**10 วันแห่งการอธิษฐาน**

**ความสำคัญของความเชื่อ**

**วันที่ 3 พระพรของการรอ**

สดุดี 46: 10 “จงนิ่งเสีย และรู้เถิดว่า เราคือพระเจ้า เราเป็นที่ยกย่องท่ามกลางบรรดาประชาชาติ เราเป็นที่ยกย่องในแผ่นดินโลก”

**คุณธรรมตามพระคัมภีร์เรื่องการชะลอ**

ในยุคแห่งการเคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่องและมลภาวะทางเสียง ไม่มีอะไรสำคัญไปกว่าความสงบนิ่งและความเงียบสงบ ในชีวิตสมัยใหม่ที่เต็มไปด้วยความวุ่นวายของเรา ความเร่งรีบในแต่ละวันของเราทำให้เราต้องหันมาใส่ใจ เราคุ้นเคยกับแนวคิดเรื่องอาหารจานด่วนโดยที่เราคาดหวังสิ่งต่างๆ ด้วยวิธีที่รวดเร็วที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ เราลืมไปแล้วว่าจะต้องอดทนรออย่างไร และความไม่อดทนนี้อาจแทรกซึมเข้าสู่ชีวิตฝ่ายจิตวิญญาณของเราที่ส่งผลเสียหายร้ายแรง แรงกระตุ้นทางสายตาและเสียงที่รบกวนสมาธิของยุคสมัยที่เชื่อมโยงกันมากเกินไปนี้ ทำให้การชะลอและอยู่นิ่งทำได้ยากยิ่งขึ้น การเรียนรู้ที่จะรอคอยในความเงียบและเพ่งความคิดของเราไปที่เรื่องของพระเจ้าในขณะที่เราพูดคุยกับพระเจ้าอาจดูเหมือนเป็นการปฏิบัติที่แปลกสำหรับหลายๆ คนในทุกวันนี้ แต่เป็นคุณธรรมตามพระคัมภีร์ที่ต้องได้รับการฟื้นฟู การหาพื้นที่เงียบสงบที่ไม่ปะปนกับความพลุกพล่านอื่นๆ และการรักษาเวลาที่ไม่มีการอ้างสิทธิ์เป็นสิ่งสำคัญในการเชื่อมต่อกับพระเจ้า การชะลอ นั่งเฉยๆ หายใจ เตือนตัวเราเองถึงการดูแลอันอ่อนโยนของพระเจ้า การอดทนรอ และไม่ต้องกังวลหากพระเจ้าไม่ตอบคำอธิษฐานของเราในทันที สิ่งเหล่านี้เป็นศิลปะที่เราต้องเรียนรู้ใหม่อีกครั้ง

**ประโยชน์ของการรอ**

ตลอดทั้งพระคัมภีร์ เราพบกับคนของพระเจ้าที่มีทัศนคติเอาใจใส่ในการรอคอย ผู้เขียนพระคัมภีร์มักจะแสดงความคาดหวังในการรอคอยด้วยคำถาม ข้าแต่พระยาห์เวห์ ข้าพระองค์จะร้องทุกข์นานสักเท่าใด? (ฮาบากุก 1: 2 ดานิเอล 8: 13) ไม่มีความหวังหากไม่มีการรอ (ติตัส 2: 13) ไม่มีความอดทนโดยไม่ต้องรอ (โรม 5: 3-4 วิวรณ์ 14: 12) ไม่มีความปรารถนาโดยไม่ต้องรอ (สดุดี 42: 1) ไม่มีชีวิตโดยไม่ต้องรอ ไม่มีประวัติศาสตร์ของมนุษย์ที่ไม่ต้องรอ รอคอย เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์

ระหว่างที่รอ เรามักจะสนใจแต่ปัญหาต่างๆและหวังว่ามันจะผ่านพ้นเราไป แต่การรอคอย ไม่ได้หมายความว่า นั่งรอเฉยๆ ไม่ทำอะไรเลย และหวังว่าปัญหาเหล่านั้นมันจะหายไป มุมมองจากพระคัมภีร์แล้วเป้าหมายเบื้องต้นของการรอคอยคือการทำให้กระจ่างว่าฉันเป็นใครและฉันกำลังจะเป็นใครในขณะที่ฉันรอ ประสบการณ์การรอคอยทำให้ฉันต้องตัดสินใจครั้งสำคัญทางจิตวิญญาณ: ด้วยความไม่อดทนและความสงสัย ฉันสงสัยในความดีและความมีอำนาจทุกอย่างของพระเจ้าหรือไม่? หรือฉันรู้หรือไม่ว่าในการรอคอย ฉันกำลังเผชิญกับโอกาสพิเศษที่จะช่วยให้ฉันกลายเป็นบุคคลที่พระเจ้าปรารถนาให้ฉันเป็น? ด้วยประสบการณ์การรอคอย ฉันสามารถกลายเป็นคนที่ฉันไม่เคยเป็นมาก่อน

ถ้าเรามองเช่นนี้ การรอคอยจะกลายเป็นหนทางแห่งการเปลี่ยนแปลงของพระเจ้า เพื่อเปลี่ยนแปลงเราตามพระประสงค์ของพระองค์ ดังนั้นการรอคอยจึงเป็นการแสดงออกถึงความดีงามและพระคุณของพระเจ้าอย่างแท้จริง มันช่วยให้เราเป็นเหมือนพระเจ้ามากขึ้น ผู้ที่รอคอยด้วยความอดทนอย่างยิ่ง ที่ไม่อยากให้ใครหลงทางที่ยังรอดได้

มาอธิษฐานด้วยกัน

**เวลาอธิษฐาน (30-45 นาที)**

**อธิษฐานพระคำของพระเจ้า สดุดี 46: 10**

“จงนิ่งเสีย และรู้เถิดว่า เราคือพระเจ้า”

“จงนิ่งเสีย”

*พระองค์เจ้าข้า เราได้พักผ่อนน้อยมาก เราปล่อยให้ตัวเองเป็นคนที่ยุ่งและเครียด คิดว่าหากไม่แล้วเราจะมีค่าน้อยลง โอพระเจ้า เราขอให้พระองค์สอนเราให้ชะลอ ให้เรียนรู้ที่จะนิ่ง จิตใจของเราถูกเชื่อมโยงด้วยความคาดหวังทางสังคมที่จะแข่งกับบางสิ่งบางอย่างอยู่เสมอ โปรดช่วยให้เราได้ชื่นชมคุณธรรมของความสงบนิ่งและรับพระพรที่มาจากความสงบ ขอให้พูดคำว่า “จงนิ่ง” เข้าไปในใจที่ใจไม่อดทนของเรา อเมน*

“รู้เถิดว่า เราคือพระเจ้า”

*พระเยซูที่รัก ความจริงที่ว่าพระองค์ทรงเป็นพระเจ้าและองค์พระผู้เป็นเจ้าสูงสุดของเรามีผลกระทบอย่างใหญ่หลวงต่อชีวิตของเรา แต่ดูเหมือนว่าเรายังลังเลที่จะแต่งตั้งพระองค์เป็นพระเจ้าตลอดชีวิตของเรา เราปรารถนาการควบคุม และดูเหมือนเราไม่สามารถหยุดทำสิ่งที่เรากำลังทำอยู่ได้ สอนเราว่าพระองค์ ผู้ทรงสร้างผู้ทรงอำนาจ ผู้ทรงเติมเต็มนิรันดร์กาล ทรงเป็นองค์พระผู้เป็นเจ้า ว่าพระองค์ทรงสามารถนำเราและแผนการของเราไปเกินกว่าสิ่งใดที่เราจะจินตนาการได้หากเพียงแค่เรานิ่ง รอคอย และจดจำพระองค์ในแบบที่พระองค์ทรงเป็น อาเมน*

**คำแนะนำการอธิษฐานเพิ่มเติม**

**ขอบคุณและสรรเสริญ**: ขอขอบคุณสำหรับพรที่เฉพาะเจาะจงและสรรเสริญพระเจ้าสำหรับความดีงามของพระองค์

**คำสารภาพ**: ใช้เวลาสักครู่เพื่อสารภาพเป็นการส่วนตัวและขอบคุณพระเจ้าสำหรับการให้อภัยของพระองค์

**คำแนะนำ**: ขอให้พระเจ้าประทานสติปัญญาสำหรับความท้าทายและการตัดสินใจในปัจจุบัน

**คริสตจักรของเรา:** อธิษฐานเผื่อความต้องการของคริสตจักรในระดับภูมิภาคและระดับโลก (ดูแผ่นงานแยกต่างหากพร้อมคำขอ)

**คำขอในท้องถิ่น:** อธิษฐานเผื่อความต้องการในปัจจุบันของสมาชิกคริสตจักร ครอบครัว และเพื่อนบ้าน

**ฟังและตอบสนอง**: ใช้เวลาในการฟังเสียงของพระเจ้าและตอบสนองด้วยการสรรเสริญหรือร้องเพลง

**เพลงที่แนะนำ**

*SDA Hymnal:* Have Thine Own Way, Lord (#567); Be Still, My Soul (#461); Leaning on the Everlasting Arms (#469)

*Other Songs:* In His Time; In Moments Like These; Open My Eyes, Lord

แปลโดย นายจรัญ ดำรงเกียรติยศ