

สมุดบันทึก ความทรงจำของ ข้าพเจ้า

เริ่มวันที่ _____

ข้าพเจ้าพยายามทำบันทึกของข้าพเจ้าเอง

ของลูกหลานและบรรพชนซึ่งจะมี

คุณค่าเป็นที่ยอมรับ

“และเป็นบันทึกบนแผ่นดินโลก เกี่ยวกับคนตายของท่าน
ซึ่งทำออกมาจริงๆ ฉันใด ก็เป็นบันทึกในสวรรค์ฉันนั้น”

ค.พ. 128:14

บันทึกของข้าพเจ้า (ผู้ชาย)

ชื่อ	
บัพติศมาโดย	วันที่
ยืนยันโดย	วันที่
รับไปรับรองพระวิหารจากอธิการ/ประธานสาขา	
ชื่อ	วันที่
รับบัพติศมาในพระวิหารแทน	
ญาติผู้เสียชีวิต	
พระวิหาร	วันที่
รับฐานะปุโรหิต	
แห่งแอวันจาก	วันที่
แต่งตั้งเป็นมัคนายกโดย	วันที่
แต่งตั้งเป็นผู้สอนโดย	วันที่
แต่งตั้งเป็นปุโรหิตโดย	วันที่
รับฐานะปุโรหิต	
แห่งเม็ลคิเซเด็คจาก	วันที่
แต่งตั้งเป็นเอ็ลเดอร์โดย	วันที่
รับเอ็นดาวเม้นท์ (พระวิหาร)	วันที่
ผนึกในพระวิหาร (พระวิหาร)	วันที่

บันทึกของข้าพเจ้า (ผู้หญิง)

ชื่อ	
บัพติศมาโดย	วันที่
ยืนยันโดย	วันที่
รับไปรับรองพระวิหารจากอธิการ/ประธานสาขา	
ชื่อ	วันที่
รับบัพติศมาในพระวิหารแทน	
ญาติผู้เสียชีวิต	
พระวิหาร	วันที่
รับเอ็นดาวमेंท์ (พระวิหาร)	วันที่
ผนึกในพระวิหาร (พระวิหาร)	วันที่

ข้อแนะนำการทำ สมุดบันทึกความทรงจำของท่าน

สมุดบันทึกความทรงจำของข้าพเจ้า—รูปถ่ายของท่าน ปิตุพร ข้อพระคัมภีร์ที่ท่านชอบ

แผนภูมิการสืบเชื้อสายและบันทึกกลุ่มครอบครัว—ใบบันทึกเขียนอย่างประณีต ที่มีบันทึกเกี่ยวกับครอบครัวและบรรพชนของท่าน

ประวัติส่วนตัว—เรื่องราวในชีวิตของท่าน (ไม่ใช่บันทึกประจำวัน)

ประวัติบุคคลอื่น—เรื่องราวในชีวิตบิดามารดาและปู่ย่าตายายของท่าน ให้พวกเขาเขียนเรื่องราวของตนเองหรือท่านเขียนเรื่องที่ท่านและครอบครัวจำได้

ประสบการณ์ทางวิญญาณ—บันทึกพิเศษเกี่ยวกับประสบการณ์ทางวิญญาณรวมทั้งการบัพติศมาของท่านด้วย

ใบสำคัญ—สำเนา สติบัตร ทะเบียนสมรส ใบสำคัญบัพติศมาและการยืนยัน ถ้าเป็นชาย ใบสำคัญการแต่งตั้งฐานะปุโรหิต (ท่านควรเก็บสติบัตรและทะเบียนสมรสฉบับจริงไว้ในที่ปลอดภัย)

รูปถ่ายสำคัญ—หนังสือเล่มนี้ ไม่ใช่ สมุดสะสมรูปถ่าย เก็บรูปถ่ายท่านและครอบครัวในวัยต่างๆ รูปถ่ายบิดามารดาปู่ย่าตายาย รูปถ่ายการบัพติศมา การแต่งงาน หรืออื่นๆ

แผนภูมิ
การสืบเชื้อสาย
, และบันทึก
กลุ่มครอบครัว



ประวัติ ส่วนตัว

เรื่องราวของข้าพเจ้า

ชื่อ _____

วันเกิด _____

สถานที่เกิด _____

เวลา _____

น้ำหนัก _____

ความยาว _____

แพทย์ _____

โรงพยาบาล _____

ครอบครัว

มารดา _____

บิดา _____

พี่น้อง _____

ปู่ย่าตายาย _____

สถานที่ที่เคยอยู่ _____

ประเพณีของครอบครัว _____

กิจกรรมพิเศษของครอบครัว _____

วัยเด็ก

เพื่อน _____

โรงเรียน _____

ครูและวิชาที่ชอบ _____

สิ่งที่ชอบ (อาหาร สี ของเล่น สถานที่ ดนตรี วันเกิด ฯลฯ) _____

งานอดิเรกและพรสวรรค์ _____

เรื่องราวของข้าพเจ้า

งานเลี้ยงและโอกาสพิเศษ _____

กิจกรรมปฐมนิเทศ (ลูกเสือสำรอง วันแห่งความสำเร็จ ฯลฯ) _____

วัยรุ่น

เพื่อน _____

โรงเรียน _____

วิชาและครูที่ชอบ _____

กิจกรรมโรงเรียน _____

ความสำเร็จ _____

งานอดิเรกและพรสวรรค์ (กีฬา ดนตรี ฯลฯ) _____

สิ่งที่ชอบ (หนังสือ ภาพยนตร์ ดนตรี อาหาร ฯลฯ) _____

กิจกรรมเยาวชนชาย/เยาวชนหญิง _____

โอกาสพิเศษ (งานต้นกล้า งานเลี้ยง วันหยุด ฯลฯ) _____

เรื่องราวของข้าพเจ้า

เหตุการณ์สำคัญในชีวิต

วันบัพติศมา	สถานที่	ผู้ให้บัพติศมา
การยืนยัน	สถานที่	ผู้ให้การยืนยัน
เลื่อนขึ้นจากปฐมวัย	วันที่	สถานที่
ฐานะ/ไรทิต	แต่งตั้งเป็นมัคนายกโดย	วันที่
	แต่งตั้งเป็นผู้สอนโดย	วันที่
	แต่งตั้งเป็นปุโรหิตโดย	วันที่
	แต่งตั้งเป็นเอิลเดอร์โดย	วันที่
เยาวชนหญิง	ความก้าวหน้าส่วนบุคคล—ตรูณี	วันที่
	ความก้าวหน้าส่วนบุคคล—ยูวนารี	วันที่
	ความก้าวหน้าส่วนบุคคล—กุลสตรี	วันที่
	การรับรองความเป็นเยาวชนหญิง	วันที่

เป้าหมายของข้าพเจ้า

ประจักษ์พยานของข้าพเจ้า (ผู้คน เหตุการณ์ การศึกษา ฯลฯ ที่ช่วยให้ข้าพเจ้ามีประจักษ์พยานและช่วยให้ประจักษ์พยานนั้นเข้มแข็งขึ้น)

ข้อแนะนำการเขียนประวัติส่วนตัว

- การเกิด** วัน เวลา สถานที่ บิดามารดา พี่น้อง ลำดับการเกิด สภาพแวดล้อม ฯลฯ
- วัยเด็ก** สภาพเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในวัยเด็ก ความสัมพันธ์ในหมู่พี่น้อง เพื่อนเล่น เหตุการณ์ไม่ธรรมดา
แขกที่มาเยี่ยมบ้านของท่าน การไปเยี่ยมญาติ ญาติที่ท่านจำได้ การเดินทางไปเที่ยวเป็นครอบครัวและวันหยุดพักผ่อน ฯลฯ
- พี่น้อง** ชื่อ วันและสถานที่เกิด ความสำเร็จ ชื่อคู่สมรส วันและสถานที่แต่งงาน บุตรธิดา อาชีพ ฯลฯ
- วัยเรียน** ชื่อโรงเรียน ครู หลักรัฐตรี วิชาที่ชอบและไม่ชอบ กิจกรรมพิเศษ เพื่อน ผลงาน การสังคม รางวัล ผู้ที่เป็นแรง
กระตุ้นให้ท่านไปสู่ความดีเลิศ
- วัยรักและการแต่งงาน** พบกับคู่สมรสเมื่อใด การนัดเที่ยวครั้งพิเศษ เหตุผลสำคัญที่สุดที่ชักจูงท่านในการเลือกคู่สมรสของท่าน
การขอแต่งงาน การวางแผนแต่งงาน พิธีแต่งงาน งานฉลองสมรส ประเพณีแต่งงานที่พิเศษ ของขวัญ การดื่มน้ำผึ้งพระจันทร์ การ
พบกับครอบครัวของคู่สมรส ฯลฯ
- ชีวิตคู่** ความสุข ความเศร้า การปรับตัว ความไม่ฝัน การฉลองครบรอบแต่งงานที่พิเศษ ฯลฯ
- อาชีพ** การฝึกงาน นายจ้าง ประเภทงาน เงินเดือน เพื่อนร่วมงาน ความสำเร็จและการเลื่อนตำแหน่ง เหตุผลที่เลือกอาชีพนี้
 ฯลฯ
- บุตรธิดา** ชื่อ วันและสถานที่เกิด สถานการณ์แวดล้อม บุคลิกลักษณะ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ ความเจ็บป่วย การ
ฉลองวันเกิด งานวันเกิดที่ประทับใจ เรื่องชวนขัน ผลงาน การเรียน การแต่งงาน อาชีพ ความสำเร็จ ฯลฯ
- การเดินทางและวันหยุดพักผ่อน** เวลาสถานที่ที่ไป วันหยุดพักผ่อนที่ประทับใจ เหตุผลที่ประทับใจ ฯลฯ
- กิจกรรมเพื่อส่วนรวม** ตำแหน่ง การรับใช้ที่ทำได้ผู้อื่น สโมสร ฯลฯ
- กิจกรรมศาสนา** การเข้าร่วมกิจกรรม ประสบการณ์ เหตุผลในการเลือกศาสนา ประสบการณ์จากการเข้ามาเป็นสมาชิก ประสบ
การณ์ที่เสริมสร้างประจักษ์พยาน ฯลฯ
- งานอดิเรก** กีฬา งานฝีมือ การท่องเที่ยว เพลง ภาพยนตร์ หนังสือที่ชอบ ฯลฯ
- วันหยุดพิเศษ** ธรรมเนียมที่ถือปฏิบัติและประเพณีของครอบครัว เทศกาลอีสเตอร์ คริสต์มาส วันหยุดประจำชาติและประจำ
ท้องถิ่น เทศกาล งานฉลองต่างๆ วิธีที่ท่านร่วมเฉลิมฉลองเทศกาลประจำปีเหล่านั้น งานฉลองวันครบรอบต่างๆ
- ความหวัง เป้าหมาย และการวางแผน** แผนในอนาคตสำหรับตนเองและครอบครัว
- คำแนะนำแก่คนรุ่นหลังของท่าน** สืบทอดลักษณะเฉพาะของธรรมเนียมที่ถือปฏิบัติของครอบครัว หน้าที่ต่อศาสนาจักร
ครอบครัว ประเทศชาติ การทำงาน คำแนะนำเกี่ยวกับคุณธรรมต่างๆ เช่น ความซื่อสัตย์ ความมั่งคั่ง ความการะ ความกรุณา
ความเชื่อของท่านในพระกิตติคุณ สิ่งที่เป็นบทเรียนในชีวิตของท่าน ฯลฯ



ประวัติ บุคคลอื่น



ประสบการณ์^๖ ทางวิญญาน



ใบสำคัญ



รูปถ่าย สำคัญ