คำพูดทางลบที่กระทบใจด้วยถ้อยคำที่รุนแรง ในขณะที่ผู้คนอีกมากมายเลือกการเก็บความขุ่นเคืองไว้ในใจ เพราะคิดว่าไม่อยากจะให้เกิดปัญหา...

พี่พบว่าเรายังมีทางเลือกอื่นอีกนอกจาก 2 ทางที่กล่าวมาแล้ว...คือแทนการตอบโต้อย่างรุนแรงหรือการเจ็บเจຍຍยอมจำนนโดยเก็บความเจ็บขุ่นเคืองไว้ในใจ...เราอาจเลือกการบอกความรู้สึกและความต้องการในส่วนลึกของเรากับเขา...เมื่อเราได้รับฟังคำชี้แจงหรือคำกระทบใจนั้น โดยที่เรานั่งใจในความสัมพันธ์ที่มีต่อกันด้วย

เช่น การพูดกลับไปว่า “น้องได้ยินพี่พูดว่าน้องนิสัยไม่ดีแล้ว น้องรู้สึกไม่สบายใจนะ น้องต้องการความเข้าใจ พี่ช่วยบอกด้วยว่าน้องพูดหรือทำอะไรให้พี่คิดเช่นนั้น” หรืออาจพูดสั้นๆ ที่เฉพาะความรู้สึกและความต้องการในส่วนลึกของเราก็ได้ เช่น “น้องรู้สึกไม่สบายใจนะ น้องต้องการความเข้าใจ” “เรารู้สึกลำบากใจนะ เราต้องการความช่วยเหลือ” “พี่กังวลใจ และต้องการการรับฟัง”

อีกทางเลือกหนึ่งคือ การพูดตอบโดยการคาดคะเนความรู้สึกและความต้องการในส่วนลึกของผู้ที่พูดกระทบใจเรา เช่น “หนูได้ยินพ่อพูดว่า ดื้อ พ่อแนะนำแล้วไม่เคยทำตาม... พ่อคงรู้สึกเป็นห่วงหนู พ่อคงอยากช่วยใช่ไหมคะ” อาจพูดความรู้สึกความต้องการในส่วนลึกอย่างสั้นๆ เช่น “พ่อคงรู้สึกเป็นห่วงหนู พ่อคงอยากช่วยใช่ไหมคะ” “แม่คงรู้สึกกังวล เพราะอยากดูแลเอาใจใส่ใช่ไหมครับ”

ในช่วงเวลาที่น้องยังไม่แน่ใจว่าจะพูดดีไหม... น้องอาจฟังอีกฝ่ายหนึ่งพูดไปก่อน แล้วให้ความเข้าใจตนเองในใจด้วยการบอกความรู้สึก ความต้องการเหล่านี้ในใจของเรา เช่น “ตอนนี้เรากำลังรู้สึกเสียใจ น้อยใจนะ เราต้องการความเข้าใจมากเลย” การให้ความเข้าใจตนเองแบบนี้ จะช่วยให้เรารับมือกับอารมณ์ทางลบของเราและคนอื่นได้โดยแน่ใจได้ว่า ความรุนแรงจะไม่เพิ่มขึ้น และบ่อยครั้งความรุนแรงจะลดลงได้มากอีกด้วย...

และถ้าน้องยังรู้สึกว่าต้องการการรับฟัง ต้องการความเข้าใจเพิ่มเติม น้องสามารถขอให้เพื่อนหรือบุคคลที่น้องไว้วางใจช่วยรับฟังน้องก็ได้ วิธีนี้ช่วยให้น้องได้รับความเข้าใจเพียงพอที่จะรับมือกับคำพูดที่กระทบใจได้แตกต่างจากเดิม... เพราะอย่างน้อยน้องก็เข้าใจตนเองว่า ลึกๆแล้วน้องต้องการอะไร

นอกจากนั้น น้องยังมีทางเลือกอื่นๆ อีกมากมาย เช่น เราอาจให้ความเข้าใจเขาในใจก็ได้ เช่น พี่เขาและคิดในใจว่า “เขาคงกำลังโกรธ และต้องการการรับฟัง... ถ้าอย่างนั้น เรารับฟังเขาก่อนก็แล้วกัน... หลังจากอารมณ์ของเราทั้งสองคนผ่อนคลายแล้ว ค่อยคุยกันใหม่ภายหลังก็ได้...เพราะถ้าพูดอะไร ในตอนนี้ อาจกระทบต่อความสัมพันธ์ก็ได้... เราเองก็ต้องการรักษาความสัมพันธ์ด้วย...”

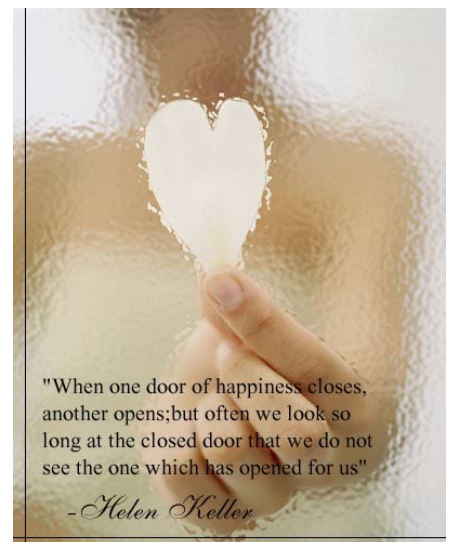
ขอให้น้องมีความสุข มีความสบายใจ มีกำลังใจมากขึ้นนะครับ ขอพระอวยพร คุ่มครองให้น้องอยู่ในหนทางความรักเมตตาของพระองค์ ได้ใช้ชีวิตตามน้ำพระทัยของพระองค์อยู่เสมอๆนะครับ

“จงอย่าพูดคำเลวร้ายใดๆ เลย จงพูดแต่คำดีงามเพื่อช่วยกันเสริมสร้างผู้อื่นตามโอกาสและเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่บรรดาผู้ได้ยินได้ฟัง” (เอเฟซัส 4:29)

เชิญชมเว็บไซต์บ้านใส่ใจ www.carefor.org

เพื่อชีวิต ความรัก มิตรภาพ กำลังใจ สื่อสารอย่างสันติ บันน้ำใจ ถามตอบปัญหาชีวิต

บ้านใส่ใจบนเฟซบุ๊ก www.facebook.com/carefor.org



“ความเข้าใจ” และ “การดูแลเด็ก” ตลอดเวลา

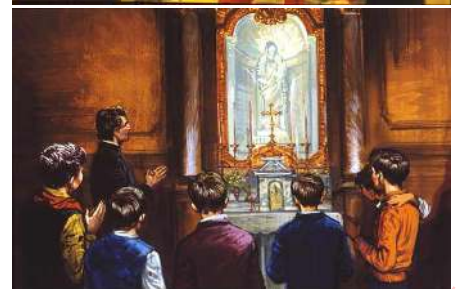
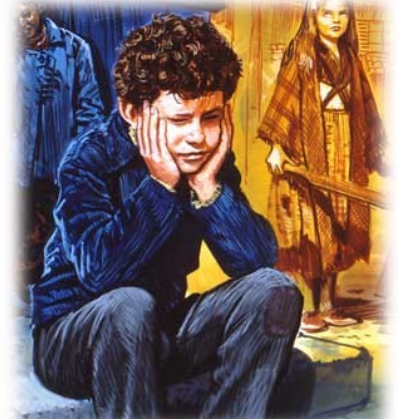
โดย..TopStar...SDB



หลาย ๆ คนเปรียบเด็กเหมือนผ้าขาว เพราะต้องดูแลรักษาตลอดเวลา หลายคนเปรียบเด็กเป็นดังกระดานดำที่ยังไม่มีร่องรอยใดๆ กระดานดำนั้นอยู่ในมือของพ่อแม่และผู้อบรม ซึ่งพวกเขาจะเขียนอะไรลงไปก็ได้ตามใจชอบ เมื่อพิจารณาด้วยเหตุผลแล้ว มันก็เป็นคำพูดที่ถูกต้องจริงๆ เรายอมรับถึงความดีงาม ความบริสุทธิ์ของเด็กตั้งแต่เป็นทารก เด็กๆ เปรียบได้กับเครื่องดนตรีเสียงดีชิ้นหนึ่ง ซึ่งพ่อแม่จะต้องใช้เครื่องดนตรีนั้นบรรเลง กับเพลงที่ประพันธ์ขึ้นสำหรับเขาเท่านั้น จะใช้กับเพลงอื่นๆ ไม่ได้

ตั้งแต่วันที่เด็กเกิดมา เขาจะมีความแตกต่างจากคนอื่นๆ ไม่เพียงแต่ในเรื่องของน้ำหนัก สีผิว หรือหน้าตา แต่รวมไปถึงปฏิกริยาตอบสนองต่อสิ่งที่อยู่รอบข้าง บางคนเป็นพวกที่กระตือรือร้น แต่บางคนก็เฉื่อยชา บางคนเชื่องช้า แต่บางคนก็คล่องตัว เราไม่สามารถทำอะไรเพื่อเปลี่ยนแปลงสิ่งเหล่านี้ในตัวเขาได้ เพียงแต่ให้การสนับสนุนโดยพยายามที่จะเข้าใจเขา รักเขา และสวดให้เขา เด็กแต่ละคนจะกลับกลายเป็นคนดี ก็เนื่องมาจากการมีผู้อบรมดูแลที่เข้าใจและ คอยช่วยเหลือเขาตลอดเวลาในทุกโอกาสที่เหมาะสม

ในการอบรมเด็ก น.ยอห์น บอสโกได้ให้ข้อแนะนำว่า เด็กจะต้องได้รับการดูแล ช่วยเหลือตลอดเวลา เด็กนั้นจะผิดพลาดและตกอยู่ในการประจัญได้อย่างง่ายดาย ด้วยเหตุนี้ จึงทำให้ต้องดูแลเด็กและช่วยให้พวกเขาได้อยู่ในสถานที่ที่เหมาะสม ถ้าเพียงแต่พ่อแม่และผู้อบรมจะยอมรับว่าลูกๆ ของตนนั้นยังคงเป็นเด็กอยู่ โดยเฉพาะในช่วงของการเป็นวัยรุ่น ซึ่งจะสามารถผิดพลาดได้ง่าย พ่อแม่ก็ควรหลีกเลี่ยงความเข้าใจผิดในตัวเด็กให้มากขึ้น การอยู่ดูแลเด็กเสมอจะทำให้เราเข้าใจในตัวเด็กมากยิ่งขึ้น และสามารถที่จะเป็นเพื่อน และพี่ที่ช่วยแนะนำเด็กไปในทางที่ดี



"อะไรจะแยกว่า...คนตาบอด"

โดย...เกศณี ไทยสนธิ



เมื่อหลายปีก่อน เพื่อนรุ่นพี่คนหนึ่ง ได้มีโอกาสไปเยี่ยมผู้พิการทางสายตาทิโชนสักแห่งหนึ่ง (จำไม่ได้จริง ๆ เพราะมันนานมาแล้ว) นอกจากเขาจะเล่าถึงความประทับใจในเรื่องราวต่าง ๆ ของคนตาบอดแล้ว เขายังเล่าด้วยว่า คนตาบอดส่วนใหญ่จะมีดวงตาคู่หนึ่งใจที่พิเศษมาก พวกเขาจะมองโลกในแง่ดี และมักจะมีพรสวรรค์ที่พิเศษอยู่เสมอ แม้จะฟังดูแปลก แต่ทว่า...มันเป็นเรื่องจริง ถ้าไม่เชื่อลองฟังเรื่องนี้ดู

เมื่อเดือนก่อนที่สถาบันปริดี พนมยงค์ มีการจัดเสวนาเรื่อง “**เฮ: ในภาพยนตร์จีนชีวิตที่ประทับใจ**” จริง ๆ แล้วการเสวนาดังกล่าว จะจัดขึ้นในวันอาทิตย์ตอนบ่ายสองโมง แต่ด้วยความที่เราจำผิดจำถูก ก็เลยทะเผลอทะเผลอไปในวันเสาร์เวลาบ่ายสองโมงกว่า ๆ พนักงานรักษาความปลอดภัยที่นั่นบอกว่า “ **คุณมาวันผิดแล้วครับ เสวนามีพรุ่งนี้ วันนี้มีแต่ฉายหนัง**” อ้อ..โหน ๆ ก็มาแล้ว (เสียงในใจก็กระซิบว่าลองเดิน ๆ ไปดูเหอะคงจะเป็นหนังดี) ทั้ง ๆ ที่เราไม่รู้เลยว่า หนังฉายมาตั้งครึ่งคอนเรื่อง จวนเจียนจะจบแล้ว โรงภาพยนตร์ที่นั่นเป็นโรงภาพยนตร์ขนาดเล็ก ทันทีที่เปิดประตูเข้าไป หนังกำลังอยู่ในระหว่างฉากคำมิตพอดี มันแทบจะมองไม่เห็นอะไรในห้องนั้นเลย นอกจากกางเกงของตัวเอง (เพราะดันใส่กางเกงสีขาว มันสะท้อนแสงเป็นพรายน้ำ) ในช่วงขณะนั้น เรารู้สึกได้ถึงความเป็นคนตาบอดก็เลยต้องยืนนิ่ง ๆ เพื่อรอภาพยนตร์ตัดเปลี่ยนไปฉากที่สว่าง แต่ภาพยนตร์เรื่องนั้น ก็ดันเป็นภาพยนตร์เรื่อง One of The lucky ones ที่เกี่ยวกับคนตาบอดอีกด้วย เป็นหนังเก่ามากสุด ๆ แม้ว่าจะมีโอกาสชมภาพยนตร์เรื่องนี้เพียง 20 นาทีสุดท้าย แต่ขอบอกว่าเป็น 20 นาทีที่ประทับใจมาก เพราะมันได้เรียกน้ำตาออกมามากมายเหลือเกิน 20 นาทีสุดท้าย ทำให้เราเดาเรื่องราวได้ตั้งแต่ต้น เพราะเป็นการนี่ย้อนที่สร้างแรงสั่นสะเทือนได้อย่างไม่น่าเชื่อ

หนังเรื่องนี้ เป็นชีวิตจริงของผู้หญิงคนหนึ่งชื่อ **ลูซี่ ชิง** เธอโชคร้ายที่เกิดมาในครอบครัวชาวจีนที่ร่ำรวย แต่โชคร้ายที่ตาบอดตั้งแต่เด็ก เกิดเป็นลูกผู้หญิง ชาวจีนสมัยนั้นก็เสียใจจะแย่แล้ว ยังแถมเวอร์ชั้นตาบอดมาอีก พ่อแม่ก็เลยไม่ค่อยได้ใส่ใจ ไม่ได้อยากจะให้เรียนอะไรมากนัก จะมีก็แต่คนรับใช้ชื่อ**อาหวน** ที่รักเธอสุดชีวิต อาหวนเป็นคนบอกกับลูซี่ในตอนเด็กว่า

“คุณหนูก็มองเห็นนะ แต่เห็นในแบบที่ไม่เหมือนใคร คุณหนูเห็นได้ด้วยมือใจคะ” เป็นคำตอบที่อาหวนตอบแบบปลอบใจตัวเองและปลอบใจคุณหนูไปในเวลาเดียวกัน คำตอบนี้เขียนไว้ในหนังสือที่ลูซี่ ชิง ได้บันทึกไว้ อาหวนเลี้ยงดูลูซี่อย่างดี จนเติบโตใหญ่เรียนจบมัธยมปลาย เงินเดือนของเธอทุกบาททุกสตางค์ ก็เก็บออมไว้ให้คุณหนูเรียน ไม่เคยนั่งรถเมล์ ลงทุนยอมเดินไกล ๆ เพื่อเก็บเงินไว้ให้คุณหนู เงินค่ากับข้าวก็เจียดใช้ให้เหลือเก็บ เพราะรู้ว่า นายผู้ชายกับนายผู้หญิงไม่สนับสนุนให้ลูกคนนี้เรียนแน่ ทุกสิ่งอย่างตั้งแต่ตื่นนอนจนเข้านอน อาหวนดูแลตลอด อาหวนแม้จะเป็นคนใช้ แต่ก็แอบใส่หัวใจที่เข้มแข็งให้กับคุณหนูของเธอ สอนให้มองโลกในแง่ดี มีวิสัยทัศน์ มีทัศนคติที่ดี จนกระทั่งคุณหนูของเธอได้รับทุนให้ไปศึกษาต่อที่อเมริกา ก็เป็นอาหวนอีกนั่นแหละที่ให้กำลังใจ บอกว่าไปเรียนแล้วจะได้กลับมาสอนคนตาบอดในประเทศจีน แม้ว่าจะเป็นคนใช้ที่แก่แล้วและต้องทนทุกข์ทรมานคิดถึงคุณหนูของเธอที่เลี้ยงมาทั้งชีวิตก็ตาม ภาพที่อาหวนน้ำตาคลอเบ้า เดินกะเผลกกะเผลกพาคุณหนูของเธอเดินไปขึ้นเครื่องบินนั้น สะเทือนใจคนดูเป็นที่สุด

สุดท้ายแล้ว สิ่งที่อาหวนหว่านเมล็ดพันธุ์ลงไปใจของคุณหนูตั้งแต่วัยเยาว์ ก็เกิดดอกออกผล คุณหนูเรียนจนจบได้เป็นถึงดอกเตอร์ ได้เปลี่ยนศาสนาเป็นศาสนาคริสต์ และเป็น**คนแรก**ที่คิด**แปลพระคัมภีร์เป็นอักษรเบรลล์** โดยมีเพื่อนร่วมทีมอีก 3 คน ซึ่งต้องใช้อาสาสมัครช่วยอ่านออกเสียงให้เธอแปลออกมาได้ แม้จะใช้เวลาเกือบสิบปีก็ตาม ไม่น่าเชื่อว่าวิสัยทัศน์ของคนตาบอดจะกว้างขวางมาก ไม่เพียงแต่ในประเทศจีนเท่านั้น ในสมัยที่เธอใช้ชีวิตอยู่ที่ประเทศฮ่องกง ก็ได้ทำงานช่วยเหลือสังคม เป็นอาจารย์ เป็นที่พึ่งทางใจให้ทั้งคนตาบอด ตาดี และผู้ไร้กำลังใจทั้งหลาย เป็นคนตาบอดที่ใจของเธอไม่เคยบอดไปด้วยเลยแม้แต่น้อย

ตอนเดินออกมาจากโรงภาพยนตร์นี้

คำถามที่เพื่อนรุ่นพี่เคยเล่าให้ฟังในความประทับใจเมื่อหลายปีก่อน

ก็วนกลับเข้ามาในความคิดอีกครั้ง เขาเล่าว่า

ในวันนั้นเขาวงคนที่ตาบอดคนหนึ่งถามเขาว่า “ คุณรู้ไหมว่า อะไรที่แยกว่าคนตาบอด? ”

ผู้ถูกถามอึ้งอยู่สองสามวินาทีแล้วตอบไปว่า “ คนหูหนวกและเป็นใบ้หรือ? ”

คนตาบอดอมยิ้ม ตอบเสียงดังว่า “ไม่ใช่ครับ” แล้วก็เฉลยว่า

“ สิ่งที่แยกว่าคนตาบอด ก็คือคนตาดี แต่ไม่มีวิสัยทัศน์ใจครับ ”

“.....”



พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์



ไทยติดอันดับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ 1 ใน 10 ของโลก ครองอันดับ 3 สุดของเอเชีย ประเทศไทยเนื่องจากติดอันดับผู้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ลำดับต้นๆ ของโลกเลยทีเดียว ทำให้เมื่อ พ.ศ.2551 มีการออกพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. ๒๕๕๑ ขึ้น ดังนั้นจึงขอแนะนำส่วนของพระราชบัญญัติฉบับดังกล่าว ดังนี้



ห้ามขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานที่หรือบริเวณดังต่อไปนี้

- ๙ วัดหรือสถานที่สำหรับปฏิบัติพิธีกรรมทางศาสนา
- ๙ สถานบริการสาธารณสุขของรัฐ สถานพยาบาลตามกฎหมายว่าด้วยสถานพยาบาลและร้านขายยาตามกฎหมายว่าด้วยยา
- ๙ สถานที่ราชการ ยกเว้นบริเวณที่จัดไว้เป็นร้านค้าหรือสโมสร
- ๙ หอพักตามกฎหมายว่าด้วยหอพัก
- ๙ สถานศึกษาตามกฎหมายว่าด้วยการศึกษาแห่งชาติ
- ๙ สถานีบริการน้ำมันเชื้อเพลิงตามกฎหมายว่าด้วยการควบคุมน้ำมันเชื้อเพลิงหรือร้านค้าในบริเวณสถานีบริการน้ำมันเชื้อเพลิง
- ๙ สวนสาธารณะของทางราชการที่จัดไว้เพื่อการพักผ่อนของประชาชนโดยทั่วไป
- ๙ สถานที่อื่นที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดโดยความเห็นชอบของคณะกรรมการ



ห้ามมิให้ผู้ใดขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์แก่บุคคลดังต่อไปนี้

- ๙ บุคคลซึ่งมีอายุต่ำกว่ายี่สิบปีบริบูรณ์
- ๙ บุคคลที่มีอาการมึนเมาจนครองสติไม่ได้



ห้ามมิให้ผู้ใดบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในสถานที่หรือบริเวณดังต่อไปนี้

- ๙ วัดหรือสถานที่สำหรับปฏิบัติพิธีกรรมทางศาสนา เว้นแต่เป็นส่วนหนึ่งของพิธีกรรมทางศาสนา
- ๙ สถานบริการสาธารณสุขของรัฐ สถานพยาบาลตามกฎหมายว่าด้วยสถานพยาบาล และร้านขายยาตามกฎหมายว่าด้วยยา ยกเว้นบริเวณที่จัดไว้เป็นที่พักส่วนบุคคล
- ๙ สถานที่ราชการ ยกเว้นบริเวณที่จัดไว้เป็นที่พักส่วนบุคคล หรือสโมสร หรือการจัดเลี้ยงตามประเพณี
- ๙ สถานศึกษาตามกฎหมายว่าด้วยการศึกษาแห่งชาติ ยกเว้นบริเวณที่จัดไว้เป็นที่พักส่วนบุคคลหรือสโมสร หรือการจัดเลี้ยงตามประเพณี หรือสถานศึกษาที่สอนการผสมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และได้รับอนุญาตตามกฎหมายว่าด้วยการศึกษาแห่งชาติ
- ๙ สถานีบริการน้ำมันเชื้อเพลิงตามกฎหมายว่าด้วยการควบคุมน้ำมันเชื้อเพลิงหรือร้านค้าในบริเวณสถานีบริการน้ำมันเชื้อเพลิง
- ๙ สวนสาธารณะของทางราชการที่จัดไว้เพื่อการพักผ่อนของประชาชนโดยทั่วไป
- ๙ สถานที่อื่นที่รัฐมนตรีประกาศกำหนดโดยคำแนะนำของคณะกรรมการ

องค์การอนามัยโลก ระบุว่าเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็น 1 ใน 4 ของกลุ่มตัวการร้ายที่ทำลายสุขภาพ โดยจากการรวบรวมข้อมูลจากประเทศสมาชิกทั่วโลกพบว่า การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นสาเหตุให้ประชากรโลกเสียชีวิตปีละกว่า 2.5 ล้านคน เฉลี่ยนาทีละ 4.8 คน เฉพาะในกลุ่มอายุ 15 - 29 ปี มีรายงานเสียชีวิตปีละ 3.2 แสนคน การทำร้ายร่างกาย การป่วย ผลกระทบต่อครอบครัวและเด็กอีกจำนวนมาก ดังนั้นเราเยาวชนคาทอลิก จึงจำเป็นต้องใส่ใจห่างไกลห่างจากเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด เพราะร่างกายของเราเป็นพระอาณาจักรของพระเจ้า



/ 16/02/12 / ตามแท่งนักบุญเปาโล

Episode 8 :

ผ่าดวง!! เทคโนโลยีที่จะมาแรงในอีก 5 ปีข้างหน้า



สวัสดีครับ เพื่อนๆ ผู้อ่านทุกท่านในเดือนแห่งความรักนี้ แม้ว่าเรื่องดวงกับเรื่องความรัก มักจะเป็นคู่กันสำหรับหญิงไทย แต่วาเลนไทน์ปีนี้ “สตีฟ ใจ” ขอแหวกแนวนำเสนอเรื่องคำทำนาย และการพยากรณ์ ว่าในอีกห้าปีข้างหน้า เทคโนโลยีอะไรที่จะมาแรงข้ามไฟแดง แข่งทางโค้ง ซึ่งในอนาคตจะมาเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตเราอย่างไม่ต้องสงสัย

สำหรับหมอดู ผ่าดวง! ฟันธง! ด้านเทคโนโลยีที่ทันสมัยนี้ มิใช่ใครอื่น นอกจาก บริษัท IBM ยักษ์ใหญ่สี่ฟ้าแห่งวงการไอที ที่ก่อตั้งมายาวนานตั้งแต่ปี ค.ศ.1911 (100 ปีแล้ว!!) โดย IBM มีธรรมเนียมที่จะออกมาพยากรณ์แนวโน้มเทคโนโลยีเป็นประจำทุกปี โดยในปลายปี 2011 ที่ผ่านมา ได้มีการจัดอันดับที่เรียกว่า "Five in Five" หรือ 5 เทคโนโลยีที่จะเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของเราในอีก 5 ปีข้างหน้า อันมีรายละเอียดดังนี้ครับ...



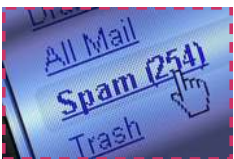
1. **Energy** : เทคโนโลยีการเก็บสะสมพลังงานที่เราสร้างขึ้นเอง แล้วนำมาใช้ในบ้าน เช่น ความร้อนจากคอมพิวเตอร์ พลังงานจากการเดินหรือการปั่นจักรยาน ซึ่งเกิดขึ้นได้เพราะเทคโนโลยีพลังงานหมุนเวียนพัฒนามากว่าเดิม

2. **Security** : เทคโนโลยีการแยกแยะด้วยชีวภาพแทนการใช้รหัสผ่าน เช่น สแกนนิ้วมือหรือใบหน้า แยกแยะด้วยเสียง ซึ่งอีก 5 ปีเทคโนโลยีน่าจะพัฒนาจนอยู่ในขั้นใช้งานจริงและแพร่หลาย



3. **Mind reading** : เทคโนโลยีการสั่งการโดยต่อเชื่อมกับสมอง (การสั่งงานด้วยจิตใจ) เพื่อใช้ความคิดสั่งงานน่าจะเกิดขึ้นได้จริงแล้ว โดยน่าจะเริ่มใช้จากวงการเกม และบันเทิงก่อน

4. **Mobile** : ปัญหา Digital divide (ความเหลื่อมล้ำทางเทคโนโลยี) จะเริ่มหมดไป ปัญหาช่องว่างการเข้าถึงเทคโนโลยีดิจิทัล จะถูกอุดด้วยเทคโนโลยีมือถือที่แพร่หลายอย่างรวดเร็ว และ 80% ของประชากรโลกจะใช้งานมือถือได้ในอีก 5 ปี นอกจากนี้ เทคโนโลยีการสั่งงานด้วยเสียงจะช่วยให้คนเข้าถึงเทคโนโลยีได้มากขึ้น



5. **Analytics** : เทคโนโลยีการวิเคราะห์และกรอง Spam mail จะทำให้สแปมกลายเป็นอีเมลที่เราต้องสนใจ เพราะการส่งอีเมลโฆษณาสินค้าแบบห้วนจะเริ่มหมดไป เปลี่ยนเป็นการประชาสัมพันธ์แบบเจาะกลุ่มที่แม่นยำและตรงกับ ความสนใจของลูกค้ามากขึ้น ในอีกด้าน ตัวกรองสแปมก็จะเก่งขึ้นจนกรองสแปมได้เกือบหมด

“สตีฟ ใจ” คิดว่านี่เป็นเพียงแค่ส่วนหนึ่งของเทคโนโลยีอันก้าวไกลบนโลกใบน้อยของเรา เพื่อนๆผู้อ่านลองคิดล่วงหน้าสิครับว่า เราจะใช้เทคโนโลยีต่างๆเหล่านี้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อคุณภาพชีวิต และต่อผู้ด้อยโอกาสอย่างไรได้บ้าง “สตีฟ ใจ” เชื่อว่า หากเรานำเทคโนโลยีมาใช้ในทางสร้างสรรค์ (ไม่ใช่สอนคำหยาบให้กับแอปฯมือถืออย่าง Simsimi ที่กำลังดังบน Social Network ต่างๆ) สิ่งดีดีก็จะตามมาอย่างแน่นอน โดยไม่ต้องหวังพึ่งหมอดูนะครับ ขออวยพรทุกท่านให้ได้รับรักและสงต่อรัก ในบรรยากาศเดือนแห่งความรักครับ “สตีฟ ใจ”

ข้อมูลโดย IBM Press หัวข้อ “IBM Reveals Five Innovations That Will Change Our Lives within Five Years”

Link : <http://www-03.ibm.com/press/uk/en/pressrelease/36356.wss>

หรือชมการนำเสนอทาง Youtube : <http://youtu.be/tuisda1q6ns>

Lycopene



...BY...Pharm_New

สวัสดีผู้อ่านทุกท่าน วันนี้ผมมีข้อมูลโภชนาการดี ๆ มาฝากนะ ครับ สำหรับพระเอกของเราในฉบับนี้ก็เป็นพืชผลชนิดหนึ่งที่อยู่กับครัวคนไทยมาช้านานนั่นก็คือ “มะเขือเทศ” ที่เราคุ่นเคยกินดีนี่เองมะเขือเทศนี้ หลายคนก็ชอบรับประทาน บางคนก็ไม่ชอบเอาซะเลยนะครับ แต่ท่าน เคยรู้หรือไม่ว่าการบริโภคมะเขือเทศนั้น เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ อย่างมาก เนื่องจากมะเขือเทศนั้นอุดมไปด้วยสารไลโคปีน (Lycopene) ที่มีคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระได้ดีเลยทีเดียวครับ

เรามาเริ่มทำความรู้จักสารไลโคปีน และมะเขือเทศกันดีกว่านะครับ ไลโคปีน เป็นสารที่พบในมะเขือเทศ จัดเป็นสารประกอบกลุ่มแคโรทีนอยด์ชนิดหนึ่งใน 600 ชนิด สามารถพบไลโคปีนได้ในมะเขือเทศ แตงโม เกรพฟรุ๊ตสี ชมพู ฝรั่งสีชมพู และมะละกอ โดยที่เราสามารถพบไลโคปีนในปริมาณตั้งแต่ 0.9-9.3 กรัมใน 100 กรัมของมะเขือเทศสดไลโคปีนเป็นสารที่ได้รับความสนใจเนื่องจากมีรายงานว่ามีความประโยชน์ต่อสุขภาพ โดยเฉพาะการลดความเสี่ยง ในการเกิดมะเร็งที่อวัยวะต่างๆ ที่ชัดเจนที่สุด คือ มะเร็งต่อมลูกหมาก รองลงมา คือมะเร็งปอด ภาวะอาหาร นอกจากนี้ก็ยังแสดงประโยชน์ของการได้รับไลโคปีนในการลดความเสี่ยงของมะเร็งตับอ่อน ลำไส้ใหญ่ ทวารหนัก คอหอย ช่องปาก เต้านม เป็นต้น

เมื่อเริ่มรู้จักไลโคปีนกันแล้ว ก็คงจะมีคำถามตามมาว่าแล้วจะบริโภคมะเขือเทศอย่างไรให้ได้ไลโคปีนสูง? ความเชื่อที่ว่าของสดดีกว่าของที่ผ่านการปรุงแล้ว ไม่ได้เป็นจริงเสมอไป ในกรณีของมะเขือเทศถือเป็นข้อยกเว้น มะเขือเทศที่ผ่านความร้อนจะทำให้การยึดจับของไลโคปีนและเนื้อเยื่อมะเขือเทศอ่อนตัวลง ทำให้ไลโคปีนถูกร่างกายนำไปใช้ได้ดีกว่า นอกจากนี้ความร้อนและกระบวนการต่างๆ ในการผลิตผลิตภัณฑ์มะเขือเทศยังทำให้ไลโคปีนเปลี่ยนรูปแบบ จาก all-trans-isomer เป็นชนิด cis-isomer ทำให้ละลายได้ดีขึ้น โดยทั่วไป ปริมาณไลโคปีนในผลไม้และมะเขือเทศสดจะแตกต่างกันมาก แต่เมื่อนำมะเขือเทศสดไปผ่านกระบวนการผลิตให้อยู่ในรูปผลิตภัณฑ์ มะเขือเทศต่างๆ พบว่าปริมาณไลโคปีนสูงขึ้นมาก เนื่องจากมีกระบวนการ ทำให้เข้มข้นขึ้น ดังนั้นอาหารอิตาเลียนพวกพิซซา สปาเก็ตตี้ ที่มีการแต่งรส ด้วยซอส หรือผลิตภัณฑ์จากมะเขือเทศ จึงเป็นแหล่งไลโคปีนที่ดีนะครับ...



คณะกรรมการเยาวชนกรุงเทพฯ

ประชุมและสำรวจพื้นที่เตรียมค่ายปีถัดไป

วัดนักบุญยอแซฟ หนองรี



แผนกเยาวชน
อัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ

วันอาทิตย์ที่ 12 กุมภาพันธ์ 2012 เวลา 08.30น. คณะกรรมการเยาวชนอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ ประชุมและสำรวจพื้นที่ วัดนักบุญยอแซฟ หนองรี เพื่อเตรียมโครงการค่ายปี2012และร่วมพิธีบูชาขอบพระคุณ เวลา 08.30 น. โดยมีคุณพ่อวิจิตร แสงหาญ เจ้าอาวาสวัดนักบุญยอแซฟ หนองรีให้การต้อนรับอย่างดีและเป็นกันเอง พร้อมอำนวยความสะดวกต่างๆ

คุณพ่อสรารัฐ อมรดิษฐ์ ผู้จัดการแผนกเยาวชนอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ ร่วมเป็นประธานกับคุณพ่อวิจิตร แสงหาญ ในพิธีบูชาขอบพระคุณร่วมกับคณะกรรมการเยาวชนอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ หลังจากพิธีเสร็จสิ้นคุณพ่อวิจิตรและคุณพ่อสรารัฐได้ร่วมประชุมพร้อมกับเยาวชนเพื่อเตรียมงาน ค่ายปีถัดไปที่จะจัดขึ้นในวันที่ 23-25 มีนาคม ที่กำลังจะถึงนี้ จากนั้นได้เดินทางไปสำรวจพื้นที่ที่จะจัดงานจริง สำหรับหัวข้อค่ายปีนี้ “จงชื่นชมองค์พระผู้เป็นเจ้าทุกเวลาเถิด” พป 4: 4

โครงการค่ายปีถัดไป สัมผัสชีวิต ประจำปี 2012 เป็นโครงการประจำปีของแผนกเยาวชนอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ ที่จัดขึ้น เพื่อช่วยให้เยาวชนอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ ได้ตระหนักถึงคุณค่าอันสำคัญของธรรมล้ำลึกปีศาจ ซึ่งเยาวชนสามารถร่วมในประสบการณ์นี้ได้อย่างเข้มข้นตลอดช่วงเทศกาลมหาพรต พร้อมกับสำนึกดังกล่าวโครงการนี้จะเสริมประสบการณ์การปฏิบัติตน รัก และรับใช้ตามแบบอย่างขององค์พระเยซูเจ้าในชีวิตอีกด้วย

และสำหรับน้องๆเยาวชนที่สนใจสามารถเข้าร่วมค่ายปีถัดไป สัมผัสชีวิต ปี 2012 ได้ สามารถติดต่อได้ที่ คุณจันทร์หา จิระวัฒน์กิจ โทร. 02-237-7314 หลังจากสมัครแล้วเตรียมตัวให้พร้อมที่จะลงสัมผัสชีวิตและติดตามองค์พระผู้เป็นเจ้าและพร้อมที่จะรักและรับใช้เพื่อนพี่น้อง

(ขอขอบคุณ ที่มา <http://youthbkk.catholic.or.th/youthnews/n019.html>)







แผนกเยาวชนอัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ
เชิญชวนพี่น้องเยาวชน ที่มีอายุตั้งแต่ 13 - 25 ปี เข้าร่วม



ค่ายปีศาจสัมผัสชีวิต ประจำปี 2012

จงชื่นชมในองค์พระผู้เป็นเจ้าทุกเวลาเถิด (พป.4:4)

สิ่งที่ต้องเตรียมมา

- ชุดกีเลอะได้ (ไม่ขาว)
- สบตกางเกงคลุมเข่า
- เสื้อกีโป้ใช้แล้ว 1 ตัว
- ยาธาภิบาลโรคประจำตัว
- ของที่ระลึกเพื่อนอบิให้กับบ้านอุปถัมภ์
- ความรับผิดชอบตนเองที่พร้อมจะดูแลทรัพย์สินและของมีค่าของตน
- จิตใจที่เปิดรับ การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น และพร้อมที่จะเข้ารับการอบรม

สภาพร่างกายและจิตใจที่คิดว่า **“เอาอยู่”** ในทุกกิจกรรม

วันที่ 23 - 25 มีนาคม 2012

ณ วัดนักบุญยอแซฟ หนองรี จ.นครนายก





สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ แผนกเยาวชน อัครสังฆมณฑลกรุงเทพฯ
โทร. 02-237-7314-5, 0-8607-9406-7



สังฆมณฑลเชียงใหม่ เปิดปีเยาวชน 2012



เพื่อเป็นการเตรียมปีเยาวชน (เชียงใหม่) ใน ปี ค.ศ.2012 ที่จะถึงนี้ทางคณะกรรมการฯ เพื่อคริสตชน แผนกเยาวชน ได้มีความเห็น ร่วมกันว่า เพื่อให้การสวดภาวนาของกลุ่ม เยาวชนจะเกิดผลอย่างแท้จริง นั้น จึงได้จัด ให้มีการอบรมผู้นำเทเซ ให้แก่ผู้นำเยาวชน และจิตตภาวนาประจำเขต ทั้ง 5 เขต ด้วย เมื่อวันที่ 25 พฤศจิกายน 2011 ที่

ผ่านมา ที่ศูนย์สังฆมณฑลเชียงใหม่ โดยได้รับเกียรติจากบราเดอร์มาร์โก สมาชิกคณะปีเมซึ่งเป็นผู้อำนวยการด้านการภาวนาแบบ เทเซ ได้เป็นวิทยากรให้การบรรยายและฝึกปฏิบัติจริงในครั้งนี้ ทั้งนี้เพื่อกลุ่มผู้นำเยาวชนเหล่านี้จะได้นำกลับไปใช้ในเขตหรือพื้นที่ของ ตนต่อไป ซึ่งกิจกรรมอบรมเริ่มด้วยคุณพ่อเอกสิทธิ์ ทัพทะกุลธร จิตตภาวนาเยาวชนได้กล่าวต้อนรับคุณพ่อและเยาวชนผู้เข้าร่วมรับการ อบรมครั้งนี้ รวมทั้งได้ชี้แจงเกี่ยวกับกิจกรรมในปีเยาวชน 2012 ที่กำลังจะมาถึงในไม่ช้านี้

จากนั้นจึงเริ่มเนื้อหาเกี่ยวกับการสวด ภาวนาแบบเทเซ ซึ่งบรรยายโดยบราเดอร์ มาร์โก สรุปว่าการภาวนาแบบเทเซนั้นซึ่งเป็นการ ภาวนาอีกรูปแบบหนึ่งที่เราสร้าง บรรยากาศที่ดีในการสวดภาวนา เป็นบรรยากาศของการสงบ การรำพึง การเงิบ และสลับด้วยการขับ ร้องบทเพลงสลับกับการภาวนา ฯลฯ



.....อ่านต่อหน้า 11...

สังฆมณฑลเชียงใหม่เปิดปีเยาวชน 2012 อย่างเป็นทางการ

(http://www.cmdiocese.org/th/_/c-news/dailynews/1182-1)

ในโอกาสสวขพระสงฆ์ใหม่เมื่อวันที่ 7 มกราคม 2012 ที่วัดแม่พระปฏิสนธินิรมล บ้านเมืองงาม อำเภอแม่สาย จังหวัดเชียงใหม่ พร้อมกันนี้ก่อนพิธีบวชพระสงฆ์ ได้มีพิธีเปิดปีเยาวชนของสังฆมณฑลเชียงใหม่อย่างเป็นทางการโดยมีขบวนแห่ธงสีของเยาวชนทั้ง 5 เขต ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของแต่ละเขต ตามด้วยไม้กางเขนสูง 3.50 เมตร ซึ่งเป็นเครื่องหมายว่าเยาวชนจะต้องแบกกางเขนในชีวิตประจำวันทุกวันเพื่อสวนทางกับกระแสโลกแล้วติดตามพระเยซูเจ้า ซึ่งกางเขนนี้จะส่งมอบให้กับแต่ละเขตวัดต่อ ๆ กันไป จากนั้นได้มอบพระคัมภีร์ซึ่งหมายถึงพระวาจาของพระองค์ ซึ่งเยาวชนจะต้องนำเอาพระวาจามาดำเนินชีวิตประจำวัน และสุดท้ายได้มอบภาพแม่พระประจักษ์ที่เมืองลูร์ด ซึ่งหมายถึงแม่พระได้เป็นแม่ของเราคริสตชน ซึ่งที่เชิงกางเขนบนภูเขากัลวารีโอ พระเยซูเจ้าได้มอบพระแม่ให้เป็นแม่ของเรา และเราเยาวชนต้องสำนึกเสมอว่าเราเป็นลูกของพระแม่เสมอ



โลโก้ปีเยาวชนและความหมาย

(http://www.cmdiocese.org/th/_/department/youth/1191-1)

1. เชือก 5 เส้น 5 สี สานเป็นรูปกางเขน หมายถึง เยาวชนจาก 5 เขตของสังฆมณฑลเชียงใหม่ ที่ร่วมถักทอและเดินไปพร้อมกันสู่ความเชื่อ โดยมีเครื่องหมายกางเขนเป็นสัญลักษณ์
2. หัวใจสีขาวมีเปลวเพลิง หมายถึง หัวใจที่บริสุทธิ์และลุกร้อนไปด้วยพลังและความเชื่อ
3. รูปวงกลม หมายถึง ศีลมหาสนิทและความเป็นหนึ่งเดียวกัน



กำหนดการจาริกกางเขน ปีเยาวชน 2012 (เดือนมกราคม - เดือนมีนาคม)

เขต 5 แม่ฮ่องสอน จิตตาดิการเยาวชน : คุณพ่อทูน ประภาสสันต์

- | | |
|--------------------------------|---------------------------------------|
| 1. วันเสาร์ที่ 7 มกราคม | วัดแม่พระผู้ปฏิสนธินิรมล บ้านเมืองงาม |
| 2. วันเสาร์ที่ 14 มกราคม | วัดพระทรงบังเกิด ปาย |
| 3. วันอาทิตย์ที่ 15 มกราคม | วัดนักบุญฟรังซิสเซเวียร์ แม่ฮ่องสอน |
| 4. วันอาทิตย์ที่ 22 มกราคม | วัดแม่พระลูกพระคำ ขุนยวม |
| 5. วันอาทิตย์ที่ 29 มกราคม | วัดนักบุญเซซีลียา ห้วยต้นนุ่น |
| 6. วันอาทิตย์ที่ 5 กุมภาพันธ์ | วัดป่าเปียงหลวง |
| 7. วันอาทิตย์ที่ 12 กุมภาพันธ์ | วัดพระแม่มารีย์ หนองแห้ง |
| 8. วันอาทิตย์ที่ 19 กุมภาพันธ์ | วัดนักบุญเปโตร ขุนแม่ลา |
| 9. วันอาทิตย์ที่ 26 กุมภาพันธ์ | วัดนักบุญยอห์น บัปติสต์ แม่เฒ่า |
| 10. วันอาทิตย์ที่ 4 มีนาคม | วัดนักบุญเปโตร แม่ลาน้อย |
| 11. วันอาทิตย์ที่ 11 มีนาคม | วัดนักบุญมัทธิว แม่เตี้ย |
| 12. วันอาทิตย์ที่ 18 มีนาคม | วัดนักบุญเปาโล แม่สะเรียง |
| 13. วันอาทิตย์ที่ 25 มีนาคม | วัดแม่ลิต |





คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อคริสตชนฆราวาส แผนกเยาวชน

122/11 ซ.นนทรี 14 ถ.นนทรี แขวงช่องนนทรี เขตยานนาวา

กรุงเทพฯ 10120 THAILAND Tel. 02-681-3900 ต่อ 1504 - 5

Fax : 02-681-5369-70 Website: <http://youth.cbct.net>

E-mail : youth@cbct.net / cycctforever@hotmail.com



ชุมชนศิษย์พระคริสต์
มีรากฐานอยู่ที่พระคริสตเจ้า
และดำรงชีวิตอยู่ในพระองค์
เป็นเครื่องหมายที่มีชีวิตชีวา
เป็นสังคมใหม่ที่มีรากฐาน
บนวัฒนธรรมแห่งความรัก
เป็นเครื่องมือที่ดีในการอภิบาล
และการเผยแผ่ธรรม
เป็นความหวังอันยิ่งใหญ่
สำหรับความเป็นอยู่ของพระศาสนจักร

กรุณาส่ง.....

ปีที่ 25 ฉบับที่ 88 เดือนกุมภาพันธ์ 2012

“แค่ 5 นาที นะฮะ พ่อ!”

ในสวนสาธารณะแห่งหนึ่ง ผู้เป็นพ่อพาบุตรเขยวัยมาเดินเล่น พบกับผู้เป็นแม่อีกคนหนึ่งที่กำลังลูบของเธอมาร่วมเดินเล่นเช่นกัน ทั้งคู่ไม่เคยรู้จักกันมาก่อน แต่ก็นั่งลงบนม้านั่งใกล้สนามเด็กเล่นคุยกันถึงลูกของตนเองที่กำลังเล่นอยู่ในสนามเด็กเล่น หลังจากคุยกันไประยะหนึ่ง ผู้เป็นพ่อก็มองดูนาฬิกาข้อมือพร้อมตะโกนเรียกลูกกลับบ้าน แต่ลูกชายอึดออดและออดอ้อนผู้เป็นพ่อว่า “5 นาที นะฮะพ่อ นะฮะพ่อ...แค่ 5 นาทีเอง” ผู้เป็นพ่อพยักหน้าอนุญาตและปล่อยให้ลูกเล่นชิงช้าต่อตามที่เขาต้องการ และอีก 5 นาทีต่อมา ผู้เป็นพ่อก็ตะโกนเรียกลูกของเขากลับมา ลูกชายอึดออดและออดอ้อนผู้เป็นพ่ออีกเช่นเคยว่า “5 นาทีนะฮะพ่อ ขออีกแค่ 5 นาทีเอง”



ชายผู้เป็นพ่อยิ้ม พลางกล่าวว่า “ตกลงลูก!”

“เหลือเชื่อเหลือเกิน คุณข้างเป็นพ่อที่อดทนเหลือเชื่อ” หญิงที่อยู่ข้างๆ กล่าวแบบชื่นชม.....ชายผู้เป็นพ่อสลายรอยยิ้ม กล่าวว่า “เมื่อปีที่แล้วลูกชายคนโตของผมขี่จักรยานเล่นแถวนี้ แล้วถูกคนเมาขับรถชนตาย ตอนนั้นผมไม่เคยใช้เวลากับเขามากนัก....

แต่ตอนนี้ผมทำทุกอย่าง ถ้าได้ใช้เวลากับเขาเพียง 5 นาที.... ผมจึงสาบานว่าผมจะไม่ทำผิดซ้ำสองกับน้องชายของเขานึก”

หลังจากนั่งสักครู่ เขากล่าวปิดท้ายว่า “ลูกคนเล็กของผมเขาคิดว่า...เขามิเวลาเล่นชิงช้าเพิ่มขึ้น 5 นาที แต่แท้จริงแล้วผมต่างหากที่มีเวลา ดูแลเขาเพิ่มขึ้นอีก 5 นาที!”

เพราะคนเป็นพ่ออย่างผม พวกเรามักมองข้าม 5 นาทีที่สำคัญข้างต้นไป

.....แค่ 5 นาที ที่พ่อให้กับลูกของตนเองอย่างมีคุณภาพน่าจดจำ... 5 นาทีนั้นจะตราตรึงตลอดนิรันดร์

ผู้จัดทำอ่านเรื่องนี้แล้ว ซาบซึ้งจนน้ำตาซึมไปเลยทีเดียว วันนี้อย่าให้คุณละเลยหรือมองข้ามคนที่คุณรัก ในขณะที่คุณมีโอกาสหรือก่อนที่เขาและเธอจะจากไป ไม้ว่าด้วยเหตุใด “เพียง 5 นาที ที่แสนวิเศษ จะทำให้คุณไม่ต้องเสียใจอีกเลยตลอดชีวิตของคุณ!” เพราะคุณใช้เวลาอย่างมีคุณค่า

ท่านผู้อ่าน ลองนึกดูว่า “ใครที่ต้องการ 5 นาทีจากคุณบ้าง?” อย่ารีรอจนจบให้ เวลา 5 นาทีนั้นแก่เขา หรือเธอ เดียวนี้เถอะ ดีไหม?

(เรื่องสั้นจากหนังสือ พ่อแบบอย่างแห่งความพอเพียง เฉลิมพระชนมพรรษา 80 พรรษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ผู้รวบรวม อังชัย ประดับขนานรัตน์) ของ BSC Book