



ข้าแต่พระหฤทัยศักดิ์สิทธิ์ยิ่ง  
ของพระเยซูเจ้า

โปรดให้ดวงใจของลูก  
ละลายดวงหทัยของพระองค์



# กิจปรนนิบัติ 9 ประการ

## พระสัญญา 12 ประการ ของพระหฤทัยของพระเยซูเจ้า

- ♥ เราจะประทานพระคุณทุกประการที่จำเป็นตามสถานภาพแห่งชีวิตของเขา
- ♥ เราจะนำสันติสุขมาสู่ครอบครัวของเขา
- ♥ เราจะปลอบบรรเทาใจเขาในความทุกข์ยากต่าง ๆ
- ♥ เราจะเป็นที่ลี้ภัยอันปลอดภัยของผู้ที่อยู่ในภยันตรายของศัตรูแห่งชีวิต โดยเฉพาะในยามใกล้จะสิ้นใจ
- ♥ เราจะประทานพระพรอย่างอุดมสมบูรณ์มายังภารกิจประจำวันของเขา
- ♥ คนบาปจะพบที่อธารและมหาสมุทรแห่งความเมตตาที่ไม่มีขอบเขตในพระหฤทัยของเรา

- ♥ วิญญาณที่เย็นเฉยจะกลับเป็นวิญญาณที่ร้อนรน
- ♥ วิญญาณที่ศรัทธาร้อนรนจะก้าวสู่ความศักดิ์สิทธิ์ที่สูงขึ้น
- ♥ เราจะอวยพรทุกบ้านและทุกสถานที่ซึ่งมีรูปพระหฤทัยของเราตั้งไว้เป็นที่เคารพบูชา
- ♥ เราจะประทานพระพรให้พระสงฆ์สามารถเข้าถึงจิตใจของผู้มีใจแข็งกระด้าง
- ♥ เราจะจารึกชื่อของผู้ที่เผยแพร่ความศรัทธานี้ไว้ในพระหฤทัยของเราตลอดไป
- ♥ ผู้ที่รับศีลมหาสนิทวันศุกร์ต้นเดือน 9 ครั้งต่อเนื่องกัน จะได้รับพระพรระทานความเป็นทุกข์ถึงบาปในวาระสุดท้าย เพราะพระหฤทัยของเราก็เป็นดังป้อมปราการอันปลอดภัยของเขา

## บทภาวนาแด่พระหฤทัย

ข้าแต่พระหฤทัยของพระเยซูเจ้า ลูกขอบพระคุณที่ทรงโปรดให้ลูกได้เห็นรุ่งอรุณของวันใหม่นี้ ลูกจะค่อย ๆ จารึกความคิด คำพูด ความรัก และกิจการทั้งสิ้นของลูกลงในหน้าหนังสือชีวิตอีกหน้าหนึ่ง

โปรดให้ความคิดทั้งหมดของลูกมาจากพระองค์ ผู้ทรงเป็นองค์ความสว่างแห่งชีวิต ชุมพระญาณสุขุมและความรู้ทั้งปวง

โปรดให้ลูกรู้จักมองทุกสิ่งในพระองค์ สิ่งที่น่าพึงพอใจเพื่อสรรเสริญและขอบพระคุณ สิ่งที่ขัดใจหรือทรมานใจเพื่อรับทุกสิ่งจากพระหัตถ์ที่ประสงค์จะให้ลูกเข้มแข็งและเพื่อเป็นบุญกุศลสำหรับเมืองสวรรค์

โปรดให้ดวงใจของลูกรู้จักรักเหมือนพระองค์ ในวันนี้ ลูกจะได้รักพระองค์ในทุกคน เพราะเห็นพระพักตร์อันอ่อนโยนของพระองค์

โปรดให้คำพูดทุกคำของคุณเป็นคำพูดที่จริงใจ ข้าแต่พระเจ้า ลูกจะต้องรายงานต่อพระองค์ถึงคำพูดแต่ละคำนี้ ขอให้คำพูดของคุณมีแต่ให้กำลังใจ สมานสามัคคี สะท้อนให้เห็นความดี และความรักของพระองค์

ข้าแต่พระเจ้า โปรดให้กิจการทั้งสิ้นของคุณเป็นการกระทำตามหน้าที่อย่างซื่อสัตย์ เพื่อแสดงว่าลูกรักพระองค์ และพร้อมที่จะรับใช้พี่น้องเสมอ

ข้าแต่พระหฤทัยของพระเยซูเจ้า เมื่อวันนี้จะผ่านพ้นไป ขอโปรดให้ลูกมีความชื่นชมยินดีที่ได้ใช้ชีวิตทั้งหมดในวันนี้เพื่อพระองค์เท่านั้น และได้พบที่พักผ่อนในดวงพระทัยดี และเมตตากรุณาอันหาขอบเขตมิได้ของพระองค์เทอญ อาแมน.

# การถวาย

(ภาวนาทุกวัน)

ข้าแต่พระเยซูเจ้า ข้าพเจ้าขอถวายความคิด กิจการ  
และการทรมานทุกอย่างในวันนี้แด่พระองค์  
เพื่อชดเชยบาปของข้าพเจ้า  
เพื่อความต้องการของพระศาสนจักร  
เพื่อให้คนบาปกลับใจ  
และเพื่อช่วยวิญญาณในไฟชำระให้รอดพ้นด้วยเทอญ

ข้าแต่พระมารดาแมรีองค์อุปถัมภ์ของคริสตชน  
โปรดช่วยข้าพเจ้าให้มีความศรัทธาร้อนรน  
ต่อพระหฤทัยของพระเยซูเจ้าด้วยเทอญ

## การรับศีลมหาสนิทด้วยความปรารถนา

ข้าแต่พระเยซูเจ้า

ด้วยบัดนี้ ข้าพเจ้าไม่สามารถรับพระองค์ทางศีลมหาสนิทได้  
ขอพระองค์โปรดเสด็จมาประทับในดวงใจของข้าพเจ้าด้วย  
เทอญ

*(สำรวมใจสักครู่)*

ข้าพเจ้าขอร่วมชีวิตสนิทกับพระองค์ซึ่งได้เสด็จมาประทับ  
ในดวงใจข้าพเจ้าแล้ว ขอโปรดอย่าให้ข้าพเจ้าเหินห่าง  
จากพระองค์ไปเลย พระเจ้าข้า

ข้าแต่พระหฤทัยผู้ทรงอ่อนหวาน

โปรดช่วยข้าพเจ้าให้รักพระองค์ยิ่งขึ้นทุกวันเถิด พระเจ้าข้า

ข้าแต่พระมารดา มารีย์พรหมจารี

โปรดช่วยข้าพเจ้าให้มีความรักต่อพระหฤทัยของพระเยซูเจ้า

เทอญ



## ประการหนึ่ง

### ผู้ส่งเสริม

- แสดงความรัก** ข้าแต่พระเยซูเจ้า โปรดช่วยข้าพเจ้าให้กระทำทุกกิจการเพื่อพระสิริรุ่งโรจน์ของพระองค์ และเพื่อความรอดพ้นของวิญญานเทอญ
- ภาวนาสั้น** ขอองค์พระคริสตเจ้า ผู้สถิตในศีลมหาสนิทจงได้รับการสรรเสริญเป็นนิจ
- เฝ้าศีลมหาสนิท** ข้าแต่พระเยซูเจ้า พระองค์ทรงพอพระทัยสถิตอยู่กับข้าพเจ้าทั้งหลายในศีลมหาสนิทนี้ เพื่อแสดงพระทัยดีของพระองค์ โปรดขจัดความคิด ความปรารถนา และความรักทั้งสิ้นของข้าพเจ้าที่มีได้เป็นไปตามพระประสงค์ของพระองค์ให้หมดไป โอ้พระเยซูผู้ทรงเมตตายิ่ง โปรดบันดาลให้ดวงใจที่

แข็งกระด้างของข้าพเจ้าถูกร้อนด้วย  
ไฟแห่งความรักของพระองค์เทอญ  
ข้าแต่พระบิดา...วันทามารีย์...พระสิริรุ่งโรจน์...

## รับศีลมหาสนิทด้วยความปรารถนา หน้า 4

ภาวนา ข้าแต่พระเยซูผู้น่ารัก โปรดช่วยข้าพเจ้า  
ให้สามารถนำวิญญานสักดวงหนึ่ง ให้  
มีความศรัทธาต่อดวงหทัยของพระองค์  
เพื่อว่าเมื่อข้าพเจ้าได้ร่วมมือในการเผย  
แผ่พระราชาชัยของพระองค์บนแผ่นดินนี้  
แล้ว ข้าพเจ้าจะได้มีส่วนร่วมในพระสิริ  
รุ่งโรจน์ของพระองค์ในสวรรค์ด้วยเทอญ

ข้อปฏิบัติ : ปลุกเร้าใจผู้อื่นให้มีความรัก และ  
ความศรัทธาต่อพระหฤทัย

## ประการสอง

### ผู้ชดเชย

- แสดงความรัก** ข้าแต่พระเยซูเจ้า ข้าพเจ้ากราบขออภัยแทนการประทุษร้ายต่าง ๆ ที่พระองค์ทรงได้รับในศีลศักดิ์สิทธิ์แห่งความรักด้วยเถิด พระเจ้าข้า
- ภavnasัน** พระหฤทัยพระเยซูเจ้า โปรดเมตตา ลูกคนบาปเทอญ
- เฝ้าศีลมหาสนิท** พระเยซูเจ้าข้า เมื่อพระองค์ทรงถูกตรึงอยู่บนไม้กางเขน พระองค์ได้ทรงขอความเมตตาสำหรับผู้ที่ยืนที่ตรึงพระองค์ ข้าพเจ้ากราบอ้อนวอนพระองค์สำหรับบรรดาผู้ประทุษร้ายพระองค์ในศีลแห่งความรักนี้ด้วยพระวาจาเดียวกันกับพระองค์ว่า “พระบิดาเจ้าข้า โปรดอภัย

ความผิดแก่เขาเกิด เพราะเขาไม่รู้  
กำลังทำอะไร...” (ลก 23:34)

ข้าแต่พระบิดา...วันทามารีย์...พระสิริรุ่งโรจน์...

## รับศีลมหาสนิทด้วยความปรารถนา หน้า 4

ภาวนา ข้าแต่พระเยซูเจ้า ผู้ทรงพระทัยดีหา  
ขอบเขตมิได้ โปรดทรงช่วยข้าพเจ้า  
ให้สามารถชดเชยความบาปผิดของ  
บรรดาคริสตชนทั้งหลายด้วยวิธีใด  
วิธีหนึ่งด้วยเทอญ

ข้อปฏิบัติ : เป็นพยานรักขององค์พระคริสตเจ้า  
ปฏิเสธรการทำเคืองพระทัยพระองค์  
และหาโอกาสชดเชยความผิดบาป  
ทั้งของตนเองและของผู้อื่นด้วยบท  
ภาวนาสั้น ๆ

## ประการสาม

### ผู้นมัสการ

- แสดงความรัก** พระเจ้าข้า ข้าพเจ้ากราบแทบพระบาท นมัสการและอ้อนวอนพระองค์ โปรดให้ข้าพเจ้าระลึกอยู่ทุกขณะจิตตลอดชีวิตว่า ข้าพเจ้าเป็นของพระองค์ และพระองค์คือเจ้าชีวิตของข้าพเจ้า
- ภavnาน่าสน** โอ้ปึงแห่งสวรรค์ โอ้ศีลศักดิ์สิทธิ์ยิ่ง ข้าพเจ้าขอนมัสการสรรเสริญพระองค์ ทุกเวลาทุกเมื่อ
- เผ่าศีลมหาสนิท** ข้าแต่พระเยซูเจ้า ข้าพเจ้ารู้สำนึกตนว่าเป็นผู้ต่ำต้อย และไม่สมควรอยู่เฉพาะพระพักตร์พระองค์ ข้าพเจ้าขอกราบนมัสการพระองค์ในศีลมหาสนิทนี้ เหมือนกับนมัสการและรักพระองค์ผู้ทรงพระสิริรุ่งโรจน์ในสวรรค์ แม้บัดนี้

ข้าพเจ้าไม่สามารถเห็นพระองค์ด้วยตา  
ทว่า จิตใจข้าพเจ้าเชยชมพระองค์ และ  
ดวงใจของข้าพเจ้าเฝ้าสรรเสริญพระองค์  
และเชื่อมั่นว่าพระองค์สถิตอยู่จริง  
ข้าแต่พระบิดา...วันทามารีย์...พระสิริรุ่งโรจน์...

#### รับศีลมหาสนิทด้วยความปรารถนา หน้า 4

ภาวนา                      โปรดเถิดพระเจ้าข้า โปรดให้ข้าพเจ้ารับ  
พระองค์ในศีลมหาสนิทโดยปราศจาก  
มลทินบาป โปรดรักษาวิญญูณของ  
ข้าพเจ้าให้บริสุทธิ์ เพื่อเหมาะสมเป็น  
ที่ประทับของพระองค์เทอญ

ข้อปฏิบัติ :              สำรวมกายใจ และเป็นแบบอย่างดี  
ขณะอยู่ในวัด

# ประการสี่ สหายที่รัก

- แสดงความรัก** ข้าแต่พระหฤทัยอ่อนหวานและสุขภาพของพระเยซูเจ้า โปรดให้ดวงใจของข้าพเจ้าละม้ายพระหฤทัยของพระองค์
- ภาวนาสั้น** พระหฤทัยศักดิ์สิทธิ์ยิ่งของพระเยซูเจ้า ข้าพเจ้าวางใจในพระองค์
- เฝ้าศีลมหาสนิท** ข้าแต่พระเยซูเจ้า การพักผ่อนอยู่ในพระหฤทัยของพระองค์ช่างดีกระไร โปรดชำระความชั่วช้า และลบล้างบาปมากมายของข้าพเจ้า เพื่อจะได้สามารถใช้ชีวิตทั้งสิ้นชีวิตสนิทกับพระองค์
- โอ้คณะทูตสวรรค์เซราฟิม ข้าพเจ้าขอร่วมกับพวกท่านในการรักและสรรเสริญพระเยซูเจ้าตลอดไป

ข้าแต่พระบิดา...วันทามารีย์...พระสิริรุ่งโรจน์...

## รับศีลมหาสนิทด้วยความปรารถนา หน้า 4

ภาวนา                      ข้าแต่พระเยซูผู้มิมีพระทัยอ่อนหวาน  
อาศัยพระมหาทรมาน และการสิ้น  
พระชนม์ พระองค์ได้ทรงช่วยข้าพเจ้า  
ให้รอดพ้นจากการเป็นทาสของปีศาจ  
โปรดให้ข้าพเจ้ารักพระองค์ เพื่อจะ  
สามารถรับผลแห่งการไถ่ของพระองค์  
ในสวรรค์ด้วยเทอญ

ข้อปฏิบัติ :              ทำหน้าที่ของตน แม้เล็กน้อยที่สุด  
อย่างดี



## ประการห้า

### สาธุศิษย์

- แสดงความรัก** ข้าแต่พระเยซูเจ้า พระองค์ทรงนอบน้อมต่อพระบิดาจนสิ้นพระชนม์บนกางเขน โปรดสอนข้าพเจ้าให้รู้จักปฏิบัติตามพระประสงค์ของพระองค์เสมอเทอญ
- ภาวนาสั้น** ข้าแต่พระบิดาเจ้า ขอให้พระประสงค์ของพระองค์จงสำเร็จในแผ่นดินเหมือนในสวรรค์
- เผ่าศีลมหาสนิท** พระเยซูเจ้าข้า พระองค์เท่านั้นทรงมีวาทะแห่งชีวิตนิรันดร์ โปรดส่องสว่างสติปัญญาของข้าพเจ้าเพื่อมิให้ติดใจกับสิ่งของแห่งโลกนี้ เดชะพระมหากรุณาของพระองค์ โปรดอย่าให้ข้าพเจ้าสลวนกับความสนุกสนานของ



## ประการหก

### เครื่องบูชา

#### แสดงความรัก

ข้าแต่พระเยซูสุดที่รัก ข้าพเจ้าขอถวายความทุกข์ทรมานทั้งสิ้นแห่งชีวิตเพื่อชดเชยบาปของข้าพเจ้า และเพื่อความรอดพ้นของบรรดาผู้ใกล้จะสิ้นใจด้วยเทอญ

#### ภาวนาสั้น

โอ้ศิลาบูชาบรรจุกวามดีงามฝ่ายจิตทั้งครบของพระศาสนจักร โปรดเมตตาทุกคนที่กำลังเข้าตรีทูตเทอญ

#### เฝ้าศีลมหาสนิท

พระเยซูเจ้า โปรดเสด็จมาประทับในดวงใจของข้าพเจ้า และโปรดให้ข้าพเจ้ามีจิตตารมณ์แห่งความเสียสละ การม้วยชีพตน ตัดใจจากกิเลส และความโน้มเอียงไม่ดี โปรดช่วยข้าพเจ้าให้

รู้จักสละบางสิ่งทุกวันเพื่อพระองค์  
เพื่อข้าพเจ้าจะได้มีส่วนร่วมในพระ  
มหากษัตริย์อันหาขอบเขตมิได้ของ  
พระองค์เทอญ

ข้าแต่พระบิดา...วันทามารีย์...พระสิริรุ่งโรจน์...

## รับศีลมหาสนิทด้วยความปรารถนา หน้า 4

ภาวนา ข้าแต่พระหฤทัยพระเยซูเจ้าที่ลุกร้อน  
ด้วยความรัก โปรดสอนข้าพเจ้าให้รู้จัก  
น้อมรับความทุกข์ทรมานด้วยความเชื่อ  
เพื่อจะได้กลับเป็นบุญกุศล และได้รับ  
ความยินดีตลอดนิรันดร

ข้อปฏิบัติ : หาโอกาสทำพิธีกรรมระหว่างวัน  
เพื่อร่วมส่วนในการไถ่บาปพร้อม  
กับพระคริสตเจ้า

## ประการเจ็ด

### ผู้นอบน้อม

- แสดงความรัก** ข้าแต่พระเยซูเจ้า แอกของพระองค์ อ่อนนุ่ม และบทบัญญัติของพระองค์ ก็เบา โปรดอย่าให้ความหลงกลวงของโลกนี้ชักนำข้าพเจ้าให้ละทิ้งพระบัญญัติของพระองค์ พระเจ้าข้า
- ภavnasinn** ข้าแต่พระเยซูคริสตเจ้า โปรดทรงช่วยข้าพเจ้าให้พ้นจากบาป และความชั่วร้ายทั้งสิ้นเทอญ
- เผ่าศีลมหาสนิท** โอ้พระหฤทัยที่เปี่ยมด้วยความรัก โปรดสอนข้าพเจ้าให้เข้าใจพระบัญญัติของพระองค์ และโปรดประทานพระพรมหานแก่ข้าพเจ้า เพื่อจะได้ปฏิบัติตามอย่างซื่อสัตย์เสมอ

ข้าแต่พระเจ้า พระองค์ทรงแสดงพระทัย  
ดีและเมตตาต่อข้าพเจ้าเสมอ ข้าพเจ้า  
ขอมอบความวางใจทั้งสิ้นในพระองค์  
ข้าแต่พระบิดา...วันทามารีย์...พระสิริรุ่งโรจน์...

## รับศีลมหาสนิทด้วยความปรารถนา หน้า 4

ภาวนา พระเยซูเจ้าข้า พระองค์ทรงมีพระวาจาอ่อนหวาน  
และคำสัญญาที่แสดงพระทัยกว้างขวางสุดคณา  
เพื่อกระตุ้นข้าพเจ้าให้ซื่อสัตย์ในการปรนนิบัติ  
พระองค์ โปรดให้ข้าพเจ้าสามารถฟังพระวาจา  
ของพระองค์สักวันหนึ่งว่า “*เชิญเถิด ผู้รับใช้ที่ดี  
และซื่อสัตย์...เชิญมาร่วม ยินดีกับนายของเจ้า  
เถิด*” (มธ 25,23)

ข้อปฏิบัติ : ยินดีรับฟังและปฏิบัติตามคำแนะนำ  
ตักเตือนของผู้ใหญ่ด้วยใจสุภาพ  
อ่อนน้อม

## ประการแปด

### ผู้อ่อนน้อม

- แสดงความรัก** ข้าแต่พระเจ้า ข้าพเจ้าขอสรรเสริญ  
สดุดีพระองค์ พระองค์ทรงเป็นความ  
หวัง และมรดกซึ่งข้าพเจ้าจะได้รับใน  
ดินแดนแห่งผู้ทรงชีวิต
- ภาวนาสั้น** พระเยซูเจ้าข้า โปรดสดับฟังคำภาวนา  
ของข้าพเจ้าเทอญ
- เฝ้าศีลมหาสนิท** โอ้พระมหาไถ่ที่รักยิ่ง พระองค์ได้ทรง  
สอนข้าพเจ้าให้เรียกพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ  
“พระบิดา” ขอพระองค์จงได้รับการ  
สรรเสริญตลอดกาล ข้าพเจ้าขอย้ำคำ  
ขานนี้ด้วยใจสุภาพอ่อนโยน โดยการ  
ภาวนา ข้าพเจ้าขอสรรเสริญพระนาม  
“พระบิดา” ร่วมกับพระมารดาผู้รัก

ของพระองค์ และกับบรรดานักบุญใน  
สวรรค์

ข้าแต่พระบิดา...วันทามารีย์...พระสิริรุ่งโรจน์...

## รับศีลมหาสนิทด้วยความปรารถนา หน้า 4

ภาวนา ข้าแต่พระฤทธิยพระเยซูเจ้า โปรด  
ประทานพระหรรษทานเพื่อข้าพเจ้า  
จะสามารถกล่าวย่ำในวันนี้และเสมอ  
ไปตลอดชีวิตว่า “พระสิริรุ่งโรจน์จง  
มีแต่พระองค์ พระเจ้าของข้าพเจ้า  
ตลอดนิรันดร”

ข้อปฏิบัติ : ทำกิจศรัทธาต่าง ๆ อย่างตั้งใจเป็น  
พิเศษ



## ประการเก้า

### ผู้ร่อนรน

- แสดงความรัก** ข้าแต่พระเยซูเจ้า ข้าพเจ้าขอมอบตัวไว้ในอ้อมพระหัตถ์ของพระองค์ เยี่ยมบุตรสุดที่รัก ขอพระองค์โปรดทรงรับไว้ด้วยดวงพระทัยอารีอันไม่มีขอบเขตด้วยเทอญ
- ภavnาน่าสน** ข้าแต่พระเจ้า โปรดประทานดวงใจที่บริสุทธิ์ และดวงจิตที่เที่ยงตรงแก่ข้าพเจ้าเทอญ
- เผ่าศิลมหาสนิท** พระเยซูเจ้าข้า พระองค์ไม่เพียงแต่ประทานพระหรรษทานมากมายแก่ข้าพเจ้า ทว่า ยังประทานพระองค์เองเป็นอาหารและความบรรเทาใจแก่ข้าพเจ้าในศิลมหาสนิทด้วย ขอพระองค์จงได้รับการสรรเสริญสุดดีเป็นนิจ ขอ

ให้การรับพระองค์ในศีลศักดิ์สิทธิ์นี้ทำ  
ให้ข้าพเจ้ารักพระองค์ยิ่งขึ้นเสมอเทอญ

ข้าแต่พระบิดา...วันทามารีย์...พระสิริรุ่งโรจน์...

## รับศีลมหาสนิทด้วยความปรารถนา หน้า 4

ภาวนา                    ข้าแต่พระหฤทัยศักดิ์สิทธิ์ยิ่ง โปรด  
ให้ผู้ที่เชื่อในพระองค์มีความรักในสิ่ง  
ที่พระองค์ทรงบัญญัติ และปรารถนา  
ในสิ่งที่พระองค์ทรงสัญญา แม้จะมี  
เหตุการณ์ใด ๆ เกิดขึ้น โปรดให้ดวงใจ  
ของข้าพเจ้ายึดมั่นอยู่ในพระองค์ บ่อ  
เกิดแห่งความสุขนิรันดรของข้าพเจ้า  
เสมอ

ข้อปฏิบัติ :            พยายามเตรียมตัวรับศีลมหาสนิท  
และขอบพระคุณพระองค์อย่างดี

## ข้าแต่พระบิดาผู้สถิตในสวรรค์

ข้าแต่พระบิดาผู้สถิตในสวรรค์ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอถวาย  
พระโลหิตอันประเสริฐยิ่งของพระเยซูคริสตเจ้า ความ  
ระทมทุกข์ของพระนางมารีย์ผู้ศักดิ์สิทธิ์ยิ่ง และการ  
ทรมานของพระกายทิพย์ เพื่อชดเชยบาปของข้าพเจ้า  
ทั้งหลาย เพื่อความต้องการของพระศาสนจักร เพื่อ  
อุทิศแก่วิญญานในไฟชำระ เพื่อการกลับใจของคนบาป  
เพื่อความมานะของผู้ชอบธรรม และเพื่อขอบพระคุณ  
สำหรับพระเมตตากรุณาอันมีรู้นิสัยที่ข้าพเจ้าทั้งหลาย  
ได้รับจากพระองค์ด้วยเทอญ

## พระเยซูผู้พระทัยดี

พระเยซูผู้พระทัยดี พระทัยอ่อนหวานและน่ารัก ข้าพเจ้ากราบเฉพาะพระพักตร์ วิงวอนด้วยใจเราร้อนต่อพระองค์ โปรดให้ข้าพเจ้าเปี่ยมด้วยความเชื่อ ความไวใจและความรัก โปรดให้ข้าพเจ้าเป็นทุกข์ถึงบาปอย่างจริงจัง และตั้งใจแน่วแน่ว่าจะไม่ทำเคืองพระทัยพระองค์ ด้วยว่าขณะนี้ข้าพเจ้ากำลังพิจารณาดูบาดแผลทั้งห้าของพระองค์ด้วยความรักและสะเทือนใจ พลังคำนิมิตถึงวาจาของดาวิดผู้ทำนายถึงพระองค์ โอ้พระเยซูผู้พระทัยดี โดยท่านพูดแทนพระองค์ว่า *“เขาได้แทงมือแทงเท้าของเรา เขาได้นับกระดูกทุกชิ้นของเรา”*

(บทนี้ให้ภาวนาต่อหน้าพระรูปกางเขน หลังรับศีลมหาสนิท เพื่อรับพระการุญบริบูรณ์ โดยภาวนาตามพระประสงค์ของสมเด็จพระสันตะปาปา

ข้าแต่พระบิดา... วันทามารีย์... พระสิริรุ่งโรจน์...)

# ความสุขแท้จริง

(มัทธิว 5:1-10)

**ผู้มีใจยากจน ย่อมเป็นสุข**

เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา

**ผู้เป็นทุกข์โศกเศร้า ย่อมเป็นสุข**

เพราะเขาจะได้รับการปลอบโยน

**ผู้มีใจอ่อนโยน ย่อมเป็นสุข**

เพราะเขาจะได้รับแผ่นดินเป็นมรดก

**ผู้หิวกระหายความชอบธรรม ย่อมเป็นสุข**

เพราะเขาจะอิ่ม

**ผู้มีใจเมตตา ย่อมเป็นสุข**

เพราะเขาจะได้รับพระเมตตา

**ผู้มีใจบริสุทธิ์ ย่อมเป็นสุข**

เพราะเขาจะได้เห็นพระเจ้า

**ผู้สร้างสันติ ย่อมเป็นสุข**

เพราะเขาจะได้ชื่อว่าเป็นบุตรของพระเจ้า  
ผู้ถูกเบียดเบียนข่มเหงเพราะความชอบธรรม ย่อมเป็นสุข  
เพราะอาณาจักรสวรรค์เป็นของเขา

ท่านทั้งหลายย่อมเป็นสุข เมื่อถูกดูหมิ่น ข่มเหงและใส่  
ร้ายต่าง ๆ นานาเพราะเรา จงชื่นชมยินดีเถิด เพราะ  
บำเหน็จรางวัลของท่านในสวรรค์นั้นยิ่งใหญ่แน่”

“ท่านทั้งหลายที่เหน็ดเหนื่อย และแบกภาระหนัก  
จงมาพบเราเถิด  
เราจะให้ท่านได้พักผ่อน  
จงรับแอกของเราแบกไว้ และมาเป็นศิษย์ของเรา  
เพราะเรามีใจสุภาพอ่อนโยนและถ่อมตน  
จิตใจของท่านจะได้รับการพักผ่อน  
เพราะว่าแอกของเราอ่อนนุ่มและภาระที่เราให้ท่านแบกก็เบา”

(มธ 11:28-30)