

(มีนาคม 2016 )

## “งานเมตตาจิตด้านร่างกายและงานเมตตาจิตด้านจิตใจ”

เพื่อคริสตชนจะได้ดำเนินชีวิตในปีศักดิ์สิทธิ์แห่งเมตตาธรรมนี้ด้วยความเมตตา กรุณา ดังพระบิดาทรงเมตตา กรุณา (เทียบ ลก 6:36) โดยปฏิบัติงานเมตตาจิตด้านร่างกาย และงานเมตตาจิตด้านจิตใจ



วันนี้น้องเปิ้ลได้ไปเยี่ยมคนชราที่บ้านพักคนชราแห่งหนึ่ง เป็นกิจกรรมจิตอาสาที่จัด โดยโรงเรียนคาทอลิกที่น้องเปิ้ลเรียนอยู่ เด็กน้อยรู้สึกประทับใจในกิจกรรมนี้มาก ตก เย็นเมื่อกลับมาถึงบ้านเธอจึงเล่าเรื่องนี้ให้คุณแม่ของเธอฟัง

“คุณแม่ วันนี้หนูไปเยี่ยมคนชราด้วยค่ะ หนูกับเพื่อนๆ ร้องเพลงให้คนชรา ฟัง ไปพูดคุยกับพวกท่าน คุณครูยังให้พวกเราทำกิจกรรมป้อนอาหารคุณตาคุณยาย ด้วยค่ะ” “แล้วหนูรู้สึกอย่างไร” คุณแม่ถาม “ดีจังคุณแม่ หนูรู้สึกว่าหนูกับเพื่อนๆ ทำ ให้ผู้สูงอายุมีความสุข พวกท่านยิ้มเวลาฟังเราร้องเพลง ก่อนที่พวกเราจะกลับ พวก ท่านอวยพรหนูและเพื่อนๆ เป็นการใหญ่เลย ออกมาหนูรู้สึกตัวเบาและมีความสุขอย่าง บอกไม่ถูกค่ะ”

“ดีแล้วละลูกสิ่งที่ลูกทำเป็นกิจกรรมแห่งความรักที่เรียกว่า “งานเมตตาจิต” เป็น งานเมตตาจิตด้านร่างกาย คือ การให้อาหารคนหิวโหย การให้น้ำดื่มแก่ผู้กระหาย การ ให้เสื้อผ้าแก่ผู้ไม่มีนุ่งห่ม การให้ที่พักแก่ผู้ไร้ที่อยู่ การเยี่ยมผู้ป่วย การเยี่ยมผู้ถูกจองจำ และการฟังศพผู้ล่วงลับ” คุณแม่อธิบาย “ดีจังเลยค่ะ” ลูกสาวกล่าวตอบ

(มีนาคม 2016 )

“หนูทราบใหม่ว่าในวันศุกร์ของทุกเดือนตลอดปีศักดิ์สิทธิ์แห่งเมตตาธรรมนี้ พระสันตะปาปาฟรังซิสจะไปปฏิบัติกิจการแห่งเมตตาธรรม ซึ่งพระองค์เป็นแบบอย่างที่ดีแก่เรา ครั้งแรก เมื่อวันศุกร์ที่ 18 ธันวาคม 2015 พระองค์ทรงไปเยี่ยมคนไร้บ้านที่บ้านการ์ติส ตั้งอยู่ใกล้สถานีรถไฟ กลางกรุงโรม ครั้งที่สอง เมื่อวันศุกร์ที่ 15 มกราคม 2016 พระองค์ได้ทรงไปเยี่ยมผู้เกษียณอายุ และยังสามารถเยี่ยมผู้ป่วยซึ่งนอนป่วยอยู่กับเตียงโดยไม่สามารถขยับตัวได้เองแล้วและญาติที่ดูแลผู้ป่วย และเมื่อวันศุกร์ที่ 26 กุมภาพันธ์ 2016 ที่ผ่านมา ในตอนบ่ายพระองค์ทรงเสด็จไปเยี่ยมชุมชนซึ่งให้การบำบัดเยาวชนซึ่งติดยาเสพติด” คุณแม่เล่าต่อ “พระองค์น่ารักและเป็นแบบอย่างที่ดีแก่พวกเราจริงๆ ค่ะ คุณแม่อย่าลืมพาหนูไปทำงานเมตตาจิตด้านร่างกายกันนะคะ” ลูกสาวกล่าวกับคุณแม่ “ได้ซิลูก แต่ยังมีกิจการแห่งความรัก ความเมตตาอีกแบบที่เรียกว่างานเมตตาจิตด้านจิตใจด้วยนะ คือ การสอนผู้ไม่รู้ การให้คำปรึกษาแก่ผู้สงสัย การบรรเทาผู้มีความทุกข์ การตักเตือนคนบาป การอดทนผู้กระทำผิด การให้อภัยแก่ทุกคนที่ทำร้าย และการสวดภาวนาให้ทั้งผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่และผู้ที่ยังสิ้นใจไปแล้ว เขาเป็นว่าวันนี้เรามาทำงานเมตตาจิตด้านจิตใจ โดยการสวดภาวนาอุทิศให้ดวงวิญญาณของคุณตา กับคุณยายของลูกดีไหม” คุณแม่ถาม “ดีค่ะคุณแม่หนูขอไปหยิบสายประคำก่อนนะคะ”



ขอให้ท่านแบ่งปันประสบการณ์ในการแบ่งปันความรักแก่เพื่อนพี่น้องด้วยงานเมตตาจิตด้านร่างกาย และงานเมตตาจิตด้านจิตใจของท่าน

(มีนาคม 2016 )



“เมื่อบุตรแห่งมนุษย์จะเสด็จมาในพระสิริรุ่งโรจน์พร้อมกับบรรดาทูตสวรรค์ทั้งหลาย พระองค์จะประทับเหนือพระบัลลังก์อันรุ่งโรจน์ บรรดาประชาชาติจะมาชุมนุมกันเฉพาะพระพักตร์ พระองค์จะทรงแยกเขาออกเป็นสองพวก ดังคนเลี้ยงแกะแยกแกะออกจากแพะ ให้แกะอยู่เบื้องขวา ส่วนแพะอยู่เบื้องซ้าย แล้วพระมหากษัตริย์จะตรัสแก่ผู้ที่อยู่เบื้องขวาว่า ‘เชิญมาเถิด ท่านทั้งหลายที่ได้รับพระพรจากพระบิดาของเรา เชิญมารับอาณาจักรเป็นมรดกที่เตรียมไว้ให้ท่านแล้วตั้งแต่สร้างโลก เพราะว่า เมื่อเราหิว ท่านให้เรากิน เรากระหาย ท่านให้เราดื่ม เราเป็นแขกแปลกหน้า ท่านก็ต้อนรับ เราไม่มีเสื้อผ้า ท่านก็ให้เสื้อผ้าแก่เรา เราเจ็บป่วย ท่านก็มาเยี่ยม เราอยู่ในคุก ท่านก็มาหา’”

“บรรดาผู้ชอบธรรมจะทูลถามว่า ‘พระเจ้าข้า เมื่อไรเล่าข้าพเจ้าทั้งหลายเห็นพระองค์ทรงหิว แล้วถวายพระกระยาหาร หรือทรงกระหาย แล้วถวายให้ทรงดื่ม เมื่อใดเล่าข้าพเจ้าทั้งหลายเห็นพระองค์ทรงเป็นแขกแปลกหน้า แล้วต้อนรับ หรือทรงไม่มีเสื้อผ้า แล้วถวายให้ เมื่อใดเล่าข้าพเจ้าทั้งหลายเห็นพระองค์ประจวบหรือทรงอยู่ในคุกแล้วไปเยี่ยม’ พระมหากษัตริย์จะตรัสตอบว่า “เราบอกความจริงแก่ท่านทั้งหลายว่า ท่านทำสิ่งใดต่อพี่น้องผู้ต่ำต้อยที่สุดของเราคนหนึ่ง ท่านก็ทำสิ่งนั้นต่อเรา” (มธ 25:31-40)

(มีนาคม 2016 )



คำ หรือวลี หรือประโยคใดจากพระวรสารนักบุญมัทธิวที่ท่านได้ฟังนี้ สะกิดใจท่านมากที่สุด เพราะเหตุใด? พระเจ้ากำลังบอกอะไรท่านผ่านทางพระวาจาที่ท่านได้ฟังในวันนี้?



จากเรื่องราวที่ท่านได้ฟัง และจากพระวาจาของพระเจ้าที่ท่านได้ฟังและใครตรง ท่านมีความตั้งใจที่จะดำเนินชีวิตอย่างไรในปีศักดิ์สิทธิ์แห่งเมตตาธรรมนี้เป็นต้นในการแบ่งปันความรัก ความเมตตาแก่เพื่อนพี่น้องด้วยงานเมตตาจิตด้านร่างกาย และงานเมตตาจิตด้านจิตใจ เพื่อจะได้อุทิศตนเป็นผู้มีเมตตาต่อผู้อื่นดังที่พระเจ้าทรงมีพระเมตตาต่อท่าน?

(มีนาคม 2016 )



### 1. สมณโองการประกาศปีศักดิ์สิทธิ์พิเศษแห่งเมตตาธรรม

ในปีศักดิ์สิทธิ์ เราตั้งใจมีประสบการณ์เปิดใจรับผู้มีชีวิตอยู่ตามชายขอบสังคมที่สังคมสมัยใหม่สร้างขึ้น ในโลกเราทุกวันนี้ มีสถานการณ์ที่ไม่แน่นอนและเจ็บปวดมากเพียงใด ผู้ไม่มีปากมีเสียง เนื้อตัวมีบาดแผลมากเพียงใด เพราะเสียงของพวกเขา ถูกกดให้เงียบหายไป โดยความไม่สนใจใยดีของคนร้ายราย ในช่วงแห่งการเฉลิมฉลองปีศักดิ์สิทธิ์นี้ พระศาสนจักรได้รับการเรียกร้องมากยิ่งขึ้น คือให้ช่วยกันรักษาบาดแผลเหล่านี้ ให้บรรเทาพวกเขาด้วยน้ำมันแห่งความบรรเทาใจ ให้พ้นแผลเขาด้วยความเมตตา และรักษาเขาด้วยความเอื้ออาทรและเอาใจใส่ดูแลอย่างขยันขันแข็ง ขออย่าให้เรากลายเป็นผู้เมินเฉยที่น่าขายหน้า หรือตกอยู่ในงานประจำวันที่จำเจ ซึ่งเป็นอุปสรรคทำให้เราไม่สามารถพบสิ่งใหม่ๆ ขอให้เราอย่ายึดติดอยู่กับนิสัยที่รังแต่จะทำลาย ขอให้เราเปิดตามองความทุกข์ยากในโลก มองดูบาดแผลของบรรดาพี่น้องชายหญิงที่ศักดิ์ศรีของพวกเขาถูกปฏิเสธ ขอให้เราตระหนักว่าเราต้องฟังเสียงร้องตะโกนขอความช่วยเหลือของพวกเขา ขอให้เราออกไปพบและช่วยเหลือพวกเขา เพื่อพวกเขาจะได้รู้สึกอบอุ่นในการอยู่กับเรา ในมิตรภาพและในความเป็นพี่น้องของเรา ขอให้เสียงเรียกร้องของพวกเขาเป็นเสียงของเรา และขอให้เราทำลายกำแพงแห่งความเพิกเฉยที่บ่อยครั้งครอบงำเรา และปิดบังซ่อนเร้นความหลือกวางและความเห็นแก่ตัวของเรา

ตลอดปีศักดิ์สิทธิ์นี้ ข้าพเจ้าปรารถนาอย่างยิ่งที่จะให้บรรดาคริสตชนคำนึงถึงงานเมตตาจิตทั้งด้านร่างกายและด้านจิตใจ ซึ่งเป็นวิธีช่วยปลุกมโนธรรมของเราให้ตื่นขึ้นที่บ่อยครั้งด้านชาไปท่ามกลางความยากจนที่มีอยู่มากมาย ขอให้เราเข้าไปให้ถึงแก่นของพระวรสาร ซึ่งคนยากจนมีประสบการณ์พิเศษในพระเมตตาของพระเจ้า พระเยซู

(มีนาคม 2016 )

เจ้าทรงสอนเราให้รู้จักงานเหล่านี้ในการเทศน์สอนของพระองค์ เพื่อเราจะทราบว่าเราเป็นศิษย์ของพระองค์หรือไม่ ให้เราลองค้นหาว่างานเมตตาจิตด้านร่างกายมีอะไรบ้าง เช่น การให้อาหารคนหิวโหย การให้น้ำดื่มแก่ผู้กระหาย การให้เสื้อผ้าแก่ผู้ไม่มีนุ่งห่ม การให้ที่พักแก่ผู้ไร้ที่อยู่ การเยี่ยมผู้ป่วย การเยี่ยมผู้ถูกจองจำ และการฝังศพผู้ล่วงลับ ขอให้เราย่ำลึมงานเมตตาจิตด้านจิตใจด้วย เช่น การสอนผู้ไม่รู้ การให้คำปรึกษาแก่ผู้สงสัย การบรรเทาผู้มีความทุกข์ การดักเตือนคนบาป การอดทนผู้กระทำความผิด การให้อภัยแก่ทุกคนที่ทำร้าย และการสวดภาวนาให้ทั้งผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่และผู้ที่ยังสิ้นใจไปแล้ว

เราไม่สามารถหลบเลี่ยงพระวาจาของพระเจ้าที่มอบแก่เราได้ พระวาจาจะเป็นมาตรฐานตัดสินว่าเราได้เลี้ยงผู้หิวโหย ให้น้ำดื่มแก่ผู้กระหาย ต้อนรับคนแปลกหน้า ให้เสื้อผ้าผู้ไม่มีเสื้อผ้าใส่ ใช้เวลาอยู่ผู้ป่วย และผู้ถูกจองจำอย่างไร (เทียบ มธ 25:31-45) นอกเหนือจากนี้ เราจะถูกสอบถามว่าเราได้ช่วยผู้อื่นให้หลุดพ้นจากความสงสัย ที่ทำให้พวกเขาตกอยู่ในสภาพสิ้นหวัง ซึ่งบ่อยครั้งเป็นต้นเหตุของความโดดเดี่ยวหรือไม่ เราได้ช่วยเอาชนะความไม่รู้ของผู้คนนับล้านหรือไม่ เป็นต้น เด็กๆ ที่ขาดหนทางที่จะช่วยพวกเขาให้หลุดพ้นจากพันธนาการความยากจน เราเคยได้อยู่ใกล้ชิดกับผู้โดดเดี่ยวและผู้ที่ถูกข่มขู่หรือไม่ว่า เราได้ให้อภัยคนที่บาดหมางใจเรา เราได้ละเว้นความโกรธเกลียดทุกรูปแบบที่นำไปสู่การใช้ความรุนแรงหรือไม่ เรามีความอดทนแบบที่พระเจ้าทรงอดทนกับเราหรือไม่ และเราได้อธิษฐานภาวนาเพื่อพี่น้องชายหญิงของเราหรือไม่ พระเยซูคริสต์ประทับอยู่ใน “ผู้เล็กน้อย” เหล่านี้ พระกายของพระองค์กลายเป็นสิ่งที่เรามองเห็นได้ ในเนื้อหนังของผู้ที่ถูกข่มขู่ ถูกเขี่ย ถูกโบย หรือผู้ที่ขาดอาหารและถูกเนรเทศ... ซึ่งเราต้องรับรู้ เข้าไปสัมผัส และดูแลรักษา ขอให้เราย่ำลึมคำกล่าวของนักบุญยอห์นแห่งไม้กางเขนที่ว่า “ขณะที่เราเตรียมจากชีวิตนี้ไป เราจะถูกพิพากษาบนพื้นฐานของความรัก” (MV, 15)

(มีนาคม 2016 )

## 2. จดหมายอภิบาลเพื่อปีศาจดีลิตีแห่งเมตตาธรรม ค.ศ. 2015-2016 สภาพระสังฆราชคาทอลิกแห่งประเทศไทย

...ขอให้พวกเราไตร่ตรองว่า สมเด็จพระสันตะปาปาฟรังซิสทรงขอร้องให้เราทำอะไรบ้างในปีพิเศษนี้? น่าจะมีสองประเด็นสำคัญด้วยกัน ประเด็นแรกคือการสารภาพบาปอย่างดี และประเด็นที่สองคือการตั้งปณิธานที่จะปฏิบัติเมตตากิจอย่างจริงจัง

ทั้งสองประเด็นนี้มีความเชื่อมโยงกันอย่างไร? นี่เป็นเรื่องสำคัญที่พวกเราจะต้องตระหนักในความรักและความเมตตาเพื่อให้การอภัยของพระเจ้าในศีลอภัยบาปซึ่งเป็นการสัมผัสโดยตรงที่พวกเราจะได้รับพระหรรษทานซึ่งจะรักษาความเจ็บป่วยภายในตัวเรา อีกทั้งจะนำสันติสุขและความปีติยินดีมาสู่วิญญาณของเราด้วย ขณะที่เราได้มีโอกาสสัมผัสกับพระเมตตาของพระเจ้าด้วยตัวเราเองแล้ว เราจึงจะสามารถแบ่งปันพระพรอันประเสริฐสุดนี้กับผู้อื่นซึ่งมีความต้องการพระเมตตาเช่นเดียวกันทั้งฝ่ายกายและฝ่ายจิต

... ข้าพเจ้าใคร่เชิญชวนพี่น้องคาทอลิกแต่ละคนให้ร่วมเฉลิมฉลองศีลศักดิ์สิทธิ์แห่งการคืนดี คือไปรับศีลอภัยบาป อย่างน้อยก็สักครั้งหนึ่งในปีแห่งเมตตาธรรมนี้ และใครที่สามารถก็ขอให้ปฏิบัติเมตตากิจทั้งฝ่ายกายและฝ่ายจิตแก่เพื่อนพี่น้องด้วยปณิธานแน่วแน่อย่างน้อยประเภทละหนึ่งครั้งก็ยิ่งดี

พวกเราทราบกันดีว่างานเมตตากิจฝ่ายกายมีอะไรบ้าง เช่น เลี้ยงคนยากจน ให้นำดื่มแก่คนที่กระหาย ให้เสื้อผ้าแก่คนที่ไม่มีเสื้อผ้าจะใส่ ให้ที่พักพิงแก่คนที่ไม่มีบ้าน จะอยู่ เยี่ยมเยียนคนป่วย ช่วยฝังคนตาย เยี่ยมผู้ต้องกักในเรือนจำ พระเยซูคริสต์ทรงขอร้องให้เรารู้จักพระองค์ในใครก็ตามที่เดือดร้อน “เราบอกความจริงแก่ท่านทั้งหลายว่า ท่านทำอะไรดีต่อพี่น้องผู้ต่ำต้อยที่สุดของเราคนหนึ่ง ท่านก็ทำสิ่งนั้นต่อเราเอง” (มธ. 25: 40)

(มีนาคม 2016 )

พวกเรายังจะไม่ค่อยเข้าใจกันดีสักเท่าไรเกี่ยวกับคำพูดที่เป็นความเมตตาฝ่ายจิต แต่นี่ก็เป็นเรื่องสำคัญสำหรับความมีชีวิตชีวาฝ่ายจิตสำหรับความเชื่อแห่งชุมชนของเรา นั่นคือ 1. การรู้จักสอนแนะนำคนที่ไม่รู้ 2. การให้คำปรึกษาคนที่มีความสงสัยในความเชื่อ 3. การตักเตือนคนบาป 4. การมีอคทนต่อคนที่ผิดใจเรา 5. มีความเต็มใจภัยความผิดของผู้อื่น 6. การบรรเทาใจคนที่มีความเดือดร้อน และ 7. การภาวนาให้กับผู้มีชีวิต และผู้ล่วงลับไปแล้ว เป็นต้น บางประเด็นเราอาจต้องการคำแนะนำปรึกษาจากผู้มีทักษะการอภิบาลหรือมีความสามารถจำเพาะ ส่วนประเด็นอื่นทั้งหลายทั่วไปนั้นเป็นเรื่องของพวกเราที่จะต้องแสดงออกมาในชีวิตประจำวันในฐานะที่เราเป็นศิษย์ของพระเยซูคริสต์...