

คำแนะนำ

จากบรรดาพระบิดาศักดิ์สิทธิ์

เกี่ยวกับชีวิตทางจิตวิญญาณ

ส่วน 1

พระสังฆราชอเล็กซานเดอร์ (ไมเลียนท์)

สารบัญ:

คำนำ.....	2
คำสอนของท่านผู้เป็นที่เคารพนับถือ แอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่.....	8
คำสอนของท่านผู้เป็นที่เคารพ มาคาริอุสผู้ยิ่งใหญ่.....	19
คำสอนของผู้นำนับถือ มาร์ค ผู้ถือศีล.....	25
คำสอนของผู้นำนับถือ อับบอต เอวาริอุส.....	33
คำสอนของท่านผู้ทรงเกียรติ จอห์นแห่งคาร์พาทอส.....	35
คำสอนของผู้ได้รับพระพร ไดอาโดคัส, พระสังฆราชแห่งโฟติกี.....	37
คำสอนของนักบวชเอเลียห์ เอกติกต์.....	44
คำแนะนำจากนัก นักปฏิบัติธรรมโบราณ.....	46

คำนำ

หนังสือเล่มนี้คือเล่มแรกในชุดหนังสือรวมที่เรามีแผนจะรวบรวมคำสอนที่คัดสรรมาอย่างพิถีพิถันจากบรรดาบิดาผู้ปฏิบัติธรรมแบบออร์ทอดอกซ์เกี่ยวกับชีวิตคริสเตียน หนังสือต่อไปนี้ได้ถูกนำมาใช้ในการรวบรวมชุดนี้:

ชุดหนังสือ 5 เล่ม *Dobrotolyubie*

(บรรณานิการโดยพระเจ้าซาร์เทโอฟาน ผู้สันโดษ); *The Ladder* ของพระโยฮัน ผู้เป็นเจ้าของอาวาสแห่งภูเขาซีนาย; *Spiritual Instructions* ของอับบา โดโรเทอัส; ‘The Invisible Struggle’ โดยนักบุญนิโคเดมัส ฮาจิโอรัด; ข้อคิดของผู้อาวุโสซิลวัน อะโธไนต์; ‘The Father’ โดยพระเจ้าซาร์อิกนาติอัส บรยานซานิโนฟ;

และหนังสือรวมคำสอนทางชีวิตนักพรตอื่น ๆ ที่คล้ายกัน (ชีวิตนักพรต — วินัยทางจิตวิญญาณ) จากหนังสือเหล่านี้

เราได้คัดเลือกคำแนะนำที่เหมาะสมสำหรับผู้ที่ยังอาศัยอยู่ในโลก

และได้ละเว้นคำแนะนำที่เกี่ยวข้องเป็นหลักกับสภาพชีวิตในวัดและชีวิตผู้วิเวก

จากแคตตาล็อกหนังสือจำนวนมากก่อนการปฏิวัติ

ชีวิตของนักบุญและคำสอนของบรรดาบิดาศักดิ์สิทธิ์เป็นหนังสืออ่านโปรดของชาวรัสเซียที่มีจิตวิญญาณสูงส่ง แท้จริงแล้ว

วรรณกรรมประเภทนี้เองที่มีเสน่ห์ดึงดูดเป็นพิเศษ

เพราะมันไม่ใช่ปรัชญาที่แห้งแล้งและนามธรรม

แต่เป็นการสะท้อนชีวิตอันศักดิ์สิทธิ์ในจิตวิญญาณที่ชอบธรรม

การอ่านชีวประวัติของนักบุญหรือคำสอนของท่าน

ก็เหมือนกับการไปเยี่ยมท่านและดึงเอาประสบการณ์ทางจิตวิญญาณอันล้ำค่าของท่านมาใช้

ผู้อาวุโสผู้ถือศีลเหล่านี้คือใคร

และพวกเขาแตกต่างจากคริสตชนอื่นอย่างไร?

ในขณะที่คนส่วนใหญ่พอใจกับชีวิตธรรมดา

แต่ในคริสตจักรของพระคริสต์ก็มีผู้คน que พระคริสต์ได้พรรณนาไว้ว่า

‘ไม่ใช่ของโลกนี้’ (ยอห์น 17:14) มานานแล้ว

ผู้ชอบธรรมเหล่านี้ได้ถอนตัวจากความว่างเปล่าและความไม่ชอบธรรมของโลกไปสู่ทะเลทรายหรือป่าทึบ

หรือซ่อนตัวจากความล่อลวงของโลกและสายตาที่สอดส่อง

เพื่ออุทิศชีวิตทั้งสิ้นให้แก่พระเจ้า พวกเขาคือผู้กระหายหาความจริง
ผู้ปรารถนาคุณค่าทางจิตวิญญาณอันสูงส่งที่สุด
ผู้ลุกขึ้นด้วยความรักต่อพระเจ้า
และมองเห็นบ้านเกิดที่แท้จริงของตนเพียงในอาณาจักรสวรรค์เท่านั้น
บางคนในบรรดาจิตวิญญาณผู้ชอบธรรมเหล่านี้ได้บรรลุถึงระดับจิตวิญญาณ
อันสูงส่ง และได้รับประสบการณ์การเปิดเผยที่เต็มเปี่ยมด้วยพระคุณ
ซึ่งคนส่วนใหญ่ไม่อาจรู้หรือจินตนาการได้

นักบุญเกรกอรี นักเทววิทยา

ผู้ได้รู้จักสภาพชีวิตที่เต็มเปี่ยมด้วยพระคุณของนักพรต
ได้อธิบายการหลบหนีเข้าสู่ทะเลทรายของเขาต่อฝูงแกะของเขาด้วยคำพูด
ดังต่อไปนี้:

“เหนือสิ่งอื่นใด ข้าพเจ้าปรารถนา—
เสมือนปิดกั้นประสาทสัมผัสทั้งปวง ละทิ้งเนื้อหนังและโลก
ถอนตัวเข้าสู่แก่นแท้ภายในตนเอง และเว้นแต่ความจำเป็นอย่างยิ่งยวด
ไม่ติดต่อกับสิ่งใดที่เป็นมนุษย์—เพื่อสนทนากับตนเองและกับพระเจ้า
เพื่อดำรงชีวิตเหนือโลกที่มองเห็นได้
และเพื่ออัมภภพลักษณะอันศักดิ์สิทธิ์ไว้ในตนเอง
ซึ่งบริสุทธิ์เสมอและไม่ปะปนกับภาพลักษณ์ทางโลกที่หลอกลวง
ข้าพเจ้าปรารถนาที่จะเป็น และจะกลายเป็นอย่างต่อเนื่อง
เป็นกระจกที่บริสุทธิ์แท้จริงของพระเจ้าและสิ่งศักดิ์สิทธิ์
เพื่อรับแสงสว่างซ้อนแสงสว่าง—
แสงที่เจิดจ้าที่สุดท่ามกลางแสงที่คลุมเครือ—
เพื่อเก็บเกี่ยวพรแห่งยุคสมัยที่จะมาถึงแม้ในขณะนี้
เพื่ออยู่ร่วมกับเหล่าทูตสวรรค์ และในขณะที่ยังอยู่บนโลกนี้
ก็ทิ้งโลกไว้เบื้องหลัง และถูกวิญญาณยกขึ้นสู่ความสูงส่ง
“หากใครในพวกท่านรู้จักความรักนี้
ท่านจะเข้าใจสิ่งที่ข้าพเจ้ากำลังกล่าวถึง”

นักพรตส่วนใหญ่ที่มีความปรารถนาเช่นเดียวกับนักบุญเกรกอรี
นักเทววิทยา ยังคงไม่เป็นที่รู้จักของโลก
เช่นเดียวกับประสบการณ์ทางจิตวิญญาณของพวกเขา อย่างไรก็ตาม
พระเจ้าทรงพอพระทัยที่จะเปิดเผยผู้ถูกเลือกของพระองค์บางท่านให้โลกได้

รู้จักเป็นครั้งแรก เพื่อประโยชน์ของผู้เชื่อ
และเมื่อมีการพบปะที่ไม่คาดคิดกับนักพรตท่านใดท่านหนึ่ง
ก็ยอมทิ้งความประทับใจที่สว่างไสวและเป็นประโยชน์ต่อบุคคลนั้นเสมอ
บางครั้ง

การพบปะกับผู้ชอบธรรมก็กลายเป็นจุดเปลี่ยนในชีวิตของบุคคลนั้น
และพวกเขาก็ถูกกระตุ้นด้วยความปรารถนาที่จะเข้าใจเขาเพื่อเลียนแบบชี
วิตที่ชอบธรรมของเขา ดังนั้น กลุ่มคน (พี่น้อง) จึงค่อยๆ
รวมตัวกันรอบนักพรตผู้อยู่ตามลำพัง และก่อตั้งเป็นสเกต ลาวรา
หรืออารามขึ้น ในเวลาเดียวกัน ระบบการให้คำปรึกษาทางจิตวิญญาณ ()
ก็เริ่มหยั่งราก

โดยที่พระในวัดและผู้มาสักการะจะวางตัวอยู่ภายใต้การให้คำปรึกษาทางจิต
วิญญาณของผู้ให้คำปรึกษาที่มีประสบการณ์ ซึ่งเรียกว่า ‘starets’
จากประวัติศาสตร์ชาติของเรา เราทราบดีว่าวัด ลอวรา
และอารามผู้สันโดษจำนวนมากที่กระจายอยู่ทั่วดินแดนศักดิ์สิทธิ์ของรัสเซีย
ได้ส่งอิทธิพลอันเป็นประโยชน์ต่อประชาชนรัสเซียอย่างไร ลาวราเคียฟ-
เปเชอร์สค์ ลาวราทรีนิตี-เซอร์เกียส วัดวาลาม วัดโซโลเวตสกี
ที่פקิงออปตินา และสถานที่อื่น ๆ
เป็นศูนย์กลางของการฟื้นฟูทางศีลธรรม

ในบางโอกาสที่หายาก

ผู้อาวุโสผู้ปฏิบัติธรรมอย่างเคร่งครัดจะเขียนคำเทศนาอย่างเป็นทางการ
คำสอนของพวกเขา มักสั้นกระชับ โดยทั่วไปแล้ว
คำสอนเหล่านี้เป็นคำตอบต่อคำถามเฉพาะที่ผู้มาเยือนถามขึ้น
แต่จนถึงทุกวันนี้

คำสอนเหล่านี้ยังคงแพร่คัมภีร์พลังทางจิตวิญญาณอันยิ่งใหญ่
ซึ่งล้วนตั้งอยู่บนประสบการณ์ส่วนตัวของผู้อาวุโส
และให้แสงสว่างอย่างแม่นยำต่อความยากลำบากต่าง ๆ
ที่บุคคลต้องเผชิญบนเส้นทางสู่พระเจ้า

คำสอนของผู้อาวุโสที่มีอำนาจสูงสุดมักถูกบันทึกไว้ ดังนั้น
ตลอดระยะเวลาหนึ่งพันห้าร้อยปี
นับตั้งแต่สมัยนักบุญแอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่ (กลางศตวรรษที่ 4)
จึงได้มีการรวบรวมวรรณกรรมนักพรตยุคบิดาอันอุดมสมบูรณ์
ซึ่งส่องสว่างให้เห็นหลายแง่มุมของชีวิตคริสเตียน

แม้ยุคสมัย วัฒนธรรม

และสภาพการดำรงชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมเหล่านี้จะมีความหลากหลาย แต่คำสอนของพวกเขากลับมีลักษณะเป็นหนึ่งเดียวอย่างสมบูรณ์ มีสองเหตุผลสำหรับเรื่องนี้ ประการแรก เนื่องจากทุกคนมีธรรมชาติเดียวกัน ความสโลลงที่พวกเขาต้องต่อสู้จึงยังคงเป็นสิ่งเดียวกันโดยพื้นฐาน เช่นเดียวกับกฎศีลธรรมที่พระเจ้าสร้างทรงกำหนดไว้ซึ่งไม่เปลี่ยนแปลง นอกจากนี้ เป้าหมายของพวกเขาก็เป็นหนึ่งเดียว คือ อาณาจักรสวรรค์

ประการที่สอง

พระวิญญาณบริสุทธิ์องค์เดียวกันได้ตรัสผ่านบรรดาบิดาศักดิ์สิทธิ์ เช่นเดียวกับที่ตรัสผ่านบรรดาผู้เผยพระวจนะและอัครทูตศักดิ์สิทธิ์ และตามพระสัญญาของพระเจ้าผู้ช่วยให้รอด พระองค์จะสถิตอยู่ในพระศาสนจักรของพระองค์จนถึงวันสิ้นโลก บรรดาบิดาผู้ศักดิ์สิทธิ์ประกาศความจริงอันศักดิ์สิทธิ์เดียวกันกับพระคัมภีร์ สิ่งที่ทำให้คำสอนของพวกเขามีความแตกต่างคือการวิเคราะห้อย่างละเอียด ในแง่มุมต่าง ๆ ของชีวิตทางจิตวิญญาณ พร้อมด้วยตัวอย่างและคำแนะนำที่ชัดเจน

พระคัมภีร์วางรากฐานแห่งความเชื่อและชีวิตที่ขอบธรรม ส่วนบรรดาบิดาผู้ศักดิ์สิทธิ์อธิบายอย่างละเอียดถึงแง่มุมต่าง ๆ ของชีวิตนี้ พร้อมทั้งให้คำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการรู้จักและเอาชนะเหล่ากิลของมาร และวิธีการบรรลุความขอบธรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ความเห็นพ้องต้องกันเช่นนี้ในงานของคริสตจักรตลอดทุกยุคสมัย ความเป็นหนึ่งเดียวของทางเดิน และคำพยานถึงเป้าหมายที่บรรลุได้ — สิ่งเหล่านี้เองคือหลักฐานที่แข็งแกร่งและไม่อาจโต้แย้งได้มากที่สุดเกี่ยวกับความจริงของทางออร์ทอดอกซ์สู่ความรอด

พระวิญญาณบริสุทธิ์องค์เดียวกันนี้ทรงเป่าลมผ่านทั้งพระคัมภีร์ศักดิ์สิทธิ์และงานเขียนของบรรดาบิดาผู้ศักดิ์สิทธิ์แห่งคริสตจักร และสิ่งนี้จะถูกรับรู้ได้อย่างไม่ต้องสงสัยโดยทุกคนที่มุ่งมั่นดำเนินชีวิตคริสเตียนอย่างแท้จริง

ควรกล่าวเพิ่มเติมว่า

มีจิตวิญญาณที่แตกต่างอย่างสิ้นเชิงแฝงซ่อนอยู่ในงานเขียนของนักลึกลับชาวตะวันตกในศตวรรษที่ 14–19: โทมัส อะ เคมพิส, อิกนาติอุส แห่ง โลโยลา, เทเรซา แห่ง อาวีลา, จอห์น แห่ง ครอส และผู้อื่น ๆ

ที่สอนการปฏิบัติแบบอัสคetik

ซึ่งบรรดาบิดาแห่งคริสตจักรออร์ทอดอกซ์ห้ามอย่างเคร่งครัด

เพราะมันนำไปสู่ความหลงผิดหรือการหลอกลวงตนเอง

ลักษณะของความหลงผิด: ความคิดที่มัวหมอง, การฝันกลางวัน,

ความหยิ่งยโสที่ใกล้เคียงกับความภูมิใจ,

การเข้าใจผิดว่าปีศาจคือพระผู้ช่วยให้รอดและทูตสวรรค์,

ความปิตินิน্দที่ก่อให้เกิดเลือดแข็งตัวและประสาทตึงเครียด,

รวมถึงความร่ำอารมณ์ที่ละเอียดอ่อน

ความหลงผิดเป็นความทุกข์ทางจิตวิญญาณที่ร้ายแรงและทำลายล้าง

ซึ่งเพียงการแทรกแซงพิเศษจากพระเจ้าเท่านั้นที่สามารถช่วยคนให้พ้นจากมันได้

(การนั่งสมาธิและปฏิบัติทางอัสคetikที่โยคีและศาสนาพุทธกำหนดไว้นั้นก็ไม่วันตรายต่อสุขภาพจิตน้อยไปกว่ากัน)

ศตวรรษที่ยี่สิบเป็นยุคที่ลัทธิสุดโต่งต่าง ๆ แบ่งบานอย่างเต็มที่

และเกิดภาวะความยากจนทางจิตวิญญาณอย่างหายนะ

โลกคริสต์โดยทั่วไปกำลังกลายเป็นโลกวัตถุนิยมมากขึ้นเรื่อย ๆ;

กลุ่มนิกายต่าง ๆ กำลังทำให้คำสอนคริสต์อ่อนลงเรื่อย ๆ

และปรับให้สอดคล้องกับความต้องการของเนื้อหนัง ด้วยเหตุนี้

จึงทำให้คริสต์นิกายออร์ทอดอกซ์ยิ่งยากขึ้นเรื่อย ๆ

ที่จะหาผู้อาวุโสผู้มีจิตวิญญาณและปัญญาได้

ความปลอมประโลมเพียงอย่างเดียวคือ

คำสอนของผู้อาวุโสหลายท่านได้รับการรักษาไว้และสามารถเข้าถึงได้ผ่านหนังสือ

ในหนังสือเล็กๆ ที่เรียบง่ายของเรา

เราได้รวบรวมคำสอนของบรรดาบิดาศักดิ์สิทธิ์

และจัดเรียงตามผู้เขียนในลำดับเวลา ตั้งแต่ต้นของแต่ละบท จะมีข้อมูลสั้นๆ

เกี่ยวกับนักปฏิบัติธรรมที่กล่าวถึง เพื่อความสะดวกในการใช้งาน

คำสอนเหล่านี้ได้จัดเรียงตามหัวข้อ ซึ่งเราได้แบ่งออกเป็นสามกลุ่มใหญ่

ได้แก่ ความเชื่อ ความหวัง และความรัก

ส่วนเกี่ยวกับความเชื่อประกอบด้วยคำสอนเกี่ยวกับพลังแห่งพระราชกิจแห่งการไถ่ของพระเยซูคริสต์องค์พระผู้เป็นเจ้า

เกี่ยวกับความรักของพระเจ้าและการดูแลของพระองค์ต่อมนุษยชาติ

เกี่ยวกับพระคุณ เกี่ยวกับลักษณะของความเชื่อที่แท้จริง
และเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของเรากับพระเจ้า: เกี่ยวกับความเคารพ
ความยำเกรงพระเจ้า การอธิษฐาน การไคร่ครวญถึงพระเจ้า
และการพิจารณาพระประสงค์ของพระเจ้า

ส่วนเกี่ยวกับความหวังรวบรวมคำสอนที่เกี่ยวข้องกับชีวิตคริสตชน:
เกี่ยวกับการต่อสู้กับความปรารถนาอันไม่บริสุทธิ์และการปลูกฝังคุณธรรม
โดยเฉพาะอย่างยิ่ง

ส่วนนี้ประกอบด้วยคำแนะนำเกี่ยวกับความขยันหมั่นเพียร ความอดทน
ความกล้าหาญ และความมุ่งมั่น; การชำระจิตสำนึก;
ความพอประมาณและการควบคุมตนเอง; ความบริสุทธิ์ทางเพศ
ความไม่โลภ ความซื่อสัตย์ และความอ่อนน้อมถ่อมตน;
การควบคุมความโกรธ ความมั่งร้าย ความอิจฉา และการใส่ร้าย;
ท่าทีของเราต่อความเศร้าโศก, โรคภัย และความล่อลวง;
เกี่ยวกับการเอาชนะความเศร้าและความสิ้นหวัง;
เกี่ยวกับการพัฒนาความถ่อมตัว; และเกี่ยวกับการต่อสู้กับความคิดชั่วร้าย
จากนั้นจึงก้าวไปสู่คุณธรรมระดับสูงยิ่งขึ้น ได้แก่ ความระมัดระวัง
การร้องไห้ด้วยความสำนึกผิด ความบริสุทธิ์ของใจ ความสงบของจิตใจ
ความรอบคอบและปัญญา รวมถึงการตรัสรู้ทางจิตวิญญาณ

สุดท้าย

ส่วนที่สามเกี่ยวกับความรักได้รวบรวมคำสอนเกี่ยวกับท่าทีของเราต่อพระ
เจ้าและเพื่อนมนุษย์ รวมถึงการกระทำแห่งความรัก ได้แก่ ความเมตตา
การไม่ตัดสินผู้อื่น ความปรารถนาดี และการให้อภัยความผิด บางครั้ง
ส่วนเสริมยังรวมถึงข้อคิดของพระบิดาศักดิ์สิทธิ์ท่านนี้เกี่ยวกับความตายและ
การพิพากษาครั้งสุดท้าย เกี่ยวกับเล่ห์กลของปีศาจ และข้อคิดอื่น ๆ

เราหวังว่าผู้อ่านคำแนะนำเหล่านี้จะสามารถเข้าใจและชื่นชมปัญญา
ทางจิตวิญญาณและประสบการณ์ของนักปฏิบัติธรรมออร์โตดอกซ์ได้
และแม้ว่าจะไม่สามารถนำคำแนะนำไปปฏิบัติได้เสมอไป
ก็อย่างน้อยจะได้เรียนรู้วิธีคิดแบบออร์โตดอกซ์และแบบบรรพชน
ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งในยุคสมัยที่คำสอนนอกกรีตและต่อต้านคริสต์ศาสน
าแพร่หลายไปทุกหนทุกแห่ง

เพราะการเดินทางระยะสั้นแต่ในทิศทางที่ถูกต้อง
ย่อมดีกว่าการเดินทางไกลแต่ในทิศทางที่ผิด นอกจากนี้

ตั้งที่นักบุญเอเฟรมชาวซีเรียได้สอนไว้ว่า
'การกระทำที่ดีย่อมเกิดจากความคิดที่ดีเสมอ'

คำสอนของท่านผู้เป็นทีเคารพนับถือ แอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่

นักบุญอันโทนีผู้ยิ่งใหญ่เกิดในอียิปต์ประมาณปี ค.ศ. 250

ในครอบครัวขุนนางที่ร่ำรวย ซึ่งเลี้ยงดูเขาในความเชื่อคริสต์ เมื่ออายุ 18 ปี
เขาสูญเสียพ่อแม่และต้องอยู่เพียงลำพังกับน้องสาว ซึ่งเขาต้องดูแล

การถอนตัวจากโลกของนักบุญแอนโทนีไม่ได้เกิดขึ้นอย่างกะทันหัน
แต่ค่อยเป็นค่อยไป ในตอนแรก

เขาอยู่ใกล้เมืองกับผู้อาวุโสผู้เคร่งศาสนาที่อาศัยอยู่อย่างสันโดษ
และเขาพยายามเลียนแบบท่านในทุกเรื่อง เขายังไปเยี่ยมผู้สันโดษอื่น ๆ
ที่อาศัยอยู่ใกล้เมืองและขอคำแนะนำจากพวกเขา แม้ในเวลานั้น

เขาก็ได้กลายเป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลายจากความดีที่กระทำ
จนได้รับการขนานนามว่า 'เพื่อนของพระเจ้า' หลังจากนั้น

เขาตัดสินใจเดินทางไปยังพื้นที่ที่ห่างไกลยิ่งขึ้น
เขาได้เชิญผู้อาวุโสให้ร่วมเดินทางไปด้วย แต่เมื่อผู้อาวุโสปฏิเสธ

เขาจึงกล่าวลาและไปตั้งรกรากในถ้ำแห่งหนึ่งที่ห่างไกล

มีเพื่อนคนหนึ่งที่น่าอาหารมาให้เขาเป็นครั้งคราว ในที่สุด

นักบุญแอนโทนีได้ถอนตัวออกจากพื้นที่ที่มีผู้คนอาศัยอยู่อย่างสมบูรณ์

ข้ามแม่น้ำไนล์ และตั้งรกรากในซอกปรักหักพังของป้อมปราการทางทหาร

เขานำขนมปังมาด้วยเพียงพอสำหรับหกเดือน

และหลังจากนั้นได้รับขนมปังจากเพื่อน ๆ

เพียงปีละสองครั้งผ่านช่องบนหลังคา

ไม่อาจบรรยายได้ถึงความรุนแรงของความล่อลวงและการต่อสู้ที่นักพรต
ผู้ยิ่งใหญ่ผู้นี้ต้องทนทุกข์ เขาต้องทนทุกข์จากความหิวและความกระหาย
จากความหนาวและความร้อน

แต่ความล่อลวงที่ร้ายแรงที่สุดสำหรับนักพรตผู้อยู่ตามลำพัง

ตามคำพูดของนักบุญแอนโทนีเอง อยู่ที่ภายในใจ

นั่นคือความปรารถนาต่อโลกและความวุ่นวายของจิตใจ

นอกจากนี้ยังมีความล่อลวงและความหวาดกลัวที่ปีศาจก่อให้เกิดขึ้นอีกด้วย

ครั้งหนึ่ง ระหว่างการต่อสู้อันน่าสะพรึงกลัวกับความคิดของตนเอง แอนโทนีได้ร้องขึ้นว่า: ‘พระเจ้า ข้าพเจ้าปรารถนาจะได้รับการช่วยให้รอด แต่ความคิดของข้าพเจ้าไม่ยอมให้ข้าพเจ้าทำเช่นนั้น’ ทันใดนั้น เขาก็เห็นบุคคลหนึ่งที่มีรูปร่างหน้าตาเหมือนเขาเอง กำลังนั่งทำงานอยู่; จากนั้นบุคคลนั้นก็ลุกขึ้นและเริ่มสวดภาวนา แล้วจึงนั่งลงทำงานต่อ

“ท่าอย่างนี้ และท่านจะได้รับการช่วยให้รอด”

ทูตสวรรค์ของพระเจ้ากล่าวกับเขา

แอนโทนีได้ใช้ชีวิตอย่างสันโดษมา 20 ปีแล้ว

เมื่อเพื่อนบางคนของเขาทราบที่อยู่ของเขา จึงมาตั้งถิ่นฐานอยู่รอบตัวเขา เป็นเวลานานที่พวกเขาเคาะประตูและวิงวอนให้เขาออกมาจากชีวิตที่แยกตัวจากสังคมที่เขาเลือกเอง; จนในที่สุดพวกเขากำลังจะพังประตูลง

แอนโทนีก็เปิดประตูและเดินออกมา

พวกเขาประหลาดใจที่พบว่าเขาไม่มีร่องรอยของความเหนื่อยล้าเลย

แม้เขาจะยอมทนทุกข์ทรมานอย่างที่สุด

ความสงบสุขจากสวรรค์ครองอยู่ในจิตวิญญาณของเขา

และสะท้อนออกมาบนใบหน้า ด้วยท่าทีที่สงบ สุขภาพ

และมิตรดีต่อทุกคนอย่างเท่าเทียม

ผู้อาวุโสท่านนี้จึงกลายเป็นบิดาและที่ปรึกษาให้กับผู้คนมากมาย ทันใดนั้น

ทะเลทรายก็กลับมามีชีวิตชีวา: ชุมชนนักบวชผุดขึ้นในภูเขาโดยรอบ

ผู้คนนับไม่ถ้วนร้องเพลง อ่านหนังสือ อดอาหาร สวดมนต์ ทำงาน

และรับใช้ผู้ยากไร้ นักบุญแอนโทนีไม่ได้กำหนดกฎเกณฑ์เฉพาะใดๆ

สำหรับชีวิตนักบวชแก่ลูกศิษย์ของเขา

เขาสนใจเพียงการปลุกฝังนิสัยที่เคร่งครัดในความศรัทธาในตัวพวกเขาเท่านั้น;

เขาสนับสนุนให้พวกเขาอุทิศตนต่อพระประสงค์ของพระเจ้า,

สวดภาวนา, ละทิ้งสิ่งทั้งปวงในโลกนี้, และทำงานอย่างไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย

ท่านนักบุญอันโทนีผู้เป็นที่เคารพนับถือถึงแก่กรรมเมื่ออายุมาก (106

ปี ในปี ค.ศ. 356) และด้วยผลงานของท่าน จึงได้รับสมญานามว่า

‘ผู้ยิ่งใหญ่’

นักบุญอันโทนีเป็นผู้ก่อตั้งประเพณีการเป็นนักพรตผู้อยู่ตามลำพัง

ผู้วิเวกหลายคน ภายใต้การนำของพ่อทางจิตวิญญาณเพียงผู้เดียว —

‘อับบา’ (ซึ่งหมายถึง ‘พ่อ’ [ภาษาฮีบรู]) —

อาศัยอยู่แยกกันในกระท่อมหรือถ้ำ (สเกเต) และอุทิศตนให้กับการสวดมนต์

การอดอาหาร และการทำงาน สกเทหลายแห่ง
ที่รวมตัวกันภายใต้การปกครองของ ‘อับบา’ เพียงผู้เดียว ถูกเรียกว่า
‘ลาอูรา’

ควรสังเกตว่า แม้ในช่วงที่นักบุญแอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่ยังมีชีวิตอยู่
รูปแบบชีวิตนักบวชอีกแบบหนึ่งก็ได้เกิดขึ้นแล้ว
ผู้ปฏิบัติธรรมแบบเคร่งครัดได้รวมตัวกันเป็นชุมชน ทำงานร่วมกัน
(ตามกำลังและความสามารถของแต่ละคน) รับประทานอาหารร่วมกัน
และปฏิบัติตามกฎระเบียบชุดเดียว ชุมชนเช่นนี้ถูกเรียกว่า “อาราม”
(monasteries) ส่วนผู้ดูแลชุมชนเหล่านี้จึงถูกเรียกว่า “อาร์คิมันดริต”
(archimandrites)

ความรักของพระเจ้า พระคุณ ความเคารพ และความรู้เกี่ยวกับพระประสงค์ของพระเจ้า

1. พระเจ้าพระบิดา ด้วยความดีของพระองค์
ไม่ได้ทรงละเว้นพระบุตรองค์เดียวของพระองค์
แต่ทรงมอบพระองค์ไว้เพื่อช่วยเราให้พ้นจากบาปและความชั่วของเรา
และพระบุตรของพระเจ้า ซึ่งทรงถ่อมตัวลงเพื่อเรา
ได้รักษาเราให้พ้นจากความอ่อนแอทางจิตวิญญาณ
และจัดเตรียมความรอดให้เราพ้นจากบาปของเรา ดังนั้น
เราต้องตระหนักและจดจำไว้เสมอถึงพระราชกิจอันยิ่งใหญ่ของพระเจ้านี้ —
ว่าพระเจ้าผู้เป็นพระวณะ เพื่อประโยชน์ของเรา
ได้ทรงกลายเป็นเหมือนเราในทุกด้าน ยกเว้นบาป
ทุกคนควรจดจำสิ่งนี้และพยายามอย่างจริงจังเพื่อได้รับการปลดปล่อยจากบาปอย่างแท้จริง ด้วยความช่วยเหลือจากองค์พระผู้เป็นเจ้า
(แอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่)

2.

พระคุณของพระวิญญาณบริสุทธิ์ถูกประทานให้ก่อนแก่ผู้ที่ห่มเทใจอย่างเต็มที่ในการต่อสู้ครั้งนี้
และตั้งแต่นั้นก็ตั้งใจแน่วแน่ที่จะยืนหยัดมั่นคงและไม่ยอมแพ้ต่อศัตรูแม้แต่น้อย
อย่างไรก็ตาม พระวิญญาณบริสุทธิ์ ผู้ทรงเรียกพวกเขาไว้
ในขั้นแรกทรงทำให้ทุกสิ่งเป็นไปอย่างง่ายดาย
เพื่อส่งเสริมและปลอบประโลมผู้ที่กำลังเริ่มต้นเดินทางแห่งการกลับใจ
และจากนั้นจึงทรงเปิดเผยให้พวกเขาเห็นถึงความยากลำบากอย่างเต็มที่ขอ

ทางแห่งความดี โดยช่วยพวกเขาในทุกเรื่อง
พระองค์ทรงสอนพวกเขาวิธีรับมือกับความยากลำบากในการกลับใจ
และกำหนดขอบเขตและแนวทางให้พวกเขา
ทั้งในด้านร่างกายและด้านจิตวิญญาณ
จนกระทั่งพระองค์นำพวกเขาไปสู่การหันกลับมาหาพระเจ้าอย่างสมบูรณ์
(Ant. the Great)

4. ผู้ใดที่เกรงกลัวพระเจ้าและรักษาพระบัญญัติของพระองค์
เป็นผู้รับใช้ของพระเจ้า แต่การรับใช้นี้ ซึ่งเราเองก็อยู่ในนั้นด้วย
ไม่ใช่การรับใช้ในความหมายที่เคร่งครัด
แต่เป็นความชอบธรรมที่นำไปสู่การได้รับการรับเป็นบุตร
พระเจ้าของเราได้ทรงเลือกอัครสาวกและมอบหมายให้พวกเขาประกาศข่าว
ประเสริฐ
พระบัญญัติที่พระองค์ทรงประทานได้สถาปนาความเป็นผู้รับใช้อันรุ่งโรจน์ให้
แก่เรา เพื่อที่เราจะได้ควบคุมกิเลสตัณหาและประดับตนด้วยคุณธรรม
และเมื่อเราเข้าใกล้พระคุณมากขึ้น พระเยซูคริสต์เจ้าของเราจะตรัสกับเรา
เช่นเดียวกับที่พระองค์ตรัสกับสาวกของพระองค์ว่า:
‘เราไม่เรียกท่านว่าผู้รับใช้อีกต่อไป แต่เรียกท่านว่าเพื่อนและพี่น้องของเรา
เพราะทุกสิ่งที่เราได้ยินจากพระบิดาของเรา เราได้บอกท่านแล้ว’ (Ant.
Vel.)

8. ตาเห็นสิ่งที่มองเห็นได้ แต่จิตใจเข้าใจสิ่งที่มองไม่เห็น
จิตใจที่รักพระเจ้าคือแสงสว่างของจิตวิญญาณ ผู้ใดที่มีจิตใจที่รักพระเจ้า
จะได้รับแสงสว่างในใจ และมองเห็นพระเจ้าด้วยจิตใจ (Ant. Vel.)

8. หากท่านกำลังจะเริ่มทำงานใด ๆ
และไม่เห็นในนั้นว่านั่นเป็นพระประสงค์ของพระเจ้า
อย่าทำมันในสถานการณ์ใด ๆ ทั้งสิ้น (Ant. Vel.)

การแสวงหาความชอบธรรมและความขยันหมั่นเพียร

11. ไม่ควรกล่าวว่าคนใดจะไม่สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรมได้
แต่ควรกล่าวว่าสิ่งนั้นไม่ง่าย และความจริงแล้ว
มันไม่ใช่สิ่งที่ทุกคนสามารถบรรลุได้
แต่เพียงผู้ที่มีจิตศรัทธาและรักพระเจ้าเท่านั้นที่จะได้มีส่วนร่วมในชีวิตที่มี
คุณธรรม อย่างไรก็ตาม จิตใจธรรมดาเป็นโลกีย์และไม่มั่นคง;
มันก่อให้เกิดทั้งความคิดดีและความคิดชั่ว เปลี่ยนแปลงได้

และโน้มเอียงไปทางสิ่งทางโลก ในขณะที่จิตใจที่รักพระเจ้าจะยุติความชั่ว (แอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่)

11. ผู้ที่ใช้ชีวิตในการทำกิจการเล็กๆ น้อยๆ อย่างถ่อมตัวนั้น ด้านหนึ่งจะพ้นจากอันตราย และอีกด้านหนึ่งก็ไม่จำเป็นต้องมีมาตรการป้องกันพิเศษ ด้วยการเอาชนะความปรารถนาบาปต่างๆ พวกเขาจึงสามารถพบทางสู่พระเจ้าได้อย่างง่ายดาย (แอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่)

11. ผู้ที่ขาดความโน้มเอียงตามธรรมชาติสู่ความดี ไม่ควรยอมแพ้และละเลยชีวิตที่รักพระเจ้าและมีคุณธรรม ด้วยความสิ้นหวัง ไม่ว่ามันจะยากลำบากเพียงใดสำหรับพวกเขา แต่พวกเขาควรคิดทบทวนและดูแลตัวเองตามความสามารถที่มีอยู่ เพราะแม้พวกเขาอาจไม่สามารถบรรลุถึงระดับสูงสุดของความดีงามและความสมบูรณ์แบบได้ แต่ด้วยการพยายาม พวกเขา ก็จะกลายเป็นคนที่ดีขึ้น หรืออย่างน้อยที่สุดก็จะไม่กลายเป็นคนแย่ลง ซึ่งสิ่งนี้เองก็เป็นประโยชน์ไม่น้อยต่อจิตวิญญาณ (Ant. Vel.)

การต่อสู้กับข้อบกพร่อง คุณธรรม: ความพอประมาณ ความอ่อนโยน และความถ่อมตน

21. ความชั่วติดตัวเราเหมือนสนิมติดทองแดง หรือความสกปรกติดตัว แต่เช่นเดียวกับที่ช่างทองแดงไม่ได้เป็นสาเหตุให้เกิดสนิม หรือพ่อแม่ไม่ได้เป็นสาเหตุให้เกิดความสกปรกบนตัวลูกๆ ของพวกเขา พระเจ้าก็ไม่ได้เป็นสาเหตุให้เกิดความชั่ว พระเจ้าได้ประทานจิตสำนึกและเหตุผลให้มนุษย์ เพื่อให้เขาจะได้หลีกเลี่ยงความชั่ว โดยรู้ดีว่ามันเป็นอันตรายต่อตัวเขาและนำไปสู่ความทุกข์ จงระมัดระวังตนเองให้ดี: เมื่อเห็นผู้ใดที่มีโชคชะตาดี มีอำนาจและทรัพย์สิน อย่าสรรเสริญเขาด้วยข้ออ้างใดๆ แต่จงนึกถึงการตายขึ้นในใจทันที แล้วท่านจะไม่ปรารถนาสิ่งชั่วร้ายหรือสิ่งทางโลกอีกต่อไป (แอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่)

21. จิตวิญญาณมีความปรารถนาของตนเอง ได้แก่ ความหยิ่งยโส ความเกลียดชัง ความอิจฉา ความโกรธ ความท้อแท้ และอื่นๆ เมื่อจิตวิญญาณยอมมอบตัวให้พระเจ้าอย่างสมบูรณ์

พระเจ้าผู้ทรงเมตตาจะประทานการกลับใจที่แท้จริงให้แก่จิตวิญญาณ และชำระจิตวิญญาณให้พ้นจากกิเลสทั้งปวง
สอนให้จิตวิญญาณไม่ติดตามกิเลสเหล่านั้น
และประทานกำลังให้จิตวิญญาณสามารถเอาชนะกิเลสเหล่านั้นได้
รวมทั้งปราบปรามศัตรูที่ไม่เคยหยุดวางอุสรรคบนทางของจิตวิญญาณ
และหากจิตวิญญาณยังคงมั่นคงในความกลับใจและในความเชื่อฟังที่ดีต่อพระ
วิญญาณบริสุทธิ์ ผู้สอนให้มันกลับใจ
พระเจ้าผู้สร้างผู้ทรงเมตตาก็จะทรงสงสารมัน
เพื่อเห็นแก่ความพยายามที่มันได้ทำท่ามกลางความทุกข์ยากและความขาด
แคลนทุกประการ — ในการอดอาหารเป็นเวลานาน
การเฝ้าภาวนาบ่อยครั้ง การศึกษาพระวจนะของพระเจ้า
การอธิษฐานไม่หยุดยั้ง การละทิ้งความสุขทางโลก ความถ่อมตน
และความยากจนทางจิตวิญญาณ
และหากจิตวิญญาณนั้นยังคงมั่นคงในทุกสิ่งนี้
พระเจ้าผู้ทรงเมตตาจะทรงช่วยเหลือให้พ้นจากทุกการส่อลง
และทรงช่วยเหลือให้รอดพ้นจากมือของศัตรูด้วยพระเมตตาของพระองค์
(Ant. the Great)

24. ยิ่งชีวิตของบุคคลใดมีความเรียบง่ายมากเท่าไร
เขาก็ยิ่งรู้สึกสงบสุขมากขึ้นเท่านั้น เพราะเขาไม่ต้องกังวลกับเรื่องต่างๆ
มากมาย — เช่น ผู้รับใช้และการสะสมทรัพย์สิน
แต่หากเราติดยึดกับสิ่งเหล่านี้ [ทางโลก]
เราจะเปิดตัวเองให้เผชิญกับความทุกข์ที่เกิดจากสิ่งเหล่านั้น
และถึงขั้นบ่นท้อต่อพระเจ้า ดังนั้น ความปรารถนาในสิ่งต่าง ๆ
มากมายจะทำให้เราเต็มไปด้วยความสับสน
และเราจะต้องเดินหลงทางในความมืดของชีวิตที่เต็มไปด้วยบาป
โดยไม่รู้จักตัวเอง (Ant. the Great)

27. การสนทนาของเราต้องไม่มีความหยาบคาย
เพราะความถ่อมตัวและความบริสุทธิ์มีลำดับประดาผู้ฉลาดได้มากกว่าที่ป
ระดับประดาหญิงพรหมจารี
จิตใจที่รักพระเจ้าคือแสงสว่างที่ส่องสว่างจิตวิญญาณ
เช่นเดียวกับที่ดวงอาทิตย์ส่องสว่างร่างกาย (Ant. the Great)

การพิจารณาอย่างรอบคอบ ประสบการณ์ ผลแห่งความศรัทธา และความสูงส่งทางจิตวิญญาณ

36. ผู้คนมักถูกเรียกว่าผู้มีปัญญาจากการใช้คำพิเคราะห์ความหมาย
ผู้มีปัญญาไม่ใช่ผู้ที่ศึกษาคำพูดและงานเขียนของนักปราชญ์โบราณ
แต่คือผู้ที่มีจิตวิญญาณอันชาญฉลาด
ผู้สามารถแยกแยะความดีจากความชั่วได้
และพวกเขาหลีกเลี่ยงทุกสิ่งชั่วร้ายและเป็นอันตรายต่อจิตวิญญาณ
ในขณะที่แสวงหาสิ่งที่ดีและเป็นประโยชน์อย่างชาญฉลาด
พร้อมทั้งแสดงความขอบคุณต่อพระเจ้าอย่างลึกซึ้ง
เพียงพวกเขาเท่านั้นที่ควรได้รับการเรียกว่าผู้มีปัญญาอย่างแท้จริง (Ant.
the Great)

36. เมื่อลมพัดเบาๆ
นักเดินเรือคนใดก็ตามอาจคิดถึงตัวเองสูงเกินไปและอวดตัว
แต่เพียงเมื่อลมเปลี่ยนทิศทางอย่างกะทันหัน
ทักษะของนักเดินเรือผู้มีประสบการณ์จึงปรากฏชัด (Ant. Vel.)

38.
ผู้ที่ดำเนินชีวิตตามทางพระเจ้าจะไม่ยอมให้ความชั่วร้ายเข้าสู่จิตวิญญาณของ
ตน และเมื่อจิตวิญญาณปราศจากความชั่วร้ายแล้ว
ก็ปลอดภัยและไม่ถูกทำร้าย
ทั้งปีศาจร้ายและโซดะตาที่แปรปรวนก็ไม่มีอำนาจเหนือคนเช่นนี้
พระเจ้าทรงช่วยพวกเขาให้พ้นจากความชั่วร้าย
และพวกเขา就活อยู่อย่างปลอดภัยและได้รับการคุ้มครอง
ราวกับเป็นเทพเจ้า หากมีใครชมเชยพวกเขา
พวกเขาก็ไม่ถือคำชมนั้นเป็นเรื่องสำคัญ หากมีใครใส่ร้ายพวกเขา
พวกเขาก็ไม่ปกป้องตัวเองหรือรู้สึกขุ่นเคืองต่อผู้ใส่ร้าย (Ant. the Great)

38. ผู้ที่ปราศจากความร้ายกาจนั้นสมบูรณ์แบบและเหมือนพระเจ้า;
เขาเต็มไปด้วยความสุขและพระวิญญาณของพระเจ้า
แต่เช่นเดียวกับไฟที่เผาผลาญป่าใหญ่เมื่อไม่ถูกควบคุม
ความร้ายกาจก็เช่นกัน หากท่านยอมให้มันเข้าสู่ใจของท่าน
มันจะทำลายจิตวิญญาณของท่าน ทำให้ร่างกายของท่านมัวหมอง
และก่อให้เกิดความคิดชั่วร้ายมากมายภายในตัวท่าน
มันจะก่อให้เกิดความวุ่นวาย ความอิจฉา ความขัดแย้ง ความเกลียดชัง

และอารมณ์รุนแรงอื่นๆ ในตัวคุณ

ซึ่งจะกดทับคุณและก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานอย่างใหญ่หลวง ดังนั้น ขอให้เราพยายามแสวงหาความอ่อนโยนและความเรียบง่ายในใจของนักบุญ เพื่อที่พระเยซูคริสต์เจ้าจะทรงรับเราเข้าสู่พระพักตร์ของพระองค์ และให้เราทุกคนได้กล่าวด้วยความยินดีว่า:

‘แต่เพราะความอ่อนโยนของข้าพระองค์ พระองค์จึงทรงรับข้าพระองค์ และทรงตั้งข้าพระองค์ไว้ต่อหน้าพระองค์เป็นนิตย์’ (สดุดี 40:13; Ant. Vel.)

38.

เช่นเดียวกับร่างกายที่เกิดก่อนกำหนดจากกรรมมารดาจะไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้ เช่นเดียวกัน

จิตวิญญาณที่จากร่างกายไปโดยยังไม่ได้รับความรู้เกี่ยวกับพระเจ้าผ่านชีวิตที่มีคุณธรรม

ก็ไม่สามารถได้รับความรอดหรือมีชีวิตอยู่ในความสัมพันธ์กับพระเจ้าได้ (Ant. Vel.)

38. เช่นเดียวกับร่างกายที่เมื่อจิตวิญญาณยังอยู่ภายใน

จะผ่านสามช่วงชีวิต ได้แก่ วัยเยาว์ วัยผู้ใหญ่ และวัยชรา

จิตวิญญาณก็ผ่านสามช่วงเช่นกัน ได้แก่ จุดเริ่มต้นแห่งความเชื่อ

การก้าวหน้าในความเชื่อ และความสมบูรณ์ ในช่วงแรก

เมื่อจิตวิญญาณเริ่มเชื่อ มันจะเกิดใหม่ในพระคริสต์

ดังที่กล่าวไว้ในพระวรสาร

อัครสาวกยอห์นได้ให้เราทราบถึงเครื่องหมายของการเกิดใหม่นี้

รวมถึงสภาพระหว่างทางและสภาพสมบูรณ์ โดยกล่าวว่า:

‘ข้าพเจ้าได้เขียนถึงท่านทั้งหลายผู้เป็นหนุ่ม;

ข้าพเจ้าได้เขียนถึงท่านทั้งหลายผู้เป็นเด็ก;

ข้าพเจ้าได้เขียนถึงท่านทั้งหลายผู้เป็นบิดา’ (1 ยอห์น 2:12–14) ดังนั้น

เขาจึงไม่ได้เขียนถึงเพื่อนฝูงในโลกนี้ แต่เขียนถึงผู้เชื่อ

โดยเปิดเผยสามขั้น — — ที่ผู้ที่มุ่งมั่นสู่โลกวิญญาณต้องผ่านพ้นไป

เพื่อบรรลุความสมบูรณ์

และได้รับการพิจารณาว่าสมควรได้รับพระคุณอย่างเต็มที่ (Ant. the Great)

39. เมื่อบาปหยุดครองอำนาจในตัวบุคคลแล้ว

พระเจ้าจึงเสด็จเข้าสู่จิตวิญญาณและชำระให้บริสุทธิ์พร้อมกับร่างกาย

แต่หากบาปยังคงครองอำนาจในร่างกาย
บุคคลนั้นย่อมไม่อาจเห็นพระเจ้าได้
เพราะจิตวิญญาณยังอยู่ภายในร่างกายที่เต็มไปด้วยบาป
และร่างกายนั้นไม่ยอมให้แสงสว่าง—ซึ่งคือการมองเห็นพระเจ้า—
เข้าสู่ภายใน ดาวิดกล่าวว่า: ‘ในแสงสว่างของพระองค์ เราจะเห็นแสงสว่าง’
(สดุดี 35:10) แล้วแสงสว่างนี้ที่บุคคลเห็นแสงสว่างคืออะไร?
นั่นคือแสงสว่างที่พระเยซูคริสต์เจ้าของเราตรัสไว้ในพระวรสาร
ว่าบุคคลทั้งตัวต้องกลายเป็นแสงสว่าง เพื่อไม่ให้มีส่วนที่มีมืดอยู่ภายในตัวเขา
(ลูกา 11:36) พระเจ้ายิ่งตรัสว่า: ‘ไม่มีใครรู้จักพระบิดาเว้นแต่พระบุตร
และไม่มีใครรู้จักพระบุตรเว้นแต่พระบิดาและผู้ที่ยังเลือกที่จะเปิดเผย
พระองค์ให้ทราบ’ (มัทธิว 11:27)
แต่พระบุตรไม่เปิดเผยพระบิดาของพระองค์แก่ลูกหลานแห่งความมืด
แต่เพียงแก่ผู้ที่อยู่ในแสงสว่างและเป็นลูกหลานแห่งแสงสว่าง
ซึ่งพระองค์ได้ส่องสว่างจิตใจของพวกเขาด้วยความรู้เกี่ยวกับพระบัญญัติข
องพระองค์ (แอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่)

ข้อคิดเกี่ยวกับความตายและเล่ห์กลของปีศาจ

50. ความตาย สำหรับผู้ที่เข้าใจมัน คือความเป็นอมตะ
แต่สำหรับผู้ที่มีใจเรียบง่าย ซึ่งไม่เข้าใจมัน ก็คือความตาย
ไม่ควรกลัวความตายทางกาย แต่ควรกลัวการพินาศของจิตวิญญาณ
ซึ่งเกิดจากความไม่รู้พระเจ้า —
นั่นคือสิ่งที่น่ากลัวอย่างแท้จริงสำหรับจิตวิญญาณ!
ชีวิตคือความรวมตัวกันของวิญญาณและร่างกาย;
และความตายไม่ใช่การหายไปของส่วนต่าง ๆ ของธรรมชาติมนุษย์
แต่เป็นการสลายตัวของความรวมตัวนั้น
พระเจ้าทรงรักษาทุกสิ่งไว้แม้หลังจากการสลายตัวแล้ว
เช่นเดียวกับที่ทารกคลอดออกมาจากครรภ์มารดา
วิญญาณก็คลอดออกมาจากร่างกายในสภาพเปลือยเปล่า
และบางวิญญาณก็บริสุทธิ์และสว่างไสว
บางวิญญาณก็ถูกมลทินจากความผิดพลาดของตนเอง
และบางวิญญาณก็ถูกทำให้ดำคล้ำจากความผิดบาปมากมาย
นั่นคือเหตุผลที่วิญญาณผู้ฉลาดซึ่งรักพระเจ้า

เมื่อระลึกและใคร่ครวญถึงความทุกข์ยากที่ตามมาหลังความตาย
จึงดำเนินชีวิตอย่างเคร่งครัดในความเชื่อ
เพื่อไม่ให้ถูกพิพากษาและไม่ต้องเผชิญกับสิ่งเหล่านั้น แต่ผู้ไม่เชื่อ
ในความโง่เขลาของพวกเขา ไม่ตระหนักถึงเรื่องนี้และยังคงทำบาป
โดยไม่คิดถึงสิ่งที่จะรอคอยพวกเขาที่นั่น
เช่นเดียวกับที่เมื่อออกมาจากครรภ์ คุณไม่จำได้ว่ามีอะไรอยู่ภายในครรภ์
ดังนั้น เมื่อออกจากร่างกาย คุณก็จะไม่จำได้ว่ามีอะไรอยู่ภายในร่างกาย
เช่นเดียวกับที่เมื่อออกมาจากครรภ์ คุณก็เติบโตและแข็งแรงขึ้น ดังนั้น
เมื่อออกจากร่างกายในสภาพที่บริสุทธิ์
คุณก็จะเข้าสู่สวรรค์ในสภาพที่ดีขึ้นและไม่เสื่อมสลาย
มนุษย์ต้องใส่ใจในความรอดของตนเอง
โดยรู้ล่วงหน้าว่าความตายกำลังรอคอยอยู่
เพราะความไม่ตายอันเป็นสุขคือชะตากรรมของจิตวิญญาณผู้มีคุณธรรมเมื่อ
มันยังคงดีอยู่ ส่วนความตายนิรันดร์จะรอคอยมันเมื่อมันกลายเป็นชั่ว
จงจำไว้ว่าวัยหนุ่มสาวของคุณได้ผ่านพ้นไปแล้ว
ความแข็งแรงของคุณได้ลดลง ความเจ็บป่วยของคุณได้เพิ่มขึ้น
และเวลาที่คุณต้องจากไปก็ใกล้เข้ามาแล้ว
เมื่อآنคุณต้องชี้แจงถึงการกระทำทั้งหมดของคุณ และจงรู้ไว้ว่า
ที่นั่นไม่มีพี่น้องคนใดจะชดใช้บาปแทนพี่น้องได้
และไม่มีบิดาคนใดจะช่วยให้ลูกพ้นจากความพิณาศได้
จงระลึกถึงการจากไปจากร่างกายอยู่เสมอ
และอย่าให้ความคิดถึงการลงโทษนิรันดร์หลุดลอยไปจากใจท่าน
หากท่านตั้งใจไว้เช่นนี้ ท่านจะไม่ทำบาปอีกเลย (แอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่)

51. ปีศาจชั่วร้ายมีมากมายเพียงใด

และกลอุบายของพวกเขาหลากหลายเพียงใด!
แม้หลังจากที่เราได้กลับใจและพยายามหลีกเลี่ยงการกระทำชั่ว
พวกมันก็ไม่ปล่อยเราไว้ตามลำพัง
แต่ยังคงล่อลวงเราด้วยความพยายามอย่างสุดกำลัง
โดยรู้ดีว่าชะตากรรมของพวกมันได้ถูกกำหนดไว้อย่างไม่อาจเปลี่ยนแปลงได้
และมรดกของพวกมันคือนรก
เนื่องจากความชั่วร้ายอย่างสุดขีดและความเกลียดชังต่อพระเจ้า
ขอให้พระเจ้าเปิดตาใจของท่าน

เพื่อท่านจะได้เห็นว่ากลอุบายของปีศาจมีมากมายเพียงใด และความชั่วร้ายที่พวกมันก่อให้เกิดเราทุกคนมีมากมายเพียงใด และขอให้พระองค์ประทานใจที่ระมัดระวังและจิตวิญญาณแห่งการแยกแยะให้ท่าน เพื่อท่านจะได้ถวายตัวเป็นเครื่องบูชาที่มีชีวิตและไร้ที่ติดแด่พระเจ้า (Ant. Vel.)

51. ปีศาจ ซึ่งตกจากตำแหน่งในสวรรค์เพราะความหยิ่งโส พยายามด้วยทุกวิถีทางที่จะนำทุกคนที่ปรารถนาด้วยใจจริงที่จะรับใช้พระเจ้าไปสู่ความพินาศ — โดยทางเดียวกันที่ตัวมันเองได้ตกมา นั่นคือ ผ่านความหยิ่งโสและความรักในเกียรติยศที่ว่างเปล่า ด้วยวิธีเหล่านี้เองที่ปีศาจทำสงครามกับเรา: ด้วยวิธีเหล่านี้และวิธีอื่น ๆ ที่คล้ายกัน พวกมันพยายามทำให้เราห่างไกลจากพระเจ้า นอกจากนี้ เมื่อรู้ว่าผู้ที่รักพี่น้องของตนก็รักพระเจ้าด้วย พวกมันจึงปลุกฝังความเกลียดชังต่อกันไว้ในใจเรา — จนถึงขั้นที่บางคนไม่สามารถแม้แต่จะมองหน้าพี่น้องของตนหรือพูดคำใดกับเขาได้

นักปฏิบัติธรรมผู้ยิ่งใหญ่หลายท่านได้ทนทุกข์ทรมานจากชีวิตที่มีคุณธรรม แต่ด้วยความโง่เขลา จึงนำความพินาศมาสู่ตนเอง สิ่งเดียวกันนี้อาจเกิดขึ้นกับคุณได้เช่นกัน หาก เช่นว่า เมื่อความมุ่งมั่นในการปฏิบัติธรรมของคุณเริ่มจืดจางลง คุณก็เริ่มคิดว่าตัวเองมีคุณธรรมแล้ว เพราะเมื่อนั้น คุณก็ตกอยู่ในโรคของมาร (ความหยิ่งโส) แล้ว โดยคิดว่าตัวเองอยู่ใกล้พระเจ้าและอยู่ในแสงสว่าง ทั้งที่ความจริงแล้ว คุณกลับอยู่ในความมืด

อะไรที่ทำให้พระเยซูคริสต์เจ้าของเราทรงถอดเสื้อผ้า ทรงคาดผ้าขนหนูรอบเอว และทรงล้างเท้าของผู้ที่อยู่ใต้พระองค์ หากไม่ใช่เพื่อสอนเราให้รู้จักความถ่อมตน? ใช่ — พระองค์ทรงแสดงให้เห็นถึงความถ่อมตนด้วยตัวอย่างของพระองค์เอง และแท้จริงแล้ว ผู้ที่ปรารถนาจะเข้าสู่ขั้นสูงสุดนั้น สามารถบรรลุได้เพียงด้วยความถ่อมตนเท่านั้น... ดังนั้น เว้นแต่บุคคลนั้นจะมีความถ่อมตนอย่างสูงสุด — ความถ่อมตนด้วยทั้งใจ ทั้งความคิด ทั้งจิตวิญญาณ ทั้งวิญญาณ และทั้งร่างกาย — เขาจะไม่สามารถรับมรดกอาณาจักรของพระเจ้าได้ (แอนโทนีผู้ยิ่งใหญ่)

คำสอนของท่านผู้เป็นที้เคารพ มาคาริอัสผู้ยิ่งใหญ่

นักบุญมาคาริอัสใช้ชีวิตในอียิปต์ตั้งแต่ปี ค.ศ. 301 ถึง 391 ในวัยหนุ่ม
เขาเลี้ยงฝูงสัตว์และใช้ชีวิตอย่างสันโดษ เมื่อถึงอายุ 30 ปี

เขาได้ถอนตัวไปยังทะเลทรายที่ห่างไกล

ด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนและความถ่อมใจ

ท่านจึงได้รับการแต่งตั้งเป็นพระสงฆ์

ท่านได้ทิ้งไว้ซึ่งคำสอนทางศีลธรรมที่มีความสำคัญอย่างยิ่งทั้งสำหรับนักบวชและคริสตชนทุกคน เนื้อหาของคำสอนของท่านมีดังนี้:

สภาพที่สว่างไสวของมนุษย์คนแรกในต้นกำเนิด

และสภาพที่มีมืดมิดหลังการตกสู่บาป

ความรอดเดียวของเราคือพระเยซูคริสต์เจ้า

ความมุ่งมั่นแน่วแน่ที่จะติดตามพระเจ้า การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

สภาพของผู้ที่ได้รับพระคุณของพระวิญญาณบริสุทธิ์

ความเป็นไปได้ของการบรรลุความสมบูรณ์แบบในคริสตศาสนานี้

สภาพในอนาคตหลังความตายและการฟื้นคืนชีพ

การร่วมเป็นหนึ่งกับพระเจ้า การแสวงหาความชอบธรรม ความกระตือรือร้นทางจิตวิญญาณ ความอดทน

2. เช่นเดียวกับที่พระเจ้าทรงสร้างสวรรค์และโลกให้มนุษย์อาศัยอยู่
พระองค์ก็ทรงสร้างมนุษย์ให้อาศัยอยู่ภายในร่างกายมนุษย์เหมือนอยู่ในบ้าน
ของพระองค์เอง

โดยทรงรับวิญญาณของมนุษย์เป็นเจ้าสาวอันงดงามของพระองค์
ซึ่งถูกสร้างตามพระฉายาของพระองค์ นี่คือเหตุผลที่อัครทูตเปาโลกล่าวว่า:
‘เราคือบ้านของพระองค์’ (ฮีบรู 3:6; Mac. Cent.)

2. เช่นเดียวกับผืนผ้าที่สร้างรังผึ้งในรังโดยไม่ให้ผู้คนสังเกตเห็น
พระคุณก็ห่อความรักของพระองค์เข้าไปในหัวใจมนุษย์อย่างลับๆ
เปลี่ยนความขมขื่นให้เป็นความหวาน
และเปลี่ยนหัวใจที่โหดร้ายให้เป็นหัวใจที่เมตตา

และเช่นเดียวกับช่างเงินที่ขณะที่สลักงาน ก็ค่อยๆ ปกคลุมมันด้วยลวดลาย
และจะเปิดเผยผลงานของเขาในความงดงามทั้งหมดก็ต่อเมื่อเขาเสร็จสิ้นแล้ว
เช่นเดียวกันกับศิลปินที่แท้จริง คือพระเจ้า

ผู้ประคับหวัใจของเราด้วยลวดลาย และพื้นพุ่มอย่างลึกกลับ
จนกระทั่งเราจากร่างนี้ไป

แล้วความงามของจิตวิญญาณของเราจะถูกเปิดเผย (มาคาริอุสผู้ยิ่งใหญ่)

11.

ผู้ใดที่มุ่งมั่นหาพระเจ้าและปรารถนาอย่างแท้จริงที่จะเป็นผู้ติดตามพระคริสต์
ต้องเดินตามพระองค์ พยายามเปลี่ยนแปลงตนเอง
เพื่อกลายเป็นบุคคลที่ดีขึ้นและใหม่
โดยไม่เก็บรักษาสิ่งใดในตัวเองที่ยังเป็นของ “คนเก่า” — เพราะมีคำกล่าวว่า:
‘ผู้ใดที่อยู่ในพระคริสต์ ก็เป็นสิ่งที่สร้างใหม่’ (มาคาริอุสผู้ยิ่งใหญ่)

11. จิตวิญญาณที่รักพระเจ้าอย่างแท้จริง

แม้จะได้กระทำความดีนับพันครั้ง ก็ยังคิดว่าตนเอง —

เนื่องจากความปรารถนาอันไม่รู้จักพอต่อองค์พระผู้เป็นเจ้า —

ยังไม่ได้บรรลุสิ่งใดเลย

และแม้ว่ามันจะร่าเริงร่างกายจนทรุดโทรมจากการอดอาหารและการทำงานหนัก
มันก็ยังคิดว่าตนเองยังไม่ได้เริ่มสะสมคุณธรรมเลย;

แม้ว่ามันจะได้รับการพิจารณาว่าสมควรได้รับของประทานทางจิตวิญญาณ
ต่าง ๆ หรือการเปิดเผย หรือความลึกกลับแห่งสวรรค์

เนื่องจากความรักอันยิ่งใหญ่ต่อองค์พระผู้เป็นเจ้า

มันก็ยังถือว่าตนเองยังไม่ได้บรรลุสิ่งใดเลย...

เธอถูกความรักของพระวิญญาณสวรรค์ที่แผ่แห่ง

ด้วยความช่วยเหลือของพระคุณ

เธอไม่หยุดยั้งที่จะปลุกเร้าความปรารถนาอันแรงกล้าต่อเจ้าบ่าวสวรรค์ภายใน
ตนเอง

เธอปรารถนาที่จะบรรลุถึงการรวมเป็นหนึ่งอย่างลึกกลับและไม่อาจบรรยายได้

กับพระองค์อย่างสมบูรณ์ในวิหารแห่งพระวิญญาณ; ด้วยตาจิตที่บริสุทธิ์

เธอได้มองเห็นเจ้าบ่าวสวรรค์อย่างเผชิญหน้า;

ในแสงสว่างทางจิตวิญญาณที่ลบล้างไม่ออก

เธอได้เข้าสู่การรวมเป็นหนึ่งกับพระองค์

ปรับตัวให้สอดคล้องกับความตายของพระองค์

และรอคอยความตายเพื่อพระคริสต์อย่างไม่หยุดยั้งด้วยความปรารถนาอัน
แรงกล้า; เธอเชื่ออย่างไม่สงสัยว่า ผ่านทางพระวิญญาณ

เธอจะได้รับการปลดปล่อยอย่างสมบูรณ์จากบาปและความมืดมิดแห่งกิเลส
ตัณหา เพื่อว่า เมื่อได้รับการชำระให้บริสุทธิ์โดยพระวิญญาณ

และได้รับการชำระให้บริสุทธิ์ทั้งจิตวิญญาณและร่างกาย เธอจึงจะได้รับการพิจารณาว่าสมควรที่จะเป็นภานะบริสุทธิ์เพื่อรับอาณาจักรสวรรค์ภายในตัวเธอเอง และเป็นสถานที่พำนักของพระคริสต์ พระมหากษัตริย์แห่งสวรรค์และพระมหากษัตริย์ที่แท้จริง และเมื่อนั้น เขาจึงจะสมควรได้รับชีวิตสวรรค์ หลังจากที่ได้กลายเป็นที่พำนักอันบริสุทธิ์ของพระวิญญาณบริสุทธิ์ไว้แล้วตั้งแต้อยู่บนโลกนี้ (Mac. Vel.)

13. มีเพียงไม่กี่คนเท่านั้นที่รวมจุดเริ่มต้นที่ดีกับจุดจบที่ดีได้ หลังจากทีสละทุกสิ่งแล้ว พวกเขาถึงเป้าหมายโดยไม่สะดุด และรักพระเจ้าองค์เดียว ในตอนแรก หลายคนถูกกระตุ้นให้เกิดความศรัทธา; หลายคนได้รับพระคุณจากสวรรค์ และได้รับแรงบันดาลใจจากความรักจากสวรรค์ แต่ต่อมา เมื่อไม่สามารถทนต่อทดสอบ ความยากลำบาก และความล่อลวงต่าง ๆ บนทางสู่ความดีงามได้ พวกเขาก็กลับสู่วิถีชีวิตเดิม และจมลงสู่บาปอีกครั้ง (Mac. Vel.).

13. เช่นเดียวกับทารกในครรภ์ที่ไม่ได้กลายเป็นมนุษย์ทันที แต่ค่อยๆ ารับรูปร่างมนุษย์; และมันไม่ได้เกิดมาเป็นผู้ใหญ่ แต่เติบโตและพัฒนาตัวตลอดหลายปี จนในที่สุดก็ถึงวัยผู้ใหญ่ และเช่นเดียวกับเมล็ดข้าวบาร์เลย์หรือข้าวสาลีที่ไม่ได้ลงรากทันทีหลังถูกหว่าน แต่เพียงเมื่อความหนาวและลมผ่านพ้นไปเท่านั้น พวกมันจึงเริ่มแตกหน่อในเวลาที่เหมาะสม ... เช่นนั้นเองในชีวิตทางจิตวิญญาณ ซึ่งต้องการปัญญา และประสบการณ์อย่างมาก —

บุคคลจะเติบโตอย่างค่อยเป็นค่อยไปจนกระทั่งบรรลุความสมบูรณ์ และกลายเป็นเหมือนพระคริสต์ (เอเฟซัส 4:13; มัทธิว 23:13)

13. มนุษย์มีธรรมชาติที่เปลี่ยนแปลงได้ ดังนั้น เช่นเดียวกับผู้ที่ตกอยู่ในห้วงลึกแห่งความชั่วร้ายและถูกบาปผูกมัด อาจหันกลับมาสู่ความดีได้ ผู้ที่ได้รับการประทับตราโดยพระวิญญาณบริสุทธิ์และเต็มเปี่ยมด้วยของประทานจากสวรรค์ ก็ย่อมมีอิสระที่จะหันกลับไปสู่ความชั่วได้เช่นกัน บางคนที่ได้ลิ้มรสพระคุณของพระเจ้าและได้ร่วมรับส่วนในพระวิญญาณบริสุทธิ์ เมื่อพวกเขาสูญเสียความระมัดระวังและความตื่นตัว ก็เริ่มเียนชาทางจิตวิญญาณ และกลายเป็นคนเลวร้ายยิ่งกว่าเดิม

สิ่งนี้เกิดขึ้นไม่ใช่เพราะพระเจ้าเปลี่ยนแปลงหรือพระคุณของพระวิญญาณบริสุทธิ์ลดน้อยลง แต่เพราะมนุษย์เองสูญเสียพระคุณ จึงถูกนำไปหลงทางและตกสู่ความชั่วร้ายมากมาย (Mac. Vel.).

การต่อสู้กับความปรารถนา ความถ่อมใจ ความรอบคอบ

21.

เมื่อบุคคลใดหลงจากพระบัญญัติและถูกนำเข้าสู่การพิพากษาของพระเจ้าแล้ว บาปก็ได้อุกมัดเขาไว้; และตั้งเหวลึกที่เต็มไปด้วยความขมขื่น ซึ่งเมื่อแทรกซึมเข้าไปแล้ว ก็ยึดครองจิตวิญญาณจนถึงส่วนลึกที่สุด ดังนั้น บาปที่แทรกซึมเข้ามาในตัวเราอาจเปรียบได้กับต้นไม้ใหญ่ที่มีกิ่งก้านสาขา ซึ่งรากของมันแผ่ลึกเข้าไปในดิน เช่นเดียวกัน

บาปที่เข้าสู่จิตวิญญาณและยึดครองพลังของมันจนถึงส่วนลึกที่สุด ได้กลายเป็นนิสัยที่เริ่มต้นตั้งแต่วัยทารก เติบโตขึ้นตามกาลเวลา และถึงคนนั้นเข้าหาความชั่วร้ายอย่างแรงกล้าขึ้นเรื่อยๆ (Mac. Vel.)

21. บางครั้งสิ่งที่ดูเหมือนเป็นเจตนาดี

ก็ถูกกระทำเพื่อความเกียรติยศของตนเองและคำชมจากมนุษย์ แต่ต่อหน้าพระเจ้า สิ่งนี้ไม่ต่างอะไรจากความเท็จ การขโมย และบาปอื่นๆ ที่คล้ายกัน เพราะมีคำกล่าวไว้ว่า:

‘พระเจ้าได้กระจายกระดูกของผู้ที่พยายามเอาใจมนุษย์’ (สดุดี 52:7) มารร้ายแสวงหาผลประโยชน์ของตนเองแม้ในความดีที่เราทำ เขามีเล่ห์เหลี่ยมมากในการหลอกลวงผู้คนด้วยความปรารถนาทางโลก เมื่อบุคคลใดผูกพันกับใครด้วยความรักทางเนื้อหนัง

บาปก็จะเข้าครอบงำเขา อุกมัดเขาด้วยโซ่ตรวน

และลากเขาลงไปด้วยภาระอันหนักอึ้ง

จนทำให้เขาไม่สามารถรวบรวมกำลังและกลับคืนสู่พระเจ้าได้

ไม่ว่าคนจะรักสิ่งใดในโลกนี้ มันก็จะเป็นภาระหนักบนจิตใจ

และเมื่อมันยึดครองแล้ว ก็ทำให้เขาไม่สามารถรวบรวมกำลังได้

ระดับความผูกพันทางเนื้อหนังจะกำหนดแรงที่ความหลงใหลนั้นต่อสู้กับเรา ด้วยเหตุนี้ มนุษยชาติทั้งมวลและคริสตชนทุกคนจึงถูกทดสอบ ...

เมื่อบุคคลใดถูกความอยากเป็นไปตามใจตนเองล่อลวงจนเริ่มรักสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ความรักนั้นจะอูกมัดเขาไว้

และเขาจะไม่สามารถทุ่มเททั้งตัวเพื่อพระเจ้าได้อีกต่อไป ตัวอย่างเช่น

บางคนรักบ้านของตน บางคนรักความมั่งคั่ง

บางคนรักความรู้อันซับซ้อนของโลกนี้เพื่อความรุ่งโรจน์ของมนุษย์;
บางคนรักอำนาจ บางคนปรารถนาความมีชื่อเสียง;
บางคนรักการพบปะสังสรรค์
บางคนใช้เวลาทั้งหมดไปกับความเพลิดเพลินและความบันเทิง;
บางคนถูกหลอกลวงด้วยความคิดที่ไร้ประโยชน์;
บางคนด้วยความทะเยอทะยาน จึงพยายามสั่งสอนผู้อื่น;
บางคนเพลิดเพลินกับความเกียจคร้านและความไม่ระมัดระวัง
ในขณะที่บางคนผูกพันกับเสื้อผ้าที่หรูหรา;
บางคนหมกมุ่นอยู่กับความกังวลทางโลก; บางคนรักการนอนหลับ
หรือการพูดเล่น หรือการใช้คำพูดหยาบคาย
ไม่ว่าสิ่งใดที่ผูกมัดบุคคลไว้กับโลก ไม่ว่าจะเล็กน้อยหรือใหญ่โต
ก็ล้วนแต่ขัดขวางและทำให้เขาไม่สามารถรวบรวมกำลังได้ (Mac. the Great).

30. พระเจ้า

ทรงทราบถึงความอ่อนแอของมนุษย์และแนวโน้มที่จะเกิดความหยิ่งยโส
จึงทรงยับยั้งเขา
และไม่ทรงอนุญาตให้เขาอยู่ในสภาพที่มั่งมันแสวงหาความสมบูรณ์แบบอยา
งไม่หยุดยั้ง เพราะหากเมื่อท่านได้สิ่งเล็กน้อยแล้ว
ก็เกิดความหยิ่งยโสและกลายเป็นผู้ที่ยากจะทนได้สำหรับผู้อื่น ยิ่งไปกว่านั้น
ท่านจะยิ่งกลายเป็นผู้ที่ยากจะทนได้มากขึ้นเพียงใด
หากท่านได้รับความอึดอ้อมในทุกพรสวรรค์ทางจิตวิญญาณทันที ดังนั้น
พระเจ้า ซึ่งทรงรู้ถึงความอ่อนแอของคุณ
จึงทรงส่งบททดสอบมาตามพระประสงค์ของพระองค์
เพื่อให้คุณกลายเป็นผู้ถ่อมตนและแสวงหาพระองค์อย่างจริงจัง
(มาคาริอัสผู้ยิ่งใหญ่)

30. ผู้ที่ได้รับพระคุณจะถือว่าตนเองเลวร้ายกว่าผู้ทำบาปทุกคน
และความคิดเช่นนี้เป็นธรรมชาติของเขา ยิ่งคนใดรู้จักพระเจ้าลึกซึ้งเท่าไร
ก็ยิ่งถือว่าตนเองไม่รู้อะไร ยิ่งเรียนรู้มากเท่าไร ก็ยิ่งถือว่าตนเองไม่รู้อะไรเลย
พระคุณที่ช่วยเหลือเขาได้ปลูกฝังวิธีคิดนี้ให้กลายเป็นธรรมชาติของเขา
(มาคาริอัสผู้ยิ่งใหญ่)

30.

แต่หากท่านเห็นใครนั้นโอ้อวดและยกตนขึ้นเพราะพรสวรรค์ของเขา
จงรู้ไว้ว่า แม้เขาจะแสดงหมายสำคัญและชุบชีวิตผู้ตายให้ฟื้นคืนชีพ ...

ก็มีพลังชั่วร้ายกำลังขโมยพรสวรรค์นั้นไปจากเขาโดยที่เขาไม่รู้ตัว
แม้เขาจะสร้างปาฏิหาริย์ได้ ก็อย่าเชื่อเขา
เพราะหนึ่งในลักษณะสำคัญของคริสต์ศาสนาคือ
ผู้ที่ได้รับการประทานพรจากพระเจ้าจะซ่อนพรนั้นไว้ไม่ให้ผู้อื่นเห็น
ผู้เชื่อที่ครอบครองสมบัติของกษัตริย์จะซ่อนมันไว้ ราวกับจะกล่าวว่า:
‘สมบัตินี้ไม่ใช่ของฉัน: มีผู้อื่นวางมันไว้ที่นี่’ แต่หากมีใครกล่าวว่า:
‘สิ่งที่ฉันได้มานั้นเพียงพอแล้ว ฉันไม่ต้องการอะไรอีก’ —
คนเช่นนั้นไม่ใช่คริสเตียนอีกต่อไป
แต่ถูกหลอกลวงและกลายเป็นเครื่องมือของมาร
เพราะความปิดยีนดีในพระเจ้านั้นไม่มีวันอ้อมเอม
และยังผู้ใดได้สัมผัสและรับส่วนในพระพรทางจิตวิญญาณมากเท่าใด
ก็ยิ่งปรารถนาในสิ่งเหล่านั้นมากขึ้นเท่านั้น
ผู้เช่นนี้มีความรักต่อพระเจ้าที่ร้อนแรงและไม่อาจควบคุมได้
ยิ่งพวกเขาเร่งเรื่องและได้มาซึ่งสิ่งต่าง ๆ มากเท่าใด
ก็ยิ่งตระหนักว่าตนเองนั้นยากจนเพียงใด (Mac. Vel.)

36. เช่นเดียวกับพ่อค้าที่แล่นเรือในทะเล แม้จะมีลมดีและทะเลสงบ
ก็ยังคงกลัวว่าลมต้านแรงอาจพัดมาอย่างกะทันหัน ทะเลอาจคลั่ง
และเรืออาจตกอยู่ในอันตรายก่อนถึงท่าเรือ เช่นเดียวกันกับคริสเตียน
แม้จะรู้สึกถึงลมหายใจอันเปี่ยมด้วยพระคุณของพระวิญญาณบริสุทธิ์ภายใน
ตนเอง
พวกเขาก็ยังกลัวว่าลมแห่งอำนาจของศัตรูอาจพัดมาและก่อให้เกิดความวุ่น
วายของอารมณ์ภายในตัวพวกเขา ดังนั้น เราจึงต้องระมัดระวังอย่างยิ่ง
เพื่อจะถึงท่าเรืออันสงบสุขของชีวิตนิรันดร์และความสุขนิรันดร์ได้อย่างปลอด
ภัย — เมืองของนักบุญ เยรูซาเล็มแห่งสวรรค์ และคริสตจักรแห่งบุตรหัวปี
(ฮีบรู 12:23, แมคคาบีผู้ยิ่งใหญ่)

ความรักต่อพระเจ้า

40. คุณกล่าวว่า ‘ฉันรักพระเจ้าและมีพระวิญญาณบริสุทธิ์’
แต่จงตรวจสอบตัวเองอย่างละเอียด: นี่เป็นความจริงหรือไม่?
ท่านอุทิศตัวแด่พระเจ้าทั้งวันทั้งคืนหรือไม่?
และหากท่านมีความรักที่ไม่หยุดยั้งเช่นนั้น ท่านก็บริสุทธิ์แล้ว
แต่จงพิจารณาสิ่งนี้:

เมื่อความกังวลทางโลกหรือความคิดชั่วร้ายและหลอกลวงต่าง ๆ มาเยือนท่าน ท่านยังคงมั่นคงต่อความชั่วร้ายในยามนั้นได้จริงหรือไม่ และจิตวิญญาณของท่านยังปรารถนาที่จะรักพระเจ้าและอุทิศตัวแด่พระองค์อย่างเต็มที่หรือไม่? เพราะความคิดทางโลก โดยทำให้จิตใจออกแวกด้วยเรื่องทางโลกและสิ่งที่ผ่านไปอย่างรวดเร็ว จะขัดขวางไม่ให้คนนั้นรักพระเจ้าและคิดถึงพระองค์ตลอดเวลา บางครั้งคนที่ไม่รู้เรื่องก็เริ่มอธิษฐาน คุณเขาลง — และจิตใจของเขาก็พบความสงบ และในระดับที่เขาทำลายกำแพงความชั่วร้ายที่ขวางทางและขุดลอดผ่านได้กำแพงนั้น กำแพงนั้นก็จะถูกทำลายไป จนทำให้บุคคลนั้นค่อยๆ บรรลุความรู้และปัญญาทางจิตวิญญาณ แต่ทั้งผู้มีอำนาจในโลกนี้ นักวิชาการ หรือนักเขียน ก็ไม่มีใครบรรลุถึงระดับนี้ (Mac. Vel.)

ภาคผนวก. แผนการของปีศาจ

51.

วิญญาณแห่งความชั่วร้ายผูกมัดวิญญาณที่ตกต่ำด้วยโซ่แห่งความมืด; ดังนั้น วิญญาณนั้นจึงไม่สามารถรักพระเจ้าได้เท่าที่ปรารถนา หรือเชื่อหรืออธิษฐานได้เท่าที่ปรารถนาได้ เพราะตั้งแต่การตกต่ำของมนุษย์คนแรก ความต้านทานต่อความดีได้หยั่งรากลึกในตัวเรา ทั้งอย่างเปิดเผยและอย่างลับๆ (Mac. Vel.)

คำสอนของผู้นำนักร้อง มาร์ค ผู้ถือศีล

นักบุญมาร์ค ผู้เป็นที่รู้จักในนาม “ผู้ถือศีล” เป็นหนึ่งในบรรดาผู้ศักดิ์สิทธิ์แห่งอียิปต์ที่มีชื่อเสียงที่สุด แม้ว่าข้อมูลเกี่ยวกับชีวิตของท่านจะเหลืออยู่เพียงเล็กน้อย แต่เป็นที่ทราบกันดีว่าท่านมีนิสัยใจคอที่อ่อนโยนและถ่อมตนอย่างยิ่ง ทรงจำพระคัมภีร์เดิมและพระคัมภีร์ใหม่ได้ขึ้นใจ และบรรลุถึงระดับความสมบูรณ์ทางจิตวิญญาณที่สูงส่ง ท่านมีชีวิตอยู่กว่าหนึ่งร้อยปี และถึงแก่กรรมในช่วงต้นศตวรรษที่ 5 ท่านมีชื่อเสียงในด้านพรสวรรค์ในการสอน แต่มีเพียงไม่กี่คำสอนของท่านที่สืบทอดมาถึงเรา ได้แก่

จดหมายถึงพระนิโคลัส; หนังสือรวมคำสอน; 200

บทเกี่ยวกับกฎแห่งจิตวิญญาณ; และ 226

บทที่เขียนถึงผู้ที่คิดว่าตนเองสามารถได้รับการชำระบาปด้วยการกระทำของตนเอง

การดูแลของพระองค์ต่อมนุษยชาติ ความเชื่อในพระเจ้า การอธิษฐาน

1. หากตามพระคัมภีร์ คุณจำไว้เสมอว่า

‘คำพิพากษาของพระเจ้าอยู่ทั่วทั้งโลก’ (สดุดี 104:7) แล้ว

ทุกสถานการณ์จะเป็นครูสอนความรู้เกี่ยวกับพระเจ้าให้คุณ (มาร์ค ผู้เป็นที่เคารพ)

2. ไม่ว่าพระเจ้าจะโปรดปรานการกระทำใด

สรรพสิ่งทั้งปวงย่อมช่วยเหลือ; และไม่ว่าพระองค์จะทรงหันเหจากสิ่งใด
สรรพสิ่งทั้งปวงย่อมคัดค้าน (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

2. ทุกพรล้วนมาจากพระเจ้าตามพระประสงค์ แต่จะจากไปอย่างลับๆ
จากผู้ที่ไม่รู้คุณ ผู้ที่ไร้ความรู้สึก และผู้เกียจคร้าน (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

2.

ทุกคนที่รับบัพติศมาในคริสต์จักรออร์ทอดอกซ์จะได้รับพระคุณทั้งหมดอย่าง
ลึกซึ้ง แต่พวกเขาจะได้รับการยืนยันอย่างชัดเจน [รู้สึกถึงผลของมัน]

ตามระดับการปฏิบัติตามพระบัญญัติของพวกเขา (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

3. ผู้ที่ไม่รู้ความจริงไม่อาจเชื่อได้อย่างแท้จริง

เพราะความรู้โดยธรรมชาติของมันย่อมมาก่อนความเชื่อ (มาร์ค
ผู้สารภาพบาป)

3. อย่าปฏิเสธการเรียนรู้ แม้คุณจะฉลาดมากเพียงใดก็ตาม

เพราะคำสั่งของเจ้านั้นให้ประโยชน์มากกว่าปัญญาของเรา (มาร์ค
ผู้สารภาพบาป)

3. ผู้ใดที่ไม่เต็มใจรับภาระงานเพื่อความจริง [เพื่อปกป้องความจริง]

จะถูกลงโทษอย่างรุนแรงยิ่งขึ้น โดยไม่ใช่ความผิดของตนเอง (มาร์ค
ผู้สารภาพบาป)

6. เมื่อคุณระลึกถึงพระเจ้า จงเพิ่มการอธิษฐานของคุณ

เพื่อที่พระเจ้าจะระลึกถึงคุณเมื่อคุณลืมพระองค์ (มาร์ค ผู้สารภาพ)

6. จงอธิษฐานว่าอย่าให้การล่อลวงมาหาท่าน แต่เมื่อมันมา

จงรับมันเป็นของตนเอง ไม่ใช่สิ่งแปลกปลอม (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

6. ผู้ที่อธิษฐานด้วยเนื้อหนังและยังไม่มีความคิดทางจิตวิญญาณนั้น เหมือนกับคนตาบอดที่ร้องขึ้น [ต่อพระคริสต์] ว่า ‘ลูกของดาวิด โปรดเมตตาข้าพเจ้าด้วย!’ (มาร์ค ผู้สารภาพ)

การแสวงหาความชอบธรรม ความจำเป็นของการถือศีลอด ความอดทน และความกล้าหาญ

11. เมื่อมีความอยากรู้ ก็จงขยันหมั่นเพียรด้วย เพราะความรู้เพียงอย่างเดียวทำให้คนกลายเป็นผู้หยิ่งยโส (มาร์ค ผู้ถือศีล)

11. บ่อยครั้ง ความรู้ถูกบดบังด้วยการละเลยหน้าที่ของตนเอง เพราะการกระทำที่ถูกทิ้งไว้โดยสิ้นเชิงจะค่อยๆ จางหายไปจากความทรงจำ (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

11. จงทำความดีที่ท่านยังจำได้: แล้วสิ่งที่ท่านไม่จำได้ก็จะถูกเปิดเผยให้ท่านทราบ; และอย่าทิ้งความคิดของท่านให้สับสนไปอย่างไม่มีมรรษั (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

12. ความชั่วได้พลั้งจากกันและกัน; ในทำนองเดียวกัน ความดีก็เติบโต [และเข้มแข็งขึ้น] จากกันและกัน (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

12. เมื่อใจคุณหลงทางจากทางแห่งความดี ด้วยความปรารถนาที่จะทำให้ตัวเองพอใจ มันจะกลิ้งไปอย่างควบคุมไม่ได้ เหมือนก้อนหินหนักมากที่หลุดออกมาบนทางลาดชัน (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

13. ผู้ใดที่ยอมรับการดูหมิ่นและความอับอายเพื่อความจริง ก็กำลังเดินบนทางของอัครสาวก โดยได้แบกไม้กางเขนและถูกพันธนาการด้วยโซ่ของมัน แต่ผู้ใดที่ไม่มีสิ่งนี้ และพยายามฟังเสียงเรียกร้องของใจ ก็จะถูกจิตใจหลอกลวง และตกอยู่ในความสับสนและกับดักของมาร (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

13. หากพระคริสต์ได้สิ้นพระชนม์เพื่อเรา และเรา ‘ไม่ใช่ชีวิตเพื่อตัวเองอีกต่อไป แต่เพื่อพระองค์ผู้สิ้นพระชนม์เพื่อเราและพินคืนชีพ’ (2 โครินธ์ 5:15) แล้ว ก็ชัดเจนว่าเราได้อุทิศตัวเพื่อรับใช้พระองค์จนถึงความตาย ดังนั้น เราจะถือว่าการรับเป็นบุตรบุญธรรม [ในครอบครัวของพระเจ้า] เป็นรางวัลที่เหมาะสมได้อย่างไร? (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

13. ผู้ที่หาดีและแสวงหารางวัลนั้น ไม่ได้รับใช้พระเจ้า แต่รับใช้ความปรารถนาของตนเอง (มาร์ค โปดว.)

13.

ผู้ที่ปรารถนาจะรู้สึกถึงการทรงงานของพระวิญญาณบริสุทธิ์ภายในตนเองก่อนที่จะปฏิบัติตามพระบัญญัติ ก็เหมือนกับทาสที่ถูกซื้อ มา ซึ่งทันทีที่ถูกซื้อ ก็ต้องการให้เอกสิทธิ์เสรีภาพถูกโอนให้เขาพร้อมกับการจ่ายเงิน (มาร์ค โปดว.)

14.

อย่ากล่าวว่าคุณไม่สามารถเพลิดเพลินกับความสุขได้หากไม่มีทรัพย์สิน เพราะคุณสามารถเพลิดเพลินกับความปรารถนาทางกายในความคิดได้แม้จะรุนแรงกว่าการกระทำจริง (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

14. ใจที่แสวงหาความสุข [ซึ่งแสวงหาทุกสิ่งที่น่าพอใจ]

จะกลายเป็นคุกและพันธนาการสำหรับจิตวิญญาณในยามจากโลกนี้ไป ส่วนใจที่ขยันหมั่นเพียร [ซึ่งทำงานเพื่อพระเจ้า] คือประตูที่เปิดสู่ชีวิตใหม่ (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

นิสัยบาป ความเศร้า ความล่องลอย ความงอแง

21. ปีศาจทำให้บาปเล็กๆ ดูไม่สำคัญในสายตาเรา เพราะหากไม่เช่นนั้น เราจะไม่สามารถนำเราไปสู่บาปที่ใหญ่กว่าได้ (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

21. เมื่อคุณได้ยอมให้บาปเริ่มก่อตัวขึ้นในตัวคุณ [ด้วยการคิดถึงมัน] อย่าพูดว่า: ‘มันจะไม่ชนะฉัน’ เพราะในขอบเขตที่คุณยอมให้มันเกิดขึ้น คุณก็ถูกมันชนะไปแล้ว (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

21. อย่าพูดว่า: ‘ฉันจะได้อย่างไร? ฉันไม่ต้องการมันเลย แต่มัน [ความลึม] ก็มา’ —
นี่เป็นเพราะคุณได้ละเลยสิ่งที่ถูกต้องเมื่อคุณยังระลึกถึงมัน (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

21. เมื่อจิตใจที่ได้รับการเสริมกำลังในองค์พระผู้เป็นเจ้า หันจิตวิญญาณให้ห่างจากนิสัยชั่วที่ฝังรากลึกมานานแล้ว หัวใจก็เหมือนถูกจิตใจและกิเลสที่ลากมันไปมาทุกทิศทุกทาง ฆ่าตาย (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

21. ผู้ใดก็ตามที่หมกมุ่นในความสุขทางกายเกินกว่าที่ควร จะต้องชดใช้ความเกินนี้ด้วยทุกข์ทรมานต่าง ๆ เป็นร้อยเท่า (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

21. ผู้ที่ทำบาปโดยไม่มีเหตุจำเป็นจะยากที่จะกลับใจ เพราะไม่อาจหลบหนีความยุติธรรมของพระเจ้าได้ (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

21. หากใครที่บาปอย่างเปิดเผยและไม่สำนึกผิด แต่ยังไม่ได้รับความทุกข์ทรมานใดๆ จนถึงวาระสุดท้าย [ของชีวิตนี้] จงรู้ไว้ว่า การพิพากษาของเขาจะปราศจากความเมตตา (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

21. ผู้ที่กลับใจอย่างแท้จริงจะถูกคนโง่เยาะเย้ย แต่สิ่งนี้คือเครื่องหมายสำหรับเขาว่าความกลับใจของเขาเป็นที่พอพระทัยพระเจ้า (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

21. หากใครตกอยู่ในบาปใดก็ตาม แต่ไม่รู้สึกละอายใจกับบาปนั้นตามความร้ายแรงของบาปนั้น เขาจะตกกลับเข้าไปในกับดักเดียวกันของศัตรูได้อย่างง่ายดาย (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

28. อย่าคิดว่าท่านได้บรรลุคุณธรรมโดยปราศจากความเศร้าโศก: คุณธรรมเช่นนั้นไม่น่าเชื่อถือ [ยังไม่ได้รับการพิชิต] เนื่องจากความง่ายดาย [ที่ท่านได้มา] (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

28. เมื่อได้ปฏิบัติตามพระบัญญัติแล้ว จงเตรียมตัวรับการทดลอง เพราะความรักต่อพระคริสต์ถูกทดสอบด้วยการทดลอง (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

28. ผู้ที่ปรารถนาจะพ้นจากความทุกข์ในอนาคต ต้องยอมทนรับความทุกข์ในปัจจุบันด้วยความเต็มใจ เพราะด้วยวิธีนี้ โดยการแลกเปลี่ยนความทุกข์อย่างหนึ่งกับความทุกข์อีกอย่างในใจ เขาจะหลีกเลี่ยงความทรมานอันใหญ่หลวงได้ผ่านความทุกข์เล็กน้อย (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

28. อย่าแสวงหาความสมบูรณ์แบบของ [พระธรรม] ในคุณธรรมของมนุษย์ เพราะคุณธรรมเหล่านั้นไม่มีความสมบูรณ์แบบ ความสมบูรณ์แบบนั้นซ่อนอยู่ในไม้กางเขนของพระคริสต์ (มาร์ค ผู้สารภาพ)

28. การถูกตำหนิจากผู้คนก่อให้เกิดความเจ็บปวดในใจ แต่สำหรับผู้ที่ยึดมั่นต่อมัน นั่นคือทางสู่ความบริสุทธิ์ (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

28. พระบัญญัติของพระคริสต์ เมื่อปฏิบัติตามอย่างซื่อสัตย์ จะประทานความสบายใจท่ามกลางความทุกข์ใจอันมากมาย; แต่ทั้งสองสิ่งย่อมมาในเวลาอันควร (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

28. ผู้ที่ปรารถนาจะพ้นจากความทุกข์ในอนาคต ต้องยอมทนรับความทุกข์ในปัจจุบันด้วยความเต็มใจ เพราะด้วยวิธีนี้ โดยการแลกเปลี่ยนความทุกข์อย่างหนึ่งกับความทุกข์อีกอย่างหนึ่งทางจิตใจ เขาจะหลีกเลี่ยงความทรมานอันใหญ่หลวงได้ผ่านความทุกข์เล็กน้อย (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

28. เมื่อท้องและใจของคุณถูกก่นทักจากความผิด อย่าเสียใจที่ความชั่วที่ซ่อนอยู่ภายในตัวคุณได้ถูกนำออกมาโดยพระประสงค์ของพระเจ้า แต่จงทิ้งความคิดที่เกิดขึ้นไปอย่างยินดี โดยรู้ตัวว่า เมื่อความคิดเหล่านั้นถูกทำลายในทันทีที่ปรากฏขึ้น ความชั่วร้ายที่ซ่อนอยู่เบื้องหลังและทำให้ความคิดเหล่านั้นเกิดขึ้น ก็ถูกทำลายไปพร้อมกับมันด้วย อย่างไรก็ตาม หากคุณปล่อยให้ความคิดเหล่านี้หยั่งรากและปรากฏขึ้นบ่อยครั้ง ความชั่วร้ายนั้นมักจะเติบโตขึ้น (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

30. หากท่านเห็นว่าใครนั้นกำลังชมเชยท่านอย่างแสนสรวล จงคาดการณ์ว่าเขาจะวิพากษ์วิจารณ์ท่านในโอกาสอื่น (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

30.

ผู้ที่มีพรทางจิตวิญญาณและแสดงความเมตตาต่อผู้ที่ไม่ได้รับพรนั้น จะรักษาพรของตนไว้ได้ผ่านความเมตตานี้ แต่ผู้โอ้อวดจะสูญเสียพรของตนไป เนื่องจากถูกความคิดอันหยิ่งยโสครอบงำ (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

30. ริมฝีปากของผู้ถ่อมตนพูดความจริง และผู้ใดที่ขัดแย้งกับสิ่งนั้นก็เหมือนผู้รับใช้ที่ตีพระเจ้าที่แค้น (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

30. อย่าโอ้อวดความรู้ที่ [ได้มา] จากพระคัมภีร์ เพื่อไม่ให้จิตใจของคุณตกอยู่ในจิตวิญญาณแห่งการหมิ่นประมาท (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

30. อย่าพยายามแก้ไขเรื่องที่มีดมืดและซับซ้อนด้วยการโต้แย้ง
แต่จงแก้ไขด้วยการอธิษฐานและความหวังที่ไม่สิ้นคลอน (มาร์ค
ผู้สารภาพบาป)

30.

เมื่อคุณสังเกตเห็นว่าความคิดใดนั้นสัญญาจะนำความเกียรติยศทางโลกมา
ให้คุณ จงรู้แน่ชัดว่าความคิดนั้นกำลังเตรียมความอับอายไว้ให้คุณ (มาร์ค
ผู้สารภาพบาป)

30. หากท่านปรารถนาให้พระเจ้าทรงปกปิดบาปของท่าน
อย่าโอ้อวดต่อหน้าผู้อื่นเกี่ยวกับคุณธรรมใดๆ ที่ท่านอาจมี
เพราะเช่นเดียวกับที่เราปฏิบัติต่อคุณธรรมของเรา
พระเจ้าก็ทรงปฏิบัติต่อบาปของเราเช่นกัน (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

30.

หากท่านเห็นว่าใครนั้นกำลังทุกข์ใจอย่างลึกซึ้งเพราะการกระทำที่เสื่อมเสีย
จงรู้ไว้ว่าผู้นั้นเป็นคนหลงตัวเอง
และกำลังเก็บเกี่ยวผลด้วยความไม่พอใจจากเมสสิตพันธุ์ที่ตนได้หว่านไว้ใน
จิตตนเอง (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

ความสงบของจิตใจและความรอบคอบ

35. [ความสงบ] ของจิตใจคือการหลุดพ้นจากความปรารถนา
ซึ่งไม่อาจบรรลุได้หากปราศจากอิทธิพลของพระวิญญาณบริสุทธิ์ (มาร์ค
ผู้สารภาพบาป)

36.

ผู้ที่อ่อนน้อมในสายพระเนตรของพระเจ้าคือผู้ฉลาดที่สุดในบรรดาผู้ฉลาด
และผู้ที่มิใช่ผู้ฉลาดคือผู้แข็งแกร่งที่สุดในบรรดาผู้แข็งแกร่ง
เพราะพวกเขาแบกแอกของพระคริสต์ด้วยปัญญา (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

36. อย่าคิดหรือทำอะไรโดยไม่มีจุดมุ่งหมายที่นำสู่พระเจ้า
เพราะผู้เดินทางโดยไร้จุดหมายย่อมทำงานโดยเปล่าประโยชน์ (มาร์ค
ผู้สารภาพบาป)

ความรักต่อเพื่อนบ้าน

44. มีคำตำหนิ [ต่อเพื่อนบ้าน] สองประเภท
ประเภทหนึ่งเกิดจากความร้ายกาจและจิตวิญญาณแห่งการแก้แค้น

และอีกประเภทหนึ่งเกิดจากความเกรงกลัวพระเจ้าและความรักต่อความจริง (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

44. อย่าตำหนิผู้ที่หยุดทำบาปแล้วและได้กลับใจแล้ว
แต่หากตามที่คุณกล่าว คุณต้องการตำหนิเขาเพื่อพระเจ้า
ก็จงเปิดเผยบาปของตนเองต่อหน้าเขาก่อน (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

44.

การอธิษฐานอย่างเมตตาเพื่อเพื่อนบ้านนั้นดีกว่าการตำหนิเขาสำหรับทุกบาป (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

44. อย่าปรารถนาที่จะได้ยินเรื่องความหกลอกของผู้อื่น
เพราะเมื่อทำเช่นนั้น
ลักษณะของความหกลอกนั้นก็จะฝังรากลึกอยู่ในตัวเราด้วย (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

44.

ผู้ที่ฟังเรื่องชั่วร้ายจะกลายเป็นผู้ส่งสัญญาณแห่งความชั่วร้ายด้วยตนเอง (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

ภาคผนวก. พระสวรรค์ในการสอน

53. หากท่านได้รับคำเรียกจากพระเจ้าให้สอนผู้อื่น
แต่พวกเขาไม่ฟังท่าน ก็จงเศร้าโศกในใจ
แต่不要แสดงความโกรธออกมาอย่างเปิดเผย ด้วยความเศร้าโศกของท่าน
ท่านจะไม่ถูกตัดสินร่วมกับผู้ที่ไม่ฟังท่าน และด้วยความโกรธของท่าน
ท่านจะไม่ถูกล่อลวง [ด้วยความรู้สึกเป็นศัตรู] (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

53. สิ่งทีกล่าวไว้โดยทั่วไปแก่หลายคนนั้นมีประโยชน์แก่ทุกคน;
แต่จิตสำนึกของแต่ละคนจะนำทางพวกเขาเป็นรายบุคคล (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

53. หากมีใครไม่ฟังคุณตั้งแต่คำแรก อย่าบังคับเขาด้วยคำโต้แย้ง
แต่จงนำประโยชน์ที่เขาปฏิเสธมาสู่ฝ่ายคุณ
เพราะความไม่มีความร้ายของคุณนั้นเป็นประโยชน์ต่อคุณมากกว่าการเชื่อฟังของเขา (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

53. ผู้ที่พูดอย่างถูกต้องควรขอบคุณพระเจ้าด้วยตนเอง
เหมือนผู้ได้รับจากพระเจ้าสิ่งที่คุณพูด
เพราะความจริงไม่ใช่ผลงานของผู้พูด
แต่เป็นผลงานของพระเจ้าผู้ทรงกระทำ (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

53. อย่าพยายามแก้ไขผู้ที่โอ้อวดคุณธรรมของตนเองด้วยการตำหนิ เพราะบุคคลเดียวกันนี้อาจเป็นผู้รักความโอ้อวดและรักความจริงได้ในเวลาเดียวกัน (มาร์ค ผู้สารภาพบาป)

53. อย่าตำหนิคนที่มีกำลังเพราะความหยิ่งยโสของเขา แต่ควรชี้ให้เห็นความร้ายแรงของความอับอายในอนาคต; เพราะด้วยวิธีนี้ คนที่มีสติจะยอมรับคำตำหนิได้ง่ายขึ้น (มาร์ค โปตว.)

คำสอนของผู้นำนักถือ อับบอต เอวาริอุส

อับบา เอวาริอุส เกิดขึ้นประมาณกลางศตวรรษที่ 4 ใกล้ทะเลดำ กรีกกรีกแห่งนิสซา ได้บวชเขาเป็นมัคนายกที่คอนสแตนติโนเปิล หลังจากนั้นนักบุญท่านได้เดินทางไปยังอียิปต์ ซึ่งท่านใช้ชีวิตเป็นฤๅษีในถ้ำ และต่อมาอยู่ในสเกเตในฐานะพระภิกษุ ท่านถึงแก่กรรมในทะเลทรายเมื่ออายุ 54 ปี ท่านได้ประพันธ์บทสวด 100 บท และเขียนหนังสือสามเล่มเกี่ยวกับบทเรียนทางปฏิบัติและการต่อสู้กับปีศาจและกิเลส

คำอธิษฐาน ความยุติธรรมของพระเจ้า ความพอประมาณ

1. บางครั้ง ด้วยความมั่งร่ำ

คนหนึ่งอาจรับภาระของเพื่อนบ้านมาไว้บนตนเองโดยไม่รู้ตัว
เรื่องนี้เกิดขึ้นดังนี้: ผู้ที่พรากรสิ่งใดจากเพื่อนบ้านของตนเอง
จะรับเอาการทดลองของผู้ที่ถูกพรากไปนั้นมาสู่ตนเอง; เช่นเดียวกัน
ผู้ที่ใส่ร้ายผู้อื่น จะรับเอาการทดลองของผู้ที่ถูกใส่ร้ายมาสู่ตนเอง;
ผู้ที่หลอกลวง จะรับเอาการทดลองของผู้ที่ถูกหลอกลวงมาสู่ตนเอง;
ผู้ที่ทำให้ผู้อื่นเหนื่อยล้า
จะรับเอาการทดลองของผู้ที่ถูกทำให้เหนื่อยล้ามาสู่ตนเอง; ผู้ที่พุดร้ายผู้อื่น
จะรับเอาการทดลองของผู้ที่ถูกพุดร้ายมาสู่ตนเอง; และผู้ที่ดูหมิ่นผู้อื่น
จะรับเอาการทดลองของผู้ที่ถูกดูหมิ่นมาสู่ตนเอง
และเพื่อไม่ให้ต้องระบุทุกกรณีแยกกัน ฉันจะกล่าวสั้นๆ ว่า:
ผู้ใดที่ทำผิดต่อเพื่อนบ้าน
ก็จะต้องรับความล่อลวงของผู้ที่ถูกทำผิดนั้นมาสู่ตนเอง

ตามสัดส่วนของความผิดที่ก่อขึ้น สิ่งนี้ยังได้รับการยืนยันจากพระคัมภีร์ด้วย ซึ่งกล่าวว่า: ‘ผู้ใดขุดหลุม ก็จะต้องลงในหลุมนั้น และผู้ใดกลิ้งหินขึ้นเนิน ก็จะทำให้หินนั้นกลิ้งกลับมาตกบนตัวเขา’ (สุภาษิต 26:27)
(เอวารีกิอูสแห่งมอนเต)

24. อย่าให้ร่างกายได้รับอาหารมากเกินไป แล้วคุณจะไม่เห็นฝันร้าย; เพราะเช่นเดียวกับที่น้ำดับไฟ ความหิวก็ดับฝันร้ายได้ (เอวารีกิอูส นักบวช)

24. กินขนมปังอย่างพอประมาณ และดื่มน้ำอย่างพอเหมาะ แล้วจิตวิญญาณแห่งการผิดศีลธรรมจะหนีไปจากท่าน
(เอวารีกิอูสแห่งมอนเต)

24. การนอนนานทำให้ใจท้อ ส่วนความกระปรี้กระเปร่าทำให้ใจคมชัด
(เอวารีกิอูสแห่งมอนเต)

การไม่ตัดสินและการอภัยโทษ

44. อย่าฟังคำพูดที่วิพากษ์วิจารณ์บิดาทางจิตวิญญาณของคุณ และอย่าชักจูงผู้ที่ไม่เคารพท่านให้หันมาต่อต้านท่าน เพื่อไม่ให้พระเจ้าทรงกริ้วต่อการกระทำของคุณ และลบชื่อคุณออกจากหนังสือชีวิต (เอวารีกิอูสแห่งภูเขาอาทอส)

45. หากเพื่อนบ้านของคุณทำให้คุณไม่พอใจ จงเชิญเขาเข้ามาในบ้านของคุณ และอย่าชี้เกียจที่จะไปบ้านเขาเพื่อรับประทานอาหารร่วมกัน ด้วยวิธีนี้ คุณจะหลุดพ้นจากความทุกข์ใจ และจะไม่มี การขัดขวางใดๆ ต่อคุณขณะอธิษฐาน (เอวารีกิอูส นักบวช)

เล่ห์กลของปีศาจ

51. ปีศาจไม่รู้จักใจเราอย่างที่เราบางคนคิด มีเพียงผู้เดียวที่รู้จักใจ—คือพระเจ้า ผู้ทรงรู้จักจิตใจมนุษย์ เพราะพระองค์ทรงสร้างมนุษย์ขึ้น (สดุดี 32:15) แต่ส่วนหนึ่งผ่านคำพูดของเรา และส่วนหนึ่งผ่านพฤติกรรมของเรา ปีศาจสามารถรับรู้เจตนาในใจเราได้ ตัวอย่างเช่น เมื่อเราได้เถียงกับผู้ที่เราว่าร้ายเรา ปีศาจจะสรุปจากคำพูดที่เต็มไปด้วยความโกรธของเราว่าเรามีความเกลียดชังต่อเขา จากนั้น เมื่อเห็นจุดอ่อนของเราแล้ว พวกมันจะปลุกฝังความคิดที่เป็นศัตรูไว้ในใจเรา

เมื่อเรายอมรับความคิดเหล่านี้แล้ว

เราก็ตกอยู่ใต้แอกของปีศาจแห่งความอาฆาต ซึ่งตั้งแต่วินาทีนั้นเป็นต้นไป ก็เริ่มพัดให้เปลวเพลิงแห่งความแค้นต่อผู้ทำผิดนั้นในตัวเราลุกโชนขึ้นอย่างรุนแรงยิ่งขึ้น

เพราะปีศาจชั่วร้ายเฝ้าดูทุกการเคลื่อนไหวของเราด้วยความอยากรู้ และให้ความสนใจอย่างใกล้ชิดกับทุกสิ่งทุกอย่างที่เราทำต่อตัวเรา:

ไม่ว่าเราจะนั่ง ยืน เดิน พุด หรือมอง—

พวกมันสังเกตทุกอย่างอย่างละเอียดถี่ถ้วน วันแล้ววันเล่า

พวกมันคิดค้นการล่อลวงต่าง ๆ เพื่อต่อต้านเรา

เพื่อว่าในระหว่างการสวดมนต์

พวกมันจะได้ทำให้จิตใจที่ก่อกวนของเราสับสน

และดับแสงอันศักดิ์สิทธิ์ภายในจิตใจนั้น (เอวาร์ก็อุสแห่งภูเขาอาทอส)

คำสอนของท่านผู้ทรงเกียรติ

จอห์นแห่งคาร์พาทอส

นักบุญจอห์นแห่งคาร์พาทอส อาศัยอยู่ในศตวรรษที่ 5 บนเกาะคาร์พาทอส ซึ่งตั้งอยู่ระหว่างเกาะโรดส์และเกาะครีต

ไม่มีข้อมูลใดเกี่ยวกับสถานที่ที่เขาปฏิบัติชีวิตนักพรตหรือเกี่ยวกับชีวิตของเขา เขาได้เขียนจดหมายปลอบประโลมใจถึงพระภิกษุในอินเดีย

ซึ่งประกอบด้วยคำแนะนำหนึ่งร้อยข้อ

โดยในนั้นเขาได้กระตุ้นให้พวกเขาอดทนต่อความทุกข์และความล่อลวงด้วยความเข้มแข็ง

ความเกรงกลัวพระเจ้า การอธิษฐาน และการทดลอง

4. ไม่มีสิ่งใดทำลายนิสัยดีได้เท่าเสียงหัวเราะ การล้อเล่น และการพูดเล่นไร้สาระ

แต่ไม่มีสิ่งใดฟื้นฟูจิตวิญญาณที่เหนื่อยล้าและเตรียมมันให้เข้าใกล้พระเจ้าได้เท่าความยำเกรงพระเจ้า ความอุทิศตนอย่างตั้งใจ

การศึกษาพระวจนะของพระเจ้าอย่างต่อเนื่อง และการอธิษฐาน

(นักบุญจอห์นแห่งคาร์พาทอส)

6.

เช่นเดียวกับเหล็กที่เมื่อสัมผัสกับไฟจะกลายเป็นสิ่งที่ไม่อาจทำลายได้

การอธิษฐานอย่างสม่ำเสมอจึงเสริมสร้างจิตใจให้เข้มแข็งในการต่อสู้กับศัตรู
นั่นคือเหตุผลที่ปีศาจพยายามด้วยทุกวิถีทางเพื่อทำให้ความปรารถนาในการ
อธิษฐานของเราอ่อนแอลง

เพราะพวกมันรู้ว่าคำอธิษฐานสามารถเอาชนะพวกมันได้ (John Carp.)

28.

บางครั้งอาจเกิดขึ้นว่าครูต้องเผชิญกับความอับอายและคำล่อลวงแทนผู้ที่ไ
ด้รับประโยชน์ทางจิตวิญญาณจากท่าน นั่นคือเหตุผลที่อัครทูตเขียนไว้ว่า:

‘เราอ่อนแอและต้องทนรับความอับอาย —

ด้วยเล่ห์กลของผู้ชั่วร้ายแห่งเนื้อหนัง —

แต่ท่านทั้งหลายกลับมีเกียรติและเข้มแข็งในพระคริสต์’ (1 โครินธ์ 4:10,
จอห์น คาร์ป.)

30. ก่อนอื่น กุญแจ [แห่งราชอาณาจักรสวรรค์]

ถูกมอบให้แก่ผู้ส่งสารเปโตร

และจากนั้นเขาจึงได้รับอนุญาตให้ปฏิเสธพระคริสต์ต่อพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ

เพื่อว่าผ่านการล้มลงเช่นนี้

ความคิดเห็นของเขาเกี่ยวกับตัวเองจะได้ถูกทำให้ถ่อมตัวลง ดังนั้น

หากท่านได้รับกุญแจแห่งความรู้และความเข้าใจแล้ว

แต่กลับตกเป็นเหยื่อของความล่อลวงต่าง ๆ ก็อย่าได้ประหลาดใจ

แต่จงถวายเป็นเกียรติแด่พระเจ้าผู้ทรงปัญญาสูงสุด

ผู้ซึ่งผ่านทางความล้มเหลวของท่าน ได้ทรงควบคุมความหยิ่งโสของท่าน

เพราะความล่อลวงนั้นคือบังเหียน ซึ่งโดยพระประสงค์ของพระเจ้า

ได้ทรงควบคุมความหยิ่งโสของมนุษย์ (จอห์น คาร์ป)

51. ด้วยคำชู้และคำด่าทอ

ปีศาจโจมตีจิตวิญญาณที่เพิ่งออกจากร่างกายอย่างไม่เกรงกลัว

โดยปรากฏตัวเป็นผู้กล่าวโทษที่ขมขื่นและน่าสะพรึงกลัวต่อความผิดพลาด
ของมัน

แต่เราก็สามารถเห็นได้ว่าจิตวิญญาณที่รักพระเจ้าและซื่อสัตย์ต่อพระองค์

แม้จะเคยถูกบาปทำร้ายมาหลายครั้งแล้ว

ก็ไม่กลัวการโจมตีและคำชู้ของมาร แต่กลับเติบโตขึ้นอย่างมั่นคงในพระเจ้า

ถูกความสุขกระดบจิตใจ และได้รับแรงบันดาลใจจากปัญญา

เมื่อเห็นพลังสวรรค์ที่มาพร้อมกับมัน;

และแสงแห่งความเชื่อปกป้องเธอเหมือนกำแพง

และด้วยความกล้าหาญอย่างยิ่ง เธอร้องขึ้นต่อมาร่ำยาว่า:
‘เจ้ามีเรื่องอะไรกับเรา โอ้ผู้แปลกหน้าต่อพระเจ้า? เจ้ามีเรื่องอะไรกับเรา
โอ้ผู้รับใช้ชั่วร้ายที่ถูกขับลงจากสวรรค์? เจ้าไม่มีอำนาจเหนือเรา’
พระคริสต์ พระบุตรของพระเจ้า มีอำนาจเหนือเราและเหนือทุกสิ่งในโลก;
เราได้ทำบาปต่อพระองค์ และเราจะให้คำอธิบายต่อพระองค์
โดยมีพระเมตตาของพระองค์ต่อเราเป็นหลักประกัน และในพระองค์
มีไม้กางเขนอันทรงเกียรติของพระองค์เป็นความรอดของเรา แต่เจ้า ผู้วิบัติ
จงหนีไปให้ไกลจากเรา! (ยอห์นแห่งคาร์พาทอส)

คำสอนของผู้ได้รับพระพร ไดอาโคคัส, พระสังฆราชแห่งโพติก

ผู้ศักดิ์สิทธิ์ไดอาโคคัส อาศัยอยู่ในครึ่งหลังของศตวรรษที่ 5
และเป็นพระสังฆราชแห่งเมืองโพติก ในแคว้นอีฟิรซของอิลลิเรีย
ไม่มีรายละเอียดเกี่ยวกับชีวิตของท่านที่หลงเหลืออยู่
ท่านมีชื่อเสียงในด้านชีวิตอันศักดิ์สิทธิ์และปัญญา
ผลงานของเขาที่เขียนด้วยภาษากรีกเป็นที่รู้จักกันดี ได้แก่
‘คำสอนของผู้ถือศีล’,
‘คำเทศนาเกี่ยวกับการเสด็จขึ้นสู่สวรรค์ของพระผู้เป็นเจ้า’,
‘คำคัดค้านพวกอาริอัน’ และ ‘ร้อยคำสอน’ เกี่ยวกับชีวิตทางจิตวิญญาณ
การระมัดระวัง และการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรม
เขาเสียชีวิตอย่างผู้พลีชีพ

พระคุณแห่งการรับบัพติศมา ความเชื่อ และความยำเกรงพระเจ้า

2. บางคนเชื่อว่าพระคุณและบาป—

พระวิญญาณแห่งความจริงและวิญญาณชั่ว—
อยู่ร่วมกันในจิตวิญญาณของผู้ที่รับบัพติศมา ด้วยมุมมองนี้
พวกเขาสอนว่า ในขณะที่พระวิญญาณที่ดีนำจิตใจไปสู่ความดี
วิญญาณชั่วกลับนำมันไปสู่สิ่งตรงกันข้าม อย่างไรก็ตาม
ข้าพเจ้าได้เข้าใจจากพระคัมภีร์ศักดิ์สิทธิ์และจากประสบการณ์ส่วนตัวว่า
ก่อนการรับบัพติศมา พระคุณนำจิตวิญญาณไปสู่ความดีจากภายนอก
ในขณะที่ซาตานซ่อนตัวอยู่ลึกในจิตวิญญาณนั้น
พยายามขัดขวางความตั้งใจที่ขอบรรรมของจิตใจ

ตั้งแต่ช่วงเวลาที่คุณเกิดใหม่ในพิธีบัพติศมา
พระคุณถูกปลุกฝังภายในตัวบุคคลและนำทางเขาจากภายใน
ในขณะที่มารร้ายโจมตีเขาจากภายนอก ดังนั้น หากก่อนรับบัพติศมา
ความหลงผิดครองจิตวิญญาณ หลังรับบัพติศมา
ความจริงก็ครองจิตวิญญาณนั้น แม้หลังการรับบัพติศมา
ซาตานก็ยังคงโจมตีจิตวิญญาณอยู่ บางครั้งแม้จะรุนแรงกว่าเดิมด้วยซ้ำ
อย่างไรก็ตาม นี่ไม่ใช่เพราะความชั่วร้ายอยู่ร่วมกับพระคุณใน
จิตวิญญาณมนุษย์ ห่างไกลจากความจริงนั้น!
แต่เนื่องจากความอ่อนแอของร่างกายและแรงดึงดูดของความสุขทางโลก
ซาตานจึงสร้างม่านควันขึ้นหน้าจิตใจ เพื่อให้มันมัวหมอง
และสิ่งนี้เกิดขึ้นด้วยความอนุญาตของพระเจ้า
เพื่อให้บุคคลนั้นสามารถบรรลุความสุขทางจิตวิญญาณได้เพียงผ่านพายุ
ไฟ และการทดลองเท่านั้น นั่นคือเหตุผลที่พระคัมภีร์กล่าวว่า:
‘เราได้ผ่านไฟและน้ำมา และพระองค์ได้นำเราสู่ความเสรี’ (พระคัมภีร์ดีลิตี)

2. ตั้งแต่ช่วงเวลาที่รับบัพติศมา

พระคุณก็สถิตอยู่อย่างมองไม่เห็นในส่วนลึกของจิตวิญญาณ
แม้จะซ่อนการมีอยู่ของพระองค์จากประสาทสัมผัสของผู้ที่เพิ่งรับบัพติศมา
แต่เมื่อเขาเริ่มรักพระเจ้าด้วยหัวใจ
พระคุณก็เริ่มสื่อสารกับจิตวิญญาณอย่างลึกซึ้งผ่านความสามารถของจิต
ใจ โดยให้เขาได้สัมผัสพระพรของพระองค์บางส่วน ดังนั้น
เมื่อบุคคลใดตัดสินใจที่จะรักษาของขวัญนี้ไว้ในตัวตนเองตลอดไป
เขาจะสละทิ้งทรัพย์สินทางโลกทั้งหมดด้วยความยินดี
เพื่อจะได้ครอบครองอย่างเต็มที่ในทุกๆ ที่เขาได้พบสมบัติที่ซ่อนเร้นแห่งชีวิต
(มัทธิว 13:44)
เพราะบุคคลจะค้นพบภายในตนเองสถานที่ที่พระคุณของพระเจ้าถูกซ่อนเร้น
ไว้ได้ก็ต่อเมื่อเขาได้ละทิ้งทรัพย์สินทางโลกทั้งหมดแล้วเท่านั้น
เมื่อบุคคลนั้นก้าวหน้าในคุณธรรม
พระคุณอันศักดิ์สิทธิ์ก็เริ่มแสดงพระคุณอันเปี่ยมล้นในจิตวิญญาณของเขา
แต่แล้วพระเจ้าก็ทรงอนุญาตให้ปีศาจมารบกวนจิตวิญญาณมากยิ่งขึ้น
เพื่อสอนให้จิตวิญญาณนั้นสามารถแยกแยะระหว่างความดีและความชั่วได้
อย่างชาญฉลาด และเพื่อให้จิตวิญญาณนั้นถ่อมตน (ผู้ได้รับพร ดิอาด.)

3. ผู้ที่สำรวจความลึกของศรัทธาจะถูกคลื่นแห่งความคิดต่าง ๆ พัดพาไป ส่วนผู้ที่ใคร่ครวญถึงวัตถุแห่งศรัทธาด้วยจิตใจที่เรียบง่าย จะได้เพลิดเพลินกับความสงบภายใน (Blessed Diad.).

3. การอดอาหาร ในฐานะวิธีการที่นำไปสู่ความบริสุทธิ์ มีคุณค่า แต่ไม่ใช่ในสายพระเนตรของพระเจ้า ดังนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงไม่ควรภูมิใจในตนเองจากการอดอาหาร แต่ต้องคาดหวังว่าจะบรรลุเป้าหมายได้เพียงด้วยความเชื่อในพระเจ้าเท่านั้น เพราะแม้แต่ช่างฝีมือผู้เชี่ยวชาญก็ไม่พิสูจน์ความเลิศล้ำของตนต่อผู้อื่นด้วยคุณภาพของเครื่องมือ แต่ด้วยการทำงานให้เสร็จสิ้นอย่างอดทน ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงความชำนาญของพวกเขา (Blessed Diad.)

4. ไม่มีใครสามารถรักพระเจ้าด้วยใจทั้งหมดได้ หากไม่จดประกายความเกรงกลัวพระเจ้าในใจก่อน เพราะจิตวิญญาณจะบรรลุถึงความรักที่กระตือรือร้นได้ก็ต่อเมื่อได้รับการชำระล้างและทำให้อ่อนน้อมลงด้วยอิทธิพลของความเกรงกลัวพระเจ้า (Blessed Diad.)

5. เราทุกคนถูกสร้างขึ้นตามภาพลักษณ์ของพระเจ้า แต่การกลายเป็นเหมือนพระเจ้านั้นเป็นไปได้เพียงสำหรับผู้ที่ด้วยความรักอันยิ่งใหญ่ ได้ทำให้ตนเองเป็นผู้รับใช้ของพระองค์ เพราะยิ่งเราปฏิเสธตนเองมากเท่าใด เราก็ยิ่งกลายเป็นเหมือนพระองค์มากขึ้นเท่านั้น ผู้ที่ด้วยความรักอันยิ่งใหญ่ ได้ทำให้เราคืนดีกับพระองค์ ไม่มีใครสามารถบรรลุถึงสภาพนี้ได้ เว้นแต่จะตัดสิ้นใจก่อนว่าจะไม่ถูกดึงดูดไปด้วยความล่อลวงของชีวิตที่ตามใจตัวเอง (คูศักดิ์สิทธิ์)

ความอดทน ความควบคุมตนเอง ความพุดมาก ความท้อแท้

13. สำหรับผู้ที่เพิ่งเริ่มรักความเคร่งครัดทางศาสนา ทางแห่งคุณธรรมดูเหมือนจะยากลำบากและน่ากลัว และนี่ไม่ใช่เพราะทางนั้นเป็นเช่นนั้นโดยธรรมชาติ แต่เพราะผู้คนคุ้นเคยกับชีวิตที่สะดวกสบายและเต็มไปด้วยความสุขตั้งแต่ยังเด็ก แต่สำหรับผู้ที่ดำเนินชีวิตตามทางพระมาเป็นระยะเวลาหนึ่งแล้ว ทางแห่งความดีงามจะดูดีและเต็มไปด้วยความสุข เพราะเมื่อเราใช้ความเคยชินที่ดีเพื่อระงับความโหน่โหน่งสู่ความชั่ว ความผูกพันต่อความสุขทางกายของเราก็จะค่อยๆ จางหายไป หลังจากนั้น

จิตวิญญาณจะติดตามทางแห่งความดีงามด้วยความเต็มใจ
นั่นคือเหตุผลที่พระเจ้า เมื่อทรงเรียกเราให้เริ่มการไถ่บาป ทรงกล่าวว่า
ทางที่นำไปสู่ชีวิตนั้นแคบและยากลำบาก
และมีเพียงไม่กี่คนเท่านั้นที่เดินบนทางนั้น (มัทธิว 7:14)
แต่สำหรับผู้ที่ปรารถนาอย่างจริงใจที่จะดำเนินชีวิตตามพระบัญญัติอันศักดิ์
สิทธิ์ของพระองค์ พระองค์ตรัสว่า: ‘ແກ່ຂອງຂ້າພະເຈົ້ານັ້ນເບ’
และภาระของข้าพเจ้านั้นเบา’ (มัทธิว 11:30).

ในตอนต้นของความพยายามของเรา
เราต้องบังคับตัวเองให้ปฏิบัติตามพระบัญญัติอันศักดิ์สิทธิ์
แล้วพระเจ้าเป็นผู้ทรงเมตตา
เมื่อเห็นความตั้งใจดีและความพยายามของเรา
จะประทานความพร้อมใจและความสมัครใจให้เราปฏิบัติตามพระบัญญัติอัน
ศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์ด้วยความยินดีตลอดชีวิตที่เหลือ (พระสันตปาป)

13. เช่นเดียวกับซี่ฟั้งที่ยังไม่ถูกให้ความร้อนและยังไม่ถูกทำให้อ่อนนุ่ม
ซึ่งไม่สามารถประทับตราที่กดลงบนมันได้อย่างชัดเจน ดังนั้น คนเราเอง
จนกว่าจะได้รับการทดสอบด้วยความยากลำบากและความเจ็บป่วย
ก็ไม่สามารถสร้างตราแห่งคุณธรรมของพระเจ้าขึ้นภายในตนเองได้
เราควรทนรับด้วยความขอบคุณทุกชนิดของความยากลำบากที่เกิดขึ้นกับ
เราตามพระประสงค์และพระเมตตาของพระเจ้า — และเมื่อนั้น
ทั้งโรคภัยไข้เจ็บและการต่อสู้กับความคิดที่ปีศาจปลุกฝังไว้ในใจเรา
จะถูกนับเป็นการพลีชีพครั้งที่สอง เพราะศัตรูของมนุษยชาติ
ผู้เคยพูดกับผู้พลีชีพศักดิ์สิทธิ์ผ่านปากของผู้ปกครองที่ไร้กฎหมายว่า
‘ຈະລະທັງພະກຣິດສະຕ໌ແລະຮັກຄວາມຮຸ່ງຮານຂອງຍຸກນີ້’
บัดนี้กลับพูดสิ่งคล้ายคลึงกันกับผู้รับใช้ของพระเจ้า
ผู้ที่เคยทรمانผู้ชอบธรรม และผ่านทางผู้เปี่ยมเบนศาสนา
ได้ดูหมิ่นครูผู้ทรงเกียรติของคริสตจักร
บัดนี้กำลังก่อให้เกิดความทุกข์ทรมานต่าง ๆ แก่ผู้ประกาศความศรัทธา
ผ่านการดูหมิ่นและการทำให้อับอาย —
โดยเฉพาะเมื่อพวกเขาด้วยความกระตือรือร้นอย่างยิ่ง
ได้ช่วยเหลือผู้ถูกกดขี่และผู้ยากจน เพื่อความรุ่งโรจน์ของพระเจ้า
ด้วยเหตุนี้ เราจึงควรสังเกตภายในตัวเราเอง
ด้วยความระมัดระวังและความอดทน

คำพยานของมโนธรรมต่อไปนี้ต่อหน้าพระเจ้า: ‘ข้าพเจ้าได้วางใจในพระเจ้า และพระองค์ได้ทรงเอียงพระกรรมมาหาข้าพเจ้า และทรงฟังเสียงร้องของข้าพเจ้า’ (นักบุญไดอาเดตัส)

27.

เช่นเดียวกับที่ร่างกายของเราจะกลายเป็นเนื้อชาและไม่ตอบสนองเมื่อถูกอาหารทำให้หนักเกินไป ดังนั้น

เมื่อร่างกายถูกทำให้อ่อนล้าจากการอดอาหารที่มากเกินไป ก็ทำให้ส่วนที่คิดใคร่ครวญของจิตวิญญาณรู้สึกท้อแท้และไม่สามารถใช้เหตุผลได้ ดังนั้น

เราจึงต้องปรับปริมาณอาหารที่บริโภคให้สอดคล้องกับสภาพความแข็งแรงทางกายภาพของเรา ดังนั้น เมื่อร่างกายมีสุขภาพดี

ก็ต้องฝึกฝนตามความจำเป็น และเมื่อร่างกายอ่อนแอ

ก็ควรผ่อนคลายการควบคุมตนเองลงบ้าง

ผู้ปฏิบัติธรรมต้องไม่ตกอยู่ในความประมาท

แต่ต้องรักษาความแข็งแรงที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติธรรม

เพื่อว่าผ่านทางการทำงานของร่างกาย

เขาจะสามารถชำระจิตวิญญาณของตนเองได้ (Blessed Diad.)

27. เช่นเดียวกับในห้องอาบน้ำ

ที่ประตูถูกเปิดบ่อยครั้งทำให้ความร้อนภายในรั่วไหลออกไป

เช่นเดียวกันกับผู้ที่พูดยาวเหยียด — แม้ทุกคำที่พูดจะเป็นประโยชน์ —

ก็จะสูญเสียความสงบทางจิตวิญญาณผ่าน ‘ประตู’ ของการสนทนา

สิ่งนี้ทำให้จิตใจสูญเสียความบริสุทธิ์ของความคิด

และเมื่อถูกพัดพาไปด้วยกระแสความคิดที่ไร้ระเบียบ

ก็เริ่มมีส่วนร่วมในการสนทนาที่ไร้ระเบียบ ในสภาพเช่นนี้

บุคคลนั้นไม่ยังมีพระวิญญาณบริสุทธิ์อยู่อีกต่อไป

ซึ่งพระวิญญาณบริสุทธิ์นั้นเป็นผู้รักษาความคิดให้รวมตัวเป็นหนึ่ง

เพราะพระวิญญาณบริสุทธิ์ผู้เป็นความดีนั้น

ไม่เกี่ยวข้องกับความวุ่นวายหรือการฟั่นเฟือนกลางวัน และหลีกเลี่ยงการพูดมาก (คุศักดีลีธี)

29.

เมื่อจิตวิญญาณหยุดปรารถนาในทรัพย์สินทางโลกที่หลอกลวงแล้ว

บางครั้งจิตวิญญาณแห่งความท้อแท้ก็ค่อยๆ คืบคลานเข้ามา

ซึ่งทำให้มันไม่สามารถทำงานในพันธกิจแห่งพระวณะด้วยความเต็มใจได้

และทำให้มันสูญเสียความปรารถนาในพรในอนาคต
มันนำเสนอชีวิตปัจจุบันนี้ต่อจิตวิญญาณว่าไร้ค่าโดยสิ้นเชิง
และขาดการกระทำคุณธรรมที่สมควร
ในขณะที่ดูแคลนความรู้ทางจิตวิญญาณที่จิตวิญญาณได้สั่งสมไว้
โดยถือว่ามันเป็นสิ่งที่ทุกคนรู้อยู่แล้ว
และไม่เปิดเผยสิ่งใดที่มีความสำคัญเป็นพิเศษ
เราสามารถหลีกเลี่ยงความหลงใหลที่เฉยชาและทำให้อ่อนแอนี้ได้
หากเรารักษาความคิดให้จดจ่ออยู่กับการระลึกถึงพระเจ้าอย่างมั่นคง
เพราะเพียงด้วยวิธีนี้เท่านั้น จิตวิญญาณของเรา
ซึ่งได้กลับคืนสู่ความกระตือรือร้นทางจิตวิญญาณตามธรรมชาติ
จึงสามารถเอาชนะความหลงใหลที่ทำให้อ่อนแอนี้ได้ (Blessed Diad.)

ความรักต่อพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์

40. ผู้ใดที่รักตนเองจะไม่สามารถรักพระเจ้าได้อย่างเต็มที่
แต่เพียงผู้ที่ไม่รักตนเองเพราะความรักที่ลึกซึ้งต่อพระเจ้าเท่านั้น
ที่รักพระเจ้าอย่างแท้จริง คนเช่นนี้จะไม่แสวงหาเกียรติยศเพื่อตนเองเลย
แต่เพียงเพื่อพระเจ้าเท่านั้น ...

เป็นลักษณะเฉพาะของจิตวิญญาณที่รักพระเจ้า
และเต็มเปี่ยมด้วยความรู้ลึกถึงพระเจ้า
ที่จะแสวงหาเกียรติยศของพระเจ้าเพียงอย่างเดียว
ส่วนตนเองนั้นจะยินดีในความถ่อมตน
เพราะเกียรติยศนั้นเหมาะสมกับพระเจ้า เพื่อความยิ่งใหญ่ของพระองค์
ส่วนความถ่อมตนนั้นเหมาะสมกับมนุษย์ (Blessed Diad.)

42. เมื่อบุคคลเริ่มรู้สึกถึงความรักที่ลึกซึ้งต่อพระเจ้า
เขาจึงเริ่มรักเพื่อนบ้านด้วย และเมื่อเริ่มแล้ว ก็ไม่หยุดยั้ง
นี่คือวิธีที่พระคัมภีร์ศักดิ์สิทธิ์สอนให้เรารักอย่างแท้จริง
และในขณะที่ความรักทางเนื้อหนังจะระเหยไปเมื่อถูกย่ำยีเพียงเล็กน้อย
ความรักทางจิตวิญญาณกลับคงอยู่ตลอดไป ในจิตวิญญาณที่รักพระเจ้า
ภายใต้การทรงนำของพระเจ้า สายสัมพันธ์แห่งความรักจะไม่ถูกตัดขาด
แม้เมื่อมีผู้ใดก่อให้เกิดความทุกข์ใจก็ตาม
นี่เป็นเพราะจิตวิญญาณที่รักพระเจ้า
ซึ่งได้รับความอบอุ่นจากความรักต่อพระเจ้า

แม้จะต้องทนทุกข์จากความเจ็บปวดที่เพื่อนบ้านก่อขึ้น
ก็กลับสู่สภาพจิตใจที่ตึ๊งตึงเต็มได้อย่างรวดเร็ว
และเต็มใจฟื้นฟูความรู้สึกแห่งความรักต่อเพื่อนบ้านภายในตนเอง
ในจิตวิญญาณเช่นนี้
ความขมขื่นจากความขัดแย้งถูกดูดซับไปอย่างสมบูรณ์ด้วยความหวานชื่น
ของพระเจ้า (คู่ศักดิ์สิทธิ์)

40. ผู้ฝึกใหม่ถามผู้อาวุโสว่า: ‘พ่อครับ
ใครจะสามารถปฏิบัติตามพระบัญญัติทั้งหมดได้
เมื่อมีพระบัญญัติมากมายขนาดนี้?’ ผู้อาวุโสตอบว่า:
‘ผู้ที่เลียนแบบพระเยซูคริสต์และติดตามพระองค์ที่ละก้าว’ —
‘แต่ใครจะสามารถเลียนแบบพระเยซูได้?’ ผู้ฝึกใหม่ถามด้วยความสับสน
‘เพราะว่าพระผู้เป็นเจ้าคือพระเจ้า แม้พระองค์จะทรงกลายเป็นมนุษย์
แต่ข้าพเจ้าเป็นมนุษย์ผู้มีบาป
ถูกพันธนาการด้วยความปรารถนาอันนับไม่ถ้วน
แล้วข้าพเจ้าจะเลียนแบบพระผู้เป็นเจ้าได้อย่างไร?’ ผู้อาวุโสอธิบายว่า:
‘ในบรรดาผู้ที่ถูกพันธนาการด้วยความฟุ้งเฟ้อของโลก
ไม่มีใครสามารถเลียนแบบพระผู้เป็นเจ้าได้
แต่มีเพียงผู้ที่สามารถกล่าวร่วมกับอัครสาวกได้ว่า:
‘เราได้ทำทุกสิ่งและตามพระองค์’ (มัทธิว 19:27), —
จึงจะได้รับกำลังเพื่อเลียนแบบพระเจ้าและปฏิบัติตามพระบัญญัติของพระอง
ค์ทั้งหมด’ แล้วผู้ฝึกหัดก็กล่าวว่า: ‘แต่พ่อครับ
พระบัญญัติของเจ้ามีมากมาย ใครจะจำได้ทั้งหมด
ยิ่งไปกว่านั้นจะปฏิบัติตามได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งคนอ่อนแออย่างผม?
‘ผมอยากฟังคำแนะนำสั้นๆ จากท่าน
เพื่อที่ผมจะได้รอดพ้นโดยปฏิบัติตามคำแนะนำนั้น’ ผู้อาวุโสตอบว่า:
‘แม้จะมีพระบัญญัติมากมาย แต่ทั้งหมดสามารถสรุปได้ในข้อเดียว:
‘จงรักพระเจ้าพระเจ้าของเจ้าด้วยกำลังทั้งหมดของเจ้า
ด้วยจิตใจทั้งหมดของเจ้า และจงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง’ (ลูกา
10:27) ผู้ที่พยายามปฏิบัติตามพระบัญญัติข้อนี้
ก็ยอมปฏิบัติตามพระบัญญัติอื่นๆ ทั้งหมดด้วย
แต่ผู้ใดที่ไม่ปลดปล่อยตนเองให้พ้นจากความยึดติดกับสิ่งของทางโลกอย่าง
สมบูรณ์ ก็ไม่อาจรักพระเจ้าหรือเพื่อนบ้านได้อย่างแท้จริง ดังนั้น

อย่างมุ่งเน้นแต่เรื่องทางกายภาพเพียงอย่างเดียว
แต่เมื่อได้รับหน้าที่ที่อยู่ในกำลังของตนเองแล้ว
จงหันจิตใจทั้งหมดไปสู่ชีวิตภายใน ‘เพราะ—ตามคำของอัครทูต—
การออกกำลังทางกายภาพมีค่าเพียงเล็กน้อย
แต่ความเคร่งครัดในความเชื่อมีค่าในทุกด้าน’ (ผู้ได้รับพรได้อาอด.)

เล่ห์กลของมาร

51.

เมื่อจิตเริ่มชื่นชมในความปลอมประโลมที่เติมเปี่ยมด้วยพระคุณของพระวิญญาณบริสุทธิ์

ซาตานจึงพยายามในช่วงเวลาพักผ่อนยามค่ำคืนหรือขณะหลับ
ที่จะปลูกฝังความปลอมประโลมอันเป็นภาพลวงตาของตนเองลงในจิตนั้น
ในรูปแบบของความรู้สึกที่ดูเหมือนจะหวานชื่น อย่างไรก็ตาม
หากในขณะนั้น

จิตใจกำลังระลึกถึงพระนามอันศักดิ์สิทธิ์ของพระเยซูคริสต์ด้วยความอบอุ่น
และใช้พระนามอันศักดิ์สิทธิ์และรุ่งโรจน์นี้

เป็นอาวุธที่มั่นคงต่อต้านการหลอกลวงของศัตรู

ผู้หลอกลวงที่เจ้าเล่ห์นั้นก็จะถอยร่นหนีที่ อย่างไรก็ตาม

หลังจากที่พ่ายแพ้แล้ว เขาจึงหันมาต่อต้านผู้ที่รักพระเจ้าอย่างเปิดเผย
(ไม่ใช่เพียงในความคิดเท่านั้น) ดังนั้น

โดยการรับรู้อย่างซื่อสัตย์ถึงกับดักอันแยบยลของผู้ชั่วร้าย

จิตใจจึงประสบความสำเร็จมากขึ้นเรื่อยๆ

ในการเข้าใจเรื่องทางจิตวิญญาณ (คู่ศักดิ์สิทธิ์)

คำสอนของนักบวชเอลียาห์ เอเกดิกต์

ข้อมูลเกี่ยวกับนักบุญเอลียาห์มีอยู่น้อยมาก

ทราบของท่านโดดเด่นด้วยปัญญาทางจิตวิญญาณ

และคำพูดของท่านมีความไพเราะและทรงพลัง คำสอนของท่านถูกเรียกว่า
‘พวงมาลัยดอกไม้’

เนื่องจากถูกรวบรวมจากคำสอนของบรรดาบิดาผู้ศักดิ์สิทธิ์ในอดีต

การอธิษฐาน ความกล้าหาญ นิสสัยบาป การกลับใจ ความถ่อมตน ความรอบคอบ

6. หากคำอธิษฐานไม่ซึมซาบเข้าสู่จิตวิญญาณ
น้ำตาก็จะไม่สามารถล้างความมลทินภายนอกได้ (เอลียาห์ เอกดิกต์)

13.

คริสตชนที่เชื่อในพระเจ้าอย่างจริงใจไม่ควรปล่อยตัวให้ตกอยู่ในความประมา
าอย่างไม่ระมัดระวัง แต่ต้องเตรียมตัวรับมือกับความล่อลวงเสมอ
และเมื่อมันมา ก็อย่าให้สับสนหรือเสียใจ
แต่จงรับความทุกข์นั้นด้วยความขอบคุณ (เอลียาห์แห่งเอกด์)

21. อย่าให้ตัวเองแบกรับแม้แต่บาปเล็กน้อย

เพราะเช่นนั้นคุณจะไม่ถูกบาปที่ใหญ่กว่าทำให้เป็นทาส
เนื่องจากไม่เคยมีกรณีบาปที่ใหญ่กว่าเกิดขึ้นก่อนบาปที่เล็กกว่า
(อีเลียแห่งเอกด.)

23. ผู้ที่ไม่มีความโน้มเอียงที่จะกลับใจ มักจะทำบาปบ่อยขึ้น
ส่วนผู้ที่ทำบาปโดยไม่ตั้งใจ จะกลับใจได้ง่ายขึ้น
แต่พวกเขากลับมีความจำเป็นน้อยลงที่จะทำเช่นนั้น (เอลียาห์แห่งเอกด์)

23.

อย่าโกรธผู้ที่คำตักเตือนของเขาได้เปิดเผยความชั่วร้ายที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใน
ตัวคุณ แต่เมื่อเห็นความไม่บริสุทธิ์ถูกขับไล่ออกไปแล้ว จงตำหนิตัวเอง
และขอบคุณพระเจ้า ผู้ที่ได้จัดเตรียมสิ่งต่าง ๆ ไว้เช่นนี้ด้วยความเมตตา
(เอลียาห์แห่งเอกด์)

27. การตำหนิช่วยกระตุ้นพลังในจิตวิญญาณ

ส่วนการชมเชยกลับทำให้จิตวิญญาณผ่อนคลายและทำให้มันเกียจคร้านใน
การทำความคิด (เอลียาห์ ผู้เขียนหนังสือปัญญาจารย์)

29. ทั้งผู้ทำบาปและผู้ชอบธรรมล้วนไม่พ้นจากความเศร้าโศก;
แต่ผู้ทำบาปเศร้าโศกเพราะยังไม่ได้หันหลังให้บาปอย่างสมบูรณ์
ส่วนผู้ชอบธรรมเศร้าโศกเพราะยังไม่ได้บรรลุคุณธรรมทั้งหมด (Elijah
Ekd.).

30.

เช่นเดียวกับผู้ที่คิดดีเกี่ยวกับตัวเองจนไม่เห็นข้อบกพร่องของตนเอง,
เช่นเดียวกัน ผู้ที่ถ่อมตัวก็มองไม่เห็นคุณธรรมของตนเอง ในกรณีแรก
ข้อบกพร่องของเขาถูกปกปิดด้วยความไม่รู้ในชั่วร้าย ส่วนในกรณีหลัง
ถูกปกปิดด้วยความถ่อมตัวอันศักดิ์สิทธิ์ (เอลียาห์แห่งเอกด์)

30. เช่นเดียวกับพ่อค้าที่ไม่มีทอง ก็ไม่ใช่พ่อค้า
แม้เขาจะมีความชำนาญในการค้าขายมากเพียงใด: เช่นเดียวกัน
ผู้ที่พยายามโดยไม่มีความถ่อมตัว ก็จะไม่เห็นผลดีจากคุณธรรม
แม้เขาจะพึงพาเหตุผลของตนเองอย่างมากเพียงใด (อิลีเยห์แห่งเอเกด)

36. การทำความดีไม่เพียงแต่ต้องทำด้วยจิตใจที่ดี
แต่ยังต้องทำอย่างถูกต้อง คือต้องคำนึงถึงทั้งเวลาและปริมาณ (อิลีเยห์แห่งเอเกด.)

จาก *Otechnik* ของพระสังฆราช อิกนาติอุส บรยานซานิโนฟ

คำแนะนำจากนัก นักปฏิบัติธรรมโบราณ

ความเชื่อ การสวดมนต์ และการอ่านพระวณะของพระเจ้า

3. ความเชื่อเป็นของขวัญที่นำเราเข้าสู่สภาพจิตใจที่ดีงาม
มันปลูกฝังความเกรงกลัวพระเจ้าในตัวเรา ความยำเกรงพระเจ้า
จึงสอนให้เรารักษาศรัทธาและดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรม
จากชีวิตที่มีคุณธรรม จึงเกิดเป็นความไม่ยึดติดตามที่ต้องการ
และจากความไม่ยึดติดนั้น จึงเกิดเป็นความรัก
ซึ่งเป็นความสมบูรณ์ของพระบัญญัติทั้งปวง
และรวมพระบัญญัติทั้งหมดเข้าด้วยกัน (นักบุญธีโอโดร์แห่งเอเดสซา)

3.

ความเชื่อและความหวังไม่ใช่เพียงสภาพจิตวิญญาณธรรมดาหรือเกิดขึ้นโดยบังเอิญ เพราะความเชื่อต้องการความเข้มแข็งทางจิตวิญญาณ
ส่วนความหวังต้องการนิสัยและจิตใจที่ชอบธรรม นอกจากนี้
คนเราจะเชื่อในสิ่งที่มองไม่เห็นได้โดยง่ายได้อย่างไร
หากไม่มีความช่วยเหลือจากพระคุณ?
และคนเราจะวางความหวังที่มั่นคงในสิ่งที่มองไม่เห็นและอนาคตได้อย่างไร
หากไม่ได้รับประสบการณ์ส่วนตัวเกี่ยวกับพระพรของพระเจ้าก่อน
ซึ่งยืนยันการประทับอยู่ของพระองค์ในอนาคตเช่นเดียวกับในปัจจุบัน?
ดังนั้น คุณธรรมทั้งสองนี้ จึงต้องการการพยายามของเจตจำนงของเรา

และในขณะที่เดียวกันก็ต้องการความช่วยเหลือและการสนับสนุนจากพระเจ้า ซึ่งหากขาดสิ่งเหล่านี้ไป ความพยายามทั้งหมดของเราก็ไร้ผล (นักบุญเทโอโนสต์)

6. ผู้ใดที่ปรารถนาให้พระเจ้าทรงฟังคำอธิษฐานของตนได้เร็วขึ้น ควรอธิษฐานเพื่อศัตรูของตนก่อนคำอธิษฐานอื่นใด และด้วยเหตุนี้ พระเจ้าจะทรงรับคำอธิษฐานของเขา (อับบา เซโน)

7. น้ำโดยธรรมชาติแล้วนุ่มนวล ส่วนหินนั้นแข็งกระด้าง แต่เมื่อน้ำไหลลงตามรางน้ำและหยดลงบนหิน มันจะค่อยๆ กัดกร่อนหินนั้นไป ดังนั้น พระวณะของพระเจาก็อ่อนนุ่ม ในขณะที่ใจของเราแข็งกระด้าง แต่หากใครฟังพระวณะของพระเจ้าบ่อยครั้ง ใจของเขาจะอ่อนลง และสามารถรับความยำเกรงพระเจ้าได้ (อับบา พิเมน)

7. ต้นไม้ถูกตัดสับจากผลของมัน และนิสัยใจถูกตัดสับจากความคิดที่มันยึดถือ (อับบา อีสยาห์)

ความกระตือรือร้น การควบคุมตนเอง ความบริสุทธิ์ ความถ่อมใจ ความคิดชั่ว

13. มีศิษย์คนหนึ่งกล่าวกับผู้อาวุโสของเขาว่า: ‘ความคิดของฉันบอกว่าฉันเป็นคนดี’ ผู้อาวุโสตอบว่า: ‘ผู้ที่ไม่เห็นบาปของตนเองย่อมคิดว่าตนเองเป็นคนดีเสมอ แต่ผู้ที่เห็นบาปของตนเองไม่อาจคิดว่าตนเองเป็นคนดีได้ เพราะเขายอมรับว่าตนเองคือสิ่งที่เขาเห็น—คือผู้ทำบาป’ ทุกคนต้องพยายามอย่างหนักเพื่อมองเห็นตัวเอง ความประมาท ความไม่รู้ และความหย่อนยาน ทำให้ดวงตาของหัวใจมัวหมอง’ (ผู้อาวุโสที่ไม่ทราบชื่อ)

13. หากทำลายความล่อลวงและการต่อสู้กับความคิด — จะไม่เหลือผู้ศักดิ์สิทธิ์แม้แต่คนเดียว ผู้ที่หนีจากความล่อลวงที่นำไปสู่ความรอด ก็กำลังหนีจากชีวิตนิรันดร์ด้วย หนึ่งในนักบุญกล่าวว่า: ‘ใครเป็นผู้มอบมงกุฎให้แก่ผู้พลีชีพศักดิ์สิทธิ์ หากไม่ใช่ผู้ทรمانพวกเขา? ใครเป็นผู้ประทานเกียรติยศอันยิ่งใหญ่ให้แก่ผู้พลีชีพคนแรก สเตเฟน หากไม่ใช่ผู้ที่ขว้างก้อนหินใส่เขา?’ และในการกล่าวเช่นนี้

เขาได้อ้างคำพูดของนักบุญอีกท่านหนึ่ง ซึ่งกล่าวว่า:
‘ข้าพเจ้าไม่ตำหนิผู้ที่ดาบหอกข้าพเจ้า; ตรงกันข้าม
ข้าพเจ้าเรียกพวกเขาว่าผู้อุปการะและให้เกียรติพวกเขา
และข้าพเจ้าไม่ปฏิเสธแพทย์แห่งจิตวิญญาณ
ผู้ที่ให้ยาแห่งความศรัทธาแก่จิตวิญญาณที่ว่างเปล่าของข้าพเจ้า
เพื่อไม่ให้วันหนึ่งพระองค์ตรัสกับจิตวิญญาณอันน่าสงสารของข้าพเจ้าว่า:
‘เราได้พยายามรักษาบาบิโลน แต่มันไม่หาย’ (อับบา โยซีมา)

21. ยิ่งเราปล่อยตัวตามความปรารถนาของใจมากเท่าไร
ความทรงจำที่เต็มไปด้วยความปรารถนานั้นก็ยิ่งทำให้จิตวิญญาณของเราสับสน
สับสนเหมือนมากเท่านั้น
แต่เมื่อความทรงจำที่เต็มไปด้วยความหลงใหลถูกลบออกจากใจอย่างสิ้นเชิง
จนไม่สามารถเข้าใกล้ใจได้เลย —
นี่คือสัญญาณแห่งการอภัยบาปในอดีต
เพราะตราบไธที่จิตวิญญาณยังผูกพันอย่างหลงใหลกับสิ่งใดก็ตามที่เป็นบาป
นั่นคือสัญญาณว่าบาปยังคงครองอำนาจเหนือมัน
(ธีโอโดรแห่งเอเดสซา)

24. อับบา ดาเนียล กล่าวว่า: ‘ร่างกายยิ่งอ้วน จิตวิญญาณยิ่งอ่อนแอ;
และร่างกายยิ่งพอม จิตวิญญาณยิ่งเข้มแข็ง ... ร่างกายยิ่งเหี่ยวแห้ง
จิตวิญญาณยิ่งบริสุทธิ์; และยิ่งบริสุทธิ์ จิตวิญญาณยิ่งร้อนแรง’ (อับบา
ดาเนียล)

24. ร่างกายพยายามแสวงหาความสุขทางประสาทสัมผัส
และยังมันได้รับความสุขมากเท่าไร
ก็ยิ่งปรารถนาความสุขนั้นมากขึ้นเท่านั้น
ความปรารถนาของร่างกายนี้ขัดแย้งกับความปรารถนาของจิตวิญญาณ
ดังนั้น ก่อนอื่นใด เราต้องระมัดระวังในการควบคุมประสาทสัมผัส
เพื่อไม่ให้หลงใหลในความสุขทางกาย เพราะร่างกายยิ่งแข็งแรง
ก็ยิ่งมุ่งมั่นเพื่อบรรลุเป้าหมายของตนเอง
และยิ่งประสบความสำเร็จในการบรรลุเป้าหมายนั้น ก็ยิ่งควบคุมได้ยากขึ้น
ดังนั้น
จิตวิญญาณจึงต้องพยายามทำให้เนื้อหนังอ่อนแอลงผ่านการอดอาหาร,
การเฝ้าระวัง การยืน การนอนบนพื้นดินเปล่า
และการอดทนต่อความขาดแคลนอื่น ๆ

เพื่อว่าด้วยการทำให้ความปรารถนาทางกามารมณ์อ่อนแอลง ร่างกายจะได้กลายเป็นผู้ถ่อมตนและยอมจำนนต่อจิตวิญญาณ แต่แม้การปรารถนาสิ่งนี้จะง่ายเพียงใด การบรรลุถึงมันก็ยากเพียงนั้น ดังนั้น วิธีการรักษาด้วยการอธิษฐานและน้ำตาจึงถูกเสนอให้เราอย่างชาญฉลาด (ธีโอเตอร์แห่งเอเดสซา)

25. ผู้ฝึกหัดคนหนึ่งถามอับบา

อาคาทอนว่าควรต่อสู้กับความปรารถนาทางกามารมณ์อย่างไร
ผู้อาวุโสตอบว่า: “ไปวางกำลังของเจ้าลงต่อหน้าพระเจ้า
[ถ่อมตัวลงอย่างสมบูรณ์ต่อหน้าพระองค์] — และเจ้าจะพบความสันติ”
(อับบา อาคาทอน)

25. อับบา พิเมน กล่าวเกี่ยวกับความคิดที่เต็มไปด้วยความใคร่ว่า:
“หากหีบที่เต็มไปด้วยของใช้ถูกทิ้งไว้เป็นเวลานาน
และเสื้อผ้าภายในไม่ได้รับการจัดเรียง มันจะเน่าเปื่อยไปในที่สุด”
“สิ่งเดียวกันนี้ก็เกิดขึ้นกับความคิดชั่วร้ายที่มารร้ายปลูกฝังไว้ในตัวเรา:
หากเราไม่นำมันไปปฏิบัติ มันก็จะเน่าเปื่อยและหายไปในที่สุด” (อับบา
พิเมน)

30. ผู้ที่มีใจถ่อมตัวนั้น

แม้แต่ลึนก็ไม่มีที่จะกล่าวถึงผู้อื่นว่าเขาประมาทหรือขาดความระมัดระวังในเรื่องความรอด เขาไม่มีตาที่จะมองเห็นข้อผิดพลาดของผู้อื่น
เขาไม่มีหูที่จะฟังคำพูดที่เป็นอันตราย เขาไม่สนใจสิ่งใดในโลกนี้
แต่สนใจแต่บาปของตนเองเท่านั้น (อับบา อิสยาห์)

30.

หากท่านเห็นชายหนุ่มคนหนึ่งใช้ชีวิตตามใจชอบและก้าวขึ้นสู่สวรรค์อย่างกล้าหาญ จงจับเท้าเขาแล้วดึงเขากลับลงสู่โลกนี้
เพราะการก้าวขึ้นเช่นนั้นจะนำความพินาศมาสู่เขา (ผู้อาวุโสไม่ทราบชื่อ)

30.

ข้าพเจ้าชอบความพ่ายแพ้ด้วยความถ่อมใจมากกว่าชัยชนะด้วยความหยิ่ง
ยโส (ผู้อาวุโสไม่ทราบชื่อ)

30.

ความก้าวหน้าทางจิตวิญญาณของบุคคลวัดได้จากความถ่อมตนของเขา
ยิ่งบุคคลนั้นจมตัวลงในความถ่อมตนลึกเท่าไร
ก็จะยิ่งก้าวขึ้นสู่คุณธรรมสูงเท่านั้น (ผู้อาวุโสไม่ทราบชื่อ)

30.

ข้าพเจ้าชอบผู้ที่ทำบาปแล้วกลับใจมากกว่าผู้ที่ไม่ได้ทำบาปแต่ไม่กลับใจ (อับบา พิเมน)

31. ปฏิเสธความคิดที่หมิ่นประมาทพระเจ้าด้วยการไม่ใส่ใจใจมัน และมันจะจากไปจากคุณ

ความคิดเหล่านั้นก่อความรบกวนเพียงแก่ผู้ที่กลัวมันเท่านั้น (อับบา อิสยาห์)

ความรักต่อเพื่อนบ้าน การไม่ตัดสิน และการให้อภัย

44. ครั้งหนึ่ง อับบา อิสยาห์ เห็นผู้หนึ่งกำลังทำบาปหนัก แต่ท่านผู้อาวุโสไม่ได้ตำหนิเขา แต่กล่าวกับตัวเองว่า: ‘หากพระเจ้า ผู้ทรงสร้างเขา เห็นสิ่งนี้และทรงเมตตาเขา แล้วข้าพเจ้าเป็นใครที่จะตำหนิเขาได้?’ (อับบา อิสยาห์)

45. ‘ไม่มีความรักใดที่ยิ่งใหญ่กว่านี้ คือการที่ผู้หนึ่งสละชีวิตเพื่อเพื่อนของตน’ (ยอห์น 15). หากใครได้ยินคำพูดที่ทำร้ายจิตใจ และแทนที่จะตอบโต้ด้วยคำด่าทอที่คล้ายกัน กลับเอาชนะตนเองและนิ่งเงียบ หรือเมื่อถูกหลอกลวง ก็อดทนรับไว้และไม่แก้แค้นผู้หลอกลวง — ด้วยวิธีนี้ เขาก็ได้สละชีวิตเพื่อเพื่อนบ้าน (อับบา พิเมน)

การสะท้อนคิดเกี่ยวกับความตาย กลอุบายของปีศาจ และพรแห่งการสอน

50. ความจริงแล้ว

การคิดลึกซึ้งเกี่ยวกับความตายนั้นรวมคุณธรรมหลายประการไว้ในตัวมันเอง การคิดถึงการตายนำไปสู่การควบคุมตนเอง เตือนให้ระลึกถึงนรกเกเฮนนา ช่วยในการสวดภาวนา ทำให้เกิดน้ำตา ปกป้องหัวใจ และส่งเสริมการสะท้อนคิดในตนเอง จากคุณธรรมเหล่านี้ จึงเกิดเป็นความเกรงกลัวพระเจ้าอย่างลึกซึ้ง และหัวใจก็ได้รับการชำระให้บริสุทธิ์จากความคิดที่เต็มไปด้วยความปรารถนา (นักบุญฟีลอปเตออสแห่งซีนาย)

50. เป็นความปลอมประโลมที่ไม่อาจบรรยายได้เพียงใด เมื่อจิตวิญญูณ ซึ่งมั่นใจในความรอดของตน แยกตัวออกจากร่างกาย

และวางมันไว้ข้างตัวเหมือนเสื้อผ้า!

เพราะเหมือนว่ามันได้ครอบครองพรที่จะมาถึงแล้ว

จึงทิ้งร่างกายไปโดยไม่กังวล

เดินทางอย่างสงบไปยังหุตสวรรค์ที่ลงมาจากเบื้องบนเพื่อต้อนรับมันด้วยคว

ามยินดี และร่วมกับหุตสวรรค์นั้นผ่านอากาศไปอย่างไม่มีสิ่งกีดขวาง

โดยไม่ถูกโจมตีจากวิญญานแห่งความชั่วร้าย

แต่ขึ้นสู่สวรรค์ด้วยความยินดี ความกล้าหาญ และเสียงร้องขอบคุณ

จนกระทั่งถึงเบื้องพระพักตร์ของผู้สร้าง

และที่นั่นได้รับคำสั่งให้ถูกจัดให้อยู่ท่ามกลางหมู่ชนผู้มีความดี

จนถึงวันฟื้นคืนชีพทั่วไป (นักบุญเทโอโนสตัส)

51. เช่นเดียวกับที่ซาตานทำสงครามกับพระเจ้าผ่านทางเรา

โดยยุยงให้เราละเมิดพระบัญญัติของพระเจ้า

ซึ่งขัดขวางการบรรลุพระประสงค์ของพระองค์; พระเจ้าก็เช่นกัน

ผ่านทางเรา ขัดขวางแผนการอันทำลายล้างของมารร้าย

โดยช่วยให้เราบรรลุพระประสงค์อันศักดิ์สิทธิ์ของพระองค์

ตามที่แสดงไว้ในพระบัญญัติอันศักดิ์สิทธิ์และประทานชีวิตของพระองค์

ดังนั้น ผ่านความอ่อนแอของมนุษย์

พระเจ้าจึงขัดขวางแผนการของศัตรูที่ต่อต้านพระเจ้า

(นักบุญฟิโลเทโอสแห่งซีนาย)

53. การรบกวนที่จะสอนเพื่อนบ้านนั้นเป็นอันตราย

เพราะอาจทำให้ตนเองตกอยู่ในสิ่งเดียวกันที่ตนต้องการเตือนเขา

ผู้ที่กระทำความบาปไม่สามารถสอนผู้อื่นให้ไม่ทำความบาปได้ (อับบา อีสยาห์)

ใบปลิวมิชชันนารี A11
ผู้บรรณาธิการ: พระสังฆราชอเล็กซานเดอร์ (มิเลียนท์)