

ง เลยโฮซานนา

เราเป็นพระหัตถ์
ของพระเจ้า
หน้า 8, 12, 20

พระผู้เป็นเจ้าจะทรงใช้ ท่าน ได้
อย่างไร หน้า 28

การสนับสนุนเด็กที่ทางบ้านไม่
สนับสนุนเรื่องพระกิตติคุณ หน้า 40

ศาสนจักร
อยู่ที่นี่

ตัสโก เม็กซิโก





แม่เมืองเหมืองแร่อย่างดัชโกเคออลาร์กอน ในรัฐเกร์เรโร เม็กซิโกได้ชื่อว่าเป็นหนึ่งใน *pueblos mágicos* (เมืองที่มีมนต์ขลัง) ของประเทศ แต่ก็มีชื่อเสียงเรื่องการผลิตเครื่องเงิน สถาปัตยกรรมอาณานิคมสเปน และความสวยงามของชนบทแวดล้อมด้วย เมืองอยู่แถบภูมิประเทศที่มีหินมากและถนนลาดชันไม่เรียบ จุดสังเกตใหญ่ที่สุดของเมืองคือโบสถ์ซานตาปริสกาของศตวรรษที่ 18

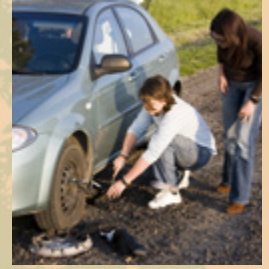
ดัชโกเป็นที่ตั้งสาขาดัชโกของศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้ายด้วย ซึ่งประชุมกันทุกวันอาทิตย์ในอาคารหลังหนึ่งบน *avenida de los Plateros* (ถนนสายหลักของช่วงเงิน) สาขานี้เป็นส่วนหนึ่งของสเตลค็อกวาลา เม็กซิโก มีวิสุทธิชนยุคสุดท้ายเข้าร่วมประชุม 1,987 คน ศาสนจักรในเม็กซิโกมีสมาชิกมากกว่า 1.4 ล้านคน คณะเผยแผ่ 34 แห่ง และพระวิหาร 13 แห่ง เม็กซิโกเป็นที่ตั้งของศูนย์ฝึกอบรมผู้สอนศาสนาเม็กซิโกซึ่งเป็นเอ็มทีซีใหญ่สุดอันดับสองของศาสนจักรด้วย ศูนย์สามารถรองรับผู้สอนศาสนาได้ครั้งละ 1,000 กว่าคน

- สมาชิกห้าคนแรกในเม็กซิโกรับบัพติศมาในปี 1876
- เม็กซิโกเป็นประเทศแรกนอกสหรัฐที่มี 100 สเตลค
- พระวิหารเม็กซิโกซิตี เม็กซิโกเป็นพระวิหารแห่งแรกในเม็กซิโกและได้รับการอุทิศในปี 1983 พระวิหารที่ได้รับการอุทิศล่าสุดคือพระวิหารตีฮัวนา เม็กซิโก ได้รับการอุทิศในปี 2015 ศาสนจักรประกาศสร้างพระวิหารปวยบล่า เม็กซิโกเมื่อเดือนตุลาคมปี 2018
- เมื่อประธานฮาร์เวต คับเบิลยู. ฮันเตอร์ (1907–1995) ไปเยือนเม็กซิโกในปี 1994 ท่านก่อตั้งสเตลคเม็กซิโกซิตี คอนเตรัส สเตลคที่ 2,000 ของศาสนจักร

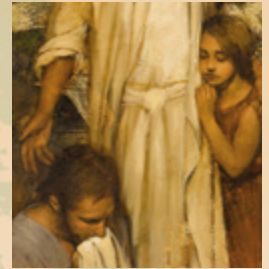




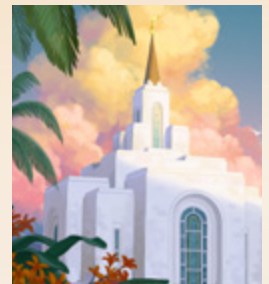
การปฏิบัติศาสนกิจ
คือการมองเห็น
ผู้อื่นดังที่พระเจ้า
ช่วยให้รอดทรง
มองเห็น
8



ปฏิบัติศาสนกิจในวิธี
ที่ศักดิ์สิทธิ์กว่า
เอ็ดเดอร์นี่ล แอล.
แอนเดอร์เซ็น
12



ช่วยให้ผู้อื่นได้รับการ
เยียวยาจากพระเจ้า
โดย เมอร์ริลี บราวน์
โบเย็ค
20



การเป็นสานุศิษย์ที่
พระองค์ทรงนำ
อธิการคืน เอ็ม. เดวิส
28

การปฏิบัติศาสนกิจของเราจะ ช่วยผู้อื่นเยียวยา ได้หรือไม่

วันอาทิตย์วันหนึ่ง ดิฉันกำลังนั่งไต่รถอยู่ในการประชุม
สัปดาห์เมื่ออ่านในพระคัมภีร์ว่าเราต้องทำงานที่พระเจ้าช่วยให้
รอดทรงทำ (ดู 3 นิ โฟ 27:21) ดิฉันนึกในใจ “งานของพระคริสต์
บนแผ่นดินโลกคืออะไร” ดิฉันนึกถึงสองสิ่งหลักคือ การรับใช้
และการเยียวยา การรับใช้ดิฉันทำได้ แต่การเยียวยาเล่า

การเยียวยาเป็นแนวความคิดที่ดิฉันไต่รถรองบ่อยครั้ง ดิฉันเคย
รับการผ่าตัดมาแล้ว 16 ครั้งในชีวิตและต้องทำการเยียวยา *เยอะ*
มาก! แต่ดิฉันสงสัยว่าดิฉันจะเป็นเหมือนพระเยซูคริสต์และช่วย
ผู้อื่นเยียวยาได้อย่างไร แน่ใจว่าดิฉันไม่ได้มีพลังเยียวยาเหมือน
พระองค์ ถ้าเช่นนั้นพระองค์ทรงต้องการให้ดิฉันทำการเยียวยาให้
พระองค์บนแผ่นดินโลกอย่างไร ดิฉันจะทำอะไร *ได้* บ้าง

ขณะที่ไต่รถรองว่าผู้อื่นเคยช่วยดิฉันเยียวยาอย่างไร ดิฉันนึกถึง
งานอันเหลือเชื่อของการเยียวยา—การปลอบโยน การรับใช้ และ
การปฏิบัติศาสนกิจ—ที่ผู้อื่นเคยทำให้ดิฉันในชีวิต ด้วยการมุ่ง
ปฏิบัติศาสนกิจต่อผู้อื่นในวิธีที่พระเจ้าจะทรงทำ แนวความคิด
นี้ของการช่วยผู้อื่นเยียวยาจึงเป็นแนวความคิดที่มีพลัง เราทุกคน
ประสบความสำเร็จในช่วงการเดินทางของเราบนแผ่นดินโลก
ด้วยเหตุนี้หลายคนจึงมีความเจ็บป่วยทางกายหรือจิตใจหรือ
กำลังทันท่วงทีทางวิญญาณ เราทุกคนล้วนต้องการการ
เยียวยา ตามที่ดิฉันอธิบายในบทความของดิฉัน (หน้า
20) และตามที่เอ็ดเดอร์นี่ล แอล. แอนเดอร์เซ็นสอน
ในบทความของท่าน (หน้า 12) เราทุกคนสามารถมีส่วน
ในการปฏิบัติศาสนกิจต่อผู้อื่นในวิธีที่จะช่วย
พวกเขาเยียวยา

ขอแสดงความนับถือ
เมอร์ริลี โบเย็ค



สารบัญ

- 5 การเรียกของบิดา ๕
อ่านคำสอนที่ชื่นชอบเกี่ยวกับการเป็นบิดาจากพระคัมภีร์และศาสดาพยากรณ์
- 6 ภาพแห่งศรัทธา:
รอดริโก ควินตานิลลา—เมืองบัลปาราอีโซ ประเทศชิลี ๕
- 8 หลักธรรมของการปฏิบัติศาสนกิจ:
การปฏิบัติศาสนกิจคือการมองเห็นผู้อื่นดังที่พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงมองเห็น
- 12 ปฏิบัติศาสนกิจในวิธีที่ศักดิ์สิทธิ์กว่า
โดย เอ็ดเดอร์นีล แอล. แอนเดอร์เซ็น
ขณะท่านมองหาวิธีปฏิบัติศาสนกิจ พระผู้เป็นเจ้าจะทรงนำท่านไปหาบุตรและ
ธิดาของพระองค์
- 20 ช่วยให้ผู้อื่นได้รับการเยียวยาจากพระเจ้า
โดย เมอร์ริลี บราวน์ โบเย็ค
เรียนรู้วิธีที่เราสามารถช่วยคนที่กำลังประสบความทุกข์
- 24 พรของการพึ่งพาตนเอง:
ดอกไม้และความมั่นคงทางการเงิน ๕
โดย เมเชล วอลล์
- 26 บทเรียนจากพันธสัญญาใหม่:
มารธากับมารีย์ ๕
โดย คามิลล์ ฟรองค์ โอลสัน
- 28 การเป็นสานุศิษย์ที่พระองค์ทรงนำ
โดย อธิการคีน เอ็ม. เดวิส
พระผู้เป็นเจ้าจะทรงนำทางท่านขณะท่านหมยมั่นเป็นสานุศิษย์ของพระองค์
- 32 เสียงวิสุทธิชนยุคสุดท้าย ๕
ชั่วขณะของความเข้าใจชัดเจนที่เปลี่ยนชีวิตเขา ความตระหนักว่าเขาเป็นผู้สอน
ศาสนาตลอด การเดินทางที่นำเขามาสู่ศาสนจักร คำพูดที่ทำให้ประจักษ์พยาน
ของเธอเข้มแข็ง
- 36 สิ่งที่เราเชื่อ:
เราเชื่อในการเป็นคนดีพร้อม—ในพระคริสต์ ๕
- 38 บ้านเรา ครอบครัวเรา:
ตุ๊กแก จิ้งหรีด และเวลากับลูก ๕
โดย แนนซี โรมัส
- 40 การสอนวัยรุ่นและเด็กเล็ก:
เมื่อบิดาหรือมารดาหรือทั้งบิดามารดาไม่มาโบสถ์ ๕
โดย คาร์เมล นูเวลล์

๕ เรื่องสั้น



ภาพปก
การปลดปล่อย
โดย เจนดี เพจ

หมวดต่างๆ

คนหนุ่มสาว

42

เมื่อใดจะมีบุตร มีกี่คน และวิธีรับมือ
เมื่อ สิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามแผน เป็น
คำถามบางข้อที่ท่านอาจ
มิได้ขณะท่าน วางแผน
ให้ครอบครัวท่าน อ่าน
ประสบการณ์ส่วนตัวจาก
หนุ่มสาวคนอื่นๆ ในหมวด
ของเดือนนี้



เยาวชน

51

เรียนรู้วิธี ตั้งเป้าหมาย
ที่สมเหตุสมผล พบ
สันติสุข ผ่านแผนแห่งความรอด
และเลิก เสียสมาธิเพราะอุปกรณ์
อิเล็กทรอนิกส์ ในบทความของ
เดือนนี้

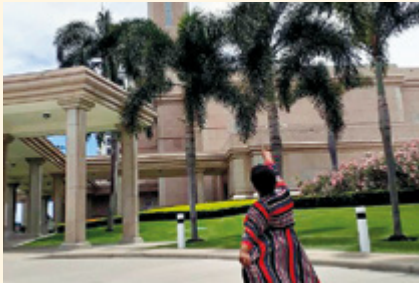


เด็ก

ค้นหาวิธี ผูกมิตรเพื่อนใหม่ และช่วย
เพื่อนเก่า เรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับ พระ
วิญญาณบริสุทธิ์
และดูว่าเกิดอะไรขึ้น
กับการเขียนบราซิล
ของเอ็ดเดอร์คูก



บทความดิจิทัลที่น่าสนใจ



ในที่สุดก็ได้ไปพระวิหาร โดย ราโมนา มอร์ริส

หญิงสาวคนหนึ่งจากประเทศบาร์เบโดสเล่าเรื่องการเตรียมตัวของเธอและในที่สุดก็ได้ไปพระวิหาร



ท่านกำลังเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ทุกวันหรือไม่ โดยศูนย์การพึ่งพาตนเอง

การเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ มีประโยชน์ในตัว รวมถึงการป้องกันอัลไซเมอร์และทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นด้วย

มิถุนายน 2019 ปีที่ 25 เล่มที่ 6
เลียโฮนา 18606 425
นิตยสารนานาชาติของศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย ฉบับพิมพ์ภาษาไทย
ฝ่ายประธานสูงสุด: รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, คัลลิส เอช. โยชิส, เฮนรี่ บี. อาชวิงก์
คหบดี: รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, บัลลาร์ด เจฟฟรีย์ อาร์. ฮอลแลนด์, ดีเทอร์ เอฟ. อุทเทอร์วิทซ์, เดวิด เอ. เบคเนร์, เคเวนทีน แอล. กุก, ดี. ทอดด์ คริสทอฟเฟอร์สัน, นีล แอล. แอมเดอร์เซ็น, โรนัลด์ เอ. ราสแบนด์, เกรย์ซี อี. สตีเวนสัน, เดวิด จี. เรนสัน, เดอริทตี คัมเบิลยู. กอง, อุลิสซีส ซาเวอรัส
บรรณาธิการ: แรนดี ดี. ฟิงก์
ที่ปรึกษา: ไบรอัน เค. แอชตัน, แรนดัลล์ เค. เบเนดิกต์, เบกกี เครเวน, ชารอน ชูแมง, คริสตินา บี. ฟรังโก, โคนัลด์ แอล. ฮอลด์สทอม, แลร์รี่ เอส. เคเซอร์, เरिक คัมเบิลยู. โกลฟิงกา, ลินน์ จี. รอมบิ้นส์
ผู้อำนวยการบริหาร: ริชาร์ด ไอ. ฮิลัน
ผู้อำนวยการฝ่ายนิตยสารศาสนจักร: อัลเลน อาร์. ลอยชอว์ก
ผู้จัดการฝ่ายธุรกิจ: กราฟท์ แคนนอน
บรรณาธิการบริหาร: อลัน ซี. โยลสัน

ผู้ช่วยบรรณาธิการบริหาร: โรอัน คาร์ร
ผู้ช่วยฝ่ายพิมพ์เผยแพร่: คานีลา แคลสตริดลอน
งานเขียนและงานบรรณาธิการ: เมอร์ริซา เดนนิส, เดวิด ดิกสัน, เดวิด เอ. เอ็ดเวิร์ดส์, แมททิว ดี. ฟิลด์สัน, การ์เรตต์ เอช. การ์ฟ, จอน โรอัน, เจนเซ็น, ชาร์ลอตต์ สาร์กาบาล, ไมเคิล อาร์. มอร์ริส, อีริก บี. เมอร์ดอกด์, เซลลีย์ จอห์นสัน, โอดีเคิร์ก, โจเซฟ เจ. เทอร์รี่, แจน ฟินโบโรห์, ริชาร์ด เอ็ม. โรมนีย์, มินดี เซจู, ลอรี ฟูเลออร์ โซซา, เซลลีย์ วอร์ลด์, มาริสซา วิคิตัน
ผู้อำนวยการบริหารฝ่ายศิลป์: เจ. สก็อตต์ ลูบลูเซ็น
ผู้อำนวยการฝ่ายศิลป์: แทดด์ อาร์. ทีเดอริสัน
งานออกแบบ: จินเนตต์ แอนดรูวส์, เฟย์ ดี. แอนดรูวส์, เมานต์ เบ็นท์ลี, ซี. คิมบิลด์ บอท์, โรนัลด์ ไชด์, โจเซฟ เดนนิส, เดวิด กรีน, คอลลีน อิงคิลีย์, เอริก ที. จอห์นสัน, ซูซาน ลอฟเกรน, สก็อตต์ เอ็ม. มอ, เอ็มมีลี ซือโก เรมิงตัน, มาร์ค คัมเบิลยู. โรบิสัน, แรตต์ เทร์, เค. นิโคล วอลเคอร์สต์
ผู้ประสานงานทรัพยากรด้านปัญหา: โคลเลตต์ เบเนดิกต์ อูนิ
ผู้จัดการฝ่ายผลิต: เจน แอนน์ ปีเตอร์ส
งานผลิต: โอรา แกล็น อะเคร์, จูลี เบอร์เตดต์, โรนัลด์ จี. โครนิน, ไบรอัน คัมเบิลยู. กีก,

จินนี่ เจ. นิลสัน, มาริสซา เอ็ม. สมิธ
งานก่อนพิมพ์: โจเซฟ เดนนิส, แอมมอน แฮร์ริส
ผู้อำนวยการฝ่ายจัดพิมพ์: สตีเวน ที. ดูวิตซ์
ผู้อำนวยการจัดจำหน่าย: ทรอย อาร์. บาร์เกอร์
งานแปล: ศศิกร กฤษณะโหม
เลียโฮนา (ISSN 0853-2513) นิตยสารรายเดือน จัดพิมพ์โดยศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้าย อัครศาสนิกในประทศไทย 110 บาทต่อปี หรือฉบับละ 10 บาท สมัครสมาชิกผ่านตัวแทนนิตยสารเลียโฮนาขององค์กรสาขา หรือส่งไปสมัครไปที่ ศูนย์หนึ่งคือ 1645/6 อ.เพชรบุรีตัดใหม่ แขวงมักกะสัน เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400 โทรศัพท์ 0-2079-5303 หรือสมัครได้ด้วยตนเองโดยส่งอีเมลแจ้งความจำนงไปที่ DC-Thailand@ldschurch.org หรือ Line ID: dc-thailand ในกรณีเปลี่ยนแปลงที่อยู่กรุณาแจ้งล่วงหน้าสามสิบวัน
ส่งฉบับและขอข้อมูล: 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
• ทาลฉบับปัจจุบัน
• ค้นพบเนื้อหาดิจิทัลที่น่าสนใจ
• ค้นหาฉบับที่ผ่านมา
• ส่งเรื่องราวและคำติชมของท่าน
• บอกรับเป็นสมาชิกหรือบอกรับเป็นของขวัญ
• ขกระดับการศึกษาของท่านด้วยเครื่องมือดิจิทัล
• แบ่งปันบทความและวิดีโอที่ชื่นชอบ
• ดาวน์โหลดหรือพิมพ์บทความ
• 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: June 2019 Vol. 25 No. 6. 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 5071.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

“การเรียกของบิดาเป็นนิรันดร์และความสำคัญอยู่เหนือกาลเวลา”

คำสอนของประธานศาสนจักร: เอสรา แทฟท์ เบ็นสัน (2014), 194

คำสอนที่เราชื่นชอบ
บางประการเกี่ยวกับ
กับการเป็นบิดา

เมื่อท่านต้องการกำลังใจเล็กๆ น้อยๆ ให้ดูข่าวสารเหล่านี้หนึ่งเรื่อง:

- ลูกา 15:20–24
- ดี. ทอดด์ คริสทอฟเฟอร์สัน, “บิดา,” *เลียโฮนา*, พ.ศ. 2016, 93–97
- แอล. ทอล เพอร์รี่, “ความเป็นพ่อ การเรียกนิรันดร์,” *เลียโฮนา*, พ.ศ. 2004, 85–89
- “การเรียกอันศักดิ์สิทธิ์ของบิดาและมารดา,” บทที่ 15 ใน *คำสอนของประธานศาสนจักร: เอสรา แทฟท์ เบ็นสัน*
- “รักที่บ้าน,” บทที่ 14 ใน *คำสอนของประธานศาสนจักร: ฮาโรลด์ บี. ลี* (2000)

รอดริโก ควินตานิลลา

เมืองบัลปาราอีโซ ประเทศชิลี



เมื่ออุบัติเหตุจากการก่อสร้างทำให้รอดริโก ควินตานิลลาเดินไม่ได้ เขาจึงไม่สามารถทำงานเป็นช่างบัดกรี—หรือสิ่งอื่นๆ อีกมากมายได้อีก แต่เขาตัดสินใจเดินหน้าด้วยศรัทธา โดยวางใจในแผนของพระบิดาบนสวรรค์สำหรับเขาและครอบครัว

เอสตี นิลส์สัน, ช่างภาพ

เมื่อเกิดเรื่องเลวร้ายบางอย่างกับเรา เราสามารถตอบสนองไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง เราจะโกรธพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของและออกจากศาสนจักรโดยไม่เกี่ยวข้องกับศาสนจักรอีก หรือเราจะถูกเข้าสวดอ้อนวอน และเติบโตต่อไป

ผมไม่ได้สูญเสียศรัทธา ทั้งไม่ได้ถามตนเองว่า “ทำไมเกิดเรื่องแบบนี้กับผม” ผมไม่ยอมไปตามถนนสายนั้น

เมื่อการทดลองเกิดขึ้นกับเรา ผมรู้ว่าพระบิดาในสวรรค์ทรงจัดหาหนทางให้เราผ่านการทดลองนั้น ขณะที่ผมพักฟื้น การมีพระวิญญาณบริสุทธิ์สถิตอยู่ด้วยเป็นเรื่องสำคัญ ผมต้องหาอาชีพใหม่ให้ตัวเอง ผมจึงสวดอ้อนวอนขอการนำทางจากพระวิญญาณ พระผู้เป็นเจ้าของผมตอบผม

ผมอยากจะถูกผู้ประสบอุบัติเหตุหรือเหตุการณ์ที่เปลี่ยนชีวิตว่า “สถานการณ์จะยาก แต่ตั้งอยู่ในศาสนจักร” อยู่กับพระกิตติคุณ ชีวิตยากขึ้นหากไม่มีพระกิตติคุณ ทูมเทความพยายามให้มากเท่าที่จะมากได้ พระบิดาบนสวรรค์ก็จะทรงทำส่วนที่เหลือ”



ค้นหาเพิ่มเติม

ดูว่าลิเบเลตสเว กอฟริช มอคาเทิลจากแอฟริกาได้วางใจพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของและเดินหน้าพร้อมกับความพิการของเขาได้อย่างไรที่ ids.org/go/6196

เรียนรู้เกี่ยวกับแหล่งข้อมูลนิกการของศาสนจักรที่ ids.org/go/9184

ท่านสามารถหาภาพแห่งศรัทธาเพิ่มเติมที่ ids.org/go/18



หลักธรรมของการปฏิบัติศาสนกิจ

การปฏิบัติศาสนกิจ

คือการมองเห็นผู้อื่น

ดังที่พระเจ้าช่วยให้

รอดทรงมองเห็น

พระเจ้าทรงใช้เวลามากกับคนที่คู่ต่างจากคนอื่น พระองค์ทรงเห็นศักยภาพอันสูงส่งของพวกเขา

ในการพยายามปฏิบัติศาสนกิจแก่คน พระเจ้าช่วยให้รอด เราอาจถูกขอให้ปฏิบัติศาสนกิจต่อคนที่ต่างจากเรา เป็นการให้โอกาสเราเรียนรู้และเติบโต

ความแตกต่างทางวัฒนธรรม การศึกษา เชื้อชาติ เศรษฐกิจ อายุ พฤติกรรมในอดีตหรือปัจจุบัน หรือความแตกต่างอื่นๆ สามารถทำให้เราตัดสินคนบางคนก่อนจะรู้จักพวกเขาด้วยซ้ำ การตัดสินล่วงหน้าเช่นนี้เป็นเหตุให้เกิดอคติ และพระเจ้าช่วยให้รอด

ทรงเตือนให้หลีกเลี่ยง (ดู 1 ซามูเอล 16:7; ยอห์น 7:24)

เราจะมองข้ามความแตกต่างและมองเห็นผู้อื่นดังที่พระเจ้าช่วยให้รอดทรงมองเห็นได้หรือไม่ เราสามารถเรียนรู้ที่จะรักผู้อื่นอย่างที่พวกเขาเป็นและอย่างที่เราจะเป็นได้อย่างไร

ทอดพระเนตรและทรงรัก

พระคัมภีร์ไบเบิลเล่าเรื่องคันทอนของ เศรษฐีหนุ่มผู้ถามวิธีได้รับชีวิตนิรันดร์ว่า



ส่วนหนึ่งจากภาพ พระคริสต์กับฆราวาสผู้รับบัพติศมา โดย โยเซฟ สอกเคเนน

“พระเยซูทอดพระเนตรดูคนนั้น ทรงเอ็นดูเขา แล้วตรัสว่าท่านยังขาดอยู่อย่างหนึ่ง จงไปขายบรรดาสิ่งของท่านมีอยู่ แจกจ่ายให้กับคนยากจน ท่านจึงจะมีทรัพย์สมบัติในสวรรค์ แล้วจงกลับมาติดตามเรา” (มาระโก 10:21)

เมื่อเอ็ดเดอร์เอส. มาร์ก พอลเมอร์แห่งสวากเจ็ดสิบศึกษาพระคัมภีร์ข้อนี้หลายปีก่อน ด้านใหม่ของเรื่องนี้มีความหมายต่อท่านทันที

“พระเยซูทอดพระเนตรดูคนนั้น ทรงเอ็นดูเขา”

“ขณะได้ยินถ้อยคำเหล่านี้ มโนภาพที่ชัดเจนของข้าพเจ้าคือพระเจ้าทรงหยุดและ ทอดพระเนตรดู ชายหนุ่มคนนั้น ทอดพระเนตรดู—ดูลึกเข้าไปในจิตวิญญาณของเขา ทรงตระหนักในคุณงามความดี และศักยภาพของเขา รวมทั้งสิ่งที่เขาต้องการที่สุดด้วย

“จากนั้นเป็นถ้อยคำที่เรียบง่าย—พระเยซู ทรงเอ็นดูเขา พระองค์ทรงรู้สึกรักและเมตตาชายหนุ่มที่ดีคนนี้มาก และ เพราะความรักนี้และ ด้วย ความรักนี้ พระเยซูจึงทรงขอจากเขามากขึ้น ข้าพเจ้านึกภาพว่าชายหนุ่มคนนี้จะรู้สึกอย่างไร คงเหมือนถูกห่อหุ้มไว้ด้วยความรักนั้นแม้ขณะมีผู้ขอให้ทำบางอย่างที่ยากที่สุด เช่น การขายทุกสิ่งที่มีแล้วแจกจ่ายให้แก่คนยากจน . . .

“[ข้าพเจ้าถามตนเองว่า] ‘ทำอะไรข้าพเจ้าจึงจะมีความรักเหมือนพระคริสต์เพื่อให้ [ผู้อื่น] รู้สึกถึงความรักของพระเจ้าเป็นเจ้าผ่านข้าพเจ้าและปรารถนาจะเปลี่ยนแปลง’ ทำอย่างไรข้าพเจ้าจึงจะ มองดู [คนรอบข้าง] ในวิธีเดียวกันกับที่พระเจ้าทอดพระเนตรดูเศรษฐีหนุ่ม โดยมองดูว่าจริงๆ แล้วพวกเขาคือใคร และพวกเขาสามารถเป็นใคร แทนที่จะดูว่าพวกเขาทำหรือไม่ทำสิ่งใด ข้าพเจ้าจะเป็นเหมือนพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดมากขึ้นได้อย่างไร”¹

ฝึกมองเห็นผู้อื่น

การเรียนรู้ที่จะมองเห็นผู้อื่นดังที่พระเจ้าช่วยให้รอดทรงมองเห็นก่อนเกิดผลดีมากมาย ต่อไปนี้เป็นข้อเสนอแนะบางประการที่สามารถช่วยเราได้เมื่อเราทำให้บรรลุปเป้าหมายนี้

ทำความรู้จักพวกเขา

พยายามทำความรู้จักผู้คนให้มากกว่ารายละเอียดเพียงผิวเผิน รับรู้ว่าการสร้างความสัมพันธ์ต้องใช้เวลาและความพยายามที่จริงจัง (ดูความช่วยเหลือได้จากบทความหลักธรรมของการปฏิบัติศาสนกิจเดือนสิงหาคม 2018 เรื่อง “สร้างความสัมพันธ์ที่มีความหมาย”)

สำรวจตนเอง

เอาใจใส่การตัดสินใจที่ท่านอาจจะทำอย่างตั้งใจหรือไม่ตั้งใจ จดสมมติฐานที่ท่านทำเกี่ยวกับผู้อื่นและพยายามเข้าใจว่าเหตุใดท่านรู้สึกกับพวกเขาแบบนั้น

อย่าตัดสิน

ตระหนักว่าสภาวะการณ์ไม่ได้กำหนดคุณค่าของแต่ละบุคคล เอาใจเขามาใส่ใจเราและพิจารณาว่าท่านต้องการให้คนอื่นๆ หนึ่งมองท่านอย่างไรถ้าท่านอยู่ในสภาวะการณ์เดียวกัน การแยกการเลือกและพฤติกรรมของคนๆ หนึ่งออกจากคุณค่าในตัวและศักยภาพอันสูงส่งของพวกเขาจะช่วยให้เรามองเห็นพวกเขาดังที่พระเจ้าช่วยให้รอดจะทรงมองเห็น

สวดอ้อนวอนให้รักพวกเขา

สวดอ้อนวอนให้พวกเขาเป็นประจําโดยเอ่ยชื่อและสวดอ้อนวอนขอความอดทนเพื่อพัฒนามิตรภาพที่แท้จริง ใคร่ครวญการรับใช้ของท่านร่วมกับการสวดอ้อนวอน มีช่องว่างระหว่างสิ่งที่ท่านทำอยู่ กับสิ่งที่พวกเขาต้องการจริงๆ หรือไม่



พระเยซูทรงใช้เวลากับชนทุกชั้น: คนมั่งมี คนยากจน ผู้ปกครอง และคนธรรมดาทั่วไป พระองค์มักจะทรงเป็นเหยื่อการตัดสินที่ไม่ถูกต้องของผู้อื่นเมื่อพวกเขาเห็นพระองค์และสภาวะการณ์ที่ดูต่ำต้อยหรือยากจนของพระองค์ “ท่านไม่มีความงาม . . . ซึ่งจะให้เราพึงปรารถนา ท่านถูกดูหมิ่นและเราไม่ได้นับถือท่าน” (อิสยาห์ 53:2-3)

ถ้าเชื่อเชิญให้ปฏิบัติ

ท่านต้องมองใครต่างจากเดิม ท่านจะทำอะไรเพื่อเปลี่ยนวิธีที่ท่านมองพวกเขา

แบ่งปันประสบการณ์ของท่าน

ส่งประสบการณ์เมื่อท่านปฏิบัติศาสนกิจต่อผู้อื่นหรือผู้อื่นปฏิบัติศาสนกิจต่อท่านมาให้เราที่ liahona.lds.org และคลิก “Submit an Article or Feedback”

วิสัยทัศน์ที่เหมือนพระคริสต์

พี่น้องสตรีคนหนึ่งเล่าเรื่องของการฝึกมองเพื่อนบ้านด้วยสายตาแบบพระคริสต์ดังนี้

“จูเลีย (นามสมมติ) อาศัยอยู่ใกล้บ้านดิฉันและดูเหมือนไม่มีเพื่อนเลย เธอดูหงุดหงิดโมโหตลอดเวลา แม้จะเป็นเช่นนั้นแต่ดิฉันก็ตัดสินใจเป็นเพื่อนกับเธอ ไม่ใช่แค่เพื่อนปกติธรรมดา แต่เป็นเพื่อนแท้ ดิฉันพูดกับเธอทุกครั้งที่เห็นเธอและแสดงความสนใจในสิ่งที่เธอทำ ดิฉันสร้างสายสัมพันธ์มิตรภาพกับเธอทีละนิด ซึ่งทำให้เกิดปีติในใจดิฉัน

“วันหนึ่ง ดิฉันตัดสินใจไปเยี่ยมจูเลียและถามเธอเรื่องที่เธอตัดสินใจไม่ไปโบสถ์

“ดิฉันทราบว่าเธอไม่มีครอบครัวหรือญาติอยู่ใกล้ๆ น้องชายคนเดียวที่อยู่ไกลติดต่อกับเธอปีละครั้งทางโทรศัพท์ ขณะฟังเธอระบายความคับข้องใจ ความโกรธ และความขมขื่นเกี่ยวกับครอบครัวเธอและศาสนจักร ความรู้สึกสงสารและความรักต่อพี่น้องสตรีคนนี้แรงกล้ามากจนมีอาจปฏิเสธได้ ดิฉันรู้สึกถึงความเจ็บปวดและความคับข้องใจของเธอ ดิฉันเข้าใจว่าชีวิตเธอเจ็บเหงาเพียงใด ประหนึ่งได้ยินคำพูดเบาๆ ข้างหลังดิฉันว่า ‘ฉันก็รักเธอ รักและเคารพเธอ’

“ดิฉันนั่งฟังจนเธอไม่มีอะไรจะพูด ดิฉันรู้สึกรักและสงสารเธอ พี่น้องสตรีคนนี้ไม่เคยรู้เลยว่าเธอได้รับความรักนั้นเป็นอย่างไร ดิฉันเข้าใจเธอลึกซึ้งขึ้นทันที ดิฉันขอบคุณเธอที่ยอมให้ดิฉันพูดคุยด้วย และดิฉันลาเธอด้วยการสวมกอด ด้วยความรักและความเคารพที่มีต่อเธอ เธอจะไม่มีวันรู้ว่าดิฉันตัดสินใจเพียงใดกับการเยี่ยมเยียนคราว



นั้น พระบิดาบนสวรรค์ทรงเปิดตาดิฉันและสอนดิฉันว่าดิฉันสามารถรักด้วยความสงสารมากขึ้นได้ ดิฉันตั้งใจแน่วแน่ว่าจะไม่เพียงเป็นเพื่อนเธอเท่านั้นแต่เป็นครอบครัวของเธอด้วย”

การได้รับเชิญให้เข้าไปในชีวิตของใครสักคนเป็นเรื่องศักดิ์สิทธิ์ เราสามารถฝึกทำเช่นนั้นด้วยการสวดอ้อนวอน ความอดทน ความช่วยเหลือจากพระวิญญาณ และด้วยวิสัยทัศน์ที่เหมือนพระคริสต์มากขึ้น ■

อ้างอิง

1. เอส. มาร์ก พอลเมอร์, “พระเยซูทอดพระเนตรดูคนนั้น ทรงเอ็นดูเขา,” *เลียวโซนา*, พ.ศ. 2017, 115.

ค้นคว้าเพิ่มเติม

เรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการต้อนรับด้วยความยินดีมากขึ้น:

- อ่าน “เราทำได้ดีกว่านี้: ต้อนรับผู้อื่นเข้าสู่” ใน *เลียวโซนา* กันยายน 2017
- คู่มือศาสนจักรอธิบายนหลักธรรมเหล่านี้ที่

lds.org/go/61911





โดย เอ็ดเดอร์
นีล แอล.
แอนเดอร์เซ็น
แห่ง โควรัมอัคร-
สาวกสิบสอง

ปฏิบัติศาสนกิจ ในวิธีที่ศักดิ์สิทธิ์กว่า

ข้าพเจ้าสัญญาว่าเมื่อท่านรักพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของหัวใจและ
สวดอ้อนวอนขอให้พระองค์เป็นเครื่องมือในพระหัตถ์ของพระองค์
พระเจ้าจะทรงวางบุตรธิดาที่พิเศษของพระองค์ไว้ในเส้นทาง
ของท่าน

หนังสือชื่อ *The Narcissism Epidemic* เริ่มด้วยตัวอย่างเกินจริงของวัฒนธรรมอเมริกา
สมัยใหม่ดังนี้
“ในรายการเรียลิตี้ทีวี หญิงสาวคนหนึ่งที่ว่าแผนจัดงานเลี้ยงวันเกิดครบ 16
ปีต้องการให้กันถนนสายหลักเพื่อวงโยธวาทิตจะสามารถนำเธอเดินบนพรมแดงเข้าไปใน
งานเลี้ยงได้ หนังสือชื่อ *My Beautiful Mommy* อธิบายเรื่องการทำศัลยกรรมตกแต่งให้เด็กที่
คุณแม่ของพวกเขากำลังจะรับการผ่าตัด ‘เปลี่ยนโฉมคุณแม่’ ตามสมัยนิยม สมัยนี้อาจมี
การว่าจ้างปาปารัซซี่ตัวปลอมให้ตามไปแอบถ่ายรูปท่านเมื่อท่านออกนอกบ้านตอนกลางคืน
—ถึงขนาดที่ท่านสามารถนำนิตยสารคนดังตัวปลอมกลับบ้านได้โดยมีภาพถ่ายเหล่านั้นขึ้น
ปก เพลงยอดนิยมประกาศโดยไม่มีคำพูดประชดประชันแต่อย่างใดว่า ‘ฉันเชื่อว่าโลกควร
หมุนรอบตัวฉัน!’ ... เด็กน้อยใส่ผ้ากันเปื้อนที่ปักคำว่า ‘นางแบบแนวหน้า’ ... และดูตลก
นม ‘กากเพชร’ ขณะพ่อแม่อ่านเพลงกล่อมเด็กสมัยใหม่จาก *This Little Piggy Went to Prada*
(เจ้าหมูน้อยไปร้านปราดา)’

ในฐานะสานุศิษย์ของพระเยซูคริสต์ เราปฏิเสธความคิดที่ว่าชีวิตเราล้วนเกี่ยวข้องกับตัว
เรา แต่เราทำตามพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดผู้ตรัสว่า

“ถ้ามีใครต้องการเป็นใหญ่ในพวกท่าน คนนั้นจะต้องเป็นผู้ปรนนิบัติของท่าน

“และถ้าใครต้องการจะเป็นนาย คนนั้นจะต้องเป็นทาสของพวกท่าน

“... บุตรมนุษย์... ไม่ได้มาเพื่อรับการปรนนิบัติ แต่มาเพื่อปรนนิบัติคนอื่น และให้ชีวิต
ของท่านเป็นค่าไถ่คนจำนวนมาก” (มัทธิว 20:26–28)



เราเห็นคำพระดำรัสของพระองค์ที่ว่า

“เรารักพวกท่านมาแล้วอย่างไร ท่านก็จะรักกันและกันด้วยอย่างนั้น” (ยอห์น 13:34; ดู ยอห์น 15:12 ด้วย)

“จงเลี้ยงดูลูกแกะของเราเถิด . . . จงดูแลแกะของเราเถิด” (ยอห์น 21:15, 16)

“เมื่อท่านหันกลับแล้ว จงชูกำลังพี่น้องทั้งหลายของท่าน” (ลูกา 22:32)

“ช่วยเหลือคนอ่อนแอ, ยกมือที่อ่อนแรง, และให้กำลังเขาที่อ่อนล้า” (หลักคำสอนและพันธสัญญา 81:5)

ต่อไปนี้เป็นตัวอย่างการปฏิบัติศาสนกิจแบบพระคริสต์ที่เกิดขึ้นในหมู่สมาชิกศาสนจักรของพระเจ้า นักศึกษาคนหนึ่งที่มาวิทยาลัยบรีคัม ยังก์ เขียนเมื่อไม่นานมานี้ว่า

“ดิฉันกำลังประสบช่วงที่ลำบากมาก วันหนึ่งดิฉันทุกข์ใจมากและเกือบจะร้องไห้ ดิฉันทูลวิงวอนและสวดอ้อนวอนในใจขอให้ มีพลังก้าวเดินต่อไปในทันทีเดี๋ยวนั้น เพื่อนร่วมห้องส่งข้อความมาแสดงความรักต่อดิฉัน เธอแบ่งปันพระคัมภีร์ข้อหนึ่งและแสดงประจักษ์พยาน นั่นทำให้ดิฉันเกิดพลัง ความอบอุ่นใจ และความหวังอย่างมากในช่วงเวลาของความสิ้นหวัง”

ข้าพเจ้าขอแบ่งปันความคิดบางประการที่หวังว่าจะเสริมวิถีปฏิบัติศาสนกิจที่ยอดเยียมอยู่แล้วของท่านต่อกัน ประเด็นแรกของข้าพเจ้าคือ จงจดจำพระบัญญัติข้อแรกก่อนท่านจะใช้ข้อสอง ชายหนุ่มคนหนึ่งมาหาพระผู้ช่วยให้รอดและทูลถามว่า

“ท่านอาจารย์ในธรรมบัญญัตินั้น พระบัญญัติข้อไหนสำคัญที่สุด?”

“พระเยซูทรงตอบเขาว่า จงรักองค์พระผู้เป็นเจ้าของท่านด้วยสุดใจของท่านด้วยสุดจิตของท่าน และด้วยสุดความคิดของท่าน

“นั่นแหละเป็นพระบัญญัติข้อสำคัญอันดับแรก

“ข้อที่สองก็เหมือนกันคือจงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง”

(มัทธิว 22:36–39)

ท่านจะสามารถนำวิถีที่ศักดิ์สิทธิ์กว่ามาใช้รักเพื่อนบ้านของท่าน ดูแลและปฏิบัติศาสนกิจต่อผู้อื่นได้ดีเพียงใดนั้นจะขึ้นอยู่กับว่าท่านรักษาพระบัญญัติข้อแรกเข้มแข็งเพียงใด

การปฏิบัติศาสนกิจอีกแบบหนึ่ง

มีของขวัญล้ำค่าหาได้เสมอเหมือนของการปฏิบัติศาสนกิจที่มาจากผู้รักพระผู้เป็นเจ้าสุดหัวใจของเขา ผู้หนักแน่น มั่นคง แน่วแน่ และไม่หวั่นไหวในศรัทธาในพระเยซูคริสต์และในพระกิตติคุณที่ได้รับการฟื้นฟู (ดู เอเฟซัส 3:17; โครินธ์ 1:23; 1 ทิโมธี 2:10; โมไซยาห์ 5:15; แอลมา 1:25; 3 นีไฟ 6:14) และผู้รักษาพระบัญญัติอย่างครบถ้วน

ข้าพเจ้าขอให้บริบทบางอย่างที่ท่านทราบอยู่แล้ว คนรุ่นลูกรุ่นหลานทั่วโลกกำลังสูญเสียศรัทธาของตน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสูญเสียความเชื่อของตนในศาสนา เมื่อข้าพเจ้าสำเร็จการศึกษาจากบรีวีย์ในปี 1975 จำนวนคนหนุ่มสาว (อายุ 18 ถึง 24 ปี) ที่นับถือศาสนาเมื่อเกือบ 90 เปอร์เซ็นต์ ปัจจุบันอยู่ที่ 66 เปอร์เซ็นต์ “คนหนุ่มสาวหนึ่งในสามไม่นับถือศาสนาใด”²

ในปี 2001 โรเบิร์ต ซี. ฟูลเลอร์นักวิชาการศาสนาเขียนหนังสือเล่มหนึ่งชื่อ *Spiritual, But Not Religious* (เน้นจิตวิญญาณแต่ไม่นับถือศาสนา)³ แนวโน้มที่จะฝึกไปทางวิญญาณโดยไม่เกี่ยวข้องกับองค์การศาสนาอย่างเป็นทางการเป็นลักษณะเฉพาะจริงเมื่อ 20 ปีก่อน แต่ปัจจุบันนี้ไม่เป็นเช่นนั้นแล้ว เวลานี้คนหนุ่มสาวในสหรัฐ สวดอ้อนวอนน้อยลง เชื่อในพระผู้เป็นเจ้าน้อยลง เชื่อในพระคัมภีร์ไบเบิลน้อยลง และเชื่อในพระบัญญัติน้อยลง⁴ เป็นความไร้เดียงสาที่จะเชื่อว่าแนวโน้มของโลกไม่สามารถมีอิทธิพลต่อเราทุกคน—แม้แต่คนที่ทรงเลือกไว้

การดูแลผู้อื่นทั้งทางกายและทางอารมณ์เรียกร้องใจที่ละเอียดอ่อนและไม่เห็นแก่ตัว การดูแลดังกล่าวเป็นส่วนสำคัญของพระ

กิตติคุณ คนดีทั้งผู้เชื่อและไม่เชื่อทำการดูแลนี้ทั้งในและนอกศาสนจักร คนดีมีน้ำใจมีอยู่มากมายทั่วโลก เราสามารถเรียนรู้จากพวกเขา

แต่กับสมาชิกที่เปลี่ยนใจเลื่อมใสศาสนจักรของพระเยซูคริสต์แห่งวิสุทธิชนยุคสุดท้ายแล้วนี่การปฏิบัติศาสนกิจอีกแบบหนึ่ง ในฐานะสานุศิษย์ของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด เรามีโอกาสให้ปฏิบัติศาสนกิจในวิธีที่จะช่วยกันไม่ให้ศรัทธาของเพื่อนคลอนแคลน ที่เตือนสติเพื่อนร่วมห้องอย่างอ่อนโยนว่าการอ่านพระคัมภีร์มอรมอนทุกวันทำให้เกิดปาฏิหาริย์จริงๆ และแสดงให้เห็นสมาชิกออร์ดเห็นว่ามีมาตรฐานของศาสนจักรไม่ใช่แค่กฎแต่เป็นวิธีทำให้เราใกล้ชิดพระเจ้าเป็นเจ้าเสมอและเกิดความสุข

คนที่จิตใจดีสามารถช่วยคนบางคนปะยางรถ พาเพื่อนบ้านไปพบแพทย์ รับประทานอาหารกลางวันกับคนเศร้าหมอง หรือยิ้มและกล่าวทักทายเพื่อทำให้วันนั้นเบิกบานมากขึ้น แต่ผู้ทำตามพระบัญญัติข้อแรกจะเพิ่มเติมการรับใช้ที่สำคัญเหล่านี้อย่างเป็นธรรมชาติ โดยให้กำลังใจคนที่รักษาพระบัญญัติได้เป็นอย่างดีและให้คำปรึกษาที่ชาญฉลาดเพื่อเสริมสร้างศรัทธาของคนที่กำลังสูญเสียศรัทธาหรือต้องการให้ช่วยนำกลับเข้ามาอยู่บนเส้นทางที่เคยเดิน

ข้าพเจ้าทำทนายท่านให้พยายามปฏิบัติศาสนกิจต่อกันทางวิญญาณมากขึ้น การปฏิบัติศาสนกิจทางวิญญาณเริ่มได้ด้วยารอบคูกักหรือเล่นบาสเกตบอลด้วยกัน แต่สุดท้ายแล้ว วิธีปฏิบัติศาสนกิจที่ศักดิ์สิทธิ์กว่านี้เรียกร้องให้เปิดใจ



ท่านและศรัทธาของท่าน กล้าส่งเสริมการเติบโตด้านบวกที่ท่านเห็นในเพื่อน พุดถึงข้อกังวลเกี่ยวกับสิ่งที่ท่านเห็นและรู้สึกว่าจะไม่สอดคล้องกับการเป็นสานุศิษย์

ขอให้เราอย่าคิดว่าตนชอบธรรม แต่ขอให้เรากล้าหาญทางวิญญาณในการปฏิบัติศาสนกิจในวิธีที่ศักดิ์สิทธิ์กว่า โดยเฉพาะการเสริมสร้างศรัทธาของผู้อื่น เพื่อจุดประกายความคิดของท่าน ลองพิจารณาสถานการณ์ที่อาจเกิดขึ้นได้เหล่านี้:

- ท่านสังเกตเห็นเพื่อนคนหนึ่งใช้เวลาเล่นเกมบนสมาร์ทโฟนมากเกินไปและไม่ค่อยร่วมสนทนาเกี่ยวกับหัวข้อพระกิตติคุณ
- ท่านรู้สึกว้าวมามากเกี่ยวกับเพื่อนคนหนึ่งที่มีปัญหาเรื่องสื่อลามก
- เพื่อนๆ ของท่านใช้เวลาอย่างมากกับการถ่ายรูปและโพสต์รูปตัวเองที่เกือบจะดูไม่สุภาพ
- ท่านสังเกตเห็นคนบางคนที่มีดูเหมือนจะเคยชอบพุดคุยเกี่ยวกับพระคัมภีร์มอรมอนแต่เดี๋ยวนี้ไม่พุดถึงเลย
- ท่านสังเกตเห็นสมาชิกคนหนึ่งที่เคยเหมือนจะเคยชอบไปพระวิหารแต่เดี๋ยวนี้ไม่ไป
- ท่านสังเกตเห็นเพื่อนคนหนึ่งที่เคยพุดด้วยศรัทธาเกี่ยวกับคำแนะนำของศาสดาพยากรณ์แต่เดี๋ยวนี้วิพากษ์วิจารณ์
- ท่านรู้สึกอึดอัดผู้สอนศาสนาคนหนึ่งที่ไม่สนใจจะสวมเสื้อผ้าให้สะท้อนถึงพันธสัญญาพระวิหาร
- ท่านสังเกตเห็นสมาชิกออร์ดคนหนึ่งหาเหตุไปที่อื่นในวันอาทิตย์แทนที่จะไปโบสถ์
- ท่านรู้สึกว้าวมามากเกี่ยวกับเพื่อนคนหนึ่งเริ่มไม่ซื่อสัตย์ในเรื่องเล็กๆ น้อยๆ
- ท่านรู้สึกคนที่ที่มีแสงสว่างในดวงตาหลังกลับจากงานเผยแผ่ แต่เดี๋ยวนี้แสงนั้นเลือนหายไป
- ท่านมีเพื่อนคนหนึ่งที่ล้อเลียนเรื่องศักดิ์สิทธิ์
- ท่านมีเพื่อนคนหนึ่งที่มีความท้อแท้เรื่องการออกเดททำให้คิดว่า “พระเจ้าเป็นเจ้าไม่รักฉัน”
- ท่านเห็นศรัทธาของเพื่อนได้รับผลจากความมีค่าควรแบบครึ่งๆ กลางๆ และต้องกลับใจ

ท่านนึกภาพสถานการณ์เหล่านี้หรือสถานการณ์คล้ายกันออกหรือไม่ มีชื่อใครเข้ามาในความคิดท่านหรือไม่ อัครสาวกเปาโลกล่าวว่า “เราไม่ได้ต่อสู้กับเนื้อหนังและเลือด แต่ต่อสู้กับพวกภูตผีที่ครอบครอง พวกภูตผีที่มีอำนาจ พวกภูตผีที่ครองพิภพในยุคมีดนี้ ต่อสู้กับพวกวิญญาณชั่วในสวรรคสถาน” (เอเฟซัส 6:12) ความจำเป็นเร่งด่วนที่สุดอย่างหนึ่งทั่วโลกคือการมีศรัทธามากขึ้นในพระบิดาบนสวรรค์และพระบุตรของพระองค์พระเยซูคริสต์ และเต็มใจทำตามพระบัญญัติมากขึ้น

การปฏิบัติศาสนกิจต่อคนๆ หนึ่ง

ถ้าเราทำตามแบบแผนของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด การปฏิบัติศาสนกิจส่วนใหญ่ของเราจะเป็นการปฏิบัติศาสนกิจจากคนหนึ่งไปอีกคนหนึ่ง พระผู้ช่วยให้รอดตรัสกับหญิงชาวสะมาเรียที่บ่อน้ำว่า

“ทุกคนที่ดื่มน้ำนี้จะกระหายอีก

“แต่คนที่ดื่มน้ำที่เราจะให้กับเขานั้นจะไม่มีวันกระหายอีกเลย . . .

“นางทูลพระองค์ว่า ท่านเจ้าคะ ขอน้ำนั้นให้ดิฉันเถิด เพื่อดิฉันจะได้ไม่กระหายอีก . . .

“[เธอทูลต่อจากนั้นว่า] ดิฉันทราบว่าคุณเมสสิยาห์จะเสด็จมาเมื่อพระองค์เสด็จมา พระองค์จะทรงชี้แจงทุกสิ่งแก่เรา

“พระเยซูตรัสกับนางว่า เราผู้ที่พูดกับเธอเป็นผู้นั้น”

(ดู ยอห์น 4:13–15, 25–26)

แม้ในขณะที่ประกาศความเป็นพระเจ้าของพระเยซู พระองค์ยังทรงปฏิบัติศาสนกิจต่อคนๆ หนึ่ง

ไม่เหมือนการเปลี่ยนยางรถ ประสิทธิภาพการปฏิบัติศาสนกิจแค่ครั้งเดียวจะไม่แก้ปัญหาทางวิญญาณ จะต้องใช้เวลา การสนทนา และประสิทธิภาพการให้กำลังใจที่จะช่วยสร้างศรัทธาขึ้นใหม่ จะมาเหมือนหยาดน้ำค้างจากสวรรค์มากกว่ามารวดเดียวจากท่อดับเพลิง ท่านต้องปฏิบัติศาสนกิจครั้งแล้วครั้งเล่าขณะช่วยให้คนบางคนกลับมาหาพระเจ้าเป็นเจ้าและฟังพาพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดและการชดใช้ของพระองค์อีกครั้ง

เพื่อปฏิบัติศาสนกิจในวิธีของพระเจ้า เราต้องได้รับความช่วยเหลือจากพระวิญญาณบริสุทธิ์ ประธานรัสเซล เอ็ม. เนลสันพูดเรื่องนี้อย่างมีพลังในระหว่างการประชุมใหญ่สามัญเดือนเมษายน 2018 “ในวันข้างหน้า เราจะรอดทางวิญญาณไม่ได้หากปราศจากอิทธิพลของพระวิญญาณบริสุทธิ์ที่มีให้ตลอดเวลา ทั้งนำทางชี้ทาง และปลอบโยน”⁵



ประธานเนลสันเพิ่มเติมว่า “ข้าพเจ้าขอให้ท่านเพิ่มพูนความสามารถทางวิญญาณปัจจุบันในการรับการเปิดเผยส่วนตัว”⁶ ท่านแนะนำให้เราสวดอ้อนวอน ฟัง จดความคิดของเรา และลงมือปฏิบัติ

เราจะประยุกต์ใช้สิ่งนี้กับการปฏิบัติศาสนกิจในวิธีที่ศักดิ์สิทธิ์กว่าได้หรือไม่ ขอให้เราสวดอ้อนวอน ฟัง บันทึกความคิดของเรา และลงมือปฏิบัติเกี่ยวกับคนที่เราสามารถปฏิบัติศาสนกิจต่อพวกเขาได้

สวดอ้อนวอนขอให้มีโอกาสสร้างศรัทธาในผู้อื่น ថៃว่าทุกคนที่ท่านช่วยจะเป็นคนที่ท่านรู้จัก เมื่อพระเยซูทรงปฏิบัติศาสนกิจต่อหญิงมายาชาวนาอิน พระองค์ทรงอยู่ระหว่างทางไปเมืองนั้น แต่พระองค์ทรงเห็นเธอ ทรงสงสารเธอ และทรงทำให้บุตรชายของเธอฟื้นจากความตาย การปฏิบัติศาสนกิจของพระองค์เปลี่ยนชีวิตเธอ (ดู ลูกา 7:11–15)

สวดอ้อนวอนขอให้โอกาสการปฏิบัติศาสนกิจมาถึงท่าน ฟัง จดความคิดของท่าน แล้วลงมือปฏิบัติทันทีเมื่อเจอผู้คน

ข้าพเจ้าสะท้อนใจเสมอเกี่ยวกับเสียงร้องของผู้เขียนสวดดี “มองทางขวาข้าพระองค์ . . . ไม่มีใครเหลียวแลข้าพระองค์ ข้าพระองค์ไม่มีที่หลบภัย ไม่มีใคร [ชายหรือหญิงคนใด] ห่วงใยข้าพระองค์” (สวดดี 142:4) ขอให้เราช่วยคนที่รู้สึกแบบนี้

จัดสรรเวลาให้พระวิญญูญาณ

เพื่อให้ได้รับความช่วยเหลือจากพระวิญญูญาณ บริสุทธิ เราต้องเตรียมความคิดและจิตใจเราให้พร้อม ในรุ่นเรา เราต้องการวินัยและความยับยั้งชั่งใจในการใช้อุปกรณ์เทคโนโลยี อดัม อัลเทอร์ พูดไว้ในหนังสือของเขาชื่อ *Irresistible* เกี่ยวกับพฤติกรรมเสพติดเทคโนโลยีและสื่อสังคม เขาอ้างคำพูดของเกรก ฮอชมูธหนึ่งในวิศวกรก่อตั้งอินสตาแกรมผู้แสดงความเห็นว่า “ยังมีแฮชแท็กอื่นให้คลิกเสมอ พอคลิกก็คล้ายแฮชแท็กจะมีชีวิตขึ้นมาเหมือนสิ่งมีชีวิตและคนเราจะถูกรอรับง่าได้”⁷

คุณอัลเทอร์เพิ่มเติมว่า “อินสตาแกรมเหมือนแพลตฟอร์มสื่อสังคมอีกมากมายคือคลิกอ่านได้ไม่สิ้นสุด เฟซบุ๊กมีฟีดไม่รู้จบ Netflix เลื่อนให้ดูซีรี่ย์ตอนต่อไปโดยอัตโนมัติ แอปพลิเคชั่น Tinder กระตุ้นให้ผู้ใช้ปิดไปค้นหาตัวเลือกที่ดีกว่า... ทริสทาน แฮร์ริส ‘นักจริยธรรมด้านการออกแบบ’ กล่าวว่าปัญหาไม่ได้อยู่ที่คนขาดพลังควบคุมตนเอง แต่อยู่ที่ ‘มีคนเป็นพันบนอีกด้านหนึ่งของจอที่งานของพวกเขาคือทำลายการควบคุมตนเองที่คุณมี’⁸

คุณอัลเทอร์กล่าวต่อไปว่า “ไลค์บนเฟซบุ๊กและอินสตาแกรมทำให้คุณรู้สึกดีทางระบบประสาทเหมือนเป็นรางวัลของการแข่งเกม World of Warcraft หรือเห็นผู้ใช้ทวีตเตอร์หลายพันคนแบ่งปันทวีตหนึ่งของท่าน คนที่สร้างและผลิตเทคโนโลยีเกม และประสบการณ์เชิงโต้ตอบส่วนเก่งมากกับสิ่งที่พวกเขาทำ พวกเขาทำการทดสอบหลายพันครั้งกับผู้ใช้หลายล้านคนเพื่อให้รู้ว่าการปรับเปลี่ยนใดได้ผลและไม่ได้ผล—สี่ปี แบบอักษร และโทนเสียง ใต้ดังดูตมากที่สุดและขวนหงุดหงิดน้อยที่สุด เมื่อประสบการณ์พัฒนาขึ้นก็จะกลายเป็นเวอร์ชันที่ใช้เป็นอาวุธและตำนานไม่อยู่ในปี 2004 เฟซบุ๊กเป็นสิ่งที่บ้านเทิงใจ แต่ปัจจุบันเป็นสิ่งเสพติด”⁹

เพื่อให้พระวิญญูญาณสถิตกับเรา เราต้องรู้กาลเทศะ เรารู้ว่าต้องวางสมาร์ทโฟนของท่าน กำหนดเวลาที่ท่านตั้งใจจะไม่ใช้เทคโนโลยี

ในระหว่างการประชุมใหญ่สามัญเดือนเมษายน 2018 ประธานเอ็ม. รัสเซลล์ บัลลาร์ด

รักษาการประธานโควรัมัครสาวกสิบสองกล่าวว่า “มีผู้คนมากเกินไปที่ปล่อยให้ตนเองใช้ชีวิตเกือบทั้งหมดกับการออนไลน์ด้วยอุปกรณ์ทันสมัย—จอที่ส่องแสงบนใบหน้าพวกเขาทั้งวันทั้งคืนพร้อมการเสียบหูฟังซึ่งสกัดกั้นพวกเขาออกจากเสียงสงบแผ่วเบาของพระวิญญูญาณ ถ้าเราไม่หาเวลาถอดหูฟัง เราอาจพลาดโอกาสที่จะได้ยินสุรเสียงของพระองค์ผู้ตรัสว่า ‘จงนิ่งเสีย และรู้เถิดว่า เราคือพระเจ้า’ [สดุดี 46:10] ไม่มีอะไรผิดที่เราใช้ประโยชน์จากความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่ได้รับการดลใจจากพระเจ้า แต่เราต้องฉลาดในการใช้สิ่งเหล่านี้”¹⁰

การเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กัน

สมัยข้าพเจ้าเรียนปริญญาตรีที่บิวายู นอกจากเคิร์กกรยาข้าพเจ้าผู้ซึ่งอิทธิพลนรินทร์ของเธอไม่อาจวัดได้แล้ว เพื่อนร่วมห้องสองคน—คนหนึ่งก่อนข้าพเจ้าเป็นผู้สอนศาสนาและอีกคนหลังข้าพเจ้าเป็นผู้สอนศาสนา—ก่อร่างสร้างฐานทางวิญญาณให้ข้าพเจ้าอย่างมาก คนหนึ่งคือริต โรบิสัน ปัจจุบันเป็นอาจารย์ที่บิวายูสาขาพฤติกรรมองค์กร ข้าพเจ้าพบเขาในช่วงเป็นผู้สอนศาสนา และเราเป็นเพื่อนร่วมห้องหลังจากนั้น ความเคร่งครัดของริตในการทำตามพระบัญญัติ ความรักที่เขามีต่อศาสนาพยากรณ์ และประจักษ์พยานอันไม่สิ้นโคลนของเขาในพระผู้ช่วยให้รอดทำให้ข้าพเจ้าและทุกคนที่อยู่รอบข้างเขาเข้มแข็ง เขายังคงเป็นแบบอย่างสำหรับข้าพเจ้าตลอด 45 ปีที่ผ่านมา



เพื่อนร่วมห้องอีกคนที่ข้าพเจ้ากล่าวถึงคือ เทอร์เรล เบิร์ต ปัจจุบันอาศัยอยู่ในเซนต์จอร์จ รัฐ ยูทาห์ สหรัฐอเมริกา ข้าพเจ้าพบเทอร์เรลสมัยเรียนมัธยมปลายด้วยกันในเมืองโปคาเทิลโล รัฐไอดาโฮ สหรัฐอเมริกา แม้จะเล่นบาสเกตบอลด้วยกัน แต่มิตรภาพของเราเกิดขึ้นขณะข้าพเจ้าสังเกตพฤติกรรมทางวิญญาณของเขา เขาจะแบ่งปันข้อคิดทางวิญญาณที่มีและหลักธรรมของชีวิตที่เขากำลังอ่าน และเรียนรู้อย่างตรงไปตรงมา ข้าพเจ้าประหลาดใจที่ได้ยินสิ่งเหล่านี้จากเด็กหนุ่มอายุ 17 ปี เราตัดสินใจพักห้องเดียวกันที่บียายู

สมัยนั้นเราไม่มีคอมพิวเตอร์ มีแต่เครื่องพิมพ์ดีด เทอร์เรลจะนำข้อพระคัมภีร์ที่มีความหมาย

ต่อเขาและคำพูดอ้างอิงที่บ่มเพาะอุปนิสัยมาพิมพ์แล้วเก็บไว้ในกล่องเล็ก ๆ เพื่อเขาจะหยิบออกมาม่านได้บ่อยๆ ไม่ใช่เรื่องแปลกที่เขาจะมีข้อพระคัมภีร์และคำพูดอ้างอิงมากกว่าหนึ่งพันข้อ ซึ่งเขาจะท่องจำหลายข้อ ถึงแม้ข้าพเจ้าจะทำงาน—ทำความสะอาดห้องสมุดทุกเช้าตั้งแต่สี่ถึงเจ็ดโมงเช้า—และเรียนทุกวิชา แต่พอเห็นเทอร์เรลทำแบบนั้นข้าพเจ้าจึงเริ่มสร้างกล่องไฟล์ของตัวเองบ้าง

นี่เป็นข้อความอ้างอิงตอนหนึ่งที่ข้าพเจ้ายังจำได้จากเมื่อเกือบ 50 ปีที่แล้ว:

*จิตใจเป็นนายที่มีอำนาจเสกสรรและสร้างเสริม
มนุษย์คือจิตใจ และเขาใช้จิตใจไม่จบสิ้น
จิตใจเป็นเครื่องมือของความคิดและหล่อหลอมเจตจำนง
ก่อเกิดความสุขนับพันและความทุกข์นับพัน :—
ใจคิดอย่างไร เหตุที่เกิดขึ้นก็เป็นไปอย่างนั้น
สภาพแวดล้อมคือกระจกเงาของตัวตน¹¹*

แน่นอนว่าข้าพเจ้าจำพระคัมภีร์อันเปี่ยมด้วยพลังอย่างข้อนี้ได้ด้วย

“เราเป็นชีวิตและการเป็นขึ้นจากตาย คนที่วางใจในเราจะมีชีวิตอีกแม้ว่าเราจะตายไป

“และทุกคนที่มีชีวิตและวางใจในเราจะไม่ตายเลย” (ยอห์น 11:25–26)

เทอร์เรลช่วยเหลือข้าพเจ้าสมัยเป็นนักศึกษาปีหนึ่งที่บียายูให้ใส่คำในพระคัมภีร์และคำคมต่างๆ ไว้ในจิตใจซึ่งมีอิทธิพลต่อข้าพเจ้าตลอดชีวิต ข้าพเจ้าขอบคุณเร็ด 롭สัน และเทอร์เรล เบิร์ตที่ดูแลข้าพเจ้าทางวิญญาณในช่วงเวลาสำคัญของชีวิต

ต่อไปนี้เป็นบทกวีที่แต่งโดยโรนัลด์ แอล. เคย์เพื่อนบ้านของข้าพเจ้า:

*ขอบพระทัยพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของคนทั้งหลายผู้บรรเทาทุกข์คล้าย
สำหรับผู้หวังโยอย่างแท้จริง
ผู้โอบกอดคนอ่อนแอ
ผู้แผ่ความหวังโยในคำสวดอ่อนน้อม
ขอบพระทัยพระเจ้าสำหรับผู้ได้ยินเสียงหัวใจ
และฟังเสียงถ้อยคำที่บรรยาย
ผู้รู้ว่าสีหน้าหรือสัมผัสที่อ่อนโยนนั้นไซร์
มีความหมายมากกว่าสิ่งใดในโลก
ขอบพระทัยพระเจ้าสำหรับผู้ช่วยยกมือที่อ่อนแรง
และเสริมความเข้มแข็งให้เขาที่อ่อนล้า
ผู้ออกไปฟื้นฟูจิตวิญญาณให้แกร่งกล้า
ในการปฏิบัติศาสนกิจอย่างเรียบง่าย¹²*

มิตรสหายที่รักและเพื่อนสาสนุศิษย์ทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอเป็นพยานยืนยันต่อท่านว่าข้าพเจ้ารู้ว่าพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงพระชนม์ พระองค์ฟื้นคืนพระชนม์





พระองค์ทรงชื่นงานศักดิ์สิทธิ์นี้ ประธานเนลสันเป็นศาสดาพยากรณ์ที่พระองค์ทรงเจิมไว้บนแผ่นดินโลก เวลาของเรบนแผ่นดินโลกมีความสำคัญชั่วนี้วันจันทร์ ข้าพเจ้าสัญญาว่าเมื่อท่านรักพระเจ้าผู้เป็นเจ้าสุดหัวใจ สวดอ้อนวอนขอให้เป็นเครื่องมือในพระหัตถ์ของพระองค์ ปฏิบัติต่อแต่ละบุคคล เสริมสร้างความสามารถที่จะรับเปิดเผย และวางใจในอิทธิพลของพระวิญญาณบริสุทธิ์ พระเจ้าจะทรงวางบุตรธิดาที่พิเศษไว้ในเส้นทางของท่าน และท่านจะกลายเป็นเทพผู้ปฏิบัติศาสนกิจของพวกเขา เป็นพรแก่พวกเขาชั่วนี้วันจันทร์ ท่านจะปฏิบัติศาสนกิจในวิธีที่ศักดิ์สิทธิ์กว่า

ข้าพเจ้าสวดอ้อนวอนขอให้สิ่งนี้สำคัญต่อท่านขณะท่านเดินตามเส้นทางสำคัญที่สุดนี้ของความเป็นมรรตย์ต่อไป ข้าพเจ้าให้คำพยากรณ์ที่หนักแน่นและแน่นอนแก่ท่านถึงพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดและคุณค่านิรันดร์ของท่าน พระองค์จะเสด็จมาอีกครั้งและจะทรงโอบกอดท่านในฐานะบุตรธิดาของพระองค์ในฐานะสานุศิษย์ของพระองค์ ■

จากคำปราศรัยการให้ข้อคิดทางวิญญาณเรื่อง “วิธีปฏิบัติศาสนกิจที่ศักดิ์สิทธิ์ขึ้น” ที่มหาวิทยาลัยบริคัม ยังก์ วันที่ 10 เมษายน ค.ศ. 2018

อ้างอิง

1. Jean M. Twenge and W. Keith Campbell, *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement* (2009), 1.
2. Jean M. Twenge, *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood* (2017), 121; ดู Figure 5.1, 121 ด้วย.
3. ดู Robert C. Fuller, *Spiritual, But Not Religious: Understanding Unchurched America* (2001).
4. ดู Jean M. Twenge, *iGen*, 119–42.
5. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “การเปิดเผยสำหรับศาสนจักร การเปิดเผยสำหรับชีวิตเรา,” *เสี้ยวสนา*, พ.ศ. 2018, 96.

6. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “การเปิดเผยสำหรับศาสนจักร การเปิดเผยสำหรับชีวิตเรา,” 95.
7. Greg Hochmuth, in Adam Alter, *Irresistible: The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked* (2017), 3; ดู Greg Hochmuth, in Natasha Singer, “Can't Put Down Your Device? ด้วย. That's by Design,” *The New York Times*, Dec. 5, 2015, nytimes.com.
8. Adam Alter, *Irresistible*, 3; ดู Tristan Harris, in Natasha Singer, “Can't Put Down Your Device? That's by Design” ด้วย.
9. Adam Alter, *Irresistible*, 5.
10. เอ็ม. รัสเซลล์ บัลลาร์ด, “ของประทานอันล้ำค่าจากพระเจ้า เป็นเจ้า,” *เสี้ยวสนา*, พ.ศ. 2018, 10.
11. James Allen, *As a Man Thinketh* (1902), frontispiece.
12. Thomas L. Kay, “Saints,” in *The Road I've Taken* (2016), 16; ดู “Saints,” music by Rachel Bastian, *New Era*, Sept. 1999, 51 ด้วย.



ช่วยให้ผู้อื่นได้รับการ เยียวยาจากพระเจ้า

โดย เมอร์ริลี บราวน์ โบเย็ค

วันอาทิตย์วันหนึ่งดิฉันอ่านพระคัมภีร์ “ตามจริงแล้ว, ตามจริงแล้ว, เรากล่าวแก่เจ้า, นี่คือการกตติคุณของเรา; และเจ้ารู้สิ่งที่เจ้าจะต้องทำในศาสนจักรของเรา; เพราะงานที่เจ้าเห็นเราทำมาแล้วเจ้าจงทำด้วย” (3 นีไฟ 27:21; เน้นตัวเอน)

ดิฉันคิดในใจว่า “งานของพระคริสต์บนแผ่นดินโลกมีอะไรบ้าง” หลักๆ แล้วดิฉันคิดว่ามีสองอย่างคือ การรับใช้และการเยียวยา การรับใช้ดิฉันทำได้ แต่การเยียวยาแล้ว ดิฉันไม่

สามารถเยียวยาผู้อื่นได้แน่นอน—
หรือดิฉันทำได้

เมื่อเร็วๆ นี้ดิฉันอยู่ระหว่างพักฟื้นจากการผ่าตัดที่ตามมาด้วยอาการแพ้รุนแรง ดิฉันนึกถึงคนที่เคยช่วยดิฉันในขั้นตอนการเยียวยาทันที และรายชื่อของพวกเขายาวเหยียด ถ้าพวกเขาช่วยดิฉันเยียวยาได้ ดิฉันจะเยียวยาคนอื่นแบบเดียวกันไม่ได้หรือ

เราแต่ละคนสามารถเรียนรู้ศิลปะของผู้เยียวยา¹ เราแหวดล้อมไปด้วยคนที่ประสบความสำเร็จทางร่างกาย จิตใจ และวิญญาณ ผู้จะได้รับพรจากความช่วยเหลือของเรา

เยี่ยมคนเจ็บป่วย

โมไซยาห์ 4:26 กล่าวว่า “ข้าพเจ้าอยากให้ท่านมอบทรัพย์สิ้นของท่านแก่คนจน, ทุกคนตามทรัพย์สิ้นที่ตนมี, เป็นต้นว่าเลี้ยงอาหารคนหิวโหย, ให้เสื้อผ้าคนเปลือยเปล่า, เยี่ยมคนเจ็บป่วย และให้ความช่วยเหลือเพื่อบรรเทาทุกข์คนเหล่านั้น, ทั้งฝ่ายวิญญาณและฝ่ายโลก, ตามความต้องการของพวกเขา”

ความเจ็บป่วย—ไม่ว่าทางร่างกาย จิตใจ หรือวิญญาณ—ทำให้รู้สึกโดดเดี่ยวมาก ผู้คนใช้เวลาอยู่คนเดียวหลายชั่วโมงในห้องนอนหรือห้องผู้ป่วยที่โรงพยาบาลขณะพยายามฟื้นฟูตนเอง และนั่นทำให้วิญญาณพวกเขาหดหู่ได้ง่าย เมื่อความมืดอย่างกรายเข้ามา การมาเยือนของเพื่อนหรือสมาชิกครอบครัวที่ห่วงใยจะนำความสว่างเข้ามาในชีวิตพวกเขา

วิธีที่เราเยี่ยมคนเจ็บป่วยสำคัญเช่นกัน สตรีหลายท่านตอบคำถามของดิฉันที่ว่าคนอื่นเคยช่วยให้พวกเขาผ่านขั้นตอนการเยียวยาอย่างไร จูดีจากรัฐแอริโซนา สหรัฐอเมริกาบอกว่า “การฟัง... ช่วยได้มากในยามทุกข์ ฟังและ *ไม่* ตัดสิน” การฟังอย่างอดทน จริ่งใจ และด้วยความรักเป็นแรงหนุนที่มีค่าต่อคนที่กำลังพยายามเยียวยา

เราฝึกศิลปะของผู้เยียวยา
เมื่อเราช่วยนำพรแห่งการ
เยียวยาของพระเจ้าไปให้ผู้
กำลังประสบความเจ็บป่วย
ทางร่างกาย จิตใจ และ
วิญญาณ

ลินดาจากรัฐแคลิฟอร์เนีย

สหรัฐอเมริกาบอกว่าการเยี่ยมของเพื่อนช่วยเธออย่างไร “ดิฉันจำคนพิเศษเหล่านั้นในชีวิตได้—โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนที่ฟังจริงๆ และถ่ายทอดคำแนะนำที่ไพเราะของพระวิญญาณ หลังจากเป็นม่ายเมื่ออายุ 30 ปีและอยู่กับลูกอายุยังน้อยห้า

คน ดิฉันรู้สึกถึงความรักของพระบิดาบน

สวรรค์และพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดลึกซึ้งขึ้นเพราะคาเร็นเพื่อนที่ดีของดิฉัน เธอรับรู้เสมอและมี ‘หูที่คอยฟัง’ ตลอดเวลา ดิฉันไม่เคยรู้สึกโดดเดี่ยวเพราะเธอเตือนดิฉันเสมอให้นึกถึงความผูกพันอันสวยงามที่ดิฉันมีในฐานะธิดาของพระเจ้า”

บราเดอร์และซิสเตอร์ผู้ปฏิบัติศาสนกิจสามารถแสดงศิลปะของผู้เยียวยานี้ได้ การรับรู้ความต้องการของผู้กำลังประสบความทุกข์เป็นเรื่องสำคัญ บางครั้งควรเยี่ยมไม่นานเพราะพวกเขาเหนื่อยมาก บางคราวพวกเขาเหงาและเบื่อ พวกเขาอาจต้องการให้เยี่ยมนานขึ้น การรับรู้บุคลิกภาพของพวกเขาเป็นเรื่องสำคัญเช่นกัน บางคนต้องการความเป็นส่วนตัวและอยู่เงียบๆ ขณะที่คนอื่นต้องการปฏิสัมพันธ์และการสนับสนุนอย่างมาก เราควรพิจารณาความต้องการของพวกเขาก่อนแล้วจึงยื่นมือช่วยเหลือตามนั้น

แบกภาระของกันและกัน

แอลมาพูดถึงข้อผูกมัดของเราในการทำตามแบบอย่างของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดไว้ว่าฟังที่สุดเมื่อเขาถามผู้เชื่อในพระคัมภีร์มอรมอนว่าพวกเขาเต็มใจ “เข้ามาสู่คอกของพระเจ้าเป็นผู้เป็นเจ้า, และเรียกว่าเป็นผู้คนของพระองค์, และเต็มใจจะแบกภาระของกันและกัน, เพื่อมันจะได้เบา” หรือไม่ (โมไซยาห์ 18:8)

เราแต่ละคนแบกภาระหลายแบบ ภาระเหล่านี้จัดการได้ยากที่สุดเมื่อเราป่วยหรือกำลังต่อสู้กับความเจ็บป่วยทางจิตหรือความยุ่งยาก



เราเป็นพระหัตถ์ ของพระเจ้า

“พระคริสต์ทรง
ทราบวิธีปฏิบัติ
ศาสนกิจต่อผู้อื่น
อย่างสมบูรณ์แบบ

เมื่อพระเจ้าช่วยให้รอดทรงยื่นพระหัตถ์
ออกไป ผลก็คือผู้ที่พระองค์สัมผัสจะ
ได้รับการยกระดับจิตใจและเป็นผู้ที่
ประเสริฐขึ้น เข้มแข็งขึ้น และดีขึ้น

“ถ้าเราเป็นพระหัตถ์ของพระองค์
เราจะไม่ทำเช่นนั้นหรือ”

เอ็ดเวิร์ดทีเทอร์ เอฟ. ลูคท์คอร์ฟแห่งไคอวัม
อัครสาวกสิบสอง “เจ้าคือมือของเรา” *เสียวโฮนา*,
พ.ศ. 2010, 88

ทางวิญญาณ หนึ่งในศิลปะของผู้เชี่ยวชาญคือช่วยแบก
ภาระของผู้อื่นเมื่อพวกเขากำลังประสบความทุกข์

เขานอนจากรัฐยูทาห์ สหรัฐอเมริกาแบ่งปัน
ว่าเพื่อนบ้านช่วยเธออย่างไร “วันที่เราฝั่งลูกชายตัว
น้อยของเรา เรากลับจากสุสานมาพบว่าเพื่อนบ้าน
รวมตัวกันจัดสวนให้เราใหม่ในช่วงที่เราอยู่งาน
ศพ พวกเขาปลูกไม้พุ่มไม้ใหญ่ และดอกไม้สวยๆ
ให้เรา และปลูกหญ้าให้ใหม่ ช่วงที่เราโศกเศร้าสุด
พรรณนา การแสดงความรักและความสนับสนุน
ของพวกเขาเริ่มขึ้นตอนเฝ้าช่วยยให้เรา เตือนสติ
เราว่าความรักและชีวิตดำรงอยู่ชั่วนี้รันดร์ทุกปีที่
สวนสวยของเรากลับมามีชีวิตอีกครั้ง [นั่น] เป็น
ประสบการณ์เชิงสัญลักษณ์และศักดิ์สิทธิ์อย่าง
แท้จริงที่เราจะไม่วันลืม”

เมื่อแพทย์วินิจฉัยว่าดิฉันเป็นมะเร็งเต้านม
ดิฉันกำลังรับใช้ประธานสมาคมสงเคราะห์และ
ลงสมัครรับเลือกตั้งของสภาเทศบาล สามมีดิฉัน
ตกงาน และเราประสบการณ์ทดลองแสนสาหัสอีก
มากมายในช่วงนั้น ที่ปรึกษาของดิฉันตั้งใจ “แบก
ภาระของกันและกัน” และช่วยแจกจ่ายภาระที่ดิฉัน
แบกอยู่ อธิกรารับทำความรับผิดชอบบางอย่างของ
ดิฉัน สามมีดิฉันรับหน้าที่หลายอย่างที่บ้านและทำ
อาหาร ดิฉันรู้สึกถึงความมีน้ำใจของพวกเขามาก
ยิ่งที่เห็นว่าพวกเขาไม่ได้เอาภาระของดิฉันไปแต่ใช้
ศิลปะของผู้เชี่ยวชาญช่วยแบ่งเบา

ปลอบโยน

แอลมาสอนเช่นกันว่าผู้ติดตามพระคริสต์ “เต็มใจที่จะโศกเศร้ากับ
คนที่โศกเศร้า; แท้จริงแล้ว, และปลอบโยนคนที่ต้องการการปลอบโยน”
(โมไซยาห์ 18:9)

การปลอบโยนหมายรวมถึงความเอาใจใส่ ความกรุณา ความอาทร ความ
ห่วงใย ความรัก และจิตกุศล คือการโอบอุ้มผู้เจ็บป่วยหรือคนมีทุกข์ไว้ในอ้อม
แขนแห่งความรักเพื่อช่วยพวกเขาเผชิญความทุกข์ของตน

ลูแอน (นามสมมติ) ประสบปัญหาทางวิญญาณและทางศีลธรรม เธอครุ่นคิด
ถึงประสบการณ์ของเธอกับคนที่ปลอบโยนเธอ “พวกเขามองข้ามตัวตนปัจจุบัน
ของดิฉันและเห็นศักยภาพที่หวังว่าจะดีของดิฉัน ศักยภาพที่จะเป็นคนดียิ่ง
ขึ้น ฉลาดขึ้น และอ่อนโยนมากขึ้น ดิฉันหวอนึกถึงอดีตของตนเองและบางครั้ง
รู้สึกไม่สบายใจกับความละเอียดอ่อนข้างมากเพราะความเขลาของดิฉัน—ความ
อับอายค่อนข้างมากเพราะการล่วงละเมิดและความบาปหนาของตนเอง แต่
ความเจ็บแปลบของความละเอียดอ่อนและความอับอายมักจะมาด้วยพึมพำ
ที่ใช้เชี่ยวชาญ นั่นก็คือพระคุณ ความเมตตา การให้อภัย และความรัก เมื่อดิฉัน
เห็นคนรอบข้างไปรยปรายสิ่งเหล่านั้นให้ดิฉัน ความเจ็บแปลบก็หายไป ดิฉัน

“พวกเขากำลังสร้างสภาพ
แวดล้อมที่ปลอดภัยรอบตัว
ดิฉันเพื่อให้พระเจ้าช่วยยให้รอด
พระเจ้าเชี่ยวชาญการเชี่ยวชาญ
ทรงทำงานกับดิฉันได้”

เห็นพวกเขากำลังช่วยดิฉัน
เชี่ยวชาญ ถ้าจะพูดให้ถูกต้องกว่า
นั่นคือพวกเขากำลังสร้างสภาพ
แวดล้อมที่ปลอดภัยรอบตัว
ดิฉัน—รังไหมของพระคุณ—
เพื่อให้พระเจ้าช่วยยให้รอดพระเจ้า
เชี่ยวชาญการเชี่ยวชาญทรงทำงาน
กับดิฉันได้ ทรงเปลี่ยนแปลง
ดิฉัน ทรงเปลี่ยนใจดิฉัน”

ส่วนสำคัญของการปลอบโยนคนเจ็บป่วยคือการให้พวกเขาหันไปหาพระเจ้า
เชี่ยวชาญการเชี่ยวชาญ ซาบรินาจากรัฐยูทาห์กล่าวว่า “ไม่มีการเชี่ยวชาญใดดีไปกว่า
การเชี่ยวชาญของคนที่คุณให้ท่านค้นหาหรือกลับไปหาพระเจ้าเป็นเจ้า นั่นอาจจะ
เป็นเครื่องเตือนใจให้ท่านนึกถึงสิ่งที่ท่านรู้แล้ว—ว่าท่านกำลังพยายามมากเกินไป
จำเป็น ทำทุกอย่างด้วยตนเอง และไม่พึ่งพาพระเจ้าเป็นเจ้าเลย”

การปลอบโยนคนเจ็บป่วยและช่วยให้พวกเขาคิดบวกต้องอาศัยความรู้สึกลึก
ไวต่อพระวิญญาณ มีอยู่ช่วงหนึ่งในชีวิตที่ดิฉันนอนไม่เต็มอิ่มนานหลายเดือน
มักจะนอนหลับๆ ตื่นๆ คืบละสองถึงสามชั่วโมง ดิฉันรู้สึกวิตกกังวลมากและ
เหนื่อยล้า ดิฉันไปพบแพทย์หลายคนแต่ไม่เกิดประโยชน์อันใด ในที่สุด เพื่อน



คนหนึ่งบอกดิฉันให้ไปพบแพทย์วิสัญญีชนยุคสุดท้ายผู้วินิจฉัยอาการของดิฉันได้ถูกต้องทันที แต่สิ่งที่เขาพูดต่อจากนั้นทำให้ดิฉันประหลาดใจ “เมอร์ริลี สิ่งสำคัญที่สุดที่คุณต้องทำคือให้พระเจ้าเป็นผู้เป็นเจ้าของจิตกังวลของคุณ” จากนั้นเขากระตุ้นให้ดิฉันตรัสว่า “พระคริสต์ผู้ทรงชนม์: ประจักษ์พยานของอัครสาวก” เป็นเวลาสั้นๆ ทุกวัน

ดิฉันพยายามตรัสสองสามครั้งแต่ไม่ประสบผลสำเร็จ แต่ดิฉันต้องการการเยียวยาอย่างยิ่ง วันรุ่งขึ้น ดิฉันตรัสถ้อยคำอันทรงพลังนี้ อย่างเรียบง่าย “เราขอประจักษ์พยานของเราถึงความจริงในพระชนม์ชีพอันหาที่เปรียบมิได้ของพระองค์และพระบารมีอันหาที่สุดมิได้ของการพลีพระชนม์ชีพเพื่อการชดใช้อันยิ่งใหญ่ของพระองค์”² ดิฉันรู้สึกตื่นเต้น ขณะเริ่มไต่ตรองประจักษ์พยานของพระเจ้าผู้เยียวยาที่ยิ่งใหญ่และรู้ว่าดิฉันพบการปลอบโยนและสันติสุขในจิตวิญญาณของตนแล้ว

ใส่ใจ

ขณะศึกษาพระคัมภีร์เพื่อเลียนแบบพระเยซูในงานการเยียวยาของพระองค์ เราอ่านพบว่าพระเยซูทรงทำสิ่งหนึ่งซ้ำแล้วซ้ำเล่า นั่นคือ พระองค์ทรงใส่พระทัยคนรอบข้าง

พระคริสต์ทรงสังเกตผู้คน พระองค์ตรัสกับหญิงชาวสะมาเรียแม้จะมีข้อห้ามทางวัฒนธรรม พระองค์ทรงใช้เวลาให้พระเด็ก พระองค์เสวยกับพวกคนเก็บภาษีและคนบาป ทรงปฏิบัติศาสนกิจต่อคนโรคเรื้อนและคนที่สังคมไม่ยอมรับ พระองค์ใส่พระทัยแต่ละคน

ในฐานะผู้ติดตามพระคริสต์ที่หมั่นเรียนรู้ศิลปะของผู้เยียวยาจากพระองค์ เราสามารถเริ่มมองคนด้วยพระเนตรของพระคริสต์ เราสามารถใช้เวลากว่าทักทาย ยิ้ม ถามสารทุกข์สุกดิบของพวกเขา เราอาจไม่รู้ถึงความพยายามของเราอาจเป็นพินิจที่ไร้รักษา คนรอบข้างเราผู้โดดเดี่ยว หดหู่ เจ็บป่วย อ่อนแอ หรือประสบความทุกข์ แม้แต่การแสดงความรักแบบเรียบง่ายก็สามารถมีอิทธิพลอันทรงพลังได้

เมื่อเราทำงานของพระคริสต์และมีส่วนร่วมในการเยียวยาผู้อื่น พรมากมายจะหลั่งไหลมา ดังที่พระคริสต์ตรัส “ซึ่งพวกท่านได้ทำกับคนใดคนหนึ่งที่เล็กน้อยที่สุดในพี่น้องของเรา ก็เหมือนทำกับเราด้วย” (มัทธิว 25:40) แต่พระองค์ผู้ทรงเยียวยาเราแต่ละคน แต่พระองค์ผู้ทรงโอบเราไว้ในพระพาหุแห่งความรักของพระองค์บ่อยเกินกว่าเราจะรู้ แต่พระองค์ผู้ทรงมอบพินิจแห่งการชดใช้ของพระองค์ให้รักษาเรา เราสามารถมอบความพยายามเล็กๆ น้อยๆ ของเราให้ช่วยเยียวยาพี่น้องชายหญิงของเรา นี่คือนิยามของผู้เยียวยาอย่างแท้จริง ■

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐยูทาห์ สหรัฐอเมริกา

อ้างอิง

1. ดู “พระเจ้าขอข้าตามพระองค์” เพลงสด บทเพลงที่ 106.
2. “พระคริสต์ผู้ทรงพระชนม์: ประจักษ์พยานของอัครสาวก,” เลียโฮนา, พ.ศ. 2017, ปกหน้าด้านใน.

ดอกไม้และความมั่นคงทางการเงิน

โดย เมเชล วอลล์

พระเจ้าทรงเพิ่มสมรรถภาพของดิฉัน ขยายความสามารถของดิฉัน และทรงทำให้ดิฉันประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้นกว่าที่ดิฉันจะทำได้ด้วยตนเอง

ค วามจริงที่ว่าดิฉันไม่ได้สำเร็จการศึกษาจากมหาวิทยาลัยรบกวนจิตใจดิฉันเสมอ ดิฉันรู้ว่าถ้ามีสิ่งใดเกิดขึ้นกับ

สามี ดิฉันไม่พร้อมจะจุนเจือครอบครัว แต่แล้วเรื่องไม่คาดคิดก็เกิดขึ้น ดิฉันได้รับโทรศัพท์ที่ทำให้หอกสันขวัญแขวน และชีวิตเปลี่ยนแปลงอย่างมาก

“โทร 911!” สามีดิฉันตะโกนบอกด้วยความเจ็บปวด “ผมติดอยู่ในไร่!”

ดิฉันโทรขอความช่วยเหลือแล้วรีบวิ่งไปยังที่ดินที่เขากำลังปรับพื้นที่ ผ่านรถจุกเงินยาวเหยียดบนถนนลูกรังจนถึงที่ดินของเราในเมืองฟิรด์จ์ รัฐอาร์คันซอ สหรัฐอเมริกา แบร์รี่ยังมีชีวิตอยู่ แต่เขาติดอยู่ที่เครื่องยนต์ของรถไถที่พลิกคว่ำ

เจ้าหน้าที่รถจุกเงินใช้เครื่องไฮดรอลิกช่วยยกรถไถขึ้นและดึงแบร์รี่ออกมา เขาของเข่าที่แช่ในน้ำมันดีเซลหกหลายที่เขาถูกส่งไปศูนย์อุบัติเหตุทันทีและได้รับพรฐานะปโรหิตที่นั่นก่อนเข้าเอกซเรย์ขา

เราประหลาดใจที่กระดูกไม่หักสักชิ้น แต่ด้านหลังของขาข้างหนึ่งเป็นแผลไหม้รุนแรงเพราะน้ำมันดีเซล การบาดเจ็บจากการถูกกดทับทำให้โตของเขาเป็นพิษชีวิตเขาอยู่ในอันตราย



หลังจากแบร์รี่อยู่ในโรงพยาบาลห้าวัน ระดับพิษในเลือดก็เริ่มลด ตามด้วยการ เปลี่ยนผ้าปิดแผล การปลูกถ่ายหนัง การ ผ่าตัด และการบำบัดด้วยออกซิเจนความดันสูงนานหลายเดือน ทันทีที่แบร์รี่รู้สึก ดีพอ เขาก็เริ่มทำงานขายจากบ้าน

“ไม่มีใครอยากจ้างดิฉัน”

ประสบการณ์ครั้งนี้ทำให้รู้ทันทีว่าต้อง เปลี่ยน ขณะที่ดิฉันใช้เวลาสองสามปีต่อจากนั้นคิดใคร่ครวญว่าจะทำอะไรถ้าดิฉัน สูญเสียแบร์รี่ ดิฉันทำงานอาสา เข้าร่วม ประชุมเชิงปฏิบัติการ และสมัครงาน นอกเวลาหลายงานร่วมด้วย แต่ดิฉันไม่มีทักษะที่ตลาดต้องการ และไม่มีใครอยากจ้างดิฉัน

เราอาศัยอยู่ที่ฟาร์มแห่งหนึ่ง มีที่สำหรับเลี้ยงสัตว์ได้ไม่มาก ดิฉันจึงเริ่ม ค้นคว้าเรื่องการทำฟาร์มเป็นอาชีพ วันหนึ่งความคิดเรื่องดอกไม้ก็เข้ามา หลังจากค้นคว้าเรื่องการทำฟาร์มดอกไม้ ดิฉัน ตัดสินใจลองทำดู ดิฉันไปร่วมการสัมมนา สำหรับคนปลูกดอกไม้และเตรียมเปลี่ยน ที่เลี้ยงสัตว์เป็นแปลงปลูก จากนั้นในเดือนพฤศจิกายน ปี 2016 ดิฉันลงชื่อเข้า ชั้นเรียนการพึ่งพาตนเองเพื่อเรียนรู้วิธี เริ่มและขยายธุรกิจของตนเอง

ร้านดอกไม้ของเราเอง

หลักสูตร 12 สัปดาห์ตรงกับที่ดิฉัน ต้องการพอดี ดิฉันมีแผนธุรกิจพื้นฐาน

และมีความคิดสนุกๆ มากมาย แต่ขาด การจัดการอย่างเป็นระบบ ความคิดต่างๆ ที่ดิฉันไม่เคยพิจารณามาก่อนเกิดขึ้น ในชั้นเรียน ดิฉันลงมือทำที่ละอย่าง เมื่อ ดิฉันปลูกดอกไม้และขายดอกไม้ปีแรก ข้อเสนอแนะและหลักธรรมที่ดิฉันเรียนรู้ ในชั้นช่วยได้มาก:

- ดิฉันพบสินเชื่อบริการธุรกิจดอกเบ๊ยต่ำ
- ดิฉันขายตลาดไปถึงตลาด เกษตรกรและร้านดอกไม้
- ดิฉันจัดงานหลายครั้งที่ฟาร์มของเราเพื่อขยายบริการของดิฉัน

ปลายปี 2017 หลังจากทำฟาร์มปีแรก ดิฉันรู้ว่าการขายให้ร้านดอกไม้ใช้เวลา มากเกินไป “จะเป็นอย่างไรถ้าดิฉันเปิด ร้านดอกไม้ของตนเอง” ดิฉันสงสัย ร้านดอกไม้ในท้องถิ่นปิดไปแล้ว และตั้งหลัง นั้นกลายเป็นสถานที่ไม่น่ามอง ดิฉัน กับสามีจึงซื้อตึกหลังนั้น ซ่อมแซม และ เปิดร้านดอกไม้ที่ขายงานศิลปะและงาน ฝีมือท้องถิ่นด้วย นอกจากนี้ดิฉันยังได้ เปิดธุรกิจให้เช่าต้นไม้และออกแบบไม้ประดับภายในด้วย

ดิฉันขายดอกไม้ผ่านร้านของเราและที่ ร้านกาแฟ ร้านบูติก และซุ้มที่สนามบิงโกท้องถิ่นด้วย ดิฉันเก็บเกี่ยวสิ่งที่ต้องการทุกวัน

พระเจ้าสนพระทัย

ดิฉันมีประจักษ์พยานว่าพระเจ้าสนพระทัยธุรกิจของดิฉัน พระองค์ทรงช่วย

ดิฉันสร้างความมั่นคงทางการเงินให้ตนเอง และ สร้างงานนอกเวลาให้สตรีหลายคนที่ต้องการทำงานตามเวลาที่ ยืดหยุ่นได้และให้นักศึกษาที่ทำงานหารายได้เป็นทุนเล่าเรียน บุตรสาวคนหนึ่งของ เราบริหารฟาร์มดอกไม้ และบุตรชายสองคนของเราทำงานฟาร์มหลายอย่าง รวมทั้งช่วยสร้างเรือนกระจกด้วย แบร์รี่ช่วยงานตอนเย็นและวันหยุดสุดสัปดาห์ โดยทำงานที่ต้องยกของหนักๆ

เราทุกคนสนับสนุนกันและทำงานด้วยกัน นี่เป็นพรสำหรับทุกคนที่เกี่ยวข้อง ดิฉันมีงานยุ่งตลอดเวลาแต่ยังมีเวลาให้ครอบครัว การเรียกของศาสนจักร หน้าที่ ปฏิบัติศาสนกิจ และงานอาสา

การทำงานตั้งแต่เวลาเพาะเมล็ดหรือ เหยงไปจนถึงเวลาเสนอขายดอกไม้ให้ ลูกค้าทำให้ดิฉันรู้สึกประสบความสำเร็จ มาก ดิฉันไม่สงสัยเลยว่าพระเจ้าทรงขยาย ความสามารถของดิฉันและทรงทำให้ ดิฉันประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้นกว่าที่ดิฉัน จะทำได้ด้วยตนเอง ■

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐอาร์คันซอ สหรัฐอเมริกา

มารธากับ มารีย์

โดย คามิลล์ ฟรองค์ โอลสัน

ศาสตราจารย์เกียรติคุณภาควิชาพระคัมภีร์
โบราณ มหาวิทยาลัยบริคัม ยังก์

ไม่ว่าเราจะเลือกรับใช้วิธีใด สำคัญ
ที่เราต้องยอมรับและทำตามพระ
คริสต์ผู้สุดใจสุดจิตของเรา

ครั้งหนึ่งเมื่อคนมากมายในเยรูซาเล็มแสดงความสับสนต่อพระอัครสาวกของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด พระเยซูทรงสอนว่า “ถ้าใครตั้งใจประพฤติตามพระประสงค์ของพระองค์ คนนั้นก็จะต้องรู้ว่าคำสอนนั้นมาจากพระเจ้าหรือที่เราพูดตามใจชอบเอง” (ยอห์น 7:17) ถ้าเราต้องการทำมากกว่าเรียนรู้หลักคำสอนและเรียนรู้ว่าพระเยซูคริสต์ทรงเป็นใครและกลายเป็นสานุศิษย์ของพระองค์ เราต้องเปลี่ยนศรัทธาของเราเป็นการปฏิบัติ เรื่องราวของมารธากับมารีย์แสดงให้เห็นว่ามีวิธีรับใช้พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดในชีวิตเรามากกว่าหนึ่งวิธี

ไม่นานหลังจากคำเทศานี้ พระเยซูและสาวกบางคนของพระองค์ไปบ้านของมารธาในเบธานีเพื่อสอนพระกิตติคุณ มารธาทำความรับผิดชอบพื้นฐานของการเป็นเจ้าบ้านที่มีมารยาท อาจจะจัดเตรียมอาหารและที่พักให้แก่แขก ส่วนมารีย์น้องสาวของเธอ นั่งอยู่แทบพระบาทพระเยซูและฟังพระองค์ตรัส (ดู ลูกา 10:38-42) วิธีรับใช้พระเจ้าที่ต่างกันของพี่น้องคู่นี้สอนให้เราเคารพและให้เกียรติคนที่แสดงความเป็นสานุศิษย์ต่างกันออกไป คำสอน

ของพระเยซูในเรื่องนี้แสดงให้เห็นมุมมองของพระองค์เช่นกันว่าสตรีมีอิสระที่จะเลือกวิธีรับใช้และวิธีแสดงความเป็นสานุศิษย์เช่นเดียวกับบุรุษ

การรับใช้ผ่านการให้

ลูกาบันทึกอุปมาเรื่องชาวสะมาเรียใจดี ก่อนที่เขาจะแนะนำให้รู้จักมารธากับมารีย์ในเรื่องนี้ พระช่วยให้รอดทรงสอนให้เราแสดงความเมตตาต่อผู้อื่น เช่นให้อาหารที่พอก และดูแลคนขัดสน (ดู ลูกา 10:30-37) ความพยายามของมารธาในการ “ปรนนิบัติ” (ลูกา 10:40) บ่งบอกถึงการยอมรับและการตีความหลักธรรมนี้ของเธอว่าเธอเปลี่ยนศรัทธาเป็นการปฏิบัติ

พระเยซูทรงดำเนินพระชนม์ชีพในการรับใช้เพื่อแสดงแบบอย่างของคำสอนที่ว่าผู้เป็นใหญ่ที่สุดจะปฏิบัติศาสนกิจต่อผู้อื่น (ดู มัทธิว 20:26-28; ลูกา 22:26-27) มารธาตอบรับด้วยความปรารถนาจะรับใช้พระองค์ เรื่องราวของมารธากับมารีย์แสดงให้เห็นสตรีสองคนผู้เป็นตัวอย่างของความเชื่อและการเป็นสานุศิษย์ที่แท้จริงผ่านการรับใช้และการเรียนรู้ แจกเช่น

มารธาแสดงความรักต่อพระคริสต์ผ่านการรับใช้ เราสามารถรับใช้คนรอบข้างที่มีศรัทธารวมอยู่ในความรักของเราต่อพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดและความเต็มใจของเราที่จะเรียนรู้และทำตามพระกิตติคุณของพระองค์

เมื่อเราเริ่มใช้ เราพึงจดจำว่ามีอีกหลายวิธีให้รับใช้และเราต้องไม่ตัดสินผู้มีส่วนในการรับใช้เหล่านั้น เมื่อมารธา “วุ่นวายอย่างมาก” (ลูกา 10:40) ปฏิบัติการของเธอนำไปสู่ความขัดแย้งและคุกคามไม่ตรึงจิตจากการเสด็จเยือนของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด ถึงแม้มารธาจะต้อนรับขับสู้และรับผิดชอบ แต่ความที่งานยุ่งของเธอจึงวุ่นวายไปหมด เธอบ่นกับพระเยซูว่า “องค์พระผู้เป็นเจ้า พระองค์ไม่สนพระทัยหรือที่น้องสาวของข้าพระองค์ปล่อยให้ข้าพระองค์ปรนนิบัติอยู่คนเดียว? ขอพระองค์สั่งน้องให้มาช่วยข้าพระองค์ด้วย” (ลูกา 10:40) คำทักท้วงของเธอบอกเป็นนัยว่าเธอเข้าใจว่าเธอรับใช้อยู่คนเดียว เธอมองไม่เห็นวิธีรับใช้ของผู้อื่นในขณะนั้นที่ต่างจากเธอ รวมถึงการรับใช้ของมารีย์และพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดด้วย มารธาแสดงให้เห็นหลักธรรม



เราสามารถรับตัวอย่างของมารธา
กับมารีย์ไว้ในชีวิตเราและทุกข
การนำทางจากพระวิญญาณเพื่อจะ
รับใช้ในวิธีที่ดีที่สุด

ของการให้แต่ด้วยเจตคติที่ไม่โน้มนำพระ
วิญญาณในชีวิตเราทุกวันนี้ เราสามารถ
แสดงความรักต่อผู้อื่นโดยการกระทำ
และ เจตคติของเราได้เช่นกัน

การรับใช้ผ่านการรับ

พระเยซูทรงยอมรับความพยายามของ
มารธาที่จะรับใช้และความหุนหันงิดของ
เธอด้วยพระสุรเสียงเชิงตักเตือนว่า
“มารธา มารธาเอ๋ย เธอกระวนกระวายใจ
และร้อนใจหลายอย่างเหลือเกิน” (ลูคา
10:41) พระดำรัสของพระผู้ช่วยให้รอด
มิได้มุ่งหมายจะลดคุณค่าของวิธีที่มารธา
เลือกแสดงความโอบอ้อมอารีแต่เพื่อ
ยอมรับสิทธิ์ที่มารีย์จะรับใช้ผ่านการฟัง
และการเรียนรู้ การกระทำของมารีย์
แสดงให้เห็นว่าทุกคนที่ปรารถนาจะ

ติดตามพระองค์ล้วนมีอิสระที่จะเลือก
วิธีรับใช้ของตน

มารีย์ยอมให้พระผู้ช่วยให้รอดรับใช้เธอ
โดยรับพระวาทะของพระองค์ แบบอย่าง
ของเธอแสดงให้เห็นว่าเราสามารถแสดง
ความรักต่อพระผู้ช่วยให้รอดผ่านการนั่ง
แทบทพระบาทพระองค์เพื่อเรียนรู้และ
เติบโตในพระวิญญาณ

สิ่งที่จำเป็นนั้นมีเพียงสิ่งเดียว

พระดำรัสตอบข้อขัดแย้งของมารธา
แสดงให้เห็นว่า “สิ่งที่จำเป็นนั้นมีเพียงสิ่ง
เดียว” (ลูคา 10:42) บอกเป็นนัยถึงพลังอัน
ลึกซึ้งของความเรียบง่าย แต่ *เรียบง่าย* มี
ความหมายต่างกันไปสำหรับเราแต่ละคน
มาตรฐานของ “สิ่งที่จำเป็น” ไม่ได้อยู่ในสิ่ง
ที่เราทำแต่อยู่ในเจตนาของเรา ไม่ว่าเราจะ

เลือกรับใช้วิธีใด สิ่งสำคัญคือการยอมรับและ
ทำตามพระคริสต์ด้วยสุดใจสุดจิตของเรา

อาจจะเป็นว่าการรับใช้ “แบบมารธา”
อาจดีที่สุดในบางขณะ ส่วนเวลาอื่นดู
เหมือนจะเสนอให้ “ตอบรับแบบมารีย์” —
หรืออาจไม่มีเวลาใดเหมาะกับการรับใช้ทั้ง
สองประเภท เราสามารถรับตัวอย่างของ
มารธากับมารีย์ไว้ในชีวิตเราและทุกข
การนำทางจากพระวิญญาณเพื่อจะรับใช้
ในวิธีที่ดีที่สุด

ขอให้เรามองดูเจตคติของเราขณะรับ
ใช้ในวิธีที่เราเลือก โดยจดจำว่าความเชื่อ
มั่นของเราในการติดตามพระองค์เป็นสิ่ง
สำคัญที่สุด ขอให้เราพบตนเองอยู่แทบท
พระบาทพระผู้ช่วยให้รอดเสมอ ■



โดย อธิการ
 ดิน เอ็ม. เดวิส
 ที่ปรึกษาที่หนึ่งใน
 ฝ่ายอธิการควบคุม

การเป็นสานุศิษย์ ที่พระองค์ทรงนำ

ถ้าท่านจะพยายามเป็นสานุศิษย์ที่แท้จริงของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดที่รักของเรา
 พระเจ้าพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของสวรรค์จะทรงนำทางท่าน

ปาพเจ้าต้องการตั้งคำถามสองข้อที่ตัวข้าพเจ้าเองต้องการ
 คำตอบเมื่ออายุน้อย
 หนึ่ง ถ้าท่านอุทิศชีวิตแต่การรับใช้พระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ
 พระองค์จะทรงนำก้าวเดินของท่านและใช้ท่านเพื่อจุดประสงค์
 อันชอบธรรมของพระองค์หรือไม่ สอง ถ้าท่านเลือกติดตามพระเจ้าผู้
 ช่วยให้ออกและเดินในเส้นทางของการเป็นสานุศิษย์ พระเจ้าจะ
 ทรงดูแลท่าน นำทางท่าน อวยพรท่าน และทำให้ท่านเปี่ยมด้วย
 วิญญาณของปีติและสัมฤทธิ์ผลขณะทรงใช้ท่านเพื่อจุดประสงค์
 ของพระองค์หรือไม่

พี่น้องที่รัก ถ้าท่านถวายใจแต่พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดและมุ่งมั่นเดิน
 ด้วยศรัทธาและความเห็นใจบนเส้นทางที่พระองค์ทรงบัญชา ข้าพเจ้า
 รู้ว่าพระเจ้าจะทรงใช้ท่านในวิธีที่ท่านนึกภาพไม่ออกในเวลา

“แต่ฉันไม่ใช่คนพิเศษ” ท่านกล่าว “ฉันอยู่ระดับปานกลางใน
 ทุกๆ ด้าน ฉันไม่ฉลาด ไม่มีวาทศิลป์ ไม่ได้แต่งตัวดี หรือแม้ไม่
 ได้ประพฤติดีเป็นพิเศษ พระเจ้าผู้เป็นเจ้าของจะทรงใช้ฉันได้อย่างไร”

นับตั้งแต่กาลเริ่มต้น พระบิดาบนสวรรค์ของเราทรงเอื้อมไป
 หาคคนที่อยู่ระดับปานกลางและทรงใช้พวกเขาเพื่อจุดประสงค์
 ของพระองค์ อัครสาวกเปาโลเขียนถึงท่านวันนี้ เฉกเช่นที่เขา
 เขียนถึงชาวโครินธ์สมัยโบราณว่า

“พระเจ้าได้ทรงเลือกพวกที่โลกถือว่าโง่เพื่อให้พวกเขามีปัญญา
 อับอาย และได้ทรงเลือกพวกที่โลกถือว่าอ่อนแอเพื่อให้พวกเขา
 แข็งแรงอับอาย

“พระเจ้าได้ทรงเลือกพวกที่โลกถือว่าต่ำต้อยและดูหมิ่นและ
 เห็นว่าไม่สำคัญเพื่อทำลายสิ่งซึ่งโลกเห็นว่าสำคัญ

“เพื่อไม่ให้มนุษย์สักคนหนึ่งโอ้อวดเฉพาะพระพักตร์พระเจ้า
 ได้” (1 โครินธ์ 1:27-29)

เมื่อถึงเวลาที่พระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงฟื้นฟูศาสนจักรของ
 พระองค์บนแผ่นดินโลก ท่านคิดว่าเหตุใดพระองค์ทรงเลือกเด็ก
 หนุ่มต่ำต้อยด้อยการศึกษา

ท่านคิดว่าเหตุใดพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของรับสั่งกับเกษตรกรชื่ออิกเดโอน
 ให้ส่งทหารกลับบ้านจนกว่าจะเหลือเพียง 300 คนให้เผชิญหน้า
 ศัตรูนับไม่ถ้วน (ดู ผู้วินิจฉัย 7:1-25)

ท่านคิดว่าเหตุใดพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงเลือกชาวประมงเป็น
 หัวหน้าอัครสาวกและนำศาสนจักรหลังจากพระองค์เสด็จไปแล้ว
 (ดู มัทธิว 16:18)

หนึ่ง เพราะ “พระยาเวห์ไม่ได้ทอดพระเนตรเหมือนที่
 มนุษย์ดู เพราะมนุษย์ดูที่รูปร่างภายนอก แต่พระยาเวห์ทอด
 พระเนตรจิตใจ” (1 ซามูเอล 16:7)

สอง เพราะพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของทรงสามารถนำดินเหนียวที่ต่ำต้อย
 ที่สุดมาปั้นเป็นผลงานชิ้นเอก โดยแท้แล้ว “ถ้าพระเจ้าทรงอยู่
 ฝ่ายเรา ใครจะขัดขวางเราได้?” (โรม 8:31)

สาม พระเจ้าผู้เป็นเจ้าของทรงเลือกคนอ่อนแอเพื่อจะไม่มีสักคนพูด
 โอ้อวดได้ว่า “ฉันทำสิ่งนี้ด้วยความสามารถของตนเอง”

เมื่อเปโตรชาวประมงที่ต่ำต้อยพาผู้เชื่อกลุ่มเล็กเข้ามา





ในศาสนาจักรที่ยิ่งใหญ่และนำพวกเขา พวกเขาเปล่งเสียง
ขอบพระทัยพระเจ้าเป็นเจ้า

เมื่อกลุ่มคน 300 คนรอบพระคองทวารหลายพันนาย พวกเขา
สรรเสริญพระเจ้าเป็นเจ้า

เมื่อเด็กชายแดนคนหนึ่งวางคันไถมาแปลข้อความที่สร้างแรง
บันดาลใจและเปลี่ยนชีวิตมากที่สุดนับตั้งแต่พระคัมภีร์ไบเบิล
ผู้คนไม่ได้แปลปลื้มในสติปัญญาของมนุษย์แต่ในเดชานุภาพ
ของพระเจ้าเป็นเจ้า

พระบิดาบนสวรรค์ไม่ทรงต้องการให้ท่านมีกำลังมาก ปรารถ
เปรี๊ยะ หรือพูดเก่ง พระองค์ทรงต้องการให้ท่านน้อมจิตใจเข้าหา
พระองค์และมุ่งถวายเกียรติพระองค์โดยรับใช้พระองค์และยื่น
มือช่วยเหลือคนรอบข้างด้วยความเห็นใจ

การปฏิบัติของพระวิญญาณศักดิ์สิทธิ์

เรื่องที่สองที่ข้าพเจ้าต้องการให้ท่านเข้าใจชัดเจนคือถ้าท่าน
จะติดตามพระเจ้าเป็นเจ้าในความจริงและพลัง พระองค์จะทรง
อวยพรท่านในวิธีที่ท่านไม่สามารถเข้าใจได้

ในปี 2006 ประธานกอร์ดอน บี. ฮิงค์ลีย์ (1910–2008) และ
ฝ่ายประธานสูงสุดตัดสินใจว่าจะมีพระวิหารในซานซาลวาดอร์
เอลซาลวาดอร์ เราไปดูที่ดินหลายแห่ง รวมถึงที่แปลงหนึ่งตรงที่
เคยเป็นใจกลางเมือง ขณะขับรถจากที่หนึ่งไปอีกที่หนึ่ง ดูเหมือน
ไม่เหมาะสมสักแห่ง

ในที่สุดเราก็ผ่านย่านกำลังพัฒนาทางฝั่งตะวันตกของเมือง
ข้าพเจ้ารู้สึกบางอย่างในย่านนั้นและเดินวนรอบๆ บริเวณนั้น ที่
แห่งหนึ่งมีกำแพงล้อมรอบและน่าสนใจเป็นพิเศษ ข้าพเจ้าติดต่อ
เจ้าของและได้รับคำตอบว่าที่ตรงนั้นไม่ขาย ข้าพเจ้าจึงกลับบ้าน
แต่ศาสดาพยากรณ์บอกว่าจะสร้างพระวิหารในซานซาลวาดอร์
ข้าพเจ้าจึงกลับไปดูที่อื่น ข้าพเจ้าถูกดึงดูตให้ไปยังที่ดินซึ่งมี
กำแพงอีกครั้ง และข้าพเจ้าติดต่ออีก พวกเขาพูดเหมือนเดิมว่าที่
ตรงนั้นไม่ขาย

ข้าพเจ้ากลับบ้านอีกครั้งแต่ไม่สามารถสลัดความรู้สึกว่าที่ดิน
ตรงนี้เป็นบริเวณที่ควรสร้างพระวิหาร ข้าพเจ้าติดต่อครอบครัว
นั้นและถามว่าพวกเขาจะพบข้าพเจ้าสักครั้งได้ไหม พวกเขา
ตอบตกลง ข้าพเจ้าเดินทางไปซานซาลวาดอร์อีกครั้งพร้อมทั้ง
โรเบิร์ต ฟอกซ์เพื่อนและเจ้าหน้าที่ในแผนกสังฆการิมัทธิย์ของ
ศาสนาจักร เข้าวันนั้นเราคุยกเข้าสวดอ้อนวอนในห้องข้าพเจ้าก่อน
เริ่มตั้งวันและทูลขอความช่วยเหลือจากพระเจ้า

ขณะขับรถผ่านประตูเข้าบ้าน แทบจะเหมือนกำลังเข้าสวน
ศักดิ์สิทธิ์ มีต้นไม้และดอกไม้ เสียงนกหวากจากด้านนอกหยุดอยู่
ที่ประตู คุณมิเกล ดูเอนาส น้องชายของเขา กับบุตรชายสองคน
ของมิเกลรอเราอยู่ พวกเขาทักทายเราและพาเราเข้าไปในบ้านที่
ตกทอดมาจากบรรพบุรุษ—ซึ่งใหญ่โตกว้างขวาง

เราบอกพวกเขาว่าเรามาที่นี่ตามการมอบหมายจากประธาน
ศาสนาจักรของเรา ท่านต้องการให้พรประเทศนี้และสมาชิก

ศาสนจักรโดยการสร้างพระวิหารที่นี้ ข้าพเจ้าให้ดูภาพพระวิหารหลายแห่ง ข้าพเจ้าบอกว่าเรารู้สึกว่าที่ของพวกเขา บ้านที่ตกทอดมาจากบรรพบุรุษ เป็นที่ที่เหมาะสม

ไม่แปลกเมื่อพวกเขาปฏิเสธอีกครั้ง แต่เราต้องพยายามเป็นเวลาเกือบชั่วโมงที่เราพยายามทำทุกวิถีทาง เช่น ขอซื้อพื้นที่เดี่ยวนั้น แลกทรัพย์สิน และเสนอทางเลือกอื่นที่เรานึกออก แต่พวกเขาขึ้นกรานความตั้งใจเดิมและปฏิเสธข้อเสนอนทั้งหมด

เราทำทุกอย่างที่ทำได้แล้ว เราเตรียมแล้ว เราทำดีที่สุดเท่าที่เรารู้แล้ว แต่นั่นยังไม่พอ

ใจข้าพเจ้าเต็มไปด้วยการสวดอ้อนวอนอย่างเร่งด่วน “ข้าแต่พระบิดา โปรดช่วยให้พวกข้าพระองค์รู้ว่าจะพูดหรือทำอะไร”

ปรากฏชัดในที่สุดว่าการเดินทางของเราไร้ผล ดูเหมือนว่าไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลงใจพวกเขาได้ แต่ขณะที่เราเตรียมจะออกมา มีบางอย่างเกิดขึ้น พระวิญญาณของพระเจ้าเข้ามาในห้อง แจ่มแจ้งชัดเจน ทุกคนในห้องรู้สึก นั่นเป็นประสบการณ์แรงกล้าที่สุดทางวิญญาณครั้งหนึ่งที่ข้าพเจ้าเคยรู้สึก

มิเกล ดูเอนาสไม่ได้เป็นสมาชิกศาสนจักร เขาเริ่มร้องให้ คุณดูเอนาสเหลียวมองน้องชายและพูดว่า “ถ้าเราขายบ้านที่ตกทอดมาจากบรรพบุรุษไม่ได้ เราจะขายที่ที่ดีที่สุดของเราฝั่งตรงข้ามถนนได้ไหม”

น้องชายตอบรับ จากนั้นเราคุยกันเรื่องทีี่อีกแปลงหนึ่ง พวกเขาเป็นเจ้าของที่หลายร้อยเอเคอร์บนถนนสายหลักตรงข้ามบ้านที่ตกทอดจากบรรพบุรุษ ตรงกลางของทีี่แปลงนั้นล้อมออกมาถนนเล็กน้อยเพื่อให้รถทุกคันที่สัญจรไปมาเห็นพระวิหาร

พวกเขาเสนอให้สร้างพระวิหารของพระเจ้าบนทีี่แปลงนั้น นั่นเป็นปฎิหาริย์อย่างแท้จริง นับจากวินาทีนั้น พระของพระเจ้าเข้ามาตามลำดับ วันที่ 21 สิงหาคม ค.ศ. 2011 ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์ เวลานั้นเป็นที่ปรึกษาทีี่หนึ่งในฝ่ายประธานสูงสุด อุทิศพระวิหารเพื่อการรับใช้พระเจ้า

ข้าพเจ้าเป็นพยานว่าพระวิหารที่สวยงามทำให้เนินเขาของซานซัลวาดอร์สง่างามไม่ใช่เพราะสิ่งทีี่เราเตอร์ฟ็อกซ์หรือข้าพเจ้าพูดหรือทำแต่อย่างใด พระวิหารตั้งอยู่ที่นั่นวันนี้เพราะการปฏิบัติอันทรงพลังของพระวิญญาณศักดิ์สิทธิ์ของพระเจ้าเป็นผู้ทรงฤทธานุภาพ

พระบิดาผู้ทรงเปี่ยมด้วยพระเมตตาของเรา

ถ้าพระเจ้าสนพระทัยพอจะส่งพระวิญญาณของพระองค์มาทำให้เราได้สถานที่สร้างพระวิหาร ท่านไม่คิดหรือว่าพระองค์จะทรงส่งพระวิญญาณของพระองค์มาเตรียมใจท่านและนำทางก้าวเดินของท่าน

ท่านมีค่ามากกว่าที่ดินอย่างมีอาจพรรณนาได้ ท่านเป็นบุตรธิดาที่รักของพระบิดาในสวรรค์ของท่าน ท่านเป็นหน่อเนื้อเชื้อไขของพระเจ้าแห่งจักรวาล!

ท่านไม่คิดหรือว่าพระองค์ทรงห่วงใยท่าน ท่านไม่คิดหรือว่าพระองค์จะทรงใช้ท่านและทรงอวยพรท่านในวิธีทีี่น่ายินดีเกินกว่าท่านจะจินตนาการได้

พระคัมภีร์บอกเราว่าถ้าเรา “วางใจในพระเจ้าด้วยสุดใจ [ของเร] และอย่างทีี่พาดความรอบรู้ของ [เร] เอง” ถ้าในทุกวิถีของเราเรา “ยอมรับรู้พระองค์ . . . พระองค์จะทรงกระทำให้วิถี [ของเรา] ราบรื่น” (สุภาษิต 3:5-6)

กษัตริย์เป็นจามินสรุปข่าวสารที่ข้าพเจ้าประสงค์จะฝากท่านไว้ อย่างสมบูรณ์ เขากล่าวว่า “ข้าพเจ้าปรารถนาให้ท่านพิจารณาถึงสภาพอันเป็นพรและเป็นสุขของคนทีี่รักษาพระบัญญัติของพระเจ้าเป็นเจ้า. เพราะดูเถิด, พวกเขาได้รับพรในทุกสิ่ง, ทั้งฝ่ายโลกและฝ่ายวิญญาณ; และหากพวกเขายืนหยัดอย่างซื่อสัตย์จนกว่าชีวิตจะหาไม่แล้วพวกเขาจะได้รับเข้าสู่สวรรค์, เพื่อโดยการนั้นพวกเขาจะพำนักอยู่กับพระเจ้าเป็นเจ้าในสภาพแห่งความสุขอันไม่รู้จบ” (โมไซยาห์ 2:41)

ข้าพเจ้าปลั่งเสียงสรรเสริญและเป็นพยานถึงความจริงนี้ ข้าพเจ้าเป็นพยานว่าข้าพเจ้าเห็นพรที่พระเจ้าผู้เป็นเจ้าทรงสัญญาไว้เกิดสัมฤทธิ์ผลครั้งแล้วครั้งเล่าในชีวิตข้าพเจ้าเองและในชีวิตคนมากมาย

ข้าพเจ้าสัญญาว่าถ้าท่านจะน้อมจิตใจท่านเข้าหาพระบิดาในสวรรค์ ถ้าท่านจะรักและติดตามพระเยซูคริสต์อย่างสมบูรณ์มากขึ้นทุกวัน ถ้าท่านจะแบ่งเบาภาระและยกมือคนรอบข้างทีี่กำลังลำบากด้วยความเห็นใจและความกรุณา ถ้าท่านจะหมยมนั้นเป็นสานุศิษย์ทีี่แท้จริงของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทีี่รักของเรา พระเจ้าพระเจ้าผู้เป็นเจ้าแห่งสวรรค์จะทรงนำทางท่าน พระองค์จะทรงใช้ท่านเพื่อจุดประสงค์อันล้ำเลิศของพระองค์ พระองค์จะทรงอวยพรท่านในวิธีทีี่ท่านนึกภาพไม่ออก ■

จากคำปราศรัยให้ข้อคิดทางวิญญาณเรื่อง “พระเจ้าผู้เป็นเจ้าจะทรงใช้ท่าน พระเจ้าผู้เป็นเจ้าจะทรงอวยพรท่าน” ที่มหาวิทยาลัยบริคม ยังก์ วันที่ 3 พฤศจิกายน ค.ศ. 2015

การเปลี่ยนแปลงในใจ การเปลี่ยนเพื่อน

สมัยเป็นวัยรุ่น ผมดีใจมาก และ
ประหลาดใจตรงข้ามกับที่ผมได้รับการ
อบรมเลี้ยงดูมา ผมเริ่มตี๋มเครื่องตี๋ม
แอลกอฮอล์เมื่ออายุ 13 ปี และผมตี๋มทุก
วันหยุดเสาร์อาทิตย์ตอนเรียนมัธยมปลาย
ปีสุดท้าย

ผมเข้าโบสถ์เป็นครั้งแรกเพื่อลดการ
ทะเลาะกับพ่อแม่ แต่ผมจะหลบตลอด
การประชุมศีลระลึกแล้วออกไปชายหาด
ก่อนโรงเรียนวันอาทิตย์ ถ้าจะพูดว่าพ่อ
แม่ไม่มีความสุขกับพฤติกรรมของผม
ก็ยังไม่มีความสุขกับพฤติกรรมของผม
ตรงที่พวกท่านเคารพสิทธิ์เสรีของผม
ระหว่างกระตุ้นให้ผมดำเนินชีวิตตาม
พระกิตติคุณอย่างต่อเนื่อง แต่ผมก็ยัง
ไม่มีเจตนาจะแข็งขันในศาสนจักร และ
แน่นอนว่าผมไม่เห็นงานเผยแผ่ใน
อนาคตของผม

หลังเรียนจบมัธยมปลาย ผมเข้าเรียน
มหาวิทยาลัยชุมชนและยังดีเหมือนเดิม

แต่ดีก็คืนหนึ่ง ผมจำได้ว่ากำลังนอนอยู่
บนโซฟาพลาซาสงสัยเกี่ยวกับอนาคตของ
ตนเอง ผมอยากแต่งงานกับผู้หญิงแบบ
ไหน ถ้าผมหันหลังให้พระเจ้า ผมจะพบ
ทางกลับหรือเปล่า การตัดสินใจเหล่านี้
สำคัญก็จริง แต่ไม่ได้จูงใจให้ผมเปลี่ยน

ไม่นานหลังจากนั้น ผมไปร่วมงานเลี้ยง
ที่สวนหลังบ้านของเพื่อนคนหนึ่ง มีเครื่อง
ตี๋มแอลกอฮอล์กับกองไฟกลางแจ้งด้วย
หลังจากคุยเล่นกับเพื่อนๆ ชั่วประเดี๋ยว
ผมปลื้มตัวออกมาครู่หนึ่งและหลับตา

เมื่อผมลืมตาอีกครั้ง ผมเข้าใจชัดเจน
ทันที ผมดูเพื่อนๆ ทำสิ่งโง่เขลาและไม่
เห็นตนเองเป็นพวกเดียวกับกลุ่มนั้นอีก
ผมออกมาและตัดสินใจเลิกตี๋ม เลิกไปงาน
เลี้ยง นั่นหมายความว่าผมจะต้องเปลี่ยน
กลุ่มเพื่อนซึ่งไม่ง่ายเลย แต่ผมเปลี่ยน

การตัดสินใจเหล่านั้นเป็นพรแก่ชีวิต
ผม ผมรับใช้งานเผยแผ่ในท้ายที่สุดและ
ทำการเรียกมากมาย สำคัญที่สุดคือผม

แต่งงานกับผู้หญิงที่ยอดเยี่ยมในพระวิหาร
สิ่งนี้นำไปสู่พรประเสริฐสุดของชีวิต

เมื่อไม่นานมานี้ผมอ่านเรื่องการ
เปลี่ยนใจเลื่อมใสของแอลมาและพวก
บุตรของโมไซยาห์ (ดู โมไซยาห์ 27) วิธีที่
พวกเขาประสบการเปลี่ยนแปลงอันลึกซึ้ง
ในใจ (ดู แอลมา 5:12–14) ส่วนหนึ่งเกิด
ขึ้นเพราะคำสวดอ้อนวอนที่ซื่อสัตย์ของ
บิดาของแอลมา จากนั้นผมคิดถึงพ่อแม่
ของผมและตระหนักว่าตลอด 30 ปีที่ผ่านมา
ประสบการณ์ของผมที่งานเลี้ยงวัน
นั้นเป็นผลโดยตรงจากคำสวดอ้อนวอน
ของพวกท่าน

เวลานี้ผมเป็นพ่อของลูกที่ซอบซัดขึ้น
ผมพบตนเองอยู่ในสถานการณ์คล้ายกับ
บิดาของแอลมาและพ่อแม่ของผม แต่
ขณะเปรียบพระคัมภีร์กับตัวผม ผมมี
ศรัทธาและความหวังว่าวันหนึ่งลูกของผม
จะประสบการเปลี่ยนแปลงในใจเช่นกัน ■
สงวนนาม, รัฐแคลิฟอร์เนีย สหรัฐอเมริกา

งานเลี้ยง ผม
ที่ดูเพื่อนๆ ทำ
สิ่งโง่เขลาและไม่
เห็นตนเองเป็น
พวกเดียวกับกลุ่ม
นั้นอีก



ความฝันอยากเป็นผู้สอนศาสนาเป็นจริงในที่สุด

หลายปีที่ดิฉันฝันอยากรับใช้งานเผยแผ่เต็มเวลา แต่เมื่อกลับบ้านหลังจากเรียนจบมหาวิทยาลัย ดิฉันเห็นว่าครอบครัวต้องพึ่งพาอาศัยดิฉันมาก สุขภาพของคุณพ่อไม่ดี และครอบครัวต้องการความช่วยเหลือด้านการเงิน ในฐานะลูกคนโต ดิฉันรู้สึกว่าคุณควรอยู่ช่วยที่บ้าน พระบิดาบนสวรรค์ประทานพรให้ดิฉันได้งานที่ดี แม้ได้ค่าจ้างไม่มาก แต่ก็พอประทังชีวิต

เมื่อมีคนถามเรื่องการรับใช้เป็นผู้สอนศาสนาเต็มเวลา ดิฉันตอบว่าดิฉันจะรับใช้ แต่ทุกครั้งที่ตอบแบบนี้ คุณแม่จะมองดิฉันด้วยสายตาที่เศร้าใจ ดิฉันรู้ว่าถ้าดิฉันขอไป ท่านจะตกลงและเกิดความหวังวิตกเกรงจะสูญเสียรายได้ของครอบครัวไว้ในใจอย่างเจ็บๆ

สองสามปีผ่านไป ผู้ดำรงฐานะปุโรหิตที่มีค่าควรคนหนึ่งขอดิฉันแต่งงานกับเขาในพระวิหาร ดิฉันตกลง และต่อมาเราได้รับพรให้มีบุตรสามคน—หญิงสองชายหนึ่ง ปีที่ใหญ่หลวงที่สุดประการหนึ่งของเราคือเมื่อบุตรชายไปเป็นผู้สอนศาสนา วิทยาลัยของความอบอุ่นใจและสันติสุขอยู่ในบ้านเราเต็มเปี่ยม ดูเหมือนว่าความปรารถนาจะเป็นผู้สอนศาสนาของดิฉันเป็นจริงแล้วส่วนหนึ่ง



การอ่านเรื่องราวของลูกสาวจากงานเผยแผ่ของเธอทำให้ดิฉันเปี่ยมด้วยวิญญาณผู้สอนศาสนา ดิฉันสวดอ้อนวอนขอให้มีโอกาสเป็นผู้สอนศาสนาและรู้สึกได้รับการกระตุ้นเตือนให้ส่งข้อความถึงเพื่อน

ดิฉันตื่นเต้นเมื่อลูกสาวคนโตบอกว่าเธออยากรับใช้เป็นผู้สอนศาสนาเช่นกัน ทุกสัปดาห์ในสนามเผยแผ่เธอส่งเรื่องราวการทำงานของเธอมาให้ดิฉัน ประจักษ์พยานของเธอเป็นแรงบันดาลใจให้ดิฉันและทำให้ดิฉันเปี่ยมด้วยวิญญาณผู้สอนศาสนา ดิฉันสวดอ้อนวอนขอโอกาสเป็นผู้สอนศาสนาทุกวัน

วันหนึ่ง ดิฉันได้รับการดลใจให้ถามเพื่อนคนหนึ่งผ่านข้อความส่วนตัวทางสื่อสังคมว่าเธอสนใจจะพบกับผู้สอนศาสนาหรือไม่ เธอตอบว่า “สนใจ!” ดิฉันกรอกแบบฟอร์มแนะนำรายชื่อผู้สนใจออนไลน์บน LDS.org และไม่นานผู้สอนศาสนาก็เริ่มสอนเธอ เธอเข้าร่วมศาสนจักรภายในสามเดือน ลูกๆ ของเธอตามมา หลังจากนั้นไม่กี่เดือน ดิฉันเชื่อเชิญให้เพื่อนอีกหลายคนฟังผู้สอนศาสนาตามที่พระวิญญาณทรงนำ ดิฉัน เมื่อลูกสาวกลับบ้าน ดิฉันรู้สึกว่าคุณดิฉันรับใช้เป็นผู้สอนศาสนาครบ 18 เดือนด้วย

พระบิดาบนสวรรค์ทรงทราบความปรารถนาของใจดิฉันและทรงทราบว่าจะไรดีที่สุดสำหรับดิฉันกับครอบครัว ดิฉันขอบพระทัยที่พระองค์ทรงเห็นชอบกับความปรารถนาจะรับใช้เป็นผู้สอนศาสนาซึ่งอยู่ในใจดิฉันมานาน ■ **จิน แดเนียด ดารอย, รัฐออนแทรีโอ แคนาดา**



การเดินทาง 30 ปีไปพระวิหาร

ก่อนน้องชายผม
จะไปสวิตเซอร์-
แลนด์ พระวิญญาน
ทรงกระซิบต่อใจผม
ว่าการเดินทางครั้งนี้
จะนำเขาให้ใกล้ชิด
พระเจ้าผู้ช่วยให้รอด
และศาสนจักรของ
พระองค์

หลายเดือนหลังจากผมรับบัพติศมา ออสวัลโด
น้องชายผมเข้าร่วมอีกนิกายหนึ่งและมี
ส่วนร่วมแข่งขันในที่ประชุมของนิกายนั้น แต่ผม
ต้องการให้ออสวัลโดรู้ว่าสิ่งที่ผมรู้เป็นความจริง โดย
เฉพาะอย่างยิ่งผมต้องการให้เขาเชื่อมโยงกับถ้อยคำ
ของศาสดาพยากรณ์

แต่ละเดือน เมื่อผมไม่ได้รับนิเทศสาร เลียโฮนา
ผมจะแบ่งปันให้กับออสวัลโด ผมแนะนำว่าบาง
หัวข้อในนิเทศสารจะช่วยเขาเตรียมสำหรับการ
ประชุมในศาสนจักรของเขา ผมตั้งใจเมื่อเขา
ยอมรับคำแนะนำ หลายปีผ่านไป ผมเสียใจที่เห็น
ว่าน้องชายจะไม่ยอมรับพระกิตติคุณที่ได้รับการ
ฟื้นฟูของพระเยซูคริสต์

เช้าวันหนึ่งออสวัลโดบอกครอบครัวเราว่าเขา
กำลังวางแผนจะออกจากบ้านของเราในเอกวาดอร์
และเดินทางไปสวิตเซอร์แลนด์ เขายอมรับพรจาก
ผมในวันที่เขาออกเดินทาง นั้นเป็นช่วงเวลาที่ผม
ตื่นตัวใจเพราะพระวิญญานทรงกระซิบต่อใจผม
ว่าการเดินทางครั้งนี้จะนำออสวัลโดเข้ามาใกล้ชิดพระ
ผู้ช่วยให้รอดและศาสนจักรของพระองค์มากขึ้น

ในสวิตเซอร์แลนด์ ออสวัลโดพบผู้สอนศาสนา
และในที่สุดก็เชิญพวกเขาไปบ้าน ตลอดช่วงเวลานั้น
เขาสร้างความสัมพันธ์นั้นเพื่อนสนิทกับผู้สอน

ศาสนา แต่เขาบอกผมว่าถ้าผู้สอนศาสนาพูดเรื่อง
บัพติศมา เขาจะไม่ต้อนรับพวกเขาอีก ลองนึกภาพ
ความประหลาดใจและปีติของผมเมื่อผมได้รับ
อีเมลจากเขาบอกว่าเขาจะรับบัพติศมา ผมเข้าร่วม
ศาสนจักรในปี 1981 ออสวัลโดรับบัพติศมาในอีก 20
ปีต่อมาในเดือนพฤษภาคม ปี 2001 เขาได้รับเอ็น-
ดาวเมนต์ในเดือนกรกฎาคม ปี 2002 และรับการ
ผนึกกับภรรยาของเขาในเดือนกุมภาพันธ์ ปี 2003

เมื่อออสวัลโดกลับไปเอกวาดอร์ เขาแสดง
ประสิทธิภาพในการประชุมศีลระลึก เขาพูดด้วย
น้ำตาคลอว่า “พี่ชายผมแบ่งปันถ้อยคำของศาสดา
พยากรณ์กับผม ถ้อยคำเหล่านี้สร้างแรงบันดาลใจ
ให้ผมขณะผมเตรียมการประชุมในโบสถ์ที่ผมเข้า
ร่วมตอนนั้น และคนจำนวนมากได้รับการสั่งสอน
แบบนี้ ถ้อยคำของศาสดาพยากรณ์เปลี่ยนชีวิตผม
ผมรู้ผ่านถ้อยคำเหล่านั้นว่าพระกิตติคุณของพระ
เยซูคริสต์อยู่บนแผ่นดินโลกในความสมบูรณ์อีก
ครั้งพร้อมด้วยพลังและสิทธิอำนาจ”

ในเดือนกุมภาพันธ์ 2011 ผมกับออสวัลโดรับ
การผนึกกับพ่อแม่ของเราในพระวิหารไกวย์อากิล
เอกวาดอร์ ถ้อยคำของศาสดาพยากรณ์เป็นพรแก่
ครอบครัวผมชั่ววันจันทร์ ■

ฟรานซิสโก ดับเบิลยู. เพียร์โร, ลิมา เปรู



ผู้เป็นมรณสักขีและประจักษ์พยานของดิฉัน

ดิฉันสงสัยเมื่อผู้สอนศาสนาสอนดิฉันเกี่ยวกับโจเซฟ สมิทและพระคัมภีร์มอรมอน ความคิดแรกของดิฉันคือโจเซฟ สมิทก็เหมือนผู้ที่อยากเป็น “ศาสดาพยากรณ์” อื่นๆ คนที่อาจจะนำหนังสือเทศน์มาให้ชาวโลกเพราะอยากรวย มีชื่อเสียง หรือเป็นวีรบุรุษ

ดิฉันไม่คิดจะอ่านพระคัมภีร์มอรมอน แต่เมื่อเวลาผ่านไปมีมิตรภาพของผู้สอนศาสนาและความกระตือรือร้นของพวกเขาต่อพระกิตติคุณทำให้ดิฉันอยากรู้ข่าวสารของพวกเขามากขึ้น

ขณะอ่านข้อที่ผู้สอนศาสนาให้อ่านในพระคัมภีร์มอรมอน ดิฉันพบคำเชื่อเชื่อยุของโมโรไนให้ทูลถามพระผู้เป็นเจ้าด้วยความจริงใจ เจตนาแท้จริง และศรัทธาในพระคริสต์ว่าพระคัมภีร์มอรมอนจริงหรือไม่ (ดูโมโรไน 10:4-5) ดิฉันคิดว่า “ใครจะกล้าทำให้ทูลถามพระผู้เป็นเจ้าด้วยเจตนาแท้จริงและความจริงใจว่า

พระคัมภีร์มอรมอนจริงหรือไม่ถ้าเขารู้ว่าหนังสือเป็นของปลอม”

ต่อจากนั้นวันหนึ่งผู้สอนศาสนาอธิบายว่าโจเซฟ สมิทกับไฮรัมพี่ชายถูกสังหารเป็นมรณสักขีเพราะประจักษ์พยานของท่าน ความคิดหนึ่งเกิดขึ้นกับดิฉันทันทีว่าพวกท่านจะไม่มีวันยอมสละชีวิตตนเองเพื่อสิ่งที่พวกท่านรู้ว่าไม่จริง ขณะนั้นความรู้สึกอบอุ่นเหมือนไฟที่กำลังลุกไหม้แผ่ซ่านทั่วตัวดิฉัน นั่นคือพยานของพระวิญญาณศักดิ์สิทธิ์ยืนยันต่อใจดิฉันว่าโจเซฟ สมิทเป็นศาสดาพยากรณ์ที่แท้จริง เพราะพยานนี้ดิฉันจึงรับบัพติศมาและการยืนยัน

ดิฉันนึกถึงประสบการณ์นี้ในอีก 25 ปีต่อมาเมื่ออ่านคำพูดของเอลเดอร์เจฟฟรีย์อาร์. ฮอลแลนด์แห่งโคเวรัมภ์อัครสาวกสิบสองในคำพูดนั้นเอลเดอร์ฮอลแลนด์ถามว่าในช่วงวิกฤตของมรณสักขี โจเซฟกับไฮรัมจะสบบประมาทพระผู้เป็นเจ้าโดยเอาชีวิตเกียรติยศ และความรอดนวันตรัสของพวก

ท่านไปยึดติดกับพระคัมภีร์ที่พวกท่านรู้ว่าไม่จริงอยู่อีกหรือไม่

“พวกท่านจะไม่ทำเช่นนั้น!” เอลเดอร์ฮอลแลนด์กล่าว “พวกท่านยอมตายดีกว่าปฏิบัติเสฐ์ที่มาจากอันศักดิ์สิทธิ์และความจริงนวันตรัสของพระคัมภีร์มอรมอน”¹

คำพูดของเอลเดอร์ฮอลแลนด์มีความหมายต่อดิฉันมากและเสริมสร้างประจักษ์พยานของดิฉันในศาสดาพยากรณ์โจเซฟ สมิทและพลังของพระคัมภีร์มอรมอน

ดิฉันสำนึกคุณต่อศาสดาพยากรณ์โจเซฟ สมิท ท่านนำพระคัมภีร์มอรมอนออกมาและยอมสละชีวิตเพื่อเป็นพยานของพระเยซูคริสต์ พระคัมภีร์มอรมอนทำให้ดิฉันรู้เรื่องการดำรงอยู่ของพระผู้เป็นเจ้าและความรักที่พระองค์ทรงมีต่อดิฉัน ■ **ชันจู กิม เมอร์, รัฐแมริแลนด์ สหรัฐอเมริกา**

อ้างอิง

1. ดู เจฟฟรีย์ อาร์. ฮอลแลนด์, “ความปลอดภัยให้จิตวิญญาณ,” *เสียดิฉัน*, พ.ย. 2009, 109.

เมื่อดิฉันเรียนรู้ว่าโจเซฟ สมิทกับไฮรัมพี่ชายถูกสังหารเป็นมรณสักขีพระวิญญาณทรงยืนยันกับดิฉันว่าพวกท่านจะไม่มีวันสละชีวิตตนเองเพื่อสิ่งที่รู้ว่าไม่จริง



เราเชื่อในการเป็น คนดีพร้อม—ในพระคริสต์

ระหว่างการเดินทางบนภูเขา พระเยซู
ประทานพระบัญญัติที่ทำทนายให้เราได้
พร้อม (ดู มัทธิว 5:48) แต่เพราะเราทุกคน
จะทำผิดแน่นอน พระผู้เป็นเจ้าจึงทรงคาดหวังให้เรารักษาพระบัญญัติข้อนี้
อย่างไร เมื่อเรามีความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับความคาดหวังของพระผู้เป็นเจ้าสำหรับเรา เราจะรู้ว่า
ศาสดาพยากรณ์โมโรไนหมายถึงอะไรเมื่อท่านกล่าวว่าเราสามารถ “ดีพร้อมในพระ
คริสต์” ได้ (ดู โมโรไน 10:32–33)

ดีพร้อมหมายความว่าอย่างไร

“คำภาษากรีกสำหรับ ดีพร้อม แปลได้ว่า ‘สมบูรณ์แบบ เสร็จสมบูรณ์ พัฒนาเต็มที่’ (ใน มัทธิว 5:48, footnote b) พระผู้ช่วยให้รอดทรงขอให้เราสมบูรณ์แบบ เสร็จสมบูรณ์ พัฒนาเต็มที่—รับการทำให้ดีพร้อมในคุณธรรมและคุณลักษณะที่พระองค์และพระบิดาในสวรรค์ทรงเป็นแบบอย่าง”¹

“ความดีพร้อมที่พระผู้ช่วยให้รอดทรงตั้งความหวังไว้กับเราเป็นยิ่งกว่าการกระทำที่ไร้ความผิดพลาด ความดีพร้อมเป็นความคาดหวังนิรันดร์ที่พระเจ้าตรัสไว้ในการสวดอ้อนวอนพระบิดาครั้งใหญ่—ว่าขอให้เราได้รับการทำให้ดีพร้อมและสามารถอยู่กับพระองค์ในนิรันดร์ข้างหน้า”²

“ข้าพเจ้าเชื่อว่าพระเยซูมิได้ทรงมีเจตนาให้คำเทศนาของพระองค์ในเรื่องนี้เป็นพระดำรัสตำหนิติเตียนจุดอ่อนของเราไม่เลย ข้าพเจ้าเชื่อว่าพระองค์ทรงมีเจตนาให้เป็นคำสรรเสริญพระคุณลักษณะและพระอัครลักษณะของพระผู้เป็นเจ้าพระบิดา นิรันดร์และสิ่งที่เราจะบรรลุได้กับพระองค์ในนิรันดร์”³ ■

อ้างอิง

1. เกอร์ริท ดับเบิลยู. กอง, “เป็นคนดีพร้อมในพระคริสต์,” *เลียโฮนา*, ก.ค. 2014, 45.
2. รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “ความดีพร้อมเป็นกระบวนการต่อเนื่อง,” *เลียโฮนา*, ม.ค. 1996, 95.
3. เจฟฟรีย์ อาร์. ฮอลแลนด์, “เพราะฉะนั้นพวกท่านจงเป็นคนดีพร้อม—ในที่สุด,” *เลียโฮนา*, พ.ย. 2017, 41.



“การเข้าใจความรักแห่งการชดใช้ที่พระผู้ช่วยให้รอดประทานให้อย่างเพื่อแก่สามารถปลดปล่อยเราจากความคาดหวังเรื่องความดีพร้อมที่เราขีดเขียนให้ตนเอง ทั้งที่กลาดเคลื่อนและเกินจริง”

เอลเดอร์เกอร์ริท ดับเบิลยู. กองแห่งโครัมอัครสาวกสิบสอง, “เป็นคนดีพร้อมในพระคริสต์,” *เลียโฮนา*, ก.ค. 2014, 42.

สิ่งที่พระผู้เป็นเจ้า ทรงคาดหวัง

“ปฏิเสธตนจากความไม่เป็นเหมือน
พระผู้เป็นเจ้าทุกอย่าง . . . และรักพระผู้
เป็นเจ้าด้วยสุดพลัง, ความนึกคิด, และ
พลังกำลังของท่าน” (โมโรไน 10:32)

กลับใจด้วยศรัทธาในพระเยซูคริสต์เมื่อ
เราทำผิด

รักษาพันธสัญญาหรือสัญญาที่เราทำไว้
กับพระผู้เป็นเจ้า

ทำสุดความสามารถเพื่อรักษาพระ
บัญญัติตลอดชีวิตเรา

“จงดำเนินต่อไปด้วยความอดทน
จนกว่าเจ้าจะได้รับการทำให้ดีพร้อม”
(หลักคำสอนและพันธสัญญา 67:13)



สิ่งที่พระผู้เป็นเจ้า ไม่ ทรงคาดหวัง

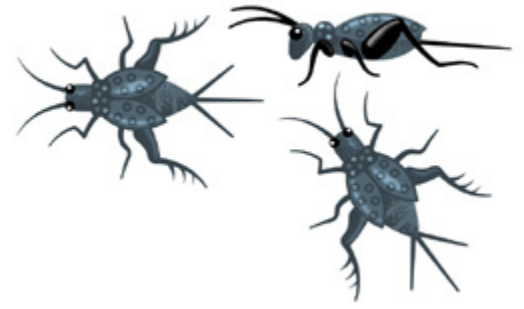
เป็นคนดีพร้อม *เดี๋ยวนี้!* อย่าทำผิด

เป็นทุกข์กับเจตคติของความ
สมบูรณ์แบบ

ทำงานยุ่งตลอดเวลา—ทำแต่งงาน
ไม่เล่น

ตำหนิตนเองเพราะไม่ก้าวหน้า

พยายาม “หา [ทางเข้าสวรรค์]
ให้ได้”



ตุ๊กแก จิ้งหรีด และเวลากับลูก

โดย แนนซี โธมัส

ดิฉันไม่คิดว่าสัตว์เลื้อยคลานจะมีผลยั่งยืนต่อความสัมพันธ์ของดิฉันกับลูกชาย

ดิฉันลูกชายของดิฉันรักสัตว์เลื้อยคลานมาตลอด แต่ดิฉันไม่ชอบสัตว์พวกนั้น เขาได้รับอนุญาตให้เลี้ยงสัตว์เลื้อยคลานตัวหนึ่งโดยมีเงื่อนไขไม่ว่าเขาจะเลือกเลี้ยงอะไร สัตว์ตัวนั้นต้องอยู่ในท่อเครื่องดูดฝุ่นได้เพื่อมันออกจากกรงตอนเขาอยู่ที่โรงเรียน เราไปดูหลายชนิดตั้งแต่กบจนถึงอีกัวนา ก่อนจะตัดสินใจเลี้ยงตุ๊กแกเสื้อดาวผิวลื่นนุ่มเหมือนกำมะหยี่สองตัวชื่อพีชกับไดแอน

เพื่อนใหม่สองตัวนี้มาอยู่กับครอบครัวเราเมื่อดิฉันอายุเจ็ดขวบ แม่มุมหนึ่งของการเลี้ยงตุ๊กแกที่ดิฉันไม่เคยคิดคือต้องให้มันกินจิ้งหรีด—จิ้งหรีดเป็นๆ—สัปดาห์ละครั้ง หลายปีที่ดิฉันลืมนกับดิฉัน “ไปซื้อจิ้งหรีดด้วยกัน” การเดินทางไม่ค่อยสะดวกนักเพราะปกติจะรีบไปตอนดึกก่อนร้านปิด

ไดแอนมีชีวิตเพียงสามปี แต่พีชมีชีวิตนานหลายปี สุขภาพดีและมีความสุขจนถึงปลายปีสุดท้ายเมื่อดิฉันเรียนมัธยม

ปลาย เขาได้รับมอบหมายให้ทำการสาธิตในวิชาฝึกพูดต่อหน้าสาธารณชน เขาขอความเห็นจากดิฉันกับสามี เราแนะนำว่าเขาพูดเรื่องตุ๊กแกเสื้อดาวเพราะเขารู้เรื่องนี้มากแล้วและสามารถนำพีชไปให้ชั้นเรียนดูได้ แต่จากนั้นดิฉันบอกเราว่าพีชตายแล้ว

“ลูกพูดจริงหรือ ตายเมื่อไหร่” ดิฉันถามเพราะไม่เชื่อหูตัวเอง

ดิฉันบอกเราว่าพีชตายเมื่อสัปดาห์ก่อน

“มันอยู่ในห้องของผม แต่ไม่ต้องห่วงครับ มันไม่เหม็น ผมห่อไว้สองชั้น”

หลังจากเห็นเราประหลาดใจ ดิฉันจึงอธิบายว่า “ผมกำลังทำการทดลอง—ผมอยากเห็นมันย่อยสลาย”

การทดลองของดิฉันกลับกลายเป็นว่าเขาทำมากกว่าดูมันย่อยสลาย เขาหยุดกระบวนการนั้นโดยเอาพีชไปแช่ช่องแข็งเป็นเวลาสองสัปดาห์แล้วเอาออกมาละลายน้ำแข็งและปล่อยให้ย่อยสลายต่อ

หนึ่งปีต่อมา เมื่อดิฉันไปเป็นผู้สอนศาสนา ดิฉันทำความสะอาดช่องแช่แข็งและพบพีชอยู่ด้านหลัง ยังห่อสองชั้นไว้เหมือนเดิม เนื่องจากดิฉันกำลังเตรียมของส่งให้ดิฉัน ดิฉันจึงคิดว่าคงจะสนุกถ้าส่งการทดลองนี้ไปให้เขาด้วย ดิฉันเอาพีชใส่กล่องอย่างระมัดระวัง ห่อด้วยกระดาษลายจุดขาวดำ แล้วซ่อนไว้ในห้องของดิฉันพร้อมกับข้อความที่อ่านได้ว่า “มีของให้ลูกประหลาดใจอยู่ในห้อง” จากนั้นดิฉันก็เฝ้ารอคำตอบของเขาอย่างใจจดใจจ่อ

“ผมคิดถึงตุ๊กแกตัวนั้นเพราะแม่ส่งมา” เขาเขียน “แต่ไม่ได้คิดถึงตุ๊กแกมากเท่ากับตอนที่เราขับรถไปซื้อจิ้งหรีดและทำธุระอื่นๆ ด้วยกันทุกอาทิตย์ได้ฟังความคิดเรื่องเล่า และประจักษ์พยานของแม่ขณะอยู่ในรถ นั่นเป็นข้ออ้างที่ดีที่จะได้ไปและพูดคุยกับแม่ (ผมพูดไม่มาก แต่ผมฟัง)”

การซื้อจิ้งหรีด ใครจะรู้ พ่อแม่อย่างเราไม่สามารถกำหนดเวลามีอิทธิพลต่อลูกได้เสมอไป เวลาเช่นนั้นเกิดขึ้นบ่อย



ครั้ง อาจเป็นเวลาที่เราพาลูกเข้าอนตอนกลางคืน นั่งกระเซ้าไฟฟ้าด้วยกัน หรือแค่นั่งรอไปทำธุระ เราต้องใช้เวลากับลูกๆของเรา

พระเจ้าช่วยให้รอดทรงแสดงแบบอย่างที่ยอดเยี่ยมที่สุดของการใช้เวลากับเด็กๆ หลังจากทรงสอนชาวนีไฟมาทั้งวัน พระคริสต์ทรงบัญชาผู้คนให้พาเด็กเล็กๆ มาหาพระองค์ พระองค์ทรงคุกเข่าท่ามกลางเด็กๆ และสวดอ้อนวอน หลังจากสวด

อ้อนวอน พระองค์ทรงกันแสง หลังจากนั้น “พระองค์ทรงพาเด็กเล็กๆ ของพวกเขา มา, ทีละคน, และประทานพรให้พวกเขา, และทรงสวดอ้อนวอนถึงพระบิดาเพื่อพวกเขา” (3 นีไฟ 17:21)

เด็กเหล่านั้นรู้ว่าพระเจ้าทรงรักพวกเขา พระองค์เต็มพระทัยใช้เวลากับพวกเขา ทรงฟังพวกเขา ทรงสวดอ้อนวอนให้พวกเขา และประทานพรให้พวกเขา คนที่เห็นเหตุการณ์นี้เปี่ยมด้วยพลังจนเรื่องราว

บันทึกว่า “ดวงตาไม่เคยเห็น, หังหูไม่เคยได้ยิน, เรื่องสำคัญยิ่งและน่าอัศจรรย์เช่นนั้นมาก่อน, เมื่อเราเห็นและได้ยินพระเจ้ารับสั่งกับพระบิดา” (3 นีไฟ 17:16)

อิทธิพลที่พระเจ้าทรงมีต่อเด็กเหล่านั้นคงอยู่หลายชั่วคน เมื่อเราทุ่มเทเวลาและความสนใจให้เด็กๆ แม้เราจะอยู่กับพวกเขาแค่ตอนซื้อจิ้งหรีด แต่หวังว่าอิทธิพลของเราจะคงอยู่หลายชั่วคนเช่นกัน ■ ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐเมน สหรัฐอเมริกา

เมื่อบิดาหรือมารดาหรือ ทั้งบิดามารดาไม่มาโบสถ์

โดย คาร์เมล นูเวลล์

ประธานรัสเซลล์ เอ็ม. เนลสันเติบโตใหญ่ในบ้านที่ท่านรักและเคารพบิดามารดา ทว่าเมื่อยังเด็กท่านไปโบสถ์โดยไม่มีบิดาหรือมารดาไปด้วย และท่านรู้สึกปรารถนา จะได้รับการฝึกกับครอบครัวของท่าน ในพระวิหาร! แต่ไม่มีเด็กคนใดต้องเดินบนเส้นทางพันธสัญญาตามลำพัง ความรักและความห่วงใยของครอบครัวและสมาชิกวอร์ดสามารถเติมช่องว่างให้เด็กที่ทางบ้านไม่สนับสนุนเรื่องพระกิตติคุณสุดท้ายแล้ว คำสอนพระกิตติคุณที่ดีงามและประสบการณ์ดีๆ ที่บ้านและที่โบสถ์จะสามารถช่วยให้เด็กทุกคนรู้สึกถึงความรักของพระบิดาบนสวรรค์

สำหรับบิดามารดาที่มาโบสถ์โดยไม่มีคู่สมรสมาด้วย

1. **แบ่งปันพรของการดำเนินชีวิตตามพระกิตติคุณ** ช่วยให้บุตรธิดาของท่านเห็นว่าการดำเนินชีวิตตามพระกิตติคุณทำให้เกิดสันติสุข—และยกภาระ อธิบายสาเหตุที่ท่านเลือกมีส่วนร่วมในศาสนจักร โดยไม่พูดให้ร้ายบิดาหรือมารดาที่เลือกไม่มาโบสถ์ แบ่งปันความรู้สึกของท่านว่าการรักษาพันธสัญญาบัพติศมาให้ความอบอุ่นใจและการนำทางแก่ท่านอย่างไร
2. **ปลูกฝังเจตคติที่ดี** ช่วยให้บุตรธิดาเห็นความดีงามในครอบครัวของตน ท่านสามารถช่วยให้พวกเขาเห็นความดีงามในครูของศาสนจักร ผู้นำ และสมาชิกวอร์ด พูดคุยเกี่ยวกับสิ่งที่บุตร



การพูดคุยกับเด็กเกี่ยวกับความดีงามที่พวกเขาประสบพบเห็นที่บ้านและที่โบสถ์จะช่วยให้พวกเขาารู้สึกถึงความรักของพระบิดาบนสวรรค์

3. **จัดการอารมณ์ด้านลบ** ช่วยให้บุตรธิดาเข้าใจอารมณ์ด้านลบ เช่น ความกลัว ความเหงา ความผิดหวัง และความโกรธ จากนั้นท่านจะช่วยให้พวกเขาจัดการกับอารมณ์ของตนผ่าน

4. **ขอความช่วยเหลือเมื่อจำเป็น** หากท่านต้องการความช่วยเหลือ อย่ารอให้คนเสนอ บางครั้งผู้นำศาสนจักรและสมาชิกวอร์ดอาจไม่สังเกตเห็นความ

ต้องการหรือพวกเขาอาจลังเลไม่กล้าช่วยโดยไม่เชียว หากบุตรธิดาต้องการพร พึงพิจารณา ร่วมกับการสวด อ้อนวอนว่าใครสามารถช่วยได้แล้วขอพิจารณาด้วยว่าท่านจะช่วยใครได้บ้าง

สำหรับผู้ใหญ่ทุกคน

1. **สังเกตและรักเด็กที่ไม่มีบิดาหรือมารดาหรือทั้งบิดามารดามาโบสถ์ด้วย** รู้จักชื่อของพวกเขา ทักทายด้วยความอบอุ่นและความกรุณา อย่าตัดสินเกี่ยวกับสภาวะการณ์ของพวกเขา และอย่าซักถามเกี่ยวกับบิดามารดาที่ไม่ได้มาด้วย เมื่อเด็กรู้สึกถึงความรักที่จริงใจจากเพื่อนสมาชิกศาสนจักร พวกเขาจะผ่อนคลาย เรียนรู้ และรู้สึกถึงพระวิญญูญาณมากขึ้น
2. **รู้สึกไวต่อความต้องการพิเศษ** เมื่อเด็กมาโบสถ์โดยไม่บิดาหรือมารดาหรือทั้งบิดามารดามาด้วย จงคำนึงว่า คำสอนหรือกิจกรรมนั้นๆ จะมีผลต่อพวกเขาอย่างไรในบทเรียนเรื่องพระฐานะปุโรหิต ให้สอนว่าทุกคนสามารถรับพรเหล่านี้ได้ ถ้ากิจกรรมเกี่ยวข้องกับบิดามารดาให้บิดามารดาทุกคนมีส่วนร่วมกิจกรรม จงคำนึงถึงเด็กที่อาจมีความรู้สึกอ่อนไหวในวันพิเศษเช่นวันพ่อหรือวันแม่
3. **ช่วยให้พวกเขารักและทำให้ครอบครัวของพวกเขาเข้มแข็ง** สอนเด็กว่าครอบครัวได้รับแต่งตั้งจากพระเจ้าเป็นผู้เป็นเจ้าของ² กระตุ้นให้พวกเขาชื่นชม

ความดีงามในครอบครัวของตน งานประวัติครอบครัวจะช่วยให้เด็กตระหนักว่าครอบครัวของพวกเขาเริ่มต้นก่อนพวกเขาเกิด การทำงานประวัติครอบครัวจะทำให้พวกเขา “มีความสนิทสนมและปีติมากขึ้นในครอบครัว”³

4. **สอนหลักคำสอนที่แท้จริงให้พวกเขา** สิทธิเสรีเป็นหลักคำสอนสำคัญในแผนแห่งความรอด บุตรธิดาไม่ต้องรับผิดชอบการเลือกและบาปของบิดามารดา (ดู โมเสส 6:54) ปัญหาของบิดามารดาไม่ใช่ความผิดของบุตรธิดาอีกทั้งบุตรธิดาไม่มีหน้าที่แก้ไข การรู้เช่นนี้จะช่วยให้บุตรธิดากังวลน้อยลงกับสิ่งที่พวกเขาไม่สามารถเปลี่ยนได้และซาบซึ้งต่อพรประจำวันมากมายของครอบครัว

ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์ ที่ปรึกษาที่สองในฝ่ายประธานสูงสุดสอนว่า “พระบิดาบนสวรรค์ทรงหวังใยในการรวบรวมและอวยพรครอบครัวของพระองค์ทั้งหมด และอวยพรครอบครัวของพระองค์ทั้งหมด แผนของพระองค์จึงให้โอกาสลูกแต่ละคนที่จะยอมรับหรือปฏิเสธการเชื่อเชียว และครอบครัวคือหัวใจของแผนนี้”⁴ ■

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐยูทาห์ สหรัฐอเมริกา

อ้างอิง

1. ดู รัสเซล เอ็ม. เนลสัน, “การเปิดเผยสำหรับศาสนจักร การเปิดเผยสำหรับชีวิตเรา,” *เสียวไฮนา*, พ.ศ. 2018, 93–96.
2. ดู “ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก” *เสียวไฮนา*, พ.ศ. 2017, 145.
3. เคเวนตัน แอล. คูก, “ปีติของงานประวัติครอบครัว,” *เสียวไฮนา*, ก.พ. 2016, 27.
4. เฮนรี่ บี. อายริงก์, “การรวบรวมครอบครัวของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ,” *เสียวไฮนา*, พ.ศ. 2017, 20–21.

สำหรับเด็ก ใน เพื่อนเด็ก:

- ประสพการณ์วัยเด็กของประธานเนลสัน: “กตัญญูต่อบิดามารดา” (มิถุนายน 2019 หน้า พ2)
- “บทใหม่” (มิถุนายน 2019 หน้า พ4)
- “วันพ่อในอนาคตรั้งแรกของสตีเวน” (*เสียวไฮนา*, มิ.ย. 2015, หน้า 72)

สำหรับเยาวชน ใน เสียวไฮนา:

- “ชีวิตคือการวิ่งมาราธอน” (เม.ย. 2019 หน้า 54)



แผนที่สมบูรณ์แบบ

ค รั้งล่าสุดที่แผนของท่านล้มเหลวคือเมื่อใด สัปดาห์ที่แล้วหรือเปล่า แผนของดิฉันล้มเหลวเช่นกัน ไม่ว่าแผนของเราสมบูรณ์แบบเพียงใด การเปลี่ยนแปลงอย่างคาดไม่ถึงตลอดชีวิตดูเหมือนจะเกิดขึ้นกับทุกคน ดิฉันไม่เคยคิดว่าจะแท้จริงสักครั้งระหว่างบุตรสองคน แต่ดิฉันแท้จริง เมื่อแผนที่วางไว้ ร่วมกับการสวดอ้อนวอนทำให้เราประหลาดใจอย่างคาดไม่ถึง—หรือฟังก์ชันพร้อมกัน—เราทำอะไร ในประเด็นนี้ คนหนุ่มสาวจากหลากหลายสภากากรมได้แบ่งปันคำตอบของคำถามนี้ที่พวกเขาพบเมื่อแผนของครอบครัวพวกเขาไม่เป็นไปตามแผน

สำหรับดิฉันกับสามี การแท้งบุตรปิดกั้นทางเดินของเราและทำให้ใจเราแตกสลาย (ดูหน้า 44) สำหรับแคเธอรีนกับสามีเธอ การแทรกผ่านความคิดเห็นของโลกมาหาสุรเสียงของพระเจ้าเป็นอุปสรรคในเส้นทางของพวกเขา (ดูหน้า 48)

ในบทความดิจิทัลเท่านั้น คริสตินาพูดถึงความกลัวและความลังเลของเธอเกี่ยวกับการเป็นมารดา และไบรอันอธิบายโดยละเอียดว่าการเคลื่อนกำลังพล

ทางทหารทำให้แผนครอบครัวของเขากับภรรยาแทบหยุดชะงักอย่างไร สาวโสดชื่อเคธีให้ข้อคิดเกี่ยวกับอัตลักษณ์นี้รันคร์ของบิดามารดา

ไม่ว่าท่านจะรอนบุตรเพื่อเป็นพระแก่ครอบครัวท่าน มีบุตรมากกว่าที่วางแผนไว้แต่แรก หรือเพียงแค่รอแต่งงาน สิ่งหนึ่งที่แน่นอนคือ **พระบิดาบนสวรรค์ทรงมีแผนที่สมบูรณ์แบบ** พระองค์ทรงนำทางและก้าวจนเราเป็นรายตัวขณะที่เราหมยมันทำให้ความประสงค์ของเราสอดคล้องกับพระประสงค์ของพระองค์

ไม่ว่าผลจะออกมาอย่างไร **ความปรารถนาจะนำบุตรธิดาเข้ามาในโลกนี้** จะทำให้เรามีมุมมองลึกซึ้งขึ้นเกี่ยวกับแผนแห่งความสุขของพระบิดาบนสวรรค์ ไม่ว่าจะครอบครัวท่านจะอยู่ในช่วงใด ขณะที่ท่านอ่านเรื่องราวของเรา ดิฉันหวังอย่างจริงใจว่าพระวิญญาณบริสุทธิ์จะทรงนำทางท่านให้ได้รับความเข้าใจหรือคำตอบที่จะช่วยท่านระหว่างทางได้

ขอให้ท่านอ่านอย่างมีความสุข!

Martina von Bracht

คนหนุ่มสาว

คำแนะนำที่ดีที่สุด...

คนหนุ่มสาวแบ่งปันคำแนะนำที่ดีที่สุดที่พวกเขาเคยได้รับเกี่ยวกับการมีบุตรดังนี้

“เมื่อเราแต่งงานใหม่ๆ ครูที่ยอดเยี่ยมคนหนึ่งกล่าวว่า การแต่งงานเป็นการตัดสินใจระหว่างคุณ คู่สมรส และพระเจ้า เขาเตือนเราว่าคนทั่วไปมักพูดว่าการแต่งงานเป็นเรื่องระหว่างสามีภรรยาไม่เกี่ยวกับพระเจ้า การให้พระเจ้าอยู่ในการตัดสินใจของเราเป็นพระแก่เรามากเกินจะกล่าว”

—บอนนี่ คอร์นิก รัฐไอดาโฮ สหรัฐอเมริกา

“อย่ารอให้ถึง ‘เวลาเหมาะสม’ จึงจะมีบุตร—เพราะคุณจะรอไปตลอดกาล”

—แอนนิ ฮอลล์, ควีนส์แลนด์ ออสเตรเลีย

“อย่ากังวลกับสิ่งที่คนอื่นพูด! นั่นเป็นเรื่องระหว่างคุณ คู่สมรส กับพระบิดาบนสวรรค์”

—คูลานี วอลเตอร์ส, ออกแลนด์ นิวซีแลนด์

อะไรเป็นคำแนะนำที่ดีที่สุดที่ท่านเคยได้รับเกี่ยวกับการเอาชนะความยากลำบากส่งคำตอบของท่านมาที่ liahona.lds.org ก่อนวันที่ 30 มิถุนายน ค.ศ. 2019

แบ่งปันเรื่องราวของท่าน

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

เกี่ยวกับผู้เขียนหมวดคนหนุ่มสาว

มาเรียนนา วอน แบริชต์ เบิกบานกับเวลาครอบครัว เสียงเพลง และแสงแดด เธอเป็นคนมิชชัน สหรัฐอเมริกาโดยกำเนิด ที่นั่นดวงอาทิตย์มักไม่ส่องแสง เธอจึงรู้ว่าแสงสว่างของพระคริสต์สามารถทำให้วันของเราสดใส ไม่ว่าจะมีหิมะหนาเพียงใดก็ตาม



แคเธอรีน รามิเรซ เดอ ปิเนดา มาจากมาเนกาตู นิการาเกว และเข้าร่วมศาสนจักรเมื่ออายุ 18 ปี เธอศึกษาวิธีสอนภาษาอังกฤษเป็นภาษาต่างประเทศและทำงานเป็นครูโรงเรียนประถม เธอกับสามีรับการฝึกในพระวิหารกัวเตมาลาซิตี กัวเตมาลา และมีบุตรที่น่ารักสามคน



เคธี ซู เอ็มบลิย์ คิดว่าโลกเต็มไปด้วยคนดีๆ ที่ควรแบ่งปันเรื่องราวของพวกเขา เธอศึกษาวารสารศาสตร์และภาษาสเปนพร้อมกับมีเป้าหมายเรื่อง #sharegoodness (แบ่งปันความดี)



ไบรอัน มอร์ริส ภรรยากับบุตรสาวสองคนของเขาอยู่ที่ฐานทัพเรือนอร์ฟอล์กในรัฐเวอร์จิเนีย สหรัฐอเมริกา เรือเอกไบรอันทำงานเป็นเจ้าหน้าที่การบินกองทัพเรือบน E-2 Hawkeye



คริสตินา ครอสแลนด์ เพิ่งสำเร็จการศึกษาจากมหาวิทยาลัยบริคัม ยังค์ เธอใช้เวลาว่างอ่านและรวบรวมหนังสือสำหรับห้องสมุดในฝันของเธอ เวลานี้เธอกับสามีชอบอยู่บ้านใหม่ในเท็กซัส สหรัฐอเมริกากับทารกเพศหญิงของพวกเขา



ในหมวดนี้

44 รอตตรงแยกไฟแดงของชีวิต
โดย มาเรียนนา วอน แบริชต์

48 ได้รับพรให้มีบุตร
โดย แคเธอรีน รามิเรซ เดอ ปิเนดา



ดิจิทัลเท่านั้น

อัตลักษณ์นรีนทร์ของเราในฐานะบิดามารดา

โดย เคธี ซู เอ็มบลิย์

ความต้องการของกองทัพเรือ—และครอบครัวเรา

โดย ไบรอัน มอร์ริส

เอาชนะความกลัวเรื่องการมีบุตร
โดย คริสตินา ครอสแลนด์

หาบทความเหล่านี้และบทความอื่น

- ที่ liahona.lds.org
- ใน YA Weekly (ได้หมวดคนหนุ่มสาวในคลังค้นคว้า)
- ที่ facebook.com/liahona

รถตรงแยก ไฟแดง ของชีวิต

การแท้งบุตรครั้งแล้ว
ครั้งเล่าเหมือนเจอ
แยกไฟแดงติดๆ
กันในชีวิตดิฉัน
แต่เมื่อดิฉันหันไป
หาพระเจ้า ดิฉันพบว่า
การสูญเสียแต่ละ
ครั้งมาควบคู่กับ
สันติสุข มุมมอง
และการเติบโต





โดย มาเรียนนา วอน แบรชต์

นมือของดิฉันจับพวงมาลัยแน่นขณะจ้องไฟแดงด้วยความร้อนใจ เมื่อไฟเปลี่ยนเป็นสีเขียว ดิฉันเร่งรถไปข้างหน้าเพียงเพื่อเจอแยกไฟแดงที่ดูเหมือนไม่สิ้นสุดอีกครั้ง ดิฉันยังต้องใช้เวลาอีก 10 นาทีกว่าจะได้ไปเรียนกับซิสเตอร์ผู้สอนศาสนา ซึ่งคิดว่าเริ่มไปแล้ว 5 นาที ถ้าดิฉันเป็นแม่ที่ฉลาดกว่านี้ ดิฉันคงคาดเดาได้ว่าลูกสาวที่อายุเกือบสามขวบจะอารมณ์เสียนาน 15 นาทีขณะออกจากบ้าน แต่ดิฉันไม่ฉลาด โลกจะหมุนต่อไปถ้าดิฉันไปสาย แต่เพราะดิฉันกำลังพยายามทำสิ่งที่ดี ดิฉันไม่สามารถได้ไฟเขียว ข้าง หรือรถตรงแยกไฟแดงอีกแยกหนึ่งอย่างหงุดหงิด ดิฉันรู้สึกได้ว่าความหงุดหงิดกำลังจะกลายเป็นความโกรธ “ฉันกำลังพยายามทำสิ่งที่ดี พยายามทำดีที่สุด! ความช่วยเหลือที่ฉันต้องการอยู่ที่ไหน”

ยี่สิบเดือนก่อนหน้านั้น ดิฉันพบตนเองกำลังถามคำถามคล้ายกันในสถานการณ์คล้ายกันเพียงแต่อยู่ในสถานที่ซึ่งมีความเงียบสงบและเงียบสงัด ไม่มีแยกไฟแดง

ในป่าศักดิ์สิทธิ์ ในพอลโมรา รัฐนิวยอร์ก โบไมกำลังผลิพอดิบจนถึงสี่น้ำตาครอบตัวดิฉัน ต้นไม้สีเขียวต้นเล็กๆ ที่งอกขึ้นมาใหม่ทั่วผืนดินดูเหมือนจะทำให้อากาศสดชื่น ดิฉันได้ยืนแต่เสียงลมโชนเบาๆ เสียงเดินช้าของเรา และเสียงฝีเท้าของดิฉัน—ไม่มีรถ ไม่มีถนน ไม่มีการสนทนาเสียงดัง แม้จะเงียบสงัด แต่ความคิดดิฉันเต็มไปด้วยคำถามและความไม่แน่ใจ ดิฉันกับแลนซ์สามีรอนานถึง 72 ชั่วโมงเพื่อให้แพทย์โทรแจ้งผลอุตราवाद์และผลตรวจเลือดในนาทีสุดท้าย ดิฉันต้องการคำตอบและคำปลอบใจอย่างยิ่ง

ได้รับการปลอบโยน

“พระเจ้าเสด็จมาเยือนพวกท่านด้วยพระวิญญูญาณของพระองค์, และตรัสกับพวกท่าน: จงสบายใจเถิด, และพวกเขา ก็สบายใจ” (เอลมา 17:10)

ดิฉันพบว่าตนเองกำลังจ้องมองแปลงดอกไม้หน้าหอนอกพระวิหารพอลโมรา นิวยอร์ก ความคิดดิฉันวนเวียนอยู่กับคำถามที่ว่า “ถ้าดิฉันสูญเสียลูกในครรภ์ครั้งนี้ เป็นเพราะอะไร แล้วจะอย่างไร” พระเจ้าตรัสกับความคิดดิฉันอย่างอ่อนโยนเหมือนลมโชนรอบตัวดิฉันเพื่อให้การปลอบโยนที่ดิฉันโหยหา ดิฉันไม่ต้องการให้แพทย์บอกอีก ดิฉันรู้ว่าดิฉันจะสูญเสียลูกในครรภ์ครั้งนี้ แต่ดิฉันเข้าใจอย่างรวดเร็วว่าจิตวิญญูณควงน้อยนี้อยู่ในพระหัตถ์อันเปี่ยมด้วยรักและสมบูรณ์แบบของพระบิดาบนสวรรค์ ท่านใดนั่น ความสิ้นหวังที่อัดแน่นถูกแทนที่ด้วยสันติสุขซึ่งประทับประคองดิฉันตลอดหลายสัปดาห์และหลายเดือนต่อมา

รถไฟเหี้ยว

“ข้าพเจ้าขอบพระทัยสำหรับหลายวิธีที่พระเจ้าเสด็จเยือนข้าพเจ้าด้วยพระผู้ปลอบโยนเมื่อข้าพเจ้าต้องการสันติสุข แต่พระบิดาในสวรรค์ของเราไม่ได้ทรงห่วงใยเฉพาะความสบายใจของเราเท่านั้น แต่ทรงห่วงใยความก้าวหน้าของเรามากกว่า” —*ประธานเฮนรี่ บี. อายริงก์*

หลายวันหลังจากไปเยือนฟอลไมรา ดิฉันแท้งบุตรด้วยใจที่บอบช้ำ แม้ความรู้สึกสันติสุขยังคงประทับประคองดิฉัน แต่ดิฉันรู้สึกอ่อนแอทางร่างกายและอารมณ์จากความสูญเสียและไม่พร้อมรับการรอคอยที่ตามมา ดิฉันรอผลจากห้องทดลองก่อนซึ่งระบุว่าเป็นครรภ์ไข่ปลาอุกบางส่วนและพบเห็นน้อยมาก ต่อจากนั้นก็รอผลเลือดรายสัปดาห์ รายสองสัปดาห์ และรายเดือนเพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีสัญญาณของมะเร็ง แม้จะรอนานหลายเดือน แต่ดิฉันกับแลนซ์ได้เห็นพระหัตถ์ของพระเจ้าปลอบโยนและปลอบใจเราตลอดช่วงเวลานั้น ครรภ์ไข่ปลาอุกบางส่วน ไม่มีผลถาวร และหลังจากหกเดือนแพทย์บอกว่าเราจะลองมีลูกอีกคนก็ได้ ดิฉันกลับมาอยู่บนเส้นทางสู่ความก้าวหน้าในชีวิต ในที่สุดไฟก็เปลี่ยนจากสีแดงเป็นสีเขียว

แต่ภายในสามเดือนและการตรวจเลือดอีกหลายครั้งหลังจากนั้น ดิฉันแท้งอีกครั้ง—คราวนี้แท้งก่อนคริสต์มาสสัปดาห์เดียว อีกสามเดือนผ่านไปและความหวังฟุ้งพราวหลังจากผลตรวจครรภ์เป็นบวกอีกครั้ง แต่แท้งในอีกหนึ่งสัปดาห์ต่อมา—แยกไฟแดงอีกครั้ง

ทดสอบศรัทธา

“แม้เราจะมีศรัทธาแรงกล้า แต่ภูเขาหลายลูกจะไม่เคลื่อน . . . หากตัดการตรงกันข้ามทั้งหมดออก หากนำเอาโรคภัยไข้เจ็บทั้งหมดออกไป เมื่อนั้นจุดประสงค์เบื้องต้นในแผนของพระบิดาย่อมล้มเหลว”²

—*เอ็ลเดอร์เดวิด เอ. เบตนาร์*

ดิฉันตั้งครรภ์อีกครั้ง และวันครบกำหนดคลอดจะอยู่ราวๆ คริสต์มาสถัดไป ดิฉันมีความรู้สึกดีกับการตั้งครรภ์ครั้งนี้ เราเห็นการเดินของหัวใจจากอุตราซาวด์

แต่เนิ่นๆ และรู้ว่าสมาชิกครอบครัวกำลังสวดอ้อนวอนให้เรา วันหนึ่งขณะที่เรานั่งอยู่ในห้องเอ็นดาวเม้นท์ในพระวิหาร ดิฉันมีความคิดที่ชัดเจนว่า “ถ้าดิฉันต้องสูญเสียลูกในครรภ์ครั้งนี้ ศรัทธาของดิฉันจะยังแรงกล้าเหมือนเดิมหรือเปล่า จะแรงกล้าเหมือนเดิมแน่นอน แต่ดิฉันจะไม่แท้งอีกแน่นอนเพราะครั้งนี้ดิฉันพร้อมยอมรับพระประสงค์ของพระเจ้าไม่ว่าเรื่องอะไร”

แม้จะมีเจตคติในเชิงบวก แต่หลายสัปดาห์ต่อมาดิฉันเห็นสัญญาณ ไปอุตราซาวด์ และเริ่มกระบวนการอันแสนเจ็บปวดที่ดิฉันคุ้นเคย ศรัทธาของดิฉันไม่แรงกล้าเหมือนที่คาดไว้ คำตอบที่ประคองประคองดิฉันตลอดการแท้งบุตรครั้งก่อนๆ เหมือนจะไม่พออีกต่อไป กลิ่นของความสลดหดหู่เริ่มถาโถม ดิฉันรู้สึกชอกช้ำ ว่างเปล่า และเหมือนถูกทรยศเล็กน้อย ดิฉันกับสามีไม่ใช่คู่เดียวที่รอคอยพระเจ้า ลูกสาวบอกเธออย่างว่า เธออยากมีน้องชายหรือน้องสาวมาก ใจเราเจ็บปวดแทนเธอเช่นกัน เมื่อดิฉันเปลี่ยนอารมณ์ที่เปราะบางเป็นการสวดอ้อนวอนพระเจ้าด้วยศรัทธาแรงกล้า ดิฉันได้รับพยานชัดเจนอีกครั้งว่าพระบิดาบนสวรรค์ทรงรับรู้ความเจ็บปวดและสภาวะการณ์ของดิฉันและพระองค์ทรงรักดิฉัน ถึงแม้สภาวะการณ์ของดิฉันยังเหมือนเดิม แต่ประสบการณ์ที่สวงามเรียบง่ายครั้งนี้ทำให้ภาระของดิฉันเบาลงอย่างน่าอัศจรรย์ ทำให้ดิฉันสามารถเผชิญและรู้สึกมีความสุขขณะดำเนินชีวิตต่อไปในแต่ละวัน ไม่ว่าจะอนาคตจะเป็นเช่นไร ดิฉันจะรู้สึกดี

เมื่อผลตรวจดีเอ็นเอกลับมาในอีกหลายเดือนต่อมาพร้อมคำตอบว่าดิฉันไม่ได้แท้งเพราะกรรมพันธุ์ เรา รู้สึกสับสนอีกครั้งเกี่ยวกับจุดประสงค์ของอุปสรรคเหล่านี้ในชีวิตเรา ดิฉันพยายามสุดความสามารถเพื่อตัดความปรารถนาออกไปและยอมให้ความประสงค์ของดิฉันเป็นไปตามพระประสงค์ของพระเจ้า แต่ในช่วงยากๆ นั้นใจดิฉันอยากร้องออกมาว่า “ฉันควรจะเรียนรู้อะไรจากสิ่งนี้ ฉันกำลังพยายามทำสิ่งที่ดี! ความช่วยเหลือที่ฉันต้องการอยู่ที่ไหน”





เปลี่ยนปฏิกิริยาของดิฉัน

“ยาก เกิดขึ้นเสมอ! เราทุกคนมีความท้าทาย
สิ่งที่เปลี่ยน คือปฏิกิริยาของเราต่อความยาก”³
—เอลเดอร์สเตนลีย์ จี. เอลลิส

แปดเดือนหลังจากแท้งบุตรสี่ครั้งและหลายสัปดาห์หลังจากขับรูดด้วยความเครียด เพื่อไปพบจิตเตอร์ผู้สอนศาสนา ดิฉันรอดตรงแยกไฟแดงอย่างสงบระหว่างทางกลับบ้านเมื่อคำตอมา ขณะมองครูดที่จอดข้างๆ ดิฉันและรถที่กำลังแล่นไปตามถนนตรงหน้า ดิฉันเข้าใจมุมมองนิรันดร์ของชีวิต ดิฉันตระหนักทันทีว่าทั้งหมดที่สำคัญในการเดินทางของดิฉันคือดิฉันอยู่บนเส้นทางที่จะนำดิฉันกลับไปบ้านบนสวรรค์ ไม่ว่าจะผ่านไปกี่ครั้งก็ไม่มีผลต่อจุดหมายของดิฉัน วิถีตอบรับของดิฉันต่างหากที่มีผล

ดิฉันเริ่มเห็นคุณค่าแยกไฟแดงทุกแยกในชีวิต ทั้งไฟจริงและไฟสมมติ แทนที่จะปล่อยให้เสียเวลาให้เสียเปล่า แต่ละแยกกลายเป็น โอกาสให้ได้ความอดทนและเกิดมุมมองที่มาจากการรอคอยเท่านั้น เช่นเดียวกับไฟจราจรสีแดงอยู่คนละทิศคู่กับไฟสีเขียว ดิฉันพบว่าทุกแยกไฟแดงของชีวิตดิฉันเปิดช่องให้เติบโต โดยไม่จำเป็นต้องเป็นไปตามแผนที่ดิฉันวางแผนไว้ตอนนั้น แทนที่จะคิดมากกับความผิดหวัง ดิฉันเริ่มเบิกบานในโอกาสก้าวหน้าที่เหตุการณ์ไม่คาดฝันให้มาทุกครั้ง

มุ่งไปที่พระเจ้าผู้ช่วยให้รอด

“คำถามสำคัญที่ต้องไตร่ตรองคือ ‘เราวางศรัทธาของเราไว้ที่ไหน’ ศรัทธาของเรา
มุ่งไปที่การได้บรรเทาความเจ็บปวดและความทุกข์ หรือมุ่งให้ความสำคัญอย่างแน่ว
แน่นในพระเจ้าเป็นเจ้าพระบิดาและแผนอันศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์และในพระเยซูคริสต์
และการชดใช้ของพระองค์”⁴ —เอลเดอร์ โคนัลด์ แอล. ฮอลลีสตรอม

สองปีอันยาวนานหลังจากแท้งครั้งแรก ดิฉันให้กำเนิดลูกชายที่น่ารักสุขภาพดี ในเวลาก่อนถึงวันอันน่ายินดีนั้นสำหรับครอบครัวเรา ดิฉันตระหนักว่าพระเยซูคริสต์ มิได้ทรงทนทุกข์เพื่อขจัดความทุกข์ทั้งหมดออกจากชีวิตดิฉัน แต่ทรงทนทุกข์เพื่อให้ดิฉันเข้มแข็งขึ้นและเติบโตจากความท้าทายที่ดิฉันประสบ แม้ช่วงของความสุข เสียอันน่าเศร้าและหลายเดือนของการรอคอยยังคงเจ็บปวดเมื่อนึกถึง แต่ก็กลายเป็นสมบัติล้ำค่าในชีวิตดิฉัน ในช่วงเวลาศักดิ์สิทธิ์เหล่านั้น ดิฉันได้เข้าใจว่าพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรงทราบความทุกข์ส่วนตัวของดิฉัน พระองค์ทรงช่วยเหลือดิฉันในวิธีที่พระองค์ผู้ทรงทราบความเศร้าส่วนตัวของดิฉันเท่านั้นจะช่วยให้ แม้การตรงกันข้ามในชีวิตเราดูเหมือนจะขัดขวางแผนความก้าวหน้าของเราบ่อยครั้ง แต่พระเจ้าทรงใช้การตรงกันข้ามนั้นผลักดันเราไปข้างหน้าสู่ปลายทางที่สูงกว่า—นั่นคือการรู้จักและอยู่ในความรักของพระองค์ ■

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐเท็กซัส สหรัฐอเมริกา

อ้างอิง

1. เฮนรี่ บี. อายริงก์, “เรามอบสันติสุขไว้กับพวกท่าน,” *เลียวไฮนา*, พ.ศ. 2017, 17.
2. เดวิด เอ. เบดนาร์, “ยอมรับพระประสงค์และจังหวะเวลาของพระเจ้า,” *เลียวไฮนา*, ส.ศ. 2016, 22.
3. สเตนลีย์ จี. เอลลิส, “เราวางใจพระองค์หรือไม่ ยากแหละดี,” *เลียวไฮนา*, พ.ย. 2017, 113.
4. โคนัลด์ แอล. ฮอลลีสตรอม, “วันแห่งปาฏิหาริย์หมดแล้วหรือ” *เลียวไฮนา*, พ.ย. 2017, 90.



คนทั่วไปสงสัยที่เรา
มีบุตรเพิ่ม แต่ลูก
หลานของเราทำให้
เราเข้าใจความรัก
ของพระบิดาบน
สวรรค์ดีขึ้นและ
พัฒนาศักยภาพอัน
สูงส่งของเรา

๒ ได้รับพรให้มีบุตร

โดย แคนเธอริน รามิเรซ เดอ ปิเนดา

นี้ คนสุดท้ายหรือเปล่า” เมื่อดิฉันตั้งครรภ์
ครั้งที่สาม ดิฉันมีบุตรสองคนอายุต่ำกว่าห้าขวบอยู่แล้ว คนทั่วไปจึงมักจะ
มีความคิดเห็นเกี่ยวกับลูกๆ ของดิฉัน “นี่คน
สุดท้ายหรือเปล่า” “คุณไม่คิดหรือว่าเร็วเกินไป” “คุณจะทำอย่างไรกับลูกสามคน” เป็น
คำถามที่ดิฉันได้ยินเป็นประจำ แม้จะเข้าใจได้
แต่คนในประเทศของดิฉันมักจะมึนงงเพียง
คนเดียวหรือสองคนเพราะปัญหาเศรษฐกิจ
สิ่งที่พวกเขาไม่รู้คือเมื่อดิฉันกับสามีออกเดท
เราคุยกันว่าเราอยากมีบุตรกี่คนและจะมีเมื่อ
ใด การวางแผนครอบครัวเป็นการตัดสินใจ
ที่สำคัญและจริงจังสำหรับเรา นี่จึงเป็นการ
ตัดสินใจระหว่างเราสองคนโดยแสวงหา
การนำทางจากพระเจ้าผู้เป็นเจ้าตลอดเวลา เรา

ฟังพระวิญญาณแทนที่จะฟังเสียงคนรอบข้าง
และเราได้รับพรให้มีบุตร

เมื่อพระเจ้าทรงทำพันธสัญญากับอับราฮัม
พระองค์ทรงสัญญาว่าเราจะมีลูกหลาน
มากมาย (ดู ปฐมกาล 17:5-6; 22:17) จาก
พระคัมภีร์ข้อนี้ เราเข้าใจว่ากับพระบิดาบน
สวรรค์ การมีบุตรเป็นพรประเสริฐสุดประการ
หนึ่งที่เราจะได้รับ ลูกหลานของเราทำให้เรา
เข้าใจความรักของพระบิดาบนสวรรค์ดีขึ้น
และพัฒนาศักยภาพอันสูงส่งนิรันดร์ของเรา
เมื่อท่านมีบุตร ท่านไม่เพียงช่วยให้วิญญาณ
เหล่านั้นในโลกก่อนเกิดได้มาแผ่นดินโลก
และรับร่างกายเท่านั้น แต่ท่านมีสิทธิพิเศษใน
การสอนพระกิตติคุณให้พวกเขาด้วย ดิฉันเชื่อ
ว่าชีวิตไม่มีสิ่งใดที่เตรียมเราให้พร้อมรับชีวิต
นิรันดร์มากกว่าการมีบุตร ครอบครัวเราเป็นที่



ซึ่งเราฝึกประยุกต์ใช้คุณลักษณะของพระเจ้า
ได้ดีที่สุด เพราะดิฉันเป็นแม่ ดิฉันจึงระลึกได้
ทุกวันว่าการอยู่ใกล้ชีวิตพระบิดาบนสวรรค์
สำคัญเพียงใด ดิฉันสวดอธิษฐานตลอดเวลา
ทูลขอการนำทาง ความเข้มแข็ง ความอดทน
และขอบพระทัยพระองค์สำหรับพรมากมาย
ที่มาพร้อมกับการมีบุตร

การเป็นบิดามารดาเป็นประสบการณ์
เปลี่ยนชีวิตที่เต็มไปด้วยความท้าทายบางอย่าง
แต่ปีติมากมาย ทุกครั้งที่ดิฉันฟังลูกสาวคนโต
ร้องเพลงปฐมวีย์ หรือลูกผู้ชายอายุสองขวบ
พยายามหลับตาระหว่างสวดอธิษฐานเป็น
ครอบครัว หรือเมื่อดิฉันอุ้มลูกชายวัยเบเบาะ
ให้หลับในอ้อมแขน ดิฉันรู้สึกหัวใจดิฉันเปี่ยม
ปีติสุดพรรณนา ลูกๆ ของเราเป็นเชื้อเพลิงที่
ทำให้เราอดทนจนถึงที่สุด ไม่ว่าจะเจอความ

ท้าทายมากเพียงใดในชีวิต
ดิฉันขอบพระทัยพระบิดา
บนสวรรค์อย่างยิ่งที่ประทาน
โอกาสให้ดิฉันได้เป็นมารดาของลูกๆ

ดิฉันรู้ว่าพระบิดาบนสวรรค์ทรงรักเรา
ดิฉันรู้สึกถึงความรักของพระองค์ในช่วงเวลา
หวานชื่นเล็กๆ น้อยๆ เหล่านั้นซึ่งเปี่ยมด้วย
ความสุขอันยั่งยืนและในช่วงการทดลองด้วย
พระองค์ทรงส่งพระบุตรของพระองค์พระ
เยซูคริสต์มาแสดงให้เราเห็นทางกลับไปบ้าน
บนสวรรค์ของเรา ดิฉันรักครอบครัวของ
ดิฉัน และรู้ว่าครอบครัวสามารถอยู่ด้วยกัน
ชั่วนิรันดร์ ■

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในมานากัว นิการากัว

โรงเรียนที่ผม เรียนตอนนี้

มีสมาชิกน้อยมาก จึงสำคัญที่ต้อง
ดำเนินชีวิตตามมาตรฐานของผม
เพราะนั่นเป็นวิธีเดียวที่แสงพระ
กิตติคุณจะส่องผ่านผมเพื่อให้ผู้ไม่
เป็นสมาชิกได้พบทางสู่ศาสนจักรใน
ที่สุด อาจไม่ใช่เวลานี้ แต่สักวันพวก
เขาจะนึกถึงเด็กหนุ่มแปลกหน้าคน
นี้ที่ไม่ดื่มชาเย็นและกาแฟ ไม่สวด
และเป็นสมาชิกของศาสนจักร สักวัน
แบบอย่างของผมอาจจะนำพวกเขา
ไปยังที่ซึ่งพวกเขาต้องไป

เราจะ โดดเด่นและแตกต่าง ได้ยาก
เราห่อนมาตรฐานง่ายมาก แบบอย่าง
และการสวดอ่อนวอนของครอบครัว
ผมทำให้ผมดำเนินชีวิตต่อไปได้
ตลอดวัน การสวดอ่อนวอนเตือนผม
ให้รักษามาตรฐาน

อย่าสงสัยแม้ชั่วอึดใจเลยว่าสิ่ง
ที่คุณทำอยู่นั้น ไม่ถูกต้อง คนทั่วไป
พยายามเสมอที่จะทำให้คุณรู้สึก ไม่ดี
ต่อสิ่งที่คุณไม่ทำ คุณอาจจะไม่เท่ นั่น
ไม่เป็นไร พระบิดาบนสวรรค์และ
พระเยซูคริสต์ทรงเห็นว่าคุณเท่เพราะ
รักษามาตรฐาน คุณจะตระหนักใน
ที่สุดว่าสิ่งที่คุณทำตอนนี้ทำให้คุณมี
ความสุข นั่นคือปีติอันยั่งยืนที่มาจาก
การรักษามาตรฐานของคุณ จงดำเนิน
ต่อไป ดำเนินชีวิตตามมาตรฐานของ
คุณต่อไป!

นาธาน โอ.,
มะนิลา ฟิลิปปินส์



เยาวชน

ในหมวดนี้



- 52 การเตรียมชีวิต:
ตั้งเป้าหมายสมเหตุ
สมผลที่ท่านบรรลุได้
โดย ซาเคลล์ วอร์ดลิ่ง
- 54 การเข้าใจแผนแห่งความ
รอดทำให้ผมมีสันติสุข
โดย แนนซ์ เร โกลด์ เจ. มิกาบานี
- 56 ชาวกาลิลี
โดย บริแอนนา คอลลี เซอร์เบิร์ต
- 60 คำถามและคำตอบ:
ฉันจะป้องกันไม่ให้อุปกรณ์
อิเล็กทรอนิกส์ทำให้ฉันเสียสมาธิ
ที่โบสถ์และเซมินารีได้อย่างไร”
- 62 ห้องสนทนา
- 64 ปัจฉิมวาตะ:
“อย่ากลัวเลย เราอยู่กับเจ้า”
โดย เอ็ดเดอร์เดวิด เอ. เบคนาร์

ตั้งเป้าหมาย สมเหตุสมผล ที่ท่านบรรลุได้

ท่านต้องการปรับปรุง เก่งทักษะอย่างหนึ่งมากขึ้น
และเรียนรู้บางอย่างใหม่หมดหรือไม่ ท่านน่าจะ
ต้องตั้งเป้าหมายบางอย่างเพื่อจะไปถึง

โดย เซลล์ วอร์ดลิ่ง
นิตยสารศาสนจักร

บางครั้งเราจดเป้าหมายยาวเหยียดและพยายามอย่างหนักเพื่อให้บรรลุ แต่แล้วก็ล้มหรือเลิกทำ ฟังคุ้นๆ ไหมคะ ทำไมเป็นแบบนี้ ทั้งที่เราต้องการเปลี่ยนและดีขึ้น บางครั้งเราไม่สามารถทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ ทั้งหมดนี้ขึ้นอยู่กับว่าเป้าหมายของเราสมเหตุสมผลเพียงใดและเราเต็มใจทำมากเพียงใด

ต่อไปนี้เป็นเกร็ดความรู้เกี่ยวกับวิธีตั้งเป้าหมายที่สมเหตุสมผล

- **ตั้งเป้าหมายหลายด้าน** มุ่งเสริมสร้างชีวิตท่านหลายๆ ด้าน ไม่ใช่ด้านเดียว พระผู้ช่วยให้รอดทรงเป็นแบบอย่างที่ดีพร้อม “พระเยซูเจริญขึ้นในด้านสติปัญญา และด้านร่างกาย เป็นที่ชอบต่อพระพักตร์พระเจ้าและต่อหน้าคนทั้งหลายด้วย” (ลูคา 2:52) นั่นคือพระองค์ทรงเติบโตทางจิตใจ ร่างกาย สังคม และวิญญาณ ท่านสามารถตั้งเป้าหมายแบบเดียวกัน การรู้ว่าเป้าหมายของท่านกำลังช่วยให้ท่านเป็นคนดีขึ้นจะผลักดันให้ท่านทำตามเป้าหมายเหล่านั้นอย่างต่อเนื่อง
- **จดเป้าหมายของท่าน** เก็บเป้าหมายไว้ในที่ซึ่งท่านเห็นได้ทุกวัน! ไม่ว่าจะติดไว้บนบอร์ดในห้องนอน ในตู้เก็บของที่โรงเรียน หรือแม้แต่ในโทรศัพท์ และทบทวนบ่อยๆ ยิ่งท่านนึกถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ ท่านจะยิ่งทำต่อไปจนบรรลุเป้าหมาย



เป้าหมายสำคัญที่สุด

“การ **หวนคืน** สู่ที่ประทับของพระเจ้า เป็นเจ้าและการ **ได้รับ** พรนิรันดร์ที่มาจากการทำและรักษาพันธสัญญาเป็นเป้าหมายสำคัญที่สุดสองอย่างที่เรารั้งได้”

ประธานเอ็ม. รัสเซลล์ บัลลาร์ด รักษาการประธานโควรัม อัครสาวกสิบสอง “หวนคืนและได้รับ” การประชุมใหญ่สามัญเดือนเมษายน 2017

- เฉพาะเจาะจง ถ้าท่านมีเป้าหมายว่า “เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ” นั่นเป็นเป้าหมายสมเหตุสมผล แต่ไม่เฉพาะเจาะจง ท่านต้องการเรียนรู้เรื่องใด เครื่องดนตรีชิ้นใหม่ สูตรอาหาร สูตรใหม่ หรืออาจจะเรียนรู้งานอดิเรกใหม่ที่ทำด้วยกัน ให้เจาะจงว่าท่านต้องการบรรลุเป้าหมายในเรื่องใด!
- จัดสรรเวลาทำตามเป้าหมายของท่าน เพราะชีวิตยุ่งมาก เราจึงล้มเป้าหมายได้ง่ายระหว่างไปโรงเรียน ทำงาน อยู่กับเพื่อนและครอบครัว แต่ถ้าท่านจัดเวลาไว้ทำตามเป้าหมายในแต่ละวัน แต่ละสัปดาห์ หรือบ่อยเท่าที่ท่านอยากทำ ท่านจะทำได้ต่อเนื่องมากขึ้น
- ตั้งเป้าหมายระยะสั้น ท่านสามารถตั้งเป้าหมายหลักให้ตนเอง แต่เพื่อให้บรรลุเป้าหมายนั้น ท่านต้องตั้งเป้าหมายรองเพื่อให้บรรลุเป้าหมายหลัก โดยพื้นฐานแล้ว ท่านต้องมีแผน ตัวอย่างเช่น ท่านต้องการวิ่งมาราธอนปี นี้ เพื่อให้สามารถวิ่งได้ 26 ไมล์ (42 กิโลเมตร) ท่านต้องเริ่มทีละนิด ตั้งเป้าหมายวิ่งสัปดาห์ละสามสี่ไมล์ และเพิ่มระยะทางช้าๆ ทุกสัปดาห์ เมื่อเราวางแผนเพื่อบรรลุเป้าหมาย พระผู้เป็นเจ้าจะทรงช่วยให้เราประสบความสำเร็จ (ดู สุภาษิต 16:9)
- อย่าทำมากเกินไป อย่าตั้งเป้าหมายมากจนท่านจำสิ่งที่วางแผนไว้ได้ไม่หมด ถ้าท่านเริ่มกับเป้าหมายสำคัญเพียงสองข้อแทนที่จะทำ 40 ข้อรวดเดียว ท่านจะรู้สึกหนักใจ น้อยลงและมั่นใจมากขึ้นขณะพยายามบรรลุเป้าหมาย เราต้องทำทุกสิ่ง “ด้วยปัญญาและระเบียบ; เพราะไม่จำเป็นที่คนจะวิ่งไปเร็วเกินกำลังของตน.” (โมไซยาห์ 4:27) และเมื่อท่านบรรลุเป้าหมายหนึ่งข้อ ท่านจะบรรลุอีกหนึ่งข้อได้แน่นอน! เรื่องเล็กนำไปสู่เรื่องใหญ่ ■

การเข้าใจ แผนแห่ง ความรอด ทำให้ผมมีสันติสุข

เมื่อแพทย์วินิจฉัย
ว่าคุณแม่ผมเป็น
มะเร็งระยะสุดท้าย
ผมเห็นแต่ความ
เศร้าในอนาคต
ของผม และจาก
นั้นท่านแสดง
ประจักษ์พยาน
เกี่ยวกับแผนแห่ง
ความรอด

โดย แนนซ์ เรโกลด์ เจ. มิคาบานี

ไม่กี่ปีก่อน ในวันครบรอบแต่งงานของคุณพ่อคุณแม่ แพทย์วินิจฉัยว่าคุณแม่ผมเป็นมะเร็งตับอ่อนระยะที่ 4 ผลซีทีสแกนแสดงว่ามะเร็งของท่านลูกกลมและร่างกายเสื่อมสภาพ ตอนนั้นเองที่ผมรู้ว่าคุณแม่จะอยู่อีกไม่นาน

ผมไม่พร้อมรับเรื่องนี้ ผมเห็นล่วงหน้าว่าชีวิตจะเป็นอย่างไรถ้าไม่มีคุณแม่ ทุกอย่างมืดมน หม่นหมอง และโศกเศร้า ไม่มีปิติหรือเสียงหัวเราะอีกเลย—ไม่มีอ้อมกอดที่อบอุ่นจากคุณแม่คอยปลอบโยนผม ดูเหมือนไม่มีชีวิตอีกเลย

หลายเดือนผ่านไปและร่างกายของคุณแม่อ่อนแอลงเรื่อยๆ แต่สิ่งที่ทำให้ผมอัศจรรย์ใจที่สุดคือความปรารถนาของท่านที่จะไปโบสถ์ มีส่วนร่วมในการศึกษาพระคัมภีร์กับครอบครัวทุกวัน สอนบทเรียนที่การสังสรรค์ในครอบครัว และหัวเราะกับเรา

วันหนึ่งผมถามท่านว่า “คุณแม่ไม่เคยถามพระบิดานสวรรค์เลยหรือครับ ไม่เคยสงสัยเลยหรือครับว่าทำไม **คุณแม่** ต้องเป็นมะเร็ง”

คุณแม่เข้มและแบ่งปันประจักษ์พยานของท่านเกี่ยวกับแผนแห่งความรอด ท่านบอกผมว่าผมต้องเข้าใจแผนแห่งความรอดจึงจะรู้สึกมีความสุขอย่างแท้จริง ท่านพูดว่าถ้าผมเข้าใจว่าผมมาจากไหน จุดประสงค์ของเราในชีวิตนี้คืออะไร และเราจะไปที่ไหน ผมจะเข้าใจว่าเราจะอยู่ด้วยกันตลอดไป ผมจะไม่มีวันสูญเสียท่านแน่นอน ท่านกระตุ้นให้ผมเตรียมเป็นผู้สอนศาสนาต่อและแบ่งปันพระกิตติคุณของพระเยซูคริสต์และแผนแห่งความรอดกับผู้อื่นเพื่อพวกเขาจะได้รับพรแห่งการปลดปล่อยโยนและความสุขเช่นกัน

ผมทราบดีว่าท่านพูดถูก ทำไมผมต้องกลัวจะสูญเสียท่านบนโลกนี้ถ้าผมรู้ว่าตราบใดที่ผมรักษาพันธสัญญาและทำตามพระประสงค์ของพระบิดา ผมจะพบท่านในชีวิตหน้าแน่นอน ผมรู้สึกสงบ

ครูต่อมา ท่านก็สิ้นใจ ช่วงพิธีเปิดให้เข้าเคารพศพคุณแม่—การเฉลิมฉลองชีวิตที่เราจัดก่อนฝังท่าน—แม้จะยากและผมเศร้า แต่ทุกอย่างสงบ ผมรู้ว่าคุณแม่ยังอยู่ แม้แต่คนรอบข้างก็ดูเหมือนได้รับการหนุนใจไปด้วย

ผมรู้ว่าผมกำลังรู้สึกถึงพรแท้จริงของการเข้าใจแผนของพระเจ้า

ต่อมา เมื่อถึงเวลานำคุณแม่ไปสุสาน เด็กชายคนหนึ่งเดินมาหาผมและถามว่าทำไมผมไม่ร้องไห้ ผมจำได้ว่าก่อนหน้านั้นผมคิดอย่างไรเกี่ยวกับการเสียชีวิตของคุณแม่และผมเห็นแต่ความเศร้าเสียใจมาก ผมเข้มและย่อตัวลงไปท่าระดับตัวเขา ผมบอกเขาว่า “อา รู้ว่าจะได้เจอคุณแม่อีกถ้าทำตามพระบัญญัติของพระเจ้าต่อไป” เด็กชายคนนั้นยิ้มตอบ ผมรู้ว่าเขาารู้สึกถึงสันติสุขอย่างเดียวกับที่ผมกำลังรู้สึก

คุณแม่จากไปแล้ว แต่ความมืดมน หม่นหมองและความโศกเศร้าที่ผมคิดว่าจะอยู่เต็มชีวิตผมตอนนี้ไม่มีแล้ว ผมกล่าวลาคุณแม่และบอกท่านว่าเราจะพบกันอีกในชีวิตหน้า ผมรู้สึกสบายใจแม้จะสูญเสีย นั่นคือพรที่มาจากการเข้าใจแผนแห่งความรอด ■

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในฟิลิปปินส์

เรียนรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับชีวิต
หลังความตายได้จากการอ่าน
หลักคำสอนและพันธสัญญา
ภาค 76 ซึ่งพระเจ้าตรัสถึงคน
ที่ได้รับอาณาจักรซีเลสเชียล
เทอร์เรสเตรียล และทีเลสเชียล
เป็นมรดก พระองค์ทรงเปรียบ
รัศมีภาพของอาณาจักรเหล่านี้
นั้นกับดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์
และดวงดาว



ชาว กาลิลี



บริแอนนา คอลลี เฮอร์เบิร์ต
นิตยสารศาสนจักร

วณะพระเจ้าช่วย
ให้รอดประทับ
บนแผ่นดินโลก
พระองค์ทรงสอนและ
ปฏิบัติศาสนกิจต่อคน
มากมาย นี่เป็นบางส่วน
ของคนที่พระเยซูคริสต์
ทรงปฏิบัติศาสนกิจใน
กาลิลี คนเหล่านี้จะพูด
อะไรถ้าพวกเขาเล่าเรื่อง
ราวของตนเองที่พบใน
พระคัมภีร์ได้ ต่อไปนี้เป็น
แนวคิดบางประการ



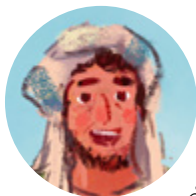
เด็ก: หนูกำลังยืนอยู่
ใกล้พระเยซูคริสต์และ
อัครสาวกของพระองค์
เหล่าอัครสาวกกำลังเถียง

กันบางเรื่อง และพระเยซูคริสต์ตรัสถามเกี่ยวกับเรื่องนั้น เหล่าอัครสาวกเงียบกริบ ไม่มีใครพูดเพราะพวกเขากำลังเถียงกันว่าใครในพวกเขาจะได้เป็นใหญ่ที่สุดในอาณาจักรสวรรค์ จากนั้นพระเจ้าช่วยให้รอดทรงให้หนูเข้ามาใกล้ หนูยืนอยู่ท่ามกลางอัครสาวก และพระองค์ทรงกอดหนู พระองค์รับสั่งกับเหล่าอัครสาวกว่าคนที่นอนน้อมถ่อมตนเหมือนเด็กเล็กๆ คนนั้นเป็นใหญ่ที่สุดในอาณาจักรสวรรค์ (ดู มาระโก 9:33–37; มัทธิว 18:1–5)



เด็กหนุ่ม: ผมเคย
ได้ยินเรื่องพระเยซู
คริสต์และปาฏิหาริย์
ที่ทรงทำต่อคนเจ็บป่วย

ดังนั้นเมื่อพระองค์เสด็จมาที่เบเรธา ผมจึงไปสมทบกับฝูงชนที่ติดตามพระองค์ พวกเรามีเยอะมาก ราว 5,000 คน ผมมีขนมปังห้าก้อนกับปลาสองตัว พระเยซูคริสต์ทรงรับไป อวยพร นำอัครรรยี่ที่ทุกคนได้กินอาหารที่ผมมี แต่ไม่จบแค่นั้น เมื่อทุกคนอิ่มแล้ว เหล่าสาวกก็รวบรวมส่วนที่เหลือ ได้ 12 กระบุงเต็ม (ดู ยอห์น 6:5–14)



ผู้ชาย: ผมป่วยเป็น
อัมพาต ผมจึงเดินไม่
ได้ หน้าซ้ายยังมีอาการ
สั่นที่ควบคุมไม่ได้ นั่นแย่มาก

เพื่อนๆ ได้ยินว่าพระเยซูคริสต์ทรงสอน
อยู่ที่บ้านหลังหนึ่ง พวกเขาเชื่อว่าพระองค์จะ
ทรงช่วยเหลือผมได้ จึงพยายามพาผมไปหา
พระองค์ บ้านมีผู้คนแออัดยัดเยียด พวกเขาจึง
ตัดสินใจหย่อนผมลงทางหลังคา พวกเขาเปิด
หลังคาแล้วหย่อนผมลงมาตรงหน้าพระเยซู
คริสต์ เมื่อพระองค์ทรงเห็น พระองค์รับสั่งว่า
บาปของผมได้รับการอภัยแล้ว ทรงบอกให้
ผมลุกขึ้นและยกแคร่เดินไป ผมทำตาม—
ทุกคนประหลาดใจ! (ดู มาระโก 2:1-12)



ข้าราชการ: ตอนนั้น
ผมอยู่ที่คานา ลูกชาย
ผมในคาเปอร์นาอุมกำลัง
จะตาย ผมได้ยินว่าพระ

เยซูทรงอยู่แถวนั้น ผมจึงไปหาพระองค์ เมื่อ
ไปถึง ผมทูลขอให้พระองค์เสด็จไปคาเปอร์
นาอุมเพื่อรักษาลูกชายผม พระองค์รับสั่งให้
ผมกลับบ้านเพราะลูกชายผมมีชีวิตอยู่ ผมเชื่อ
พระองค์ เมื่อกลับถึงบ้าน พวกเขาปรับใช้ออก
มาต้อนรับผม พวกเขาบอกว่าลูกชายผมยังมี
ชีวิตอยู่ ผมถามพวกเขาว่าเขาเริ่มดีขึ้นตอนที่
โมง พวกเขาตอบว่าเมื่อวานนี้เวลาบ่ายโมง
นั้นเป็นเวลาเดียวกับที่พระคริสต์รับสั่งว่า
ลูกชายของผมมีชีวิตอยู่! (ดู ยอห์น 4:46-53)



มารีย์ชาวมักดาลา:
พระเยซูคริสต์ทรง
ขับไล่ผีเจ็ดตนออก
จากตัวดิฉัน ดิฉันติดตาม

พระองค์เมื่อพระองค์ทรงเดินทางไปยังสอน
พระกิตติคุณตามหมู่บ้านต่างๆ (ดู ลูคา 8:1-3)
เมื่อพระคริสต์ทรงถูกตรึงกางเขน ดิฉันอยู่ที่
ที่กางเขน (ดู ยอห์น 19:25) ดิฉันไปเยี่ยม
อุโมงค์ที่ว่างพระศพของพระเยซู ดิฉันเป็นคน
แรกที่เห็นพระองค์หลังจากพระองค์ฟื้นคืน
พระชนม์ ตอนแรกดิฉันคิดว่าพระองค์เป็น
คนทำสวน แต่เมื่อพระองค์ทรงเรียกชื่อดิฉัน
ดิฉันรู้ว่านั่นคือพระผู้ช่วยให้รอดของดิฉัน
(ดู ยอห์น 20:11-16)



นางสะโลเม: ดิฉัน
เป็นภรรยาของเศเบดี
และเป็นมารดาของ
ยากอบกับยอห์นอัครสาว

กของพระเยซูคริสต์ ดิฉันติดตามและรับใช้
พระองค์ขณะพระองค์ประทับในกาลิลี ดิฉัน
อยู่ที่กลโกธาเมื่อพระองค์ทรงถูกตรึงกางเขน
(ดู มาระโก 15:37-41) ดิฉันนำเครื่องหอม
ไปที่อุโมงค์เพื่อชโลมพระศพ แต่พอไปถึง
พระองค์ไม่อยู่ที่นั่นแล้ว ดิฉันเห็นชายสวม
ชุดคลุมยาวสีขาวแทน ตอนแรกดิฉันกลัว แต่
เขาบอกว่าไม่ต้องกลัว เขากล่าวว่าพระเยซู
คริสต์ทรงฟื้นคืนขึ้นมาแล้วและดิฉันควร
บอกเหล่าอัครสาว (ดู มาระโก 16:1-8)



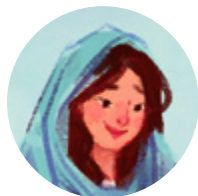
**แม่ยายของ
ซีโมนเปโตร:**
ดิฉันป่วยหนัก มีไข้
สูง เมื่อพระเยซูคริสต์

ทรงทราบเรื่องนี้ พระองค์เสด็จมาหาดิฉัน
ทรงจับมือพุงให้ดิฉันลุกขึ้น ดิฉันหายใจ
ทันที ดิฉันรู้สึกดีจนปรนนิบัติคนรอบข้างได้
(ดู มาระโก 1:29-31)



แม่ฝ่ายชาวนาอิน:
ลูกชายของดิฉันเพิ่ง
สิ้นใจ ดิฉันสูญเสีย
สามีไปแล้ว ดิฉันโศก

เศร้ามาก แม้จะมีคนอยู่ด้วยมากมาย แต่ดิฉัน
ไม่สามารถหยุดร้องไห้ได้ ขณะที่เราห้ามศพ
ของลูกชายดิฉันไปนอกประตูเมือง ชายคน
หนึ่งเดินมาหาดิฉัน ชายคนนั้นคือพระเยซู
คริสต์ พระองค์ทรงสงสารดิฉันและรับสั่ง
ว่ายำร้องไห้ จากนั้นพระองค์เสด็จเข้าไป
หาลูกชายของดิฉัน คนที่ห้ามเขายืนนิ่ง พระ
เยซูรับสั่งให้ลูกชายดิฉันลุกขึ้น และเขาลุก
ขึ้น! เขานั่งและเริ่มพูด เขาเดินมาหาดิฉัน
เรามีชีวิตอีกครั้ง! เราทุกคนสรรเสริญพระเจ้า
เป็นเจ้าและรู้ว่ามิสซาดายาภรณ์ที่ยิ่งใหญ่
ท่ามกลางพวกเรา (ดู ลูกา 7:11-17)



มารีย์: ดิฉันได้ขึ้นเรื่องพระเมสสิยาห์ผู้จะเสด็จมา และไม่คาดคิดว่าจะเป็นส่วนหนึ่งของเรื่องนี้

ดิฉันหมั่นหมายกับ โยเซฟ แล้วเมื่อทูตสวรรค์องค์หนึ่งบอกดิฉันว่าดิฉันจะให้กำเนิดเด็กคนหนึ่งซึ่งจะเป็นพระบุตรของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของและตั้งชื่อพระองค์ว่าพระเยซู (ดู ลูกา 1:26–38) และพระเมสสิยาห์เสด็จมาจริงๆ ดิฉันให้กำเนิดพระองค์ในคอกสัตว์ บรรดาคนเลี้ยงแกะและนักปราชญ์มาเข้าเฝ้าพระองค์และถวายของขวัญแด่พระองค์ (ดู มัทธิว 2:1–12; ลูกา 2:1–20) โยเซฟกับดิฉันเลี้ยงดูพระองค์ แต่พระองค์ทรงทำให้เราประหลาดใจเสมอ ครั้งหนึ่งพระองค์ทรงหายไปสามวัน จนเราพบพระองค์ที่พระวิหาร บรรดาปราชญ์มาถกกำลังฟังและซักถามพระองค์ (ดู ลูกา 2:40–52)



ฟิลิป: ผมเป็นอัครสาวกคนหนึ่งของพระเยซู พระองค์ทรงส่งเราไปสั่งสอนพระกิตติคุณ

รับสั่งให้เราตั้งใจหาแกะที่หลงหายของอิสราเอล พระองค์ประทานพลังอำนาจให้เรา รักษาคนเจ็บป่วย ทำให้คนโรคเรื้อนสะอาด ทำให้คนตายคืนชีพ และขับมารร้าย พระองค์รับสั่งไม่ให้เราเงินหรือเสื้อผ้าไปด้วย แต่ทรงเตือนเราว่าเราจะถูกข่มเหง แต่เราวางใจพระองค์เพราะเรารู้ว่าถ้าเราอดทนจนกว่าชีวิตจะหาไม่เราจะรอด (ดู มัทธิว 10:1–10, 17–18, 22–23)



เยซูคริสต์: ผมเป็นอัครสาวกของพระคริสต์ วันหนึ่งเมื่อพระองค์ทรงกำลังสอน

เรา—พระองค์ทรงสอนบ่อยๆ—พระองค์รับสั่งว่าพระองค์จะไม่อยู่บนแผ่นดินโลกอีกนานมาก พระองค์รับสั่งให้เรารักษาพระบัญญัติและรักพระองค์ พระองค์จะเสด็จมาแสดงองค์ให้ประจักษ์ต่อเรา พระองค์คริสต์ว่าพระองค์จะทรงส่งพระวิญญาณบริสุทธิ์มาช่วยให้เราระลึกถึงสิ่งที่ทรงสอนเราแล้ว (ดู ยอห์น 14:19–27) ■

“ฉันจะป้องกันไม่ให้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ทำให้ฉันเสียสมาธิที่โบสถ์และเซมินารีได้อย่างไร”

“อุปกรณ์มือถืออย่างเช่นสมาร์ทโฟนเป็นพร แต่สามารถทำให้เราเสียสมาธิจนไม่ได้ยิน ‘เสียงสงบแผ่วเบา’ เช่นกัน อุปกรณ์เหล่านี้ต้องเป็นทาสเรา ไม่ใช่นายเรา . . .

“ . . . เมื่อสมาร์ทโฟนเริ่มแทรกแซงความสัมพันธ์ของเรากับเพื่อนๆ และครอบครัว—ที่สำคัญกว่านั้นคือกับพระเจ้า—เราต้องเปลี่ยน”

ประธานเอ็ม.รัสเซลล์ บัลลาร์ด รักษาการประธานโคออร์ดิเนตอรร่วมสอง “จงนิ่งเฉยและรู้ว่าคุณคือพระเจ้า” (การให้ข้อคิดทางวิญญาณระบบการศึกษาของศาสนจักรสำหรับคนหนุ่มสาว, 4 พ.ค., 2014), broadcasts.lds.org



ถ้าไม่เห็น ก็ไม่นึกถึง
เมื่อเร็วๆ นี้ฉันสังเกตเห็นนิสัยการใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ของตนเองระหว่างกิจกรรมศาสนจักรและกิจกรรม

เยาวชน กลายเป็นนิสัยไปแล้ว ทุกครั้งที่เห็นโทรศัพท์ ฉันจำเป็นต้องหยิบขึ้นมาดูทันทีว่ามีแจ้งเตือนหรือข้อความใหม่ๆ หรือไม่ วิธีแก้หรือ ซ่อนโทรศัพท์ไม่ให้ตัวเองเห็น ไม่ว่าจะอยู่ในกระเป๋า ได้เก้าอี้ หรือแม้แต่อยู่กับเพื่อน—ถ้าฉันไม่เห็น โทรศัพท์ ฉันจะไม่ถูกล่อลวงให้ใช้

ทารีน เอ็ม. อายุ 15 ปี รัฐฟลอริดา สหรัฐอเมริกา



เตรียมอุปกรณ์มือถือเพื่อให้เสียสมาธิน้อยลง

เตรียมอุปกรณ์มือถือแบบเดียวกับที่คุณเตรียมจิตใจและร่างกายให้พร้อมสำหรับวัน

สะบาโต ปิดเสียงแจ้งเตือนบนโทรศัพท์มือถือระหว่างชั้นเรียน คุณอาจจะใส่แอปพลิเคชันคลั่งค้นคว้าแยกจากแอปอื่นเพื่อว่าถ้าคุณต้องใช้พระคัมภีร์หรือโน้ตบุ๊ก แอปเหล่านี้จะไม่ทำให้คุณเสียสมาธิ

เดลกูมาร์ เอส. อายุ 21 ปี เมืองเซาเปาลู บราซิล

สาวอ่อนวอนทูลขอความช่วยเหลือ
ดิฉันมองหาพระวิญญูณ โดยสาวอ่อนวอน
นี้ช่วยให้ดิฉันสามารถเลิกใช้อุปกรณ์
อิเล็กทรอนิกส์ในวันสะบาโตและระหว่าง
เรียนเซมินารี เมื่อใดก็ตามที่ดิฉันสาว
อ่อนวอนถึงพระบิดาบนสวรรค์และอ่าน
พระคัมภีร์มอรมอน ดิฉันจะได้รับวิธีเลิกใช้
อุปกรณ์เหล่านี้

ดีเชเร เอ็ม. อายุ 18 ปี เขตออร์โม ไออวรีโคสต์

อย่าลืมพระคัมภีร์ที่พิมพ์เป็นเล่ม!

การใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ศึกษาพระ
กิตติคุณย่อมทำได้ แต่บางครั้งก็ใช้มากเกินไป
ไป เพื่อป้องกันไม่ให้คุณเสียสมาธิ ลองใช้
พระคัมภีร์ที่พิมพ์เป็นเล่มดู พระเจ้าจะทรง
นำทางคุณ คุณจะเรียนรู้มากยิ่งขึ้นและรู้สึก
ถึงพระวิญญูณ

อายยานา เอ. อายุ 13 ปี ลา구나 ฟิลิปินส์

วางลง

ที่โบสถ์ ผมปิดเสียงโทรศัพท์และเก็บไว้ใน
กระเป๋ากางเกงวันแต่จะใช้หาพระคัมภีร์ ใน
ช่วงศีลระลึก ผมไม่ใช้เลย ผมเก็บให้พื้นมือ
เพื่อหลีกเลี่ยงการล่อลวงให้ใช้

วิลเลียม ดับเบิลยู. อายุ 17 ปี รัฐเวอร์จิเนีย
สหรัฐอเมริกา

คำตอบมีเจตนาจะช่วยสะท้อนมุมมอง ไม่ถือเป็นการ
ประกาศหลักคำสอนอย่างเป็นทางการของศาสนจักร



ฉันควรพูดอะไรเมื่อเพื่อนๆ ชักถามความเชื่อของ เราเกี่ยวกับการแต่งงานและครอบครัว

ใน “ครอบครัว: ถ้อยแถลงต่อโลก” ฝ่ายประธานสูงสุดและโควรัมอัครสาวกสิบ
สองประกาศว่า “การแต่งงานระหว่างชายและหญิง ได้รับแต่งตั้งจากพระผู้เป็นเจ้า
และว่าครอบครัวเป็นศูนย์กลางต่อแผนของพระผู้สร้างเพื่อจุดหมายปลายทาง
นิรันดร์ของบุตรธิดาของพระองค์” (familyproclamation.lds.org)

ถ้อยแถลงดังกล่าว “เป็นคำแถลงความจริงนิรันดร์” ที่มาตาม “ขั้นตอนการเปิด
เผย” และไม่ใช่ “แค่คำแถลงนโยบาย” (ดัลลีน เอช. โอ๊คส์, “แผนและถ้อยแถลง,”
เลียว โชนา, พ.ย. 2017, 30, 29) ท่านสามารถแบ่งปันความเชื่อส่วนตัวของท่านได้ว่า
เป็นดังนั้น และท่านสามารถแบ่งปันพรที่ความจริงเหล่านี้นำมาให้ท่าน

ในการตอบคำถามของผู้อื่น เราพึงหลีกเลี่ยงการคิดว่าตัวดีกว่าคนอื่นหรือ
ขัดแย้ง เราควรพยายามรักพวกเขา คนที่เปิดใจและจริงใจสมควรได้รับคำตอบ
ที่จริงใจ แต่ถ้าเห็นชัดว่าคนนั้นไม่จริงใจ แค่ต้องการเหยียดหยันหรือดูแคลนความ
เห็นของท่าน หรือถ้าพวกเขาแค่ต้องการหาเรื่องทะเลาะ ทางที่ดีจึงหลีกเลี่ยงการ
สนทนาเช่นนั้น (คู มัทธิว 7:6)

ท่านคิดอย่างไร

“ฉันจะคิดบวกเมื่ออยู่รอบๆ เพื่อนที่ดูเหมือนจะซึม
เศร้าได้อย่างไร”

ส่งคำตอบของท่านและภาพความละเอียดสูงตามความประสงค์
ของท่านมาก่อน 15 กรกฎาคม 2019 ที่ lahona.lds.org
(คลิก “Submit an Article or Feedback”)

อาจมีการแก้ไขความยาวหรือความชัดเจนของคำตอบที่ส่งมา



วิ่ง!

ค่าวันหนึ่งผมกำลังเดินกลับบ้าน ผมเดินมาได้ไม่กี่ช่วง ถนนจากจุดที่ผมพบกับเพื่อนบางคนก่อนหน้านั้น แต่ตอนนี้มืดสนิท ผมแทบมองไม่เห็นทางที่ผมเดินอยู่

ผมสังเกตเห็นชายหนุ่มสามคนกำลังตามผมมา ผมเริ่มเดินเร็วขึ้นเพื่อให้ห่างจากพวกเขาและพวกเขายังตามไม่เลิก ผมรู้สึกวิตกอย่างยิ่ง จากนั้นความคิดที่ชัดเจนก็เข้ามา นั่นคือ วิ่ง! ผมเริ่มวิ่งขึ้นเนิน เนินชันมาก แต่ผมรู้สึกถึงพลังกำลังที่ไม่ใช่ของผม เกินกำลังของผม

พวกเขาวิ่งตามมาติดๆ ผมไม่ทราบจะทำอะไรต่อ ความคิดที่ชัดเจนเข้ามาอีกครั้ง บอกผมให้วิ่งลงไปตามทางแคบๆ เมื่อลงไปทางนั้น ผมประหลาดใจมาก ผม

เห็นเจ้าหน้าที่ตำรวจ ผมวิ่งจนหมดแรงและหายใจแทบไม่ออกขณะขอความช่วยเหลือจากเขา เมื่อชายกลุ่มนั้นเห็นผมคุยกับเจ้าหน้าที่ตำรวจ พวกเขาหยุดไล่ผมและเดินจากไป เพื่อให้แน่ใจว่าผมปลอดภัย เจ้าหน้าที่ตำรวจจึงเดินไปส่งผมที่บ้าน

คืนนั้นผมครุ่นคิดถึงการกระตุ่นเดือนที่ผมได้รับ ผมรู้สึกสงบที่รู้ว่าพระบิดาบนสวรรค์ทรงช่วยเหลือผม ผมกล่าวคำสวดอ้อนวอนขอบพระทัยสำหรับการนำทางของพระองค์ ผมรู้ว่าถ้าเราเชื่อฟังเสียงของพระวิญญาณ เราจะปลอดภัย

มาร์ติน เอส., ปวยร์โตรีโก คริสตจักร อาร์เจนตินา

“ท่านสามารถเรียนรู้วิธีทำตามการนำทางที่ดีที่สุดในบรรดาการนำทางทั้งปวง—นั่นคือ เสียงกระซิบของพระวิญญาณศักดิ์สิทธิ์ นั่นคือการเปิดเผยส่วนตัว มีขั้นตอนซึ่งเราสามารถเตรียมรับมือกับอันตรายทางวิญญาณ”

ประธานบอยด์ เค. แพคเกอร์ (1924-2015) ประธานโควรัมอัครสาวกสิบสอง, “พระเจ้าทางวิญญาณ,” *Ensign*, May 1976, 31.

ฉันจะพร้อมต่อ ด้านการล่อลวงได้ อย่างไร

1. สงบนิ่ง
การใช้เวลาเงียบๆ
ไตร่ตรองและ
ใคร่ครวญจะช่วยให้ท่านได้
อินพระวิญญาณ
(ดู สดุดี 46:10)
2. กลับใจ
การกลับใจทำให้
ท่านสะอาดเพื่อพระ
วิญญาณจะสามารถ
เป็นเพื่อนของท่านได้
(ดู เอเลม 34:36)
3. ศึกษา
เมื่อท่านรู้พระวจนะ
ของพระเจ้า ท่าน
จะรับรู้เสียงของ
พระองค์ได้ง่ายขึ้น
(ดู หลักคำสอนและ
พันธสัญญา 1:38)

การตื่นนอนเป็นความรับผิดชอบของดิฉัน

วันอาทิตย์คุณแม่มักจะปลุกดิฉันเพื่อดิฉันจะได้เตรียมไปโบสถ์และไปถึงก่อนการประชุมเริ่ม แต่วันอาทิตย์วันหนึ่งคุณแม่ไม่ปลุกดิฉัน ดิฉันตื่นเองและสังเกตว่าดิฉันไม่ได้ยินเสียงเตรียมตัวไปโบสถ์ตามปกติของครอบครัว ดิฉันมองดูนาฬิกาอย่างหงุดหงิดและรู้ว่าดิฉันสายไปครึ่งชั่วโมง ดิฉันพลาดศีลระลึกแล้ว และอาจจะพลาดโรงเรียนวันอาทิตย์ด้วย

ดิฉันรู้สึกสับสนและถูกทอดทิ้ง ทำไมคุณแม่ไม่ปลุกดิฉันเช้านี้ ท่านปลุกดิฉันทุกครั้งนี่นา แต่ดิฉันนึกขึ้นได้ว่านี่ไม่ใช่ความรับผิดชอบของคุณแม่ที่ต้องปลุกดิฉันเพื่อให้ดิฉันไปโบสถ์ทัน—นี่เป็นความรับผิดชอบของดิฉันเอง ดิฉันได้ทำพันธสัญญากับพระบิดาบนสวรรค์ และการรักษาพันธสัญญาเป็นความรับผิดชอบของดิฉัน

สายวันนั้นคุณแม่แสดงความเห็นที่ไม่ปลุกดิฉันให้ไปโบสถ์ ท่านบอกว่าท่านจะไม่ปลุกอีก ดิฉันควรพยายามตื่นเองและมีประจักษ์พยานของตนเอง

ระหว่างสัปดาห์นั้น ดิฉันคิดว่าจะอาศัยประจักษ์พยานของพ่อแม่ตลอดไปไม่ได้ ดิฉันควรพยายามมากขึ้นเพื่อให้ประจักษ์พยานของตนเองเข้มแข็ง นับจากนั้นเป็นต้นมา ดิฉันพยายามตื่นแต่เช้าทุกวันอาทิตย์เพื่อจะได้ไปโบสถ์ทันและรับศีลระลึก ดิฉันกำลังฝึกพึ่งพาตนเองทางวิญญาณ

ลือา อัลเวส, เซอรา บราซิล



จากถูกเตะเป็นเมตตา

ดิฉันกับคุณแม่กำลังยืนต่อแถวจ่ายค่าของชำ แถวแน่นมาก คุณแม่จึงต้องโน้มตัวข้ามเด็กผู้ชายตัวน้อยที่อยู่ข้างหน้าเราเพื่อจ่ายค่าของ เด็กคนนั้นเริ่มเตะท่าน เขาเตะท่านครั้งที่สอง ท่านถอยทันทีและพูดว่า “ช่วยหยุดเตะด้วยนะคะ”

คุณแม่ของเด็กเหลียวมามองและบอกคุณแม่ว่าเป็นความคิดของท่านที่ถูกเตะ เธอพูดจาเหยียดหยามเราสารพัด ดิฉันเริ่มจ้องหน้าเธอขณะเธอเหลียวกลับมา มองและหยาบคายใส่เศษเชอร์รี่ด้วย! ดิฉันทำเหมือนใจเย็น แต่ในใจร้อนรุ่ม นั่นทำให้ดิฉันรู้สึกแยะ ดิฉันรู้ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ใช่ความคิดของคุณแม่หรือของดิฉัน แต่ดิฉันยังรู้สึกไม่ดี

เมื่อเรากลับถึงบ้าน ดิฉันเข้าไปในห้องนอนและหยิบพระคัมภีร์ออกมา หลังจากอ่านไปได้หนึ่งนาที ดิฉันรู้สึกที่ต้องสวดอ้อนวอน ดิฉันแทบไม่รู้สึกอยากสวดอ้อนวอน แต่ดิฉันคุกเข่าและเริ่มสวดอ้อนวอน ในที่สุดดิฉันก็สวดอ้อนวอนให้ผู้หญิงคนนั้นที่ปฏิบัติต่อเราแย่มาก ความรู้สึกสงบที่ดิฉันเคยรู้สึกกลับเข้ามาอีกครั้ง ดิฉันไม่มีความรู้สึกโกรธในใจอีกเลย ดิฉันรู้สึกรัก

เทเรซา จี., รัฐไอดาโฮ สหรัฐอเมริกา



“อย่ากลัวเลย เราอยู่กับเจ้า”

โดย เอ็ดเดอร์เดวิด เอ. เบดนาร์
แห่ง โควรัมอัครสาวกสิบสอง

ผู้นำทางทหารที่มีชื่อเสียงคนหนึ่งเคยกล่าวไว้อย่าง
ผู้เรียบคมว่า “อย่ารับคำแนะนำ [เพราะ] ท่านกลัว”¹
ขณะที่พิจารณาสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นรอบตัวเราทุกวันนี้
เราอาจพบเหตุผลมากมายให้กลัว ลังเล และสงสัยว่าสิ่ง
ต่างๆ ในชีวิตเราจะเป็นอย่างที่เราหวังไว้นานแล้วหรือไม่
บางท่านอาจสงสัยหรือขาดความเชื่อมั่นว่าตน
สามารถประสบความสำเร็จทางโลกและทางวิญญาณได้
ใหม่ บางทีท่านอาจสงสัยว่าคำสัญญาของพระเจ้าเรื่อง
การสนับสนุนและการนำทาง—ซึ่งท่านรับรู้และเห็น
อย่างง่ายดายในชีวิตของคนอีกมากมาย—จะประจักษ์ชัด
ในชีวิตท่านหรือไม่ ท่านอาจไม่มั่นใจเรื่องการแสวงหา
โอกาสเพราะท่านไม่เห็นรายละเอียดทั้งหมดล่วงหน้าว่า
จะมีอะไรเกิดขึ้นบ้าง และด้วยเหตุนี้ท่านจึงลังเลไม่กล้า
เริ่มเดินก้าวแรกบนเส้นทางนั้น หรือท่านอาจเป็นห่วงว่า
จะทำให้ผิดพลาดจนไม่ปฏิบัติด้วยศรัทธาและไม่มุ่งหน้า
ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ความล้มเหลวที่ท่านกลัวมีโอกาสเป็น
ไปได้มากขึ้น

อย่ารับคำแนะนำเพราะเรากลัวหมายความว่าเราไม่
ยอมให้ความกลัวและความไม่มั่นใจกำหนดวิถีชีวิตของ
เรา ส่งผลต่อเจตคติและพฤติกรรมของเรา มีอิทธิพล
อย่างไม่สมควรต่อการตัดสินใจในเรื่องสำคัญๆ หรือ
บิดเบือนหรือทำให้เราหันเหจากทั้งหมดที่เป็นคุณธรรม
งดงาม หรือกล่าวขวัญกันว่าคือนานโลกนี้ อย่ารับคำแนะนำ
เพราะเรากลัวหมายความว่าศรัทธาในพระเจ้าพระเยซู
คริสต์ปล้ำความกลัวของเราและเรามุ่งหน้าด้วยความ
แน่วแน่ในพระองค์ อย่ารับคำแนะนำเพราะเรากลัว
หมายความว่าเราวางใจในการนำทาง การรับรอง และ

จังหวะเวลาของพระเจ้าในชีวิตเรา ข้าพเจ้าสัญญา
ว่าเราแต่ละคนสามารถรับพรและจะได้รับพรด้วยการนำ
ทาง ความคุ้มครอง และปีติอันยั่งยืนเมื่อเราเรียนรู้ว่าต้อง
ไม่รับคำแนะนำเพราะเรากลัว

เมื่อเราใช้ศรัทธาในพระคริสต์และวางใจในคำสัญญา
ของพระองค์ เราจะสามารถเดินเข้าไปในความมืดด้วยความ
มั่นใจอย่างยิ่งว่าเส้นทางของเราจะสว่าง—อย่าง
น้อยก็ไกลพอจะก้าวต่อไป—จากนั้นก็ก้าวต่อไป—และ
ก้าวต่อไป

โจเซฟ สมิทประกาศว่า “เราไม่มีสิ่งใดต้องกลัวถ้าเรา
เชื่อสัตย์”²

ประธาน โทมัส เอส. มอนสัน (1927–2018) แนะนำ
ว่า “อย่ากลัว จงรื่นเริงเถิด อนาคตของท่านสดใสเท่า
ศรัทธาของท่าน”³

เมื่อท่านเผชิญอนาคตด้วยศรัทธา พระผู้ช่วยให้รอด
จะทรงไปเบื้องหน้าท่าน จะทรงอยู่ทางขวามือและทาง
ซ้ายของท่าน และพระวิญญาณของพระองค์จะอยู่ในใจ
ท่าน (ดู หลักคำสอนและพันธสัญญา 84:88) ในความ
พยายามอันชอบธรรมทั้งหมดของท่านและตลอดวัน
เวลาทั้งหมดของชีวิตท่าน ■

จากคำปราศรัยให้ข้อคิดทางวิญญาณที่มหาวิทยาลัยบริกัม
ยังก์-ฮาวาย วันที่ 15 ธันวาคม ค.ศ. 2012

อ้างอิง

1. ใน Mary Anna Jackson, *Memoirs of Stonewall Jackson* (1895), 264.
2. *The Personal Writings of Joseph Smith*, ed. Dean C. Jessee, rev. ed. (2002), 338.
3. โทมัส เอส. มอนสัน “จงรื่นเริงเถิด,” การประชุมใหญ่
สามัญเดือนเมษายน 2009.

เกิดใน
เมืองแซนดีแอนโดร
รัฐแคลิฟอร์เนีย
วันที่ 15 มิถุนายน
ค.ศ. 1952



รับใช้
งานเผยแผ่
ในเยอรมนี
ตอนใต้

รับใช้เป็นอธิการบดีของ
บิวยู-ไอดาโฮ
ตั้งแต่ปี 1997 ถึง 2004



เอ็ดเดอร์

เดวิด เอ. เบคনার



แต่งงานกับซูซาน
รอบินสันในปี
1975 ใน
พระวิหาร
ซอลท์เลค



สมัยยังเด็กท่าน
ช่วย
ครอบครัว
บรรจุผลไม้
ใส่ขวดโหล
ท่านพูดติดตลก
ว่าท่านกินผลไม้
มากกว่าที่เหลือ
ใส่ขวดโหล



เป็น กองหลัง ของ
ทีมฟุตบอลโรงเรียน
มัธยมปลาย

พบภรรยาที่การแข่งขันแฟล็กฟุตบอล
เธอทำให้ท่านประทับใจ
เมื่อเธอรับลูกบอลของท่าน ได้



เป็น
อาจารย์
ที่มหาวิทยาลัย
เทกซัสเทคและ
มหาวิทยาลัย
แห่งอาร์คันซอ

สำเร็จการศึกษาจาก
มหาวิทยาลัยบริคัม ยังก์

ได้รับปริญญาเอก
สาขาพฤติกรรมองค์กรจาก
มหาวิทยาลัยเพอร์ดู



มี บุตรชายสามคน

หนึ่งในเพลงสวดที่
โปรดปรานคือ
“พระเจ้าผู้ไถ่แห่ง
อิสราเอล”
(เพลงสวด บทเพลงที่ 5)



ได้รับการสนับสนุน
เป็นสมาชิก
โครัมอักษร-
สาวกสิบสอง
วันที่ 7 ตุลาคม
ค.ศ. 2004





คนหนุ่มสาว

วางแผนครอบครัว
ของท่านหรือไม่

เดือนนี้คนหนุ่มสาวแบ่งปัน
ประสบการณ์ขมิ้มเพศิณญ์และ
เอาชนะการต่อต้านเรื่องการมีบุตร

42

เขาชน
แนวทางการตั้ง
เป้าหมาย

52

ความตายและ
ความ โศกเศร้า
เข้าใจแผนของ
พระผู้เป็นเจ้าของ

54

พันธสัญญาใหม่
พบชาวกาลิลี

26, 56

ศาสนจักรของ
พระเยซูคริสต์
แห่งวิสุทธิอังกิณญ์สุดท้าย



เพื่อนเด็ก



สวัสดีจาก
สาธารณรัฐ
โดมินิกัน!

ดูหน้า P8-P11



โดย ประธาน
รัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน

กตัญญูต่อบิดามารดา



ท่านเคยต้อง
รอให้เรื่องดีบาง
อย่างเกิดขึ้นหรือไม่
ท่านจะช่วยอะไรได้
บ้างขณะรอ

คุณทวดทั้งแปดคนของข้าพเจ้าเข้าร่วมศาสนจักรในยุโรป พวกเขาซื้อสัตย์มากในศาสนจักร หลังจากนั้น บรรพชนบางคนของข้าพเจ้าไม่ดำเนินชีวิตตามพระกิตติคุณ เพราะเหตุนี้คุณพ่อคุณแม่ข้าพเจ้าจึงไม่ได้ไปโบสถ์บ่อยนักเมื่อข้าพเจ้ายังเด็ก

ข้าพเจ้ารักคุณพ่อคุณแม่ พวกเขาสอนบทเรียนสำคัญมากให้ข้าพเจ้า ข้าพเจ้าชอบคุณพวกเขาได้ไม่มากพอสำหรับบ้านที่มีความสุขของเรา ถึงแม้จะเป็นเด็กแต่ข้าพเจ้าก็รู้ว่ายังขาดอะไรบางอย่างเพราะครอบครัวเราไม่ได้ไปโบสถ์บ่อยนัก วันหนึ่งข้าพเจ้าขึ้นรถรางไปร้านหนังสือเพื่อหาหนังสือเกี่ยวกับศาสนจักร ข้าพเจ้าชอบเรียนพระกิตติคุณ

เมื่อข้าพเจ้าเรียนเรื่องพระคำแห่งปัญญา ข้าพเจ้ารู้ว่าพ่อแม่ไม่ดำเนินชีวิตตามที่พระคำแห่งปัญญาสอน แต่ข้าพเจ้าต้องการให้พวกเขาดำเนินชีวิตตามนั้น!

วันหนึ่งข้าพเจ้าจึงทบทวนเหล่าทวดทุกคนในบ้านบนพื้นคอนกรีต! ข้าพเจ้าคิดว่าคุณพ่อจะลงโทษ แต่ท่านไม่พูดเรื่องนี้สักคำ

ขณะเติบโตใหญ่ ข้าพเจ้าเรียนพระกิตติคุณอยู่เสมอ ข้าพเจ้าเริ่มเข้าใจแผนอันสวยงามของพระบิดาบนสวรรค์ ข้าพเจ้ารับบัพติศมาเมื่ออายุ 16 ปี ช่วงคริสต์มาสข้าพเจ้ามักจะพูดกับตนเองว่า “ฉันไม่อยากได้ของขวัญอีกแล้ว! ฉันแค่อยากผนี้กับพ่อแม่ในพระวิหาร” ข้าพเจ้ารอหลายปีกว่าผนี้จะเป็นจริง เมื่อคุณพ่อคุณแม่อายุเลย 80 ปีในที่สุดเราก็ได้ผนี้เป็นครอบครัว! ข้าพเจ้ารู้สึกปีติอย่างยิ่งในวันนั้น แต่ละวันข้าพเจ้ายังคงรู้สึกมีความสุขที่พวกเขาได้ผนี้ด้วยกัน และข้าพเจ้าได้ผนี้กับพวกเขา •

ดัดแปลงจาก “การเปิดเผยสำหรับศาสนจักร การเปิดเผยสำหรับชีวิตเรา” การประชุมใหญ่สามัญเดือนเมษายน 2018

หน้าระบายสี



“ระบายความในใจต่อ
พระบิดาบนสวรรค์ของท่าน
หันไปขอคำตอบและการ
ปลอบโยนจากพระองค์”

—ประธาน
รัสเชลล์ เอ็ม. เนลสัน

บทใหม่

โดย เจน แม็คไบรต์
เรียบเรียงตามเรื่องจริง

“พรมมากมายเหล่านี้ทำให้ฉันขอบพระทัยที่
เป็นตัวฉัน” (Children’s Songbook, 11)

ซาร่าที่กำลังแกะกล่องใน
ห้องเมื่อคุณแม่เดิน
เข้ามา

“เราทาผนังเป็นสีเหลืองได้
ไหมคะ” เธอถามคุณแม่
พวกเธอเพิ่งย้ายเข้ามาอยู่
บ้านหลังใหม่ ซาร่าก็ได้เลือก
ผ้าคลุมเตียงและม่านให้
ห้องใหม่ของเธอแล้ว!

“ได้ค่ะ” คุณแม่ตอบ
“สีเหลืองเป็นสีที่มีความสุข”
ซาร่าที่วางหนังสือสามเล่ม
ไว้บนชั้นเล็กๆ ข้างเตียง ช่วง
นี้คุณแม่รู้สึกไม่มี *ความสุข*
เท่าใดนักตั้งแต่คุณพ่อ
เสียชีวิตในอุบัติเหตุ
ซาร่าที่ค่อยๆ วางภาพ
โปรดของคุณพ่อไว้ใกล้ๆ

หนังสือเพื่อเธอจะได้เห็นทุก
เช้าเมื่อตื่นนอน

เธอได้ยินเสียงตู้จมูก
และเห็นคุณแม่น้ำตาคลอ
“หนูรักแม่นะคะ” ซาร่าที่
บอกพลาเงาแฉนโอบเอว
มารดาและกอดท่านแน่น
“แม่ก็รักลูกจ้ะ”

วันเสาร์ก่อนโรงเรียนเปิด
คุณแม่กับซาร่าที่สวมเสื้อ
ผ้าเก่าๆ ย้ายเฟอร์นิเจอร์ไป
ไว้กลางห้องของซาร่า และ
ค่อยๆ กดลูกกลิ้งทาสีลงในถาด
ที่มีสีเหลือง หลังจากนั้นไม่
นาน ผนังก็เป็นสีเหลือง—
รวมทั้งโบรินและเสื้อผ้าของ
พวกเธอด้วย!

“เหมือนกับลูกถูกแดด
ส่องทั่วตัว” คุณแม่พูดพร้อม
กับหัวเราะ



ซาร่าห์หัวเราะคิกคัก
“คุณแม่ก็เหมือนกับกล้วย
ระเบิดใกล้ๆ หนู!”

พวกเขายังคงหัวเราะ
ขณะทำความสะอาด แต่
รอยยิ้มของซาร่าห์จางลง
เมื่อเธอนึกถึงการไปปฐมวัย
พรุ่งนี้และไปโรงเรียนมะรืนนี้
“หนูกังวลเรื่องโบสถ์กับ
โรงเรียนใหม่” เธอบอกคุณแม่ขณะ
ช่วยกันล้างแปรงทาสีในอ่าง “หนูไม่
รู้จักครูหรือเด็กหรือใครเลย”

คุณแม่ปัดน้ำและดึงซาร่าห์เข้ามากอด
“หนูจะมีเพื่อนจ๊ะ หนูมีจิตใจดี นั่นจะดึงคนอื่นมาหา
หนู เป็นตัวของตัวเองให้ดี แล้วเพื่อนๆ จะมา”

ซาร่าห์รู้สึกดีขึ้นมาบ้าง แต่ก็ยังกังวลใจ
“หนูอยากให้พ่ออยู่ที่นี้จะดีให้พรหนู” เธอบอก
“เหมือนที่ท่านเคยให้พรหนูก่อนหนูไปโรงเรียน”
คุณแม่เงยไปหนึ่งนาที “คุณลุงไวแอดโจจ๊ะ” ท่าน
บอก “แม่แน่ใจว่าท่านยินดีจะให้พรหนู”
ซาร่าห์พยักหน้า พรอาจจะช่วยได้
คืนนั้น คุณลุงของซาร่าห์วางมือบนศีรษะเธอ
เพื่อให้พร

“ข้าพเจ้าอวยพรท่านให้รู้ว่าพระเจ้าผู้ช่วยให้รอดทรง
ดูแลท่านขณะที่ท่านเริ่มต้นบทใหม่ในชีวิต” ท่านกล่าว
“พระองค์จะไม่ทรงปล่อยให้ท่านโดดเดี่ยว”



ซาร่าห์เอาใจใส่เป็นพิเศษ
ต่อคำว่า *บทใหม่* เธอชอบ
อ่านและตื่นเต้นเสมอที่
จะได้เริ่มอ่านบทใหม่ใน
หนังสือ

เช้าวันรุ่งขึ้นซาร่าห์กับ
คุณแม่ไปโบสถ์ หลังการ
ประชุมศิโรตถ์คุณแม่ช่วย
ซาร่าห์หาห้องปฐมวัย เด็กหญิงคน
หนึ่งในห้องยิ้มให้เธอและกล่าวสวัสดิ์
“เธอนั่งที่นี้ได้นะถ้าอยากนั่ง” เธอพูด

พลางเอามือตบเก้าอี้ว่างข้างๆ เธอ

“ขอบใจนะ” ซาร่าห์พูด “ฉันชื่อซาร่าห์ ฉันมาใหม่”
“ฉันชื่อเมโลดี้ ฉันมาใหม่เหมือนกัน! นี่เป็นอาทิพย์ที่
สองของฉัน”

ไม่นานเมโลดี้ก็คุยกับเด็กปฐมวัยคนอื่นๆ
ครูของพวกเขาใจดีมาก

“หวังว่าโรงเรียนจะดีแบบนี้!” ซาร่าห์คิดขณะเข้านอน
คืนนั้น

วันรุ่งขึ้น ซาร่าห์นั่งรถโดยสารไปโรงเรียนใหม่ของ
เธอ เธอตื่นเต้นที่ได้เห็นเด็กบางคนจากปฐมวัยในชั้น
ประถมสามของเธอ

“ขอบพระทัยพระบิดาบนสวรรค์” ซาร่าห์สวด
อ่อนน้อมในใจขณะรับประทานอาหารกลางวันกับเพื่อน
ใหม่ “บางทีในที่สุดบทนี้น่าจะเป็นบทที่ดี” ●

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐโคโลราโด สหรัฐอเมริกา

เอ็ดเดอร์คูกเยื่อนบราซิล



เอ็ดเดอร์ควอนทิน แอล, คูกและซิสเตอร์แมรี่ คูกไปบราซิลเพื่อเยี่ยมชมสมาชิกของศาสนจักร พวกเขาไปสอนและแบ่งปันความรักของพระเยซูคริสต์



พวกท่านไปเยือนเบโล โอริซอนติเมืองใหญ่เมืองหนึ่ง ชื่อเมืองนั้นหมายถึง “ขอบฟ้าแสงงาม” เอ็ดเดอร์คูกกล่าวว่าจะวันตกคืนที่นั่นสวยที่สุดเท่าที่ท่านเคยเห็นมา!

เมื่อเราเป็น
แสงสว่าง เรา
เป็นอิทธิพล
ให้โลกดีขึ้น



เอ็ดเดอร์และซิสเตอร์ถูกไปศูนย์ฝึกอบรม
ผู้สอนศาสนาด้วย ผู้สอนศาสนาแบ่งปัน
แสงสว่างของพระเยซูคริสต์ทุกวัน!



เด็กๆ มีความสุขมากที่ได้พบ
อัครสาวกของพระเจ้า!

มองตะวันตกดิน

ใช้เวลาและชื่นชมตะวันตกดิน
เหมือนที่เอ็ดเดอร์ถูกทำ วาดภาพ
ตะวันตกดินที่ท่านเห็น จากนั้น
ให้นึกถึงเพื่อนร่วมชั้น เพื่อนบ้าน
หรือสมาชิกครอบครัวคนหนึ่ง
ที่ต้องการเพื่อน ทำให้วันพวกเขา
สดใสโดยให้รูปภาพของท่าน

ทำตะเกียง



ถ้วยกระดาษ
ที่เจาะรูหรือดินสอพลายแหลม
ไฟฉายหรือแท่งเรืองแสง

1. ใช้ที่เจาะรูหรือดินสอเจาะรูให้ทั่วถ้วย เจาะรูกัน
ถ้วยหรือตัดปลายถ้วยออก (ขอให้ผู้ใหญ่ช่วย)
2. ตกแต่งถ้วยตามต้องการ จากนั้นให้วางไฟฉาย
หรือแท่งเรืองแสงไว้ใต้ถ้วย
3. ปิดไฟและดูตะเกียงเรืองแสง!

เกร็ดน่ารู้: ถ้าท่านไม่มีถ้วยกระดาษ ท่านสามารถ
ม้วนกระดาษสีน้ำตาลแล้วติดเทปขอบกระดาษให้
ต่อกัน

ท่านจะเป็นแสงสว่างที่บ้าน ในละแวก
บ้าน และที่โรงเรียน ได้อย่างไร

รอเอียน

โดย โจชัว เจ. เพอร์คีย์

นิตยสารศาสนจักร

เรียบเรียงตามเรื่องจริง



“เกิด
อะไรกับผม”
เอียนถาม

“เราชอบอยู่ในปฐมวัย เรามีความสุขที่คุณมา”
(Children’s Songbook, 256)

เมื่อเอียนตื่น เขาได้ยินคุณแม่ร้องเพลง เพลงนั้นคือ “ฉันรู้สึกถึงความรักของพระเจ้าผู้ช่วย” นั่นเป็นเพลงปฐมวัยเพลงโปรดของเอียน เขาเริ่มร้องตาม “ลูกตื่นแล้ว!” เธอพูด เธอยิ้มและน้ำตาคลอ เอียนเห็นคุณแม่นั่งข้างๆ เธอ ท่านดูมีความสุขด้วย “แม่ร้องเพลงโปรดของลูกให้ลูกฟังทุกวัน” คุณแม่บอก เอียนยิ้มตอบ—แต่เจ็บศีรษะ ที่จริงเขาเจ็บทั้งตัว โดยเฉพาะที่ขา

เขาค่อยๆ มองไปรอบๆ เขาไม่ได้อยู่ที่บ้าน เขากำลังนอนอยู่บนเตียงเหล็กในห้องแปลกๆ ห้องหนึ่ง จากนั้นเขาก็เห็นพยาบาลและเตียงใกล้เคียง อีกหลายเตียง “นี่ต้องเป็นโรงพยาบาลแน่เลย” เขาคิด

“เกิดอะไรกับผม” เขาถาม

คุณแม่ทำหน้าที่เศร้า “ลูกประสบอุบัติเหตุจ่ะ” ประตูลูกเหล็กตกใส่ลูก ลูกอยู่โรงพยาบาลมาสองอาทิตย์แล้ว แต่ลูกจะไม่เป็นอะไร”

สองสัปดาห์! “ว้าว นอนนานมากเลย” เอียนคิด เรื่องสุดท้ายที่เขาจำได้คืออยู่ที่โบสถ์กำลังฝึกโปรแกรมปฐมวัย . . .

ไม่นะ! โปรแกรม!

“ผมพลาดโปรแกรมปฐมวัยหรือครับ” เอียนถาม เขาตั้งตารอมานาน! เขาชอบร้องเพลงกับเพื่อนๆ

คุณแม่ยิ้มและสายหน้า “ไม่หรอกจ้ะ ลูกไม่ได้พลาดวอร์ดตัดสินใจเลื่อนไปก่อนจนกว่าลูกจะตื่น ลูกจะได้เข้าร่วมใจจ้ะ”

“จริงหรือครับ”

“จริงครับ” คุณพ่อตอบ “เด็กปฐมวัยทุกคนขอให้อธิการรอ พวกเขาต้องการให้ลูกอยู่ที่นั่น พวกเขารู้ว่าลูกตื่นแต่ต้นมากป็นี่”

เอียนมีความสุขที่เขาจะได้อยู่ในโปรแกรมปฐมวัยเหมือนเดิม แต่เขาต้องดีขึ้นก่อน และนั่นใช้เวลานาน เขาต้องอยู่โรงพยาบาลอีกสัปดาห์ จนเมื่อเขาได้กลับบ้าน เขายังเดินหรือเล่นไม่ได้

แต่เพื่อนๆ มาเยี่ยมเขา เอียนถามพวกเขาเรื่อง



โรงเรียนและโบสถ์ เพื่อนๆ จะถามเอียนว่าจะกลับไปเมื่อไร

“ยังไม่ไปไม่ได้จนกว่าเราจะดีขึ้น” เขาจะบอกเพื่อนๆ “ฉันยังเดินไม่ได้”

เดือนตุลาคมเปลี่ยนเป็นเดือนพฤศจิกายน และเอียนค่อยๆ ดีขึ้น วันหนึ่งเพื่อนๆ ชวนเขาไปดูภาพยนตร์เรื่องหนึ่ง คุณพ่อคุณแม่ของเอียนช่วยพาเขาไปที่นั่น

“ยายังเจ็บอยู่หรือเปล่า” ชายส์เพื่อนของเอียนถาม

“เจ็บอยู่” เขาตอบ “แต่ดีขึ้นทุกวัน”

“จะเดินได้อยู่หรือเปล่า” ชายส์ถาม

“ไม่รู้แน่” เอียนตอบ

“มา ลองเดินดู” ชายส์บอก เธอช่วยให้เขาลุกขึ้นยืน เอียนวางเท้าอย่างระมัดระวัง เขาเคลื่อนไหวไปข้างหน้า เขายังยืนอยู่! นั่นเป็นก้าวแรกของเขาในรอบหนึ่งเดือนที่ผ่านมา! ทุกคนปรบมือ

“นี่หมายความว่าเธอจะกลับไปโบสถ์ได้” ชายส์พูด และเธอพูดถูก อีกไม่กี่สัปดาห์ต่อมา ขาของเอียนก็หายเจ็บ แพทย์เอาเฝือกขาออกและใส่เครื่องพยุงขาแทน เมื่อถึงวันอาทิตย์ซึ่งเป็นวันสำหรับโปรแกรมปฐมวัย

ระหว่างการประชุมศิษระลิก เอียนเดินไปหน้าห้องนมัสการพร้อมกับเพื่อนๆ เขายืนตัวตรงและยิ้มให้คุณพ่อคุณแม่ ระหว่างร้องเพลง เขาร้องดังเท่าที่จะดังได้ เมื่อถึงคิวของเขา เขายืนที่ไมโครโฟนและแบ่งปันประจักษ์พยาน เขารู้สึกขอบคุณเพื่อนๆ ปฐมวัย เขาดีใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของโปรแกรมปฐมวัย ●

เด็กผู้ชายในเรื่องนี้อาศัยอยู่ในสาธารณรัฐโดมินิกัน
อ่านบทความต่อไปเพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับประเทศนี้!

สวัสดี จาก สาธารณรัฐ โดมินิกัน!



สวัสดีค่ะ!
ฉันชื่อมาร์โก
นี่เปาโลน้องชาย
ของฉัน



เรากำลังมาเยือน
สาธารณรัฐโดมินิกัน
เชิญมาร่วมกับเรา!

สาธารณรัฐ โดมินิกัน

สาธารณรัฐโดมินิกันอยู่ในแคริบเบียน
อยู่บนเกาะเดียวกันกับประเทศเฮติ
ประชากรประมาณ 10 ล้านคนอาศัยอยู่ใน
สาธารณรัฐโดมินิกัน มีสมาชิกศาสนจักร
ราว 130,000 คน

ซานโตโดมิงโก



ในสาธารณรัฐโดมินิกัน
พวกเขาพูดภาษาสเปน เด็ก
ชายคนนี้ถือ el Libro de
Mormón—พระคัมภีร์
มอรมอน



เด็กจำนวนมากในสาธารณรัฐ
โดมินิกันชอบเล่นเบสบอล เป็นกีฬา
ยอดนิยมในประเทศนี้



ปีที่แล้วศาสตราจารย์มาเยือนสาธารณรัฐโดมินิกันและพูดคุยกับผู้คนเป็นภาษาสเปน



สาธารณรัฐโดมินิกันมีพระวิหารแห่งเดียวในซานโตโดมิงโก ตัวหนังสือเขียนว่า "Santidad al Señor: La Casa del Señor" หมายถึง "ศักดิ์สิทธิ์แด่พระเจ้า: พระนิเวศน์ของพระเจ้า"



ประชาชนในสาธารณรัฐโดมินิกันกินผักและผลไม้เขตร้อนเยอะมาก เด็กผู้ชายเหล่านี้กำลังดื่มน้ำมะพร้าว!

ท่านมาจาก
สาธารณรัฐ
โดมินิกันหรือไม่
ช่วยเขียนบอกเราที่!
เราอยากฟังเรื่อง
ราวจากท่าน!

ขอบคุณที่สำรวจ
สาธารณรัฐโดมินิกันกับ
เรา! ตอนนี้อาจจะออกไป
ผจญภัยต่อ!



พบเพื่อนบางคนจาก สาธารณรัฐโดมินิกัน!



“หนูชอบช่วยเด็กเล็กใน
ปฐมวัยเมื่อพวกเขาเสี่ยงดัง
หนูเขียนเพลงบนแผ่นกระดาษ
และช่วยพวกเขาร้องเพลง หนู
ช่วยให้พวกเขาเข้าใจเมื่อเรา
อ่านพระคัมภีร์”
แอมเบอร์ โอ, อายุ 11 ขวบ สาธารณรัฐ
โดมินิกัน



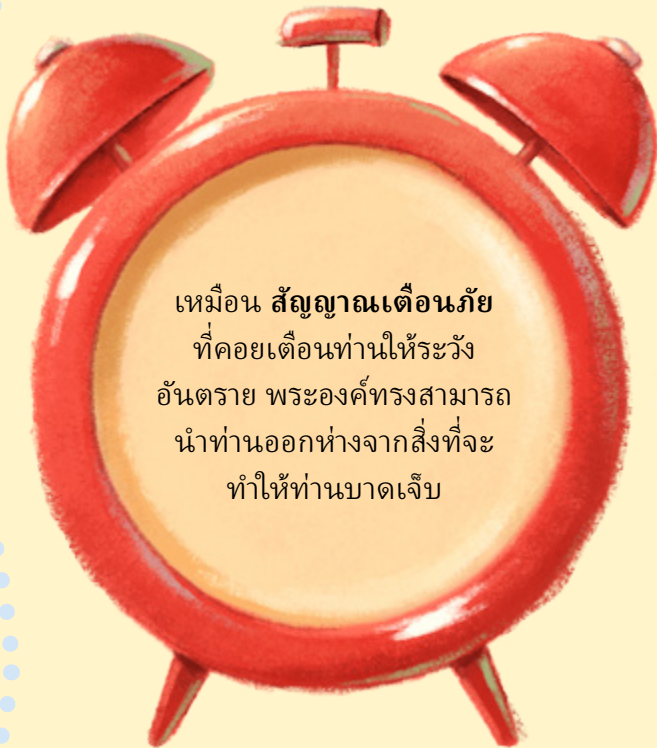
“ผมรักพระเยซูคริสต์ และ
ผมรู้สึกใกล้ชิดกับพระองค์มาก
ผมรักเพลงสวดและเพลง
ปฐมวัยด้วย”
เจียน อาร์, อายุ 8 สาธารณรัฐโดมินิกัน

พระวิญญูญาณบริสุท

โดย มาริส
นิคยสาร



เหมือน ผ้าห่ม อุ่นๆ
ห่มใจท่าน พระองค์
ทรงสามารถปลอบโยน
ท่านเมื่อท่านรู้สึกเศร้า
หรือกลัว



เหมือน สัญญาณเตือนภัย
ที่คอยเตือนท่านให้ระวัง
อันตราย พระองค์ทรงสามารถ
นำท่านออกจากสิ่งที่จะ
ทำให้ท่านบาดเจ็บ



เหมือน ครู ผู้อ่อนโยน
พระองค์ทรงสามารถบอก
ท่านได้ว่าอะไรจริงและ
ช่วยให้ท่านจำสิ่งที่ได้
เรียนรู้ไปแล้ว

สุทธีทรงเป็น . . .

ชา วิดดิสัน
ศาสนจักร

เหมือน ผู้ส่งสาร จากพระบิดาบนสวรรค์
พระวิญญาณบริสุทธิ์ทรงสามารถช่วยให้ท่าน
รู้สึกถึงความรักของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของและเข้าใจ
สิ่งที่พระองค์ทรงต้องการให้ท่านรู้

เป็นเจ้าสามพระองค์

ทำงานกับพระบิดาบนสวรรค์
เรา บางครั้งเรียกพระองค์ว่า
ที่ไม่ทรงมีร่างกาย

พติศมา หลังขึ้นจากน้ำ ท่านจะ
ยืนยัน” ซึ่งเชื่อเชิญให้ท่านรับ

สวรรค์ เมื่อท่านรับศีลระลึก
จะเยชูเสมอ พระบิดาบนสวรรค์
ว่าพระวิญญาณบริสุทธิ์จะทรง

เหมือน ป้าย บอกให้
ท่านรู้ว่าจะไปทางใด
เมื่อท่านทำการเลือก
พระองค์ทรงสามารถ
ช่วยให้ท่านอยู่บนเส้น
ทางสู่ชีวิตนิรันดร์

เหมือน เพื่อนสนิท ที่ต้องการอยู่กับท่าน
ตลอดเวลา! ท่านอัญเชิญพระองค์ให้สถิตกับ
ท่านโดยเลือกทำสิ่งที่ดี

ในพระคัมภีร์:

ยอห์น 14:26

กาลาเทีย 5:22

2 นิโไฟ 31:17-18

หลักคำสอนและพันธสัญญา 130:22



โดย เบคกี เครเวน
ที่ปรึกษาที่สองใน
ฝ่ายประธานเยาวชน
หญิงสามัญ

ดำเนินชีวิต ตามมาตรฐาน ของดิฉัน

“ยื่นเป็นพยานเกี่ยวกับพระเจ้าผู้เป็นเจ้าทุกเวลา”
(โมไซยาห์ 18:9)

คุณพ่อของดิฉันเป็นทหาร เราจึงย้ายบ่อยมากเมื่อดิฉัน
ยังเด็ก เรื่องยากที่สุดเรื่องหนึ่งเกี่ยวกับการย้ายคือการ
จากเพื่อนๆ ไป ดิฉันมีปัญหारेื่อง
การผูกมิตรเพื่อนใหม่เพราะดิฉัน
ขี้อาย ขอบคุณคนที่เป็นมิตร
เสมอในโรงเรียนและปฐมวัย
ที่โบสถ์ไม่สำคัญว่าเราแตกต่าง
กันเพียงใด
เราทุกคนเป็น
เพื่อนกัน



วิธีหนึ่งที่ดิฉันเอาชนะความอายของตนเองคือการ
ช่วยเหลือที่โบสถ์ เริ่มจากปฐมวัย ดิฉันแบ่งปันข้อ
พระคัมภีร์ในช่วงเวลาแบ่งปัน ดิฉันอ่านออกเสียงใน
ชั้นเรียน ดิฉันรู้สึกมั่นใจมากขึ้นที่ละน้อย ช่วยให้ได้ดิฉัน
ยืนหยัดในความเชื่อของตน

เมื่อดิฉันเรียนอยู่ชั้นประถมสี่หรือห้า ครอบครัว
เราย้ายไปอยู่รัฐแมริแลนด์ สหรัฐอเมริกา ที่โรงเรียน
มีสมาชิกของศาสนจักรไม่มาก ดิฉันมีทั้งเพื่อนที่เป็น
สมาชิกศาสนจักรและเพื่อนที่ไม่เป็น

เมื่อดิฉันเป็นวัยรุ่น เพื่อนบางคนทำสิ่งที่ขัดกับ
มาตรฐานของดิฉัน แต่พวกเขาไม่ได้พยายามให้ดิฉัน
ทำตาม ดิฉันขอบคุณที่เพื่อนๆ เคารพความเชื่อของ
ดิฉัน บางครั้งดิฉันรู้สึกโดดเดี่ยวเพราะไม่สามารถ
ทำทุกอย่างที่เพื่อนๆ ทำ แต่ดิฉันรู้สึกดีเสมอกับการทำ
ตามมาตรฐานของดิฉัน ดิฉันตัดสินใจจะดำเนินชีวิต
ตามพระกิตติคุณไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นก็ตาม ประจักษ์
พยานของดิฉันเข้มแข็งขึ้นในปฐมวัยและที่การ
สังสรรค์ในครอบครัว ดิฉันทราบว่าดิฉันเป็นลูกของ
พระเจ้าผู้เป็นเจ้า

หลายปีต่อมา ดิฉันพบว่าเพื่อนที่โรงเรียนสองคน
เข้าร่วมศาสนจักร ดิฉันมีความสุขมาก! พวกเขา
บอกดิฉันว่าการเฝ้ามองดิฉันดำเนินชีวิตตามพระ
กิตติคุณเมื่อเรายังเด็กช่วยให้พวกเขาตัดสินใจ
ฟังผู้สอนศาสนา

เพื่อนรุ่นเยาว์ที่รักทั้งหลาย ท่านเป็นลูก
ของพระบิดาบนสวรรค์ของเรา เมื่อท่านจดจำ
ความจริงอันสำคัญนี้ ทุกวัน การดำเนินชีวิต
ตามพระกิตติคุณจะง่ายขึ้น ●

ฉันสามารถ มีน้ำใจ

ฉัน
สามารถ
ฟัง
พระ
วิญญาน
บริสุทธิ์

ฉันสามารถทำ
สิ่งที่ช่วยให้ฉัน
ระลึกถึงพระ
เยซูคริสต์ใน
วันสะบาโต

ฉันสามารถแสดง
ความเคารพ
ต่อพระผู้เป็นเจ้าของ
ผู้อื่น และตนเอง

ฉันสามารถ
แต่งกายและ
ประพฤติตน
สุภาพ
เรียบร้อย

ฉันสามารถ กลับใจ และ
พยายามอีกครั้งเมื่อนั้น
ทำผิดบางอย่าง



ฉันสามารถ
ซื่อสัตย์

ฉันสามารถเลือกสิ่งที่ดีได้

ฉันสามารถ
พูดถึงพระผู้
เป็นเจ้า ด้วย
ความคารวะ

ฉันสามารถใช้
คำพูดที่ดี

ฉันสามารถเตรียมตัวไปพระวิหารได้ตั้งแต่เด็ยวันนี้

ฉันสามารถ
มองหา
เพื่อนที่ดี

ฉันสามารถ
รักษาจิตใจ
และร่างกาย
ให้มีสุขภาพดี

ฉันสามารถ เชื่อมฟัง
บิดามารดาและ
ช่วยเหลือ
ครอบครัวของฉัน

ฉันสามารถอ่าน
ดู และฟังสิ่งที่ดี

ส่วนหนึ่งของภาพพระคริสต์กับฆราวาสผู้ศรัทธา โดย ไมเคิล ออกุสตาโน

พระเยซูทรงรักฉัน ฉันสามารถเรียนรู้ที่
จะทำตามพระองค์ที่ละเล็กละน้อย



ให้ดูแล้วบอก



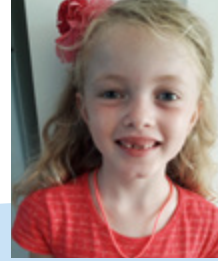
หหนูเล่นกับเพื่อนที่เหงา
อเล็กซิส เอช. อายุ 7
ขวบ รัฐโนวาสโกเชีย
แคนาดา



พมตั้งตารอรับฐานะปุโรหิตและไปพระวิหารเพื่อรับบัพติศมาแทนสมาชิกครอบครัวที่คุณ

แม่กับผมหาซื้อได้!

บรีคัม ดับเบิลยู. อายุ 11 ขวบ
เมืองวิกตอเรีย ออสเตรเลีย

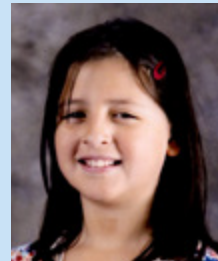


หหนูชอบเรียนเรื่องพระเยซู หนูชอบพระทัยสำหรับการเสียสละที่พระองค์ทรงทำเพื่อเรา

ซารา ที. อายุ 6 ขวบ เมืองริอูกรันตีดูซูล
บราซิล



ฟิลิป ดับเบิลยู. อายุ 8 ขวบ เมืองแลงคาเชอร์ อังกฤษ



ที่โรงเรียนหนูสังเกตเห็นขยะอยู่บนสนามเด็กเล่น หนูจึงถามครูใหญ่ว่าหนูจะเก็บขยะกับ

เพื่อนได้ไหม หนูดีใจที่หนูกำลังเป็นพลเมืองดี

เอลเลีย ดี. อายุ 10 ขวบ กรุงบาเดิน-เวือร์ทเทิมแบร์ก เยอรมนี



หหนูช่วยคุณแม่ดูแลน้องชายที่เพิ่งเกิด

ซาแมนธา เอส. อายุ 8 ขวบ
กรุงเบอร์ลิน เยอรมนี



เฟรานมี เอฟ. อายุ 8 ขวบ เมืองลากอส ไนจีเรีย



กล่าว
หักท่าย
ฮาหลิม!



เราสามารถมีความกรุณาได้

“เราแต่ละคนสามารถพัฒนาความกรุณา
กันพี่น้องที่บ้าน ที่โรงเรียน ที่ทำงาน
หรือเวลาเล่น”

ประธานรัสเซลล์ เอ็ม. เนลสัน, “These . . . Were Our
Examples,” *Ensign*, Nov. 1991, 62.

โดย เคธี ริชีย์

เรียบเรียงตามเรื่องจริง

“ท่านทั้งหลายได้รับเปล่าๆ ก็จงให้เปล่าๆ” (มัทธิว 10:8)

ที่โรงเรียนเช้าวันนั้น มาร์คัสเห็นเด็กชายคนใหม่เดิน
เข้ามาในห้องเรียน

“สวัสดีทุกคน” ครูเบกเคอร์ก็กล่าวขณะทุกคนเงยบลง
“นี่ฮาลิม เขาเป็นนักเรียนใหม่ ที่จริงเขาเพิ่งมาประเทศ
ของเรา”

ฮาลิมมองพื้นตลอดเวลาขณะที่เขากล่าวสวัสดี
มาร์คัสคิดว่าเสียงของเขาฟังแปร่งๆ ครูเบกเคอร์พูดต่อ

“เราดีใจมากที่เขาอยู่ที่นี่และเขาจะเป็นส่วนหนึ่งของ
ชั้นเรียนเรา ครูหวังว่าเราทุกคนจะช่วยกันต้อนรับเขา”

ขณะที่ครูเบกเคอร์บอกฮาลิมว่าจะนั่งตรงไหน มาร์คัส
คิดว่าเขาจะรู้สึกกลัวเพียงใดถ้าต้องย้ายไปอยู่ประเทศ
ใหม่และโรงเรียนใหม่

หลังจากพวกเขากินอาหารว่างช่วงเช้า ครูเบกเคอร์
บอกทุกคนว่าครูมีบางอย่างให้พวกเขาประหลาดใจ
มาร์คัสนั่งตัวตรงเพื่อจะได้เห็นสิ่งที่ครูหยิบออกมาจาก
กระเป๋า เป็นถังเล็กๆ ครูเริ่มแจกให้ทุกคนในชั้น

“พวกเราแต่ละคนมีถังจินตนาการในตัวเรา” เธอพูด
ขณะยื่นถังสีเหลืองให้มาร์คัส “คนอื่นเต็มถังของเรา

เมื่อพวกเขาทำสิ่งดีๆ ให้เรา และเราสามารถ
เต็มถังของคนอื่นได้โดยทำดีต่อพวกเขา
ตัวอย่างเช่น เมื่อคุณแม่กอดหนู ท่าน
กำลังเต็มถังของหนู เมื่อหนูพูดดีๆ กับ
บางคน หนูกำลังเต็มถังของพวกเขา”

มาร์คัสมองดูคาเลียเพื่อนสนิทของเขา
เขา คาเลียได้ถังสีเหลืองด้วย!

“สัปดาห์นี้ เราจะเก็บถังเหล่านี้ไว้บน
โต๊ะของเราเพื่อเราจะเขียนข้อความดีๆ ให้
กันได้” ครูเบกเคอร์กล่าว เธอพับกระดาษ

แผ่นเล็กหย่อนลงในถังใบหนึ่ง “และนั่นจะช่วย
ให้เรานึกถึงถึงจินตนาการที่ทุกคนมีอยู่ข้างใน เรา
ต้องมีน้ำใจเพื่อเราจะเป็นคนเต็มถังให้เต็ม”

มาร์คัสดึงกระดาษออกมาแผ่นหนึ่งและนึกถึงสิ่งที่
เขาจะเขียนให้คาเลียได้ อย่างเช่น คาเลียเล่นกีฬาเก่ง
แต่จากนั้นเขาก็มองดูฮาลิม ฮาลิมห่อไหล่เหมือนกำลัง
เศร้า

มาร์คัสสงสัยว่าฮาลิมมีเพื่อนสนิทในที่ซึ่งเขาเคยอยู่
หรือเปล่า เขาคงไม่อยากกล่าวลาเพื่อนและกลัวที่ต้อง
ย้ายมาอยู่ไกลขนาดนี้

มาร์คัสมองดูกระดาษเปล่าบนโต๊ะของเขา เขาคิดออก
แล้วก็เขียน

“ฮาลิม

ยินดีต้อนรับสู่โรงเรียนของเรา เราเล่นด้วยกันตอนพัก
ไต้หวันถ้านายอยากเล่น ฉันจะเป็นเพื่อนนาย และฉันเชื่อ
ว่าคาเลียจะเป็นเพื่อนนายด้วย

จาก มาร์คัส”

แล้วเขาก็พับกระดาษหย่อนลงในถังของฮาลิม ฮาลิม
ยิ้ม มาร์คัสรู้สึกอบอุ่นและสุขใจ เขาชอบเป็นคนเต็มถัง
ให้เต็ม! ●

ผู้เขียนอาศัยอยู่ในรัฐไอดาโฮ สหรัฐอเมริกา



ภาพประกอบโดย อัทธัม ทองไธสง

พระเยซูทรง สอนเรื่องศีลระลึก



ก่อนพระเยซูสิ้นพระชนม์ พระองค์เสวยอาหารมื้อพิเศษกับเหล่าสาวกของพระองค์ อาหารมื้อนี้เรียกว่าพระกระยาหารมื้อสุดท้าย

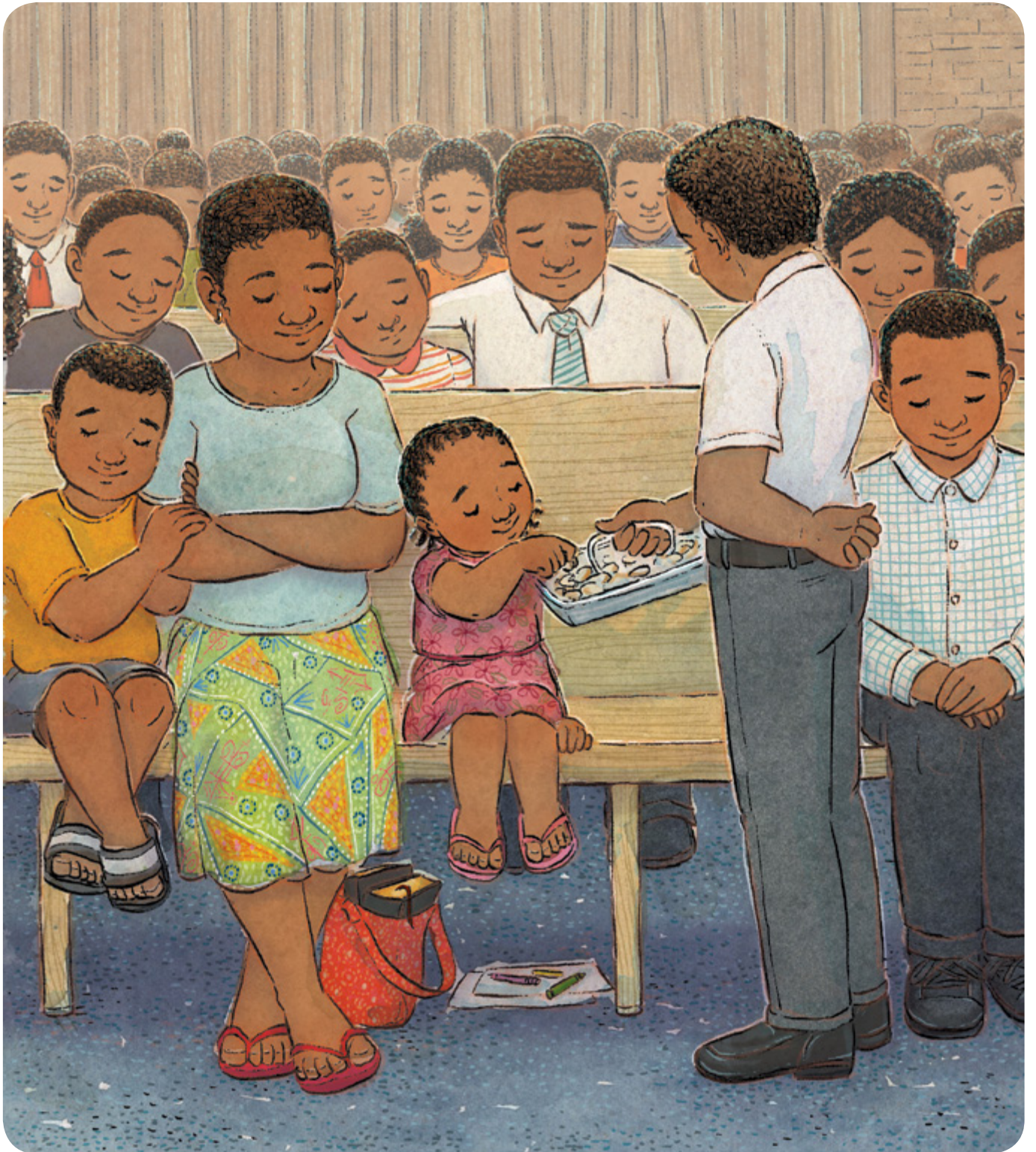
พระเยซูทรงหักขนมปังและทรง
อวยพร แล้วส่งให้เหล่าสาวกของ
พระองค์ พระองค์ทรงขอให้
พวกเขารับประทานเพื่อช่วย
ให้พวกเขาระลึกถึงพระองค์



พระเยซูทรงหยิบถ้วยส่ง
ให้เหล่าสาวกของพระองค์
รับสั่งให้พวกเขาดื่มเพื่อช่วย
ให้พวกเขาระลึกถึงพระองค์

พระเยซูและ
เหล่าสาวกของ
พระองค์ร้อง
เพลงสวดด้วย
กันด้วย





ฉันสามารถระลึกถึงพระเยซูได้โดยรับศีลระลึกทุกสัปดาห์
ดังที่พระองค์ทรงขอให้เราทำ ●

อ่านสิ่งที่พระเยซูทรงสอนใน
มัทธิว 26:26-28; 1 โครินธ์ 11:24-25

พระเยซูประทานศีลระลึกแก่เรา



เรียน บิดามารดาทุกท่าน

หลายครอบครัว ไม่มีบิดาและมารดาที่ได้รับการฝึกในพระวิหาร ประธานรัสเซลล์ เอ็ม. เนลสันเติบโตใหญ่ในครอบครัวเช่นนั้น ไม่ว่าสถานการณ์ของครอบครัวเราเป็นเช่นไร เราสามารถสอนบุตรธิดาให้ตั้งตารอพรมากมายของพระวิหารได้ และเราสามารถช่วยพวกเขาทำประวัติครอบครัวเพื่อให้บรรพชนของเราได้รับพรเหล่านั้นเช่นกัน ท่านสามารถอ่านใน หน้า พ2 ว่าประธานเนลสันรอครอบครัวท่านรับการฝึกในพระวิหารอย่างไร

กรุณาเขียนมาบอกให้เรารู้ว่าครอบครัวท่านใช้เรื่องราวและกิจกรรมใน **เพื่อนเด็ก** เดือนนี้อย่างไร

ด้วยความรัก

เพื่อนเด็ก

ป.ล. ถ้าท่านไม่มีเด็กที่บ้าน ขอให้แบ่งปัน **เพื่อนเด็ก** กับคนที่มี

New Friend

50 E. North Temple St.,

Room 2393

Salt Lake City, UT 84150 USA

liahona@ldschurch.org



หาเลยโฮนาที่ซ่อนอยู่ข้างใน!

ภาพปก **เพื่อนเด็ก**

ภาพประกอบโดย เซน เคลสเตอร์

สารบัญ

- พ2 จากฝ่ายประธานสูงสุด: กตัญญูต่อบิดามารดา
- พ4 บทใหม่
- พ6 อัครสาวกเดินทางไปทั่วโลก: เอ็ดเดอร์คูก เยือนบราซิล
- พ8 รอเอียน
- พ10 สวีตตี้จากสาธารณรัฐ โดมินิกัน!
- พ12 พระวิญญูณบริสุทธิ์ทรงเป็น . . .
- พ14 ดำเนินชีวิตตามมาตรฐานของมัน
- พ15 ฉันสามารถเลือกสิ่งที่ดีได้
- พ16 โปสเตอร์ควมาทะ: พระเยซูทรงรักฉัน
- พ17 ให้ดูแล้วบอก
- พ18 กล่าวทักทายฮาติม!
- พ20 เรื่องราวในพระคัมภีร์: พระเยซูทรงสอนเรื่องศีลระลึก
- พ23 หน้าระบายสี: พระเยซูประทานศีลระลึกแก่เรา