**บทรำพึง ชุด 6 (45-51)**

**45/152 ธรรมล้ำลึกแห่งพระหรรษทานของความทุกข์ทรมาน**

 ความทุกข์ของมนุษย์เป็นหนึ่งในความเร้นลับที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของชีวิต.สมุดบันทึกของนักบุญโฟสตินาและธรรมประเพณีจิตวิญญาณทั้งหมดของความเชื่อของเรา เผยให้เห็นเกี่ยว กับธรรมล่ำลึกที่ลึกซึ้งของความทุกข์ทรมานมาก ประการแรก จากมุมมองของฆราวาส ความทุกข์ทรมานอยู่ไกลจากสิ่งที่ที่พึงปรารถนา. ตามความเป็นจริง เรามักจะหลีกเลี่ยงและเห็นว่าเป็นโศกนาฎกรรมที่ยิ่งใหญ่ที่สุด



 อย่างไรก็ตาม จากมุมมองของคริสตชน พระคริสตเจ้าทรงแปรสภาพความทุกข์ทรมาน และทำให้เป็นเครื่องมือที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของพระหรรษทาน. อาศัยพระมหาทรมานของพระองค์บนไม้กางเขน เป็นความรอดของโลก.

 พระเยซูเจ้าทรงทำให้ความทุกข์ทรมานเป็นหนทางและแหล่งของพระหรรษทานทั้งหมด พระองค์จึงทรงโอบรับอย่างอิสระ. เพราะการกระทำเช่นนี้ พระเยซูเจ้ายังเชิญชวนให้เราเห็นว่า ความทุกข์ของเราเป็นโอกาสเพื่อรับพระหรรษทาน. โดยการโอบรับพระหรรษทาน การรวมความทุกข์ทรมานเป็นหนึ่งเดียวกับไม้กาง​​เขนของพระองค์ และถวายพระมหาทรมานนั้นแด่พระบิดา. ความทุกข​​์ทรมานของเรายังสามารถใช้เวลาอยู่กับคุณค่าที่ไม่สิ้นสุด และกลายเป็นช่องทางรับพระเมตตาของพระเจ้า.

 การที่คริสตชนโอบกอดความทุกข์ทรมานต้องเป็นสัญลักษณ์ของความใกล้ชิดกับ

พระคริสตเจ้าและเป็นเส้นทางไปสู่​​ความศักดิ์สิทธิ์ (“ข้าแต่พระเยซูเจ้า ลูกเข้าใจดีว่า อาการเจ็บไข้วัดได้ด้วยปรอท แล้วการมีไข้สูงย่อมบอกให้เรารู้ว่าเราป่วยจริง ในชีวิตฝ่ายจิตก็เช่นกัน ความทุกข์ย่อมเป็นเครื่องวัดความรักที่วิญญาณมีต่อพระเจ้า” - ดูสมุดบันทึกของนักบุญโฟสตินา # 774)

 การรับความทุกข์ทรมานเป็นเรื่องยากมากและเรามักหลีกเลี่ยงบ่อยที่สุดในชีวิต. แทนที่จะวิ่งหนีความทุกข์ทรมาน วันนี้ จงไตร่ตรองข้อเท็จจริงที่ว่า พระเจ้าทรงสามารถใช้ความทุกข์ของคุณเพื่อให้เกิดผลดี. นี่คือการเรียกที่เร้นลับและต้องการความเชื่อและความไว้วางใจที่ยิ่งใหญ่ที่สุด. แต่เมื่อเข้าถึงความทุกข์ทรมาน คุณจะพบว่า พลังของพระเจ้าจะขับไล่และแปรสภาพสิ่งที่เจ็บปวดที่สุดในชีวิตของคุณได้

+

 ข้าแต่พระเจ้า โปรดช่วยลูกให้มอบความทุกข์ทรมานทั้งหมดแด่พระองค์. โปรดช่วยลูก ให้หวังในพระองค์และเพ่งสายตาดูไม้กางเขนของพระองค์ในช่วงที่ลูกประสบความยากลำบากที่สุดของชีวิต.

 ข้าแต่พระเจ้า โปรดใช้ลูก และใช้ความทุกข์ทรมานเป็นแหล่งที่มาของความศักดิ์สิทธิ์และเพื่อการอบรมเรื่องความศักดิ์สิทธิ์ของพระศาสนจักร

พระเยซูเจ้าเจ้าข้า ลูกวางใจในพระองค์

+



**46/153: จงเห็น "การเป็นคนต่ำต้อย" ของเรา**
 เด็กเล็ก ๆ ไม่สามารถรอที่จะเติบโตขึ้น. เมื่อพวกเขามีวันคล้ายวันเกิด พวกเขาจะเต็มไปด้วยความสุขที่พวกเขาอายุมากขึ้นอีกปีหนึ่ง.



 อย่างไรก็ตาม ขณะที่ยังเป็นเด็กเล็ก ๆ พวกเขายังคงขึ้นอยู่กับพ่อแม่ของพวกเขาในหลายวิธี เหมือนกับที่เป็นจริงสำหรับเราในเรื่องจิตวิญญาณ. เรามักจะต้องการ "เติบโตขึ้น" และกลายเป็นนักบุญ ที่เข้าถึงสิ่งที่ดีเพื่อพระเจ้า. อย่างไรก็ตาม เรามักจะต้องเตือนตัวเองว่า เรายังคงเป็นเด็ก. ใน "การเป็นผู้ต่ำต้อย" ของเราต่อหน้าพระเจ้า บัดนี้ เราพึ่งพาพระองค์ในสิ่งจำเป็นทุกอย่าง. ตระหนักถึงข้อเท็จจริงว่า เป็นสิ่งจำเป็นที่จะกลายเป็นนักบุญที่ดี และศักดิ์สิทธิ์ยิ่งขึ้น. เราจะดีด้วยการทำตัวเป็นผู้ต่ำต้อย (“ดูสมุดบันทึกของนักบุญโฟสตินา # 779)

 จงไตร่ตรองความต่ำต้อยของคุณต่อหน้าพระเจ้า. จงเปรียบเทียบกับพระสิริรุ่งโรจน์และพลังของพระผู้ทรงพลานุภาพ. แต่พระเจ้าทรงเห็นความต่ำต้อยของเรา และพระองค์ทรงพระประสงค์ว่าเราวิ่งไปถึงพระองค์ด้วยความมั่นใจ. จงถวายตัวคุณแด่พระเมตตาของพระองค์และวิ่งไปที่พระองค์ . จงตระหนักดีว่า เพียงยอมรับอย่างนอบน้อมที่จะพึ่งพระองค์ ว่าพระองค์ทรงทำให้พวกคุณเข้มแข็งอาศัยการโอบกอดของพระองค์.
 ข้าแต่พระเจ้า ลูกวิ่งไปหาพระองค์และพึ่งพาพระองค์เมื่อลูกต้องการสิ่งต่างๆ. พระองค์ทรงสรรพานุภาพและพระสิริเหนือความคาดหวัง.

 โปรดให้ลูกเชื่อมั่นในพระองค์ในทุกสิ่งและแสวงหาพระองค์กับความเป็นตัวตนทั้งหมด พระเยซูเจ้าข้า ลูกวางใจในพระองค์

**47/ 154: การนมัสการอย่างเงียบๆและอย่างอ่อนน้อม**
 ลองจินตนาการถึงฉากของพระแม่มารีที่ทรงสุภาพถ่อมตนในการประสูติพระกุมารเยซู

 ในเวลานั้น พระนางไม่มีบ้านนอกจากถ้ำเลี้ยงสัตว์. อย่างไรก็ตาม พระนางประทับที่บ้านด้วยความเงียบในคืนอันศักดิ์สิทธิ์ พระนางพิศเพ่งพระโอรสด้วยความเคารพและความรัก. พระนางพิศเพ่งพระองค์ด้วยความเงียบสงบขณะที่พระองค์ทรงบรรทมในรางหญ้า.



 สิ่งนี้ ต้องเป็นภาพของวิญญาณของคุณ. คุณได้รับเรียกให้อ่อนน้อมถ่อมตน ที่หัวใจของคุณเป็นที่ประทับของพระองค์ ลงลึกภายในคุณ คุณจะเห็นพระกุมารที่ทรงค่า ทรงนอนหลับในความสงบ. จงนิ่งเงียบและใส่ใจ,เพ่งมองพระองค์ด้วยความรักบูชา และปล่อยตัวเองให้เป็นสุขในการที่พระองค์ประทับอยู่ในจิตวิญญาณของคุณ ( “พระมารดาสอนดิฉันให้เตรียมรับเสด็จพระคริสตเจ้า..จงพยายามสงบเงียบและมีความสุภาพถ่อมตน เพื่อว่า พระเยซูเจ้าผู้ประทับอยู่ในหัวใจของลูกอย่างต่อเนื่องจะได้พักผ่อน ...อย่าออกไปนอกภวังค์ส่วนลึกที่สุดของลูก...พระองค์จะทรงเป็นพละกำลังของลูก จงพยายามปฏิบัติดังนี้จนถึงวันสมโภชพระคริสตสมภพ พระองค์จะสื่อสัมพันธ์กับลูก และรวมลูกให้เป็นหนึ่งเดียวกับพระองค์”-ดูสมุดบันทึกของนักบุญโฟสตินา # 785)

 จงไตร่ตรองด้วยการสวดภาวนาเงียบๆและอ่อนน้อมถ่อมตน. ขณะที่คุณนั่งเงียบ ๆ ต่อหน้า

พระเยซูเจ้า หรือแม้กระทั่งคุณกำลังทำหน้าที่ประจำวันของคุณ,แล้วคุณใส่ใจกับการประทับอยู่ของพระผู้ช่วยให้รอดที่ทรงดำเนินพระชนม์ในตัวคุณ คุณเห็นพระองค์นอนหลับอยู่ในความเงียบสงบไหม จิตวิญญาณของเราจะต้องเป็นสถานที่แห่งการภาวนา เพื่อให้เราสามารถมองดูพระองค์อย่างสุภาพถ่อมตนภายในสถานที่เงียบสงบอันศักดิ์สิทธิ์. หากคุณมองดูพระองค์ ขณะที่พระองค์ประทับอย่างเงียบๆภายในตัวคุณ แล้วคุณจะดำเนินชีวิตอย่างสงบและมีความสุขที่พระกุมารเยซูเท่านั้นประทานแก่คุณ



 ข้าแต่พระเจ้า โปรดประทานความอ่อนน้อมถ่อมตนและความเงียบสงบแก่หัวใจของลูก. ลูกพบว่าพระองค์ทรงผ่อนพักอยู่ที่นั่นในความสงบและนมัสการพระองค์ด้วยความรักคุณอย่างลึกซึ้ง ขอให้ลูกจ้องมองพระองค์และไม่ฟุ้งซ่านจากการล่อลวงของโลกนี้.

 ขอให้การนมัสการที่ลูกถวายแด่พระองค์ ทำให้พระองค์ประทับในตัวลูก กลายเป็นแหล่งแห่งความรักและการที่ลูกรับใช้ทุกคน

 พระเยซูเจ้าข้า ลูกวางใจพระองค์

**48/155 การเผชิญหน้ากับการตัดสินด้วยพระหรรษทาน**

ประสบการณ์หนึ่งที่เจ็บปวดที่คุณเผชิญคือเรื่องการตัดสินคนอื่นอย่างไม่รอบ

คอบหลายครั้ง คุณมองคนอื่นด้วยการตัดสินและไม่ใช้เหตุผล. บางที พวกเขาอาจจะระบุความผิดเล็กๆน้อยๆและขยายผลที่พวกเขาใช้เป็นเลนส์ผ่าน ล้วนเป็นสิ่งที่พวกเขาเห็นตลอดชีวิต. สิ่งนี้ทำให้คุณเจ็บปวดและมีรู้สึกสับสน. สิ่งเดียวที่คุณสามารถทำได้ คือเผชิญกับการด่วนตัดสินคือการให้อภัยและหาทางที่จะเมตตาคนอื่น.



แต่คุณจะทำเช่นนี้ได้อย่างไร? มันเป็นไปได้ ถ้าคุณถูกซ่อนอยู่ภายในพระเมตตา

ของพระเจ้า. ถ้าคุณมองและใส่ใจในการจ้องมองพระเมตตาอย่างต่อเนื่อง. และถ้าคุณปล่อยให้พระองค์ครอบคลุมคุณด้วยพระเมตตานั้น. ผลอย่างหนึ่ง คือความรุนแรงของคนอื่น ๆ จะไม่อาจเข้าไปในจิตวิญญาณของคุณ.

 เมื่อดวงใจของคุณถูกแทงด้วยหอกนี้. หัวใจของคุณจะเทพระเมตตาอย่างอุดมสมบูรณ์ของพระเจ้า ( “พระเยซูเจ้าข้า โปรดซ่อนลูกในส่วนลึกของพระเมตตาของพระองค์ จากนั้น โปรดปล่อยให้เพื่อนพี่น้องของลูกตัดสินลูกตามใจชอบเถิด”- ดูสมุดบันทึกของนักบุญโฟสตินา # 791)
 วันหนึ่ง จงไตร่ตรอง 2 สิ่งนี้

 1) ตาของคุณเพ่งมองที่พระเมตตาของพระเจ้าไหม? ความเมตตาของพระองค์ครอบคลุมคุณ ปกป้องคุณและซ่อนคุณจากความโหดร้ายของโลก?

 2) ถ้าเป็นเช่นนั้น เมื่อคุณเป็นเป้าที่คนอื่นดูถูกเยาะเย้ยคุณ คุณควรปล่อยให้พระเจ้าเปิดดวงใจของคุณ เพื่อให้เทพระเมตตาของพระเจ้า? พระองค์ทรงพระประสงค์ที่จะใช้หัวใจของคุณเป็นเครื่องมือของดวงพระทัยอันศักดิ์สิทธิ์ที่ถูกแทงของพระองค์. คุณปล่อยให้พระองค์ใช้คุณ เมื่อคุณยอมให้พระองค์มีอิทธิพลเหนือคุณด้วยพระเมตตาของพระองค์ก่อน
 ข้าแต่พระเจ้า พระเมตตาของพระองค์มีอิทธิพลต่อลูก ขอให้ดวงใจของลูกเป็นที่ประทับของพระองค์ และขอให้หัวใจของลูกเป็นหนึ่งเดียวกับดวงพระทัยของพระองค์.

 ขณะที่หัวใจของลูกเป็นหนึ่งเดียวกับดวงพระทัยของพระองค์ โปรดใช้ดวงใจของลูกเป็นแหล่งที่มาของความเมตตาเพื่อคนอื่น เพื่อเทพระหรรษทานอย่างอุดม.

 ลูกขอถวายดวงใจของลูกแด่พระองค์ เพื่อพระประสงค์ที่สมบูรณ์

 พระเยซูเจ้าข้า ลูกวางใจในพระองค์



**49/156: ความเมตตาในเวลาใกล้สิ้นใจ**

 ทุกครั้งที่เราสวดบท "วันทามารีย์" ว่า “โปรดภาวนาเพื่อลูกทั้งหลายผู้เป็นคนบาป บัดนี้และเมื่อจะตาย”. ในการทำเช่นนั้น เราถวายชั่วโมงศักดิ์สิทธิ์แด่พระนางมารีย์ เพื่อว่า พระนางจะวอนขอเพื่อเราในช่วงเวลาที่เราต้องการมากที่สุด.



 บทสวดอันศักดิ์สิทธิ์อื่นๆเพื่อเตรียมชั่วโมงตายด้วยคือ สายประคำแห่งพระเมตตา. บ่อยครั้ง เรากลัวเวลาเผชิญความตาย. และแม้ว่า สิ่งนี้เป็นสิ่งที่เข้าใจได้ในระดับหนึ่ง เราต้องปล่อยให้องค์พระผู้เป็นเจ้าเผยแสดงให้เราเห็นความสำคัญและความศักดิ์สิทธิ์ของเวลาอันศักดิ์สิทธิ์นั้น.

 เราต้องเตรียมตัวเพื่อชั่วโมงสุดท้ายของชีวิตบนโลกนี้ของเรา.

ถ้าเราได้แสวงหาพระเมตตาอันอุดมสมบูรณ์ตลอดชีวิต แล้วเราจะมั่นใจได้ใน

พระเมตตาของพระองค์ เพื่อที่ผ่านไปสู่โลกหน้า

เราต้องมีความมั่นใจว่า พระเมตตาของพระองค์ไม่มีที่สิ้นสุด และตราบใดที่เรามี

ลมหายใจและชีวิต. พระองค์จะประทานของขวัญอันศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์แก่เรา (“เราจะปกป้องวิญญาณทุกดวงที่สวดสายประคำแห่งพระเมตตานี้เมื่อเขาใกล้ตาย เสมือนหนึ่งสิริรุ่งโรจน์ของเราเอง หรือเมื่อผู้อื่นสวดสายประคำแทนคนใกล้สิ้นใจ เขาจะได้รับพระคุณการุณย์เช่นเดียวกัน จะคลายพระพิโรธของพระเจ้า ความเมตตาล้ำลึกที่ห่อหุ้มวิญญาณไว้“- ดูสมุดบันทึกของนักบุญโฟสตินา” # 811)

คุณกลัวเวลาใกล้สิ้นใจของคุณไหม คุณกลัวเวลาใกล้สิ้นใจของคนที่คุณรักได้หรือไม่?

สิ่งนี้เป็นเรื่องปกติและเข้าใจได้ เราต้องมุ่งมั่นที่จะเห็นว่า เวลาใกล้สิ้นใจเป็นเวลาแห่งพระเมตตาอันยิ่งใหญ่

 พระเจ้าทรงรักจิตวิญญาณอย่างลึกซึ้งเวลาใกล้สิ้นใจ. พระองค์ทอดพระเนตรวิญญาณ

ที่ปรารถนาความเป็นหนึ่งเดียวเต็มรูปแบบ

จงไตร่ตรองให้เห็นถึงชั่วโมงอันศักดิ์สิทธิ์ของคุณ เพื่อรู้ว่า พระเจ้าของเราทรง

พระประสงค์ให้คุณเริ่มเตรียมพร้อมตั้งแต่ตอนนี้. เพื่อเพิ่มพระเมตตาของพระองค์อย่างต่อเนื่อง เป็นการปล่อยให้พระเมตตาหลั่งลงมาและปล่อยให้คุณเตรียมหัวใจของคุณสำหรับช่วงเวลาที่คุณจะได้เห็นองค์พระผู้เป็นเจ้าแบบหน้าต่อหน้า

 “สันตะมารีย์ ..โปรดภาวนาเพื่อลูกทั้งหลายผู้เป็นคนบาป บัดนี้และเมื่อจะตาย

อาแมน”ข้าแต่พระแม่มารีย์ บัดนี้ โปรดภาวนาเพื่อลูกในเวลาใกล้ตาย. ข้าแต่พระเยซูเจ้า ลูกปรารถนาว่า ดวงใจของลูกจะได้รับการเตรียมพร้อมในช่วงเวลาที่พระองค์ตรัสเรียกลูกไปหาพระองค์.

 ขอให้ลูกทำทุกสิ่งในชีวิตนี้ เพื่อเป็นการเตรียมตัวตาย. และขอให้ลูกยอมรับชั่วโมงที่อุดมไปด้วยพระเมตตานั้น

 ข้าแต่พระเจ้า โปรดประทานพระหรรษทานแก่ลูก เพื่อช่วยเตรียมคนอื่นให้รับเวลาใกล้สิ้นใจนี้และให้สวดภาวนาเพื่อพวกเขาอย่างกระตือรือร้นเมื่อเวลานั้นมาถึง

 พระเยซูเจ้าข้า ลูกวางใจในพระองค์

**49/157: การตัดสินใจเชิงจริยธรรม**
 คุณเคยต่อสู้กับการตัดสินใจทางศีลธรรมไหม? สิ่งนี้เกิดขึ้นเป็นผลมาจากธรรมชาติของมนุษย์ที่ลดลง. เรารู้สึกสับสนได้ง่ายในชีวิตที่ต้องจะเข้าใจจิตใจและพระประสงค์ของพระเจ้า.



 ดังนั้น คุณควรทำอย่างไร? คุณควรรู้ว่า มโนธรรมของคุณเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ เพื่อเชิญพระเจ้า มาอาศัยที่นั่นเพื่อสอนทุกสิ่งแก่คุณ. เมื่อคุณต้องตัดสินใจในชีวิต จงสวดภาวนา ขอคำปรึกษาจากคนอื่น ๆ และแสวงหาความจริงต่างๆที่เผยแสดงทางแสดงผ่านพระคัมภีร์และพระศาสนจักรของเรา. เหล่านี้เป็นแหล่งที่มาทั้งหมดของพระเมตตาของพระเจ้า หลังจากนั้น ถ้าคุณแสวงหาพระเจ้าและพระประสงค์อันศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์. จงฟังพระองค์ จงวางใจและกระทำตามพระประสงค์นั้น.

 หากในอนาคต ที่คุณเห็นว่า คุณได้พลาดเพราะคุณไม่เปลี่ยนแปลง. แต่อย่าลังเลที่จะก้าวไปข้างหน้าเพื่อได้ยินพระเมตตาอุดมสมบูรณ์และเจตนาบริสุทธิ์ศักดิ์สิทธิ์ ช่วยทำให้ดวงพระทัยของพระองค์มีความสุข (“ดิฉันเห็นคนมีอาการเข้าตรีทูต เป็นเวลาเดียวกันกับที่ดิฉันได้ยินเสียงในใจว่า “จงสวดสายประคำที่เราสอนลูก” ดิฉันสวดภาวนาข้างคนใกล้ตายรายนั้น ผู้ป่วยลืมตามองดิฉัน วิญญาณนั้นสัมผัสอานุภาพแห่งความเมตตาที่ห่อหุ้มวิญญาณนั้นได้”- ดูสมุดบันทึกของนักบุญโฟสตินา ข้อ 800)



คุณต่อสู้กับการตัดสินใจในชีวิต? คุณกังวลว่า คุณกำลังทำให้พระเจ้าทรงเคืองพระทัย?

 ถ้าเป็นเช่นนั้น ปล่อยความกังวลเหล่านี้ไป เพราะเป็นผลมาจากมโนธรรมที่ละเอียดอ่อน. คุณจงขยันมองหาคำแนะนำจากพระคัมภีร์และจากพระศาสนจักร สวดภาวนา ถวายตนเองแด่พระเจ้าและพระประสงค์ของพระองค์ แล้ววางใจในมโนธรรมของคุณและปฏิบัติตาม

 จงคิดเกี่ยวกับการตัดสินใจที่คุณอาจทำต่อไปในขณะนี้. ทำงานผ่านกระบวนการนี้​​และปล่อยให้ส่วนที่เหลือเป็นเรื่องของพระเจ้าผู้ทรงพระเมตตาของเรา

 ข้าแต่พระเจ้า โปรดช่วยลูกให้แสวงหาพระประสงค์อันศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์

และกระทำตามด้วยความมั่นใจอย่างเต็มที่. นอกจากนี้ โปรดประทานพระหรรษทานแห่งความสุภาพถ่อมตน ในการเปลี่ยนใจเมื่อลูกเห็นว่า ลูกทำพลาดไปแล้ว. โปรดอวยพรลูก ให้ลูกมีมโนธรรมที่สะอาดหมดจด เพื่อว่า ลูกจะถวายพระเกียรติแด่พระองค์เสมอ ในอิสรภาพและความรัก

 พระเยซูเจ้าข้า ลูกวางใจในพระองค์