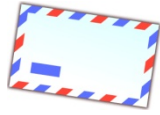


## หน่วยที่ 6 ชีวิตภาวนา



พระเจ้ากำลังเรียกคุณกลับไปหาพระองค์ โปรดใช้เวลาเพื่อฟังพระองค์สักครู่ คุณต้องฟังเสียงของพระองค์ คำถามที่ควรจะถามไม่ใช่คำถามที่ว่า วันนี้พระเจ้ากำลังพูดกับฉันหรือไม่ แต่คือ วันนี้ฉันกำลังฟังพระองค์หรือไม่ เหตุที่คุณอาจจะไม่ได้ยินพระองค์ก็คือ คุณไม่ได้ตั้งใจฟังพระองค์ หรือคุณอาจจะกำลังฟังพระองค์และสงสัยว่า นั่นคือ เสียงของพระองค์หรือไม่ คุณพร้อมที่จะรับรู้ถึงอำนาจของพระองค์ในชีวิตของคุณหรือยัง ในเวลานี้ขอให้คุณสงบเงียบ เพื่อให้พระองค์พูดกับคุณ





## จดหมายรักของพระเจ้า (God's Love – Letter)

วิธีที่จะได้รับจดหมายรักของพระเจ้า

|                                   |                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. สถานที่<br>Place               | หาสถานที่ที่คุณสามารถสงบจิตใจและไม่มีสิ่งใดมารบกวน เพื่อสวดภาวนาและรอคอยพระเป็นเจ้า สภาพแวดล้อมภายนอกไม่ใช่สิ่งสำคัญตราบเท่าที่คุณยังสามารถสงบจิตใจและรู้สึกผ่อนคลาย |
| 2. กริยาท่าทาง<br>Posture         | คุณอาจจะนั่งหรือคุกเข่าอยู่ในอาการที่สนับสนุนความรู้สึกเคารพ และการรอคอยทางจิตวิญญาณ                                                                                 |
| 3. การหยุดพัก<br>Pause            | ความเงียบเป็นสิ่งที่น่าอัศจรรย์ยิ่ง เพียงในเสียงแห่งความเงียบเท่านั้นที่พระเจ้าจะพูดภายในใจคุณ จงสงบ                                                                 |
| 4. การอยู่ต่อหน้า<br>Presence     | ให้ตัวคุณอยู่เฉพาะพระพักตร์พระเจ้า จินตนาการว่าคุณอยู่เฉพาะพระพักตร์อันเปี่ยมด้วยเมตตาของพระองค์ จงคิดถึงพระเจ้า                                                     |
| 5. การสวดภาวนา<br>อธิษฐาน<br>Pray | พูดกับพระเจ้า และขอให้พระองค์ตอบข้อความของคุณ “ข้าพเจ้าอยู่ที่นี่พระเจ้าข้า พระองค์ต้องการบอกสิ่งใดกับข้าพเจ้าบ้าง” พระเจ้ากำลังจะตอบคุณ ขอให้คุณรอคอย               |
| 6. การเขียน<br>Pen ( it )         | บันทึกสิ่งที่พระเจ้าบอกคุณในความคิดและจิตใจของคุณ อย่าสงสัยสิ่งใด จงเชื่อว่าสิ่งนั้นมาจากพระเจ้า                                                                     |
| 7. การสรรเสริญ<br>Praise          | ขอบคุณพระเจ้า และสรรเสริญพระองค์สำหรับความดีความเมตตาที่พระองค์มีต่อคุณ และสำหรับของขวัญอันคือพระวาจาของพระองค์                                                      |



## ชีวิตภาวนาของฉัน (My Prayer Life)

การภาวนา คือการสนทนากับพระเจ้า การภาวนามีทั้งความเรียบง่ายและความลำบาก เรียบง่ายเพราะการภาวนาเป็นเหมือนการพูดคุยกับพ่อของเรา คือ พระบิดาผู้ทรงสถิตในสวรรค์ แต่ลำบากเพราะบาปของเราเป็นตัวทำให้เราเข้าใกล้พระเจ้าไม่สะดวก แต่การภาวนาก็คือสิ่งที่สำคัญเกินกว่าที่จะละเลยได้ เพราะการภาวนาเปรียบเสมือนโลหิตแห่งชีวิตที่เป็นคริสตชน

|                                                        |                                                                          |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| ● การนมัสการ<br>(Adoration)                            | การสรรเสริญและบูชาพระเจ้าด้วย<br>วิญญาณ                                  |
| ● การสารภาพบาปและสำนึกผิด<br>(Confession / Contrition) | การเป็นทุกข์ถึงบาปที่เราสำนึกผิดทั้งหมด<br>(สดด 32:5 , 38:1-8 , 1ยน 1:9) |
| ● การขอบพระคุณ<br>(Thanksgiving)                       | เป็นการขอบพระคุณสำหรับทุกสิ่งและทุก<br>สถานการณ์ (ฟป 4:6 , สดด 107:1)    |
| ● การวอนขอ<br>(Supplication)                           | การวอนขอแทนคำร้อง อ้อนวอน ความ<br>ต้องการ (1ทธ 2:1 , อฟ 6:18)            |

## การไตร่ตรอง (Reflections)

- ปกติคุณชอบการภาวนาแบบใด
- คุณรู้สึกอย่างไรกับชีวิตภาวนาของคุณ
- คุณทำอะไรกับชีวิตภาวนาของคุณได้บ้าง



ถ้าเราตอบคำอธิษฐานของเจ้าในทันที

นั่นเป็นเพราะ

เราต้องการทดสอบความเชื่อของเจ้า

ถ้าเราไม่ตอบคำอธิษฐานของเจ้าในทันที

นั่นเป็นเพราะ

เรากำลังทดสอบความอดทนในการรอคอยของเจ้า

ถ้าเราไม่ตอบคำอธิษฐานของเจ้า

นั่นเป็นเพราะ

เรามีแผนการที่ดีกว่าเตรียมไว้สำหรับเจ้า

– พระผู้เป็นเจ้า –





## การภาวนาในพระคัมภีร์ (Prayer in Scriptures)

### ทำไมเราจึงต้องภาวนาอธิษฐาน

- มธ 26:41 .....
- มธ 9:36-38 .....
- ลก 18:1 .....
- ยน 16:24 .....
- 1 ทธ 2:1-4 .....
- 1 ทธ 4:5 .....
- 1 ปต 4:7 .....
- 2 คร 10:4 .....
- ยก 5:13-18 .....

### เราควรภาวนาเพื่อใคร

- มธ 5:38-48 .....
- มธ 6:11 .....
- ลก 11:3 .....
- 1 ทธ 2:1,4 .....
- 1 ทธ 2:2 .....

- ยก 5:13-16 .....
- อฟ 6:18 .....
- 1 ยน 5:14-16 .....

#### เราควรภาวนาเพื่อขอสิ่งใด

- มธ 6:10-13 .....
- ลก 11:2-4 .....
- รม 1:10 .....
- ฟป 4:6 .....
- ยก 1:5-6 .....
- คส 4:3, 4:11 .....
- 1 ธส 3:10 .....
- 2 ธส 1:11 .....
- 2 คร 13:7 .....
- อฟ 3:16, 19 .....

#### เราควรภาวนาที่ใด

- มธ 6:6 .....
- 1 ทธ 2:8 .....
- สดด 26:12 .....
- ฮบ 10:25 .....

**เราควรภาวนาเวลาใด (การภาวนาประจำวัน)**

- ลก 18:1 .....
- สดด 5:3 .....
- สดด 55:17 .....
- สดด 88:1 .....
- สดด 86:3 .....

**เราควรจะภาวนาอย่างไร**

- ลก 11:1-3 .....
- ลก 18:1-8 .....
- รม 8:26,27 .....
- ฮีบ 11:6 .....
- ฮีบ 10:22 .....
- ฮีบ 4:16 .....
- รม 12:12 .....
- รม 15:30 .....
- ฟป 4:6 .....
- คส 4:2 .....
- คส 4:12 .....
- ฮฟ 6:18 .....

### เงื่อนไขที่ช่วยให้การภาวนาเกิดผลคืออะไร

- มก 1:24-25 .....
- ลก 11:5-10 .....
- ยน 15:7 .....
- 1 ยน 3:22 .....
- 1 ยน 5:14,15 .....
- ยด 20 .....
- ยก 5:16 .....
- ยก 4:2 .....
- กจ 1:14 .....
- ฮบ 5:7 .....

### สิ่งที่ทำให้การภาวนาไม่เกิดผลคืออะไร

- ลก 18:11-14 .....
- มธ 5:23-24 .....
- มก 11:25 .....
- ยก 1:6-7 .....
- ยก 4:3,6 .....
- 1 ปด 3:7 .....
- ขรม 4:10-12 .....

- สภษ 21:13 .....
- สภษ 28:9 .....

#### เราควรฟังการภาวนาที่ใคร

- กจ 12:5 .....
- อฟ 3:14 .....

#### เราควรอธิษฐานในนามของใคร

- ยน 14:13 .....

#### ใครควรจะเป็นคนแนะนำการภาวนาของเรา

- อฟ 6:18 .....

#### คำสัญญาที่พระเจ้าประทานให้เราสำหรับการอธิษฐานคืออะไร

- มธ 7:7-8 .....
- สดด 6:9 .....
- สดด 10:17 .....
- สดด 50:15 .....
- สดด 91:15 .....
- ยรม 33:3 .....
- อฟ 3:20 .....