**10 วันแห่งการอธิษฐาน**

**ความสำคัญของความเชื่อ**

**วันที่ 2 ความอันตรายของคำว่ายุ่งมากสำหรับพระเจ้า**

มาระโก 6: 30-32 พวกอัครทูตมาห้อมล้อมพระเยซูและทูลถึงสิ่งต่างๆ ที่พวกเขาทำและสั่งสอนแล้วพระองค์ตรัสกับพวกเขาว่า “มาเถิด จงปลีกตัวออกมาหาที่สงบเพื่อหยุดพักสักหน่อยหนึ่ง” เพราะว่ามีคนไปมามากมายจนไม่มีเวลาแม้แต่จะรับประทานอาหาร พระองค์จึงเสด็จลงเรือกับพวกสาวกไปยังที่สงบตามลำพัง

**ความยุ่งในงานเพื่อพระเจ้า**

ความยุ่ง คือ ราชาของโลกเรา สังคมสมัยใหม่และลัทธิบริโภคนิยมที่มีแรงกดดันสูงได้ฝังแน่นความเชื่ออย่างหนึ่งในตัวเรา นั่นคือ ยิ่งเรายุ่งมากเท่าไร เราก็จะได้รับความเคารพมากขึ้นเท่านั้น ความยุ่งกลายเป็นตัวบ่งชี้ถึงความขยันหมั่นเพียรและความกระตือรือร้นที่จะทำความดีและก้าวไปข้างหน้า แต่ในขณะที่เรากำลังยุ่งอยู่กับการหาเลี้ยงชีพ เราก็ลืมที่จะใช้ชีวิตและสนุกสนานไปกับชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องน่าเศร้า บางทีที่น่าเศร้ายิ่งกว่านั้นคืออันตรายเล็กๆ น้อยๆ ที่ผู้ติดตามพระคริสต์หลายคนได้นำมาใช้ นั่นก็คือ ทัศนคติเรื่องการยุ่งอยู่กับงานเพื่อพระเจ้าเรามักจะทำด้วยเหตุผลที่ดีที่สุด เรารู้ว่าเวลานั้นแสนสั้น เราต้องการทำให้สำเร็จมากที่สุดเพื่อพระองค์ ดังนั้นเราจึงมุ่งมั่นที่จะยุ่ง เราต้องการที่จะเป็นผู้พิทักษ์เวลาและความสามารถที่ดีของเรา รู้สึกดีที่ได้ยุ่งเพื่อพระเจ้า และบางครั้งเราถูกล่อลวงให้คิดว่าพระเจ้าจะประทานรางวัลตอบแทนที่เรายุ่งเพื่อพระองค์ จนพบว่าเมื่อเรายุ่งเพื่อพระเจ้า เราได้สูญเสียความสัมพันธ์ที่มีชีวิตกับพระผู้ไถ่ของเรา เรากำลังทำสิ่งดี ๆ ให้เป็นนิสัย ไม่ใช่ด้วยอำนาจของพระวิญญาณบริสุทธิ์ และยิ่งเรายุ่งมากขึ้นเท่าไร เราก็ยิ่งถือว่าตนเองสอดคล้องกับพระประสงค์ของพระเจ้ามากขึ้นเท่านั้น งานยุ่งกลายเป็นบรรทัดฐานใหม่ เรายุ่งมากกับการยกย่องว่าเรายุ่งแค่ไหนจนพลาดช่วงเวลาในชีวิตที่สำคัญอย่างแท้ ความยุ่งวุ่นวายบดทำลายพลังฝ่ายวิญญาณของเรา ความเร่งรีบเป็นศัตรูของความสัมพันธ์ โดยเฉพาะความสัมพันธ์ของเรากับพระเจ้าผู้ทรงชนม์ในพระคัมภีร์ ความรักเรียกร้องความสนใจในเวลาที่ไม่เร่งรีบ

**หน้าที่ที่จะต้องพัก**

ไม่แปลกใจที่พระเจ้าได้บอกให้เราอยู่นิ่ง ให้พัก ให้ดูว่าพระองค์จะทำอะไรเพื่อคนของพระองค์อยู่หลายๆ ครั้ง (2 โครินทร์ 20: 17 สดุดี 37: 7) พระเจ้าอยากให้ลูกของพระองค์ไม่รีบเร่ง พระองค์ทรงรู้ว่าเราจะหันจากพระองค์เร็วแค่ไหนเมื่อจิตใจของเราถูกรุมล้อมด้วยกิจกรรมต่างๆ ของมนุษย์ ความเข้าใจที่สวยงามที่สุดประการหนึ่งเกี่ยวกับอันตรายจากงานยุ่งตลอดเวลาของพระเจ้าพบได้เมื่อพระเยซูทรงใช้เวลาส่วนตัวในพันธกิจของพระองค์เพื่อพักผ่อน เอลเลน ไวท์รวบรวมแง่มุมที่สำคัญของพันธกิจของพระองค์กับเหล่าสาวกไว้อย่างสวยงาม“พวกเขาทุ่มเททั้งจิตวิญญาณของตนทำงานเพื่อประชาชน และนี่ทำให้ความแข็งแกร่งทางร่างกายและจิตใจของพวกเขาอ่อนล้า มันเป็นหน้าที่ของพวกเขาที่จะต้องพักผ่อน” (ผู้พึงปรารถนาแห่งปวงชน หน้า 360)

ความยุ่งวุ่นวายบดทำลายความเข้มแข็งและประสิทธิผลฝ่ายวิญญาณของเรา ความเร่งรีบเป็นศัตรูตัวฉกาจของความรักที่เรามีต่อพระเจ้า แทนที่จะเพิ่มรายการลงในปฏิทินของเรา ให้เราจงตั้งใจลด/ลบภาระงานและเพิ่มพื้นที่สำหรับช่วงเวลาที่เงียบสงบที่มีความหมายและเติมพลังให้กับจิตวิญญาณกับพระผู้สร้างและพระผู้ช่วยให้รอดของเรา

มาอธิษฐานด้วยกัน

**เวลาอธิษฐาน (30-45 นาที)**

กลุ่มอธิษฐานแต่ละกลุ่มอาจมีวิธีการที่แตกต่างกัน ขอให้ใช้เวลา 30-5 นาทีจากนี้ในการอธิษฐานเป็นกลุ่ม ในแบบที่พระวิญญาณบริสุทธิ์จะทรงนำ ขอแนะนำให้มีการอธิษฐานแบบสนทนาสั้นๆ 1-3 ประโยค เพื่อจะเปิดโอกาสให้หลายคนได้มีโอกาสอธิษฐานหลายรอบ ด้านล่างนี้คือตัวอย่างของการอธิษฐานบนพื้นฐานของข้อพระคัมภีร์ หรือเราจะอธิษฐานด้วยรูปแบบอื่นๆ ก็ได้เช่นกัน หรือเพิ่มหัวข้ออื่นๆ ในการอธิษฐานด้วยก็ได้ ให้ดูคำแนะนำสำหรับผู้นำ และคำขอให้อธิษฐานจากคริสตจักรสากลเพื่อเป็นแนวคิด

**อธิษฐานพระคำของพระเจ้า มาระโก 6: 30-32**

พวกอัครทูตมาห้อมล้อมพระเยซูและทูลถึงสิ่งต่างๆ ที่พวกเขาทำและสั่งสอน 31แล้วพระองค์ตรัสกับพวกเขาว่า “มาเถิด จงปลีกตัวออกมาหาที่สงบเพื่อหยุดพักสักหน่อยหนึ่ง” เพราะว่ามีคนไปมามากมายจนไม่มีเวลาแม้แต่จะรับประทานอาหาร 32พระองค์จึงเสด็จลงเรือกับพวกสาวกไปยังที่สงบตามลำพัง

**“จงดูให้ดีว่าเจ้าเดินอย่างไร ไม่ใช่เป็นดั่งคนไม่ฉลาด แต่ให้เป็นดั่งคนฉลาด”**

*พระองค์เจ้าข้า เรายุ่งกับการทำงานรับใช้พระองค์จนลืมไปว่าเป็นงานของพระองค์ ขอบคุณที่พระองค์ทรงคอยบอกเราว่าให้เราหาเวลา ให้เราพัก ให้เราหายใจ ขอบคุณที่เราไม่ใช่เครื่องจักรแต่เป็นมนุษย์ ขอทรงโปรดให้อภัยเราหากเราทำให้ความยุ่งเหยิงของเราเป็นรูปเคารพเมื่อเราได้สร้างคุณค่าให้กับตัวเองโดยยึดถือว่าเราได้ทำงานสำเร็จเพื่อพระองค์มากแค่ไหน ขอทรงโปรดเปลี่ยนความยุ่งของเราให้เป็นความจงรักภักดีด้วยเถิด อาเมน*

**“พักสักครู่”**

*พระเยซูผู้เป็นที่รัก เมื่อคราวที่พระองค์ทรงดำเนินบนโลกนี้ พระองค์ทราบถึงความต้องการของมนุษย์ ขอบคุณที่พระองค์ทรงเป็นแบบอย่างในการสร้างสมดุลของชีวิตที่เราควรจะมี ขอโปรดสำแดงให้เราได้เห็นว่า การพักที่แท้จริงเป็นอย่างไร และเราจะได้พักอย่างสม่ำเสมอได้อย่างไรเพื่อจะจุดพลังใหม่และมุ่งความสนใจใหม่ได้อย่างไร อาเมน*

**คำแนะนำการอธิษฐานเพิ่มเติม**

**ขอบคุณและสรรเสริญ**: ขอขอบคุณสำหรับพรที่เฉพาะเจาะจงและสรรเสริญพระเจ้าสำหรับความดีงามของพระองค์

**คำสารภาพ**: ใช้เวลาสักครู่เพื่อสารภาพเป็นการส่วนตัวและขอบคุณพระเจ้าสำหรับการให้อภัยของพระองค์

**คำแนะนำ**: ขอให้พระเจ้าประทานสติปัญญาสำหรับความท้าทายและการตัดสินใจในปัจจุบัน

**คริสตจักรของเรา:** อธิษฐานเผื่อความต้องการของคริสตจักรในระดับภูมิภาคและระดับโลก (ดูแผ่นงานแยกต่างหากพร้อมคำขอ)

**คำขอในท้องถิ่น:** อธิษฐานเผื่อความต้องการในปัจจุบันของสมาชิกคริสตจักร ครอบครัว และเพื่อนบ้าน

**ฟังและตอบสนอง**: ใช้เวลาในการฟังเสียงของพระเจ้าและตอบสนองด้วยการสรรเสริญหรือร้องเพลง

**เพลงที่แนะนำ**

*SDA Hymnal:* In the Garden (#487); Near to the Heart of God (#495); He Hideth My Soul (#520)

*Other Songs:* I Cast All My Cares Upon You; You Are My Hiding Place; All in All

แปลโดย นายจรัญ ดำรงเกียรติยศ