

ต้นต้นมาจับตัวกับ

สิ่งที่สวยงามของพระอาทิตย์

บทเชิญชวนอธิษฐานประกอบภาพ

เพชรสไบที่เรียนวันนี้ | บทภาวนาเทศกาลมั่งงั่งสู่ธรรม

ตั้งใจมาสู่ความองอาจ

เกี่ยวกับบทภาวนานี้

เพื่อให้มองเห็นพระเยซูด้วยใจที่รู้ว่าในระยะยาวแล้วว่าการมีชีวิตแบบของพระองค์เป็นชีวิตที่มีค่าควรแก่การมีชีวิตอยู่. เพื่อให้มองเห็นพระเยซูด้วยใจที่ไม่เพียงแต่จะเชื่อในพระองค์แต่ที่ละเล็กละน้อยเราจะเริ่มเป็นผู้ที่แบกภาระให้แก่นั่นและกันแห่งชีวิตที่มีการเยียวยาของพระองค์ จนกระทั่งเราจะกลายเป็นผู้ที่ได้รับการเยียวยาและทั้งสร้างที่ครบถ้วนและเป็นชีวิตที่อยู่ภายในตัวเราเอง.

- เฟรดเดอริค บู้คเนอร์

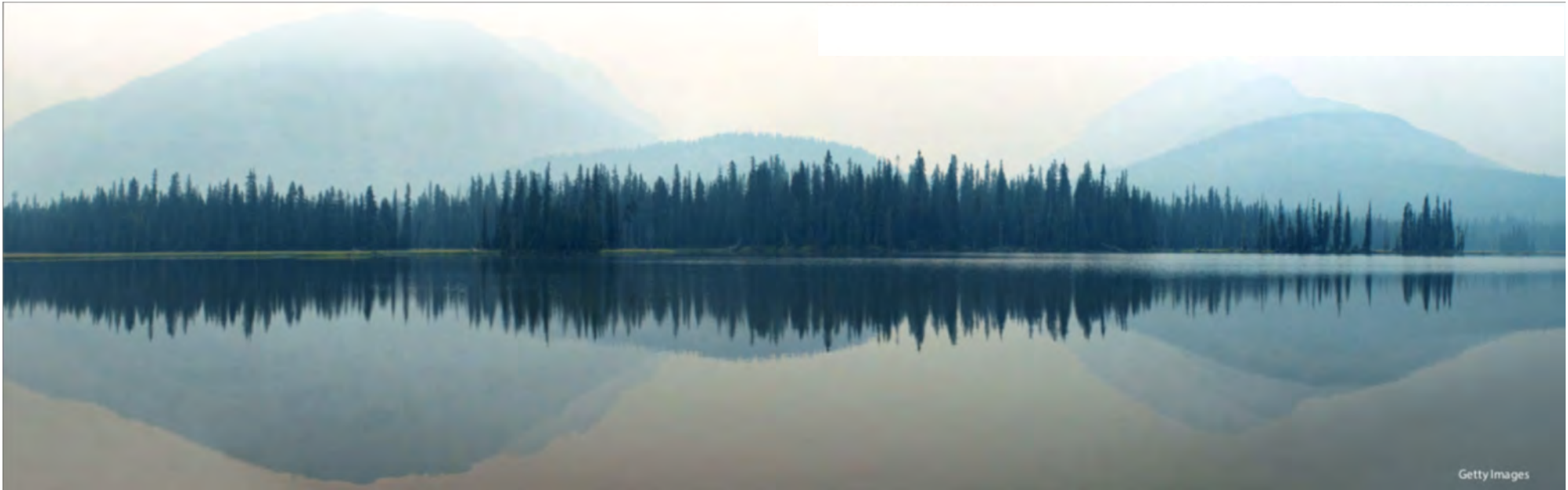
เฟรดเดอริค บู้คเนอร์, เป็นนักเขียนและศิษยาภิบาลนิกายเพรสไบทีเรียน, ซึ่งครั้งหนึ่งได้เขียนเกี่ยวกับความจำเป็นที่ต้องเห็นด้วย "ตาใจ" - นั่นก็คือการมอง เห็นความมั่งคั่งและพระสัญญาของพระเจ้าที่เกินความสิ้นหวัง ห่อหุ้ม และ การผูกพัน.

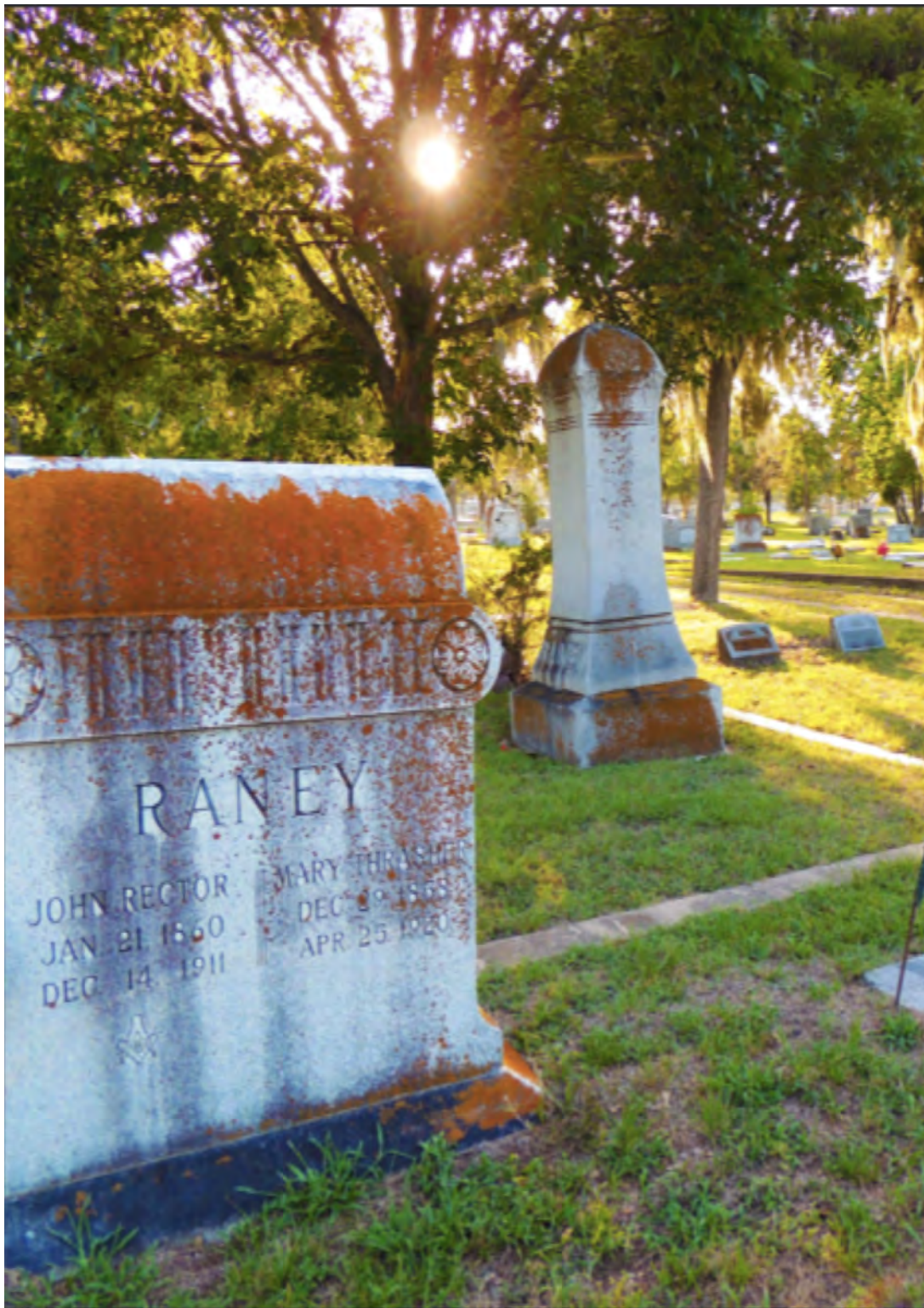
บทภาวนาเทศกาลมุ่งสู่ธรรมนี้ เป็นโอกาสที่จะกระทำเช่นนั้นได้. ว่าทุกวันอาทิตย์ท่านจะได้ถูกเชิญให้ปฏิบัติวินัยทางด้าน จิตวิญญาณของ วิซีโอ

ดิวิน่า ซึ่งหมายถึง ในสายพระเนตรพระเจ้า ซึ่งคล้ายคลึงกับการอ่านเรื่องพระเจ้าของนิกายเบนเนดิก - ซึ่งจะใคร่ครวญพระเจ้า จะใช้รูปภาพเป็นจุดศูนย์ได้เอื้อเพื่อให้รูปภาพประกอบมารวมสำหรับการภาวนา ควบคู่ไปกับการศิลปะในแต่ละอาทิตย์ที่จะเป็นบทภาวนานำทางโดยชะลอท่านให้ได้มองเห็นด้วยใจ ในระหว่างสัปดาห์ การมุ่งไปยังวันคืนพระชนม์ ยังคงสะท้อนให้เห็นถึง ฝิพระหัตถ์ของพระเจ้าและ ความมั่งคั่งที่ได้บรรยายไว้ใน

พระธรรมสดุดี ต้องขอขอบคุณ คริสัน แวนทาเทนโฮฟ เป็นอย่างมาก ที่ไม่เพียงแต่เขียนบทภาวนานี้ แต่ยังให้รูปภาพประกอบมาด้วย เป็นความหวังใจของเราว่า ในระหว่างเทศกาลมุ่งสู่ธรรมนี้ ท่านคงจะตั้งขึ้นเพื่อรับรู้ใหม่เกี่ยวกับความงามของพระเจ้า และการทรงสถิตของพระองค์

ดอนน่า ฟริสค์เนคต์ แจ็คสัน เพรสไบทีเรียนวันนี้





วันพุธที่ 6 มีนาคม .

พระบารมีของพระเจ้ามีอยู่ทุกแห่ง

“ข้าแต่พระเยโฮวาห์องค์เจ้านายของข้าพระองค์
ทั้งหลาย พระนามของพระองค์สูงส่งยิ่งนักทั่วทั้ง
แผ่นดินโลก” - สดุดี 8:1 ก

พวกเราหลายคนในวันนี้ จะถูกหาซีได้รูปกางเขนที่
หน้าผาก พวกเราจะได้ยินวลีที่คุ้นหูที่ว่า จงจำไว้ว่า
เราเป็นศิลาและจะกลับไปเป็นศิลา เหมือนคำกล่าวใน
สมัยยุคกลางที่ว่า วัตถุเป็นของดูต่างหน้าของคนตาย

ถ้อยคำเหล่านี้ก็มีความจริงที่เรามักจะลืมไปกับความ
วุ่นวายในชีวิตของเรา ตารางงานที่เร่งรีบ ความ
กังวล ความขุ่นเคือง ความหมกมุ่นกับเหตุการณ์
ที่สุดท้ายก็ต้องผ่านไป ทั้งหมดล้วนเป็นสิ่งที่ฉวย
เอาความสุขในชีวิตของเราไป

ในขณะที่พระธรรมสดุดีของกษัตริย์ดาวิดได้เตือนเรา
ว่าพระเจ้าผู้สร้างและรักเรา เป็นพระเจ้าสูงสุดและ
พระบารมีของพระองค์ก็อยู่รอบตัวเรา สองสิ่งคือ
อายุขัยของเราที่สั้นและโอกาสที่เราจะได้สัมผัสพระ
บารมีได้อย่างเต็มที่ก็เป็นเหมือนดวงดาวที่คอยนำ
ทางให้เราได้เดินไป

พระเจ้าข้า, ขอทรงชำระสายตา ของเราเพื่อที่จะได้เห็น
พระบารมีของพระองค์ที่ สะท้อนอยู่ทั่วทุกแห่ง อาเมน

ในสายพระเนตรพระเจ้า

ข้อแนะนำบทภาวนา .

หายใจลึกและเข้าไปยังสุสาน
เราสังเกตเห็นอะไรก่อน?

มุ่งสนใจไปยังสิ่งที่ดึงดูดความสนใจ
ของท่าน

เราเห็นอะไรด้วยหัวใจของท่าน?
อะไรที่งดงาม?
อะไรที่หวังใจ?

หลังจากนั้นอีก สองสามนาที
กวาดตาไปยังภาพทั้งหมด
เราเห็นอะไรที่เกิดขึ้นใหม่บ้าง?

เราอยากขอขอบคุณเรื่องอะไรกับ
พระเจ้าบ้าง?

วันพฤหัสบดีที่ 7 มีนาคม .

เหนือฟ้าสวรรค์

“พระองค์ทรงตั้งพระสิริของพระองค์ไว้เหนือฟ้าสวรรค์” - สดุดี 8:1ข

ลองหาที่สงบที่ห่างไกลจากแสงของเมือง ปูผ้าห่มลงบนพื้น แล้วนอนตัวลงดูดาวในเวลากลางคืน ให้มีความสุขใสจากสวรรค์ตรงเข้ามากระตุ่นจิตวิญญาณของเรา ลองพิจารณาถึงข้อความจริงที่น่าประหลาดใจเหล่านี้ ดวงดาวที่อยู่ ใกล้เราที่สุดในทางช้างเผือกชื่อ พรอกซิมา เซนทาวรี ห่างออกไป 4.2 ปีแสงซึ่งเดินทางด้วยความเร็ว 186,000 ไมล์ต่อวินาที แสงสว่างเหล่านี้มาจากกาแล็คซี่ที่กว้างใหญ่ และเหมือนอย่างที่เราเห็นในอวกาศ มันก็คล้ายกันนั่นคือว่า จักรวาลของเรากำลังขยายตัวอย่างต่อเนื่อง

ก่อนหน้ายุคของดาราศาสตร์หรือฟิสิกส์ เด็กหนุ่มเลี้ยงแกะชื่อดาววิดก็ได้ครุ่นคิด ถึงท้องฟ้าเดียวกันนี้และตลอดถึงความจริงทางจิตวิญญาณที่ลึกซึ้ง สวรรค์กว้างเท่าไรความยิ่งใหญ่ของพระเจ้าก็ยิ่งกว้างนั้นมาก

เมื่อคุณเก็บที่นอน ให้เอาข้อเตือนใจอันประเสริฐนี้ไปยังชีวิตประจำวัน ให้เติมเต็มคุณ ถึงความยิ่งใหญ่ที่เราทุกคนมาสู่มุมมองแห่งนิรันดร์ ให้มันช่วยคุณหายใจในวันที่มีค่า และทำแต่ละวันให้ดีที่สุด

พระเจ้าผู้ซึ่งความยิ่งใหญ่ของพระองค์กว้างใหญ่กว่าจักรวาล ขอทรงสถิตในใจของเราในวันนี้ อาเมน

วันศุกร์ที่ 8 มีนาคม .

เราเป็นใคร

“เมื่อข้าพระองค์มองดูฟ้าสวรรค์อันเป็นฝีพระหัตถ์ของพระองค์ ดวงจันทร์และดวงดาวซึ่งพระองค์ได้ทรงสถาปนาไว้มนุษย์เป็นผู้ใดเล่า ที่พระองค์ทรงระลึกถึงเขา? และบุตรของมนุษย์เป็นใครเล่า ที่พระองค์ทรงหวังใยเขา?” - สดุดี 8:3-4

เพื่อนของฉันเคยแบ่งปันเรื่องราวในวัยเด็ก คืนหนึ่งในฤดูร้อนที่ชนบทในมลรัฐวิสคอนซิน เขาเดินออกไปเล่นนอกบ้านและนอนลงบนหญ้า ที่แรกเขามองไปยังที่ว่างอันกว้างใหญ่รู้สึกกลัวและหนาวสั่นทั้งๆที่อากาศอุ่น รู้สึกว่าตัวเองเล็กมาก ไม่มีค่าอะไร ต่อมาเติมไปด้วยความรู้สึกเวียนหัวเหมือนเดินโซเซอยู่ในนรก แต่ทันใดนั้นเองบางสิ่งก็เกิดขึ้นอย่างน่าอัศจรรย์ ความรู้สึกอุ่นได้เข้ามาภายในเขาและกระจายไปทั่วร่างกาย

“มันยากที่จะบรรยาย” เขากล่าว “ มันเป็นความรู้สึกที่อยู่ที่เหนือเหตุผล เป็นความแน่ใจภายในที่ว่าสถาปนิกผู้สร้างจักรวาลด้วยความรักรู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับชีวิตเล็กๆของฉัน ฉันคือหนึ่งในการทรงสร้างที่มีคุณค่า”

นี่เป็นคำตอบที่เยี่ยมยอดของคำถามกษัตริย์ดาวิดที่ว่า มนุษย์เป็นผู้ใดเล่า ที่พระองค์ทรงระลึกถึงเขา? คำตอบนั้นอยู่ในพระธรรมสดุดีบทที่ 8 ข้อ 5 ที่ว่า “พระองค์ทรงสร้างเขาให้ต่ำกว่าพระองค์ แต่หน้อยเดียว และทรงสวมศักดิ์ศรีกับความมีอำนาจให้เขา”

ข้าแต่พระเจ้าผู้ทรงฤทธิ์ ขอขอบคุณสำหรับความรักของพระองค์ซึ่งมีคุณค่า ทั้งต่อกาแล็คซี่อันกว้างใหญ่และชีวิตของพวกเขาทุกคน อาเมน



วันเสาร์ที่ 9 มีนาคม .

การปกครองด้วยใจชอบธรรม

“พระองค์ทรงให้เขาปกครองผลงานแห่งพระหัตถ์ของพระองค์ พระองค์ทรงให้ทุกสิ่งอยู่ใต้เท้าเขา” - สดุดี 8:6

การปกครองเป็นคำที่เราใช้ไม่บ่อยนัก ภาษาละตินหมายถึงการบริหารการปกครองและควบคุม

พระเจ้าให้สิทธิมนุษยย์ในการปกครองสิ่งต่างๆบนโลกนี้แต่ถ้าเสียตายที่เราไม่ใช้มันไปในทางตรงกันข้ามกับสิ่งที่พระเยซูเป็นแบบอย่างในการเป็นผู้นำที่รับใช้ ลูกน้อง สังคมตะวันตกมักทำให้เราขาดการเชื่อมต่อกับโลก เรามักจะลืมว่าชีวิตของเราผูกอยู่กับทุกสิ่งในระบอบนี้ เราและนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ร้ายแรง น้ำแข็งขั้วโลกละลาย สัตว์บางชนิดสูญพันธุ์ มลพิษในท้องฟ้าเป็นเครื่องเตือนใจเรา

แต่ก็มีพวกเราบางคนเลือกที่จะใช้ชีวิตในอีกแบบเช่นอเล็กซ์ เพื่อนที่ฉันรู้จักที่อุทิศชีวิต ในการช่วยเหลือปลาแซลมอนในรัฐโอเรกอน เขาและลูกทีมได้ช่วยปลูกต้นหลิวตามแยกแม่น้ำโคลัมเบียเพื่อให้เติบโตเป็นต้นไม้ที่มีร่มเงาและช่วยให้น้ำในแม่น้ำเย็นลงพอที่จะให้แซลมอนผสมพันธุ์ได้ ความตั้งใจของเขาที่ต้องการจะช่วยธรรมชาตินั้นมืออย่างต่อเนื่อง ฉันนับถืออเล็กซ์และคนอื่นๆที่ตั้งใจปกครองโลกนี้เพื่อความรัก ความห่วงใยและความเห็นอกเห็นใจ

ข้าแต่พระเจ้า ขอทรงโปรดช่วยจุดความปราศรัย ในใจเราคิดจะปกป้องโลกใบนี้ให้สมกับที่พระองค์ทรง วางใจให้เราปกครอง อาเมน

สัปดาห์แรกของเทศกาลมุ่งสู่ธรรม

วันอาทิตย์ที่ 10 มีนาคม .

หัวข้อสัปดาห์นี้:ขอพระเกียรติมิแต่พระเจ้า

สดุดีบทที่ 19

คำว่า พระเกียรตินี้หมายถึง ความสง่างามล้ำเลิศ
ในพระธรรมสดุดีได้กล่าวถึงความสง่างามและ
ความยิ่งใหญ่ของพระเจ้าไว้อย่างล้ำลึก ชาว
อิสราเอลเชื่อว่าพระรัศมีของพระเจ้านั้นอยู่ในที่
บริสุทธิ์ชั้นในสุดของที่อันบริสุทธิ์ที่ซึ่งไข้เก็บหีบ
พันธสัญญา มีเฉพาะมหาปุโรหิตเท่านั้นที่จะ
สามารถเข้าไปในที่แห่งนั้นได้ แต่เมื่อพระเยซู
คริสต์ได้มาสิ้นพระชนม์ที่กางเขน ม่านที่กั้น
สถานทีนั้นก็ฉีกออกเป็นสองซีก ทำให้เราสามารถ
ที่จะเข้าหาพระเจ้าได้

นี่คือเส้นทางอันทรงพลัง ที่เราจะใช้บรรยายถึง
การเตรียมรับเทศกาลมุ่งสู่ธรรม พระเกียรติของ
พระเจ้านี้ไม่ได้มีไว้เฉพาะแก่ผู้ที่มีของประทาน
ฝ่ายจิตวิญญาณเท่านั้น แต่มีไว้สำหรับทุกคนขอ
แค่เราเปิดใจที่จะฟังให้มากขึ้น



ในสายพระเนตรพระเจ้า

ข้อแนะนำบทภาวนา .

พระเกียรติของพระเจ้านั้นมีอยู่ทุก
แห่ง แม้แต่บนภูเขาที่ปกคลุมด้วย
เมฆ

ให้เราสงบใจ กลับตา กล่าวว่า
พระเกียรติของพระเจ้าอยู่ที่นี้

จากนั้นให้เราลืมนตาและสังเกตว่าเรา
มองเห็นอะไร

ใช้เวลาซัก 2-3 นาทีได้ตรงรองขึ้นส่วน
ของภาพนั้น

แล้วให้มองภาพทั้งภาพ เราได้เห็น
อะไรใหม่เกิดขึ้นบ้าง?

ภาพนั้นกระตุ้นให้เรารู้สึกอย่างไร?

ให้เราอธิษฐานขอบคุณพระเจ้า

วันจันทร์ที่ 11 มีนาคม

ผีพระหัตถ์

“ห้องทำประภาคพระสิริของพระเจ้า และที่นไฟสำแดงผลงานแห่งพระหัตถ์ของพระองค์” - สดุดี 19:1

เรารู้จักผู้คนที่มิชื่อเสียงในนางผีมือ มันอาจจะเป็นการทอผ้าที่งดงาม แกะสลักไม้หรือทำแผ่นโมเสก เรามักหึ่งกับความสามารในการเนรมิตสิ่งสวยงามจากสิ่งเล็กๆอย่างละเอียดอ่อน พระธรรมสดุดีบทที่ 19 ได้กล่าวถึงผีพระหัตถ์ของพระเจ้า ในฟ้าสวรรค์ แต่เราสามารถที่จะมองเห็นสิ่งทรงสร้างได้จากทุกที่ เราสามารถเห็นปีกแสนสวยสีรุ้งของแมลงปอ มอสสีเขียวที่ขึ้นตามโขดหินตามแนวภูเขา แสงวาววับในดวงตาของแมว หรือริ้วรอยบนหน้าผากของผู้สูงอายุ เราเริ่มที่จะสังเกตเห็นว่า การมองดูโลกนี้จากเมื่อดุหราชอาณาจักรจากดอกไม้ป่าได้เท่ากับถือความไม่จำกัดไว้ในมือ และนิรันดรไว้ในเวลาชั่วโมงเดียว

พระเจ้าเป็นผู้ออกแบบโลกทั้งมหภาคและจุลภาค ให้เราฝึกที่จะมองความมหัศจรรย์นี้ ที่ทุกแห่งคือการเดินทางที่เต็มไปด้วยความสวยงาม

โอ้พระเจ้าทรงสร้างที่ยิ่งใหญ่ โปรดช่วยให้เราชื่นชมสิ่งทรงสร้างในทุกๆวันของเรา อาเมน



วันอังคารที่ 12 มีนาคม

การฟังภาษาที่ซ่อนเร้น

“วันส่งถ้อยคำให้แก่วัน และคืนแจ้งความรู้ให้แก่คืน ถ้อยคำไม่มี วาจาที่ไม่มี และไม่มีใครได้ยินเสียงฟ้า ถึงกระนั้น เสียงของมันก็ออกไปทั่วแผ่นดินโลก และถ้อยคำก็ออกไปถึงสุดปลายพิภพ”-สดุดี 19:2-4 ก

มีคำปริศนาหลายคำที่นำเราให้เห็นว่าปราศจากอยู่จริง มีภาษาที่ไม่มีคำพูดในการทรงสร้างที่ไหลออกมาทั้งกลางวันและกลางคืนเพื่อปรับให้เข้ากับบทสนทนาของมัน วงรีคือในปี 60 ชื่อ Moody Blues กล่าวไว้ในเพลงที่มีชื่อเสียงชื่อ Tuesday Afternoon ว่า บางสิ่งเรียกหาฉัน เหล่าต้นไม้ตั้งฉันเข้าไปหา ฉันต้องหาคำตอบให้ได้ว่าทำไม เสียงเรียกอันไพเราะเหล่านั้นอธิบายด้วยเสียงถอนหายใจ

การที่จะได้ยินภาษาที่ซ่อนเร้นรอบตัวเราคือต้องมีสติแน่วแน่ เราไม่จำเป็นต้องทำตัวลึกลับ มีวิธีมากมายที่จะเข้าถึงความรู้ที่ซ่อนอยู่เหล่านี้ เช่น การใช้สมาธิ การอ่านหนังสือพิมพ์หรือเดินเจียบๆในแถบชนบท เราสามารถหามันได้ในการร่วมมีสการกับคนอื่นโดยเฉพาะในเวลาที่เราเจียบสงบ มันไม่ได้จำเป็นต้องฝึกฝนมากแต่แค่มีความตั้งใจที่จะค้นหา เราเชื่อมต่อกับประสาทสัมผัสทางจิตวิญญาณ

พระเจ้าแห่งความรัก ช่วยให้เราได้ยินภาษาในความเจียบสงบของพระองค์ด้วย อาเมน

วันพุธที่ 13 มีนาคม

เส้นทางแห่งความปิติยินดี

“พระองค์ทรงตั้งเต็นท์ไว้ให้ดวงตะวัน ณ ที่นั้น ซึ่งออกมาอย่างเจ้าบ่าว ออกมาจากห้องโถงของเขา และวิ่งไปตามวิถีด้วยความปิติยินดีอย่างชายฉกรรจ์”- สดุดี 19:4ก-5

ในเพนนิยากรีกได้บรรยายวิถีแห่งดวงอาทิตย์เหมือนเทพเจ้าพอลโลซัปราชรถผ่านท้องฟ้าจากทิศตะวันออกไปยังทิศตะวันตก ก่อนหน้าเทพนิยายนั้นกษัตริย์ดาวิดได้บรรยายภาพด้วยบทกวีว่า ดวงอาทิตย์เฝ้าเอนเป็นเจ้าบ่าวที่ตื่นตื่นที่จะ ได้ออกจากห้องโถง เพื่อไปดำเนินงานแต่งงานด้วยความยินดี และได้เริ่มต้นชีวิตของเขา ข้างเป็นเรื่องนำมหัศจรรย์ที่ได้ลองคิดเกี่ยวกับดวงอาทิตย์ขึ้นและตก มันไม่ใช่เรื่องที่เราจะเห็นเป็นของตายแต่เป็นการเฉลิมฉลองสิ่งที่พระเจ้าทรงประทานให้ทุกวัน ให้เราลองมองใหม่และเฉลิมฉลองความสุขของวิถีของดวงอาทิตย์ที่เริ่มต้นจากการเดินบนผิวน้ำฉายแสงมายังต้นไม้และแต่งแต้มสีสันสีของบนก่อนเมฆบนเส้นขอบฟ้า

พระเยซูเคยกล่าวว่าดวงตาคือประตูปของร่างกาย คนที่ตั้งใจก็ได้ฝึกดวงประตูที่ปนั้นก็จะเห็นรัศมีของดวงอาทิตย์ทุกแบบของมันในทุกๆวัน

พระเจ้าผู้ยิ่งใหญ่ ขอให้คุณที่ทรงแสดงความดีงามของพระองค์ผ่านวิถีของดวงอาทิตย์ในทุกๆวัน อาเมน

วันพฤหัสบดีที่ 14 มีนาคม .

ความอบอุ่นของพระเจ้า

“...ไม่มีสิ่งใดซ่อนให้พ้นจากความร้อนของมันเป็นได้”

- สดุดี 19:9

ฉันชอบการเดินทางและในบ้านเกิดของฉันที่เท็กซัส ฉันชอบไปเที่ยวตามลำเนาภูเขาที่มีชื่อเสียง โกตนาเทียวแต่ละคนที่นำทางเราไปก็มีวิธีการนำทางของตัวเอง เมื่อเราลงไปถึงขั้นใต้ดินแสงสว่างก็ดับหมด ความมืดมหาศาลก็ตามมาเหมือนดั่งคำโบราณที่ว่า ฉันมองไม่เห็นแม้แต่มือตัวเองที่อยู่ตรงหน้า ไม่นานก็เริ่มที่จะอึดอัดทุกเซลล์ในร่างกายต่างก็ปรารถนาแสงแม้เพียงเล็กน้อย

สดุดีบทที่ 19 ได้กล่าวว่าไม่มีอะไรซ่อนเร้นได้จากความร้อนของดวงอาทิตย์ พระลักษณะของพระเจ้า เต็มไปด้วยหลายสิ่ง ให้เราลองคิดว่า เราสามารถที่จะสัมผัสพระเจ้าได้ในทุกสถานการณ์ ฉันคิดถึง วิคเตอร์ แพร็งเกิล Viktor Frankl ที่เราว่าแม้กระทั่งเวลาที่ถูกกักขังในค่ายกักกันนาซี ผู้คุมก็ไม่สามารถที่จะขโมยความสุขของเขาในการที่ได้เห็นดวงอาทิตย์ขึ้น แม้ขณะโอบอ้อมด้วยแช่ เมื่อเราลองมาคิดถึง ความอบอุ่นของความรักของพระเจ้าอย่างตั้งใจ มันจะทำให้ความมืดข้างในเราถูกขจัดออกไป ความรักที่สมบูรณ์ก็ขจัดความกลัวเสีย

ขอบพระคุณพระเจ้าสำหรับความอบอุ่นของความรักของพระองค์ที่ปกคลุมทุกสิ่ง อาเมน

วันศุกร์ที่ 15 มีนาคม .

ความยำเกรงอันบริสุทธิ์

“ความยำเกรงพระเจ้าเป็นรากฐานของความมั่นคง ถาวรเป็นนิรันดร์” - สดุดี 19:9

ว่ากันว่าความบริสุทธิ์มีอยู่เพียงน้อยนิดบนโลกนี้ ประชากรมนุษย์ทำให้ระบบนิเวศแปดเปื้อน สังคมเต็มไปด้วยความไม่ยุติธรรมและพลังของการคอร์รัปชัน แม้คนที่ว่ากันว่าบริสุทธิ์ที่สุดในหมู่พวกเรา ก็มีแนวโน้มที่จะกระทำการเพื่อสนองตัวเอง

แต่กระนั้นพระธรรมสดุดีบทที่ 19 ตอนนี้ได้กล่าวถึงความบริสุทธิ์ที่เราสามารถสัมผัสได้ทุกคน ภาษาฮีบรูคำว่า yare มักถูกแปลว่า กลัว หึงๆ ที่ควรแปลว่า ยำเกรง ดังนั้นควรจะแปลพระธรรมตอนนี้ใหม่กว่า การยำเกรงพระเจ้านั้นบริสุทธิ์และคงอยู่ถาวรเป็นนิรันดร์ เมื่อแปลแบบนี้พระธรรมสุภาภิตบทที่ 9 ข้อ 10 ก็จะแปลได้ว่า ความยำเกรงพระเจ้าเป็นบ่อเกิดแห่งปัญญา

การตระหนักถึงรัศมีของพระเจ้าที่ปรากฏอยู่ได้นำเราถึงความเชื่อระดับนี้ มันบริสุทธิ์เพราะมันขจัดความหมกมุ่นในเรื่องอื่นๆและให้ทางแก่ฝ่ายวิญญาณจิต มันคงทนเพราะมันได้ยกระดับจิตใจของเราที่รับรู้ได้ถึงชีวิตนิรันดร์ไม่ใช่แค่เพียง आयุขัยชั่วคราวบนโลก

เราอยู่ในโลกที่ ซึ่งความศักดิ์สิทธิ์ถูกนำออกไปจากชีวิตของเรา เมื่อเราได้กลายเป็นคนที่บริสุทธิ์มากขึ้น เราก็จะกลายเป็นเกลือกและแสงสว่าง เหมือนอย่างที่เราเคยพูดไว้ให้เราเป็น

โอพระเจ้า ขอทรงเติมเราให้เต็มล้นด้วยความยำเกรงต่อพระองค์ อาเมน



วันเสาร์ที่ 16 มีนาคม .

การเอืกรเขยดูความตั้งใจ

“แต่ผู้ใดจะเห็นความผิดพลาดของตนได้เล่า? ขอทรงชำระข้าพระองค์ให้พ้นจากความผิดที่ซ่อนเร้นอยู่”-สดุดี 19:12

พระเยซูทรงประณาม พวกเคร่งศาสนาที่ประพฤติตนตามบทบัญญัติภายนอกแต่ไม่เคยนำมาใช้ภายในใจ พระองค์ทรงบรรยายถึงพวกฟาริสีในช่วงเวลานั้นที่มักรู้สึกว่าคุณเหนือกว่าผู้อื่นเพราะได้ประพฤติตามบทบัญญัติอันบริสุทธิ์ แต่พระเยซูยืนยันให้เรา สำรวจภายในจิตใจของเราเอง

แต่ใครเล่าจะสามารถทำได้อย่างนี้ เราสามารถเห็นสิ่งที่แยกเราออกจากพระเจ้าได้อย่างชัดเจนหรือ เราต่างก็มีจุดที่เรามองไม่เห็น

นี่คือความจริงอันยิ่งใหญ่อย่างหนึ่งที่เราจะได้ตั้งใจมากขึ้น เมื่อพระเจ้าเอืกรเขยมองดูเราทรงเห็นทุกอย่าง มันคือจิตวิญญาณไม่ใช่ความตั้งใจของเราเองที่เปิดเผยให้เราเห็นพื้นที่ที่เราต้องกลับไปในที่ๆควรจะไป

ในตอนท้ายของพระธรรมสดุดีบทที่ 139 กษัตริย์ดาวิด ได้ทรงทำให้ตนเองจมลงด้วยการอธิษฐานว่า ขอทรงตรวจค้นข้าพระองค์และทรงรู้จักจิตใจของข้าพระองค์ และขอทรงสอดส่องข้าพระองค์และทรงรู้จักความคิดของข้าพระองค์ และขอทอดพระเนตรว่ามีทางชั่วใดๆ ในข้าพระองค์หรือไม่ และขอทรงนำข้าพระองค์ไปในทางนิรันดร์

ข้าแต่พระเจ้า โปรดทรงแสดงให้เห็นความปรารถนาที่ฝังลึกในจิตใจของเรา และนำเรากลับมาหาพระองค์ อาเมน

สัปดาห์ที่สองของเทศกาลมุ่งสู่ธรรม

วันอาทิตย์ที่ 17 มีนาคม .

หัวข้อสัปดาห์นี้: น้ำอันสงบ

หลายๆคนไม่ค่อยได้มีโอกาสสัมผัสกับความสงบในจิตใจ การใช้เวลากับสื่อต่างๆ ถูกล้อมด้วยเสียงต่างๆที่ไม่เข้ากันเองกัน และถูกกำหนดด้วยตารางชีวิตประจำวัน เรามักลืมให้ความสำคัญกับวันสะบาโต เราลืมไปว่าเราถูกสร้างขึ้นเพื่อให้ได้พักผ่อนเช่นเดียวกับทำงาน พระธรรมสดุดีบทที่ 23 เป็นมากกว่าข้อพระคำของภาษายิว แต่ได้กลายเป็นวรรณกรรมชั้นยอด แม้ว่าเราจะคุ้นเคยกับพระธรรมบทนี้แล้วจน บางคนสามารถท่องได้เป็นคำต่อคำ ถึงกระนั้นพระธรรมตอนนี้ก็ยังสอนเราถึงความจริงอันล้ำลึกได้อยู่เรื่อยๆ เราจะสืบเนื่องเทศกาลผ่านทางพระธรรมตอนนี้



ในสายพระเนตรพระเจ้า

ข้อแนะนำบทภาวนา .

ให้เรานั่งลงข้างๆ แหล่งน้ำอันสงบซึ่งถูกกักเก็บไว้

ใช้เวลาซัก 2-3 นาทีที่จะนั่งลงและอธิษฐานด้วยจินตนาการ

ให้เราสงบใจหลับตาลงและพูดว่า "จงสงบ" จากนั้นให้เราเปิดตา

เราเห็นอะไรเป็นสิ่งแรกให้อยู่กับสิ่งนั้น ให้ตาเรามองนิ่งอยู่กับที่

ใช้เวลา 2-3 นาทีที่ใคร่ครวญถึงชิ้นส่วนของภาพ จากนั้นให้มองไปที่ภาพทั้งหมด

ความสงบของพระเจ้าได้เข้าไปอยู่ในใจเราได้อย่างไร?

ให้เราปิดการสงบใจด้วยการอธิษฐานขอพระคุณพระเจ้า

วันจันทร์ที่ 18 มีนาคม .

ไม่เอาของที่ไม่จำเป็นอีกต่อไป

“พระเยโฮวาห์ทรงเลี้ยงดูข้าพเจ้า ดุจเลี้ยงแกะ ข้าพเจ้าจะไม่ขาดสน” - สดุดี 23:1

ด็อกเตอร์ Seuss ได้อธิบายถึงคำว่า Thneed ไว้ในหนังสือเด็กของเขาชื่อ The Lorax ว่า Thneed เป็นสิ่งของที่เราคิดว่าเราจำเป็นต้องจริงๆ ไม่ได้จำเป็นเป็นของที่เรารวมกันกับมันแต่ไม่ได้ให้คุณค่าาวรคงทน

พระพหูพเจ้าได้พูดบ่อยๆถึงความปรารถนาเหล่านี้ว่าเป็นสิ่งของลวงตาที่นำมาซึ่งความทุกข์ ในสิ่งคงทนนิยมนทุกวันนี้ เรามีหลักการในการที่จะเพิ่มขยายความต้องการให้มากขึ้น เร็วขึ้น ดีขึ้น อยากได้อะไรก็ซื้อถ้าไม่ยากตกยุคหรือรู้สึกขาด

อะไรคือสิ่งที่เราให้ความสำคัญมากที่สุดในชีวิต การได้รับการยอมรับจากคนอื่นความสำเร็จของการชีวิตที่ทำได้ยากเพื่อจะได้วัดคุณค่าของการมีชีวิต วัดดูฝ่ายโลก การควบคุมคนหรือสถานการณ์ความต้องการที่จะเป็นฝ่ายถูก?

กษัตริย์ดาวิดได้เข้าถึงแก่นแท้ของความต้องการเหล่านี้ ตั้งแต่ข้อแรกของสดุดีบทที่ 23 เมื่อเราให้พระเจ้าเป็นผู้มาในชีวิตเราเหมือนผู้เลี้ยงแกะ เราก็สามารถที่จะปลดแอกจากความกังวลต่างๆได้ เราจึงสามารถตระหนักถึงความคิดละโมภเหล่านี้ และทิ้งมันไปได้ด้วยความเชื่อแบบเด็กๆ

วันนี้ ข้าแต่พระเจ้า โปรดช่วยให้เราพบความพึงพอใจและความแจ่มใสในพระองค์ อาเมน



วันอังคารที่ 19 มีนาคม.

ความต้องการตามธรรมชาติของเรา

“พระองค์ทรงทำให้ข้าพเจ้านอนลงที่ทุ่งหญ้าเขียวสด พระองค์ทรงนำข้าพเจ้าไปริมน้ำแดนสงบ พระองค์ทรงคืนความสดชื่นแก่ชีวิตข้าพเจ้า”-สดุดี 23:2-3 ก

John Muir ได้กล่าวว่า “คนนับพันที่เหน็ดเหนื่อย เสรียด อยู่ในโลกที่มีความเจริญมากเกินไป เริ่มที่จะ ค้นพบว่า การไปภูเขาที่เหมือนการกลับบ้าน ธรรมชาตินั้นแหละคือสิ่งที่ต้องการ”

นักสังคมวิทยาได้บรรยายชีวิตของพวกเขาไว้ว่า “ขาดธรรมชาติ” เราใช้เวลาส่วนมากในอาคารและจมปลักกับเทคโนโลยี กษัตริย์ดาวิดได้กล่าวว่าพระเจ้าทำให้เขาอนลงบนทุ่งหญ้าเขียวสด และพบกับแหล่งน้ำอันสงบ ในชีวิตที่อยู่ของเราเรามักจะพลาดสิ่งที่ช่วยเติมเต็มเหล่านี้ มีแต่เรื่องเครียดให้กับร่างกายและความคิด

การมาท่องเที่ยวที่ไกลๆนั้นเป็นเรื่องดี แต่เราไม่จำเป็นต้องขึ้นเขา ไปทะเลหรือทุ่งหญ้าเพื่อเติมเต็ม ธรรมชาติให้กับร่างกาย เราสามารถทำได้ในสวนหลังบ้าน สวนสาธารณะใกล้ๆ หรือแคมป์ไปนอนก่อนเมฆ

เราสามารถที่จะหลับตาและฟังเสียงหายใจของเราเอง ลมหายใจที่เป็นธรรมชาติของพระเจ้าในเรา ในช่วงเวลานี้ ให้เรากลับเข้าหาธรรมชาติและความปรารถนาอันยอดเยี่ยม

พระเจ้าผู้เลี้ยงผู้ประเสริฐ ขอช่วยให้เราตระหนักถึงสิ่งดีๆที่พระองค์เตรียมไว้ให้ให้เราอนลงและสัมผัสกับสันติสุขในพระองค์ อาเมน

วันพุธที่ 20 มีนาคม .

กลับเข้าสู่ทาง

“พระองค์ทรงคืนความสดชื่นแก่ชีวิตข้าพเจ้า พระองค์ทรงนำข้าพเจ้าไปในทางชอบธรรม เพราะเห็นแก่พระนามของพระองค์”- สดุดี 23:3

คืนหนึ่งเวลาเที่ยงคืน ภายใต้คืนพระจันทร์เต็มดวง ฉันเริ่มเป็นขี้หนูเขา Shasta ใน Northern California ฉันสับสนเพราะที่ไม่ได้เตรียมพร้อมกับระบบ buddy ก่อนที่จะขึ้นไปและขึ้นไปเพียงลำพัง ฉันคิดว่าฉันจะไปถึงยอดและกลับลงมาได้ก่อนที่พายุจะเข้าตอนสายๆ

ขณะที่ฉันถึง camp บริเวณต่ำกว่า timber line เงามจากป่าก็บดบังทิศทางที่ฉันจะเดิน ฉันหลงทาง ฉันอยู่ตามลำพังในที่สูง และไม่มีใครบอกทิศทาง ฉันเริ่มที่จะกลัว

ตอนนั้นเองฉันเริ่มที่จะนึกถึงวิถีโอที สถานีกรมป่าไม้ที่สอนว่า ให้มองหาเห็นก่อนใหญ่ๆที่จะนำทางออกไปจากค่ายพัก ได้ ฉันเริ่มที่จะมองหากจนพบ มันอยู่ย่นเหมือนบันได แต่รู้สึกเหมือนเป็นบันไดนำไปสู่สวรรค์ในขณะที่กำลังตื่นเต้นนั้นเอง ฉันกลับเข้าสู่เส้นทางได้ด้วยหัวใจที่เปี่ยมล้น บางครั้งในขณะที่ชีวิตกำลังอยู่ในสถานการณ์ที่ซับซ้อน เราก็รู้สึกหมดกำลังและความอดทน เราหลงลืมเส้นทางฝ่ายวิญญาณที่ช่วยนำทางเรา การตระหนักถึงการทรงอยู่ของพระเจ้าเป็นเจ้าจะช่วยให้เปิดทางให้เราและนำเรากลับสู่เส้นทางที่ถูกต้อง

พระเจ้าผู้เลี้ยงที่ประเสริฐ เมื่อเราหลงออกนอกเส้นทาง ขอทรงชี้ทางที่จะนำเรากลับสู่เส้นทางแห่งชีวิตบริสุทธิ์ อาเมน

วันพฤหัสบดีที่ 21 มีนาคม .

ความมั่นใจในเงามัจจุราช

“แม้ข้าพระองค์ จะเดินฝ่าหุบเขาเงา
มัจจุราช ข้าพระองค์ไม่กลัวอันตรายใดๆ
เพราะพระองค์สถิตกับข้าพระองค์ คหา
และচারพระกรของพระองค์ปกป้องข้า
พระองค์” - สดุดี 23:4

ฉันชอบที่จะนำการบริหารจิตวิญญาณ
“ลองนึกย้อนกลับไปในอดีตสิ” ฉันกล่าว
“เราสามารถจดจำเวลาที่ยากลำบาก ที่
ตอนนี้ผ่านมาได้แล้ว ที่แสดงถึงการ
ช่วยกู้ของพระเจ้าได้มั๊ย? เราเห็นมั๊ยว่า
พระเจ้าทรงนำพาเราผ่านหุบเขาที่มีด
มืด”

ผู้คนส่วนใหญ่ต่างมีประสบการณ์ใน
เรื่องนี้ ฉันเองก็เช่นกัน โดยเฉพาะ
เรื่องที่ผมหายจากการติดเหล้า เหมือน
คำโบราณที่ว่าเราจะมองอะไรชัดขึ้น
เมื่อมองย้อนกลับไป แต่ถึงยังงั้นความ
ฉลาดหลักแหลมในการเชื่อวางใจพระเจ้าได้
ถูกเปิดเผยแล้วที่นี้ กษัตริย์ดาวิดไม่ได้
กล่าวว่าวันหนึ่งเขาจะมองย้อนกลับมา
และขอบคุณพระเจ้าสำหรับการ
ปกป้อง เขาเป็นพยานเดี่ยวนี้ว่าแม้ใน
หุบเขาที่ลึกและมืดเขาก็ไม่กลัวเพราะ
พระเจ้าพระเจ้าผู้เลี้ยงทรงอยู่ข้างๆเขา ฉัน
เรียกสิ่งนี้ว่าการย่นระยะเวลาสำหรับ
การตระหนักถึงความดีและแผนการอัน
ดี ของพระเจ้าที่มีในชีวิตเรา มันคือยา
ขนานดีสำหรับความกลัวและความ
กังวล มันช่วยให้เรามั่นใจได้ว่าพระเจ้า
อยู่ด้วยแม้ในเงาที่น่ากลัวที่สุด

พระเจ้าที่รักชอบโปรดช่วยให้เราเชื่อวางใจ
ในพระองค์ว่าพระองค์ทรงอยู่ที่นี้แต่เวลา
นี้ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในชีวิตของเราอา
เมน

วันศุกร์ที่ 22 มีนาคม .

เต็มล้น

“พระองค์ทรงจัดเตรียมโต๊ะอาหารให้
ข้าพระองค์ ต่อหน้าต่อตาคู่ริชของ
ข้าพระองค์ พระองค์ทรงเจิมศีรษะ
ข้าพระองค์ด้วยน้ำมัน ด้วยของ
ข้าพระองค์ก็ล้นอยู่” - สดุดี 23:5

งานเลี้ยงท่ามกลางอันตราย น้ำมันหอม
ขันตี ถ้วยที่เต็มล้นด้วยความดี - เป็น
การอธิบายถึงความรักของพระเจ้าที่มี
อย่างมากมายในชีวิตของเรา ในขณะที่
เราฝึกจิตใจใหม่อยู่ที่นี่ การตระหนักถึง
ความบริบูรณ์นี้จะกลายเป็นสิ่งที่ช่วย
เป็นพื้นหลังให้กับชีวิตของเราในแต่ละ
วัน

มีอีกวิธีหนึ่งที่จะคิดเปรียบเทียบกับที่
ล้นอยู่ มันมาจากศาสนาเซน นานอิน
ปรมาจารย์ชาวญี่ปุ่นคนหนึ่งสมัยยุคเมจิ
ได้ต้อนรับศาสตราจารย์จาก
มหาวิทยาลัยที่เข้ามาถามเกี่ยวกับ
ศาสนาเซน นานอินได้รินชาให้กับแขก
จนเต็มถ้วย และรินต่อไปเรื่อยๆจนล้น
ศาสตราจารย์ก็มองไปที่ถ้วยนั้นจนหน
ไมไหว กล่าวว่ามันล้นแล้วมันเต็มเข้าไปอีก
ไม่ได้ “ก็เหมือนถ้วยนี้” นานอินกล่าว
“คุณเต็มไปด้วยความคิดและมุ่มมอง
ของคุณแล้วฉันจะแสดงให้คุณเห็น
เกี่ยวกับศาสนาเซนได้ยังไงถ้าคุณไม่เท
ถ้วยคุณให้ว่างมาก่อน”

การตระหนักถึงสิ่งนี้จะช่วยให้เคลียร์การ
หมกมุ่นเกี่ยวกับตัวเองและทำให้มีที่ว่าง
สำหรับความรักและสันติสุขที่มาจาก
พระเจ้าอันเปี่ยมล้นให้เข้ามาได้

โอ้แค่พระเจ้า ขอทรงเทการสงสถิต
ของพระองค์เข้ามา ให้เราเต็มล้นไปด้วย
ความบริบูรณ์ซึ่งกันและกัน อาเมน



วันเสาร์ที่ 23 มีนาคม .

คุณลักษณะอะไรปรากฏอยู่ในเรา?

“แน่ที่เดียวที่ความดีและความรักมั่นคง
จะติดตามข้าพเจ้าไป ตลอดวันคืนแห่ง
ชีวิตของข้าพเจ้า และข้าพเจ้าจะอยู่ใน
พระนิเวศของพระเยโฮวาห์สืบไปเป็น
นิรันดร์” - สดุดี 23:6

มันสำคัญที่เราจะรับผิดชอบความสุข
และสันติสุขภายในของเราเอง
จิตวิญญาณภายในส่งผลต่อผู้รอบตัว
เรา อารมณ์ของเราส่งผลขยายต่อ
ครอบครัว, ที่ทำงาน, โบสถ์ และสังคม
ของเรา มันคือเหตุผลอย่างหนึ่งที่เรา
แสวงหาเพื่อที่จะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน
ด้วยใจยินดีและด้วยการทรงสถิตของ
พระเจ้า

จุดนี้เรามาถึงบทสรุปที่สำคัญของพระ
ธรรมสดุดีบทที่ 23 ถ้าเราเชื่อวางใจใน
พระเจ้าในทุกความต้องการ ถ้าเรายึดมั่น
ในหลักการที่จะหาทุ่งหญ้าเขียวสดและ
แหล่งน้ำอันสงบ ความดีงาม และความ
รักมั่นคงจะติดตามเราไป ชีวิตของเราจะ
เปลี่ยนจากชีวิตที่เต็มไปด้วยความกังวล
และความว่างเปล่ามาซึ่งจุดที่เราพบว่า
ชีวิตของเราอยู่ในสมดุลย์กับทุกลอน
แห่งการทรงสร้าง

เราไม่อยากเป็นคนที่ไม่แพร่ขยายความรัก
และความดีงามไปสู่คนอื่นรอบตัวเรา
หรือ? เมื่อสิ่งนี้เกิดขึ้นเราก็จะกลายเป็น
บุตรของความอุดมสมบูรณ์และเป็นผู้ถือ
ชาวประเสริฐว่า พระเจ้าทรงทำงานเพื่อ
ส่องสว่างชีวิตของเรา ให้เป็นไปตามนั้น
....

พระเจ้าผู้เลี้ยงที่แสนดี โปรดช่วยให้
ข้าพระองค์เป็นบุตรแห่งความบริบูรณ์
ของพระองค์ เริ่มต้นเวลานี้ อาเมน

สัปดาห์ที่สามของเทศกาลลุงสุธรรม

วันอาทิตย์ที่ 17 มีนาคม .

หัวข้อสัปดาห์นี้:พระเจ้าผู้ใจกว้าง
ของเรา

สวดติบทที่ 65

มันเริ่มตั้งแต่กลางศตวรรษที่ 16 จนถึง
วันนี้ ผ่านมากกว่า 500 ปีที่คริสเตียน
หลายล้านคนได้นมัสการด้วยเพลงที่คุ้น
หูกันดี

“สรรเสริญพระเจ้าผู้อำนวยพร
สรรเสริญพระเจ้าเหล่าประชากร
สรรเสริญองค์พระบิดา พระบุตร
สรรเสริญพระวิญญาณบริสุทธิ์ อาเมน”

จริงอยู่ที่ว่า พระพรมาจากพระเจ้าเบื้อง
บน แต่กระนั้นการร้องเพลงนมัสการ
ด้วยลิ้นก็เป็นสิ่งที่ควรตระหนักไว้เสมอ

สัปดาห์นี้ในเทศกาลลุงสุธรรม เราจะมา
สำรวจพระธรรมสวดติบทที่ 65 ด้วยกัน

ในสายพระเนตรพระเจ้า

ข้อแนะนำบทภาวนา .

“บ่อยแค่ไหนที่เรากังวลกับการมีไม่พอ?

พระเจ้านั้นเป็นผู้มีใจกว้างขวาง

ขอบพระคุณพระเจ้าสำหรับพระคุณ
นานับประการ

ให้เราลองไปที่ภาพ เราเห็นอะไรเป็นสิ่ง
แรก ให้เราลองไปที่ส่วนนั้น เรารู้สึก
อย่างไร มีความหวังใจ?ชื่นชมยินดี?

จากนั้นให้มองภาพทั้งภาพ

มีส่วนไหนของชีวิตเราบ้างที่จะทำให้เรา
ตระหนักถึงพระคุณพระเจ้าได้?

ให้เราหยุดการคร่ำครวญด้วยการ
อธิษฐานขอบพระคุณพระเจ้า”