



300 คำสอน และหลักธรรม  
ของผู้นำคริสตจักรออร์โธด็อกซ์





พระพรอำนวยการจากสมเด็จพระอัครสังฆราช คีรีล แห่งกรุงมอสโก  
และประเทศรัสเซียทั้งหมด

**300 คำสอน และหลักธรรม**  
**ของผู้นำคริสตศาสนาจักรออร์ทอด็อกซ์**

ณ กรุงมอสโก ปี ค.ศ.2011

โดย

สมาคมนักสอนศาสนาแห่งคริสตจักรออร์ทอด็อกซ์

แห่งนักบุญ เซราปีโอน คมิเชียร์สกี

ท่านเจ้าประคุณบาทหลวง โอลีเอ็กซ์ (เซเรพานิน) ผู้แทนบาทหลวงประจำ  
ประเทศไทย จากสังฆมณฑลกรุงมอสโก ประเทศรัสเซีย

เรียบเรียงโดย พระสังฆานุกร กือออร์กี้ มักชิมอฟ

มูลนิธิชาวคริสต์ศาสนิกชนตั้งเดิมออร์ทอด็อกซ์ในประเทศไทย

กรุงเทพมหานคร

[www.orthodox.or.th](http://www.orthodox.or.th)

พ.ศ. 2554

## คำนำจากผู้เรียบเรียง

เมื่อครั้งหนึ่ง มีกลุ่มอันธพาลกลุ่มหนึ่งได้เดินเข้ามาหาหลวงพ่อนักบวชผู้ชราภาพ จำศีลอยู่ในวัดแห่งหนึ่ง และกล่าวว่า “พวกเราจะมาเอาของทั้งหมดที่มีอยู่ในกุฏิของท่าน” นักบวชชราภาพกล่าวว่า “เอาเลยสิ หลานเอ๋ย เอาไปได้เลย จะเอาอะไรก็เอาไป” พวกนั้นไม่รอช้า กวาดเอาของไปหมดคฤถุและจากไป แต่พวกนั้นไม่ได้เอาถุงเงินที่มีเงินเก็บรักษาช้อนไว้ไว้ในนั้นไปด้วย ผู้เฒ่าคิดว่าถุงเงินนั้นและได้ตามเด็กหนุ่มกลุ่มนั้น พลังตะโกนเรียกว่า “ไอ้หนุ่มเอ๋ย! กลับมาเอานี้มา เอ็งลืมไว้” ด้วยความแปลกใจ โจรกลุ่มนั้นไม่เพียงไม่เอาถุงเงินนั้น แต่ยังคืนสิ่งของทั้งหมดที่กวาดออกมาคืนให้แก่หลวงพ่อชราภาพ และต่างพูดกันว่า “นี่แหละ บุญของพระเจ้าอย่างแท้จริง”

เรื่องที่เล่ามา เกิดขึ้นเมื่อประมาณศตวรรษที่ 6 หลังคริสตกาลในปาเลสไตน์เรื่องดังกล่าวถูกบันทึกโดยนักบุญยอห์น มอสกัส และเป็นหนึ่งในเรื่องอีกมากมายที่กล่าวถึงเกียรติประวัติของนักบุญในคริสตจักร และเป็นทีเล่าต่อๆ กันมาจากผู้เห็นเหตุการณ์

หลวงพ่อชราภาพท่านนี้ไม่ได้เทศนาให้แก่ผู้ไม่ได้รับเชิญ ฟัง ไม่ได้ต่อว่าดักเตือน ไม่ได้ข่มขู่ และไม่ได้เกลี้ยกล่อม แล้วอะไรล่ะ ที่ทำให้โจรอันธพาลเหล่านั้นเกิดอาการกลับตัวกลับใจ และคิดที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมที่ได้ทำไป ?

นั่นก็เพราะพวกเขาได้เห็น *สิ่งที่แตกต่าง* ไปในพ่อชราภาพ  
นั่น พวกเขา *เห็นบรูซแห่งพระเจ้า*

มีเพียงแค่มนุษย์ที่ซึ่งร่ำรวยในพระเจ้าเท่านั้น ที่จะเป็นอิสระ  
และหลุดพ้นจากบ่วงของลาภยศและเงินทอง ซึ่งเป็นสิ่งที่ผูกมัดความเป็น  
มนุษย์ให้กลายเป็นทาสไป มีเพียงแค่มนุษย์ ผู้ซึ่งตั้งหลักหยั่งรากลึกลงใน  
พระเจ้าเท่านั้น ที่จะสามารถรักษาความสงบและความเอื้ออาทรในจิตใจ  
ของตนเอาไว้ได้อย่างไม่คลาดเคลื่อนในยามที่ความชั่วทั้งหลายเข้ามา  
ผจญ แต่เหนือสิ่งอื่นใด สิ่งที่จะสะกิดใจของโจรกลุ่มนั้นกลับหาใช่สิ่งอื่นใด  
นอกจากความรักของหลวงพ่ชราภาพที่มีต่อพวกเขา จริงแท้แน่นอน  
ทีเดียวที่มีเพียงคนที่จิตใจเข้าถึงความเหมือนในพระเจ้าที่จะสามารถ  
ประสพกับความรักที่มหาศาลต่อคนที่ไม่รู้จัก ที่เข้ามาหาเพื่อต้องการปล้น  
ตนเอง และที่จะสามารถให้ความใส่ใจต่อสิ่งที่พวกเขาเหล่านั้นต้องการ  
มากกว่าที่ตัวเองต้องการ ได้อย่างแท้จริง

หากจะพูดในอีกทางหนึ่ง กลุ่มอันธพาลได้เห็นคนที่สามารถ  
ทำหลักคำสอนของพระเจ้านำมาใช้ได้จริง สิ่งที่เกิดขึ้นคงไม่สามารถ  
เกิดขึ้นได้ ถ้าหากว่าความศรัทธาของตัวนักบวชนั้นจำกัดอยู่แต่เพียงที่จริย  
วัตรทางพิธีกรรมศาสนา การเคร่งในคำสอน หรือการเทศนาคำพูดสวยๆ  
ทางศาสนาเพียงอย่างเดียว โดยที่ไม่ได้มีประสบการณ์จริงในพระคริสต์

บุคคลเหล่านี้ในคริสตจักรออร์โธดอกซ์เรียกกันว่า หลวง  
พ่อนักบุญ คริสตจักรของเราในช่วงระยะเวลากว่า 2,000 ปี ที่ผ่านมา  
ต่างเล็งเห็นความสำคัญของการรักษาหลักธรรมที่ได้รับมาจากพระอัคร  
สาวก และประสบการณ์การเข้าถึงพระคริสต์ของท่านเหล่านั้น โดยไม่ใช่

ผิดเพี้ยนไป ด้วยเหตุนี้คริสตจักรออร์ทอด็อกซ์จึงสามารถให้กำเนิดนักบุญ ผู้ประเสริฐทั้งหลายมากมายที่น่าประสพการณ์แห่งชีวิตนิรันดรบน สวรรค์มาสู่พื้นโลกแห่งนี้

หนังสือที่ท่านกำลังถืออยู่ในมือนี้ รวบรวมขึ้นมาเพื่อเปิด โอกาสให้แก่ท่านผู้อ่านทั้งหลายได้เข้าถึงประสบการณ์ทางจิตวิญญาณ ของคริสตจักรโลกตะวันออก ในหนังสือเล่มนี้ได้รวบรวมบทนิยาม และ หลักธรรมต่างๆ ทั้งหมด 30 บทของนักบุญกว่า 50 องค์ จากหลายหลาย ที่ ทั้งปาเลสไตน์ ซีเรีย กรีซ เซอร์เบีย มอนเตเนโกร จอร์เจีย ด้วยเหตุที่ว่า ในช่วง 1,000 ปีแรกหลังคริสตกาล ศาสนจักรตะวันตก (โรม) ยังรวมอยู่ เป็นหนึ่งเดียวกับศาสนจักรออร์ทอด็อกซ์ ด้วยเหตุนี้ในหนังสือเล่มนี้จึงมี ทั้งบทความของนักบุญต่างๆ ที่เคยอาศัยจาริกในบริเวณประเทศอิตาลี อังกฤษ ฝรั่งเศส ติเบต ในปัจจุบันทั้งหมดเหล่านี้ล้วนรวบรวมเข้าเป็น มรดกทางจิตใจทั้งปวงของศาสนจักรออร์ทอด็อกซ์ หลักธรรมที่เก่าแก่ที่สุด ที่ถูกบันทึกไว้ในหนังสือเล่มนี้นั้น ถูกเขียนขึ้นเมื่อช่วง 50 ปีหลังของ ศตวรรษที่ 1 ส่วนหลักธรรมที่ใหม่ล่าสุด คือ ช่วง 50 ปีหลังของศตวรรษ ที่ 20

ไม่ว่าท่านนักบุญเหล่านั้นจะเคยอยู่ที่ใด หรือเคยเป็นใคร เคยอยู่อย่างไร นักบุญทั้งหลายเหล่านี้ต่างพุดถึงแต่หลักความจริงในพระ คริสต์อย่างเดียวกัน ด้วยเหตุนี้ถ้อยคำของนักบุญทั้งหลายจึงต่าง สอดคล้องซึ่งกันและกัน ในสมัยศตวรรษที่ 19 นักบุญอิกนาทีย์ (เบรียน ซานินนอฟ) ได้ตั้งข้อสังเกตไว้อย่างหนึ่ง ว่า

“ในคำคืนหนึ่งในฤดูใบไม้ร่วง ข้าได้มองคูทองฟ้าที่กระจ่าง และประดับไปด้วยหมู่ดาวต่างๆ มากมายนับไม่ถ้วน ที่ต่างส่องแสงอย่างเดียวกันมาถึงพื้นโลก ข้าได้พรั่กับตัวเองว่า คำสอนต่างๆ ของนักบุญก็เฉกเช่นนั้น และเมื่อในตอนกลางวันของฤดูร้อน ข้าก็ได้มองไปยังทะเลอันกว้างใหญ่ที่ปกคลุมไปด้วยเรือเดินสมุทรมากมาย แล่นไปมาโดยอาศัยลมทะเลเดียวกัน ไปในจุดมุ่งหมายเดียวกัน ไปยังท่าเรือเดียวกัน ข้าจึงพูดกับตนเองว่า ข้านั้นก็เป็นดังคำสอนของนักบุญต่างๆ และเมื่อใดที่ข้าได้รับฟังเสียงขับกล่อมของนักร้องประสานเสียง ที่ร้องผสมผสานเสียงที่แตกต่างกันเข้าเป็นบทเพลงเดียวกันนั้น ข้าจึงได้พูดแก่ตนเองว่า แม่แท้ นี้เป็นดังเช่นคำสอนของหลวงพ่อนักบุญ” นักบุญอิกนาทีย (เบรียน ซานิน นอฟ)

ข้าพเจ้าเชื่อมั่นเป็นแม่แท้ว่า หนังสือรวบรวมคำสอน และหลักธรรมของหลวงพ่อนักบุญเล่มไม่โดนักเล่มนี้จะน่าสนใจ และเป็นประโยชน์ไม่เพียงแต่สาธุชนชาวคริสต์ทั้งหลาย แต่ยังรวมไปถึงทุกคนที่ศรัทธาในหลักความจริง มีสิ่งที่คุณรวบรวมอยู่ในนี้มากมายที่เป็นประโยชน์แก่ตัวข้าพเจ้าเอง และเปิดตาสว่างให้เห็นคำตอบต่อคำถามที่รบกวนใจ และช่วยให้ได้ครุ่นคิด ไตร่ตรองในสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตของข้าพเจ้าเอง และข้าพเจ้าจึงได้ตัดสินใจแบ่งปันสาระเหล่านี้ที่เป็นที่จริงใจ ข้าพเจ้าร่วมกับทุกๆ คนเพื่อเป็นกุศลทาน

พระสังฆานุกร กิออร์ก็ มักชิมอฟ

8 มกราคม 2011

## สารบัญ

ก. พระเจ้ากับเรา.....	1
ความสุข.....	1
ศีลธรรม.....	2
พระเจ้าคิดอย่างไรกับเรา.....	3
ใครกันที่จะได้รู้จักกับพระเจ้าอย่างใกล้ชิด.....	4
เราควรคิดอย่างไรกับพระเจ้า.....	5
พระเจ้าดูแลเกี่ยวกับทุกสิ่งทุกอย่าง.....	6
ผู้ที่ได้รู้จักกับพระเจ้า.....	6
พระคริสต์และเรา.....	9
ความเกรงกลัวต่อพระเจ้า.....	10
ความไม่เชื่อ.....	12
ข. โลกทางฝ่ายวิญญาณ.....	14
ความชั่วและบาป.....	14
อิสราเอล.....	15
เป้าหมายของชีวิต.....	17
นักบุญ.....	18
พระคัมภีร์.....	20
ธรรมเนียมจารีตศักดิ์สิทธิ์.....	22
ศาสนจักรแห่งพระคริสต์.....	24



ผู้ช่วยชี้แนะทางวิญญาณ.....	27
การให้.....	29
ความปีติอันเป็นนิรันดร์ของชาวคริสต์.....	30
<b>ก. เราและผู้ที่อยู่รอบตัวเรา.....</b>	<b>32</b>
ทัศนคติต่อผู้อื่น.....	32
ทัศนคติต่อบาปของผู้อื่นควรเป็นอย่างไร? .....	34
เราควรต้องดำเนินคนทำบาปหรือไม่.....	36
การตัดสินผู้อื่น.....	38
เราควรคิดอย่างไรกับคนที่ทำให้เราโกรธเคือง.....	39
เกี่ยวกับการให้อภัยในสิ่งที่ทำให้ขุ่นเคือง.....	39
เมื่อเราถูกคำทอต่อว่า.....	40
เมื่อเราถูกยกย่องสรรเสริญ.....	41
ความเจ้าคิดเจ้าแค้น.....	41
ความรักต่อศัตรู.....	42
<b>ง. อะไรที่นำเราเข้าไปใกล้พระเจ้า.....</b>	<b>44</b>
การอธิษฐาน.....	44
การสารภาพบาป.....	47
เป้าหมายของเรากับพระประสงค์ของพระเจ้า.....	51
พระโอวาท.....	54
พระเจ้าทรงวินิจฉัยที่การกระทำของเราอย่างไร.....	55

เราควรคิดอย่างไรกับการกระทำของเรา.....	56
การกระทำดีของเรา.....	58
สิ่งดีแม้เพียงเล็กน้อยก็ล้ำค่า.....	59
ความรัก.....	60
ใครที่ไม่มีความรัก.....	63
การแสดงออกซึ่งความรัก.....	64
ความเมตตา.....	65
ความอ่อนน้อม.....	66
ความถ่อมตัว.....	69
การควบคุมตนเอง.....	69
การเชื่อฟัง.....	70
<b>จ. อะไรที่ขัดขวางเราไม่ให้เข้าถึงพระเจ้าได้? .....</b>	<b>72</b>
ค้นหาบาป.....	72
การต่อสู้กับค้นหา.....	74
ข้อผิดพลาดทางฝ่ายวิญญาณ.....	76
การเปลี่ยนสถานที่ที่ไม่ได้ช่วยเปลี่ยนให้รอดจากค้นหา.....	79
ความคิดต่ำช้า.....	80
บ่วงมาร.....	81
การต่อสู้ภายในใจ.....	83
ความรักในลาภยศสรรเสริญ.....	83
การโกหก.....	84

ความหึงหยงโศโห้ง.....	86
การต่อต้าน.....	86
ความโกรธ.....	86
ค้นหาทางกามารมณ์.....	88
<b>ฉ. อะไรที่เราจะต้องเผชิญและฟันฝ่าในเส้นทางฝ่ายวิญญาณ...90</b>	
กิเลส.....	90
ความทุกข์.....	92
เราจะได้รับความรอดได้อย่างไร.....	96

## ก. พระเจ้ากับเรา

### ความสุข

๑. “คนเหล่านั้นทั้งหลายที่ค้นหาความสุขภายนอกใจของตน ช่างหลงผิดไปเสียนี้ ค้นหาในประเทศอื่นและในการเดินทาง ในสมบัติและชื่อเสียง ในการมีลาภและความสะดวกสบายของชีวิต ในสิ่งที่น่าหลงใหลพึงพอใจและในสิ่งที่ว่างเปล่า ซึ่งต่างก็อยู่บนความทุกข์เป็นรากฐาน! การสร้างหอคอยแห่งความสุขภายนอกใจเรานั้น ก็เหมือนกับสร้างบ้านในที่ที่มีแผ่นดินไหวอยู่ตลอดเวลา ความสุขอยู่ในใจเรานั้นเอง และผู้ที่ประเสริฐแล้ว คือผู้ที่เข้าใจได้เองว่าความสุขคือหัวใจที่สะอาดบริสุทธิ์ เพราะหัวใจแบบนี้เองที่เป็นพระบัลลังก์สถิตของพระเจ้า ด้วยเหตุนี้ พระองค์จึงตรัสถึงผู้ที่มีหัวใจแบบนี้ว่า “เราจะอยู่ในเขาทั้งหลาย และจะดำเนินในหมู่พวกเขา และเราจะเป็นพระเจ้าของเขา และเขาจะเป็นประชาชนของเรา” (2 โครินธ์ 6:16) อะไรอีกเล่าที่นอกเหนือจากนี้ที่เขาจะไม่มีอีก ไม่มีหรือ ไม่มีจริงๆ เพราะพวกเขาต่างมีสิ่งประเสริฐเลิศเลออยู่แล้วในใจของพวกเขา นั่นก็คือ องค์พระผู้เป็นเจ้านั่นเอง” (นักบุญเนคตารีย์ เอกินสกี “หนทางสู่ความสุข”, บทที่ 1)

๒. “จิตใจที่รักพระเจ้า ในพระเจ้าและในพระองค์เพียงพระองค์เดียวเท่านั้นที่ใจจะมีความสุขในทุกหนทางเดิน ที่มนุษย์ต่างเลือกเดินอยู่นั้น พวกเขาจะไม่สามารถได้อะไรไปจากโลกนี้เลย จนกว่า

พวกเขาจะได้เข้าถึงความหวังตั้งมั่นในองค์พระผู้เป็นเจ้า” (สาธุคุณ อีซาค ซีริน “คำ”, 56, 89)

### สัจธรรม

๓. “ความจริง ไม่ใช่ความคิด ไม่ใช่คำพูด ไม่ใช่สัมพันธภาพของสิ่งต่างๆ ไม่ใช่กฎ ความจริงเป็นบุคคล เป็นสิ่งที่มีตัวตน ซึ่งเข้าถึง และแทรกซึมเข้าไปในทุกอย่างที่มีตัวตนอยู่ และมอบชีวิตให้แก่ทุกอย่าง ถ้าหากค้นหาความจริงด้วยความรัก และเพื่อความรักแล้วละก็ ความรักก็จะเปิดเผยความเจิดจรัสของใบหน้าของตนให้แก่เจ้าถึงขนาดใดก็ตามที่เจ้าจะสามารถรับได้ โดยไม่มอดไหม้ไปในความร้อนแรงนั้น” (นักบุญนิโคลัส แห่งเซอร์เบีย “แนวคิดเกี่ยวกับความดีและความชั่ว”)

๔. “ไม่มีพระคริสต์อื่นหรือความจริงอื่นใด เมื่อสีของคลื่นเปลี่ยนไป จริงๆ แล้วตัวมันเองไม่ได้เปลี่ยนไป เช่นกันกับความจริง ที่สื่อออกมาด้วยภาษาต่างๆ นานา แต่ในแก่นแท้ของมันไม่ได้เปลี่ยนไป เพราะในธรรมชาติของความจริงมันเองนั้นมันเป็นหนึ่งเดียว ความจริงไม่อาจแตกแยก หากแต่แตกแยกก็เพียงเพราะด้วยปากของผู้ใช้คารมคมคาย โสโครกเท่านั้น” (สาธุคุณ เอฟริม ซีริน)

๕. “อะไรหรือ คือ ความจริง ? ความจริง ก็คือ พระคริสต์ ในร่างมนุษย์และเรื่องข่าวประเสริฐของพระองค์ และสิ่งที่ไม่จริงก็คือ สิ่งที่ไม่เกี่ยวกับพระองค์ สิ่งที่ไม่ใช่ข่าวประเสริฐของพระองค์ และตรงข้ามกับข่าวประเสริฐนั้นด้วยเหตุนี้ความเชื่อในพระคริสต์ ก็คือ “การรับใช้ความจริง” (2 โครินธ์ 3:9) ใครที่ไม่รับใช้พระคริสต์ ผู้นั้นก็ไม่รับใช้

ความจริง ในเมื่อทุกความไม่จริงเป็นบาปฉันใด ทุกบาปทั้งหลายก็เป็นความไม่จริงฉันนั้น” (สารุคณ อีอัสติน โปโปวิช, 1 ยอห์น 5:17)

### พระเจ้าคิดอย่างไรกับเรา ?

๖. “พระเจ้ารักเรามากยิ่งกว่าที่พ่อหรือแม่หรือเพื่อนหรือใครสักคนคนหนึ่งจะรัก หรือมากยิ่งขึ้นไปกว่าที่เราจะสามารถรักตัวเราเองได้” (นักบุญ ยอห์น นักเทศน์)

๗. “นักบวชท่านหนึ่งเล่าให้ฟังว่า เมื่อคราวที่เขาเจ็บป่วยหนัก แม่ของเขาได้กล่าวกับพ่อว่า “ลูกของเราช่างทรमानอะไรอย่างนี้ ฉันยอมแม้กระทั่งที่จะให้คนเชือดเดือนฉันออกเป็นชิ้นๆ ถ้านั้นจะทำให้ลูกของฉันหายจากการทรमानได้” นั่นแหละคือ รูปแบบของความรักของพระเจ้าที่มีต่อมนุษย์ทุกคน พระเจ้าสงสารมนุษย์อย่างยิ่ง ถึงขนาดที่ยอมรับความทรमानแทนพวกเขา เหมือนแม่ที่รักของลูกและยังรักมากกว่าเสียอีก แต่หากที่จะเข้าใจความรักอันยิ่งใหญ่นี้โดยปราศจากพระประทานของพระวิญญูณาใดก็ไม่อาจเข้าถึงได้” (หนังสือของสารุคณ ซีลวาน แห่งอาโพน่า, 9:10)

๘. “พระเจ้ารักมนุษย์ทุกคน แต่ใครที่ค้นหาพระองค์ ผู้นี้เป็นผู้ที่พระเจ้ามอบความรักให้มากกว่า พระเจ้าจะประทานพระเมตตาอันยิ่งใหญ่แก่ผู้ที่พระองค์ทรงเลือก เพื่อที่พวกเขาจะได้โอบกอดโลกใบนี้ด้วยความรักเดียวกันกับที่พระองค์ทรงรักพวกเขา โลกทั้งใบ และในใจของพวกเขาเหล่านั้นจะมีไฟลุกโชนเพื่อช่วยเพื่อนมนุษย์ให้รอดพ้นจาก

บาปและได้เห็นพระสิริของพระเจ้าด้วยกัน” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่งอาโพน่า, 9:8)

### ใครกันที่จะได้รู้จักกับพระเจ้าอย่างใกล้ชิด

๘. “(ก่อนที่จะให้มนุษย์เข้าใจภาพรวมของ) ปิรามิดแห่งอียิปต์ คนนั้นจะต้องเชื่อคนที่ได้ใกล้ชิดโดยตรงกับปิรามิดเหล่านี้เสียก่อน หรือไม่ก็เคยใกล้ชิดกับปิรามิดเสียเอง โดยไม่มีบุคคลที่สาม แลกเช่นกัน หากมนุษย์ต้องการเข้าใจเกี่ยวกับองค์พระผู้เป็นเจ้า ก่อนอื่นเขาจะต้องเชื่อคนที่เคยยืนอยู่เคียงข้างและยังคงใกล้ชิดอยู่ถึงปัจจุบัน โดยตรงกับองค์พระผู้เป็นเจ้า หรือไม่ก็เพียรพยายามอย่างหนักเพื่อเข้าใกล้ชิดกับพระองค์ให้ได้” (นักบุญนิโกลัย แห่งเซอร์เบีย “แนวคิดเกี่ยวกับความดีและความชั่ว”)

๑๐. “ในเมื่อความหวานน้ำผึ้งไม่ได้เป็นดังคำพูด หากแต่ต้องลองลิ้มชิมรสเช่นใด ความดีของพระเจ้าต่อมนุษย์ก็ไม่อาจถ่ายทอดด้วยเพียงคำพูดสอนสั่งเท่านั้น ถ้าหากเราไม่เข้าถึงลึกซึ้งในความประเสริฐของพระเจ้าด้วยตนเอง” (นักบุญวาซิลี ผู้ยิ่งใหญ่ “สนทนาในบทสวด” หน้า 29)

๑๑. “คนที่ร่ำรวยและมีอำนาจมากมายคงขอมสละสิ่งมีค่าทั้งปวงเพียงเพื่อได้เห็นพระพักตร์ของพระเจ้าหรือพระมารดาของพระองค์ แต่ไม่ใช่ความร่ำรวยที่จะหาซื้อองค์พระเจ้าได้ แต่เป็นใจที่ถ่อมและอ่อนน้อม คนที่ยากจนต่ำต้อยที่สุดก็สามารถอ่อนน้อมและเข้าถึงพระเจ้าได้โดยไม่จำเป็นต้องมีเงินทองหรือของมีค่าเพื่อที่จะรู้จักพระเจ้า สิ่งที

ต้องมีคือ “ความเป็นคนถ่อมใจและอารี” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 1:11,21)

๑๒. “ไม่ว่าเราจะเรียนมากเท่าไร ก็ยังไม่อาจเข้าใจถึงพระเจ้าได้ดั่งแต่ ถ้าหากเราไม่ดำรงชีวิตตามวิถีธรรมที่พระองค์ทรงตรัส เพราะพระเจ้าไม่ได้เข้าใจได้ด้วยวิทยาศาสตร์ แต่ในด้วยพระจิต นักปรัชญาและนักวิชาการมากมายเข้าถึงความเชื่อในพระเจ้า เชื่อว่าพระองค์มีจริง แต่ไม่เคยรู้จักพระองค์อย่างแท้จริง” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 8:3)

### เราควรคิดอย่างไรเกี่ยวกับพระเจ้า

๑๓. “จงมีใจที่จะเกรงและสยบต่อองค์พระเจ้าเสมอ และจำไว้ว่าพระเจ้าอยู่กับเราเสมอในทุกที่ ไม่ว่าเจ้าจะเดินหรือนั่ง” (นักบุญ เคนนาดี แห่งคอนสแตนติโนเปิล “โซ่ทอง”, 14)

๑๔. “เมื่อเรามีพระเจ้าเราจะไม่กลัว แต่สิ่งที่กังวลใจทั้งหลายจงวางในพระองค์ และพระองค์จะดูแลเรา เชื่อโดยปราศจากความคลางแคลงใจ และพระเจ้าจะช่วยเจ้าตามน้ำพระทัยของพระองค์” (สาธุคุณ วาร์โซโนฟี ผู้ยิ่งใหญ่ “ผู้นำ”, 166)

๑๕. “เราควรรักมนุษย์ทุกคนอย่างสุดจิตสุดใจ แต่ความเชื่อมั่นนั้นให้วางไว้ในพระเจ้าพระองค์เดียว และรับใช้พระเจ้าเพียงพระองค์เดียว เพราะพระองค์คอยคุ้มครองเรา และเหล่าเทวดาก็คอยช่วยเหลือเรา ส่วนมารศัตรูทั้งหลายไม่มีอำนาจฤทธิ์เดชใดที่จะทำอันตรายเราได้ แต่ถ้าหากพระเจ้าจะทอดทิ้งเราไปละก็ ไม่ว่าเพื่อนฝูงเรา



หรือใครก็จะผละไปจากเรา และเหล่ามารทั้งหลายก็จะมีฤทธิ์เดชเหนือเรา  
ได้” (สาธุคุณมักซิม นักเทศนา “บทว่าด้วยความรัก”, 4:95)

๑๖. “ถ้ามนุษย์จะไม่กังวลในสิ่งใดๆ เกี่ยวกับตนเองเพื่อ  
เห็นแก่ความรักของพระเจ้าและความดีของพระองค์ต่อเราแล้ว ขอให้เรารู้  
ไว้ว่าพระเจ้านั้นทรงเป็นห่วงเรา นั่นแหละคือความหวังอันแท้จริงและ  
หลักแหลม แต่ถ้ามนุษย์หมกมุ่นอยู่แต่กับเรื่องของตนเองอย่างเดียว และ  
อธิษฐานต่อพระเจ้าเพียงเมื่อเกิดภัยลำบากที่ตนเองไม่อาจแก้ไขได้มาถึง  
คน และเริ่มคาดหวังให้พระเจ้าให้ทรงช่วยเหลือเรา ความหวังแบบนี้มัน  
ลมๆ แล้งๆ และเป็นเท็จ ความหวังอันแท้จริงมีเพียงเพื่อค้นหาสรวง  
สวรรค์ของพระเจ้า หัวใจจะไม่มี ความสงบจนกว่าจะได้พบกับความหวัง  
อันนี้ เพราะความหวังนี้ทำให้เราวางใจลง และทำให้เพิ่มเติมความปิติใน  
ใจเรา” (สาธุคุณเซราฟิม แห่งซาโรว่า “คำสั่งสอน”, 4)

### พระเจ้าดูแลเกี่ยวกับทุกสิ่งทุกอย่าง

๑๗. “อย่าพูดว่า สิ่งนั้นเกิดขึ้น โดยบังเอิญ ส่วนสิ่งนี้เกิดขึ้น  
โดยตัวของมันเอง ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ ไม่มีสิ่งที่เกิดขึ้นโดยไม่เป็นไป  
ตามระเบียบ หรือเป็นไปตามกำหนด ไม่มีสิ่งใดที่ไร้ความหมาย และไม่มี  
เหตุบังเอิญที่มันเกิดขึ้น ผมบนศีรษะของคุณมีกี่เส้น แต่ละเส้นพระเจ้าไม่  
เคยลืมนับ เห็นไหมว่าแม้แต่สิ่งที่เล็กน้อยที่สุดก็ยังมี ความหมาย สายพระ  
เนตรของพระเจ้าไม่เคยมองข้ามสิ่งใด” (นักบุญวาซีลี ผู้ยิ่งใหญ่)

๑๘. “ความจริงที่ไม่น่ากลางแกลงใจ คือ พระเจदनรมย์  
อันยิ่งใหญ่ของพระเจ้าทรงปกแผ่ไปถึงทั่วทุกสรรพสิ่งที่มีอยู่ในโลกอย่าง

แท้จริง พระเจ้าได้ทรงจัดเตรียมทุกอย่างไว้พร้อมและทรงดูแลเกี่ยวกับทุกเรื่อง นี่เองที่เป็นประจักษ์ความรักความเอาใจใส่ของบิดาแห่งสรวงสวรรค์ที่อัครสาวกเปโตรผู้ประเสริฐกล่าวไว้ว่า “จงละบรรดาความกระวนกระวายของท่านไว้กับพระองค์ เพราะว่าพระองค์ทรงห่วงใยท่านทั้งหลาย” (1 เปโตร 5:7), (นักบุญอิลิยา มินยาทีย์ เทศนาในคราวถือศีลออกครั้งใหญ่, 1)

๑๕. “เป้าหมายของพระเจตนารมณ์ของพระเจ้า อยู่ที่มนุษย์ทุกคน ที่ล้วนหลากหลายในการถูกความชั่วครอบงำ เพื่อพระองค์จะได้ทรงนำพาพวกเขากลับมารวมกันด้วยความเชื่อที่ถูกต้องและความรักในจิตวิญญาณ ด้วยเหตุนี้พระองค์จึงทรงยอมทนทุกข์ทรมาน “แต่เพื่อจะรวบรวมบุตรทั้งหลายของพระเจ้าที่กระจัดกระจายไปนั้น ให้เข้าเป็นพวกเดียวกัน” (ยอห์น 11:52), (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก”, 4:17)

### ผู้ที่ได้รู้จักกับพระเจ้า

๒๐. “ยิ่งมนุษย์ดำรงชีวิตในฝ่ายวิญญาณมากเท่าไร เขาก็จะยิ่งเข้าถึงวิญญาณมากเท่านั้น เขาจะเริ่มเห็นพระเจ้าในทุกๆ สิ่ง ในทุกสิ่งเขาจะเห็นการสำแดงตนและพระสิริของพระองค์ ตลอดเวลาและในทุกที่ที่เขาจะเห็นตนเองอยู่กับพระเจ้า และยึดติดกับพระเจ้าแต่เพียงผู้เดียว แต่หากมนุษย์ยังดำรงชีวิตกับฝ่ายเนื้อหนังมากเท่าใด เขาก็จะเห็นในทุกสิ่งเป็นเนื้อหนังไปหมด เขาจะไม่เห็นพระเจ้า แม้แต่ในขณะที่พระองค์ทรงสำแดงและเปล่งพระสิริอย่างที่สุด เพราะเขาจะเป็นเพียงแก่เนื้อหนัง

วัตถุ ในทุกที่และตลอดเวลา เขาจะพูดว่า “ไม่มีพระเจ้าในสายตาเรา” (สคฺติ 35:2), (นักบุญยอห์น แห่งครอนชตาคท์ ชีวิตของอาตมาในพระคริสต์ 1:5)

๒๑. “เมื่อจิตใจเข้าถึงความรักของพระเจ้าโดยผ่านพระจิต แล้ว เมื่อนั้นก็จะเริ่มรู้สึกได้ว่า พระเจ้าทรงเป็นพระบิดาของเรา ที่แสนสนิท แสนใกล้ชิด แสนรักใคร่ แสนดีที่สุด และไม่มีความสุขอื่นใดจะดีไปกว่าการรักพระเจ้าทั้งหัวใจทั้งใจและปัญญาเหมือนที่เรารักตนเอง และเมื่อรักแบบนั้นเกิดขึ้นในใจเรา อะไรๆ ก็ทำให้เรามีความสุขไปได้” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 9:15)

๒๒. “อย่าหงุดหงิด หากว่าไม่รู้สึกรักว่าความรักของพระเจ้าอยู่ในตัวเรา แต่ให้เราตระหนักและครุ่นคิดถึงพระองค์ ว่าพระองค์ทรงเปี่ยมด้วยเมตตา และถ้อยห่างจากบาป และน้ำพระทัยที่เปี่ยมล้นของพระเจ้าจะทรงช่วยเหลือตัวเอง” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 9:16)

๒๓. “เมื่อโยนตะปูเข้าไปในกองเพลิง มันก็จะถูกเผาจนร้อนและเปล่งแสงร้อนเหมือนเปลวไฟนั้น เช่นกันกับมนุษย์เราเมื่อได้สดับฟังพระธรรมของพระเจ้า และดำรงชีวิตตามมรรคนั้น เจ้าก็จะเป็นเหมือนดั่งองค์พระเจ้า” (สาธุคุณซิมิโอน แห่งไคบาวา “คำเทศนา”, 26)

๒๔. “จิตใจที่ได้รู้จักกับพระเจ้าแล้วอย่างเต็มเปี่ยม จะไม่แสวงหาสิ่งอื่นใดอีก และจะไม่ยึดติดกับสิ่งอื่นใดในโลกนี้ หากแม้แต่จะยกจักรวรรดิให้ ไฉนนั้นก็ใช่ว่าจะไม่อยากได้เลย เพราะความรักของพระคริสต์นั้นช่างอ่อนหวาน และเปี่ยมปิติ และทำให้จิตใจถึงขนาดที่ชีวิตอันเลิศ

อย่างราชาที่ไม่อาจหักห้ามใจนี้ไปได้” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่ง อาโพน่า, 9:13)

### พระคริสต์และพวกเรา

๒๕. “มีสิ่งเดียวที่ต้องแสวงหาคือ การจะได้อยู่กับพระเยซู คริสต์เจ้า ผู้ที่ร่ำรวยคือผู้ที่ได้อยู่กับพระองค์ เป็นไปได้แม้แต่คนที่อยู่บน โลกนี้อย่างต่ำสุดยอดสุด ส่วนคนที่แสวงหาและสะสมแต่สิ่งของวัตถุ บนโลกก็จะไม่ได้อะไรหลงเหลือ ไม่ว่าทางวัตถุหรือทางจิตใจ ผู้แสวงหา อาณาจักรสวรรค์นั้น เป็นนายที่แท้จริงเหนือโลกทั้งใบนี้” (นักบุญ อิกนา ทิ (เบเรียน ซานินนอฟ) “สังฆบิดร หลวงพ่อเยฟเกนี”)

๒๖. “กระแสน้ำของวัตถุต่างๆ ที่ไม่ถาวรเหล่านี้นำพาเราให้ หลงไป แต่ในกระแสนั้นก็ยังมิดันไม้ต้นหนึ่งเดิบโต นั่นคือ พระเยซู คริสต์ พระองค์ทรงน้อมรับพระวรกายของมนุษย์ และเสียดพระกาย นั้นแล้วได้เสด็จสู่สวรรคต พระองค์ทำตนเหมือนคนทั่วไปในกระแสนั้น หากกระแสนั้นจะพัดพาเจ้าให้ลอยหายหรือกึ่งเกาะต้นไม้ นั้นไว้ ความหลงในโลกมนุษย์พัวพันเจ้าไว้หรือ กึ่งเกาะพระคริสต์ไว้เพื่อช่วย เจ้า พระองค์ยอมกลายเป็นเหมือนเจ้าที่ไม่เป็นอมตะ เพื่อจะได้ทำให้เจ้า เป็นนิรันดร์เหมือนพระองค์ ช่างแตกต่างเสียนี้กระไรระหว่างคนสองคน ในห้องขังมืด ถ้าหากคนหนึ่งเป็นผู้ต้องหา ส่วนอีกคนเป็นผู้มาเยี่ยม บางครั้งเราก็ไปเยี่ยมเพื่อนของเรา และดูเหมือนกลายเป็นว่าเราจะเหมือน พวกนักโทษนั้น แต่เปล่าเลย มันแตกต่างกัน ทว่าคนหนึ่งถูกขังเพราะ ความรู้สึกผิด ส่วนอีกคนมาเพราะรักในมนุษย์ เช่นกันกับความตาย

ความผิดจะกักขังเราไว้ แต่ว่าพระคริสต์มาหาเราโดยเปี่ยมด้วยน้ำพระทัยเมตตา พระองค์เข้ามาในห้องขังมีคินในฐานะผู้ปลดปล่อย เพื่อยอมรับเป็นผู้ต้องหาแทนเรา” (ออกัสติน ผู้ประเสริฐ “จดหมายเหตุแก่ชาวปาร์เธียนส์”, 2:10)

๒๓. “มนุษย์ในโลกจำเป็นต้องเลือกแก้ปัญหาหนึ่งนั่นคือ จะอยู่กับพระคริสต์ หรือจะต่อต้านพระคริสต์ และทุกคน ไม่ว่าจะประสงค์อันใด จำเป็นต้องเลือกตอบคำถามนี้ว่าจะเป็นผู้รักพระคริสต์ หรือจะเป็นผู้ต่อต้านพระคริสต์ ไม่มีทางเลือกที่สาม” (สาธุคุณ อาอูสติน (โปโปวิซ) “ข้ออธิบายชี้แจง ต่อ 1 ยอห์น 4:3”)

๒๔. “ทำปัญญาของคนให้สะอาดปราศจากความโกรธ และความคิดที่น่าละอายทั้งหลาย แล้วเจ้าจึงจะได้รู้ว่า พระคริสต์จะสถิตอยู่ในตัวเจ้า” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก”, 4:76)

**การเกรงกลัวต่อพระเจ้า** (ความเกรงกลัวที่จะไปลบหลู่ความรักของพระเจ้าที่มีต่อเราด้วยบาป)

๒๕. “การเกรงกลัวต่อพระเจ้าทำให้จิตใจสว่าง ขจัดความโสมมออกไปจากใจ ให้แรงกระหายลดลง และขับไล่ความมืดมัวชั่วช้าออกจากจิตใจ และทำให้เราสะอาด ความเกรงกลัวต่อพระเจ้า คือ สุดขอบของสติปัญญา หากไม่มีสิ่งนี้แล้ว ก็ไม่มีอะไรดีทั้งนั้น ใครที่ไม่เกรงกลัวต่อพระเจ้า คนนั้นก็เปิดประตูให้แก่มารเข้ามาทำร้ายตัวเอง” (สาธุคุณ เอเฟรม ซีริน)

๓๐. “คนเราจะมีความเกรงกลัวต่อพระเจ้า ก็ต่อเมื่อตระหนักถึงความตายของตนเอง และความทรमानในการถูกลงโทษ เพราะบาป ถ้าหากเรามาใคร่ครองในทุกๆ คืนว่า วันหนึ่งๆ เราได้ทำอะไรไป และใคร่ครองในเช้าแต่ละวันว่า คืนหนึ่งๆ เราได้ทำอะไรและเราได้ทำให้คนอื่นเป็นที่เดือดร้อนใจหรือไม่” (สาธุคุณ คุณพ่อโดโรธี “คำสอนจรรโลงใจ”, 4)

๓๑. “บาปทำให้มนุษย์ขาดกลัว ส่วนชีวิตที่แท้จริงในพระคริสต์ทำให้เขากลับหาญ” (นักบุญ ยอห์น นักเทศน์ “เกี่ยวกับเรื่องรูปเคารพ”, 8:2)

๓๒. “ใครที่เป็นทาสของพระเจ้า คนนั้นก็จะมี ความเกรงกลัวเพียงแต่ต่อพระเจ้าผู้บันดาลนั้น แต่ใครที่หาได้เกรงกลัวพระเจ้าไม่ คนนั้นก็มักจะกลัวไปหมดทุกเรื่องแม้แต่เมื่ออยู่ได้ชายคาบ้านตัวเอง ความกลัวคือ ผลของความไม่เชื่อ ใจที่ยิ่งยโสคือ ทาสของความกลัว การเชื่อมั่นในตนเอง และจะเป็นไปได้ถึงขนาดที่ว่าสะท้านแม้แต่เพียงเสียงอันอ่อนไหวและกลัวแม้แต่เงาของตัวเอง” (สาธุคุณ ยอห์น เลียสตีวิชนิค “เลียสตีวิชซ่า”, 21.11.1,4)

๓๓. “ใครที่เกรงกลัวต่อพระเจ้า ผู้นั้นก็จะอยู่เหนือความกลัวทั้งหลาย เขาจะสะท้านออกจากความกลัวทั้งหลายในโลกนี้ไปเสียหมด และจะไม่มီးอะไรเข้ามาทำให้เขาสะท้านไปได้” (สาธุคุณ เอเฟรม ซิริน “เกี่ยวกับความเกรงต่อพระเจ้าและวันพิพากษาสุดท้าย”)

## ความไม่เชื่อ

๑๔. “ความเท็จเป็นสิ่งที่ทำให้เราออกห่างจากพระเจ้า และมีเพียงความเท็จ ความคิดที่เท็จ คำพูดเท็จ ความรู้สึกเท็จ ความปรารถนาเท็จ เหล่านี้คือแหล่งรวมของความเท็จทั้งหลาย ที่นำเราไปสู่การไม่มีชีวิต ภาพลวงตา และการตัดขาดจากพระเจ้า” (นักบุญนิโกลัซ แห่ง เซอร์เบีย “แนวคิดเกี่ยวกับความดีและความชั่ว”)

๑๕. “พระเจ้าจะไม่ทรงปรากฏองค์ต่อจิตที่หยิ่งยโส คนที่อวดดีต่อให้ฉลาดรู้หนังสือสักกี่พันเล่ม ก็ไม่มีทางเข้าใจพระเจ้าไปได้ เพราะพระจิตของพระองค์จะไม่ทรงสถิตแก่ใจที่หยิ่งยโส นั้น พระเจ้าเข้าถึงได้ด้วยพระจิตเท่านั้น” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 3.11)

๑๖. “คนเราเข้าใจในพระเมตตาของพระจิตได้มากเท่าไร เราก็สามารถวิเคราะห์พิจารณาถึงเรื่องของพระเจ้าได้มากเท่านั้น เพราะเราไม่สามารถคิดและวิเคราะห์เรื่องต่าง ๆ ที่เรายังไม่เห็นและไม่รู้มาก่อนหรือไม่เคยได้ยินมาก่อนได้ นักบุญต่างกล่าวว่า พวกเขาเคยเห็นพระเจ้า ส่วนอีกพวกบอกว่า พระเจ้าไม่มีจริง เห็นได้ชัดว่า พวกเขาพูดแตกต่างกัน เพียงเพราะคนหนึ่งไม่รู้จักพระเจ้า แต่การที่ไม่ รู้ ไม่ได้หมายความว่าพระเจ้าไม่มีจริง นักบุญต่างพูดกันถึงเรื่องที่ว่า พวกเขาได้เห็นจริง ๆ และได้รู้สิ่งที่เห็น” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 8:9)

๑๗. “ความหยิ่งยโสปิดกั้นไม่ให้เราเข้าถึงวิถีของความเชื่อ สำหรับคนที่ไม่เชื่อ ข้าพเจ้าขอให้คำแนะนำดังนี้ คือ ปล่อยให้พวกเขา

“พระเจ้า ถ้าพระองค์มีจริง โปรดจงนำแสงสว่างมาสู่ข้าและข้าจะรับใช้  
พระองค์ด้วยสุดจิตสุดใจ และด้วยความคิดที่อ่อนน้อมและความพร้อมที่  
จะรับใช้พระเจ้า พระองค์จะไม่รีรอที่จะประทานแสงสว่างแก่ใจเขา และ  
เมื่อใจของเขารู้สึกถึงการสถิตของพระเจ้า เขาก็จะรู้สึกได้ว่าพระองค์ได้ให้  
อภัยบาปของเขามาแล้วและรักเขา และจากประสบการณ์ตรงนี้เองเขา  
จะรู้ว่าพระเมตตาแห่งพระจิตเจ้าจะเป็นพยานให้แก่จิตวิญญาณของเราถึง  
การรอดจากบาปของเรา และเมื่อเราประสพ ก็จึงก้าวออกไปให้ก้องโลกว่า  
“พระเจ้าช่างรักเราเสียนี้กระไร” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวาน แห่งอาโฟ  
น่า, 3:6)

๓๘. “ความเชื่อที่จริงใจและร้อนแรงในพระเจ้า จะมีก็แต่  
ในคนที่รักษาตนเองให้พ้นจากบาป ความเชื่อจะคงอยู่ก็ต่อเมื่อเรามี  
จริยธรรม” (สาธุคุณ นิคอน โอบดินสกี)



## ข. โลกทางฝ่ายวิญญาณ

### ความซื่อและบาป

๓๕. “ความเท็จคือ การหลงผิดทางปัญญาส่วนความซื่อคือ การหลงผิดในทางเจตนาธรรมณ์ สัญญาบ่งบอกความเท็จและความซื่อ คือ การตัดสินใจของพระเจ้าเอง สิ่งที่พระองค์สอนเรานั้นคือ ความจริง ส่วนสิ่งที่สอนให้เราปรารถนานั้น คือ สิ่งที่ดีงาม ส่วนสิ่งอื่นนอกเหนือจากนี้ที่ตรงกันข้าม นั้นแล เต็มไปด้วยความเท็จและความซื่อ” (นักบุญ นิโค ลัส คาวาซีลา “7 คำเกี่ยวกับชีวิตในพระคริสต์”, 7)

๔๐. “โลกของเราถูกควบคุมด้วยผู้บงการ 2 อย่างและ แหล่งอำนาจ 2 แหล่ง นั่นคือ ไม่พระเจ้า ก็ซาตาน สิ่งต่างๆ ที่ดีในโลก มนุษย์มีต้นกำเนิดจากพระเจ้า ส่วนสิ่งที่ไม่ดีนั้น มาจากซาตาน สรูปแล้ว อะไรก็ดีที่เป็นของพระเจ้า อะไรซื่อก็คือมาจากซาตาน” (สาธุคุณ อิกุสติน (โปโปวิซ) “ข้ออธิบายชี้แจง ต่อ 1ยอห์น 3:11”)

๔๑. “ไม่ใช่อาหารที่ชั่วร้าย แต่เป็นความตะกละตะกราม และไม่ใช่การให้กำเนิดที่ชั่ว แต่เป็นการสำส่อน และไม่ใช่เงินทองเองที่ชั่วร้าย แต่เป็นความโลภหลงรักในเงินทอง และไม่ใช่ชื่อเสียงเกียรติยศ หากแต่เป็นความใฝ่หาทะเยอทะยาน และหากเป็นเช่นนี้ ก็แสดงว่าในโลกนี้ไม่มีอะไรชั่วร้าย หากแต่ถูกใช้อย่าง ไม่ถูกต้องเท่านั้น” (สาธุคุณมัก ชิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก”, 3:4)

๔๒. “พระเจ้าและความบาปต่างตั้งอยู่ใน 2 ฝั่งที่แตกต่างกัน ไม่มีใครที่สามารถมองพระพักตร์พระเจ้าได้ตาเปล่า โดยไม่หันหลังให้กับบาปของตนเองเสียก่อน เมื่อมนุษย์หันหน้าเข้าหาพระเจ้าแล้ว ทุกเส้นทางของเขาก็จะนำพาเขาไปยังพระเจ้า เมื่อคนๆ นั้นผละออกจากพระเจ้าทุกเส้นทางของเขาก็จะนำเขาไปสู่ความตาย เมื่อใดที่คนละออกจากพระเจ้าทั้งทางวาจาและทางใจ เมื่อนั้นคนๆ นั้นก็ไม่สามารถทำอะไรได้อีกแล้วนอกจากการไปสู่ความเสื่อมโทรมทั้งทางกายและทางใจจนถึงที่สุด” (นักบุญนิโคลัส แห่งเซอร์เบีย “แนวคิดเกี่ยวกับความดีและความชั่ว”)

### อิสราภาพ

๔๓. “ในความเป็นจริง มีเพียงอิสราภาพเดียว นั่นคืออิสราภาพจากพระคริสต์ ที่ปลดปล่อยเราจากบาป ความชั่ว และซาตานทั้งปวง อิสราภาพนี้เชื่อมต่อเราเข้ากับพระเจ้า อิสราภาพอื่นนั้นน่าสะพรึงกลัว ไม่มีความเป็นจริง และในความเป็นจริงคือ มันทำให้มนุษย์กลายเป็นทาสไป” (สาธุคุณ อีอูสติน โปโปวิช, ผู้นำวิกรกรรมและพระธรรม, 2:36)

๔๔. “มีเพียงความเชื่ออย่างเดียวที่ไม่ตายจากเราไปเหมือนสิ่งอื่นๆ ที่จับลงเพียงบนโลกใบนี้ ความเชื่อให้พลังแก่เราในการที่จะไม่หลงพะวงกับสิ่งใดในชีวิตเราที่แสนด้อยค่านี้ และทำให้เราเพียรรักษาความเชื่อและกล้าเดินก้าวข้ามสิ่งต่ำช้าสามัญ และการถูกดูถูก คนที่จะเป็นอิสระได้มีเพียงคนที่เชื่ออย่างลึกซึ้งและด้วยใจจริง และมีเพียงการพึ่งพาจากพระเจ้าเพียงอย่างเดียวในชีวิตของเขาที่ไม่เป็นการลดคุณค่า

ความเป็นมนุษย์และไม่แปลงมนุษย์ให้กลายเป็นทาสที่น่าสงสาร แต่ตรงกันข้าม เป็นการเชิดชูทาสผู้นั้น” (ผู้ทรงมานตอน อเล็กซานเดอร์ เมเค็ม “จดหมายถึงลูก”, 1922)

๔๕. “หลายคนอยากเข้าใจว่า ความสามารถและการไม่แปรเปลี่ยนในสิ่งที่ตนเองต้องการทำนั้นคือ อิศรภาพ แต่คนจำนวนมากที่หลงลึกไปในบาป ตัณหา และความด่างพร้อยของตนเอง จริงๆ แล้วเป็นคนที่ไม่เข้าใจเพียงอิศรภาพผิวเผินภายนอกตราบเท่าที่กฎจะเอื้อให้เขาเข้าถึงได้ แต่คนที่ประสงค์เพียงอิศรภาพแบบนั้น เขาใช้มันเพียงเพื่อช่วยเข้าถึงการตกเป็นทาสภายในใจของเขาเท่านั้น อิศรภาพที่แท้จริงคือ ความสามารถในการทำสิ่งต่างๆ ของมนุษย์ผู้ที่ไม่อ่อนข้อต่อบาป และไม่ตกเป็นทาสในการดูถูกคนอื่น เป็นการเลือกสิ่งที่ดีกว่าในสังขรณ์ของพระเจ้า และนำสิ่งนั้นมาใช้ในชีวิต ด้วยพระพรตามน้ำพระทัยของพระเจ้า นั่นแหละ คือ อิศรภาพที่แท้จริงที่ไม่เป็นที่น่าละอายต่อฟ้าหรือดิน” (นักบุญฟิลาเรต แห่งมอสโคว์ “คำในวันพระราชสมภพของพระเจ้าซาร์นิโคลัสที่ 1”, ปี 1851)

๔๖. “พระเจ้าทรงประสงค์ที่จะให้เรารักกันและกัน และในอิศรภาพเหล่านี้ ให้เราเดินอยู่ในความรักของพระเจ้าต่อผู้ใกล้ชิดเรา ในที่นี้ก็เกิดเป็นอิศรภาพและภราดรภาพ แต่ในทางโลก ภราดรภาพไม่มีหรอก เพราะมันไม่จำเป็นสำหรับจิตใจ ไม่ใช่ทุกคนจะเป็นพระมหากษัตริย์ได้ ไม่ใช่ทุกคนจะเป็นพระสังฆราชหรือเจ้านาย แต่ในทุกสถานะสังคม ทุกคนสามารถรักพระเจ้าได้ และทำให้พระเจ้าพึงพอพระทัยได้ และมีเพียงแต่สิ่งนี้เท่านั้นที่สำคัญที่สุด และใครในโลกยังรักพระเจ้ามาก คน

นั่นก็ยิ่งสูงส่งในอาณาจักรของพระองค์” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่งอาโพน่า, 8:23)

### เป้าหมายของชีวิต

๔๗. “ชาวคริสต์ทุกคนต้องค้นหาหน้าที่ของตน และหาแรงคลใจที่จะทำตนให้เป็นคนดีตลอดเวลา ถ้าเราดำรงชีวิตโดยปราศจากความพยายามและการมีความหวังที่จะเป็นคนดี เราก็จะกลายเป็นชาวคริสต์เพียงแต่ชื่อ แต่ไม่ใช่ในความเป็นจริง หากปราศจากความบริสุทธิ์ใจแล้ว ไม่มีทางที่จะเข้าถึงพระเจ้าได้ และไม่มีทางเข้าถึงความประเสริฐของพระองค์ได้ จริงอยู่ที่พูดกันว่า พระเยซูคริสต์มายังโลกเพื่อช่วยเหลือผู้มีบาป (1 ทิโมธี 1:15) แต่เราไม่สามารถหลอกตนเองไปได้ว่า เราจะสามารถรอดจากบาปได้โดยยังเป็นมนุษย์ที่ทำบาป พระเยซูช่วยคนบาปโดยหยิบยื่นวิธีที่ทำให้เขาเหล่านั้นพ้นจากบาปได้” (นักบุญ ฟิลาเรต แห่งมอสโคว์ “คำกล่าวเมื่อวันที่ 23 กันยายน 1847)

๔๘. “การเข้าถึงความบริสุทธิ์ใจ ไม่ใช่เพียงเรื่องของนักบวชทั้งหลาย อย่างที่คนทั่วไปคิดเท่านั้น หากแต่เป็นเรื่องของทุกคน ทั้งคนที่มีครอบครัวแล้ว คนทำงานไม่ว่าอาชีพใด คนที่มีชีวิตบนโลกนี้ เพราะพระโอวาทของพระเจ้าเกี่ยวกับความสมบูรณ์และความบริสุทธิ์นั้น พระเจ้าไม่ได้ให้แก่คนบวชอย่างเดียว แต่ให้แก่ทุกคน” (นักบวชผู้ทนทุกข์ทรมาน โอนูรีย์ กากาลยุก)

๔๙. “เป้าหมายสำคัญของชีวิตเรานั้น คือ การสนทนาธรรมกับพระเจ้าอย่างจริงจัง ด้วยเหตุนี้เองที่พระบุตร พระเยซู ทรงเสด็จ

มาจตุเป็นมนุษย์ เพื่อสอนเราให้เข้าถึงการเข้าสนทนาธรรมกับพระเจ้า ที่ ถูกทำลายตัดขาดไป เพราะความบาปของมนุษยชาติ โดยผ่านทางพระ บุตรคือพระเยซู เราสามารถเข้าหาและสนทนากับพระเจ้า พระบิดาของ เรา และสามารถเข้าถึงเป้าหมายในชีวิตเราได้” (นักบุญ ฟิโอฟาน ซาท โวโรนิก “จดหมายถึงคนหลายคน”. 24)

๕๐. “เหมือนกับเวลาที่คนเดินทางออกศึกสงคราม พวกเขาไม่ได้ออกศึกเพื่อความสนุก หลงไหลในสงคราม แต่เพื่อรอดกลับมา จากสงคราม เช่นกันเราได้มายังโลกมนุษย์นี้ไม่ใช่เพื่อหลงไหลสนุกไป กับโลกใบนี้ แต่เพื่อรอดออกไปจากโลกนี้ คนทั้งหลายไปสงครามเพื่อ อะไรที่ยิ่งใหญ่กว่าสงคราม เช่นเดียวกัน เมื่อเรากำลังผ่านชีวิตในโลกนี้ ไป เราก็อาศัยเพียงเพื่ออะไรที่ดีกว่า นั่นคือ เพื่อชีวิตที่เป็นนิรันดร์ ด้วย เหตุนี้ ทหารจึงดีใจที่ได้กลับบ้านหลังสงคราม เช่นเดียวกันกับ ชาวคริสต์ ก็ควรรำลึกถึงวันสุดท้ายของตน และดีใจที่จะได้กลับไปหาพระบิดาใน สวรรค์” (นักบุญนิโคลัส แห่งเซอร์เบีย “แนวคิดเกี่ยวกับความดีและความ ชั่ว”)

### นักบุญ

๕๑. “ความประเสริฐแท้คือ ใจที่ถ่อมเพราะใจนั้นจะรัก พระเจ้า ใจที่ถ่อมเหนือสิ่งอื่นใดคือใจของพระมารดา และเป็นแบบอย่าง ของความประเสริฐของครุฑผู้ให้กำเนิดทั้งหลายบนโลก และอำนาจใดๆ ทั้งสิ้นในสวรรค์ต่างรับใช้ท่าน และองค์พระผู้เป็นเจ้าเองก็เป็นผู้มอบพระ

มารดาเพื่อช่วยแบ่งเบา และช่วยเหลือพวกเรา” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโฟน่า, 3:14)

๕๒. “ใครที่รักเรา เราก็รัก และเราจะยกย่องเชิดชูผู้ที่ยกย่องเชิดชูเรา” (สุภาษิต 8:17, 1 พงศกัมมัตรีย์ 2:30) พระองค์ทรงตรัสดังนี้เกี่ยวกับนักบุญของพระองค์ นักบุญทั้งหลายพระองค์ได้ทรงมอบพระจิตไว้ให้ และพวกเขาเหล่านั้นก็รักเราในพระจิตนั้น นักบุญทั้งหลายจะได้ยินเสียงคำอธิษฐานของพวกเขา และได้รับพลังในการช่วยเหลือพวกเรา จากพระเจ้ามอบให้พวกเรา สิ่งเหล่านี้เป็นที่รู้จักกันในหมู่ชนชาวคริสต์” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโฟน่า, 8.1.8)

๕๓. “มีคนจำนวนมาก รู้สึกว่านักบุญช่างห่างจากพวกเขาเหลือเกิน แต่ความจริงพวกเขาทำตัวเองออกห่างจากพวกนักบุญเองต่างหาก และนักบุญก็ใกล้ชิดกับคนที่รักษาพระโอวาทของพระเยซูคริสต์ และมีพระจิตเมตตาของพระจิตเจ้า ในชั้นสวรรค์ทุกสิ่งเคลื่อนไปด้วยพลังของพระจิตเจ้า แต่บนโลกนี้ก็เช่นกัน พระวิญญาณของพระเจ้ายังคงสถิตอยู่ในพระวิหารของเรา พระองค์อยู่ในที่ลับ พระองค์อยู่ในพระวาจาของพระเจ้า อยู่ในจิตวิญญาณของผู้ที่เชื่อในพระเจ้า พระวิญญาณเชื่อมต่อกันที่เชื่อทั้งหลายเข้าไว้ด้วยกัน ด้วยเหตุนี้ นักบุญจึงอยู่ใกล้กับเรามาก และเมื่อเราสวดมนต์อธิษฐานถึงพวกเขา พระวิญญาณจะได้ยินเสียงอธิษฐานของเรา และจิตใจของเราจะรู้สึกได้ว่าพวกเขาก็อธิษฐานเพื่อพวกเราในยามนั้นเช่นกัน” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโฟน่า, 7:3)

๕๔. “นักบุญคล้ายกับองค์พระผู้เป็นเจ้า แต่พวกเขาเป็นเพียงแค่มนุษย์ ซึ่งรักษาตนในพระโอวาทของพระเยซู คุณคล้ายพระเยซู ส่วน

คนที่ใช้ชีวิตตามคตินหาอารมณ์ของตนเองและไม่ได้สารภาพต่อบาปของตน คนเหล่านั้นก็คล้ายบุตรหลานของซาตาน ข้าพเจ้าคิดว่า ถ้าความลับนี้เปิดเผยให้แก่คนทั่วไป พวกเขาก็คงจะเลิกรับใช้อานาจมาร และแต่ละคนก็คงพยายามจะเข้าหาพระเจ้าเพื่อเป็นเหมือนพระองค์ให้ได้อย่างเต็มที่” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่งอาโพน่า, 8:9)

๕๕. “เมื่อจิตใจของพระมารดาเจ้ามีพระวิญญาณบริสุทธิ์สถิตอยู่ เมื่อยามที่พระเจ้าเป็นเหมือนญาติสนิทของเหล่าพระอัครสาวกเหล่าเสนาบดีผู้เผยพระวจนะของพระเจ้า เหล่านักบุญและผู้ทรงธรรม เมื่อนั้นใจก็จะไม่อาจหักห้ามเพื่อหนีออกไปยังโลกภายนอก และไม่อาจหยุดยั้ง ใจนั้นจะเฝ้าถวิลและเฝ้าวอน และไม่อาจหยุดเฝ้าอธิษฐานได้เลย และแม้แต่กระทั่งกายจะเป็นทุกข์ไปและอยากพักผ่อนเสีย แต่เมื่อกายเอนตัวลง ใจยังคงมุ่งไปหาพระเจ้า เพื่อไปยังอาณาจักรของนักบุญของพระองค์” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่งอาโพน่า, 1:28)

### พระคัมภีร์

๕๖. “พระวจนะนำเราไปหาพระเจ้า และเปิดทางแก่การรู้จักพระเจ้า” (นักบุญ ยอห์น นักเทศน์ “การสนทนาธรรมเรื่องข่าวประเสริฐ” ยอห์น 59:2)

๕๗. “ในหมู่โรคภัยต่างๆ ที่เกาะกินร่างกายมนุษย์นั้น ไม่มีสักสิ่งเดียว ไม่มีทั้งทางจิตใจ ทั้งทางร่างกาย ที่จะไม่สามารถรับการรักษาให้หายไม่ได้โดยพระวจนะของพระเจ้า” (นักบุญ ยอห์น นักเทศน์ “สนทนาธรรมเรื่องข่าวประเสริฐ บทยอห์น 29:1”)

๕๘. คนที่ตาไม่อาจมองเห็นแสงไม่สามารถเดินได้ตรงตามทางอันใด ผู้ไม่เห็นแสงพระธรรมจากพระวณะของพระเจ้าก็จักพร่ำทำบาปอยู่ต่อไป เพราะมัวแต่เดินอยู่ในความมืดอันมัวมิดมหาศาล” (นักบุญ ยอห์น นักเทศน์ “สนทนาธรรมเรื่องข่าวประเสริฐ บทโรมัน 0:1)

๕๙. “คนที่มีใจถ่อมและดำรงชีวิตทางฝ่ายวิญญาณ อ่านพระวณะของพระเจ้า จะรับเอาความพิศชอบมาไว้กับตนเองทั้งหมด ไม่ได้โยนให้แก่ผู้อื่น” (สารุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 1:6)

๖๐. “อะไรก็ตามที่คุณเจอในพระวณะของพระเจ้า ก็จงค้นหาจุดประสงค์ที่แท้จริงของคำพูดนั้น เพื่อให้ตัวเองสามารถเข้าถึงเบื้องลึกของจิตใจของนักบุญได้ และเข้าใจนัยลึกซึ้งนั้นอย่างชัดเจน ก่อนจะอ่านพระวณะของพระเจ้า อย่าเริ่มโดยไม่ได้สวดอธิษฐานก่อน เพื่อขอพรจากพระเจ้า เพราะการอธิษฐานเป็นกุญแจสำคัญในการเข้าใจสิ่งที่ถูกถ่ายทอดออกมาทางพระวณะ” (สารุคุณ อีซาค ซีริน “คำ”, 1:85)

๖๑. “เมื่อใดก็ตามที่ได้เริ่มอ่านหรือฟังพระวณะของพระเจ้า จงอธิษฐานแก่พระเจ้า ดังนี้ว่า “ขอองค์พระเยซูเจ้า โปรดทรงสดับฟังและทรงหันพระเนตรมาหาข้าพระองค์เพื่อให้ข้าพระองค์จะได้สามารถฟังพระวณะของพระองค์และเข้าใจได้และทำตามพระประสงค์พระองค์” จงอธิษฐานอย่างนี้ตลอดเวลา เพื่อให้ปัญญาของตนเองเปิดสว่าง และพระเจ้าจะได้เปิดเผยพลังของพระวณะของพระองค์ คนจำนวนมากที่หวังพึ่งในปัญญาความเข้าใจของคน ต่างหลงทาง” (สารุคุณ เอเฟรม ซีริน)



๖๒. “บาปหนักยิ่งสำหรับคนที่หยิ่งโส ที่อ่านวรรณกรรมทางโลกก่อน แล้วมาอ่านพระวณะของพระเจ้า แล้วสิ่งที่พวกเขาพูดออกมากลับถือเป็นเหมือนกฎเหล็กของพระเจ้า และไม่พยายามที่จะเข้าใจในแก่นแท้ของความคิดของศาสดาหรืออัครสาวกต่างๆ แต่กลับหาข้อความที่ไม่ตรงความหมายออกมาจากพระวณะพระเจ้า ทำให้ดูเหมือนว่าเป็นเรื่องดี ทั้งที่ไม่รู้เลยว่า นั่นเป็นการสอนที่ผิดวิสัย การแปลงความหมายของพระวณะของพระเจ้าและนำพระวณะมาพลิกแพลงให้เข้าหาเจตนารมณ์ของตน โดยไม่ดูความขัดแย้งที่เห็นได้ชัด สิ่งเหล่านี้มีอยู่ในเด็กและนักดัมตุนในการพยายามสอนในสิ่งที่ตัวเองก็ไม่รู้จักและเข้าใจอ่องแท้” (เยโรนิม ผู้ประเสริฐ “จดหมายถึงนักบุญปาฟลิน”)

### ธรรมเนียมจารีตศักดิ์สิทธิ์

๖๓. “ถ้าใครต้องการหลีกเลี่ยงจากการถูกหลอก และใช้ชีวิตในความเชื่ออย่างมีสติ ก็จำเป็นต้องปกป้องความเชื่อของตนเองด้วยการให้ความสำคัญแก่พระวณะของพระเจ้าเป็นอย่างแรก จากนั้นจึงถือปฏิบัติตามด้วยธรรมเนียมจารีตศักดิ์สิทธิ์ แต่แน่นอน ใครบางคนอาจจะถามว่า แล้วถ้าพระคัมภีร์ศักดิ์สิทธิ์สมบูรณ์แบบและเพียงพอสำหรับทุกอย่างแล้วละก็ ทำไมจึงยังจำเป็นต้องมีธรรมเนียมจารีตศักดิ์สิทธิ์ ก็เพราะว่าพระคัมภีร์ศักดิ์สิทธิ์ไม่ได้เข้าใจตรงกันทุกคน ต่างคนต่างเข้าใจกันคนละแบบ จนสามารถที่จะพูดได้ว่า หลายคนก็หลายความคิด แต่ที่ถูกต้องคือต้องเข้าใจด้วยหลักความเชื่อทางศาสนา เพราะฉะนั้นธรรมเนียมจารีตศักดิ์สิทธิ์คืออะไรละ ก็คือสิ่งที่คนทุกคนในคริสตจักรเข้าใจ

ตรงกันนั่นเอง คือสิ่งที่ทุกคนยอมรับว่าใช่ ไม่ใช่สิ่งที่คนคิดตีความเอาเอง สิ่งที่เราต้องทำกับศาสนา ไม่ใช่เรานำศาสนาไปในทางที่เราอยากให้เป็นไป แต่คือการเดินตามในทางที่ศาสนานำเราไป และไม่ใช่การถ่ายทอดสิ่งที่เราคิดเองแก่ลูกหลานของเรา แต่เป็นการรักษาสิ่งที่เราได้รับมาจากบรรพบุรุษของเราต่อไป” (สาธุคุณ วิเคนท์ ลิธินส์กี “บันทึกของเปเร กริน”)

๖๔. “อย่างนี้ก็เกินไปตีความเอาเองจากพระคัมภีร์บริสุทธิ และคัมภีร์อื่นๆ ในไบเบิล พระวณะในไบเบิลถูกถ่ายทอดโดยพระศาสดาพยากรณ์และพระอัครสาวกต่างๆ และไม่ได้เอ่ยขึ้นมาเองโดยโดยนี่ยกอยากจะเอ่ย แต่เป็นพระจิตได้ทรงตรัสพระวณะของพระเจ้าดลบันดาลผ่านพระศาสดาพยากรณ์และอัครสาวกและถูกตีความโดยหลวงพ่อดังต่างๆ และนั่นเองที่พระวณะและการตีความเหล่านั้นก็ต้องอาศัยพระจิตเจ้าเท่านั้น มิใช่เพียงแต่การตีความอย่างนี้อย่างเดียวที่ศาสนจักรออร์ทอด็อกซ์และลูกหลานของศาสนจักรที่แท้จริงเท่านั้นที่ยอมรับ” (หลวงพ่อดิกนาทีย์ เบเรียนซานินอฟ “เกี่ยวกับการอ่านพระคัมภีร์”)

๖๕. “บางครั้งที่ชาวโปรเตสแตนต์ผู้ปุ่นเข้ามาหาข้าพเจ้า และขอให้ข้าพเจ้าอธิบายความหมายบางประการในไบเบิล ข้าพเจ้าพูดว่า “พวกคุณก็มีสาธุคุณ นักมิชชันนารีของตัวเองมิใช่หรือ ก็ไปถามพวกเขาสิ” พวกเขาตอบว่ายังงั้นหรือ พวกเขาบอกว่า “เคยถามแล้ว แต่เขาบอกว่าเข้าใจอย่างที่อยากจะเข้าใจ แต่ข้าพเจ้าอยากจะเข้าใจความหมายที่แท้จริง ไม่ใช่ความเห็นส่วนตัวของตนเอง” พวกเราชาวออร์ทอด็อกซ์ไม่ใช่อย่างนั้น ทุกอย่างโปร่งใสและมีความหวัง แจ่มชัดและมั่นคง เพราะว่า

นอกจากพระคัมภีร์ไบเบิลแล้ว พวกเรายังเชื่อในธรรมเนียมจารีตศักดิ์สิทธิ์ ซึ่งสิ่งเหล่านี้มันคือเสียงที่มีชีวิตและไม่หยุดนิ่ง ซึ่งมีมาในศาสนจักรของเรา นับจากช่วงเวลาทีพระเยซูและเหล่าพระอัครสาวกยังอยู่และจะยังคงตลอดไปตราบนานกาล ในธรรมเนียมนี้เองที่พระคัมภีร์ไบเบิลตั้งอยู่เป็นนิจโดยทั้งหมด” (นักบุญนิโคลัส แห่งญี่ปุ่น “บันทึกประจำวัน” 18 มกราคม 1897)

### ศาสนจักรแห่งพระคริสต์

๖๖. “พี่น้องชายหญิงทั้งหลาย พระเจ้าผู้ทรงเปี่ยมล้นด้วยพระเมตตาของเราทรงอยากให้เรามีความสุขทั้งในชีวิตนี้และในโลกภายหน้า ด้วยเหตุนี้พระองค์จึงทรงสร้างพระวิหารและศาสนจักรของพระองค์เพื่อที่จะชำระเราจากบาปทั้งหลาย เพื่อชำระเราให้บริสุทธิ์ เพื่อให้เราสามารถกลับมาคืนดีกับพระองค์และเพื่อประทานพรจากสวรรค์แก่เรา ด้วยเหตุนี้ในศาสนจักรของพระองค์จึงมีอ้อมกอดของพระเจ้าเปิดกว้างแก่เรา จงเร่งไปหาพระองค์เถิด พวกเราทั้งหลายที่จิตสำนึกเรายังไฝหาในพระองค์จึงเร่งเถิดแล้ววิหารของพระเจ้าจะยกความหนักหน่วงของชีวิตที่เราแบกรับอยู่ออกไป และจะประทานความกล้าให้แก่เราเพื่อเข้าหาพระเจ้าและทำให้หัวใจของเราเต็มไปด้วยความสุขและความประเสริฐ” (นักบุญ เนคตารีย์ เอกินสกี “หนทางสู่ความสุข”, 1)

๖๗. “ศาสนจักรของพระคริสต์เป็นหนึ่งเดียวศักดิ์สิทธิ์ ครอบคลุมทั่วจักรวาลและเป็นไปโดยการควบคุมของพระอัครสาวก ศาสนจักรเป็นช่องทางจิตวิญญาณที่เป็นหนึ่งเดียว ที่มีผู้นำ คือ พระเยซู

คริสต์และพระจิตเจ้าที่สถิตอยู่ในพวกเราทุกคน วัตถุประสงค์ตามพื้นที่ต่างๆ ก็คือตัวแทนชิ้นส่วนต่างๆ ของร่างกายของศาสนจักรแห่งจักรวาล และเป็นเหมือนกิ่งก้านของต้นไม้ต้นเดียว ที่รับการเลี้ยงดูจากรากเพียงรากเดียว และดูดซึมสารอาหารอันเดียวกัน ศาสนจักรของเรานั้นศักดิ์สิทธิ์ เป็นเพราะว่าได้รับการชำระโดยพระวจนะบริสุทธิ์และโดยกิจการการบูชาและการเสียสละ โดยการทนทุกข์ทรมานของผู้ที่ก่อตั้งนั่นคือ พระเยซูคริสต์ ซึ่งเพราะสิ่งนี้เองที่พระองค์ทรงยอมสละพระองค์เองบนไม้กางเขนเพื่อช่วยคนให้รอดจากความตายแห่งห้วงบาปและช่วยชำระคนทั้งหลายให้บริสุทธิ์ ที่ศาสนจักรนั้นเป็นของทั่วทั้งจักรวาลเพราะศาสนจักรนี้ไม่ได้จำกัดด้วยพื้นที่เฉพาะแห่งใดหรือโดยเวลาโดยภาษาหรือโดยกลุ่มคนกลุ่มใดเท่านั้น ศาสนจักรเป็นของมวลมนุษยชาติทั่วทุกคน ศาสนจักรออร์ทอด็อกซ์เรียกว่าปกครองโดยอัครสาวก นั่นเป็นเพราะว่า พระจิตวิญญาณ คำสั่งสอน และกิจการทั้งหลายของเหล่าพระอัครสาวกนั้น ถูกรับถ่ายทอดมาและคงรักษาไว้โดยศาสนจักรออร์ทอด็อกซ์นั่นเอง” (นักบุญ นิโคลัส แห่งเซอร์เบีย “คาเทซิซิส”)

๖๘. “เราทั้งหลายต่างก็รู้และตระหนักดีว่า การออกห่างจากคริสตจักร ไม่ว่าจะโดยทางแตกแยก หรือทางการเชื่อเรื่องไร้สาระ หรือการเชื่อในทางนิกายนอกรีตก็ดี ทั้งหมดนี้ต่างก็เป็นการตายจากทางวิญญาณแล้วทั้งสิ้น สำหรับเราแล้ว ไม่มีคริสตจักรอื่นใดนอกจากของเรา เพราะถ้าพระคริสต์เป็นผู้สร้างคริสตจักร และถ้าคริสตจักรเป็นร่างกายของพระองค์แล้ว การออกจากร่างกาย นั่นก็เหมือนการตายไปแล้วนั่นเอง” (นักบุญอิลาริออน (โตรอิทสกี) “เกี่ยวกับชีวิตในคริสตจักร”)

๖๕. “ไม่จำเป็นที่จะต้องหาสัจธรรมอื่นใดจากด้านอื่น ถ้า สัจธรรมนั้นสามารถหาได้ง่ายดายในคริสตจักร เพราะว่าในคริสตจักรนั้น เหล่าพระอัครสาวกทั้งหลายต่าง ได้เติมสิ่งที่เป็นสัจธรรมไว้ให้ในศาสน จักรเหมือนกับเติมของล้าค่าไว้ในไหสมบัติ ผู้ใดที่ประสงค์จะได้รับ ก็ สามารถมาค้ำน้ำแห่งชีวิตได้ เพราะศาสนจักร ก็คือ ประตูแห่งชีวิต” (นักบุญ อีรีเนีย ลีออนสกา “ต่อต้านสิ่งไร้สาระ”, 3:4)

๗๐. “ศาสนจักรนั้นประเสริฐและบริสุทธิ์ แม้ว่าในนั้นจะมีคนบาปอยู่ แต่คนบาปที่ชำระตนบริสุทธิ์ด้วยการสารภาพบาปอย่าง จริงใจก็ไม่ได้ทำให้ตัวของศาสนจักรต่างพร้อยไป แต่คนบาปที่ไม่ว่าจะ โดยอำนาจของศาสนจักรที่เห็นได้ หรืออำนาจของพระเจ้าที่เห็นไม่ได้ ก็ ยังไม่ยอมสารภาพและสำนึกผิดต่อบาปนั้น ก็จะถูกลดออกจากร่างกาย ของพระคริสต์เหมือนกับส่วนของร่างกายที่เสียไปแล้ว และด้วยเหตุนี้จึง ถือว่าศาสนจักรยังคงความบริสุทธิ์อยู่นั่นเอง” (นักบุญฟิลาเรต “คาเทอิ ชิส”)

๗๑. และ ๗๒. “เมื่อไรที่เราอยู่กับพระเยซูหรือ? ก็เมื่อ เราดำรงชีวิตโดยสอดคล้องกับพระวณะของพระเจ้า และเมื่อเราอยู่ในศา สนจักร เพราะในศาสนจักรไม่ได้มีเพียงแก่พระวณะ แต่ยังต้องมืองค์ พระผู้เป็นเจ้าของอยู่ด้วย พร้อมกับความสมบูรณ์แบบและความดิงามของ พระองค์ พระศาสนจักรก็คือ ร่างกายของพระเยซู บุตรมนุษย์และบุตร สวรรค์ ที่เป็นนิจันรันคร์ตลอดกาล... โดยในนั้นพระองค์ทำกิจการ โดย ผ่านพระนักบวช โดยผ่านผู้ที่ทำความดีทั้งหลาย พระเจ้าของเราพระเยซู ทรงอยู่กับเราไปตลอดเวลาไม่เคยขาดพร้อมๆ กับศาสนจักรของพระองค์

และพระองค์ก็อยู่กับพวกเราทุกคนที่เป็นสมาชิกของศาสนจักรไปตลอดกาล พระองค์ทรงสร้างกายของพระองค์ไว้ที่ศาสนจักร และมอบพระวรกายของพระองค์ไว้กับเราตลอดเวลา เพื่อให้เราสามารถอยู่อาศัยบนโลกนี้ได้ เหมือนกับที่พระองค์เคยอยู่ที่นี่” (นักบุญ อีอูสติน โปโปวิช “วิเคราะห์ 1 ยอห์น 4:9,17”)

### ผู้ช่วยชี้แนะทางวิญญาณ

๓๓. “จงตระหนักว่า ในร่างกายของผู้ที่เชื่อในจิตวิญญาณก็มีพระจิตอาศัยอยู่ และพระวิญญาณก็จะบอกแก่ผู้นั้นว่า เขาควรทำอะไรอะไรอย่างไร แต่ถ้าเจ้าคิดเอาว่า ผู้ที่เชื่อก็มีชีวิตอย่างแหละแหละ แล้วพระจิตจะไปอาศัยอยู่ในตัวเขาอย่างไรเล่า ความคิดแบบนี้แหละที่จะทำให้เจ้าต้องเป็นทุกข์เสียเอง พระเจ้าจะถ่อมใจเจ้าและในไม่ช้าเจ้าก็จะตกอยู่ในภวังค์ของบาป” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 2:1)

๓๔. “ถ้าคนไม่ได้พูดความจริงทั้งหมดออกมาแก่นักบวชเมื่อนั้นทางเดินชีวิตของเขาก็จะมีคดมน และไม่ได้นำเขากลับไปสู่พระเจ้า แต่ใครที่พูดความจริงออกมาทั้งหมด คนๆ นั้นก็พบทางเดินสายตรงไปสู่สวรรค์” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 8:9)

๓๕. “จงพูดความจริงทุกอย่างออกมาแก่ท่านสาธุคุณนักบวชผู้รับสารภาพบาป แล้วพระเจ้าจะเมตตาเจ้า และเจ้าจะรอดพ้นจากภวังค์ของบาป แต่ถ้าเจ้าคิดเอาว่า เจ้ารู้เรื่องทุกอย่างทางฝ่ายวิญญาณมากกว่าที่เจ้าประคูนนักบวชทั้งหลายรู้และเลิกที่จะสารภาพบาปกับนักบวชแล้วล่ะก็ อาจเกิดภัยจากบาปอันเนื่องจากการหลงผิดในความคิด

ของเจ้าเข้ามาคุกคามชีวิตเนื่องจากความหยิ่งโสของเจ้าก็เป็นได้”  
(หนังสือของสาธุคุณ ซีลวาน แห่งอาโฟน่า, 8:11)

๗๖. “พระวิญญาณบริสุทธฺิจะดำเนินกิจการทางฝ่าย  
วิญญาณผ่านทางพระสงฆ์นักบวช และด้วยเหตุนี้ เมื่อเจ้าเข้าไปพบกับ  
พระแล้ว เจ้าก็จะรู้สึกโล่งใจ แต่ถ้าเจ้าเดินออกจากวิหารด้วยความซุ่นซ่อง  
หมองใจ ก็แสดงว่า เจ้ายังไม่ได้ชำระตนออกจากบาป และยังไม่ไ้ให้  
อภัยพี่น้องของเจ้าที่ได้ทำผิดต่อเจ้าจากใจจริง” (หนังสือของสาธุคุณ  
ซีลวาน แห่งอาโฟน่า, :2)

๗๗. “พระเจ้าทรงรักเราถึงขั้นที่ว่า พระองค์ยอมสละพระ  
ชนมชีพและรับความทรมานบนพระกางเขน และความทรมานของ  
พระองค์นั้นยิ่งใหญ่นัก ถึงขนาดที่ว่าเราไม่มีทางเข้าถึงความทรมานนั้น  
ได้ และความทรมานเหล่านี้ เหล่าผู้นำและผู้เลี้ยงแกะของเราต่างก็ประสบ  
มาแล้วทั้งสิ้น และแม้ว่าบ่อยครั้งเราจะมีโอกาสได้เห็นความทรมานของ  
พวกเขาแต่พวกเราเหล่าแกะในทางวิญญาณของพวกเขา จำต้องเข้าใจสิ่ง  
นี้และรักเทิดทูนเหล่าผู้เลี้ยงแกะทางวิญญาณของเรา” (หนังสือของสาธุ  
คุณ ซีลวาน แห่งอาโฟน่า, 8:2)

๗๘. “หลวงพ่อนักบวชทั้งหลาย นั้นต่างเป็นหลักที่ตั้งอยู่  
บนทางเพื่อชี้ทางแก่เรา แต่ไม่ได้เดินไปด้วยตัวเอง แต่ถ้าหลวงพ่อนั้นจะชี้  
ทางสักเท่าไร แต่ลูกศิษย์จะไม่ยอมเดิน หลักนั้นก็จะไม่ขยับมาหาเอง และ  
เหล่าคนที่เดินก็จะไม่มีวันที่จะสามารถเดินไปถึงหลักหมายได้” (สาธุคุณ  
นิคอน โอปดินสกี)

## การให้

๗๕. “อย่าหลงเข้าใจผิดในความรู้ที่ว่า จะเกิดอะไรขึ้นหลังจากที่คุณตายไป อะไรที่คุณหว่านลงในชีวิตนี้ก็จะได้รับในชีวิตนั้น หลังจากออกจากชีวิตนี้ไป ก็ไม่มีอะไรที่จะต้องทำให้สำเร็จหรือเข้าถึงได้อีก เพราะฉะนั้นอะไรที่ต้องทำก็ต้องทำที่นี่เพราะที่นั่นเป็นที่ๆ จะได้รับผล ที่นี่เป็นสนามวีรกรรม ส่วนที่นั่นเป็นมงกุฎ” (สาธุคุณ วาร์โซโนฟีย์ ผู้ยิ่งใหญ่ “ผู้นำ”, หน้า 606)

๗๖. “ใครก็ตามที่มีความรักต่อพระองค์ผู้เป็นเจ้า พระเจ้าก็จะให้สิ่งที่พระองค์ทรงสัญญาไว้ และสิ่งที่พระเจ้าทรงสัญญานั้นก็คือชีวิต แสงสว่าง และการสำราญไปกับสิ่งประเสริฐทั้งหลายที่พระองค์จะทรงจัดเตรียมไว้ ดังตามน้ำพระทัยของพระองค์ แต่ใครก็ตามที่ทำตามใจของตนเองตลอดเวลา พระองค์ก็ทรงเปิดทางให้ออกห่างจากน้ำพระทัยของพระองค์ ซึ่งเป็นสิ่งที่พวกเขาเหล่านั้นเลือกเอง เมื่อการออกห่างจากพระเจ้าคือ ความมึน การหันหลังให้กับพระเจ้านั้นเหมือนการตัดตนเองออกจากสิ่งที่ประเสริฐและดีงาม ที่เป็นไปตามพระลักษณะของพระเจ้า และในเมื่อความประเสริฐของพระเจ้านั้นเป็นนิรันดร์และไม่มีที่สิ้นสุด ด้วยเหตุนี้หากออกห่างจากพระเจ้า ก็เท่ากับกำลังสูญเสียความประเสริฐนั้นเป็นนิรันดร์เช่นกัน ด้วยเหตุนี้ สิ่งที่เราทุกคนบาปทำก็เป็นสาเหตุของความตกต่ำในตัวพวกเขาเอง เหมือนกับคนทำตัวเองให้ตาบอดจนมองไม่เห็น แม้ว่าแสงสว่างจ้าจะได้สาดส่องเจิดจรัสเหนือหัวพวกเขา แต่ไหนก็ตาม” (สาธุคุณ อิริเนย์ ลีออนสกี “หนังสือห้าฉบับต่อต้านสิ่งไร้สาระ”, บทที่ 27)



๘๑. “พระเจ้าเป็นผู้ช่วยให้รอดของเรา ด้วยพระเจตนารมณ์ของพระองค์ที่ต้องการจะพามนุษย์ทุกคนให้หลุดพ้นจากความมัวเมาในบาป ได้ทรงรับปากให้สัญญาแก่เรา ผู้ที่เชื่อฟังพระองค์ว่าจะทรงมอบสิ่งทีประเสริฐยิ่งจากสวรรค์และเทวดา ส่วนผู้ที่ไม่เชื่อจะสำแดงให้เห็นว่าสิ่งที่รอคอยในบั้นปลายชีวิตของพวกเขา นั้น ไม่ใช่เพียงความทุกข์สาหัสเพียงชั่วขณะที่จะหมดไปกับชีวิตบน โลกนี้ หากแต่เป็นการทรมานที่เป็นไปชั่ววันรันดร์ยาวนานเท่าานานที่จะรอคอยเขาอยู่” (นักบุญ โฟทีย ผู้ยิ่งใหญ่ “อัมฟีโลสิย์”, 6)

๘๒. “ไม่เพียงแค่นุรุษแต่สตรีทั้งหลายผู้ที่เป็นเพศที่อ่อนแอกว่า ต่างก็มีสิทธิที่จะเดินในวิถีที่แคบกว่า (ทางแห่งพระคริสต์) และได้รับดินแดนแห่งสรวงสวรรค์ของพระเจ้า เพราะที่นั่นไม่มีการแบ่งแยกชายหรือหญิง และแต่ละคนจะได้รับรางวัลตามส่วนที่ตนเองได้ทำเอาไว้” (สาธุคุณ เอเฟรม ซิริน “คำพยากรณ์ว่าด้วยการเสด็จมาครั้งที่สองของพระคริสต์”)

### ความปีติยินดีอันเป็นนิรันดร์ของชาวคริสต์

๘๓. “เหล่าชาวคริสต์จงดีใจเสมอไปเถิด ด้วยความที่ความชั่วก็ดี ความตายก็ดี ซาตานก็ดี หรือนรกก็ดี นั้น ได้ถูกเอาชนะแล้วแล้วโดยพระคริสต์ และเมื่อสิ่งที่ว่ามาทั้งหมดนี้ ได้ถูกเอาชนะแล้ว ยังจะมีสิ่งใดในโลกนี้อีกที่จะมาทำให้เราไม่สามารถดีใจได้ พวกคุณคือ เจ้านายของความปีติยินดีนี้ トラบใดที่คุณไม่ตกเป็นทาสของบาปอีก ความปีติยินดีของเรา นี้มาจากสังขรณ์ของพระเจ้าในหัวใจเรา ความรัก การฟื้นคืน

จากความตาย และจากศาสนจักรและนักบุญของศาสนจักร ความดีใจนี้จะ  
คุกรุ่นในใจเรา และป้องกันเราจากความรู้สึกทรมานทั้งหลายที่เราทนรับ  
เพื่อพระคริสต์ จากการถูกเยาะเย้ยถากถางเพื่อพระคริสต์ และจากความ  
ตายเพื่อพระคริสต์ ด้วยความทรمانนี้จะนำชื่อของเราไปจารึกบนสวรรค์  
บนโลกนี้ ไม่มีความปีติยินดีใดจะมากยิ่งขึ้นไปกว่าการเอาชนะความตาย แต่  
ชัยชนะเหนือความตายไม่เคยปราศจากซึ่งการฟื้นคืนชีพ และการฟื้นคืน  
ชีพก็เป็นไปไม่ได้หากปราศจากพระคริสต์ พระคริสต์คือ มนุษย์และพระ  
เจ้าที่ฟื้นจากความตาย ผู้สร้างศาสนจักร ผู้ทรงถ่ายทอดความปีติยินดี  
เหล่านี้มายังหัวใจของเรา ผู้ที่เดินตามรอยพระบาทของพระองค์ ผ่านการ  
รับศีลทั้งหลายและการกระทำดีของเราเพื่อความเชื่อในพระเจ้าจะเต็มไป  
ด้วยความปีติยินดีอันเป็นนิรันดร์ เนื่องจากความปีติยินดีของความเชื่อใน  
พระคริสต์เป็นความปีติยินดีเพียงหนึ่งเดียวในโลกสำหรับมวลมนุษยชาติ”  
(สาธุคุณ อีอูสติน (โปโปวิช) “วิเคราะห์บท 1 เซซาโลนิคัส, 5”)

## ค. เราและผู้ที่อยู่รอบตัวเรา

### ทัศนคติต่อผู้อื่น

๘๔. “พวกเราชาวคริสต์จะต้องเป็นคนสุภาพอ่อนโยนกับทุกคน กิริยา ท่าทาง คำพูดของเราจะต้องเปี่ยมล้นไปด้วยพระกรุณาของพระจิต ซึ่งสถิตอยู่ในใจเรา เพื่อจะได้ถวายเกียรติแด่พระนามของพระองค์ ใครที่หมั่นเอาใจใส่ระมัดระวังในคำพูด ก็ย่อมระมัดระวังในกิริยาของตนด้วย ส่วนใครที่หมั่นตรวจสอบในสิ่งที่จะพูด ก็จะหมั่นตรวจสอบในสิ่งที่จะกระทำด้วย และทำให้ไม่มีทางที่จะหลุดจากการพลั้งเผลอทำอะไรที่ไม่ดีได้ การพูดของชาวคริสต์ที่เต็มไปด้วยพระสิริของพระเจ้าจึงแสดงออกมาด้วยความอ่อนโยนและความสุภาพ และนั่นเป็นสิ่งที่จรรโลงความรักให้เกิดขึ้นและนำสันติสุข รวมทั้งความปิติมาสู่โลก ตรงกันข้าม กับความหยาบโผนก่อให้เกิดความเกลียดชัง ความเป็นศัตรู ความทุกข์ ความอยากที่จะชิงดีชิงเด่นในการเถียงเอาชนะ ความโกลาหล และสงคราม” (นักบุญ เนคตารีย์ เอกินสกี “หนทางสู่ความสุข”, 7)

๘๕. “เป็นการน่ายินดียิ่งที่จะรู้ว่ารอบๆ ตัวเราไม่มี หรือแทบเป็นไปไม่ได้ที่จะมีศัตรูสักคน จะมีก็แต่เพียงแค่นั้นเองบางคนผู้อั้วพที่สมควรได้รับความสงสารหรือความช่วยเหลือจากเราแม้แต่ในยามที่พวกเขาอาจจะทำตัวเป็นศัตรูของเราด้วยความไม่เข้าใจเองและต่อต้านเรา อนิจจา พวกเขาช่างไม่รู้เสียเลยว่า ศัตรูที่แท้จริงอยู่ในตัวของคนคนนั้นเอง และศัตรูที่ว่านั้นเราเองจำเป็นต้องขับออกไปให้พ้นจากตัวเราก่อน

จากนั้นเราจึงจะสามารถที่จะเข้าช่วยเหลือคนอื่นๆ ในเรื่องนี้ได้ ศัตรูของเราทุกคนนั้นก็คือ ซาตานและเหล่าอสูรร้าย ส่วนคนนั้นไม่ว่าเขาจะต่ำต้อยตกต่ำเพียงใด ก็ไม่มีวันที่จะสูญเสียแม้เพียงสักเสี้ยวหนึ่งของรากเหง้าแห่งแสงสว่างและความดี ซึ่งจะโผล่พุ่งออกมาให้เห็นเมื่อยามที่เจอเปลวไฟ ส่วนเราไม่มีความจำเป็นอันใดที่จะต้องต่อสู้กับคนอื่น ไม่ว่าเขาจะพยายามจะรุกรานหรือโอบตื้อให้เจ็บด้วยวิธีใดก็ตามแก่เราตลอดเวลา เพราะการต่อสู้ตอบโต้กับผู้อื่นก็คือ การที่เราหัน ไปอยู่ในด้านเท็จแบบเดียวกับเขา แม้ว่าถ้าเราจะได้ชัยชนะก็ตาม สงครามแบบนี้จะไม่ให้อะไรแก่เราเลย ซ้ำยังทำให้เราไขว่เขวออกจากวิถีแนวทางที่เราเดินอยู่อีกด้วย” (นักบวช ระยะเวลา (หมี) “จดหมายถึงลูกสาวจากค่าย, 1932”)

๘๖. “ด้วยแรงพลังทั้งหมดที่มี จงขอจากพระเจ้าให้ทรงประทานความถ่อมตัวถ่อมใจและความรักต่อพี่น้องของเรา เพราะเมื่อเรารักพี่น้อง พระองค์ก็จะทรงประทานพรพระกรุณาของพระองค์แก่เรา จะทดสอบตนเองคุณก็ได้ วันหนึ่งเจ้าจงขอความรักต่อพี่น้องจากพระเจ้า ส่วนอีกวันจงใช้ชีวิต โดยไม่มีความรักนั้น แล้วเจ้าจะเห็นความแตกต่าง” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวน แห่งอาโพน่า, 16:8)

๘๗. และ ๘๘. “จงเสริมแต่งตนเองด้วยศีลธรรม จงพยายามที่จะพูดความจริงแก่ทุกคน จงอย่าอยู่ข้างความเท็จ ว่าใครจะเป็นคนพูดหรือขอให้ช่วยก็ตาม ถ้าหากต้องพูดความจริง แล้วคุณจะต้องไปอยู่ในอันตรายของความโกรธอันใด ก็จงอย่าเสียใจไป แต่งปლობใจตนเองด้วยพระธรรมของพระเจ้าที่ว่าประเสริฐนัก คือ ผู้ที่ตกเป็นเหยื่อการไล่ล่า

เพราะความจริง เพราะอาณาจักรแห่งสวรรค์เป็นของพวกเขา” (นักบุญ เกนนาดี แห่งคอนสแตนติโนเปิล “โซทอง”, 26, 29)

๘๘. “นักบุญอิสยาห์กล่าวว่า ใครที่ปฏิบัติกับพี่น้องของตน ด้วยความเจ้าเล่ห์ ก็จะไม่พ้นความทุกข์ในใจ” (สุภายิต โปธาณ, 10.28)

๘๙. “ใครก็ตามที่วางใจในพระเจ้าผู้นั้นก็จะมีวันตกเตียง เรื่องใดๆ กับคนใกล้เคียง” (สารุคณมาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 2:103)

๙๐. “จงอยู่ใกล้สังฆบุรุษ แล้วเจ้าจะได้เข้าใกล้พระเจ้าผ่านสังฆบุรุษเหล่านั้น จงไปหาผู้ที่มีความด้อมด้อมใจ และเรียนรู้บุคคลิกจากพวกเขา ใครที่เดินตามผู้ที่รักพระเจ้าผู้นั้นก็จะได้ร่ำรวยสมบัติที่ซ่อนเร้นในพระเจ้า ส่วนใครที่เดินตามผู้ที่คนที่ไม่เชื่อความจริงและหยิ่งยโส ผู้นั้นก็ห่างจากพระเจ้า และแม้แต่เพื่อนพ้องของเขาก็จะเกลียดชัง” (สารุคณ อิชาค ซีรีน “คำ” 57:8)

๙๑. “นักบุญ พีเมน ผู้ยิ่งใหญ่ กล่าวว่า จงออกห่างจากคนทั้งหลายที่รักความแตกแยก” (สุภายิต โปธาณ, 11:59)

๙๒. “ถ้าเจ้าไม่สามารถที่จะหุบปากคนที่พูดกล่าวร้ายแก่เพื่อนของเจ้าอย่างน้อยก็จงออกห่างและเลิกคบกับคนๆ นั้นเสีย” (สารุคณ อิชาค ซีรีน “คำ” 89)

### ทัศนคติต่อบาปของผู้อื่นควรเป็นอย่างไร?

๙๓. และ ๙๔. “จงรักคนบาป แต่จงเกลียดสิ่งที่พวกเขาทำ และจงอย่าละเลยคนบาปเพราะเพียงความไม่สมบูรณ์แบบในตัวเขา เพื่อที่

ตนเองก็จะได้ไม่ตกหลุมของค้นหาที่พวกเขาเหล่านั้นตกหลุมอยู่เอง จงอย่าโกรธใครและจงอย่าเกลียดใคร ไม่ว่าจะเพียงเพราะความเชื่อของเขา หรือสิ่งเลวร้ายที่พวกเขาทำ อย่าเก็บงำความเกลียดชังต่อคนบาป เพราะเราจะกลายเป็นคนผิดเสียเอง จงเกลียดบาปของพวกเขา และจงอธิษฐานเพื่อพวกเขาเพื่อเราจะได้เป็นเหมือนพระคริสต์ ผู้ไม่เคยโกรธเคืองคนบาปเหล่านั้นเลย “ข้ายังอธิษฐานเพื่อแม่แก่พวกเขาด้วย” (สาธุคุณ อิชาค ซีรีน “คำ” 57, 90)

๘๖. “จงมองหาความชั่วในตัวเอง ไม่ต้องมัวมองหาในผู้อื่นหรือหาในสิ่งอื่นใด ซึ่งเจ้ายังไม่มีโอกาสได้ใช้มันอย่างถูกต้องจริงๆ ด้วยเหตุนี้ เด็กทารกจึงเล่นกับไฟและมีด แล้วมันก็ลวกมือตัวเอง บาดมือตัวเอง” (สาธุคุณ เซบาสเตียน การากานดินสกี)

๘๗. “ครั้งหนึ่งศิษย์น้องก็ถามคำถามผู้เฒ่าว่า ถ้าฉันได้เห็นการตกเป็นบาปของพี่น้องของฉัน ฉันควรหลบหูหลบตาไปหรือไม่ ผู้เฒ่าก็ตอบว่า ถ้าเราทำการปิดความบาปนั้นเป็นความลับด้วยความรัก พระเจ้าก็จะปิดความบาปของเราด้วยเช่นกัน แต่ถ้าเราเปิดเผยบาปของเขา (ต่อหน้าผู้อื่น) เมื่อนั้นพระเจ้าก็จะเปิดเผยบาปของเราต่อหน้าธารกำนัลเช่นกัน” (สุภายิตโบริธม, 9:9)

๘๘. “อย่าเคืองต่อผู้ที่ทำบาป อย่าตกไปในค้นหาเลือกที่จะจ้องจับผิดข้อ ไม่ดีทั้งหลายของคนรอบข้างและคำหยาบเหมือนอย่างที่เราทำ เพราะแต่ละคนจะต้องรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองทำต่อหน้าพระพักตร์ของพระเจ้า ยิ่งไปกว่านั้นจงอย่าจ้องที่จะหาบาปกรรมของคนทีอวูโสกว่าเจ้า เพราะนั่นไม่ใช่หน้าที่ของเจ้าที่ต้องทำ เจ้าเองนั่นแค่ยุ่งกับ

บาปตัวเองหัวใจตัวเองก็พอแล้ว“ (นักบุญ ยอห์น แห่งครอนชดาคท์ “ชีวิต  
ฉันในพระคริสต์” 1:6)

๕๕. “ถ้าเจ้าเห็นคนใกล้ชิดเจ้าทำผิด เจ้าจงอย่ามองแก่จุดนั้น  
เพียงจุดเดียว แต่จงพิจารณาว่าอะไรที่ดีบ้าง ที่คนๆ นั้น ได้เคยทำมาหรือ  
ทำอยู่และคงไม่น้อยนักหากจะพิจารณาคุณแล้วโดยทั่วไป ไม่ใช่แค่เพียงใน  
บางประการที่คนๆ นั้นจะคิดว่าตัวเอง” (นักบุญ วาซิลี ผู้ยิ่งใหญ่ “บท  
สนทนา”, 20)

๑๐๐. “ถ้าเจ้าเห็นคนที่บาปซ้ำ แล้วเจ้าไม่สงสารเขาในความ  
บาป เช่นนั้นพระพรแห่งความกรุณาของพระเจ้าก็จะจากเจ้าไปเช่นกัน  
แล้วใครที่เอาแต่ดูค่าคนชั่วแต่ไม่อธิษฐานเผื่อพวกเขา คนนั้นก็ไม่มีวันที่  
จะเข้าใจเรื่องพระเมตตากรุณาของพระเจ้าเช่นกัน” (หนังสือของสาธุคุณ  
ซีลวาน แห่งอาโพน่า, 8:4, 8:6)

๑๐๑. “ใครที่จงเอาแต่คอยจับผิดความไม่ดีของผู้อื่น ผู้  
นั้นก็จะไม่ได้รับการให้อภัยในความบาปของตนเองเช่นกัน” (นักบุญ ยอห์น  
ฟีปากทอง “เกี่ยวกับเรื่องรูปเคารพ” 3,6)

### เราควรต้องตำหนิคนทำบาปหรือไม่?

๑๐๒. “ดีกว่าที่เราจะอธิษฐานเผื่อคนที่ใกล้ชิดเราพร้อมกับ  
อวยพรเขา ดีกว่าที่จะตำหนิในสิ่งไม่ดีที่เขาทำ” (สาธุคุณ มาร์ก วิรบรูษ  
“คำสอน” 1:132)

๑๐๓. “อย่าพยายามใช้การตำหนิเตือนผู้อื่นเพื่อหวังให้เกิด  
ประโยชน์แก่คนที่โอ้อวดในการทำดี เพราะใครก็ตามที่รักที่จะพูดถึงแต่

เรื่องของตัวเอง คนนั้นก็ไม่สามารถเป็นผู้ที่รักและรักษาความจริงได้”  
(สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 2:222)

๑๐๔. “ใครที่ช่วยทำให้คนผิดรู้จักตระหนักใคร่ตรงและ  
อบรมแก้ไขตนเองด้วยความเกรงกลัวในพระเจ้า คนคนนั้นก็จะได้รับ  
กรรมดีซึ่งช่วยต่อต้านอธรรมมาถึงตนเอง ส่วนใครที่เข้าคิดเจ้าแค้น และ  
เอาแต่จ้องจะทำลายคนบาปด้วยความไม่หวังดี ก็จะตกไปในอภรรพ์  
ค้นหาเดียวกันกับคนบาปคนนั้นตามกฎหมายวิญญาณ” (สาธุคุณ มาร์ก  
วีรบุรุษ “คำสอน” 2:183)

๑๐๕. “เมื่อเจ้าหวังที่จะสั่งสอนใครด้วยความหวังดี เจ้าก็จง  
ปลอบใจเขาให้สงบทางกายเสียก่อน และจงให้เกียรติเขาด้วยคำพูดที่  
แสดงความรักของเจ้า เพราะไม่มีอะไรที่จะสามารถโน้มน้าวใจให้คนๆ  
หนึ่งให้เกิดความละอายและเปลี่ยนใจละทิ้งความไม่ดีของเขาเพื่อ  
เปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น มากไปกว่าการกระทำความดีเป็นแบบอย่าง  
และความเคารพที่เจ้าแสดงออกมาแก่เขา หลังจากนั้นจึงค่อยพูดคำออกมา  
สักคำสองคำเพื่อแก้ไขนิสัยเขา ไม่ใช่โพล่งระบายความโกรธของเจ้า  
ออกมาทันทีใส่เขา และอย่าแสดงให้เห็นว่าเจ้าเป็นศัตรูกับเขา เพราะ  
ความรักโกรธไม่เป็น และไม่รู้จักรำคาญใจ” (สาธุคุณ อิชาค ซีริน “คำ”  
85,57)



## การตัดสินผู้อื่น

๑๐๖. “ผู้ที่ขยันให้ภัยบาปแก่ผู้อื่น ผู้นั้นรักที่จะถ่อมใจตนเอง แต่ใครที่คอยเอาแต่ตัดสินผู้อื่นก็ตัดสินโทษแก่กรรมเลวของตนเองไปด้วยในตัว” (สารุคณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 1:126)

๑๐๗. และ ๑๐๘. “การตัดสินในบาป คือ หน้าที่ของคนที่ไม่มีความบาป แล้วใครละจะไม่มีบาปนอกจากพระเจ้าพระองค์เดียว ผู้ที่หมั่นค้นหาใจตนเองถึงเรื่องความไม่ดีในใจคนทั้งหลายทั้งปวง จะไม่มีวันเอาเรื่องที่ไม่ดีของผู้อื่นมาเป็นหัวข้อในการสนทนาของตนเอง การตัดสินผู้อื่นที่ตกไปในคัมภีร์ของเขานั้น ก็ถือเป็นเครื่องหมายของความเยโส คนที่เยโสพระเจ้าไม่ยอมรับ ตรงกันข้าม ใครก็ตามที่ตลอดเวลาทุกนาทีเตรียมที่จะให้คำอธิบายถึงความผิดพลาดของตน ก็จะไม่มีความพอที่จะจะยกหน้ามาเหลือบมองข้อดีของผู้อื่นอีก” (นักบุญ เกนนาดี แห่งคอนสแตนติโนเปิล “โซ่ทองคำ” 53-55)

๑๐๙. และ ๑๑๐. “ผู้รู้เมื่อได้ล้มรสขององุ่น ก็จะเลือกที่ผลที่สุดแล้ว ส่วนอันที่เปรี้ยวก็จะทิ้งไป ปัญญาที่รู้จักคิดใคร่ตรองก็จะเลือกสังเกตแต่ข้อดีในตัวผู้อื่น ส่วนคนที่ไม่ใช้ปัญญา ก็จะเลือกหาแต่ข้อบกพร่องและข้อดีของผู้อื่น และแม้เมื่อเขาจะเห็นคนอื่นทำบาปอย่างใดอยู่ด้วยตาตัวเอง ก็จงอย่าด่วนตัดสิน เพราะสายตาลนมักหลอกลวงตนเองบ่อยครั้งไป” (สารุคณ ยอห์น เลียสตีวิชนิค “เลียสตีวิชซ่า” 10:16-17)

๑๑๑. “ถ้าตัวเจ้ามีพฤติกรรมเลวที่มักจะชอบตัดสินคนใกล้ตัวเจ้า เมื่อเจ้าเจอตัดสินใคร ไปในวันหนึ่ง เจ้าจงทำการคำนับสามครั้ง

พร้อมอธิษฐานว่า “ช่วยข้าเถิด พระเจ้าข้า และโปรดเมตตาเขา (คนที่เจ้าตัดสิน) และด้วยคำอธิษฐาน โปรดเมตตาข้าคนบาปด้วยเถิด” แล้วเจ้าจงทำเช่นนี้ตลอดไป เวลาใดก็ตามที่เจ้าตัดสินผู้อื่น ถ้าเจ้าทำเช่นนี้ พระเจ้าก็จะเห็นแรงใจของเจ้า และจะยกเอาพฤติกรรมที่ไม่ดีนี้ของเจ้าออกไปจากตัวเจ้า แต่ถ้าเจ้าจะไม่ตัดสินผู้ใดเลย พระเจ้าก็จะไม่มีวันตัดสินเจ้า แล้วเจ้าก็จะได้รับความรอดจากบาป” (นักบวช เซร์เก (ผู้รักสังฆกรรม) )

### เราควรคิดอย่างไรกับคนที่ทำให้เราโกรธเคือง

๑๑๒. “ใครที่อธิษฐานเพื่อคนอื่นที่ทำให้เขาโกรธนั้น คนนั้นจะเอาชนะแรงมาร ส่วนใครที่ต่อต้านคนที่ทำให้โกรธ คนนั้นก็ตกเป็นเบี้ยของมารเสียเอง” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 1:45)

๑๑๓. “ใครที่ถูกเหยียดหยันโดยผู้อื่น และไม่ตอบโต้ไม่ว่าด้วยคำพูดหรือเพียงความคิด คนนั้นได้พบกับความรู้ที่แท้จริงและแสดงถึงความเชื่อมั่นที่แท้จริงในพระเจ้า” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 2:119)

### เกี่ยวกับการให้อภัยในสิ่งที่ทำให้ขุ่นเคือง

๑๑๔. “กฎของเรามีอยู่ว่าถ้าเจ้าจะให้อภัยผู้อื่น นั่นก็หมายความว่าพระเจ้าก็จะให้อภัยเจ้าด้วย แต่ถ้าเจ้าไม่ให้อภัยพี่น้องของเจ้า นั่นก็หมายความว่า บาปของเจ้าก็จะยังคงอยู่กับตัวเจ้า” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวน แห่งอาโพน่า, 79)

๑๑๕. “เราทั้งหลาย เหล่าพี่น้องที่รักของข้าพเจ้า ต่างก็รู้ว่าการตายรอเราอยู่ที่ปลายทาง และคงจะเป็นทุกข์หนักหนาสาหัสสำหรับ

เรา ถ้าเมื่อเราอยู่บนโลกใบนี้แล้วเราจะไม่รักกันและกัน หรือถ้าจะไม่ทำ ความเข้าใจกับคนที่เราทะเลาะขัดแย้งกันหรือชุ่นเคืองด้วย หรือถ้าคน หนึ่งได้ดูถูกอีกคนแล้วเราจะไม่อภัยให้กันและกัน เมื่อเราไปอยู่บนโลก หน้านั้นเราก็จะไม่มี ความสงบหรือความประเสริฐอย่างแท้จริง และพระ บิดาเจ้าก็จะไม่ให้ภัยบาปของเรา” (นักบุญเปโตร เซดินสกี “ศาสน์ถึง ครอบครัวราคูโลวิช” ปี 1805)

๑๑๖. “การให้อภัยแก่ชุ่นเคืองทั้งหลายคือ สัญลักษณ์ ของความรักอย่างแท้จริงที่ปราศจากการเสแสร้ง เพราะด้วยความรักแบบ นี้เองที่พระเจ้าทรงรักโลกของเรา” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 2:48)

### เมื่อเราถูกค่าทอต่อว่า

๑๑๗. “คนที่ตำหนิเคียดเรา เราจะต้องรับเขาเหมือนเขา เป็นทูตจากสวรรค์ที่ถูกส่งจากพระเจ้าลงมาแก้ไขความคิดที่ไม่ดีของเราที่ ยังซ่อนเร้นอยู่ในตัวเราเพื่อให้เราสามารถจะแก้ไขปรับปรุงตนเองได้โดย มองย้อน ไปยังความคิดของเราอย่างชัดเจน นั่นเพราะถ้าเราเองยังไม่รู้ อะไรไม่ดีอีกมากที่อาจยังซ่อนเร้นอยู่ในจิตใจเรา แต่มีเพียงแก่คนที่ สมบูรณ์เทียบพร้อมที่สุดแล้วเท่านั้น ที่จะสามารถจดจำข้อบกพร่องต่างๆ ทั้งหมดของตนได้” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 6)

๑๑๘. “ยิ่งเราสวดอธิษฐานเผื่อแผ่จากใจจริงของเราไปยัง คนที่กล่าวร้ายใส่เรา พระเจ้าก็ยิ่งเปิดเผยความจริงแก่คนนั้นที่ได้รับฟังข้อ กล่าวร้าย” (สาธุคุณ มักซิม นักเทศนา “บทว่าด้วยความรัก” 4:89)

## เมื่อเราถูกยกย่องสรรเสริญ

๑๑๙. “เมื่อคนต่างพากันยกย่องเจ้า ก็จงเร่งพยายามนึกถึงสิ่งที่ไม่ดีที่เราเคยทำเอาไว้มากมาย แล้วเราจะเห็นว่า ความจริงแล้วเราไม่สมควรได้รับสิ่งที่คนพูดถึงเราในแง่ดี หรือที่พวกเขาทำเพื่อยกย่องเจ้าเลย” (สารุคณ ขอห์น เลียสตัวซิก “เลียสตัวทซา” 22:42)

## ความเจ้าคิดเจ้าแค้น

๑๒๐. “เมื่อเราเจ้าคิดเจ้าแค้นถึงใคร ก็จงสวดอธิษฐานแก่ผู้นั้น แล้วจงแยกความเศร้าออกจากความทรงจำเกี่ยวกับสิ่งร้ายๆ นั้นด้วยการอธิษฐานนั่นเอง ไม่ว่าเขาจะทำไม่ดีต่อเจ้าอย่างไรจงหยุดยั้งอารมณ์คันหาของเจ้าเสีย จงกลายเป็นผู้ที่รักเพื่อนพ้องและรักผู้คน และจงจับคันหาที่นั้นให้ออกไปเสียจากจิตใจเจ้า แล้วเมื่อใครก็ตามที่มาทำไม่ดีแก่เจ้า ก็จงทำดีต่อผู้นั้น จงอ่อนน้อมและปฏิบัติต่อผู้นั้นอย่างดี แล้วเจ้าจะช่วยเขายกอารมณ์คันหาออกจากใจเขาได้” (สารุคณ มักซิม นักเทศนา “บทว่าด้วยความรัก” 4:89)

๑๒๑. “ใจที่มุ่งฝักใฝ่แต่ความเกลียดชังผู้อื่นนั้นจะไม่มีวันมีสันติสุขในพระเจ้าอย่างที่พระองค์ตรัสว่า “ถ้าใจไม่อภัยบาปแก่คนอื่น พระบิดาของเจ้าก็จะไม่ให้อภัยบาปของเจ้าเช่นกัน (มัทธิว 6:15) ถ้าคนไม่ยอมที่จะขอคืนดีด้วย เจ้าก็จงรักษาตนให้ออกห่างจากอารมณ์เกลียดชัง จงอธิษฐานเผื่อคนๆ นั้นด้วยหัวใจที่บริสุทธิ์ และอย่าพูดสิ่งที่ไม่ดีออกไป” (สารุคณ มักซิม นักเทศนา “บทว่าด้วยความรัก” 4:35)

## ความรักต่อศัตรู

๑๒๒. “ใครที่จะไม่รักศัตรูของตนเอง คนๆ นั้นไม่มีทางที่จะได้รู้จักกับพระเจ้า และความหอมหวานของพระจิตเจ้า พระจิตของพระเจ้าจะทรงสอนให้เจ้ารักศัตรูของเจ้าในแบบที่หัวใจของเจ้าจะค่อยๆ เปลี่ยนไปเป็นความสงสารศัตรูเหมือนเอ็นดูลูกหลานตัวน้อยของตัวเอง” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวาน แห่งอาโฟนา, 1:11)

๑๒๓. “หากเราถูกใครสักคนทำให้ขุ่นข้องหมองใจ หรือถูกทำร้ายใจ หรือถูกขบไล่ไสส่งจงอย่าไปคิดถึงว่าเกิดอะไรเลวร้ายขึ้นกับเจ้า แต่จงคิดว่าอะไรจากเหตุการณ์นั้นที่เป็นผลตามมาและที่จะส่งผลตามมา แล้วเจ้าจะเห็นว่าคนที่อาจรังแกเจ้าในครั้งนี้จะเป็นคนที่นำพาไปสู่สิ่งดีที่ประเสริฐในกาลถัดไป ไม่เพียงในตอนนี้แต่ยังในโลกหน้าอีกด้วย” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 1:114)

๑๒๔. “อย่าปรารถนาที่จะได้ฟังแต่ความพินาศของศัตรูของตนเอง เพราะการฟังสิ่งเหล่านี้จะก่อให้เกิดผลไม่ดีแก่การกระทำของคนในภายหลัง” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 2:173)

๑๒๕. “ข้าพเจ้าขอรับรองเจ้าจงทดลองดูเถิด ถ้าใครได้ดูถูกเหยียดหยาม หรือทำให้เจ้าเสียเกียรติ หรือได้พรากสิ่งที่เจ้าหวงแหนไปจากเจ้า เจ้าจงอธิษฐานว่า “พระเจ้าข้า พวกเราทุกคนนี้ ล้วนเป็นสิ่งที่พระองค์สร้าง โปรดกรุณาข้าน้อยนี้ด้วยเถิด และโปรดกลับใจของข้าให้ยอมรับพระองค์” แล้วเมื่อนั้นเจ้าจะได้รับสัมผัสพระเมตตากรุณาของพระเจ้าในหัวใจของเจ้าทันที จงบังคับหัวใจของเจ้ารักศัตรูแล้วพระเจ้าผู้ซึ่งทรงเห็นประสงค์ดีในใจของเจ้าจะช่วยเหลือเจ้าในทุกเรื่อง และ

พระองค์จะทรงเสด็จมาช่วยคลี่คลายด้วยพระองค์เอง แต่ใครที่คิดไม่ดีเกี่ยวกับศัตรูของตนคนนั้นก็ไม่มีความรักของพระเจ้า และเขาก็ไม่ได้รู้จักกับพระเจ้าอย่างแท้จริงเลย” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวน แห่งอาโพน่า, 9:21)

## จ. อะไรที่นำเราเข้าใกล้พระเจ้า

### การอธิษฐาน

๑๒๖. “อย่าละทิ้งการอธิษฐาน เพราะก็เหมือนการละทิ้งให้ร่างกายขาดอาหารฉันใด จิตใจมนุษย์ที่ขาดการอธิษฐานก็เหมือนขาดอาหารทางวิญญาณฉันนั้น และจะกลายเป็นความอ่อนแอ และความตายทางปัญญา” (นักบุญ เกอนาดี แห่งคอนสแตนติโนเปิล “โซ่ทอง” 44)

๑๒๗. และ ๑๒๘. “จงอธิษฐานตลอดเวลาไม่ว่าเกี่ยวกับเรื่องอะไรเพื่อไม่ให้เจ้าทำอะไรด้วยตนเองโดยขาดความช่วยเหลือของพระเจ้า ใครที่ทำอะไรก็ตามที่ตามใจตนหรือกังวลเกี่ยวกับสิ่งใดโดยไม่มี การอธิษฐานถึงพระเจ้า คนๆ นั้นก็ไม่มีทางประสบความสำเร็จในเรื่องใดก็ตามที่ตนทำ เกี่ยวกับเรื่องนี้ พระเจ้าตรัสว่า “หากไม่มีเราเจ้าก็ทำอะไรไม่ได้” (ยอห์น 15:5)” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 2:94, 166)

๑๒๙. “สิ่งที่เราพูดหรือทำไป โดยไม่ได้อธิษฐานเสียก่อน ก็อาจเกิดผลตามมาไม่เป็นการตกหลุมบาป ก็เกิดผลเสียหาย และทำให้เรา ถูกตำหนิโดยสิ่งที่เกิดขึ้นในทางที่เราไม่อาจจะหยั่งรู้หยั่งเห็นได้” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 2:1708)

๑๓๐. “ใครที่ไม่คิดว่าตนเองมีบาป คนนั้นต่อให้อธิษฐานอย่างไร พระเจ้าก็ไม่ยอมรับ” (สาธุคุณอิชาค ซีริน “คำสอน” 55)

๑๓๑. “พระเจ้าทรงรับฟังและทรงทำตามคำอธิษฐานขอของเรา เมื่อคนเราทำตามพระบัญญัติอันเป็นสิ่งที่พระองค์ทรงตรัสว่า “จง

เชื่อฟังพระเจ้าในสิ่งที่พระองค์พูด นักบุญยอห์น นักเทศน์กล่าวว่า เพื่อพระองค์จะได้รับฟังคำอธิษฐานของเจ้า “คนที่ปฏิบัติตามพระธรรมของพระเจ้าจะเป็นคนฉลาด ใจเย็น และจริงจังในสิ่งที่เขาอธิษฐาน ความลับของการขึ้นสวรรค์นั้นอยู่ที่ปฏิบัติตามกฎของพระองค์” (สารุคณ อีอุสดิน โปโปวิช “วิเคราะห์บทที่ 1 ยอห์น 3:22”)

๑๓๒. “ความปรารถนาของคนในการอธิษฐาน จมมอบไว้ในพระหัตถ์ของพระเจ้าผู้ซึ่งทรงรู้แจ้งในทุกสิ่ง แม้แต่ก่อนที่เราจะกำเนิดขึ้นบนโลก และจงอย่าขอให้ทุกอย่างเกิดขึ้นตามใจตัวเอง เพราะมนุษย์ไม่ล่วงรู้ทุกอย่างว่าจะไรดีและมีประโยชน์แก่เขา แต่จงขอพระเจ้า ดังนี้ว่า “โปรดให้เป็นไปตามน้ำพระทัยพระองค์เถิดพระเจ้าข้า” แล้วพระองค์จะบันดาลให้สิ่งต่างๆ เกิดขึ้นแก่เราด้วยดี” (นักบุญ เกนนาดี แห่งคอนสแตนติโนเปิล “โซ่ทอง” 47)

๑๓๓. “ทุกคนที่ขออะไรก็ตามจากพระเจ้าแล้วไม่ได้ ก็ไม่ต้องสงสัยเลยว่าที่ ไม่ได้เพราะเป็นไปตามเหตุผลประการใดบางอย่าง หรือไม่เพราะขอในสิ่งที่ยังไม่ถึงเวลาได้รับ หรือไม่ก็ขอไปโดยไม่มีจุดประสงค์หรือขอไปเพื่อหวังเกียรติยศชื่อเสียง หรือไม่ก็เมื่อได้รับตามที่ขอแล้วกลับหยิ่งยโสจองหอง และอาจตกไปอยู่ในหลุมภวังค์แห่งความทุกข์” (สารุคณ ยอห์น เลียสตีวิชนิค “เลียสตีวิซซา” 26:60)

๑๓๔. “ใครที่อยากจะได้เรียนรู้เรื่องการอธิษฐานโดยไม่มีผู้คอยแนะแนวทาง แต่เอาแต่อวดหยิ่งยโสคิดไปว่าสามารถที่จะเรียนรู้ได้จากการอ่านหนังสือและไม่จำเป็นต้องไปถามเรื่องนี้กับผู้อาวุโส คนๆ นั้นก็ตกไปอยู่ในภวังค์บาปอยู่ครั้งตัวแล้ว แต่คนที่ถ่อมตัวถ่อมใจพระเจ้า



จะช่วยเขาและถ้าเขาไม่มีผู้ช่วยชี้แนะแนวทางเขาก็จะไปหาพระสงฆ์  
นักบวช ใครก็ได้ที่มีแล้วพระเจ้าก็จะทรงโอบล้อมเขาไว้เพราะความถ่อม  
ใจของเขานั้น” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลอน แห่งอาโฟน่า, 2:1)

๑๓๕. “ถ้าในเวลาที่ปัญญาเป็นผู้ทำการอธิษฐานแล้วเกิดมี  
ความคิดอันใดแทรกเข้ามาในขณะที่อธิษฐานนั้นเข้ามารบกวนจิตใจของ  
เขา การอธิษฐานนั้นก็จะไม่สามารถเรียกว่าบริสุทธิ์ได้” (สาธุคุณ อีซาค ซี  
ริน “คำ” 16)

๑๓๖. “เมื่อเจ้าจะอธิษฐาน และได้รับพระพรแล้ว แล้วเจ้า  
เกิดโยสั่นมา นั่นก็แสดงว่าเจ้าไม่ได้อธิษฐานแก่พระเจ้า และเจ้าก็ไม่ได้  
รับพระพรช่วยเหลืออันมาจากพระเจ้า แต่ปีศาจช่วยให้เจ้าได้รับมัน  
เพื่อให้หัวใจเจ้าฟองโต เพราะเมื่อพระพรที่แท้จริงมาจากพระเจ้าจิตใจเจ้า  
จะไม่มีทางยกทะนงตน แต่ตรงกันข้าม กลับจะยิ่งสงบเสงี่ยมมากขึ้นและ  
แปลกประหลาดใจกับพระกรุณาของพระเจ้าที่ยิ่งใหญ่ ที่พระองค์ทรง  
ประทานพระเมตตาแก่คนบาปได้” (สาธุคุณ วาร์โซโนฟี ผู้ยิ่งใหญ่  
“ผู้นำ”, 418)

๑๓๗. “เมื่อพระเจ้าโปรดจะทรงประทานพระเมตตาแก่ใคร  
สักคน ก็จะทรงประทานความปรารถนาแก่คนอื่น ๆ ให้พวกเขาช่วย  
อธิษฐานแก่คนอื่นและจะทรงช่วยในการอธิษฐานด้วย” (หนังสือของสาธุ  
คุณ ซีลอน แห่งอาโฟน่า, 20:9)

๑๓๘. “ในช่วงเวลาลำบากยากเข็ญ จงอย่าหยุดยั้งที่จะเรียก  
หาพระเจ้าผู้ทรงเมตตาในการอธิษฐาน การเรียกหาพระนามของพระองค์  
อย่างไม่ลดละคือ ยาที่บรรเทาทุกข์ ซึ่งไม่เพียงจะกำจัดแรงกดดันอัน

มากมายของบาปแล้ว ยังหยุดยั้งการทำบาปอีกด้วย เหมือนกับแพทย์ที่  
ต้องค้นหาสาเหตุที่ถูกต้องเพื่อให้ยาแสดงฤทธิ์ถูกต้อง ในขณะที่คนไข้จะไม่  
ทราบว่าจะเกิดอะไรขึ้นเมื่อทานยา เช่นกัน พระนามของพระเจ้า เมื่อใดที่  
เจ้าเอ่ยเรียกหาพระนามนั้น พระนามของพระองค์ก็จะดับแรงคัมहाของ  
เจ้า ถึงแม้ว่าเราจะไม่รู้ว่า มันจะเกิดขึ้นอย่างไร” (สาธุคุณ วาร์โซโนฟี ผู้  
ยิ่งใหญ่ “ผู้นำ”, 421)

### การสารภาพบาป

๑๓๕. “บาปใดๆ ก็ตามที่ถูกทิ้งไว้โดยไม่มีการสารภาพบาป  
คือ บาปที่นำไปสู่ความตายที่แม้แต่ถ้าจะให้หนักบุญมาอธิษฐานขอให้ การ  
อธิษฐานนั้นก็ไม่ใช่ผลให้พระเจ้าไต่ถิน” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำ  
สอน”, 2:41)

๑๔๐. “คนที่ทำบาปไว้ไม่มีทางหลีกเลี่ยงไปจากวงกรรม  
ตอบแทนของบาป トラบเท่าที่ยังไม่ได้สารภาพต่อบาปนั้นในระดับ  
เดียวกับที่ได้ทำบาปไว้” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:58)

๑๔๑. “พระเจ้าจะชะล้างรอยมลทินต่างๆ ของเจ้าถ้าเจ้าจะ  
แสดงความไม่พอใจในความคิดของตนเองเสมอและประสงค์ที่จะ  
เปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดีขึ้นเสมอ จนกว่าจะเป็นคนที่สมบูรณ์”  
(ออกัสติน ผู้ประเสริฐ “ศาสน์ถึงชาวปาร์เธียนส์”, 1:7)

๑๔๒. “นักบุญทั้งหลายต่างก็เคยเป็นคนธรรมดา เหมือน  
อย่างเราทั้งหลาย คนจำนวนมากต่างก็เดินออกจากบาปอันใหญ่หลวง  
ของคุณ แต่เพราะการสารภาพบาปที่ทำให้พวกเขาเข้าถึงดินแดนสวรรค์

ได้ และใครก็ตามที่ได้เดินไปตามทางนั้น ก็ต้องเดินตามทางของการ  
สารภาพบาปเสียก่อน ซึ่งเป็นสิ่งที่พระเจ้าผู้ทรงพระเมตตาได้ประทานแก่  
เราด้วยความทรमानของพระองค์” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่ง  
อาโพน่า, 12:10)

๑๔๓. “ถ้าใครตกไปในหลุมของบาป แล้วไม่ยินดีที่จะ  
เสียใจในสิ่งที่ทำลงไปอย่างแท้จริง คนๆ นั้นก็จะตกไปในหลุมกับดักเดิม  
เรื่อยไป” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:215)

๑๔๔. “ถ้าใครได้สารภาพบาปในสิ่งที่ทำผิดอันใดสักครั้ง  
หนึ่งแล้วทำซ้ำอีกนั้นก็เป็นสัญญาณแสดงให้เห็นว่า เขาไม่ได้ชำระตนเอง  
จากสาเหตุของบาปนั้น ซึ่งจากสิ่งนั้นเองบาปก็จะปรากฏออกมาใหม่ ก็  
เหมือนกับรากของต้นไม้ไม่ว่ามันจะมีกิ่งงอกออกมาอีก” (นักบุญวาซิลี ผู้  
ยิ่งใหญ่)

๑๔๕. และ ๑๔๖. “จงอย่าพูดว่า ฉันได้ทำบาปมานานัก  
ด้วยเหตุนี้ฉันจึงไม่คู่ควรจะเข้าใกล้พระเจ้า จงอย่าท้อถอย เพียงแต่จง  
อย่าได้ทำบาปเพิ่มอีก และด้วยความช่วยเหลือของพระเจ้าผู้ทรงเปี่ยมด้วย  
เมตตา เจ้าจะไม่ต้องพะวงต่อสิ่งใดอีกเพราะพระเจ้าตรัสว่าใครก็ตามที่  
เข้ามาหาเรา เราจะไม่ขับไล่เขาออกไปด้วยเหตุนี้จึงต่อสู้ต่อไป และเชื่อ  
ต่อไปว่าพระเจ้านั้นทรงเป็นผู้บริสุทธิ์และจะทรงชำระทุกคนที่เข้ามาหา  
พระองค์ ถ้าเจ้าตั้งใจที่จะสารภาพบาปต่อหน้าพระองค์ ก็จงแสดงออกมา  
ด้วยการกระทำด้วย ถ้าเจ้ายังทรนงตนเองก็จงถ่อมตัวเองลงมา ถ้าเจ้ามา  
มายในสุราเจ้าจงแสดงความมีสติสัมปชัญญะออกมา ถ้าเจ้าเคยตกในกิเลส  
ตัณหากามารมณ์เจ้าก็จงแสดงความสะอาดทางกายของเจ้าออกมา เพราะ

มีคำพูดที่ว่าจงหลีกเลี่ยงตนเองออกจากบาปและสร้างความดี” (นักบุญ เกนนาดี แห่งคอนสแตนติโนเปิล “โซ่ทองคำ” , 87-89)

๑๔๗. “ผู้ชายคนหนึ่งทำบาปต่างๆ นานา แล้วเขาก็สำนึก สาราภบาป แล้วเขาก็ทำอย่างนั้นเรื่อยไปชั่วชีวิต ในที่สุดเขาก็กลับตัวใน พระเจ้าและตายไป วิญญาณชั่วได้มาหาเขาเพื่อเตรียมจะพาดวงวิญญาณ เขาไปยังนรก และพูดว่า “คนนี้เป็นของข้า” ทันใดนั้นพระเจ้าได้ตรัสว่า “ผิดแล้ว เขาได้สำนึกแล้ว” มารได้ว่า “ไม่ใช่ละถึงสำนึกแล้วเขาก็ทำอีก” เมื่อนั้นพระเจ้าจึงตรัสว่า “ถ้าเจ้า ผู้ซึ่งเป็นมาร มีสิทธิจะรับเอาตัวเขาไป กับเจ้าหลังจากที่เขาได้กลับตัวกลับใจสำนึกในบาปแก่เราไปแล้ว แล้วเรา ทำไมจะไม่มีสิทธิรับตัวเขามาหาเราอีกครั้ง หลังจากที่เขาคลับกลับมาหาเรา หลังทำบาปแล้วละ” พระเจ้าตรัสตอบ” (สาธุคุณ อัม โวโรซี โอปดินสกี)

๑๔๘. “ถ้าเจ้าได้เกิดหลงเข้าไปในบาปในวันใดวันหนึ่ง จง ย่อมนึกน้อยเนื้อต่ำใจไป จงอย่าหยุดยั้งอยู่ที่นั่นกับตนเองแล้วพูดแต่ว่า ทำไมข้าถึงเจอเรื่องแบบนี้ปล่อยให้เกิดกับข้าไปได้ยังไง คำพูดแบบนี้ แสดงแต่การตัดพ้อถึงความคิดเกี่ยวกับตนเองที่ย่อหยิ่ง ตรงกันข้ามถ้าเกิด เหตุการณ์แบบนี้ขึ้น จงอ่อนน้อมและจงหันสายตาแห่งปัญญาของเจ้าไปที่ พระเจ้า แล้วขอพระองค์ว่า พระเจ้าข้าพระองค์ประสงค์อันใดอื่นอีกจาก ข้าผู้ซึ่งอ่อนแอและไร้จรรยาแบบนี้ แล้วทันใดนั้นเจ้าจงกล่าวขอบคุณ พระองค์ที่เหตุการณ์หยุดอยู่แค่นั้น ไม่ได้เลวร้ายไปกว่านี้อีกจงกล่าวด้วย ศรีทราว่า ถ้าไม่ใช่เพราะพระกรุณาอันหาที่สุดมิได้ของพระองค์ พระ เจ้าข้า ข้าน้อยคงไม่ได้มาหยุดอยู่แค่ครั้งนี้แต่คงเล็ดไปไกลกว่านี้อีก เป็นแน่” (สาธุคุณนิโคติม แห่งภูเขาศักดิ์สิทธิ์ “โล่ห้ที่มองไม่เห็น”)

๑๔๙. “ใครที่เกลียดชังบาปของคนผู้นั้นก็จะเลิกทำบาป ส่วนใครที่สารภาพบาปนั้นออกมา คนนั้นก็จะถูกปลดปล่อยเป็นอิสระจากบาป เป็นไปไม่ได้ที่คนเราจะเลิกนิสัยทำบาป ถ้าก่อนอื่นจะไม่เกลียดชังบาปของคนเสียก่อน และเป็นไปไม่ได้ที่จะถูกปลดปล่อยจากพันธนาการบาป หากไม่สารภาพความคิดเสียก่อน เพราะการสารภาพบาปนั้น คือหลักที่นำไปสู่การถ่อมตัวถ่อมใจที่แท้จริง” (สารคุณ อีซาค ซีริน “คำ”, 71)

๑๕๐. “บาปที่คนหนึ่งได้ก่อไว้วันนั้น เมื่อได้รำลึกถึงมัน มันจะนำมาแต่สิ่งไม่ดีเพราะบาปจะพาความทุกข์คิดตัวมาด้วย และจะยิ่งพาเจ้าออกห่างจากความหวัง แสร้งทำเป็นไม่ทุกข์ ที่จริงข้างในยังคงความระทมให้ลงลึกเข้าไป แต่ถ้าเจ้าอยากที่จะสารภาพแก่พระเจ้าโดยไม่ให้ถูกประณาม จงอย่านึกถึงบาปนั้นว่าเกิดขึ้นยังไง แต่เพียงแก่เจ้าจงทนรับเอาความเจ็บปวดที่เกิดจากบาปนั้นอย่างกล้าหาญเท่านั้น” (สารคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:151,153)

๑๕๑. “พระเจ้าทรงรักคนบาปที่สารภาพผิดต่อพระองค์เป็นอย่างมาก และทรงโอบกอดเขาเข้าสู่อ้อมอกของพระองค์อย่างเมตตา ยิ่งพลางตรัสว่า เจ้าไปอยู่ที่ไหนมาลูกรักของเรา เรารอเจ้าอยู่เสียนานแล้วพระเจ้าทรงเรียกคนทุกคนด้วยพระสุรเสียงแห่งข่าวประเสริฐ และพระสุรเสียงของพระองค์ก็ก้องไปทั่วทั้งจักรวาล จงมาหาเราแก่น้อยของเราทั้งหลายเราได้สร้างเจ้าและเรารักเจ้ายิ่งความรักของเราที่มีต่อเจ้าทำให้เราต้องลงไปหาเจ้าที่โลกมนุษย์ และเราได้ยอมอดทนรับทุกอย่างเพื่อเห็นแก่การรอดจากความตายนิรันดร์ของเจ้า และเราประสงค์ให้เจ้ายอมรับความ

รักของเรา และบอกแก่เราเหมือนเหล่าอัครสาวกของเราที่ฟาโวร์ ว่า พระเจ้าข้า อยู่กับพระองค์ ข้านี้อยู่รู้สึกดีเหลือเกิน” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่งอาโฟน่า, 9:27)

๑๕๒. “ใครที่สารภาพและหันหลังให้กับบาปของตน บาปของคนนั้นก็สละไปจากเขา เพราะบาปนั้นยึดติดและเหนียวแน่นกับความหยิ่งทรนงตน ของคนที่จิตใจตกต่ำทางวิญญาณ และไม่อาจทนทานต่อการถูกดำเนินหรือความอับอายได้ การเข้าสืลกับพระเจ้าจะสำเร็จอย่างสมบูรณ์ได้ ก็ต่อเมื่อบาปทั้งหมดที่ไม่ว่าจะได้เคยทำทางวาจา การกระทำ หรือทางความคิดนั้น ได้ถูกล้างแล้วเรียบร้อย การสารภาพบาปทั้งหมด จำเป็นสำหรับการสละตนให้หลุดพ้นจากบาปก่อนๆ ทั้งหมดในวิถีทางที่สมควร และเพื่อรักษาตนเองในอนาคตไม่ให้หลงตกไปในบาปนั้นๆ อีก ไม่มีสิ่งอื่นใดเลยที่จะสามารถรักษาผลที่เกิดจากบาปที่นำไปสู่ความตายนั้นได้อีก นอกจากการสารภาพบาปจากใจจริง” (นักบุญ อิกนาทีอัส (เบเรียนซานินอฟ))

### เป้าหมายของเรากับพระประสงค์ของพระเจ้า

๑๕๓. “คำสอนที่ประเสริฐที่สุดของพระเยซูคริสต์ของเรา คือ ขอทุกอย่างให้เป็นไปตามพระประสงค์ของพระบิดาเถิด” (มัทธิว 6:10) ใครที่เข้าใจบรรดาคำอธิษฐานนี้อย่างจริงจัง ก็จะยินดีที่จะสละความต้องการส่วนตัวของตน และวางใจที่จะเลือกตามพระประสงค์ของพระเจ้า ส่วนความต้องการ ที่ได้รับแรงบันดาลใจมาจากมารนั้น จะเป็นที่ไปเป็นลักษณะที่เพื่อให้เราสามารถปกป้องตนเองและเชื่อมั่นแต่ในตนเอง และ

ในที่สุดมารก็สามารถเข้าครอบงำชีวิตคนๆ นั้น (คนที่เลือกรับรูปแบบความคิดแบบนั้น) ได้โดยง่าย” (สาธุคุณ วาร์โซโนฟี ผู้ยิ่งใหญ่ “ผู้นำ”, 40, 124)

๑๕๔. “ความประเสริฐสุดที่ยิ่งใหญ่นั้นก็คือ การมอบตน เพื่อให้เป็นไปตามพระประสงค์ของพระเจ้าแต่ผู้เดียว เพราะในใจนั้นจะมีแต่พระเจ้าพระองค์เดียว และจะไม่มีความคิดอันใดอื่นเพราะจิตใจนั้นจะใสสะอาดในการอธิษฐาน และเมื่อใจตั้งมั่นเป็นหนึ่งในการถวายตนแก่พระประสงค์ของพระเจ้า เมื่อนั้นองค์พระผู้เป็นเจ้าก็จะเริ่มควบคุมชีวิตเขาคนนั้นและจิตใจเขาจะได้เรียนรู้สิ่งต่างๆ จากพระเจ้าโดยตรง คนที่ขี้ไฮโอหังจะไม่สามารถอยู่โดยตามพระประสงค์ของพระเจ้า เพราะเขาเลือกที่จะควบคุมชีวิตตนเอง และไม่มีวันเข้าใจว่าสำหรับมนุษย์การมีชีวิตอยู่โดยอาศัยเพียงปัญญาโดยไม่มีพระเจ้านั้นไม่มีวันเพียงพอ” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 6:1)

๑๕๕. “ด้วยแรงศรัทธาที่จะตัดใจจากความต้องการส่วนตัว และถ่อมใจตนเองมากขึ้นเท่าใด คนๆ นั้นก็จะยิ่งไปสู่ความสำเร็จเร็วขึ้นเท่านั้น และยิ่งเขายึดติดกับแรงความอยากส่วนตัวมากเท่าใดเขาก็จะยิ่งทำร้าย และทำให้ตัวเองแย่ลงมากเท่านั้น” (สาธุคุณ เอเฟรม ซิริน “คำแนะนำสำหรับพระเถระผู้ใหญ่คนใหม่”, 12)

๑๕๖. “เราจะรู้ได้อย่างไรว่าเรากำลังดำรงชีวิตตามพระประสงค์ของพระเจ้าหรือไม่ นี่ไงคือ สิ่งที่จะบอกเราได้ถ้าเจ้ารู้สึกขมขื่นในเรื่องใดเรื่องหนึ่งนั่นก็หมายความว่า ยังมีสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เจ้ายังไม่ได้มอบวางในพระเจ้าอย่างถึงที่สุด ใครที่ใช้ชีวิตตามพระประสงค์ของพระ

เจ้า คนๆ นั้นจะไม่มีวันรู้สึกกังวลเกี่ยวกับเรื่องใดๆ เลย และถ้าเขาต้องการสิ่งใดเขาก็จะมอบวางทั้งตัวเขาและสิ่งนั้นไว้ในพระเจ้าอย่างถึงที่สุด และถ้าเขายังไม่ได้รับสิ่งที่ขออีก เขาก็จะยังคงสงบนิ่งและไว้วางใจพระองค์ต่อไปเหมือนกับว่าเขาได้รับสิ่งที่ขอแล้ว ดวงใจของเขาที่มอบไว้ในพระหัตถ์พระเจ้าจะไม่มีวันกลัวสิ่งใด ไม่กระตังฟ้าร้องฟ้าผ่า โจรภัยอันตรายต่างๆ ไม่มีสิ่งใดทำให้เขากลับได้ ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นก็ตาม เขาจะพูดว่าสิ่งนี้เป็นที่พอพระทัยของพระเจ้า ถ้าเขาต้องเจ็บปวด เขาก็จะคิดว่านั่นเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับเขา ไม่เช่นนั้นพระเจ้าคงไม่มอบแก่เขา และเขาจะรักษาความสงบในร่างกายและจิตใจของตนต่อไป” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 6:4)

๑๕๗. “พระเจ้าได้ประทานพระวิญญาณบริสุทธิ์มายังพื้นโลก ที่ซึ่งพระองค์สถิตอยู่นี้ และคนก็ได้ได้รับความรู้สึกเหมือนกำลังใช้ชีวิตอยู่ในสวรรค์บนดิน เป็นไปได้ว่าเจ้าจะพูดว่าทำไมสิ่งดีๆ แบบนี้ไม่เกิดกับข้าบ้าง นั่นก็เพราะเจ้าไม่ได้ไว้วางใจมอบตัวมอบใจทั้งหมดแก่พระเจ้า แต่อยู่เพื่อตัวเอง จงมองไปยังคนที่รักแต่ตัวเอง เขาจะไม่มีวันมีความสุขสงบในจิตใจ และจะไม่พอใจในไม่สิ่งใดก็สิ่งหนึ่งตลอดเวลา แต่ใครที่วางใจในพระประสงค์ของพระเจ้าอย่างเต็มที่ คนนั้นจะมีคำอธิษฐานที่บริสุทธิ์ใจของเขาจะรักพระเจ้ายิ่ง และทุกสิ่งทุกอย่างจะมีแต่เป็นที่น่าพอใจและน่ารักแก่เขา” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 6:14)



## พระโอวาท

๑๕๘. “เป็นไปได้ที่จะเดินโดยไม่มีเท้าหรือบินโดยไม่มีปีกฉันใด คนก็ไม่มีวันเข้าถึงดินแดนสวรรค์ได้โดยไม่ทำตามพระโอวาทของพระเจ้าที่ฉันนั้น” (นักบุญ ธิโอฟาน ผู้นิมิตต่อศรรย “คำสอน 5 ประการวิถีเกี่ยวกับการเดินไปสู่สวรรค์, 3”)

๑๕๙. “พระโอวาทของพระเจ้าสูงส่งยิ่งกว่าสิ่งล้ำค่าทั้งหมดบนโลกนี้ ใครที่ไขว่หาสิ่งนี้ คนนั้นก็ได้รับพระเจ้ามาไว้ในใจ” (สาธุคุณอิซาค ซีริน “คำ”, 57)

๑๖๐. “อัครสาวกยอห์นได้กล่าวว่า พระโอวาทของพระเจ้าไม่ใช่เรื่องที่หนักหนาเกินกว่ารับได้ แต่ง่าย (ยอห์น 5:3) แต่สิ่งนี้จะง่ายก็ต่อเมื่อในใจคนๆ นั้นมีความรัก หากไม่มีรักอะไรๆ ก็จะยากไปหมด” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวาน แห่งอาโฟนา, 16:10)

๑๖๑. “สิ่งที่พระเยซูคริสต์เรียกร้อง ไม่ใช่การทำตามพระโอวาทของพระองค์แต่อย่างเดียว แต่คือการเปลี่ยนแปลงกลับตัวกลับใจ ด้วยเหตุนี้จึงต้องมีพระโอวาทเพื่อเป็นมาตรฐาน” (สาธุคุณอิซาค ซีริน “คำ”, 34)

๑๖๒. “พระเจ้าด้วยแรงแห่งความเมตตากรุณาแก่เรา ทรงสถิตอยู่ในพระโอวาททุกประการที่พระองค์ตรัส นักบุญมาร์กวีรบุรุษได้กล่าวว่า “พระเจ้าทรงซ่อนเร้นอยู่ในพระวณะทุกประการ” พระเจ้าจะทรงช่วยเหลือคนทุกคนที่ต่อสู้เพื่อเอาชนะใจในการรักษาพระวณะของพระองค์ ส่วนพระองค์เองจะสถิตอยู่ในเราในพระวิญญูณข้างใน โดยสามารถรู้ได้ด้วยพระวิญญูณบริสุทธิ์ที่พระองค์ประทานให้แก่เรา นั้น

หมายความว่า คริสตชนทุกคนต่างไม่เคยอยู่คนเดียว แต่เขาจะมีชีวิตอยู่และทำงานต่อไปพร้อมกับพระบิดา พระบุตร และพระจิตวิญญาณ พร้อมกับพระเจ้าต่อไป” (สาธุคุณอิวสดีน โปโปวิช “วิเคราะห์บทที่ 1 ยอห์น 3:24”)

๑๖๓. “ในตัวของชาวคริสต์ทุกคนมีพระคริสต์ ซึ่งเป็นผู้ที่ต่อสู้และกำชัยชนะเพื่อเรา และพระองค์ทรงเรียกหาพระบิดาเพื่อเรา อริชฐานเพื่อเรา และขอขอบคุณแทนเรา ทุกอย่างเป็นพระคริสต์ที่ทรงกระทำทั้งหมดเพื่อเรา ทรงยินดีและร่าเริงที่อยู่กับเรา เมื่อเห็นว่าในตัวเราเกิดความมั่นใจว่าพระองค์นั้นทรงเป็นองค์ที่ทรงทำทุกอย่างได้เพื่อเรา ด้วยเหตุนี้ชาวคริสต์ทุกคน ไม่ว่าจะกระทำความผิดอันใดก็ตามจำเป็นต้องประกาศว่าเป็นองค์พระคริสต์ที่กระทำ ไม่ใช่ตัวเขาเองที่กระทำด้วยกำลังของตนเอง ส่วนใครที่ไม่คิดอย่างนั้นคนนั้นก็เป็ชาวคริสต์ที่เสียเปล่า” (สาธุคุณ ซิมิโอน นักเทศนาคนใหม่ “คำสอน”, บทที่ 1:4)

### พระเจ้าทรงวินิจฉัยถึงการกระทำของเราอย่างไร

๑๖๔. “ในทุกสิ่งที่เราทำพระเจ้าจะมองแต่เจตนารมณ์ของเราว่าเรากำลังทำสิ่งนั้นๆ เพื่อเทิดทูนพระองค์หรือเพื่อเหตุผลอื่นๆ กันแน่” (สาธุคุณมักซิม นักเทศนา “บทว่าด้วยความรัก”, 2:36)

๑๖๕. “พระเจ้าจะยกย่องเราที่เจตนารมณ์ในใจของเราที่กระทำสิ่งหนึ่งๆ เพราะมีคำกล่าวที่ว่า “พระเจ้าทรงประทานให้ตามหัวใจของเจ้า”(สคูติ 19:5) เพราะใครที่อยากจะทำอะไรสักอย่างหนึ่งแต่ไม่สามารถทำได้สำเร็จ เมื่อปรากฏต่อหน้าพระพักตร์ของพระองค์ เขาก็ถูก

นับว่าเหมือนได้กระทำสิ่งนั้นเสร็จสิ้นแล้ว สิ่งนี้เป็นไปตามกฎไม่ว่าจะเป็นสิ่งดีหรือไม่ดีก็ตาม” (สาธุคุณมาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 1:184, 2:16)

๑๖๖. “ถ้าเรามีเจตนาารมณ์ที่ไม่บริสุทธิ์ก่อนที่จะกระทำสิ่งใด สิ่งที่จะกระทำก็จะออกมาแน่ แม้ว่าสิ่งนั้นจะเป็นสิ่งที่ดีก็ตาม” (นักบุญกรีกอริย์ คโวเยสโลฟ, 1:10)

### เราควรคิดอย่างไรกับการกระทำของเรา

๑๖๗. “อย่าคิดมากเกินไป และอย่าทำสิ่งใดโดยปราศจากเป้าหมายทางจิตใจที่จะสร้างความพึงพอใจในพระเจ้า เพราะใครก็ตามที่เดินทางโดยไม่มีจุดหมายคนนั้นก็เหมือนลงแรงทำโดยไม่ได้อะไรกลับมา” (สาธุคุณมาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 1:54)

๑๖๘. “การถือศีลอด การอธิษฐาน การทำบุญ และการกระทำดีอื่นๆ ที่พึงกระทำโดยชาวคริสต์ โดยตัวมันเองนั้นเป็นสิ่งที่ดี แต่เป้าหมายของชีวิตชาวคริสต์ไม่ได้อยู่ที่แค่การกระทำดี สังขรณ์ของชีวิตชาวคริสต์อย่างเราๆ ท่านๆ ก็คือการรับชีวิตของพระคริสต์และพระวิญญานบริสุทธิ์ การถือศีลอด การอธิษฐาน การทำบุญ และการทำดีในข้ออื่นๆ เพื่อพระคริสต์นั้นเป็นเพียงแค่วิถีทางเพื่อปูทางการรับพระวิญญานบริสุทธิ์ สังเกตว่ามีเพียงแค่การกระทำดีที่ถูกทำให้สำเร็จเพื่อพระคริสต์เท่านั้นที่จะนำผลของพระจิตมาแก่เรา ส่วนสิ่งใดก็ตามที่ไม่ได้ทำเพื่อพระคริสต์ไม่ว่ามันจะเป็นเรื่องดีเพียงใดก็ตาม ผลตอบแทนที่จะได้รับในชีวิตกายภาพหน้าจะไม่มีให้ และแม้แต่ในชีวิตบนโลกนี้ที่เป็นอยู่ก็จะมีพระกรุณาจากพระองค์ให้แก่เรา นั่นเองที่เป็นเหตุผลว่าทำไม

พระคริสตเจ้าทรงตรัสว่า “ใครที่ยึดติดอยู่กับเรา คนนั้นก็จะถูกถอนออก จากดิน” (มัทธิว 12:30)” (สาธุคุณเซราฟิม แห่งซาโรว่า “สนทนา เกี่ยวกับเป้าหมายชีวิตของชาวคริสเตียน”)

๑๖๕. “ถ้าเมื่อใดปัญญาของเราล้มเป้าหมายที่สูงส่งของ ความดี เมื่อนั้นการทำดีนั้นก็เปล่าประโยชน์” (สาธุคุณมาร์ก วีรบุรุษ “คำ สอน”, 2:51)

๑๗๐. “อะไรก็ตามที่เข้าสละเพื่อพระนามของพระคริสต์ สิ่งนั้นเจ้าจะได้รับตอบแทนกลับ อะไรก็ตามที่เจ้าเก็บไว้เพื่อตัวเองเจ้าก็ เสียไป อะไรก็ตามที่เจ้าให้ในนามของพระเจ้า เจ้าก็จะได้รับกำไรจากสิ่ง นั้น อะไรก็ตามที่ให้ในนามตัวเองเพื่อตัวเองและเพื่อความทรงของเจ้า เจ้าก็เหมือนโยนทิ้งลงแม่น้ำ อะไรก็ตามที่เจ้ารับจากมนุษย์โดยสำนึก ขอบคุณเหมือนรับจากพระเจ้าสิ่งนั้นจะนำความปิติยินดีอย่างที่สุดมาแก่ เจ้า แต่ถ้าเจ้ารับอะไรก็ตามจากคนอื่นเหมือนรับมาจากมนุษย์ธรรมดา เท่านั้น สิ่งนั้นก็จะนำมาแต่ความกังวลไม่สิ้นสุด” (นักบุญ นิโคลาส แห่ง เซอร์เบีย “ความคิดเกี่ยวกับความดีและความชั่ว”)

๑๗๑. “ทุกๆ สิ่งที่คนเราต้องมีสติ และคำนึงถึงปริมาณ ความพอดีที่จะทำเพื่อไม่ให้เป็นที่ลำบากใจในภายหลัง การทำบุญ การถือ ศีลอดก็ดี หรือกิจกรรมอื่นๆ ก็ดี ที่เกินกำลังตนเองถือว่าเป็นการกระทำที่ ขาดสติ เพราะจะนำไปสู่ผลเสีย ความยากลำบากใจ ความเสียใจ และ ความไม่พอใจในภายหลังแก่ผู้ที่ทำอย่างนั้น แม้แต่พระเจ้าก็ไม่ต้องการให้ คนเราทำอะไรเกินกำลังตนเอง” (สาธุคุณวาร์โซโนฟีย์ ผู้ยิ่งใหญ่ “ความ เป็นผู้นำ”, 627)

๑๗๒. “ไม่ว่าเจ้าจะเคยเป็นใครมาก็ตาม ไม่ว่าเจ้าจะเคยทำอะไรมาก็ตาม จงประเมินตนเองอยู่เสมอว่าสิ่งที่กำลังทำอยู่ทำในแนวทางใด ในแบบชาวคริสต์ หรือเป็นไปเหมือนชาวโลกคนบาปทั่วๆ ไป นั่นคือทำตามแบบคนรักตัวเองเป็นที่ตั้ง และเพื่อหาประโยชน์แก่ตนเอง แต่ชาวคริสต์อย่างเราจำเป็นต้องระลึกถึงเสมอว่าสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะใหญ่เล็กขนาดไหนต้องมีจุดเริ่มต้นจากการมีจริยธรรมที่ดี คริสเตียนที่จำคำสอนของพระเยซูได้จะต้องทำทุกสิ่งที่คุณทำเพื่อเป็นการส่งเสริมเชิดชูพระกรุณาของพระเจ้า และพระราชอาณาจักรของพระองค์จะเกิดขึ้นในหมู่มนุษย์” (นักบุญคาเบรียล อิมเรทินสกี “สรุปประจำปี”)

### การกระทำที่ดีของเรา

๑๗๓. “ความชั่วจะได้รับพลังเสริมจากความชั่วที่ทับถมต่อๆ มา ด้วยเหตุนี้ความดีก็จะเติบโตได้ก็ด้วยการทำต่อเนื่องไป และใครที่มีความดีแบบนี้ ความดีก็จะส่งเสริมเขาให้ทำสิ่งดีที่ยิ่งใหญ่มากขึ้นไปอีก” (สาธุคุณมาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:93)

๑๗๔. “ทุกๆ ครั้งที่เราทำบาป มันจะเกิดขึ้นเป็นมารในใจเรา แต่ทุกครั้งที่เราเลือกทำดีเราจะเกิดเป็นบุตรของพระเจ้าในวิญญูณ” (นักบุญยอห์น นักเทศน์)

๑๗๕. “เราจะสถิตอยู่ในพระเจ้าตราบเท่าที่เราจะไม่ทำบาป” (นักบุญ เบด้า ผู้นำนักบวช วิเคราะห์บท 1ยอห์น 3:6)

๑๗๖. “เมื่อเราทำดีครั้งใด ก็จงรีบดื่มถึงสิ่งดีและผลรางวัลที่ควรได้จากสิ่งที่เรากระทำนั้นเสียทันที อย่าจดบันทึกสิ่งดีที่เรากระทำ

เพราะถ้าเราเชื่อมั่นเมื่อไรมันก็จะยิ่งจางหายไปอย่างรวดเร็วเท่านั้น แต่หากเรายิ่งเชื่อมั่นเร็วเท่าไรมันก็จะยิ่งถูกจดบันทึกในนิรันดร์กาลเร็วมากเท่านั้น” (นักบุญ นิโคลาส แห่งเซอร์เบีย “ความคิดเกี่ยวกับความดีและความชั่ว”)

๑๗๗. “ถ้าเจ้าอยากให้พระเจ้าปกปิดความบาปในตัวเจ้า ก็จงอย่าอวดอ้างความดีที่เจ้าได้เคยกระทำ ไม่ว่าเจ้าจะทำอะไรมาก็ตาม เพราะวิธีที่เจ้าปฏิบัติตามความดีของเจ้าอย่างไร พระเจ้าก็จะปฏิบัติตามความบาปของเจ้าอย่างนั้นเช่นกัน” (สาธุคุณมาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:135)

๑๗๘. “ถ้าใครมีพรสวรรค์อันใดที่ได้รับจากพระเจ้า และรู้สึกสงสารผู้ที่ไม่มีพรอันนี้ คนที่สงสารก็จะสามารถรักษาพรอันนั้นได้ แต่คนที่เย่อหยิ่งและยกตนจากพระพรนั้นด้วยคิดว่าตนเก่ง คนนั้นก็จะมีบุญเสียพระพรไปในที่สุด” (สาธุคุณมาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 1:8)

### สิ่งดีๆ แม้เพียงเล็กน้อยก็ล้ำค่า

๑๗๙. “ถ้าใครก็ตามได้เคยแสดงความเมตตาแก่อีกคนหนึ่ง ไม่ว่าเมื่อใดก็ตาม คนๆ นั้นก็จะได้รับความเมตตากลับเช่นกัน และถ้าใครได้เคยแสดงความสงสารและเสียใจไปกับผู้ที่เจ็บปวด (แม้ว่ามันอาจจะดูไม่น่ายิ่งใหญ่สัก) เขาจะได้รับบันทึกว่าเป็นผู้ที่ยอมรับความเจ็บปวดเพื่อพระเจ้า ส่วนใครที่ให้อภัยคนที่ทำร้ายตนเอง คนๆ นั้นไม่เพียงจะได้รับอิสรภาพจากบาปของตนเท่านั้น แต่ยังสามารถเป็นบุตรที่รักของพระเจ้าด้วย ใครที่อธิษฐานจากใจจริงถึงการรอดของอีกคนหนึ่ง ถึงจะเป็นเรื่องน้อยนิด แต่คนที่ได้รับการอธิษฐานให้ก็จะรอด ใครที่ดำเนินตนเอง กล่าวโทษ

ตนเอง และประณามตนเองต่อหน้าพระเจ้าสำหรับการทำบาปของตนนั้น ซึ่งถือเป็นผู้ที่ไม่ด้านชาต่อความรู้สึกคน คนนั้นจะได้รับการกลับถูกให้เป็นผิด และถ้าเจ้าเสียใจไปกับบาปที่เจ้าทำแล้วร่ำไห้ หรือระล่ำระลักอัดอั้นใจ ความอันอั้นของเจ้าจะไม่สูญเปล่าในพระเจ้า เหมือนที่นักบุญยอห์นกล่าวว่า “ถ้าเจ้าจะกล่าวคำหาหนิงถึงเรื่องที่เจ้าทำบาป พระเจ้าก็จะรับความรู้สึกผิดของเจ้าถือเป็นการรอดจากบาปของเจ้า” (สารุคณมะอิเสห์ โอปิตินสกี)

### ความรัก

๑๘๐. “พระเจ้าประทานสิ่งที่เรียกว่า “ความรัก” แก่ผู้คน เพื่อให้พวกเขาเรียกความสัมพันธ์ที่มีกับพระองค์ด้วยคำนี้ แต่เมื่อคนได้ใช้คำนี้บิดเบือนไปในทางที่ผิด และเรียกคำนี้กับสิ่งที่ไม่บริสุทธิ์บนโลก คำๆ นี้ก็จะค่อยๆ สูญเสียความหมายที่อิ่งใหญ่ไป” (นักบุญ นิโคไล แห่ง เซอร์เบีย “ความคิดเกี่ยวกับความดีและความชั่ว”)

๑๘๑. “อย่าละเลยพระวจนะของพระเจ้าเกี่ยวกับความรัก เพราะโดยความรักของพระองค์เจ้าจะกลายเป็นบุตรของพระเจ้า แต่ถ้าเจ้าฝ่าฝืนมันไปเสีย เจ้าก็จะกลายเป็นบุตรของทาส” (สารุคณมักซิม นักเทศนา “บทว่าด้วยความรัก” 4:20)

๑๘๒. “ความรักที่มีต่อพระเจ้าจะต้องอยู่เหนือความรักอื่นใดที่เรามีแม้ต่อใครซักคนบนโลกนี้” (สารุคณนิโคติม แห่งภูเขา สักคีลิตี)

๑๘๓. “จงอย่าพูดว่าเพียงความเชื่ออย่างเดียวในพระคริสต์ จะสามารถช่วยชีวิตเจ้าให้รอดจากไฟโลกันต์ได้ เพราะเป็นไปไม่ได้ที่จะมีความเชื่อโดยไม่มีความรักต่อพระเจ้า ซึ่งแสดงออกได้โดยการกระทำอะไรที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อที่เปล่าเปลี่ยวโดยไม่มีความรัก ก็เหมือนที่พูดกันว่า “มารก็เชื่อ แต่ก็ยังสะทกสะท้าน” (ยากอบ 2:19) การกระทำที่แสดงถึงความรักก็คือ การแบ่งปันให้แก่บุคคลที่ใกล้ชิดโดยเต็มใจ ใจกว้างเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความอดทน และการเลือกใช้สิ่งต่างๆ ที่มีอยู่อย่างมีสติ” (สารทูลคุณมักซิม นักเทศนา “บพว่าด้วยความรัก” 1:39-40)

๑๘๔. “พระเจ้าส่งแสงธรรมไปยังคนทุกคนฉันใด คนที่ประสงค์จะเป็นเหมือนพระเจ้าย่อมต้องแสดงออกด้วยแสงธรรมแห่งความรักนั้นแก่ทุกคนเท่าเทียมกัน ด้วยเหตุนี้ที่ใดที่ขาดความรัก ที่นั่นก็จะเกิดความเกลียดชังในทันทีทันใด แต่ถ้าพระเจ้าเป็นความรัก ความเกลียดชังก็ต้องเป็นของมาร ด้วยเหตุนี้ผู้ที่มีความรักก็จะเป็นของพระเจ้า และมีพระเจ้าในใจ ส่วนผู้ที่มีความเกลียดชังผู้นั้นก็เก็บกินมารไว้ในตัว” (นักบุญวาซิลี ผู้ยิ่งใหญ่ “คำสอนเกี่ยวกับการนุกนิก”, 3)

๑๘๕. “ความรักสามารถลบความบาปทั้งหลายได้” (1เปโตร 4:8) นั่นเองที่ว่าพระเจ้าสามารถให้อภัยบาปแก่คนที่รักผู้อื่นได้” (นักบุญฟีโอฟาน ชาทวอโรนิก “จดหมาย” 8:949)

๑๘๖. และ ๑๘๗. “ความรักที่เรามีต่อพระคริสต์สามารถแบ่งได้เป็นหลายรูปแบบ ได้แก่ ความรักต่อคนใกล้ชิด ความรักความจริง ความรักที่จะทำตนให้บริสุทธิ์ ต่อความสะอาด ต่อสิ่งที่สูงส่งของพระเจ้า ต่อชีวิตที่ไม่มีวันตายและเป็นนิรันดร์ รูปแบบต่างๆ ที่ว่ามานี้ของความรัก



คือ ธรรมชาติที่แท้จริงของความรักของพระคริสต์ที่แสดงออกมา พระเยซู เป็นทั้งมนุษย์และพระเจ้า และความรักที่เรามีให้ต่อพระองค์นั้นย่อม หมายถึงว่า ไม่มีที่สิ้นสุด ความรักต่อพระเจ้า ความรักต่อมนุษย์เอยก็ดี เมื่อ เรารักพระคริสต์แล้วเราก็ยินดีที่จะรักคนอื่นเพื่อพระองค์ และรักในทุกสิ่ง ที่เป็นเหมือนมาจากสวรรค์อันเป็นนิรันดร์ และเหมือนพระคริสต์ที่ ปรากฏในมนุษย์ทั่วไปเราไม่สามารถที่จะรักใคร่ได้โดยแท้จริงถ้าเราจะ ไม่รักเขาด้วยเหตุผลนี้เสียก่อน ความรักอื่นใดที่นอกเหนือไปจากนี้แล้ว ถือว่าเป็นความรักจอมปลอม ซึ่งสามารถแปรเปลี่ยนเป็นความไม่รักได้ ง่ายในภายหลัง และจะกลายเป็นความเกลียดชังคนอื่นไปในที่สุด ความ รักที่แท้จริงที่เราจะรักผู้อื่นมาจากความรักที่เรามีต่อพระเจ้าเท่านั้น และ ความรักที่มีต่อพระเจื่อก็จะเติบโตเรื่อยไปตามระดับที่เราเชื่อฟังคำสั่งสอน ของพระองค์” (สาธุคุณ อีอูสติน โปโปวิช “วิเคราะห์บท 1 ยอห์น 4:20, 5:2”)

๑๘๘. “ความรักคือ ผลผลิตของการอธิษฐาน การอดทนรอคอยในการอธิษฐาน หมายความว่า เราต้องตัดใจจากความเป็นตัวของตัวเอง ด้วยเหตุนี้ความรักของพระเจ้าจึงสามารถเข้าสู่หัวใจของมนุษย์ได้ ก็ต่อเมื่อใจเราดัดออกจากความเห็นแก่ตัวเอง” (สาธุคุณ อีซาค ซีริน “คำ”, 43)

๑๘๙. “ถ้าเจ้าพบว่า ในตนเองไม่มีความรัก และเจ้าประสงค์อยากที่จะมีความรักแล้วละก็ เจ้าก็จงเลือกทำสิ่งที่เป็นของความรักเสีย แม้ว่า ในคราวแรกๆ เจ้าอาจจะรู้สึกเหมือนว่าไม่มีความรัก แต่พระเจ้าจะ

ทรงเห็นความตั้งใจของเจ้า และจะทรงประทานความรักในหัวใจแก่เจ้าเอง” (สารุคณอัมไวโรซิช์ โอปดินสกี)

### ใครที่ไม่มีรัก

๑๕๐. “ร่องรอยของความเกลียดชังที่เห็นได้ในใจคนที่มีความโกรธชักรคน ต่อสิ่งที่เขาได้เคยทำไม่ดีชักรอย่างก็ถือเป็นสิ่งที่แปลกแยกจากความรักของพระเจ้า เพราะความรักของพระเจ้าไม่มีทางอดทนยอมให้มีความเกลียดชังต่อใครสักคนอยู่ด้วยกันในใจได้” (สารุคณมัทซิม นักเทศนา “บพว่าด้วยความรัก” 1:15)

๑๕๑. “ใครที่ห่างไกลจากความรัก คนนั้นเป็นคนที่ยอมความชั่วร้ายในใจและนำสมเพชเวทนา เพราะเขาจะใช้ชีวิตทุกวันเหมือนกับอยู่ในเรื่องเหลวไหลของความฝัน ห่างไกลจากพระเจ้า ขาดแสงธรรมและอยู่ในความมืด ในตัวใครไม่มีความรักของพระคริสต์แล้ว คนนั้นก็เป็นศัตรูของพระคริสต์ เขาจะเดินอยู่แต่ในความมืด และตกหลุมพรางของความบาปอยู่บ่อยๆ ” (สารุคณเอเฟรม ซีริน “คำสอนว่าด้วยการทำดีและศรบาป”)

๑๕๒. “ใครที่ไม่มีรักคนอื่นนอกจากตัวเองจะตกอยู่ในความตายนิรันดร์แล้ว สิ่งที่เขาทำทุกอย่างต่อให้ภายนอกจะดูเหมือนกับเป็นสิ่งที่ดีเพียงใดก็ตามก็จะเป็นสิ่งที่ไร้ค่า ตายตกไปและไม่มีผล และคำที่เขาพูดทุกคำก็จะเป็นเพียงลมปากเปล่า” (นักบุญฟิลาเรต แห่งมอสโก “โหวทแก่ผู้ที่รับศีล”)

## การแสดงออกซึ่งความรัก

๑๕๓. “ใครที่ได้ทำความรู้จักกับความรักของพระเจ้า คนๆ นั้นก็จะหลงรักโลกทั้งใบ และไม่มีวันที่จะบ่นอิดออดถึงชะตาชีวิตของตนเอง เพราะความทุกข์เพียงเล็กน้อยที่เผชิญบนโลกนี้เพื่อพระเจ้าแล้วจะนำเขาไปสู่ความปีติอันเป็นนิรันดร์กาล” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวาน แห่งอาโพน่า, 1:27)

๑๕๔. “ความรักไม่ได้เกิดขึ้นเพียงแค่ว่าเจ้าจะสละสมบัติอันมหาศาลของเจ้าแก่คนยากจนเพียงครั้งเดียว แต่ปรากฏว่าเพราะเจ้าจะช่วยส่งสาส์นแห่งความรักของพระเจ้าและให้ความช่วยเหลือไม่เพียงคำพูดแต่ด้วยการกระทำ” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 1:26)

๑๕๕. “อะไรคือความสมบูรณ์แบบในความรัก นั่นคือการรักศัตรูของเจ้าอย่างที่ว่าเจ้าอยากที่จะทำให้พวกเขากลายเป็นพี่น้องของเจ้า เพราะความรักแบบนี้ที่เขาคนนั้นผู้ที่สละชีวิตบนกางเขนได้บอกว่า “พระบิดาเจ้า โปรดให้อภัยแก่พวกเขาเถิด เพราะพวกเขาไม่รู้ว่าพวกเขาทำอะไรอยู่” (ลูกา 23:24)” (อ็อกัสติน ผู้ประเสริฐ “สาส์นถึงชาวปาร์เธียนส์”, 1:9)

๑๕๖. “ผู้ที่มีความสุข คือ ผู้ที่มีความรักของพระเจ้า เพราะเขานำพระเจ้าไปกับเขาด้วยทุกที่ ในคนใดมีความรัก คนนั้นก็สูงส่งยิ่งกว่าสิ่งใดพร้อมๆ กับพระเจ้า ใครที่มีรักคนนั้นจะ ไม่กลัวสิ่งใด ไม่เกรงหน้าใคร ไม่ยกตนข่มใคร ไม่พูดกล่าวร้ายถึงใคร และใครจะพูดไม่ดีเกี่ยวกับใครหรือสิ่งใดเขาก็จะไม่ฟัง ไม่ชิงดีชิงเด่น ไม่อิจฉา ไม่คิใจเวลา

ใครตกยากลำบาก ไม่ช้าเต็มผู้ที่ตกต่ำทางวิญญาณแต่จะเห็นใจเขาและช่วยเขา ไม่มองข้ามพี่น้องของเขา จะคอยช่วยเหลือคนอื่นๆ ในสิ่งต่างที่เขาขาด และพร้อมที่จะเข้าปกป้องและตายแทนคนอื่นได้ ใครที่มีรัก คนนั้นทำตามพระประสงค์ของพระเจ้า” (สาธุคุณเอเฟรม ซิริน “คำสอนว่าด้วยการทำดีและตราบาปพระวณะเกี่ยวกับเรื่องทางจิตวิญญาณและทางศีลธรรม”, 3)

### ความเมตตา

๑๕๗. “เจ้าจงมีความเมตตาที่ล้นปรืออยู่เสมอ จนกว่าที่ในตัวเจ้าจะรู้สึกเหมือนมีความเมตตาในแบบที่พระเจ้ามีแก่โลกนี้ ใจที่แข็งกระด้าง และการไม่มีความเมตตาไม่มีทางบริสุทธิ์ คนที่มีเมตตาธรรมคนนั้นก็เหมือนแพทย์รักษาใจ เพราะเขาจะใช้แรงความเมตตาจากภายในตัวเขาพัฒนาให้เมฆหมอกค้นหาในใจผู้อื่นนั้นให้หายไป” (สาธุคุณอิซาค ซิริน “คำ”, 41)

๑๕๘. “ถ้าเจ้าเลือกที่จะรักหวงแหนความร่ำรวย สมบัตินั้นจะไม่ตกเป็นของเจ้า แต่ถ้าเจ้าเลือกที่จะสละใจความร่ำรวยนั้นให้แก่ผู้ที่ขาดมันเจ้าจะไม่มีวันสูญเสียสมบัติของเจ้า” (นักบุญ วาซิลี ผู้ยิ่งใหญ่ “บทสนทนา”, 7)

๑๕๙. “เป็นไปได้อะไรที่พระเจ้าผู้ทรงรักมนุษย์ทั้งหลายจะประทานสิ่งต่างๆ มากมายแก่เจ้าเพียงเพื่อจะให้เจ้าใช้มันเพื่อประโยชน์ของเจ้าเอง ไม่ใช่เป็นแน่ แต่เป็นเพื่อให้ความสิ้นเหลือของเจ้าจะสามารถ

กลบความบกพร่องขาดแคลนของคนอื่นต่างหาก” (นักบุญยอห์น นักเทศน์ “บทสนทนาถึงปฐมกาล, 20”)

๒๐๐. “ถ้าเจ้าจะมีใจเมตตาอย่างแท้จริง เมื่อมีใครมาเอาของอะไรไปจากเจ้าอย่างไม่เป็นธรรม เจ้าจงอย่าเป็นทุกข์ไปในใจและอย่าเล่าให้ผู้อื่นได้ฟังเกี่ยวกับความสูญเสียที่เกิดขึ้น จะดีกว่าที่เจ้าจะยอมให้การสูญเสียของเจ้าที่ทำโดยผู้ที่ทำให้เจ้าเจ็บปวดกลายเป็นความเมตตาของเจ้าแก่เขา” (สาธุคุณอิซาค ซีริน “คำ”, 58)

### ความอ่อนน้อม

๒๐๑. “ไม่มีอะไรในโลกที่จะเป็นที่รังเกียจสำหรับพระเจ้า มากไปกว่าความหยิ่งยโสทรนงตน เพราะในความยิ่งมनुษย์ซ่อนการยกตนเป็นเหมือนพระเจ้า ซ่อนความไม่มีสาระของตน และความบาปของตน ในทำนองเดียวกันสิ่งที่น่าดีใจแก่พระเจ้าไม่มีอะไรจะดีไปกว่าความถ่อมตัวและใจ การตัดสินตนเป็นเหมือนผู้ที่ไม่มีอะไรสำคัญ และการยกสิ่งประเสริฐต่างๆ สักดิ์ศรี และเกียรติยศต่างๆ ให้แก่พระนามของพระเจ้า แต่พระองค์เดียว ความทรนงตนทำให้มนุษย์ไม่ยอมรับพระกรุณาของพระเจ้าเพราะความทรนงเต็มเต็มตัวมันเอง ในขณะที่ความอ่อนน้อมจะรับพระกรุณาของพระเจ้าได้โดยง่าย เพราะเป็นอิสระไม่มีการยึดทั้งตัวของมันเองหรือสิ่งอื่นใดบนโลกนี้ พระเจ้าสร้างสิ่งต่างๆ จากความไม่มีอะไร ทรายที่เรายังไม่อยากจะทำเหมือนว่าไม่มีอะไรในตัวเราเอง พระเจ้าก็จะยังไม่มีวันเริ่มทำอะไรให้แก่เรา การถ่อมตัวเป็นเกลือของการทำความดี เหมือนกับที่เกลือให้รสชาติแก่อาหารจืด การอ่อนน้อมก็เติม

แต่งความสมบูรณ์แก่การทำความคิดนั้น อาหารที่ไม่มีเกลือจืดชืดฉันใด การทำความดีโดยปราศจากการอ่อนน้อมก็ไม่มีประโยชน์ฉันนั้น ด้วยถูก ปรนไปด้วยพิษของความทรนงยกตน ความทะเยอทะยาน ความไม่อดทน และก็จะสูญหายไปในที่สุด มีความอ่อนน้อมที่มนุษย์สามารถสร้างได้ ด้วยวิธีการของตัวเอง โดยการพิจารณาถึงความไม่สมบูรณ์แบบของตน การดำเนินตนต่อข้อไม่ดีต่างๆ ของตน การไม่ดูถูกคนอื่น และก็มี ความอ่อนน้อมที่พระเจ้าจะนำมาสู่ใจของคนเราด้วยชะตากรรมของเขา เช่น การปล่อยให้คนต้องเผชิญกับความทุกข์ลำบาก การถูกดูถูก และความ ขาดแคลนเร้นแค้น” (นักบุญฟิลาเรต แห่งมอสโคว์ “พระสิริของพระ มารดาเจ้า”, 9)

๒๐๒. “มีคนถามผู้เฒ่าว่า อะไรคือความอ่อนน้อมต่อใจ ผู้ เฒ่าก็กล่าวว่า ก็เมื่อพี่น้องของเจ้าได้ทำผิดต่อเจ้าแล้วเจ้าก็ให้อภัยพวกเขา ก่อนที่เขาจะได้ออกมาสารภาพความผิดกับเจ้าเสียก่อนอีก” (สุภายิต โบริอัน, 15:74)

๒๐๓. “คนที่แสดงความอ่อนน้อมไม่ใช่คนที่เอาแต่ดำเนิน ตนเอง (เพราะไม่มีใครหรอกที่จะทนรับการทุบตีตนเอง) แต่เป็นคนๆ นั้นที่ได้รับความทุกข์จากผู้อื่น แต่ก็ยังไม่ลดความรักที่เขามีต่อผู้นั้น (สาธุ คุณ ยอห์น เลียสตัววิชนิค, 22:17)”

๒๐๔. “น้ำและไฟไม่ถูกกันเวลาเจอกันฉันใด การแก้ตัว และความถ่อมตัวก็ไม่ถูกกันฉันนั้น” (สาธุคุณมาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน” 2:125)

๒๐๕. “ใครบางคนอาจจะทนทุกข์จากความยากจนและโรคร้ายมากมาย แต่ถ้าเขาไม่ถ่อมตัวและใจ เขาก็จะทนรับมันไปโดยไม่มีประโยชน์ แต่ใครที่ทนรับและไม่ปรีดาด้วยถ่อมตัวและใจ คนๆ นั้นไม่ว่าจะประสบปัญหาอะไรเขาก็จะไม่เดือดร้อนใจไป เพราะพระเจ้าเป็นสมบัติล้ำค่าของเขาและความปีติในชีวิตเขา และคนทุกคนก็จะแปลกใจยิ่งในความงามของหัวใจที่ถ่อมยิ่งของเขา” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่งอาโพน่า, 3:9)

๒๐๖. “ความอ่อนน้อมตั้งอยู่บนพื้นฐานที่ว่า ไม่คิดยกตนเองว่าเป็นใครสำคัญมาจากไหนไม่ว่ากรณีใดๆ ก็ตาม ในทุกการกระทำ การตัดใจออกจากอารมณ์มุ่งหมายของตัวเอง ยอมรับและจำนนต่อทุกอย่าง และทนรับโดยไม่บ่นต่อสิ่งที่เข้ามาคล้ำกรายในชีวิตนั่นเองจึงเป็นความอ่อนน้อมที่แท้จริงที่จะไม่มีความทะเยอทะยานอยู่ในตัว คนที่อ่อนน้อมไม่ต้องพยายามที่จะแสดงความอ่อนน้อมออกมาทางคำพูดหรือในการจงใจกระทำสิ่งที่ด้อยค่า เพราะอันนั้นก็เป็นการถ่อมที่จอมปลอม อันมาจากความทะเยอทะยานเช่นกัน และทำให้ไม่สามารถประสบความสำเร็จได้อย่างแท้จริง แลมนำหายนะมากกว่าประโยชน์สุขเสียอีก แต่เมื่อใครสั่งให้เจ้าทำอะไร เจ้าไม่ต้องขัดขืน แต่จงทำอย่างเชื่อฟังด้วยความเต็มใจ นั่นแหละเป็นทัศนคติที่นำไปสู่ความสำเร็จอย่างแท้จริง (โดยการอ่อนน้อมอย่างแท้จริง)” (สาธุคุณยอห์น ศาสดาจารย์ “ผู้นำ”, 275)

## การถ่อมตัว

๒๐๗. “การถ่อมตัว คือ หลักในใจคนที่ไม่เปลี่ยนแปลง ซึ่งตั้งมั่นแม้ในยามมีเกียรติและในยามไม่มีเกียรติ การถ่อมตัว คือ ในยามที่ถูกดูถูกจากคนใกล้ชิดก็จะไม่เก็บมาเป็นทุกข์และจริงใจที่จะอธิษฐานแก่ผู้นั้น การถ่อมตัวเป็นเหมือนภูเขาที่ตั้งสูงตระหง่านเหนือทะเลของความทຸນทุราย ที่ถ้าโลมเข้ามารบกวานใจเหมือนคลื่นทะเลตลอดเวลา แต่ภูผาจะตั้งมั่นไม่ไหวเอน ไม่สั่นคลอน” (สารุคณยอห์น เลียสส์วิชนิค “เลียสส์วิทซ์”, 24:4)

๒๐๘. “ขอให้เจ้าถูกไล่ล่า เจ้าจงอย่าไล่ล่าตอบ ขอให้เจ้าถูกเมียนตี เจ้าจงอย่าเมียนตอบ ขอให้เจ้าถูกทำไม่ดี เจ้าจงอย่าทำร้ายตอบ ขอให้เจ้าถูกนิททาวร้ายอย่างไร เจ้าจงอย่าพูดร้ายๆ ตอบ เจ้าจงเป็นคนที่ถ่อมตัว ไม่สนใจอิจาความไม่ดีในผู้อื่น” (สารุคณยอชาก ซีริน “คำ”, 89)

๒๐๙. “ไฟไม่มีวันดับได้โดยไฟฉนใด อารมณัโกรทก็ไม่มีวันเอาชนะด้วยความรุนแรงฉนนั้ แต่ยั้งจะทำให้ลูกโชนมากไปกว่าเดิม แต่ถ้าใช้ความถ่อมตัวเข้าแลกต่อให้เป็นศัตรูที่หุนหันเพียงใด ก็จะอ่อนข้อและยอมสยบ” (นักบุญทิโชน ซาโคนสกี)

## การควบคุมตนเอง

๒๑๐. “จงรักความหิวและความกระหายเพื่อพระคริสต์ จงสยบกายของตนเองถึงระดับที่หัวใจของเจ้าจะเปี่ยมด้วยปีติ เพราะพระเจ้าจะทรงครบรางวัลแก่เราตามสิ่งที่เราทำ ตามคำพูดเรา และตามความคิดของเรา พระองค์จะประทานสิ่งที่ดีแม้เป็นสิ่งที่เล็กน้อยที่เราทำ หากว่านั่น



เป็นการทำโดยแลกมาจากการอดทนเพื่อพระคริสต์ด้วยความยินดี” (นักบุญเกนนาดี แห่งคอนสแตนติโนเปิล “โซ่ทองคำ”, 41)

๒๑๑. และ ๒๑๒. “จงค้นหาสิ่งที่ยิบง่ายในทุกสิ่ง ในอาหาร ในการแต่งกาย อย่าอายุที่จะจนเพราะคนส่วนใหญ่ในโลกต่างก็อยู่อย่างยากจน อย่าพูดว่าฉันเป็นลูกคนรวย หรือพูดว่าน่าละอายถ้าจะเป็นคนจน ไม่มีอะไรในโลกนี้ล้ำค่ามากไปกว่าพระคริสต์ พระบิดาของเจ้าที่ให้กำเนิดเจ้ามาในการชุบชีวิตด้วยพระโลหิตบริสุทธิ์ แต่พระคริสต์ก็ทรงเคยอยู่อย่างยากจน และไม่ทรงยกพระองค์เอง” (นักบุญเกนนาดี แห่งคอนสแตนติโนเปิล “โซ่ทองคำ”, 24-25)

๒๑๓. “จงสอนให้ตนเองรู้จักการกินให้น้อยลงเรื่อยๆ อย่างมีสติ เพื่อให้เพียงพอต่อการที่เจ้าต้องใช้ทำงาน มาตรการการบังคับตนเองก็คือ เจ้าจะอยากอธิษฐานหลังทานข้าวอิ่มแล้ว” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวาน แห่งอาโฟน่า, 3:9)

### การเชื่อฟัง

๒๑๔. “คนเราจะไม่เย่อหยิ่งเมื่อรู้จักเชื่อฟัง เมื่อเราเชื่อฟังดี การอธิษฐานก็จะบังเกิด และเมื่อเราเชื่อฟังพระกรุณาของพระเจ้าโดยพระจิตก็จะตามมา นั่นเองจึงเป็นเหตุผลว่าทำไมการเชื่อฟังจึงสำคัญกว่าการถือศีลอดหรือการอธิษฐาน” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวาน แห่งอาโฟน่า, 15:4)

๒๑๕. การเชื่อฟังไม่ได้จำกัดแค่ที่เราต้องเชื่อฟังพระสงฆ์ นักบวชเท่านั้น แต่หมายถึงเชื่อฟังคนอื่นทุกคน แม้แต่พระเจ้า (พระ

คริสต์) ก็เชื่อฟัง คนเยอหียังและยกตนจะไม่มีวันมีชีวิตในพระกรุณาของพระเจ้า ด้วยเหตุนี้ใจเขาจึงไม่สงบ แต่พระกรุณาของพระเจ้าจะไปสถิตอยู่ในใจของคนที่เชื่อฟัง และจะมอบความปิติและความสงบแก่เขา ใครที่มีพระกรุณาของพระเจ้ากับตัวแม่เพียงเล็กน้อย คนๆ นั้นก็จะยินดีที่จะเชื่อฟังเจ้านายของตนเอง เขาจะทราบดีว่าพระเจ้าเป็นพระเจ้าทั้งบนสวรรค์และบนโลกนี้ และในนรกด้วย และพระเจ้าทรงควบคุมทั้งหมด รวมถึงทุกที่และทุกสิ่งที่เราทำในโลกนี้ด้วย ด้วยเหตุนี้คนๆ นั้นจึงมีใจสงบตลอดเวลาเพราะพระเจ้า” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวาน แห่งอาโพน่า, 15:2)

## จ. อะไรที่อาจขัดขวางเราไม่ให้เข้าถึงพระเจ้าได้ ?

### ตัณหาบาป

๒๑๖. “ตัณหา เป็นความเคลื่อนไหวของอารมณ์ภายในจิตใจ หรือเป็นการกระทำอันเกิดจากความรักที่ไม่ใช้สติ หรือเป็นความเกลียดชังต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยที่ไม่ยังคิดหรือไม่ก็ลุ่มหลงในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จนเกินพอดี เช่น การลุ่มหลงอย่างไม่ลืมหูลืมตาในการบริโภคเกินพอดี หรือในกามอารมณ์ หรือในความร่ำรวย หรือลาภยศสรรเสริญ หรือในอารมณ์ชั่ววูบ หรือเป็นไปเพื่อปลดปล่อยอารมณ์ชั่ววูบนั้น ส่วนการปลดปล่อยใจตามความเกลียดชังอย่างไร้สติก็เกิดขึ้นเมื่อเกลียดชังใครซักคน โดยเป็นไปตามที่กล่าวมา” (สารุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 2:16)

๒๑๗. “จากอารมณ์อันหนึ่งอาจเกิดเป็นตัณหาไม่ทางร่างกายก็ทางใจ ตัณหาทางร่างกายก็มีต้นตอมาจากร่างกาย ส่วนทางใจก็มีต้นตอมาจากสิ่งที่อยู่ภายนอกกาย แต่ความรักและการรู้จักบังคับใจตนเอง จะตัดไฟตัณหาทั้งปวงได้โดยความรักจะดับตัณหาในใจ ส่วนการหักห้ามใจจะดับไฟในกาย” (สารุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 1:64)

๒๑๘. “สิ่งต่างๆ ที่ไร้สาระรวมทั้งตัณหาราคะต่างๆ ที่มาเกาะกวนใจเรา เราควรคิดเสียว่าไม่ใช่ของเรา แต่เป็นของอธรรมที่มาจากมาร นี่เป็นสิ่งที่สำคัญยิ่ง การจะเอาชนะตัณหาจากมารได้นั้นก็ต่อเมื่อเราไม่ยอมรับมัน และเลิกคิดว่ามันเป็นของเรา” (สารุคุณนิคอน โอปดินสกี)

๒๑๕. และ ๒๒๐. “ในทีแรก ความคิดธรรมดาๆ ก็จะไม่ค่อยๆ แทรกซึมเข้ามา และถ้าเราปล่อยให้มันคงอยู่ในสมองเราความคิดจะนำพาค้นหาเข้ามาสู่เรา และถ้าเรายังนั่งเฉยไม่สยบค้นหานั้นค้นหาอีกจะค่อยๆ ชักงูให้ใจเราโน้มเอียงเห็นด้วยไปกับค้นหานั้น และเมื่อมันเกิดขึ้นมันก็จะนำพาสมองเราให้เกิดการกระทำบาปขึ้นมา เพราะฉะนั้นจงระวังความคิดของตนเอง เพราะถ้าก่อนอื่นเจ้าคิดดีเจ้าก็จะไม่มีวันทำชั่วไปได้” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 1:84, 2:78)

๒๒๑. “มารชั่วร้ายจะสนับสนุนค้นหาในตัวคน โดยอาศัยความนิ่งเฉยละเลยของเรา และปั่นป่วนค้นหาในใจเรา ส่วนสิ่งที่จะมาช่วยลดค้นหาเราได้นั้นก็คือเทวดาผู้ศักดิ์สิทธิ์ซึ่งจะช่วยกระตุ้นเราให้ทำ “ความดี” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 2:69)

๒๒๒. “ใจที่มีแต่ความบาป ถูกกักขังด้วยค้นหาแพศยาจะไม่สามารถมีความสงบได้ และไม่สามารถมีความปีติในพระเจ้าได้ ต่อให้มีสมบัติมหาศาลมากมายบนโลกนี้ หรือเป็นเจ้านครปกครองอาณาจักรทั่วทั้งโลกก็ตาม ถ้าสมมุติว่ามีพระราชองค์หนึ่งกำลังทรงพระตำราญอยู่ในงานเลี้ยงและนั่งประทับบนบัลลังก์อย่างมีความสุข ทันใดนั้นก็เกิดมีคนประกาศออกมาว่า “พระราช ท่านจะสิ้นพระชนม์ในบัดนี้แล้ว” ใจของพระราชก็คงจะไม่เป็นสุขเป็นแน่ และคงจะสำระสายไปด้วยความกลัว และพระราชคงสำนึกได้ถึงความไม่แน่นอนของชีวิต แล้วในโลกนี้ละมีคนยากจนตั้งเท่าไรที่พวกเขาสะสมแต่ความร่ำรวยในพระเจ้า และมีตั้งเท่าไรที่ถ้าได้อินขึ้นมาว่า “เจ้าจะตายเสียคืนนี้แหละ” ก็คงจะตอบกลับมาอย่างสงบว่า “นั่นปล่อยให้ไปไปตามพระเจตนารมณ์ของพระเจ้าเถิด

สรรเสริญพระเจ้าที่พระองค์ระลึกถึงข้าน้อย และต้องการพาข้ากลับไปยัง  
ดินแดนของพระองค์เสียในที่สุด” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่งอาโฟ  
น่า, 4:3)

### การต่อสู้กับตัณหา

๒๒๓. “เมื่อคนมอบตัวเองไปกับตัณหาของตนเอง คนๆ  
นั้นจะมองไม่เห็นตัณหาที่อยู่ในตัวเขาและจะไม่ขจัดตัณหาที่ออกมาจาก  
ตัว ด้วยเหตุนี้เขาก็จะยังคงอยู่ในตัณหาต่อไป และไม่อาจขาดจาก  
ตัณหาที่นั่นได้ แต่เมื่อมีพระคุณพรของพระเจ้าเข้ามาในชีวิตเขา เขาจึงจะ  
เริ่มแบ่งแยกตัณหาและความบาปของตัวเองได้ และสำนึกในสิ่งนั้นในตัว  
เขา เขาจะสารภาพบาปและตัดจิตใจที่จะอยู่โดยปราศจากมัน เมื่อเริ่มการ  
ต่อสู้กับตัณหาแรกเริ่มจะเริ่มจากการเลิกทำสิ่งที่เคยทำมาก่อน และเมื่อ  
คนเริ่มชินกับการไม่ทำสิ่งบาปที่เคยทำ การต่อสู้ก็จะย้ายสมรรถภูมิไปยัง  
ลานความคิดและความรู้สึก และที่นี้เองที่จะเริ่มรู้สึกได้ถึงความซับซ้อน  
การต่อสู้จะดำเนินไป ตัณหาจะค่อยๆ ถูกล้างออกจากกันชั่วหัวใจ ทีละ  
น้อยๆ บางครั้งก็ทีเดียวดอนรากถอนโคนเลยก็มี ลักษณะที่จะเห็นได้ก็คือ  
ตัณหาจะต้องออกมาจากหัวใจ จนกระทั่งหัวใจจะเริ่มรู้สึกสะอาดสะอื้น  
และรังเกียจกับตัณหาที่นั่น” (นักบุญฟิโอฟาน ซาทไวรนิค “ชีวิตทางจิต  
วิญญานเป็นอย่างไร”)

๒๒๔. และ ๒๒๕. และ ๒๒๖. “ใครที่เกลียดชังตัณหา  
ราคะ คนนั้นจะขจัดต้นเหตุของปัญหานั้นไปด้วย แต่คนที่เลือกจะจมอยู่  
กับสิ่งที่ทำให้เกิดตัณหาราคะนั้น คนนั้นก็จะมีวันลุกขึ้นมาเพื่อสามารถ

ต่อกรกับค้นหาได้เลย เป็นไปไม่ได้ที่คนเราจะไม่คิดโน้มเอียงไปหา  
ค้นหานั้นในใจ ก่อนที่เขาจะทำตามค้นหานั้น เพราะใครก็ตามที่อยากจะ  
มีชื่อเสียง โดยไม่ทำตัวให้ด้านชาต่อการถูกมองไว้ หรือใครละที่รักที่จะ  
ถ่อมตนแล้วจะไม่อดทนต่อการไร้เกียรติ หรือใครละที่จะมีหัวใจที่เปิด  
กว้างและยอมสยบต่อพระเจ้าแล้วจะยังเลือกรับเอาความหวานหอมของ  
ค้นหาบนโลก หรือใครละที่จะเชื่อในพระคริสต์แล้วยังจะมัวกังวลกับ  
สิ่งไม่แน่นอน และทะเลาะกับเรื่องไร้สาระแบบนี้” (สาธุคุณมาร์ก  
วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:119, 122-123)

๒๒๗. “การละเว้นความคิดก็อย่างหนึ่ง ส่วนการละคน  
ออกจากค้นหาที่อีกอย่างหนึ่ง ส่วนใหญ่คนมักจะทำอย่างแรกโดยการไม่  
มองสิ่งที่ก่อให้เกิดค้นหาขึ้นมา แต่ทำแบบนี้ค้นหาที่ยังคงซ่อนอยู่ใน  
ใจคนๆ นั้น และเมื่อมีสิ่งที่ก่อค้นหาขึ้น ค้นหาที่จะปรากฏให้เห็น  
ดังนั้นเราจึงต้องระมัดระวังความคิดของเรา และศึกษาตนเองให้ดีว่า  
อะไรที่มักก่อให้เกิดชนวนค้นหาแก่เรา” (สาธุคุณมักซิม นักเทศนา “บท  
ว่าด้วยความรัก” 3:40)

๒๒๘. “ความคิดของคนที่รักพระเจ้าจะต่อสู้กับสิ่งหรือ  
ความคิดที่มารบกวน แต่ไม่ต่อสู้กับตัวค้นหาเองที่เกี่ยวข้องกับความคิดที่  
เข้ามานั้น นั่นคือ เช่นผู้ชายจะไม่ต่อสู้กับผู้หญิง ไม่ต่อสู้กับคนที่ทำให้เรา  
เจ็บ ไม่ต่อสู้กับภาพของคนๆ นั้นในใจ แต่จะต่อสู้กับค้นหาที่เกี่ยวข้อง  
เข้ากับภาพในใจเหล่านั้น” (สาธุคุณมักซิม นักเทศนา “บทว่าด้วยความ  
รัก” 3:40)

๒๒๕. “ตัณหาจะถูกถอนออกจากใจและหนีไปจากใจเราก็ต่อเมื่อใช้ความคิดพิจารณาถึงองค์พระเจ้าของจริงจัง เพราะนั่นเป็นคาบที่จะฆ่าตัณหาเหล่านั้นได้ ใครที่นึกถึงพระเจ้าตลอดเวลาคนนั้นก็จะได้มารอดออกไปจากใจ และถอนต้นกล้าของความชั่วที่มารอบนำมาปลูกเอาไว้” (สาธุคุณ อีซาค ซีริน “คำ”, 8)

### ข้อผิดพลาดทางฝ่ายวิญญาณ

๒๓๐. “บาปที่หนักหนาที่สุด คือการไม่ยอมรับว่าเจ้าทำผิด” (นักบุญ เคซารีย์ อารุสสกี วิเคราะห์บท 1 ยอห์น 1:8)

๒๓๑. และ ๒๓๒. “จงหนีจากการหลงตัวเอง ซึ่งเป็นมารดาของความบาปทั้งหลาย ซึ่งเป็นการลุ่มหลงในร่างกายตนอย่างไม่มีสติ เพราะจากความหลงตัวเองนั้นจะก่อให้เกิดตัณหาบาปที่หนักหนาสามประการ นั่นคือ การละเลยตามใจปาก การลุ่มหลงในลาภสมบัติ และความทะเยอทะยานในชื่อเสียงเกียรติยศ โดยการหาเหตุผลต่างๆ นานาเพื่อปรนเปรอความต้องการของร่างกายตนเอง แต่จากสิ่งที่กล่าวมานี้เองที่เป็นต้นเหตุของไฟตัณหาราคะ เราจึงจำเป็นต้องตัดตนเองออกจากการหลงตัวเองเสียก่อน และต่อต้านแรงอยากของตนเอง ใครที่ละจากการรักตัวเองด้วยความช่วยเหลือของพระเจ้า เขาก็จะสามารถเอาชนะตัณหาราคะต่างๆ ได้โดยง่าย ไม่ว่ามันจะเป็นความโกรธ ความเหงาหงอย การเจ้าคิดเจ้าแค้น และอื่นๆ ใครที่ยังมีความรักในตัวเอง คนนั้นแม้แต่ตัวเองจะไม่ตั้งใจเขาก็จะสยบให้ต่อตัณหาราคะต่างๆ ที่กล่าวมา” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทความเกี่ยวกับความรัก” 2:59, 8)

๒๓๓. “ผู้ที่ไม่สนใจอยากรู้พระประสงค์ของพระเจ้า ก็จะเลือกใช้ปัญญาของตนเดินไปตามทางที่นำไปสู่หุบเหว หรือแม่ลมพัดค่อยเพียงใดเขาก็จะล้มได้ เมื่อใครมาชมเชยเขาก็จะยกคนทันที เมื่อใครมาต่อว่าเขาก็จะเจ็บใจ เขาจะหลงใหลในรสอาหาร หลงในอารมณ์ดีค้นหาทางกาย แต่เมื่อเขาตระกำลำบาก เขาก็จะร้องโอดโอยยิ่งนัก เมื่อรู้อะไรเพียงเล็กน้อยเขาก็จะอวดเหมือนรู้ไปทุกเรื่อง เมื่อไม่เข้าใจอะไรก็จะแสวงหาเป็นเข้าใจ เมื่อร่ำรวยก็จะตระหนี่ เมื่อยากจนเขาจะหน้าไหว้หลังหลอก เมื่ออัมเขจะเป็นคนหยาบคาย เมื่อถือศีลอดเขาจะหาเกียรติให้ตัวเอง เขาจะโต้เถียงคนที่ตักเตือนเขา และใครที่ให้อภัยแก่เขา เขาจะมองกลับเหมือนว่าคนนั้นเป็นคนโง่เขลา” (สาธุคุณมาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:193)

๒๓๔. “จงจดจำอยู่สองสิ่งและจงเกรงกลัวมัน อันแรกคือ ถ้าใครบอกว่าเจ้าเป็นนักบุญ ส่วนอันที่สองคือ ถ้าใครบอกเจ้าว่าเจ้ายังไม่ได้รับความรอด ทั้งสองสิ่งมาจากมารและไม่เป็นความจริงทั้งสิ้น แต่เจ้าจงคิดว่าเจ้าเป็นคนบาปหนาแต่พระเจ้าทรงเปี่ยมด้วยพระเมตตา พระองค์ทรงรักมนุษย์เหลือสิ้น และได้ทรงให้อภัยบาปแก่ฉันแล้ว” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 17:1)

๒๓๕. “ศรัทธาที่แท้จริงคือ การปฏิเสธจากโลกแห่งปัญญาของตนเอง เราจะต้องทำให้ปัญญาโล่งและต้องเปิดทางให้แก่ศรัทธาได้ จิตเขียนบนกระดานที่ไม่มีอะไรเขียนไว้เพื่อจะได้เขียนในสิ่งที่ควรจะเป็น โดยไม่มีการเจือปนของคำสอนหรือหลักการอื่นๆ เมื่อเรามองเรายังคงอยู่กับหลักการใดๆ ก็ตาม เมื่อศรัทธาเขียนอะไรเอาไว้ก็จะกลายเป็นการ



ผสมของสองหลักการไปเสีย สติสัมปชัญญะของเราจะเกิดความสับสนเมื่อเผชิญกับการต่อต้านซึ่งกันและกันระหว่างท่าทีของศรัทธากับท่าทีของความฉลาดทางปัญญา สิ่งทีกล่าวมานี้มักจะเกิดกับคนที่มักจะเอาความฉลาดเฉลียวของตนเข้ามาใช้ในเรื่องของศรัทธา เขาจะสับสนในทางศรัทธาและจะไม่ได้อะไรจากศรัทธาของเขานอกจากสิ่งแย่ๆ ” (นักบุญฟิโอฟาน ซาโทวโรนิก “ข้อคิดสำหรับชีวิตประจำวัน” 11:04)

๒๓๖. “มีคนในหมู่เรามากมายที่พูดมากแต่ทำน้อย อย่างไรก็ดีไม่ควรมีใครที่จะบิดเบือนสังขารของพระเจ้าเพื่อหาผลประโยชน์แก่ตัวเอง แต่ควรที่จะสารภาพถึงความไม่พร้อมสมบูรณ์ของตัวเองโดยไม่ปิดบังความจริงของพระวาระของพระเจ้า เพื่อให้ไม่ตกเป็นผู้ทำบาปพร้อมกับการทำผิดต่อคำสอนของพระเจ้า และการหลงตีความผิดต่อพระวาระของพระเจ้า” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 4:85)

๒๓๗. “ใครที่ทำในสิ่งที่เขายังไม่สามารถทำได้ก่อนเวลาอันควร คนนั้นก็ไม่สามารถทำอะไรสำเร็จได้ แต่จะยังทำให้เกิดเรื่องแย่แก่ตนเองมากขึ้นเรื่อยๆ ” (สาธุคุณ อิชาค ซีริน “คำ”, 11)

๒๓๘. “คนบางคนไม่เคยมองหาพระเจ้าเวลาที่เขาไม่เข้าใจว่าเกิดอะไรกับชีวิตเขาจริงๆ เขาควรแก้กล่าวตรงๆ เพียงว่า “โอ้ พระเจ้า ข้าบาปนัก และไม่เข้าใจว่าอะไรที่ข้าควรทำตอนนี้ แต่พระองค์ทรงประเสริฐและเมตตายิ่งนัก โปรดบอกข้าหน่อยด้วยเถิดว่าข้าควรทำอย่างไร” และดังนั้นพระเจ้าผู้ทรงพระเมตตาจึงเมตตาบอกแก่เขาว่าอะไรควรทำ และอะไรไม่ควรทำ” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 20:4)

๒๓๘. “ไม่มีใครเคยทำดีโดยอาศัยการทำ ความชั่ว เพราะ นั้นเท่ากับ ความชั่วเป็นฝ่ายชนะไปในตัว ตรงกันข้าม ความชั่วจะแก้ไขได้ ก็โดยความดี” (สาธุคุณ วาร์โซโนฟิย์ ผู้ยิ่งใหญ่ “ผู้ंना”, 15)

๒๔๐. “อย่าพยายามสะสางเรื่องที่ยุ่งยาก โดยการชว นทะเลาะ แต่สิ่งใดที่กฎทางวิญญาณได้บอกให้เราทำก็ควรทำสิ่งนั้น อัน ได้แก่ การอดทน การอธิษฐาน และการมีความหวังในพระเจ้าอยู่ในใจ” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 1:12)

๒๔๑. “ถ้ากลางวันทอผ้า แล้วกลางคืนแกะปมผ้า เจ้าก็ไม่มี วันถักผ้าได้เสร็จ ถ้ากลางวันเจ้าสร้างบ้าน และกลางคืนเจ้าทำลายมันทิ้ง เจ้าก็ไม่มีวันสร้างบ้านเสร็จ ถ้าเจ้าอธิษฐานถึงพระเจ้าแต่ทำกรรมชั่วต่อ พระพักตร์พระองค์ เจ้าก็ไม่มีวันทอผ้าหรือสร้างบ้านเสร็จได้ในใจเจ้า เลย” (นักบุญนิโคลัส แห่งเซอร์เบีย “แนวคิดเกี่ยวกับความดีและความ ชั่ว”)

### การเปลี่ยนสถานที่ ไม่ได้ช่วยเปลี่ยนให้รอดจากตัณหา

๒๔๒. “อัมมา ฟิโอโดร่า ได้เคยกล่าวว่า มีพระบัพติศมารูป หนึ่งซึ่งสามารถเอาชนะความทุกข์ยากต่างๆ มากมาย ได้พูดกับตนเองว่า “เราจะหนีออกไปจากที่นี่” เมื่อพูดเสร็จเขาก็เตรียมที่จะใส่รองเท้า แต่ ทันใดนั้นเขาก็เห็นมารยืนอยู่ที่มุมกุฏิของเขาในรูปกายของคนซึ่งสวม รองเท้าอยู่เหมือนกับเขาและได้เอ่ยขึ้นว่า เพราะเราหรือที่ เป็นผู้ทำให้เจ้า ต้องออกจากที่นี่ ฉันจะบอกอะไรให้ในทุกข์ที่ไม่ว่าเจ้าจะไปที่ไหนเราจะ

ไปถึงก่อนเจ้าเสียอีก” (นักบุญอิกนาทียัส เบเรียนซานิโนฟ “บันทึกโอวาทของหลวงพ่อ”)

### ความคิดต่ำช้า (แนวคิดที่เป็นบาป)

๒๔๓. และ ๒๔๔. “มีพระหนุ่มรูปหนึ่งได้เข้ามาถามผู้เฒ่ารูปหนึ่งว่า “เหตุใดข้าจึงมีความคิดที่โน้มเอียงไปหากิเลส มันทำให้ข้ารู้สึกไม่เป็นสุขเอาเลยแม้แต่นาทีเดียว และทำให้ใจฉันขุ่นมัว” ผู้เฒ่าจึงตอบว่า “ถ้ามารได้นำพาความคิดไม่ดีมายังหัวเจ้า เจ้าก็จงอย่ารับมัน มารมันจะคอยรบกวนใจของเจ้าเสมอแหละ แต่ถึงแม้ว่ามันจะรบกวนเจ้าไม่หยุดหย่อนแต่มารมันไม่สามารถบังคับเจ้าให้ทำบาปได้ ถ้าเจ้าจะทำบาปนั้นจะเป็นเพราะเจ้าเองที่กระทำโดยเลือกเชื่อมันหรือเลือกจะไม่เชื่อมัน” พระหนุ่มจึงตอบว่า “แล้วฉันควรทำอย่างไรฉันจึงไม่แข็งนัก และเกรงว่าค้นหาเหล่านี้จะเอาชนะฉันได้” ผู้เฒ่าจึงตอบว่า “เจ้าก็จงคอยระมัดระวังความคิดของตัวเอง และเมื่อความคิดในหัวเจ้าเริ่มพุดกับเจ้า เจ้าก็จงอย่าตอบมัน แต่ให้อธิษฐานกับพระเจ้าในนามพระบุตรพระเยซูคริสต์ โอ้โปรดช่วยลูก ผู้บาปนักด้วยเถิด” (สุภายิตโบริอาณ, 5:35)

๒๔๕. “ถ้าใครไม่ตอบโต้ความคิดชั่วช้า ที่มารนำมาหาว่านไว้ในตัวเขา แต่ใช้การอธิษฐานแก่พระเจ้าเพื่อจะได้ไม่รับฟังความคิดเหล่านั้นแทนคนนั้นก็แสดงให้เห็นว่าความคิดของเขาได้รับปัญญาดีเลิศ และเขาก็ได้รับทางลัดในการแก้ไขปัญญา” (สาธุคุณ อีซาค ซีริน “คำ”, 30)

๒๔๖. “คนที่หลงในความคิดชั่วช้าก็จะมัวเมาและตาบอดไปกับความคิดนั้น และถึงแม้จะเห็นความไม่ดีที่เขาทำ แต่เขาจะไม่เห็นว่า

อะไรเป็นสาเหตุของบาปนั้นที่เขาทำ” (สาธุคุณ มาร์ก วิรบุรุษ “คำสอน”, 1:168)

๒๔๗. “เป็นไปได้ที่จะรักษาความสงบในใจ โดยไม่คอยควบคุมความคิดที่เข้ามาในใจนั้นเสียก่อน นั่นคือถ้าเราไม่ไล่ความคิดที่ไม่ดีที่ไม่มีประโยชน์ต่อพระเจ้าออกไปเสียก่อน แต่ตรงกันข้ามให้เก็บรักษาความคิดที่ดีที่เป็นการสรรเสริญพระเจ้า ต้องใช้ปัญญามองไปที่หัวใจว่ากำลังทำอะไรอยู่ในนั้น มีความสงบหรือไม่ ถ้าไม่มีก็จงเพ่งมองว่าเจ้าทำผิดอยู่ตรงไหน” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่งอาโพน่า, 14:8)

๒๔๘. “เมื่อความคิดไม่ดีเข้ามาตำหนิเจ้า เจ้าจงเรียกหาพระเจ้า “พระเจ้าข้า ผู้สร้างและผู้ให้กำเนิดข้าพเจ้า โปรดมองข้าเถิด ในใจของข้ามีแต่ความไม่สงบ ด้วยถูกรบกวนจากความคิดที่ไม่ดีต่างๆ โปรดเห็นใจข้าหน่อยเถิดพระองค์” จงสอนตัวเองให้รู้จักการสยบความคิดไม่ดีในทันที แต่ถ้าเจ้าหลงลืมตัวไป และไม่ทันได้ไล่ความคิดไม่ดีนั้นออกไปเสีย เจ้าก็จงสารภาพบาปต่อพระเจ้า เจ้าจงฝึกฝนหมั่นเพียรในการทำอย่างนี้ เพื่อให้เกิดเป็นนิสัยที่ถูกต้อง” (หนังสือของสาธุคุณ ซีลวัน แห่งอาโพน่า, 17:4, 6)

## บ่วงมาร

๒๔๙. “ความรักต่อสิ่งที่อยู่บนโลกนี้ ทำให้ใจว่างเปล่า และเมื่อใจเจ้าเกิดความว่างและเฉยตาย เจ้าก็ไม่อยากที่จะอธิษฐานต่อพระเจ้า มารนั้นเมื่อเห็นว่าใจเจ้าไม่อยู่ในพระเจ้าก็จะเข้ามาสั่นคลอนใจเจ้าและครอบครองใจเจ้าได้โดยง่ายและทำอะไรก็ได้ที่มันอยากทำ ทำให้ใจเจ้า

เอาแต่คิดฟุ้งซ่านเรื่องนั้นเรื่องนี้ แล้วทั้งวันเจ้าก็จะอยู่ในความไม่สงบและไม่สามารถเข้าถึงพระเจ้าได้โดยบริสุทธิ์ใจ” (หนังสือของสารุคณ ชีลวาน แห่งอาโพน่า, 17:4, 6)

๒๕๐. “ศัตรูของเราที่ไม่ใช่มนุษย์ เป็นมารที่คอยขยงมนุษย์ เราให้ทำผิดและก่อกิเลสจะคอยนำความคิดไม่ดีเข้ามาในหัวเรา ทว่าพระเจ้านั้นรักมนุษย์ และจะให้ภัยต่อกรที่เราทำบาปอย่างรวดเร็ว แต่ถ้าเราจะคอยเฝ้าระวังการหลอกลวงของมารนั้น เราก็จะได้เห็นอีกว่า เมื่อเราทำผิดมารจะคอยบอกเราว่า พระเจ้าเป็นผู้ที่ทรงธรรมและเป็นผู้พิพากษาที่เด็ดขาด ความคิดอันแรกจะพาเราไปสู่การทำบาป ส่วนความคิดอย่างหลังจะหลงพาเราไปสู่ความท้อแท้ใจ” (สารุคณ ยอห์น เลียสตีวิชนิค “เลียสตีวิชซ่า”, 15:33)

๒๕๑. “มารจะทำให้เราเห็นบาปมีขนาดเล็กลงในสายตาเรา ไม่อย่างนั้นมารจะไม่สามารถพาเราให้หลงไปสู่การทำบาปใหญ่ได้” (สารุคณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:94)

๒๕๒. “ใครที่เดินไปหาทางบาป ความคิดในหัวเขาก็เหมือนกับถูกลุ่มโซ่ และสายตาที่เคยแยกแยะได้ก็เหมือนกับถูกทำลาย เพราะมารเข้ามาสยบและล่อลวงเขา มาทำให้เขาหลงและมีดมัวในความคิด แต่หลังจากที่เราได้หลงทำบาปไป มารก็จะเอาภาพความผิดที่เราทำมาฉายตรงหน้าเรา เปิดเผยอย่างโจ่งแจ้งในสิ่งที่เราไม่เคยเห็นมาก่อนในตอนที่ทำ และจะประนามการกระทำของเราอย่างแสนสาหัส โดยพยายามทำให้คนที่ทำผิดต้องเป็นที่ละอายและท้อแท้ยิ่งที่สุด” (นักบุญโพทีย์ ผู้ยิ่งใหญ่ “อัมฟีโลซี”, 14)

## การต่อสู้ภายในใจ

๒๕๓. “ข้างในตัวเราทุกคน มีความอ่อนแอ ตัณหา และ ข้อบกพร่องฝังลึกอยู่ สิ่งเหล่านี้ไม่สามารถชะล้างออกไปได้ในทันทีทันใด แต่ต้องอาศัยความอดทน และความมุมานะ การเข้าใจและ เห็นใจและการใส่ใจ เส้นทางที่พาเราไปสู่ความสมบูรณ์แบบนั้นเป็น เส้นทางที่ยาวไกล จงอธิษฐานต่อพระเจ้าเพื่อให้พระองค์ช่วยให้เรา เข้มแข็งพอ จงอย่าอ่อนแอและอดทนต่อตัวเองเมื่อทำผิดไป และจงลุกขึ้น เดินต่อไปทันทีและวิ่ง ไปหาพระเจ้า อย่าหยุดอยู่กับที่ตรงที่เราเคยล้ม อย่า ท้อถอยถ้าเราจะล้มตรงจุดเดิมบ่อยซักเพียงใด มีคนมากมายที่เข้มแข็งขึ้น ได้ก็เพราะเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ได้รับมา แต่เมื่อเวลาผ่านไปเขาจะ เอาชนะได้ด้วยความสำเร็จพยายาม อย่าปล่อยให้สิ่งใดมาทำให้เจ้าเลิกล้ม ความหวังในพระเจ้าได้” (นักบุญ เนคตารีย์ เอกินสกี “หนทางสู่ ความสุข”, 3)

**ความรักในลาภยศสรรเสริญ** (ความรักต่อชื่อเสียงและการ ได้รับการยอมรับ)

๒๕๔. “ไม่ว่ากรณีใดๆ จงอย่าหลงลาภยศสรรเสริญบน โลกนี้ เพราะมันจะละลายไปกับมือของคนที่หามันในชั่วขณะหนึ่ง มันจะ เป็นเหมือนคลื่นลมแรงพัดมาโอบล้อมคน และกระซอกเอาสิ่งที่ดีที่เขาเคย ทำมาออกไปจากตัวเขาหมด ทำให้หายไป และทำให้เขาต้องอับอายไป กับความเขลาของเขาเอง” (นักบุญเกนนาดี แห่งคอนสแตนติโนเปิล “โซ่ ทองคำ”, 35)

๒๕๕. “หลวงพ่อกีพีเมน เคยกล่าวว่าคนที่โหยหาความรักแบบมนุษย์อย่างมากมาย คนนั้นจะขาดความรักของพระเจ้า ไม่ดีที่เจ้าจะเป็นที่ชื่นชอบของคนทุกคนเพราะมีคำกล่าวที่ว่า ทุกชั้นสำหรับเจ้า เมื่อทุกคนต่างกล่าวแต่เรื่องดีเกี่ยวกับเจ้า (ลูกา 6:26)” (สุภายิต โปธาณ 8:16)

๒๕๖. “บ่อยครั้งพระเจ้าจะทรงช่วยรักษาคนที่ความหลากหลายสรรเสริญ โดยการทำให้เขาไร้เกียรติ” (สาธุคุณ ยอห์น เลียสต์วิชนิค, 22:38)

๒๕๗. “การต่อสู้เพื่อเอาชนะความรักในลาภยศสรรเสริญนั้นสามารถทำได้โดยการที่เมื่อเจ้าได้ยินคนที่ใกล้ชิดหรือเพื่อนของเจ้าตำหนิเจ้า ไม่ว่าจะโดยต่อหน้าหรือลับหลังเจ้า เจ้าก็จงแสดงความรักของเจ้าออกมาโดยการยกย่องผู้นั้นเสีย” (สาธุคุณ ยอห์น เลียสต์วิชนิค, 22:1)

## การโกหก

๒๕๘. “ในพระคัมภีร์กล่าวว่า การโกหกมาจากมาร เพราะมารเป็น บิดาแห่งความเท็จ” (ยอห์น 8:44) ส่วนความจริงนั้นเป็นของพระเจ้า เพราะพระองค์ตรัสว่า เราคือทาง และเป็นสัจธรรม และเป็นชีวิต” (ยอห์น 14:6) เห็นไหมว่าเราออกห่างจากใครมาและเราเข้าใกล้ใคร เมื่อเราโกหก ดังนั้นถ้าเราอยากที่จะได้รับความรอดอย่างแท้จริง เราก็ต้องทุ่มแรงกายแรงใจทั้งหมดของเราเพื่อรักความจริงและรักษาตนเองออกห่างจากความเท็จต่างๆ ความเท็จนั้นมีด้วยกัน 3 แบบ คือ คิดเท็จ พูดเท็จ และชีวิตเท็จ

การคิดเท็จ ก็เมื่อเราคิดเอาเองว่าจะใบบางอย่างที่เราคิดนั้น เป็นเรื่องที่ถูกต้อง เช่นการสงสัยพริ้วหรือ คิดร้ายกับคนรอบข้าง เช่น เมื่อเราเห็นว่าใครบางคนพูดกับพี่น้องของเรา เราก็เหมารวมเอาว่า พวกเขา กำลังนินทาเราอยู่เป็นแน่ ถ้าวันหนึ่งใครมาพูดอะไรเขาก็จะคิดทันทีว่า เป็นการพูดเพื่อให้ร้ายเขา จงอย่าเชื่อความคิดเดาของตัวเองหรือการสงสัย ของตัวเอง เพราะมันเป็นสิ่งที่ถูกบิดเบือน ข้อคิดเห็นของคนเรามันเป็น เท็จและเป็นโทษต่อคนที่ยอมรับมัน

การพูดเท็จนั้น ก็เช่น เมื่อเกิดความเบื่อหน่ายก็เกิดความขี้ เกียจ เลือกที่จะไม่ตื่นมาทำงาน และไม่พูดว่าขอโทษด้วยเกิดจากความ เกียจคร้าน แต่เขาจะพูดว่าฉันมีไข้ และเมื่อตื่นก็ทำงานหนักถึงคิดค้น ไม่มี แรงที่จะตื่นไหว ไม่แข็งแรงพอ และเขาก็จะพูดสาขายอกอีกมากมายอัน เป็นเท็จ เพื่อจะไม่ต้องก้มหัวขอโทษ และยอมรับผิด และถ้าเขายังคงไม่ อยากรำหนิดตนเองเขาก็จะยังคงเปลี่ยนคำพูดไปมาและเถียง เพื่อจะได้ไม่ ต้องรับโทษทัณฑ์

ส่วนการใช้ชีวิตที่เป็นเท็จนั้น ก็คือ คนที่หลงผิดแต่ยังคงทำ ตัวเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น หรือคนที่ชอบแสวงหาผลประโยชน์แก่ ตนเองแต่ทำมาเป็นยกย่องความมีน้ำใจ หรือคนที่เย่อหยิ่งทำมาเป็นแปลก ใจกับการถ่อมตัว ด้วยเหตุนี้เราจึงควรหลีกเลี่ยงความเท็จเพื่อจะได้ไม่เข้าไปมีส่วนกับมารและอย่าพยายามนำความจริงเข้ามากลบเกลื่อนเพื่อทำ เป็นว่าอยู่ในพระเจ้า” (หลวงพ่อ โดโรธี “คำสอนจรรโลงใจ”, 9)



## ความหยิ่งยโสโอหัง

๒๕๕. “จงนำปัญญาของเจ้าให้พ้นจากการยกตนเอง และหลีกเลี่ยงจากการคิดเกี่ยวกับตัวเองว่าดีเลิศอย่างไร เพื่อไม่ให้เจ้าต้องตกเป็นที่รังเกียจของพระเจ้าในการที่เจ้าเอาแต่ยกย่องสิ่งที่เจ้าทำดี” เพราะความดีไม่ใช่เรื่องของคนหนึ่งคนทำดี แต่เป็นการช่วยเหลือจากพระเจ้าที่เห็นทุกสิ่ง (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2.188)

## การต่อต้าน

๒๖๐. “พระเจ้าทรงอดทนได้กับความอ่อนแอในตัวเรา แต่ไม่ทรงทนกับมนุษย์ที่เอาแต่ประท้วงขัดขืน และพระองค์จะทรงไม่มีวันละเว้นคนประเภทนั้นแน่นอน” (สาธุคุณ อิชาค ชีริน “คำ”, 85)

๒๖๑. “ถ้าความล้มเหลวในเรื่องอันใดมากล้ากรายเจ้า จงคิดเสียว่า พระเจ้าจะทรงเห็นใจเรา และถ้าพระองค์ทรงเมตตาเรา พระองค์ก็จะทรงนำพาให้มีแต่สิ่งดีกับตัวเจ้าและคนอื่นๆ เมื่อคิดแบบนี้แล้วใจเจ้าก็จะมีแต่ความสงบ แต่ถ้าเจ้าขัดขืน ต่อต้าน กล่าวว่ำนั้นไม่ดี นี่ไม่ดี คนนั้นก็ไม่มีวันมีสุขในใจไปได้แม้ว่าเขาจะพยายามถือศีลตลอดอย่างไรก็ตามหรืออิฐฐานเพียงใดก็ตาม” (หนังสือของสาธุคุณ ซิววน แห่งอาโพน่า, 4:1)

## ความโกรธ

๒๖๒. “มีพระคนหนึ่งอาศัยอยู่ในวัดแห่งหนึ่ง และเขามักจะฉุนเฉียวกับใครบางคนในหมู่พระหรือธรรมิกชนเสมอ เขาจึง

ตัดสินใจว่า “ฉันจะออกไปจากที่นี่และไปสงบสติอารมณ์ที่อื่นแทน ที่นั่นฉันจะไม่พูดกับใคร แล้วฉันก็จะไม่โกรธใคร แล้วนิสัยของฉันก็จะหายไป” เมื่อเขาออกเดินทางออกจากวัดไป เขาก็ออกไปอยู่ในถ้ำแห่งหนึ่ง แล้ววันหนึ่งเมื่อเขาออกไปตวงน้ำเขาวางภาชนะบนพื้น แล้วภาชนะนั้นเกิดพลิกตกไปในบ่อ เมื่อเขาหยิบขึ้นมาเขาก็ทำมันตกอีกครั้ง เมื่อเขาหยิบขึ้นมาใหม่เป็นครั้งที่สามภาชนะนั้นก็ยังคงตกลงไปอีก พระหนุ่มรูปนั้นก็เหลืออดหยิบภาชนะขึ้นมาแล้วก็ทุบมันแตก เมื่อเขาตั้งสติได้เขาก็เข้าใจว่ามารมันตั้งใจที่จะแกล้งปั่นหัวเขา เขาจึงพูดว่านี่ขนาดฉันออกมาจากวัดเพื่อมาอยู่อย่างสัน โดยแล้วยังคงตามมารังควาญกันอีก ฉันจะกลับวัดละ เพราะไม่ว่าที่ไหนก็ต้องการความอดทนและความช่วยเหลือจากพระเจ้า เหมือนกันนั่นแหละ” (สุภายิตโบริชา 7:38)

๒๖๓. “หลวงพ่อกาโพนพูดว่า คนที่โกรธ ต่อให้มีฤทธิ์ที่จะชุบชีวิตคนอื่นก็ไม่มีความที่จะทำให้พระเจ้าพอใจได้” (สุภายิตโบริชา 10:15)

๒๖๔. “เจ้าโกรธหรือ เจ้าจงเปลี่ยนไปโกรธบาปของตัวเอง คิดว่า เจริญดีใจของเจ้า ชำระใจเจ้าให้สะอาด จงเป็นผู้พิพากษาที่ตรงต่อตัวเองและจงไม่ละเว้นความผิดบาปของตัวเอง นั่นแหละจึงเป็นความโกรธที่เป็นประโยชน์ แล้วพระเจ้าจะสามารถนำความโกรธมาใช้ในตัวเจ้าได้” (นักบุญยอห์น นักเทศน์ “สนทนาธรรมเกี่ยวกับศาสน์ถึงชาวเอเฟซัส”, 2)

## ค้นหาทางกามารมณ์

๒๖๕. “ความโลภและการกินเกินพอดีเป็นต้นเหตุของค้นหาทางกามารมณ์ และการใช้ประโยชน์ของความเป็นอิสระแห่งตัวเองในการคบหาผู้หญิงเป็นชนวนจุดไฟราคะ เมื่อเกิดอารมณ์ค้นหาที่นั่นเจ้าจึงลงโทษความคิดที่ไม่ดีของเจ้าด้วยการไม่กิน เพื่อให้เจ้าเลิกคิดเกี่ยวกับกามารมณ์ แต่คิดเกี่ยวกับความหิวแทน และเจ้าจงปฏิเสธคำชวนที่จะไปงานเลี้ยงต่าง ๆ เสีย” (สารุคุณ นิล แห่งชินาย)

๒๖๖. “อย่าปล่อยให้ตาของเจ้าทำตามระคะมองไปทางนั้นทางนี้ และอย่ามองไปยังความสวยอื่นเพื่อไม่ให้เจ้าตกไปอยู่ในมือของศัตรูด้วยเหตุนี้” (สารุคุณเอเฟรม ชีริน)

๒๖๗. “มีพระรูปหนึ่งมีปัญหาหลงไปในกามารมณ์ เมื่อเขาตื่นขึ้นมากลางดึกเขาก็เดินไปหาผู้เฒ่ารูปหนึ่ง และก็สารภาพถึงความคิดต่ำช้าในตัวเขาเกี่ยวกับเรื่องทางกามารมณ์นั้น ผู้เฒ่าได้ปลอบใจเขา และพระหนุ่มได้รับคำชี้แนะต่างๆ แล้วก็ได้เดินกลับไปยังกุฏิของตนเอง แต่ไม่นานอารมณ์ขุ่นมัวก็กลับมาอีก เขาก็ต้องเดินกลับไปหาผู้เฒ่าอีก และเป็นอย่างนี้หลายครั้งผู้เฒ่าไม่ได้ตำหนิเขา แต่กล่าวว่าอย่าทอดย แต่จงเพียรกลับมาหาเราเมื่อมารจะเข้ามาผจญเจ้าอีก และจงกล้าเปิดใจเพื่อต่อต้านความคิดไม่ดี เมื่อเจ้าต่อต้านมันความคิดต่ำจะเดินผ่านเจ้าไป เพราะไม่มีอะไรที่จะทำให้มารมันไม่ชอบมากไปกว่าการที่เราเปิดเผยความจริง (สารภาพบาปต่อหน้าพระ) และไม่มีอะไรที่ทำให้มันดีใจมากไปกว่าการแอบปกปิดความคิดนี้ไว้คนเดียว ด้วยเหตุนี้พระหนุ่มจึงมาหาผู้

แต่มาถึง 11 ครั้งด้วยกัน และได้ชำระบาปต่อความคิดไม่ดีเหล่านั้น แล้ว  
ค้นหาจึงได้ออกไปจากตัวเขา” (สุภายิตโบริธาน 5:16)

๒๖๘. “ค้นหาหมักมากในกาม ก็คือ ค้นหาที่เกิดซ้ำแล้วซ้ำ  
อีก ที่แผ่ขยายลูกกลมจนเกินขอบเขตของความต้องการตามปกติ มัน  
รุนแรงไม่สามารถที่จะควบคุมได้ด้วยกฎระเบียบหรือความพอดี ค้นหา  
มากมายหลายรูปแบบ และก่อเป็นบาปมากมายหลายรูปแบบเช่นกัน  
ตามปกติค้นหาจะเข้ามาสู่จิตใจไม่ใช่ในรูปแบบของศัตรูที่ต้องการย่ำ  
กราย แต่เป็นในรูปแบบของเพื่อนหรือคนรับใช้ที่เชื่อฟังอย่างดี มันจะนำ  
ความพึงพอใจบางอย่างมาหรือผลประโยชน์ที่จับต้องได้ แต่ทั้งหมดจะ  
เป็นเพียงแค่กลวงที่มารร้ายจะใช้เพื่อหลอกหลวงให้หลงและจับใจของเรา  
ไว้ให้จุ่มม เพราะฉะนั้นจงหมั่นเตือนตนเองแบบนี้เสมอเวลาที่ค้นหา  
เยือน” (นักบุญฟิลาเรต แห่งมอสโคว์ “คำสอนวันที่ 5 มิถุนายน 1845”)

## ฉ. อะไรที่เราจะต้องเผชิญและฝ่าฟันในเส้นทางฝ่ายจิต วิญญาน

### กิเลส

๒๖๘. “เมื่อเจ้าอยากที่จะเริ่มทำสิ่งดีบางอย่างก็จงเตรียมพร้อมแต่แรกที่จะรับมือกิเลสซึ่งจะมาถึงเจ้า และอย่าสงสัยไปในสังขารของพระเจ้าที่ต้องการให้เจ้าทำดีเพื่อพระเจ้า” (สารุคุณ อีซาค ซิริน “คำ”, 57)

๒๗๐. “ไม่มีใครที่สามารถสัมผัสถึงความอ่อนแอของตนเอง ถ้าไม่เกิดกิเลสแม้เพียงเล็กน้อยที่ก่อให้เกิดเป็นทุกข์ไม่ว่าจะเป็นทางร่างกายหรือจิตใจ เมื่อนั้นเองถ้าเราเลือกจะมองความอ่อนแอของเราแล้วเปรียบกับความช่วยเหลือของพระเจ้า คนๆ นั้นจะเข้าถึงกำลังของพระเจ้าได้ แต่ถ้าใครรู้ว่าต้องพึ่งพาความช่วยเหลือของพระเจ้างก็จงอธิษฐานให้มากเถิด ยิ่งทำมากเท่าไรหัวใจของเขาก็จะยิ่งถ่อมต่อพระเจ้ามากเท่านั้น” (สารุคุณ อีซาค ซิริน “คำ”, 61)

๒๗๑. “ไม่มีคนใดที่จะไม่เจ็บปวดเวลาที่ถูกสั่งสอน และไม่มีคนใดที่จะไม่รู้สึกขมขื่นเวลาที่ตกไปในกิเลส ถ้าไม่มีทั้งสองสิ่งนี้ก็เกินไปไม่ได้ที่จะมีกำลังจิตที่เข้มแข็ง เมื่อทดสอบความช่วยเหลือจากพระเจ้าหลายๆ ครั้งในยามที่เกิดกิเลส เขาก็จะมีศรัทธาในพระเจ้าที่เข้มแข็งได้” (สารุคุณ อีซาค ซิริน “คำ”, 37)

๒๗๒. “ถ้าปราศจากกิเลส ก็ไม่สามารถที่จะเรียนรู้ปัญญา  
ภูมิในพระจิตได้ และเป็นไปไม่ได้ที่จะให้ความรักของพระเจ้าตั้งคิดใน  
จิตใญ่มนุษย์ เพราะก่อนที่เขาจะหลงไปในกิเลส เวลาเขาอธิษฐานถึงพระ  
เจ้าเขาเหมือนคนแปลกหน้า แต่เมื่อเขาหลงไปในกิเลส เขาเข้าสู่ความรัก  
ของพระเจ้าและไม่ยอมแพ้กิเลส นั้น เขาจะกลายเป็นเพื่อนของพระเจ้า  
เพราะในการกระทำตามพระบัญชาของพระเจ้า เขาได้ต่อสู้กับศัตรูร้าย  
และเอาชนะมันได้” (สาธุคุณ อีซาค ซีริน “คำ”, 5)

๒๗๓. “จงเอาชนะกิเลสด้วยความอดทนและการอธิษฐาน  
ถ้าเจ้าจะเอาชนะกิเลส โดยปราศจากสองสิ่งนี้ กิเลสก็จะยิ่งเข้มแข็งขึ้นและ  
รุกรานเจ้าหนักกว่าเดิม” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:106)

๒๗๔. “ถ้ากิเลสเข้ามาถึงตัวเจ้าอย่างไม่ทันรู้ตัว ก็จงอย่า  
โทษใครที่เป็นคนทำให้เจ้าเกิดกิเลส แต่จงหาว่ากิเลสเข้ามาหาเจ้าเพื่อ  
อะไร แล้วเจ้าจะพบทางในการแก้ไขปัญหานั้นแก้ไขของเจ้า” (สาธุคุณมัก  
ซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 2:42)

๒๗๕. “กิเลสตาโถมเข้ามาบ้างก็เพื่อชำระบาปเก่าของคน  
บางคน บ้างก็เพื่อหยุดทำบาปในสิ่งที่เขากำลังทำ บ้างก็เพื่อป้องกันสิ่งที่  
จะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งบางครั้งก็มีไว้เพื่อการทดลองใจเจ้า เหมือนกับที่  
ทดลอง โยบ” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 2:45)

๒๗๖. “กิเลสถูกส่งมา เพื่อที่จะเปิดเผยค้นหาที่แอบหลบ  
ซ่อนในตัวและเพื่อที่เราจะได้ต่อสู้กับมันและทำให้ใจเราได้รับการรักษา  
ด้วยเหตุนี้ กิเลสก็เป็นสัญลักษณ์ของพระเมตตากรุณาของพระเจ้า และเจ้า  
จงมอบตัวมอบกายไว้วางใจในพระหัตถ์ของพระเจ้า และขอความ

ช่วยเหลือจากพระองค์เพื่อให้พระองค์เสริมกำลังแก่เจ้าในการต่อสู้ พระเจ้ารู้ว่าแต่ละคนจะรับกับสิ่งใดได้มากเพียงใด และพระองค์จะยอมให้เกิดกิเลสขึ้นในปริมาณที่เราจะรับไหว เจ้าจงจำไว้ว่า หลังจากเกิดกิเลส เจ้าจะมีความปีติในพระเจ้า และพระเจ้าจะคอยคุณที่อดทนกับกิเลสและความทรमानเพียงแตกต่างความรักของพระองค์” (นักบุญเนคคารีย์ เอกินสกี “หนทางสู่ความสุข”, 4)

### ความทุกข์

๒๗๓. “เด็กทารกมักร้องไห้เวลาที่แม่ของเขาอาบน้ำให้ ส่วนคนที่มิศรัทธาบ่อยก็มักจะบ่นไม่พอใจเกี่ยวกับพระเจ้า เมื่อเขาตกไปในความลำบากซึ่งจะช่วยชะล้างจิตใจเขา เหมือนน้ำที่ชำระหน้าของเด็กนั้น” (สารุคุณซิมิโอน แห่งโคบบา “คำสอน”, 89)

๒๗๔. “ถ้าเจ้าอยากที่จะรับใช้พระเจ้าก็จงเตรียมหัวใจให้พร้อมไม่ใช่กับอาหาร ไม่ใช่กับการดื่มกิน ไม่ใช่กับความสงบ มาใช้กับความมีชีวิตนิรันดร์ แต่กับความอดทนเพื่อที่จะรับกิเลสต่างๆ ที่จะตามมา หรือกับความลำบากและความทุกข์ต่างๆ จงเตรียมพร้อมรับแรงกดดัน การถือศีลอด การต่อสู้เพื่อสร้างวีรกรรมเหนือชัยชนะต่อความเจ็บปวดมากมาย เพราะ “ด้วยทุกข์แสนสาหัสมากมายเราจะต้องเข้าสู่อาณาจักรของพระเจ้า (กิจการ 14:22) และ “อาณาจักรของพระเจ้าต้องแลกด้วยการต่อสู้ และคนที่ทุ่มเทเต็มแรงจึงจะสามารถถวายนับไว้ได้” (มัทธิว 11:12)” (สารุคุณเซร์เกย์ ราโคเนซสกี “กิจวัตร”, 10)

๒๗๕. “เป็นไปได้ไหมที่จะเข้าใกล้พระเจ้าโดยไม่มี ความทุกข์ หากปราศจากมันความชอบธรรมของมนุษย์ก็ไม่สามารถสร้างไว้ได้ ถ้าเจ้าอยากที่จะทำความดี เจ้าก็จงทำทุกอย่างเพื่อที่จะแลกเอาความเจ็บปวด เพราะความเจ็บปวดจะก่อให้เกิดการสยบกายและใจ และใครที่คิดทำดีโดยไม่ยอมลำบาก คนนั้นก็จะเป็นประตูรับความหยิ่งยโสมาแก่คน” (สารุคณ อีซาค ซีรีน “คำ”, 34)

๒๗๖. “บาปเป็น โรคร้าย ที่ฝังเข้าไปในธรรมชาติของมนุษย์ การชอบทำบาป และความหลงใหลในบาปจะทิ้งรอยไว้ในใจและร่างกายของเขา ซึ่งก็จะยิ่งลึกลงเข้าไปมากขึ้นเมื่อเขาทำซ้ำ และพาให้เกิดแนวโน้มที่จะทำซ้ำและเกิดความกระหายที่จะทำบาป ด้วยเหตุนี้เหมือนกับที่บางครั้งเราให้หมอใช้มีดเปิดบาดแผลลึกเข้าไปในกายเรา และสมานแผลด้วยเหล็กกร้อน เกิดเป็นความเจ็บปวด ฉะนั้นแพทย์ทางใจก็รักษาเราด้วยการใช้มีดแห่งความทุกข์เพื่อดึงเอารากของบาปออกมาและทำให้แผลของเราหายเรียบเป็นปกติ และใช้ไฟแห่งความทรमानในการสมานแผลใจไม่ให้เราโน้มไปหาบาปอีก” (นักบุญฟิลาเรต แห่งมอสโคว์ “คำสอนวันที่ 5 มิถุนายน 1848”)

๒๗๗. “หลวงพ่ ออร์ ได้กล่าวว่า ไม่ว่าความทุกข์จะมาถึงเจ้าในทางใดก็ตาม จงอย่าโทษใครสำหรับความทุกข์นั้นนอกจากตัวเอง และจงพูดแก่ตัวเองว่า นี่มันเกิดกับฉันเพราะบาปที่ฉันทำเอง” (นักบุญอิกนาทีย (เบรียนซานินอฟ) “คำสอนของหลวงพ่”)

๒๗๘. “คนที่มึสติ จะใช้สติพิจารณาความสอดคล้องของพระเจตนารมณ์ของพระเจ้า และจะรับแบกความทุกข์ยากของเขาคือ



เกิดขึ้นด้วยการขอบคุณพระองค์ เขาจะเห็นสาเหตุของความทุกข์นั้นในบาปของตัวเองไม่ใช่มองหาในตัวคนอื่น คนที่ไม่มีสติเมื่อทำบาปและได้รับการลงโทษ เขาก็จะหาสาเหตุว่ามาจากไม่เพราะพระเจ้าก็เพราะใครบางคน เพราะเขาจะไม่เข้าใจการดูแลที่พระเจ้ามี่ต่อเขา” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 2:46)

๒๘๓. “ถ้าในตัวเราไม่มีความหลงในเงินทองสิ่งของ หรือลาภยศสรรเสริญ หรือถ้าเราไม่กลัวความตายหรือความยากจน หรือไม่รู้จักความเป็นศัตรู การเกลียดชังกัน เราก็คงไม่รู้จักความทรمانทั้งในตัวเองและจากความทุกข์ของคนอื่น” (นักบุญยอห์น นักเทศน์ “แก่ผู้ที่อามาตกัน”, 3:19)

๒๘๔. “สิ่งที่สำคัญต่อพระเจ้ามากยิ่งขึ้นไปกว่าการอธิษฐานหรือการเสียสละใดๆ ก็คือ การทนทรمانเพื่อพระองค์หรือสำหรับพระองค์” (สาธุคุณ อีซาค ชีริน “คำ”, 58)

๒๘๕. “พระเจ้าทดลองใจอับราฮัม โดยการส่งความทุกข์มาแก่เขาจริงๆ เพื่อเป็นประโยชน์แก่เขาเอง ไม่ใช่เพื่อทดสอบว่าอับราฮัมเป็นคนอย่างไร เพราะจริงๆ พระองค์ก็รู้อยู่แล้ว แต่เพื่อเปิดโอกาสแก่อับราฮัมในการทำให้ความเชื่อและศรัทธาของเขาสมบูรณ์แบบต่างหาก” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 2:203)

๒๘๖. “เมื่อเราทำใจสะอาดและไม่คิดอคติและอดทนรับความทุกข์ที่ถูกส่งมาทดสอบเรา เราก็สามารถที่จะรู้สึกถึงความทรمانของพระคริสต์แม้เพียงเล็กน้อยได้ทันทีไม่มากก็น้อย” (สาธุคุณมาคารีย์ โอปิตินสกี “จดหมาย”, 473)

๒๘๗. “ในหมู่คนที่มิชอบจะไม่มีความทุกข์ที่จะไม่สามารถแปรเปลี่ยนไปเป็นความปิติไปได้ เช่นเดียวกับที่มิชอบจะไม่มีความปิติใดในหมู่คนชั่วที่จะไม่เปลี่ยนไปเป็นความทุกข์ได้” (นักบุญดอมินิก แห่งรอสโตฟ)

๒๘๘. “การถ่อมตนถ่อมใจและความทุกข์จะปลดปล่อยมนุษย์ออกจากบ่วงบาปทั้งหลายได้ เพราะสิ่งแรกจะเป็นตัวดับไฟอารมณ์ ส่วนสิ่งหลังจะเป็นตัวดับไฟในร่างกาย” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 1:76)

๒๘๙. “เรามีความทุกข์ เมื่อเราไม่มีความถ่อมตน และเมื่อเราไม่มีความรักต่อพี่น้องของเรา เพราะเมื่อเรารักพี่น้องความรักของพระเจ้าจะมาหาเรา คนเราจะไม่สามารถเรียนรู้การถ่อมตนได้ถ้าไม่มีความรัก และเมื่อมีความขโสหยิ่งในตนเองแทนเขาก็จะไม่สามารถรับพระกรุณาของพระเจ้าผ่านทางพระจิตได้ ด้วยเหตุนี้โลกจึงต้องทนทุกข์ทรมานอยู่ในขณะนี้” (หนังสือของสาธุคุณ ซิลวาน แห่งอาโพน่า, 16:4, 6)

๒๙๐. “ทุกคนที่รักพระเจ้า เมื่อเขาทนทุกข์และถูกทดลอง เขาจะแสดงความอดทนและไม่หวาดหวั่น และใครที่ทนรับถึงที่สุดได้คนนั้นก็จะเป็นคนที่เข้มแข็งและเชื่อฟังพระเจ้า ใครที่เดินตามรอยของพระเจ้าตามพระบัญชาของพระองค์ คนนั้นก็เอาชนะความอ่อนแอในธรรมชาติของมนุษย์ได้ ตรงกันข้ามหากใครไม่ยอมรับความบาป ความอ่อนแอของมนุษย์ คนนั้นก็หยิ่งและไม่ทำตามพระเจตนารมณ์ของพระเจ้า และใครที่ไม่เชื่อฟังพระเจ้าและทำตามใจตนเอง เขาก็จะไม่ได้รับพระพรกำลังและความช่วยเหลือจากพระเจ้า และจะไม่ได้มีความแข็งแกร่ง

ในทางวิญญาณ และไม่สามารถเป็นคนที่มีความอดทนได้ และถ้าใครไม่คิดทนรับความทุกข์ยากและความทรมาน เขาก็ไม่มีความเชื่อ และก็ไม่ได้รักพระเจ้าอย่างแท้จริง” (สารุคณอเล็กเซย์ เซนาทสกี “เกี่ยวกับความทุกข์”)

๒๕๑. “ไม่ว่าความไม่พอใจจะเกิดขึ้นแก่เจ้าอย่างไร และเรื่องไม่ดีจะเกิดกับเจ้ามากเพียงใด จงบอกให้เราจะอดทนรับไว้เพื่อพระคริสต์” แล้วเจ้าจะรู้สึกดีขึ้น เพราะพระนามของพระคริสต์นั้นแข็งแกร่งในพระนามของพระองค์ไม่ว่าทุกข์ใดๆ ก็สงบลง และมารก็ไม่กล้ากล้ากราย ความด้อยต่ำของเจ้าจะหมดไปและใจที่น้อยเนื้อต่ำใจของเจ้าก็จะกลับสงบลง” (สารุคณอันโรนีย์ โอปตินสกี)

### เราจะได้รับความรอดได้อย่างไร

๒๕๒. “ชาวคริสต์ออร์ทอด็อกซ์ทุกคนจะต้องยึดมั่นในศาสนจักรของตนอย่างไม่เสื่อมคลาย คุณแลใจกายและความคิดเป็นหนึ่งเดียวและรักกันและกันอย่างไม่เสแสร้ง รักษาความบริสุทธิ์ของใจและกาย หลีกจากความอยากที่จะทำสิ่งไม่ดี รับประทานอาหารแต่เท่าที่พอเพียง และตกแต่งกายตนด้วยความถ่อมตน ไม่ละทิ้งที่จะต้อนรับจับผู้หลีกเลี่ยงที่จะทะเลาะ และไม่ใฝ่หาเกียรติยศคำสรรเสริญในทางโลกแต่ให้รอคอยรางวัลตอบแทนจากพระเจ้าแทน ซึ่งเป็นสิ่งที่หอมหวานยิ่งกว่าจากสรวงสวรรค์” (นักบุญเซร์เกย์ ราโคเนชสกี “กิจวัตร”, 32)

๒๕๓. “ถ้าเจ้าอยากที่จะได้รับความรอด ก็จงใส่ใจในการรักษาสิ่งที่พระคริสตจักรได้สอนเอาไว้ และจงรับกำลังจากพระเจ้าผ่าน

ทางศีลต่างๆ จงเดินในวิถีทางของพระคริสต์โดยเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้นำทางศาสนา แล้วเจ้าก็จะได้เข้าถึงอาณาจักรของพระเจ้าและได้รับความรอดแน่นอน สิ่งที่ว่ามาทั้งหมดนี้จำเป็นในการรับความรอดทั้งสิ้น และจำเป็นต่อการดำรงชีวิตของทุกสิ่งบนโลกนี้ ใครที่ไม่รับแม้เพียงสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือไม่เห็นด้วยคนนั้นก็ไม่มี ความรอด” (นักบุญฟิโอฟาน ซาทวโรนิก “5 คำสอนเกี่ยวกับทางสู่ความรอด”, 3)

๒๕๔. “พระรูปหนึ่งได้ถามนักบุญอันโตนิผู้ยิ่งใหญ่ว่า ฉันควรทำอะไรเพื่อที่จะได้รับความรอด นักบุญตอบแก่เขาว่าจงอย่ายึดถือความดีของตน และอย่าคิดคิดหวังเอาในสิ่งที่ผ่านไป แล้ว จงระวังยับยั้งปากและการกินดื่มของเจ้า” (สุภายิตโบริอาณ 1:2)

๒๕๕. “มีพระถามหลวงพ่อกาโรว่าทำอย่างไรจึงจะได้รับความรอด หลวงพ่อจึงตอบว่าเจ้าก็จงเป็นเหมือนคนที่ตายไปแล้ว คนตายจะไม่คิด โกรธใคร ไม่คิดหาลาภยศชื่อเสียงแล้วเจ้าก็จะรอดได้” (สุภายิตโบริอาณ 10:45)

๒๕๖. “ในชีวิตทางวิญญาน หากปราศจากการสารภาพบาปเราก็ไม่อาจทำอะไรที่สูงส่งได้ แต่เพราะพระเจ้าทรงเมตตาเราอย่างมาก เพราะเห็นใจในความตั้งใจของเรา คนที่ตั้งใจบังคับตนให้อยู่ในธรรมและรักษาศีลถือความบริสุทธิ์จนถึงบั้นปลายชีวิต ถ้าเขาได้ทำบาปอะไรไปเขาก็จะยังคงได้รับความรอด เพราะเขาคิดตั้งใจทำให้ตนอยู่ในธรรม เพราะพระเจ้าทรงรักษาสัตย์ทำให้ไว้ในข่าวประเสริฐ” (สาธุคุณ มาร์ก วีรบุรุษ “คำสอน”, 3)

๒๕๗. “ชาวคริสต์จะได้รับปัญญาจากพระเจ้าในทางสามทาง คือ โดยพระวจนะ โดยหลักทางศาสนา และโดยความเชื่อ พระวจนะทำให้คนเป็นอิสระจากตัณหา หลักทางศาสนาทำให้เราเข้าถึงความรู้ของสิ่งที่แป็นอยู่ในโลก ส่วนความเชื่อจะช่วยให้เราเข้าถึงรสของพระบิดา พระบุตร และพระจิต” (สาธุคุณมักซิม นักเทศน์ “บทว่าด้วยความรัก” 4:47)

๒๕๘. “เมื่อเจ้ารำรวย จงคิดว่าเจ้าจะสามารถทนรับความด้อยต่ำและความยากจนได้อย่างสมเกียรติหรือไม่ เมื่อเจ้ามีความสุข จงคิดว่าเจ้าจะยึดอกรับความไม่มีสุขได้หรือไม่ เมื่อคนพุดยขย่งเจ้า เจ้าจงคิดว่าเจ้าจะยอมรับคำคุณค่าต่อว่าเจ้าได้อย่างภาคภูมิใจหรือไม่ และชั่วชีวิตเจ้า เจ้าจงคิดว่า เจ้าจะยินดียึดอกรรับความตายของเจ้าได้อย่างสมเกียรติอย่างไร” (นักบุญนิโคลัส แห่งเซอร์เบีย “แนวคิดเกี่ยวกับความดีและความชั่ว”)

๒๕๙. “ดังนั้น เมื่อเจ้าทำตนอยู่ในพระเจ้า ก็จงทำทุกสิ่งที่เป็นความประเสริฐ หลีกหนีจากการพุดไม่ดี เลิกเกี่ยวข้องกับสิ่งที่ไม่บริสุทธิ์และสิ่งที่ไม่ดีทั้งหลาย เลิกการมีนเมา เลิกการใฝ่หาความเชื่อใหม่ๆ เลิกตัณหาทางกาย เลิกการสำสอนทำตามกามารมณ์และความเย่อหยิ่งจองหอง เพราะมีคำกล่าวว่ พระเจ้าเป็นอคติกับคนที่เย่อหยิ่ง แต่จะทรงพระกรุณาต่อผู้ที่ถ่อมตัว” (1 เปโตร 5:5) ดังนั้น เจ้าจงเข้าหาคนที่พระเจ้ามอบพระกรุณาให้ จงรวมเข้ามาเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน มาถ่อมตัวด้วยกัน บังคับใจตน หลีกห่างจากการนินทาว่าร้ายและการพุดไม่ดีต่อผู้อื่น เรามาใช้การกระทำเป็นเครื่องพิสูจน์ตนเองไม่ใช่ดีแต่พุด คำ

สรรเสริญของเราจึงจะมาจากพระเจ้าไม่ใช่จากตนเอง พระเจ้าเกลียดคนที่  
ยกย่องตนเอง เราจะปล่อยคนอื่นพูดถึงความประพฤติที่ดีของเรา ไม่ใช่เรา  
เป็นคนพูดเอง“ (นักบุญคลิมอนด์ แห่งโรม “สารแด่ชาวโครินธ์”, 30)

๓๐๐. “ชาวคริสต์ทั้งหลาย พวกเราเข้าใจถึงหน้าที่ที่ยิ่งใหญ่  
ของพวกเราเองหรือไม่ ที่ได้รับผ่านจากการรับเชื่อจากพระเจ้า เราสำนึก  
หรือไม่ว่าเราต้องทำตนเป็นเหมือนบุตรของพระเจ้า และจะต้องทำให้  
เจตนารมณ์ของเราเป็นไปตามพระประสงค์ของพระเจ้า โดยเรา  
จำเป็นต้องรักษาตนให้เป็นอิสระจากบาป และรักพระเจ้าอย่างสุดจิต  
สุดใจ และแทบรอไม่ไหวที่จะได้กลับไปอยู่กับพระองค์ตลอดกาล เราได้  
คิดบ้างไหมว่าหัวใจของเราจะต้องเต็มไปด้วยความรัก ถึงขนาดที่เราจะ  
แบ่งปันแก่ผู้ใกล้ชิดเราได้ เราเคยมีความรู้สึกไหมว่าเราจำเป็นต้องเป็นคน  
บริสุทธิ์ใสสะอาดและดีพร้อม เป็นบุตรของพระเจ้าและเป็นผู้สืบทอด  
อาณาจักรของพระองค์ เพื่อสิ่งที่ว่ามานี้เราจะต้องต่อสู้กับสิ่งต่างๆ เพื่อ  
ไม่ให้เรากลายเป็นคนที่ไม่ดีพอหรือถูกปฏิเสธไปได้ จะไม่มีใครในหมู่เรา  
ที่จะยอมเสียความห้าวหาญ หรือจะละเลยหน้าที่ของคน และจะไม่มีใคร  
ที่จะใจฝ่อไม่กล้าเผชิญความลำบากในการต่อสู้ทางจิตวิญญาณนี้ เพราะเรา  
เรามีผู้ช่วยเป็นถึงพระเจ้าของเรา องค์ผู้ซึ่งคอยทรงเสริมกำลังแก่เราใน  
เส้นทางที่ยากลำบากเพื่อให้เราสามารถทำความดีได้” (นักบุญเนคนารี เอ  
กินสกี “วิถีสู่ความสุข”, 2)

