

# บทภาวนาของคริสตชน

(ฉบับปรับปรุง ค.ศ. 2010)



คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อพิธีกรรม

ดำเนินงานภายใต้สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย



## คำประกาศ

### เรื่อง บทภาวนาของคริสตชน

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อพิธีกรรม ซึ่งดำเนินงานภายใต้สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย เห็นว่าบทภาวนาของคริสตชนฉบับที่ประกาศใช้อย่างเป็นทางการของพระศาสนจักรไทย มีการจัดแปลตั้งแต่ก่อนหรือตรงกับช่วงต้นๆ สงครามนาวิกังที 2 ประมาณปี ค.ศ. 1968 ควรมีการปรับปรุงถ้อยคำ ให้สื่อความหมายได้สมบูรณ์มากขึ้น ทั้งด้านเทววิทยา และหลักการไวยากรณ์ไทยในสมัยปัจจุบัน โดยเริ่มดำเนินงานตั้งแต่ปี ค.ศ. 2002 เพื่อให้สอดคล้องกับการปรับปรุงบทประจำพิธีบูชาขอบพระคุณ ซึ่งมีการเปิดทำประชาพิจารณ์ผ่านสื่อต่างๆ และโอกาสเข้าเฝ้าพระสงฆ์ รวมทั้งการจัดสัมมนาพิธีกรรมต่าง ๆ

บัดนี้ สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย ได้อนุมัติให้บทภาวนาของคริสตชนฉบับปรับปรุงใหม่ ปี ค.ศ.2010 นี้ เป็นฉบับทางการของพระศาสนจักรไทย เพื่อให้คริสตชนใช้สวดภาวนาด้วยความเป็นหนึ่งเดียวกัน

สำหรับบทภาวนาถ้อยคำภาษาแบบเดิมนั้น ยังสามารถใช้ในการสวดภาวนาส่วนตัว ส่วนบทเพลงที่แต่งขึ้นมาโดยใช้ข้อความจากบทภาวนาแบบเดิม ก็ยังอนุโลมให้สามารถใช้ขับร้องได้ ซึ่งหากมีการแต่งเพลงใหม่ก็ขอให้ใช้ข้อความที่ปรับปรุงใหม่นี้

คณะกรรมการฯ ขอความร่วมมือทุกวัด สถาบัน องค์กร ส่งเสริมให้คริสตชนใช้บทภาวนาฉบับปรับปรุงใหม่นี้อย่างทั่วถึงกัน

สภาพระสังฆราชฯ ได้ให้การรับรองบทภาวนาของคริสตชนฉบับนี้ ตั้งแต่วันที่ 29 กันยายน ค.ศ. 2010 และประกาศให้ใช้ทั่วทุกสังฆมณฑล ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

*F. Antonio Valerchi*

คุณพ่ออันโตนิโอ วาลเช็กกี

เลขาธิการ

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อพิธีกรรม



พระอัครสังฆราชฟรังซิสเซเวียร์ เสงี่ยมศักดิ์ ประมุข

ประธาน

คณะกรรมการคาทอลิกเพื่อพิธีกรรม

# การดำเนินงาน

## 1. การปรับปรุง

### 1. ถ้อยคำ ประโยค ภาษา

- : ให้ตรงตามพระคัมภีร์คาทอลิกฉบับปรับปรุงใหม่ เช่น องค์พระผู้เป็นเจ้า
- : ให้ตรงตามหนังสือพิธีบูชาขอบพระคุณ เช่น พระเจ้า, พระนางมารีย์, ทูตสวรรค์, พระสิริรุ่งโรจน์,
- : ให้มีลักษณะเป็นสำนวนแบบไทยๆ “ลูก” แทน “เรา, ข้าพเจ้าทั้งหลาย”
- : ให้เหมาะสมกับสมัยปัจจุบัน บทแสดงความรัก, บทแสดงความเชื่อ, บทแสดงความหวัง, บทแสดงความทุกข์, โปรระลึกเกิด
- : ให้ใช้คำราชาศัพท์ให้ถูกต้อง

### 2. เทววิทยา

- : คำนึงถึงความหมายของภาษาต้นฉบับที่แปลมากที่สุด พระบัญญัติ 10 ประการ, บทบัญญัติพื้นฐานของพระศาสนจักร

## 2. การปรับเปลี่ยน

### (1) แยกประเภทของบทภาวนา

ตามลักษณะของบทภาวนาที่มีต้นเน็ดตามสภาพการณ์

และให้สอดคล้องกับความเชื่อที่พระศาสนจักรสั่งสอน ดังนี้

- : **บทภาวนาที่เป็นทางการ** เป็นบทภาวนาที่ส่งเสริมให้จดจำ เพื่อความเป็นหนึ่งเดียว หรือข้อความเชื่อที่สำคัญ
- : **บทภาวนาส่งเสริมความศรัทธา และบทภาวนาส่วนตัว** เป็นบทภาวนาเน้นส่งเสริมให้เกิดความศรัทธาพิเศษเฉพาะกลุ่ม หรือ เฉพาะโอกาสพิเศษ

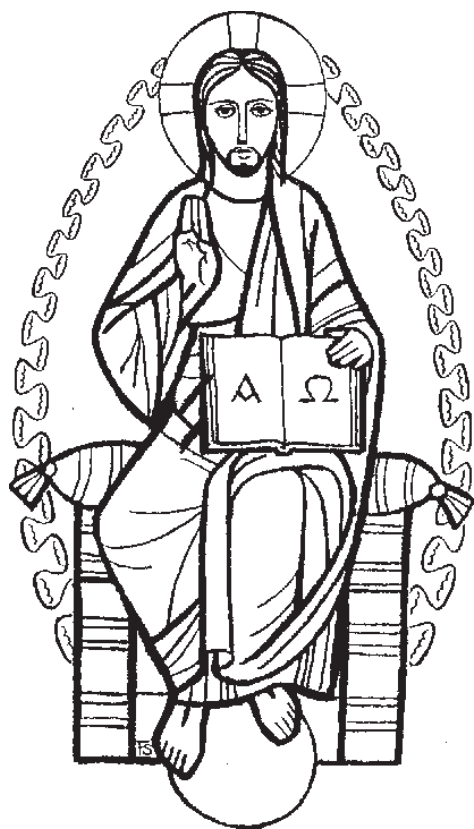
## 3. การเพิ่มเติม

- (1) **บทภาวนาที่จำเป็น** เพื่อให้แนวคำสอนครบบริบูรณ์มากขึ้น พระบัญญัติความรัก, ความสุขแท้จริง, บทภาวนาอุทิศเพื่อผู้ล่วงลับ และบทถวายประเทศไทยแด่แม่พระ

# สารบัญ

หน้า

บทอัญเชิญพระจิตเจ้า	1
บทข้าแต่พระบิดา	2
บทวันทามารีย์	3
บทพระสิริรุ่งโรจน์	3
ความสุขแท้จริง	4
บทสารภาพบาป	4
พระบัญญัติความรัก	5
บทบัญญัติพื้นฐานของพระศาสนจักร	5
พระบัญญัติสิบประการ	6
บทข้าพเจ้าเชื่อ	7
บทแสดงความเชื่อ	8
บทแสดงความหวัง	8
บทแสดงความรัก	8
บทแสดงความทุกข์	9
บทเยซู มารีย์ โยเซฟ	9
บททูลสวรงค์ของพระเจ้า	9
บทโปรดระลึกเกิด	10
บทข้าแต่พระชนนีพระเจ้า	10
บทภาวนาก่อนอาหาร	10
บทภาวนาหลังอาหาร	11
บทอุทิศแก่ผู้ล่วงลับ	11
บทวันทาพระราชนิ	11
บททูลสวรงค์แจ้งข่าว	12
บทราชนิสวรงค์	13
บทถวายประเทศไทยแด่แม่พระ	14
บทสรรเสริญพระเจ้า	15



## บทภาวนา

เดชะพระนาม พระบิดา และพระบุตร

และพระจิต อาแมน

บทอัญเชิญพระจิตเจ้า

(Veni Sancte Spiritus)

ก้อ เชิญเสด็จมา ข้าแต่พระจิตเจ้า

รับ เชิญเสด็จมาสถิตในดวงใจสัตบุรุษ และทรงบันดาลให้ลูก<sup>1</sup>ร้อน  
ด้วยความรักของพระองค์<sup>2</sup>

ก้อ โปรดประทานพระจิตของพระองค์ และสรรพสิ่งจะอุบัติ<sup>3</sup>ขึ้นมา

รับ แล้วพระองค์จะทรงเนรมิตแผ่นดินขึ้นใหม่

ข้าแต่พระเจ้า พระองค์ทรงสอนใจสัตบุรุษด้วยการส่องสว่าง<sup>4</sup>  
ของพระจิต โปรดให้ข้าพเจ้าทั้งหลายซาบซึ้งในความเที่ยงธรรม<sup>5</sup>โดยพระจิตนั้น  
และโปรดให้ได้รับความบรรเทาจากพระองค์ท่านเสมอ เดชะพระคริสต์เจ้า  
องค์พระผู้เป็นเจ้า<sup>6</sup> ของข้าพเจ้าทั้งหลาย อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> “เรา<sup>1</sup>ร้อน” มีความหมาย กล็ดกลมด้วยร้อนใจ

<sup>2</sup> ด้วยความรักของพระองค์ : ไม่ใช่ “ต่อ” พระองค์ เราขอให้พระจิตเจ้าทำให้จิตใจของเราลุก<sup>1</sup>ร้อนเหมือนกับที่  
พระองค์ทรงมีความรักต่อพระบิดาและพระบุตร จึงเป็นความรัก “ของพระองค์” ที่พระจิตเจ้าจะต้องทรงจุดไฟใจของเรา

<sup>3</sup> ข้อความตอบรับนี้มาจาก สดต 104: 30 “อุบัติ” เกิดขึ้น

<sup>4</sup> การส่องสว่าง (illuminatio) ไม่ใช่ “ความสว่าง” (Lumen)

<sup>5</sup> ซาบซึ้งในความเที่ยงธรรม: lat. “recta sapere” แปลตามตัวอักษรว่า ลึมรสความถูกต้อง

<sup>6</sup> องค์พระผู้เป็นเจ้า : วลีนี้ใช้แปลคำ Dominus (Lord) ซึ่งเป็นตำแหน่งที่พระบิดาประทานแก่พระเยซูคริสต์เจ้า  
พระบุตรผู้ทรงกลับคืนพระชนม์ชีพ และประทับเบื้องขวาของพระองค์ เป็นตำแหน่งใช้เรียกพระจักรพรรดิ เราจะใช้สำนวนนี้ตลอดไปเมื่อแปลวลี  
“Per Christum Dominum nostrum” หรือ “Through Christ Our Lord”

## บทข้าแต่พระบิดา (มธ 6 : 9-13)

(Pater Noster)

ข้าแต่พระบิดาของข้าพเจ้าทั้งหลาย

พระองค์สถิตในสวรรค์

พระนามพระองค์จงเป็นที่สักการะ

พระอาณาจักรจงมาถึง

พระประสงค์จงสำเร็จในแผ่นดินเหมือนในสวรรค์

โปรดประทานอาหารประจำวัน แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายในวันนี้

โปรดประทานอภัยแก่ข้าพเจ้า เหมือนข้าพเจ้าให้อภัยแก่ผู้อื่น

โปรดช่วยข้าพเจ้าไม่ให้แพ้การผจญ

แต่โปรดช่วยให้พ้นจากความชั่วร้ายเทอญ อาแมน

**หมายเหตุ :** ใช้บทเดียวกับที่สวดในพิธีบูชาขอบพระคุณ

## บทวันทามารีย์

(Ave Maria)

วันทามารีย์ เปี่ยมด้วยพระพรพรรณ พระเจ้า<sup>1</sup>สถิตกับท่าน  
ผู้ได้รับพระพร<sup>2</sup> กว่าสตรีใดๆ และพระเยซูไอรอสของท่าน  
ทรงได้รับพระพรยิ่งนัก

สันตะมารีย์ พระมารดาพระเจ้า  
โปรดภาวนาเพื่อลูกทั้งหลายผู้เป็นคนบาป บัดนี้และเมื่อจะตาย อาแมน

## บทพระสิริรุ่งโรจน์<sup>3</sup>

(Gloria Patri)

พระสิริรุ่งโรจน์แต่พระบิดา และพระบุตร และพระจิต  
เหมือนในปฐมกาล บัดนี้และทุกเมื่อตลอดนิรันดร อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> พระเจ้า : ที่นี้แม้คำเดิมจะเป็น “Dominus” และ “Lord” จึงใช้ให้เหมือนกัน ไม่ต้องมีกริยา เพราะเป็นความปรารถนาถวายพระพร (เทียบ “พระสิริรุ่งโรจน์แต่พระเจ้าในสรวงสวรรค์”)

## ความสุขแท้จริง (มธ 5 : 3-10)

ผู้มีใจยากจนย่อมเป็นสุข เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา  
 ผู้เป็นทุกข์โศกเศร้าย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับการปลอบโยน  
 ผู้มีใจอ่อนโยนย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับแผ่นดินเป็นมรดก  
 ผู้ที่วิกรหาความชอบธรรมย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะอิม  
 ผู้มีใจเมตตาต่อย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้รับพระเมตตา  
 ผู้มีใจบริสุทธิ์ย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้เห็นพระเจ้า  
 ผู้สร้างสันติย่อมเป็นสุข เพราะเขาจะได้ชื่อว่าเป็นบุตรพระเจ้า  
 ผู้ถูกเบียดเบียนข่มเหงเพราะความชอบธรรมย่อมเป็นสุข  
 เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา

### บทสวดภาวนา

(Confiteor)

ข้าพเจ้าขอสารภาพต่อพระเจ้า ผู้ทรงสรรพานุภาพและต่อพี่น้องด้วย  
 ว่าข้าพเจ้าได้ทำบาปมากมาย ด้วยกาย วาจา ใจ และด้วยการละเลย  
 ข้าพเจ้าเป็นคนบาป ข้าพเจ้ายอมรับว่าเป็นคนบาป (ข้อนอกเพียงครั้งเดียว)  
 ดังนั้น ขอพระนางมารีย์ผู้ทรงเป็นพรหมจารีเสมอ ขอทูตสวรรค์ และนักบุญ  
 ทั้งหลายและพี่น้อง ด้วยช่วยวิงวอนพระเจ้าเพื่อข้าพเจ้าด้วยเทอญ

หมายเหตุ : ใช้บทเดียวกับที่สวดในพิธีบูชาขอบพระคุณ  
 และใช้บทนี้เป็นทางการเพียงบทเดียว

## พระบัญญัติความรัก (มธ 22 : 37.39)

จงรักองค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าของท่านสุดจิตใจ สุดวิญญาณ  
สุดสติปัญญาของท่าน (ฉธบ 6 : 5)

จงรักเพื่อนมนุษย์เหมือนรักตนเอง (สนต 19 : 18)

## บทบัญญัติพื้นฐานของพระศาสนจักร

1. จงร่วมพิธีบูชาขอบพระคุณ<sup>1</sup> และหยุดทำงานในวันอาทิตย์  
และวันฉลองบังคับ
2. จงรับศีลอภัยบาปอย่างน้อยปีละครั้ง<sup>2</sup>
3. จงรับศีลมหาสนิทอย่างน้อยปีละครั้งในกำหนดปี<sup>3</sup>
4. จงอดอาหาร และอดเนื้อ ในวันที่กำหนด<sup>4</sup>
5. จงบำรุงพระศาสนจักรตามความสามารถ

### (Footnotes)

<sup>1</sup> **จงร่วมพิธีบูชาขอบพระคุณ** แก่ไขให้ตรงกับ ความหมายของการร่วมพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งไม่ใช่เพียง “ฟัง” แต่อย่างเดียว ส่วนคำว่า “มิสซา” แก่ไขถูกกับความหมายที่แท้จริง คือ “พิธีบูชาขอบพระคุณ” (ไม่ต้องซ้ำ “มิสซา” อีกเพราะเป็น tautologia)

<sup>2</sup> **จงรับศีลอภัยบาปอย่างน้อยปีละครั้ง** แยก “การรับศีลอภัยบาป” และ “การรับศีลมหาสนิท” ออกจากกันตามประมวลกฎหมายของพระศาสนจักรและหลักเทววิทยา เพราะศีลทั้งสองไม่จำเป็นต้องอยู่ด้วยกัน (ดังที่คริสตชนจำนวนไม่น้อยเข้าใจผิด) นอกจากนั้นการรับศีลอภัยบาปไม่จำกัดอยู่เฉพาะในกำหนดปีสักกา จะรับเมื่อไรก็ได้ โดยเฉพาะเมื่อมีบาปหนัก

<sup>3</sup> **จงรับศีลมหาสนิทอย่างน้อยปีละครั้งในกำหนดปีสักกา** กำหนดปีสักกาเป็นเวลาเหมาะที่สุดที่จะรับศีลมหาสนิท “อย่างน้อยที่สุด” แต่พระศาสนจักรมีเจตนาให้คริสตชนไปรับศีลนี้บ่อยกว่านั้น

<sup>4</sup> **วันที่กำหนด** คือวันศุกร์ตลอดปี วันศุกร์ศักดิ์สิทธิ์ วันพุธรับเถ้า สำหรับคริสตชนทุกคนที่มีอายุตั้งแต่ 14 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป ต้องอดเนื้อ และอายุตั้งแต่ 18 ปีบริบูรณ์ จนถึง 59 ปีบริบูรณ์ ต้องอดอาหาร (อิมเพียงมือเดียว)

## พระบัญญัติสิบประการ

(อพย 20: 1-17, ฉธบ 5: 1-21)

“เราคือองค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าของท่าน<sup>1</sup>”

1. จงนมัสการ องค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าพระองค์เดียวของท่าน
2. อย่าออกพระนามพระเจ้าโดยไม่สมเหตุ
3. อย่าลืมฉลองวันพระเจ้าเป็นวันศักดิ์สิทธิ์<sup>2</sup>
4. จงนับถือบิดามารดา
5. อย่าฆ่าคน
6. อย่าผิดประเวณี<sup>3</sup>
7. อย่าลักขโมย
8. อย่าพูดเท็จใส่ร้ายผู้อื่น<sup>4</sup>
9. อย่าปลงใจผิดประเวณี<sup>5</sup>
10. อย่ามักได้ทรัพย์สินของผู้อื่น<sup>6</sup>

### (Footnotes)

<sup>1</sup> “เราคือองค์พระผู้เป็นเจ้า พระเจ้าของท่าน” เป็นข้อความจาก อพย 20:2 พระเจ้าทรงพระประสงค์จะกระทำพันธสัญญากับมนุษย์ แสดงความรักที่ทรงมีต่อมนุษย์ มนุษย์จึงต้องปฏิบัติตามพระบัญญัติที่ทรงให้ไว้เป็นการตอบสนองความรักนี้ ไม่ใช่ปฏิบัติตามเพราะถูกบังคับ พระบัญญัติประการที่หนึ่งจึงมีข้อความว่า “จงนมัสการองค์พระเป็นเจ้า พระเจ้าพระองค์เดียวของท่าน” เพราะว่ามีพระเจ้าอื่นใดแล้วที่ทรงกระทำต่อมนุษย์เช่นนี้

<sup>2</sup> อย่าลืมฉลองวันพระเจ้า.....เรียงประโยคใหม่ให้ถูกตามหลักภาษาไทย (กรรมาอยู่หลังกริยา)

<sup>3</sup> อย่าผิดประเวณี คำนี้ตรงกับคำของพระคัมภีร์มากกว่า พจนานุกรมให้ความหมายของคำ “อุลามก” ว่า “เลวมาก ต่ำช้า อุจาดลามก” ซึ่งดูจะกว้างเกินไปจนไม่รู้ว่าจะหมายถึงอะไรแน่

<sup>4</sup> อย่าพูดเท็จใส่ร้ายผู้อื่น มีน้ำหนักมากกว่า “ใส่ความนินทา” เพราะพระบัญญัติประการนี้มีเจตนาให้พูดความจริงในการเป็นพยาน เพื่อรักษาระบบความยุติธรรมในสังคม

<sup>5</sup> อย่าปลงใจผิดประเวณี ใช้คำให้ชัดเจนกว่าคำเดิม เช่นเดียวกับในพระบัญญัติประการที่หก

<sup>6</sup> อย่ามักได้ทรัพย์สินของผู้อื่น เพิ่มคำให้ประโยคชัดเจนยิ่งขึ้น

## บทข้าพเจ้าเชื่อ (สัญลักษณ์ของอัครสาวก)

(Credo)

ข้าพเจ้าเชื่อในพระเจ้า<sup>1</sup> พระบิดาผู้ทรงสรรพานุภาพ ทรงเนรมิตฟ้าดิน  
ข้าพเจ้าเชื่อในพระเยซูคริสต์เจ้า<sup>2</sup> พระบุตรหนึ่งเดียวของพระเจ้า  
องค์พระผู้เป็นเจ้าของข้าพเจ้าทั้งหลาย ทรงปฏิสนธิเดชะพระจิตเจ้า  
ทรงบังเกิดจากพระนางมารีย์พรหมจารี ทรงรับทรมาณสมัยปอนทิอัส ปิลาต  
ทรงถูกตรึงกางเขน สิ้นพระชนม์ และทรงถูกฝังไว้ เสด็จลงสู่แดนมรณะ<sup>3</sup>  
วันที่สามทรงกลับคืนพระชนม์ชีพจากบรรดาผู้ตาย เสด็จขึ้นสู่สวรรค์  
ประทับเบื้องขวาพระเจ้า พระบิดาผู้ทรงสรรพานุภาพ แล้วจะเสด็จมา  
พิพากษาผู้เป็นและผู้ตาย

ข้าพเจ้าเชื่อในพระจิตเจ้า พระศาสนจักรศักดิ์สิทธิ์สากล  
ความสามัคคีเป็นหนึ่งเดียวของผู้ศักดิ์สิทธิ์<sup>4</sup> การอภัยบาป การกลับคืนชีพ  
ของร่างกาย<sup>5</sup> และชีวิตนิรันดร อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> **เชื่อในพระเจ้า** : ไม่ใช่ “เชื่อถึง” เป็นการแสดงความเชื่อที่เรามีต่อองค์พระเจ้า ไม่ใช่เชื่อ “ข้อความ”

<sup>2</sup> **ข้าพเจ้าเชื่อในพระเยซูคริสต์เจ้า** เป็นการเพิ่มประธานของประโยค แทนที่จะเริ่มด้วย “เชื่อในพระเยซูคริสต์เจ้า” ทำให้บทข้าพเจ้าเชื่อแบ่งได้เป็นสามตอน “ข้าพเจ้าเชื่อในพระเจ้า พระบิดา” “ข้าพเจ้าเชื่อในพระเยซูคริสต์เจ้า พระบุตร” และ “ข้าพเจ้าเชื่อในพระจิตเจ้า”

<sup>3</sup> **แดนมรณะ** : ซึ่งเป็นที่อยู่ของผู้ตาย ภาษาฮีบรูว่า “sheol” ภาษาละตินว่า “inferi” ภาษาอังกฤษว่า “He descended to the dead” และเป็นสำนวนภาษาจากพระคัมภีร์นักบุญเปาโล

<sup>4</sup> **ความสามัคคีเป็นหนึ่งเดียวของผู้ศักดิ์สิทธิ์** แทน “สหพันธนักบุญ” เพราะคำว่า “สหพันธ์” ตามพจนานุกรมแปลว่า “สหภาพหรือสมาคมที่รวมตัวกันเพื่อการอย่างใดอย่างหนึ่ง” ไม่ตรงกับความหมายของ “communion” ซึ่งเป็น “ความสามัคคี” ที่เกิดจากพระพรทานและศีลล้างบาป นอกจากนั้นคำว่า “นักบุญ” ก็แคบเกินไปที่จะแปลคำ “saint” ซึ่งไม่หมายถึงจำเพาะ “นักบุญ” ที่ได้รับการประกาศจากพระศาสนจักร ยิ่งกว่านั้น คำว่า “นักบุญ” ขวนให้คิดถึงแต่คนที่ไมทำอะไรอื่นนอกจากทำ “บุญ” หรือที่มีความถนัดในการนี้โดยเฉพาะ (เทียบ นักธุรกิจ นักการเมือง นักกฎหมาย ฯลฯ) ความเข้าใจเช่นนี้ไม่ใช่ความหมายที่ถูกต้องของความศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งคริสตชนทุกคนและแต่ละคนได้รับเมื่อรับศีลล้างบาป ดังนั้นคริสตชนทุกคนจึงเป็น “ผู้ศักดิ์สิทธิ์” (เทียบคำสอนของนักบุญเปาโล) ที่จะต้องพัฒนาตนเองอยู่เสมอ คริสตชนทุกคนจึงมี “ความสามัคคีเป็นหนึ่งเดียวกัน” ระหว่างกันและพระเจ้า ทั้งคริสตชนที่กำลังเดินทางและต่อสู้อยู่ในโลก ทั้งที่บรรลุดังจุดหมายปลายทางแล้วในสวรรค์ และที่ยังรอคอยการชำระให้สมบูรณ์ก่อนจะเข้าสวรรค์

<sup>5</sup> **การกลับคืนชีพของร่างกาย** : ไม่ใช่ “เนื้อหนัง”

## บทแสดงความเชื่อ

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าเชื่อมั่นในความจริงทุกข้อ ที่พระองค์ทรงเปิดเผย<sup>1</sup> และที่พระศาสนจักรสั่งสอน โปรดทรงเพิ่มพูนความเชื่อของข้าพเจ้าด้วยเถิด<sup>2</sup> อาแมน

## บทแสดงความหวัง

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าหวังอย่างแน่วแน่<sup>3</sup>ว่า เฉพาะพระบารมีของพระเยซู คริสต์เจ้า พระองค์จะประทานพระพรพรหมแก่ข้าพเจ้าในโลกนี้ และสันติสุขนิรันดร์ในโลกหน้า ทั้งนี้เพราะพระองค์ทรงรักษาพระสัญญาที่ทรงให้ไว้เสมอ<sup>4</sup> อาแมน

## บทแสดงความรัก

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้ารักพระองค์สุดดวงใจยิ่งกว่าสิ่งทั้งปวง เพราะพระองค์ทรงเป็นความดีงามหาที่สุดมิได้ และทรงสมควรได้รับความรักจากมนุษย์ทั้งมวล<sup>5</sup> และเพราะรักพระองค์ ข้าพเจ้าจึงรักผู้อื่นเหมือนรักตนเอง และพร้อมจะให้อภัยผู้อื่นเสมอ<sup>6</sup> โปรดทรงเพิ่มพูนความรักของข้าพเจ้าด้วยเถิด<sup>7</sup> อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> พระองค์ทรงเปิดเผย ภาษาไทยมีคำที่รู้จักกันดีอยู่แล้วเพื่อแปลคำ "to reveal" จึงไม่ควรจะใช้คำ "ไขแสดง" ที่คนไทยทั่วไปไม่เข้าใจ ("ไข"อะไร "แสดง" อะไร)

<sup>2</sup> โปรดทรงเพิ่มพูนความเชื่อของข้าพเจ้าด้วยเถิด (เทียบ ลก 17:5) เพื่อให้บทภาวนานี้มีความหมายมากขึ้นเพราะความเชื่อเป็นของประทานจากพระเจ้า ไม่ใช่เพียงจากเหตุผลทางปรัชญาที่ว่า "พระองค์ไม่รู้จักหลง ทั้งไม่รู้จักหลอกลวง" เท่านั้น

<sup>3</sup> ข้าพเจ้าหวังอย่างแน่วแน่ บทภาวนาบทนี้เป็นบท "แสดงความหวัง" (= hope) มากกว่า "ความไว้วางใจ" (= trust)

เราหวังจะได้รับความช่วยเหลือจากพระพรพรหมของพระเจ้าในชีวิตปัจจุบัน เพื่อดำเนินชีวิตจนกระทั่งได้รับสันติสุขนิรันดร์ในอนาคต

<sup>4</sup> พระองค์ทรงรักษาพระสัญญาที่ทรงให้ไว้เสมอ ประโยคพึงดูริ้นหูกว่า "เพราะพระองค์ทรงสัญญาและถือตามเสมอ"

<sup>5</sup> ทรงสมควรที่จะได้รับความรักจากมนุษย์ทั้งมวล น่าจะดีกว่า "ทรงน่ารักหาที่สุดมิได้" คำว่า "น่ารัก" หมายถึงรูปร่างหรือคุณสมบัติที่ปรากฏภายนอก เราเพียงแต่รู้ว่าพระเจ้าทรงความดีทุกประการจึงสมควรจะได้รับความรักจากมนุษย์ทั้งมวลด้วย

<sup>6</sup> พร้อมจะให้อภัยผู้อื่นเสมอ เพื่ออธิบายด้วยว่าในทางปฏิบัติเราจะ "รักผู้อื่นเหมือนรักตนเอง" ได้อย่างไร โดยเฉพาะในเมื่อผู้อื่นเคยทำผิดต่อเรา และดูเหมือนจะ "ไม่น่ารัก" ลึกเท่าไร

<sup>7</sup> ขอพระองค์โปรดทรงเพิ่มพูนความรักของข้าพเจ้าด้วยเถิด เพราะความรักของเรายังไม่สมบูรณ์นั่นเองเราจึงต้องขอจากพระเจ้าเสมอ

## บทแสดงความทุกข์

ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าเป็นทุกข์เสียใจที่ได้ทำบาป เพราะบาปเรียกร้อง การลงโทษ<sup>1</sup> และโดยเฉพาอย่างยิ่ง บาปทำเคืองพระทัยพระองค์ ผู้ทรงความดี และทรงสมควรได้รับความรักจากมนุษย์ทั้งมวล เดชะพระหรรษทานช่วย ข้าพเจ้าตั้งใจแน่วแน่ว่าจะไม่ทำบาปอีกเลย จะหลีกเลี่ยงโอกาสบาป<sup>2</sup> และจะพยายามใช้โทษบาป<sup>3</sup> โปรดทรงพระกรุณา อภัยบาปแก่ข้าพเจ้าด้วยเถิด อาแมน

## บทเยชู มารีย์ โยเซฟ

เยชู มารีย์ โยเซฟ	ข้าพเจ้าขอถวายดวงใจ สติปัญญาและชีวิตแด่ท่าน
เยชู มารีย์ โยเซฟ	โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าเมื่อใกล้จะตาย
เยชู มารีย์ โยเซฟ	โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าให้สิ้นใจอย่างราบรื่น
	ในศีลในพรของท่านด้วยเทอญ

## บททูตสวรรค์ของพระเจ้า

ทูตสวรรค์ของพระเจ้า พระองค์ทรงพระกรุณามอบข้าพเจ้าไว้ในความอารักขาของท่าน โปรดส่องสว่าง พิทักษ์รักษา ค้ำครอง และนำทางชีวิต<sup>4</sup> ข้าพเจ้าในวันนี้(คืนนี้) ด้วยเทอญ อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> ควรตัดคำว่า “อาชญาของพระองค์” เพราะการลงโทษไม่ได้มาจากพระเจ้า

<sup>2</sup> และจะหลีกเลี่ยงโอกาสบาป คำสัญญาว่า “จะไม่ทำบาปอีกเลย” จะไร้ความหมายถ้าเราไม่พยายามหลีกเลี่ยงโอกาสบาป จึงควรแสดงความตั้งใจให้ชัดเจน

<sup>3</sup> และจะพยายามใช้โทษบาป คำว่า “พยายาม” ฟังไพเราะกว่า “หลีกเลี่ยง”

<sup>4</sup> นำทางชีวิต ตามตัวอักษรต้นฉบับว่า “guberna” = นำทาง ซึ่งในที่นี้หมายถึงนำทางชีวิต ไม่ใช่แนวทางธรรมดาทั่วไป

## บทไปรตระลึกเกิด

ไปรตระลึกเกิด พระแม่มารีย์พรหมจารีผู้โอบอ้อมอารี แต่ไหนแต่ไรมายังไม่เคยได้ยินเลยว่า ผู้ที่มาพึ่งพา ขอความช่วยเหลือ และความคุ้มครองจากพระแม่ จะถูกพระแม่ทอดทิ้ง ลูก<sup>1</sup>มันใจตั้งนี้ จึงรีบมาเฝ้าพระมารดา พรหมจารีแห่งพรหมจารีทั้งหลาย<sup>2</sup> ลูกเป็นคนบาป มาคร่ำครวญอยู่ เฉพาะพระพักตร์ของพระแม่ ข้าแต่พระมารดา แห่งพระวจนาตถ์ ไปรดอย่าเมินเฉยต่ออวาจาของลูก แต่ไปรดฟัง และประทานตามที่ลูกวอนขอด้วยเทอญ อาแมน

## บทข้าแต่พระชนนีพระเจ้า

ข้าแต่พระชนนีพระเจ้า ลูกทั้งหลายหลบภัยมาพึ่งพระแม่ ไปรดอย่าเมินเฉยต่อคำวอนขอในยามทุกข์ร้อนของลูก แต่ไปรดช่วยลูก ให้พ้นภัยทั้งสิ้นเสมอเถิด พระมารดาพรหมจารีผู้ทรงได้รับพระพร

## บทภาวนาก่อนอาหาร

ข้าแต่พระเจ้า ไปรดประทานพรแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย และแก่ อาหารที่จะรับประทานนี้ เพื่อจะได้ดำเนินชีวิตรับใช้พระองค์และเพื่อนมนุษย์<sup>3</sup> อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> “ลูก” เมื่อพูดกับแม่พระ คณะกรรมการเห็นควรใช้คำที่แสดงความใกล้ชิดมากกว่าจะใช้ภาษาทางการ “ข้าพเจ้า” หรือ “ข้าพเจ้าทั้งหลาย” ซึ่งยังใช้กับพระเจ้า พระคริสตเจ้า หรือทูตสวรรค์ ในกรณีเช่นนี้จะเรียกแม่พระว่า “พระแม่” ดังนั้นจึงต้องแก้ข้อความในบท “วันทามารีย์” ประโยคที่ว่า “ไปรดภาวนาเพื่อลูกผู้เป็นคนบาป”

<sup>2</sup> พระมารดาพรหมจารีแห่งพรหมจารีทั้งหลาย เป็นตำแหน่งที่ใช้เรียกแม่พระในบทรำვიวอน เช่นเดียวกับวลี “พระมารดา แห่งพระวจนาตถ์” ก็เป็นตำแหน่งเรียกหาพระแม่ที่บิดาจารย์และนักเทววิทยาใช้อยู่

<sup>3</sup> เพื่อจะได้ดำเนินชีวิตรับใช้พระองค์และเพื่อนมนุษย์ เพิ่มวลีนี้เพื่อบอกจุดประสงค์ของการรับประทานอาหารเข้าไป

## บทภาวนาหลังอาหาร

ขอขอบพระคุณ พระเจ้าผู้ทรงสรรพานุภาพ สำหรับของประทาน  
นานาประการ<sup>1</sup>ที่ได้รับจากพระองค์ ผู้ทรงจำเริญ และครองราชย์ตลอดนิรันดร  
อาแมน

### บทอุทิศแก่ผู้ล่วงลับ

ข้าแต่พระเจ้า โปรดประทานการพักผ่อนนิรันดรแก่เขาเถิด  
ขอให้ความสว่างนิรันดรส่องแสงแก่เขา  
ขอให้เขา(ทั้งหลาย)ได้พักผ่อนตลอดนิรันดรเถิด

### บทวันทาพระราชินี

(Salve Regina)

วันทาพระราชินี พระแม่ผู้ทรงเมตตากรุณา ทรงเป็นชีวิต  
ความอ่อนโยน<sup>2</sup> และความหวังของลูกทุกคน ลูกผู้เป็นลูกหลานที่ถูกเนรเทศ  
ของเอวา ขอวันทา ร้องหาพระแม่ ถอนใจคร่ำครวญรำไห้ในเหวน้ำตานี้  
โปรดเถิดพระแม่ ผู้ทรงช่วยเหลือเกื้อกูลลูก โปรดทอดพระเนตรเมตตามายังลูก  
และเมื่อชีวิตเนรเทศนี้ผ่านพ้นไปแล้ว โปรดแสดงให้ลูกเห็นพระเยซู  
พระบุตรผู้ทรงได้รับพระพร ข้าแต่พระแม่ผู้เมตตากรุณา พระแม่ผู้โอบอ้อมอารี  
มารีย์พรหมจารีผู้มีพระทัยอ่อนโยน

#### (Footnotes)

<sup>1</sup> สำหรับของประทานนานาประการ เทียบภาษาละติน "pro omnibus beneficiis tuis"

<sup>2</sup> อ่อนหวาน หมายถึง โประะ, น้าพิง ใช้แก่วาจา คำพูด

## บทพูดสวรรค์แจ้งข่าว

- ก้อ ทูตสวรรค์แจ้งข่าวแด่พระนางมารีย์  
 รัับ และพระนางทรงครรภ์เดชะพระจิตเจ้า  
 - วันทามารีย์ ฯลฯ
- ก้อ ข้าพเจ้าคือผู้รับใช้ของพระเจ้า<sup>1</sup>  
 รัับ จงเป็นไปแก่ข้าพเจ้าตามวาตะของท่าน  
 - วันทามารีย์ ฯลฯ
- ก้อ พระวจนาตถ์ทรงรับสภาพมนุษย์  
 รัับ และเสด็จมาประทับอยู่ท่ามกลางข้าพเจ้าทั้งหลาย  
 - วันทามารีย์ ฯลฯ
- ก้อ โปรดภาวนาเพื่อลูกด้วยเถิด พระชนนีเจ้าข้า  
 รัับ ลูกจะได้เหมาะสมที่จะรับตามพระสัญญาของพระคริสตเจ้า  
 ให้เราภาวนา

ข้าแต่พระเจ้า ทูตสวรรค์มาแจ้งข่าวให้ทราบแล้วว่าพระคริสตเจ้า พระบุตรของพระองค์ทรงรับสภาพมนุษย์ ขอพระองค์ทรงพระกรุณา ประทานพระพรพรทานลงในจิตใจข้าพเจ้าทั้งหลาย ให้พึงพระทรมาน และกางเขนของพระคริสตเจ้า เพื่อจะได้กลับคืนชีพอย่างรุ่งโรจน์ เดชะพระคริสตเจ้า องค์พระผู้เป็นเจ้าของข้าพเจ้าทั้งหลาย  
 (รัับ) อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> พระเจ้า ในที่นี้แม้ในภาษาละตินจะเป็น "Dominus" แต่ก็หมายถึงพระเจ้า ไม่ใช่พระเยซูคริสตเจ้า (จึงไม่ใช่ "องค์พระผู้เป็นเจ้า")

## บทราชินีสวรรค์

(Regina Caeli)

ก่ ราชินีสวรรค์ จงยินดีเถิด อัลเลลูยา

รับ เพราะพระบุตรที่พระแม่ให้กำเนิดนั้น<sup>1</sup> อัลเลลูยา

ก่ ทรงกลับคืนพระชนมชีพดังตรัสไว้ อัลเลลูยา

รับ โปรดวอนขอพระเจ้าเพื่อลูกเถิด อัลเลลูยา

ก่ จงชื่นชมยินดีเถิด มารีย์พรหมจารี อัลเลลูยา

รับ เพราะองค์พระผู้เป็นเจ้าทรงกลับคืนพระชนมชีพแล้วอย่างแท้จริง  
อัลเลลูยา

### ให้เราภาวนา

ข้าแต่พระเจ้า พระองค์ทรงบันดาลให้โลกยินดี อาศัยการกลับคืนพระชนมชีพของพระเยซูคริสตเจ้า พระบุตรของพระองค์ อาศัยพระนางมารีย์พรหมจารี พระมารดาของพระบุตร ขอทรงพระกรุณาโปรดให้ข้าพเจ้าทั้งหลาย ได้รับความสุขแห่งชีวิตนิรันดร เดชะพระบารมีพระคริสตเจ้า องค์พระผู้เป็นเจ้าของข้าพเจ้าทั้งหลาย

(รับ) อาแมน

#### (Footnotes)

<sup>1</sup> พระบุตรที่พระแม่ให้กำเนิดนั้น แปลความหมายของ “quem meruisti portare” ซึ่งแปลตามตัวอักษรว่า “ผู้ที่พระแม่มีโชคอุ้มไว้ในครรภ์นั้น” ซึ่งรุ่มร่ามเกินไป

## บทถวายประเทศไทยแด่แม่พระ

(ในโอกาสวันสมโภชพระนางมารีย์รับเกียรติยกขึ้นสวรรค์ องค์อุปถัมภ์ของประเทศไทย)

ข้าแต่พระแม่มารีย์ ผู้ทรงรับเกียรติยกขึ้นสวรรค์ทั้งกายและวิญญาณ พวกลูกชาวไทยต่างชื่นชมยินดีในเกียรติอันสูงส่ง ซึ่งพระเจ้าได้ประทานแด่พระแม่

วันนี้ ลูกขอถวายประเทศไทย อันเป็นแผ่นดินถิ่นเกิดของลูก ไว้ในพระหัตถ์ของพระแม่ ขอพระแม่ได้รักษาอิสรภาพและความเป็นไท ซึ่งเป็นมรดกตกทอดจากบรรพบุรุษมาถึงลูกทุกคน トラบเท่าทุกวันนี่

ลูกวอนขอพระแม่ได้โปรดปกป้องคุ้มครองพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระบรมราชินีนาถ ตลอดจนพระบรมวงศานุวงศ์ทุกพระองค์ ให้ทรงเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรของปวงชนชาวไทยตลอดไป

ลูกวอนขอพระแม่ได้โปรดให้ชาวไทยทุกคน รักและหวงแหนความเป็นไทของตน มีความสามัคคีกลมเกลียวกัน ช่วยกันรักษาไว้ซึ่งขนบธรรมเนียม ประเพณีและศีลธรรมอันดีงาม ซึ่งเป็นมรดกล้ำค่าของชาวไทยทุกคน

โปรดอำนวยการพระพรแก่พระศาสนจักรคาทอลิกในประเทศไทย บรรดาพระสังฆราช พระสงฆ์ และนักบวชชายหญิง ให้ทุกท่านเป็นผู้มีจิตใจเสียสละ ในการรับใช้ประชากรของพระเจ้า ขอให้เยาวชนคาทอลิกตอบสนองพระกระแสเรียก ด้วยใจเสียสละมากยิ่งขึ้น โปรดประทานพระพรแก่กิจการต่างๆ ของพระศาสนจักร ในด้านการศึกษา ด้านการพัฒนาและสงเคราะห์ เพื่อเป็นสักขีพยานถึงความรักแบบคริสตชนอย่างแท้จริง

ข้าแต่พระแม่มารีย์ผู้ทรงรับเกียรติยกขึ้นสวรรค์ องค์อุปถัมภ์ของประเทศไทย ลูกขอถวายประเทศไทยชาติบ้านเมือง อันเป็นที่รักของลูกแด่พระแม่ ขอพระแม่ปกป้องคุ้มครองประเทศไทย และพี่น้องชาวไทย โดยเฉพาะผู้มีใจรักและศรัทธาเป็นพิเศษต่อพระแม่ด้วยเทอญ<sup>1</sup> อาแมน

### (Footnotes)

<sup>1</sup> กาวนาถึงแม่พระไม่ต้องขอในพระนามพระเยซูเจ้า

## บทสรรเสริญพระเจ้า

จงสรรเสริญพระเจ้า

จงสรรเสริญพระนามศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์

จงสรรเสริญพระเยซูคริสต์เจ้า พระเจ้าแท้และมนุษย์แท้

จงสรรเสริญพระนามเยซู

จงสรรเสริญพระหฤทัยศักดิ์สิทธิ์ยิ่งของพระองค์

จงสรรเสริญพระโลหิตศักดิ์สิทธิ์ยิ่งของพระองค์<sup>1</sup>

จงสรรเสริญพระเยซูเจ้าในศีลมหาสนิท

จงสรรเสริญพระเจ้า พระผู้บรรเทา

จงสรรเสริญพระนางมารีย์ผู้ศักดิ์สิทธิ์ พระชนนีของพระเจ้า

จงสรรเสริญการปฏิสนธิศักดิ์สิทธิ์และนิรมลของพระนาง

จงสรรเสริญการรับเกียรติเข้าสู่สวรรค์อย่างรุ่งโรจน์ของพระนาง

จงสรรเสริญพระนาม 'มารีย์' พรหมจารีและมารดา

จงสรรเสริญนักบุญโยเซฟ ภัสดาผู้บริสุทธิ์ยิ่งของพระนาง

จงสรรเสริญพระเจ้าพร้อมกับทูตสวรรค์และผู้ศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย<sup>3</sup>

### (Footnotes)

<sup>1</sup> จงสรรเสริญพระโลหิตศักดิ์สิทธิ์ยิ่งของพระองค์ เป็นข้อความที่เพิ่มล่าสุด ยังไม่ลงในหนังสือที่ใช้กันอยู่

<sup>2</sup> พระนาม ระวีง ไม่ใช่ "พระนาง"

<sup>3</sup> ทูตสวรรค์และผู้ศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย แปลให้ถูกความหมายแท้ของคำ "angels" และ "saints"