

ภาคที่ 6

การภาวนา ส่วนที่สำคัญที่สุดฝ่ายจิตของธรรมทูตแท้

เป้าหมายของภาคที่ 6

เมื่อจบบทเรียนภาคที่ 6 แล้วสมาชิกเข้าใจความหมายและความสำคัญของการเป็นบุตรของพระบิดาเดียวกัน จากการสวดภาวนาและรำพึงถึงบท “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย”

จุดประสงค์เฉพาะ

เมื่อจบบทเรียนแล้ว ผู้รับการอบรมสามารถ

1. ซึมซับถึงความหมายและความสำคัญของคำวอนขอ 7 ประการของบท “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย” (คำสอนธรรมทูต)
2. มีความปรารถนาที่จะมีชีวิตตามความหมายและความสำคัญของบท “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย” ในชีวิตประจำวัน (ธรรมทูตรับใช้)
3. แสดงออกด้วยท่าทางที่เป็นการแปลความหมายของบท “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย” และแสดงความหมายถึงการเป็นบุคคลแห่งการภาวนา (ชีวิตจิตธรรมทูต)

การพัฒนาที่คาดหวังจะเกิดขึ้น

มีความลึกซึ้งและเห็นคุณค่าของการสวดภาวนา และการภาวนาขั้นพื้นฐานแบบต่างๆ (การนมัสการ ความสำนึกผิด โมทนาพระคุณ ภาวนาอ่อนน้อม การวอนขอ และการมอบถวาย) และการภาวนาบท “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย”

อุปกรณ์

1. พระคัมภีร์
2. กระดาษ
3. เพลง สอนด้วยชีวิต
4. เพลง เชิญพระจิต
5. เพลง บอกความรักให้โลกรู้

ทางเลือก ก

ดูภาพยนตร์ : เรื่องพระนางมารีย์ ตอน “เสด็จเยี่ยม”

บทบาทผู้นำ ผู้อำนวยการฝ่ายจิต ผู้ดำเนินรายการ เลขานุการ ผู้รายงาน

ระยะเวลา

ทางเลือก 1 พบปะกันสองครั้ง ครั้งละครึ่งวัน

ทางเลือก 2 หนึ่งวันเต็ม

ตารางเวลา

08.00-08.15	ภาวนาเปิด
08.15-08.45	บทเรียนที่ 1 “เราภาวนา”
08.45-09.15	บทเรียนที่ 2 “ข้าแต่พระอาจารย์ โปรดสอนเราอิทธิฐานภาวนา” (พูดถึงบท “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย”)
09.15-09.45	อาหารว่าง
09.45-10.15	บทเรียนที่ 3 “คำวอนขอของท่าน”
10.15-10.45	บทเรียนที่ 4 “คำวอนขอของเรา”
10.45-11.15	ภาวนาต่อหน้าศีลมหาสนิท
11.15-11.30	แบ่งปันประสบการณ์การภาวนา
11.30-12.00	การตอบรับความเชื่อ/เฉลิมฉลอง

บทเรียนที่ 1
ประสบการณ์ชีวิต “เราภาวนา”

1. กิจกรรมกลุ่ม

แบ่งเด็กออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน

โดยให้แต่ละกลุ่มตอบคำถามที่ให้ไว้ลงในกระดาษที่เตรียมไว้ให้

คำถาม	บางคำตอบที่เป็นไปได้
1. เราภาวนาเมื่อใด?	● เวลาที่มีความยินดี ● ก่อน-หลังอาหาร ● ในงานวันเกิด และโอกาสพิเศษอื่นๆ ● เมื่อรู้สึกโดดเดี่ยว ● เมื่อมีคนขอให้ภาวนาให้ ● เมื่อเราต้องการบางอย่าง
2. ทำไมเราจึงภาวนา?	● เพื่อวอนขอ ● เพื่อขอโทษ ● เพื่อขอบคุณ ● เพื่อสรรเสริญพระเจ้า/เพื่อความเข้มแข็ง
3. เราภาวนาอย่างไร?	● โดยการภาวนาตามสูตร ● โดยการร่วมในพิธีบูชาขอบพระคุณ ● โดยการภาวนาส่วนตัว หรือภาวนาพร้อมกัน ● โดยการอ่านพระคัมภีร์
4. เราภาวนาที่ไหน?	● ที่วัด ● ในห้องเรียน ● ที่บ้าน
5. เราภาวนาต่อผู้ใด?	● เราภาวนาต่อพระเจ้าที่เราเชื่อ ● เราภาวนาต่อพระเจ้าโดยผ่านทางนักบุญต่างๆ

2. วิเคราะห์

นำคำตอบของแต่ละกลุ่มไปติดไว้บนกระดาน (ครูช่วยเด็กวิเคราะห์/จำแนกประเภทคำตอบ โดยเฉพาะคำตอบข้อที่ 2)

3. การประมวลผล

ตรวจสอบคำตอบ และทำความเข้าใจของเด็กให้ลึกซึ้งมากขึ้นในเรื่องความหมายของการภาวนา (ความรัก รู้ตัว มีความสัมพันธ์ส่วนตัวกับพระเจ้า) และการภาวนาขึ้นพื้นฐานแบบต่างๆ (การนมัสการ ความสำนึกผิด โมทนาพระคุณ ภาวนาอ่อนน้อม การวอนขอ และการมอบถวาย)

เชื่อมโยง : พระเยซูเจ้าเองทรงภาวนา และทรงสอนให้ศิษย์ของพระองค์ภาวนา

บทเรียนที่ 2
“ข้าแต่พระอาจารย์ โปรดสอนเราอธิษฐานภาวนา”
(พระคัมภีร์)

1. นำเสนอพระวาจาพระเจ้า : พระวรสารนักบุญมัทธิว 6:7-15

พระวาจาพระเจ้าเป็นความสว่างและเป็นความจริงสำหรับเรา ให้เราฟังพระวรสาร

“เมื่อท่านอธิษฐานภาวนา จงอย่าพูดเหมือนคนต่างศาสนา เขาคิดว่าถ้าเขาพูดมากพระเจ้าจะทรงสดับฟัง อย่าทำเหมือนเขาเลย เพราะพระบิดาของท่านทรงทราบแล้วว่าท่านต้องการอะไร ก่อนที่ท่านจะขอเสียอีก” เพราะฉะนั้น ท่านทั้งหลายจงอธิษฐานภาวนาดังนี้

“ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย พระองค์สถิตในสวรรค์

พระนามพระองค์จงเป็นที่สักการะ

พระอาณาจักรจงมาถึง

พระประสงค์จงสำเร็จในแผ่นดินเหมือนในสวรรค์

โปรดประทานอาหารประจำวันแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายในวันนี้

โปรดประทานอภัยแก่ข้าพเจ้า

เหมือนข้าพเจ้าให้อภัยแก่ผู้อื่น

โปรดช่วยข้าพเจ้าไม่ให้แพ้การประจญ

แต่โปรดช่วยให้พ้นจากความชั่วร้ายเทอญ

เพราะถ้าท่านให้อภัยผู้ทำความผิด พระบิดาของท่านผู้สถิตในสวรรค์ ก็จะประทานอภัยแก่ท่านด้วย แต่ถ้าท่านไม่ให้อภัยผู้ทำความผิด พระบิดาของท่าน ก็จะไม่ประทานอภัยแก่ท่านเช่นเดียวกัน”

2. แนวทางการไตร่ตรอง : บทภาวนาขององค์พระผู้เป็นเจ้า

เชิญให้ทุกคนนั่งลง และไตร่ตรองถึงบทภาวนาขององค์พระผู้เป็นเจ้า (ให้ผู้ผู้นำอ่านทีละข้ออย่างช้าๆ พร้อมเปิดเพลงบรรเลงเบาๆ หรือพิมพ์แจกได้ๆ)

ข้อที่ 1 ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย

- เมื่อเราภาวนาบท “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย” เรากล่าวถึงพระบิดาของพระเยซูคริสต์เจ้า องค์พระผู้เป็นเจ้า
- ในศีลล้างบาป เรากลับกลายเป็นบุตรของพระเจ้าพระบิดา ด้วยการเกิดใหม่ในพระเจ้า โดยทางพระจิตเจ้า
- เรากลายเป็นสมาชิกของพระกายพระคริสต์เจ้า ซึ่งมีพระคริสต์เจ้าเป็นศีรษะ
- ในฐานะบุตรของพระบิดา เราได้รับเรียกให้ออกไปหาผู้อื่นที่ยังไม่รู้จักพระเยซูคริสต์เจ้า

- พระเยซูเจ้าทรงอธิษฐานภาวนาต่อผู้ใด? พระองค์ทรงอธิษฐานภาวนาต่อพระบิดาที่พระองค์ทรงรักอย่างมาก
- พระเยซูเจ้าทรงสอนเราว่าควรอธิษฐานภาวนาอย่างไร พระองค์ทรงสอนให้เราเรียกพระเจ้าว่า “พระบิดาของเรา” ทรงสอนเราให้ภาวนาอย่างไม่หยุดหย่อน และอย่างสิ้นสุดดวงใจของเรา เราได้กระทำตามที่พระองค์ทรงสอนหรือไม่?

ข้อที่ 2 ทุกคนภาวนาพร้อมกัน (หรือกล่าวตามผู้นำที่ลัซวรรค) “ข้าแต่พระบิดาเจ้า โปรดประทานให้ข้าพเจ้าทั้งหลายยืนยันความเชื่อในพระองค์อย่างแท้จริง โปรดทรงช่วยและทรง دلใจข้าพเจ้าทั้งหลายให้มีชีวิตเป็นบุตรที่รักของพระองค์ ตามแบบอย่างของพระเยซูคริสตเจ้าพระบุตรของพระองค์ ทั้งด้วยการกระทำและคำพูด

ทุกคน: ทำท่าทาง - ให้ทุกคนยกมือทั้งสองขึ้นและกล่าว “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย

ข้าพเจ้าทั้งหลายขอกราบนมัสการพระองค์”

ข้อที่ 3 พระองค์สถิตในสวรรค์

- สวรรค์ไม่ใช่สถานที่ พระบิดาของเรามิได้ทรงอยู่ไกลจากเรา แต่สวรรค์แสดงถึงความศักดิ์สิทธิ์และการอยู่เหนือความเข้าใจ
- สิ่งนี้ควรเข้าใจว่าเป็นการประยุกต์ใช้กับหัวใจ ซึ่งเป็นเหมือนเพียงที่ประทับดังพระวิหารของพระองค์

ข้อที่ 4 ทุกคนภาวนาพร้อมกัน ข้าแต่พระบิดาเจ้า ข้าพเจ้าทั้งหลายวอนขอพระองค์ทรงประทับอยู่ในข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้ปฏิบัติสิ่งที่ถูกต้องในการดำเนินชีวิตเพื่อสมจะเป็นที่ประทับของพระองค์

ทุกคน : ทำท่าทาง ให้เด็กทุกคนปรบมือ ยืนขึ้น และคุกเข่า “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย พระองค์สถิตในสวรรค์ โปรดทรงประทานความเข้มแข็งให้ข้าพเจ้าทั้งหลายด้วยความรักของพระองค์”

หยุดพัก

บทเรียนที่ 3 “คำวอนขอของท่าน”

ข้อที่ 5 พระนามพระองค์จึงเป็นที่สักการะ

- ขอให้พระนามของพระองค์เป็นที่รู้จัก และได้รับการประกาศว่าเป็นพระนามศักดิ์สิทธิ์
- พระบิดาทรงปรารภนาเพียงให้ความศักดิ์สิทธิ์และความสุขของพระองค์หลังไหลมาสู่บรรดาบุตรที่พระองค์ทรงรักและเลือกสรร ทรงปรารภนาที่จะเจิมพวกเขาด้วยพระนามของพระองค์ทั้งกลางวันและกลางคืน เพื่อเราจะได้เป็นหนึ่งในเดียวกับพระองค์ เช่นเดียวกับพระบิดา และพระบุตร เป็นหนึ่งในเดียวกับพระจิต

ข้อที่ 6 พระนามศักดิ์สิทธิ์ของพระเจ้าได้รับการสักการะเฉพาะเมื่อเรากระทำด้วยหัวใจที่บริสุทธิ์ มีความกระหายความยุติธรรม มีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกับผู้อื่น ทำงานเพื่อสันติภาพต่อสู้กับความรุนแรงและการเห็นแก่ได้ พระเจ้าทรงเรียกเราให้มีส่วนร่วมในความศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์ด้วยชีวิตแห่งพระพรชาน ด้วยการเจริญชีวิตอย่างดีด้วยอำนาจของพระจิตเจ้า

ข้อที่ 7 ทุกคนภาวนาร่วมกัน ข้าพเจ้าทั้งหลายได้รับการทำให้ศักดิ์สิทธิ์ในศีลล้างบาป โปรดช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มุ่งมั่นพากเพียรสานต่อในสิ่งที่ได้เริ่มต้นไว้แล้ว และขอให้ความศักดิ์สิทธิ์นี้คงอยู่ในข้าพเจ้าทั้งหลายตลอดไป

ทุกคน : ภาวนาทำทาง “พระนามพระองค์จึงเป็นที่สักการะ” ให้เด็กทุกคนยกมือทั้งสองขึ้นและหมุนไปรอบตัว

ข้อที่ 8 ร้องเพลง “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย”

ข้อที่ 9 พระอาณาจักรจงมาถึง

- การเสด็จมาของพระเยซูเจ้า ทำให้พระอาณาจักรของพระเจ้าอยู่ใกล้เรา ไม่ใช่เพราะพระองค์เสด็จมาเพื่อทำให้กฎต่างๆ ยากขึ้น แต่เพราะเป็นที่รู้จักกันว่าพระองค์ทรงเป็นความจริง
- พระอาณาจักรพระเจ้าเป็นสาระสำคัญที่เป็นศูนย์กลางการเทศน์สอนของพระเยซูเจ้า “จงกลับใจ และเชื่อข่าวดีเถิด” (มก 1:15)
- การคืนดีของบรรดาบุตรของพระเจ้าเป็นเชื้อแบ่งในสังคม เพื่อทุกคนและทุกสิ่งจะต้องกลับไปหาพระบิดา

ข้อที่ 10 ทุกคนภาวนาร่วมกัน

ข้าพเจ้าทั้งหลายภาวนาร่วมกับพระคริสตเจ้าผู้ทรง กลับคืนพระชนมชีพ
เพื่อว่าพระอาณาจักรของพระบิดาจะเข้ามาโดยทางพระอาณาจักรของพระจิตเจ้า

ทุกคน : ภาวนาทำทาง “ขอให้พระอาณาจักรจงมาถึง” ให้เด็กๆ จับมือกัน และยกมือที่จับกันขึ้นพร้อมกับกล่าวว่า “โดยทางพระอาณาจักรของพระจิตเจ้า”

ข้อที่ 11 ร้องเพลง “สอนด้วยชีวิต”

* มีสิ่งหนึ่งที่ฉันอยากบอกเธอ มันล้นเอ่ออยู่ในใจดวงนี้
 มีผู้หนึ่งรักฉันจนพร้อมยอมพลี สูญสิ้นชีวีเพื่อฉันและเธอเช่นกัน
 คือพระเยซูผู้ทรงรักฉันมากมายและทรงรักเธอด้วยใจไม่เคียดฉันหา
 ชีวิตพระองค์สอนให้เรารู้ว่า พุดด้วยวาจาไม่ล้ำค่าเท่าการกระทำ
 ***จงรัก รับใช้และให้อภัย แบ่งปันน้ำใจให้แก่ทุกคน
 ยามใครเดือดร้อนพลอบประโลมให้คลายกังวล โดยมีพระองค์เป็นแบบอย่าง (***)

ข้อที่ 12 พระประสงค์จึงสำเร็จในแผ่นดินเหมือนในสวรรค์

- นี่เป็นพระวาจาที่พระเยซูเจ้าตรัสในสวนเกทเสมนี (มธ 26:39)
- บรรดาบุตรของพระเจ้ายกจิตใจของเขาขึ้นหาพระองค์ เพื่อให้ น้ำพระทัยของพระเจ้าเป็นน้ำใจของพวกเขา
- สิ่งนี้เตือนเราว่า สิ่งสร้างทุกสิ่งในโลกนี้ขึ้นอยู่กับพระเจ้า
- ทำไมพระเยซูเจ้าจึงภาวนาต่อพระบิดา? ก็เพื่อทราบน้ำพระทัยของพระองค์

ข้อที่ 13 ก่อนจะทรงเรียกบรรดาศิษย์ พระเยซูเจ้าทรงสวดภาวนาเพื่อมั่นใจว่าพระองค์

ทรงกระทำตามพระประสงค์ของพระบิดา พระเยซูคริสต์เจ้าทรงเลือกพวกเขา

และมอบพระศาสนจักรของ พระองค์ให้อยู่ในความรับผิดชอบของพวกเขา

ทรงประทานพันธกิจให้พวกเขา ซึ่งเป็นพันธกิจของพวกเขาทุกคนด้วยในฐานะที่เราเป็นสมาชิกของพระศาสนจักร

- พระประสงค์ของพระเจ้าคือสิ่งที่พระเยซูเจ้าทรงกระทำและทรงเทศน์สอน ความอ่อนน้อมในชีวิตประจำวัน ความเชื่อที่ไม่เปลี่ยนแปลง ความพอประมาณในการพูด มีความยุติธรรมในกิจการ มีความเมตตาในการกระทำ มีระเบียบวินัยที่ไม่ทำร้ายผู้อื่น พร้อมทั้งจะรับความทุกข์ มีชีวิตอย่างสงบสุขกับผู้อื่น รักองค์พระผู้เป็นเจ้าสุดจิตใจ รักพระองค์เพราะพระองค์ทรงเป็นพระบิดาของเรา ยำเกรงพระองค์เพราะพระองค์ทรงเป็นพระเจ้าของเรา พอใจพระองค์เหนือสิ่งใดทั้งปวง ยืนอยู่ที่กางเขนของพระองค์ด้วยความจงรักภักดีและความกล้าหาญ สิ่งเหล่านี้คือความหมายของการทำตามพระประสงค์ของพระเจ้า (นักบุญซีเปเรียน)

ข้อที่ 14 ทุกคนภาวนาพร้อมกัน

ข้าพเจ้าทั้งหลายวอนขอให้ทุกสิ่งในชีวิตประจำวันเป็นไปตามพระประสงค์ของพระเจ้า
 อาแมน

ทุกคน : ภาวนาทำทาง “ขอให้พระประสงค์จึงสำเร็จ” ให้เด็กค่อยๆยกมือทั้งสองขึ้น

ทางเลือก ก ให้ดูภาพยนตร์เรื่อง “พระนางมารีย์พรหมจารีเสด็จเยี่ยม”

ทางเลือก ข เล่าเรื่อง

พระนางมารีย์เป็นเด็กแต่ผู้เดียวที่เติบโตขึ้นในความรักต่อพระเจ้ามากกว่าสตรีใด ๆ
 ในประวัติศาสตร์ พระเจ้าทรงเลือกพระนางมารีย์ให้เป็นมารดาของพระเยซูเจ้าพระบุตรของพระองค์ เมื่อ

ทูตสวรรค์กาเบรียลบอกว่าพระนางจะเป็นมารดาของพระเยซูเจ้า พระนางตอบรับด้วยความถ่อมตน พระนางทรงอยู่เคียงข้างพระเยซูเจ้าเมื่อพระองค์ทรงประสูติ ทรงตามหาและพบเมื่อพระเยซูเจ้าทรงหายไปนพระวิหารที่กรุงเยรูซาเล็ม พระนางทรงอยู่กับพระองค์เมื่อทรงสิ้นพระชนม์บนไม้กางเขน พระนางทรงอยู่ในห้องชั้นบนเพื่อรอรับเมื่อพระองค์ทรงกลับคืนพระชนมชีพในวันปัสกา ให้เราเลียนแบบอย่างความเชื่อของพระมารดามารีย์ ให้เราคิด พุด และกระทำตามพระประสงค์ของพระเจ้า

บทเรียนที่ 4

“คำวอนขอของเรา”

ข้อที่ 15 โปรดประทานอาหารประจำวันแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายในวันนี้

- อาหารเป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตของมนุษย์ “เราเป็นปังแห่งชีวิต” (ยน 6:35)
- แม้เราแต่ละคนต้องการอาหาร แต่ต้องไม่ลืมสนองตอบต่อความต้องการของชุมชน เพราะเราเป็นพี่น้องกันในองค์พระคริสตเจ้า
- เราขอพระบิดาให้ทรงประทานอาหารที่ทรงสัญญาจะประทานให้กับผู้ที่ฟังพระวาจาของพระองค์ เฉพาะผู้ที่ฟังพระวาจาของพระเจ้า (ฉธบ 8:3) ประชาชนจะได้รับอาหาร และสามารถแจกจ่ายได้
- สำหรับคริสตชนความหมายของการร้องขออาหารคือ “ปังแห่งชีวิต” ซึ่งเป็นที่เข้าใจว่าหมายถึงพระวาจาของพระเจ้าที่เรารับฟังด้วยความเชื่อ และพระกายขององค์พระผู้เป็นเจ้าที่เรารับในศีลมหาสนิท

ข้อที่ 16 ทุกคนภาวนาพร้อมกัน

ข้าแต่พระบิดาเจ้า พระองค์ทรงเป็นที่มาของชีวิต ข้าพเจ้าทั้งหลาย วอนขอพระองค์โปรดทรงสดับฟังเสียงร้องของผู้ยากจนที่ไม่มีอาหารรับประทาน ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอมอบเด็ก ๆ ที่กำลังจะอดตายไว้ในพระเมตตาของพระองค์ อาแมน

ทุกคน : ภาวนาทำทาง “ข้าแต่พระบิดาเจ้า พระองค์ทรงเป็นที่มาของชีวิต” ให้เด็กพนมมือ คำว่า “ข้าแต่พระบิดาเจ้า” และยกมือขึ้น “พระองค์ทรงเป็นที่มาของชีวิต”

ข้อที่ 17 โปรดประทานอภัยแก่ข้าพเจ้า เหมือนข้าพเจ้าให้อภัยแก่ผู้อื่น

- การอ้อนวอนขอของเราเป็นการยอมรับถึงความเป็นคนบาปของเรา สิ่งนี้เป็นการยอมรับว่าเรามีความไว้วางใจในพระเมตตาของพระเจ้า
- การให้อภัยหมายถึงการทำให้ผู้กระทำผิดเป็นอิสระ ปลอ่ยพวกเขาออกจากภาระผูกพัน นำความสับสนที่แตกร้างไปแล้วให้กลับคืน
- การให้อภัยด้วยพระเมตตาของพระเจ้าจะไม่เข้าไปในหัวใจของเราจนกว่าเราจะตระหนักว่าเราเองก็เป็นคนบาป และมีความยินดีที่จะยอมรับการให้อภัยของพระเจ้า

ข้อที่ 18 ทุกคนภาวนาพร้อมกัน ข้าแต่องค์พระผู้เป็นเจ้า โปรดทรงสอนข้าพเจ้าทั้งหลายให้มีความถ่อมตน และระลึกเสมอว่าตนเองมีความผิดพลาด เพื่อจะให้อภัยในความผิดของผู้อื่นได้ง่ายขึ้น อาแมน

ทุกคน : ภาวนาทำทาง “โปรดประทานอภัยแก่ข้าพเจ้า” (เอามือทั้งสองไว้ที่หัวใจ) “เหมือนข้าพเจ้าให้อภัยแก่ผู้อื่น” (เอามือขวาจับมือคนข้างๆ)

ข้อที่ 19 ร้องเพลง “จงรักซึ่งกันและกัน”

เราจงรักซึ่งกันและกัน เราจงรักซึ่งกันและกัน
เราจงรักซึ่งกันและกัน เราจงรักซึ่งกันและกัน

ข้อที่ 20 โปรดช่วยข้าพเจ้าไม่ให้แพ้การประจัญ

ถ้าเป็นพระประสงค์ของพระเจ้า เราไม่กลัวการต่อสู้ในสงครามที่ยากลำบาก เพราะพระองค์จะทรงประทานความเข้มแข็งที่จำเป็นให้กับเรา และเราทราบว่าตัวเราเองนั้นไม่มีอะไรเลย นักบุญเปาโลให้เรามั่นใจว่า “ท่านทั้งหลายไม่เคยเผชิญกับการทดลองใดๆ ที่เกินกำลังมนุษย์ พระเจ้าทรงซื้อสัตย์ พระองค์จะไม่ทรงอนุญาตให้ท่านถูกทดลองเกินกำลังของท่าน แต่เมื่อถูกทดลอง พระองค์จะประทานความสามารถให้ท่านยืนหยัดมั่นคงและหาทางออกได้” (1 คร 10:13)

เราสามารถเอาชนะการผจญได้หากเราสวดภาวนา ดังที่เราเห็นได้จากแบบอย่างของพระองค์ เราต้องมีความพากเพียรในการภาวนา “จงอธิษฐานภาวนาอย่างสม่ำเสมอ อย่าละเลยที่จะขอบพระคุณ” (คส 4:2)

ข้อที่ 21 แต่โปรดช่วยให้พ้นจากความชั่วร้ายเทอญ

- ในการวอนขอสุดท้ายนี้ เราคริสตชนภาวนาวอนขอต่อพระเจ้าพร้อมกับพระศาสนจักรเพื่อแสดงให้เห็นถึงชัยชนะ ที่พระคริสต์เจ้าเองทรงมีชัยชนะต่อซาตาน หูตสวรรค์ที่ขัดแย้งกับพระเจ้าเป็นการส่วนตัวและต่อแผนการแห่งการช่วยให้อรอดพ้นของพระองค์ (CCC2864)

ข้อที่ 22 ทุกคนภาวนาร่วมกัน

ข้าแต่พระเจ้า โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าให้พ้นจากความชั่วร้ายทุกประการ
และโปรดประทานความสงบในชีวิต ในพระเมตตาของพระองค์
โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าให้เป็นอิสระจากบาป
โปรดทรงปกป้องข้าพเจ้าจากความทุกข์ร้อน
ในขณะที่รอคอยการเสด็จมาของพระผู้ไถ่กู้
พระเยซูคริสต์เจ้า พระเจ้าของข้าพเจ้าทั้งหลาย

ทุกคน : ภาวนาทำทาง “โปรดช่วยให้พ้นจากความชั่วร้ายเทอญ อาแมน”

โปรดช่วยให้พ้น (ปรบมือ) จากความชั่วร้ายเทอญ (หมุนรอบตัวและโค้งคำนับ) อาแมน
(คุกเข่าพร้อมกับชูมือทั้งสองขึ้น)

ภาวนาก่อนอวยพรศีลมหาสนิท

ร้องเพลง “ถวายพรพระผู้เจริญ”

ผู้นำ ข้าแต่พระเจ้า องค์พระผู้เป็นเจ้าของข้าพเจ้าทั้งหลาย ข้าพเจ้าขอบถวายทุกสิ่งแด่พระองค์ โปรดทรงชำระล้างความคิด วาจา และการกระทำทุกอย่างในชีวิตประจำวันของข้าพเจ้าทั้งหลาย

(หมายเหตุ ให้ได้ก็ภาวนาสวดตัวเจียบๆต่อหน้าศีลมหาสนิท)

สวดบท “ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย” พร้อมทำท่าทาง
 ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย
 พระองค์สถิตในสวรรค์
 พระนามพระองค์จึงเป็นที่สักการะ
 พระอาณาจักรจงมาถึง
 พระประสงค์จงสำเร็จในแผ่นดินเหมือนในสวรรค์
 โปรดประทานอาหารประจำวันแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายในวันนี้
 โปรดประทานอภัยแก่ข้าพเจ้า เหมือนข้าพเจ้าให้อภัยแก่ผู้อื่น
 โปรดช่วยข้าพเจ้าไม่ให้แพ้การประจญ
 แต่โปรดช่วยให้พ้นจากความชั่วร้ายเทอญ

แบ่งปันกลุ่มย่อย : แบ่งปันประสบการณ์ความเชื่อ โดยไตร่ตรองและตอบคำถามต่อไปนี้

1. เธอรู้สึกอย่างไรในขณะที่สวดภาวนาและหลังจากการสวดภาวนา?
2. เธอติดต่อกับพระเจ้าอย่างไร
3. พระเจ้าบอกอะไรในใจของเธอบ้าง

การเชื่อมโยงระหว่างพระคัมภีร์ ประสบการณ์มนุษย์ และคำสอนของพระศาสนจักร (สรุป)

- ในศีลล้างบาป เราได้รับพระพรแห่งความเชื่อ และพระพรหรรษาความซื่อสัตย์ในการกระทำพันธกิจที่พระเจ้าทรงมอบให้เรา เราซึ่งได้รับพระพรแห่งความเชื่อสวดภาวนาต่อพระบิดาเจ้า โดยทางพระเยซูคริสตเจ้า พระบุตรของพระองค์ พระผู้ไถ่กู้ ในความรักของพระจิตเจ้า
- โดยทางการสวดภาวนา เราได้รับความสว่างและแรงบันดาลใจในการทำงานธรรมทูตในฐานะสมาชิกยูวธรรมทูต
- พระเยซูเจ้าผู้ทรงเลือกและเรียกเราให้เป็นศิษย์ของพระองค์ ทรงกระทำให้เราเข้มแข็งในการปฏิบัติหน้าที่ประจำวัน และความรับผิดชอบต่างๆ ทั้งที่บ้าน ที่โรงเรียน และในชุมชนที่เราอยู่
- เรามีชีวิตเป็นธรรมทูตของพระคริสตเจ้าอย่างแท้จริงเมื่อเราสวดภาวนาอยู่เสมอ และมอบถวายการทำพลีกรรมเพื่อผู้อื่น(การภาวนา) และมีชีวิตในการบริการรับใช้ด้วยการทำงานแห่งความรักและเมตตา(การกระทำ) เมื่อเราปฏิบัติตามพระคริสตเจ้าทั้งด้วยความคิด วาจา และกิจการ เรากลายเป็นประจักษ์พยานที่มีชีวิตแห่งความรักของพระองค์ และนำให้ผู้อื่นมามีประสบการณ์กับพระเจ้าในชีวิตของพวกเขา
- ชีวิตฝ่ายจิตคริสตชนเกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันทั้งหมดของเรา ที่เจริญชีวิตภายใต้พระจิตของพระคริสตเจ้าและพระวรสาร

ตอบรับความเชื่อ	แนะนำในสิ่งที่เด็กๆ ได้เรียนรู้จากพระวาจาพระเจ้า และจากการแบ่งปันของพวกเขา ให้พวกเขาได้เขียนข้อตั้งใจและคำมั่นสัญญาเรื่องภาวนาในฐานะยุวธรรมทูต
พิธีกรรมส่งออก	
ร้องเพลงพระจิตเจ้า :	“เชิญพระจิต”
ภาวนาถวาย	แต่ละกลุ่มถวายข้อตั้งใจและคำมั่นสัญญาของตนในฐานะยุวธรรมทูต
ผู้นำ/พระสงฆ์	กล่าว “จงไปยุวธรรมทูต และบอกให้โลกรู้ถึงความรักอันไม่มีเงื่อนไขของพระเจ้า”
เพลงจบพิธี	ร้องเพลง “บอกให้โลกรู้ถึงความรักของพระเจ้า”