

**MARCH-APRIL 2018**

**GTS # 128363256**

**THE UPPER ROOM®**

**WHERE THE WORLD MEETS TO PRAY**

**© 2018 The Upper Room**

**Nashville, TN (USA) [www.upperroom.org](http://www.upperroom.org)**

คู่มือการภาวนา “ห้องชั้นบน”  
แปลและจัดพิมพ์เป็นภาษาต่างๆ  
33 ภาษา ดังนี้

กรีก	รัสเซีย
กุซราฏ	สเปน
เกาหลี	สวีเดน
คานาเดียน	สิงหล
จีน	อังกฤษ
ญี่ปุ่น	อาเมเนียน
เตลูกู	อิตาลี
ทมิฬ	อินโดนีเซีย
ไทย	อียิปต์
นอร์เวย์	ฮังการี
เนปาล	อูรดู
บัลแกเรีย	เอสโตเนีย
โปรตุเกส	อินเดีย
โปแลนด์	ฮอลันดา
ฝรั่งเศส	ฮังการี
พม่า	อินดี
มาเลเซีย	

ได้รับลิขสิทธิ์การแปลจาก

© 2018 The Upper Room

Nashville, TN (USA)

[www.upperroom.org](http://www.upperroom.org)

จัดพิมพ์และเผยแพร่โดย



**สำนักพิมพ์สุริยบรรณ**

29 ถ. รัตนโกสินทร์ ต. วัดเกต

อ. เมือง จ. เชียงใหม่ 50000

โทร/แฟกซ์ (053) 244381-2

ต่อ 112, 301

E-mail : [christed.syb@gmail.com](mailto:christed.syb@gmail.com)

บทบรรณาธิการ

## มุ่งสู่การคืนพระชนม์

เพราะว่าผู้ใดใคร่จะเอาชีวิตรอด ผู้นั้นจะเสียชีวิต แต่ผู้ใดจะเสียชีวิต เพราะเห็นแก่เราและชาวประเสริฐ ผู้นั้นจะได้ชีวิตรอด (มาระโก 8:35)

ขอกล่าวทักทายท่านในนามพระเยซูคริสต์ระหว่างที่เราเข้าสู่เทศกาลมหาพรต และอีสเตอร์

แต่ละวันขณะที่เราใช้เวลาภาวนาเรื่องดังกล่าวในหนังสือห้องชั้นบน ก็เหมือนได้เดินทางกับพระเยซูไปที่ทางเขน อุโมงค์ฝังศพ อุโมงค์เปล่า และการสำแดงพระองค์แก่เหล่าสาวกในที่ต่างๆ จากหนังสือห้องชั้นบนนี้ ขณะเมื่ออ่าน พระคัมภีร์ระหว่างเทศกาลมหาพรต เราจะพบเรื่องชัยชนะและความพ่ายแพ้ ชีวิตและความตาย ความไม่แน่นอน ความผิดหวังและความขุใจ ซึ่งเป็นประสบการณ์ และอารมณ์ทั้งหมดของมนุษย์เรา

ขณะที่ท่าน (พร้อมกับคริสเตียนหลายล้านคน) ใช้เวลาเข้าเฝ้าพระเจ้าโดยอ่านหนังสือห้องชั้นบนแต่ละหน้าในสองเดือนต่อไปนี้ เราจะร่วมประสบการณ์เดียวกันกับบรรดาผู้เขียนคำพยานต่างๆ ให้เราฟัง คือความทรงจำเรื่องชัยชนะและความพ่ายแพ้ ความไม่แน่นอน ความผิดหวังและกำลังใจ ทุกอย่างที่พระเยซูคริสต์ และผู้ที่อยู่แวดล้อมพระองค์ได้ผ่านพบทั้งก่อนและหลังการคืนพระชนม์

อีสเตอร์มีความสำคัญมากสำหรับเราอย่างแท้จริง ถ้าไม่มีอีสเตอร์และพระสัญญาแล้ว ชัยชนะ ความสำเร็จ และแม้แต่ปัญญาของเราก็ว่างเปล่า เราจะผ่านเวลาแห่งความทุกข์ที่ดูเหมือนเป็นไปไม่ได้ เวลาภาวนาอธิษฐานร่วมกันในชุมชนแห่งนี้ เราผินึกเรื่องราวและให้กำลังใจแก่กันขณะเข้าใกล้พระเจ้าในแสงแห่งการเป็นขึ้นจากความตายของพระคริสต์ เราอธิษฐานขอให้ท่านได้กำลังใจนี้ด้วย

พวกเราที่อ่านห้องชั้นบนกำลังเคลื่อนผ่านเทศกาลนี้ด้วยพลังที่กลับคืนมาใหม่ และถวายตัวเพื่อแพร่ข่าวประเสริฐไปรอบโลกผ่านคู่มือภาวนาเล่มเล็กนี้ ขอขอบคุณสำหรับคำอธิษฐานและการสนับสนุนจากผู้อ่านทุกท่าน

เปเต เวลันเดอร์

คณะกรรมการบริหารหนังสือห้องชั้นบน

## ดัชนี

กล่าว	มีนาคม 6, 18	เมษายน 18, 20, 23
กล่าวโทษผู้อื่น	มีนาคม 3, 13, 19	
ครอบครัว/ความสัมพันธ์	มีนาคม 3, 9, 12, 18	เมษายน 3, 5, 6, 9, 10, 16, 20, 25, 27
คืนดี	มีนาคม 26	เมษายน 1, 2
ความรอด	มีนาคม 6, 18, 25, 31	เมษายน 1, 27, 28
จัดหา/พลัง/เข้มแข็ง	มีนาคม 11, 17, 19, 23, 24, 29	เมษายน 2, 3, 4, 7, 8, 9, 12, 20, 21, 26
ชูใจจากพระเจ้า	มีนาคม 1, 17, 20	
ชุมชนคริสเตียน	มีนาคม 28	เมษายน 11, 25
เชื่อฟังและทำตามพระเจ้า	มีนาคม 1	เมษายน 3, 29
ตัวอย่างของพระเยซู	มีนาคม 30	เมษายน 27, 29
ถวาย/บริจาค/ให้	มีนาคม 2, 13, 23, 29	
ทรงเรียก	มีนาคม 1, 5, 10, 22	เมษายน 18, 27
ทรงนำของพระเจ้า	มีนาคม 1, 8, 16, 20	เมษายน 8, 16, 26
แนใจ/ประกันภัย	มีนาคม 6, 9, 17, 24, 28	เมษายน 20, 26, 28
บำบัดรักษา/เจ็บป่วย	มีนาคม 14, 31	เมษายน 3, 4, 15, 16
แบบอย่างคริสเตียน		เมษายน 7, 22
ประกาศข่าวดี	มีนาคม 5, 27, 30	เมษายน 1, 2, 10, 11, 14, 25, 28
ประทับอยู่	มีนาคม 9, 15, 16, 23	เมษายน 11, 21, 26, 29
เปลี่ยน	มีนาคม 25, 26	เมษายน 2, 6, 18, 19
เปลี่ยนใหม่/เริ่มใหม่	มีนาคม 1, 4, 6, 16, 20, 26, 27, 30	เมษายน 2, 6, 11, 18, 19, 27
พันธกิจ/เยี่ยมเยียน/รับใช้	มีนาคม 1, 5, 10, 12, 13, 22, 23	เมษายน 3, 7
ฟื้นฟูจิตวิญญาณ	มีนาคม 4, 29	เมษายน 3, 19
มหาพรต	มีนาคม 4, 11, 14, 18	
เมตตาสงสาร	มีนาคม 12	เมษายน 18
ไม่ปลดปล่อย/นับถือตนเอง	มีนาคม 21	
มานะบากบั่น	มีนาคม 6, 9	เมษายน 4, 23
ยกโทษผู้อื่น	มีนาคม 2, 19, 26, 30	เมษายน 29
ยินดี	มีนาคม 6, 7, 14, 15, 23	เมษายน 10, 11, 17, 25, 29
รักและยินดีของพระเจ้า	มีนาคม 2, 6, 8, 17	เมษายน 15, 18, 20, 25, 29
รู้คุณ/สรรเสริญ	มีนาคม 4, 9, 11, 23, 29	เมษายน 11, 21
วัดศูนย์ม/สุมหลง	มีนาคม 4, 6, 17, 27	
วิตกกังวล/กระวนกระวาย	มีนาคม 14, 15, 24, 27	เมษายน 12
วิญญาณเติบโตในยามทุกข์ยาก	มีนาคม 11, 15	เมษายน 27
วางใจพระเจ้า	มีนาคม 1, 15, 17, 22	เมษายน 3, 12, 24, 26
โศกเศร้า/เสียใจ/สูญเสีย	มีนาคม 11, 21	เมษายน 2, 3, 5, 15, 18
ศึกษาพระคัมภีร์	มีนาคม 7, 11, 15, 16, 17, 22, 28	เมษายน 6, 7, 8, 23, 29
สันติสุข	มีนาคม 11, 26, 27	เมษายน 9, 13, 14
สัมพันธ์กับพระเจ้า	มีนาคม 8, 26	เมษายน 16, 20, 27
สู่ความบาป	มีนาคม 19, 25	เมษายน 1
หนุ่ใจ/ชู่ใจ	มีนาคม 10, 11	
อธิษฐาน	มีนาคม 4, 7, 9, 14, 15, 16, 24	เมษายน 4, 6, 9, 12, 14, 18, 21, 25, 27, 29, 30
อภัยโทษจากพระเจ้า	มีนาคม 19, 30	
อาชีพ	มีนาคม 5, 19, 22, 28	

วันอาทิตย์ทางตาล  
วิลเลียม เฮมเมอร์ลิง  
(จิตรกรร่วมสมัย สหรัฐอเมริกา)  
อธิบายภาพ : โมนา เบกาชาว เคฟ

---

วันอาทิตย์ทางตาลก่อนพระเยซูจะถูกตรึงบนกางเขน เป็นวันรำลึกถึงพระเยซูเสด็จเข้ากรุงเยรูซาเล็มด้วยชัยชนะ และเป็นวันเริ่มต้นที่คริสเตียนหลายคนถือเป็นสัปดาห์ศักดิ์สิทธิ์ พระกิตติคุณยอห์นบอกว่าฝูงคนพากันตื่นเต้นและ “พากันถือทางอินทผลัมออกไปต้อนรับพระองค์ด้วยความจงรักภักดี” (ยอห์น 12:12-15)

พระกิตติคุณมาระโกบรรยายเหตุการณ์ไว้อย่างนี้ มีคนเป็นอันมากเอาเสื้อผ้าของตนปลูงตามถนนหนทาง และบางคนก็ตัดใบไม้จากทุ่งนามาปู ฝ่ายคนที่เดินไปข้างหน้ากับผู้ที่ตามมาข้างหลังก็ร้องว่า “โฮซันนา ขอให้ท่านผู้ที่เสด็จมาในพระนามขององค์พระผู้เป็นเจ้าทรงพระเจริญ ความสุขสวัสดิมงคล จงมีแก่แผ่นดินของดาวิดบรรพบุรุษของเราที่จะมาตั้งอยู่ โฮซันนาในที่สูงสุด” (มาระโก 11:8-10)

เฮมเมอร์ลิง จิตรกรชาวอเมริกันวาดภาพนี้ตามวัฒนธรรม ประเพณี และประสบการณ์ท้องถิ่นของสหรัฐอเมริกาได้ เพื่อเสริมพลังและแรงดลใจจิตรกรรมของท่าน ภาพวันอาทิตย์ทางตาลบนปกห้องชั้นบนฉบับนี้ เป็นตัวอย่างผลงานยอดเยี่ยมของคุณเฮมเมอร์ลิง และได้สื่อถึงความหมายแห่งจิตวิญญาณในวันอาทิตย์ทางตาลอันเป็นแบบอย่าง ให้พวกเราได้เห็นภาพของการรวมตัวกันของฝูงชนเพื่อต้อนรับพระเยซูคริสต์

ขอเชิญคุณอ่านพระกิตติคุณตอนที่พระเยซูเสด็จเข้ากรุงเยรูซาเล็มอย่างผู้มิชชัน (มัทธิว 21:1-11, มาระโก 11:1-10, ลูกา 19:28-40 และยอห์น 12:12-19) และไตร่ตรองงานของคุณเฮมเมอร์ลิง แล้วดูว่าคุณเห็นอะไรและรู้สึกอย่างไร คุณคิดว่าอะไรคือสิ่งที่จิตรกรพยายามจะสื่อความหมาย และถ้าคุณคิดจะวาดภาพวันอาทิตย์ทางตาลภาพนั้นจะออกมาลักษณะไหน

ขณะที่ศึกษาและพิจารณาจิตรกรรมชิ้นนี้ และสะท้อนภาพเหตุการณ์วันอาทิตย์ทางตาลเมื่อสองพันปีก่อนนั้น เราหวังว่าคุณจะพบสิ่งใหม่ๆ ในเรื่องนี้ที่จะช่วยให้สัมผัสเทศกาลมหาพรตอันลุ่มลึกและอุดมด้วยความหมายฝ่ายวิญญาณ

---

Cover photo courtesy of LA ART GALLERY. © 2001. Prints of cover art are available from carol@hemmerlingart.com or www.hemmerlingart.com.

# สวมรองเท้าใหญ่เกินไป

วันพฤหัสบดี อ่าน อพยพ 4:10-17

**จงวางใจในพระเจ้าด้วยสุดใจของเจ้า และอย่าพึ่งพาความรอบรู้  
ของตนเอง จงยอมรับรู้พระองค์ในทุกทางของเจ้า และพระองค์จะทรง  
กระทำให้อำนาจของเจ้าราบรื่น (สุภาษิต 3:5-6)**

วันอาทิตย์ครั้งหนึ่ง ระหว่างเทศนาในโบสถ์ ศิษยาภิบาลสาธิตให้พวกเราเห็นว่าการเดิน โดยสวมรองเท้าของคนอื่นนั้นยากแค่ไหน พวกเราพากันหัวเราะเมื่อเห็นท่านพยายามเดินโดยสวมรองเท้าเด็ก และให้เด็กๆ ในโบสถ์พยายามเดินโดยสวมรองเท้าของผู้ใหญ่

พอผมได้ยินเช่นนั้นก็คิดถึงตอนที่ผมพยายาม “สวมรองเท้า” ที่พระเจ้าทรงขอให้ผมสวมใส่ บางครั้งผมรู้สึกว่าการไม่ได้หรือไม่คู่ควรกับภารกิจหรือความรับผิดชอบใหม่ดังกล่าว แต่พอนึกถึงพระดำรัสที่พระเจ้าตรัสกับโมเสสในพระคัมภีร์สำหรับอ่านวันนี้ ที่โมเสสโอตครวญว่าท่านเป็นคนพูดไม่เก่ง และไม่อยากจะเป็นผู้นำ ผมจึงรู้สึกสบายใจและวางใจว่า ถ้าผมเต็มใจทำตามการทรงเรียกของพระเจ้า พระองค์จะทรงช่วยให้ผมสวมรองเท้าคู่นั้นได้

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
วันนี้พระเจ้าทรงเรียกข้าพเจ้า  
ให้สวมรองเท้าอะไร

มีอยู่หลายครั้งที่ผมลังเลใจเพราะไม่ยอมทิ้งหน้าที่ที่ผมชอบทำเพื่อไปรับใช้พระเจ้า แต่พอคิดถึงการพลีพระชนม์ของพระเยซูคริสต์เพราะเห็นแก่เราแล้ว ทำให้ผมรู้สึกถ่อมใจและรู้ว่าถึงผมจะไร้ความสามารถ พระเจ้าก็ทรงอยู่ด้วยเสมอ พระองค์ทรงพร้อมและทรงรอจนกว่าผมจะทำตาม

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดาในสวรรค์ ขอบพระคุณที่ทรงเตือนสติว่า ข้าพระองค์ทั้งหลายสามารถรับใช้พระองค์ในเส้นทางใหม่ๆ และพิเศษเฉพาะได้ ขอทรงเปิดตาเปิดใจเพื่อข้าพระองค์ทั้งหลายจะรับใช้พระองค์ให้ดีขึ้นในทุกๆ วัน ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แรนดี บูย์รี (เท็นเนสซี)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน ผู้ที่ไม่มีรองเท้าใส่

2 มี.ค.  
2018

## ให้คิดว่าเป็นของขวัญ

วันศุกร์ อ่าน มัทธิว 10:1-9

**เราทั้งหลายไม่ได้รับวิญญานของโลก แต่ได้รับพระวิญญาน  
ซึ่งมาจากพระเจ้า เพื่อเราทั้งหลายจะได้รู้ถึงสิ่งต่างๆ ที่พระเจ้า  
ได้ทรงโปรดประทานแก่เรา (1 โครินธ์ 2:12)**

เมื่อดิฉันเห็นว่าคงจะไปรับประทานอาหารกลางวันกับเพื่อนไม่ทันตามนัด  
จึงส่งข้อความไปขอให้เธอสั่งอาหารเพื่อดิฉันด้วย เราได้ร่วมรับประทานอาหารเลิศรส  
ด้วยกันอยู่นาน ระหว่างเดินทางกลับบ้านดิฉันถึงคิดได้ว่า เพื่อนมิเพียงแต่สั่งอาหาร

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

วันนี้มีอะไรบ้างที่พระเจ้าทรงเชิญให้  
ข้าพเจ้ารับความเมตตาด้วยใจยินดี

ให้เท่านั้นแต่ยังออกเงินให้ด้วย  
ดิฉันจึงโทรฯ ไปขอโทษและสัญญา  
ว่าจะจ่ายคืนให้ทีหลัง เธอตอบว่า  
“คิดว่าเป็นของขวัญก็แล้วกันนะ”

ดิฉันตอบไปว่า “คุณช่างใจดีมาก แต่ถ้าได้พบกันครั้งต่อไปขอให้ฉันเลี้ยง  
อาหารกลางวันเธอบ้างนะจ๊ะ” เธอตอบว่า “ฉันอยากเลี้ยงเธอเป็นของขวัญ  
ต่างหาก ขอให้ฉันมีความสุขที่ได้ให้โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนดีกว่า” ถึงดิฉัน  
ไม่อยากทำเช่นนั้น แต่ก็รู้ว่าการให้โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนเช่นนี้ เป็นวิธีที่พระเจ้า  
ทรงประทานของขวัญให้เรา

เราได้รับของประทานจากพระเจ้าหลายอย่างทุกวันโดยไม่ได้ซื้อหา จึงจ่ายคืน  
ให้พระองค์ไม่ได้ พระเจ้าทรงให้ของขวัญดีๆ ด้วยพระทัยเมตตา และให้เรารับไว้  
ด้วยใจยินดีไม่ว่าสิ่งเหล่านั้นจะมาจากพระเจ้าหรือใครอื่น ถ้าเรายอมรับของขวัญที่มี  
ผู้ให้ด้วยใจเมตตาและไม่หวังสิ่งใดตอบแทน เท่ากับเรายอมให้ผู้อื่นมีความสุข  
ด้วยการให้ วิธีเดียวกับที่พระเจ้าทรงประทานแก่เรา

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าที่รักยิ่ง โปรดช่วยข้าพระองค์ทั้งหลายให้และรับด้วยความ  
ยินดี เพื่อเป็นการถวายเกียรติแก่พระองค์ทุกกรณี ในพระนามพระเยซูคริสต์  
อาเมน

เดบรา สเกลส์ (อินเดียนา)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เพื่อให้มีความสุขในการรับ

วันเสาร์ อ่าน 1 ซามูเอล 16:1-13

**พระเจ้าตรัสว่า คนใดจะซ่อนจากเราไปอยู่ในที่ลับเพื่อเราจะได้เห็นเขาได้หรือ พระเจ้าตรัสว่าเรามีได้อยู่เต็มฟ้าสวรรค์และโลกดอกหรือ (เยเรมีย์ 23:24)**

นานมาแล้ว ผมไปหาซื้อรถใช้แล้วคันหนึ่ง ที่แรกผมถูกทดลองให้ดูแค่ลักษณะภายนอกแล้วดูป้ายบอกราคาทีกระจกหน้ารถ ดีที่ผมจำคำพูดของคุณพ่อที่บอกว่า การซื้อรถให้เป็นมันวับแต่ภายนอกนั้นทำได้ง่าย แต่การกำจัดสนิมที่ซ่อนอยู่ภายในนั้นยากมาก แล้วก็เป็นอย่างนั้นจริง คือพอผมก้มดูใต้รถก็พบว่ารถหลายคันที่ภายนอกว่าดูดีแต่ภายในเป็นสนิมเกราะ ถ้าผมซื้อไปคงไม่ฉลาดนัก

ในทำนองเดียวกันนี้ พระเจ้าทรงเห็นลักษณะที่แท้จริงของมนุษย์โดยไม่มีสิ่งใดซ่อนจากสายพระเนตรของพระองค์ได้ (ดู เยเรมีย์ 23:24) และไม่มีสิ่งใดปิดบังไว้ได้ตลอดไป (ดูลูกา 12:2) กษัตริย์ดาวิดทรงเป็นผู้ที่พระเจ้าทรงพอพระทัย (1 ซามูเอล 13:14) พระเจ้าทรงเลือกและทรงวัดคุณค่าของดาวิดจาก

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

ข้าพเจ้าจะวัดความดีของตนเอง  
และผู้อื่นเหมือนพระทัยที่พระเจ้าทรงวัด

พฤติกรรมท่าน ถ้าเราถูกทดลองให้กล่าวโทษผู้อื่น เราควรพิจารณาความประพฤติของตนเองเสียก่อนว่าเราเป็นคนดีจริงแล้วหรือไม่

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอบพระคุณที่ทรงรู้จักข้าพระองค์ทั้งหลายทุกอย่าง โปรดช่วยข้าพระองค์ดำเนินชีวิตที่ผู้อื่นสามารถมองเห็นพระองค์ในตัวองข้าพระองค์ทั้งหลายได้ ขออธิษฐานตามที่พระเยซูทรงตรัสสอนว่า ข้าแต่พระบิดาแห่งข้าพระองค์ทั้งหลาย ผู้สถิตในสวรรค์ขอให้พระนามของพระองค์เป็นที่เคารพสักการะ ขอให้แผ่นดินของพระองค์มาตั้งอยู่.....เหตุว่าราชอำนาจ ฤทธิ์เดช และพระสิริเป็นของพระองค์ สืบๆ ไปเป็นนิตย์ อาเมน.

อินเดร็ก ทาเวท ไทมลา ( โวรู เอสโตเนีย)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เพื่อให้ตัดสินใจอย่างชาญฉลาด

4 มี.ค  
2018

## อาทิตย์ที่ 3 ในเทศกาลมหาพรต

วันอาทิตย์ อ่าน เอเฟซัส 4:17-31

**อย่าประพฤติดังอย่างคนในยุคนี้ แต่จงรับการเปลี่ยนแปลงจิตใจ  
แล้วอุปนิสัยของท่านจึงจะเปลี่ยนใหม่ เพื่อท่านจะได้ทราบน้ำพระทัย  
ของพระเจ้า จะได้ว่าอะไรดี อะไรเป็นที่ชอบพระทัยและอะไรดีเยียดเยี่ยม  
(โรม 12:2)**

ดิฉันรอให้ถึงวันทำความสะอาดบ้านประจำปีในฤดูใบไม้ผลิ ดิฉันชอบเปิดหน้าต่างขณะทำความสะอาดบ้านทุกซอกมุมและบริเวณที่อาจจะหลงลืม ดิฉันค้นตู้เฟอร์นิเจอร์ ห้องน้ำ เพื่อเก็บของเก่าๆ ที่ชำรุดและไม่ใช้แล้วทิ้งให้หมดซึ่งเป็นงานหนัก ทุกครั้งที่เก็บของซึ่งใช้ไม่ได้แล้วดิฉันรู้สึกทึ่งเสมอที่เห็นว่ามียู่งองพะเนิน

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

เทศกาลมหาพรตเป็นโอกาสให้ข้าพเจ้า  
ฟื้นฟูความเชื่อให้สดชื่นขึ้นมาใหม่ให้

ดิฉันดีใจที่มีโอกาสเก็บ

กวาด โยนทิ้ง และเตรียมต้อนรับฤดูใหม่ และดีใจพอๆ กันสำหรับเทศกาลมหาพรตซึ่งเป็นโอกาสทำความสะอาดชีวิตจิตวิญญาณ ดิฉันค้นดูและทำความสะอาดใหญ่ทุกซอกมุมในความคิดและจิตใจ เพื่อหาสิ่งไร้ประโยชน์ที่ตนเองหลงลืมหรือปล่อยให้สะสมไว้ บ่อยครั้งก็พบว่าดิฉันยึดติดกับความอิจฉาริษยา ความรู้สึกเจ็บปวด หรือความขุ่นเคืองใจ การเน้นที่ความระมัดระวังตัวและการอธิษฐาน ช่วยให้ดิฉันใช้เทศกาลนี้เป็นโอกาสชำระจิตวิญญาณและขจัดความสับสนวุ่นวายออกไปจากชีวิต

พระเยซูคริสต์ทรงใช้เวลาอธิษฐานก่อนถูกตรึง เพื่อเตรียมพระองค์สำหรับการฟื้นคืนพระชนม์ เราเองก็สามารถเตรียมตัวเตรียมใจรำลึกถึงการฟื้นคืนพระชนม์ขององค์พระผู้เป็นเจ้าของเรา ด้วยการทำตามแบบเดียวกับพระองค์ การปฏิบัติเช่นนั้นจะช่วยให้ชีวิตของเราฟื้นขึ้นมาใหม่

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าผู้ประเสริฐ โปรดประทานปัญญาให้ข้าพระองค์ทั้งหลายรู้ว่าอะไรจำเป็นต้องขจัดออกจากชีวิต และโปรดประทานความเข้มแข็งพอเพื่อจะทำตามนั้นได้ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

โมนิกา เอ. แอนเดอร์มานน์ (นิวยอร์ก)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เพื่อฟื้นฟูใจใหม่ในเทศกาลมหาพรต



**พระเยซูตรัสสั่งพวกสาวกว่า “เจ้าทั้งหลายจงออกไปทั่วโลก  
ประกาศข่าวประเสริฐแก่มนุษย์ทุกคน” (มาระโก16:15)**

ตอนเรียนชั้นมัธยมปลาย ดิฉันเป็นคนเรียนได้คะแนนดีและต้องการทำงานในคริสตจักร แต่เพื่อนรวมชั้นคนหนึ่งของดิฉันเห็นว่าการทำงานในคริสตจักรกับการเรียนเก่านั้นเข้ากันไม่ได้ ดิฉันยังจำเรื่องที่เราสนทนากันขณะนั่งอยู่บนอัฒจันทร์ในโรงยิมของโรงเรียนได้ เพื่อนคนนั้นพูดว่า “เธอเป็นคนเก่ง สามารถทำอะไรก็ได้ แต่ทำไมถึงอยากใช้ทุกสิ่งที่มีอยู่ให้สูญเปล่าไปกับคริสตจักรอย่างนั้น”

ถึงการสนทนาคครั้งนั้นจะนานมาแล้ว แต่ดิฉันยังคิดถึงมันอยู่บ่อยๆ ดิฉันทำงานเพื่อคริสตจักรอยู่แค่ระยะหนึ่งเท่านั้น แต่อาชีพส่วนใหญ่ของดิฉันก็เป็นการที่ไม่แสวงหากำไร แล้วจะรู้สึกว่าเป็นการทำให้ศักยภาพของตนเองสูญเปล่าได้อย่างไรกัน แน่นนอนยอมไม่ใช้การสูญเปล่า ดิฉันยังรู้ตัวด้วยว่าแม้จะทำอาชีพอะไรก็ยังคงเป็นการทำพันธกิจนั่นเอง

พระเยซูทรงเรียกเราให้ “ออกไปเทศนาให้คนทั่วโลกฟัง” การทำพันธกิจไม่ได้จำกัดเฉพาะในคริสตจักรเท่านั้น แต่เกิดขึ้นในชุมชนของเราด้วย คนที่ทำอาชีพทุกอย่างต่างก็ทำเพื่อพระเจ้าทุกวัน เช่น แพทย์ คนขับรถโดยสาร พนักงานที่บริการ

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
วันนี้ข้าพเจ้าจะรับใช้ผู้คน  
ในชีวิตของข้าพเจ้าได้อย่างไร

ในร้านอาหาร ช่างต่อท่อประปา ครูบาอาจารย์ และอื่นๆ อีกมากมาย ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนเราทุกคนก็ทำพันธกิจด้วยการเปิดใจแบ่งปันความรักของพระเจ้าแก่ผู้อื่นได้

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า โปรดช่วยข้าพระองค์ทั้งหลายให้มองเห็นช่องทางเป็นพยานเพื่อพระองค์ในแต่ละวันและทุกๆ วัน อธิษฐานในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แคเทอริน เอส. ไรอัน (เซาท์คาโรไลนา)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เพื่อให้เห็นว่างานของเราเป็นพันธกิจเพื่อรับใช้

## หลงหายและหาพบ วันอังคาร อ่าน มัทธิว 18:10-14

**พระเยซูตรัสว่า “บุตรมนุษย์ได้มาเพื่อจะเที่ยวหาและช่วยผู้ที่หลงหายไปนั้นให้รอด” (ลูกา 19:10)**

เกมที่พวกเราชอบเล่นตอนเป็นเด็กคือ เล่นซ่อนหากับเจ้าทองแดง สุนัขชนสีทองของเรา เราพลัดกันจับเจ้าทองแดงไว้ และให้คนอื่นๆ เข้าไปซ่อนตัวในป่าลึกทันทีที่ปล่อยมัน เจ้าทองแดงที่คอยอยู่แล้วจะรีบวิ่งไปเสาะหาจนพบทุกคน มันจะค่อยๆ จับแขนเสื้อหรือขากางเกงของเราทีละคนค่อยๆ พากลับบ้านอย่างปลอดภัยได้ทุกครั้ง

เกมนี้ทำให้ผมคิดถึงคำอุปมาเรื่องแกะหลงหาย อันเป็นเรื่องที่มีความหมายที่สุดเรื่องหนึ่งของพระเยซูคริสต์ คำอุปมาเรื่องนี้พูดถึงความรักมากมายที่พระองค์ทรงมีต่อสาวกของพระองค์ และเผยให้เห็นความรักประมาณค่ามิได้ของพระเจ้า

พอได้รู้ว่าพระเยซูจะทรงออกตามหาแกะที่หายไป แม้แต่ตัวเดียวก็ทรงตามจนพบ แกะตัวนั้นอาจจะหมายถึงผมก็ได้ ทำให้ผมเกิดความเชื่อมั่นและปลื้มใจ การติดตามพระเยซูนั้นผมหลงทางอยู่บ่อยครั้ง

บางครั้งเกิดขึ้นเพราะการทำงานล้นเหลือ เจ็บปวด หมดความอดทน หรืออยากออกไปแสวงหาความสุขความพอใจฝ่ายโลก เมื่อหลงทางบ่อยครั้งเข้าก็รู้ว่า เราไม่จำเป็นต้องหลบซ่อนพระเยซูเพราะความกลัวหรือเศร้าใจ พระองค์พระผู้เลี้ยงผู้ประเสริฐจะไม่ทรงทอดทิ้งเราไว้ตามลำพัง เมื่อใดที่ทรงได้ยินเราร้องเรียก พระเยซูคริสต์จะทรงออกตามหาจนพบและอุ้มเรากลับบ้าน

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอบพระคุณที่ไม่ทรงทอดทิ้งข้าพระองค์ทั้งหลาย อธิษฐานในพระนามของพระผู้เลี้ยงผู้เลิศประเสริฐ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

เจมส์ บัมเบอร์เกอร์ (คอนเนคติกัส)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** สัตวแพทย์

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
ความรู้สึกยิ่งใหญ่ในโลกนี้คือ  
เมื่อพระเจ้าทรงตามหาเรา  
ด้วยความรักจนพบ

# เวลาอยู่กับพระเจ้าไม่เจียบเหงา

วันพุธ อ่าน สดุดี 150:1-6

จงให้ทุกสิ่งที่หายใจ สรรเสริญพระเจ้า

จงสรรเสริญพระเจ้าเถิด (สดุดี 150:6)

7 มี.ค  
2018

สำหรับหลายคนแล้ว การเข้าเฝ้าพระเจ้าหมายถึง “เวลาสงบใจ” ไม่มีเสียงรบกวนจากโลกภายนอก แต่เพราะดิฉันเป็นคนเปิดเผยจึงไม่ชอบอยู่เงียบๆ

ดิฉันเห็นว่า การอธิษฐานเสียงดังๆ กับพระเจ้าเหมือนพูดกับมนุษย์นั้นทำได้ง่ายกว่า เวลาสงบใจของดิฉันจึงร้องเพลงไปด้วย บางครั้งดิฉันร้องเพลงโดยใช้เพลงสดุดีหรือเพลงสรรเสริญซึ่งเกี่ยวข้องกับข้อพระคัมภีร์ที่กำลังศึกษาอยู่ บางครั้งเวลาอยู่ตามลำพังกับพระเจ้าจะหลั่งน้ำตาและร้องไห้ เพราะ

ครอบครัวประสบเรื่องเลวร้าย หรือเพราะสถานการณ์ของโลก ในที่สุดก็มีเวลาที่ดิฉันต้องส่งเสียงร้องดังๆ เพราะโกรธพระเจ้า แต่ที่บ่อกว่านั้นก็คือ ดิฉันจะตะโกนด้วยความยินดีและมีความสุขชนิดที่ไม่สามารถแสดงออกได้ด้วยคำพูด

ผู้ประพันธ์เพลงสดุดีรู้จักเวลาสงบใจอยู่กับพระเจ้าที่ไม่สงบเท่าไรนัก สดุดี 147:1 บอกว่า “เป็นการดีที่จะร้องเพลงถวายสดุดีแด่พระเจ้าของเรา” สดุดี 150 บอกให้สรรเสริญพระเจ้าด้วยเสียงแตร เสียงพิณ เสียงปี่ เสียงฉิ่ง และเครื่องสาย พร้อมกับให้ทุกสิ่งที่หายใจสรรเสริญพระองค์

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ไม่ว่าข้าพระองค์ทั้งหลายจะสงบปากหรือพูดเสียงดัง ไม่ว่าข้าพระองค์จะอธิษฐานในใจหรือพูดออกมา ขอให้การสรรเสริญและขอบพระคุณของข้าพระองค์ทั้งหลายเป็นที่พอพระทัยของพระองค์ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แคโรล เพิร์ฟส์ (คุมบรีอา อังกฤษ)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนที่เห็นว่าการอธิษฐานเป็นเรื่องยาก

**พระเยซูตรัสว่า “ผู้ที่วางใจในเราจะกระทำกิจการซึ่งเราได้กระทำนั้นด้วย”**

**(ยอห์น 14:12)**

เมื่อเร็วๆ นี้ มีคนจำนวนหนึ่งพูดเรื่องที่ผมกับภรรยาเดินจูมมือกัน นายธนากรของเราพูดว่า “คุณสองคนนี่ ดูนะ” ครั้งหนึ่งขณะที่เรากำลังเดินอยู่ในหมู่บ้าน มีคนหนึ่งขับรถมาข้างๆ แล้วบอกว่าเห็นเราสองคนเดินควบกันแล้วช่างหวานชื่นจังเลย ภายหลังภรรยาถามความเห็นของผมว่า “ขนาดที่เราสองคนอายุหกสิบกว่าปียังไงแล้วเดินจูมมือกัน จะดูหวานชื่นอย่างนั้นเชียหรือ”

เราหวังว่าการแสดงความความรักเล็กๆ น้อยของเราเป็นการส่งสัญญาณให้ทุกคนรู้และเข้าใจได้ นอกจากคำพูดที่บอกว่าเรารักกันมานาน 43 ปีแล้ว เรายังรักอยู่ การจับมือกันก็บอกด้วยว่าเรายังมีใจเดียวกันและเป็นของกันและกันอีกด้วย

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

วันนี้ข้าพเจ้าจะสะท้อนความรัก  
ของพระเยซูคริสต์ด้วยคำพูด  
และการกระทำของข้าพเจ้า

เมื่อคิดถึงความสัมพันธ์ของผมกับพระเยซูคริสต์แล้ว ผมนึกสงสัยว่า คนอื่นจะเห็นว่าผมรักพระองค์และเป็นของพระองค์หรือไม่หนอ การแสดงออกของผมต่อคนบาปเจ้าและประสบการณ์ที่ผ่านมาของผมเป็นการประกาศให้รู้ว่าผมรักพระเยซูคริสต์ไหมหนอ

เราสามารถแสดงตนว่าเป็นคนของพระเยซูได้ ถ้าเราสะท้อนให้เห็นว่าเราเป็นหนึ่งเดียวกันกับพระองค์ได้ด้วยการแสดงอิริยาบถในทุกอย่าง ถ้าเราทำตามที่เราคิดว่าพระเยซูน่าจะมาแล้ว คนอื่นจะเห็นว่าเราเป็นของพระองค์ และถ้าเราดำเนินชีวิตไปกับพระเยซูคริสต์ก็จะมีอะไรทำให้เราขาดจากความรักของพระองค์ได้ (ดูโรม 8:38-39)

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าที่รัก โปรดดั่งข้าพระองค์ทั้งหลายให้อยู่ใกล้ชิดพระองค์ เพื่อจะได้แสดงความรักของพระองค์ต่อผู้อื่นได้มากขึ้น ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ชาร์ลส์ ฮัฟฟ์ (อิลลินอยส์)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน คู่ชีวิต

# อวยออมแพ้

## วันศุกร์ อ่าน สดุดี 121:1-6

**“ข้าพเจ้าเฝ้าดูภูเขา ความอุปถัมภ์ของข้าพเจ้ามาจากไหน  
ความอุปถัมภ์ของข้าพเจ้ามาจากพระเจ้า ผู้ทรงสร้างฟ้าสวรรค์  
และแผ่นดินโลก” (สดุดี 121:1-2)**

เพราะสามีของดิฉันไปทำงานที่เมืองอื่น ดิฉันต้องรับผิดชอบดูแลลูกชายสองคนที่เป็นวัยรุ่นและแม่สามีวัยชรา บางครั้งชีวิตของดิฉันเครียดหนัก เมื่อพยายามทำทุกสิ่งด้วยตนเอง

ตอนเช้าวันอาทิตย์เมื่อไม่นานนี้ ขณะที่กำลังขับรถพาครอบครัวไปนมัสการ ดิฉันต้องไปถึงคริสตจักรก่อนเริ่มนมัสการอย่างน้อยสิบนาทีก่อน เพราะต้องซ้อมร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้าตอนเริ่มการนมัสการ ขับรถไปได้ครึ่งทางรถเกิดยางแบน และไม่มีเวลาเปลี่ยนใหม่ มีทางเลือกอย่างเดียวคือจอดรถไว้ตรงนั้น และพยายามติดต่อกับทีมที่จัดนมัสการคนหนึ่ง เพื่อแจ้งให้ทราบว่าจะไปไม่ทันเวลา

ขณะดิฉันกับครอบครัวยืนอยู่ตรงนั้น มีรถยนต์คันหนึ่งวิ่งมาจอดข้างๆ ที่น่าแปลกใจมากก็คือ เป็นรถของสมาชิกคริสตจักรของเราที่ขับผ่านมาคนเดียว เราทุกคนจึงขึ้นรถไปด้วยและมาถึงโบสถ์ก่อนเวลา ขณะที่ร้องเพลงสรรเสริญพระเจ้าอยู่ดิฉันรู้สึกโมทนาพระคุณพระเจ้าที่ทรงรำลึกถึงความจำเป็นของเรา

เมื่อเกิดมีสถานการณ์เลวร้าย ทำให้เราเข้าตาจนและเกือบจะยอมแพ้ แต่พระเจ้ายังทรงทำงานอยู่ พระองค์ทรงรู้ความจำเป็นของเราดีและทรงตอบคำอธิษฐานขอความช่วยเหลือของเรา

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดา ขอบพระคุณสำหรับความรักไม่สิ้นสุดของพระองค์ เวลาที่ข้าพระองค์โศกเศร้าและอ่อนแอ โปรดหนุนใจข้าพระองค์ให้ฟื้นขึ้นขึ้น อธิษฐานในพระนามของพระเยซูคริสต์ อาเมน

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
พระเจ้าทรงช่วยให้เรา  
ประหลาดใจเสมอ

ซาฮานา มาเจียส (บังกาลอร์ อินเดีย)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** พ่อแม่ที่อยู่คนเดียว

## โอกาสเป็นไปได้

วันเสาร์ อ่าน ยากอบ 1:22-27

**เมื่อเรามีโอกาส ให้เราทำดีต่อคนทั้งปวง และเฉพาะอย่างยิ่ง  
ต่อครอบครัวที่มีความเชื่อ (กาลาเทีย 6:10)**

ตอนเช้าวันเสาร์มีเสียงโทรศัพท์ดังขึ้น และได้ยินเสียงที่คุ้นหูว่า “ช่วยมา  
ชุดดินในสวนให้หน่อยได้ไหม” เป็นเสียงของเวอร์นา หญิงหม้ายอายุ 90 ปี  
ผมทำงานเป็นบางเวลา แต่ก็ม้งานพิเศษให้ทำอยู่เต็มมือ จึงต้องใช้เวลาคิดถึง  
คำขอร้องของเธอสักครู่ เพราะวิตกว่าทักษะการชุดดินของผมสู้ไม่ดีเท่าไรนัก  
ดูเหมือนเวอร์นาจะเชื่อฝีมือของผมมากกว่าผมเสียอีก ในที่สุดผมก็ตอบไปว่า  
“แน่นอนครับ ผมจะไปเดี๋ยวนี้เลย” หลังจากผมใช้เวลาชุดดินตลอดเช้า เธอชม

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
มีภารกิจเล็กน้อยใด  
ที่เปิดโอกาสให้ได้รับใช้พระเจ้าบ้าง

ว่าผมทำได้ดีมาก จึงเลี้ยงอาหาร  
กลางวัน ที่แสนอร่อย และจ่ายค่าจ้าง  
ให้ผมด้วย

ผมคิดถึงยากอบ 1:27 ที่สอน  
ให้ดูแลคนชรา และข้อพระคัมภีร์ที่อ้างถึงข้างบนนี้เตือนเราให้ทำดีเมื่อมีโอกาส  
ทั้งสองข้อนี้หนุนใจเราให้ช่วยเหลือทุกคน ที่จำเป็นต้องพึ่งผู้อื่น ถ้าผมตอบปฏิเสธไป  
ก็จะพลาดโอกาสทำตามคำสอนของพระคัมภีร์ข้อดังกล่าว และยังจะพลาดโอกาส  
ได้ทำความดี ได้รับประทานอาหารเต็มอิ่ม และร่วมสามัคคีธรรมกับเวอร์นา  
เพื่อนรักของผม

ดังนั้น ถ้ามีใครขอให้เราช่วยทำงานที่ดูน่าเบื่อหน่าย ก็ขอให้รำลึกถึงข้อ  
พระคัมภีร์ที่อ่านวันนี้ และฉวยโอกาสทำตามที่พระเจ้าทรงเรียกให้รับใช้ผู้อื่น  
เราอาจจะได้รับพระพรด้วยวิธีที่แปลกใหม่

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าที่รัก ขอบพระคุณสำหรับโอกาสที่ได้รับใช้ผู้อื่น ขอให้  
ข้าพระองค์ทั้งหลายทำความดีโดยไม่เบื่อหน่าย อธิษฐานในพระนามพระเยซูคริสต์  
อาเมน

ดอน เวเบอร์ (นอร์ธ ดาโกตา)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน พ่อหม้ายและแม่หม้าย

# วันอาทิตย์ที่ 4 ในเทศกาลมหาพรต

วันอาทิตย์ อ่าน สดุดี 46:1-10

11 มี.ค  
2018

## จงนิ่งเสีย และรู้เถาะว่า เราคือพระเจ้า (สดุดี 46:10)

ภายใน 10 เดือน มี 11 คนเสียชีวิต ในจำนวนนี้มีคนในครอบครัว เพื่อนสนิท และเพื่อนร่วมงานคนหนึ่ง ลูกพี่ลูกน้องของดิฉันคนหนึ่งอายุ 14 ปีเสียชีวิต ขณะเดินข้ามถนนตอนกลางคืน และหลานสาวอายุ 23 ปีที่เพิ่งหายจากเป็น มะเร็งเม็ดเลือดขาวก็เสียชีวิตโดยไม่รู้สาเหตุ ดิฉันรู้สึกปวดใจขณะที่ไปเยี่ยมพ่อแม่ของบรรดาผู้เสียชีวิตเหล่านั้นทั้งๆ ที่ตนเองก็มีความโศกเศร้าด้วย

ดิฉันจะมีความสุขท่ามกลางความสูญเสียและเดือดร้อนเช่นนี้ได้อย่างไรกัน คำถามนี้ผุดขึ้นในใจบ่อยครั้ง ขณะค้นหาคำปลอบใจดิฉันอ่านสดุดี 46:10 ครึ่งแล้วครึ่งเล่า เมื่ออ่านต่อไปเรื่อยๆ ก็รู้ความจริงว่าความหวังของดิฉันไม่ได้อยู่ในโลกนี้ แต่อยู่ในพระเจ้าและพระสัญญาของพระองค์ ยิ่งอ่านดิฉันก็ยิ่งได้รับ กำลังใจจึงยอมให้พระเจ้าเป็นที่ลี้ภัย เป็นความเข้มแข็ง และเป็นพระเจ้าผู้ช่วยของ ดิฉันในเวลาที่เราประสบปัญหา

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

พระเจ้าทรงเป็นบ่อเกิดแห่งสันติสุข  
ของข้าพเจ้าในยามเดือดร้อน

เมื่อพระเยซูคริสต์พร้อมที่จะลา  
จากสาวกของพระองค์ไป ทรงบอก  
พวกเขาให้มีใจกล้า เพราะพระองค์

กำลังจะไปเตรียมที่ไว้ให้และทรงมอบสันติสุขแก่พวกเขา เป็นสันติสุขไม่เหมือนที่  
โลกให้ เมื่อเราเข้าเฝ้าพระเจ้าโดยการวิงวอนและขอบพระคุณ พระองค์ทรง  
สัญญาว่าจะประทานสันติสุขที่เหนือความเข้าใจแก่เรา (ดู ฟิลิปปี 4:7) สันติสุขที่  
ลึกล้ำเหลือกำหนด ของพระเจ้าจะอยู่กับเราในยามเดือดร้อนและโศกเศร้าเสียใจ

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดาเจ้า ขอบพระคุณที่ทรงเป็นที่ลี้ภัยและทรงเป็นกำลัง  
ระหว่างที่ข้าพระองค์เดือดร้อนใจ ทูลอธิษฐานในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

โจดี ซี. ซาบาสกี (เท็กซ์)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนเป็นมะเร็งเม็ดเลือดขาว

12 มี.ค  
2018

## ต้อนรับคนแปลกหน้า

วันจันทร์ อ่าน มัทธิว 25:31-40

**เพราะว่าเมื่อเราหิว ท่านทั้งหลายก็ได้จัดหาให้เรากิน เรากระหายน้ำ  
ท่านก็ให้เราดื่ม เราเป็นแขกแปลกหน้า ท่านก็ได้ต้อนรับเราไว้  
(มัทธิว 25:35)**

ระหว่างสงครามโลกครั้งที่สอง ประชาชนในสหรัฐอเมริกาขาดอาหารและที่อยู่อาศัย อันเป็นปัจจัยสำคัญสำหรับชีวิต เหมือนที่หลายคนกำลังประสบอยู่ในปัจจุบัน ปี 1944 ภาคใต้ของรัฐหลุยเซียนาเป็นฤดูหนาวมีฝนตก ผมเห็นชายคนหนึ่งเดินข้ามสนามหลังบ้านที่อยู่ถัดจากบ้านของเรา เขาคนนั้นผมเผ้ายุ่งเหยิง เข้ามายืนใกล้ประตูหลังบ้านของเรา ในมือถืออะไรบางอย่างมาด้วย ผมจึงวิ่งไปบอกคุณยายที่กำลังทำอาหารอยู่ในครัว พอท่านเปิดประตูออกไปเราก็เห็นว่าชายคนนั้นถือเนื้อมดกก้อนใหญ่อยู่ในมือ เขามองมาที่เราด้วยสายตาน่าสงสาร ชนิดที่ผมลืมไม่ลง และพูดว่า “คุณนายช่วยปรุงเนื้อมดนี้ให้หน่อยได้ไหมครับ”

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

ต่อไปถ้าเห็นคนที่มีความจำเป็น  
ข้าพเจ้าจะรับใช้พระคริสต์  
ด้วยการให้ความช่วยเหลือเขา

คุณยายของผมตอบว่า “ข้างนอกหนาว เชิญเข้ามาในบ้านก่อนฉันจะทำให้” ขณะที่ผมดูคุณยายปรุงเนื้อมู ท่านแบ่งอาหารมูเย็นจากครัวของเราเพิ่มให้อีก และยกไปให้เขารับประทานที่โต๊ะอาหาร ขณะที่เขากำลังรับประทานอาหารร้อนๆ อยู่ นั่น เราเอาเสื้อคลุมของเขาไปผึ่งให้แห้งที่เตาแก๊สเล็กๆ ไม่นานเขาก็จากไป ถ้าเราพร้อมจะช่วยแก้ไขความจำเป็นของผู้อื่นแล้ว เราแต่ละคนได้เตรียมตัวต้อนรับคนแปลกหน้าที่ประตูบ้านเหมือนเขาเป็นพระเยซูคริสต์

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอให้ข้าพระองค์ทั้งหลายเปิดตาเปิดใจและเปิดประตูบ้านต้อนรับผู้อื่นด้วยความสงสาร อธิษฐานในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ชาร์ลส์ อี. เชีย (เท็กซัส)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนไร้บ้าน



# ใจกว้างอย่างคาดไม่ถึง

## วันอังคาร อ่าน สดุดี 139:1-6

13 มี.ค  
2018

**พระเจ้าทอดพระเนตรไม่เหมือนกับที่มนุษย์ดู มนุษย์ดูที่รูปร่างภายนอก  
แต่พระเจ้าทอดพระเนตรจิตใจ (1 ซามูเอล 16:7)**

ตอนบ่ายวันอาทิตย์ครั้งหนึ่ง ขณะที่ดิฉันกับสามีกำลังรออยู่ในห้องประชุมของคริสตจักร มีชายคนหนึ่งซึ่งรู้เรื่องพันธกิจให้ความช่วยเหลือคนที่ไร้บ้านของคริสตจักรดี เข้ามาขอค่าเงินเป็นค่ารถโดยสาร เราให้เขาไปห้าดอลลาร์ พอได้รับแล้วเขาก็จากไป สองสามนาที่ต่อมาก็มีอีกคนหนึ่งเข้ามาหา เราคิดว่าคงเป็นอีกคนหนึ่งที่มาขอเงิน แต่ก็ต้องแปลกใจ เพราะเขากลับยื่นธนบัตรห้าดอลลาร์มาให้และพูดว่าเขาต้องการบริจาคให้คริสตจักรของเรา ทำให้ทัศนคติของเราเรื่องคนไร้บ้านเปลี่ยนจากหน้ามือเป็นหลังมือในทันที เราประหลาดใจจากที่ผู้ชายคนนี้ด้วยท่าที่เหมือนจะมีใจไม่กว้างเท่าไรนัก

1 ซามูเอล 16 บอกว่า พระเจ้าทรงใช้ผู้เผยพระวจนะซามูเอลไปเจิมบุตรชายของเจสซันคนหนึ่งให้เป็นกษัตริย์ ขณะที่ลูกชายคนโตของเจสซีเจ็ดคนเข้ามายืนอยู่ตรงหน้าซามูเอล ผู้เผยพระวจนะแน่ใจว่าจะเจิมคนหนึ่งในเจ็ดคนนี้ให้เป็นกษัตริย์ก็ได้ แต่ในพระคัมภีร์ที่อ่านวันนี้พระเจ้าทรงเตือนท่านว่า พระเจ้าทรงทอดพระเนตรที่จิตใจมิใช่ที่รูปร่างภายนอก ในที่สุดดาวิดบุตรคนสุดท้ายของเจสซีก็ได้รับเจิมด้วยพระพรของพระเจ้า

เงินบริจาคห้าดอลลาร์นั้นช่วยดิฉันให้มองเลยลักษณะท่าทีที่มองเห็นไปที่การกระทำซึ่งเผยให้เห็นจิตใจของบุคคล รูปร่างหน้าตาหรือความผิดพลาดของเราจะเป็นอย่างไรไม่สำคัญ เพราะพระเจ้าทรงรักเราและทรงเผยเราให้รู้ว่าจะรักผู้อื่นได้อย่างไร

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอบคุณพระองค์ที่ทรงรู้จักข้าพระองค์ทั้งหลายทะลุปรุโปร่งแต่ยังทรงรักอยู่ โปรดช่วยให้ข้าพระองค์ยอมรับผู้อื่นและดูพวกเขาเหมือนที่พระองค์ทรงทอดพระเนตร ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

มาร์กาเรต แอนน์ มาร์ติน (แคปิตอล เทอร์ริทอรี ออสเตเรีย)  
**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ให้คุณอื่นเหมือนที่พระเจ้าทรงทอดพระเนตรพวกเขา

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
พระเจ้าทรงรักข้าพเจ้า  
ทั้งๆ ที่มีความผิดทุกประการ

14 มี.ค  
2018

## ลดภาระให้เบาลง วันพุธ อ่าน มัทธิว 11:28-30

**จงลดความกระวนกระวายของท่านไว้กับพระองค์ เพราะว่าพระองค์  
ทรงห่วงใยท่านทั้งหลาย (1 เปโตร 5:7)**

เมื่อหลายปีก่อน ผมตัดสินใจดำเนินชีวิตให้ถูกสุขลักษณะขึ้น หลังจาก  
รับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์และออกกำลังกายน้ำหนักตัวลดลง 50 ปอนด์  
นอนหลับดีขึ้น หัวเข่าและเท้าหายปวด ไขมันก็ลดลง แต่ผมไม่รู้ว่าจะแตกต่างกันมาก  
แค่ไหนจนกระทั่งผมสละพายเรือออกเดินทางท่องเที่ยว ใน 3 วันผมแบกเป้หนัก 50  
ปอนด์เดินไปไกล 18 ไมล์ ระหว่างเดินอยู่นั้นผมรู้สึกถึงที่ตนเองแบกน้ำหนักมาก  
อย่างนั้นเดินทางทุกวันอยู่หลายปี

พวกเราหลายคนกำลังแบกน้ำหนักความผิดบาปและกรรมชั่ว เหมือนที่ผม  
แบกน้ำหนักร่างกายที่หนักอึ้ง ความสัมพันธ์ที่แตกแยกทำให้เราหนักใจ น้ำหนัก

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

การฝึกบาเพญพรตช่วยข้าพเจ้า  
ให้มีชีวิตเป็นอิสระในพระคริสต์

ที่เราต้องแบกนี้ค่อยๆ เพิ่มขึ้นโดยไม่รู้ตัว  
ว่ามีผลร้ายต่อเราแค่ไหน พระเจ้ามิได้ทรง  
ออกแบบเราไว้ให้แบกภาระเช่นนี้  
เทศกาลมหาพรตเปิดทางให้เราลดภาระ  
ดังกล่าวให้เบาลง ใน 40 วันนี้ ถ้าเรา

พิจารณาตนเองอย่างใกล้ชิดแล้วจะเห็นว่าหนักที่จำเป็นต้องลดลง ข้อพระคัมภีร์ที่  
อ่านวันนี้บอกให้เรามอบความทุกข์ใจให้พระเจ้าทรงช่วยบำบัดรักษา การอธิษฐาน  
จะปลดปล่อยสิ่งที่เรากำลังแบกอยู่ลง แล้วเราจะพบอิสราภาพที่พระเยซูคริสต์นำมา  
ให้แก่เรา

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าที่รักยิ่ง โปรดช่วยข้าพระองค์ทั้งหลายให้ปล่อยวางภาระ  
ต่างๆ ไว้กับพระองค์ เพื่อชีวิตของข้าพระองค์จะพบความยินดี ในพระนาม  
พระเยซูคริสต์ อาเมน

เควิน แอล. โธมัส (อะลาบามา)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เพื่อให้เราปล่อยวางภาระหนักระหว่างเทศกาลมหาพรต

# แม่น้ำแห่งชีวิต

วันพฤหัสบดี อ่าน สดุดี 1:1-6

15 มี.ค

2018

**“คนที่วางใจในพระเจ้า...เป็นเหมือนต้นไม้ที่ปลูกไว้ริมน้ำ ซึ่งหยั่งรากของมันออกไปข้างลำน้ำ เมื่อแดดส่องมาถึงก็ไม่กลัว เพราะใบของมันคงเขียวอยู่เสมอ และไม่กระวนกระวายในที่ที่แห้งแล้ง” (เยเรมีย์ 17:7-8)**

ก่อนที่ดิฉันเกิดมาดูโลก คุณตาท่านซื้อกระท่อมริมทะเลสาบหลังหนึ่งในชนบทที่มีถนนดินล้อมรอบ ดิฉันชอบไปเดินเล่นที่นั่น ปัจจุบันถนนนั้นปูนซีเมนต์เรียบร้อยแล้ว แต่ก็ยังรู้สึกสงบเงียบ อยู่กับธรรมชาติ และอยู่ใกล้พระเจ้า ถนนนั้นเลียบบไปตามลำธารที่เกิดจากน้ำที่พุขึ้นจากใต้ดิน แม้ในเดือนกรกฎาคมที่ร้อนอบอ้าว บริเวณนั้นยังร่มรื่นและเย็นสบาย เพราะมีต้นไม้ใหญ่เรียงรายอยู่ตามชายฝั่ง เป็นต้นไม้เก่าแก่ ใหญ่โตและมันคงผิดปกติ เนื่องจากมีน้ำหล่อเลี้ยงอยู่ไม่ขาดสาย ต้นไม้ขนาดยักษ์เหล่านี้หยั่งรากลงไปใต้น้ำเหมือนมือที่กางออก

เมื่อใดที่อ่านข้อพระคัมภีร์ข้างบนนี้ ดิฉันจะเห็นภาพต้นไม้สูงใหญ่และเขียวขจีเหล่านี้เรียงรายอยู่ริมลำธาร พระคัมภีร์เตือนดิฉันว่าการเติบโตฝ่ายวิญญาณเกิดขึ้นเพราะได้รับน้ำแห่งชีวิตจากพระเจ้า และการประทับอยู่ด้วยของพระองค์ พระเยซูคริสต์ว่า “ผู้ที่ดื่มน้ำซึ่งเราจะให้แก่เขา นั้น จะไม่กระหายอีกเลย” (ยอห์น 4:14)

การใช้เวลากับพระเจ้าทำให้จิตวิญญาณของเราจะขึ้นบาน เมื่อเราเข้าเฝ้าพระเจ้าโดยการศึกษาพระคัมภีร์และอธิษฐาน เราจะได้รับน้ำ

แห่งชีวิต การซบตัวลงในพระวอนของพระเจ้าแต่ละวันทำให้ชีวิตจิตวิญญาณของเราตื่นเต้น ขึ้นบานและแข็งแรง แม้ในฤดูแล้ง

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า โปรดให้ชีวิตของข้าพระองค์ทั้งหลายสดชื่นขึ้นด้วยสายน้ำแห่งชีวิต เพื่อให้ข้าพระองค์แข็งแรงและเกิดผล แม้ระหว่างที่ข้าพระองค์เดือดร้อนในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

เมย์ แพตเตอร์สัน (อะลาบามา)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ผู้ที่ขาดน้ำสะอาดดื่ม

## หาไม่เจอ

วันศุกร์ อ่าน 2 ทิโมธี 3:14-47

**ขอเปิดตาข้าพระองค์ เพื่อข้าพระองค์จะเห็นสิ่งมหัศจรรย์  
จากพระธรรมของพระองค์...ขออย่าทรงซ่อนพระบัญญัติของพระองค์  
จากข้าพระองค์เสีย (สดุดี 119:18-19)**

ดิฉันพยายามนึกว่าตนเองวางพวงกุญแจไว้ที่ไหน และวิ่งเข้าวิ่งออกห้อง  
โน้นห้องนั้นเพื่อหาว่าอยู่ที่ไหน ดิฉันตรวจดูในกระเป๋าเสื้อคลุม บนโต๊ะใน  
ห้องครัว และที่โต๊ะเล็กข้างโทรศัพท์ แม้ดิฉันไม่อยากใช้เวลาอย่างมากอย่างนั้นแต่ก็  
จำเป็น คำถามของลูกสาวที่เป็นวัยรุ่นทำให้ดิฉันได้คิด เธอถามว่า **“เมื่ออธิษฐาน  
เรื่องการหาพวงกุญแจแล้วหรือยังคะ”** ดิฉันไม่ได้อธิษฐานจริงๆ นั่นแหละ ดิฉันจึง  
นั่งลงที่บันได کمکีร์และทูลขอความช่วยเหลือจากพระเจ้า เมื่อลืมตาและเงย

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
ข้าพเจ้าจะอธิษฐานขอให้เข้าใจ  
พระวจนะของพระเจ้ามากขึ้น

หน้าขึ้นก็เห็นพวงกุญแจแขวนอยู่ข้าง  
ประตู ตอนที่กำลังมองหามันดิฉันเดิน  
ผ่านประตูหลายครั้งหลายหน แต่มองไม่  
เห็นทั้งที่มันแขวนอยู่โทโท

บางครั้งเราอ่านพระคัมภีร์แต่ไม่เห็นความหมาย ตอนที่พระเยซูทรง  
ปรากฏแก่พวกสาวกหลังจากทรงคืนพระชนม์แล้ว และทรงเตือนพวกเขาให้คิดถึง  
สิ่งที่พระองค์ทรงสอนก่อนหน้านี้แล้ว และ **“ทรงบันดาลให้ใจเขาทั้งหลายเกิด  
ความสว่างขึ้น เพื่อจะได้เข้าใจพระคัมภีร์”** (ลูกา 24:45) ถ้าสาวกผู้ร่วมทางไป  
กับพระเยซูยังต้องให้พระองค์ทรงช่วยจึงสามารถเข้าใจพระคัมภีร์ จึงไม่  
ประหลาดที่เราจำเป็นต้องทูลขอความช่วยเหลือด้วยการอธิษฐาน ทุกครั้งที่เรา  
ใช้เวลาอ่านพระคัมภีร์ เราสามารถทูลขอพระวิญญูญาณบริสุทธิ์ให้ทรงเปิดตาและ  
ชี้ให้เรามองเห็นความจริงใหม่ๆ ที่เกิดขึ้น

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดา โปรดช่วยข้าพระองค์ทั้งหลายให้ใช้เวลาฟังการทรงนำ  
ของพระองค์ เพื่อจะได้เข้าใจสิ่งที่อ่านพบในพระคัมภีร์ อธิษฐานในพระนาม  
พระเยซูคริสต์ อาเมน

แพท เกอร์บรันดต์ (แมนิโทบา แคนาดา)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** วัยรุ่น

วันเสาร์ อ่าน โรม 5:1-8

**“ความหวังใจมิได้ทำให้เกิดความเสียใจเพราะผิดหวัง เพราะเหตุว่าความรักของพระเจ้าได้หลังเข้าสู่จิตใจของเรา โดยทางพระวิญญาณบริสุทธิ์ ซึ่งพระองค์ได้ประทานให้แก่เราแล้ว” (โรม 5:5)**

ผมไปพูดในการประชุมของผู้นำเรื่องการทำธุรกิจและการจัดการอย่างเป็นระบบ โดยอาร์มภทด้วยคำถามต่อผู้เข้าร่วมประชุม เพื่อจุดประกายในการสนทนาว่า ถ้าพวกท่านกำลังจะไปอยู่ที่เกาะร้างตามลำพังผู้เดียว ท่านจะเลือกเอาอะไรติดตัวไปด้วยและทำไมถึงทำเช่นนั้น

ผมขอตอบที่ได้ยินผู้เข้าประชุม ที่มีเหตุผลและเบื้องหลังน่าประทับใจหลายอย่างเช่น ไมโครเวฟ รูปของครอบครัว เครื่องคอมพิวเตอร์ พระคัมภีร์ไม้ขีด ชุดชั้นใน ปากกา และอื่นๆ อีกหลายอย่าง สิ่งสำคัญไม่ได้อยู่ที่ว่าพวกเขาจะนำเอาอะไรไปด้วย แต่อยู่ที่ความหวังของแต่ละคน ถึงของบางอย่างดูเหมือนไม่มีประโยชน์เมื่ออยู่บนเกาะร้าง แต่ก็ช่วยให้มีกำลังใจให้มองไปข้างหน้า

แม้ของบางอย่างจะช่วยปลอบใจ แต่ความหวังสูงสุดอยู่ในพระเยซูคริสต์ ผู้ประทานความหวังให้เรามีความอดทนต่อสถานการณ์ที่ยากลำบาก เช่น การหย่าร้าง ความเจ็บป่วย ตกงาน หรือสิ่งต่างๆ สุดแท้แต่ว่าเกาะร้างในชีวิตของเราจะเป็นอะไร ข้อพระคัมภีร์ที่คิดมาให้อ่านวันนี้ทำให้มั่นใจได้ว่า เราจะมีกำลังใจขึ้นถ้าฝังใจในความรักพระเจ้าผู้ทรงสถิตกับเราโดยผ่านทางพระวิญญาณบริสุทธิ์

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

พระเจ้าประทานความเข้มแข็งให้ข้าพเจ้าสามารถสู้การทดลองได้

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระองค์ทรงเป็นความหวังของข้าพระองค์ทั้งหลายในทุกสถานการณ์ แม้เมื่อข้าพระองค์รู้สึกเหมือนติดอยู่ในเกาะร้างก็สามารถ

เชื่อวางใจในพระองค์ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ทอดด์ ดีทริก (วิสคอนซิน)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนที่รู้สึกว่าคุณทอติ่ง

18 มี.ค  
2018

## วันอาทิตย์ที่ 5 ในเทศกาลมหาพรต

วันอาทิตย์ อ่าน มาระโก 15:22-32

**เพราะว่าพระเจ้าทรงรักโลก จนได้ทรงประทานพระบุตรองค์เดียว  
ของพระองค์ เพื่อทุกคนที่วางใจในพระบุตรนั้นจะไม่พินาศ  
แต่มีชีวิตนิรันดร์ (ยอห์น 3:16)**

ตอนเป็นเด็กดิฉันชอบไปเยี่ยมยายทวดที่เมืองเล็กๆ แห่งหนึ่งในเพนซิลเวเนีย  
ยายทวดหนูใจดีฉันให้เดินเข้าไปในเมือง แต่ดิฉันกลัวว่าจะหาทางกลับบ้านไม่ถูก

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

พระคริสต์รอข้าพเจ้า  
อยู่ด้วยความรักยิ่งใหญ่

แต่ท่านบอกว่าถ้าดิฉันไปยืนหน้าประตูใหญ่ของ  
ห้างสรรพสินค้า แล้วให้มองขึ้นไปบนเนินเขาก็จะ  
เห็นบ้านของท่าน และท่านจะรออยู่ที่นั่น  
หลังจากนั้นแล้วดิฉันไม่เคยกลัวหลงทางอีกเลย

หลายปีต่อมา ดิฉันกลับไปหมู่บ้านเล็กๆ  
ของท่านอีก ตอนนั้นคุณยายทวดเสียชีวิตไปนานแล้ว เราไปหยุดยืนอยู่หน้าห้าง  
และมองขึ้นไปบนเนินเขาเพื่อรำลึกถึงสตรีผู้มีความรัก ความเมตตา และน่าอัศจรรย์  
ที่ท่านเคยรอดิฉันอยู่บนนั้น

เราอยู่ในเทศกาลมหาพรต ระหว่างเดินทางไปข้างหน้า ให้เราเริ่มมองไปที่  
เนินเขาอีกลูกหนึ่งที่ชื่อกลโกธา และรำลึกถึงพระเยซูตอนที่ทรงเลี้ยงอาหารมื้อ  
สุดท้าย ทรงถูกทดลอง และถูกตรึงบนกางเขน มีวันอาทิตย์อีสเตอร์รออยู่ข้างหน้า  
ถ้าดิฉันหลงทาง สับสน หรือหวาดกลัว ดิฉันจะมองไปที่เนินเขาโดยรู้ว่าจะพบความ  
รอดอยู่บนนั้น พระคริสต์ทรงรักเรามากจนทรงยอมทนทุกข์ทรมานและ  
สิ้นพระชนม์บนเนินเขากลโกธา พระคริสต์กำลังรอเราอยู่และพร้อมต้อนรับเรา  
ทุกคน เหมือนที่ยายทวดรอดิฉันอยู่ที่บ้านของท่านบนเนินที่เพนซิลเวเนีย

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าที่รักยิ่ง โปรดเตือนข้าพระองค์ทั้งหลายให้มองไปที่เนินเขา  
เพื่อจะได้พบความรอดของพระองค์รออยู่ที่นั่น และขอให้ข้าพระองค์หีบยูน  
ความรักของพระองค์แก่ผู้อื่น และนำพวกเขามาหาพระองค์ ในนามพระเยซูคริสต์  
อาเมน

เกรซ เอ. เอปเปอร์สัน (มิชแกน)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน ยายทวดและย่าทวด

## อย่ากล่าวร้าย วันจันทร์ อ่าน ยากอบ 3:3-12

มีบางคนที่คำพูดพล่อยๆ ของเขาเหมือนดาบแทง แต่ลิ้นของปราชญ์  
นำการรักษามาให้ (สุภาษิต 12:18)

ดิฉันรู้ดีว่าการนินทาว่าร้ายคนอื่นเป็นความบาปอย่างหนึ่ง แต่ก็ยังติดนิสัย เช่นนี้อยู่ไม่รู้หาย และถึงกับตำหนิผู้อื่นต่างๆ ที่เป็นคนผิดของดิฉันเอง ถ้าเพื่อนร่วมงานคนนั้นทำเป็นทองไม่รู้ร้อนเท่าไรนัก ดิฉันจะไม่ไว้วางใจของเธอให้ผู้อื่นฟัง แต่ถ้าเพื่อนบ้านจะพาสุนัขที่กำลังเห่าเข้ามา ดิฉันจะพูดให้เพื่อนบ้านอีกคนหนึ่ง ฟังเรื่องที่เธอคนนั้นไม่รู้จักรังไรใคร ความจริงมีอยู่ว่า ที่ดิฉันเลิกกล่าวร้ายผู้อื่น ก็เพราะง่ายกว่าที่จะพูดด้วยความรักและสงสาร

ทิตัส 3:2 บอกว่า “อย่าให้เขาว่าร้ายผู้ใด” และ “ให้แสดงอภัยแก่คนอันติงามแก่ทุกคน” นั่นละ การรักเพื่อนนั้นง่ายดีถ้าเขาเป็นคนดีมีเมตตา ให้ความเอาใจใส่ดูแล และเข้ากับเราได้ง่าย แต่ถ้าเป็นคนไม่ชอบรักใคร ชอบแต่ให้ผู้อื่นรัก ตนมากกว่า บางทีมีเพื่อนร่วมงานชอบมารบกวนดิฉันเพราะตกอยู่ในสถานการณ์ลำบาก หรือเพื่อนบ้านที่มีสุนัขชอบเห่าหอน บางคนต้องออกหางานทำเพิ่มเพราะมีปัญหาด้านการเงิน พระเจ้าทรงบัญชาให้เรารักและไม่กล่าวร้ายป้ายสีเขา ขอคุณพระเจ้าที่ทรงรู้ว่า เราไม่ใช่คนดีพร้อมทุกอย่าง และทรงให้อภัยเมื่อเราพูดจาไม่น่ารักกับผู้อื่น ทั้งหมดที่เราทำควรทำ คือให้พยายามต่อไป และอธิษฐานขอให้เราเป็นคนพูดจาน่ารักและพูดถึงเรื่องของคนอื่นแต่ในแง่ดี

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอให้ข้าพระองค์ทั้งหลายพูดกับผู้อื่นด้วยความกรุณา และให้ข้าพระองค์รำลึกว่า พระองค์ทรงรักข้าพระองค์มากแค่ไหน ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

เอเฟรล โรว์แลนด์ (มิสซูรี)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน เพื่อนบ้านที่กำลังพยายามทำตัวให้เข้ากับเรา

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

“จงเมตตาต่อกัน มีใจเอ็นดูต่อกัน และอภัยโทษให้กัน” (เอเฟซัส 4:32)

20 มี.ค  
2018

## พระเจ้าทรงเดินกับเรา

วันอังคาร อ่าน อพยพ 13:17-22

**ถ้าพระเจ้าทรงนำอย่างเท้าของมนุษย์คนใด และคนนั้นพอใจ**

**ในมรรคาของพระองค์ (สดุดี 37:23)**

หลายปีมาแล้ว ผมร่วมเดินทางไปแสวงบุญที่แผ่นดินศักดิ์สิทธิ์ ตอนไปเยี่ยมชมเมืองเปตราในประเทศจอร์แดน ผมมีโอกาสดูเดินเคียงคู่กับผู้นำเที่ยว ซึ่งเป็นคนเร่ร่อนเลี้ยงสัตว์ชาวเบดูอิน ระหว่างที่เดินไปด้วยกันผมถามว่าเขาเคยเดินทางหรือเคยวางแผนไปในทะเลทรายบ้างไหม เขาไม่ได้ตอบโดยตรง แต่ก้มลงไปหยิบหินขึ้นมาก้อนหนึ่งแล้วขว้างไปข้างหน้าไกลหลายหลาและเดินไป พร้อมกับกำขวักมือเรียกให้ผมเดินตาม พอไปถึงจุดที่ก้อนหินตก เขาก็หยิบขึ้นมาแล้วขว้างไปอีก เสร็จแล้วก็ยิ้มและบอกว่า “ผมเดินในทะเลทรายจากหินก้อนนี้ไปก้อนโน้น”

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**

พระเจ้าทรงเดินเคียงข้างข้าพเจ้าทุกวัน

คืนนั้นขณะที่อ่านหนังสือ

เอล อะโพเซนโต ห้องชั้นบน  
ภาษาสเปน ผมถึงเข้าใจสิ่งที่

ผู้นำเที่ยวบอกให้คิดในแง่ใหม่ว่า ชีวิตย่อมดำเนินไปที่ละขั้นทีละตอน เวลาเดินทางไปเราจะพบสิ่งใหม่ๆ หลายอย่าง เช่น การทดลอง ความผิดหวัง ความสำเร็จ และอื่นๆ การทูลขอให้พระเจ้าทรงเดินไปด้วย เราจะมีประสบการณ์ชีวิตที่น่าทำชวนอย่างที่สุด และเดินต่อไปทีละตอน

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอบพระคุณที่ทรงเดินไปกับข้าพระองค์ทั้งหลายทุกวัน ทรงเป็นผู้นำทางของข้าพระองค์ทั้งในยามดีและยามร้าย ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

เปโตร เอ็ม. เมโย (เปอร์โตริโก)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนเดินทางจาริกขณ



# ความเชื่อขมุกขมัว

วันพุธ อ่าน 2 พงศ์กษัตริย์ 6:8-17

21 มี.ค  
2018

**แล้วเอลีชาก็อธิษฐานว่า “ข้าแต่พระเจ้า ขอทรงเบิกตาของเขา เพื่อเขาจะได้เห็น” และพระเจ้าทรงเบิกตาของชายหนุ่มคนนั้น และเขาก็ได้เห็นและตะลึง ที่ภูเขาที่เต็มไปด้วยม้า และรรอบเพลิงอยู่รอบเอลีชา (2 พงศ์กษัตริย์ 6:17)**

ดิฉันตื่นนอนตอนเช้าขณะที่หมอกกลงเต็มไปหมด หมอกคงจะลงตอนที่ดิฉันหลับสนิท มันบดบังบ้านข้างเคียงจนมองแทบไม่เห็น เมื่อชะโงกหน้าต่างออกนอกหน้าต่างดิฉันมองไม่เห็นบ้านที่อยู่ข้างหน้าต่างที่ห่างออกไปแค่ 25 ศอกเท่านั้นเอง รอนจนกระทั่งอีกสามชั่วโมงจนหมอกจางหายไปจึงมองเห็นบ้านหลังนั้น

บางครั้งดิฉันรู้สึกว่าคุณชีวิตของตนเองถูกหมอกบดบังไว้หมด ท่ามกลางความไม่แน่นอน สูญเสีย หรือความสัมพันธ์แตกแยก ดิฉันมองไม่เห็นพระพักตร์พระบิดาบนสวรรค์ ทั้งๆ ที่รู้ว่าพระองค์ทรงอยู่ใกล้เสมอ

คนรับใช้ของเอลีชามีปัญหาเรื่องความเชื่อ “ขมุกขมัว” พอตื่นขึ้นมาก็เห็นรรอบของศัตรูกำลังล้อมเมืองเต็มไปหมด พอเห็นว่าตนเองอยู่ในอันตรายอาจจะถูกฆ่าหรือถูกจับเป็นเชลยก็ตกใจกลัว แต่เอลีชาหากกลัวไม่ เพราะทราบว่าคุณเจ้าและทูตสวรรค์ของคุณพระองค์ทรงอยู่ที่นั่นด้วย เอลีชาจึงอธิษฐานว่า “ขอทรงให้เขามองเห็นด้วยเถิดพระเจ้าข้า” ทันใดนั้นตาของคนรับใช้ก็มองเห็นว่าที่จริงแล้วความช่วยเหลือมีอยู่ที่นั่นตลอดเวลา

พระเจ้าทรงอยู่ใกล้เสมอ แม้เมื่อสถานการณ์ทำให้มองไม่เห็นความช่วยเหลือที่อยู่พร้อมเพื่อเรา

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดา พระเจ้าที่รักยิ่ง โปรดช่วยข้าพระองค์ทั้งหลายให้มองเลยความทุกข์ความเดือดร้อนที่ข้าพระองค์ประสบอยู่ เพื่อจะได้เห็นว่าพระองค์ทรงกำลังทำงานเพื่อช่วยข้าพระองค์ ขอขอบคุณที่ทรงประทับอยู่ด้วยเสมอ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

## ข้อคิดสำหรับวันนี้

แม้ข้าพเจ้ามองไม่เห็นพระเจ้าก็บิดา  
ก็รู้ว่าพระองค์ทรงอยู่ใกล้เสมอ

ลอรี แสทเซอร์ (ชาร์ คาโรไลน่า)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนที่กำลังต่อสู้กับความสงสัย

22 มี.ค  
2018

## ถึงเวลาพักผ่อน

วันพฤหัสบดี อ่าน ปัญญาจารย์ 3:9-14

**ข้าพเจ้าทราบแล้วว่า สำหรับเขาไม่มีอะไรที่ดีไปกว่า  
ประมับร์ดีและร่าเริงตลอดชีวิต (ปัญญาจารย์ 3:12)**

ดิฉันชอบใช้เวลาอยู่กับลูกสาว แต่ชีวิตของเราทั้งสองต่างก็มีงานยุ่ง จึงไม่ได้พบกันบ่อยตามใจชอบ เมื่อใกล้จะถึงวันเกิดครบ 69 ปีของดิฉัน ลูกสาวถามว่า “ถึงเวลาที่แม่จะเกษียณแล้วใช่ไหมคะ ถ้าเช่นนั้นเราจะได้พบกันบ่อยขึ้น แม่คงไม่อยากรีบไปทำงานและอยากพักผ่อนด้วยใช่ไหมคะ”

ดิฉันจึงคิดถึงเรื่องเกษียณงาน บางวันรู้สึกไม่อยากไปทำงานที่ศูนย์

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

พระเจ้าทรงมีพระราชดำริสำหรับ  
ข้าพเจ้า ตราน่าที่ยังมีลมหายใจอยู่

ผู้เกษียณอายุสัปดาห์ละสี่วัน การทำงานกับผู้เป็นโรคจิตเสื่อมที่นั่น บางครั้งก็เครียดจัด จึงคิดว่าไม่อยากไปทำงานที่นั่นอีก ดิฉันนอนอยู่บนเตียงต่ออีกสัปดาห์ที่และคิดว่า

**“ถ้าเกษียณแล้วจะนอนตื่นสายได้ตามที่ตนเองต้องการ”**

แต่ดิฉันกลัวว่าจะเบื่อบ้าน สวรรค์ย่อมรู้ดีว่าบ้านของดิฉันจำเป็นต้องขัดถูอย่างดี แต่อยู่คนเดียวคงทำได้อย่างมาก อย่างเก่งก็ได้แค่ทำความสะอาดและจัดบ้านเท่านั้น แล้วก็คิดถึงการศึกษาพระคัมภีร์ที่ดิฉันเป็นผู้นำคนชราและเป็นที่ปรึกษาที่มงานที่นั่น ถึงอายุของดิฉันจะ 69 ปีแล้วแต่ก็ยังทำประโยชน์ได้อยู่

นั่นคือสิ่งที่ดิฉันขอบคุณพระเจ้าที่ทรงให้มีกำลังทำงานเพื่อสร้างความเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นต่อไป เมื่อถึงเวลาเกษียณงาน ดิฉันเชื่อวางใจว่าพระเจ้าจะทรงมีงานอื่นให้ทำอีก ตราน่าที่เรายังมีลมหายใจ พระเจ้าก็ทรงมีงานตามพระดำริสำหรับเรา ขณะนี้ดิฉันจะพักผ่อนโดยรู้ว่าพระเจ้าทรงมีแผนงานสำหรับดิฉันไว้แล้ว เป็นแผนงานเพื่อสวัสดิภาพมิใช่เพื่อให้ทุกขใจ เป็นแผนการที่ให้ความหวังและมีอนาคต (ดูเยเรมีย์ 29:11)

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดาในสวรรค์ โปรดให้ข้าพระองค์ทั้งหลายทำงานด้วยความสุขในที่ทำงานที่พระองค์ทรงใช้ให้ไปทำ โปรดขึ้นข้าพระองค์เพื่อจะได้รับใช้ผู้อื่นได้นานตราน่าที่ยังมีลมหายใจอยู่ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

โดแอนนา แอล. วอลเตอร์ (เท็นเนสซี)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนที่กำลังคิดจะเกษียณงาน

**จงดูนกในอากาศ มันมิได้หว่าน มิได้เกี่ยว มิได้ล่าสมไว้ในยุ้งฉาง  
แต่พระบิดาของท่านทั้งหลาย ผู้ทรงสถิตในสวรรค์ทรงเลี้ยงนกไว้  
ท่านทั้งหลายมิประเสริฐกว่านกหรือ (มัทธิว 6:26)**

นานที่แม่น้ำยาวเหยียดใกล้บ้านของเราจะเป็นน้ำแข็งสักครั้ง แม้เวลา  
อากาศเย็นสุดๆ น้ำที่ไหลระรินจงใจบรรดานกน้ำจืดจำนวนมากให้อพยพมา  
อาศัยอยู่ระหว่างฤดูหนาว แต่ในวันกรรยาของผมนำอาหารไปให้นักเป็ดน้ำ  
และห่านกิน ที่แรกๆ พวกมันคอยระวังตัวไม่ยอมเข้าใกล้ แต่เดี๋ยวนี้เจ้านกแสนสวย  
และสง่างาม จำกรรยาของผมและถึงใส่อาหารได้แล้ว พวกมันจึงเข้ามาทอมล่อม  
เพื่อรับอาหารจากเธอ

ภาพนี้เตือนใจผมให้ขอบพระคุณพระเจ้าที่ทรงเลี้ยงและดูแลเรา ทุกสิ่งที่  
เรามีอยู่ เช่น ตะลันท์ความสามารถ และความรู้ล้วนเป็นของประทานจาก  
พระองค์ ถ้าเราใช้สิ่งเหล่านั้นเพื่อรับใช้พระเจ้า เราจะพบว่าพระองค์ทรงสนอง  
ความจำเป็นของเราอย่างเหลือเฟือ  
ถ้าเราพบว่าตนเองมีพอกินพอใช้  
ก็สามารถแบ่งปันแก่ผู้อื่น โดยระลึกว่า  
พระเจ้าทรงเป็นแหล่งของดีทั้งปวง

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

วันนี้เราสามารถแบ่งปันความรัก  
ไม่มีสิ้นสุดของพระเจ้าแก่ผู้อื่น

พระเจ้าทรงประทับอยู่ในโลก  
และในชีวิตของเรา ให้เรามาหาพระองค์โดยหวังจะได้รับความรักและเลี้ยงดูตาม  
พระสัญญา เหมือนฝูงนกที่เข้ามากินอาหารจากกรรยาของผม

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดา พระเจ้าที่รัก โปรดเปิดตาข้าพระองค์ทั้งหลายให้  
มองเห็นและเปิดหูให้ได้ยิน และช่วยให้รู้ว่าพระองค์ทรงเป็นแหล่งของดีในโลก  
และในชีวิตของข้าพระองค์ ขอทรงนำข้าพระองค์ให้ใช้ของดีเหล่านั้นเพื่อรับใช้  
พระองค์ในโลกนี้ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

เกล เอ. ริชาร์ดส์ (ไอโอวา)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน บรรดาผู้พิทักษ์ที่อยู่อาศัยของสัตว์ป่า

24 มี.ค  
2018

## “ทำได้อย่างไรพระเจ้าข้า”

วันเสาร์ อ่าน กันดารวิถี 11:10-23

**พระเจ้าตรัสกับโมเสสว่า “พระหัตถ์ของพระเจ้าสั้นไปหรือ บัดนี้เจ้าจะเห็นว่า  
คำของเราจะสำเร็จเพื่อเจ้าจริงหรือไม่” (กันดารวิถี 11:23)**

พระเจ้าทรงสัญญากับพวกอิสราเอลว่าจะประทานเนื้อให้พวกเขา  
รับประทานทั้งเดือนขณะอยู่กลางถิ่นทุรกันดาร โมเสสถามพระเจ้าด้วยความสงสัย  
ว่าพระองค์จะทำได้ยังไงกัน

คำถามของโมเสสทำให้คิดถึงสิ่งที่ดิฉันเคยตั้งข้อสงสัยพระเจ้าว่า พระองค์จะ  
ทรงแก้ความยุ่งยากในชีวิตของดิฉันให้หมดไปได้อย่างไรหรือ พระองค์จะช่วยปลด  
หนี้หรือเลี้ยงดูดิฉันได้อย่างไรถ้าดิฉันไม่มีงานทำ พระองค์จะทรงตัดครอบครัวที่ไม่  
มีความสุขของดิฉันทิ้งได้อย่างไร พระองค์กำลังจะทรงทำอย่างนั้นเสียหรือ

พออ่านคำตอบที่พระเจ้าตรัสกับโมเสสซึ่งดูเหมือนจะตรงกับประเด็นที่ดิฉัน  
กำลังเผชิญอยู่เดี๋ยวนี้ จึงจินตนาการว่าพระเจ้ากำลังถามดิฉันว่า “เราเป็นมนุษย์  
หรือ เจ้าถึงคิดว่าเรามีฤทธิ์จำกัด เรามีความสามารถไม่เพียงพออย่างนั้น เราไม่ใช่  
พระเจ้าหรืออย่างไร ทำไมเจ้าถึงวิตกว่าเราจะทำตามคำสัญญาได้อย่างไรหรือ”

เราไม่จำเป็นต้องพะวงสงสัยว่าพระเจ้าจะทรงดูแลหรือยังคงซื่อสัตย์ต่อเราได้  
อย่างไร ถ้าเราจำเรื่องโมเสสได้ ก็สามารถมอบความวางใจไว้กับพระองค์ได้แน่นอน  
เหมือนเรื่องเนื้อที่พระเจ้าประทานให้พวกอิสราเอลกิน พระองค์จะทรงได้ยินและ  
ตอบคำอธิษฐานของเราเช่นนั้นด้วย

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอให้ข้าพระองค์  
ทั้งหลายวางใจในความรักความดูแลของ  
พระองค์ และเลิกกังวลใจที่มีต่อพระองค์  
ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
ข้าพเจ้าจะมอบความกังวลใจ  
ไว้ใต้กางเขนของพระคริสต์

ลีเลียน วันเซ อาโคโบ (มิทซ์ โอว์แลนด์)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ผู้ที่ชีวิตสมรสกำลังประสบปัญหา

วันอาทิตย์ อ่าน ยอห์น 15:12-13

**ไม่มีผู้ใดมีความรักที่ยิ่งใหญ่กว่านี้ คือการที่ผู้หนึ่งผู้ใดจะสละชีวิตของตน  
เพื่อมิตรสหายของตน (ยอห์น 15:13)**

ไม่นานมานี้โซฟีและเอดานลูกของเรามีโอกาสหาประสบการณ์จากการนั่ง  
ห่วงยางเล่นไปในน้ำ หมายถึงนั่งห่วงยางมีเชือกโยงท้ายให้เรือเร็วลากจูง

ที่แรกเอดานยอมรับการทำชวน เขาขีดห่วงยางไว้แน่นขณะเรือข้าม  
ทะเลสาบ เสร็จแล้วเขาก็สนับสนุนโซฟีให้ลงไปเล่นด้วย พอทั้งสองคนนั่งในหวั  
ยางเรือก็เร่งเครื่องให้เร็วขึ้นทันที ทำให้เอดานลื่นตกจากห่วงยางลงป่ว่ายอยู่ในน้ำ

ภายหลังเอดานเล่าให้ผมฟังว่า ที่เขาปล่อยมือจากห่วงยางเพราะตั้งใจช่วย  
โซฟีขณะที่เริ่มกลัว เขารู้ว่าคนขับจะหยุดเรือถ้าเขาลื่นลงไป

ผมภูมิใจที่เอดานไม่คิดถึงความปลอดภัยของตนเองเพื่อเห็นแก่น้องสาว  
การเสียสละเป็นการกระทำที่สูงส่งกว่าเรื่องเด็กสองคนอยู่ในทะเลสาบ การ  
กระทำของเอดานช่วยให้ผมคิดถึง

ความหมายของการเสียสละได้  
ลึกซึ้งขึ้น พระเยซูทรงเสียสละ  
เพื่อเราแต่ละคน ทรงยอมพลี  
พระชนม์เพื่อให้เรามีชีวิต แคเรา

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**

พระเยซูทรงยอมเสียสละมากที่สุด  
เพื่อข้าพเจ้า

เห็นคนอื่นยอมเสียสละแค่เล็กน้อยก็ยังทำให้เราคิดถึงพระเยซูคริสต์ ถ้ายังได้เห็น  
ผู้ที่ยินยอมจะเปลี่ยนแปลงโลกแล้วจะคิดถึงพระองค์มากสักปานใด

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอบพระคุณที่ทรงพลีพระชนม์บนกางเขนเพื่อช่วย  
ข้าพระองค์ทั้งหลายให้รอดจากความผิดบาป อธิษฐานในนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ซัค กราลิก (มิสซูรี)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนที่ยอมเสียสละเพื่อผู้อื่น

26 มี.ค  
2018

## สร้างความประทับใจ

วันจันทร์ อ่าน ฟิลิปปี 1:3-11

เปาโลกล่าวว่า “ข้าพเจ้าระลึกถึงท่านเมื่อใด ข้าพเจ้าก็ขอบพระคุณ  
พระเจ้าทุกครั้ง” (ฟิลิปปี 1:3)

หญิงสาวคนหนึ่งยิ้มให้ดิฉันและพูดว่า “หนูรู้จักครู คิดถึงครูตอนที่สอน  
ชั้น ป.5” ดิฉันถามเธอว่า “จำอะไรได้บ้างล่ะ” “หนูจำได้ตอนที่เรทำอาหาร  
กลางวันเลี้ยงพ่อกับแม่ของหนู ครูเป็นคนคิดเมนูอาหารที่ถูกสุขภาพและคำนวณ  
ราคาว่าต้องใช้เงินเท่าไร และยังสอนมารยาทเวลานั่งโต๊ะอาหารให้เราด้วย”

เห็นนักเรียนเก่าของดิฉันแล้วทำให้คิดขึ้นได้ว่า เราสามารถสร้างความ  
ประทับใจแก่คนรอบข้างได้ไม่ว่าจะตั้งใจหรือไม่ก็ตาม เราแต่ละคนย่อมรำลึกถึง  
ผู้ที่เคยมีบุญคุณต่อชีวิตของเราได้ และให้เราทำตามคำสอนที่เปาโลเขียนไปถึงชาว  
เธสะโลนิกาว่า “จงหนุนใจกันและต่างคนต่างจงก่อกำขึ้น” (1 เธสะโลนิกา 5:11)

ไม่สู้ดีเท่าไรนักถ้าพวกเราจะยังจดจำความชั่วที่เราทำให้ความสัมพันธ์

แตกแยก พระเยซู  
คริสต์ทรงสอนเรื่อง  
การแก้ไขความทรงจำ  
ที่เลวร้ายไว้ว่า “ถ้า  
ท่านนำเครื่องบูชา

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

การทำดีให้เป็นที่ประทับใจผู้อื่นนั้นคือการสะท้อน  
ให้เห็นความสัมพันธ์ของข้าพเจ้ากับพระเยซูคริสต์

มาถึงแท่นบูชาแล้ว และระลึกขึ้นได้ว่า พี่น้องมีเหตุขัดเคืองข้อหนึ่งข้อใดกับ  
ท่าน จงวางเครื่องบูชาไว้ที่หน้าแท่นบูชา กลับไปคืนดีกับพี่น้องผู้นั้นเสียก่อน  
แล้วจึงค่อยมาถวายเครื่องบูชาของท่าน” (มัทธิว 5:23-24)

ถ้าเรายอมแก้ไขพฤติกรรมในอดีตที่สร้างความแตกแยก เราจะสามารถรู้  
ความสัมพันธ์ระหว่างเรากับผู้อื่นให้ดีและมีความสุขขึ้นใหม่ได้ ถ้าสำนึกผิดหรือ  
กระดากใจเราก็สามารถแก้ไขให้กลับดีขึ้นมาได้ และต่อไปในอนาคต จะโดย  
ตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม เราสามารถสะท้อนคุณงามความดีให้เป็นที่ประทับใจได้  
ด้วยการดำเนินชีวิตไปกับพระเยซูคริสต์

อธิษฐาน ข้าแต่พระเจ้า พระบิดาบนสวรรค์ โปรดช่วยข้าพระองค์ทั้งหลายดำเนิน  
ชีวิตที่สะท้อนความรักของพระองค์ออกมา ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

เรเบคา บราวน์ เลรูด (ออริกอน)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน ครูบาอาจารย์

เติมเต็มชีวิตให้ครบบริบูรณ์  
วันอังคาร อ่าน มัทธิว 6:25-34

27 มี.ค  
2018

**อย่ากระวนกระวายถึงชีวิตของตนาว่า จะเอาอะไรกิน หรือจะเอาอะไรดื่ม  
และอย่ากระวนกระวายถึงร่างกายของตนาว่า จะเอาอะไรนุ่งห่ม  
ชีวิตสำคัญยิ่งกว่าอาหารมิใช่หรือ และร่างกายสำคัญยิ่งกว่าเครื่องนุ่งห่ม  
มิใช่หรือ (มัทธิว 6:25)**

วันที่เพื่อนร่วมชั้นเรียนจบชั้นมัธยมปลาย ผมถึงกับน้ำตาตก ที่ร้องไห้ก็เพราะผมปรารถนาจะเดินบนเวทีกับเพื่อนๆ และออกไปเผชิญชีวิตครั้งยิ่งใหญ่พร้อมกับพวกเขา แทนที่จะเป็นเช่นนั้นผมกลับถูกขังเดี่ยวอยู่ในคุกที่ควบคุมอย่างแน่นหนา มีความหนาวเย็นจากผนังห้อง ซีกรง และความมืดคลุมกายผมอยู่

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**

พลังที่เสียไปกับความกระวนกระวายใจนั้น  
เราน่าจะนำมาใช้ในชีวิตเพื่อให้พระประสงค์  
ของพระเจ้าสำเร็จจะดีกว่า

การถูกจำคุกทำให้ผมเชื่อว่าตนเองหมดอาลัยในชีวิตแล้ว แต่พระเจ้าทรงพิสดารให้เห็นเป็นอย่างอื่น เมื่อวิทยาลัยพระคริสตธรรมในเรือนจำก่อตั้งขึ้นเดี๋ยวนี้ผมเข้าศึกษาที่นั่นและสามารถแบ่งปันพระกิตติคุณกับเพื่อนร่วมชะตากรรมเดียวกันที่อยู่ในคุก พระเยซูคริสต์ทรงสอนไว้ในคำเทศนาบนภูเขาว่าให้กำจัดความกระวนกระวายออกไปจากชีวิตของเรา และให้ใส่ใจเรื่องที่สำคัญกว่านั้น เช่น ให้แสวงหาแผ่นดินของพระเจ้าและความชอบธรรมของพระองค์ (คู่มัทธิว 6:33) เมื่อมีชีวิตใหม่ผมก็สามารถทำเช่นนั้นได้

หลายครั้งเราทุกคนอาจจะกระวนกระวายที่มีชีวิตอยู่อย่างสูญเปล่า ที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะมองไม่เห็นความจริงว่า ความวิตกกังวลทำให้ชีวิตของเราเสียเวลาไปเปล่าๆ ไม่รู้สึกก็ชั่วโม่ง ไม่ว่าเราจะอยู่ที่ไหน ถ้าเลิกกระวนกระวายและกำหนดใจให้อยู่กับพระเจ้าได้ เราจะพบชีวิตครบบริบูรณ์สมใจนึก

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า โปรดช่วยให้ข้าพระองค์ทั้งหลายใส่ใจในพระองค์มากขึ้น และสนใจตนเองน้อยลง อธิษฐานในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แบรนตัน บี. บริเวอร์ (เท็กซัส)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ผู้ที่ถูกจำคุก

28 มี.ค  
2018

## พระเยซูไม่ทำให้ผิดหวัง

วันพุธ อ่าน 1 พงศ์กษัตริย์ 19:1-9

**ข้าแต่พระเจ้า แม้ก่อนที่ลิ้นของข้าพระองค์จะพูด พระองค์ก็ทรงทราบ**

**ความเสียหายหมดแล้ว (สดุดี 139:4)**

ดิฉันไปที่บ้านเพื่อนสนิทที่สุดด้วยความรู้สึกกังวลและเหนื่อยใจ เพราะกำลังประสบวิกฤตเรื่องงาน ตอนนั้นเพื่อนออกจากบ้านไปทำงาน เหลือแต่ลูกๆ และแม่ของเพื่อนซึ่งช่วยปลอบใจดิฉันได้มาก พวกเขายินดีอยู่เป็นเพื่อนดิฉันและแสดงความรักด้วยการให้ของขวัญหลายอย่าง เช่น ภาพวาด เครื่องแกะสลักด้วยฝีมือของพวกเขา และหนังสือซึ่งเขียนโดย คริสเตียนที่ดิฉันชอบ หลังจากดื่ม น้ำชาแล้ว แม่ของเพื่อนกับดิฉันก็อ่านพระคัมภีร์และอธิษฐานด้วยกัน

เวลาที่มีเพื่อนอยู่ด้วยเช่นนี้ทำให้ดิฉันคิดถึงเอเลียห์ตอนท่านหนีจาก พระนางเยเซเบลผู้โหดเหี้ยม โดยมีพระเจ้าทรงช่วยเหลือผ่านทางทูตสวรรค์องค์หนึ่ง คอยจัดหาเครื่องยังชีพให้ พระธรรมสดุดีบทที่ 46 บอกเราว่า พระเจ้าทรงเป็นที่ลี้ภัย ทรงเป็นกำลัง และพระองค์ทรงเป็นพระศิลาของเราทั้งหลาย พระองค์ทรงเป็นห่วงแม่แต่สิ่งเล็กน้อยในชีวิตของเรา

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

เมื่อความวิตกกังวลคุกคาม  
และครอบงำชีวิตข้าพเจ้า  
พระเจ้าทรงประทานสันติสุขให้

ถึงวันนั้นดิฉันยังแก้วิกฤตเรื่องงาน  
ไม่ตก แต่ก็กลับจากบ้านเพื่อนด้วยความ  
มั่นใจว่าคำตอบกำลังจะมาถึงแล้ว

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ข้าพระองค์  
ทั้งหลายขอบพระคุณสำหรับความรัก

ที่มั่นคงเป็นนิรันดร์ของพระองค์ ถ้าเมื่อใดข้าพระองค์ประสบภัยพิบัติ โปรดเตือน  
ข้าพระองค์ให้อธิษฐานทูลให้พระองค์ทรงทราบ เพราะรู้ว่าพระองค์ทรงฟังอยู่  
ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แอนดรา เอเลียต (ทมิฬนาฑู อินเดีย)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน คนไม่มีงานทำ



## ของประทานแห่งชีวิต

29 มี.ค  
2018

วันพฤหัสบดี อ่าน ยอห์น 3:16-21

### จงรักเพื่อนบ้านเหมือนรักตนเอง (มาระโก 12:31)

เมื่อไม่นานนี้ ผมได้รับสิ่งที่ผมคิดว่าเป็นของประทานอย่างหนึ่ง จนบัดนี้ผมยังไม่รู้เลยว่ามาจากที่ไหนและคงไม่มีทางรู้ด้วย แต่มันทำให้ผมพ้นจากความบกพร่องหลายอย่างทั้งทางร่างกายและอารมณ์ ทำให้มีความหวังและมีโอกาสรี้อฟื้นชีวิตขึ้นมาใหม่

ของประทานที่ว่่านั้นคืออะไรนะหรือ มีผู้บริจาคไตข้างหนึ่งซึ่งตรงกับที่ร่างกายของผมต้องการ ผมแน่ใจว่าการบริจาคอวัยวะเช่นนี้มีอยู่ทุกวัน แต่ก็เป็นสิ่งอัศจรรย์สำหรับผมที่ต้องขอบคุณพระเจ้า

ผมคิดถึงสิ่งอัศจรรย์อีกอย่างหนึ่งซึ่งเป็นชีวิตที่พระเจ้าประทานให้ คือ “พระเจ้าทรงรักโลก จนได้ทรงประทานพระบุตรองค์เดียวของพระองค์” ของประทานจากความรักลึกลับจากพระเจ้า ทำให้เราพ้นบาปและได้รับชีวิตนิรันดร์ตามพระสัญญา เราต้องไม่มองข้ามเนินเขากาลโกธา เพราะคิดว่าเป็นแค่เนินเขาแห่งหนึ่งเท่านั้น เนินเขานั้นเป็นแหล่งที่มาของความหวังและชีวิตแท้ที่พระเจ้าประทานให้ ทั้งปัจจุบันและนิรันดร์

ผมและเราทุกคนได้รับพระพรด้วยพระคุณของพระเจ้าแล้ว

#### ข้อคิดสำหรับวันนี้

ข้าพเจ้าสามารถเป็นตัวแทน  
เพื่อแบ่งปันพระคุณของพระเจ้า  
แก่ผู้อื่นได้

**อธิษฐาน** พระบิดาของข้าพระองค์ทั้งหลาย ขอให้ข้าพระองค์ทุกคนคิดเสมอว่าชีวิตที่เป็นของประทานโดยพระเมตตาจากพระองค์ และอธิษฐานตามที่พระเยซูทรงตรัสสอนว่า “ข้าแต่พระบิดาแห่งข้าพระองค์ทั้งหลาย

ผู้ทรงสถิตในสวรรค์ ขอให้พระนามของพระองค์เป็นที่เคารพสักการะ....ฤทธิ์เดชและพระสิริเป็นของพระองค์ สืบๆ ไปเป็นนิตย์” อาเมน

วิลเลียม ไคลน์ (แคลิฟอร์เนีย)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน ผู้บริจาคอวัยวะและผู้ที่ได้รับ

30 มี.ค  
2018

วันศุกร์ประเสริฐ : ยกโทษให้ไม่แก้แค้น

วันศุกร์ อ่าน ลูกา 23:32-43

**พระเยซูจึงทรงอธิษฐานว่า “โอพระบิดาเจ้าข้า ขอโปรดอภัยโทษเขา  
เพราะว่า เขาไม่รู้ว่ เขาทำอะไร” (ลูกา 23:34)**

มันเป็นตอนเช้าและโรงเรียนดูเจียบสงบ แต่มีนักเรียนบางคนกำลังเดิน  
เข้าแถวไปโรงเรียน ดินนเองเดินชากะผลกตามลักษณะของดินนเอง เด็กชายบาง  
คนแกล้งทำท่าเดินเลียนแบบและเยาะเย้ยดินนว่า “ยายคนเป็ดง่อย กำลังจะไป  
โรงเรียนหรือไง ไปไหวไหม ดูนัน  
เดินซี เดินให้เร็วหน่อยได้ไหม  
เดี๋ยวกจะไปเข้าเรียนไม่ทันหรอก”  
ดินนได้แต่ร้องไห้

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**

ข้าพเจ้าจะทำตามอย่างพระเยซูคริสต์  
และจะยกโทษคนที่ทำให้เจ็บใจ

หลังจากนั้น 40 ปี เมื่อคิดถึง  
เหตุการณ์วันนั้นดินนยังเจ็บใจอยู่ แต่ทุกครั้งที่อ่านเรื่องพระเยซูคริสต์ทรงถูกตรึง  
บนกางเขน ความเจ็บใจของดินนก็ค่อยๆ จางหายไป ถ้าเปรียบเทียบคำหยาบคาย  
ที่พูดถึงความพิกลพิการของดินนแล้ว เทียบไม่ได้เลยกับที่พระเยซูได้รับ พระองค์  
ถูกเยาะเย้ยและเชียนตี ถูกสวมมงกุฎหนามและนำไปตรึงบนกางเขน ทั้งหมดนี้  
พระเยซูไม่เคยจะคิดแก้แค้น แต่ทรงอธิษฐานขอให้พระเจ้าทรงอภัยโทษผู้ที่  
ทรมานและประหารชีวิตพระองค์

การให้อภัยของพระเยซูคริสต์ เป็นตัวอย่างสำหรับเราทุกคน พระคริสต์  
ทรงเผยให้เห็นพลังของการให้อภัยที่สามารถจัดปัดเป่าความแก้แค้น ความโกรธ  
เกลียด และความเจ็บปวดให้หมดไปได้

ชีวิตใหม่ที่เราได้รับการยกโทษให้ผู้อื่น เหมือนที่พระคริสต์ทรงยกโทษ  
ให้เรา มีความหมายสำหรับดินนในวันศุกร์ประเสริฐนี้

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระผู้ช่วยให้รอดที่รัก โปรดสอนข้าพระองค์ทั้งหลาย  
ให้ทำตามแบบอย่างทีพระองค์ทรงยกโทษให้ผู้อื่น เพื่อข้าพระองค์จะแบ่งปันความ  
ยินดี ความรัก และสันติสุขพระองค์แก่ผู้อื่นในวันอีสเตอร์นี้ ในพระนามพระเยซูคริสต์  
อาเมน

เลาตัน แอสมา บาซาเรีย ซีเรกา (จาการ์ตา อินโดนีเซีย)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** นักเลงอันธพาล

พระผู้ช่วยทรงรู้ดี  
วันเสาร์ อ่าน มัทธิว 27:45-59

31 มี.ค  
2018

**“บรรดาผู้ทำงานเหน็ดเหนื่อยและแบกภาระหนัก จงมาหาเรา และเรา  
จะให้ท่านทั้งหลาย หายเหนื่อยเป็นสุข จงเอาแอกของเราแบกไว้ ... และ  
จิตใจท่านทั้งหลายจะได้พัก ด้วยว่าแอกของเราดีกว่า และภาระ  
ของเราเบากว่า” (มัทธิว 11:28-30)**

ผมอยู่ในคุกมาแล้วกว่า 19 ปี บางครั้งผมคิดว่าไม่มีใครเข้าใจชีวิตที่ย่อยยับ  
และความว่าเหวที่ผมประสบอยู่ ในเวลาเดียวกันผมก็เตือนใจตัวเองให้คิดถึงสิ่งที่  
พระเยซูทรงเคยพบมาก่อนแล้ว และรู้ว่าพระองค์ทรงเข้าใจความเจ็บปวดของผมดี  
พระองค์เสด็จมาบังเกิดในโลกเป็นผู้นั่งในพวกเรา ทรงมีร่างกาย ทรงช่วยโลก  
ให้รอด และทรงถูกตรึงบนกางเขน

พระเยซูทรงรู้ว่าความเจ็บปวดทั้งร่างกายและอารมณ์ ความทุกข์ระทม  
และการทรยศหักหลังนั้นเป็นอย่างไร ทรงถูกขับไล่ไสส่ง และถูกผู้ที่พระองค์รัก  
เบือนหน้าหนี จึงทรงรู้จักและเข้าใจความเจ็บปวดที่ผมกำลังประสบอยู่  
ขณะนี้

แต่เรื่องของพระเยซูคริสต์มิได้จบลงด้วยความเจ็บปวดเพราะถูกตรึง  
หลังจากสิ้นพระชนม์บนกางเขนแล้วก็ตามมาด้วยการคืนพระชนม์ พระเยซูทรง  
เป็นขึ้นจากอโม่งค์เพื่อพิชิตความมรณา เดียวนี้ทรงประทับอยู่เบื้องขวาพระหัตถ์  
ของพระเจ้า แต่ยังเสด็จมาหาบรรดาผู้ลำบากและเหน็ดเหนื่อย ผมมอบชีวิตไว้ใน  
พระหัตถ์ของพระองค์ เพราะรู้ว่าทรงสามารถรักษาหัวใจที่บอบช้ำและพันแผลใจ  
ให้ผมได้

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**

พระเยซูทรงรักคนว่าเหว  
และทรงรักษาผู้บาดเจ็บ

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าที่รัก โปรดช่วยข้า  
พระองค์ทั้งหลายให้รู้ว่าพระองค์ทรงเข้าใจความ  
ลำบากของข้าพระองค์ดี และหากข้าพระองค์มา  
หาพระองค์จะทรงรักษาบาดแผลให้ตามที่ทรง  
สัญญาไว้ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

อาร์. อาโรน ฟลาฮอร์ที (เท็กซัส)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** บรรดาผู้ที่ว่าเหว

1 เม.ย  
2018

## วันอาทิตย์อีสเตอร์

วันอาทิตย์ อ่าน ฟิลิปปี 3:7-11

**เราเป็นผู้ที่ดำรงชีวิตอยู่ เราได้ตายแล้ว แต่นี้แหละ เรากียังดำรงชีวิตอยู่  
ตลอดไปเป็นนิത്യ (วิวรณ์ 1:8)**

ดิฉันชอบนั่งที่ระเบียงหลังบ้านมองดูทะเลสาบ ตอนที่ดวงอาทิตย์สาดแสงจ้า ทะเลสาบสะท้อนแสงเป็นประกายระยิบระยับ แต่เช้าวันอีสเตอร์ หมอกปกคลุม ทะเลสาบเหมือนผ้าห่มสีเทาหนาที่บดบังและขึ้นๆ ลงๆ อยู่เหนือน้ำ

แต่พอตะวันขึ้นทำให้อากาศอบอุ่น หมอกก็บางลง เห็นทะเลสาบสะท้อนแสงตะวันตระการตาอีกครั้ง หมอกหนาที่บดบังเหมือนผ้าห่มหรือจะสู้แสงร้อนจากแสงตะวันได้ แล้วมันก็จะหายไป

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

การคืนพระชนม์ของพระเยซูคริสต์  
ให้ความหวังแก่โลก

ดิฉันคิดว่าตอนเช้าวันคืนพระชนม์ช่วงเป็นฤกษ์ยามยามดียิ่งนัก เพราะพระเยซูคริสต์ทรงเป็นขึ้นมาจากความตายเพื่อนำชีวิตมาให้เรา หมอกมืดหมดไปจากชีวิตของเราแล้ว ทำให้เราเห็นพระเยซูเต็มด้วยพระสิริโรจนการ และเพราะพระเยซูทรงมีชีวิตอยู่ในเรา เราจึงเป็นความสว่างสำหรับผู้อื่นด้วย

ความบาปที่เป็นเงามืดและความตายถึงความปราศัย เมื่อศิลากลิ้งออกจากปากอุโมงค์ตอนเช้าวันอีสเตอร์ หมอกเช้าวันนั้นไม่สามารถเอาชนะความร้อนจากดวงอาทิตย์ที่กำลังโผล่จากขอบฟ้าได้ฉันใด ความบาปและความมืดก็ไม่มีอำนาจเหนือความรักและความรอดของพระเจ้าผ่านมาทางพระคริสต์ฉันนั้น พระเยซูทรงคืนพระชนม์แล้ว สรรเสริญพระเจ้า

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดา พระเจ้าผู้ทรงเดชานุภาพ ขอบพระคุณสำหรับความหวังที่วันคืนพระชนม์มอบแก่ข้าพระองค์แต่ละคน โปรดช่วยให้ข้าพระองค์แบ่งปันความหวังนี้แก่ผู้อื่น ด้วยพระนามพระคริสต์ผู้ทรงคืนพระชนม์ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ลินดา ฟาสคิง (เคนทักกี)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เพื่อให้แบ่งปันข่าวดีวันคืนพระชนม์

ตะวันขึ้น

2 เม.ย  
2018

วันจันทร์ อ่าน มัทธิว 28:1-10

**พระเยซูจึงเสด็จเข้ามาใกล้แล้วตรัสกับเขาว่า “ฤทธาานุภาพทั้งสิ้น  
ในสวรรค์ก็ดี ในแผ่นดินโลกก็ดีทรงมอบไว้แก่เราแล้ว (มัทธิว 28:18)**

หลังจากพระสหายและพระอาจารย์ของพวกเขาถูกตรึงและสิ้นพระชนม์  
ความมืดมัวด้วยความสงสัย หวาดกลัว และโศกเศร้า ทำให้บรรดาสาวกสืบทอด  
พระสัญญาของพระเยซูจนหมดสิ้น

แต่ทุกสิ่งเปลี่ยนไปในวันแรกของสัปดาห์ เมื่อดวงตะวันขึ้น พวกสตรีที่นอน  
และเดินไปที่อุโมงค์ ทูตสวรรค์ก็ลงมาจากปากอุโมงค์ ตะวันสาดแสงจ้า  
เข้าไปในอุโมงค์เปล่า สตรีเหล่านั้นจึงวิ่งไปแจ้งข่าวคิดว่าพระผู้ช่วยให้รอดคืน  
พระชนม์แล้ว และพวกนางได้พบพระเยซูคริสต์เจ้า

พระคำรัสของพระเยซูคริสต์ดังมาพร้อมกับแสงตะวันว่า “อย่ากลัวเลย  
จงไปบอกพวกพี่น้องของเราให้ไปยังกาลิลี จะได้พบเรานั้น” (มัทธิว 28:10)  
เมื่อพระเยซูเสด็จไปถึงที่นั่น แทนที่พระองค์จะทรงตำหนิพวกสาวกที่สงสัย  
พระองค์ แต่กลับเตือนพวกเขาให้รู้ว่าพระองค์คือแหล่งฤทธาานุภาพทั้งปวง

แสงอาทิตย์เข้าวันนั้นนำรุ่งอรุณแห่งการไถ่บาปมาให้ การไถ่นี้ยังเป็น  
ความหวังของเราจนวันนี้ ที่เราเดินฝ่าหุบเขาแห่งชีวิตซึ่งมืดมัวด้วยความหวาด  
และเศร้าใจ รุ่งอรุณดังกล่าวอาจบำบัดรักษาชีวิตสมรสที่แตกร้าง หรือร่างกาย  
หมดเรี่ยวแรงเพราะโรคภัย พระเจ้าผู้ทรงกลังศิลาออกจากอุโมงค์ว่างเปล่าเข้า  
วันนั้นเมื่อนานมาแล้ว ทรงมีฤทธิ์อำนาจสร้างทุกสิ่งขึ้นใหม่ได้

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดา เมื่อข้า  
พระองค์ทั้งหลายต่อสู้กับความ  
เจ็บปวดและเศร้าใจ โปรดให้ข้า  
พระองค์มีความหวังและความ  
เชื่อว่ารุ่งอรุณแห่งวันใหม่จะมาถึง  
ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**

วันอีสเตอร์นี้เราสามารถมุ่งหน้า  
มองรุ่งอรุณแห่งการทรงไถ่ของพระเจ้าได้

ชาร์อน ฟินช์ โอมาลีย์ (เท็กซัส)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เพื่อให้มีความหวังในวันคืนพระชนม์

## อย่าวิตกเลย

วันอังคาร อ่าน สดุดี 119:25-32

**จิตใจของข้าพระองค์คิดผกคลี ขอทรงสงวนชีวิตของข้าพระองค์  
ตามพระวาทะของพระองค์ (สดุดี 119:25)**

ผมคิดถึงตอนที่ร่างกาย ความคิด และจิตวิญญาณของผมแห้งเหี่ยวสุดๆ คุณแม่เพิ่งเสียชีวิต คริสตจักรของเรามีปัญหาเรื่องผู้นำอย่างรุนแรง และลูกชายเป็นโรคพันธุกรรมเฉียบพลัน เหตุการณ์เหล่านี้เกิดขึ้นอย่างกะทันหัน และยังมีเหตุการณ์อื่นๆ เกิดขึ้นต่อเนื่องอยู่หลายเดือน ทำให้ผมต้องดำเนินชีวิตประจำวัน

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

การวางใจในพระเจ้าและรับใช้ผู้อื่น ช่วยให้  
จิตวิญญาณของข้าพเจ้าสดชื่นขึ้นมาใหม่

อย่างระมัดระวังจนน่าเบื่อ  
และต้องลุยผ่านไปอย่าง  
เจ็บปวด

สำหรับพวกเราบาง  
คนแล้ว ชีวิตช่างดูเหมือน

น่าเบื่อหน่าย ผมมีयरักษาอยู่สองขนาน หนึ่งคือวางใจในพระเจ้าว่าพระองค์จะทรงฟื้นฟูชีวิตของผมให้สดชื่นขึ้นมาใหม่ สองคือรับใช้ผู้อื่นให้เห็นเป็นรูปธรรม ผมจึงปฏิญาณตนว่าจะใช้เวลาศึกษาและภาวนาเพลงสดุดี และเริ่มให้คำปรึกษาชายหนุ่มคนหนึ่งที่มีปัญหาครอบครัวอย่างหนัก ไม่นานจิตวิญญาณของผมก็ฟื้นขึ้นขึ้น และจิตใจก็ได้รับการบำรุงเลี้ยง

ผมได้เห็นแล้วว่า บ่อยครั้งพระเจ้าทรงบรรเทาความเหน็ดเหนื่อยให้ได้ ถ้าเราเน้นความสนใจที่พระองค์ ไม่ใช่เน้นสิ่งที่หวังจะได้รับ พระเจ้าทรงสามารถเปลี่ยนจุดเน้นของเราให้ห่างไกลจากปัญหาต่างๆ ที่มีอยู่ได้ โดยให้ไปช่วยผู้ที่มีปัญหาเหมือนกับเรา การทำเช่นนี้จะนำสันติสุขมาให้ทั้งตัวเราและผู้อื่น

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า เมื่อข้าพระองค์ทั้งหลายพบปัญหาที่บดบังหลายอย่าง โปรดฟื้นฟูใจข้าพระองค์ให้มีสันติสุข และให้มีใจปรารถนาอยากช่วยผู้อื่น ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แกรี เอ. มิลเลอร์ (แคลิฟอร์เนีย)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนที่รู้สึกเหน็ดเหนื่อยและอดิโรยในวันนี้

วันพุธ อ่าน 1 ยอห์น 4:19-21

**“อย่าให้เราเมื่อยล้าในการทำดี เพราะว่าถ้าเราไม่ท้อใจแล้ว  
เราก็จะเกี่ยวเก็บในเวลาอันสมควร” (กาลาเทีย 6:9)**

ดิฉันเป็นหม้ายไม่มีบุตร คุณคงคิดว่าดิฉันมีเวลาร่างมาก แต่ดิฉันต้องดูแลน้องสาวมา 41 ปี เธอป่วยเป็นโรคจิตผิดปกติ ซึ่งต้องบำบัดรักษาเพื่อจะช่วยให้เธอกลับมาดี

หลายปีมานี้ดิฉันอยู่เคียงข้าง  
ขณะน้องสาวต่อสู้กับความเจ็บป่วย  
เมื่อเธอมีอาการคลุ้มคลั่งกำเริบหรือ

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**

พระเจ้าประทานกำลังให้ข้าพเจ้า  
ช่วยเหลือผู้อื่น

ซึมเศร้า ดิฉันต้องขอความช่วยเหลือจากจิตแพทย์ของเธอเพื่อจะได้รับการรักษาได้ถูกต้อง เมื่อน้องเกิดอารมณ์ฉุนเฉียวดิฉันต้องอดทน และอธิษฐานในใจขอให้เธอสงบสติอารมณ์ลง ถึงแม้ดิฉันจะไม่ชอบทำหน้าที่นี้ แต่น้องสาวทำให้ดิฉันได้อยู่ใกล้ชิดพระเจ้ามากขึ้น เพราะต้องอธิษฐานขอให้ทรงช่วยเหลือเป็นประจำ

ที่ประเทศไทยไม่มีสถาบันใดรักษาผู้ป่วยโรคจิตให้หายขาด ดิฉันจึงทูลถามพระเจ้าว่า **“ข้าพระองค์ต้องรับผิดชอบดูแลน้องสาวไปจนตลอดชีวิตเลยหรือ”** คำตอบของพระองค์คือ **“ให้ดิฉันอดทนทำหน้าที่ต่อไปเท่าที่ทำได้”** เมื่อพระเจ้าทรงให้อยู่ที่นั่นและใช้ให้ดูแลน้องสาว ดิฉันก็ยินดีทำตาม

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดา พระเจ้าผู้ทรงช่วยคนอ่อนแอ ขอบพระคุณที่ประทานสติปัญญา และให้ข้าพระองค์ทั้งหลายอดทนดูแลผู้ที่ข้าพระองค์รัก ขอให้ข้าพระองค์เป็นพลังและสันติสุขในชีวิตของพวกเขา ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ดอริส เหยิง (สมุทรปราการ ประเทศไทย)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนที่ใช้ชีวิตอยู่กับผู้ป่วยโรคจิต

วันพฤหัสบดี อ่าน อีสยาห์ 49:13-18

**พระเจ้าตรัสว่า “ผู้หญิงจะลืมนบุตรที่ยังกินนมของนาง และจะไม่เมตตาบุตรจากครรภ์ของนางได้หรือ” แม้ว่าคนเหล่านี้ยังลืมนได้ กระนั้นเราก็จะไม่ลืมนเจ้า ดุเถิด เราได้สลักเจ้าไว้บนฝ่ามือของเรา (อิสยาห์ 49:15-16)**

ตอนไปพักผ่อนกับเพื่อนบ้าน ผมงกับน้องชายใช้เชือกมัดข้อเท้าของผมหัดกับข้อเท้าของเขา เราเดินกะโผลกกะเผลกไปที่จุดเริ่มวิ่งแข่งท่ามกลางเสียงหัวเราะขบขัน

พอกรรมการบอกว่า “เตรียมตัว วิ่ง” เราสองพี่น้องวิ่งแข่งก้าวยาวๆ พร้อมกันไปเข้าเส้นชัยได้ก่อนใคร ผมียิ้มแป้นแล้วมองไปที่บรรดาพ่อแม่เด็ก แต่ไม่มีสายตาคูใดหรือกล้องถ่ายรูปจ้องมาทางเราเลย ผมนึกในใจว่า เราชนะนี้แต่ทำไมไม่มีใครสักคนเหลียวมาดูและเชียร์เรา ไม่มีใครสนใจเราเลยหรือ สายตาทุกคู่ของบรรดาพ่อแม่จ้องดูที่ลูกของใครของมัน แต่ผมงกับน้องชายไม่มีพ่อแม่คอยตบมือให้ เพราะท่านทั้งสองเสียชีวิตแล้วเมื่อไม่สองสามปีก่อน

ตั้งแต่นั้นมา ข้อพระคัมภีร์สำหรับวันนี้สอนผมนะว่า ผมนมีพระบิดาบนสวรรค์ที่รักและยอมรับผมเสมอและจะเป็นเช่นนี้ตลอดไป ผมนรู้ตัวว่าที่คิดว่าตนเองไม่มี

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

มีพระเจ้าอยู่ด้วยข้าพเจ้าไม่มีวันรู้สึกลัวถูกทอดทิ้ง หรือหลงลืมให้ว่าเหวอยู่คนเดียว

พ่อแม่คอยตบมือให้นั้นผิดถนัด เรามีพระเจ้าทรงเป็นพ่อแม่บนสวรรค์คอยเฝ้าดูและให้กำลังใจเราเสมอ

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดา ขอทรงเตือนข้าพระองค์ทั้งหลาย โดยเฉพาะลูกกำพร้าพ่อแม่ในโลกนี้ ให้รู้ว่าพระองค์ทรงเป็นพ่อแม่ของข้าพระองค์ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

จิม กู๊ด (ไอโฮโอ)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เด็กๆ ที่พ่อแม่เสียชีวิตแล้ว



# พระวจนะของพระเจ้าช่วยเรา

วันศุกร์ อ่าน สดุดี 119:10-16

6 เม.ย  
2018

**ข้าพพระองค์ได้สะสมพระดำรัสของพระองค์ไว้ในใจของข้าพพระองค์  
เพื่อข้าพพระองค์จะไม่ทำบาปต่อพระองค์ (สดุดี 119:11)**

ดิฉันเป็นคนชอบโต้เถียงกับเพื่อนและครอบครัวเสมอ และพบว่าตนเอง  
เถียงมากจนเกินควร ถ้าทำให้คนอื่นโกรธดิฉันจะรู้สึกเสียใจ และเต็มใจขอโทษ  
เพื่อคุยกันต่อไป แต่ก็ยังไม่เลิกใช้เสียงดังตอนแรกเปลี่ยนความคิดเรื่องที่กำลัง  
คุยกันอยู่

เป็นเช่นนี้มาหลายปีจนกระทั่ง  
วันหนึ่ง ขณะโต้แย้งกับคุณพ่อจน  
กลายเป็นการโต้เถียงกัน ตอนนั้นดิฉัน

## ข้อคิดสำหรับวันนี้

ก่อนจะพูดอะไรออกไป ข้าพเจ้า  
จะอธิษฐานขอปัญญาจากพระเจ้า

ลืมตัวและกำลังจะพูดอะไรที่ไม่สมควรออกไป มีสิ่งเดียวที่จำได้ก็คือข้อพระคัมภีร์  
ที่อ้างถึงข้างบนนี้ เป็นข้อที่ได้จากการเรียนพระคัมภีร์เมื่อสองสามสัปดาห์ก่อน  
ทันใดนั้นทัศนคติของดิฉันก็เปลี่ยนไป เท่าที่จำได้ก็คือตอนนั้นดิฉันกำลังจริงจังกับ  
การสนทนาจนเกือบจะใช้คำพูดที่ทำให้คุณพ่อเจ็บปวด เพียงเพราะต้องการเอา  
ชนะท่าน วันนั้นดิฉันยังปากไวได้และหยุดพูดกัน

ภายหลังดิฉันขอบคุณพระเจ้าที่ทรงให้พระคัมภีร์ข้อนี้เข้ามาในความคิด  
ดิฉันได้ทันเวลา ถ้ายังอ่านและศึกษาพระดำรัสของพระเจ้า เรายังสามารถนำ  
คำสอนมาใช้ได้ในยามจำเป็น

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอบพระคุณที่ทรงประทานปัญญาให้ข้าพพระองค์ทั้งหลาย  
ผ่านทางพระคัมภีร์ ในยามที่ข้าพพระองค์ต้องการที่สุด ในพระนามพระเยซูคริสต์  
อาเมน

ปาเมลา แอล. ดอร์เรล (เคนทักกี)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนที่ข้าพเจ้าเคยพูดให้เขาเข้าใจ

เมื่อของโมเสสเมื่อยล้า....อาโรนกับเฮอร์กี่ช่วยยกมือท่านขึ้นคนละข้าง

มือของท่านก็อยู่จนตะวันตกดิน (อพยพ 17:12)

ดิฉันโตขึ้นมาในฟาร์มแห่งหนึ่ง ซึ่งการทำงานหนักเป็นปกติวิสัย อาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อและเบื่อหน่ายดูเหมือนไม่จบสิ้น ถ้าต้องการพักผ่อนเมื่อใด เรามักจะเอนหลังฟังรั้วที่อยู่ใกล้ๆ ใช้เป็นที่หนุนหลังตอนดื่มน้ำเย็นๆ เช็ดหน้า เช็ดตา และนั่งนึกสงสัยว่าเมื่อไรจะถึงเวลาหยุดเสียที

มีเพื่อนที่ดีก็เหมือนมีรั้วให้เราพักพิงในยามยาก เราสามารถฟังพวกเขาที่อยู่ใกล้ ทั้งยังมั่นคง แข็งแรง และปลอดภัยอีกด้วย

อาโรนและเฮอร์กี่เป็นเช่นนั้นสำหรับโมเสส เมื่อท่านเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าทั้งสองก็ช่วยจับแขนท่านไว้ “จนตะวันตกดิน” และยับยั้งเคียดข้างท่านไม่หวั่นไหว จนภารกิจสำเร็จเสร็จสิ้นและแน่ใจว่าอิสราเอลชนะศัตรูแล้ว

ตัวอย่างจากสองท่านนี้และจากชายหญิงหลายคนในพระคัมภีร์ กระตุ้นให้ดิฉันตั้งคำถามว่า ดิฉันยอมให้คนอื่นฟังบ้างไหมในยามที่พวกเขาอ่อนแอ ในฐานะที่เป็นครอบครัวของพระเจ้าเราสามารถถามตนเองว่า เราเคยให้ที่พึ่งพิงแก่คนอื่นได้สุดลมหายใจจนกว่าเขาจะเดินต่อไปได้บ้างไหม เราเคยให้โอกาสผู้คนที่คิดว่าภารกิจที่ทำอยู่ไม่รู้จักจบสิ้นได้พักเหนื่อยบ้างหรือเปล่า เราสามารถตัดสินใจสนับสนุนกันและกันเมื่อชีวิตประสบความสำเร็จลำบาก

ขณะที่เราช่วยสนับสนุนผู้ที่อยู่รอบข้าง เรายังสามารถฟังแรงสนับสนุนของพระเจ้าได้ถ้าชีวิตของเราเข้าตาจน

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าที่รักยิ่ง เมื่อข้าพระองค์ยืนมือสนับสนุนซึ่งกันและกัน ขอให้ข้าพระองค์ทั้งหลายเป็นท่อส่งพลังและความเข้มแข็งของพระองค์ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ข้อคิดสำหรับวันนี้

พระเจ้าทรงสร้างมือเราไว้ให้ช่วยเหลือผู้อื่นที่เกิดความจำเป็น

ไดแอนนา ซี. เดอร์ริงเจอร์ (เคนทักกี)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน เพื่อนที่ข้าพเจ้าพึ่งได้

วันอาทิตย์ อ่าน สดุดี 119:97-106

**พระคัมภีร์ทุกตอนได้รับการดลใจจากพระเจ้า และเป็นประโยชน์  
ในการสอน การตักเตือนว่ากล่าว การปรับปรุงแก้ไขคนให้ดี  
และการอบรมในทางธรรม เพื่อคนของพระเจ้าจะพร้อม  
ที่จะกระทำการดีทุกอย่าง (2 ทิโมธี 3:16-17)**

ในปี 2014 ครอบครัวของเราอพยพจากปากีสถานไปอยู่แคนาดา เพราะเป็นคนไปอยู่ใหม่ เราจึงเจอปัญหาทำชวนหลายอย่างระหว่างเดือนแรกๆ การทำชวนข้อแรกๆ อย่างหนึ่งก็คือ การทำความรู้จักถนนหนทางรอบๆ เมืองใหม่ วันหนึ่งเราจำเป็นต้องพาลูกชายคนเล็กไปเข้าโรงเรียนประจำตำบลบริเวณนั้น แม้ก่อนจะขับรถออกจากบ้านเราตรวจสอบว่าโรงเรียนอยู่ตรงไหน แต่กลับเลี้ยวผิดทางไปที่อื่น ทำให้หนักใจมากเมื่อพบว่าเรายู่ห่างจากโรงเรียนไกลโข ลูกชายคนโตของผมแนะนำให้เราซื้อระบบนำทางมาช่วยขณะขับรถ วันนั้นเองเราไปซื้อมาและเริ่มใช้ทันที แค่มิพม์ที่อยู่และขับไปตามคำแนะนำก็จะถึงเป้าหมาย

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

การทำตามพระวาทะของพระเจ้า  
ช่วยนำวิถีชีวิตของเราที่ดีที่สุด

ประสบการณ์นี้ทำให้ผมคิดถึงชีวิตของเราในฐานะเป็นคริสเตียนที่ซื่อสัตย์ เราทุกคนอยู่ระหว่างเดินทางไปสู่ชีวิตนิรันดร์ โดยมีพระคัมภีร์ช่วย

ชี้นำ ระหว่างการเดินทางอยู่ ถ้าอ่านและทำตาม คำสอนในพระคัมภีร์ เราจะสามารถเข้าใกล้ชีวิตนิรันดร์อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของเรายิ่งขึ้นทุกที

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอบพระคุณสำหรับพระคัมภีร์ซึ่งช่วยนำทางข้าพระองค์ทั้งหลายทั้งในชีวิตนี้และชีวิตนิรันดร์ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ซาฟา อิกบาล (อนนทาร์โอ แคนาดา)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน ผู้อพยพไปอยู่ต่างประเทศ

## สันติสุขท่ามกลางพายุ

วันจันทร์ อ่าน ลูกา 8:22-25

**พระเยซูตรัสกับสาวกของพระองค์ว่า “เรามอบสันติสุขไว้ให้แก่ท่านทั้งหลาย สันติสุขของเราที่ให้แก่ท่านนั้น เราให้ท่านไม่เหมือนโลกให้ อย่าให้ใจของท่านวิตก และอย่ากลัวเลย (ยอห์น 14:27)”**

พระเจ้าข้า โปรดช่วยข้าพระองค์ด้วยเถิด พ่อของดิฉันเพิ่งเสียชีวิตและดิฉันกำลังล่องลอยไปตามอารมณ์ขึ้นๆ ลงๆ รู้สึกเดียวดายเดียวจมอยู่ในความทุกข์และความสูญเสียอย่างลึกล้ำ เย็นวันนั้นขณะขับรถไปทำธุระ ดิฉันนึกขึ้นได้ว่าต้องอธิษฐานทูลขอสันติสุขที่เหนือความเข้าใจจากพระเจ้า (คูฟีลิปปี 4:7) หลังจากอธิษฐานแล้วดิฉันจึงไปทำธุระต่อ เมื่อกลับถึงบ้านดิฉันพูดคุยกับบางท่านถึงปัญหาของดิฉัน ท่านกรุณาเตือนดิฉันให้คิดถึงสันติสุขที่พระเจ้าประทานให้แล้ว อีกท่านหนึ่งอธิษฐานขอให้ดิฉันมีสันติสุข ประสบการณ์เหล่านี้ช่วยดิฉันให้รู้ว่า สันติสุขของพระเจ้าจะช่วยดิฉันให้ผ่านพ้นชีวิตช่วงนี้ไปได้

แม้ดิฉันจะยังรู้สึกอาลัยหาคุณพ่อมาก แต่ก็รู้ว่าตนเองมีได้อยู่ในความทุกข์ทรมานลำพังคนเดียว พระเจ้าจะทรงประทานความเข้มแข็งและสันติสุขให้ดิฉันจนสามารถผ่านพายุใดๆ ไปได้

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

ข้าพเจ้าไม่เคยอยู่คนเดียว  
เพราะพระเจ้าทรงสัญญาว่าจะไม่ทอดทิ้งข้าพเจ้าไปไหน

เราเผชิญพายุร้ายในชีวิตที่มีอยู่มากมาย หลายครั้งเรารู้สึกเหมือนว่า จะมีความเจ็บปวดมากเหลือล้นครอบงำเราไว้ เราอาจจะรู้สึกว่าเหวอยู่คนเดียวในหลุมลึกและสิ้นหวัง แต่พระเจ้าทรงสัญญาว่าจะไม่ทรงทอดทิ้งหรือหลงลืมเรา ถ้าเราอธิษฐานอยู่ท่ามกลางพายุ พระองค์จะทรงประทานสันติสุขที่เกินความเข้าใจให้เรา

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระบิดาบนสวรรค์ ขอบพระคุณที่ทรงประทับอยู่ที่นั่น เพื่อเห็นแก่ข้าพระองค์ ในนามพระเยซูคริสต์เจ้า อาเมน

โจดี วิลเลอร์ (อาร์ิโซนา)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ผู้ที่กำลังสู้กับความกดดันของชีวิต

วันอังคาร อ่าน เพลงคร่ำครวญ 3:21-25

**ชาวโลกทั้งสิ้นเอ๋ย จงเปล่งเสียงชื่นบานถวายแด่พระเจ้า  
จงปรนนิบัติพระเจ้า ด้วยความยินดีจงเข้ามาเฝ้าพระองค์  
ด้วยการร้องเพลง (สดุดี 100:1-2)**

กาเบรียล หลานชายอายุสองขวบของเราเป็นที่ชื่นชอบของทุกคนในครอบครัว ดิฉันกับสามีอายุเจ็ดสิบกว่าปีแล้ว และยังมีหลานวัยรุ่นอีกสองคน จึงเป็นพระพรสำหรับทุกคนที่มีหลานเยาว์วัยมาเกิดขณะที่เรายังมีชีวิตอยู่ ทุกเช้ากาเบรียลจะตื่นขึ้นด้วยความกระตือรือร้น เขาตรวจดูของเล่นทุกชิ้นเหมือนเพิ่งได้มาใหม่ และกอดจูบทุกคนราวกับไม่เห็นกันมานาน เขาออกไปสำรวจทุกสิ่งข้างนอกบ้าน เช่น ใบไม้ ก้อนหิน ชิงช้า กระดานลื่น ฯ ราวกับว่าเพิ่งได้เห็นวันนี้เอง

จะเป็นอย่างไร ถ้าเราทุกคนชื่นชมทุกวันใหม่ด้วยความตื่นเต้น และมีความรัก ความชื่นชมยินดีเหมือนกาเบรียล หรือถ้าเราขอบคุณพระเจ้าสำหรับพระพรที่ได้รับ แทนที่จะมีชีวิตอยู่อย่างขมขื่น จะน่าอัศจรรย์สักเท่าใด ถ้าความกระตือรือร้นและความรักพระเจ้าของเราทำให้คนอื่นเห็นความเชื่อของเราได้

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

อะไรทำให้ข้าพเจ้าตื่นเต้น  
เรื่องความเชื่อในพระคริสต์ของข้าพเจ้า

ชัดเจน และถ้าความชื่นชมยินดีในความเชื่อของเราสืบทอดไปยังใครสักคนหนึ่ง และทำให้ใครคนนั้นอยากรู้จักพระเจ้ามากที่สุด **อิชฺฐาน** ข้าแต่พระเจ้า โปรด

ช่วยข้าพระองค์ทั้งหลายให้กระตือรือร้นและพอใจในพระพรเรียบง่ายที่ทรงประทานให้ และขอให้ได้แบ่งปันความเชื่อของข้าพระองค์แก่ผู้อื่น **อิชฺฐาน** ในนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แพทรีเซีย สติกล (นอร์ธ คาโรไลน่า)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เพื่อให้แบ่งปันความยินดีที่รู้จักพระเจ้า

## สาริตทางชีวิตใหม่ วันพุธ อ่าน สดุดี 16:1-11

**จงเตรียมตัวไว้ให้พร้อมเสมอ เพื่อท่านจะสามารถตอบทุกคน  
ที่ถามท่านว่า ท่านมีความหวังใจเช่นนี้ด้วยเหตุผลประการใด  
แต่จงตอบด้วยใจสุภาพและด้วยความนบถือ (1 เปโตร 3:15)**

ก่อนจะมาเชื่อในพระคริสต์ ผมเป็นคนไม่เอาไหน ทั้งหมดหวังและ  
ไร้ความชื่นชมยินดี ผมรู้ตัวว่าทำผิดหลายอย่าง และก็เห็นว่าชีวิตจะดีขึ้นได้  
อย่างไร พอได้พบบางคนในชั้นมัธยมปลายซึ่งดูเหมือนว่าพวกเขาจะมีอะไร  
พิเศษบางอย่าง คือชีวิตของพวกเขาไม่ธรรมดาและมีความหมายมาก ถ้าสังเกต  
ให้ดีจะรู้ว่าพวกเขาไม่เพียงแต่มีความสุขเท่านั้นแต่มีความยินดีด้วย นั่นเป็นเรื่อง  
แปลกและดึงดูดความสนใจมาก  
ผมจึงถามพวกเขาหลายอย่าง  
และพอใจในคำตอบที่เต็มด้วยความ  
เมตตากรุณา

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

ความชื่นชมยินดีในพระเจ้าของข้าพเจ้า  
สร้างความประทับใจแก่คนที่อยู่รอบข้าง

ถ้ามีคนถามว่าผมเป็น  
คริสเตียนได้อย่างไร ผมจะชี้ไปที่พวกคริสเตียนที่น่าประทับใจ และใช้ชีวิต  
ด้วยความชื่นชมยินดี มีเป้าหมายต่อพระพักตร์พระเจ้า ถึงพวกเขาจะเผชิญ  
ความทุกข์ยากในชีวิต ก็ยังสรรเสริญพระเจ้าได้ พวกเขายังเล่าเหตุผลสำคัญ  
ให้ผมทราบ โดยบอกว่าทางชีวิตแท้และความยินดีชั่ววันรันดร์มีในพระเยซูคริสต์  
เท่านั้น ผมขอบคุณที่ความชื่นชมยินดีพวกเขาช่วยสาริตชีวิตใหม่ในพระคริสต์  
ให้ผมเข้าใจ

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระองค์เท่านั้นที่เป็นความยินดีสูงสุดของข้าพระองค์  
ทั้งหลาย ขอบพระคุณที่ทรงประทานชีวิตใหม่แก่ข้าพระองค์ทางพระเยซูคริสต์  
ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ไมค์ เมเดรอส (แคลิฟอร์เนีย)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนหนุ่มสาวที่ยังไม่รู้จักพระเยซูคริสต์

## ทางที่ดีกว่า

12 เม.ย  
2018

วันพฤหัสบดี อ่าน 2 โครินธ์ 12:6-10

**พระเจ้าตรัสกับเปาโลว่า “การที่มีคุณของเราก็พอแก่เจ้าแล้ว  
เพราะความอ่อนแอมีที่ไหน เดชของเราก็มีฤทธิ์ขึ้นเต็มขนาดที่นั่น”**

(2 โครินธ์ 12:9)

บางครั้งถ้าดิฉันมองดูตารางการทำงานล้นหลามสัปดาห์ ก็นึกประหลาดใจว่าจะทำทุกสิ่งให้ลงตัวได้อย่างไร บางคราวดิฉันรู้สึกกระวนกระวายใจว่าจะสู้การทำหายในชีวิตได้หรือไม่ แต่คราวนี้ดิฉันสามารถเลือกได้ว่าจะวิตกกังวลและคิดถึงสถานการณ์ที่เลวสุดๆ นี้ได้อย่างไร หรือว่าจะเลือกทางอื่น

ดิฉันสามารถเลิกล้มใจและเริ่มอธิษฐาน ตามปกติการอธิษฐานจะทำให้ใจของดิฉันสงบลงได้ โดยเตือนให้วางใจในพระเจ้าที่ละวัน พระคุณของพระองค์มีพอสำหรับแต่ละเรื่องในแต่ละวัน (ดู 2 โครินธ์ 12:6-9) ดิฉันสามารถเลือกได้ว่าจะวางใจในฤทธิ์อำนาจของพระเจ้า และขอบพระคุณสำหรับความอ่อนแอของดิฉัน จึงสามารถเลือกได้ว่า จะดำเนินชีวิตในปัจจุบันโดยเปิดตาหูฟังพระพรด้วยใจยินดีที่ละวัน แทนที่จะวิตกกังวลถึงวันพรุ่งนี้และการทำหายที่ยังไม่เกิดขึ้น ดิฉันสามารถเลือกได้ว่าจะคิดถึงเรื่องเลวร้ายที่ขัดขวางความรู้ของพระเจ้า (ดู 2 โครินธ์ 10:5) หรือจะคิดถึงความจริงในพระคำรัสของพระองค์

ดิฉันไม่ได้บอกว่าการทำเช่นนี้เป็นเรื่องง่าย ในทางปฏิบัติแล้วมันจะค่อยๆ กลายเป็นปกติวิสัยสำหรับดิฉัน ประสบการณ์ทำให้รู้ว่าดิฉันสามารถวางใจให้พระเจ้าทรงแก้ไขความจำเป็นทุกอย่างให้ ดิฉันเคยเห็นพระเจ้าทรงประทานกำลังความเข้มแข็งให้ตรงกับความเป็น ดิฉันจึงเลือกทางดำเนินชีวิตที่ดีกว่าคือวางใจพระเจ้า และฟังพระองค์วันต่อวันด้วยใจโมทนาและขอบพระคุณ

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดาที่รัก ขอให้ข้าพระองค์ทั้งหลายกลัววางใจในพระองค์ทุกสถานการณ์ เมื่อชีวิตของข้าพระองค์ถูกทำลาย ขอให้ข้าพระองค์ฟังฤทธิ์เดชของพระองค์ มีชัยชนะความสามารถของข้าพระองค์เอง ในพระนามพระเยซูคริสต์อาเมน

แอนน์ สจ๊วต (เชิร์ชออสเตอเรย์)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ให้วางใจในพระเจ้าทุกสถานการณ์

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**

วันนี้ข้าพเจ้าจะเลิกวิตกกังวลและเริ่มอธิษฐาน

## เสียงของพระวิญญาณ วันศุกร์ อ่าน ลูกา 11:9-13

**พระเยซูตรัสว่า “เราจะทูลขอพระบิดา และพระองค์จะประทาน  
ผู้ช่วยอีกผู้หนึ่งให้แก่ท่าน เพื่อจะได้อยู่กับท่านตลอดไป คือพระวิญญาณ  
แห่งความจริง” (ยอห์น 14:16-17)**

การประชุมของบรรดาผู้นำในสังกัดคริสตจักรของเรา เป็นกระจกเงาสะท้อนให้เห็นความขัดแย้งในบ้านของดิฉันได้เป็นอย่างดี ดิฉันเห็นคนดีมีคุณธรรมทั้งสองฝ่ายแสดงความคิดเห็นขัดแย้งในประเด็นต่างๆ

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
ข้าพเจ้าจะพบสันติสุขได้  
ถ้าเงี่ยหูฟังพระวิญญาณบริสุทธิ์

หลังจากการประชุมได้ไม่กี่วัน ดิฉันพาลูกชายไปฟังวงดนตรีออริคอน บรรเลงเพลงซิมโฟนีอันดับที่ 3 ของมาห์

เลอร์ที่เขาโปรดปราน เราทั้งสองได้รับประสบการณ์ว่า ดนตรีช่วยให้ระลึกถึงเสียงที่พระวิญญาณบริสุทธิ์ทรงกระซิบเตือนเบาๆ ในใจให้คลายเครียด บรรเลงเพลงซิมโฟนีของมาห์เลอร์ตอนท้ายๆ มีตอนหนึ่งไพเราะมาก ทรมับเปิดอกที่เป่าเสียงเบาๆ อยู่ปลายเวทีไกลพื้นฟังแทบไม่ได้ยิน แต่ก็ไพเราะ อ่อนหวานที่ทุกคนอยากฟัง บางครั้งมีเสียงเครื่องดนตรีอื่นช่วยเสริมและประสานทำนองเพลงที่ทรมับเปิดเป่าด้วยเสียงเบาๆ ทำให้ยิ่งไพเราะขึ้น แต่บางครั้งก็กลบเสียงทรมับเปิดด้วยเสียงที่ฟังแล้วไม่เข้ากัน

ดิฉันนึกสงสัยว่าตนเองเป็นเครื่องดนตรีชิ้นไหน บางครั้งดิฉันอยากแสดงความคิดของตนเองออกมาดังๆ จนเกือบกลบเสียงของพระวิญญาณบริสุทธิ์แห่งความจริงของพระเจ้า ยิ่งเสียงของคนอื่นแล้วไม่ได้ยินเลย แต่ถ้าสงบใจฟังให้ดีจะได้ยินเสียงของพระวิญญาณกระซิบเบาๆ และอ่อนโยนอยู่ตรงนั้น อันที่จริงแล้ว บางครั้งคนที่ดิฉันพยายามจะพูดข่มเพื่อเอาชนะ เขานั้นแหละคือเสียงสะท้อนของพระวิญญาณ การจะเป็นเครื่องมือเพื่อสร้างสันติได้ ต้องเริ่มด้วยการฟังเสียงพระวิญญาณบริสุทธิ์

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระผู้ประเสริฐ ขอพระคุณที่ทรงใช้พระวิญญาณบริสุทธิ์มาหาข้าพระองค์ทั้งหลาย ขอให้หูของข้าพระองค์ได้ยินความจริงและหัวใจของข้าพระองค์เข้าใจความหมาย อธิษฐานในนามพระเยซูคริสต์เจ้า อาเมน

แอนน์ เคย์เซอร์ (ออริคอน)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ความขัดแย้งในคริสตจักร



จงทูลเรื่องความปรารถนาของท่านทุกอย่างต่อพระเจ้า ด้วยการอธิษฐาน  
... แล้วสันติสุขแห่งพระเจ้าซึ่งเกินความเข้าใจ จะคุ้มครองจิตใจ  
และความคิดของท่านไว้ในพระเยซูคริสต์ (ฟิลิปปี 4:6-7)

ผมเริ่มฝึกวิ่งตอนอายุ 55 ปี เนื่องจากผมอาศัยอยู่ในฟาร์ม ส่วนใหญ่จึงวิ่งอยู่ในชอยหรือบนถนนชนบท นานๆ ครั้งจะเห็นรถสักคัน แต่ถ้าเห็นผมจะโบกมือให้เสมอ สถานที่พักผ่อนที่ผมชอบมากคือที่ซินโคทิก รัฐเวอร์จิเนีย ที่นั่นผมต้องวิ่งในเมืองท่ามกลางรถนักท่องเที่ยวที่แออัด ผมยังคงโบกมือให้ แต่ถึงจะทำเช่นนั้นก็มีรถไม่กี่คันที่ขับช้าลงหรือหลีกเลี่ยงให้ผมวิ่งได้อย่างปลอดภัย

เมื่อเป็นเช่นนี้ทำให้ผมเริ่มหงุดหงิดและโกรธเคือง โดยเฉพาะคนขับคนใดคนหนึ่งเท่านั้นและทุกคันเลยแหละ แล้วผมก็เกิดความคิดอย่างหนึ่ง

ข้อคิดสำหรับวันนี้  
แทนที่จะฝังใจในความโกรธเคือง  
ข้าพเจ้าจะอธิษฐาน

ขึ้นมา คือแทนที่จะโบกมือให้คนขับรถ ผมจะชูสองนิ้วเป็นสัญลักษณ์มอบสันติสุขของพระเจ้าให้ ผมอธิษฐานเผื่อคนขับรถและผู้โดยสารแต่ละคนที่พบเห็น โดยเฉพาะผู้ที่ไม่ยอมชะลอรถให้ช้าลงหรือหลีกเลี่ยงให้

ทำเช่นนั้นผมอาจจะไม่ช่วยให้ใครขับรถปลอดภัยมากขึ้น แต่เมื่อผมอธิษฐานเผื่อพวกเขา สันติสุขของพระเจ้าก็อยู่กับผมด้วยเช่นกัน

เมื่อใดที่เราถูกทดลองให้โกรธ เราสามารถระลึกว่าอยู่ในพระคริสต์เราจะมีสันติสุข เป็นสันติสุขที่สามารถแบ่งปันแก่ทุกคนที่พบหน้ากัน

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระบิดา พระเจ้าแห่งสันติสุขที่รัก ขอบพระคุณที่ทรงสร้างโลกสวยงามเพื่อให้ข้าพระองค์ทั้งหลายได้ชื่นชม ขอให้ข้าพระองค์พอใจผู้คนในโลกนี้ และทำหน้าที่ส่วนของข้าพระองค์เพื่อให้เกิดสันติสุข อธิษฐานในนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ลินวูด บอร์ดดัส (เวอร์จิเนีย)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน คนที่ทำให้ข้าพเจ้าโกรธ

15 เม.ย  
2018

## ความดีของพระเจ้า

วันอาทิตย์ อ่าน สดุดี 27:1-14

**“ข้าพเจ้าเชื่อแน่ว่า ข้าพเจ้าจะเห็นพระคุณของพระเจ้า  
ที่ในแผ่นดินของคนเป็น” (สดุดี 27:13)**

ในปี 2013 สามีของดิฉันป่วยด้วยโรคหัวใจขาดเลือดฉับพลัน ทำให้หัวใจทำงานได้เพียงร้อยละ 30 เท่านั้น จึงต้องใช้เครื่องช่วยกระตุ้นหัวใจ น้าอัสจรรยที่เขาสามารถเอาชนะโรคนี้และปัญหาทางร่างกายอีกหลายอย่างได้ประสบการณ์ครั้งนั้นทำให้สดุดี 27:13 เป็นข้อพระคัมภีร์ที่ดิฉันชอบมาก

ต้นปี 2016 สุขภาพของสามีกลับทรุดลงอีกเพราะโรคไตแทรกซ้อน เขาทนความเจ็บปวดมากขึ้นอยู่นานวัน แต่เรายังเห็นพระคุณของพระเจ้าอยู่ หลังจากสามีของดิฉันเสียชีวิตแล้วทำให้ยากที่จะเห็นว่าความตายเป็นส่วนหนึ่งในความดีของพระองค์ พวกเราที่เป็นเพื่อนและครอบครัวของเขา ตกอยู่ในสภาพที่ไม่เข้าใจพระเจ้า แต่พระองค์ยังทรงซื่อสัตย์อยู่เหมือนเดิม การยอมรับความดีของพระองค์ทำให้เราได้เห็นพระสัญญาประสบความสำเร็จด้วยความเชื่อและความหวัง คือพระสัญญาเรื่องชีวิตนิรันดร์ ที่ไม่มีความเจ็บป่วย ปวดร้าว และทนทุกข์ทรมาน

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระผู้แห่งความหวัง ขอบพระคุณที่ทรงโอบอุ้มข้าพระองค์ทั้งหลายด้วยพระกำลังและความดีของพระองค์ แม้ในยามโศกเศร้า

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
เราจะพบความดีของพระเจ้า  
ได้ในทุกสถานการณ์

ข้าพระองค์ก็ยังเชื่อเช่นเดียวกับผู้ประพันธ์เพลงสดุดีว่า จะได้เห็นความดีของพระองค์ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

เออร์ชา มาร์ตินเซ (เปอร์โตริโก)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ผู้ที่กำลังหายจากโรคหัวใจขาดเลือดฉับพลัน

ดูด้วยสายตาแห่งความเชื่อ  
วันจันทร์ อ่าน โรม 8:12-17

16 เม.ย  
2018

**ท่านได้รับพระวิญญาณผู้ทรงให้เป็นบุตรของพระเจ้า ให้เราทั้งหลาย  
ร้องเรียกพระเจ้าว่า “อับบา” คือพระบิดา (โรม 8:15)**

เมื่อ 9 ปีก่อน ตอนที่ผมอัม เมลินา ลูกสาวคนแรกของผมเป็นครั้งแรก ผมรู้ว่าผมได้รับสิ่งที่ขาดไปในชีวิตของผมแล้ว และรู้ว่าที่ผมได้อยู่กับเมลินา ที่โรงพยาบาลนั้นเป็นพระประสงค์ของพระเจ้า เดียวนี้ผมมีลูกทั้งหมดห้าคนด้วยกัน เป็นผู้หญิงสี่คนและผู้ชายหนึ่งคน ผมเห็นตัวเองอยู่ในพวกลูกๆ เห็นสัญญาตญาณแห่งการป้องกันตัวในเดวิดลูกชาย เห็นความคิดริเริ่มและอารมณ์ขันในเมลินา เห็นอารมณ์ร้ายในเซเรนา เห็นความต้องการให้โอบกอดในเอลลี เห็นความซื่อป้อในเฟท บ่อยครั้งเมื่อเราอยู่ด้วยกันในที่สาธารณะ คนจะจ้องดูเรา คงจะเป็นเพราะเห็นลูกๆ ของผมเป็นชาวสเปนแต่ผมไม่ใช่ ทั้งนี้ก็เพราะลูกๆ ทุกคนเป็นลูกบุญธรรมของผม

เมื่อผมดูพวกเขา ทั้งหมดที่ผมเห็นก็คือเมลินา เอลลี เดวิด เซเรนา และเฟท ทุกคนคือความชื่นใจในชีวิตของผม ผมยิ้มบ่อยๆ เมื่อคิดขึ้นได้ว่าวิธี

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
เพราะเราเป็นบุตรของพระเจ้า  
เราจึงมีบ้านเสมอ

ที่ผมดูลูกๆ คือวิธีที่พระเจ้าทรงดูเราทุกคนอย่างชื่นพระทัย ไม่ว่าพ่อในโลกนี้ของเรจะเป็นเช่นไร เราก็มียะพระเจ้าทรงเป็นพระบิดาผู้ประทานความรัก ความปลอดภัย การนำทาง ความช่วยเหลือ กำลังใจ และบ้าน ในข้อพระคัมภีร์ที่อ้างถึงวันนี้ อัครทูตเปาโลเตือนเราให้รำลึกเสมอว่า เรามีความรักความสัมพันธ์ส่วนตัวกับพระเจ้า ด้วยคำว่า “อับบา” เพราะเป็นบุตรของพระองค์เราจึงมีเอกลักษณ์พิเศษและเป็นครอบครัวของพระเจ้า

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระบิดาของข้าพระองค์ทั้งหลาย ขอบพระคุณที่ทรงรับอุปการะข้าพระองค์ไว้ในครอบครัวของพระองค์ ขอให้ข้าพระองค์รักพระองค์ ตอบและขยายความรักไปยังผู้อื่น ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

สตีเฟน จอนห์สัน (แคลิฟอร์เนีย)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนที่กำลังรอรับอุปการะบุตร

## ของดีทุกอย่าง

วันอังคาร อ่าน สดุดี 34:4-10

**ขอเชิญชิมดูแล้วจะเห็นว่า พระเจ้าประเสริฐ...เพราะผู้ที่ยำเกรงพระองค์  
ไม่ขาดแคลน ....บรรดาผู้ที่แสวงพระเจ้า ไม่ขาดของดีใดๆ (สดุดี 34:8-10)**

หลายปีมานี้ข้างบ้านของดิฉันกลายเป็นที่อยู่อาศัยของแมวหลงทางจำนวนมาก พวกเราหลายคนในชุมชนนำน้ำสะอาดและอาหารสดใหม่มาเลี้ยงพวกมันให้อิ่มหนำสำราญทุกวันเป็นประจำ เพื่อไม่ให้พวกมันไปเที่ยวกัดถุงขยะให้ขาดกระจุยเพื่อหาอาหารกิน

ทุกสิ่งดำเนินไปด้วยดี นอกจากแมวตัวหนึ่งที่เราเรียกว่าเจ้าสะโมกกี้ ถึงเราเห็นมันจะกินอาหารจากหลายจานและบ่อยๆ มันก็ยังออกไปเที่ยวฉีกถุงขยะและตีมจากท่อน้ำทิ้งหรือบ่อน้ำสกปรกอีก

ครั้งหนึ่ง ขณะที่ดิฉันรู้สึกไม่พอใจที่มันออกไปหากินตามถุงขยะของเพื่อนบ้าน จึงอุ้มมันมาพร้อมกับตะคอกว่า “สะโมกกี้ ทำไมต้องไปคุ้ยถุงขยะอีก ทั้งๆ ที่ฉันเอา

**อาหารดีกว่านั้นมาให้แกกินที่นี่แล้ว”**

หลังจากนั้นได้ไม่นาน ดิฉันก็นึกสงสัยตนเองว่า บ่อยแค่ไหนหนอนที่พระเจ้าทรงตั้งคำถามเดียวกันนี้แก่ดิฉันด้วย

พระเจ้าทรงเลียงดูเราดี

ยิ่งกว่านั้น ทุกสิ่งที่พระประทานให้ล้วนแต่ดีที่ สุดแล้ว ในสดุดี 34:8 เชิญชวนเราให้ “ชิมดูแล้วจะเห็นว่า พระเจ้าประเสริฐ” แต่เรายังเที่ยวคุ้ยถุงขยะชีวิตด้วยเหตุผลหลากหลาย อาจจะถึงเวลาเลิกคุ้ยขยะของเราได้แล้ว และกลับมานั่งรับประทานอาหารชั้นดีที่พระเจ้าทรงจัดรอไว้ให้ด้วยใจเบิกบาน

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระผู้ซื่อสัตย์ ขอให้ข้าพระองค์ทั้งหลาย รับของดีทุกอย่างที่พระองค์ทรงจัดไว้ให้ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แพม แมนเนอร์ (นิวเจอร์ซีย์)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ผู้ที่มีอาหารไม่พอกิน

## ทรงเรียกตามชื่อ

18 เม.ย  
2018

วันพุธ อ่าน ยอห์น 10:1-5

**พระเจ้าตรัสตั้งชื่อว่า “อย่างกล้วย เพราะเราได้ไถ่เจ้าแล้ว  
เราได้เรียกเจ้าตามชื่อ เจ้าเป็นของเรา (อิสยาห์ 43:1)**

ข่าววันนี้ให้ผมเห็นภาพใหม่ของผู้ลี้ภัย ผมเคยเห็นภาพผู้คนที่เบียดเสียด ยัดเยียดกันเดินทางเสี่ยงภัยขวญกระเจิง อยู่บนเรือ หรือเดินทางเป็นทิวแถวไปหา

ที่ปลอดภัยหรือชีวิตใหม่ของพวกเขา แต่คราวนี้เป็นภาพฝูงคนดันรื้อลวดเลเซอร์ ที่ห้ามผ่านเข้าไป พื้นที่ที่ได้ยินเสียงผู้บรรยายชาวเรียกชื่อบางคนว่า “ซาเรีย” ทำให้ผมไม่ได้มองพวกเขาเป็นคนฝูงหนึ่ง กลับเห็นแต่ละคนที่รวมกันเป็นกลุ่ม แต่ละคนมีประวัติส่วนตัว มีประสบการณ์ เช่น หวาดกลัว เจ็บปวด สูญเสีย การเสียสละ ความเชื่อ ความหวัง และความรักเช่นเดียวกันกับซาเรีย

พระเยซูทรงสอนเราว่า ความรักที่พระเจ้าทรงมีต่อคนทั้งโลกนั้น พระองค์รักแต่ละคนเป็นส่วนตัว ในพระคัมภีร์ที่อ่านวันนี้พระเยซูทรงบอกว่าพระเจ้าทรงเป็นผู้เลี้ยงแกะที่ดีเลิศ ทรงรู้จักชื่อแกะของพระองค์แต่ละตัว พระองค์ทรงทนทุกข์เพื่อเรา และกับเราแต่ละคนเพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีใครตกหล่นหรือสูญหาย

ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา คำอธิษฐานของผมเปลี่ยนไป ผมไม่ได้อธิษฐานว่า “พระเจ้าข้า โปรดช่วยบรรดาผู้ลี้ภัย” แต่อธิษฐานว่า “พระเจ้าข้า ขอทรงรับซาเรียและผู้ลี้ภัยแต่ละคน หรือผู้หาสถานที่คุ้มภัยเช่นเดียวกับเธอ” คำอธิษฐานของผมไม่ได้ออกมาจากความหวังใยโดยรวม แต่ออกมาจากความเมตตาที่ใกล้ชิดกันเป็นส่วนตัว เหมือนที่พระเจ้าทรงรักเราแต่ละคน

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า โปรดให้ข้าพระองค์ทั้งหลายมีใจเมตตากรุณา ร่วมทุกข์ร่วมสุขกับแต่ละคนในโลกที่เต็มไปด้วยความอยุติธรรม จนกว่าคำอธิษฐานทั้งหมดของข้าพระองค์ทุกคนจะเปลี่ยนเป็นการกระทำด้วยความรัก ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

คอลิน ฮาบัค (คัมบริอา อังกฤษ)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** ผู้ลี้ภัยและผู้หาที่คุ้มภัย

**ถ้าพระเจ้ามิได้ทรงสร้างบ้าน บรรดาผู้ที่สร้างก็เหนื่อยเปล่า (สดุดี 127:1)**

บ้านของเราซ่อมสร้างมานานจนบัดนี้ยังไม่เสร็จ เรารื้อผนังห้องและเพดาน เป็นการปรับปรุงภายในที่มองไม่เห็นให้ดีขึ้น เช่นเปลี่ยนท่อประปาและสายไฟฟ้า เรารู้ดีว่าการเปลี่ยนภายในนี้ถึงจะมองไม่เห็นแต่ก็ทำให้บ้านดีขึ้น ทั้งแข็งแรงและปลอดภัยกว่าเดิม

เรื่องนี้ทำให้ผมคิดถึงเปาโลในพระคัมภีร์ที่อ่านวันนี้ ท่านบอกว่าเราถูกข่มเหง แต่ก็ไม่ถูกทอดทิ้ง เราถูกตีลงแล้ว แต่ก็ไม่ถึงตาย เพื่อว่าชีวิตของพระเยซูจะปรากฏในกายของเรา และพระสัญญาเรื่องการคืนพระชนม์ของพระองค์จะได้ปรากฏให้เห็นในโลกนี้ นับตั้งแต่วันที่ผมเชื่อในพระคริสต์ ผมก็เข้าสู่ช่วงของการสร้างใหม่ พระคริสต์ทรงปั้นแต่ง ปรับเปลี่ยนและสร้างวิญญาณของผมขึ้นใหม่ เพราะ

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
ข้าพเจ้าสามารถมองเห็นวิธี  
ที่พระเจ้าทรงใช้เปลี่ยนข้าพเจ้า

พระองค์ทรงรักผมมากจึงทรงทำ  
เช่นนั้น ข้าพเจ้าจึงยืนหยัดอยู่ได้แรง  
กดดันของโลกนี้ได้

การสร้างใหม่เป็นงานยากและ  
ยุ่งเหยิง แต่พอสร้างเสร็จก็คุ้มค่า ถ้าเราเต็มใจยอมให้พระคริสต์สร้างเราขึ้นใหม่  
วันต่อวัน ระหว่างสร้างอาจจะเจ็บปวด แต่เรารู้ว่าสุดท้ายเราจะดีขึ้น แข็งแรงขึ้น  
และเป็นพยานได้อย่างมีประสิทธิภาพขึ้น เมื่ออยู่ในความดูแลของพระเจ้าเรารู้สึก  
มั่นใจว่าพระองค์ทรงประสงค์ดีต่อเรา และเราสามารถมองดูอนาคตที่สดใสด้วย  
ความหวัง (ดู เยเรมีย์ 29:11)

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขออย่าให้ข้าพระองค์ทั้งหลายขัดขวางความเปลี่ยนแปลง  
ที่เราจำเป็นต้องได้รับ เพื่อปรับปรุงให้เป็นฉายาของพระคริสต์ อธิษฐานในนาม  
พระเยซูคริสต์เจ้า อาเมน

เจนนี่ แคลเวิร์ต (เท็กซัส)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนงานก่อสร้าง

## คำขอรับรองของเด็กสองขวบ

วันศุกร์ อ่าน มัทธิว มาระโก 9:35-37

**พระเยซูตรัสว่า “ผู้หนึ่งผู้ใดมิได้รับแผ่นดินของพระเจ้าเหมือนเด็กเล็กๆ  
ผู้นั้นจะเข้าไปในแผ่นดินนั้นไม่ได้” (มาระโก 10:15)**

ผมชอบอยู่เป็นเพื่อนมอลลี  
หลานสาวของผม เมื่อไม่นานนี้เธอเป็น  
ไข้และรู้สึกครั่นเนื้อครั่นตัว ธรรมดา  
เมื่อเด็กอายุสองปีไม่สบายมักจะชอบ  
อ้อนโยเย แต่มอลลีสอนผมให้รู้จัก  
ความรักของพระเจ้า

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

เมื่ออยู่ในอ้อมกอดของพระเจ้า  
ความกลัวและความเศร้าใจไม่มี  
ทางเอาชนะข้าพเจ้า

ถ้ามอลลีรู้สึกเศร้าใจหรือเครียดและต้องการให้ปลอบโยน เธอจะไม่ร้อง  
โยเยขอให้อุ้มแต่จะมองหน้าผมแล้วพูดว่า “หนูอยากกอดตาจ้จเลย” เธอพูดราว  
กับว่าผมคือผู้ที่ต้องการให้เธอปลอบใจ จะมีใครบ้างหนอยี่นอยากทำเช่นนั้น

ความสัมพันธ์ของเรากับพระเยซูคริสต์ก็เป็นเช่นนั้นด้วย บ่อยครั้งเราจะ  
เรียกร้องให้พระเยซูทรงโอบกอดก็ต่อเมื่อเราตกทุกข์ได้ยากเท่านั้น สิ่งที่เรา  
ไม่รู้ตัวก็คือพระองค์ตรัสกับเราเสมอเหมือนมอลลีว่า “เราอยากกอดเจ้า”  
พระเยซูทรงอยากกอดเราแม้เมื่อเราไม่รู้สึกรักตัวหรือไม่ก็อยากให้พระองค์  
ทำเช่นนั้น พระองค์ทรงต้องการเป็นที่ลี้ภัยและความเข้มแข็งของเรา ไม่ใช่เฉพาะ  
ในยามยากลำบาก เช่นนี้แล้วเราจะปฏิเสธพระองค์ได้อย่างไรกัน

เราทุกคนเป็นบุตรของพระเจ้า และอยากทูลพระบิดาบนสวรรค์ของเรา  
เหมือนกับมอลลีว่า “ข้าพระองค์อยากกอดพระองค์” มาระโก 10:16 ช่วยให้  
เรามั่นใจว่าพระเจ้าจะทรงตอบโดย “พระเยซูคริสต์ทรงอุ้มเด็กเล็กๆ เหล่านั้น  
วางพระหัตถ์บนเขาแล้วทรงอวยพรให้”

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ข้าพระองค์ทั้งหลายอยากรู้สึกปลอดภัยในอ้อมกอด  
ของพระองค์ ต้องการให้พระหัตถ์ที่อบอุ่นด้วยความรักกอดข้าพระองค์ในวันนี้และ  
ทุกวัน ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ไมลส์ คิว. เทอร์เนอร์ (อิลลินอยส์)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน ปู่ย่าตายายและหลานๆ

## ร้องรับ

วันเสาร์ อ่าน สดุดี 19:1-14

**“แผ่นดินโลกทั้งสิ้นจะนมัสการพระองค์ เขาทั้งหลายจะร้องเพลง  
สรรเสริญพระองค์ ร้องเพลงสรรเสริญพระนามของพระองค์”**

(สดุดี 66:4)

ดิฉันชอบเวลาเช้าที่ฟ้ายังมีดอยู่ พอฟ้าแสงสียเงินสีทองก็เริ่มสาดส่อง ดิฉันตื่นแต่เช้ามืดเพื่อฟังเสียงนกตัวแรกร้องเพลงเบาๆ อยู่เดียวดาย สองสาม วินาทีต่อมามีเสียงนกอีกตัวหนึ่งร้องรับ อีกสองสามวินาทีมีเสียงนกตัวที่สาม ร่วมด้วย แล้วมีเสียงตามมาเป็นสิบเป็นร้อยร้องประสานเสียงแข่งแซ่อยู่ยาวนานเกือบ สิบนาที

ในยามเช้าตรู่เช่นนี้ เสียงนกตัวแรกที่ทำลายความเงียบโดยร้องเพลง สรรเสริญพระเจ้า ทำให้ดิฉันรู้สึกมั่นใจว่ามีพระเจ้าผู้สร้างผู้ทรงฤทธิ์และความรัก ประทับอยู่ เสียงแซ่ซ้องสรรเสริญพระเจ้าในยามเช้าดลใจดิฉันให้อิच्छาและ สรรเสริญพระเจ้าทุกเช้าวันใหม่ เสียงนกเป็นแรงใจให้ดิฉันเปล่งเสียงสรรเสริญ พระเจ้าที่พระองค์ทรงซื่อสัตย์และเที่ยงธรรมต่อดิฉันทุกวิถีทาง และที่ทรงสร้าง ธรรมชาติอันสวยงาม โดยเฉพาะเหล่าสกุณาที่เริ่มร้องเพลงสรรเสริญอุทยานภาพ ของพระเจ้าทุกเช้ามืดของแต่ละวัน

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

“จิตใจของข้าพเจ้าเอ๋ย จงตื่นเถิด  
ข้าพเจ้าจะปลุกรุ่งอรุณ ข้าแต่องค์พระผู้เป็นเจ้า  
ข้าพระองค์จะถวายโมทนาพระคุณพระองค์...”

(สดุดี 57:8-9)

### อิच्छา ขำแต่

พระเจ้า ขอบพระคุณ  
สำหรับธรรมชาติที่  
สวยงาม เสียงนกร้องเมื่อ  
เริ่มวันใหม่ที่สอนใจข้า  
พระองค์ทั้งหลายให้รู้จัก

สรรเสริญพระองค์ทุกเช้าของวันใหม่ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

อัลลา วัคस्ता (ซัคคาพาเทีย ยูเครน)

เป้าหมายของคำอิच्छา ศิษยาภิบาลในชนบท



## มองไปข้างหน้า

วันอาทิตย์ อ่าน ลูกา 2:36-38

22 เม.ย

2018

**(เรา)คอยความสุขซึ่งจะได้รับตามความหวัง ได้แก่การปรากฏ  
ของพระสิริของพระเจ้าใหญ่ยิ่งคือพระเยซูคริสต์ พระผู้ช่วยให้รอด  
ของเรา (ทิตัส 2:13)**

บางครั้งผมเอาแต่คร่ำครวญถึงความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นในวัยชราและอาลัยหา  
“วันเก่าๆ ที่แคล่วคล่องว่องไว” พระคัมภีร์ที่อ่านวันนี้เป็นเรื่องของอันทาหญิง  
หมายวัยชราที่ไม่โอศครวญหรือฝังใจในอดีต ท่านเป็นผู้เผยพระวจนะหญิงในสมัย  
พระเยซูและมีฐานะยากจน เพราะเป็นหม้ายตั้งแต่ยังสาว ท่านน่าจะรู้สึกท้อแท้  
เป้าหมายและขัดสน แต่ใจของท่านมุ่งแต่จะรับใช้พระเจ้าและรอคอยพระเมสสิยาห์  
ท่านได้รางวัลสมกับที่รอคอยเมื่อเห็นพระกุมารเยซูอยู่ในวงแขนของมารดา

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

ไม่ว่าข้าพเจ้าจะมีอายุเท่าไร  
ก็สามารถมองดูพระสัญญา  
ของพระเจ้าสำหรับอนาคตได้

จึงขอบคุณพระเจ้าสำหรับพระพรเพราะได้  
เห็นพระเมสสิยาห์ที่อุทิศสำหรับคอยมา  
ช้านาน จึงบอกข่าวเรื่องพระกุมารมาบังเกิด  
ให้ผู้อื่นรู้

อันทาเป็นตัวอย่างที่ดีสำหรับพวก  
เราในปัจจุบัน ชีวิตของท่านจดจ่ออยู่ที่ พระเจ้าและอนาคต ท่านเพลินอยู่กับการ  
รับใช้พระเจ้า เราเองก็สามารถทำใจใฝ่หาอนาคตขณะรับใช้องค์พระผู้เป็นเจ้า  
การรำลึกถึงอดีตจะมีความหมาย และความเจ็บป่วยจะไม่รบกวนใจก็ต่อเมื่อเรามุ่ง  
มองสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตตามที่พระเยซูทรงสัญญาไว้ ความหวังจะช่วยจิตใจ  
ให้เราเห็นว่า ถ้าพระสัญญาของพระเยซูคริสต์ ซึมซับอยู่ในใจ จะทำให้เราเพลินอยู่กับ  
งานรับใช้พระเจ้า คือ การนมัสการ การเป็นพยาน และการรับใช้ผู้อื่น โดยไม่สะทก  
สะท้านถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นอนาคต

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระเจ้าแห่งพลังใจ โปรดให้ข้าพระองค์ทั้งหลาย ละสายตา  
จากความทุกข์ยากของข้าพระองค์เอง และทำใจให้จดจ่ออยู่กับพระสัญญาของ  
พระองค์และพระพรสำหรับโลกในอนาคต ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

เวียน กรีนาวอลล์ เจอร์ (อิลลินอยส์)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนรุ่นใหม่ ๆ ในอนาคต

## คู่มือผู้นำทาง วันจันทร์ อ่าน ยอห์น 1:1-5

**พระวณะของพระองค์เป็นโคมสำหรับเท้าของข้าพระองค์  
และเป็นความสว่างแก่มรรคาของข้าพระองค์ (สดุดี 119:105)**

ฤดูใบไม้ร่วงปีหนึ่ง ดิฉันกับสามีปีนขึ้นไปปล่อยภูเขาไฟโตอามอนเฮตคาเตอร์ที่เกาะฮาวาย เป็นการปีนที่ต้องใช้ความพยายามมาก ในนั้นเต็มไปด้วยอุโมงค์มืด มีบันไดเวียน บันไดสูงชัน ทางแคบๆ ต้องเบียดเข้าไปในบังเกอร์คอนกรีตที่สร้างระหว่างสงครามโลกครั้งที่สอง ดิฉันอ่านคู่มือผู้นำทางและใช้ไฟฉายส่องทางที่มีดสนิทอนผ่านทางลำบากและคับแคบ ดิฉันต้องพยายามเดินผ่านไปอย่างยากเย็น ซึ่งน่าจะยอมแพ้ดีกว่า แต่ถ้ายอมแพ้เราจะอดเห็นภาพงดงามตระการตาที่รออยู่ข้างหน้า

เหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิตสามารถทำให้เราเหน็ดเหนื่อย เครียด และหวาดกลัว เหมือนการปีนเขาค้างครั้งนั้น เราอาจจะรู้สึกว่าคุณเองกำลังเดินขึ้นภูเขาสูงชัน หรือหลงทางอยู่ในอุโมงค์มืด สถานการณ์ชีวิตของเราคับแคบน่าอึดอัด จนไม่แน่ใจว่าจะขึ้นไปเห็นภาพตระการตานั่นได้หรือไม่

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**  
พระคัมภีร์เป็นคู่มือผู้นำทางชีวิต  
ของข้าพเจ้า

เมื่อใดที่สถานการณ์แวดล้อม  
บีบบังคับให้ยอมจำนน ดิฉันจะคิดถึง  
การปีนขึ้นไปดูปล่อยภูเขาไฟที่ฮาวาย  
เพราะอ่านหนังสือคู่มือผู้นำทางจึง

เตรียมตัวไว้พร้อม และจำที่พระธรรมสดุดีบอกว่า พระวณะของพระเจ้าเป็นคู่มือ  
นำทางของเรา เป็นความสว่างส่องทางชีวิต ดิฉันจึงเปิดอ่านเพราะต้องการความ  
สว่างของพระเจ้าสำหรับเดินทางชีวิตทุกอย่างก้าว

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าที่รัก ขอบพระคุณที่ทรงเป็นความสว่างส่องทางชีวิต  
ระหว่างข้าพระองค์ทั้งหลายเดินทางผ่านความมืด ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แซนดี เคอร์บี กวดด์ (เท็กซัส)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน นักปีนเขา

## ยืนด้วยความมั่นใจ

24 เม.ย  
2018

วันอังคาร อ่าน 1 ซามูเอล 17:31-47

เราทั้งหลายอาจกล่าวด้วยใจเชื่อมั่นว่า องค์พระผู้เป็นเจ้า

ทรงเป็นพระผู้ช่วยของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะไม่กลัว มนุษย์จะทำอะไร

แก่ข้าพเจ้าได้เล่า (ฮีบรู 13:6)

พระคัมภีร์ที่อ่านวันนี้ บอกว่าแนวรบทั้งสองฝ่ายกำลังเผชิญหน้ากัน เดิมพันจึงสูงมากและมีอิสรภาพเป็นรางวัล แนวรบของพวกฟีลิสเตียมีความมั่นใจ เพราะมีโกลิอัทเป็นผู้นำทัพ ทหารอิสราเอลทุกคนอยู่ในสภาพปั่นปวนและสยองขวัญ นอกจากดาวิดลูกชายคนสุดท้องของเจสซีเท่านั้น ดาวิดมีความมั่นใจในตนเองและรู้ว่าพระเจ้าทรงนำพวกอิสราเอล และมั่นใจยิ่งขึ้นว่าพระเจ้าทรงอยู่ด้วยคอยช่วยท่านให้พ้นอันตรายที่กำลังเผชิญอยู่

ชีวิตของเราทุกคนย่อมประสบความเปลี่ยนแปลงทั้งหลายต่อหลายครั้ง จนรู้สึกอ่อนระอา เจ็บปวด และหวาดกลัว แต่ในเวลาเช่นนี้เราสามารถรำลึกได้ด้วย

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

ข้าพเจ้านั้นใจเหมือนดาวิดว่า พระเจ้า  
จะทรงดูแลรักษาข้าพเจ้าให้รอดและปลอดภัย

ความมั่นใจว่าเราไม่ได้ยืนอยู่  
คนเดียว พระเจ้าทรงอยู่กับ  
เราและจะทรงดูแลเราจนพ้น  
พิบัติภัย

อธิษฐาน ข้าแต่พระเจ้า เมื่อชีวิตของข้าพระองค์ทั้งหลายประสบความเปลี่ยนแปลง  
โปรดช่วยให้ข้าพระองค์ยืนหยัดด้วยความมั่นใจ เพราะรู้ว่าเรามีพระองค์ทรงอยู่  
เคียงข้าง อธิษฐานในนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แมนดี สเลด (ซัมเมอร์เซต อังกฤษ)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน ผู้ที่กำลังพยายามวางใจในพระเจ้า

25 เม.ย  
2018

## ของขวัญคำนวณค่าไม่ได้ วันพุธ อ่าน ยอห์น 6:25-35

**พระเยซูตรัสกับเขาว่า “เราเป็นอาหารแห่งชีวิต ผู้ที่มาหาเรา  
จะไม่หิว และผู้ที่วางใจในเรา จะไม่กระหายอีกเลย (ยอห์น 6:35)**

พ่อแม่ของดิฉันเป็นคนสำคัญ แต่ตอนที่ดิฉันยังเล็กนั้นอยู่ท่านทั้งสองไม่ใช่คริสเตียน เพราะไม่ได้เติบโตในบ้านคริสเตียนจึงตั้งคำถามหลายอย่าง แต่คุณแม่พาดิฉันรับบัพติศมาที่คริสตจักร และพาดิฉันกับน้องไปเรียนรวีวารศึกษาเป็นประจำ

ต่อมาคุณแม่ก็เป็นคริสเตียนหลังจากได้รู้จักคุ้นเคยกับเอลีน ผู้สอนให้ท่านรักดนตรีและวรรณคดี ชีวิตของเอลีนตั้งมั่นคงอยู่ในพระคริสต์เจ้า ส่วนคุณแม่พบความเชื่อโดยรวมดื่มกาแฟตอนเช้ากับศิษยาภิบาลของดิฉัน ท่านช่วยให้คุณแม่มีความเชื่อ

ศาสนาจารย์ซูลและเอลีนช่วยนำครอบครัวของเราให้เป็นหนึ่งเดียวกันในพระคริสต์ ในที่สุดคุณแม่ก็เล่าให้ดิฉันฟังว่าเวลาอธิษฐานตอนเช้าท่านทูลพระเจ้าเสมอว่า “พระองค์เจ้าข้า วันนี้ขอให้ข้าพระองค์ได้อยู่ในที่ที่มีผู้ต้องการความช่วยเหลือ” พระเจ้าแทบจะไม่ทำให้ท่านผิดหวัง ท่านจึงมีโอกาสดำเนินกิจทุกที่ไม่่ว่าจะไปที่ไหน ศาสนาจารย์ซูลและเอลีนเป็นผู้นำอาหารแห่งชีวิตมาให้ครอบครัวของดิฉันที่หิวกระหายฝ่ายวิญญาณ ท่านทั้งสองมอบของขวัญล้ำค่าที่เราทุกคนสามารถแบ่งปันแก่ผู้อื่นได้ ของขวัญที่น่ายินดีนั้นก็คือความรักของพระเจ้านั่นเอง

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอให้ข้าพระองค์ทั้งหลายรู้ว่าบรรดาผู้ที่อยู่รอบข้างข้าพระองค์ต่างก็จำเป็นต้องการรู้จักพระคริสต์ วันนี้ขอให้ความชื่นชมยินดีที่ได้

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

วันนี้ข้าพเจ้าจะแบ่งปันอาหารแห่งชีวิต  
ของพระคริสต์แก่ผู้ใดดี

ติดตามพระองค์ เป็นแสงสว่างใน  
ชีวิตของผู้อื่นด้วย อธิษฐานใน  
นามพระเยซูคริสต์ อาเมน

เบตตี อาร์มสตรอง (เท็กซัส)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน ผู้ที่นำข้าพเจ้ามาพบความเชื่อ

# จักรยานสามัคคี

26 เม.ย  
2018

วันพฤหัสบดี อ่าน สุภาจิต 3:5-10

**ข้าแต่พระเจ้า ข้าพระองค์ทราบแล้วว่าทางของมนุษย์ไม่อยู่ที่ตัวเขา  
คือไม่อยู่ที่มนุษย์ผู้ซึ่งดำเนินไปที่จะนำผีแก้วของตนเอง (เยเรมีย์ 10:23)**

ตอนที่ดิฉันกับสามีแต่งงานกันใหม่ๆ เราชอบซื้อรถจักรยาน หลังจากที่ดีฉัน  
สายตาไม่ดีจึงขายจักรยานคันเก่า แล้วซื้อจักรยานคันใหม่เรียกว่าจักรยานสามัคคี  
มาขี่แทน จักรยานที่ว่านี้ “เขาออกแบบให้ขี่ได้สองคน” ซึ่งไม่ค่อยจะเห็นกัน  
บ่อยนัก พอมีคนเห็นเราเขาก็ยิ้มและโบกมือให้ โดยเฉพาะตอนที่เราเอาลูกนั่ง  
ซ้อนท้ายขี่ไปในหมู่บ้าน

คนที่นั่งอานหน้าทำหน้าที่เป็นผู้นำหรือจะ  
เรียกว่ากับตันก็ได้ ในฐานะที่สามีของดิฉันเป็น  
กับตันคอยคุมแฮนด์รถไว้ให้มัน คอยระวังไม่ให้รถ  
ล้ม และคอยเตือนดิฉันที่นั่งอยู่อานหลัง ความ  
รับผิดชอบที่สำคัญของดิฉันก็คือต้องไว้ใจกับตัน  
และช่วยออกแรงถีบจักรยานให้วิ่งเท่าที่ทำได้

**ข้อคิดสำหรับวันนี้**

พระเจ้าทรงเป็นผู้นำ  
ข้าพเจ้าเป็นผู้ตาม

การใช้รถจักรยานสามัคคีเป็นอุทาหรณ์สอนดิฉันให้เข้าใจเรื่องการ  
เดินทางฝ่ายวิญญาณว่า ชีวิตจะเกิดผลดีที่สุดถ้าดิฉันเลิกคุมบังเหียนชีวิตของ  
ตนเอง และวางใจให้พระเจ้าเป็นผู้นำและพระผู้ช่วยชีวิตให้ทรงตัวอยู่ได้ไม่  
ล้มลง ดิฉันยอมรับว่าบางครั้งดิฉันลืมนั่นเสียสนิทและพยายามควบคุมชีวิต  
ด้วยตนเอง แล้วก็นึกขึ้นได้ว่าตนเองเป็นผู้ช่วย ต้องฟังคำสั่งให้ระวังว่าจะเลี้ยว  
ไปทางไหน หรือเตรียมตัวก่อนจะตกหลุมบนถนน ดิฉันต้องระลึกไว้เสมอว่า  
พระเจ้าทรงเป็นกับตันชีวิต และขอพระองค์ทรงช่วยให้แน่ใจว่าตนเองกำลัง  
ขี่รถจักรยานสามัคคีอยู่ ไม่ได้ขี่อยู่คนเดียว เหมือนที่พระเยซูทรงกำชับพวกสาวก  
ให้รู้ว่า พระเจ้าทรงเดินไปกับเราเสมอ

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า ขอทรงช่วยให้ข้าพระองค์ทั้งหลายเลิกวางใจตนเอง  
แต่ให้วางใจในพระองค์ผู้ทรงประทับอยู่ด้วยทุกสถานการณ์และทุกช่วง  
ทุกตอนในการดำเนินชีวิต ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

คาเรน บราวน์ (มิสซิสซิปปี)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** นักปั่นจักรยาน

27 เม.ย  
2018

## ปลีกตัวจากฝูงชน

วันศุกร์ อ่าน มัทธิว 6:5-15

จิตใจของข้าพเจ้าสงบคอยท่าพระเจ้าแต่องค์เดียว  
ความรอดของข้าพเจ้ามาจากพระองค์ (สดุดี 62:1)

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

วันนี้ข้าพเจ้าจะสงวนเวลาไว้อยู่กับพระเจ้า

หลานสาวของผมกับ

ลูกเล็กๆ สองคนมาเยี่ยมเรา  
ทันใดนั้นลูกคนเล็กอายุ  
ประมาณหนึ่งขวบเริ่มร้องไห้

และใช้นิ้วมือเล็กๆ เอื้อมมาจับแม่ ขอให้พาออกไปจากห้องที่มีคนแออัด เมื่อหลานสาวของผมพาเธอเข้าไปในห้องนอนก็พบว่าลูกน้อยหิวนม เมื่อคิดถึงเรื่องแม่ที่รักและเอ็นดูพาลูกเดินออกจากการชุมนุมของครอบครัวไปให้ลูกกินนม ทำให้นึกขึ้นได้ว่าบางครั้งพระเจ้าทรงเรียกเราให้ออกจากฝูงคนไปอยู่ที่สงบหลายครั้งเราไม่เข้าใจว่าการทรงเรียกนั้นหมายความว่าอย่างไร หรือทำไมพระองค์ถึงทรงเรียกเรา

การจัดตารางเวลาทำงานที่แสนยุ่งไว้สำหรับสงบใจ และใช้เวลาอยู่ตามลำพังกับพระเจ้าเพื่ออธิษฐาน จะช่วยทะนุบำรุงความสัมพันธ์ของเรากับพระเจ้า และเตรียมเราให้พร้อมรับการท้าทายและการต่อสู้กับชีวิต

ถ้าเราพบความทุกข์ลำบาก หรือการท้าทายใหม่ๆ ที่น่าตื่นเต้น พระเจ้าจะทรงเรียกเราให้ทำตามที่เราเชื่อฟังพระองค์ให้แบกภาระของพระองค์ไว้และเรียนจากพระองค์เพื่อให้จิตใจได้พักผ่อน การใช้เวลาอยู่ตามลำพังกับพระเจ้าจะช่วยให้อาณัติของเราเติบโตตามพระฉายาของพระคริสต์มากขึ้นทุกที

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า โปรดช่วยข้าพเจ้าพระองค์ทั้งหลายเตรียมใจไว้พร้อมเพื่อฟัง “เสียงกระซิบเบาๆ” ของพระองค์ (ดู 1 พงศ์กษัตริย์ 19:12) ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

อามอด ปรามานิค (โอดิชา อินเดีย)

เป้าหมายของคำอธิษฐาน แม่ที่กำลังเลี้ยงลูกอ่อน

## แบ่งปันข่าวดี

วันเสาร์ อ่าน โรม 10:1-14

28 เม.ย  
2018

**“ข้าพเจ้าอธิษฐานขอให้การที่ท่านร่วมเชื่อกับพวกเรานั้น  
จงเพิ่มพูนความรู้ในการดีทั้งปวงของพวกเรา ซึ่งมีในพระคริสต์”  
(ฟิลิโมน 1:6)**

เพราะดิฉันหูตึงจึงฟังอะไรไม่ค่อยได้ยิน หรือไม่เข้าใจสิ่งที่คนอื่นพูดกับดิฉัน บางคนถึงกับเคืองถ้าดิฉันขอให้เขาพูดซ้ำ บางทีดิฉันรู้สึกว้าวุ่นที่ดิฉันต้องพูดนั้นไม่มีน้ำหนักพอที่จะทำให้คนอื่นคลายความผิดหวังจึงลังเลใจที่จะพูด โดยเฉพาะกับคนที่ดิฉันไม่ค่อยรู้จักดี

วันหนึ่งพระเจ้าทรงเตือนว่าถึงดิฉันจะหูไม่ดีแต่ก็ยังพูดได้ ดิฉันรู้ว่าพระเยซูทรงเป็นพระผู้ช่วยของดิฉัน พระคัมภีร์ที่อ่านวันนี้บอกให้ดิฉันแบ่งปันข่าวดีเรื่องพระคริสต์ทรงประสูติในรางหญ้า ทรงรักษาประชาชนที่เจ็บป่วยให้หายมากมาย และทรงสิ้นพระชนม์บนกางเขนเพื่อเราทุกคน ดิฉันสามารถแบ่งปันพระสัญญาเรื่องชีวิตนิรันดร์ทางพระคริสต์ เรื่องเหล่านี้สำคัญเกินกว่าที่ดิฉันจะเก็บไว้เป็นของตนเองแต่ผู้เดียว

การพูดเรื่องความเชื่อของเราให้ผู้อื่นฟังนั้นไม่ใช่เรื่องง่าย แต่เชื่อได้เลยว่าพระเจ้าจะทรงเผยให้รู้ว่าเราแต่ละคนมีวิธีแบ่งปันข่าวดีเรื่องพระคริสต์ให้ผู้อื่นฟัง **อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้าที่รักยิ่ง ขอทรงพาข้าพระองค์ทั้งหลายไปหาคนที่ต้องการฟังเรื่องของพระองค์ และให้ข้าพระองค์กล้าแบ่งปันข่าวดีที่พระองค์ทรงประสูติ สิ้นพระชนม์ และคืนพระชนม์แก่ผู้อื่น ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ดอนนา เจ. ฮาเวิร์ด (วิสคอนซิน)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** คนหูไม่ดี

## เชื่อฟังพระเจ้า

วันอาทิตย์ อ่าน ยอห์น 14:15-26

**ความรักนั้นก็คือ การที่เราทั้งหลายประพฤติตามพระบัญญัติของพระองค์ ตามที่ท่านทั้งหลายได้ยินได้ฟังมาตั้งแต่เริ่มแรก เพื่อท่านทั้งหลาย**

**จะประพฤติตาม (2 ยอห์น ข้อ 6)**

เจอร์ราร์ดเพื่อนของผมขอให้ผมเลี้ยงดูเสนาลูกหมาของเขา ซึ่งเป็นหมาจิวตัวเมียที่สุขภาพ เรียบร้อยและร่าเริงแจ่มใส ไม่ต้องล่ามเชือกและไม่เคยพลัดพรากจากไปไหน พอผมผิวปากและเรียกชื่อมันเท่านั้น มันจะวิ่งกลับมาหาและกระดิกหางอย่างมีความสุขที่ได้อยู่ใกล้ผม เจ้าเสนามีนิสัยเชื่อฟัง เพราะประสบการณ์ที่ผ่านมาสอนให้มันรู้ว่าผมไม่เคยทำร้ายมันให้บาดเจ็บ

บ่อยครั้งเมื่ออยู่กับเสนาผมจะคิดถึงเรื่องที่ผมดำเนินชีวิตติดตามพระเจ้า พระคัมภีร์บอกว่าชีวิตของเราย่อมมีความสุขทั่วทั้งวัน ถ้าเราเชื่อฟังพระเจ้า และดำเนินชีวิตตามแบบพระเยซูคริสต์ **“ถ้าเรามีชีวิต ไหวตัว และเป็นอยู่ในพระองค์” (กิจการ 17:28)** ทุกอย่างของร่างกาย จิตใจและวิญญาณผมว่า ตนเองปลอดภัยอยู่ในอ้อมกอดแห่งความรักของพระเจ้าผู้สร้างผู้ไม่เคยประทุษร้ายผมให้บาดเจ็บ เราจะอยู่ได้อย่างปลอดภัยในพระเจ้า ถ้าเลือกเชื่อฟังพระองค์

### ข้อคิดสำหรับวันนี้

การเชื่อฟังเจ้าย่อมนำความรัก  
สันติสุข และความยินดีเข้ามาในชีวิตของเรา

หลายครั้งการเชื่อฟังพระเจ้าใช้ว่าจะง่ายเสมอไป แต่เรารู้จักเชื่อฟังพระองค์มากขึ้นได้ด้วยการอธิษฐาน ศึกษาพระคัมภีร์อย่างใกล้ชิด

ใช้เวลาสงบใจอยู่จำเพาะพระพักตร์พระเจ้าและทูลขอให้ทรงประทานความเชื่อฟังถึงเราจะไม่ประสบความสำเร็จเสมอไป แต่พระเจ้าของเราเป็นพระเจ้าผู้ทรงให้อภัย จึงไม่มีอะไรทำให้เราขาดจากความรักของพระองค์ได้เลย

**อธิษฐาน** ข้าแต่พระเจ้า พระผู้สร้าง โปรดช่วยข้าพระองค์ทั้งหลายให้ดำเนินชีวิตประจำวันตามพระประสงค์ของพระองค์ คือทำตามคำสั่งสอนที่ทรงให้ไว้เมื่อนานมาแล้ว ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

แดเนียล ลาตู (นิวยอร์ก)

**เป้าหมายของคำอธิษฐาน** เพื่อให้เชื่อและทำตามพระเจ้า



## อธิษฐานด้วยกัน

วันจันทร์ อ่าน โรม 12:17-21

ถ้าเป็นไปได้ คือเท่าที่เรื่องขึ้นอยู่กับท่าน จงอยู่อย่างสงบสุขกับทุกคน  
(โรม 12:18)

ขณะนี้ผมอยู่ในเรือนจำหลังจากถูกพิพากษาลงโทษ 15 ปี เมื่อไม่นานนี้ ลูกๆ ที่ไม่เห็นหน้ากันนาน 3 ปีมาเยี่ยมผม ช่างน่าชื่นใจเหลือเกิน ผมสังเกตว่า แอชลีย์ลูกสาวอายุ 8 ปียืนอยู่ห่างๆ และดูเศร้าสร้อย เมื่อเธอเข้ามาใกล้และพูดกับผมเบาๆ ว่า “พ่อคะ หนูมีอะไรจะบอกพ่อ ที่โรงเรียนมีเด็กชายคนหนึ่งชอบรังแกหนูตลอดเวลา หนูเบื่อและอยากให้เขาหยุดเสียที อยากให้พ่อไปช่วยพูดกับเขาหน่อย” ผมไม่รู้ว่าจะตอบลูกว่าอย่างไร

ผมใช้สิ่งที่เรียนจากพระวจนะของพระเจ้าและหนังสือ เอล อะโพเซนโต ออลโต ห้องชั้นบนฉบับภาษาสเปน จึงอธิษฐานขอให้พระเจ้าช่วยให้รู้ว่าจะตอบ แอชลีย์ได้อย่างไร ผมกอดเธอไว้และบอกว่า “พ่อไม่สามารถพูดกับครูหรือพูดกับเพื่อนร่วมชั้นของหนูให้เขาเลิกทำอย่างนั้น แต่เราสามารถทำบางอย่างได้ คืออธิษฐานด้วยกันและขอพระเจ้าทรงช่วยดูแลเรื่องนี้ให้” แล้วเราก็หันกลับมาอธิษฐาน

อีกสามเดือนต่อมา ลูกๆ กลับมาเยี่ยมอีก ผมถามลูกสาวถึงเรื่องเพื่อนร่วมชั้นของเธอ เธอยิ้มและตอบว่า “พ่อจำตอนที่เร่ออธิษฐานด้วยกันได้ไหม ทุกสิ่งดีขึ้น เดี๋ยวนี้เขากับหนูเป็นเพื่อนรักกันแล้วค่ะ”

อธิษฐาน ข้าแต่พระเจ้า ขอให้พระคำรัสของพระองค์เป็นสิ่งสำคัญที่สุดในความคิดและจิตใจของข้าพระองค์ทั้งหลาย ขณะที่เผชิญกับการทำชวนต่างๆ ในพระนามพระเยซูคริสต์ อาเมน

ไอเวอร์สัน เอมานูเอล มาร์ตินเนส (คอร์เตส ฮอนดูรัส)  
เป้าหมายของคำอธิษฐาน เด็กๆ ที่พ่อแม่ถูกจำคุก

ข้อคิดสำหรับวันนี้

พระเจ้าทรงช่วยข้าพเจ้า  
ให้แก้ปัญหายุ่งยากได้

เพลงไทยนมัสการ  
(ฉบับปรับปรุง ค.ศ. 2014)

ขนาด 6.25 x 8.5 “ จำนวน 460 หน้า

ภายในเล่มบรรจุเพลง 303 บท และบทอ่านสลับ 63 บท

บทเพลงทุกเพลง

- จัดหมวดหมู่เรียงลำดับเพลงตามเทศกาลและศาสนพิธีของคริสตจักร
- ปรับปรุงเนื้อร้องให้เหมาะสมกับทำนองเพลง
- มีโน้ตและคอร์ดประกอบตามหลักโน้ตสากลเพื่อง่ายต่อการบรรเลงและขับร้อง
- เพิ่มเพลงใหม่เพื่อใช้ในเทศกาลและศาสนพิธีของคริสตจักรอย่างครอบคลุม
- อ้างอิงพระคัมภีร์ทุกบท

สนใจสั่งซื้อได้ที่

หน่วยงานคริสเตียนศึกษาและบรรณศาสตร์ สภาคริสตจักรในประเทศไทย  
โทรศัพท์ 053 – 244381 ต่อ 112 , 301 โทรสาร 053 – 244381 ต่อ 112

## ๐๓ ใบสมัครเป็นสมาชิก “ห้องชั้นบน” ๐๓

ชื่อ-สกุล ..... เพศ..... อายุ.....ปี  
 ศาสนา.....สมาชิกคริสตจักร ..... ภาควิชา .....  
 ที่อยู่ เลขที่..... ถนน.....ซอย .....หมู่ที่.....  
 แขวง/ตำบล.....เขต/อำเภอ .....  
 จังหวัด ..... รหัสไปรษณีย์ .....  
 โทรศัพท์.....โทรสาร .....

### ๒๕ สมัครเป็นสมาชิก “ห้องชั้นบน” ๒๕

<input type="checkbox"/> ภาษาไทย	ค่าบำรุงสมาชิกปีละ 240 บาท	เป็นเวลา ..... ปี
----------------------------------	----------------------------	-------------------

(ส่งต่างประเทศเพิ่มค่าส่งเมล็ดอากาศปีละ 350 บาท)

ให้ส่งตั้งแต่วันที่..... เป็นต้นไป

### การส่งเงิน

ส่งโดย ธนาคาร / ตัวแลกเงิน / เช็ค / ดราฟ ส่งจ่ายในนาม “สุริยบรรณ”  
 จาหน้าซองถึง “พันธกิจห้องชั้นบน”

29 ถ. รัตนโกสินทร์ ต. วัดเกต อ. เมือง จ. เชียงใหม่ 50000

หรือ โอนเข้าบัญชี “สุริยบรรณ (สดย่อย)” เลขที่บัญชี 731 - 2 - 04660 - 5

ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาโรงพยาบาลแมคคอร์มิค

(หากโอนเงินเข้าบัญชี กรุณาแจ้งให้ทราบที่เบอร์โทร 053-244381-2 ต่อ 112 , 301)