

The Word, the World and the Workplace

คู่มือเฝ้าเดี่ยว 30 วัน สำหรับคนทำงาน



ในโลกที่หมุนเร็วและเต็มไปด้วยความเร่งรีบ คริสเตียนวัยทำงานต้องเผชิญกับ
ภาระหน้าที่ความรับผิดชอบมากมายที่มาพร้อมกับความกดดัน
และการตัดสินใจนับไม่ถ้วน

**ดังนั้น การใช้เวลากับพระเจ้าจึงยังคงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ไม่ใช่เพียงแค่
การพักใจ แต่เพื่อรับการทรงนำและแนวทางในการใช้ชีวิตแต่ละด้าน**

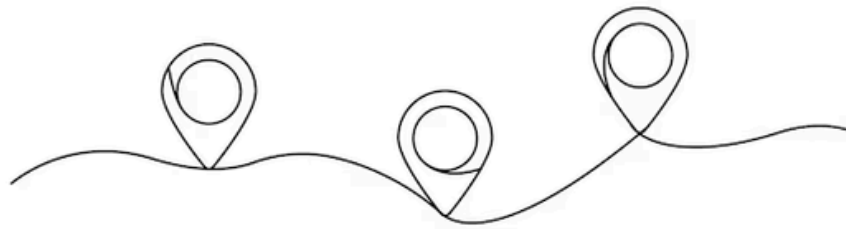
**คู่มือเฝ้าเดี่ยวนี้จึงมีเป้าหมายเพื่อช่วยให้พี่น้องวัยทำงานมีโอกาสดูแลเวลากับ
พระคำพระเจ้า และตลอดการเฝ้าเดี่ยวตลอด 30 ครั้ง จะช่วยให้เราได้คิดและ
ทบทวนสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับวัยทำงาน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการทรงเรียก
การเลือกงานท่าที่การทำงาน การเป็นผู้รักษาในด้านต่างๆ รวมถึงรายได้
และเงินของเรา ตลอดจนความสมดุลในการใช้ชีวิต เป้าหมายคือให้พระคำของ
พระเจ้านำทางความคิด การตัดสินใจ และการดำเนินชีวิตของเรา**

**15-30 นาทีเป็นเวลาที่เราจะใช้ในการเฝ้าเดี่ยวแต่ละครั้ง ในแต่ละวันจะมี 2
คำถามเพื่อเป็นแนวทางในการใคร่ครวญ และคู่มือนี้ ยังสามารถใช้เป็น
แนวทางในการพูดคุยสำหรับกลุ่มย่อยได้เช่นกัน**
ขอพระเจ้าอวยพรทุกครั้งที่ท่านใช้เวลาส่วนตัวกับพระองค์ และให้พระวอนะของ
พระเจ้านำทางชีวิตในทุกย่างก้าว

Day 1 ลูคา 2:8-20

1 บันทึกลักษณะที่เราเห็นเกี่ยวกับพระเยซูจากสิ่งที่ทูตสวรรค์พูดกับมารีย์ในตอนนี้

2 พระลักษณะของพระเยซูในตอนนี้ ให้ความมั่นใจกับการใช้ชีวิตที่เหลืออยู่ของเราอย่างไร?



Day 2 ยอห์น 1:35-42

1 สังเกตความเข้าใจของสาวกทั้ง 2 คนต่อพระเยซูในตอนนี้

- ข้อ 35-36 พระเยซูเป็นใครสำหรับพวกเขา?
- ข้อ 37-38 พระเยซูเป็นใครสำหรับพวกเขา?
- ข้อ 39 พระเยซูเป็นใครสำหรับพวกเขา?
- ข้อ 40-42 พระเยซูเป็นใครสำหรับพวกเขา?

2 นับตั้งแต่วันที่เรารู้จักกับพระเยซู พระองค์เป็นใครสำหรับเราบ้าง? สิ่งนี้ให้ความมั่นใจกับเราต่อแผนงานหรือการทำงานของเราอย่างไร?

Day 3 ดาเนียล 1:1-16

1 สังคมบาบิโลนกำลังเปลี่ยนดาเนียลและเพื่อนให้เป็นอีกคนหนึ่งด้วยวิธีอะไรบ้าง?

2 มหาวิทยาลัย ที่ทำงาน หรือสังคมไทยกำลังบอกว่าอะไรควรเป็นเป้าหมายในชีวิตของเรา? แล้วเราเห็นด้วยหรือไม่อย่างไร?

Day 4 เอเฟซัส 5:16-17

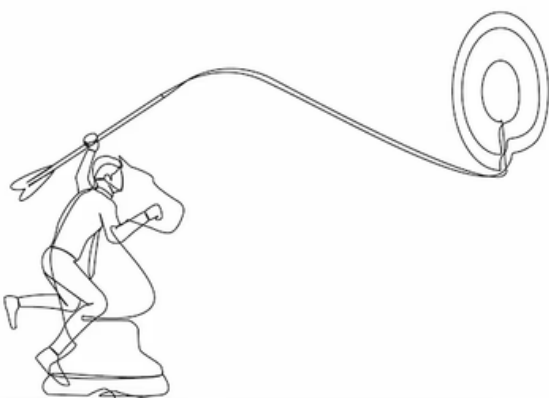
1 เปาโลบอกว่า อะไรคือการใช้ชีวิตอย่างระมัดระวังและมีสติปัญญา?

2 สังคมรอบข้างมีค่านิยมเกี่ยวกับการประสบความสำเร็จและความสุขว่าอย่างไร? เราจะแยกแยะได้อย่างไรว่าการใช้ชีวิตของเราทุกวันนี้เป็นการใช้ชีวิตที่ฉลาดจริงๆ?

Day 5 มัทธิว 26:39 และ 42

1 อะไรเป็นความปรารถนาของพระเยซูในตอนนี้? แล้วสุดท้ายคำตอบหรือการตัดสินใจของพระองค์มาจากใคร?

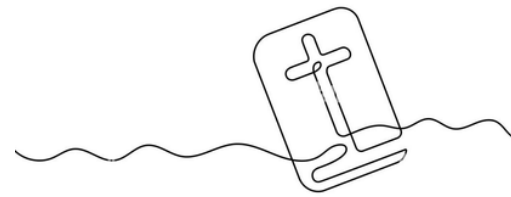
2 หากความต้องการและความฝันของคุณยังไม่ใช่สิ่งที่พระเจ้าอยากให้คุณจะมองพระเจ้าอย่างไร? คุณยังจะเลือกทำตามความฝันต่อหรือไม่?



Day 6 พิลิปปี 3:4-11

1 ก่อนจะรู้จักกับพระเจ้า เปาโลแสวงหาและภูมิใจในเรื่องอะไรบ้าง? ลองคิดเล่นๆ ว่า ถ้าเปาโลยังยึดติดและแสวงหาสิ่งเหล่านี้ต่อไป เขาจะมีหน้าที่การงานอย่างไร? หรือเขาจะประสบความสำเร็จแค่ไหน?

2 ปัจจุบัน สังคมยอมรับหรือตัดสินว่าคนแบบไหนคือคนเก่งหรือคนที่บริษัทอยากได้? สิ่งนี้ส่งผลต่อการเขียน resume ของเราอย่างไรบ้าง? หรือเราจำเป็นต้องทำให้บริษัทยอมรับเรามากแค่ไหน?



Day 7 ลูคา 9:57-62

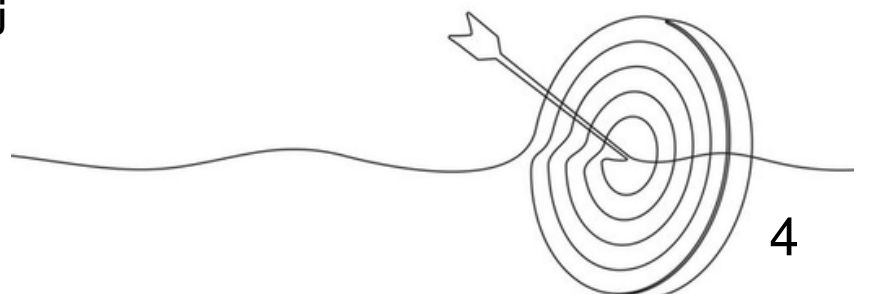
1 การให้ความสำคัญกับสิ่งต่างๆ ในบทสนทนา (ที่พิท - ความมั่นคง, ครอบครัว-ความสัมพันธ์) เป็นอุปสรรคต่อการติดตามพระเจ้าอย่างไร?

2 นิยามคำว่า “สาวกที่ติดตามพระเยซูอย่างแท้จริง” สำหรับตัวเราเอง?

Day 8 ยอห์น 4:1-26

1 อะไรเป็นสิ่งที่ผู้หญิงคนนี้ต้องการในช่วงแรกของการพบพระเยซู? และอะไรเป็นสิ่งที่พระเยซูให้กับเธอในตอนท้าย?

2 อะไรเป็นสิ่งที่คุณคาดหวังจากงานที่คุณกำลังจะทำหรือทำอยู่? และหากพระเยซูให้ในสิ่งที่คุณไม่ได้คิดไว้ ทั้งด้านบวกและด้านลบ คุณจะรู้สึกหรือตอบสนองต่อพระองค์อยู่



Day 9 มัทธิว 6:25-34

1 แทนที่จะกังวลระวายเป็นเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในแต่ละวัน พระเยซูบอกสาวกให้ทำอะไร? สิ่งนั้นแปลว่าพวกเขาไม่ต้องทำงานใช่หรือไม่?

2 เราจำเป็นต้องเลือกงานที่มีรายได้สูงๆ ไว้ก่อนหรือไม่? แล้วอะไรเป็นเกณฑ์ในการเลือกงานหรือที่ทำงานของเราบ้าง?

Day 10 ฮีบรู 11:8-12

1 ความท้าทายในการติดตามพระเจ้าของอับราฮัมมีอะไรบ้าง?

2 จากแบบอย่างชีวิตของอับราฮัม เราจะมองและรับมือกับสถานการณ์ที่ยากลำบากและความสงสัยทั้งในตอนนี้และในอนาคตอย่างไร?

Day 11 พิลิปปี 1:12-26

1 เปาโลมองความยากลำบากที่ตนเองเผชิญในตอนนี้อย่างไร?

2 นอกจากเราจะได้ทำงานที่ชอบหรือที่เราตั้งใจไว้ อะไรเป็นแบบอย่างที่ดีที่เปาโลสอนเราในเรื่องเป้าหมายและท่าทีการทำงานบ้าง?



Day 12 เฉลยธรรมบัญญัติ 8:10-18

1 อะไรเป็นคำเตือนของพระเจ้าต่อความสำเร็จ?

2 ท่าทีของเราต่อเงิน ความรู้ความสามารถ เกียรติ หรือการประสบความสำเร็จในการทำงานควรจะเป็นอย่างไร? เราคิดว่าง่ายหรือยากที่จะยอมรับว่าความสำเร็จที่เราได้ เกียรติที่เราได้ คำชื่นชมที่เราได้รับ มีพระเจ้าอยู่เบื้องหลังทั้งหมด ในขณะที่คนอื่นบอกว่าพวกเขามีทุกอย่างด้วยน้ำพักน้ำแรงของตนเอง?

Day 13 มาระโก 4:35-41

1 สิ่งใหม่ที่สาวกได้รู้จักเกี่ยวกับพระเยซูในตอนนี้คืออะไร? พวกเขาเรียนรู้ผ่านเหตุการณ์ในลักษณะใด?

2 เราคิดว่า ปัญหา/อุปสรรค/ความยากลำบาก กับการเติบโตในความเชื่อ เกี่ยวข้องกันอย่างไร?

Day 14 ลูคา 2:52

1 แม้ว่าพระเยซูจะมีเป้าหมายชีวิตในการนำความรอดมาถึงคนอื่นๆ แต่พระคัมภีร์ตอนนี้บอกว่าพระองค์ทรงใส่ใจเรื่องอะไรด้วย?

2 ชีวิตด้านไหนที่เรายังละเลยอยู่? และสิ่งต่างๆ เหล่านี้สำคัญต่อการทำงานการใช้ชีวิต และการรับใช้พระเจ้าอย่างไร?



Day 15 กาลาเทีย 6:9

1 ปัญหาของการทำดีและสัตย์ซื่อในการทำงานและการรับใช้ผู้อื่นคืออะไร?

2 จากพระคัมภีร์ตอนนี้ อะไรควรเป็นสาเหตุของการเปลี่ยนงานบ้าง?

Day 16 1 โครินธ์ 13:1-7

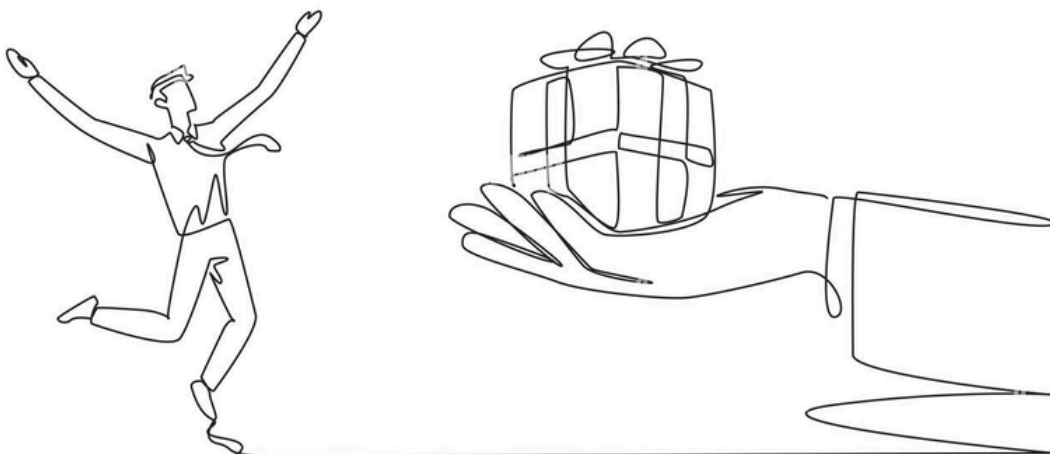
1 ข้อคิดในการอยู่ร่วมกันจากพระธรรมตอนนี้มีอะไรบ้าง?

2 คนทั่วไปจัดการกับความขัดแย้งอย่างไร? สำหรับเราแล้ว การทำตามหลักการที่อยู่ในพระธรรมตอนนี้กับคนที่ไม่เป็นคริสเตียนเป็นสิ่งที่ยากหรือยาก? ทำไม?

Day 17 1 โครินธ์ 12:7-11

1 เป้าหมายของการมีความสามารถและของประทานคืออะไร?

2 1-2 เดือนที่ผ่านมา เราได้ใช้เวลา ความสามารถ ความรู้ และประสบการณ์ เพื่อช่วยเหลือใครบ้าง? หรือเราได้ใช้สิ่งเหล่านี้ในสถานที่ใดบ้าง?



Day 18 เอเฟซัส 2:19-22

1 เราและคริสเตียนคนอื่นเกี่ยวข้องกันอย่างไร? จริงหรือไม่ที่คริสเตียนสามารถใช้ชีวิตลำพังโดยไม่ต้องยุ่งเกี่ยวกับคริสเตียนคนอื่น?

2 ในตอนนี้ มีใครบ้างที่ช่วยเสริมสร้างและทำให้เราเดินไปกับพระเจ้าอย่างเข้มแข็ง? มีใครบ้างที่เราได้ช่วยให้เขาเติบโตกับพระเจ้า? อย่างไร?

Day 19 ปัญญาจารย์ 4:9-16

1 ผู้เชื่อถูกเรียกให้อยู่ร่วมกันเพื่อเป้าหมายอะไร?

2 เราสามารถใช้สิ่งที่มีเพื่อทำให้เป้าหมายในพระธรรมตอนนี้สำเร็จในคริสจักรของเราได้อย่างไร?

Day 20 กิจการ 2:42-47, 4:32-36

1 ผู้เชื่อในยุคคนนั้นเกี่ยวข้องกับใครบ้าง? พวกเขาบริหารจัดการเวลาและสิ่งของแต่ละคนมีอย่างไร?

2 ที่ผ่านมามีอุปสรรคอะไรบ้างที่ทำให้เราไม่สามารถใช้สิ่งที่มีเพื่อดูแลคริสเตียนคนอื่นๆได้?



Day 21 2 โครินธ์ 8:1-9

1 พี่น้องคริสเตียนที่แคว้นมาซิโดเนียมีชีวิตอย่างไร? (ข้อ 1-2) แล้วพวกเขาสนับสนุนเปาโลด้วยอะไร? และด้วยท่าทีอย่างไร?

2 สิ่งที่เกิดขึ้นในพระคัมภีร์ตอนนี้ ทำท่ายหรือหนุนใจเราในการถวายและการช่วยเหลือคนอื่นๆ อย่างไร?

Day 22 มัทธิว 6:25-34

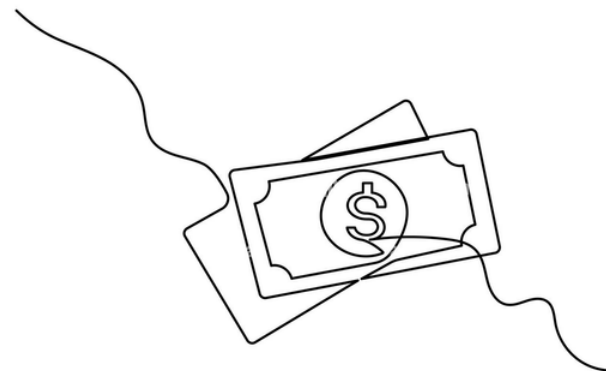
1 พระเยซูบอกว่า การไม่กระวนกระวายแสดงออกอย่างไร? (ต้องคิดถึงเรื่องอะไร? ห้ามคิดเรื่องอะไร? ต้องมองที่ใคร? ทำอะไร? หรือเชื่ออะไร?)

2 เราจำเป็นต้องทำงานหนักเพื่อเงินหรือรายได้มากแค่ไหน? คริสเตียนทำงานหนักได้ไหม? อย่างไร?

Day 23 ลูคา 12:13-21

1 อะไรเป็นอันตรายของการมีทรัพย์สมบัติ?

2 การทำงานแบบไหนที่เรียกว่าเรากำลังโลภเงินทอง? การมั่งมีต่อหน้าพระเจ้าสำหรับเราแปลว่าอะไร?



Day 24 1 ทิโมธี 6:6-19

1 เปาโลบอกว่า มนุษย์ควรหนีให้ไกลจากอะไรบ้าง? เพราะอะไร? แล้วพวกเขาควรแสวงหาอะไร?

2 เราคิดว่า สัญญาณของการที่เรากำลังรักเงินทองมากกว่าพระเจ้าคืออะไร? เราจะจัดการเงินอย่างไรเพื่อให้เป็นที่ยกย่องเกียรติแด่พระเจ้า?

Day 25 เฉลยธรรมบัญญัติ 26:1-19

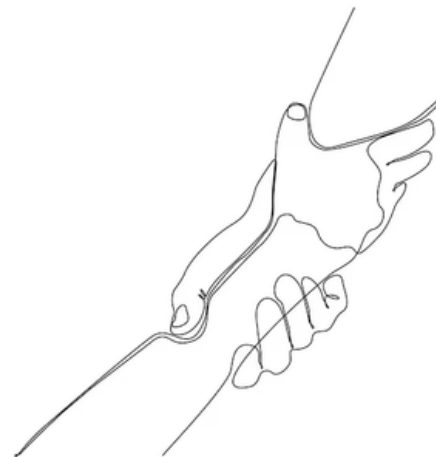
1 พระเจ้าให้ชนชาติอิสราเอลใช้สิ่งที่พวกเขาหามาได้เพื่อใครบ้าง? ทำไมคนกลุ่มนี้จึงจำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือ?

2 ในยุคของเรา ใครคือคนเลวและคนต่างดาว? เราจะสนับสนุนคนเหล่านี้ได้อย่างไร?

Day 26 สดุดี 46:1-10

1 บันทึกสิ่งที่เราเห็นเกี่ยวกับพระลักษณะของพระเจ้า

2 ที่ผ่านมา อะไรเป็นอุปสรรคที่ทำให้เราไม่สามารถวางใจหรือปล่อยวางภาระหรือความกังวลไว้กับพระเจ้า?



Day 27 ปฐมกาล 1:31-2:3 และ อพยพ 20:8-11

สะบาโตแปลว่าหยุดพัก + ชื่นชมในสิ่งที่พระเจ้าทรงสร้าง)

1 จากพระธรรมตอนนี้ สาเหตุอะไรบ้างที่พระเจ้าให้มนุษย์หยุดพัก? การหยุดส่งผลดีต่อชีวิตและต่อสังคมอย่างไร?

2 การพัก = การขี้เกียจใช้หรือไม่? ที่ผ่านมาระพอกอย่างมีคุณภาพแค่ไหน? อย่างไร?

Day 28 สดุดี 127:1-2

1 คุณเคยทำงานหนักมาก แต่รู้สึกว้า “เปล่าประโยชน์” หรือไม่? อย่างไร?

2 การรู้ว่าพระเจ้าทรงเป็นผู้จัดเตรียมสิ่งดีต่างๆ ให้กับคุณ ส่งผลต่อวิธีการใช้เวลาและพลังงานของคุณอย่างไร?

"เพราะว่าเราเป็นฝีพระหัตถ์ของพระองค์
ที่ทรงสร้างขึ้นในพระเยซูคริสต์เพื่อให้อำนาจดี
ซึ่งเป็นสิ่งที่พระเจ้าทรงจัดเตรียมไว้ก่อนแล้ว
เพื่อให้เราดำเนินตาม"

เอเฟซัส 2:10



Day 29 โคลอสี 3:23-24

1 คุณกำลังทำงานด้วยแรงจูงใจใดบ้าง? เพื่อตัวเอง เพื่อคนอื่น เพื่อผลตอบแทน หรือเพื่อถวายเกียรติแด่พระเจ้า?

2 มีสิ่งใดหรือท่าทีใดที่คุณสามารถเปลี่ยนแปลงเพื่อให้การทำงานของ คุณถวายเกียรติแด่พระเจ้ายิ่งขึ้น ?

Day 30 สุภาพิต 3:5-6

1 มีเรื่องใดบ้างที่คุณกำลังพยายามควบคุมหรือวางแผนด้วยกำลังของตนเอง และไม่(ค่อย)ได้พึ่งพาพระเจ้า?

2 “วางใจพระยาเวห์ในพระยาเวห์ด้วยสุดใจ” สามารถสะท้อนออกมาเป็นการกระทำได้อย่างไรบ้าง?

