

RULE OF BENEDICT

(THAI VERSION - ภาคภาษาไทย)

วินัยของคณะเบเนดิกติน

เพื่อใช้อ่านสำหรับวันที่ 1-10 มกราคม 2-44 พฤษภาคม และ 1-10 กันยายน
(สนทนา – บทที่ 2.10)

อรัมภบท (PROLOGUE)

ณ อารามพรตเมฆสีน้ำเงิน (Blue Cloud Abbey)

1 มกราคม – 2 พฤษภาคม- 1 กันยายน

ลูกที่รัก จงฟังด้วยความตั้งใจ

ต่อพระบัญชาแห่งพระอาจารย์ของท่าน

และเงี้ยวแห่งดวงใจของท่าน (สภษ. 4: 20)

จงรับไว้ด้วยความเต็มใจและนำไปปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพ

ซึ่งคำแนะนำของพระบิดาผู้ทรงนารักของท่านว่า

อาศัยความพยายามนบนอบของท่าน

ท่านอาจหวนกลับไปหาพระองค์

ซึ่งท่านได้สลัดทิ้งพระองค์ไปเพราะความดีร้อนไม่ยอมนบนอบ

ของท่าน

เพราะฉะนั้นบัดนี้ เราจึงอยากที่จะพูดกับท่าน

ไม่ว่าท่านจะเป็นใครก็ตาม

ผู้ปฏิเสธอำเภोजิตตนเอง

เพื่อทำสงครามภายใต้พระคริสต์เจ้าผู้ทรงเป็นกษัตริย์แท้จริง
และกำลังจับอาวุธที่สุกใสแข็งแกร่งแห่งความนบเนียน
ก่อนสิ่งใดสิ้น

ไม่ว่าท่านจะเริ่มทำกิจกรรมดีใดๆ

จงวอนพระเจ้าอย่างจริงใจด้วยการภาวนาเพื่อที่จะทำให้
สำเร็จอย่างครบครันที่สุด

เพื่อพระองค์ซึ่งกำหนดให้เราเป็นบุตรของพระองค์

จะได้ไม่ต้องมีวันเสียใจเพราะการกระทำชั่วร้ายของเรา

เพราะเราต้องรับใช้พระองค์เสมอ

ด้วยสิ่งดีๆที่พระองค์ทรงมอบให้ไว้แก่เรา

เพื่อพระองค์จะไม่ทรงพิโรธตัดเราออกจากการเป็นบุตรของ
พระองค์

และจะไม่เป็นเจ้านายใจอำมหิตที่ถูกยั่วยุด้วยการกระทำที่ชั่ว
ร้ายของเรา

จนต้องประทานโทษนิรันดร์ให้แก่เรา

ผลมาจากการเป็นคนรับใช้ที่ชั่วร้าย ไม่ยอมติดตามพระองค์
ไปสู่พระสิริรุ่งโรจน์

วันที่ 2 มกราคม – วันที่ 3 พฤษภาคม – วันที่ 2 กันยายน

เพราะฉะนั้น ในที่สุดแล้วขอให้เราจงลุกขึ้น

เพราะพระคัมภีร์กระตุ้นให้เราลุกขึ้นโดยกล่าวว่า

“บัดนี้ถึงเวลาแล้วที่เราต้องตื่นขึ้นจากการนอนหลับ” (รม. 13:
11)

ขอให้เราจงเปิดตาดูแสงสว่างของพระเจ้า

ขอให้เราจงเงี่ยหูตั้งใจฟัง

คำเตือนที่เสียงของพระเจ้าเรียกร้องมายังเราทุกวัน

“วันนี้หากท่านได้ยินเสียงของพระองค์
ก็จงอย่าได้ทำใจเฉยเลย” (สดด. 94 [95] : 8)

และอีกประการหนึ่ง

“ผู้ใดมีหูรับฟัง

ก็จงฟังสิ่งที่พระจิตตรัสกับพระศาสนจักร” (มธ. 11-15; วว. 2: 7)

พระจิตตรัสว่าอย่างไร?

“ลูกรัก จงมาฟังเรา

เราจะสอนท่านให้รู้จักยำเกรงพระเจ้า” (สดด. 33 [34]: 12)

“จงรีบวิ่งไปในขณะที่ท่านยังมีแสงสว่างแห่งชีวิต

ก่อนที่ความมืดแห่งความตายจะมาครอบงำท่าน” (ยน. 12: 35)

3 มกราคม – 4 พฤษภาคม – 3 กันยายน

พระเจ้าทรงหาคนงานของพระองค์

ท่ามกลางฝูงชนร้องเสียงดัง

กล่าวซ้ำแล้วซ้ำเล่าว่า

“ใครเป็นผู้ที่จะมีชีวิต

และปรารถนาที่จะได้เห็นวันที่ดี” (สดด. 33 [34] : 13?)

และหากได้ยินพระองค์แล้ว ท่านตอบว่า

“ข้าพเจ้าเป็นคนหนึ่งพระเจ้าข้า”

พระเจ้าจะตรัสกับท่านว่า

“หากท่านอยากได้ชีวิตแท้จริงและนิรันดร
จงรักษาลิ้นของท่านให้รอดจากการพูดชั่ว

และระวังปากอย่าพูดเท็จ

จงละทิ้งความชั่วและกระทำความดี

จงแสวงหาสันติสุขและเฝ้าติดตาม” (สดด. 33 [34]: 14-15)

เมื่อท่านได้กระทำสิ่งเหล่านี้แล้ว

สายพระเนตของเราจะจ้องมาที่ท่าน
 พระกรรมของเราจะคอยฟังท่าน
 เราจะเปิดพระกรรมฟังคำภาวนาของท่าน
 และก่อนที่ท่านจะเรียกหาเรา
 เราจะกล่าวกับท่านว่า
 ‘นี่แน่ะ เราอยู่ที่นี้แล้ว’ (สดด. 33 [34]: 16; อสย. 65: 24; 58: 9)
 ลูกรัก จะมีอะไรที่อ่อนหวานสำหรับเรามากไปกว่านี้
 เสียงของพระเจ้าทรงเชื่อเชิญเรา?
 ท่านเอ๋ย ในน้ำพระทัยนารักของพระองค์
 พระเจ้าทรงแสดงให้เราเห็นหนทางแห่งชีวิต

วันที่ 4 มกราคม – 5 พฤษภาคม – 4 กันยายน
 ดั่งนั้นจงคาดเชือกสะเอวของเรา
 ด้วยความเชื่อและการกระทำกิจการดี (อฟ. 6: 14)
 ขอให้เราเดินไปตามรอยพระบาทของพระองค์
 โดยอาศัยการชี้นำของพระคัมภีร์
 เพื่อที่เราจะได้เป็นผู้สมควรที่จะพบพระองค์
 ผู้ทรงเรียกเราไปยังพระอาณาจักรของพระองค์ (1 ธส. 2: 12)
 เพราะหากเราอยากอยู่ในพลับพลาแห่งพระอาณาจักรนั้น
 เราต้องรีบวิ่งไปยังเป้าหมายที่นั่นด้วยการทำความดี
 มิฉะนั้นเราไม่มีทางจะไปถึงได้
 แต่ให้เราถามพระเจ้าพร้อมกับประกาศก
 “พระเจ้าข้า ผู้ใดจะเข้าไปอยู่ในพลับพลาของพระองค์
 หรือผู้ใดจะได้ไปพักผ่อนบนนภเชาคักดิ์สิทธิ์ของพระองค์”
 (สดด. 14[15]:1)?
 พี่น้องชายหญิงที่รัก หลังตั้งคำถามนี้แล้ว

ให้เราคอยฟังคำตอบของพระองค์

ในขณะที่พระองค์ทรงตอบและแสดงให้เราเห็นถึงหนทางไปสู่
พลัมพลาโดยตรัสว่า

“เขาผู้นั้นเป็นผู้ที่เดินไปโดยไร้จุดต่างพล้อยและปฏิบัติความ
ยุติธรรม

ผู้ที่พูดความจริงจากใจ

ไม่เคยใช้ลิ้นพูดจาโกหกหลอกลวง

ไม่เคยประพฤติชั่วต่อเพื่อนบ้าน

ไม่เคยทำให้เพื่อนบ้านเสียใจ”

เขาผู้นี้เป็นผู้ซึ่ง

แม้อยู่ภายใต้การล่อลวงใดๆจากปีศาจชั่วร้าย

แต่จะไม่ได้รับความเสียหายหรืออันตรายใดๆ (สดด. 14[15]:
4)

เขาจะเหวี่ยงปีศาจและการล่อลวงของมันไปจากสายตาแห่ง
ดวงใจ

และผู้ที่ปลุกปั่นความคิดของเขา

ในขณะที่เขายังเป็นเด็ก

และทำให้ความคิดเหล่านั้นต่อต้านพระเจ้า (สดด. 14[15]: 4;
136[137]: 9)

เป็นเขาเหล่านั้นแหละซึ่ง

ยำเกรงพระเจ้า (สดด. 14[15]: 4)

จะไม่เย่อหยิ่งในการปฏิบัติความดีของตน

แต่

เชื่อมั่นว่าความดีที่มีอยู่ในตน

ไม่สามารถมาจากตนเอง แต่ต้องมาจากพระเจ้า

จึงสรรเสริญผลงานของพระเจ้าในตน (สดด. 14[15]: 4)

โดยใช้คำพูดของประกาศกว่า

“ไม่ใช่สำหรับข้าพเจ้า ข้าแต่พระเจ้า ไม่ใช่สำหรับข้าพเจ้า แต่เพื่อการถวายพระสิริมงคลรุ่งโรจน์แด่พระนามของพระองค์ (สดด. 113[115:1]: 9)

อัครสาวกเปาโลก็เช่นเดียวกัน

ท่านไม่ให้คุณค่าใดต่อความสำเร็จในการเทศนาของท่านต่อตนเอง

แต่กล่าวว่า

“อาศัยพระหรรษทานของพระเจ้า ข้าพเจ้าเป็นสิ่งที่ข้าพเจ้าเป็น” (1 คร. 15: 10)

แล้วท่านยังกล่าวอีกว่า

“ผู้ใดจะทำการสรรเสริญ ขอให้เขาสรรเสริญในพระเจ้า” (2 คร. 10: 17)

วันที่ 5 มกราคม – 6 พฤษภาคม – 5 กันยายน

ดังนั้นพระเจ้าจึงตรัสในพระวรสารว่า

“ผู้ใดฟังพระวาจาเหล่านี้ของเราและนำไปปฏิบัติ

เราจะเปรียบเขาได้กับคนฉลาด

ซึ่งสร้างบ้านบนศิลา

เกิดน้ำท่วม

ลมแรงปะทะบ้าน

บ้านก็จะไม่พังทลาย

เพราะว่ามันสร้างอยู่บนศิลา (มธ. 7: 24-25)

เมื่อทรงสร้างความมั่นใจให้กับเราเช่นนี้แล้ว

พระเจ้าทรงรอเราทุกวัน

เพื่อที่เราจะได้ตอบสนองด้วยการกระทำต่อคำเตือนของพระองค์

วันเวลาแห่งชีวิตนี้ถูกทำให้ยืดยาวออกไป

เหมือนกับเป็นเหตุผลที่ทรงประทานเวลาให้เรา
 เพื่อที่เราจะได้จัดการแก้ไขวิถีชั่วร้ายของเรา
 ดังที่อัครสาวกเปาโลกล่าวว่
 “ท่านไม่รู้หรือว่าความอดทนของพระเจ้ากำลังเชื่อเชิญให้
 ท่านเสียใจในบาป (รม. 2: 4)
 เพราะพระเจ้าผู้ทรงเมตตาบอกเราว่า
 “เราไม่ปรารถนาความตายของคนบาป
 แต่ต้องการให้คนบาปกลับใจและทำที่ชีวิต” (อสค. 33: 11)

วันที่ 6 มกราคม – วันที่ 7 พฤษภาคม – วันที่ 6 กันยายน
 ดังนั้น พี่น้องชายหญิงที่รักทั้งหลาย เราได้ทูลวอนพระเจ้า
 ผู้ซึ่งประทับอยู่ในพลับพลาของพระองค์
 และเราได้ยินพระบัญชาของพระองค์
 ต่อทุกคนที่จะไปอยู่ที่นั่น
 เป็นเรื่องของเราที่จะต้องปฏิบัติหน้าที่เหล่านั้น
 เพราะฉะนั้นเราต้องเตรียมใจกายของเรา
 เพื่อทำสงครามภายใต้การนบถที่ศักดิ์สิทธิ์ต่อพระบัญชา
 ของพระองค์
 และขอให้เราทูลพระเจ้าว่า
 ขอให้พระองค์ประทานความช่วยเหลือแห่งพระหรรษทาน
 ของพระองค์แก่เรา
 สำหรับทุกสิ่งที่ยุทธชาติของเราพบว่ามันทำไม่ได้
 และหากเราต้องการหลีกเลี่ยงพ้นจากขุมไฟนรก
 แล้วบรรลุชีวิตนิรันดร
 ตราบไธที่เรายังมีเวลา
 ตราบไธที่เรายังมีชีวิตอยู่ในร่างกาย

ยังสามารถที่จะปฏิบัติตามสิ่งเหล่านี้ได้
 โดยอาศัยความสว่างแห่งชีวิตนี้
 เราต้องรีบทำมันเดี๋ยวนี้
 สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อเราตราบนิรันดร์

วันที่ 7 มกราคม – วันที่ 8 พฤษภาคม – วันที่ 7 กันยายน

ดังนั้นเราจึงจัดตั้ง

โรงเรียนเพื่อรับใช้พระเจ้า

ในการตั้งโรงเรียนเราหวังจะไม่นำอะไรที่ลำบากและเป็นภาระ
 มาให้

แต่หากมีความเข้มงวดอะไรซึ่งเป็นผลของพระบัญญัติ

เพื่อแก้ไขข้อเสียและเพื่อดำรงไว้ซึ่งความรัก

ก็จงอย่าได้หมดกำลังใจ แล้วรีบหนีไปจากหนทางแห่งความ
 รอด

ซึ่งทางแห่งความรอดนั้นเป็นอย่างอื่นไปไม่ได้นอกจากทาง
 แคบ (มธ. 7: 14)

เพราะในขณะที่เรากำลังก้าวหน้าไปในชีวิตนักบวชและใน
 ความเชื่อ

หัวใจของเราจะพองขยายขึ้น

และเราวิ่งไปในหนทางแห่งพระบัญญัติของพระเจ้า

ด้วยความชื่นชมยินดีแห่งความรักอันหาคำมาบรรยายมิได้

ดังนั้นจงอย่าได้ห่างเหินไปจากโรงเรียนของพระองค์

แต่จงยืนหยัดอยู่ในอารามติดตามคำสอนของพระองค์

จนกระทั่งท่านจะตายไป

อาศัยความเพียรทนเราจะได้มีส่วนร่วมในมหาทรมานของ
 พระคริสตเจ้า (1 ปต. 4: 13)

และคู่ควรที่จะมีส่วนในพระอาณาจักรของพระองค์.

บทที่ 1: ประเภทนักพรต

วันที่ 8 มกราคม – วันที่ 9 พฤษภาคม – วันที่ 8 กันยายน

เป็นที่ทราบกันดีว่ามีนักพรตอยู่ 4 ประเภท

ประเภทแรกคือ “Cenobites”

ได้แก่พวกที่ดำเนินชีวิตในอารามฤๅษีต่างๆ

และรับใช้ภายใต้ระเบียบข้อบังคับของอธิการ

ประเภทที่สองคือ “Anchorites” หรือ “Hermits”:

ซึ่งได้แก่

ผู้ที่ไม่ศรัทธาร้อนรนเหมือนตอนแรกแห่งการปฏิรูปของพวกเขา

และหลังจากที่ทดลองอยู่เป็นเวลานานในอาราม

ได้รับการเรียนรู้จากความช่วยเหลือของเพื่อนฤๅษี

ว่าจะต้องต่อสู้กับปีศาจอย่างไร

แล้วจึงก็ออกไปจากคณะ

สู่ความสันโดษเพื่อต่อสู้ในทะเลทราย

บัดนี้พวกเขามีความสามารถ

ไม่ต้องอาศัยความช่วยเหลือของผู้ใดนอกจากพระเจ้า

ในการต่อสู้มือเปล่ากับความชั่วร้ายของเนื้อหนัง

และความคิดชั่วของตน

ประเภทที่สามเป็นประเภทน่าซังซึ่งได้แก่ “Sarabaites”

พวกนี้ไม่เคยถูกทดสอบ

ดุจทองคำในเตาหลอม (ปชญ. 3: 6)

ด้วยวินัยหรือบทเรียนแห่งประสบการณ์

จึงนิ่มเหมือนตะกั่ว

ในการงานพวกเขายังรักษาความเชื่อไปพร้อมกับโลก
 ทรงผมของพวกเขาแสดงให้เห็นว่าพวกเขาเป็นคนโกหกต่อ
 หน้าพระพักตร์พระเจ้า
 พวกเขาดำเนินชีวิตด้วยกันสองคน หรือสามคน หรือคนเดียว
 โดยปราศจากนายชุมพา
 ในฝูงแกะของพวกเขาแต่ไม่ใช่ฝูงแกะของพระเจ้า
 วินัยของพวกเขาคือความปรารถนาหาความสุขให้กับตนเอง
 ไม่ว่าอะไรเข้าไปสู่ความคิดหรือดึงดูดใจพวกเขา
 ที่พวกเขาบอกว่าศักดิ์สิทธิ์
 สิ่งใดที่พวกเขาไม่ชอบ พวกเขาถือว่าไม่ชอบด้วยกฎวินัย
 ประเภทที่สี่เป็นพวกที่เรียกว่า “Gyrovagues”
 พวกนี้ใช้ทั้งชีวิตท่องจากจังหวัดหนึ่งไปยังอีกจังหวัดหนึ่ง
 อยู่เป็นแขกของอารามต่างๆ
 ครั้งละสามวันบ้างสี่วันบ้าง
 แล้วก็ท่องต่อไปไม่อยู่กับที่
 พวกเขาทำตามอำเภอใจตนเอง
 ตกเป็นเหยื่อของการโลภอาหาร
 เลวร้ายกว่าพวก “Sarabaites” ทุกกรณี
 มีพฤติกรรมน่าชังทุกอย่าง
 คิดว่าเจียบดีกว่าที่จะพูดถึงพวกนี้.
 ดังนั้นเมื่อกล่าวถึงสี่กลุ่มนี้แล้ว
 ให้เราดำเนินต่อไปโดยอาศัยความช่วยเหลือของพระเจ้า
 เพื่อตั้งพระวินัยสำหรับนักพรตที่มีความเข้มแข็งที่สุด คือ
 “Cenobites”

บทที่ 2: อธิการของอารามควรเป็นบุคคลชนิดใด

วันที่ 9 มกราคม – วันที่ 10 พฤษภาคม – วันที่ 9 กันยายน

อธิการที่คู่ควรกับการดูแลอาราม

ควรต้องจดจำไว้เสมอว่าตนถูกเรียกมาเพื่ออะไร

และดำเนินชีวิตให้สมกับที่ได้ชื่อว่าเป็นอธิการ

เพราะเชื่อว่าท่านทำหน้าที่ของพระคริสตเจ้าในอาราม

ท่านได้รับชื่อในพระนามของพระองค์

ซึ่งได้มาจากคำพูดของอัครสาวก

“ท่านได้รับชีวิตจิตการเป็นบุตรบุญธรรม ...

ซึ่งทำให้เราร้องออกมาว่า “อับบา พ่อเจ้า” (รม. 8: 15)

ดังนั้นอธิการไม่ควรสอน ตั้งกฎ หรือสั่ง

สิ่งใดก็ตามที่ขัดกับพระบัญชาของพระเจ้า

ตรงกันข้าม

คำสั่งและคำสอนของท่าน

ควรเป็นเชื้อเพลิงแห่งความยุติธรรม

ที่ทราบซึมเข้าไปในจิตใจของศิษย์

วันที่ 10 มกราคม – วันที่ 11 พฤษภาคม – วันที่ 10 กันยายน

ขอให้อธิการคำนึงเสมอว่า

ในการพิพากษาเที่ยงตรงของพระเจ้า

จะมีการตรวจสอบสองเรื่องด้วยกัน

คำสอนของเธอและการนบนอบของบรรดาศิษย์

และให้อธิการมั่นใจได้ว่า

ความบกพร่องใดๆ

ที่เจ้านายของบ้านพบในฝูงแกะ

จะเป็นโทษของผู้ดูแลฝูงแกะ

ในอีกด้านหนึ่ง

หากนายชุมพาขยันอภิบาลฝูงแกะ

ที่ไว้ระเบียบไม่อยู่กับร่องกับรอย

และพยายามหาทางแก้ไขทุกวิถีทางกับพฤติกรรมที่ไม่ดีของ
ฝูงแกะ

เมื่อนั้นเธอจะรอดพ้นจากคำพิพากษาของพระเจ้า

และอาจกล่าวกับพระเจ้าดุจประกาศกว่า

“ข้าพเจ้ามิได้ปิดบังความยุติธรรมของพระองค์ในใจข้าพเจ้า
ข้าพเจ้าประกาศความจริงและความรอดของพระองค์” (สดด.
39 [40]: 11)

“แต่พวกเขาสงบประมาทและไม่ฟังข้าพเจ้า” อสย. 1: 2; อสค.
20: 27)

และสุดท้าย ให้ความตายซึ่งหลีกเลี่ยงไม่ได้

ลงโทษบรรดาฝูงแกะภายใต้ความดูของท่านที่ไม่บนอบ
เหล่านั้น

ใช้อ่านสำหรับวันที่ 11-20 มกราคม, 12-21 พฤษภาคม, 11-20
กันยายน (บทที่ 2.11-4.1)

บทที่ 2.11: อธิการควรจะเป็นบุคคลแบบใด

วันที่ 11 มกราคม – 12 พฤษภาคม – 11 กันยายน

เพราะฉะนั้นเมื่อผู้ใดได้ชื่อว่าเป็นอธิการ

เขาควรปกครองศิษย์ด้วยหลักสองประการ

กล่าวคือ

เขาควรแสดงให้เห็นศิษย์ทราบทุกอย่างที่ดีและศักดิ์สิทธิ์

โดยการปฏิบัติตนเป็นแบบฉบับมากกว่าโดยคำพูด

ด้วยการอธิบายบัญญัติของพระเจ้าด้วยวาจา

กับผู้มีปัญญาในหมู่ศิษย์

แต่แสดงให้เห็นบัญญัติของพระเจ้าด้วยการปฏิบัติของตน

สำหรับผู้ที่มิมีจิตใจหยาบและแข็งกระด้าง
และไม่ว่าเขาจะสอนอะไรให้กับศิษย์
ที่ขัดแย้งกับพระบัญญัติของพระเจ้า
ให้เขาแสดงด้วยการกระทำเป็นแบบอย่างว่าอะไรเป็นสิ่งที่ไม่
ควรกระทำ

มิฉะนั้นในขณะที่ตนสอนผู้อื่น ตนกลับเป็นผู้ที่ทำผิดพลาดเอง
(1 คร. 9: 27)

เพื่อมิให้พระเจ้าตรัสกับเขาในวันหนึ่งถึงบาปของเขาว่า
เหตุใดท่านถึงประกาศธรรมบัญญัติของเรา
และนับถือพันธสัญญาของเราด้วยปาก
ในขณะที่ท่านรังเกียจพระวินัย
และละทิ้งพระวาจาของเราไว้เบื้องหลัง” (สดด. 49[50]:
16317?

แล้วก็อีกประการหนึ่ง

“ท่านกำลังมองหาเศษผลในตาของพี่น้อง
และไม่เห็นท่อนซุงในตาของท่าน” (มธ. 7: 3)

วันที่ 12 มกราคม – วันที่ 13 พฤษภาคม – วันที่ 12 กันยายน

เขาจงอย่าได้แยกตัวบุคคลในอาราม

เขาจงอย่ารักคนหนึ่งมากกว่าอีกคนหนึ่ง

นอกจากว่าเขาพบว่าคนหนึ่งดีกว่าคนอื่น

ในการทำงานดีหรือในความนอบนอบ

เขาต้องไม่เลื่อนตำแหน่งให้กับผู้มาจากตระกูลสูง

ก่อนที่จะเลื่อนตำแหน่งให้กับผู้ที่เคยเป็นทาส

นอกจากว่าจะมีเหตุผลที่ดีอย่างอื่น

แต่หากอธิการด้วยเหตุผลที่ดีคิดว่าเหมาะสมที่จะทำเช่นนั้น

ให้เขาเลื่อนตำแหน่งให้กับผู้ใดก็ได้

มิฉะนั้นก็ให้พวกเขาดำรงในตำแหน่งที่เหมาะสมสำหรับพวกเขา

เพราะไม่ว่าจะเป็นทาสหรือเป็นไทเราทุกคนเป็นหนึ่งเดียวกัน
ในพระคริสตเจ้า (กท.3: 28)

และแบกพันธกิจที่เท่าเทียมกันแห่งการรับใช้
ในกองทัพของพระเจ้าองค์เดียวกัน

เหตุว่าสำหรับพระเจ้ามีการค้ำประกันว่าท่านจะเป็นใคร (รม. 2:
11)

มีเหตุผลประการเดียวที่เราจะเป็นที่โปรดปรานในสาย
พระเนตรของพระองค์

หากพบว่าเราดีกว่าผู้อื่นในกิจการดีและในความสุขภาพ
ดังนั้นจึงขอให้อธิการแสดงความรักเท่าเทียมกันต่อทุกคน
ใช้พระวินัยเดียวกันสำหรับทุกคน

ไม่ว่าพวกเขาจะมีนิสัยอย่างไร

วันที่ 13 มกราคม – วันที่ 14 พฤษภาคม – วันที่ 13 กันยายน
ในการสอนของตน

อธิการควรใช้สูตรของอัครสาวกเสมอ:

“จงว่ากล่าว จงตักเตือน จงให้กำลังใจ” (2 ทธ. 4: 2)

บางครั้งขู่ บางครั้งปลอบประโลมใจ

แล้วแต่โอกาสจะอำนวย

เดี๋ยวก็แสดงสีหน้าเจ้านาย

เดี๋ยวก็แสดงความรักเยี่ยงมารดา

นั่นหมายความว่า

ศิษย์คนใดซุกซนไว้ระเบียบ

เขาต้องตำหนิค่อนข้างรุนแรง

คนไหนที่นบนอบ สุขภาพ อดทน

เขาจะชี้ นำให้ก้าวหน้าในคุณธรรม
 สำหรับคนที่เกียจคร้านหัวดี อธิการมีหน้าที่ต้องตำหนิและหา
 ทางแก้ไข
 และเขาต้องไม่ปิดตาต่อการละเมิดพระวินัย
 แต่เพราะเขามีอำนาจ
 ให้เขาถอนรากถอนโคนความผิดเหล่านั้น
 ในทันทีทันใดที่เห็นมันปรากฏขึ้น
 โดยระลึกถึงชะตากรรมของเฮลีผู้เป็นสมณะแห่งซีโล (1 พกษ.
 2-4)
 สำหรับผู้ที่มีอุปนิสัยดีและมีความเข้าใจดี
 ให้ตักเตือนครั้งที่หนึ่งและครั้งที่สอง
 แต่สำหรับคนที่มีนิสัยกล้าบ้าบิ่น แข็งกระด้าง เย่อหยิ่ง และไม่
 นบนอบ
 อธิการต้องรีบตัดไฟต้นลมตั้งแต่สังเกตเห็นนิสัยเหล่านั้นเริ่ม
 ต้น
 ด้วยการเขียนตีหรือลงโทษทางกายบางอย่าง
 โดยทราบถึงสิ่งที่มีจารึกไว้ว่า:
 “คนโง่ต้องไม่แก้ไขด้วยวาจา” สภษ. 18: 2; 29: 19)
 แล้วก็อีกแห่งหนึ่ง:
 “จงเขียนบุตรชายของท่านด้วยไม้เรียว
 แล้วท่านจะช่วยวิญญาณเขาให้รอดพ้นจากความตาย” (สภษ.
 23: 13-14)

วันที่ 14 มกราคม – วันที่ 15 พฤษภาคม – วันที่ 14 กันยายน
 อธิการควรจำไว้เสมอว่าตนเป็นใคร
 และตนถูกเรียกมาเพื่ออะไร
 และควรทราบด้วยว่าจนมอบหน้าที่ให้กับใครมากเท่าใด

ตนก็ยิ่งจะต้องมีความรับผิดชอบมากขึ้นเท่านั้น (ลก. 12: 48)

ให้เขาเข้าใจด้วยว่า

ภารกิจที่ตนรับมานั้นเป็นงานยากและท้าทาย

ดูแลวิญญาณพร้อมกับปรับตัวให้เข้ากับอุปนิสัยใจคอต่างๆ
ของศิษย์

บางคนเขาต้องปลอม บางคนต้องตำหนิอย่างรุนแรง บางคน
ต้องชกชวาน

แล้วแต่นิสัยของแต่ละคนและตามความเข้าใจของตน

ดังนั้นเขาต้องปรับตัวให้เข้ากับทุกคน

ชนิดที่ว่าเขาไม่เพียงแต่จะไม่สูญเสียอะไรไป

ในฝูงแกะที่ถูกมอบไว้ให้อยู่ภายใต้การดูแลของตน

แต่จะมีความชื่นชมยินดีในการที่ฝูงแกะที่ดีมีจำนวนเพิ่มขึ้น

วันที่ 15 มกราคม – วันที่ 16 พฤษภาคม – วันที่ 15 กันยายน
ที่สำคัญอธิการต้องไม่ละเลยหรือลดคุณค่า

สวัสดิการของดวงวิญญาณที่มอบมาให้ตนดูแล

ต้องไม่ใส่ใจกับการเอาใจ สนใจกับสิ่งที่เป็นของโลก หรือสิ่ง
ที่สลายไปได้

แต่เขาต้องจำใส่ใจไว้เสมอว่า

ตนเป็นผู้รับผิดชอบดูแลวิญญาณ

และตนจะต้องรับผิดชอบต่อพวกเขา

และหากตนตกอยู่ในภาวะขาดแคลนเรื่องวัตถุ

ก็ขอให้คิดถึงสิ่งที่มีการจารึกไว้:

“ก่อนอื่นจงแสวงหาพระอาณาจักรของพระเจ้าและความเที่ยง
ธรรมของพระองค์

แล้วทุกๆสิ่งจะถูกมอบให้แก่ท่าน” (สดด. 33 [34]: 10)

แล้วยังมีอีกประโยคหนึ่ง:

“จะไม่มีสิ่งใดขาดเหลือสำหรับผู้ที่ยำเกรงพระองค์”

ดังนั้นขอให้เขาทราบว่า

ผู้ได้รับหน้าที่ให้ดูแลวิญญาณ

ต้องเตรียมตัวที่จะต้องรับผิดชอบต่อดวงวิญญาณ

ไม่ว่าจำนวนสมาชิกจะมากน้อยแค่ไหนในความดูแลของตน

เขาไม่ต้องสงสัยเลยว่าในวันพิพากษา

เขาจะต้องให้การกับพระเจ้าเกี่ยวกับดวงวิญญาณเหล่านั้น

รวมถึงเกี่ยวกับดวงวิญญาณของตนเองด้วย

ดังนั้นการเข้าใจอยู่เสมอ

เกี่ยวกับการพิพากษาที่จะตามมาในฐานะที่เป็นนายชุมพา

(อสค. 34)

เกี่ยวกับฝูงแกะที่มอบหมายไว้ให้กับเขา

และความร้อนใจเกี่ยวกับความรับผิดชอบที่ตนต้องรับแทนผู้

อื่น

จะทำให้เขาระมัดระวังในการทำหน้าที่ของตน

และอาศัยการตักเตือนเขาช่วยให้ผู้อื่นแก้ไขความผิดพลาด

ได้

เขาก็จะพ้นมลทินใดๆทั้งสิ้น

บทที่ 3: การเรียกพี่น้องให้มารับคำปรึกษา

วันที่ 16 มกราคม – วันที่ 17 พฤษภาคม – วันที่ 16 กันยายน

ทุกครั้งที่มีเรื่องสำคัญต้องทำ

ในอาราม

ให้อธิการเรียกสมาชิกทุกคนในคณะให้มาพร้อมหน้ากัน

พร้อมกับอธิบายสิ่งที่ต้องทำ

เมื่อฟังคำแนะนำจากบรรดาพี่น้องแล้ว
ให้อธิการรวบรวมความคิดเห็นไว้ภายในใจ
แล้วทำการตัดสินใจทำสิ่งที่เห็นว่าดีและเหมาะสมที่สุด
เหตุผลที่เราบอกว่าคุณควรเรียกทุกคนให้มาปรึกษากัน
ก็คือพระเจ้า บ่อยครั้งเผยแสดงให้ผู้เยาว์ทราบว่าอะไรคือสิ่ง
ที่ดีที่สุด

ขอให้บรรดาพี่น้องช่วยกันแสดงความคิดเห็น
โดยคำนึงว่าต้องมีความสุภาพเสมอ
และไม่ยื่นกระดาษขาดเดี่ยวเอาแต่ปกป้องความคิดของตน
แต่ให้การตัดสินใจเป็นความคิดของอธิการ
และยอมรับทุกสิ่งที่อธิการตัดสินใจเพื่อสวัสดิการและความดี
ของพวกเขา

แต่เพื่อความเหมาะสม
สำหรับศิษย์ที่ต้องนบনอบอาจารย์
การทำหน้าที่ของเขาต้องเป็นเช่นเดียวกัน
คือการจัดการทุกสิ่งด้วยความเฉลียวฉลาดรอบคอบและด้วย
ความยุติธรรม

วันที่ 17 มกราคม – วันที่ 18 พฤษภาคม – วันที่ 17 กันยายน
เพราะฉะนั้นให้ทุกสิ่งให้ทุกคนปฏิบัติพระวินัยดุจเป็นผู้ชี้แนะ
และอย่าให้มีผู้ใดห้าวหาญที่จะทำผิดต่อพระวินัย
อย่าให้ผู้ใดในอารามทำตามอำเภอใจของตน
และอย่าให้มีผู้ใดกล้าโต้เถียงกับอธิการ
แบบคนตี้อร้นไม่ว่าจะเป็นในอารามหรือนอกอาราม
แต่หากมีผู้ใดบังอาจทำดังกล่าว
ให้ผู้นั้นต้องรับโทษตามพระวินัย

ตลอดเวลา

อธิการเองควรทำทุกสิ่งด้วยความยำเกรงต่อพระเจ้า
และปฏิบัติตามพระวินัย

โดยทราบดีปราศจากความสงสัยใดๆว่า

ตนต้องรับผิดชอบกับการตัดสินใจของตนทุกอย่าง

ต่อพระเจ้าผู้พิพากษาที่เที่ยงตรงที่สุด

แต่หากงานที่ต้องทำเพื่อประโยชน์ของอาราม

มีความสำคัญไม่มาก

ให้อธิการนำเรื่องไปปรึกษากับผู้ที่มีอาวุโสเท่านั้น

มีการจารึกไว้ว่า:

จงทำทุกอย่างโดยมีการปรึกษากันก่อน

แล้วท่านจะไม่เสียใจหลังจากที่ท่านทำงานนั้นเสร็จแล้ว

(วนฉ. 32: 24)

บทที่ 4: เครื่องมือของการทำงานอย่างดีคืออะไร

วันที่ 18 มกราคม – วันที่ 19 พฤษภาคม – วันที่ 18 กันยายน

1. ก่อนอื่นใดจงรักพระเจ้าด้วยสิ้นสุดจิตใจ สิ้นสุดวิญญาณ และสิ้นสุดพลัง
2. แล้วให้รักเพื่อนบ้านเสมือนรักตนเอง
3. ไม่ฆ่าคน
4. ไม่ทำผิดประเวณี
5. ไม่ลักขโมย
6. ไม่ปรารถนาอยากได้ของผู้อื่น
7. ไม่เป็นพยานเท็จ
8. ให้เกียรติทุกคน (1 ปต. 2: 17)
9. ไม่ปฏิบัติต่อผู้อื่นสิ่งที่ไม่อยากให้ผู้อื่นปฏิบัติต่อตน

10. ปฏิเสธตนเองเพื่อที่จะติดตามพระเยซูคริสต์เจ้า
11. กำราบร่างกาย
12. ไม่หลงติดอยู่กับความสนุกสนานสบาย
13. นียมอดอาหาร
14. ช่วยเหลือคนยากจน
15. ให้เสื้อผ้าแก่คนที่ไม่มียูนิฟอร์ม
16. เยี่ยมเยียนคนป่วย
17. ฝังศพคนตาย
18. ช่วยคนที่ตกทุกข์ได้ลำบาก
19. บรรเทาใจคนที่เศร้าโศก
20. เป็นคนแปลกหน้าต่อหนทางของโลก
21. ไม่ปรารถนาสิ่งใดนอกจากความรักของพระคริสต์เจ้า

วันที่ 19 มกราคม – วันที่ 20 พฤษภาคม – วันที่ 19 กันยายน

22. ไม่ปล่อยตนให้อยู่ในความโกรธ
23. ไม่เก็บความอิจฉาผู้ใด
24. ไม่ปล่อยให้มีความคิดชั่วร้ายในหัวใจ
25. ไม่มอบสันติลวงให้กับผู้ใด
26. ไม่ทอดทิ้งความรักเมตตา
27. ไม่กล่าวคำสาบานด้วยเกรงว่าจะเป็นการให้ร้ายตนเอง
28. พุดความจริงจากใจและปาก
29. ไม่ตอบแทนความชั่วด้วยความชั่ว
30. ไม่ประพฤตินิดต่อผู้ใดและอดทนความผิดของผู้อื่นที่มีต่อตน

31. รักศัตรู
32. ไม่สาปแช่งคนที่สาปแช่งเรา แต่จงอวยพระให้เขา
33. อดทนต่อการเบียดเบียนเพื่อเห็นแก่ความยุติธรรม
34. ไม่เย่อหยิ่ง
35. ไม่ติดสุรายาเมา
36. ไม่เป็นนักบริโภาค
37. ไม่เป็นคนขี้งวง
38. ไม่เป็นคนเกียจคร้าน
39. ไม่เป็นคนขี้บ่น
40. ไม่เป็นคนหนึ่งงาน
41. เป็นคนที่วางใจในพระเจ้า
42. มอบทุกสิ่งทีเห็นเป็นความดีในตนเองให้แก่พระเจ้า
ไม่ใช้ให้กับตนเอง
43. ยอมรับเสมอว่าความชั่วเป็นการกระทำของตนและ
ยอมรับว่ามันเป็น ความผิดของตน

วันที่ 20 มกราคม – วันที่ 21 พฤษภาคม – วันที่ 20 กันยายน

44. เป็นคนกลัววันพิพากษา
45. เป็นคนกลัวนรก
46. เป็นคนอยากมีชีวิตนิรันดรด้วยจิตใจเสนาหา
47. คิดถึงความตายทุกวัน
48. ระมัดระวังเสมอกับการกระทำทุกอย่างในชีวิต
49. จงแน่ใจว่าพระเจ้าเป็นผู้ที่ทรงประทับอยู่ทุกหนทุก
แห่ง
50. เมื่อความคิดชั่วแล่นเข้ามาสู่ดวงใจ จงรีบวิ่งเข้าหา
พระคริสตเจ้าโดยทันที

51. แล้วรีบไปแจ้งให้ผู้นำวิญญาณทราบ
52. จงระวังลิ้นของท่านไม่ให้พูดชั่วหรือสิ่งที่ไม่ดี
ประโยชน์
53. จงอย่าเป็นคนชอบพูดมาก
54. ไม่พูดวาจาที่ไร้ค่าหรือพูดให้คนอื่นขบขัน
55. ไม่รักผู้ใดมากเกินไป หรือชอบหัวเราะดังลั่น
56. ตั้งใจกับการอ่านที่ศักดิ์สิทธิ์
57. พัฒนาตนเองบ่อยๆกับการสวดภาวนา
58. ในการสวดภาวนาประจำวันจงสารภาพบาปต่อ
พระเจ้าด้วยน้ำตาเสียใจและตั้งใจที่จะไม่ทำบาปอีก
59. ไม่ทำตามความรู้สึกของเนื้อหนัง จงเกลียดอำเภอใจ
ของตน
60. จงนบนอบทำทุกสิ่งตามคำสั่งของอธิการแม่ใจตน
อยากทำอีกอย่าง อย่าลืมนพระบัญชาของพระคริสตเจ้าที่
บอกว่า “จงทำสิ่งที่เขาบอก แต่ไม่ใช่สิ่งที่เขาทำ”
61. ไม่ปรารถนาที่จะให้ใครพูดว่าเราศักดิ์สิทธิ์ก่อน
ที่เราจะเป็นคนศักดิ์สิทธิ์ ต้องเป็นคนศักดิ์สิทธิ์เสียก่อน
เพื่อจะได้ขึ้นชื่อว่าเป็นคนศักดิ์สิทธิ์แท้จริง

สำหรับอ่านวันที่ 21-31 มกราคม, 22 พฤษภาคม – 1 มิถุนายน
และ 21 กันยายน – 1 ตุลาคม (บทที่ 4:63 – 7:34)

บทที่ 4: อะไรคือเครื่องมือสำหรับกิจการดี
วันที่ 21 – วันที่ 22 พฤษภาคม – วันที่ 21 กันยายน

62. ปฏิบัติตามพระบัญญัติของพระเจ้าในการทำงานประจำ
วันของตน

63. รักความบริสุทธิ์

64. ไม่เกลียดผู้ใด

65. ไม่อิจฉา ไม่สะสมความอิจฉา

66. ไม่นิยมการทะเลาะวิวาท

67. ระวังไม่เป็นคนใจร้อน

68. ให้ความเคารพต่อผู้อาวุโส

69. รักผู้ที่อายุน้อยกว่า

70. ภาวนาสำหรับศัตรูโดยเห็นแก่ความรักของพระเจ้า

71. คินดีกับศัตรูก่อนพระอาทิตย์ตกดิน

72. ไม่หมดหวังในพระเมตตาของพระเจ้า

เหล่านี้เป็นเครื่องมือสำหรับสร้างชีวิตจิต

หากเราปฏิบัติตามโดยไม่หยุดหย่อนทั้งวันทั้งคืน

ซึ่งผลจะหวนกลับมาในวันพิพากษา

เป็นสิ่งตอบแทนจากพระคริสตเจ้า

จะเป็นค่าจ้างดังที่พระองค์ทรงให้สัญญาไว้

“ตาจะไม่เห็น หูจะไม่ได้ยิน

สิ่งที่พระเจ้าทรงเตรียมไว้สำหรับผู้ที่รักพระองค์” (1 คร. 2: 9)

ที่นี้สถานที่

ที่เราจะปฏิบัติหน้าที่เหล่านี้ได้อย่างขยันขันแข็ง

ก็คือภายใต้ขอบเขตชั้นตึมาของอาราม

และในความมั่นคงของคณะ

บทที่ 5: ความนบনوب

วันที่ 22 มกราคม – วันที่ 23 พฤษภาคม – วันที่ 22 กันยายน

ชั้นแรกของความสุภาพคือการนบনอบโดยทันที
 นี่เป็นฤทธิ์กุศลของเขาเหล่านั้น
 ซึ่งไม่รักผู้ใดมากไปกว่ารักพระเจ้าซึ่ง
 เพราะการรับใช้ศักดิ์สิทธิ์ที่พวกเขาสาบาน
 มีความห้วนกล้วต่อนรก
 และปรารถนาในพระสิริรุ่งโรจน์นิรันดร
 เมื่อได้รับคำสั่งใดๆจากอธิการ
 พวกเขาจะรับไว้ดุจเป็นพระบัญชาของพระเจ้า
 พวกเขาจะไม่ชักช้าในการปฏิบัติตาม
 ในสิ่งที่พระเจ้าทรงมีรับสั่ง
 “ทันทีที่เขาได้ยิน เขาก็นบนอบเรา” (สดด. 17[18]: 45)
 และพระองค์ยังตรัสกับผู้ที่เป็อาจารย์ว่า
 “ใครที่ฟังท่าน เขาก็ฟังเรา” (ลก. 10: 16)
 เพราะฉะนั้นบุคคลเหล่านี้
 ทันทีที่ถึงฐานะของตน
 สลัดทิ้งอำเภอใจของตน
 ทำงานทุกอย่างที่ตนกำลังทำอยู่
 แม้นยังทำไม่เสร็จ
 เพราะต้องการนบนอบโดยทันที
 แล้วปฏิบัติตามคำสั่งด้วยการกระทำ
 ทันทีที่ได้ยินเสียง
 คำสั่งของเจ้านาย
 ความสำเร็จสำเร็จ
 สองสิ่งสำเร็จอย่างรวดเร็วด้วยกัน
 ด้วยความรวดเร็วเพราะยำเกรงพระเจ้า
 จากผู้ที่ลงมือขับเคลื่อน

เพราะปรารถนาที่จะได้รับชีวิตนิรันดร

ซึ่งพระเจ้าตรัสว่า

“หนทางที่จะนำไปสู่ชีวิตนั้นคับแคบ” (มธ. 7: 14)

เพื่อว่า

ตนจะไม่ดำเนินชีวิตตามความพอใจของตนเอง

ไม่นับนอบความปรารถนาและความสุขสบายของตน

แต่เดินไปตามการตัดสินใจและคำสั่งของผู้อื่น

พวกเขาต้องการอยู่ในอารามและมีอิทธิกาเป็นผู้บังคับบัญชา

นานอนว่าพวกเขากำลังดำเนินชีวิตตามน้ำพระทัยของ

พระเจ้า

ซึ่งตรัสว่า

“เราเสด็จมาใช้เพื่อทำตามอำเภอใจของตนเอง

แต่เพื่อทำตามน้ำพระทัยของผู้ที่ทรงส่งเรามา” (ยน. 6: 38)

วันที่ 23 มกราคม – วันที่ 24 พฤษภาคม – วันที่ 23 กันยายน

ทว่าการนบনอบนี้

จะเป็นที่ยอมรับต่อพระเจ้าและเป็นที่ยอมรับต่อทุกคน

หากคำสั่งนั้นได้รับการยอมรับ

โดยปราศจากการรีรอ ไม่ชักช้า ด้วยความเต็มใจ ไม่บ่น หรือ

ไม่ปฏิเสธ

เพราะความนบনอบที่มอบให้กับอิทธิกาเป็นการมอบให้กับ

พระเจ้า

เพราะพระองค์ตรัสไว้ว่า

“ผู้ใดฟังท่าน ผู้นั้นก็ฟังเรา” (ลก. 10: 16)

ศิษย์ควรนบনอบด้วยเจตนาดี

เพราะ “พระเจ้าทรงรักผู้ที่ให้ด้วยความยินดี” (2 คร. 9: 7)

เพราะหากศิษย์นบขอบด้วยเจตนาไม่ดี
และซื่บ่น
ไม่จำเป็นต้องบ่นด้วยปากแต่ในใจ
หากเป็นเช่นนั้นแม้เขาจะปฏิบัติตามคำสั่ง
แต่งงานของเขาจะไม่เป็นที่ยอมรับสำหรับพระเจ้า
ผู้ทรงเห็นว่าใจของเขาบ่น
ไม่สมควรได้รับรางวัลสำหรับงานดังกล่าว
เขาจะได้รับโทษเพราะบ่น
นอกเสียจากว่าเขาแก้ไขและทำการชดเชย

บทที่ 6: ชีวิตจิตแห่งความเจียม

วันที่ 24 มกราคม – วันที่ 25 พฤษภาคม – วันที่ 24 กันยายน

ให้เราปฏิบัติตามที่ประกาศกกล่าว

“ข้าพเจ้าพูดว่า ‘ข้าพเจ้าจะเฝ้าระวังปากของข้าพเจ้า
เพื่อที่ข้าพเจ้าจะไม่ได้ทำบาปด้วยลิ้น

ข้าพเจ้าตั้งใจระวังปาก

ข้าพเจ้าทำตัวเป็นคนใบ้และถ่อมตน

และเจียมปากแม้จากสิ่งที่ดี” (สดด. 38[39]: 2-3)

ตรงนี้ประกาศกแสดงว่า

หากจะให้จิตตารมย์แห่งความเจียมชี้นำเราเป็นครั้งคราว

ให้ละเว้นจากการพูดแม้ในสิ่งที่ดี

เพราะโทษสำหรับบาปของการพูดไม่ดั้น

ทำให้เราหลีกเลี่ยงการพูดชั่ว

เพราะฉะนั้นเมื่อจิตตารมย์แห่งความเจียมมีความสำคัญมาก

การอนุญาตให้พูดจึงควรให้น้อยที่สุด

แม้กับศิษย์ที่มีความครบครัน

แม้จะเป็นการสนทนาที่ดี คักดีสิทธิ์ และจรรโลงใจ
 เพราะมีเขียนไว้ว่า
 “เมื่อพูดมาก ท่านจะหนีไม่พ้นบาป” (สภษ. 10: 19)
 และอีกแห่งหนึ่งเขียนว่า
 “ความตายและชีวิตอยู่ในอำนาจของปาก” (สภษ. 18: 21)
 เพราะการพูดและการสอนเป็นหน้าที่ของผู้ดูแล
 ฝ่ายศิษย์มีหน้าที่เงี่ยบและฟัง
 และด้วยเหตุผลนี้
 หากมีสิ่งใดที่ต้องถามอธิการ
 ก็ควรถาม
 ด้วยความสุภาพนอบน้อมที่ได้รับแรงบันดาลใจจากความ
 เคารพ
 แต่สำหรับการพูดตลกและคำพูดไร้สาระ
 หรือคำพูดที่ทำให้ผู้ฟังขำหัวเราะ
 เราประณามคำพูดเหล่านี้ทุกแห่งหนและขอห้ามตลอดไป
 และสำหรับการสนทนาดังกล่าว
 เราไม่อนุญาตให้ศิษย์เปิดปาก

บทที่ 7: ความสุภาพ

วันที่ 25 มกราคม – วันที่ 26 พฤษภาคม – วันที่ 25 กันยายน
 พี่น้องที่รัก พระคัมภีร์เรียกร้องเราโดยกล่าวว่า
 “ทุกคนที่ยกตนขึ้นจะถูกกดให้ต่ำลง
 แต่ทุกคนที่ถ่อมตนลง จะได้รับการยกย่องให้สูงขึ้น” (ลก. 14:
 11)
 ในการกล่าวเช่นนี้แสดงว่า
 การยกย่องชมเชยเป็นความเยอหยิ่งชนิดหนึ่ง

ซึ่งประกาศกระวังตัว

เมื่อกล่าวว่า

“ข้าแต่พระเจ้า โปรดอย่าให้ดวงใจข้าพเจ้าชื่นชมกับคำ

ยกย่องสรรเสริญ

หรือยกสายตาขึ้น

โปรดอย่าให้ข้าพเจ้าต้องทำเรื่องใหญ่โต

หรือในเรื่องประหลาดที่อยู่เหนือข้าพเจ้า (สดด. 130[131]: 1)

แต่เขาปฏิบัติอย่างไร?

“แต่ขอให้ข้าพเจ้ามีใจสุภาพ

มิใช่ยกย่องตนเอง

ดุจทารกอ่อนแอในอ้อมกอดของมารดา

เพื่อที่พระองค์จะได้บรรเทาใจข้าพเจ้า (สดด. 130[131]: 2)

ดังนั้น พี่น้องที่รัก

หากเราใคร่ที่จะบรรลุให้ถึงความสุภาพขั้นสูงสุด

และบรรลุอย่างรวดเร็วกับการยกย่องแห่งสวรรค์

ซึ่งการเข้าประตูสวรรค์ต้องอาศัยความสุภาพในชีวิตนี้

เราจึงต้อง

อาศัยการกระทำที่ค่อยเป็นค่อยไปของเรา

สร้างบันไดที่ยาโกบเห็นในฝัน

ซึ่งทูตสวรรค์ปรากฏให้เขาเห็นไต่ขึ้นไต่ลง

เราต้องไม่เข้าใจเป็นอย่างอื่นนอกเหนือไปจากนี้ว่า

เราไต่ลงโดยการยกตนเองให้สูงขึ้น และไต่ขึ้นโดยความ

สุภาพ

บันไดที่ถูกตั้งขึ้นจึงเป็นเสมือนชีวิตของเราในโลกนี้

ซึ่งพระเจ้ายกมันพาดขึ้นสู่สวรรค์หากดวงใจของเรามีความ

สุภาพ

เพราะเราเรียกกายและวิญญาณของเราว่าเป็นด้านข้างของ
บันได

และกระแสเรียกของพระเจ้าถูกแทรกเข้าไปในด้านข้างบันได
นี้

เราต้องไต่ขึ้นบันไดแห่งความสุภาพและวินัยนี้

วันที่ 26 มกราคม – วันที่ 27 พฤษภาคม – วันที่ 26 กันยายน
ตั้งนั้นความสุภาพขั้นแรก

คือ ความยำเกรงพระเจ้าเพราะเราอยู่ภายใต้สายพระเนตร
ของพระองค์

จงตระหนักอยู่เสมออย่าได้เลื่อนลิ้ม

ให้เรำจำใส่ใจไว้เสมอถึงสิ่งที่พระเจ้าทรงมีพระบัญชาไว้

ให้ความคิดของเรารำลึกเสมอ

ถึงไฟนรกที่จะเผาบาปของทุกคน

ที่สับประมาทพระเจ้า

และรำลึกถึงชีวิตนิรันดรซึ่งถูกเตรียมไว้

สำหรับผู้ที่ยำเกรงพระองค์

ขอให้ทุกคนแผ่ระวังมิให้ทำบาปและความชั่ว

ไม่ว่าจะด้วยความคิด ลิ่น มือ เท้า

หรืออำเภอใจตนเอง

และให้ระวังความปรารถนาของเนื้อหนังด้วย

วันที่ 27 มกราคม – วันที่ 28 พฤษภาคม – วันที่ 27 กันยายน
ขอให้เรำถือว่า

พระเจ้าทรงเห็นเรำเสมอจากสรวงสวรรค์

การกระทำของพระองค์เห็นได้ทุกหนแห่งด้วยสายพระเนตร
ของพระองค์

และเทวทูตจะรายงานต่อพระองค์เสมอ

นี่คือสิ่งที่ประกาศกแสดงให้เราทราบ

เมื่อเทวทูตผู้แทนของพระเจ้าประทับอยู่ในความคิดของเรา
เสมอ

ในพระวาจาที่ว่า “พระเจ้าทรงเป็นผู้ค้นหาความคิด
จิตใจ”(สดด. 7: 10)

และอีกแห่งในพระวาจาที่ว่า “พระเจ้าทรงทราบความคิดของ
มนุษย์” (สดด. 93[94] 11)

พระองค์ยังการจารึกอีกว่า

“พระองค์ทรงอ่านความคิดของข้าพเจ้าจากที่ไกล” (สดด.
13[14] 9: 3)

และ “ความคิดของประชากรจะถูกนำมาสารภาพต่อพระองค์”
(สดด. 75[76]: 11)

เพื่อที่เราจะได้ระมัดระวัง

เกี่ยวกับความคิดนอกกลุ่มนอกรทาง

จำเป็นที่ผู้เชื่อสัตย์ต้องกล่าวในดวงใจเสมอว่า

“ข้าพเจ้าจะเป็นผู้ไ้รมลทินต่อพระพักตร์ของพระองค์

หากข้าพเจ้ารักษาตัวให้พ้นจากความไม่ชอบธรรม” (สดด.
17[18]: 24)

วันที่ 28 มกราคม – วันที่ 29 พฤษภาคม – วันที่ 28 กันยายน
สำหรับอำเภोजิตนเอง

เราถูกห้ามทำตามอำเภोजิตนเอง

โดยพระคัมภีร์ที่บอกเราว่า

“จงหันไปจากอำเภोजิตนเองของท่าน” (วนฉ.18: 30)

และจงสวดภาวนาซึ่งเราอนพระเจ้า
 ใ้ให้น้ำพระทัยของพระองค์จงสำเร็จไปในตัวเรา
 และเราได้รับการสอนอย่างถูกต้องมิให้ทำตามอำเภอใจตน
 เมื่อเราฟังคำเตือนของพระคัมภีร์:
 มีหลายหนทางที่ดูเหมือนจะถูกต้อง
 แต่ท้ายที่สุดมันกลับดึงไปสู่เหวนรก” (สภษ. 16: 25)
 และเมื่อเราต้องตัวสั่นกับสิ่งที่มีการกล่าวถึงผู้ที่ไม่เอาใจใส่:
 พวกเขาฉ้อโกงและเป็นคนน่าชิงในอำเภอใจของเขา”
 และสำหรับความปรารถนาของเนื้อหนัง
 ใ้ให้เราเชื่อพร้อมกับประกาศว่าพระเจ้าทรงประทับอยู่ในเรา
 เสมอ
 เมื่อเขาพูดกับพระเจ้าว่า:
 “ความปรารถนาทุกอย่างของข้าพเจ้าวางอยู่ต่อหน้าพระ
 พักตร์ของพระองค์” (สดด. 37[38]: 10)

วันที่ 29 มกราคม – วันที่ 30 พฤษภาคม – วันที่ 29 กันยายน
 เพราะฉะนั้นเราต้องระมัดระวังตัวอยู่เสมอต่อความปรารถนา
 ชั่ว

เพราะความตายอยู่ใกล้ประตูแห่งความสนุกสนานสบาย
 ดังนั้นพระคัมภีร์จึงบัญญัติว่า:
 “อย่าทำตามความรู้สึกชั่วเหล่านั้น” (วนฉ. 18: 30)

เพราะฉะนั้น
 เนื่องจากพระเนตรของพระเจ้ามองเห็นทั้งสิ่งดีและสิ่งชั่ว
 (สภษ. 15: 3)

และพระเจ้าทรงทอดพระเนตรจากสวรรค์เสมอ
 มายังบุตรของพระองค์ในโลก

“เพื่อมองดูว่ามีผู้ใดเข้าใจและแสวงหาพระองค์บ้าง” (สดด. 13[14]: 2)

และเพราะการกระทำประจำวันของเรา

ทั้งกลางวันและกลางคืน

ทูตสวรรค์ผู้ดูแลเราจะรายงานไปยังพระเจ้า

เราจึงต้องระวังตัวอยู่เสมอ

ดังที่ประกาศกกล่าวไว้ในบทเพลงสดุดี

เพื่อมิให้ ณ เวลาใดเวลาหนึ่ง พระเจ้าทรงเห็นเรตกอยู่ในวิถีแห่งความชั่ว

และกลายเป็นคนไร้คุณค่า (สดด. 13[14]: 3)

และเพื่อมิให้ละเว้นโทษเราชั่วคราว

เพราะในความคิดของพระองค์ทรงต้องการให้เรากลับใจ

พระองค์ตรัสกับเราว่าในอนาคต

เรารักษาสันติของเราไว้สำหรับสิ่งต่างๆที่ท่านทำ” (สดด. 49[50]: 21)

วันที่ 30 มกราคม – วันที่ 31 พฤษภาคม – วันที่ 30 กันยายน

ขั้นตอนที่สองของความสุภาพ

คือไม่รักอำเภอใจตนเอง

ไม่รักความสุขในการสร้างความเพลิดเพลินให้กับความปรารถนา

แต่ปรับการกระทำของตนตามพระวาจาของพระเจ้า

“เรามาไม่ใช่เพื่อทำตามอำเภอใจตนเอง

แต่ทำตามน้ำพระทัยของผู้ที่ทรงส่งเรามา” (ยน. 6: 38)

ยังมีการเขียนไว้อีกว่า

“อำเภอใจตนเองมีโทษ

แต่การบังคับอำเภอใจตนเป็นมงกุฎรางวัล”

วันที่ 31 มกราคม – วันที่ 1 มิถุนายน – วันที่ 2 ตุลาคม
 ความสุภาพขั้นที่สามคือผู้ใดก็ตาม
 เพื่อเห็นแก่ความรักของพระเจ้า
 ยอมมอบตนเองแก่อธิการในการนบনอบทุกอย่าง
 โดยเลียนแบบฉบับของพระคริสตเจ้าซึ่งอัครสาวกกล่าวว่า
 “พระองค์ทรงนบনอบแม้กระทั่งสิ้นพระชนม์”

สำหรับอ่านวันที่ 1-10 กุมภาพันธ์, 2-11 มิถุนายน และ 2-11 ตุลาคม
 (บทที่ 7:35- 8)

บทที่ 7: ความสุภาพ

วันที่ 1 กุมภาพันธ์ – วันที่ 2 มิถุนายน - วันที่ 2 ตุลาคม
 ความสุภาพขั้นที่สี่
 คือผู้ที่ยึดมั่นอยู่กับความอดทนและมีจิตใจเจียบสงบ
 ในยามที่ต้องนบনอบท่ามกลางความยากลำบาก
 และความขัดแย้งต่างๆ
 แม้กระทั่งความอยุติธรรมมากมาย
 ยอมทนทุกอย่างโดยมิย่อท้อหรือวิงหนี
 เพราะพระคัมภีร์กล่าวว่า
 “ผู้ที่ยืนหยัดจนถึงที่สุดเป็นผู้ที่จะได้รับความรอด” (ม. 10: 22)
 และ “จงทำใจให้กล้าหาญ แล้วรอคอยพระเจ้า” (สดด.
 26[27]: 14)
 และเพื่อแสดงให้เห็นว่าผู้ที่ซื่อสัตย์
 ควรที่จะอดทนทุกสิ่งเพื่อพระเจ้าแม้ว่าใจจะไม่เห็นด้วย
 พระคัมภีร์กล่าวเกี่ยวกับคนที่ทุกข์ทรมานไว้ว่า

“เพื่อเห็นแก่พระองค์เราถูกปล่อยให้อยู่ในความตายตลอดวัน เราถูกถือว่าเป็นลูกแกะที่กำลังรอให้เขานำไปโรงฆ่าสัตว์” (สดด. 43[44]: 22; รม. 8: 36)

แล้วเขาตั้งความหวังในการชดเชยของพระเจ้า พวกเขาเดินหน้าไปด้วยความชื่นชมยินดีพร้อมประกาศว่า “ข้าแต่พระเจ้า ในการทดลองเหล่านี้เราได้รับชัยชนะ อาศัยพระองค์ผู้ทรงประทานความรักให้กับเรา” (รม. 8: 37)

และในอีกแห่งหนึ่งพระคัมภีร์กล่าวว่า

“พระองค์ได้ทดลองเรา เหมือนที่เราเป็นเงินในเตาหลอม พระองค์ทรงนำเราเข้าไปสู่กับดัก พระองค์ทรงนำเอาความทุกข์หนักมาไว้บนหลังเรา” (สดด. 65[66]: 10-11)

เพื่อแสดงให้เราเห็นว่าเราต้องอยู่ภายใต้อธิการ

พระคัมภีร์ยังกล่าวต่อไปว่า

“พระองค์ทรงตั้งมนุษย์ไว้อยู่เหนือศีรษะของข้าพเจ้า” (สดด. 65[66]: 12)

ยิ่งไปกว่านั้นอีก อาศัยความอดทนของพวกเขา

ผู้ที่เชื่อสัตย์ปฏิบัติตามพระบัญชาของพระเจ้า

ท่ามกลางความขัดแย้งและความอยุติธรรม

เมื่อถูกตบแก้มข้างหนึ่ง เขาก็หันแก้มอีกข้างหนึ่งให้

เมื่อถูกถอดเสื้อคลุมออก เขาก็แถมเสื้อในให้

เมื่อถูกบังคับให้เดินไปหนึ่งไมล์ เขาก็เดินไปสองไมล์

พร้อมกับอัครสาวกเปาโลเขากัดฟันทนมิตรเทียม (2 คร. 11: 26)

และให้พรแก่ผู้ที่สาปแช่งเขา (1 คร. 4: 12)

วันที่ 2 กุมภาพันธ์ – วันที่ 3 มิถุนายน – วันที่ 3 ตุลาคม
ความสุภาพขั้นที่ห้า

คือการที่เขาไม่ปิดบังความคิดชั่วใดๆต่ออธิการ
 ที่เข้ามาสิงในใจเขา
 หรือบาปที่ตนทำในที่ลับ

แต่เขาจะสารภาพด้วยความสุภาพ

พระคัมภีร์ส่งเสริมให้เราทำเช่นนี้เมื่อกล่าวว่า

“จงแสดงหนทางของท่านแก่พระเจ้าและให้ตั้งความหวังใน
 พระองค์” (สดด. 36[37]: 5)

และอีกแห่ง

“จงสารภาพแต่พระเจ้า เพราะพระองค์พระทัยดี

เพราะพระเมตตาของพระองค์ทรงดำรงอยู่เป็นนิรันดร์
 ประภาศกก็กล่าวไว้เช่นเดียวกันว่า

“ข้าพเจ้าเผยความผิดของข้าพเจ้าให้พระองค์ทราบ

และข้าพเจ้ามิได้ปิดบังความชั่วของข้าพเจ้า

ข้าพเจ้ากล่าวว่า “ข้าพเจ้าจะสารภาพความผิดของข้าพเจ้าต่อ
 พระเจ้า”

และ “พระองค์ทรงให้อภัยความชั่วแห่งดวงใจของข้าพเจ้า
 (สดด. 31[32]: 5)

วันที่ 3 กุมภาพันธ์ – วันที่ 4 มิถุนายน – วันที่ 4 ตุลาคม
ความสุภาพขั้นที่หก

ก็คือ นักพรตต้องพอใจ

กับทุกสิ่งที่ยากจนและเลวร้ายที่สุด

และพอใจในทุกหน้าที่ที่มอบหมายให้กับตน

เขาถือว่าตนเป็นคณงานที่เลวและไร้ค่าที่สุด

และกล่าวพร้อมกับประกาศว่า

“ข้าพเจ้าไม่ได้เรื่องสักอย่างและข้าพเจ้าไม่เข้าใจอะไรสักอย่าง

ข้าพเจ้าเป็นโคกระบือต่อหน้าพระพักตร์ของพระองค์
และข้าพเจ้าจะอยู่กับพระองค์เสมอ (สดด. 72[73]: 22-23)

วันที่ 4 กุมภาพันธ์ – วันที่ 5 มิถุนายน – วันที่ 5 ตุลาคม
ความสุภาพขั้นที่เจ็ด

ได้แก่ผู้ที่ถือว่าตนต่ำกว่าและมีค่าน้อยกว่า
ผู้ใดทั้งสิ้น

นี่ไม่ใช่เป็นแต่การอ้างด้วยปากเท่านั้น
แต่ต้องด้วยความมั่นใจภายในอย่างจริงใจ
ถ่อมตนเองและกล่าวพร้อมกับอัครสาวกว่า

“ข้าพเจ้าเป็นหนอน มิใช่เป็นมนุษย์
เป็นที่ชังของผู้คนและเป็นคนชั้นต่ำของผู้คนทั้งหลาย” (สดด.
21[22]: 7)

“หลังจากที่ได้รับการยกย่องข้าพเจ้ากลายเป็นคนต่ำต้อย
และถูกปกคลุมด้วยความสับสน” (สดด. 87: 16)

และ

“เป็นการดีสำหรับข้าพเจ้าที่พระองค์ทรงทำให้ข้าพเจ้าเป็น
คนต่ำต้อย
เพื่อที่ข้าพเจ้าจะได้เรียนรู้ธรรมเนียมปฏิบัติของพระองค์” (สดด.
118[119]: 71, 73)

วันที่ 5 กุมภาพันธ์ – วันที่ 6 มิถุนายน – วันที่ 6 ตุลาคม
ความสุภาพขั้นที่แปดคือ

นักพรตไม่กระทำสิ่งใดนอกจากสิ่งที่ได้รับแนะนำ

โดยพระวินัยทั่วไปของอาราม
และแบบฉบับของนักพรตผู้อาวุโส

วันที่ 6 กุมภาพันธ์ – วันที่ 7 มิถุนายน – วันที่ 7 ตุลาคม
 ความสุภาพขั้นที่เก้าคือ
 นักพรตระงับปากและรักษาความเงียบ
 ไม่พูดจนกว่าจะถูกถาม
 เพราะพระคัมภีร์แสดงไว้ว่า
 “การพูดมากไม่มีทางรอดพ้นจากบาปได้” (สภษ. 10: 19)
 และ “คนช่างพูดไม่มีความมั่นคงในโลก” (สดด.
 139[140]:12[11])

วันที่ 7 กุมภาพันธ์ – วันที่ 8 มิถุนายน – วันที่ 8 กันยายน
 ความสุภาพขั้นที่สิบคือ
 นักพรตจะต้องไม่พร้อมและรวดเร็วในการหัวเราะ
 เพราะมีเขียนไว้ว่า
 “คนโง่หัวเราะเสียงดัง” (วนฉ. 21: 23)

วันที่ 8 กุมภาพันธ์ – วันที่ 9 มิถุนายน – วันที่ 9 ตุลาคม
 ความสุภาพขั้นที่สิบเอ็ดคือ
 เมื่อนักพรตพูด
 เขาพูดด้วยความอ่อนโยนปราศจากซึ่งการหัวเราะ
 พูดด้วยความสุภาพและพูดอย่างเป็นเรื่องเป็นราว
 ด้วยการพูดเพียงไม่กี่คำแต่มีความหมาย
 เขาจะไม่พูดเสียงดัง
 มีการเขียนไว้ว่า

“คนฉลาดรู้ได้จากคำพูดเล็กน้อยของเขา” (Sextus, *Enchirion*, 134 or 145)

วันที่ 9 กุมภาพันธ์ – วันที่ 10 มิถุนายน – วันที่ 10 ตุลาคม
 ความสุภาพขั้นที่สิบสองคือ

นักพรตจะต้องไม่มีแค่ความสุภาพในใจเท่านั้น
 แต่อาศัยสิ่งที่ปรากฏภายนอกจะแสดงให้เห็นเสมอ
 ต่อผู้คนที่เห็น

ไม่ว่าเขากำลังทำงาน

อยู่ในโรงสวด ในอาราม ในสวน หรือบนถนน

ในสนามหญ้าหรือที่อื่นๆ

ไม่ว่าเขาจะนั่ง จะเดิน หรือจะยืน

เขาควรจะมีกิริยาลงต่ำเสมอ

และตาของเขามองไปที่พื้นดิน

สำนึกถึงความผิดแห่งบาปของตนทุกวินาที

เขาควรถือว่าตนเองกำลังอยู่ต่อหน้าการพิพากษา

โดยพูดอยู่ในใจเสมอ

สิ่งที่คนเก็บภาษีในพระคัมภีร์กล่าว

ด้วยสายตาพุ่งไปยังโลก

“ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าเป็นคนบาป ข้าพเจ้าไม่คู่ควรที่จะยก
 สายตาขึ้นสู่เบื้องบน” (ลก. 18: 13)

และประกาศกล่าวด้วยว่า

“ข้าพเจ้าก้มศีรษะลงต่ำและถ่อมตนทุกหนทุกแห่ง” (สดด.
 37[38]: 7, 9; 118[119]: 107)

ดังนั้นเมื่อไต่บันไดแห่งความสุภาพต่างๆ เหล่านี้แล้ว

นักพรตจึงจะบรรลุถึงความรักที่ครบครันต่อพระเจ้า

ซึ่งจะสลัดความกลัวให้หมดไป

และข้อห้ามต่างๆของพระวินัย
 ซึ่งก่อนหน้านั้นเขาไม่ได้ปฏิบัติโดยปราศจากความกลัว
 บัดนี้เขาจะรักษาพระวินัยเหล่านั้นเพราะความรัก
 โดยไม่ต้องใช้ความพยายาม
 ราบกับว่ามันเป็นธรรมชาติและเป็นนิสัย
 แรงบันดาลใจของเขาจะไม่ใช้ความกลัวนรกอีกต่อไป
 แต่อยู่ที่ความรักของพระคริสตเจ้า
 นิสัยดี
 และความชื่นชมยินดีในฤทธิ์กุศล
 ซึ่งพระเจ้าจะทรงบันดาลให้เกิดขึ้นโดยพระจิตเจ้า
 ในข้ารับใช้ของพระองค์ ณ บัดนี้จะได้รับการรักษาจากความ
 ชั่วและบาป

บทที่ 8: การทำวัตรเวลากลางคืน

วันที่ 10 กุมภาพันธ์ – วันที่ 11 มิถุนายน – วันที่ 11 ตุลาคม

ในช่วงฤดูหนาว

ตามปฏิทินจะเป็นเดือนพฤศจิกายนถึงวันฉลองปีสกา

บรรดาซิสเตอร์จะต้องตื่นนอน

ในเวลาที่กำหนดว่าเป็นชั่วโมงที่แปดของเวลากลางคืน

เพื่อที่พวกเขาจะได้หลับนอนยากกว่าครึ่งคืน

แล้วตื่นขึ้นโดยได้รับการพักผ่อนอย่างเต็มที่

เวลาที่เหลือจากการทำวัตรกลางคืน

ควรใช้ไปในการศึกษา

จากซิสเตอร์ซึ่งต้องการเรียนรู้บทเพลงสดุดี

หรือบทเรียนต่างๆให้ดียิ่งขึ้น

จากวันปีสกาจนถึงเดือนพฤศจิกายนที่กล่าวไว้

เวลาตื่นนอนควรจัดให้มีการทำวัตรเช้า
 ซึ่งจะมีการสวดตอนย่ำรุ่ง
 ให้ตามการทำวัตรกลางคืนด้วยระยะเวลาเพียงสั้นๆ
 ในช่วงนี้พวกเขาอาจไปทำธุระตามที่ธรรมชาติเรียกร้อง

สำหรับอ่านวันที่ 11-20 กุมภาพันธ์, 12-21 มิถุนายน และ 12-
 21 ตุลาคม
 (บทที่ 9 – 17)

บทที่ 9: ต้องสวดบทเพลงสดุดีกึ่งบทในการทำวัตร กลางคืน

วันที่ 11 กุมภาพันธ์ – วันที่ 12 มิถุนายน – วันที่ 12 ตุลาคม
 ในฤดูหนาวตามที่ระบุไว้ข้างต้น

มีประโยคนี้ที่ต้องสวดติดต่อกันสามครั้ง

“ข้าแต่พระเจ้า โปรดเปิดริมฝีปากข้าพเจ้า

และโปรดให้ปากข้าพเจ้าจงสรรเสริญพระองค์”

จากนั้นก็ให้เพิ่มบทเพลงสดุดีเข้าไป 3 บทและ “สิริพึงมีแต่พระ
 บิดา..”

หลังเพลงสดุดีที่ 94 ซึ่งขับร้องและตามด้วยบทสร้อย

หรือขับร้องบทสร้อย

ให้สวดหรือขับร้องบทเพลงของนักบุญอัมโบรซีอุส [TE
 DEUM]

ตามด้วยเพลงสดุดี 6 บทพร้อมบทสร้อย

เมื่อสวดจบแล้ว

ให้อธิการอวยพร

จากนั้นทุกคนนั่งลงบนเก้าอี้

มีการอ่านบทอ่าน 3 ตอนจากหนังสือที่วางอยู่บนแท่นอ่าน โดยมีซิสเตอร์สามคนผลัดกันอ่าน หลังจบบทอ่านแต่ละครั้งให้ร้องเพลงตอบรับ โดยใช้เพลงตอบรับสองเพลง โดยไม่ต้องมีการสวดหรือขังร้องเพลง “สิริพึงมี...” หลังจากบทอ่านที่สาม ให้ผู้อ่านกล่าว “สิริพึงมีแต่พระบิดา” และทันทีที่กล่าวก็ให้ทุกคนยืนขึ้น เพื่อเป็นเกียรติและให้ความเคารพต่อพระตรีเอกภาพ หนังสือที่จะใช้ในการอ่านวัตรกลางคืน ต้องเป็นหนังสือที่เป็นอำนาจของพระเจ้า ทั้งที่เป็นพระคัมภีร์ภาคพันธสัญญาเก่าและพันธสัญญาใหม่ รวมถึงคำอธิบายข้อความที่เขียน โดยปีตาจารย์คาทอลิกผู้มีชื่อเสียงแท้จริง หลังจบบทอ่านทั้งสามพร้อมการขานรับแล้ว ให้อ่านเพลงสดุดีที่เหลืออีก 6 บท ซึ่งจะขับร้องพร้อมกับบทเพลง “อัลเลลูยา” หลังจากนั้นจะเป็นบทเรียนจากอัครสาวก ที่ต้องท่องขึ้นใจ ทุกประโยค และบทเร้าวิงวอน นั่นคือ “ข้าแต่พระเจ้า ทรงเมตตาเทอญ” การทำวัตรกลางคืนก็จบลงเพียงเท่านี้

บทที่ 10: วัตรกลางคืนจะสวดกันในฤดูร้อน

วันที่ 12 กุมภาพันธ์ – วันที่ 13 มิถุนายน – วันที่ 13 ตุลาคม
จากวันปีสกาถึงวันปฏิทินของเดือนพฤศจิกายน

ขอให้รักษาจำนวนบทเพลงสดุดีไว้ตามจำนวนที่กล่าวไว้ข้างต้น

แต่จะไม่มี การอ่านบทอ่านใดๆ จากหนังสือ

เนื่องจากเวลาสั้นของกลางคืน

แทนการอ่านบทอ่านสามบท

ให้ท่องขึ้นใจบทอ่านบทหนึ่งจากพระคัมภีร์ภาคพันธสัญญา

เดิม

แล้วตามด้วยบทสร้อย

ส่วนที่เหลือก็ให้ทำตามที่ได้กล่าวไปแล้ว

กล่าวคือการอ่านบทเพลงสดุดีไม่น้อยกว่า 12 บท

ควรสวดในการทำวัตรกลางคืน

โดยไม่ลืมบทเพลงสดุดีที่ 3 และ 94

บทที่ 11: วัตรกลางคืนจะสวดกันอย่างไรในวันอาทิตย์

วันที่ 13 กุมภาพันธ์ – วันที่ 14 มิถุนายน – วันที่ 14 ตุลาคม
วันอาทิตย์

การตื่นนอนควรจะเร็วกว่าปกติสำหรับการทำวัตรกลางคืน

ในการทำวัตรดังกล่าวให้ปฏิบัติตามธรรมเนียมที่เคยปฏิบัติ

กล่าวคือขับร้องเพลงสดุดี 6 บทพร้อมบทสร้อย

แล้วให้ทุกคนนั่งลงตามเก้าอี้ม้านั่งของตน

ในขณะที่มีการอ่านบทอ่านและบท찬รับ

ดังที่ได้กล่าวไปแล้ว

แต่ละชุดจะมีสี่คน

โดยผู้อ่านจะเป็นคนร้อง “สิริพึงมีแต่พระบิดา”

ในการขานตอบบทที่สี่เท่านั้น

ทุกคนลุกขึ้นยืนด้วยความเคารพทันทีที่ได้ยิน “สิริพึงมี..”
 หลังจากที่ย่านอ่านจบแล้ว
 ให้่านบทเพลงสดุดีอีก 6 บทตามลำดับเช่นเคย
 ตามด้วยบทสร้อย
 ถัดจากนั้นให้่านบทอ่านอีก 4 บทพร้อมการขานตอบ
 ในทำนองเดียวกันกับข้างต้น
 ถัดจากนี้แล้วให้มีการร้องเพลง 3 บท
 จากหนังสือของประกาศก
 แล้วแต่อธิการจำกัดและให้ขับร้องเพลงเหล่านี้ลงท้าย
 ด้วย “อัลเลลูยา”
 เมื่อขับร้องจบ
 และอธิการให้พรแล้ว
 ให้มีการอ่านบทอ่านเพิ่มอีกสี่บทอ่าน
 จากพระคัมภีร์ภาคพันธสัญญาใหม่
 ในทำนองเดียวกันกับที่กล่าวไว้ข้างต้น
 หลังจากการขานตอบครั้งที่สี่
 ให้อธิการเริ่มก่อเพลง “ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าขอถวาย
 พระพรแด่พระองค์”
 เมื่อร้องเพลงจบแล้ว
 อธิการจะอ่านบทอ่านจากพระวรสาร
 ขณะที่ทุกคนยืนด้วยความเคารพและยำเกรง
 เมื่ออ่านจบแล้วให้ทุกคนตอบว่า “อาเมน”
 แล้วให้อธิการดำเนินการต่อทันที
 โดยเริ่มร้องเพลง “เราขอสรรเสริญพระองค์”
 หลังจากที่ย่านให้พรแล้ว
 ให้พวกเขาเริ่มทำวัตรเช้า

ระเบียบนี้สำหรับการทำวัตรเวลากลางคืนของวันอาทิตย์
ต้องปฏิบัติตลอดปี

ทั้งฤดูร้อนและฤดูหนาว

นอกเสียจากว่า (ขอย่าให้เป็นเช่นนี้เลย)

ซิสเตอร์พากันตื่นสาย

ซึ่งในกรณีเช่นนี้บทอ่านและบทขานตอบ

ต้องตัดให้สั้นลงแต่ก็ขอให้ทุกคนระมัดระวัง

มิให้เหตุการณ์เช่นนั้นเกิดขึ้น

แต่หากมันเกิดขึ้น

ผู้ที่คิดว่าตนเป็นผู้ละเลยที่ทำให้เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้น

ควรทำการชดเชยต่อพระเจ้าในโรงสวด

การทำวัตรเช้าวันอาทิตย์จะเริ่มต้นด้วยเพลงสดุดีที่ 66

สวดยาวโดยไม่มีบทสร้อย

หลังจากนั้นให้สวดสดุดีที่ 50 พร้อมด้วย “อัลเลลูยา”

จากนั้นก็ให้อ่านเพลงสดุดีที่ 117 และ 62

บทเพลงสรรเสริญของคณะเบเนดิกติน เพลงสดุดีแห่งการ

สรรเสริญ (สดด. 14[15]: 8-150)

จากนั้นอ่านบทอ่านจากหนังสือวิวรณ์ซึ่งจะต้องท่องขึ้นใจ

ตามด้วยบทขานรับ เพลงของนักบุญอัมโบรซีอุส (Te Deum)

และบทขานรับ

บทเพลงจากหนังสือพระวรสาร

บทเร้าวิงวอน แล้วเป็นอันจบพิธี

บทที่ 12 ต้องทำวัตรเช้าอย่างไร

วันที่ 11 กุมภาพันธ์ – 15 มิถุนายน – 15 ธันวาคม

การทำวัตรเช้าสำหรับวันอาทิตย์ต้องเริ่มต้นด้วยบทเพลงสดุดีที่ 66

สวดยาวตลอดโดยไม่ต้องมีบทสร้อย (Antiphon)

หลังจากนั้นให้สวดบทเพลงสดุดีที่ 50 พร้อมกับ “อัลเลลูยา” แล้วสวดบทเพลงสดุดีที่ 117 และ 62

ตามด้วยเพลงอวยพร (Benedicite) และเพลงสดุดีสรรเสริญ (14[15] 5-150)

จากนั้นท่องแบบขึ้นใจบทอ่านจากหนังสือวิวรณ์

ตามด้วยบทตอบรับ (Responsory), บทขอบคุณ (Te Deum), บทรับสั้น (the verse),

บทเพลงจากพระวรสาร แล้วลงท้ายด้วยบทเร้าวิงวอน (Litany) เป็นอันจบพิธี

บทที่ 13: การทำวัตรเช้าวันธรรมดาจะต้องทำอย่างไร

วันที่ 15 กุมภาพันธ์ – วันที่ 16 มิถุนายน – วันที่ 16 ตุลาคม
ในวันธรรมดา

การทำวัตรเช้าจะทำกันดังต่อไปนี้

ขอให้เริ่มต้นด้วยการร้องเพลงสดุดีที่ 66 โดยไม่ต้องมีบทสร้อย

และขับร้องค่อนข้างช้า

แจกเช่นที่ปฏิบัติในวันอาทิตย์

เพื่อที่ทุกคนจะได้มาทันเวลาสำหรับบทเพลงสดุดีที่ 50

ซึ่งจะต้องตามมาด้วยบทสร้อย

หลังจากนั้นให้มีการร้องเพลงสดุดีอีก 2 บทตามธรรมเนียมกล่าวคือ

วันจันทร์ สดุดีที่ 5 และ 15

วันอังคาร สดุดีที่ 42 และ 56

วันพุธ สดุดีที่ 63 และ 64

วันพฤหัสบดี สดุดีที่ 87 และ 89

วันศุกร์ สดุดีที่ 75 และ 91

วันเสาร์ สดุดีที่ 142 และบทเพลงจากเฉลยธรรมบัญญัติ

ซึ่งแบ่งออกเป็นสองตอน

แต่ละตอนลงท้ายด้วย “สิริพึงมีแด่พระบิดา”

แต่สำหรับวันอื่นๆให้ขับร้องบทเพลงจากประกาศก

แต่ละบทสำหรับแต่ละวันดังที่ขับร้องโดยพระศาสนจักร

คาทอลิก

ถัดไปเป็นเพลงสดุดีสรเสริญ [148-50]

แล้วเป็นบทอ่านจากอัครสาวกซึ่งต้องท่องขึ้นใจ

ตามด้วยบทขานรับ และ บทขอบคุณ (Te Deum)

บทเพลงจากพระวรสาร

บทเร้าวิงวอน (litany) เป็นอันจบพิธี

วันที่ 16 กุมภาพันธ์ – วันที่ 17 มิถุนายน – วันที่ 17 ตุลาคม

การทำวัตรเช้าและวัตรเย็น

ไม่ควรละเลยโดยที่อธิการไม่ได้สวดบทภาวนาของพระคริสตเจ้า

ตอนทำวัตรเสร็จ

เพื่อให้ทุกคนได้ยิน

เพื่อที่คนหนามแห่งการเป็นที่สะดุดจะไม่ได้โผล่ขึ้นมา

ดังนั้นผู้ที่ได้ยิน

เมื่อถูกเตือนด้วยพันธสัญญาซึ่งตนได้กระทำขณะสวดบทนั้น

เมื่อสวดว่า “โปรดอภัยข้าพเจ้า ดั่งที่ข้าพเจ้าให้อภัย”
 จะได้ชำระความผิดของตอนต่อพันธสัญญา
 แต่ในการทำวัตรอื่นๆ
 ให้สวดดั่งๆแต่ตอนสุดท้ายของบทสวด
 เพื่อที่ทุกคนจะได้ตอบว่า “โปรดช่วยข้าพเจ้าให้พ้นจากความ
 ชั่วร้ายเทอญ”

บทที่ 14: จะทำวัตรตอนกลางคืน ในวันฉลองนักบุญ ต่างๆอย่างไร

วันที่ 17 กุมภาพันธ์ – วันที่ 18 มิถุนายน – วันที่ 18 ตุลาคม
 วันฉลองนักบุญและวันเฉลิมฉลองทุกชนิด
 ให้ทำวัตร

ดั่งที่กล่าวไว้สำหรับวันอาทิตย์
 ยกเว้นบทเพลงสดุดี บทขานรับ และบทอ่าน
 ซึ่งเป็นบทอ่านพิเศษประจำวันที่ต้องอ่าน
 ส่วนจำนวนนั้นให้ปฏิบัติตามที่กล่าวไปแล้วข้างต้น

บทที่ 15: จะต้องกล่าว “อัลเลลูยา” เวลาใดบ้าง

วันที่ 18 กุมภาพันธ์ – วันที่ 19 มิถุนายน – วันที่ 16 ตุลาคม
 ทุกวันจากวันปีสกาจนถึงวันพระจิตเจ้าเสด็จลงมา

ให้มีการกล่าว “อัลเลลูยา”
 ทั้งหลังบทเพลงสดุดีและหลังบทขานรับ
 ตั้งแต่วันพระจิตเสด็จมาจนถึงวันเริ่มต้นเทศกาลมหาพรต
 ให้สวดกันทุกคืน

พร้อมกันกับบทเพลงสดุดี 6 บทสุดท้ายแห่งวัตรกลางคืน
 เท่านั้น

สำหรับทุกวันอาทิตย์ แต่ต้องอยู่นอกเทศกาลมหาพรต
บทเพลง การทำวัตรเช้า

ภาวนาแรกของวัน (PRIME), ภาวนาตอนสาย (TERCE), เทียง
วัน (SEXT) และ ป้าย (NONE)

ต้องสวดโดยลงท้ายด้วย “อัลเลลูยา”

แต่วัตรเย็นลงท้ายด้วยบทสร้อย - รับสั้น (ANTIPHON)

บทขานรับจะไม่มีกรลงท้ายด้วย “อัลเลลูยา”

ยกเว้นวันปัสกาและวันเพระจิตเสด็จมา

บทที่ 16: ต้องทำงานของพระเจ้าในเวลากลางวัน อย่างไร

วันที่ 19 กุมภาพันธ์ – วันที่ 20 มิถุนายน – วันที่ 20 ตุลาคม

“เจ็ดครั้งต่อวัน” ประภาศกกล่าว

“ข้าพเจ้าถวายพรสรรเสริญพระองค์” (สดด. 118[119]: 164)

เราจะปฏิบัติจำนวน 7 ครั้งสำเร็จได้

หากเราทำวัตร ณ เวลา

วัตรแรกของวัน (PRIME), เวลาสาย (TERCE), เวลาเทียง
(SEXT), เวลาป้าย (NONE)

วัตรเย็น (VESPERS) และ วัตรค่ำ (COMPLINE)

เนื่องจากในเวลาดังกล่าวเหล่านี้ประภาศกกล่าวว่า

“ข้าพเจ้าถวายการสรรเสริญพระองค์ 7 ครั้งต่อวัน” (สดด.
118[119]: 164)

สำหรับการทำวัตรเวลากลางคืนประภาศกคนเดียวกันนั้น
กล่าวว่า

“ในยามดึกข้าพเจ้าตื่นขึ้นถวายพระพรแด่พระองค์” (สดด.
118[119]: 62)

เพราะฉะนั้นให้เราจงถวายเป็นการสรรเสริญแด่พระเจ้าผู้สร้างของเรา

“เพราะการพิพากษาแห่งความยุติธรรมของพระองค์”

ณ เวลาเหล่านี้:

วัตรเช้า ภาวนาแรกของวัน (PRIME), เวลาสาย (TERCE),
เที่ยงวัน (SEXT) และ เวลาบ่าย (NONE) วัตรเย็น (VESPERS)
และ วัตรค่ำ (COMPLINE)

และกลางคืน ให้เราลุกขึ้นถวายพระพรแด่พระองค์ (สดด. 118
[119]: 164, 62)

บทที่ 17: ในการทำวัตรต่างๆเหล่านี้ต้องสวด

บทเพลงสดุดีก็บท

วันที่ 20 กุมภาพันธ์ – วันที่ 21 มิถุนายน – วันที่ 21 ตุลาคม

เราได้เรียบเรียงลำดับบทเพลงสดุดีไว้แล้ว

ทั้งสำหรับการทำวัตรกลางคืนและการทำวัตรเช้า

บัดนี้ให้เราจัดอันดับเพลงสดุดีสำหรับการทำวัตรเวลาอื่น

วัตรแรกของวัน (PRIME) ให้ร้องเพลงสดุดี 3 บท

โดยแยกจากกันและไม่มีการลงท้ายด้วย “สิริพึงมี”

บทเพลงของการทำวัตร

จะตามด้วยประโยค “โปรดเสด็จมาช่วยข้าพเจ้าด้วยเถิด

พระเจ้าข้า”

ก่อนที่จะเริ่มสวดเพลงสดุดี

เมื่อสวดเพลงสดุดี 3 บทจบแล้ว

ให้มีการอ่านบทอ่านตอนหนึ่ง

ตามท้ายด้วย

“โปรดเสด็จมาช่วยข้าพเจ้าด้วยเถิด พระเจ้าข้า” และภาวนา
จบพิธี

การทำวัตรเวลา สาย (Terce) เที่ยง (Sext) และ บ่าย (None)
ให้ปฏิบัติไปตามระเบียบเดียวกัน

กล่าวคือ:

“โปรดเสด็จมาช่วยข้าพเจ้าด้วยเถิด พระเจ้าข้า” ซึ่งเป็นบท
ประจำสำหรับการทำทุกวัตร

เพลงสดุดี 3 เพลง บทอ่าน และบทขานรับ

“ข้าแต่พระเจ้า ทรงเมตตาเทอญ” แล้วภาวนาจบพิธี

หากคณะเป็นคณะใหญ่มีสมาชิกเยอะ

ให้ร้องเพลงสดุดีพร้อมบทสร้อย (antiphon)

แต่หากมีสมาชิกน้อย

ให้ขับร้องโดยตลอด

ให้จำกัดเพลงสดุดีสำหรับการทำวัตรเย็นเหลือแค่ 4 บท
พร้อมทั้งบทสร้อย (antiphon)

หลังร้องเพลงสดุดีจบแล้วให้อ่านบทอ่าน

จากนั้นบทขานรับบทขอบคุณ (Te Deum) และบทรับสั้น
(Verse)

ตามด้วยบทเพลงจากพระวรสาร

บทเร้าวิงวอน บทภาวนาของพระคริสตเจ้า และภาวนาจบพิธี
สำหรับวัตรค่ำ (Compline) ให้จำกัดเพลงสดุดีเหลือแค่ 3 บท
ซึ่งขับร้องรวดเดียวโดยไม่ต้องมีบทสร้อย (antiphon)

หลังจากนั้นจึงมีการร้องเพลงประจำวัตร

บทอ่าน บทรับสั้น (verse) และ “ข้าแต่พระเจ้า ทรงเมตตา
เทอญ”

อวยพร และภาวนาจบพิธี

บทอ่านสำหรับวันที่ 21-28[29] กุมภาพันธ์ – 22-30 มิถุนายน /
วันที่ 22-30 ตุลาคม (บทที่ 18-23)

บทที่ 18: ต้องสวดเพลงสดุดีตามลำดับอย่างไร

ขอให้สวดประโยคนี้อันนี้:

ข้าแต่พระเจ้า โปรดเสด็จมาช่วยข้าพเจ้าด้วยเทอญ

ข้าแต่พระเจ้า โปรดรีบมาช่วยข้าพเจ้าด้วยเทอญ”

และ “สิริพึงมีแด่พระบิดา”

จากนั้นให้ขับร้องเพลงประจำของการทำวัตรแต่ละยาม

และในการทำวัตร บทแรกของวัน (Prime) วันอาทิตย์

ต้องอ่านเพลงสดุดีที่ 118 สี่ตอน

ส่วนในการทำวัตรยามอื่นๆ

คือ วัตรสาย (Terce), วัตรเที่ยง (Sext) และ วัตรบ่าย (None)

จะสวดเพลงสดุดีที่ 118 เพียง 3 ตอน

การทำวัตรแรก (Prime) วันจันทร์ให้สวดเพลงสดุดี 3 บท

คือสดุดีที่ 1, 2 และ 6

ดังนั้นทุกวันการทำวัตรแรกของวัน (Prime) จนถึงวันอาทิตย์

ให้สวดเพลงสดุดี 3 บทตามลำดับจนถึงสดุดีที่ 19

แต่สดุดีที่ 9 และ 17 แต่ละสดุดีจะแบ่งออกเป็นสองส่วน

ดังนั้นเป็นอันว่าการทำวัตรตอนกลางคืนในวันอาทิตย์

จะเริ่มต้นด้วยเพลงสดุดีที่ 20

วันที่ 22 กุมภาพันธ์ – วันที่ 23 มิถุนายน – วันที่ 23 ตุลาคม

ในการทำวัตร สาย (Terce), วัตรเที่ยง (Sext) และ วัตรบ่าย

(None) ในวันจันทร์

ให้สวดส่วนที่เหลือ 9 ส่วนของสดุดีที่ 118

ครึ่งละ 3 ส่วนในการทำวัตรถัดไปแต่ละครึ่ง
 ดังนั้นเมื่อสวดเพลงสดุดีที่ 118 จบแล้ว
 ในสองวันคือวันอาทิตย์และวันจันทร์
 จะใช้บทสดุดี 9 บทจากสดุดีที่ 119 ถึงสดุดีที่ 127
 มาใช้ใจการสวดวัตร สาย (Terce) เทียง (Sext) และ บ่าย
 (None)
 รวม 3 สดุดีในการทำวัตรแต่ละครึ่งตามลำดับ
 โดยเริ่มต้นจากวันอังคาร
 และสวดซ้ำบทเพลงสดุดีเดียวกันทุกวันจนถึงวันอาทิตย์
 ในการทำวัตรที่เหมือนกัน
 ในขณะที่เดียวกันก็จัดบทเพลง บทอ่าน และบทรับสั้น (verse)
 ให้เหมือนกันตลอดวัน
 ดังนั้นวัตรแรกของวัน (Prime) วันอาทิตย์จึงเริ่มต้นด้วยเพลง
 สดุดีที่ 118 เสมอ

วันที่ 23 มกราคม – วันที่ 24 มิถุนายน – วันที่ 24 ตุลาคม

วัตรเย็นต้องร้องเพลงสดุดี 4 บททุกวัน
 ต้องเริ่มต้นด้วยเพลงสดุดีที่ 109 เรื่อยไปจนถึงสดุดีที่ 147
 โดยเว้นสดุดีที่แยกต่างหากไว้สำหรับวัตรยามอื่น
 กล่าวคือ
 ยกเว้นเพลงสดุดีที่ 117 ถึง 127 เพลงสดุดีที่ 133 และ 142
 ส่วนเพลงสดุดีอื่นๆที่เหลือให้สวดในการทำวัตรเย็น
 เนื่องจากบทเพลงสดุดี 3 บทนั้นน้อยไป
 ให้แบ่งเพลงสดุดีที่ยาวกว่าซึ่งกล่าวไว้ข้างต้น
 อันได้แก่เพลงสดุดีที่ 138, 143 และ 144
 เพราะเพลงสดุดีที่ 116 นั้นสั้น จึงให้เอาไปรวมกับเพลงสดุดีที่
 115

บทเพลงสดุดีจึงจัดไว้ดังกล่าวสำหรับระเบียบการทำวัตรเย็น
ให้การทำวัตรในยามอื่น

ทั้งบทอ่าน บทขานรับ เพลงสรรเสริญ (hymn), บทรับสั้น
(verse) และ บทล่านำ (canticle)

มีการปฏิบัติตามที่ระบุไว้ข้างต้น

ในการทำวัตร ค่ำ (Compline) ต้องใช้บทเพลงสดุดีเดียวกัน
ทุกวัน

กล่าวคือเพลงสดุดีที่ 4, 90 และ 133

**(วันที่ 24 ในปี leap year หรือมิฉะนั้นก็ให้เพิ่มไปกับปีก่อน) -
วันที่ 25 มิถุนายน – วันที่ 25 ตุลาคม**

ระเบียบการขับร้องบทเพลงสดุดีในการทำวัตรเวลากลางวัน
จัดไว้ดังนี้

ให้แจกจ่ายบทเพลงสดุดีที่เหลือทั้งหมดเท่าเทียมกัน

ระหว่างการทำวัตรเวลากลางคืนทั้ง 7 คืน

โดยแบ่งเพลงสดุดีที่ยาวต่างๆ

แล้วกำหนดให้มีการสวด 12 เพลงสดุดีสำหรับแต่ละคืน

แต่เราขอแนะนำอย่างยิ่ง

หากการแจกจ่ายบทเพลงสดุดีเหล่านั้นไม่ถูกใจใครบางคน

เขาก็ควรเลือกจัดใหม่

ไม่ว่าจะด้วยวิธีใดที่ตนเห็นว่าดีกว่า

แต่ก็ขอให้ระวังด้วยว่า

ผู้นิพนธ์บทเพลงสดุดีมีจำนวนทั้งหมด 150 บท

ต้องนำมาสวดให้หมดทุกสัปดาห์

แล้วเริ่มต้นใหม่ทุกวันอาทิตย์ในการทำวัตรกลางคืน

เพราะนักพรตเหล่านั้นที่แสดงตนเป็นคนเกียจคร้าน

ในการรับใช้สิ่งที่ตนปฏิบัติจนตนไว้
 ซึ่งสวดน้อยกว่าเพลงสดุดีและบทขับร้องตามธรรมเนียมปฏิบัติ
 ในช่วงเวลาหนึ่งสัปดาห์
 ซึ่งเราต่างทราบกันดีว่าปีตาจารย์ผู้ศักดิ์สิทธิ์ของเรา
 ล้วนสวดบทเพลงสดุดีทั้งสิ้นภายในหนึ่งวัน
 จึงขอให้เรา ซึ่งเป็นคนที่ไม่ค่อยรู้ร้อนรู้หนาว จงสวดให้หมด
 ภายในหนึ่งสัปดาห์

บทที่ 19: มารยาทในการทำวัตร

วันที่ 24 (25) กุมภาพันธ์ – วันที่ 26 มิถุนายน – วันที่ 23

ตุลาคม

เราเชื่อว่าพระเจ้าทรงประทับอยู่ทุกหนทุกแห่ง
 และ “พระเนตรของพระเจ้า
 กำลังจ้องมองดูทั้งคนดีและคนชั่วในทุกสถานที่” (สภษ. 15: 3)
 แต่เราควรเชื่อสิ่งนี้โดยเฉพาะอย่างยิ่งอย่างไม่ต้องสงสัย
 เมื่อเราทำการรับใช้พันธกิจของพระองค์
 ดังนั้นจึงขอให้เราระวังเสมอถึงคำพูดของประกาศก
 “จงรับใช้พระเจ้าในความยำเกรง” (สดด. 2: 11)
 และ “จงขับร้องสรรเสริญพระเจ้าอย่างเฉลียวฉลาด” (สดด.
 13[14] 7:1)
 เพราะฉะนั้นขอให้เราพิจารณาตนเองว่าเราควรจะทำปฏิบัติตน
 อย่างไร
 ในสายพระเนตรของพระเจ้าและเทวทูตของพระองค์
 จึงขอให้เรามีส่วนร่วมในการสวดบทเพลงสดุดีในทำนองที่ว่า
 จิตใจของเราจะสมานกลมกลืนเข้ากับเสียงเสียงของเรา

บทที่ 20: การสำรวมและให้ความเคารพในการ สวดภาวนา

วันที่ 25 [26] กุมภาพันธ์ – วันที่ 27 มิถุนายน – วันที่ 27

ตุลาคม

เมื่อเราต้องการเสนอความต้องการของเราต่อผู้ที่มีตำแหน่งสูง
เราจะไม่หุนหันพลันแล่นกระทำโดยทันที

นอกจากเราจะทำด้วยความสุภาพและด้วยความเคารพ
แล้วเราจะต้องกระทำมากขึ้นเท่าใด

ความสุภาพที่สมบูรณ์และความศรัทธาแท้จริงจึงเป็นสิ่งจำเป็น
ในการทูลวิงวอนพระคริสต์เจ้าผู้ทรงเป็นพระเจ้าแห่งสากล
จักรวาล

และขอให้เรามั่นใจได้ว่า

ไม่ใช่อยู่ที่ต้องสวดอย่างมากมายพร่ำพรรณนาแล้วพระเจ้าจึง
จะฟังเรา (มธ. 6: 7)

แต่อยู่ที่ความบริสุทธิ์แห่งหัวใจและในน้ำตาแห่งความเสียใจที่
ได้ทำบาป

เพราะฉะนั้นการสวดภาวนาของเราควรที่จะสั้นและบริสุทธิ์
นอกเสียจากว่าเป็นการสวดภาวนายืดยาว

โดยการดลใจแห่งพระพรเสนาของพระเจ้า

แต่ในหมู่คณะขอให้การสวดภาวนาจงอย่ายืดยาว

และเมื่ออธิการส่งสัญญาณขอให้ทุกคนจงลุกขึ้น

บทที่ 21: หัวหน้าอาราม

วันที่ 26 (27) กุมภาพันธ์ – วันที่ 28 มิถุนายน – วันที่ 28 ต

ลามคม

หากเป็นคณะใหญ่
 ให้มีการเลือกคนหนึ่งจากสมาชิก
 ผู้มีชื่อเสียงดีและเป็นคนค้ำกดีสิทธิ์
 ให้แต่งตั้งผู้นั้นเป็นหัวหน้า
 ซึ่งจะทำหน้าที่เป็นหัวหน้าในทุกสิ่ง
 โดยดูและให้มีการปฏิบัติตามพระบัญชาของพระเจ้า
 และคำสั่งของอธิการ
 ให้เลือกคนที่มีคุณสมบัติดังกล่าวเป็นหัวหน้า
 ซึ่งได้รับความไว้วางใจ
 จะได้ช่วยอธิการแบ่งเบาภาระ
 ขอให้การเลือกอย่าได้เป็นไปตามตำแหน่งอาวุโส
 แต่เป็นไปตามความเหมาะสมแห่งชีวิต
 และความรอบรู้เฉลียวฉลาดในพระสังฆธรรม
 หากหัวหน้าเหลิงตนเองจนกลายเป็นคนเย่อหยิ่ง
 จนพบว่าต้องมีการตรวจสอบ
 ให้โอกาสเขาแก้ตัวใหม่หนึ่งครั้ง สองครั้ง และสามครั้ง
 หากเขายังแก้ไขตนเองไม่ได้
 ก็ให้ถอดเขาออกจากตำแหน่ง
 แล้วแต่งตั้งคนใหม่ซึ่งเหมาะสมแทนเขา
 และเราขอสิ่งให้มีการกระทำเช่นเดียวกันกับผู้ที่เป็นอธิการ

บทที่ 22: : ซิสเตอร์ควรหลับนอนเช่นใด

วันที่ 27 (28) กุมภาพันธ์ – วันที่ 29 มิถุนายน – วันที่ 29
 ตุลาคม

ขอให้แต่ละคนนอนคนละเตียงแยกจากกัน
 ขอให้เขามีอุปกรณ์การนอนตามความเหมาะสมแห่งชีวิต

ตามความเห็นของอธิการ
 หากเป็นไปได้ให้พวกเขาอนในห้องเดียวกัน
 แต่หากทำไม่ได้เพราะจำนวนสมาชิก
 ให้พวกเขาอนห้องละ 10 หรือ 20 คน
 โดยมีซิสเตอร์อาวูโสเป็นผู้ดูแล
 ต้องจุดเทียนไขไว้หนึ่งเล่มตลอดคืนจนรุ่งเช้า
 ให้พวกเขาอนโดยใส่ชุดนอนโดยมีเข็มขัดหรือเชือกคาด
 แต่ต้องไม่มีมัดไว้ข้างกาย
 ด้วยเกรงว่าจะบาดเจ็บเองในเวลาหลับ
 และพร้อมเสมอที่จะตื่นขึ้นทันทีโดยไม่รีรอ
 เมื่อได้ยินเสียงระฆัง
 และพร้อมหน้ากันรีบไปทำวัตร
 แต่ก็เร่งรีบอย่างมีระเบียบวินัย
 ผู้ที่ยังเยาว์วัยจะต้องไม่นอนในเตียงชิดกัน
 แต่ให้นอนท่ามกลางผู้ที่มีอาวุโสมากกว่า
 เมื่อตื่นนอนขึ้นเพื่อไปทำวัตร
 ให้พวกเขาให้กำลังใจซึ่งกันและกัน
 เพื่อผู้ที่ง่วงนอนจะได้ไม่มีข้อแก้ตัว

บทที่ 23: การถูกอับเพทเพราะความผิด

วันที่ 28 (29) กุมภาพันธ์ – วันที่ 30 มิถุนายน – วันที่ 30

ตุลาคม

หากเพื่อนนักพรตคนหนึ่งถูกพบว่าเป็นคนดี
 หรือไม่บนอบ หรือเย่อหยิ่ง หรือชอบบ่น
 หรือทำผิดต่อพระวินัยบ่อยๆ
 และถูกลงโทษไม่ยอมรับคำสั่งของผู้อาวุโส

ผู้อาวุโสจะต้องเตือนเขาอย่างลับๆครั้งที่หนึ่งและครั้งที่สอง
ดังที่พระคริสตเจ้าทรงมีพระบัญชาไว้ (มธ. 18: 15)

หากเขายังไม่แก้ไข

ให้เตือนเขาต่อหน้าทุกคน

แต่ถึงกระนั้นเขาก็ยังไม่แก้ไข

ขอให้มีการอัปเปหิผู้นั้นออกไป

นอกจากว่าเขาเข้าใจถึงความหนักหน่วงแห่งโทษ

และหากเขาปรารถนาที่จะยื่นหยัดต่อไป

ก็ให้เขาได้รับโทษทางกาย

สำหรับอ่านวันที่ 1-15 มีนาคม, 1-15 กรกฎาคม, และ 31
ตุลาคม – 14 พฤศจิกายน (บทที่ 24 – 36)

บทที่ 24: มาตรการของการอัปเปหิควรจะเป็น อย่างไร?

วันที่ 1 มีนาคม – วันที่ 1 กรกฎาคม – วันที่ 31 ตุลาคม

มาตรการของการอัปเปหิหรือการลงโทษ

ควรให้สอดคล้องกับระดับของความผิด

ซึ่งระดับของความผิดจะได้รับการประเมินจากการตัดสินของ
อธิการ

หากพบว่าซิสเตอร์คนหนึ่งทำความผิดเล็กน้อยไม่หนักหนา

ให้แยกเขาออกจากโต๊ะที่ซิสเตอร์นั่งรวมกัน

เรื่องที่จะปฏิบัติสำหรับผู้ที่ถูกแยกออกจากโต๊ะร่วม

จะมีดังต่อไปนี้

เขาจะไม่สามารถก่อดวงในโรงสวดไม่ว่าจะเป็นบทเพลงสดุดี
หรือบทสร้อย (antiphon)

หรืออ่านบทอ่าน

จนกระทั่งเขาประพฤติตนเป็นที่พอใจแล้ว

ในห้องอาหารเขาจะต้องทานอาหารตามลำพัง

หลังจากที่คนอื่นทานเสร็จแล้ว

เช่นหากคณะทานอาหารชั่วโมงที่ 6

ซิสเตอร์ผู้นั้นต้องทานอาหารชั่วโมงที่ 9

หากคณะทานอาหารชั่วโมงที่ 9

เขาต้องทานอาหารเวลาเย็น

จนกระทั่งเขาประพฤติตนเป็นที่น่าพอใจและได้รับการอภัยแล้ว

บทที่ 25: สำหรับความผิดใหญ่

วันที่ 2 มีนาคม – วันที่ 2 กรกฎาคม – วันที่ 1 พฤศจิกายน

ให้ผู้ที่มีความผิดหนัก

ถูกตัดออกจากโต๊ะรวมและโรงสวด

มิให้ผู้ใดไปร่วมวงไพบูลย์กับเขา

ไม่ว่าจะไปเป็นเพื่อนหรือสนทนาด้วย

ปล่อยให้เขาทำงานที่ได้รับมอบหมายตามลำพัง

ให้เขาอยู่ในความเสียใจที่ถูกลงโทษ

ให้เขาคิดถึงการตัดสินใจที่น่ากลัวของอัครสาวก

เมื่อกล่าวว่า จงมอบคนประเภทนี้ให้กับซาตาน

ให้เขามีชีวิตต้องทนทุกข์ทรมานเพื่อจิตของเขาจะรอดพ้นใน

วันขององค์พระผู้เป็นเจ้า (1 คร. 5: 5)

ให้เขาทานอาหารตามลำพัง

ตามมาตรการช่วงเวลา

ซึ่งอธิการเห็นว่าเหมาะสมสำหรับเขา
เขาจะไม่ได้รับการทักทายจากคนที่เดินผ่าน
และอาหารที่เขารับประทานก็จะไม่ได้รับการอวยพร

บทที่ 26: สำหรับคนที่ไม่ได้รับคำสั่งแล้วไปคบกับผู้ที่ถูกอัปเปหิ

วันที่ 3 มีนาคม – วันที่ 3 กรกฎาคม – วันที่ 2 พฤศจิกายน
หากซิสเตอร์คนใดคิดเอง
โดยไม่มีคำสั่งจากอธิการ
ไปคบกับผู้ที่ถูกอัปเปหิไม่ว่าด้วยวิธีใด
หรือไปพูดกับเขา
หรือส่งสาส์นไปให้เขา
ผู้นั้นต้องได้รับโทษถูกอัปเปหิเช่นเดียวกัน

บทที่ 27: อธิการควรจะมี ความอารีต่อผู้ที่ถูกอัปเปหิอย่างไร

วันที่ 4 มีนาคม – วันที่ 4 กรกฎาคม – วันที่ 3 พฤศจิกายน
ให้อธิการมีความเอื้ออารีมากที่สุด
ในความหวังใยของตนต่อผู้ที่ชอบประพฤติไม่อยู่กับร่องกับ
รอย
เพราะ “ไม่ใช่คนสุขภาพดี แต่เป็นคนป่วยที่ต้องการหมอ”
(มธ. 9: 12)
เพราะฉะนั้นอธิการควรใช้ทุกวิถีทาง
ที่เสมือนหมอลดลดควรที่จะใช้
ให้เขาส่ง *senpectae* (ผู้อาวุโส)
กล่าวคือ ผู้ที่มีวุฒิภาวะและเฉลียวฉลาด

ซึ่งจะไปบรรเทาใจแบบพีสอนน้องผู้กระทำผิดอย่างลับๆ
ให้เขาชดเชยการทำผิดด้วยความสุภาพ
ปลอบประโลมเขา

เพื่อมิให้เขา “เสียใจจนเกินไป” (2 คร. 2: 7)

แต่เเนกเช่นที่อัครสาวกกกล่าวไว้ว่า

ความรักจะได้เข้มแข็งขึ้นในตัวเขา (2 คร. 2: 8)

และให้ทุกคนภาวนาสำหรับเขา

เหตุว่าอิการต้องมีความเอื้ออาทรมากที่สุด

ต้องใช้ความเฉลียวฉลาดและความขยันหมั่นเพียร

เพื่อมิให้ต้องสูญเสียลูกแกะที่มอบหมายไว้ให้ตนดูแล

จึงขอให้เขารับทราบด้วยว่า

สิ่งที่น้องรับผิดชอบคือการการเอาใจใส่ดูแลดวงวิญญาณที่
อ่อนแอ

ไม่ใช่เป็นทรราชต่อดวงวิญญาณที่แข็งแรง

และให้เขาย่ำเกรงคำเตือนของประกาศก

ซึ่งพระเจ้าตรัสโดยผ่านเขาว่า

“อะไรที่ท่านเห็นว่าอ้วนท้วนแข็งแรงท่านเก็บไว้เอง

และอะไรที่ท่านเห็นว่าพอมแห่งแรงน้อยท่านโยนทิ้งไป (อสค.
34: 3, 4)

แต่ให้เขาเลียนแบบฉบับของนายชุมพาบาลที่ดี

ซึ่งยอมทิ้งแกะ 99 ตัวไว้ที่ภูเขา

แล้วไปตามลูกแกะตัวหนึ่งที่หลงทาง

ซึ่งพระองค์ทรงส่งสารความอ่อนแอของลูกแกะตัวนั้น

พระองค์ทรงปรารภนาที่จะนำแกะตัวนั้นวางไว้บนบ่า

และนำมันกลับไปยังฝูง (ลก. 15: 435)

บทที่ 28: สำหรับผู้ที่ไม่เปลี่ยนหลังจากที่ถูกตัด เดือนแล้วหลายครั้ง

วันที่ 5 มีนาคม – วันที่ 5 กรกฎาคม – วันที่ 4 พฤศจิกายน
หากซิสเตอร์ผู้หนึ่งถูกเดือนซ้ำๆ ซากๆ ในความผิดบางอย่าง
แม้กระทั่งถูกอัปเปหิไปแล้ว
แต่ยังไม่ยอมเปลี่ยนแปลง
ให้ใช้การแก้ไขที่รุนแรงกว่า
กล่าวคือ ให้ลงโทษด้วยไม้เรียว
แต่หากเขายังไม่ยอมเปลี่ยน
หรือบางที (พระเจ้าทรงโปรด)
กระทั่งมีความยโสเพิ่มขึ้นและพร้อมที่จะปกป้องการกระทำ
ของตน
เมื่อเป็นเช่นนั้น ให้อธิการทำสิ่งซึ่งหมอคนฉลาดมักจะทำ
หลังเยียวยา
โดยใช้น้ำมันแห่งการตัดเดือนแล้ว
ยาแห่งพระคัมภีร์ก็แล้ว
อัปเปหิก็แล้ว
เขียนตีกี่แล้ว
หากอธิการเห็นว่าความพยายามของตนไร้ผล
ให้เขาใช้วิธีแก้ที่ใหญ่กว่าเดิม
ให้เขาสวดภาวนาร่วมกับซิสเตอร์ทุกคน
เพื่อวิงวอนพระคริสตเจ้าผู้ทรงสามารถทำทุกสิ่งได้
จะได้คืนสุขภาพให้กับซิสเตอร์ที่ป่วย
แต่หากเธอยังไม่หายหลังจากใช้วิธีสุดท้ายนี้แล้ว
เมื่อนั้นก็ให้อธิการใช้มีดผ่าตัด

ตามคำพูดของอัครสาวกที่ว่า

“จงขับไล่คนชั่วออกไปจากพวกท่าน” (1 คร. 5: 13)

และ

“หากคนที่ไม่มีความเชื่อต้องจากไป จงปล่อยให้เขาไป (1 คร. 7: 15)

มิฉะนั้นแกะขี้โรคตัวหนึ่งอาจแพร่เชื้อร้ายไปสู่ทั้งฝูง

บทที่ 29: อารามจะรับคนที่ออกจากอารามไปแล้ว ได้หรือไม่

วันที่ 6 มีนาคม – วันที่ 6 กรกฎาคม – วันที่ 5 พฤศจิกายน.
หากนักพรตคนหนึ่ง

ออกจากอารามเพราะความผิดของตน

อยากกลับเข้าไปใหม่

ก่อนอื่นให้เขาสัญญาที่จะทำการชดเชยการที่เขาออกไป

แล้วจึงรับเขากลับมาให้อยู่ในฐานะต่ำสุด

เพื่อเป็นการพิสูจน์คุณภาพของเขา

และหากเขากลับออกไปอีก

ก็ให้โอกาสรับเขากลับเข้ามาอีก

และทำเช่นนี้ได้เป็นครั้งที่สาม

แต่เขาควรเข้าใจว่าหลังจากนี้แล้ว

เขาจะถูกปฏิเสธให้กลับเข้ามาใหม่อย่างแน่นอน

บทที่ 30: ผู้ที่กระทำผิดจะได้รับการแก้ไขอย่างไร

วันที่ 7 มีนาคม – วันที่ 7 กรกฎาคม – วันที่ 6 พฤศจิกายน

อายุแห่งวัยและลำดับความเข้าใจ

ควรเป็นมาตรการเหมาะสมในการรักษากฎระเบียบ

เพราะฉะนั้นสำหรับเยาวชนและผู้ที่กำลังจะก้าวข้ามเป็นผู้ใหญ่
หรือผู้ที่ไม่สามารถเข้าใจถึงความหนักหน่วง
แห่งโทษของการอัปเปหิ
ทุกครั้งที่ปรากฏมีบุคคลประเภทนี้
ต้องให้พวกเขาจำศีลอดอาหารอย่างเข้มงวด
หรือลงโทษด้วยการเขียนตื่ออย่างสาหัส
เพื่อจะได้เยียวยาพวกเขา

บทที่ 31: ผู้จัดซื้อดูแลสมบัติของอารามควรเป็นคน เช่นใด

วันที่ 8 มีนาคม – วันที่ 8 กรกฎาคม – วันที่ 7 พฤศจิกายน
ผู้ดูแลอาหารการกินและการจัดซื้อของอาราม
ให้มีการเลือกจากสมาชิกของคณะ
ผู้ซึ่งเป็นคนฉลาด มีวุฒิภาวะ รู้จักความพอดี
ไม่เป็นนักกิน ไม่มีอารมณ์ร้อน ไม่ตื่นเต้นง่าย
ไม่ก้าวร้าว ไม่เชื่องช้า ไม่ชอบทำอะไรให้เสียของ
แต่เป็นคนที่ย่าเกรงพระเจ้า
เป็นเหมือนพ่อของสมาชิกทั้งคณะ
ให้เขาเป็นผู้รับผิดชอบในทุกอย่าง
เขาต้องไม่ทำอะไรโดยไม่มีคำสั่งของอธิการ
แต่ทำตามคำสั่งทุกอย่าง
เขาต้องไม่กวนใจเพื่อน
หากมีนักพรตผู้ใด
เกิดเรียกร้องสิ่งที่ไม่ใช่เหตุผลจากเขา
แทนที่จะปฏิเสธกลับด้วยคำพูดที่ดูถูกดูแคลน

เขาควรให้เหตุผลด้วยความสุภาพ
 สำหรับการปฏิเสธการขอที่ไม่สมควร
 ให้เขาเฝ้าดูดวงวิญญาณของตนเอง
 โดยรำลึกอยู่เสมอถึงคำพูดของอัครสาวกว่า
 “ผู้ใดรู้จักปกครองดีก็จะได้รับตำแหน่งดีสำหรับตน” 1 ทธ. 3:
 13)

ให้เขาเอาใจใส่มากที่สุด
 ต่อคนเจ็บ เด็ก ผู้มาเยือน และคนจน
 โดยทราบอย่างไม่มีข้อสงสัยว่า
 เขาจะต้องรับผิดชอบกับสิ่งเหล่านี้
 ในวันพิพากษา
 ให้เขาถือเสมือนว่าของใช้ในอาราม
 และทรัพย์สินทั้งปวง
 เป็นภาชนะศักดิ์สิทธิ์บนพระแท่น
 อย่าให้เขาคิดที่จะละเลยสิ่งใด
 เขาต้องไม่เป็นทั้งคนขี้เหนียว
 ไม่เป็นลูกล้างผลาญที่ผลาญสมบัติของอาราม,
 แต่ต้องทำทุกอย่างอย่างมีมาตรการ
 และตามการชี้แนะของอธิการ

วันที่ 9 มีนาคม – วันที่ 9 กรกฎาคม – วันที่ 8 พฤศจิกายน
 ที่สำคัญให้เขามีความสุภาพในการทำทุกสิ่ง
 และหากเขาไม่มีอะไรอื่นที่จะให้
 ให้เขาตอบด้วยคำพูดที่อ่อนหวาน
 เพราะมีเขียนไว้ว่า
 “คำพูดอ่อนหวานเพียงคำเดียวย่อมมีค่ามากกว่าของขวัญที่ดีที่สุด” (ปญจ. 18: 17)

ให้เขามีผู้อยู่ใต้บังคับบัญชา
 ทุกคนที่อธิการเป็นผู้มอบหมาย
 แต่เขาต้องไม่ถือวิสาสะทำสิ่งที่ต้องห้าม
 ให้เขามอบเบี้ยเลี้ยงอาหารที่กำหนดไว้ให้พี่น้อง
 โดยไม่อวดตนหรือซักช้า
 เพื่อที่จะไม่ได้เป็นที่สะดุด
 โดยระลึกถึงพระดำรัสของพระเจ้าต่อสิ่งที่เขาควรจะได้รับ
 “ผู้ใดทำตนเป็นที่สะดุดแก่เด็ก ๆ” (มธ. 18: 6)
 หากเป็นคณะใหญ่
 ขอให้เขามีผู้ช่วย
 เพื่ออาศัยความช่วยเหลือของพวกเขา
 เขาจะได้ปฏิบัติหน้าที่ที่ตนรับผิดชอบด้วยจิตใจสงบ
 ควรรักษาตารางเวลาให้ดี
 ในการมอบสิ่งที่ถึงเวลาต้องมอบ
 และขอสิ่งที่ต้องขอ
 เพื่อไม่ให้มีใครต้องลำบากหรือถูกตำหนิในบ้านของพระเจ้า

บทที่ 32: อุปกรณ์เครื่องมือและทรัพย์สินของ

อาราม

วันที่ 10 มีนาคม – วันที่ 10 กรกฎาคม – วันที่ 9 พฤศจิกายน
 สำหรับการเอาใจใส่ดูแลทรัพย์สินของอาราม
 ไม่ว่าจะเป็นเครื่องมือ เครื่องมือ เสื้อผ้า หรือสิ่งหนึ่งสิ่งใด
 ให้อธิการแต่งตั้งซิสเตอร์
 ซึ่งท่านสามารถไว้วางใจได้ในพฤติกรรมและคุณสมบัติ
 และให้ท่าน สดแท้แต่ท่านจะเห็นดีเห็นควร
 มอบหน้าที่ต่างๆให้พวกเขา

เป็นผู้ดูแลและเก็บรักษา
 อธิการจะต้องมีบัญชีรายชื่อสิ่งของเหล่านี้
 เพื่อว่า
 เมื่อเปลี่ยนหน้าที่ซิสเตอร์คนใหม่มาแทน
 อธิการจะได้ทราบว่าตนเคยมอบอะไรให้ไปและได้รับอะไร
 กลับคืนมา
 หากผู้ใดจัดการกับทรัพย์สินของอาราม
 แบบซุ่มๆหรือแบบขอไปทีหรือไม่เอาใจใส่
 ขอให้มีการเตือน
 หากเขาไม่ยอมแก้ไข
 ให้ผู้นั้นรับโทษตามพระวินัยของอาราม

บทที่ 33: นักพรตควรมีอะไรเป็นทรัพย์สินสมบัติของตนเองใหม่

วันที่ 11 มีนาคม – วันที่ 11 กรกฎาคม – วันที่ 10

พฤศจิกายน

กิเลสนี้ร้ายกาจมาก

ต้องตัดทิ้งไปจากอารามชนิดถอนรากถอนโคน

อย่าให้มีผู้ใดถือวิสาสะที่จะให้หรือรับสิ่งใด

โดยที่ได้รับอนุญาตจากอธิการ

หรือมีสิ่งใดเป็นเจ้าของส่วนตัว

ไม่ว่าจะเป็นอะไรทั้งสิ้น

ไม่ว่าจะเป็นหนังสือ สมุด ปากกาหรืออะไรก็ตาม

เพราะว่าเป็นสิ่งต้องห้ามแม้ร่างกายหรืออำเภอใจของตน

ที่จะนำไปใช้ตามอำเภอใจ

แต่สำหรับความจำเป็นทุกอย่างของเขา

ให้เขามองดูปีศาจของอาราม
 และให้ถือว่าเป็นสิ่งผิดกฎหมายที่จะเป็นเจ้าของสิ่งใด ๆ
 ที่อธิการไม่ได้เป็นผู้มอบให้หรืออนุญาต
 ให้ทุกสิ่งเป็นสมบัติร่วมของทุกคน
 ดังที่มีเขียนไว้ (กจ. 4: 32)
 และอย่าให้มีผู้ใดกล่าวหรือโมเมว่าตนเป็นเจ้าของสิ่งใด
 แต่หากจับได้ว่ามีผู้ใดละเมิดความผิดเลวร้ายนี้
 ให้ตักเตือนเขาครั้งที่หนึ่งและครั้งที่สอง
 หากเขายังไม่ยอมแก้ไข
 เขาต้องถูกลงโทษ

บทที่ 34: ในสิ่งจำเป็นทุกคนต้องได้รับมาตรการการปฏิบัติเดียวกันหรือไม่

วันที่ 12 มีนาคม – วันที่ 12 กรกฎาคม – วันที่ 11

พฤศจิกายน

ขอให้เราปฏิบัติตามพระคัมภีร์

“การแจกจ่ายต้องมอบให้กับแต่ละคน

ตามความต้องการของแต่ละคน” (กจ. 4: 35)

โดยวิธีนี้เราไม่ได้หมายถึงว่าควรเห็นแก่หน้าบุคคล

(พระเจ้าทรงโปรด)

แต่เพื่อเห็นแก่คนที่ป่วยหรืออ่อนแอ

คนที่ได้รับน้อยควรขอบคุณพระเจ้าและไม่ควรแสดงความไม่พอใจ

แต่สำหรับผู้ที่มีความต้องการมากกว่า

ควรแสดงความสับสนด้วยความคิดว่าตนเป็นคนอ่อนแอ

แทนที่จะคิดว่าตนเป็นคนสำคัญ

เพราะความใจดีที่เขาแสดงต่อตน
 ดังนั้นทุกคนจึงจะมีความสบายใจ
 ที่สำคัญคือ อย่าปล่อยให้ความชั่วแห่งการบ่นเกิดขึ้น
 ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดก็ตาม
 แม้ด้วยเสียงเบาๆหรือเครื่องหมาย
 หากผู้ใดถูกจับได้
 ต้องบังคับให้เขาปฏิบัติตามพระวินัยอย่างเคร่งครัด

บทที่ 35: การเข้าเวรรับใช้ในห้องครัวประจำ สัปดาห์

วันที่ 13 มีนาคม – วันที่ 13 กรกฎาคม – วันที่ 12

พฤตจิกายน

ขอให้บรรดาพี่น้องรับใช้ซึ่งกันและกัน
 และไม่ให้ผู้ใดแก้ตัวจากการรับใช้ในห้องครัว
 ยกเว้นด้วยเหตุผลของการเจ็บป่วย
 หรือมีหน้าที่การงานที่สำคัญอย่างอื่น
 เพราะว่าการรับใช้นี้นำมาซึ่งการเพิ่มพูนรางวัลและความรัก
 แต่ขอให้มิให้ผู้ช่วยสำหรับผู้ที่อ่อนแอ
 เพื่อที่ผู้เหล่านั้นจะไม่เกิดความเครียดในการปฏิบัติหน้าที่
 และขอให้แต่ละคนได้รับความช่วยเหลือเช่นเดียวกัน
 ตามความต้องการแห่งขนาดของคณะ
 หรือตามสิ่งแวดล้อมของห้องที่
 หากเป็นคณะใหญ่
 หัวหน้าฝ่ายทรัพย์สินจะได้รับการยกเว้นจากหน้าที่ในห้อง
 ครัว
 เช่นเดียวกับผู้ที่รับหน้าที่ที่ทำประโยชน์ได้มากกว่า

ดั่งที่เราได้กล่าวไปแล้วข้างต้น
 ส่วนที่เหลือให้รับใช้ซึ่งกันและกันในความรัก
 คนที่จบหน้าที่รับใช้ประจำสัปดาห์
 จะต้องช่วยทำความสะอาดในวันเสาร์
 เขาต้องซักผ้า
 ที่บรรดาพี่น้องใช้เช็ดมือเช็ดเท้า
 และผู้รับใช้ที่จบเวรประจำสัปดาห์นี้
 โดยความช่วยเหลือของคนใหม่ที่จะเข้ามารับเวรแทน
 จงต้องล้างเท้าของเพื่อนๆ
 แล้วคืนภาชนะที่ใช้ล้างเท้าให้กับผู้ดูแลและทรัพย์สิน
 โดยทำความสะอาดให้เรียบร้อยและอยู่ในสภาพดี
 แล้วนำไปมอบให้กับผู้รับใช้ถัดไป
 เพื่อที่เขาจะได้ทราบ
 เขาให้อะไรไปและรับอะไรกลับคืนมา

วันที่ 14 มีนาคม – วันที่ 14 กรกฎาคม – วันที่ 13

พฤศจิกายน

ก่อนเวลารับประทานอาหารหนึ่งชั่วโมง
 ให้ผู้รับใช้ประจำสัปดาห์รับเครื่องตีหนึ่งแก้วพร้อมขนมปัง
 เล็กน้อย

นอกเหนือจากส่วนแบ่งตามปกติ
 เพื่อเมื่อถึงเวลาอาหารจะได้รับใช้พี่น้อง
 โดยไม่บ่นและไม่เหนื่อยจนเกินไป
 แต่สำหรับวันฉลองสำคัญให้พวกเขาคอยจนกระทั่งหลังพิธี
 บูชาขอบพระคุณ
 ทันทีที่จบการทำวัตรเช้าวันอาทิตย์

ทั้งผู้ใช้ที่กำลังหมดหน้าที่และผู้ที่เข้ามาแทน
จะต้องนอนคว่ำแบบยาวเหยียดต่อหน้าพี่น้องทุกคนในโรง
สวด

และขอคำภาวนาจากพวกเขา

ให้ผู้ใช้ที่กำลังจบบเวรประจำสัปดาห์กล่าวประโยคนี้

“ข้าแต่พระเจ้า พระองค์ทรงเป็นบุญลาภความสุขแท้

ผู้ช่วยและให้ความบรรเทาใจข้าพเจ้า”

เมื่อได้กล่าวเช่นนี้สามครั้งแล้ว

และเมื่อผู้ใช้ที่กำลังพ้นหน้าที่ได้รับการอวยพรแล้ว

ให้ผู้ที่เข้ามารับหน้าที่แทนกล่าวว่า

ข้าแต่พระเจ้า โปรดเสด็จมาช่วยข้าพเจ้า

ข้าแต่พระคริสตเจ้า โปรดรีบมาช่วยข้าพเจ้า”

ให้ทุกคนกล่าวเช่นนี้สามครั้งเช่นเดียวกัน

และเมื่อได้รับการอวยพรแล้ว

ให้เขาเริ่มทำการรับใช้

บทที่ 36: ผู้ป่วย

วันที่ 15 มีนาคม – วันที่ 15 กรกฎาคม – วันที่ 14

พฤศจิกายน

ก่อนสิ่งใดและเหนือสิ่งใด

ต้องเอาใจใส่ดูแลคนป่วย

เพื่อที่พวกเขาจะได้รับการรับใช้โดยที่พวกเขาเป็นเสมือนพระ
คริสตเจ้าเอง

เพราะพระองค์เองตรัสว่า “เราป่วย ท่านก็มาเยี่ยมเรา” (มธ.
25: 36)

และ “สิ่งใดที่ท่านทำกับผู้ที่ต่ำต้อยที่สุด ท่านก็ทำกับเราเอง”
(มธ. 25: 40)

แต่ในส่วนของคนป่วยให้เขาถือว่า
พวกเขาได้รับการรับใช้เพื่อพระเกียรติของพระเจ้า
และอย่าให้พวกเขาสร้างความรำคาญซิสเตอร์ที่มารับใช้พวกเขา

ด้วยการเรียกร้องสิ่งที่ไม่จำเป็น
พวกเขาควรยอมรับความไม่สะดวกสบายด้วยความอดทน
เพราะสภาพเช่นนี้จะทำให้พวกเขาได้รับการตอบแทน
บริบูรณ์มากขึ้น
เพราะฉะนั้นอธิการต้องเอาใจใส่ให้มากที่สุด
เพื่อมิให้พวกเขาถูกปล่อยปะละเลย
ต้องจัดห้องพิเศษให้กับคนป่วยเหล่านี้
และจัดให้มีผู้ดูแลคนหนึ่งที่ยำเกรงพระเจ้า ขยัน และมีใจโอบ
อ้อมอารี

จัดให้มีห้องสุขาเพื่อความสะดวกของผู้ป่วย
ซึ่งสามารถใช้ห้องน้ำได้เท่าที่ต้องการ
เพื่ออนามัยที่ดีโดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับผู้ป่วยที่ยังเยาว์
ให้ดูแลพวกเขาเป็นพิเศษ
นอกเหนือจากนี้แล้ว
อนุญาตให้ผู้ป่วยหนักรับประทานเนื้อสัตว์ได้
เพื่อฟื้นฟูกำลัง
แต่เมื่อพวกเขาฟื้นแล้ว
ให้ทุกคนเว้นรับประทานเนื้อสัตว์ตามปกติ
อธิการต้องใส่ใจที่สุด

ไม่ปล่อยให้ผู้ป่วยถูกปล่อยปะละเลยจากผู้ดูแลทรัพย์สินหรือคนเฝ้าไข้

เพราะอธิการเป็นผู้รับผิดชอบสำหรับสิ่งที่ศิษย์กระทำผิดเช่นเดียวกัน

สำหรับอ่านวันที่ 16-23 มีนาคม, 16-23 กรกฎาคม และ 15-22 พฤศจิกายน
(บทที่ 37 – 43)

บทที่ 37: ผู้สูงวัยกับเด็ก

วันที่ 16-23 มีนาคม – วันที่ 16-23 กรกฎาคม และวันที่ 15-22 พฤศจิกายน

แม้ธรรมชาติมนุษย์จะนิยมความใจดีพิเศษในช่วงนี้แห่งชีวิต

คือช่วงวัยชราและวัยเด็ก

แต่อ่านางแห่งพระวินัยก็ควรที่จะกำหนดประเด็นนี้ไว้

ต้องพิจารณาถึงความอ่อนแอของพวกเขาเสมอ

และไม่ต้องยึดถือตามพระวินัยจนเข้มงวดเกินไป

เกี่ยวกับเรื่องอาหาร

ตรงกันข้าม

ต้องแสดงความใจกว้างต่อพวกเขา

และอนุญาตให้พวกเขารับประทานอาหารก่อนเวลาปกติ

บทที่ 38: ผู้อ่านประจำสัปดาห์

วันที่ 17 มีนาคม – วันที่ 17 กรกฎาคม – วันที่ 16 พฤศจิกายน

ในการรับประทานอาหารของบรรดาซิสเตอร์ต้องมีการอ่าน
ทุกครั้ง

และผู้อ่านต้องไม่ใช่ผู้ใด

ที่หยิบหนังสือขึ้นมา

แต่ต้องมีผู้อ่านประจำสัปดาห์

โดยทำหน้าที่เริ่มต้นตั้งแต่วันอาทิตย์

ให้ผู้ที่จะเป็นผู้อ่านนี้

หลังพิธีบูชาขอบพระคุณ

ขอให้ทุกคนสวดสำหรับตน

เพื่อพระเจ้าจะได้ปกป้องตนให้พ้นจากจิตตารมย์แห่งความ
เย่อหยิ่ง

และให้เขากล่าวประโยคนี้ซึ่งทุกคนจะกล่าวสามครั้งในโรง
สวด

“ข้าแต่พระเจ้า โปรดเปิดริมฝีปากข้าพเจ้า

เพื่อปากข้าพเจ้าจะได้ถวายนามสรรเสริญพระองค์”

และเมื่อได้รับการอวยพรแล้ว

ให้เขาเดินไปที่แท่นอ่าน

ณ โต๊ะอาหารให้ทุกคนรักษาความเงียบอย่างเคร่งครัด

ไม่ให้มีแม้แต่เสียงกระซิบกระซาบ

หรือเสียงใดนอกจากเสียงของผู้อ่าน

สำหรับสิ่งที่พวกเขาต้องการในการกินการดื่ม

ให้ซิสเตอร์ส่งต่อให้กันและกัน

เพื่อมิให้ผู้ใดต้องออกปากขอสิ่งโน้นสิ่งนี้

แต่หากมีความจำเป็นต้องการอะไรบางอย่าง

ให้มีการขอด้วยสัญลักษณ์ที่เข้าใจกัน

แทนที่จะพูดจา

ห้ามผู้ใดที่โต๊ะอาหารตั้งคำถาม
 เกี่ยวกับบทอ่านหรืออะไรทั้งสิ้น
 มิฉะนั้นแล้วจะเป็นโอกาสเปิดให้มีการสนทนา
 นอกจากว่าเป็นความปรารถนาของอธิการ
 ที่จะกล่าวอะไรสั้นๆเพื่ออบรม
 ซิสเตอร์ผู้อ่านประจำสัปดาห์
 จะดื่มเหล้าองุ่นเล็กน้อยผสมน้ำก่อนอ่าน
 เพื่อรำลึกถึงศีลมหาสนิท
 หรือมิฉะนั้นบางครั้งการอดอาหารกลายเป็นสิ่งยากสำหรับ
 เขา
 เขาจะทานอาหารภายหลัง
 กับพนักงานโรงครัวและพนักงานเสิร์ฟประจำสัปดาห์
 ซิสเตอร์จะไม่อ่านหรือขับร้องเรียงตามลำดับ
 แต่เฉพาะตอนที่จะเป็นการอบรมผู้ฟังเท่านั้น

บทที่ 39: มาตรการในการรับประทานอาหาร **วันที่ 18 มีนาคม – วันที่ 18 กรกฎาคม – วันที่ 17**

พฤศจิกายน

เราคิดว่าเป็นการเพียงพอสำหรับอาหารมือเย็นประจำวัน
 ไม่ว่าจะป็นชั่วโมงที่ 6 หรือที่ 9
 ที่ทุกโต๊ะจะมีกับข้าวสองอย่าง
 เนื่องจากความอ่อนแอของบางคน
 ด้วยเหตุผลว่าบางคนอาจไม่สามารถทานกับข้าวอย่างหนึ่ง
 จะสามารถทานกับข้าวอีกอย่างหนึ่งได้
 เพราะฉะนั้นให้มีกับข้าวสองอย่างสำหรับพี่น้องทุกคน
 และหากมีผลไม้หรือผักสด

ก็อาจเพิ่มรายการที่สามได้

ต้องจัดให้มีขนมปังที่ดีเพียงพอสำหรับตลอดวัน

ไม่ว่าจะมีอาหารมือเดียวหรือมีทั้งอาหารกลางวันและอาหารเย็น

หากมีการรับประทานอาหารมือเย็น

ผู้ดูแลทรัพย์สินต้องเตรียมขนมปังไว้ให้เพียงพอ

สำหรับแจกจ่ายให้เป็นอาหารมือเย็น

หากปรากฏว่าวันนั้นซิสเตอร์ทำงานหนักเป็นพิเศษ

จะอยู่ที่การตัดสินใจและอำนาจของอธิการ

ว่าเป็นการเหมาะสมหรือไม่

ที่จะเพิ่มรายการอาหาร

แต่ที่สำคัญที่สุด

ต้องหลีกเลี่ยงการรับประทานมากเกินไป

ต้องไม่มีการพบว่านักพรตเกิดอาการอาหารไม่ย่อย

เพราะไม่มีอะไรที่ขัดกับคุณสมบัติคริสตชนมากไปกว่า

โลกอาหาร

ตามพระดำรัสของพระคริสตเจ้าที่ว่า

“จงระวังไว้ให้ดี อย่าปล่อยใจของท่านให้หมกมุ่น

อยู่แต่ในเรื่องอาหารการกิน” (ลก. 21: 34)

เยาวยชน

จะไม่ได้รับอาหารในอัตราส่วนเท่ากับผู้สูงวัย

จะได้รับน้อยกว่า

ในทุกกรณีจะต้องระมัดระวังไม่ให้มีการฟุ่มเฟือย

ยกเว้นคนป่วยที่อ่อนแอมาก

ให้ทุกทุกคนละเว้นอย่างสิ้นเชิง

จากการรับประทานเนื้อสัตว์สี่เท้า

บทที่ 40: มาตรการในการตีพิมพ์

วันที่ 19 มีนาคม – วันที่ 19 กรกฎาคม / วันที่ 18 พฤศจิกายน

“ทุกคนล้วนมีพระพรของตนจากพระเจ้า
คนหนึ่งในหนทางนี้ อีกคนหนึ่งในหนทางนั้น” (1 คร. 7: 7)

เพราะฉะนั้นด้วยความหวังใบบางอย่าง
เราจึงตั้งมาตรการในการยังชีพด้านอื่นด้วย
จะอย่างไรก็ดีเพราะคำนึงถึงความต้องการของผู้อ่อนแอ
เราเชื่อว่าเหล่าองุ่นสักแก้วหนึ่งขนาดพอเหมาะคงเพียงพอ
สำหรับแต่ละคน

แต่คนที่พระเจ้าประทานความเข้มแข็งให้ละเว้น
ควรทราบว่าเขาจะได้รับรางวัลพิเศษ

หากสภาพแวดล้อมของสถานที่
หรือการงาน

หรือความร้อนในฤดูร้อน

เรียกร้องให้มาตรการมากกว่านี้อธิการจะเป็นผู้ใช้
วิจารณ์ญาณในประเด็นนี้

โดยใส่ใจเสมอว่า

จะต้องไม่ปล่อยให้มีโอกาสตีพิมพ์เกินควรจนกระทั่ง
เราได้อ่าน

และเป็นความจริงว่า

เหล่าองุ่นไม่ใช่เป็นเครื่องตีพิมพ์ของนักพรต

แต่เพราะนักพรตสมัยนี้ไม่สามารถถูกชักจูงเรื่องนี้ได้

เราจึงอนุโลมให้ตีพิมพ์ได้เล็กน้อยไม่ใช่เพื่อความพอใจ

เพราะว่า “เหล่าองุ่นทำให้แม้แต่คนฉลาดต้องพลาดท่าเสียที”
(ปญจ. 19: 2)

แต่เมื่อสิ่งแวดล้อมเอื้ออำนวย

ซึ่งไม่มีมาตรการดังกล่าวระบุไว้
 หรือไม่มีมาตรการใดเลย
 ให้ผู้ที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมเหล่านั้นสรรเสริญพระเจ้าและไม่ปน
 ที่สำคัญเราขอเตือนว่า
 พวกเขาต้องละเว้นจากการปน

บทที่ 41: ควรรับประทานอาหารเวลาใด

วันที่ 20 มีนาคม – วันที่ 20 กรกฎาคม – วันที่ 19

พฤศจิกายน

จากวันปีสกาถึงวันพระจิตเสด็จมา
 ให้พี่น้องทุกคนรับประทานอาหารเพียงในเวลาชั่วโมงที่ 6
 และอาหารเย็นในตอนค่ำ

จากวันพระจิตเสด็จมาจนถึงฤดูร้อน
 นอกเสียจากว่าบรรดานักพรตทำงานในท้องทุ่ง
 ให้พวกเขาจำศีลอดอาหารในวันพุธและวันศุกร์จนกระทั่ง
 ชั่วโมงที่ 9

ส่วนวันอื่นๆให้พวกเขาทานอาหารในชั่วโมงที่ 6
 อาหารเพียงเวลาชั่วโมงที่ 6 จะเป็นตารางเวลาประจำวัน

หากพวกเขาต้องทำงานในท้องทุ่ง
 หรืออากาศร้อนจัดในฤดูร้อน

การมองการณ์ไกลของอธิการจะตัดสินใจสำหรับประเด็นนี้
 ดังนั้นเป็นอันว่าอธิการควรจัดการปรับทุกสิ่ง

ในทำนองที่ว่าดวงวิญญาณจะได้รับความรอด
 และบรรดานักพรตจะสามารถทำงานได้

โดยปราศจากซึ่งเหตุชอบธรรมสำหรับการปน
 จากวันที่ 15 กันยายนจนกระทั่งเริ่มเทศกาลมหาพรต
 ให้พวกเขาทานอาหารเพียงเวลาชั่วโมงที่ 9

ในเทศกาลมหาพรตจนถึงปีสกาให้พวกเขาทานอาหารเป็นเวลา

แต่ช่วงเวลาจะต้องถูกกำหนดไว้

ว่าพวกเขาจะไม่ใช้แสงสว่างจากตะเกียงในขณะที่รับประทานอาหาร

และตลอดทุกฤดูกาล

ให้มีการกำหนดเวลาของการทานอาหารไม่ว่าอาหารเที่ยงหรืออาหารเย็น

ว่าทุกอย่างต้องกระทำในขณะที่ยังมีแสงสว่าง

บทที่ 42: ห้ามผู้ใดพูดหลังการทำวัตรคำ (compline)

วันที่ 21 มีนาคม – วันที่ 21 กรกฎาคม – วันที่ 20

พฤศจิกายน

นักพรตควรมีใจร้อนรนในการรักษาความเงียบตลอดเวลา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเวลาค่ำคืน

เพราะฉะนั้นในทุกฤดู

ไม่ว่าจะเป็นเวลาถือศีลอดอาหารหรือรับประทานอาหารวันละ 2 มื้อ

ให้ตารางเวลาดังต่อไปนี้:

หากเป็นฤดูกาลที่มีการรับประทานอาหาร 2 มื้อ

ทันทีที่ลุกขึ้นจากการทานอาหารมื้อเย็น

พวกเขาทุกคนจะมานั่งรวมกันคนหนึ่งเ็นพวกเขาจะอ่านประวัติของปีตาจารย์

หรืออะไรที่จะสอนใจผู้ฟัง

แต่ต้องไม่ใช่พระคัมภีร์ภาคพันธสัญญาเดิม 7 เล่มแรกหรือ
พงศกษัตริย์

เพราะว่าจะไม่สู้เหมาะสมสำหรับผู้ที่มีจิตใจอ่อนแอ
ที่จะรับฟังบางส่วนของพระคัมภีร์ดังกล่าว ณ เวลานั้น
ควรจะนำมาอ่านในเวลาอื่น

หากเป็นวันจำศีลอดอาหาร

เมื่อพักครู่หนึ่งหลังการทำวัตรเย็นแล้ว

พวกเขาต้องรีบอ่านชีวประวัติของปีตาจารย์ทันที
ดังที่ได้ระบุไว้

ให้อ่านสี่ห้าหน้าหรือเท่าที่เวลาอำนวย

เมื่ออ่านจบแล้วจะมีเวลาให้หยุดพักเล็กน้อย

ช่วงนี้ให้ทุกคนรีบมารวมกัน

รวมถึงผู้ที่อาจกำลังยุ่งอยู่

หรือกำลังทำงานที่ได้รับมอบหมายอยู่ที่อื่น

เมื่อทุกคนมารวมกันหมดแล้ว

ให้เริ่มทำวัตรค่ำ (compline) ทันที

และเมื่อออกมาจากการทำวัตรค่ำ (compline) แล้ว

ห้ามผู้ใดพูดอะไรทั้งสิ้นตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

หากพบว่าผู้ใดละเมิดวินัยแห่งการรักษาความเงียบ

ให้ผู้นั้นต้องได้รับโทษหนัก

แต่มีข้อยกเว้น

หากมีความจำเป็นต้องพูดกับแขก

หรืออธิการมีคำสั่งกับคนใดคนหนึ่ง

แต่ต้องพูดด้วยความระมัดระวังที่สุด

และพูดให้น้อยที่สุด

บทที่ 43: ผู้ที่ไปทำงานไม่ทันเวลาหรือมาที่โต๊ะอาหารล่าช้า

วันที่ 22 มีนาคม – วันที่ 22 กรกฎาคม – วันที่ 21

พฤศจิกายน

เมื่อถึงเวลาทำวัตร

ทันทีที่ได้ยินเสียงระฆัง

ให้ทุกคนละทิ้งทุกอย่างที่ตนกำลังทำอยู่

แล้วรีบเดินอย่างรวดเร็ว

แต่ด้วยความสำรวม

เพื่อแสดงให้เห็นว่านี่ไม่ใช่เรื่องเล็ก

เพราะฉะนั้นอย่าปล่อยให้อะไรที่มีความสำคัญกว่างานของพระเจ้า

หากเป็นการทำวัตรในเวลากลางคืน

ผู้ใดมาหลัง “สิริพึงมีแต่พระบิดา” ของเพลงสดุดีที่ 94

ซึ่งเพลงสดุดีบทนี้เราตั้งใจสวด

อย่างช้าๆและยืดยาวออกไป

อย่าให้ผู้ที่ยืนในที่ปกติของหมู่คนขับร้อง

แต่ให้เขายืนอยู่แถวหลังเป็นคนสุดท้าย

หรือในที่ที่อธิการจัดไว้ต่างหากสำหรับผู้ที่เดินเล่น

เพื่ออธิการและทุกคนสามารถเห็นได้

เขาจะต้องยืนอยู่ตรงนั้นจนกว่าการทำวัตรจะเสร็จ

จากนั้นเขาต้องทำการใช้โทษบาปในที่สาธารณะ

เหตุผลที่เราคิดว่าเหมาะสม

สวดหรับพวกเขาที่ต้องยืนในแถวสุดท้ายหรือในที่แยกต่าง

หาก

ก็คือ

ให้ทุกคนเห็นเขา
 เขาอาจเปลี่ยนนิสัยเพราะความอาย
 เพราะหากปล่อยให้พวกเขาอยู่นอกโรงสวด
 อาจมีบางคนหนีกลับไปนอน
 หรือนั่งข้างนอกคุยเรื่องที่ไม่เป็นเรื่อง
 เหมือนกับเราให้โอกาสกับคนผิด
 แต่ให้พวกเขาอยู่ข้างใน
 เพื่อให้หลายคนจะได้ไม่ต้องเสียการทำวัตรไปทั้งสิ้น
 และเปลี่ยนพฤติกรรมต่อไปในอนาคต
 ในการทำวัตรเวลากลางวัน
 ผู้ใดไม่มาทำวัตร
 จนกระทั่งถึงบทรับสั้น (verse)
 และ “สิริพึงมีแด่พระบิดา” สำหรับบทเพลงสดุดีที่ตามมา
 จะต้องยืนในแถวสุดท้าย
 ตามกฎข้างบน
 และเขาเองไม่ถือวิสาสะที่จะไปร่วมกับกลุ่มนักขับร้อง
 จนกระทั่งเขาได้ทำตนเป็นที่พอใจ
 นอกจากว่าอธิการจะยกโทษให้และอนุญาต
 แต่ถึงกระนั้นผู้กระทำผิดต้องชดเชยความผิดของตน

วันที่ 23 มีนาคม – วันที่ 23 กรกฎาคม – วันที่ 22

พฤศจิกายน

ผู้ใดที่มาไม่ถึงโต๊ะอาหารก่อนสวดบทรับสั้น (verse)
 เพื่อให้ทุกคนจะได้พร้อมหน้ากันสวดบทรับสั้น (verse) และ
 ภาวนา
 เพื่อให้ทุกคนจะได้นั่งลงที่โต๊ะอาหารในเวลาเดียวกัน

ผู้ใดที่
 มีความเลินเล่อหรือนิสัยเลวของตน
 มาไม่ทันเวลา
 จะถูกตักเตือนทั้งหมด 2 ครั้ง
 หากยังไม่แก่นิสัย
 เขาจะไม่ได้รับอนุญาตให้ร่วมโต๊ะอาหารกับผู้อื่น
 แต่จะถูกแยกออกจากทุกคน
 และต้องทานอาหารโดยลำพัง
 จะไม่ได้รับเหล้าองุ่น
 จนกว่าจะเปลี่ยนพฤติกรรมและแก้ไขตนเองแล้ว
 และให้เขารับโทษเหมือนผู้ที่ไม่อยู่
 ตอนสวดบทรับสั้น (verse) หลังรับประทานอาหาร
 แต่หากอธิการมอบอะไรบางอย่างให้กับใครบางคน
 และผู้นั้นปฏิเสธ
 แล้วเมื่อเวลามาถึง
 เขาอยากได้สิ่งที่เคยปฏิเสธ
 หรืออยากได้สิ่งอื่น
 อย่าให้เขาได้รับสิ่งใดๆทั้งสิ้น
 จนกว่าเขาจะเปลี่ยนนิสัยจนเป็นที่พอใจ

สำหรับอ่านวันที่ 24-31 มีนาคม, 24-31 กรกฎาคม และ 23-30
 พฤศจิกายน
 (บทที่ 44 – 49)

บทที่ 44: จะคืนดีให้กับการอัปเปหิได้อย่างไร

วันที่ 24 มีนาคม – วันที่ 24 กรกฎาคม – วันที่ 23 พฤศจิกายน

เพราะความผิดหนักคนหนึ่งถูกอัปเปหิ
จากโรงสวดและโต๊ะอาหาร
จะต้องแก้ไขดังต่อไปนี้:
เมื่อการทำวัตรในเสร็จแล้ว

ในโรงสวด

ให้ผู้นั้นนอนเหยียดยาวที่หน้าประตูโรงสวด
โดยไม่พูดอะไรแต่นอนยาวโดยคว่ำหน้าลงบนพื้น
ชิดกับเท้าของทุกคนในขณะที่เดินออกจากโรงสวด
และให้ทำเช่นนี้เรื่อยไป

จนอธิการเห็นว่าพอสมควรแล้ว

จากนั้นเมื่อเขาลุกขึ้นเพราะคำสั่งของอธิการ

ให้เขาก้มลงกราบเท้าอธิการ

จากนั้นก็ให้กราบเท้าทุกคน

เพื่อให้ทุกคนสวดภาวนาสำหรับเขา

ถัดจากนั้นหากอธิการมีคำสั่ง

ให้รับเขาเข้าในกลุ่มนักขับร้อง

อยู่ในจุดที่อธิการสั่งแต่มีเงื่อนไขว่าเขาจะไม่ถือวิสาสะ

ก่อบทเพลงสดุดี อ่านบทอ่าน หรือกระทำการใดในโรงสวด

โดยที่ไม่ได้รับอนุญาตจากอธิการเสียก่อน

นอกจากนี้แล้วในการทำวัตรทุกวัตร

เมื่อการทำวัตรจบแล้ว

ให้เขาหมอบตนเองบนพื้น ณ ที่เขายืน

และทำเช่นนี้ทุกครั้งเพื่อชดเชย

จนกระทั่งอธิการสั่งให้หยุดทำ

จากการชดเชยแบบนี้
 แต่สำหรับคนเหล่านั้นที่ทำผิดและถูกลงโทษ
 จากการร่วมโต๊ะอาหาร
 จะต้องทำการชดเชยในโรงสวด
 และทำเช่นนั้นเรื่อยไป
 จนกว่าจะมีคำสั่งจากอธิการ
 ด้วยการอวยพรเขาแล้วกล่าวว่า “พอแล้ว”

บทที่ 45: ผู้ที่ทำความผิดในโรงสวด

วันที่ 25 มีนาคม – วันที่ 25 กรกฎาคม – วันที่ 24

พฤศจิกายน

เมื่อผู้ใดกระทำความผิด
 ในขณะที่อ่านบทเพลงสดุดี บทขานรับ
 บทสร้อย (Antiphon) หรือบทอ่าน
 หากเขาไม่ถ่อมตนตรงนั้นต่อหน้าทุกคน
 ด้วยการใช้โทษชดเชย
 ให้เขาได้รับโทษที่ใหญ่กว่า
 เพราะเขาไม่แก้ไขตนเองด้วยความสุภาพ
 สำหรับสิ่งที่เขาทำผิดเพราะความเลินเล่อ
 แต่หากเป็นผู้เยาว์วัยทำผิดดังกล่าวจะต้องถูกเขียน

บทที่ 46: สำหรับผู้ที่ทำความผิดในประเด็นอื่น

วันที่ 26 มีนาคม – วันที่ 26 กรกฎาคม – วันที่ 25

พฤศจิกายน

เมื่อผู้ใดปฏิบัติงานในหน้าที่ใดหน้าที่หนึ่ง
 ไม่ว่าจะเป็นงานในห้องครัว ในห้องเก็บเสบียง ในร้านค้า

ในโรงทำขนมปัง ในสวน งานฝีมือ
 หรือในสถานที่ใดสถานที่หนึ่ง
 และเกิดทำผิดอะไรบางอย่าง
 หรือทำของแตก หรือทำของหาย
 หรือล่องละเมิดในสิ่งใดก็ตาม
 หากเขาไม่รีบมารายงานตัวทันที
 ต่ออธิการและสมาชิกของคณะ
 โดยอำเภोजิตตนเอง
 แล้วมารู้ภายหลังจากสมาชิกท่านใดท่านหนึ่ง
 ให้เขาได้รับการตักเตือนขั้นรุนแรง
 แต่หากความผิดที่เป็นบาปแห่งดวงวิญญาณเป็นสิ่งที่ต้อง
 ปกปิด
 ให้เขาสารภาพกับอธิการหรือผู้นำวิญญาณเท่านั้น
 ซึ่งทราบดีว่าจะต้องรักษาบาดแผลของเขาและของผู้อื่น
 อย่างไร
 โดยไม่ต้องแจ้งให้คนอื่นรู้หรือทำให้เป็นเรื่องใหญ่โต

บทที่ 47: การให้สัญญาณเวลาของการทำวัตร

วันที่ 27 มีนาคม – วันที่ 27 กรกฎาคม – วันที่ 26

พฤศจิกายน

การกำหนด เวลาของการทำวัตร
 ทั้งเวลากลางวันและเวลากลางคืน
 เป็นหน้าที่ของอธิการ
 ไม่ว่าจะสั้นระชังด้วยตนเอง
 หรือมอบหน้าที่นี้ให้กับสมาชิกคนใดคนหนึ่ง

และการสั่งระฆังหรือการให้สัญญาณนี้ต้องเป็นไปในเวลาอัน
ควร

ให้เริ่มก่อสวดบทเพลงสดุดีและบทสร้อย antiphon

จากผู้ที่ได้รับการมอบหมาย

ตามคำสั่งของอธิการ

และห้ามผู้ใดถือวิสาสะขับร้องหรืออ่าน

นอกจากผู้ที่สามารถทำหน้าที่นี้ได้

ชนิดที่ว่าจะต้องจรโลงใจผู้ฟัง

ให้มีการปฏิบัติหน้าที่นี้

ด้วยความสุภาพ จริงจัง และด้วยความเคารพ

จากผู้ที่อธิการมอบหน้าที่ให้

บทที่ 48: การทำงานด้วยแรงงานประจำวัน

วันที่ 28 มีนาคม – วันที่ 28 กรกฎาคม – วันที่ 27

พฤศจิกายน

ความเกียจคร้านเป็นศัตรูของดวงวิญญาณ

เพราะฉะนั้นซิสเตอร์จะต้องมีอะไรทำอยู่เสมอ

ด้วยงานที่ใช้แรงงานในบางเวลา

และในเวลาที่กำหนดไว้สำหรับการอ่านหนังสือศรัทธา

เพื่อบรรลุเป้าหมายดังกล่าว

เราคิดว่าเวลาสำหรับแต่ละคนควรกำหนดดังนี้

จากปีสกาถึงวันปฏิทินพระศาสนจักรเดือนตุลาคม

เมื่อพวกเขาเดินออกจากการทำวัตรแรกตอนเช้า

ให้พวกเขาทำงานไม่ว่าจะเป็นงานอะไรที่มีความจำเป็น

จนกระทั่งถึงเวลาชั่วโมงที่สี่

และจากชั่วโมงที่สี่ถึงชั่วโมงที่หก

ให้พวกเขาใช้เวลาสำหรับการอ่าน
 หลังจากชั่วโมงที่หก
 หลังจากที่ถูกจากโต๊ะอาหารแล้ว
 ให้พวกเขาพักผ่อนบนเตียงโดยรักษาความเงียบอย่าง
 เคร่งครัด
 และหากมีผู้ใดต้องการอ่านหนังสือศรัทธา
 ให้เขาอ่านในใจ
 ในทำนองที่ไม่รบกวนผู้อื่น
 และมีให้ผู้ใดพูดจา
 ในระหว่างชั่วโมงที่แปด
 จากนั้นให้พวกเขาทำงานที่ยังค้างอยู่จนถึงเวลาทำวัตร
 Vespers
 และหากสิ่งแวดล้อมของสถานที่หรือความยากจนของพวกเขา
 เขา
 เรียกร้องให้พวกเขา
 ทำงานเก็บเกี่ยวพืชผล
 ห้ามพวกเขาแสดงความไม่พอใจ
 เพราะนั่นแสดงว่าพวกเขาเป็นนักพรตแท้จริง
 เมื่อพวกเขาดำเนินชีวิตด้วยการทำงานด้วยมือ
 เฉากเช่นบรรดาปีตาคารยและอัครสาวก
 แต่ให้ทำทุกอย่างด้วยความพอดี
 เพื่อเห็นแก่ผู้ที่มีใจอ่อนแอ

วันที่ 29 มีนาคม – วันที่ 29 กรกฎาคม – วันที่ 28

พฤศจิกายน

จากปฏิทินเดือนตุลาคมจนถึงวันเริ่มต้นเทศกาลมหาพรต

ขอให้พวกเขาพยายามอ่านหนังสือศรัทธา
 จนกระทั่งถึงชั่วโมงที่สอง
 ณ ชั่วโมงที่สองให้มีการทำวัตรสาย Terce
 พัดจากนั้นให้ทุกคนทำงานที่ได้รับมอบหมายจนถึงชั่วโมงที่
 เก้า
 เมื่อได้ยินเสียงระฆังสำหรับการทำวัตรชั่วโมงที่เก้า
 ให้ทุกคนหยุดงาน
 แล้วเตรียมตัวพร้อมรอการสิ้นระฆังครั้งที่สอง
 กลังจากรับประทานอาหารเสร็จแล้ว
 ในช่วงเทศกาลมหาพรต
 จากเช้าจรดชั่วโมงที่สาม
 ให้ทุกคนอ่านหนังสือศรัทธา
 และจากนั้นจนถึงชั่วโมงที่สิบ
 ให้พวกเขากลับไปทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย
 และในช่วงเทศกาลมหาพรตนี้
 แต่ละคนจะได้รับหนังสือเล่มหนึ่งจากห้องสมุด
 ซึ่งพวกเขาจะต้องอ่านให้หมดตั้งแต่ต้นจนจบ
 จะแจกหนังสือดังกล่าวให้เมื่อเริ่มเทศกาลมหาพรต
 แน่นอนว่าอธิการควรแต่งตั้งผู้อาวุโสหนึ่งหรือสองคน
 ไว้คอยเดินตรวจ
 ในเวลาที่ซิสเตอร์อ่านหนังสือ
 เพื่อประกันว่าจะไม่มีซิสเตอร์เกียจคร้านคนไหน
 ใช้เวลาคุยเรื่องที่ไม่เป็นเรื่องหรือนินทา
 แทนที่จะอ่านหนังสือ
 ซึ่งนอกจากไม่เกิดประโยชน์ต่อตนเองแล้ว
 ยังไปทำให้คนอื่นวักแวกด้วย

หากพบผู้ใดกระทำเช่นนี้ (ขอพระเจ้าทรงโปรด)
ให้เตือนเขาเป็นครั้งที่หนึ่งและครั้งที่สอง

หากเขายังไม่แก้ไข

ให้ผู้นั้นต้องรับโทษตามพระวินัย

เพื่อมิให้คนอื่นเอาเยี่ยงอย่าง

นอกจากนี้แล้ว ห้ามซิสเตอร์คนใดคุยกับซิสเตอร์อีกคนหนึ่ง
ในเวลาที่ไม่สมควร

วันที่ 30 มีนาคม – วันที่ 30 กรกฎาคม – วันที่ 29

พฤศจิกายน

ในวันอาทิตย์ให้ทุกคนใช้เวลาไปในการอ่านหนังสือศรัทธา
ยกเว้นผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ทำงานในหน้าที่ต่างๆ

แต่หากมีผู้ใดที่ละเอียดหรือไร้ความสามารถ

ไม่สามารถที่จะศึกษาหรืออ่าน

ก็ให้มอบหมายงานอื่นให้เขาทำ

เพื่อที่เขาจะไม่ได้ยุ่งเฉยๆ

ซิสเตอร์ที่อ่อนแอหรือซี่โรคควรได้รับมาอบหมายงานที่เกี่ยวข้อง
กับงานฝีมือ

หรืองานเบาๆอะไรทำนองนั้นเพื่อมิให้พวกเขาอยู่เฉยๆไม่มี
อะไรทำ

ในขณะที่เดียวกันก็อย่าให้พวกเขาทำงานหนักจนเกินไปหรือ
ไล่ออก

โดยใช้ให้ทำงานหนักเกินกำลัง

อธิการต้องคำนึงถึงความอ่อนแอของพวกเขา

บทที่ 49: การปฏิบัติในเทศกาลมหาพรต

วันที่ 31 มีนาคม – วันที่ 31 กรกฎาคม – วันที่ 30 พฤศจิกายน

แม่ชีวิตของนักพรต

ควรยึดปฏิบัติตามตลอดเวลา

ซึ่งคุณลักษณะของมหาพรต

แต่เนื่องจากมีไม่กี่คนเท่านั้นที่มีคุณธรรมสูงในการทำเช่นนั้น
เพราะฉะนั้นเราจึงขอร้องให้ทุกคนตลอดทุกวันในเทศกาล
มหาพรต

ช่วยกันรักษาชีวิตให้บริสุทธิ์หมดจดที่สุด

ในขณะที่เดียวกันก็ชำระล้างให้สะอาดในช่วงวันศักดิ์สิทธิ์เหล่านี้

ซึ่งความผิดแห่งการละเลยต่างๆในอดีต

เราจะทำเช่นนี้ได้เป็นอย่างดี

หากเราละเว้นตนจากความชั่วต่างๆ

และมอบตนเองในการสวดภาวนาร่วมน้ำตา

ให้กับการอ่าน กับหัวใจที่เที่ยงตรง และกับการถือศีล

เพราะฉะนั้นในวันเหล่านี้ให้เราเพิ่มอะไรที่เป็นภาระตามปกติ
แห่งการรับใช้ของเรา

โดยการสวดภาวนาส่วนตัว และลดละในเรื่องของการกินการ
ดื่ม

เพื่อที่แต่ละคนจะได้ถวายแด่พระเจ้าด้วยอำภอใจตนเอง

“พร้อมกับความชื่นชมยินดีของพระจิตเจ้า” (1 ธส. 1: 6)

ในบางสิ่งที่อยู่เกินมาตรฐานซึ่งเราถูกเรียกร้อง

จากร่างกายของเขา กล่าวคือ

เขาอาจงดอาหาร เครื่องดื่ม การพักผ่อน การพูดคุย และการ
การเล่นให้น้อยลง

และด้วยความชื่นชมแห่งวามปรารถนาฝ่ายจิต
 เขาอาจมองไปข้างหน้ายังวันปีสภาคคีตีสหิ
 แต่ขอให้แต่ละคนเสนอไปยังอธิการ
 ถึงสิ่งที่ตนใคร่ที่จะถวาย
 เพื่อให้เป็นการกระทำที่ได้รับความเห็นชอบของ
 อธิการ
 เพราะสิ่งที่ทำโดยไม่ได้รับความเห็นชอบจากพระสงฆ์ผู้นำ
 วิญญานนั้น
 จะถูกถือว่าทำไปด้วยวิสาสะของตนหรือเพื่อโอ้อวด
 ซึ่งจะไม่ได้รับรางวัลตอบแทน
 ดังนั้นขอให้ทำทุกสิ่งโดยได้รับการเห็นชอบจากอธิการเสีย
 ก่อน

สำหรับอ่านวันที่ 1-10 เมษายน, 1-10 สิงหาคม และ 1-10
 ธันวาคม
 (บทที่ 50 – 57)

บทที่ 50: ชิสเตอร์ที่ทำงานไกลจากโรงสวดหรือ กำลังเดินทาง

ชิสเตอร์ซึ่งทำงานอยู่ไกล
 ไม่สามารถเดินทางมายังโรงสวดได้ทันเวลา
 ซึ่งอธิการก็ตัดสินว่าสิ่งนี้เป็นเช่นนั้นจริง
 จะต้องทำวัตร
 ณ สถานที่ที่ตนทำงาน
 โดยคุกเข่าลงต่อหน้าพระพักตร์พระเจ้า
 เช่นเดียวกันผู้ที่ถูกส่งออกไปโดยต้องเดินทาง

ต้องไม่ปล่อยให้เวลาแห่งการทำวัตรผ่านไป
แต่จะต้องทำวัตรเป็นการส่วนตัวให้ดีที่สุดเท่าที่จะสามารถ
ทำได้

และจะต้องไม่ละเลยทำหน้าที่การรับใช้ของตน

บทที่ 51: สำหรับพี่น้องที่ไปไม่สู้ไกลนัก

วันที่ 2 เมษายน – วันที่ 2 สิงหาคม – วันที่ 2 ธันวาคม

ผู้ที่ถูกส่งไปข้างนอกเพื่อทำธุระบางอย่าง

และคาดว่าจะกลับอารามในวันเดียวกัน

จะต้องไม่ถือวิสาสะรับประทานอาหารในขณะที่อยู่นอก
อาราม

แม้จะได้รับการขอร้องแล้วขอร้องอีกให้รับประทานอาหาร
ไม่ว่าจากใครก็ตาม

นอกเสียจากว่าจะได้รับอนุญาตจากอธิการ

และหากเขาฝ่าฝืนทำไปเขาจะต้องถูกทำโทษ

บทที่ 52: โรงสวดของอาราม

วันที่ 3 เมษายน – วันที่ 3 สิงหาคม – วันที่ 3 ธันวาคม

ขอให้โรงสวดเป็นสถานที่ที่เรียกว่าสถานที่แห่งการสวด
ภาวนา

และอย่าให้มีการกระทำใดหรือสิ่งใดเก็บไว้ในนั้น
เมื่อจบการทำวัตรแล้ว

ให้ทุกคนเดินออกโดยรักษาความเงียบ

โดยให้ความเคารพต่อพระเจ้า

เพื่อซิสเตอร์ที่อยากภาวนาเป็นการส่วนตัว

จะได้ไม่ถูกรบกวนด้วยพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

และในเวลาอื่นๆก็เช่นเดียวกัน
 หากผู้ใดต้องการภาวนาเป็นการส่วนตัว
 ขอให้เขาผู้นั้นเข้าไปในโรงสวดและทำการสวดภาวนา
 ไม่ใช่สวดเสียงดัง แต่ด้วยน้ำตาและความร้อนรนแห่งหัวใจ
 เพราะฉะนั้นผู้ที่ไม่สวดในทำนองนี้
 จะไม่ได้รับอนุญาตให้อยู่ในโรงสวด
 เมื่อการทำวัตรเสร็จแล้ว
 เพื่อมิให้เป็นการรบกวนผู้อื่นดังที่ได้กล่าวไปแล้ว

บทที่ 53: การรับแขก

วันที่ 4 เมษายน – วันที่ 4 สิงหาคม – วันที่ 4 ธันวาคม

ขอให้แขกทุกคนที่มาเยี่ยมอารามได้รับการต้อนรับดุจพระคริสตเจ้า

เพราะพระองค์กำลังจะตรัสว่า

“เรามาในฐานะแขก และท่านได้ให้การต้อนรับเรา” (มธ. 25: 35)

และให้เกียรติที่เหมาะสมต่อทุกคน

โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อชาวบ้านผู้มีความเชื่อและต่อคนเดินทาง

ดังนั้นทันทีที่ได้รับแจ้งว่าแขกมาถึง

ขอให้อธิการหรือพี่น้องไปต้อนรับเขา

ด้วยความเอาใจใส่และด้วยความรัก

และก่อนสิ่งอื่นใดขอให้พวกเขาสวดภาวนาร่วมกัน

จากนั้นก็ให้แลกเปลี่ยนสุขกันด้วยการจุมพิต

ไม่ควรมีการแลกจุมพิตแห่งสันติสุข

จนกว่าจะภาวนาเสร็จแล้ว

เพื่อกันมิให้มีการล่อลวงของปีศาจ

ในการทักทายแขกไม่ว่าจะเป็นตอนที่มาถึงหรือจากไป
 ต้องแสดงความสุภาพเสมอไป
 ขอให้ก้มศีรษะลง
 หรือกราบลงกับพื้น
 เสมือนกราบนมัสการพระคริสตเจ้าซึ่งอยู่ในบุคคลนั้น
 หลังจากรับแขกและมีการสวดภาวนาร่วมกันแล้ว
 ขอให้อธิการหรือผู้ที่ได้รับการแต่งตั้งแทนนั่งลงพร้อมกับแขก
 ขอให้อ่านบัญญัติของพระเจ้าต่อหน้าแขกเพื่อจรรโลงใจเขา
 จากนั้นให้แสดงความใจดีทุกอย่างต่อแขก
 อธิการต้องยอมพินิตกฏแห่งการจำศีลเพื่อเห็นแก่แขก
 นอกเสียจากว่ามันเป็นวันสำคัญแห่งการจำศีล
 ซึ่งจะละเมิดมิได้
 แต่บรรดาพี่น้องจะต้องจำศีลตามปกติ
 ขอให้อธิการมอบน้ำล้างมือให้กับแขก
 จากนั้นอธิการและสมาชิกคณะจะช่วยกันล้างเท้าแขกทุกคน
 เมื่อล้างเท้าเสร็จแล้วให้ทุกคนกล่าววว่า
 “ข้าแต่พระเจ้า เราได้รับพระเมตตาของพระองค์
 ในพระวิหารของพระองค์” (สดด. 47 [48]: 10)
 ในการต้อนรับคนจนและคนเดินทาง
 ต้องเอาใจใส่และแสดงความเอื้ออาทรอย่างที่สุด
 เพราะในพวกเขาเหล่านั้นแหละที่พระคริสตเจ้าได้รับการต้อนรับ
 เพราะทราบเท่าที่เกี่ยวข้อกับคนรวย
 ความกลัวที่เป็นแรงดลใจพวกเขา
 เอาชนะให้เรามีความเคารพต่อพวกเขา

วันที่ 5 เมษายน – วันที่ 5 สิงหาคม – วันที่ 5 ธันวาคม

ขอให้แยกครัวต่างหากสำหรับอธิการและแขก
 เพื่อมิให้เป็นการรบกวนพี่น้องนักพรต
 เนื่องจากแขกจะมาเยี่ยมอารามโดยไม่ขาดสาย
 และมาเยี่ยมที่ไม่ใช่ตามเวลาปกติ
 ให้ซิสเตอร์สองคนที่สามารถทำหน้าที่รับแขกได้เป็นอย่างดี
 ได้รับการแต่งตั้งเป็นเวลาหนึ่งปีทำหน้าที่ดูแลห้องครัว
 และให้มีผู้ช่วยตามที่พวกเขาต้องการ
 อีกประการหนึ่ง
 พวกเขาต้องรับใช้โดยไม่มีการบ่น
 และอีกประการหนึ่ง
 เมื่อพวกเขาว่างงาน
 ให้พวกเขาทำงานอื่นแล้วแต่จะได้รับมอบหมาย
 ไม่เพียงแต่ในกรณีนี้เท่านั้น
 แต่ในทุกหน้าที่การงานของอาราม
 ให้ปฏิบัติตามหลักการนี้
 คือเมื่อใดที่ต้องการความช่วยเหลือก็ให้ช่วยเหลือ
 และเมื่อคนงานว่างมือ
 ก็ให้ทำงานตามที่ได้รับสั่ง
 ต้องแต่งตั้งคนหนึ่งให้เป็นผู้ดูแลและบ้านรับรอง.
 ซึ่งดวงวิญญาณของเขามีความยำเกรงพระเจ้า
 ให้จัดเตียงนอนอย่างเพียงพอในบ้านรับรอง
 และให้บ้านของพระเจ้าได้รับการจัดการจากคนที่ฉลาด
 และด้วยวิธีที่ชาญฉลาด
 ห้ามผู้ใดที่ไม่ได้รับอนุญาต
 ติดต่อกับหรือพบกับแขก
 แต่หากพบหรือเห็นแขก

ให้ทักทายเขาด้วยความสุภาพดังที่กล่าวไว้
ขอพรจากเขาแล้วเดินผ่านไป
โดยบอกว่าพวกเขาไม่ได้รับอนุญาตให้พูดกับแขก

บทที่ 54: นักพรตควรรับจดหมายหรือสิ่งอื่นใหม่

วันที่ 6 เมษายน – วันที่ 6 สิงหาคม – วันที่ 6 ธันวาคม

ห้ามเด็ดขาดให้นักพรต

รับจดหมาย ของขวัญที่เสกแล้ว หรือไม่ว่าจะเป็นการก้านัล
เล็กน้อยเพียงใด

จากบิดามารดาหรือผู้ใดก็ตาม

หรือจากพี่น้อง

หรือตนเองมอบของก้านัลใดแก่พวกเขา

โดยไม่ได้รับอนุญาตจากอธิการ

และแม้แต่เมื่อมีสิ่งใดส่งมาจากบิดามารดา

ห้ามเขาถือวิสาสะที่จะเป็นเจ้าของ

ก่อนที่จะแสดงสิ่งของนั้นให้อธิการดู

และเป็นอำนาจของอธิการที่จะตัดสินว่า

ของนั้นควรจะมอบให้แก่ผู้ใด

หากอธิการตัดสินใจมอบของนั้นให้แก่ผู้อื่น

ซิสเตอร์ผู้ที่สิ่งของถูกส่งมาให้ไม่ควรเสียใจ

มิฉะนั้นแล้วจะเป็นการเปิดประตูให้กับปีศาจ

หากผู้ใดถือวิสาสะที่จะกระทำเป็นอย่างอื่น

ให้ผู้นั้นต้องได้รับโทษทางวินัย

บทที่ 55: เสื้อผ้าและรองเท้าของนักพรต

วันที่ 7 เมษายน – วันที่ 7 สิงหาคม – วันที่ 7 ธันวาคม

ขอให้มอบเสื้อผ้าแก่นักพรตทุกคน
 ตามสิ่งแวดล้อมธรรมชาติของสถานที่ที่พวกเขาอาศัย
 และอากาศ
 เพราะในท้องที่ที่มีอากาศหนาวต้องการเสื้อผ้ามากกว่า
 และในท้องที่ที่มีอากาศร้อนจะต้องการเสื้อผ้าน้อยกว่า
 เพราะฉะนั้นอธิการจะต้องพิจารณาในประเด็นนี้
 แต่เราเชื่อว่าในสถานที่ธรรมดาทั่วไป
 เสื้อคลุมหนึ่งตัว
 เสื้อหนาว (หนาวแบบมีขนสัตว์สำหรับหน้าหนาวหรือบาง
 สำหรับหน้าร้อน
 เสื้อกั๊กไม่มีแขนสำหรับทำงาน
 ถึงเท้าและรองเท้า
 นักพรตไม่ควรบ่น
 เกี่ยวกับสีหรือความหยาบของเครื่องนุ่งห่มเหล่านี้
 ให้พอใจกับสิ่งที่ตนหาได้
 ในท้องถื่นที่ตนอาศัย
 และหาซื้อได้ในราคาย่อมเยา
 อธิการจะเป็นผู้ดูแลเรื่องขนาดของเสื้อผ้า
 จะต้องไม่สั้นเกินไปสำหรับผู้ใส่
 แต่จะต้องพอดีกับขนาดของแต่ละคน
 ขอให้ผู้ที่ได้รับเสื้อผ้าใหม่
 คืนเสื้อผ้าชุดเก่าโดยทันที
 แล้วนำไปเก็บไว้ในตู้เสื้อผ้าไว้แจกคนยากจน
 เพราะเพียงพอที่นักพรตจะมีเสื้อคลุมและเสื้อทำงานอย่างละ
 สองตัว
 เพื่อมีชุดใส่เวลานอนและเปลี่ยนซัก

หากมีมากกว่านั้นถือว่าฟุ่มเฟือยและมอบสิ่งที่เกินไปเสีย
ขอให้เขาคืนถุงเท้าหรืออะไรที่เป็นของเก่า
เมื่อได้รับของใหม่

ผู้ที่ถูกส่งให้เดินทางไปทำงานข้างนอก
จะได้รับชุดใหม่

ซึ่งเขาต้องนำไปซักเมื่อกลับมา

ให้เสื้อคลุมและเสื้อที่ใส่ข้างใน

ดีกว่าเสื้อที่เขาใส่ตามปกติ

ซึ่งเขาจะได้รับเสื้อผ้าใหม่จากอธิการ

เมื่อพวกเขาต้องเดินทาง

และคืนอธิการเมื่อกลับมา

วันที่ 8 เมษายน – วันที่ 8 สิงหาคม – วันที่ 8 ธันวาคม

สำหรับการนอนสิ่งเหล่านี้เพียงพอแล้ว

เสื้อหนึ่งผืน ผ้าห่มหนึ่งผืน ผ้าคลุมเตียง และหมอนหนึ่งใบ

อธิการต้องทำการตรวจเตียงบ่อยๆ

เพื่อตรวจว่าจะมีสมบัติส่วนตัวอะไรซ่อนอยู่หรือไม่

หากพบว่ามีอะไรบางอย่างซ่อนไว้

ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ได้รับจากอธิการ

ให้ผู้นั้นต้องรับโทษหนักตามวินัย

และเพื่อการมีสมบัติส่วนตัวนี้

จะถูกถอนรากถอนโคนให้หมดสิ้น

อธิการควรจัดหาทุกสิ่งที่เป็นให้

เสื้อกั๊ก เสื้อคลุม ถุงเท้า รองเท้า เข็มขัด

มิด เข็มเย็บผ้า ผ้าเช็ดหน้า สมุด

เพื่อมิให้มีการแก้ตัวว่าตนต้องการ

แต่อธิการก็ควรที่จะระลึกเสมอถึง

ประโยคหนึ่งจากหนังสือกิจการอัครสาวกที่ว่า
 “การแจกจ่ายสิ่งขอกฎกระทำไปตามความต้องการของแต่ละ
 คน” (กจ. 4: 35)

ดังนั้นจึงมีความสำคัญ
 ที่ต้องพิจารณาถึงความอ่อนแอของผู้ที่มีความต้องการ
 มิใช่เจตนาร้ายของคนที่ชอบบิดงา
 แต่ในการตัดสินใจทุกอย่าง
 ให้เขาคิดถึงการเอาคืนของพระเจ้า

บทที่ 56: ณ โต๊ะอาหารของอธิการ

วันที่ 9 เมษายน – วันที่ 9 สิงหาคม – วันที่ 9 ธันวาคม
 ณ โต๊ะอาหารของอธิการให้มีแขกนั่งอยู่ด้วยเสมอ
 รวมถึงผู้เดินทางด้วย แต่เมื่อไม่มีแขก
 ให้เป็นอำนาจของอธิการที่จะเชิญซิสเตอร์อื่นตามใจตน
 แต่ต้องให้มีซิสเตอร์อาวุโสหนึ่งหรือสองคนอยู่กับซิสเตอร์คน
 อื่นๆ
 ทั้งนี้เพื่อเห็นแก่วินัย

บทที่ 57: ช่างศิลป์ของอาราม

วันที่ 10 เมษายน – วันที่ 10 สิงหาคม – วันที่ 10 ธันวาคม
 หากมีช่างศิลป์ในอาราม
 ให้พวกเขาทำงานฝีมือด้วยความสุภาพ
 ซึ่งหมายความว่าอธิการให้อนุญาตเขาแล้ว
 แต่หากมีผู้ใดใช้เล่ห์เหลี่ยม
 กับความชำนาญในงานฝีมือของเขา
 ถ้าหากเขาดูเหมือนจะหาประโยชน์จากอาราม

ขอให้ถอดถอนเขาออกไปจากงานฝีมือ
ห้ามเขาทำงานนี้อีกต่อไปนอกจากว่า
หลังจากที่เขาถ่อมตัวลงแล้ว
อธิการอนุญาตให้เขากลับมาทำงานเดิมอีก
หากมีกาน้ำเอางานบางชิ้นของช่างศิลป์ไปขาย
ผู้ที่มีหน้าที่รับผิดชอบในการขาย
ต้องไม่ทำสิ่งใดที่เป็นลักษณะฉ้อโกง
ให้เขาจำอานานีอาส (ANANIAS) และ ซานฮีรา (SANHIRA)
ไว้เสมอ
ซึ่งต้องรับโทษถึงตาย (กจ. 5: 1-11)
เพื่อมิให้ผู้ใดที่ฉ้อฉล
ในเรื่องราวของอาราม
ต้องรับโทษถึงตายฝ่ายจิต
และสำหรับราคานั้นอย่าปล่อยให้ราคาเข้ามาแทรก
แต่ให้ขายถูกกว่าท้องตลาดนิดหน่อย
อย่างที่พ่อค้าแม่ขายเขาทำกันในโลก
“เพื่อพระเจ้าจะได้รับการสรรเสริญในทุกสิ่ง” (1 ปต. 4: 11)

สำหรับอ่านวันที่ 11-20 เมษายน, 11-20 สิงหาคม และ 11-20 ธันวาคม
(บทที่ 58 -64.1)

บทที่ 58: การต้อนรับผู้สมัครเข้าอาราม

วันที่ 11 เมษายน – วันที่ 11 สิงหาคม – วันที่ 11 ธันวาคม
เมื่อมีผู้ใดเข้ามาใหม่เพื่อที่จะฟื้นฟูชีวิตตน
อย่าอนุญาตให้เขาเข้ามาง่ายๆ

แต่อย่างที่อัครสาวกกล่าวว่า

“ทดสอบชีวิตจิตเพื่อดูว่ามาจากพระเจ้าหรือเปล่า”

ดังนั้นหากผู้ที่จะขอเข้ามายังต้อเคาะประตูต่อไป

และหลังผ่านไปสี่ห้าวันแล้ว

เขายังทนกับการปฏิบัติที่ไม่ต้อนรับตน

พร้อมทั้งเห็นความยากลำบากที่จะเข้าอาราม

แต่เขาก็ยังไม่เลิกความพยายามเมื่อนั้นก็ขอให้รับเขาเข้า

มา

และให้เขาพักอยู่ในเรือนรับรองสองสามวัน

หลังจากนั้นให้เขาเข้าไปอยู่ในนวกสถาน

ซิสเตอร์อาวุโสท่านหนึ่งซึ่งเชี่ยวชาญในการเอาชนะ

วิญญานเป็นผู้ดูแล

ซึ่งจะเอาใจใส่เขาเป็นพิเศษ

ให้สังเกตให้ดีว่านวกเถรีผู้นี้แสวงหาพระเจ้าอย่างจริงจังหรือไม่

ไม่

มีใจร้อนรนหรือไม่

ต่อการทำวัตร การนบนาบ และการทดลองต่างๆ

ให้บอกนวกเถรีถึงหนทางที่ยากลำบากและไม่ราบรื่นต่างๆ

ซึ่งเป็นเส้นทางที่จะเดินทางไปหาพระเจ้า

หากเขาให้คำสัญญาที่จะยืนหยัดและมั่นคง

หลังจากนั้นสองเดือน

ให้อ่านพระวินัยให้เขาฟัง

และกล่าวให้เขาทราบว่

“นี่คือวินัยที่เธอต้องปฏิบัติ

หากเธอสามารถปฏิบัติได้ ก็ให้เข้ามา

หากเธอไม่สามารถปฏิบัติได้ เธอก็มีอิสระที่จะออกไป”

หากเขายังคงยืนหยัดที่จะอยู่ต่อไป
 ให้เขาเลื่อนเข้าสู่นวสถานตามที่กล่าวไปแล้ว
 แล้วก็ให้ทดสอบเขาในเรื่องของความอดทนทุกด้าน
 หลังจากหกเดือนผ่านไป อ่านวินัยให้เขาฟังอีกครั้ง
 เพื่อให้เขาทราบเขาเข้าอารามเพราะอะไร
 และหากเขายังยืนหยัดต่อไป
 หลังจากนั้นอีกสี่เดือนให้อ่านวินัยให้เขาฟังอีกครั้งหนึ่ง
 จากนั้นก็ให้เขาพิจารณาใคร่ครวญกับตนเอง
 หากเขาตั้งใจที่จะปฏิบัติทุกอย่าง
 และรักษากฎทุกข้อของวินัย
 ให้รับเขาเข้าสู่ชีวิตของหมู่คณะ
 แต่ต้องให้เขาเข้าใจด้วยว่า
 ตามกฎของวินัย
 จากวันนั้นเป็นต้นไปเขาจะออกจากอารามไม่ได้
 และต้องปฏิบัติอย่างเข้มงวดตามกฎของพระวินัย
 ซึ่งเขามีเสรีภาพที่จะปฏิเสธหรือยอมรับก็ได้
 ในช่วงที่เขาพิจารณาใคร่ครวญตัดสินใจ

วันที่ 12 เมษายน – วันที่ 12 สิงหาคม – วันที่ 12 ธันวาคม
 เมื่อที่รับเขาเข้าอาราม
 เขาต้องให้สัญญาต่อหน้าทุกคนในโรงสวด
 ว่าเขาจะยืนหยัดมั่นคง
 ซื่อสัตย์ต่อชีวิตพรต
 และมีความเคารพนบนอบ
 เขาจำให้คำสัญญานี้ต่อพระพักตร์พระเจ้าและบรรดานักบุญ
 ของพระองค์

เพื่อที่ว่าหากเขาปฏิบัติเป็นอย่างอื่น
เขาจะได้ทราบว่าตนจะต้องได้รับโทษจากพระเจ้าเพราะจะถูก
พระองค์

เกี่ยวกับสัญญานี้ให้เขาเขียนขึ้นเป็นเอกสาร
ในนามของบรรดานักบุญซึ่งมีพระธาตุอยู่ที่อาราม
และต่อหน้าอธิการซึ่งอยู่ ณ ที่นั้น
ให้เขาเขียนเอกสารนี้ด้วยลายมือของตนเอง
หรือหากเขาเขียนไม่เป็น ก็ให้ขอคนอื่นเขียนแทน
และให้เขาพิมพ์นิ้วมือลงไป ในเอกสาร
จากนั้นให้นำเอกสารนี้ไปวางบนพระแท่นด้วยตัวตนเอง
หลังจากวางเอกสารบนพระแท่นเสร็จแล้ว

ให้เขากล่าวทันทีว่า

“ข้าแต่พระเจ้า ขอทรงค้าชูข้าพเจ้าตามที่สัญญาไว้แล้ว
ข้าพเจ้าจะมีชีวิต

อย่าทรงปล่อยให้ข้าพเจ้าต้องผิดหวังเลย” (สดด. 118[119]:
116)

ขอให้สมาชิกทุกคนตอบรับสามครั้ง
พร้อมกับเพิ่ม “สิริพึงมีแค่พระบิดา”
แล้วให้ผนวกผู้นั้นหมอบลงกับพื้น ณ แทบเท้าของแต่ละคน
เพื่อพวกเขาจะได้สวดภาวนาสำหรับตน
และนับจากวันนั้นเป็นต้นไป

ให้ถือว่าเขาเป็นสมาชิกคนหนึ่งของคุณะ

หากเขามีทรัพย์สินสมบัติ

ให้เขามอบให้แก่คนจนก่อนเข้าอาราม

หรือมอบให้กับอาราม

โดยไม่เหลืออะไรไว้เลยสำหรับตนเอง

เพราะเขาทราบดีว่าตั้งแต่วันนั้นเป็นต้นไป
 เขาจะไม่มีอำนาจใดๆเหนือร่างกายของตน
 ตั้งแต่วันแรกและทันทีที่เข้าไปในโรงสวด
 ให้เขาถอดเสื้อผ้าที่ตนกำลังใส่ออก
 แล้วสวมเสื้อผ้าที่เป็นเครื่องแบบของอาราม
 แล้วเอาเสื้อผ้าที่ตนถอดออกนั้น
 ไปเก็บไว้ในตู้เสื้อผ้า
 หากเขาเกิดฟังคำชักชวนของปีศาจ
 แล้วตัดสินใจที่จะออกจากอาราม (ขอพระเจ้าทรงโปรด)
 เขาจะต้องถอดเสื้อผ้าของอารามออกทิ้งไป
 แต่สัญญาที่เขาเขียนไว้
 ซึ่งอธิการหยิบไปจากพระแท่น

บทที่ 59: ลูกของคนสูงศักดิ์และลูกของคนจนผู้ ถวยตน

วันที่ 13 เมษายน – วันที่ 13 สิงหาคม – วันที่ 13 ธันวาคม

หากครอบครัวใดที่มีตระกูลสูง
 มอบบุตรของตนแก่พระเจ้าในอาราม
 และผู้นั้นยังเยาว์วัย
 ขอให้ผู้ปกครองทำเอกสารดังที่เรากล่าวไว้ข้างต้น
 และในช่วงพิธีถวย
 ให้ผู้ปกครองพับเอกสารแล้วให้ผู้เยาว์นำไปวางไว้ที่พระแท่น
 นี่คือวิธีที่ผู้ปกครองถวยบุตรของตนแก่พระเจ้า
 เกี่ยวกับทรัพย์สินสมบัติ
 พวกเขาจะต้องให้สัญญาภายใต้คำสาบาน
 พวกเขาโดยตรงหรือผ่านทางอ้อม

หรือวิธีใดวิธีหนึ่ง
 ที่จะมอบสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้เขา
 หรือสร้างโอกาสให้เขาเป็นเจ้าของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง
 มิฉะนั้นแล้ว
 หากพวกเขาไม่เต็มใจที่จะทำดังนี้
 และหากพวกเขาต้องการมอบบางสิ่งให้เป็นทานสำหรับ
 อาราม
 เพื่อประโยชน์สำหรับพวกเขา
 ให้พวกเขา มอบถวายให้กับอาราม
 ซึ่งสมบัติที่เขาตั้งใจจะมอบให้กับอาราม
 โดยเก็บรายได้หรือผลประโยชน์ไว้กับตนเองหากปรารถนา
 เช่นนั้น
 ให้ระงับทุกอย่างอะไรที่เป็นไปในทำนองนี้
 เพื่อมิให้ผู้เขารวันนั้นจะไม่ได้คาดหวัง
 ซึ่ง (ขอพระเจ้าทรงโปรด) ผู้เขารวันจะไม่ถูกล่อลวงและต้อง
 เสียคน
 ดังที่เราได้รับบทเรียนจากประสบการณ์
 ให้ผู้ที่ร่ำรวยน้อยกว่าทำการถวายในทำนองเดียวกัน
 แต่สำหรับผู้ที่ไม่มียะไรจะถวาย
 เพียงแต่เขียนเอกสารสัญญา
 แล้มอบบุตรของตนต่อหน้าพยานในช่วงของการถวาย

บทที่ 60: พระสงฆ์ซึ่งต้องการที่จะเจริญชีวิตใน อารามพรต

วันที่ 14 เมษายน – วันที่ 14 สิงหาคม – วันที่ 14 ธันวาคม
 หากสงฆ์ที่ได้รับศีลบวช

ขอเข้าอาราม

จะต้องไม่อนุญาตโดยทันทีทันใด

แต่หากเขายังยืนหยัดในการขอร้อง

ขอให้เขาทราบว่า

เขาต้องปฏิบัติตามกฎวินัยทุกอย่างของคณะ

จะไม่มีการผ่อนปรนประการใดสำหรับเขา

และจะต้องเป็นไปตามวินัยทุกอย่างที่เขียนไว้

“สหายเอ๋ย ท่านมาเพื่ออะไร” (มธ. 26: 50)

แต่จะอนุญาตให้เขามีเกียรติถัดจากอธิการ

ให้อวยพรสมาชิกและถวายบูชาขอบพระคุณ

แต่ต้องโดยคำสั่งของอธิการ

หากไม่มีคำสั่งจากอธิการห้ามเขาตั้งช้อยกเว้นสำหรับตนเอง

โดยทราบดีว่าตนเองต้องขึ้นกับกฎวินัยของคณะ

ขอให้เขาแสดงแบบฉบับแห่งความสุขภาพสำหรับทุกคน

หากเกิดมีปัญหาเรื่องการแต่งตั้ง

หรือหน้าที่การงานบางอย่างในอาราม

ขอให้มอบตำแหน่งที่เหมาะสมสำหรับเขา

ตามวันเวลาที่เขาเข้าอาราม

ไม่ใช่มอบตำแหน่งให้เขา

เพราะเคารพในความเป็นพระสงฆ์ของเขา

หากนักบวชผู้ใดมีความปรารถนาเช่นเดียวกัน

อยากที่จะเข้าอารามให้แต่งตั้งเขาในตำแหน่งกลางๆ

แต่จะรับเขาไว้ต่อเมื่อเขาให้สัญญา

ที่จะปฏิบัติตามกฎพระวินัยของคณะเท่านั้น

บทที่ 61: จะต้องให้การต้อนรับนักพรตุดงค์ อย่างไร

วันที่ 15 เมษายน – วันที่ 15 สิงหาคม – วันที่ 15 ธันวาคม

หากนักพรตุดงค์จากแดนไกล

ต้องการดำเนินชีวิตเป็นแขกของอาราม

ให้ต้อนรับโดยให้เขาพำนักนานเท่าที่เขาปรารถนา

ขอแต่ให้เขาพอใจ

กับขนบธรรมเนียมของท้องถิ่นที่ตนพบ

และไม่รบกวนอารามด้วยการเรียกร้องเกินไป

แต่พอใจกับสิ่งที่ตนพบ

แต่หากเขาพบหรือชี้จุดใดที่มีเหตุผล

ให้อธิการพิจารณาอย่างเฉลียวฉลาด

ว่าเป็นเป้าประสงค์

ที่พระเจ้าทรงส่งเขามาหรือไม่

หากภายหลังเขาเกิดอยากอยู่ที่อารามนี้ตลอดไป

ไม่ควรที่จะปฏิเสธความตั้งใจของเขา

โดยเฉพาะอย่างยิ่งเพราะว่านี่จะเป็นโอกาส

ในช่วงที่พักในฐานะแขก

ที่จะรู้จักกับอุปนิสัยใจคอของเขา

วันที่ 16 เมษายน – วันที่ 16 สิงหาคม – วันที่ 16 ธันวาคม

แต่หากพบว่าในฐานะแขกเขามักจะกระทำหรือโน้มไปใน
ทางชั่ว

ไม่เพียงแต่จะปฏิเสธการเข้าเป็นสมาชิกในคณะเท่านั้น

แต่ควรที่จะเชิญเขาให้ออกไปจากอารามด้วยความสุภาพ

เพื่อกันมิให้ผู้อื่นประพฤติดังชีวิตตามความชั่วของเขา

แต่หากมีการพิสูจน์แล้วว่าเขามีได้เป็นคนเช่นนั้น

ที่สมควรจะถูกเชิญให้ออกไป
 ก็ควรรับเขาไว้ไม่เพียงแต่อาศัยใบสมัครของเขา
 ที่ขอเป็นสมาชิกคนหนึ่งของคุณะเท่านั้น
 แต่ควรที่จะชวนให้เขาเป็นสมาชิกด้วยซ้ำไป
 เพื่อคนอื่นจะได้รับบทเรียนจากแบบฉบับของเขา
 และเพราะในทุกแห่งหนเป็นพระคริสตเจ้าพระองค์เดียวกันที่
 เราต้องรับใช้
 เป็นกษัตริย์พระองค์เดียวกันซึ่งเราทำสงครามเคียงข้าง
 พระองค์
 ยิ่งไปกว่านั้น หากอธิการสังเกตเห็นว่าเขาเป็นผู้ที่เหมาะสม
 ก็อาจขยับให้เขารับตำแหน่งหน้าที่ที่สูงกว่า
 [ไม่ใช่เกี่ยวกับซิสเตอร์เท่านั้น
 แต่ยังเกี่ยวกับผู้ที่เป็นสงฆ์หรือนักบวชคณะต่างๆ
 ดังที่ได้กล่าวไปแล้ว]
 อธิการอาจแต่งตั้งพวกเขาในตำแหน่งที่สูงกว่า
 โดยไม่ต้องพิจารณาถึงอายุเวลาที่เขาเข้าอาราม
 หากเห็นว่าชีวิตของเขาคุ้มค่าเหมาะสม
 แต่ขอให้อธิการระวัง
 ที่จะไม่รับซิสเตอร์จากอารามที่เป็นที่ทราบกันดี
 มาเป็นสมาชิกของคุณะ
 โดยที่ยังมิได้รับการอนุมัติจากอธิการหรือหนังสือรับรอง
 เพราะมีเขียนไว้ว่า
 “จงอย่าทำกับผู้อื่นสิ่งที่ท่านไม่ยากให้ผู้อื่นทำกับท่าน”
 (ทบท. 4: 16)

บทที่ 62: พระสงฆ์แห่งอาราม

วันที่ 17 เมษายน – วันที่ 17 สิงหาคม – วันที่ 17 ธันวาคม

หากอธิการปรารถนา

ที่จะมีพระสงฆ์หรือสังฆานุกรบวชเพื่ออารามของตน

ให้เขาเลือกคนใดคนหนึ่ง

ซึ่งมีความเหมาะสมที่จะทำหน้าที่ของพระสงฆ์

แต่ให้ผู้ที่ได้รับการบวช

ระวังการเชิดชูตนเองหรือเย่อหยิ่ง

และไม่ถือวิสาสะที่จะทำทุกอย่างได้

เว้นเสียจะได้รับคำสั่งจากอธิการ

โดยรู้ตัวว่าตนจะต้องปฏิบัติ

ตามกฎของพระวินัย

และไม่ควรใช้เหตุผลจากการที่เขาเป็นสงฆ์

ลิมที่จะนบนอบและถือกฎแห่งพระวินัย

แต่ควรที่จะเจริญพัฒนายิ่งๆขึ้นในพระเจ้า

ให้เขาทำหน้าที่จำเพาะแต่หน้าที่ที่ตนได้รับมอบหมาย

เมื่อเข้าอาราม

ยกเว้นหน้าที่บนพระแท่น

หรือในกรณีที่เป็นทางเลือกของอารามหรืออำเภอใจของ

อธิการ

ในการส่งเสริมเขาเพื่อคุณค่าที่คู่ควรแห่งชีวิต

แต่เขาต้องเข้าใจว่า

เขาต้องปฏิบัติตามกฎที่อธิการวางไว้

หากเขาถือวิสาสะที่จะทำเป็นอย่างอื่น

ให้เขาถูกตัดสินว่าเขาไม่ใช่พระสงฆ์หากแต่เป็นผู้ขบถ

และหากเขาไม่แก้ไขหลังจากที่ถูกเตือนหลายครั้งแล้ว

ขอให้ผู้นำพระสังฆราชมาเป็นพยาน

จากนั้นหากเขายังไม่ยอมแก้ไข
และความผิดของเขาเป็นที่ทราบกันทั่วไป
ให้ขับไล่เขาออกจากอาราม
แต่ต้องในกรณีที่เขาหัวดี
ไม่ยอมขึ้นหรือบนบอบต่อพระวินัย

บทที่ 63: ระเบียบวินัยของคณะ

วันที่ 18 เมษายน – วันที่ 18 สิงหาคม – วันที่ 18 ธันวาคม

ขอให้ทุกคนปฏิบัติตามหน้าที่ของตนในอาราม
ที่ได้รับมอบหมายขณะที่เข้าอาราม
ตามการตัดสินใจของอธิการ

แต่อธิการจะต้องไม่รบกวนลูกแกะที่มอบหมายให้ตนดูแล
หรือใช้อำนาจตามใจสั่งอะไรที่ไม่เป็นธรรม

แต่ขอให้เขาคิดคำนึงอยู่เสมอ
ถึงความรับผิดชอบที่ตนมีต่อพระเจ้า

สำหรับการตัดสินใจและการกระทำของเขาทุกอย่าง
เพราะฉะนั้นในคำสั่งที่เขาสั่งออกไป
หรือที่เคยสั่งไปแล้ว

ขอให้พี่น้องทุกคนเข้ามารับการจุมพิตแห่งสันติสุขและความ
เป็นหนึ่งเดียวกัน

ขับร้องบทเพลงสดุดีและยืนเป็นกลุ่มนักร้อง
โดยไม่ต้องคำนึงให้ความอาวุโสเป็นตัวกำหนด
ว่าใครต้องยืนตรงไหน

เพราะซามูเอลและดาเนียลเป็นเพียงเด็กแต่ก็ตัดสินใจสมณสงฆ์
ดังนั้น ยกเว้นผู้ที่ได้กล่าวไปแล้ว

ซึ่งอธิการเลื่อนตำแหน่งโดยการตัดสินใจพิเศษ

หรือลดตำแหน่งด้วยเหตุผลที่ชัดเจน
คนอื่น ๆ จะต้องถือลำดับใครมาก่อนมาหลัง
ยกตัวอย่าง

ผู้ใดเข้าอารามเวลาชั่วโมงที่สองของวัน
ไม่ว่าเขาจะอายุเท่าไรหรือมีศักดิ์ศรีอะไร

ต้องทราบว่าตนอาวุโสน้อยกว่า

ผู้ที่เข้ามาในชั่วโมงที่หนึ่งของวัน

แต่ผู้เยาว์ต้องอยู่ภายใต้กฎพระวินัย

โดยทุกคนและในทุกเรื่อง

วันที่ 19 เมษายน – วันที่ 19 สิงหาคม – วันที่ 19 ธันวาคม

เพราะฉะนั้นผู้อาวุโสน้อยกว่าควรให้เกียรติกับผู้ที่มีอาวุโส
มากกว่า

และผู้ที่มีอาวุโสมากกว่าต้องรักผู้ที่มีอาวุโสน้อยกว่า

ในการทักทายกันทุกครั้ง

ห้ามเขาขานแค่ชื่อ

แต่ให้ผู้อาวุโสเรียกผู้เยาว์ว่าบราเดอร์หรือซิสเตอร์

และให้ผู้เยาว์เรียกผู้ที่มีอาวุโสกว่าว่าคุณพ่อหรือคุณแม่

ซึ่งเป็นการแสดงถึงการให้ความเคารพต่อผู้อาวุโสกว่า

แต่อธิการ

เพราะเชื่อว่าเป็นผู้แทนพระคริสตเจ้า

จะเรียกท่านว่า คุณพ่อหรือคุณแม่อธิการ (ภาษาอังกฤษใช้คำ

Lord, Abbot หรือ Abbess)

มิใช่เป็นการยกยอปอแป้น

แต่เพื่อพระเกียรติและความรักต่อพระคริสตเจ้า

ขอให้อธิการไตร่ตรองประเด็นนี้

และแสดงตนคู่ควรกับเกียรตินี้
ไม่ว่าพี่น้องจะพบกันที่ไหน
ผู้อาวุโสน้อยต้องขอพรจากผู้อาวุโสกว่า
เมื่อผู้อาวุโสกว่าเดินผ่าน
ผู้อาวุโสน้อยกว่าต้องลุกขึ้นให้ผู้อาวุโสกว่านั่ง
และห้ามผู้อาวุโสน้อยกว่าถือวิสาสะนั่งเคียงกัน
นอกจากผู้อาวุโสกว่าจะเชิญให้นั่ง
ทั้งนี้เพื่อเพื่อให้เป็นไปตามที่มีเขียนไว้ว่า
“ต้องให้เกียรติซึ่งกันและกัน”
ผู้เยาว์ทั้งที่เป็นเยาวชนและเริ่มเป็นหนุ่มเป็นสาว
ต้องนั่งในโรงสวดและ ณ โต๊ะอาหารตามลำดับอาวุโส
แต่นอกเหนือไปจากนี้แล้วไม่ว่าจะอยู่ที่ใด
ให้พวกเขาอยู่ภายใต้การดูแลและปฏิบัติตามกฎระเบียบอย่าง
เคร่งครัด
จนกระทั่งพวกเขาบรรลุถึงการมีวุฒิภาวะ

บทที่ 64: การแต่งตั้งอธิการ

วันที่ 20 เมษายน – วันที่ 20 สิงหาคม – วันที่ 20 ธันวาคม
ในการแต่งตั้งอธิการ

ขอให้ปฏิบัติตามแผนนี้เสมอ

หน้าที่นี้จะมอบให้กับผู้ที่ได้รับการเลือกตั้ง

จากสมาชิกทั้งหมดของคณะโดยพร้อมเพรียงกันด้วยความ
ยำเกรงพระเจ้า

หรือมิฉะนั้นก็โดยส่วนหนึ่งของคณะไม่ว่าจะมีจำนวนน้อยแค่ไหน
ไหน

หากคำปรึกษาของเขารอบคอบเหมาะสมดี

มีการดำเนินชีวิตที่เป็นผู้มีคุณธรรมและมีปรีชาญาณแห่ง
 ความเชื่อ
 ควรเป็นตัวกำหนดการเลือกบุคคลที่สมควรจะได้รับการแต่งตั้ง
 แม้เขาจะเป็นคนสุดท้ายตามลำดับของคณะ
 แต่หาก (ขอพระเจ้าทรงโปรด)
 ทั้งคณะพร้อมใจกันเลือกผู้ใดผู้หนึ่ง
 ผู้ใดจะไปดับความชั่วของพวกเขา
 และหากความชั่วของพวกเขาเกิดรื้อรู่ไปถึงหูของพระ
 สังฆราช
 ซึ่งสถานที่ตั้งของคณะสังกัดอยู่ในสังฆมณฑลของท่าน
 รื้อไปถึงหูของอธิการหรือสัตบุรุษที่อยู่ใกล้เคียง
 ให้พวกเขาเร่งรับการสมรู้ร่วมคิดของคนชั่วเหล่านั้น
 แลตั้งยามที่ไว้วางใจได้คอยเฝ้าดูและบ้านของพระเจ้า
 พวกเขาควรมั่นใจได้ว่า
 พวกเขาจะได้รับรางวัลที่ดีจากการกระทำของพวกเขา
 หากพวกเขากระทำด้วยเจตนาบริสุทธิ์และด้วยใจศรัทธาต่อ
 พระเจ้า
 และตรงกันข้าม พวกเขาจะทำบาป หากปล่อยปะละเลย

สำหรับอ่านวันที่ 21 เมษายน – 1 พฤษภาคม, 21-31 สิงหาคม
 และ 21-31 ธันวาคม (บทที่ 64.2 – 73 – จบ)

บทที่ 64: การแต่งตั้งอธิการ

วันที่ 21 เมษายน – วันที่ 21 สิงหาคม - วันที่ 21 ธันวาคม
 เมื่อได้ตั้งอธิการเรียบร้อยแล้ว

ให้อธิการรำลึกเสมอว่า
 ตนได้รับภารกิจใด
 และตนต้องรับผิดชอบในหน้าที่ต่อผู้ใด
 และขอให้เขาทราบด้วยว่าหน้าที่ของตน
 ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ของซิสเตอร์
 ไม่ใช่มาเป็นเจ้านายเหนือพวกเขา
 เพราะฉะนั้นเขาต้องเรียนรู้เกี่ยวกับกฏบัญญัติของพระเจ้า
 ต้องสั่งสมความรู้
 เพื่อที่จะนำเอาทั้งของเก่าและของใหม่ออกมา
 เขาต้องเป็นผู้บริสุทธิ์ มีอุเบกขาและเมตตา
 ให้เขาชอบมีเมตตามากกว่าชอบตัดสิน
 เพื่อที่ตนเองจะได้รับ ความเมตตา
 ควรเกลียดความชั่ว
 ควรรักชีวิตการเป็นซิสเตอร์
 จัดการแก้ไขความผิด
 ควรที่จะดำเนินการอย่างเฉลียวฉลาดและไม่ทำจนเกินเหตุ
 มิฉะนั้นแล้วจะเป็นการขูดสนิมออกอย่างริบร้อนเกินไป
 จนทำให้ภาชนะเสียหาย
 ให้ความอ่อนแอของตนปรากฏอยู่ในสายตาของตนเสมอ
 และให้จำไว้ว่าไม้้อที่มีตำหนิจะต้องไม่หัก
 เมื่อพูดเช่นนี้ไม่ได้หมายความว่าควรที่จะปล่อยให้ ความชั่ว
 มั่นโตขึ้น
 ตรงกันข้าม ดังที่เราได้กล่าวไปแล้ว
 เขาควรถอนรากถอนโคนอย่างเฉลียวฉลาดด้วยความรัก
 ในทำนองที่ดูเหมาะสมที่สุดในแต่ละกรณี
 ให้เขาพยายามทำตนให้เป็นที่รักมากกว่าที่จะให้คนอื่นกลัว

เขาต้องไม่เป็นคนที่ตื่นตระหนกและกังวลง่าย
 ไม่ถี่ถ้วนและเถรตรงจนเกินไป
 ไม่ซื่อฉลาดและซื่อสงสัย
 มิฉะนั้นแล้วเขาจะไม่มีวันได้พักผ่อน
 ในการออกคำสั่งให้เขาเป็นคนฉลาดและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
 ไม่ว่าจะงานที่เขาออกคำสั่ง
 เป็นงานที่เกี่ยวกับพระเจ้าหรือกับโลก
 ขอให้เขาทำใจเป็นกลางและทำไม่มากไม่น้อยเกินไป
 โดยระลึกในใจเสมอถึงยาโคบผู้ศักดิ์สิทธิ์ซึ่งกล่าวว่า
 “หากข้าพเจ้าให้สัตว์งานของข้าพเจ้าบรรเทาทุกข์มากเกินไป
 มันคงตายกันหมดสักวัน”
 ดังนั้น ให้จำข้อคิดนี้ไว้และแบบฉบับแห่งอุเบกขาต่างๆ
 ซึ่งเป็นแม่แห่งคุณธรรมหรือฤทธิกุศล
 ขอให้ปฏิบัติต่อทุกสิ่งในสายกลาง
 เพื่อคนเข้มแข็งจะได้มีอะไรที่จะพยายามบรรลุให้ถึง
 และคนอ่อนแอจะได้ไม่ตกอยู่ข้างหลังแบบสิ้นหวัง
 โดยเฉพาะอย่างยิ่งให้เขารักษาวินัยอย่างถี่ถ้วน
 เพื่อว่าหลังจากที่ได้ทำพันธกิจอย่างดีแล้ว
 เขาจะได้ยินจากพระคริสตเจ้าสิ่งที่ผู้รับใช้ดีได้ยิน
 ผู้คือนहींให้กับเพื่อนคนใช้ด้วยกันเมื่อถึงเวลา
 “เราขอบอกท่านว่า เขาจะตั้งคนนั้นให้ดูแลทรัพย์สินสมบัติของ
 เขาทั้งหมด” (มธ. 24: 27)

บทที่ 65: ร่องอธิการของอาราม

วันที่ 22 เมษายน – วันที่ 22 สิงหาคม – วันที่ 22 ธันวาคม
 ปราบกฏบ่อยครั้งว่าการตั้งร่องอธิการ

เป็นเหตุก่อการเป็นที่สะดุดยิ่งใหญ่ในอาราม
 เพราะมีบางคนเกิดผยองพองขนเย่อหยิ่งด้วยจิตตารมณ์แห่ง
 ความชั่ว

ถือว่าตนเป็นอธิการคนที่สอง

โดยการรับอำนาจ

เขาจะก่อให้เกิดการเป็นที่สะดุดและการแตกแยกในอาราม

โดยเฉพาะสิ่งนี้จะเกิดขึ้น

ในสถานที่ซึ่งรองอธิการถูกแต่งตั้ง

โดยพระสังฆราชแต่ผู้เดียวหรืออธิการแต่ผู้เดียว

ซึ่งเป็นผู้แต่งตั้งอธิการด้วยตนเอง

นี่ช่างเป็นกระบวนการที่โง่บัดซบอะไรเช่นนั้น

ที่มองเห็นได้อย่างง่ายดาย

เพราะเป็นโอกาสที่จะทำให้รองอธิการกลายเป็นคนเย่อหยิ่ง

ตั้งแต่นั้นมาที่ที่ได้รับการแต่งตั้ง

โดยการหยิบเอาความคิดอัดเข้าไปในหัวของเขา

ว่าเขาเป็นอิสระจากอำนาจของอธิการ

“เพราะ” เขาจะพูดกับตนเองว่า “แก่ได้รับการแต่งตั้ง

จากคนเดียวกันที่แต่งตั้งอธิการ”

จากประเด็นนี้สิ่งที่จะเกิดตามมาคือ การอิจฉา การวิวาท การ

ไม่เข้าใจกัน

การเป็นอริต่อกัน การแตกแยก และการไร้ระเบียบวินัย

เพราะในขณะที่อธิการและรองอธิการมีความคิดแตกต่างกัน

ดวงวิญญาณของเขาจะเป็นอย่างอื่นไปไม่ได้ นอกจากจะตก

อยู่ในอัตรายแห่งการแตกแยก

และผู้ที่อยู่ในการดูแลของเขา

ซึ่งหนุนหลังฝ่ายนี้และฝ่ายนั้น

ก็จะถึงซึ่งความพินาศ
 ความผิดแห่งสถานการณ์อันตรายนี้
 ย่อมตกอยู่บนศีรษะของเขา
 ซึ่งการกระทำของเขาก่อให้เกิดความโกลาหล

วันที่ 23 เมษายน – วันที่ 23 สิงหาคม – วันที่ 23 ธันวาคม

เพราะฉะนั้นจึงเป็นความเหมาะสมสำหรับเรา
 เพื่อดำรงไว้ซึ่งสันติสุขและความรัก
 ที่อธิการควรจะมีในกำมือ
 ซึ่งอำนาจสูงสุดในการบริหารอาราม
 และหากเป็นไปได้ให้กิจกรรมทุกอย่างของอาราม
 ดังที่เราได้สาธยายไปแล้ว
 ได้รับการบริหารจัดการโดยผู้ดูแลทรัพย์สินตามการชี้แนะของ
 อธิการ
 ดังนั้นอาศัยการแบ่งหน้าที่กันระหว่างหลายคน
 จะได้ไม่ทำให้ผู้ใดรู้สึกเย่อหยิ่ง
 แต่หากสิ่งแวดล้อมของสถานที่เรียกร้อง
 หรือหากสมาชิกของคณะขอด้วยเหตุผลที่ดีและด้วยความ
 สุภาพ
 และอธิการตัดสินใจว่าเป็นความเหมาะสม
 ให้อธิการแต่งตั้งผู้นั้นเป็นรองอธิการ
 จะเป็นผู้ใดก็ได้ที่ตนจะเป็นคนเลือก
 โดยมีการปรึกษาหารือกับสมาชิกผู้มีความยำเกรงพระเจ้า
 แต่รองอธิการจะต้องปฏิบัติด้วยความเคารพ
 ซึ่งหน้าที่ที่อธิการจะเป็นผู้มอบให้

และต้องไม่กระทำการใดขัดต่อความตั้งใจและการชี้แนะของ
อธิการ

เพราะยิ่งเขาจะถูกยกให้มีตำแหน่งสูงกว่าผู้อื่นเท่าใด
เขาก็ยิ่งจะต้องใช้ความระมัดระวังมากขึ้นในการรักษาพระ
วินัย

หากพบว่ารองอธิการกระทำความผิดหนัก
หรือหลงในอำนาจปล่อยตัวเย่อหยิ่ง
หรือปรากฏชัดด้วยหลักฐานว่าเขาไม่นับนอบพระวินัย
ให้เตือนเขาด้วยวาจาเป็นจำนวนสี่ครั้ง
หาเขายังไม่แก้ไข

ให้แก้ไขเขาด้วยการลงโทษตามพระวินัย

และหากเขายังไม่ยอมแก้ไข

ให้ถอดเขาออกจากตำแหน่งรองอธิการ
แล้วแต่งตั้งคนใหม่ที่เขาเห็นควรขึ้นมาแทน
และหากต่อมาเขายังไม่ยอมเจียมและไม่ยอมนับนอบในคณะ
ขอให้ขับเขาออกจากอาราม

แต่อธิการในสวนของตนควรระลึกว่า

ตนจะต้องรับผิดชอบต่อพระเจ้า

สำหรับการตัดสินใจทุกอย่างของตน

เพื่อมิให้เปลวเพลิงแห่งความอิจฉาลุกโพล่งขึ้นในวิญญาณ
ของตน

บทที่ 66: คนเฝ้าประตูอาราม

วันที่ 24 เมษายน – วันที่ 24 สิงหาคม – วันที่ 24 ธันวาคม
ที่ประตูอาราม

ให้ตั้งสตรีชราที่ฉลาดเป็นผู้เฝ้า

ซึ่งรู้จักการรับการส่งข่าวสาร สื่อสาร
 และวุฒิภาวะของเขาจะไม่ทำให้เขาออกนอกกลุ่มนอกทาง
 คนเฝ้าประตูควรมีห้องติดกับประตู
 เพื่อคนที่มาเยี่ยมจะพบใครสักคนได้เสมอ
 เพื่อจัดการกับสิ่งที่เขาต้องการ
 และเมื่อมีคนมาเคาะประตูหรือมีคนจนทักทายตน
 ให้เขาตอบว่า “ขอบคุณพระเจ้า” หรือ “ขอให้พระเจ้าอวยพร”
 จากนั้นให้ต้อนรับแขกโดยทันที
 ด้วยความสุภาพอ่อนโยนซึ่งได้รับแรงบันดาลใจด้วยความ
 ยำเกรงพระเจ้า
 และด้วยความอบอุ่นแห่งความรัก
 หากคนเฝ้าประตูต้องการความช่วยเหลือ
 ให้เขาเรียกซิสเตอร์ที่ยังเยาว์วัยผู้หนึ่ง
 หากทำได้
 ให้สร้างอารามชนิดที่ว่า
 สิ่งจำเป็นทุกอย่าง
 เช่นน้ำ โรงสีข้าว สวน และสถานที่ทำงานต่างๆ
 จะตั้งอยู่ภายในกำแพงอาราม
 เพื่อจะได้ไม่มีมีความจำเป็น
 ที่ซิสเตอร์ต้องออกไปนอกอาราม
 เพราะนั่นไม่ใช่สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อดวงวิญญาณของพวกเขา
 เขา
 เราอยากให้มีการอ่านพระวินัยบ่อยๆในคณะ
 เพื่อจะได้ไม่มีซิสเตอร์คนไหนมีข้อแก้ตัว
 ว่าตนไม่ทราบวินัย

บทที่ 67: พี่น้องที่ถูกส่งออกไปและต้องเดินทาง
วันที่ 25 เมษายน – วันที่ 25 สิงหาคม – วันที่ 25 ธันวาคม
 ขอให้พี่น้องที่ถูกส่งออกไปข้างนอกและต้องเดินทาง
 มอบตนเอง

ไว้กับคำภาวนาของบรรดาพี่น้องทุกคนและของอธิการ
 และในการสวดภาวนาในการทำวัตรสุดท้ายเสมอ
 ซึ่งจะเอ่ยชื่อของพี่น้องทุกคนที่ไม่อยู่ในอาราม
 เมื่อพี่น้องกลับจากการเดินทางสู่อาราม
 ตอนท้ายของการทำวัตรแต่ละครั้ง
 ในวันที่พี่น้องเดินทางกลับ
 ขอให้พวกเขาอนหมอบยาวลงในโรงสวด
 แล้วขอคำภาวนาของทุกคน
 สำหรับความผิดใดๆที่ตนอาจกระทำ
 ซึ่งอาจเกิดขึ้นในขณะที่เขาเดินทาง
 โดยการเห็นหรือได้ยินบางสิ่งที่ชั่ว
 หรือด้วยการพูดที่ไร้สาระ
 และห้ามผู้ใดถือวิสาสะเล่าให้ผู้อื่นฟัง
 ไม่ว่าจะอะไรที่ตนได้เห็นหรือได้ฟังมาจากนอกอาราม
 เพราะอาจก่อให้เกิดอันตรายใหญ่หลวงได้
 แต่หากมีผู้ใดบังอาจกระทำดังกล่าว
 ให้ผู้นั้นรับโทษตามพระวินัย
 และให้เขาต้องโทษเช่นเดียวกันกับผู้ถือวิสาสะ
 ออกจากร้วอาราม
 แล้วไปที่ใดหรือทำสิ่งใดไม่ว่าจะเล็กน้อยเพียงใด
 โดยที่ไม่ได้รับคำสั่งจากอธิการ

บทที่ 68: หากซิสเตอร์ถูกสั่งให้ทำสิ่งที่เป็นไปได้

วันที่ 26 เมษายน – วันที่ 26 สิงหาคม – วันที่ 26 ธันวาคม

หากสิ่งนี้เกิดขึ้น

งานที่ยากลำบากและเป็นไปไม่ได้นั้นถูกมอบให้กับซิสเตอร์ ก็ให้เขารับคำสั่งจากผู้ที่มิอำนาจด้วยความนอบนอบสุภาพอ่อนโยน

แต่หากตนเห็นว่างานนั้นหนักเกินไป

เกินพลังความสามารถของตน

ให้เธออธิบายถึงเหตุผลแห่งความไร้ความสามารถของตน

ต่อผู้ที่มีอำนาจเหนือตน

ด้วยวิธีเรียบง่ายและในเวลาที่เหมาะสม

โดยปราศจากความเยอหยิ่งการต่อต้าน หรือการขัดแย้ง

และหลังจากที่ได้อธิบายทุกอย่างแล้ว

อธิการก็ยังยืนยันในการตัดสินใจและคำสั่งของตน

ให้ผู้นั้นรับรู้ด้วยว่านี่เพื่อความดีของตน

และให้เขานอบนอบด้วยความรัก

โดยไว้วางใจในความช่วยเหลือของพระเจ้า

บทที่ 69: นักพรตต้องไม่พยายามที่จะปกป้องซึ่งกันและกัน

วันที่ 27 เมษายน – วันที่ 27 สิงหาคม – วันที่ 27 ธันวาคม

ขอให้ระมัดระวังอย่าให้มีนักพรตผู้ใดถือวิสาสะไม่ว่าด้วยเหตุผลใด

ปกป้องนักพรตอีกคนหนึ่งในอาราม

หรืออย่างที่เคยเป็น นำเขามาอยู่ในการรักษาของตน

แม้ว่าจะมีความสัมพันธ์กันในทางเครือญาติ

ขอให้นักพรตจงอย่าได้กระทำเช่นนี้ไม่ว่าด้วยวิธีใด
 เพราะอาจก่อให้เกิดการเป็นที่สะดุดอย่างร้ายแรง
 แต่หากผู้ใดฝ่าฝืนกฎข้อนี้
 ขอให้เขาต้องได้รับโทษอย่างรุนแรง

บทที่ 70: ห้ามผู้ใดทำการลงโทษตามอำเภอใจของ ตน

วันที่ 28 เมษายน – วันที่ 28 สิงหาคม – วันที่ 28 ธันวาคม

การถือวิสาสะในทุกโอกาส

จะต้องหลีกเลี่ยงในอาราม

และขอสิ่งว่าจะไม่อนุญาตให้ผู้ใด

สาปแช่งหรือโจมตีเพื่อนนักพรตด้วยกัน

นอกจากว่าอธิการจะให้อำนาจเขาทำเช่นนั้น

ผู้ใดฝ่าฝืนกฎข้อนี้

จะถูกตำหนิต่อหน้าทุกคน

เพื่อที่ทุกคนจะได้เกิดความกลัว

แต่ผู้เยาว์ที่มีอายุต่ำกว่า 15 ปี

จะต้องถูกควบคุมและระมัดระวังจากทุกคน

แต่ก็เช่นเดียวกัน ต้องมีความพอดีและไม่มีการเลือกที่รักมักที่
 ชัง

ดังนั้นผู้ที่ถือวิสาสะ

โดยไม่มีการบอกเล่าจากอธิการ

แล้วไปลงโทษผู้ที่มีอายุสูงกว่าที่กล่าว

หรือผู้ที่ใช้อารมณ์กับพวกเขา

จะต้องได้รับโทษตามพระวินัย

เพราะมีการจารึกไว้ว่า

“อย่าทำกับผู้อื่นสิ่งที่ท่านไม่อยากให้ผู้อื่นทำกับท่าน” (ทบท. 4: 16)

บทที่ 71: พี่น้องนักพรตต้องนอบน้อมต่อกันและกัน

วันที่ 29 เมษายน – วันที่ 29 สิงหาคม – วันที่ 29 ธันวาคม

ไม่เพียงแต่บุญลาภของความนอบนอบ

ที่ทุกคนต้องแสดงต่ออธิการ

พี่น้องทุกคนต้องนอบน้อมต่อกันและกันด้วย

โดยตระหนักว่าอาศัยหนทางแห่งความนอบนอบนี้พวกเขา

กำลังเดินทางไปหาพระเจ้า

เพราะฉะนั้นการให้ความสำคัญอันดับต้นต่อคำสั่งของอธิการ

หรือผู้ใหญ่ที่อธิการแต่งตั้ง

(ซึ่งเราไม่อนุญาตให้มีการเลือกปฏิบัติตามคำสั่งส่วนตัว)

สำหรับทุกคน

ให้ผู้ที่มิอาจุโสน้อยกว่านอบนอบผู้ที่มิอาจุโสมากกว่า

ด้วยความรักจริงใจ

แต่หากพบว่ามีผู้ใดดื้อด้าน

ให้ผู้นั้นได้รับการตักเตือน

และหากมีพี่น้องผู้ใด

ไม่ว่าด้วยเหตุผลเล็กน้อยใด

ถูกเตือนด้วยวิธีใดวิธีหนึ่งจากอธิการหรือจากหัวหน้า

หรือมองเห็นอย่างผิวเผิน

อธิการมีท่าทีที่โกรธและจ้องที่จะเล่นงานเขา

แม้ว่าจะเป็นเรื่องเล็กน้อย

ให้เขาริบโดยมิชักช้า

หมอบยาวลงบนพื้น ณ แทบเท้าอธิการ

และนอนยาวกว่าหน้าจอนเป็นที่พอใจ
 กระทั่งอารมณ์ของอธิการเยือกเย็นลงและอวยพรให้
 แต่หากผู้ใดละเลยที่จะทำเช่นนั้น
 ให้ผู้นั้นต้องถูกลงโทษทางกาย
 หรือหากเขายังหัวแข็งอยู่ ก็ให้ไล่เขาออกจากอาราม

บทที่ 72: ความร้อนรนที่ดีซึ่งทุกคนควรมี

วันที่ 30 เมษายน – วันที่ 30 สิงหาคม – วันที่ 30 ธันวาคม

ฉากเช่นที่มีความร้อนรนชั่วแห่งความขมขื่น

ซึ่งแยกตนออกจากพระเจ้าและนำไปสู่นรก

เช่นเดียวกันก็มีความร้อนรนที่ดี

ซึ่งแยกเราออกจากความชั่วและนำเราไปสู่พระเจ้า

และสู่ชีวิตนิรันดร

เพราะฉะนั้นซิสเตอร์ควรปฏิบัติความร้อนรนนี้

ด้วยความรักร้อนรนที่สุด

เพราะฉะนั้นพวกเขาควรที่จะให้เกียรติซึ่งกันและกัน (รม. 12: 10)

อดทนต่อความอ่อนแอของกันและกัน

ไม่ว่าจะเป็นฝ่ายกายหรือฝ่ายอุปนิสัยใจคอ

ยอมอ่อนน้อมต่อกันและกัน

ไม่มีใครพยายามยึดติดสิ่งที่คุณคิดว่าเป็นประโยชน์สำหรับตน

แต่ตรงกันข้าม คือเป็นประโยชน์สำหรับผู้อื่น

เขาจะทะนุถนอมความรักในความเป็นพี่น้องกันอย่างบริสุทธิ์

ไร้เดียงสา

มีความยำเกรงพระเจ้าในความรัก

รักอธิการด้วยความรักที่จริงใจและสุภาพ

ไม่นิยมชอบสิ่งใดนอกจากพระคริสตเจ้า
ขอให้พระองค์ทรงนำพาเราทุกคนไปสู่ชีวิตนิรันดร

บทที่ 73: เป็นความจริงว่าการใช้ความยุติธรรมมิได้ถูก กำหนดไว้ในพระวินัยนี้

วันที่ 1 พฤษภาคม – วันที่ 31 สิงหาคม – วันที่ 31 ธันวาคม

บัดนี้เราได้เขียนพระวินัยนี้ขึ้นมาแล้ว

เพื่ออาศัยการปฏิบัติพระวินัยในอาราม

เราจะได้แสดงว่าเราได้บรรลุถึงคุณธรรมหรือฤทธิกุศลใน
ระดับหนึ่ง

รวมถึงข้อบังคับเบื้องต้นแห่งชีวิตนักบวช

แต่สำหรับผู้ที่ยากเร่งรีบสร้างคามครบครันให้กับชีวิต

เราก็มีคำสอนของปีตาจารย์ผู้ศักดิ์สิทธิ์

ซึ่งหากปฏิบัติตามจะนำไปสู่ความศักดิ์สิทธิ์ชั้นสูง

เพราะว่ามีหน้าใดหรือประโยคใด

ในหนังสือพระคัมภีร์ที่ได้รับดลใจจากพระเจ้าทั้งภาคพันธ

สัญญาเดิมและพันธสัญญาใหม่ใดบ้าง

ที่มิได้เป็นกฎซึ่งไม่รู้ผิดพลั้งสำหรับชีวิตมนุษย์?

หรือมีหนังสือเล่มใดของปีตาจารย์คาทอลิกผู้ศักดิ์สิทธิ์

ที่ไม่ประกาศด้วยเสียงดังว่า

เราจะมีความสัมพันธ์ตรงกับพระผู้สร้างของเราได้อย่างไร?

แล้วก็ยังมีคณะนักบวชและสถาบันต่างๆ

มีชีวิตของบรรดาปีตาจารย์

แล้วก็ยังมีพระวินัยของบาซิลบิดาผู้ศักดิ์สิทธิ์ของเรา

พวกเขาเป็นอะไรเล่านอกจากเป็นเครื่องมือแห่งฤทธิกุศล

สำหรับนักพรตให้ดำเนินชีวิตบนบอบและชอบธรรมมิใช่
หรือ?

แต่สำหรับเราที่เกียคร้าน ดำเนินชีวิตแบบขอไปที และมีแต่
ความบกพร่อง

พวกเขาน่าจะทำให้เราต้องอับอายและเกิดความไม่สบายใจ
เพราะฉะนั้นไม่ว่าท่านจะอยู่ที่ไหน

ซึ่งกำลังรีบเร่งจะไปยังบ้านเกิดแห่งเมืองสวรรค์

ก็จงปฏิบัติหน้าที่ให้สมบูรณ์อาศัยความช่วยเหลือของพระคริสตเจ้า

เราเขียนวินัยเล็กน้อยนี้สำหรับผู้ที่กำลังเริ่มต้น

ซึ่งในที่สุดโดยอาศัยการคุ้มครองของพระเจ้า

ท่านจะบรรลุถึงพระธรรมและคุณธรรมอันสูงส่ง (ฤทธิ์กุศล) ที่
ล้ำลึกกว่า

ดังที่เราได้กล่าวมาแล้วข้างต้น