

เลี้ยงโซนา

ข่าวสารแห่งความหวังและ
การปลดปล่อยของพระเจ้าผู้
ช่วยให้รอด หน้า 18

เมื่อท่านรู้สึกถูกกีดกัน จงนึกถึง
หญิงม่ายชาวนาอิน หน้า 12

เพลงอิสเตอร์ “ในเทพเสมนี
ศักดิ์สิทธิ์” หน้า 24

วิธีหาสันติสุขและหลีกเลี่ยง
การหลอกลวง หน้า 26



ศาสนจักร
อยู่ที่นี่

เมืองเรคยาวิก ไอซ์แลนด์





เรคยาวิก เมืองหลวงที่มีสีสันของไอซ์แลนด์ พร้อมด้วยภูเขาเอสจาที่ปกคลุมด้วยหิมะเป็นภาพพื้นหลังขอต้อนรับเข้าสู่ประเทศที่มีลักษณะเป็นเกาะอยู่ห่างจากแผ่นดินใหญ่ของยุโรปกว่า 1,000 ไมล์ (1,609 กิโลเมตร) ชาวไวคิงเริ่มเข้ามาตั้งถิ่นฐานครั้งแรกในปี 874 ส่งผลให้เรคยาวิกเป็นศูนย์กลางของกิจกรรมทางวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และการปกครองของไอซ์แลนด์ เป็นเมืองสะอาดที่สุด เขียวขจีที่สุด และปลอดภัยที่สุดในโลก

ชาวไอซ์แลนด์สองคนแรกได้รับบัพติศมาในประเทศเดนมาร์กปี 1851 ไม่นานพวกเขาก็กลับมาไอซ์แลนด์ และในปี 1853 ศาสนจักรจัดตั้งสาขาแรก ปัจจุบันมีสมาชิกราว 300 คนในไอซ์แลนด์และมีสาขาสามแห่งที่อยู่ในเมืองเรคยาวิก เมืองอาคูเรรี และเมืองเซลฟอส พระวิหารใกล้ที่สุดอยู่ในลอนดอน ประเทศอังกฤษ ห่างจากเมืองเรคยาวิก 1,177 ไมล์ (1,894 กิโลเมตร)

ถึงแม้จำนวนสมาชิกมีน้อย แต่ศาสนจักรเติบโตต่อเนื่อง แม้จะมีความท้าทายเรื่องการอยู่อย่างโดดเดี่ยว การแปลสื่อการเรียนการสอนของศาสนจักร สภาพอากาศที่ไม่เอื้ออำนวย และอุปสรรคทางวัฒนธรรม แต่ผู้นำศาสนจักรได้สัญญาว่าวันหนึ่งไอซ์แลนด์จะเป็นดวงประทีปให้ประเทศอื่น ประธานกอร์ดอน บี. อิงค์ลี (1910–2008) ไปเยือนไอซ์แลนด์และกำชับสมาชิกว่าพวกเขาเป็น “ผู้มี ‘พลังและอำนาจจากทั้งความสามารถ’ ในการทำสิ่งสำคัญยิ่ง” (“Wonderful to Have Sweet, Good Land,” *Church News*, Sept. 21, 2002, 10)

- ศาสนจักรจัดตั้งคณะเผยแผ่ไอซ์แลนด์ในปี 1894 แต่การเผยแผ่ศาสนาหยุดชะงักในปี 1914 ไอซ์แลนด์กลายเป็นส่วนหนึ่งของคณะเผยแผ่เดนมาร์ก โคเปนเฮเกนในปี 1975
- ในปี 1977 เอ็ดเดอร์ โจเซฟ บี. เวิร์ธลิน (1917–2008) ซึ่งเวลานั้นเป็นสมาชิกโครัมที่หนึ่งแห่งสาวกเจ็ดสิบ ได้อุทิสไอซ์แลนด์อย่างเป็นทางการเพื่อการสั่งสอนพระกิตติคุณ
- ในปี 1981 ศาสนจักรจัดพิมพ์พระคัมภีร์มอรมอนเป็นภาษาไอซ์แลนด์—ภาษาที่ไม่มีแห่งใดในโลกพูด



ในยามท้อใจ จงนึกถึง
หญิงม่ายชาวนาอิน
คีธ เจ. วิลสัน
12



วางใจในการปลดปล่อย
ของพระผู้ช่วยให้รอด
ประธานเฮนรี่ บี. อาयरังก์
18



บทเรียนสามบทเกี่ยวกับความรัก ปิติ และสันติ
ไบรอัน เค. แอชตัน
26



ทำให้การปฏิบัติศาสนกิจเปี่ยมด้วยปิติ
8

เมื่อท่านท้อใจ

ชีวิตมีขึ้นมีลง บางครั้งเมื่อเราทุกข์ เราสงสัยว่าพระผู้เป็นเจ้าทรงทำอะไรอยู่—
ทำไมพระบิดาที่รักทรงยอมให้เกิดเรื่องเช่นนี้ สภาพตกต่ำถึงขีดสุดเช่นนี้
ทำให้เราต้องถามว่า “พระผู้เป็นเจ้าทรงสนใจฉันจริงหรือ”

ในสถานการณ์เช่นนี้ ผมพบว่าพระคัมภีร์ข้อเหล่านี้เป็นประโยชน์:

- **สดุดี 8:4-5:** “มนุษย์เป็นผู้ใดเล่าที่พระองค์ทรงระลึกถึงเขา? . . . พระองค์ทรงสร้างเขาให้ต่ำกว่าพระองค์แต่หน่อยเดียว และทรงสวมศักดิ์ศรีกับความมีอำนาจให้เขา”
- **ยอห์น 10:14:** ในระหว่างพระชนม์ชีพของพระเยซูบน โลกนี้ พระองค์ทรงเรียกพระองค์เองว่า “ผู้เลี้ยงที่ดี” และทรงเสริมว่า “เรารู้จักแกะของเรา”
- **โมเสส 1:39:** พระคัมภีร์ข้อนี้เป็นข้อหนึ่งที่ผมชอบมาก ในข้อนี้พระเจ้าทรงเปิดเผยจุดประสงค์ของพระองค์ต่อศาสดาพยากรณ์โจเซฟ สมิธว่า “เพราะคุณเกิด, นี้คืองานของเราและรัศมีภาพของเรา—คือการทำให้เกิดความเป็นอมตะและชีวิตนิรันดร์ของมนุษย์”—โดยเน้นว่าพระองค์สนพระทัยเราแต่ละคน
- **ลูกา 7:11-16:** เรื่องนี้ไม่เพียงสอนเราเกี่ยวกับเศษานุภาพของพระผู้ช่วยให้รอดเหนือความตายเท่านั้น—คำกำชับที่เหมาะสมกับเทศกาลอีสเตอร์ปีนี้—แต่สำหรับผมนี่เป็นตัวอย่างที่แสดงให้เห็นได้ดีที่สุดว่าพระองค์ทรงรู้จักเราแต่ละคน ในบรรดาปาฏิหาริย์ทั้งหมดของพระเยซูมีไม่มากที่อ่อนโยน และมีพระเมตตาสงสารเท่าเทียมกับการปฏิบัติศาสนกิจของพระองค์ต่อหญิงม่ายชาวนาอิน ตามที่ผมแบ่งปันในบทความของผม (ดูหน้า 12) เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่าพระผู้ช่วยให้รอดสนพระทัยและทรงรักเราแต่ละคน

คีธ วิลสัน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ มหาวิทยาลัยบริกัม ยังก์



- 5 **พระองค์ทรงฟื้น ๐**
“ชนะความตายและได้เรา องค์พระคริสต์เจ้าทรงมีชัย!”
- 6 **ภาพแห่งศรัทธา: บ็อบกับลอรี เซอร์สตัน—คณะเผยแผ่กัมพูชา พนมเปญ ๐**
งานเผยแผ่ของพวกเขาไม่ได้เป็นตามคาด แต่เป็นพรแก่พวกเขาอย่างคาดไม่ถึง
- 8 **หลักการของการปฏิบัติศาสนกิจ: ทำให้การปฏิบัติศาสนกิจเปี่ยมด้วยปีติ**
แหล่งกำเนิดใหญ่ที่สุดแหล่งหนึ่งของปีติที่แท้จริงอยู่ในการรับใช้
- 12 **ในยามท้อใจ จงนึกถึงหญิงม่ายชาวนาอิน**
โดย คีธ เอ. วิลสัน
เจกเช่นพระผู้ช่วยให้รอดทรงทำเพื่อหญิงม่ายชาวนาอิน พระองค์จะเสด็จมาหาเรา
ในยามที่เราต้องการพระองค์มากที่สุด
- 18 **วางใจในการปลดปล่อยของพระผู้ช่วยให้รอด**
โดย ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์
พระเจ้าจะทรงนำเราไปสู่การปลดปล่อยจากการทดลองของเราเมื่อเราเป็นคนชอบ
ธรรมมากขึ้น
- 24 **เพลง: ในเกทเสมนิศักดิ์สิทธิ์ ๐**
โดย แทมมี ซิมิสเตอร์ โรบินสัน
พระผู้ช่วยให้รอดทรงพระชนม์และทรงสิ้นพระชนม์เพื่อเรา
- 26 **บทเรียนสามบทเกี่ยวกับความรัก ปีติ และสันติ**
โดย ไบรอัน เค. แอชตัน
ท่านสามารถพบความสุขได้ไม่ว่าสภาวะการณ์ของท่านเป็นเช่นไร
- 32 **เสียงวิสุทธิชนยุคสุดท้าย ๐**
เฮอรัริเคนทำลายแผนงานแต่งจริงๆ แล้วชีวิตมรตัยคืออะไร
เพลงที่ให้ความหวัง คำเชิญที่ตอบรับ
- 36 **พรของการพึ่งพาตนเอง: ธุรกิจกำลังรุ่งเรือง ๐**
โดย โจชัว เอ. เพอร์คีย์
ทนayaความตกงานแต่พบแรงบันดาลใจในชั้นเรียนการพึ่งพาตนเองของศาสนจักร
- 38 **บ้านเรา ครอบครัวเรา: ลูกชายของเราเป็นลูกชายของพระบิดาบนสวรรค์ ๐**
โดย เจอร์สัน เมอร์ฟี
ไม่ว่าเราจะรักบุตรธิดาของเรามากเพียงใด แต่พระผู้เป็นเจ้าทรงรักพวกเขามากกว่า
- 40 **การสอนวัยรุ่นและเด็กเล็ก: รับมือกับเรื่องเศร้า ๐**
เคล็ดลับที่จะช่วยให้บุตรธิดาของท่านรู้สึกสงบ

๐ เรื่องสั้น



ภาพปก
ถนนไปเอมมาอูส
โดย เวนดี้ เคลเลอร์

หมวดต่างๆ

คนหนุ่มสาว 42

ด้วยการเลือกทั้งหมดที่เราเผชิญ
และ การตัดสินใจที่
เปลี่ยนชีวิต เราจะรู้ได้
อย่างไรว่าเรากำลัง ทำ
ตามแผนที่พระผู้เป็น
เจ้า ทรงวางไว้ให้เรา
อ่านบทความของเดือน
นี้เกี่ยวกับ การได้รับ
การเปิดเผย



เยาวชน 50

เรียนรู้วิธีใช้ปีติพรของท่าน ได้รับ
การคลายใจให้เริ่ม ประเพณีอีสเตอร์
ใหม่ๆ และ หาสันติสุข ให้ตัวท่าน
เองและผู้อื่นเมื่อท่าน
อ่านบทความของ
เดือนนี้



เด็ก

เรียนรู้มากขึ้นว่า เหตุใดเราจึง
ฉลองอีสเตอร์ โดยอ่านเกี่ยวกับ
พระเยซูคริสต์
การชดใช้และ
การฟื้นคืน
พระชนม์ของ
พระองค์ และ
ทั้งหมดนี้มี
ความหมายต่อ
เราอย่างไร



บทความดิจิทัลเท่านั้น



ท่านดำเนินชีวิตตามพระกิตติคุณอย่างไม่เต็มใจหรือไม่
โดย ซาเคลส์ วอร์ดลิจ

อะไรคือความแตกต่างอย่างแท้จริงระหว่างการมีงานยุ่ง
ในศาสนจักรกับการแข่งขัน ในพระกิตติคุณ



บริหารกล้ำเนื้อทางวิญญาณของท่าน
โดย แอสเพน สแตนเดอร์

เพื่อป้องกันไม่ให้ประจักษ์พยานของเราเสื่อมลง
เราต้องสร้างกล้ำเนื้อทางวิญญาณของเราอยู่เสมอ

เมษายน 2019 ปีที่ 25 เล่มที่ 4
เลียโฮนา 18604 425
นิตยสารนานาชาติของศาสนจักรของพระ
เยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย ฉบับ
พิมพ์ภาษาไทย
ฝ่ายประธานสูงสุด: รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน,
คัลลิน เอช. โยฮันส์, เฮนรี่ บี. อาชวิก
โคออร์ดิเนตอร์อาวุโสสอง: เอ็ม. รัสเซลล์
บัลลาร์ด, เจฟฟรีย์ อาร์. ฮอลแลนด์,
ดีเทอร์ เอฟ. ลูกทอร์ฟ, เดวิด เอ.
เบคเนอร์, เควนทิน แอล. กุก, ดี. ทอดด์
คริสทอฟเฟอร์สัน, นีล แบล, แอนเดอร์สัน,
โรนัลด์ เอ. ราสแบนด์, แกรี่ อี. สตีเวนสัน,
เดวิด จี. เรนลันด์, เออริค ดับเบิลยู. กอง,
อูลีห์สตา ซาเวรัส
บรรณาธิการ: แรนดี ดี. ฟิงก์
ที่ปรึกษา: ไบรอัน เอ. แอชตัน, แรนดัลล์ ค.
เบนเนตต์, เมคกี เกรเวน, ชารอน
บูแมง, คริสตินา บี. ฟรังโก, โคนัลด์ แอล.
ฮอลด์สตรอม, แลร์รี่ เอส. เคเซอร์, เอริก
คัมเบิลยู. โทฟริก, ลินน์ จี. รอมบ์นัส
ผู้อำนวยการบริหาร: ริชาร์ด ไอ. ฮิลัน
ผู้อำนวยการฝ่ายนิตยสารศาสนจักร:
อัลเลน อาร์. ลอยชวิก
ผู้จัดการฝ่ายธุรกิจ: การ์ท เนลสัน
บรรณาธิการบริหาร: อลัน ซี. โฮลสัน

ผู้ช่วยบรรณาธิการบริหาร: ไรอัน คาร์ร
ผู้ช่วยฝ่ายพิมพ์เผยแพร่: คามิลลา แคสตริลลอน
งานเขียนและงานบรรณาธิการ: เมอร์ริซา
เคนนีส, เดวิด ดิกสัน, เดวิด เอ. เอ็ดเวิร์ดส์,
แมทธิว ดี. ฟิลด์สัน, การ์เรตต์ เอช. การ์ท,
จอห์น ไรอัน เจนเซน, ชาร์ลอตต์ สาร์กบาบ,
ไมเคิล อาร์. มอร์ริส, อริค บี. เมอร์ดอกค์,
เชลลี จอห์นสัน, โอดีเคิร์ก, โจเซฟ เจ.
เทอร์รี่, เจน ทินโบโรห์, ริชาร์ด เอ็ม.
รอมบ์นัส, มินดี เซอู, ลอรี ฟูลเลอร์ โซซา,
เชลล์ วอร์ดลิจ, นริศสา วิคิตัน
ผู้อำนวยการบริหารฝ่ายศิลป์: เจ. สก็อตต์
ลอบบ์เซน
ผู้อำนวยการฝ่ายศิลป์: แทดด์ อาร์. ที่เตอร์สัน
งานออกแบบ: จินเนตต์ แอนดรูวส์, เฟย์ ที.
แอนดรูวส์, เมานต์ เบ็นทีลด์, ซี. คิมบ์ลัดด์ บอท์,
โรนัลด์ ไซดส์, โจเซฟ เคนนีส, เดวิด กรีน,
โคลดีน อิงห์ลีย์, เอริก ที. จอห์นสัน, ซูซาน
ออฟเพิร์น, สก็อตต์ เอ็ม. มอริ, เอ็มมีลี ซือโค
ริ่งมิงตัน, มาร์ค คัมเบิลยู. โรบิสัน, แรตต์
แทร์, เค. นิโคล วอลเคนฮอร์สต์
ผู้อำนวยการฝ่ายพิมพ์: โรนัลด์ เอ.
โกลด์สตีล, แมกเจอรี อูนิ
ผู้จัดการฝ่ายศิลป์: เจน แอนน์ บิลด์ริส
งานผลิต: โอรา แกล็น อะเคอร์, อูเลิ เบอริชต์,
โรนัลด์ จี. โครนิน, ไบรอัน ดับเบิลยู. กีก,

จีนนี่ เจ. นิลสัน, นริศสา เอ็ม. สมิธ
งานก่อนพิมพ์: โจเซฟ เคนนีส, แอมมอน
แฮร์ริส
ผู้อำนวยการฝ่ายจัดพิมพ์: สตีเวน ที. ดูวิต
ผู้อำนวยการจัดจำหน่าย: ทรอย อาร์.
บาร์เกอร์
งานแปล: ศศิธร กฤษณะโหม
เลียโฮนา (ISSN 0853-2513) นิตยสารราย
เดือน จัดพิมพ์โดยศาสนจักรของพระ
เยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย อัตรา
ค่าสมาชิกในประเทศไทย 110 บาทต่อ
ปี หรือฉบับละ 10 บาท สมาชิกสมาชิก
ผ่านตัวแทนนิตยสารเลียโฮนาขององค์กร/
สาขา หรือส่งไปสมัครไปที่ ศูนย์หนึ่งคือ
1645/6 อ.เพชรบุรีตัดใหม่ แขวงมักกะสัน
เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400 โทรศัพท์
0-2079-5303 หรือสมัครได้ด้วยตนเองโดย
ส่งอีเมลแจ้งความจำนงไปที่ DC-Thailand@
ldschurch.org หรือ Line ID: dc-thailand ใน
กรณีเปลี่ยนแปลงที่อยู่กรุณาแจ้งล่วงหน้า
สามสิบวัน
ส่งต้นฉบับและข้อขัดข้อง: ทางออนไลน์ที่
liahona.lds.org; ทางอีเมลที่ liahona@
ldschurch.org; หรือทางไปรษณีย์ที่ Liahona,
Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake
City, UT 84150-0024, USA. เลียโฮนา

- ### ค้นหาเพิ่มเติม
- ในแอปพลิเคชันคลังค้นคว้าและที่ liahona.lds.org
ท่านสามารถทำดังนี้
- हालฉบับปัจจุบัน
 - ค้นพบเนื้อหาดิจิทัลเท่านั้น
 - ค้นหาลฉบับที่ผ่านมา
 - ส่งเรื่องราวและคำติชมของท่าน
 - บอกรับเป็นสมาชิกหรือบอกรับเป็นของขวัญ
 - ขระศศึกษาของท่านด้วยเครื่องมือดิจิทัล
 - แบ่งปันบทความและวิดีโอที่ชื่นชอบ
 - ความรู้ไหลหรือพิมพ์บทความ
 - ฟังบทความที่ท่านชื่นชอบ

ติดต่อเรา

อีเมลคำถามและคำติชมของท่านมาที่
liahona@ldschurch.org

ส่งเรื่องราวส่งเสริมศรัทธาของท่านมาที่
liahona.lds.org หรือส่งไปรษณีย์มาที่
Liahona, flr. 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

For Readers in the United States and Canada:
April 2019 Vol. 25 No. 4. LIAHONA
(USPS 311-480) Thai (ISSN 0853-2513)
is published monthly by The Church of
Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E.
North Temple St., Salt Lake City, UT 84150.
USA subscription price is \$10.00 per year;
Canada, \$12.00 plus applicable taxes.
Periodicals Postage Paid at Salt Lake City,
Utah. Sixty days' notice required for change
of address. Include address label from a
recent issue; old and new address must
be included. Send USA and Canadian
subscriptions to Salt Lake Distribution
Center at address below. Subscription help
line: 1-800-537-5971. Credit card orders
(American Express, Discover, MasterCard,
Visa) may be taken by phone or at
store.lds.org. (Canada Post Information:
Publication Agreement #40017431)
POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see
DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND
MILITARY FACILITIES: Send address changes to
Distribution Services, Church Magazines,
P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-
0368, USA.

พระองค์ทรงฟื้น
พระองค์ทรงฟื้น
เราจงป่าวไปด้วย
เสียงเพลง

ทรงทำลายคุกความตายสามวัน
โลกจึงพลันยินดีทั่วหน้า
ชนะความตายและไถ่เรา
องค์พระคริสต์เจ้าทรงมีชัย
(“พระองค์ทรงฟื้น” เพลงสวด บทเพลงที่ 92)

ขณะนี้ท่านระลึกถึงพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดในเทศกาล
อีสเตอร์ปีนี้ ท่านสามารถเข้าไปดูศิลปะที่
สวยงามและประจักษ์พยานจากอัครสาวกเกี่ยว
กับคุณสมบัติของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดที่ทำให้การ
ชดใช้และการฟื้นคืนพระชนม์ของพระองค์
เกิดขึ้นได้ที่ [lds.org/go/4195](https://www.lds.org/go/4195)



บ็อบกับลอรี เชอร์สตัน

รับใช้ในคณะเผยแผ่กัมพูชา พนมเปญ



ในการเป็นผู้สอนศาสนาครั้งแรกด้วยกัน บ็อบกับลอรี เชอร์สตันเรียนรู้ว่าการปฏิบัติศาสนกิจที่มีความหมายเกิดขึ้นได้แม้มีอุปสรรคด้านภาษาและความต่างทางวัฒนธรรมเพราะเราทุกคนล้วนเป็นบุตรธิดาของพระเจ้าเป็นเจ้าของ
เดสลี นิลส์สัน, ช่างภาพ

บ็อบ:

วันหนึ่งเราได้ยินเสียงเพลงดังมาก และสังเกตเห็นคนกำลังตั้งเต็นท์หลังหนึ่ง ในกัมพูชา นั่นหมายความว่าจะมีคนแต่งงานหรือไม่ก็มีคนสิ้นชีวิต

ลอรี:

เราทราบว่าคุณแม่ของลูกห้าหรือหกคนเพิ่งเสียชีวิต สามิเธอไม่อยู่ เด็กๆ เพิ่งตื่นและรู้ว่าแม่ตาย

ลูกสาวคนหนึ่งร้องไห้สะอึกสะอื้น เธอพูดผ่านผู้แปลว่า “หนูเป็นลูกคนโต หนูต้องดูแลน้องๆ พวกนี้ หนูไม่ทราบจะทำอย่างไรดี”

ดิฉันกอดเธอแน่น ดิฉันจะไม่ทำอย่างนั้นไปได้อย่างไร เด็กสาวคนนี้เพิ่งสูญเสียแม่ ดิฉันพูดกับเธอเป็นภาษาอังกฤษว่า “ฉันรู้ว่าหนูไม่เข้าใจฉัน แต่ฉันสัญญาว่าหนูจะเจอแม่อีกครั้ง หนูจะไม่เป็นไร หนูจะไม่ถูกทิ้งให้โดดเดี่ยว”

ประสบการณ์มากมายเช่นนี้ทำให้เรามีความสัมพันธ์พิเศษกับคนกัมพูชา

ค้นคว้าเพิ่มเติม
หาภาพแห่งศรัทธาเพิ่มเติมที่
lds.org/go/18



หลักธรรมของการปฏิบัติศาสนกิจ ทำให้การ ปฏิบัติศาสนกิจ เปี่ยมด้วยปีติ

การรับใช้ด้วยความรักทำให้ผู้ให้และผู้รับเกิดปีติ

บางครั้งการค้นหาความสุขของเราในชีวิตนี้ เหมือนกับการวิ่งบนเครื่องวิ่งออกกำลังกาย เราวิ่งและวิ่ง และยังรู้สึกเหมือนอยู่ที่เดิม บางคนรู้สึกว่าการปฏิบัติศาสนกิจต่อผู้อื่น เหมือนเป็นการเพิ่มภาระ

แต่พระบิดาบนสวรรค์ทรงต้องการให้เราประสบปีติและรับสั่งว่า “มนุษย์เป็นอยู่ เพื่อพวกเขาจะมีปีติ” (2 โนไฟ 2:25) พระผู้ช่วยให้รอดทรงสอนว่าการปฏิบัติศาสนกิจต่อผู้อื่นเป็นส่วนจำเป็นของการนำปีติมาสู่ชีวิตเราและชีวิตผู้อื่น

ปีติคืออะไร

ปีติมีนิยามว่า “ความรู้สึกพอใจและมีความสุขมาก”¹ ศาสตราจารย์กรณีย์คุณสุดท้ายให้ความกระจ่างว่าปีติมาจากไหนและจะพบได้อย่างไร “ปีติที่เรารู้สึกนั้นแทบไม่เกี่ยวกับสภาพการณ์ในชีวิตแต่ขึ้นอยู่กับทุกอย่างที่เราให้ความสำคัญในชีวิตเรา” ประธานรัสเซลล์ เอ็ม. เนลสันกล่าว “. . . ปีติมาจาก [พระเยซูคริสต์] และมาเพราะพระองค์ พระองค์ทรงเป็นที่มาของปีติทั้งปวง”²



การปฏิบัติศาสนกิจทำให้เกิดปีติ

เมื่อลิไฮรับส่วนผลของต้นไม้แห่งชีวิต จิตวิญญาณของเขาเปี่ยม “ด้วยความปรีดียิ่งนัก” (1 นีไฟ 8:12) ความปรารถนาแรกของเขาคือแบ่งผลนี้ให้คนที่เขารัก

ความที่เราเต็มใจปฏิบัติต่อผู้อื่นจะทำให้เราและพวกเขาเกิดปีติแบบนี้ พระผู้ช่วยให้รอดทรงสอนเหล่าสานุศิษย์ของพระองค์ว่าผลที่เราได้ออกมาเมื่อเราเชื่อมสัมพันธ์กับพระองค์จะช่วยให้เราเกิดปีติเต็มเปี่ยม (ดู ยอห์น 15:1–11) การทำงานของพระองค์โดยรับใช้และหมายมั่นว่าผู้อื่นมาหาพระองค์สามารถเป็นประสบการณ์อันเปี่ยมด้วยปีติ (ดู ลูกา 15:7; แอลมา 29:9; หลักคำสอนและ

พันธสัญญา 18:16; 50:22) เราจะประสบปีติดังกล่าวแม้ในขณะที่เผชิญการต่อต้านและความทุกข์ (ดู 2 โครินธ์ 7:4; โคลโลสี 1:11)

พระผู้ช่วยให้รอดทรงแสดงแบบอย่างอันสมบูรณ์ให้เราเห็นว่าแหล่งกำเนิดใหญ่ที่สุดแหล่งหนึ่งของปีติที่แท้จริงในชีวิตมรรตัยเกิดจากการรับใช้ เมื่อเราปฏิบัติศาสนกิจต่อพี่น้องชายหญิงเฉกเช่นพระผู้ช่วยให้รอด ด้วยจิตกุศลและความรักในใจเรา เราจะประสบปีติที่ไม่ใช่แค่ความสุขธรรมดา

“เมื่อเราน้อมรับ [การปฏิบัติศาสนกิจ] ด้วยความเต็มใจ เราจะ . . . เข้าใกล้การเป็นคนของไซอันมากขึ้นและจะรู้สึกปีติเป็นล้านพันพร้อมกับคนที่เราได้ช่วยตลอดเส้นทางของการเป็นสานุศิษย์” ซีสเตอร์จีน บี. บิงแฮมประธานสมาคมสงเคราะห์สามัญสอน³

แหล่งกำเนิดปีติที่แท้จริง

พระผู้ช่วยให้รอดทรงแสดงแบบอย่างอันสมบูรณ์ให้เราเห็นว่าแหล่งกำเนิดใหญ่ที่สุดแหล่งหนึ่งของปีติที่แท้จริงในชีวิตมรรตัยเกิดจากการรับใช้



เราจะทำให้การปฏิบัติศาสนกิจเปี่ยมด้วยปีติมากขึ้นได้อย่างไร

มีหลายวิธีที่จะทำให้การปฏิบัติศาสนกิจของเราเกิดปีติมากขึ้นต่อไปนี้เป็นแนวคิดบางประการ

- 1. เข้าใจจุดประสงค์ของท่านในการปฏิบัติศาสนกิจ** มีเหตุผลมากมายให้ปฏิบัติศาสนกิจ สุดท้ายแล้ว ความพยายามของเราควรสอดคล้องกับจุดประสงค์ของพระเจ้าเป็นเจ้าคือ “ทำให้เกิดความเป็นอมตะและชีวิตนิรันดร์ของมนุษย์” (โมเสส 1:39) เมื่อเรายอมรับคำเชื่อเชิญของประธานรัสเซลล์ เอ็ม. เนลสันให้ช่วยเหลือผู้อื่นตามเส้นทางพันธสัญญา เราจะพบปีติในการมีส่วนร่วมในงานของพระเจ้าเป็นเจ้า⁴ (ดูจุดประสงค์ของการปฏิบัติศาสนกิจได้ที่ “หลักธรรมของการปฏิบัติศาสนกิจ: จุดประสงค์ที่จะเปลี่ยนการปฏิบัติศาสนกิจของเรา” ใน *เสียวินา* เดือนมกราคม 2019)
- 2. ทำให้การปฏิบัติศาสนกิจเกี่ยวข้องกับคนไม่ใช่งาน** ประธานโรมัส เอส. มอนสันเตือนเราบ่อยครั้งว่า “อย่าปล่อยให้ปัญหาที่ต้องแก้ไขสำคัญกว่าคนที่ท่านต้องรัก”⁵ การปฏิบัติศาสนกิจเกี่ยวข้องกับการรักผู้คน ไม่เกี่ยวกับสิ่งที่ต้องทำ เมื่อเรารักมากขึ้นดังที่พระเจ้าช่วยให้รอดทรงรัก เราจะเปิดรับปีติที่มาจากการรับใช้ผู้อื่นมากขึ้น

- 3. ทำให้การปฏิบัติศาสนกิจเรียบง่าย** ประธานเอ็ม. รัสเซลล์ บัลลาร์ดรักษาการประธานโครัมอัครสาวกสิบสองบอกรว่า “สิ่งสำคัญยิ่งเกิดขึ้นผ่านเรื่องเล็กและเรียบง่าย . . . การกระทำเล็กๆ น้อยๆ และเรียบง่ายจากความเมตตาและการรับใช้จะส่งสมในชีวิตเราจนเราเปี่ยมด้วยความรักที่มีต่อพระบิดาบนสวรรค์ การอุทิศตนต่องานของพระเจ้าพระเยซูคริสต์ ความรู้สึกสงบและปีติจะเกิดขึ้นทุกครั้งที่เราแสดงน้ำใจต่อกัน”⁶
- 4. นำความเครียดออกจากการปฏิบัติศาสนกิจ** ท่านไม่ได้มีหน้าที่ทำให้คนบางคนได้รับความรอด นั่นเป็นเรื่องระหว่างบุคคลนั้นกับพระเจ้า หน้าที่รับผิดชอบของท่านคือรักพวกเขา และช่วยให้พวกเขาหันมาหาพระเยซูคริสต์ผู้ทรงเป็นพระเจ้า ช่วยให้อวดของพวกเขา

อย่าชะลอปีติของการรับใช้

บางครั้งผู้คนลังเลที่จะขอความช่วยเหลือที่จำเป็น ด้วยเหตุนี้การเสนอตัวรับใช้พวกเขาจึงอาจเป็นสิ่งที่พวกเขาต้องการพอดี แต่การยึดเหนี่ยวตัวเราให้ผู้อื่นไม่ใช่คำตอบเช่นกัน การขออนุญาตก่อนปฏิบัติศาสนกิจเป็นความคิดที่ดี

เอลเดอร์ดีเทอร์ เอฟ. อุกต์ดอร์ฟแห่งโครัมอัครสาวกสิบสองเล่าเรื่องมารดาตัวคนเดียวที่เป็นไข้ อีสุกอีใส—และจากนั้นลูกๆ ของเธอก็ป่วยตาม บ้านที่ปกติสะอาดเรียบร้อยกลายเป็นบ้านรกรุงรัง งานชามและเสื้อผ้ากองพะเนิน

ในขณะที่เธอรู้สึกกลัวมาก พี่น้องสตรีสมาคมสงเคราะห์มาเคาะประตูบ้านพอดี พวกเขาไม่ได้พูดว่า “บอกเรานะคะถ้าเราช่วยได้” เมื่อพวกเขาเห็นสถานการณ์ พวกเขาลงมือทำทันที

“พวกเขาทำความสะอาดจนหมด นำความสว่างและความแจ่มใสเข้ามาในบ้าน โทรศัพท์บอกเพื่อนคนหนึ่งให้นำอาหารที่ต้องการมากมายให้ เมื่อพวกเขาทำงานเสร็จเรียบร้อยและกล่าวลา พวกเขาทำให้คุณแม่วิยสาวคนนั้นต้องหลั่งน้ำตา—น้ำตาแห่งความซาบซึ้งใจและความรัก”⁷

ทั้งผู้ให้และผู้รับรู้สึกถึงความอบอุ่นของปีติ

บ่มเพาะปิตีในชีวิตท่าน

ยิ่งเราสามารถบ่มเพาะปิตี สันติ และความอิมเมมใจในชีวิต เราได้มากเพียงใด เราจะยังสามารถแบ่งปันให้ผู้อื่นได้มากเพียงนั้น ขณะที่เราปฏิบัติศาสนกิจ ปิตีผ่านเข้ามาทางพระวิญญูณ บริสุทธิ (ดู กาลาเทีย 5:22 และ หลักคำสอนและพันธสัญญา 11:13) ปิตีเป็นสิ่งที่เราสวดอ้อนวอนขอ (ดู หลักคำสอนและพันธสัญญา 136:29) และเชื่อเชิญเข้ามาในชีวิตเรา ต่อไปนี้เป็นแนวคิดบางประการสำหรับบ่มเพาะปิตีในชีวิตเราเอง

- 1. นับพรของท่าน** ขณะท่านสำรวจชีวิตท่าน จงเขียนสิ่งที่พระเจ้าผู้เป็นเจ้าของประทานพรท่านลงในบันทึกส่วนตัวของท่าน⁸ สิ่งที่ดีๆ รอบตัวท่าน⁹ ระวังสิ่งที้อาจจะขัดขวางท่านไม่ให้รู้สึกปิตีและจดวิธีแก้ไขหรือเข้าใจสิ่งเหล่านั้นมากขึ้น ในช่วงเทศกาลอีสเตอร์ปีนี้ จงใช้เวลาหาทางเชื่อมสัมพันธ์กับพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดมากขึ้น (ดู หลักคำสอนและพันธสัญญา 101:36)
- 2. ฟีกสติ** ท่านจะมีปิตีได้ง่ายขึ้นในช่วงที่ท่านตรีกตรองอย่างเงียบๆ¹⁰ ตั้งใจฟังสิ่งที่ทำให้ท่านเกิดปิตี (ดู 1 พงศาวดาร 16:15) บางครั้งท่านจำเป็นต้องอยู่ห่างจากสื่อเพื่อฟีกสติ¹¹
- 3. หลีกเลียงการเปรียบเทียบตนเอง** กล่าวกันว่าการเปรียบเทียบเป็นตัวโมยปิตี เปาโลเตือนว่าคนที่ “เอาตัวเองเป็นเครื่องวัดกันและกัน และเอาตัวเองเปรียบเทียบกันและกันแล้ว พวกเขา ก็ปราศจากความเข้าใจ” (2 โครินธ์ 10:12)
- 4. แสวงหาการเปิดเผยส่วนตัว** พระผู้ช่วยให้รอดทรงสอนว่า “หากเจ้าจะถาม, เจ้าจะได้รับการเปิดเผยมาเติมการเปิดเผย, ความรู้มาเติมความรู้, เพื่อเจ้าจะรู้ความลับและสิ่งที่ส่งเสริมความสุข—สิ่งนั้นที่นำมาซึ่งปิตี, สิ่งนั้นที่นำมาซึ่งนิรันดรแห่งชีวิต” (หลักคำสอนและพันธสัญญา 42:61)

คำเชิญให้ปฏิบัติ

ท่านจะเพิ่มปิตีที่ท่านพบในชีวิตผ่านการปฏิบัติศาสนกิจได้อย่างไร ■

หลักธรรมในบทความนี้ประยุกต์ใช้ได้กับปฏิสัมพันธ์ประจำวันของเราแต่เจตนาจะช่วยบรรดาจารย์และซิสเตอร์ผู้ปฏิบัติศาสนกิจขณะพวกเขาพยายามเป็นพรแก่บุคคลและครอบครัวที่มอบหมายให้พวกเขาดูแล

อ้างอิง

1. “Joy,” en.oxforddictionaries.com
2. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “ปิตีและการอยู่รอดทางวิญญูณ,” *เสียดไฮนา*, พ.ย. 2016, 82.
3. จิน นี. บิงแฮม, “การปฏิบัติศาสนกิจดังที่พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงทำ,” *เสียดไฮนา*, พ.ค. 2018, 107.
4. ดู รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “ขณะที่เราเดินทางไปด้วยกัน,” *เสียดไฮนา*, เม.ย. 2018, 4–7.
5. โทมัส เอส. มอนสัน, “พบปิตีในการเดินทาง,” *เสียดไฮนา*, พ.ย. 2008, 106.
6. เอ็ม. รัสเซลล์ บัลลาร์ด, “พบปิตีผ่านการรับใช้ด้วยความรัก,” *เสียดไฮนา*, พ.ค. 2011, 58.
7. ดู ดีเทอร์ เอฟ. อุกต์ดอร์ฟ, “การดำเนินชีวิตอย่างเบิกบานในพระกิตติคุณ,” *เสียดไฮนา*, พ.ย. 2014, 120–123.
8. ดู เฮนรี่ บี. อายริงก์, “โอยจงจำ จงจำไว้,” *เสียดไฮนา*, พ.ย. 2007, 85.
9. ดู จิน นี. บิงแฮม, “ให้ความยินดีของท่านเต็มเปี่ยม,” *เสียดไฮนา*, พ.ย. 2017, 87.
10. ดู ดีเทอร์ เอฟ. อุกต์ดอร์ฟ, “เกี่ยวกับสิ่งสำคัญที่สุด,” *เสียดไฮนา*, พ.ย. 2010, 26.
11. ดู แกเรีย อี. สตีเวนสัน, “อุปราคาทางวิญญูณ,” *เสียดไฮนา* พ.ย. 2017, 46.





ในยามท้อใจ จงนึกถึง หญิงม่ายชาวนาอิน

โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเรารู้สึกถูกลืมหรือถูกมองข้าม เราพึงจดจำว่าพระเยซูเสด็จมาช่วยเหลือหญิงม่ายทั้งหลายพอดี และพระองค์จะเสด็จมาช่วยเหลือเราเช่นกัน

โดย คีธ เจ. วิลสัน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชาวพระคัมภีร์ โบราณ มหาวิทยาลัยบริกัม ยังก์

บางครั้งในความลุ่มๆ ดอนๆ ของชีวิต เราจะรู้สึกเหมือนพระเจ้าทรงนิ่งเฉยในชีวิตประจำวันของเรา แบบแผนของเราค่อนข้างจัดจ้าน และน่าเบื่อ มีการเปลี่ยนแปลงไม่มาก และบางครั้งยากจะเชื่อว่าพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของทรงแทรกแซงตรงจุดใดในสภาวะการณ์ของเรา เมื่อใดที่ผมรู้สึกไร้ความหมายในชีวิต ผมมักจะนึกถึงหญิงคนหนึ่งในพื้นที่-สัญญาใหม่ผู้อาจจะรู้สึกแบบนี้ ในพระคัมภีร์ไม่ได้ระบุชื่อเธอแต่รู้เพียงชื่อหมู่บ้านและสถานภาพสมรสของเธอ

หญิงคนนั้นเป็นหญิงม่ายชาวนาอิน และมีเพียงลูกาผู้ประกาศข่าวประเสริฐเท่านั้นที่บ้านที่เรื่องราวอันน่าอัศจรรย์ของเธอ สำหรับผม เธอแสดงให้เห็นแก่นแท้ของการปฏิบัติศาสนกิจส่วนพระองค์ของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด และวิธีที่พระองค์ทรงช่วยเหลือคนท้อใจ คนธรรมดาสามัญในสังคมของพระองค์ เรื่องนี้ยุติประเด็นที่ว่าพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของทรงรู้จักเราและทรงห่วงใยเราหรือไม่

เรื่องย่อของปาฏิหาริย์จากลูกาบทที่ 7 บรรยายให้เห็นภาพว่าพระเยซูทรงหยุดขบวนศพไว้และทำให้ชายหนุ่มที่ตายแล้วคืนชีพอย่างน่าอัศจรรย์ แต่มีให้เข้าใจอีกมากเกี่ยวกับเหตุการณ์นี้ เช่นเดียวกับปาฏิหาริย์ทั้งหมด แต่โดยเฉพาะอย่างยิ่งปาฏิหาริย์ครั้งนี้ บริบทมีความสำคัญยิ่งต่อความเข้าใจเหตุการณ์ดังกล่าว เพราะเคยสอนที่ศูนย์เยรูซาเล็มมหาวิทยาลัย

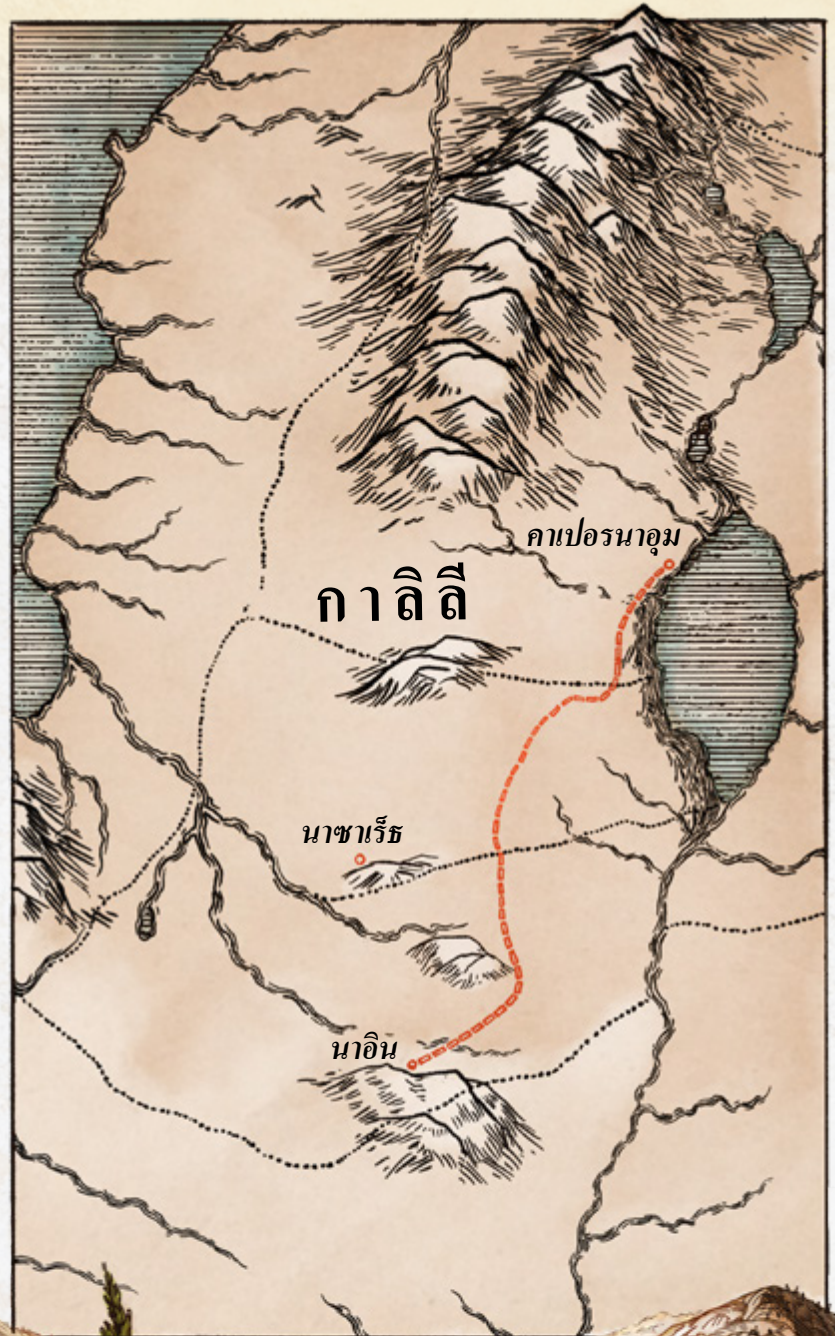
บริคัม ยังก็ ผมจึงอยากแบ่งปันข้อคิดส่วนตัวบางประการเกี่ยวกับปาฏิหาริย์นี้

นาอินเป็นหมู่บ้านเกษตรกรรมเล็กๆ สมัยพระเยซู อยู่ติดกับภูเขาโมเรห์ ซึ่งเป็นเขตฝั่งตะวันออกของหุบเขาอิสเรเอล ตัวเมืองไม่ค่อยมีคนรู้จัก มีถนนไปเมืองนั้นเส้นเดียว ในช่วงสมัยพระเยซู ชุมชนแห่งนี้เล็กและค่อนข้างยากจน และยิ่งเหมือนเดิมนับแต่นั้น ประวัติของเมืองสมัยนั้นระบุว่าเมืองนี้มีบ้านเรือน 34 หลังและพลเมืองเพียง 189 คน¹ ปัจจุบันมีผู้อยู่อาศัยราว 1,500 คน

ลูกาเริ่มเรื่องราวของท่านโดยกล่าวว่วันก่อนพระเยซูทรงอยู่ในคาเปอร์นาอุมและทรงรักษาทาสาของนายร้อย (ดู ลูกา 7:1-10) จากนั้นเราทราบว่ “[วันถัดมา]” (ข้อ 11; เน้นตัวเอน) พระผู้ช่วยให้รอดเสด็จเข้าไปในเมืองชื่อนาอิน มีสานุศิษย์กลุ่มใหญ่ติดตามพระองค์ไปด้วย ลำดับนี้สำคัญมาก คาเปอร์นาอุมตั้งอยู่บนชายฝั่งทิศเหนือของทะเลกาลิลีต่ำกว่าระดับน้ำทะเล 600 ฟุต (183 เมตร) นาอินอยู่ทางตะวันตกเฉียงใต้ของเมืองคาเปอร์นาอุมราว 30 ไมล์ (48 กิโลเมตร) เหนือระดับน้ำทะเล 700 ฟุต (213 เมตร) ด้วยเหตุนี้จึงต้องเดินขึ้นเนินชันไปนาอิน เพื่อจะเดินจากคาเปอร์นาอุมไปนาอินต้องใช้เวลาน้อยหนึ่งหรือสองวัน เมื่อเร็ว ๆ นี้ นักศึกษาหนุ่มสาวกลุ่มหนึ่งของศูนย์เยรูซาเล็มบ๊วยยูเดิน 10 ชั่วโมงไปตามเส้นทางนี้บนถนนลาดยาง นี่หมายความว่าพระเยซูน่าจะเดินแต่เช้าตรู่หรืออาจจะเดินช่วงกลางวันเพื่อหยุดขบวนศพใน “[วันถัดมา]”²

ขณะพระคริสต์เสด็จเข้าไปใกล้เมืองหลังจากเดินทางอย่างตรากตรำ ชายหนุ่มคนหนึ่ง น่าจะอายุ 20 เศษ³ ถูกหามมาบนแผ่นรองศพ ลูกาบอกเรว่ผู้ชายหนุ่มคนนี้เป็นบุตรชายคนเดียวของหญิงม่าย และนักวิชาการบางคนตีความต้นฉบับภาษากรีกเพื่อบอกเป็นนัยว่เธอไม่มีผู้สืบสกุลคนอื่นอีก⁴ ชาวบ้านกลุ่มใหญ่เดินมาเป็นเพื่อนเธอในยามเกิดเรื่องเศร้าที่สุดนี้กับครอบครัวเธอ

เห็นช้ว่าการสิ้นชีวิตของบุตรชายเป็นเรื่องเศร้าสำหรับทุกคน แต่ลองพิจารณาผลกระทบต่อหญิงม่ายคนนี้ หญิงม่ายจะมีสภาพทางสังคม ทาง





วิญญาณ และการเงินอย่างไรหากไม่มีทายาทในอิสราเอลสมัยโบราณ ในวัฒนธรรมพันธสัญญาเดิมเชื่อกันว่าเมื่อสามีเสียชีวิตก่อนวัยชรา นั่นเป็นสัญญาณบ่งบอกการตัดสินใจโทษบาปของพระเจ้าด้วยเหตุนี้ บางคนจึงเชื่อว่าพระเจ้าเป็นเจ้าของทรงกำลังลงโทษหญิงม่ายที่ยังมีชีวิตอยู่คนหนึ่งในหนังสือนางรูธ เมื่อนาโอมีย์เป็นม่ายขณะอายุน้อย เธอโอดครวญว่า “พระยาเวห์ทรงให้ฉันทุกข์ใจ และองค์ผู้ทรงมหิทธิฤทธิ์ทรงให้ฉันต้องประสบเหตุร้ายเช่นนี้” (นางรูธ 1:21 ฉบับมาตรฐานสากล)⁵

ไม่เพียงมีความเจ็บปวดทางวิญญาณและทางอารมณ์เท่านั้น แต่หญิงม่ายชาวอนินคนนี้ก็กำลังประสบหายนะทางการเงินด้วย—อาจจะต้องประสบกับความอดอยาก⁶ เมื่อแต่งงานผู้หญิงถูกมอบให้ครอบครัวสามีดูแลด้านการเงิน ถ้าสามีเสียชีวิต บุตรชายหัวปีของเธอจะดูแลเธอต่อ ตอนนั้นบุตรชายหัวปีและเป็นบุตรชายคนเดียวของหญิงม่ายคนนั้นตายแล้ว เธอจึงเข้าตาจนทางการเงิน ถ้าบุตรชายของเธออายุ 20 เศษ เธอน่าจะเป็นหญิงวัยกลางคนอาศัยอยู่ในเมืองเกษตรกรรมเล็กๆ ห่างไกลผู้คน และเวลานี้เธอพบว่าตนเองขัดสนทางวิญญาณ สังคม และการเงิน

ขณะที่ชาวบ้านกำลังแบกบุตรชายของหญิงคนนี้ไปฝัง พระเยซูทรงพบขบวนศพพอดีและ “สงสารนาง” (ลูกา 7:13) ลูกาอาจจะกล่าวน้อยกว่าที่เป็นจริงมาก แต่พระเยซูทรงรับรู้สถานการณ์ที่สิ้นหวังอย่างยิ่งยวดของหญิงม่ายคนนั้น ตอนกลางคืนเธออาจจะนอนเหยียดแขนขาอยู่บนพื้นสกปรก พลังขอให้





พระบิดาบนสวรรค์ทรงทราบว่าจะทำไม เธออาจจะถึงกับตั้งคำถามอย่างตรงไปตรงมาว่าทำไมพระองค์ทรงต้องการให้เธออยู่บนโลกนี้ต่อไปอีก หรือเธออาจจะหวาดกลัวความโดดเดี่ยวที่จะต้องประสบเราไม่ทราบ แต่เราทราบว่าพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงเลือกออกจากคาเปอร์นาอุมทันที ซึ่งทำให้พระองค์ต้องทรงพระดำเนินตลอดคืนเพื่อหยุดยวบวณศพก่อนพวกเขาจะวางศพไว้ในหลุม

ใช่ เมื่อพระองค์ทอดพระเนตรเห็นใบหน้าและคราบน้ำตาลของหญิงคนนั้นขณะเธอเดินอยู่หลังขบวน พระเยซูทรงสงสารเธอมาก—แต่ดูเหมือนว่าความสงสารของพระองค์เกิดจากความรู้สึกที่ทรงประสบมานานก่อนเสด็จมาหยุดยวบวณศพ “ทันพอดี” พระองค์ทรงมาถึงที่นั่นพอดีในช่วงที่เธอต้องการ

จากนั้นพระองค์รับสั่งกับหญิงม่ายว่า “อย่าร้องไห้” (ข้อ 13) พระองค์มิได้ทรงกลัวความไม่สะอาดของพิธี ทรง “แต่จะต้องโลง” และขบวน “หยุดยืนอยู่” จากนั้นพระองค์ทรงบัญชา “ชายหนุ่มเอ๋ย เราสั่งท่านให้ลุกขึ้น

“คนที่ตายนั้นก็ลุกขึ้นนั่ง แล้วเริ่มพูด พระองค์จึงทรงมอบชายหนุ่มให้แก่มารดาของเขา” (ข้อ 14–15) เป็นธรรมดาที่ชาวบ้านและผู้ติดตามพระเยซูจะตกใจกลัวขณะความโมโศกเศร้าของพวกเขาเปลี่ยนเป็นปีที่บริสุทธิ พวกเขาทุกคน “สรรเสริญ

พระเจ้าว่า ผู้เผยพระวจนะยิ่งใหญ่มาเกิดท่ามกลางเราแล้ว” (ข้อ 16) แต่ปาฏิหาริย์ครั้งนี้เกี่ยวข้องกับกรช่วยเหลือจิตวิญญาณที่สิ้นหวังด้วย พระเยซูทรงทราบว่ายังมีบางอย่างผิดปกติมากสำหรับหญิงคนนั้น—มีคนถูกดูหมิ่นในวัฒนธรรมของพวกเขา สถานการณ์ของเธอเรียกร้องความสนใจของพระองค์ทันที ถึงแม้พระองค์ต้องเดินทางไกลมาที่นั่นให้ทันเวลาก็ตาม พระองค์ทรงทราบสถานการณ์สิ้นหวังของเธอ และเสด็จมาโดยเร็ว ประธานโรนัลด์ เอส. มอนสัน (1927–2018) พูดความจริงที่ไม่อาจปฏิเสธได้เมื่อท่านกล่าวว่า “วันหนึ่ง เมื่อเราย้อนกลับไปดูสิ่งที่น่าจะเป็นความบังเอิญของชีวิตเรา เราจะตระหนักว่านั่นไม่บังเอิญเลย”⁷

ตอนนี้เหตุการณ์จรรโลงใจดังกล่าวดังต้องเป็นยิ่งกว่าเรื่องราวในพระคัมภีร์ไบเบิลที่ทำให้เราผลิตเพลินใจ อีกทั้งยืนยันแน่ชัดว่าพระเยซูทรงทราบเกี่ยวกับหญิงม่ายยากจนขั้นแค้นที่ถูกลืมนั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อเราถูกลืมหรือถูกมองข้ามหรือไร้ความหมาย เราต้องจำไว้ว่า พระเยซูเสด็จมาหาหญิงม่ายในเวลาที่เราขัดสนอย่างยิ่ง และพระองค์จะเสด็จมาหาเราเช่นกัน นอกจากนี้ บทเรียนที่สองที่เราจะได้จากแบบอย่างของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดคือความสำคัญของการเอื้อมไปเป็นพรแก่ผู้รอบข้างท่าน หลายคนในแวดวงของท่านจะท้อใจเป็นครั้งคราว ถ้าท่านสามารถเล่าเรื่อง

“ซิสเตอร์นาอีน” และการที่พระเจ้าทรงทราบความ
ท้อแท้สิ้นหวังและวิฤตใหญ่หลวงของเธอให้พวก
เขาฟังได้ นั้นจะเปลี่ยนราตรีเป็นทิวา จงจดจำความ
เห็นอันลึกซึ้งของประธานสเปนเซอร์ ดับเบิลยู. คิม-
บัลล์ (1895–1985) “พระเจ้าเป็นเจ้าของทรงสังเกตเห็น
เรา และทรงดูแลเรา แต่ปกติพระองค์จะทรงตอบ
รับความต้องการของเราผ่านผู้อื่น”⁸

ในบรรดาปาฏิหาริย์ทั้งหมดของพระเยซูระหว่าง
พระองค์ประทับบนแผ่นดินโลก น้อยนักที่จะอ่อน
โยนและเห็นอกเห็นใจเท่าการปฏิบัติศาสนกิจต่อ
หญิงม่ายชาวนาอีน นั่นเตือนเราว่าเราสำคัญต่อ
พระองค์และพระองค์จะไม่ทรงลืมเรา เราจะลืม
เรื่องนี้ไม่ได้ ■

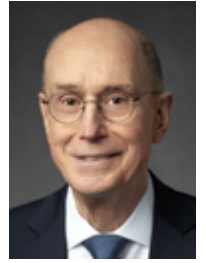
อ้างอิง

1. ดู E. Mills, *Census of Palestine 1931: Population of Villages, Towns, and Administrative Areas* (1932), 75.
2. ดู S. Kent Brown, *The Testimony of Luke* (2015), 364.
3. ดู Brown, *The Testimony of Luke*, 365.
4. ดู Brown, *The Testimony of Luke*, 365.
5. ในอิสยาห์ 54:4 พระเจ้ารับสั่งกับหญิงม่ายอิสราเอลว่าเธอจะ “จำความอภัยต่อตูดของ [การถูกทอดทิ้ง] ไม่ได้อีก” (งานแปลใหม่ฉบับภาษาอังกฤษ)
6. ดู Brown, *The Testimony of Luke*, 365.
7. โทมัส เอส. มอนสัน ใน โจเซฟ บี. เวิร์ธลิน “Lessons Learned in the Journey of Life,” *Liahona*, May 2001, 38.
8. คำสอนของประธานศาสนจักร: สเปนเซอร์ ดับเบิลยู. คิมบัลล์ (2006), 90.



ชมวิดีโอที่ศรัทธาพระกัมภีร์
ไบเบิลเรื่อง “Widow
of Nain” ที่ [lds.org/go/
041917](https://lds.org/go/041917)





โดย ประธาน
เฮนรี่ บี. อายริงก์
ที่ปรึกษาที่สอง
ในฝ่ายประธาน
สูงสุด

วางใจใน การปลดปล่อย ของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด

การชดใช้และการฟื้นคืนพระชนม์ของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด
ทำให้พระองค์ทรงมีเดชานุภาพเสริมกำลังเราในการทดลอง
หรือปลดปล่อยเราจากการทดลองเหล่านั้น

สัหรับเราผู้สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ถนนเบื้องหน้าเราจะเศร้าและโดดเดี่ยว—
คนที่ไม่มีความรู้และประจักษ์พยานเกี่ยวกับการชดใช้และการฟื้นคืนพระชนม์
ของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดพระเยซูคริสต์จะเศร้าและโดดเดี่ยวยิ่งกว่า ท่านคงจำสาวก
ที่สงสัยสองคนบนถนนไปเอมมาอูสได้ พระเจ้าผู้ฟื้นคืนพระชนม์เสด็จเข้าไปใกล้พวกเขา
และตรัสถามว่าพวกเขาเศร้าทำไม ลูคาตอบเราดังนี้

“เขาจึงตอบพระองค์ว่า เหตุการณ์เรื่องเยซูชื่อนาซาเร็ธผู้เผยพระวจนะที่มีฤทธิ์เดชใน
กิจการและถ้อยคำต่อพระพักตร์พระเจ้าและต่อหน้าประชาชน

“พวกหัวหน้าปุโรหิตกับพวกผู้นำของเรามอบตัวท่านไว้ให้ถูกลงโทษถึงตาย และตรึงท่าน
ที่กางเขน

“แต่เรามีความหวังว่าท่านจะเป็นผู้นั้นที่มาไถ่ชนชาติอิสราเอล” (ลูคา 24:19–21)

เราได้ความอบอุ่นใจจากความรู้และประจักษ์พยานของเราว่าพระองค์ คือ ผู้ทรงไถ่
อิสราเอล พระองค์ คือ ผู้ทรง “ทำให้สายรัดแห่งความตายขาด” (โมไซยาห์ 15:23) พระองค์
คือ ผู้ทรงเป็น “ผลแรกของพวกเขาที่ล่วงลับไป” (1 โครินธ์ 15:20) พระองค์ คือ ผู้ทรงทำให้
พันธสัญญาพระวิหารผูกมัดเราไว้ตลอดกาลกับคนที่เรา “หมายรักนัก และหายไปชั่วครว!”¹

ในเทศกาลอีสเตอร์ปีนี้ ข้าพเจ้าประสงค์จะแบ่งปันข่าวสารส่วนหนึ่งของการให้ข้อคิดทาง
วิญญาณที่ข้าพเจ้าให้ไว้เมื่อไม่กี่ปีก่อนเกี่ยวกับเดชานุภาพการปลดปล่อยของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด
เรื่องนี้ทำให้ข้าพเจ้าเข้มแข็งขึ้นขณะข้าพเจ้าเตรียมและให้ข่าวสาร ข้าพเจ้าสวด
อ้อนวอนขอให้ข่าวสารนี้ทำให้ท่านเข้มแข็งขึ้นขณะอ่าน

ส่วนหนึ่งจากภาพ ที่ถือวัตถุประสงฆ์ โดย อองซัง ลิม ข้อที่ 10 โดย HAVEN LIGHT

พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงทราบความทุกข์โศกของเรา

ชีวิตบางคนจบเร็วและทุกชีวิตจะจบในที่สุด เราแต่ละคนจะได้รับการทดสอบโดยประสบการณ์ความตายของคนที่เรารัก

มีอยู่วันหนึ่งข้าพเจ้าพบชายคนหนึ่งที่ไม่ได้เจอมานานตั้งแต่ภรรยาของเขาสิ้นชีวิต นั่นเป็นการพบกันโดยบังเอิญในสถานการณ์วันหยุดทางสังคมที่นำอภิธรรม์ เขายิ้มขณะเดินมาหาข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจำการสิ้นชีวิตของภรรยาเขาได้ จึงกล่าวทักทายอย่างระมัดระวังว่า “เป็นอย่างไรบ้างครับ”

รอยยิ้มหายไป นัยน์ตารื้น และเขาพูดเบาๆ ด้วยความจริงจังมากกว่า “ผมสบายดีครับ แต่ยากมาก”

มันยากมาก ดังที่พวกท่านส่วนใหญ่ได้เรียนรู้ และเราทุกคนจะได้เรียนรู้สักวัน ส่วนยากที่สุดของการทดสอบนั้นคือการรู้ว่าต้องทำอะไรกับความเศร้า

เสียใจ ความโดดเดี่ยว และความสูญเสียที่เราารู้สึก ประหนึ่งส่วนหนึ่งของเราหายไป ความทุกข์โศกยังคงอยู่เหมือนความเจ็บปวดเรื้อรัง และสำหรับบางคนอาจมีความรู้สึกโกรธหรือรู้สึกที่ไม่ยุติธรรม

การชดใช้และการฟื้นคืนพระชนม์ของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทำให้พระองค์มีเดชะานุภาพปลดปล่อยเราในการทดลองเช่นนั้น พระองค์ทรงทราบความทุกข์โศกทั้งหมดของเราผ่านประสบการณ์ของพระองค์ พระองค์จะทราบโดยการดลใจของพระวิญญาณก็ได้ แต่พระองค์ทรงเลือกประสบการณ์ด้วยพระองค์เอง เรื่องราวมีดังนี้

“และดูเถิด, พระองค์จะประสูติจากมารีย์, ที่เยรูซาเล็มซึ่งเป็นแผ่นดินของบรรพบุรุษเรา, โดยที่นางเป็นหญิงพรหมจารี, เป็นภาชนะอันมีค่าและเลือกสรรแล้ว, ผู้ที่อำนาจของพระวิญญาณบริสุทธิ์จะ



บังนางไว้และทำให้นางตั้งครรภ์, และให้กำเนิดบุตรคนหนึ่ง, แท้จริงแล้ว, แม้พระบุตรของพระเจ้าเป็นผู้เป็นเจ้าของ

“และพระองค์จะเสด็จออกไป, ทรงทนความเจ็บปวดและความทุกข์และการล่อลวงทุกอย่าง; และนี่ก็เพื่อคำซึ่งกล่าวว่าพระองค์จะทรงรับความเจ็บปวดและความป่วยไข้ของผู้คนของพระองค์จะได้เกิดสัมฤทธิ์ผล.

“และพระองค์จะทรงรับเอาความตาย, เพื่อพระองค์จะทรงทำให้สายรัดแห่งความตายที่ผูกมัดผู้คนของพระองค์หลุดออก; และพระองค์จะทรงรับเอาความทุกข์ทรมานของพวกเขา, เพื่ออุทรของพระองค์จะเปี่ยมไปด้วยพระเมตตา, ตามเนื้อหนัง, เพื่อพระองค์จะทรงรู้ตามเนื้อหนังว่าจะทรงช่วยผู้คนของพระองค์ตามความทุกข์ทรมานของพวกเขาได้อย่างไร” (แอลมา 7:10-12)

คนดีรอบข้างท่านจะพยายามเข้าใจความทุกข์โศกของท่านขณะที่ท่านสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก พวกเขาอาจรู้สึกทุกข์โศกด้วยตัวพวกเขาเอง พระผู้ช่วยให้อรอดไม่เพียงเข้าพระทัยและรู้สึกถึงความทุกข์โศกเท่านั้นแต่ทรงรู้สึกถึงความทุกข์โศกของตัว ท่าน ด้วยที่มีเพียงท่านเท่านั้นรู้สึก และทรงรู้จักท่านอย่างสมบูรณ์ พระองค์ทรงรู้จักใจท่าน

อัญเชิญพระวิญญูณบริสุทธี

พระผู้ช่วยให้อรอดทรงทราบว่าคุณจะทำสิ่งใดได้ดีที่สุดสำหรับท่านขณะที่ท่านอัญเชิญพระวิญญูณบริสุทธีให้มาปลอบโยนและอวยพรท่าน พระองค์จะทรงทราบว่าท่านจะเริ่มตรงไหนดีที่สุด บางครั้งจะต้องเริ่มสวดอ้อนวอน บางครั้งจะต้องไปปลอบคนบางคน ข้าพเจ้ารู้จักหญิงม่ายคนหนึ่งซึ่งป่วยจนหมดเรี่ยวแรงผู้ได้รับการดูแลให้ไปเยี่ยมหญิงม่ายอีกคนหนึ่ง ข้าพเจ้าไม่ได้อยู่ที่นั่น แต่มั่นใจว่าพระเจ้าทรงดูแลใจสานุศิษย์ที่ซื่อสัตย์คนหนึ่งให้ไปช่วยอีกคนหนึ่งและด้วยเหตุนี้จึงสามารถช่วยเหลือทั้งสองคน มีหลายวิธีที่พระผู้ช่วยให้อรอดทรงสามารถช่วยเหลือผู้ทุกข์โศก แต่ละวิธีเหมาะกับแต่ละคน แต่ท่านแน่ใจได้ว่าพระองค์ทรงสามารถและจะทรงช่วยเหลือในวิธีที่ดีที่สุดสำหรับผู้ทุกข์โศกและสำหรับคนรอบข้างพวกเขา วิธีหนึ่งที่ทรงใช้เสมอเมื่อพระเจ้าเป็นเจ้าทรงปลดปล่อยผู้คนจากความทุกข์โศกคือให้พวกเขารู้สึกอ่อนน้อมถ่อมตน

พระผู้ช่วยให้อรอดจะทรงทราบ ความทุกข์โศกของเราโดย การดูแลใจของพระวิญญูณ ก็ได้ แต่พระองค์ทรงเลือก ประสพด้วยพระองค์เอง

เหมือนเด็กต่อพระพักตร์พระองค์ แบบอย่างที่ยอดเยียมของพลังแห่งความอ่อนน้อมถ่อมตนมาจากชีวิตของโยบ (ดู โยบ 1:20-22) อีกวิธีหนึ่งที่ทรงใช้เสมอ ซึ่งโยบเคยใช้ คือมีศรัทธาคงมั่นในเดชะนุภาพการฟื้นคืนพระชนม์ของพระผู้ช่วยให้อรอด (ดู โยบ 19:26)

เราทุกคนจะฟื้นคืนชีวิต รวมทั้งคนรักของท่านที่ล่วงลับไปแล้วด้วย การพบกับพวกเขาอีกครั้งจะไม่ได้ตัวตนแต่จะพบพวกเขาพร้อมร่างกายที่จะไม่มีวันตายไม่แก่ และไม่ทุกข์ทรมาน

เมื่อพระผู้ช่วยให้อรอดทรงปรากฏต่ออัครสาวกของพระองค์หลังจากฟื้นคืนพระชนม์ พระองค์ได้เพียงปลอบพวกเขาขณะกำลังทุกข์โศกเท่านั้นแต่ทรงปลอบเราทุกคนผู้จะทุกข์โศกด้วย พระองค์ทรงปลอบพวกเขาและพวกเราทำนองนี้

“สันติสุขจงดำรงอยู่กับท่านทั้งหลายเถิด . . .

“จงดูที่มือและเท้าของเราว่าเป็นเราเอง จงกล้าตัวเราดู เพราะว่ามีเนื้อและกระดูกเหมือนอย่างที่เราเห็นว่ามี” (ลูคา 24:36, 39)

พระเจ้าทรงสามารถดูแลเราให้เอื้ออำนวยเดชะนุภาพการปลดปล่อยจากความทุกข์โศกของเราในวิธีที่เหมาะสมที่สุด เราสามารถเลือกรับใช้ผู้อื่นแทนพระเจ้า เราสามารถเป็นพยานถึงพระผู้ช่วยให้อรอด พระกิตติคุณของพระองค์ การฟื้นฟูศาสนจักรของพระองค์ และการฟื้นคืนพระชนม์ของพระองค์ เราสามารถรักษาพระบัญญัติของพระองค์

การเลือกทั้งหมดนั้นอัญเชิญพระวิญญูณบริสุทธี พระวิญญูณบริสุทธีคือผู้ทรงสามารถปลอบโยนเราในวิธีที่เหมาะสมกับความต้องการของเรา และโดยการดูแลใจของพระวิญญูณ เราสามารถมีประจักษ์พยานเกี่ยวกับการฟื้นคืนพระชนม์และเห็นภาพการพบกันอีกครั้งได้อย่างชัดเจน ข้าพเจ้ารู้สึกถึงการปลอบโยนนั้นขณะมองดูป้ายหลุมศพของคนซึ่งข้าพเจ้ารู้จัก—คนที่ข้าพเจ้ารู้ว่าข้าพเจ้าจะได้กอดพวกเขาในวันหน้า ความรู้ไม่เพียงปลดปล่อยข้าพเจ้าจากความทุกข์โศกเท่านั้นแต่ทำให้ข้าพเจ้าเปี่ยมด้วยความคาดหวังที่เป็นสุขด้วย

ถ้าเด็กน้อยคนนั้นมีชีวิตอยู่จนเป็นผู้ใหญ่ เธอคงต้องการการปลดปล่อยในการทดลองอีกชุดหนึ่ง เธอคงจะได้รับการทดสอบให้ซื่อสัตย์ต่อพระเจ้าเป็นเจ้าผ่านความท้าทายทางร่างกายและทางวิญญาณที่เกิดกับทุกคน ถึงแม้ร่างกายเป็นงานสร้างที่งดงาม แต่การให้ร่างกายทำหน้าที่อยู่เสมอเป็นความท้าทายที่

ทดสอบเราทุกคน ทุกคนต้องประสบความเจ็บไข้ได้ป่วยและผลของวัยชรา

“ท่านจงอ่อนน้อมถ่อมตน”

เดซาเนาภาพการปลดปล่อยจากการทดลองมีให้เราทุกคน ได้ผลในวิธีเดียวกันกับการปลดปล่อยจากการทดลองที่เกิดขึ้นขณะประสบความตายของคนที่เรารัก การปลดปล่อยนั้นไม่ใช่การรักษาชีวิตคนที่เรารักเสมอไปฉันใด การปลดปล่อยจากการทดลองอื่นอาจจะไม่ใช่การนำเอาการทดลองเหล่านั้นออกไปฉันนั้น พระเจ้าอาจจะไม่ให้การบรรเทาทุกข์จนกว่าเราจะพัฒนาศรัทธาในการเลือกที่จะทำให้เดซาเนาภาพแห่งการชดใช้เกิดผลในชีวิตเรา พระองค์ทรงเรียกร้องเช่นนั้นไม่ใช่เพราะไม่สนพระทัยเราแต่เพราะทรงรักเรา

พระเจ้าประทานแนวทางสำหรับการได้รับเดซาเนาภาพการปลดปล่อยจากการตรึงกันข้ามในชีวิตแก่โรมัส บี. มาร์ชประธานโครัมฮัครสาวกสิบสองสมัยนั้น เขาประสบการทดลองที่ยาก และพระเจ้าทรงทราบว่าเขาจะประสบมากขึ้น ต่อไปนี้เป็นคำแนะนำแก่เขาที่ข้าพเจ้ารับไว้และมอบให้

ท่านแน่ใจได้ว่าพระเจ้า
ช่วยให้รอดทรงสามารถ
และจะทรงช่วยเหลือใน
วิธีที่ดีที่สุดสำหรับผู้ทุก
โศกและสำหรับคนรอบ
ข้างพวกเขา

ท่าน “เจ้าจงอ่อนน้อมถ่อมตน; และพระเจ้าพระผู้เป็นเจ้าของเจ้าจะทรงจงมือนำเจ้าไป, และให้คำตอบคำสวดอ้อนวอนของเจ้าแก่เจ้า” (หลักคำสอนและพันธสัญญา 112:10)

พระเจ้าทรงต้องการนำเราให้ได้รับการปลดปล่อยเสมอผ่านการเป็นคนชอบธรรมมากขึ้นของเรา นั่นเรียกร้องการกลับใจ และใช้ความอ่อนน้อมถ่อมตน ด้วยเหตุนี้หนทางสู่การปลดปล่อยจึงเรียกร้องความอ่อนน้อมถ่อมตนเสมอเพื่อพระเจ้าจะทรงสามารถจงมือนำเราไปถึงที่ซึ่งทรงต้องการพาเราผ่านพ้นความเดือดร้อนไปสู่การชำระให้บริสุทธิ์



การทดลองสามารถทำให้เกิดความไม่พอใจหรือความท้อใจ ความอ่อนน้อมถ่อมตนที่ท่านและข้าพเจ้าต้องมีเพื่อให้พระเจ้าทรงจงมือนำเรามาจากศรัทธา มาจากศรัทธาว่าพระเจ้าทรงพระชนม์อยู่จริง พระองค์ทรงรักเรา และสิ่งที่พระองค์ทรงต้องการ—อาจจะยาก—แต่จะดีที่สุดสำหรับเราเสมอ

พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงแสดงให้เห็นความอ่อนน้อมถ่อมตนนั้น ท่านเคยอ่านมาแล้วว่าพระองค์ทรงสวดอ้อนวอนในสวนเกทเสมนีอย่างไร ขณะทรงประสพการทดลองแทนเราเกินกว่าเราจะสามารถเข้าใจหรืออดทนได้ หรือแม้แต่ข้าพเจ้าก็ไม่อาจพรรณนาได้ ท่านคงจำคำสวดอ้อนวอนของพระองค์ได้ “ข้าแต่พระบิดา ถ้าพระองค์พอพระทัยขอให้ถ้อยนี้เลื่อนพ้นไปจากข้าพระองค์ แต่อย่างไรก็ดี อย่าให้เป็นไปตามใจข้าพระองค์ แต่ให้เป็นไปตามพระทัยของพระองค์” (ลูกา 22:42)

พระองค์ทรงรู้จักและวางใจพระบิดาบนสวรรค์ของพระองค์ เอโลฮิมผู้ยิ่งใหญ่ พระองค์ทรงทราบว่าพระบิดาของพระองค์ทรงมีเดชานุภาพทั้งมวล และทรงเมตตาไม่สิ้นสุด พระบุตรที่รักทูลด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน—เหมือนเด็กเล็ก—เพื่อขอเดชานุภาพการปลดปล่อยมาช่วยพระองค์

กล้าหาญและสบายใจ

พระบิดาไม่ทรงปลดปล่อยพระบุตรโดยทรงนำเอาการทดลองออกไป เพื่อประโยชน์ของเราพระองค์จึงไม่ทรงทำเช่นนั้น แต่ทรงยอมให้พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทำพันธกิจที่พระองค์เสด็จมาทำให้ลุล่วง ทว่าเราสามารถกล้าหาญและสบายใจได้เสมอจากความรู้ที่ว่าพระบิดาทรงจัดเตรียมความช่วยเหลือให้เรา

“มีทูตองค์หนึ่งจากฟ้าสวรรค์มาปรากฏต่อพระองค์ และช่วยชูกำลังพระองค์

“เมื่อพระองค์ทรงเป็นทุกข์ พระองค์ก็ยิ่งทรงอธิษฐานอย่างจริงจัง เหนือของพระองค์เป็นเหมือนโลหิตเม็ดใหญ่ไหลหยดลงถึงดิน

“เมื่อทรงลุกขึ้นจากการอธิษฐานแล้ว พระองค์เสด็จมาหาพวกสาวก พบว่าพวกเขาหลับไปด้วยความทุกข์โศกเศร้า

“พระองค์จึงตรัสกับเขาว่า หลับอยู่ทำไม? จงลุกขึ้นอธิษฐานเพื่อท่านจะไม่ตกอยู่ในการทดลอง” (ลูกา 22:43-46)

พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงสวดอ้อนวอนขอการปลดปล่อย สิ่งซึ่งพระองค์ทรงได้รับไม่ใช่ทางหนีพ้นการทดลองแต่ได้รับการปลอบโยนมากพอจะผ่านพ้นไปได้ อย่างน่ายกย่อง

พระบัญชาต่อเหล่าสาวกของพระองค์ผู้กำลังถูกทดสอบถือเป็นแนวทางสำหรับเรา เราสามารถตัดสินใจทำตามได้ เราสามารถตัดสินใจลุกขึ้นสวดอ้อนวอนด้วยศรัทธาแรงกล้าและด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน และเราสามารถทำตามพระบัญชาเพิ่มเติมในหนังสือมาระโกให้ “ลุกขึ้นไปกันเถิด” (มาระโก 14:42)

จากข้อนี้ ท่านได้รับคำแนะนำเพื่อผ่านการทดสอบชีวิตทางร่างกายและทางวิญญาณ ท่านจะต้องการความช่วยเหลือของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าหลังจากท่านได้ทำ

*พระเยซูคริสต์ทรงชำระค่าไถ่บาปของเรา
ทุกคนและบาปของบุตรธิดาทุกคนของ
พระบิดาบนสวรรค์ทั้งนี้เพื่อเราจะได้รับการ
การปลดปล่อยจากความตายและบาป*

สุดความสามารถด้วยตัวท่านเองแล้ว ดังนั้นจงลุกขึ้นไปกันเถิด แต่ต้องได้รับความช่วยเหลือจากพระองค์เร็วที่สุด ไม่รอจนเกิดวิกฤติแล้วจึงขอการปลดปล่อย

ข้าพเจ้ากล่าวคำพยานอย่างจริงจังว่าพระเจ้าผู้เป็นเจ้าพระบิดาทรงพระชนม์และทรงรักท่าน ข้าพเจ้าทราบเช่นนั้น แผนแห่งความสุขของพระองค์สมบูรณ์แบบ และ เป็น แผนแห่งความสุข พระเยซูคริสต์ฟื้นคืนพระชนม์แล้ว เราจะฟื้นคืนชีวิตเช่นกัน พระองค์ทรงทนทุกข์เพื่อพระองค์จะทรงสามารถช่วยเหลือเราในการทดลองทั้งหมดของเรา พระองค์ทรงชำระค่าไถ่บาปของเราทุกคนและบาปของบุตรธิดาทุกคนของพระบิดาบนสวรรค์ทั้งนี้เพื่อเราจะได้รับการปลดปล่อยจากความตายและบาป

ข้าพเจ้าทราบไว้ในศาสนจักรของพระเยซูคริสต์ พระวิญญาณบริสุทธิ์สามารถเสด็จมาปลอบโยนและชำระเราให้สะอาดเมื่อเราติดตามพระอาจารย์ ขอให้ท่านได้รับการปลอบโยนและความช่วยเหลือจากพระองค์ในยามต้องการผ่านการทดสอบและการทดลองทั้งหมดของชีวิตท่าน ■

จากคำปราศรัยให้ข้อคิดทางวิญญาณเรื่อง “เดชานุภาพของการปลดปล่อย” ที่มหาวิทยาลัยบริคัม ยังก์เมื่อวันที่ 15 มกราคม ค.ศ. 2008

อ้างอิง

1. “แสงอันเมตตาโปรดนำ” เพลงสวด บทเพลงที่ 42



ส่วนหนึ่งของภาพ ภาพสมมติ โดย จ. เจมส์ วัตสัน; ภัณฑารักษ์จาก GETTY IMAGES

ในเกทเสมนี้ศักดิ์สิทธิ์

คิดคำนึง ♩ = 60-68

คำร้องและทำนองโดย แทมมี ซิมิสเตอร์ โรบินสัน

1. ใน เกท เสม - นี้ ศักดิ์ สิทธิ์ พระ เย ชู คริสต์ ทรง ได้ ถิ่น
 2. ถิ่น เห็น พระ องค์ ทรง ทุกข์ ทน จำ นน ใน ความ เดิม พระ ทัย
 3. เมื่อ ริม ฝี่ ปาก จีบ ถ้วย นัน ถิ่น ทำ ศัวย ความ คา - ร - วะ

ทรง ทูล วิง วอน ใน สาน นัน พระ ทรง สวด อ้อน วอน เพื่อ ถิ่น
 ชด ใช้ ให้ คน ทั้ง ปวง พลัน พระ องค์ สิ้น พระ ชนม์ เพื่อ ถิ่น
 พระ ว - ร - ภาย ที่ ทรง พลี ถิ่น จะ ยืน ยัน เป็น พ - ยาน

พระ ทรง สวด อ้อน วอน เพื่อ ถิ่น ทรง รับ ใจ ชอก ช้ำ ของ ถิ่น
 พระ องค์ สิ้น พระ ชนม์ เพื่อ ถิ่น ทรง รับ ใจ ชอก ช้ำ ของ ถิ่น
 ถิ่น จะ ยืน ยัน เป็น พ - ยาน ทรง รับ ใจ ชอก ช้ำ ของ ถิ่น

จุด ประ สงค์ เป็น หนึ่ง เดียว กัน ทรง ทูล วิง วอน ใน สาน นัน
 จุด ประ สงค์ เป็น หนึ่ง เดียว กัน ชด ใช้ ให้ คน ทั้ง ปวง พลัน
 จุด ประ สงค์ เป็น หนึ่ง เดียว กัน ขอ ทรง สิ้น ทุกข์ ท - ร - มาณ

พระ ทรง สวด อ้อน วอน เพื่อ ถิ่น พระ ทรง สวด อ้อน วอน เพื่อ ถิ่น
 พระ องค์ สิ้น พระ ชนม์ เพื่อ ถิ่น พระ องค์ สิ้น พระ ชนม์ เพื่อ ถิ่น
 ชี วิ ถิ่น อยู่ เพื่อ พระ องค์ ชี วิ ถิ่น อยู่ เพื่อ พระ องค์

© 2003 Tammy Simister Robinson. All rights reserved.

อนุญาตให้ทำสำเนาเพลงนี้ไว้ใช้ที่บ้านหรือที่โบสถ์ได้โดยไม่หวังผลในเชิงพาณิชย์
 ขอให้ระบุหมายเหตุนี้ในสำเนาทุกครั้ง



โดย ไบรอัน เค. แอชตัน
ที่ปรึกษาที่สองในฝ่าย
ประธาน โรงเรียนวัน
อาทิตย์สามัญ

บทเรียนสามบท เกี่ยวกับความรัก ปีติ และสันติ

การทำตามสามขั้นตอนนี้จะส่งผลใหญ่
หลวงในชีวิตท่านและช่วยให้ท่านรู้สึกถึง
ผลของพระวิญญูญาณ

เมื่อข้าพเจ้าเป็นนักศึกษา ข้าพเจ้าคิดเกี่ยวกับ
อนาคตบ่อยครั้ง พอมาถึงอนาคต—หมายถึงชีวิต
หลังเรียนจบมหาวิทยาลัย—ข้าพเจ้าเรียนรู้อะไร
สำคัญยิ่งสามบทที่ส่งผลใหญ่หลวงในชีวิตข้าพเจ้า
ข้าพเจ้าต้องการแบ่งปันบทเรียนเหล่านี้กับท่านด้วย
ความหวังว่าท่านจะไม่ใช้เวลาเรียนรู้อะไรต่างกล่าวหาว่า
ข้าพเจ้า บทเรียนเหล่านี้จะช่วยให้ท่านพบปีติในชีวิตมากขึ้น
—และได้รับความสูงส่งกับพระบิดาบนสวรรค์ในที่สุด

1. แสวงหาความสุข สันติ และพระวิญญูญาณบริสุทธิ์

ข้าพเจ้าพบเมลินดาภรรยาระหว่างเป็นนักศึกษาปีที่สอง
ราวหกเดือนหลังกลับจากงานเผยแผ่ ข้าพเจ้าทราบทันที
ว่าข้าพเจ้าต้องการแต่งงานกับเมลินดา แต่เมลินดาไม่มี
ประสบการณ์เหมือนข้าพเจ้า ผ่านมาห้าปีกว่าเธอจะได้รับคำ
ตอบว่าจะ “ตกลง” แต่งงานกับข้าพเจ้าหรือไม่

ช่วงห้าปีนั้น ข้าพเจ้ามีการทดลองยากกว่านั้นอย่างหนึ่ง
ของชีวิต ข้าพเจ้าทราบว่าข้าพเจ้าควรแต่งงานกับใคร



เมื่อท่านทำสิ่ง

เล็กน้อยและ

วางใจในการ

พลีพระชนม์

ชีพของพระ

เยซูคริสต์

ท่านจะพบ

ความรัก ปิติ

และสันติไม่

ว่าสภาวะการณ์

ของท่าน

เป็นเช่นไร

และพระวิญญาณทรงกระตุ้นข้าพเจ้าเรื่องนี้ แต่ดูเหมือนไม่สามารถบรรลุเป้าหมายนั้น

หลังจากข้าพเจ้าเรียนจบไม่นาน เมลินดาตัดสินใจไปเป็นผู้สอนศาสนา—ข้าพเจ้าเชื่อว่าส่วนหนึ่งก็เพื่อไปให้พ้นจากข้าพเจ้า มีหลายครั้งระหว่างเธอเป็นผู้สอนศาสนาที่ข้าพเจ้ารู้สึกหดหู่เพราะข้าพเจ้าให้ความสนใจกับสิ่งที่ข้าพเจ้าไม่มี แต่ข้าพเจ้าศึกษาพระคัมภีร์และสวดอ้อนวอนทุกวัน รับประทานศาสนจักร และชวนช่วยทำสิ่งที่นำพระวิญญาณบริสุทธิ์เข้ามาในชีวิตข้าพเจ้า

เช้าตรู่ของวันอาทิตย์ที่หนาวมากวันหนึ่งในเมืองมินนีแอโพลิส รัฐมินนิโซตา สหรัฐอเมริกาขณะข้าพเจ้าขับรถไปการประชุมหนึ่งของศาสนจักร ข้าพเจ้าคิดว่า “ฉันควรจะมีความสุขอย่างมากตอนนี้ เพราะดูเหมือนไม่มีอะไรได้ตั้งใจ แต่กลับไม่รู้สึกรักทุกขุทรมาน ฉันรู้สึกมีความสุขอย่างไม่น่าเชื่อ!”

ข้าพเจ้าจะมีความสุขได้อย่างไรถ้าข้าพเจ้ากำลังประสบการทดลองที่ยากสำหรับข้าพเจ้า

คำตบอวยใน กาลาเทีย 5:22–23: “ส่วนผลของพระวิญญาณนั้นคือ ความรัก ความยินดี สันติสุข ความอดทน ความกรุณา ความดี ความซื่อสัตย์ ความสุภาพอ่อนโยน การรู้จักบังคับตน”

เพราะข้าพเจ้ากำลังทำสิ่งที่นำพระวิญญาณเข้ามาในชีวิต ข้าพเจ้าจึงรู้สึกถึงความรักของพระเจ้า ข้าพเจ้ารู้สึกถึงปิติและสันติ ข้าพเจ้าอาจจะอดทนนานแต่ยังมีความสุข

การมีความรัก ปิติ และสันติในชีวิตเราในครอบครัวเรา และชีวิตแต่งงานของเราไม่ได้เกิดจากการมีบ้านหลังใหญ่ รถยนต์หรูหราน เสื้อผ้าทันสมัย ความสำเร็จด้านอาชีพ หรือสิ่งที่โลกบอกว่าจะทำให้เกิดความสุข อันที่จริง เพราะความรู้สึกรัก ปิติ และสันติมาจากพระวิญญาณ ความรู้สึกเหล่านี้จึง

ไม่เกี่ยวข้องแต่อย่างใดกับสภาวะการณ์ทางโลกของเรา

โปรดเข้าใจว่าข้าพเจ้าไม่ได้พูดว่าเราจะมีความสุขตลอดเวลาหรือสภาวะการณ์ทางโลกของเราไม่มีผลต่อความสุขของเรา ความจริงคือถ้าเราไม่ลิ้มรสความขม เราจะไม่รู้ถึงความหวาน (ดู หลักคำสอนและพันธสัญญา 29:39; ดู โมเสส 6:55)

เราต้องดิ้นรนบ้าง นอกจากนี้ สภาวะทางกายและทางอารมณ์บางอย่างสามารถทำให้เราเกิดความทุกข์ใหญ่หลวง และทำให้เรารู้สึกถึงพระวิญญาณยากมาก แต่ถ้าเราชวนช่วยให้มิพระวิญญาณในชีวิตเราและวางใจพระเจ้าเป็นเจ้า โดยปกติแล้วเราจะมีความสุข

ข้าพเจ้าเป็นพยานจากประสบการณ์ส่วนตัวว่านี่เป็นความจริง นับตั้งแต่ประสบการณ์ของ

ข้าพเจ้าขณะเมลินดาเป็นผู้สอนศาสนา ข้าพเจ้าสังเกตเห็นว่าถ้าข้าพเจ้าทำสิ่งที่นำพระวิญญาณเข้ามาในชีวิตข้าพเจ้า รวมถึงการเลือกเชื่อฟังและยอมรับว่าทุกอย่างจะเป็นไปตามที่พระเจ้าผู้เป็นเจ้าของต้องประสงค์ ข้าพเจ้ามักจะมีมีความสุข (ดู เจคอบ 3:2)¹

2. อย่างหลงเชื่อถึงจอมปลอม

ซาตานเสนอทางเลือกจอมปลอมให้ทุกอย่างที่พระเจ้าผู้เป็นเจ้าของทรงทำเพื่อพยายามทำให้เราสับสนและหลอกเรา แม้ซาตานจะพยายามทำให้เราเชื่อแบบอื่น แต่พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงสอนเราว่า “ต้นไม้มิโรจะออกผลดีไม่ได้” (3 นีไฟ 14:18) เพราะซาตานเป็นต้นไม้มิโรค เขาจึงไม่สามารถทำให้เรารู้สึกถึง “ความรัก ความยินดี สันติสุข ความอดทน ความกรุณา ความดี ความซื่อสัตย์ ความสุภาพอ่อนโยน [และ] การรู้จักบังคับตน” (กาลาเทีย 5:22–23) ซาตานต้องการทำให้เราเศร้าหมอง (ดู 2 นีไฟ 2:27)

ด้วยเหตุนี้ซาตานทำอะไร เขาพยายามหลอกเรา

เพื่อนคนหนึ่งของข้าพเจ้าถูกหลอก เธอเป็นคนหนึ่งที่ทรงเลือกไว้ เพื่อนคนนี้รับใช้งานเผยแผ่และเป็นผู้สอนศาสนาที่โดดเด่น เมื่อเธอกลับจากงาน

ซาตานเสนอ

ทางเลือกจอม

ปลอมให้ทุก

อย่างที่พระ

ผู้เป็นเจ้าของ

ทรงทำเพื่อ

พยายามทำให้

เราสับสนและ

หลอกเรา พระ

ผู้ช่วยให้รอด

ทรงสอนว่า

“ต้นไม้มิมีโรค

จะออกผลดี

ไม่ได้”

(3 นิโอฟ 14:18)

เพียงใดว่า “ตอนนี้ฉันยุ่งหรือเหนื่อยเกินกว่าจะ _____” เติมคำในช่องว่าง: เข้าพระวิหาร ปฏิบัติ ศึกษาและไตร่ตรองพระคัมภีร์ ทำการเรียกก็เกิดสัมฤทธิ์ผล หรือแม้กระทั่งกล่าวคำสวดอ้อนวอน

เหตุผลหนึ่งที่เรารู้สึกยุ่งมากคือซาตานขยันทำให้เราเขว เขาใช้สมาร์ทโฟนในมือเรา วิทยุในรถของเรา โทรทัศน์ในบ้านของเรา และอีกมากมายกายกองทำให้เราเขวเกือบตลอดเวลา ด้วยเหตุนี้เราจึงรู้สึกยุ่งกว่าที่เป็นจริง

ผลอีกอย่างหนึ่งของการทำให้เราเขวคือเราจะไตร่ตรองน้อยลง ซาตานพยายามทำให้เราเขวเพราะเขารู้ว่าการไตร่ตรอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งพระคัมภีร์ ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนใจ เลื่อมใสและการเปิดเผยมากขึ้น

การหลอกหลวงอีกอย่างหนึ่งของซาตานมาจากแนวคิดที่ว่าการกระทำภายนอกของเราสำคัญกว่าแรงจูงใจภายในของเรา เมื่อเราขาดแรงจูงใจอย่างถูกต้องในการทำเรื่องทางวิญญาณ เราจะไม่ประสบปีติของพระกิตติคุณ ด้วยเหตุนี้ การรักษาพระบัญญัติจึง

เริ่มรู้สึกเหมือนเป็นภาระ และซาตานรู้ว่าถ้าเขาสามารถทำให้เรารู้สึกแบบนั้นได้ เราจะหยุดทำสิ่งที่เรารู้ว่าควรทำ

ซาตานหลอกเราให้เชื่อเช่นกันว่าปีติและความสุขมาจากการมีชีวิตง่ายๆ หรือมีความสนุกสนานตลอดเวลา ไม่ใช่เลย ความจริงคือไม่มีปีติหรือความสุขหากไม่ต้องเอาชนะบางอย่าง (ดู 2 นิโอฟ 2:11, 23)

การหลอกหลวงสุดท้ายของซาตานที่ข้าพเจ้าจะกล่าวถึงคือเขาพยายามทำให้เราเชื่อว่าความชั่วร้ายกับความพอใจชั่วครวเป็นความสุขจริงๆ ซาตานรู้ว่าอย่างน้อยก็ในขณะหนึ่ง ความรู้สึกหรืออารมณ์บางอย่างอาจ (1) ทำให้เราคิดว่าเรากำลังรู้สึกถึงผลของพระวิญญาณ (2) ปกปิดความอยากได้ผลเหล่านั้นของเรา หรือ (3) รู้สึกเหมือนเป็นสิ่งที่ทดแทนที่ยอมรับได้

เผยแผ่ เธอตั้งใจทำสิ่งเล็กน้อยทุกอย่างที่เคยนำพระวิญญาณเข้ามาในชีวิตและทำให้เธอเข้มแข็งเมื่อครั้งเป็นผู้สอนศาสนา เธอทำอยู่พักหนึ่ง

แต่เธอเห็นเพื่อนๆ หลายคนที่เป็นอดีตผู้สอนศาสนามาโบสถ์ทุกวันอาทิตย์แต่ใช้ชีวิตนอกโบสถ์เหมือนชาวโลก พวกเขาดูเหมือนมีความสุข พวกเขาทำเรื่อง “สนุกๆ” และวิถีชีวิตของพวกเขาดูเหมือนไม่เรียกร้องให้ทำงานมากเท่าเธอ

เธอเลิกทำสิ่งเล็กๆ น้อยๆ ที่เคยทำให้เธอเข้มแข็งทางวิญญาณสมัยเป็นผู้สอนศาสนาที่ละนิด เธอยังมีประจักษ์พยาน แต่เธอบอกข้าพเจ้าว่าเธอได้ข้อสรุปว่า “ถ้าฉันแค่เข้าร่วมการประชุมของศาสนจักรฉันโอเค—ฉันปลอดภัย” แต่เธอพูดว่า “ส่วนทางวิญญาณ ฉันไม่เข้มแข็ง”² ขณะที่เธอใช้ชีวิตแบบชาวโลก การเลือกไม่ได้อย่างหนึ่งนำไปสู่อีกอย่างหนึ่งและไม่นานเธอก็ตั้งครครักษ์

การเลือกอย่างไม่ชอบธรรมมีผลต่อเธอ เธอไม่มีความสุข และเธอรู้โชคดีที่เพื่อนคนนี้รู้ตัวว่าเธอถูกหลอก และเธอกลับใจ

เรื่องราวของเธอเน้นว่าแม้คนที่ที่สุดของเราที่ถูกหลอกได้ นอกจากนี้เรื่องราวของเธอยังชี้ให้เห็นด้วยว่าเราต้องระวังการหลอกหลวงเสมอ เราระวังได้โดยทำสิ่งเล็กน้อยที่นำพระวิญญาณเข้ามาในชีวิตเรา

ข้าพเจ้ามีความสุขที่จะรายงานว่ามีปัจจุบันนี้เพื่อนข้าพเจ้ามีความสุข เธอพยายามรักษาพระบัญญัติ เธอเข้มแข็งทั้งทางกายและทางวิญญาณในพระกิตติคุณ

การหลอกหลวงของซาตานเกิดขึ้นหลายวิธี ข้าพเจ้าจะพูดเพียงไม่กี่วิธี

ซาตานพยายามทำให้เราเชื่อว่าเรื่องทางโลกสำคัญกว่าเรื่องทางวิญญาณ เรามักคิดว่าเราลำดับความสำคัญถูกต้องหรือไม่โดยสังเกตว่าเราพูดบ่อย



ตัวอย่างเช่น ซาตานสามารถล่อลวงให้เราแสวงหาตัวตนแทนความรัก เขาสามารถล่อใจเราด้วยความตื่นเต้นแทนปีติอันยั่งยืน เขาล่อลวงให้เราเขวแทนที่จะให้สันติแก่เรา เขาจะให้เราคิดว่าตัวเราเป็นฝ่ายถูก มุ่งหวัง และทำทุกอย่างที่โลกรู้สึกว่าจะเหมาะสมที่สุดแทนที่จะไม่เห็นแก่ตัว เชื่อฟังสม่ำเสมอ และจัดจ้านทางวิญญาณตามสมควร การล่อลวงของเขาสามารถทำให้เราสับสน ซึ่งอาจนำเราให้คิดว่า การละเมิดพระบัญญัติจะทำให้เกิดความสุข

3. ทำสิ่งเล็กน้อย

โดยปกติสิ่งเล็กๆ น้อยๆ จะนำพระวิญญาณเข้ามาในชีวิตเรา กันเราไม่ให้ถูกหลอก และสุดท้ายจะช่วยให้เรามีพลังรักษาพระบัญญัติและได้รับชีวิตนิรันดร์ พระผู้ช่วยให้รอดทรงสอนหลักธรรมนี้กับเหล่าเอ็ลเดอร์ของศาสนจักรในเมืองเคิร์ทแลนด์ รัฐโอไฮโอ “ดังนั้น, อย่าเบื่อก่อนายในการทำดี, เพราะเจ้ากำลังวางรากฐานของงานอันสำคัญยิ่ง จากสิ่งเล็กน้อยบังเกิดเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่” (หลักคำสอนและพันธสัญญา 64:33)

เหตุใดสิ่งเล็กน้อยจึงสำคัญมาก ในข้อถัดไป พระผู้ช่วยให้รอดทรงอธิบายว่า “พระเจ้าทรงเรียกเรื่องใจและความคิดที่เต็มใจ” (หลักคำสอนและพันธสัญญา 64:34) เหตุใดพระผู้ช่วยให้รอดทรงเชื่อมโยงการทำสิ่งเล็กน้อยกับใจและความคิดที่เต็มใจ เพราะในการทำสิ่งเล็กน้อยอย่างสม่ำเสมอ เรายอมถวายใจและความคิดเราแต่พระผู้เป็นเจ้าของเจ้า ซึ่งทำให้เราบริสุทธิ์และศักดิ์สิทธิ์ (ดู ฮีลามัน 3:35)

การทำให้บริสุทธิ์และศักดิ์สิทธิ์นี้เปลี่ยนธรรมชาตินิสัยของเราที่ละน้อยจนเราเป็นเหมือนพระผู้ช่วยให้รอดมากขึ้น ส่งผลให้เราได้รับการกระตุ้น

เตือนของพระวิญญาณบริสุทธิ์ได้งายขึ้นด้วย ซึ่งทำให้เราถูกหลอกน้อยลง

สมัยเรียนมัธยมปลายปีสุดท้าย คุณพ่อสอนเซมินารีให้ข้าพเจ้าในบ้านของเรา เพราะหัวข้อปีนั้นคือพระคัมภีร์มอรมอน คุณพ่อจึงตัดสินใจว่าเราจะอ่านด้วยกันทีละข้อและสนทนาสิ่งที่เราเรียนรู้ ขณะที่เราอ่าน คุณพ่อจะถามคำถามให้ข้าพเจ้าขบคิดสิ่งที่เรากำลังอ่าน และท่านจะอธิบายส่วนที่ข้าพเจ้าไม่เข้าใจ ข้าพเจ้ายังจำได้เมื่อเรียนเกี่ยวกับพระผู้ช่วยไทรอด และรู้สึกได้ว่าพระองค์เสด็จเยือนชาวนีโอฟจริง ๆ และข้าพเจ้าจะได้รับการอภัยบาปจริงๆ เพราะการชดใช้ของพระองค์

ช่วงเวลาเหล่านั้นที่ข้าพเจ้ากับคุณพ่ออ่านด้วยกันเป็นการเริ่มวางรากฐานให้ข้าพเจ้าในพระคัมภีร์ ข้าพเจ้ารู้สึกบางอย่างขณะที่เราอ่าน และอาจจะสำคัญกว่านั้นคือ ความปลารอดมา แรงจูงใจ และการกระทำของข้าพเจ้าเปลี่ยน ข้าพเจ้าต้องการเป็นคนดีขึ้น ข้าพเจ้าเริ่มมองเห็นจุดที่ข้าพเจ้ากำลังถูกหลอก ข้าพเจ้ากลับใจบ่อยขึ้น เมื่อเรียนมหาวิทยาลัยปลายปีแรก ข้าพเจ้าอ่านพระคัมภีร์ทุกวัน

ราวช่วงนี้ ประธานเอสรา เทพท์ เบ็นสัน (1899–1994) ขอให้สมาชิกศาสนจักรอ่านพระคัมภีร์มอรมอนทุกวันและประยุกต์ใช้สิ่งที่พวกเขาเรียนรู้ ด้วยเหตุนี้ นอกจากเล่มอื่นที่อ่านอยู่ ข้าพเจ้าจึงอ่านพระคัมภีร์มอรมอนเล็กน้อย

เมื่อเป็นผู้สอนศาสนาข้าพเจ้าเรียนรู้วิถีศึกษาและดื่มด่ำพระคัมภีร์จริงๆ ข้าพเจ้าไม่เพียงรู้สึกถึงพระวิญญาณขณะอ่านเท่านั้น แต่เริ่มรู้สึกถึงปีติด้วยขณะค้นคว้าพระคัมภีร์เพื่อหาคำตอบให้ปัญหาของตนเองและของผู้สนทนา

หลังจบงานเผยแผ่ ข้าพเจ้ายังคงดื่มด่ำพระคัมภีร์ทุกวัน เพราะการปฏิบัตินี้ช่วยชีวิตเรา



ข้าพเจ้าสัญญา

กับท่านว่าถ้า

ท่านจะดื่มด่ำ

พระคัมภีร์ทุก

วัน โดยเฉพาะ

พระคัมภีร์

มอรมอน ท่านจะ

อัญเชิญพระ

วิญญาณเข้ามา

ในชีวิตท่าน

วิญญาณบริสุทธิ์เข้ามาในชีวิตข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจึงได้รับการนำทางที่ช่วยให้ข้าพเจ้าใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ด้วยเหตุนี้ ข้าพเจ้าจึงเรียนเก่งขึ้น และทำงานได้ดีขึ้น ข้าพเจ้าตัดสินใจได้ดีขึ้น ข้าพเจ้าสวดอ้อนวอนบ่อยขึ้นและขยันทำการเรียกของข้าพเจ้ามากขึ้น การดื่มด่ำพระคัมภีร์ทุกวันไม่ได้แก้ปัญหาทั้งหมดของข้าพเจ้า แต่ชีวิตข้าพเจ้าง่ายขึ้น

ในเดือนสิงหาคม ปี 2005 ประธานกอร์ดอน บี. อิงค์ลีย์ (1910–2008) ทำทนายให้อ่านหรืออ่านพระคัมภีร์มอรมอนอีกรอบก่อนสิ้นปี⁴ เพราะข้าพเจ้าอ่านพระคัมภีร์มอรมอนทุกวัน ข้าพเจ้าจึงอ่านถึงอีเธอร์หรือโมโรไนแล้ว ด้วยเหตุนี้พออ่านจบในอีกหนึ่งหรือสองสัปดาห์ให้หลัง ข้าพเจ้าจึงสรุปว่าข้าพเจ้าได้ทำตามคำทำของประธานอิงค์ลีย์สำเร็จแล้ว

แต่จากนั้นผู้สอนประจำบ้านที่ซื่อสัตย์คนหนึ่งมาเยี่ยมครอบครัวเรา เขาถามว่าข้าพเจ้าทำตามคำเชื้อเชิญของประธานอิงค์ลีย์ถึงไหนแล้ว

ข้าพเจ้าบอกเขาว่าข้าพเจ้าโชคดีที่ได้เริ่มอ่านพระคัมภีร์มอรมอนก่อนคำทำของประธานอิงค์ลีย์ ต่อจากนั้นข้าพเจ้าประกาศแบบเข้าข้างตัวเองพอสมควรว่าข้าพเจ้าอ่านจบแล้ว

โชคดีที่ผู้สอนประจำบ้านมองต่าง ขณะที่เขาแก้ไขอย่างสุภาพ พระวิญญาณทรงกระซิบบอกข้าพเจ้าว่าผู้สอนประจำบ้านพูดถูก

ตอนนี้ข้าพเจ้าต้องอ่านวันละสองบทจึงจะอ่านจบอีกรอบก่อนสิ้นปี ขณะที่ข้าพเจ้าอ่านพระคัมภีร์มอรมอนเพิ่มขึ้น ข้าพเจ้าสังเกตว่ามีพลังเข้ามาในชีวิตข้าพเจ้ามากขึ้น ข้าพเจ้ามีปีติมากขึ้น ข้าพเจ้ามองเห็นสิ่งต่างๆ ชัดเจนขึ้น ข้าพเจ้ากลับใจบ่อยขึ้น ข้าพเจ้าต้องการปฏิบัติศาสนกิจและช่วยเหลือผู้อื่น

ข้าพเจ้าหวังในไว้น้อยลงต่อการหลอกหลวงและการล่อลวงของซาตาน ข้าพเจ้ารักพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดมากขึ้น

เดือนพฤศจิกายนปีนั้นข้าพเจ้าได้รับเรียกเป็นอภิการของวอร์ด การทำตามคำทำของประธานอิงค์ลีย์เตรียมข้าพเจ้าสำหรับการเรียกนั้น นับแต่นั้น ข้าพเจ้าสังเกตเห็นว่ายิ่งข้าพเจ้ามีงานยุ่งในที่ทำงานหรือที่โบสถ์มากขึ้นเท่าใด ข้าพเจ้ายิ่งต้องศึกษาพระคัมภีร์มากขึ้นเท่านั้น โดยเฉพาะพระคัมภีร์มอรมอน

ท่านจะได้รับพรและพลังเดียวกันในชีวิตท่านถ้าท่านจะดื่มด่ำพระคัมภีร์ทุกวัน ข้าพเจ้าสัญญาว่าถ้าท่านจะดื่มด่ำพระคัมภีร์ทุกวัน โดยเฉพาะพระคัมภีร์มอรมอน ท่านจะอัญเชิญพระวิญญาณเข้ามาในชีวิตท่าน

และท่านจะสวดอ้อนวอนอย่างเป็นธรรมชาติทุกวัน กลับใจบ่อยขึ้น เข้าร่วมการประชุมและรับส่วนศีลระลึกทุกสัปดาห์ง่ายขึ้น

ข้าพเจ้าเป็นพยานว่าเมื่อท่านทำสิ่งเล็กน้อยและวางใจพระเจ้า ท่านจะพบความรัก ปิติ สันติ และความสุขไม่ว่าสภาวะการณ์ของท่านเป็นเช่นไร ข้าพเจ้าเป็นพยานเช่นกันว่าทั้งหมดนี้เกิดขึ้นได้เพราะการพลีพระชนม์ชีพของพระเยซูคริสต์ สิ่งดีทั้งหมดเกิดขึ้นเพราะพระองค์ (ดู โมโรไน 7:22, 24) ■

จากคำปราศรัยการให้ข้อคิดทางวิญญาณเรื่อง “ความสุข ความหลอกหลวง และสิ่งเล็กน้อย” ที่มหาวิทยาลัยบริคัม ยังก์ เมื่อวันที่ 5 ธันวาคม 2017

อ้างอิง

1. เมื่อเรานั้นคงในศรัทธาต่อพระคริสต์ เราจะได้ดื่มด่ำความรักของผู้เป็นเจ้าไม่ว่าสภาวะการณ์ของเราเป็นเช่นไร
2. บันทึกและต้นฉบับการสัมภาษณ์ในครอบครัวของผู้เขียน
3. ดู เอสตรา เทพท์ เบ็นสัน, “A Sacred

- Responsibility,” *Ensign*, May 1986, 77–78; ดู “The Book of Mormon—Keystone of Our Religion,” *Ensign*, Nov. 1986, 4–7 ด้วย.
4. ดู กอร์ดอน บี. อิงค์ลีย์, “ข่าวสารจากฝ่ายประธานสูงสุด: ประจักษ์พยานอันแน่วแน่และมีพลัง,” *เลียวไฮมา*, ส.ค. 2005, 2–6.

แม้แต่เฮอรัริเคนก็ไม่สามารถหยุดเราได้

หลังจากกลับจากงานเผยแผ่ไม่นาน ดิฉันได้รับคำเชิญให้ไปงานเต้นรำ ที่งานเต้นรำ ดิฉันวางโทรศัพท์ที่ไม่เป็นที่เป็นที่และหาไม่เจอ ชายหนุ่มคนหนึ่งจึงเสนอตัวช่วยหา ขณะที่เรากำลังคุยกัน เราพบว่าเราทั้งคู่เป็นอดีตผู้สอนศาสนา เรามีแนวคิดและเป้าหมายมากมายเหมือนกัน

ความสัมพันธ์ของเราพัฒนาต่อเนือง และเราห่มันหมาย ความฝันของเราคือการผจญภัยในพระวิหารวอชิงตัน ดี.ซี. ก่อนพระวิหารปิดปรับปรุงในเดือนมีนาคมปี 2018 แต่หลังจากตัดสินใจ เราถูกทดสอบหนึ่ง ดิฉันตกงานและไม่มีทางเก็บเงินเป็นค่าเดินทางไปพระวิหารได้ ต่อมาเฮอรัริเคนกระหน่ำเปอร์โตริโกก่อนวันแต่งงานของเรา

เฮอรัริเคนมาเรียทำลายล้างเกาะที่สวยงามของเรา ร้านค้าปิด เราไม่มีไฟฟ้า

ใช้ น้ำ อาหาร และสิ่งจำเป็นพื้นฐานอื่นๆขาดแคลน เราสูญเสียทุกอย่างที่วางแผนว่าจะใช้ในงานเลี้ยง เราต้องยกเลิกงานเลี้ยง และดูเหมือนเราจะต้องยกเลิกงานแต่งงานด้วย การเดินทางเข้าออกเปอร์โตริโกถูกจำกัด และไม่มีใครรู้ว่านานเท่าใด ดิฉันเริ่มรู้สึกท้อใจ งามงและสับสน

คืนหนึ่งดิฉันกับคู่หมั้นคุยกันเรื่องสถานการณ์ของเรา การเดินทางไม่แน่นอน และเราจะไม่มีชุดใส่ในงานเลี้ยงหรืองานแต่งงาน แต่พระวิญญูญาณทรงยืนยันว่าเราต้องวางใจพระเจ้า สิ่งสำคัญที่สุดคือรับการผจญภัยในพระวิหาร เราสวดอ้อนวอนขอลงมือช่วยเหลือจากพระบิดาบนสวรรค์

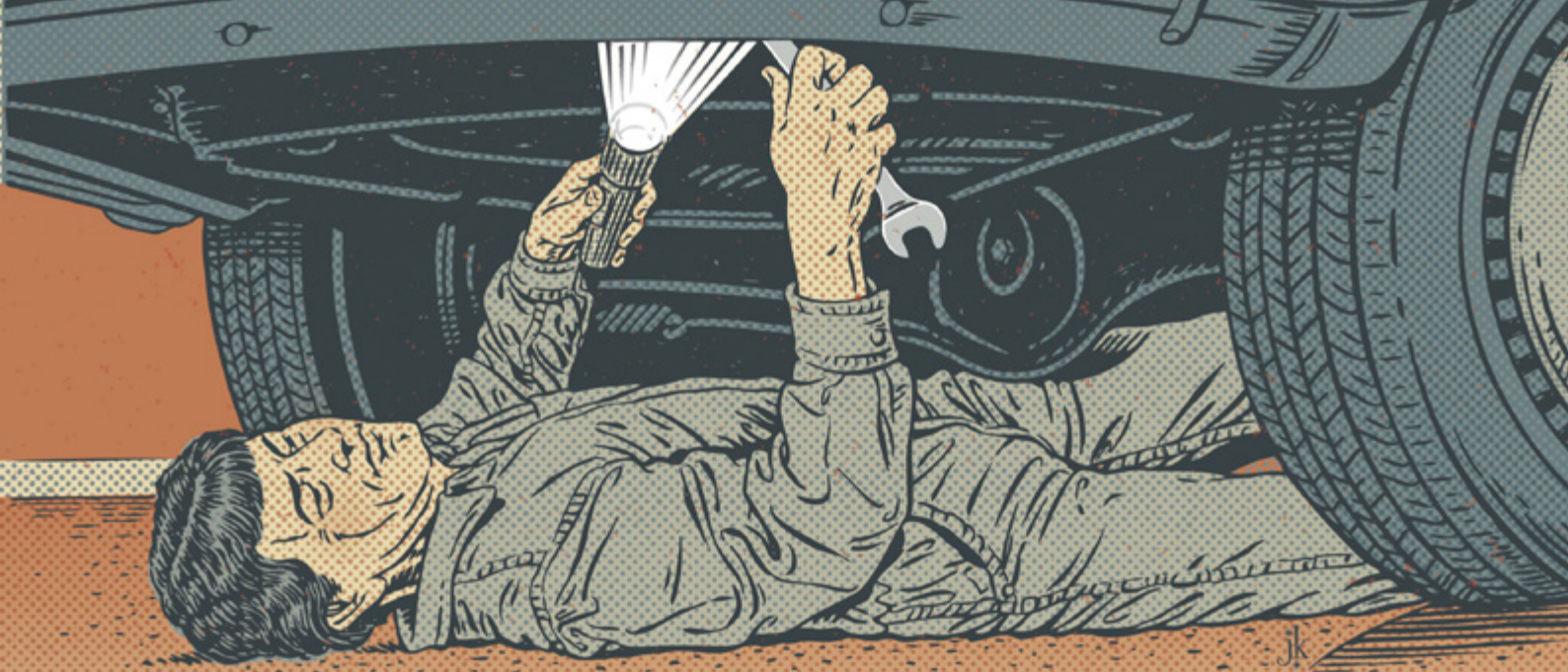
พอเราได้เที่ยวบินออกจากเปอร์โตริโก เราวางแผนเดินทางใหม่และกำหนดวันผจญภัยใหม่ เราติดต่อสื่อสารไม่ได้หลาย

สัปดาห์หลังเกิดเฮอรัริเคน แต่โทรศัพท์ของเพื่อนใช้ได้ เธอให้เราใช้โทรศัพท์ติดต่อพระวิหาร เราเปลี่ยนแผนทุกอย่างเพื่อเราจะยังรับการผจญภัยได้! ไม่กี่สัปดาห์ก่อนเดินทาง สมาชิกครอบครัวและเพื่อนๆ บริจาครองเท้าและเสื้อผ้า และช่วยให้เรามีสิ่งของหลายอย่างสำหรับงานแต่งงานของเรา

เมื่อเราเข้าพระวิหาร เราทิ้งความกังวลทุกอย่างไว้เบื้องหลัง เราจูบมือกันเข้าสู่อนาคตของเราด้วยกัน ดิฉันบอกได้แน่นอนว่าพระหัตถ์ของพระเจ้าทรงนำทางและรับรองกับดิฉันว่าตราบิตที่เราวางใจพระองค์ ทุกอย่างจะราบรื่น ปัจจุบัน เรามีบุตรชายที่น่ารักและเราเป็นครอบครัวที่ได้รับการผจญภัยในวันจันทร์ ■ โคราอิม่า ซานติอาโก เดอ เกซุส, ซานฮวน เปอร์โตริโก



หลังจากเฮอรัริเคนมา-
เรีย ดูเหมือนเราจะ
ต้องยกเลิกงานแต่งงาน
ของเรา



“นี่แหละชีวิต”

พมมาถึงบ้านค่ำแล้วในฤดูหนาวคืนหนึ่งหลังจากสัมภาษณ์หลายคนในฐานะอธิการ ผมเหนื่อยล้า งานเครียดมาหลายสัปดาห์ ความรับผิดชอบที่บ้านและที่โบสถ์ทำให้ผมรู้สึกว่าจะไม่สามารถทำทุกอย่างที่ขอให้ได้

คืนนั้นผมต้องซ่อมรถของผมเพื่อจะไปทำงานเช้าวันรุ่งขึ้น เมื่อสวมเสื้อคลุมกันหนาว ผมเปลี่ยนบทบาทจากอธิการเป็นช่างยนต์ ผมนอนลงบนพื้นโรงรถ เย็นเยียบใต้ท้องรถและเริ่มทำงาน ทำให้ผมต้องหนาวมาก เหนื่อยล้า และเจ็บข้อนิ้วหลังจากทำงานมาทั้งวัน ผมกำลังหมดความอดทนและเริ่มคร่ำครวญพลาญวิงวอนพระบิดาบนสวรรค์ว่า

“พระองค์จะทรงช่วยเหลือข้าพระองค์สักนิดไม่ได้หรือ” ผมทูล “ข้าพระองค์พยายามสุดความสามารถเพื่อจะเป็นบิดาสามี และอธิการ และดำเนินชีวิตตามพระบัญญัติ ข้าพระองค์จะรับใช้ไม่ดีขึ้นหรือ ถ้าได้พักบ้าง โปรดช่วยให้ข้าพระองค์ซ่อมเสร็จเสียที ข้าพระองค์จะได้เข้านอน”

ทันใดนั้น คำสามคำเข้ามาในความคิดผมชัดเจน “นี่แหละชีวิต!”

“อะไรนะ” ผมตอบ

คำนั้นเข้ามาอีกครั้ง “นี่แหละชีวิต!”

ความคิดและจิตใจผมเริ่มเข้าใจคำสามคำนั้น “นี่แหละชีวิต!” คำเหล่านี้ นำข่าวสารมาสู่วิญญาณผม “นี่” คือชีวิตมรรตัย และผมกำลังประสบช่วงขณะของการเติบโตที่ออกแบบไว้ช่วยให้ผมเป็นตามที่พระบิดาบนสวรรค์ทรงต้องการให้ผมเป็น ประหนึ่งพระวิญญาณตรัสกับผมว่า “เจ้าคาดหวังให้การเดินทางบนโลกนี้ไม่มีอุปสรรคอย่างนั้นหรือ” เมื่อผมลุกจากพื้นคอนกรีตเย็นเฉียบ ผมไม่เหมือนเดิมอีก

เราสามารถมองการทดลองเป็นของขวัญจากพระบิดาที่รักในสวรรค์ ขึ้นอยู่กับวิธีที่เราตอบสนองต่อการทดลองเหล่านั้น พระองค์ทรงจัดเตรียมโอกาสให้เราเผชิญการทดลองเพื่อเราจะได้หันไปพึ่งพระองค์ เมื่อเราทำเช่นนั้น เราจะเติบโตทางวิญญาณและเรียนรู้

คำสามคำที่เข้ามาสู่ความคิดผมในคืนเย็นเยียบนั้นบนพื้นคอนกรีตของโรงรถเป็นพรแก่ผมมานานกว่า 35 ปี ผมพยายามมากเพื่อมองว่าไม่มีการทดลองใดสูญเปล่า ผมมองว่าการทดลองเป็นโอกาสให้เรียนรู้สิ่งที่ไม่เคยเรียนรู้ในวิธีอื่น ■

**ริชาร์ด เอ. แอนเดอร์สัน, รัฐยูทาห์
สหรัฐอเมริกา**

**ผมกำลังซ่อม
รถเมื่อข่าวสาร
หนึ่งเข้ามาในความ
คิดผมชัดเจน**

เห็นคุณพ่อร้องเพลง

ดิฉันเป็นผู้สอนศาสนาในเมืองไฮโนลูลู รัฐฮาวาย สหรัฐอเมริกาได้เพียงสี่เดือน ครึ่งเมื่อดิฉันเกิดอาการชักรุนแรงและ แพทย์วินิจฉัยในเวลาที่ต่อมาว่าเป็นโรคลม ชัก หลายเดือนต่อจากนั้นดิฉันเข้าออกโรงพยาบาล รับการตรวจนับครั้งไม่ถ้วน และได้ยาชนิดใหม่ที่มีผลข้างเคียงจนน่าท้อใจ ก่อนหน้านั้นดิฉันตั้งใจทำงานเผยแผ่ ศาสนามากจึงคิดถึงบ้านไม่มากนัก แต่นับ จากวินาทีที่เกิดอาการชัก ใจดิฉันเจ็บปวด ดิฉันคิดถึงพ่อแม่และรู้สึกโดดเดี่ยวแม้ จะมีคนดีๆ คอยห่วงใยอยู่รอบข้าง ดิฉันไม่ ยอยากกลับบ้าน แต่อยากรู้สึกสงบ

ประธานคณะเผยแผ่อนุญาตให้ดิฉัน คุยโทรศัพท์กับพ่อแม่เกี่ยวกับการรักษา ด้วยยาของดิฉัน คุณพ่อผู้เพิ่งทำสิ่งที่ฝัน มาตลอดชีวิตให้เป็นจริงด้วยการเข้าร่วม เทเบอธร์นาเคิลไคเวิร์ธแอทเทมเปิลสแควร์

ปลอบดิฉันว่าท่านจะร้องเพลงส่งใจให้ ดิฉันในการประชุมใหญ่สามัญ ซึ่งจะเริ่ม วันรุ่งขึ้น

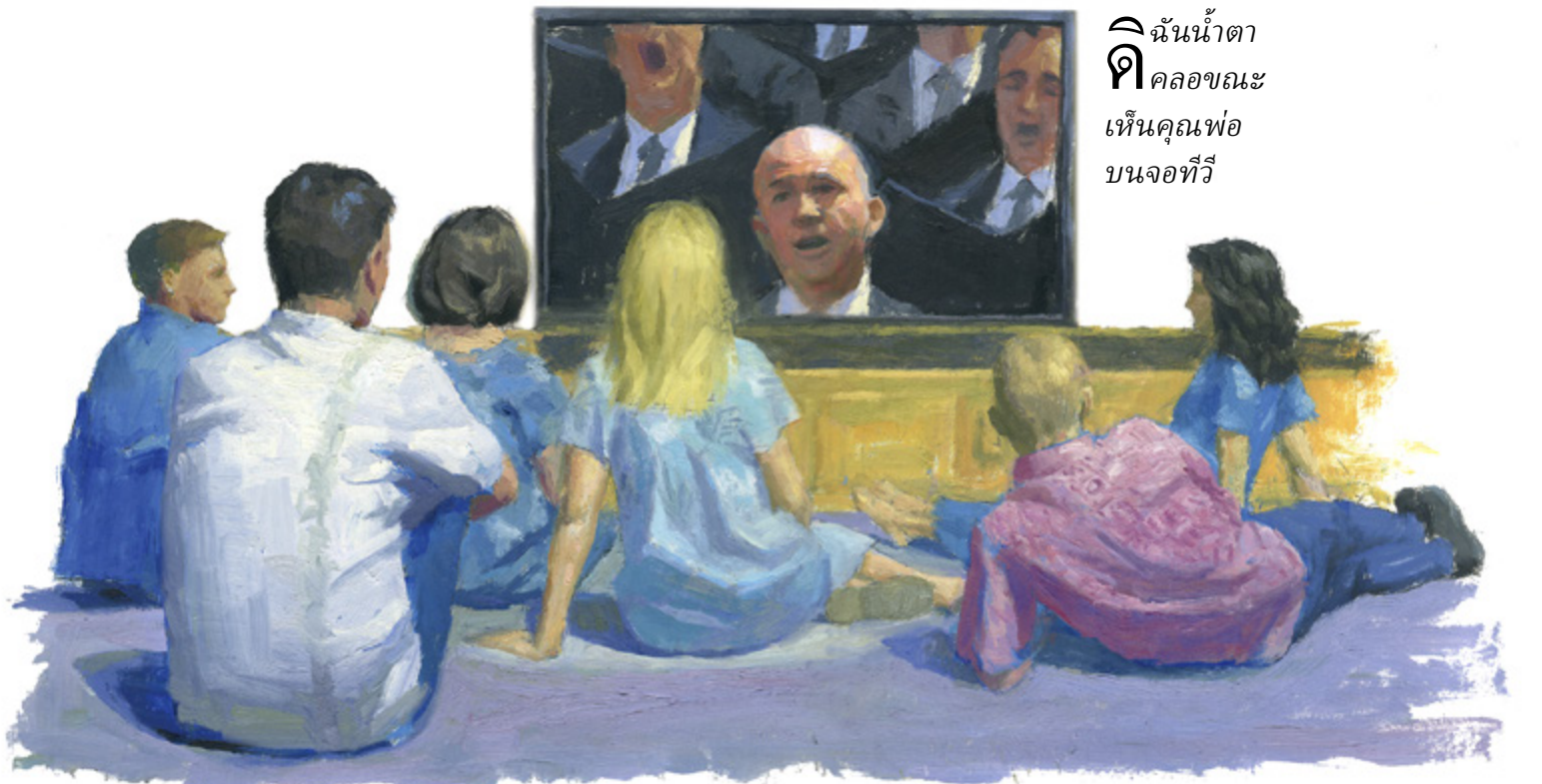
เช้าวันรุ่งขึ้น ดิฉันสวดอ้อนวอนด้วย ศรัทธาแรงกล้าขอให้มีส่วนดีสุดที่ดิฉัน ต้องการอย่างยิ่ง ดิฉันเคยได้รับคำตอบ ให้คำถามบางอย่างในช่วงการประชุมใหญ่ สามัญ และวางใจว่าดิฉันจะได้รับการนำ ทางอีกครั้ง เมื่อการประชุมใหญ่เริ่ม คณะ นักร้องประสานเสียงร้องเพลง “เด็กที่รัก พระเจ้าอยู่ใกล้เจ้า” (เพลงสวด, บทเพลงที่ 41) ดิฉันเห็นคุณพ่อบนจอทีวีภายในนาที แรก กล้องซูมไปที่ใบหน้าของท่านครูหนึ่ง

ดิฉันน้ำตาคลอขณะเกิดความรู้สึก สงบมาก ดิฉันรู้ว่าพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของรัก ดิฉัน พระองค์ทรงทราบว่าดิฉันต้องการ อะไรวินั้น—ต้องการความเชื่อมั่นเพียง ว่าพระองค์ทรงอยู่ใกล้และทรงรู้จักดิฉัน

ดิฉันรู้สึกถึงความรักของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ และรู้สึกถึงความรักของครอบครัว คู่ และ ประธานคณะเผยแผ่ของดิฉันด้วย แทนที่ จะรู้สึกว่าเป็นภาระ เวลานี้ดิฉันเห็นโอกาส ใกล้ชิดพระเจ้ามากขึ้น

ปัญหาสุขภาพของดิฉันไม่หายไป ดิฉัน ต้องออกจากสนามเผยแผ่ก่อนกำหนด แต่ดิฉันรู้ว่าพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของทรงอยู่ที่นั่น และพระองค์ทรงรักดิฉัน ความเชื่อมั่น เช่นนั้นทำให้ดิฉันผ่านพ้นความปวดร้าว ใจอีกหลายครั้งและให้ความหวังแก่ดิฉัน ในโมงยามมืดมิดที่สุด คนอื่นอาจเรียกว่าเป็น ความบังเอิญ แต่ดิฉันรู้ว่าการเห็นคุณพ่อ ร้องเพลงเกี่ยวกับความรักของพระเจ้าผู้เป็น เจ้าเป็นปาฏิหาริย์เล็กๆ ในยามที่ดิฉัน ต้องการ ■

มาเรีย โอกา, รัฐแคลิฟอร์เนีย สหรัฐอเมริกา



ดิฉันน้ำตา
คลอขณะ
เห็นคุณพ่อ
บนจอทีวี

บัตรเชิญสำหรับริคาร์โด

ทุกครั้งที่ทราบว่าจะมีกิจกรรม ศาสนจักร ผมมักจะเชิญคนที่ไม่เป็นสมาชิกของศาสนาจักร 10 คนมาเข้าร่วม ผมทำแบบนี้มาหลายปี ผมทำบัตรเชิญใส่ซองสีขาวและสอดอ้อนวอนขอให้พระวิญญูญาณทรงนำผม จากนั้นก็แจกบัตรเชิญ นานๆ ครั้งทั้ง 10 คนจะมา แต่ถึงแม้จะมาคนเดียวผมก็รู้สึกประสพผลสำเร็จ

หลายปีก่อน ผมเตรียมบัตรเชิญสิบใบให้คู่แข่งงานมารวมฟรีไซด์ ผมแจกเก้าใบให้คนในที่ทำงานและเหลือหนึ่งใบ ผมไม่ทราบจะให้ใบที่เหลือกับใคร หลายนาที่ต่อมา ริคาร์โดตัวแทนชายเดินผ่านโต๊ะทำงานของผม ผมรู้สึกได้รับการกระตุ้นเตือนให้เชิญเขา ทั้งที่เขาเคยปฏิเสธคำเชิญของเพื่อนร่วมงานคนหนึ่งให้ไปร่วมกิจกรรมที่โบสถ์ของเพื่อนคนนั้น ผมไม่คิดว่าริคาร์โดจะสนใจ

แต่เมื่อริคาร์โดเดินผ่านโต๊ะทำงานของผมออกไปข้างนอกผมรู้สึกถึงการกระตุ้นเตือนอีกครั้ง แต่เขาออกไปเร็วมากจนผมไม่มีโอกาสคุยกับเขา ผมสอดอ้อนวอนขอให้ริคาร์โดกลับมาถ้าผมควรให้บัตรเชิญกับเขา

หลังจากสอดอ้อนวอนจบ ริคาร์โดกลับมาถามผมบางอย่าง หลังจากนั้นผมพูดว่า “ริคาร์โด ที่โบสถ์ของผมจะมีกิจกรรมสำหรับคู่แข่งงาน เราจะแบ่งปันประสบการณ์เกี่ยวกับวิธีใช้ชีวิตอย่างมีความสุขในแต่ละวัน จากนั้นจะมีการเต้นรำ ถ้าผมเชิญคุณ คุณจะไปหรือเปล่า”

“ไปสิ!” ริคาร์โดตอบ แต่คำตอบของเขาไม่ได้ทำให้ผมมั่นใจ

“อย่างน้อยผมก็ได้ทำส่วนของผม” ผมคิด



พผมแจกบัตรเชิญเก้าใบให้คนในที่ทำงานและเหลือหนึ่งใบ ผมไม่ทราบจะให้ใบที่เหลือกับใคร

ผมกับภรรยามาถึงกิจกรรมก่อนเวลา เพื่อทักทายคนที่มาถึง ทันใดนั้นผมก็เห็นริคาร์โดกับเรจินาภรรยาของเขา ผมแนะนำให้พวกเขารู้จักกับภรรยาผมและคนอื่นๆ ที่มาร่วมกิจกรรม ตลอดคืนที่ยาวนานนั้น ดูเหมือนริคาร์โดกับเรจินาจะมีความสุขมาก ผมประหลาดใจเมื่อพวกเขาพูดว่าจะมาโบสถ์วันอาทิตย์เพื่อเรียนรู้เพิ่มเติม

ริคาร์โด เรจินา กับลูกสองคนของพวกเขาเรียนรู้มากขึ้น และเข้าร่วมศาสนาจักร

ในที่สุด ต่อมาพวกเขาฝึกในพระวิหาร ริคาร์โดบอกผมครั้งหนึ่งว่าเขากับภรรยาคูยกันตลอดเรื่องหย่า แต่พระเจ้าทรงนำริคาร์โดมาที่ห้องทำงานของผม

ผมทูลขออภัยพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของแต่ในที่คิดว่าริคาร์โดจะไม่ยอมรับคำเชิญของผม ผมได้เรียนรู้ว่าเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องเชิญทุกคน คุณไม่รู้ว่าจะดีกว่าใครจะยอมรับ ■

มาร์ติน อโปลิ กอร์โดวา, รัฐปารานา บราซิล

ธุรกิจกำลังรุ่งเรือง

โดย โจชัว เจ. เพอร์คีย์
นิตยสารศาสนจักร

เพราะสิ่งที่เด็ดดี เรเยสเรียนรู้อะไรในชั้นเรียนการพึ่งพาตนเอง
เมื่อประตูบานหนึ่งปิด อีกบานหนึ่งจึงเปิดให้เขาทันที

๓ อดี 4 ในเมืองซานโตโด-
มิงโก สาธารณรัฐโดมินิกัน
เด็ดดี เรเยสตื่นมาทำงาน
แล้ว วันนั้นเขามีหลายอย่าง
ต้องทำเพื่อให้ธุรกิจของเขาเจริญรุ่งเรือง
ต่อไป เขาเริ่มหั่นมะเขือเทศกับขมมปัง
จากนั้นก็ทำซอสพิเศษ

ราว 6 โมงเช้า ลูกจ้างสองคนมาช่วย
เขาจึงเตรียมได้เร็วขึ้น ราว 8 โมงเช้า พวกเขาทำแซนด์วิชได้ 300 ชิ้น นำแต่ละชิ้น
มาห่อพลาสติก แล้วบรรจุถุง ลูกจ้างอีกหก
คนปรากฏตัว และทั้งกลุ่มออกไปขาย

ราว 9 โมงก็ขายแซนด์วิชหมดเกลี้ยง
เหลือไว้ไม่กี่ชิ้น—สามหรือสี่ชิ้นที่เด็ดดี
เก็บไว้เลี้ยงทีมงานของเขา

ธุรกิจของเด็ดดีไปได้สวย แต่
สถานการณ์ไม่ง่ายเสมอไป อันที่จริง หัวปี
ที่ผ่านมา เขาไม่สามารถหางานที่มั่นคงใน
อาชีพทนายที่เขาเลือกได้

เด็ดดีเปลี่ยนจากการให้คำปรึกษาลูกค้า
มาขายแซนด์วิชได้อย่างไร แน่ใจเลยว่า
ต้องทำงานหนักมาก แต่ต้องประยุกต์ใช้
หลักธรรมที่เขาเรียนรู้อะไรในชั้นผ่านโครงการ
พึ่งพาตนเองของศาสนจักรให้ได้ดีด้วย

ตกงาน

ห้าปีก่อน ชีวิตเด็ดดีน่าทึ่งมาก เขามี
งานที่ดีในฐานะทนาย เขาเพิ่งแต่งงาน
และเขาให้สัตยาบันภรรยา “แต่เรามี



อุปสรรคบางอย่าง” เขาบอก “และผม
ตกงาน”

สี่ปีต่อจากนั้นเทตดีตื่นนอน
งานเยอะมากที่ผมทำได้ แต่ไม่มีใครอยาก
จ้างผม ผมพยายามเริ่มงานของผมเอง แต่
ไม่ได้ผล”

สเตฟานี ภรรยาผมมีงานที่ดี แต่เงิน
เดือนของเธอคนเดียวไม่พอกับค่าใช้จ่าย
ทั้งหมด ไม่นานพวกเขาก็มีบุตร พวกเขา
ตื่นเต้นมาก แต่การเงินฝืดเคืองยิ่งกว่า
เดิม พวกเขาสูญเสียบ้าน ต้องขายรถ และ
ใช้เงินออมจนหมด พวกเขาต้องย้ายไปอยู่
บ้านหลังเล็กที่คุณแม่ของสเตฟานี เป็น
เจ้าของ

แต่เทตดีไม่ยอมแพ้ ไม่นานโอกาสที่
คาดไม่ถึงก็มาอยู่ตรงหน้า

พลังของการพึ่งพาตนเอง

หลังจากตื่นนอนหลายปี เทตดีรู้ว่าได้
เวลาเปลี่ยนแล้ว

“ผมตัดสินใจเรียนหลักสูตรการพึ่งพา
ตนเองของศาสนจักร” เขากล่าว “ผม
ได้ยืนมานานแต่ผมมักจะคิดว่าไม่ใช่สำหรับ
ผม ผมคิดว่าหลักสูตรนี้เป็นแค่การทำ
สิ่งต่างๆ ด้วยตัวคุณเอง แต่ชั้นเรียนยอดเยี่ยมมาก”

ครั้งแรก เทตดีเข้ากลุ่มการเงินส่วนตัว
ตัว จากนั้นก็เข้ากลุ่มการเริ่มต้นและขยาย
ธุรกิจของชั้นเรียนแบบกลุ่มช่วยเขา

เรื่องความรู้ด้านธุรกิจแต่ช่วยเขาพัฒนา
ทางวิญญาณด้วย

“การเข้าชั้นเรียนเหล่านี้เปลี่ยนทุก
อย่าง” เขากล่าว “ผมตัดสินใจทำทุก
อย่างที่พวกเขาสอน และการเงินของผม
เปลี่ยนทันที ผมเริ่มจ่ายส่วนสิบเต็ม สวด
อธิษฐานทุกวัน ศึกษาพระคัมภีร์ และใช้
ศรัทธา สถานการณ์เปลี่ยนไป—ผมเริ่ม
ออมเงินและรักษาวันสะบาโตให้ศักดิ์สิทธิ์
หลักธรรมทุกข้อเป็นพรต่อผม”

ในกลุ่มการเริ่มต้นและขยายธุรกิจของ
ฉัน เทตดีเรียนรู้วิธีค้นหาผลิตภัณฑ์ที่
อาจเป็นประโยชน์ต่อลูกค้าในทำเลที่เขา
อยู่ เมื่อเขาประเมินสิ่งที่ผู้คนกำลังมองหา
การตัดสินใจเริ่มหลังไหลมา ในบริเวณที่เขา
อยู่ คนชอบกินแซนด์วิชสดใหม่ แต่พวกเขา
อยากให้เราทำตามสั่ง—และสั่งให้ด้วย

“ภัตตาคารหลายแห่งมีซอสพิเศษที่
ทำให้อาหารของพวกเขาโดดเด่น” เทตดี
กล่าว “ผมจึงพัฒนาซอสพิเศษสำหรับ
แซนด์วิชของผมเอง!”

ขยายธุรกิจของเขา

ในวันที่เทตดีเริ่มต้นธุรกิจ เขาทำ
แซนด์วิช 30 ชิ้น

“สามสัปดาห์ต่อมา ผมกลับบ้าน” เขา
กล่าว “ภรรยาผมกังวลเมื่อเห็นผมบน
โซฟา เธอถามว่าผมอยู่บ้านแล้วหรือ—ไม่
ไปขายแซนด์วิชหรือไร ผมขายหมดแล้ว!”

ตลอดช่วงสามสัปดาห์ต่อจากนั้น
เทตดีติดต่อธุรกิจและโรงเรียนในท้อง
ที่ หลายคนอยากซื้อแซนด์วิชของเขา
และธุรกิจของเขาเริ่มโต เขาเรียนรู้อย่าง
รวดเร็วเรื่องวิธีดูแลผักให้สดนานๆ เขา
รู้ด้วยว่าซอสพิเศษของเขาจะเก็บได้
นานเท่าใด เขาสั่งและไปรับขนมปังทุก
เย็น เขาซื้อผักสดราคาในวันเสาร์ซึ่งลด
ต้นทุนแต่ยังใช้ได้ดีในวันจันทร์

ไม่นานก็มีคนสั่งซื้อแซนด์วิช
ประเภทเฉพาะ และสั่งเป็นจำนวนมาก
ในโอกาสพิเศษ เขาต้องการความช่วยเหลือ
และเริ่มจ้างลูกจ้าง

เทตดีสร้างกลุ่มลูกค้าประจำโดย
สร้างความสัมพันธ์อันดีกับโรงเรียน
และธุรกิจในพื้นที่ ภายในสี่เดือน เขา
มีลูกจ้างแปดคนและขายแซนด์วิชได้
วันละ 300 ชิ้น สัปดาห์ละห้าวัน ทีมขาย
ของเขามีประสิทธิภาพมากจนพวกเขา
ขายแซนด์วิชได้ทุกวันในช่วงฤดูร้อน
เมื่อโรงเรียนเปิด ปัจจุบันเทตดีพร้อม
ขยายกิจการอีกครั้ง

เพราะเขาเข้าชั้นเรียนการพึ่งพา
ตนเอง เขาจึงได้รับการตัดสินใจให้คิดเรื่อง
ทำธุรกิจแซนด์วิช “เพราะการแนะนำ
จากศาสนจักรและพรที่ผมได้รับ” เขา
กล่าว “ผมจึงมีประจักษ์พยานที่เข้ม
แข็งเกี่ยวกับศาสนจักรและพระเยซู
คริสต์” ■



ลูกชายของ เราเป็นลูกชาย ของพระบิดา บนสวรรค์

โดย เจอร์ลิน เมอร์ฟี

เฮย์เต็นลูกชายตัวน้อยน่ารักของเราเข้ามาในโลกนี้พร้อมอาการตัวเขียวคล้ำ ไม่หายใจ และดิ้นรนมีชีวิตอยู่ เขาไม่ร้องไห้ ไม่กระตุกกระตัก

ขณะแพทย์และพยาบาลวิ่งจูงอยู่ในห้องผู้ป่วย ดิฉันรู้ว่ามันบางอย่างผิดปกติ ร้ายแรง สามีดิฉันกับคุณพ่อของดิฉันรีบให้พรฐานะบุโรหิตแก่เฮย์เต็นและเจ้าหน้าที่รับนำตัวเขาเข้าห้องผู้ป่วยหนัก ไม่นานแพทย์ก็วินิจฉัยว่าหัวใจทำงานผิดปกติ เขาได้รับการผ่าตัดหัวใจหลายครั้งภายในไม่กี่วัน

เพราะพลังปาฏิหาริย์ของพรฐานะบุโรหิต การอดอาหาร และการสวดอ้อนวอนเฮย์เต็นจึงรอดชีวิตอย่างคาดไม่ถึง เราดีใจเหลือเกินที่ได้พาลูกชายแรกกลับบ้านและเริ่มต้นชีวิตใหม่ด้วยกัน

เฮย์เต็นนำปีติสุดพรรณนาเข้ามาในชีวิตเรา เราทะนุถนอมและรักเขามาก แต่เมื่อเวลาผ่านไป ดิฉันเริ่มกังวลที่เขาไม่ดีขึ้นตามคาด ถึงแม้แพทย์เฉพาะทางรับรองกับดิฉันว่าสุดท้ายแล้วเขาจะดีขึ้นแน่นอน แต่ดิฉันกังวลใจไม่หยุด ขณะหาทางช่วยลูกชาย

ดิฉันกับสามีศึกษาเรียนรู้ทั้งหมดเท่าที่จะเรียนรู้ได้เกี่ยวกับความเจ็บป่วยของเฮย์เต็น เราทำทุกอย่างที่แพทย์บอกให้เราทำ แต่ก็ยังไม่ก้าวหน้า

ดิฉันเหนื่อยและท้อแท้มากขึ้น ดิฉันทูลวิงวอนพระบิดาในสวรรค์ขอทรงช่วยให้ดิฉันพบคนที่จะช่วยเฮย์เต็นได้ แต่ไม่พบใคร อาการของเฮย์เต็นแย่ลง เขาเริ่มมีอาการชัก เรากลัวมาก เราคิดว่าเราจะสูญเสียเขาไป

คืนหนึ่ง ดินันต์ขึ้นมาหาคำตอบตอนดึก ดินันต์เขียนจดหมายถึงเฮย์เดิน ดินันต์บอกเขาว่าดินันต์รักเขามากและพยายามมากแค่ไหนเพื่อให้ชีวิตเขาง่ายขึ้น ดินันต์สัญญาว่าจะใช้ชีวิตที่เหลือหาทางให้เขาได้รับความช่วยเหลือที่ต้องการ

ความท้อแท้และความไม่มั่นใจครอบงำดินันต์ ช่วงนั้น ดินันต์คุกเข่าทูลถามพระบิดาในสวรรค์ว่า “ทำไม” ดินันต์คิดว่าพระองค์ทรงส่งเฮย์เดินมาให้ ดินันต์เพราะทรงทราบว่าดินันต์จะไม่วันเลิกพยายามช่วยเหลือเขา แล้วทำไมดินันต์หาคำตอบไม่เจอ ทำไมแพทย์คนใหม่แต่ละคนและการรักษาวิธีใหม่แต่ละวิธีจึงมีอุปสรรคทุกครั้ง พระบิดาในสวรรค์ไม่ทรงรักเฮย์เดินหรือ

ดินันต์จะไม่วันล้มล้มช่วงเวลานั้น ดินันต์รู้สึกถึงความรักท่วมท้นทันที คำพูดที่ไม่ใช่ของดินันต์เองเข้ามาในความคิดดินันต์ “เจอร็ลีน เจ้าคิดว่าเจ้ารักเขามากกว่าเราหรือ”

ดินันต์ตะลึง เวลาหยุดนิ่ง น้ำตาไหลอาบแก้ม— ไม่ใช่จากความท้อแท้เหมือนก่อน แต่จากความหวัง ความเข้าใจ และความรัก

ในช่วงเวลานั้น ทุกอย่างเปลี่ยนไป ใจดินันต์อ่อนลง คำถามของดินันต์เปลี่ยนไป ดินันต์เข้าใจแล้วว่าพระบิดาในสวรรค์ทรงรักเฮย์เดินด้วยความรักที่

สมบูรณ์ เฮย์เดินถูกส่งมาที่นี่ในร่างกายที่เหมาะสม ความต้องการของเขาและโอกาสให้เขาเติบโตและเรียนรู้ เขามีความสามารถและความท้าทายเฉพาะตัว เหมือนเราแต่ละคน ดินันต์รู้ว่าเด็กพิการเป็นบุตรธิดาที่รักและมีค่าของพระบิดาในสวรรค์ พวกเขาไม่พ้นภารกิจพิเศษบนโลกนี้

สามีกับดินันต์ได้รับคำตอบและพรเสมอ แต่ทำไมในช่วงเวลาของพระเจ้า ไม่ใช่ของเรา พระองค์ทรงนำเราให้ไปพบหนังสือ การบำบัดโรงเรียน และครูที่

จะช่วยให้เฮย์เดินประสบความสำเร็จในชีวิตมรดกของเขา เราพยายามค้นหาเส้นทางที่พระบิดาในสวรรค์ทรงวางไว้ให้เฮย์เดินแทนเส้นทางที่เราต้องการให้เขาเดิน เรากำลังทำทุกอย่างที่ทำได้เพื่อช่วยให้เฮย์เดินบรรลุศักยภาพอันสูงส่งของเขาและมีชีวิตตามที่พระบิดาในสวรรค์ทรงออกแบบไว้ให้เขา เวลานี้ความเข้าใจของเราในเรื่องแผนของพระบิดาในสวรรค์ชัดเจนมากจนเราเข้าใจว่าเฮย์เดินเป็นเฮย์เดินของพระองค์ก่อนจะมาเป็นของเรา ■ ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐแอริโซนา สหรัฐอเมริกา

คำพูดที่ไม่ใช่ของดินันต์เข้ามาในความคิดดินันต์ว่า “เจ้าคิดว่าเจ้ารักเขามากกว่าเราหรือ”



ร่างกาย: ของประทานอันประมาธค่ามิได้

“เพื่อเหตุผลบางประการที่โดยปกติแล้วไม่เป็นที่รู้ บางคนเกิดมาพร้อมด้วยข้อจำกัดทางกาย บางส่วนของร่างกายอาจผิด

ปกติ ระบบควบคุมอาจไม่สมดุล และร่างกายของเราทุกคนมักจะเกิดโรคร้ายไข้เจ็บและถึงแก่ชีวิต กระนั้น ของประทานแห่งร่างกายเป็นสิ่งล้ำค่า หากปราศจากร่างกาย เราจะไม่ได้รับความบริบูรณ์แห่งความสุข

“การบรรลุจุดหมายแห่งสวรรค์ไม่ได้จำกัดว่าจะต้องมีร่างกายที่สมบูรณ์ อันที่จริงวิญญาณที่ประเสริฐบางวิญญาณอยู่ในเรือนร่างที่อ่อนแอ ความเข้มแข็งทางวิญญาณที่ยิ่งใหญ่มักจะพัฒนามาอย่างถูกต้องจากผู้มีความท้าทายทางร่างกายอันเนื่องมาจากพวกเขาถูกท้าทาย บุคคลดังกล่าวมีสิทธิได้รับพรทุกประการที่พระเจ้าผู้เป็นเจ้าทรงเตรียมไว้ให้บุตรธิดาที่ซื่อสัตย์และเชื่อฟังของพระองค์” ประธานรัสเชลล์ เอ็ม. เนลสัน, “เราเป็นลูกพระเจ้าผู้เป็นเจ้า,” *เลียวโฮนา*, ม.ค. 1999, 101.

รับมือกับเรื่องเศร้า

ทุกเช้าก็เร็วบุตรธิดาจะพบเจอเรื่องเศร้าไม่ว่าใกล้บ้านหรือไกลบ้าน แต่ “แม้เมื่อโลกอยู่ในความสับสนอลหม่านรอบตัวเรา แต่เราสามารถรับพรของสันติสุขในใจได้”¹ ต่อไปนี้เป็นบางสิ่งที่ท่านทำได้เพื่อช่วยให้บุตรธิดารู้สึกถึงสันติสุขนั้น



ความเด็ดเดี่ยว

เมื่อเกิดเรื่องเศร้าบางอย่าง บุตรธิดาอาจรู้สึกเหมือนโลกของพวกเขาเสียสมดุล จงเป็นแบบอย่างให้พวกเขาเห็นความเด็ดเดี่ยวของท่าน พุดถึงปัญหาอย่างใจเย็นและมั่นใจ ทำกิจวัตรไปตามปกติ ทำทุกอย่างที่ท่านทำได้เพื่อจัดสรรชีวิตในครอบครัว ศึกษาพระคัมภีร์ สวดอธิษฐาน และทำกิจวัตรอื่นของครอบครัวต่อไป บุตรธิดาจะเรียนรู้ตามกาลเวลาที่แม้เมื่อโลกของพวกเขาสั่นคลอน พระกิตติคุณยังให้ความหวังและชีวิตดำเนินต่อไป

ความเคารพ

แสดงความเคารพต่ออารมณ์ของบุตรธิดา ฟังและยอมรับความรู้สึกของพวกเขา แสดงให้พวกเขาเห็นว่าท่านจริงจังกับข้อกังวลของพวกเขา อย่าบังคับให้พวกเขาพูด แต่ให้พวกเขารู้ว่าท่านพร้อมจะฟังเมื่อพวกเขาพร้อมจะพูด ตอบคำถามของพวกเขาอย่างตรงไปตรงมาให้เหมาะกับวัยของพวกเขา ให้บุตรธิดารู้ว่าพวกเขาสามารถพูดคุยกับท่านได้ทุกเมื่อเกี่ยวกับความกลัวและความวิตกกังวลของพวกเขา



การนำทาง

บุตรธิดาของท่านอาจถามว่า “ทำไมพระเจ้าเป็นเจ้าทรงปล่อยให้เรื่องเลวร้ายเกิดขึ้น” อธิบายว่าทั้งยามทุกข์และยามสุขเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตและเป็นส่วนหนึ่งของแผนนิรันดร์ของพระเจ้าเป็นเจ้าพระองค์ทรงให้แต่ละคนเลือกด้วยตนเอง และบางครั้งเราเลือกไม่ดี จึงเกิดความทุกข์ หลายครั้งเรื่องเศร้าไม่ใช่ความผิดของใครแต่เป็นเพียงส่วนหนึ่งของธรรมชาติ ไม่ว่าอะไรก็ตาม พระบิดาบนสวรรค์ทรงอยู่ที่นั่นเสมอ ด้วยความช่วยเหลือจากพระองค์ เราสามารถเรียนรู้และเติบโต แม้จากประสบการณ์ที่เจ็บปวด เราสามารถหันไปหาสันติสุขจากพระองค์

การสร้างเสริมพลัง

แสดงให้เห็นบุตรธิดาเห็นว่าพวกเขา มีพลังสร้างความแตกต่างโดยหาวิธี ให้พวกเขาช่วย ตัวอย่างเช่น พวกเขาอาจจะช่วยรวบรวมของบริจาค ให้ผู้ประสบภัย ไปเยี่ยมเพื่อนที่ป่วยหรือบาดเจ็บในโรงพยาบาล ให้กำลังใจคนที่กำลังประสบความ สูญเสียในครอบครัว หรือสวด อ้อนวอนให้คนที่กำลังยากลำบาก เราไม่สามารถแก้ไขทุกอย่างได้ แต่ เราสามารถทำดีได้มาก และ “เรา ทำให้เกิดสันติสุขทุกครั้งที่เราช่วย บรรเทาทุกข์ให้ผู้อื่น”²



การปลอบโยน

กำชับบุตรธิดาว่าพระเจ้าเป็นเจ้าของหัวใจของเราและทำนุรักพวกเรา อย่าให้สัญญาผิดๆ ว่าจะไม่ เกิดเรื่องเลวร้ายกับพวกเรา แต่ รับรองกับพวกเราว่าเวลานี้พวกเราปลอดภัยและท่านจะทำสุด ความสามารถเพื่อคุ้มครองพวกเรา ยืนยันกับพวกเราว่าพระบิดาบน สวรรค์จะทรงช่วยให้พวกเราผ่าน พันการทดลองทุกอย่างที่พวกเขา จะประสบ

เมื่อท่านพบว่าความยากลำบาก ทำให้ท่านหมดกำลังใจ จำไว้ว่า สุดท้ายแล้วความดีจะชนะความ ชั่ว “เรากำลังทำสงครามกับบาป . . . แต่เราต้องไม่สิ้นหวัง” ประธาน โทมัส เอส. มอนสัน (1927–2018) สอน นี่คือการที่เราระงับได้ และจะชนะ พระบิดาในสวรรค์ ของเราประทานเครื่องมือให้เราใช้ ต่อสู้ พระองค์ทรงกุมหางเสือ เรา ไม่มีอะไรต้องกลัว”³ ■

อ้างอิง

1. “Peace,” Gospel Topics, topics.lds.org.
2. “Peace,” Gospel Topics.
3. โทมัส เอส. มอนสัน “หวนคิดและเดินหน้า” เลี้ยงโยนาห์ พ.ศ. 2008, 109.

สำหรับเด็ก

ใน *เพื่อนเด็ก* ของเดือนนี้:

- “ดิฉันจะพบเขาอีกครั้ง” (หน้า พ20)
- “การ์ตูนปลอบใจ” (หน้า พ21)

ดูแหล่งข้อมูลอื่นที่ lessonhelps.lds.org และคลิก “Lesson Helps by Topic”



สำหรับวัยรุ่น

ในฉบับนี้:

- “หาสันติสุขให้ตัวท่านเอง และผู้อื่นในยามทุกข์ใจ” (หน้า 52–53)

ดูแหล่งข้อมูลอื่นที่ youth.lds.org



พระผู้เป็นเจ้าของทางนำทางฉันใหม่

ชีวิตเราเต็มไปด้วยการเลือกครั้งสำคัญ อาทิ จะประกอบอาชีพอะไร จะแต่งงานกับใคร จะไปเรียนที่ไหน ฯลฯ ชีวิตเราเต็มไปด้วยข้อกังวลประจำวัน อาทิ การเลือกใช้เวลาให้ดีที่สุด การพยายามเข้าใจหลักคำสอน และการหาสันติสุขท่ามกลางการทดลอง ทั้งหมดทั้งหมดนี้ เราต้องการการเปิดเผยส่วนตัว แต่บางครั้งก็ยากจะรู้วิธีการรับการเปิดเผยและวิธีรับการเปิดเผย เมื่อเราได้รับ เมื่อเราไม่ได้หรือไม่รู้คำตอบ เราอาจสงสัยว่า “นั่นพระวิญญาณหรือแค่ความคิดของฉัน” “ทำไมฉันรู้สึกได้รับการคลายให้ทำอย่างนั้นแล้วล้มเหลว” “ทำไมฉันรู้สึกเหมือนพระผู้เป็นเจ้าของไม่ทรงตอบคำสวดอ้อนวอนของฉัน”

ใน “ทำการตัดสินใจ: สิทธิเสรี กับ การเปิดเผย” (หน้า 44) เอรินเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับการเปิดเผยส่วนตัวเมื่อเธอต้องทำการตัดสินใจที่เปลี่ยนชีวิต แม้ พระผู้เป็นเจ้าของต้องการนำทางเรา แต่พระองค์ทรงต้องการช่วยให้เราฝึกใช้สิทธิเสรีของเราเลือกให้ดีขึ้น

การเรียนรู้ว่าพระวิญญาณบริสุทธิ์ตรัสกับท่านเป็นส่วนตัวอย่างไรเป็นอีกส่วนหนึ่งที่สำคัญยิ่งต่อการได้รับและรับรู้การเปิดเผย เราแต่ละคนรับรู้ต่างกันไป ในหน้า 48 คนหนุ่มสาวหลายคนแบ่งปันว่าพวกเขาได้รับการเปิดเผยอย่างไร

ในบทความดิจิทัลเหล่านั้น แอสเพนอธิบายว่าการเปิดเผยส่วนตัวเรียกร้องให้ “บริหารกล้ำเนื้อทางวิญญาณของท่าน” และท่านสามารถอ่านเพิ่มเติมเกี่ยวกับประสบการณ์ของดิฉันเองในเรื่องการเปิดเผยเมื่อ “ศาสตราจารย์สอนให้ดิฉันรู้วิธีทำการเลือกต่างๆ”

การคิดถึงอนาคตอาจทำให้เราหนักใจได้ แม้ถึงกับท้อแท้ใจ โดยเฉพาะเมื่อเป็นคนหนุ่มสาว แต่เมื่อดิฉันจดจำว่า พระผู้เป็นเจ้าของนำชีวิตดิฉัน ในอดีตอย่างไร นั่นทำให้ดิฉันกล้าเดินหน้าและลงมือทำ โดยวางใจว่า พระองค์จะยังคงประทานการนำทางที่ดิฉันต้องการ ตลอดทาง

ขอแสดงความนับถือ

เคธี ซู เอ็มบลีย์

Katie Sue

คนหนุ่มสาว

คำแนะนำที่ดีที่สุด...

คนหนุ่มสาวแบ่งปันคำแนะนำที่ดีที่สุดที่พวกเขาเคยได้รับเกี่ยวกับการได้รับการเปิดเผยส่วนตัว:

“ที่ปรึกษาอาชีพอายุของผมเคยบอกผมว่า ‘จงพัฒนาความสัมพันธ์ของคุณกับพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของในฐานะพระบิดาทงวิญาณจริงๆ ของคุณ ยิ่งความสัมพันธ์ของคุณกับพระองค์แน่นแฟ้นขึ้นเท่าใด คุณจะยิ่งเข้าใจและได้รับการนำทางมากขึ้นเท่านั้น’ นั่นทำให้การสวดอ้อนวอนของผมต่างจากเดิมมาก”

—แกรนท์ กูลสบีย์, รัฐแคลิฟอร์เนีย สหรัฐอเมริกา

“ผู้ประสาทพรเสดคขอให้ทุกคนท่องจำวลีหนึ่ง ‘รับการเปิดเผย อ่านการเปิดเผย’ นั่นช่วยคลี่คลายมากเท่าๆ กับคลี่คลายพระคัมภีร์”

—คริสตินา แวดลีย์, มิสซูรี สหรัฐอเมริกา

“จงใช้เวลาไตร่ตรอง โจเซฟ สมิท ไตร่ตรองยากอบ 1:5 ก่อนท่านตัดสินใจแน่นอนว่า จะทำตาม บางครั้งพระบิดาบนสวรรค์ทรงต้องการให้เราทุ่มเทสวดอ้อนวอนและศึกษาก่อนพระองค์จะประทานคำตอบ วิธีนั้นเราเรียนรู้มากที่สุด”

—นาตาชา เอิร์บสตัด, รัฐยูทาห์ สหรัฐอเมริกา

“ฟังด้วยใจ ไม่ใช่ด้วยหู”

—ซัล คิว, อเมริกันซามัว

อะไรเป็นคำแนะนำที่ดีที่สุดที่ท่านเคยได้รับเกี่ยวกับการกลับใจ ส่งคำตอบของท่านมาที่ liahona.lds.org ก่อนวันที่ 30 เมษายน ค.ศ. 2019

เกี่ยวกับผู้เขียนหมวดคนหนุ่มสาว

เอริน ไรเดอร์ เป็นทนายความและเจ้าภาพร่วมพอดคาสต์ เธอเพิ่งวิ่งฮาล์ฟมาราธอนครั้งแรก ในเวลาว่างเธอชอบอ่านหนังสือ เดินป่า เล่นเวทบอร์ด ใช้เวลากับครอบครัวและมิตรสหาย



แอสเพน สแตนเดอร์ เป็นนักเขียนและบรรณาธิการจากรัฐยูทาห์ สหรัฐอเมริกา เธอชอบเดินป่า เดินทาง อ่านหนังสือ และเล่นเปียโน



เคธี ซู เอ็มบิลีย์ คิดว่าโลกเต็มไปด้วยคนดีๆ ที่ควรแบ่งปันเรื่องราวของพวกเขา เธอศึกษาวารสารศาสตร์และภาษาสเปน พร้อมกับมีเป้าหมายเรื่อง #sharegoodness (แบ่งปันความดี)



แบ่งปันเรื่องราวของท่าน

ท่านมีเรื่องราวดีๆ ที่อยากแบ่งปันหรือไม่ หรือท่านต้องการเห็นบทความเกี่ยวกับหัวข้อใดหัวข้อหนึ่งหรือไม่ หากต้องการ เราอยากฟังเรื่องราวจากท่าน! ส่งบทความหรือคำติชมของท่านมาที่ liahona.lds.org

ในหมวดนี้

44 ทำการตัดสินใจ: สิทธิเสรี กับ การเปิดเผย โดย เอริน ไรเดอร์

48 ทำให้การเปิดเผยส่วนตัวเป็นเรื่องใกล้ตัว



หาบทความเหล่านี้และบทความอื่น

- ที่ liahona.lds.org
- ใน YA Weekly (ได้ “คนหนุ่มสาว” ในคลังค้นคว้าพระกิตติคุณ)
- ที่ facebook.com/liahona

ดิจิทัลเท่านั้น
บริหารกล้านเนื้อทางวิญญูณ
ของท่าน
โดย แอสเพน สแตนเดอร์



เมื่อต้องตัดสินใจ เรื่องสำคัญ เราต้อง ฟังพระผู้เป็นเจ้าให้ ทรงบอกสิ่งที่เราต้อง ทำมากเพียงใด

ทำการตัดสินใจ: สิทธิเสรี กับ การเปิดเผย

โดย เอริน ไรเดอร์

ท ุกวันเราแต่ละคนมีหลายเรื่องต้อง ตัดสินใจ บางเรื่องธรรมดาๆ เช่น “ฉันควรสวมเสื้อผ้าชุดไหน” “ฉัน ควรกินอะไรเป็นอาหารกลางวัน” “ได้เวลาซื้อรถคันใหม่แล้วหรือจะใช้คันเก่า ไปก่อน” แต่บ่อยมากที่เราต้องตัดสินใจเรื่อง สำคัญ—“ฉันควรจะไปเรียนไหม” “ฉัน ควรรับงานนี้หรือไม่” “ฉันควรย้ายไปอยู่อีก เมืองหนึ่งหรือเปล่า” “ฉันควรซื้อบ้านไหม” “ฉันควรออกเดทกับคนใหม่” “ฉันควร แต่งงานกับคนใหม่หรือไม่” และอื่นๆ

เมื่อต้องตัดสินใจเรื่องสำคัญ เรามักจะ —สมควร— ใช้เวลาเลือกนานขึ้นเล็กน้อย เราทำตามคำแนะนำที่ประธานแก่ออลิเวอร์ คาวเดอริ์ในหลักคำสอนและพันธสัญญา 9:8–9 ซึ่งพระเจ้าตรัสว่า

“แต่, คุณเถิด, เรากล่าวแก่เจ้า, ว่าเจ้าต้อง ศึกษาไตร่ตรองในความคิดของเจ้า; จากนั้น เจ้าต้องถามเราว่ามันถูกต้องหรือไม่, และหาก มันถูกต้องเราจะทำให้ทรงออกของเจ้าเผา ไหม้อยู่ภายในเจ้า; ฉะนั้น, เจ้าจะรู้สึกว่ามัน ถูกต้อง.

“แต่หากมันไม่ถูกต้อง เจ้าจะไม่มีความ รู้สึกเช่นนั้น, แต่เจ้าจะมีอาการเจิบงันของ ความกลัดกลุ้มจะทำให้เจ้าลืมสิ่งที่ผิด”

แม้จะเป็นคำแนะนำที่ดีแน่นอน แต่เมื่อ ต้องตัดสินใจเรื่องสำคัญ บางครั้งเราใช้ส่วน ที่พระผู้เป็นเจ้ารับสั่งกับเราว่าจะไร้อุณหภูมิ ไปหน่อยและใช้ส่วนที่พระองค์รับสั่งให้เรา ศึกษาไตร่ตรองในความคิดเราไม่มากพอ เรา มัวแต่รอให้พระผู้เป็นเจ้ายืนยันการตัดสินใจ ของเราจนเราปล่อยให้โอกาสที่ดีหลายๆ ผ่าน ไป เราอาจยอมรับบทบาทของสิทธิเสรี แต่ เรากลัวว่าการตัดสินใจอาจนำเราออกจาก “แผน” ที่เรากำหนดไว้ และลงเอยด้วยการ ทึกทักว่าจะไร้อะไรก็ตามที่ไม่ใช่การเผาไหม้ใน ทรงออกหรือเสี่ยงจากสวรรค์หมายความว่า การตัดสินใจของเราผิด สำหรับพวกเรา หลายคน ความตึงเครียดที่ไม่ได้พูดออกมา นี้ ระหว่างสิทธิเสรีกับการเปิดเผยส่วนตัวนำไป สู่คำถามสำคัญข้อหนึ่งคือ พระผู้เป็นเจ้าทรงมี บทบาทอะไรในการช่วยเราตัดสินใจ

บทบาทของพระผู้เป็นเจ้าในการ ตัดสินใจของเรา

เรื่องราวของพี่ชายเจเร็ดน่าจะตอบคำถาม นี้ได้ดีที่สุดในเรื่องนี้มีรูปแบบที่น่าสนใจของ การเติบโตซึ่งสอนเราให้รู้วิธีที่พระผู้เป็นเจ้า ทรงคาดหวังให้เราตัดสินใจ หลังจากภาษา ที่หอบาเบลสับสน เจเร็ดขอให้พี่ชายพูดถาม



พระเจ้าว่าพวกเขาควรออกจากแผ่นดินหรือ
ไม่ และถ้าควรทำเช่นนั้น พวกเขาควรไปที่
ใด (ดู อีเซอ์ 1:36-43) พี่ชายของเจเร็ดทูล
ถาม และพระเจ้าทรงนำพวกเขาไปถึงฝั่งทะเล
ขณะเดินทาง พระเจ้าตรัสกับพวกเขาในเมฆ
และนำทางพวกเขาทุกอย่างก้าว ในที่สุดพวก
เขามาถึงฝั่งทะเล และอยู่ที่นั่นสี่ปี

เมื่อครบสี่ปี พระผู้เป็นเจ้ารับสั่งให้พี่ชาย
ของเจเร็ดต่อเรือและเตรียมข้ามมหาสมุทร
เมื่อพี่ชายของเจเร็ดทราบว่าจะไม่มีอากาศ
เขาทำตามรูปแบบเดิมของการไปทูลถามพระ
ผู้เป็นเจ้าว่าควรทำอะไร พระเจ้าทรงตอบ
ดั่งคาด โดยประทานคำแนะนำอย่างละเอียด
ให้เจาะช่องด้านบนและห้องเรือ จึงสังเกตรูป
แบบของการเปิดเผยจนถึงตอนนี้ พระผู้เป็น
เจ้าประทานแผน พวกเขาทูลถามเกี่ยวกับวิธี
ทำตามแผน และพระผู้เป็นเจ้าทรงตอบอย่าง
ละเอียดและชัดเจน

แต่หลังจากพี่ชายของเจเร็ดเจาะช่องที่เรือ
เขารู้ว่าเรือจะไม่มีแสงสว่าง เขาจึงทูลถาม
พระผู้เป็นเจ้าอีกครั้งว่าเขาควรทำอะไร
แทนที่จะตอบ พระผู้เป็นเจ้าตรัสถามว่า “เจ้า
อยากให้เราทำอะไรเพื่อเจ้าจะมีแสงสว่างใน
พาหนะของเจ้า?” (อีเซอ์ 2:23) แทนที่จะ
ประทานคำแนะนำอย่างละเอียดเช่นเคย คราว

นี่พระเจ้าทรงขอให้พี่ชายของเจเร็ดตัดสินใจว่าจะทำอะไร

คำตอบแบบนี้จากพระเจ้าน่าจะเข้าใจยากที่สุดเมื่อพยายามทำการตัดสินใจ เราได้รับการสอนให้สวดอ้อนวอนและรอคำตอบ จึงเป็นธรรมดาที่เราจะกังวลเมื่อเราไม่ได้ยื่นคำตอบบ่อยครั้ง เราสงสัยว่าการไม่ได้คำตอบชัดเจนคือ “อาการเงิบงันของความคิด” ที่กำลังบ่งบอกว่าเราเลือกผิดหรือไม่ หลายครั้งเราสงสัยว่าเราไม่ชอบธรรมพอจะได้ยื่นคำตอบหรือเราไม่ทูลขอด้วย “เจตนาแท้จริง” (คู โมโร โน 10:4) แต่มีตัวเลือกที่สามซึ่งบางครั้งเราไม่พิจารณา—เหมือนกับพี่ชายของเจเร็ด คือ พระเจ้าอาจจะกำลังรอให้เรา ตัดสินใจด้วย *ตัวเราเอง*

ทำการตัดสินใจ

เมื่อไม่นานมานี้ดิฉันพบเจอสถานการณ์ที่ทำให้ท้าวชีวิตเกี่ยวกับสิทธิ์เสรีและการเปิดเผยส่วนตัว ขณะใกล้จบบัณฑิตวิทยาลัย มี

คนเสนองานสองสามงานในแต่ละเมืองและดิฉันตัดสินใจไม่ได้ว่าจะรับงานใด เหมือนพี่ชายของเจเร็ด ดิฉันเคยประสบหลายช่วงที่ได้สวดอ้อนวอนเกี่ยวกับการตัดสินใจครั้งใหญ่และพระผู้เป็นเจ้าทรงตอบชัดเจนมาก โดยอาศัยประสบการณ์ก่อนหน้านี้ดิฉันเริ่มสวดอ้อนวอนและทูลขอให้พระผู้เป็นเจ้าช่วยดิฉันตัดสินใจว่าควรรับงานใด ดิฉันทำส่วนของตนเช่นกัน โดยเรียนรู้เกี่ยวกับงานแต่ละงานและปรึกษากับหลายคน แต่ไม่ว่าจะสวดอ้อนวอนหรืออดอาหารมากเท่าใด สวรรค์ก็ยังไม่เงิบงัน และดิฉันไม่ได้รับคำตอบ

ใกล้ถึงกำหนดต้องตัดสินใจ ดิฉันเริ่มหวั่นวิตก นี่เป็นการตัดสินใจที่พระเจ้าสนพระทัยแน่นอน แล้วเหตุใดพระองค์ก็ไม่ทรงตอบ พระองค์อาจไม่สนพระทัยว่าดิฉันจะเลือกงานใด แต่พระองค์สนพระทัยว่าดิฉันจะย้ายไปเมืองใดเพราะจะมีผลต่อชีวิตดิฉันอย่างไม่ต้องสงสัย พระเจ้าสนพระทัยการตัดสินใจ

ในอคิดของดิฉันเสมอ แล้วเหตุใดจะไม่สนพระทัยการตัดสินใจครั้งนี้ด้วย

แต่ไม่ว่าจะพยายามเพียงใด คำตอบไม่มา ดิฉันเริ่มสงสัยว่าดิฉันเห็นห่างจากพระผู้เป็นเจ้าจนดิฉันไม่ได้ยื่นคำตอบของพระองค์หรือเปล่า ดิฉันสงสัยเช่นกันว่าดิฉันไม่ได้ยื่นเพราะจิตใต้สำนึกของดิฉันไม่ *อยาก* ได้ยื่นคำตอบหรือเปล่า ในที่สุด ก่อนถึงวันที่กำหนดไว้ ดิฉันรู้ว่าต้องเลือก ดิฉันจึงใช้วิจารณญาณของตนเองและตัดสินใจ คืนนั้นดิฉันสวดอ้อนวอนทูลถามว่าพระองค์จะทรงบอกดิฉันหรือไม่ถ้าคำตอบของดิฉันผิด ยังไม่มีคำตอบ ดิฉันจึงเดินหน้าและรับงาน

หลายเดือนต่อมา ดิฉันยังคงสงสัยการตัดสินใจของตนเอง ด้วยเหตุนี้จึงขอพรฐานะปุโรหิตเพื่อรับการยืนยัน ในพรนั้นบอกดิฉันว่าดิฉันไม่ได้รับคำตอบการสวดอ้อนวอน เพราะพระเจ้าทรงมีความสุขกับการตัดสินใจที่ดิฉันทำ พรนี้เสริมคำแนะนำที่ประธาน



คณะเผยแผ่เคยให้ฉัน ท่านบอกว่าบ่อยครั้งไม่สำคัญว่าเราตัดสินใจอะไร พระผู้เป็นเจ้าทรงต้องการให้เราเรียนรู้วิธียืนหยัดด้วยตนเองและตัดสินใจว่าเราจะดำเนินชีวิตอย่างไร ประธานคณะเผยแผ่ของฉันเตือนเช่นกันว่าพระผู้เป็นเจ้าในฐานะพระบิดาบนสวรรค์ของเราจะไม่ทรงลงโทษเราและนำเอาโอกาสที่ทรงสัญญาไว้ไปถ้าเราพยายามคิดอย่างจริงจังว่าต้องทำอะไร

พี่ชายของเจเร็ดน่าจะเสนอทางออกเกือบทั้งหมดเพื่อให้เรือสว่าง และพระเจ้าทรงยอมรับ ประเด็นของประสบการณ์นี้ไม่เพียงเพื่อให้พี่ชายของเจเร็ดเสริมสร้างศรัทธาของตนเท่านั้นแต่เพื่อเรียนรู้วิธีตัดสินใจด้วย

ใช้สิทธิ์เสรี

ถ้ามองไกลถึงนิรันดร การใช้สิทธิ์เสรีเป็นองค์ประกอบจำเป็นของการเติบโตส่วนตัว หากไม่มีสิทธิ์เสรี เราคงไม่สามารถทำการ

ตัดสินใจอันจะช่วยให้เราบรรลุศักยภาพโดยสมบูรณ์ของเราได้ การเติบโตก็เหมือนทุกอย่างในพระกิตติคุณ มาเป็น “บรรทัดมาเดิม บรรทัด, กฎเกณฑ์มาเดิมกฎเกณฑ์” (2 นิโอฟ 28:30) พระผู้เป็นเจ้าทรงต้องการให้เราเป็นคนທີ່เตรียมพร้อม ไม่ใช่คนที่ไม่กล้าทำอะไร และพระองค์ทรงคาดหวังให้เราใช้สิทธิ์เสรีดำเนินชีวิตให้ดีที่สุดเท่าที่เราจะทำได้

พอเราพบสมดุลระหว่างสิทธิ์เสรีกับการเปิดเผย เราจะประสบกับการเติบโตทางวิญญาณที่แท้จริง นี่คือนี่ที่เกิดขึ้นกับพี่ชายของเจเร็ด หลังจากคิดทบทวนแล้ว เขาหลงมัวหลอมนิน 16 ก่อนจากศีกลาก้อนหนึ่งและทูลขอให้พระผู้เป็นเจ้าทรงสัมผัสและทำให้ก้อนหินส่องสว่าง (คู อีเธอร์ 3:1-5) คราวนี้ เมื่อพระผู้เป็นเจ้าทรงตอบ ทุกอย่างเปลี่ยนไป แทนที่จะได้ยินเสียงของพระผู้เป็นเจ้าในเมฆ พี่ชายของเจเร็ด เห็น พระเจ้าจริงๆ ผู้ไม่เพียงปรากฏองค์เท่านั้นแต่ทรงแสดงให้เห็นพี่ชาย

ของเจเร็ดเห็นนิมิตของโลกและทุกอย่างที่จะเกิดขึ้นด้วย (คู อีเธอร์ 3:6-26) เป็นไปได้ว่าพี่ชายของเจเร็ดคงจะไม่พร้อมทางวิญญาณเพื่อรับนิมิตนั้นถ้าเขาไม่ได้ประสบการณ์เติบโตส่วนตัวที่มาจากตัดสินใจด้วยตนเองก่อน

เมื่อเราตัดสินใจ เราควรทำตามคำแนะนำของแอลมาให้ “ปรึกษาพระเจ้าในการกระทำทั้งหมด [ของเรา]” (แอลมา 37:37) เมื่อพระเจ้าทรงต้องการให้เราทำการตัดสินใจเรื่องใด พระองค์จะทรงให้เรารู้และช่วยป้องกันไม่ให้เราไปผิดทาง แต่เราต้องพร้อมยืนหยัดและก้าวไปข้างหน้าด้วยศรัทธาไม่ว่าคำตอบจะมาหรือไม่ก็ตาม トラบใดที่เรารักษาพันธสัญญาของเราและชื่อตรงต่อพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์ เราจะรู้สึกถึงความมั่นใจในการตัดสินใจที่ชอบธรรมของเราและสันติสุขที่ว่าพระเจ้าพอพระทัยกับความพยายามของเรา ■

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในยูทาห์ สหรัฐอเมริกา



ท่านบอกความแตกต่างระหว่างการเปิดเผยกับความคิดของท่านเองได้อย่างไร

ทำให้การเปิดเผยส่วนตัวเป็นเรื่องใกล้ตัว

เราอยู่ในโลกที่มีโอกาสมากมาย เรามีเสรีภาพในการเลือกอาชีพ โรงเรียน คู่ครอง ที่อยู่อาศัย และอีกมากมายด้วยตัวเราเอง นับเป็นพรอย่างแท้จริงสำหรับคนรุ่นเรา แต่ในทางกลับกัน มันทำให้การเลือกทั้งหมดนี้ยากขึ้นเพราะเราตัดสินใจได้ยากเมื่อมีเส้นทางและโอกาสมากมายเหลือเกินที่จะนำไปสู่สิ่งดีๆ เราเลือกถูกได้อย่างไรเมื่อมีโอกาสที่ดีมากมายเหลือเกิน เมื่อคุณรู้สึกสับสนงุนงงในการตัดสินใจมากมายเหล่านี้ จงรู้ว่าพระบิดาบนสวรรค์ทรงต้องการนำทางคุณ คุณสามารถเลือกเส้นทางที่ถูกต้องและได้รับคำตอบที่คุณแสวงหาถ้าคุณเดินตามพระสุรเสียงของพระองค์ จงรับวิธีที่พระองค์ตรัสกับคุณ วางใจพระองค์ ทำตามสภาพพยากรณ์ อดทน มองในแง่ดีมากขึ้น และมีศรัทธาในที่สุดพระองค์จะทรงนำคุณไปในทิศทางที่ถูกต้อง

—วีรา วาชนเนโก, เคียฟ ยูเครน

ดิฉันเห็นมาตลอดชีวิตว่าพระเจ้าทรงนำทางดิฉันอย่างไร และดิฉันทราบดีว่าทั้งหมดที่ดิฉันประสบผลสำเร็จเป็นเพราะพระองค์และการนำทางของพระองค์ แม้ในช่วงเวลาที่ดิฉันคิดว่าตนเดินตามลำพัง แต่สุดท้ายแล้วพระองค์ทรงให้ดิฉันรู้และรู้สึกรู้ว่าพระองค์ทรงอยู่ที่นั่นกับดิฉันเสมอ นั่นคือสาเหตุที่ดิฉันได้ตัดสินใจว่าจะดำเนินต่อไปด้วยศรัทธา แม้รู้สึกรู้ว่าดิฉันพึ่งตัวเอง สำหรับดิฉัน บางครั้งเส้นทางไม่ชัดเจนและดิฉันมองไม่เห็นอนาคตข้างหน้าเสมอไป แต่ดิฉันก้าวเดินด้วยศรัทธาเสมอ จากนั้นดิฉันเริ่มมองเห็นแสงสว่างและรับรู้พระหัตถ์ของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของในชีวิตดิฉัน ดิฉันรู้ว่าพระบิดาบนสวรรค์และพระบุตรของพระองค์ พระเยซูคริสต์ทรงรักเราและพระองค์เต็มพระทัยนำทางเรา แต่พระองค์ทรงคาดหวังให้เรามีศรัทธาในพระองค์และลงมือทำเมื่อเราได้รับการกระตุ้นเตือนจากพระวิญญาณ

—อินทรีรา เมเจีย, สาธารณรัฐโดมินิกัน





ในครอบครัวเล็กๆ ของเรา เราเรียนรู้พระวิญญาณเพราะความ
โสมงที่เรารู้สึก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อดิ้นกับสามีอยู่ด้วย
กันเป็นคู่ เมื่อเป็นความคิดของเราเอง เราไม่มีวันรู้สึกว่านั่นถูก
ต้องแน่นอน—มักจะมีคำสั่งหรือความกลัวเสมอ แต่เมื่อ
เป็นการเปิดเผย เรารู้สึกสงบเสมอ แม้เราพยายามใช้เหตุผลและ
สถานการณ์ดูไม่สมเหตุผลผลในตอนแรกก็ตาม เมื่อเราทำตาม
เราจะเห็นสถานการณ์ลงตัวเสมอและทุกอย่างราบรื่น ตอนนั้น
เองที่เรามองหน้ากันและพูดว่า “โอ้ ตอนนี้สมเหตุผลแล้ว!”

—มายรานา ไรท์, รัฐูทาห์ สหรัฐอเมริกา

ผมคิดว่าเทคนิคน่าทึ่งที่สุดอย่างหนึ่งที่เราต้อง
เชี่ยวชาญคือความสามารถในการรู้จักพระ
สุรเสียงกระซิบที่แผ่วเบาของพระวิญญาณบริสุทธิ์ การ
หมั่นศึกษาพระคัมภีร์ผลักดันให้ผมเชี่ยวชาญเทคนิค
นี้มากขึ้น ผมเชื่อเสมอว่าคนที่แสวงหาอย่างขยันหมั่น
เพียรจะพบ และความถี่ล้นของพระเจ้าจะสำแดง
แก่เขาโดยอำนาจของพระวิญญาณบริสุทธิ์ กล่าวอีกนัย
หนึ่ง ถ้าผมต้องการรับรู้พระวิญญาณ ผมจะไม่ปล่อย
ให้ตนเองถูกชักนำให้คิดไร้สาระหรือกังวลทุกวันใน
ชีวิต แต่ผมต้องเริ่มลงมือทำและลิ้มตนเอง นี่เป็นเวลา
ที่ผมจะสามารถรับรู้พระวิญญาณได้ดีขึ้นเพราะผมพร้อม
รับ! เรื่องจะเดินทางฝ่าพายุไม่ได้ฉันใด เราไม่สามารถ
ได้ยื่นพระวิญญาณฉันนั้นถ้าเราถูกความกังวลของโลก
ที่อยู่นอกการควบคุมของเราพัดพาไป

—เอมมานูเอล บอร์นเกรท ด็อกบีย์, อักกรา กานา



ขณะอายุมากขึ้น ดิฉันต้องเรียนรู้ภาษาของพระ
วิญญาณ พระวิญญาณตรัสกับดิฉันผ่านความคิด
ที่เรียบง่าย ต้องฝึกพอสมควรกว่าจะคุ้นเคย แต่โดยปกติ
พระวิญญาณเสด็จมาหาดิฉันในสถานที่เงียบสงัด อย่าง
เช่นขณะขับรถไปทำงาน ดิฉันรู้ว่านั่นไม่ใช่ความคิด
ของดิฉันเองเพราะพระวิญญาณจะจดจ่อที่บ่งบอก ทั้ง
ที่ดิฉันไม่ได้คิดเรื่องนั้นด้วยซ้ำ

—คลาริสซา เม เทย์เลอร์, รัฐูทาห์ สหรัฐอเมริกา

ถึงแม้เราทุกคนจะได้รับการเปิดเผยในวิธีต่างกัน แต่สิ่งหนึ่งที่จริงแท้
แน่นอนคือ พระเจ้าเป็นเจ้าตรัสกับเราบ่อยครั้ง เราแค่ต้องเต็มใจพยายาม
เพิ่มความสามารถในการรับรู้และได้ยินสุรเสียงของพระองค์ ดังที่
ประธานรัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน แนะนำ “สาวอ้วนนอนในพระนามของ
พระเยซูคริสต์เกี่ยวกับข้อกังวล ความกลัว ความอ่อนแอของท่าน—ใช้
ความปรารถนาของใจท่าน จากนั้นจงฟัง! เขียนความคิดที่เข้ามาในจิตใจ
ท่าน บันทึกความรู้สึกและทำตามที่ท่านได้รับการกระตุ้นเตือนให้ทำ เมื่อ
ท่านทำกระบวนการนี้ซ้ำวันแล้ววันเล่า เดือนแล้วเดือนเล่า ปีแล้วปีเล่า
ท่านจะ ‘เติบโตไปสู่หลักการแห่งการเปิดเผย’” (“การเปิดเผยสำหรับ
ศาสนจักร การเปิดเผยสำหรับชีวิตเรา” เลีย โสนา, พ.ศ. 2018, 95) ■



ในหมวดนี้



52 **หาล้านตุลขให้ตัวตนเอง และผู้อื่นในยามทุกข์ใจ**

โดย อเล็กซ์ ฮูกีและแอสเฟ็น สแตนเดอร์

54 **ชีวิตคือการวิ่งมาราธอน**

โดย แซลลี จอห์นสัน โอดิเคิร์ก

60 **คำถามและคำตอบ: ปิตุพรจะช่วยฟื้นคืนสติใจ ในเรื่องต่างๆ ได้อย่างไร**

62 **ลองประเพณีอีสเตอร์ใหม่ๆ**

โดย เดวิด ดิกสัน

64 **ปัจฉิมวาตะ: การแสดงความรักครั้งใหญ่ ที่สุดของพระเจ้า**

โดย ประธานเอ็ม. รัสเซลล์ บัลลาร์ด



เมื่อผมไป

เรียนมัธยมปลายปีสุดท้ายวันแรก มีสิ่งหนึ่งที่ผมลำบากใจมากคือเมื่อครูแนะนำวิชาใหม่ ผมไม่ค่อยเข้าใจ เช่นวันหนึ่งผมสวดอ่อนวอนขอให้พระบิดาบนสวรรค์ทรงช่วยให้ผมเข้าใจและเอาชนะความท้าทายนั้น ผมมีศรัทธา และผมสามารถเข้าใจได้ดีขึ้น นับแต่นั้น การสวดอ่อนวอนและศรัทธาอยู่ในรายการที่ผมต้องทำในโรงเรียนและทุกแห่งที่ผมไป

การอยู่ในโรงเรียนชายล้วนเป็นความท้าทายเพราะมีเรื่องผิดศีลธรรมบางอย่างที่นักเรียนทำ เมื่อเกิดเหตุการณ์นั้น คำพูดของคุณพ่อคุณแม่เข้ามาในใจผม “อย่าทำสิ่งที่จะขับพระวิญญาณบริสุทธิ์ออกไป” ผมขอขอบคุณคุณแม่ที่เดือนผมเสมอให้ฟังพระวิญญาณบริสุทธิ์ เมื่อเราทำสิ่งที่ถูกต้อง พระผู้เป็นเจ้าจะทรงอวยพรเรา

นยาม เอส, อายุ 16 ปี, กานา

บางครั้งชีวิตยุ่งเหยิงและสับสน ท่านอาจกังวลเรื่องครอบครัว ปัญหาสุขภาพ ปัญหาที่โรงเรียน หรือเหตุการณ์วุ่นวายสารพัดในโลกทุกวันนี้ เราจะพบสันติสุขส่วนตัวในโลกที่วุ่นวายได้อย่างไรไม่ว่าการขาดสันติสุขของท่านจะเกิดจากเหตุการณ์นอกเหนือการควบคุมของท่านหรือจากสิ่งที่ท่านสามารถกำหนดและเปลี่ยนแปลงได้ แต่แนวคิดบางประการต่อไปนี้จะช่วยทำให้ท่านมีสันติสุขในใจผ่านพระเยซูคริสต์

หาสันติสุข

4 วิธีหาสันติสุขให้ตัวท่านเอง

1. จัดจ้อกับนิรันดร

ท่านจะรู้สึกสงบได้ยากเมื่อท่านมัวจัดจ้อกับความกังวลระยะสั้น แต่ถ้าท่านมองภาพใหญ่ มองแผนแห่งความสุขของพระเจ้า ท่านจะพบสันติสุขในการรู้ว่าสิ่งที่ทำให้เจ็บปวดเวลานี้จะไม่เจ็บปวดตลอดไป ตัวอย่างเช่น พระวิหารช่วยให้เราจัดจ้อกับความเป็นนิรันดร ประธานกอร์ดอน บี. อิงค์ลี (1910–2008) กล่าวว่าในพระวิหาร “ท่านจะรู้จักสันติสุขที่ท่านจะไม่พบในที่ใด”¹

2. ปลอ่ยวางสิ่งที่ท่านไม่สามารถควบคุมได้

เมื่อสิ่งที่อยู่นอกเหนือการควบคุมของท่านนำสันติสุขออกไป ท่านอาจรู้สึกสิ้นหวังหรือโกรธ แต่การวนเวียนอยู่กับสิ่งที่ท่านไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ย่อมไม่เกิดประโยชน์อันใด แทนที่จะทำเช่นนั้น จงเข้าใกล้พระเจ้าช่วยให้รอดเพื่อให้มีสันติสุขในใจแม้ชีวิตไม่ได้รับความเป็นธรรม พระองค์ทรงสัญญาจะส่งพระเจ้าปลอบโยน พระวิญญาณบริสุทธิ์มาให้ท่าน (ดู ยอห์น 14:26–27)

3. ให้อภัยผู้อื่น

บ่อยครั้งเรื่องทีปลอ่ยวางยากที่สุดคือความคิดในทางลบ เมื่อมีคนทำผิดต่อท่าน แต่เอ็ดเวิร์ดทีเทอร์ เอฟ. อุกท์คอร์ทแห่งโควรัมอัครสาวกสิบสองสอนไว้ว่า “เราจะได้รับปีติของการให้อภัยในชีวิตเราเมื่อเราเต็มใจหยอ่ยยื่นปีตินั้นให้ผู้อื่นอย่างเสรี . . . ผลก็คือ พระวิญญาณของพระเจ้าจะเติมเต็มจิตวิญญาณเราด้วยปีติที่มาพร้อมกับความสงบในมโนธรรม (ดู โมไซยาห์ 4:2–3)”² การหันไปพึ่งพระเจ้าช่วยให้รอดจะช่วยท่านปลดปล่อยภาระทางอารมณ์และเปี่ยมด้วยสันติ

4. กลับใจและพึ่งพาพระคริสต์

ไม่ว่าสิ่งใดในชีวิตท่านที่กำลังไปได้ดี แต่การแบกภาระบาปจะช่วงชิงสันติสุขไปจากท่านเสมอ บางครั้งเราต้องให้อธิการช่วยให้เรากลับใจอย่างสมบูรณ์ แต่เราทุกคนต้องกลับใจเป็นประจำ และสะอาดจากทุกอย่างที่ขัดขวางไม่ให้เราเป็นเหมือนพระเยซูคริสต์มากขึ้น โดยผ่านการชดใช้ของพระองค์



ให้ตัวท่าน เองและผู้อื่นในยาม ทุกข์ใจ

โดย อเล็กซ์ ฮูกีและแอสเฟิน สเตนเดอร์
นิตยสารศาสนจักร

แปดวิธีต่อไปนี้จะช่วยให้ตัวท่านและ
ผู้อื่นรู้สึกสงบเมื่อชีวิตยากลำบาก



4 วิธีช่วยให้ผู้อื่นพบสันติสุข

1. แบ่งปันพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์

เราหาสันติสุขให้ตัวเองได้โดยจดจ่อกับพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด
ฉันใด เราสามารถชี้ให้ผู้อื่นเห็นพระองค์เป็น “ผู้สร้างสันติ” ได้
ฉันนั้น (โมไซยาห์ 15:18) ตัวอย่างเช่น พยายามแบ่งปันพระ
กัมภีร์สักข้อหรือคำพูดอ้างอิงจากการประชุมใหญ่สามัญที่จะ
ช่วยให้ท่านเรียนรู้มากขึ้นเกี่ยวกับพระเยซูคริสต์

2. เป็นผู้สร้างสันติ

ช่วยเพื่อนหรือพี่น้องยุคความขัดแย้ง เหมือนชาวแอนไท-
นิไฟ-ลีไฮในหนังสือของแอลมา เราสามารถฟังอาวุธสงคราม
—อาวุธ เช่น การนิโทษ การหาทางแก้แค้น หรือความเห็นแก่
ตัว—และเปลี่ยนอาวุธเป็นเครื่องมือสร้างสันติ ได้แก่ พุดจาอ่อน
โยน เชื้อฟังพระบัญญัติของพระเจ้าเป็นเจ้า และให้อภัยผู้อื่น
(ดู แอลมา 24:19)

3. เป็นผู้ฟังที่ดี

บางครั้งคนที่กำลังลำบากต้องการระบายความคิดและความ
รู้สึกของพวกเขาแทนที่จะเก็บไว้ในใจ เราไม่ต้องแก้ปัญหาให้
พวกเขา แต่เราสามารถฟังข้อกังวลและให้กำลังใจพวกเขา โดย
แสดงความรักและความเข้าใจเหมือนพระคริสต์

4. ปฏิบัติศาสนกิจต่อคนในวอร์ดและชุมชนของท่าน

ท่านอาจจะเป็นอาสาสมัครที่บ้านพักคนชรา รับใช้เป็นเพื่อน
ช่วยสอน หรือนำขนมไปให้ครอบครัวใหม่ในละแวกบ้าน ช่วย
ให้ผู้อื่นพบสันติสุขในเรื่องเล็กๆ น้อยๆ การให้ที่กินนอน เป็นครู
พี่เลี้ยงที่ไว้ใจได้ หรือให้คำมั่นว่ามีคนห่วงใยจะช่วยให้ได้มาก

พระเยซูคริสต์ถ้อยคำปลอบโยนทุกคนที่พยายามหาสันติสุขว่า
“เรามอบสันติสุขไว้กับพวกท่าน สันติสุขของเราที่ให้กับท่านนั้น
เราไม่ได้ให้อย่างที่โลกให้ อย่าให้ใจของท่านเป็นทุกข์ อย่างกลัวเลย”
(ยอห์น 14:27) ถ้าเรานำตัวเราและผู้อื่นมาใกล้พระเยซูคริสต์มากขึ้น
เราจะพบสันติสุขแม้ชีวิตยากแค้นแสนเข็ญ ■

อ้างอิง

1. กอร์ดอน บี. ینگลิ์ย์ ใน “ชื่นชมพระวิหาร,” *เลียโฮนา*, ธ.ค. 2002, 33.
2. ดีเทอร์ เอฟ. อุกท์ดอร์ฟ, “จุดกลับที่ปลอดภัย,” *เลียโฮนา*, พ.ค. 2007, 126.



ชีวิตคือ การวิ่ง



**ปัจจุบันเยาวชนวิสุทธิชนยุค
สุดท้ายเหล่านี้อาศัยอยู่ในที่ซึ่งอัคร-
สาวกเปาโลเคยอยู่ในช่วงสมัยพันธ-
สัญญาใหม่ และพวกเขาดำเนิน
ชีวิตตามถ้อยคำของท่าน**

โดย แซลลี จอห์นสัน โอดีเคิร์ก
นิตยสารศาสนจักร

ไม่กี่เดือนก่อน ชั้นเรียนเซมินารีประชุมกันที่มาร์ส-
ฮิลล์ใกล้กรุงเอเธนส์ ประเทศกรีซ สถานที่ซึ่งอัคร-
สาวกเปาโลเคยกล่าวโอวาทอนเปี่ยมด้วยพลัง (ดู
กิจการ 17:22-34) นักเรียนพูดคุยกันเกี่ยวกับอิทธิพล
ของเซมินารีในชีวิตพวกเขา รวมทั้งคำสอนของเปาโล

“การอาศัยอยู่ในกรีซทำให้พันธสัญญาใหม่มีชีวิตขึ้นมา”
อเล็กซิส เอช. อายุ 18 ปีกล่าว “คุณพ่อของฉันชอบไปดู
ซากปรักหักพังตรงที่เปาโลสอนและจะแบ่งปันพระคัมภีร์
หรือเล่าเรื่องหนึ่งเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นที่นั่น”

เช่นเดียวกับเปาโลประสบความท้าทายในสมัยของท่าน
เยาวชนในกรีซรับมือกับปัญหาทางสังคม การเมือง และ
เศรษฐกิจเช่นกัน การประชุมใหญ่เยาวชนและค่ายเยาวชน
หญิงจัดบ่อยครั้งมากในกรีซและแม้แต่จะเรียนเซมินารีก็ยัง
ยาก แม้มีความท้าทายเหล่านี้และอื่นๆ แต่เยาวชนในกรีซก็
ยังปฏิบัติตามการกระตุ้นของเปาโลให้ “ยืนหยัดมั่นคงเป็น
น้ำหนึ่งใจเดียวกัน ร่วมกันผู้ด้วยจิตใจเดียวกันเพื่อความเชื่อ
ที่มาจากข่าวประเสริฐ” (ฟิลิปปี 1:27)

การอาศัยอยู่ในกรีซหมายความว่าสมาชิกรุ่นเยาว์เหล่านี้
ชอบอากาศที่อบอุ่น ชายหาด อาหาร และการเดินร่ำ พวกเขา
ชอบพบปะสังสรรค์กันด้วย เมื่อพวกเขาพบกันในกิจกรรม
ของเซมินารีและกิจกรรมสาขา พวกเขาแข็งแกร่งขึ้นใน
ศรัทธาและมิตรภาพ

เซมินารีบนมาร์สฮิลล์

ขณะเซมินารีเริ่มต้นในกรีซเมื่อสามสี่ปีก่อน มีนักเรียน
เพียงห้าคน พวกเขาเรียนตอนเช้าสัปดาห์ละสามวัน มีบาง
คนเรียนทางวิดีโอออนไลน์ พวกเขาเรียนเซมินารีช่วงบ่าย



มาราธอน



“ดิฉันเรียนรู้ว่าพระกิตติคุณเหมือนกันทุกที่ แม้จะอยู่โพ้นทะเลแต่ดิฉันได้เรียนรู้ว่าต้องจดจ่อกับความจริง พระกิตติคุณและรู้สึกถึงพระวิญญาณแทนที่จะจะไปตามวัฒนธรรม”

—บริอานา ดับเบิลยู. อายุ 15 ปี



“ดิฉันเขียนคำที่ต้องจำไว้บนกระจกเพื่อจดจำทั้งหมดที่เกิดขึ้นปีนี้ได้ เช่นคำว่า เอฟ-เอสวาย ค่ายเยาวชนหญิงเซมินารี นั้นช่วยให้ดิฉันจำได้ว่าดิฉันมาจากไหน”

—มารี เอช. อายุ 17 ปี



“ดิฉันรู้ว่าเมื่อไปเรียนเซมินารีดิฉันรู้สึกพอใจที่รู้ว่าดิฉันกำลังทำสิ่งที่ต้องทำ และรู้ว่าทุกอย่างจะดี”

—ลิลี ซี. ที. อายุ 17 ปี



ลูเคีย ซี. อายุ 15 ปี แสดงประกายยิ้มเป็นครั้งแรกที่ค่ายเยาวชนหญิงและรับบัพติศมาในเวลาต่อมา

56 เลียโฮนา



กลุ่มเซมินารีหน้าอาคารประชุมกรุงเอเธนส์

วันพุธเช่นกัน ตามด้วยกิจกรรม พวกเขาสนิทกันและกลายเป็นแสงสว่างให้เพื่อนๆ ผู้สังเกตแบบอย่างของพวกเขา เมื่อเพื่อนๆ ถามคำถาม เยาวชนจะพาพวกเขา มาเรียนเซมินารีและเข้าร่วมสภากิจกรรม

เยาวชนชายคนหนึ่งชื่อฟาลอส เค. อายุ 15 ปี กล่าวว่า “การไปเซมินารีเป็นวิธีเริ่มต้นวันใหม่ที่ดีและช่วยให้ผมเข้มแข็ง ช่วยให้ผมเป็นแบบอย่างแก่ผู้อื่น ช่วยเริ่มต้นวันที่ศิษษณ์ึกถึงพระเยซูคริสต์”

เมื่อเยาวชนเข้มแข็งและเป็นหนึ่งเดียวกันมากขึ้น พรและโอกาสย่อมมาถึง ตัวอย่างเช่น ในปี 2017 พวกเขามีโอกาสเข้าร่วมการประชุมใหญ่เยาวชนระดับเขต เรียกว่า For the Strength of Youth (เพื่อความเข้มแข็งของเยาวชน อักษรย่อคือ FSJ) เยาวชนหญิงเข้าค่ายเยาวชนหญิงครั้งแรกในกรีซด้วย ด้วยเหตุนี้พวกเขาจึงสนิทกันเป็นกลุ่มมากขึ้น และเยาวชนหญิงสองคนเข้าร่วมศาสนจักร

การประชุมเอฟเอสวายระหว่างประเทศ

การประชุมใหญ่ที่จัดในเมืองสตูทการ์ท เยอรมนี นำเยาวชนวิสุทธิชนยุคสุดท้ายจากทั่วยุโรปมารวมกัน เยาวชนจากกรีซและไซปรัสมาไกลหลายร้อยไมล์ และประสบการณ์ในการประชุมใหญ่มีผลอย่างลึกซึ้ง

ต่อพวกเขา สำหรับแม็กซิมอส เอ. อายุ 14 ปี “เรื่องน่าจดจำที่สุดที่เอฟเอสวายคือตอนที่เราแบ่งปันประกายพิยานของเรา ทุกคนรู้สึกถึงพระวิญญาณ และนั่นเป็นแรงบันดาลใจให้ผมพัฒนาประกายพิยานของผมเอง”

“ตอนแรกมีเยาวชนจะไปเพียงสี่คน” ลูเคีย ซี อายุ 15 ปีเสริม “แต่สุดท้ายเรามี 15 คนเข้าร่วม—ประวัติดารณ์สำหรับกรีซ—รวมทั้งเพื่อนที่ไม่เป็นสมาชิกอีก 3 คน”

“ดีมาก ๆ ที่ได้อยู่กับคนที่มิพระกิตติคุณเดียวกัน และคุณ ไม่ใช่คนเดียวแตกต่าง เราทุกคนอยู่ด้วยกัน และเรารู้สึกถึงพระวิญญาณองค์เดียวกัน สิ่งเหล่านี้ช่วยดิฉัน”

“คุณพ่อของดิฉันไม่เป็นสมาชิกและไม่อยากให้ดิฉันไปเอฟเอสวายหรือรับบัพติศมา” เจเชียนา อายุ 16 ปีกล่าว “แต่สมาชิกสาขาอาหารให้ดิฉัน และคุณย่าคุยกับคุณพ่อ หลังจากนั้นท่านบอกว่าคุณไปได้!”

ที่เอฟเอสวาย เธอมีประสบการณ์ครั้งแรกหลายอย่าง เช่น “การมีส่วนร่วมในบทเรียน การเข้าร่วมกิจกรรม และการแสดงประกายพิยานช่วยให้ดิฉันเข้าใจว่าการรู้สึกถึงพระวิญญาณบริสุทธิ์จริงๆ นั้นเป็นอย่างไร ดิฉันไม่เคยรู้สึกถึงพระวิญญาณแบบนั้นมาก่อน ดิฉันมีความสุขและตื่นเต้นมาก ดิฉันแสดงประกายพิยานเป็นครั้งแรก”



ระหว่างทางไปอพยพในเมืองสตูทการ์ท เยอรมนี

นอกจากได้รับการบำรุงเลี้ยงทางวิญญาณแล้ว เขาวนยังได้ผ่อนคลายและสนุกสนานด้วยกันที่การประชุมใหญ่ด้วย เสก ที. อายุ 14 ปี มาการประชุมใหญ่จากไซปรัส “ผมเรียนรู้ที่จะเข้าสังคมมากขึ้น เป็นมิตรและสนุกสนาน แม้นในยามลำบาก”

ค่ายเยาวชนหญิง

ค่ายเยาวชนหญิงมีผลคล้ายกัน เขาวนหญิงสิบสองคนประชุมกับผู้นำของพวกเขาที่โกล์มาร์รอนจุดยุทธศาสตร์สมัยโบราณ พวกเขาใช้เวลาสามวันด้วยกัน เรียนรู้ที่จะพึ่งพาอาศัยกันเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งและให้กำลังใจกัน

“เมื่อฉันอายุ 12 ปี” ลูเคียกล่าว “ฉันไปโบสถ์ครั้งแรกและมีความสุขมาก แต่จากนั้นก็ทราบว่ามีใครอายุเท่าฉัน ตอนนี้ สองปีให้หลัง เรามีเขาวนหญิงหลายคนจนเราสามารถมีค่ายเยาวชนหญิงครั้งแรกได้” เมื่อพวกเขาประชุมกัน เธอกกล่าว “ฉันทราบว่าการเป็นวิสุทธิชนยุคสุดท้ายหมายความว่าอย่างไร เมื่อเราดำเนินชีวิตตามพระกิตติคุณ แสงสว่างห้อมล้อมเรา”

สำหรับบริอานา ดับเบิลยู. อายุ 15 ปี เธอและค่ายเยาวชนหญิงช่วยให้เธอเปิดใจพูดคุยกับคนอื่นๆ “ครอบครัวของฉันย้ายบ่อย และฉันผูกสัมพันธ์กับคนอื่นยากเพราะฉันเป็นคนขี้อาย” เธอกกล่าว “แต่เพราะฉันสนิทกับกลุ่มของเราที่อพยพ เธอกำลังมีเพื่อนดีๆ หลายคน ระหว่างการประชุมแสดง



“ส่วนที่ผมชอบเป็นพิเศษของอพยพคือการทำงานเต็มวัน และการประชุมกลุ่มซึ่งเป็นการพูดคุยทางวิญญาณและการทบทวนตอนเช้า นั่นช่วยให้ผมช่วยเหลือและอดทนมากขึ้นและเห็นค่าของพระคัมภีร์มากขึ้น”
—เสก ที. อายุ 14 ปี



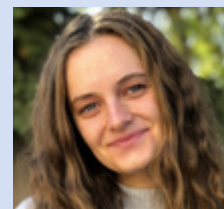
ที่การประชุมใหญ่อพยพ กำลังสะกดคำว่า “ขอ” จากยากอบ 1:5

“ยื่นหัตถ์มั่นคงเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ร่วมกันสู้ด้วยจิตใจเดียว”

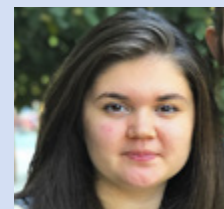
ฟิลิปปี 1:27



ไอรีน เอส. แสดงที่อพยพ



“ที่อพยพ เราเริ่มเป็นกลุ่มและนั่นทำให้เราเข้มแข็งขึ้น ช่วยทำให้โปรแกรมเยาวชนในคริสตจักรเป็นรูปเป็นร่างเพราะตอนนี้เรารู้จักกันดีขึ้นมา”
—เอลิซเบธ เอช. อายุ 18 ปี



“การร้องเพลงบนเวทีที่อพยพเป็นเรื่องกล้าที่สุดเรื่องหนึ่งที่ฉันเคยทำและเป็นช่วงเวลาวิเศษที่สุดช่วงหนึ่งที่ฉันเคยมี ขณะนั้นฉันเรียนรู้ว่าเราสำคัญเพียงใดในโลกที่สวยงามนี้”
—ไอรีน เอส. อายุ 17 ปี



“ที่ค่ายเยาวชนหญิงดิฉันเรียนรู้ว่าชีวิตเหมือนการวิ่งมาราธอน ช่วยให้ดิฉันมีศรัทธามากขึ้น โดยรู้ว่าเราต้องเดินในเส้นทางที่ถูกต้องต่อไป เหมือนเรากำลังวิ่งมาราธอน ประสบการณ์นั้นช่วยให้ดิฉันมีประจักษ์พยานมากขึ้น มีศรัทธาและอยู่บนเส้นทางที่ถูกต้องต่อไป”
—วินเฟรด เค. อายุ 14 ปี

“ชีวิตคือการวิ่งมาราธอน ไม่ใช่การวิ่งระยะสั้น”

หัวข้อค่ายเยาวชนหญิง



เยาวชนหญิงที่มาราธอน กรีซ



“เราทุกคนมีลักษณะเฉพาะตัว เหมือนกรวดแต่ละก้อนบนชายหาดมีลักษณะเฉพาะตัว”
—บริอานา คัมเบิลยู.



“การเฝ้าดูดวงอาทิตย์ขึ้นทำให้เกิดวิญญาณที่สงบสวยงาม” —ลิสซี ที.

ประจักษ์พยาน เราแบ่งปันความรู้สึกของเรา และดิฉันทราบว่าคนอื่นรู้สึกแบบเดียวกับดิฉัน”

มารี เอช. อายุ 17 ปี จำหัวข้อค่ายได้ “ชีวิตคือการวิ่งมาราธอน ไม่ใช่การวิ่งระยะสั้น” เยาวชนหญิงและผู้นำของพวกเขาพูดถึงความสำคัญของการอดทนและวิ่งจนถึงเส้นชัย เธอกล่าว “นั่นเดือนดิฉันว่าดิฉันสามารถอดทน กำหนดความเร็วให้ตนเอง และจ้องไปที่เส้นชัย แล้วดิฉันจะบรรลุสิ่งที่พระบิดาบนสวรรค์ทรงต้องการให้ดิฉันทำ”

เหตุการณ์สำคัญเหตุการณ์หนึ่งของค่ายคือการให้ข้อคิดทางวิญญาณที่ชายหาดขณะดวงอาทิตย์ขึ้นในเช้าวันสุดท้าย ลิซซี ที. อายุ 17 ปีกล่าวว่า “เรานำพระคัมภีร์ไปด้วย มีการให้ข้อคิดทางวิญญาณและดวงอาทิตย์ขึ้น เราทุกคนรู้สึกถึงความรักของพระเจ้า นั่นเป็นการส่งท้ายเวลาที่เรารู้สึกดีด้วยกัน ได้อย่างดีเยี่ยม”

เผชิญอนาคตโดยไม่หวาดหวั่น

“จากเอฟเฟสวายและค่ายเยาวชนหญิง ดิฉันเรียนรู้มากมายเกี่ยวกับพระกิตติคุณและวิธีที่พระกิตติคุณจะช่วยดิฉันในชีวิต” ไรรีนี่ เอส. อายุ 17 ปีกล่าวว่า “ดิฉันได้เพื่อนเยอะมากและเรียนรู้ว่าสำคัญเพียงใดที่ต้องแสดงความคิดและความรู้สึกของดิฉันออกมา ดิฉันรู้สึกถึงพระวิญญาณบริสุทธิ์อย่างลึกซึ้งและความรักของพระเจ้าช่วยให้รอดของเรา พระเยซูคริสต์”

เธอกล่าวว่าการอยู่ใกล้เยาวชนวิสุทธิชนยุคสุดท้ายคนอื่นๆ เพิ่มพลังความเชื่อมั่นของเธอ “ก่อนเอฟเฟสวายดิฉันมองไม่เห็นสิ่งดีและสวยงามที่พระเจ้าทรงสร้างไว้ให้เราและแผนที่พระองค์ยังคงทำเพื่อเรา”



ค่ายเยาวชนหญิง 2017—ครั้งแรกในกรีซ

“เราไม่ควรให้ใครหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งรอบข้างเรามีผลต่อเราและพยายามดึงเราออกจากการดำเนินชีวิตตามพระกิตติคุณ” มนัสเสห์ เอ. อายุ 17 ปีกล่าว “พระกิตติคุณเหมือนกันทุกที่และเราควรอยู่บนเส้นทางที่ถูกต้องเสมอ”

ไม่ว่าในกรีซหรือที่ใดในโลก การร่วมทางนั้นด้วยกันทำให้เราเป็นหนึ่งเดียวกันในเจตนารมณ์ ■

ศาสนจักรในกรีซ



ต้นทศวรรษ 1900 ริกาส โปแฟนทิส ช่างพิมพ์จากเฮนส์ส์คำร้องขอข้อมูลจากผู้นำศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย ประธานคณะเผยแผ่ของศาสนจักรในตุรกีสอนโปแฟนทิสผู้รับบัพติศมาในเดือนตุลาคม ค.ศ. 1905



ศาสนจักรเติบโตเล็กน้อยในกรีซจนถึงทศวรรษ 1950 เมื่อสมาชิกศาสนจักรชาวกรีกอเมริกันในซอลท์เลคซิตี รัฐยูทาห์ สหรัฐอเมริกาจัดตั้งสมาคมวิสุทธิชนยุคสุดท้ายกรีกโบราณเพื่อสานต่อมรดกและสายสัมพันธ์กับบ้านเกิดเมืองนอนของพวกเขา



ผู้นำศาสนจักรจัดกลุ่มผู้ประชุมกลุ่มเล็กในเอเธนส์ปี 1965 และจัดอีกครั้งในปี 1967 ผู้นำจัดตั้งคณะเผยแผ่กรีกเอเธนส์ในเดือนกรกฎาคมปี 1990 และอาคารประชุมแห่งแรกในกรีซก่อสร้างเสร็จในเดือนพฤษภาคมปี 1999



กรุงเอเธนส์ กรีซ อาคารประชุมในศาลาตรี



สมาชิกภาพ
ของศาสนจักร: 802
กลุ่มผู้ประชุม: 3



“ผมชอบมากๆ ที่ได้เห็นว่า การอยู่ใกล้เยาวชนผู้มีความเชื่อเดียวกันนั้นเป็นอย่างไร ผมรู้สึกเหมือนเราเชื่อมโยงกันเป็นพิเศษ ไม่ใช่แค่รู้จักชื่อของกันและกัน”
—พาฟลอส เค. อายุ 15 ปี



“ผมคิดใจที่ได้มีโอกาสพบเยาวชนคนอื่นๆ ผู้ประสบสิ่งเดียวกันกับที่ผมประสบทุกวัน”
—โจชัว เค. อายุ 17 ปี



“เอฟเอสวายและค่ายเยาวชนหญิงให้ความรู้ลึกเดียวกันไม่ว่าคุณจะไปที่ใดในโลก คิฉันชอบค่ายเยาวชนหญิงค่ายเล็กๆ เพราะเชื่อมสัมพันธ์กันง่ายกว่า”
—โอลิเวีย เอช. อายุ 15 ปี



“คิฉันไม่ได้เป็นสมาชิกศาสนจักรแต่มาทุกสัปดาห์ที่มาได้ คิฉันชื่นชมสิ่งที่ยาวชนหญิงยึดมั่น”
—ไอรีน จี. อายุ 14 ปี

“ปีตุพรจะช่วยฉัน ตัดสินใจเรื่องต่างๆ ได้อย่างไร”



“ปีตุพรเป็นการเปิดเผยต่อผู้รับ เหมือนเส้นสีขาวกลางถนน เพื่อคุ้มครอง คลใจ จูงใจให้ทำ และส่งเสริมความชอบธรรม ปีตุพรมีหลายบทบาทหนึ่งสื่อความเป็นไปได้นිරันตร์ของท่าน

...

“... ปีตุพรเป็นเลียโฮนาของแสงนำทางท่าน กลับบ้านบนสวรรค์อย่างไม่ผิดพลาด”

ประธานโรนัลด์ เอส. มอนตัน (1927–2018), “Your Patriarchal Blessing: A Liahona of Light,” *Ensign*, Nov. 1986, 65, 67.



เลียโฮนาส่วนตัวของเรา
ปีตุพรเป็นวิธีหนึ่งที่พระบิดาบนสวรรค์ทรงช่วยให้เรา รู้ อดีตก่อนเกิด ในมรรตัย และนිරันตร์ของเรา การรู้

ความจริงที่พิเศษสามข้อนี้เกี่ยวกับตัวเราจะช่วยให้เราทำตามแผนที่พระผู้เป็นเจ้าทรงวางไว้ให้เรา เรารู้ว่าเราเป็นใคร เราอยู่ที่นี้ทำไม และเราจะได้อยู่ที่ใด เหมือนเลียโฮนาทำงานตามศรัทธาและความขยันหมั่นเพียรของนิไฟกับครอบครัวในการทำตามคำแนะนำบนนั้น (ดู 1 นิไฟ 16:28) เราเองก็สามารถซื้อสัตย์และขยันหมั่นเพียรในการทำตามเลียโฮนาของเราเองและคำแนะนำบนนั้นซึ่งจะนำทางเราจนบรรลุศักยภาพอันสูงส่งของเรา

*เฮลเดอร์อูตาอิ อายุ 20 ปี คณะเผยแผ่
อาร์เจนตินา ซัลตา*



การมองไกลถึงนිරันตร์
เมื่อใดก็ตามที่ดิฉันคิดไม่ออกว่าจะตัดสินใจอย่างไร ดิฉันจะอ่านปีตุพรและไตร่ตรองการเปิดเผยในนั้น จากนั้น

การตัดสินใจก็จะง่าย ปีตุพรไม่เพียงช่วยให้ดิฉันอดทนต่อชีวิตบนโลกนี้และเก็บเกี่ยวพรที่สัญญาไว้เท่านั้น แต่เตือนดิฉันว่าต้องเตรียมตนเองให้พร้อมเข้าอาณาจักรของพระเจ้าในวันหน้าอย่างมีค่าควรเช่นกัน ปีตุพรช่วยให้ดิฉันเติบโตต่อเนื่องในศรัทธา วางใจในพระประสงค์ของพระเจ้า และดำเนินชีวิตด้วยการมองไกลถึงนिरันตร์

อาบิเกล เอฟ. อายุ 18 ปี, หนูเขากากายัน ฟิลิปปินส์



คำแนะนำจากสวรรค์
 ปิตุพรของดิฉันให้คำแนะนำ
 จากพระบิดาบนสวรรค์ ถ้า
 ดิฉันทำตาม ดิฉันรู้ว่าดิฉันจะ
 ได้รับการเปิดเผยเกี่ยวกับการ

ตัดสินใจที่ต้องทำ พระองค์ทรงตอบคำถาม
 บางข้อของดิฉันก่อนดิฉันจะถามด้วยซ้ำ
คามิ เอช. อายุ 16 ปี, รัฐยูทาห์ สหรัฐอเมริกา

ฟังพระวิญญูญาณ

ถ้าคุณกำลังค้นหาการปลดปล่อยและการนำ
 ทางหรือหาคำตอบให้คำถามเร่งด่วน คุณ
 สามารถสวดอ่อนน้อมอย่างจริงใจเกี่ยวกับ
 คำถามนั้นและอ่านปิตุพรของคุณด้วยเจตนา
 แท้จริงของใจขณะฟังพระวิญญูญาณ การ
 ค้นคว้าพระคัมภีร์ช่วยได้เช่นกัน ดิฉันเชื่อว่า
 ถ้าคุณทำสิ่งนี้ด้วยศรัทธาจริงๆ พระเจ้าจะ
 ทรงตอบคุณ ในเวลาของพระองค์ ในวิธีที่
 ดีที่สุด

เคเชีย บี. อายุ 15 ปี, รัฐอายาฮ สหรัฐอเมริกา

พรที่สัญญาไว้

ปิตุพรบอกเราว่าพระผู้เป็นเจ้าทรงต้องการ
 อวยพรเราเรื่องใด พระองค์ประทานคำเตือน
 และทรงอธิบายว่าเราจะเป็นเหมือนพระองค์
 มากขึ้นได้อย่างไร เมื่อเรารู้ว่าพระบิดาบน
 สวรรค์ทรงเตรียมอะไรไว้ให้เราและจะได้
 มาอย่างไร เราจะเลือกและทำตามนั้นเพื่อ
 จะได้รับ

อันเตอร์ เอช. อายุ 18 ปี, รัฐยูทาห์ สหรัฐอเมริกา

คำตอบมีเจตนาจะช่วยสะท้อนมุมมอง ไม่ถือ
 เป็นการประกาศหลักคำสอนอย่างเป็นทางการ
 ของศาสนจักร



ในฐานะเยาวชนหญิง ดิฉันควรเน้นเรื่องการศึกษา และอาชีพหรือเน้นเรื่องการเป็นภรรยาและมารดา มากกว่ากัน

เรารู้ว่า “ครอบครัวเป็นศูนย์กลางต่อแผนของพระผู้สร้าง” และ “มารดารับผิดชอบเบื้องต้นในการเลี้ยงดูบุตรธิดา”¹ และเราทราบเช่นกันว่า มีเหตุผลที่ดีหลายประการที่ศาสดาพยากรณ์แนะนำทั้งบุรุษและสตรีให้ศึกษาหาความรู้² นอกจากนี้ เราทราบด้วยว่าสตรีจำนวนมากจำเป็นต้องการประกอบอาชีพ

ประธานคัลลิน เอช. โอ๊คส์ ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่ายประธานสูงสุดกล่าวว่า สำหรับสตรีแล้ว การเลือกไม่ใช้อยู่ระหว่างครอบครัวหรือการศึกษากับอาชีพ “จังหวะเวลาคือสิ่งที่เราต้องเลือก” ท่านกล่าว “เราแสวงหาการปลดปล่อยจากพระเจ้า และคำสอนของผู้รับใช้พระองค์ในการทำสิ่งนั้น”³

วางแผนศึกษาหาความรู้ และวางแผนมีครอบครัว ท่านสามารถวางแผนประกอบอาชีพได้เช่นกัน ในทั้งหมดนี้ สิ่งที่ท่านมุ่งเน้นควรอยู่ที่การทำตามแผนของพระบิดาบนสวรรค์และแสวงหาพระประสงค์ของพระองค์

อ้างอิง

1. “ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก,” familyproclamation.lds.org.
2. ดู *เพื่อความเข้มแข็งของเยาวชน* (2011), 9.
3. คัลลิน เอช. โอ๊คส์, Face to Face กับเอ็ดเดอร์ โอ๊คส์และเอ็ดเดอร์บิลลาร์ด (การพบปะคนหนุ่มสาวทั่วโลก, 19 พ.ย. 2017), broadcasts.lds.org

ที่ lds.org/go/41961 หญิงสาวคนหนึ่งเล่าเรื่องที่เธอไม่แน่ใจว่าควรเน้นอาชีพหรือครอบครัว คุณสิ่งที่เป็นประธานริตเชลล์ เอ็ม. เนลสันกล่าวกับเธอ

ท่านคิดอย่างไร

“ท่านจะพูดว่าอย่างไรเมื่อเพื่อนของท่านไม่เชื่อว่าบางเรื่องเช่น นิमितแรกอาจเกิดขึ้นได้”

ส่งคำตอบของท่านและภาพความละเอียดสูงตามความประสงค์ของท่านมาก่อน 15 พฤษภาคม 2019 ที่ liahona@lds.org (คลิก “Submit an Article” หรือ Feedback) หรืออีเมลคำตอบและภาพของท่านมาที่ liahona@lds.org ระบุชื่อนามสกุลของท่านกับชื่อออร์คและสเตค (หรือสาขาและท้องถิ่น) ของท่านมาด้วย

อาจมีการแก้ไขความยาวหรือความชัดเจนของคำตอบที่ส่งมา

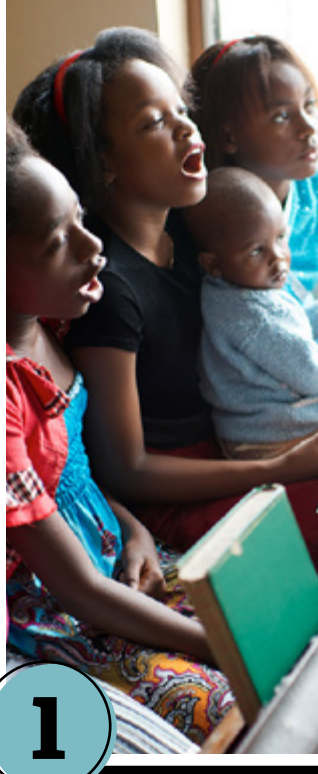


โดย เดวิด ดิกสัน
นิตยสารศาสนจักร

โดยปกติคริสต์มาสจะได้รับ
ความสนใจมากที่สุดในวัน
บรรดาวันหยุดทั้งหมด แต่
ถ้าไม่มีเหตุการณ์นานมาแล้วที่
เราเฉลิมฉลองอีสเตอร์แต่ละครั้ง
คริสต์มาสคงไม่มี

ประธานกอร์ดอน บี. อิงค์ลี
(1910–2008) เคยกล่าวว่า “คงจะ
ไม่มีคริสต์มาสถ้าไม่มีอีสเตอร์
พระกุมารเยซูแห่งเบธเลเฮม
คงจะเป็นเพียงทารกคนหนึ่งหาก
ปราศจากพระคริสต์ผู้ทรงไถ่ใน
เกทเสมนีและคัลวารี และชัยชนะ
ของการฟื้นคืนพระชนม์”¹

ต่อไปนี้เป็นประเพณีบางอย่าง
ที่ท่านอาจจะเพิ่มเข้าไปในงาน
ฉลองประจำปีของท่าน



1

ไปร้องเพลงอีสเตอร์ ตามบ้าน

เมื่อตัดรูปแบบแปลก
ประหลาดเกี่ยวกับกางเขนเดียร์
และเอลฟ์ออกไป เพลงคริสต์มาส
ล้วนเป็นเรื่องเกี่ยวกับพระเยซู
คริสต์ อีสเตอร์เป็นเวลาเหมาะจะ
ร้องเพลงเกี่ยวกับพระผู้ช่วยให้
รอด และเรื่องที่ประตูลูกบ้าน
ของเพื่อนบ้าน

ถ้าท่านนึกไม่ออกว่าจะใช้
เพลงใด ให้ลองสำรวจหมวด
“หัวข้อ” ของหนังสือเพลงสวด
ได้ “อีสเตอร์” และ “การชดใช้”
เพลงระลึกถึงพระเยซูคริสต์ทุก
เพลงล้วนเหมาะจะใช้เป็นเพลง
อีสเตอร์



2

ให้อภัยผู้อื่น

ท่านสำนึกคุณบ่อยเพียงใดต่อ
ของประทานแห่งการกลับใจ อีส-
เตอร์ให้โอกาสคิดใคร่ครวญมาก
ขึ้นว่าเราจะมอบวิญญาณของการ
ให้อภัยผู้อื่นได้อย่างไร

พระเยซูทรงสอนว่า “ดังนั้น,
เรากล่าวแก่เจ้า, ว่าเจ้าควรให้อภัย
กัน . . .

“เรา, พระเจ้า, จะให้อภัยผู้ที่
เราจะให้อภัย, แต่เรียกร้องจาก
เจ้าที่จะให้อภัยมนุษย์ทั้งปวง”
(หลักคำสอนและพันธสัญญา
64:9–10)

ถามตัวท่านว่า ท่านกำลังมี
ความรู้สึกไม่ดีต่อใคร จงสวด
อ้อนวอนขอให้พลังให้อภัย
บุคคลนี้ และให้พระผู้ช่วยให้
รอดทรงช่วยทำให้ความรู้สึกเจ็บ
ปวดเหล่านั้นหายไป



3

จัดแสดงละครกลางแจ้ง การละเล่น หรือการแสดง อื่นๆ

ท่านสามารถจัดการแสดงอีส-
เตอร์ได้ ตัวอย่างง่ายๆ ได้แก่ อ่าน
พระคัมภีร์สำหรับการสังสรรค์
ในครอบครัวหรือคอนเสิร์ตร้อง
เพลงตามชุมชน

ลอง ประเพณีอีสเตอร์ใหม่ๆ ดูบ้าง



4

ไปเยือนหลุมฝังศพของคนที่ท่านรัก

เนื่องจากพระเยซูคริสต์ ความตายจึงทำให้ความเจ็บแปลบหายไป (ดู 1 โครินธ์ 15:55) ใช้เวลาไปเยือนหลุมฝังศพของคนที่ท่านรักเพื่อไตร่ตรองข่าวอันสำคัญยิ่งนี้

ท่านอาจจะอ่านออกเสียงพระคัมภีร์ข้อโปรดบางข้อเกี่ยวกับการฟื้นคืนพระชนม์ขณะที่ท่านไปเยือนหลุมฝังศพ พระคัมภีร์บางข้อ (จาก หลายข้อ) ที่พึงพิจารณาได้แก่ 1 โครินธ์ 15:20–22; แอลมา 11:42–44; และ หลักคำสอนและพันธสัญญา 88:14–16

5

เป็นคนดีขึ้นอีกนิด

อีสเตอร์ยกย่องเหตุการณ์ในเกทเสมนี้ สิ่งที่อยู่ดับบนกางเขน พระผู้ช่วยให้รอดทรงลุกขึ้นจากบรรดาคอนตายในวันที่สาม และการปฏิบัติศาสนกิจ 40 วันของพระองค์ก่อนเสด็จขึ้นสวรรค์

นอกจากนี้ ไม่นานหลังจากเสด็จขึ้นสวรรค์ พระเยซูคริสต์ทรงปรากฏต่อชาวนีโอฟและปฏิบัติศาสนกิจต่อพวกเขา (ดู 3 นิโอฟ 11–28) มีประเพณีมากมายให้ทดลอง!

เหตุใดจึงไม่ขยายเทศกาลอีสเตอร์ของท่าน จงให้จิตวิญญาณท่านเบิกบานนานขึ้นในปาฏิหาริย์ของอีสเตอร์ พยายาม

ตั้งใจเป็นเหมือนพระคริสต์มากขึ้นในช่วง 40 วันหลังอีสเตอร์ เพื่อสร้างแรงบันดาลใจ ท่านอาจพิจารณาคำเชื่อเชิญต่อไปนี้ จากประธานรัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน “อุทิศเวลาส่วนหนึ่งทุกสัปดาห์ศึกษา *ทุกอย่าง* ที่พระเยซูคริสต์และทำสิ่งที่บันทึกไว้ในพันธสัญญาเดิมเพราะพระองค์ทรงเป็นพระเยซูคริสต์แห่งพันธสัญญาเดิม ศึกษาทุกของพระองค์ที่บันทึกไว้ในพันธสัญญาใหม่เพราะพระองค์ทรงเป็นพระคริสต์ของพันธสัญญาใหม่ ศึกษาหลักคำสอนดั้งที่บันทึกไว้ในพระคัมภีร์มอรมอนเพราะไม่มีพระคัมภีร์เล่มใดเปิดเผยพระพันธกิจและการปฏิบัติศาสนกิจของพระองค์ได้ชัดเจนกว่านั้น ศึกษาพระคำของพระองค์ที่บันทึกไว้ในหลักคำสอนและพันธสัญญาใหม่ เพราะพระองค์ยังคงสอนผู้คนในสมัยการประทานนี้”²

ประเพณีของท่านรออยู่

เอ็ดเวิร์ดดิเทอร์ เอฟ. อุกท์ดอร์ฟแห่งโครัมอัครสาวกสิบสองสอนว่า “เพื่อหาวันสำคัญที่สุดในประวัติศาสตร์ เราต้องย้อนกลับไปในวันนั้นเกือบ 2,000 ปีก่อนในสวนเกทเสมนี้ เมื่อพระเยซูคริสต์ทรงถูกเข้าสวดอ่อนวอนสุดพระทัยและทรงสละพระองค์เองเป็นค่าไถ่บาปของเรา”³

เหตุการณ์สำคัญที่สุดในประวัติศาสตร์คุ้มค่ากับการใช้เวลาไตร่ตรองในแต่ละปี ประเพณีช่วยให้เราทำเช่นนั้น ไม่ว่าจะประเพณีจากรายการนี้หรือรายการที่ท่านเลือก

ท่านจะเพิ่มอะไรปีนี้ ■

ใช้เวลาในช่วงอีสเตอร์ปีนี้ระลึกถึงของ
ประทานยิ่งใหญ่ที่สุดที่ท่านเคยได้รับมากขึ้น

อ้างอิง

1. กอร์ดอน บี. ینگส์ลีย์, “The Wondrous and True Story of Christmas,” *Ensign*, Dec. 2000, 5.
2. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “ศาสดาพยากรณ์ การเป็นผู้นำ และกฎสวรรค์” (การให้ข้อคิดทางวิญญาณสำหรับคนหนุ่มสาวทั่วโลก 8 มกราคม 2017), broadcasts.lds.org
3. ดิเทอร์ เอฟ. อุกท์ดอร์ฟ, “มองดูชายคนนี้!” *เลียโยนา*, พ.ศ. 2018, 018.

การแสดงความรักครั้งใหญ่ ที่สุดของพระเจ้า

โดย ประธานเอ็ม. รัสเซลล์ บัลลาร์ด
รักษาการประธาน โควรัมอัครสาวกสิบสอง

พระเจ้าทรงแสดงความรักต่อเราโดยตรงให้การนำทางที่เราต้องการเพื่อก้าวหน้า และบรรลुकข์ภาพของเรา พระองค์ผู้ทรงรู้จักเรา ศักยภาพของเรา และความเป็นไปได้ นิรันดร์ของเรามากที่สุดได้ประทานคำแนะนำและพระบัญญัติไว้ในคู่มือคำแนะนำของพระองค์—ซึ่งได้แก่พระคัมภีร์ศักดิ์สิทธิ์ เมื่อเราเข้าใจและทำตามคำแนะนำเหล่านี้ ชีวิตเราจะมีจุดประสงค์และความหมาย เราเรียนรู้ว่าพระผู้สร้างสรรค้ทรงรักเราและทรงปรารถนาให้เรามีความสุข ในการแสดงความรักอันสูงส่งหาใดเทียบได้นี้ต่อเรา พระองค์ทรงส่งพระบุตรองค์เดียวที่ถือกำเนิดจากพระองค์ พระเยซูคริสต์มายังโลกนี้

“พระเจ้าทรงรักโลกดังนี้ คือได้ประทานพระบุตรองค์เดียวของพระองค์ เพื่อทุกคนที่วางใจในพระบุตรนั้นจะไม่พินาศ แต่มีชีวิตนิรันดร์

“เพราะว่าพระเจ้าทรงให้พระบุตรเข้ามาในโลก มิใช่เพื่อพิพากษาโลก แต่เพื่อช่วยกู้โลกให้รอดโดยพระบุตรนั้น” (ยอห์น 3:16–17)

พระเยซูประสูติในความเป็นมรรตัย พระองค์ทรงดำเนินพระชนม์ชีพพร้อม โดยทรงทำเครื่องหมายเส้นทางให้เราเดินตาม พระองค์ทรงสอนเหล่าสาวกของพระองค์ว่า “เราเป็นความสว่างของโลก คนที่ตามเราจะไม่ต้องเดินในความมืด แต่จะมีความสว่างแห่งชีวิต” (ยอห์น 8:12)

เราจะเริ่มเข้าใจความรักอันลึกซึ้งที่พระคริสต์ทรงมีต่อเราเมื่อเราพิจารณาว่าพระองค์เต็มพระทัยชดใช้และทนทุกข์กับความเจ็บปวดเพราะบาปของเรา “ซึ่งความทุกข์ทรมานนี้ทำให้ [พระองค์] แม้พระเจ้าผู้เป็นเจ้า, ผู้ยิ่งใหญ่ที่สุดในบรรดาสวรรค์ทั้งปวง, ต้องสิ้นเพราะความเจ็บปวด, และเลือดออกจากทุกมุมขน, และทนทุกข์ทั้งร่างกายและวิญญาณ” (หลักคำสอนและพันธสัญญา 19:18)

อิสเตอร์ปีนี้ ขอให้เราขอบพระทัยพระเจ้าผู้เป็นเจ้าเป็นพิเศษสำหรับการชดใช้และการฟื้นคืนพระชนม์ของพระบุตรที่รักของพระองค์ พระเยซูคริสต์ เพราะในพระองค์ โดยพระองค์ และผ่านพระองค์ สภามรรตัยชั่วคราวนี้จะกลายเป็นการดำรงอยู่ที่สมบูรณ์ถาวรซึ่งคำพูดไม่สามารถบรรยายปีติของเราได้

ความน่าพิศวงทั้งหมดของธรรมชาติเป็นเพียงหนึ่งหนึ่งของเดชานุภาพและการแสดงความรักของพระองค์ ทว่าปาฏิหาริย์ครั้งใหญ่ที่สุดของทั้งหมดรอเราอยู่ ปาฏิหาริย์นี้จะเกิดขึ้นโดยเดชานุภาพของพระองค์เมื่อเราจะออกมาจากความตายและหลุมฝังศพสู่โลกใหม่ที่จะไม่ล่องลับไป ซึ่งหากเรามีค่าควร เราจะได้อยู่กับพระองค์และพระบิดาในสวรรค์ของเราตลอดกาลและตลอดไป ■

จากคำปราศรัยการประชุมใหญ่สามัญเดือนเมษายน ปี 1988

ทำงานเป็น
ตัวแทนจำหน่าย
รถยนต์ ให้บิดาเมื่อต้น
ทศวรรษ 1950 และเป็น
พนักงานขายมือหนึ่ง

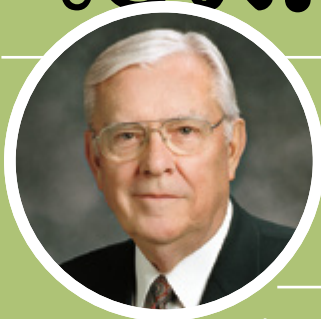


เกิดวันที่ 8 ตุลาคม
ค.ศ. 1928 ใน
ซอลท์เลคซิตี
รัฐยูทาห์



ศึกษาที่
มหาวิทยาลัย
แห่งยูทาห์

ประธาน เอ็ม. รัสเซลด์ บัลลาร์ด



รับใช้เป็นผู้
สอนศาสนา
เต็มเวลาที่
อังกฤษ



รับใช้เป็น
ประธานคณะ
เผยแผ่
ในคณะเผยแผ่แคนาดา
โทรอนโตตั้งแต่ ค.ศ.
1974 ถึง 1977



พบบาร์บารา โบเวน
ภรรยาของท่านที่
“งานเต้นรำ
เฮลโลเดย์” ของ
มหาวิทยาลัยแห่งยูทาห์



คุณปู่:
เอลเดอร์
เมลวิน เจ. บัลลาร์ด
แห่งโควรัมอัคร
สาวกลีบสอง



คุณตา:
เอลเดอร์
ไฮรัม แม็ค สมิธแห่ง
โควรัมอัครสาวก
ลีบสอง



แต่งงานกับ
บาร์บารา โบเวน
ในวิหารซอลท์เลค
วันที่ 28 สิงหาคม ค.ศ.
1951



มีบุตร 7 คน
หลาน 43 คน
และเหลน 91 คน

ได้รับการสนับสนุนสู่
โควรัมอัคร-
สาวกลีบสอง
วันที่
6 ตุลาคม ค.ศ. 1985



รับการวางมือ
มอบหน้าที่เป็น
รักษาการ
ประธาน
โควรัมอัครสาวก
ลีบสองวันที่
14 มกราคม ค.ศ. 2018

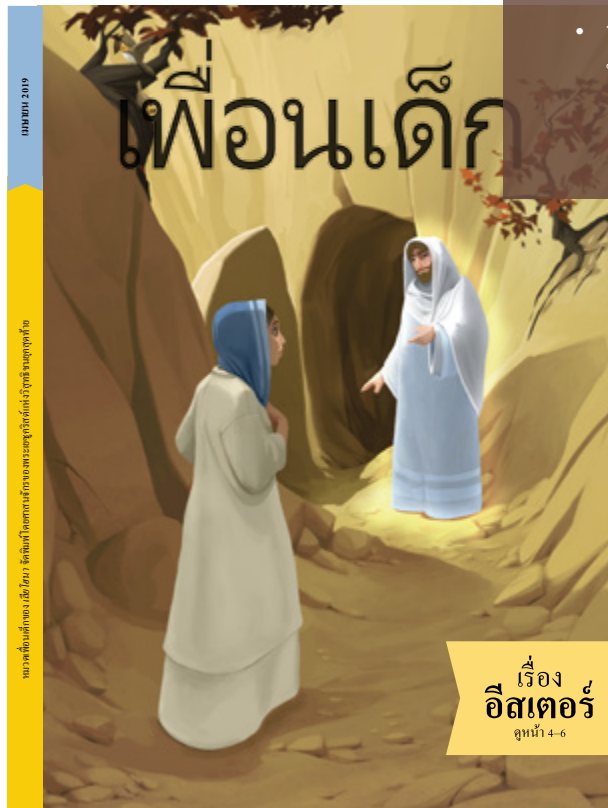
หลังการประชุมใหญ่
สามัญเดือนตุลาคม
ค.ศ. 1980 ท่านเขียน
จดหมายมากกว่า
600 ฉบับ
เพื่อให้กำลังใจสมาชิก
ที่กำลังมีปัญหาเกี่ยวกับ
ประจักษ์พยานของตน

วางกล่อง **คุกกี้ออเรโอ** ไว้บน โต๊ะ
ทำงานของท่านเพื่อเป็นเครื่องเตือนใจให้
นึกถึงเด็กชายคนหนึ่งเดินทางไกลไป
ศูนย์อพยพ ได้คุกกี้น้ำหนึ่ง และมอบ
คุกกี้น้ำแรกให้ประธานบัลลาร์ด



หน้าเพิ่มสำหรับเด็ก
ใช้เพื่อนเด็ก ให้เกิดประโยชน์
ถ้าท่านไม่มีเด็กในบ้าน ท่าน
สามารถ

- แบ่งปัน เพื่อนเด็ก ให้
ครอบครัวที่ไม่ได้รับ
เลียโฮนา
- มอบให้เพื่อนหรือ
เพื่อนบ้าน
- ส่งต่อให้ผู้นำหรือครู
ปฐมวัย



คนหนุ่มสาว
ต้องการความช่วยเหลือ
เหลือในการตัดสินใจ
ครั้งสำคัญหรือไม่

42

เยาวชน
หาสันติสุขให้ตัว
ตนเองและผู้อื่น

52

อีสเตอร์
ประเพณีใหม่ๆ

62

ศาสนจักรของ
พระเยซูคริสต์
แห่งสุทธอิชินียุดสุดท้าย



เพื่อนเด็ก

หมวดเพื่อนตัวเอง เสี่ยโฮนา จัดพิมพ์โดยสภาสันจักรของพระเยซูคริสตแห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย



เรื่อง
อิสเตอร์

คู่มือ 4-6



โดย ประธาน
รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน

ของประทาน อันยิ่งใหญ่ของพระเจ้า



วันหนึ่งซิสเตอร์เนลสันกับข้าพเจ้าไปดูปลาเขตร้อน
ที่พิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำแห่งหนึ่ง ปลาสีสดใสหลาย
แบบหลายขนาดพุ่งตัวไปมา ข้าพเจ้าถามผู้ดูแลที่อยู่
ใกล้ๆ ว่า “ใครให้อาหารปลาสวยๆ พวกนี้ครับ”

เธอตอบว่า “ดีนั่นค่ะ”

ข้าพเจ้าถามต่อว่า “ปลาพวกนี้เคยชอบคุณคุณ
ไหมครับ”

เธอตอบว่า “ไม่เคยค่ะ!”

บางคนเหมือนปลาเหล่านั้น พวกเขาไม่สำนึกคุณ
พระเจ้าเป็นเจ้าและพระกรุณาธิคุณของพระองค์ จะดีขึ้น
เพียงใดถ้าทุกคนจะสำนึกคุณต่อความรักของพระเจ้าเป็น
เจ้าและแสดงความกตัญญูต่อพระองค์มากขึ้น

ขอบพระทัยพระเยซูคริสต์

พระเจ้าเป็นเจ้าทรงส่งพระบุตรของพระองค์ พระ
เยซูคริสต์ มาช่วยเรา พระองค์ทรงทำเช่นนั้นเพราะ
พระองค์ทรงรักเรามาก

พระเยซูเสด็จมา **ไถ่** เรา

เพราะ **การชดใช้** ของพระองค์ เราจึงสามารถฟื้น
คืนชีวิตหลังจากเราตาย

เพราะการชดใช้ของพระองค์ เราจึงสามารถกลับไป
อยู่กับพระบิดาบนสวรรค์

พระเยซูทรงอธิบายว่า

“เราเป็นเหตุให้คนทั้งปวงเป็นขึ้นและมีชีวิต ผู้
ที่วางใจในเรานั้น ถึงแม้ว่าเขาตายแล้วก็ยัง
จะมีชีวิตอีก และทุกคนที่มีชีวิตและวางใจ
ในเราจะไม่ตายเลย” (ยอห์น 11:25–26)

นี่เป็นข่าวสารอันล้ำเลิศของอีสเตอร์! ●

จาก “จงน้อมขอบพระทัยพระเจ้า”
เลียโฮนา, พ.ศ. 2012, 77-80

ไถ่:
จ่ายค่าบาปให้เราเพื่อเราจะ
กลับไปหาพระเจ้าได้

การชดใช้:
เมื่อพระเยซูทรงทนทุกข์เพราะ
บาปของเราในสวนเกทเซมนีและ
สิ้นพระชนม์บนกางเขนที่คัลวารี



พระเยซูทรงเป็นพระเจ้าผู้ ช่วยให้รอดของฉันทัน

พระเยซูฟื้นคืนพระชนม์เข้าวัน
อีสเตอร์ อ่านประโยคต่อไป
เพื่อให้รู้ว่าพระองค์ทรงทำอะไร
เพื่อเรา ระบายสีแสงแดดหลัง
จากท่านอ่านแต่ละประโยค จาก
นั้นให้ระบายส่วนที่เหลือ

พระเยซูทรงทนทุกข์ในเกทเสมนีและบน
กางเขนเพื่อช่วยให้เรารอดจากบาป

พระเยซูสิ้นพระชนม์และฟื้นคืนพระชนม์เพื่อ
ช่วยให้เรารอดจากความตาย

พระเยซูประทานศีลระลึกเพื่อช่วยให้เราระลึกถึงพระองค์

พระเยซูทรงสอนเราให้อภัยผู้อื่น

พระเยซูทรงแสดงให้เห็นวิธีมีเมตตา

เพราะพระเยซู เราทุกคนจะฟื้นคืน
ชีวิตหลังจากเราตาย

เรื่องอีเสเตอร์



พระเยซูทรงรักเพื่อนๆ ของพระองค์ พระองค์ทรงล้างเท้าพวกเขา
จากนั้นพระองค์ประทานศีลระลึกแก่พวกเขา พระองค์รับสั่งให้
พวกเขาระลึกถึงพระองค์ พระองค์รับสั่งให้พวกเขารักกัน



ต่อมา พระเยซูเสด็จ
ไปในสวน ทรงสวด
อ้อนวอนให้เราทุกคน
พระองค์ทรงรู้สึกถึง
ความเจ็บปวดจากความ
เจ็บป่วยของเรา ทรงรู้สึก
ถึงความเจ็บปวดจาก
บาปของเรา

คนที่โกธรแค้นพาพระเยซู
ไป พวกเขาทำร้ายพระองค์
พระองค์สิ้นพระชนม์บน
กางเขนเพื่อเรา เพื่อนๆ ของ
พระองค์วางพระวรกายของ
พระองค์ไว้ในอุโมงค์



สามวันให้หลัง เพื่อนๆ ของพระองค์กลับมา อุโมงค์ว่างเปล่า! เหล่า
เทพบอกพวกเขาว่า “พระองค์ทรงฟื้นแล้ว” พระเยซูทรงพระชนม์อีก
ครั้ง! เพราะพระเยซู เราทุกคนจะมีชีวิตอีกครั้งหลังจากเราตาย



พระเยซูทรงรักฉัน ฉันทำให้อีสเตอร์เป็นวันพิเศษได้โดยระลึกถึงพระองค์ ●

อ่านเรื่องเช้าวันอีสเตอร์ใน มัทธิว 28

เมื่อกลับมาหาพระองค์

ปี่ติดินดี ♩ = 90-96

คำร้องและทำนอง โดย แซลลี่ ดีฟอร์ด

F C Dm B^b C F

1. พระ เม - ย - บาล ทรง รัก ลูก แกะ ครา ลูก แกะ หลง หาย ไป ทรง
 2. พระ ผู้ ช่าง ทรง รัก บุตร ชี ดา ครา เรา หลง ทาง หาย ไป ทรง
 3. พระ องค์ ประ ทาน แฉว ทาง ให้ ถัน วิ ชี คำ เน้น ชี วา หาก

5 2 1

C7 Am Dm Gm C7

คาม หา แกะ ที่ พลัด พราย ร้อง เรียก แกะ ที่ ละ นาม ฝูง
 เฝ้า กัน หา ไม่ เว้น วา ที่ วา รา ครี มิด มน ถัน
 ถัน หลง ไป จาก มรร คา พระ องค์ ทรง ให้ อ - กัษ ถัน

2 1 5 1

F Dm Gm C7 A A7 Dm

แกะ ฟัง เสียง พระ เม - ย - บาล ขาน รับ กลับ มา ทั้น ไค อ้อม
 จะ ฟัง พระ สุ - ร - เสียง นั้น ขาน รับ กลับ มา ทั้น ไค อ้อม
 จะ เชื่อ ฟัง พระ ค - ลอด ไป ห่าง หาย จาก บาบ นา นา ทรง

5 1 5 1 4 1 1 2 1

B^b C7 F Dm B^b C7 F

พระ พา หู ทรง โอบ กอด ไว้ เมื่อ กลับ มา หา พระ องค์
 พระ พา หู ทรง โอบ กอด ไว้ เมื่อ กลับ มา หา พระ องค์
 เดิม เดิม ใจ ถัน ด้วย ปรี คา เมื่อ กลับ มา หา พระ องค์

1 3

โดย เจน แม็คไบรต์
เรียบเรียงตามเรื่องจริง

“ทำสิ่งที่ [ซื่อสัตย์]” (2 โครินธ์ 13:7)

“แม่ต้องให้หนูดูแลน้องชายนะ” คุณแม่บอก “พ่อกับแม่จะไปช่วยผู้ป่วยสักหน่อย”

ฉันเงยหน้าจากการกวาดพื้นบ้านหลังเลิกของเราและพยักหน้า คุณแม่เป็นประธานสมาคมสงเคราะห์ที่ทำงานไปเยี่ยมพี่น้องสตรีในวอร์ดของเราบ่อยๆ

“ขอบใจจะ อาร์ลีน” คุณแม่พูดพลางหอมกระหม่อมของฉัน “จ่อหันหลังอยู่ และมีแป้งขนมปังขึ้นฟูอยู่บนเคาน์เตอร์ อย่าจับมันนะลูก”

ฉันมองผ่านประตูขณะทำงานกับคุณพ่อขับรถม้าลากไปตามถนนดิน ฉันรู้สึกภูมิใจที่คุณแม่เชื่อใจฉัน

ขณะกวาดห้องครัว ฉันหยุดดูแป้งขนมปัง อดใจรอ คุณแม่อบขนมปังคืนนี้แทบไม่ไหว ปกติเรากินขนมปังสดกับแยมทำเอง แต่แยมหมดได้สามเดือนแล้ว

แยม! พอนึกถึงแยมก็ทำให้ฉันอยากกินของหวานๆ ฉันเหลือบมองกระปุกน้ำตาลที่อยู่บนชั้นวางของ ฉันรู้ว่าแม่เก็บน้ำตาลไว้ทำแยม

ยิ่งนึกถึงน้ำตาล ก็ยิ่งรู้สึกหิว สุดท้ายฉันก็ลากเก้าอี้มาที่เคาน์เตอร์จนได้และเอื้อมขึ้นไปบนนั้น นิ้วของฉันแตะกระปุกน้ำตาลพอดี ฉันค่อยๆ เขยิบกระปุกมาใกล้ขอบชั้นวางของมากขึ้น . . .

แล้วกระปุกก็พลัดตกจากชั้นวางของ! ฉันพยายามจับ แต่กระปุกตกลงมาตรงกลางแป้งขนมปังพอดี น้ำตาลหกเลอะขนมปัง เคาน์เตอร์ และบนพื้น

“ตายแล้ว!” ฉันตะโกน เสียงนั้นทำให้น้องชายตื่น เขาเริ่มร้องไห้ ฉัน ออกร้องตาม แม่จะว่าอย่างไรที่ฉันทำเลอะแบบนี้



ความซื่อสัตย์เรื่อง น้ำตาล



หลังจากปลอบจ้อหน้าให้เงียบแล้ว ฉันพยายามเก็บกวาดให้สะอาดที่สุด ฉันยกกระปุกออกจากแป้งมาล้าง เช็ดน้ำตาลบนเคาน์เตอร์และบนพื้น แต่ไม่สามารถเอาน้ำตาลออกจากแป้งได้

ฉันคิดว่าจะวางกระปุกไว้บนชั้นเหมือนเดิม คุณแม่มองไม่เห็นสิ่งผิดปกติแต่กระปุกเปล่า แต่ฉันรู้ว่าทำอย่างนั้นไม่ถูก ฉันจึงวางกระปุกไว้บนโต๊ะและรอคุณพ่อคุณแม่กลับมา

เมื่อพวกท่านกลับถึงบ้าน คุณแม่สังเกตเห็นกระปุกน้ำตาลทันที

ฉันสุดลมหายใจ “หนูแค่อยากชิมน้ำตาลค่ะ แต่หนูทำกระปุกหล่น หนูพยายามทำความสะอาดแล้ว แต่เอาน้ำตาลออกจากแป้งขนมปังไม่ได้” ฉันพูดรัวๆ ขณะก้มมองพื้น

คุณแม่เงยไปครู่หนึ่ง

“หนูขอโทษ” ฉันกระซิบ

คุณแม่ถอนหายใจ “เอาละ แม่คิดว่าคืนนี้ขนมปังคงจะหวานเป็นพิเศษ” ท่านพูด ฉันเงยหน้า ท่านยิ้มนิดๆ “ขอบคุณที่เล่าให้เราฟังว่าเกิดอะไรขึ้น”

ขณะที่เรากินขนมปังหวานคืนนั้น คุณแม่ คุณพ่อ และฉันคุยกันเรื่องความซื่อสัตย์

“เราทุกคนทำผิดหลายอย่างในชีวิต” คุณพ่อพูด “แต่เมื่อเราซื่อสัตย์และพยายามกลับใจ พระบิดาบนสวรรค์และพระเยซูทรงมีความสุข เราจะได้รับพรเพราะความซื่อสัตย์เสมอ—แม่จะอยากในตอนแรกก็ตาม”

ฉันยังคงเสียใจที่ทำน้ำตาลหก ฉันรู้ว่าเราอาจจะม่แย้มไม่มากปีนี้เพราะความผิดของมัน แต่ฉันดีใจที่พูดความจริง นั่นเป็นความรู้สึกหวานที่น้ำตาลมากเท่าใดก็ไม่สามารถทำให้หวานแบบนั้นได้ ●

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐโคโลราโด สหรัฐอเมริกา



“การรักษาพระบัญญัติจากสวรรค์นำพามาให้ทุกครั้ง! การละเมิดพระบัญญัติจากสวรรค์ทำให้สูญเสียพรทุกครั้ง!

ประธานรัสเชลล์ เอ็ม. เนลสัน, “ให้ศรัทธาของท่านแสดงออกมา,” *เลียวไฮนา*, พ.ศ. 2014, 30

อัครสาวกเดินทางไปทั่วโลก

เอ็ดเดอร์เบดนาร์ ไปเยือนอินเดีย

เอ็ดเดอร์เดวิด เอ. เบดนาร์กับชูชาน เบดนาร์ ภรรยาเดินทางไปแบ่งปันประจักษ์พยานของท่านในพระเยซูคริสต์ให้กับสมาชิกของศาสนจักรในอินเดีย อินเดียเป็นประเทศใหญ่ที่สุดในโลกประเทศหนึ่ง และอีกไม่นานจะมีพระวิหารแห่งแรก!



เอ็ดเดอร์และซิสเตอร์เบดนาร์ไปที่เมืองราชมุนตรี อัครสาวกไม่เคยไปที่นั่นมาก่อน



เด็กๆ ได้จับมือทักทายเอ็ดเดอร์เบดนาร์



ที่การประชุมในเมืองไฮเดอราบาด เด็กหญิงคนนี้ตามคำถามเอ็ดเดอร์เบดนาร์



“ยิ่งข้าพเจ้าเดินทางไปทั่วโลกมากเท่าใด ไปเยือนหลายประเทศมากเท่าใด ข้าพเจ้าได้เรียนรู้จากผู้คนมากเท่าใด ข้าพเจ้ายิ่งพบว่าโดยพื้นฐานแล้วทุกคนในโลกเหมือนกัน”

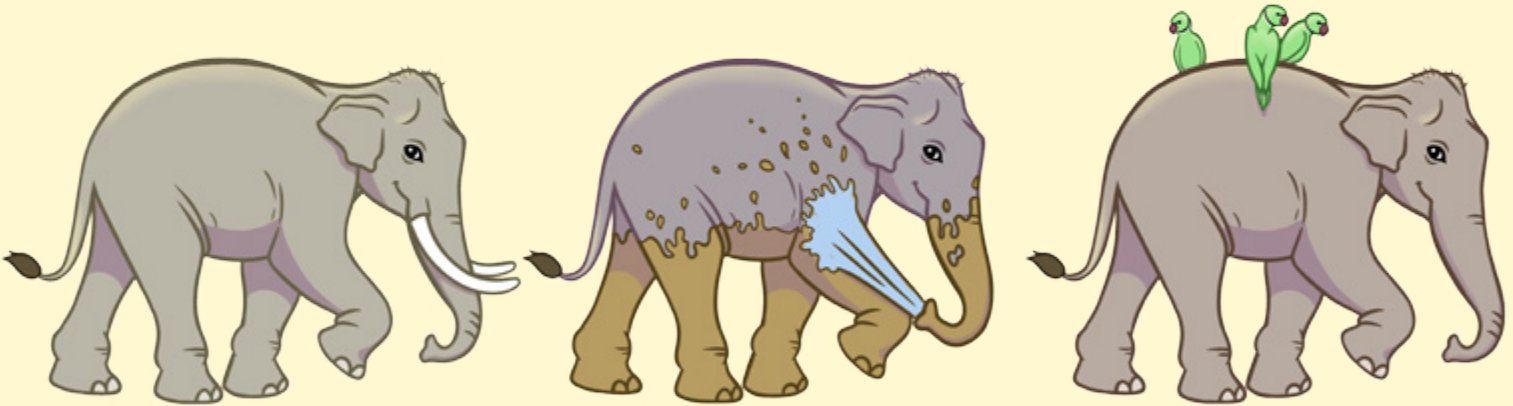
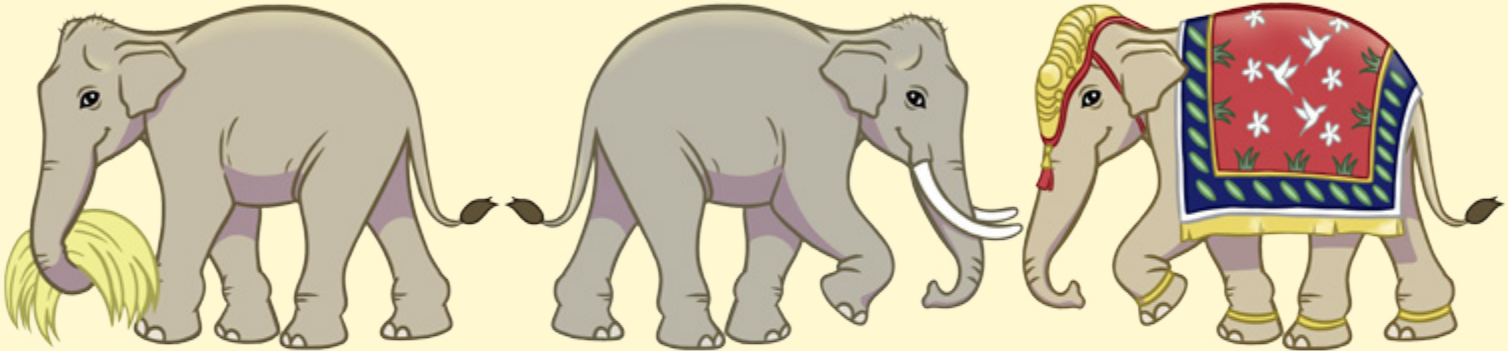


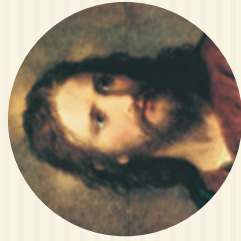
ทุกคนมีความสุขที่ได้ฟังประจักษ์พยานของอัครสาวกของพระผู้เป็นเจ้า!



จับคู่ช้าง

อินเดียมีช้างประมาณ 30,000 เชือก ท่านจับคู่ด้านล่างได้กี่คู่
พระบิดาบนสวรรค์และพระเยซูคริสต์ทรงสร้างสัตว์อะไรบ้างที่ท่านชื่นชอบ






ศาสตราจารย์ และ อครสาวกของเรา


พระเยซูคริสต์ทรงนำศาสนาจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้ายมาบนโลกโดยที่พระองค์และอัครสาวก อ่านเกี่ยวกับพวกท่านต่าง จากนั้นให้ **ตัวรูปในหน้า พว3** แล้วติดรูปเรียงตามลำดับบนแผ่นภูมิ และกระดาษขาวตรงด้านบนของแต่ละรูปเพื่อท่านจะสามารถเปิดรูปอ่านข้อมูลที่อยู่ใต้รูปได้!

- ทำความสะอาดร้านซ่อมวิทยุเป็นงานแรก
- เป็นทนายความและผู้พิพากษาศาลสูงของรัฐยูทาห์
- เป็นอธิการบดีของมหาวิทยาลัยบริคัม ยังก์




ประธานาธิบดีลิน เอช. ไอคต์
ที่ปรึกษาที่หนึ่งในฝ่ายประธานสูงสุด

- เป็นศัลยแพทย์หัวใจ
- ศึกษาหลายภาษา รวมทั้งภาษาจีนกลาง
- มีบุตร 10 คน เป็นบุตรสาว 9 คน และบุตรชาย 1 คน




ประธานรัสเซลด์ เอ็ม. เนลสัน
ประธานศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้ายคนที่ 17

- เล่นบาสเกตบอลสมัยเรียนมัธยมปลาย
- เรียนฟิสิกส์จากบิดาบนกระดานดำของครอบครัวในห้องใต้ดิน
- เป็นอธิการบดีของวิทยาลัยรีดส์ ปัจจุบันคือบิวายู-ไอดาโฮ



ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์
ที่ปรึกษาที่สองในฝ่ายประธานสูงสุด

- มีชื่อเด่นในวิทยาสัยว่า “เดอะบิชอป” เพราะมาตรฐานสูงของท่าน
- เป็นตัวแทนจำหน่ายรถยนต์
- รับผิดชอบและเป็นประธานคณะเผยแผ่ในโทรอนโต แคนาดา



ประธานเอ็ม. รัสเซลด์ บัลดาร์ต
รักษาการประธาน ภาควิชาอัครสาวกสิบสอง

- เป็นผู้สอนศาสนาเด็กกับอัลเดอร์คูคในอังกฤษ
- ทำงานให้ระบบการศึกษาของศาสนจักร
- เป็นอธิการบดีของบิวายู




เอลเดอร์เจฟฟรีย์ อาร์. ฮอลแลนด์
แห่ง ภาควิชาอัครสาวกสิบสอง

- เป็นผู้ลี้ภัยสองครั้งสมัยเด็ก
- เป็นนักปั้นเครื่องปั้น
- ชอบเล่นสกีกับลูกหลาน



เอลเดอร์ทีเทอร์ เอฟ. อุกท์ดอร์ฟ
แห่ง ภาควิชาอัครสาวกสิบสอง

- เป็นกองหลังให้ทีมฟุตบอลสมัยเรียนมัธยมปลาย
- หลังจากรับใช้งานเผยแผ่ในเยอรมนี ท่านให้สัตยาบันบิดาของท่านเพื่อเป็นสมาชิกศาสนจักร
- เป็นอธิการบดีของวิทยาลัยรีดส์ ปัจจุบันคือบิวายู-ไอดาโฮ



เอลเดอร์เดวิด เอ. เบตนาร์
แห่ง ภาควิชาอัครสาวกสิบสอง

- ได้รับประจักษ์พยานหลัง จากศึกษาพระคัมภีร์และสวด อ่อนวอนกันที่พี่ชาย
- เห็นภรรยาในอนาคตที่งาน แสดงพรสวรรค์สมัยเรียน มัธยมต้น
- รับผิดชอบผู้นำศาสนาจักรใน พิธีบัพติศมาและหมู่เกาะเบนิฟิก



เอ็ดเดอร์เคอวทิน แอล. ดูก

แห่งโคเวรัมจักรวรรดิลาติน

- รับผิดชอบผู้สอนศาสนาและ ต่อมาเป็นประธานคณะ เสนอแผนในญี่ปุ่น
- เริ่มธุรกิจสร้างและขาย อุปกรณ์ออกกำลังกาย
- รับผิดชอบอธิการดูแลทั้ง ศาสนจักร



เอ็ดเดอร์เกรีย์ อี. สตีเวนสัน

แห่งโคเวรัมจักรวรรดิลาติน

- ออบnoxiousตัวเองให้ครอบครัวที่ กำลังโตขึ้นของเขา
- มีส่วนร่วมในการแสดงกลางแจ้ง ที่นิวยอร์กในนิวยอร์ก สมัยเป็นวัยรุ่น
- ทำงานเป็นทนายความก่อนได้ รับผิดชอบเป็นอัครสาวก



เอ็ดเดอร์ดี. ทอดด์ คริสทอฟเฟอร์สัน

แห่งโคเวรัมจักรวรรดิลาติน

- ก้นนาร์ช็อกกลางของทำงานหลาย ถึง “ทหารกล้า”
- ย้ายพร้อมครอบครัวจากรัฐยูทาห์ไปอยู่สวีเดนเมื่อทำงานอายุ 11 ขวบ
- ทำงานเป็นแพทย์หัวใจ



เอ็ดเดอร์เดล จี. เรนสันด์

แห่งโคเวรัมจักรวรรดิลาติน

- เติบโตที่ฟาร์มโคนมในรัฐ ไอโอโฮ สหรัฐอเมริกา
- รับผิดชอบผู้สอนศาสนาและ ประธานคณะเผยแผ่ในฝรั่งเศส
- พูดภาษาฝรั่งเศส โปรตุเกส สเปน และอังกฤษ



เอ็ดเดอร์นิต แอล. แอนเดอร์เซ็น

แห่งโคเวรัมจักรวรรดิลาติน

- ชอบสัตว์ รวมทั้งนกเพนกวิน
- ชอบพบปะผู้คนในทุกประเทศ
- มีบันทึกประวัติครอบครัวย้อน ไปถึงกองมั่งกรุ่นที่หนึ่งใน ค.ศ. 837



เอ็ดเดอร์เกอร์ริท คับบิลยู. กอง

แห่งโคเวรัมจักรวรรดิลาติน

- เป็นประธานคณะเผยแผ่ใน นิวยอร์กซิตี้ สหรัฐอเมริกา
- คติประจำใจของท่านคือ “สำคัญที่สุดคือคน”
- อุทิศเวลาวิสุทธิชน ยุคสุดท้ายแห่งแรกใน สาธารณรัฐเช็ก



เอ็ดเดอร์โรนัลด์ เอ. ราสแบนด์

แห่งโคเวรัมจักรวรรดิลาติน

- มาจากบราซิล รับผิดชอบผู้ สอนศาสนาที่บราซิลและ เป็นประธานคณะเผยแผ่ใน โบรตุเกส
- เรียนรู้เกี่ยวกับศาสนจักรพร้อม ครอบครัวท่านเมื่อท่านยังเด็ก
- เริ่มเตรียมเป็นผู้สอนศาสนา เมื่ออายุ 12 ปี



เอ็ดเดอร์อูเลียส สเตส ชาวาส

แห่งโคเวรัมจักรวรรดิลาติน

ตรวจคำคำตอบของท่านบน [lds.org/prophets-and-apostles](https://www.lds.org/prophets-and-apostles)



เสื้อโค้ท หาย

โดย เซอิลลา คินเนรด

เรียบเรียงตามเรื่องจริง

“เรา, พระเจ้า, จะให้อภัยผู้ที่เราจะให้อภัย, แต่เรียก
ร้องจากเจ้าที่ให้อภัยมนุษย์ทั้งปวง” (หลักคำสอน
และพันธสัญญา 64:10)

“แม่ครับ เสื้อโค้ทของผมหาย!” แบริดบอกได้
“โอ เวลากลับบ้านแล้ว แต่แบริดหาเสื้อโค้ทของ
เขาบนราวแขวนที่โบสถ์ไม่เจอ

“ลูกแน่ใจนะว่าแขวนไว้ตรงนั้น” คุณแม่ถาม
“ครับ แววนตรงนี้” เสื้อโค้ทของแบริดเป็นสีแดง
และสีฟ้าสดใส หายยาก

“น่าจะมีคนย้ายไปแขวนที่อื่น ลองหาให้ทั่วสิลูก”
คุณพ่อบอก

คุณแม่ คุณพ่อ กับแบริดแยกย้ายกันไปหาตาม
ห้องต่างๆ พวกเขาหาในกล่องใส่ของหายในห้อง
นมัสการ ในห้องเรียนโรงเรียนวันอาทิตย์ของแบริด
ในห้องปฐมวัย และราวแขวนทุกราว พวกเขาหาใน
ห้องน้ำ แต่หาไม่เจอ

“น่าจะมีคนปลอมหยิบไป พ่อแน่ใจว่าพวกเขาจะ
เอามาคืนวันอาทิตย์หน้าทันทีที่รู้ว่าไม่ใช่เสื้อของ
พวกเขา” คุณพ่อบอก

“ระหว่างนี้ลูกสวมเสื้อโค้ทตัวเก่าไปก่อน” คุณ
แม่บอก

แบริดหน้าเนื่อ เขาไม่ชอบเสื้อโค้ทตัวเก่า มันบาง
สีจาง และเล็กเกินไปสำหรับเขา เขาชอบเสื้อโค้ทตัว
ใหม่สีฟ้าแดงเพราะทำให้เขาดูเหมือนซูเปอร์ฮีโร่



“อาจจะมีคนเห็นว่าเสื้อผมเท่ก็เลยขโมยไป” แบริดคิดเกิดเรื่องแบบนี้ที่โบสถ์ได้อย่างไร ทุกคนที่นั่นน่าจะเป็นคนซื่อสัตย์ แบริดจะไม่ยอมให้คนขโมยหนังรอดไปได้ เขามีแผน วันอาทิตย์หน้า เขาจะคอยดูว่าใครสวมเสื้อโค้ทของเขา แล้วเขาจะเอาคืนและตะโกนว่า “หยุดนะ เจ้าหัวขโมย!” พวกเขาจะต้องเสียใจที่เอาไป

แบริดอดใจรอทำตามแผนของเขาในวันอาทิตย์แทบไม่ไหว แต่วันอาทิตย์ถัดมาอากาศอุ่นเกินกว่าจะใส่เสื้อโค้ท วันอาทิตย์ต่อจากนั้นก็ไม่มีหนาว

วันอาทิตย์หลังจากอาทิตย์นั้น แบริดมองเด็กผู้ชายทุกคนในห้องปฐมนวียพลงสงสัยว่าใครขโมยเสื้อโค้ทของเขาไป เด็กผู้ชายตัวสูงคนนั้นหรือเปล่า หรืออาจจะเป็นเด็กผู้หญิง เขารู้สึกเหมือนเขาไว้วางใจใครไม่ได้เลย แบริดไม่ชอบความรู้สึกนั้น

หลังเลิกโบสถ์แบริดรีบเดินดูทั่วตึกเพื่อหาครอบครัวที่ใส่เสื้อโค้ทของเขา แต่เขาไม่เห็น เขาถึงกับตรวจกล่องใส่ของหายอีกครั้ง... แต่ไม่มีเสื้อโค้ท มันอยู่ที่ไหนนะ

ระหว่างทางกลับบ้าน แบริดคิดแผนใหม่ เขาจะสวดอ้อนวอน เขารู้ว่าพระบิดาบนสวรรค์หาของหายได้ คึ้นนั้นแบริดสวดอ้อนวอนว่า “พระบิดาบนสวรรค์โปรดบอกข้าพระองค์ว่าใครเอาเสื้อโค้ทไป ข้าพระองค์อยากได้คืน”

แบริดรอให้ชื่อหรือใบหน้าของขโมยเข้ามาในความคิด แต่เขากลับคิดถึงคาร์ลเพื่อนของเขา แบริดมักจะนั่งใกล้คาร์ลในปฐมนวีย พวกเขาชอบเล่าเรื่องตลกและหัวเราะด้วยกัน แต่คาร์ลไม่มาโบสถ์สองสามอาทิตย์แล้ว แบริดคิดถึงเขา

จะอย่างไรถ้า คาร์ล เอาเสื้อโค้ทไป คาร์ลอาจไม่กลับมาโบสถ์ตอนนี้เพราะเขาคิดว่าแบริดจะไม่ยอมเป็นเพื่อนกับเขาอีก แบริดต้องการให้คาร์ลมาโบสถ์อีก ถ้าคาร์ลเอาเสื้อโค้ทไป แบริดตั้งใจว่าจะไม่ตะโกนใส่เขา แต่จะให้อภัย

แบริดปีนขึ้นไปเตียง และรู้สึกดีขึ้น

วันอาทิตย์ต่อมาในปฐมนวีย คาร์ลไม่อยู่ แต่มีเด็กชายคนใหม่มา เขาผูกเน็กไทลายฟ้าแดง

“เน็กไทเท่จัง” แบริดพูดขณะนั่งลงข้างๆ เด็กชายคนใหม่ “ทำให้นายดูเหมือนซูเปอร์ฮีโร่เลย”

เด็กชายคนนั้นยิ้ม

แบริดยิ้มตาม เขาไม่มองหาขโมยอีก แต่มองหาเพื่อน ●

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐไอโอวา สหรัฐอเมริกา

สวัสดี จาก เอสโตเนีย!



พวกเราชื่อมาร์โก
กับเปาโล ปีนี้เราจะเดิน
ทางไปรอบ โลกเพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับ
กับลูกๆ ของพระเจ้าผู้เป็นเจ้า เชิญ
ร่วมเดินทางไปเยือน
เอสโตเนียกับเรา!



นี่คือทาลลินน์ เมืองหลวงของเอสโตเนีย มีอายุราว 800 ปี!
เอสโตเนียมีพื้นที่ป่ามากมาย อาทิ ป่าไม้และป่าพรุ อันที่จริง
พื้นที่เกินครึ่งของเอสโตเนียอุดมด้วยผืนป่า คนจำนวนมาก
ในเอสโตเนียชอบใช้เวลาอยู่กับธรรมชาติ

เราพูด “สวัสดี” เป็น
ภาษาเอสโตเนียว่า

Tere!

และชื่อของศาสนจักร
เราพูดว่า

Viimse Aja
Pühade Jeesuse
Kristuse Kirik



เอสโตเนียอยู่ทางภาคเหนือ
ของยุโรป มีเกาะมากกว่า
2,000 เกาะ มีประชากรราว
1.3 ล้านคนในเอสโตเนีย



อาหารเย็นในเอสโตเนียคืออะไร อาจจะเป็นเนื้อหมูหรือปลาหมักเกลือกับมะเขือเทศ กะหล่ำ คริม เปรี้ยว และขนมปังดำ นั่นเรียกว่าแซนด้วิชปลา



ศาสนจักรในเอสโตเนียเล็กแต่เข้มแข็ง มีสมาชิกศาสนจักรประมาณหนึ่งพันคน พระวิหารโกสท์ที่สุดอยู่ในเมืองเฮลซิงกิ ฟินแลนด์



ชอบร้องเพลงในปฐมวัยใหม่ ทุกห้าปีชาวเอสโตเนียมารวมตัวกันที่งานเทศกาลครั้งใหญ่เพื่อฉลองประเทศของพวกเขาด้วยการร้องเพลงและเต้นรำ

ท่านมาจากเอสโตเนียหรือไม่ ช่วยเขียนบอกเราที! เราอยากฟังเรื่องราวจากท่าน!

ขอบคุณที่สำรวจเอสโตเนียกับเรา แล้วพบกันใหม่!



พบสองพี่น้องจากเอสโตเนีย!



คืนหนึ่งเมื่อหนูอยากเข้านอน ตึกตาคามีของหนูหายไปในหมอนองหาแต่ไม่เจอ หนูสวดอ้อนวอนจากนั้นก็หาเจอและฝันดี

บลังกา เจ. อายุ 7 ขวบ



ครอบครัวเราชอบรับใช้ผู้อื่น การรับใช้ช่วยให้เรารู้สึกถึงพระวิญญาณบริสุทธิ์ ซึ่งทำให้เรารู้สึกอบอุ่นด้วยสันติสุข หนูกับพี่สาวน้องสาวทำของขวัญให้คนอื่นเพราะเราต้องการให้พวกเขาารู้สึกว่ามีคนรักพวกเขา

พีบี เจ. อายุ 10 ขวบ

รู้จัก เป็นคนใหม่



โดย เจสซิกา ลาร์เซ็น
เรียบเรียงตามเรื่องจริง

เอสโตเนีย

“ไม่มีอะไรให้ประหลาดใจ!” *เอมา* (คุณแม่) พุดเมื่อ
โอบมารับแอสมีสกลับจากโรงเรียน พวกเขาเดินไปตาม
ถนนแคบๆ ด้วยกัน สองข้างทางเต็มไปด้วยตึกสามชั้น
ช่องสี่เหลี่ยมสดใส

“มี *Rosolje* เป็นอาหารเย็นหรือครับ แอสมีสทายเป็นอย่างมี
ความหวัง พวกเขาเพิ่งกินไปเมื่อสัปดาห์ที่แล้วในวันเกิด
ครบเจ็ดขวบของเขา แต่เขากินสลัดหัวผักกาดและมัน
ฝรั่งกับปลาเฮริงดองได้ตลอด!

เอมา สายหน้าและยิ้ม “แม่พบหญิงสาวสองคนบนรถ
ประจำทางเข้านี้ ผู้สอนศาสนา พวกเขาจะมาเยี่ยมคินนี
เพื่อพูดคุยเกี่ยวกับศาสนจักรของพวกเขา”

แอสมีสเงยหน้ามองอย่างอยากรู้ เขาไม่เคยพบผู้สอน
ศาสนามาก่อน

เขาอยู่ในห้องนอนกำลังเล่นรถดับเพลิงเมื่อผู้สอน
ศาสนามา “*Tere! Tere!* สวัสดีค่ะ!” พวกเขาทักทาย *เอมา*

ขณะเดินเข้ามาในอพาร์ทเมนต์ พวกเขาถอดรองเท้า
บูตและสวมรองเท้าใส่อยู่บ้านที่ *เอมา* เก็บไว้ให้ผู้มา
เยือน *เอมา* นำพวกเขาไปนั่งที่โซฟาสีส้ม แต่แอสมีส
ลังเลอยู่ข้างประตู

ผู้หญิงที่ตัวสูงกว่าสังเกตเห็นเขาและยิ้ม ป้ายชื่อสีดำ
ของเธอเขียนว่า *Ode Craig* (ซิสเตอร์เครก) “คุณแม่
ของหนูบอกเราว่าหนูเพิ่งมีวันเกิด” เธอบอก “เรานำของ
บางอย่างมาให้หนู” เธอยื่นการ์ดใบเล็กให้ แอสมีสจ้อง
มองการ์ดใบนั้นอย่างสนใจ

เป็นภาพชายคนหนึ่ง เขาสวมเสื้อคลุมสีขาว และยื่น
มือออกมา

“หนูทราบไหมคะว่าใคร” ซิสเตอร์เครกถาม
แอสมีสไม่รู้จักชื่อชายคนนั้น เขาไม่เคยเห็นภาพนี้
มาก่อน แต่ชายคนนั้นดูใจดีและมีอำนาจ “ผมคิดว่าเขา
เป็นกษัตริย์!” แอสมีสตอบ

ผู้สอนศาสนาทั้งสองคนยิ้ม “ใช่ พระองค์เป็นกษัตริย์!

พระองค์เป็นกษัตริย์เหนือกษัตริย์ทั้งหลาย! พระนามของพระองค์คือพระเยซูคริสต์” ซีสเตอร์เครกดึงหนังสือปกสีน้ำเงินออกมา “และนี่เป็นหนังสือที่สอนเกี่ยวกับพระองค์ *Mormoni Raamat* พระคัมภีร์มอรมอน”

เขากับ *เอมา* เริ่มอ่านพระคัมภีร์มอรมอนทุกวันก่อนเขาไปโรงเรียน ระหว่างอยู่ที่โรงเรียน แรสมัสส์กับเพื่อนๆ ในชั้นเรียนเดินดูธรรมชาติและจากนั้นนอนกลางวัน หลังเลิกเรียน เขากับ *เอมา* พบกับผู้สอนศาสนาบ่อยครั้ง พวกเขาพูดคุยกับผู้สอนศาสนาเกี่ยวกับสิ่งที่อ่านในพระคัมภีร์มอรมอน บางครั้ง *เอมา* เลี้ยง *kringel* ขนมนึ่งเกลี้ยรสอบเซย ในวันสุดสัปดาห์เขากับ *เอมา* ปีนจักรยานหรือปิกนิกริมหาด บางครั้งพวกเขาเดินเข้าไปไกลๆ หรือเดินริมแม่น้ำที่พวกเขาชื่นชอบ

ครั้งหนึ่งเมื่อเดินเข้าป่า *เอมา* บอกเขาว่าเธอต้องการรับบัพติศมา แรสมัสส์ยิ้มกว้าง ผู้สอนศาสนาเคยขอให้ *เอมา* สวดอ้อนวอนว่าจะรับบัพติศมาหรือไม่ ฟังเหมือนเธอได้คำตอบแล้ว!

“และแม่เพิ่งรู้ว่าจะรับบัพติศมาที่ไหน” เธอบอกเขาพร้อมกับยิ้ม “ลูกเดาออกไหม”



แรสมัสส์นึกถึงบทเรียนของผู้สอนศาสนาเกี่ยวกับบัพติศมา พวกเขาพูดเกี่ยวกับพระเยซูกับยอห์นผู้ถวายบัพติศมาในแม่น้ำ...

“แม่น้ำ!” เขาร้องเสียงดัง “แม่น้ำที่เราชอบมา” หนึ่งสัปดาห์ต่อมา แรสมัสส์ยืนอยู่ริมตลิ่งกับผู้สอนศาสนาและบางคนจากศาสนจักร *เอมา* พร้อมรับบัพติศมา เธอลงไปใต้น้ำเหมือนพระเยซู เมื่อเธอขึ้นจากน้ำ เธอยิ้ม แรสมัสส์ต้องการจดจำช่วงเวลาอันตลอดไป—น้ำสีคราม ดอกไม้ป่าสีขาวในทุ่งหญ้าสีเขียว และรอยยิ้มของคุณแม่

“รู้สึกยังไงครับตอนรับบัพติศมา” เขาถามเมื่อทุกคนกำลังกินคุกกี้ที่ผู้สอนศาสนานำมา

“วิเศษมาก” เธอบอกเขา “แม่อยากอยู่ในน้ำตลอดไป แม่รู้สึกเป็นคนใหม่!” เธอถอดเขาแน่น

“วันเกิดปีหน้าผมอยากรับบัพติศมาเหมือนคุณแม่กับพระเยซู” เขาบอกเธอ “ผมอยากรู้สึกเป็นคนใหม่ด้วย!” ●

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐเทกซัส สหรัฐอเมริกา





โดย เหยี่นา ไอ. อะเบอร์โต
ที่ปรึกษาที่สองในฝ่ายประธาน
สมาคมสงเคราะห์สามัญ

ดิฉันจะพบ เขาอีกครั้ง



ดิฉันเติบโตในนิการากัว เมื่อยังเด็ก ดิฉันทำทุก
สิ่งทุกอย่างกับพี่ชาย เราเดินไปโรงเรียนด้วยกัน
เราไปร้านค้าด้วยกัน เราผลญภัยทุกรูปแบบในสวน
หลังบ้านของเรา เรามีความสุข

จากนั้น เมื่อดิฉันอายุเก้าขวบ เกิดเรื่องเศร้า
มาก พี่ชายเสียชีวิตในแผ่นดินไหว ตอนแรกรู้สึก
ว่าเขาไม่ได้ตายจริง ดิฉันเคยจินตนาการว่าเขาจะมา
เคาะประตูหน้าบ้านเรา เขาจะบอกเราว่าเขาแค่ไปอยู่ที่
อื่นมา ดิฉันเคยจ้องประตูพลางหวังว่าจะเกิดเหตุการณ์
เช่นนั้น ดิฉันอยากพบเขาอีกครั้ง

สภาพจิตใจของดิฉันดีขึ้นตามลำดับ ดิฉันยังคงคิดถึง
พี่ชาย แต่รู้สึกมีความสุขได้อีกครั้ง

ตอนนั้นดิฉันไม่ได้เป็นสมาชิกศาสนจักรของพระ
เยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย แต่พอโตขึ้น ดิฉันได้
เรียนรู้เกี่ยวกับศาสนจักรและรับบัพติศมา วันหนึ่งดิฉัน
กำลังล้างจาน ช่วงนั้นเป็นอีสเตอร์ ดิฉันกำลังนึกถึงการ
ฟื้นคืนพระชนม์และคิดถึงพี่ชาย

จู่ๆ ความรู้สึกอย่างหนึ่งก็เกิดขึ้น ดิฉันจำได้ตอนฝุ่น
กลางวันเกี่ยวกับพี่ชาย ดิฉันเข้าใจแล้วว่านั่นไม่ใช่เรื่อง

เหลวไหลแต่อย่างใด ความรู้สึกนั้นมาจากพระวิญญาณ
บริสุทธิ์ ปลอดภัยนดิฉัน และนำทางดิฉัน สักวันพี่ชาย
ดิฉันจะฟื้นคืนชีวิตจริงๆ และดิฉันจะพบเขาอีกครั้ง
แน่นอน

ถ้าคนที่ท่านรักสิ้นชีวิต เป็นเรื่องธรรมดาที่จะคิดถึง
พวกเขาและรู้สึกเศร้าเสียใจ จงพูดคุยกับครอบครัวท่าน
หรือผู้ใหญ่เมื่อท่านรู้สึกพร้อม สวดอ้อนวอนพระบิดาบน
สวรรค์ทูลพระองค์ว่าท่านรู้สึกอย่างไร พระองค์จะทรง
ช่วยให้ท่านรู้สึกสงบอีกครั้ง

ไม่ว่าเกิดเรื่องอะไรก็ตาม พึงจำไว้ว่าพระเยซูคริสต์
ทรงรักท่าน ช่วงอีสเตอร์เราจะระลึกถึงการพลีพระชนม์ชีพ
ของพระองค์เพื่อเรา เนื่องจากพระองค์ เราทุกคนจะฟื้น
คืนชีวิตและได้อยู่กับครอบครัวเราตลอดไป ●

การอุปถัมภ์

ตัดการ์ดเหล่านี้ แล้วพับครึ่งหรือใช้เป็นที่คั่นหนังสือ
เก็บในพระคัมภีร์หรือที่ใดที่หนึ่งไว้ดูเวลาที่ท่านรู้สึกเศร้าเสียใจ เหงา หรือกลัว



“เราจะไม่ละทิ้ง
พวกท่านไว้ให้
เป็นลูกกำพร้า เรา
จะมาหาท่าน”

ยอห์น 14:18



“พระเจ้าจะทรงเช็ด
น้ำตาทุกๆ หยดจาก
ตาของเขาทิ้งหลาย”

วิวรณ์ 21:4



“ตั้งนั้น, จงรื่นเริงเถิด,
และอย่ากลัวเลย, เพราะ
เราพระเจ้าอยู่กับเจ้า, และ
จะยืนเคียงข้างเจ้า”

หลักคำสอนและพันธสัญญา 68:6



ให้ดูแล้วบอก

หนูชอบมองดูพระวิหาร
รีเบกกา ซี อายุ 9 ขวบ, เมืองอารากวา เวเนซุเอลา



วันหนึ่งเมื่อเราขึ้นมาบน
รถ แตรด์สตาร์ทไม่คิด เรา
ตรวจดูเครื่องยนต์รถ แต่
ไม่มีอะไรเกิดขึ้น หนูรู้สึก
ว่าควรสวดอ่อนน้อม และ
หนูก็ทำ ไม่กี่นาทีต่อมา
รถก็สตาร์ทติด หนูดีใจที่
พระบิดาบนสวรรค์ทรง
สามารถช่วยเหลือหนูได้
ตลอดเวลา
บรุกลิน บี. อายุ 9 ขวบ,
เมืองเกตซ์ลเดนังโก
กัวเตมาลา



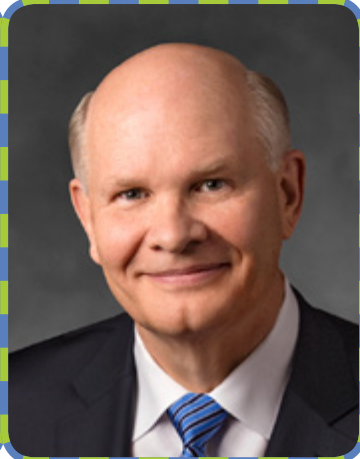
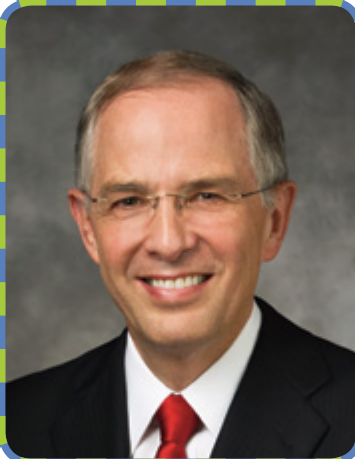
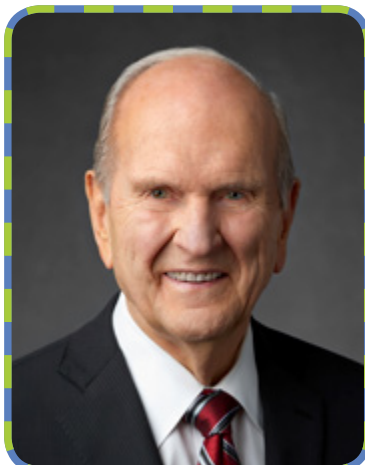
สองปีก่อนเด็กผู้ชายคนใหม่เข้ามาเรียนชั้นเดียวกับเราที่โรงเรียน เขา
ใจร้ายกับคนอื่น ทุกคนเริ่มไม่ชอบเขาและใจร้ายกับเขา ดูเหมือนจะ
ทำให้เขาเศร้า หนูจึงไม่ทำอย่างที่คนอื่นทำ เพื่อนๆ หลายคนสังเกตเห็น
และทำตามตัวอย่างของหนู หนูเชื่อว่าถ้าหนูทำสิ่งที่พระเจ้าเป็นเจ้าของ
ทรงต้องการให้หนูทำ หนูจะมีความสุขมากขึ้นและปลอดภัยมากขึ้น
หนูเชื่อว่าถ้าหนูมีความกล้าหาญและพูดในสิ่งที่หนูคิด หนูจะพบเพื่อน
ที่จะชอบหนูอย่างที่หนูเป็น

เวสตินา เค. อายุ 11 ขวบ, เมืองวิลนีอัส ลิทัวเนีย



ผมชอบเล่นฟุตบอลกับเด็กที่อายุน้อยกว่าและสอนทักษะ
ใหม่ๆ ให้พวกเขา เป็นการรับใช้อย่างหนึ่งที่ผมชอบ
ซาชา เค. อายุ 11 ขวบ, เมืองมอสโก รัสเซีย

ใช้ภาพถ่ายเหล่านี้
กับแผนภูมิใน
หน้า W12-W13



เรียน บิดามารดาทุกท่าน

เดือนนี้ เพื่อนเด็ก มีเรื่องราวและกิจกรรมที่จะช่วยครอบครัว
ท่านฉลองอีสเตอร์ เราหวังว่าครอบครัวท่านจะมีความสุขกับการคิดถึง
อีสเตอร์ตลอดเดือน!

- “ของประทานอันยิ่งใหญ่ของพระผู้เป็นเจ้า” (พ2)—ข่าวสาร
อีสเตอร์จากประธานรัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน
- “พระเยซูทรงเป็นพระผู้ช่วยให้รอดของฉัน” (พ3)—กิจกรรม
ระบายสีเกี่ยวกับการชดใช้และการฟื้นคืนพระชนม์ของพระเยซู
- “เรื่องอีสเตอร์” (พ4-พ6)—เรื่องราวพระคัมภีร์ที่มีภาพประกอบ
- “เมื่อกลับมาหาพระองค์” (พ7)—เพลงไพเราะเพลงใหม่เกี่ยวกับการ
การกลับใจ
- “รู้สึกเป็นคนใหม่” (พ18)—เรื่องเกี่ยวกับเด็กชายคนหนึ่งจาก
เอสโตเนียที่เรียนเกี่ยวกับพระเยซู
- “ดิฉันจะพบเขาอีกครั้ง” (พ20)—ประจักษ์พยานของซิสเตอร์เรย์
นา ไอ. อะเบอร์โตนีเกี่ยวกับการฟื้นคืนพระชนม์

กรุณาเขียนมาบอกเราว่าครอบครัวท่านใช้เรื่องราวและกิจกรรมเหล่านี้
อย่างไร

ขอให้มียีสเตอร์ที่มีความสุข!
เพื่อนเด็ก

New Friend

50 E. North Temple Street,
Room 2393
Salt Lake City, UT 84105 USA
liahona@ldschurch.org



หาเลยโฮนาที่ซ่อนอยู่ข้างใน!

สารบัญ

- พ2 จากฝ่ายประธานสูงสุด: ของประทานอันยิ่งใหญ่ของพระผู้เป็นเจ้า
- พ4 เรื่องราวในพระคัมภีร์: เรื่องอีสเตอร์
- พ7 เพลง: เมื่อกลับมาหาพระองค์
- พ8 ความซื่อสัตย์เรื่องน้ำตา
- พ10 อัครสาวกเดินทางไปทั่วโลก: เอ็ดเดอร์เบดนาร์ไปเยือนอินเดีย
- พ12 ศาสดาพยากรณ์และอัครสาวกของเรา
- พ14 เสื้อโค้ทหาย
- พ16 สวัสดิ์จากเอสโตเนีย!
- พ18 รู้สึกเป็นคนใหม่
- พ20 ดิฉันจะพบเขาอีกครั้ง
- พ22 ให้ดูแล้วบอก
- พ23 ภาพถ่ายของศาสดาพยากรณ์และอัครสาวก

ภาพปก เพื่อนเด็ก
ภาพประกอบโดย แพทริเซีย กาสตาลีโอ