**แด่เพื่อนครูคำสอนเพื่อจะได้พาเด็กๆก้าวไปด้วยกันในปี Laudato Si'**

เพื่อรำลึกถึง Laudato Si' ซึ่งเป็นสมณสาส์นฉบับแรกของสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ที่เกี่ยวกับระบบนิเวศและการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ เป็นการร้องขออย่างเปิดเผยของพระองค์ในเรื่องการเสวนาและการสนทนาเกี่ยวกับอนาคตของบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกัน ซึ่งเป็นบ้านที่เราทุกคนอยู่ร่วมกันโดยไม่คำนึงถึงความเชื่อหรืออุดมการณ์ การไตร่ตรองถึง Laudato Si เป็นการเชื้อเชิญเราให้มองและสัมผัสกับพระเจ้าในรูปแบบใหม่ ในขณะเดียวกันก็ใส่ใจกับบริบทของตนเองและประสบการณ์ที่เราดำเนินชีวิต เมื่อเราได้รับมุมมองใหม่ว่าการทำงานและรูปแบบการดำเนินชีวิตของเรามีความสอดคล้องกับระบบนิเวศที่ใหญ่ขึ้นมากเพียงใด เราจึงควรไตร่ตรองว่าจะทำอย่างไรเพื่อดูแลบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกันนี้ให้เป็นบ้านที่น่าอยู่มากขึ้นสำหรับทุกคน และสำหรับทุกสิ่งสร้าง เพราะทุกสิ่งสร้างมีความสัมพันธ์กัน แบบฝึกหัดการไตร่ตรองนี้แก้ไข ได้รับแนวคิด นำมาดัดแปลง และเพิ่มเติมมาจาก <https://www.chausa.org/environment/environment-encyclical/laudato-si-week>

แบบฝึกนี้ไม่ใช่บทเรียนด้านการสอนคำสอน คุณครูสามารถเพิ่มเติมหรือปรับเปลี่ยนเนื้อหาให้เหมาะกับสภาพของแต่ละท้องถิ่นได้ เนื่องจากเป็นแบบฝึกในการสร้างความตระหนักร่วมกัน ไตร่ตรอง แบ่งปันความคิดเห็น มุมมอง และวิธีการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคล ในการร่วมมือกันเพื่อทำให้โลกที่เราอาศัยอยู่ร่วมกันนี้ดีขึ้น ใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด เห็นคุณค่า และที่สุดเราขอบคุณพระเจ้าในความรักและพระญาณเอื้ออาทรของพระองค์

“*สิ่งสร้างแต่ละชนิดเป็นจุดหมายแห่งความรักของพระบิดา ผู้ทรงประทานที่พำนักในโลกให้แก่สิ่งสร้างนั้นๆ แม้แต่ชีวิตอันแสนสั้นของสิ่งมีชีวิตที่สำคัญน้อยที่สุดก็เป็นจุดหมายแห่งความรักของพระองค์ แม้ในช่วงไม่กี่วินาทีของชีวิตเหล่านั้น พระองค์ทรงโอบล้อมด้วยความรักของพระองค์*” (LS 77)

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อคริสตศาสนธรรม

**แบบฝึกหัดการไตร่ตรองเพื่อเข้าสู่ปี Laudato Si'**

**บทที่ 1 การเสวนาครั้งใหม่**

ตามหลักเทววิทยาของคริสตชน พระเจ้าทรงสร้างโลกและมอบโลกนี้ให้มนุษย์เป็นของขวัญ รวมทั้งมีหน้าที่รับผิดชอบในการปกป้องและดูแล ซึ่งรวมถึงเราทุกคนด้วยที่เป็นส่วนหนึ่งของสิ่งสร้างที่จะต้องช่วยกันปกป้องและดูแล อย่างไรก็ตาม สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงเตือนเราว่าเสียงที่เป็นต้นตอของการเสวนานี้ แท้จริงแล้วคือเสียงของโลกนั่นเอง โลกร้องไห้ในวันนี้เพราะความล้มเหลวของเรา *“ข้าพเจ้าขอเรียกร้องอย่างเร่งด่วนให้มีการสวนาครั้งใหม่เกี่ยวกับวิธีการที่จะสร้างอนาคตของโลก”*(LS 14)

**ใช้เวลาสักครู่และไตร่ตรองว่า**

* โลกรอบตัวเราพูดกับเราเป็นการส่วนตัวอย่างไร?
* มีเสียงมากมายเรียกร้องความสนใจจากเรา เราจะเข้าใจได้อย่างไร?
* เราได้ยินอะไร?
* เราได้ยินเสียงร้องของแผ่นดินโลกไหม?
* วิธีที่เราได้ยินเสียงร้องเหล่านี้เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาอย่างไร?

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงยืนยันว่าวิกฤตทางนิเวศวิทยาร่วมสมัยของเราเป็นการเรียกร้องให้เกิดการกลับใจภายในอย่างลึกซึ้ง เพื่อที่เราจะได้ฟื้นฟูความรับผิดชอบใหม่ในการดูแลตัวเอง ดูแลกันและกัน ดูแลโลกที่เป็นบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกันของเรา *“เราทุกคนสามารถร่วมมือกัน เป็นเครื่องมือของพระเจ้า ในการปกป้องดูแลสิ่งสร้าง ตามวัฒนธรรม ประสบการณ์ ความคิดริเริ่ม และความสามารถของแต่ละคน”* (LS 14)

**ให้เราภาวนา**

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง องค์พระผู้ไถ่กู้ และองค์พระจิตเจ้า

ข้าพเจ้าทั้งหลายขอขอบพระคุณพระองค์

สำหรับของขวัญจาก Laudato Si’

ซึ่งสอนว่า “*องค์พระผู้สร้างไม่ทรงทอดทิ้งเรา*

*พระองค์ไม่เคยทรงทอดทิ้งแผนการแห่งความรักของพระองค์*

*พระองค์ไม่เคยเสียพระทัยที่ทรงสร้างเราขึ้นมา*

*มนุษยชาติมีความสามารถที่จะร่วมมือกัน*

*เพื่อสร้างบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกัน*”

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่องค์พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน

**บทที่ 2 ธรรมล้ำลึกที่น่าชื่นชมยินดี**

*(หมายเหตุสำหรับคุณครู หากเป็นไปได้ขอให้มีรูปท่านนักบุญฟรังซิส แห่ง อัสซีซี)*

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ตรัสว่า ตลอด 200 กว่าปีที่ผ่านมา เราได้รับการฝึกให้มองโลก มองสิ่งสร้างต่างๆในโลก และแม้กระทั่งการมองซึ่งกันและกัน ว่าเป็นดั่งวัตถุดิบสำหรับใช้เพื่อจุดประสงค์ที่ตนต้องการ โดยไม่คำนึงถึงความเจริญรุ่งเรืองของโลก ซึ่งทำให้โลกเกิดความวุ่นวาย เราหยุดดูแลสิ่งสร้าง และเริ่มใช้ประโยชน์จากมันแทน

เราต้องการวิสัยทัศน์ใหม่เพื่อที่จะค้นหาด้วยความรักและความชื่นชมยินดี สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงแนะนำให้เราไปที่แหล่งข้อมูลดั้งเดิม นักบุญฟรังซิส แห่ง อัสซีซี ท่านมองโลกและทุกสิ่งในนั้นแตกต่างไปจากคนอื่นๆ “*ท่านแสดงความใส่ใจเป็นพิเศษต่อสิ่งสร้างของพระเจ้า ต่อคนยากจน และผู้ที่ถูกทอดทิ้ง ท่านรักและเป็นที่รักเพราะความชื่นชมยินดี การอุทิศตนด้วยใจกว้าง และจิตใจที่เปิดกว่างของท่าน*” (LS 10)

ท่านนักบุญฟรังซิส แห่ง อัสซีซี เป็นแบบอย่างของเราในการฝึกการมองโลก การมองสิ่งสร้างว่าเป็น *"หนังสือที่งดงามยิ่ง ซึ่งพระเจ้าตรัสกับเราและทรงเผยให้เราได้เห็นถึงความงดงามและพระทัยดีของพระองค์"* (LS 12) และพระองค์ทรงแสดงความคิดเห็นว่า “*แทนที่จะเป็นปัญหาที่ต้องแก้ไข โลกเป็นธรรมล้ำลึกที่น่าชื่นชมยินดี ซึ่งเราพิศเพ่งด้วยความชื่นชมยินดีและการสรรเสริญ”* (LS 12)

**ใช้เวลาสักครู่และไตร่ตรองว่า**

* เราจะฝึกมองธรรมชาติว่า “*เป็นหนังสือที่งดงาม ซึ่งพระเจ้าตรัสกับเรา*” เป็นธรรมล้ำลึกที่น่าชื่นชมได้อย่างไร?
* เราสามารถนำไปปฏิบัติอย่างไรในชีวิตประจำวันของเรา?
* เราสังเกตเห็นความงดงามอะไรบ้างในฤดูกาลต่างๆ?

ความเชื่อบอกเราว่า *“พระเยซูเจ้าทรงกลับคืนพระชนม์ชีพและทรงพระสิริรุ่งโรจน์ ทรงประทับอยู่ในสิ่งสร้างทั้งมวล ... สิ่งสร้างต่างๆของโลกนี้มิได้เป็นสิ่งของตามธรรมชาติสำหรับเราอีกต่อไป”* (LS 100) ในวันนี้ให้เราอธิษฐานภาวนาเพื่อให้เราได้มองทุกสิ่งและผู้คนภายใต้ความสว่างที่แตกต่างออกไป

**ให้เราภาวนา**

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่องค์พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน

**บทที่ 3 สถานการณ์อันเลวร้ายของคนยากจน**

“*คนยากจนจำนวนมากอาศัยอยู่ในพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบจากปรากฏการณ์ที่เกี่ยวกับภาวะโลกร้อน และวิถีการดำเนินชีวิตของพวกเขาขึ้นอยู่กับทรัพยากรธรรมชาติและระบบนิเวศ...การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศก่อให้เกิดการอพยพของสัตว์ และการเปลี่ยนแปลงของพืชพันธุ์ชนิดต่างๆซึ่งไม่สามารถปรับตัวได้ และปัญหานี้ส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของบรรดาคนยากจนที่สุด...”* (LS 25)

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงขอให้เราปรับทิศทางตนเองให้ได้ยินเสียงร้องของแผ่นดิน ซึ่งแยกไม่ออกจากเสียงร้องของคนยากจน พระองค์ทรงเขียนว่า *“ความเข้าใจเรื่องนิเวศวิทยานั้นต้องกลายเป็นความเข้าใจเรื่องสังคมด้วย ซึ่งจำเป็นต้องบูรณาการเรื่องความยุติธรรมเข้าไปในการอภิปรายเรื่องสิ่งแวดล้อม เพื่อรับฟังทั้งเสียงร้องของแผ่นดิน และเสียงร่ำร้องของคนยากจน”* (LS 49) การลดอัตราการเกิดไม่ช่วยแก้ไขสถานการณ์ที่โลกกำลังเผชิญอยู่ในปัจจุบัน “*จำนวนประชากรที่เพิ่มขึ้นนั้นสามารถดำเนินไปพร้อมกับการพัฒนาที่สมบูรณ์ และการแบ่งปัน*” (LS 50)

**ใช้เวลาสักครู่และไตร่ตรองว่า**

* “*สิ่งแวดล้อมของมนุษย์และสิ่งแวดล้อมของธรรมชาติต่างเสื่อมถอยลงพร้อมๆกัน*” เป็นความจริงเพียงใดสำหรับเราแต่ละคน?
* “*เมื่อเราทิ้งอาหาร ก็เท่ากับเราขโมยอาหารจากโต๊ะของคนยากจน*” ข้อความนี้บอกอะไรกับเรา?
* การระบาดของโควิด 19 ได้เปลี่ยนความเข้าใจของเราเกี่ยวกับความยากจนหรือไม่?

**ให้เราภาวนา**

แนวทางในด้าน “นิเวศวิทยา” จะต้องครอบคลุมถึงคนยากจนและกลุ่มเปราะบาง เช่นเดียวกับโลกธรรมชาติที่เราอาศัยอยู่ร่วมกัน ดังนั้นเราจึงภาวนาว่า

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่องค์พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน

**บทที่ 4 โลกที่เหมาะสมกับศักดิ์ศรีของมนุษย์**

*(หมายเหตุสำหรับคุณครู หากเป็นไปได้ขอให้เตรียมกระถางต้นไม้เล็กๆหรือรูปภาพต้นไม้)*

มองกระถางต้นไม้หรือรูปภาพต้นไม้

* มีกี่คนที่ดูแลต้นไม้ ดอกไม้ สวน หรือป่าไม้?
* ทำไมจึงกระทำ?
* ต้นไม้เหล่านี้ทำอะไรเพื่อเรา?

*“ความโหดร้ายทารุณทุกอย่างที่เรากระทำต่อสิ่งสร้างใดก็ตาม ล้วนตรงข้ามกับศักดิ์ศรีของมนุษย์”* (LS 44)

ศักดิ์ศรีเป็นคำคำหนึ่งที่เราใช้บ่อย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการดูแลสุขภาพแบบคาทอลิก แต่ความหมายของคำนี้ยากที่จะให้คำจำกัดความ สำหรับสมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ศักดิ์ศรีของมนุษย์นั้นมาจากพระเจ้าผู้ทรงสร้างเราและทรงเรียกให้เป็นไปตามพระประสงค์ของพระองค์ ด้วยเหตุนี้ การเรียกให้เราดูแลโลกจึงเป็นการเชื้อเชิญให้มอบศักดิ์ศรีให้กับส่วนอื่นๆ ของโลกที่ถูกสร้างขึ้นมาด้วย แต่เราไม่ได้ทำงานอย่างดีเสมอไป และที่น่าเศร้าคือความล้มเหลวของเราส่งผลกระทบซึ่งกันและกันอย่างน่าใจหาย ลองพิจารณาข้อความนี้ "*ผู้คนบนโลกนี้ไม่ได้ถูกสร้างขึ้นเพื่อมีชีวิตที่ถูกคุกคามด้วยซีเมนต์ ยางมะตอย แก้ว โลหะ และขาดการสัมผัสทางกายภาพกับธรรมชาติ*" (LS 44)

**ตอบคำถามเงียบๆในใจ**

* *“จิตใจมนุษย์มีลักษณะพิเศษ ความทุกข์ทรมานที่เรากระทำต่อสัตว์ ไม่ช้าไม่นานก็จะปรากฏในความสัมพันธ์ที่เรามีต่อผู้อื่นในแบบเดียวกัน”* ท่านเห็นด้วยหรือไม่?
* *“ชีวิตกำลังถูกทอดทิ้งให้จำนนต่อสถานการณ์ที่ถูกกำหนดด้วยเทคโนโลยี”* (LS 110)

**ให้เราภาวนา**

ใช้เวลาสักครู่เพื่อออกจากอาคารไปสูดอากาศบริสุทธิ์ ไตร่ตรองว่าท่านจะสามารถนำธรรมชาติเข้ามาในประสบการณ์ชีวิตประจำวันของท่านและของผู้อื่นให้มากขึ้นได้อย่างไร สร้างพื้นที่ที่เหมาะสมกับศักดิ์ศรีของมนุษย์ให้มากขึ้น ให้เราภาวนาว่า

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่องค์พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน

**บทที่ 5 ปลูกฝังความดีส่วนรวม**

*“ไม่ว่าความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ที่วิเศษสุด ความสามารถทางเทคนิคที่น่าทึ่งที่สุด หรือการเติบโตทางเศรษฐกิจที่น่าอัศจรรย์ใจที่สุด หากสิ่งเหล่านี้มิได้ดำเนินไปพร้อมกับความก้าวหน้าทางสังคมและศีลธรรมอย่างแท้จริงแล้ว สิ่งเหล่านี้ก็จะกลับมาทำร้ายมนุษย์ในที่สุด”(LS 4) “ความดีส่วนรวมเรียกร้องการเคารพมนุษย์อย่างที่เป็น รวมทั้งสิทธิพื้นฐานที่ถูกกำหนดขึ้นเพื่อการพัฒนาที่สมบูรณ์”(LS 157)*

**ไตร่ตรองส่วนตัวอย่างเงียบๆ**

* ความก้าวหน้าหมายถึงอะไรสำหรับเรา?
* เราจะวัดได้อย่างไร?
* หากเป็นมากกว่าแค่การสะสมความมั่งคั่งและเทคโนโลยี ความก้าวหน้าที่แท้จริงจะเป็นอย่างไร?

วลีหนึ่งที่สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงใช้เพื่ออภิปรายวิสัยทัศน์ของพระองค์เกี่ยวกับความก้าวหน้าที่แท้จริงคือ “นิเวศวิทยาเชิงบูรณาการ” แนวคิดนี้มีความลึกซึ้งมากกว่าการรับรู้ถึงความเชื่อมโยงระหว่างกันของทุกสิ่ง “นิเวศวิทยาเชิงบูรณาการ” หมายความถึงวิธีที่เราเชื่อมโยงระหว่างกันและกัน ระหว่างเรากับสิ่งสร้าง และระหว่างสิ่งสร้างด้วยกันเอง พระองค์ทรงเชื่อเชิญเราแต่ละคนให้มามีบทบาท ในการเป็นหนึ่งเดียวกับทุกสิ่งที่เป็นอยู่ เราต้องใช้พรสวรรค์และความสามารถของเราเพื่อสร้างระบบนิเวศที่มีชีวิตบูรณาการเข้ากับความดีส่วนรวม “*ข้อท้าทายเร่งด่วนที่จะปกป้องรักษาบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกันนี้ รวมไปถึงความมุ่งมั่นที่จะรวมครอบครัวมนุษยชาติทั้งมวลให้เป็นหนึ่งเดียวกัน*”*(LS 13)*

นิเวศวิทยาเชิงบูรณาการ ไม่สามารถแยกออกจากแนวคิดเรื่องความดีส่วนรวม ซึ่งหมายถึงสภาพทางสังคมทั้งหมดที่จำเป็นต่อการบรรลุถึงความเจริญก้าวหน้าและการทำให้มนุษย์สมบูรณ์ จึงจะเป็นความก้าวหน้าที่แท้จริง โดยไม่คำนึงถึงความแตกต่างด้านกำเนิด  ภูมิศาสตร์ และการเข้าถึงวิธีการในการทำให้ตนเองสมบูรณ์ เราแต่ละคนทำงานเพื่อประโยชน์ของผู้อื่นในโลกที่เราแบ่งปันกัน การเข้าถึงอาหาร น้ำ การศึกษา ที่อยู่อาศัย เสรีภาพในการทำงาน รวมถึงการดูแลสุขภาพ สิ่งเหล่านี้คือสิ่งที่ผู้คนพึ่งพาเพื่อความเจริญรุ่งเรือง

**ให้เราภาวนา**

ก่อนที่เราจะกลับไปสู่ชีวิตประจำวัน ให้เราเงียบสักครู่เพื่อขอบคุณและตระหนักถึงพระพรที่พระเจ้าทรงมอบให้กับนิเวศวิทยาเชิงบูรณาการนี้ เพื่อขอความช่วยเหลือให้เราได้มองเห็นถึงความดีส่วนรวม

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่องค์พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน

**บทที่ 6 เครื่องมือแห่งสันติภาพ ความงาม และความสมบูรณ์**

ถ้อยคำของสมเด็จพระสันตะปาปา ในLaudato Si' ข้อนี้เหมาะสมอย่างยิ่งที่เราจะต้องอ่าน “*ในช่วงระยะสองศตวรรษท้ายสุดนี้ เราได้กระทำทารุณและทำร้ายบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกันอย่างที่ไม่เคยมีมาก่อน อย่างไรก็ตาม เราได้รับเรียกให้เป็นเครื่องมือของพระเจ้า พระบิดา เพื่อให้โลกของเราเป็นโลกดังที่พระองค์ทรงปรารถนาเมื่อครั้งทรงสร้างโลกขึ้น และสอดคล้องกับแผนการแห่งสันติภาพ ความงดงาม และความสมบูรณ์ของพระองค์ แต่ปัญหาคือเรายังขาดวัฒนธรรมที่จำเป็นในการเผชิญวิกฤตนี้ จำเป็นที่จะต้องสร้างภาวะผู้นำที่เปิดหนทาง แสวงหาที่จะตอบสนองความต้องการของชนรุ่นปัจจุบัน โดยไม่ทำร้ายชนรุ่นอนาคต*” (LS 53)

**ข้อความนี้สร้างแรงบันดาลใจให้กับเราอย่างไร ในการไตร่ตรองอย่างเงียบๆ**

* การกระทำของเราขาดความตระหนักรู้และไม่สอดคล้องกับความต้องการในปัจจุบันอย่างไร?
* เราได้ทำอะไรที่อาจเป็นอันตรายต่อชนรุ่นอนาคต?
* เรามีประสบการณ์เกี่ยวกับสันติภาพ ความงาม และความสมบูรณ์อย่างไร?
* เราจะทำให้ตนเองกลายเป็นเครื่องมือแห่งสันติภาพ ความงาม และความสมบูรณ์อย่างแท้จริงได้อย่างไร?

**ให้เราภาวนา**

เพื่อวอนขอพระเจ้าให้ทรงช่วย และทรงสร้างแรงบันดาลใจให้เราสามารถทำตนเองให้เป็นส่วนหนึ่งในการเป็นเครื่องมือแห่งสันติภาพ ความงาม และความสมบูรณ์ที่แท้จริงสำหรับทุกคนและทุกสิ่งสร้าง

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่องค์พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน

**บทที่ 7 ต่อต้านอัตราการบริโภคที่เกินความพอเพียง**

*(หมายเหตุสำหรับคุณครู หากเป็นไปได้ขอให้อยู่ใกล้กับถังขยะที่มีขยะ)*

หลายๆ คนคงเคยได้ยินว่ามีกองขยะลอยอยู่ในมหาสมุทรแปซิฟิก แพขยะใหญ่แปซิฟิก (Great Pacific Garbage Patch) เป็นแพขยะที่มีขนาดใหญ่ใหญ่ที่สุดในโลก เป็นแหล่งสะสมของขยะทางทะเล ประกอบด้วยเศษขยะและกลุ่มพลาสติกมากมายจากในแผ่นดินมากักรวมกันไว้ หมุนวนไปตามการเคลื่อนที่ของกระแสลมและกระแสน้ำในมหาสมุทรแปซิฟิก ขยะทั้งหมดนี้มีน้ำหนักประมาณ 80,000 ตัน เทียบเท่ากับเครื่องบินจัมโบ้เจ็ท 500 ลำ ครอบคลุมพื้นที่ราว 16 ล้านตารางกิโลเมตร หรือมีขนาดราว 3 เท่าของประเทศฝรั่งเศส

* ให้เราไตร่ตรองถึงผลงานจากน้ำมือมนุษย์ จากสิ่งที่เราได้ทำ (หยุดเงียบๆสักครู่)

เพื่อโต้ตอบต่ออัตราการบริโภคที่เกินความพอเพียงและการทิ้งขยะของเรา สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงเขียนว่า “*การคาดการณ์ถึงภัยพิบัติโลกาวินาศ ต้องไม่ถูกมองอย่างดูถูกหรือเสียดสี เราได้ทิ้งกองขยะ ทะเลทราย และสิ่งปฏิกูลไว้ให้แก่ชนรุ่นต่อไป*” (LS 161) พระองค์ ทรงย้ำเตือนเราว่า ไม่มีคำว่าสายเกินไปที่จะดำเนินการอย่างเด็ดขาดและทำการเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าสิ่งที่เราเลือกทำในแต่ละวันจะดูไม่สำคัญเพียงใด ทุกทางเลือกที่เราทำเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืนจะเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจของเรา ด้วยความงดงามและความพยายาม การเลือกเหล่านี้สามารถกำหนดวัฒนธรรมใหม่ที่ต่อต้านการบริโภคมากเกินไปและการสิ้นเปลืองได้

**ไตร่ตรองอย่างเงียบๆ**

* อาหารหรือสินค้าอื่น ๆ เดินทางไกลแค่ไหนกว่าจะมาถึงเรา?
* บรรจุภัณฑ์ราคาเท่าไร?
* สิ่งของจะมีประโยชน์ ทันสมัย หรือเล่นได้นานแค่ไหน?
* เราแยกแยะหรือสะท้อนความแตกต่างระหว่างสิ่งที่จำเป็นและสิ่งที่ต้องการอย่างไร?
* เราสามารถทำอะไรได้บ้างเพื่อเป็นผู้บริโภคที่มีสติมากขึ้น?

**ให้เราภาวนา**

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน

**บทที่ 8 มลพิษทางจิตใจ**

“*ท่ามกลางสื่อที่เผยแพร่ข้อมูลและความบันเทิงมากมาย สิ่งนี้เรียกร้องให้เรามีความพยายามที่จะทำให้วิธีการสื่อสารเหล่านี้กลายเป็นการพัฒนาวัฒนธรรมรูปแบบใหม่ของมนุษยชาติ...ความสัมพันธ์ที่แท้จริงกับผู้อื่นมีแนวโน้มจะถูกแทนที่ด้วยรูปแบบการสื่อสารผ่านอินเตอร์เน็ต ซึ่งเราสามารถเลือกหรือลบความสัมพันธ์ได้ตามอำเภอใจ และยังก่อให้เกิดรูปแบบใหม่ของอารมณ์ที่ประดิษฐ์ขึ้น กลายเป็นความสัมพันธ์ที่ยึดเครื่องมือสื่อสารและหน้าจอ มากกว่าสนใจในตัวบุคคลและธรรมชาติ*” (LS 47)

คุณภาพชีวิตของมนุษย์ที่ลดลงและการล่มสลายของสังคม และผลที่ตามมาไม่สามารถคาดเดาได้เนื่องจาก เราทุกคนในฐานะสิ่งมีชีวิตต้องพึ่งพาซึ่งกันและกัน

**การไตร่ตรอง**

* *“การได้รับข้อมูลที่มากเกินไปหรือสับสนจนกลายเป็นมลพิษทางจิตใจ”* ท่านมีความคิดเห็นอย่างไร?
* “*ความเสื่อมถอยของมนุษย์และสังคม เกี่ยวข้องกับความเสื่อมโทรมของสิ่งแวดล้อม*” ท่านเห็นด้วยหรือไม่ อย่างไร?

**ให้เราภาวนา**

สิ่งมีชีวิตทั้งหลายมีความเชื่อมโยงกัน แต่ละคนจะต้องได้รับการดูแลด้วยความรักและความเคารพ เพราะเราทุกคนในฐานะสิ่งมีชีวิตต้องพึ่งพาอาศัยกัน แต่ละพื้นที่มีหน้าที่ดูแลครอบครัวที่เราอาศัยอยู่ร่วมกันนี้ เราจึงภาวนาว่า

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน

**บทที่ 9 มุ่งสู่วิถีทางการดำเนินชีวิตแบบใหม่**

เราจะมีส่วนสนับสนุนวัฒนธรรมการพัฒนาที่ยั่งยืนให้มากขึ้นได้อย่างไร สมเด็จพระสันตะปาปา ฟรังซิส ตรัสว่า สังคมร่วมสมัยส่วนใหญ่ได้นำสิ่งที่เขาเรียกว่า "กระบวนทัศน์ด้านเศรษฐกิจเทคโนโลยี" มาใช้ อันนำมาซึ่ง "ลัทธิบริโภคนิยมแบบบีบบังคับ" ซึ่งเป็น "กระแสลมวนของการซื้อและการใช้จ่ายโดยไม่จำเป็น" สมเด็จพระสันตะปาปาทรงย้ำว่า “*กระบวนทัศน์เช่นนี้ทำให้ทุกคนเชื่อว่า พวกเขาเป็นอิสระตราบเท่าที่พวกเขามีอิสระที่จะบริโภค*” (LS 203)

พระองค์ยังตรัสอีกว่า พวกเราส่วนใหญ่อาจไม่มีความตระหนักรู้ถึงสิ่งที่จำเป็นของตนในการกำหนดวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่ในโลกปัจจุบัน ราวกับว่าเราได้รับการตั้งโปรแกรมให้เชื่อมโยงความรู้สึกถึงอิสระโดยทั่วไปกับอิสระในการบริโภค โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พวกเราหลายคนไม่รู้ว่าจะทำอย่างไรกับอิสระของเราได้มากไปกว่าการใช้อิสระในการซื้อหาและดื่มกินตามใจชอบ

**การไตร่ตรอง**

* ท่านคิดว่า “*ยิ่งจิตใจของมนุษย์ว่างเปล่า มนุษย์ก็ยิ่งต้องการวัตถุที่ต้องซื้อหามาเป็นเจ้าของและบริโภค*” (LS 204) สิ่งนี้จริงหรือไม่?
* “*ความเสื่อมโทรมทางนิเวศวิทยา จึงท้าทายให้เราทบทวนการดำเนินชีวิตของเราแต่ละคน*” (LS 206) ท่านคิดว่าจะตอบรับความท้าทายนี้อย่างไร?

การแพร่ระบาดของโควิด 19 ทำให้ตลาดหยุดนิ่งและรูปแบบการบริโภคของเราเปลี่ยนไป พิสูจน์ให้เห็นแล้วว่าเราสามารถเปลี่ยนแปลวิถีชีวิตของเราได้ ไม่ใช่วัตถุที่ทำให้เรามีชีวิตที่ดี ความเสื่อมโทรมทางนิเวศวิทยา ก็มิได้แตกต่างจากการแพร่ระบาดของโควิด 19 แต่หนักหนาสาหัสกว่ามาก หากเราไม่เปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิตของเรา(หยุดเงียบๆสักครู่)

**ให้เราภาวนา**

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่องค์พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน

**บทที่ 10 มีทั้งความชื่นชมยินดีและความกังวลใจ**

สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิส ทรงจบพระสมณสาส์นของพระองค์ที่ทรงตรัสถึงบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกันว่า “มีทั้งความชื่นชมยินดีและความกังวลใจ”

ในเรื่อง "ความกังวลใจ" พระองค์ตรัสถึงปัญหาต่างๆ มากมายที่เป็นความกังวลใจ พวกเราส่วนใหญ่แทบไม่มีเวลาที่จะถอยออกมาจากปัญหาของตนนานพอที่จะมองและเข้าใจมุมมองต่างๆของปัญหาที่เกิดขึ้น

* ให้เรามองย้อนกลับไปและไตร่ตรองถึงโลกที่เราอาศัยอยู่ร่วมกัน เมื่อไตร่ตรองแล้วรู้สึกอย่างไรกับสิ่งที่โลกกำลังเผชิญ?

“ความชื่นชมยินดี” สมเด็จพระสันตะปาปาทรงหวังว่าพระสมณสาส์นของพระองค์ฉบับนี้จะช่วยเราให้มีความชื่นชมยินดีในการตอบรับต่อการเรียกให้เราเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิต อยู่อย่างสงบกับความเป็นจริง สามารถที่จะชื่นชมสิ่งเล็กน้อย เพื่อขอบคุณโอกาสต่างๆที่ชีวิตมอบให้ โดยไม่ยึดติดกับสิ่งที่เรามี และไม่เสียใจในสิ่งที่เราไม่มี

* ความสุขเกิดจากการรู้จักจำกัดความต้องการบางอย่าง ท่านรู้สึกอย่างไรกับความคิดนี้?

**ให้เราภาวนา**

ท่ามกลางความกังวลใจ ความชื่นชมยินดีก็ยังคงมีอยู่ การฟื้นตัวของโลกยังคงเป็นไปได้จากการเปลี่ยนแนวคิดและวิถีการดำเนินชีวิต ใช้เวลาสักครู่ไตร่ตรองว่าความชื่นชมยินดีแท้จริงสำหรับท่านมาจากไหน และถามตัวเองว่าท่านจะใช้ประโยชน์จากที่มานั้นอย่างไร เพื่อดูแลรักษาบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกันให้ทุกคนมีความชื่นชมยินดี เราจึงภาวนาว่า

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง องค์พระผู้ไถ่กู้ และองค์พระจิตเจ้า

ข้าพเจ้าทั้งหลายขอขอบพระคุณพระองค์

สำหรับของขวัญจาก Laudato Si’

ซึ่งสอนว่า “*องค์พระผู้สร้างไม่ทรงทอดทิ้งเรา*

*พระองค์ไม่เคยทรงทอดทิ้งแผนการแห่งความรักของพระองค์*

*พระองค์ไม่เคยเสียพระทัยที่ทรงสร้างเราขึ้นมา*

*มนุษยชาติมีความสามารถที่จะร่วมมือกัน*

*เพื่อสร้างบ้านที่เราอาศัยอยู่ร่วมกัน*”

ข้าแต่องค์พระผู้สร้าง พระองค์ทรงประทานชีวิตแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้ถวายเกียรติแด่พระองค์

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายเอาใจใส่ดูแลสิ่งสร้างอันล้ำค่าของพระองค์

ข้าแต่องค์พระผู้ไถ่กู้ พระองค์ทรงให้ความหวังแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้มองเห็นวิถีการดำเนินชีวิตแบบใหม่

เพื่อข้าพเจ้าทั้งหลายจะได้หันหนีจากการทำลายล้าง

ข้าแต่องค์พระจิตเจ้า พระองค์ทรงประทานเอกภาพแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าทั้งหลายให้พบความเข้มแข็งในความรักระหว่างเรา

ในขณะที่ข้าพเจ้าทั้งหลายแสวงหาการเยียวยารักษาเพื่อแผ่นดินโลก

อาแมน